

# “双减”政策下小学数学教学减负增效策略研讨

项莎影

江西省宜春市翰林学校

**摘要：**现阶段，随着“双减”政策的深入推进，教师在教学过程中要摆正自身的教学位置，反思自身的教学方法，重视对学生实际应用能力的培养。这样可以更好地把握教学策略，切实将“双减”政策落实到教学中。在小学数学教学中，教师以“双减”政策为依托，创建减负增效的教学模式是教育发展进程中的必然选择。在“双减”政策的支持下，文章将“双减”政策下小学数学教学“提质增效”的方向，分析现阶段小学数学教学中存在的问题，对“双减”政策与小学数学的具体结合策略展开分析，为学生创造良好的学习氛围和轻松愉悦的成长环境，让他们在逐渐释放压力的基础上提高自身的数学学习效率、掌握高效的学习技能。

**关键词：**双减；小学数学；减负增效

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.01.037

## 引言

在新课改背景下，双减政策是创新性的新颖教育理念，其主要是指减轻学生所面临的课外负担与课业负担。双减政策是在缓解学习负担、学习压力的前提下强化整体学习效率的措施。传统教学理念主要是指教师依托题海战术鼓励学生参与长期的数学训练，提高数学成绩。若未能及时更新理念并创新教学手段，则无法达成减负增效目标。

## 一、“双减”政策下小学数学教学“提质增效”的方向

从小学数学课堂教学情况分析，小学阶段的学生感到学习负担重，尤其是作业负担重，这是两个原因导致的：一是很多数学教师为了提升教学效率，取得良好的教学效果，习惯性地采用“题海战术”布置课后作业，这种作业布置方式严重挤占小学生的课余时间，导致学生难以分出时间和精力去放松身心，学习压力巨大；二是很多教师没有考虑到不同层次学生的学习情况，没有做到因材施教，作业内容和难度与学生的学习情况不匹配，没有起到针对性的提升作用。“双减”政策对作业形式、作业内容、作业量都提出了全新的要求，目的在于减轻学生的作业负担，让学生在课堂上能享受学习带来的快乐，体会学习成果带来的满足感，并且在课后有时间发展自己的兴趣爱好，以此获得终身发展的能力。根据“双减”政策的要求，“提质增效”主要体现在教学质量的高要求、教学目标的多元化以及作业设计的高效性。由此，教师可以明确小学数学教学“提质增效”的方向：首先，“双减”政策强调的是加大学校教育的力度，为学生“减负、减压”并非简单地降低知识的难度，或是单一地减少作业的数量，而是要在满足“双减”政策要求的前提下，采取更为高质量、高效率的教学手段，使学生掌握丰富的数学知识，发展数学学科核心素养和综合能力；其次，教学目标更为多元化的重点

是让学生成为课堂教学的主体，教师不仅要重视学科知识教学，还要注重学生身心的健康发展，帮助学生培养良好的数学学习习惯、学习思维及数学语言，使学生感受到数学的魅力；最后，教师要围绕学生的认知水平和身心发展规律来设计针对性、层次性、差异化的作业，杜绝题海战术、“变相惩罚式”作业和“机械式”作业等严重影响学生学习与生活的不良作业模式，让学生实现个性化、差异化的发展。

## 二、现阶段小学数学教学中存在的问题

### （一）缺乏明确的目标

社会在不断发展，对人才的要求也在不断提升。小学数学教学中，教师需要顺应社会的发展潮流，注重学生能力与健全人格的培养，帮助学生形成正确的思想品质与行为意识。从实际教学活动来看，教师更重视基础知识的教学，导致学生对数学的兴趣偏低。另外，数学课堂教学目标过于低级，只注重数学基础知识与技能的培养，对学生的长远发展将造成影响。

### （二）数学教师的教育观念落后

在数学教学中，学生、教师和家长都会产生一个思维定式，也就是会形成以教师为中心、学生为客体的现象，由此导致学生的学习比较被动，课堂气氛沉闷。在信息技术飞速发展的背景下，教师在教学过程中虽然会使用幻灯片等现代化的教学手段，但是往往也只是对知识点进行简单重复，并没有真正将多媒体手段与教学内容充分结合起来，没有充分发挥现代信息技术的优势。此外，教师在讲授知识的过程中也难以调动学生学习的积极性，课堂互动性也不强。

### （三）弱化学生主体性

从实际教学活动来看，学生在数学课堂教学中的参与度偏低。此外，课堂教学中还存在部分教师否定错误答案的现象，导致教师难以全面地把握学生出现的问题，甚至是打击学生积极思考与探究的热情。这主要体

现在以下方面：一是教师重视度不足，造成学生参与的积极性不高，影响学生深度学习数学知识。二是课堂教学时间有限，教学任务过多，教师为了节省课堂时间，采取灌输式教学方法，并未深入分析学生的需求和学习情况。实际教学设计中，教师过度关注对自身的要求，如此一来，教师将难以在课堂中完成教学设计。因为数学课堂是开放性的，每位学生都有自己的思维方式，教师必须考虑到课堂和学习实际情况，把握学生的思维活跃点，能更加高效地完成教学目标。

