# 202\_年教师双减政策的心得体会(汇总16篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-11-12

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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（200字）。新教师双减政策是...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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（200字）。

新教师双减政策是针对教师工作时间和工作量的一种政策调整。作为一名新教师，我有幸体验到了这项政策，亲身感受到了它所带来的积极影响。在过去的一年中，我通过减轻教学负担、提高工作效率和提供更多的支持，发现这项政策的确能够改善教师的工作环境，提升教学质量。下面将从减轻负担、提高教学效果和激发教师的热情三个方面谈一下我的心得体会。

第二段：减轻负担（200字）。

新教师双减政策将教师的工作时间和工作量进行了合理的安排和调整。在过去，教师们常常需要花费大量的时间在备课、批改作业和管理班级等事务上。通过政策的调整，我发现自己有更多的时间来思考教学方法和教材选择，有更多的时间去关注学生的个体差异和学习情况。这不仅减轻了我的负担，还提高了我的教学效果。

第三段：提高教学效果（200字）。

减轻教师的负担不仅仅是为了给教师提供更好的工作环境，更重要的是为了提高教学效果。在教学过程中，有更多的时间和精力去与学生互动、个别辅导和提供更多的实践机会。通过与学生的交流，我发现学生的学习积极性明显提升，课堂氛围更加活跃。同时，学生们受益于政策减负的改革措施，他们的学习压力得到了减轻，学习成绩也出现了明显的提升。

第四段：激发教师的热情（200字）。

新教师双减政策为教师们提供了更多的支持和培训机会，这使得教师们的教学技能得到了提升，教育理念得到了更新。政策调整的同时，学校还组织了一系列的教育培训活动，让我们与其他教师进行交流和分享，激发并提升了教师的热情和积极性。我发现自己对于教学工作的热爱与日俱增，内心充满了对未来教育事业的信心。

第五段：总结与展望（200字）。

新教师双减政策的实施在一定程度上改善了教师的工作环境，提高了教育教学质量。通过政策的调整，教师们减轻了负担，更专注于学生的个体差异和需求。这不仅让学生获得了更好的学习体验和结果，也激发了教师对教育事业的热情。然而，我们也要意识到教师减负政策的实施是一个长期的过程，需要学校、政府和社会各界的共同努力。希望在未来的日子里，能够继续推动教育教学模式的创新和改革，为培养更优秀的学生和建设更美好的社会做出更大的贡献。

**教师双减政策的心得体会篇二**

随着中国国家政策的调整和社会变革的不断深入，教育领域也不可避免地受到影响。作为一名地理教师，我亲身经历了近年来实施的“双减政策”，并对其产生了深刻的感受和体会。下面将从政策背景、教学改革、学生表现、专业成长和未来展望五个方面展开论述，分享我在双减政策下的心得体会。

首先，了解政策背景是理解双减政策的关键。双减政策，即减轻教师课时和学生负担的政策，旨在缓解学生过重的课程负担和教师过劳的工作状态。作为国家政策的一部分，双减政策的出台将对整个教育体系产生深远的影响。在这样的背景下，作为地理教师，我深刻认识到自己肩负着教学责任的同时，也应当积极适应政策变化，为学生和社会做出积极贡献。

其次，双减政策带来了教学改革的机遇与挑战。减轻教师课时和学生负担，无疑为教师提供了更多的时间和精力进行教学改革。而如何利用这个宝贵的时间，进行更有效的课堂教学，成为摆在每位教师面前的问题。在这个过程中，我学会了更加有效地利用教学资源，通过创新的教学方法和工具吸引学生的兴趣和参与度，提高地理学科教学的质量。

再次，双减政策对学生表现产生了积极影响。过去，学生因为繁重的作业任务和课外培训压力过大，常常感到疲惫和缺乏动力。而减轻学生负担的政策，则让学生们有更多的时间和精力进行兴趣爱好和社会实践活动。我发现，学生们在政策实施后更加积极主动地参与到地理学科的学习中，他们愿意探索问题、思考现象、争论观点，而不仅仅是被动地接受知识和应对考试。

此外，双减政策也为教师的专业成长提供了更大的空间。从过去的每周30个课时到如今的20个课时，教师有更多时间进行自我提升和专业发展。无论是参加教研活动、撰写教学论文，还是参与学术交流和参观研讨，我都感受到了自己的专业能力在逐步提升。双减政策鼓励教师积极学习和更新知识，在开拓国际视野、提高教学水平方面发挥了积极的促进作用。

最后，展望未来，双减政策应当继续完善与深化。虽然双减政策在很大程度上减轻了教师和学生的负担，但仍需要进一步改进，以适应不同学科和地域的需求。同时，政府和学校也应当积极研究和制定相应的支持措施，确保教学资源的平衡分配和有效利用。

