# 最新减负增效提质心得体会(精选9篇)

作者：落花成痕 更新时间：2025-06-19

*减负增效提质心得体会一高中的学习让我们感到了前所未有的压力，我也曾因此深受其影响。但是我在不断的探索中，总结出了一些提质减负增效的心得体会，希望能够对大家有所帮助。其实，其实提质减负并不是一件非常困难的事情。首先，我们需要根据自己的实际情况...*

**减负增效提质心得体会一**

高中的学习让我们感到了前所未有的压力，我也曾因此深受其影响。但是我在不断的探索中，总结出了一些提质减负增效的心得体会，希望能够对大家有所帮助。

其实，其实提质减负并不是一件非常困难的事情。首先，我们需要根据自己的实际情况合理规划学习计划。很多同学因为过于追求完美，每门功课都想要拿满分，导致自己陷入了极度的压力中。事实上，我们可以根据自己的成绩水平和预期目标，设定一个比较现实的目标分数，逐步地去实现。这样不仅可以减轻学习压力，还可以提高我们的学习效率。

此外，我们还可以通过看书来提高自己的学习效率。高中的课程涉及的内容非常多，但是老师所讲的也只是其中的一小部分。因此，我们需要自学一部分课外知识，这样可以在老师上课时更好地理解所传授的知识。同时，自学也可以锻炼我们的自学能力，提高我们独立思考的能力。在这个过程中，我们要学会利用各种资源，比如课外读物、网络资源和图书馆等。

最后，提高学习效率还需要有一个良好的心态。高中生活中不可避免地会遇到种种困难和挫折，但是我们不能因此就轻言放弃。相反，我们要学会坚持不懈，相信自己有足够的能力去克服困难。同时，我们也要学会放松自己，适当调整心态，保持一个积极乐观的心态。

总之，对于高中生来说，提质减负增效是一件非常重要的事情。只有在不断地摸索和尝试中，我们才能找到适合自己的方法，取得更加优异的成绩。

**减负增效提质心得体会二**

“减负提质，构建高效课堂”是我校本学期的教研主题，在“提质增效”主题教研活动周中，我积极参与了主题研讨活动。作为年轻教师，我在这次活动中受益匪浅，一次次内容丰富的讲座，一堂堂精彩的展示课，为我如何在自己的常规教学中做到减负提质，构建高效课堂指明了方向。

活动结束后，我静静思考着如何消化学到的方法、知识，并更好地运用到自己的常规教学中。我觉得自己要在这几个方面加以改进。

首先，应该营造良好的课堂氛围。作为班主任，我不仅要教学语文，还要管理班级，个别违纪生会受到我的批评，因此有时上课会一脸严肃，虽然是无意的行为，却真正影响了孩子们听课的情绪。可想而知，紧张、沉闷的课堂，即使教师的教学设计再优秀，语言再生动，学生也会毫无兴致，没有活力，甚至消沉、忧虑、提心吊胆生怕老师批评人，高效的课堂是无从建立的。如果无论发生何种情况我都能以笑脸相迎于孩子，让孩子们感受到我的亲切，我的笑意所带来的温暖，对于孩子们学习积极性的提高无非是有益的。

其次，应该对学生有普遍的关注。高效课堂不是指个别优秀生表现充分的课堂，然而我在上课时确实多让优等生发言，而忽视了学困生也要更多的受到关注。我觉得自己要经常用目光或微笑与全班学生交流，要让所有的学生都能从我的微笑和目光中看到一种关注，感受到一种温暖，获得一种支持。多用欣赏、夸奖、提问或允许回答问题来体现、表达对普遍学生的关注。

最后，应该在课堂中足够放手让学生自学。我在课堂中很多时候不能做到真正放手让学生自学或合作学习，总是担心他们学得不透，掌握得不扎实，也就会不厌其烦的一遍遍地重复着，其实这样的重复既引起孩子们的烦感，同时也是在浪费时间。课堂中的教师应该给孩子们足够的学习时间，足够的反馈时间及足够的训练时间，让孩子们自己去寻找学习中的不足，这样印象才会深刻，记得也才会扎实。

反思自己的课堂教学，要想真正做到减负提质，构建高效课堂，必须从自身找原因，做到向四十分钟要效率。同时真心感谢学校这个优秀团队，有这么多的领导给我们指点迷津，有这么多充满活力与创造力的老师共同成长，有这么好的平台让我们既能展示自己，又能提升自己。不怕不优秀，就怕不成长，在阳朝，我们正在成长着！

