

三学三讲心得体会(大全8篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都觉得很苦恼吧。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

三学三讲心得体会篇一

在进入初三之前，总觉得初三有多恐怖，但是等到一切都过去，回首看看独留一句话：努力过了，值得了，就不后悔。

进入初三之后，学习氛围都变得不一样了，老师也告诉我们：只要学不死，就往死里学。到了初三，刻苦学习肯定是必要的，但是方法也是要讲究的。接下来我就分学科写一些我的心得。

首先的首先，学好的必要条件是上课认真听讲。到了初三，也许很多时候，特别是最后阶段，上复习课的时间多过上新课的时候。也许听久了你就会觉得，炒冷饭没什么意义。但是我想说：很有必要！

复习到最后阶段，你知道的很多，但同时你不知道你还有什么事不知道的，也许考试就会考到你不了解的东西。也许平时的月考你可以告诉自己考不好没关系，但是到了中考，你看到一道题发现这道题很简单，你好像在书上看到过，但是又好像不确定的时候，你是否会产生一丝恐慌？这是你的最后一场考试，大意不得。有时考察的就是你所不在意的细节。正所谓每一次看书都会有新的体会，每一次炒冷饭也会有新的体会。所以，上课的时间一定要利用好。另外，不要有侥幸心理，感觉自己这节课不听不要紧，反正都会了，这样会

导致两个后果，其一，你也许会错过你不明白的知识点导致一直不明白，其二，下次你会产生同样的想法，后果就是你每一节课都没听，最终结果一定是不好看的。

现在我们来谈谈语文，首先，是最基础的部分，背诵是一定要过关的，如果在这个部分扣分实在是很不值得的，在这一块还有一个很重要的问题，就是书写一定，要，规，范，到最后阶段，想要夺得高分，整句默不出的实在很少，所以书写规范与否也就成为了一个评判标准，如果你本来字写得不是很好，那就要当心了，赶紧改改吧，到了中考前就没时间了！

接下来是古文部分，课内的呢背功一定要扎实，还有一点，就是选择题，切记，不要钻牛角尖，选择最对或最错的一项，不要看到一个你认为是对的或错的就马上其他的都不看直接选，这样是不理智的，应当看完所有选项，比较之后再作选择。最重要的一点，一定要看清是选对的还是选错的，这非常重要，相比较而言，选择题是有客观答案的，对就是对，错就是错，没有回旋的余地，而且通常一道选择题的分值为2—4分不等，已经是很大的差距了，所以选择题的分要尽量抓住。

其一，答题要规范，格式不能错，因为这个地方通常是有分数的，基本题不能错，就像：修辞手法的作用（比喻、拟人基本作用是生动形象）此类概念不能混淆。

其二，看清是用自己的话回答还是引用原文，这个如果看错就是一道题全部走掉了。

其三，老师让你们做阅读的时候不要大意或者是抄答案，当作考试一样来做，老师讲评的时候一定要认真听，这个部分非常重要，很多答题技巧都蕴含其中，多多总结，有的时候准备一本笔记也是有必要的。还有新的题型：拓展题，此类题非常活，谁也不知道会考什么，我只能说，多读书，多了

解知识，才不至于到了“写出‘四大名著’的作者”此类题目的时候卡壳了。最后，就是分值60的作文了。

刚升入初三，也许作文的评分标准也会紧很多，不同于初二，也许你刚开始的作文分数并不高，但是不用灰心，坚持积累素材，到了考试之时，你就会发现自己其实很“富有”。但写好的作文千万不要写完就行，弃置不顾，有提升空间的文章，一定要进行改动，升华，将你的财富用到极致，届时，老师，家长甚至是同学的建议的都是十分宝贵的。就算你的文笔不是很好，写得多了自然会有感觉，所以，趁早练习起来吧！

接下来是数学，我想这是很多同学的滑铁卢吧，刚入初三，分值一下子升到150，难免会有不适应，还有4分一道选择题，10分一道计算题，有时看看自己没错几道题，分数却不好看。那么，恭喜你，你开始警觉起来了，那么，就努力吧。

首先，和语文一样的要求，基础题绝对不能错，一道就是4分，如果错在19题之后，也许就是10几分的扣，这样扣不起。所以不要认为这题目是我粗心呀，反正我会的，下次不粗心就好了。有这种想法的往往还是会粗心错，因为ta不重视。

（我就在这上面吃了很大的亏）至于如何克服粗心这个问题，我想每个人都有不同的方法，找到适合自己的方法才是最好的。

在这里我提供一个方法，读题时把一些重点的地方圈起来，提醒自己不要看错，比如像刚刚在语文里面谈到的选正确的还是错误的，此类问题绝对不要看错。然后，控制好时间，这里我一样申明，每个人的习惯不同，我只是提供我的做题时间，基本1到22题在40分钟内完成，23、24各用15分钟，25题做半个小时，大致上时间是够的，不要因为快而粗心，这是大忌。

