

小学语文双减作业培训心得体会（精选 21 篇）

小学语文双减作业培训心得体会（精选 21 篇）

当我们对人生或者事物有了新的思考时，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，这样就可以总结出具体经验和想法。应该怎么写才合适呢？以下是小编为大家收集的小学语文双减作业培训心得体会，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

小学语文双减作业培训心得体会 篇 1

早上，聆听了浙江教研网举办的《“双减”背景下的作业设计和管理》校长论坛，感慨颇深。

“双减”政策的推出，诚然不是国家教育部的贸然政策，因为一个政策推出的周期和程序都是规范的，可见教育不是仅仅是教育的问题，而是社会是国家共同要面对的问题。正当有的学校还在评述政策的可行性时，我们教育人更应重点思考如何好好落实“双减”。

从浙江校长的论坛报告中，可以看出浙江果然是全国教育的高地、前沿，几个学校的做法可以作为我们直接使用的经验，结合我们学校原有的优势可以让“双减”真正减去负担，提增质量。例如杭州凤凰小学的“四单式作业”，即艺体单、孝悌单、研学单及英才单。作业设计“四式设计与管理”，即学科纵向式、全科主题式、课题自由式、STEM 学程式，以及博物馆式创生作品设计，应该是减少作业负担，又能培养学生学科素养的作业设计新样态。

愿我们努力让作业成为学生美好的礼物，努力满足学生发展的需求。

小学语文双减作业培训心得体会 篇 2

高质量的作业建立在教师深入分析的基础之上，但很多教师缺乏相应分析，布置作业比较随意，没有体现对不同学生群体、学生不同能力类型和不同思维水平的关注。因此，优化作业实践必然要求教师以严谨的态度进行三维分析。

“一维”指向学生群体差异分析。

学生的发展总是存在一定的差异性，教师要基于实践需求，对不

同学生进行合理归类，以此为依据对作业难度、数量和类型进行恰当分层，使作业更具有选择性和针对性。

比如有学校将作业分为巩固型、发展型、创新型，还有学校探索“基础+拓展”“基础+弹性”“基础+特色”等多种模式分层作业。分层作业设计，不仅要找准分层的依据，还要引导学生量力而行，选择与自己能力水平相当或者比自身水平略高的作业。

“二维”指向学生能力要素分析。

培养全面发展的人是学校教育的核心目标，所以教师在设计作业时，一定要打开思路，通过不同的作业方式促进学生学习能力、交往能力、实践能力、创新能力等全面发展。

例如，有学校尝试设计动手操作型、趣味游戏型、活动展示型、积累练习型、研究记录型等不同类型作业。

“三维”指向学生思维水平分析。

每个学生在完成作业的时候，思维都应该是持续的、由低向高逐渐递进的，而当前作业为人所诟病的是只强调重复记忆和机械训练。所以，教师在作业设计时不仅要关注学生的记忆和理解，还要重视分析和应用，更要强调评价和创造，不仅要把握一份作业不同问题之间的思维梯度，更要关注学生在完成作业过程中思维能力的呈现。

小学语文双减作业培训心得体会 篇3

双减背景下，作业的设计成为了教育界的一个热点话题。“作业”确实是我们身边熟悉的陌生人，做的最多，了解的最少。我们老师是凭什么再给学生布置作业的呢？是为了什么呢？发现问题还是解决问题？

上海的王月芬老师有一个观点，概括的很全面。她认为，作业是折射学校教育价值观和专业水平的名片；是教学与评价相结合的支撑点；是学校、社会和家庭的连接点；是影响学生学习兴趣、负担和成绩的关键点。这一概括还是很全面的。

有很多学校都站出来分享自己学校的探索经验。有的学校允许学生自选作业抵充老师布置的作业，但是流程是需要老师先审核，老师同意后方可抵充；有的学校为了增强作业的针对性和有效性，建立了

个人错题本和班级错题本，并且组织学生从错题库中选题进行出题活动。有的学校引导学生参与作业制定，从中体会师生思维的差异，使得作业更符合学生，形式更加丰富。有的学校安排老师每天录制微课短视频，讲解做题方法，以供学生根据自己的需要进行反复观看。

还有的学校开展项目化作业，把作业看成作品。总之各学校的作业形式丰富多样，学校的教务处也都绞尽脑汁，改革作业设计。

统观作业设计，不难发现，双减政策的出台，减少了学生的作业负担，确是对老师提出了更高的要求。老师不得不付出更多的精力，课后录制视频、审核学生自选的作业是否有效……无一不增加了老师的工作量。必定会有老师抱怨，所以老师们非常有必要调整自己的心态，为了学生更好的发展，为了培养出国家真正需要的人才，选择奉献！

