

# 双减背景下高中英语教学减负增效的路径浅析

熊春莲

共青城市第一中学

**摘要:** 2021年国家出台了“双减”政策,明确指出要给学生“减负”,这也就要求各阶段各学科教师要根据政策要求进行教学方法调整,以更科学、高效的方式开展教学活动,从而在给“减负”的同时,促使学科教学质量提升,达到“减负增效”的教学目标。鉴于此,文章就当前高中英语教学现状入手分析,并提出了双减下改进高中英语教学质量的策略,供同仁参考。

**关键词:** 双减; 高中英语教学; 减负增效

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2023.02.021

普通高中《英语课程标准》中强调,高中英语教学应重视引导学生进行自主探究、自主发现与实践,以帮助其形成具有高中生特点的英语学习方法。同时课程标准也强调,英语教学需向课外及生活中延伸。并且“双减”政策也强调,要在给学生减负的同时,保证教学质量提升。这些政策要求,均是教育责任感的体现,是纠正传统教育中过度功利化现象的重要举措。在此背景下,高中英语也面临着严峻的挑战,如何才能在给学生减负的同时,实现教学质量的提升,是教师们需要深入研究探索的重要课题。

## 一、高中英语教学现状分析

### (一) 教学方式单一化,课堂互动性不足

高中是非常重要且特殊的一个阶段,这一阶段学生的学习内容增多、学习任务繁重,并且还需要应对严峻的高考,时间紧、压力大是每个高中生都要面临的实际问题。在这种情形下,教师、家长、学生都处于精神紧绷状态,怎样才能将学科成绩提升,怎样才能在学习中取得更加理想、优异的成绩则是教师和学生都十分关注的问题。因此,为了达到更好的教学效果,多数教师在组织开展英语教学活动时,往往都是“争分夺秒”地进行知识讲解,希望能够尽可能多地为学生传授知识经验、技巧方法,以便学生能够更好地应对考试,生怕课堂上有一丁点时间被浪费。诚然,这种以教师为主导进行知识讲解分析的方式,能够有效保证教学进度,完成教学任务,并且便于学生快速掌握知识要点。但被动的学习状态,使得学生们对知识的理解往往是停留在教师讲的层面,师生之间、学生之间互动较少,学生对知识的探索研究不够深入,这也容易影响其对知识的理解深度,在实际应用时就容易出现,这也是影响英语教学效果的重要原因。再者,单一固化的教学方式,也会

对课堂氛围造成影响,长此以往,会降低学生对英语学习的兴趣,导致英语学习成为其负担,这必然会阻碍教学质量的提升。

### (二) 教学内容碎片化,教学整体性不足

作为一门语言学科,需要学习的内容多且零碎,这一特点决定了学生们在学习时需要花费更多时间和精力,对于时间紧张的高中生而言无疑是一种挑战。纵观当前高中英语教学现状可以发现,多数英语教师在开展教学活动时,往往会将教学重点集中到细节知识的讲解分析上,如阅读教学中会在材料内容逐句翻译上花费较多时间和精力,以确保学生充分理解文章内容。然而,这样的教学方式,就容易让教学内容呈现出碎片化特点,再加上高中英语阅读材料的篇幅通常比较长、内容比较多,这种过于细节化的讲解,也会导致时间浪费,从而降低课堂教学效率。此外,碎片化的教学,还容易影响学生对于语言整体把握能力,对学生英语综合能力的发展和提升也是不利的。

### (三) 作业设计程式化,作业价值发挥不足

作业也是教学活动的重要组成部分,“双减”政策也明确指出要减轻学生的课后作业负担,控制课后作业时长。虽然“双减”政策在作业要求方面主要针对的是义务教育阶段,但教育具有持续性,高中教育作为初中的延续、提升,其实际教学中同样应遵循这一政策要求。但实施上,为了强化学生对知识的掌握程度,很多教师在课后会习惯于给学生布置大量的背诵任务、书面练习任务,导致学生们面临着严峻的作业负担,这也在无形中增加了学生的学习压力,甚至会让学生对英语学习产生抵触感,这也是影响作业价值发挥,以及英语教学整体效果提升的重要原因。