总之，双减政策是教育改革的重要一环，对地理教师而言，它既带来了机遇，也带来了挑战。通过深入理解政策背景、积极适应教学改革、提高教学质量和专业发展水平，我们可以为学生的成长和社会的发展贡献更大的力量。相信未来，双减政策将进一步完善，为教育事业的健康发展提供更坚实的支持。

**教师双减政策的心得体会篇三**

近年来，随着我国双减政策的全面推进，各行各业都深受影响。作为一名物理教师，我也深刻感受到了双减政策的深刻变化。在这篇文章中，我想要分享一下自己在双减政策下的心得体会。

首先，我认为双减政策是非常有必要的。这种政策的目的是为了减轻学生的课业负担以及教师的压力，使教育资源更加合理地分配。在我所在的学校中，由于双减政策的实施，学生们的作业量、考试难度等都有所降低，教师在备课和教学方面也得到了更多的时间和精力。总体来说，双减政策对于学生和教师都有正面的影响。

第三段：双减政策带来的问题。

然而，双减政策也带来了一些问题。例如，对于一些学生来说，他们的自我约束和学习主动性会因作业量的减少而降低，这对他们的发展和成长有一定的负面影响。同时，双减政策也会导致一些学生的知识水平与能力下降，这将给他们未来的学业和事业带来挑战。因此，双减政策需要教育部门和学校进行必要的监督和引导，使这种政策的实施真正能够发挥积极的作用。

第四段：如何应对双减政策带来的挑战。

作为一名物理教师，我觉得应该从以下几个方面来应对双减政策带来的挑战：

首先，提高教学质量和效率，使少量的学习时间可以得到充分利用。教师应该有创新的教学方法和教学理念，充分利用现代教育技术，提高学生学习的吸收效率。

其次，加强师生互动，提高学生的学习主动性和参与度。教师应该注重培养学生的自主学习能力，让学生参与到课堂中来，激活他们的思维和想象力。

最后，建立有效的学习评估机制，及时发现学生的问题和需求，针对性地进行教学和辅导。与此同时，教师应该积极地与学生家长和学校领导沟通，共同分享教育资源，协同努力，实现教育共赢。

第五段：结论和启示。

总的来说，双减政策在一定程度上对于改善教育质量和学习环境有积极影响，但也需要教育部门、学校、教师和学生共同努力，才能取得更好的效果。在双减政策的推进过程中，教师应该注重创新、提高学生的学习主动性和参与度、定期进行学生评估和教学改进，以此助力学生的成长和发展，同时也培养出更多更优秀的人才。

**教师双减政策的心得体会篇四**

教育部重磅发布“双减”政策，对于我家即将升入六年级的小女而言，看似没有多大的影响，因为她到目前为止没有上过补习班，同时小学阶段作业并不多。不过，作为“精养放养结合派”的妈妈，发自内心地为之鼓掌叫好。“减负”是历经数十年的老话题了，然而这次“双减”政策力度之大、牵涉范围之广，远超过去出台的任何一份政策文件，教育部为此还专门成立了校外教育监管司，这一切都昭示着我国的教育改革正式进入到了一个新的阶段。

家长不需要“持证上岗”，但要成为一个合格的家长,必须不断学习和成长。我一直在思考，我该成为一个怎样的妈妈。在“精养”还是“放养”的学习和实践中，我慢慢领悟出“精养习惯，放养思维”的经验。不过从领悟到掌握,还需要不断摸索，更需要家校社的三位一体，用心用情地引导孩子。

再细看此次“双减”政策的大力推行，其导向目标是很明确的，就是让孩子有更多时间拥抱自然，锻炼身体，提升艺术修养，结交良师益友，塑造健全的人格，也就是我们提倡了很久的`“德智体美劳全面发展”。相信短期内将对中国教育形成很大的挑战，但是换个角度看，对于深化教育教学改革是一个契机。教育改革，我们不是旁观者而是亲历者,相信改革是引领发展的重要动力，持续深入推进改革创新,家校社合作共育，定能描绘出“中国教育新图谱”。

**教师双减政策的心得体会篇五**

第一段引入：

双减政策作为当前教育领域的热门话题，对于每一位从事教育工作的人来说都是一个必须认真思考的问题。从条例中可以看出，双减政策旨在精简教育行政管理体系，减轻中小学教师的课堂教学负担，为学生的身心健康提供更好的保障。作为一名物理教师，我也在这一政策环境中关注到自己课堂教学的变化，从而对双减政策的实施体验有了全新的认识。

