

能力培养

“双减”背景下如何提升初中学生阅读能力

罗明华

厚氛围。

1.课堂环境。教师在课堂教学中要制造一个优良舒适的阅读环境，激发学生的阅读兴趣，使学生积极、主动、快乐的阅读。利用现有的资源，在教室的最后面摆放一个阅读书架，提供一些阅读的资料和书籍。如果阅读资源多的同学，也可以将自己的书籍共享在书架上，使得每个同学都能够阅读到。也可设置图书漂流架，鼓励学生分享自己喜欢看的书籍，形成良好的阅读交流氛围。教师要利用早读课时间让学生自主阅读，把时间都交给学生，让他们自己去进行阅读，选择自己喜欢的、感兴趣的东西读，用自己喜欢的方式读。

2.校园环境。学校都有自己独一无二二文化理念，呈现出的整体人文气质和环境氛围也自然是不同的，这就需要根据独属的文化，设计相应的阅读环境，做到文化浸润，让每个孩子置身其中有强烈的归属感，都有想要阅读的兴致。具体可通过打造校园阅读文化，如建设温馨舒适的图书馆、开放阅读角、举办读书会等活动，让阅读融入学生的校园生活。

3.家庭环境。家庭环境对学生阅读习惯的养成同样起着关键作用。家长应以身作则，减少电子产品的使用时间，与孩子共同阅读，分享阅读心得，为孩子营造安静、和谐的家庭阅读氛围。家校合作，共同为学生创造随时随地可阅读的环境，使阅读成为学生生活的常态。

4.社会环境。社区阅读资源、公共文化活动和媒体宣传对中学生的阅读兴趣和能产生影响。鼓励学生走进书店，积极参与公共场所的阅读活动，以及大众媒体对阅读的推广都能促进学生的阅读活动。

（二）丰富阅读资源，满足学生多元阅读需求

1.利用数字化技术来提供多元化的阅读体验。现在，许多电子设备如平板电脑、手机等都可以用来阅读电子书籍、漫画和杂志等。这些电子书通常配有丰富的插图和动画，能够吸引孩子的注意力，提高他们的阅读兴趣。此外，一些电子书还具有互动功能，如语音朗读、单词解释等，可以帮助孩子更好地

理解故事情节和词汇含义。

2.利用社交媒体和在线平台来推广阅读。许多社交媒体和在线平台都具有强大的用户基础和传播能力，可以通过分享阅读心得、推荐好书等方式来激发孩子的阅读兴趣。一些在线平台还提供阅读挑战和奖励计划，鼓励孩子积极参与阅读活动，培养良好的阅读习惯。

3.举办丰富多彩的阅读活动。组织亲子共读活动，让家长和孩子一起阅读书籍、分享故事情节和感受。举办读书会活动，让孩子有机会和其他孩子一起讨论书籍内容、交流心得体会；还可以邀请作家或知名人士来学校或图书馆进行讲座或签售活动，激发孩子的阅读热情和写作梦想。

4.家庭教育和学校教育要共同努力。在家庭方面，家长可以定期带孩子去图书馆或书店挑选喜欢的书籍，培养他们的阅读兴趣和自主选择能力；在学校方面，学校要与图书馆、出版社等机构合作，开展校园读书节、书展等活动，为学生提供更多的阅读资源和机会。

（三）创新阅读教学方法，激发学生阅读热情。在“双减”背景下，教师应该采用多种多样的教学方法来帮助学生提升阅读理解能力，如自主学习法、讨论法、书本联系生活法等。要创新阅读教学方法，改变传统单一的讲授模式，采用情境教学法、小组合作探究法、项目式学习法等多种教学方法，引导学生积极参与阅读过程。例如，在教授古诗词时，教师可通过创设古代文化情境，让学生身着古装打扮，吟诵诗词，感受古人的情感与意境，加深对诗词的理解与记忆。在阅读科普文章时，可组织学生开展小组合作探究，针对文中的科学问题进行讨论、实验，培养学生的科学思维与实践能力。此外，利用多媒体技术辅助阅读教学，如通过视频、动画等形式展示阅读内容，使抽象的文字变得生动形象，激发学生的阅读兴趣与想象力。

（四）加强阅读指导，培养学生阅读技巧。在教学和实际生活中，每个学生的生活经历和个性特征都不相同，对同一个阅读文本会有千万种不同的理解。阅读技巧的掌握对于提升学生阅读能力至关重

