

# Exploring Strategies for Efficient Junior High School Mathematics Classrooms Under the “Double Reduction” Policy

Dechun Huang

Shangsi County Experimental Middle School, Fangchenggang, Guangxi, 535599, China

## Abstract

Against the backdrop of the “Double Reduction” policy implementation, junior high school mathematics education is transitioning from “overburdened and inefficient” to “lightened burden and high efficiency.” Traditional teaching methods characterized by excessive drills and rote instruction have diminished students’ learning motivation and hindered the development of core mathematical competencies. Based on policy analysis and practical experience, this paper identifies key challenges in current classrooms under the “Double Reduction” framework and proposes an efficient classroom construction approach guided by three principles: precise goal-setting, inquiry-based teaching, and diversified evaluation. By optimizing instructional processes, innovating homework design, and strengthening critical thinking cultivation, the study achieves the integration of knowledge construction and skill enhancement. The research highlights that the essence of efficient classrooms lies in teacher-designed and student-participated two-way interactions. Only through a classroom ecosystem that is “concise yet substantial, flexible yet practical” can learning quality be elevated, fostering students’ comprehensive development in comprehension, application, and innovative thinking.

## Keywords

Academic Burden Reduction; Junior High School Mathematics; Efficient Classroom; Core Competencies; Teaching Strategies

## 减负形势下初中数学高效课堂的策略探究

黄德春

上思县实验中学, 中国·广西防城港 535599

## 摘要

在“双减”政策落实背景下, 初中数学教学正从“重负低效”向“轻负高效”转型。传统教学中过度训练与灌输式教学削弱了学生的学习兴趣 and 数学核心素养培养。本文基于政策与实践, 分析减负背景下课堂存在的主要问题, 提出以目标精准化、教学探究化和评价多元化为导向的高效课堂构建路径。通过优化教学流程、创新作业设计与强化思维培养, 实现知识建构与能力提升的融合。研究指出, 高效课堂的关键在于教师设计与学生参与的双向互动, 唯有在“少而精、活而实”的课堂生态中, 才能提升学习质量, 促进学生理解、应用与创新能力的全面发展。

## 关键词

减负; 初中数学; 高效课堂; 核心素养; 教学策略

## 1 引言

“双减”政策实施标志着基础教育迈入“提质增效、减负提能”的新阶段。数学作为培养逻辑思维与综合能力的核心学科, 其课堂质量直接影响学生的学习负担与成效。长期以来, 初中数学教学受应试导向影响, 形成“讲得多、练得多、思得少、用得少”的局面, 学生自主学习与创新能力不足。减负并非降低标准, 而是要求教师在有限课时内提升课堂效能, 构建以思维发展为核心的高效课堂。本文从课堂结构、教学创新与评价优化三方面探讨初中数学高效课堂的

构建路径, 为新时期数学教学的高质量发展提供参考。

## 2 减负背景下初中数学课堂的现状分析

### 2.1 课堂教学仍存在“重知识、轻思维”的倾向

在“双减”政策背景下, 虽然教学改革不断推进, 但部分数学课堂仍停留在“讲知识、练题型”的传统模式中。教师过度关注知识覆盖与考试得分, 忽视了对学生数学思维的引导与探究能力的培养。课堂中教师讲解时间比例过高, 学生思考与讨论机会有限, 缺乏主动建构知识的空间。这种“重结果、轻过程”的教学方式使学生在应试层面表现良好, 却难以形成举一反三的迁移能力和创新意识, 课堂教学的育人功能受到削弱。

【作者简介】黄德春(1972—), 男, 壮族, 中国广西防城港人, 本科, 一级教师, 初中数学。

## 2.2 学习负担转移现象明显

“双减”政策虽有效减少了课外培训的负担，但部分学校和教师将学习压力内化到课堂之中。为应对考试评价，一些教师通过增加课内训练强度或布置高难度作业，变相延续“题海战术”。学生在时间被压缩的情况下仍需承受高负荷学习，造成“减负不减压”的局面。心理焦虑与学习疲惫并存，使课堂学习效率降低。表面上的减负未能真正实现学习方式的转变，反而加剧了学生对数学学习的畏难情绪，影响学习积极性与持续性。

## 2.3 课堂评价体系单一

当前数学课堂评价体系依然以考试成绩作为核心指标，忽视了学生学习过程与思维品质的综合发展。教师多以“对错”为评价标准，缺乏对学生探究过程、思维方法和创新意识的关注。学生在应试导向下倾向于追求标准答案，学习动机由内在兴趣转向外在结果，课堂参与度和探索精神显著下降。评价体系的单一化限制了学生多元能力的发展，也削弱了教师教学改进的动力，不利于高效课堂的形成与持续优化。

