

双减政策家长会心得体会 双减政策发言稿 (模板9篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

双减政策家长会心得体会篇一

各位老师，同学们：

你们好！

“双减”政策的重磅推出，为促进学生全面发展和健康成长做出了重要保障，聚焦发挥学校教育主阵地作用，切实做到教师应教尽教、学生学足学好。作为一名教育工作者，深感责任重大，也会进一步鞭策自己，向做更优更强的校内教育努力。

1、打造高效优质课堂。抓牢课堂，向课堂要效率，让自己的课堂高效是真正有效落实“双减”政策的关键。学生，课本，教师构成了课堂的三要素，三者只有真正有机结合起来，才构成了完整的课堂链。

2、优化作业设计。双减政策之一，是减轻义务教育阶段学生作业负担。这就对作业的设计上提出了更高的要求，作业的梯度，作业的分层，作业的时长，作业的质量等。作业负担虽然减轻，但教育质量不能减轻，课后作业是课堂知识的巩固与延伸，温固而知新，是学习环节不可缺少的一部分。因此，作业的优化设计是需要去下功夫研究打磨的。

3、加强学生学习习惯的养成。学生作业负担减轻，自己可支配的时间也会相应增加，这就对学生的自律性提出了更高的挑战。学生必须学会合理分配自己的课后时间，养成良好的学习习惯，高效高质完成作业的’同时，更要注重阅读，自学预习，复习巩固。

双减政策的出台，对学生，对教师都是新的挑战与机遇。打造更高更优的教育质量，培养更加全面的新时代接班人，办人民满意的教育，初心所在，甘之如饴，作为教育人，义不容辞贡献自己的一份力量。

谢谢大家！

双减政策家长会心得体会篇二

当前，国家出台了一系列的“双减”政策，为学生减负、减压。其中包括课程减少、考试减轻等。在这样的背景下，语文学科也在进行调整。我作为一名语文教师，深刻地感受到了双减政策对于语文教学的影响。在实践中，我积极探索如何在双减的情况下，更好地开展语文教学，体验到了很多心得体会。

第二段：减负、减压背景下要让学生更好地体会语文魅力

随着双减政策的推进，学生的压力有所减轻。作为语文教师，应该让学生更好地体会语文的魅力，激发他们的学习兴趣。在具体的教学实践中，我更加注重对经典名著的阅读和解读，让学生体会到优美的语言、深刻的内涵和历史文化的精髓。同时，还加强了对诗词歌赋的教学，让学生感受到诗歌的美、歌曲的昂扬和古代文化的博大精深。通过这些教学，学生的语文兴趣得到了极大的激发，他们也更愿意思考和表达，内心的满足感和成就感得到了提升。

第三段：加强学习实践，提升语文应用能力

双减政策也为我们提供了更多的课外时间，我们可以更好地开展实践课程，在实践中让学生深刻地感受到语文的应用。例如，我们组织学生进行实践教学，让他们成为一位假想的小学老师，让他们撰写说课稿，并向同学展示如何进行教学。这不仅可以让了解小学语文教学的重点和难点，更可以培养学生的表达能力、组织能力和动手能力。同样，我们还组织学生进行文学创作，让他们感受到创作的乐趣，更锻炼了他们的语文表达能力。

第四段：多元化的教学模式，提高语文学习效果

在双减的背景下，我们也需要探索更好的教学模式，使得语文教学更为生动、有趣和高效。例如，我扩大了课堂互动性，采取小组讨论、分组展示等方式，让学生更为积极主动地参与教学。此外，我还利用多媒体教学、网络资源、微课等手段，拓展了教学内容，让学生在不同的场景下，更好地体会到语文学科的魅力。这样的教学方式使得语文学习更为灵活多样化，也更能够满足学生不同的学习需求，提高了学生的语文学习效果。

第五段：总结

在双减政策下，我们不能追求语文教学的表象成果，而是要更加注重培养学生的语文素养和语文应用能力。在实践中，我们要加强阅读教育，提升学生阅读能力；加强实践教育，提高学生应用能力；探索多元化的教学模式，提高学生学习效果。相信在双减政策的影响下，我们的语文教学将更加弘扬语文文化，体现人文精神，实现学生的全面发展。