另外，前面说了要抓分，这里我又要说了，在基础题保证对的情况下，要懂得舍得，不要在一个不会的地方纠结很久，浪费时间不说，你会失掉更多的分。相信数学好的你们一定会算这笔帐。基础题说完来说说难题，首先，23题的论证不要跳步，这样有可能导致扣分，所以最好养成写步骤写规范的习惯，这样就避免了这些问题，然后，24、25题对于大部分好同学来说有问题的都应该是最后一到两个小问，我只能说，注意平时做综合题的时候总结方法，然后最好是每天做一道综合题，不用很多，还有，就是每道平时做的综合题都要完全弄懂。

最后，要注意分类讨论，区分清楚直线、射线、线段的区别，有需要可以圈起来，不同的情况的图要画得大致上对，不然有可能思路会被图带过去，最后的最后，还有一个定义域的问题，要注意题干上的要求，不要漏，最重要的还有等于号有没有的问题，虽然这里只有一分，但是有的时候可能一分就是致命的。

然后是英语，我想好同学都是有志于英语满分的吧，不过，似乎首字母总不尽如人意，作文好像也拿不到满分。这里我说说我的经验好了，仅供参考。之前的部分还是要说一说的，大家到了初三，想必英语水平也不差，之前的部分应该是不在话下的，不过我这里还是要提醒大家：细心！英语中，细心也是很重要的，也许你漏看了半句话，答案就从应该是过去完成时的变成了过去时，所以同样可以做一些圈画。

刷题是一个不错的提升语法的方法（至少我就是这么做的），但是切记要注意错题，这里我推荐一个方法，就是在做错题本的时候不仅仅要写正确的答案，还要写你原本错误的答案，再写上错误的原因，如此一来，你复习的时候就能明白你成绩提升不上去的症结在何处，以便下次注意。这里提醒一点：不要因为刷题很多而产生条件反射，导致看到题目，题目都没看全就自以为是地选好答案，这样不严谨，看全题目，认真理解，选出最恰当的答案。

阅读我建议是先通览全文再答题，这样会更好一点，然后是首字母，同样地，我建议先通览全文，也许本来你没有思路的看完全文之后就有想法了也说不准的。那么，做首字母的方法我也提一点建议：首先，确定词性和大概意思，朝着这个方面去想，实在想不出也不要在一棵树上吊死，看看自己有没有哪个地方想错了再重新想一想，还有一个偷懒点的办法，看看卷子其他地方有没有可以提醒到你的地方，也许会有用的。所以，考纲词汇最好是熟烂于心的，虽然简单，但是到了关键时刻有可能会有意想不到的作用。

这里，我再要提醒一下：细心！有时你想到了那个单词就欣喜若狂，但是有时也会有小陷阱在里面，写完之后看看是否需要第三人称单数加s或者需要比较级的，又或者时态方面要注意不要写错。最后，作文，我又要千篇一律地说细心了，看清题干，注意到底是偏议论还是偏记叙还是要求夹叙夹议，如果文体错误，你就自求多福吧。

然后提升英语作文的方法大体上和语文一样，多写语感自然而然会到的，另外，好词好句，亮点句型还是很重要的，背一下吧，就算只是锻炼一下语感也是有用的。写完之后，千万切记要检查：时态，第三人称单数，拼写是否正确，如果在8+8+4的文章中最前面的8分拿不到满分，4分当中就拿不到几分了，这样分距很快就拉开了。

最后的最后，我的建议是先打草稿，再誊一遍，对于大部分好同学来说，时间是相当充裕的，这样做的好处是避免卷面不整洁。如果你卷面乱七八糟，老师的印象分就不高，说来这也是个虚无缥缈的分数，但是谁都说不准对吧，所以还是整洁一点为好。还有最为重要的一点，不要漏填格子！不要填错格子！英语的选择题极多，出现这种现象不无可能，所以，我想说，学弟学妹们，检查是个好东西。

那么，说说物理吧。首先是选择题，相信大家会和我有一样的想法：怎么那么贵！2分！所以，别错了吧。第8题认真读

题，如果是压强题可以试试极值法什么的，平时也总结总结方法应该没什么大问题的，题目不要看错就好了。填空大部分都很简单，不要看错，算错，或者填错就好了，16题也许会出一些你从来没看到过的东西，分值也不低，这个时候不要慌，认真读题，相信出题老师不会为难你，机智的你肯定做的出来的，所以，总而言之，莫慌，你一定可以看出一些门道来的。

