

最新针灸推拿学的心得体会 化学学习心得 心得体会(模板6篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

针灸推拿学的心得体会篇一

在学习过程中，我细心做好学习笔记，用心记下随时获得的学习感受，及时交流、讨论学习中遇到的问题。在新的教学理念下、新的教学形势下，如何正确把握教学知识体系，用什么新的教学策略，用什么教学素材，怎样有效地实施课堂教学，从而达到教学目标，在学习过程中均得到详细的解答，学习中感受深刻。下面是我通过培训获得的点滴体会：

新课程标准中，以化学学科知识为载体，以科学探究为研究方法，把学生的发展和社会的发展为根本出发点，激发学生主动参与，培养创新意识和创新精神为目的，全面培养和提高学生科学素养为宗旨。针对新课程标准，化学课堂教学中如何来体现呢？我认为，贯彻和实施新课程标准的是人，而不是教材，人是课堂教学中最活跃的因素，课堂教学中通过下面方式来体现。

1、课堂教学中，充分发挥学科优势，重视实验探究，有利于培养学生实事求是的求学作风和敬业精神，全面提高学生的科学素养。

2、课堂教学中，重视科学方法的渗透，引导学生学会学习。教材中科学思维方法很多，要求教师挖掘教材，把握内涵。例、《水的组成》的研究，通过实验探究搭台，科学分析推理唱戏，悟出物质组成测定方法和化学式的推导方法。

3、课堂教学中重视科学探究要与课外有机结合。积极推动探究活动的深入开展，如布置学生课后上网查阅“美国密西西比河的治理过程”，从而培养学生的创新精神，突出科学·技术·社会的观念，体现学科的应用价值。

4、课堂教学中教师要因循善诱，加强情感、态度、价值观等方面的教育，增强学生对科学、自然和社会的热爱。课堂中教师的语言语气、对事物的态度、质疑的方式、诱导方法、工作方式、生活习惯等都会对学生产生潜移默化的作用。

新课程标准的核心是要求学生学会科学探究，积极投入探究活动，感受探究过程，学会探究方法，而核心内容的实现高效课堂，为此，教学中要注意四个问题。

1、作为教师，要广学博才，加强自身的知识储备，提高个人的教学组织能力，更好地驾驭课堂。

2、鼓励学生，引导学生，启发学生参与。

3、构建师生的和谐教学关系，提高课堂效应及质量。师生和谐的教与学的关系的构建需要我们教师多一些思考，尤其对学生多一些考虑。教师应该始终站在成人的高度，尽量体现出对学生的关怀。

4、课堂教学后加强写教学反思。教学反思是教师提高教学水平的很好途径，它既可以总结教学失误，又可以记录教学的成功经验，对教师的理论水平和实践水平提高都非常有效，也可以为今后教学中少走弯路。

总之专家的讲座深刻独到、旁征博引、通俗易懂、生动有趣、发人深省，获益匪浅。对新课程的理解和教学方式有了转变，通过对许多优秀案例的学习，与同行的网上研讨交流，在以后的教学中能起到借鉴作用，知道自己和别人的差距，知道自己努力的方向。在今后的教学过程中将更新教学理念和教

学思想，努力实践、积极探索，提高信息获取，加工和传播水平，使自己的教学水平再上新的台阶。

针灸推拿学的心得体会篇二

行前，我曾跟领导说：“出门旅游我可以放弃，但到清华学习我不愿放弃，因为这很可能是我一生中接触最高学府的唯一机会”。更令人难忘的是，在清华学习期间，我接到通知，经过笔试、面试、体检、政审，我将调到省委办公厅工作，由此我对清华的感情自然又深了一层。清华大学的短暂学习，受益非浅、体会颇多，是我一生中难得的财富，也对我在新单位新岗位、开展新工作注入新能量。

清华大学果然与众不同，名不虚传。在这里，没有枯燥、呆板的教学，更多地感受到清华的人文氛围、深厚的道德底蕴和强烈的历史使命感、报国心。“自强不息，厚德载物”的校训，特别是崔国文教授激情澎湃的开学典礼讲话，使我深入思考个人前途与国家命运、做人与做官、奉献与索取的关系；专家学者的上课，或谆谆教导，或启发引导，都使我强烈地感受到时代的脚步、知识的乐趣；古色古香的建筑、单纯的校园生活、学生们的笑声，又使我寻找到青春和活力。参加工作十几年的我，重回校园，在这短暂的十几天里，真正懂得“少小不努力，老大徒伤悲”的含义。

