# 最新教师双减政策的心得体会和感悟(实用12篇)

来源：网络 作者：静水流深 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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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和感悟篇一双减政策作为当前教育改革的重要举措，...*

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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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和感悟篇一**

双减政策作为当前教育改革的重要举措，对于提高教育教学质量，减轻教师工作负担，具有重要意义。作为一名教师，我深切感受到了这一政策的积极影响。本文将通过把握教学改革、课堂教学、教师成长、生活品质和教育公平等角度，从我的亲身经历出发，阐述自己在双减政策下的收获和心得体会。

第二段：教学改革。

双减政策的实施使得教学改革迈出了坚实的一步。以前，教学往往重于传授知识，缺乏对学生思维能力和创造力的培养。如今，通过双减政策，我有更多的精力去思考如何更好地设计教学，激发学生的学习兴趣和参与度。我尝试了多种新的教学方法，比如问题驱动式教学、合作学习和项目制学习等，这些方法都取得了良好的效果。双减政策为我提供了更多的自主权，让我有机会真正成为学生学习的引路人和朋友。

第三段：课堂教学。

减轻课堂教学负担是双减政策的重要目标之一。过去，每堂课我都要讲尽可能多的内容，以求实现知识的全面覆盖。然而，这种方式往往导致学生听课质量不高，效果不佳。有了双减政策，我可以更注重培养学生的学习方法和学习能力，而不是简单传递知识。我开始鼓励学生主动参与课堂，进行讨论和分享，更加注重培养学生的批判性思维和问题解决能力。因此，我的课堂变得更加活跃，学生们也更加积极主动地投入其中。

第四段：教师成长。

作为一名教师，我们在双减政策下也获得了更多的成长机会。过去，由于工作量过大，我们很难有时间去参加培训和学习新知识。然而，双减政策下的工作减负使得我们有更多的时间去学习和完善自己的教学方法。我参加了多个培训课程和研讨会，学习了新的教学理念和方法，提高了自己的专业水平。同时，我们也有更多的时间去进行自我反思和教学研究，深化教育研究，不断提升自己的教育素养。这种成长是双减政策的重要收益之一，也是我作为一名教师最为珍贵的财富。

第五段：生活品质和教育公平。

双减政策的实施也带来了教师生活品质的提升和教育公平的推进。过去，我们经常加班超时，无法保证正常的休息和健康的生活方式。现在，减轻了工作负担，我们有更多的时间和精力去与家人相处，进行自身的充电和休息。工作与生活的平衡使得我们更加快乐和有动力。此外，双减政策也加大了对农村和偏远地区教师的关注，推动了教育资源的均衡配置，增强了教育公平性。每个孩子都有平等接受教育的机会，这是我们一直以来所追求的目标。双减政策的落地，让我更加深信教育的未来是充满希望的。

总结：

通过双减政策，我作为一名教师深深感受到了教育改革的重要性和成效。教学改革、课堂教学的转变，教师的成长，生活品质和教育公平的提升，这些都是双减政策所带来的重要收获。我将继续努力，发挥自身的优势，为教育事业做出更多的贡献。同时，我也希望政府能够继续加大对教师的关注和支持，为教育改革提供更多的资源与政策保障。只有政府、学校和教师紧密合作，我们才能共同努力，实现教育的卓越发展。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇二**

教师“双减”政策学习心得体会我从事教学工作20多年来，对学生课业问题和校外培训问题深有体会，随着全社会对教育的重视，家长对“知识改变命运”的重视，学校对升学率的重视，种种重担都压在了孩子的身上，作业越来越多，学校周边被各种“托管班”、“培训班”包围，家长们不得不掏出高额的“补课费”，孩子们在放学后、节假日不情愿地走进这些培训班，我们的孩子越来越累。

