

最新参与心得体会(优质5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

参与心得体会篇一

四月十六日，学校组织了一次别开生面的《法制教育讲座》，辅导员深入浅出的分析了《未成年人保护法》《青少年如何维权》等法律法规的实施，举证了大量的案例，充分说明了少年儿童如何正确利用法律来保护自己的合法权益，全校师生受益匪浅。

作为教师，学习《未成年人保护法》《青少年如何维权》等有关内容，知道执法是重要的权利义务，学法是重要的必修课，护法是重要的基本职责。教师在现实教育工作中充当重要角色。

教师要有教师的职业道德，要知法、懂法、守法，按法律法规去规范教育学生。教师是作为社会成员，应具备社会公德，作为家庭成员，应有家庭美德。由于教师这一职业的非凡性，有人称教师是：“太阳底下最光辉的职业”。

同时对教师的苛刻与责备也日益增多，这就要求做教师的不仅要有较高的文化素养，有系统的理论知识，有较强的责任感和事业心，有高尚的道德情操，有博大宽广的胸怀，还要有甘于清贫的孺子牛精神，有退一步海阔天空的境界。而忽略了教师面对成千上万性格各异的、情绪不同的学生时所承担的巨大的精神压力和心理压力之下可能产生的心理反应。

不过这种压力也造就了教师百折不挠、勇于奉献的青松般的

性格。但教师究竟是人而不是神，老师的言行也不是放之四海而皆准的真理，我们提倡教师要讲究职业道德，要摒弃那些功利的、腐朽的思想，简单粗暴的方法，既要教书，又要育人，把培养社会主义优秀接班人的责任勇敢的承担起来，在教育教学中充分考虑到学生的个性差异，用多样化的、积极的方法调动学生的积极性，避免与学生发生冲突，多鼓励，少批评，多表扬，少讽刺、讥讽学生，不体罚或变相体罚学生，使学生感到家庭的关爱，从而迸发出学习的热情。同时根据《未成年人保护法》的规定，加大对未成年人的保护力度。

对一些侵害未成年人合法权益的行为要及时、有力的打击惩处。

要在以人为本的理念下，根据未成年人的非凡心理、生理特点，因材施教，因人而异，有的放矢，教育工作方式方法要适应时代发展的要求，不能用老套套，要注重改进方式，不断创造一些新的教学方法，把学校、家庭、社会教育结合起来，把社会各方面的力量整合起来，将一些原来形成的工作机制、工作做法规范化，用规范化建设来提高维护未成年人合法权益工作的整体水平。

也许，是年轻的心太过单纯了，缺乏细腻的情感，也许，是不曾经历过生离死别的痛苦，才忽视了生命的宝贵。每个人都应该珍惜生命，因为你不仅仅是为自己活着，更是为你所有爱你的人活着。“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”那么，这世界更多了一份和谐，多了一份安宁。

偶尔去图书馆，翻看几本战争年代的故事书，那些为了和平而牺牲的人们感动着我们，那些为光荣的事业而献身的事迹触动着我们，我想：那是净化心灵的一种方式，是提高自身觉悟的一种方式，年轻的我们有必要去试试。

年轻的心，要学会坚强，风雨过后，眼前会是鸥翔鱼游的天

水一色。走出荆棘，前面就是铺满鲜花的康庄大道，登上山顶，脚下便是积翠如云的空蒙山色。在这个世界上，只要你有心，就一定可以找到想要的风景！

年轻的心，应该是充满爱的，像一轮太阳，能给人无限的温暖；像一泓清泉，给人丝丝甘甜；像一阵春风，给人带来无限的美好。

当法制意识占据了我們年轻的心时，我希望每个人都用心对待，这世界一定更加美好！

别说自己不幸福，知识你还没感悟到，出生是一种幸福，品位人生五味是一种幸福。用年轻的心去感悟幸福吧，你会发现幸福真的不是远在云端的小鸟，她句跳跃在你身旁，你甚至可以一数身上的翎毛——只要用心，用心去感悟。

