

# 上陶笛课有感 初学中医药学心得体会总结 (大全5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 上陶笛课有感篇一

对初学中医药学中医理论和实践有突破性创新为中医学的发展起到里程碑的作用，所以这也是我们应该掌握的重点，当然还有中医学理论体系的特点——整体观念和辨证论治，在此分享心得体会总结。下面是本站小编为大家收集整理的初学中医药学心得体会总结，欢迎大家阅读。

有幸在正安学院参加了一期中医基础理论的课程，无法用言语形容学习感想。因为有一种强大的力量充斥着内心。从18岁学习中医药到中途转针灸专业，可能是开悟较慢，也可能是意识到自己真正喜欢的专业太晚，但好在我一直坚持着自己的梦想，不曾放弃，直到找到。可以说直到近两年才开始感受着中医学的魅力，在这场学习的革命中我似乎意识到，我是在以学习中医的形式来进行着这场生命的“修行”。有幸！必将加倍珍惜！

如何认识中医？学习中医？怎么走好这条路是我一直思考的问题：有种担心，在正安这个高平台上，我的“非零基础”既是优势也是劣势。优势：10多年的学习路程，耳濡目染地“正规”学习中医，是一种幸运。但也因为受过那么多年“学院派”理论体系的影响，思路不免局限、偏激，兼容并包的空间领域越来越小，突然扭转很多想法、思路不容易。在课上我提出了这个问题：“我怎么走好这条中医的路？”也

是这个问题让我有切入点的去“享受”两天的课程。

首先：我们必须要有自己的“见地”，就是要对自己身体出现的现象，生命本质、价值有正确的“认识”。只有具备了这样的“能力”，才能正确的面对自己和将来的病人。

其次：理解“象”。在生活中找寻“答案”，大自然告诉了我们所有的解决办法，没有发现、开启的，只是我们不知晓、无法感知到罢了。但并不代表答案没在那里。

三：尽量用古人的思维方式想问题，我想这应该是一种“意识”，建立起来很困难，但也要迫使自己回溯到以前去体会。

四：中医是一种生活态度，用中医的理念影响生活，同样：生活中的经历更能深刻地体验中医。活里顺境时，学会告诉自己，这是人生曲折的缓冲。在逆境时候，也要告诉自己，这个时候正好磨练心境，人生用功正在此时。

似乎觉得中医之路刚刚开启，不徐不疾，稳步的前进吧！

感恩让我有幸来体会这次课程的所有人。

不知不觉中，就已经走完了大里的第一学期。此时此刻，回头看看走过这一学期所留下的脚印，想想在这短暂而又漫长的一学期里学到了些什么，问问自己这一学期忙碌过吗，有没有得到想要的东西？然而有时候连自己都不能给自己一个准确的答案，只知道大学和初高中真的不一样，除了期中期末要考试之外可以说什么都不同，这个时候靠的全是自己，生活，学习，以及各个方面，而这个时候最离不开的就是学习方法了，好的学习方法可以帮助我们少走很多弯路，可以让我们节约很多时间，节省更多的精力，而利用这些时间和精力我们又可以做更多事，这也许就是所说的高效率吧！而在这里我想说的是关于《中医基础理论》的学习方法。

我们都知道，《中医基础理论》是大一上学期很重要的一门学科，而且这也是中医学的基础，所以打好基础比什么都重要。也许对大多数同学来说，这门课很枯燥，又或许对于一部分同学来说老师幽默的讲课方式为枯燥的课堂增添了不少的乐趣，不管怎么样这门学科的重要性都是不可忽略的，虽然我们已经结束了对于它的学习，但是对学习方法的谈论是永远都不会过时的。

