

最新感悟一分钟 一分钟的感悟(大全5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么你知道心得感悟如何写吗？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

感悟一分钟篇一

今天我教了《比的意义》。一节课下来，感触颇多：

一、这节课充分体现了数学源于生活，也服务于生活。

在现实情境中体验和理解数学，这一教学理念。本课的导入从学生的实际出发，问题情境的创设主要立足于学生的现实生活，贴近学生的认知背景，设计形象而又蕴含一定的与数学问题有关的情境，在开放性情境中，学生思维活跃，并积极主动地从多角度去思考问题，变“让我学”为“我要学”。

在学习比的意义的时候，考虑到学生对“比”缺乏感性上认知，所以以上的例子采用“导、拨”的方法，引导学生明确：对两个数量进行比较，可以用除法，也可以用比的方法，即谁是谁的几倍或几分之几，又可以说成谁和谁的比。意在节省教学时间，也使学生初步理解了比的意义，充分发挥了教师的引导作用。

二、放手让学生自学，培养学生的自学能力，体现了学生是学习的主体，教师是组织者、合作者这一教学理念。

例如：在教学比的各部分名称时，根据内容简单，便于自学

特点，放手让学生自学，引导学生主动的进行思考、讨论、交流，这样既培养了学生的自学能力，又拓展了课堂的宽度，同时也使教学重点得到强化。

三、鼓励学生独立思考，引导学生自主探索，合作交流这一教学理念也得到充分体现。

例如：在处理比与除法和分数的联系和区别这一教学难点时，教师课前为学生设计了比较的表格，先让学生自己填写，再分组讨论，使同学们在活动中相互交流，相互启发，相互鼓励，共同体验成功的快乐，与此同时，也使学生感悟到了事物间的相互依存，相互转化。

四、在以后的教学中要注意时间的把控。

学生讨论是充分了，但是，学生的练习时间就有一定的问题，没有时间完成。看来，教与学生的书面练习之间还得下功夫去进行时间的把握，使自己的以后教学做的更好。

感悟一分钟篇二

其实，我们每个人都应该庆幸，感激上苍给我们的这一次生命，感激上苍赐予我们生命的每一分钟，哪怕只是不起眼的一分钟，都有它的意义，因为这一分钟里可以发生好多事情。

也许你会觉得浪费了这一分钟，还有下一分钟，可我们的一生有多少时间可以任凭我们浪费呢？如果你问我，在生命里你会选择先甜后哭，还是先哭后甜？那么我会毫不犹豫的告诉你，我会选择先哭后甜。也许，你还会问我为什么？我可以告诉你因为我希望我的一生像一杯浓郁的咖啡一样，刚开始喝的时候苦苦的，慢慢地品尝，细细地品味，喝着喝着就会有滋有味，慢慢地也就尝出了味道，细细地也就尝出了价值。

人的一生就像一个五味瓶，五味瓶里有酸甜苦辣，谁也说不准下一秒能尝到什么味道，当我们尝到酸的时候，我们会觉得涩涩的，没什么特别的地方；当我们尝到甜的时候，我们会觉得生命是惬意的，活着是一件多么美好的事；当我们尝到苦的时候，我们会觉得活着就像是在受罪；当我们尝到辣的时候，我们的眼泪已经流了出来。不管是酸甜苦辣，这都是我们的人生的一部分，我们的一生应该过的令自己不后悔。

人的一生就像一排音阶，一首歌的旋律必定是有高有低的，不就像我们的生命之歌吗？高低起伏的旋律，就像我们的情绪有高涨也有低潮，当我们情绪低落的时候，我们就要对自己说：“这也许就是我的人生吧！”

人的一生更像一颗流星，幸福的时光往往很短暂，而流星再美也只是一瞬即逝，可中间的美，却是让看到的人惊叹不已，那些美景或许会让看到的人终身难忘吧！一个愿望还未许，流星可能已经划过天际了。

感悟一分钟篇三

一分钟是生命的尺度。下面是本站小编精心为您整理的迟到一分钟感悟随笔，希望您喜欢！

众所周知，这是个效率的社会，我们因为守时而获得了更多的文明进步，我们也因为准时而获得了更多的物质回报。但同时，现代都市人也会因为过多的压力而变得情绪突变，常常会因为在愤怒和冲动时酿成难以挽回的大错，以至事后追悔莫及。

一怒之下踢石头，只会痛着脚趾头。这是伊索寓言中的名言□

意思就是在某些时候，人们会因为冲动而做了傻事。所以，

愤怒的时候、冲动的时候，你需要一分钟，你需要用一分钟的时间慢慢冷静，然后再细细思量。英国学者伦布朗认为：情绪是人类所有活动背后最直接的动力；哈佛大学教授迈克尔·波特也认为：最伟大的管理者是那些善于管理情绪的人。是的，当难以抵制的愤怒来临、当冲动之火燃烧你的全身，你最需要的反而是一分钟的安静时间。

