

小学双减家长心得体会(优秀5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

小学双减家长心得体会篇一

双减作为当前教育改革的重要举措，不仅引发了广泛关注，还在实践中取得了一定成效。作为小学生家长，我们无不关心子女的教育成果，也深感双减对于孩子成长的重要性。在过去的一年中，我们家长积极参与了双减活动，结合自身经历得出了许多心得体会。

第二段：了解双减概念

双减指的是学校和家庭共同努力，减轻学生的学业负担和课外负担，为孩子们创造更轻松的学习环境和更多的成长空间。通过实施双减，学校可以减少课堂负担，增加生活教育和综合素养培养；家庭则需要培养孩子的课外兴趣和爱好，为孩子们提供更多丰富多彩的生活体验。尤其对于小学生而言，双减更是保障其身心健康发展和未来成长的必要措施。

第三段：家庭实践

在孩子学校实施双减的同时，家长也要积极响应，发挥重要作用。为此，我们家长不仅以身作则，积极倡导课外活动，还要注重与孩子沟通和互动，结合孩子兴趣锻炼其自学和自我管理能力。比如，我们可以与孩子一起做手工，探究生活中的科学原理，和孩子一同参加户外活动等等。与此同时，我们也要适度控制孩子使用电子设备的时间，提高孩子对阅读和写作的兴趣，培养其回归生活的能力。

第四段：心得体会

在实践中，我们意识到双减将对我们的孩子带来长远的积极影响。通过独立思考、课外活动和团队协作等方式，孩子们学会了更广泛的知识，拥有了更多的生活体验，提高了自我管理和解决问题的能力。在这个过程中，我们家长也深刻认识到，学校减负、家庭陪伴，是保障孩子成长的重要因素，而我们家长则要作为事关孩子成长的重要参与者，积极响应改革之举，才能共同实现孩子的健康成长。

第五段：结尾

总而言之，双减不仅是教育改革的需要，也是孩子成长的必要措施。通过实践经验，我们家长得出了多方面的心得体会，为今后家庭教育提供了方向和思路。我们家长会继续支持学校双减改革，加强与孩子的守望和陪伴，尽可能为孩子的成长创造一个良好的环境和体验，共同促进孩子的身心健康发展。

小学双减家长心得体会篇二

对于广大家长来说，最近最劲爆的消息恐怕就是“双减”出台。

国家这么大的手笔，别说违规大机构，就连很多正在观望的小机构或个人，都被打的措手不及、狼狈不堪。本就如风中残烛一般的教培机构，奄奄一息中又迎来了更大的打击——本土疫情。突如其来的疫情，使得正在上暑期补习班或兴趣班的孩子们，瞬间按了暂停键，一下子赋闲在家。

就我而言，我，还有我很多同学、朋友，都通过自己的努力考上了大学，都是学习的受益者。我不会，更不可能允许我的孩子轻易放弃学业。所以我经常会查看孩子的学习情况，如果有哪里学的不好，我会先自己给他查漏补缺，如果我实

在讲不好，也会考虑给孩子报班补课。我始终贯彻的是“补课”重在“补”，而不是提前“学”。现在“双减”政策一落地，同样也堵住了我给孩子查漏补缺的路。

这一周我一直在寻找科学提升孩子学习能力的方法：买书、找网上的文章……现在不用我说，大家都意识到“双减”带来了一些无法抵抗，却必须面对的现状：比如孩子的学习更多的依赖在校时间，课堂效率显得极为重要；再比如孩子的课余时间明显增多，自觉性和自学能力的强弱会对孩子的成绩产生非常大的影响。

事实上，我越来越意识到学习成绩好坏的根源其实在于“学习能力”。现在，我们更加要思考如何才能提升孩子的“学习能力”。与知识量的增加相比能力的提升是很虚幻的，甚至是很缓慢的，但它的影响确实长期的。

