# 2023年菁英计划心得体会(汇总10篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 菁英计划心得体会篇一

段落一：介绍青马菁英计划及心得体会重要性（字数：150）

青马菁英计划是一项旨在培养年轻人领导能力和综合素质的计划。通过参与该计划，我有幸结识了许多优秀的同龄人，并且得到了专业导师和领导者的指导。计划的目标是激励年轻人积极参与社会公益活动，提升他们的自信心和责任感。回顾参与青马菁英计划的经历，我可以明确地说心得体会对于参与者来说是至关重要的。通过整理和总结自己的心得体会，我们可以更好地认识自己的优点和不足，并且在日后的发展中不断提高自己。

段落二：心得体会的实践与反思（字数：300）

在青马菁英计划中，我主动参与了社区服务项目。通过与不同的社区机构合作，我向导师们学习了许多在日常生活中可以应用的实用技能。最重要的是，我得到了积极的反馈和鼓励，这增强了我的自信心。通过参与社区服务项目，我意识到领导团队和合作的重要性。我学会了如何与不同背景和观点的人进行合作，这为我未来的职业发展奠定了坚实的基础。在反思中，我发现自己的沟通能力和解决问题的能力还有待提高。因此，在接下来的时间里，我将努力提升自己的沟通技巧和解决问题的能力，并找到自己的定位。

段落三：发挥心得体会的重要性（字数：300）

将心得体会应用到实际生活中是非常重要的。通过对自身经历的反思和总结，我发现自己在某些方面的不足，例如时间管理和决策能力。然而，我也发现了一些优势，例如团队合作和解决问题的能力。因此，我将努力发展自己的不足之处，并在未来的职业生涯中有所提高。通过应用心得体会，我将更好地应对挑战和困难，并在不同的环境中发挥自己的长处。心得体会可以帮助我更好地了解自己的优势和不足，为我未来的职业规划提供指导，并培养我成为一名优秀的领导者。

段落四：如何从心得体会中获得启示（字数：200）

通过青马菁英计划的心得体会，我认识到成功的关键在于不断学习和提高自己。只有通过反思自己的经历，才能发现自身的优点和不足。这一体会将伴随我一生，并促使我不断地努力学习和改进自己。同时，通过与其他优秀的年轻人交流分享心得体会，我获得了更多的启示和灵感，这为我未来的发展提供了宝贵的资讯。

段落五：结论（字数：150）

总而言之，青马菁英计划的心得体会对于参与者的成长和发展非常重要。它可以帮助我们认识自己的优势和不足，为未来的发展提供指导，并激励我们不断学习和提高自己。通过应用心得体会，我们可以更好地应对挑战和困难，并实现个人和职业的成功。在这个计划中，我不仅学到了很多实用技能，也结识了许多优秀的人才。我非常感激这个机会，并希望将来能将我所学到的知识和经验应用到实际生活和工作中。

## 菁英计划心得体会篇二

首先，培训课程从上午八点到中午十二点，下午两点半到五点，每天的日程都安排得很充实。先后由教授、特级教师、

优秀学科带头人给我们带来讲座，讲座的内容涉及了多个方面。

西山区教科研培训中心的景海莲老师主讲“教师的专业发展”通过马街中心学校的实例讲述了怎样进行“三段两反思校本研修”过程，让我懂得了校本教研的意义与形式，“没有教师的生命质量的提升，就很难有高的教育质量，没有教师精神的解放，就很难有学生精神的解放，没有教师的主动发展，就很难有学生主动性的发展，没有教师的教育创造，就很难有学生的创造精神。”，“培训内容教研化，培训途径多样化”，进行校本教学研究要“以需求为基点，定位教研组目标；以制度为保障，活化教研组活动；以发展为目标，提升教研组品位；以评价为机制，提高教研热情；”并具体介绍了进行校本教研的方法。“教学的成功，从低年级开始”，她在讲座中运用了理论结合实际的方式，让我明白“教育就是习惯的培养”，懂得了一年级的数学课如何教：教会学生会用时间、会用数学书、会用学具、学会观察、会写日记；对学生进行数学思想的渗透。

