

最新数列的感受与心得体会(汇总7篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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。

数列的感受与心得体会篇一

子曰：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”意思是说：学习知识或本领，知道它的人不如爱好它的接受得快，爱好它的不如对其有兴趣的接受得快。为了激发学生的学习热情，实施趣味教学，我首先利用一个初中自然学科中的“细胞分裂”的问题以及银行的一种支付利息的方式——复利（把前一期的利息和本金，再计算下一期的利息，也就是通常说的“利滚利”，其计算公式是：本金和=本金（1+利率）ⁿ。引入新课。然后，再由浅入深，由低到高地设置了三个层次的问题，逐步加深学生对等比数列定义及其通项公式的记忆和理解。在教学过程中，我采用了发现式教学法、分组讨论法、类比分析法。在学生练习过程中，我以游戏抢答方式、分组竞争方式，使课堂气氛较为活跃。针对职高学生的实际情况，我对教材的引入、例题、练习作了适当的补充和修改，增强了学生的学习兴趣，也提高了课堂教学效果。在课堂上还是有少数学生参与不够积极，回答问题比较被动，还需要加大力度调动学生的学习积极性和主动性。

教学建议：

- 1、从学生的提问和老师询问中我们发现，有的学生对“通项公式”理解还不到位，首先他们不知道通项究竟是哪一项，因此，建议老师在讲解数列的概念时就可以换一种说法来解释

“通项”：例如说通项就是一个数列中“普通的项”，“一般的项”，也就是“任意的一项”。

2、公式的推导过程还是按等比数列的定义，用代入的方式一步一步推出比较好，即能紧扣“后项比前项等于常数”，结果又能令人信服。

3、学生似乎有一种定向思维：数列只能从小变到大，为改变这种思维模式，还可以增加一个公比为的例题。

4、学生的积极性还不够，本节课前老师准备的提问、问题思考及习题让学生参与到课堂教学中来，充分的体现了“以学生为中心”这一主题，不过在教学内容的选择上还是有点偏少，最后一道思考题：已知一个等比数列的前4项是 $4, 16, 64, x$ 则 x 的值是多少？对大部分学生来说难度较大，学生应该难以完成，在今后的教学中还需进行适当的调整。

6、本节课的课件较为简单，板书比较清楚，步骤比较详细，对于职高学生来说较为适合。

5、本堂课内容只适合基础较差的职高学生。职业学校学生的基础比较薄弱，每一节的教学内容要适合学生的实际情况，最好是能将解题的步骤详细写出来，让学生严格按照步骤要求来解决问题。

数列的感受与心得体会篇二

等差数列是数学中非常基础和重要的一个概念，它的研究对于我们学习和理解数学有着重要的作用。这次观摩会让我更加深入地了解了等差数列的性质和应用，同时也启发了我对数学的学习和思考。下面我将就观摩会的内容和我的心得体会进行一一阐述。

首先，观摩会上老师详细介绍了等差数列的定义和性质。等

差数列是指数列中相邻两项之差相等的数列，这个差值称为公差。我们可以通过公差的大小来判断等差数列的增减规律，从而推导出它的通项公式。观摩会上，老师通过一些有趣的例题展示了等差数列的一些常见特点，比如 n 项和公式等，给我们直观地感受了等差数列的规律性。这让我认识到，在数学中，规律和性质的发现对于解题和应用都有着重要的促进作用。

其次，观摩会上还介绍了等差数列的应用。等差数列在实际问题中有着广泛的应用，特别是在金融领域。观摩会上，老师以银行的存款利息计算为例，让我们看到了等差数列的应用场景。通过等差数列，我们可以方便地计算出存款连续多年的利息总和，从而更好地管理我们的资金。这让我对等差数列的应用有了更加直观和实际的认识，也让我意识到学习数学不仅仅是为了应对考试，更是为了我们日常生活和实际问题的解决。

观摩会上，还有一些关于等差数列的拓展内容。老师给我们介绍了等差中项和等差数列的求和的拓展概念。其中，等差中项是指等差数列中任意连续项之和与这些项的个数之积相等的项，它的概念和性质让我对等差数列有了更深入的了解。而等差数列的求和则是通过公式推导和观察规律来计算的，观摩会上的例题展示了推导的过程和技巧，给我留下了深刻的印象。这些拓展内容让我对等差数列有了更全面和深入的认识，也让我认识到数学是一个不断扩展和深化的学科。

