

# “双减”背景下初中语文教学学生自学能力培养研究

黄卉仙

宁夏中卫市海原县第三中学

**摘要：**“双减”政策的实施，对初中语文教学提出了新的要求。传统的教学模式往往以教师讲授为主，学生被动接受知识，自学能力培养不足。在“双减”背景下，教师需要转变教学观念，创新教学方法，注重培养学生的自学能力。自学能力是学生终身学习的基础，对于提高学生的综合素质和适应社会发展具有重要意义。本文旨在探讨在“双减”政策背景下，如何培养初中语文教学中学生的自学能力。通过分析当前教学现状和学生自学能力的重要性，提出一系列培养学生自学能力的策略和方法，以提高初中语文教学质量，促进学生的全面发展。

**关键词：**“双减”政策；初中语文；自学能力

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.02.183

## 引言

随着“双减”政策的实施，我国教育领域迎来了深刻的变革。该政策旨在减轻中小学生的课业负担和校外培训压力，推动教育回归本质，促进学生全面发展。初中语文作为基础教育阶段的重要学科，其教学目标不仅在于传授知识，更在于培养学生的自学能力。在“双减”背景下，如何有效提升初中语文教学中的学生自学能力，成为教育工作者亟待解决的问题。本研究旨在探讨“双减”背景下初中语文教学学生自学能力培养的策略，为提高语文教学质量提供理论依据和实践参考。

## 一、“双减”政策与初中语文教学学生自学能力的关系

### （一）“双减”政策对初中语文教学的要求

#### 1. 减轻学生课业负担

根据《双减》政策，初中语文教学应减少不必要的作业和考试，合理规划课程内容，确保学生在课堂上能够充分吸收知识。教师应合理布置作业，避免过量作业给学生带来压力<sup>[1]</sup>。同时，鼓励学生利用课余时间进行自主学习和拓展阅读。采用多样化的教学手段，如小组合作、探究式学习等，提高学生的学习兴趣，减轻学生的课业负担。

#### 2. 提高教学质量

加强教师队伍建设，提高教师的教学水平和科研能力，确保教学质量。充分利用网络、图书等资源，为学生提供丰富的学习材料，提高教学效果。建立科学的教学评价体系，关注学生的学习过程和成果，及时调整教学策略。

#### 3. 培养学生综合素质

鼓励学生广泛阅读，提高阅读能力，拓宽知识面，培养学生的审美情趣。通过写作训练，提高学生的语言表达能力和思维能力，培养学生的创新精神。开展口语交际活动，提高学生的口语表达能力，增强学生的自信心<sup>[2]</sup>。鼓励学生参与团队合作，培养学生的团队协作能

力和沟通能力。鼓励学生勇于探索，敢于创新，培养学生的创新意识和实践能力。

### （二）学生自学能力在初中语文教学中的重要性

#### 1. 增强学生的学习主动性

自学能力有助于学生主动探索知识，在语文教学中，学生通过自学，可以自主发现、理解和掌握知识，从而提高学习兴趣，增强学习动力。自学能力有助于学生主动解决问题，在语文学习中，学生遇到问题时，可以通过自学寻找答案，培养解决问题的能力，提高学习效果。

#### 2. 提高学生的语文学习效果

自学能力有助于学生深入理解课文，通过自学，学生可以更加深入地理解课文内容，提高阅读理解能力。自学能力有助于学生提高写作水平，在写作过程中，学生可以通过自学掌握写作技巧，提高写作水平。自学能力有助于学生提高口语表达能力，在口语表达方面，学生可以通过自学提高自己的语言组织能力和表达能力。

#### 3. 培养学生的自主学习习惯和终身学习能力

自学能力有助于学生养成良好的学习习惯，在初中语文教学中，培养学生的自学能力，有助于他们养成良好的学习习惯，为今后的学习打下坚实基础。自学能力有助于学生形成终身学习能力，在知识更新迅速的今天，自学能力成为学生终身学习的重要保障。通过自学，学生可以不断充实自己，适应社会发展的需求。

