

# “双减”背景下初中生物自主高效课堂的构建策略

敬巧蓉

十堰市实验中学

**摘要：**义务教育时期是落实“双减”政策的主要阵地，但部分生物教师未能将“双减”政策与教学结合，导致“双减”政策的落实流于形式，无法真正提高学生学科学习效率，减轻学生负担。因此，教师要意识到“双减”与初中生物学科教学的联系，遵循“双减”政策落实原则构建高效课堂，提升学习质量，减轻学生负担，促使学生在课堂中高效发展和提升。基于此，文章简要分析“双减”政策在初中生物课堂中落实原则，并以此为导向，从课前、课中、课后三层面分析落实策略，推动学生全面发展。

**关键词：**“双减”；初中生物；自主高效；课堂；教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.03.002

## 引言

“双减”以减轻学生学习负担、作业负担，促使其身心健康发展，全面提升自我为主要目标。教师在落实“双减”政策时，不仅要重视学生学习、作业负担的减轻，还要兼顾学生全面提升自我的要求，通过优化初中生物各个环节达到自主高效课堂构建目标，落实“双减”要求。

## 一、“双减”背景下初中生物自主高效课堂构建原则分析

### （一）启发性原则

如果教师仅在课堂教学中引导学生理解、记忆生物知识点，那么距离生物核心素养和综合能力发展仍距有较远路程，且无法落实“双减”要求，构建自主高效的生物课堂。所以，“双减”政策下的初中生物自主高效课堂的构建要遵循启发性原则，以启发学生科学思维为导向，推动学生在课堂教学中积极主动思考、分析、探索生物知识、现象和原理等内容，在思考、分析、探索过程中获取生物知识内涵、探索经验、学习认知等方面内容，实现思维、能力、意识等方面的发展，构建初中生物自主高效课堂。

### （二）渐进性原则

初中生物学科难度依据学生各方面发展，循序渐进地增加难度，以教材为单位，引导学生层层递进探索生物学领域，并随着探索深入不断扩展生物学知识范围，推动学生进行阶梯状学习趋势。由此可见，初中生物学科以循序渐进顺序编排，不仅符合学生身心发展特点和学习能力发展特点，还能为学生学习提供助力。因此，“双减”政策下初中生物自主高效课堂的构建，要遵循循序渐进原则，既推动学生能力和生物核心素养发展，又在学生能力、素养支持下降低学习难度，提升教学效

率的同时，避免增加其学习负担。

## 二、“双减”背景下初中生物自主高效课堂构建策略探究

### （一）做好准备工作，构建自主高效开端

#### 1. 明确目标，梳理难点

教学目标是教师设计课堂过程、选择教学方法、优化教学内容的重要依据，也是学生学习方向、评价标准，对课堂教学、学习具有重要导向价值和作用。要在“双减”背景下构建初中生物自主高效课堂，教师需要有意识的发挥目标的引领价值与作用，为课堂教学提供明确推进方向，从而有序教学和学习，提升学生学习质量和学习效果。不仅如此，生物课堂教学时间有限，让学生完全依赖教学目标开展学习活动，难免会脱离教学实际，无法达到理想教学效果，因此，要在设计教学目标基础上梳理重难点，促使学生在目标导向下，有所侧重地开展学习，在掌握生物普通知识的基础上突破难点内容，有效提升学生学习效率，培养科学学习思路和学习思维，实现生物自主高效课堂的构建。

例如，教师在开展人教版初中生物“食物中的营养物质”教学活动前，要设计教学目标，就要深入挖掘教材内容，明确课程主要围绕食物中的营养物质种类、作用展开，是“人体消化吸收”的前提，为学生深层次理解人体对不同营养物质的吸收奠定基础，教师在设计本课目标时，要将人体缺失某项营养物质的症状学习、理解融入目标中，促使学生全面把握本课知识的同时为后续学习铺垫良好基础，有效提升单元整体教学效果。基于此，教师可以设计如下目标：说出人体需要的主要营养物质，指导主要营养物质的作用和营养物质食物来源。了解无机盐和维生素的来源和人体缺乏症状；加深科学探究一般过程的认识，进一步提高提出问题、做出

假设、制定并实施探究计划、处理数据和分析探究结果的能力；关注食物中的营养物质，认同人类的营养物质主要来源于生物圈其他生物的观点。基于课程主要内容和后续教学活动的铺垫，教学重难点可以设计为：水、无机盐和维生素的作用；无机盐和维生素作用及缺乏症。基于做好课前准备，确定目标，梳理重难点，教师可以在课堂中做到重点突出、知识点全面，学生也能在目标的有序导向下和教师的指导下循序渐进地开展学习活动，有序安排普通知识、教学重难点知识所用时间，推动学生在课程中综合、全面的提升和发展。

