# 教师双减政策的心得体会(优质11篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-11-12

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。教师双减政策的心得体会篇一第一段：引...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**教师双减政策的心得体会篇一**

第一段：引言双减政策的实施对于教师而言是一次重要的变革，它旨在减轻教师的课堂教学负担和非教学工作量，提高教师的教学质量和生活满意度。作为一名从教多年的教师，我深深感受到了双减政策带来的积极影响。

第二段：减轻教学负担。

双减政策的一大目标是减轻教师的课堂教学负担。过去，我常常为了备课和讲课而疲于奔命，经常加班加点。随着双减政策的实施，学校逐渐减少了课程内容和教学任务量，给予教师更多时间和空间去进行教育教学改革和研究。现在，我感到自己更加从容，有更多时间与学生交流和互动，更加注重学生的个性发展和兴趣培养。学生的学习质量和兴趣也都得到了提高。

第三段：减少非教学工作量。

除了课堂教学负担的减轻，双减政策还在一定程度上减少了教师的非教学工作量。在过去，我经常为了各种行政工作和辅导活动而疲于奔命。现在，学校在行政和管理方面做了很多改革，将非教学工作交给专人负责，让教师能够专心教学。我不再需要为了各种会议和文件的起草而忙碌，而是能够把更多的时间和精力放在学生身上。这不仅让我更加热爱我的教育事业，也提高了我的工作效率和专业能力。

第四段：提高教学质量。

减轻教学负担和非教学工作量的同时，双减政策更重要的是提高教师的教学质量。学校不仅为教师提供了更多的培训机会和资源支持，还鼓励教师积极参与课题研究和教育改革实践。这让我了解到教育改革的前沿动态，不断更新自己的教育理念和教学方法。我经常与教育同行和专家进行交流和研讨，不断提高自己的教学能力和教学水平。通过这一系列的努力，我能更好地理解和满足学生的学习需求，使教学更加精彩和有效。

第五段：增加生活满意度。

双减政策的实施不仅仅改善了教师的教育教学环境，也增加了教师的生活满意度。过去，由于工作繁忙，我很少能够有时间陪伴家人和照顾自己的身心健康。现在，我有更多的时间与家人相处，享受生活。此外，学校也注重教师的职业发展和福利待遇，给予教师更多的关怀和支持。这让我感到自己在这个职业中的价值和尊严，增强了我的工作动力和幸福感。

总结：双减政策的实施是教育发展的一大进步。通过减轻教学负担和非教学工作量，提高教师的教学质量和生活满意度，教师能够更好地发挥自己的专业能力，为学生的成长和发展做出更大的贡献。作为一名教师，我深感双减政策带来的好处，也将继续努力，为教育事业做出更多的贡献。

**教师双减政策的心得体会篇二**

近些年来，关于教育的谎言广为传播，如“别让孩子输在起跑线上”“只要你考上大学就好了”。谁也不知道起跑线在哪里，每个人都可以画一条起跑线然后去比输赢，每个人都想通过抢跑以处于领先位置，于是社会培训机构迅速的扩张，学生的学业和心理负担越来越重，家长的经济负担和内心焦虑越来越重，“只要你考上大学就好了”是一支学生和家长共用的麻醉剂，许多人错误地把学习的目标定为考上大学，那么学习的终点是高考。谈教育无法绕过考试，中考、高考固然重要，但如何把孩子教育成一个健康、善良、成熟、正直的人，能够适应未来社会生活中的各种考验和挑战，对家庭和国家作出贡献，才是家长和教育者们更应反思的命题。

20xx年国家通过了《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》，是站在中华民族伟大复兴的战略高度，对“双减”工作作出了重要决策部署。学校是教育的主阵地。课堂是学校教育教学最基本的形式，学生发展核心素养是在上好每一节课的基础上逐步形成的，而不是在校外培训机构中形成的。课堂教学的不足是学生参与校外培训的重要原因，因此，提升教师的专业素养，设计好每一节课的.教学目标和学生活动，让课堂教学过程充满生机活力，面向全体学生，因材施教，实现全面而有个性的发展，才能减少绝大多数学生的补课需求，进而推动“双减”的真正落地。