## 二、“双减”背景下初中语文教学学生自学能力培养的策略

### （一）激发学生的学习兴趣

#### 1. 采用多样化的教学方法

情境教学法通过创设与课文内容相关的情境，让学生身临其境地感受语文的魅力，激发他们的学习兴趣。游戏教学法将语文知识融入游戏中，让学生在轻松愉快的氛围中学习，提高他们的自学能力<sup>[3]</sup>。多媒体教学法运用多媒体技术，将文字、图片、音频、视频等多种信息融合，使语文课堂更加生动有趣。

## 2. 创设丰富的教学情境

将语文知识与学生的日常生活相结合，让学生感受到语文学习的实用性。组织学生参加各类语文竞赛、演讲比赛、读书分享会等活动，拓宽学生的视野，激发他们的学习兴趣。引导学生利用网络平台，如在线阅读、在线讨论等，提高他们的自学能力。

## 3. 引导学生发现语文学习的乐趣

鼓励学生自主探究，让学生在课堂上提出问题，引导他们自主寻找答案，培养他们的自学能力。关注学生个体差异，针对不同学生的学习特点，给予个性化的指导，让他们在语文学习中找到自己的兴趣点。树立学习榜样，通过介绍优秀学生的语文学习经验，激发学生的学习动力，让他们认识到语文学习的乐趣。

### （二）指导学生掌握科学的学习方法

#### 1. 阅读方法的指导

教师要引导学生树立正确的阅读观念，让他们认识到阅读是获取知识、提高素养的重要途径。教师可以通过讲述阅读的重要性、分享阅读的乐趣等方式，激发学生的阅读兴趣。指导学生掌握阅读技巧，教授学生快速阅读的方法，如略读、扫读等，提高阅读效率<sup>[4]</sup>。针对重点内容，教师指导学生进行精读，深入理解文章内涵。对于一些非重点内容，教师可以引导学生进行跳读，节省阅读时间。培养学生对阅读材料进行批判性思考的能力，提高阅读质量。培养学生阅读习惯，引导学生制定合理的阅读计划，确保每天有固定的阅读时间。鼓励学生在阅读过程中做笔记，记录重点内容，加深记忆。组织学生进行阅读交流，分享阅读心得，提高阅读兴趣。拓展阅读资源，根据学生的兴趣和需求，推荐适合他们的优秀读物。引导学生利用网络资源，如电子书、在线阅读平台等，拓宽阅读渠道。组织学生参加各类阅读活动，如读书会、演讲比赛等，提高阅读能力。

#### 2. 写作方法的指导

明确写作目的，引导学生认识到写作是一种表达思想、传递信息、交流情感的重要方式。帮助学生明确写作目的，如：抒发情感、阐述观点、说明问题等。掌握写作技巧，指导学生掌握写作的基本结构，如：开头、正文、结尾。培养学生运用多种修辞手法，如比喻、拟人、排比等，使文章更具表现力。引导学生学会运用过渡词、连接词，使文章结构紧凑、条理清晰。指导学生注意文章的格式规范，如标题、段落、标点等。积累写作素材，鼓励学生多读书、多观察、多思考，积累丰富的写作素材。引导学生从生活中挖掘写作素材，如身边的人、事、物等。组织学生参加各类写作活动，如作文比赛、写作讲座等，拓宽写作视野。培养写作习惯，建立写作计划，让学生养成定时写作的习惯。鼓励学生坚持写日记、周记等，提高写作能力。定期检查学生的写作进度，给予必要的指导和鼓励。提高写作评价能力，培养学生学会自评，

