

# 2023年双减背景下作业设计心得体会吉 春亚(模板9篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇一

近年来，我国教育改革取得了巨大的进步，尤其是在减负方面的努力。其中，双减作业的推行，让学生们的负担有了一定的缓解，更重要的是，它促进了学生自主学习的能力。在语文课程中，我也尝试了双减作业的设计，获得了一些心得体会。

首先，双减作业的设计让学生摆脱了繁重的作业负担，更有助于他们的身心健康。过去的作业设计中，往往存在着大量重复性的习题，让学生们感到无聊和疲惫。而双减作业的设计，让学生们能够有选择的完成作业，从而减少了他们的工作量和焦虑感。在我的课堂上，我尝试了以小组合作的形式进行作业，让学生们能够相互交流、互相帮助。这样的设计不仅减轻了学生们的负担，还增加了他们对课堂知识的理解和应用能力。

其次，双减作业的设计能够激发学生的兴趣，提高他们的学习效果。对于语文这门学科来说，学生们对作文常常存在着兴趣不高的问题。而通过双减作业的设计，我尝试了一些有趣的形式，比如让学生们以角色扮演的形式撰写作文，或是让学生们去实地考察，然后展开写作。这样的设计能够让学生们在自由的环境中发挥自己的想象力和创造力，提高他们的写作能力。同时，这样的设计也能够让学生们体验到语文知识的应用和实用性，从而更加喜欢这门学科。

再次，双减作业的设计提高了学生自主学习的能力。传统的作业设计往往是教师单方面的布置及检查，学生们只需要配合完成即可。而双减作业的设计，我尝试将一部分作业设计成为学生自主选择完成的项目，比如让他们选择一本自己感兴趣的书籍，然后撰写读书笔记。通过这样的设计，学生们能够培养自主学习的习惯和能力，提高他们的学习动力和主动性。同时，这样的设计也能够让学生们更好地找到适合自己的学习方法，提高他们的学习效果。

最后，双减作业的设计让学生们更好地理解和应用语文知识。在传统作业中，往往只要求学生完成习题或是背诵课文，而忽略了对课文的理解和应用。而通过双减作业的设计，我尝试让学生们进行一些开放性的思考和讨论，让他们能够将语文知识应用于实际生活中。比如，让学生们就某个热点事件进行讨论，从而培养他们的思辨能力和批判性思维。通过这样的设计，学生们能够更好地理解和运用语文知识，提高他们的综合素养和学科能力。

总之，双减作业的设计在语文课程中发挥了积极的作用。它减轻了学生们的负担，提高他们的学习效果；同时，它培养了学生们的自主学习能力和学习动力。作为一名语文教师，我将继续不断探索和尝试，为学生们设计更加有趣、有挑战性的双减作业，促进他们全面发展。

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇二

减负势在必行增效永无止境，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。因此，“双减”背景下的作业管理，成为老师和家长格外关注的重要话题。那么“双减”后，是不是作业都不用布置了？布置的话，又该如何通过作业设计来提高学生的学习效率？带着这些疑问，我认真观看了浙江省教育厅教研室举办的主题教研活动《“双减”背景下的作业设

计与管理》，收获颇丰，使我认识到：

## 一、做到“理想的作业管理”——提高课堂效率

理想的作业管理要做到“精选、先做、全批、反馈”这八个字，这八个字的出发点，全都是为了学生的发展。精选的目的是为了减少学生作业总量，提升作业效率；先做的目的是为了了解学生的作业难度，体验学生做作业时间；全批的目的是为了了解学生的作业水平，减少教师过多布置作业；反馈的目的是为了给学生进一步巩固和纠正的机会。