第二段发展：

物理这门学科一直都是学生和家长们极为关注的一个科目，物理教学的难度也更高，传统的科学课程设计和科技设备都需要花费一定的资金，物理课教学也需要投入较多的精力。在新的双减政策下，我也意识到了自己能够更加专注于课程教学的核心，更好地把握教学进度和节奏，从而提升教学效果和教学质量。

第三段阐述：

在过去的教学中，我常常需要备课、批改、开会等各种行政工作，这些工作占据了大量的时间，使我无法专注于课堂教学。有时候，为了赶进度，不得不进行加班和追赶，即使自己身体疲惫，还是要坚持完成工作。但是现在，在双减政策的带动下，课堂教学是我们的核心任务，这大大减轻了我们行政工作的压力，同时也使得我们更加有时间和精力去思考课程设置和创新教学方式。

第四段总结：

通过这两年的教学实践，我深刻地认识到了双减政策对于学校教育的长远发展意义。很多时候，减法其实比加法更加重要，通过减轻教师的行政负担和教学压力，可以使得他们更加专业和高效地进行课程设计和教学工作，更加有时间和机会去培养学生的思维能力和探究精神，更好地推动学生全面发展。

第五段结尾：

在这个时代，教育一直都是我们最重要的事业之一。只有通过不断地改革和创新，才能够不断提升教育的质量和水平。在不断的改革过程中，我们需要更多地关注教师的角色和价值，让他们更加专注于核心教学任务，推动我国教育事业的进一步发展和健康成长。

**教师双减政策的心得体会篇六**

第一段：引言（约200字）。

在这个信息时代，教育的重要性越来越凸显出来。而教师是教育事业中最重要的一环。近年来，双减政策的实行，对教育行业产生了很大的影响。双减政策的主要目的是减轻教育负担，提高教师的教育水平与教学质量，从而为学生创造更好的学习环境。作为一名教师，我们需要对双减政策有深刻的认识和体验，结合自身的教育实践，快速适应新的教育形势，提升自身的教育教学能力，为学生提供更好的教育教学服务。本文主要针对双减政策科学教师的心得体会进行探讨。

第二段：教育教学模式的转变（约300字）。

双减政策实行以来，教育教学模式发生了转变。从注重知识的传授和记忆到注重学生的主动学习，从简单地教授知识到视野的拓展和思考能力的培养。教师不再喋喋不休地讲述知识点，而是更多地发挥自身的引导作用，启发学生思考，激发学生的学习兴趣。在教学中，我们需要更注重学生的主动性，将他们的思考引导到更深层次，使学生能够了解知识的背后成因和引起的本质问题。相信这样的科学教育教学模式是双减政策实施的一个重要方面。

第三段：教育教学资源的利用（约300字）。

双减政策推行后，教育教学资源的使用已经成为教师工作的一个非常重要的方面。我们不仅需要了解各种教育教学资源的类型、使用方法和生产方式，如影像、图像、音频、动画、习题等，还需要灵活运用教学工具，如黑板、幻灯片、多媒体等，增强学生的视觉、听觉等感受能力。我们只有更好地利用各种教育教学资源，才能使我们的教学更加生动。通过使用多种资源的教学方法，可以提高学生的学习兴趣，减少单调的教学方式，提高教学效果。

第四段：自我提升与创新（约300字）。

双减政策的实施，既是对教师的挑战，也是一个机会。我们需要不断地学习，提升自身的素质和能力，探索更为创新的教育教学方法。我们要积极参加各种教育活动和教育培训，学习和探究现代教育技术，了解教育研究的前沿趋势。同时，我们也要注重自身能力的提高，提高自身的自我管理能力、沟通与交流能力、团队合作能力等，推动自己不断创新，做到教育教学工作的高水平。

第五段：总结（约200字）。

总之，双减政策的实施对于教师的教育教学工作、个人素质和职业发展都有着深刻的影响。作为一名教育工作者，我们要紧紧抓住这个机遇，加强自身的学习和提升。参与一些培训和教育研讨会，学习高效的教学方法，利用各种教育教学资源，推动教育改革。相信这样才能够适应不断变化的教育环境，为学生提供更好的教育服务。

**教师双减政策的心得体会篇七**

“双减”政策的来临，如同一声“春雷”，引起了大家对育人的思考，因为“双减”背后，告诉我们，这是一场革新，是一场减轻教育负担从而让孩子梦想的翅膀更轻盈，让孩子的未来更多彩的坚实探索。

作为一名四年级孩子的家长，站在学习阶段各项要求提升、学生间差距拉大的重要“拐点”，这时候的“双减”无疑是一剂“强心针”，而带来的是三个字一一不迷茫！“双减”政策让学校教育的任务回归学校，让家长从辅导孩子家庭作业的尴尬松绑，让校外机构更注重课本外的青少年综合素质的培育提升，让学生从繁重的\'课业负担里站起来拿回做孩子的权力。这一切都是基于人本思想、基于青少年身心健康规律、基于社会心理的考量，都是应时而生且符合大势所趋。