提高自我修正能力。引导学生学会互评，学会欣赏他人优点，发现自身不足。教师定期对学生的写作进行评价，指出优点和不足，帮助学生提高写作水平。

#### 3. 学习计划的制定与执行

学习计划的制定方面，根据自身实际情况，结合课程要求和自身兴趣，制定明确的学习目标。目标应具有可衡量性、可实现性和时限性。根据学习目标，合理分配每天的学习时间。建议将时间分为学习时间、休息时间和活动时间，确保学习效率。将学习目标分解为具体的学习任务，并制定详细的学习计划。计划应包括学习内容、学习方法、学习时间等。对于学习任务，学生应按照重要性和紧急性进行排序，确保优先完成重要且紧急的任务<sup>[5]</sup>。在学习过程中，学生应根据实际情况调整学习计划，确保计划的可行性和适应性。学习计划的执行方面，学生需自觉遵守学习计划，按时完成学习任务。培养自律意识，提高学习效率。定期检查学习计划的执行情况，了解自己的学习进度。对于未完成的任务，要及时调整计划，确保学习目标的实现。在学习过程中，学生如遇到困难或问题，应及时调整学习方法，寻求帮助。同时，要关注自己的情绪变化，保持良好的心态。在学习结束后，对学习过程进行总结和反思，了解自己的优点和不足。根据反馈，调整学习计划，提高学习效果。家长和老师应关注学生的学习计划执行情况，给予必要的支持和鼓励。家长可协助学生制定学习计划，老师可提供学习方法和资源。

### （三）培养学生的自主学习习惯

#### 1. 培养学生的独立思考能力

激发学生的求知欲，引导学生主动探索问题。教师可以通过设置富有启发性的问题，激发学生的好奇心，让他们在探索中学会独立思考。鼓励学生质疑，培养学生的批判性思维。在课堂上，教师应鼓励学生提出自己的疑问，并对其他同学的观点进行评价，从而培养学生的批判性思维。引导学生进行深度阅读，提高独立思考能力。教师可以推荐一些经典文学作品，让学生在阅读过程中学会分析、归纳和总结，从而提高独立思考能力。

#### 2. 鼓励学生主动探究问题

创设情境，激发学生探究欲望。教师可以通过创设与生活实际相关的问题情境，让学生在情境中主动探究，提高自主学习能力。开展小组合作学习，培养学生的合作探究能力。在小组合作学习中，学生可以互相讨论、交流，共同解决问题，从而提高自主学习能力。利用网络资源，拓宽学生探究渠道。教师可以引导学生利用网络资源，如在线课程、教育平台等，自主探究问题，提高自主学习能力。

#### 3. 引导学生自我评价与反思

建立学生自我评价体系，让学生学会自我监控。教师可以引导学生根据学习目标，对自己的学习过程进行

评价,从而提高自主学习能力。开展反思性学习,让学生总结经验教训。教师可以引导学生对自己的学习过程进行反思,总结经验教训,为今后的学习提供借鉴。鼓励学生分享学习心得,促进共同进步。教师可以组织学生分享自己的学习心得,让学生在交流中互相学习,共同提高自主学习能力。

#### (四) 优化课堂教学,提高教学质量

##### 1. 精心设计教学内容

根据学生的认知水平和兴趣爱好,选择适合的教学内容,激发学生的学习兴趣。注重知识体系的构建,将知识点串联起来,形成完整的知识网络。关注学生的个性化需求,设计分层教学,满足不同学生的学习需求。引入生活实例,让学生在真实情境中学习,提高学生的实践能力。

##### 2. 营造积极的课堂氛围

建立良好的师生关系,尊重学生,关心学生,让学生感受到课堂的温暖。鼓励学生积极参与课堂讨论,培养学生的表达能力和思维能力。创设轻松愉快的课堂氛围,让学生在愉悦的氛围中学习。运用多媒体技术,丰富课堂形式,提高学生的学习兴趣。

##### 3. 加强师生互动与合作学习

鼓励学生提问,引导学生主动探究,培养学生的自主学习能力。组织小组合作学习,让学生在合作中互相学习,共同进步。开展课堂竞赛,激发学生的学习热情,提高课堂效率。关注学生的个体差异,给予学生个性化的指导,促进学生的全面发展。