## 一、了解中医发展

绪论部分讲解了中医学的科学属性，中医理论体系的形成与发展以及中医理论体系的特点，需要掌握的内容并不是那么多，所以只需要对四大经典有一定的了解，当然这也是作为一名中医学生应该知道的，也许学习中医这些都是需要背下来的，但在这门学科中我们需要掌握的就只是了解而已，同时金元时期的“金元四大家”对中医理论和实践有突破性创新为中医学的发展起到里程碑的作用，所以这也是我们应该掌握的重点，当然还有中医学理论体系的特点——整体观念和辨证论治。对于这部分知识没有更好的其他方法，只有靠多花时间读一读，背一背，当然时不时的复习也是很重要的。

## 二、从中医到哲学

精气学说、阴阳学说和五行学说，是中国古代有关世界本原和发展变化的宇宙观和方法论，是对中医学理论体系的形成和发展最有影响的古代哲学思想，也是中医学的重要思维方法。这部分内容深奥而且没有条理性，学好这部分知识需要的是有中医学独特的思维方式，然而世界观是思维方式的基础，它为人们认识和把握外部世界提供了思维背景和认识框架，从而决定了人们的四维空间和思维内容。所以我们需要通过看更多的相关书籍从而去深入地了解中国古人的世界观以及他们独特的思维方式，自己对内容的足够了解和熟悉再加上老师生动的讲解，这看似深奥的中医哲学相信也不在话下了。

### 三、深入个体

想必学中医的我们知道精、气、血、津液、神在人体生命活动中占有重要位置，而藏象学说中所说的五脏六腑以及奇恒之腑又是人体不可或缺的内脏器官，所以针对这一部分我们需要做的是深入个体，将每一个个体的基本概念、生理机能、生理特性以及个体之间的关系都整理出来，这样就能够有清晰地条理，以便我们掌握。

### 四、联系生活实际

我们学习医学无非就是想通过自己的双手救死扶伤，为人类出去病痛，让世人都拥有健康的身体，幸福的生活。而疾病源于生活，是生活中一些因素引起的，病因的种类很多，如七情内伤、饮食失宜、劳逸失度等，均可导致发病而成为病因，而这些都是我们在生活中常见的，或者有的不那么常见，但是这都不妨碍我们通过结合生活实际来学习这部分内容，所以当我们把病因与生活一一对应的时候我们会发现病因其实很好掌握。而病机部分需要我们在联系生活实际的同时，再结合精气阴阳五行学说，以及精、气、血、津液、神，相信如果我们能将哲学、藏象部分学好，那么病机也不会有什么问题了。

以上便是我学习《中医基础理论》的心得体会了，希望能够对同学们有所帮助。最后我还想说一句我相信兴趣是最好的老师，如果你对你学的内容有足够的兴趣，相信你一定会学好的。

中西医结合是在我国这样一个既有中医又有西医的特殊国土上成长和发展起来的一种新的医学模式和医疗形式，是东西方文化和医学科学技术相互激荡、相互交融、相互结合的典范，是中国传统医学与现代医学互相学习、取长补短、交流融合的必然结果，是我国医学的一大优势和特色。中西医结合的目的，就是充分运用现代医学以及现代科学技术和手段，

研究和发 展传统中 医药学，吸 收中西 医之精 华，丰 富和推 动我 国医 学科学 的发 展，努 力提 高为 人民 群众 防病 治病 的服 务水 平。为 此我 院开 展了 中 医学 习班 ，以 进一 步学 习体 会中 西 医结 合的 重要 性及 必要 性。以 下是 我的 学习 体会。

首先：中 医和西 医是两 种不同 哲学思 想的碰 撞，在 学习 中医 的过 程中 ，我 应该 改变 观点 不能 轻视 中医 ，从 中医 的角 度学 习疾 病的 治疗 。医学 教育 网搜 | 集整 理 | 学 习中 医的 系统 理论 和哲 学思 想， 学习 中医 的辨 证施 治。 中医 有句 话叫 急则 治标 ，缓 则治 本这 就为 同一 个病 人被 不同 大夫 看开 不同 的药 有一 个解 释， 因为 不同 的大 夫他 看问 题的 方面 也是 不一 样的 ，横 看成 岭侧 成峰 ，互 相标 本没 有统 一的 标准 ，所 以你 认为 从本 治， 本治 好则 标就 去了 ，而 他则 认为 先治 标， 标去 以后 再固 本。 其次： 不同 的大 夫他 的经 历、 性格 等都 会使 他偏 好于 某种 药， 就是 说对 同一 种病 不同 的大 夫会 用不 同的 药， 比如 说有 的人 爱用 桂、 麻之 类的 解表 药， 而有 的人 却爱 用其 他的 发汗 药， 再比 如说 中医 可以 治病 ，其 它民 族的中 医也 可以 治病 的， 像那 个云 南白 药在 止血 方面 就很有 名的 ，这 并不 说在 中医 里就 没有 止血 的药 了。 总之 ，条 条大 路通 罗马 ，能 治好 病人 的病 ，那 才是 最好 的。

