

2023年团课笔记和团课心得体会(通用9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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

高考心得分享篇一

时间如流水，转眼已成烟。明天又是高考的日子，而我的高考已过了整整23年。

而今想起，真是：如梦如幻月，若即若离花。

说实话，当时我对高考并非像如今的孩子们那么在意，也没有现今家长们的深情！

只是一个人从郊区来到县城的小旅馆，参加一次可能再也不用考试的考试。

自己的水平自己知道。从进校的30多名一直努力到高三，最好的成绩是班级23名。所以填报志愿时，首选清华北大，第三志愿才填了一个可以调配的师范学院。

但人总是不甘心的。同样的在校学习，凭什么别人能自信满满，我就应该：

也许他们会轻易地忘了我，我不难过，至少我赶上了他们的过往，只因我不是他们等待的季节！

所以高考我特别地放松，就像是完成一次人生的盛典，而后就是深情地谢幕，再回到大地母亲的怀抱，或者远走他乡，

做一个打工的游子，在机器轰鸣中，像包身工一样，积淀生命的财富，在考试没结束前，一切都不得而知。

三天的时间，我像做了个梦，梦醒是炎热的夏季。

回到家就开始农忙。收完玉米，紧接着收稻子。

“农家少闲月，五月人倍忙。”我怀疑作者写错了。应该是农历七月人倍忙才对。五月只是割麦插禾，至少天气是配合的：花香鸟语，杏李桃熟。而七月流火，忙得人只想泡在小河里，随波流去。

有人说：在薄情的世界里深情地活着，胜之不武。

而我想说：在劳动的世界里深情地活着，明天会更好！

父亲看着我厚厚的眼镜及被扁担磨破皮的肩膀说：“考不上大学，就要和我们一样啰！”是心疼也是鼓励，因为父亲知道，要是考上了，他老人家还得砸锅卖铁，不断辛苦！

拿高考成绩那天，是大哥的孩子满百天的日子，或许是个好兆头。揣着母亲昨天从大伯那里借来的路费，在天蒙蒙亮的时候，就出发了。

到了学校门口，学生们都已放假，校园一片寂静。在操场走了走，眼前满是在这里生活六年的身影，那石阶上的大树还是那么苍劲，骄阳下还是那么挺拔！

我好像没有勇气到班主任家里去拿成绩单，万一没上线呢，家里亲戚朋友都在等着……

我只好继续在校园里转悠……

知了的叫声凭添了许多哀愁，感觉有些饿，来到以往进城的三叉口，花五毛钱啃了个馒头，似乎有了些信心，毕竟终究

得去见班主任。

班主任见到我，眼睛眯成一条缝，碎花格子衬衣上的花朵在阳光下跳跃：“不错，上线了！看来你的努力上天是不会错过的。”

后来才知道，我们班考上了十三个，难怪班主任见到我会笑得那么洒脱，因为我本不在她的视线里，却有了她意想不到的结果！

人生可能有很多种如果，但最让人心动的可能就是问心无愧地去做，才会有天道酬勤的果！

在高考的前夜，写下自己高考的'经过，愿天下高考的学子冷静沉着，考出不悔，考出看尽长安花的执着！

高考心得分享篇二

2. 分数足够好去读名校是很有必要的，毕竟它的名气好也有其中的原因。如果你有很想去的名校，但是怕所喜欢的专业选不到，那也不是特别大的问题，因为好多学校在入学之后一年内都可以转专业的，手续并不是特别麻烦。

3. 其次，专业也是一个特别应该注意的问题。在专业方面，你首先应该考虑自己喜欢哪个方面，比如会计、英语、计算机、语言方面或者食品安全等，如果说一个学校的名气不是特大，但是它这个专业特牛，那也是值得考虑的！

4. 再把所有的分析之后，在对自己有清楚的认识之后就果断点，不要受其他人的影响，也不要犹犹豫豫，总是变来变去，或许你第一个看上的就是最好的呢，所以在透彻的分析之后就果断点吧，不过最好给自己一个保底的。