提升课堂教学质量的主体是老师，绝大多数的老师爱岗敬业，爱生如子，在平凡的岗位默默奉献，不计名利，寒来暑往，培养一批又一批学生；绝大多数的学生长大后，对他们当年的老师心存感激，学校课堂发生的点点滴滴成了师生共同的美好回忆。但我们也痛心的看到，个别教师课堂教学水平不能满足学生发展的需要，课外补课牟取私利，严重影响了教师队伍整体形象，失守学校教育的主阵地，在“双减”政策下，这样的不良现象会得到严肃处理。作业是课堂教学的延伸，科学布置家庭作业，巩固当日所学，同时又具有开放性、拓展性和应用性，对于不同能力水平的孩子具有选择性，这样不仅不会增加学生负担，还可以增进学生的学习兴趣和自主学习的动机。优秀的教师不会布置太多的作业，通过“刷题”提高学业成绩；优秀的作业一定是用心设计的，是一种巧妙的师生信息交流途径。坚守学校教育阵地，离不开家长的配合支持。

家长是孩子的第一任老师，家长言行背后的情感、态度和价值观，在孩子成长过程中发挥着深远的影响。有的家长不投入时间陪孩子成长，却将大量的时间放在盲目跟风攀比上，孩子成绩稍微下降，不与孩子和老师一起分析原因，马上想到的就是补课，一掷万金，仿佛我花钱了，我尽到做父母的责任了。家长的焦虑情绪来自教育的谎言，来自培训机构铺天盖地的宣传，来自社交软件里的小道消息，来自对子女发展空间的错误定位，但是，没有任何一种教学方法或者一个老师，能够在短时间内大辐度地提高学生的学业成绩。

缓解家长的焦虑情绪，需要营造良好的社会氛围，一方面规范培训机构的行为，另一方面努力实现教育均衡和优质发展，同时要办好家长学校和网上家庭教育指导平台，引导家长树立科学教育质量观念，理性确定孩子成长预期，从而形成减负共识。

**教师双减政策的心得体会篇三**

段落一：引言（约200字）。

新教师双减政策的实施是对教师工作负担过重、生活压力大的一种回应。作为一名新教师，我在过去几年中亲身体会到了工作和生活的双重压力。然而，双减政策的推出给我和很多同事带来了一丝松动的空间。在这篇文章中，我将分享一些我在双减政策下的心得体会。

段落二：师资培训与职业发展（约300字）。

双减政策为新教师提供了更多关于教学技能和知识的培训机会。我个人在双减政策的支持下参加了多个专业培训，如教育技术、班级管理等。这使我得以不断提升自己的专业能力，更好地应对课堂上的挑战。同时，政策还为我提供了更多发展的机会，如参与校内外教学研究与交流活动，积累了宝贵的经验。通过培训和发展，我感觉到自己的教学水平不断提高，也更有信心面对未来的教学工作。

段落三：教学负担减轻（约300字）。

新教师往往承担较多的工作量，包括备课、批改作业、学生管理等。然而，双减政策的实施让我感受到了工作负担的减轻。减少的教学课时为我提供了更多的时间来备课和个人成长。而且，政策还鼓励学校提供更多教学辅助资源，如助教和教学设备。这些措施的实施使我的工作更加高效，也减少了压力和焦虑感。

段落四：生活压力释放（约300字）。

除了教学工作外，新教师还要承担家庭责任和个人生活琐事。双减政策的实施为我提供了更充足的时间去照顾家人和自己的健康。以前经常加班加点的日子，现在得以缓解。我有更多的时间陪伴家人，参加兴趣爱好，保持身心健康。这些改变有效地减轻了生活压力，让我更加积极地面对工作和生活。

段落五：回顾与展望（约200字）。

新教师双减政策的实施对于减轻教师的工作负担和生活压力起到了积极的作用。然而，除了政策的实施，我们作为教师也需不断提升自己的教育教学能力，与时俱进。只有不断学习和反思，才能更好地应对教育发展的变革和挑战。同时，政府也需要继续关注教育行业，改善教师待遇和工作环境，为教师提供更好的发展和生活支持。相信在双减政策的推动下，我们新教师将能够迎接更多的机遇与挑战，为教育事业的发展做出更大的贡献。