双减政策家长会心得体会篇三

老师们要理解国家为什么要进行“双减”？“双减”之后，我们要朝哪个方向思考和改进教育教学？因为“双减”，家长、社会对教师工作又有了更高规格的期待，所以，教师们必须

认真学习领会“双减”精神，提高自己的判断力，切实提升自己实施素质教育的意识，才能用更加创新的理念开展教育教学工作，创造新的经验方法。

学校是学生学习的主阵地，教师的核心素养是教育教学质量的保障。作为教师，不仅要加强专业学习，提高教师职业技能，还要聚焦“双减”，加大力度丰富教育教学理念。学习比较前沿的教育教学理论，观摩优秀教师课堂实录，充分钻研教材教法，提升课堂教学设计与实施的能力水平，以丰富多彩的课堂学习类型，助力学生学习，提升学生学习力，让学生体会课堂学习的乐趣。

教育教学的核心目标是立德树人、五育并举，发展学生核心素养。我们必须结合学生的发展需要，通过深度钻研教材、精准聚焦目标、巧妙设计活动、科学合理实施、理性综合评价等一系列教育教学活动以确保教育教学目标的有效达成。

“双减”严控了考试测验的次数和规模，全面发展固然重要，但测试也是检验学习效果的重要手段。老师们不妨静下心来认真思考是不是还有更好的练习题目可以替代？是不是可以创新作业的内容与形式，让学生充分感受课程学习的获得感？所以，老师们还是要多学习作业管理有成效的老师的经验和方法，提高作业的设计、批改和反馈的管理水平。从源头上降低以刷题为习惯的作业模式，降低作业总量，提高作业的训练效果。

教学这一条“知行合一”的行动研究的道路某某。在这条路某某，我们会遇到问题、分析问题，解决问题，我们会调整提升。然后我们又会发现新的问题，周而复始、循环往复、螺旋提升进而深度发展。

教育教学，需要我们每一个教育人勤于学习，勇于实践，善与反思，乐于分享。只有这样，“双减”政策下的教师才会有更加清晰的奋斗目标，我们的教育人生才会更有意义。

双减政策家长会心得体会篇四

一、凸显学科育人功能

（一）遵循教育规律，彰显体育学科价值。

语文、数学、英语等文化课程，体育、音乐、美术等体育美育课程，分工不同，但育人效能一致——培养德智体美劳全面发展的新时代少年。“五育并举”的要求，既是办学目标，又是育人过程，只有积极发挥所有学科的合力作用，久久为功，新时代少年的培养任务才能落实落细。

（二）着眼学生健康成长，体育学科勇挑重担。

校内校外连轴转，周内周末不停歇……过重的课业负担严重损害儿童和青少年的身心健康。所以，必须落实“双减”，让孩子们尽享成长中的快乐。体育与健康就是着眼学生身心健康的一门课程，“文明其精神，野蛮其体魄”，因此它在涵养学生素质、培养学生体质方面义不容辞。

（三）保障学生休息权利，体育锻炼恰逢其时。

休息是个宽泛的概念，只要有益于身心放松的方式都属于休息。青少年正处于身体发育的关键时期，恰当的体育活动有助于孩子们健康成长，正所谓“劳逸结合”。

二、“双减”之下艺体需“双增”

中小学落实“双减”，除了在课堂、作业方面做“减法”外，还要在课后服务等课外拓展上做“加法”，努力提高课后服务质量。“充分用好课后服务时间……为学有余力的学生拓展学习空间，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动。”《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》明确了课后服务的

内容，为学校开展此项工作提供了遵循，需持续推动涵盖艺术类、体育类、劳技类、等领域课后服务，帮助学生学会1至2项艺术技能，让学生掌握1至2项运动技能。不定期组织学生开展形式多样的文体活动，利用课间活动和课外集体体育锻炼时间，开展规范的、内容丰富的、形式多样的体育活动，加强大课间、广播操、跑操的管理，保证学生每天锻炼时效和收获。

落实“双减”工作，需要多方协同配合、统筹推进。体育教师要积极融入“双减”工作之中，努力提高体育课堂教学效率，并为学生们的课后生活提供更多有益的帮助。用自己的专业技能帮助孩子们更好地加强体育锻炼，为学生健康成长赋能，为推动学生文化学习与体育锻炼协调发展赋能，为构建德智体美劳全面培养的教育体系赋能，为“双减”的落实奠定重要基石赋能。

双减政策家长会心得体会篇五

双减政策是指我国近年来出台的减税降费和减负增效政策，旨在促进企业发展、增加就业机会，推动经济发展的良性循环。作为一名企业员工，我亲身经历了这些政策的实施，深感双减政策的积极意义和深远影响。本文将从减税降费、减负增效和未来前景三个方面详细分享我对双减政策的体会和心得。

