

# 双减背景下的作业设计心得体会 双减背景下作业设计心得体会(优秀8篇)

学习心得可以激发我们对学习的热情，促使我们不断进步和成长。以下是一些经典的学习心得范文，它们既有对学习方法和技巧的剖析，也有对学习态度和心理的探索，希望能够给大家的学习带来帮助和启示。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇一

学习是教师的不竭动力，更是教师的必备技能。为什么国家要全面实施“双减”政策？那么对于学校如何做才能最有效地落实这一新政？老师应该怎么做？从哪里着手准备？这些问题都是我们教师迫切想知道的。11月28日上午，金水区文源小学组织全体教师共同聆听了上海市教委教研室王月芬主任关于“双减”背景下单元作业设计与实施的远程讲座。

从中央文件，到五项管理□pisa测试的背景下，从作业的本质，到作业现状与关系模型，重点剖析了单元作业，如何提高单元作业设计质量，王老师细化“小切口，大改革”。王老师认为让学生学习回归校园，是对学生学业质量、诊断改进教学、亲子关系及学生身心健康、家校关系影响的关键，要想真正落实好新政，最有效的实际的抓手就是提高设计作业的质量。

王老师主要从作业与作业系统、作业现状与关系模型、核心素养与单元作业设计三大板块详尽阐述了作业设计的重要性以及如何进行有效作业设计等问题。她结合实例并通过自己团队多年的实践研究为老师们展示，令我印象最为深刻的时候语文学科类的如何布置书写生字词的作业，作业一共、分为三项：1、认真读一读第二单元的生字；2、按照结构的不同抄写，把相同部首的字写在一起。左右结构、上下结构、包围结构、单一结构等。3、把容易写错的字用红色的笔描一

描。看完之后我深入深思，一针见血地指出现在作业存在的巨大问题，在反思我自己是如何在设计作业的。我在内心反问我自己，是否我们英语学科的作业也可以作以参考，比如我们可以布置单词分类，把相同词性的单词归类，把不会的单词用不同颜色的笔描一描，针对教师在设计作业中的问题和现状，同时针对这些问题她也给出了良好的方法和建议。

整整两个半小时的讲座，老师们听得津津有味，笔记详实，感想良多。本次讲座对老师们的作业管理、作业设计能力提供了宝贵的建议和做法，以小见方向，以小见责任，以小见情怀，值得我们每一位教育工作者深思。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇二

在“双减”落实的同时，教育部也在推动“双增”，其中一增也就是在减轻课业负担的同时，给学生腾出更多参加户外活动、体育锻炼、艺术活动、劳动活动的时间和机会。

因此对于体育学科来说，为了能够更好、更有效地担负起强体育人的责任，体育学科要落实好体育作业的布置，积极作为，怎么有效地布置体育作业，我主要有以下四点思考：

体育作业的布置要有趣味性、挑战性、自主性。趣味性，即作业形式多样，体能、柔韧、游戏都要涉及。挑战性，即根据学生不同运动能力设置同目标，让每个学生垫垫脚尖能够碰到，既能让学生获得成功的体验，也有一定难度。所谓自主性，即给学生自己设计和决定锻炼内容和形式的空间。例如本次作业若希望学生锻炼跳跃能力，可以提供多种练习腿部力量的形式和方法，让学生自主设计适合自己的锻炼形式。老师可以在体育课上根据本节课所学内容课上与学生共同设计一个游戏，布置作业时就可以让学生效仿老师在课上创编的方法自行创编游戏，学生设计的游戏老师在下节课择优在课上实施，这样也会激发学生创编的积极性。

体育课上培养学生科学锻炼的意识和习惯，作业的布置要有安全性、负荷合理。在选择锻炼方法时，要由易到难、由简单到复杂。合理安排运动负荷，对锻炼效果有着重大的意义。负荷过小，起不到锻炼效果；负荷量过大，会造成过度疲劳，甚至会出现伤害事故。

随着“双减”政策的有效实施，语数英等需要学生通过听说读写等方式进行知识巩固的学科，家庭作业的布置受限。为了尽可能填补这一部分带来的缺失，体育作业在布置时可以与这些学科的老师交流。例如，此前在排球训练中，在锻炼孩子协调性的绳梯练习时，通过老师在一旁提问学生简单的数学口算题，让学生边练边回答，不仅能够增强学生手眼脑的配合能力，也能达到巩固学生数学知识的效果。再比如，在学生练习跳绳时，要求她背诵当日所学古诗，在增强孩子的心肺功能的同时也检验了语文知识的掌握程度。

