# 学习知与行心得体会模板6篇

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-03-13

*心得体会是我们与内心对话的过程，让我们更加明确自己的人生方向和追求的意义，心得体会是我们对人际关系和沟通技巧的总结和改进，小编今天就为您带来了学习知与行心得体会模板6篇，相信一定会对你有所帮助。4月9日，我县举行了南丹县xx年中小学心理健康...*

心得体会是我们与内心对话的过程，让我们更加明确自己的人生方向和追求的意义，心得体会是我们对人际关系和沟通技巧的总结和改进，小编今天就为您带来了学习知与行心得体会模板6篇，相信一定会对你有所帮助。

4月9日，我县举行了南丹县xx年中小学心理健康教育培训会。培训会成员由县直各乡镇的300多名中小学教师代表组成的。主讲者是来自北京格荣斯新世纪教育咨询有限公司首席咨询师方舟教授。

这一天虽然我们坐了7个多小时，但我们都觉得乐此不疲，因为方教授在整个培训中采用开放式的讲学形式，让老师们身临其境感受学生的心理，反之，以老师的身份反思自己在平时教育教学中如何具体操作。培训内容紧贴我们的教育实际，给予我们所需。听着方舟教授的课，就像饮了一杯清爽可口的甘泉，滋润心扉，婉转如流的语言，就像高山溪水般悦耳动听。尽管已走出课堂，但心还在她的柔波里荡漾，我完全被她的言语魅力给折服了。连续几个小时的课堂，她竟可以把每一字句都吐得那么的天衣无缝，犹如行云流水。她在讲学中提出的那些“温暖和蔼的面对每一个真实自然的学生”、“学生是否愿意接受老师的观点，决定着教育效果”、“准确到位的身体语言，能消除孩子的心理阴影”等思想观点，让在场的每位老师深有感触，大加赞赏，无不茅塞顿开。

当方老师谈到，当今教师因与学生或学生家长沟通产生矛盾而引发的一些教师被害案例时，我虽然很震骇。但同时我也想，被害的教师不能否认他们工作的认真和敬业，然而他们是否应该反思自己工作的方法和策略呢？尽管我们教育的对象有那么多的不是，当我们采取行动和语言行为时，是否也应该设身处地的为对方着想？当我们面对学生或者家长的问题时，要先学会调整自己的心情，学会缓和紧张气氛！听了方舟教授的讲学，我明白了：要搞好教育，前提是教师自己心理要健康，同时还要有科学精神，有研究心态。我想只要我们带着研究的心态去看待学生，就不会向学生发脾气了。因为当我们把学生当做研究对象的时候，就不会幻想对方适应自己的要求，就像科学家不会对化石这样喊：“你怎么可以出现在这个地方？”恰恰相反，我们得想办法使自己的认识客观地反应对方的现实状况。总之，带着科学的思维方式，找到科学的结论，才会有正确的教育方法。

?管理沟通》书中论述了沟通的基本字义和模型，较全面地介绍了有效沟通的基本原理，指出沟通并非易事，没有一种捷径能够使你很快成为一名出色的沟通者，倘若想成为一名成功的沟通者，需要了解沟通的基本原理和方法，更应积极的参与沟通实践。

首先，1。应该认识到沟通是双向的，为了使沟通顺畅，给予反馈和获得反馈都是至关重要的。2。必须明确沟通的目的，你想传递什么信息，如何传递，同时还应该了解听众是谁，他们对你和你的观点的接受程度如何，会作出何种反应。3。必须清晰地认识到沟通过程中会遭遇各种障碍，从思想上给予重视，并采用积极的方法加以克服，勇予实践，不断提升自已的沟通技巧。

有效的沟通不仅能够促使组织成员就组织愿景达成共识，了解组织成员在物质与精神方面的需求，提升组织管理效能与成员工作效率，促使组织成员积极参予管理，而且能激发全体成员的潜能和团队精神。同样，有效的管理沟通能够鼓励成员发现问题，并且主动解决问题，快速实现组织目标，进而促进上级与下属之间、部门之间、组织内确认知，并作出快速反应。

在我们的工作中，生产计划执行车型状态配制匹配重中之重，关于后序成车装配，必须经常将前序车架上线车型状态信息传递到下工序及下班组和相关物料工段，目的一点就是要告诉相关工序和班组物料状态配制准备好，在组合时不要出现错误，怕影响了生产效率和质量，在信息传递沟通中，下序听清楚没有，问题落实到位没有，是不是你要沟通的人，达到自已的目的，才能保证我们所做车的质量。

