

# 2023年大学音乐欣赏课心得体会(模板9篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇一

近日有幸与幼教同行们相聚在杭州幼儿师范学院，聆听了南京师范大学教育科学院博士生导师许卓娅教授《游戏精神与幼儿园音乐教育游戏研究》的专题讲座，感受颇深。

感受一：敬佩许卓娅教授独特的人格魅力

见到许教授，着实让我有些吃惊，这哪像一个全国闻名的音乐教授？分明是一个在人群里最不起眼的老太太。但是许老师一开口，就显示了她的魅力，她的声音清亮悦耳，语言表达清晰流畅，她的舞蹈动作活泼可爱，没有拘谨与做作，极具感染力。她一会儿带着大家倾听音乐，一会儿带着我们做游戏，一会儿……三个小时的讲座，许老师一直站着做报告，真的让人敬佩。

感受二：感受音乐之美，体验游戏之快乐

“教育追求的是结果——促进儿童的全面发展，游戏注重的是过程——是快乐、积极的参与、是不断的体验与感受”许教授开场的一段话给我留下了极深的印象。《新纲要》颁布实施以来我们一直在强调教育要重视过程，可是在日常教学中我们还是过多的追求教育的结果而忽视学习的过程、游戏的过程。

紧接着许教授与在场教师互动进行《打鼓对舞》、《木头人》、《喜洋洋与灰太郎》等有趣的音乐游戏。她循序渐进的教授，从倾听音乐学习动作表演，到边听音乐边做动作表演，再到会听音乐创编动作表演，不断增加音乐游戏的难度。让我们在玩音乐游戏的过程中，体验安静倾听音乐的重要；明白只有培养良好的学习态度，才能有好的学习能力；领悟动作是幼儿认识音乐的工具；懂得一个作品要让孩子易接受，必须在愉快的情景中设置阶梯一点一点让孩子学会，不断反复，不断提升。欢乐的音乐声中，大家听听、玩玩，整个会场笑声不断。她还用自己夸张的肢体动作不断启发我们去创编表演，挑战自我是发展的需要；用突如其来的点名发言让我们感受孩子突然被迫回答的尴尬感受，只有自在安全的教育氛围才能促进孩子好好学习，所以我们要让孩子知道“我们在干什么”“准备干什么”。她不断的启发我们如何在音乐活动中去教孩子，少一些理性的分析，多一些感性的体验，少一些尴尬的提问，多一些快乐的游戏。在她的身上我感受到了游戏的精神。

许卓娅教授的讲座听来如沐甘霖、激动人心，丝毫没有厌倦与疲惫，是听觉与心灵的享受，她对音乐的热情与投入深深地感染着现场400多位幼儿教师，她让我们感受了音乐之美，体验了游戏的快乐。我们将好好学习，和孩子们一起天天向上。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇二

光阴似箭，转眼间，三年的大学生活已经接近尾声。在这短短的三年里，在这美好的大学生活中和充实的社会实践中，我不断地展现自己，挑战自己，充实自己，在德智体美各方面都得到成长，并取得良好的成绩。

回首三年的大学校园生活生涯和社会实践生活，有渴望、有追求、有成功也有失败，我孜孜不倦，不断地挑战自我，充

实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。

三年的大学生活是丰富多彩，绚丽多姿的，使自己的知识水平、思想境界、工作能力等方面都迈上了一个新的台阶。在这即将挥手告别美好大学生活、踏上社会征途的时候，我整军待发，将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感去迎接新的挑战，攀登新的高峰。三年的大学校园生活是我人生的一大转折点，让我学会了很多东西，使我懂得了做人处事的道理，锻炼了自己独立生活的能力。

在思想品德上，本人有良好道德修养，并有坚定的政治方向，我积极地向党组织靠拢，使我对我们党有可更为深刻的认识。本人遵纪守法、爱护公共财产、关心和帮助他人，并以务实求真的精神热心参与学校的公益宣传和爱国活动。

在学习上，我热爱自己的专业，还利用课余时间专修计算机专业知识，使我能轻松操作各种网络和办公软件。“有付出，必有回报！”只要自己努力，我相信在以后理论与实际结合当中，能有更大的提高。

在生活上，我最大的特点是诚实守信，热心待人，勇于挑战自我，时间观念强，有着良好的生活习惯和正派作风。由于平易近人待人友好，所以一直以来与人相处融洽，获得老师同学的称赞。

在工作上，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，得到了大家的一致好评。身为学生的我在修好学业的同时也注重于社会实践。本着学以致用，实践结合理论发挥。