云南师范大学朱维宗老师在“教学案例的撰写”做了详细的讲解，让我懂得什么是教学案例，教学案例的一般要素，以及怎样写一个完整的教学案例。还有“数感的培养”首先讲了什么是数感，然后从多角度讲解了数感的内涵，最后说明了数感的教学方法，结合实例说明国外在数感培养方面的一些做法，以及对数感教学的思考。另外“教学目标的设计与修改”剖析了三维目标，告诉我们制定教学目标的误区，结合实例说明怎样正确确定教学目标的方法与步骤，并让我们写了分别写了一份教学目标的设计和教学案例作为作业。

五华区教育科学研究中心邱崇儒老师主讲的“现代教育技术在小学数学教学中的应用”让我知道教育技术的发展和趋势，教育技术实践与运用层面的思考，懂得在运用中需要注意的问题。

盘龙区教科中心王晓碧带来的“全日制义务教育《数学课程标准》导读”，指出《课程标准》的重要性，他是编写教材的依据，进行教学的依据，考试命题的依据，教学评价的依据。认真分析了课程标准，强调核心是促进学生的发展。

来自五华区的陶德明老师，他的讲座《如何研究小学数学教材》，让我对数学教材产生了强烈的学习欲望。他告诉我们什么是小学数学教材，为什么研究小学数学教材，以及怎样研究小学数学教材，结合实例，认真分析，发人深省。

明通小学的李彦璇老师，为我们带来了《练习课的研究》，让我懂得练习课的层次设计：会-熟-巧-创。也给我们留下了深刻印象。

另外，跟班研修期间，我们分别到海贝小学、金康园小学、明通小学、春城小学和武成小学听课，参与学校的评课和教研活动，参观校园，每个学校两天。在这些学校里，让我感受到浓厚的学习氛围，丰富的校园文化活动；从优秀教师的身上，我学到了如何设计并上好一节课，学会了怎样评课。

通过培训，我重新审视了自己，只有通过不断的学习，不断的提高来充实自己，找到自己的人生价值。培训后，让我的业务水平不断地提高，我将带着收获、带着感悟、带着信念、带着满腔热情，在今后的教学中，我要汲取专家的精华，反思自己的教学行为，让自己在教学实践中获得成长，使自己的教学水平和教学能力更上一个台阶。我会更加努力学习，为农村的教育事业贡献自己的一份力量。

## 菁英计划心得体会篇三

青年菁英计划是一项旨在培养和培训年轻人成为社会中的领导者和创新者的项目。在参与这个计划的过程中，我获得了很多宝贵的经验和知识，让我对自己和社会的未来有了更深入的认识。以下是我对这个计划的体会和心得。

首先，青年菁英计划提供了一个良好的学习和成长平台。在这个计划中，我们不仅学习到了专业知识和技能，还学会了如何与他人合作和沟通。通过各种培训和实践活动，我们不断地提高自己的能力，不断地突破自己的舒适区。这个计划的教育理念是通过参与式学习和实践来培养个人的领导能力和团队合作能力，让我们在其中真正地成长。

其次，青年菁英计划注重培养创新和创业能力。在项目中，我们有机会接触到各种创新的案例和实践，了解到了创业的精神和困难。通过动手实践和团队合作，我们学习到了如何将创新的想法转化为实际的项目，并且了解到了如何解决实际问题和困难。这些经验让我们对创业有了更深入的了解，为将来的职业发展打下了坚实的基础。

第三，青年菁英计划奖励和认可个人的努力和成就。在这个计划中，我们有机会参与各种比赛和活动，并有机会获得奖项和认可。这不仅鼓励和激励了我们的努力，也增加了我们的自信心和动力。而且，这个计划还提供了很多实践和实习的机会，使我们在实际工作中得到了锻炼和提高。这些实践经验无疑提高了我们的就业竞争力，为将来的职业发展打下了坚实的基础。

