

# 小学数学课堂“减负增效”的策略探索

何一波

江西省抚州市临川区罗针镇中心小学

**摘要：**数学是一门对学生逻辑思维能力要求较高的学科，许多学生在数学学习的过程中会倍感压力。如何帮助学生在小学阶段以更好的心态接受数学教育，在减轻学生学习压力的同时提高学生的学习效率就成为教师教学的一项重要挑战。本文首先以减负增效的含义与作用入手，展现出减负增效在小学数学中应用的优势及重要性，从而详细举例四种具体策略进行论述，旨在通过多种教学优化和创新手段减轻学生数学学习负担，让学生能够在轻松愉悦的学习环境中激发学生学习积极性，不断提高学生课堂学习效率。

**关键词：**小学数学；减负增效；教学实践

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.10.190

## 引言

在以往我们的概念中，小学生的学习压力应当是不大的，大部分的时间都相对轻松。但在目前社会竞争日益激烈的环境下，家长和教师在小学教育中所投入的关注越来越多，小学生的学习压力也日益加重，不少学生除了在学校进行学习之外，还要在课外参加各式各样的补习班。那么数学作为一门基础性学科且对学生思维能力和想象能力各方面都有着极高要求，更是让学生和家长倍感压力。因此，作为小学数学教师，已经将如何在帮助学生减轻学习压力，保持良好学习状态和心理健康的同时提高学习效率作为当前教育教学中的一个重要待解决问题。教师也为此对小学数学教育进行多方面的考量和创新，通过一些创新型教学策略来让学生在在学习过程真正的享受学习，以良好的心态取得优异的成绩。

## 一、小学数学课堂“减负增效”的意义

### （一）减负增效含义

“减负增效”是一个教育理念，在我们的日常生活中或多或少都会听到这个词语，但可能并不是特别了解这个词语具体的意思。其实“减负增效”主要是通过教学方法和流程的优化来使整个教学计划更加符合学生学习情况，旨在帮助学生减轻学习压力，并同时提高学生学习效果<sup>[1]</sup>。详细来说，可以将其分为“减负”和“增效”。所谓“减负”实际上就意味着帮助学生将学习任务进行筛选，减少学生学习过程中不必要的课业压力和学习任务，避免过多作业量和考试量对学生造成影响，为学生提供更多能够自由支配的时间去放松自己和培养个人兴趣，是保证学生个人身心健康发展的前提。而“增效”则是指在上述“减负”的基础上，通过教学方式的改进和优化来进一步提高教学质量，让学生在精简的学

习任务和课后作业中，更加快速且准确地掌握所学知识，避免不必要的时间浪费。

### （二）减负增效的作用

“减负增效”这种教学策略在当今社会教育背景下已经被广泛的教育专家进行运用和实验，无论是对学生还是对教师来说都是一种值得深入发掘和探究的精华。接下从几个具体的方面入手，详细分析减负增效在小学数学教学过程中的作用，体现出其优势。

第一，减负增效可以帮助减轻课业压力。现阶段的教育教学正在疯狂内卷，已经从曾经的高中、初中内卷至了小学与幼儿园。并且在传统教育理念的灌输下，越来越多小学生面临着繁重的课业负担，除了上学之外还需要在课后参加各式各样的补习班，从而缺乏个人活动的时间，严重的甚至还大大影响了个人休息。那么减负增效能够通过教学内容和方法的优化减少学生学习过程中不必要的学习任务，将这些时间节约出来自行分配，让学生有充足的时间可以休息并发展自己的兴趣爱好，以此来降低学生学习过程中的焦虑感，更好地在课后时间转变学习心态。第二，减负增效可以提高学生的学习兴趣 and 积极性。若学生在课堂学习过程中缺乏兴趣和积极性，无论教师如何详细的教学，学生接受知识的效率也会很低。而这种减负增效能够使教学内容在不断优化过程中更贴近学生的实际生活，教学难度更符合学生的认知水平，教学方法也变得更加多样性和趣味化。让学生在数学学习过程中就能够更加积极主动地参与到课堂活动中去，主动接收教师所传递的知识，让学生的数学学习不仅仅停留在单纯的学习，而是让他们体验到学习的快乐。第三，减负增效可以帮助学生提升学习效果和效率。从减负增效的核心出发，教师可以通过精准的选择教学内容，以及根据情况优化教学方法来准确地抓住

