

# 最新语文新课标培训心得体会 新课标心得 体会语文(汇总10篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 语文新课标培训心得体会篇一

### 第一段：引言

随着新课标的实施，我作为一名初中生，不得不深思自己对于课文的理解与体验。在这次中考前夕，我想回顾一下自己三年来在语文学习中的成长经历以及所体会到的一些心得体会。在新课标的指引下，我逐渐认识到语文不仅仅是一门学科，更是能够培养学生综合素质的重要工具。下面我将从作文、课文阅读、古代文学与现代文学的对比以及与其他学科的联系等几个方面给出我的看法。

### 第二段：作文

从初一开始，我们就在作文写作中接触了新的改革，强调独立思考和创新意识，提倡以人为本、以文会友。这使得我的写作风格逐渐从生硬的机械式写作转变为更具个性化和创造性的表达。同时，新课标对于作文题目的选择也更具有启迪性和多样性，比如在写景作文中，可以涵盖对生活的感受、对自然的敬畏与思考等方面的内容，这拓宽了写作的思路。因此，我逐渐感受到作文写作的乐趣和挑战。

### 第三段：课文阅读

通过课文的学习，我们不仅能够领略到优美的文学之美，也能够通过解读课文的情节和主题来思考生活中的问题。新课标更注重课文对学生的熏陶和教育，不再强调纯粹的阅读理解，而是提倡学生与课文建立情感上的共鸣。课文中的人物形象和事件也更加现实和贴近学生的生活。这样的改变使我更喜欢阅读课本中的文章，而不仅仅是为了应付考试而死记硬背。

#### 第四段：古代文学与现代文学的对比

新课标在古代文学与现代文学的教学中进行了全新的整合，让我们在学习传统文化的同时也更深入地了解了现代文学的发展与创作。通过对比古代诗词和现代散文或小说的阅读，我发现古代文学更加注重情感的表达，而现代文学着重于揭示社会问题和人性的探索。这样的对比帮助我们更好地理解 and 欣赏古代文学的独特之处，并且开拓了我们对于文学的理解和审美。

#### 第五段：与其他学科的联系

新课标力求培养学生的综合素质，因此在语文的教学中也注重了与其他学科的联系。比如，在课文中涉及到的历史、地理、数学等知识点，通过语文课的学习可以更深入地理解和应用。此外，语文也培养了我们的思辨能力、创造力和表达能力，这些能力在其他学科上也都能得到充分的发挥。可以说，新课标让我们对于语文的学习充满了兴趣，也明白了语文在我们的成长过程中所起到的重要作用。

在我即将步入高中之际，我对于新课标所带给我的学习经历和体验深感满足。新课标不仅更加注重培养学生的个性和创造力，也让我们更好地理解传统文化与现代文学的关联，并与其他学科形成了良好的衔接。我相信，通过对于语文学习的不断努力，我将继续在这条道路上追求更高的成就，为我的未来做好充分的准备。

## 语文新课标培训心得体会篇二

### 第一段：引言（200字）

新课标精神是中国教育改革中的重要里程碑，其中语文课程更是扮演着重要的角色。作为培养学生综合素质的关键学科，语文不仅仅是一门传授知识的学科，更是一门引领学生成长的学科。通过学习新课标精神，我们深刻认识到语文的独特价值和重要作用，激发了我们对语文学科的兴趣和热爱，改变了我们的学习态度和方法。在这篇文章中，我将分享我对新课标精神语文的体会和心得。

### 第二段：培养全面发展的人（200字）

新课标精神的核心理念是“培养全面发展的人”。在语文课程中，我们不仅仅学习语言文字的表达，更加注重培养学生的思维能力和创造力。通过语文学习，我们学会了思考问题、分析问题、解决问题的能力，培养了批判思维和创新思维。例如，在课堂上老师会组织我们进行辩论赛，让我们自由表达自己的观点并互相讨论，这大大提高了我们的沟通、合作和表达能力。同时，通过阅读文学作品，我们也能感受到作家们丰富的想象力和独特的创意，激发了我们的创造力。

### 第三段：传承中华文化（200字）

新课标精神强调传承中华优秀传统文化。在语文课程中，我们学习了中国古代文化的经典著作，如《红楼梦》、《论语》等。通过阅读和研究这些经典作品，我们不仅了解了古代文化的底蕴和精髓，更重要的是体验到了中华文化的深厚内涵。同时，在课堂上老师还经常组织我们学习传统节日，了解我们的传统文化和风俗习惯，让我们对中华文化有了更加深入的认识和感受。

