# 家长对双减的建议简短范文【臻选6篇】

作者：蓝色心情 更新时间：2025-05-15

*建议是对个人或团体提出的关于未来如何操作某事物的问题的解决方案。 下面是多多范文网小编：蓝色心情 小编帮大家整理的《家长对双减的建议简短范文(臻选6篇)》，供大家参考，希望能帮助到有需要的朋友。第1篇: 家长对双减的建议简短　　孩子的...*

建议是对个人或团体提出的关于未来如何操作某事物的问题的解决方案。 下面是多多范文网小编：蓝色心情 小编帮大家整理的《家长对双减的建议简短范文(臻选6篇)》，供大家参考，希望能帮助到有需要的朋友。

**第1篇: 家长对双减的建议简短**

　　孩子的作业在学校就完成了，课外班也不上了，回家后空余时间增加，家长带着孩子做什么呢？培养习惯啊，生活习惯、学习习惯、劳动习惯、阅读习惯等等，扎实过好日常每一天，为孩子的以后的学习生活打下坚实的基础。就像教会孩子用筷子吃饭一样，只要学会了用筷子，他就能自己吃各种饭了。养成了这些好习惯，无论走到哪里，他都能自己学习、自我管理、自我成长了。

　　一、陪伴孩子养成良好的学习习惯

　　养成提前预习的习惯。语文可以把每一课的要点看一看，生字词语记一记，不懂得词语查查词典，积累下来。还可以大声朗读课文，坚持写写日记。数学可以提前看看知识点，把自己看不懂的地方记下来，课堂上专心听。英语可以听一听录音，磨磨耳朵，提前了解一下内容。

　　养成课后复习的习惯。把当天的学习内容给家长讲一遍，或者自己再看一遍，进行归类复习。把课堂笔记看一看，该背诵的及时背下来。还可以用思维导图的方式进行知识建构。

　　养成及时订错的习惯。纠错是老师们批改作业的一大难点，有的孩子就是不习惯及时订正错误，每天的错题都累积着，等着老师去找他。家长可以每天晚上让孩子把作业啊试卷啊拿出来看一看，自己错过的题及时订正一下，看看能不能做正确。

　　养成写日记的习惯。写作最能促进孩子思维的发展，每天坚持写日记可以积累写作素材，也可以回复总结一天的学习生活，疏解心情，鼓励自己第二天做得更好。

　　其让他的学习习惯可以结合自己的兴趣来养成，比如积累古诗词，举一反三钻研数学题等等。

　　二、陪伴孩子养成每天阅读的习惯

　　阅读不仅能够拓宽视野，而且丰富知识，对学习成绩的影响极大。现在的考试越来越倾向于学科素养的考察，题目阅读量很大，阅读能力强的孩子受益较大。不仅是文科考试需要很强的阅读能力，理科学习也需要较强的阅读能力。阅读能都促进思考，据观察，阅读量大的孩子学习成绩普遍都好。

　　可以进行亲子阅读，和孩子共读一本书，也可以每周开一场家庭读书会，还可以和孩子一起演一演书里的故事……用各种形式带动孩子养成阅读习惯。家长陪伴孩子一起阅读，树立终身学习的榜样。

　　三、陪伴孩子参加劳动，学习基本的劳动技能

　　在家的时间充足，可以教会孩子整理自己的房间，如物品如何摆放，卫生怎样打扫，怎样美化自己的房间……将这些生活必备的劳动技能都熟练掌握，养成自我管理的好习惯。

　　家里的物品坏了如何进行维修，劳动工具怎样使用，都可以教一教。还可以和孩子一起养养小动物，种一些绿植美化家庭环境。高年级的孩子还可以学习几样家常菜的做法，学会使用厨房电器，为独立生活打下基础。

　　让孩子在家里有一个劳动岗位，家里有一样事情是归他管理的，增强家庭责任感。

　　四、帮助孩子将兴趣爱好转化成个人特长

　　每一个儿童身上都蕴藏着某些尚萌芽的素质，这些素质就像火花，要需要点燃它，就需要火星。家长要想尽办法点燃这颗火药，让孩子的一切天赋和才能都能充分地发挥出来。发现孩子的兴趣爱好，专注练习，鼓励不断发展，享受兴趣爱好带来的快乐，逐渐形成个人特长。

　　五、督促孩子养成坚持运动的习惯

　　运动可以促进记忆力和专注力的提高，运动对孩子的身心和谐发展有着重要的影响。家长坚持每天下班后带着孩子进行半小时的运动，既能融洽亲子关系，又能提高孩子的身体素质。每天可以坚持跑步、跳绳、游泳、羽毛球、篮球、乒乓球等等，选择自己喜欢的方式进行锻炼。