## 二、双减背景下高中英语教学减负增效的路径

### （一）利用信息技术，合理构建教学情境

英语是一门外来语言，其学习内容中不可避免地会涉及一些西方国家的风土人情、生活习惯、文化内涵等知识，而这些知识往往会和中国人的习惯、认知存在一定差异和冲突，这也是增加学生英语学习及理解难度的重要原因。所以，“双减”背景下，为了尽可能降低学生英语学习难度，给学生减负，在实际教学中教师应避免生搬硬套地进行教材内容讲解，而是可以围绕教学内容，以信息技术为辅助手段，合理地为学生创设相应的情境，带领学生在西方国家的语境中去学习和理解应用知识，这对于让学生死记硬背知识点而言，所达到的教学效率必然更高。同时学习情境的构建，还可以让英语课堂变得更加丰富、活泼，对于激起学生的英语学习热情、提升学生的学习体验也有积极帮助，可以说是一举多得，有较高的应用价值。

例如，在教学人教版高中英语必修三《Unit 1 Festivals and Celebrations》这部分内容时，因中西方传统节日以及节日庆祝方式存在明显的不同，而很多学生对于西方节日的了解并不多，这就导致其在阅读教材内容时会出现一些阻碍，影响其学习效率。因此，为突破这一教学难点，实际教学中，教师可以利用信息技术从网络上选取一些国外影视作品中节日庆典的场景，并在课堂上为学生播放，以此来为学生营造更加真实的学习情境，使其在相应节日情境中去理解文章内容、了解西方国家的风俗习惯。如“Christmas”是西方国家非常重视的一个节日，近些年来也开始在国内流行，但国内外在庆祝方式上却有很大不同。通过播放视频、营造情境，可以让学生们发现，国外在庆祝“Christmas”时通常不会送苹果，而是通过“attend Christmas parties”（参加圣诞派对）、“write Christmas cards”（写圣诞贺卡）、“sing Christmas carols and decorate Christmas trees”（唱圣诞歌、装饰圣诞树）等方式来进行庆祝；同时他们在节日这天通常会以“Happy Holidays! 或 Merry Christmas!”的方式打招呼。这样通过营造情境，可以将西方国家过传统节日的场景、习俗直接呈现出来，便于学生理解中西方文化的差异，这也为其里更好地理解教材内容创造条件，可以在降低其学习难度的同时，有效提升其学习效率，是实现“减负增效”的有效手段。

### （二）重视互动教学，突出学生学习主体性

从当前高中英语教学现状来看，课堂教学多是以教师为主导，由教师单方面地进行知识讲解分析，学生们则是被动接受知识。这种情景之下，学生之间、师生之间的互动较少，课堂氛围沉闷枯燥，这也是影响学生英语学习兴趣及学习效率的重要原因，同时也不利于新课改强调的以学生为中心的教育要求的实现。为此，“双减”下，为了达到“减负增效”的教学效果，教师们在实际教学中应主动更新理念，充分重视学生们的课堂主体性，积极组织学生进行互动交流，让学生在主动学习、主动思考探索、主动交流沟通中，加深对知识的理解，提升其知识应用能力，让学生从死记硬背、题海战术的桎梏中解脱出来，使其真正从英语学习中获得愉快体验，从内心喜欢上英语，并主动参与到英语学习之中，也只有这样才能够真正实现“减负增效”的教学目标。

例如，在教学高中英语人教版必修一《Unit 3 Sports and fitness》时，考虑到“运动和健康”是学生们较为熟悉的话题，因而，实际教学中，教师可以从学生们的实际情况出发，引导学生利用已有知识经验，以及本节课所学词汇、句型等知识，围绕教师提出的生活化问题进行交流讨论，以此来为学生营造互动交流的机会。如“What's your favorite exercise style? Why?”（你最喜欢的运动方式是什么？说说你为什么喜欢它？）、“Who is your favorite sports star? Why?”（你最喜欢的体育明星是谁？你为什么喜欢他？）、“What do you think is the relationship between exercise and health?”（你认为运动和健康之间的关系是什么？）。这些问题都与学生自身情况有密切关联，可以很好地调动学生兴趣，激发其互动交流的热情。而学生们在运用英语进行交流沟通的过程中，则能够在无形中对所学知识进行巩固练习，可以在潜移默化中提升其对知识的掌握程度及应用能力，这对提高课堂教学效率有积极帮助。

再如，在人教版高中英语必修二《Unit 5 Music》这一单元的复习中，为了帮助学生更好地巩固掌握本单元所学词汇、句型、语法等知识，教师可以改变以往以自己为主导进行知识总结分析的方式，而是以学生为主体，将其分成不同的学习小组，然后引导学生以小组为单位自主进行复习巩固，并在完成复习后进行小组间竞赛，竞赛内容包括词汇应用、短语搭配、句子翻译等