“双减政策”的实施其实就是给所有在孩子学习道路上越走越歪的家长们下了一剂猛药。是继续往前，一条道走到黑；还是及时止损，摒弃错误的方法，重新找回科学正确之路？家长们，拼认知的时候到了。不要说取消校外补习以后有钱人都给孩子请一对一家教，没钱人的孩子就没机会上学。在目前国家政策之下，是几乎所有的普通家庭孩子都站在了同一条起跑线上。

此刻，我认为我们家长要做的，必须是“帮助孩子提升学习能力”，使孩子的自我强大起来，才能应变这个世界。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

小学双减家长心得体会篇三

作为一个一年级新生的妈妈在身边经验丰富的邻居和朋友们的建议下，孩子从幼儿园大班开始学习包括数学、英语、写字、拼音的各项幼小衔接，以备孩子从幼儿园玩中学从容过渡到小学一年级学中玩。

20xx年7月双减政策落地，内容包括不允许小学、初中的学生在周末、节假日、寒暑假进行任何学科类的课外培训，平时补课时间不能超过晚上八点半，学校要少留家庭作业。减轻学生过重的作业负担的初衷是一件大好事，还孩子一个快乐幸福的童年。

在知晓政策那一刻我的心情是焦虑与期待并存的。焦虑的是双减前，家长尚可以通过校外培训机构为孩子查漏补缺，双减后查漏补缺的工作是否转移到家长的身上？中考的升学压力一直存在，期待的是相关升学招生政策也顺势而动，让家长们放心去“双减”。

作为一个普通的妈妈我希望孩子快乐自由健康地成长，然而从古至今优胜劣汰是自然法则，个人认为“双减”不是让学生远离学习，轻怠学习，更不是在学习质量上做减法。

减轻负担不是没有负担。

在没有“躺着赢”实力下，我个人是希望保持一定量的作业。

设想一个从一、二年级没有养成回家按时写作业习惯的孩子，

到了三、四年级再去培养，是否为时已晚？关于作业我认为老师可以灵活布置，孩子自愿选择。比如能力强的孩子，可以选择些做难度大的作业。基础薄弱的孩子，老师可以把难题换成基础题，把基础打扎实了。为人父母这个份工作，没有职业标准，没有职称定级，没有人炒我们“就鱼”，是否继续教育自己，全取决于自己想要成为怎样的家长。

“双减”政策落地，我一度感慨“拼父母”时代正式来了。“拼父母”拼的不是家长的学历、经济能力，而是拼家庭教育的理念、素养和维护亲子关系的能力。家庭教育实质是生活教育，目标是让孩子成人成才。培养孩子身心健康全面发展，这需要我们家长不断地学习先进的教育理念，学习如何和孩子有效沟通，怎样建立欢快的家庭学习生活氛围和良好的亲子关系，陪伴孩子共同成长。

双减下我们有更多的时间培养孩子养成良好的学习、生活习惯。比如放学自己整理书包；课前预习、课后复习、及时订错的习惯。我们也有更多的时间培养孩子的兴趣爱好，强身健体，让她有强健的体魄，建立更自信、更乐观精神。

或许这是我们送给孩子最好的礼物！

小学双减家长心得体会篇四

作为一名小学生家长，我有幸参加了双减政策实施后的家长会。通过会议的学习和交流，我对双减政策有了更深的理解和认识。在此，我想分享一下我对双减政策的看法和家长们的一些心得体会。

第二段：政策背景及其实施效果

双减，即减轻学生负担和教师负担，是教育部部长陈宝生提出的教育改革措施之一。实施双减政策后，学生的课业负担有所减轻，每天的学习时间也得到了控制，这对于学生的身

心健康成长非常有益。同时，教师的评价体系和考核制度也得到了改善，减轻了教师的工作负担，增强了他们的教学热情和创造力。

第三段：学生和家长该做些什么

在双减政策实施后，学生和家长应该如何应对？首先，学生应该合理安排自己的学习和生活时间，养成良好的学习习惯。而家长，则应该对孩子的学习情况进行及时检查和指导，避免过度作业压力和学习负担。同时，在家长会上，我还学到了一些营养健康知识，我们可以根据这些知识来合理安排孩子的饮食和生活习惯，帮助他们更好地成长。