对于“双减”政策，我相信我们的党和政府一定能够科学谋划、细致推进，并且达成制定的初衷，立德树人、为社会培育栋梁之材！

这个暑假，我从妈妈口中得知了“双减政策”，心情无比激动。从小妈妈就给我报了很多培训班，舞蹈、画画、奥数、英语……希望我十八般武艺样样精通。可我更希望放学后可以自由地在小区里奔驰，周末可以在公园里尽情地玩耍。而且每次辅导班时间都特别长，一、两个多小时是常事，有时甚至还占用了我吃饭和睡眠的时间。

“双减政策”可真是我们孩子们的福音啊!老师说学校可以利用课后延时服务时间为学有余力的同学们提供一些培“5+2”养兴趣的课程，会请专业的老师指导，我更加开心了，这不是劳逸结合又能学新本领嘛。希望我们有更多的时间亲近大自然，快乐地做自己喜爱的事，寻找属于自己的一片天。

**教师双减政策的心得体会篇八**

双减政策在当前的教育改革中发挥着重要的作用，为了更好地落实这一政策，我作为一名教师在长期的实践中深有体会。本文将从五个方面介绍我的心得体会。

一、理解政策的背景和意义。

双减政策的核心是减轻学生负担和教师负担，促进教育公平发展。身为一名教师，我们应该深入学习政策，理解其背景和意义。在这个过程中，我们深刻认识到自己的使命和责任，更加感受到自己在推动教育公平和教育发展中的重要性。

二、落实政策要有实际行动。

了解政策后，要想落实政策，就需要行动起来。我们可以从减轻教师负担、优化课堂教学、提高学生综合素质等方面入手，真正做到落实政策，让政策在实际工作中得到贯彻。

三、重视自身素质的提升。

提高教育质量，关键在于优秀的教师队伍。作为一名教师，要想为学生提供更好的教育，就必须不断提升自己的素质。这包括多学习、多实践、走向国际化等多个方面。只有这样，才能更好地推动教育事业的快速发展。

四、坚持课堂教学改革。

课堂教学改革是双减政策的落脚点之一。课堂教学改革要尊重学生的主体性，促进学生的综合素质发展，让课堂变得生动有趣，让学生从中获得更多的知识和技能。坚持课堂教学改革，对于优化学校教育环境、满足学生需求、培养高素质人才都有着十分重要的作用。

五、积极参与教学研究与实践。

双减政策下，教学研究与实践要更加精细和深入。作为教师，我们要积极参与教学研究，与同行进行交流，探讨教育改革与教学实践的新思路。只有不断地加强教学研究与实践，才能更好地推动教育事业的发展。

总之，双减政策是我国教育改革中的一项重要政策。身为一名教师，要始终牢记它的意义与重要性，真正做到行动起来、提升素质，不断地推动教育的进步。这样，才能让双减政策发挥更大的作用，促进教育公平和发展的进一步实现。

**教师双减政策的心得体会篇九**

“双减，，政策与“五项管理”均是以“小切口，，撬动“大改革”实验小学积极贯彻党的教育方针，坚持以学生发展为本，落实立德树人根本任务，把“双减”作为一项重要政治任务抓紧抓好，多措并举提升校内教育教学质量。

一是抓好课堂主阵地，教师上好每一节常态课。做到每节课准备充分、知识储备丰富、能力训练到位，40打造充满“掌声、笑声、辩论声”的生命高效课堂，向课堂分钟要效率，保证学生“吃饱”“吃好”。

二是加强课后服务，满足学生个性化需求。学校发挥本校教师自身优势，丰富课后服务供给，开展丰富多彩的德育、体育、美育、劳动教育和科学实践，丰富学生的校园生活，帮助家长解决放学后接送学生的实际困难。

三是完善作业管理，深化评价改革。形成并完善学校作业系统，减少作业总量，提升作业质量。同时，探索探究性、实践性、综合性、跨学科作业。看似一个点切入，实则是需要课前课中课后、学校家庭社会，全链条、全过程、全员的系统工程，根本是落实立德树人根本任务，实心实意办xx好人民满意的教育，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和人。

作为一名教育人，深刻体会到此次“双减”工作是我党为人民服务的深刻体现。近年来国家大力推进减负工作，但因为社会现象和一些培训机构等的虚假宣传，造成家长焦虑，被裹挟给孩子报补习班，导致校内减负校外增负的\'现象非常严重。此次党中央关于“双减”工作的决策部署，就是要减轻学生校内作业负担和校外培训负担，彻底治理“校内减负、校外增负”和部分校外培训机构借教育之名侵害人民利益的问题。体现了党中央办好人民满意教育的决心和为人民谋幸福的初心。