第四，青年菁英计划注重社会责任和公益事业的意识。在计划中，我们有机会参与各种社区服务和公益活动，了解到了社会的各种问题和困难。这让我们对社会问题有了更深入的认识，并激发了我们解决这些问题的热情和动力。我们学会了如何帮助他人，如何影响他人，如何改变社会。这种社会责任感和公益精神无疑也成为我们个人成长和发展的重要因素。

最后，青年菁英计划帮助我们建立了广泛的人脉和社交圈。在这个计划中，我们和来自不同地区和不同背景的人们交流和合作，结识了许多志同道合的朋友和合作伙伴。这种人脉和社交圈不仅为我们提供了更多的机会，也为我们将来的发

展提供了更多的资源和支持。这对我们个人和职业的发展都是非常有益的。

总结起来，青年菁英计划是一个对年轻人发展极其重要的项目。通过这个计划，我们在专业知识和技能、领导能力和团队合作能力、创新和创业能力以及社会责任感和公益精神等方面都得到了很大的提高和发展。这些经验和成就无疑会对我们将来的职业发展和社会贡献产生深远的影响。因此，我对青年菁英计划充满了感激和期待，希望将来还能有更多的年轻人有机会参与其中，实现自己的梦想和价值。

## 菁英计划心得体会篇四

申请攻读博士学位研究生：申请人应为应届本科、硕士毕业生，派出前应具有学士或硕士学位，申请时须提交国外院校的入学通知书及翻译件（申报单位须盖章）、国外导师签字的研修计划、就读高校或科研院所的在读证明。同等条件下，申请人在近三年有一定学术研究成果的可优先考虑。

申请联合培养博士生：申请人原则上应为全日制非毕业年级的在读优秀博士研究生。申请时需提交国外院校正式邀请信及翻译件（申报单位须盖章）、国内外导师共同制定的研修计划（国内外导师须签字）、就读高校或科研院所的在读证明。如无法在规定时间内完成留学计划，就读院校、科研机构须单独出具同意推迟答辩、毕业的书面证明。

广州市属（含区属）企事业单位在职人员，需在本市缴纳社会保险（五险同参），且社会保险费缴纳单位应与实际用工单位一致（按法律法规属于劳务派遣的除外），申请时须提交以下材料：国外院校的入学通知书、所在任职单位的同意派出函、定向培养留学人员培养保证金说明函。

# 菁英计划心得体会篇五

近年来，我国正迎来青少年跑步爱好者的自发增长。作为中国最具代表性的马拉松赛事，青岛国际马拉松比赛更是成为许多年轻人追逐梦想的舞台。其中，青马菁英计划作为青岛国际马拉松的重要组成部分，为年轻跑者提供了独特的发展机会。在此次计划中，我有幸参与其中，并且从中深感到了培养意志力、团队合作和自我突破的重要性。

首先，参与青马菁英计划让我深刻体验到了培养意志力的重要性。作为一项高强度的长跑项目，马拉松是对身体素质和意志力的严格考验。每天早晨的训练都需要充分的动力和毅力。通过长时间的坚持和努力，我逐渐培养出了坚强的意志力。在面对高强度的训练时，我不再轻言放弃，而是坚持到底，这种毅力也使我在其他方面的生活中有了更强的自制力和决心。

其次，青马菁英计划让我深刻体会到了团队合作的重要性。在参与计划的过程中，我需要和其他队员共同合作完成训练和达成目标。我们互相鼓励和帮助，共同分享训练心得和经验。在团队中，大家形成了一种默契和信任，树立了共同的目标。通过团队合作，我们可以相互倾听和尊重，共同努力追求更高的目标。这种团队合作精神不仅在训练中体现出来，在日常生活中也起到了积极的作用，使我更积极主动地与他人进行合作和沟通。

此外，青马菁英计划激发了我对突破自我的渴望。在训练和比赛中，我时常面临着困难和挑战。然而，正是这些困难和挑战激发了我不断向前迈进的动力。每次训练和比赛都是一个机会，让我挑战自我、超越极限。从最初的2000米到最终的半马，我不断突破自己的记录和极限，取得了长足的进步。这种不断挑战自我的精神也激励我在其他方面积极探索和尝试，不断追求个人的成长和进步。

