

2023年z高一数学 高一学生数学竞赛心得体会(通用8篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。

z高一数学篇一

数学竞赛是许多学生在中学期间都经历过的一段经历。对于高一新生来说，这是他们第一次参加正式的数学竞赛。学生们在抱着极大的期望和深深的不安的心情下，进入了比赛场地。经历了这场比赛，不仅让我们更深入地理解了数学的真谛，也让我们得到了很多有价值的经验和收获。

第二段：备战过程

在比赛前，我们收到了题目和时间表，我们热情洋溢地开始准备。我们查阅了数学杂志、做过历年试题，也参加了模拟练习。为了更好地准备，我们甚至在周末挑战了一些难度较高的题目。这些练习不仅让我们更加了解数学知识点，也提高了我们的分析能力和解题速度。

第三段：竞赛经历

在比赛当天，我们早早地赶到了考场，准备好了文具和胸牌。当测试开始的时候，我的心跳加速，因为我已经准备了这场比赛很长时间，我真的不想失败。但我很快进入了状态，每个题目都被我认真对待，并尝试着去理解它们。

第四段：评估竞赛结果

尽管我尽力了，但我还是没能完全解出每一个题目。考试期间，我感到有些困惑和难过，开始失去信心。但当比赛结束后，我看到其他同学都有些颓废，我意识到了自己在这场比赛中的进步，我觉得自己有了更多的思维能力和更好的思考方法。

第五段：总结经验

在这次数学竞赛后，我有机会反思比赛并从中寻找经验。我发现自己缺乏对数学问题的深入思考，更注重答案，而不是解决问题的方式。我也意识到，想要在数学竞赛中获胜，我需要更加深入地了解各种不同的数学思想和技巧。总之，在这次比赛中，我学到了许多东西，不仅仅是数学技巧，还有从竞赛中得到的各种启示和成长的机会。

z高一数学篇二

第一段：开头引入话题，写出参加数学竞赛的原因和背景。

作为一名高一的学生，我参加了数学竞赛。这次竞赛使我深刻认识到，学习数学不仅仅是应对考试，更是为了充实自己的人生。何况现在我们是处于一个竞争激烈的社会中，对于我们未来的发展来说，数学的学习显得尤为重要。正是出于这些原因，我选择了参加高一的数学竞赛。

第二段：谈谈在数学竞赛中遇到的难题以及自己的解决方法。

在数学竞赛中，难题总是易出策问，所以我们不能依靠老师或者别人的帮助，只能靠自己的智慧。当我遇到一个难题时，我首先会思考自己该怎么做，如何解决，然后再阅读题目给出的科技答案，分析题意。如果答案不能让我理解思路，我会查找相关资料、看相关题目，刨根究底。最后，经过不断的努力和探索，我成功地解决了这个难题，让我深感到解决难题的满足感。

第三段：归纳一下数学竞赛的收获。

通过参加数学竞赛，我深刻认识到数学学习的深刻原理和科学方法。我们只有运用科学的方法，通过精深的学习，才能从容应对数学竞赛，同时也能提高自己的数学能力，让自己更好地实现自己的人生理想。

第四段：分享一些学习数学的好方法和体验。

在学习数学方面，我们不能仅仅停留在日常课堂上。要深入挖掘，提高自己的数学视野，可以在网上学习相应的课程，多看看有关数学的书籍、资料，积累多种解题方法。同时还应该多参加数学论坛，加强与同龄人的交流、讨论与比较，遇到新的问题及时请教老师或者同学。

第五段：总结文章，点出结论和建议。

总之，数学比课本更广阔，数学竞赛也是一门很好的学科，参加竞赛可以为我们提供更广阔的学习平台和更好的发展机会。为了迎接未来的挑战，我们应该始终保持对数学学习的热情，学会运用科学的方法解决数学难题，并时刻注重提高自身的数学能力。制定更为严格的学习计划，多进行学习和实践，相信未来一定会有一个更好的自己。

z高一数学篇三

首先，我要说的是参加数学竞赛让我重新认识到了数学的重要性。在平时的学习中，我们可能会觉得数学只是一个需要学习的科目，但是实际上，数学是我们日常生活中不可或缺的一部分。比如，我们要购物、理财、旅游等等，都需要用到数学知识。参加数学竞赛，让我深刻认识到数学的重要性，更加珍惜数学这门学科。

其次，通过数学竞赛我也发现自己的一些不足之处。正如谚

语所说：“打铁还需自身硬”，只有在实践中才能暴露自己的不足之处，从而寻找提高的方法。在数学竞赛中，我经常会在数据分析上出现错误，以及在计算过程中会出现小错误。通过不断地练习和反思，我逐渐调整了自己的学习方法，不再因为粗心大意而导致低级错误的发生。