我是抱着学习“充电”的态度，来到清华学习的。这些日子以来，我认真听、仔细记、静心思，收获很大。主要体现在“长、宽、高”三个方面：

一、“长”，就是增长了知识，有助克服“本领恐慌”

平时自己忙于工作，时常感到“知识短缺”、“本领恐慌”，力不从心。这次到清华，聆听中国最高权威学术专家的讲座，增长了知识，见识了“世界”。一是增长科学管理知识。管理出生产力，管理也出凝聚力。管理是一门大学问，沟通与

协调是管理的核心环节。通过学习，使我系统了解了公共管理、依法管理、应急管理等方面的知识，不少是我以前未知的。印象尤为深刻的是，彭向刚教授在《领导者科学与艺术》中，把“东北二人传”的语言艺术引入课堂教学，通俗易懂地阐述了领导者的角色定位、能力要求，对我们基层同志进一步提高科学执政、依法执政、民主执政水平很有帮助。二是增长现代经济知识。比如，《中国宏观经济分析》一课，专家用了大量数据和事例，说明中国经济运行与国外的联系和区别，说明中国再也不能延续“资源换增长”传统方式，而要利用宏观调控“倒逼”机制，加快经济转型发展，不断增强经济整体实力、核心竞争力和可持续发展能力；再如《纺织品进出口贸易现状》一课，对全球经济一体化趋势掩盖下的贸易摩擦作了深入浅出地分析，使我们进一步增强了推进开放型经济转型的责任感和紧迫感。三是增长构建和谐人际知识。人不是孤立的，而是社会人。作为领导者，工作对象就是“人”。记得美国著名学者卡耐基说过，“一个人事业的成功，三分靠个人努力，七分靠良好的人际关系”。这句话虽然有所偏颇，但从一个侧面说明了构建良好人际关系的极端重要性。我们必须善于“换位思考”，运用鼓励激励、联络联谊、真心真诚等办法，沟通上下，协调左右，统筹内外，以良好的人际关系，着力营造和谐环境。这对做好新时期群众工作、促进各项任务落实十分有用。

二、“宽”，就是拓宽了视野，有利走出“象牙小塔”

人们常说：“细节决定成败，眼界决定未来”。一个人生活在世界上，一定要多走多跑，这对开展十分有利，对事业发展也是受益无穷由于工作性质原因，我长期在办公室写材料，很少接触外面世界。这次学习，使我拓宽了视野，开阔了眼界，等同于走出“象牙塔”。一是内容广。这次培训涵盖了经济、政治、文化、社会“四位一体”建设各个方面，涉及到国内、国际形势分析，既有宏观层面，又微观分析，结合了专家们平时所见所闻所思，对我们自然很有启发，弥补了很多方面的不足。二是联系紧。这次培训，既有理论教育也

有实地参观考察，十分贴近基层工作实际，比如李虹教授《压力管理与心理调适》，从心理、生理角度，提出“淡定积极”的观点，阐明“以入世的努力，出世的心态，老老实实做人，踏踏实实做事”的道理，对人生具有启迪。三是感悟深。清华课程形散但神不散，学到知识的奥妙，是我从未有过的。在课堂上，我更多的是思考、熏陶和感悟，是思维习惯。思维是“道”，其余是“器”，这次学习，我既“练器”，更是“修道”。通过学习，我认为，一个人千万不要纠缠于小事上，不要沉迷于温柔乡，更不要陶醉于现状，必须增强忧患意识，居安思危。

三、“高”，就是提升了素质，有力激发“心灵火花”

这次培训有一个显著特点，就是突出在职继续教育这个主题，突出领导干部这个对象，突出科学艺术这个方法。特别是通过学习《领导者科学与艺术》、《领导干部压力管理》、《领导者语言艺术》、《政务礼仪》等，第一次对“领导者”这个耳熟能详的概念有了系统的理性认识，提升了素质，提高了境界。“一朵浪花融入大海便不会泯灭，一颗玉石打磨愈久便光华愈灿”。我认为，领导者是一个普通人，来源于群众，是群众利益的代表，是集体智慧的结晶；领导者又不是一个普通人，对自身素质、能力水平的要求要更高；领导者的产生，是由自身努力、历史机遇等多种因素共同作用的，但关键是由其自身的精神境界决定的，一个高层次、受人尊重的领导者，必定是一个境界高、修养好的同志。某种程度上说，境界越高，职位也就越高，群众的认可度也越大。当然，境界的提升，要靠学习、靠实践、靠自己的感悟。所以，通过学习，我进一步坚定了做一个用心干事的人一个纯粹的人的信心和决心。这或许是我这次学习培训的最大收获吧。

