

最新煤矿区队支部委员会议记录(大全7篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。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。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

选修课程心得体会篇一

本学期，我选择了音乐欣赏这门选修课。通过对音乐欣赏的学习，我有了很大的收获和体会。首先，我对高雅音乐有了更进一步的了解。我发现高雅音乐是一种更加富有内涵，更多表现形式，更深刻，更有意义的音乐。使我彻底地改变了对高雅音乐的看法。其次，我对音乐有了新的认识和更深刻的理解。

动听的乐曲可以引起人们无限的遐想，带着人们去欣赏美，去感受美，陶冶人的情操，美化人的心灵。美妙的乐曲可以让人们暂时忘掉烦恼，可以让人们憧憬美好的未来。音乐是美丽的声音。欣赏音乐中概括性的感情使学生联想到自己以往现实生活中的情与景，并由此而获得种种审美享受。例如：《十面埋伏》，听了以后，就会想到许多战斗场面，想到战场上”军营如林，旌旗蔽空，战鼓隆隆，铁骑驰骋”的壮阔画面，也想到”两军决战时，声动天地，屋瓦若飞坠，徐而察之，有金鼓声剑弩声，人马辟易声”等气势磅礴的大战场面。那种抒情性的音乐，常常会使人想象无边无际。

音乐激发了人与命运相抗衡的拼搏精神，如贝多芬的《命运交响曲》让人心潮澎湃，不能平静，整个身体都涌现着那种不可遏制的激情，催人奋进，对未来充满希望，给人以主宰命运的信心，它用精神给人带来无穷无尽的活力。

感受与鉴赏是重要的音乐学习领域，是整个音乐学习活动的基础，是培养学生音乐审美能力的有效途径。良好的音乐感受能力与鉴赏能力的形成，对于丰富情感，提高文化素养，增进身心健康具有重要意义。应激发学生听赏音乐的兴趣，养成聆听音乐的良好习惯，逐步积累鉴赏音乐的经验。应采用多种形式引导学生积极参与音乐体验，鼓励学生对所听音乐要有独立的感受与见解，为终身学习和享受音乐奠定基础。不能单纯的走马观花的欣赏，而是要充分揭示音乐的要素在音乐中的表现作用，让学生亲身感受到音乐中最激动人心和极具表现力的部分，而不是进行枯燥的、单纯的技巧和灌输死记硬背的知识；应以整体的方式来体验音乐，将音乐要素贯穿在音乐教学的整个过程，而不是将音乐的各种构成元素支离破碎的讲授。要注重艺术的完整性，与音乐隔离开来的单纯的记忆音乐概念，讲解音乐知识是毫无意义的。通过学生对乐曲舒展与紧张而终情绪的比较，体会出音乐快于慢的音乐要素的比较。充分体现了音乐欣赏中音乐要素变化是音乐情绪、情感变化的根本要素。

选修课程心得体会篇二

这个学年，我很荣幸地选到了冯老师的足球课。通过一个学年的学习，增长了我的足球知识和技能，让我深刻地体会到足球的魅力和乐趣。

中国古代把用脚踢球叫“蹴鞠”。早在2000多年前的春秋战国时代，就有了蹴鞠游戏。西汉时修建有“鞠域”，专供竞赛之用。唐代是蹴鞠活动的昌盛时期，出现了用灌气的球代替了过去以毛发之物充填的球称为“气毬”。并用球门代替了鞠室。而在西方，公元10世纪以后，法国、意大利、英国等一些国家有了足球游戏。到15世纪末有了“足球”之称。后逐渐发展成现代的足球运动。1863年10月26日，英国人在伦敦成立了世界上第一个足球运动组织——英国足球协会，并统一了足球规则。人们称这一天是现代足球的生日。这次制定的足

球规则共14条，它是现今足球规则的基础。从1900年的第2届奥运会开始，足球被列为奥运会的正式比赛项目。但它不允许职业运动员参加。1904年5月21日，国际足联在巴黎成立。从1930年起，每4年举办一次世界足球锦标赛(又称世界杯足球赛)。比赛取消了对职业运动员的限制。

