

2023年养生书籍读后感 滋养生命的数学 读后感数学要滋润生命(精选5篇)

“读后感”的“感”是因“读”而引起的。“读”是“感”的基础。走马观花地读，可能连原作讲的什么都没有掌握，哪能有“感”？读得肤浅，当然也感得不深。只有读得认真，才能有所感，并感得深刻。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？以下是小编为大家准备的读后感精彩范文，希望对大家有帮助！

养生书籍读后感篇一

数学故事：激活数学课堂生命活力的有效“处方”

一、开堂引入故事，激发兴趣。

一般情况下，一堂课的前三至五分钟，学生还没有完全从课外游戏中转移到课堂教学内容上，此时，他们的精神状态都比较兴奋，这时，如果开门见山地就讲授新的知识，将很难激发学生的兴趣。为了能给学生一个强烈的刺激，由极度兴奋的精神状态转移到最佳的学习状态上来，充分调动学生学习的积极性，我尝试着用一些儿童故事来导入新课。

这样导入，学生的兴趣陡然上涨，一个个跃跃欲试，要帮助小熊解决难题，从而产生了探究问题的欲望。

二、难点引入故事，促进探索。

爱因斯坦说过，教育应当使所有提供的东西让学生作为一种宝贵的礼物来领受，而不是作为一种艰苦的任务要他去负担。这里所说的礼物就是学生乐于接受迫切需求的知识。

在课堂上，我发现有些内容确实有些难度，如果单凭教师直

接的讲解，学生不仅难以理解，还会挫伤学生的积极性，使学生丧失学习数学的信心。如果在课堂难点处引入故事就不同了，它不仅可以将繁为简，化难为易，还能激发学生兴趣，促使学生去探究，最终解决问题。

学生马上展开热烈的讨论，想出了各种不同的方法帮六位大臣解决了住宿的问题。在这一别开生面的故事中，学生的思维和积极性被调动起来了，产生探究欲望，在深入的讨论、探究、合作、交流中，学生不仅理解了质数和奇数的定义，弄清了它们之间的联系与区别，而且思维能力也得到了培养。

三、练习引入故事，调动情绪。

曾有人说：中国的学生认为，学数学就是做练习，做数学题，外国的学生认为，学数学是参与一项活动，经历一个过程，获得一种体验。练习是数学课中必不可少的环节之一，如果教师只是机械的让学生做题目，那么练习就失去其本意，无法达到预期效果。如果将练习融于数学故事中，不仅可以调动学生情绪，激发学生兴趣，而且能加深学生对所学知识的理解。

同学们听了，一个个情绪高涨，为民除害这样的好事谁不愿干呢？

四、结尾引入故事，扩展空间。

心理学表明，在临下课前5分钟，学生身心疲惫，情绪低落，而这5分钟恰恰是对整堂课进行总结回顾。所以务必要使学生在这一段时间精神饱满，情绪高涨，把课的结尾推向新的高潮。

在教小数的基本性质后，我设置了这样一个故事情景：0.900、0.90和0.9是孪生三兄弟。一天，三兄弟吵开了，0.900轻蔑的对0.90说：“瞧你这么一点儿，那有我壮实”。0.90不服

气的说：“我虽然没你壮实，但我比0.9壮实吧”，0.9也不甘示弱：“虽然你们的小数位数比我多，但我的计数单位比你们大”。这时1妈妈走过来说：“孩子们，别争了，其实你们都是一家人，根据小数的性质，在小数的末尾添上0或者去掉0，小数的大小不变，你们看，0.900去掉一个0就是0.90，去掉两个0不就是0.9了吗？这时你们不就一样了吗？”0.900、0.90和0.9听了，就在末尾添上0或者去掉0，果然大小没有变化，它们不好意思的对妈妈说：“谢谢妈妈，差点儿一家人不认识一家人了”。在丰富有趣的故事中，学生不仅牢固地掌握本节课所学知识，而且还对数学产生了浓厚的兴趣，并且迫切期待着下一节课的到来。

实践证明，在课堂中合理演绎数学故事，不仅能调节学生的精神状态，寓教于乐，加深学生对所学知识的理解，而且教师也能更好地关注儿童的生活，关心儿童的健康发展。数学故事，无疑是激活数学课堂生命活力的有效“处方”。

