

减负增效视角下小学英语作业设计优化与实践

钟林萍

梧州市西罗小学

摘要：“双减”背景下，小学英语作业设计要满足“减负增效”和培育核心素养的双重要求，作业作为课堂教学的延伸与补充，是实现这一目标的关键环节。当前小学英语作业设计仍存在机械重复、分层不足、脱离生活等突出问题，不仅加重了学生的课业负担，还制约了英语教学质量的提升和学生核心素养的培育。本文基于减负增效的核心理念，先系统剖析当前小学英语作业设计存在的主要问题，再针对性提出优化策略，旨在为小学英语教师提供可操作的参考，让作业真正成为激发学生英语学习兴趣、巩固知识、提升能力的载体，实现“减量不减质、减负又增效”的教学目标。

关键词：减负增效；小学英语；作业设计；优化策略；实践路径

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.101

引言

随着“双减”政策深入实施，小学英语教学迎来减负提质的变革^[1]。英语教学以培养学生语言能力、文化意识、思维品质与学习能力为核心，作业作为衔接课堂与课后的关键环节，直接影响教学效果与学习体验。小学英语作业设计要真正实现减负增效，就要在题型设计上突破，答案可以不唯一，要多设计一些开放式的问题，作业形式也要注重多样化^[2]。当前小学英语作业存在重数量轻质量、重机械轻运用的问题，重复单一的作业加重学生负担，消磨学习兴趣，背离育人初衷与减负理念。减负增效并非单纯减少作业量，而是在减量基础上提质，优化作业设计，增强针对性、趣味性、实践性与层次性。

一、减负增效视角下小学英语作业设计存在的问题

（一）作业内容同质化严重，忽视学生个体差异

减负增效的关键在于因材施教，兼顾不同学生的学习需求。当前小学英语作业普遍采用“一刀切”模式，内容同质化突出，教师多依据教材与进度布置统一任务，未充分考虑学生在英语基础、学习能力与兴趣上的差异。基础薄弱的学生常因作业难度过高难以独立完成，易产生畏难情绪与厌学心理；基础较好的学生则因内容简单缺乏挑战，能力得不到有效提升。这种忽视个体差异的作业设计，既加重了学困生的学业与心理负担，也浪费了优等生的学习时间，无法做到因材施教，与减量提质、减负增效的理念相违背。

（二）作业侧重机械记忆，缺乏实践性和运用性

英语作为实践性语言学科，核心目标是培养学生的语言运用与交流能力。但现阶段小学英语作业多以机械记忆为主，严重缺乏实践性与应用性。作业形式多集中在单词短语抄写背诵、句型机械仿写，缺少真实情境下

的对话、表达、写作与探究类实践任务，且内容常脱离学生生活实际，造成学用脱节。学生虽花费大量时间记忆知识点，却难以在真实场景中灵活运用，此类重复低效的作业属于无效负担，既违背语言教学规律，也无法实现减负与提升核心素养的双重目标。

（三）作业反馈单一低效，缺乏针对性和指导性

作业反馈是优化教学、巩固学习的重要环节，也是减负增效的重要保障。当前小学英语作业反馈方式单一、效果不佳，教师批改多以简单打钩、打叉或打分为主，仅关注结果对错，缺少对学生解题思路、错误原因的细致分析与针对性指导。学生出现语法、表达等错误时，往往只知其错不知为何错，难以有效改正。同时，反馈存在滞后性，学生无法及时纠错巩固，且评价主体以教师为主，缺少自评、互评与家长参与，难以全面反映学习情况，也不利于激发学生自我反思与改进的意识。

（四）作业总量把控不当，加重学生课业负担

减轻课业负担是减负增效的首要任务，但部分小学英语教师对作业总量把控不合理，进一步加重学生压力。部分教师受应试观念影响，盲目信奉题海战术，布置大量重复性练习，导致学生耗时过长，挤占休息、锻炼与兴趣发展时间。同时，教师缺乏学科间协同意识，未与其他学科统筹作业量，造成多科作业叠加，整体负担超标。此外，不少作业存在无效重复练习的问题，同一知识点反复操练，既浪费时间精力，又无法提升学习效率，违背“双减”政策要求，也难以真正实现提质增效。

二、减负增效视角下小学英语作业设计的优化策略

（一）优化作业内容，实现作业的生活化和实用性

从减负增效视角出发，小学英语作业设计的核心逻辑在于去机械、重实用、融生活、促综合，即摒弃重复抄

写、机械记忆等低效耗时的“伪练习”，将作业内容锚定学生真实生活场景，以“用中学、学中用”为路径，在精准对接教学目标的同时，融入跨学科元素，让作业成为巩固知识、提升能力、涵养素养的载体，而非学业负担。这一设计理念既符合《义务教育英语课程标准》中“践行学用结合、学以致用”的要求，也回应了“双减”政策下减轻学生过重作业负担、提升育人实效的核心诉求，让作业成为连接课堂与生活的桥梁，通过真实情境中的语言实践，使学生在解决实际问题的过程中自然内化语言知识，实现“减负”与“增效”的辩证统一。