本人具有热爱等祖国等的优良传统，积极向上的生活态度和广泛的兴趣爱好，对工作责任心强、勤恳踏实，有较强的组织、宣传能力，有一定的艺术细胞和创意，注重团队合作精

神和集体观念。

大学就这样生活悄悄地结束了，给它画上圆满的句号。有句谚语说得好：“运气永远不可能持续一辈子，能帮我们持续一辈子的东西只有你的个人能力。”在以后的社会工作中使我深刻认识到了当今社会，优胜劣汰，唯有奋斗，别无选择的道理。也使我内心真正成熟，要脑筋时刻崩紧弦，这不只是从嘴巴上说说而已，是要以自己实际行动来证明的。我深知我有很多地方存在着不足就是在工作中做事比较急躁且还不够用心，不够独立。但我相信在企业文化与特殊职业的熏陶下，在领导的关心下，在各位员工的影响下，我会使自己在做工作的时候换被动为主动，学会有着自己的工作方法与技巧。凡事要相信能靠自己的能力把事情攻克做好。因为只有这样才能在当今竞争的社会中生存下来，才能够独立成熟与成长！我会更加努力奋斗，在工作上更加勤奋认真负责，更加提高自己的战斗力！

我相信，我能行！

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇三

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十几天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，

在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十几天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳。这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人！

人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。

通过学习军事理论让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇四

庚子虎年初，爆竹除岁声声响，正是阖家欢乐时，但荆楚大地却格外安静，万家灯火不见一丝爆竹声和嬉戏声，只因新型冠状病毒正在荆楚大地疯狂肆虐。慢慢地，病毒似一张大网，在短时间内快速传染，笼罩全国。至此，全国人民开始了抗击疫情的道路。

热血的炎黄子孙，以其一捧捧温暖之光，照亮神州大地。党中央下令，疫情就是命令。当我们还在家中舒适地看着春晚时，各省(自治区、直辖市)医疗队伍纷纷不约而同地在请战书上摁下鲜红的手印，出征前往疫情最严重的武汉。每个时代，都有不同的英雄，而战斗在一线救死扶伤、迎难而上的医护人员就是今天的英雄。为了快速且方便地穿上防护服，几乎所有的女医务人员剪掉了她们心爱的秀发。在救援物资紧缺的情况下，为了不浪费一套防护服，医务人员可以不喝水不吃饭不上厕所十几个小时，累了就直接坐在地上休息一会儿，然后继续战斗。其实，他们和我们一样，也是家里的孩子和宝贝，但是穿上了防护服，就背负了使命，他们逆行的身影，是这个冬天里最美的背影。假如世界上真的有天使，那就是这个模样。时隔十七年，抗非典英雄钟南山院士在疫情爆发时第一时间赶往武汉，年过八十的老人仍心怀热血，一张在动车餐车里憔悴的睡容照片引得国人热泪盈眶。我想，国之脊梁就是这个模样。在这次抗击疫情的斗争中，“90后”为代表的青年一代挺身而出，担当奉献，充分彰显新时代青年的青春力量。他们在人民需要的时候积极站出来，让青春在党和人民最需要的地方绽放绚丽之花。我想说，“90后”也是有责任担当和家国情怀的，只要人民需要，我们会立刻站出来！

“时代的一粒灰，落在个人头上，就是一座山。”再黑暗的夜晚，也会有璀璨的星河。而这些光辉的缔造者，正是那些平凡生活中的英雄。在确诊病例增加、很多病人得不到快速治疗、医院床位紧缺等情况下，政府立马参照北京小汤山模

式建设了科学完善、设备齐全的“火神山”和“雷神山”医院，寓意着人们以楚地人神祝融驱赶瘟疫的期待。不仅如此，随着疫情的日益严峻，湖北武汉还设立了十几家方舱医院，收治了大批的患者。这是一个令全世界震惊的基建速度，体现了中国力量和中国速度，更体现了中国智慧。惊人的“中国速度”后面是那些参与建设的勤劳朴实的农民工、安保人员、执勤人员、物流司机、更有那些风雨无阻及时送上温热饭菜的快递小哥所造就的，他们是生活中的平凡人，如今却创造了不一样的光辉成就，是我们可亲可敬的英雄。

鲁迅曾经说过，能做事的做事，能发声的发声。有一分热，发一分光。就令萤火一般，也可以在黑暗里发一点光，不必等候炬火。

在抗疫情的过程中，口罩和防护服等防疫物资严重紧缺，国家积极调动许多生产企业来生产口罩和防护服。许多其他的企业也自发改造了生产线，用来生产更多的口罩以支援防疫工作。全国各地捐赠生活物资，海外华侨也在想尽办法为祖国筹集防疫物资。许多大学生也开始自发报名去当志愿者，服务社区、车站等，为抗击疫情尽自己的绵薄之力。一方有难、八方支援，团结一致、众志成城，全国人民上下同心。我为这次中国人所表现出来的优秀精神和平凡人的爱而感动，也为一位位逆行的英雄牺牲而彻夜难眠。

