

# 最新干活的心得体会(实用6篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。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。

## 干活的心得体会篇一

为了更好的丰富教师的文化底蕴，提高教师的素质，我园组织了一系列的学习活动。上周一我们大家又聚在一起学习了山东省教育科学研究所所长，山东省教育科学规划办主任，亓殿强研究员的《教育科研的理论 与操作》；乳山市黄山路学校，周相涛老师的《狠抓行动研究，做实教育科研》；威海市教研中心，董绍才的《从冬虫到夏草——“十二五”期间我市课题研究的几点思考》；威海第一中学，郭文秀的《语文名课程团队，课题研究的有效实践与探索》。

其中董老师介绍的《从冬虫到夏草》给我留下了深刻的印象。董老师从上海学生在pisa考试中的第一名说起，的确在我们的印象中中国教育所培养出来的学生是考试型的学生，从考试成绩来看我们的学生遥遥领先。但是pisa考试已经不是单纯的考知识和技能，而是重点评价学生对知识和技能的运用能力，由此也反映出我们上海的学生在课程内内比较均衡。

但是也反映出了很多问题：

- 1、缺乏自我调控学习策略。评价结果显示上海学生学业负担偏重，被动阅读较多。因此我们教师将进一步改进教学手段，加强学生自主学习能力的培养。

- 2、学生课业负担偏重。课业负担偏重一直是我们中国学生面

临的一个问题，所以就有了我们的素质教育，但是在素质教育下的学生，课外辅导班的时间却越来越多了，所以很多学生产生了厌学的心理，我们常说“兴趣是最好的老师”如何提高学生的阅读兴趣和学习兴趣应该是我们更应该思考的问题。

收获：其中让我最有收获的一章是《高效率的七项思维》，其中提到了一段很重要的策略，是每个人要面对的是四件事情，一个是重要而且紧迫，二是重要但不紧迫，第三位是紧迫而不重要，第四位是既不紧迫又不重要。我们在很多情况下会因为面临的问题过多而手足无措，在高效率思维的指引下我明白在什么情况下应首先处理哪些问题，这样才会在以后的工作中忙而不乱，特别是面对工作性质细致的幼儿教育就更应该做好这一点。

## 干活的心得体会篇二

“啪啪啪，哒哒哒”三年前似曾相识的乐音再次回荡在耳边，整齐嘹亮、气势恢宏，对，没错，是军人独特的声音，是人名子弟兵行进的声音。他们像松树般挺拔，颇具男子气概，他们是无数中华儿女心中敬佩的男神！他们神圣不可侵犯！曾记否，少年军人梦，曾是昨天多少中华儿女的心中梦，但过去流逝的岁月，时光却让人感慨万千。

写军训心得体会，内心的话如大海涨潮般万千，体会众多，但最令人深刻的还是教官说的那段话：“我走过的山路，是徐霞客曾经留宿过的；我走过的关隘，是六国曾经逡巡而不敢前的；我驻足远眺的城楼是于谦曾经坚定守卫过的；我现在能驰骋由疆的西北草原是霍去病曾经为之而奋斗过的……当我在你们这个年龄的时候，早已扛起枪上阵杀敌，维护世界和平去了！”曾经的教官驰骋沙场，为国争光保卫世界和平。如今的他，带领一群小毛孩练习基本动作，却常常不如意，看着他失望、无奈的神情，那时的我们又是另一般——害怕，

如果问我怕什么，那必然是怕教官失望，怕他的心血付之东流，怕我们做不好，怕不如别的连队，因为艺术37班，生来就是要争第一的，命中也必须是强者，艺术37班，英雄的连队，团结一心、创造辉煌！几天过去了，我们伤心过失落过，但从不曾放弃，军人常说：“不想当将军的士兵不是好士兵”军训要争第一，以后的大小事，事事都要争第一！

