# 学习知与行心得体会参考5篇

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-03-13

*优秀的心得体会是我们对自己内心世界的反思和认知，我们所写的心得体会是要能够让读者产生共鸣的，小编今天就为您带来了学习知与行心得体会参考5篇，相信一定会对你有所帮助。我们参加了小学数学新课标新教材培训会，感触颇多；特别是于教授对新课标及教材深...*

优秀的心得体会是我们对自己内心世界的反思和认知，我们所写的心得体会是要能够让读者产生共鸣的，小编今天就为您带来了学习知与行心得体会参考5篇，相信一定会对你有所帮助。

我们参加了小学数学新课标新教材培训会，感触颇多；特别是于教授对新课标及教材深入的解读，及真实的举例，更让我印象深刻。在这个活动中，我的体会颇多。

课改10年新理念、新思路、新方法不断冲击着站在课改浪尖上的教师们。我们曾经困惑，曾经迷茫，但通过不断学习、不断修炼，我们又以新的姿态站在教育前沿。 与20xx年版相比，2xx1版数学课程标准从基本理念、课程目标、内容标准到实施建议都更加准确、规范、明了和全面。有如下几点重要的变化：

一、新课标修改后最大的变化是：双基变四基，双能变四能。

20xx年版： “双基”：基础知识、基本技能； 2xx1年版 “四基”：基础知识、基本技能、基本思想、基本活动经验。并把“四基”与数学素养的培养进行整合：掌握数学基础知识，训练数学基本技能，领悟数学基本思想， 积累数学基本活动经验。

?课标》修订中在继承数学教育注重“双基”传统的同时，突出了培养学生创新精神和实践能力，提出了使学生理解和掌握“基本的数学思想和方法”，获得“基本的数学活动经验”。在强调发展学生分析和解决问题能力的基础之上，增加了发现和提出问题能力的课程目标。

我们能感受到现代数学教育越来越注重培养学生的数学思想方法。数学思想方法是数学

学习的灵魂，它是伴随学生知识、思维的发展逐渐被理解的，数学思想方法的感悟是在学生数学活动中积累的。教学中渗透数学思想方法可以使学生自觉地将数学知识转化为数学能力，最终通过自身的学习转化为创造能力。这对于学习数学、发展能力、开发智力、培养创新能力都是至关重要的。

我觉得，如何帮助学生在数学学习中感悟数学思想，积累数学活动经验，是需要我们数学教师潜心思考与研究的。我们要想方设法帮助学生积极参与数学学习，重视数学思想的渗透和数学活动经验积累。

二、关于数学观的变化

20xx年版《小学数学新课程标准》：数学是人们对客观世界定性把握和定量刻画、逐渐抽象概括、形成方法和理论，并进行广泛应用的过程。数学作为一种普遍适用的技术，有助于人们收集、整理、描述信息，建立数学模型，进而解决问题，直接为社会创造价值。 2xx1年版《小学数学新课程标准》： 数学是研究数量关系和空间形式的科学。数学作为对于客观现象抽象概括而逐渐形成的科学语言与工具。数学是人类文化的重要组成部分，数学素养是现代社会每一个公民应该具备的基本素养。

三、四个领域名称的变化

20xx年版：数与代数 、空间与图形、统计与概率、实践与综合应用。 2xx1年版：数与代数、图形与几何、统计与概率、综合与实践。

四、课程内容的变化

更加注意内容的系统性和逻辑性。如在数与代数领域的第一学段：增加了认识小括号，能进行简单的整数四则混合运算。综合与实践领域的要求更加明确和具有可操作性。

五、实施建议的变化

不再分学段阐述，而是分教学建议、评价建议、教材编写建议、课程资源利用和开发建议。在强调学生主体作用的同时，明确提出教师的组织和引导作用。

通过学习更加使我认识到作为一名数学教师必须不断更新自己的教学观念，改变旧的不能顺应学生发展的教学模式，不断钻研教材，学习新理念、新方法，更深入的了解自己的学生，钻研教材教法，不断提升自己的教育教学教研水平，只有这样才能适应小学数学现代教学的需要。特级教师吴正宪曾说过：数学教师要带着思想走进课堂，给孩子们留出思想的空间，孩子们的思想才更开放，孩子们的思路才更开阔。今天的课堂教学最重要是读懂学生。一个好老师要专业地读懂教材，要用心地读懂学生，要智慧地读懂课堂，这样的课堂一定会充满活力。