### 第四段：培养良好的人文素养（200字）

新课标精神强调培养学生的人文素养。在语文课程中，我们学习了大量的文学作品，如诗歌、散文、小说等，通过这些作品的阅读，我们拓宽了视野，开阔了思维，提高了自己的审美能力。同时，通过学习文学作品中的人物形象、情节发展，我们感受到了人性的复杂性和多样性，培养了珍视人类情感和人文关怀的品质。例如，在阅读《围城》时，我们可以思考现代社会中人际关系的困境和人性的差异，从中汲取教益，培养自己的人文素养。

### 第五段：反思与展望（200字）

通过学习新课标精神，我深刻认识到语文学科的重要性和特殊性，学会了更加科学高效地学习语文。在以后的学习中，我将坚持培养自己的思维能力和创造力，沉浸在中华文化的海洋中，修炼好的人文素养，为建设美好社会贡献自己的力量。同时，我也希望能够将新课标精神传承下去，与更多的人分享我的学习和体验，让更多的人认识到语文学科的魅力，共同促进教育事业的发展。

### 总结（100字）

新课标精神是一种引领着教育改革的理念和思路，通过学习新课标，我们深刻认识到语文的独特价值和重要作用。培养全面发展的人、传承中华文化、培养良好的人文素养是新课标精神在语文课程中的重要体现，通过这些学习，我们不仅提高了自己的思维能力和创造力，还拓宽了视野，了解了中华文化的博大精深。通过不断学习和体验，我们将把新课标精神传承下去，为建设美好社会贡献自己的力量。

## 语文新课标培训心得体会篇三

上星期四，全县的“小学语文新课标“的学习活动在我校举行，通过半天的学习，让我受益匪浅，使我加深了对新课程改革的理解与体会，我进一步认识到了新课改的必要性和紧

迫性，下面就谈谈我的几点体会：

## 一、感受语文美

所谓的语文味即是语文的文学味，包括语文、文学、形象、构思、意境、哲学、情趣等味，也即是语文美。所以，语文课就要应有浓厚的语文味。而语文教学的过程，就是引导学生去体验、去发现、去感悟语言文字之美，作者情感之美、文章意境之美。首先，语文教学必须从语言文字入手，引领学生对语文作品反复涵咏体味。其次，要围绕“语文本体”引导学生在充分的思维空间中，多角度、多层面，甚至是有创意地去理解、欣赏作品，产生对文本的情感美、语言美、形象美、构思美、意境美、哲理美和情趣美的认同与赞赏，并产生强烈的求知欲、创作欲，从而更加热爱祖国的语言文字。

## 二、体现儿童特征

小学的语文是儿童的语文。语文教师的任务，主要不是教导学生和控制学生，而是通过文本向学生提供一个更活跃、更开阔的语文实践平台。在“还”的过程中，语文教师应该自始至终、自觉自愿地成为学生实践的组织者、服务者和帮助者。激发学生的阅读愿望和激情；洞察学生在语文实践过程中可能遇到的困难和障碍；诱发学生作为一名读者的发展和创见；带领学生经由语文课走向一片新的语文天地。要在语文课体现“儿童味”，更重要的是凸现儿童的主体地位，把儿童的精神融入语文课，让童声、童心、童趣在老师的唤醒、激励和鼓舞中真实体现。

## 三、实现师生平等

以往的我总是滔滔不绝地讲，居高临下地问，学生规规矩矩地听，小心翼翼地学。当学生平等、互尊的情感得到满足时，才会轻松、愉快地投入学习，才会主动探究，因此，现代课

堂教学应确立师生平等的教学观念，构建平等对话的教学平台，使教学”在师生平等的过程中进行“将师生关系”理解为愉快大百尺的合作，而不是意志间的冲突，对权威、尊严的威胁“，让学生在率真、坦诚、互尊的环境里一起学习。这个过程不再是应该使学生处于一种心理放松、精力集中状态，思维活跃，敢想敢问，敢说敢做。

总之，通过本次对小学语文新课标的学习我感受到：新课程下的课堂教学，应是通过师生互动、学生之间的互动，共同发展的课堂。它既注重了知识的生成过程，又注重了学生的情感体验和能力的培养。面对新课改，我们不再是知识的权威，课堂上要求必须放下“架子”，让学生喜欢你，充分发扬教学民主，尊重学生的人格，努力形成新型的、平等和谐的师生关系。