观摩会最后，老师总结了等差数列的重要性的学习方法。老师强调了数学学习的过程中一定要注重基础知识的掌握，等差数列作为数学的基础概念，是我们学习数学的重要基石。同时，老师还介绍了一些学习等差数列的方法和技巧，比如注重例题的练习和理解等。这让我感受到数学学习的重要性和方法的灵活性，也给了我在学习数学中更多的思考和尝试的空间。

通过这次观摩会，我对等差数列有了更深入和全面的了解。我明白了等差数列的定义和性质，体会到了它的应用和拓展内容，也听取了老师的学习建议和方法。这让我对数学学习有了更深刻的认识和理解，也增强了我对数学的兴趣和学习动力。我相信，在今后的学习中，我会更加注重基础知识的掌握，善于发现数学规律和应用，更加主动地思考和探索数学问题，为自己的数学学习打下坚实的基础。

数列的感受与心得体会篇三

时间过得真快，转眼间大学四年的学习生活即将结束。还记得报道时的炎炎夏日，还记得院长在联欢会上语重心长的话语。“你们是从东大的偏门进来的，四年以后我要让你们从东大的南大门走出去”。的确，为了他的这一句话，我为之奋斗了整整四年。这中间有喜有怒有哀有乐。现在回首这四年的学习生活，许许多多事情还历历在目。

学生的天职就是学习。学习是我四年生活的主线。我由一个普通的职中生一跃成为重点大学的本科生，这对我来说是人生中最大的喜悦，同时如何跟上重点大学的教学进度也一直是我最担心的。

虽然没有表达出来，却一直在我脑子里浮现。

与那些从高中考上来的学生相比，他们大多是从县城最好的高中考上来的。这样一比，我的信心几乎完全丧失。在以前的职中里我是矮子中的将军，充满了自信与自豪，到了这儿我的身份发生了显著的变化，变成了将军中的矮子。这让我自卑了很长一段时间。后来在军训中与其他系的学生一起军训，在交谈中，他们对我们充满了佩服：其一是觉得我们不容易，从那么多考生中脱颖而出。其二是我们大多是学校的佼佼者，在工作能力和自理能力方面较强，善于沟通。

这番评论虽然让我有了一丝安慰，但在学习上的忧虑还没有完全消除。院长毕竟是职教方面的专家，不失时机的给我们打气，从补课的第一天到开学典礼到不定期的见面，不断地给我们打气。

在前几届师兄们的事实面前，我深深地感受到，在学习上没有不可跨越的障碍，只需要不断的努力。

单从思想上重视还不够，还得从行动上着手。在这方面院里费尽了心思，提前补习我们欠缺的基础课，这让我从录取的喜悦中解脱出来，投入到紧张的学习中去。

这一段时间对我从一名职中生到重点大学的学生的转变有着巨大的影响。我发觉我的差距很大，产生了强烈的紧迫感，我不能掉队，我可以把距离缩短。

在你追我赶的学习氛围中，渐渐地增强了我的自学能力，同时一种适应大学学习的学习方法也渐渐地形成。后来院里又为我们安排高年级的学长介绍学习经验，帮助我们调整学习方法。借鉴别人的长处，克服自己的短处，让我们少走了许多摸索的弯路。

进入正式上课后，教师对我们的情况都非常了解，所有的教学方法和教学内容都作了调整。在教师的引导下，我做到课前预习、课上认真听讲，记笔记、课后系统复习，独立完成作业。

平时一遇到问题，就勇敢地去答疑(尽管有些问题问得比较幼稚)。到期中考试的时候，考试成绩不错。

虽然没有其他系的同学那么好，也总算能到自己的期望值，加上院长对我们的成绩又一次进行表扬打气，让我的士气更足了，就象打了一针“兴奋剂”。

到期末考试时我所有的课程都通过了，我这才松了一口气。后面的几学期我都这么做，紧紧地围绕教师的方法和要求，都取得了较好的成绩。尤其是大学一学年我还获得了奖学金。奖学金的精神奖励比物质奖励更让我兴奋。这是对我一年来学习的肯定评价。

到了大二的下学期，我全身心的投入到四级的决战中，参加了学校的培训班，每天都把英语作为自己的一顿饭。时刻不松懈。当时我担任班长，加之考试期间班上又出了点事，我在学习和工作未能合理调整，导致英语四级考了57分。这个成绩在我的意料之中，我一个暑假都没能安心，总结自己的薄弱环节，坚持每天记忆单词。