第三，我还学到了解题技巧和方法，这成为了我解决数学问题的宝贵经验。在竞赛中，时间是非常宝贵的。而解决问题的方法和技巧能够让我们更快、更准确地得出答案，从而大大节约时间。通过多次数学竞赛的练习，我也慢慢形成了自己的解题方法和思路。这对我平时的学习也带来了一定的帮助，让我更快速地解决问题。

第四，参与数学竞赛和同学之间的探讨和交流，让我们的数学学习更加丰富多彩。和同学们一起学习、讨论问题，相互督促，一起努力，既能提高学习效率，也可以增进彼此之间的友谊。同时，我们也可以从他人的解题方法中寻找更优秀的解题思路，不断地完善自己的数学知识。

最后，参加数学竞赛让我更加热爱数学。在竞赛中，我感受到了数学思想的巧妙与精华，也深深地燃起了我对数学的兴趣和热情。对于数学的探索和研究，我不再仅仅是抱着应试心态去学习。相反，我更愿意用一种探究的态度去学习数学知识，深入理解数学的思想和方法，从而让我的数学学习更加有趣。

总之，参加数学竞赛让我获得了很多，不仅仅是数学知识的提高，更是对学习态度和方法的反思和调整。希望我的经验体会能够帮助你更好地学习数学知识，让你在下次数学竞赛中有所斩获。

z高一数学篇四

作为高一学生，接触到的数学内容越来越多，其中平面向量

是我们重要的一部分。在数学课上，我们学习了平面向量的基本概念和运算，并进行了许多实践应用。在学习的过程中，我体验到了许多体会与感悟，下面就让我与大家分享一下我的心得体会吧。

第一段：平面向量的概念

在学习平面向量之前，我对它只是有一个简单的概念，即遵循有方向和有大小的矢量。但是，在进入数学课堂后，我了解到平面向量有很多更加丰富和复杂的特征。简单而言，向量是由起点和终点组成的有向线段，如 \vec{AB} 表示的向量以A为起点，B为终点。向量大小表示成 $|\vec{AB}|$ 的长度，而向量的方向则表示向量从起点指向终点。正是这种特殊的表示方法，平面向量可以被用于描述力、速度等现实世界中的物理量和方向。

第二段：平面向量的运算

平面向量运算是学习平面向量时必须深入掌握的内容。在这个方面，我们已经学习了向量加法，向量减法等一系列运算方法。实际上，这些方法本质上是数学中的加减法，数量的加减法是在一维数轴上发展出来的，而向量加法则是在二维平面上完成的。通过向量加法，可以容易地求出两个向量的和，从而加深我们对向量基础运算的掌握。

第三段：平面向量的应用

平面向量不仅仅存在于数学中，它们在实际生活中也有着广泛的应用。比如，飞行物体的飞行路径可以用平面向量来表示，力和动量也可以转换成向量来描述。此外，向量还被广泛应用于工程、科学和技术领域，如图形识别、数据压缩和人脸识别等。因此，学习平面向量可以参考许多实际问题，具有实际意义和应用价值。

第四段：平面向量的学习方法

学习数学需要方法，学习平面向量也是如此。我认为，学习平面向量的过程需要从理论和实践两个方面进行深入。理论方面需要深入了解向量的基础知识和相关定理，从基础开始，逐步升级，由简单到复杂；而实践方面需要进行大量的练习，了解向量运算的实用过程。同时，学生需要注意数学语言，因为数学领域中的一些单词可能是平日里不常使用的，掌握这些语言可以帮助我们更快的理解文本。

第五段：我的心得与感悟

学习平面向量，对我而言是一次挑战和契机。在学习的过程中，我遇到了许多困难，但我深知学习数学比其它科目需要更多的忍耐和耐心。因此，我不断总结经验，积极思考，尽力完成每一个练习。我相信，只要我不断努力，深刻领会数学的精髓，掌握好平面向量基础，明白数学与真实生活之间的联系，我一定可以在数学中大放异彩。

总之，平面向量是数学中的重要组成部分，它通过形象的图形和生动的实例帮助我们更好地理解 and 掌握向量的基本原则。当我们成为数学家之后，更加精通向量计算，向量运算还有的是奥秘等待我们去探寻。

z高一数学篇五

三维目标的具体内容和层次划分

请阐述数学课堂教学三维目标的具体内容和层次划分

所谓三维目标是是指：“知识与技能”，“过程和方法”、“情感、态度、价值观”。

知识与技能：既是课堂教学的出发点，又是课堂教学的归宿。我们在教学过程中，需要学生掌握什么，哪些些问题需要重点掌握，哪些只需简单理解；技能是会与不会的问题。属显

性范畴，具有可测性，大都采用定量分析与评价、知识与技能是传统教学合理的内核，是我国传统教育教学的优势，应该从传统教学中继承与发扬。新课改不是不要双基，而是不要过度的强调双基，而舍弃弱化其它有价值的东西，导致非全面、不和蔼的发展。