从此，现代足球运动日益发展。足球是一项讲究团体作战、技战术配合的运动项目。绿茵场上运动员们矫健的身姿、娴熟的过人技巧以及精彩的射门动作，令天下数以亿计的球迷们疯狂、欢呼，着实是给球迷的一种伟大的精神和视觉上的享受。每四年一度的世界杯云集了地球上最强壮、最有实力的32支队伍，是足球界里的“巅峰之战”，更是把这种“足球之风”推向了高潮。足球无愧被称为“世界第一运动”。

起初，我只是一个小小的球迷，曾为自己所喜爱球队的失败痛哭过，也曾为他们的胜利破涕而笑过。看了无数场比赛，了解了一些规则，学会了一些技巧，于是几个小伙伴便三五成群的玩起了对抗比赛，“可观度”之烂可想而知。一路上抱着一颗对足球炽热的红心来到了大学，体育课选专业是无怨无悔的选择了足球，心想自己已经成为了一名“专业”的足球运动员了，更是不敢怠慢每一堂体育课，积极参与训练，通过一年的学习，在老师的谆谆教导和同学们热情的标准下，我的足球水平虽不敢说实现了一个质的飞跃，但确实也提高了不少。对足球接触的多了，参加的比赛也多了，难免会总结一下自己的“得失功过”，谈谈自己的拙见。

首先，足球是一项非常消耗体力的运动，拥有强健的体魄是一个关键。九十分钟的激战，一个半小时马不停蹄的长途奔跑，确实是考验一个人体力的时候。要想取得比赛的胜利，我们不仅要有坚强的意志，战无不胜的傲气，在精神上打垮敌人，最重要的还是要有一个永远也消耗不完的体力，用实际行动去战胜对手。看看绿茵场上的运动员，哪一个不是健壮如牛，这也为胜利奠定了最基本的物质基础。

其次，足球讲究的是个人的技术和整体的战术。看看镜头中运动员们花哨的过人动作，高难度的射门动作，都是个人技术的体现。个人技术水平提高了，球队的整体作战能力也就提高了，这是取得胜利无可争议的必备条件。在战术上，重要依据的是教练根据个人的特点和整体的攻守能力做出的排兵布阵的方法，也就是我们常说的阵型。一个好的阵型犹如一把锋利的尖刀，直插敌人的要害部位。不同的球队适于不同的阵型，但一个好球队必要磨练出自己擅长的阵型，才能在战场上经久不衰。还有一些战术犯规，虽然在神圣的足球运动当中和一些正人君子的眼里不受欢迎，但在一些特殊的时候也不得不使用。

足球是一项团体作战的运动在球场上球员不仅要有明确的分工，还要有默契的配合。球员在球场上的位置不仅要有层次感，一层一层的防住对方的进攻，还要明确自己的目标和任务，或注意自己盯防的对方球员。中后场球员主要在战术上打击敌人，而锋线球员则在战略上攻击、瓦解敌人。球场上的11个人如同一个人，表现的让对方无懈可击，才能更进一步逼近胜利。

足球是一项很讲究速度的运动项目，足球运动员的速度素质训练应在尽可能模拟比赛、满足比赛需要的前提下，全面提高反应速度、位移速度和动作速度。不论发展位移速度或动作速度，要遵循的基本原则是：用最大强度重复完成练习，要打破以往“速度障碍”的模式化训练，即速度耐力训练所建立的慢速的动力定型。在发展速度素质时，既要提高位移速度和动作速度，又要专门提高反应速度。足球运动与其他运动不同，跑动本身并不是最终的结果，而仅仅是获得最后结果的一种手段。

荷兰足球理论认为，以提高冲刺能力某些方面因素而进行的协调性训练对跑动技术的进步有很大帮助。速度训练需要协调性，足球运动的每个动作都需要协调性，而好的协调性才能造就好的技术。协调性是足球训练实施的基础，提高协调

