# 最新双减教育心得体会(优秀8篇)

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-07-23

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。双减教育心得体会篇一通过学习文件了解到双减政策是教育部门...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**双减教育心得体会篇一**

通过学习文件了解到双减政策是教育部门针对义务教育阶段提出的减负政策，具体指全面压减孩子作业负担，还需要减轻校外培训负担。一减轻作业负担，二减轻校外培训负担。

“双减”政策出台的目的是通过加强学校教育，提高学校课堂教学质量，优化作业布置，提升课后活动质量，减轻学生的课余负担，达到提升学生的综合素养，构建教育良好生态的目的。双减，减轻了家长的精神负担和家庭的经济负担，让学科教育重新回归学校主阵地。

我认为双减政策是能够带来非常大的好处的。首先，就是这样的政策最直接利好的就是学生。学生每天都会有大量的学业负担，从小学开始就特别的辛苦，这能够减轻他们的负担。第二，就是减轻家长的负担，不会在有严重的内卷，大量的花费。第三，这能够回归应试教育的初衷，筛选学习能力强的人才的目的。

那么我们如何实施双减政策?

（1）控制作业总量和时长，为学生留下充足的时间放松身心。

（2）提高作业效度，避免机械，无效训练。

（3））完善作业管理监控机制，家庭作业校内做。

（4）提升课堂质量。

（5）确保课后服务时间，推行课后服务5+2模式，即每周都要开展课后服务，每天至少开展两小时，课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间。

（6）规范培训行为，校外机构不得占用国家法定

“双减”政策落地后，可以充分发挥学校阵地的作用，作为一线教师，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。

**双减教育心得体会篇二**

近年来，我国教育领域实行了双减政策，即减负与减轻学生课业负担并重视学习兴趣的教育理念。作为一名教育工作者，我深入思考双减教育的价值和影响。通过多年的实践，我逐渐体会到了双减教育的重要性和必要性，并发现了一些与学生共同成长的有效途径。本文将从课业减负、培养兴趣、提高创造力、促进综合素质发展和家庭积极参与五个方面探讨双减教育的心得体会。

首先，双减教育的核心理念是减轻学生的课业负担。传统教育过于注重知识的灌输和应试能力的培养，导致学生背负沉重的学业压力，丧失了学习的乐趣。而双减教育致力于创造轻松愉快的学习环境，减少过多的功课和作业。在我的课堂中，我注重提供多元化的学习资源和活动，激发学生的兴趣。例如，采取小组合作学习，引入游戏和实践活动，帮助学生主动参与其中，实现学与玩的有机结合。

其次，双减教育强调培养学生的兴趣。学生的兴趣是他们学习的动力和激情所在。只有激发起学生的内在兴趣，才能让他们主动去探索和学习。我常常引导学生根据自己的兴趣选择学科和专业，并提供相应的学习资源和支持。例如，对于喜欢音乐的学生，我组织了音乐鉴赏活动，给予他们专业的指导和培训；对于对历史感兴趣的学生，我鼓励他们主动参加历史竞赛和实地考察，拓宽他们的学术视野。

第三，双减教育能够提高学生的创造力。减轻学业负担和培养兴趣可以让学生有更多的时间和精力去思考和创造。在我的课堂中，我鼓励学生进行创新性的思考和实践。例如，在数学课上，我会提出一些开放性的问题，让学生通过思考和合作发现解决问题的方法；在文科课上，我鼓励学生进行独立思考和写作，从不同角度去探究和表达观点。通过这样的教学方式，学生的创造力得到了极大地激发和发展。

第四，双减教育能够促进学生的综合素质发展。过去，学校过于注重学科知识的掌握，而忽视了学生的综合素质培养。然而，综合素质是学生未来发展的基础和保障。因此，双减教育注重培养学生的社交能力、创新能力和实践能力。在我的班级中，我经常组织学生进行班级活动和社会实践，让学生在实践中学会团队合作和解决问题的能力。在这个过程中，学生获得了人际交往的经验，增强了他们的综合素质和能力。

最后，家庭对双减教育的积极参与十分重要。家庭是孩子的第一任教师，也是他们成长的重要依靠。家长应当积极关注孩子的学习和成长，并与学校共同努力，为孩子创造良好的学习环境和条件。在我的班级中，我经常与家长进行沟通和交流，让他们了解学生的学习进展和问题所在，并互相配合，共同帮助孩子实现全面发展。

