# 关于书的心得体会优质8篇

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-01-04

*为了提升表达效果，心得体会的写作练习是必要的，写心得时要真诚，不要为了写而写，才能打动读者，下面是小编为您分享的关于书的心得体会优质8篇，感谢您的参阅。一、备目标。我们在备课时首先要认真研读课程标准，掌握其所教学段的目标。其次应当整体的、全...*

为了提升表达效果，心得体会的写作练习是必要的，写心得时要真诚，不要为了写而写，才能打动读者，下面是小编为您分享的关于书的心得体会优质8篇，感谢您的参阅。

一、备目标。我们在备课时首先要认真研读课程标准，掌握其所教学段的目标。其次应当整体的、全面的，系统的掌握教学内容，明确所要教学的内容在整个知识体系中的地位和作用，弄清所教的知识在整个小学阶段所占的位置，明确教学的方向。明确教学目标后，还要把握知识的三维目标，即知识目标、能力目标、情感目标。

二、备教材。教材是无数专家用心血与经验编写而成，是课堂教学的一个载体，因此吃透教材是上好课的一个关键因素。一是要充分把握教材编写意图、深刻理解教材，二是要创造地使用教材。掌握教材的要求、重点、难点，从而安排课时、解决问题，并根据学生的认知能力和可接受能力，做到由易到难，由特殊到一般，由具体到抽象，层层深入，才能较好的把知识传授给学生。

三、备学生。在每一课的备课时，都要考虑我们的教学对象。了解学生的情况是多方面的，学生的作业完成的\'好不好，还要有目的地和不同层次的学生交谈，向课代表了解情况等。一个是要找学生犯错误的地方，我认为在课堂教学中，学生的错误是课堂上真正有价值的教学资源，你怎么才能看到他的错误呢，那你要把学生的思维过程打开。分析他们为什么会犯这样的错误？只有找到了反错误的根源，才能对症下药。备好学生，运筹帷幄，不打无准备之仗。

四、备教法。认真研究教学方法，慎重地选择适当的教学方法，是提高教学质量的重要环节。首先要明确内容决定方法，方法是为内容服务的；要考虑教学目标、学生年龄特征、班级特点等因素。如何提出问题，创造情境、激发疑问、引起动机，启发思考，调动学生的学习积极性，例如：第一个环节是激情导趣，第二个环节怎么样，第三个环节是什么…

五、备教学方案多设计话题性、开放性问题，设计活动板块、设计主问题，为学生“自主、合作、探究”的学习提供平台。为学生提供广阔思考的空间，设想学生解决问题的方案，使教学过程成为多向交流互动、充满活力的过程。其实，要想备好一节课，也并不是一日之功，要靠平时的经验的积累。如，读书学习，多听课评课，写教学反思等。

总之，想要上好一节课，我们要勤于学习，走到学生中去，走到集体中去，沟通思想、协商备课。

虽然我已经不是刚刚走出学校的新教师，但是在这近十年的教育工作中，我确实遇到很多困惑问题，时常感到苦恼异常。当拿到学校给我们统一购置的《给教师的建议》一书时，里面的一条条建议就像一场及时雨，滋润着我的心田，它就像与我面对面一样，针对我在教学中遇到的的苦恼与困惑娓娓道来，读完此书有一种让我茅塞顿开的感觉。

为什么同时的教学，同样的老师，同样的环境，有的学生可以轻轻松松的把知识完美的掌握了，有的学生却什么也学不会，现在我终于明白原来是因为我没有好好根据学生的个人差异而备课，没有周密的考虑到每一个学生在上课时将要做什么，为他们挑选适合他们学习的内容，让每一个学生在我的教学中都各有所获。原来就因为我这种欠缺考虑的备课，使我的课堂中产生了很多的无效劳动，使有些学生无法学有所获。正是苏霍姆林斯基首条建议给了我很大的感悟。

在读到“教师的时间从哪里来〞一段时，确实让我产生了很大的共鸣。作为一名教师，我真的经常都发现时间总是不够用，一昼夜确实也只有24小时，而我们每天一来到就给满满的工作给包围了，每天总是备课、上课、训练、写反思等，仰望时钟，一天时间却又过去，可收获却不大。于是，我迫不及待地阅读了苏霍姆林斯基的这条珍贵的建议，迫切想要往下寻求答案。