最后，通过参与青马菁英计划，我也体会到了跑步对我的生活的积极影响。作为一种个人运动，长跑给予了我独特的经历和感受。在奔跑的过程中，我可以暂时摆脱现实的压力，独自思考和反思，给予自己精神上的宁静与轻松。长跑不仅是身体的锻炼，更是内心的净化和释放。通过长跑，我更加热爱生活，更加具备积极向上的心态去面对困难和挑战。

综上所述，青马菁英计划是我人生中一段宝贵的经历。通过培养意志力、团队合作和自我突破，我在这个计划中收获了非常珍贵的体验和感悟。这些经历不仅让我在长跑中取得了进步，更使我在其他方面的生活中受益匪浅。我对青马菁英计划的参与热情将会持续下去，我相信，通过持之以恒地努力，我将成为一个更优秀的跑者和更积极向上的人。

## 菁英计划心得体会篇六

参加了“国培计划”的培训学习，聆听了各位专家、教授的精彩讲座，使我在这里受益良多。

教育目标必须立足于当下，着眼于未来，面向社会发展对人才要求的变化，成为适合未来社会发展所需要的人。因此，我对数学有了新的认知，树立了新的理念，激发了我上好数学课的兴趣。

他们从自己的研究方向、方面的深厚的学术造诣和卓有独到的视野和经验出发，使我认识到新课程倡导的自主学习、合作学习、探究性学习的重要性，没有学生的积极参与，就不可能有自主、探究、合作学习。

加强自身道德素质，加强对数学专业知识的学习。他们中使我感受最深的是他们都有共同特点：理解学生，宽容学生。不采取粗暴的方式去指责犯错误的学生，而是帮助寻找原因，提供具体指导，站在学生的立场，理解学生的心态。他们尊重学生的需求和发展特点，重视基础，为学生有个性发展提

供空间。从学生出发，做到以人为本，为每个学生提供平等参与的机会，让学生在宽松、民主的环境中体验成功，健康成长。

总之，在回顾这些日子的学习中，收获颇多。让我真正地明白了教育的真谛，开阔了视野，增进了见识，增长了知识，让我看到了一个教育者应具有的素质。俗语说得好：听君一席话，胜读十年书。

在今后的教学中，我会继续学习教育教学理论知识，使自己的教学水平和教学能力更上一个台阶，从而为祖国培养适应未来社会所需要的人才而服务，为社会主义现代化做贡献。

## 菁英计划心得体会篇七

作为一名参加过菁英计划的学生，我在这个夏令营中收获颇丰。在这个两周的时间里，我学到了许多知识，结交了许多朋友，也提高了自我认知和领导能力。以下是本人对于菁英计划的个人心得体会。

菁英计划是一个为期两周的夏令营，主要面向高中生和大学生。整个夏令营分为两个部分，第一部分为核心课程，内容包括领导力、创新思维、学术研究等，这些知识点对于未来的学业或工作至关重要。第二部分为选修课程，主要分为人文历史、商业金融、工程科技等，旨在让学生能够在自己感兴趣或者未来想从事的领域中深入了解，培养专业的能力。

第二段：我在菁英计划中所学习到的

在菁英计划期间，我学习到了许多实用的知识。其中最具影响力的是领导力课程。在这个环节中，我们与其他学员分成小组，学习如何实现协同工作等团队领导技巧。通过团队合作或者个人思考，每个人都有机会去领导小组思考并制定解决问题的方案。此外，在菁英计划中，我学习到了如何跨越

语言障碍和文化障碍，以及如何利用不同的思维模式进行创新。

第三段：我在菁英计划中交到的朋友

在这个夏令营中，我结交了许多志同道合的朋友。我们一起学习、讨论、交流，成为了彼此信任和尊重的好朋友。通过交流的过程中，我增加了对不同国家文化的了解，更加开阔了自己的眼界。