a计划：

自律型英语、数学为相对弱项此类计划比较适合有一定自律能力，具备一定学习能力，特别是具有自学能力的学生使用。

一、计划实施的目标：

1.提高自己在英语、数学(物理)的学习能力;

2.加强运动，提高身体素质;

3.学会做简单的家常菜。

二、具体措施

1.组织好学习小组，以三个人一组为好，进行合作性学习。(学习水平相当的同学组成小组比较合适)

2.按教材知识前后的顺序，整理上半学期的英语、数学(物理)练习卷和考试卷。(或者可以根据老师的推荐去买一两本合适提高学科能力的辅导材料)

3.把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

4.把练习卷上做错的题目进行整理，打开教科书，逐题进行分析，找到错误的关键之处，进行认真的订正后，再到教材上找到相关类型的题目，进行练习、强化。

5.无论在订正试卷习题，还是在做辅导材料时，遇到困难，三人小组一起分析，或者到图书馆去找参考书，可以去找老师，也可以进行挑战性竞赛，看谁先解决问题。

6.把错题订正完成以后，就把错题订正的全过程背出来，进行接替方法的积累。

7.到办学质量比较好的社会业余学校去读英语口语训练班，提高自己的英语会话能力，和英语学习素质。

8.对于新初三的学生，可以在暑期中参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。(也可以超前读一些新初三的课本，提前了解初三的学习内容)9.每周打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。

10.每天晚上，听音乐，上网浏览，看书读报，和同学聊天等，做自己有兴趣的事。

11.每周跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子、蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

三、时间安排

1.一星期学习五天，上午2.5小时，下午2.5小时。按一小时一节课安排好课表。

2.每天下午3点以后是运动或做家务的时间。

3.晚上两个小时是发展兴趣的时间。

4.双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

四、督促自律

1.设计好每天的生活学习评价表，对自己每天的生活、学习作好评价。

2.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

b计划：

督促型语文、数学为弱项此类计划具有督促性，适合尚须家长督促、老师帮助的学生。b计划中，特别重视学生学习自信、兴趣及学习自制力的培养和家长、老师的帮助。

一、计划实施的目标：1.提高自己在语文、数学等方面的学习能力。

2.加强运动，提高身体素质。

3.学会做简单的家常菜。

二、具体措施

1.针对自己的薄弱学科的学习态度、学习方法、学习目标进行反思，调整。

2.在家长的指导下，写好自己切实可行的暑假生活、学习计划。(安排好每天复习进度的明细内容)

3.把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

4.把练习卷上做错的题目进行整理、抄录，打开教科书，逐题进行分析，找到错误的关键之处，进行认真的订正后，再到教材上找到相关类型的题目，进行练习、强化。(尽可能用自己的力量解决问题)

5.遇到无法解决的困难，按教科书的学习顺序进行梳理罗列。了解自己学习问题的共性薄弱点，然后可以请老师一起帮助解决。

6.每周二次带着学科的不懂之处和老师一起分析、解决问题。回家后运用老师解决问题的方法进行自我强化练习，填补自己的学习漏洞。(这一点必须按照教材由浅入深的学习顺序，切不可东一榔头西一棒的无序)

7.每次完成习题的订正，将错题订正的全过程，牢牢地记在脑海里(背出)，渐渐地形成解题方法的量的积累。

8.一星期打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。(也可以听音乐等，做自己有兴趣的事)9.一星期跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子，蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

三、时间安排：

1.一星期学习五天，上午2.5小时，下午2.5小时。按一小时一节课安排好课表。

2.每天的3点以后是运动或做家务的时间。(也可以安排一些合适的娱乐活动)

