

# “双减”视域下化学教学减负增效实现路径研究

黄俐

金平县第一中学

**摘要：**随着“双减”政策的逐步实施，要使学生全面发展，学而有法，习亦有道，且又不能给学生过重的课业负担。“减负、不减质”是摆在每一位教师面前的沉重话题。为了使“减负”真正成为可能，有效的让学生的学习负担减轻，教学质量得到提高，这需要每一位教师在教学中付出辛劳并坚持不懈的探索，找出切实有效的方法和措施，并在教学中进行实践和有效改进。

**关键词：**化学教学；双减政策；减负增效

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2024.01.162

## 引言

“双减”政策是教育部针对基础教育阶段学生课业负担过重而提出的有力措施，过重的学习负担严重制约了学生身心健康的发展，影响了学生各方面能力的提高。该政策的提出旨在合理减轻学生的学业压力和心理负担。“双减”不仅减轻了家长在经济上的压力，更是把学生从繁重的课业负担中拯救出来，学生的天性得以释放，学生的综合能力也得到了全方位地提高。因此，“减负增效”已成为教育工作者关注的重点课题之一。在全国教育减负增效的大趋势下，为了促进学生综合素质的全面优化，作为一名化学教师是义不容辞。如果没有教学质量和效率，减负只是空谈。减负是提高效率的手段，效率是减负的目的。二者是手段和目的之间的关系。提高效率是实现减负的基础，是进一步推进减负最直接、最有效的动力。如果两者能够实现良性循环，学生、家长、教师和学校都受益匪浅。基于此，我结合自己的日常教学实践，积极探索减负增效的有效途径。

## 一、在上课前下功夫——备课上要创新

新课程标准和新教材倡导以学生为主体，注重学生全面发展，倡导教师与学生的平等互动，注重学生的自主学习。而且，新课程标准的教材在编排时留有一定的空间且充满了一定的弹性，为教师的二次发展和课程创新提供了足够的空地。如今，传统的单一“灌输、填鸭式”备课方案已不再适用。教学要顺应时代发展，与时俱进，这就需要将创新思维融入备课方案中。第一，围绕教材知识点，深入理解教材，明确教学内容，适当拓展和补充教材内容。第二，教案要在充分了解学生学习情况的前提下设计，必须体现学生的主体作用，尽可能提供多样性和开放性思维的特点，能够调动学生

的积极性和参与性。第三，教学内容的设计应具有科学性，突出重点，有的放矢，尽量避免重教轻学，教学方法要简单有效、体现生动化、情境化、动态化。第四，认真准备导学案，学案分课前自学、课中自主探究、学习方法解析，课堂自检、课后拓展、兴趣园地“六大版块”。“课前自学”主要针对相关基础知识和工具性知识。目的是培养学生自我预习的能力和习惯。“课堂自主探究”是最关键的一步。只有学生为主体、教师为主导的完美互动，才能有效培养学生的自主学习能力。

“学习方法解析”旨在让学生总结在自己学习过程中所发现的规律技巧等。“课堂自测”提供经典问题，使学生能够熟练地应用新知识。“课后发展”提供具有进步水平的新颖问题范例，以提高学生从范例中推断和内化知识的能力。“兴趣花园”为学生们留下了一个空间，让他们写下当天学习的存在疑问、和学习感受。教师及时做出回应，为交流和互动提供平台。此外，我们还应该注意课前的导入。根据化学和学生的特点对课前的导言进行设计，使导言具有趣味性和整体性。它可以通过实验介绍、化学故事介绍、实际生产生活介绍等方式进行导入，旨在充分吸引学生的注意力。当然，兴趣是最好的导师。因此，在备课时，精心创设教学情境，激发学生对化学的学习的兴趣也是很有必要的。只有老师在上课前花足时间、下够功夫认真备课。才能真正应对课堂上的各种突发情况，实现高效教学。

## 二、在上课时下功夫——课堂上要创新

课堂是教师宣讲、教学和解决问题的阵地，也是学生学习和获取知识的主战场。在化学课堂教学中，要重视学生的主体地位和作用，使课堂充满欣欣向荣的生机和活力，让学生主动、有效、优质地进行师生互动，使

每一堂课都发挥多重效应。这就要求在教学过程中，引导学生积极参与，认真思考，深入课堂，使课堂活泼生动，让学生成为课堂的主人。教师不要只是一味的进行灌输式教学，应该积极放弃过去的填鸭式教学模式，把课堂还给学生，真正让学生意识到我是课堂我负责，老师只需要做好协助。课堂应该丰富多彩。教师只需要树立正确的航标，做好领航员，不断的更新观念和教学方法，积极催化鼓励学生，从旁指导学生学习，促使学生乐于学习，从而达到减负增效的教学目的。