首先，减税降费是双减政策的重要举措之一。我所在的企业是一家中小型企业，凭借市场敏锐度和创新能力在行业内有着一定竞争优势。然而，税负过重一直是困扰企业发展的一大难题。减税降费政策在这个问题上给予了有力的支持。通过税负的减轻，企业得以有更多资金进行技术研发、市场推广等方面的投入，进一步提升企业的竞争力。在实际操作中，我们公司明显感受到税负的减轻带来的经营现金流增加，正从中受益。

其次，减负增效是双减政策的另一项重要内容。之前，我们公司需要花费大量的精力和时间处理繁琐的行政手续、审批流程，严重影响了工作效率。有了减负增效政策的推动，现在很多行政审批都变得简单、高效，我们可以更专注于核心业务的开展。例如，以前申请一项资金支持需要同时递交多份文件，需要反复沟通、修改，非常耗费时间和精力。现在，政策优化后的审批流程更加简化，整个申请过程清晰易懂，大大减轻了我们的工作负担。

最后，双减政策为未来的发展开辟了广阔前景。中国作为世界最大的发展中国家，面临着经济转型升级的压力和机遇。减税降费和减负增效为企业提供了良好的发展环境，激发了创新活力和市场竞争力。随着政策的不断优化和完善，我们企业将有更多的空间和资源去探索新的商业模式、拓展新的市场，实现可持续发展。同时，政策的持续推进也为我们员工提供了更多的职业发展机会和福利待遇。这将进一步增强员工的工作动力和归属感，为企业的长期稳定发展打下坚实基础。

总而言之，双减政策的实施给我们企业带来了实实在在的好处。税负减轻、行政手续简化、发展前景拓宽，这些政策的改革措施在企业的运营中得到了充分的应用和体现。通过减税降费和减负增效，我们企业不仅提高了经济效益，还为员工创造了更好的工作环境和发展的机会。作为一名员工，我深刻感受到双减政策给予了我们企业和员工全新的发展机遇。期待未来政策的不断完善和实施，我们将进一步提升自身竞争力，助力中国经济持续稳定增长。

双减政策家长会心得体会篇六

在当前的社会背景下，双减政策是近几年来各地政府积极推行的一项政策，其主要目的是通过减少课业负担和学生的培训负担来促进教育公平和提高学生的创造能力。在实践中，我作为一名教育工作者，亲身感受到了双减政策的好处与挑

战。以下是我对双减政策的心得体会。

一、减负政策才能让教育更美好

“过去的教育是一种训练，而今天的教育则应该是一种启发。”这是我一位老师曾经对我说过的话。双减政策的推出给我们提供了更好的教育环境和更广阔的思想空间，也让我们觉得教育的意义更为深远。如果一直沿袭着单一形态的教育，那么学生们很容易按部就班地接受教育，而不会去思考其中的意义和价值。

二、关于减负的具体操作

双减政策推进了减负的具体措施，包括减少课业负担、减少培训、减少竞赛等。这些措施必须顺应市场、用户的需求，同时要有专业性、创新性。当然，减轻学生们的负担也需要老师们的配合和努力。比如说，我们需要适当减少考试频率和考试范围，减少学习压力对孩子身体的负面影响。

三、理性看待双减政策的挑战

在减负的同时，也会面临着一些挑战。最简单而微小的，就是我们老师的时间管理，比如在班上开展调查活动的时间安排。层次的挑战，即如何使学生爱学习并为此付费。这个过程涉及到学生的价值观和课堂内容的更新，是一个耗时、复杂的过程。

四、教学方式逐渐变革

在推行双减政策的过程中，我们的思想观念需要更为清醒地面对教学问题，如何在已定的教学计划中，确保学生们的发展不受影响，并为学生提供更好的思维环境和发挥空间，这无疑是提高教育质量的关键。

五、总结经验和体会

减负政策，在不断完善之中，完善的过程其实是一个不断探索、不断试错的过程，要认识到减负的推进离不开实实在在的探索及其失败的经验教训。同时，基层教师的自我反思和思考也是必不可少的。只有这样，我们才能为教育事业的不断成长助一份力，给每个现在或未来的学生更好的教育体验。

双减政策家长会心得体会篇七

近几年来，随着中国政府不断将经济发展和社会稳定作为首要任务，实施了一系列的双减政策，包括减少过剩产能、减税降费、减轻企业负担等。这些政策的实施既有利于优化经济结构、提升企业竞争力，也有利于提升人民群众的获得感和幸福感。在亲身参与实施这些政策的过程中，我深刻认识到双减政策的必要性和实施的重要性。