为了更好地体现作业的功能，在精选的基础上，更要提倡设计，体现素养导向的作业设计，是今后发展的方向，也是研究的重点。最好的状态是学生能喜欢上做一些作业，在完成作业的过程中发展能力，获得成就感。是的，作业是一个我们熟悉的“陌生人”，做得最多，却又了解得最少。在课堂上达到教学目标，是教师的基本职责。不要把落实教学目标的行为延伸到家庭作业，更不要把查漏补缺的希望寄托在家庭作业上。如果课堂低效，作业就是学业负担；如果课堂高效，作业是锦上添花。作业减负，关键在于课堂提效。

## 二、作业是老师送给孩子们的“礼物”——形式多样化

缪校长说，“作业是教师精心设计送给孩子们最好的礼物。一位优秀的老师，可以通过一项作业，让孩子变成诗人、音乐人、剪辑师、画家……最重要的是收获了自我价值，发现了兴趣爱好，同时也懂得了感恩！”所以我们要积极探索作业的多种形式，比如一、二年级没有书面家庭作业，但可以有多种非书面“好作业”：学校依托校本阅读课程开展全员畅读，亲子阅读；引导每一个家庭践行“把体育带回家”的理念，开展健身、亲子运动……阅读与运动，让学生丰盈精神，强健体魄。三一六年级可以每月开展一次“无作业日”，如学期之初可以有计划地结合每月的节日或节气等排定一个学期的无作业日主题，给出无作业日的实践体验建议，让学

生放下作业，亲近自然，了解中华优秀传统文化；还可以鼓励学生参加家务劳动，融入家庭生活，参加各类体育、艺术活动，展现个人才艺等。

设计单元类作业，引导学生系统的学习；设置合作类作业，引导学生学会合作；设置体验类作业，带领学生学会体验；设置创智类作业，提升学生综合能力；设置游戏类作业，让作业充满无限趣味；设置表达类作业，让学生展示多元的自我；设置手工类作业，培养学生的手脑联盟；设置探究类作业，引导学生提升思维品质；设置跨学科作业，促进学生多元智能发展；设置分层作业，让每一个孩子找到最适合自己的营养餐……相信通过形式多样的“作业”，一定可以提高孩子们的学习兴趣，达到减负目的。

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇三

“减负”一直是社会关注的热点话题。我xxxx年参加工作，学校已经开始倡导“轻负担、高质量”的教育教学理念。但二十多年过去了，“减负”效果如何？我在日常教育教学中感受到“减负”已经衍化为比较大的社会问题。尤其能感受到很多家长的焦虑，他们担心自己的孩子输在起跑线上，会不惜重金让孩子抢跑；会让自己的孩子的课外时间淹没在各种兴趣班、学习班中，学生们被迫疲于奔命，失去了自主学习的时间和空间。所以，近日印发的《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》，再一次引发了社会热议。

作为一线数学教师，我时刻提醒自己不能仅仅把眼光放在数学教学中，更不能把目光聚焦于数学分数上，要把数学的教育教学纳入学生的生命成长中，让数学学习为学生的生命成长提供养分，为学生健康成长奠基。我始终在找寻着“减负”与“增效”的交点，坚信转变施教者的教育观念、改善教育教学行为方式，“减负”与“增效”是有交点的。

减负、增效看起来是矛盾对立的，有人认为“减负”和“增效”是两条平行线，没有交点。仔细推敲，减什么负？增什么效？所述的对象是有区别的。在我看来，减负减的应该是不必要的压力焦虑，减的是过多的重复操练，而增效增的应该是教育教学的质量和效率，因此它们并不是完全矛盾对立的。“向课堂四十分钟要质量”是我校“轻负担、高质量”的根本，也是我的追求。从数学学习的角度看，数学学习需要适量的练习巩固，但一味通过“题海”来获得感悟，只能达到“事倍功半”的效果。作为数学教师，从教学内容的精选开始，就要确立充分挖掘教学内容承载的思维价值，从而达到“举一明三，闻一以知十”的教学信念。课堂上要达到“事半功倍”的效果，不能满足于点状习题的解答，而要设法挖掘教学内容承载的更多教育的功能，多几个追问，从而拓展和提升学生的数学思维能力。