综上所述，双减教育为学生提供了更加轻松愉快的学习环境，并注重培养学生的兴趣、创造力和综合素质。在实践中，我逐渐认识到双减教育的重要性和必要性，并采取相应的教学方法和手段，帮助学生在快乐中成长。双减教育不仅让学生能够在知识海洋中追求自己的梦想，也为他们的未来发展奠定了坚实的基础。

**双减教育心得体会篇三**

但凡教育人，近来话题必绕不开“双减”二字，它是新时代教育发展的必然趋势，是高质量教育体系的必然目标，一味追求速度的小康教育时代已成为过去，当今现代化教育时代要求我们必须将“以人为本”作为开展各项工作的出发点，从关注学习结果到重视学习过程，从关注知识积累到重视精神成长，真正实现人的全面、健康、良性发展。诚然，“双减”是一项走心、润心的工程，要想落实，必须从心开始。

作为学校，从心开始就是要站在学生、家长、教师的立场换位思考，感其所感，行其所思，解其所惑，达其所成。

站在学生的角度，怎样才算开心？那就是让学习变得轻松、有趣。当然仅仅是这两点还不够，在此基础上学习必须还要有效，这才是真正意义上的开心。

1.国家课程精品化。“双减”减的是负担，增的是质量。要想时间少、收获多，就必须将提高课堂教学效率、作业布置作为学校研究的常态课题，引导老师们静下心来设计好课堂的每一分钟、每一道题，充分调动学生课堂上思维表达的成就感与实践体验的获得感，让学生所做皆所需。

2.服务课程多元化。课后服务不能只完成简单的托管任务，而是要努力成为孩子们释放个性的拓展课程。将课后服务课程与国家课程进行一体化建构，将成为校园的新生态；让学生在学习中拥有充分的选择权，应成为拓展课程的实施原则。学习困难有答疑班，爱好阅读有导读社，喜欢运动有体训队，善于唱歌有合唱团，崇尚科学有科普基地……多元的菜单式课程，让每个孩子实现从“要我学”到“我要学”的转变，找到最适合自己的快乐生长方式。

两种课程的优化，既有基础知识的积淀，又有个性特点的彰显，孩子们乐学善思，才是开心学习的最好状态。

站在教师的角度，明知“双减”是关系学生身心健康的大好事，为什么还是会观望徘徊？一方面是思想惰性所致，停留已有舒适区不想改，还有一个重要原因就是教育评价这根指挥棒的问题，什么样的学生质量观、教师质量观就决定着什么样的教育行为。因此，评价改革是确保双减落地的前提条件。

1.学生评价重素养。避免对学生学科知识评价的繁难偏超，要以百分比的方式强制保障学情检测的基础性，削减海量刷题、校外培训带来的假性优势；将学生参加课后服务表现、艺术素养纳入学生综合评价体系，并利用信息化平台，从知识评价、能力评价、素养评价三方面，对学生进行动态的大数据分析，为学生发展提供指导意见。

2.教师评价重贡献。不以成绩排名作为教师评优晋职的条件；将师德师风、课后服务工作量与服务质量纳入评优评先指标体系。

唯有评价定了，教师坚持“双减”的决心才会定。

站在家长的角度，更多的是对“双减”持质疑态度。一是家长之间的攀比心理，“生怕孩子输在起跑线”的想法很难在短时间内剔除，很可能形成学校公开减量家长私自加量的畸形减负；二是质疑学校服务质量，孩子不参加校外培训，学校现有的课程能否满足孩子的个性发展需求。因此，加强对家长教育理念的培训服务与提质午托、“三点半”等课后服务至关重要。

1.家长学校是抓手。利用家长学校，定期为家长开展线上线下培训服务，开展家长之间的学习交流，让家长从急功近利的家庭教育中释然出来，形成健康的、发展的子女教育观。

2.服务质量是保障。首先要保障服务时间，家长工作忙中午没时间接送、下午孩子放学还没下班？没问题，学校都有相应的服务来解决。其次要保障服务质量，孩子学习有困难、艺术素养有需求？没问题，课后服务都有专业团队来指导。