我们在工作中都存在交流沟通，要达到一定目的，不可能是一帆风顺，只有多锻炼，多磨炼自已，才能提高自已的沟通能力，做好自已的工作。

种子的责任是开花结果，园丁的责任是料理花园，医生的责任是救死扶伤，老师的责任是传道授业。作为学生，我们的责任是努力学习，奋发向上，做一个优秀的学生。

翻开杂志，呈现在我眼前的是一个个衣着破旧、瘦小体弱的儿童的照片，他们正坐在四壁漏风、桌椅破旧的教室里上课，从他们渴求知识的眼神中可以看到，他们并没被简陋的条件所难倒，在他们的眼里，坐在课堂上听老师讲课就是人生最大的乐趣。

而我们坐在窗明几净、宽敞明亮的教室里上课，拥有先进的教学设施，一流的师资力量，我们有责任刻苦学习，将来报效国家。但是我们分明从一些同学的眼神里读出了他们对学习的厌倦之意，他们厌恶学习，沉迷网络，热衷电脑游戏。

高尔基曾经说过，书是人类进步的阶梯。一个人只有不断学习，不断阅读，日积月累，才能取得进步。我们作为学生，理当认真学习，课上认真听讲，课后及时巩固，虚心听取意见，不断吸取教训，努力改进学习方法，才能取得一次又一次的进步。我们的成功会令老师、家长、学校感到欣慰和骄傲，也会让自己心里喜滋滋的。

我们应该给自己定一个合理的学习计划，确定暂时的目标和长久的规划。有这些作为我们行动的指南，我们会朝这个方向去努力，成功的彼岸就离我们更近了。

少年强则国强，少年富则国富，少年进步则国进步。先贤鼓励我们要做一个有责任感和使命感的人。我们身上系着重任，那就是努力学习，报效国家。倘若我们都很优秀，那么获得诺贝尔奖的就不再是那些黄头发、蓝眼睛、白皮肤的.欧洲人，也不再是留着纯黑自然卷头发、厚嘴唇、黑皮肤的非洲人，而是咱们黑头发、黑眼睛、黄皮肤的华夏子孙，到那时，中国该会多么的耀眼、多么的令人瞩目、多么的辉煌！——这一切暂时只是一个理想，我相信，这个理想并非遥不可及，只要我们努力，我们会变得非常优秀，会带领中国早日走进发达国家行列。

现在的我只是蓝天下一只正在学习飞翔的雏鹰，要想长成威武潇洒、自由翱翔的老鹰，只有不断尝试，勤于探索，迎难而上。学习之路是一条荆棘之路，只有掌握技巧，有足够的毅力和决心，才有可能取得成功。

努力学习是我的责任，学习优秀是我的目标。

通过一段时间的自主学习，我深刻理解到煤矿安全对正常稳产高产的重要意义，自身安全思想认识也进一步提高。搞好煤矿安全培训是做好煤矿安全生产工作的重要内容，是坚持“安全第一、预防为主、综合治理”方针的内在要求。因此，对广大煤矿职工的安全健康高度负责，增强做好煤矿安全培训工作的紧迫感、责任感，脚踏实地的履行好各自的职责，扎实做好煤矿安全培训工作。

在日常工作中，为了加强安全生产监督管理，防止和减少生产安全事故，保障职工生命和财产安全，促进提能增效，应严格遵守安全生产法。工作中，安全生产管理，应始终坚持安全第一、预防为主的方针。在正常生产组织过程中必须遵守有关安全生产的法律、法规，加强安全生产管理，建立、健全安全生产责任制度，完善安全生产条件，确保安全生产。获得安全生产保障的权利的同时，也应当依法履行安全生产方面的义务。灵活应用安全管理的五种手段；督促、检查落实本单位的安全生产工作，及时消除生产安全事故隐患；组织制定并实施本单位的生产安全事故应急救援预案；及时、如实报告生产安全事故。在工作，应突出安全生产教育和培训，严格执行职工安全教育制度，保证从业人员具备必要的安全生产知识，熟悉有关的安全生产规章制度和安全操作规程，掌握本岗位的安全操作技能。对特种作业人员必须按照国家有关规定经专门的安全作业培训，取得特种作业操作资格证书，方可上岗作业。

作为一名管理人员，应当根据企业生产特点，对安全生产现场进行经常性检查，每天的工作应在现场，对检查中发现的安全隐患，应当立即处理；不能处理的，应当及时报告本单位有关负责人。检查及处理情况应当记录在案。通过安全培训教育，使职工提高安全技能，安全意识，消除侥幸心理，杜绝违章行为。尽自己最大的努力为员工提供一个良好文明，安全的生产环境。做好单位安全生产的安全保障工作。安全工作如不能保障，所有的一切成绩将一笔购销。

