# 国家双减政策心得体会总结(17篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-08-12

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。国家双减政策心得体会总结篇一现今...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**国家双减政策心得体会总结篇一**

现今，孩子的课业压力是非常大的，绝大部分的孩子写作业都要写到晚上九，十点甚至更晚。这是孩子面临作业时的大问题。

在“双减”政策下，要想解放孩子，最关键是要解决的作业设计问题。因此温州市小学数学公益讲堂开展了一场关于“双减”政策下的有效作业的设计的讲座。观看后受益匪浅，具体的心得有以下几点：

一、要设计好作业的时间。

学生做作业时间不是越长越好。从研究上来说，完成作业时间在一定的范围之内，时间越长越好。但凡超过了一个拐点以后，学生可能作业做的时间越长，学习效果就越不好。还有作业做到太晚，孩子的体力跟不上，意识越来越差，以及得不到充足的睡眠休息时间，孩子第二天听课也不专心了。为了避免进入一个死循环，我们教师在设计作业时一定要把握好学生完成作业的时间。

二、作业布置要遵循因人而异，要尽可能地做到作业分层。

作业的分层包含了作业量的分层，作业难度的分层（ab层），我们也可以设计一些让学生自由选择的作业。让学生“自主选择”作业，以此来调动学生的积极性。以及课后作业的布置可以按照日常，双休，长假时间的长短进行设计；根据不同年段学生设计不同的作业类型。

三、采取激励制度的方法。

使各个层次的学生做好作业，我们老师要千方百计表扬学生，激励学生独立思考，勇于挑战。采取鼓励激励的方法让孩子挑战更高难度的分层作业，让孩子在这个挑战过程中取得成就感，能够变得更加自信。

四、设计“生动活泼”的作业，让学生做学习的成功者。

设计作业不仅仅是只设计单一的书面书写作业，还可以设计一些有趣的的作业。比如具有游戏性的作业（24点）；制作性的作业，提高孩子的动手能力（时钟，立体图形）；调查性的作业（统计表，统计图）；生活性的作业（人民币，测量）；创造性的作业。

五、陈特教在作业设计方面提供了6条思路及建议：

1、布置“一题”研究作业，培养学生探究能力。

2、布置“多解题”作业，培养学生发散性思维能力。

3、布置“题组练习”在对比练习中加深理解，培养学生主动建构能力一题多变，一题多问。

4、布置“变式练习”克服学生思维定式，培养学生思辨能力。

5、布置“操作体验类”的作业。

6、布置“主题研学”作业，培养学生综合能力。以上几点都是很有启发的建议值得我们学习，我们要脚踏实扎扎实实，从生活中寻找数学，数学无处不在。

总的来说，教师在设计作业时要全面地思考作业的相关要素，需要从作业目标、作业时间，作业难度、学生水平差异等全方位进行作业设计，以此来实现作业设计整体质量的提高。在“双减”政策下，教师应该积极探索分层作业、有趣作业、个体差异作业的设计，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。

**国家双减政策心得体会总结篇二**

今年8月国家颁布出台了“双减”政策并迅速落地。这是党中央、国务院从为党育人、为国育才的战略高度，为落实立德树人根本任务、发展素质教育，昨天我也认真观看了杨雄专家的讲座，使我感受颇深。

首先我们家长要明白教育的本质是什么。基础教育必须坚持教育的公益属性，不能把“良心的事业＂，变为“逐利的产业”，更不能成为一些人逐利的工具。从维护公平正义来讲，教育公平是社会公平的基石，教育不能成为奢侈品，更不能让优质教育成为少数有钱人的“专利＂。

二是对家庭教育观念的纠偏。由于长期受到应试教育的严重干扰，带来了一系列教育观念的扭曲。实施＂双减＂政策的落地能极大的缓解家长和孩子的焦虑。

第一，纠正育人初心之偏。教育的本质是立德树人，不是应试竞争的“跑马场＂。减轻学生过重的作业和校外培训负担，走出＂短视化、功利化”教育的困境。

第二，纠正违规竞争之偏。不少地方、不少学校、不少家庭，为了在升学竞争中抢得先机，坚信所谓“不让孩子输在起跑线上”，各种违法违规教育行为大行其道。实施“双减＂政策，就是依法依规治教，恢复和重建良好教育生态。

第三，纠正超前学习之偏。学校教育是专门的教育机构，承担着国家培养和教育下一代的公共职责，而校外教育怎是学校教育的有益补充。遗憾的是，当下的校外教育俨然成为了学校教育的另外一个实施主体。各种培训机构实施“超前学习＂超标学习＂，成为赢得客户的不二法门。实施“双减＂政策，要调整优化学生的学习和生活结构，既要做好减轻学生过重的作业和校外培训负担的“减法”，又要做好促进儿童全面发展、个性发展的＂加法＂。

三是对教育方法再认识。功利化、短视化的中小学教育，相信＂时间+汗水”，不尊重教育规律，不相信教育科学。实施“双减”政策，是对教育规律的回归。

第一，坚持全面发展规律。“减负”从根本上说，是要优化学生的成长环境，改变单一的应试教育局面，保障学生的德智体美劳全面发展，这本身既有利于学生的健康成长，也有利于提高学生的学业成绩。

第二，坚持身心和谐发展规律。现在，不少家长缘于对子女未来教育前景的不确定性，患上了严重的“教育焦虑症＂，导致了中小学生的过度教育，其重要表现就是通过给孩子报各种各样的培训班，以增加对未来所谓优质教育追求的安全感。这种过度教育不仅违背教育规律、危害儿童的身心健康，甚至以牺牲孩子身心健康为代价。

第三，坚持知行合一规律。中小学生的学习，不仅需要掌握书本知识，更需要通过实践活动，促进其智慧的发展。实施“双减＂政策，必须调整中小学的教育活动结构，在减少大量单调、重复、低效的知识学习负担的同时，着力加强学生的综合实践教育。

第四，坚持因材施教规律。实施“双减”政策，必须优化课内外教育结构，在满足学生教育需求侧上下功夫。中央要求“鼓励支持学校开展各种课后育人活动，满足学生的多样化需求＂。这里，必须科学定位和整体优化学校教育课程育人体系和学校课后育人体系的关系。

作为家长，首先要克服自己的焦虑，培养家庭正确的教育观念，引导孩子多元化发展，有健康的体魄，阳光的性格，建立良好的家庭教育氛围，做好家校结合，为孩子共同创造一个良好宽松的成长氛围。

**国家双减政策心得体会总结篇三**

“双减”政策自落地以来，已经成为社会关注的焦点。我们知道“双减”指的是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。那么，“双减”的实质就是提高教学质量，而抓好这一步的关键在于教师。对于广大教师而言，“双减”意味着教师教育生涯中即将踏上新的征途、迎接新的挑战。那么，在“双减”政策之下，身为一名初中英语老师，如何成为一名合格的好老师？我有如下几点反思。