以接力版五年级上册 Lesson 1 I like grapes 为例，可设计三层递进式作业以实现减负增效：基础巩固层摒弃传统单词抄写等机械任务，改为“我的水果偏好清单”作业，要求学生结合课堂所学水果类词汇，用简单句型“I like.../I don't like...”列出自身喜好的水果并标注中文释义，紧扣本课核心知识，以真实表达替代机械重复，将用时控制在10分钟内，切实减轻学生负担；生活实践层设计“家庭水果购物清单”实践作业，让学生以“采购员”身份用英语设计周末水果采购清单，包含水果名称、数量及推荐理由，结合家庭实际需求完成任务，在真实购物场景中运用本课语言知识，真切体会英语的实用价值并培养家庭责任感；综合拓展层则融入美术学科，布置“我的水果乐园手抄报”任务，学生手绘喜爱的水果形象并以英语标注名称与简单描述，将语言运用与美术创作结合，丰富作业形式的同时锻炼动手能力与审美素养，在趣味创作中深化知识记忆，实现减负与综合素养提升的双重目标。

（二）实施分层作业，兼顾学生的个体差异

减负增效的核心在于因材施教，小学英语作业设计需立足学生个体差异，通过科学分层、自主选择与动态调整的分层作业体系，打破“一刀切”的作业模式，让不同水平的学生都能在适宜的难度区间内获得成长，真正实现“减量不减质”。分层作业并非对学生贴标签，而是以学生为中心，尊重认知发展规律，通过梯度化任务满足基础薄弱生的巩固需求、中等生的提升需求与优等生的拓展需求，在减轻学生无效负担的同时，让每个学生都能收获成就感，激发持续学习的内在动力，这正是“双减”背景下作业育人价值的核心体现。

以接力版五年级上册 Lesson 1 I like grapes 为例，可构建分层作业体系践行因材施教的减负增效理念：基础层作业面向英语基础薄弱的学生，聚焦核心知识巩固，避免机械抄写，设计“我的水果词汇卡”任务，要求学

生从本课水果类词汇（grapes, apples, bananas 等）中挑选8个，制作图文词汇卡，正面画水果简笔画，背面标注英文单词与中文释义，并跟读课文录音3遍，用时控制在10分钟内，以可视化、低难度的形式帮助基础薄弱生夯实词汇基础、获得成就感；提高层作业面向中等水平学生，侧重语言运用能力提升，设计“我的水果偏好小对话”任务，要求学生结合本课句型“I like.../I don't like...”，与家人或同学创编一段3-5轮的水果喜好对话，并用简单句式说明理由，录制1分钟以内的音频或手写对话内容提交，在真实交流场景中锻炼学生的语言输出能力；拓展层作业面向学有余力的学生，侧重综合素养与创新思维培养，设计“家庭水果派对策划”任务，要求学生用英语设计一份小型家庭水果派对方案，包含派对主题、推荐水果清单、简单互动游戏说明，并搭配手绘装饰，融入生活实践与美术创作，引导学生综合运用语言知识、培养策划能力，同时允许学生自主选择作业层次，教师每周根据课堂表现与作业完成情况动态调整分层，确保作业难度始终适配学生的成长节奏，真正实现减负与增效的统一。

（三）完善作业反馈，提升作业的指导性和实效性

有效的作业反馈是实现减负增效的重要保障，因此，小学英语教师应完善作业反馈机制，优化反馈方式，让作业反馈更具针对性、指导性和及时性，帮助学生发现问题、改进学习，提升作业的育人实效^[3]。

一是注重反馈的针对性，关注学生的错误原因。教师在批改作业时，不应只注重对错判断，而应深入分析学生的错误原因，针对不同学生的错误，给出具体的改进建议。例如，学生在单词拼写中出现错误，应区分是拼写记忆错误还是发音错误，有针对性地给出记忆方法、发音技巧的指导；学生在句型运用中出现错误，应分析是语法知识掌握不牢固还是语境运用不当，给出具体的语法讲解和语境运用指导。同时，教师可以在作业批改中加入个性化的点评，如“单词拼写很准确，继续加油！”“句型运用很灵活，若能注意时态变化会更好”等，让学生感受到教师的关注，提升学习的积极性。

