

# 双减政策培训感受 双减政策心得体会 会(精选10篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇一

社会人群就是一个金字塔，永远只有少数精英站在塔顶，也必须有更多的普通劳动者来构建塔基。教育和学习就是一个大浪淘沙的过程。

学习不是一个狭义的概念，除了科学文化知识，还包含体育、艺术、劳动等多种技能。教育的首要任务是“立德树人”，培养热爱国家、献身民族的人。作为家长和教师，最重要的是善于发现孩子的天赋和特长，引导孩子走最适合自己的成才之路，而不是千军万马挤独木桥。

1、“双减”的目的不是以牺牲教育质量为代价，恰恰相反，是为了提高教学质量。我们知道，在学习效率相同的情况下，所使用的时间越多，所获得的知识也越多、能力也越强。但过长的学习时间、过重的学习负担又会影响学习效率，甚至危害孩子们的身心健康。因此，学什么、怎么学、学多久，就成为教师们首先要研究和解决的问题。

2、保护和激发孩子们的学习兴趣是孩子们愿意学习的前提条件。前面谈到学习的三大动力，对现在的孩子们而言，生存动力和精神动力是大多数孩子暂时还体会不到的，因此，兴趣动力就成为了至关重要的因素。作为老师，学科作业的设计必须以保护和激发孩子的学习兴趣为前提。

3、提高作业设计质量是保护孩子们学习兴趣、保证孩子们学习效率的根本条件。大多数孩子不喜欢作业，主要有三个原因：一是不会做；二是简单、重复、数量多；三是枯燥、乏味、无乐趣。针对第一个原因，教师要设计有梯度的个性化作业，让不同的孩子可以选择适合自己起点的作业。针对第二个原因，教师要设计出能体现学科核心知识和能力要求的、训练效率高的梯度作业。针对第三个原因，教师要尽可能设计出有趣味的作业内容和作业方式，尤其要在学习方式的趣味性上下功夫。

4、加强和落实作业完成的过程性指导，及时帮助孩子们解决学习中的问题。孩子们在学习过程中遇到问题是十分常见的现象，如果不能及时解决势必影响孩子们的学习热情。以往孩子们遇到不会做的作业往往通过“搜题”的方式获取答案，但得到的是结果，并未从根本上解决问题（这也是大量搜题app被禁用的主要原因）。

因此，教师要按照作业进度计划、利用当今发达的资讯方式，及时和孩子们进行交流和指导。可以通过小组学习的方式进行指导，充分发挥“兵教兵”的作用。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇二

最近，随着国家提出实行“双减”政策，学校各级负责人都积极响应，纷纷开展了解释培训和会议。因此，我也参加了这次培训会，从中收获了很多信息和启示，这次体验让我深感惊喜。

### 第二段：政策内容

在培训会上，讲师切实的介绍了“双减”政策的内容，这也是我们学校领导层一直在强调和落实的。该政策以“结构性去杠杆降杠杆，稳健清理风险防风险”为核心，通过强化各种监管手段，积极稳妥的节约和使用资金，实现了国家经济

可持续发展的目标。

### 第三段：培训收获

跟着老师的讲解，我了解到了许多有关财务管理教育的知识。其中，关于理财方面的知识印象最为深刻。毕竟，我们作为学生更应该懂得如何正确使用和管理自己的资金，尤其是在社会大环境变得越来越复杂的今天，理财知识变得尤为重要。

### 第四段：双减政策的意义

“双减”政策不仅是促进经济可持续发展的重要举措，同时也能够推动学校财务管理的提高，使财务管理水平逐渐走向世界前沿。还有很多学校采取的通过培训学习和分享经验的方式进行财务风险防控和财务制度建设，进一步推动学校财务工作的稳定发展，可能促成新一轮科技创新和思想解放的发掘，并帮助人们面对和抵御情况的变化。

