

# 双减背景下初中数学课堂教学实践探究

刘京连

(山东省青岛平度市实验中学 山东青岛 266700)

**摘要:**随着教育教学事业的不断发展以及双减政策的实施,当下的初中数学教学迎来了一次十分重大的转变。在过去的初中数学教学中,任务多、负担重是学生们普遍面临的现象,由于初中阶段的数学课程有一定的难度,许多教师都习惯于采用题海战术等增加学习量的方式来帮助学生掌握相关知识点,这样的教学策略不仅给学生带来了沉重的学习负担,常常让他们喘不过气,同时也会降低学生们对数学学习的兴趣,进而在学习过程中非常被动,难以发挥出潜力。在当前双减的背景下,初中数学的教学方式也有了很大变化,无论是在课堂教学中,还是课后作业的设计中,教师需要更加注重对学生兴趣和综合能力的培养,帮助学生轻松、高效地学习,这样才能全面贯彻落实双减政策,提高学生的综合素质。

**关键词:**初中数学;双减政策;教学;对策

## 前言:

近年来,社会发展速度加快,社会竞争也变得更加激烈。中学生的学业负担不断加重,就社会上较为普遍的现象来看,许多中学生一方面需要完成学校里的各项学习任务,另一方面还要在课后的时间参加各类补习班、特长班等,这样的情况进一步加剧了中学生之间的竞争,使得同学们疲惫不堪,原本应该用于休息和放松的时间都被各种各样的学习活动所占据,学习不再是一件有趣的事,相反逐渐成了大家所抵触、抗拒的事情,这样的情况并不利于中学生身心健康的发展。同时,也有许多学生表示,由于竞争的日益激烈,各科教师也在不断给学生们增加学习任务,不仅所学知识的难度有所提高,同时还会布置大量的课后作业,这样的情况给学生身体和心理上都带来了许多负担,影响了学生身体的发育,同时也会影响学生的心理健康。为了解决中小学教育中的种种矛盾,双减政策出台,让许多教育工作者认识到了减负增效的重要性和必要性。中小学生的未来、民族的希望,在现代化社会发展迅速地今天,综合素质成了公认的衡量优秀人才的标准,成绩不再是唯一的评价指标,要想培养出更多全面发展的优秀学生,使每位学生都能发挥自己的特长、找准自己的定位,就需要运用科学合理的教育方法,为同学们创建轻松、和谐的成长环境,这样才能促进学生综合素质的提高。同样,在初中数学的教学中,各年级教师也需要秉持这样的教育理念,深入学习和研究双减政策,认真解读双减政策的意义和价值,根据政策的指导找准恰当的实践方向,在实际教学工作中进行合理的调整和优化,坚决杜绝以往以分数为标准的教学思维,而是要尊重学生在学习中的主体地位,关注学生身心健康的发展,鼓励学生积极表达个性、发展自我,无论是在课堂教学中,还是课后作业的设计中,都要充分贯彻双减政策的内容与精神,让双减促进初中数学教学的发展,不断提高数学学科的教学水平,使学生能够在轻松、愉快的氛围中掌握数学知识,在广阔的天地中运用数学知识,真正达到学以致用目的。

## 一、双减政策减负增效概述

在2021年我国教育部门出台了双减政策,对义务教育阶段的教学提出了新的要求,明确降低学生的学业负担,要求教师探索教学减负增效的有效途径。数学是初中阶段中的一门重要课程,关系着学生逻辑思维能力和实践应用能力的培养。要想让学生在数学的学习中取得理想的效果,发挥出数学学科的价值,就不能一味地要求学生做题、背诵、抄写等,必须有效减轻学生的课业负担,首先为学生营造轻松愉快的学习氛围,其次运用科学的方式带领学生学