《新课程标准》中提出：数学学习是一个再创造的过程。在这一过程中，学生知识经验的获得、个性特点的发展和数学能力的形成，都来自学生在数学活动中的积极参与，而参与程度却与学生对数学学习是否感兴趣有着密切的联系。当前，学生对枯燥无味的数学一般都缺乏兴趣，对数学学习难以形成愉悦的体验。那么，如何激发学生学习数学的兴趣，培养学生的数学学习能力？就成为了数学教师当前研究的重要课题。年4月，我校参加省总课题《促进学生数学学习的评价实验与研究》的开题会后，确定了子课题《如何利用数学故事激发学生兴趣，提高学生数学学习能力》并实施研究。经过一年的探究和实践，我们发现，在数学课堂中恰当地引入数学故事，能激发学生的学习积极性，调动学生所有感官参与学习活动，使学生愉快轻松的获得知识，数学能力也得到发展和提高。

养生书籍读后感篇二

石羚在他的文章《涵养生存的家国情怀》的结尾中说到：没有国家繁荣发展，就没有家庭幸福美满。同样，没有千千万万家庭幸福美满，就没有国家繁荣发展。可以说，没有国家的繁荣强大，我们就不会如此幸福的生活着。

我经常在电视上看到这样一句话：国是千万家，有国才有家。千千万万个家庭汇聚成一个这样大的、这样团结的民族，国家、民族、家庭、个人都是密不可分的。当其他国家被炮弹袭击，遭受战争的折磨，处于水深火热中时，我们正快乐、幸福的生活着。我为我是一个中国人而感到骄傲，我为我的祖国日益强大而感到自豪。而祖国能如此强大、安全，我们能如此幸福，都要感谢一群在背后默默付出的‘英雄。在我们还躲在被子里睡大觉的时候，环卫工人早已在大街上打扫；在我们穿着暖和的衣服，吃着热乎乎的饭，甚至要挑食，吃美味的食物时，边防战士正在与冰冷恶劣的环境搏斗；在我们宅在家里吹着空调时，执勤交警却在马路边顶着大太阳指挥交通；在我们团坐在一起吃年夜饭时，有些人正在自己的工作岗位上辛勤的工作他们牺牲了许多可以陪伴家人的时间，用来守护其他人的安全、保家卫国，这应该是家国情怀的最好诠释了。

石羚的这篇文章中，有一句话让我特别感动：最浪漫的不是花前月下，而是忠诚信念；最感人的不是卿卿我我，而是以身许国。这些英雄用自己的汗水，信念，坚持，守护了万家灯火。他们是最平凡的人，也是最伟大的人！

国与家两个紧密相连、密不可分的字，构成了家国情怀，使国家繁荣强大，使人民幸福美满。它是一种深情大爱，也是一种理想追求，在实现它的过程中体现出来的精神也构成了中华优秀传统文化的宝贵财富。又如石羚提到的：千千万万个小家都好，国家和民族才能好。

养生书籍读后感篇三

这是一个非常有道理的故事，讲述了作者的表哥大学毕业后找工作，但都遭到拒绝，舅舅问他是不是目标太高了，他不服气，舅舅让他明天看打石。舅舅打了138下没有碎，第139下是裂成两半。隔天，表哥又去找工作，他从杂役到工人，从工人到主任，最后有了自己的公司。他悟出一个道理：许多的努力不是一下子可以看到成功的，成功需要毅力和坚韧。只要愿意付出坚持的代价，就可以享受到成功的甘甜。就像打石一样，第139下碎和以前138下的努力无关吗？当你惊叹水滴石穿的伟大时，要知道水滴为这一刻努力了无数个春秋；当你陶醉于昙花一现的芬芳时，要知道昙花为这一夜努力了四个季节；当你欣赏着成功者的辉煌时，要知道他为这一天奋斗了多少个日夜！没有人能够一下子就成功的，所有人的成功都是通过年复一年的努力得来的。当上帝给你一个酸的柠檬时，你要通过无数努力，千方百计把它变成甘甜的柠檬汁。我们的人生不也是这样吗？要克服苦难、空虚、寂寞就得用超凡的毅力和坚韧，这样坚持努力不懈，也就会尝到成功的喜悦。

养生书籍读后感篇四

上学期我听了十几节的数学课，感觉仍是以“说数学”为主，即很多教师都热衷于老师问学生答的教学方式。这种“说数学”最突出的问题是学生主动参与学习的面窄，表面上看秩序井然，实际上缺乏一种内在的活力，学生无兴趣可言，更谈不上创新精神、实践能力的培养。

作为一名数学教师，我在不断学习新课程、走进新角色、转变观念、改革教学的过程中认识到，如果以“做数学”代替“说数学”，情形会迥然不同，就会让课堂充满生命的活

力。因为“做数学”更加将数学学习与儿童的'生活联系起来；强调数学学习是儿童的一种发现、操作、尝试等主动实践活动；强调数学学习的探索性与体验性；强调数学学习也是一种认识现实世界的一般方法的学习；强调数学学习是群体交互合作与经验共享的过程。