小学语文双减作业培训心得体会 篇4

每一次《国家宝藏》栏目节目更新，都会说一个话题，展演者说自己交作业，并且在主持人的引导下会自评作业，分析自己如何完成的作业，自己如何从作业要求中找到创意点，达成作业呈现与自己专业特长的融合，专家也从作业命题的角度对展演者的作品进行相应的评说。

于是，在12月6日的那一期，我们看到中国艺术体操队展演了融合敦煌元素的“飞天乐舞”，看到花样游泳队水中演绎国宝“文衡山先生手植藤”元素的“紫潭映梦”，还有花样滑冰演绎“朱克柔缂丝莲塘乳鸭图”元素的“长空”。

沉浸其中，我不禁捕捉到了国宝推介的相应元素点，还觉得有些匪夷所思，大开眼界地感受到多样化的呈现方式，并且听展演者娓娓道来的编演过程，是一种挑战，何尝不也是一种享受，术业有专攻的展示。

由此，我想，“双减”要我们减轻学生过重的课业负担，有针对地减少作业量，保证作业的提质增效，国家宝藏节目的制作何尝不是对我们的一种启示呢？

从国家宝藏一期期节目看过来，发现每一个推介节目形式不限，目标只要能体现所推荐国宝的元素，让人顿生要去博物馆或网上一览

为快的欲念，可以是演绎国宝的前世今生，也可以是演绎国宝的内容特点，还可以是国宝的复原化的呈现，不知不觉叹为观止，为国宝的美仑美华多了一份自豪感和民族幸福感，获得感。

当然，对于每一个展演者，也是尽己所能，扬长避短，作业的呈现既是体悟融合的阶段，也是特长成果的展现，二次创作和“我思故我在”表现性宣讲的凝练。

鉴于此，这不正是“双减”背景下作业最终目标的呈现，尽可能照顾到不同孩子的禀赋差异，减少不必要的“内卷”，重视每个孩子“合格+特长”发展，最终都能成为最好的自己，在作业完成中体验“各美其美，美美与共”的和谐教育观，在自信心培养中找到融合国家需求并尽可能适合自己兴趣爱好特点的发展点，不断自我完善中悦纳越来越好的明天。

所以，我们布置作业的时候，是不是也可以更多元化一点，不仅包括作业不同层次的体现，还包括作业完成呈现手段，更多地尊重每个孩子特点，力争一人一案，让每个孩子在完成作业中能快速找到自己最近发展点，“跳一跳，摘桃子”，既是一种自我能力的拓展，还是作业展示中“我行我喜欢”的锤炼，看到更多渠道的发展空间。

总之，“双减”背景下的作业布置，不是一蹴而就的事儿，也不是高不可攀，就像国家宝藏启示我们的，想清楚我们布置作业的核心目标，培养孩子有自信心地接受挑战，战胜挑战，作业的布置中多从孩子层面思考一点，重视孩子思维训练，力避繁杂偏难，重视孩子核心素养的体现，智慧作业是不是作为一种激励性评价手段，由此也就更容易让孩子觉得走心，从而多了自觉自愿，一往无前而简约凝练。

小学语文双减作业培训心得体会 篇5

双减政策的实施，不仅依赖于课堂教学的改革，还依赖于作业的改革。双减中减少课业负担，目的就是为了推动双减政策的落实，达到减负提质的效果。作为语文学科，如何才能既减轻学生的作业负担，又能有效地提高作业质量，巩固教学效果，的确需要我们研究思考，并进行实践总结。现就双减政策下语文作业革命谈几点粗浅的认识。

一、建立“一单一表”，保证作业数量科学化。

依据教学内容和学生学情，在每次上课前精心设计好正式作业，课后根据课时进度和学生反馈布置适量课后作业，同时填写好语文学科作业设计单。正式作业分为基础类和拓展类作业，书写量控制在一张 8K 纸张内，时间控制在 20 分钟内。另外，每天安排科代表记录本科作业实际完成时间，并填写好语文学科作业反馈表，教师根据学生作业表反馈情况，及时调整作业设计的内容和预估时间，确保学生作业量科学合理。