3.双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

四、督促自律

1.设计好每天的生活学习评价表，对自己每天的生活、学习作好评价。

2.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

最近，在孩子所在幼儿园老师的提醒下，我有幸读到这篇《3—6岁儿童学习与发展指南》这本书。花了近一个小时的时间，我一口气将这篇指南读完了，然后在两周内，又反复读了好几遍。书的封面朴实无华，然而内容却震撼人心，在读的过程中我按书总给出的每一个发展目标和教育建议，逐一的印证我的孩子是不是达到了要求，日常生活中我们是否按照书里面的建议去做，如果做了，效果究竟如何；如果没做，原因又是什么。通篇读完之后，心中产生了许多感悟，有庆幸，有遗憾，有恍然大悟。现将一些心得和体会记录如下。

?指南》将孩子的学习生活与健康发展分为健康、语言、社会、科学、艺术五个领域。每个领域都按照内容划分为若干方面，每个方面由学习与发展目标、教育建议两部分组成。学习与发展目标部分分别对3～4岁、4～5岁、5～6岁三个年龄段的孩子应该知道什么、能做什么、应该可以达到什么发展水平都提出了合理期望。

?指南》的核心是以人为本。孩子为本，意味着要认识到孩子学习与发展的整体性，尊重孩子独特的学习方式和特点，尊重孩子的个体差异。着眼于其未来发展，重视孩子的学习品质。它充分的体现了儿童的身心发展规律和学习特点，珍视了儿童学习、生活的独特价值，充分地尊重和保护儿童的好奇心和学习兴趣。创设了丰富的教育环境，最大限度地支持和满足儿童直接通过感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要，严禁拔苗助长式的超前教育和强化训练。孩子们需要自主，因为只有自己动手动脑得来的直接经验才是真正属于他们自己的。书中有三点对我启示最大。

1、允许孩子犯错误

指南中写道“孩子身心发育尚未成熟，需要成人的精心呵护和照顾，但不宜过度保护和包办代替，以免剥夺孩子自主学习的机会，养成过于依赖的不良习惯，影响其主动性、独立性的发展”。其实，在初为人母的时候，我也读了很多育儿书籍，很多书中都强调了要培养孩子的动手能力、自主能力，不要过分包办。在现实生活中，我们也尽量给他创造自己动手的机会，比如说自己穿袜子、自己穿鞋、自己收拾玩具等等，我们自认为尽心尽力了，可是，孩子上了孩子园后一段时间后，老师与我们沟通，孩子的动手能力差，被包办太多……当时我真的很有挫败感，哪里出了问题？后来我仔细观察与思考，我发现，我们确实让他去做，但是我们是让他以我们的标准去做，让他按照我们认为正确的方式去做，我们不允许孩子犯错！

有一次，孩子在吃提子，于是吭哧吭哧自己剥皮，手小，动作慢，半天吃不了一个。爸爸在一旁着急了“直接吃了不就行了，皮最后吐出来”。于是，孩子剥完一个后，再也不剥了，他丧失了剥提子的乐趣。孩子自己叠被子，把被子铺在地上，左一下右一下叠不到一起，我们在一旁看的那个着急啊，怎么能把被子放在地上呢？你不知道把被子放在地上会把被子弄脏吗？别叠了，不够麻烦的。于是，孩子的又一次尝试失败了。孩子兴致勃勃的拿水壶开始浇花，“哎呀，那个浇的太多了，会把花浇死的，哎呀，这盆要从叶子浇，直接从根浇不起作用啊”。于是，孩子放下水壶，跑了……

