参加家长会后的心得体会

 “双减”政策的公布与实施，虽然为“超速”中的教育状态按下了暂停键，但是作为一年级家长的我感到格外焦虑，担心孩子在超速教育中落后。我应该要做什么，如何做才是对孩子最后的方式呢？今天学校开展的“双减”我们如何应对犹如及时雨，为我答疑解惑，以下是我参加培训后的感受和信得以及后期的改善：

1. **做好家校配合，及时反馈、及时解决**
2. 沟通是配合的前提，关注并了解老师发布的学校信息、家庭作业以及完成方法，我们家长要做的就是不折不扣地完成，学习方式方法，不要过分解读其中的意思。有问题及时与老师沟通、反馈、解决，我们的目的只有一个——能让孩子更好地融入学校的学习生活；
3. 了解孩子在学习和同学相处过程中开心或不开心的事情，通过沟通了解孩子的内心世界，在这过程中所遇到的困难和疑惑我可以为之分担和解惑。及时发现问题和老师进行反馈认为重要的讯息和情况，及时解决问题，为孩子营造和谐美好的学习氛围。
4. **“双减”后应该丰富孩子的内心世界**

 担心孩子跟不上小学学习进度，我提前一年让他学着练字、做口算、做应用题等等，提前进入小学学习过程，提前教育是现在普遍的不良现象，我也不能幸免，淡然处之。通过今天的培训，我也学到了很多：

1. 可以走出我们的生活的舒适圈，去相对艰苦的地方体验生活，让孩子体验“汗滴禾下土，粒粒皆辛苦；
2. 也会安排他喜欢的太空星系活动、展览，学他真正喜欢的兴趣生活，不在把我认为有用的兴趣加注在孩子身上，让他自由发挥吧。
3. **亲子陪伴和阅读**

 亲子陪伴和早期的绘本阅读在两个方面我是一直在坚持完成的事情，只是我从开学前的家长会后做了以下两点改变：

1. 增加了早读的时间，每天10-15分钟，大声的朗读，拼读；
2. 每天晚上我们阅读新的故事绘本，让他把其中有意思的情节和自己的理解讲给我听，我们一起探讨和研究；

今天过后我想增加一点改变：

1. 在阅读后我们各自回顾并讲讲当天发生的让我们开心的事情和不开心的事情，让孩子能得到心情释放和舒缓，进行正确的引导。我们在做什么，想什么也要让孩子知道，让他体会一样的情感，让他知道我们是平等，互爱的。

 引用一句名言：“有了坚持不一定成功，但没有坚持，就注定失败。对于成功，坚持的塑造必不可少！”我会努力坚持做好一名优秀合格的妈妈，相信我的孩子也会成为一名优秀善良的人才。

 一（8）班 蒋铠妈妈

父母是原件，家庭是复印机，孩子是复印件。做一个“三心二意”的家长很有必要！

1. 一颗陪伴的心。陪伴是最长情的告白，我特别认同陈霞老师说的做一个内心富足有爱的孩子，爱笑的孩子运气一定不会差！
2. 一颗责任的心。父母是终身职业，“双减”不是把孩子撒手给老师，而是润物细无声的责任。万老师分享17h工作瞬间破防，老师也有家庭也有生活！

3、一颗身教大于言传的心。放下手机拿起书本孩子才能爱上阅读；放下键盘踩着油门孩子才会爱上旅游。读书与旅行总有一个在路上！

二意便是多问孩子的意见，多听老师的建议！

都是第一次做父母，我们边做边学，与孩子一起快乐成长！

 二七班包雨宸妈妈董玉

 20210914

此次家长会分析了双减的意义，双减到底减的是什么？弄清楚这些，似乎打消了很多家长的焦虑。而作为家长的我在听的同时也进行了反思，我该如何配合学校和老师把孩子教育好，我该如何做好榜样，引导孩子走的更远。虽说好的孩子千篇一律，不好的孩子千奇百怪，我想最根本的原因还是在于家庭。孩子生在一个什么样的家庭决定了将来他是什么样的人。家庭教育和氛围就显得尤为重要。此次学习，我学到了很多，比如如何培养孩子的生活和学习习惯，我都一一记录下来，我将保持积极的态度与孩子共读，学习，运动，努力营造一个好的氛围。
  关于课后服务，最让我心疼的是老师，老师一天的课程下来已经很辛苦了，还要为孩子开展课后服务，他们爱我们的孩子胜过自己的孩子，为大家舍小家，值得敬佩，作为家长我十分感激。
  让我们一起携手努力，让花成花，让树成树，还孩子健康美好的童年。

