# 双减政策心得体会及感悟微信(优秀8篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2025-05-25

*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。那么你知道心得体会如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。双减政策心得体会及感悟微信篇一双减政策的推行，对于家...*

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。那么你知道心得体会如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**双减政策心得体会及感悟微信篇一**

双减政策的推行，对于家长的我来说，体会很深刻，我们家长享受到很多的福利。首先，家里更加和谐了，不会为了孩子学习反反复复唠叨了。其次，因为作业写完了，孩子可以选择自己喜欢做的事去做了。再次，家庭支出减少了，不用去负担每月昂贵的课外培训费。感谢国家好政策。

双减政策是国之大计，家之大业，更是家长素质和孩子能力的双重比拼。让我们做一个有担当的家长，在和学校的\'共同努力下，为孩子们成就更美的明天。

**双减政策心得体会及感悟微信篇二**

在落实“双减”政策的大背景下我们期待还生命和教育美好，为孩子健康的体魄和心灵筑根。作为一名一线教师，我一直在思考：双减要怎么减？怎样才能减了作业反而提高能力？陈特从“浙江义务教育阶段学校作业管理指导意见”出发为我们解读了作业设计的方向，指出“双减”政策下的有效作业设计要把握两个关键，并提出六大建议。结合自身对作业设计的所思、所想、所悟，谈谈自己内心最深的感触：

一、优化作业，发展每个孩子

在现在的教育背景下，孩子的能力随着年级的升高，不可避免的会产生差异，我们的作业要尽可能关注学生的差异和不同学生的需求，让孩子都有练习的机会和成功的体验。陈特提出：教师要把握预习、课堂、周末等不同时间的功能与特点。为了迎接“双减”的挑战我们也要不断尝试，优化周末作业，设计适合本班学情的周末小练。利用周末再次梳理突破知识难点。陈特提出的开放式的作业评价模式也给我留下了深刻印象，作业评价不仅仅是老师单方面的评价，更应该让孩子用喜欢的表达方式展示自己的成果，在分享中收获成功的体验。

二、追本溯源，在关键处发力

优化作业设计的一大关键在于提高课堂教学质量。只有课堂教学质量提高了，才能有效落实作业。的确，想要让学生高效得完成一份简约而不简单的数学作业，一定要先从课堂进行变革。反思自己的备课过程，常常是在课堂的组织形式上进行反复斟酌，备课耗费了大量的时间。学生没有过程参与的学习，就不是真正的学习，但过分强调过程参与的学习也是低效的。陈特提出：我们要抓住学生注意力最集中的时间段快引入、寻突破、后拓展。

讲座的最后，陈特分享的“绘制一面标准的国旗”主题研学活动，再一次激发了我的思考。学生从只能完成一幅美术作品到利用数学知识画标准的五角星，最后通过看电影、听故事、查史料感受党的文化，这样的数学课堂巧妙的融入了爱国主义教育及美学教育。数学作业应当是学生不断用心触摸数学本质、感受数学内在文化特质的自由天空。

“双减”政策落地的行动是每一个教育人的使命与担当！陈特的引领犹如清风徐来。我定当践行为先，落实为上，率先垂范，耕耘好校园生活。让孩子们长成一个始终对生命、生活和学习充满热情的人。

**双减政策心得体会及感悟微信篇三**

近日，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》，要求减轻学生课业负担，严格控制书面作业总量，保证学生睡眠时间；全面规范管理校外培训机构，坚持从严治理。

这被称作“双减”政策。

文件要求，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训。

大多数的家长表示欢迎“双减”政策，认为同时也减轻了家长的负担。

校外各种名目的培训班，都需要资金的支持，看着其他孩子们都报了辅导班，自己的孩子不报，怕跟不上。迫于压力，只能自己省一些，不能苦了孩子。

再有，周末、寒暑假，孩子上辅导课，不论天气如何，刮风下雨、酷暑难耐，家长都需要接送孩子上下辅导班。

大家现在普遍的感受是：现如今培养一个孩子太贵了，一年花几万元上辅导班都是正常的，有的甚至更多。

也有一些家长表示担忧，虽说政策出来了，但是中考和高考还是要看成绩，培训机构依然有市场需求。不能在线下开培训班了，会不会转到线上或者是一对一的教学。

我们都知道，线上教学的质量和面对面还是有差别的，孩子的注意力，自控力，都对线上教学质量有直接影响。

而且，一对一的私教课程，学费比大班课要高很多，无疑加重了家长的负担。

另外，如果培训机构从“地上”转到“地下”，家长们还要四处去打听。

这个暑假已经有多个在家中开班的辅导老师被举报，也证实了家长们担忧的种种问题。

已经习惯了上校外辅导班的孩子们接下来如何安排时间，不虚度；家长们自由的时间相对少了，如何安排时间陪伴和辅导孩子，这些都需要一个适应的过程。

“双减”政策的推出，无疑是对教育培训机构的一次重拳打击，很多培训机构寻求转型，也有一些在观望。

新东方因率先开设父母培训课、体育课等被送上热搜。

父母培训课意味着，作为家长的父母们，除了要朝九晚五的上班，加班，赡养父母，照顾孩子，辅导作业，还要拿出时间和精力去上“优质父母培训课”。

父母的确应该学习，提升自己，以便更好的培养孩子。这是毫无疑问的。

且不说这门课程是否可以如期开起来，如果把这个作为一门课程或者迫于压力不得不上的课程，最直观的无疑是给家长们增加了负担和困难。每个家长的水平不一样，如果学完了这门课程，孩子没有考好，责任在家长还是孩子，无形当中增加了家长的焦虑和压力。

近几年，老师和家长的关系也变得微妙。

很多家长表示，一些老师为了开自己的培训班挣钱，该讲的知识点在课堂上不讲，而是在自己的辅导班讲。应该老师批改的作业，在家长群里变成了家长的任务。

学校是孩子们的主要战场，学校的课堂教学质量是源头。

我们上学的时候，没有微信，没有家长群，没有家长和老师的微妙关系。

作为85后的我，依稀记得九年义务教育时，各科老师伏案批改作业的身影。

教育行业将如何改变，我们拭目以待。

第二篇:双减政策家长心得体会及感悟

“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。

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。

培养孩子和谐全面发展，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氛围，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榜样，建立良好的亲子关系，和孩子一起成长。

家庭是孩子成长最重要的场所，家长也是孩子的老师。家长的生活习惯，待人接物的处事方式都将影响着孩子的成长底色。家长要重视学习型家庭建设，陪孩子一起解锁生活新技能，陪孩子一起阅读，引导孩子参加到家庭建设中来，让孩子感觉到整个家庭积极向上、团结协作的力量。家长要善于学习，不断学习，言传身教，让学习能力在生活中落地生根。

以往，家长通过看孩子的试卷和辅导作业，可以了解到更多孩子的学习情况反馈，“双减”政策之后，孩子的作业都是在学校完成的，家长了解孩子学习上问题的机会减少了。哪部分的知识点暂时还没有掌握？还需要提高哪方面的能力？只有跟老师密切联系，了解孩子在学校的学习情况，和老师一起制定帮扶方案，才可以在家里做到有的放矢，重点指导。

第三篇:双减政策家长心得体会及感悟

7月24日中央发布了双减意见，要求各地区各部门执行。双减又称“有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担”。

目标：1、保护学生的身体健康，并将负担提升到未成年保护法的高度。2、减轻家庭教育负担。3、将教育回归到学校。4、1年内有效减轻、3年内成效显著。并规定，理调控作业结构，确保难度不超国家课标，建立作业校内公示制度，加强质量监督，严禁给家长布置或变相布置作业，严禁要求家长检查、批改作业。

对于学生作业量给出了明确的标准，小学一、二年级不布置家庭书面作业，可在校内适当安排巩固练习；小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟。要求教师认真批改作业，及时做好反馈，加强面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。不得要求学生自批自改作业。

