提高课堂质效，减轻过重负担

礼河实验学校 王强

近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》，并发出通知，要求各地区各部门结合实际认真贯彻落实。在《意见》中明确要求全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担。

减轻学生过重的作业负担一直是困扰我们教学的一个突出问题，是教育的一个热点话题，更是一个难点话题。“双减”的真正目的是为了全面提高教育质量和教师的自身素质，全面推进素质教育，让每一个学生快乐的成长，让学生变苦学为乐学。减轻学生过重的作业负担不是减学生认真学习的习惯，不是减学生刻苦钻研的风气，更不是减教育教学的质量。要减轻学生过重的作业负担，就要全面提高课堂质效。

1. 精心备课，提高课堂质效

1.认真研究课程标准，明确本学科的总体目标和学段教学目标。通读教材，了解教材编写意图、思路，及其在学段中的地位和作用，把握教材内容的内在联系、知识体系和逻辑结构，明确教材中的重点章节和学习要求，结合学生实际，明确学期学科教学在知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观等方面应达到的基本要求。深入钻研教材，准确把握单元及课时教学目标，要做到重点突出、定位合理。

2.个备与组备相结合，同科教师要经常分析学情，互相帮助，注重促进学生进步。教师实行集体备课制。分工负责，集体备课，资源共享，备精每一堂课，优化教学设计和课堂教学过程，减轻教师负担。

3.改革课堂教学结构，向45钟要质量，是减轻学生课业负担的前提。如果课堂效果好，课堂上所有的问题都解决了，课后作业也就可有可无了，所以学生减负，教师就要增效，努力提高课堂效率。教师要积极探索教学改革新途径，加强教研，面向全体学生上好每一堂课，有效自主、有效探究、有效合作、有效点拨，在课堂教学中，要针对每节课的教学重点和学生的学习难点，所采用的方式不一定是“教师讲授”，可以采用“小组合作学习”、“学生自主学习”等方式进行。激发了学生探求新知的欲望，使上课成为乐事，把负担变成轻松愉快的学习动力。让每个学生有一份快乐的心情，让学生变苦学为乐学。只有这样学生才能成为学习的真正主人，学生才会乐学、愿学，教育教学效果才能得到保证，最终实现减负增效。要做到低耗高效，这是课堂教学从“量”的追求转向对“质”的追求。教师必须树立此教学观念，在追求的过程中不断地激发自己课堂教学智慧。课堂教学是我们一线教师的主阵地，提高课堂教学质效也是我们成为智慧型教师的关键。

1. 培养习惯，提高课堂质效

1.培养学生课前预习习惯。预习不止是把书本看看，还要思考一些基本的问题：是什么？为什么?怎么样？跟以前的知识有什么联系等等。指导学生预习，我们可以按以下三个步骤进行：第一步，粗读教材，把握课文的整体结构。第二步，细读教材，把握课文的重点知识。第三步，理清脉络，找出课文的疑难问题。培养学生良好的预习习惯，容易收到事半功倍的效果。预习了，听课就有的放矢，会抓重点，攻难点，课堂自然就更加高效，负担也就相应减轻了。

2.培养学生课堂学习习惯。上课要做到“声声入耳、字字入目、动手动脑、用心学习”，讨论问题时要主动参与、积极发言、积极思考，达到课堂高效收益，从而减轻训练时的负担。

3.培养学生课后巩固习惯。坚持先复习后做题。复习是巩固和消化学习内容的重要环节，把所学知识认真复习一遍，该记忆的记住了，该理解的理解了，然后再做作业。课堂教学中只有教师的“一头热”是很难产生高效课堂的。所以，教师应培养学生良好的学习习惯，让学生在好的学习习惯中学习知识，运用知识，让他们在轻松、愉悦的课堂情境中高效地获取知识，提高能力。

4.培养学生良好的答题习惯。分析解决任何问题，都有基本的思维方法和逻辑程序，第一步是读懂问题，明确要解决什么问题；第二步是选择知识、应用什么知识来分析解决这一问题；第三步是理清思路，分几步、几层来分析问题和想法；第四步是表达问题，用准确的、清晰语言来表达观点和情感；第五步是联想发挥，是否有其他解决问题的方法，能否从中生成一些问题和想法。组织学生问题探究、评价学生作业练习等，都可以指导学生按照这样的程序进行思考。

5.培养学生善于归纳、综合、迁移、发散的思维习惯。在学生进行问题探究过程中，要指导学生从现象的观察、问题的分析中归纳出本质和规律性的东西来，指导学生善于用自己的语言归纳、表述问题，指导学生发散思维，综合应用所学知识多角度、多层面思考问题。特别是教师在分析例题、评价练习时，不能就事论事，要指导学生悟出一般的思维方法，要通过一题多变、一题多解、一景多用等形式引导学生举一反三，迁移发散。

总之，提高课堂质效，减轻学生过重作业负担的方法是多种多样的，我们所做的一切都是为了学生能够在快乐中学习，在快乐中成长，身心健康发展，确保“双减”不减教学质量。