教官们个个面色黝黑，肌肉强健，从他们挺拔的身姿中便可以看出曾经的他们经历过无数的风雨，看看从未让困难打败的他们，再看看娇娇弱弱的我们，想想他们在和我们年龄相仿的时候做着不平凡的事，望望为了鸡毛蒜皮般小事吵架的我们，平凡的人做着不平凡的事，不平凡的人训练平凡的我们，一生很长很长，一生也很短很短，军训，军训，军事训练，训平常，练本领，军人常说：“苦练杀敌本领，一心保卫祖国。”今天我们也要苦练杀“敌”本领，一心登上高峰！

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”军训，军训，不哭不累怎能称作军训。“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，困乏其身，行拂乱其所为，才能……”古人的话语时常回荡在耳边军训的我们，也应把这些话牢记心中，勿忘前人之言，则有福于自身。时光如流水，转眼又到了分别的时候，短暂而充实的军训生活教会了我们珍惜当下，珍惜时光，在成长的道路上遇到拦路虎，也应勇往直前，做事要坚持不懈，不可三天打鱼两天晒网。坚持——这一人生哲学是军训送给我们的人生宝藏！

军训的列车已到站，在这段旅程中我们获得了许多，往后的站也必将会获得人生财富！

### 干活的心得体会篇三

班级管理工作的重点在纪律。马卡连柯认为：“纪律是集体

的面貌、集体的声音、集体的动作、集体的表情、集体的信念。下面是本站带来的参与班级管理的心得体会，欢迎赏阅。

### (一) 建立班级日常工作量化管理机制

1、分项定分。就是把同学们的日常行为表现分为学习、纪律、卫生、文明等若干项，对每项内容提出具体要求，给定分值。

2、职责明确。全班分若干学习小组，设立两名值周班长，轮流值周。各小组长考评本组成员(包括班长在内)，值班长考评各小组长。这种带有监督特征的分层管理，能促进班级建设良好循环，达到全面管理每一位学生之目的。

3、定期通报。每周班会，班长通报各小组总得分及排名情况；通报本周个人得分最高的前十名学生，在班上加以表扬。

### (二) 建立班干部选任考评机制

1、民主推举，竞争上岗。在学生相互了解的基础上，采用民主推举方式，让学生提名心目中的带头人，亦可毛遂自荐。然后由提名者和自荐者做竞职演说，阐明自己对担任班干部的态度、适合担任的角色，以及干好本项工作的计划、措施、等。最后投票表决，当场宣布结果。学生对这种民主推举、竞争上岗的方式心悦诚服。这样选任的班干部，对班级工作的顺利展开十分有利。

2、定期考评，吐故纳新。对当选的班干部一月民主考评一次。考评内容：(1)工作态度是否认真、积极、负责。(2)工作任务完成情况。(3)自身素质修养。考评后，对落选的同学认真作好思想工作，注意调动其的积极性，鼓励再次当选。这一管理机制的建立，就达到人人参与，人人受锻炼，使学生的组织管理能力和水平的到普遍提高。

### (三) 建立班级激励机制

1、设立奖项，实行全方位鼓励。每学期设立各种奖项，对不同层次、不同学生给以全面评价和鼓励。调动每一位学生的上进心，推出优秀，树立榜样，找出差距，不断改进。

2、定期评奖，采取不同形式给以鼓励。例如：表扬信；奖励学习用品；在黑板报上给以表彰等。

除此以外，我还会经常与科任教师互相沟通，了解同学们在各科的表现和情况，遇到问题的话，就一起商量，力求找出最好的解决方法，从而引导学生全面发展，健康成长。

班主任是班级的主要管理者，要管理好一个班级则需要班主任做大量深入细致的工作，而且还要不断学习别人的先进经验。一个良好的班集体对每一个学生的健康发展起着巨大的作用。