要。教师应加强对学生的阅读指导，根据不同的阅读材料和阅读目的，教授学生相应的阅读技巧。如在阅读记叙文时，指导学生学会抓住人物、事件、时间、地点等关键要素，理清文章脉络；在阅读说明文时，引导学生关注说明对象、说明方法以及说明顺序，快速准确地获取信息。同时，培养学生的精读、略读、浏览等多种阅读能力，让学生根据阅读需求灵活运用。例如，对于经典文学作品，可引导学生进行精读，品味词句的精妙之处，体会作者的思想情感；对于一般性报刊杂志，则可采用略读或浏览的方式，快速获取主要信息。此外，鼓励学生做好阅读笔记，记录好词好句、心得体会等，加深对阅读内容的理解与记忆。

（五）开展阅读活动，提升学生阅读素养。开展丰富多彩的阅读活动，是激发学生阅读兴趣、提升阅读素养的有效途径。学校可定期举办读书分享会、朗诵比赛、角色扮演、故事大王比赛、课本剧表演等活动，为学生搭建展示阅读成果的平台。通过这些活动，不仅可以锻炼学生的口头表达能力、表演能力和团队协作能力，还能让学生在分享与交流中深化对阅读内容的理解，感受阅读的乐趣与魅力。此外，可组织学生参加各类阅读写作比赛，如作文竞赛、读后感征文等，激发学生的创作热情，提高学生的写作水平。以赛促读，以读促写，读写结合，全面提升学生的阅读素养。

三、结语

“双减”政策为提升学生阅读能力提供了广阔的空间与机遇。通过优化阅读环境、丰富阅读资源、创新阅读教学方法、加强阅读指导、开展阅读活动以及完善阅读评价体系等多方面策略的实施，可以有效激发学生的阅读兴趣，培养学生良好的阅读习惯，全面提升学生的阅读能力与素养。教育工作者应深刻认识到阅读对学生成长的重要性，积极探索适应“双减”政策要求的阅读教学模式与方法，为学生

的终身学习与发展奠定坚实基础。

（作者单位：铜仁市德江县教育局）

教学提升

基于脑科学的教师助力学生学习能力提升之道

瞿泉

在教育的广阔天地里,教师犹如领航者,肩负着引领学生在知识海洋中高效航行的重任。而脑科学的研究成果,无疑为教师提供了一份精准的航海图,帮助他们更好地理解学生的学习机制,从而运用有效的策略提升学生的学习能力。

睡眠在学习过程中扮演着不可或缺的角色。睡眠期间,海马体对大脑信息进行审查整理,若剥夺睡眠时间,信息将因海马体无暇顾及而被遗弃。

睡前学习效果最佳,教师可鼓励学生

在睡前进行简单的知识回顾,如背诵几个单词或复习一道数学题的解题思路。午睡同样不可忽视,它能为大脑提供整理信息的又一契机。

四、聚焦注意力与学习技巧,提升学习效能

提高学生的注意力是提升学习能力的重要环节。

在高效学习技巧方面,教师可指导学生设定每日能达成的低层次小目标,如每天背诵一定数量的单词或完成几道数学题,以持续激励学生学习。

五、转变记忆类型,深化学习体验

记忆类型的转变也能为学习助力。经验记忆因与自身经历相关而易于回想,教师可引导学生利用联想记忆和谐音记忆将知识与生活经验挂钩。

方法记忆通过实践得以掌握,教师应增加实验课程和实践活动,让学生在亲身体验中理解公式、掌握知识。如在物理实验课上,让学生亲自操作实验仪器,探究物理规律,从而形成深刻的方法记忆。

综上所述,教师若能深入理解脑科学知识,并将其巧妙运用于教学实践,从记忆机制、大脑特性、睡眠作用、注意力与学习技巧以及记忆类型转变等多方面入手,为学生量身定制学习策略,定能有效提升学生的学习能力,引领他们在知识的探索之路上稳步前行,为其未来的发展奠定坚实的基础。

（作者单位:六盘水市第二十四中学）

易记忆。教师可通过讲述生动的历史故事或展示引人入胜的案例,调动学生的情绪,如在讲解历史人物拿破仑时,先分享一些拿破仑的传奇经历,引发学生兴趣,进而使他们更轻松地记住相关知识点。

