

# 最新培训机构双减政策心得体会 双减政策心得体会(实用7篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 培训机构双减政策心得体会篇一

第一段：引言（200字）

双减政策是我国新时代的一项重要举措，旨在解决发展不平衡、不充分问题，推动经济高质量发展。作为普通市民，我们也要积极参与，并将自己的心得体会写出来，分享给更多人，促进双减政策在社会中的落地和深化。

第二段：了解政策精神（300字）

要写出对双减政策的心得体会，首先要全面了解政策的精神。双减政策将去产能与去库存相结合，通过推行供给侧结构性改革，优化供需结构，推动经济结构转型升级。政策的目的是破除制约经济发展的体制机制束缚，推动经济高质量发展。只有对政策背景和目标有深入的了解，才能在心得体会中更准确地表达自己的观点。

第三段：个人经历与感受（400字）

写双减政策的心得体会，离不开个人的经历和感受。我们可以从自身的视角出发，叙述自己的经历。例如，可以写自己所在的企业如何因为双减政策而进行产能减少，以应对市场需求不足的局面。同时，也可以体验到政策实施后，企业内部进行了深度调整 and 优化的情况。通过客观的记录和描述，

结合自己的感受和观点，可以更加生动地表达出对双减政策的理解和认同。

#### 第四段：社会影响与未来展望（300字）

双减政策不仅对个体而言，对整个社会也产生了深远的影响。在心得体会中，我们可以结合自己的观察和思考，谈谈政策对社会的影响以及对自己未来的影响和展望。例如，可以写双减政策使得企业经营环境得到了改善，市场环境逐渐优化，通过写一些实际的案例来说明政策的积极影响。同时，也可以展望未来，写出自己对双减政策的期望，以及对自己未来发展的规划和期望。

#### 第五段：总结与展望（200字）

在总结与展望中，可以回顾自己在写双减政策心得体会中所表达的观点和感受。可以提出自己对于政策的一些建议和改进意见，这样可以使得我们的心得体会更加全面和具有建设性。最后，可以对未来的发展进行展望，表达对双减政策的期待，以及对自己未来的发展规划和目标。

（注：文章长度约1200字，仅供参考）

## 培训机构双减政策心得体会篇二

本次主讲人是特级教师陈老师，他为我们带来了的“双减”政策下的有效作业设计中提到了两个关键点，一是在于提高课堂教学质量，二是提升学生核心素养。

轻家长和孩子的压力与焦虑，给孩子一个愉快的童年。听了陈老师《“双减”政策下有效作业的设计》的讲座，也使我们一线教师更加坚信：“课堂指向核心素养，课后指向更精准的作业评价，使学习目标与学习评价精准接轨，这其实就是学习过程教学评的有效性”；而作为一线教师作业评价的

变革恰是直接显现“双减”效度的关键一环，让学生作业总量和时长减少了，负担减轻了，对作业的质量要求更高了，这是一场史无前例的挑战和考验。

对于一线教师，“双减”政策下作业之变关键在于提高课堂教学质量。高效的课堂是基于学情预设学习目标下的课堂，既是基于学习目标下“精准打击”的学习过程，更是基于学生实际问题的“排障解惑”的学习过程，这就是课堂学习的有效性，指向明确了、问题明确了、精力集中了，学习变得更有效。那么，作业之变正是基于课堂的有效性，它是课堂有效性的有力支撑，更是“课堂前阵地”、“课堂中阵地”、“课堂后阵地”有效评价的有力抓手。课堂效率高了，课中作业时间充分保障，评价在课中行，查漏补缺在课后行，预习筹谋在课前备，作业的评价、预测、诊断功能在学习过程中得以充分展现，作业的有效性也是显而易见。由此可见，作业之变是一线教师落实“双减”政策的有效推手。

的效果也就不同，我们应该让不同的孩子都有不同的体验和发展。我们要结合课本，适当地有目的添上一些引人入胜的内容，让学生学起数学津津有味，正如邱兴华老师说的那样数学“一抓趣味性，二抓思考性”。数学作业不应只是数学知识、方法、过程的简单堆砌与叠加，数学作业也不仅仅是数学知识、技能和方法的机械传递与搬运，数学作业也应当是学生不断用心去触摸数学本质、感受数学内在文化特质的自由天空。因此我们作业设计和布置体现数学的核心素养，应摒弃大量机械重复的作业，注重作业的开放性、探究性，注重围绕一定的主题来完成，培养学生的综合能力。

在“双减”政策下有效作业设计让学生实现真正的提质增效，我们在学习着、探索着、实践着。“双减”路漫漫，且行且珍惜！让我们更加珍惜教育的生态环境，倍加珍惜孩子们成长的自然天性，让教育不再焦虑，让孩子们快乐成长！