对于课余时间，鼓励从事力所能及的家务劳动，开展适宜的体育锻炼，开展阅读和文艺活动。保护好学生的身体健康、心理健康、家长要积极与孩子沟通，关注孩子心理情绪。充分用好课后服务时间，指导学生认真完成作业，对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，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。不得利用课后服务时间讲新课。

“双减”工作是党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度和政治高度作出的重要决策部署，是构建教育良好生态、促进学生全面发展，健康成长的国之大计。作为一线教师，更是站在了“双减”工作的主阵地上，更要认真学习领会并贯彻到学习工作中去。

在我看来，“双减”不是让学生远离学习，虚度光阴，轻视教育，更不是在教育质量上做减法，不是在教育责任上撂挑子。而是对我们教育工作者提出了更高的要求：我们要提高课堂教学效率，我们要认真备课，引导学生敢于质疑，提出问题，发现问题，鼓励学生自主探究问题，解决问题；要健全作业模式和形式，减轻学生过重的作业负担；同时转变教育评价方式等。

我认为具体的做法有：

一、学习课程标准，对课程标准有新的认识，更新教学理念，明白减负并不是单纯的削减作业数量，关键是如何在“减负”的同时提高质效。

二、增强集体备课，仔细钻研教材，使各单元的教学目标更加明确，依据单元目标制定合理地课时教学目标，并依据各班的实际情况，修改教案，有针对性地对语文知识和能力进行训练。

三、依据学生年龄特征，创设情境，培育学习兴趣，以“学生发展为本”，精讲简练，给学生多一点时间和空间，让学生自主地、富有个性地发展，让每一个学生在课堂中都有所收获，从而提高40分钟的教学质量，打造高效课堂。

四、精心设计课堂练习，围绕听说读写相结合进行。有目标，避开随意性。在讲解课文中完成。如：每篇课文中的生字，对容易写错的，在检查预习时重点强调，采用集体书空或抄写或形近字等方式牢固掌握。课文中的关键词语，运用各种办法或近、反义词，或联络上下文理解。找出本篇课文中想像说话的训练点，进行说话练习。课后及时写下。有了课堂上说的基础，回家完成写的任务就轻而易举。对文中的重点段落指导朗读，熟读成诵。减轻了学生业余负担。

五、课外作业，细心筛选，仔细编排，如在教学中总结出经典基础性作业和练习，作为常规试题仔细练习。让学生作业负担小，又得到最大的训练，做到及时高效。每周针对单元目标出好周周练，进行一些操练。

六、设计分层作业：对各班级不同学生的特点，设计一些必做题和选做题，学生可以依据自己的喜好和能力选做作业。同时还注意作业的趣味性和实践性，让中差生把完成老师的作业当作一件乐事。避免作业中的重复现象，尽量设计精而简的作业，作业的布置要照顾到各个层次的学生，让每个学生都能体验到成功的喜悦，逐渐树立起学习的信心。

总之，练习只是手段，让学生在课后获得巩固才是最终的目的，为了达到这个目的，作为教师要精细设计每一个课堂作业，做到少而精，让学生在乐中获得学习，获得巩固，增强练习的有效性。

第四篇:双减政策家长心得体会及感悟

“双减”政策是党中央从“两个大计”的高度做出的重大决策部署，事关学生健康成长，事关教育高质量发展，事关国家和民族的未来。为确保“双减”工作扎实推进，我校特制定了松山区第四中学“双减”工作实施方案。通过对《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》以及对学校“双减”工作实施方案的学习，我有了更深刻的认识。

“双减”政策的内容主要是减轻义务教育阶段学生作业负担、减轻校外培训负担。还要求义务教育学校开设课后延时服务，提升课后服务水平。从内容可以看出，政策的目的在于让每一个孩子能够接受更全面、更健康的教育，减轻家长的压力，提升教育质量、提升人民群众对教育的满意度。

作为一线教师，为了更好地贯彻“双减”政策，我们要做到以下几点：

首先，加强学习，提高认识，积极更新教育理念。

“双减”政策的实施对教师工作有了更高的要求，我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，才能用新理念开展教育教学工作，创造新的经验方法。

第二，充分钻研教材教法，提升能力。

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。

第三，以学生为主体，发展学生核心素养。

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。我们必须在党的教育方针指引下，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。第四，提高作业水平，提升作业质量。“双减”政策要求教师一定要创新作业的内容与形式，，提高作业的设计、批改和反馈的管理水平。让学生的作业在完成中有一定的获得感。

作为一名人民教师，我们时时刻刻都行走在教育教学这一条“知行合一”的行动研究的道路上。在这条路上，我们会遇到问题、分析问题，解决问题，我们会调整改进提升。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。

第五篇:双减政策家长心得体会及感悟

“双减”指要全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担。其中，要求分类明确作业总量。职场本站小编收集整理了《2021教师对“双减”政策心得体会范文》，以供参考，希望对你有所帮助。

我从事教学工作20多年来，对学生课业问题和校外培训问题深有体会，随着全社会对教育的重视，家长对“知识改变命运”的重视，学校对升学率的重视，种种重担都压在了孩子的身上，作业越来越多，学校周边被各种\"托管班”、“培训班”包围，家长们不得不掏出高额的“补课费”，孩子们在放学后、节假日不情愿地走进这些培训班，我们的孩子越来越累。

近日，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》，作为一名教师，我认为这个意见的出台非常及时必要，对于切实减轻学生过重课业负担，提高教师课堂教学效率，避免校外办学机构“喧宾夺主”、还学生快乐健康的童年，减少学生近视率、肥胖率、心理疾病都有积极的意义。我们一定不折不扣积极贯彻落实“双减”政策，做好课后服务等“五项管理”，切实提高课堂教学质量。

义务教育是国民教育的重中之重。减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担是党中央、国务院全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务的重大决策部署，充分体现了党和国家一直以来对教育和对少年儿童健康成长的关心关注，是以人民为中心发展教育的集中体现。

学校教育教学质量。希望加大力度将政策落地落实，切实取得实效。

今后，我们要坚持全面贯彻党的教育方针，落实立德树人的根本任务，服从国家大局，努力为培养德智体美劳全面发展的社会主义事业建设者和接班人贡献一份力量。

第六篇:双减政策家长心得体会及感悟

2021年的暑假即将画上句号。从来没有一个暑假，教育政策的出台如此频密，并且从出台到落实的时间间隔如此之短，执行力度如此之大。

从暑期托管的普惠式推广，再到”双减”政策的高规格发布，学生、老师、家长、学校、教培机构……身处教育网络中的每个角色都在短时间内感受到重大变化。

学生：有人拍手称快有人坦言减负要看”两头“

7月24日，”双减”政策正式发布。政策要求全面压减中小学生作业总量和时长、校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训等。

作为教育的主角——广大中小学生——对于”双减”政策各有感悟。

刚从小升初”杀出重围”的小艺告诉记者，”双减”让她松了一口气。小艺说，她从一年级开始就参加各种课外拓展和培优。小学六年来，她的周末被各种学科类和素质类培训班排得满满的，在妈妈车上吃饭和睡觉是家常便饭。今年小升初，小艺被广州外国语学校录取，但这个暑假她还是被妈妈报的培训班安排得满满的。对于”双减”政策下不能在周末、节假日和寒暑假进行学科类培训的规定，小艺给了一个大大的赞。”我最爱看科幻类小说了，放假终于有时间看书了。”

五年级学生小六成绩一般，妈妈从三年级开始就给她报了语文、数学、英语的校外培训班，不过小六连校内作业都完成得很辛苦，所以根本没有精力完成校外培训班的作业。”每个周末都跟大家一样赶集似的去上课，但学了什么回来我基本也忘记了。”对于”双减”政策，小六坦言：”作业是老师布置的，课外班是妈妈报的，只有他们减量我们才能真的减负。”