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》，作为一名教师，我认为这个意见的出台非常及时必要，对于切实减轻学生过重课业负担，提高教师课堂教学效率，避免校外办学机构“喧宾夺主”、还学生快乐健康的童年，减少学生近视率、肥胖率、心理疾病都有积极的`意义。我们一定不折不扣积极贯彻落实“双减”政策，做好课后服务等“五项管理”，切实提高课堂教学质量。义务教育是国民教育的重中之重。

减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担是党中央、国务院全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务的重大决策部署，充分体现了党和国家一直以来对教育和对少年儿童健康成长的关心关注，是以人民为中心发展教育的集中体现。

“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。xx也督促着教育者，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。

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业建设者和接班人贡献一份力量。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇三**

双减政策“五项管理”对于切实减轻学过重课业负担，提教师课堂教学效率，避免校外办学机构“喧宾夺主”、还学快乐健康的童年有积极的意义。我们积极贯彻落实“双减”政策，做好课后服务等“五项管理”，切实提课堂教学质量。

一是关于机管理。通过召开班会、联系家长等形式及时宣传相关的政策规定，告知家长管理好机，尽量减少学接触机的时间。除了学校特殊要求必须机完成的安全作业等任务，坚决不给学布置必须机完成的作业。对学带机和电话表校园进了严格的管理。

二是关于学睡眠。学每天睡眠时间10个时。及时关注学睡眠时间，与家长做好沟通，保障学充睡眠。程度较弱的学作业速度很慢的，师会特殊对待，布置简单的作业，以保证学的充睡眠。

三是关于读物的管理。按照教育部下发的`不得推荐或选为中学课外读物12条负清单，我们及时清查图书室、办公室、教室等处的书籍，严格按照规定管理。班级成了图书，和图书管理员。学完成各项作业之后，中午时间和延时时间可以借书阅读。对学课外阅读的内容、数量、梯度等作出明确要求。

四关于作业。我们每天严格落实作业时间，作为班主任，每天不仅要负责语学科，还要协调各科的作业时间，作业总量控制在1时。各科师在上完课之后就提前布置了家庭作业，每天下午延时时间学半以上都能完成所有家庭作业，且有的疑难题学也可以随时在师指导下解决。个别参加社团的学和作业速度较慢的学也能回家后迅速完成。

五是学体质。本学期每周都有三节体育课，每天上午20分钟课间操，下午延时1时阳光体育活动课，活动形式多样化，眼保健操、集体跑步，做操训练，以及跳绳打球等项，以使学每天运动量达标。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇四**

第一段：介绍双减政策的背景和目的（150字）。

双减政策是指减负和减课业负担的教育改革政策，旨在减轻学生和教师的学业和工作压力，促进学生全面发展。这一政策的出台对于教育界而言是一次重大的转型。过去，学生们和教师们面临着过于繁重的学业负担，导致很多学生心理压力过大，教师工作量巨大，缺乏时间进行个人发展和专业提升。双减政策的实施，为教育界带来了新的机遇和挑战。

第二段：教师在减负中的体会（250字）。

作为教师，我们最直观地感受到了这一政策带来的变化。减负使得我们有更多的时间和精力关注学生的个体差异，并更好地引导他们的学习，培养他们的创造力和思维能力。我们不再被作业堆积和紧张的备课压得喘不过气来，我们有时间去了解每个学生的兴趣爱好，挖掘他们的潜能。这种关注个体发展的改变让我们更愿意主动探索不同的教学方法，创造更多适合学生的教学资源，提高我们的教学效果。

第三段：教师在减课业负担中的体会（250字）。

减课业负担的政策让我们摆脱了单一课程的束缚，让教师有更多的自主权和创造力来选择教材和方法。我们可以更灵活地进行跨学科教学，引入多样化的知识和经验，让学生的学习更有趣味和挑战性。减课业负担还让我们有了更多的时间去进行专业发展和学术研究，提升自己的教学能力和学科素养。我们可以参加各种培训和交流活动，与其他教师分享经验和探讨教育问题。这种专业成长的机会让我们更加有激情和动力，对教育事业充满信心。