到了三年级我们搬到四牌楼校区，参加校外辅导的机会多了，我报名参加了恩波四级培训班。在xx年1月份的考试中通过了，我这才安心了。

后来我渐渐地放松了对自己的要求，主观地认为都大三了，老师不会为难我们，学习也没有以前那么认真了，结果三年级下学期的考试成绩让我后悔不已。

《计算机通信网络》不及格，这对我的打击太大了。第一，我为我放松对自己的要求，在学习上松懈感到后悔。第二为即将到来的毕业找工作感到压力非常大。

在四年级上学期，我不急着找工作，重修不及格的课程，并全身心的投入到技能训练中去。

这次我非常认真，在平时的训练中我一直感到危机感和紧迫感。直到最后考完试我的心才踏实下来，其实我所有的努力并不是为了一张高级工的证书，关键的问题是我要学到一些技术，这样我才能在以后指导学生技能训练中得心应手。因为我深知“杯水车薪”的道理。

由于我态度认真，平时训练有素，在技能考核中取得了优异的成绩。这是老师精心指导的结果。从这件事以后我把所有课程安排都看得非常重。正如当初学习基础理论一样。

无论是教育实习还是毕业设计我都全身投入，并且都取得了令我振奋的成绩。现在回首大学四年的学习生涯，虽然苦了点但却很充实，这四年的大好时光没有虚度。

坚忍不拔，勇于面对挑战的精神已在我身上根深蒂固，同时学习能力的形成和良好学习习惯的养成将使我终身受益。

在四年的学生生活中，我不仅努力提高自己的学习能力和不断接受新的文化知识，还注重提高自己的思想政治素质。

我积极要求上进，主动投身于理论文件讲话的学习，时刻以一名党员的标准来要求和衡量自己。在平时的学习中，我深深地体会到，共产主义人生观、世界观、价值观的确立和坚持不是一朝一夕的事情，也不是一劳永逸的事情，而是一个长期坚持不懈的艰苦努力的过程。

惟有不断地学习，用理论来武装头脑，努力在掌握理论科学体系上下功夫，在用理论来指导实际上下功夫，在改造客观世界的同时注意改造自己的主观世界。

为此，我积极参加党支部的组织生活，在学习理论和其他同志交流的过程中不断学习。党的意识在我的脑海中渐渐形成，并激励着我在实践中刻苦锻炼，加强党性修养，增强辨别是非的能力，增强政治责任感和使命感，开拓进取，艰苦奋斗，无私奉献为党和人民建功立业。

从群众中来到群众中去，我平时关心身边的同学，在思想上帮助他们进步，向他们宣传党的方针政策，使他们在思想上，行动上积极拥护党的领导，在学习上帮助有困难的同学，在生活上关心同学，让同学时刻感到党的关怀。

我一直注重个人工作能力的培养，在入学初我就加入了团总支的宣传部，做一个普普通通的干事，虽然我没有做出什么大的成绩，但这一段经历为我以后的工作都奠定了基础。

到大二我担任班长，这一年也是培养工作能力最关键的一年，这一年中我适当地减少了班级的活动，让同学们全身心地投入到英语四级的复习迎考中去。

针对班级同学的学习成绩成两极分化的现象，我主动找有关同学谈心，减少后进生心中的疑虑，同时将同学们反映的问题及时向有关部门和老师沟通，努力发挥好学生与老师，学生与学校之间的桥梁纽带作用。

班上许多同学以前都曾是班长，学生会主席，工作能力都很强，如果能把这些人的智慧都集中到班级的管理和班级发展中来，对班级的发展有着极其重要的意义。

在工作中我充当了一个协调者，主动征求这部分同学的意见，并把他们的意见落实到班级的日常管理中去，得到了较好的效果。

在平时的工作中，由于我考虑的比较周到，总支开会有统计什么都会由我来做，也正是由于把有的事情考虑的太细，缺少创新、打破习惯的勇气，致使没有能做出有影响的活动，这些缺点我将在今后的工作中不断改进，不管怎么说，一年的班长工作对我个人的影响挺大的，增强了我的心理承受能力，毅力，分析问题的能力等等。