一、创造高效课堂。

双减政策下，务必提高课堂效率，这要求我们课前备课要精准、优化。课堂效率是课堂教学的生命，教师在备课中应有针对的备课，在教学中也应有针对性的教学。在教学中应看到学生的个体差异，承认学生的能力差别，做到因材施教，分类指导。

二、强化课堂检测。

课堂检测能真实、快速反映出学生对所学内容的掌握情况。利用堂清来复习并强化所学内容，是我们英语组的一大特色。每堂课新授内容之前三分钟对学生进行堂清摸底，能够帮助学生查漏补缺，夯实基础，为新授课内容起到了很好的铺垫作用，从而帮助学生循序渐进掌握知识。课堂检测的形式可以都多样化，也可以在课中或课上最后几分钟进行。学生的课堂检测是创建高效课堂的一个重要部分，只有课前精心备课和钻研重难点，课堂检测才能取得良好效果。

三、加强作业管理。

作业布置形式多样化，采用分层作业和素养作业等多种形式。素养作业包括绘制手抄报、制作思维导图和录制小视频等。作业布置时，切忌只布置单调的书面作业，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。

身为教师，我们要在教育教学工作中全面落实双减政策，努力使自己成为一名快乐幸福的好老师。让我们坚守初心、身体力行，让教育回归到最本真的状态。

**国家双减政策心得体会总结篇四**

作业是教育教学的重要组成部分，“双减政策”的出台意味着此后减负是各地教育教学组织必须落地的“雨点”。陈老师的《“双减”政策下的有效作业设计》直播课，可谓是一场“及时雨”，为龙港的小数老师们答疑解惑，为老师们的今后的作业设计指明了方向。

一、种下“发散”种子

陈老师在课上指出，“不按照常规思路，积极创新，从不同角度分析，通过不同途径和方式解决问题，培养发散思维能力。”他结合几道例题给我们生动讲解了如何激发学生的发散思维，比如一道题老师应多鼓励学生尝试用多种方法解答，并在比较中优化，从而不断地激发学生的潜能。从另一方面来看，这其实不仅仅是对学生提出了挑战，更是对老师们提出了新的挑战。老师在备课时，也应跳出舒适区，不拘泥于教材给出的“答案”，更应善于摸索，钻研和总结方法和规律，成为带领学生学习的“先行者”。

二、培育“创新”之花

如何给学生布置作业，激发学生的创新思维，培养建构能力。陈老师的“题组练习”给予了很好的示范作用，在对比中加深理解，突破知识混淆点。比如，2.4+7.6×5,2.4×5+7.6×5，这样的两道题给学生呈现，不少学生会得出相同的答案，就是混淆了运算顺序和乘法分配律，老师结合讲解，学生就能很清楚地区分和辨别两者之间的区别。

三、结出“数学”果实

数学不仅是一门学科，更是承载了育人的重要使命。陈老师的“主题研学”作业给我留下了深刻印象，有趣、好玩、有用。他通过让学生主动尝试对常见的“国旗”作画，不仅让学生在实践中明白了许多数学知识，还激发了学生的爱国精神。今后的作业设计，我们不应只让数学知识局限在课本和作业之内，更应绽放在日常生活之中，真正让学生学有所获，学以致用。

**国家双减政策心得体会总结篇五**

今年能被组织选派到青川乡挂职锻炼，我本人感觉非常高兴。因为我从小在农村长大，也曾经在农村工作过，对农村有着很深厚的感情。我喜欢和热爱农村，因为我觉得，农民可亲，农村可爱，农业可发展。

说农民可亲，是因为我们中国的农民，尤其是北方的农民，是全世界最吃苦耐劳、最朴实善良的农民。他们的感情最真挚，他们的胸怀最宽阔，他们的心灵最容易被打动。只要领导干部为他们做一点小事，他们就很感动;只要领导干部做的事光明磊落，他们就很敬佩;只要领导干部能站在他们的角度考虑问题、部署工作，他们就很拥护。他们是国家的基础，党的事业的柱石，更是中国历史的谱写者。农民，他们有着无穷的力量和无穷的智慧。翻看历史，我们会发现，如果把中国比喻成一列火车，那农民就是推动火车前进的车轮。中国的朝代更迭，历史发展，时代变革，农民都是最重要的推动力量。把农民的智慧集中起来，就没有解决不了的问题;把农民的力量凝聚起来，就没有逾越不了的障碍。

说农村可爱，是因为农村的天最蓝，农村的水最绿，农村的山最青，农村的土最肥。虽然有了些破坏，但环境还是要比城里好很多。在农村你能呼吸到最清新的空气，你能吃到最绿色的蔬菜，你能受到最热情的款待，你能体会的最淳朴的民风。走在田间地头，满眼郁郁葱葱，我感觉心是宁静的，身是闲逸的。夜宿小村，繁星满天，蛙声阵阵，我感觉觉是香甜的，梦是惬意的。

说农业有发展，是因为农村和农业正面临着前所未有的挑战和机遇。三十多年前的分产到户，推动了农业的大发展，发展到今天，原由的土地经营方式已经如同孩子穿小了的鞋，不再和脚了。曾经推动生产力发展的经营方式已经成为了农业发展的桎梏，如画地为牢一般将大量的农村劳动力束缚在土地上，将农业定格在小农经济阶段。农业如何打破僵局，走出困境，是摆在我们面前的前所未有的难题。破解这个难题，必将带动农业实现新的跨越式的发展。现在也有一些提法，如公司加基地、基地加农户的模式，或者是协会加农户的模式。但从我感受的情况来看，理论上的空谈比较多，付着实践并取得成功经验的比较少;聚敛财富，成就企业的比较多，致富农民，实现民企双赢的比较少。真正符合农村实际，明显提高农民收入，全面带动农业发展的道路等待我们去开创。我们延寿县，有着丰富的劳动力资源，土地肥沃，适合很多作物的种植，在山产品和绿色食品的开发上具有一定的优势，应该说我县农业蕴涵着极大的发展潜力，农民有着强烈的渴求发展的意愿。今年县委开展的“解放思想，加快发展”大讨论活动，也必将对农业发展形成有利的推动。农业发展需要的正是解放思想，农业发展就需要打破条条框框，用全新的理念和思维来谋划发展。

通过这段时间在青川乡挂职，我有这样几点收获：

一是对乡镇工作有了新的认识。我虽然从农村走出来，也在乡镇工作过，但经历了这几个月的挂职，我发现我对乡镇工作的认识是不全面的，也是比较陈旧的。乡镇工作远比我想象的要复杂的多，艰苦的多。税费改革后，乡镇财政捉襟见肘，要维持运转，全靠乡镇领导争取资金，招商引资。各项公益事业的开展也比较困难。乡镇政府机构庞大，职能弱化，干部多，没事干，干部的监督管理存在一定困难。历史遗留问题多，如乡村债务问题、土地问题、干群关系问题等等，处理起来都比较棘手。

