

# “双减”背景下小学低段诵读习惯培养的实践研究

邹勇勇

深圳市宝安区固戍小学

**摘要：**诵读是语文教学中最基本的教学方法。依托于“双减”政策，课题组聚焦于小学低段学生诵读习惯的培养问题。通过文献研究、问卷调查和行动研究等方法，我们了解了当前小学低段诵读教学的现状及存在的问题，并提出了相应的培养策略。在“双减”政策下，小学低段诵读教学也面临新的机遇与挑战。基于此，本研究设计了诵读习惯培养方案，并在实践中验证其效果。研究表明，通过优化诵读材料、加强诵读指导、落实诵读打卡和促进家校合作，能够有效培养小学低段学生的诵读习惯，提高其语文核心素养。

**关键词：**“双减”政策；小学低段；诵读习惯；实践研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.07.011

## 引言

随着“双减”政策的推进实施，义务教育面临着减负提质的新要求。诵读是语文教学中最基本的教学方法，是小学低段不可缺少的语文教学手段，诵读不仅能够提高学生的语言表达能力，还能培养其审美情趣和文化自信。在这一背景和认识下，如何有效培养小学低段学生的诵读习惯成为课题组研究解决的问题。本研究旨在探讨“双减”政策下小学低段诵读习惯培养的有效策略，为提升小学低段学生语文核心素养提供借鉴和参考。

课题组采用文献研究、问卷调查和行动研究相结合的方法。首先通过文献研究梳理相关理论和前人实践经验；其次运用问卷调查了解当前小学低段诵读教学的现状及存在的问题；最后通过行动研究设计和实施诵读习

惯培养方案，并评估其效果。这一研究思路方向明晰，具有可操作性，有助于深入探讨“双减”背景下小学低段诵读习惯培养的有效途径。

## 一、小学低段诵读教学现状

“双减”政策要求小学一、二年级课后不留书面作业，并取消期末考试。这一政策的实施对小学低段诵读教学产生了一定的影响。一方面，“双减”政策为诵读教学提供了更多的时间，师生有更多时间进行诵读内容的学习与训练，使得教师更加注重学生的“双基”培养；另一方面，政策也要求诵读教学必须更加高效、有趣，以激发学生的学习兴趣 and 主动性。课题组齐心协力，设置问卷调查表格1和访谈内容，以此来掌握方案实施前存在的现实问题。

表1 实验班孩子课外诵读情况问卷调查表

学生姓名	所在班级	孩子在家是否会主动诵读	诵读内容	每周诵读频率	孩子在课外诵读方面存在哪些问题	家长是否愿意协助开展每日诵读任务	家长希望学校给孩子安排哪些诵读内容	在诵读方面，家长愿意给孩子提供什么支持	在孩子诵读习惯养成方面，家长有什么建议

通过以上问卷调查，发现一年级实验班在居家诵读方面的情况如下：

1. 实验班共回收50份有效问卷，其中有27个孩子在家不会主动诵读，超过半数，孩子在诵读方面主要存在兴趣不浓、吐字不清、不够流畅、主动性差等问题。

2. 23个会主动诵读的孩子中只有5个孩子诵读频率为经常（每天都读），其余孩子诵读次数相对减少，习惯还有待养成。

3. 着眼于孩子课外诵读实际，所有学生家长都认识到课外诵读的重要性，并愿意通过多种途径协助老师开展落实诵读习惯养成方案。

课题组通过研究调查问卷、观察和访谈记录，发现当前本校低段诵读教学现状如下：

### （一）诵读材料方面

学校各年级有推荐经典诵读内容，但内容相对单一，趣味性不浓；实验班部分学生没有诵读材料，部分学生手头上的读物排版简单，缺少插图，也不够丰富；现有的诵读内容分层不明显，有些内容难度偏大。

### （二）教师方面

部分教师注重学生诵读能力的指导，忽视了学生习惯的培养；教师诵读水平参差不齐，现实中开展诵读指导方法不一；部分教师不太愿意花时间在诵读上，日常指导不足。

### （三）学生方面

“双减”政策实施后，学生课外阅读时间有所增加，但阅读内容零散，不成系统；部分学生识字量有限，主

动诵读的意识不强；部分学生诵读水平较弱，存在唱读、拖音等现象；部分学生认为诵读枯燥无味，对诵读缺乏兴趣。

(四) 家校合作方面

家庭诵读氛围不浓，家长没有做到以身作则；家长指导能力有限，缺乏有效的指导方法，亲子共读不成体系；部分家庭过分依赖学校，家校合作的动力不足。

二、小学低段诵读习惯培养策略

立足学校教育教学实际，着眼于当前小学低段诵读教学存在的现实问题，课题组集思广益提出以下诵读习惯培养策略。

(一) 学校方面

开发诵读读本：诵读读本是诵读习惯培养的载体。学校可召集有经验的老师组成读本开发组，基于对小学低段学情的准确把握，在诵读内容上应注重趣味性、多样性和层次性。课题组借鉴《日有所诵》《一起念童谣》《小学生必背古诗 75+80 首》《三字经》等优秀读物，精挑细选一些富有韵律感的儿歌、童谣、浅易的古诗、三字经等内容，开发汇编成学校诵读读本《向阳》(一)