“减负增效”要落实，改善教学行为是关键。拿数学教学来说，如果不讲究方法，很容易走入题海战的误区。如何让学生摆脱在题海中挣扎？我认为教师需要精心设计不同层次的递进性教学，启迪学生积极思维、主动探究，不断引导学生的思维向纵深发展。比如增加几个追问：学习或解决这类问题学生已经有了哪些经验和基础？解决这类问题的一般路径方法是什么？还有哪些不同的解决路径和方法？如果数据或内容上做一些类似的替换，又能变出哪些似是而非的问题等等。教学中，教师应引导学生借助擅长的形象化思考逐渐向抽象化转换。比如通过解决书上或简单的问题，把重心落在规律或方法的发现上，引导学生在具体问题的解决过程中学会总结提炼，逐渐形成回顾、总结、提炼的意识和习惯，我认为这样的习惯远比解答几道题更为重要。通过变式的训练，给学生强大的思维冲突，让学生在解决问题的过程中感受到观察、比较、分析、策略使用等在解决问题中的重要性，并引导学生“跳一跳摘到果子”，甚至“逼”着学生“另辟蹊径”，通过观察、猜想、验证，发现解决问题的一般方法，我认为这个学习过程的价值远远大于找到答案本身。另外，

数学学习中引导学生举一反三，习得迁移类推的能力，既可以帮助学生克服思维定势，培养思维的灵活性，同时还可以让学生真切体验不断发现问题、解决问题过程中的成功和喜悦，激发学生数学学习的兴趣，让兴趣成为最好的老师，使学生在探究中舍得花时间而没有焦虑和压力。

总之，我认为一线数学教师要从数学学习材料中挖掘丰富的教学内涵和教育的价值。只要从多层面、多角度进行不同的思考，就能得到非常丰富的思维成果，从而由点到面、由表及里，把握知识育人的真谛，这就是我认为的“减负”与“增效”的交点！

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇四

### 一、强化知识点，建立自信心

在课堂上，教师应避免要求学生“必须记住所有知识点”，这只会令学生感到困惑和沮丧。相反，我们应设计有针对性的作业，在保证学生完成的前提下，取得知识上的成功感，从而建立自信心。

### 二、个性化实践，提升语文水平

这些实践性作业并不要求所有学生都完成相同的任务。教师可以选择让学生完成各种不同的任务，可以要求学生写日记、小说、诗歌等，让学生按照自己的喜好和特长发挥个人的特点。通过这些实践，学生的语文水平也能够得到提升。

### 三、创新题目设计，激发学生热情

教师应创新题目的设计，让学生在做作业时感受到乐趣，激发他们对语文学习的热情。这种创新包含了把做作业变得更加有趣，比如要求学生写一篇语言华丽的小品文，或者通过追溯词语来源等形式来拓展学生的思维。

#### 四、分步骤完成，提高效率

“让学生把作业一次性完成”这种方式已经不适用了。现在，我们更需要的是让学生分步骤地完成作业，保障作业的质量，培养他们的学习效率。在完成作业时，教师应引导学生先明确要求，再根据要求合理地安排完成时间。

#### 五、仔细检查，不纵容错误

最后，在作业结束之后，教师应认真对学生的作业进行检查，及时引导学生纠错。如果学生出现漏洞或错误，教师应该及时予以纠正，避免学生成为不良习惯的奴隶，从而保证学生的语文能力得到充分的发挥。

总之，语文作业的双减设计是学生学习的必经之路。我们应在教育教学过程中注意解决学生枯燥和难度过大的问题，同时也要关注学生的身心健康，营造一种开放、包容的氛围，让学生在有趣的氛围中参与到课堂中，在实践中提高自己的水平。只有这样，才能培养出全面卓越的人才。

### 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇五

作为一名语文老师，我一直在思考如何让学生对语文产生兴趣，从而提高语文素养。最近，我尝试了一种叫做“语文作业双减设计”的方法，该方法将作业量减少了一半，但是学生的作业质量却得到提高。在这篇文章中，我将分享我从这个方法中学习到的经验。