## 语文新课标培训心得体会篇四

于是我利用自习课请学生说说自己的特长，然后请他就一件能显示自己特长的事来具体谈谈。这时候学生叙述过程中还是抱住例文不放。于是我们进入例文，看看例文到底告诉我们什么？学生通过读发现，例文一《我真棒》中作者写抱西瓜的动作非常精彩。由夹到扛到抱，经历了几个不成功的尝试，才最后抱着西瓜回家的。由此引导到“动作”这个词，同时和学生一同回顾《虎门销烟》中民工销毁牙片的动作，使学生体会到动作的准确和生动，会将读者能感到身临其境。就例文一，的动作，我们开始将不少学生认为踢球的特长，做为指导例子，请学生小组中说说片断，要求表现当时的情况，描述清楚动作，让听者觉得你球技高超。学生在小组中叙述的精彩层出。

例文二《我是个会跳舞的小姑娘》表面上是告诉我们她很会跳舞，实际上是告诉我们她克服了困难而实现了自己的梦想。重点是描述过程中的心理活动，由胆小害怕，到成功喜悦。于是我引导学生了解作者的心理活动的同时，引入《但愿人

长久》中苏轼的心理活动，使学生了解到，在心理活动的叙述中，就能将自己的经历和感受告诉大家。这样一来学生再写习作水平就明显提高了。

课后我在想：我们常常谈到的授之以“渔”，不授之以鱼。到底什么是渔？我想这篇习作告诉我们，学生生活中积累其实不少，但是他们不知道如何将自己的积累生动的表达出来，于是就开始一味的模仿，而真正是失去了自我，将他人的生活经验在自己身上大量的复制。如何开发学生的创造呢？我想，绝对不是再挖掘生活，而是教师在习作教学中，将习作的入门点指点给孩子们，让学生领悟到习作表达的方式，用自己的生活经验说自己的话表达自己的感情。我们的孩子这样才是真正的自己捕鱼，才能真正捕到自己的鱼。

[小学语文随笔]

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 语文新课标培训心得体会篇五

新课标是当前教育改革的大趋势，而解读新课标更是每一个教育工作者应该重视的任务。这次我参加了由教研室组织的

新课标解读研讨会，收获颇丰，不仅对于新课标有了更为深刻的认识，更是激发了我对于语文教育的热情。接下来，我就来谈谈我的一些心得体会。

## 第二段：语文能力的重要性

新课标明确了语文能力的培养目标，将语文教育的重点从知识教育向能力教育转化。这也正是我们未来教育的发展方向。在新的教学模式下，教师不再仅仅是为学生填充知识，而是应该更加注重学生的自主探究和实际运用能力的提升。这也可以进一步激发学生的学习兴趣和学习动力。

## 第三段：创新教育的实现

新课标提出了“强化创新教育”的方针，这也是指导教育现代化不断前进的方向。作为语文教育者，我们更有责任创新课程、教学模式，配合新课标的要求，在实际教学中不断创新，让学生真正地理解和掌握语文，同时运用语文知识和能力解决实际问题。只有通过不断的实践，才能更好地探索语文教育的发展方向。

## 第四段：课程与生活的联系

新课标中强调了课程与生活的联系，这也是我们教师应该注意的部分。语文教育不仅仅是在课堂上学习语文知识和技能，更是要强调对于学生的生活经验和现实的理解。我们应该运用实例和生活案例进行教学，引导学生掌握语言运用的时机和方法，同时在生活中不断应用所学知识和能力。

## 第五段：结论

总而言之，在新课标下的语文教学，教育者应该更加深刻地认识到语文能力的培养目标，注重创新教育和提高学生的自主探究和实际运用能力。同时，课程与生活的联系也是教育



者应该注重的方面。只有不断地探索和实践，才能将语文教育做到最好，让学生真正地学有所用，既保障了传统文化的传承，同时也促进了社会的发展和进步。

## 语文新课标培训心得体会篇六

通过这次的培训我又一次认真的阅读了新课程标准，感受颇深，使我加深了对新课程改革的理解与体会，进一步认识到了新课改的必要性和紧迫性。

### 一、加强学生语文素养的培养

语文教学必须以学生为中心，提高学生的语文素养，为学生的将来学习和今后工作打下坚实的基础。语文新课标明确提出：“语文课程应致力于学生语文素养的形成与发展。语文素养是学生学好其他课程的基础，也是学生全面发展和终身发展的基础”。语文课程应培育学生热爱祖国语言文字的思想感情，指导学生正确地理解和运用祖国语言文字，丰富语言的积累，培养语感，发展思维，使他们具有适应实际需要的识字写字能力、阅读能力、写作能力、口语交际能力。