此外，四年中我积极参加学校组织的活动，踊跃参与社会实践活动，并在实践中学到了一些课本上学不到的知识，在生活上我勤俭节约，并主动帮助身边有困难的同学。

毕业在即，回首四年的学习生活，我深深地体会到学院老师为我们的成材所付出的艰辛劳动，在此我要向他们表示深深

的谢意和崇高的敬意！

一本好书，一篇文章，一段培训，一段学习，一次参观，我想都会引起您的共鸣。

《平凡的世界》这本书是一本以中国人为研究对象的关于研究人城乡变化的书，它是继全球畅销书《首先，打破一切常规》的又一本对于发现自身平凡的一本书，它旨在识别最普遍的人类的平凡，并告诉世人将这种平凡应用在个人和事业上，以致达到成功的表现。

现如今的人们是越来越自由了，虽不能说想干啥就干啥，但至少从就业到择业，以至于出国，存在主义的计划经济的“上帝”都不干预了。对于不少人，机会终于来了。从过去梦想不到的机会到过去梦想不到的成功。我们国家的社会整个都变了。

然而焦虑任然存在，听人摆布的痛苦在消失，取而代之的是选择的迷茫和自由的焦虑。还记得“牧马人”吗？“牧马人”是痛苦的：那场浩劫断送了他的事业。然而。“牧马人”又能找到“安慰”，因为浩劫解释了他的结局。现在不同的是浩劫结束了，“上帝”也退休了，别人成功了，而如果你作为一个“牧马人”一度渴望而没能实现辉煌人生，那你连怨天尤人的机会都没有了，有的只是自责。这种痛苦恐怕不亚于当年得“牧马人”。难怪有人说人又陷入了自由的厄运。

何为成功？见仁见智。有学者曾这样定义：成功就是充分实现你的潜能。在外部条件给定的前提下，能否成功关键在于能否准确的识别并全力发挥你的天生平凡。何为平凡？就是你天生能做的一件事，不费劲，却比其他一万个人做得好。如果说得概念一点，就是做一件事的持续的、近乎完美的表现。

尽管平凡如此总要，但人们历来并不太注意它，更妄谈珍惜和发挥。我们从小到大都深受这种思想的影响。夸耀自身有

点事不谦虚的陋习，做人应该谦虚，只有发现和改正缺点才是进步。这是否恰好与物尽其才有所矛盾呢？当我们只知道一味的去努力改正我们缺点的时候，那些注重平凡的人早已走在我们前面品尝到了胜利的果实，当然，缺点一点不在意也不好，应该适当加以控制就好，这才是最好、最有利于我们成功的做法。

有关你自身才干得最好线索，他们揭示了牢固精神联接的位置。孙少安、孙少平这些默默为人生承受苦难的人们诚然，这是些富有戏剧性的例子，表明人们如何在危急时刻原形毕露。但生活中充满了较为平和的时刻，同样能引发具有歧视性的反应。

一是学得快，顾名思义就是你在学习的时候那方面的学习得最快，那么方面就很可能是你的平凡所在。

二是满足，意思个就是说什么东西或者什么样的感觉让你满足，因为这样的满足感的来源也许就是你才干的又一样源头。

三是渴望，渴望揭示了才干的存在，特别是你幼年时期就感到的渴望

。一切只要你留心观察，细心分析你就可以发现你的平凡。

学得快提供了你识别才干的另一条线索。

有时一个人的才干并不通过渴望而示意，由于种种原因，虽然才干就在你的身上，但你却听不到他的呼声，相反，在你后半生，某个事件将他突然点燃，如若你学习一种新技能特别快，就充分说明你具有某种强大的才干。

满足是揭示才干的最后一条线索，如前所述，你最强固的联结有一个结构性的特点，就是你使用他们时，会感觉良好。既然如此，如果你从事一项活动时感觉良好，那么你就很可

能在使用一个才干。

我们每个人的秉性都与众不同，因而我们对满足的满足的体验也会各不相同。在这里，作者建议密切关注那些似乎给你带来满足的情形。如果你能识别他们，你就朝准确的判断自身才干迈了一大步。

不假思索的反应、渴望、学得快和满足都是能帮助你发现自身才干的蛛丝马迹。当你为生活二奔波时，不妨停下脚步来，避开从你耳边嗖嗖吹过的风，转而倾听这些线索。他们将帮助你发现自身的才干。

