

# “双减”背景下小学数学减负增效教学途径探索

揭小婷<sup>1</sup> 龙婷婷<sup>2</sup>

1. 赣州市潭东中心小学; 2. 赣州市飞扬路小学

**摘要:** 目前新时期推行的“双减”政策,其要求在于减轻学生课业上的负担。所以在“减负”的同时会提高教师课堂教学过程的效率和质量。基于此,构建“减负增效”的课堂就逐渐作为许多教师关注的课题之一。以小学数学科目为例,更需要教师在深入的角度内聚焦“双减”政策,才会真正实现“减负增效”的教学目标,尤其在较长的时间内依据学生实际情况提供优质的教学服务。在这样的教学背景下,既重新确立学生学习数学基础内容、理论知识的方向,又突破传统阶段教师选择填鸭式、灌输式等教学方法的弊端,还切实营造一种轻松、自由的授课氛围。本文就“双减”背景下小学数学减负增效教学途径探索提出观点。

**关键词:** “双减”政策; 小学数学; 减负增效教学

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.11.089

## 引言

新时期推出的“双减”政策对于整体教育教学质量的变化有着至关重要的意义。但由于一些因素影响,在实践中还未能践行“双减”政策内的“减负增效”理念,如:有些教师对当前“双减”政策的定位,其认知并不足,甚至缺少“减负”的方法与“增效”的思路,间接限制教学质量的切实提高<sup>[1]</sup>。为改善小学数学课程的教学情况,减轻学生学习基础内容、理论知识的负担,每个学段的任课教师要在认真的基础上研读和分析“双减”政策,才会真正掌握“双减”教育的精髓,尤其在“减负增效”的课堂教学中凸显学生听课时的主体地位等等。在这样的教学背景中,反而使得学生在数学学科方面的核心素养进一步的强化、增强。

## 一、目前推行的“双减”政策涉及如下几个方面的内容

### (一) 能够切实减轻学生之间过于繁重的作业负担

通过在全面、系统的基础上缩减学生完成作业时的总量和时长。这样一来,可以切实减轻学生之间过于繁重的作业负担。其中涉及健全作业管理机制、科学与合理的调控作业结构、借助分类的方法熟知作业总量、增强作业设计过程的质量、加强学生完成作业时的指导和指引,在较长的时间内,很容易化解传统阶段教师选择单一、低效教学方法的矛盾。

### (二) 能够切实减轻校外培训的负担

通过提高学校课后服务的整体水平、满足学生之间的需求,课后服务结束时间的原则上不早于该区域的正常上下班时间。为此,许多学校在统筹安排的基础上实

行“弹性上下班制”,以尽快保障新时期背景下课后服务的整体质量。

### (三) 能够切实规范校外培训的行为

坚持在从严治理的角度中规范每个区域校外培训的行为。其中任何校外培训机构不能占用学生的节假日、休息日等时间进行学科类培训活动。

### (四) 能够切实提升教育教学过程的质量

在大力的基础上提升教育教学过程的质量,会真正确保学生在校内学好、掌握好,以此促进义务教育优质的均衡发展<sup>[2]</sup>。

可见,上述提到的措施,其目的是为了在有效的基础上缓解义务教育时期学生过重的作业负担与校外培训时的负担。

## 二、当下推出的“双减”政策对小学数学科目教学过程积极层面的意义

### (一) 有利于进一步减轻学生学习内容、知识时的负担

当前“双减”政策的实施,要求极大程度上减轻学生校内学习时的压力与校外培训时的负担。这是教师坚持“以生为本”教育思想的展现,能够让教师在教学时把其关注点放在学生学习过程的实际情况当中,尤其长时间下来提高教师教学和学生学习的针对性,进而减少学生在学习、听课等情况中的不必要负面影响,这就需要教师在教学之中,切实领悟、理解“双减”政策内“减”的要求,以此建立起全新的数学教学课程体系,如:可以在科学与合理的基础上布置教学时的任务、可以适当调整教学流程的内容和课程数量等等。不难发现,借助

