

# 最新双减政策家长体会心得 家长宣传双减政策心得体会和感想(实用7篇)

军训心得是在参加军事训练活动后对所获得的经验和感悟进行总结和反思的一种书面表达。以下是小编为大家收集的工作心得范文，供大家参考和借鉴。

## 双减政策家长体会心得篇一

“双减”是指全面减轻学生作业总量和时长，减轻学生过重作业负担。年月24日，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》。月日，教育部召开新闻发布会，介绍了中央减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担意见的明确要求，加强双减督导双减督20xx导被列为年教育督导工作的一号工程。那么双减从出台实施到现在将近半年多的时间。作为一个小学的教学副校长，我有如下感触：

一是双减有效遏制了家长盲目攀比让学生进行校外补课的现象，减轻了学生的课业负担，也减轻了许多家庭的经济负担。

固阳县作为一个贫困县，尤其是我校的孩子大多是来自农村的家庭，所以他们参与这种校外培训机构补课的现象很少。但是市区的孩子在校外培训机构补英语、语文、数学是普遍现象。小学语、数、英假设每次课两个小时元计算的话，那么三门功课呢？150就是元。

600每周上一次课一个月下来将近是元。如果上两次课的话，一个月下来将近是1200元。这还不包括艺术类的校外培训，如果加上艺术类的培训，那么这个孩子的1500-2500校外培训机构的费用每月至少得到达元。一个普通家庭，一个人的工2/3资的就没有了。对于富裕的家庭来说，校外的培训机构没有了，但是他们可以请一在同等学业成绩、同样努力的

情况下，他们的学习成绩的差距会越来越大，这也造成了教育的不公平现象。

40二是双减减轻了学生的作业负担，倒逼教师提高课堂教学效率，向分钟的课堂要质量。

我们对学生的作业在时间和设计上，从市到县级都进行过屡次的作业设计指南的培训。在时间把控上，一二年级不留书面作业，三到六年级书面作业控制在一小时之内。40而学校要问我们的老师要成绩，学生作业量又少，这个成绩怎么来？只能是向分钟要质量，要保证在提高学生的课堂学习效率，在做少量的题基础上，学生能够掌握所学知识，到达举一反三的目的。教师们努力钻研教材，了解学情，充分备好课，加强教研，提升自己课堂的教学效率。

三是双减增加了教师的工作量，增加了学生的在校时间，弱化了家庭教育的职责。

双减提出了我们要做好学生的课前、课后服务。有些家庭困难的学生随家长上班时间七点二十就可以到校，到校的学生需要我们老师的管理，八点二十上班的老师提前一小时就上班了。下班后又进行一小时的课后服务。老师的'工作时间无形中增加了两个小时。老师也是人，有孩子，也有老人需要照顾。但是因为课前、课后服务，往往这些他们就做不到了。学生七点二十到学校，一直到下午的五点半离开学校，学生在校的时间又比原来增加了两个小时。教育观念弱的家长，尤其是农村的家长，在双减政策之后，他们对孩子的教育关注就更少了。因为他们觉得孩子学习是学校的事，跟他们关系不大。而我认为，一个孩子的成长离不开学校教育、家庭教育、社会教育，家庭教育是主角。但是双减让很多的家长认为学生的教育、学生的成长主要依靠学校，好像家长看看学生的作业，检查一下学生作业也是在加重学生的负担。所以我们还是应该呼吁和发挥家庭教育的作用，不能把孩子教育的事情只推给老师。

书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。为大家分享的9篇家长宣传双减政策心得体会和感想双减政策家长的体会就到这里了，希望在双减政策家长心得体会及感悟的写作方面给予您相应的帮助。

## 双减政策家长体会心得篇二

这两天，北京教委公布了《北京市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措施》，我们再次感受到了双减政策决心之大。