如今，在全国人民的共同努力下疫情得到了控制，全国治愈病例超过确诊病例，方舱医院也已全部关闭，支援武汉的英雄们终于可以回家了！他们在疫情第一线与病毒斗争的同时，与患者也结下了深厚的情谊，他们在临走之时，我看到的除了开心和感动，更多的是患难与共的不舍。武汉旅游局给广西医疗队致谢海报上写的是“错过的三月三，明年一起过”，错过的节日我们可以重新过，但我们想要更多的全国人民一起愉快过节日！

“地铁会回归拥挤，街道会重返热闹，巷子里的早餐铺子和

城市的歌酒霓虹都会一如往常。相信爱与希望蔓延的速度，一定会超过病毒，一切都会过去，一切都会开始”。而如今，疫情形势也在慢慢转好，白衣战士们也可以回家了，我不得不惊叹于我们国家和人民的执行力!为抗击疫情做出贡献的英雄们永垂不朽，我深深的坚信，中国的明天必将灿烂辉煌!疫情散时，山河无恙，人间皆安。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇五

我们是一群年轻人，一群充满活力的年轻人，一群有追求有理想的年轻人，现在我们在冲刺，在奋斗。

他主宰着世界上的一切。他的真理遍布大地。是一群年轻人。他们是一群敢于做事的年轻人。

这是一群怀着远大理想为未来奋斗的少年。他们在不懈努力，面对生活中一次又一次的挑战。他们失败了很多次，也许一无所获。他们没什么感觉，因为古人说：“万事顺利，你就不会成功。”的确，没有失败，没有失败的经验，成功从何而来!

这是一群永不放弃的少年。他们没有太多的思想包袱，也没有放弃的理由。所以，即使是风雨交加，只要他们还活在这个世界上，就要有坚韧不拔的毅力去拼搏，去奋进，去做自己该做的事，而不是大事小事。他们追求的不是生活，而是做什么。他们知道前景可能是一辈子的流浪，但他们从不放弃。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇六

你问我什么是战士的生活，我送你一枚小弹壳。它曾经历过风雨的洗涤，也吹响过一支短歌由于以前学校的军训都可惜的以种种原因而被取消了，说来这是我第一次参加军训。



第一次的军训的开始是由新奇而产生的兴奋大于对苦训的传言的惧怕的。然而随之而来的半个多小时军姿开始了我对军训第一次苦痛的体验，僵硬的脖子让我难受，滚烫的双脚和酸痛的双腿让我开始举步维艰。

但是随着时间的推移，当我们的动作能做到整齐划一，当我们能够很快地进入训练的状态，我们的铁面教官不见了，取而代之的是一个会在群里和我们说笑，会提醒我们早睡早起，会提醒我们某天是某人生日，会向我们提出让我们将偷拍的照片发给他留作纪念，会俯身不厌其烦的教我们叠被子，也会在休息时候和我们说笑的金哥。

虽然当我们做错动作时依然会被加练，然而不知何时我们都觉得这是理所当然了。现在，或许我们依然会因为加练而抱怨，然而训练过后，我们会在其它教官询问时很大声的说：我们是金哥的小弟！

在此，要感谢金哥选我加入持枪方阵，让我接触到了军人的第二生命：枪！而我对于军训的最深刻的感受也从刺杀操的第一次训练开始了。

教我们练刺杀操的教官告诉我们：你们都是从各个排里挑出来的，这证明了你们的刻苦。但是，接下来你们会受到更严格的要求，更严酷的训练。如果你们不能适应，做的不够好，我会毫不犹豫的把你踢出去，因为有很多人想要站在你们现在所站的队列中。然而当你们从这短短几天的特训中坚持下来后，你们会发生翻天覆地的变化。你们会知道很多以前不知道的事，学到很多以前没有学到的东西。

我想，这大概就是特种兵存在的理由吧。

时间的流逝总是不发出一丝声响，短短几天，从一盘散沙到队列整齐，从参差不齐到众人一心，现在的我们已经能对金哥的要求轻松的说小意思，休息时间的加长证明了我们的苦

练没有白费，被汗水浸湿的军训服亦见证了我们的成长。

我们都会在各种的压力与苦痛下成长，痛并快乐着的同时或多或少都有过迷茫。几天的军训告诉我，再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。苦痛，对于我们来说，不管是身体上还是精神上的，都应是我们成长路上的垫脚石而非绊脚石。苦痛也必然会成为我们成长路途中的一种经历，当我们偶尔驻足回头，我们不应因曾经的踌躇或胆怯而怅然自嘲。故而我们应该在面临苦痛时应该坚强，也只能坚强！

