

# 最新贵州省心得体会(通用8篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 贵州省心得体会篇一

当代舞是一种自由的艺术形式，它以身体的表达和即兴创作为基础，强调个体的独特性和内心情感的抒发。在我的舞蹈学习过程中，我深深体会到了当代舞的魅力和内涵。下面我将从当代舞的起源和特点、我的舞蹈经历、当代舞给予我的启示、当代舞对我的人生影响以及我对当代舞的未来展望等方面，分享一下我的心得体会。

首先，当代舞起源于上世纪初的美国，它是现代舞的延伸和发展。相对于传统舞蹈和经典舞蹈形式，当代舞更加注重舞者的身体表达和感知，舞蹈技巧和舞台形式相对自由。它不受舞蹈规则和限制，强调个体艺术表达和情感释放。当代舞的特点体现在它的舞蹈语言和主题上，舞者可以利用各种肢体动作和技巧去传递自己的思想、情感和精神状态。这种即兴的、自由的舞蹈方式使舞蹈变得更加生动有趣、触动人心。

在我学习当代舞的过程中，我从中获得了很多的快乐和乐趣。首先是在舞台上展示自己的个性和表达自己内心的情感。当我站在舞台上，每一个动作都是我自己的个性和思想的投射，我能够通过舞蹈来分享我的独特的感受和视角。同时，在排练的过程中，我也体验到了当代舞给予我的身体、心理上的训练。当代舞对身体素质要求较高，技巧的训练需要重复和坚持。这种训练让我更加了解自己的身体，提升了我的柔韧性和力量，也使我更加具备了耐心和毅力。

当代舞给予我的最大启示是“自由”，它告诉我在当代社会中如何思考和表达自己。它不仅仅是一种艺术形式，更是一种人生态度。当代舞鼓励每个人去追求自己独特的风格和思考方式，不受传统和社会的束缚。这种自由的态度和思维方式让我对生活更加开放和积极，不断追求个人的成长和幸福。

当代舞对我的人生影响是深远和持久的。在学习舞蹈过程中，我锻炼了自己的专注力和耐力，尤其是在排练和舞台表演时需要连续多小时的集中精力。这对我的学习和工作都产生了积极的影响。同时，当代舞也培养了我的创造力和想象力。在创作过程中，我需要不断地探索和尝试新的方式和动作，这培养了我解决问题和创新思维的能力。此外，当代舞让我更加关注自己的身体健康和形象塑造，培养了我对自己的自信和自尊。

展望未来，我希望继续追求当代舞，继续深入挖掘其中的艺术内涵和表达方式。我希望通过参与更多的舞蹈项目和交流活动，不断提高自己的舞蹈技巧和艺术表现力。同时，我也希望将当代舞融入到我未来的教育事业中，通过教学和指导，将当代舞的美妙与普罗大众分享。

总之，当代舞是一种自由和个性化的艺术形式，它为我带来了快乐、培养了我的身体和心理素质，给予了我对自我和社会的思考和表达的启示。我将继续追求当代舞的艺术境界和个人成长，同时也希望能将这种艺术形式融入到我的生活和工作中，与更多的人分享当代舞的魅力和美妙。

## 贵州省心得体会篇二

当代青年作为社会的主力军，承载着国家的未来发展和社会的希望。作为一名当代青年，我深感责任重大。在自己的成长和探索的过程中，我有许多体会和感悟，这些都是我作为当代青年的心得，值得与大家分享和探讨。

## 第二段：追求自我价值的重要性

当代青年面临着诸多挑战和压力，社会的竞争日益激烈，我们往往面临着选择和困扰。在这个时候，我深刻认识到追求自我价值的重要性。我们不能被外界的声音左右，要有自己的判断和选择，坚守自己的信念，寻找并发挥自己的优势。只有真正认识和发挥自己的价值，才能在竞争中脱颖而出，为社会做出更大的贡献。

## 第三段：积极探索和实践

在当代社会，知识变得越来越丰富，学习也变得更加自由和多样化。作为青年，我们应该抓住这个机遇，广泛积极地探索和实践。通过实践，我们能够更好地了解自己，发现自己的兴趣和特长。同时，也能够锻炼自己的能力、丰富自己的阅历，为未来的发展打下坚实的基础。