《平凡的世界》一书中还介绍了平凡识别器的功能，也就是能够非常准确的识别你的平凡，并且告诉你，它是通过测试来完成的。

“平凡识别器”意在帮助你提高你的观察精度，他向你提出一一配对的问题，捕捉你的选择，分析他们，揭示你的主导行为模式，继而告诉你，你的最大的平凡领域在哪里。

自古以来，人类笃信好就是坏的对立面，因而孜孜不倦地关注谬误与失败。

问通过探究离婚的原因来了解美满婚姻；世界各地的学校和工作单位鼓励我们每个人识别、分析和纠正我们的弱点，以求变成强者。此种忠告虽然用心良苦，却误入迷途。

谬误和失败固然值得研究，但它们对什么是平凡却无言以告。平凡自有其自身的模式。

如果你想要在自己选择的领域中出类拔萃，并获得持久的满足，就必须了解自身特有的平凡。你必须精于发现、描述、应用、发挥和增强你的平凡。因此，在阅读这本书的时候，我明白了这个道理，停止关注你的缺点，转而细细探究你的

平凡，做一遍“平凡识别器的测试”，学会它的语言，发现你的平凡源泉。

世界上的人数以亿计，测试出来某两个甚至某几个人的才干主题完全一致这是有很大可能性的，然而你的行为和他们却并不完全一样，因为你有的并不只是这这个主题，你还有其他比较弱的主题没有在测试中显现出来，所以不要奇怪你的行为为什么会和其他人不同，这都是天生的“才干”在领导你的行为。所以一个人的才干是非常重要的，千万不要忽视他，不然你会错过很多你想得到的东西的。

既然才干这么的重要，但为什么有的人不愿意研究自己的这种平凡呢？本书认为他们之所以不愿去发现自己的平凡，很大原因是因为他们不认识他们的真实自我有什么样的惊人之处。无论我们用什么名称，自卑感、不安全感这样的症状我们都不陌生。

尽管不无成就，他们却仍会怀疑自己是否真如人们所想的那样富有才干。引起怀疑也许是运气或环境，而不是平凡造就的成功。你耳边老是有一个焦虑的声音：“你什么时候原形毕露？”尽管你的理智结论相反，但这话你却听进去了。这部分充分说明，为什么人们在被要求描述其自身平凡时，很少提及自身才干。

相反，他们会谈到自一生中获得的世外之物，如证书、文凭、经验和奖励。这些是“证据”，能证明他们取得了进步，获得了一些可以拿出手的宝贝。

本书并不是认为这种恐惧是完全消极的，毕竟不安全的反面是自满。然而，这本书提醒我们：如果由于害怕收获不丰盛而不去研究自己的平凡，就很有可能错失你的平凡。

平凡并不是当然的产物，平凡也需要被珍惜和重视，然而我们却常常犯错，忽视了他的存在。从现在开始把握自己的平

凡还为时未晚，发现你的平凡去寻早属于你的成功吧！

数列的感受与心得体会篇四

数列是高中数学中的一个重要概念，也是数学学习中的基础知识。通过学习数列，我深刻认识到数列在解决实际问题 and 推理推导中的重要作用，同时也提高了我的数学思维和问题解决能力。在数列学习的过程中，我遇到了困难和挑战，但也收获了启发和成长。以下是我对数列学习的一些心得体会。

首先，数列学习要强调基本概念的掌握。在数列学习初期，我遇到了很多基本概念的困惑，比如等差数列、等比数列和通项公式等。这些概念是后续学习的基础，如果对这些概念不理解或理解不透彻，后续的数列学习将会遇到很大的困难。因此，我花了很多时间和精力去理解这些概念，并通过大量的例题来增强对这些概念的理解和应用能力。通过强化基本概念的掌握，我逐渐掌握了数列的规律和性质，为后续的学习打下了坚实的基础。

其次，数列学习需要注意数列的性质和运算规律。在学习数列的过程中，我发现数列具有很多特殊的性质和运算规律。比如，等差数列之间的差是恒定的，等比数列之间的比也是恒定的。这些性质和规律在解决实际问题的过程中起到了重要的作用。例如，当我们知道一个数列是等差数列之后，我们可以轻松地求出这个数列的任意项；当我们知道一个数列是等比数列之后，我们可以快速求得这个数列的通项公式。通过积累和掌握这些数列的性质和运算规律，我们可以在解决实际问题的过程中更加灵活和高效。

另外，数列学习需要注重实际应用。数列作为一个数学概念，它不仅仅是为了追求抽象的数学美，更是为了解决实际问题而存在的。在数列学习的过程中，我通过大量的实际问题来了解数列的应用场景和解决方法。例如，数列可以