你问我什么是战士的生活，我送你一枚小弹壳。它曾经历过风雨的洗涤，也吹响过一支短歌。战士的生活就是这样，有苦有乐有声有色；战士的生活就是这样，有苦有乐有声有色。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇七

时光荏苒，一眨眼，我们的大学生活已过去了两个月，在这两个月里，我们经历了初来时的惊喜，彷徨，困惑，然后到清醒。我们的思想发生了翻天覆地的变化，以下是我对自己开学以来的总结。

首先，刚开学时，一切都是新鲜的，全新的风景，全新的人。那时，我们的内心满是惊喜和期待，兴致勃勃，渴望熟悉每一处风景和每一个人。

但当所有一切开始趋向稳定时，我开始进入学习状态。开始思考人生，思考之后，才发现自己这一路走来，根本没有一个确切的目标和计划，只是每天看课表拿书本去教室，常常上课睡觉，临到放假时，便是去逛街，或者上上网。这种生活，没有一点方向可言。只是浑浑噩噩，时间便过去了，这也更增添了内心的惶恐和迷茫。

于是，我开始重新思考，如何才能走好自己的人生路。终于

明白，大学并不是用来玩乐的地方。它是一个需要我们去奋斗的地方。要想让自己的人生更加精彩，靠投机取巧是不行的，必须得脚踏实地，一步一步的坚持并努力着。当你选定一个目标并朝之奋斗时，整个世界都会给你让路！时间总会让我们认清自己，开学以来这么长时间的经历，让我对未来有了更大的信心。

本周，全校老师一起，观看了一堂别开生面的英语公开课，并且就公开课的内容进行了研讨。

研讨会开始后，全校老师各自用视频直播的方式，观看了一节公开课。之后，大家在培优教室集合，对刚才的内容进行了研讨。科组长总结了大家的意见后，讲课教师也同我们分享了自己的体验和感悟。讨论结束后，大家也写下了自己的心得体会。

首先，授课教师的时间把控非常到位，每个环节的时间都恰到好处，既能留出时间让学生消化思考，又能使整个课堂紧凑连贯；其次，授课教师的控场能力很强。在教师讲授的时候，能让学生迅速安静下来。而活动环节，教师又能很快地调动气氛。

这次的研讨课，让我看到了自己和优秀教师之间的差距。初出茅庐的我们，只有正视自己的不足虚心听取他人意见，汲取他人智慧，才能更好地成长。“谦虚使人进步，骄傲使人落后”这话诚然不假。摆正心态，积极主动，相信我们一定能在教育这个光辉事业中中，发挥自己的光和热。

这一周我听了高二物理组x老师的高效课堂示范课感触颇深。

第一点□x老师真正做到了把导学案当做教学工具来使用而不是为了应付检查。导学案是为了先学后教，体现学生自主学习，导学案的编写也非常好，每个知识点后面都跟着相应的例题还有变式□x老师在教授新课的时候，每讲一个知识点就

会让学生们完成导学案上的题，真正把导学案应用到了整节课中。

第二点□x老师十分重视学生活动，在讲题的时候，他把不同学生的做法展现在白板上，让学生们直观地看到有哪不对或者哪值得学习的.地方□x老师抛出一个问题，学生们积极回答，让每一个同学参与到课堂中来，如果同学回答不对，他并不急于纠正，而是问所有同学的想法，让学生们都主动去思考，去纠错，这样更能加深学生们对知识点的理解□x老师做到了以学生为主体的教学理念。

第三点□x老师的教学风格很幽默，引入新课的时候放视频，这样既调动了学生学习的积极性，又把物理知识和实际生活结合起来。物理在大多数学生心里是一门相对枯燥的学科，所以让学生有兴趣积极地学习知识是非常重要的。我在这方面比较欠缺，要多学学多思考如何引入。

总之，这次示范课对我帮助很大，想上好一堂课是需要用心钻研的。

转眼间，一周的时间就这样过去了，我来xx中心小学实习也有一周的时间了，虽然是短短的一周，但我也是学到了很多。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇八

每一样事物都有不同的意义，每一样东西都有令人陶醉的地方，问我什么让我陶醉?音乐。问我为什么?只因为音乐有它独特的魅力，使我坚强，勇敢，使我陶醉。音乐里面令人产生了遐想，就如同美丽的月光，可以感染每个人。

