

研读心得格式(模板5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

研读心得格式篇一

新《语文课程标准》明确指出：“语文是最重要的交际工具，是人类文化的重要组成部分。工具性与人文性的统一，是语文课程的基本特点。语文课程应致力于学生语文素养的形成与发展。语文素养是学生学好其他课程的基础，也是学生全面发展和终身发展的基础。”语文教学不是教师故弄玄虚的卖弄，也不是教师讲述教学文本的读书心得，而是引导学生在阅读中去感受体验，强调的是学生的自主探究。苏霍姆林斯基说：“我深信，只有能够去激发学生进行自我教育的教育，才是真正的教育”。“自悟”便是学生形成自我教育的途径。在“读”的基础上“悟”出精髓。因“文”悟“道”，因“道”学“文”。当然，学生的自悟探究，绝不能采取放羊式的自我领悟，必须在教师的引导、师生的讨论下进行。自悟探究中要有思维培养，自悟探究中要有语言训练，自悟探究中要有创新的火花。

中反复实践，使学生逐步做到习惯成自然。

其次，开展形式多样、生动活泼的语文活动，增长学生的才干。新课程标准注重语文实践能力的培养，语文学科实践性很强，我尽量将枯燥无味的作业化为有趣的活动，使学生在近似游戏的过程中达到练习、复习巩固的目的，使学生产生强烈的兴趣，调动学生学习的积极性，促使学生顺利地完成任务。如成语接龙、表演课本剧，充分展示学生个性特征。此外，还举行手抄报比赛，讲故事比赛，格言警句比赛

等活动，使学生在丰富多彩的语文活动中学语文，用语文，长才干，学做人。

研读心得格式篇二

把基础知识放在首位，处理好大餐与味精的关系。上课过程中要注意让学生进行解题方法及解题过程的总结及整理，并注意知识点的提炼与总结。没有学生的主动参与，就没有成功的课堂教学。新课程倡导的自主学习、合作学习、探究性学习，都是以学生的积极参与为前提，没有学生的积极参与，就不可能有自主、探究、合作学习。实践证明，学生参与课堂教学的积极性，参与的深度与广度，直接影响着课堂教学的效果。

教师要充分信任学生，相信学生完全有学习的能力，把机会交给学生，俯下身子看学生的学习，平等参与学生的研究。把课堂放手给学生，给学生充足的时间与空间个体尝试并合作探究，让学生表现自己，可树立学生的自信心，使学生感受到数学知识的精深与魅力，培养学生对数学钻研的精神，提高合作能力，同时激发他们学习的'乐趣与积极性，丰富学生的思维想象能力。使学习能力及合作能力均得到提高。

□

一堂新课开始，教师可通过新课导入的设计、学习氛围的创设，教材所蕴含的兴趣教学因素、课堂内外的各种资源来唤起学生对新知识的兴趣，让学生产生学习的意愿和动力。授课结果有时会与备课时预想的结果相差很大，这就说明我们在平时备课时备教材、备教法、备学生的必要性。对教材要深钻细研，对学生要全面了解学生已有的知识储备及现在的学习状态，要明白教学过程中面向的是全体学生，既要照顾到差生，又要想到优生。可见备课是个极其复杂的过程，是上好课的前提与关键。

可以理解为“理论联系实际”在数学教学中的实践，或者理解为新大纲理念的“在解决问题中学习”的深化。新旧教材中，都配备有所谓的应用题，有许多内容已经很陈旧，与现实生活相差甚远。结合实际重新编写应用题只是增强应用数学的意识的一部分，而绝非全部；增强应用数学的意识主要是指在教与学观念转变的前提下，突出主动学习，主动探究。教师有责任拓宽学生主动学习的时空，指导学生撷取现实生活中有助于数学学习的花朵，启迪学生的应用意识，而学生则能自己主动探索，自己提问题，自己想，自己做，从而灵活运用所学知识，以及数学的思想方法去解决问题。

初中数学课程应建立合理的科学的评价体系，包括评价理念，评价内容，评价形式评价体制等方面。既要关注学生的数学学习的结果，也要关注他们学习的过程；既要关注学生数学学习的水平，也要关注他们在数学活动中表现出来的情感态度的变化，在数学教育中，评价应建立多元化的目标，关注学生个性与潜能的发展。