上大学不仅仅会提高你的学术方面，最主要的是你会在那样

一个环境里成长，大学里很自由，但是它可以充分的体现出每个人的价值。只要你敢想，就没有实现不了的，加油！

高考心得分享篇三

高考是人生的一道坎，每个人都想要跨过它到达成功的彼岸，对于高考里的语文我们有什么更好的方法去应对呢？下面我们一起来看看这篇《关于高考的几点启示》。

应付高考，好多老师和学生都准备了许多“套路”，对此，我们应该有正确的认识。第一，“套路”当然有用，很多时候，所谓套路其实就是解决问题的基本思路 and 方向，它能够帮助我们迅速地明确思考方向和答题思路，也能够帮助我们“踩准”得分点。第二，“套路”又不是万能的，我们在答题时要注意“具体问题具体分析”，不可生搬硬套。第三，“套路”的使用必须建立在细读文本、理解文本的基础之上，如果没有好好阅读原文，就想借着“套路”去“骗”分，往往是得不偿失的。（对于读不懂的文章，无法下手，只能以“套路”应付，这是无奈之举，绝不是常态）

语文学科考的不仅是知识，更是你的学科素养和文化积累。譬如本次考试的文言文阅读，如果你了解清朝残酷的文字狱和严密的思想控制，那么对文章的写作目的和文章含蓄曲折的写法就比较容易理解了。在我们的高考试卷中，越来越重视对传统文化和一般文化知识的考查，有的是直接设计考题，有的是作为背景知识隐含其中。因此，在复习备考过程中，同学们要有积累和扩充自己人文知识宝库的意识。

过去，我们的学生总觉得课本没用，因为考卷上所有的文章都不是课本上的，考题也几乎和课本没有关系。对付高考，多做一些试卷可能效果更好。这种观念是要不得的。其实，高考命题的一个重要原则和底线就是，你所有的考试指向都必须在课本里找到依据，课堂上没有教过、没有学过的知识原则上是不能用来考试的。

高考心得分享篇四

2020年因为新冠疫情的影响，高考被迫延期了一个月进行。对于高考生来说，在等待延期后的高考期间，经历了怎样的心路历程和学习过程呢？本文将从五个方面，谈一谈高考延期心得体会。

一、心态调整

听到高考被延期一个月，对于将要面临高考的考生，心理上的震荡可以想象得出。很多人会陷入焦虑、紧张、无助等情绪之中。然而在这样的时刻，高考生需要及时调整自己的心态。适当地安排时间，平衡好休息和学习的时间，保持良好的心态，才能更好的面对高考。因此，心态调整是延迟高考期间最重要的一环。

二、学科知识的消化

所有省份的考试，由于时间紧迫，考试内容是有有限度的。而高考延期，让我们有了更多的时间来复习归纳高中三年所学的所有知识。因此，在这段时间里，对于考生来说，要重点关注基础知识和易错点，并对极为重要的知识点进行专项练习，不断灵活运用所学知识，增强自己的考试能力。同时，良好的学习态度和规划好学习计划也是至关重要的。

三、心理素质的培养

高考期间，除了学科知识的考验外，心理素质的稳定和强大，也是影响成绩的一个重要因素。在早期准备阶段，分配一定的时间来进行心理素质培养也非常必要。比如说，适当地缓解压力，提高应对能力，增强自我意识。通过这种方法调整自己的心态，不仅能有助于与平常日常生活的平衡，也能够的高考考场上获得更好的表现。

四、时间管理

高考实际上是一种时间管理的艺术，对于时间的应用极其严格，过于放松会导致失利，紧张也容易出现失误。高考延期，因为具有额外的时间，可以锻炼考生的时间管理能力，学会有效的规划时间和分配任务的能力。无论是在学习成果的整合上，还是对学科的细分和集中学习上，都能够更加通畅地应用时间管理技巧。

五、全面素质的提高

高考不仅仅是科学知识的检验，也是对考生全方位素质的考验。因此，在这个延期高考期间，除了学科知识的再次精通，课外兴趣和社会实践也会成为更好的补充。培养出阅读和思考能力，增强诺言和责任心等素质，也是能够助力高考成绩的提高的重要因素。

综上所述，高考延期期间，需要我们从多个方面、全面地思考问题，把握好这段时间的时间和机会，培养出良好为高考学习态度并充分发挥自身的潜力，一定会在高考中取得应有的成绩。无论是对于现在在读的高考生，还是将要面临高考的人来说，实践高考培养的各种素质，都是我们走向成功的重要玩具。