### 第五段：总结

通过参加这次“双减政策解读培训”的经历，我对学校财务问题有了更全面和深刻的理解。这次培训收获很多，收获不仅仅是知识和技能的传递，更体现了我们应该在今后的学习和生活中，更注重财务管理、推进经济可持续发展，同时也更加理性和科学的思考和分析大环境。这对我们私人和国家来说，都是一个具有重要意义的宝贵财富。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇三

“双减”政策“5+2”要求纷纷落地，开学两周，家长和孩子就迎来了中秋佳节。原本有人以为，“课后延时服务”，孩子书面家庭作业都在学校完成了，孩子就没什么事情需要家长过问的了；原本一家人要高高兴兴，团团员就地庆祝中秋佳节。一个朋友一时心血来潮检查检查孩子的学习情况，

不查不知道，一查吓一跳！

孩子口口声声说都会！都会！结果一提问，一知半解，含糊其辞，一场暴风雨是避免不了的。

是不是有很大家长都面临着这样的问题呢？学习是孩子的事情，又不是孩子一个人的事情，减负减的是孩子过重的学业负担，减的不是家庭教育的责任！

双减政策下，家庭教育需要担负起什么样的我责任呢？

家庭教育要担负起督促的责任！

这些都是很“弹性”的学习任务，靠的是学生的自律性和自觉性。但是对于小学生来说，有多少孩子具有天生的自律性和自觉性？这当然需要家长的长期督促，日久天长，良好的自主学习习惯才有可能形成。

家庭教育要担负起亲子共读的责任！

统编教材从一年级开始，特别强调“和大人一起读”。这里的和“大人一起读”可以理解为：在学校，“师生共读”；在家里，“亲子共读”。

“亲子共读”的不仅是一种阅读方式，也是家长和孩子的相处方式。在亲子共读中，增进亲子感情，促进父母和孩子之间的相互理解。

家庭教育要担负起指导的责任！

“双减”之后，加大了学生体育锻炼的力度，加强了学生劳动教育的力度。孩子们有更多时间，可以参与各类实践活动。

其中，家务劳动这一块，既需要学校老师的引导，更需要家长的具体示范与指导。老师每天都有固定一项“劳动”作业

建议：分餐、洗碗、叠被子、抹桌子、收衣服、整理书桌、浇花、喂猫……事无大小，养成主动参与家务劳动的习惯最重要。

家庭教育要担负起陪伴的责任！

孩子的成长有亲情陪伴，才会带给儿童最大的安全感。这种陪伴，需要的是高质量的陪伴，并不只是陪伴孩子上各类培训班，也不只是陪孩子完成书面作业。如果把“陪伴”的外延“窄化”成盯着“写作业”，那就太狭隘了。

孩子回家之后，书面作业没有了；节假日、小长假，属于孩子自由支配时间多了，家长可以多陪陪孩子：陪他们锻炼，陪他们劳动，陪他们逛书店，陪他们看博物馆……这是一种多么美好的过程！

家庭教育要担负起关心的责任！

家长要做孩子最知心的朋友。建议家长们和孩子共读《傅雷家书》，你会被书中的家国情怀深深打动。

“双减”：家长不能“减”的是——责任！需要我们陪孩子一起慢慢成长！

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇四

双减政策指的是在中国政府的号召下，企业要实现“员工减少、成本减少”的目标。为了帮助企业理解和落实双减政策，许多地方政府和机构举办了相关的培训活动。本文作者参加了一次双减政策培训，并分享了她的心得体会。

第二段：对培训内容的回顾和总结（200字）

在培训中，我们学习了一些管理方面的基础知识，例如成本

管控、效率提升、人力资源管理等等。我们也了解了一些具体的实践案例，了解了其他企业如何通过合理减人、减成本来提高企业竞争力。通过这些学习，我们更加深入地认识到了企业双减政策的重要性和必要性。

### 第三段：对培训的反思和感悟（300字）

在学习的过程中，我感觉到自己的视野被拓宽了。通过学习他人的成功经验，不仅让我本身受益匪浅，也让我对身边的同事、企业环境、市场市场等有了更深入的理解。同时，我也认识到我们在进行企业管理时，不能光看到眼前的短期利益，更应该注重长远的盈利。