## 一. 创设平等和谐的师生关系

平等和谐的师生关系是课堂教学的基石。只有在轻松自然的教学环境中学生才能思维活跃，敢想、敢说、敢问、敢于表现自己。教师应尊重、信任、热爱每个学生，满足学生的表现欲，恰当合理的运用语言、眼神、动作来激发学生的表现欲望，鼓励学生大胆的创新。当学生犯错误或故意“捣蛋”时，我用眼神暗示、用和蔼的语气给予批评与指正；当学生的想法或表现不恰当或不完善时，我首先肯定他们的积极主动性，使学生产生积极的情绪，激发表现热情。

多年来，我长期担任班主任，了解班级学生的基本状况，对于那些单亲家庭的孩子，我更是关怀备至的体贴他们，使他们重新得到关爱，父母离异的孩子心里都有阴影，往往是性格孤僻古怪，学习兴趣不浓厚，态度不端正，因为他们缺少爱，对生活失去信心，所以不能安心学习。近年来受经济浪潮的影响，学生队伍中又多了一个庞大的群体——留守儿童，他们的境遇甚至比单亲家庭的孩子更糟糕，他们失去了同龄

人应得到的一切。有时连最基本的生活都没有保障，他们是那样的孤独，那样的无助，每当遇到这样的孩子我真的很心疼，我总是对他们多用一份心思，让他们感受到在学校这个大家庭中也能得到温暖。爱的召唤，使孩子们有了热情也愿学了。我想，什么是爱，这就是爱。而且这是更有价值的爱，这是社会的嘱托，事业的期望，这种爱，正是我们教师责任心的源泉。古人云：“亲其师，信其道”。教师的爱一旦被孩子理解和接受，他们同样对老师充满爱，同学们之间的关系自然平等和谐，就会心甘情愿地接受老师的教育。

## 二、树立服务意识，培养学生良好的行为习惯

著名教育家 叶圣陶先生说过：“什么是教育，简单一句话，就是要培养学生良好的行为习惯。”作为教师，是学生成长的引路人，不仅要给学生传授知识，还要培养学生养成良好的行为习惯，为他们的健康成长打下扎实的基础。小学生年龄小，可塑性大，他们的行为习惯容易养成也容易改变，是培养良好行为习惯的最佳时机。一个班几十个学生，性格特点不同，兴趣爱好不同，家庭教育也不同，如何把他们培养成有理想、有道德、有文化、守纪律的一代新人呢？如何让这些孩子在人生的道路上有个良好的开端呢？我想，空头说教是没有用的，重要的是根据学生的年龄特征，通过生动活泼的教育形式，热心地引导。我就根据他们的喜好，培养学生良好的阅读习惯，以配合课内教学，一本好书，会带领学生遨游瑰丽多姿的知识海洋；一本好书，会引导学生探索古今中外的无数奥秘；一本好书，会帮助学生明辨是非、分清美丑。给学生图书、给学生时间、给学生方法，让学生与好书交上朋友。

## 三、细心扶持学生步入人生之旅

班主任除了要全面关心每一个学生外，还特别要对那些顽劣儿童更细心的扶持，要发现他们的长处，正面引导，使之克服缺点，不断进步。对于顽皮学生，我尽量采取冷处理法，

尽量少去拨动他们那根调皮的神经，更不采取磨的办法。老师只能从正面把他们从顽皮引入到可爱的轨迹上来。顽皮的学生由于父母对他们娇生惯养，到了学校还是恶习不改，上课不听讲，下课就打闹，在他身上确实难找出优点来。可是他们身上总会有闪光点，我只要能发现一丁点儿有点就及时表扬，并鼓励他克服缺点，努力做个可爱的好学生。通过一段时间的耐心帮助和扶持，他们也会有进步的。在学校组织的秋季运动会、庆十一文艺汇演中，他们都取得了相应的优异成绩，学习也有了很大的进步。就是这个细微之处正说明，只要我们老师坚持耐心扶持，差生也是能进步的。