其实，这个年龄段孩子所做的事，绝大部分都不是怀有恶意故意犯错误，更多的是因为好动和好奇，他们是在用所有的感官来探索世界。很多事情，在成人眼中可能司空见惯，但在孩子眼中就是新鲜独特的，并努力想弄个明白。所以大人认为不能碰的东西，孩子偏偏要去摸；大人认为不能干的事情，孩子偏偏要去做；大人认为很无聊的东西，孩子偏偏觉得很有趣。而每一次尝试，可能就是一次犯错；但每一次犯错，也可能就是一次成长。大人往往都觉得孩子的有些尝试盲目可笑，你怎么会那么做呢，你这样做岂不是很麻烦吗？可是孩子阶段的孩子大部分学习是在不知不觉中发生的。作为家长，如果想促进孩子成长，不要要求孩子不犯错误，相反，要给孩子多一点空间，让他自己去尝试，要自我需求成长。不要拿成人的标准去硬给孩子套。

2、言传身教的重要性

在社会领域解读中指出：“孩子社会性是在日常生活和游戏中通过观察和模仿学习和发展起来的。成人应注重自己的言行对孩子的潜移默化的影响。”

“言传身教”出自《庄子·天道》：“语之所贵者意也，意有所随。意之所随者，不可以言传也。”“言传身教”作为一种教育思想，在我国传承已久。

父母的言教有两个原则，一个是适可而止。适可而止、恰如其分的教导，孩子不反感，还能听得进去。教导的过程中，重要的是尊重孩子，保护孩子的自尊心。如果老是批评他，可能适得其反。第二是摸清脉络。父母要像医生诊病一样，对孩子出现的问题，找到产生这些问题的思想根源，理清楚问题的发生、发展脉络，找对切入点，力争一句话说到孩子的心坎上，产生强烈的共鸣。

作为年轻的父母，教育孩子的时候难免急躁，有时候真的是压抑不住心中的怒火。有一段时间，孩子提什么要求的时候常常很着急，我们稍微不及时满足他的要求，他就会立马哭喊起来，而且要求还往往不合理。我们劝慰孩子，不要着急好好说，等孩子好好说了，我们又告诉他，他的要求我们不能答应，于是孩子一直哭个不停。一来二去，家长也急躁了起来，“哭什么哭，有什么好哭的，不会好好说吗？你的要求不合理，不会答应你。”于是，孩子哭的更起劲了，大人和孩子都感到十分疲惫。后来，我发现，孩子那段时间脾气暴躁主要是和大人脾气急躁有关，是我们没有给他做一个好的表率作用。同时，事情发生后，我们也不能控制自己的.情绪，导致孩子的情绪也无法稳定下来。后来，当孩子再发生同样的事情后，首先，我们一定控制情绪，不发火，让孩子先发泄完，再慢慢和他讲道理，同时还有一个关键点，就是不能同时教育他两个点。对于孩子来说，他能关注到的点只有一个，教育他不大声嚷嚷来表达自己是一个点，而他提的那个要求合理或不合理是另一个点，这是两个点。

比如说，他刚吃完晚饭，现在又要喝饼干，大声嚷嚷：“我要吃饼干，我要吃饼干……这个时候我想让他知道，如何正确去提要求，如何用合理的方式去提要求，那这个时候，饼干的事情我会先放一放，他多吃一次，少吃一次，可能也不会给他带来什么伤害，而且一次并不代表着会成为惯性。

我们不能过分期望孩子，让他好好说话的同时，又能接受我们拒绝他提出的要求，这样，他下次还会采用大声嚷嚷的方式。如果他这次用了正确的方式，提出了一个不正确的要求的时候，或者不太恰当的一个要求的时候，作为家长，第一，要区分先教育他哪方面？比如说我要教育他的表达方式，这个时候对他的不太恰当的要求我们就放一放，一个一个来，我们教育孩子要一点点来，别着急。

身教胜于言传，大人一定要用自己的行动影响和教育孩子，孩子们的是非判断标准实际上就来自于大人对他们鼓励或者批评的态度，孩子们的行为取舍实际上是受家长的潜移默化影响的。所以我们更要注意身教的作用。比如：对老人要有尊敬的态度；对家人说话要温和；对孩子说话要诚实，平时生活中自己要大度，让孩子自然而然得学会尊重、宽容、理解他人。