从小就是”学霸”的华附高一学生小林表示：”鞋子合不合穿只有自己知道。”小林告诉记者，校外”加餐”是根据自己的学习状态和兴趣爱好做选择，所以他觉得自己的学习负担并不太重。”如果一定要追求绝对的平均，那我担心学有余力的学生会‘吃不饱’。”

家长：点赞”官方带娃”期望学生评价机制更多元

7月9日，广州市教育局印发了《关于做好小学生暑期托管服务工作的通知》，表示今年暑期期间开始校内托管服务试点工作。全市十一区陆续发布暑期托管具体实施细则。7月19日，广州”官方带娃”正式开启。

不少双职工家庭对于暑期”官方带娃”拍手称快。家长李女士工作很忙，孩子即将升入小学六年级，面对小升初的压力，在暑假前一个多月，她已经给孩子报好了语文、数学、英语三科的校外培训班。”整个暑假时间排得挺紧的，为了让孩子放松一下，我们还在暑假初期安排了一次外出旅行。如果早点通知暑期校内托管，我们可能会尝试着让孩子在学校完成暑期作业。”

王女士是广州一名高校教师，同时也是两个孩子的母亲。女儿在暑假过后要升五年级了，儿子从9月份开始读小学一年级。”双减”政策落地后的这一个多月，她都在关注相关报道和政策解读文章。

王女士说：”我觉得‘双减’对大多数家庭来说确实是解脱，现在教育‘内卷’太厉害了。就拿我女儿来说，在她三年级的时候，我们全家就很焦虑了，因为听很多过来人聊小升初前的准备，他们说要想读广州比较好的初中，奥数和各种杯赛成绩是标配。我们也尝试着让女儿去学奥数，可是她真的不感兴趣，我们为孩子简历上没几个拿得出手的数学杯赛成绩苦恼和焦虑了很长一段时间。”

与王女士有同样想法的家长不在少数。谢女士的女儿今年小升初，她的优势是英语，但从四年级开始，为了上广州一线初中，她开始硬着头皮学奥数。谢女士说：”我女儿不是那种有数学天赋的孩子，但她贵在勤奋和要强，会为了自己定下的目标努力奋斗。说实话，看到孩子学奥数很辛苦，我们家长风雨无阻地接送也很辛苦，我曾无数次想放弃，但最后为了小升初，大家都咬牙坚持了。”

王女士认为自己的孩子比较幸运，正好赶上了”双减”政策，”我觉得‘双减’对于我家这样的孩子来说是一种解脱。”王女士告诉记者，大多数家长对”双减”政策的效果仍在观望，”其实我们就是特别希望学校能够多维评价孩子，而不只是用分数来衡量。那些经历过小升初或者即将小升初的家长之所以如此焦虑，关键还是学校在选拔学生时主要看重成绩。如果学校能改变评价学生的尺度，家长的焦虑才能真正缓解。”

学校老师：看好”双减”政策落地走出教育”内卷”怪圈

”双减”政策一出，不少老师纷纷点赞。广州某中学语文老师肖老师觉得，不少学生从小在校外补习过度了，上了高中就目光短视，急功近利。2015年高考，他所教的两个班语文平均分都超过120分。对于肖老师来说，这份成绩单，既是对他冒险试水、苦心坚持三年”深度阅读”的交代，也是他”用阅读而非纯应试训练提高语文素养”理念最有力的注脚。在被”短平快”的功利主义控制下的中学课堂教育中，肖老师的尝试有着特别的意义。

但是，没过几年，当他再一次教高一时，肖老师发现他的深度阅读课已经上不下去了。”我在课堂上给学生们发散知识点，建议学生多阅读、广阅读，甚至不提供书单让他们自由阅读时，遭到一些学生的反对。他们觉得我在浪费时间，语文课就应该讲重点和考点，他们没这么多时间看课外书，还有其他科目要学习呢。”肖老师说。

肖老师在课下还专门找这些学生谈心，告诉他们高一高二的语文学习应该”厚积“，广泛阅读是提升语文核心素养很关键的一点。只有高一高二”厚积”了，到了高三讲考点的时候，学生才能比较好地运用之前所积累的知识去迁移和运用。”尽管我苦口婆心地跟学生解释，仍然有一小部分学生理解不了，他们习惯了校外培训机构老师直接讲重点难点，要自己去梳理知识，他们不知从何下手。”

与肖老师有同感的老师不少，他们越来越感受到学生过多的课外补习和刷题与学科核心素养的培养方向是背道而驰的。不少老师也都曾建议学生减少校外培训，跟着学校老师的步伐走，但因为陷入”内卷”怪圈，人人都不敢停下参加校外培训的步伐，学校老师的苦口婆心劝说也收效甚微。

现在，他们看好”双减”政策的落地，因为这更加突出了学校作为教育主阵地的作用。

校外培训机构：关停、调整、转型等待开学后的明朗政策

位于天河区岗顶的华晟大厦周围，几乎云集了广州最主要的几家教辅机构。以往的周末，这里人头攒动，大厅里的三部客梯远远满足不了家长和学生的需求，一位家长告诉记者，每次在高峰期去20楼以上的机构陪孩子上课，电梯至少要等10分钟。

记者近日走访了这座大厦，在”双减”政策冲击下，大厦前门可罗雀，与昔日的人流如织形成鲜明对比。记者上楼走访了几家知名的课辅机构，以往机构大厅很醒目的成绩榜没有了，有的机构甚至直接大门紧锁，门上贴着停课告示。

记者以家长身份前去一家知名一对一辅导机构咨询。课程顾问的第一个问题是：”请问孩子可以在周中上课吗？因为我们学科类培训只能在平时的放学后，周末和寒暑假都没法上课，所以我们有必要先了解孩子平时是否有空过来上课。”此后，课程顾问也只是了解孩子的基本情况，并未推销课程，并让记者留下信息，等9月份开学后政策明朗了，再告知是否可以报班。课程顾问还透露，机构现已推出不少素质类课程，比如少儿编程和美术课，9月份开学后的周末，这些素质类课程可以开课。

而在以往，他们通常会很热情地向家长推销机构的名师和课程，并称课程买得越多越划算。

”双减”政策下，不少学科类培训机构相继关停、调整、转型。近日，广州本土教辅机构罡得教育在其官方微信公众号发布《致罡得学员家长的一封信》，宣布将于8月31日关闭所有门店，请还未申请退费的家长联系相关工作人员到校区办理退费事宜。

仍想活下去并且尚有余力活下去的校外培训机构选择了转型，素质教育、校内外托管、职业教育成校外培训机构转型升级的三大关键词。据了解，新东方、好未来、卓越教育等企业均已加大对素质教育的布局。比如北京新东方成立素质教育成长中心，专注学生五育目标发展要求；今年下半年以来，好未来接连调整品牌结构，推出励步儿童成长中心和系列素质教育新产品；卓越教育今年不断深化探索”素质教育+社区”新模式，在围棋、舞蹈、美术等领域完成品牌布局。

机构老师：职业荣誉感骤降有老师离开教培行业

校外培训机构转型，必须随之转型的还有机构的老师们。

黄老师是广州数学培优界一位小有名气的老师，近些年，他培养了不少竞赛尖子生。2015年，他成立了自己的机构，专做竞赛培训类项目。不少学生从小学三年级到初中，一直跟着黄老师学习。

”双减”政策落地让他面临挑战。”我们这种小机构现在最担心的是生存问题，我们没有宣布裁员，但是周末和寒暑假不能上课了，明显课时少了，相应的老师的课时费就少了一大截。”黄老师还说：”以往社会对我们校外培训机构的老师还是有比较高的认可度，培训机构也有很多优秀的老师确实潜心教研和教学。而如今这个职业的荣誉感骤降。”

黄老师目前已经被一所民办学校”挖”去当数学老师了，但他表示：”现在民办学校也面临着转公办或停办的问题，我也想去公办学校当老师，但在公办学校如果没有编制，会有很大的落差。”