习知识、探索实践,才能做到减负与增效并行,引导学生在快乐的学习活动中不断获得成长。

### 1、减负增效的内涵

所谓减负,就是减去超过学生心理发展能力的学习任务,减少过时、繁琐、无用的教学内容,教师需要摒弃落后、陈旧的教学方法,将学生从沉重的学业负担中解放出来,真正做到减轻学生的负担。通过这样一系列减轻学生负担的方式,能够大大提升教学效率,让先进的教育政策引导教师和家长态度的转变,从过去聚焦于学生的成绩和分数,转变为关注学生本身,关注他们的身心健康和综合素养,进而促使教师和家长逐步调整教育手段,通过更加科学合理的方式帮助学生提高学习效率,在一定的时间内获取更多知识,并实现各方面能力的增强。双减政策是教育部门相关人员统一组织和部署的重要工作,其主要目的在于改变当下的教育情况,有效解决学生面临的问题。在教育部门的统一协调和指挥下,教师和家长能够拥有更加清晰的方向,同时也可以更好地配合各项工作,以最大程度减轻学生的学习负担,提高学习效率。数学是许多学生感到困难的一门学科,初中数学教师需要积极采取相关措施,提高数学课堂的教学效率,增强教学的趣味性,重视对学生学习兴趣的激发以及学习方法的指导,为学生创造更多有利的学习条件,解决学生们的后顾之忧,让学生能够保持轻松、积极的心态,感受数学的学习之乐。

### 2、减负增效的意义

艰苦奋斗、自强不息是中华民族的优良传统,也是教育工作者一直向学生传达的思想。很多人认为“有压力才有动力”,因而为了让学生在学习中取得进步,不断给他们施加压力,期望能够激发学生的积极性,更加主动、全面地投入到各类学习活动中。在当前激烈的社会竞争背景下,这样的观念已经不再适用于对学生的教育了,社会的发展使得学生要学习的内容不断增多,且难度也有所提升,不仅给学生的身体带来了很大的负担,同时也造成了很大的精神负担,不断影响着学生的心理健康,有不少学生都会对学习产生抗拒、抵触、厌烦的情绪,在这样一种消极的心态下开展学习,必然难以取得理想的学习效果,进而反作用于学生,进一步影响其身心健康的成长,既不利于学生的全面发展,同时也违背了教育的初衷。

双减政策的出台对义务教育阶段的教育教学工作提出了新要求,要求教育工作者全面贯彻落实提质减负的政策,重视教学质量、教学效率,关注学生身心健康、综合素养。数学是初中学习阶段中

的一门较难的学科,相较于小学时期的数学学习,初中数学在知识点的深度和广度上都有了大幅提升,对学生逻辑思维能力、分析思考能力、实践探究能力、合作协调能力等多方面的素养提出了要求,同时也十分有利于促进这些素养的提升。要想使学生在数学学习中取得理想的效果,首先学生自身需要保持积极向上的心态和对学习的兴趣与热情,这样才能充分调动学生们的主观能动性,让他们主动参与对知识的探索和分析,通过创造力的发挥,在学习中获取更多的新知识。双减政策更加关注学生学习的质量,旨在灵活运用科学的教学方法提高教学效率,而不是一味地给学生增加负担。因此,双减政策的出台能够引领初中数学的教学更加合理化、创新化,教师和学生可以积极尝试更多新鲜、有趣的学习方式和学习活动,激发学生的想象力和创造力,同时也能够在学习中收获快乐,获得能力的提高,使学生做到劳逸结合,无论是在知识的学习中,还是身心健康的发展中,都可以朝着更好的方向前进。

## 二、双减背景下初中数学课堂教学实践探究

### 1、创新教学模式

在当前的双减政策的背景下,各科教师都需要重视课堂教学效率的提升,在课堂中通过教学方式的创新来激发学生对学习的兴趣,帮助学生提高学习效率,这样才能不断减轻学生的压力。在传统的初中数学教学课堂上,教师将绝大部分时间都用于知识点的讲解,学生只能被动地接受,教师讲什么,学生就必须听什么,不仅难以调动学生的学习积极性,同时也占用了学生思考的时间,长此以往,可能会削弱学生的思考能力,并使他们养成对教师的依赖,无法形成主动思考、善于思考的良好学习习惯,这样就会影响学生综合素质的培养。双减政策下的初中数学课堂教学十分重视学生的参与,反复强调学生自主学习能力的重要性,只有帮助学生养成自主学习的习惯,并具备自主学习的能力,才能够激发学生的主动性,增强学习的效果。因此,初中数学教师需要不断创新教学模式,用新鲜、活力的数学课堂来带动同学们的参与。例如,在教学“二元一次方程组”的知识时,教师可以列出几道难度不等的例题让学生进行练习,鼓励学生认真完成自己会做的题、勇敢挑战有难度的题,这样不仅可以激发学生主动学习的积极性,也可以让教师快速了解学生们对知识的掌握程度,以便更好地进行下一步的教学工作。

