

最新乐观理性意思 声乐观摩课心得体会 (优质5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

乐观理性意思篇一

每一节课老师的环节设计都非常的新颖，很有创新意识，灵活应变能力很强，如东营市实验幼儿园的刘恺老师设计的活动课《好朋友》从一种新的思路来展示了这节精品课，首先谈话导入，放开让孩子自己说一说自己的好朋友，说一说好朋友的最大的本领是什么？从而引领幼儿，提起幼儿的兴趣，让幼儿敢说。接着熟悉故事，让幼儿在一种温暖、舒心的语境氛围下，想说、愿意说，同时整个活动中老师的回应也恰到好处，如：活动时，出示了一张两个小朋友站在一起的图片，让幼儿猜一猜他们是什么关系？这时，幼儿有的说：他们是好朋友、双胞胎。这时刘老师便回应幼儿：他们手挽着手，肩并着肩，好像一对好朋友。刘老师能时刻想到总结提升幼儿的话语，拓展幼儿的经验，环环相扣，最后让幼儿自己给故事取名字来结束了本次活动，刘老师的课不仅设计新颖，同时也充分体现了以幼儿为主体，教师为主导的理念。

在教学活动中，老师无论是教学手段的运用还是教学活动的组织，都凝聚着老师的智慧，如利津三幼的王艳芳老师的艺术活动《喷泉》给人以耳目一新的感觉，首先，选材来源于我们的生活，是幼儿非常感兴趣的，活动中让幼儿在感受音乐强弱这一环节，老师特别注重幼儿倾听能力的培养，让幼儿在听音乐中一遍遍感受音乐的强弱，从而为幼儿更好地用动作表现音乐喷泉的各种造型做铺垫，每一个环节无不渗透着老师的智慧。

游戏是幼儿园的基本活动，孩子都是爱玩的，尤其更爱游戏，如王小静老师的《玩玩大皮球》这节活动课，自始至终以游戏为主，让幼儿在自主玩，探索玩，打老鼠洞等一连串游戏中尽情的玩。如燕雁老师的《周转箱》从一开始便以角色扮演“小司机”来贯穿整个活动，活动中幼儿由逐项练习走、跑、跳，到最后整合练习，让幼儿在“运送物资”中练习快速跑“走过小河”高处跳“翻过山丘”大跨步“跨过水坑”等，幼儿在体育游戏中表现出的是一种发自内心的快乐。同时也渗透着关爱和感恩教育，从而让幼儿在玩中学，学中做，做中悟。

一节好的'教学活动，不仅仅是知识的传授，更是一个心灵交汇的心理场，比如说刘恺老师的这节语言课《好朋友》她的语言非常有节奏感，有韵味，表情自然和蔼，每一句话语，每一个眼神，每一个动作，都感觉很亲切，感染着每一个孩子，让孩子们敢说、想说、愿意说。

总之，这次听课让我受益匪浅，我想在以后的工作中要刻苦钻研教材，不断学习提高自身素质，完善自我，在教育工作岗位扎实干、努力干。

今天，我怀揣着激动与期望的心情，带着“空杯精神”，来到中国科大幼儿园进行观摩活动。两个教学活动来自山东省文登教育实验幼儿园的教学能手李兰老师和江华老师。特别是李兰老师的音乐游戏《快乐头发》激起了我的心灵火花，让我灵感的思绪不断涌动。她的教学活动是那样的有趣，让孩子们不知不觉中沉静在她的游戏里；她的语言是那么的具有亲和力，让我们不忍心大声呼吸；她的动作是那么的优美，让我们的眼睛无时无刻围着她打转。

而这些之所以能吸引我们，离不开她们平时工作经验的积累，与充分的准备工作。就拿这节课中，首先，李兰老师结合生活实际，选材“头发”，并将头发生长、随风舞动、梳理、烫发、剪发等幼儿掌握的一系列生活小常识进行自由创编小

律动。在创编过程中，李兰老师并不局限幼儿动作的规范与一致，而是鼓励幼儿主动自由发挥。其次，幼儿在掌握要领后，教师能运用故事情境，将一系列动作联系起来，进行集体表演。再次，李兰老师选择的音乐停顿、连贯、强弱的变化非常明显。最后李兰老师的个人魅力让我们在场的人员不得不折服。