高考心得分享篇五

在学习政治课程的过程中，我们接触到了许多重要的法律文献，其中就包括了我国的宪法。宪法是一部国家的根本大法，对于一个国家的政治、经济和社会发展都有着举足轻重的作用。因此，我们在备考高考之前，有必要认真学习宪法知识，深入理解宪法精神，才能真正掌握宪法，并将它的精神融入到我们的日常生活中。以下就是我的高考宪法心得体会。

第一段：宪法确立了中国特色社会主义的制度基础

新中国成立以来，中国经历了很多政治、经济的波折和变革，也从中吸取了许多教训。宪法是中国特色社会主义制度的基石，它确定了我们国家的基本制度、根本政治原则，以及各级政府和公民的权利和义务，是国家公权力的依据。遵守宪法，就是遵守国家制度，是公民最基本的义务之一。

第二段：宪法保障了公民的基本权利

中国宪法规定了公民的基本权利和自由，其中包括民主选举权、言论自由、信仰自由、财产权等等。这些权利使得公民可以自由的表达自己的想法，参与国家政治、经济和社会事务。这些权利不仅是公民基本的个人权利，同时也是社会和谐和稳定的基础。

第三段：宪法规定了国家关系

中国是一个联邦国家，由省、自治区、直辖市、特别行政区组成。各个政治实体之间的权力和地位明确规定在宪法中。宪法规定了中国的行政、司法和监察机构，以及全国和地方代表机构的组成和职责，建立了一项完整的国家政治架构。

第四段：宪法保护环境，促进可持续发展

宪法还规定了生态文明建设，要求各级政府和公民必须保护环境，推进绿色发展。宪法维护了公民的环境权利，并确立了可持续发展为长远之计的战略思想，这也有利于保护我们的生态环境和减少人类对地球的破坏。

第五段：宪法应用于我们的日常生活中

宪法不是一本沉闷枯燥的政治书籍，而是现实生活中不可或缺的法律文献。我们从宪法中可以了解到自己的基本权利和义务，了解国家政治架构和国家政策，更好地参与到国家建设中。同时，在日常生活中，宪法也指引着我们去合法合规

行事，体现着我们的责任和担当，为自己的生活和社区的和谐做出贡献。

总之，深入理解宪法，掌握宪法精神，不仅是一名合格的公民的必修课程，也是备考高考的学习重要内容。在日后的学习生活和工作中，我们需要把宪法的精神融入到自己的行为和言语中，遵守法律规定，积极参与到国家建设中，共同推动中华民族的伟大复兴。

高考心得分享篇六

自2020年初爆发的新冠肺炎疫情以来，全国各行各业都受到了不同程度的影响，其中包括了即将参加高考的学生们。在疫情防控的背景下，全国高考宣布延期一个月进行，这对于即将面临高考的学生来说无疑是一个巨大的挑战。本文的主要目的是介绍我在高考延期期间所体会到的一些感悟，希望能对广大即将参加高考的学生们有所启示。

第二段：困境与思考

高考的延期对于学生来说无疑是一个困境，因为这样的延期意味着学生们必须要继续面对压力和焦虑，但是这样的延期也为学生们提供了更多的时间来准备自己，考虑多种备选方案来应对不同的情况。在此期间，我深刻认识到了一个非常重要的方面，即我们不能被困境所限制，而是需要通过面对挑战而成长，增强自己的实力和能力。

第三段：学习与自我调适

在高考延期的这段时间里，我意识到需要更加注重学习与自我调适。在学习方面，我需要沉下心来，认真复习课堂知识，拓展自己的知识面。另外，我还会通过网上的各种资源来进行自我学习。当然，这也需要一定的自我调适，比如平衡好学习、休息和娱乐的时间，不要因为学习而忽视人身健康。

第四段：心态与情感应对

面对高考延期所带来的不确定性和压力，我们需要保持良好的心态，不断正视问题、解决问题。在此期间，我们可以多与同学、朋友、老师、家长交流，倾诉自己的情感和感受，共同探讨解决方案，减轻内心的沉重负担。