那么 怎样 学习 中医 呢？ 学习 中医 ，就 是让 我们 认识 我们 的大 自然 ，认识 我们 自身 的 身体 ，从而 让 我们 去融 入大 自然 ，寻 求 健康 生存 的养 生之 道， 寻求 疾 病的 治疗 之道 。每 个人 都可 以学 习中 医， 感受 中医 。因为 学习 中医 就是 感受 我们 身边 的世 界， 学习 中医 就是 内视 我们 自身 的 身体 。学 习中 医， 就是 要培 养一 种返 璞归 真， 化繁 为简 的思 路， 不要 被一 些局 部的 、细 小的 症候 所束 缚， 治病 必求 于本 ，培 养了 这种 思维 ，养 成了 这样 的思 维习 惯， 就会 使我 们的 视野 大为 开阔 ，不 仅仅 是学 习中 医， 学习 养生 ，在 工作 生活 俱多 方面 ，都 会变 得轻 松。

## 上陶笛课有感篇二

瑜伽是我大学生生活最后选修的一门体育科目。起初，我只是觉得，它相比其他体育科目而言，运动量没有那么大，而且可以顺便把我肚子上的小赘肉消失。然而，事实并非我想象的那么简单。

瑜伽，虽然看起来很平静，但是在老师的引导下，尝试了之后，才发现它其实挺累人的。在经过老师一学期的悉心讲解，我对于瑜伽有了新的体会和领悟。首先，我想谈谈对瑜伽新的认识。瑜伽是一种以人身心灵最终相结合的自我修炼过程，教人很容易就喜欢上它，亲近它。同时，瑜伽也是一种非常好的减压解负、舒放身心的锻炼方式，即修身又修心的运动。在美妙的音乐、优雅的环境中，放下自己的身份、地位、年龄，还原为真正的自我。而我又是属于那种很浮躁的性格，瑜伽对于平缓我的心情起了很大的作用！

另外，瑜伽还需要我们应注意的事项。

一、饮食的控制。在瑜伽的第一节课，老师就严重强调我们的饮食问题。她要求我们，在上瑜伽课或练瑜伽的这天，中餐只能七八分饱(是说肠胃有余地)。食物不过量，肠胃便于消化和吸收。练习完后，不能立即饮食，需半个小时之后才能进食，而且不能吃得过饱。吃得过多使人的腹部过分的紧张，长此以往会造成胃下垂和大腹病；肌体和大脑活动受到阻碍，也导致了过肥症。晚上最好不要吃其他的东西，十点之前入睡。严格控制食量和吃素对瑜伽锻炼的人来讲，非常有益。这样同样可以是他们保持精力旺盛、身体健康。

二、呼吸的调节。瑜伽的呼吸法，通过有意识的呼吸，得以排除体内的废气，虚火，消除紧张和疲劳。所以，每次我们做瑜伽动作之前或之后，老师都要求我们深呼吸二次。而在做动作的过程中，必须保持呼吸的平稳。瑜伽呼吸分为腹式呼吸、胸式呼吸和腹胸式完全呼吸。瑜伽呼吸法的目的，是通过各种不同的呼吸方法，有效地按摩内脏，刺激各生理腺体良性