契合实际情况的教学模式，真正减轻学生之间课业方面的负担，最终让学生感知到把握数学基础内容、理论知识的乐趣。

(二) 有利于进一步提高该时期教师教学过程的效率

新时期“双减”政策的推行虽然立足于减轻学生课业方面的负担，但是绝不是单一减少学生听课时的“量”，而是需要通过减少课业内容等方式，切实达到“减负增效”的根本目的<sup>[3]</sup>。这样一来，不仅不会影响学生之间学习内容、知识时的质量，而且还会有效促使学生利用极短的时间完成学习方面的任务。对此，如果想实现“减负”“增效”并进的教学效果，教师就必须改变之前一直选择的教学方式、教学手段，而是站在探索、探究的基础上寻找符合教育革新要求的教学方式、教学手段。只有这样，才会提高教师教学时的效率。通过对“双减”政策的深入探究、探索可知，“双减”对于教师教学过程的深层次要求是构建当前教学时的“减负增效”课堂。在这样的课堂环境内，学生会渐渐把握数学内容、知识的规律，逐渐总结出符合自身特点的学习方法等等。所以小学阶段的数学科目任课教师需要分析、解读该科目的特征，尤其熟知且结合学生之间身心发展特点与认知规律，创新传统时期坚持应用的教学方式、教学手段。从而建立既轻松还愉悦的学习环境。

(三) 有利于进一步保障该阶段学生的健康成长

在之前的考核教育模式下，为提升学生考核时的成绩，许多教师经常布置大量的书面作业，其目的是为了提升学生解题过程的能力。这样一来，能保障学生考核时得到理想化的分数。但是在目前繁重的作业压力下，学生学习时的分数并未切实的提高，还很容易限制学生之间身心方面的健康成长。例如：小学阶段的学生，正处于身体发育的黄金时期，因长时间的低头写字。所以特别限制学生颈椎等方面的发育<sup>[4]</sup>。又如：小学时期的学生，在心理方面的发育并不完善。当教师在教学中对学生要求严格时，由于较多学生得不到有效的休息，无法拥有娱乐的时间和空间，那么学生极易产生焦虑、烦躁等心理情绪。针对现阶段情况来看，影响学生心理健康成长因素是很多的，如：家庭、情感等等，这是当下教师值得关注的教育问题之一。然而新时期提倡教师运用的“双减”政策，却能够以减轻学生课业负担的方法，缓解学生的心理压力，就是希望致力于学生智力因素和

非智力因素的共同发展，这就要求小学数学课程任课教师在教学过程中结合学生身心发展情况设计方案，尤其利用有效的措施，安排学生休息等多方面的时间，以避免学生出现不良情绪及心理健康问题。

三、小学数学学科任课教师怎样在新时期推行的“双减”政策中进行“减负增效”的教学过程

小学数学学科任课教师，要基于新时期推行的“双减”政策进行“减负增效”的教学过程，有如下几点分析：

(一) 在精心的基础上进一步备课

备课一直是确保课堂上各个学科教学质量的前提，也是教学管理的基础环节。在精心的角度内备课往往有利于进一步实现“双减”政策背景下“减负增效”的教学目标。对此，教师在备课时要做到以下几个方面：第一方面，及时了解学生之间的学习情况，其目的是为了找出学生听课过程中的难点部分、容易出错的部分等等。这样一来，间接提高教师备课时的针对性<sup>[5]</sup>。第二个方面，积极结合新时期新课标的要求及具体的教学内容，切实调整教学时的方案、计划等等，主要希望在科学、合理的基础上设置契合学生实际情况的学习目标，如：以教案的形式保障课堂中每个教学环节、教学流程之间的衔接。由此可见，教师在仔细、细致的备课当中，会真正调动学生把握数学基础内容、理论知识的积极性与自主性，进而增强教师教学时的能力和素养。

例如：在“100以内的加法和减法（一）”“100以内的加法和减法（二）”内容中，教师在备课时要考虑本节课包含的知识隶属于“数与代数”这一范畴，其中本单元教学时的基本要求在于：引导学生掌握100以内数字加减法时的计算方法与技巧，且能够在口算的基础上进行100以内的数字运算，以“100以内的加法和减法（一）”内容、知识为例，教师可以按照学生情况设计学习时的相关目标：1. 会口算100以内的整十数加、减，整十数和两位数加、减一位数和整十数，2. 帮助学生运用所学的基础内容、理论知识解决生活实际内的简单问题。值得注意的是，在制定的学习目标当中，口算整十数加、减整十数和口算两位数加、减一位数和整十数是重点部分。而用加减法解决简单问题、连加与连减及加减混合式题是难点部分。为切实带领学生攻克本节课“100以内的加法和减法（一）”学习时的重难点部分，教师需要在备课的过程中应用合作探究的教学方法、实践操作的教学方法等方法，在长时间内很容易降低学生