### 二、注重学生的阅读背诵

语文新课标明确提出“要重视朗读和默读。让学生逐步学会精读、略读和浏览。培养学生广泛的阅读兴趣，扩大阅读面，增加阅读量，提倡少做题，多读书，好读书，读好书，读整本的书。鼓励学生自主选择阅读材料。九年课外阅读总量应在400万字以上。”读背无疑是积累语文素养的好方法。现代心理学研究成果表明，记忆力是一切智力的基础。朱熹曾经说过：余尝谓读书有三到：谓心到、眼到、口到。这“三到”是多种分析器官同时参加活动的协同作用，心理学家早有实验结论：多种分析器官协同作用的效果最好。因此读背是自悟的前提和基础。只有反复诵读才能真正体会课文的意味、情趣和文气。

### 三、让学生成为课堂学习的主人

在新课程下，教师应当成为学生学习的组织者、引导者和合作者，激发学生的学习积极性、创造性，为学生提供从事活动的机会，构建开展研究的平台，让学生成为学习的主人。

### 四、要以为人本，充分尊重学生

教学中教师必须尊重每一位学生做人的尊严和价值，尤其要尊重那些智力发育迟缓、学生成绩不良、有过错、有严重缺点和缺陷的学生，还特别要尊重意见和自己不一致的学生。同时，教师还要学会赞赏每一位学生，赞赏每一位学生所取得的哪怕是极其微小的成绩，赞赏每一位学生所付出的努力和所表现出来的善意，赞赏每一位学生对教科书的质疑和对自己的超越。只有既尊重学生，又赞赏他，学生才能可能愉快地学习，才有可能产生创造性思维的火花。

### 五、充分调动学生的学习主动性

语文教学的过程性是指学生在学习的过程中的参与程度和思维方式等。学生的学习结果不一定是具体、有形的成品，可能是提出一种见解，产生一个方案，策划一项活动，注重在学习体验的过程中，学习者对所学的内容有所选择、判断、解释、运用，从而有所发现。语文教学的全过程，应是全体学生积累参与学习的过程。学生的年龄、知识积累和个性特点，决定了其学习品质的差异性、因此，反映在学习结果上差异肯定是存在的，不管学生的差异有多大，只要是积极参与了学习研究的过程，都要给以肯定和鼓励。承认差异就是尊重学生的学习过程。体现语文教学的过程性，就要充分调动学生的学习主动性，给学生独立思考的时间，让学生边读边思，领悟语言表达之精妙，获得情感体验之愉悦。给学生讨论交流的时间，讨论交流的形式可以多种多样，或同桌研究，或分组讨论，或自由组合交流，以期达到人人参与、各抒己见的目的；给学生质疑问难的时间，在学生学习的过程

中，鼓励学生大胆提出有价值的问题，并寻求解决的途径。教学过程中体现新的学生观和质量观，是对以往注重学习结果而忽视过程的评价观念的挑战，应引起我们的思考。

总之，随着课程改革的不断深入，在课堂教学实施上我会按照新课程标准要求，尝试全新的教学方法，我相信，在这片天地里，教师和学生将共同成长，不断进步。

## 语文新课标培训心得体会篇七

在课题小组关于小学中年级语文课堂教学中朗读能力的教师调查问卷中，课标中对于中年级学生朗读方面的要求有部分教师不是十分清楚，因此本课题小组专门进行了《语文课程标准》的学习。学习之余，结合自己的教学，在此谈谈体会。