然后是3分一道作图题，一般是不难的，不过要注意：符号、箭头、标度、力的作用点、压力要画直角符号，这些细节一定要注意，建议检查先检查作图题，毕竟很贵的。接下来是计算题，不要跳步，每一步都交代清楚，前面几道没什么问题的，22题注意分类。如果是压强浮力综合题，注意会不会有水溢出，水中物体的状态要搞清楚。如果是电路的题目，替换某个元件的话，最好是所有情况都用草稿纸算一下，找出最佳方案，防止有漏，还有就是不要顾此失彼，分析好滑动变阻器往不同方向移动的后果，所有“有危险”的电路元件都要考虑进去，不要漏，相信机智的小伙伴们都可以做出来。

最后，就是实验题，前面几道认真做没什么大问题的，最后一到两道大题目要认真一点，题干读清楚，看清楚题目的研究对象，有时要透过现象看本质，比如u型管两管液面差表示的是液体内部压强，所以要用液体内部压强如何如何来答题，而不是用u型管两管液面差。不过有时也会有特殊情况，看好题目，不要想当然。写结论的时候，注意“越……越……”、“成正比”、“比值是定值”的区别，不同的时候要用不同的术语。当题目上出现“进一步分析”的时候，就需要你进行数据处理了。不过，相信经过初三一年的磨练，你们的水平一定不差的。

我要提醒一下，有些常识性的东西要背的，比如：常用家用电器的额定功率，额定电流，以防止选择题进行考查，不要小看这两分，有时真的很重要的。

最后，化学这一块我的心得并不多，我主攻竞赛方面，能给出的建议有限：刷题。在考试的时候呢，注意题目不要看错，经过一年的磨练你们可以的，这门学科没有很难，理解能力强的同学要取得高分也是不难的。不过，对于一门新学科来说，整理笔记是非常重要的，相近的概念放在一起记以防混淆。

那么，学科方面讲完了，我说说心态方面的吧。

从初二升到初三心情总有点紧张的吧，我想说，适应了就好了，初三的作业也没有很多，我通常也不会熬夜，到了初三，特别是考试之前，要保证睡眠质量，防止上课睡觉或者考试的时候昏昏欲睡的，这样会形成恶性循环。不过适量自己定制的练习还是需要的，订正作业要认真做。

到了一模考的时候，大多数同学不免紧张吧，就像我一模的时候也很紧张，不过，还是放轻松，发挥出正常水平就好了。紧接着寒假开始就会有接踵而至的自招考试，如果通过了你心仪的学校的自招考试，那么恭喜你，距离你的梦想又接近了一步。如果没有，那么也不要放弃，还有很多机会等待着你。

再接下来，选择就来临了，对于一部分同学来说，面前摆着的是两种选择：预录取和裸考。也许前者去的学校不是你所想去的学校，后者又担有极大的风险考不进。这个时候，摆在你面前的恰似两个门：安逸的现实还是前途未知的梦想？在这里我不为大家进行选择。我只是提出建议，权衡利弊，跟着你的心走，然后，想好一切后果，比如：选择了前者，如果中考分数超过了你心仪学校的分数线你会不会后悔？选择了后者，如果没考进你又会不会伤心？想好一些的可能性，当你选择了一个，你就要承担选择它的一切后果，无论成功还是失败，如果你都能接受，那就没什么问题了。正所谓“做最好的准备，做最坏的打算”。

中考的时候，我奉行的是“考一门丢一门”的“政策”，无论前一场考试的好坏，它都已经成为既定事实，无法改变，对答案只会徒增你的不必要情绪，所以“考一门丢一门”是最好的放松。

如果中考真的失利，也没有什么了不起的。中考只是起点，而非终点。只要你自己不后悔，自己满足，就可以了。只当这是一个磨练的机会，还有高考可以让你大展身手。回到开头我所说的：努力过了，值得了，就不后悔。当你经过了这一切，过尽千帆，先前一切都是过眼云烟。

中考不是终点，只是人生的一个转折点，考得好的只是三角中的一条斜边，而没考好只是二条短边，每个学生最终还是要到高考中相遇，不要在一个泥坑里多做停留，因为停留时间的长短决定了你跑得多远，因为高考的时间是固定的，不能因为你每个停留时间的长短而延长时间，同学们，你可以选择你的生活，但要知道你现在的选择将决定你将来的。生活，还有高中在等待着你们的到来。走好每一步，不要让自己后悔，这才是我们的生活，我们一起加油！

各位同学或家长，当你们看到这里的时候，你们已经看到了接近尾声，能够看到这里，相信你们都是真心希望得到一个好成绩的同学，也许我之前写的这么多方法有些你现在还用不上，但是你可以先留着，到了中考前夕，这些方法也许会帮上你的忙。我衷心地希望你们的青春无悔！