第四段：我在菁英计划中提升的自我认知

参加菁英计划让我对自己有了更全面的认识。我了解到自己的优缺点、个性特点以及价值观，这些都是我未来成长和发展的关键。通过测试和日常讨论，我能够更好地反思自己，提高自身的领导能力和自我管理技能。

总体上来说，参加菁英计划让我受益匪浅。我学习到了许多知识和技能，结交了许多志同道合的好友，也提高了自己的领导能力和自我认知。在未来，我会继续努力，将所学到的知识应用到实际工作学习中，同时也会保持一颗谦虚、包容、开阔的心态去迎接挑战。

## 菁英计划心得体会篇八

国培计划带给了我太多的思考、太多的感动、太多的成长经历。虽说当初对学习日程安排有些许埋怨，到后来却有许多次乐之忘返。

一、 改变观念

敬业精神与科学的教学法相结合，必定是成功的保障。而在日常工作中，我经常会说工作忙、杂事多，常抱怨学校教学条件差，学生的基础差，是乐盲，没有专门的教室以及合唱

用的站台等，于是工作中总是一副得过且过的思想状态，总想着教不好学生不是我的能力问题，而是许多的客观原因造成的。通过此次学习，彻底改变了我的这种“寄生虫”思想，使我明白了好的条件不是等着我去用，而是需要自己去创造、去挖掘，即使在有限的条件下，也同样能做出不平凡的壮举，同样也能培养出出色的孩子。

二、 以名师为榜样，以城市孩子的素养为培养目标

有幸参加了这次“国培”，在教授及其他专家传授理论方法的同时，还顺势播放了一些全国名师音乐大赛的课堂教学视频，那些名师们扎实的基本功，行云流水的课堂教学艺术，给我留下了深刻的印象。名师至所以能让家喻户晓，这与他们的努力是分不开的，孩子们的优秀与教师的引导有着不可分割的关系。

三、 努力实践，力创特色

这次培训，我找到了适用于小学音乐教学的一种方法—用最简单的方法学会最难的知识，在教育行为上是将语言、动作、音乐三元素融为一体，以节奏为核心要素。在音乐教学中，我们可以不断地创编新颖的游戏，这些方式来源于生活，取材于大自然，学生当然会感兴趣，结果就不言而喻了。

总之，这次培训仅说“收获大”是不够的，我会把这次提高专业成长的机会变成充电提高的起点，让自己快速成长起来。

很高兴能参加为期八天的国培计划小学音乐教师培训。培训的时间虽然很短暂，但是每天的感觉是幸福而又充实的。因为每一天都是面对不同风格的名师，每一天都能听到不同类型的讲座，每一天都能感受到思想火花的冲击。耳濡目染之中，心灵经历了忐忑、彷徨、探索、喜悦与享受。一路走来，专家、名师的讲座虽然我不能做到完全吸收他们的课程精华，但他们先进的教育理念、独到的教学思想、对我今后的教育

教学工作无不起着引领和导向作用。这次培训，更增添了我努力使自己成为一名科研型教师的信心。

## 菁英计划心得体会篇九

近几年，菁英计划成为越来越多学生关注的话题。作为一项提供顶尖教育资源的计划，它为学生提供了更广阔的学习平台，为成功的道路打下了坚实的基础。在过去的一年里，我参加了菁英计划，并从中收获了很多。以下是我对于菁英计划的心得与体会。

第二段：个人成长

通过菁英计划的学习，我体验到了高质量的教学，学到了许多实用的技能和知识。同时，我也得到了各种各样的机会，例如参加国际研讨会、与知名学者面对面交流等等。这些机会让我认识到了外面的社会和世界，让我更加充实，更有信心地面对未来。除此之外，菁英计划还让我结交了很多志同道合的朋友，他们的存在让我拥有了更多的勇气和动力。

第三段：适应能力

菁英计划是一个很挑战的学习环境，要求学生有很强的自我调整和适应能力。通过一个年的学习，我逐渐适应了这种学习方式，并且学会了如何面对挑战和压力。我还发现，在实践中，我更容易地适应新的环境和新的人际关系，这些经验在我的未来发展中将会非常有用。