性最有效的方法是把协调性的训练结合到足球训练中，强调肌肉训练最大的效果是使神经系统能更有效地控制肌肉运动。在肌肉力量训练中，负荷的安排比较难掌握。尤其是专项力量训练，负荷量和强度的搭配以及重复次数和组数在发展某一种力量训练时有所不同。在周期性力量训练中，因为训练开始阶段肌肉增长主要是神经中枢的调节，应该是短的周期训练所产生的神经肌肉作用会更好地增强爆发力，尤其是进行最大力量训练。另一方面，运动负荷和动作速度变化大的短周期力量训练也应该对肌肉力量和爆发力的提高有很大的益处。但是，在这种情况下训练需要进行较好的身体监测。

足球让我懂得了很多道理，我知道了什么是耐力，什么是拼搏，什么是团队合作。足球运动是以脚支配为主的集体对抗性项目。被誉为“世界第一运动”，深受各国人民的喜爱。足球运动有很强的锻炼和欣赏价值，经常参加能增强体质，发展运动能力，培养勇敢、顽强、机智、果断、团结协作的思想品质，并可以此为手段促进锻炼习惯的养成。

选修课程心得体会篇三

在老师的教育和指导下，我这学期的会计选修课程学习即将结束，我从最初入学时对会计这门学科的模糊认识；到现在课程的结束，对会计这门学科有了比较深刻的了解。今天通过课程知识综述形式为自己学习成果进行一次小结，同时也是一个温故知新的过程。会计的产生是由于社会环境所决定和制约的，随着商品经济的发展，市场规模逐步扩大，商品交易日益频繁，这些环境的变化，就不可避免地对会计产生了更多的要求，从而促使了会计的发展。

一、会计专业课程知识综述

(一)《基础会计》核心知识及学习收获

基础会计是会计学科的入门课程，是学习中级财务会计、成

本会计、管理会计和财务管理等专业课程的基础。会计的内容包括会计核算、会计监督和会计分析。但会计监督和会计分析都须以会计核算为前提和基础。会计是经济管理的重要组成部分，是以货币为主要计量尺度，对经济活动进行连续、系统和综合的核算，提供以财务信息为主的经济信息，既为外部有关各方的投资、信贷决策服务，也为内部强化管理和提高经济效益服务，是一个生成和提供财务信息并用于管理的系统。《基础会计》这本书对会计六要素在构成、含义、特征和内容分别作了详细说明；它的划分在会计核算中有重要作用，是设置会计科目和账户的基本依据，同时也为会计报表的构成提供了框架。通过设置账户用以记录经济业务数据，分类地、连续地反映经济业务的增减变动情况，在通过整理和汇总等方法，反映会计要素的增减数额及其变动净额，从而提供会计信息的一个重要会计核算方法而借贷记账法是在设置账户的基础上解决如何记账的一种记账方法，并介绍其中的记录方法、账户结构、记账规则和试算平衡方法。

经过课程我学会了设置账户，还懂得它的两种分类方法：即按账户的经济内容分类和按账户的用途和结构分类，并了解各账户的性质、核算内容、用途及之间的联系与区别。以便于内部管理和外部各方面的需要。任何一个企业、单位对所发生的每一项经济业务事项都必须按规定的程序和要求，由经办人员填制或取得会计凭证。做好会计凭证的填制、取得和审核工作，这对提高会计核算质量和管理水平具有十分重要的意义。会计核算的方法主要包括七种：1、设置会计科目和账户2、复式记账3、填制和审核凭证4、登记账簿5、成本计算6、财产清查7、编制会计报表。上述各种会计核算方法相互联系、密切配合，构成了一个完整的方法体系。各项财产物资的增减变动和结存都是通过账簿记录来反映的，账簿上的结存数与实存数应当一致，但实际中作中可能会有各种原因使各项财产物资的账面数与实际结存数之间发生差异，造成账实不符。所以就必须有财产清查这一重要环节。并按清查结果对账簿记录进行调整。这一章中着重讲述确定存货数量的方法，确定存货价值的计价法及银行存款的核对方法