今天的内容就介绍到这里了。

三学三讲心得体会篇二

工作的快乐与不快乐都是源自内心的感觉，你可能在整个春天里找不到一朵花，也可能在一朵花上找到整个春天！

——题记

伴着料峭的春风□20xx年3月7日，在赵校长的带领下，我们怀着期待的心情，踏上了xx中学学习的征程□xx中学已其卓越的教育品质创造了一个教育的神话，怀着一颗虔诚的心，辗转数千里，终于踏进了富有传奇色彩的xx中学。去时很神秘，看后有感动，有震撼，有深深的体会和反思，以下是我的感受和体会。

xx中学20xx年高考成绩□20xx年96人被录取到清华北大，20人录取到香港大学，近几年高考夺得省状元成为家常便饭，今年高考目标清华北大争取突破100人大关。

一踏进衡中，犹如置身于充满书香气息的殿堂，浓重的校园文化渗透到每个角落，一草一木都注入了文化的元素，教学楼文化氛围很浓，让人很震撼。清华北大，省市状元的照片和事迹介绍遍布整个校园。每个教室里，身着统一校服的学生们聚精会神，没有任何一个人来分神理会窗外学习的老师，我颇受震撼。课间时，没有追逐打闹的场景，没有大呼小叫的声音，学生们仍在继续学习、读书、做题，真正的做到零抬头率。

xx中学在学校管理上最让我震撼的是□xx中学学生有着良好的时间观念。给我印象最深，震撼最大的就是他们的早操和课间操。学生集合迅速，到达指定地点时先充分利用点滴的时间自觉读书，开始跑操后他们的步伐整齐，一个个班级就像一个部队的方队，口号声响亮激昂。在那一刻，突然感觉热血沸腾，真切感受到了激情燃烧的校园。

xx中学的集体教研浓厚，备课小组分工明确，协作有序，很好的发挥了备课组的集体智慧。学生课前都拿到了精细的学案，通过对学案的自学，上课时就不是单纯的听老师讲，而更多的是和老师一起探讨，同时也培养了学生的自主学习能力。感受最深的是，他们在教学的每一个环节上抓的扎实有效，人人谈学习，人人在学习。张文茂校长的讲话道出了其

中的“魂”，他们没有绝招，就是踏踏实实，认认真真，负责的做好自己的事情。

面对xx中学所取得的耀眼成绩，我们不禁要问：一所名不见经传的普通中学何以成为中学教育界的娇子，让教育界的同仁仰视？我们应该学习什么？我觉得应该学习xx中学的精神，一位记者参观xx中学后这样感叹到□xx中学的每一天都让人由衷的感动，在这里，无论是和风细雨般的习惯感染，还是大气磅礴的理想锻造，都以富有感染力和亲和力的形式，直指学生的心灵，使人终身难忘。我相信，每一位到过衡中的人，都会被弥漫在整个校园中的一种看不见却分明可以触摸的东西所感染。它无法量化，但可以感知，它无形无声，却有着撼动人心的力量。它，就是衡中人特有的一种精神。

他告诉我们xx中学取得今天如此骄人的成绩，不是一朝一夕之功，而是衡中人十几心，主要是教师须通过科学合理的课堂安排和有效针对的考点讲解，让学生对本学科充满信心。所谓耐心，一是指教师潜心研究考纲考题，引领好学生复习的方向；二是强调一轮复习要讲全讲透，不炒“夹生饭”。

首先，明确三轮复习攻略：一轮侧重专题，二轮侧重通史，三轮侧重查漏补缺和专项提升；一轮要全面，二轮要整合，三轮要精细。其次，恰当运用史料教学，教学中渗透多元史观。史料的运用不仅可以帮助学生理解一些重难点知识，而且，也是更为重要的一点，那就是教师在课堂上花时间引导学生分析材料，会在潜移默化中提升学生的材料分析能力，进而提升他们的做题能力。关于史观这个问题，束鹏芳教授认为在中国语境下，史观是宏观概念，对于高中历史，“所谓史观，无非是从某种角度阐释历史”。综合之下，本人认为在仔细分析高考真题的基础上，课堂上有必要向学生介绍多元史观；但同时也有必要引导学生养成多角度分析历史的学科意识与学习习惯。再次，重视讲练评结合，评的过程一定要做好解题方法的指导。当前有句流行语：“重要的事情

说三遍”。对于高三复习，学法指导应体现在每一次的习题评讲中。另外，注重联系时政热点，提炼分析，以历史知识、观点为基础，使热点和历史知识之间做到有机的联系。最后，切实做好集体备课工作。

江阴长泾中学的刘俊老师在其发言中讲到四条路，让人印象深刻且深受启发。那就是：“盯紧专家的路”、“看好别人的路”、“走好自己的路”、“让学生自己走路”。闭门造车绝对是异想天开，因此要多与外界交流，“打探消息”，将别家优秀教学经验结合本校教情学情进行融合整合，打造出一条高效的高考复习路。

最后借用江苏省天一中学陈立军老师的一段话结束本次心得撰写：三尺讲台，舞台虽小，但你我挚捧师爱，憧憬明天；一间教室，视野虽短，但你我驰骋古今中外，意韵旷美；拥有，历史人承担着责任；奉献，历史人体验着喜悦；创造，历史人感悟着成长；与历史相伴，我们享受着幸福！