的分泌，激活脉络的潜在力量，更好地清理洁净身体，让生命之气提供给人体足够的健康养分。老师经常说，瑜伽动作要与呼吸有节奏、自然地结合起来，才能提高肺通气量，使肺活量增大。多做深呼吸，自然就学会放松，瑜伽不是单纯的扭麻花，竞技动作的难度，而是在一呼一吸找到你的宁静。

在学习瑜伽的过程中，我明白，它的功效不是一朝一夕就可以看见的，它需要我们每天的坚持。其实很简单，每天找一小段时间，让自己平静下来，抛开任何杂念，将自己身心完全放松，开始自己的瑜伽之旅。即使有些动作，你无法达到那个标准，只要做到自己力所能及的程度就足矣。每次都尽力做到自己的极限，可能下次就能有所进步！日出而作，日落而息，我们的努力，一定能够得到回报。最重要的是慢慢来，一步一步走，今天比昨天好就行。

总之，在今后的日子里，我将继续坚持练习瑜伽。希望它能给我带来心灵的宁静，塑造完美的身形。

### 上陶笛课有感篇三

钢琴弹奏中经常有"p"这样的标注，表示弱的意思。据说现在我们看到的piano这个英文单词，最初就是意大利文的“弱”，也就是说钢琴是一种体现温柔的音乐，把这个“弱”表现好了，钢琴就弹的差不多了。和大多数初学者一样，我只能用轻，用漂，用浮这样的办法去表现弱，要我弱，我就小点劲儿，不弹到底，手指的力量浮在琴键的面儿上，无疑，这样的弱只会是虚弱，软弱，病态的弱。我想，正确的弱的弹奏应该是温柔而又坚定，饱满并且充实。说来容易，要真正做到，还要花心思练啊。

开始为了学琴方便，选择顶楼邻居，是少年宫的老师。

老师琴艺很好，人也很好，教初学的小孩也很有一套。

学了大概8节课，学会好几首曲子，安的兴趣也很浓厚。

但是慢慢发现安手法不稳定，手臂僵硬，抬手腕姿势难看。

经朋友推荐一位已经退休的杨老师不错，联系前往。

杨老师很健谈，说安安的老师是兴趣式教法，且现在大部分老师都是如此。

她说，她这种教法已不多，会让孩子终生受益，即使多年不碰琴了，也不会忘记。

可能杨老师更注重练就扎实的基本功。

于是我信心满满的给安换老师了。

虽然学费翻番，虽然进度缓慢，虽然老师严厉.....