在这之后，我就一直在反思思考，如何才能将她的教学方式运动到我们的教学生活当中呢？首先，要想上好一节课，那就得先认真设计活动，从准确的定位目标，到活动设计中必须有情境性、活动性、操作性、趣味性的环节，并且各环节应该具有逻辑性和挑战性。而且在活动中应重视幼儿学习方式的设计。其次，在活动准备过程中，我们不应该只关注物质准备，而不关注心理准备以及操作材料要适合。就比如李兰老师只准备了一根头发和音乐。再次，在活动互动过程中，老师的语言要简洁明了，问题不应过多，且不应宽泛和笼统，有时也可以试着让幼儿问问题。最后，一名好的老师在活动之后，在科学的评价下懂得反思。

今天的时光，我们在学习中不知不觉的度过，从观摩学习教育能手的优质课，到教育专家董旭花老师的教学活动演讲，让我在知识的海洋里畅游，并希望能将所学知识运动到自己的教学中。

领导和骨干教师组织的课堂教学观摩活动。教学观摩活动在新华小学举行。这次活动，来自巧家县语文、数学名师工作室的教师、新华小学名师工作室的指导教师及县城周边内涵发展项目学校的骨干教师参加了这次观摩活动。教师们从容不迫、行云流水、大气自然的教学风格，扎实深厚的教学基本功，独到智慧的教学设计，充满浓浓人文关怀的交流气氛，我真是受益匪浅。

乐观理性意思篇二

从呱呱坠地之是起，人们就开始了消费，消费是我们日常生活不可缺少的一部分。随着经济的发展，市场上的商品日益丰富，人的消费选择越来越多样化，消费水平不断提高。有许多商家为了挣更多钱，往往设下许多陷阱，所以我们一定要提高警惕，谨防上当受骗。

就拿到饭店吃饭来说吧，有一次我和爸爸妈妈去饭店吃饭，帐单上明明写着一百三十一元五角，服务员却说要一百三十二元。把五角变成一元了，他还会振振有词的说：“我们这里就是这样的。”或者是“我们老板说的。”有的消费者心想：就这点钱，算了。可是这5角虽小，那么一天下来就有好多钱了。

能更安心地消费，是每个消费者心中最朴实的愿望。我的消费观就是做理智的消费者。要量入为出，适度消费。消费前，我们可以先做出预算，把钱花在关键的地方；避免非理性消费，我们是学生，花的是父母的钱，在自己家庭能够承受的范围内购买经济实用的商品；不与周围的人进行盲目攀比，不浪费金钱。

我们是学生，花的是父母的钱，就要注意一方面，消费支出应该与自己家庭的收入相适应。

乐观理性意思篇三

心态表示一个人的精神状态，只要有良好的心态，你才能每天保持饱满的心情。心态好，运气就好。精神打起来，好运自然来。记住做任何事情一定要有积极的心态，一旦失去他，就跳出去，要学会调整心态，有良好的心态工作就会有方向，人只要不失去方向就不会失去自己。心态的好坏，在于平常的及时调整和修炼并形成习惯。人活在世上，凡事都要看开

点，看远点，看淡点，心胸要豁达些、大度些，相信“任何事情的发生必有利于我、”且“办法总比困难多”，也就没有流不出的水和搬不动的山，更没有钻不出的窟窿及结不成的缘。人活的快乐，就必须要有个好心态。有位哲人说得好，“既然现实无法改变，那么只有改变自己。”改变自己就是调整好自己的心态。

如何调整好自己的心态?笔者认为有三点至关重要。

一是欲望不要太高。欲望无止境，欲望越高，一旦不能得到满足，形成的反差就越大，心态就越容易失衡。

二是攀比思想不能太重。如果盲目攀比，就会“人比人，气死人。”如果跟下岗工人比待遇，跟农民兄弟比收入，跟先进人物比贡献，心态就能平衡，怨气就自然消了。

三是要学会忘记。不要对过去的事耿耿于怀，过去了的事就让它过去，这样才会少去许多烦恼，心情才能舒畅。

中国科学院院士裘法祖有一句座右铭，“做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。”这既是他的一种超然的人生境界，也是检验我们心态好不好的一面镜子，不妨经常照一照，看看自己的心态是否调整好了。