某机构数学老师小傅去年刚毕业，在”双减”政策下，他也面临出路抉择。目前他还在机构坚守着，小傅告诉记者：”我真的很喜欢当老师，现在只能周中的晚上上课了，看看新学期学生和家长的报班情况吧，实在经营惨淡的话，我可能会去考研或考公务员吧。”

近日，智联招聘发布《2021教培行业人才市场分析报告》显示，教培行业一线城市招聘收缩幅度大，7月发布职位数比政策发布前的3月下降32.4%。

专家建议:通过购买服务解决校内托管保证学校老师教研备课时间

1.”双减”政策下，如何保证学校老师的休息和教研时间？

面对新学期即将来临的”双减”以及“5+2〃（周一至周五5天，每天校内课后托管时间至少2小时），不少小学老师很担心每天增加了2个小时的托管时间，老师的休息时间很难保证。

广州市民办教育协会会长、广州华美英语实验学校校长陈峰建议，政府可以尝试通过购买服务和吸纳大学生志愿者进学校辅导孩子作业的方式解决校内托管问题。他提到，托管领域也是教培机构转型的方向之一。不少校外培训机构正在布局课后托管服务，学校也可以遴选购买他们的素质教育课程，将之加入校内课后托管的服务，毕竟培训机构在教研、师资团队培训也是很有经验的，校内课后托管可以吸纳其精华之处。

2.学生不参加校外辅导，学校老师能否有效提高教学效率？

广州市某重点小学的陈老师告诉记者，以往很多学生把大量的时间和精力花在校外培训上，”这些学生超前学习了，上课不听课，甚至偷偷做校外的习题，下课没时间做校内作业又去赶班了……”陈老师说，这些学生其实学习压力很大，学习成绩却不见得很优秀。假如他们能跟着我们校内老师的节奏，一步一步往前走，我们完全有信心把他们教好。

广州大学附属中学化学老师汪娜现任教高三，她觉得”双减”政策对于学校和老师来说，最关键的是向课堂要效率，老师要在课堂上把知识点讲透，让大多数学生在课堂上就把难题解决了。

也有教育界人士提醒家长，不能把孩子学习成绩的好坏完全归因于学校教育，家长也要付出家庭教育的责任，如养成孩子良好的学习习惯、生活作息等，这些都是家长的责任。只有家校合作携手才能把孩子教育好。

3、”双减”对学生和家长来说，教育焦虑真的可以缓解吗？

新学期开始，”双减”逐渐奏效，是否可以缓解教育的焦虑？

近日，上海市教委基础教育处处长杨振峰在接受媒体采访时的一席话，很形象地回答了如此疑问。他说：”当部分学生去培训的时候，会提高他们的分数；但是当所有学生都去培训的时候，可能只会提高分数线。

从这个意义上来讲，‘剧场效应’造就的结果只能是学生牺牲全面发展的时间去反复操练、操练反复，反复培训、培训反复！它不仅伤害了学生，影响了学生的全面成长和身心健康，同时还会给家庭带来不必要的经济负担。而且从创新人才的培养角度来看，我们未来面对的是不确定的世界，我们今天只有‘广种方可博收’，通过减少培训，让学生全面发展，用自己确定的能力来面对未来的不确定性，这才是我们今天‘双减’期待的目标。”

第七篇:双减政策家长心得体会及感悟

“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。

其次，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。

三条建议助力家长角色回归

家庭教育、学校教育及社会教育构成了教育的有机整体。

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。

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和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。

**双减政策心得体会及感悟微信篇四**

“双减”政策是党中央从“两个大计”的高度做出的重大决策部署，事关学生健康成长，事关教育高质量发展，事关国家和民族的未来。为确保“双减”工作扎实推进，我校特制定了松山区第四中学“双减”工作实施方案。通过对《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》以及对学校“双减”工作实施方案的学习，我有了更深刻的认识。

“双减”政策的内容主要是减轻义务教育阶段学生作业负担、减轻校外培训负担。还要求义务教育学校开设课后延时服务，提升课后服务水平。从内容可以看出，政策的目的在于让每一个孩子能够接受更全面、更健康的教育，减轻家长的压力，提升教育质量、提升人民群众对教育的满意度。

作为一线教师，为了更好地贯彻“双减”政策，我们要做到以下几点：

首先，加强学习，提高认识，积极更新教育理念。

“双减”政策的实施对教师工作有了更高的要求，我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，才能用新理念开展教育教学工作，创造新的经验方法。

第二，充分钻研教材教法，提升能力。

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。

第三，以学生为主体，发展学生核心素养。

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。我们必须在党的教育方针指引下，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。第四，提高作业水平，提升作业质量。“双减”政策要求教师一定要创新作业的内容与形式，，提高作业的设计、批改和反馈的管理水平。让学生的作业在完成中有一定的获得感。

作为一名人民教师，我们时时刻刻都行走在教育教学这一条“知行合一”的行动研究的道路上。在这条路上，我们会遇到问题、分析问题，解决问题，我们会调整改进提升。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。

第二篇:双减政策家长心得体会及感悟

“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。

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。

培养孩子和谐全面发展，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氛围，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榜样，建立良好的亲子关系，和孩子一起成长。

家庭是孩子成长最重要的场所，家长也是孩子的老师。家长的生活习惯，待人接物的处事方式都将影响着孩子的成长底色。家长要重视学习型家庭建设，陪孩子一起解锁生活新技能，陪孩子一起阅读，引导孩子参加到家庭建设中来，让孩子感觉到整个家庭积极向上、团结协作的力量。家长要善于学习，不断学习，言传身教，让学习能力在生活中落地生根。

以往，家长通过看孩子的试卷和辅导作业，可以了解到更多孩子的学习情况反馈，“双减”政策之后，孩子的作业都是在学校完成的，家长了解孩子学习上问题的机会减少了。哪部分的知识点暂时还没有掌握？还需要提高哪方面的能力？只有跟老师密切联系，了解孩子在学校的学习情况，和老师一起制定帮扶方案，才可以在家里做到有的放矢，重点指导。

第三篇:双减政策家长心得体会及感悟

近日，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》，要求减轻学生课业负担，严格控制书面作业总量，保证学生睡眠时间；全面规范管理校外培训机构，坚持从严治理。

这被称作“双减”政策。

文件要求，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训。

大多数的家长表示欢迎“双减”政策，认为同时也减轻了家长的负担。

校外各种名目的培训班，都需要资金的支持，看着其他孩子们都报了辅导班，自己的孩子不报，怕跟不上。迫于压力，只能自己省一些，不能苦了孩子。

再有，周末、寒暑假，孩子上辅导课，不论天气如何，刮风下雨、酷暑难耐，家长都需要接送孩子上下辅导班。

大家现在普遍的感受是：现如今培养一个孩子太贵了，一年花几万元上辅导班都是正常的，有的甚至更多。

也有一些家长表示担忧，虽说政策出来了，但是中考和高考还是要看成绩，培训机构依然有市场需求。不能在线下开培训班了，会不会转到线上或者是一对一的教学。

我们都知道，线上教学的质量和面对面还是有差别的，孩子的注意力，自控力，都对线上教学质量有直接影响。

而且，一对一的私教课程，学费比大班课要高很多，无疑加重了家长的负担。

另外，如果培训机构从“地上”转到“地下”，家长们还要四处去打听。

这个暑假已经有多个在家中开班的辅导老师被举报，也证实了家长们担忧的种种问题。

已经习惯了上校外辅导班的孩子们接下来如何安排时间，不虚度；家长们自由的时间相对少了，如何安排时间陪伴和辅导孩子，这些都需要一个适应的过程。

“双减”政策的推出，无疑是对教育培训机构的一次重拳打击，很多培训机构寻求转型，也有一些在观望。

新东方因率先开设父母培训课、体育课等被送上热搜。

父母培训课意味着，作为家长的父母们，除了要朝九晚五的上班，加班，赡养父母，照顾孩子，辅导作业，还要拿出时间和精力去上“优质父母培训课”。

父母的确应该学习，提升自己，以便更好的培养孩子。这是毫无疑问的。

且不说这门课程是否可以如期开起来，如果把这个作为一门课程或者迫于压力不得不上的课程，最直观的无疑是给家长们增加了负担和困难。每个家长的水平不一样，如果学完了这门课程，孩子没有考好，责任在家长还是孩子，无形当中增加了家长的焦虑和压力。