我们还是在努力坚持，从练习体会手臂完全放松，到手臂懒懒沉沉的拿到琴盖上，再到吊指、高抬指。

已经学了十一节课，还没开始曲子。但是安的指法越来越熟练，手型也非常漂亮。

不得不提及老师的严厉，我和安爸曾经想过放弃，觉得孩子受委屈。

因为安在杨老师这里经历了最严厉的批评，非常大声的批评。

原来安安是一个大声说话就会哭的孩子，历经几年的幼儿园生活后，基本能正确面对老师的批评说教了。

一次钢琴课，去的有点晚，等了两个姐姐学完才轮到安，这时安已经又累又饿了。



坐到琴凳上后，安的手有点不安分。老师高声说了安一句，安就掉眼泪了。

杨老师就开始噼里啪啦的大声教训了安一顿，哭的没有道理、纸做的之类的话。

说实话，我真的是坐不住也很生气，安从来没见过这样的架势，也没受过这么严厉的批评。安还是哭着上完课。

此后连续两节课，安安心存恐惧，一来老师家就哭。老师又批了安两次，并告诉安以后再哭就不让妈妈陪学了。

再往后，安安有两次在老师门外还是忍不住掉泪，但是擦干眼泪进去后没再哭。

老师夸奖安聪明有灵性，学完后给安小兔子玩具、糖果、手链之类的，讨安开心。

安爸说别让安学了，杨老师脾气太暴躁了，没有耐心。可是我还是坚持，算是丰富孩子的经历吧。

将来到社会上，什么样的人都会遇到，也得让孩子有一定的承受力才行。

其实也可以理解老师，每天教好几个学生，有的学生再练的不好，新课没法继续。是个身心都累的职业。

从那以后，安不再掉泪，虽然内心还是很害怕杨老师，但是上课非常专注，接受新知识也很快。

学琴的问题解决了，还有练琴的问题。

每天都是练完琴再出去玩，有几次尝试玩回来再练，安自己也发现不行，玩回来就又累又困。

于是每天定好吃完饭先看会书或者玩会游戏再开始练琴，一般在七点左右开始，没有很死板的定时间。

开始练习时间严格按老师要求来，发现根本不行。安还小，让她练的久了，就烦躁坐不住。

不停的问还有多长时间，还有几遍。后来就把手机摆在那里，告诉她数字变成几的时候就到点了。

结果安练一遍看一遍手机，或者练两遍看一遍手机，手机快被摁烂了。

于是我改变策略，孩子练的好又何必要练满时间呢，快到孩子的爆发点了赶紧停。

这样安练的很开心，每天也愿意练。只是可怜了我这当娘的，天天回家陪练。

好多好看的电影啊，着急的个我啊。

## 上陶笛课有感篇四

3月至今我在湖北金龙期货经纪有限公司进行实习工作。接受了培训并且成为了一名合格的经纪人。在此期间我觉得我长大了，学到了很多，经历了以前从没想过的沧桑的艰难。我真不由感叹，生活象一杯咖啡，品尝起来先苦后甜，只有经历时间的洗礼，在付出青春的汗水后才会得到最后的甘甜。

首先我来介绍一下我所学习并且工作的地方-金龙期货经纪有限公司。金龙期货前身系湖北省金属材料总公司上海交易部，成立于1992年5月，是上海期货交易所的首批会员，1995年5月金龙期货正式挂牌。多年来公司在资金管理、业务开发、风险控制等方面积累了丰富的经验，使投资者在保值、套利、投机中获得了良好的收益，并拥有了一批稳定成长的客户。

金龙期货是上海、大连、郑州三家期货交易所的全权会员，公司以信誉、服务为根本，以人力财力为依托，立足湖北、面向全国，充分发挥期货市场的规避风险和发现价格两大基本功能，为广大投资者与风险投资提供了最现代化的投资渠道。

公司总部位处武昌商业中心，毗邻亚洲贸易大厦，交通便利，位置优越；拥有近800平方米的现代化交易场所，国内一流的交易设施，宽敞明亮的交易大厅和设施齐备的专属客户室。公司内部拥有一支高效、精干、年轻的专业队伍。公司下设市场部、交易部、研发部、网络部、办公室、综合部、人力资源部、财务部、信息技术部，其分支机构有汉口营业部和南昌营业部。

公司在经营中一贯秉承道正、业精、守信、共进的经营理念，恪守客户至上的宗旨，遵循公开、公平、公正、合法、诚实守信的原则。凭借高素质、高水平的人才和先进快捷的交易、结算系统以及优质高效的信息服务，在期货业树立了良好形象。公司市场行为规范，业绩良好。目前，公司的客户群体遍及全国十多个省、市、自治区。套期保值和风险投资并重公司的目标是：不断提高期货代理份额，加强研究能力，完善服务质量，提高管理水平，壮大公司实力，依托湖北、面向全国，逐步发展成为真正意义上的投资理财的金融服务企业。

其次我来讲一讲我实习的经历。二月大年初六我就回到武汉，（情人节这天。呜呜，不但没有情人陪我，还淋了一身雨）。凭着东北人的狼性，我四处乱碰，（主要是在期货公司，证券公司应聘）不过结果不理想，吃了好多闭门羹。在三月初期，我记得是个星期五。我孤身前往金龙期货经纪有限公司进行应聘。接待我的是市场部的陈亮经理。他问了我很多问题，我们也聊一些生活琐事。从交谈中我发现陈经理是一位和蔼并且有头脑有魄力的领导，并且金龙期货缺少一些年轻有冲劲的年轻人，中层领导阶层空白一片。我暗喜：如果能在他的手下做事，前途一片光明。一个多钟头后走出陈经理