　　孩子是家长的复印件，家长改变孩子也会改变。“双减”政策之后，家长角色回归，重视家庭教育，提高自我要求，培养出和谐全面发展的孩子。

**第2篇: 家长对双减的建议简短**

　　1、国家的教培新政，致力于帮助家长和孩子们跳出内卷，将眼光长远的放到教育本身，为孩子带来他们真正需要的、能受益一生的知识。联系“共同富裕”的伟大使命，国家正在为实现，公平，公正，稳定，健康而努力。

　　2、现在国家通过政策的方式把所有人的教育资源拉到了同一条水平线上，所有的孩子可以在相对公平的环境下进行竞争。对于普通家庭来说就是一大福音。

　　3、家庭将是孩子之后学习的主战场。双减实行后孩子的负担是减轻了，但是家长还不能放任自流。因为社会竞争的压力还在，这时家长的平时督促教育工作更大加强。

　　4、培养孩子的孤立自主的学习能力。自律的孩子才能享受更多的自由。孩子的学习将由之前的督导性变成今后独立自主的学习性。家长不可能时时刻刻守在孩子身边。从小就培养孩子的荣誉感和自信心，让其有独立健全的人格和思考能力将在今后的学习和社会工作中更显的尤为的重要。

　　5、新出台的双减政策非常全面，思路非常正确。从提高公立教育整体质量和均衡发展着手，让教育回归校园，而不是诉诸校外。禁止教育公司上市后，教育也将从产业回归为普惠性质的公共服务。

　　双减政策主要是针对的是义务教育阶段的学生，一减是减少校内作业，二减是减少校外补课。

　　教育部的双减政策是指在义务教育阶段减轻学生的功课和校外培训负担。事实上，执行这项政策是很有必要的。为什么这么说？一方面，学生作业负担较重，作业管理不完善；另一方面，校外培训仍然过热，培训超标、超前的问题还没有得到根本解决，一些校外培训项目收费高昂，资本过度流入的风险更大。因此，有必要从政策方面进行调控，促进教育更好地发展。

**第3篇: 家长对双减的建议简短**

　　一、减轻作业负担。这其中包括量化各个年级的作业时间，压减作业总量和时长，要求教师提高作业设计质量，严禁给家长布置或变相布置作业等。对于这一点家长的看法有同意和反对都有。

　　赞同方：认为近些年学生的实际学习负担真的是太重了，小学刚刚入学就已经达到了从早学到晚的地步，这还没有进初中，每天回到家里学习都要到九点多钟，每天学校规定的小学生晚上9点上床睡觉根本大多数时间是做不到的。今外家长的负担也很重，现在很多学校老师不负责批改作业，学校留下来的作业要家长在学生完成后对照答案去给孩子做改正。这种方式和我们80年代初出生的家长对于小学时光的回忆完全不一样。虽然没有了老师批改作业时看你那犀利的目光，但多了父母在家里对着孩子和作业时的大呼小叫。这学校的作业不是留给孩子的，而是留给孩子和这个家庭的。让本来忙于工作的父母更大的疲惫。所以这部分家长对于国家的政策是非常支持的，即让孩子从题山考海中解放出来，同时也把家长解放出来了。可以说是一举多得。

　　反对方：如果学校不给孩子留作业，同时学校又减少了在校期间的考试，我们如何知道孩子的真正学习成绩。同时孩子本身的自主学习能力就差，这又没有作业，一天就知道玩，将来可怎么办？以前还说不要让孩子输到起跑线上，现在没有考试和测验都不知道起跑线在那里了？这让这一部分家长和孩子更大的焦虑了。

　　二、减少学生校外培训负担。对于这个政策广大的学生家长也是几家欢喜几家愁。

　　支持方：对于普通家庭来说，政策的落地，会让教育成本降低，孩子补课减少幸福感会提升很多。这一政策对于广大的普通工薪阶层的家庭来说是拍手称快，本来看见班里的几个家里条件好的学生每天各种的校外补课，然后考试名列前茅。自己也想送孩子去参加，但是又囊中羞涩，每每想想就感觉对不起孩子。现在国家通过政策的方式把所有人的教育资源拉到了同一条水平线上，所有的孩子可以在相对公平的环境下进行竞争。对于普通家庭来说就是一大福音。

　　反对方：主要是集中城市的中产阶级家庭。他们希望通过孩子的努力学习将来可以继续保持自己的社会阶层不会到了孩子时而滑落。他们希望通过像之前那种不太公平的方式让孩子取得更好的学习资源。他们想通过现在手里的钱而解除自己对孩子未来的焦虑。

　　”双减政策“做为国家的大政方针在全国已经完全推开。这也是国家正在进行一场重大的教育改革，就是要不惜一切代价，推进教育公平，降低学生和家长的焦虑，让教育回归本质。那针对这种不可逆的潮流我们的家长应当怎么办？