参与心得体会篇二

今天学校请得省教育厅教研员姚跃涌主任为我校高三级师生开高考复习专题讲座，并与参会领导老师探讨高考复习相关问题。会后，参会领导老师都觉得这是一次落到实处的教研。讨论过程中，大家都能畅所欲言，提出自己在教学过程中的疑问和想法，虽然姚主任只研究物理和理综，但他的高度和视角决定了他的影响力，为我们参会的老师开拓了视野眼界。我参加了后阶段探讨过程，及时将收获和自己的想法整理如下：

一、高考不会那么难，要降低平时练习题的难度

3、区分度不需要很大，对中等及下的考生不设区分度，而在数学和物理两科的大题上设置重点线（考生）区分题。

4、教育厅长不换届，试卷难度、内容、方向基本不变。

5、高考有两种功能

普及功能：各科“中等难度”题量比例大；

选择功能：6科中有3.5个题（共70分）区分尖子生；

思考：二a线以下考生应该承担放弃这70分的心理，老师应该指导学生在大题难题区分度大的题中，哪些可得分，哪些不可得分。

例如化学科，全卷62%的分数为80%的学生所能完成，换句话说80%的考生在化学这一科能及格。从上面信息可得化学中的大题不在此上面70分范围内，对于二a到二b的考生，化学四道大题完全可以拿80%的分数，如有机大题可以得满分。至于三a及以下的考生，后面的大题也存在大量的得分可能。因为化学卷大题一般设置五~六问，每问之间的联系很弱，甚至出现题问与题设之间完全没关联的情况。

虽说考题对于二a线以下的考生没有区分度，但分数却有高低，可见区分度还是存在的，那又是以什么为区分的呢？这让我联想到之前省召开的化学教研会中提到了“易题也有区分度”。高考的题型、知识点其实都是考生们训练过的，对于类似的问题，他们一般都懂都会，但考下来这些二a以下的考生分数却都不理想，出现了“会做”却“无法得分”的现象。这是为什么呢？大概有以下几个方面：一是这类考生的思维方向出差错，俗称答偏了，如语文科作文写偏题跑题了；二是思考严密性不够，由于很多考生知识体系不完善，以及答题经验主义的存在，更多的考生只是凭经验做题，所以面对高考中的新题型，无法适应考题中的变化，加上考场上较紧张，做题时只想到表层或者某一方向，所给出的回答无法得高分；三是答题细节不注意，专业术语不规范，这一问题在三a及以下考生更体现的淋漓尽致。

二、高三复习过程指导

思考：对于甲中这样基层高中，想复习三轮甚至四轮是不可能的，二轮也仅仅只有一个月的时间（一般是广州二模后），所以甲中所定的进度是比较适合自己的，各科任尽量跟上上级组进度。至于班级之间存在差别，所以前后班级存在一定的进度差别是正常的。

第二阶段（二模后）：

- 1、进行题型专题训练；
- 2、纵向研读主观题；
- 3、查漏补缺，规范作答；
- 4、身体、心理调节。

指导过程中要注意作答时间的训练，答题顺序的训练，优差生的差别……

建议：理科拼重点线的学生要先做35题和36题，但需要在35—40分钟内完成；文科生一般每科先用时40分钟，后30分钟自由选做或复查。

举实例：让理科生做800道学业水平物理选择题两次，让他从中挑错，结果该生在后来的考试中，物理选择题基本可拿满分。

思考：与姚主任讨论得出：这不算题海战术，题海战术应该是无休止的做题，但现在只做一定的题。通过思考我本人觉得这样做是有好处的：一者可以用题带出知识体系；二者训练学生严谨学科态度（挑错）；三者挑错不同于做题，其效果比呆板做题要好。根据学习金字塔理论，做简单的题，带着挑错的目的，无异于是在讨论实践，有利于学生对知识体系的掌握。针对化学学科，我们最近搞了元素及化合物专题

练习，我觉得如果学生能认真完成，是很不错的。还有一方法，在五一假期，可以把我们之前考过的题都拿出来，进行整理，再做一次，查漏补缺，把每一道题都弄懂，想通，并且进行纵向比较，总结相同类型题的出题规律和方向。