二、建立“一标一体”，确保作业内容优质化。

制定本学科作业设计标准，建立语文学科作业设计指标和质量指标。逐步形成“教师预设--学生完成--反馈评价--二次设计--调整改进--总结成果”的模式。教师要深入教材研究和学生学情，从作业内容的选择、作业形式的设计、作业格式的规范、作业分层的构建、作业时量的调控、作业评价的反馈六个方面，完成本学科作业设计指标和质量指标的落实。同时要不断反思和总结，形成符合本学科特点和学情的校本作业库，确保作业内容优质化。

三、优化作业类型，确保作业形式多样化。

新课程标准强调：“学生是学习的主人。”语文课程目标必须要面向全体学生，力争使每一位学生的语文素养都得到发展。而这一目标的实现不仅依赖于课堂教学的改革，还依赖于作业的改革。确定了如下类型的语文作业：

1、口头类作业。

作业内容主要包括字音字形、文体知识、诗词背诵、名著、名句积累、优秀范文。此类作业以背诵熟记为主，主要利用晨读、早读完成，由组长检查监督完成背诵任务。同时制定奖励办法，每周选出优胜小组，优秀个人进行鼓励，从而激发学生对语文知识的积累。

2、趣味类作业。

《语文课程标准》关于“课程理念”中提到：“语文学习应注重听说读写的相互练习。注重语文与生活的联系，注重知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观的整体发展。”作业形式的丰富多彩，很大程度上激发了学生的作业兴趣，学生在快乐中学习，思维是活跃

的，作业完成的效果自然是良好的。

课前“秀一秀”活动的开展，既复习了学过的内容，检查督促了学生课外阅读的效果，又锻炼了学生的口头表达能力和思维能力，从而提高了学生的语文综合素养。作业形式主要采取课前“秀一秀”、配乐朗诵、名著手抄报、影视文对接、古诗文配图、思维导图、穿越时空的对话等形式进行。

3、基础类作业。

基础类作业主要包括字音字音、课后部分习题以及名句默写等。此类作业主要针对学习基础较为薄弱，学习习惯不好的学生通过书面的抄写、整理、解答来巩固基础知识，主要是帮助学生养成良好的学习习惯，形成基本的语文能力。作业完成较为容易，学生在课本中或者教辅资料中都能找到相应的答案。

4、提升类作业。

学生通过课内的学习，掌握了一定文体的阅读方法，再通过课外同等文体的对接训练，来提高学生的知识迁移的能力和阅读能力。中考练一天一篇，从答题技巧、答案具体度、阅读的速度等方面进行指导训练，精练精讲，初步收到了良好的效果。

四、细化评价方式，确保作业批改精细化。

面对不同层次的作业，教师要采取各种各样的评价方式，充分运用激励性短语评价、图表符号评价、表情评价，使用个性化印章盖章等，意在用新颖时尚的方式激发学生对本学科作业的认可。新颖别致的评价方式让学生或得到肯定，或虚心接受作业中存在的错误，或与老师拉近了距离，或让学生的作业态度更加积极，或让作业兴趣更加浓厚。

双减政策下进行课堂教学改革和作业革命势在必行。语文作业革命，将主动性更多地赋予学生，给学生合作、体验、创造、应用的机会，激发了学生的积极性和创造力，提高了作业有效性、趣味性、探究性，切实减轻学生作业负担，提高学生的学科核心素养，助力学生健康成长、实现学生全面发展。

小学语文双减作业培训心得体会 篇6

按照学校要求，我在网络上学习了“双减”背景下作业设计与管理教研活动讲座。讲座共分为两个板块：论坛和沙龙。论坛版块是有四位有经验和影响力的专家学者，章新其主任分析了《促进学与教的作业设计》，周红星主任讲了《区域作业管理的教研视角反思》，董建康老师分享了《基于“四学”教学改革的作业与评价》，缪华良老师分享了《作业减负的关键要素与校本化实践》。这些专家阐述作业本质及管理方法，即介绍理论依据，也介绍了自己的经验，并且以专题讲座形式分享自己的所思所悟和独到见解。

其中给我印象深刻的有，章主任讲的学习方式，要走向真实深度，要引导真实学习，从知识传授到知识建构，控制好作业量，丰富作业类型方式。周主任讲的，强化作业总量控制，强调一校一案建立作业公示，强化作业质量提升，鼓励布置分层作业，弹性作业，个性作业，还有强化学生习惯培养，强化教师责任落实。董老师讲的几种作业模式，校本分层作业，自主作业，创新作业，实践作业等，都给了我很大的启发，也指明了今后努力的方向。这些专家的讲座以聚焦区域、学校作业管理和设计为目的，通过理论架构、案例剖析和互动交流，分享专家对区域课程改革、作业管理和作业设计的理论架构、制度设计、实践创新，探讨优化作业改革的机制和保障。为“双减”要求下我们如何进行课程改革、优化作业设计和管理做了很好的解读和范例。