初中教师在新课程中的角色应是：课程价值的思考者、学科专业的播种者、学生发展的促进者、合作探究的协作者、资源保障的服务者、终身发展的示范者。相应的高中教师的专业生活方式则为：学习--研究--实践--反思--合作。我们可通过在汲取学生时代的经验的同时，通过在职培训、自身的教学经验与反思、和同事的日常交流、参与有组织的专业活动来促进我们自身的专业成长。

在学校的教育改革中，作为一名新课改的实施者，我们应积极投身于新课改的发展之中，成为新课标实施的引领者，切实以新观念、新思路、新方法投入教学，适应现代教学改革需要，切实发挥新课标在新时期教学改革中的科学性、引领性，使学生在新课改中获得能力的提高。设计一堂课时，新课的引入，题目的选取及安排是上好一节课的前提条件。总之，通过本专题的学习使我感受到：新课程下的课堂教学，应是通过师生互动、学生之间的互动，共同发展的课堂。它

既注重了知识的生成过程，又注重了学生的情感体验和能力的培养。面对新课改，我们不再是知识的权威，课堂上要求必须放下“架子”，让学生喜欢你，充分发扬教学民主，尊重学生的人格，努力形成新型的、平等和谐的师生关系。因此，我们在教学中对教材的处理、教学过程的设计以及评价的方式都要以学生的发展为中心，以提高学生的全面发展为宗旨，这才是课改的最终目标。

研读心得格式篇三

《黄帝内经》这本书是古代第一本医书，里面详细的记录了中医中药的很多种类和手法，为后世进行中医中药研究提供了不可替代的价值。

《黄帝内经》分为两卷，内容是皇帝与岐伯或者雷公或他人对话的形式进行描述，可读性比较强，理解起来也很简单，深入浅出的描绘出了古人治病救人的方式方法，然后从侧面反映了医术和疾病的千变万化。

有喜欢养生的，和注意身体的人，可以看一下这本书，讲的非常科学和奇妙！

《黄帝内经》详细记录了人体的脉络和五脏六腑与天地的联合关系，加上阴阳的平衡。还有心肝脾肺肾对应的五行属性，对于扎针的深度和广度，还有时辰，都有一些明确记载。对于内脏器官在四时(春夏秋冬)应该得病的预防或者得病之后的调养，都会给予指导。

比如说养生，宜乎顺应四时之规律，怎么讲呢！譬如，夏天，夏天就应该晚睡早起，然后去出汗，冬天呢，因为寒冷，就要早睡晚起，等到早上寒气退去再起床。还有，现在的季节是秋天，书中说道，秋伤于湿，冬必咳嗽。什么意思呢？就是现在是秋天，不要吃那些凉的，不然冬天就会咳嗽。还有一种说法是立秋后不要吃西瓜，西瓜是寒性食物，所以立秋

后不应该再吃了。

还有春生、夏长、秋收、冬藏。一般来讲，春天万物生发(植物发芽)，夏天疯狂生长(小孩子长得特别快)，秋收(肃杀和丰收，古代人在秋天打猎比较多，经过夏天的生长小动物长大并且有了后代)，冬藏(有的动物冬眠，而人类一般冬天去世比较多，有的人得病，只要扛过了冬天，一般就会没事了)。

所以，沿着四时的规律去养生，可谓是科学而又高效！

大家都知道十二个时辰，其实分别对应的心肝脾肺肾，还有五行(金木水火土)，并且发病的时间也是有例可循的。

还有针灸，也就是所谓的中医扎针点穴一类的手法。如果有个中医经验丰富，看病的时候，不需要吃药，也许点穴扎针就可以治病救人。

还有号脉，根据脉搏跳动的频率，动静，判断病人的病情。

依托着阴阳，纵贯着逆从，考验着表里，所以，一个合格的医生一定是懂得这些道理的！并且善于利用这些原理，科学而又神奇为大家祛除病痛，拯救世人性命。

作为中医鼻祖故里——神医扁鹊封地，河北邢台内丘神头村的人，从小深受中医熏陶，虽然没有学习医生这个职业，但是对中医中药的热爱一点不亚于医生从业者！希望以后还可以多读几遍《黄帝内经》，真正的去了解这本医书。