用来描述金融中的复利问题，解决工程中的等差数列问题，还可以在自然科学中的数学模型中使用。通过将数列与实际问题相结合，我更好地理解数列的概念和作用，也提高了自己的问题分析和解决问题的能力。

此外，在数列学习过程中，我也遇到了一些挑战和困难。数列作为一个抽象的概念，很多时候需要我們进行推理和推导。有时候，我在思考推导过程时遇到了瓶颈，无法找到有效的解决方法。但通过与同学的讨论和老师的指导，我逐渐克服了这些困难，也提高了我的数学思维能力。数列学习过程中的困难和挑战使我成长了很多，也锻炼了我的毅力和坚持不懈的精神。

总之，数列学习是高中数学中的一部分，它不仅仅是为了解决具体问题而存在的，更是培养我们抽象思维和问题解决能力的重要手段。通过数列学习，我们能够培养良好的数学思维方式，提高问题抽象和解决的能力，使我们能够更好地运用数学知识去解决实际问题。数列学习不仅提高了我们的数学水平，同时也培养了我们的创新思维和问题解决能力，为我们今后的学习和工作奠定了坚实的基础。

数列的感受与心得体会篇五

读书是每个人每天必读的心得，古人曾说过“一日无书，百事荒芜”。对于现在的我们更应该多读书，读书越多课外知识就越广泛，知识面的大大增加对我们以后的读书层打下了良好的基础。

读书势在必得，多读一点书的好处：1. 考试时经常会考到课外阅读，课外阅读面广的同学会在这儿一处占便宜，比别人得考分的这道题多得好几分，可不要小看这几分，如果你其它题全对，就只有这道题，那就太吃亏了。2. 现在找工作都要知识面广的，并且工作效率又快又好的。

这次胥老师发给我们了一本《小学生必做的50件事》(分男生版和女生版)，这上面讲的是小学生的个人安全问题和行为习惯、应该改掉的缺点和应该怎样做一个好学生、好同学、好孩子。我在这里面特别看重关于健忘、写日记.....等问题，我个人就有健忘症，做的一些事情都需要同学、老师和家人的提醒才记起来或等一两个月才想得起来，我想了一个办法——把每一天发生的事情当日记写下来，每一天都看一两遍日记，这样就一箭双雕了！

看书的好处实在太多，说也说不完。“一日无书，百事荒芜”，同学们好好读书吧，多多读书，加油！

数列的感受与心得体会篇六

斐波那契数列是一个充满神秘色彩的数学序列，它的特点是每个数都是前两个数之和。开始几个数字

是0、1、1、2、3、5、8、13……从这个简单的规律出发，斐波那契数列逐渐展现出了令人惊叹的智慧和奇特的数学性质。近年来，研究斐波那契数列的学者越来越多，人们对它的理解也越来越深入。而我在学习中发现，斐波那契数列不仅仅是一种数学中的现象，更是一种亘古不变的智慧，对人类生活的启示也是深远而有价值的。

第二段：斐波那契数列与自然界的联系

斐波那契数列不仅存在于数学世界中，还广泛应用于自然界。我们可以在植物的生长中看到斐波那契数列的身影。例如，一朵花的花瓣数目通常符合斐波那契数列；树干上的枝干数量也常常遵循斐波那契数列。这种现象使得人们不禁思考起自然界的智慧，发现了斐波那契数列与黄金分割等现象之间的联系。这种规律的存在，证明了斐波那契数列不仅仅是人类的创造，而是自然界智慧的一部分。同时，这也激发了我对自然界的好奇心，让我更加崇敬和敬畏大自然的力量。

第三段：斐波那契数列的生活启示

斐波那契数列不仅在自然界中出现，在我们的生活中也有着重要的启示。斐波那契数列告诉我们，身边的一切都是有规律可循的。生活中的许多事情都是遵循着斐波那契数列的规律。例如，我们的学习成绩与付出的努力之间存在着斐波那契数列的关系。刚开始付出一点努力，成绩可能并不立竿见影，但随着不断努力，成绩会呈现出爆发性的增长。这与斐波那契数列中数值的增长趋势相类似。因此，当面对困难和挑战时，我们要不断地努力，相信自己的付出最终会得到回报。