通过有理论、有实践的沟通论证，有时间、有质量的暖心服务，家长省事，乐得舒心，以此争取家长对“双减”政策的真心认同。

因“心”而减，从“心”出发，有了国家的政策支持，还需要学校的统筹规划，需要教师的奉献精神，需要家长的理解配合，更需要社会各界的`整体导向，多方合力，使得玉成。

**双减教育心得体会篇四**

近年来，教育双减已经成为了社会热议的话题。不少人认为，教育双减是为了减轻学生的负担，使他们能更加轻松地享受学习过程，但是，真正实施起来，却涉及到了许多复杂的问题。在我看来，教育双减是有必要的，但是我们也需要认识到它的局限性，并尽力做到合理调整。在这篇文章中，我将分享一些个人的体验和思考，希望能对读者有所帮助。

第二段：教育双减的意义

教育双减的实质是对学生的课外负担和考试压力进行减轻，让学生更多地参与到各种活动中来，以全面促进他们的健康成长。在实际操作中，教育双减还有一些其他的优点，比如可以促进教师和学生之间的沟通，以及提高教师的教育质量等。但是，我们也要认识到，如果不合理调整教育双减政策，可能会产生一些负面影响。

第三段：教育双减的局限性

教育双减存在的一个局限性是它的操作性不强。从政策制定到实施，涉及到许多不同的因素，如资源、资金、管理体制等，很难在短时间内完全解决问题。另外，教育双减也有可能出现操作上的问题，比如一些学生在得知减轻负担后，可能会更加依赖家长，甚至陷入无所事事的状态，这样显然对他们的成长非常不利。

第四段：合理的教育双减

合理的教育双减需要从多个角度来考虑。首先，政府应该加强对教育资源的投入，优化教育体制，让教育更多地向素质教育方向发展。其次，学校应该制定更加科学合理的教育计划，减少学生的课业负担，并激发他们的学习热情。此外，家长也需要加强对子女教育的关注和引导，帮助他们掌握正确的学习方法和态度。

第五段：结语

总之，教育双减是一项关乎学生前途的重大政策。在推行过程中，我们需要以更全面、更科学的观念来认识和实施，做到谨慎而又积极。正如一句流行语所说：“减负不是减学，而是减无用功”。只有我们找到减无用功的科学方法，才能真正地实现减负的目的。

**双减教育心得体会篇五**

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。为响应国家“双减政策”的出台，10月26日陇西国际城小学英语组全体教师进行了有关教研，老师一致认为“双减”政策应坚持学生为本，遵循教育规律，着眼学生身心健康快乐，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，是个好政策。

在本次研讨中我们探讨了“双减”与英语教育的关系。双减，英语是重点对象。必须减轻家庭对英语教育的焦虑，必须减少社会培训中英语教育的比重。这对应高质量、低能耗的英语教育是好事，优化作业就是一种选择。

针对作业我们重点进行了讨论。作业应当是学生为达到学习目标而对课堂已学未会内容的深化开展的学习活动，其特征是通过继续学习而深化教师讲授、学生观察与体验中所初步建构的知识、能力、态度。

有质量的作业必须有意义作业。以知识、能力、态度为基础，强调教学之后的知识记忆和技能巩固，知识的迁移，思维的激活（钥匙），好奇的追问，理解的加深，但都应以价值意义为指向。

有质量的作业应该遵循深化学习的机制我国小学生的\'英语作业，应该遵循我国小学生英语学习的已学未会的训练的机制，其核心为：巩固已学，强化实践，达到能会。

有质量的作业需要有温度的话语。作业的对话和情感交流，不仅可通过语言，还可通过图像、声音、动漫，需要设计情景。作业的提示、指导、评语，都应从情感出发。语言，除了准确、鲜明、生动、得体等语言基本规范外，作业语言更多的要诙谐有趣、亲切友好，对思维引导、意义追寻的作业，语言表述要有“能引而不发、激励唤起”等效果。

**双减教育心得体会篇六**

但凡教育人，近来话题必绕不开“双减”二字，它是新时代教育发展的必然趋势，是高质量教育体系的必然目标，一味追求速度的小康教育时代已成为过去，当今现代化教育时代要求我们必须将“以人为本”作为开展各项工作的出发点，从关注学习结果到重视学习过程，从关注知识积累到重视精神成长，真正实现人的全面、健康、良性发展。诚然，“双减”是一项走心、润心的工程，要想落实，必须从心开始。