## 2. 设计导入，高效开端

有效地导入能够带领学生沉浸到生物课堂教学活动中，调动学生积极学习状态，深层次思考生物知识，主动克服学习难点和挫折、坎坷。而要在有限的课堂准备时间达到上述效果和目标，构建自主高效的生物课堂，教师要以集中学生专注力为小目标，精心设计导入方式，使学生在导入的引领下，主动思考、学习生物知识。上课铃响起时，学生思维、精神处于课余放松余韵中，仍然较为活跃、兴奋，而导入的设计并非消除学生兴奋、活跃的精神、思想和状态，而是将其迁移到课堂中，达到事半功倍的教学效果。

例如，教师在开展人教版初中生物“食物中的营养物质”教学活动前，可以提前准备不同食物代表的卡片，如鸡蛋、五花肉、瘦牛肉、牛奶、坚果、米饭、红薯、土豆、馒头等食物，组织学生开展游戏竞赛活动，延续学生课余时间产生的活跃、兴奋状态。竞赛游戏开始时，可以设计第一关，即抢答出展示食物的名称，对七年级学生而言非常简单，学生热烈举手，迫不及待回答问题，教师要及时记录学生获得的分数，有效延续学生状态，而后，进行第二关竞赛游戏，仍旧是教师展示不同食物，而学生要说出食物中蕴含的营养物质，难度增加并触及学生知识盲区，仅能依托生活常识和阅读积累回答部分食物的营养物质，但基于热烈的氛围和兴奋、活跃的状态推动，学生自主翻阅教材、搜集食物营养物质，有效延续并迁移学生活跃、兴奋的学习状态，并在游戏结束后，与学生总结出教学课题，并在后续课堂以教学目标为导向，侧重于营养物质作用和人体缺乏营养物质的症状知识探究，构建自主高效的课堂开端。基于导入活动的设计，顺应学生课余互动保留的状态开展导入，不仅能够集中学生专注力，还能将良好状态融

入生物学习中，构建高效课堂，减轻学习压力。

## (二) 精设教学方法，开展自主高效课堂

### 1. 情境创设，强化感知

生物学领域研究的核心是生命体，而生活由生命体构建而成，所以，生物学科知识、现象在生活中较为常见，甚至部分学生在娱乐中进行无意识探索。而高效课堂的构建关键是学生对生物知识的深度、全面地掌握，所以，教师要调动学生生活经验、认知开展进行生物学学习，强化生物现象、规律、特点方面的感知、理解和体会，从而增加理解深度，提升生物教学效果和质量。因此，“双减”背景下自主高效生物课堂的构建，教师可以结合生活实际创设教学情境，助力学生在真实情境中体会、学习、分析生物知识，结合生活认知和经验降低学习难度，有效掌握并运用生物学科知识，实现综合、全面的提升和发展。

例如，教师在开展人教版初中生物“生物圈中有哪些绿色植物”教学活动中，七年级学生随着年龄增加，与家长共同出行的频率增加，对生活中绿色植物的认识也随之增长，如湖边的浮萍植物、野地里的苔藓和各类种子等，部分学生甚至在成年人的引导下有意识探索过。因此，教师在开展初中生物课堂教学活动前，可以到城市周边、植物时长等地采集不同绿色植物，在课堂中展示给学生，并创设如下情境：自然界是包容性较强的环境，既能让赋予水中植物生命，又能让陆地生命茁壮成长，而不同绿色植物的生长环境各不相同，自然环境怎样做到囊括其中呢？情境，而后，在情境中从外形、特点、生长环境等方面分析水中植物、陆地植物的特点，明确自然环境的包容性神奇奥妙，从整体上把握课程知识，并将对知识的理解迁移到自然环境的探索、体会和感受中，为学生深入生物学领域探索、分析铺垫基础。以自然环境视角创设情境，并将生活中常见的绿色植物融入其中，能够将生物与生活自然建立密切联系，使学生生活与学科相互作用下，既深度掌握课程知识，又能运用生物知识解释自然生活，推动学生有效学习，构建高效课堂<sup>[1]</sup>。

### 2. 问题设计，强化学习

虽然初中阶段学生在课堂中以目标为导向学习，但目标概括性过强，仅能为学生提供整体方向，无法推动学生向既定方向、目标前进，因此，教师要将教学目标细化，为学生提供到达目标的工具和具体支持，提升学