# 培训机构双减政策心得体会篇三

## 第一段：引言（150字）

近年来，中国教育领域出现了一项备受争议的变革——数学双减政策。这一政策旨在减轻中小学生学习过重学业负担，提倡素质教育，让学生更好地发展其他兴趣和技能。作为一名即将毕业的大学生，我亲身经历了数学双减政策的执行，深感到其对于学生全面发展的积极影响，同时也带来了一些挑战。在本文中，我将分享我对于数学双减政策的心得体会。

## 第二段：认识个人兴趣的重要性（250字）

数学双减政策的实施使我更加认识到个人兴趣的重要性。在过去，学生普遍忙于应付大量的数学作业和题目，几乎没有时间去追求自己的兴趣爱好。然而，在减轻了数学负担之后，我发现我有更多的时间去钻研自己真正感兴趣的领域，如音乐和写作。培养兴趣不仅让我感到快乐和满足，还提高了我的创造力和解决问题的能力。与此同时，我也看到了一些同学在这个过程中学会了平衡学业与兴趣爱好，他们在自己擅长的领域中展现出了非凡的才华。

## 第三段：课堂教育的多样性（300字）

数学双减政策使课堂教育变得更加多样化，并为学生提供了更广阔的学习空间。在过去，数学课堂上的教学内容主要是围绕考试和竞争而展开，学生们只能按部就班地学习。然而，随着数学双减政策的推行，老师们开始更加注重培养学生的思维能力、创新思维和实际解决问题的能力。他们鼓励学生思考问题的不同角度和解决问题的多种方法，并逐渐引入一些实践探究的活动。这样的改变使我更加热爱数学，因为我真正体会到了数学的美妙和实用。

## 第四段：能力培养的挑战（300字）

然而，数学双减政策也带来了一些挑战。在过去，数学是一门需要不断实践和积累的学科，而现在，减少了作业和训练的频率，导致有些学生缺乏足够的实践机会。虽然数学课堂上有更多的讨论和锻炼机会，但仍然需要学生在课后进行更多的自主学习和实践。因此，学生们需要更加主动地寻找学习资源和适合自己的学习方法，为自己的数学能力培养铺平道路。

#### 第五段：未来展望（200字）

综上所述，数学双减政策对于学生的全面发展起到了积极的作用。它让学生有更多的时间追求自己的兴趣爱好，并在课堂上培养了更多的实践能力。然而，这一政策也需要学生们的自觉性和主动性，以保证自己的学习效果。相信随着时间的推移，数学双减政策会在更多的学校和地区推行，为更多的学生提供更全面的教育。作为一名即将踏入社会的大学毕业生，我希望能够继续发展自己的兴趣爱好，并将所学的数学知识应用到实际生活中，为社会做出贡献。

## 培训机构双减政策心得体会篇四

近年来，中国政府出台了一系列的双减政策，旨在减轻学生过重的学业负担和过多的课外培训时间，从而保护学生的身心健康。这些政策的实施引起了社会各界的广泛关注和讨论，下面就是我个人对双减政策的心得体会。

首先，我认为双减政策是非常必要和重要的。现在的学生面临着严重的学业压力，每天都要背负大量的作业和考试复习，导致他们没有足够的时间去发展兴趣爱好、锻炼身体以及与家人和朋友交流。长期以来，这种过重的学业负担使得许多学生身心疲惫、压力过大，甚至出现了一些严重的心理和身体问题。因此，政府出台双减政策，以缓解学生的学业负担，对改善学生的身心健康起到了积极的作用。

其次，双减政策为学生提供了更多的自由选择权。过去，学生的时间大部分都被学校安排好了，无论是学习时间还是课外活动时间。而现在，由于双减政策的实施，学生可以有更多的时间去选择自己感兴趣的课外活动，比如参加体育锻炼、艺术培训或者社会实践等。这样一来，学生的兴趣和爱好得到了更好的发展，也增加了他们的社交经验和实践能力，从而为将来的就业和生活打下了坚实的基础。

此外，双减政策还促进了学校和家庭的合作。作为学生的主要教育场所，学校在教育过程中扮演着重要的角色。然而，过去的学业要求使得学校和家庭之间的交流有些被忽视了，学生的学习负担也主要由学校来承担。而双减政策的推出改变了这种状况，学生的作业量减少了，更多的时间可以用来与家人交流和联系。这对于家庭来说是一个良好的机会，可以与孩子更好地沟通、引导他们健康成长。同时，学校也可以和家长一起协作，共同为学生的成长制定合理的计划和目标。