“双减”政策落地之后，学生们作为教育的直接参与者与受益者，将会有着更好的成长环境，在学科培训乱象得到整治之后，憧憬更多的孩子在艺术、体育、科技等方面展示自己的天赋，激发自己的潜能。

今后，我们要坚持全面贯彻党的教育方针，落实立德树人的根本任务，服从国家大局，努力为培养德智体美劳全面发展的社会主义事xx业建设者和人贡献一份力量。

**教师双减政策的心得体会篇十**

双减政策作为一项重要的教育政策，旨在减轻学生和教师的教育压力，为学生和教师提供更为优质的教育环境。最近，我作为一名教师也有幸体验到了这项政策带来的变化和影响，感受到它对于教育教学的积极意义。下面是我对于双减政策的心得体会。

第二段：对于双减政策的认识及其意义。

双减政策的实施，有效减轻了学生和教师的负担，从而提高了教育教学的质量和效率。对于学生而言，双减政策意味着更加科学的学习方式和更为舒适的学习环境。对于教师而言，双减政策则意味着更加合理的教学安排和更为充沛的教学时间。此外，双减政策还能提高教师的教学积极性和参与度，激发教师的教学激情和创造力，促进教师的个人成长和发展。

第三段：对于教育教学质量提升的影响。

双减政策对于教育教学质量的提升具有不可忽视的意义。首先，双减政策可以减轻学生的负担，从而提高学生的学习兴趣和积极性，降低学生的焦虑和压力，促进学生的健康成长和全面发展。其次，双减政策可以提高教师的教学质量和效率，促进教师的专业发展和教学创新，为学生提供更为优质的教育教学服务，从而提高学生的学习效果和满意度。

第四段：对于教育教学模式创新的促进作用。

双减政策不仅可以提高教育教学质量，还可以促进教育教学模式的创新。在双减政策的推动下，教育教学的管理和服务亦得到了优化和升级，学校和教育机构也更多地采用新型的教育教学模式和手段，如在线教育、云教学和个性化教育等。这些新型模式和手段不仅扩大了学生的学习资源和渠道，更为教师的教学工作提供了更为便捷和高效的解决方案。

第五段：结语。

作为一名教师，双减政策使我深切感受到了教育教学改革的迫切需求和重要性。当然，双减政策仍需不断完善和深化，才能更好地促进学生和教师的全面发展和教育教学的大力提升。希望在未来的教育教学改革中，我们可以继续发扬双减政策的宝贵精神和实践体验，探寻更为科学和创新的教育教学理念，为学生的美好未来和国家的明天做出更大的贡献。

**教师双减政策的心得体会篇十一**

近日，中央全面深化改革委员会审议通过了《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》，这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。这是党中央、国务院从为党育人、为国育才的战略高度，坚持以人民为中心的教育理念，克服功利化、短视化教育行为，为落实立德树人根本任务、发展素质教育，保障每个儿童的健康成长作出的重大决策。实施\"双减”政策，不仅是对我国教育格局的重大调整，更是教育观念的大变革。

“双减政策”有利于国家教育朝着一个良好的方向发展，一定程度上缓解了当下国家因教育内卷而产生的教育焦虑。作为一名教师，应该树立正确的教育观念，秉承以学生全体全面发展为中心，着眼于学生身心健康成长，提升整体教育教学质量。

我认为应该从以下几个方面做起：

教师的教学理念应该由传统的“教书匠”转变为“专家型”“教育家”型教师。熟悉课程理念、课程标准，更新教育观念。树立正确的教师观、学生观，掌握正确的教学方法以及如何让学生学的更好的学习方法。做到“两基两全”，在教授学生基础知识的同时发展他们的基本能力，面对全体学生使他们全面发展。

新课改强调教学要从“注重结论”转为“重结论的同时更注重过程”。不仅让学生知道是什么，更要让他们明白为什么是这样；作为教师就要在教学过程中思考如何巧妙构思自己的课堂，使学生的课堂体验感和参与感更强。

充分利用“因材施教”教学原则，针对不同的\'学生用不同的方法，有的放矢的使每一个学生都得到不同的发展。在布置作业上要注意分层，遵循“最近发展区”原则。使不同程度的学生都能得到发展。