二是保证反馈的及时性，发挥作业的纠错作用。作业反馈应及时，教师应在学生完成作业后，尽快批改并反馈给学生，让学生及时了解自己的学习情况，自身的问题，及时纠错，避免错误积累。例如，当天布置的作业，当天批改完成，第二天及时反馈给学生，针对学生的共性问题，在课堂上进行集中讲解；针对学生的个性问题，进行差异化辅导，确保每个学生都能及时解

决问题，提升学习效率。

三是丰富反馈主体，实现多元评价。作业反馈不应仅局限于教师评价，还应融入学生自评、同伴互评和家长参与，形成多元评价体系，全面反映学生的学习情况，激发学生的自我反思和自我提升意识。例如，让学生在完成作业后，进行自我反思，评价自己的作业完成情况，找出自己的优点和不足；让学生分组进行同伴互评，互相指出对方的问题，提出改进建议；让家长参与作业反馈，关注学生的作业完成情况，配合教师做好课后辅导，形成家校共育的合力。

（四）把控作业总量，减轻学生的课业负担

教师应严格遵循小学生的年龄特点和英语学习规律，精准控制英语作业的数量和时长，杜绝盲目布置、过量布置。结合小学各学段学生的认知能力和学习负荷，明确作业时间标准：低年级学生英语基础薄弱、注意力集中时间短，每天英语作业时间应严格控制在15分钟以内，以简单、趣味化的基础练习为主；中高年级学生具备一定的英语基础和自主学习能力，每天英语作业时间也不宜超过20分钟。同时，作业内容需秉持简洁高效的原则，坚决摒弃无效重复的练习，每一项作业都要明确教学目标和训练意义，避免同一知识点的反复机械操练，让学生在有限的时间内完成高质量的作业，既巩固所学知识，又提升学习效率，真正实现“减量不减压、减量更提质”。

小学阶段各学科作业叠加是导致学生课业负担过重的重要原因之一，因此，英语教师应树立全局意识，主动与语文、数学等其他学科教师沟通协调，共同统筹规划各学科作业总量和完成时间。通过定期沟通、集体研讨等方式，合理分配各学科作业占比，避免出现某一学科作业过多、多学科作业集中叠加的情况，确保学生每天的总作业时间不超过国家规定的标准。例如，可与语文、数学教师协商，错开作业布置高峰，避免同一天布置大量书面作业，为学生预留充足的自主安排时间，真正实现“减负”不流于形式，让学生有时间参与体育锻炼、发展兴趣爱好，促进全面发展。

减负增效绝非单纯减少作业数量，更核心的是提升作业质量，摒弃机械重复、无实际意义的低效作业。英语教师应转变作业设计理念，打破“题海战术”的传统认知，注重作业的针对性、趣味性和实践性，让每一项

作业都能发挥其育人价值。例如，减少单词抄写的次数，替代单词语境运用、图文匹配等练习，让学生在运用中记忆单词；减少单一的习题练习数量，增加实践探究类任务，如英语对话创编、生活场景表达、跨学科实践等，让学生在完成作业的过程中，不仅能巩固语言知识，还能提升语言运用能力、动手实践能力和创新思维，真正实现“减量提质”，让作业成为助力学生成长的有效载体，推动小学英语教学减负增效目标落地见效。

结语

在“双减”政策下，小学英语作业设计应减负增效，而教师必须严格遵循以学生为中心、多样化作业设计的基本原则，充分发挥课后作业的重要性，全面促进学生英语综合能力及专业素养的不断提高^[4]。小学英语作业的优化设计，是“双减”政策落地生根的具体实践，更是落实英语学科核心素养育人目标的关键举措。它并非简单的作业量缩减，而是一场以学生为中心的教学理念革新，需要教师打破传统作业的局限，在生活化、分层化、多元化的探索中，实现“减量不减质、减负又增效”的核心目标。优化小学英语作业设计，既是减轻学生课业负担的现实需要，也是激发学生学习内驱力、培养语言运用能力的有效路径。未来，小学英语教师需持续立足教学实际，不断优化作业设计策略，完善反馈机制，兼顾实用性与趣味性、层次性与综合性，让作业真正成为连接课堂与生活、衔接知识与能力的桥梁，助力学生在轻松高效的学习中提升英语素养，推动小学英语教学质量发展。

参考文献

- [1] 陈娇娇. 新课标下小学英语有效作业的设计[J]. 安徽教育科研, 2024(34): 53-55.
- [2] 曹岑. 育人导向下主题式单元作业的设计与实践——以PEP《英语》六年级下册Recycle综合作业设计为例[J]. 小学教学设计, 2024(21): 63-65.
- [3] 杨昀. “双减”政策背景下优化小学英语作业设计的策略[J]. 天天爱科学(教育前沿), 2022(12): 114-116.
- [4] 潘玲. 小学英语减负增效作业设计策略[J]. 校园英语, 2022(35): 166-168.