

# 2023年补完课的心得体会(实用5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。

## 补完课的心得体会篇一

在教学中抓不住要领。在舞蹈教学中，素质训练素质训练是对初学舞蹈的学生身体各部位的作用。初学舞蹈的学生，对舞蹈的接触情况不同，在理解与接受能力方面也不一样，身体自然条件有很大的差异。素质训练就是为了解决学生身体自然条件的差异，缩短学生身体素质和专业需要之间的距离。

素质训练可分为腰和腿的“软”“开”两个部分。舞蹈是用人的肢体语言表达的，要使学生尽快达到肢体所需要的素质条件，应从“软”开始。软度训练中可分为肩、胸、腰、腿、胯几个部分分别加强训练。

技巧训练学生在有一定的身体素质能力基础上，进行技巧训练。技巧有一定的难度，是技巧性很强且富有表现力的舞蹈动作。包括“转、翻、跳”等特技。无论从数量、质量、速度及姿态等方面都要“精”。教学中，要根据学生的自身的能力、条件、特长来“因材施教”。训练中，以单一项目反复训练为主，力求达到稳、准、动作流畅的标准。

形体训练形体训练即塑造身体的形态姿势，使身体各部位达到柔韧性、稳定性、协调性和灵活性，使整个动作更具美感。形体训练是构成舞蹈语汇的基本条件，是推向舞蹈艺术的必经之路。在这里，一般分为“扶把动作”和“离把动作”训练。

舞姿训练舞姿即身体的基本姿势形态。舞姿讲究“手、眼、身、法”，是配合身体躯干、腿部、手臂、头和眼睛的协调性而完成。基本舞姿包括手脚的基本形态姿态，基本位置，部法的训练，配合腰腿功、技巧形成一组具有高度的雕塑性、富有表现力的舞蹈动作。教学中，应该遵循从简到繁，从易到难，循序渐进的原则进行教学。

## 补完课的心得体会篇二

眨眼之间，我已经学习了一年舞蹈来，在我们拉丁班发生过许多开心的、搞笑、有趣的事，回忆起来，至今让人难以忘怀。

有一次，舞蹈老师让一位同学喊节奏，她第一遍喊错了，第二遍，又喊错了。老师教了她一遍，她才喊对了。这时，其他同学都哈哈大笑了起来。

一天下午，我来上课，走进教室，打开灯一看，里面一个人都没有。我惊讶地说：“人都跑哪儿去了？”我揭开垫子，看见里面竟然有六个同学，于是，我也就钻了进去。人都到齐了，我们静静地等待着老师的到来。老师来后，把垫子揭开，看见我们藏在里面，忍不住大笑了起来，同学们也跟着开心地哈哈大笑。

一天中午，我们休息的时候，老师把大家召集在一起聊天。说着说着，老师看见一位基本动作很差的同学，一个人在专心地练习恰恰舞。老师走了过去，她虚心地向老师请教不会的动作。老师非常耐心地给她教了半天，夸她真是个好学生，鼓励大家向她学习。

舞蹈班上的趣事还很多，我想，在今后的学习中，还会有许多有趣的事情发生。我一定要珍惜和同学们在一起学习的机会，刻苦练习，互相帮助，和睦相处，快乐地度过每一天。

## 补完课的心得体会篇三

在现如今快节奏的社会中，视频成为了我们生活中不可或缺的一部分。无论是用来记录生活中的美好瞬间，还是用来表达自己的创意和观点，拍视频都成为了一种流行的方式。我也是深受其影响，拍视频成为了我生活中的一大乐趣。通过拍视频的过程，我很享受其中的心灵沟通和创造的乐趣，同时也不断收获着成长和收获。

### 第二段：创作乐趣与技巧提升

拍视频给我带来了创作的乐趣。通过镜头和剪辑，我可以将自己的创意和想法以生动的方式展示出来。在拍摄的过程中，我学会了如何寻找角度拍摄、如何调整光线和构图等基本技巧。我还通过学习影视剪辑的知识，掌握了剪辑的要领，能够将镜头之间的联系和节奏感表现得更加丰富和流畅。通过不断的练习和实践，我越来越善于结合音乐和画面，将情感更加饱满地传达给观众。

### 第三段：心灵沟通与情感表达

拍视频让我更深刻地感受到了心灵沟通的力量。通过镜头和剪辑，我可以将内心的情感和思想表达出来，与观众建立起一种心灵的共鸣。有时候，一段简单的视频可以打动人的心灵，引发人们对生活的思考和感悟。有时候，我也可以通过视频表达自己的情感和思想，与朋友们分享自己的故事和想法。通过这种方式，我与他人之间建立起了更加真实和深刻的连接。