思考：虽然没有高考信息，但至少让学生训练一些陌生题型，加强了心理辅导。

三、高考出题信息

2、（理综）选择题基本都取材于各版本教材。

参与心得体会篇三

当我们经过反思，有了新的启发时，有这样的时机，要好好记录下来，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会到底应该怎么写呢？以下是小编为大家整理的参加高效训练能力培训会议心得体会，希望能够帮助到大家。

20xx年10月18日我有幸参加乐东县高效训练能力培训会议，聆听了金太阳有关专家关于高效课堂的报告，在会议中愉快的学习，使我受益颇多，同时也思考了许多。

我县非常重视高效课堂的开展，从教学方面也下足了功夫。定期组织老师开展相关的培训与讲座，从思想上得到新的认识和体会。参与此次培训，我更坚定了信心，提高了对高效课堂的认识和对目前低效课堂弊端的了解。

1、当前学校做题训练误区（难易度、重点突出、少规划、规范）。

2、高效训练有效策略。

3、高效训练决胜高考。在当前高考中，缺乏过程管理，不科学现象。明确高考目标、历年高考题纲，题型主要以基础题+难题，要加强每周一练，单元训练。高一到高三年级要分阶段、分目标进行训练。高一注重基础，高二注重能力，高三注重潜能。题海战术，备考前夕进行几轮复习，第一轮复习侧重单元训练，课后练习，补偿练习。第二轮复习注重知识体系，专项训练。应试能力，套题检测。实战能力，符合训练等。

4、训练方法。诊断、讲评、“究”错。此外，激励学生反思错误，提高学习效率，针对专题进行检测，发散思维，创新课堂。

课堂改革模式要符合规律依据本校实际。在培训中无论是“先学后教，当堂训练”，还是“思维结构导图”等等。他们都有自己的观点，有相似也有不同。但最终都有自己的建树，且被社会家长认可。其实，他们的教学模式的选取不外乎都是根据本县或本校的现状确立的。为此，学完之后，我们也不能盲目照搬，全盘引进。而要清醒分析自身的实际情况，借鉴先进，采取适合自身的教学模式。

其次，正确认识高效课堂。有关高效课堂的讲座听了不少。这次的培训发现以往对高效课堂存在不少的误解。以为学生活动起来、小组讨论等等就是高效课堂。通过此次的培训中，解决了自己心中的困惑，专家们都谈到了小组评价的问题，如果没有对小组的多种形式的评价可能对调动学生学习的积极性就成了一个很大的问题，所以，通过本次培训，使我对小组建设，小组评价有了更深的认识。解决了小组建设，小组评价的问题。也为高效课堂打下了坚实的基础。

再次，反思自己的课堂教学。通过培训，对照自我。我发现自己的实际教学中缺乏集中力量解决组要问题的意识和能力；多是课前的预设，引导生成的教学较少；缺少点拨情感态度价值观的达成；学生实践的机会较少；分层的理念仅仅停留

在嘴上；虽然有讨论，多是做个样子，激励学生的话语也缺乏。这次的培训让我深感自己的不足，相信过后一定有新的改变。

总之，通过听取专家的报告培训，我对高效课堂模式有了更深地认识。我深信，如果积极探索课堂教学改革，充分调动学生积极性，把课堂还给学生。面对困难和问题，冷静思考，善于总结，终会取得高效课堂改革的成功。

参与心得体会篇四

高研班是我大学生涯中最重要的时刻之一。在这段时间里，我不仅学到了专业知识，还收获了许多宝贵的经验和人生教训。以下是我作为高研班学员的心得体会。

首先，高研班为我提供了一个更深入学习专业知识的机会。在大学本科阶段，我们学习了很多基础的理论和概念，但是高研班进一步拓宽了我的视野。通过与教授和其他同学的讨论，我了解到许多前沿的研究方向和最新的学术成果。高研班的课程内容更加专业和深入，让我对我所学的专业更有深入的理解和认识。