#### 四、做一个勤快的班主任

俗话说：“一勤天下无难事”。作为班主任，要比别的教师多留心眼，多下功夫，舍得花时间，要时时细心观察学生情况，将他们发生的一切事务认真、妥善的处理。在这方面，我一直要求自己“勤快”。勤于处理他们之间的大小事务，即时纠正学生每个不起眼的违规违纪行为。每天我一直强调学生遵守校规校纪，班规班纪，强调他们养成良好的作息习惯，按时到校，从小培养学生良好的晨读习惯，我长期坚持与学生同时到校，我们班上的学生每天早晨来到学校没有在外面疯狂打闹的现象。正是由于这些“勤”，使我班上的学生在纪律方面都能严格遵守，很少违犯。班主任要努力做到“勤”，班主任需要充当许许多多角色，有人说班主任也是一个官，但也是世界上最小的一个主任官，但是这个最小的主任官，所做的事情最多，最复杂，这个主任官当的成败如何，不仅关系到一个人的健康成长，更重要的直接关系到国家教育事业的成百合兴衰。因此社会是非常看好这个最小的主任官的。

#### 五、用一颗平等的心对待每位学生

在小学阶段，班主任往往是学生心目中最完美的榜样，老师的一言一行、一举一动，以及处理班级事务的一些方法，都

会对学生产生深远的影响。因此，班主任对每位同学要平等对待，尤其对优生和学困生更要平等对待，让他们觉得老师对每位学生都公平。用爱浇灌心灵之花，只有平等地爱每位学生，才能得到学生的尊重和爱，更要关爱那些被遗忘的学困生，用爱激发他们的上进动力，让他们努力学习，展示自我。使一名后进生转化为优生，要用师爱来激化他们。因此作为班主任一定要有一颗平等的心。

## 六、让学生养成写日记的习惯

作文教学对于学生的全面发展和语文教学质量的提高起着举足轻重的作用，但它也是小学语文教学中的难点。如何培养学生的写作能力，让学生易于动笔，乐于表达呢？我认为最好的方法是培养学生养成记日记的好习惯。

写日记能锻炼孩子的书写和语言表达能力，也是对自己成长过程的一种记录形式。小学生写日记，能培养他们恒心和毅力。于是，我在班级中建立了《冬雪岛循环日记》，记录孩子们的每天丰富多彩的生活，课余之外的万花筒小知识等等，活跃孩子们的思维，锻炼了他们的动手能力！

以上就是我在班主任工作中总结的一些心得。古语曰：“他山之石，可以攻玉。”作为班主任难免都会碰到一些“坚硬的石头”，但是如何把他们雕刻成能绽放异彩的玉，这就需要“匠师们”的精心雕琢。所以，我将继续着，努力着，把班主任工作做得更完美，用自己的爱和热情去撞击那一颗颗幼稚的心灵，充分发挥同学们的聪明才智，成为一名出色的班主任！

### 一、以“严”为出发点

班级管理工作的重点在纪律。马卡连柯认为：“纪律是集体的面貌、集体的声音、集体的动作、集体的表情、集体的信念。”所以，在建设班集体之初，班主任应与全班学生共同

讨论、制定出符合学生实际的班规。班规一经制定就要付诸实施，说到做到。执行班规要以“严”为出发点，重抓典型，例：针对学生痴迷于电脑游戏，在课堂上偷看游戏软件书，课下谈论游戏闯关，甚至逃课去网吧玩游戏等荒废学业的问题，要严格管理狠抓不放。在处理问题时要坚持原则，公平、公正、做到以理服人，以情感人，不偏袒任何一个学生，让学生知道什么是对的，什么是错的，使学生心服口服，自觉接受教育。

## 二、以“勤”做保障

“勤”就是要“腿勤、嘴勤、手勤”。“腿勤”即班主任要坚持到岗。班主任要深入到学生中间，了解学生思想状况的变化，了解他们行为的目的，知道他们在想什么，想做什么，这是促进学生健康发展的前提，“嘴勤”即教育在前。班主任要勤于思考，善于发现和解决问题。对班里可能发生的问题，要抓住要害事先分析，讲清，适时引导，力争把问题消灭在萌芽状态。“手勤”即班主任应言传身教，示范在先，做出表率，今天该做的事绝不拖到明天。久而久之，学生就能养成良好习惯。

