

# “双减”背景下的小学数学教学减负增效措施

王丹

佳木斯市第十七小学

**摘要：**由于教育事业的不断发展，传统的教学模式已经无法满足现阶段学生的发展需求，在“双减”政策的影响下，学校应当积极采取措施，让学生能够在轻松、愉快的环境下学习。在小学数学教学过程中，教师应当将学生作为主体，开展分层教学，避免出现两极分化现象。同时教师还要提高学生学习的兴趣，为学生营造一个良好的学习氛围，从而保证学生学习质量。据此，本文对“双减”背景下小学数学教学减负增效的对策进行了简要分析。

**关键词：**双减政策；小学数学；减负增效

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.04.072

## 引言

因为“双减”政策的实施，广大中小学教师已经意识到了降低学生学业压力与负担的重要意义，并按照有关规定，积极开展了减轻学习负担、提高教学质量的工作。为确保该项工作顺利进行，在这一过程中，要注重“以学生为中心”，还要充分地考虑到学生的需要，采用丰富有趣的教育方式，让他们在愉快的氛围中进行学习，同时要增加更多时间来进行课外活动，让学生的课余生活变得更加多彩。

### 一、“双减”背景下小学数学教学的新要求

#### （一）减轻学生学习负担

因为“双减”政策的实行，要求小学阶段的教师都要转变以往的教学理念，不应在以提高成绩为由，布置繁重的作业和学习任务来增加学生的学习负担，而是应该学习新时代的教学手段和方法，以能科学有效提高成绩。为此，相应的教育部门也应该要根据实际情况加大监管力度，以能让政策落实到位。为此，针对小学数学教学来说，学校应及时对以往的课程体系进行整改，对教学内容进行合理设置，教师则要在制定教学计划时把减轻学生学习负担作为核心要点，来对课堂教学和作业布置进行改进，以能让学生在轻松愉悦的课堂氛围中，进行学习。

#### （二）提升教学效率

为良好顺应“双减”政策，缓解学生的学习压力，仅仅对课后作业量和难度进行降低并不足以达到这一目的。想要在减轻学生学习负担的同时，保证教学质量和学生学习效果，就要对以往的教学模式进行革新。因此，就要教师应对“双减”政策进行深入的分析研究，结合实际以及小学阶段学生的身心发展特点制定针对性措施，避免让学生进行无效学习，教会学生正确的学习方法，让学生精准掌握学习规律，从而便能促进学生进行高质高效的学习。另外，想要提升教学效率，就要激

发学生的学习兴趣和热情，在课堂教学中要将学生作为主体，充分调动学生的积极主动性，增加和学生之间的互动频率，这样才能达到理想的教学效果。

#### （三）保障学生健康

对于以往的教学方式，学生常常要完成大量的学习任务以及课后作业，用来放松娱乐的时间相对较少，这不但不能提升学习成绩，还会增加学生的学习压力、精神压力和心理压力，为学生的身心发展造成不良影响。例如，长时间处于室内环境中，进行看书、写字等大量用眼活动，便极易使得学生视力下降；或是长久繁重、严格的课业压力，难以完成的学习任务等，长此以往便会导致学生极易变得疲惫、烦躁，最终形成自闭、抑郁等心理问题。所以，针对这些情况，教师和学校就要积极响应“双减”政策，以小学阶段学生的成长规律、身心健康发展需求为依据对教学方法、手段、内容、时间进行调整，以保证学生具有充分的放松休息时间。

### 二、“双减”背景下小学数学教学减负增效的对策

#### （一）对课堂设计进行优化完善

在“双减”政策下，教师要积极指导学生进行高效学习，依照学生的学习需求、兴趣爱好等，来对教学方案进行合理策划，对具体教学内容进行合理布置，这样才能有效吸引学生，激发学习热情，让学生自觉主动和教师进行课堂互动，并能勇于发表自己的想法，创造浓厚健康的学习环境，进而既能显著强化教学质量和效果，又能保证学生可以得到健康发展。在实际教学过程中，教师就要在遵守这些原则理念的基础上，将学生视作课程教学的中心主体，鼓励学生积极提问，为学生提供充足的展示和交流探讨时间，来让学生具有一定的成就感，以能增强学生学习的自信心。为此，教师可以在进行课堂教学时，采用情境教学方法，在结合多媒体技术设备的前提下，来达到提升教学趣味性的目的。例如，教师可预先设定一个生活情景，与现实生活相联

系，提出问题让学生自主思考、研究，以让学生对知识更易进行理解和吸收。在进行“对称图形”教学中，教师可以采用彩色折纸进行引导演示，通过对折、剪裁出各种图案，教会学生对称图形的概念，之后用卡纸剪裁出完整的花瓶，对折后向学生提出问题：该卡纸图案的另一半形状、大小是什么样子？完整图案是什么物体？然后让学生自行进行研究、绘制，最后让学生来展示、回答，教师再使用多媒体动画演示的手段，来进一步帮助学生巩固知识。