#### 第一段：减负让语文作业更有意义

在这个方法中的第一个减少是减负。传统的语文作业往往要求学生背诵大量的诗句或者填空，让学生感到非常繁重。但是，在双减设计中，我们只让学生完成重点知识点的练习和简单阅读理解题，从而减轻了学生的压力。学生更加愉快地

学习语文，并且理解也更加深刻。在这样的环境下，学生对语文的学习更加有意义。

## 第二段：符合学生的学习习惯

另一个减少的方面是减少语文作业的制作时间。现在的学生比较喜欢用电子设备学习，他们更加适应电子化的学习方式。因此，双减设计中的语文作业采用了在线学习的形式，学生可以在电子设备上完成作业。这种方式与学生的生活方式更加契合，增加了学生的学习兴趣。

## 第三段：吸收学生的意见

为了做到双减设计的效果，我们必须听取学生的意见。学生需要被询问他们最喜欢的学习方式，并且这些方式需要整合进入作业中。这样，学生们参与到作业制作的过程中，他们的工作提供的意见可以反映在作业中。这样的反馈机制可以帮助我们制作更好的作业，同时也提高了学生的学习积极性。

## 第四段：鼓励学生负责

在双减设计中，我们希望学生不依赖于老师的指导而独立完成作业。这样，学生可以更好地理解和吸收知识，同时也可以建立起从学生到老师的更加平等的关系。双减设计需要学生自己负责学习进度，这也有助于他们的自我管理，从而提高了整体的学习效率。

## 第五段：总结

在双减设计中，通过减轻作业负担、结合电子化学习方式、吸收学生的意见和鼓励学生负责，我们创造了一个更加有意义、更加舒适的语文作业学习环境。学生更加自主、自适应，同时也取得了更好的成绩。在这样的环境下，学生不仅对语文这门学科产生了兴趣，也提高了他们的自我识别。在未来，



我将会不断改进这个方法，让学生们能够更好地掌握语文知识，从而更好地面对未来。

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇六

在当前“双减”政策下，教师必须适应新要求，提高课堂教学质量、课后作业品质，学生的负担才会真正的减轻。有效作业是提升学生核心素养的重要方式。本次“双减”政策下有效作业的设计给我们老师对生物课后作业的实践运用提供了可参考的范本，为教师的专业发展提供了平台。作业是承载学习内容，体会学习方式，实践过程性的学习任务，要注重作业与教学的配合，继续教育培训中专家提出要把握预习、课堂、周末、单元等不同学习时间的作业功能与特点，设计适宜的作业来促进学生的思考，理解和探究，同时教师要自主提升设计作业能力，针对不同学习水平的学生进行分层布置，要让不同层次的学生在适合自己的学习中获得成功体验。建议教师要多布置分层作业，培养学生发散思维能力，并鼓励学生选做多做加深理解。

在培训中聆听专家的讲座《“双减”政策下的有效作业设计》，汲取专家智慧，收获满满。我们知道在当前“双减”政策下作业设计的研究一直在路上，学习中，专家不仅有深度的理论解读，更有生动的精彩实例，让我们拨云见日、豁然开朗。“双减”政策的有效实施：第一关键在于提高课堂教学质量。教学应在在知识衔接处、经验接轨处、生成差异处发力，以“快引入、寻突破、后拓展”的教学形式打造高效课堂。第二关键在于有效设计作业，提升学生核心素养。

通过学习，在专家的引领下，打开教研的新理念，有巨人的肩膀，我们方可看得远。本次培训不仅提高了我对“双减”工作的认识，更是为落实“双减”工作指明了方向。我们不能仅仅为了减负而减负，“双减”只是手段和路径，教育教学质量全面提升才是目的。