三学三讲心得体会篇三

爱因斯坦有个成功的公式 $a=x+y+z$ ， a 代表成功， x 代表艰苦劳动， y 代表正确的方法， z 代表少说废话。这个公式指明事业成功的三要素。学习方法就是学习效率，方法正确，学习得心应手，事半功倍。方法不当就会顾此失彼、效率低下。以前发现有些尖子生对学习方法讲座不感兴趣，这些学生到了高二和高三学习都遇到很大的困难，甚至学不下去了，这就是不重视学习方法的后果。结合我自己和所教学生的学习经验，高考状元们的经验来谈学习方法。对大家肯定实用，希望大家做好笔记。

1·高中的各科很难学。尤其数学和英语，而这两科最容易拉开高考成绩的距离，这两科都好考大学就有90%的把握。而我校学生的入学基础普遍不好，那应该怎样抓呢？2·高中有9门科要学，按新的高考方案，至少有6科要考，高考的录取控

制分数线是看总分的。那么如何在高中有限的时间内争取总分最高？3·学习很苦，厌学情绪严重，那又应该怎样提高学习兴趣？4·高中要记的东西太多，记不住？比如英语单词，政治，历史，地理，生物知识。到底有没有比较好的记忆方法？今晚就谈谈这些问题。

大家想不想了解我是怎样自己补习数学的呢？我想：我为什么数学会比别人差？因为我的基础差，现在很多东西看不懂。那我就去补基础，高一时没学会，我现在是以高三的智力还学不会，没道理。基础抓上来了，不就可以赶上那些好成绩了吗？欠的账太多，很多东西要抓，难度又大，一本书一下搞不懂，我一章应该可以搞懂吧。毛主席说：伤敌十指，不如断其一指。好，我就各个击破。于是我开始投入大量的时间来学数学。教导主任讲过：数学和英语是高考中最容易拉开差距的科目。只要有一门偏科，就很难考上。我看准了：只要我的数学抓上去，成功的机会就很大。于是我开始看高一数学第一章：函数。一个小节一个小节突破，书上的练习题全部做完，包括很基础，很弱智的题全部做，快不得，一快就没有效果。高三上学期第四周，一个同学发现我还在做第一章的基础题，还不是单元练习，很吃惊地问：你还在看这里？我说：是啊，我不懂嘛，但是我已经知道怎样补数学了。接着我就看了一本练习册。北京市海滨区教师进修学校出的，很好，对我的提高很大，主要就是靠这本书，选好资料也是一个关键。这本书例题经典，题也配得好。然后，我再拿出高一时的试卷，重新做。我保存了以前的资料，这个资料对我来说就是最好的资料。我很吃惊地发现以前自己居然连基本概念也不懂，我知道自己进步很大。如果还不懂，就说明复习没有效果，还要调整。我对数学的兴趣越来越高了。我已经很自信了，因为我知道怎样补弱科了，我不怕别人跑在我的前面，我有信心赶上他们，甚至超过他们，因为我从中掌握了补习差科的方法，而他们不知道。

我高中换了四个数学老师。高一一个，高二上学期换了一个全校公认最厉害的数学老师，高二下学期又换了一个年轻老

师。高三又换老师了，这次是老教师，教法旧，例题也很陈旧，教学水平很一般。我就感慨：老师很好，但是我的数学成绩一塌糊涂，老师不好，我是数学却学得很好。

思考：从这个例子我们可以得出哪些结论？

1 • 成绩好的学生一样会遇到很多问题，关键是怎样解决它。

2 • 弱科完全可以补上去，并不是一件痛苦的事，苦中有乐。其实：英语，数学都可以很快突破上去。只要你满足三个条件：抓好基础、注意方法和投入大量的时间。你英语能学好，但数学不好。说明你不笨，只是说明你还没有找到数学的学习方法。英语和数学相比，哪一个更难？数学，因为它强调的是逻辑思维能力。而英语懒人是学不好的，要大量的听说读写译。

3 • 最好不好有弱科，有偏科现象要及时补，为什么？它会用掉你大量的时间，影响其它科目的学习。

4 • 文科生数学好，就占便宜。理科生英语好，就占便宜。为什么？因为文科生一般数学不好，理科生一般英语不好。只要你看准这一点，你就成功。

5 • 学习关键在于自己。自己占90%的作用，老师只占10%的作用。有些人成绩跟不上去了，就开始怀疑老师不行了，老师教得不好。而没有想到是自己的学习方法没有进步，没有调整造成的。

6 • 我们知道兴趣是最好的老师。感兴趣的科目，学起来不累，效果又好。有的同学说：我对英语，数学没有一点兴趣啊！其实：兴趣是可以培养的。某个科目成绩进步了，自然就有兴趣了，苦中有乐，这是别人体会不到的。