研读心得格式篇四

《三国演义》写了三个国家的兴衰史，从桃园三结义至三国归晋共经历了五大时期，便是黄巾之乱，董卓之乱，群雄割据(官渡之战，赤壁之战)，三分天下和天下归晋。

黄巾之乱是从桃园三结义开始，讲了黄巾起义之后，东汉政府的反击，出现了刘备，曹操等英雄，而东汉政权也快灭亡了。

董卓之乱是讲董卓入京前后的故事，从何进与十常侍对战到少帝逃出京城，结果被董卓救驾。董卓入京后收买了猛将吕布，又废少帝，立献帝，大权独揽，实施暴政，逼得群雄联军伐董卓，虽然后来联军失败了，但是董卓最后也被吕布所杀。

群雄割据是讲董卓死后，中原诸侯群龙无首，为了扩大自己的地盘互相厮杀，最主要分为三个战区，即北方的袁绍与公孙瓒，江东地区孙策的崛起，中原地区曹操，刘备，吕布，袁术之间的战争。

再后来的三分天下和天下归晋我就不一一细说了，最主要的我想谈谈自己对三国演义的一些认识和看法。

在《三国演义》中，我最欣赏的就是曹操了，虽然为了突出刘备的仁义，他被写成奸诈之人，但是他的军事才能仍然没有抹杀。他在几年的东征西战中，占领了长江以北的大片土地，连少数民族都臣服于他，他是三位郡主中最有才干的，魏也是三国中最强盛的，他奠定了魏国的基础，后来晋国才能统一天下，所以他是一位真真正正的英雄。

研读心得格式篇五

一读到《西游记》，一听到猪八戒，你可能就想到好吃懒做的二师兄吧！估计很多人也想像猪八戒一样，享受生活吧！只恨猪八戒，是因为猪八戒有的时候会给四人“取经团”拖后腿，我恨不得穿越到小说里，给这位呆头呆脑的二师兄指明

正路。我仔细读原文，你会发现二师兄其实很有礼貌，如原文中的，猪八戒，摇摇摆摆，对高老唱个喏，道：“丈夫，丈母大姨二姨夫，姑舅诸亲：我今日做和尚了，不及面辞，休怪。而孙悟空就洒脱直爽些，直接叫：“老头老头”看地我们都哈哈大笑，这个孙猴子！

他是个很幽默的人，呆在取经四人团时，也没干什么好事，也没什么用处。剧里的情节，《猪八戒吃西瓜》把我笑岔了，这样活泼可爱的活宝真是少见，这也是很多人喜欢猪八戒的原因。

说完爱，我们来说说，哼，猪八戒应该是全球第一大胃王，文中的话，这是耸人听闻：“一顿要吃三五斗米饭，早间点心也得百十个烧饼才够。得还吃些斋素，若再吃荤酒，便是老拙这些田产之类，不上半年就吃个罄净，真是厉害，能把大户人家吃得家破人亡了。小说中猪八戒很能拖后腿，比如三打白骨精，白骨精是妖怪，猪八戒还那么彬彬有礼，更不能忍受的是孙悟空打死白骨精时，八戒愣说是障眼法，悟空只得暂时被逼回花果山，继续做山大王了。还有分配任务时，不听孙悟空的话，化斋巡逻时偷懒，打妖精一打就败，不过值得庆幸的是，还有孙悟空二师兄，真是又爱又恨啊！

每个人错误是不可避免的，猪八戒也如此。但是《西游记》没有猪八戒可能会很枯燥乏味，乐趣减了大半。没有猪八戒恐怕也衬托不了其他师兄和唐僧的取经的坚定。没有猪八戒我们也难以看到这个又懒又馋又可恨的他，怎样历经磨取得正果的。二师兄呀，我是爱你还是恨你呢？我觉得猪八戒诗歌个暖男，是中央空调，送清凉，送温暖，有礼貌，其实挺勤劳，一路艰辛取得正果，我还是喜欢猪八戒。他，偷懒且肯努力，食人间烟火，接地气！