## 三、以“细”为基础

班主任在任何时候都要及时全面地了解自己班级中小团体的情况，如组成人员的变化、核心人物的心理等，同时还要了解班级大部分成员对这些小团体的评价。班主任要解决这些问题，必须细心地做好小团体核心人物的教育和转化工作，创造良好的情感气氛。同时班主任要冷静地分析大家的舆论，如果某小团体的活动影响了其成员的学习、健康，班主任就必须及时地提出明确的要求与必要的限制，向他们说明道理，对少数不良现象要采取果断措施。

## 四、以“放”为动力。

“放”是根据主体教育的思想，逐步建构学生自我教育、自主管理、和谐发展的班级管理模式。在日常管理中，班主任要敢于放手，敢于给班干部更多的自主权，让他们独立开展工作。同时，要协助班干部充分调动每一个学生的积极性，踊跃参与班级的管理工作。诸如校纪班规的落实、文体活动的开展、班级财产的保护与维修、座位的排定等，均可放手让班干部组织全班同学自己开展。班主任应多引导、少限制，让自己从居高临下的指挥者变成班集体中的普通一员。

## 五、以“抓”为突破口

“抓”就是要抓方向、抓原则。如道德情感、行为规范、学习目标和班风班纪等必须要抓，而且要常抓不懈。“抓”重在“严”和“勤”。“抓”不是要教师面面俱到，也不是要教师搞一言堂和包办代替。“抓”而不放，会扼杀学生的自主性、创造性和个性，会引起他们的逆反心理。“放”不是不管，不是放任自流。如果“放”而不抓，将导致班级的无序和混乱。

因此，要做好班级工作，班主任必须抓放结合。同时还要注意“度”的问题。在日常管理中，表扬和批评都要“抓”，但表扬不能滥用，不然学生会不以为然，应恰如其分地表扬，对学生个人来说，使其获得积极的情感体验；对其他学生来说，可以之为榜样，向他看齐。同时，批评和惩罚也要有个“度”，尽可能不要在众人面前严厉批评某个学生，要维护学生的自尊心，尊重学生的人格。如果把握不好批评的尺度，学生会认为老师讨厌他们，从而与老师越发疏远。所以，班主任只有在抓的同时注重“严、勤、细、放、抓”的结合，把话说到点上，把检查落到实处，持之以恒，才能真正做好班级日常管理工作。

## 干活的心得体会篇四

此次线上学习让我认识到语文教学的独特魅力，它不仅可以在绽放于我们的生活，更可以花开于网络；我懂得要以更宽阔的视野去看待我们的教育教学工作，不断提高自身素质和业务水平，总结自己的得失，提高认识，不断学习，才能适应教育发展对我们教师的要求。

专家讲座立足于小学语文新课改理念，强调听说读写的常规要求，突出语文能力训练；另一方面倡导新形势下的教师要学会开发多样支撑来丰富学习资源，如借助识字等软件，突出多样化教学，对难记字、易错字多指导，积极引导孩子们培养独立写作能力，突出教学工具媒介的多样化使用。疫情形势下的日常教学，我们必须逐渐习惯于让孩子线上学习每天不超过xx分钟，剩下的时间交给孩子，让孩子根据自己的具体情况合理支配。我们可以通过看录播、直播（通过提问，讨论等线上互动）的方式进行。

总之，通过对线上教研活动的学习，我认识到我们教师必须树立终身学习的观念，给自己不断充电，不断提高自身职业道德素质，才能成为一名研究型和创新型的教师。

## 干活的心得体会篇五

这次军训，总是有些令人难忘的事。譬如站军姿和野营拉练。

先来谈谈站军姿，这给我的感受可是够深的。咱先不说那天气，就说那要求：一动不动地在操场上站着，除了眨眼睛和呼吸，其他的干什么都要打报告。再加上那没有人情味的太阳在做帮凶，更是让我们这帮未曾尝到过苦头的小孩子们叫苦连天，怨声载道。可是细想想，我们似乎明白了什么：我们来这里军训，不是来这里享受来了，是来这里锻炼自己的意志来了。没有经过这样的磨练，就不能成为一名合格的学生，就不能走上未来前进的道路。这一点，在家里是体会不

