

减负以增效，减量以增质

——初中英语高效教学方法探析

杜红华

河北省石家庄市藁城区廉州镇第四中学

[摘要]近期，各个地区都着眼国家双减政策，根据当地教育实际情况，公布了双减的细则，且双减政策的推行，也受到了教育行业和家长们的一致好评。那么双减政策深层次的目的和意义是什么呢，立足于双减背景下初中英语又如何开展教学，以真正实现“减负以增效，减量以增质”的教学效果呢？本文结合初中英语教学实际，对双减背景下初中英语高效教学方法进行了探讨和分析。

[关键词]双减；初中英语；高效

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.503

一、双减政策的目的及意义

双减，其主要目的就是要“减”，并且要从两个方面着手进行。一是减轻学生作业负担，二是减轻学生校外培训负担。面对学校成绩和升学率，广大教育工作者对减轻学生作业负担这一内容又该如何着手实施，这是一个值得探讨和深层次研究的话题。其实，双减的宏观意义在于对整个教育进行宏观调控，促使教育趋向于公平，在保障减少更多家庭经济负担的前提下，减少学生学习压力，压减一些不必要的作业量，提高作业设计质量，实现高效教学，以促使孩子们多方面发展，身心更加健康，让学生们有更多的时间拥抱蓝天，拥抱自然，并且能够带着足够的兴趣在各个学习领域里畅游，以发现更好的自己。

二、双减背景下初中英语课堂教学实现高效的方法

减的是量，增的是质，是效，这样才能达到双减的真正目的。因此根据初中英语教学实际，教师应从多个方面来帮助学生对英语学科有一个更为充分的认识，然后再采取行之有效的教学方法，来提高初中英语课堂教学质量，让学生在轻松、愉悦的学习氛围中掌握知识和学习英语的良好方法，以不断提升学习能力，实现“减负以增效，减量以增质”教学目的。

（一）充分备课，懂得取舍

备课是教师上好课的基础和保障。教师每次在备课时，都要反复思考这样一个问题，这一单元要让学生掌握什么，这节课要带给学生什么，要采取什么样的教学方法，学生更容易接受。当捋清了这些问题之后，教师才开始备课。备课的同时，一定要做到在备教材的同时，还要备学生，备学生的同时，还要备不同层次的学生，这样才能做到因材施教，课堂教学也才能实现高效。具体地说，面对教学目标时，教师还要从另一个角度去思考，是不是要把教学目标巧妙地转化为学生的需求，是不是根据学情，为学生设置导学案，让学生根据导学案有所思考，进而能提出疑问。之后教师再对学生学案进行批阅，把学生的需求有效转化为自己的课堂教学目标。这一过程看似复杂，实则收到磨刀不误砍柴工的效果。因为这样教师的教学更加有了针对性，教师更能游刃有余地掌握所授知识点的深度和广度，更加懂得了知识点的

取舍。毋庸置疑，这样师生共同达成的教学目标，自然就为课堂教学实现高效奠定了坚实的基础。

（二）抓好并指导学生课前预习

凡事预则立不预则废。的确，预习是学习新课最好的铺垫。预习效果的好坏直接影响学生接受新课的快慢。但是在实际教学中，课前预习这一环节常常是教师和学生容易忽视的一个环节，有时教师布置了课前预习，却没有去检查学生课前预习的效果，时间长了，学生便会抱着课上老师定会讲解的心理去敷衍课前预习环节，这样课前预习便会形同虚设，很难获得实际预习效果。实际上，若想真正实现课堂教学高效，课前预习是万万不能忽视的，教师不仅要抓，还要给予学生指导，让学生有目的、有计划地进行课前预习。在学生上课前学习内容有了一个提前浏览之后，心理上就会获得一个很好的学习暗示，就会不自觉地去进行思考，其效果会远远高于学生上课单一地被教师牵着鼻子走。

（三）让学生的兴趣成为高效课堂的助推力

英语学习固然要多记多背，但学生单一、机械地死记硬背是万万要不得的。初中学生的思维和思考问题的方式越来越趋向于理解记忆，这时教师可以采取多种教学方式，来激发学生的兴趣点，点燃学生的学习热情，让学生学习英语的兴趣成为高效课堂的助推力，以实现学生当堂领会，当堂记忆的教学目的。例如情境教学是初中英语中常见的教学方法之一，教师完全可以根据教材，借助文本对话来实施情境教学，期间，学生可以借助动作、手势、表情来完成相应的对话练习，当然教师还可以借助投影机、多媒体等教具，来显现教材的场景，让学生在具体的情境中感知、理解语言材料的含义，学会相关语句的表达。例如教师可以利用多媒体来展示商场画面，让学生来还原购物情景，练习What would you like?和Would you like...?这两个新句型……以此激发学生兴趣，让学生带着浓厚的兴趣学习新知，提高课堂教学效果。