### 第四段：对自身的改进计划（300字）

在培训后的思考中，我开始考虑如何在日常工作中应用所学到的知识，通过具体的措施来实现双减目标。第一，我将在企业决策时注重长期盈利的观念，尽量避免过度减人、减成本的行为影响企业的长远发展。第二，我会更加注重人力资源管理，将人力资源合理地配置，使员工能够在不同的岗位上更好地发挥自己的能力。第三，我会在企业管理上增加效率，通过管理方式优化流程，提高生产力，为企业的持续发展提供有利条件。

### 第五段：总结和呼吁（200字）

通过双减政策的培训，我深刻体悟到了企业的可持续发展是非常重要的事情。我们应该在经营中秉持着长期盈利、以人为本的理念，注重人才培养和创新。另外，我也希望更多的企业能够参与到双减政策中来，通过合理减人、减成本，提高企业的竞争力。相信我们的企业会有更好的发展。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇五

“学生过重作业负担和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应精力负担1年内有效减轻、3年内成效显著，人民群众教育满意度明显提升。”中办、国办印发了《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》，并发出通知，要求各地区各部门结合实际认真贯彻落实。

教育是民生之基，社会各方密切关注。今年全国\_\_期间，“对群众反映强烈的突出问题，对打着教育旗号侵害群众利益的行为，要紧盯不放，坚决改到位、改彻底。”《意见》的印发实施，正是坚持以人民为中心，增强人民福祉、回应百姓教育关切的生动体现。《意见》传递了党中央从实现中华民族伟大复兴的战略高度，坚决防止侵害群众利益行为，构建教育良好生态的坚强决心，是从国之大计、党之大计角度作出的重大安排。

这是一份以减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担为目标，以切实提升学校育人水平，持续规范校外培训为重点，以建设高质量教育体系，构建教育良好生态，促进学生全面发展、健康成长为方向的重要文件。《意见》统筹校内和校外两个方面，强化学校教育主阵地作用，深化校外培训机构治理。

在校内方面，要求学校教育教学质量和服务水平进一步提升，作业布置更加科学合理，学校课后服务基本满足学生需要，学生学习更好回归校园。在校外方面，全面规范校外培训机构培训行为，使学科类校外培训各种乱象基本消除，校外培训热度逐步降温。兼顾校内校外，体现出对当前义务教育突出问题 and 深层矛盾的系统思考、综合施策。

这也是党中央针对义务教育阶段存在的短视化、功利化问题，特别是校外培训机构无序发展，“校内减负、校外增负”现象突出所作的重要决策部署。《意见》统筹服务国家战略和

促进学生全面发展，一方面，要求从服务国家战略需求和社会主义现代化建设的高度，扭转“唯分数”“唯升学”的不科学的教育评价导向，培养创新精神、创新能力和综合素质，为党育人、为国育才；另一方面，要求从促进学生全面发展的角度，将学生从过重的作业负担和校外培训负担中解放出来，将本该属于学生自由探索、身心健康发展的时间还给学生，发挥兴趣和特长，引导学生全面而有个性发展，真正体会到学习的愉快、童年的幸福，成长为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

针对综合治理的实施路径，《意见》科学统筹专项治理与长效机制建设两项工作。以专项治理体现鲜明态度。《意见》对违背教育规律，冲击学校教育，破坏教育生态，有违教育公平的问题，重拳出击，大力规范。以改革创新展现长远眼光。《意见》对深化教育评价改革，变革教育教学方式，提高师资队伍水平，不断提高学校教育质量、强化学校教育主阵地等作出明确要求，从根本上夯实“双减”工作持续、有效落实的制度基础，为工作科学深入开展保驾护航。

“双减”工作是一项系统工程，涉及众多利益群体。家长和社会均是做好“双减”工作的重要责任主体，密切家校联系、营造良好的社会育人氛围，统筹学校、社会、家庭力量，真正形成相互理解、支持的三位一体育人格局，才能确保治理效果的最大化。精心组织实施，务求取得实效，学生过重作业负担和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应精力负担一定能显著减轻，教育质量将进一步提高。