然而，双减政策也面临着一些挑战和问题。一方面，一部分学生和家长对于过重的学业负担有一种依赖性和习惯性，他们认为只有通过大量的学习才能保证学业上的成功。因此，一些学生和家长可能会对双减政策抱有些许抵触情绪，担心这会影响他们的学习成绩和升学机会。另一方面，一些学校和老师可能会遇到如何减轻学业负担的实施问题，他们需要更加灵活和创造性地调整教育方法和课程设置，以适应新的要求。

总的来说，双减政策给学生带来了更多的自由选择权，促进了学校和家庭的合作，对缓解学生的学业压力和提高学生的身心健康起到了积极的作用。尽管面临一些挑战和问题，但只要学校、家长和政府共同努力，相信双减政策将会对学生的发展和社会进步产生积极影响。

## 培训机构双减政策心得体会篇五

以上是我对双减政策的几点思考，有不成熟的地方，但是我自己的点儿想法，我想我一见小老师都能想到这些，我们教育管理的英明领导们一定想得更多，看得更远，相信随着不断摸索，政策不断的深入，我们一定可以让双减政策真正成为学生成才的福音。

## 培训机构双减政策心得体会篇六

“双减”政策的落地，对于孩子们的发展，对于校内的学习、校外的培训，都有了更加明确、更加规范化的要求，这对于我们的教育工作来说，无疑是有着重要的意义的。作为教师，我们应扛起减负增效的重任，不忘教书初心，牢记育人使命，全面提升教育质量。

本学期我担任四年级和六年级美术课，横跨中段和高段。在提高教育教学和美育素养目标要求上也大有不同。对于中段的学生，教学以兴趣引导为主，让他们始终能保持对学习的兴趣，才能持久坚持。对于高段的学生，教学以体验感受为主，让他们着重感知美育的价值形成自己的认知观。

不同的教学目标，设定的教学方法也有所不同。我主要从备课、作业要求、指导方法三个方面进行设计。

## 培训机构双减政策心得体会篇七

“双减”政策落地，很多人调侃拼爹时代正式到来。有网友表示，“拼爹”拼的不是家长的学历、财力，而是家庭教育的理念、素养、水平和维护亲子关系的能力。家庭教育实质是生活教育，核心是让孩子成人。

首先要教孩子学会做人，再是学会生活，最后才能学会学习。“双减”政策的指导思想是要促进学生全面发展、健康成长，

家长因此要关注孩子心理健康，保障孩子的睡眠时间，加强体育运动，鼓励孩子拥有艺术、体育类的兴趣爱好。解放思想，更新观念也很重要。

厘清家庭、学校之间的关系和责任，孩子学科学习的事情，放心交给学校，家长则关注孩子的品德行为习惯，为孩子健康成长打下基础。“双减”后多出的课后时间如何安排这需要家长更高质量的陪伴，游戏、运动、阅读和交流等。

对待孩子要更有耐心，同时要提升自己与孩子相处的能力，不能动不动就起冲突。要重点培养孩子的学习习惯。良好的学习习惯包括责任心、主动性、自制力和时间管理能力，这些都需要家长在平时的教育中培养渗透。

例如，让孩子明白学习是自己的事情；家庭作业要定时、快速、限时独立完成，注意书面清洁程度等。还要培养孩子的生活能力。生活能力是学习能力的前提，生活习惯是学习习惯的基础。在家中，要让孩子参与家务，在学校，鼓励孩子参加劳动；学会自己的事情自己做。在这样的劳动过程中，既锻炼了孩子的自理能力，又培养了孩子的责任心。最后，家长要和教师协同，培养孩子的学习能力，包括怎么复习、纠错、总结归纳等，这些专业性问题，可以多向老师请教。‘双减’政策落地后，家长要不断加强自身学习，了解孩子成长规律，提升家庭教育素养与能力，这才是最好的家庭教育。

家庭教育、学校教育及社会教育构成了教育的有机整体。“双减”政策让家长角色回归，从而也让家长面对新一轮的挑战。家长到底应该做什么、怎么做给家长们三条建议：

好习惯的养成离不开外力的推动，最终会达到从被动到主动、从他律到自律的转变。学习成绩好的孩子，大多具有良好的学习习惯，而良好的学习习惯又与优秀的生活习惯息息相关。例如拥有良好的阅读习惯能有效促进思维的发展，而好的运



动习惯则能有效促进注意力和专注力的提高。

又如优秀的劳动习惯能帮助孩子确立正确的三观，培养责任感，提升独立能力，而参与家庭生活的习惯有助于培养孩子的公民意识以及对家庭的责任感。

建议家长和孩子将每个学期按不同的维度（如时间）分割成若干个学习阶段，制订相应计划。一份好的学习计划应同时具备以下三个条件：家长和孩子一起商量制订完成，这样不仅可以有效避免目标过高或过低的情况发生，也能促使家庭内部在学习问题上达成统一。