（四）突出学习主体——学生

无论是新课改还是双减，课堂教学一定要突出学习主体——学生，要根据学生身心发展规律和个体差异来进行教学，期间，不仅要肯定还要保护好学生的好奇心和求知欲，

并善于激发学生的学习主动性和进取精神，鼓励并倡导学生进行自主、合作、探究的学习方式，让学生在自主中求知，在合作中收获，在探究中发展。例如新单词、新句型学习中，教师可以采用“互助组”的形式，让学生进行发音、单词识记，句型更换的灵活练习……例如单复数句子转换，一般疑问句的练习和回答，对划线部分进行提问等等，学生练习的多了，自然就会灵活运用这些句式，有的学生还会不自觉地生活日常沟通中运用英语进行交流，这便是学生自主、合作学习的效果。至于单词识记、默写这一块儿，教师更是应采取学生自查自纠、互查互纠的模式来进行，让学生自己去发现自己的不足之处，从而学习别人良好的识记方法。整个课堂教学过程中，学生才是学习的主体，教师要尽量把课堂时间还给学生，让学生唱主角，这样学生才能在发现、学习、改进和提高的过程中增强自身学习知识的兴奋感和完成任务的自信心，才能使课堂真正“活”起来，也才能真正提高课堂教学实效。

（五）学习内容贵在当堂消化

在实际课堂教学中，教师在遵循教学大纲的同时还应着眼学生学情，必要时还应根据学情做出一些调整，力争做到“堂堂清、日日清、周周清”，不把希望寄托于学生课下下功夫，这样不仅会增加学生课业负担，还不一定收到良好的学习效果。因此教师在日常英语教学中，要尽量做到高效，即在有限的时间内让学生掌握知识点，对一些需要记忆背诵的知识点，教师可采用灵活识记法，实物识记法、比较识记法等方法帮助学生识记，实现快速地背诵，之后再通过一些相关的口头或动笔练习进行运用和巩固，学生记忆会很快，尤其是当学生享受到快速记忆带来的成就感时，他们会更加兴奋，更加主动，其学习效率也会得到相应的提高。

三、双减背景下的初中英语作业设计

初中英语是一门语言学科，它需要学生多进行口头表达，多进行听力训练，多进行英语交流。但鉴于我们学生学习英语环境有限，教师就应努力创造学生“说”英语，“讲”英语的条件和氛围。让学生多说、多听、多涉猎，久而久之，学生自然就会耳濡目染，慢慢地就会学以致用。比如教师在布置英语作业时，尽量减少让学生反复书写或默写单词、句型的作业，要根据所学内容，布置一些学生感兴趣的个性化作业，让学生怀着愉快的心情去完成，会收到事半功倍的学习效果。例如，教师为了锻炼和提高学生的听力能力，可以有选择地让学生去进行一些必要的听力训练。例如可以让学生去试听一些有情节内容的听力小练习，或者去观看一些富有积极意义的美剧情节，学生兴趣是不是会更为浓厚？或者让学生听后去试讲，去模仿，其听力效果也会大大提高。因为语言的学习，是离不开故事和人物的，教师有意渗透这些，无论是学生听的兴趣还是听的效果都会有所提升，如此不仅能高质量完成教学任务，还能促进学生获得高效发展。

当然一些巩固性质的英语练习题也是必不可少的，为了减轻学生课业负担，提高教学质量，教师要对这些练习题进行优化性质的筛选，将那些重复性质、换汤不换药的练习题要进行删减，选择一些高质量、具有练习功能、提高学生英语学习技能的练习题，如此，在巩固学生所学的同时，使其既积累了知识，又提升了学习能力，真正发挥了作业的价值和功能。

四、及时进行教学反思和教研，是实现课堂教学高效不可或缺的一环

面对双减政策的日益推行，好多一线教师一直在思索、探究——如何既减轻了学生课业负担，又提升了课堂教学效率和教学质量。的确，这是一个广大教师值得不断探究的话题。

笔者认为，除了高效的教学方法之外，教师们还应意识到教学反思的重要性，还应懂得借力给力。教学反思是教师专业化发展的重要内容，是教师成长的助推力，是教师由教学者向研究型教师转变的催化剂；教研是教学最为有效、最为直接的教学活动，教师闭门造车，只能思维僵化，只有进行及时的教研，教学才会更加有针对性，才会更富有灵动，才会实现高效。因此，在双减背景下，笔者认为，面对初中英语教学，教师们应时常坐下来，去反思自己的教学，去和同科教师沟通和教研，说说课堂上的自己如何口若悬河，讲讲教学上所遇到的瓶颈，谈谈教学方法、教学思路的独辟蹊径，去学学优秀教师的教学经验……只有这样，我们的英语教学才能有所提高，学生的课业负担才会真正减轻，教学效率才会有所提升。

现代教学证明，教学反思是一个高素质教师所必备的一项能力，积极参与教研也是一个教师快速成长的有效平台。教学反思这种能力不是与生俱来的，需要教师在日常教学中有意识地、有计划地去培养和自我提升；积极参与教研更是一名优秀教师应具备的教学意识和教学精神。尤其面对初中英语教学，我们英语教师更应该时常进行反思，且在教研中知无不言言无不尽，这样我们的英语教学质量才能得以提高。

综上所述，双减背景下，初中英语教学要以学生为本，灵活运用各种各样的教学方法和手段，激发学生学习兴趣，让学生敢于开口说，善于动口讲，勇于用英语进行交流，使其真正成为课堂教学的主体，成为学习的主动者，如此，学生学到的知识才会当堂消化，学生的课业负担才会真正减轻，初中英语教学才能在减负、减量的同时增效、增质。

参考文献

- [1]赵燕. 初中英语有效课堂教学方法初探[J]. 中学课程辅导(教师通讯), 2018(05): 86.
- [2]高姝. 初中英语有效课堂教学初探[J]. 英语教师, 2021, 21(22): 83-85.