今后我要从以下几个方面，努力做好“双减”工作：

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，打造充满“掌声、笑声、辩论声”的生命高效课堂，向课堂45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。

小学语文双减作业培训心得体会 篇7

不久前，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》(简称“双减”政策)。为了贯彻落实党中央“双减”工作的有关精神，进一步规范学校教育教学管理，全面提高教育教学质量，不同地区都在采取有效措施。我们学校也行动起来，严格执行并组织老师进行了集中学习。下面简单分享一下本次“双减”背景下作业设计与管理学习的心得体会。

让我印象最深的是双减背景下如何有效布置作业。作业是课堂教学活动的延续，可以检测教学效果，有助于教师及时把握学情，还可以帮助学生有效巩固知识，提升应用能力，培养学科素养。然而，过多过重过难的作业负担，不仅打击了许多学生的学习积极性，而且令大多数孩子身体素质下降，甚至身心受到伤害。

“双减”政策明确要求，学校、教师、家长必须减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担，不得布置超过国家课标难度的作业；不得给家长布置或变相布置作业；不得要求家长检查、批改作业；教师不得参加校外有偿补课等等。

“双减”政策背景之下，教师的责任不是变小了，而是更大了，要求不是变低了，而是更高了，教师的着眼点和教学重点必须从以往只做好课本知识的传授，更多地转移到对人的培育上来，而且必须通过润物细无声的方式潜移默化让学生德、智、体、美、劳得到全面发展。为此，每一个教师都必须在思想上、行动上作出相应调整和提高，更好地扮演好立德树人、教书育人的关键角色。

在“双减”政策背景下，教师再也不能够为了追求学生的考试分数而不断给学生加压，让学生不停的刷题。然而，要做到作业的“少而精、精而有趣”也给老师提出了更高的要求，课前准备要更加充分，教材研习要更加透彻，知识要点要更加突出，学生的情况要全面了解，只有如此，才能根据学生的实际情况精心设计教学活动和作业安排。

在“双减”政策背景下，可以在设计作业时给学生设计学习支架，控制好作业量，还要做到因材施教，布置差异性作业，但是要警惕分

层作业。根据智能特点或兴趣设计作业。作业注重培养学生开放性思维，过程大于结果，设置开放的问题情景，不要追求唯一答案，作业要注重培养学生的综合思维，设计作业时适当能够整合，让学生产生新的思维体系。教师还要认真批改作业，加强面批面改，做好学生的答疑辅导。

总之，作业是连接教学和评价的得桥梁和载体，在教育教学中我们要时刻注重作业的设计，真正的让学生减负，并在减负中学有所用。

小学语文双减作业培训心得体会 篇8

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。

作为一名教师，我认为，双减政策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。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的决心和力度。政策的出台，将减轻家长的负担，我要加强作业建设规划，多向同行学习，让“还孩子一个快乐的童年、少年”。

今后，我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，做好严格按照上级有关要求做好作业建设，切实减轻学习课业负担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人贡献一份力量。

小学语文双减作业培训心得体会 篇9

杭州市凤凰小学缪华良校长的讲座令我感受颇多。缪校长在介绍

个‘无’”。“双减”下的作业设计确实需要“有所为有所不为”。

沙龙交流中，各位教育专家碰撞智慧火花。特别是素养导向下的作业设计与落实的探讨，为作业优化设计提供了思路、阐明了方法。浙江省教研室喻伯军老师总结了八个字：“精选、先做、全批、返回”，高度凝练，醍醐灌顶。如何击破这八个字，如何落实这八个字，我想可以采用以下四种方式：

一、主题式作业，实现学科整合

主题式作业是对学习资源的一种重新整合，这类作业有利于拓展学生的知识视野，融通学科，使语文外延得以充分展开，构建大语文。如学习了《燕子》一课，让学生把课文内容画出来，并用简短文字说明，或根据内容制作小燕子。美术课上老师进行评价，讲解，修改作品，实现语文与美术的整合，培养学生的创新能力。