总结（约100字）。

新教师双减政策的实施减轻了教师的工作负担和生活压力，为新教师提供了更多的师资培训和职业发展机会。通过政策的支持，教师的教学水平不断提升，工作效率提高，生活质量也得到了改善。同时，政府和教育部门也需要进一步优化政策，改善教师的待遇和工作环境，为教师提供更好的发展保障。

**教师双减政策的心得体会篇四**

“双减”政策的出台，让作为教师的我看到了国家对教育改革的决心和力度。政策的出台，将减轻家长的负担，让“还孩子一个快乐的童年”有了希望，要想更多办法去努力提升学校教育教学质量。希望加大力度将政策落地落实，切实取得实效。

减轻学生作业负担和校外培训负担，是贯彻党的教育方针、遵循教育规律、保障学生身心健康成长的重大举措。回应教育关切，缓解了社会教育焦虑、减轻了家庭教育负担。

充分发挥学校主阵地作用，让学生学习更好回归校园，才能减少参加校外培训需求。全体教育工作者，应当务必以立德树人为导向，克服“唯分数”的评价方式，坚持以促进学生全面发展为本，深化课堂教学改革、提高校内教育教学质量、完善课后服务，当好“四有”好教师和“四个引路人”，为学生成长导航，撑起有利于学生健康成长的宁静天空。

近年来，不符合教育规律的过量作业和校外培训已成为压在中小学生及家长肩上的沉重负担，对教育事业健康发展产生了较大的负面影响。“双减”政策的出台，意在强化学校教育功能，增强教育的服务功能，引导教育回归教育本真，遵循教育规律，彰显公益属性，从根本上解决中小学生过重作业负担和校外培训负担，促进教育健康发展。

下一步，应该抓好政策落实。各地教育行政部门应拿出实实在在的举措，切实做到“强校内”，让学生在学校“吃饱、吃好”，得到充分而满足需求的校内课后服务，以缓解家长对于“教育内卷”的焦虑，从而减轻学生、家长的负担。

**教师双减政策的心得体会篇五**

20xx年8月，国家出台《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》，我校积极响应国家“双减”政策，落实减负保质，致力于提升课堂质量，向40分钟要高效。在双减政策下，如何优化作业管理和设计路径，激发学生创造性和积极性，也成为了每一个老师要认真思考的问题。

首先，我们应该考虑作业设计的目的。作业的设计究竟是出于激发学生的学习兴趣，巩固所学知识，还是出于“应试”的目的，为了考试而大量做题，或者为了应付学校的检查。此外，如果一份作业单的设计，所有学生都会做，那么可以说这份学习单就是失去了它存在的意义。好的作业应该是符合学生“最近发展区”的，是有一定的难度的，是孩子借助支架，通过自己的努力，跳一跳能够摘到桃子的。因此，作业的设计要让孩子们潜心会文、自主探究、合作学习，是可以让他们去挑战的。

在作业设计中我们要明白，不是做得越多、花的时间越多就越容易学好，在合适的时间内学习“少且重要”的数学才是数学课的理想状态。有时过多机械重复同水平的练习，会让学生对学习产生厌倦，甚至迷失好奇心，反而“熟能生厌”。华罗庚曾说：“学数学不做题，等于入宝山而空返。”在信息化的今天，要帮助学生找到“题海”已不是难事，难的是为每一个学生找到适合成长的“题组”。“双减”文件明确要求：系统设计符合年龄特点和学习规律、体现素质教育导向的基础性作业。鼓励布置分层、弹性和个性化作业，坚决克服机械、无效作业，杜绝重复性、惩罚性作业。

“双减”文件对作业批改也有细致具体的要求：教师要认真批改作业，及时做好反馈，加强面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。文件还特别提到：不能要求家长批改和不得要求学生自批自改。毫无疑问，批改作业属于教师的工作，“精选、先做、全批”是教师作业布置的基本准则，教师也不会要求家长和学生批改作业来减少自己的工作量，但学生因此就放弃作业的“自我检查”，家长就对孩子的\'学业“放任不管”，这就是对文件的误读。任何关于学生成长的工作，都离不开学生主体的自主和家校合作形成的合力才能取得更好效果。作业的批改看结果也要看过程。老师批改的一个简单的分或者“×”，反映不了学生学习过程的经历和收获，还会掩盖学生作业过程火热的思考、丰富的情感和真切的体验。在批改时，尽量多一些鼓励，多一些尊重。有时一句话，足以鼓励学生的斗志；一个符号，可以缓解学生的焦虑；一个图示，能激活学生的思路。