第二段：减少过剩产能

一方面，减少过剩产能是双减政策的重点之一，这对于优化产业结构和提高经济运行效率有着重要的意义。作为一个普通的市民，也可以从身边的变化中感受到这一政策带来的好处，例如空气质量的改善等。在参与产能调整的过程中，我见证了很多企业对于旧的生产方式和产品线的淘汰和更新，通过引进新技术、新设备和新产品来提升生产效率和产品质量，这些措施不仅能够提高企业利润，也能够减少能源的浪费，形成多赢的局面。

第三段：减税降费

另一方面，减税降费也是双减政策的重要内容。这对于提升企业的竞争力和增加员工的福利待遇有着重要的意义。实践证明，减税降费政策的实施能够为企业减轻负担，提高企业

经营效率和积极性，使企业更加注重技术研发和产品创新，从而增加就业机会和提高员工的收入水平，也为发展大企业和优化经济产业结构提供了保障。

第四段：减轻企业负担

减轻企业负担也是双减政策的另一个重要内容。当前，我国的一些中小企业因为面临融资难、生产成本高等困难而生存压力巨大。政府的减轻企业负担的政策实施，可以使企业在生产、发展等方面获得更多的支持和帮助，进而促进产业发展和就业增长，实现社会发展的良性循环。

第五段：总结

综上所述，双减政策是促进经济发展的必要手段和有效措施。通过减少过剩产能、减税降费、减轻企业负担等方式，可以全面提高经济生产效率、缩小贫富差距、增强社会公平回报。我们应该充分认识到双减政策的重大意义，积极投身其中，为实现中国经济的新跃进而努力奋斗。

双减政策家长会心得体会篇八

随着人口红利的逐渐消失和就业竞争的加剧，中国政府自2015年开始实施了“双减”政策，旨在减轻学生过重课业负担和校外培训机构规模扩张的问题。作为直接受益和参与者之一，学生们对于这项政策有着深刻的体会和感受。在这篇文章中，我将分享一些我个人对于“双减”政策的心得和体会。

首先，“双减”政策有效重塑了教育生态。在过去，学校与校外培训机构之间存在着严重的脱节问题。学校的教学内容和学生的需求相对脱钩，很多学生只能依赖校外培训机构来弥补学校教育的不足。然而，随着“双减”政策的推行，学校开始关注学生的全面发展，重视素质教育和兴趣培养，课

程设置更加科学合理，学生们的兴趣爱好也有了更多发展空间。此外，政府对于校外培训机构的严格管理和规范，也进一步提升了学生的安全保障。我相信，“双减”政策的实施将会促进学生们的全面发展和健康成长。

其次，“双减”政策减轻了学生的课业负担。过去，学生们常常处于课业的重压之下，每天背负着大量的作业和课外补习的压力。长时间的学习和培训让学生们失去了快乐和创造力。然而，随着“双减”政策的推行，学校开始减少考试次数和课上作业的数量，鼓励学生们通过实践和体验来学习。这使得学生们有更多的时间去发掘自己的兴趣和潜力，提高他们的创造力和独立思考能力。同时，学校也加强了对学生心理健康的重视，通过开设心理辅导课程和活动，帮助学生们学会管理情绪和应对压力。这一系列措施的实施极大地减轻了学生的课业负担，提升了学生的幸福感和健康水平。

再次，“双减”政策促进了学生 and 家庭的沟通。过去，课外培训机构的泛滥使得学生们每天都要徘徊在校外和家庭之间，家庭作业和补习课程几乎成为了学生的全部生活。这导致了学生们与家庭成员的交流相对减少，亲子关系的疏离化。然而，随着“双减”政策的实施，学生们的时间和精力得以释放出来，家庭成员们也有更多的机会进行沟通和交流。家长可以更加关注孩子的学习和生活，理解孩子的需求与困扰。而孩子们则能够感受到家人的关爱和支持，增强家庭的凝聚力和亲情。我个人体会到，这种家庭和谐的氛围对于学生们的心理成长和学习成绩的提高起到了至关重要的作用。

最后，“双减”政策为学生的未来发展创造了更好的机会。过去，艺术、体育和兴趣爱好等方面的培养在学校教育中往往被忽视，很多学生因为没有得到系统的培养而无法发展自己的优势。然而，“双减”政策的推行使得学校开始注重学生的个性培养和特长发展，为学生们提供了广泛的选择和机会。学生们不再局限于传统的职业选择，而是可以根据自己的兴趣和才能选择适合自己发展的道路。我认为，这将激发