总而言之，“双减政策”是国家针对教育提出的利好政策，作为教师应该深入贯彻其思想意识，践行到位；秉持终身学习的理念，在教育这条道路上越走越远，越走越好！

**教师双减政策的心得体会篇十二**

学习了中小学义务教育“双减”意见以后，对减负提质的提法感触颇多，从我本人的内心深处，真正地感受到减负提质的重要性及紧迫性。

童年是五彩缤纷的，是每个人珍藏在记忆深处的美好时光。孩子不是学习的机器，在他们的童年生活中不仅仅只有学习这一件事。在“双减”政策提出之前，我们不难看到那些六七岁的孩子带着小眼镜，背着沉重的书包放学的情景，也不难看到遍布在各个街道的各式各样的辅导班，他们的童年时光被大量的作业和各种课外补习班所淹没。处于童年时期的孩子，他们的生活不应该被繁重的作业和辅导班所充斥。作为一名教师，我们要顺应孩子的身心发展规律，让孩子在学习之余有时间去享受童年应有的快乐。

作为一名教师，我们要充分地认识到教学活动中讲求技巧，让孩子们从繁重的.课业学习中解脱出来的价值与意义。我们要精心设计课堂，把握课堂质量，努力提高学生课堂学习的效率，通过课堂教学这一环节切实的给学生减负。要提高课堂质量，提高课堂效率，我个人认为要做到以下几点：

1.认真备课。精心设计课堂，以学科课程标准为导向，更新教育理念，备教材、备学生、备过程，在“减负”的同时提高课堂效率。

3.课外作业，细心筛选，仔细编排，提高作业水平，提升作业质量。“双减”政策要求教师一定要创新作业的内容与形式，提高作业的设计、批改和反馈的管理水平。让学生的作业在完成中有一定的获得感。

4.精心设计分层作业。根据不同层次学生的特点，设计一些必做题和选做题，学生可以依据自己的喜好和能力选做作业。同时还注意作业的趣味性和实践性，让中差生把完成老师的作业当作一件乐事。避免作业中的重复现象，尽量设计精而简的作业，作业的布置要照顾到各个层次的学生，让每个学生都能体验到成功的喜悦，逐渐树立起学习的信心。

5.充分利用课后服务时间。

充分用好课后服务时间，指导学生认真完成作业，对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，为学有余力的学生拓展学习空间，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动。不利用课后服务时间讲新课。

社会人群就是一个金字塔，永远只有少数精英站在塔顶，也必须有更多的普通劳动者来构建塔基。教育和学习就是一个大浪淘沙的过程。

学习不是一个狭义的概念，除了科学文化知识，还包含体育、艺术、劳动等多种技能。教育的首要任务是“立德树人”，培养热爱国家、献身民族的人。作为家长和教师，最重要的是（2）提高作业设计效度，避免机械，无效训练。

（3）)完善作业管理监控机制，家庭作业校内做。

（4）提升课堂质量。

（5）确保课后服务时间，推行课后服务5+2模式，即学校每周都要开展课后服务，每天至少开展两小时，课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间。

（6）规范培训行为，校外机构不得占用国家法定。

“双减”政策落地后，可以充分发挥学校阵地的作用，作为一线教师，在校内坚持做到应教尽教着力提高教学质量、作业管理服务水平，不再让孩子们有写不完的作业。让孩子学好学好的同时拥有了愉快的童年。其次让校外的培训机构无法超前培训，让家长们教育成本显著下降，也有了更多的时间陪伴孩子成长让孩子们的情感和思想不再缺失。

**教师双减政策的心得体会篇十三**

近日，中共中央办公厅和国务院办公厅印发的《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》，在社会引起广泛热议和强烈反响，作为一名教师，我要坚决贯彻执行党中央的决策部署，严格按照市党委的`工作要求，积极做好相关工作，共同为营造和谐健康的教育环境贡献力量。下面谈谈我对于关于“双减”政策的认识和理解。

“双减”政策主要指导思想是提高学校教育教学质量，强化学校教育主阵地作用，深化校外培训机构治理，构建良好的教育生态。

作为一名在职教师，我认为“双减”政策坚持学生为本，遵循教育规律，着眼学生身心健康成长，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，是利好政策。“双减”政策促进学生全面发展，这就要求学校的教学服务水平进一步提升。科学利用课余时间，开展体育、阅读、文学、艺术等教育，满足学生多样化需求，制定课后服务实施方案，提升学校课后服务质量，增强课后服务的吸引力。

作为一名普通教师，就要坚决贯彻党中央决策部署，按照市党委工作要求，时时刻刻把学生身心健康发展放在心上，承担起立德树人、铸魂育人的责任。

**教师双减政策的心得体会篇十四**

作为一名数学教师，我对双减政策的实施有着深刻的体会和感受。这一政策的出台不仅给学生和家长带来了福音，也给教师带来了新的挑战和机遇。在过去的一段时间里，我与学生共同努力，积极改变教学方法，适应新的教学要求，取得了显著的成绩。