每个人都有一套属于自我的生活理念，有的人生活的很快乐，有的人却对生活出奇的失望，归根揭底是心态的问题。生活中总是会出现很多突如其来的灾难，会让人突然陷入一种茫然、焦急、狂躁的情绪之中，更有甚者对生命的绝望。不难看出，随着社会的进步，竞争的激烈，让人们的各种压力增大，如果当这种压力超过了某种负荷能力的时候，就会让人出现偏激情绪，这样带来的后果是无法想象的，我个人觉得如果人能在适当的阶段给自己找一个出口，会逐渐排除这样的精神压力，让你走向更辉煌的道路。

那么我们应该怎么减轻这样的负面情绪呢？

第一：学会让自己安静，把思维沉浸下来，慢慢降低对事物的欲望。把自我经常归零，每天都是新的起点，没有年龄的限制，只要你对事物的欲望适当的降低，会赢得更多的求胜机会。（所谓退一步自然宽。）

第二：学会关爱自己，只有多关爱自己，才能有更多的能量去关爱他人，如果你有足够的力量，就要尽量帮助你能够帮助的人，那样你得到的就是几份快乐，多帮助他人，善待自己，也是一种减压的方式。

第三：遇到心情烦躁的情况的时候，你喝一杯白水，放一曲舒缓的轻音乐，闭眼，回味身边的人与事，对新的未来可以慢慢的输理，即是一种休息，也是一种冷静的前进思考。

第四：多和自己竞争，没有必要嫉妒别人，也没必要羡慕别人。很多人都是由于羡慕别人，而始终把自己当成旁观者，越是这样，越是会把自己掉进一个深渊。你要相信，只要你去做了，你也可以的。为自己的每一次进步而开心（事是不分大与小的，复杂的事情简单做，简单的事情认真做，认真的事情反复做，争取做到最好）

第五：广泛阅读，阅读实际就是一个吸收养料的过程，现代人面临激烈的竞争，复杂的人际关系，为了让自己不至于在某些场合尴尬，可以进行广泛的阅读，让自己的头脑充实也是一种减压的方式，人有时候是这样的，肚子里空空的时候会自然的焦急，这就对了，正是你的求知欲在呼喊你，要活着就需要这样的养分。

第六：不论在任何条件下，自己不能看不起自己，哪怕全世界都不相信你，看不起你，你一定要相信自己，因为我相信一句话，如果你喜欢上了你自己，那么就会有更多的人喜欢你，如果你想自己是什么样的人，只要你想，努力去实现，

就会的!(很多人为什么没实现,就是没毅力)

第七:学会调整情绪,尽量往好处想,很多人遇到一些事情的时候,就急的象热锅上的蚂蚁,本来可以很好解决的问题,正是因为情绪的把握不好,让简单的事情复杂化,让复杂的事情更难.其实只要把握好事情的关键,把每个细节处理的得贴就会游刃有余.遇到棘手的事情,冷静点,然后想如何才能把它做好,你越往好处想,心就越开,越往坏处想,心就越窄!

第八:珍惜身边的人,用语方面尽量不伤害,哪怕遇到你不喜欢的人,你尽量迂回,找理由离开也不要肆意伤害,这样不仅让自己心情太坏,也让场面更尴尬.珍惜现在身边的一切。

第九:热爱生命,每天吸收新的养料,每天要有不同的思维.多学会换位思考,尽量找新的事物满足对世界的新奇感,神秘感。

第十:只有用真心,用爱,用人格去面对你的生活,你的人生才会更精彩!

要记得,每天保持一份乐观的心态,如果遇到烦心事,要学会哄自己开心,让自己坚强自信,所以你想保持良好的心态,唯一可行的办法是怀着感恩的心去看世界,用心去看世界,不计较得失,学会发现身边所有令人感动的事情,心态决定状态,只有保持良好的心态,才能让自己心情愉快!最后祝我的朋友们都能快乐的过好每一天!