不同的音乐给人带来不同的感觉。劲爆有力的音乐给人带来冲击，抒情缓慢的音乐让人充满柔情，欢快流畅的音乐使人情绪高涨，慷慨激昂的音乐让人精神振奋。而我，钟爱安静的音乐。

每当我无所事事或学习疲惫之余，我总爱用鼠标轻轻电击“我的音乐”，听这自己钟爱的音乐，尽情体会音乐带给我的刺激，这一刻，我完全融入了音乐的意境中，置身于音乐那美丽的世界里。在那里，我看到了人世间最纯的感情，领略到了朋友间的真情，情侣间那至死不愈的爱情，还有那温暖炽热的亲情……只有在那一刻，才能得到全身心的放松，抛开一切杂念，完全陶醉在音乐之中。

静静地靠在椅背上，闭着眼睛听着，或是随着音符的跳跃轻轻哼唱。让思绪化作音符，一切烦恼都会随风吹走，随流水流到远方。

紧接着，音乐进入高潮，眼前的景象又将反复，让我觉得，我不是在单纯的听音乐，而是在用心去体会歌曲的美妙。

不知不觉间，音乐结束，但我隐约感觉它仍在继续，余音潺潺，回荡在我的耳际，让我陶醉其中。

对我而言，听音乐不仅是一种享受，它也是一种精神上的寄托。是音乐陪我度过了许许多多无声寂寞的夜，那优美的旋律，起伏的节奏，都深深的在我的心底扎下了根。永远不会消失，不会枯竭的根。

## 2023年大学音乐欣赏课心得体会通用篇九

怀着激动而光荣紧张，紧张而严肃的心态和感受，我来到了第一次党校的课堂上。在这里看到了许多优秀的学长学姐，能与他们在一起学习党的章程、方针，接受党的教育和培养，我感到无比的荣幸，我暗暗地告诉自己一定要珍惜这个机会，好好学习党的知识，努力向一名合格，优秀的党员发展。

听完了老师的课后，我感触很大，收获很多，觉得这真的是一个宝贵的人生课堂！这里有优秀的老师、同学，还有先进的思想，更有老师传授给我们的宝贵的人生经验和深刻的哲理。

给我的思想的端正，以及人生发展的方向都有很大启迪和帮助。

首先，老师在第一节党课上，为我们讲解了中国共产党党员的条件，入党动机，以及如何做一名中国共产党党员。老师对党的精辟解析，独到的见解和大量的旁征博引，让我在无比叹服的同时，深受鼓舞和教育。在讲到对党章的解读时，老师举到了两个例子，一个是十六大党章中，关于个人成分的更改，增加的六个字，老师做了深刻的多方面多层次的研究。另一个例子，“又好又快”向“又快又好”的转变，老师也谈了自己的独到的见解。从这其中我看到了老师对党的热情和人执着的追求，看到了党组织的先进性和强大的力量之所在。我更加坚定了加入中国共产党的决心。

其次，在讲到困难时，我受益很大，困难就是人生中的财富。一帆风顺的人生是平淡无味的，是平庸的碌碌无为的，泰戈尔说过：“只有流过血的手指才能弹出空谷的绝响。”人生中会有很多困难，有了困难就要积极去克服它，克服了一个困难，我们就会有很大成长和进步。我们的党在建立之初就遇到了种种艰难险阻，就是先辈们不怕困难，百折不挠的精神，克服了一个有一个的困难，我们的党才迅速成长，发展，壮大起来。小到个人，大到国家都要有不怕困难，勇于挑战的精神。回想自己以前遇到的那些困难，真的没什么可怕的，一路走来，正是这些困难带给我的锻炼和磨砺，使我能更好的面对后面的困难。所以，以后无论遇到什么困难，我都不会畏缩，我会欣然地接受，勇敢地面对，积极地克服它。

老师还讲了关于人生的，作为一名大学生要树立远大的目标，并为目标努力奋斗，多学知识，提升自己的素质。我真为自己以前以活动多的借口，原谅自己不好好学习而感到羞愧。老师说到自己大学时也是主要的学生干部，他就是在每个周六留出时间专心学习，并很享受这段时光，是充满了幸福感的。我以后会时刻提醒自己，向老师学习，抓住每一分每一秒好好学习，提升自己的素质，提高为他人为社会为祖国奉

献的本领。

老师这节课还讲了很多很多宝贵的人生经验，深刻的人生哲理，我收获很多，真的很感谢院支部老师给我一次来到党校学习的机会，这将是人生中的一大笔宝贵的财富，相信我的人生会变得更加有意义。