

读书时间表第三集心得体会(汇总8篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

读书时间表第三集心得体会篇一

近年来，越来越多的人开始关注于阅读的重要性，许多读书时间表也应运而生。其中，尤为重要是《读书时间表》第三集，它不仅为读者提供了更多精彩纷呈的阅读内容，更是探讨了如何合理规划读书时间的方法。在看完这一集后，我深感受益匪浅。

首先，这一集给我留下深刻印象的是读书时间的分配。在过去，我常常抱怨自己没有足够的时间阅读，而《读书时间表》则为我提供了解决问题的方法。通过分段式的阅读，我可以将阅读时间合理地安排在每天的工作和生活中，而不是采用片段式的阅读，平添斤斤计较的压力。我发现，这样的阅读方式不仅不会让我感到枯燥乏味，反而更能让我投入其中，享受阅读带来的思考和趣味。

其次，这一集教会了我如何快速有效地提升阅读效率。在繁忙的生活中，我们往往无暇顾及太多，但《读书时间表》告诉我们，只要学会筛选阅读材料的方法，我们就能更有效地吸收知识。力求“读万卷书不如行万里路”，通过选择适合自己的阅读领域，我们能够更深入地了解自己感兴趣的领域，并在实践中不断积累经验。

第三，这一集也深入探讨了如何克服阅读中的困难和障碍。阅读过程中常常遇到各种各样的困扰，例如读书时间不够、阅读材料难度大、理解能力不足等。《读书时间表》第三集

中给出了很多宝贵的建议，如定期设立挑战性阅读目标、通过划重点和总结来加深记忆等。这些方法不仅提高了我的阅读理解能力，也增加了我的耐心和毅力。

第四，在这一集中，我还学会了如何提高阅读的深度和广度。我们常常说，“好读书不求甚解”，然而《读书时间表》却向我传授了更多深入解读的方法。通过对经典作品的阅读、研究，通过与他人交流和讨论，我逐渐掌握了提高阅读深度的技巧。同时，通过对跨学科读书的尝试，我也拓宽了自己的阅读广度，发现了不同领域的知识的相互联系。

最后，在这一集中，我体验到了阅读的乐趣和收获。在阅读的过程中，我常常陶醉于文字的魅力、故事的起伏、知识的丰富。而通过《读书时间表》的指导和启发，我的阅读能力和品味逐渐提高，我开始更加多元化地选择阅读材料，充实自己的知识储备。我发现，不仅是阅读本身的乐趣，更是读书带给我的精神享受和成长。

总结起来，《读书时间表》第三集让我受益匪浅。它不仅告诉我如何合理规划时间，提高阅读效率，克服困难和障碍，而且教会我如何提高阅读的深度和广度，体验阅读的乐趣和收获。感谢《读书时间表》第三集，它不仅是一本指引我走向书海的地图，更是我心灵成长的伙伴。我相信，只要不断努力，读书将成为我生活中最重要、最丰富的一部分。

读书时间表第三集心得体会篇二

导语：《千年包公》第三集《以民为本》，通过“断牛舌案”、“匿金案”、“陈州折变”、“不持一砚归”等历史故事，说明包拯以民为本，把百姓利益放在心上的为官为政思想。对贪官污吏铁面无私，对百姓却心怀柔情厚意，他把百姓放在心上，所以一千年来，百姓把他也放在心坎里。下面小编为您推荐千年包公第三集心得体会，感谢阅读！

包公，一个震古烁今、世代传颂的名字。在中国老百姓的心目中，包公集清官、忠臣、名探、神祇于一体，成为公平与正义的化身，是万民景仰的“包青天”。在民间传说、戏曲舞台和影视剧中，他不仅秉公执法、断案如神，还能上天入地、服妖降魔，代表着中国民间传统中的最高人格化期许，千百年来，无人与之比肩。

然而，历史上真实存在的包公到底是一个什么样的形象？为什么他在华人世界享有如此崇高的地位？他对后世的影响为何如此之久之大？今天上午，在合肥包公祠举行的三集高清纪录片《千年包公》首映式上，来自北京和安徽两地的各界人士分享了该片带来的震撼和启迪。

第一集《清心直道》，通过包拯青少年时期真实的故事、包拯出仕时明志诗，介绍包拯清正廉洁刚正不阿个性形成的原因；通过包拯家训以及包氏后人对他的怀念，突出包拯的清正廉洁的家风与精神至今仍有深刻影响；通过同时代的官员刘筠对他的影响，呈现北宋仁宗时代的社会政治环境。点面结合，有理有据。