三、重视睡眠作用,巩固学习成果

睡眠在学习过程中扮演着不可或缺的角色。睡眠期间,海马体对大脑信息进行审查整理,若剥夺睡眠时间,信息将因海马体无暇顾及而被遗弃。

睡前学习效果最佳,教师可鼓励学生

在睡前进行简单的知识回顾,如背诵几个单词或复习一道数学题的解题思路。午睡同样不可忽视,它能为大脑提供整理信息的又一契机。

四、聚焦注意力与学习技巧,提升学习效能

提高学生的注意力是提升学习能力的重要环节。

在高效学习技巧方面,教师可指导学生设定每日能达成的低层次小目标,如每天背诵一定数量的单词或完成几道数学题,以持续激励学生学习。

五、转变记忆类型,深化学习体验

记忆类型的转变也能为学习助力。经验记忆因与自身经历相关而易于回想,教师可引导学生利用联想记忆和谐音记忆将知识与生活经验挂钩。

方法记忆通过实践得以掌握,教师应增加实验课程和实践活动,让学生在亲身体验中理解公式、掌握知识。如在物理实验课上,让学生亲自操作实验仪器,探究物理规律,从而形成深刻的方法记忆。

综上所述,教师若能深入理解脑科学知识,并将其巧妙运用于教学实践,从记忆机制、大脑特性、睡眠作用、注意力与学习技巧以及记忆类型转变等多方面入手,为学生量身定制学习策略,定能有效提升学生的学习能力,引领他们在知识的探索之路上稳步前行,为其未来的发展奠定坚实的基础。

（作者单位:六盘水市第二十四中学）

易记忆。教师可通过讲述生动的历史故事或展示引人入胜的案例,调动学生的情绪,如在讲解历史人物拿破仑时,先分享一些拿破仑的传奇经历,引发学生兴趣,进而使他们更轻松地记住相关知识点。

三、重视睡眠作用,巩固学习成果

睡眠在学习过程中扮演着不可或缺的角色。睡眠期间,海马体对大脑信息进行审查整理,若剥夺睡眠时间,信息将因海马体无暇顾及而被遗弃。

睡前学习效果最佳,教师可鼓励学生

在睡前进行简单的知识回顾,如背诵几个单词或复习一道数学题的解题思路。午睡同样不可忽视,它能为大脑提供整理信息的又一契机。

四、聚焦注意力与学习技巧,提升学习效能

提高学生的注意力是提升学习能力的重要环节。

在高效学习技巧方面,教师可指导学生设定每日能达成的低层次小目标,如每天背诵一定数量的单词或完成几道数学题,以持续激励学生学习。

五、转变记忆类型,深化学习体验

记忆类型的转变也能为学习助力。经验记忆因与自身经历相关而易于回想,教师可引导学生利用联想记忆和谐音记忆将知识与生活经验挂钩。

方法记忆通过实践得以掌握,教师应增加实验课程和实践活动,让学生在亲身体验中理解公式、掌握知识。如在物理实验课上,让学生亲自操作实验仪器,探究物理规律,从而形成深刻的方法记忆。

综上所述,教师若能深入理解脑科学知识,并将其巧妙运用于教学实践,从记忆机制、大脑特性、睡眠作用、注意力与学习技巧以及记忆类型转变等多方面入手,为学生量身定制学习策略,定能有效提升学生的学习能力,引领他们在知识的探索之路上稳步前行,为其未来的发展奠定坚实的基础。

（作者单位:六盘水市第二十四中学）

易记忆。教师可通过讲述生动的历史故事或展示引人入胜的案例,调动学生的情绪,如在讲解历史人物拿破仑时,先分享一些拿破仑的传奇经历,引发学生兴趣,进而使他们更轻松地记住相关知识点。

三、重视睡眠作用,巩固学习成果

睡眠在学习过程中扮演着不可或缺的角色。睡眠期间,海马体对大脑信息进行审查整理,若剥夺睡眠时间,信息将因海马体无暇顾及而被遗弃。

睡前学习效果最佳,教师可鼓励学生

在睡前进行简单的知识回顾,如背诵几个单词或复习一道数学题的解题思路。午睡同样不可忽视,它能为大脑提供整理信息的又一契机。

四、聚焦注意力与学习技巧,提升学习效能

提高学生的注意力是提升学习能力的重要环节。

在高效学习技巧方面,教师可指导学生设定每日能达成的低层次小目标,如每天背诵一定数量的单词或完成几道数学题,以持续激励学生学习。

五、转变记忆类型,深化学习体验

记忆类型的转变也能为学习助力。经验记忆因与自身经历相关而易于回想,教师可引导学生利用联想记忆和谐音记忆将知识与生活经验挂钩。

方法记忆通过实践得以掌握,教师应增加实验课程和实践活动,让学生在亲身体验中理解公式、掌握知识。如在物理实验课上,让学生亲自操作实验仪器,探究物理规律,从而形成深刻的方法记忆。