三3班  郑烨妈妈

**“双减”之下，戮力同心**

 薛家实验小学 四3班 顾杨贝曦妈妈

首先感谢学校给了我们家长学习的机会，通过这次线上家长会活动，使我们明白了双减政策下，家长需要做什么，如何做才是高质量的陪伴。

通过家长会的学习，收获了很多，与大家分享：

1. 良好习惯，从小培养

小孩子的学习能力很强，养成良好的习惯后，一辈子都受益无穷。要做到这一点，家长需要从小培养，从点滴做起。比如说，今日事今日毕；比如说，按时完成作业，及时复习；比如说，要培养孩子上课专心听讲，每日独立整理书包的能力。在家长会上，万校长也提到了给书包减负。作为中年级小学生的家长，我也觉得校长说得很有道理，要让孩子学会整理书包，知道按照课表准备书本，明白书包、桌肚整齐有序的重要性。古人云：一屋不扫何以扫天下。我觉得，书包不整理何谈学习。桌肚整洁的孩子，在学习做事上才更会安排，知道怎样更快更好地完成学习任务。

1. 以身作则，用心陪伴

 在顾校长、万校长和陈老师的分享中，都提到了“用心陪伴”的重要性。孩子成长阶段的大部分时间都是在家庭生活中度过的。家长的一言一行，一举一动都在影响着孩子，所以很多时候给孩子立规矩，家长首先要守规矩。我反思了自己平时对孩子的教育，不由得汗颜。孩子的优秀离不开家长的用心陪伴。平时工作繁忙，对自己的孩子反倒丢失了耐心，这方面作为家长的我做的很不好，看来要好好改变自己了。

1. 终身阅读，永久学习

这次家长会，印象最深的就要说到阅读了。新课改之下，大量阅读是我们家长读到的最多的课改亮点。我特地去查阅了相关资料，其中提出到孩子小学毕业，课外阅读总量不少于100万字。这样的数字是惊人的，需要孩子从小培养阅读的兴趣。作为家长，我非常注重孩子的阅读培养，从她幼儿园起，我就坚持亲子阅读，我一直认为阅读可以拓宽孩子的视野，塑造孩子的个性。通过家长会，我也明白了到中高年段，我们家长可以从亲子阅读走向各自阅读。孩子看到爸爸妈妈在看书，也会自然而然地捧起一本书。

1. 课后服务，家校齐心

通过万校长的细致讲解，作为家长，我们充分了解了学校的课后服务设置情况，也让我们对孩子在课后服务的活动有了明确的概念。孩子能在学校老师的指导讲解下完成作业，参与学校的各项社团活动，我们也更加放心、安心。感谢老师的辛苦付出，我们也将积极参与，让学校的培训教研活动如期举行。

总之家长会让我明白了以前教育上的一些误区，让我受益匪浅，相信通过家校共同努力，把孩子培养成为有用人才，感谢学校，给我们这么好的学习平台！

家长会心得

9月14日晚参加了薛家实验小学的线上家长会，在疫情防控的情况下，学校采取了线上会议的形式，请了三位名师给大家讲解如何正确理解实施国家的双减政策，这样的会议给家长带来了教育孩子的理念，同时会议形式给大家带来了方便，真是非常的棒！

双减政策一下来，有的家长直呼万岁，终于可以当甩手掌柜了，有的有些焦虑，担心孩子回家后彻底的放飞自我，作为孩子母亲的我，也是诸多的不安。

通过三位主讲老师的分享，我的心里有了谱。首先我们要减少焦虑感，以平常心去应对。双减，减的是课外辅导培训负担和作业负担。作为家长，我们的责任一个都不能少，这样才能让学校教育和家庭教育相辅相成。其次，在双减下需要我们家长要高质量的陪伴孩子，做好家庭教育和生活教育，促进孩子的身心健康。最后双减下需要我们家长培养孩子的独立性，加强孩子的自控力管理，养成良好的生活和学习习惯。

三位老师的分享让我受益匪浅！相信在学校和家长的共同教育下，我们的孩子会越来越优秀！

 五（3） 班 李乐轩妈妈

我是六年级1班邱锦灿同学的家长，我们很高兴参加薛家实验小学的全校线上家长会，这次家长会的主题是“双减”我们该如何应对？首先非常感谢顾校长的精彩分享，让我深刻理解了“双减”政策的意义，进一步明确了家长需要怎样的正确观念来如何进行高质量的陪伴。分享的一些具体的做法，让我们有了足够的信心和充分的准备来尽责，尽心，尽力做好家长工作。
  接下来在万校长讲述中我们了解到了老师在学校怎样进行的课后服务，丰富多彩的课后服务课程设计，让孩子们在德智体美劳能全面得到发展，深切感受到学校的重视，老师们的专业精神深深打动了作为父母的我们，也让我们真心愿意与老师们并肩前行，双方理解支持配合老师的工作，让我们的孩子健康快乐的成长。
   最后聆听了陈霞老师教育孩子成长道路上的丰富经验，收获颇多，知道了培养自信大方有主见内心富足的孩子，良好的生活和学习习惯很关键，其次是阅历：除了阅读万卷书还需要行万里路，比如多参加结合实践教育活动能让孩子感受感悟到他自身的价值和成长的目标方向，让我们产生了很多的共鸣点，指引我们以后更好地培养他成为一个幸福的普通人！

六年级1班邱锦灿家长