第四段：斐波那契数列的艺术表达

斐波那契数列不仅在数学和自然界中发挥着重要作用，也被越来越多的艺术家用来表达内心的感悟和情感。通过将斐波那契数列的规律运用于艺术创作中，艺术家们创造出了一系列独特而美妙的作品。这些作品充满着对生命轨迹的思考，表达了对宇宙奥秘的探索 and 追求。无论是绘画、音乐还是建筑，斐波那契数列都能够将人们与艺术之间的情感联系起来，给人以深深的启迪和感动。

第五段：对斐波那契数列的思考和展望

斐波那契数列的研究和应用为我们提供了许多有益的启示和思考。通过了解斐波那契数列以及它在自然界和艺术中的运用，我们能够更好地理解世界的运行规律，把握人生的发展轨迹。未来，我相信斐波那契数列的研究会有更多的发展和突破，为我们带来更多的惊喜和启示。同时，我们也应该积极将斐波那契数列的智慧运用于实际生活中，不断探索和创新，为人类的进步和发展做出更大的贡献。

斐波那契数列的研究和应用不仅仅局限于数学领域，它在自然界和艺术中的广泛存在，给我们带来了许多有益的思考和

启示。斐波那契数列的智慧使我们更好地理解世界的运行规律，并鼓励我们在面对困难时坚持努力。同时，它也为艺术家们创造了广阔的表达空间，用来探索生命的奥秘和内心的情感。在未来，我们应该继续关注斐波那契数列的研究发展，将它的智慧运用于生活中，为人类的进步和发展做出更大的贡献。

数列的感受与心得体会篇七

7月1日，中共中央在人民大会堂举行了庆祝中国共产党成立95周年紀念大会，李克强、张德江、俞正声、刘云山、王岐山、张高丽出席大会。总书记在会上做了一万余字的长篇讲话，内涵异常丰富。

这篇贯穿了历史、现实的重要讲话，以八个字统贯全文：“不忘初心，继续前进”。

不忘初心，是不忘记自己从何而来，为何而去。中国共产党的成立与成长一直伴随着中华民族的救亡图存，一种民族危亡的紧迫感深植于中国共产党的精神基因中。这使得中国共产党的所思所为一直围绕着整个民族的复兴。一开始是救亡，如今是富强。其核心无非是围绕两个字展开：人民。

95年来，这颗初心未黯，使得中国共产党始终能在关键的历史时刻，破除和超越利益固化的藩篱，把整个政党的精神一遍遍拓宽，从而避免了这个拥有8800多万党员的政党沦为某些人或者某些群体的“私产”。

扎根于人民，来源于人民，服务于人民，这是中国共产党有别于其他西方政党的鲜明特色，也将成为其长期执政的坚实基础。

在昨天的讲话中，总书记还提到了“中国方案”：“中国共

产党人和中国人民完全有信心为人类对更好社会制度的探索提供中国方案”。

几年前，很多学者广泛讨论“中国模式”，认为中国的崛起创造了一个有别于西方的发展模式，甚至超越了西方。但中国一直保持了谨慎，并没有在正式场合引用“中国模式”一词。从实践看，中国的发展道路一直在探索和完善中，但也有一条主线一直坚持了下来：人民立场，从而形成了中国特色的发展道路。

这次总书记提出了解决人类发展问题的“中国方案”，这个方案不是对现有西方制度的简单复制，更是完善和超越，是更好的社会制度设计。但绝不是像西方某些国家一样，对自身文化怀有盲目的优越，以普世自居，强加于人，而是一个可供选择的，有中国的鲜明特色，也有一定的普遍规律的“中国方案”。

正像总书记所说的，历史没有终结，历史也不会被终结。“中国方案”来源于我们对发展道路、理论、制度和文化的自信。总书记说，“文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信”。对道路、理论和制度的实践也会慢慢内化为文化的基因，因此，文化自信是更深层次的民族品格。但中国的文化自信是自尊，能坚持自己的根本，绝不是“文明与野蛮”的盲目自傲。

这种平等、开放的文化观，可以让“中国方案”寻找到更多的知音。这也是中国参与全球治理、推动新的国际秩序的一个根本心态。

一、机会难得，学习气氛浓厚。

参加这次培训的同志们都很珍惜这次难得的学习机会，在最短的时间内完成了由教育工作者到学生的角色转换，认真、虚心、诚恳地接受培训，态度端正、学习专注，从教育局领

导到学校校长都能专心致志，全神贯注，认真的聆听和记录，及时完成作业，如饥似渴地接受着新鲜的理念。大家都觉得机会是如此的难得，学习气氛十分浓厚，仿佛回到了学生时代。