第二集《铁面无私》，叙述包拯任监察御史及开封府尹等官职时，不畏权贵，弹劾贪官污吏及皇亲国戚的故事，其中以“七弹王逵”、“六弹张尧佐”与“断冷清案”最为精彩，在真实历史文献基础上，用影视剧手法进行再现，突出包公铁面无私、不畏权贵、执法如山的可贵精神。

心坎里。通过再现真实的包公故事，寻访包公精神的当代体现，力求在观众心里树立一位真实可信的清官而非戏说的包公形象。

北京故宫的包公像则白脸，可神化和戏化把包公一步步地变成了黑脸，那么历史上真实的包公到底是什么性格的人呢？通过看了纪录片也明白了。曾经看过有关包公的资料说是包公有个外号叫包弹，说的是七弹王逵，六弹张尧佐的事，包公

他不畏权贵，铁面无私。

包拯当监察官和谏官共计五年半的时间，他一共弹劾了61名各级官员，这是他的一生中重要而闪光的经历。《千年包公》(第二集 铁面无私)还说包公他在庐州(今安徽合肥)任职两年中，官声极好。中国社会科学院历史研究所卜宪群研究员说：“当官如何教育自己的子女和亲属，历朝历代都是个很重要的问题，当官不但要管好自己，还要真心实意地管好亲属，更主要的是要管好家人，管好家人和亲属，情不能越法、情不能越规、情不能越纪。”一千年过去了，“外甥有理打得舅”传成了佳话也演变成了一个成语。

原来传说中说是包公担任知府时，到任就会把府堂上的匾额换成“明镜高悬”、“国法无亲”的匾额。还说包拯打舅舅人们认为是不论亲属亲人违法照样严罚杖责。也有人认为，包拯这样做只不过是“聋子耳朵样样子”，俗话说，“亲为亲，邻为邻，官老爷维护的是自家人”。

其实，包拯照样杖责他舅舅，而且对那些拒不认错，也不思悔改、贪赃枉法以及任职过程中没有作为的官员也是毫不宽容。包拯打舅舅可以认为是忍无可忍，但更重要的也是为了维护国法，执法严明，严惩亲人非法行为，还在公堂上打了他舅舅的板子。于是这样就流传下“外甥有理打得舅”的民间美好传说。但是，这并不是说包公无情，然而这正是国法无情也无法容忍的。

当然，我们并不是鼓励外甥真的对舅舅动武，在中国传统优秀文化中，上下辈份间的尊卑是十分严格的，却出现了包公打舅这样的事情，是不是有些不伦不类。其实不是，这正是实际生活中情理对于伦理关系的补充和修正，它同样也闪耀着亲情光辉。因此，长久以来，这个故事一直流传并受到人们的喜爱。这也正是包湾人们常说的‘先除里，后除外’，打铁先要本身硬啊！

读书时间表第三集心得体会篇三

读书是一件让人沉迷其间的事情，它能带给我们无限的乐趣和启发。在《读书时间表》的第三集中，我又找到了一些关于读书的新见解和心得体会。通过这一集，我更加深入地理解了读书的意义，明白了如何更好地利用读书的时间，以及书籍对我们生活的积极影响。

第一段：正确认识读书的意义

在这一集中，《读书时间表》主持人强调了读书对我们生活的积极影响。他告诉我们，读书可以帮助我们开阔思维，增强专注力，培养想象力和创造力。通过读书，我们可以学到更多的知识，了解不同的文化和思维方式。这些都是对我们人生发展十分重要的因素。通过这次观看，我更加深入地理解了读书对我个人的意义，也进一步激发了我读书的动力。

在这一集中，主持人分享了一些关于如何合理安排读书时间的方法。他告诉我们，不要等到有大块的时间再开始读书，而是应该利用零碎的时间段，比如上下班路上的时间、午休时间等，来读书。此外，他还强调了宁愿早起一小时的重要性。这样一来，我们可以利用清晨这段安静的时间，专注地阅读。通过主持人的分享，我领悟到时间的合理利用对于读书的重要性。从现在开始，我会更巧妙地利用零碎时间段，让读书融入到我的日常生活中。

第三段：书籍对我生活的积极影响

在这一集中，主持人分享了自己从书籍中获得的乐趣和启发。他说，书籍是他的灵感源泉，也是他成长路上的良师益友。通过书籍，他学到了更多的知识，有了更广阔的眼界。同时，书籍也带给他深刻的思考和情感的触动。通过这一集，我深深感受到了书籍对我的生活所带来的积极影响。每当我读一本好书，我能感受到思维的开阔，并从中汲取思考的营养。