此外，当我们为生活奔波劳累的时候，也该适当的让孩子参与进来，让孩子知道父母赚钱的辛酸，养家的劳累，生活的挫折和无奈，让孩子知道珍惜自己所拥有的一切，懂得“珍惜”，懂得“感恩”，对孩子的一生相当的受用。

3、孩子亲近自然

?指南》在科学方面对我的影响。首先，孩子科学学习的核心是激发探究欲望，培养探究能力，我们作为家长要善于发现和保护孩子的好奇心，充分利用自然和实际生活的机会，其次，我们要引导孩子通过观察、比较、操作、实验等方法，让孩子主动的发现问题、分析问题、解决问题。最后要帮助孩子不断积累经验，形成受益终身的学习方法和学习能力，孩子思维发展是以具体思维为主，所以我们应该引导孩子通过直接感知，亲自体验和实际操作进行科学学习。

现在城市孩子接受大自然的机会很少，对大自然了解的机会也很少，怎样才能给孩子提供一种亲近自然的机会呢？我们带孩子去郊外摘樱桃，摘草莓。当然，更亲近自然地机会是在较小范围内的活动，比如幼儿园的绿化带中、居住小区中都是很好的地方，特别是孩子班里还有美丽的生物角，真是孩子们观察自然的好去处。我们也尽量给孩子们提供更多的机会让他们去了解自然，了解自己所处的环境，充分利用我们周围的环境资源。

同时我们也一点一滴的将爱护环境的概念渗入其中，比如告诉他水资源很宝贵，不能浪费，现在他开水龙头都开得很小，我们水开大了，他还会关小。有时候他走在路上，看见别人扔的垃圾，都会拾起来扔到垃圾桶。

?指南》里的教育建议每一个都很详实有效，关注到了各个方面的细节和注意点，每一条都是切实可行的，可操作性强。对家长来说，真的应该再早一些看到这本《指南》，才能尽早的改变自己不科学的理念，改进教育孩子的做法。《指南》里的这些教育建议，相当于一个个“温馨小提示”，将为我们如何更好地在工作、学习、生活中落实养育孩子的实践行为，做到了详细的指引。

人生童年有几回，孩子的童年是短暂的，是不可逆行的，孩子的心是一块奇妙的沃土，播下什么就收获什么。不要把成人的意志强加给孩子，让孩子真正具有幸福、快乐的童年，我们就要有敏锐的洞察能力，要做到细心、耐心，有责任心和一颗童心，要了解孩子的需要并给予适时的支持和帮助。有了《指南》为我们指引方向，我们就有了努力的目标。希望我们的孩子能更加快乐的成长，希望他有一个美好的童年。

按照县委的统一安排部署，在局领导的带领下，我们单位参加了县委县政府举办的202\_年洛南县干部思想纪律作风学习教育整顿活动动员会，大会结束后局领导立刻召开党校全体职工学习动员会，传达了大会的安排和精神，并对我单位的春训整顿进行了详细安排。在春训活动中，我认为应对照我自己进行检查，看自己是否存在这些不良习气，从而不断提升自己。

一是明确了这次春训学习活动的目的、意义和作用。人们常说“一年之计在于春、一天之计在于晨”，为了完成今年的各项工作任务，我们必须在新年开始就要打好基础，这个基础在哪里打？如何打？我的体会是先要在思想上打，就是要先武装人的思想，只有每个职工的思想解放了，思想境界提高了，计划思路清楚了，我们才能顺利完成今年的各项工作任务，跨越发展需要作风纪律整顿，干部作风纪律需要工作作风纪律整顿。

二是明确了工作思路、工作方法等。集思广益，学以致用，子曰：“三人行，必有我师。”认真学习十八大精神、县委十七届三中全会精神、及省市全委会精神和讲话，我将把此次学习中的收获，系统思考，指导和完善自己的日常工作，并将学以致用，争取更加完善。