### （二）对教学方式创新丰富

教师在精心设计教学内容时，需深入剖析教材，明确教学的目标与重点。细致梳理知识点后，将繁杂内容以简洁明了的方式呈现给学生。突出重点能帮助学生更好地把握关键概念与方法，避免冗余信息干扰。例如，采用案例教学法，以实际问题为引导，让学生在解决问题过程中自然而然理解重点。如此教学设计可提高效率，使学生在有限时间内获取更多知识技能。通过深入研究教材，教师能挖掘出教材中的潜在价值，使教学内容更具深度和广度。

想要提高学生在课堂中的专注性和学习热情，教师还应对教学方式创新，实现多样化模式教学，以带给学生以丰富的学习体验，培养学生形成积极思考、交流的习惯。为此，一方面，教师应主动和学生进行平等沟通，另一方面，要以适当的方法引导学生勤于思考。在具体实践时，教师可以通过游戏互动、翻转课堂、微课教学等方式来进行理论知识讲授，这样还能全面真实收集到学生实时的反馈信息，并能以此为依据，对教学方案、方式、内容等进行针对性的改进和完善。同时，采用多样化的教学方式，当学生在课堂教学中感到疲惫或是无聊时，教师便可将理论知识点融入教学游戏中，让学生在娱乐过程中也能有效学习。例如，教师在教学时，可依据学生的学习能力、运动能力等对学生进行合理平等的小组划分，之后进行小组式的游戏比赛，将有关直角、锐角、钝角的知识点和游戏相结合，具体来说，就是将直角、锐角、钝角的角度图案印刷在卡片上，再将卡片分发给学生，之后让学生将种类相同的角度图案进行合并消除，消除速度最快、最准确的小组即可取得胜利。这样不仅可以让学生得到身心放松，还能激发出学生的学习潜能，帮助提高教学效率。

### （三）对课后作业布置内容进行合理改进

多样化教学方法具有诸多益处。启发式教学通过引导学生主动思考，深度挖掘他们的逻辑思维能力，同时

激发其创造力。教师以提问的方式引发学生的思考，再让学生分组讨论，共同寻找答案。这不仅能提升学生的学习兴趣，还能培养他们的团队合作精神和解决问题的能力。探究式教学鼓励学生自主探索知识，提升学习的积极性。不同的教学方法可以满足学生多样化的学习需求，使课堂变得更加生动有趣。情境教学法是一种非常有效的教学方式，它能让学生身临其境，仿佛置身于真实的情境之中，从而更好地理解知识。通过创设各种生动的情境，学生能够更加直观地感受和体验知识，增强对知识的理解和记忆。

精准教学是了解学生对知识掌握程度的有效途径。教师可以从作业完成的质量、正确率等方面，判断学生对知识点的掌握情况，从而找出他们的薄弱环节。与学生进行交流也至关重要，这能让教师直接了解到学生的学习困难和需求，例如学习方法是否正确、是否需要更多的练习等。在了解学生实际情况后，教师可以根据每个学生的特点和需求，调整教学策略，提供具有针对性的个性化指导支持。对于基础较弱的学生，给予更多基础知识的辅导，帮助他们夯实基础；而对于能力较强的学生，则提供更具挑战性的学习任务，以满足他们的求知欲和发展需求。精准教学有助于让每个学生都能在自己的原有基础上得到最大限度地发展。教师通过关注学生的个体差异，提供适合他们的教学内容和方式，能够激发学生的学习兴趣 and 动力，提高教学效果。

培养学习习惯：培养学习习惯对于学生的成长和发展至关重要。制定学习计划可以让学生合理规划学习时间，避免无序和混乱。通过明确学习目标和任务，学生能够更加高效地利用时间，提高学习效率。按时完成作业是培养学生责任感和自律性的有效方式。它要求学生具备自我管理和约束的能力，养成良好的时间管理习惯。积极思考有助于学生深入理解知识的本质和内涵。通过主动思考、提问和探究，学生能够建立起扎实的知识体系，提高解决问题的能力。教师在培养学生学习习惯方面起着关键作用。通过榜样示范，教师可以向学生展示良好的学习习惯和方法，让学生在潜移默化中受到影响。定期检查学生的学习情况也是必要的。这可以督促学生保持良好的学习习惯，及时发现和纠正问题。培养自主学习能力使学生能够更加独立地获取知识，为终身学习奠定基础。自主学习能力的培养需要学生具备主动探索、自我评价和调整的能力。在日常教学中，教师可以引导学生制定学习计划，强调按时完成作业的重要性，鼓励积极思考。同时，教师自身要成为良好学习习