此外，书籍也带给了我无尽的乐趣和享受。

第四段：培养阅读的习惯

在这一集中，主持人强调了培养阅读习惯的重要性。他分享了一些自己的读书心得和方法。他强调了创造一个安静的阅读环境，以及设定一个读书目标的重要性。同时，他也提醒我们要保持阅读的兴趣，不断寻找适合自己的书籍。通过观看这一集，我明白了培养阅读习惯需要付出持续的努力。我决心按照主持人的建议，营造一个安静的读书环境，设定每天阅读的目标，并且继续保持对各种类型书籍的兴趣。

第五段：反思与展望

通过观看这一集，我意识到读书不仅是喜爱，更是一种责任。我们应该珍惜每次阅读的机会，从中获取知识、智慧和乐趣。同时，在我之后的读书过程中，我也会更加注意合理利用时间、培养阅读习惯和不断探索新的书籍类型。读书时间表的第三集对我来说是一次全新的体验和启发，它让我对读书的意义有了更深刻的认识，也为我今后的读书之路指明了方向。

读书时间表第三集心得体会篇四

然后静止，静止，

等待，等待，

我可以逃走，我也可以留下，

爱情劈面而来，

但是，它会留给我们选择的机会……

情节似乎并不复杂，虽然其中包含了多角恋情。邹月痴爱林

启正，甚至为他自杀。她选择了在情人节的夜里，泡在撒满玫瑰花瓣的浴缸里割腕自杀，企图让他见到自己美丽的死相。可是她没有死成。

这个万人迷林启正既有钱又才貌双全，他为了巩固自己在家族的地位追求更有财力的富家独女江心遥，这位美貌善良女孩，这位外单纯实则洞悉一切的女孩。可是，后来林启正和邹月的姐姐邹雨相爱了。

世界上浪漫的爱情只有两种，一种是电视剧里的爱情，不论多么肉麻，都可以让你看得掉眼泪，另一种是自己正在经历的爱情，即使对方是只猪，你也可以痛苦到彻夜不眠。但是你要知道，别人看你为爱痛苦的样子，只会暗地里笑你是个傻瓜，没有人同情你，更没有人祝福你，大家只是站在旁边看好戏，包括那个不爱你的男人。这就是文学和现实的距离。

《第三种爱情》，对于我们来说是文学，而对于邹雨来说是现实。

千般恩爱之后，邹雨总要面对现实的。

面对现实的力量来自三个方面：

邹月的死，那样惨烈。曾经在我的心中掠过一丝同情，但很快就消失了。且不论爱是否符合伦理道德，爱至少是双方的，而邹月却把自己的一场白日梦强加给林启正，并因此而恨透了邹雨。如果都这样，那刘德华等女性偶像即使娶千妻万妾也能满足社会的需求啊。

林启正和邹雨的爱是真诚的，是双方的。可是这爱真的纯得毫无瑕疵吗？

面对现实的力量还来自第三方面，那个单纯得有些弱智的江心遥。有时候，低估别人的敏锐就是错误的开始。也许林邹

爱情的一切，江心遥都了如指掌，但她聪明地隐忍，最终如愿地成了唯一的赢家。

我原以为，世界上浪漫的爱情只有两种，一种是电视剧里的爱情，不论多么肉麻，都可以让你看得掉眼泪，另一种是自己正在经历的爱情，即使对方是只猪，你也可以痛苦到彻夜不眠。

但是，现在我才知道，还有第三种爱情，这种爱情，每个人都知道，每个人都感动，每个人都守口如瓶，每个人都讳莫如深。它是一条暗涌的河流，奔腾不止，泥沙俱下。

这是小说的结尾，无声却痛彻肺腑。仿佛，作者想告诉我们什么，我们也伸出虔诚的双手去，却什么也没能捧回来。

仿佛，这是个问题；仿佛，有两条路可以选择。

其实，人生的路，有且仅有一条……

读书时间表第三集心得体会篇五

读书是一种享受，也是一种学习的方式。然而，当我们有了读书时间表这样的指导工具后，我们就能更好地规划自己的阅读时间，以便更加高效地吸收知识。最近，我阅读了读书时间表第三集，对其中所传达的思想深感启发，有了新的认识和体会。

在读书时间表第三集中，作者首先强调了“每周读书日”的重要性。这种设立读书日的方式，有助于我们养成每周阅读的良好习惯。在这一天里，我们可以将阅读时间从繁忙的日常生活中解放出来，将更多的精力放在读书上。这样一来，不仅能提高我们的阅读效率，还能增加我们的阅读量。通过每周读书日，我认识到时间的合理安排和管理是保证阅读质量和量的关键因素。