### 三、“双减”政策下小学数学教学减负增效的有效策略

#### （一）实施“双减”政策，提高课堂教学质量

随着教学机制的不断完善，“双减”政策的应用可以有效地提高课堂教学效率，减轻学生的学习压力，缩短学生课后复习的时间，逐步帮助学生奠定坚实的基础，为学生今后的学习提供更多的保障。例如，在《平行四边形和梯形》知识的教学中，教师可以借助多媒体设备直观地向学生展示平行四边形与梯形，然后让学生对平行四边形与梯形的异同进行总结。接着，教师可以利用多媒体动态演示的方法，推导出“平行四边形和梯形”的面积公式。特别是在梯形面积演示中，使用旋转、平移法，将两个完全相同的梯形一起做成一个平行四边形，意味着梯形面积是这个平行四边形面积的二分之一。随着“双减”政策的落实，小学数学的课堂教学效率不断提高，对知识点各方面的解释和分析更加深入。为了实现减轻小学数学教学负担、提高小学数学教学质量的教育目标，教师需要改变自己的教学理念，采用多种教学方法，及时调整教学时间。“减轻负担、提高效率”的本质要求教师改进和完善教学方法，使学生轻松学习，自然减轻学生的学业负担。应当指出的是，减轻负担和提高效率是一项长期和相对复杂的工作，所以我们不能着急，需要花时间去探索。只要认真学习运用小学数学教学方法，我相信一定会取得好的教学效果。

#### （二）落实分层教学策略

小学数学教学中，由于学生的基础差异较大，采取分层教学策略可以更好地满足学生的学习需求，提高教学效果。具体措施如下：①制订分层教学计划。根据学生的数学能力水平，可以将学生分为高、中、低三个层次。针对不同层次的学生，教师可以制订不同的教学计划，提供相应的教学内容和教学方法。通过这种方式，能够满足不同层次学生的学习需求，提高教学效果。②分层教学实施。在实施分层教学时，教师要根据学生的实际水平进行调整，及时对学生的掌握情况进行反馈，调整教学内容和方法。比如，针对学习能力较弱的学

生，可以采取更加具体、详细的讲解方式，或者增加基础类练习题的数量；对于学习能力较强的学生，可以提高教学难度和深度，引导学生自主思考和探究。③制订个性化学习计划。针对个别学生，可以根据其实际能力水平制订个性化学习计划，针对性地开展教学活动，提高学习效果。比如，对于学习能力相对较弱的学生，可以安排额外的辅导时间和方式，帮助学生提高数学水平；对于学习能力较强的学生，可以给予更高难度的数学题目挑战，提升数学思维能力。④了解学生学习情况：在实施分层教学之前，可以通过测试、作业等方式了解学生的学习情况，进一步了解学生的能力差异，为制订分层教学计划提供参考。比如，可以针对学习内容中的重点、难点进行测试，从而了解学生对不同难度的内容掌握情况。⑤突出重点难点。针对高层次的学生，可以突出教学重点和难点，增加深度和广度，提高学生的数学素养和分析思维能力。比如，可以引导学生探究一些数学定理和公式的推导过程，从而加深学生对数学原理的理解。⑥强化基础知识训练。对于低层次的学生，可以注重基础知识的训练，逐步提高数学水平，为后续学习奠定坚实的基础。可以设置小班教学，针对学生的薄弱环节进行专项练习，重点讲解基本概念和基础操作，强化基础知识的训练。

#### （三）以科技化的手段增强教学效果

“双减”政策提出“学校要充分利用资源优势”的需求，这其中包含现代科技资源。基于“双减”政策的要求，教师应充分借助学校内部的现代化教学手段开展教学活动，创新数学课堂的形式，以微课视频、多媒体设备、翻转课堂、电子白板等为基础手段，为学生提供优质的学习资源和创新化的学习对策，促使学生在现代科技的辅助下理清数学知识涵盖的规律，让学生能够感受到数学知识的趣味性。此外，针对一些疑难问题，教师也要利用三维立体模型演示数学原理、数学概念和公式的来源，以数形结合的方式将平面化和静态化的数学概念以三维模型的方式展现出来，引导学生明确数学知识的内涵与本质。借此，学生不仅能感受到数学知识的新鲜感，还能通过简单的形式理解复杂和抽象的数学知识。同时，基于小学生好奇心强、求知欲旺盛的情况，教师也要利用多媒体课件等将现实生活和历史典故中的数学问题呈现出来，如“鸡兔同笼”“鸽巢问题”“植树问题”等，让学生能够将真实问题与数学原理对接起来，更为深入地理解数学知识与实际问题之间的关联，以此强化他们的实际学习效果，让他们扎实地掌握数学知识和学习技能。