挂职锻炼心得体会 -第一范文网

二是在乡镇学到了很多工作方法。青川乡的书记徐新，年轻有为，为人谦虚，工作务实，观念新，方法活，在干部群众中，有威信，有口碑。乡长董秀，农村工作经验丰富，为人宽厚平和。班子里的其他几位同志也有着很强的工作能力，大家都能以诚相待，团结协作。在这样的一个集体里工作，能学到很多农村工作的方式方法;在这样的一个集体中工作是开心的，愉快的。

**国家双减政策心得体会总结篇六**

新年的钟声敲起，大家都沉浸在喜气洋洋的气氛中。我站在窗前，一点也不高兴。也许随着年龄的增长，我不太喜欢过年了。觉得没意思，应该还有别的原因，但我却说不出来，总之就是很讨厌过年。

小时候，一到过年，脸上就乐开了花。因为在小时候，最快乐的节日就是春节。因为那一天就可以吃到好多美味，还可以收到压岁钱。如今慢慢长大，对那些“人间美味”没有一丝兴趣，压岁钱少的屈指可数。

吃完早饭，勉强挤出一丝笑容——该去拜年了。正要走时，忽然想起，家里的人还没拜呢。不知怎么，“新年快乐”这么简单的四个字，我却对家人说不出口，感觉好尴尬。我这是怎么了?小时候我开开心心的给家人拜年，还说过许多客套话。如今“新年快乐”这四个字都说不出口?我越过家人，去给邻居拜年。内容大致是：“新年快乐!”这是最基本的客套话，我和勉强说出了，至于别的想不出来。

到了每家，我很尴尬的做到炕上。我不会问他们什么身体怎么样等，只是他们问我学习。在每一家都“缴获”了一些糖果，然后就走了。

同学来了，和我说新年快乐。我笑了笑，也许是苦笑吧。我想我当时笑一定很难看。说不出什么，只能一句“同乐同乐”应付一下，然后回家。

回到家已经吃午饭了，看看饭桌上。尽是我平常喜欢吃的，可现在一点胃口都没有。夹了点菜放在我碗里。我天生就不是讨人喜欢的那种女孩，不可能给父母夹菜，我甚至不如我7岁的小弟，至少他懂得夹菜。

“我吃饱了。”我起身走出门去，实际上根本没吃。门外，都是震耳欲聋的鞭炮声。

人们借午饭的时间放鞭炮真的好受不了。我嘟囔着。突然耳边也响起鞭炮声，回头一看，自己家也放鞭炮了。难道没有安静的地方了吗?我叹息着回到自己的小房间，把房门紧锁，声音还是没小。

晚上，大家围坐在一起看春晚。看着电视中的人物，突然感觉好无聊。于是自己回到房间拿起被子蒙住自己的头，却迟迟睡不着。我怎么那么厌倦过年?是长大了觉得没意思吗?不想了，我努力让自己睡着，明天还要去别人家拜年……

**国家双减政策心得体会总结篇七**

暑假里我回老家帮奶奶干活，还在那儿做了一件非常有趣的事情，你知道是什么吗?就是挖地瓜。

“啦啦啦，啦啦啦，我是卖报的小行家……”我哼着小调，扛着锄头和奶奶高高兴兴地上山挖地瓜。

到了田里，我看见地瓜苗在摇拽着幼嫩的身体在风中翩翩起舞可爱极了!我迫不及待地拿起锄头挖起地瓜来。

可是地瓜却很不听话。不论我这么挖，它要么断了，要么裂了。气得我又拍手，又跺脚。这时远处传来奶奶那温柔的声音：“乖孙子，你要拿地瓜苗为中心，下手要猛一点，力气大一点。”

听了奶奶的指点我的信心又回来了，我再次拿起锄头，打足了气，准备好好地和地瓜再“战”一场。我拿起锄头对地瓜苗仔仔细细地比划了一般，才吧锄头猛地扎下去。这次的结果和上次一样，锄头狠狠地扎在了地瓜的身上，出现了一道深深的裂痕。

我见地瓜抬着头，挺着大肚子好像在说：“小不点，你会挖我吗?还是让你奶奶来挖我吧。”

**国家双减政策心得体会总结篇八**

时间飞快，转眼间我在班长的位子上干了快五个月了，在这段时间里我对班长的职责有了更加深刻的理解和体会。作为班长，我的工作是统筹并协调各班委管理好班级日常事务，协同同学们建设好我们的班集体，并努力创建优良的班风学风。回顾这几个月，我学到了很多，工作能力、思想素质都有了很大的提高，在班级工作方面也积累了一些经验，也对班长这个职务有了切身的体会。

一、班长——作为班级管理者，必须树立威信

首先，要有良好的自身品质和较高的自我约束力，无论是生活、学习还是工作都要严格要求自己。

其次，要少说话干实事，让同学们真正感觉到你诚心诚意时时刻刻都在为他们服务，只有自己付出了实际行动，工作才能得到同学们的支持和配合。

再次，要以身作则，严格要求自己，任何学校及班级政策的执行都要积极响应，切实按照要求来，以最严格的标准规范自己。 最后，言行一致，讲原则，在班级内出现不一致或不和谐的意见或要求时，在坚持原则的基础上充分满足绝大多数同学的要求。

二、管理要讲究方法——学会尊重他人

班级管理还是与现在社会上的管理有着很大差别的，它没有权利的强制性，就是大家相信我尊重我让我来维护这个班级的整体利益，作为大学生的我们都已成年，并且处于高度自尊时期，我认为班级管理是建立在我和同学们们之间相互尊重的基础上的，只有相互尊重了才能互相体谅对方的难处，支持对方的工作。引用我国政府经常说的一句话叫“照顾彼此互相关切”也就是照顾彼此核心利益，所以我认为缺乏相互尊重的班级管理是行不通的。

三、工作——分清主次，目标明确

开展工作要懂得分清主次，先主后次先重后轻，给班委分配任务要具体详细，要将任务落实到具体的责任人，提高工作效率;通知事情前要做好充足准备，简明扼要，让每位同学都能够明确知道自己需要干些什么;在联系同学与老师、辅导员之间工作时要懂得话语的取舍，明确什么应该给同学讲什么不应当讲。比如一些自身工作的要求不应当随意的说，以免造成不良影响。

四、处理好同学关系——善于倾听

首先，我认为处理好与同学们关系的关键在于把班级利益放在首位。一个班级就是一个整体，只有在维护整体利益的基础上才能使得个人利益得到最大程度的满足;也只有这样同学们才会信任你尊重你。

其次，要善于倾听和交流。私下多与同学交流，倾听各位同学关于班级管理的好的意见和建议，不断改进自己工作方法提升工作能力。

五、班级——增强整体意识和团结意识

对班级的管理必须有全局意识，从班级点滴做起，尽量多的组织集体活动，增强同学们之间的了解，提高每位同学的集体意识。只有这样班级才能团结，工作才能顺利开展，学习才能进步。

**国家双减政策心得体会总结篇九**

成功就是达成所设定的目标。成功其实是一种感觉，可以说是一种积极的感觉，它是每个人达到自己理想之后一种自信的状态和一种满足的感觉!总之，我们每个人对于成功的定义是各不相同的!而到达成功的方法只有一个，那就是先得学会付出常人所不能付出的东西!