总之，在“双减”政策之下，我们要正确解读文件精神，提高自己的课堂教育教学质量，提升自己的作业设计能力。在减负的同时，不减教学质量，更好地完成教学任务。

**教师双减政策的心得体会篇六**

从校内的维度来看，国家下决心要“全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担”，从健全作业管理机制、健全作业管理机制、提高作业设计质量、加强作业完成指导以及科学利用课余时间几个方面，全方位的帮助义务教育阶段的学生减少作业压力，规范教师职责，让教育回归学校，彰显教育的本质。

我个人非常赞同“健全作业管理机制“中“严禁给家长布置或变相布置作业，严禁要求家长检查、批改作业”这两项内容。让家长回到家长该有的位置，不要因为作业问题影响亲子关系。从而让孩子的负面情绪有一个可以信赖的发泄口，减缓孩子的学业压力。

在“保证课后服务时间”这一条里，要求学校要引导学生自愿参加课后服务。课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间。

从这里我们可以看出，国家从时间上就切断了晚托班、托管班等辅导作业性质的可能性，可见国家的力度和决心。

另外，双减政策中还提到“加强面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。不得要求学生自批自改作业。”

我认为对于“面批讲解，答疑辅导”这种个性化的需求都能专门行文规范，或许未来教育模式也会发生些许变化，满足个别“吃不饱”的学生，也是有可能的。

从校外的维度来看，双减的一系列制度和规范可谓“精准狠”。

1、坚持从严审批机构。

要求：各地不再审批新的面向义务教育阶段学生的学科类校外培训机构，现有学科类培训机构统一登记为非营利性机构。学科类培训机构一律不得上市融资，严禁资本化运作。

这一条将学科类校外培训机构的路都堵死了，除非你乐善好施，愿意以非营利性质来开展培训公益事业。另外，严禁资本化运作教育，简直大快人心!让教育回归本质，是多少人心中的渴望，不应该让资本控制教育。

2、规范培训服务行为。

要求：严禁超标超前培训，严禁非学科类培训机构从事学科类培训，严禁提供境外教育课程。严格执行未成年人保护法有关规定，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训。

这一条将一直以来提倡超前学的机构敲了警钟(比如奥数)，同时禁止了境外课程(比如英语各类境外教材)。不仅如此，还不允许培训机构占用国家法定假期，休息日以及寒暑假进行培训。

所以，你能想到的路，都给你堵死了。还想怎样挣扎呢?

3、强化常态运营监管

要求：线上培训要注重保护学生视力，每课时不超过30分钟，课程间隔不少于10分钟，培训结束时间不晚于21点。线上培训机构不得提供和传播“拍照搜题”等惰化学生思维能力、影响学生独立思考、违背教育教学规律的不良学习方法。聘请在境内的外籍人员要符合国家有关规定，严禁聘请在境外的外籍人员开展培训活动。

首先，为了学生的身心健康，国家不允许培训时间超过晚上21点，所以孩子从放学(约5点半)到晚上21点之间能利用的时间非常有限。即便能上课，还要兼顾课时长度和课程间隔时长，这晚上的时间也就被分离的差不多了。

第二，“拍照搜题”这种app终于下线了，孩子终究还是得学会有问题要自己思考，而不是一味的依赖“抄作业神器”。这一点我个人非常支持，怒赞!

从校外维度的各项要求和规定来看，家长要将课外培训班妥善安排在周一至周五，做好时间统筹管理，显得尤为重要，也是家长面临最大的挑战。

1，促进义务教育优质均衡发展。

积极推进集团化办学、学区化治理和城乡学校共同体建设，充分激发办学活力，整体提升学校办学水平，加快缩小城乡、区域、学校间教育水平差距。

2，提升课堂教学质量。

学校不得随意增减课时、提高难度、加快进度;降低考试压力，改进考试方法，不得有提前结课备考、违规统考、考题超标、考试排名等行为;考试成绩呈现实行等级制，坚决克服唯分数的倾向。