和“银行存款余额调节表”的编制，各项结算往来款项的函对方法和清查结果的账务处理。

通过各章节课程的学习，明确了会计工作的核心。会计结果体现在财务会计报告和会计报表上，并由它们向有各方提供会计信息。为了保证会计报告和会计报表的真实可靠，在编制的过程中要遵循一些原则和要求，从而正确地进行会计核算，才能提供真实可靠的会计信息。通过学习基础会计，我对会计有了初步的认识，学会了设置账户、记账法、凭证填制、账簿登记、及会计报表的填制，对我以后的生活学习具有积极的作用。

通过学习，我认识到任何企业都离不开成本会计，它在生产过程中审核和控制各种费用，杜绝各种浪费和损失，同时核算各项费用为企业管理提供各项数据，以便挖掘低成本节约费用的潜力，从而打造企业低支出、高收入的局面提高经济效益。

选修课程心得体会篇四

我很高兴参加这次足球协会和教育局针对黄陂区中小学校园足球活动指导员培训班。我非常珍惜这次难得的培训机会，特别意外的是“草根足球之父”、亚足联讲师、著名球员蒿俊闵启蒙教练邓世俊亲自指导我们这些学员。在这短短的2天时间里，我真真切切地感受到我们国家对青少年足球的开展工作的重视。我作为一名体育教师，作为青少年足球活动的推广者之一，感到很荣幸，相信在以后的工作中，尽自己的绵薄之力。

邓老师充满自信，语言幽默、含蓄、大方。表情丰富，非常富有感染力，并且沉稳干练，不苟言笑，看得出专业理论知识深厚。

这次培训活动是理论和实践相结合的形式。先是对足球理论知识进行培训，然后就是到足球场上去实践活动。实践课重点学习了准备活动、运球、突破、传球、接应、控球、协调性训练以及比赛指导，非常实用。针对训练方法以及训练手段，邓老师讲解的清楚、简练、实用，我感到受益匪浅。

学会创新，针对在比赛过程中发生的各种技术动作，真真正正地运用在平时的训练当中，要有针对性，增加趣味性。

如何看待校园足球?邓老师也给我们作了解释，校园足球应该重点面对小学和初中这个年龄段的孩子，在这个年龄段的孩子们更多是培养兴趣，让他能够通过踢足球，在游戏当中体会快乐，实际上在游戏当中健身。假如说每天只踢半小时，这半小时他得到身体锻炼，精神上得到了调整，他会有更旺盛的精力去面对学习，老师们这样才会欢迎，否则你长时间踢球会担心影响学习，家长也会有这个疑问。我将梳理一下自己思路，从我们学校的实际出发，制定出适合我们自己的训练计划，将校园足球活动好好的发展开来，让孩子们一起阳光灿烂，快乐足球。

足球选修课心得体会（精选篇4）

选修课程心得体会篇五

关于这次学习日语的心得，首先我要感谢未名天的老师，北京未名天日语培训学校的老师在这短短几个月里让我零基础的日语突飞猛进。接下来，我谈一下我对这次日语培训的心得体会。

在这次培训学习中我受益的是未名天教授的一套学习的套路。听老师介绍，这是北京未名天日语培训学校的根据规律经验总结出来的独特教学模式。这套教学模式让学习很迷茫的我

得到突飞猛进的进步。

我从日语学习的几大模块来说说我这次到北京未名天的日语培训，首先是单词的记忆，单词的记忆纯靠单纯的记忆是很难收到很好的效果的，这一点是众所周知的，我感觉那一套学习套路为我们记忆单词提供了一个好的建议，首先把单词读一遍，然后到课文中去熟悉我们刚才念过的单词，这句话的翻译中我们不知不觉的就掌握了大部分的单词。然后去听写几天前学过的单词，这就要求我们随时温故以前的知识。