第一，最大限度地发挥化学实验的有效性，开展兴趣教学：我们都知道“兴趣”非常重要，并不是每个学生都喜欢学习化学，尤其是各种难以记忆的化学试剂的俗名，化学物质的物理、化学性质，化学物质之间的转化关系。如果老师布置更多的学习任务，那样还谈什么兴趣。即使有些学生乐于学习化学，如果只是机械记忆，学生也会感到无聊的。因此，课堂组织和学习方法的指导更为重要。化学课程不同于其他课程。在化学教学过程中，实验是一种常用的教学方法。我们应该让化学实验在教学中最大限度地发挥它的优越性，这也是学生喜欢的。学生们倾向于在教科书中确认化学反应的实验结果。因此，教师应充分利用好化学实验的直观性和趣味性，不放过教材中的每一个实验，尤其是简单实验。教师可以在完成实验演示后，指导学生自主动手操作实验，使学生能够看得更清楚、学得更深刻。从现象到本质，从外到内，充分掌握化学基础知识。另一方面，在实验展示过程中也可以形成教师与学生的互动，促进学生与学生的人际交流，小组讨论可以激发学生的思维，形成互动式教学模式，从而提高课堂效率。学生们最喜欢在实验室里上化学课。教师可以投其所好、顺水推舟，尽量多在实验室去上课，充分满足学生的求知欲，让学生掌握起知识来更加轻松愉快。

第二，使化学知识生活化，开展多样化教学：《化学课程标准》明确指出，我们的日常生活离不开化学。化学教学不仅要教会学生化学的理论知识，还要教会学生灵活运用化学知识去解决生活中的许多问题。学习知识应该与日常生活联系起来。如果知识仅仅依靠简单乏味的传播，学习知识的过程就会感到痛苦而僵化，所学的知识很难消化，更不用说运用了。从这个角度来看，教师作为知识的传递者和引导者，应该帮助学生加深对

课堂知识的理解，让学生形成自己的知识体系，给学生质疑、操作、思考、改进、总结和反思的时间和空间，将理论与实践紧密联系起来，促进学生对教科书知识的掌握。这样，化学教学就可以从生活实际出发，把日常生活中的现象作为化学研究的对象，从而提高学生的学习效率和研究兴趣。化学教学也可以走出课堂，走出实验室，进入人们的生产和生活。例如，老师可以带学生参观附近的发电厂和化肥厂。了解工厂污水处理机械和设备的使用，让学生自己理解“化学原理”。在调查中，使学生感悟到学习化学的重要性。从化学教材的角度来看，我们应该结合化学教材的内容来解决生活中的问题。比如“食品安全”问题，使用食品添加剂，到底应该不应该？哪些添加剂是不可替代的。从“食品安全”到“食品保健”，学生们更感兴趣的是根据人体所需的营养素探索“营养饮食”。让学生深入体验“生活到化学到生活”的意境。这样的活动将使学生在轻松快乐的气氛中消除压力，感受化学知识的魅力，让学生用自己的化学知识解决生活中的问题，充分体现化学的服务作用。树立终身学习化学的理想。

第三，多媒体辅助化，进行信息化教学：传统的教学模式导致课堂教学气氛紧张，教学效果不理想。因此，在新的教学形式下，采取多种教学方法，让学生积极参与以主角的姿态融入其中，营造快乐、和谐、轻松的学习氛围。例如，在普通教学中，教师可以引入更多的多媒体教学工具进行信息化教学，并制作带有美感和背景音乐的教学幻灯片。教室里充满了五颜六色的“声、光、电”，整个教室生动活泼。多媒体的使用虽然增加了课堂的容量，但是教学真正需要做的是让学生通过多媒体手段有效地整合知识，从而使学生成为信息手段的使用者。在这个过程中，教师要注重培养学生的创新能力。在信息化课堂中，教师不仅可以利用多媒体向学生展示授课内容，还可以根据需要随时从互联网上借用其他资料，如利用互联网上的新闻引导学习。例如，最近在东营发现的“荧光海”现象可以通过化学实验来探测海洋秘密，对海水进行检测。虽然有地域限制，检测实验无法进行，但是学生的好奇心和注意力还是被调动起来，整节课的课堂效率有所提高。随着信息技术的发展，教师也可以录制“微课堂视频”，并以“微课堂视频”的形式将教材中的要点上传到我们的群