过程与方法：既是课堂教学的目标之一，又是课堂教学的操作系统。“过程和方法”维度的目标立足于让学生会学，新课程倡导对学与教的过程的体验、方法的选择，是在知识与能力目标基础上对教学目标的进一步开发。过程与方法是一个体验的过程、发现的过程，不但可以让学生体验到科学发展的过程，我们更多地要让学生掌握过程，不一定要统一的结果。

情感、态度与价值观：既是课堂教学的目标之一，又是课堂教学的动力系统。“情感、态度和价值观”，目标立足于让学生乐学，新课程倡导对学与教的情感体验、态度形成、价值观的体现，是在知识与能力、过程与方法目标基础上对教学目标深层次的开拓，只有学生充分的认识到他们肩负的责任，就能够激发起他们的学习热情，他们才会有浓厚的学习兴趣，才能学有所成，将来回报社会。

三维目标不是三个目标，也不是三种目标，是一个问题的三个方面。三维目标是三位一体不可分割的，他们是相辅相成的，相互促进的。

z高一数学篇六

平面向量是数学中最基础、最重要的概念之一，也是我们高中数学学习中的重点之一。在高一学习中，我深深地感受到了平面向量的重要性和应用价值。在掌握了平面向量的基础知识后，我也充分认识到了数学学习中思维方式的转变，平面向量的学习不仅让我在知识上有了更深入的理解，更是对我的思维方式和问题解决能力带来了很大的提升。

第二段：认识到平面向量的应用价值

平面向量不仅是数学中的基础，也是物理、工程学等领域中必不可少的基本概念。在实际问题中，许多物理和工程问题都可以通过平面向量进行求解，例如，求弹性碰撞时的速度、方向和位置，通过向量可以很好地描述和分析。平面向量还在计算机图形学中广泛应用，如计算机3D建模、游戏开发等。

第三段：思维方式的转变

在学习平面向量的过程中，我最深刻的体会是思维方式的转变。平面向量学习需要从线性代数的角度去理解向量的几何意义和运算，这也让我们的思想能力得到了进一步的锻炼。平面向量的运算需要我们从整体上把握问题的本质，通过分析向量的性质和运算规律来解决问题。这种思维方式的转变，使我们从原来的“机械计算”逐渐转变为“系统思维”，能够更好地解决各种复杂的问题。

第四段：平面向量的应用举例

平面向量的应用非常广泛，我们可以通过以下几个具体的应用案例来更好地理解它的应用价值。例如，在研究物体在平面上运动时，可以使用向量来描述物体的状态和运动方式。另外，在几何问题中，平面向量可以很好地处理直线和平面的问题，如求两条直线的夹角、点到直线的距离等问题。平面向量也常用于计算图形的相关性，如平移、旋转、对称等变换。

第五段：总结

平面向量作为高中数学的重要内容，既有理论性，也有实用性，更是对学生思维方式的转变和锻炼具有重要意义。通过对平面向量的深入学习，我们可以更好地掌握数学思想方法，并在实际问题中灵活运用所学的知识和技巧。因此，平面向

量的学习不仅是高中数学知识的必要内容，更是一个良好的数学思维训练的过程。

z高一数学篇七

(1) 通过实物操作，增强学生的直观感知。

(2) 能根据几何结构特征对空间物体进行分类。

(3) 会用语言概述棱柱、棱锥、圆柱、圆锥、棱台、圆台、球的结构特征。

(4) 会表示有关于几何体以及柱、锥、台的分类。

(1) 让学生通过直观感受空间物体，从实物中概括出柱、锥、台、球的几何结构特征。

(2) 让学生观察、讨论、归纳、概括所学的知识。

(1) 使学生感受空间几何体存在于现实生活周围，增强学生学习的积极性，同时提高学生的观察能力。

(2) 培养学生的空间想象能力和抽象括能力。

重点：让学生感受大量空间实物及模型、概括出柱、锥、台、球的结构特征。 难点：柱、锥、台、球的结构特征的概括。

(1) 学法：观察、思考、交流、讨论、概括。

(2) 实物模型、投影仪 四、教学思路

1、教师提出问题：在我们生活周围中有不少有特色的建筑物，你能举出一些例子吗？这些建筑的几何结构特征如何？引导学生回忆，举例和相互交流。教师对学生的活动及时给予评

价。

2、所举的建筑物基本上都是由这些几何体组合而成的，（展示具有柱、锥、台、球结构特征的空间物体），你能通过观察。根据某种标准对这些空间物体进行分类吗？这是我们所要学习的内容。