很多家长都已经陆陆续续接到了报过课的培训机构的通知，原本排在双休的学科培训课都换到了周中，又是几家欢喜几家愁，有些孩子平时作业很快，晚上再去上一节课没什么问题，有些孩子本来作业就慢，做完回家作业都不知道几点了，哪里还有时间再出去上课。也有些孩子因为培训机构离家比较远，吃完饭再去上课的可能性不大，就索性不再报班。

双减之下，家长们有选择继续鸡娃的，有选择让孩子放松放松的，当然更多的是观望的，想看看接下来学校会有怎么样的措施，想看看大多数家长的选择。

作为家长，我们都在等待，等待学校承担起更多的责任，比如说晚托，比如说解决孩子的回家作业，又比如说暑托。学习回归学校，这原本就是应该的事，但无论如何，我们始终要明白的是，统一教学下也有差异，养育也不仅仅等于关心孩子的学习成绩。

无论学校承担多少责任，无论孩子在学校里学多久，哪怕孩子在学校里完成了所有的作业，但是孩子和孩子之间是不一样的，有些孩子老师讲一遍就懂了，有些孩子老师讲了两遍还是迷迷糊糊，有些孩子今天生字写两遍就会了，有些孩子就是今天学了明天忘了，有些孩子早就会自主看书了，有些孩子回家只会捧着手机，如果我们因为双减而对孩子的学习

不管不问，那其实是对孩子的不负责。

孩子学业上松绑了，会有更多属于他自己的时间，这其实是对父母极大的考验，如果孩子没有更好的选择，大概率会和电子产品纠缠不清，这不会是我们希望看到的结果。

我想我们应该明白的是，双减是为了减轻孩子过重的学业负担，而不是减轻做家长的责任。如果我们指望双减政策可以让家长对孩子不闻不问的话，我想你是误解这份文件了。

在陪伴孩子成长这条路上，作为家长，我们始终应该是一名学习者。

### 双减政策家长体会心得篇三

“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开展、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，家长那么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。

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：

## 一、帮助孩子养成好的习惯

好习惯的养成离不开外力的推动，最终会到达从被动到主动、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开展，而好的运动习惯那么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。

## 二、帮助孩子制订学习计划

建议家长和孩子将每个学期按不同的维度（如时间分割成假设数个学习阶段，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

仅可以有效防止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。

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？”80后作为后“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，影响孩子的开展。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。比方老师布置的作业，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，做孩子最好的典范。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。

## 双减政策家长体会心得篇四

下午好。很高兴有机会与大家面对面地交流，交流你们孩子语文学习的情况。

首先我想说的是，能教到你们的孩子，那是我的荣幸，因为你们的孩子都非常聪明，也十分出色。我们都清楚，出类拔萃的孩子毕竟是少数，其实，我们很多孩子在这近两年的语文学习中都有了明显进步。比如，我们班有的同学，我刚教他的时候，他每篇作文几乎都写不满100个字，后来我每天放学后家长之前和他一起练习“5分钟”作文，本人比较努力，经过一个学期的练习，现在他的作文进步非常大。这次期中考试，他的作文也得到了优秀的等第。现在孩子在作文方面一般都有了比较明显的进步。可能你们也听到过你们的孩子朗读课文，我们班级的很多孩子朗读水平都比较好，这也是一个重要的语文素养；你们或许也经常和孩子交流，你是不是发现你们的孩子已经相当会说话了，有时我们都说不过他们了，这也是你们的孩子学好语文的一个重要体现。看着你们的孩子语文学习能力和水平在提高，我和你们一样感到开心。

有些家长会说，我家小孩小学分数挺高的呀！初中语文与小学语文最大的不同：小学考课本上的内容多；而初中语文重在考能力。试卷上都是些灵活的题目，很少有书本上的知识。这就需要孩子们从：语言表达能力、阅读能力、写作水平等方面综合提高。要学好语文不是一朝一夕，需要坚持不懈的