1、app打卡

2、微信群打卡

3、课堂检测

## 双减背景下的作业设计心得体会篇三

“双减”政策提醒教师，不得布置重复性作业，不得布置超标的作业，不得使用“题海战术”，尽量减少学生无效劳动。

对于已经积累了“丰富经验”的老师们该如何转变观念呢？布置作业重在“精”“趣”“实”“变”，作业设计注重实践形式和训练试题类型与内容的思考，试题类型注重多样化、试题内容注重趣味性和实用性，让学生在实践过程中产生获得感和成就感。通过作业让学生变成诗人，画家，变成哲学家，通过回顾、思考、梳理，准确建构思维模式，提升学习力。这是对教师严峻的考验，这是对教育管理者发出的挑战，

新时代教育要用智慧、要用实践，团队合作，取长补短，分层推进。

作业的设计是为了提高教学目标，在双减政策下，作业也纳入到教研中，一份好的作业设计应该是能增长学生的兴趣，在完成作业的同时，也能让学生增长知识或者见识，在传统观念中，作业的设计可能主要以知识与技能为主，那现在我们可能需要做一些改变：以综合实践活动为主，多让学生动手操作，设计题目时应结合情景材料，让学生感受到数学在生活中处处可见，从而让学生对数学更有兴趣，还可以创新一些作业，比如：对学习，生活，劳动中不称心的物品进行设计或制作，这个层次就会比较高。所以学生的素质也会相应的提升，充分让学生的想法展示出来。并对他的作品进行一定的评价，学生也会更有动力。所以在作业的设计形式可以有多种，需要我们用心去思考。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇四

“双减”形势下，学校需要全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担，任课老师需要统筹兼顾，合理布置作业。对此，学校开展了教师作业设计能力培养的培训，提出以下要求：

一、把握作业育人功能。教师要在课堂教学提质增效基础上，切实发挥好作业育人功能，精准分析学情、改进教学方法，布置科学合理有效作业，帮助学生巩固知识、形成能力、培养习惯。

二、严控书面作业总量。按照要求，初中学生书面作业完成时间总计不超过90分钟。对此学校制定了作业布置公示制度、作业检查制度和考评细则，并纳入量化管理，发现问题及时反馈，及时整理。

三、精心设计、鼓励创新作业。教师要根据所教学段、学科

特点及学生实际需要和完成能力，合理布置书面作业、科学探究、体育锻炼、艺术欣赏、社会与劳动实践等不同类型的作业，鼓励分层分类布置作业，强化实践性作业。

四、提高作业设计质量。教师要提高自主设计作业能力，针对学生不同情况，精准设计作业；要科学制定并认真落实教学计划，不随意增减课程难度，不随意加快教学进度，不得布置难度水平超过课标要求的作业。

五、加强作业完成指导。教师要充分利用课堂教学时间和课后服务时间加强学生作业指导，培养学生自主学习和时间管理能力。

六、严格作业批改反馈。教师须亲自批改作业，提倡作业面批面改，以便充分掌握学情，不断强化作业批改与反馈的育人功能。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇五

课后作业是课堂教学活动的延续。它可以检验教学效果，帮助教师及时了解学习情况，帮助学生有效巩固知识，提高应用能力，培养学科素养。学期开始就在作业布置上努力下功夫，以下是双减背景下如何有效布置作业的一点思考和体会。

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，在过去相当长时间里，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。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），由于“双减”政策直击应试教育的功利、短视要害，因而在社会上引发了强烈反应，学校、家长、老师对国家的这一重大决策普遍表示了热烈欢迎和支持。

“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，特别是小学一、二年级学生，不得安排纸笔考试，不布置书面作业。对于国家规定的明令禁止的红线，每个教师都必须了然于心，时刻自警、自省、自勉、自励，要把国家的政策精神切实落实到行动上、工作中。

有人认为，学生的作业少了，教师的负担也减轻了，教师可以轻松一些了。这种对“双减”政策的认识其实是一种严重误解，虽然不排除有个别教师以“双减”政策为借口放松自己，但所有学校和绝大多数教师其实都能够清醒地认识到，“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，让学生成为刷题机器。教师必须控制好纸笔作业的总量，要做到少而精，精而有趣；这样既能够达到纸笔考试相同的效果，更为重要的在于，能够有效提升小学生学习兴趣和热情。

然而，要做到作业的“少而精、精而有趣”以及安排生动活泼的“口头”作业，其实不是一件简单的事情，需要教师比以前下更大的功夫，费更多的时间，做更深入的教学研究，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，教师要尽量避免出现机械、单调、重复性无效作业

或惩罚性作业，尽量缩减一些死记硬背、反复抄写的练习；作业设计要符合学生年龄特点和心理规律，作业的形式必须多样化，切忌只有单调的书面作业，应该增加更多的实践性、操作性等体验类作业。各种体验类作业形式不仅是学生所喜爱的，而且还可以激发学习困难生的学习兴趣；作业设计既要面向全体，又要兼顾个体差异，教师应该积极探索分层作业、弹性作业、个性化作业的设计，探索因材施教下的作业设计；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。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇六