乐观理性意思篇四

每一位专家都各具特色,但是有一点他们是相同的,那就是他们都具有深厚全面的文化底蕴。例如,陈延军老师在讲解《自己的花是给别人看的》一文中的“姹紫嫣红”的意思时,从每个字的意思及出处都看出陈老师知识渊博。总之,他

们认为，教育就是一个用情感用思想用文化教化感化点化学生的过程。

正如李老师所言，教师是帮助学生学习的，教师与学生的关系应该从眼神的交流开始。老师，尤其是语文老师就是孩子的一面镜子，从中看到孩子的喜怒哀乐，看到孩子们微妙而复杂的心理变化，每一个孩子都是社会家庭的缩影和反映，每个孩子的一切行为思想都可以在其生活中找到依据。每一个孩子都是一个色彩斑斓的世界，所以，我们的评语，我们的言行，都应努力探求到孩子的心灵世界的秘密。教师应该耐心倾听孩子们发自内心的声音，这样，才能做到：眼中有人，心中有数，手中有法。

在课堂上针对每个问题的解答，薛老师都非常注重对学生的及时鼓励，不让学生失败和失落离开课堂。不但语言上的，还有夸张的动作、神态等，整节课中掌声和语言的鼓励都非常多，增强了学生学习数学的兴趣和信心。他说：“要让学生错”“不让学生带着失败和失落离开课堂”。

“观摩观摩，只能看，不能模”。我们要看的是观摩课的教学理念，看观摩课的教学设计，看教师的课堂教学艺术，然后内化，再形成自己的教学风格。学习的关键是要和自己的教学实际结合起来。

这次活动可以说是让我大开眼界。虽然这些老师来自全国各地，各有教学背景，但他们都很好地贯彻了新课程语文标准。可以说这些老师给我指了一条前进的路，这将使我少走很多弯路，最直接地与改革的方向相一致，确定明确的教学目标。

乐观理性意思篇五

金秋时节，河南省音乐观摩课在美丽的郑州隆重举行，我有幸聆听了20多节省级优质课。确实收获颇多，但鉴于自己表达总结能力有限，下面谈一下自己粗浅的体会。

每一个地市推出的公开课代表着本地市的音乐教育水平，为了上好这一次公开课，教研员和教师们不知花费多少心血去精心备课、上课、反复修改。老师的压力确实很大，所以在课堂上老师好像迷失了自我，完全像一个被别人欠着鼻子走的玩偶，课堂上的偶发事件感到束手无策，只是把事先排练好的程序又演了一遍，缺乏创新和课堂生成。很是乏味。

公开课不仅仅是将教师的教学风格展示给别人看，更重要的是给

大家提供一个课堂教学研究的范例，传达先进的教学理念，探讨科学的教学方法。

可我们老师过多地关注了自己在课堂上本身风采的展示，而忽略了公开课也是学生学习生涯中的一堂课，是他们生命发展中的一部分，学生本身应该得到发展，得到成长，而不是来配合老师或者配合别的孩子学习的。

我们经常考虑如何把课堂展示得有声有色，精彩纷呈。以至于在课堂中，学生的困惑还没有得到解决，学生的思考还不够深入，学生没有得到进步或者发展，教师就因为赶时间而匆匆去进行下一个环节的学习。在这样的课堂中，更多的是教师如何设想、如何调控、如何操作。而缺少的是学生如何学习，学生是否得到进步，学生学得是否快乐。其实，一堂不完整的公开课并不见得是不成功的课。我觉得，如果你关注了学生，把公开课当做是学生展示个性的舞台，而不是教师展示自己教学风采的地方，能以一个平常的心态对待公开课。那么，这就是一堂有价值的课。

以上就是我的一点体会，从这点体会中，我也明白了今后我的音乐课应该怎样去上了，俗话说“旁观者清，当局者迷”嘛，也许正是我得此体会的原因。一些好的的方面，值得我从中吸取的经验，我一定把它融化在我的心中，变成自己的经验。以上如有不当指出，请老师们多提宝贵意见。