第五段：反思与启示

高考延期期间，我有更多的时间反思自己的过去和未来，思考人生的意义和价值。这段经历让我更加坚定了自己将来学习和生活的方向，也让我深刻认识到，挫折和压力并不可怕，最重要的是我们能从中学到东西，成长起来。

总结

总之，高考延期固然带来很大的不确定性和挑战，但对于我们来说，它也成为了更好努力学习的机会，也是了解自己 and 成长的重要历练。我们需要化被动为主动，努力克服困难，以优异的成绩来回报这段艰难的时期。

高考心得分享篇七

宁夏理科状元李煦文分析学习经验时提到了错题本，而去年宿州高考理科状元赵梓楠接受采访时更是强调了错题研究的重要性。这已经是第n次高考状元们分享学习心得提到错题本的使用了。

因为，每道错题都切中了自己知识掌握的弱点，指出了你的学习上不足之处。

这才是最好的针对你个人的个性化学习资料；在这一点上王尚老师认为每位同学所记录的错题本是任何高考专家、辅导书都无法做到的。

我们都知道，学习要有的放矢，特别是高考备考的时候，每一分都非常宝贵，要把自己的时间用在最需要投入的地方。自己哪些地方是薄弱环节呢？错题给我们指明了方向。

虽然错题本复习冲刺阶段的最好助手，可相对而言，它是一个见效慢的学习工具，很多学生在平时的学习中坚持不下来。

错题是需要经历一段时间的积累的，只有有了一定的量，才有价值。

还有一点，就是错题本一点要养成多看多想、定期看、多想、多总结的习惯，它才能发挥出其效果来。而这一习惯的养成，需要太多的自制力了，显然这是一座大山，需要同学们翻过去，很多学生走到一半就知难而退了。

高考状元们的学习方法值得学习，他们不仅仅学习成绩好，更重要的是会反思学习方法，总是在想尽一切办法提高效率。而这一点也是非常值得我们学习和反思的。

高考心得分享篇八

高考，是无数中国学子人生中最重要的一场考试。但自去年新冠疫情暴发以来，全国范围内的高校大考一度被推迟、取消，给学生的复习和备考造成了极大的影响。今年，高考终于如期举行，为了弥补疫情带来的影响而设立的“恢复考试”更是加重了考生们的压力。在经历“恢复考试”的两天后，我有了一些感悟，也总结出了自己的复习和备考方法。

第二段：认真规划备考计划

这次恢复考试的策略是开放式考试，各地方有一定的限制条件，引导他们做适当的考试组织、安排，而不是照搬高考。这对考生来说虽然减轻了很多压力，但也要求我们了解这项考试的细节和要求。因此，我们在这一方面需要更加认真规

划备考计划，提前了解考试内容和要求，合理安排时间。

第三段：切实加强知识点的掌握

高考考察的是高中三年累积的知识点，对于学生来说要想在考试中获得良好的成绩必须要努力提高知识点的掌握和理解，因此要加强对知识点的理解和记忆，可以通过多作练习，多做模拟题，对所学成果进行总结和整合，不断巩固和提高自己的知识储备。

第四段：平衡心态，战胜紧张

面对高考需要阳光心态和良好的情绪状态。紧张、焦虑、压力等负面情绪不仅会影响心态，也会影响大脑的运转和认知能力。因此，我们应该通过多做其他生活中有益身心的事情来调整自己的心态，如户外运动、补充睡眠等。很多方法都可以用来调整心态，还可以读些正能量的书籍，多听一些有促进心灵愉悦的音乐，同时也要遵循科学的健康生活方式，保持好的精神状态。

第五段：综合素质评价的重要性

高考恢复考试是中国高中教育改革的重要一步，更是一次探索综合素质评价的尝试。初步标志着高中教育的转型已经真正启动，这也给高中生和各级相关教育机构提出了更高的要求，使我们在学科基础知识的学习之外，更应该注重培养学生的综合素质，发挥学生的多样化能力，比如表达能力、组织能力等各方面的素质。

总之，高考是个严峻的考验，考生在备考期间要认真规划备考计划，切实加强知识点的掌握，平衡心态，战胜紧张，还要在考试之外注重发展自己的综合素质。相信通过这些努力，一定能够在考试中发挥最好的水平，让自己拥有一个理想的未来。