工作之余学习了《3~6岁儿童学习与发展指南》，通过学习，我对《3-6岁儿童学习与发展指南》有了进一步的了解与认识。《指南》中所提到的种种都对我接下来的工作有很重要的意义，原先只以为幼儿教育之切合《纲要》就能很完美了。而今天的学习让我明白幼儿教育需要更深的挖掘，不能只停留在某一处，我们不能只根据《纲要》来指定我们的工作，《纲要》虽然比较全面，但也不能完全的停留在这里，我们需要是更多的学习，完善自身的理论和实际，再结合《3~6岁儿童学习与发展指南》中的细致性把我们的幼儿教育办得更好，

在学习中，我发现其中讲到的每一点内容都是我们现在日常工作中所做、所学、所研究的事情，只有将每件事情真正的落实到位、认真负责完成，才能使得我们的自身素质、工作经验有所提高，教学效果更好。

多年来，我们依据《纲要》制定幼儿园的各项活动，让我体会到《纲要》是多么贴近幼儿，从《纲要》中我懂得了幼儿每个年龄段的生理和心理特点，适合他们的教育活动、生活活动……而今天让我重新认识幼儿教育的灵活化。从《3~6岁儿童学习与发展指南》中让我知道了原来随性的教育时时都在，它根据幼儿的特点提出了很多更细致的方面，帮助我们在工作中做到更细致更全面。在一开始我都不明白《纲要》已经很全面了，那《3~6岁儿童学习与发展指南》是做什么的呢?它有什么意义吗?哦，原来《3~6岁儿童学习与发展指南》与《纲要》是两个独立、平行的文件，一个是儿童学习与发展指南，一个是课程指南。两个文件在重要的价值观方面是一致的。《3~6岁儿童学习与发展指南》的制定能有助于我们教师与家长澄清对幼儿学习与发展的期望，在教育实践中更全面了解儿童，因而，有利于更好地贯彻《纲要》精神。儿童的早期教育非常重要，在《3~6岁儿童学习与发展指南》中提到儿童早期学习标准的积极价值：对儿童“知道什么”和“能做什么”形成基本共识;有利于早期教育课程的设计，使教师能够有的放矢地开展活动，从而改善儿童的学习效果;建立了可靠的内容体系，并与基础教育阶段的标准相联系，为有效衔接和儿童的入学准备提供了基础和依据;有利于规范机构教育活动，从而保证了高质量的学前教育;关注教育弱势群体，有利于促进教育公平。早期教育固然重要，但我一向对其懵懂，原来儿童的早期教育是这么科学、这么规范。在我看来，根据幼儿的生理和年龄特点制定不同的活动就能对他们的启蒙教育有很大的帮助，看来我所想的这些还是比较片面的。

但是不管怎样，我会在今后的教育工作中不断反思、实践，将《3-6岁儿童学习与发展指南》的精神和经验落实到未来的工作中，为孩子的学习和发展提供更好的鼓励、引导和支持，和孩子共成长。

去年我有幸参加了孟照彬教授在我县举办的ms-eepo有效教育培训活动。带着激动、好奇、困惑与不安参加了备课的相关培训。激动、好奇什么呢？激动自己能有这样的机会进行观摩学习提高自我；好奇、困惑eepo真的如此有效？怎样实现有效性？出来几年改革也几年已经弄得我稀里糊涂，到底如何改变吗？经过几天的学习交流培训后，我有了一种耳目一新、开阔视野、大受启发之感，使我对有效教育有了一定的认识，明白了学习方式训练的重要性，同时也深感自己肩上的压力。

eepo有效教育是由孟照彬教授创建的一个系统工程，包括思想、理论、方法三大体系，涵盖教学、学习、评价、备课、管理、考试、课程、教材等多个方面，包括要素组合课、平台互动课、等方式课等十大主流课型。eepo的核心是“有效教育”的思想，是“效率优先、过程优先”的英文缩写。该理论综合了中国教育和西方教育的精华，提出优质课要达到六项指标：知识性——个性——创造性——主动——互动——能动。是我国实施素质教育在课堂40分钟的具体化和模式化，符合新课改理念。师生在教学的双边活动中，依据生理、心理的变化，把经常性的“听、看、讲、想、做、动、静”七个基本要素交互使用，这种课型方式真正体现了以教师为主导，学生为主体的教育思想。强调课堂教学上的宏观调控，师生、生生互动的实效性，讲究课堂资源的充分利用，注重学生个性张扬和团队合作精神的培养。在这样的课堂中，学生积极性、主动性、参与率高，师生都感到轻松愉快，学习效率也提高了，而且由于调集了多个要素，知识点强化到一定了的次数，所以知识也比较容易记牢。