的办公室。虽然有些忐忑，但是我依然昂首，个人感觉我的表现他还是很满意的。面试后的第2天下午。我接到了陈经理的电话，他告诉我我通过了，并且要我在星期一到公司进行培训两个星期。接到电话后我心里好高兴。我终究有着落了。并且从事于我喜欢的并且和专业对口的期货公司。说点题外话，从小我就喜欢赌博，不沾钱我打不起劲头来。从打台球挂杆，扑克牌，麻将，赌币机我都参与并且都曾辉煌过。我天生是个高手：)其实我觉得一个赌博高手一定要有四个因素。

- 1: 头脑反映要灵敏，并且总是能很快掌握熟练的技巧。
- 2: 要想胜利赢钱就要对自己所赌博的游戏有深厚的兴趣。
- 3: 运气要好，试问一个再优秀的赌徒如果祖坟冒黑烟，手气背的不得了，每把都是糟烂牌，他怎么取得胜利。第四点也是最重要的一点：对自己一定要有坚定的信心。每次参与赌博的时候前，一定要抱有必胜的信念。这四点是我总结也是我所具备的。期货就是赌博，不是赌是什么？每天盘面上波动的数字不是钱啊，它也是需要技巧，需要投入兴趣，需要运气，更需要坚定的必胜信心。你做多上涨就赚钱，下跌就亏钱，做空反之。不是我要贯穿期货投资就是赌博这个思想，但是事实归事实，铁板子钉钉子的。

说远了回到前面话题。听到自己被录取了，我着实的兴奋了一把，并且大大的破费的庆祝了一下。人生得意需尽欢，莫使金樽空对月。既然被录取了，我的着装方面和形象方面需要修理一下（呵呵，我为人比较邋遢、落拓）。毕竟是金融企业嘛！我不为自己着想也要为公司形象着想啊！趁着周末两天时间，我买西装、皮鞋、领带，修理头发和胡须。耶！收拾完了后我看起来还真象那么回事。周一我西装笔挺的充满憧憬的并且怀着对前途的茫然到金龙期货去参加培训。我们培训的内容主要有期货走势分析（包括基本面和技术面），客户开发，金融营销，客户咨询及服务，编辑和撰写投资报告等。由陈亮经理亲自操刀主持培训。期间也有一些期货投

资方面经验比较丰富的老手为我们进行授课。本次金龙期货一共招聘了10个人，其中有9个人是武汉科技大学证券与期货专业的应届学生。这9个人（包括我在内的）都面熟并且个别几个非常熟悉。

两个星期很快过去了，我发现我真的学到了一些很有用并且再书本上学不到的东西，那就是经验。培训后公司留下了6个人进行试用（当然包括我拉），其中一个前台负责招待和接听电话报单的，另5个美其名曰：客户经理，其实就是个小经纪。试用期间工资少的可怜只有那么少少的四百元，不过我们公司还好，提供一套不错的住房和中午一顿免费的午餐。工资很少但是我充满斗志和信心。自从我被金龙录取后我就知道我从此告别了别人向往的稳定的生活和稳定的收入，因为我决定今生从事期货行业不离开。培训结束后我们马上进入状态，进入做战阶段。一个期货公司要招收一些有用的人（也就是能为公司带来效益的人）。而我们这些刚走出校门半步的人，只能从事客户开发。当你有客户后可以得到佣金并且还可以为客户进行操盘，也就是做单子。