近几年，老师和家长的关系也变得微妙。

很多家长表示，一些老师为了开自己的培训班挣钱，该讲的知识点在课堂上不讲，而是在自己的辅导班讲。应该老师批改的作业，在家长群里变成了家长的任务。

学校是孩子们的主要战场，学校的课堂教学质量是源头。

我们上学的时候，没有微信，没有家长群，没有家长和老师的微妙关系。

作为85后的我，依稀记得九年义务教育时，各科老师伏案批改作业的身影。

教育行业将如何改变，我们拭目以待。

第四篇:双减政策家长心得体会及感悟

7月24日中央发布了双减意见，要求各地区各部门执行。双减又称“有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担”。

目标：1、保护学生的身体健康，并将负担提升到未成年保护法的高度。2、减轻家庭教育负担。3、将教育回归到学校。4、1年内有效减轻、3年内成效显著。并规定，理调控作业结构，确保难度不超国家课标，建立作业校内公示制度，加强质量监督，严禁给家长布置或变相布置作业，严禁要求家长检查、批改作业。

对于学生作业量给出了明确的标准，小学一、二年级不布置家庭书面作业，可在校内适当安排巩固练习；小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟。要求教师认真批改作业，及时做好反馈，加强面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。不得要求学生自批自改作业。

对于课余时间，鼓励从事力所能及的家务劳动，开展适宜的体育锻炼，开展阅读和文艺活动。保护好学生的身体健康、心理健康、家长要积极与孩子沟通，关注孩子心理情绪。充分用好课后服务时间，指导学生认真完成作业，对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，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。不得利用课后服务时间讲新课。

“双减”工作是党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度和政治高度作出的重要决策部署，是构建教育良好生态、促进学生全面发展，健康成长的国之大计。作为一线教师，更是站在了“双减”工作的主阵地上，更要认真学习领会并贯彻到学习工作中去。

在我看来，“双减”不是让学生远离学习，虚度光阴，轻视教育，更不是在教育质量上做减法，不是在教育责任上撂挑子。而是对我们教育工作者提出了更高的要求：我们要提高课堂教学效率，我们要认真备课，引导学生敢于质疑，提出问题，发现问题，鼓励学生自主探究问题，解决问题；要健全作业模式和形式，减轻学生过重的作业负担；同时转变教育评价方式等。

我认为具体的做法有：

一、学习课程标准，对课程标准有新的认识，更新教学理念，明白减负并不是单纯的削减作业数量，关键是如何在“减负”的同时提高质效。

二、增强集体备课，仔细钻研教材，使各单元的教学目标更加明确，依据单元目标制定合理地课时教学目标，并依据各班的实际情况，修改教案，有针对性地对语文知识和能力进行训练。

三、依据学生年龄特征，创设情境，培育学习兴趣，以“学生发展为本”，精讲简练，给学生多一点时间和空间，让学生自主地、富有个性地发展，让每一个学生在课堂中都有所收获，从而提高40分钟的教学质量，打造高效课堂。

四、精心设计课堂练习，围绕听说读写相结合进行。有目标，避开随意性。在讲解课文中完成。如：每篇课文中的生字，对容易写错的，在检查预习时重点强调，采用集体书空或抄写或形近字等方式牢固掌握。课文中的关键词语，运用各种办法或近、反义词，或联络上下文理解。找出本篇课文中想像说话的训练点，进行说话练习。课后及时写下。有了课堂上说的基础，回家完成写的任务就轻而易举。对文中的重点段落指导朗读，熟读成诵。减轻了学生业余负担。

五、课外作业，细心筛选，仔细编排，如在教学中总结出经典基础性作业和练习，作为常规试题仔细练习。让学生作业负担小，又得到最大的训练，做到及时高效。每周针对单元目标出好周周练，进行一些操练。

六、设计分层作业：对各班级不同学生的特点，设计一些必做题和选做题，学生可以依据自己的喜好和能力选做作业。同时还注意作业的趣味性和实践性，让中差生把完成老师的作业当作一件乐事。避免作业中的重复现象，尽量设计精而简的作业，作业的布置要照顾到各个层次的学生，让每个学生都能体验到成功的喜悦，逐渐树立起学习的信心。

总之，练习只是手段，让学生在课后获得巩固才是最终的目的，为了达到这个目的，作为教师要精细设计每一个课堂作业，做到少而精，让学生在乐中获得学习，获得巩固，增强练习的有效性。

**双减政策心得体会及感悟微信篇五**

近日，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》，要求减轻学生课业负担，严格控制书面作业总量，保证学生睡眠时间；全面规范管理校外培训机构，坚持从严治理。

这被称作“双减”政策。

文件要求，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训。

大多数的家长表示欢迎“双减”政策，认为同时也减轻了家长的负担。

校外各种名目的培训班，都需要资金的支持，看着其他孩子们都报了辅导班，自己的孩子不报，怕跟不上。迫于压力，只能自己省一些，不能苦了孩子。

再有，周末、寒暑假，孩子上辅导课，不论天气如何，刮风下雨、酷暑难耐，家长都需要接送孩子上下辅导班。

大家现在普遍的感受是：现如今培养一个孩子太贵了，一年花几万元上辅导班都是正常的，有的甚至更多。

也有一些家长表示担忧，虽说政策出来了，但是中考和高考还是要看成绩，培训机构依然有市场需求。不能在线下开培训班了，会不会转到线上或者是一对一的教学。

我们都知道，线上教学的质量和面对面还是有差别的，孩子的注意力，自控力，都对线上教学质量有直接影响。

而且，一对一的私教课程，学费比大班课要高很多，无疑加重了家长的\'负担。

另外，如果培训机构从“地上”转到“地下”，家长们还要四处去打听。

这个暑假已经有多个在家中开班的辅导老师被举报，也证实了家长们担忧的种种问题。

已经习惯了上校外辅导班的孩子们接下来如何安排时间，不虚度；家长们自由的时间相对少了，如何安排时间陪伴和辅导孩子，这些都需要一个适应的过程。

“双减”政策的推出，无疑是对教育培训机构的一次重拳打击，很多培训机构寻求转型，也有一些在观望。

新东方因率先开设父母培训课、体育课等被送上热搜。

父母培训课意味着，作为家长的父母们，除了要朝九晚五的上班，加班，赡养父母，照顾孩子，辅导作业，还要拿出时间和精力去上“优质父母培训课”。

父母的确应该学习，提升自己，以便更好的培养孩子。这是毫无疑问的。

且不说这门课程是否可以如期开起来，如果把这个作为一门课程或者迫于压力不得不上的课程，最直观的无疑是给家长们增加了负担和困难。每个家长的水平不一样，如果学完了这门课程，孩子没有考好，责任在家长还是孩子，无形当中增加了家长的焦虑和压力。

近几年，老师和家长的关系也变得微妙。

很多家长表示，一些老师为了开自己的培训班挣钱，该讲的知识点在课堂上不讲，而是在自己的辅导班讲。应该老师批改的作业，在家长群里变成了家长的任务。

学校是孩子们的主要战场，学校的课堂教学质量是源头。

我们上学的时候，没有微信，没有家长群，没有家长和老师的微妙关系。

作为\_\_后的我，依稀记得九年义务教育时，各科老师伏案批改作业的身影。

教育行业将如何改变，我们拭目以待。

**双减政策心得体会及感悟微信篇六**

近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《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》，给我们的义务教育注入了一股清风。作为家长，在理性解读政策的同时，更应该考虑如何借助这个政策，让孩子回归自然教育。