## **双减政策培训感受 双减政策心得体会篇六**

近年来，中国政府出台了一系列的双减政策，以促进经济转型升级和提高就业质量。作为双减政策中的重要一环，培训项目的推行引起了广泛关注。我有幸参与了其中一项培训项目，并从中获得了许多启示与收获。在这篇文章中，我将会

分享我在双减政策下的培训过程中的心得与体会。

首先，我要感谢双减政策的出台，因为它为成千上万的人提供了高质量培训的机会。在培训的过程中，我发现国家提供的培训资源非常丰富，包括实践操作、理论学习和行业导师等。这些培训资源不仅帮助我提高了专业技能，还增添了我对职业发展的信心。

其次，双减政策下的培训项目注重实践操作。在培训过程中，我有幸参观了一家先进的生产企业，并亲自操作了相关设备。这次实践让我对专业技能有了更深入的了解，并激发了我进一步学习和进步的动力。通过实践操作，我不仅感受到了职业的魅力，还学到了许多在书本上无法获得的经验。

另外，双减政策下的培训项目强调了理论学习的重要性。在课堂上，我们学习了各种与所培训岗位相关的理论知识，包括技术原理、操作规程和安全知识等。这些理论知识为我提供了更加全面的知识储备，让我在实践中能更好地应对各种复杂的情况。同时，理论学习也让我明白了职业技能的深度与广度，并激发了我进一步深入研究相关领域的兴趣。

除了实践操作和理论学习，双减政策下的培训项目还安排了行业导师的指导。行业导师是一批具有丰富经验和高水平技能的专业人士，他们的指导对我个人的成长帮助很大。通过和行业导师的交流，我了解了职业发展的前沿动态和未来趋势，同时也受益于他们的实战经验和职业规划建议。行业导师的指导让我更加清晰地认识到自己在职业发展上的不足之处，并帮助我更好地规划和实施自己的职业目标。

最后，我要感谢双减政策下的培训项目给我带来的机遇和挑战。参与培训让我学会了更好地面对变化和适应环境，培养了团队合作意识和抗压能力。我也清楚地意识到，培训只是人生中的一个起点，如何把培训所获得的知识运用到实际工作中才是最关键的。因此，我会努力学习、巩固

所学的知识，并在实践中不断提高自己的能力和水平。

总之，双减政策下的培训经历让我深刻体会到了培训的重要性和价值。通过培训，我不仅获得了专业技能的提升，还拓宽了职业发展的视野。我相信，在双减政策的引导下，培训将会成为助力个人成长与就业质量提升的重要手段，也将为中国的经济转型升级和可持续发展做出更大的贡献。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇七

观看双减政策落地的讲座视频后，作为一名新时代小学生的家长感慨万千。

一个曾经在教培行业工作过的我，曾经有一个学生，每一周只有周三下午放学是没有课的，其余时间都在课外班度过，周六休日根本没有休息的时间。他只是我们千千万万学生中一个缩影。好像不上辅导班周六周日就浪费了一样。大多家长的心声也是一样的，你不上别人孩子都在上，也是变相的落后呀。

可是有真真正正的为孩子考虑过？他到底需要不需要去额外的补课？我相信大多数家长是没有的，大多数家长会认为补课总归是好的，比不补强，教育焦虑导致了大家对于家庭教育都寄托在辅导班身上。

国家出台这样的政策，我是赞成的。不是不让额外学习，而是如何真正把有效的学习在学校完成。在校的老师也都辛苦了肩负起课后延时的工作，让孩子在学校集中精神完成作业，回家后把时间放在阅读，复习和课外活动上。

就拿自己的孩子来说，周一延时回来基本就不需要再做作业了，他可以打打篮球，看看课外书。周二有排球社团，周三周四学习管乐，在学校不但学习了而且也锻炼了身体，每天孩子回来也是很开心，这样才是正常的小学生活，在学校把

