

# 双减背景下小学语文教学减负增效的策略研究

胡莉萍

江西省高安市相城镇中心小学

**摘要：**双减政策的实施对小学语文教学提出了新的挑战和要求，既要有效减轻学生课业负担，又需提升教学质量和效率。通过优化课堂教学设计、创新教学方法以及合理利用教学资源，实现减负的同时促进学生语文核心素养的全面发展。有效的教学策略不仅能够增强学生的学习兴趣 and 自主学习能力，还能提高教师教学的针对性和实效性，从而实现减负与增效的良性互动。合理调控作业量和评价方式，推动教学内容和形式的改革，成为提升小学语文教学质量的关键路径。探索科学的教学减负增效策略，为小学语文教育提供实践指导和理论支持。

**关键词：**双减政策；小学语文；教学减负；教学增效；教学策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.10.068

## 引言

小学语文教学面临着如何在减轻学生负担的同时提升教学质量的双重任务。语文作为基础学科，不仅承担着培养学生语言能力的重任，也关系到其综合素养的形成。在双减政策的背景下，传统教学模式和评价体系需进行深刻调整，以适应新形势下的教育需求。有效的教学策略应注重课堂效率的提升和学生学习兴趣的激发，避免盲目增加课后负担。通过科学设计教学内容与形式，合理安排学习任务，能够使教学过程更加高效且富有成效。落实减负增效，促进学生全面发展，成为当前小学语文教学改革的重要方向。

## 一、双减政策背景下小学语文教学现状及存在的主要问题

### （一）学生课业负担过重对语文学习的影响分析

过重的课业负担使小学生在语文学习中出现疲劳和抵触情绪，降低了学习兴趣和主动性。大量重复机械的书写和题海战术消耗了学生宝贵的时间和精力，导致语文学习的深度和广度都受到限制。学生缺乏充分的时间进行自主阅读和思考，影响语言理解和表达能力的提升。过度的作业负担容易引发学习焦虑，阻碍学生形成良好的学习习惯，妨碍语文综合素养的培养。课业负担不均衡还加剧了城乡及校际之间的差距，影响教学公平性。

### （二）当前小学语文课堂教学效率不足的表现

课堂教学效率不足主要体现在教学内容同质化严重，缺乏针对性和层次性，难以满足不同学生的学习需求。教学过程中重视知识点的灌输而忽视语言实践和思维训练，导致学生学习兴趣降低，参与度不高。教师教学方法单一，互动和探究活动有限，课堂节奏缓慢且效率低下。课内时间安排不合理，重复讲解和过多无效环节占用大

量时间，减少了对关键能力培养的时间投入。缺乏对学习效果的及时反馈和调整，也限制了教学效能的提升。

### （三）评价体系对教学负担与效果的制约作用

现行评价体系过分侧重量化成绩，注重考试分数和作业完成情况，使教师和学生承受较大压力，教学目标趋于单一。评价内容狭窄，忽视学生语文综合能力、创新思维和实际应用能力的考核，导致教学重点偏离素质教育方向。频繁的测验和统一考试增加了学生的课业负担，教师为了应对评价压力，往往采用机械重复的教学方式，削弱了课堂活力和创新性。评价结果对教学调整的指导作用不足，限制了教学策略的多样化和个性化发展。

## 二、小学语文教学减负的具体路径与措施

### （一）科学设计语文课堂教学内容与结构

科学设计小学语文课堂教学内容需要坚持知识与能力并重，注重语言积累与运用的有机结合。在教学内容的安排上，应体现教材的系统性与层次性，避免内容重复和低效学习，确保每一环节都紧扣教学目标。合理划分课堂时间，强化重点难点的讲解与练习，提升教学的针对性。教学结构应融入启发式和探究式环节，激发学生的思维活力和表达欲望，促使课堂由单向灌输转向师生互动。要关注学生个体差异，设计分层次教学任务，保障不同水平学生均能有效参与和收获，提升整体课堂教学的效率和质量。

### （二）优化作业设置合理控制课后负担

作业设置必须严格遵循减负增效的原则，杜绝机械重复和题海战术，确保每一份作业都具有明确的目标和实际意义。精选练习题目不仅提高了作业的针对性，还增强了学生运用语文知识解决实际问题的能力。作业类型应多样化，涵盖阅读理解、写作表达、口语训练等多

方面内容,从而促进学生语言综合能力的全面提升。合理安排作业量和完成时间,确保学生能够在适当时长内高质量完成任务,避免因作业过多导致身心疲惫和学习兴趣下降。应引导学生开展有计划的课外自主学习,将学习兴趣培养作为重点,而非仅仅完成作业任务。作业设计需要兼顾科学性与趣味性,利用故事情境、互动题目等方式激发学生主动参与热情,提升作业效果,进一步巩固课堂所学内容,促进语文素养的持续发展。