教学重难点,从而在教学的过程中更具针对性。当然,学生在这样减负增效的优化课堂中,将有更多的时间针对数学问题进行深入思考,不像以前那样对数学知识的理解只停留在表面,而是能够有机会深入探索与实践,更好地学会如何应用数学知识,有助于学生自主学习能力和创新思维的培养。第四,减负增效能够培养学生的综合素质。减负增效的教育环境与传统教育环境不同,最重要的就是教学理念和教学方式的转变。比起传统教学方式,复检校的运用能够让学生有更多的机会走出课堂,参与一些课外活动以及社会实践活动,让学生在理论知识的基础上能够有机会实地考察,很好地培养了学生的实践能力、沟通能力和团队协作能力<sup>[2]</sup>。同时,减负增效还能够让学生有更多的时间去关注自身的内心世界,让学生学会表达自身的情感,提高学生自我认知能力。

由此可见,减负增效在小学助学教学领域的作用是多方面且高效率的,它完美地解决了传统教学理念影响下的教学弊端,不仅帮助学生减轻学习压力,学生以良好的心理状态来面对数学知识挑战,而且还能够让学生在极具趣味性的数学学习中增强体验感,提高学习效率,培养综合素质,从而实现技能与理论的共同进步。

## 二、小学数学课堂“减负增效”的策略

### (一) 不断优化教学内容

教师的教学内容,也就是学生所获取的知识,换句话说来说,教学内容是否高质量决定了学生是否能够吸收到足够的知识。那么想要减负增效,就需要从教学内容入手,通过教学目标的精准定位来将教学内容进行精简,保证教学内容前后关系连贯且具有严密的逻辑性,这样才能够给学生良好的学习体验。因此,在小学数学减负增效的应用过程中,教师需要通过教学内容的优化抓住教学重点,同时也需要对课堂上所采用的例题和习题进行精心挑选,让学生在有限的时间内掌握核心知识,让数学教学更具针对性和实效性。此外,教师所提供的教学内容还要与学生实际生活有一定联系,在学生认知水平之内将原本抽象的数学知识变得更具象化,以此来减轻学生数学知识理解的压力。

例如:在进行小学数学“分数加减法”这门课程的教学过程中,教师就需要改变传统教学方式中的题海战术,避免一味的大量计算,并通过教学内容的优化改善枯燥的学习环境。首先,教师可以通过教学优化为学生设计一个具有创意性的教学活动,以此来对学生进行引导,如:一个“分数超市”的游戏。然后,教师在课堂上则需要通过图片或视频等形式为学生构建相应的情景,

让学生以模拟购物过程为背景来进行分数的加减法实践运用<sup>[3]</sup>。在这个游戏中,教师可以为学生提供不同的商品,且每个商品面前都摆有一个写着分数的价格。则学生根据自己手中的预算来计算自己能够购买哪些商品。

通过上述这样教学内容的优化引导学生进行教学游戏活动,一方面使数学知识与生活实际构建联系,让学生理解起来更加方便。一方面这种趣味性的教学方式能够吸引学生注意力,让学生在轻松愉快的课堂氛围中快速掌握分数加减法的知识,有效提高学生的数学知识应用能力和计算能力,从而实现减负增效的目标。

### (二) 促进个性优化教学

学生在传统教育模式下的高压力,有一大部分都来自学校教师的一刀切教学方式,这种方式往往是根据全班学生总体的情况进行的,很难兼顾每个学生的个体差异,这就导致有一部分学生在学习过程中感到压力大,且学习效果不佳。但实际上我们都知道,每个学生作为不同的个体都有着自己独特的学习风格和需求,因为知识基础和理解能力的不同,教学方法也需要根据情况进行调整。因此,想要在小学数学教学过程中实现减负增效的教学目标,就需要数学教师根据不同学生的实际情况制定具有针对性的教学方案,加强个性化教学的应用,满足学生的个性需求,以此来让学生在数学学习课堂上发挥主观能动性,更好地投入数学学习。

例如:在进行以小学数学中“空间与几何”这个单元的教学中,教师就可以围绕着个性优化教学来进行教学模式的创新,以此来实现减负和高效提分。首先,教师在教学开始之前对学生在几何与空间部分知识的掌握程度并不了解,那么这个时候就可以通过简单的课前测试或者问卷调查来掌握学生对这部分知识的掌握程度以及兴趣情况。然后,教师就可以根据课前测试的结果以及问卷调查的情况来进行信息整理,并根据不同学生的情况将学生进行分组,保证一个小组内的学生学习能力和认知水平相当。接着,教师在后续教学的过程中就可以根据不同的小组设计不同的教学活动和任务。如:对于这部分知识比较薄弱,以及空间想象能力较差的学生,教师可以将教学重点放在基础上,利用一些直观的教学道具来帮助他们对几何与空间图形产生正确的认识而对于这部分掌握比较扎实且对空间几何有着浓厚兴趣的学生,教师可以在基础教学前提下为学生提供更具有挑战性的数学问题,让他们进行探究。