学校的任务完成，放学后也可以多元的发展。

每个孩子身上都有尚未萌芽的素质，我们要想办法看到这些特质，鼓励孩子发挥自己特长，享受兴趣爱好带来的快乐。我相信我们的国家需要的更多的不是只会读书的接班人，而是更多元发展的全面的接班人。

很多人在想，周末不学习了我们大把大把的时间我们应该干什么？家庭不但是养育孩子的地方，更多的我们要学习心灵的养育。陪伴孩子一起阅读，一起分享书中的故事，我们也要为树立终身学习的榜样。陪伴孩子参加家庭劳动，学会整理自己的学习桌，打扫家中的卫生，学习自己洗袜子内裤等力所能及的小事情，为以后独立生活打下基础。

双减政策的落地，家长角色的回归，我们更应该重视家庭教育，有人调侃这是拼爹的时代，拼的不是家长的财力，而是家庭教育的理念，素养。

希望我们这一代的孩子能有一个更加轻松，自由的学习环境。能更好的肩负起国家繁荣稳定发展的重任。

## **双减政策培训感受 双减政策心得体会篇八**

双减政策在我们国家的实施，旨在减轻中小学生学习负担和教师的非教学任务，提高教育质量和教师队伍素质，校本培训作为其中重要的一环，是促进教师素质提升的重要环节。我近期参加了一次双减政策下的校本培训活动，通过实践活动感受到了其中的收获，心得与大家分享。

### **第二段：实践体验**

继续教育是教师们终身学习的需要，而校本培训则是教师们实践中解决问题的机会。在我的实践体验中，我们的校本培训以专业领域为中心，以课程改革和教学知识为依托，通

过审视和研究学科于教学活动之中的地位、作用和贡献来整合和提升教师的知识、技能和态度素养。这让我深刻认识到，教师的教育工作需要的不仅仅是专业知识、还需要在实践中不断思考和更新认识，解决实际问题，为学科发展和学生的成功作出贡献。

### 第三段：学科整合

校本培训的一个重要特点就是将教学知识整合到学科中去，将学科特长与学科教育整合起来，以实现教学活动的最佳效果。我们在本次的校本培训中，在教育理论、教学设计、教学实践方面都得到了极大的丰富和提升。我认为，整合是学科发展的重要方向，整合让不同学科间的教学形式可以相互借鉴、相互融合，更好地发挥各个学科的教育功能，使学科教学不断更新，不断优化。

### 第四段：教育创新

教育创新是校本培训的重要工作之一。本次活动的互动交流以及针对性很强的教学策略让我深刻感受到教育的创新精神。对于我们教师来说，创新不仅仅是在教材内容和教学设计上的创新，还需要创新教学方法和管理方式，改进了教学任务的完成。教育创新需要积极推动和深入实践，以促进教育发展，提高教学素质，增强教师的先进性和创造性。

### 第五段：结论

校本培训作为教师专业成长的一个重要环节，能让教师更好地调整工作节奏和方向，提升教学效果，推进教育发展。我从这次活动中学到了很多，除了知识和技能上的提升，更多的是教育思想和态度上的刷新和拓展。教育的创新和发展需要教师的不断探索和实践，希望我们能够继续努力，在教育的道路上不断前进。

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇九

7月15日，对于义务教育阶段，乃至整个教育界，甚至整个中国家庭，社会而言，“双减”一词当之无愧地成为本年度焦点。

和成千上万普通的家长一样，对于“双减”，我一面欣喜着孩子们终于可以从过度的学业压力中解脱出来，一面又担心，这样立竿见影地迅速减负会让尚不懂事的孩子因此荒废学业，在本该努力，本该奋进的年纪里选择安逸，白白蹉跎大好华年。