7 • 我发现理科关键在于培养理解能力，数学学得精，物理，

化学很容易抓上去。因为理科学习的方法是共同的，数学是理科中最有代表性的学科。

三学三讲心得体会篇四

20xx年2月26——27日，为期二天的寒假培训结束了，我自觉受益匪浅，感触至深。

教师作为一种职业，在人类社会发展起着桥梁和纽带作用，承担着人的思想文化传播，新生一代的培养，各种社会所需要的人才的造就等艰巨任务。我们只有不断提高自身的道德素养，才能培养出明礼诚信、自尊、自爱、自信和有创新精神的高素质人才。

从有经验的老师身上，我学到很多东西。不论是课堂管理或是学生问题解决都对我有很大的帮助。我会虚心向他们学习，也会努力总结自己的教学。上好自己的每一堂课，做个名副其实的优秀的人民教师。

“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有一切。”要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生；其次，爱就不能放弃，假如你放弃一位学生，对整个社会来说，只有千分之几，对一个班来说只有百分之几，可是对一个家庭来说却是百分之百，对一个家庭来说是百分之百的毁灭，所以，我们每天面对的是一个一个有着鲜活生活，一个个正在茁壮成长的孩子，我们要把他当作一个能动的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为无话不说的好朋友。我们不能整天只活在抱怨中，有的抱怨学生基础差，有的抱怨学校条件差等。如吴一凡教师说的，当你不能改变环境，你就适应环境；当你不能改变别人，你就改变自己；当你不能改变事情，你就改变看法。爱，是教育的源泉，是教育的核心。10年的教育工作，我一直努力走进孩子们的世界，去感受他们的学习与生活，了解他们的优点与不足，用真挚的情、浓浓的爱去感染每一个孩子，呵护

他们健康成长。

总之，这次寒假学习培训，体现了学校领导对我们教师的关心，也体现了学校对教学工作的不断改进与完善。经过这次培训，大大激发了新老教师的工作热情，我相信每位教师都从中学习了许多宝贵的经验，我也不例外，我会更加努力学习，提高自己的教学水平，向经验丰富的老师不断学习。

三学三讲心得体会篇五

以走？深深地，感谢你，我的母校，感谢你我的师长，感谢你，我亲爱的同学。

自我评价：高三以来，遵守学校规章制度，具有良好的思想品德素质，有强烈的集体荣誉感和工作责任心，坚持诚实守信。在学习上，摸索学习方法，高效学习，态度端正，目标明确，正视错误并积极改正。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。我相信，通过不断的学习和锻炼，一定会使自己成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的学生，以优异的成绩迎接挑战。

老师评价：

本学期你的思想日臻成熟，心理更加稳定，成绩的提高是你勤奋学习的回报。你一定要树立信心，没有翻不过的高山，没有越不过的大海。只要坚定理想信念，一步一个脚印，你的梦想终会实现。既然已经起步，便只顾风雨兼程，勇敢去面对高考这人生第一搏。

三学三讲心得体会篇六

我们要有好的学习成绩，首先就要有理想，有目标，如果没有目标则没有学习努力的方向，那就会导致盲目学习，没有学习的动力。所以我们要先心存理想与目标。

二、要制定计划

要学习好，其次要制定一个切实可行的学习计划，用以指导自己的学习。古人说：“凡事预则立，不预则废。”因为有计划就不会打乱仗，就可以合理安排时间，恰当分配精力。每个学生的学习计划，都是为了达到他的学习目的服务的。正确的学习目的，是正确的学习动机的反映，它是推动学生主动积极学习和克服困难的内在动力。

良好的'心理

良好的心理首先要有坚定的意志，不能一遇到挫折就灰心丧气。孟子说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能，”要想实现自己的理想，我们需要坚强的意志、顽强的精神，这样才能克服前进道路上的困难。当然，良好的心理一定是自信的心理！自信是成功的第一秘诀。所以，无论考试考得怎样砸，我们都不要失去信心，找到失败的原因后，就带着信心，继续朝目标努力。我们要相信自己是最棒的！

四、勤于思考

我们每个人都要善于思考，学习的捷径便是思考。孔子说：“学而不思则罔；思而不学则殆。”如果学习书本知识而不思考，就不能融会贯通，要学以致用；如果只是苦思冥想却不认真读书学习，就会孤陋寡闻，才疏学浅。思考也需要我们下苦功夫，以“打破沙锅问到底”的精神去钻研，切不可不懂装懂。