第四段：综合素质

除了专业知识的学习，菁英计划还要求学生具备很强的综合素质。例如，交流、合作、领导力以及自我管理等方面的训练。在菁英计划的学习中，我从小组讨论、模拟演练活动、社会实践等环节中受益匪浅。通过这些活动，我了解到了如

何与他人合作，并且向他人学习，这些能力在将来的工作与生活中将非常有用。

第五段：未来展望

在学习完菁英计划后，我深刻体会到了学习是一个不断成长的过程。我已经学到了很多知识和技能，但是在我未来的道路上，我仍需要不断地学习和成长。然而，我相信，在菁英计划中所学到的知识和技能，以及遇到的各种挑战和机会，将成为我未来成功的一个优秀基础。

结语：

总的来说，通过这个菁英计划的学习和实践，我意识到我有很多的潜力和机会。我相信自己将来会在自己的领域中取得更大的成就。同时，我也希望更多学生能够参加这样的学习计划，从而能够在学习和实践中成长，获得更多的机会，赢得更多的成功。

## 菁英计划心得体会篇十

在20xx年x月x日—11月x日，我有幸参加了“国培计划”小学数学教师培训。通过学习，使我在理论上对教育、教学有了更深层次的认识和体会。“国培计划”为小学教师提供了学习和交流的平台，结合自己的实际，对这次学习有以下体会。

备课是上好课的关键，可以说任何一堂成功的课都是由精心备课而来。随着新课程实践向纵深发展，“教书”这一概念发生了深刻的变化。教师的“教”已不再是单纯传授，讲析，而是引导、组织、参与、讨论等的综合；“书”也不再是单纯的教科书，而是所有的书，包括电视、电影、网络、报刊杂志，特别是生活这部大书。那么新课程背景下的备课也必然发生巨变，谁来备、备什么、怎样备，这些都是教师们亟待解决的问题。

在新的教学时代，在当今课改的大环境下，数学教师如何才能上好一节数学课？我认为最重要的是：教师应进行角色转换，应从传统的知识传授者角色向学生的导师、学生自主学习的促进者、课程的开发者、合作者、信息资源的设计和查询者、学生的学术顾问、研究者和学习者等角色转变。我们要向40分钟要质量，追求教学的有效性（即：有效果、有效率、有效益）。

课堂教学是预设与生成的矛盾统一体，充分的预设是课堂教学成功的保障。只有课前精心预设，才能在课堂上动态生成。我们还应该“提倡生成”、“期待生成”，同时也“关注生成”、“驾驭生成”，让学生的问题跟着我们的课堂一起飞翔。为了有效地开展课堂教学活动，完成计划中的教与学的任务，在上一堂课之前，我们要深入研究教材，全面了解学生，精心设计活动，完成教学预设。但在真实的课堂教学中，要因地制宜、因情制宜，随时调整课前的预设，即时创造、即兴修改，创设有利于学生有效学习的课堂情境。

通过这次学习，突然感到自己身上的压力变大了，要想不被淘汰出局，要想最终成为一名合格的骨干教师，就要更努力地提高自身的业务素质、理论水平、教育科研能力、课堂教学能力等。我觉得我要学的东西还很多，不能因为自己是新老师而原谅自己教育教学上的不足，因为对学生来说小学教育也只有一次。而这就需要我付出更多的时间和精力，努力学习各种教育理论，并勇于到课堂上去实践，及时对自己的教育教学进行反思、调控。我相信通过自己的不断努力会有所收获，有所感悟的。

百年大计，教育为本。教育大计，教师为本。我们必须是着眼于未来，采取科学的方法应对随时出现的新问题，努力使自己适应新时代的教育。在今后的工作中还必须给自己定好位，必须走“学习——反思——研究——实践”相结合的专业发展之路。

这次培训让我受益匪浅，感谢“国培计划”这个平台为我们特别是农村小学教师提供这么好的学习空间，感谢“国培”为我们提供这么难得的学习机会，促使我在教育生涯的轨道上大步前进！