他在这里给了我们一个很好的建议：那就是读书，每天不间断的读书，跟书籍结下终生的友谊。潺潺小溪，每日不断注入思想的大河。而且我们读书不能只是为了应付明天的课，而是出自内心的需要和对知识的渴求。看看一些优秀的教师的教育技巧的提高，正是由于他们持之以恒的读书，不断补充他们的知识的大海的营养，这样数量就逐渐转化为质量。是什么促使他们在繁忙的工作之余坚持读书阅读呢?爱学生，为了让学生能够得到更好的开展，许多教师都把自己的学习和生活中的许多内容与学生紧紧相连。正是这样的情感，让他们在24小时中做出了比别人多几倍的事情，让24小时孕育了无数新的想法，也出现了许多奇迹。他还在书中举了一个例子：一天，一位老教师上了一堂非常精彩的公开课，他的风采吸引了在场的所有老师。当别人问她：“你花了多少时间来准备这节课〞时，这位老教师说：“对这节课，我准备了一辈子，而且，对每一节课，我都是用终生的时间来准备的!〞感动之余，我也豁然开朗。我们总在抱怨着时间的流逝如水似箭，可老天总是最公平的，它给我们每个人都是一天24小时，之所以有差距，问题出在态度上， 抱怨时间不够的老师们往往只是一位在抱怨，却并没有真正抓紧时间去做任何一件事情，同时也是因为我们有时候只是人品时间溜走，而并没有好好的`储存这是时间里面的能量。对于那些经常读书积累只是能量的老师来说，时间每过去一年 ，学校教科书这一滴水，在教师的知识海洋里就变得越来越小。

读到这些建议，突然很懊恼自己的消极，一直抱怨工作太忙，时间太少，而忽略了读书，忽略了我所教给学生的教科书里那点根底知识，只是沧海一粟这一简单的道理。曾经雄心壮志的想过，要完善自己，但是现实的工作却成了我颓废最好的理由。为什么不能在闲暇之余读读手边的书，为什么不能在没有课的时候多去听听同行们的经验，为什么不能在晚上清闲的时候写写一天的教学反思，反思一下自己的教学，积累一下自己的教学经验，但是经常我就在哪里想着这些事情，而时间真如流水一样溜走了。

读完了《给教师的建议》，我不时地反思自己，提醒自己要把这些珍贵的经验转化成自己的工作方法，应用在自己的教学实践中。俗话说：“活到老，学到老〞，作为一名新时期的教师，应当主动地去学习。因为只有不断丰富自己的知识，才能学会创造性地使用教材，才能赢得自身的开展，才能提高自己的素质。

因为和英语老师换课有了一点学习家长体会的时间.

xx家长说：规矩不仅是给孩子立的，更是给大人立的。我同意这一认识。

孩子不仅遗传了我们的长相、脾气、甚至爱好、优点、缺点。他们就像是没有选择的海绵宝宝，沾上什么就学什么。而且特别的敏感，当自己的`一个无意识行为，被我们捕捉了，我们的表现就会夸大这个动作。比如，孩子随手为我们拿了杯水。我们的大加赞赏之后，你会得到更多次的主动端水，如果继续的表扬，你会发现，孩子已经把端水给我们变成了他一定要做的习惯了。比如说我们做什么事都有提前量，说约会几点就一定要几点，你看孩子绝不会是慢性子。

当然，知道和做好总会有距离。之所以教育孩子感觉会难，就是我们无法走到时间的前头看看哪该做，哪些做到什么程度。

就以我为虑， 前几天，我还为孩子孩子苦练体育心疼。5.3进行第一次模拟体育考试。一早晨，儿子情绪特别的不好，一会找茬说鞋都不合适，跟高了，底硬了。又找茬说脚疼，最后扔给我们一句话：今天就是去熟悉场地，肯定不尽全力。话外音，要是体育不达标就是没使劲。结果，成绩出乎意料，不仅达标而且超出标准满分。这两天为这事兴奋极了，每天下午的锻炼可积极了，而且速度越来越快。他自己说，我现在就爱跑步，没想到我自己那么厉害。再也不是一脸的痛苦。