　　三、针对”双减“我们学生和家长可以做些什么？

　　家庭将是孩子之后学习的主战场。双减实行后孩子的负担是减轻了，但是家长还不能放任自流。因为社会竞争的压力还在，这时家长的平时督促教育工作更大加强。

　　培养孩子的孤立自主的学习能力。自律的孩子才能享受更多的自由。孩子的学习将由之前的督导性变成今后独立自主的学习性。家长不可能时时刻刻守在孩子身边。从小就培养孩子的荣誉感和自信心，让其有独立健全的人格和思考能力将在今后的学习和社会工作中更显的尤为的重要。

**第4篇: 家长对双减的建议简短**

　　“双减”政策之下，要培养优秀孩子，家庭教育要跟上。孩子的学习，主要还是靠孩子的内动力和自我管理能力。新的时期，家长要密切家校联系，更新教育孩子观念，指导孩子合理用好在家时间，家长适度安排家务劳动，加强体育锻炼，开展家庭亲子阅读。在目前减负的大形势下，家长应从更高、更长远的角度，理性规划孩子未来的发展方向。

　　“双减”政策下，家长需围绕“培养孩子的主动性、培养孩子的自控力、激发孩子的学习能力、提升孩子的学习效率、用心培养孩子良好的学习习惯、培养孩子的自律能力、培养孩子坚韧不拔的意志力”这些方面开展家庭教育工作。

　　具体分为以下几点：

　　一、更新教育观念，家长要了解自己的孩子。了解孩子的身体和心理情况、掌握孩子的兴趣爱好，因材施教，正确引导。不盲目和别人家的孩子进行比较，家长要给孩子更多选择。

　　二、营造和谐的家庭氛围，家长要关注自己的孩子。学会倾听孩子心声，尝试做孩子的知心朋友，形成良好的沟通互动模式、营造和谐的家庭氛围。家长要合理规划自己的工作、预留出陪伴孩子的时间，要有耐心地陪伴孩子。

　　三、培养孩子良好的习惯，家长要从现在抓起。加强孩子学习能力，着重培养孩子的学习习惯。养成看书阅读习惯——阅读能有效促进思维的发展；养成运动的习惯——运动能有效促进注意力和专注力的提高；养成劳动的习惯——劳动能帮助孩子确立正确价值观、责任感，提升独立自理能力。

　　尤其重视“劳动”习惯的养成。家长应在潜移默化的教育过程中引导孩子学会各种生活技巧，培养孩子拥有适应社会的能力，让“劳动教育”在家庭、学校、社会三结合教育中发挥各自主导作用，达到劳动的独特育人价值。好习惯成就好未来，通过各种习惯养成，孩子会更容易获得成就感和幸福感，内动力也会更足，自信心更强。

　　四、有效管理课后时间，家长要引导孩子利用时间。家长可以通过适度安排家务劳动、开展亲子阅读等活动丰富孩子的课余生活。孩子在完成学校学习任务后，可以适当接触电子产品和网络设备，利用网络提升获取信息、收集信息、自学等能力。家长在这其中要注意加强正面引导、合理控制时间。

　　“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，需统筹学校、社会、家庭三方力量，形成相互理解、相互支持的“三位一体”育人格局；精心组织实施“双减”工作，务求取得实效，无论是学生过重的作业负担还是校外培训负担，无论是家庭教育支出还是家长的精力负担，都需要在“双减”工作下得以减轻，共同推动教育质量稳步提高。

**第5篇: 家长对双减的建议简短**

　　家庭教育、学校教育及社会教育构成了教育的有机整体。

　　“双减”政策让家长角色回归，从而也让家长面对新一轮的挑战。

　　家长到底应该做什么、怎么做?给家长们三条建议：

　　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。

　　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。

　　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。

　　而‘双减’就像重启开关一样，强制暂停我们的焦虑和迷茫，给我们重新思考的机会，想想对于祖国和世界的未来，究竟什么才是最重要的?