#### (五) 加强课外阅读指导,拓宽学生的知识面

##### 1. 推荐适合学生的课外读物

根据学生的年龄特点和兴趣爱好,推荐适合他们的课外读物。如:童话、科幻、历史、地理、科普等类型的书籍。结合教材内容,推荐与课文相关的课外读物,帮助学生更好地理解课文,提高阅读兴趣。鼓励学生阅读经典名著,如《红楼梦》、《西游记》、《三国演义》等,提高学生的文学素养。

##### 2. 指导学生进行有效的课外阅读

培养学生良好的阅读习惯,如定时、定量阅读,做好阅读笔记等。教授学生阅读方法,如快速阅读、精读、略读等,提高阅读效率。引导学生关注阅读中的重点、难点,学会提出问题、解决问题。鼓励学生进行批判性阅读,培养独立思考能力。

##### 3. 开展课外阅读交流活动

定期举办阅读分享会,让学生分享自己的阅读心得、感悟,激发其他学生的阅读兴趣。组织学生参加读书竞赛、演讲比赛等活动,提高学生的口语表达能力和综合素质。邀请作家、学者等来校进行讲座,让学生近距离接触文学大师,拓宽视野。建立班级读书角,为学生提供丰富的阅读资源,营造良好的阅读氛围。

#### (六) 建立多元化的评价体系,激励学生自主学习

##### 1. 评价内容的多元化

评价学生对于语文基础知识的掌握程度,如字词、语法、文学常识等。评价学生在阅读过程中的理解能力,包括对文章主旨、结构、人物、情节等方面的把握。评价学生的写作水平,包括文章结构、语言表达、创意等方面。评价学生在口语交流中的表达能力,如语音、语调、逻辑等方面。评价学生在自主学习过程中的态度、方法、成果等。

##### 2. 评价方式的多样化

形成性评价关注学生在学习过程中的表现,如课堂参与、作业完成情况等。总结性评价关注学生在学习结束时的成果,如期末考试、论文答辩等。过程性评价关注学生在学习过程中的进步,如阶段测试、课堂表现等。鼓励学生进行自我反思,提高自我认知能力。同伴评价引导学生相互评价,培养合作精神。

##### 3. 评价主体的多元化

教师作为评价主体,关注学生的整体表现,给予针对性的指导。学生对自己的学习过程和成果进行评价,提高自我管理能力和自我反思能力。学生之间相互评价,促进共同进步。家长关注孩子的学习情况,与教师共同关注孩子的成长。

#### 结语

“双减”政策对初中语文教学产生了积极影响,为培养学生自学能力提供了有利条件。当前初中语文教学中,学生自学能力的培养存在一定程度的不足,主要体现在学生自主学习意识不强、学习方法单一、教师引导不足等方面。应加强学生自主学习意识培养、丰富教学方法、注重学生个性化学习、加强教师引导等。在“双减”背景下,初中语文教学应注重学生自学能力的培养,以适应新时代教育发展的需求。通过本研究,为教育工作者提供了一定的理论依据和实践参考,有助于提高初中语文教学质量,促进学生全面发展。

#### 参考文献

- [1] 黄焕. “双减”背景下初中语文教学中学生自主学习能力培养初探[J]. 华夏教师, 2023, (36): 34-36.
- [2] 陈瑞碧. “双减”背景下初中语文教学借助学历案培养学生自主学习能力的研究[J]. 试题与研究, 2023, (27): 144-146.
- [3] 张海珍. 浅谈“双减”政策下如何提高初中生语文自主学习的能力[J]. 天津教育, 2023, (18): 114-116.
- [4] 魏如烟. “双减”背景下初中语文教学学生自学能力培养研究[D]. 湖南大学, 2023.
- [5] 闫莹莹. “双减”背景下初中语文教学怎样培养学生自主学习的能力[C]//广东省教师继续教育学会. 广东省教师继续教育学会教师发展论坛学术研讨会论文集(十二). 东明县第二初级中学;, 2023: 5.