“ 成大事者不拘小节”这句话想必是耳熟能详，妇孺皆知的名句了。正本清源，“不拘小节”一词出自《后汉书》，形容人豪爽洒脱，不斤斤计较，又解释为不拘泥生活琐事。小节，指非原则的琐事。拘，是拘泥的意思，即固执、不知变通。有很多的学者，专家，学生也就“成大事者是否要拘小节”做过无数次的辩论，反正看了很多，听了也很多。其最终结果不了了之，无疾而终。好了，如此说来，我们该拘小节，还是不该拘小节。 该拘不该拘我认为还是要挑对像。之前看多的n(用n形容也许有点俗气，用的人太多了，姑且用着吧)多“成大事者是否拘小节”的辩论塞，无论正方也好，方方也罢。其矛头直指“是否拘”。论据中有借古论今的，有引用名人秩事的，也不乏才华横益，口末四溅者。正方两方用尽混身解数。还是得不到一个所以然。说到这里各位看官可能有的人要扔臭鸡蛋过来了，完全跟上面一段相同。请各位先手下留情。其实这一段的中心词在这段第一句就已经说出来了。之前一些前辈关于

“成大事者不拘小节”这句话的辩论中仅仅是局限在此话中的宾语，并没有看清这句话的主语。本人现在要说的就是“成大事者”。 对“成大事者”这四个字要怎样理解，也正是我今天说要说的话，成大事者咋一看很多人都会说，我以后要干事，我以后要成为x人。是什么原因导致我们有这种思想，究根到底还是跟我们的教育有关。记得上小学的时候，老师说我们的理想是以后成为科学家，以后成为医生、或是在某一领域上有所建树。这是一种悲哀，是一个时代的产物。这里不作深究，也不是我今天所要说的重点内容。

成就了大事的人，微软创始人“比尔该茨”，大家应该不会反对吧!以他目前的能力，随随便便砸个千百来万去做一个公益事业，他很乐意。事实上也经常在做，甚至已经有了遗嘱，以后要把多少多少钱捐献出去。对他来说，这个抛出去的钱，他可以不拘，我们没有拘的理由。为什么?不用明说了吧。我也逃不出论据这一怪圈：既然是论据有国外的，当然也就需要有国内的作一下衬托，国内著名的已姑慈善家“霍英东”大家也应该不陌生吧!他每次做的慈善事业都是大手笔。他也不去拘这个小节。拿出去了后对他不但无害，反而有利，也成就了他一世英名，何乐而不为了。 当然也有很多守财奴，即使有万贯家财是一毛不拔。说完不拘后，剩下来的该说说拘了，什么人要拘小节。很多通讯行业最前沿的一些维护工，劳务工，合

同工，每月就一千来把块的工资，上有老下有小，拖家带口生活拮据。你老大哥串门，一张口就说：“兄弟，拿两千块借大哥花花”。他拿得出来吗?即使拿得出来，他要不要考虑我今天吃了这顿，我没有怎么办。他可以不拘吗?不可以，他一定要拘小节，而且要天天拘小节。在开支上不拘就一定over。

最后总结了一下，我认为“成大事者不拘小节”这句话应该这样说更为合理“已成大事者不拘小节” 有个寓言故事就揭示了这样的道理：一个人偷拿了邻居家一根针被告官，法官在量刑时却定了与一位偷牛贼同样的罪。小偷很不服气，问法官为什么偷了区区一根针却判得与偷牛一样重。没等法官回答，偷牛贼抢着说：“我当初就是从拿别人一根针开始的。”近年来，一些人因贪污受贿而落马，追根溯源，也大都是从吃别人一顿饭、收别人一些土特产开始的。总认为这些东西是人之常情，礼尚往来，但事实上有了第一次就会有第二次，积少成多，积小成大，继而陷入了不可自拔的泥潭。那些腐败分子在反省时总是后悔当初不该轻易地吃了喝了收了，可惜悔之晚矣。 小节不慎贻误人生。有道是“千里之堤，溃于蚁穴”。

古往今来，因小节导致失节的事并不鲜见。小节不拘，终累大德。在建立社会主义和谐社会的今天，小节问题并非小事，它不仅是国民素质的一种反映，更是构建和谐社会的内在要求。因此，我们每一个人都要从日常小事着手，于细微处讲品格，莫让小节影响了构建和谐社会之大德 一个人干的事再牛，我也不想闻他三个月不洗的臭脚~! 首先，小节“不小”，应以发展的眼光看问题。任何事物都有一个从量变到质变的过程，小节问题同样具有潜移默化的作用，平时不拘小节，就有可能微恙成大疾，小问题演化成大问题。俗话说：“一着不慎，满盘皆输” ，“不虑于微，始成大患;不防于小，终亏大德” 。

这不都 说明了小节不“小” 吗?!` 其次，拘小节更能成大事。因为成大事需要两方面的因素，即主观和客观因素。拘小节能更好地发挥主观因素，这样做有利于养成严谨和细致的作风，有利于全面地考虑问题，而这些素质则正是成大事者所必备的基本素质。纵观古今中外，各个领域，许多成大事者都是拘小节的。老子说：天下大事，必作于细;牛顿发现万有引力，正是因为他被树上的苹果砸中后没有忽视小节，这些都说明拘小节者更易成大事。sjk 俗话说得好，“千里之堤，毁于蚁穴” ，“乾坤之大，鉴于微小” ，对于我们大学生来说，更应该在学习、生活中去拘小节，培养严谨、细致、全面考虑问题的作风，日后才更能成就一番伟大事业。

成事者必有众人帮助，如不拘小节，则难以服众。汉刘邦，为成大事，妇女无所幸，财物所取。今天，凡成功企业与成功者，无不看众人气。人气何来，自然要从小节来。比尔以前不分场所，一概休闲，如今每逢场面，必西装革履方显英雄本色。所以，我说要发展必重小节。 其实，世界上的人各方面素质差不大，关键是小节方面。有多少大意失荆州，又有多少一失足成千古训呀!真是后人哀之而不鉴之，我等后人复哀后人呀! 这拘小节说得是重细节，即大处着眼，小处着手。最好的案例，就是伟大的毛泽东的战争指导思想：战略上我们要藐视敌人，战术上要重视敌人。 第一句说出成大事者必须有坚定信念;第二句就说明了要从小处着手，仔细的分析问题，找出关键，最后解决它。 积极、富有创造力的人格，是多种素质的综合。