为进一步深入领会并贯彻落实国家、省市“双减”文件精神，响应郑州市在全市教育系统深入开展“大学习、大讨论、大调研”活动的号召，落实郑州市“大学习、大讨论、大调研”研讨会精神，20xx年11月24日和25日两天，高新区社会事业局教研和智慧教育发展中心一行五人，由魏玮副主任带队，分别走进郑州市郑中国际学校、高新技术产业开发区复新实验中学、高新区行知中学、高新区朗悦慧外国语中学和郑州市第五十八中学智美校区，就“双减”背景下学校作业建设情况进行实地走访调研。

基于前期走访中遇到的老师有课等实际情况，本周走访对流程进行了微调，各教研员先与所负责学科的备课组长进行交流，查看各学科上周作业布置与批改情况，最后有各校教学副校长或者教务主任就学校的具体举措和思考进行汇报。

郑中国际学校研制“学科作业设计模板”，让教师在进行作业设计时，清晰每道题设计的目标、意图，明确能力层级，让作业置更加科学。

学生管理中，使用“学生成长手册”，方便记录周末作业和学生每日自省，方便班主任、导师、学生、家长四方联系。既体现双减要求，方便把控周末作业，又方便学生进行写实

性记录，符合综合素质评价精神，还方便学生自评、互评、师评、家长评的真实过程性材料的留存和使用。

复新实验中学将“课堂+作业”进行联动优化，“聚焦备课环节，提升课堂质量”、“强化五有理念，打造最美课堂”、“以活动为载体，促进共同成长”，促进课堂教学高效化；“学科间：统筹把握，控制数量”、“学科内：聚焦方法，提升质量”、“学生间：读懂学生，关注个体”，构建高质量作业体系。深耕课堂，加强管理，统筹质量与数量联动课堂内外，加强作业管理，提升育人品质。

行知中学以课程建设为核心，动员多方力量为学生全面发展构建“1+x”课程体系，充分挖掘教师潜能，开始丰富多样的校本课程和特色课程，满足学生成长需要；重视教师培养和学科教研，发挥青年教师敢闯敢干优势，深入研究，针对不同学科、不同内容进行作业类型、设计、布置批改等方面的创新，取得令人惊喜的效果。

朗悦慧外国语中学，作业专项档案资料分类整理到位，各项管理、备案、审核、监管、公示、问责等制度完整规范，用制度规范教师行为；全体教师多次开展各部门大学习大研讨，促进教师理念转变；用作业改革倒逼学校课堂教学质量提升，全校开展“思维导学”活动，邀请专家到校开展“思维导学”工作坊和研课、观课、评课活动，帮助教师解决教学实践中提高学生内驱力的问题，抓好课堂主阵地。

郑州市第五十八中学智美校区，结合学校教育教学实际，对总校不依赖，认真研读政策文件，积极转变作业观念，从政策解读、制度制定、作业指导、公示监督等不同角度在作业建设方面进行了深入思考和积极尝试。

“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。”面对“双减”，高新区各中学都在应势而动，谋求创新。各学校紧抓课堂主阵地，开展形式多样的课堂教学改革，努力提高课堂效率，在学习中不



断思索，在实践中不断探究，努力把“双减”政策落到实处，为孩子们健康全面发展踵事增华！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 双减背景下的作业设计心得体会篇七

我们想要解放孩子的作业束缚，最关键是要解决的作业设计问题。而对作业设计的关键是在于教师，教师是否充分备课，是否做到精备教材、教参和研究习题设计。

然而，现在存在着这样一种情况，部分教师对作业的设计不清不楚。有些老师因为购买了配套的练习资料，便被资料束缚住。在一堂课结束之后，作业之一便是让学生完成资料中某一课时的配套练习。却不曾想到，对于接受能力较强学生，课堂上的巩固练习已能够达到练习目的，这部分学生需要的是拔高与提升。而对于接受能力较慢的学生，基础知识掌握不牢固，课下需要加强对基础知识的巩固，变式题对他们来说已是困难，若是遇到拔高题，无非是加重了学生的心理负担。所以，在布置练习题的时候，应该要有一定的策略。

第一、要设计好作业的时间。

“双减”背景下，作业时常给出了严格要求，各个学科总时长不超过一小时。然而现实情况是，部分学科老师不相互沟通，只考虑自己的学科，导致学生学习的总时长过长。

第二、老师心中要有全体学生。

我们老师布置一条作业的时间，不应该是按照班上最好的那个孩子来进行的。要有全体学生，给予他们充足的整理、复习、预习的时间。

第三、我们老师要设计分层作业。

每个学生的基础不同，接受能力不同，作业的效果也就不同。老师要给予学生学习方法的指导，能满足不同层次的学生需求。从核心素养的角度来看，我们体现核心素养的一些作业，应该具有情境化，注重学习知识和技能，注重围绕一定的主题来完成，注重作业的开放性，反对绝对的固定的答案。其实越开放题目，问题的探究性水平就越高，就越能够激发孩子探索精神。