一、要从数学与生活的联系入手

根据《义务教育课程标准实验教科书.数学（一年级下册）》的特点，数学学习应该是孩子自己的生活实践活动，数学教学应该与孩子的生活充分地融合起来，从孩子的生活经验和就已有的知识背景出发，向他们提供充分的从事数学活动和交流的机会，让孩子们在自己的生活中去寻找数学、发现数学、探究数学、认识数学和掌握数学。为此，我们的数学教学必须由书本数学走向生活数学，取材于学生的生活实际，让学生置身于现实的问题情境之中，在解决问题的过程中探究发现数学知识，体验到生活中到处都是数学，运用数学知识能较好地解决生活中的实际问题，从而增强学生学习的动力，使之产生积极的数学情感。

二、要在“做”字上狠下功夫

[1][2]

养生书籍读后感篇五

在课程改革不断深入的今天，作为教师，我们应该想学生所想，优化数学作业的设计，避免那些机械、重复、乏味的低效作业，充分调动学生作业的积极性，让他们在完成数学作业的过程中享受到学习数学、运用数学的快乐，赋予数学作业生命的色彩。

一、自主型作业

1. 弹性作业

每位学生在学习上都有差异，这种差异是客观存在的。在作业设计时，教师要针对学生的差异，因材施教，设计多梯级、多层次的作业，给学生留有自主选择的空间，充分发挥他们的学习主动性，让他们各取所需，自主选择作业的数量与难度。

比如在作业布置时，利用“作业超市”的形式设置三类题目□a类为基本题，紧扣当天所学的内容，主要目的是用来巩固新知□b类是基础题，这是针对一部分基础薄弱的学生布置的，浅显易懂，有利于他们获得成功的快乐，增强学习的自信心□c类是发展题，这种题目有一定的难度，主要是针对基础好的学生设计的，有利于培养学生思维的灵活性和深刻性。在“作业超市”里，学生可自主选择类型，也可以各种类型自由搭配，做到因人而异，各取所需。

2. 合作型作业

以前的数学作业，教师过于片面地强调独立思考，没有将合作作为重要的素质来培养。对于自主型的作业，我们完全应允许学生自主选择完成作业的方式，鼓励他们与人交流，进行有效合作。

我曾尝试让学生以四人小组合作的形式编制一份单元检测卷。在编制的过程中，学生在学习小组长的带领下复习本单元内容，找重点，列提纲，选择题型，忙得不亦乐乎。编制试卷的过程，是学生对知识进行梳理的过程，也是同伴合作交流的过程。一份试卷的编制使学生更深刻地感受到自己是学习的主人，主动学习的意识得到了激发和增强。

二、生活型作业

数学学习的天地是很广阔的，教师要善于引导学生从熟悉的

日常生活中汲取营养，让学生在生活、家庭实践活动中完成数学作业，为他们在实际生活中运用所学的数学知识解决生活问题提供机会，搭建平台，使他们真实地感受到生活中处处有数学，数学无处不在。

1. 实践型作业

实践出真知，实践能增强学生运用知识的能力，使一些枯燥乏味的数字趣味化、生活化，通过实践，可以使学生把书本上的数学知识转变为运用数学知识解决实际问题的能力。如学习了重量计量单位后可建议学生回家称一称一千克鸡蛋大约有几个？学习了“比的应用”后，可安排学生调制奶茶或配兑饮料……让“学”融于“玩”中，在“玩”中实践，既使学生学得轻松，又培养了他们的多种能力。

2. 调研型作业

所谓“调研型”的作业就是让学生进行社会调查，用研究的眼光来分析调查所得的资料，再运用多种知识来解决生活中的实际问题。《数学课程标准》中就为我们提供了一个很好的范例：请调查一天内你家丢弃多少个塑料袋？一周呢？一月呢？一年呢？全班学生一年大约丢弃多少个塑料袋？全校学生呢？……这些塑料袋相当于在祖国土地上盖几层呢？你能针对塑料袋问题向环保部门提个建议吗？这些有趣又紧密联系学生生活实际的数学问题有效地激发了学生参与探索的意识，在完成作业的过程中，还将数学知识与其他学科进行了有效的整合，有利于学生综合素质的提高。

“处处是创造之地，天天是创造之时，人人是创造之人。”学生正用他们的智慧营造出一道道绚丽多彩的作业风景线。作为教师，应大力挖掘学生的潜能，让学生在自主选择、实践运用中张开智慧的翅膀，使数学作业成为他们放飞潜能的天空，从而赋予数学作业生命的色彩。