曾几何时，周末和节假日是孩子们最盼望的，走亲访友，旅行观光，欣赏大千世界的美丽，和同学一起体验小桥流水、鸟鸣蛙叫。而现在这一切却离他们越来越远。周末和节假日成为了培训班的代名词，这些本该属于孩子自由快乐的时光，被无情地掠夺了。而大量的碎片化的所谓“知识”，像注水般硬塞进孩子的大脑。要知道，我们的教育不是为了注满一桶水，而是点燃一把火，点燃孩子对于知识的渴望。孩子在快乐的时候，他学习任何东西都比较容易。在义务教育阶段，我们的主要任务是让孩子养成好的学习习惯，拥有对知识的渴求。正如《寂静的春天》作者蕾切尔。卡森所说:“知识的重要性远不及感受一半。如果信息是种子，日后可以成为知识与智慧，而感受就是沃土，种子必须在其中发芽生长。童年就是准备土壤的阶段。”教育者，非为已往，非为现在，而专为将来。为了不让这种内在的力量消失，我们家长需借助国家“双减”政策的东风，配合学校，做好以下几点:

周末节假日，多带孩子出去走走、看看，走进这个瞬息万变的世界，接近丰富的人文和生活，了解不同的民俗和文化，拥抱迥异的美食和美景，欣赏别致的建筑和自然，体验和陌生人相处，适应各种气候状况，甚至知道如何避险和遇险后自救。看到的世界大了，孩子才能更加自信、积极、豁达。

周末节假日，多带孩子参加亲子阅读、体育活动、挫折体验和礼仪礼节活动。繁重的课外教辅活动，让亲子教育、情感教育都变成了奢望。家长和孩子的终日奔波换不来孩子自身对知识的渴望，更无法达到社会对家教、家风建设的要求。我们要杜绝一味的填充和教化，让孩子在体育活动和体验活动中练就健康的体魄，在与家庭成员的互动中提升自身的情感认知。结合家庭适当的引导，促进孩子自身的提升，最终达到自内而外的升华。

**双减政策心得体会及感悟微信篇七**

作为一个小学二年级孩子的家长，过去2年加之幼儿园3年，5年的时间无论是经济还是精力都让我们这个普通家庭的一家三口背负着沉重的负担。校外辅导从不应该成为孩子“成功”的通行证，给孩子批改作业更不应该成为家长“责任”的必修课，最多只能算是家长下场助力有限手段。但是各类校外培训机构铺天盖地的宣传，“没有最高只有更高”的培训收费，让本来已被“贩卖”得惊人的教育焦虑则更变本加厉。

“双减”政策的公布，为“超速”“超载”的教育乱象按下了暂停键。作为家长，希望教育部门能大力推进该项政策的执行，让孩子有更多时间拥抱自然，锻炼身体，提升艺术修养，结交良师益友，塑造健全的人格。教育改革，我们不但是旁观者更是亲历者，我们相信国家的政策，更应该给与这些政策以充足的时间与耐心，让我们拭目以待，检验其成果。

从学生的角度来说，孩子们是“双减”政策最大的受益人。“双减\"政策即保障了学生们正常的锻炼、休息、娱乐时间，也保护了他们在成长过程中的身心健康。

以往过量的作业和校外培训，侵占了学生们大量的课余时间。由于学生们的精力有限，在课间时间无法保障的情况下，就会影响校内学习，如此一来，就形成了学习上的恶性循环。因此，“双减”政策的颁布，对于培养学生良好的学习习惯，保障充足的课余时间及合理开拓课外兴趣都有重要的意义，对孩子的未来有长远的好处。

“双减”政策落地后，可以充分发挥学校阵地的作用，在校内

坚持做到应教尽教，着力提高教学质量、作业管理服务水平，不再让孩子们有写不完的作业。让孩子学好的同时,拥有了愉快的童年。

其次，让校外的培训机构无法超前培训，让家长们教育成本显著下降，也有了更多的时间陪伴孩子成长，让孩子们的情感和思想不再缺失。

近日，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》，要求减轻学生课业负担，严格控制书面作业总量，保证学生睡眠时间；全面规范管理校外培训机构，坚持从严治理。

这被称作“双减”政策。

文件要求，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训。

大多数的家长表示欢迎“双减”政策，认为同时也减轻了家长的负担。

校外各种名目的培训班，都需要资金的支持，看着其他孩子们都报了辅导班，自己的孩子不报，怕跟不上。迫于压力，只能自己省一些，不能苦了孩子。

再有，周末、寒暑假，孩子上辅导课，不论天气如何，刮风下雨、酷暑难耐，家长都需要接送孩子上下辅导班。

大家现在普遍的感受是：现如今培养一个孩子太贵了，一年花几万元上辅导班都是正常的，有的甚至更多。

也有一些家长表示担忧，虽说政策出来了，但是中考和高考还是要看成绩，培训机构依然有市场需求。不能在线下开培训班了，会不会转到线上或者是一对一的教学。

我们都知道，线上教学的质量和面对面还是有差别的，孩子的注意力，自控力，都对线上教学质量有直接影响。

而且，一对一的私教课程，学费比大班课要高很多，无疑加重了家长的负担。

另外，如果培训机构从“地上”转到“地下”，家长们还要四处去打听。

这个暑假已经有多个在家中开班的辅导老师被举报，也证实了家长们担忧的种种问题。

已经习惯了上校外辅导班的孩子们接下来如何安排时间，不虚度；家长们自由的时间相对少了，如何安排时间陪伴和辅导孩子，这些都需要一个适应的过程。

“双减”政策的推出，无疑是对教育培训机构的一次重拳打击，很多培训机构寻求转型，也有一些在观望。

新东方因率先开设父母培训课、体育课等被送上热搜。

父母培训课意味着，作为家长的父母们，除了要朝九晚五的上班，加班，赡养父母，照顾孩子，辅导作业，还要拿出时间和精力去上“优质父母培训课”。

父母的确应该学习，提升自己，以便更好的培养孩子。这是毫无疑问的。

且不说这门课程是否可以如期开起来，如果把这个作为一门课程或者迫于压力不得不上的课程，最直观的无疑是给家长们增加了负担和困难。每个家长的水平不一样，如果学完了这门课程，孩子没有考好，责任在家长还是孩子，无形当中增加了家长的焦虑和压力。

近几年，老师和家长的关系也变得微妙。

很多家长表示，一些老师为了开自己的培训班挣钱，该讲的知识点在课堂上不讲，而是在自己的辅导班讲。应该老师批改的作业，在家长群里变成了家长的任务。

学校是孩子们的主要战场，学校的课堂教学质量是源头。

我们上学的时候，没有微信，没有家长群，没有家长和老师的微妙关系。

作为85后的我，依稀记得九年义务教育时，各科老师伏案批改作业的身影。

教育行业将如何改变，我们拭目以待。

“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。

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。

培养孩子和谐全面发展，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氛围，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榜样，建立良好的亲子关系，和孩子一起成长。

家庭是孩子成长最重要的场所，家长也是孩子的老师。家长的生活习惯，待人接物的处事方式都将影响着孩子的成长底色。家长要重视学习型家庭建设，陪孩子一起解锁生活新技能，陪孩子一起阅读，引导孩子参加到家庭建设中来，让孩子感觉到整个家庭积极向上、团结协作的力量。家长要善于学习，不断学习，言传身教，让学习能力在生活中落地生根。

以往，家长通过看孩子的试卷和辅导作业，可以了解到更多孩子的学习情况反馈，“双减”政策之后，孩子的作业都是在学校完成的，家长了解孩子学习上问题的机会减少了。哪部分的知识点暂时还没有掌握？还需要提高哪方面的能力？只有跟老师密切联系，了解孩子在学校的学习情况，和老师一起制定帮扶方案，才可以在家里做到有的放矢，重点指导。