《语文课程标准》中要求，各学段都应重视“有感情地朗读”。这是指，要让学生在朗读中通过品味语言，体会作者及作品中的情感态度，学习用恰当的语气语调朗读，表现自己对作者及其作品情感态度的理解。在平时的教学中，我一般会让学生自己先初读课文，在读正确、流利地基础上，通过讲解、分析，让学生体会作者的情感，再把自己的情感带入文中去，读出自己的感受。虽然也重视“有感情地朗读”，但学生的感受并不是自己感受到的，而是老师帮忙“分析”出来的，因此学生有感情的读就不够自然，有些矫情做作的腔调。这次学习，让我明白了我的问题出在了自己的“讲解、分析”上。课堂中，我把大部分时间放在了词语句子的分析以及内容的分析上了。这样的讲解和分析占用了大多数时间，学生缺少自己品味语言、体会作者及作品中情感的过程，无法“感同身受”，读起课文来感情自然也不能“顺势流淌”。

当然，虽然课标强调“在读中品味”，但我们也要谨防阅读教学由“分析得乏味”这一极端走向“读得乏味”另一极端。有的教师可能会片面地认为既然不能只分析、不朗读，那么我们就可以在阅读教学中不帮助学生分析、理解课文，只是

让学生朗读，让学生通过朗读，自己感受体会作者及人物的感情，这当然是不可取的，毕竟学生的能力也是有限的。我们说培养学生的朗读能力既是语文教学的重要目标，又是深入地探究课文的重要手段。从目标的层面讲，对课文不理解就无法有感情地朗读，也就谈不上培养朗读能力；从手段的层面讲，对课文不理解也就没有深入探究可言。指导学生朗读必须建立在理解课文的基础上，正如鲁迅所言：“在瞎弄里摸索，自悟自得的毕竟是少数。所以朗读要以理解为基础，通过朗读又可促进对文章的感悟品味，它们相辅相成，必须有机结合。”

因此，在以后的阅读教学中，我们既要把握分析的时间，又要让学生的朗读建立在理解之上，让朗读和理解相辅相成，不流于形式。

## 语文新课标培训心得体会篇八

新课标精神是指根据时代发展需要，对原有的课程标准进行更新和改进，引导学生发展综合素质的一种教育理念。精神语文是新课标中的一门重要学科，通过学习精神语文，我深刻体会到了其独特魅力和积极作用。下面我将分别从课程目标、教学内容、教学方法、评价方式和学生发展方面来阐述我的心得体会。

首先，新课标精神语文明确了学习目标。传统的语文教育注重的是学生对经典文本的阅读和理解，而新课标精神语文更注重培养学生的综合能力和创新思维。通过精神语文的学习，学生可以发展自己的语文技能，提升自己的表达能力，提高个人素养和人际交往能力。同时，新课标还明确了培养学生创新精神、实践能力和合作精神等方面的目标，使学生能够更好地适应社会发展的需要。

其次，新课标精神语文的教学内容更加贴近学生的生活实际。由于现代社会的发展，学生面临的信息和知识量越来越庞大，

因此，精神语文的教学内容更加贴近学生的生活实际，注重引导学生理解和应用文本，培养学生的实际运用能力。例如，在阅读课文时，老师会引导学生从自身经历入手，运用自己的理解和想象力来分析和解读课文，这种教学方式既丰富了学生的阅读体验，又培养了学生的文学鉴赏能力和思辨能力。

第三，新课标精神语文注重培养学生的自主学习能力和实践能力。在过去的语文教育中，学生多是被动接受知识和信息，而新课标精神语文则强调学生的主动学习和实践能力。在新课标精神语文的教学中，学生通过探究和实践来主动学习，比如说在写作课上，老师会鼓励学生多进行写作实践，让学生在实践中发现、提出和解决问题，培养学生主动思考的能力和创新意识。

第四，新课标精神语文注重评价方式的多样性。在传统的语文教育中，评价主要注重学生对文本的理解和记忆，而新课标精神语文更注重学生的综合能力和创新思维。在新课标精神语文的教学中，评价方式更加多样化，不再局限于传统的笔试和口试，还包括学生的写作作品、实践项目等。这种多元化的评价方式，使学生在过程中能够更充分地展现自己的实际能力和兴趣爱好，提高学生的学习积极性和主动性。

最后，新课标精神语文注重学生的全面发展。在新课标精神语文的教学中，学生不仅可以提高自己的语文能力，还可以培养自己的创新意识和实践能力，提升自己的综合素质。同时，精神语文的教学还注重培养学生的人文关怀和社会责任感，使学生能够更好地关心他人，积极参与社会活动，成为有用的人。

总之，新课标精神语文是一种注重学生发展的教育理念，通过学习精神语文，我深刻领悟到了其独特魅力和积极作用。只有不断适应时代的发展需要，更新和改进教育理念，才能更好地培养学生的综合素质和创新能力，为社会发展做出更大的贡献。