一个人，如果具备良好的心理、健康、知识、经验、交往、行为、个性、口才等素质，他的为人处世没理由不成功。 天才是极少的，成功的人却不少。那是因为，成功的人知道怎样使自己具备各方面的良好素质，即使在某方面有缺陷，他们也知道用另一方面充分突出的素质来弥补缺陷带来的不足。 相关素质的匹配，是人们的人格相得益彰，丰富多彩，为成功打下良好的基础。 相关素质匹配十要则如下： 尽量适应环境，而不是让环境适应你; 避免决定性风险; 有基本的把握; 应该与自己的个性爱好相符; 优先考虑自己的长处; 参考社会需要; 培养良好的心理素质; 不能忽视服务的对象; 不能僵化看问题、处理问题; 如果可以，不妨做个小测验，以此来确定计划的可行性。

以上10条原则，关系到人格的体现及创造力的发挥，必须予以考虑。相关素质的匹配潜能是巨大的，它可能对几十年、几百年，乃至几千年的文化传统发起挑战性的进攻。当然，斗争也好，让步也好，我们有必要在生存的路上做出最适合自己的选择。 我们需要冷静与勇敢，而不是冲动与鲁莽。素质构成人格，人格决定素质，二者辩证统一，不可或缺。我们要成功、要幸福，所面临的问题只有一个，即：培养素质发挥素质，转化素质，从而达到一种完善的人格，实现个人的梦想

成功就是达成所设定的目标。成功其实是一种感觉，可以说是一种积极的感觉，它是每个人达到自己理想之后一种自信的状态和一种满足的感觉!总之，我们每个人对于成功的定义是各不相同的!而到达成功的方法只有一个，那就是先得学会付出常人所不能付出的东西! 小节不慎贻误人生。有道是“千里之堤，溃于蚁穴”。古往今来，因小节导致失节的事并不鲜见。小节不拘，终累大德。在建立社会主义和谐社会的今天，小节问题并非小事，它不仅是国民素质的一种反映，更是构建和谐社会的内在要求。因此，我们每一个人都要从日常小事着手，于细微处讲品格，莫让小节影响了构建和谐社会之大德。

**国家双减政策心得体会总结篇十**

我读了沈石溪写的《斑羚飞渡》。

一群斑羚被猎人追赶到伤心崖。“往后退，是咆哮的狗群和十几支会喷火闪电的猎枪;往前走，是几十丈深的绝壁。”

伤心崖距离对面的山峰六米，一只斑羚最多只能跳五米远。怎么办呢?我真为它们担心。

这时，天空中出现了一道彩虹，一头连着伤心崖，另一头连着对面那座山峰。

突然，领头羊公斑羚好像受到了启发，让一只老斑羚跳了下去，紧接着，又让一只小斑羚跳到老斑羚的背上猛蹬了一下，再向对面的山峰跳去。它成功了!接下来，一对对斑羚凌空跃起。没有一只老斑羚有怨言。

“它们心甘情愿用生命为下一代开通生存的道路。”这时，我想：老斑羚是那样的无私，是那样的伟大。

“伤心崖上，只剩下最后一只公斑羚，它就是那只成功地指挥了这场斑羚群集体飞渡的领头羊。”

“砰，砰砰，猎枪打响了，我看见，领头羊宽阔的胸部冒出好几朵血花，它摇晃了一下，但没倒下去，迈着坚定的步伐，走向那道绚丽的彩虹。

消失在一片灿烂中。”

看完了这本书，我被斑羚那无私的爱深深的感动了。我想：人类为什么要杀害这些动物呢?只是为了拿它们的皮做东西挣钱，拿它们的肉换来一瓶瓶酒喝了吗?人类多么残忍啊!要是人类不这样，还会有这惊人的一幕吗?我们要保护动物，不要伤害无辜的它们呀!

**国家双减政策心得体会总结篇十一**

春节如期而至，而让人揪心的是，新型冠状病毒也在这个春节肆虐猖獗。家家户户都紧闭大门，避之不及，一家人一起吃团圆饭，而另一群人却举着“武汉加油，别怕，我们来了”的旗帜，毅然赶赴武汉。正是这一群群“逆行者”，给了心急如焚的武汉人民一剂镇定剂，给了全国民众温暖与感动。

难道“逆行者”们不怕死吗?难道“逆行者”们不想在这春节之际和家人团圆吃个年夜饭吗?难道“逆行者”们就不想躲在家中远离病毒吗?不，他们也害怕，他们都有家有室，是他们的不畏牺牲精神，他们的医者仁心，他们的责任心使命感支撑着他们。

我昨天看了一个视频，被访者是一位女医生。她哭着说，她也很害怕，她也很怕被感染，她也很怕再也见不到家人朋友了。采访者问她，都这么害怕了，为什么还能坚持?女医生立马穿上了手上的白大褂，抹掉了眼泪，勇敢又自豪地说，就是因为这个，穿上了它就有了一种使命感，正是这种使命感让我有了坚持下去的勇气。

84岁高龄的钟南山院士劝大家能不出门就不出门，走亲戚聚会吃饭更是能避免就避免，而他自己却毫不犹豫奔赴一线战场武汉。而现实中却有人抱着侥幸心理，甚至说着“我是谁，我百毒不侵”这样的胡话，继续走街串巷，为病毒传播制造机会。这样做真的很不对，就是在给医生添堵，给国家添乱。要是不幸感染了新型肺炎病毒，无疑会给医生们增加新的负担。我们都知道，很多大医院的医生们已经超负荷工作了。我们做好自己，这就是给“逆行者”。我们承前继后，向白衣天使们学习。

还记得，去年哥哥姐姐们高考完，大家商讨要填什么志愿时，“医生”这个职业首先就被他们弃选了，因为他们说从医不仅学业繁重，学龄长，而且刚刚就业时薪水也不太理想。但这又如何，医生是每一个时代的仁者，在这场没有硝烟的战场上，医生就是主力军，是城市的守护者。我们要向他们学习，让医学梦想能到处开花，老一辈的医者退下，新一辈的顶上!我想，今年高考结束，我的志愿已定，我要当医生!