#### （四）增强课堂教学趣味性

小学阶段的学生难以长时间集中注意力，对新鲜、

有趣、动态化的事物敏感度较高，这些事物往往更容易调动学生学习的兴趣。因此，在小学数学教学中，教师要重视课堂教学的趣味性，通过多样化、有趣味、新颖的教学方式，让学生对数学学习产生“新鲜感”，从而吸引学生的注意力，让学生在愉快、轻松的学习氛围中增长数学知识，发展数学能力。教师是课堂教学活动的组织者、引领者，学生既是教学活动的对象，也是课堂的主体。要增强课堂教学的趣味性，首先，教师要缩减自身讲解知识的时间，给予学生更多的数学实操时间和空间；其次，要根据教学内容的需要，合理运用现代化的教学手段与教具，将静态的知识和动态的媒体内容进行融合，给予学生全面、立体、多元的感官体验，调动学生的好奇心，促使学生主动参与学习。以上教学环节，循序渐进地刺激着学生的感官神经，依次推进教学重点，能使学生在整个教学过程中保持兴奋感和持续探究的兴趣，提升学生的课堂参与度，真正取得“提质增效”的教学效果。

#### （五）优化教学环节，拓宽课堂教学广度

在课堂教学设计中优化教学环节，旨在发挥课堂教学的主阵地作用，使学生学习更高效。教师在优化教学环节时可以依托学生的适应能力调整教学策略，适当整合阅读教材、情境分析等预习环节即可完成的学习任务，以高效、高能的教学环节替代低效环节，以此控制课堂节奏，提高学生课堂适应性。随着学生学习能力和思维水平的提高，教师可以循序渐进地增设课堂学习任务，如课堂小测环节、习题巩固环节、探究汇报环节等。丰富的教学环节能增强独立课时的教学承载力，拓宽课堂教学的广度。例如，教材三年级上册“多位数乘一位数”这节课的教学重点是多位数乘一位数的运算法则，要让学生熟练应用多位数乘法法则，正确列竖式计算，能结合实际情况自主列式并解决生活问题。教师可以结合学生的学习效率优化课堂环节。在新知教学结束后，教师可以在课堂上增设课堂小测环节，为学生预留8-10分钟时间，让学生完成5道列竖式计算题和1道多位数乘法应用题。学生完成后，教师可以组织学生进行合作探究，让学生在小组内快速检验并相互纠错，达成计算共识。课堂小测环节与合作探究环节能使课堂兼具知识巩固、内化功能，教学质量因而得以提高。

#### （六）丰富多彩充实课后活动，实现赋能目标

减负增效还不是“双减”政策的最终目标，而是要给予学生更多自由成长和自主学习的机会，尤其要利用好充裕的课后时间，让学生在实践活动中感受数学知识在生活中的应用，体会数学知识对于人类社会发展的作用，使学生能在课后多学习自己感兴趣的知识板块，

能将核心素养培养融入实践活动和延伸学习中，实现各种能力和品行的培养，实现赋能的教育目标，促进学生更全面的成长。为此，小学数学教师要带领家长规划好学生的课后生活，避免因缺少约束而让学生不懂得珍惜时间，更不能因为家长的焦虑而将学生送至培训班，导致“双减”政策无法落到实处，甚至背道而驰。为了充实学生的课后生活，教师可以引导学生参加社会实践活动，将数学知识与生活结合起来，同时也可以布置一些延伸学习任务，引导学生在放学回家之后，利用合适的资源去进一步学习自己感兴趣的数学知识，去探究未知的数学领域，进而拓展学生知识范围，完善学生知识体系，促进学生全面成长。例如，教师在讲解《数据的收集和整理》这一节内容的时候，可以给学生布置一项社会实践任务，主要内容是：在放学之后借助互联网搜索最近十年我国国民收入总量、人均国民收入、贫困人口数量、森林覆盖率、PM2.5指数等的变化情况，然后利用本节知识进行分析和研判，思考我们国家在经济发展、环境保护等方面所取得的成效，在活动最后写一段简短的总结，来剖析活动的整个过程，以及自己的所思所获。通过这一项社会实践活动，学生不仅对本节内容的理论知识有了深入理解，也学会了应用，而且爱国主义情感、环保理念都将得到培养，实现了多重教学目标。

#### 结语

总之，在小学数学教学中，教师应当基于“双减”政策，注重“提质增效”，优化课堂教学策略，不断解决教学过程中存在的问题，并融入数学建模思想，抓住重点内容进行备课，对数学作业进行分层，让学生自主开展学习，从而更好地提高数学教学效率，帮助学生提高数学成绩。

#### 参考文献

- [1] 陈莉花. 小学数学教学中减负提质的策略分析[J]. 新课程, 2021(18).
- [2] 王伟. 聚焦“双减”，提质增效——小学数学单元作业设计策略探索[C]. 北京：2021教育科学网络研讨会论文集. 2021.
- [3] 宋乐芳. 浅谈提高小学数学教学质量的基本思路和方法[J]. 天天爱科学（教育前沿），2021（7）.
- [4] 高丙显. “双减”背景下小学数学教学现状及改善策略[J]. 试题与研究（高考版），2021（35）.
- [5] 杨超. 情境教学法在小学数学教学中的应用研究[J]. 华夏教师，2021（15）.
- [6] 毕红蕾. 提高小学数学教学质量策略探析[J]. 现代农村科技，2021（4）.