二、异彩纷呈，讲座全面系统。

专家、教授的讲座就象是一顿丰盛的大餐，精美地呈现在我们的面前，真是“听君一席话，胜读十年书”。各位专家、教授毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享，深入浅出，可谓是异彩纷呈。刘华蓉教授报告：教育管理中的危机和舆论应对和李雯教授的“学校安全工作理论、政策与实践”，对指导实际工作有较大帮助，使我们不仅了解了全国学校安全的现状，也对如何做好学校的安全管理有了新的思路。更重要的是懂得如何处理校园突发事件和应对各种媒体，理解什么叫“媒治”。做好学校安全工作，需要脚踏实地，持之以恒，不能心存侥幸。余祖光副所长的讲座，使我对职业教育人才培养模式、影响因素及改革走向有了新的认识，理解了什么叫“工业文化缺失”。聆听了孙霄兵副部长对《国家中长期教育发展纲要》的解读，明白了基础教育改革的重点，知道了做为一个人才，不只要懂外语，更要懂国际规则、懂中国国情。

三、学无止境，更新学习观念。

听专家、教授们滔滔不绝、挥洒自如的讲座，心中十分佩服他们的口才，佩服他们的自信，佩服他们的敏锐，佩服他们知识的渊博。想想如此才气从何而来？所有人都是走着同一条道，那就是不断的读书学习，关注专业知识，关注国家大事，日复一日，永无止境。就像听课时孙部长说过的一句话：“人生是一个长跑，要一直坚持下去。”学习也是如此，要让读书学习已像吃饭睡觉一样，成为我们必不可少的生活方式。我虽然不能教育教学的专家，但我可以从现在起就行动起来，像专家一样投入到读书学习的活动中去，让读书学

习也成为我生命活动中不可或缺的组成部分。对照自己的工作实际，将所学知识为我所用。

培训学习虽然已经结束了，但我知道有更重的学习和工作任务在后面。思想在我们的头脑中，工作在我们的手中，坐而言，不如起而行！路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。让我们借市教育局开展“学习工程”的东风，重新树立终身学习的观念：为做一名合格的教育工作者努力学习，为培养出更多创新人才努力工作。

教师是“人类灵魂的工程师”，肩负着为祖国的建设与发展培养人才的历史使命。怎样才能不辜负“人类灵魂工程师”这一光荣的称号，怎样才能完成党赋予的培养人才的责任，这是每个教师必须认真对待并要用实践作出回答的问题。

我认为，好教师首先必须有敬业精神，要毕生忠诚党的教育事业。要做到这一点，就应充分认识教师工作的意义，从而深深地热爱教育事业。现代的时代是一个竞争激烈的时代。国与国的竞争主要体现为综合国力的竞争，综合国力的竞争归根结底是人才的竞争，而人才的培养靠的是教育，靠的是教师兢兢业业的工作。只有深深地认识这一点，才能激发对教师工作的热爱，也才能把这种爱倾注到对学生的教育中去。

“师者，所以传道、授业、解惑也。”教师的具体工作在于“传道、授业、解惑”，也就是说教师要通过自身的教学实践，给学生传授知识，培养学生的实践能力，使学生懂得、各种事理。这就要求教师应具有“学而不厌，悔人不倦”来开拓学生的知识视野，丰富学生的知识储备，并在此基础上，培养学生运用知识解决实际问题的能力。与此同时，教师要有崇高的理想，完善的道德情操，坚定的信念，顽强的意志品质，并用它们对学生进行潜移默化的影响和熏陶。这样，才能培养出祖国需要的，全面发展的，能适应竞争形势的有用之才。

其次，必须热爱自己的教育对象——学生。教师应该是一位雕塑大师，能将一块坯材，用自己的思想与感情，将它雕塑成一件艺术精品。从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。来自学生自身的主观因素和来自客观的影响。主客观的因素，都会严重束缚学生内在潜能的发挥，都会成为学生健康成长与发展的障碍。正因如此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点一滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点，然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，恢复感到温暖，增强自信，从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃。

第三，一个好教师还必须十分重视“言传”外的“身教”，要以自身的行为去影响学习，真正成为学生的表率使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。除此之外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是良师还是益友。

经过这次师德师风学习周，我受益良多；师德师风的建设对于一个学校是十分重要的组成部分，只有师德师风良好的环境学生才能健康茁壮成长；老师才能取得更好的教学成果。