针灸推拿学的心得体会篇三

传播学作为一门可以被广泛运用的学科，在现代信息时代中扮演着非常重要的角色。近些年，我在大学中学习了传播学

这一门学科，并萌发了一些自己的心得体会。

第一段：初学传播学的困惑与理解

我本身并不是文科生，所以对于传播学这门课程的一些概念和理论比较陌生。刚开始学习的时候，我比较困惑的是传播学与媒介学之间的差异，虽然两者都是属于传媒类的学科，但目的和切入点不同。之后，我也逐步体会到传播学并非只局限于媒介产品的传播，还有着更加广泛的应用领域。

第二段：体会传播学的实践应用

在学习传播学的过程中，我了解到了许多工具和方法，这些方法往往包括各种广告、公关、营销等方面。这些方法与工具常常被广泛运用，因为它们能够帮助各种企业和组织进行有效的传播。此外，我又学到了很多关于社交媒体、数字化传播和内容管理等方面的实践经验，这让我逐步发展了一种看待社交媒体和数字化传播的新眼光。

第三段：强调视角的重要性

传播学的一个很重要的方面就是交流和沟通，这就需要我们学会运用多种视角去思考问题。因此，在学习的过程中，我也逐渐体现出这一点。通过对文本和媒介产品进行分析，我学会了如何去运用不同的视角来理解并发现隐藏在背景中的信息，这有助于我将来在工作中更好地应对各种情况。

第四段：结合实际情况的思考能力

在学习传播学的过程中，我渐渐发现，这一门学科特别关注理论结合实践。在实际工作中，我们需要将传播学的原理和概念与实际性的问题相结合。此外，让我们能够发现并解决复杂的方法论难题，并且和不同身份和背景的人沟通，共拓进取。

第五段：总结传播学带给我的成长

在我的成长过程中，学习传播学是一个特别关键的部分。这一门学科不仅拓宽了我的视野，让我接触到了许多有趣的领域，同时也帮助我了解了如何更好地与别人沟通，如何将传播学的技能组合起来应对现实状况。总之，在未来的日子里，我相信自己会继续保持学习的热情，并不断提升自身的能力。

针灸推拿学的心得体会篇四

数学是一门需要理性思维和逻辑推理的科学，作为一名学生，在学习数学的过程中，我深感数学知识的重要性。在数学学习的道路上，我体会到了很多，也取得了一些进步。通过探索和实践，我认识到数学不仅是一门学科，更是一种思维方式和解决问题的能力。

学习数学，理论与实践是不可分割的两个方面。在学习数学理论的同时，我注重将其应用于实际生活中的问题。数学知识是融贯于生活中的，运用数学思维解决日常问题能够提高数学学习的兴趣和动力。通过参加数学竞赛、解决实际问题以及运用数学工具进行分析和计算等方法，我感受到了数学的实用性和魅力。

在学习数学的过程中，克服困难和挑战是必然的。数学知识内容庞杂且抽象，题目也常常让人感到棘手。然而，在这些困难之中，我学会了坚持和勇敢。通过细心观察问题，分析解题步骤，耐心进行推理等等，我逐渐掌握了解决数学问题的方法和技巧。当我成功解出一个复杂的数学题目时，成就感和喜悦感油然而生，激励着我继续学习和探索数学的奥秘。

数学学习不仅培养了我对逻辑的思维能力，还激发了我的创造力。数学问题的解决往往需要强调逻辑关系和思维的严密性。通过解决数学问题，我学会了运用广义的观察、抽象和推理等多种思维方式。这些思维方式对于解决其他学科中的

问题以及实际生活中的各种挑战都起到了积极的推动作用。同时，在数学学习过程中，我也有机会进行创新和探索，提出新的问题和解法，培养了自己的创造力和独立思考能力。

通过数学学习，我不仅增加了知识的储备，还锻炼了思维的能力。数学让我以一种全新的视角看待世界，学会了用逻辑思维去解决问题。我更加坚信，数学是一门强大的科学，也是人类文明进步的基石。在今后的学习和生活中，我将会继续努力，不断提高数学水平，用数学的智慧开拓更广阔的未来。