“减”不是目的，“减负不减质”才是关键所在。

加强课堂研究，“增效才能减负”。有效率、有质量的四十分钟才是减负的必由之路。必须在课堂上下功夫，深入研究课堂教与学的方式方法，否则就会依旧陷入“堤内损坏堤外补”的怪圈。完善教学结构，提高课堂的效率。除此之外，“双减”对作业质量提出了更高的要求。改革作业设计，少布置机械的、整齐划一的作业，尽可能布置分层作业、菜单式自选作业、自主性作业和实践性作业。研究作业设计，扩展作业内容，扩宽作业路径，改变评价理念，逐步树立“进步即质量”的评价观。

“双减”呼唤教师的快速成长。作为一名老教师，更应肩负责任，继续秉持初心，扎扎实实立低砺奋进！

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇七

语文作业是学生日常学习的重要组成部分，但对于很多学生来说，它常常带来许多烦恼。学生觉得语文作业无聊，没有趣味，完全是机械式的死记硬背。而作为教师，我们应该如何设计一个既能够完成教学任务，又能够让学生喜欢的语文作业呢？在教学实践中，我尝试着运用“双减法”来进行语文作业设计，并取得了不错的效果，本文将分享我的一些心得和体会。

### 二、什么是“双减法”？

“双减法”是指通过减轻作业量和减轻难度，来让学生更轻松、更自信地完成作业。在语文教学中，“双减法”是非常重要的一个设计原则，因为它可以减轻学生的学习压力，提高学生对语文的兴趣和学习积极性，从而更好地实现语文教学目标。

### 三、如何设计符合“双减法”的语文作业

## 1. 减轻作业量

我们知道，很多学生因为作业量太多而感到压力。因此，减轻作业量对于学生的学习积极性的提升非常有帮助。在我教学的实践中，我尝试着将传统的大量家庭作业分解成数次小作业，让学生在每晚回家前能够及时完成任务，这样学生就不会被作业量压垮，同时还能够提高学生的完成率和学习效果。

## 2. 减轻难度

在语文学习中，学生往往会因为难度太大而感到畏惧。因此，减轻难度也是重要的一种方式。在我教学中，我采用多种策略来让学生对课文、作文等内容感到更轻松：例如，为学生设计有趣的课堂游戏，进行趣味化的讲解，以及为学生提供多样化的素材和参考书籍。这些策略不仅增加了学生的兴趣，也让学生有自信地完成作业。

## 四、“双减法”在语文教学中的优势

### 1. 提高学习效果

“双减法”能够减轻学生的学习压力，从而让学生更能够专注于学习，提高学习效果。与此同时，因为减轻了难度和量，学生也会更加自信，意见愿意提问、参与讨论，这无疑也可以促进学生的学习效果。

### 2. 增强学生兴趣

由于“双减法”能够使学生感觉更轻松，因此学生更能够对语文学习产生浓厚的兴趣和热情。在我实践中，我发现学生们对语文的兴趣和热情得到了提升，也更加自觉地展示出了学习语文的积极性。

## 五、结语

“双减法”在语文教学中的应用不仅有利于提升教学效果，还能够在提高学生学习和兴趣方面发挥较大的作用。当然，“双减法”并不是万能的，只有在实际教学中灵活运用，才能真正体现它的价值。因此，我也希望更多的教师能够在语文教学设计中采用“双减法”，创造出更有趣、更富有创意的语文作业，让学生乐于学习和进步。

## 双减背景下作业设计心得体会吉春亚篇八

眼下，教育界双减政策愈演愈烈，语文教育也逐渐步入了“双减”的时代。作为一名语文教师，如何在语文作业设计中实现双减，让学生不仅能够减轻负担，同时又能够提高学习效果，可以说是每一个语文教师需要思考的问题。在这种背景下，本文将结合自己多年的教学实践，与读者分享一些有关语文作业设计的心得体会。