3，深化高中招生改革。

坚持以学定考，进一步提升中考命题质量，防止偏题、怪题、超过课程标准的难题。逐步提高优质普通高中招生指标分配到区域内初中的比例，规范普通高中招生秩序，杜绝违规招生、恶性竞争。

4，纳入质量评价体系。

地方各级党委和政府要树立正确政绩观，将“双减”工作成效纳入县域和学校义务教育质量评价，把学生参加课后服务、校外培训及培训费用支出减少等情况作为重要评价内容。

这几条是从国家层面来规范约束与双减相关的制度，确保双减政策的落地实施。

**教师双减政策的心得体会篇七**

双减政策是指中国近年来推出的一系列措施，旨在减轻学生课业负担和减少教师教学负担。作为一名地理教师，我亲身参与了这一政策的实施，有着深刻的体会和反思。本文将从政策背景、政策实施、政策效果、教师变革和对未来的展望五个方面，详细论述双减政策对地理教师的影响与心得体会。

首先，政策背景是双减政策的重要起因。在改革开放进入新时代的背景下，教育改革被放在了更加重要的位置上。学生疲惫的学业负担和老师繁琐的教学任务成为社会关注的焦点。政府积极出台相关政策，加以解决。尤其是近年来，学生作业负担过重，学习时间长，课业压力大等问题频频被曝光，引起了广泛的关注。给学生和教师减负成为当务之急，也是推进教育可持续发展的重要途径。

其次，政策的实施过程中地理教师的角色发生了一系列的变化。传统上，地理教师往往以知识传授为主要任务，师生关系比较严谨。然而，双减政策的推行使地理教师的教学方式、角色和方法发生了深刻的变化。地理教师需要更多地参与学生的综合素养的培养，激发学生的主动学习兴趣和能力。采取多种教学方式，比如引导学生自主学习、小组合作学习、实地考察等，让学生更好地理解和应用地理知识。

第三，双减政策对地理教师带来的一系列变化也显现出了政策的积极效果。课堂秩序更加和谐，学生自主学习能力增强，教师在课堂中可以更加注重学生的情感体验和思维能力的培养。通过小组合作学习和实地考察，学生的动手实践能力得到了很大的提升。教学成果量化的评价方式减少了强调对学生学习成绩的追求，有助于培养学生的创造力和创新思维。

第四，双减政策也带来了地理教师自身的变革。在传统的教学模式下，地理教师注重对知识的传授和死记硬背。而双减政策的实施，地理教师需要进行自我教育，不断学习新的教学方法和理论，提高自身的综合素质和能力。同时，地理教师还需要积极参加各类教育研讨会和课程设计研究等活动，与教育界的先进经验进行交流和分享。通过这样的变革和努力，使地理教师能够更好地适应教育改革的要求，更好地发挥教育教学的作用。

最后，对未来双减政策的展望。双减政策虽然已经取得了一定的成绩，但还有一些问题亟待解决。比如，如何更好地完善教师培训体系，提高教师的综合素质；如何更好地引导学生的自主学习，培养学生的创新能力和综合素质等。未来，双减政策还需要更加针对性地解决这些问题，进一步改进教育体制，推动教育的可持续发展。

总之，双减政策对地理教师产生了深远的影响。地理教师不仅需要关注学生的知识学习，还需要关注学生的综合素质的培养。通过改变教学方式和角色，地理教师能够更好地发挥自身的教育教学作用。而随着教育体制的不断改进和完善，双减政策对地理教师的变革也将会更加深入，为地理教育带来更多的机遇与挑战。

**教师双减政策的心得体会篇八**

为了改变课堂一词教学的现象，改变重奖轻教的现象，改变教师厌恶教与学的现象，我校借鉴了杨司中学和衡水中学的教学改革经验，提出了一条适合我校的教学改革之路。在学习实践中，我们所有的老师都脚踏实地，明确了自己的目的和意义，相互合作。效果非常可观。下面是我半年学习杨司和衡水教学经验的体会和体会。

为了更好地推进教学工作:在教学中，利用一切可能的手段激发学生自主学习的热情，增强学生自主学习的\'内在动力，促进学生在课堂上的三个动作:脑、口、动手，激发学生的潜能，发展学生的优秀品质和各种能力，使学生积极参与紧张的学习，感受成长的快乐和幸福，将学生分成学习小组，在课堂上选择小组领导，以促进军事教学和合作学习策略的发展，课前，教师集体备课，以确保他们了解学生的自学计划。首先，他们提出了班级的学习目标和自学计划的内容。首先，他们通过填空等方式表达课堂的基本知识点。