在这一分钟里，它不但能分离你的注意力，转移和弱化你的怒火，更重要的是，如果每逢冲动时，你静待一分钟，你把怒火推迟一分钟，那你会渐渐学会，你终于能站在对方的角度看问题了，你能换个角度看世界了，你能在冷静和从容中找到解决的办法了。塞翁失马，焉知非福，在这迟到的一分钟，它能把你引导到积极的情绪中去，它能让你慢慢学习利用把坏事变成好事，让你利用时机和客观条件，重新寻觅出事情的转机。

当愤怒和冲动来临，请你推迟一分钟，请你用一分钟的时间来深呼吸，静下心来，静静想一想，重新权衡得失和利弊，重新获得准确的方向。

一分钟短吗？这一分钟说长也长，说短也短，一分钟对于任何事情来说都是一种不同的未来结果的证明，一分钟可能是好结果也可能是不好结果，一分钟很短，但很重要。

一分钟之后会发生什么没有人会知道，一分钟的未来时刻里会有什么样的事情没有人能回答，唯一的知道结果的办法就是等，那么迟到一分钟就面临着什么失去，面临着要丢失一些东西。

迟到一分钟是有原因的，还是没有原因的，都会是一种过错。一分钟虽然没多久，但是这一分钟还是很关键的。就像人说的，一分钟能听到结果，一分钟也能知道的更多。这一分钟唯一的一分钟会让你在生活中，事业上，学习中发生质的变化。所以说遵守时间是最应该做的，遵守时间就会夺回这一

分钟，争取时间久会用生命换来一分钟的意义。这一分钟对于谁来说都是非常重要的，对于谁来说都是重中之重的。一分钟可想而知是胜败的一分钟。就像电影中演绎的演员在赌博的时候的情景一样，这个时候会有很多的猜测，但没有人能够猜的很准确，没有人能够猜的更对。只有过了这个时间之后，结果自然慢慢揭晓了，这就是仅仅的一分钟，见证奇迹的时候了。对于一种结果能够用时间来等待，这一分钟就是至关重要的，这一分钟就会有不同的意义，很重要。

迟到一分钟关系到的是很大的问题，迟到一分钟关系到的是很大的问题，还是学会怎么不要迟到一分钟最为重要，这样就能收获的更多。

记得以前有部电影叫《一个不拘小节的人》，写一男青年经人介绍与女对象首次相见，却因马大哈迟到，惹得不欢而散，正应了现在一句流行网语：约会前，女孩与男孩通话：你要是先到，你就等着；你要是后到，你就等着。

为此我想，一个人的守时观念多么重要。守时不仅是一种习惯，更是人的觉悟和品德。是懂得尊重生命、懂得珍惜自我、懂得尊重他人、懂得热爱社会的表现。莫迟到，哪怕一分钟——可不要小看一分钟：

一分钟是生命的尺度。古人说：光阴似箭，日月如梭。现代人说：时间就是金钱，效率就是生命。根据爱因斯坦的相对论，在光速运行的火箭上走一分钟，地上的人恐怕过了一辈子；人的一生几十年，看似漫长，但算起来不过三万天，全由每个一分钟组成。鲁迅先生说他只是利用人家喝咖啡的时间来完成写作，那当然就是每一分钟的光景。世界顶级网球运动员的球速，一分钟可达3000米；战场上一分钟的争夺，往往是数以万计的生与死争夺，乃至是历史前进与倒退的争夺；现代机场一分钟可降临一部飞机，工厂一分钟可生产一辆汽车……爹妈生你出来，让你在这个世界上走一遭实属偶然，实属不易，每一分钟都浸透生命的珍贵。

一分钟是品德的亮度。守时既是尊重别人，也是爱惜自己。一个公众场合，几个人等你一分钟，就浪费人家好几分钟；几十人等，就浪费大半小时；更多人等，就浪费更多光阴。少浪费自己一分钟，却让别人乃至社会损失那么多时间，良心上说得过去吗？面子上说得过去吗？像上面所说的女孩，为上班前节省几分钟，却严重损害自己的道德底线和形象。孰亏孰赚，不是一目了然吗？守时也体现诚信。即便是松散的聚会也如是。你以为我没那么早到，我也以为你没那么早到，你等我我等你，耗时费神不说，变得互不信任更不可取。

一分钟是修己的维度。有些人总克服不了迟到习惯，除不重视外，往往是马虎大意惯了，迁就自己惯了。守时虽是小节，却包含了好性格的多个维度：认真、严谨、笃信、节省……因此，培养好性格有很多办法，但最基本是培养守时习惯。从每一次上班、开会、活动、聚会等做起，计划好钟点，安排好节奏，决不轻易迟到哪怕一分钟。

一分钟是成功的刻度。你想事业获得成功，有很多基本条件，如品德、才能、机会等，但守时却是最起码的素质。不拘小节的人很难有大作为。千里之行始于足下，聚沙成塔集腋成裘。别以为一分钟很短很短，一分钟过得充实，一辈子才过得充实。守时，会帮你争取更多的时间和机会，让你获得别人的信任和支持，使你养成成功者的品赋和气质。守时做好了，人生的每一分钟过实了，每一步走好了，成功自然会向你招手。