然后是语法，我感觉语法是一个需要自己花费功夫去记忆的东西，但是并不是毫无章法可循，老师在这点上做的就很好，注重语法之间的联系，与一个语法相关的语法都牵扯进来，这样我们把容易混淆的语法多看几遍，然后经常复习，久而久之，记住他们已不是一件难事。再就是阅读，我感觉阅读做的首页很到位。我们有课文，有对话，但我们也有不懂的地方，未名天的老师随时对我们进行讲解，直到每一位都明白为止，尤其在碰到难懂的句子，老师更是给了我们很好的方法，那就是分析句子主干法，这个方法我感觉真的很管用，是一个应急的好方法。

最后我谈一下听力，听力是我一直以来都没有多大信心的地方，可能一个句子我能读出来能看懂，但是一旦让我去听，我就不知所云了，这也是大部分人学习日语所遇到的问题。在未名天培训的过程中，我的听力有很大的提升。我个人感觉，听力是一个需要勤练的东西。这这次培训学习中，老师每天都会拿出一部分时间让我们去听，这一点我感觉很重要。

我大体讲了一下我在北京未名天日语学校学习培训的心得体会。我感觉这次培训中，自己受益匪浅，再一次感谢未名天专业优秀的教师。

选修课程心得体会篇六

为期十周的日语选修课就要结束了，在这两个多月的学习中，我收获了很多。刚来的时候听学长学姐说，选修课都学不到什么东西。而佟老师的第一节课就让我对日本产生了前所未有的向往。从日本这个千岛之国的地形，温泉密布的特征，到发音好听的日语，日本的大和民族文化，以及老师在异国生活的经历都深深吸引着我。上完第一节课以后回寝室，我大声地对室友说，这次误打误撞居然选对了课。也就是从那个时间开始，我的人生又多了一个目标，那就是学好日语，像老师一样，以后去那里了解更多。

先来说说佟老师，他是一个值得我尊敬的人。上课时，他总是风趣幽默得营造出轻松的学习氛围，这在很大程度上挑起了大家听课的积极性。而他却说自己其实内心不是很自信，也不是那么快乐的一个。说这些的时候，他很坦然，我不知道这种坦然是因为岁月的积淀还是什么，只是当时就特别的感动，觉得一个人可以把情绪和工作分得这么开，这是特别不容易的。

而佟老师不只是和蔼的佟老师，在原则问题上他没有任何退步。他说我们学个初级日语入门总要入个门吧，不然也太不像样子了。后来要求大家背五十音图的清音部分，还是竖着背，并且一个一个过关。说来也神奇，在高压下，我居然十分钟就背出来了，人果然是要被逼一把，不然都不知道自己有多厉害。

印象最深的是有一次课上，老师给我们放了一个视频《那些年，我们好像很有钱》，视频效果并不好，我一直对音像之类的要求都挺高，心底流出了一股不屑。然而随着视频的播放，我逐渐明白了老师的用意。我开始反思自己，是啊，我们好像很有钱。可是现在享受的一切都来源于父母，那一年，我们真的没有钱。后来，我在花钱方面有了一些节制，真的很感谢这一堂课。佟老师教给我们的不止是初级日语入门，

还有更多。他从来不说教，用恰当的方式，让我们自己去思考。能够遇到这样一位好老师，真的很感激。

前九节课学习了五十音图，并且每学一行，老师就会教一些对应的新词，帮助加强记忆发音。日语发音真的很奇怪，没有卷舌音，还有半浊音的真的很难发。日语文字的平假名也非常有意思，它不像中文一样端正，多了一些随意与俏皮，但是日本人平时给人的印象是很礼貌很严谨的，我想，正是文字和文化的这种结合才使得日本不过于刻板。这就是异域文化带来的不同感受，吸引人，然而又充满了挑战。

我们的课堂总是充满了欢声笑语，还记得老师放过一个关于如何吃寿司的视频，男主角夸张的表情让大家笑翻了，在欢笑中倒是真正深刻了解到日本人待人接物的一些习惯。还有看的一集动漫叫《阴守护》，一直都很喜欢动漫，虽然这种类型的觉得好幼稚，但也很感动，日本武士的精神，保护，恪守，坚持。这些都是很可贵的品质。还是要说下不满意的地方，就是《黑色皮革手册》，觉得好无聊，真心不喜欢复杂的剧情，其实我们可以选更好看的。希望老师以后能多征求大家的意见啦。