2021年的暑假即将画上句号。从来没有一个暑假，教育政策的出台如此频密，并且从出台到落实的时间间隔如此之短，执行力度如此之大。

从暑期托管的普惠式推广，再到”双减”政策的高规格发布，学生、老师、家长、学校、教培机构……身处教育网络中的每个角色都在短时间内感受到重大变化。

学生：有人拍手称快有人坦言减负要看”两头“

7月24日，”双减”政策正式发布。政策要求全面压减中小学生作业总量和时长、校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训等。

作为教育的主角——广大中小学生——对于”双减”政策各有感悟。

刚从小升初”杀出重围”的小艺告诉记者，”双减”让她松了一口气。小艺说，她从一年级开始就参加各种课外拓展和培优。小学六年来，她的周末被各种学科类和素质类培训班排得满满的，在妈妈车上吃饭和睡觉是家常便饭。今年小升初，小艺被广州外国语学校录取，但这个暑假她还是被妈妈报的培训班安排得满满的。对于”双减”政策下不能在周末、节假日和寒暑假进行学科类培训的规定，小艺给了一个大大的赞。”我最爱看科幻类小说了，放假终于有时间看书了。”

五年级学生小六成绩一般，妈妈从三年级开始就给她报了语文、数学、英语的校外培训班，不过小六连校内作业都完成得很辛苦，所以根本没有精力完成校外培训班的作业。”每个周末都跟大家一样赶集似的去上课，但学了什么回来我基本也忘记了。”对于”双减”政策，小六坦言：”作业是老师布置的，课外班是妈妈报的，只有他们减量我们才能真的减负。”

从小就是”学霸”的华附高一学生小林表示：”鞋子合不合穿只有自己知道。”小林告诉记者，校外”加餐”是根据自己的学习状态和兴趣爱好做选择，所以他觉得自己的学习负担并不太重。”如果一定要追求绝对的平均，那我担心学有余力的学生会‘吃不饱’。”

家长：点赞”官方带娃”期望学生评价机制更多元

7月9日，广州市教育局印发了《关于做好小学生暑期托管服务工作的通知》，表示今年暑期期间开始校内托管服务试点工作。全市十一区陆续发布暑期托管具体实施细则。7月19日，广州”官方带娃”正式开启。

不少双职工家庭对于暑期”官方带娃”拍手称快。家长李女士工作很忙，孩子即将升入小学六年级，面对小升初的压力，在暑假前一个多月，她已经给孩子报好了语文、数学、英语三科的校外培训班。”整个暑假时间排得挺紧的，为了让孩子放松一下，我们还在暑假初期安排了一次外出旅行。如果早点通知暑期校内托管，我们可能会尝试着让孩子在学校完成暑期作业。”

王女士是广州一名高校教师，同时也是两个孩子的母亲。女儿在暑假过后要升五年级了，儿子从9月份开始读小学一年级。”双减”政策落地后的这一个多月，她都在关注相关报道和政策解读文章。

王女士说：”我觉得‘双减’对大多数家庭来说确实是解脱，现在教育‘内卷’太厉害了。就拿我女儿来说，在她三年级的时候，我们全家就很焦虑了，因为听很多过来人聊小升初前的准备，他们说要想读广州比较好的初中，奥数和各种杯赛成绩是标配。我们也尝试着让女儿去学奥数，可是她真的不感兴趣，我们为孩子简历上没几个拿得出手的数学杯赛成绩苦恼和焦虑了很长一段时间。”

与王女士有同样想法的家长不在少数。谢女士的女儿今年小升初，她的优势是英语，但从四年级开始，为了上广州一线初中，她开始硬着头皮学奥数。谢女士说：”我女儿不是那种有数学天赋的孩子，但她贵在勤奋和要强，会为了自己定下的目标努力奋斗。说实话，看到孩子学奥数很辛苦，我们家长风雨无阻地接送也很辛苦，我曾无数次想放弃，但最后为了小升初，大家都咬牙坚持了。”

王女士认为自己的孩子比较幸运，正好赶上了”双减”政策，”我觉得‘双减’对于我家这样的孩子来说是一种解脱。”王女士告诉记者，大多数家长对”双减”政策的效果仍在观望，”其实我们就是特别希望学校能够多维评价孩子，而不只是用分数来衡量。那些经历过小升初或者即将小升初的家长之所以如此焦虑，关键还是学校在选拔学生时主要看重成绩。如果学校能改变评价学生的尺度，家长的焦虑才能真正缓解。”

学校老师：看好”双减”政策落地走出教育”内卷”怪圈

”双减”政策一出，不少老师纷纷点赞。广州某中学语文老师肖老师觉得，不少学生从小在校外补习过度了，上了高中就目光短视，急功近利。2015年高考，他所教的两个班语文平均分都超过120分。对于肖老师来说，这份成绩单，既是对他冒险试水、苦心坚持三年”深度阅读”的交代，也是他”用阅读而非纯应试训练提高语文素养”理念最有力的注脚。在被”短平快”的功利主义控制下的中学课堂教育中，肖老师的尝试有着特别的意义。

但是，没过几年，当他再一次教高一时，肖老师发现他的深度阅读课已经上不下去了。”我在课堂上给学生们发散知识点，建议学生多阅读、广阅读，甚至不提供书单让他们自由阅读时，遭到一些学生的反对。他们觉得我在浪费时间，语文课就应该讲重点和考点，他们没这么多时间看课外书，还有其他科目要学习呢。”肖老师说。

肖老师在课下还专门找这些学生谈心，告诉他们高一高二的语文学习应该”厚积“，广泛阅读是提升语文核心素养很关键的一点。只有高一高二”厚积”了，到了高三讲考点的时候，学生才能比较好地运用之前所积累的知识去迁移和运用。”尽管我苦口婆心地跟学生解释，仍然有一小部分学生理解不了，他们习惯了校外培训机构老师直接讲重点难点，要自己去梳理知识，他们不知从何下手。”

与肖老师有同感的老师不少，他们越来越感受到学生过多的课外补习和刷题与学科核心素养的培养方向是背道而驰的。不少老师也都曾建议学生减少校外培训，跟着学校老师的步伐走，但因为陷入”内卷”怪圈，人人都不敢停下参加校外培训的步伐，学校老师的苦口婆心劝说也收效甚微。

现在，他们看好”双减”政策的落地，因为这更加突出了学校作为教育主阵地的作用。

校外培训机构：关停、调整、转型等待开学后的明朗政策

位于天河区岗顶的华晟大厦周围，几乎云集了广州最主要的几家教辅机构。以往的周末，这里人头攒动，大厅里的三部客梯远远满足不了家长和学生的需求，一位家长告诉记者，每次在高峰期去20楼以上的机构陪孩子上课，电梯至少要等10分钟。

记者近日走访了这座大厦，在”双减”政策冲击下，大厦前门可罗雀，与昔日的人流如织形成鲜明对比。记者上楼走访了几家知名的课辅机构，以往机构大厅很醒目的成绩榜没有了，有的机构甚至直接大门紧锁，门上贴着停课告示。

记者以家长身份前去一家知名一对一辅导机构咨询。课程顾问的第一个问题是：”请问孩子可以在周中上课吗？因为我们学科类培训只能在平时的放学后，周末和寒暑假都没法上课，所以我们有必要先了解孩子平时是否有空过来上课。”此后，课程顾问也只是了解孩子的基本情况，并未推销课程，并让记者留下信息，等9月份开学后政策明朗了，再告知是否可以报班。课程顾问还透露，机构现已推出不少素质类课程，比如少儿编程和美术课，9月份开学后的周末，这些素质类课程可以开课。

而在以往，他们通常会很热情地向家长推销机构的名师和课程，并称课程买得越多越划算。

”双减”政策下，不少学科类培训机构相继关停、调整、转型。近日，广州本土教辅机构罡得教育在其官方微信公众号发布《致罡得学员家长的一封信》，宣布将于8月31日关闭所有门店，请还未申请退费的家长联系相关工作人员到校区办理退费事宜。