其次，读书时间表第三集提到了“读书目标”的重要性。在我们制定读书时间表时，要对自己的阅读目标有一个明确的规划。比如，我们可以制定每个月要读完几本书，或者每个月要读完某个专业的书籍。通过设立具体的阅读目标，我们能够更加有针对性地进行阅读，提高我们的学习效果。而且，当我们达到这些目标时，会给予自己一种成就感，进而激发持续学习的动力。

另外，读书时间表第三集还提到了“时间碎片”的利用。在日常生活中，我们难免会有一些零散的时间，比如等车、排队等。正是这些看似碎片化的时间，可以被我们巧妙地利用起来。首先，我们可以把一本小说或者一些课外读物放在包里，随时可以拿出来读。其次，现在有许多移动端的阅读软件，可以充分利用碎片时间进行电子书的阅读。通过合理规划碎片时间的利用，我们能够提升自己的阅读效率，有效地利用零散时间。

随后，读书时间表第三集还讲到了“有计划地与书籍互动”。这是一个非常重要的环节，有助于我们更好地掌握书中的知识。在读书的过程中，我们可以用笔在书中进行批注，记录下自己的理解或者思考。当我们再次翻阅这本书时，可以通过读书笔记，更好地复习和回顾所学内容。此外，我们还可以与书中的文字进行对话，思考其中的问题，从而更深入地理解书中的知识。这种有计划地与书籍互动的方式，帮助我们更好地消化、吸收和运用所读到的知识。

最后，读书时间表第三集还提到了“分享与反思”的重要性。读书不仅是一种个人的学习方式，还可以成为与他人交流的桥梁。通过与他人分享所读书籍的心得和体会，我们能够拓展自己的思维，从不同的角度看待同一本书。同时，我们也可以从他人的反馈和观点中获得更多的启发和新的见解。而反思是读书的另一个重要环节，通过反思自己的阅读过程，我们能够更好地总结经验教训，进一步提高自己的阅读能力和效果。

通过阅读读书时间表第三集，我深刻体会到合理规划阅读时间表的重要性。通过设立每周读书日、制定明确的读书目标、利用时间碎片、有计划地与书籍互动，以及分享与反思，我们可以更加系统、高效地进行阅读，提高自己的学习效果。我相信在今后的阅读中，我会更好地借鉴这些方法，使自己的阅读质量和量得到进一步提升。

读书时间表第三集心得体会篇六

在共和国的年轮上，我们渡过了漫漫的100年历史长河，中华人民共和国成立100年，在中国共产党的领导下，在社会主义现代化建设中共，凝聚了14亿多人民的智慧和力量，创造了令世人瞩目的业绩，这是实践探索的100年，是阔步前进的100年，是辉煌胜利的100年，我们送走了一个100年，并将迎来又一个充满希望的未来。我们从昨天走到今天，又从今天走向明天，今天，是历史的交叉点，也是历史的大看台，在这个历史交叉点上，以深邃的历史眼光，既回头看看我们是如何创造光辉的过去，又向前看看我们该如何开辟美好的未来，使建设有中国特色社会主义的步子走的更快更坚实。

100年来，中国共产党由小到大，由弱变强，领导中国人民冲破重重难关，夺取了革命斗争和经济建设的一个又一个胜利。中国共产党坚持以马克思列宁主义、毛泽东思想、中国特色社会主义理论体系为指导，领导全国人民改革开放，奋斗进取，全面推进中国特色社会主义现代化建设，综合国力显著增强，取得了举世闻名的成就。可以说，中国共产党的历史，就是十一届三中全会以来，以邓小平同志为主要代表的中国共产党人，总结建国以来正反两方面的经验，解放思想，实事求是，实现全党工作中心向经济建设的转移实行改革开放，开辟了社会主义事业发展的新时期，逐步形成了建设有中国特色社会主义的路线、方针、政策，阐明了在中国建设社会主义、巩固和发展社会主义基本问题，创立了邓小平理论。在邓小平理论的指导下，国家生产力迅速发展，中国由落后走向繁荣，人民生活达到小康水平。