第四段：减负政策面临的挑战和解决办法（300字）。

尽管减负政策给教师带来了很多好处，但我们也面临一些挑战。减负可能导致教学质量的下降，因为一些教师可能会过于依赖课外补习班，而忽视了自己的教学责任。此外，减负也带来了教师职业发展的问题，因为一些教师可能会停止自我增值的努力，而满足于现有的条件。为了克服这些挑战，我们应该保持教学素质的提高，不断学习和研究教育理论和实践，注重学科知识的深度和广度。同时，我们应该保持对教育事业的热情和责任感，不仅关注学生的学业，也要关心他们的心理健康和综合素质的培养。

双减政策对于教育界而言是一次进步和改革。它为学生提供了更好的发展环境和机会，让他们更加自主、全面、富有创造力地成长。同时，减负政策也给教师们带来了更多的发展机遇和自主权，让我们更有激情和动力投身于教育事业中。双减政策的实施，让我们重新审视教育的本质和价值，使学校更加注重学生的个体差异和全面发展，促进了教育公平和素质教育的推进。这是一项伟大的改革，我们应该珍惜这个机会，推动教育事业持续进步。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇五**

开学季，上好“双减”第一课卸下过重负担、逃离题海战术，让孩子们“返璞归真”，这才是童年该有的样子。

暑假即将结束，很多同学真切感受到了“双减带来的“惊喜”一一校外培训做“减法，业余时间做“加法”，孩子们有更多时间去追寻童年的\'“诗和远方”。20xx年秋季学期是中小学全面落实“双减”相关部署要求的第一个学期，“双减”大礼包为孩子们送上开学“见面礼”，家长们也更加期待全新的打开模式。开学季，如何让“双减”在校园里与暑期有机衔接，持续推动减负政策在校园里落地，孩子关心，家长注重，全社会关切。教育部门、学校应把“双减”政策贯穿到新学期的教育任务当中，精心准备好“双减第一课。

把各项“硬举措”落地落实，首先要深刻把握“双减”重点，对标对表，把举措与实践有机衔接起来，严格把控好书面作业量，探索推出延时托管服务等，让“双减政策与教育改革同频共振，打开更多新场景，为孩子们快乐学习、健康成长创造更加良好的条件。“双减”落地，关键看行动，更要看力度。

各地要细化措施，从严监管，让好政策见到好效果。当前，很多地方积极采取行动，纷纷推出“课后服务细则，让“双减走进校园拥有更具体、更有针对性的政策“工具箱”。比如，江苏推出暑期托管“服务套餐，规范课堂教学，不超纲、不超标、不超进度，协助双职工核心家庭解决“三点半难题”；西安推出“三个课堂”，通过名校帮带、好课推优、名师领航等质量提升系列行动，突出课堂教学主阵地，向课堂要质量，在“提质增效”上下功夫；上海严禁组织中小学生参加联考、月考，着力破除“唯分数“论排名等功利性教育行为。

开学季，是推动“双减从文件到实施的重要节点。减轻作业压力，卸下过重学业负担，重点要提升课堂质量，让校园和课堂真正成为教学的“主阵地”。各地应在课程优化、教学改革、师资配置等方面下功夫，用足用好有限的校园时间，充分调动广大教师积极性、创造性，提升课堂“含金量”，让孩子们在校内享受优质教育，促动学生健康成长，形成家校减负合力。“双减”政策从推出到现在，仅有一个多月时间，当前尚处于探索实践阶段。教育系统、各地方应把“双减”作为教育改革的重要抓手来推动，种好“试验田”，即时总结经验，推广有效做法。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇六**

随着我国教育改革的不断推进，双减政策也成为了当前教育界关注的热点之一。作为一名教师，我有幸参与了这一政策的实践，并从中获得了一些宝贵的体会和经验。双减政策为我们提供了更多的教育空间和时间，使我们更加注重学生的个性发展和特长培养。在这篇文章中，我将分享一些自己在双减政策下的心得和体会。