作为学校，从心开始就是要站在学生、家长、教师的立场换位思考，感其所感，行其所思，解其所惑，达其所成。

站在学生的角度，怎样才算开心？那就是让学习变得轻松、有趣。当然仅仅是这两点还不够，在此基础上学习必须还要有效，这才是真正意义上的开心。

1、国家课程精品化。“双减”减的是负担，增的是质量。要想时间少、收获多，就必须将提高课堂教学效率、作业布置作为学校研究的常态课题，引导老师们静下心来设计好课堂的每一分钟、每一道题，充分调动学生课堂上思维表达的成就感与实践体验的获得感，让学生所做皆所需。

2、服务课程多元化。课后服务不能只完成简单的.托管任务，而是要努力成为孩子们释放个性的拓展课程。将课后服务课程与国家课程进行一体化建构，将成为校园的新生态；让学生在学习中拥有充分的选择权，应成为拓展课程的实施原则。学习困难有答疑班，爱好阅读有导读社，喜欢运动有体训队，善于唱歌有合唱团，崇尚科学有科普基地……多元的菜单式课程，让每个孩子实现从“要我学”到“我要学”的转变，找到最适合自己的快乐生长方式。

两种课程的优化，既有基础知识的积淀，又有个性特点的彰显，孩子们乐学善思，才是开心学习的最好状态。

站在教师的角度，明知“双减”是关系学生身心健康的大好事，为什么还是会观望徘徊？一方面是思想惰性所致，停留已有舒适区不想改，还有一个重要原因就是教育评价这根指挥棒的问题，什么样的学生质量观、教师质量观就决定着什么样的教育行为。因此，评价改革是确保双减落地的前提条件。

1、学生评价重素养。避免对学生学科知识评价的繁难偏超，要以百分比的方式强制保障学情检测的基础性，削减海量刷题、校外培训带来的假性优势；将学生参加课后服务表现、艺术素养纳入学生综合评价体系，并利用信息化平台，从知识评价、能力评价、素养评价三方面，对学生进行动态的大数据分析，为学生发展提供指导意见。

2、教师评价重贡献。不以成绩排名作为教师评优晋职的条件；将师德师风、课后服务工作量与服务质量纳入评优评先指标体系。

唯有评价定了，教师坚持“双减”的决心才会定。

站在家长的角度，更多的是对“双减”持质疑态度。一是家长之间的攀比心理，“生怕孩子输在起跑线”的想法很难在短时间内剔除，很可能形成学校公开减量家长私自加量的畸形减负；二是质疑学校服务质量，孩子不参加校外培训，学校现有的课程能否满足孩子的个性发展需求。因此，加强对家长教育理念的培训服务与提质午托、“三点半”等课后服务至关重要。

1、家长学校是抓手。利用家长学校，定期为家长开展线上线下培训服务，开展家长之间的学习交流，让家长从急功近利的家庭教育中释然出来，形成健康的、发展的子女教育观。

2、服务质量是保障。首先要保障服务时间，家长工作忙中午没时间接送、下午孩子放学还没下班？没问题，学校都有相应的服务来解决。其次要保障服务质量，孩子学习有困难、艺术素养有需求？没问题，课后服务都有专业团队来指导。

通过有理论、有实践的沟通论证，有时间、有质量的暖心服务，家长省事，乐得舒心，以此争取家长对“双减”政策的真心认同。

**双减教育心得体会篇七**

“双减”政策的\'落地，对于孩子们的发展，对于校内的学习、校外的培训，都有了更加明确、更加规范化的要求，这对于我们的教育工作来说，无疑是有着重要的意义的。作为教师，我们应扛起减负增效的重任，不忘教书初心，牢记育人使命，全面提升教育质量。

本学期我担任四年级和六年级美术课，横跨中段和高段。在提高教育教学和美育素养目标要求上也大有不同。对于中段的学生，教学以兴趣引导为主，让他们始终能保持对学习的兴趣，才能持久坚持。对于高段的学生，教学以体验感受为主，让他们着重感知美育的价值形成自己的认知观。

不同的教学目标，设定的教学方法也有所不同。我主要从备课、作业要求、指导方法三个方面进行设计。

六年级的教学模式开始以专业美术基础训练，围绕名作欣赏、设计制作体验开展。在课程准备上，我会在课件当中收集大量素材，纵向和横向的去展示更多的内容，让学生深刻体验、打开眼界、拓宽思路，从而形成自己的认知。