**减负增效提质心得体会三**

近期，区教育局根据《云南省减轻中小学生课业负担增强青少年体质的规定》下发的专门通知，要求全市所有中小学校全面减轻学生过重的课业负担。看来，这次“减负”是动真格的了。各级县镇接通知后，立即投身于紧张的减负工作中，减负工作正紧锣密鼓地展开。

随着教育改革的不断深入、素质教育的不断推进，如何既能减轻学生的课业负担，又能真正提高教学效果，把学生从应试教育的框框中解救出来，真正唱响“减负提质”这一主旋律，这是摆在我们每一位教育工作者面前的一个难题，要解决这个难题，我认为应从一下几个方面努力：

减负提质是培养新世纪人才的需要，而减轻学生的课业负担，把学生从沉重的作业负担中解脱出来，能让学生有更多的时间去学习更多的知识，培养学生的动手动脑能力。减负并不是不学习、不做作业，而是用较少的时间能学到更多的东西，减少一些不必要的重复与机械劳动，同时也是克服高分低能的需要。但同时我们必须清醒地认识到，“减负”的起点和归宿都应是提高教育质量，若没有教育质量的全面提高作坚实的后盾，“减负”工作最终难以进行。

学生过重的课业负担表现在课外，根源在课内。“减负”要求教师要有“减负不减质”的素质和能力。过去，为了让学生考取高分，教师不惜代价地加班加点，搞“题海战术”，结果造成很多学生高分低能，不能适应社会的需求。而“减负”要求教师必须改革传统的教学方法，合理安排教学时间，向课堂40分钟要质量要效益。我校自3月12日贯彻“减负”精神以来，积极响应，强化效率意识，首先以教师的精心备课为前提，要求教师一课一备，并制定检查制度；课堂上教师要追求教学的艺术性，调节由单调重复的学习活动带来的生理疲劳，使学生劳逸结合；要求教师加强自身的学习，我校每周安排集体备课，教师进行集体活动，包括学习交流与文娱活动等。

作为一名教师，要忠诚于党的教育事业，爱岗敬业，要有高度的事业心和责任感，这样才能真正地将减负增效工作进行到底。

素质教育有别于应试教育的一个重要方面就是培养学生探索知识，应用知识的能力。当前，减负主要体现在减轻学生过重的课业负担。事实上，学生超乎寻常的心理压力更是“减负”之关键所在。

引起心理负担过重的原因是多方面的。学习的不断深入，知识容量的日益扩大，难度的加深，无疑对学生的能力提出了更高的要求，心理上的压力不可避免地应运而生。现在的学生大多数都是独生子女，他们的肩上担负着“众多”家长的众多希望；教师、学校、家长对应试教育最终结果的苦苦追求势必更大方面，更多层次加重了学生心理上的负担。如何实现心理减负已成为教师工作的一个重点：

1、全面了解学生。

教师应通过学生本人、学生家长、周围同学来了解他们的过去，善于发现、捕捉他们身上的闪光点，及时给予表扬鼓励，从而能充分调动学生的学习积极性，树立他们的信心，以便更好地提高课堂教学质量。教师平时要多与家长联系，与家长共同分析非智力因素对学生的影响，从多角度多侧面找出产生心理压力的原因，并同他们共同探讨减轻心理压力的较好的措施，双方形成合力，真正减轻心理负担。

2、实现师生沟通。

教师要适时地与每位学生谈心，以平等的身份同他们交谈，帮助他们分析现状，客观看待不足，制定有效的整改措施，并在实施过程中不断修正，求得最大最快的进步。教师要鼓励学生直言不讳地谈出对自己对教师的看法、要求、建议，甚至是批评。

3、做好学困生的帮扶。

减负后，教师必须更加注意对学困生的教育帮扶工作。教师要了解学困生学习困难之所在，分析其原因，帮助他们掌握适合自身特点的学习方法，使他们养成爱学习、会学习的良好习惯，帮助他们减轻因学习困难带来的过重的心理负担，克服因成绩落后而产生的消极自卑情绪，使之逐步树立起积极向上的自信心。