首先，双减政策给予我们更多的时间和空间来关注学生的个性化发展。过去，在繁重的教学任务下，我们常常只注重学生的成绩和应试能力，而忽略了学生的兴趣和潜能。而如今，在减负的政策引领下，我们可以更加关注学生的兴趣特长，并为他们提供更多的发展机会。我记得有一次，学校组织了一场艺术节，学生们可以展示他们的才艺。通过这个平台，很多学生展现出了出色的才艺和创造力，这让我们看到了每个孩子的独特之处。从这次活动中，我明白了每个学生都有其独特的天赋和兴趣，而我们作为教师的责任就是激发他们的潜能，帮助他们更好地发展自己。

其次，双减政策提倡以学生为中心的教育理念，使我们更加注重培养学生的综合能力和创新精神。在过去，教育主要注重学生的纯学术能力，而对其他方面的培养缺乏关注。然而，随着社会的发展，纯粹的知识已经远远不足以应对未来的挑战，我们需要培养学生具备创新思维、合作精神、团队合作能力等综合能力。如今，在双减政策的引导下，我们不再拘泥于教科书上的知识，而是鼓励学生大胆提问、积极参与讨论，并将学生的思维能力和创新意识培养到了一个全新的高度。和学生一起探究问题、解决问题，让我更加深刻地体会到教学的乐趣和意义。

另外，双减政策也给予了我们更多的时间和机会进行自我提升和专业学习。过去，负重的教学工作常常让我们没有时间和机会深入研究教学方法和教育理论。然而，双减政策的实施改变了这一现状。我有更多的自由支配时间，可以参加各种专业培训和学术研讨会。在这些活动中，我结识了许多优秀的教育工作者，了解到了更多的教育理论和实践经验。通过与他们的交流和学习，我不仅拓宽了自己的知识面，还提高了自己的教学水平。可以说，双减政策为我们提供了一个实现自我提升的机会，让我们成为了更优秀的教育者。

最后，双减政策让我们更加深刻地认识到教育的真正意义和目标。过去，在应试教育的压力下，我们常常过分强调分数和竞争，忽视了学生的身心健康和充分发展。然而，如今，在双减政策的推动下，我们开始关注学生的全面发展，注重培养其积极向上的人生态度和品德修养。在教育的实践中，我们不仅考虑如何传授知识，更加强调培养学生的价值观、品德和人文素养。通过与学生的交流和互动，我明白了教育的真正意义在于培养学生健康成长，让他们成为有责任感、有思考能力的社会成员。而这正是双减政策所推动和鼓励的。

总之，双减政策为我们教师提供了更广阔的舞台和更多的机遇，使我们更加注重学生的个性发展和特长培养，培养学生的综合能力和创新精神。同时，双减政策也提供了更多的时间和机会来进行自我提升和专业学习，并让我们重新审视教育的真正意义和目标。作为一名教师，我深感荣幸能够参与这一改革，为学生的成长和未来贡献自己的力量。希望通过我们的共同努力，能够为教育事业的发展作出更大的贡献。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇七**

“双减”对学校的作业、教学以及因材施教等方面提出了更高要求。仅以我校为例，学校必须出于“增效减负”的考虑，要为学生提供发展个性特长、提高综合素养等教育“减负增效”活动，让需要补短板的学生和学有余力的学生都能在校内获得提升，而这也正成为课后延时服务的应有之义。只有学校教育最大限度满足学生的需求，让学生在校内学的足学的好，家长才能不给孩子报班培训。

同样，“双减”也给我们老师也带来新的挑战。面对不同层次的学生，如何有更有效地进行教学和辅导、如何批改作业等等，在校外培训做“减法”后，家长们对学校和老师的教学质量的提高有了更高期盼。对我和我们的英语组而言，就是要做好英语学科供给质量的“加法”，对我们来说，不仅工作量加大了，责任心也将跟着一起做“加法”。