日语初级入门这节课带给我的有很多，还有一些感觉难以用言语表达。或许，这些收获在潜移默化中已经使我有了一些变化，以上只是说了一些印象比较深刻的。我想，每一件事物都会带来一种收获，每一个人都会影响另一个人的人生。还是不得不说感谢，感谢遇到佟老师。祝愿在今后的生活中，我们都能越来越好。

选修课程心得体会篇七

为期十周的日语选修课就要结束了，在这两个多月的学习中，我收获了很多。刚来的时候听学长学姐说，选修课都学不到什么东西。而佟老师的第一节课就让我对日本产生了前所未有的向往。从日本这个千岛之国的地形，温泉密布的特征，

到发音好听的日语，日本的大和民族文化，以及老师在异国生活的经历都深深吸引着我。上完第一节课以后回寝室，我大声地对室友说，这次误打误撞居然选对了课。也就是从那个时间开始，我的人生又多了一个目标，那就是学好日语，像老师一样，以后去那里了解更多。

先来说说佟老师，他是一个值得我尊敬的人。上课时，他总是风趣幽默得营造出轻松的学习氛围，这在很大程度上挑起了大家听课的积极性。而他却说自己其实内心不是很自信，也不是那么快乐的一个。说这些的时候，他很坦然，我不知道这种坦然是因为岁月的积淀还是什么，只是当时就特别的感动，觉得一个人可以把情绪和工作分得这么开，这是特别不容易的。

而佟老师不只是和蔼的佟老师，在原则问题上他没有任何退步。他说我们学个初级日语入门总要入个门吧，不然也太不像样子了。后来要求大家背五十音图的清音部分，还是竖着背，并且一个一个过关。说来也神奇，在高压下，我居然十分钟就背出来了，人果然是要被逼一把，不然都不知道自己有多厉害。

印象最深的是有一次课上，老师给我们放了一个视频《那些年，我们好像很有钱》，视频效果并不好，我一直对音像之类的要求都挺高，心底流出了一股不屑。然而随着视频的播放，我逐渐明白了老师的用意。我开始反思自己，是啊，我们好像很有钱。可是现在享受的一切都来源于父母，那一年，我们真的没有钱。后来，我在花钱方面有了一些节制，真的很感谢这一堂课。佟老师教给我们的不止是初级日语入门，还有更多。他从来不说教，用恰当的方式，让我们自己去思考。能够遇到这样一位好老师，真的很感激。

前九节课学习了五十音图，并且每学一行，老师就会教一些对应的新词，帮助加强记忆发音。日语发音真的很奇怪，没有卷舌音，还有半浊音的真的很难发。日语文字的平假名也

非常有意思，它不像中文一样端正，多了一些随意与俏皮，但是日本人平时给人的印象是很礼貌很严谨的，我想，正是文字和文化的这种结合才使得日本不过于刻板。这就是异域文化带来的不同感受，吸引人，然而又充满了挑战。

我们的课堂总是充满了欢声笑语，还记得老师放过一个关于如何吃寿司的视频，男主角夸张的表情让大家笑翻了，在欢笑中倒是真正深刻了解到日本人待人接物的一些习惯。还有看的一集动漫叫《阴守护》，一直都很喜欢动漫，虽然这种类型的觉得好幼稚，但也很感动，日本武士的精神，保护，恪守，坚持。这些都是很可贵的品质。还是要说下不满意的地方，就是《黑色皮革手册》，觉得好无聊，真心不喜欢复杂的剧情，其实我们可以选更好看的。希望老师以后能多征求大家的意见啦。

日语初级入门这节课带给我的有很多，还有一些感觉难以用言语表达。或许，这些收获在潜移默化中已经使我有了一些变化，以上只是说了一些印象比较深刻的。我想，每一件事物都会带来一种收获，每一个人都会影响另一个人的人生。还是不得不说感谢，感谢遇到佟老师。祝愿在今后的生活中，我们都能越来越好。