二是具体可操作的，如每天英语朗读半小时，两天完成数学练习一章节等，过程具体可操作，家长的监督也就更有效。

三是必须写有自我鼓励和家长鼓励的话语，彰显孩子自己的决心，鼓励孩子坚持前行。

“双减”政策刚公布，武进区清英外国语学校三pyp班学生家长侯娜瞬间感觉到“松了口气的窃喜”。她说，作为当代家长，处在“赢在起跑线”的大环境里，没有坚定的内心，很容易被影响。而‘双减’就像重启开关一样，强制暂停我们的焦虑和迷茫，给我们重新思考的机会，想想对于祖国和世界的未来，究竟什么才是最重要的作为“80后”家长，侯娜深深地感受到，处在瞬息万变的科技时代，孩子们的未来变化不是父母所能够掌控和想象的。他们更需要独立的思想 and 时代主人翁的责任感，所以我们不能用我们的经历来要求和培养我们的孩子。“双减”之后，孩子的空余时间增加了，侯娜也说起了自己的打算——用以前忙于补习班的周末，和孩子一起运动、一起游戏亲密亲子关系；把以前充斥着补习班的“假期”变为真正的假期，在疫情结束后来一场实地丈量世界的旅行。

学习做个合格父母，父母也都是第一次做父母，在对于孩子

的教育方面很容易走入误区，做出一些不正确的行为，影响孩子的发展。孩子们需要家长的支持，而不是打骂。无论工作多忙，家长下班后一定要关心孩子，询问一下今天在班里新学了什么、有没有交新的朋友等等。在孩子遇到挫折的时候，多去鼓励孩子，教会孩子克服困难。在孩子得到进步的时候，也要及时表扬，帮助孩子增加信心。

只有这样，孩子才不会盲目自大，也不至于自卑。家长和老师都是为了孩子好，应该彼此配合。比如老师布置的作业，家长不要随便去质疑，要监督孩子按时完成。老师发布的注意和要求也要积极配合。家长是孩子的第一任老师，如果家长本身素质就很低，容易生气、辱骂别人，那么孩子在潜移默化中也会形成一些坏习惯。因此，要想做一名合格的家长，就要努力提高自己的素养，做孩子最好的榜样。家长们要给孩子们苹果可以砸到头上的时间；给孩子们可以仰望星空的经历；给国家和学校让教育回归本质的机会。家长和学校各司其职，家长全身心地陪伴孩子的成长，这也将成为孩子们应对未来制胜的法宝。

## 双减政策要点梳理

- 1、全面压减作业总量和时长。小学一、二年级不布置家庭书面作业，三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟，初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。
- 2、课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间。
- 3、学科类培训机构一律不得上市融资，严禁资本化运作。
- 4、校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假组织学科类培训。
- 5、线上培训每课时不超过30分钟，课程间隔不少于10分钟，结束时间不晚于21点。

- 6、对现有学科类培训机构重新审核登记，逐步大大压减，解决过多过滥问题。
- 7、不得开展面向学龄前儿童的线上培训，严禁以学前班、幼小衔接班、思维训练班等名义面向学龄前儿童开展线下学科类（含外语）培训。
- 8、不再审批新的面向学龄前儿童的校外培训机构和面向普通高中学生的学科类校外培训机构。
- 9、严禁超标超前培训，严禁非学科类培训机构从事学科类培训，严禁提供境外教育课程。
- 10、各地不再审批新的面向义务教育阶段学生的学科类校外培训机构，现有学科类培训机构统一登记为非营利性机构。
- 11、线上培训机构不得提供和传播“拍照搜题”等惰化学生思维能力、影响学生独立思考、违背教育教学规律的不良学习方法。
- 12、严格控制资本过度涌入培训机构，培训机构融资及收费应主要用于培训业务经营。
- 13、将“双减”工作成效纳入县域和学校义务教育质量评价，把学生参加课后服务、校外培训及培训费用支出减少等情况作为重要评价内容。
- 14、课后服务不能满足部分学生发展兴趣特长等特殊需要的，可适当引进非学科类校外培训机构参与课后服务，由教育部门负责组织遴选，供学校选择使用，并建立评估退出机制。
- 15、坚持校外培训公益属性，充分考虑其涉及重大民生的特点，将义务教育阶段学科类校外培训收费纳入政府指导价管理。

## 双减政策具体内容

### 1、针对课外机构的“三限”、“三严”

“三限”：限制机构数量、限制培训时间、限制收费价格。

“三严”：严格内容行为、严格随意资本化、严控广告宣传。

### 2、针对校内教育的“三管”、“三提”

“三管”：管好教育教学秩序、管好考试评价、管住教师违规补课。

“三提”：提高教育质量、提高作业管理水平、提高课后服务水平。