通过上述这样的个性化教学在小学数学教学课堂中的应用,能够帮助不同的学生都能够在课堂上找到最适

合自己的学习节奏和学习方法，轻松地掌握空间与几何的知识，实现高效提分。

### （三）加强家校合作发展

学校和家庭都是学生成长的重要环境，学生除了白天在学校上课之外，最多的时间就是在家庭生活。那么也就是说，光靠白天的学校学习来促进轻松减负与高效提分效率并不高，而是要加强学校与家庭的合作联系，这样才能够为学生创造一个更加和谐、统一的学习空间。因此，小学数学教师需要加强家校合作发展，让家长通过家校合作，能够更加清晰的了解学生在学校的学习情况，并通过与教师的联系与沟通来共同寻找解决学生学习问题的方法。同时，教师通过与家长的联系也能够了解学生在家庭生活中的性格特点和兴趣爱好，结合学生的学习情况更好地制定具有针对性的教学方案。

例如：在进行小学数学“应用题解题”这个主题的教学过程中，教师就可以通过一些途径来加强与学生家庭的联系，并通过与家长的沟通合作来提高学生的应用题解题能力。首先，教师可以定期的家长会组织来让家长了解学生在学校中的学习情况以及目前在班级内的排名。然后，教师还需要在家长会上向家长介绍应用题解题的方法和技巧，有能力的家长能够将这些方法和技巧运用到后续的家庭指导中去。接着，在日常的数学教学中，教师可以通过家长常用的微信群定期发布一些应用题练习，让家长利用课后时间与学生一起完成练习<sup>[4]</sup>。并且需要家长在学生解题的过程中陪伴学生，与学生一起探讨不同的解题思路，并及时纠正学生的错误。最后，教师还需要让家长定期将学生在家中完成习题的情况通过群聊或私聊分享给教师，以便于教师后续在课堂上提供针对性的指导。

通过上述这样的家校合作教学方式，能够让学生在这样学校与家庭的双重支持下更加轻松地完成数学知识重难点的学习，即使在课后也能够快速解决学习中的问题，带给学生全方面的学习体验和帮助，以此来实现减负增效。

### （四）采用现代科技手段

现代科技手段实际上指的就是依托现代社会发展而出现的一些信息化形式，如：人工智能、大数据、互联网等。而将这些现代化科技手段运用到教学课堂中去，是一种独特的教学创新方式，为教学提供了全新的可能性和平台。因此，在小学数学教学过程中，教师就可以利用现代科技手段来将数学教学内容数字化、

可视化处理，使原本存在于教材中的文字理论以更加生动的形式展现在学生面前，降低学生对这些理论知识的理解难度。同时，这些现代化科技手段的运用还能够带给教师教学更多的便利。只能够通过科技手段对学生的进行学习数据进行智能分析，让教师用最短的时间找到最精准的教学建议和方案，并为教学内容的丰富提供资源和平台。

例如：在进行小学数学中“图形认识”这个部分知识的教学过程中，教师就可以将现代科技手段运用到课堂中去来进行辅助，以此实现轻松减负和高效提分。首先，教师可以利用多媒体设备将一些图形展现在上面，并通过多媒体设备的动画功能来将不同的几何图形进行总和，让学生了解几何图形的概念，并观察这些图形的特点和规律<sup>[5]</sup>。然后，教师可以利用线上互动平台来组织学生开展数学小游戏活动，在平台上为学生提供一些几何图形练习与闯关相结合的游戏，使学生能够在不断练习的过程中感受图形的魅力，一边巩固知识，一边提高学习效果。最后，教师还可以利用智能教学系统，对学生的练习数据进行实时分析，掌握学生线上学习的情况，以及出现的学习问题，从而进行有针对性的指导和帮助。

通过上述这样利用现代科技手段辅助小学数教学的方式，能够在为学生提供愉悦学习氛围的基础上，让学生充分掌握与图形相关的知识，让学生对图形支持的学习充满兴趣，以提高学习效果，实现减负增效的目标。

### 结语

综上所述，在小学数学教学中实现轻松减负，高效提分，需要教师从优化教学内容、促进个性教学、加强家校合作以及运用现代科技手段这几个具体策略入手，为现代小学数学教学带来无限发展可能，让学生的学习变得更加便利，更好地让减负增效引导学生实现全面发展。

### 参考文献

- [1] 丁绍美. 关于减负增效理念下小学数学教学研究[J]. 天津教育, 2020, (31): 77-78.
- [2] 钟先云. 减负增效背景下小学数学作业布置策略[J]. 现代中小学教育, 2020, 36(08): 45-47.
- [3] 陈向红, 张兰. 小学数学课堂教学中减负增效的策略研究[J]. 小学教学研究, 2020, (23): 47-49.
- [4] 翟建晓. 小学高年级数学教学中减负提质的策略[J]. 西部素质教育, 2020, 6(13): 195-196.
- [5] 刘士模. 解读“减负提质”背景下的小学数学作业设计策略[J]. 新课程, 2020, (22): 202.