看来累不累，苦不苦，并不取决于任务量，而在于完成的质量和心情。学习也是一样。

不过我在反思，要是当初因为我的担心，心疼孩子，不让他练，有时还跟体育老师请假。没有坚持下来的话，现在会不会这样高兴。

所以看，有时候再苦再心疼，坚持一下再坚持一下，孩子的潜能就会被 发现。

在交通银行常熟分行营业部担任大堂经理已经一年了，在这一年里，我深刻的体会到大堂经理的使命和意义。从开始时的不适应到现在的很好地融入到这个工作中，我的心态有了很好的转变。刚开始，我觉得大堂经理工作很累，很繁琐，但是慢慢的，我变得成熟起来，开始明白这就是工作，为客户答疑解惑就是我的工作，大厅里的人和事都是我的工作范围。当我明确了目的，有了工作目标和重点后，工作对于我来说，一切都变得清晰、明朗了起来。

大堂经理最重要的职责是分流、识别、引导客户，要掌握分流识别客户的工作技巧。随着商业银行的市场化，服务也越来越受到重视，而大堂这个工作是客户接触我行优质服务的开端，是客户对我行的第一印象，是连接客户、柜员、客户经理的纽带。在客户迷茫时，为其指明方向;在客户遇到困难时，施与援手;当客户不解时，我耐心解释，以完美无缺的服务去赢得每一位客户。只有良好的营业秩序，我们才能成功地寻找到我们的目标客户，营销我们的理财产品，引荐我们客户经理，实现服务与营销一体化。

当我站在大厅迎接客户时，我代表的是整个交行的形象。应该把微笑挂在脸上，把真诚烙在心里，把热情融入行动中，以良好的仪容仪表、友好温馨的微笑问候每一位进入网点的客户。我认为大堂经理应具备以下的素质和能力要求：一是全面熟悉银行各项业务、产品、规章制度、操作流程、业务知识面广，能用简单通俗的语言为客户介绍产品、业务要点或要旨;二是要善于察言观色，能了解掌握客户的心理，揣摩客户的心思，迅速同客户熟悉，取得客户认同;三是热爱本职工作，敬业、勤业，有朝气;耐心、细致、周到;四是拥有自信良好的个人形象，给客户第一印象良好。

在工作中，我也慢慢积累了很多也熟悉了很多业务知识，如何储蓄，开户对公或对个人，怎样找回密码，挂失补办，如何销户，需要带哪些资料，各种汇款手续费，基金，网银等业务，我都有了一定的了解并从中总结出了要点。如今客户的咨询我基本上都能解答，也能适当的安抚客户，做好自己的工作。通过日常工作我也与同事们慢慢的相互熟悉，协调起来，当我在业务上遇到问题时，他们也会悉心帮我解答，使我大大提高对银行业务的综合程度。

我将“用我的爱心，真心，诚心，换您的安心，放心，舒心。”这一工作理念，更好地为交行服务。

?大学生读党史》将\_\_\_从创立之初直到\_\_大的召开的历史活生生展现我们面前，一部\_\_\_历史就是一部资政育人的教科书，让我们的研究生党员同志通过接受党史教育了解党的优秀光荣传统，了解党的政策和策略的发展轨迹，通过读党史了解党的光辉事迹，鼓励我们不忘记前辈付出的心血，努力学习做好专业研究为党的光辉事业添砖加瓦。

经过这段时间的学习，除了加深对\_\_\_历史重大事件的理解之外，还充分的认识到或者学习到，作为当代的大学生，首先要有面对困难和不畏艰难困苦的精神，党的精神在于其具有坚定的革命信仰，一批又一批的共产党人在敌人的刺刀下，怀着坚定的革命精神，不畏牺牲开辟着中国特色的革命道路;其次要有团结同志，协作共进的团队精神，我党在革命过程、建设过程中，甚至理论构建过程中，每个优秀的共产党员都能牺牲小我，成就大我，将个人荣誉感与集体荣誉感，个人责任与社会责任有效结合起来相互提携，共同进步，能够向着党的使命共同奋斗，尤其值得一提的是，我党在几代领导人的共同努力下逐渐形成了有中国特色的马克思主义理论，如毛泽东思想，邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观等，这些理论都是优秀共产党人集体智慧的结晶;再次，具有批判性思维和有错就改的品质，优秀的\_\_\_员在革命与建设中能够结合中国革命和建设国情批判性的提出符合中国国情的革命道路和发展社会主义事业的道路