4、开展丰富多彩的课外活动。

“减负”并不是放任自流，学校不但不能减掉课外活动，反而应该多开展一些能发展学生能力，陶冶学生情操，锻炼学生意志的健康向上的课外活动。如通过组织科技小发明小制作、音乐表演、美术展示等文化艺术活动，既丰富学生的.精神生活，又发展学生的特长；通过组织乒乓球、篮球等球赛，可以增强学生体质，锻炼学生坚强勇敢的优良品质；通过组织社会调查、公益活动、参观旅游等社会活动，可以让学生了解社会，热爱大自然，增长知识，开阔视野，让学生在丰富多彩的课外活动中身心得到健康发展。

教育教学质量是学校的第一生命线。而要实现教育教学质量的提升，课堂是最主要的阵地，也是最直接与有效的途径。要减负，必须先从课堂入手，全面实施课堂减负。

首先，加强教师自身修养。教师要加强专业知识修养，充实完善知识结构，提高教育教学能力，从根本上保证实施减负。

其次，以教师为主导，以学生为主体。把教师的意志变为学生的行为，使学生从被动学习转向主动学习，从而能独立获取知识。因此，课堂的40分钟，要着眼于培养学生的学习兴趣，发展能力，使学生主动积极地接受知识，生动活泼地提高自己的能力。由于小学生对各类知识的兴趣不同，这就要求教师在课堂中，注意发挥每个学生的爱好和特长，善于抓住学生的闪光点。在课堂教学中，教师还应最大限度地调动学生自主活动的积极性，把学习的主动权还给学生，将更多的机会提供给学生，让学生多动手、动脑、动口，尽可能地施展自己的才华，参与教学的全过程。

再则，强化教研意识，全面保证实施减负。实施减负后，如何用较少的时间让学生接受你所讲的内容，这就需要教师上课前认真备课：备教材、备学生、备教法，充分运用电教器材和直观教具来辅助教学，充分发挥学生的主体作用，把课前预习、当堂指导、当堂检测有机结合起来。所谓备教材就是强化教材研究，彻底理清教材知识结构，恰当确定重难点，精讲精练，以求课堂教学高质高效；备学生，强化学情研究，正确处理主体主导关系，做到好中差因材施教，分层教学，力求当堂化解作业，不留或少留课外作业；备教法，强化教学法研究，灵活运用教法，更多指导学法，教会学生学习方法。

全面实施课堂减负，能优化课堂教学，提高教学效率，有效地推进素质教育。希望减负不是一阵风，不是一场阵雨，而是阳光，永远普照学生们！

**减负增效提质心得体会四**

作为一名高中生，将面临着越来越多的压力和竞争，如何提高学习效率，减轻学习负担，使学习更加轻松愉快呢？在学习的过程中，我总结出了以下的一些心得体会。

首先，提高学习效率需要有一个良好的学习方法。不同的科目需要采取不同的学习方法。例如，语文需要阅读理解能力和写作能力，而数学需要逻辑思维能力和分析问题的能力。学会使用不同的学习技巧和方法，才能更有效地完成任务。

其次，合理规划时间非常重要。学习时间的分配不仅要考虑到每天的正常生活安排，还需要适当地留出时间进行锻炼、娱乐、休息等，让自己的身心得到充分的放松和恢复。同时，千万不要贪图所谓“短时间高强度”的学习，这样对学习质量和身体健康都是有害的。

除了良好的学习方法和时间规划，自信心也非常重要。要相信自己能够掌握知识，克服困难，在解决问题时有信心。同时，要学会正确看待成绩和竞争。好成绩并不是唯一的标志，更重要的是自我提高和全面发展。不同的个体有着自己独特的特长和潜力，不必过多地与他人比较，应该注重潜力和成长。

此外，积极的学习态度也非常重要。在学习的过程中，遇到的问题和困难可以激发出我们更多的学习动力和热情，所以学会去正面地面对学习中可能出现的挑战和可能的失败。结交学习伙伴、寻求老师或家长的帮助、多参加学术活动，这些都可以激发学习兴趣和互助精神。

最后，我们要注重学习的实效性。课上，注意讲解的重点和难点，及时的解决自己的疑问。课下，要时常进行复习巩固，让知识得以真正掌握。同时，学习也不可以离开实际解决问题的能力，针对实际问题思考解决方案，才能做到真正学以致用。