惯的典范，并定期检查学生的学习进展。

**利用信息技术：**利用信息技术已成为一种重要的教学手段。借助多媒体手段可以极大地丰富教学资源，为学生提供更加多样化的学习体验。图片、视频等形式能够以更为直观的方式呈现教学内容，从而提高学生的学习兴趣和理解程度。对于一些抽象的知识点，通过动画演示等方式，可以让学生更加清晰地理解和掌握。信息技术不仅能够丰富教学资源，还可以拓展学生的学习资源。学生可以通过网络获取更多的知识和信息，满足不同学生的学习需求。不同的学生具有不同的学习风格和兴趣爱好，信息技术可以为他们提供更多的选择，让他们能够根据自己的特点和需求进行学习。此外，利用信息技术还可以打破时间和空间的限制，使学习更加灵活和自主。学生可以在任何时间、任何地点获取学习资源，实现个性化的学习。然而，在利用信息技术的过程中，也需要注意一些问题。例如，要确保多媒体资源的质量和准确性，避免误导学生。同时，也要注意避免过度依赖信息技术，而忽视了传统教学方法的重要性。

**强化课堂互动：**强化课堂互动具有重要意义。鼓励学生积极参与课堂讨论和小组活动等，能显著提高他们的学习积极性与主动性。在活跃的课堂氛围中，学生们会更加放松，从而更容易集中注意力，更好地吸收知识。这有助于激发学生的学习兴趣，使他们更加投入到学习中。通过互动，教师能够及时了解学生的学习情况。例如，哪些知识点学生已经掌握，哪些还存在困难。基于这些了解，教师可以灵活调整教学策略，更好地满足学生的学习需求。此外，课堂互动还有助于培养学生的合作能力和沟通技巧。在小组活动中，学生需要相互协作、交流思想，共同完成任务。为了强化课堂互动，教师可以采取多种方法。例如，设计有趣的讨论话题，引导学生积极参与；合理组织小组活动，确保每个学生都有机会参与；给予学生及时的反馈和鼓励，增强他们的自信心。总之，强化课堂互动对于提高教学质量具有重要意义。它不仅能够提高学生的学习积极性和主动性，还能让教师更好地了解学生的学习情况，从而调整教学策略，促进学生的全面发展。

**分层教学：**是一种基于学生差异的教学方法，它为不同能力水平的学生提供了具有相应难度的学习任务。这种教学方式的优势在于，每个学生都能在自身能力范围内获得充分的发展，避免了传统一刀切教学模式可能带来的问题。对于学习能力较强的学生，他们可以接受更具挑战性的学习任务，进一步拓展自己的知识和技

能；而对于学习较为困难的学生，适当降低学习任务的难度，有助于他们更好地掌握基础知识，增强学习的自信心。分层教学能够满足不同层次学生的学习需求，提高教学效果。教师可以更加精准地针对学生的实际情况进行教学，提高学生的学习兴趣和参与度。通过分层教学，学生们能够在适合自己的学习环境中不断进步，实现个性化的发展。然而，分层教学也对教师提出了更高的要求，需要教师对学生的情况有深入的了解，并能够根据学生的变化及时调整教学策略。

**多元评价体系：**是一种全面、综合的评价方式，它不仅关注学生的成绩，还将学生的学习过程、态度、方法等纳入评价范畴。通过这种方式，我们能够更全面地了解学生的学习情况。成绩并非唯一的衡量标准，学生的努力程度、学习态度以及所采用的学习方法同样重要。多元评价体系有助于激发学生的学习动力。当他们的努力和进步得到认可时，会更有信心和动力继续努力。一个有效的多元评价体系应包括多种方式，如学生自我评价，让他们能够反思自己的学习过程；同伴评价，促进学生之间的相互学习和交流；教师评价，给予专业的指导和建议。这种多元化的评价方式可以从不同角度评估学生的学习，使评价结果更加客观、准确。在实施多元评价体系时，教师需要注重评价的公正性和客观性，同时要给予学生足够的反馈和指导，帮助他们不断改进和提高。总之，多元评价体系对于学生的全面发展具有重要意义，能够更好地促进学生的学习和成长。

### 结语

在开展小学数学教学工作时，教师需要按照“双减”的要求，树立“减轻负担、提高效率”的教学观念，为促进学生身心健康发展，要懂得以劳逸结合的方式进行教学，并要对学生的家庭作业量以及难度进行适当调整，防止学生产生较大压力。因而，教师应及时对课堂设计进行更新，对教学方式进行创新，对课后作业布设进行完善，从而提高学生学习的主动性和愉悦性。

### 参考文献

[1]徐叶.“双减”背景下小学数学教学中的减负增效[J].课堂内外(高中版),2023(31):68-69.

[2]王金芸.“双减”背景下小学数学教学减负增效的策略分析[J].好家长,2023(07):89-91.

[3]张煜涵,沈美楨.快乐学习,健康成长——“双减”背景下小学数学“减负增效”教学策略探究[J].科幻画报,2022(11):41-42.