四年级的教学模式开始进入写实技巧的练习，增加多样媒材进行创作，增加学生的参与性，提高并保持学生学习美术兴趣。在课程准备上，我会在课件当中引领创作思路，引起学生的创作兴趣，详细讲解创作方式，从而在创作中体验美术的乐趣、保持学习兴趣。

六年级的作业多以写实写生为主，让学生通过观察生活中的事和物再通过艺术手法来描绘出自己的感想。作业类型以培养学生的耐心观察能力，能够细心观察、静心创作，不求能够全部达到高超水平，但能够通过自己的观察学会细节描绘和精心刻画。另外，结合六年级的学习情况，美术作业都要求当堂完成，课堂上通过老师的辅导、讲解进行创作，最后面批作业，辅导学生在造型刻画、色彩搭配等方面进行深入精细描绘。

四年级的作业多以回忆想象创作为主，让学生通过自己的想象力，启发创作灵感，动手创作出多姿多彩的多种作品风格。将动手实践贯彻始终，多动手、多制作、多鼓励，从中体验到创作兴趣，为今后的美育学习奠定基础。

六年级的指导多重在示范，通过教师示范、纠正实践过程中的讲解，让学生美术专业上慢慢进步，体会到专业美术带来的成长。

四年级的指导多重在引导，通过启发学生的思维，进行想象创作，不拘束学生的创作灵感，保持学生的创作兴趣，体会创作乐趣。

双减政策的实施要让课堂教学更高效，让学生能在课堂中体验到美术学科的乐趣，培养学生的创作精神、想象力和观察力，从而培养学生热爱美、创造美的能力，形成自己的审美感知。

**双减教育心得体会篇八**

近年来，教育双减成为社会热门话题。教育双减，即省级政府与学校实行的一项政策，旨在减轻学生负担，让教育更加公平。但是，教育双减也引起了争议。有人认为，教育双减降低了学校的教育质量，损害了学生的学习成绩。然而，另一些人则认为，教育双减是必要的，有助于缓解学生的压力。在我的看来，教育双减是重要的，并且它给了我们很多启示。

第二段：学生是受益者

作为学生，我认为教育双减给我们带来了很多好处。首先，缓解了我们的压力。在教育双减之前，很多同学都面临来自学校、家庭和社会的巨大压力。繁重的作业和补习班既耗时又耗费精力，并且会对我们的身心健康产生负面影响。但是现在，教育双减政策实施后，我们可以有更多的时间放松身心、参加课外活动、探索自我。这些活动不仅有助于我们全面发展，也可以增强我们的自信心和自我认知能力。此外，教育双减也给我们带来了更平等的机会。在以前，一些繁忙的家庭可能会花费更多的时间和金钱来给孩子上补习班，而富裕的家庭则有更大的优势。但是现在，由于学校对补习班的限制，每个学生都有相同的机会。

第三段：教师是关键

教育双减不仅对学生有益，也对教师和学校产生了影响。教育双减不仅要求教师从教学压力中解脱出来，还鼓励他们采用更创新的教育方式来培育学生的综合素质。教育双减需要有足够的教育资源和设施支持。教师需要拥有先进的教育技术和培训来确保教育质量。此外，教育双减还要求学校为学生提供更丰富的教育资源和培训。学校需要为学生提供机会来参加各种活动和比赛，以发展他们的兴趣，提高他们的自信心和技能。

第四段：社会应该参与

教育双减不仅是学校和学生的任务，还需要社会各界的支持和关注。教育双减需要企业和组织提供更多的教育支持，以帮助学生充分发展。例如，企业可以提供志愿者机会来支持学校的开展活动和比赛，以及资金和设备支持来提高教育质量。政府也需要制定更完善的教育政策，以支持教育双减的实施。

第五段：结论

综上所述，教育双减对学生、教师和学校都产生了影响，而且需要社会各界的支持。如果我们能共同努力，教育双减将有助于缓解学生的压力，提高学生的综合素质，促进教育的公平和发展。通过教育双减，我们理解了提高教育质量和促进学生综合发展的重要性，这对我们未来的职业生涯和生活也是有帮助的。

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