综上所述，我们提高学习效率减轻学习负担的方法很多，其中最核心的是要有一个健康的心态。通过实际的学习，相信我们都能够养成好的学习习惯和方法，走上逐渐成熟的学习之路。

**减负增效提质心得体会五**

为了把小学生从沉重的课业负担中拯救出来，让孩子们有更多的玩耍时间，促进孩子全面、健康的发展，因此要“减负”。要实现“减负提质”我得到的体会有以下几点：

一、教师转变教学思想，切实做到“减负提质”要推进素质教育，真正实施“减负增效”，就必须想方设法地调动学生的积极性，让学生经历学习过程，恰当地创造良好的学习环境。

二、给自己加压，提高课堂效率“减负增效”，提高课堂40分钟的效率，培养学生的能力。俗话说得好，教师要给学生一杯水，自己应有一桶水。现在，知识信息正高速发展，教学技术不断更新。教学手段更是不断变化和创新，具有其先进性。所以教师也应该不断学习，给自己充电，吸取先进的教学思想和手段，提高自身素质和能力，为高效的教学创造条件。要提高课堂效率就要在备课上下功夫。为此，应花几倍于一堂课的时间和精力去备好一节课。

三、上好每一堂课是减负增效的关键备好课是上好课的充分条件，备好课不等于能上好课。备课中的主角是教师本身，而上好课的主角是师生双方。上好课除了课前的充分准备以外，课堂教学的原则要体现教师为主导，学生为主体。在课堂上应师生互动，上课做到明白、准确、新颖、生动、启发学生积极思考，营造轻松愉快、生动活泼的学习环境，使学生处于良好的学习状态。

四、严格控制学生的学习时间和活动总量。学生每天学习时间(包括自习)，小学不超过6小时，小学下午应以活动和做作业为主。自习课应由学生自己支配，不得用于上课和集体补课。要保证学生每天有1小时体育活动的时间(含体育课)，不得增加学生的周活动总量。

各校要争取家长的配合，共同努力，减轻学生过重的课业、身体、心理负担。为孩子更愉快健康的成长一起努力!

**减负增效提质心得体会六**

如今，学生减负提质已成为教育界一个热门的话题。学习压力过大不仅增加了学生的负担，也影响了学生的身心健康。吴正宪作为一位知名教育专家，减负提质问题一直是他关注的焦点。通过观察和研究，他总结出一些行之有效的心得体会，为广大教育工作者提供了宝贵的经验。

第二段：进一步介绍吴正宪的减负提质体会

吴正宪认为，减负提质应从根本上改变学生的学习方式。他主张在教学中注重培养学生的自主学习能力，为学生提供一定的选择空间。他强调教师应成为学生的指导者和合作伙伴，而非传统意义上的灌输者。吴正宪还指出，教育不仅仅是学习知识，培养学生的综合素质同样重要。为此，他提倡开展全面素质教育，培养学生的创新思维和实践能力。

第三段：吴正宪的减负提质体会对教育实践的指导意义

吴正宪的减负提质体会不仅仅是理念，更是指导教育实践的重要方向。实践证明，采用自主学习的方式可以激发学生学习的主动性和兴趣，使他们在学习中能够更好地发挥自己的潜能。教师作为学生成长的引路人，应该为学生提供广泛的选择空间，让学生能够根据自己的兴趣和特长发展自己。此外，全面素质教育也有助于培养学生的创新思维，提高他们解决问题的能力和实际应用能力，使他们能够更好地适应未来社会的发展需求。

第四段：列举吴正宪的减负提质案例

吴正宪的减负提质体会还得以具体体现在他设计的一些教学案例中。他提倡以探究式教学为主，鼓励学生通过实践和探索来深入学习知识。例如，在地理学科中，他设计了一套实地考察的课程，让学生亲自走出校门去实地观察和调查，从而深入了解地理知识。此外，他还发起了一系列的创新比赛和科技项目，让学生在创新实践中培养自己的动手能力和合作精神。这些案例不仅丰富了教学内容，也激发了学生的学习兴趣和探索欲望。

第五段：总结吴正宪的减负提质心得体会

吴正宪的减负提质心得体会为我们指明了改革教育的方向。我们应当注重学生的自主性和创造性，为他们提供更多的选择和参与机会。与此同时，全面素质教育也要贯彻始终，培养学生的创新精神和实践能力。通过引入吴正宪的减负提质体会，我们有望为学生创造更好的学习环境，培养出更多能够胜任未来社会工作的优秀人才。