这几天看到一则报道，一位医生给女朋友发信息：如果我平安归来，我就娶你为妻。那一瞬间，我感动莫名。向英雄致敬，向“逆行者”致敬，你们是最可爱的人儿!你们会有一大群的后继者。希望这场没有硝烟的战火早日结束，希望你们一个个都完好无损地归来。

**国家双减政策心得体会总结篇十二**

”一个可怕的名词，只要一个不小心就会落入它的魔掌。多少鲜活的生命，因为被它妖艳的外表所诱惑，从此踏上了一条不归路。这是一条充满了精神和肉体的痛苦，充满了妻离子散的痛苦，充满了“坚强的生存还是懦弱的灭亡?”的不归路。

在我们眼中“爱”这个神圣而又纯洁的感情，而在吸毒者的眼里却是一个发财的工具，一个利用友爱，父爱，母爱谋取金钱的工具。曾经一位戒毒者在接受访问，回想他当初吸毒的情形时说：“当初我在家也曾经想戒毒，但是毒隐一旦上来了就什么也不想了。只想着怎么弄到。”并且他说吸毒者六亲不认，为了有足够的钱来买，说谎、打劫、杀人……只要是能够获得钱的方法吸毒者都会用。因为此时的吸毒者已经抛下了自尊，他们的脑中只有一个信念“只要有钱买毒管他会不会被抓。”

我曾在报纸上看到一个人吸毒，他的儿子患病没钱治疗去世了;他的妻子因为心中感到悲愤而自杀，吸毒者不久也因吸毒过量而死亡，真是一人吸毒，家破人亡。

所以说，碰不得。它就像是一个电脑黑客，一旦进入你的脑中，目的只有一个——控制你的思维，让原本你主宰的大脑转变为它驾驭的领地。

“远离，关爱未来”，这不仅仅是一句简单的口号，更像是一口警钟。时时刻刻在你的耳边响起。提醒你那些五颜六色药丸后的隐患;提高你自我保护的意识;帮助你重新认识自己的生命。

朋友们，请珍爱自己的生命，把踢出这个将要被污染的地球。贩卖的人，请你们自重，。世界上的职业千百种，别让这一种害人的“职业”毁了你们的将来，觉悟吧!

**国家双减政策心得体会总结篇十三**

我常常困惑，人的力量从何处来，到何处去，我们为何常常在庞大的市场面前惊慌失措，无从观在成本与利润的衔接点上找到我们需要的平衡，能够回答这些问题，我认为只有——学习。

俗话说“活到老，学到老”，这话一点不错。即使已经参加工作了，我们也不应该放弃对知识的学习。相反，作为企业的员工，在繁忙的工作之余，读一些开阔心智的书籍，吸取别人的成功经验，在工作中去实践。聪明的人，总是善于用别人的智慧来填补自己的大脑。今年，在全公司范围内开展的学习《管理与实践》一书中，让我们受益匪浅。我们矿肥的学习也在如火如荼的进行。经过近半年的学习，我看到了我们开磷的今天是来之不易的，我们老一辈开磷人付出了不少的艰辛，作为当代开磷人更应该具有饱满的热情投入到开磷的发展中去，我深信，只要我努力，千亿开磷一定会提前实现。

下面，就是在学习之后对自己提出的几点要求，希望借此可以重新塑造一个全新的自己，成为一名优秀的开磷员工。

一、与开磷同呼吸、共命运，坚守职业与使命。

既然我们几辈人选择了在开磷工作，就没有理由不把它做好。如果一个员工不能站在理想的高度上去看待自己的工作，不能满腔热情的去工作，那么他成功的机会就非常渺茫。对于绝大多数具有上进心的员工来讲，工作绝对不仅仅是为了生存，工作更应该是天职，是神圣的使命。

然而，现实中，常常听到有人抱怨自己被人忽视、没有被安排在好的工作岗位上、没有高工资、没有得到高度的重视等怨言，一副很受委屈的样子。其实，你有没有认真的审视过自己：你真的应该被安排在那个你所认为的重要位置、领到你所期望的工资、得到别人的重视吗?不劳无获，一切都不是理所当然的，没有付出就没有理由索取，当你伸手向企业、向领导要这要那的时候，你有没有认真的审视过自己你为企业付出了什么?你把企业当成自己的家、与企业同呼吸、共命运，全心全意的干好自己的本职工作了吗?如果没有，那就没有资格埋怨别人，要怪只能责怪你自己;如果没有，你就应该抛弃埋怨，积极进取，努力培养主人翁意识，热爱你所在的企业，热爱你所从事的工作，尽你最大的努力，尽可能的发挥自己的才能，为企业多做贡献，相信总有一天，大家会看到你的努力，你也会得到所期盼的一切。

二、坚决服从安排，不折不扣地完成工作任务。

企业是一个严密的组织，不是一个自由的组合体。它是一个有组织、有纪律、有制度、有目标的合成体。在这个组织里，个人不能也不允许自由散漫，不服从管理。服从是天职，也是企业对员工的一项基本要求，即使领导的某个安排你内心无法接受，也要告诉自己丢掉不满情绪，因为企业不只有你一个人，它是一个大集体。个人往往习惯于从自己的角度出发，考虑问题往往先考虑自己，你所看到的、你所关注的也许只是你个人或者是所在小组的利益，这就有很大的局限性;而领导则不同，他所考虑的是全局、是整体。所以，对于领导分配的工作任务，我们一定要不折不扣地去执行。很多时候，很多我们开始并不能够理解的事情，在实施的过程中，自断后路、义无返顾地去执行，原本想不通的事情往往可以得到很好的理解，从而激发了个人的主观能动性，反而促成工作任务的圆满完成。

三、高标准、严要求，苦练专业技能，努力提高自身能力。 一个人要想真正成就一番事业，离不开过硬的基本功。还记得上学时，老师对我们说过的一句话：“关系是泥饭碗，是会碎的;文凭是铁饭碗，是会锈的;本事是金饭碗，是会升值的。”当今社会的竞争愈来愈烈，做任何事情都需要技能。现代企业最需要的、最紧缺的就是具有专业能力较强的员工。在实际的工作中，对待自己，对待工作，一定要高标准、严要求，不要满足于已经掌握的，这个世界是多变、快变的，要努力寻求更好、更快的专业技能和技巧，提高自身竞争力，只有这样，才有可能创造出更好的成绩，才有可能从胜利走向另一个胜利。

四、努力培养团队精神，善于更要乐于与他人合作。

在现代社会，专业分工越来越细、市场竞争越来越激烈的前提下，单打独斗的时代已经过去，合作变的越来越重要。团队的力量远远大于一个个单独的优秀人才的力量。所以，现代企业招聘员工，虽然都有一套很严格的标准，但是，最重要的条件就是要有团队精神。就算这个人是天才，如果其团队精神比较差，这种人也没有企业愿意用。不能与同事友好合作，没有团队意识的人，即使有很好的能力，也难以把自己的优势在工作中淋漓尽致的发挥出来，甚至，由于其自高自大、排斥他人，反而会把事情弄糟。一个人能力再强，总有能力不能达到之处，团结才有力量，团队成员之间相互取长补短，会把事情做的更好，甚至收到意想不到的效果。

五、自信乐观，积极向上。

现实生活中，我们做事之所以会半途而废，往往不是因为失败而放弃，而是因为失去了自信而失败。创造出奇迹的人，凭借的都不是最初的那点勇气，而是一种自信乐观的精神，在这种精神的支持下，向前迈一步，再迈一步，终会达到成功的颠峰。人最大的敌人不是别人，而是自己，凡事都不会是一帆风顺，一马平川的，总会有这样那样的困难阻挡我们前行的脚步，不要被设想的困难吓倒，要相信自己，鼓励自己，要有战胜困难的决心和勇气。一个人应该自信而不自负，执著而又不僵化。人生必须背负重担，一步一步慢慢的走，稳稳的走，总有一天，你会发现，自己是那走的最远的人。