### 2、构建趣味课堂

对于初中阶段的学生来说,趣味性强的事物往往更具有吸引力。同样,在初中数学的学习过程中,教师也需要融入一些更有趣的元素,这样才能在一定程度上缓和数学学科的严肃,让学生感受到学习的乐趣,能够在快乐的情绪中学习知识。倘若学生可以长期处于轻松、愉快的课堂氛围中,其参与学习的积极性会不断提升,进而达到减轻学习压力的效果,还能够更好地掌握所学知识,这不仅是学生成长所需要达到的目的,同时也是双减政策的重要目标。学生们都喜爱玩有趣的游戏,数学教师可以利用这一点,将一些趣味游戏融入到课堂中,使学生在游戏中学习和应用知识。例如,在教学“图形的平移”这一课的内容时,教师可以在多媒体课件上展示一个棋盘,在棋盘上用不同颜色标上起点和终点,然后让同学们找出二者之间最短的行动轨迹。同时,教师可以让同学们依次上台轮流移动棋子,即每个学生只能完成其中一步,这样不仅可以增强游戏的趣味性,同时还可以锻炼学生的思维能力和分析能力,寓教于乐的数学游戏让同学们充分感受学习的快乐,使减负提质的思想在数学课堂中得到有力体现。

### 3、结合生活进行教学

数学是一门与实际生活息息相关的学科,要想帮助学生更好地掌握数学知识,就需要在教学过程中不断联系生活实际,引导学生观察实际生活中的数学现象,同时也鼓励同学们将数学知识应用到实际生活中去解决问题。这样的方式对于学生综合素质的发展有着非常重要的作用,不仅可以帮助学生巩固所学知识、不断开阔眼界,同时也充分体现了陶行知“生活即教育”的思想,使学生养成在生活中保持学习心态的良好习惯,将学习的目光延伸到广阔的课外,不断充实自己的大脑。因此,初中数学教师需要在教学中积极结合生活,引导学生构建理论学习与生活实际之间不可分割的联系,为学生实践能力的发展打下坚实的基础。例如,在教学“统计图”的相关知识时,教师可以带领学生认识各种各样的统计图,如条形统计图、扇形统计图、折线统计图等等,并利用学生身边的事物举例说明,便于学生准确理解。然后,教师再让学生自主选择一个主题,在课后对相关数据进行统计,并绘制出能够充分体现数据情况的统计图。这样的学习方式不仅可以让学生巩固数学知识,同时也可以引导学生对知识进行思考,如何恰当地运用知识,增强了学习的实践性,促进了学生动手能力的培养。

### 4、构建课堂情境

随着科学技术的快速发展,互联网技术已经广泛运用到了教学课堂中,一方面可以提高教师的工作效率,另一方面也能够带给同学们更加丰富的课堂学习体验。在初中数学的教学中,教师需要将现代科技的优势充分利用起来,通过多媒体设备、教学一体机、互联网等构建多种多样的课堂情境,带领学生进入多姿多彩的学习天地,使学生可以更加准确地理解所学知识,同时也能够获得知识上的延伸和拓展,在良好的体验中提高学习的质量。例如,在教学“轴对称图形”这一课的内容时,教师就可以通过各种各样轴对称图形的展示,使学生快速理解什么是轴对称图形、轴对称图形的基本特点等等,这样的方式不仅可以准确地理解相关知识要点,同时也比学生逐字逐句背诵的效率更高。除此之外,教师还可以利用互联网搜索实际生活中的轴对称图形,如世界各地的知名建筑、自然界中的斑斓蝴蝶和昆虫、手艺精湛的工艺品等等,这些事物准确表达了数学知识在现实生活中的应用,带领学生从另一个角度看到了数学的美,在扩展学生视野的同时,也能够促进学生审美能力的提升,有利于综合素质的培养。

### 结语:

综上所述,在双减背景下的初中数学课堂教学相较于传统教学有了许多新的变化,给教师带来了更多的机遇和挑战。教师作为学生成长道路上的重要领路人,需要积极学习先进的教学理念,尊重教学实际、优化教学策略,将双减政策的每一个要点都渗透到教学实践中,才能改变学生负担过重的情况,使学生在愉快的氛围中学习,在愉悦的心情中汲取知识。

### 参考文献:

- [1] 韩为平. 基于双减理念下的初中数学高质量课堂构建[J]. 科普童话·新课堂(中),2022(6):3-4.
- [2] 李勉莉. 双减政策下初中数学教学策略探索[J]. 新课程研究(上旬),2022(4):126-128.
- [3] 梁红姐. 谈双减呼声下的初中数学教学研究[J]. 新课程导学,2022(11):81-83.
- [4] 沈木勇. 双减背景下提升初中数学课堂教学效益的策略[J]. 中学数学,2022(2):91-93.