**减负增效提质心得体会七**

教学质量是一所学校永恒的主题，也是办学的宗旨。如何提高教学质量是我们每个教师应该研究的问题。我认为教师一定要有效利用课堂时间，千方百计提高课堂教学趣味性，要深入浅出，引人入胜，让我们充分体会学习的快乐。“减负增效”的教改实际上是对我们教师提出了更高要求——提高课堂40分钟效率，培养学生的各种素质能力。减负不等于学生什么都不要做；减负不等于不要教学质量。相反，在减轻学生过多课业负担的同时，要保证提高教学质量。提高教学质量不是靠增加学生的作业量，搞题海战术。所以作为教师必须要充分认识提高教学质量的同时一定不能给学生增加负担。在小学数学课堂教学中，既要“减负”又要“增效”，唯一的办法是提高课堂教育教学质量。要把“减负”真正落在实处，必须深入到课堂教学的领域中去，确实提高课堂教学的效率。以缩小学生间的差距。实现学生整体素质全面、和谐、充分的发展。几年的教学经验告诉我，在教学时应注重以下几个方面：

数学课堂教学中，一节课的最优教学时间是上课后的3至25分钟。在这时间内要激起学生的学习兴趣，爱因斯坦说过：“兴趣是最好的老师。”有了浓厚的兴趣，就会有强烈的学习动力。老师适时恰当地选用多媒体来辅助教学，以形象具体的“图、文、声、像”使抽象的教学内容具体化、清晰化，增强教学效果。同时可以运用多种适合小学生年龄特点的教学方法与手段，游戏、小组竞赛、图片、实物、投影、电脑课件等等，增强课堂气氛的生动性、学生学习的主动性和积极性，使孩子们从“要我学”变为“我要学”。给学生多一点自我表现的机会，充分感受参与学习的乐趣，体会成功的喜悦，增强学习的信心。

为了减负，要把大部分的时间还给学生，让学生有更大、更自由的空间和时间自我完善、自我发展，培养创造力，增强实践，教师就要在课堂教学上下功夫。运用多种课堂教学形式，增强学习兴趣是提高课堂教学效率的有效手段之一。与此同时，教学中“授之以鱼”，使学生掌握有效的学习方法，形成良好的学习习惯，培养一定的能力，也是减轻学习负担的有效举措。我让学生互相交流学法心得，积累各种学习方法与习惯。教师也应善于使用分层达标的教学，对不同层次的学生提出不同层次的要求，注意个体差异。鼓励成绩突出、观点突出、有创新精神的学生，培养独立思考的能力、解决问题的能力，为孩子们良好个性品质的培养与素质潜能的开发提供优良环境。

教师的教学策略与方法应灵活创新。在练习、作业设计方面也可以做改革，提倡一些活动性、实践性、合作性的作业。生活是学生学习数学的场所，也是学生运用数学解决实际问题的场所。因此，课外作业的设计应较好地适应学生智力因素和掌握知识客观存在的层次性，满足不同学生的兴趣爱好，教师可以设计填空、判断、选择、测量、小制作、猜字谜、等学生喜闻乐见的形式。如学习24时记时法之后，我布置学生收集各种汽车票，是从哪儿开到哪儿？是哪年哪月哪日什么时刻开出的？是用什么记时法表示时刻的？如果用另一种记时法该怎么说呢？这个作业可能超时了，但是孩子感兴趣的，他们乐意做的事情，不会觉得是负担。这样的课外作业设计，让孩子在玩中学到了知识，并让他们感受到生活中有许多数学知识，有意识地将现实问题和数学建立起联系。

总之，“减负增效”的实质就是要求我们教师改进和完善教学方式和方法，使学生学得愉快，学得轻松，这样，学生的学业负担自然就轻了。但是，减负增效是一项长期，艰巨而复杂的工作，不是一天两天的努力就能成功的，不能急于求成，需要我们用耐心，责任心和时间去认识去探索，而且这项系统工程还需社会、家长的理解、支持和配合，需各学科的协调平衡，统一思想，才能更见效。我们相信，功夫不负有心人，只要努力地做，一定会达到最佳的教学教育效果。