六、谦虚谨慎，戒骄戒躁，勇于创新，敢于挑战。

“谦虚使人进步，骄傲使人落后”这是我们在小学就接受的教育。谦虚是美德，人类如果失去谦虚，那么自信就会变成自大。自大就是自满，自满就会失败。或许因为我们还年轻，没有多少经验，所以比较容易骄傲和急躁，办事也总是急于求成。但是，要知道，没有一个人有骄傲的资本，因为不论过去你取得了多少骄人的成绩，即使是在某一方面很了不起，也不能说是已经彻底精通，因为知识是无穷的。谁也不能够认为自己已经达到了最高境界而停步不前，如果是这样的话，则必将很快就被同行赶上和超过。所以，在实际的工作中，我们一定要谦虚谨慎，戒骄戒躁，求真务实，脚踏实地的做好每一件事。

但是，我们也不应该满足于现在，不思进取，停滞不前。而是应该最大可能的发挥主观能动性，要勇于创新，敢于挑战，把一切好的主见即刻付诸行动。凡事都要敢于尝试，如果不试一试，谁也不知道自己的斤两。虽然也许最后试出自己的重量不过二三斤，但我们也会得到自己的东西。哪怕是小小的进步，我们也算是取得了成功。有理想没有行动是一个梦，有行动没有理想是一种浪费，理想加合适的行动可以使人取得成功。

找到自己的个性并肯定它，按照自己对自己的期望去塑造自己，加以不懈的努力和奋斗，相信自己一定会成为一名优秀的开磷员工。

**国家双减政策心得体会总结篇十四**

在这个春光明媚的日子，我们迎来了第x个国际三八妇女节，为了让我们公司广大的女职工迸发出更为强烈的工作热情，为了丰富她们的业余生活，本公司举办了一场别开生面的三八妇女节活动。

一、健康长发展

在公司我们的员工大多久坐，工作和生活中一些繁琐的事情占据了我们大部分的时间，让我们没有时间，也没有精力去锻炼我们的身体，关注我们的健康。因此，在本次活动中，我们安排了一次专门对女员工的全面体检，让她们了解自己，保证健康的基础上才能更好地进行工作。

除此之外，也让我们的员工适当的锻炼，本次的活动中首先在上午去往不远的一座小山，登山的过程都是依靠自己行走，在这中间大家说说笑笑，缓慢的有氧运动不仅锻炼身体，也让我们欣赏到沿途的风光，感受春季的色彩，洗涤了我们心灵。

二、拉近距离

在登山的过程中，大家一路上交流，间或合唱一首歌，让单调的行走变得丰富起来，同时加深了同事之间的交流。有同事有困难时，大家一起帮忙，拉近了彼此的距离，让我们公司女员工更加的团结，拥有更默契的合作。

登山之后，我们举行了一个小小的宴会，在宴会上，大家各展所长，将活动的气氛共同推向高潮。让我们看见我们的女同事虽然在工作上雷厉风行，但是在平时拥有自己的爱好，在生活中有着柔软的一面，而不同的才艺，则展示了公司的员工精神生活的富足，我们的员工能够很好地把握工作和生活的界限，调节自己的状态，以更认真的态度投入到工作中去。

总的来说这次的活动举办的相当成功，完美的达到了举办活动的目的，而且员工都有所收获，对活动表达了高度的赞扬和肯定，但是也有一些没有注意到的地方，一些细节的准备工作没有到位。希望下次的活动能够更加的完美。

**国家双减政策心得体会总结篇十五**

这学期我们新增了一门选修课——《插花与茶艺》，这是我们大家都盼望已久的，但是“插花”与“茶艺”，我却更热衷插花!

插花，顾名思义，即指将剪切下来的植物之枝、叶、花、果作为素材，经过一定的技术(修剪、整枝、弯曲等)和艺术(构思、造型、设色等)加工，重新配置成一件精制完美、富有诗情画意，能再现大自然美和生活美的花卉艺术品。

插花是一门古老的艺术，在我国有近两千年历史。插花艺术起源于人们对花卉的热爱,人们用自己勤劳的双手对花卉的一种加工,从而表达了自己的想法，体现了一种生命的真实与灿烂。

我们学习插花的时间只有短短的八周，而且由于学校设备的不够完善，我们并没有真正的“实战”，但是通过李老师的耐心解说、指导，也使我们了解了很多插花的基本常识、技法、花卉的识别、还有花语，总的来说还是很有用的，可以提高我们的见识，为以后我们更好的学习和享受生活打下了坚实基础。

通过李老师认真的解说，使我懂得了插花包括中国式插花、日式插花、西洋式插花等。而中国式插花崇尚自然,讲究优美的线条和自然的姿态，其构图布局高低错落，俯仰呼应、疏密聚散，作品清雅流畅，按植物生长的自然形态，有直立，倾斜和下垂等不同的插花形式。中国式插花也是我最喜欢的插花方式。

插花主要包括三个步骤，即修剪、固定和插序。修剪：首先要去掉花卉的残枝败叶，根据不同式样，进行长短剪裁，根据构图的需要 进行弯曲处理(为了延长水养时间，适合水中剪取)。 固定：为了让花卉姿态按照你的设想进行，一般在花器的瓶口处，按照瓶口直径长度，取两段较粗枝干，十字交叉于瓶口处进行固定。专业插花，还要彩花插、花泥、铝丝等工具进行固定。 插序：一般容易先插花后插叶，这样容易在插叶的时候将花的高度降低。正确的插序应该是选材、选插衬景叶、插摆花。

插花看似容易其实不简单，李老师教导我们：插花除了要心灵手巧外，还要有文学艺术方面的知识和修养，还必须掌握一定的基本理论知识，这样才能达到烘托气氛、传递感情，使人获得美感和愉悦的目的，从而得到启迪、鼓舞或遐想。这也是插一件好花所应具备的。

通过为期不长的插花学习和了解，我懂得了插花不仅可以随时随地用来点缀自己的居室环境，使家庭生活更增添一份温馨和美感，而且也是迎送宾客、探新访友最高雅、最珍贵的礼品。学会插花后，可以时常与花作伴，以花为友，可以起到修身养性的作用。而且女孩子学插花不仅仅可以学到手艺，也是对审美能力、气质的一种提高。而且插花是一门很好的手艺，如果以后有机会，我一定会更深入的学习，因为我觉得插花是具有实用性、趣味性和知识性的，插花既可以让自己开心，又可以给别人带来快乐，而且象征美好的愿望，可以使每个人更加的热爱生活。

**国家双减政策心得体会总结篇十六**

读书能让我们的人生充满快乐，如同一叶扁舟在浩翰大海中遨游，让人心醉神怡;如同朵朵白云在湛蓝天空中漂游，让人思绪万千;如同条条鱼儿在碧波中神游，让人悠闲自在，乐不思蜀，徜徉在书的海洋中。