更多学生们的创新意识和创业精神，为国家的发展做出更大的贡献。

综上所述，“双减”政策给中国的教育系统带来了重要的改革和转变。作为直接受益者，学生们真切地感受到政策对于他们生活和学习的积极影响。我相信，随着“双减”政策的不断推进和完善，学生的学习环境将会进一步改善，他们的兴趣和能力也会得到更好的发展。同时，我也希望学生们能够积极主动地适应这一改变，主动参与到全面发展的进程中去，为自己的未来打下坚实的基础。

双减政策家长会心得体会篇九

20__年7月份，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》，主要指导思想是提高学校教育教学质量，强化学校教育主阵地作用，深化校外培训机构治理，构建良好的教育生态。作为一名在职教师，我认为“双减”政策坚持学生为本，遵循教育规律，着眼学生身心健康成长，保障学生休息权利，让学生的学习回归学校，整体提升学校教育教学质量，减轻家长负担，缓解家长焦虑情绪，回应社会关切，促进学生全面发展、健康成长，是利好政策。

“双减”减什么，义务教育阶段负担和校外培训负担，让教育包括课后服务等全部回归学校。让教育回归到更本真的状态，是我们每个教育人的初心与坚持。如何有效地去落实“双减”？我想我作为一名一线教师应该将更多的时间和精力扎根于课堂，向教学更深处漫溯。

一、要想给学生“减负”，教师必须自行“加压”

1、潜心钻研教材，认真备课。“凡事预而立，不预则废”。备课是课堂教学的一项预先设计，是决定课堂教学质量高低的重要一环，也是课堂教学艺术的重要组成部分；而钻研教

材则是备课、上课、达成教学目标、完成教学任务的基础和前提。我们教师若是在上课前认真做好了这两个环节，上课时就能得心应手，深入浅出，为“减负提质”提供了质的前提。

2、优化课堂教学过程，提高课堂教学效率。课堂教学是教育的主阵地，对每一位教师来讲，提高40分钟教学效率是“减负”的关键；那么，如何达到“优化课堂教学过程，提高课堂教学效率”这一目的呢？第一、在上课开始时，向学生展示教学目标，让学生明确本堂课的教学目标、重点、难点，以便引起学生的重视，为能顺利地完成教学内容奠定了基础；第二、“教无定法，贵在得法”。根据教学内容、教学对象来灵活设计教学方法来吸引学生学习的兴趣，使得学生易于接受，就会收到良好的课堂教学效果；第三、问题地设计、提问要精巧、科学，而且尽量将课外作业转向课内随堂训练，做到有效性、针对性和及时批改反馈。

二、科学而合理的数学作业，减轻学生过重作业负担

“双减”之下数学作业不可能跟以往那样采取题海战术、也不可能跟语文课程标准提倡“多读书，少做题”就能理解数学、学好数学。因为数学学科自身的特点、一定量的作业是必不可少的。那么这样才能在规定的时间内完成作业呢？数学作业要遵循适时适量、目标明确、凸显重点、难易有度。数学作业一定要依据课程标准的要求，参照所学教材的内容，围绕数学重点知识有效地进行布置。对教材中的所有练习、习题、复习题必须在课堂与课后的作业中全面的处理。数学作业要有明确的学习水平指向，涵盖数学的常见题型，有明显的难度区别，题量适中。通过选编、改编、创编，设计出科学、合理、有效的数学作业，避免重复训练的作业、杜绝死记硬背和“机械刷题”现象；对学生所布置的作业老师首先自己完成一遍，以更好地控制总量。

数学作业应坚持书面作业为主，实践作业为辅的模式，通过

布置动手操作、阅读写作、试题创编、实践探究、反思感悟、数学周记等多种类型的作业，激发学生的学习兴趣。课堂作业应以巩固性作业为主，拓展性作业为辅，从模仿性的基础练习到提高性的变式练习，再到综合练习，拓展性的思考练习，由浅入深，由易到难。可以采用口头问答、判断、选择、计算、解答、小结等多种形式。课后作业要坚持适量性、目的性和层次性，应围绕课程学习目标和学业质量水平要求，结合教学内容、学生情况分层次进行设计。要尽量做到使得学生能在学校完成大部分课后作业，提升学生学习的自信心和积极性。

数学作业要注重作业反馈的有效性。作业反馈要做到集中讲评和个别辅导相结合，集中讲评主要针对有代表性和典型性的题目，要注重剖析本质、总结归纳、变式拓展；个别辅导要分析学生错误原因，注重疑点启发、方法引导、反思领悟。

“双减”政策下，我们要清醒地认识到教育终究要回归正常的轨道和节奏，来还孩子一个正常快乐的童年。愿我们都能紧跟减负风向标，朝着正确的方向前行！