到的。这种思想境界，在父母的溺爱中更是达不到的。

上山，让疲惫的同学短暂的休息一下……这一程，我们体会到了团结的力量，更体会到了友谊的真谛！

终于，我们到达了目的地。放眼望去，绿树成荫，一片苍穹。看着我们走过的路，回想着我们刚刚经历过的艰辛历程。那一刻，我们似乎都长大了，都懂得了人生的大道理：人生，不怕有困难，只怕不敢面对困难；人生，不怕有拦路虎，只怕自己给自己放拦路虎，让自己的拦路虎来吓唬自己。这一刻，我们都成为了大孩子，而不再是以前那些稚气未脱、乳臭未干的小孩子了。

这次军训，让我受益匪浅。总之，总结起来就一句话：军人出自军旅生活，而军旅生活，也会磨练人的意志，就像磨练军人一样！

## 干活的心得体会篇六

利用小学期时间，学校和学院给我们安排了一系列讲座，在我看来，旨在丰富小学期生活，积累专业知识，拓宽视野。这些讲座与我们专业知识紧密相关，但是却不单一，涉及不同课题观摩聆听名师讲座，名师神采飞扬，听者亦有所心得。一千个读者的心中有一千个哈姆雷特。而面对着鲜活的教学对象，智慧的教师必然没有相同的课堂。

第一次讲座专由我校信管业的王璇老师主持，内容是信息与科技。谈到了信息技术发展的必然，从古至今，信息的发展经历了结绳记事、账簿、计算机，最后到因特网。所谓的信息技术，是能够延长或扩展人的信息能力的各种技术的总称，是对声音、图像、文字等信息进行收集、加工、存储、传递和利用的技术。战略资源的定义则是，任何一种社会的经济活动都是以若干种资源为依托的，在这些资源中，最基本最重要的资源就被称为战略资源。仅仅这些定义就可以引起我

们的思考，当今社会什么最重要，精准快速的信息以及先进高等的科技。

第二次讲座的老师——沈凤武，据他自己说是第一次做讲座，所讲内容是管理缺失下的垃圾危机问题研究，涉及垃圾的危害，主要包括生活垃圾对人类的影响以及垃圾堆土地资源的耗费，同时提出了对生活垃圾的处理方法，即焚烧发电、填埋处理以及堆肥。基于国土资源的垃圾危机治理，我们每个公民有义务为此做贡献。

第三次和第四次讲座的主题不离经济贸易，有谈到讲师的研究方向，也有宏观分析当前形势。当今社会，对外贸易在国家或者地区的经济发展中扮演着越来越重要的角色。一国要获得经济快速的发展，必须学会利用国际国内两个市场。通过对外贸易，进行物产的互通有无，从而实现资源的优化配置。对贸易行为的分析通常分为总量分析和结构分析，总量分析是从量的角度分析问题，而结构分析更注重从质的角度考察贸易行为。而对外贸易结构是一国或地区经济技术发展水平、产业结构状况、商品国际竞争能力、在国际分工和国际贸易中的地位等的综合反映，而商品结构和区域结构是对外贸易结构的重要组成部分。中国从20\_\_年加入wto以来，对外贸易快速增长，以成为即美、日两国以后的世界第三大贸易国，但是随着我国对外贸易的快速发展，在结构上的问题越来越多的显现出来，例如商品结构的不合理，出口产品仍然是低附加值产品。而且，我国的对外贸易中商品贸易额远远大于服务贸易额，因此研究我国的对外贸易结构主要是研究我国的商品进出口贸易，达到商品结构的优化。