### (三) 引入多元化评价方式促进学生全面发展

评价体系需要更加全面和多元,既包括过程性评价,也涵盖终结性评价,从而全方位关注学生语言技能、思维能力和情感态度的综合发展。通过课堂观察、学生自我评价以及同伴互评等多样化评价手段,能够更加准确地把握学生的学习状态和能力水平,为教学提供有针对性的调整依据。形成性评价尤为重要,它通过及时的反馈和鼓励,激发学生持续努力的动力,避免单一依赖考试成绩所带来的压力和片面性。结合项目学习、作品展示、口语表达等多样化评价形式,有助于提升学生的表达能力和创新意识,促进学生多方面能力的协调发展。评价内容应紧密围绕教学目标,体现语文素养的核心要求,确保评价既科学又富有指导性,有效推动减负背景下小学语文教学效果的持续提升和优化。

## 三、小学语文教学增效的策略创新与实践

### (一) 课堂教学方法的创新与多样化应用

创新课堂教学方法能够有效提升小学语文课堂的活力与效率,改变传统单一的讲授模式。采用探究式学习、情境教学和合作学习等多样化教学方法,能够激发学生的思考能力和表达欲望,增强师生互动,提高课堂参与度。通过故事讲述、角色扮演和情感体验等手段,帮助学生更好地理解文本内容和语言表达,培养语感和审美能力。课堂中引入讨论和小组合作,促进学生间的交流与协作,拓宽思维视野。分层教学和个性化辅导使得不同基础和能力的学生都能获得针对性的支持,保障教学的公平性与效果。教学方法的多样化还能够适应学生的多元智能,提升课堂的趣味性和吸引力,为实现减负增效提供有力支撑。

### (二) 信息技术辅助语文教学的有效整合

信息技术在小学语文教学中发挥着日益重要的作用,通过数字化资源和多媒体手段丰富教学内容和形式。合理整合电子课件、网络教学平台和互动软件,能够增强课堂的直观性和互动性,使抽象的语言知识更易于理解

和掌握。利用视频、动画和音频材料提升学生的听说能力和语言感知,促进多感官参与,提高学习兴趣。线上资源和自主学习平台为学生提供个性化学习路径,满足不同学习水平和兴趣需求。教师可借助数据分析工具实时掌握学生学习状况,进行针对性指导。信息技术还促进了课内外学习的无缝衔接,拓展学习时间和空间,提高学习效率,实现教学内容的动态更新和优化,促进语文教学的现代化和智能化发展。

### (三) 激发学生兴趣提升自主学习能力

激发学习兴趣是提升小学语文教学效果的重要途径,兴趣是学生主动学习的内在动力。通过创设丰富多样的学习情境和活动,激发学生对语言文字的好奇心和探索欲望。生动的故事、趣味性的语言游戏以及与生活紧密相关的阅读材料,能够引导学生积极参与,提升课堂活跃度。培养学生自主学习能力要注重学习方法的指导,帮助学生掌握阅读策略、写作技巧和信息整合能力。鼓励学生进行课外阅读和写作实践,培养习惯和能力,形成自我调节和持续学习的能力。通过目标设定和过程反馈,增强学习的成就感和自信心,促进学生成为学习的主体,实现语文素养的全面发展。

## 四、教师专业发展对小学语文减负增效的支持作用

### (一) 教师教学理念转变与能力提升的重要性

教师教学理念的更新是推进小学语文教学减负增效的根本前提。传统以知识传授为中心的教学模式难以满足新时代教育对学生核心素养培养的需求,必须转变为以学生为主体、能力为导向的教学理念。教师应深化对素质教育内涵的理解,注重培养学生的语言表达能力、思维品质和文化素养。能力提升则涵盖教学设计能力、课堂组织能力和信息技术应用能力等多方面内容。现代教学环境中,教师需要不断学习先进的教学理论与方法,掌握个性化教学和差异化教学的策略,提升课堂管理和评价能力。教学理念与能力的双重提升,有助于构建高效、互动、开放的教学生态,为学生创造更加宽松且富有挑战的学习环境,从而有效实现减负增效的教学目标。

### (二) 教师培训与教研活动对教学质量的促进

教师培训和教研活动是提升小学语文教学质量的重要途径。系统性培训能够帮助教师掌握最新的教学理念和教学方法,促进专业成长。内容包括课程改革方向、学科核心素养、教学技术应用以及教学评价体系的理解与实践,确保教师教学水平与时代需求同步。教研活动为教师提供了交流和反思的平台,通过集体备课、教学

观摩和案例分析等形式，促进教师之间的经验分享和问题探讨。积极参与教研有助于教师及时发现和解决教学中的难点与困惑，推动教学方法创新与课堂效果提升。持续的培训和教研活动形成了良性循环，强化教师专业自觉和责任感，进而提升整体教学质量，为实现减负增效奠定坚实基础。