二、实践式作业，实现知识内化

实践式作业的设置要激发学内化课本知识的作业，学会把语言内化为技能。如学习了《守株待兔》一课，可以组织学生把它改编成课本剧表演出来。这样的作业训练了学生的运用语言文字的能力，也培养了学生的合作能力，让语文学习充满挑战。

三、分层式作业，实现各取所需

作业的设置要尊重学生的差异性，增加学生对作业的选择性，让学生自主选择不同层级的作业。我们可以为学生设置基础性作业（侧重字词句等基础性知识训练的习题），能力性作业（侧重于段落、篇章和习作等练习题），拓展性作业（侧重于读写结合，内容拓展性习题），三种作业自助餐供学生选择，使不同学力的巩固知识，形成能力，学有所获。

四、趣味式作业，实现学而不厌

单调的学习活动容易让学生产生疲劳，并会心生厌倦。因此作业的设置也应贯彻愉快教学原则，增强趣味性。如在学习了“田”、“地”“雪”字之后，布置学生猜谜语作业。这样既激发了学生的学习兴趣，又让学生形象地记忆生字，一石二鸟。

提升作业设计能力，减轻学生作业负担，为学生全面、协调、可持续发展赋能。

篇 10

聆听讲座后，认识到“双减”是国之大计、民生工程，国家排除重重困难险阻，出台政策，努力为我们解决外部环境的大问题，校长和老师们就要守好学校教育、课堂教学这两个主阵地。关键在于提高课堂教学质量，每天 2 小时的课后服务，就是要全面重构教学结构，关注时间的分配，教学方式的改革，只有线上与线下、校内与校外、课内与课外有机组合，才能实现“综合化教学”。

教学内容的再分配方面注意课堂上要主要完成以下任务：预习检测、教学重难点突破，课堂训练的强化。而课后集中完成作业及学生兴趣特长的培养。教学评价的调整要从关注老师到关注学生。课堂教学、作业设计都要以课程标准规定的阶段内容和目标为基准，要在落实必备知识、关键能力和正确的价值观上下功夫，否则不能达到“减负提质”的目的。

“双减”背景下的课后服务和作业设计，教师要牢记学校教育“立德树人”的根本任务，及时从“育分”转向“育人”，准确把握义务教育的奠基作用和基本职责，在正确的方向指引下才能落实“双减”各项工作。

小学语文双减作业培训心得体会 篇 11

20××年11 月 8 日下午，在 XX 县教体局七楼聆听了上海市教委教研室 XXX 博士的《双减背景下作业设计与实施》的报告，感受颇深：

首先，听完王老师的报告，我认识到双减是国之大计，是民生工程，是国家排除了各种困难，出台政策，为全民解决了外部环境大问题。所以我们每一位教育工作者一定要守好课堂教学这个阵地，一定提高自己的课堂教学水平。

王老师在讲座中谈到，作业功能单一，缺乏目标意识，难度走极端，差异缺乏有效性，类型单一，内容与教学脱节，结构不合理，时间过长，批改单一，分析缺乏，设计能力弱，管理内涵不足等 12 个问

有针对性的解决教学问题，提出了明确的方向。

同时，结合自己的化学教学，我认识到在以后的教学中，要注意分层设计。每个学生的基础不同，接受能力不同。作业的效果就不同。所以作业应该具有层次性。要注重学习知识和技能，注重作业的开放性，要围绕一定的主题来完成，激发学生的探索精神。作为一名化学教师，要注重培养学生的实践能力，培养学生的动手操作能力。

再次要尽量多的设计趣味性作业。因为只有学生有了兴趣，才能极大地激发学生学习的积极性和主动性。比如作为化学教师，课下让学生做一个简单的家庭实验：让学生利用厨房的鸡蛋壳与食醋，看两者反应是否能产生一定的气泡；或者把生锈的铁钉放入稀盐酸中，看能否把铁锈除干净。目的是让学生深深地感受到，化学源于生活，化学服务与生活。

化学是一门以实验为基础的学科，作为我们每一名化学教师，应该成为新一轮课程改革的急先锋。我们要在实验中探究，在探究中实验，要让课堂真正成为探究的乐园、实验的热土，要让化学探究永远是一首田园诗，充满着生活的气息，演绎着人与自然的和谐发展……

篇 12

20××年11月18日下午，有幸参加了XXX市教研员培训活动，我聆听了上海市教委教研室XXX主任的《双减背景下作业设计的设计与实施》报告。王主任从正确理解作业与作业系统，作业现状与关系模型，如何提高作业质量三个方面阐述了自己在作业设计方面的研究和做法，下面我说一下自己的收获：