第五次讲座，关于项目评价与可行性研究，牵扯到项目的投资决策，市场研究与项目的规模性选择，市场预测的规则，项目融资与融资方向评估等，这次讲座对我们对于市场的分析研究，项目的选取确定，以及投资决策起到了引导作用。

(一)听讲座时专心听、勤做笔记

其实听讲座的过程跟课堂听课大同小异，就是专心听，兼做笔记。讲座笔记是讲座内容的记录，因此是具有指导作用或学术价值的，准备好一本专用的笔记本用于记录讲座内容是非常重要的。同时在听的过程中需要与演讲者同步思维，这样才不会遗漏讲座的重点。关于讲座的笔记，与课堂讲课的专业课笔记稍有不同，最好能在页首注明讲座的时间、地点、讲座主题、主讲者个人基本信息等，其次是简明扼要地记录讲座的理论框架和基本内容，令人耳目一新的新概念、新观点，值得进一步思考、研究的空间，以及自己在听讲过程中的感悟和思考，这些学术思考的火花稍纵即逝，不管成熟与否，一定要先记录下来。

## (二) 大胆提问

通常，在主讲者的讲授内容结束以后会安排自由提问和回答的时间，这几乎是讲座的惯例。如果对讲座中的内容有什么不明白或者不赞同的想法和观点，在自由提问阶段不妨大胆提出，对释解某些疑问大有好处。提问的问题可以针对讲座内容中的不解之处，可以结合自身的专业，可以联系社会现实，也可以提出不同的理论观点和理论解释。对于个人，这既是与主讲者面对面交流的机会，又能在提问的基础上引发出更多值得思考的问题。参加这样的自由提问对于思维的拓展和理论表达能力的提高更会有不小的收获，提问得到的答案有助于去除疑问、拓展思路。

## (三) 整理笔记

在听完讲座以后，为了使本次讲座的内容和心得能以尽量真实的信息保存下来，并能使讲座的内容和理论探讨成果为自己的知识结构优化和学术思考所用，需要在讲座后尽量短的时间内对讲座笔记进行必要的整理和补充。千万别小看了这一步骤，在时间上这项整理工作所花的时间可能很少，对讲座内容的提升、作用的发挥却有举足轻重的作用，没有这一环节，讲座知识和信息的利用率就会大打折扣。讲座整理的

过程是对主讲者所讲内容的梳理和挖掘，也许能从其中得到新的启发，发现新的学术兴趣领域，完善和优化自己的知识结构和理论理解，即使不是这样，接触和了解不同的学术观点对于自己的学业也是不无裨益的。因此，整理讲座笔记，回顾讲座内容的习惯不失为一种良好的学习方法。讲座内容中涉及的著作也应该在笔记中记录下来，如果你认为需要阅读相关书籍来继续深入理解讲座内容，加深对问题、对理论的认识、思考和掌握，则能极大地提高讲座的利用率。同时在以后的学习和研究中可以把讲座中的知识要点内化为自己的知识体系的组成部分，这些收获正是讲座的核心价值所在。

#### (四)对讲座要进行筛选取舍

开始的时候，无论什么讲座，只要有空，我是统统接收，但是后来发现对讲座还是要进行筛选取舍，否则非但时间精力有限，而且也不能很好的吸收讲座的内容。我是以下面三个标准来选择和取舍：讲座本身的价值、个人的兴趣以及功课和时间是否有冲突。要是演讲者没有兴趣，讲座的题目又没有什么新鲜感，我就不去了。当然有些很难得的讲座机会是不该错失的，毕竟研究生两年半里聆听学术大师、著名专家和科学家、社会名流或政坛要人讲座的机会是不多的。听讲座的目的并不是单一的知识增长，即使抛开知识增长、学术思考、人生感悟、生活指导不论，一睹这些学术领域的顶尖人物和社会成功人士的风采对于现代大学生的多元价值观来说同样会有意想不到的收获。

几天的讲座，确实让我们受益匪浅，从中学到的注定会受益终生。