努力。请家长们相信，孩子是努力的，老师是用心的。孩子的努力需要得到老师的肯定和鼓励，对于孩子只要有进步，哪怕是一点点，我们都应予以肯定和鼓励。

作为家长，怎样在语文学习方面帮助孩子提高。我想提出以下三点建议供大家参考：

第一，让孩子从写好每个字开始学好语文。孩子一阶段语文学习的情况如何，只要看一下他的字就行了。我发现，我们班级中语文学得好的孩子，他们的字都写得相当认真。字写得认真，表明孩子的心不浮躁，能静下心来学习。因此，我希望我们的家长可以经常看看孩子的作业本，假如发现孩子近阶段的字比较潦草，就有必要和孩子交流一下，让孩子认真写好每个字，让孩子静下心来学习。

第二，要重视孩子语文基础知识的掌握情况。语文要学好，有些东西像造楼房时的砖头等建筑材料一样，是必须牢固掌握的。这些基础知识主要包括：生字词语，成语，要背诵积累的古诗、课文片断等。这些基础知识要靠孩子花功夫去掌握，一般男孩子语文学得比女孩子差，就因为男孩子贪玩，不肯花功夫去掌握这些基础知识。我们班有很多男孩子就存在着这样的现象，或许各位家长在你们孩子的语文期中试卷上也发现了这个问题。因此，作为家长，有责任去督促孩子花功夫掌握基础知识。随着夏季的到来，天亮得比较早，我们可以督促孩子利用早上的时间认真掌握语文基础知识。

心一下你孩子预习课文的情况，看他是不是自己想办法解释词语，概括主要内容，提出问题并自己解答的。如果你的孩子只是抄抄你为他买的辅导书上的内容，这样的预习是没有什么大的效果的。另外，每天的语文作业中我一般都会布置朗读课文的作业，你有没有听你的孩子读过课文呢？朗读对于培养孩子的阅读习惯和能力都是有很大帮助的。关于作文，想要一下子提高作文水平是很难的。但我们只要抓住时间，还是能使孩子的作文水平有所提高的。我们作为家长可以做



好以下几件事情。一是可以帮孩子买些课外书看看，可以是优秀作文书，也可以是优秀的儿童故事书，而且优秀的儿童故事书对于你孩子的写作帮助更大。你有空的时候也可以读读孩子的书，和孩子一起聊他们看的书，这样，他们阅读的兴趣会更浓。二是可以经常和孩子进行交流，跟孩子说说怎样做人的道理，孩子要写好作文，先要学会做人。懂事的孩子才能写出优秀的作文来。另外，你也可以想办法让孩子的经历丰富一些，让孩子做些家务，带孩子出去走走等。生活丰富了，孩子的作文才有内容可写。我经常看到有的孩子在周记中反映，双休日在家中实在无聊，除了电视就没有别的内容了，我们做家长的多多陪陪孩子。三是要督促引导孩子写好每周一次的周记。现在我们班很多学生都喜欢上了写周记，每次周记都很认真，他们追求着被老师读出来，因为我每周都要给孩子们评讲周记的；他们更追求着我帮他们把作文打印出来去投稿。但也有部分孩子周记应付了事，作文水平提高就不快了。

总之，我希望各位家长要关注孩子的语文学习情况，要相信自己的孩子能够把语文学好，并以我的建议为参考，针对孩子的不同情况多帮助孩子学习语文。让我们共同努力，让你的孩子能够成为一个合格的、优秀的中学生。

谢谢大家！

读书破万卷下笔如有神，以上就是为大家带来的2篇《家长宣传双减政策心得体会和感想双减政策家长的体会》，希望对您有一些参考价值，更多范文样本、模板格式尽在。

## **双减政策家长体会心得篇五**

尊敬的各位家长：

大家下午好！

首先感谢你们能在百忙之中抽出时间来参加我们班的家长会，这让我感受到了你们对我们工作的理解和支持，更是对孩子的关心。作为一名接受学前班的新老师，我先进行一下自我介绍，我姓刘，非常高兴能担任咱们学前班的老师，通过这一个多月来和孩子们的相处，我对每一位学生都有了一定的了解。今天有机会与各位家长面对面的交流沟通使我感到非常荣幸。正是有了你们的信任理解和支持，使我们的工作才能顺利展开。也希望在今后的工作中你们能一如既往的关心与支持我们的工作。