空间。学生可以根据自己的情况点击学习，突破重点和难点。无形中学生的学习时间相应的缩短了。这样的信息化教学受到每个学生的欢迎，减轻了学生的学习负担。随之而来的是学习效率也提高了。

### 三、在作业设计上下功夫——作业上要创新

化学作业是化学教师收集教学反馈信息、检验教学效果的常用方法，是帮助学生理解、复习和巩固化学知识的重要手段。有些教师对作业在理解上存有偏见。他们认为学生完成所布置的作业是为了更好地在考试中取得好成绩。作业的作用只是“巩固知识”和“加强技能”。故在编排化学作业时不考虑学生的个性，形式简单重复、机械枯燥，轻视学生的学习兴趣 and 可持续发展，将学生的课业负担加重了。因此，在“双减”的背景下，对作业设计进行优化显得尤为重要。本人从以下两个方面进行创新实施：

第一，控制化学作业设计的数量和难度：学生课业负担沉重的原因之一是作业题的选择和编写缺乏科学性和针对性，训练过多，梯度难度控制不当。科学地选择作业题是减轻学生负担、提高效率的前提。因此，教师首先必须科学地选择和编写作业题。根据学生的认知规律，注重一些基本知识、基本技能、基本规律和基本方法，选择知识面广、启发性强的练习，遵循“少而精，多样、有效”原则。将学科知识的内在逻辑与学生的思维逻辑有机地结合起来，以基本知识和基本技能为载体，设置典型性强、规律性强、针对性强的作业题。此外，给学生布置作业时要严格控制作业题的数量。以避免学生机械重复的做无用功，同时教师要对学生的做好解题指导，让其学会举一反三，学会类比总结，教师准确的给学生安排作业，这是实施减负增效的保证。

第二，化学作业设计应反映分层性：学生之间存在个体差异。他们有着不同的基础，不同的学习能力，心理发展水平、学习习惯和接受能力也不同。因此，应该针对不同的学习阶段和不同的学生设置不同程度和难度的作业题，如果化学教师给学生布置的作业高度统一，严重违反了“因材施教”的原则，不利于学生掌握和巩固化学知识；再者布置高度统一的作业，会导致优秀学生“缺粮”，学困学生“过饱”。例如，一些学生面对已经会做的题，只是单纯的为了完成作业任务草草了事，不得不重复机械练习，常常感到无聊和无奈；一些

学生面对繁杂难度较大的作业，疲于奔命，不得不抄作业。所以教师设计的化学作业既要反映教学内容的层次性，同时还应该适合不同思维水平的学生，还要满足教材和学生的实际情况。这就要求化学老师仔细设计学生的作业。无论是作业数量还是作业难度，它们都应该有一定的“台阶”形成斜坡，并具有灵活性。学习是一个渐进的过程，不可搞“一刀切”，教师布置的作业要让每个学生在学习和实践中有所收获和提高，比如：针对学困生作业起到巩固基础知识的作用；针对中等生作业起到加强基本技能的作用，针对学优生作业起到优化知识结构的作用。

教师应致力于通过“授人以渔”来减轻学生的学业负担和提高学习效率。减负增效是每位教师追求的目的，但这不是一朝一夕的工作。需要教师致力于实践和研究。教师只有从学生的角度出发，才能找到更好、更实用的教学方法，激发学生的学习兴趣，减少学生学习的困难，使学生能够轻松的学习和运用所学知识，真正体会到学习带来的快乐，进而成为祖国明日的栋梁之材。

### 参考文献

- [1] 韩炯佳. 创设生动情景 打造高效课堂——提高高中化学新课教学效率的实践研究[J]. 考试周刊, 2019(96): 140-141.
- [2] 卢辉. 合理运用微课, 提高高中化学课堂教学效率[J]. 知识窗(教师版), 2020(06): 54.
- [3] 展宗琳. 提高高中化学课堂教学效率的策略[J]. 中学课程辅导(教师通讯), 2019(11): 79.
- [4] 王枫林, 张木元. 高中课堂教学减负增效实践探索——基于四川省北川中学教学实践[J]. 成都师范学院学报, 2014, 30(03): 9-13.
- [5] 安丽. 减负增效, 构建高效化学课堂[J]. 才智, 2012(34): 63.
- [6] 何如涛. “减负”背景下优化化学作业设计的策略[J]. 教育理论与实践, 2011, 31(32): 6-8.
- [7] 张丽芬. 以减负增效为导向 构建高效化学作业管理系统[J]. 化学教学, 2011(01): 14-16.

作者简介：黄俐，女，1974年4月，汉族，云南红河，本科，副高（高级教师），研究方向：高中化学教育。