通过此次学习，首先粗浅的认识了教学方式中的三种方式：

（一）要素组合方式，这种方式最能体现有效教育的目的，也是较基本的有效教育教学方式。该方式主张看、听、讲、想、做、动、静七个要素轮换使用。组合不同要素的不同组合排列效果不同。因为学生容易疲劳、注意力容易分散，动静结合，灵活调动学生的各种感官，顺应学生学习的生理、心理特点，让学生保持浓厚的学习兴趣，学生学习的热情高涨了、课堂气氛活跃了，教者、学者都轻松了。学习的效果也会特别好。七种要素的不同使用，效果是有不同的。

七个要素使用的效果：

看——20%

听、看——30%

讲、听、看——50%

讲、听、看、想+动静转换——70%

七种要素巧妙运用——90%

动静转化的时间：每7－13分钟动静转化一次，一节课动中学的总量在4－12分钟为宜。什么是“动”？小组合作是“动”，起立回答、上黑板讲解，组间讨论和辩争都是“动”，展示呈现也是“动”。 当然教学时，由“静”到“动”易，由“动”到“静”则需要备课时设计好。其中“想、做”这两种方式，属于开放性的、动态的方式，把它们同“听、看、讲”这样的静态方式结合起来，这也体现了陶行知先生提出的“做中学”的教育理念，也符合教育心理学中提出的：一节课中学生的注意力在前15分钟最集中，我们们应充分利用这前15分钟来突破教学的重、难点内容。我们的教学课前预设应该是：导入环节——简单、有趣；探究新知——做中学；复习巩固——动静结合。我将在今后的教学中不断探索学习使用该有效的教学方式。

（二）平台互动方式：平台互动方式就是要抓住关键要素，然后构建多向度教学平台。它的主要流程是：筛选关键目标——构建多向度平台——交互——老师精讲（评＋讲）。

所谓“关键要素”是指教学中关键的知识点、能力点、考点、方法、思维、创造、思品、合作等。

多向度是指不同渠道、不同途径、不同思路、不同方法、不同方式、不同个性表达等。一般地可以采用：问题——学生思考——学生做（一名学生上黑板）——教师点讲——下一个问题的流程。

通过此次学习，其次是提高了对小组合作学习的认识。随着课改的深入，小组合作学习已被越来越多地引入课堂，成为一线教师们认识、尝试和关注教改的热点。小组合作学习方式的使用，对推进教学改革起到了积极的作用。尤其在eepo有效教育的课堂中，单元组活动学生人人参与、动手、积极关注、倾听，培养了学生的合作学习能力，让学生在讨论中获得知识，让学生各抒己见，张扬个性。学生在小组学习中，学会了关照、关注、倾听，有持久性、亲和力，有分工，强调小组贡献率。这样，使小组学习真正发挥了作用，学生的各种能力也得到了提高。小组合作学习的推进将是我在今后的教学中一定要积极思考，认真落实的环节。

再次就是通过孟教授的培训，大致知道了今后应该做的事情：

1、组织形式的建立，包括学科团队、班级团队等。

2、学习方式的训练，学习的基本方式包括单元组的使用、约定、板卡、团队、表达呈现方式等。

（1）单元组是科学高效的学习组织-------是教育教学活动中最基本、最便捷、最灵活多样、最具弹性、最有效的组织形式。小组一般是4人为宜；班额大者可以6 人一组。小组人员组合具有相对固定性，角色安排具有弹性。单元组成员要做到互相关注、互相关照、认真倾听、利用资源、团结协作、默契配合。

（2）约定是简约实效的课堂文化-------是特指师生之间为了有效地控制教育教学活动而专门设计并形成的一种默契的文化。

（3）板卡是秒杀“空讲”的利器-------我们要学会因地制宜地使用各种材质的板卡。板，是指各种形式的黑板。卡按大小可以分为：大卡、中卡、小卡、微型卡。使用板卡最大的好处是可以有效地防止空讲。

（4）表达呈现是让智慧不再抽象-------是让学习成果的个性呈现加上交互次数的强化，使学习的效率得到提高。

3、注意“五个防范”，让课堂更加真实有效

“五防”即防空讲、 防单一、 防花架子、 防与学生为敌、 防泡沫（防假听、假合作）包括单元组、约定的训练等。

总之，此次学习感想很多很多，但毕竟我们仅仅只是初识eepo。我想在今后的教学中首先要从学生的学习方式出发来改变自己的教学方式，从关注自己讲清了没有转向关注学生学会了没有。教学的成败不在于教给学生多少知识，而在于对学生的信任、鼓励、支持。让学生思维扩展，学会快乐的参与，在学习中感受快乐。我将在今后教学中不断钻研探索，实践提升自己的教学水平，让自己的课堂越来越有效。

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！