### 第二段：减少作业量

减少作业量是实现双减的关键。在设置语文作业时，既要考虑数量，也要考虑质量，尽可能避免对学生的身体和心理造成负面影响。因此，我们要从三个方面来减少语文作业量：一是节约练习量，即适当降低学生练习的文本量，让学生有更多精力去阅读与思考；二是减少作业难度，即把作业分解为更小的部分，让学生可以更轻松地完成；三是适当宽松作业时限，让学生有足够的时间去理解和掌握知识，避免不必要的紧张和情绪上的压力。

### 第三段：提高学习兴趣

语文作业在学习上，培养自主学习能力和兴趣的作用十分巨大。在语文作业设计中，我们应该注重学生的个性，尽可能满足学生的兴趣和需求。一种方法就是多样化作业形式，让

学生在完成任务的同时，感受到了不同的思考方式和变化的乐趣。比如：演讲比赛、剧本创作、名言警句等等。另一种方法就是利用新媒体手段，运用现代科技让学生可以轻松地了解、感知和掌握知识，从而提高学生的学习的兴趣。

#### 第四段：注重语文素养

在语文作业设计中，我们需要关注语文素养的培养，让学生在动手完成作业的同时，能够有更为深刻的理解和体验。教师可以在作业设计中引入一些实用性很高的内容，例如：摆脱课外班，纠正口语中错误的用法等等，引导学生学习贯穿于学生日常生活中。此外，我们也可在作业设计中设置一些重要的语文常识点，例如：历史典故、名言、谚语等等。这些点都有助于增强学生的语文理解能力，让学生更好地领会传统文化和提高社交技巧。

#### 第五段：结论

在思考语文作业设计时，我们需要考虑到的不仅是学生的学习成效，还有学生心理健康和生活状态的关注。语文教师在作业设计中，应尽量减轻学生的负担，同时发挥教学策略的最大化作用，让学生在学习过程中获得最大的效益。以上所提到的是一些个人的想法和心得，希望可以引起读者的共鸣，并在日常教学中加以实践。

## 双减背景下作业设计心得体会吉林亚篇九

### 作业设计

教者有心，学者得益。“双减”背景下如何减负增效？我校小学语文组致力探索于作业设计的研究之路，探寻基于核心素养导向的作业设计，让作业“起”于生活，“启”迪思维。3月14日下午，小学语文组“聚焦作业设计提高课堂效率”主题研讨会如期召开。

一份有效有创意的作业该如何进行设计呢？县作业设计一等奖获得者盛美珍老师分享了自己“天宫课堂”非连续性文本作业创编的难忘历程。

其次，我们应该要深度解读文本；对学段、年段、单元、课文甚至课时的语文要素了然于心；在设计作业时既要促进知识的巩固和整合，又能拓宽知识面，提升文本的‘张力’。

最后，盛老师以“天宫课堂”非连续性文本作业创编为例，具体讲述了作业内容灵感的来源、作业材料的安排以及作业设计完成后的进一步思考改进。从“宇宙级精彩点燃飞天梦”到“致敬航天人”五大板块，七个材料，盛老师对材料标题的精心创编，以及对阅读作业的梯度设计充分彰显了她扎实的专业能力。盛美珍老师的分享引领与会教师经历了一次专业的作业设计全过程。

研讨会上，教导处夏丹丹老师就作业设计的不同类型为老师们提供了丰富的学习样例，如：四上《王戎不取道旁李》单课设计，五上《第八单元整组作业设计》，四上《读立体的诗，探寻诗歌背后的故事》第七单元项目化学习案例，三年级《双减背景下课内写话作业的设计策略》，四上阅读复习专项作业设计，以及单元习作的活动设计等。夏老师带领全体教师逐个学习，促使大家对作业设计有了更全面更深入的认识。

针对本次主题研讨，祝俞蕾校长总结发言，充分肯定此次学习的意义。她强调作业设计要基于对作业设计理论的系统检索学习，基于对作业形式创新的探究，基于对教材的理解和能力要求的把握。最后，对本学期语文组教研工作进行了布置安排与具体解读。