针灸推拿学的心得体会篇五

学习模范作为一个非常重要的学生资历，它不仅证明了学生的学习能力与素质，还可以帮助学生建立起自信与自尊心，促进学习的进步。在我小学的时候，我非常向往着能够成为一名小学学习模范，因此我倍加努力地学习，在一个学期后终于实现了这个目标。在成为模范人物的过程中，我有着许多的收获和心得，下面我将要与大家分享一下我的所思所想。

第二段：感悟

我认为成为一个学习模范首先要有一颗认真学习的心。在生活学习中，我们都会遇到各种各样的困难，需要坚持不懈地努力去克服。当我遇到困难的时候，我不会将其视为无法突破的难关，而是选择思索，找寻解决办法，宁愿多花些时间，多思考几遍，也要把难关克服。这便是认真学习的态度。

第三段：总结

其次，成为模范还需要有一颗乐观向上的心。人生会有许多的磨难与崎岖，但是我们要有信心，要相信自己一定能够克服困难，让不良情绪远离自己的生活。乐观的态度能够让自己在学习生活中更加积极努力，帮助我们往更高处走。正是

因为有了这种积极的心态，我才能够在学习中保持着良好的状态，不断进步。

第四段：体会

最后，成为一个学习模范还需要有一颗善于分享的心。只有当我们乐意将所学所知与他人分享，才会有更多的人认可我们的优秀与特别之处。同时，分享也可以帮助我们巩固所学的知识，并能够提高我们的演讲能力与表达能力。正是因为有了分享，我才会更加勤奋，更加有动力参与到学习中去，不断提高自己。

第五段：总结

总体而言，成为一个小学学习模范并不是一件容易的事，它需要我们在学习、生活中时刻保持良好的学习态度、积极向上的心态与乐于分享的心。在成为模范过程中，我得到了许多的收获，我相信，这些心得和收获将伴随我一生，鼓舞我不断前行，不断进步，成为更好的自己。

针灸推拿学的心得体会篇六

开学学习教育是每位学生必须面对的重要任务。在这个过程中，一个好的心态和体验非常重要，它不仅对学生自身的学习有帮助，还与整个学校的教育质量和生活环境息息相关。在回顾自己的学习经验和体会之后，我认为可以从以下几个方面来分享心得。

首先，课堂学习是教育的核心。对于高中学生而言，进入这个阶段后所学的知识开始增加，学习难度和压力也越来越大。但是课堂教学中的知识传授和思想启示让我受益颇丰，甚至超出了自己的想象。由于各科目课程内容繁多，我在学习过程中发现要注重骨架思维，做好每个知识点之间的联系和衔接。同时，积极参与课堂互动也是必不可少的，这不仅可以

提高自己的思考能力和表达能力，还有利于交流合作，增强对知识的理解和记忆。

其次，课外拓展是提高综合素质的重要途径。现如今，高中校园教育已经远不仅仅是纯粹的课堂学习，更注重个人发展和综合素质提升。丰富的社会实践活动和兴趣课程让我对自己的兴趣、爱好和特长有了更加深入的认识和体会。通过参加各种趣味活动和志愿者服务，我逐渐形成了勤奋努力、锐意进取、乐于奉献的品质，并且也从中收获了尊重合作、宽容接纳、方向明确等方面的收益。这样的体验不仅让我更加融入到校园文化中，而且对我的综合素质和未来的发展具有深远的影响。

最后，情感管理和人际关系也是学习和成长中必须掌握的重要技能。在学校里，我们不仅要学会与知识沟通，还要学会与情感沟通。在与老师、同学和家长的交往中，要有一颗平等和包容的心，理解和包容对方的不足和短处，从而扩大自己的交际圈，并且以良好的人际关系来平衡、缓解和调整自己的情感状态。在此基础上，我们也应该做好情感管理，认真对待各种情绪和心理变化，保持一个良好的心态和积极的心理健康。

总之，对于一个正在成长的高中生而言，学习教育是自己成才的征程。只有保持良好的心态和体验，注重课堂学习和课外拓展，以及掌握情感管理和人际关系，才能在自己的成长之路上越来越优秀、更加出色。