只有这样才可以为自己得到进一步的学习。我的梦想就是成为一名优秀的交易员也就是俗称的操盘手。所以在3月-5月期间我四处奔跑。走过汉口这边绝大部分证券公司，期货公司，包括拜访一些现货商人。我很辛苦，但是我知道香蕉很好吃，但是要拨皮。想在这行业走远走的好一定要拼，一定要搏。一切为了未来。四月中旬得知我们发工资了，从银行卡中取出，虽然只有4张大票，但是我觉得它在手中好沉好重。我激动，我兴奋，我想大声喊叫。这是我有生以来第一次凭着自己的努力和汗水获得的金钱，以后我要赚更多更多更多更多的钱。在我不断的努力下我的付出终于得到了回报，我成功的开发了两个客户，虽然他们的资金不多，但是我成功的迈出了第一步。到目前为止这6个新人中有3个人因为受不了无形的精神压力和有形的肉体压力辞职。剩余的3个人中包括1个前台和最初9分之2的小经纪。

期货市场就是这么残酷，淘汰率高的劲死人。没有至之死地而后生的觉悟是绝对不行的。我就在9分之2中存活下来了，我很高兴。它就像一个有磁性的战场，吸引一批批的人进去拼杀，几轮回合下来，战胜的成了英雄，战败的被淘汰出局，这是历史的规律，也是大自然的规律。所以，涉足这个市场，欢喜多多忧亦多多。这一次我充满信心的走了进来，我坚信未来的我一定会闪光的。从此以后我要迈着坚定勇敢的步伐，持着：“当你全力以赴，全世界都会给你让路”的信念大步前进。我的未来我掌握！

## 上陶笛课有感篇五

初学钢琴时，钢琴学习最重要的就是练习，不厌其烦地练习，只有这样才能练好，试想如果练都不练，难道就能凭空弹出一首曲子，能把钢琴弹好，从最基本的指法练起，一步一步提升，慢慢地达到一个不错的水平，在此谈谈心得体会。下面是本站小编为大家收集整理初学钢琴心得体会，欢迎大家阅读。

钢琴学习心得一转眼已经到了大三的尾声，学习钢琴也有一年半的时间，从一开始手指都摆弄不好，到现在也能弹上一两首曲子，说实话，还是觉得挺好玩的，当一个个音符在指尖流淌的时候，那种舒适感是其他学科难以让我体会到的，而这加深了我对钢琴的喜爱，虽然我知道只有半个学期在大学里学习钢琴——即兴伴奏，但是我会将钢琴的学习有始有终的坚持下去。

总结下这学期课程的学习吧，其实挺感谢老师对我们的理解，由于忙着考研，担心练琴会消耗我很多时间，老师在曲子的难度和进度上对我的要求降低了，而且每天几乎泡在图书馆的我只能利用双休日下午的时间，当做学习的放松去琴房练习老师布置的曲目，部分中午的时间也会把握住，总之是抓紧一切时间学习，抓紧一切时间练琴，挺充实的，累是有点，但是更多的是每天睡在床上问心无愧的舒适感。弹奏完《拜

厄》，这学期我接触到了一本新的教材——《车尔尼599钢琴初级教程》，它被称为是“促进当今钢琴家演奏能力的绝佳教材”。双手从高音谱号开始，系统地引入不同时值的音符以及其他音乐要素，简单而又快乐的演奏。相对于《拜厄》的旋律感强，重复练习多的感受，《车尔尼599》一开始让我有点无从下手，记得第一次弹第30首的时候，我不止一次的觉得这没有什么旋律，练习起来也十分吃力，那次的感受至今难忘，可当回课时，在老师的指尖弹奏出来，我狠狠的愣了一下，我感慨原来它是这样的，有快慢有强弱有感情，不是毫无感觉的敲音。

可是依旧当我信心百倍的回去弹奏下首曲子的时候，以往的不适感又来了，不过这次我找了个方法，下视频，边看边学，多听再弹，我找到了一种这样的学琴方式。可是，这样会不会导致我识谱以及对节奏的把握产生依赖性呢，最终，我选择先自己练，再学习视频，两者结合学习。这学期也开始进行《钢琴基础教程2》的学习，怎么说，虽然不用再回《钢基1》的课了，可是，这并不代表我能将上面所有的曲子弹好了，所以，每次弹琴的时候，我又从头开始，当练指法、练识谱一样从新来过，不想这么轻易的将它丢弃。《钢基2》的感受就是乐曲很动听，但是每一首想弹好并不容易，《回旋曲》就给了我这样的感受，看起来很简单的谱，弹起来门道很多，很多细节不容忽视。