五、提高学习的效率

(1) 每天保证充足睡眠。晚上不要熬夜，定时就寝。充足的睡眠、饱满的精神是提高效率的基本要求。

(2) 学习时要全神贯注。玩的时候痛快玩，学的时候认真学。一天到晚伏案苦读，不是良策。学习时，一定要全身心地投入，手脑并用。

(3) 坚持体育锻炼。身体是“学习”的本钱。没有一个好的身体，再大的能耐也无法发挥。因而，再繁忙的学习，也不可忽视放松锻炼。

(4) 重视课堂。一定要重视课堂，课堂上好好学了，课下可以省很多力气。思路要我们会发一本练习册，里面有每个单元的基础知识填空，这一部分其实是重要的，可以帮助我们回顾书本知识，温故而知新。老师发给我们的练习自然是有用处的，不是平白无故的给我们布置这些作业去练习。我在上学里做完了所有的练习后，我的化学成绩提高好多，那真的是让我自己都惊讶了，原来及格都是问题，可是一学期不断的练习下来，我积累了很多的做题方法，更是训练了自己很好的思维方式。所以练习做的多了，自然的就会弄懂化学题了，不用担心自己不会做，在做练习的过程中会涉及到很多种的题型，一个个做下去，很容易就能获得解决方法。

第三，化学方程式是学化学的难点，这是很多同学的头疼之处，当然也是我很怕的一个方面。但是经过了一学期的学习，我也发现有个学习的诀窍。前面不是说过要把它的周期表背下吗，所以在学所有的方程式这里就起到作用了。化学方程式就是元素与元素组成的。刚开始或许会比较难理解，所以我是把一些经典典型的化学方程式进行不断的背记和抄写，抄了很多遍之后，抄出了方法，慢慢的就懂了如何进行元素的转化，自己也能够根据题目要求写出方程式了，这真的是很大的一个进步。就是用这种最传统的方法去学习，虽然不是那么聪明，但是效果也是不差的。

三学三讲心得体会篇七

每个同学都是学习优异、有理想有抱负的，每个人都不甘落

后，可是总会有更加优秀的人，这样就会感觉到压力。有压力是正常，没有压力反倒不正常。关键是要学会正确地处理压力。面对压力，不能逃避，一定积极想办法去排解。

记住三点：自己很优秀；调整好自己的目标，并通过努力达到它，真正的竞争对手是自己；多看看成功人士奋斗的历史，因为和那些人比起来，也许所经历的不算什么。

找到自己的学习方法只有找到了适合自己的方法，才能决胜高三，在高考中获胜。不要去看别人如何，每个人都有自己的不同的特点，所以学习能力也不尽相同。要找到适合自己的学习方法，不要看到别人在做什么，自己没有做，就心里乱糟糟的，要有自己的规划，一步一步、踏实地做好自己的事情。

至于每个学科的老师都是按照课下的时间都学习这一课的量来出的题目，好多学科在一起，做不完是正常的。有选择性的去做一些题目，比如自己相对薄弱的学科，就多看一些题目或者多看课本，已经掌握的差不多的学科就没有必要花费过多的时间。不要不分主次，眉毛胡子一把抓，不一定都做，但是做的一定要认真做，而且要做自己认为价值做的。

休息是学习的前提一定要休息好，才能有一个高效率的学习。找到自己的节奏，不要跟着别人丢了自己。开始如果觉得乱，可以找个纸条，在晚上睡觉前，写下自己明天要做的事情，这样，当你不知道要做什么的时候，就看一下小纸条，会节省不少的时间，更主要的是，你不会因为自己不知道要做什么而心烦了。

根本是自己找到学习的动力，发自内心的知道自己该做什么。

不要在乎别人的眼光，感觉别人在对我指指点点或者其他，没有人会成为中心，每个人的中心就是自己的成绩，所以不要产生什么考不好丢人的想法，因为，很少人会去注意我们，

因为每个人都很优秀。放松心情，加油干好手边的每一件事情就好了。

考不好不要紧张，静下心来分析一下考试不好的原因，找到自己的`生活学习节奏。很多时候我们犯的错误是有惯性的。不妨在考试之后，把自己出错的地方写在一个小纸条上面，贴在试卷上，下次考试之前看一下，告诉自己问题出在哪里了，即使属于“马虎”类的，也总归会有个原因，是具体的“1”看成了“2”，还是怎样，都要写出来。

要制定每周的学习计划，每月的目标，各个学科的目标。买个漂亮的日记本，自己写日记，自我鼓励。

1. 语文

阅读量很重要。首先课本上的文章、精彩段落，要多读、熟记，再就是课外阅读尽可能多的涉猎多一些，读完一本书或者一篇文章，写写读后感，或者随笔，哪怕只是摘抄一下自己认为写得尤其出色的地方。提高语文成绩，需要积累。

就是对于常考的知识点多读多记忆。比如常会出题的课本段落、常用到的成语或精彩词句等等。

2. 英语

积累、阅读、语法很重要。平时的积累不仅仅指词汇量的积累，还有词组、句型、常用题型、经典段落的积累，还有英语语感的积累。积累，最主要的就是要多练习，而这种练习不是简单的题海战术，而是能举一反三，找到同类题目的知识点。