第一段：新政策的背景和目标。

双减政策的实施源于对学生过重课业负担的担忧，旨在减轻学生的学业压力，培养他们的综合素质。这一政策的出台为我的教学带来了新的思考和改变。过去，我通常会安排大量的家庭作业来让学生巩固知识和提高技能。但在新的政策下，我不能再依赖作业量来衡量学生的学习成果，而需要更加注重培养学生的创新能力和实际应用能力。

第二段：调整教学方法。

为了适应双减政策，我开始调整我的教学方法。我不再只是简单地讲解知识点，而是更多地采用探究式教学、合作学习和项目实践等方式。通过培养学生独立思考和解决问题的能力，他们能够更好地应对课堂和考试的要求。探究式教学让学生更主动地参与到学习中来，他们能够深入理解数学的本质，而不仅仅是记住公式和算法。合作学习则培养了学生的交流和协作能力，他们通过互助和讨论解决问题，不仅能提高自己的水平，也能够帮助他人提高。项目实践让学生在实际中运用所学知识，培养了他们解决实际问题的能力。

第三段：鼓励学生自主学习。

在双减政策的指导下，我开始更加重视学生的自主学习。作为数学教师，我的目标是培养学生解决问题的能力，而不是仅仅传授知识。因此，我鼓励学生自主学习，带领他们通过自学、讨论、研究等方式掌握知识。我提供丰富的学习资源和引导，如习题集、线上学习平台等，让学生可以根据自己的兴趣和需求进行学习。同时，我也鼓励学生参加数学竞赛和研究性学习等活动，提高他们的学习动力和积极性。

第四段：加强与学生的沟通和反馈。

为了更好地了解学生的学习情况，我加强了与学生的沟通和反馈。每节课结束时，我会与学生交流他们的学习体会、遇到的问题以及对教学的建议。通过与学生的沟通，我能够及时调整教学策略，解决学生的困惑和疑问。此外，我还定期组织小组讨论和班会，让学生交流彼此的学习方法和经验，相互学习和提高。同时，我也会定期评估学生的学习情况，根据评估结果为学生制定个性化的学习计划和辅导方案，使他们能够更好地发展自己的潜能。

第五段：取得的成绩和体会。

在新政策的指导下，我与学生共同努力，不断探索适合他们的学习方式和方法。经过一段时间的努力，学生们的学习积极性和成绩都得到了明显提高。他们的创新思维和解决问题的能力得到了锻炼和提升。同时，学生们也更加自信和乐观，他们养成了良好的学习习惯和态度。而作为教师，我也收获了较大的满足感和成就感。通过适应新政策和调整教学方法，我能够更好地发挥自己的教学优势，培养学生的综合素质和创新能力。

总结：双减政策的实施为数学教师带来了新的挑战和机遇。适应新的教学要求，调整教学思路和方法是必不可少的。通过探究式教学、合作学习和项目实践等方式，将理论知识与实际运用相结合，培养学生的解决问题的能力。同时，鼓励学生自主学习和参加学科竞赛，提高学生的学习积极性和动力。加强与学生的交流和反馈，灵活调整教学策略和方案，确保教学效果的最大化。通过努力和付出，我们取得了显著的成绩，学生们的学习能力和综合素质得到了全面提升。双减政策的实施为我们的教学带来了新的活力和动力，激发了学生的学习热情和创新思维。

**教师双减政策的心得体会篇十五**

学习了中小学义务教育“双减”意见以后，对减负提质的提法感触颇多，从我本人的内心深处，真正地感受到减负提质的重要性及紧迫性。

童年是五彩缤纷的，是每个人珍藏在记忆深处的美好时光。孩子不是学习的机器，在他们的童年生活中不仅仅只有学习这一件事。在“双减”政策提出之前，我们不难看到那些六七岁的孩子带着小眼镜，背着沉重的书包放学的情景，也不难看到遍布在各个街道的各式各样的辅导班，他们的童年时光被大量的作业和各种课外补习班所淹没。处于童年时期的孩子，他们的生活不应该被繁重的作业和辅导班所充斥。作为一名教师，我们要顺应孩子的身心发展规律，让孩子在学习之余有时间去享受童年应有的快乐。

作为一名教师，我们要充分地认识到教学活动中讲求技巧，让孩子们从繁重的课业学习中解脱出来的价值与意义。我们要精心设计课堂，把握课堂质量，努力提高学生课堂学习的效率，通过课堂教学这一环节切实的给学生减负。要提高课堂质量，提高课堂效率，我个人认为要做到以下几点：