另外，在作业设计时要有选择性的利用身边的资源。注重对知识的整合，如专项题或易错题。总之，在设计作业时注重目标和内容的一致，既要设计科学，又要设计合理。要想让学生学有所获，练有所得，教师务必要先跳出被教辅资料“束缚”的怪圈。在“双减”政策下，作业设计好了，学生就真正的提质增效了。

## 双减背景下的作业设计心得体会篇八

让学生作业减负落到实处，如今，我国“双减”工作已全面开展，落实“双减”政策，需要老师转变观念、改变策略，让学生作业减负落到实处。近期，根据李翠梅工作室的任务安排，我观看了浙江省教研室组织的关于“作业减负”的系列报告。特别是周红星老师《区域作业管理的检验视角反思》

讲座，他的讲座分为三个话题：金华市双减工作概述，学校作业管理经验分享，教研视角反思作业设计。下面就周红星老师的讲座，谈谈自己的感受。

“双减”工作，最核心的是关注“双减”背景下的作业管理，对于学生的作业管理，要通过“四个强化”来落实作业管理：强化作业总量控制，强调一校一案，建立作业公示；强化作业提升，鼓励布置分层作业、弹性作业、个性化作业；强化学生习惯培养，小学晚九点不做作业；强化教师责任落实，提高作业管理效率。作业管理，老师不能简单地停留于时间管理，应该聚焦于每一天所面临的极为真实的作业问题，以课题认领的方式研究作业问题，以作业为媒介，建立良好的师生关系，发挥全体教师的智慧是做好作业管理的重要路径。

作业设计，要突出“减量、提质、增趣”。要想提质，老师可以通过精编题目提升习题的质量，通过错题库提升学习的质量。错题库主要分两类，一类是学生的个人错题库，另一类是学生的班级错题库。要想增趣，学生的作业形式可以是“浸作业”，浸作业是指学生亲临问题现场，使用现有的材料或者工具，综合运用知识、经验和技能，经过操作、计算和推理，使问题得到解决的作业，这种作业能丰富作业的形式。还可以采用“小鬼约题”的作业形式，小鬼约题是指组织学有余力的学生从作业中选取题目，模仿教师进行出题、改编并讲解，达到作业分层的目的。

教研视角反思作业设计，分为三个角度：巩固知识的视角，诊断教学的视角，作业编写的视角。从巩固知识的视角来说，对作业设计应该追求的是主干性、基础性和针对性。鼓励教师参与“校本作业”的编写，一个学校的校本作业一定要由自己学校的老师来编写，因为本校的老师最了解学生的学习，能够有效提升作业的针对性，符合教学评一致性的原则。建立共同体学校，组织各校名师参与作业设计的审稿工作。这样，学校的校本作业才能够在情境创设、问题设置、答案组织等方面做到科学规范。

从诊断教学的视角来说，诊断教学分为两个内容，一个叫结果诊断，另一个叫过程诊断。现在大多是利用信息技术，利用大数据进行精准诊断教师的教和学生的学，利用学生作业的结果来进行个性化的诊断。在教学中，老师及时把学生的课堂作业进行反馈，让学生的思维可视化。依据学生错在哪里，分析错在哪里，得出它的问题在哪里，这是作业结果诊断，是作业最重要的功能。过程记录，是做作业的时候，随时把自己的思维记录在试卷的顶端或者作业本的顶端。学生做选择题的时候，第一下选的是a□过一会选的是b□最后选b对了，老师就认为学生懂了，其实我们发现学生的纠结过程，我们并不知道。实际上，也许学生在a和b之间犹豫了很久，学生犹豫的过程就特别有价值，就应该及时记录自己犹豫及思考的过程。

从编写作业的视角来说，不仅要提倡教师设计和编写作业，也要尝试让学生设计和编写作业。学生参与作业的设计过程，就会不断丰富作业的形式，激发学生做作业的兴趣。正因为学生自己设计和编写作业，我们才能充分理解教师和学生之间思维的差异，以达到作业最优化的效果。

总之，对于“双减”背景下的作业管理，我们要经常反思，学生做作业的过程，是否巩固了知识，提升了能力，习得了方法，激发了兴趣，促进了发展。作业设计，依然是我们今后研究和探索的重点，努力设计出真正使学生减负、增效的作业，体现作业的功能和价值。