其次，高研班锻炼了我的学术研究能力。高研班注重学生的独立思考和创新能力的培养。在每节课下来后，我们都需要撰写一份课后作业或论文，这要求我们深入思考和独立完成。通过这样的训练，我的学术写作能力得到了极大的提升。我学会了如何查阅和整理学术文献，如何构建合理的研究结构，如何进行系统的实证研究。这些技能将对我今后的学术研究和职业发展产生重要影响。

再次，高研班让我认识到团队合作的重要性。在高研班中，我们通常会组成小组来完成一些项目和研究任务。这要求我们要与队友紧密合作，相互支持和协作。在团队中，我学会

了倾听他人的意见和建议，学会了尊重不同的观点和意见。每个人都有自己的特长和优势，而团队合作可以充分发挥每个成员的长处，取得更佳的团队效果。这对我今后的工作和生活都大有裨益。

最后，高研班让我更加深入地了解自己的兴趣和职业规划。在高研班中，我们有机会与教授和研究生一起工作和交流，了解他们的研究方向和生活经验。通过和他们的交流，我更加清楚地认识到自己的兴趣所在，对于将来的职业规划有了更明确的方向。高研班为我提供了一个提前接触研究工作的机会，让我对我所感兴趣的领域有了更深入的了解。

综上所述，参加高研班是我大学生涯中一段珍贵的经历。通过高研班，我不仅拓宽了专业视野，提升了学术研究能力，还锻炼了团队合作精神，深入了解了自己的兴趣和职业规划。我相信，高研班这段宝贵的经历将对我未来的学习和发展产生巨大的影响。

参与心得体会篇五

近年来，为了满足社会对高层次人才的需求，高研班成为许多年轻人提升自身能力的首选。作为一名参加高研班的学员，我深刻认识到参加高研班的重要性和价值。在这次学习的过程中，我获得了许多宝贵的经验，并对自己的未来有了更为明确的规划。以下是我对参加高研班的心得体会。

首先，高研班提供了一个宽广的学习平台。在高研班的学习中，我不仅接触到了各种学术研究的最新成果，还与来自各个领域的优秀学员进行了交流和讨论。这种全方位的学习使我开拓了视野，拓宽了知识面，不仅让我对自己所学的学科有了更深的理解，也让我了解了其他领域的发展动态。这些宝贵的学习经历将对我未来的发展产生重要的影响。

其次，高研班注重培养学员的独立思考能力。在高研班的学

习过程中，我发现老师们非常重视培养学员的自主学习和研究能力。他们引导我们进行独立思考和深入探究，并给予了很大的自由度和支持。通过这样的学习方式，我不仅提高了自己的思考和解决问题的能力，也培养了独立处理事务的能力。这些能力将在未来的学习和工作中发挥重要作用。

再次，高研班强调实践能力的培养。在高研班的学习中，不仅有理论知识的学习，也有实践能力的培养。通过参与各种科研项目和实践活动，我学会了如何将理论知识运用到实际中去，也掌握了一些科研方法和技巧。这为我今后进一步深入研究提供了基础，也为我从事相关工作打下了坚实的基础。

此外，高研班注重团队合作能力的培养。在高研班中，我们不仅要进行个人学习和研究，还要参加各种小组活动和团队项目。通过与团队成员的合作，我学会了如何与不同背景的人合作，如何协调团队中的各种关系，如何迅速融入团队并发挥个人的优势。这些经验对我今后在专业领域的合作和发展具有重要意义。

最后，高研班培养了我对未来发展的规划和目标。通过参加高研班的学习，我更加清晰地认识到自己的兴趣和优势所在，也更加明确了自己的未来发展方向。我决定继续深入学习和研究，不断提高自己的专业水平，为国家和社会做出更多的贡献。

总之，参加高研班是我人生中重要的一次经历。通过这次学习，我获得了宝贵的学习经验和能力的提升，也对自己的未来发展有了更为明确的规划。我相信，这些对我未来发展的影响将会持久并深远。我将永远铭记这次学习的经历，为之付出的努力和所取得的成长。我将始终保持对学习的热爱和追求，不断提高自己的专业能力和综合素质，为自己的未来奉献更多的光和热。