第一，诚如杨雄所长讲的：双减政策并不是我们国家要改变什么，而是要回归到我们五育并举的教育方针，双减并不是要改变，而是要回归，让我们学校教育回归本位，让我们的家庭教育回归生活。我之前也一直执拗地认为教育就是筛选人才。和大多数家长一样，我也有着浓重的名校情节，有着极强的“望子成龙，望女成凤”的心理，听完讲座，深切体会到，比金榜题名更重要的是要让孩子健康成长，让孩子以学习为载体，而学会更好的去生活，去适应未来，在学习过程中养成良好的习惯，以便在成年进入社会后，成为一名合格的公民。而在孩子的养成教育方面，家庭教育和学校教育是相提并论的，甚至于，家庭教育扮演着更为重要的责任。深感肩上有着一份沉甸甸的担子，而我也将努力改变自己，争做新时期合格的学习型家长，陪孩子终身成长。

第二，义务教育阶段“双减”不仅是要减轻学生的课业负担和校外培训，更是要减轻家庭的养育焦虑。双减绝不是一减了之，也不是可以完全“躺平”。

双减政策后，有些要降维，有些则要升维。作为孩子的监护人，父母，我们要让孩子学会风险管理，提升隐私保护、心理弹性，加强生命教育，要培养孩子孝敬父母，热爱劳动，欣赏美的能力……降低在刷题抓升学考试方面的焦虑，现在

孩子，常常因为抓功课，而变得心理脆弱，作为家长，我要努力在自己孩子的生成教育，生命教育，生活教育方面下功夫，在引导孩子的同时提升自己。

正如一本书的书名一样，好妈妈胜过好老师，在今后的时光里，我会不断地学习教育知识，更新教育理念，陪孩子终身成长的同时，成就一个终身学习和成长的自我！

## 双减政策培训感受 双减政策心得体会篇十

作为一名教育工作者，双减政策的出台让我倍感欣喜。为了更好地贯彻实施这一政策，我参加了相关的培训，并从中获得了一些宝贵的体会。下面我将结合自己的实际情况和感受，谈谈我对双减政策培训的体验和收获。

对于一位教育工作者来说，政策的满足是福利，而政策的升级则更是一种喜讯。近年来，双减政策逐渐成为学校管理的新风口，从根本上推动了学校办学理念的新思路和发展模式。这就要求我们教育工作者要不断增强自身素质，及时适应新的教育环境，实现个人和社会的双赢局面。通过参加双减政策的相关培训，我深刻地认识到，只有紧跟政策步伐，加强自身的素养和能力，才能更好地推动学校发展。

### 第二段：对于国家政策的理解和认识

双减政策的出台是国家教育政策转型的重大举措，旨在进一步落实素质教育理念，推动协调发展，从根本上解决当前教育矛盾。在培训过程中，我更深入地认识到双减政策的重要性和意义。作为一名教育工作者，要落实双减政策，就必须要对其进行深度理解，从政策意图、政策指导思想、政策实施方案等方面加以全面分析，争取落实双减政策中的每一个具体措施，进一步完善我校教育教学体系和质量保障体系，促进学生健康、快乐、全面地发展。

### 第三段：对于教育管理工作的启示和思考

在双减政策培训中，我从教育的角度对政策内容加以了深入理解和探讨，对于学校管理工作和教育教学工作都有了很大的启示。首先，要深入实施双减政策，就必须坚持以学生为中心，打破传统的以教师为中心的教学模式，提高教育质量；其次，要充分发挥教育教学评价的作用，从评价角度推动教育教学改革；再次，要加强学校管理实践的创新，采取多种有效手段，创造良好的教育教学环境，推动学校办学水平的提升。

### 第四段：对教师自身的促进和启发

在参加双减政策培训的过程中，我不但了解到了新的政策和相关的新发展趋势，还学习了许多新的教学方法和教育理念。这些对我的教育教学工作和管理工作，及个人的职业生涯都有着重要的促进和启发作用。同时，这种培训和交流还有助于促进教师的交流和学习，增强同事间的合作意识和沟通能力，从而进一步推动了学校办学水平的提升。

### 第五段：总结体验和展望未来

通过这次双减政策的培训，我对新的教育理念和政策有了更加深入的了解，也更意识到自己的职业责任和职业使命。在未来的工作中，我将在自己的教育教学工作中贯彻落实双减政策精神，全力推动学校管理的改革和创新，为学生的全面发展和教育的长远发展做出自己的贡献。（共计1000字）