三是体味了服务真谛，强化科学管理理念。学以致用、有所作为，这是学习的目的所在。我通过细心学习，认真查找自身及工作中存在的不足，对照模范典型，经过思索，真正认识到了作为一名党校员工的职责所在，认识到了在位不缺位、在位不错位、在位要有为的重要性，体味到了一名合格干部要公而忘私、全心全意为人民的服务真谛，明确了前行航向。

三是要认真学习中央的八项规定，对照检查，结合自己的工作，提倡勤俭节约，反对铺张浪费，搞好财务工作。

四是坚持理论学习，提高理论修养，搞好理论研究，为我县跨越发展谏言献策。

此次春训，是新年的第一课，我将以本次春训为契机，牢固树立学习意识，加强自学，注重随时充电，在全面提升自我素质的基础上，开拓进取，创造性工作，出色地完成岗位职责，为我县的跨越发展做出积极贡献。

读书破万卷下笔如有神，以上就是差异网为大家整理的9篇《春训学习心得体会》，希望对您有一些参考价值，更多范文样本、模板格式尽在差异网。

我很感谢我们园长给我这次外出学习的机会，虽然只有短暂的3天学习时间，但我感觉自己收获了很多知识，这次学到的东西对我今后的工作有借鉴之处。9月22日-9月24日的学习安排时间：22日，参观新安幼儿园并观摩新安幼儿园老师所上的两节体育课；23日上午，附小幼儿园的体育老师（蒋老师）给我们上了2节体育课，刘老师给我们展示了一节音乐课；下午，蒋老师给我们进行了讲座《幼儿园体育教学》；24日上午，新安幼儿园园长给我们进行了讲座《提升执行力打造优质幼教》。

当我迈进新安幼儿园的大门，让我感觉这个幼儿园很大气，也很舒服，而且周围的绿化非常好。走进正门，印入我眼帘的是柱子上贴的小朋友的生活照片（睡觉，洗手，体育活动中的情景），这些照片可以展示给家长看，让家长了解孩子在幼儿园的情况。上了楼梯，楼梯的外围是有网围住的，他们在网上贴了许多幼儿作品（如绘画、折纸），我们幼儿园可以借用他们的特色，我们幼儿园以小秒画为主，可以战士我们幼儿园的特色。楼梯的墙壁上有许多木制的板，上面的内容有一些简短的故事，也有格言。

进入教室，我看到他们每个班的班牌都是用水果来命名的，这个比较新颖，而且每个教室门口的墙壁上专门有一块区域是挂“教师的个人简介”，我觉得这样可以让家长更了解自己孩子的老师的情况。在门口的另一板块是家园栏，在他们的家园栏中有“生长树”育儿知识等。“生长树”能将每个区域的内容细致化。教室入口旁边就是厕所，我感觉厕所的位置不是太好，进去有一个味道。整个教室的区域划分比较明确。

教师走廊的吊饰比较漂亮，有的把一中植物或动物的生长过程用图片的形式战士出来，更加形象生动。每走一段路，都会出现一个植物角。他们的废品利用率很高，他们会用废品制作各种自制玩具，而且一物多玩。

在上课方面，我听了两节宾和幼儿园老师上的课，真得很不错，在体育教学方面，对我来说是一个薄弱环节。同时我也听了彭老师上的体育课，他在上课之前，用律动操引入主题，他在上课时会根据幼儿的发展水平差异而调整自己的课程，而且他的讲课方式很吸引小朋友，小朋友很开心，不断的给小朋友新鲜感。在体育教学中，教师一顶要备好课，而且备课应做到：环境、幼儿、教材、备课法。

新安幼儿园园长给我们进行了讲座《提升执行力大灶优质幼教》，非常生动，张院长是让我们在有西中去明白她所讲的内容，会让我们记忆更深刻，更易理解，让我们知道了什么是执行力，执行力的重要性，优秀的幼教需要优秀的团队。在宾和幼儿园的老师中，我看到了这一点。

时间过的很快，在3天里我学到了许多在自己幼儿园里没有学到过的知识。

以上内容就是差异网为您提供的9篇《外出学习心得体会》，希望对您有一些参考价值。

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！