第四段：高质量的教育需要家长的支持

在双减政策实施过程中，家长的参与和支持是非常重要的。家长应该积极参与学校的各项活动和家长会议，关注孩子的学习情况和日常生活，与老师、学校保持良好的沟通和合作。只有家长与学校共同努力，才能帮助孩子获得更高质量的教育和成长。

第五段：结论

总的来说，双减政策的实施对于当前我国的教育改革而言是一次重要的尝试和探索。在双减政策的推动下，学校、家长和学生都应该根据自身的角色和职责，共同努力，为孩子的成长和未来做出更好的贡献。

小学双减家长心得体会篇五

发展素质教育，昨天我也认真观看了杨雄专家的讲座，使我感受颇深。

首先我们家长要明白教育的本质是什么。基础教育必须坚持

教育的公益属性，不能把“良心的事业”，变为“逐利的产业”，更不能成为一些人逐利的工具。从维护公平正义来讲，教育公平是社会公平的基石，教育不能成为奢侈品，更不能让优质教育成为少数有钱人的“专利”。

对家庭教育观念的纠偏。由于长期受到应试教育的严重干扰，带来了一系列教育观念的扭曲。实施“双减”政策的落地能极大的缓解家长和孩子的焦虑。

第一，纠正育人初心之偏。教育的本质是立德树人，不是应试竞争的“跑马场”。减轻学生过重的作业和校外培训负担，走出“短视化、功利化”教育的困境。

第二，纠正违规竞争之偏。不少地方、不少学校、不少家庭，为了在升学竞争中抢得先机，坚信所谓“不让孩子输在起跑线上”，各种违法违规教育行为大行其道。实施“双减”政策，就是依法依规治教，恢复和重建良好教育生态。

第三，纠正超前学习之偏。学校教育是专门的教育机构，承担着国家培养和教育下一代的公共职责，而校外教育则是学校教育的有益补充。遗憾的是，当下的校外教育俨然成为了学校教育的另外一个实施主体。各种培训机构实施“超前学习”“超标学习”，成为赢得客户的不二法门。实施“双减”政策，要调整优化学生的学习和生活结构，既要做好减轻学生过重的作业和校外培训负担的“减法”，又要做好促进儿童全面发展、个性发展的“加法”。

对教育方法再认识。功利化、短视化的中小学教育，相信“时间+汗水”，不尊重教育规律，不相信教育科学。实施“双减”政策，是对教育规律的“回归”。

第一，坚持全面发展规律。“减负”从根本上说，是要优化学生的成长环境，改变单一的应试教育局面，保障学生的德智体美劳全面发展，这本身既有利于学生的健康成长，也有

利于提高学生的学业成绩。

第二，坚持身心和谐发展规律。现在，不少家长缘于对子女未来教育前景的不确定性，患上了严重的“教育焦虑症”，导致了中小学生的过度教育，其重要表现就是通过给孩子报各种各样的培训班，以增加对未来所谓优质教育追求的安全感。这种过度教育不仅违背教育规律、危害儿童的身心健康，甚至以牺牲孩子身心健康为代价。

第三，坚持知行合一规律。中小学生的学习，不仅需要掌握书本知识，更需要通过实践活动，促进其智慧的发展。实施“双减”政策，必须调整中小学的教育活动结构，在减少大量单调、重复、低效的知识学习负担的同时，着力加强学生的综合实践教育。

第四，坚持因材施教规律。实施“双减”政策，必须优化课内外教育结构，在满足学生教育需求侧上下功夫。中央要求“鼓励支持学校开展各种课后育人活动，满足学生的多样化需求”。这里，必须科学定位和整体优化学校教育课程育人体系和学校课后育人体系的关系。作为家长，首先要克服自己的焦虑，培养家庭正确的教育观念，引导孩子多元化发展，有健康的体魄，阳光的性格，建立良好的家庭教育氛围，做好家校结合，为孩子共同创造一个良好宽松的成长氛围。