?虽然在这个过程中出现了“右倾”，“左倾”错误，但是我党每次都能积极的承认错误，并且反思错误，不断推动党的事业不断向前进;最后充分实现理论联系实际，将实践作为检验真理的唯一标准。教条主义、本本主义等脱离实践，脱离国情的理论曾经给我党的革命事业带来不可估量的损失，因此优秀的共产党员都非常重视从实践中提升理论，通过实践检验理论，采用辩证唯物主义观点处理和解决各类问题。

读书笔记给我们带来的启示是多方面的，因此在学习工作中，我们应该具有不畏困难的精神，勇于在研究领域开拓进取;多与人沟通合作，积极联系群众，建立团队共同完成任务;批判性的接受新事物，能够联系实际来搞好创新性的科学研究工作;努力深入实践，将所学知识与一线实践紧密结合起来不断提高自己的综合实践能力，并在实践过程中不断提升为人民服务的能力。

读史可以使人明智，作为预备党员的我热血澎湃，深知自己肩膀上的责任重大，我们要继承\_\_\_的光荣传统，继续保持谦虚、谨慎、不骄、不躁的作风,继续地保持艰苦奋斗的作风，怀着为人民服务的心认真学习和工作，克服困难，不断在本专业领域开拓进取，紧密联系实践，为伟大的共产主义事业奋斗!

金秋九月，秋高气爽，中青班一行59人带着喜悦、激动和略显紧张的心情来到永嘉，开始为期一周的国防军训。清晨我们伴着日出闻鸡起舞，身着崭新的绿军装，迈着整齐的步伐，唱着嘹亮的歌声，接受着军营的洗礼，在汗水中收获成果，在疲乏中锤炼意志，在互助中重温团体的友谊和力量。其中两事尤印象深刻。

印象一：我的教官

我的教官姓张，福建人，23岁，是一位有五年军龄的老兵。教官俊朗帅气，身板削瘦但挺拔，举手投足间尽显军人的职业素养。教官训练很严格，无论是看似简易的队列训练，还是复杂的军体格斗操，经他分解点拨、手口相传，能在瞬间让我们这帮“菜鸟”有模有样。他娴熟的业务让我折服。教官很腼腆，在操间，他略有羞涩地为我们这帮“官油子”递水倒茶，不厌其烦地回答着我们的问题。偶尔想起，我不禁有些汗颜：教官18岁就进入军营，经历了酷暑骄阳，千锤百炼，才练就这一身过硬精准的军事技艺，用年轻而瘦削的肩膀担负起保家护国、卫泽人民的重任；而我们沐浴着九十年代改革开放的春风，享受所谓“天之骄子”带来的荣耀，在舒适的岗位和环境中做一些职责内的工作，有时遇到困难就抱怨，遇到挫折便气馁，遇到逆境就胆怯，与年轻的教官相比，我们失去了奉献国家的激情，淡化了奋发向上的勇气。

印象二：方寸之间见精神

内务整理是军事训练的重要内容，而叠被子是一项基本的要求。教官们的被子叠得条块分明、棱角分明，如洁白的豆腐快，整齐划一。起初我想，叠被子是件简单的事，在严肃高大上的军事教育中，对叠被子提出那么高的要求，真是小题大做。但几天下来，细细揣摩才知其中深意。方寸之间见精神。方寸是一种态度，叠“豆腐块”不是技术活，更重要看你对事物的态度，只有严谨细致、一丝不苟的精神，才能让看似轻柔的被子，展示出棱角，勾勒出条线，在细节中既体现军事严格要求的.精髓，又磨砺军人的刚柔相济的品格。方寸是一种担当，内务考核以组为单位，叠“豆腐块”不仅是个人的事，更关乎集体的荣誉和光荣，只有在叠”豆腐块“的小事中树立担当意识，才能认真对待，为集体做出个人贡献，才能被集体所欢迎和接纳。