“双减”将对英语学科课程实施也提出更高要求，首先要优化教学方式，强化教学管理，提升学生在校学习效率。课程必须具有更丰富的`内涵，这就需要每一位教师重新审视自己的教学，改变过去通过“死记硬背”的课程实施来提高分数的方式，要在作业的质、量、形式上求效益，加强打磨力度，保证教学质量。比如我们正在做的晨诵等多样化教学方法的实践，不仅培养了学生美育，深化了情感教学，更在初中英语教育的路上走向深入宽泛。

如今，家长对学生的成长期待，早已不满足于过去单纯的知识积累。如何结合“双减”，在提升孩子综合素质方面做好“加法”，促进孩子全面发展是我们面临的重要课题。“双减”之下，我们要做的加法不应局限于课堂和课后辅导，更应该主动向前一步，提供运动、艺术、劳技等多样化课后服务，让学生在校内就能获得知识、技能，以实现多元化发展。事实上，我校已开展包含体育、艺术、手工劳动等丰富多彩的社团活动，这些旨在拓展个人综合素质的“第二课堂”和课余活动，也会因“双减”而更加多彩。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇八**

双减政策（即减轻学生课业负担和校外培训负担）的全面推行，对于教育领域产生了深远的影响。这一政策的实施，旨在缓解学生过重的学业压力，促进学生全面发展，也给教师带来了新的挑战。作为受政策直接影响的一员，作为一名教师，我深刻体会到双减政策对教育教学工作的影响，同时也收获了一些宝贵的经验和体会。

第二段：调整教学策略，关注学生个体差异。

双减政策的实施使得我们需要调整教学策略，更加关注学生的个体差异。过去，学生们的学业负担较重，老师通常会采用集体教学的方式，注重整体效果。但现在，学生的学习压力减轻，教师们可以更多地关注学生个体差异，采用个别化的教学方法，更好地满足学生的学习需求。我们可以通过课堂互动、小组合作等方式，激发学生的学习兴趣，发挥学生的主体意识，培养学生的自主学习能力。

第三段：通过创新评价方式，鼓励学生多元发展。

在双减政策下，教师们可以更加注重学生的综合素质培养，通过创新评价方式，鼓励学生多元发展。学生不再过分追求成绩，而是更加注重课外活动与社会实践的结合。作为教师，我鼓励学生参加各类社团、学生会和志愿者活动，通过这些实践来拓宽视野、提高综合能力。我也通过更加灵活的评价方式，评价学生的综合能力，鼓励他们在不同领域中有所作为。

第四段：执行政策过程中的困惑与挑战。

尽管双减政策的目标积极向善，但执行过程中也面临着困惑与挑战。一方面，课堂时间的压缩，使得教师们需要在有限的时间内完成更多的教学任务，给教师带来了新的压力。另一方面，学生的课外负担减轻，自主选择的学习时间增多，教师们需要在呼吁学生减负的同时引导他们合理安排时间，避免浪费。在面对这些挑战时，作为教师，我通过与同事、家长、学生的沟通交流，共同努力找到了应对之策。

第五段：深化教育理念，推动教育改革。

双减政策的实施让我们深化了教育理念，认识到培养学生的综合素质和个性发展的重要性。我们逐渐从注重知识的传授转变为注重学生的能力培养和创新思维的培养。我们也认识到，减负并非只是简单地减少学生的学习负担，而更重要的是培养学生的学习兴趣，启发他们的内在动力，让学习成为他们自愿追求的目标。这样的教育改革必将为学生的未来发展奠定坚实基础。