(二) 共两本，每本读本内容页都配上形象适宜的插图，以激发学生的诵读兴趣。同时，根据不同年级学生的认知水平，在内容上适当增减，一年级以童谣、浅易古诗为主，配套读本《向阳》(一)；二年级在一年级基础上主要安排童谣、浅易的古诗、三字经，配套读本《向阳》(二)。

开展诵读活动：诵读活动是诵读习惯培养的催化剂。学校可常态化开展晨读活动，在“世界读书日”、经典

诵读节等时间段开展丰富多彩的诵读活动，如童谣诵读比赛、经典诵读展示等，让学生充分展现诵读魅力，表彰在活动中表现优异的同学，以此激发学生的诵读兴趣。

加强教师培训：教师是诵读教学的组织者与引导者，在学生诵读习惯培养中起着主导作用。学校应加强对语文教师的诵读培训，聘请校外专家定期到校集中授课和现场指点，以此提高教师的诵读水平和指导能力。

开设诵读社团：学校结合教育教学实际，充分挖掘现有师资、场地和设备等条件，购买校外优秀师资服务，开设诵读社团，鼓励学生积极参与，每周保证一定的课时量，由专门的老师负责社团发展事宜，以此促进学生诵读习惯的养成。

(二) 教师方面

创新诵读教法：兴趣是最好的老师，教师应在教学方法上下功夫。可以采用游戏化教学等方法，增加诵读的趣味性和互动性。例如，可以设计古诗飞花令、角色扮演等游戏，让学生在轻松愉快的氛围中练习诵读。此外，还可以利用多媒体技术和应用，如音频、视频等，丰富诵读教学的形式，同时鼓励学生在喜马拉雅 FM 等平台发布诵读音频，提高学生的学习兴趣。

制定诵读计划：俗话说，二十一天养成一个好习惯。所以要想养成诵读习惯，就要持之以恒地进行诵读实践，为了让学生课外更好地落实每日诵读，根据习惯养成的规律和艾宾浩斯遗忘曲线，课题组制作了每周诵读打卡记录表(表格 2)，记录表上附上使用说明，方便家长参照执行，每个年级一学期安排 16 周诵读打卡记录表，通过连续的诵读，以此养成学生诵读的习惯。

表 2 一年级上册每周诵读打卡记录表

说明：1. 每天读 10—15 分钟。2. 每周读两种体裁的文章，5 天为一个周期，共 5 篇。								
3. 每天先复习旧内容 2 遍，接着读新内容 3 遍，可以根据自己的朗读熟练程度增加遍数，直到读正确、流利为止。								
周期	序号	体裁	朗读材料	朗读天数				
				周一	周二	周三	周四	周五
第 1 周	1	古诗	《咏鹅》	3 遍				1 遍
	2	童谣	《数字歌》	3 遍	2 遍			1 遍
	3	童谣	《飞飞 跳跳》		3 遍	2 遍		1 遍
	4	古诗	《悯农》其二			3 遍	2 遍	1 遍
	5	童谣	《小猫拉车》				3 遍	1 遍
完成情况								

开展诵读评价：正向评价可以维持学生诵读的动力。诵读评价要兼顾学生、家长和老师，注重主体的多元性与可操作性。以“能用普通话正确、流利、有感情地朗读课文”为评价标准，研究制定童谣、古诗、三字经诵读评价指标(如下表格 3)，附在读本内容页，方便学生、家长进行诵读实践打卡。

表 3 童谣诵读评价表

诵读评价(达到一个要求涂一个方框)： 发音正确，不加字漏字，声音响亮，读得流利、有感情。
自己评 ○○○○
家长评 ○○○○
老师评 ○○○○

### （三）家庭方面

**营造诵读氛围：**家长应为学生营造良好的家庭诵读氛围，给学生提供一个安全宁静的诵读环境；家长需以身作则，在起始阶段，加强亲子共读，帮助孩子树立信心。

**进行有效指导：**家长应学习相关的诵读知识，掌握诵读基本技巧和要求，对学生进行有效的指导。一年级刚适应幼小衔接，所以在童谣诵读方面，家长可以参考读本推荐的诵读方式，指导孩子开展诵读打卡。家庭可开通视频号，坚持上传诵读视频，鼓励孩子积极挑战。