## 3 高效课堂的理念与建构目标

### 3.1 高效课堂的建构目标

构建高效课堂需确立科学的教学转化目标，使课堂真正成为培养数学思维与学习能力的主阵地。在减负的教育背景下，课堂转型应体现三个层面的逻辑变革：其一，从“知识输入型”向“思维启发型”转变，通过数学探究、建模分析等活动引导学生自主发现与抽象归纳，提升逻辑推理与创新思维能力；其二，从“教师主导型”向“学生参与型”转变，强化学生在问题提出、假设验证和结论推导中的主体地位；其三，从“结果导向型”向“过程导向型”转变，关注学生的学习过程、思维路径与情感体验。通过教学目标的分层设计与课堂结构的动态生成，真正实现“减负不减质、提效促发展”的课堂建设目标。

### 3.2 课堂效率的评价维度

高效课堂的构建离不开科学的多维评价体系。传统的课堂评价侧重结果，而高效课堂评价更强调学习过程的生成性与学生成长的持续性。评价应从学习效果、课堂互动和学生体验三维展开：学习效果维度关注知识掌握、能力迁移与思维发展；课堂互动维度体现师生、生生间交流的深度与生成性；学生体验维度则反映学习兴趣、情感投入与满意度。学校可通过课堂观察、学习档案、同伴互评及问卷反馈等方式形成多元化评价机制。教学评价的功能应由“甄别”转向“改进”，由“终结”转向“发展”，促使教师不断优化教学策略，学生持续反思学习方式。这样的发展性评价不仅能科学衡量课堂效能，更能引导教学回归育人本质，实现“减负提质”的教育目标。

## 4 减负背景下初中数学高效课堂的教学策略

### 4.1 目标精准化：构建聚焦核心素养的教学目标

高效课堂建设的首要任务是明确教学目标的方向与层次，使之真正服务于数学核心素养的培育。数学核心素养不仅包括抽象概括与逻辑推理能力，还涵盖模型建构、数据分析与实际问题解决能力。教学目标的精准化设定应以素养为导向，将知识、能力与情感目标有机融合。教师在备课阶段应科学分解课程标准要求，细化“学生学什么、怎样学、达到何种水平”等问题，形成目标分层机制，使不同基础的学生都能在各自水平上获得提升。精准化目标的设计还需体现学习任务的梯度与衔接性，确保知识学习与能力发展同步推进。通过目标细化与层次化落实，课堂教学由“覆盖面”向“聚焦度”转变，既保证教学的针对性，又提升课堂的包容性与生成价值，从而实现以核心素养为中心的高质量学习目标体系。

### 4.2 教学活动探究化：促进知识内化与思维生成

探究性教学是高效课堂的重要驱动机制，它通过激发学生的认知冲突与求知欲，促进思维的主动生成。教师应以问题为导向，将数学知识嵌入真实情境，引导学生在探究中建构规律、形成概念。例如在“函数变化规律”教学中，可创设生活化任务，让学生观察图像变化、归纳函数特征，从感性认知逐步过渡到理性思维。在探究设计上，应注意活动的层次性与递进性，从观察操作到逻辑归纳，从具体实例到抽象模型，形成学生自主探究的思维路径。教师的作用在于搭建认知支架，激发学生的探究动机并引导其反思与总结。探究化课堂不仅提升了学生的知识内化水平，也培养了数学思维的灵活性与创新性，使课堂成为学生思维成长的真实场域。

### 4.3 教学资源生活化：激发学习兴趣与应用意识

生活化资源的运用是实现数学高效课堂的重要途径。数学本源于生活，其教学应回归现实、服务实践。教师在教学设计中应注重从生活情境中提炼数学问题，如商场打折、用电计费、交通规划等，让学生在熟悉的情境中理解抽象概念，增强学习的现实意义。通过生活化素材的引入，数学知识由“符号化”向“体验化”转变，促进学生在实际问题中形成应用意识与探究精神。教师还可利用多媒体和数据资源，构建可视化、交互式的学习情境，使抽象内容形象化、复杂问题具体化，提升学生的直观感受与参与热情。生活化教学不仅能激发学生的兴趣，还能强化其对数学的价值认同，帮助学生实现“学以致用”的迁移，真正达到数学学习的育人目标与应用导向。

## 5 课堂组织与学习评价的优化路径

### 5.1 课堂结构的精简与重构

在“双减”政策背景下，初中数学课堂应由传统的“讲授—练习”模式向“探究—互动—生成”模式转变。教学

结构的优化核心在于减少无效讲解、增加学生的思维活动时间。通过“导—探—悟—练—评”五环节教学流程，教师在导入阶段设置情境化问题，激发学生的认知兴趣；在探究阶段引导学生自主发现规律、交流思路；在反思阶段促进知识的迁移与重构，实现从理解到应用的转化。课堂时间分配应坚持“教师讲得少、学生学得深”的原则，教师成为学习的组织者与引导者，学生成为课堂的主体与思维的参与者。动态生成的课堂结构不仅强化了学生的数学思维与表达能力，也促进了课堂教学的高效化与内涵化发展。