语法：高中考试的题目，基本上是课本的变型，语法真是一种模棱两可比较抽象的东西，最有用的办法，就是读课文，课文读得多了，对课文中的句子熟悉了，那么语法也就熟悉

了。如果语法还知道，那就先记典型句型，用词组或句型来造句。先看课本中的原句，一定要多读，大声朗读。同时也是培养英语语感。

单句改错：单句改错方法其实很简单，集中找10-20个单句改错的大题，在一起做，做完之后，对答案。然后你就可以心得出，哪些类型的经常出现了，单句改错还是比较容易找到方法的，因为经常出错的是几个比较常见的地方。一般的改错题不外乎下面几种：1. 单词的拼写。2. 谓语动词的使用，是否和人称一致等等。3. 时态。应该用ing还是用ed还是用的多余了。4. 句型的完整和正确使用。5. 近义词的应用。6. 有时候还有人称的变换。

阅读相当重要。一定要熟读课本，课本上的文章都是千挑万选出来的经典之作，里面包含几乎所有能用到的知识点。尤其是早读的时候，为什么都要求大声朗读呢，当然千万不要没心没肺的喊，要读进去，看进去。所谓读书百遍其义自现。

适当扩大单词量。记单词的时候一定要注意词性，完形填空看似很难，其实很简单，很多词的词性不一样，你只要分析出，这个空要填什么词性的词语，就可以选择出答案了。

三学三讲心得体会篇八

观学习，感谢领导对我的关怀。此次外出学习对我冲击较大，工作六年以来结合自己的点滴，对此次外出学习心得做以下总结。

老旧的大门，几栋教学楼，体育馆，操场，学校中应有的设备，相比____高还略显差。但除此之外，校园中的文化气息是____高所不能比的，至于其它学校，本人没有去过不太清楚，校园中名家、名人题字，历年河北省文理状元，清华、北大录取学生，国外著名大学宣传页遍布校园，学校食堂大液晶显示屏每天新闻播报。进入教学区，历次模拟考试分数段

（相当震撼，没想过名校如此之强），高三教学楼内的种种宣传，使自己一看就有一种想拼的感觉，各班班级文化建设让我对文化建设有了深一层次的认识。全校学生跑操，女生不留长发，学生不带手机，包括学生上楼，让我看到了学校铁的纪律，彻底而坚决的执行力，这是初到衡水中学，让我浅层次的对该校的了解。

上学期读了一本王金战编写的书，感觉挺有意思，留在教室，闲来无事，翻看几页，但真正听完此次讲座，让我明白此人能从教师队伍中走出来成为大家，确实有他的高人之处，而且深不可测。

关于他的讲话有几点认识：

1、做服从的老师，做勤奋的老师，做主动的老师，做创新的老师，做有使命的老师，在智慧金字塔里我感觉我仍是处于金字塔的底层，因为自己从没想过自己要做一个什么型的老师。

2、强别人一点，别人嫉妒你，强别人一截，别人敬佩你，强别人一大截别人学习你。在同龄人中，我始终不温不火，有优势有劣势，现在仔细想来，确实是一个目标不明确，侥幸心理太多。

3、就业，职业，事业，对于教师行业，王金战老师让我对目前的现状有了清醒的认识，教师是做事业的，当成就业是对教师的侮辱，当成职业是对自己的不负责，只把自己当成一个教书匠。

4、对于高考录取，我个人没有研究过高考录取动向，也没有指导学生往哪个方向发展，但通过这次学习，我定会研究该方面东西，充分把握国家招生思路，学校办学思路。

关于高三年级主任李先辉，05年毕业于河北师范大学，对于

他我是带着学习的态度去听的，如此年轻如何成为如此重要的角色，听完他的报告，我有这么几点感悟：

1、激情、活力贯穿始终。

想想我校开发的一案三单，实用性、针对性差了很多。

听完高三，听高一的课，高中三年走向看高一。高一才是基石，首先在高一教学楼上高一年级的学生明显不如高三稳健，在课堂上，老师采用的模式也是以讲为主，以练为主，学生动手也没有传说中的多，但学生非常的专注，课堂动静结合很好。

关于教研，我主听高一，若是高一学生能一直受一种正确引导，何愁学校不兴，高一数学教研，第一，总结所讲内容、上过的课、精彩部分分享，忽略点集体想办法补上，难点想出对应解决方法，一套下来积累的东西可不是用分数衡量的。第二，关于新课，新课如何上，统一教案，统一作业，上课发挥个人特长，但必需遵循主导意见，不执行就是不合格。这是此次学习的些许肤浅感受，再次感谢学校对我们青年教师的关怀，让我们对于外界有了进一步的认识，开阔了我们的眼界，拓宽了我们的思维。