**畅通家校合作：**应加强家校沟通，引导家长重视孩子的诵读习惯培养。可以通过建立家校联络群、组织亲子诵读活动等方式，表扬突出的家庭，在学校平台宣传模范家庭，以此鼓励家长参与孩子的诵读打卡。

### 三、诵读习惯培养的实践与效果

基于上述策略，课题组精心设计并实施了小学低段诵读习惯培养方案。方案包括在校的每日晨诵、每月诵读展示、学期末诵读之星评选以及课外居家的每周诵读打卡等环节，学校与家庭“双管齐下”，密切协同。

#### （一）每日晨诵

每日晨诵一般安排在早间时段，时间为二十分钟，每天都会有指定的诵读内容。一般地，学生先根据当天的诵读任务，在领读同学的带领下，先进行自主诵读，然后教师在小组内纠错指导，而后同桌互相练习，教师巡视指导，最后全班齐诵，直至大部分同学都可以熟读成诵，最后教师对组内同学开展诵读评价，并发放奖励贴。

#### （二）每月诵读展示

每月诵读展示一般安排在月底，一、二年级依次进行。每月选定一个主题，围绕主题，教师指导学生选择适宜的诵读内容，各班以小组为单位先在班级内进行展示，然后推荐优胜小组在学校舞台同台竞技，学生身着合适统一的服饰，配上恰当的音乐，按照一定的诵读技巧进行展演，评委根据学生展演情况，依次给分，最后评选出一二三等奖。

#### （三）学期末诵读之星评选

学期末诵读之星评选安排在每学期期末阶段，每班将有十个同学获评为诵读之星，前期分为自荐和班级推荐，参加评选的学生先填写申请表，之后再在班级进行初选，一般地参评为诵读之星需要完成相应指标，例如每日晨诵出勤率需达到90%，至少参加两次每月诵读展示，居家坚持每日诵读等，初选结束后再在学校进行复选，学校组织骨干教师进行审核，申请表审核通过后将正式获评为校级诵读之星，发放诵读之星勋章和奖状。

#### （四）居家每周诵读打卡

居家每周诵读打卡是在家长的协助下开展的。借助学校开发的诵读读本《向阳》来进行，鼓励开展亲子共读，

养成家庭诵读时光，在孩子按照要求完成每日的诵读任务后，家长填写完成情况，并与孩子一起完成诵读自评工作，教师会建议家长拍摄孩子诵读照片与视频留存，以便家校交流，促进孩子诵读习惯的养成。

每日晨诵，教师引导学生掌握正确、流利、有感情地朗读，并给予适当的指导和反馈；每月诵读展示为学生搭建展示成果的平台，增强了学生的自信心和成就感；学期末诵读之星评选活动则是根据一学期学生诵读打卡与展示情况，选拔一批诵读之星，颁发校级奖状并在学校平台宣传报道；学生居家的每日诵读打卡则是在家长的协助下，根据《向阳》读本有序进行，巩固当天所学。

经过一个周期的实践，课题组通过观察、访谈和问卷调查等方法评估方案效果，结果显示，学生的诵读兴趣显著提高，实验班大部分学生表示喜欢诵读活动；诵读能力也有明显提升，学生的语音语调、情感表达等方面都有进步；实验班近90%的学生在家会自主诵读，诵读频率很高。此外，家长对诵读活动的支持度和参与度也显著提高，家校合作更加紧密。这些结果表明，本研究提出的诵读习惯培养策略在实践中取得了一定效果。

### 结语

“双减”背景下，小学低段学生诵读习惯的培养需要家校联动，学校应发挥主导作用，家庭应积极配合，共同创造育人环境。研究表明，通过优化诵读材料、加强诵读指导、落实诵读打卡和促进家校合作，能够有效培养小学低段学生的诵读习惯。这不仅有助于提高小学低段学生的语文素养，还为之后的学习打下坚实基础。

### 参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见 [Z]. 2021.
- [2] 中华人民共和国教育部. 义务教育语文课程标准 (2022年版) [S]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.
- [3] 窦桂梅. 窦桂梅与主题教学 [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2015.
- [4] 赖小冬. 浅谈如何指导小学生诵读“经典诗文” [J]. 吉林教育 (综合), 2016 (38).
- [5] 许永华. 如何进行小学低年段的古诗词教学 [J]. 鞍山教育, 2016 (4).

作者简介：邹勇勇（1994—），男，广东省深圳市宝安区固戍小学教师，大学本科学历，初级职称，研究方向为班级管理和小学语文教育。

基金项目：本文系深圳市宝安区教育科学规划课题《“双减”背景下小学低段诵读习惯培养的实践研究——以固戍小学一二年级为例》的研究成果，课题立项编号：BAYB2022156。