下面我将班级情况对各位家长进行介绍。

## 一、班级情况介绍

1、本学期由我和谢老师共同负责班级的保教工作。我们班现有31名学生，18名女孩、12名男孩。

### 2、学前班孩子的年龄特点

学前班是在幼儿园的最后一年，这是孩子从幼儿园到小学的一个转折期，也是孩子从游戏阶段向学习阶段的一个转折期。

如何帮助孩子能够更好的渡过这样一个转折期，首先就要了解学前班孩子的特点。

## 二、针对幼儿的特点和存在问题我将本学期教学工作安排如下

(一)本学期的重点工作：幼小衔接，为孩子做好入学前的准备。

1、在思想上准备入小学系列活动：小学与幼儿园有什么不同了。激发孩子对新校园的向往之情，平时家长在和孩子聊天中，可以像孩子传递这样的信息，如，“你长大了，就要

上小学了，爸爸妈妈真高兴”，让孩子知道父母为自己的成长高兴，为自己上小学自豪。另外，利用节假日可以带着孩子到小学校园外转一转，让孩子熟悉一下环境，乘机诱导孩子喜欢上这所学校，期盼进入学校。也可以让邻居大哥哥、大姐姐将学校生活的趣事。

## 2、身体方面的准备

(1)为了让幼儿能够较快地从幼儿园过渡到小学生活，我们将采取适当延长幼儿学习时间，减少游戏时间等。

(2)在日常活动中培养幼儿正确的读书、写字、握笔姿势，同时，让幼儿懂得保护好自己的眼睛及各种感觉器官。

## 3、独立生活能力的准备

(1)在生活和学习上培养幼儿的独立意识，增强独立解决问题的能力。让幼儿感知到，几岁那个称谓一名小学生了，生活和学习不能完全依靠父母和教师，要学会自己的事情自己做，遇到困难和问题自己要想办法解决。

(2)培养幼儿的时间观念，懂得自我控制，让他们知道什么时候该做什么事情并一定要做好；什么时候不该做什么并控制自己的愿望和行为。

## 4、学习方面的准备

(1)培养孩子学习方面的动手操作能力：学习整理自己的书包文具盒，爱护并看管好自己的物品，学会正确使用铅笔刀、橡皮等学习工具。

(2)培养孩子良好的学习习惯

首先，请家长配合幼儿园，让幼儿养成遵守作息时间的习惯，

如，不迟到早退、随便请假等。

其次，在教学活动中让幼儿养成爱想、爱问、认真回答问题、注意倾听的习惯。

再有，培养幼儿正确的握笔、写字、看书、读书的习惯。还有，通过适当的布置作业培养幼儿的任务意识，在游戏活动中加强幼儿规则意识的培养。

只要我们一起做好这些准备工作，我相信我们的幼儿将来一定能很快的适应小学生活。

### 三、家长需要注意及配合的事项

1、帮助幼儿增强时间观念，早睡早起，不迟到，保证孩子正常的上课时间。

2、放学后让孩子做的第一件事是写作业，请让孩子自己学会记作业，并能独立完成。

3、督促监督孩子为第二天上学整理需要用的书本、文具。

4、如果有事不能上学请家长打电话通知我一下，这样有利于培养孩子的集体观。

5、另外为了方便我们及时沟通，请家长记下我的联系电话，并在会后留下您的联系方式。

最后如果您对我们近期的工作有什么问题和建议，请您及时指出，我们一定会认真听取，绝不犯同样的错误。

谢谢家长们对哦这次家长会的积极配合。

## 双减政策家长体会心得篇六

“双减”政策实行，孩子在家的时间充裕了，怎么安排？“双减”政策后，怎样让自己的孩子脱颖而出？“双减”政策后，对家长有什么影响？充分思考之后，我竟心生欢喜，其实，这样的政策让家长的角色回归，家长更像家长了。但同时，也需要家长做一些调整。

### 一、要有更多的时间来陪伴孩子

虽说现在有课后延迟服务，但是下班后就要全心全意照顾好孩子了。不像以前有课外班的时候，孩子下课就七八点钟了，有些家长把孩子送进课外班继续忙工作了，或者去见见好友，逛逛商场。现在不仅没有课外班了，家庭作业负担也减轻了，回家后孩子基本没有家庭作业了，空余时间变多了。这段时间怎样学习？做些什么呢？尤其是小学生自律性还不是很强，还不能对自己的生活有一个很好的规划，更需要家长的指导和帮助了。这就要求家长安排好自己的工作和社交，留出充足的时间陪伴孩子成长。

### 二、学点教育理论

培养孩子和谐全面开展，不只是关注学习成绩，需要家长不断地学习，更新自己的教育观念。和孩子在一起最重要的是学会如何沟通，形成民主平等的家庭气氛，让孩子既听从家长的教导又有自己的主见。建议家长多读一些教育书籍，像《非暴力沟通》《正面管教》等等，不断提高自己的科学育儿能力。家长要从日常生活中给孩子树立正面的典范，建立良好的亲子关系，和孩子一起成长。

### 三、建设学习型的家庭

50%那么我们不看以前，只看现在。在初中升高中必须腰斩的情况下，我们剩余的！孩子，十四五岁的孩子必须去职业学

校另谋出路！试问有多少家长愿意就此放弃继续投入资源培养。

在这种中考、高考分流的指挥棒下，大多数的学生和家长不得不去竞争优质教育资源。

其实政策里有一条特别好，“积极开展义务教育优质均衡创立工作，促进新优质学校成长，扩大优质教育资源，积极推进集团化办学、学区化治理和城乡学校共同体建设。”推行下去势必会平衡教育资源，让学区房概念慢慢淡化。我所在的内蒙古包头就已经推行很久了，实践起来或许有诸多因素不便吧，效果甚微。

总之，一切为了孩子，一切为了国家，希望家长和学生，能够真正的得到减负！更希望教育能实现真正的公平！

## 双减政策家长体会心得篇七

双减政策对于学生减负和推动教育公平，都起着非常重要的作用。“校内提升”+“校外减负”这两个中心思想无疑对教育提出了更高、更全面的要求，也要求家长乃至社会将更多的注意放在真正适合孩子的教育之上，将教育回归到作为主角的孩子身上，回归教育本身。

家长应该用什么样的姿态来面对呢？在孩子的成长过程中，我们总是操心着孩子的方方面面，以前辈的身份来规划着孩子们的未来。给他们报这样那样的兴趣班、辅导班，想让孩子优秀、更优秀、超级优秀。但是却忘了问孩子是否愿意。

所以，别让孩子成为没有思想的“优秀楷模”，有趣的灵魂，活跃的思维更重要。

想要做到让孩子真正成长、真正优秀，做到真正的减负，就需要做到让孩子自发学习，而不是一直被推着赶着学习。作

为家长的我们更应该做的是让孩子能够发现自己的兴趣和爱好，且能够自我驱动去了解、去学习。家长的职责那么是引导，而非干预。作为家长的我们应该摒弃用时间堆积起来的“努力”和“优秀”，学会放手。让孩子从兴趣出发，自我驱动下去高效学习。

让孩子成为身心健康、全面开展和面向未来的人，让教育回归本真。这应该是我们一起努力的方向。

可以确定的是，校外减负的同时，是校内教育做加法，学校只有提升教学质量、提升教学服务，帮家长管好孩子的学习，以此减轻家长的负担。只有校内加上去，孩子能力加上去，校外才能真的减下来。哪怕没有学科补习班，孩子学会学习的能力，把基本功打扎实，学习习惯养成，那孩子未来的竞争力也有了。

生命不止一种精彩，不要让孩子走我们安排的路，而要让孩子成为孩子，拥有珍贵的童年、灿烂的少年时光，不畏未来，勇往直前。