1、引导学生观察物体、思考、交流、讨论，对物体进行分类，分辨棱柱、圆柱、棱锥。

3、组织学生分组讨论，每小组选出一名同学发表本组讨论结果。在此基础上得出棱柱的主要结构特征。

（1）有两个面互相平行；

（2）其余各面都是平行四边形；

（3）每相邻两上四边形的公共边互相平行。概括出棱柱的概念。

4、教师与学生结合图形共同得出棱柱相关概念以及棱柱的表示。

5、提出问题：各种这样的棱柱，主要有什么不同？可不可以根据不同对棱柱分类？

6、以类似的方法，让学生思考、讨论、概括出棱锥、棱台的结构特征，并得出相关的概念，分类以及表示。

7、让学生观察圆柱，并实物模型演示，如何得到圆柱，从而概括出圆柱的概念以及相关的概念及圆柱的表示。

8、引导学生以类似的方法思考圆锥、圆台、球的结构特征，以及相关概念和表示，借助实物模型演示引导学生思考、讨论、概括。

9、教师指出圆柱和棱柱统称为柱体，棱台与圆台统称为台体，圆锥与棱锥统称为锥体。

1、有两个面互相平行，其余后面都是平行四边形的几何体是不是棱柱（举反例说明，如图）

2、棱柱的何两个平面都可以作为棱柱的底面吗？

3、课本p8□习题1.1 a组第1题。

5、棱台与棱柱、棱锥有什么关系？圆台与圆柱、圆锥呢？

由学生整理学习了哪些内容 六、布置作业

课本p8 练习题1.1 b组第1题

课外练习 课本p8 习题1.1 b组第2题

z高一数学篇八

任教153班与154班两个班，其中153班是文化班有男生51人，女生22人；154班是美术班有男生23人，女生21人，并且有音乐生8人。两个班基础差，学习数学的兴趣都不高。

准确把握《教学大纲》和《考试大纲》的各项基本要求，立足于基础知识和基本技能的教学，注重渗透数学思想和方法。针对学生实际，不断研究数学教学，改进教法，指导学法，奠定立足社会所需要的必备的基础知识、基本技能和基本能力，着力于培养学生的创新精神，运用数学的意识和能力，奠定他们终身学习的基础。

1、深入钻研教材。

以教材为核心，深入研究教材中章节知识的内外结构，熟练

把握知识的逻辑体系，细致领悟教材改革的精髓，逐步明确教材对教学形式、内容和教学目标的影响。

2、准确把握新大纲。

新大纲修改了部分内容的教学要求层次，准确把握新大纲对知识点的基本要求，防止自觉不自觉地对教材加深加宽。同时，在整体上，要重视数学应用；重视数学思想方法的渗透。如增加阅读材料(开阔学生的视野)，以拓宽知识的广度来求得知识的深度。

3、树立以学生为主体的教育观念。

学生的发展是课程实施的出发点和归宿，教师必须面向全体学生因材施教，以学生为主体，构建新的认识体系，营造有利于学生学习的氛围。

4、发挥教材的多种教学功能。

用好章头图，激发学生的学习兴趣；发挥阅读材料的功能，培养学生用数学的意识；组织好研究性课题的教学，让学生感受社会生活之所需；小结和复习是培养学生自学的好材料。

5、加强课堂教学研究，科学设计教学方法。

根据教材的内容和特征，实行启发式和讨论式教学。发扬教学民主，师生双方密切合作，交流互动，让学生感受、理解知识的产生和发展的过程。教研组要根据教材各章节的重难点制定教学专题，每人每学期指定一个专题，安排一至二次教研课。年级备课组每周举行一至二次教研活动，积累教学经验。

6、落实课外活动的内容。

组织和加强数学兴趣小组的活动内容，加强对高层次学生的竞赛辅导，培养拔尖人才。

——高中数学新课程新教法

五. 教学进度

第一周集合

第二周函数及其表示

第三周函数的基本性质

第四周指数函数

第五周对数函数

第六周幂函数

第七周函数与方程

第八周函数的应用

第九周期中考试

第十——十一周空间几何体

第十二周点，直线，面之间的位置关系

第十三——十四周直线与平面平行与垂直的判定与性质

第十五——十六周直线与方程

第十八——十九圆周与方程

第二十周期末考试