一、理解了作业的含义

作业的本质是学生自主学习的过程。作业不仅是学生巩固基础知识的过程，也是培养学生养成良好的学习习惯，提高学习能力的一个过程。作为教师是布置学生作业的主体，作业设计的好坏直接关系到学生的学业成绩和身心健康。在双减政策下，教师需要提高认识，让教育回归校园，回归本真；充分发挥学校的主体价值，让家长再次信任我们学校，相信我们的教师，相信我们中国的教育。

负担，这个作业包括书面作业和非书面作业。作业设计的质量是关键，一个高质量的作业能让学生的身心健康全面发展，从而快乐的生活，有效的避免了家庭矛盾，为和谐社会贡献力量。我们教师应该充分利用学校的课后服务时间，对学生采取有针对性的查漏补缺，一对一的进行指导和帮扶。找出成绩差的原因，做到因材施教，这种课后服务才是最有效的，也是国家双减政策的基本要求。另外，我们也应该提高课堂的教学效果，站在学生的角度上去说是不是听懂了，是不是学会了，而不是强调我们教师讲的多好，讲课的效率有多高。

我们今天的作业是教学活动的一种延伸，也是为教育评价的进行奠定基础，让学生学会自己学习，养成良好的学习习惯，形成自主的学习内化力。

二、认识了作业的现状

通过今天的学习，认识到我们现在的作业大多都是重复性的、机械性的作业，这种作业不仅不能培养学生自主学习能力，反而会让学​​生厌学、甚至是逃学。沉重的作业负担无限制的占用了学生的睡眠时间和休息时间，使我们的学生身体健康和心理健康受到极大的影响。我们的教育必须要改，只有这样我们中国的未来才有希望。我们的教师要有自主设计作业的能力，教师要在做中学，在设计作业的过程中不断地总结经验，提高认识，最终提高自己作业设计的水平，改变我们现在教育的困境，确实做到减轻学生的课业负担。

三、清楚了作业的设计

通过王主任的讲解，我知道了作业的含义和设计的内容。单元一般是指同一主题下相对独立并且自成系统的学习内容。这个主题可以是一个概念，也可以是一个关键性的能力，还可以是一个真实的问题，一个综合性的项目服务等。作业的设计，是以单元为基本单位，依据一定的教学目的，选择、重组、改编、完善或者自主开发等多种形式形成作业的过程。

通过今天的学习感觉到自己知识的欠缺，还是要多学习作业管理有成效的老师的经验和方法，提高作业的设计、批改和反馈的管理水

业的训练效果。

作为一名人民教师，我们时时刻刻都行走在教育教学这一条“知行合一”的行动研究的道路上。在这条路上，我们会遇到问题、分析问题，解决问题，我们会调整改进提升。然后我们又会发现新的问题，周而复始、循环往复、螺旋提升进而深度发展。

教育教学，需要我们每一个教育人勤于学习，勇于实践，善与反思，乐于分享。只有这样，“双减”政策下的教师才会有更加清晰的奋斗目标，我们的教育人生才会更有意义。

篇 13

近期，国家出台了减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的“双减”政策。为坚决落实“双减”政策，提高教学质量，提升课后服务水平，各中小学实行课后延时服务，实现义务教育学校“5+2”课后延时服务全覆盖，通过丰富多彩的课后服务，推进政策全面落地，为同学们开启新学期学习生活。

在我们学校，学校以老师“应教尽教，学生学足学好”为原则，组织全体教师对“双减”政策进行学习和领会，在作业设计、课堂教学质量提升、课后辅导等方面拟订出具体措施，扎实贯穿于常规教学过程当中。与此同时，我校还实行“5+2”模式，即学校每周 5 天都要开展课后服务，每天至少开展 2 小时，面对教育政策新要求，我们学校结合教育教学的基本要求，分别制订了各项细化制度，在课堂中、作业里有效落实“双减”政策”。

作为老师，我一定会把‘双减’政策落实到教学工作当中去，让孩子们真正感受到‘双减’政策给他们带来的新变化。

我认为具体的做法有：学习课程标准，对课程标准有新的认识，更新教学理念，明白减负并不是单纯的减少作业数量，关键是如何在“减负”的同时提高质效。

1、加强集体备课，认真钻研教材，使各单元的教学目标更加明确，根据单元目标制定合理的课时教学目标，并根据各班的实际情况，修改教案，有针对性地对语文知识和能力进行训练。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/425230233123011124>