难度设置较小，便于学生自学掌握。题目表达形式与期中和期末试题一致。他们也有自学的效果。希望学生通过自学掌握基本知识点后，在适当的时候能提出更深层次的问题。要求学生通过自学、交流和合作来解决这些重要问题，即兵教兵将这些重要问题分成学习小组在课堂上解决，然后由教师指导，根据教学内容和学生的展示情况调整空间，根据学生的展示过程及时、机智地处理意外情况，复习自学，思考内容，回答黑板上的问题，以各种形式展示自己的才能，最后进行课堂训练和试题。检验所学知识是否被理解和掌握，扩大知识范围，提高教学能力，使我们认识到学生比以前更愿意学习，教师比以前更愿意教书，师生思想已经统一，学习外国思想的目的和衡水中学的教学改革经验已经被理解，其精髓已经被我所取用，课堂教学改革给学生带来的好处已经被理解，学生愿意接受改革，改变自己，他们的成长得到了发展。

调动了学习热情，激发了学习动机，突破了传统的课堂教学结构，摒弃了全课堂教学和教师对学生听力的教学，采用了先学后教、课堂训练的教学模式，使学生从抑郁状态中解放出来，获得了主导地位。在课堂教学过程中，学习过程已经成为大脑、嘴巴和动手学习的过程，也是全面实施素质教育的人才过程，即竞争、考试和试题。竞赛等严格训练方法培养了学生的竞争意识、顽强意识和高度负责的精神教学模式。虽然已经取得了一些成绩，但仍有很长的路要走，需要不断探索，不断创新。我们的目标是引导学生大胆思考，激活他们的思维，开阔他们的视野，提高他们的实践能力，使我们学校的教育工作更加辉煌。

**教师双减政策的心得体会篇九**

双减政策是指中国政府为了减轻学生过重学业负担和家长过多陪读的压力而推出的教育改革政策。这一政策从202\_年开始逐步实施，在全国范围内引起了广泛关注和讨论。作为一名地理教师，我的教学工作也受到了双减政策的直接影响。在这篇文章中，我将分享我的心得体会，谈谈双减政策对地理教学的影响和我在这一过程中的思考与实践。

第二段：双减政策带来的挑战与思考。

双减政策对地理教学带来了一些新的挑战。由于减少了学生的作业和考试压力，部分学生对地理学科的学习可能会放松，缺乏主动性和学习动力。另外，减少了部分家庭对学科的关注和陪读时间，地理教师需要更多地培养学生对地理学科的兴趣，激发他们自主学习的能力。双减政策也给地理教师提出了更高的要求，需要我们通过新的教学方法和手段提升课堂教学质量，确保学生在减负的同时能够真正掌握地理知识和技能。

第三段：发挥地理学科的特点，提升教学质量。

在双减政策的背景下，我开始思考如何更好地发挥地理学科的特点，提升教学质量。首先，我注重培养学生的实践能力和创新思维。通过实地考察、课堂讨论和小组合作等形式，让学生亲身参与到真实的地理问题中去，培养他们自主思考和解决问题的能力。其次，我注重培养学生的跨学科综合能力。通过与其他学科的衔接，让学生在地理学科中学习到更多的跨学科知识和技能，提高他们的学习兴趣和学习效果。最后，我注重培养学生的地理社会责任感。在教学中，我鼓励学生关注当地和全球的地理问题，引导他们通过实际行动为地球环境和可持续发展贡献力量。

第四段：借助科技手段，创新教学方式。

双减政策的实施促使我更加借助科技手段，创新教学方式。利用互联网和多媒体技术，我设计了一系列生动有趣的教学活动，例如地理实景漫游、地理学科微课等，让学生通过视听体验、互动学习等方式更好地理解和掌握地理知识。此外，我还通过网络课堂、在线讨论等形式拓展了教学的时空边界，使学生能够在课外继续学习和交流。这些创新教学方式不仅提高了学生对地理学科的兴趣和参与度，也为他们提供了更为灵活和自主的学习方式。