总结：

双减政策的推行给教育教学工作带来了新的挑战，同时也给教师们带来了新的思考和启示。调整教学策略，关注学生个体差异；通过创新评价方式，鼓励学生多元发展；面对执行政策的困惑与挑战，积极寻求解决办法；深化教育理念，推动教育改革，这些都是我们教师在双减政策下的心得体会。作为教师，我们应继续努力，以适应社会发展的要求，以更好地培养学生，为他们的未来奠定坚实的基础。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇九**

近年来，我国教育体制改革不断深化，为了解决教师工作量大、待遇低等问题，教育部发布了新教师双减政策。这一政策实施以来，在全国范围内引起了广泛的关注和讨论。作为一名新教师，我也深切地感受到了这一政策的变化和带来的好处。下面我将就新教师双减政策的实施情况和对我个人的影响进行一些心得体会。

第二段：政策实施情况。

新教师双减政策主要包括减少教师的课时负担和提高教师的待遇。对于减少课时负担这一方面，我个人感觉非常明显。在实施新政策之前，我每周要上30个课时，课后还需要批改作业，备课等工作。这样高强度的工作让我感到疲惫不堪，并且几乎没有时间去研究教学方法和提升自己的教学能力。而在新政策实施后，我的课时减少到了20个，虽然课程减少了，但是我可以更好地投入到每节课的教学上，对学生的问题进行深入讲解和指导，因此教学效果也得到了明显的提升。

第三段：新政策带来的好处。

新教师双减政策的实施，不仅仅减少了我的课时负担，还提高了我的待遇。在实施新政策之前，我几乎每天都需要加班加点地批改作业，备课，开会等。而现在，我能够更好地合理安排时间，有更多空余时间去提高自己的专业水平。学校还给予我更多的自主权，让我有更多机会参加专业培训和学术交流，这对于提升教师整体素质非常重要。另外，我的收入也有了明显的增加，这让我更加有动力投入到教育事业中去。

第四段：新政策需要解决的问题。

新教师双减政策的实施，虽然带来了很多好处，但也面临一些问题。首先，学校对于教师的监督和评价机制还需要进一步完善。一些学校仍然沿用原有的评价指标，对教师的工作量和质量没有具体的规定和要求，这导致一些教师不能真正体会到新政策带来的好处。其次，一些地区和学校在实施新政策时存在一些消极的思想和做法。有的学校对于减少课时负担和提高待遇并不重视，没有真正将政策落到实处，给教师带来了困扰。

第五段：个人反思+总结。

作为一名新教师，我深切理解教师工作的辛苦和压力。新教师双减政策的出台对于解决教师的问题起到了积极作用。这一政策减少了教师的工作量，提高了待遇，并且为教师提供了更多的发展机会。然而，政策的实施还存在一些问题，需要学校和相关部门进一步改善和完善。同时，作为一个教师，我也要不断提高自己的教学能力和专业素养，为学生提供更好的教育服务。我相信，在政府的大力支持下，教育体制将会得到更好的改善和发展，教师们也会有更好的工作环境和发展空间。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇十**

7月24日中央发布了双减意见，要求各地区各部门执行。双减又称有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担。

目标：

1、保护学生的身体健康，并将负担提升到未成年保护法的高度。

2、减轻家庭教育负担。

3、将教育回归到学校。

4、1年内有效减轻、3年内成效显著。并规定，理调控作业结构，确保难度不超国家课标，建立作业校内公示制度，加强质量监督，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。

对于学生作业量给出了明确的标准，小学一、二年级不布置家庭书面作业，可在校内适当安排巩固练习;小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟。要求教师认真批改作业，及时做好反馈，加强面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。不得要求学生自批自改作业。

对于课余时间，鼓励从事力所能及的家务劳动，开展适宜的体育锻炼，开展阅读和文艺活动。保护好学生的身体健康、心理健康、家长要积极与孩子沟通，关注孩子心理情绪。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。不得利用课后服务时间讲新课。