仍想活下去并且尚有余力活下去的校外培训机构选择了转型，素质教育、校内外托管、职业教育成校外培训机构转型升级的三大关键词。据了解，新东方、好未来、卓越教育等企业均已加大对素质教育的布局。比如北京新东方成立素质教育成长中心，专注学生五育目标发展要求；今年下半年以来，好未来接连调整品牌结构，推出励步儿童成长中心和系列素质教育新产品；卓越教育今年不断深化探索”素质教育+社区”新模式，在围棋、舞蹈、美术等领域完成品牌布局。

机构老师：职业荣誉感骤降有老师离开教培行业

校外培训机构转型，必须随之转型的还有机构的老师们。

黄老师是广州数学培优界一位小有名气的老师，近些年，他培养了不少竞赛尖子生。2015年，他成立了自己的机构，专做竞赛培训类项目。不少学生从小学三年级到初中，一直跟着黄老师学习。

”双减”政策落地让他面临挑战。”我们这种小机构现在最担心的是生存问题，我们没有宣布裁员，但是周末和寒暑假不能上课了，明显课时少了，相应的老师的课时费就少了一大截。”黄老师还说：”以往社会对我们校外培训机构的老师还是有比较高的认可度，培训机构也有很多优秀的老师确实潜心教研和教学。而如今这个职业的荣誉感骤降。”

黄老师目前已经被一所民办学校”挖”去当数学老师了，但他表示：”现在民办学校也面临着转公办或停办的问题，我也想去公办学校当老师，但在公办学校如果没有编制，会有很大的落差。”

某机构数学老师小傅去年刚毕业，在”双减”政策下，他也面临出路抉择。目前他还在机构坚守着，小傅告诉记者：”我真的很喜欢当老师，现在只能周中的晚上上课了，看看新学期学生和家长的报班情况吧，实在经营惨淡的话，我可能会去考研或考公务员吧。”

近日，智联招聘发布《2021教培行业人才市场分析报告》显示，教培行业一线城市招聘收缩幅度大，7月发布职位数比政策发布前的3月下降32.4%。

专家建议:通过购买服务解决校内托管保证学校老师教研备课时间

1.”双减”政策下，如何保证学校老师的休息和教研时间？

面对新学期即将来临的”双减”以及“5+2〃（周一至周五5天，每天校内课后托管时间至少2小时），不少小学老师很担心每天增加了2个小时的托管时间，老师的休息时间很难保证。

广州市民办教育协会会长、广州华美英语实验学校校长陈峰建议，政府可以尝试通过购买服务和吸纳大学生志愿者进学校辅导孩子作业的方式解决校内托管问题。他提到，托管领域也是教培机构转型的方向之一。不少校外培训机构正在布局课后托管服务，学校也可以遴选购买他们的素质教育课程，将之加入校内课后托管的服务，毕竟培训机构在教研、师资团队培训也是很有经验的，校内课后托管可以吸纳其精华之处。

2.学生不参加校外辅导，学校老师能否有效提高教学效率？

广州市某重点小学的陈老师告诉记者，以往很多学生把大量的时间和精力花在校外培训上，”这些学生超前学习了，上课不听课，甚至偷偷做校外的习题，下课没时间做校内作业又去赶班了……”陈老师说，这些学生其实学习压力很大，学习成绩却不见得很优秀。假如他们能跟着我们校内老师的节奏，一步一步往前走，我们完全有信心把他们教好。

广州大学附属中学化学老师汪娜现任教高三，她觉得”双减”政策对于学校和老师来说，最关键的是向课堂要效率，老师要在课堂上把知识点讲透，让大多数学生在课堂上就把难题解决了。

也有教育界人士提醒家长，不能把孩子学习成绩的好坏完全归因于学校教育，家长也要付出家庭教育的责任，如养成孩子良好的学习习惯、生活作息等，这些都是家长的责任。只有家校合作携手才能把孩子教育好。

3、”双减”对学生和家长来说，教育焦虑真的可以缓解吗？

新学期开始，”双减”逐渐奏效，是否可以缓解教育的焦虑？

近日，上海市教委基础教育处处长杨振峰在接受媒体采访时的一席话，很形象地回答了如此疑问。他说：”当部分学生去培训的时候，会提高他们的分数；但是当所有学生都去培训的时候，可能只会提高分数线。

从这个意义上来讲，‘剧场效应’造就的结果只能是学生牺牲全面发展的时间去反复操练、操练反复，反复培训、培训反复！它不仅伤害了学生，影响了学生的全面成长和身心健康，同时还会给家庭带来不必要的经济负担。而且从创新人才的培养角度来看，我们未来面对的是不确定的世界，我们今天只有‘广种方可博收’，通过减少培训，让学生全面发展，用自己确定的能力来面对未来的不确定性，这才是我们今天‘双减’期待的目标。”

**双减政策心得体会及感悟微信篇八**

新学期还没有开始，双减已经走进每一个乡村城镇，每一所学校，落入寻常百姓家，成为茶余饭后绕不过的话题。

朋友圈有各种段子，千姿百态。我很佩服段子手的立意和角度，反映出不同人群的内心世界。不过，触动我的还是现实中，一个个鲜活的案例和声音。上海建平中学两拨家长的剑拔弩张、周边兄弟学校老师被告后的无奈与悲凉。

清楚自身能力不及，思想高度不够，感觉有些问题自己还没有看透，虽然在不折不扣的执行，但，看到的一些现象，总还是止不住触碰我的思考。

周六晚八点左右，跟妻子逛超市，发现几个穿校服的孩子，很惊讶，妻子说最近，不是周末她也经常能见到晚上逛超市的学生。我感慨孩子开始有自由的时间，每天都能充分融入、感受生活，而不是生活只有单一的学校，我们应该为双减点赞。她接了句，说不定，以后晚上跳广场舞的可能都不是大妈的专场了。突然我就不知道怎么接了。

出了超市，我们沿着卫河路往北走，想去龙湖边看夜景。刚走到湖边，听到石子碰撞电线杆的声音，寻声看去，又是两个学生模样的孩子，手拿弹弓，不断的做着瞄准射击的动作，说笑中一幅悠然自得的神情，像极了儿时跟小伙伴的童年时光。调侃说，陶渊明的生活也不过如此，妻子说，学生都不写作业，晚上出来练手，如果哪天，把弹弓申请奥运项目，不定他们顺便还能拿几个冠军回来。我哑然。

她说班里周三有个孩子，向教育局打电话，告班主任违反了教育法第73条……妻子和同事都很震惊，说老师们现在很小心，说话非常谨慎、作业尽量没有。说实话，我至今不了解73条是怎样的条例，可是，这个数字和故事似乎让我看到了超市、湖边孩子背影的背景。

我想到了老家一个近门姑姑的三个孩子，两个哥哥是银行高管、老小比我还小一岁，现在是宁夏大学的教授。小时候，我的记忆中，他们家住老城，是我们家城里唯一的亲戚。有一次爸爸带我去姑姑家，我看到他们家堆着很多的书，其中有一本彩色的《西游记》绘本，讲的是偷吃人生果那一段，那个场景我记忆特深刻，因为临走我都恋恋不舍。这是我第一次有了对书的渴望，可是，我直到高中才有了自己买的第一本课外书。

对比和我同龄，一起长大的十几个伙伴，现在只有我一个人上了大学。

我想到了姑姑、母亲和小伙伴的母亲。从现在的工作我想到了儿时我们各自的家庭。姑姑和母亲都很重视我们的教育，只是家庭条件不同，姑姑有更丰厚的条件给她的孩子买书读，而且是很小的时候就开始。

记得有人这样表述：“一对热爱读书的父母，是孩子最大的贵人，会潜移默化地把阅读习惯根植到孩子的骨血里”。我很认同，尤其是最近认识了一个高校的老师，酷爱国学，在他的影响和陪伴下，11岁的儿子用古汉语写了一本书。

双减之下，究竟减去的是什么?减出来空出来的时间，又该做什么?我想，这对所有父母、老师、孩子、甚至社会，都是一次智慧的考验！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn