

最新双减政策的心得体会(模板8篇)

工作心得不仅是对过去工作的总结，更是对未来工作的思考和规划，通过总结过去的经验教训，可以更好地指导未来的工作。请阅读以下实习心得范文，体味别人的实习经历和总结，或许能给你带来一些启示和思考。

双减政策的心得体会篇一

近年来，中国政府相继推出了一系列的“双减”政策，旨在减轻企业负担，改善营商环境，提升经济竞争力。作为一名企业家，我对于这些政策进行了深入的解读，并从中得到了一些有益的心得体会。

首先，双减政策对企业发展具有积极意义。双减政策即减税降费和减少行政审批，这两项措施的实施将直接降低企业经营成本，释放企业发展活力。税负过重一直是企业的一大困扰，减税措施的出台无疑能够减轻企业的负担，为企业提供更多的发展空间。同时，减少行政审批将减少过多的政府干预，提升企业的经营自主权。这将促使企业创新，提高效率，有效推动经济发展。

其次，政府应进一步完善政策的配套措施。双减政策的出台是一个重要的初始步骤，但仅凭政策本身无法真正实现企业的发展和改善营商环境的目标。政府应加大对税收优惠政策的宣传力度，引导企业合理利用财务和税收政策，规避税收风险。同时，政府还应加大对企业的扶持力度，帮助企业提升技术水平和管理能力，增加创新力和竞争力。只有政策与配套措施相结合，才能真正提升企业发展的整体效果。

再次，企业应积极应对政策变化，改进自身经营模式。政策的变化是不可避免的，作为企业家，我们应该时刻关注政策的动态，并及时调整自己的经营策略。减税降费政策的实施，

为企业提供了更多的运营空间和资金储备，这就需要企业合理利用好这些资源，加快产品研发和市场拓展，提升企业的竞争力。同时，企业应加强自身的内部管理，提高效率，在面对更加激烈的市场竞争时能够立于不败之地。

最后，政府和企业应加强沟通合作，实现共赢发展。双减政策的实施需要政府和企业共同努力，只有双方携手合作才能实现政策目标。政府应与企业保持密切的沟通，了解企业的需求和困惑，及时解决企业在政策落地时遇到的问题。而企业也应积极参与政府制定政策的过程中，提出建设性的意见和建议，推动政策的改进和完善。只有政府和企业共同努力，才能够实现政府治理和企业发展的良性循环。

综上所述，双减政策给中国的企业发展提供了难得的机遇。政府的减税降费和减少行政审批措施将直接减轻企业的负担，为企业创造了更好的营商环境。然而，仅有政策本身是不够的，政府和企业应加强合作，互动发展，推动“双减”政策的有效实施。只有这样，才能实现政府与企业共赢，促进经济的持续健康发展。

双减政策的心得体会篇二

“双减”对学校的作业、教学以及因材施教等方面提出了更高要求。仅以我校为例，学校必须出于“增效减负”的考虑，要为学生提供发展个性特长、提高综合素养等教育“减负增效”活动，让需要补短板的学生和学有余力的学生都能在校内获得提升，而这也正成为课后延时服务的应有之义。只有学校教育最大限度满足学生的需求，让学生在学内学的好，家长才能不给孩子报班培训。

同样，“双减”也给我们老师也带来新的挑战。面对不同层次的学生，如何有更加有效地进行教学和辅导、如何批改作业等等，在校外培训做“减法”后，家长们对学校和老师的教学质量的提高有了更高期盼。对我和我的英语组而言，就

是要做好英语学科供给质量的“加法”，对我们来说，不仅工作量加大了，责任心也将跟着一起做“加法”。

“双减”将对英语学科课程实施也提出更高要求，首先要优化教学方式，强化教学管理，提升学生在校学习效率。课程必须具有更丰富的内涵，这就需要每一位教师重新审视自己的教学，改变过去通过“死记硬背”的课程实施来提高分数的方式，要在作业的质、量、形式上求效益，加强打磨力度，保证教学质量。比如我们正在做的晨诵等多样化教学方法的实践，不仅培养了学生美育，深化了情感教学，更在初中英语教育的路上走向深入宽泛。

如今，家长对学生的成长期待，早已不满足于过去单纯的知识积累。如何结合“双减”，在提升孩子综合素质方面做好“加法”，促进孩子全面发展是我们面临的重要课题。“双减”之下，我们要做的加法不应局限于课堂和课后辅导，更应该主动向前一步，提供运动、艺术、劳技等多样化课后服务，让学生在校内就能获得知识、技能，以实现多元化发展。事实上，我校已开展包含体育、艺术、手工劳动等丰富多彩的社团活动，这些旨在拓展个人综合素质的“第二课堂”和课余活动，也会因“双减”而更加多彩。

对学生而言。原来，课内与课外作业压力过重，严重影响学生的视力，进一步影响到学生的身体健康，睡眠不足、缺乏锻炼。由于作业量的叠加，学生根本无法实践社会活动，无法走入大自然，扩展视野。还有部分学生心理，人格出现扭曲。因此，“双减政策”减少学生作业压力，使学生学习有一个独立思考的空间。最终达到轻松地学、愉快地学、有兴趣地学。另外一方面，也减少上课外辅导班学习的压力。众多家长“跟风式”的报这些辅导班。其实很多学生在课堂上发挥的已经很好，作业也完成的很好，成绩也不错。但长期的课外补习，使学生产生压力过大，导致厌学低落情绪，使学习效果反而适得其反。

今天学校组织了全校教师学习《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》。文件要求：严格禁止给家长布置或变相布置作业，严禁要求家长检查、批改作业。初中书面作业平均每天完成时间不超过90分钟。周末、寒暑假、法定节假日也要控制书面作业总量。鼓励布置分层、弹性和个性化作业，坚决克服机械、无效作业、杜绝重复性、惩罚性作业。老师要及时做好反馈，加强面批面改、做好答疑辅导、实施个性化辅导，提升作业对学习“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：

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。

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。

三、全身心的陪伴将成为孩子制胜的法宝

“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。

双减政策的心得体会篇三

随着社会的不断发展，中国面临着许多问题，其中之一就是过度教育与繁重的家庭作业负担。为了解决这一问题，中国政府推出了双减政策，旨在减轻学生的学业负担，改善他们的成长环境。在我个人的观察和体验中，我对这一政策有着诸多的心得和体会。

首先，双减政策为学生减轻了学业负担。在过去，学生被要求完成大量的作业和学科考试，这给他们带来了巨大的压力。在这样的环境下，学生的精力和时间被消耗在应试教育上，缺乏对其他兴趣和爱好的培养。然而，自从双减政策实施以来，学生们的作业量大幅减少，课业压力也得到了缓解。他们有更多的时间去参加课外活动，培养自己的兴趣爱好。通过锻炼身体、学习音乐和艺术，学生得以全面发展，在成长过程中更加快乐和自信。

其次，双减政策促进了家庭与学生之间的沟通与联络。在过去，家长们往往因为孩子的作业任务而与孩子产生矛盾，导致家庭关系紧张。然而，自从双减政策出台后，家长们可以更好地陪伴孩子，了解他们的所思所想。他们可以更好地与孩子进行对话，并帮助他们解决问题。因为学生的作业减少，家长们可以花更多的时间与孩子一起进行各种活动，建立深厚的亲子关系。这非常有利于学生的成长和家庭和睦。

另外，通过减少学业负担，学生的兴趣爱好和创造力得到了更好的发展。在过去，学生需要花费大量的时间应对繁重的学业任务，从而抑制了他们的兴趣爱好和创造力。然而，双

减政策为他们提供了更多的自由时间，使得他们能够追求自己真正感兴趣的事物。学生们可以参加各种俱乐部、社团或课外培训班，学习音乐、舞蹈、绘画、编程等等。这种多元化的培养方式有助于提高学生的综合素质和创新能力，为他们的未来发展奠定良好的基础。

最后，双减政策使学生更加健康快乐。在过去，学生需要长时间坐在课桌前完成大量作业，这不仅影响了他们的身体健康，也影响了他们的心理健康。然而，现在学生能够有更多的时间去运动、锻炼身体，并参与各种户外活动。这些活动不仅有助于提高学生的体质，还有助于释放压力和改善情绪。双减政策使学生们更加积极向上，拥有更好的心理状态和身体健康，为他们的发​​展提供了有利条件。

总之，我对双减政策有着深刻的认识和体会。它不仅减轻了学生的学业负担，促进了家庭与学生之间的沟通和联系，还促进了学生的兴趣爱好和创造力的发展，使他们更加健康快乐。然而，我们也应该认识到双减政策的同时需要保持适度，防止出现学习效果下降或滥竽充数的问题。通过双减政策，我们可以为学生创造更好的学习环境，让他们真正享受学习的乐趣，并有机会全面发展自己的潜能。

双减政策的心得体会篇四

第一段：简介介绍双减政策的背景与目的（200字）

自古以来，政府一直致力于推动社会进步与经济发展，然而，随着时间的推移，一些问题也逐渐凸显出来。过度的行政干预和过多的行政审批程序不仅占用了企业和个人的时间和精力，还阻碍了市场经济的发展。为了解决这一问题，中国政府于2018年开始实施双减政策。双减政策，即取消和下放了大批行政审批事项，以进一步减轻企业和个人的负担，优化营商环境，创造更加公平公正的市场竞争环境。

第二段：探讨双减政策的积极影响（300字）

双减政策在推进市场化改革和激发创新活力方面发挥了积极的作用。取消一些无关紧要的审批事项和降低一些行政标准不仅节省了企业的时间和资源，还增强了市场竞争的公平性。此外，双减政策的实施还为各行各业的发展提供了更多机会。企业可以更加专注于生产经营，创新科技和改进产品，而不必为了完成繁琐的审批流程而分心。双减政策为市场参与者带来了更多自由和机会，激发了创新活力和创业热情。

第三段：分析双减政策可能带来的负面效应（300字）

尽管双减政策的实施对于激发创新和提高效率有很多积极影响，但我们也不能忽视它可能带来的负面效应。首先，取消一些审批事项可能会导致监管效能的下降，从而对市场秩序和公共利益产生负面影响。其次，双减政策的实施可能会导致地方政府收入减少，增加财政压力。最后，取消一些行政标准可能导致一些不法分子的趁火打劫，破坏公共利益和市场环境。因此，在推进双减政策的过程中，我们需要更加注重监管的加强和规范，以确保市场的公平竞争和公共利益的最大化。

第四段：对双减政策的展望和建议（200字）

即使双减政策存在一些潜在的问题和挑战，我们不能否认其带来的积极影响。为了进一步推进双减政策的发展，我们建议政府加强对取消审批事项和下放权限的监管和跟踪，确保规则的透明和执行的公正性。此外，政府还应加强与企业和民众的沟通，及时了解其需求和反馈，以更好地调整和优化双减政策的实施细则。最重要的是，政府应提倡法治精神，加强法律意识，既保护市场运行秩序，又提升民众的知法意识。

第五段：总结感悟与展望未来（200字）

双减政策的实施是解放生产力、促进经济增长和提高社会幸福感的有效手段。适度的行政减轻不仅有助于提高企业的生产效率和经济效益，还能推动创新和创业，助力经济持续发展。然而，对于在实施双减政策中可能遇到的问题，我们应保持警惕，并能够及时解决和调整。只有在政府、企业和民众共同努力下，双减政策才能发挥最大效能，创造更加繁荣和美好的未来。

总之，双减政策作为一项重要的政策创新举措，为中国经济的发展和 market 环境的改善提供了重要的推动力。然而，我们也不能忽视其潜在的问题和挑战。只有加强监管和规范，加强与企业和民众的沟通，才能更好地推进双减政策的发展，为未来的经济繁荣和社会进步奠定坚实基础。

双减政策的心得体会篇五

双减政策已落地两个多月，周末的学科辅导已停止，学生确实多了更多玩乐的时间和进行艺术培养的时间。学校确实成了学生学习的主战场，这对减轻学生的学业负担确实起到了立竿见影的作用，作为教师对双减政策我有了以下几点思考。

双减政策的心得体会篇六

近年来，随着国家对生态环境和人口问题的日益重视，双减政策成为中国社会各界热议的话题。这一政策的出台，一方面是为了保护生态环境，另一方面则是为了控制人口数量。作为一个普通的中国公民，我对这一政策产生了深深的思考。在考察和了解相关内容的过程中，我得出了一些心得和体会。

首先，双减政策有助于提升生态环境的整体质量。现如今，随着我国产业的快速发展，过度开发和滥用资源问题日益凸显，许多地方的生态环境严重受损。而双减政策的出台，则为解决这一问题提供了新的思路。通过减少工业和农业生产的规模，限制石油、煤炭等能源资源的使用，我们能够有力

地抑制对环境的破坏，保护好我们的生态环境。

其次，双减政策对人口控制也起到了积极的作用。中国庞大的人口数量一度成为我国社会发展的阻碍。为了合理控制人口数量，双减政策实施了“严格计划生育”的政策措施，通过对生育的限制，有效地控制了人口增长的速度。这不仅有助于缓解资源的压力，也能够为每一个公民提供更好的发展机会。

另外，双减政策的实施还能够促进经济的持续稳定发展。想要实现可持续发展，一个国家一个社会必须要面对的问题是资源的分配和利用。通过控制生产规模和资源使用的数量，我们能够合理调节经济发展的速度，避免过度消耗资源，从而保证经济的稳定并为未来的发展储备更多的资源。

然而，双减政策也存在一些挑战和困难。首先，政策的执行需要付出巨大的代价。要想实现双减政策的目标，必须减少工业和农业的产量，同时也要限制能源的使用。这就需要各个行业和企业调整自身的发展策略和生产方式，这需要一定的投入和牺牲。其次，人口的控制也需要做好政策的宣传和普及工作。虽然计划生育政策已经实施了几十年，但是在一些地方还存在一些限制政策的执行和普及程度不足的问题，这导致了人口控制的效果不明显。

面对这些问题，我认为，我们需要全社会的共同努力和支持。政府需要加大对双减政策的宣传力度，让广大民众了解到政策的重要性和意义，同时也要加大对生态环境的保护和修复力度，为政策的实施铺好基础。企业也要适应新的发展环境，转型升级，从而实现绿色发展的目标。同时，我们每一个普通公民也要提高环保意识，节约能源，保护环境。

综上所述，双减政策对于我国的发展和未来都具有重要的意义。它有助于提升生态环境的质量，控制人口数量，促进经济持续稳定发展。然而，政策的执行还面临着一些挑战和困

难，需要全社会的努力和支持。我相信，只要我们共同努力，推动双减政策的实施，我们的国家和社会将会变得更加美好。

双减政策的心得体会篇七

之前教育管理部门对学校的评价，往往是教育教学工作的参与度和教学成绩、德育和安全等几块内容，双减政策的实施，切实落实减轻学生校内课业负担，个人觉得也必须相应的改革对学校的各项考评规则，之前学校组织的各类活动，往往只是学校特色建设的一个亮点，赵只对学校考评添加了印象分，没有实质性的影响，如果将延时服务学校所组织的社团活动以及学科素养类的活动交由第三方专业机构进行考评，考评结果可作为学校的加分项，细化职高分流和普高录取在学校考评中的占比，这样就会给学校指明管理和发展的方向，更方便学校领导统筹安排工作。

双减政策的心得体会篇八

运动对孩子的身心健康影响很大，对孩子的学习也至关重要。暑假中，我们每天带孩子在小区晨跑，通过坚持不懈的体育锻炼，孩子的体能和体质也得到了显著提高。

为了让孩子知道什么是体育精神，在东京奥运会期间，凡是有中国运动员的比赛，我们几乎都会陪孩子观看，想让孩子通过奥运比赛，了解每一个运动员背后艰辛的付出，让孩子知道什么是奥运精神，什么是中国精神，同时也希望孩子能以奥运健儿们为榜样，为自己的梦想而努力。