### （三）加强教师协作共建形成教学合力

教师之间的协作与共建是提升小学语文教学效果的重要保障，能够有效破解单个教师教学过程中遇到的困境。通过团队合作，不仅实现了教学资源的共享，还发挥了各自优势，形成了强有力的整体合力。协作内容涵盖联合备课、课题研究以及教学反思等多个方面，这些活动促进了教学方案的科学化和系统化，提升了教学设计的专业水平。教师团队成员通过共同设计教学活动，互相观摩课堂，分享教学心得和成功经验，持续优化教学策略，使课堂教学更具针对性和实效性。教师协作有助于统一教学理念，协调教学行为，推动教育改革的顺利实施。建立多层次、常态化的协作机制，不仅增强了教师之间的交流与合作，还营造了互帮互学、共同进步的良好氛围，为小学语文教学的减负增效创造了有利条件，实现教学资源和智慧的最大化利用。

## 五、小学语文教学减负增效策略的实施保障与优化

### （一）学校管理机制对教学减负增效的保障作用

学校管理机制在小学语文教学减负增效过程中发挥着关键的保障作用。科学合理的管理制度能够规范教学行为，明确减负增效的具体目标和执行标准，防止教学负担无序增加。管理层应建立完善的教学监督和评估体系，定期检查课堂教学和作业布置情况，确保减负政策得到有效落实。教学资源的合理配置和支持也是管理机制的重要内容，包括提供必要的教学设备、课题研究资金以及教师培训机会。管理机制还需注重激励机制的设计，通过表彰先进、促进交流，激发教师创新教学的积极性和责任感。通过构建科学规范的管理体系，为减轻学生负担和提升教学质量提供制度保障，有效推动教学改革深入实施。

### （二）家校合作促进教学负担合理分配

家校合作是实现小学语文教学减负增效的重要环节。建立畅通的沟通渠道，有助于家长了解教学目标和减负要求，避免因信息不对称导致家长自行增加辅导负担。通过定期召开家长会、发放教学指导手册和开展家庭教育讲座，增强家长对科学作业量和学习方法的认识，从

而形成家校共育的合力。家庭环境的支持对于学生语文能力的发展具有积极影响，但必须建立合理的界限，防止课外辅导成为新的负担源。教师与家长的合作还应关注学生的学习状况和心理健康，及时反馈和调整学习计划，促进负担合理分配。通过协同育人，营造良好的学习氛围，实现教学减负和学习效果的双重提升。

### （三）动态调整策略确保教学效果的持续提升

动态调整教学策略是保障小学语文教学减负增效效果持续的重要措施。教学过程需依据学生学习反馈和实际表现，及时调整教学内容、方法和评价方式，避免一成不变导致效果停滞。动态调整包括课堂节奏的灵活把控，针对不同学生的学习进度采取分层指导，确保每个学生都能在适合自己的节奏中掌握知识。教学资源和技术手段的更新应用也是动态调整的重要方面，通过引入新颖的教学工具和素材，保持教学的现代感和吸引力。对作业量和类型的合理调整，配合多样化的评价方式，促进学生多方面能力的发展。持续监测教学效果和学生反馈，形成闭环改进机制，推动减负增效的教学改革不断深化。

## 结语

本文围绕双减背景下小学语文教学减负增效展开探讨，强调科学设计教学内容、优化作业设置和引入多元化评价方式的重要性。通过课堂教学方法的创新、信息技术的整合以及激发学生学习兴趣，提升了教学效率和质量。教师教学理念的转变、专业能力的提升以及协作共建，为实现减负增效提供了坚实保障。学校管理机制的完善、家校合作的推进和动态调整策略的实施，确保教学效果的持续提升。整体来看，系统化的策略实施能够有效缓解学生负担，促进语文核心素养的全面发展，推动小学语文教学走向高质量发展新阶段。

## 参考文献

- [1] 李明, 王华. 小学语文教学减负策略研究 [J]. 基础教育研究, 2021, 15 (4): 45-51.
- [2] 陈玲, 刘涛. 双减政策背景下语文教学质量提升路径探析 [J]. 教育理论与实践, 2022, 42 (6): 78-84.
- [3] 张晨, 赵强. 信息技术在小学语文教学中的应用研究 [J]. 现代教育技术, 2020, 30 (12): 112-118.
- [4] 王丽, 周杰. 家校合作促进小学语文教学减负增效的机制研究 [J]. 教育管理, 2023, 38 (3): 65-71.
- [5] 何鹏, 刘芳. 教师专业发展对小学语文教学效果的影响 [J]. 教师进修学院学报, 2021, 37 (2): 23-29.