历史，是一个绵延不断的过程，是不能割断的。历史承载着我们的过去，蕴含这对于未来的启迪，中国人民正在从事建设有中国特色社会主义的伟大实践，这就是一个历史发展过程，这个历史过程既有阶段性，又有继承性。过去的100年我们有成功也有失误，有顺利也有曲折，有经验也有教训，这一切都必须认真加以总结，总结，要提倡实事求是的态度，即冷静的看待过去，客观的评估的是，辩证的判断是非。总结，又要坚持以科学理论为指导，用马克思主义的立场，观点，方法，对既往的时间进行认真的审视，思考，分析，下一番去粗取精，去伪存真，由此及彼，由表及里的真功夫，努力探索一切经得起时间和历史检验的内在规律，这样，才能有助于我们吸取历史的养分，提高认识能力和时间能力，在今后工作中增强自觉性，预见性和主动性。

中国特色社会主义建设和改革的全部历史证明了一条颠扑不破的真理，发展才是硬道理，解决中国一切问题的关键在发展，发展是中国共产党执政兴国的第一要务；又要发展，就必须坚持以人为本，努力实现经济社会全面协调可持续发展的科学发展观。总的来说，我们党在发展问题上是经受住了历史和时间的检验的，我们党经历了长期的曲折探索，通过科学总结正反两个方面经验，终于确认中国处在社会主义初级阶段，开创了中国特色社会主义伟大事业，并在改革开放和社会主义现代化建设中取得了举世瞩目的辉煌成就，但是，在实现全面建设小康社会宏伟蓝图的上，还有许多风险，挑战和考验，无论怎样，我们都要在发展中解决问题，都要在坚定不移的依靠社会主义制度的优越性的发展中，在坚定不移的推进改革开放的发展中解放思想，实事求是，与时俱进，求真务实的精神，不断解决前进中的问题。只有这样，我们才能打牢党的执政基础，不断把党的前进性建设推向前进。

在这建党100周年之际，我觉得是时候说了。我们伟大的中国共产党，100年的磨练，100年的奋斗，100年的操劳，您辛苦啦！您的光辉业绩将永载史册，也将永远印在我的心中。生日到了，送上我最诚挚的祝福，祝您永葆青春，繁荣昌盛！

读书时间表第三集心得体会篇七

达尔文最著名的作品享誉世界，一本《进化论》，让人类千百万年的进化历程跃然纸上。人类，由最初的弱者变成了地球上的王者，人类改变了整个世界，也创造了文明。

自古，人们便重视着“黑色文明”——工业，“黄色文明”——农业，可却偏偏忽略了一个最重要的支点——绿色生态文明。

常听老人辈人讲，多少年前，家乡是树木成行，处处成荫。可就是这几十年光景，就都变以，再没有那成行青松，再没有那处处可荫。站在天台放眼望去，满眼都是林立的高楼，耸立的烟道，还有阵阵漆黑的烟雾，没有宁静的清晨，每个人都是伴着车笛声醒来，城市里，那绿色的身影几乎消声灭迹。

绿色生态文明不仅指植物，更有与我们同住地球家园的朋友，在北京南海子麋鹿园中，有一组动物灭绝年代顺序的石碑。共176块，其中145块已经倒塌，而在这组石碑的倒数第三块上，刻着两个鲜红的字——人类。这组如多米诺骨牌一般的石碑，撞击着每个人的心。人类自诩为“高等生物”。随意践踏地球上其它生灵，如果有一天，绿色生态系统被彻底破坏，人类也将如我国早已灭绝的犀牛、野马一样，不复存在！

践行绿色生态文明，不仅是拯救珍惜野生动植物，拯救我们的地球母亲，更是在拯救明天的人类，《进化论》仍在书写，未来一切都是未知，但我们有能力在今天践行绿色生态文明，让明天的世界变成绿色的家园！

读书时间表第三集心得体会篇八

深圳是个美丽的城市，可是环境污染却令人担忧。

深圳的环境污染按环境要素分有：大气污染、水体污染、土壤污染。按人类活动分有：工业环境污染、城市环境污染、农业环境污染。按造成环境污染的性质、来源分有：化学污染、生物污染、物理污染、固体废物污染、能源污染。所以深圳的污染很多。

深圳市政府为了保护环境，建了11座污水处理厂，另外还有5座污水处理厂正在修建中。深圳市的排水管长6222公里，全市生活垃圾无害化处理率为81%，主要饮用水源水库达标率96.75%。

为了保护环境，我们要节约用纸，能用毛巾代替就用毛巾代替，尽量不用一次性碗筷，扔垃圾要分类，电池要扔进专门的废电池回收箱，将旧练习本中未用完的纸订起来做草稿本，还要多种植物。

我希望未来的深圳，河水清澈见底，天空湛蓝深远，空气清新甜润。