等。这样在竞赛的驱动下，学生们往往会为了小组荣誉而积极投入到学习之中，主动去巩固知识、完善自身的薄弱点，甚至会因答案不同而展开争论。相对于以教师为主导单方面进行知识讲解方式而言，其达到的效果更加理想，学生们往往也能获得更加积极的学习体验，是构建高效课堂的有效方式。

### （三）利用思维导图，提升学生学习效率

高中英语教学中普遍存在有内容碎片化现象，特别是在阅读教学中，教师们往往会将重点集中到词汇讲解、内容翻译上，缺乏对学生语篇整体把握能力培养的关注，容易影响学生英语学习能力和提升。所以，“双减”下教师应转变教学理念，增加对学生语篇把握能力、英语学习方法指导的重视，以切实提升学生的英语学习能力，提高学生的英语学习效率。思维导图作为一种可视化思维工具，在串联碎片化知识、梳理文章条理、脉络方面有非常积极的作用，将其应用到英语教学之中，不仅能够降低学生学习难度，同时还有利于发展学生逻辑思维能力，对提升学生学习效率有积极意义。所以，实际教学中教师应灵活地应用思维导图进行教学。

例如，在教学人教版《Unit 1 Festivals and Celebrations》这部分内容时，由于中西方节日及庆祝方式存在明显不同，且不同节日的习俗、意义也会有明显差异，这就导致学生们在阅读文章内容时容易出现思路混乱、内容混淆的情况。为了帮助其梳理阅读思维、掌握阅读方法，实际教学中，教师就可以引导学生以思维导图为辅助，进行文章内容梳理。如可以将“Festivals and Celebrations”作为中心词，然后对文中提及的不同节日进行整理归纳，以分支方式填充到思维导图之中；之后，可以再根据每个节日的具体情况，在其下属分支中填充“节日时间、来源、习俗、特殊意义”等相关内容，以此对文章的思维框架进行梳理构建。通过这样的方式将原本散乱、无序的内容以条理清晰的方式整合在一起，为学生更充分地了解中西方节日差别提供参考，有效降低其阅读难度。除此以外，为进一步发展学生思维，教师还可带领学生对传统节日庆祝时常见的活动形式、美食等进行讨论，对思维导图内容进行进一步补充完善。同时教师还可引导学生分析、总结思维导图在英语文本阅读中的使用方法，让学生学会如何利用这一思维工具来梳理文本内容，使其在面对

陌生的阅读文本时也能快速、准确地对其脉络、框架进行梳理，从而切实提升其英语阅读能力。

### （四）重视作业设计，落实减负增效要求

“双减”政策强调要给学生减负，并且要在减负的同时，提升教学效果。作业作为教学活动的重要一环，其设计质量高低、作业布置是否合理，也会在很大程度上影响到其教育价值的发挥，甚至会影响到学生的学习兴趣及整体学习效果。所以，“双减”下，教师不仅要重视对教学方式创新改进，同时还需要从作业设计环节入手调整，促使高中英语作业设计摆脱书面化作业的局限，让学生真正从题海战术中解脱出来。具体进行作业设计时，教师应充分考虑学生的实际情况，对学生的英语学习基础、学习水平进行全面分析，并以此为依据将学生划分为不同层组，然后根据各层次情况，为学生设置差异化、层次化作业，从而满足不同学生的英语学习需求，让英语基础较差的学生吃的了，让英语基础较好的学生吃得饱。这样既能避免统一化作业设计给学生带来较大负担，又能充分践行因材施教教育理念的要求，兼顾全体学生的实际需求，将作业的价值最大化发挥出来，真正达到减负增效的教学效果。

### 结语

总之，“双减”政策出台后，给高中英语教学也敲响了警钟，传统机械灌输式教学模式已不可取，作为该学科教师需要不断学习新理念、不断精进提升自身的教学能力及素养，并结合学科特点、学生情况，继续探索更多行之有效的教学方式，以切实落实“减负增效”的教育要求，提升高中英语教学质量。

### 参考文献

- [1]张鸿丹.双减背景下高中英语教学减负增效的途径分析研究[J].进展:教学与科研,2022(4):163-164.
- [2]田甜.“数据驱动,因材施教”背景下高中英语智慧课堂“减负增效”策略——以智学网试卷讲评为例[J].英语广场:学术研究,2022(33):115-118.
- [3]李萍.“双减”背景下落实单元大观念教学的策略探究——以高中英语阅读课教学为例[J].中国教师,2022(6):61-64.
- [4]张浩,张文霞.高中英语教师视角下高考英语科目对高中英语教学的反拨作用——基于一项大规模全国性调查[J].外语教学理论与实践,2020(3):36-49.