综上所述,教师若能深入理解脑科学知识,并将其巧妙运用于教学实践,从记忆机制、大脑特性、睡眠作用、注意力与学习技巧以及记忆类型转变等多方面入手,为学生量身定制学习策略,定能有效提升学生的学习能力,引领他们在知识的探索之路上稳步前行,为其未来的发展奠定坚实的基础。

（作者单位:六盘水市第二十四中学）

教学探究

平面镜成像实验的改进探究

杨君太

平面镜成像原理是初中光学的重点,也是一大难点,更是高频考点。课程标准要求学生通过实验探究的过程,归纳、总结出平面镜成像时像与物的关系;提高证据意识,养成实事求是的科学态度、批判、质疑的科学精神。

教育学博士、浙江大学教育学院课程与学习科学系副主任、教授刘徽在 2016 年国家社会科学基金教育学一般课题的研究成果《大概念教学-素养导向的单元整体设计》中强调:“素养导向体现在课堂转型上,重点就是要从教专家结论转向培养以创新为特征的专家思维。“在时代转型背景下我们不仅应该关心‘学什么’,还要关心‘怎么学’。”

华东师范大学教育学所教授、博士生导师安桂清博士在《教材使用的研究视角与基本逻辑》中强调:“如果说课程视角的教材使用强调对法定教材的依循,更接近于‘教教材’,而教学视角的教材使用则强调教师对教材的创造性修正,更接近于‘用教材教’。”教材起到的是引领作用,教师在教学过程中应充分挖掘教材的内涵。

1、教材实验的局限性

2024 年人教版的八年级物理教材中《探究平面镜成像的特点》的实验过程的叙述是这样的:“1、在桌面上铺一张纸,纸上竖立一块玻璃板,在纸上标记蜡烛和像的位

置,测量蜡烛和像到平面镜的距离。2、移动点燃的蜡烛,多做几次实验。3、换用长度不同的蜡烛,再做几次实验。”总结出平面镜成像的规律:“像和物体到平面镜的距离相等,像和物体的连线与镜面垂直。”

审视教材中的实验步骤,我们发现实验仅限于展示平面镜与桌面垂直这一特定情形。在这种情况下,物体与镜面的距离(物距)以及物体在镜中成像的位置(像距)都是从桌面上进行测量的,而桌面以外的物距和像距并未被记录。在实际教学过程中,许多教师在讲授这一知识点时,往往仅依据教材中的实验结果,便引导学生归纳平面镜成像的规律。这种情况在优质课竞赛中也屡见不鲜;通过学科网、21 世纪教育网、希沃等平台查看相关教学设计,也普遍呈现出类似的简化处理。

该实验教学存在三个主要误区:首先,它未能充分揭示平面镜成像规律的普遍性。由于实验未涵盖盖面、物体与桌面不垂直时的成像情况,也未测量桌面外的像与物体到镜面的距离,导致无法绘制像与物体的连线,进而无法验证该连线是否与镜面垂直。这种仅限于镜面和物体垂直于桌面的单一实验设置,使得探究过程不完整,因此得出的平面镜成像规律应当附加条件“当镜面和物体与水平面垂直时”才更为准确。然而,即使在镜面和物体与水平面不垂直的情况下,平面镜成像规律依然适用。其次,教学方法倾向于直接传授专家的结论,而非引导学生理解专家的思维过程。最后,学生对平面镜成像规律的理解存在局限性,他们往往认为只有当玻璃和物体与桌面垂直时,平面镜成像规律才成立。这种片面的理解反映在习题解答中,当

镜面和物体竖直放置时,大多数学生能够正确解答,但在其他放置方式下,能够正确作图的学生就相对较少。

2、改进实验的方法

针对平面镜成像规律的“像和物体到平面镜的距离相等,像和物体的连线与镜面垂直”的这两个结论的实验获取过程,江苏无锡曹平老师作出了很好的改进,但还有一些地方可以进一步优化和改进。

实验器材:1 大 2 小 3 块玻璃板、4 个底部有磁片发光立体物体(两个等大,另外两个一大一小)、1 个两边都固定有三角尺的 U 型卡、可调节角度的支架、白纸 1 张。这个支架可以放置上下、左右两块玻璃板,左右两块玻璃板所成的夹角可以从 90° 到相互平行之间转变,也可以改变玻璃板和物体与桌面的角度,能测量桌面上及不在桌面上(小于±90°)的像和物体到平面镜的距离,能体现像和物体的连线与镜面的垂直关系。放置发光体的位置底部有薄铁皮,方便固定发光体,且能把发光体和像体移动到不同位置。像的虚实判断方法与教材中的方法相同。