感悟一分钟篇四

生活难免有失败，面对失败和挫折，一笑而过是一种乐观自信；重振旗鼓，是一种勇气。而我们是不是具备呢？而张海迪，吴敏霞等人都以微笑面对了生活。张海迪5岁时因患脊髓血管瘤，高位截瘫，她因此没有进过学校，童年时就开始以顽强的毅力自学知识，她先后自学了小学、中学、大学的专业课

程。张海迪15岁时随父母下放聊城莘县一个贫穷的小山村，但她没有惧怕艰苦的生活，而是以乐观向上的精神奉献自己的青春。在那里给村里小学的孩子教书，并且克服种种困难学习医学知识，热心地为乡亲们针灸治病，在莘县期间，她无偿地为人们治病一万多人次，受到人们的热情赞誉。按照中国运动员以往的个性，他们如果没有拿到金牌，赛后一般都不太愿意接受记者采访。令记者意外的是，具有上海姑娘娇柔典雅特征的吴敏霞似乎丝毫没有因丢掉金牌而沮丧，相反她那被阳光晒红的脸上，一直挂着自然甜美的微笑。她赛后非常大方地与对手拥抱，向对方致以真诚的祝贺，单从个人相貌气质和可爱程度来看，吴敏霞并不输给郭晶晶。面对误解和仇恨，一笑而过是一种坦然宽容，然后保持本色，这是一种达观。面对赞扬和激励，一笑而过是一种谦虚清醒，然后不断进取，这是一种力量。面对烦恼和忧愁，一笑而过是一种平和释然，然后努力化解，这是一种境界。大仲马曾说：人生是由一串无数小烦恼组成的念珠，达观的人生是笑着数完这串念珠的。我觉得人生就像那串念珠那样，所以我们更应该以微笑面对失败。让我们给失败以灿烂的微笑，创造美好人生吧！

感悟一分钟篇五

本站之本站给喜欢演讲的您提供广阔的天空，欢迎大家踊跃投稿，我们将在稿件审核通过的第一时间为您刊登。

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是：《珍惜每一分钟》！

首先，我想跟大家分享一个故事，一个关于一分钟时间的故事。有一次，一个青年向着名教育家班杰明请教如何才能获得成功，他们约好了地点与时间。等到时间到的那一天，青年如约而至，可是班杰明打开门的那一瞬间却让这个青年惊

讶不已，原来他的房间里乱七八糟，一片狼藉。看着青年惊讶的表情，班杰明马上说到：“你看我这房间，太不整洁了，请你在门外等一分钟，我收拾一下你再进来吧。”说完，不等青年开口，他就关上门，一分钟之后，他再次打开门，并热情的招呼青年进入了房间，此时青年看到的确是一切已变得井然有序。青年在心里感叹班杰明的速度，可是，没等青年人把问题讲出来，班杰明就非常客气地说：“好吧，你可以走了。”青年人一下子愣住了，既尴尬又非常遗憾地说：“可是，我，我还没向您请教呢。”“这些，难道还不够吗？”班杰明一边扫视着自己的房间，一边微笑地说，“你进来已经有一分钟了。”“一分钟？一分钟”青年人若有所思地说，“噢，我懂了，您让我明白了一分钟的时间可以做许多事情，也可以改变许多事情的深刻道理。”向班杰明道谢后，青年人开心地走了。

这是一个简单的故事，也是一个很耐人寻味，故事告诉了我们一个道理，一分钟的时间非常短很渺小，但是却可以做很多的事情，也可以改变很多的事情，我们的人生就是由无数个一分钟构成，如果把握住每一分钟是我们人生活得有意义的关键。所以同学们，珍惜时间，就必须从珍惜你的每一分钟做起，从现在做起。只有把握好了生命的每一分钟，我们才能踏上成功之路，攀上理想之巅，才能到达成功的彼岸。

“早岁哪知世事艰”，在当今社会，我们的生活很安逸舒适，有些同学就走向了生活与学习的误区：抛开学习，恣意攀比，沉迷幻想，徘徊不前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的就是时间。时间对每个人都是公平的，对每个人都是重要的，从古至今，凡是为人类做出杰出贡献的人，他们都非常的珍惜时间，他们都把握住了人生的每一分钟。只有缺乏意志、毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续；也只有这样的人才会一生庸庸碌碌，一事无成。

同学们，我们在学校这个知识花园里沐浴着时代的阳光雨露，

享受着一流的学习环境，我们没有任何理由抛开学习而恣意攀比，没有任何理由沉迷于物质而徘徊不前。对我们来说，努力学习，这是我们成长的必修课，只争朝夕，这是我们义不容辞的义务和责任。那么，你还在犹豫什么，就让我们从这一分钟开始，刻苦努力、不懈追求，在学习的道路上将一点一滴的知识积累，在人生的旅途中将一方一寸的风景珍藏，实现自己的理想，让生命放射出灿烂而耀眼的光芒！

我的讲话完毕，谢谢大家！