### 5.2 作业设计的层次化与创新化

高效课堂的延伸在于科学的作业设计。作业应体现层次性、开放性与探究性，服务于学生思维能力与学习品质的提升。教师可根据学生差异，将作业分为“巩固—拓展—创新”三个层次：巩固性作业聚焦核心知识与基础技能；拓展性作业促进知识的迁移与综合应用；创新性作业鼓励学生提出问题并尝试解决，激发数学创造力。作业形式可突破纸笔局限，引入“项目化学习”“生活化探究”等形式，增强学习的情境性与实践性。

### 5.3 学习评价的多元化与发展性

高效课堂的构建离不开科学、全面的学习评价体系。传统评价偏重结果与分数，而减负背景下的课堂更强调过程性、形成性与发展性评价。教师可通过学习档案、课堂观察、同伴互评和自我反思等方式，动态记录学生的学习轨迹与思维成长。评价维度应涵盖学习态度、思维品质、合作能力与创新意识，实现由“分数导向”向“成长导向”的转变。数学学习评价还应重视个体差异与学习潜能，通过多维反馈帮助学生认识自身优势与不足。学校可构建数据化学习评价平台，实现教师、学生与家长的互动反馈，形成支持学生持续进步的学习生态。多元发展性评价不仅激发学生的学习主动性，也为高效课堂的持续优化提供了科学依据。

## 6 高效课堂的实施保障与教师专业发展

### 6.1 教师教学理念的更新

高效课堂建设的根本在于教师教育理念的革新。数学课堂不仅是知识传授的场所，更是学生思维生成与能力培养的场域。教师应实现角色的转换，由“知识的灌输者”转向“学习的引导者”“思维的激发者”，重视学生在学习过程中的主体地位与体验价值。理念更新可通过校本研修、专题培训与教学反思实现，使教师在研究型教学中不断提升课堂设计能力与学习情境创设水平。教师需树立“以学定教”的理念，关注学生学习思维的逻辑性与层次性，注重问题设计与探究引导的有效衔接。在实践中通过反思与改进形成教学自觉，从而实现课堂由“教为中心”向“学为中心”的深度转型，为数学高效课堂的构建奠定理念基础与行动导向。

### 6.2 教学资源与环境的优化配置

高效课堂的实现离不开科学的教学资源整合与学习环境优化。学校应充分利用信息化手段，构建多功能数字化教学平台，建立包含微课、题库与互动案例的资源库，为教师教学设计与学生自主学习提供支持。通过引入智能作业系统和课堂即时反馈工具，可实现数据驱动下的精准教学。物理环境的优化同样重要，应合理调整教室布局，营造交流、合作、探究并存的学习氛围。现代化的多媒体设备与数学实验空间能促进直观理解与创新思维的发展。教学环境的优化不应仅停留于硬件层面，更需实现人与环境的互动协调，使课堂成为充满活力的学习共同体，提升教学效率与学习深度。

### 6.3 学习共同体的构建与持续改进机制

高效课堂的长效机制在于学习共同体的形成与持续运作。学校可依托教研组或学科联盟，建立数学学习共同体，以课例研究、课堂观摩和实践反思为主要形式，促进教师间的专业成长与经验共享。共同体的运行应以问题为导向，通过集体备课与教学诊断，生成可推广的教学范式，推动课堂质量的整体提升。学校管理层应将教师专业发展与课堂创新纳入评价体系，激励教师持续研究与改进。通过共同体的协作创新与系统反馈机制，数学课堂实现从个体经验走向集体智慧，从教学改进走向教学革新的动态发展路径。

## 7 结语

在减负背景下构建初中数学高效课堂，不仅是教育改革的核心要求，更是落实“以学生发展为本”教学理念的重要路径。高效课堂的实现依赖教师理念更新、教学模式创新与评价体系完善。通过目标精准化、活动探究化与评价多元化的策略实施，课堂可由“知识灌输”转向“思维培养”，由“形式减负”转向“实质提质”。未来数学教学应更加关注学生的思维品质与核心素养，注重教学过程的生成与反思，推动课堂教学从“效率提升”向“质量跃升”转变。唯有如此，才能在真正意义上实现“减负不减质、提效促发展”的教育目标，使数学课堂成为培养创新思维与综合能力的重要阵地。

### 参考文献

- [1] 朱高兵.减负分层视域下初中数学“四环”高效课堂的构建[J].亚太教育,2023,(11):143-145.
- [2] 黄宏赏.着眼减负增效提升育人品质——“双减”背景下初中数学高效课堂教学探微[J].新教育,2022,(26):7-9.
- [3] 李兵.立足课堂效率，致力减负高效——谈初中数学课堂教学策略的优化[J].数学教学通讯,2020,(35):62-63.
- [4] 施海鹰.真生本方能真高效——浅析大数据背景下初中数学减负高效课堂的达成策略[J].数学大世界(下旬),2016,(10):1.