1.认真备课。精心设计课堂，以学科课程标准为导向，更新教育理念，备教材、备学生、备过程，在“减负”的同时提高课堂效率。

3.课外作业，细心筛选，仔细编排，提高作业水平，提升作业质量。“双减”政策要求教师一定要创新作业的内容与形式，提高作业的设计、批改和反馈的管理水平。让学生的作业在完成中有一定的.获得感。

4.精心设计分层作业。根据不同层次学生的特点，设计一些必做题和选做题，学生可以依据自己的喜好和能力选做作业。同时还注意作业的趣味性和实践性，让中差生把完成老师的作业当作一件乐事。避免作业中的重复现象，尽量设计精而简的作业，作业的布置要照顾到各个层次的学生，让每个学生都能体验到成功的喜悦，逐渐树立起学习的信心。

5.充分利用课后服务时间。

充分用好课后服务时间，指导学生认真完成作业，对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，为学有余力的学生拓展学习空间，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动。不利用课后服务时间讲新课。

学习双减政策心得体会近期比较热门的话题“双减”作为老师的我们更关注这些字眼，今天我们又仔细的学习了有关的文件和学校的文件，进行了一系列的反思。

减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担，根据国家政策构建教育的良好生态，把教育归还学校，在此基础上进行的减少促进学生的健康成长减少家长的焦虑情绪，以学生文本，减轻学生的作业负担，进行优质的作业练习，在有限的时间内达到高效的学习，同时开展多样的课程丰富学生的学习，扩宽学生的思维和视野。充分利用身边的社会资源和自身的资源，同时国家也在第一时间更新了线上的免费资源，这在无形中也是给与了极大的帮助，同时对校外的机构也进行严格的审查，扎实的做好每一点，看到有关的政策，我们会发现在双减的过程中去掉了很多不必要的工作或者史不必要的负担，把优质的留下来，把劣质的减下去，这也在无形的减轻着家长的负担。同时在学校方面不允许给家长布置作业，作业的减少和作业基本在校完成，同时更针对学生的个体差异去进行。

在这次双减的过程中，我们不难发现优质，高效已经成了我们的重要的组成，所以作为教师的我们要不断的努力学习去完善自己，去提高自己，让自己变得高效，同时也增加自己的能力，更大限度的去尽到自己的力量。

**教师双减政策的心得体会篇十六**

第一段：引言（200字）。

作为一名语文教师，对于教学工作的心得体会不断积累。尤其是近年来，教育部门推出的双减政策对于语文教师的教学方式和负担产生了重大影响。在这一政策的推动下，我深感到双减政策的积极影响和带来的挑战。本文将从两个方面探讨我的心得体会，一是双减政策对于教学方式的改革，二是双减政策对于教师工作负担的减轻。

第二段：双减政策对于教学方式的改革（300字）。

双减政策强调了语文教师创新教学的必要性。在以往的教学中，我们常常使用传统的讲授方式，过于注重教师的灌输，而忽视了学生的主动参与。然而，在双减政策的推动下，我们发现，启发学生的思维，激发学生的兴趣是非常重要的。我们开始尝试运用多媒体、互动教学、小组讨论等新的教学方法，通过让学生从多个角度去思考问题，培养他们的创造力和批判性思维能力。这种新的教学方式不仅使学生更加活跃参与，也提高了他们的学习效果。

第三段：双减政策对于教师工作负担的减轻（300字）。

双减政策对于教师工作负担的减轻也给我们带来了更多的便利。在过去，我们常常需要包办式地完成各类教学工作，如备课、批改作业等。然而，双减政策鼓励教师合作备课，减轻了我们的负担。通过和同事们一起研讨和分享经验，我们可以从中获得更多的教学灵感和动力。此外，对于重要课堂时间的合理安排，也使我们更加注重教学的核心，花更多的时间与学生进行互动和交流。这样，不仅提高了学生的学习效果，也使我们的教学工作更加有效率。

第四段：双减政策带来的挑战（200字）。

然而，双减政策也带来了一些挑战。在改变教学方式的同时，我们需要付出更多的努力去学习和掌握新的教学技巧和知识，这对于一些经验较少的教师来说是一项挑战。另外，由于减少了教师的课时，我们需要掌握好时间的把控，以确保每一节课的质量和效果。这需要我们积极调整心态，从而应对新的工作要求。

第五段：总结（200字）。

总之，双减政策对于语文教师的教学方式和工作负担带来了显著影响。通过创新教学方式和减轻教师负担，双减政策促进了学生的全面发展，提高了语文教学质量。同时，在面临挑战的同时，我们也应积极拥抱变化，不断提升自身的教学能力和素质，为学生提供更好的教育服务。希望未来双减政策能够进一步完善，更好地推动我国语文教育的发展。

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！