实验步骤

1、首先按照教材中的方法,将玻璃板垂直于桌面放置,用两个大小相同物体的其中一个作为物体,用另外三个物体分别放在像的位置,观察像与物的大小关系;测量物像 5 个不同点对应的像距和物距等数据(像距要减去玻璃厚度),同时用 U 行卡上的三角尺的两个直角边观察像和物体的连线与镜面的垂直关系(像和物体左右同侧);观察像是否能在光屏上呈现,判断像的虚实。做好各项记录。

2、将玻璃板和发光体通过可调节支架调整为与桌面成一定角度

(如±30°、±45°、±60°等),进行多次实验。

3、实验结果分析

在经过多次从不同角度进行的实验后,我们进行了分析和总结:在玻璃板、物体与桌面之间存在不同角度和距离的情况下,成像与物体之间的关系始终遵循以下规律:成像的大小与物体大小相等,像和物体到平面镜的距离相等,成像与物体的连线与镜面垂直,且所成的像是虚像。基于这些观察,我们总结出了平面镜成像的基本规律。

4、结论

通过从多个角度和不同距离进行反复实验,我们成功地规避了结论的偶然性。这一过程不仅使学生能够更全面地掌握平面镜成像的原理,而且有助于培养他们的科学思维、探究精神以及探究方法。这样的实验设计避免了因实验条件的局限性而导致对科学规律的误解,防止了陷入单纯传授专家结论、教教材的教学模式,从而显著提升了教学效果。

5、拓展实验

1、把两块平面镜成像实验中所用的玻璃板成 90° 角放置,将物体放在两块玻璃板之间,观察能成几个像,然后逐渐减小两块玻璃板的夹角至两块玻璃板平行,同时观察像的个数变化(从 3 个像逐渐增多至无数个像)。提高学生学习能力。

2、将物体或部分物体放置到玻璃之外,从不同角度观察是否成像或完整的像。

3、将两块玻璃分成上下和左右两块放置,观察成像的情况。

（作者单位：黔南州独山县第四中学）

（二）营造生活化教学氛围，培养与学

生之间的教学默契

教学环境对教学效果的影响不言而喻，合适的教学氛围能够更明确地表达出教师所要传达的信息，学生也能够更加配合教师的教学。

为了更好地吸引学生的学习兴趣，加

深学生对理论知识的印象，教师可以结合日常生活中人们在面临危机时采取的一些措施来开展教学。

（三）开展生活化主题教学活动，引导

学生深入学习

高中政治知识生活化教学为学生的高中政治学习打开了一扇窗，窗户外面是富有生活气息的各种社会现象。新课程改革背景下，高中政治生活化教学要求教师应作为引导者，开展生活化的主题教学活动。教学活动的主要内容是围绕某个政治理论来进行深度挖掘，学生参与活动的形式是提出自己的意见，然后主动去收集一些与生活相关的事件或者是现象来佐证自己的观点，这种活动形式将生活化教学的主体对象由教师变为了学生。

（四）构建自由探讨的学习交流平台，

让学生能够自由表达意见

通过以上的教学铺垫，以生活化教学为理念的高中政治课堂教学的教学框架已经基本形成，学生对高中政治知识已经产生更深层次的理解，而且在生活化教学框架的帮助下，能够系统性地整理出自己的学习知识体系，这些都为今后更好地学习高中政治知识提供了良好的条件。

另外，为了能够让学生在交流平台上获得更好的体验，高中政治教师除了要担当话题的发起者之外，还要担当交流环境的监督者。对于任何与话题不符的发言或者破坏文明发言环境的行为，教师都要及时加以制止并对相关学生予以严厉的警告。教师要让全体学生共同维护自由交流的环境，以保证学生相互交流的质量。

三、结语

总之,在高中政治教学中,通过构建生活化课堂可以有效地弥补传统教学模式存在的不足,更好地激发学生的学习兴趣。教师要为学生列举现实生活中的案例,通过提问的方式激发学生的学习热情,而且要鼓励学生对现实生活进行认真观察,并且组织学生参与课堂情境表演等。基于此,帮助学生认识到现实生活与政治知识息息相关,通过现实生活更好地了解政治知识,培养学生的政治素养。

（作者单位：六盘水市第十中学）