生学习效率性和有效性。因此，“双减”背景下初中生物高效课堂的构建，教师要以目标为导向，设计生物探究和学习问题，以问题方式为学生到达教学目标提供助力，强化学习效果和速度，明确重难点内容的同时重点突破。并且，教师还可以在课堂中引导学生在问题学习过程中运用喜欢的思维可视化工具，将学习的知识直接构建成知识体系，提升教学质量和教学效果。

例如，教师在开展人教版初中生物“食物中的营养物质”教学活动时，可以为学生展示课前设计的教学目标，通过目标的概括性让学生对课程内容形成全面认知，并让学生提出可行性学习方式落实教学目标，学生讨论过程就是学生构建学习思路过程，对教师提出的问题学习具有推动作用，促使生物知识之间进一步连接。在学生提出不同学习方案后，教师可以提出教学问题：不同食物中蕴含的营养物质种类是否相同？食物中的营养物质与人体细胞所含物质有什么关联？人体需要哪些营养物质？糖类、蛋白质、脂肪对人体有什么作用？它们来源于哪些食物？如果缺乏糖类、蛋白质、脂肪会出现怎样的症状？对健康、生活有什么影响？等，并让学生根据问题，选择喜欢的学习方法进行学习，如有的学生将问题融入思维导图、有的学生在书中批注、有的学生与同桌讨论等，在保留学生自主学习习惯、思路的同时为学生提供帮助，进一步提升学生学习质量<sup>[2]</sup>。

### 3. 多元教学，强化效果

“双减”政策下，较大程度上减少学生学习、课业负担，并要求教师提升课堂教学质量，而单一、刻板的传统教学模式无法满足改革需求，因此，教师不仅要凸显学生主体地位，发挥学生主观能动性，还要增加课堂多元性，基于两方面结合构建高效生物课堂，减轻学生学习负担的同时提升学习效率，使学生基于良好体验感更加主动地投入课堂。

例如，教师在开展人教版初中生物“细胞是生命活动的基本单位”教学活动时，可以基于信息化教学改革将信息技术运用到课堂中，为凸显学生主体地位，发挥主观能动性，可以开展合作教学，基于课堂性质开展实践教学，构建多元、高效的初中课堂。教师在开展初中生物教学活动时，可以运用信息技术展示显微镜使用和观察动植物细胞取样本内容的微课，并将学生分为探究小组，共同提取动物、植物的玻片，并在探究、讨论中掌握显微镜使用方法，观察细胞基本结构和特点，将课

堂时间交给学生，促使学生在课堂教学活动中提升、发展自我。基于多元课堂教学的构建，能够推动学生在环环相扣的教学环节中有序学习，并发挥主观能动性进行探索，提升学生学习质量和学习效果，推动学生综合发展和提升<sup>[3]</sup>。

### （三）做好课后工作，升华课堂效果

课后工作也是教学的重要组成部分，能够夯实学习基础，为后续课堂教学铺垫基础和良好开端，并将生活融于课堂，推动学生将教学内容灵活运用生活实际问题或现象方面，以生物视角科学地看待生活，并借助生物知识提升生活品质和质量。而课后工作以作业形式体现，因此，初中生物高效课堂的构建，可以以“双减”为导向，设计应用性、迁移性作业，生活课堂学习效果，为后续教学铺垫基础。

例如，教师在开展人教版初中生物“食物中的营养物质”教学活动后，基于食物中的营养物质对身体的影响、作用和身体缺乏某种营养物质的症状等重点知识，可以以此为核心素养设计生活实际作业，让学生将所学知识迁移到生活实际中，在运用过程中融会贯通并深度识记，为后续教学提供坚实的知识基础。基于此，教师可以将作业设计为：分析一日生活中的饮食为身体提供的营养物质，并结合缺乏营养物质症状分析身体缺乏的营养，列出补充营养的饮食计划，有效升华课堂教学质量和教学效果<sup>[4]</sup>。

### 结语

综上所述，“双减”政策提出以提升效率的方式减轻负担。而以此政策为导向构建自主高效生物课堂，就是将“双减”落实到初中生物课堂中，助力学生成长和发展。要落实“双减”，就要将其贯彻落实到课堂始终，从课前、课中和课后全面优化和改革，提升学生学习质量和学习效果。

### 参考文献

- [1] 冒俏如. “双减”背景下初中生物融合作业的设计探讨[J]. 成才之路, 2023, (35): 105-108.
- [2] 刘丽雯. 初中生物课堂如何有效激发学生学习兴趣[J]. 山西教育(教学), 2023, (12): 81-82.
- [3] 杨婷. 思政教育融入生物教学的思考[J]. 教学管理与教育研究, 2023, 8(23): 48-50.
- [4] 付俊庭. 初中生物教学中培养学生生态意识的实践策略[J]. 亚太教育, 2023, (24): 56-58.