　　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。

**第6篇: 家长对双减的建议简短**

　　不要以为学校都给减轻学业负担了，是不是孩子在家里就不需要再额外学什么了，我个人认为虽然实行双减政策，但中高考制度并没有减掉。孩子回家到睡觉前有好几个小时的时间，那这段时间没有了作业任务让孩子做什么，多大的孩子他毕竟是个孩子，他也许看不了那么深远，但作为家长你心中得为孩子做长远的规划。具体点儿说：对于小学生，我个人认为不一定要在成绩上非得答多高的分数，但在小学阶段一定帮孩子养成良好的学习习惯，培养孩子学习的兴趣，反过来讲，孩子如果有了学习兴趣和良好的学习习惯，那他的学习成绩往往也不可能差；初中、高中在小学培养好学习习惯和兴趣的基础上，培养孩子自学的能力，最好买带详细解析的练习册，让孩子自己做完后对答案，找出错题再看解析尽量自己研究，实在研究不明白再去问老师。鼓励孩子听网课和查资料，不要一有什么不会的内容就找老师补课，让孩子依靠老师的讲解学习，那样他到大学就玩不转了，大学听课是一方面，但最主要的是靠孩子自学，上网搜和图书馆里查资料，所以一定要培养好孩子的自学能力。

　　家居环境要卫生整洁、可以适当地养一些绿植，既可以净化空气又可以美化环境，孩子学习累了看看对眼睛还好。把书房利用好，书架上放一些针对自己孩子需要高品质的课外读物，然后父母不要把自己在工作中的不良情绪带回家，进入家门后女人就明确自己的身份是一个妻子和母亲，同样男人也该明确自己的身份是丈夫和爸爸，父母要和谐快乐的相处，让孩子感觉父母是相亲相爱的，并且父母都爱他，在关爱和家庭和睦中长大的孩子一般不容易产生逆反。

　　然后，还要为孩子营造一个浓浓的学习氛围，孩子学习时父母在家尽量不要看电视和玩儿手机，应该陪孩子一起看书学习，孩子学累了给孩子拿点奶喝或切点水果吃，让孩子感觉到他不是一个人在孤军奋战，而是一家三口在一起努力，而不是流于形式的告诉孩子你好好学习去吧，然后家长看电视的看电视、玩手机的玩手机，言传不如身教，你让孩子学习你家长也得学，你不让孩子玩手机那你家长就决不能玩，家长要以身作则。

　　不要拿自己家孩子和别人家孩子比，别人家的孩子再好再优秀和你一点关系都没有，要学会欣赏自己的孩子，看到孩子做得好的地方要及时地进行表扬和肯定，每个孩子都是独一无二的，而不是流水线生产的千篇一律的，要学会尊重孩子的个体差异性。

　　孩子做错事儿时，家长不要上去不管三七二十一就一通批评，先冷静下来让孩子自己说，如果在说的过程中他就意识到自己错哪了那最好，如果没有意识到，这时候家长再帮助孩子纠正错误，耐心点儿，千万不要动手打孩子，也不要骂孩子，气头上给孩子随意贴标签，像你怎么这么笨呢、你傻呀这样的话千万别说，孩子再小他都是有自尊心的，家长要学会尊重孩子。

　　还有要抽时间与孩子多交流，不要以家长的身份与孩子交流，应该像一位朋友那样和孩子平等的交谈，聊聊孩子学校和班级里的事儿、孩子喜欢的名人、孩子喜欢听哪个老师的课、孩子的好朋友们等等……当孩子无意说到他在学校犯的错误的时候，家长不要马上变脸指责，听他讲完然后再心平气和顺便说一句，咱以后注意点儿别犯这样的错误了，然后你根据孩子的讲述判断错误的性质和严重程度，和老师沟通帮助孩子一起指正，如果孩子一提到学校里做错的事，你马上就批评指责，那孩子以后啥也不和你说了，到时候你想问人家都不告诉你，就是你先要让孩子感觉到你是尊重和欣赏他的，他才愿意与你交流，在交流的过程中你注意发现问题，然后再用合适的方法帮助他改正，如果你作为家长做错了、误解孩子了，你一定要正式地像孩子道歉，平时生活中允许孩子和你开玩笑，晚上睡前和孩子互道一句晚安，不要小瞧这一句晚安，你们每晚互道晚安是一种很暖心的交流。

　　孩子每天十了个小时在学校里度过，家长不能把孩子送到学校后就算完成任务了，你得了解孩子在学校的表现，那就得通过老师，你的任务是管理你自己家的一个孩子，老师得管理几十个孩子，所以家长要主动与老师尤其是班主任老师勤沟通，发现孩子不好的苗头马上要想办法制止住，还有你鼓励孩子一句孩子学习都挺有动力，要是老师在合适的时候及时鼓励一下，那效果就更好了，所以说，家长要与老师保持联系，教育孩子要家长和老师一起配合。

　　家长一定要多读书和学习，除了多读一些跟教育孩子相关的书籍，还要广泛大量的阅读；有机会多向把孩子教育得比较优秀的家长取经，争取让自己的孩子少走弯路。还有多听新闻了解国家的形势，和孩子聊天的时候也许会谈到国家大事，不要让孩子觉得爸妈什么也不知道，在他面前要让他觉得我的父母知道的真多，这方面让他信服你，在涉及学习方面的事儿，你说他时他才会更听你的。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找