### 第四段：挑战与成长

拍视频也为我带来了不少挑战，但我从中收获了成长。拍摄和剪辑一段好的视频并不是一件容易的事情，需要付出很多心思和努力。有时候，我需要花费很长时间去寻找灵感和构

思，有时候，剪辑过程中也遇到了种种困难和挑战。但是，正是这些困难让我学会了坚持和不断超越自己。每一次的尝试和失败，都让我更加勇敢和坚定地面对挑战。在这个过程中，我也不断学习和成长，提高了自己的创作能力和技术水平。

## 第五段：总结感悟

拍视频给我带来了无限的乐趣和成长。通过镜头和剪辑，我可以表达自己的创意和观点，与他人建立起心灵的沟通。在这个过程中，我也面临了很多困难和挑战，但正是这些困难让我变得更加勇敢和坚韧。不断的练习和努力让我不断进步，提高了自己的技术水平。拍视频已经成为了我生活中不可或缺的一部分，我会继续保持热情和创造力，用视频记录生活中的美好和思考。

## 补完课的心得体会篇四

现今社会，科技大幅度发展，视频技术也越来越成熟，每天都有新的视频应用软件和平台涌现，各种视频内容丰富多彩，不仅有电影、电视剧、综艺节目等大片，还有短视频、直播、自媒体等形式，观众的消费习惯也在悄悄改变。作为一名大学生，我时刻关注着新视频的兴起和发展，在这个过程中，不断积累了一些启发和思考。本文将着重谈谈新视频时代下我的心得和体会。

## 第二段：新视频给我带来的启发

新视频形式让我深刻认识到“内容为王”的重要性，只有具有独特、优质的内容才能吸引观众。例如脱口秀节目，由于其独特的创意和幽默的表演方式，受到了众多年轻人的喜爱；再例如短视频平台，短小精悍、高峰值的内容也正在成为新的主流。因此，我们应该加强创意思维，不断挖掘新奇、感人、富有共鸣的点子，并花费更多的时间和精力来打磨和优

化。

### 第三段：对于新视频平台的思考

新视频平台虽然数量众多，但也存在着流量变现难、内容质量不高、版权保护等诸多问题。我们应该秉承勤劳勇敢和创新的精神，去探寻和拓展新的市场、新的领域。而且，我们也应当充分认识到版权严重侵犯的危害，并积极支持原创。这样才能够构建健康、稳定、可持续的新视频生态系统。

### 第四段：关于新视频的观看体验

选择何种类型的视频是个人的自由，但是我们在看视频的时候也应该有自知之明。例如，在看短视频时，由于内容本身的短小，我们更需要抓住重点，提高理解能力；再例如，在看直播时，我们需要在视听感受的基础上，对主播的技艺和表演进行评判，不能追求过于刺激和虚假的效果。

### 第五段：新视频给我带来的乐趣

新视频丰富了我们的生活，也为我们带来了无与伦比的乐趣。在观看的过程中，我们不仅能够得到知识的启迪和感性的冲击，还能在体验中获得沟通和分享的快乐。在新视频时代，我们有了新的创作方式、新的学习模式、新的娱乐方式，正以着崭新的面貌展现在世人面前。

### 结语

新视频时代已经来到，它对于我们的人生，具有着巨大的影响。在此背景下，我们需要不断调整自己的认知和行动，注重内容、创新、原创，注重观察个人的体验和感受，塑造鲜明的文化品位，不断理解和享受新视频带给我们的乐趣。只有这样，我们才能够在新视频浪潮中脱颖而出，获得新的成就和进步。

## 补完课的心得体会篇五

学无止境，作为两委的干事，更应该树立“活到老学到老”的学习态度。视频制作和ppt制作一样，是两委干事必须具备的一项基本技能。只有学好视频制作，才能更好地完成自己分内的工作，才能更好地服务两委。

学习视频制作把我带入了一个新鲜的世界，颇具动感的画面，强大的功能都把我深深地吸引住了。以前看到别人做的视频，精彩无限，自己却只有羡慕的份儿。现在分团校特意请人给我们讲解视频制作，当然要做到认真学习，好好把握这次机会。学长详细地为我们讲解了视频制作的各项功能，加上实际的操作，让我们对视频制作有了初步的了解，对各项操作也有了一定的认识。

任何事情都是看起来容易做起来难，视频制作也是如此，它包含很多方面的内容，有安装，录制，剪辑，转码等。每个方面又涉及到很多的操作，这就要求我们不断地尝试和摸索，在实践中熟悉和掌握各项操作。俗话说“实践出真知”，动手操作、投入其中，可以提高自身视频制作的能力，可以让制作出来的视频有声有色，夺人眼球。

学习视频制作，不仅增加了我们的一项基本技能，还增长了我们的知识，拓宽了我们的眼界，丰富了我们的业余生活。在科学技术日新月异的时代背景下，作为当代大学生，我们更应该做到全面发展，积极进取，不断提升自己各方面的技能，为将来步入社会做好准备。