近几天，我读了法国的昆虫学们法布尔写的《昆虫记》。我觉得昆虫有时候很有趣，很勤劳：如果没有蜜蜂，我们就吃不到蜂蜜;如果没有蚂蚁，我们就很难体会到团结的魅力;如果没有蝴蝶，大自然就不会有那么多美丽的鲜花……

昆虫也有丰富的感情，它们既有丑恶的一面，也有善良的一面。比如，蝉是一种自食其力的昆虫，也是大自然的歌唱家，它们在夏天总是引吭高歌，人们并不喜欢;而蚂蚁是一种勤劳的昆虫，它有史以来都被人们看作勤劳团结的象征，但人们并没有发现，蚂蚁也时很贪婪、霸道，它们会将蝉辛辛苦苦觅到的食物洗劫一空。

读完这套书，我深深地感悟到：看问题不能光听别说，要自己去探究才能发现某样东西不同的一面，找出最正确的答案。

《昆虫记》不仅让我了解了昆虫，改变了过去对有些昆虫不正确的看法，还教我懂得了许多道理，学会了如何去观察事物、研究问题。

书是灯，读书照亮了前面的路;书是桥，读书接通了彼此的岸;书是帆，读书推动了人生的船。因为读书，人生才更精彩!

**国家双减政策心得体会总结篇十七**

21世纪是以知识为主要资源，以知识和技术创新频率不断加快、社会深刻变革为主要特征的时代。教师要为这个时代培养全面发展的、具有创新精神和实践能力的人才，至少应具备以下几种核心能力：

一是终身学习的能力。随着知识经济时代的到来，知识更新周期日益加速。面对教育和专业知识的加速老化，教师必须具有终身学习的能力，才能不断更新思想、观念，掌握新的信息和教育技术，才能不断更新自己的知识、能力或素质结构，才能适应不断变化的教育、社会和时代，才能不断创新教育以满足人和社会发展的需要。

二是反思教育的能力。21世纪，随着社会、经济的急遽变革，教育改革将更加频繁、广泛和深刻，教师将面对各种新的教育思想、资源、模式、过程、手段与方法，因而要求教师不仅要自觉地在情感、意志上不断调适，而且要具备能够分析、讨论、评估和改变其教育思想与教育实践的能力。教育的基本问题不仅是“教什么”、“怎么教”，更重要的是“为什么教”。因而教师必须思考各种教育行为的社会与个人后果以及伦理背景，给教育以终极关怀。

三是基于网络资源教育的能力。因特网的飞速发展与广泛应用使教育和学习的数字化生存成为可能。21世纪网络技术将有更大的发展，网络资源将更加丰富，人类创造的最新资源也将以最快捷最优先的方式上网储存传播。谁不学会基于资源的学习，谁就将成为文盲。

而教师则应成为学生基于资源学习的引导者、辅导者、促进者和合作者。

四是激活创造性的能力。变革和创造将是21世纪人们生存和发展的基本方式。人类发展史表明，人的创造潜力是无限的。如同“芝麻开门”的暗语能打开宝库一样，人的创造潜力必须通过激活才能变为现实的创造力。21世纪的教育必须将学生培养成为会创造之人，使他们通过一个个会创造的头脑和一双双会创造的手，创造出新的生活、新的时代和新的世界，这是教育的根本追求。因此，教师必须具有通过创造性教育培养学生的创造性人格、创新精神和激活学生创造性的能力。

五是心理辅导的能力。可以预料，随着知识创新的加速和科学技术的突飞猛进，21世纪的社会竞争将日趋激烈，同时，通过合作共同应对面临的各种严峻挑战也日益成为必然选择。面对激烈竞争人们将承受巨大的心理压力，面向合作又要求人们能相互理解和支持。无论是竞争与合作都要求人们和谐相处。因此，教师必须具有心理辅导的能力，通过助人自助促进学生心理素质的提高

亲和力：教师最基本的素质

在学生评教中，我们发现，学术能力、教学水平与学生的满意程度并不一定成正比。有一位教师，其所带班级的考试成绩总是处在年级前茅，个人也常有研究文章见报，但学生评教满意率却很少能达到平均值，为此我们曾开过一个小型学生座谈会。

学生反映，对该教师的教学方法、教学能力他们都能接受，但他太过严肃，少有笑脸，与学生谈话，总是居高临下、盛气凌人，学生有事找他，他表现出来的也是一种爱理不理的态度。换言之，这位教师之所以不受学生欢迎、师生关系紧张，是因为他缺乏必要的亲和力。

亲和力，词典里的解释是“两种以上的物质结合成化合物时互相作用的力”，从心理学的角度看，它是指“在人与人相处时所表现的亲近行为的动力水平和能力”。教师亲和力的高低常常取决于他的性格特征，如有的人生来不爱笑，有的人从小不爱亲近人，有的人天性爱热闹，有的人具有丰富的幽默细胞等等。但亲和力又与“亲和动机”密切相关，亲和动机强，例如迫切需要得到学生的友谊，得到他们的支持合作的教师，其亲和力就高;亲和动机弱，例如无视学生的存在，或把学生当作知识的容器，把自己的权力放在至高无上的地位等等，亲和力就一定很低。从这个角度看，亲和力又是与一个教师的教学观、学生观紧紧地联系在一起的。

古人云：亲其师，则信其道。教师的亲和力，可以赢得学生的尊敬和信任，可以获得学生的宽容和理解。因此，某个教师可能在教学方面有所欠缺，但学生却能热情地学习，主动地思考，由此就能获得最大限度的教学效果。反之，如果教师自视甚高，不顾学生的感受，我行我素，唯我独尊，那就容易引起学生的逆反心理，即使他学问最高，课讲得最好，最终却不一定能实现教学的目标。

教师的亲和力本质上是一种爱的情感，只有发自肺腑地爱学生，才能真正地亲近学生，关心学生，也才能激发学生对于真理的追求。教师亲和力的核心是民主平等的思想，只有把学生当成大写的人，当作自己的亲密朋友，才能容忍学生的缺点，尊重他们的话语权，才能控制自己的情绪，做到以理服人，以情动人。教师亲和力的理论是多元智能，只有相信每个学生都有聪明的火花，都是可造之材，都值得自己花费心血去培养的教师，才能始终微笑地面对每个学生，并热情地关注他们的成长。教师亲和力的目标是个性发展，教师拥有较高的亲和力，才会拥有宽广的胸怀，因而能够理解学生的兴趣爱好，允许学生发展自己的特长，并真诚地帮助他们在非本学科领域里获得成功。

因此，21世纪的教师除了要进一步培养科学文化素养，练好教学基本功，还要注意不断激发自己的亲和动机，努力提高自己的亲和力，使自己真正成为学生信赖、敬佩、爱戴的良师益友。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找