短短军训很快挥手兹去，在烈日下，在军旗下的“军旅”生活，不仅锻炼了我的体格，锤炼了我的意志，培养了我的集体主义意识，更会给我今后的为人处事从政更多的启示和思考。

军营生活是我儿时的梦想，但由于自身身体原因，未能实现这一愿望，这次有幸参加公司安排的军训，也算让我能体验一下军营生活。

首先就站军姿，站军姿是我们军训中最基本的内容，是一切动作的基础，但这最本对于我们需要挺胸、抬头、手脚贴紧、身体前倾等一些要求。这姿势对于一惯随意的我无疑是一个巨大的挑战。教官讲述站军姿的要领，我们将立即进入状态，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是腰酸脚痛;无人不是筋疲力尽。但我们虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。

站军姿半小时后，稍做休息，就开始了立、行、走、跑的基本知道，虽然这些是我们每天都要经历的动作，但要正真的按要求做，也是一件不容易的事。教官教了我们立正、稍息、向右看齐、齐步走和齐步跑。齐步走和齐步跑的时候，眼睛要直视前方，手部要与肩齐平，一排所有的人都得跟着排头走，排头步子要跨小一点，要让后面的人跟得上。刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍，通过反复的训练，大家终于迈出了整齐的步伐。就这样重复如此的动作，一天就过去了，留下的只是累和痛。

第二天晨操就将头天的学习内容从新复习了一遍，早餐过后我们便开始学习军体拳。首先教官让我们看他做一次示范，之后便开始教我们军体拳了。教官一喊军体拳开始的时候，我们便要握紧拳头，双脚合并，头同时向左转，这便是军体拳的第一个动作了。通过教官耐心指导和同事们的刻苦学习，在这短暂的一天里，同事们将军体拳做得动作一致，气势逼人，展现了团队的气势和风采。

后面两天的日子里我们将不断得重复着枯燥的动作，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也能挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训现场，每一个身影，充满着执著和坚定。

这次军训无论是站军姿、队列、军体拳还是拉练，这些无不都在锻炼我们的耐心、意志和团队精神。总之军训能磨练人的意志，让我们变的坚强，能锻炼出惊人的勇气和毅力去面对以后的挫折和磨难。此次军训不仅是磨炼了我们个人的意志品质，同时也培养了我们的集体荣誉感，培养大家积极合作的团队精神，使我们的团队的凝聚力和执行力提升。

我将在以后的工作中用在军训时教官对我的要求严禁要求自己。相信“坚持”，相信我们公交人只要坚持公交就做得更好，得到稳健发展，就有美好的明天。

今天是星期六，妈妈又想往日一样，在家大扫除。我醒之后也帮着妈妈干起活来。我先是扫地。妈妈说：“让你感受一下劳动的快乐和妈妈平常的辛苦!”我从楼上扫到楼下，我非常认真的在扫，每个小地方都不放过。我扫来扫去，还是没扫干净。妈妈见此情况，马上过来给我示范一下，妈妈说：“扫地要计划好你打算怎么扫，心目中还要定下一个汇聚渣子的点。扫的时候力不能太大，太大了会扫过这个点。扫到渣子汇聚点时，手轻轻的把扫把抖一下，这样扫把上的`渣子就不会带到其他地方去。”妈妈几下子就把地扫干净了，好像地上的垃圾都乖乖的听妈妈的话。

接下来是拖地。妈妈边拖边教。说：“扫过一遍的地容易拖些，没有渣子沾上拖把。首先把拖把弄湿润，然后只要使劲拖每个地方就可以了!拖地主要是把地上的灰尘和脏印子拖干净，如果碰到难拖的地方，就用手指刮几下。”妈妈拖了几下之后让我试试，我拿着拖把使劲拖。谁知，不一会儿就汗流浃背了。这让我明白：一件看似简单的事，其实做起来很难。有一句话说的好：台上一分钟，台下十年功!

后来妈妈又教我洗衣服，说：“首先把衣服放在一个很大的盆子里，然后放一些水浸湿，再用肥皂搓，最后再把衣服清洗几遍就完成了。”

我看着妈妈做这些家务活做的有条有序的，让我体会到妈妈的能干和辛苦。我决定以后利用一些假日时间帮妈妈干些力所能及的家务活!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！