双减工作是站在实现中华民族伟大复兴的战略高度和政治高度作出的重要决策部署，是构建教育良好生态、促进学生全面发展，健康成长的国之大计。作为一线教师，更是站在了双减工作的主阵地上，更要认真学习领会并贯彻到学习工作中去。

在我看来，双减不是让学生远离学习，虚度光阴，轻视教育，更不是在教育质量上做减法，不是在教育责任上撂挑子。而是对我们教育工作者提出了更高的要求：我们要提高课堂教学效率，我们要认真备课，引导学生敢于质疑，提出问题，发现问题，鼓励学生自主探究问题，解决问题;要健全作业模式和形式，减轻学生过重的作业负担;同时转变教育评价方式等。

**教师双减政策的心得体会和感悟篇十一**

20xx年8月，中共中央办公厅、国务院办公厅出台《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和感悟篇十二**

近年来，教育系统在中国国内的改革非常迅猛，而双减政策无疑是其中最重要的一项。对于从事教育工作的教师而言，双减政策的实施给他们的工作带来了重大影响。作为一位在双减政策下工作的教师，我深感这项政策在教育领域带来的变革和启示。在这篇文章中，我将分享一些个人的心得体会，以此与大家探讨双减政策下教师的角色和责任。

首先，双减政策大力推行了教育资源的下沉，从而增强了一线教师的工作意义和责任感。过去，优秀的教师往往在大城市的名校执教，而农村地区的学校则被忽视和边缘化。而双减政策的实施，却让一线教师成为了改变这个现状的重要力量。我所在的学校就是一个边远地区的农村学校，以前很少有人注意我们，但现在，我们的学校获得了更多的支持和资源。作为一名教师，我感到自己肩负着更重的责任，要为学生提供更好的教育资源和培养他们的未来。

其次，双减政策的实施使得教师们更加注重教学技能和教育方法的提升。过去，一线教师的工作主要集中在教学工作上，而对于教育方法的思考和改进则较少关注。然而，随着双减政策的推行，教育质量成为衡量教师绩效的重要标准之一，教师们开始关注自己的教学方法是否合理和有效。我自己也深感到这一点，过去我只是按照教材内容进行讲解，而现在，我开始注重培养学生的创造力和实践能力，采用更多的互动和实践教学的方法。我发现，学生们对知识的探索和应用能力有了显著提高，这也让我更有动力去探索更多的教育方法和策略。

再次，双减政策的实施促进了教师的专业成长和自我评价。在过去，教师的评价主要依赖于学生的考试成绩和家长的反馈，而这种评价方式往往只能衡量教师的表现，而不能全面评估教师的教学能力。而双减政策的推行，鼓励教师进行自我评价和专业成长，通过参加教育培训和教学研讨会等形式，教师可以不断提高自己的专业素养和教学能力。我本人也积极参与了一些教育培训，通过和其他教师们的交流和分享，我深感到自己的不足之处和需要改进的地方。这种自我评价与专业成长的机会，不仅让我更好地为学生服务，也增强了自己的职业发展动力。

最后，双减政策的实施鼓励了学校和家长的合作，培养了学生的全面发展。过去，学校和家长之间的联系较少，教师们往往独自面对学生的教育和成长问题。然而，现在，通过双减政策的推行，学校和家长的合作得到了提升。我所在的学校成立了家委会，家长可以参与学校的决策和管理，同时也可以更好地了解学生在学校的情况。这种合作不仅提升了学校管理的透明度，也促进了学生的全面发展。家长的参与和支持，使得学生在学校和家庭中都能得到更好的关注和教育，这对他们的成长来说是非常有利的。

综上所述，双减政策的实施对于教师而言，带来了工作意义的提升、教学方法的改进、专业成长的机会和学校家长的合作等方面的变革。作为一名从事教育工作的教师，我深感到这种变革正推动着我们整个教育行业的发展和进步。我相信，只有不断学习和适应这种变革，我们才能更好地为学生提供教育服务，培养他们成为有责任感和创造力的未来人才。

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！