**减负增效提质心得体会八**

近年来，减负提质已经成为教育领域亟待解决的问题之一。吴正宪作为一位资深教育家，通过自身的努力和实践，摸索出一套行之有效的减负提质方法。在这个困扰整个教育界的难题上，吴正宪带给了我们宝贵的心得体会。

首先，培养学生的运动兴趣是减负提质的重要途径。吴正宪认为，学生进行适度的体育锻炼，可以帮助他们释放压力，提高身心素质。因此，他积极参与学校的体育活动，每周组织学生进行一次集体体育课，让他们感受到运动的乐趣。吴正宪还鼓励学生选择自己喜欢的体育项目，参与学校的各种比赛和运动会。通过体育锻炼，学生们的身心健康得到了有效的保障，他们也能够更好地面对学习和生活中的困难。

其次，精简课程内容是减负提质的另一个关键所在。吴正宪积极响应国家的政策号召，在教学中注重实用性和针对性。他通过调整教学计划，减少无关紧要的重复知识，精简教材内容。同时，他注重开展与时俱进的教学内容，将学科与实际生活相结合，使学生们更加容易理解并运用所学的知识。吴正宪还提倡灵活的教学方式，通过小组合作、讨论等活动，充分调动学生的学习热情和主动性。这种精简课程的方式，不仅减轻了学生的学习负担，还提高了教学效果。

另外，创新评价体系对于减负提质也起着重要的作用。吴正宪提倡多元评价，以考查学生的实际能力和潜力为主，摒弃过于注重分数的评价方式。他鼓励学生多角度、全方位地展示自己的才艺和特长，通过展示会、比赛等形式评价学生的综合素质。吴正宪还倡导师生评价的相互参与，鼓励学生间互相学习、互相帮助。这种创新的评价体系，不仅减轻了学生的压力，也调动了学生的积极性和创造力。

此外，提高教师专业素质也是减负提质的关键要素。吴正宪主张教师要不断提高自身的知识水平和教学能力，更新教育理念和方法。他积极参加各类教师培训和学术交流活动，不断学习新的教育理论和实践经验。吴正宪还鼓励学校组织教研活动，促使教师们相互交流、共同成长。他提倡师德师风的培养，要求教师以身作则，为学生树立正直、诚实、勤奋的榜样。只有提升教师的专业素质，才能真正实现减负提质的目标。

总之，吴正宪通过多年的教学实践，总结出了一套行之有效的减负提质方法。他通过培养学生的运动兴趣、精简课程内容、创新评价体系和提高教师专业素质等方式，有效减轻了学生的负担，提高了教学质量。我们应该认真借鉴吴正宪的经验与体会，共同探索减负提质的路径，为学生的健康成长和教育事业的发展做出更大的贡献。

**减负增效提质心得体会九**

减负提质一直以来是教学中所面临的较为复杂的议题，既要减负但同时又要提质，这是我们教师所期盼的理想境界，但在实践中往往又把握不住分寸，我们必须采取一些具体措施，才能有效的提质减负。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。

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。

根据学生年龄特征，创设情境，培养学习兴趣，以“学生发展为本”，精讲精练，给学生多一点时间和空间，让学生自主地、富有个性地发展，让每一个学生在课堂中都有所收获，从而提高40分钟的教学质量，打造高效课堂。

精心设计课堂练习，，围绕听说读写相结合进行。有目标，避免随意性。在讲解课文中完成。

如：每篇课文中的生字，对容易写错的，在检查预习时重点强调，采用集体书空或抄写或形近字等方式牢固掌握。课文中的关键词语，运用各种方法或近、反义词，或联系上下文理解。找出本篇课文中想像说话的训练点，进行说话练习。课后及时写下。有了课堂上说的基础，回家完成写的任务就轻而易举。对文中的重点段落指导朗读，熟读成诵。减轻了学生课外负担。

课外作业，精心筛选，认真编排，如在教学中总结出经典基础性作业和练习，作为常规试题认真练习。让学生作业负担小，又得到最大的训练，做到及时高效。

每周针对单元目标出好周周练，进行一些操练。5、设计分层作业：针对各班级不同学生的特点，设计一些必做题和选做题，学生可以根据自己的爱好和能力选做作业。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成一件乐事。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。

总之，练习只是手段，让学生在课后得到巩固才是最终的目的，为了达到这个目的，作为教师要精细设计每一个课堂作业，做到少而精，让学生在乐中得到学习，得到巩固，增强练习的有效性。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找