## 语文新课标培训心得体会篇九

随着时代的发展和社会的进步，新课标精神对于语文教育的重要性也日益凸显。作为一名语文教师，我深深地体会到了新课标精神对于学生的影响和启迪。下面我将从“理念导向、思维引领、素养培养、方法创新和实践落地”五个方面来谈一谈我的心得体会。

首先，新课标精神注重理念导向。语文教育的目的在于培养学生成为独立、自信、具有独特思维能力的人。在新课标精神的指引下，我逐渐从知识传授者转变为学生的引路人和指导者。我从教学实践中感受到，通过培养学生对于语文的热爱和追求，他们的主动性和创造力得到了极大的激发，从而使他们在语文学习中更加主动积极。

其次，新课标精神以思维引领为重点。语文教育不仅仅是灌输知识，更需要培养学生的思维能力和逻辑思维的方法。因此，我在教学过程中注重培养学生的分析、归纳、推理等思维能力，通过学习让他们从被动接受变为主动思考。这样不仅提高了学生的学习效果，也为他们将来的学习和生活打下了坚实的基础。

第三，新课标精神强调培养学生的素养。语文学习不仅仅是为了获取知识，更是为了学会与他人进行有效的沟通。因此，我在教学中注重培养学生良好的阅读能力、写作能力和表达能力，使他们在语文学习中能够理解他人的观点并有能力清晰地表达自己的观点。通过这样的培养，他们可以更好地参与到社会生活中，不仅能够更好地与他人交流，也能更好地理解和感受他人的情感。

第四，新课标精神鼓励教师在教学中创新方法。在教学过程中，我始终坚持走出课堂，走向生活，让学生的学习与实际生活紧密结合。例如，在教授写作时，我鼓励学生从生活中寻找素材，激发他们的想象力和创造力；在教授阅读时，我

引导学生通过实地考察和实践活动来深化对文本的理解。这样的创新方法不仅使学生的学习更有趣味性和实用性，也更加有效地提高了他们的学习效果。

最后，新课标精神更加强调实践落地。语文学习不仅仅是学习理论知识，更需要通过实践来融会贯通。作为一名语文教师，我注重将知识运用到实际生活中，引导学生在实践中发现和解决问题。通过实践，学生更能深入地理解语文的魅力和实用性，从而愿意主动参与语文学习，提高他们学习的效果。

总之，新课标精神对于语文教育起到了重要的指导作用。通过理念导向、思维引领、素养培养、方法创新和实践落地等方面的努力，我深深体会到了新课标精神对学生学习能力和综合素质的提高。作为一名语文教师，我将继续坚持新课标精神，不断提高自己的教学水平，为学生的成长与发展贡献一份力量。

## 语文新课标培训心得体会篇十

“知识就是力量”这句话想必大家都耳熟能详，她就出自弗朗西斯培根之口。作为16-17世纪一个兼顾哲学家，文学家，法官和政治家于一身的培根，用他独特的视角，洞析哲学伦理处事之道。凝聚成了薄薄的一本《培根随笔》。虽然只有薄薄的一本，但却能从中品出多种味道。它是一本交友的教科书，也能够把它看作是混迹官场的厚黑学。

在众多的随笔中，我最欣赏的一篇是《论逆境》。“顺境带来的幸运固然可贵，逆境造就的品质更令人折服。顺境的德行是节制自律，逆境的德行是不屈不挠。”这是全片中我最欣赏的两句话。能够说，这是全篇的精华所在。从这两句话中或者说全篇中我们能够看到一个自强不息的培根，同时也带个我诸多启示。遭遇逆境能够明白为人生的不幸，正因他给我们带来困难，挫折和痛苦；遭遇逆境也能够明白为人生的

万幸，正因他给我们一个锻炼的机会，他考验人的意志，磨练人的心智。能够说，正式逆境的磨练，造就了历史上一批又一批的伟人。

这让我想起了爱迪生发明的电灯丝。一种，两种，几百种，几千种，应对诸多失败的材料，他没有选取放下。这种在逆境中不屈不挠的精神使得人类走进光的世界。

伽利略也同样如此，虽应对教会的迫害，但依然坚持“但地球仍在转动”。他用自己的生命维护了真理，在逆境中我们看到了他人性的光辉。