学习内容、知识的难度，最终使得学生在学习、听课等场合中建立极为全面的知识结构。

### （二）在设计的基础上完善预习单

预习时的指导、指引是当前“双减”政策背景下“减负增效”理念进一步实现的有效措施，可以让学生在轻松、愉悦的状态内把握所需要学习的内容与知识，还可以让学生在课前预习部分掌握基本的内容、知识，尤其在遇到一些无法解决的难题时，学生会在专注的基础上学习、听讲，间接做到有目的性的学习。对于上述提到的预习单设计，往往能够为学生课前预习时指明新的方向，进而避免学生之间盲目预习、混乱预习等一系列现象，在较长的时间中，极易提升学生预习过程的效率、质量。

例如：在“角的初步认识”内容中，立足于“双减”背景下“减负增效”教学理念构建目标，教师可以设计如下预习单：一个角中到底有几条边？几个顶点呢？尝试着绘制几组角，想一想角的大小到底与其中的哪些因素是相关的呢？在深入的基础上阅读教材中的内容，尝试着运用自己的理解观察刚刚绘制好的几组角，说明所绘制角的名称有哪些？寻找生活实际内的一些角，以记录的方式分享给周围的学生，思考这些角有什么样的特点呢？等一系列问题。通过刚刚的预习单设计，不仅让学生在短暂的时间中认识角、熟知角，而且还让学生将所学的基础内容、理论知识和生活实际之间联系起来。进而从根本上推动当前“双减”政策背景下“减负增效”理念的实施。

### （三）在兴趣的基础上引导学生学习

目前提倡的“双减”政策，一直很关注学生学业方面的负担与心理方面的压力，往往要求教师在教学活动的进行中重视学生学习时的兴趣，如：有的教师在课堂教学时，组织学生比较喜欢的活动。这样的活动既能够提升学生听课过程的效率，也能够减轻学生学习时的心理压力，还能够让学生从传统阶段教师沿用单一、低效等教学方法当中形成的厌烦等一系列负面情绪内走出来。为此，教师在当下“减负增效”的课堂教学中，需要做到灵活创新，以至于为学生今后、未来的学习营造轻松的氛围，尤其长时间下来保证学生听课时身心与智力的共同发展。但值得注意的是，教师必须基于学生课堂上的实际情况出发与入手。

例如：在“观察物体（一）、观察物体（二）、观察物体（三）”内容中，如果想在较短的时间内保障学

生建立起相应的空间观念，切实发展学生之间的空间想象能力等技能，仅依赖教师课堂上的语言讲述是不够的。对此，教师需要选择彩色的教学工具，其目的是为了学生在亲手的基础内接触到周围的实物，尤其借助比一比等方法探究、思考。在这样的过程中，学生会从不同的角度完成教师教学时所提到的任务，间接发挥学生之间的主观能动性。除此之外，教师还需要运用信息化下的多媒体设备，在了解学生实际情况的基础上展现动画式的人物等等，主要希望以动态的优势使得学生之间看到同一个物体不同的面，长时间下来，学生渐渐发现“观察物体”时对称的现象，并开始找出所看到物体的对称轴。不难发现，这样的教学方法让学生从小学时期“被动的学习”转化为小学阶段“主动的学习”，尤其在缓解学生学习时、听课时等场合的压力，真正进一步增强教师课堂教学方面的效率与质量。

### 结语

综上所述。新时期“双减”政策的实施，是目前教育改革过程中最为关键的一步。作为现阶段小学数学科目任课教师，应当在有限的时间内深入研究新时期推行的“双减”政策，尤其在坚持“减负增效”教学理念的基础上进行授课，同时通过教师之间精心的备课、设计比较完善的预习单、增加学生学习时等场合兴趣的教学策略出发，才会从根本上规划学生之间学习、听课等流程的内容。这样一来，会避免学生因自身学习压力、负担过多而出现多方面的问题，最终确保小学学生在学习基础内容、理论知识时得到全面发展。

### 参考文献

- [1] 覃月情. 基于新时期“双减”背景下小学数学教学现实性的实践与探索[J]. 教育新探索, 2021(01).
- [2] 马新妮. 基于现阶段“双减”背景下小学数学教学提质增效的可行措施[J]. 新一代(理论版), 2021(17).
- [3] 程光华. 巧设课堂创新思维培养兴趣——浅谈新时期“双减”背景下小学数学减负增效的课堂有效教学[J]. 新一代(理论版), 2021(18).
- [4] 李学涛. “双减”政策下减负增效, 提高小学数学课堂教学过程效率的实践探索及有效策略[J]. 学苑教育, 2022(33): 42-43, 46.
- [5] 何玉新. 浅析“双减”背景下小学数学教学减负增效途径分析[J]. 天津教育, 2022(34): 33-34.