其实，我很喜欢老师您的教学方式的，因为根据每个学生学习的进度教学，而不是集中授课，意味着您要麻烦很多，您要花心思，一个一个的指导，并根据他的练习情况去安排适合他的曲子，所以我想谢谢您，您的这种一一教学，让我们每个人知道自己的毛病在哪，怎样去提高。

这学期的课程结束的好快，虽然担心着每次回课发挥的不好，去您那回课还是会很紧张，我想这一切的原因是因为我们太想练好了，我喜欢弹琴，喜欢手指在琴键上的跳跃，很美很幸福。暑假的到来，虽然会忙着考研，忙着上辅导班，但是，

绝对会有时间不时地在琴键上敲敲的，学琴不是一蹴而就，我相信长时间的努力是会收获的。

最后，感谢老师的知道，祝老师假期愉快！

说到钢琴，大家决不会陌生，平常在电视电影里、逛街时都看见过，都知道学钢琴是一件多么优雅的事，但大家真正学习的，有条件学习的实在太少了，而弹得好的就更少了，比较幸运的是我而今正在学习钢琴，不敢说学得怎么样，但也有自己的一些看法。

刚接触钢琴的时候，就对他很感兴趣，但练习是一件痛苦的事。刚开始，从最基本的指法练起，枯燥而乏味，不过练好了真的受益匪浅，指法是弹钢琴的基础。后来慢慢地接触一些简单的曲子或片段，先单手练，左手练好练右手，后双手合弹，这才是真的在弹钢琴。简单的合手练完后就是难一点的了，先是右手旋律，左手伴奏，再是左右手互为旋律伴奏，一首比一首难，花的时间也越来越长，人不知不觉地就烦躁起来。但练得多了，发现一首曲子上手很快。后来我们加练了踏板，加大了练习难度，但还是被拿下。

钢琴真的是要练出来的，大家基本上都会对钢琴感兴趣，学习钢琴首先要热爱钢琴，只有热爱才会投入，才会学好，其次是要有一定的乐理知识，只有这样才能更好的了解感情及乐曲，还应该要有一定的视唱功底，视唱越好就越好。

钢琴学习最重要的就是练习，不厌其烦地练习，只有这样才能练好，试想如果练都不练，难道就能凭空弹出一首曲子，能把钢琴弹好？从最基本的指法练起，一步一步提升，慢慢地达到一个不错的水平。

一般人弹钢琴只是一种兴趣，但如果想达到大师级别，除非你从小练起，有惊人的天赋，但我自认为没有，但我还是会把钢琴练好。也希望老师加大力度，对我严格要求。



我学钢琴的目的是训练右半脑，平衡双手，静养，娱乐。目标是花十年时间，考上业余十级。已学两年了，和网友交流一下自己的感受。

1、钢琴是乐器之王，表现力无与伦比，所以，它无法速成，练琴很辛苦，得有心里准备。

2、基本功很重要，刚开始学习就要规范，否则事倍功半，并且纠正很麻烦。建议请钢琴老师教。

3、最好每天都练。时间不少于1小时，有时间分次更好。

4、五线谱必学，并不难，多听多看就没难度，常见的乐理知识比较枯燥乏味，建议在练琴时化整为零地学。

5、手小者练了就会大的，有空撑开手掌练俯卧撑，我一年伸张了一度。殷承宗大师也曾这样做。

6、练琴时坐姿要端正。冬天手冷，关节僵硬，练热双手。

7、个人感觉练指法，哈农更适合成人。

8、学钢琴的人，至少是有德的人，所以我中午和夜晚9点后，决不练琴！练哈农太单调，邻里千篇一律地听，会去跳楼的。最好踩下减音踏板。

9、保持对弹钢琴的兴趣是不半途而废的前提，有机会多参加钢琴音乐会。

10、常到流行钢琴网看看听听下下，收益非浅。