第五段：双减政策下的新课堂变革和未来展望。

双减政策的实施改变了传统的课堂教学模式，促使着地理教师不断进行思考和实践。新课程标准提出了更多关于学生自主学习和主体能动性培养的要求，地理教师需要从教材的选择、教学方法的创新到学生的评价等方面进行全方位的改革。未来，我希望能够继续不断学习，挖掘和运用新的教学资源和工具，提供更高质量的地理教学。同时，我也期待在双减政策的影响下，学生能够更平衡地发展自身，培养全面的素质和实践能力，为未来的社会做出积极贡献。

以上就是我作为一名地理教师在双减政策下的心得体会。通过对教学的思考与实践，我深入体会到了双减政策对地理教学的影响和挑战，同时也看到了新的机遇和发展方向。我将继续不断学习和创新，为培养出更优秀的地理学子而努力。

**教师双减政策的心得体会篇十**

双减政策是指取消学校和教师的某些不必要的行政工作，以减轻其负担，从而让老师有更多的时间和精力投入教学中。作为一名物理教师，我在这个政策下有了一些深刻和积极的体验和体会。

第二段:教学任务的减轻。

在过去，我们每个学期都要开一次家长会。在家长会上，我们要花费数个小时向家长介绍学生的学习情况，并听取家长的意见和建议。然而现在，我们可以通过在线教学平台、电话、邮件等方式与家长进行更多的交流，这减轻了我们的工作量，同时也为家长提供了更便捷的交流方式。

第三段:宙斯计划“减负”

宙斯计划是学校向教师推行的双减政策之一，它的主要目的是减轻老师的行政工作负担。通过学校对一些行政工作的合理调配和分配，教师可以更好地专注于课程教学，提高教学效率。因此，推行宙斯计划对于教师而言有着重要的意义。

第四段:追求教育教学质量。

随着双减政策的实施，物理教学在某些方面可获得更多的机会和资源。例如，我们可以通过搭建课堂互动平台、多媒体等方式来开展更丰富多彩的教学活动。此外，对于一些实验课等场景，学校也可以为我们提供充足的时间和资源，这些都可以有效提高我们的一线教育质量。

第五段:结语。

总的来说，双减政策给物理教育带来了更多的便利和机会，而且针对性强、有效性高，为我们的教学工作提供了很好的保障。我们要珍惜这些政策，在教学和业务上不断创新和进取，为培养更多科学人才作出更大的贡献。

**教师双减政策的心得体会篇十一**

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。为响应国家“双减政策”的出台，20xx年10月26日陇西国际城小学英语组全体教师进行了有关教研，老师一致认为“双减”政策应坚持学生为本，遵循教育规律，着眼学生身心健康快乐，保障学生休息权利，让学生的学习回归学校，整体提升学校教育教学质量，减轻家长负担，缓解家长焦虑情绪，回应社会关切，促进学生全面发展、健康成长，是个好政策。

在本次研讨中我们探讨了“双减”与英语教育的关系。双减，英语是重点对象。必须减轻家庭对英语教育的焦虑，必须减少社会培训中英语教育的比重。这对应高质量、低能耗的英语教育是好事，优化作业就是一种选择。

针对作业我们重点进行了讨论。作业应当是学生为达到学习目标而对课堂已学未会内容的深化开展的学习活动，其特征是通过继续学习而深化教师讲授、学生观察与体验中所初步建构的知识、能力、态度。

有质量的作业必须有意义作业。以知识、能力、态度为基础，强调教学之后的知识记忆和技能巩固，知识的迁移，思维的激活（钥匙），好奇的追问，理解的加深，但都应以价值意义为指向。

有质量的作业应该遵循深化学习的机制我国小学生的英语作业，应该遵循我国小学生英语学习的已学未会的训练的机制，其核心为：巩固已学，强化实践，达到能会。

有质量的作业需要有温度的话语。作业的对话和情感交流，不仅可通过语言，还可通过图像、声音、动漫，需要设计情景。作业的提示、指导、评语，都应从情感出发。语言，除了准确、鲜明、生动、得体等语言基本规范外，作业语言更多的要诙谐有趣、亲切友好，对思维引导、意义追寻的作业，语言表述要有“能引而不发、激励唤起”等效果。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！