## 第四段：勇于面对与适应变化

在现代社会，变化是不可避免的。面对快速变化的社会环境，我们不能僵化地固守旧观念和思维方式，而应当保持开放的心态，勇于面对和适应变化。只有保持积极的心态，不断学习和进取，我们才能适应社会的发展需要，不被淘汰，始终保持竞争优势。

## 第五段：发扬青春正能量

当代青年应该具备一颗热爱祖国、服务社会的心。我们要时刻记得自己是祖国的未来和希望，要为国家的繁荣发展贡献自己的力量。同时，我们也应该积极行动起来，关心社会事务，通过自己的实际行动和正能量的传播，引导更多的人积极向上，共同构建一个和谐美好的社会。

总结：

作为一名当代青年，我意识到追求自我价值、积极探索和实践、勇于面对与适应变化，以及发扬青春正能量的重要性。只有通过不断的学习和实践，在适应变化的社会中找到自己的定位，发挥自己的优势，我们才能在社会中立足，为国家和社会做出更大的贡献。因此，我将继续努力学习、拓宽自己的眼界和视野，积极锻炼自己的能力，通过实践和行动，为当代青年树立一个积极向上的榜样。

## 贵州省心得体会篇三

作为一名新时代的年轻教师，在今天这个充满竞争快节奏的时代，我们要在竞争中学会生存，在逆境中谱写人生乐章，展示自己的风采。

教师是人类灵魂的工程师，对于孩子们的成长和成才的作用不言而喻。作为一名培养未来人才的教师，知识结构的状况和道德水准的高下，愈来愈成为受关注的焦点。为人师表已成为新时期师风师德建设的重点和基础。如何在新的环境中建立良好的师生关系，更是重中之重。首先，我觉得教师应该热爱教育事业，热爱学生，主动经常与学生沟通交流，愿意与学生成为朋友，建立起平等和谐的师生关系，处事公平合理，不抱偏见，对自己所有的学生一视同仁，树立较高的威信。

其次，我觉得教师也要重视对《中小学教师职业道德规范》、《教师法》、《未成年人保护法》等教育法规的学习，具有依法执教意识，以及对违法违规行为的辨识力，要尊重学生，不得变相体罚。再次，教师应重视自身的道德形象，追求人格完美，重视教师职业的特质修养和个性魅力，有更高的人文目标。所以，教师要注意提高自己的思想修养；教师要严格要求自己，以身作则；要热爱学生，努力成为学生心目中的富于爱心的老师，使他们自觉尊重教师的劳动，愿意接近老师，希望与老师合作，愿意向老师袒露内心世界，分享自己的喜怒哀乐。

教师们希望每一位学生提高自身的能力，发展和完善自身的素质，达到他们所期望的目标。但关键是要让学生正确地理解教师的行为，不要产生厌学和反感。因此教师要优化自身形象，从树立以德立教、率先垂范、严于律己、无私奉献的教师形象入手，把外树形象与内强素质结合起来，以良好的师风师德感召和熏陶学生，提高教育人的可信性；树立以学生为主体的服务意识，创造出尊重、信任、宽容、友爱的新型的师生关系。

作为一名人民教师，通过这次学习，我要从思想上严格要求自己，在行动上提高自己的工作责任心，提高自己的钻研精神，刻苦钻研业务知识，做到政治业务两过硬。用一片赤诚之心培育人，高尚的人格魅力影响人，崇高的师德塑造人。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 贵州省心得体会篇四

当代舞是当今舞蹈艺术的一种表现形式，以自由、多样和个性化的舞蹈技巧为基础，融入音乐、视觉和情感等元素，展现出独特的表达力和艺术魅力。作为一名当代舞爱好者，我对于这一形式的舞蹈有着深刻的体会和体悟。在过去的几年

里，我参与了许多当代舞培训班和演出，不断探索和实践这一艺术形式。在这个过程中，我积累了许多心得体会，下面将分享其中的几点。

首先，当代舞注重个体表达和独特性，这是与传统舞蹈最显著的区别之一。当代舞更加强调舞者个人的情感和思想表达，而不是刻板的舞蹈动作。通过个体化的动作探索和表达内心的情感，舞者能够真实地展示自己的个性特点。在课堂上，老师鼓励我们通过编舞的方式来自由地发挥和创造，这让身体释放出无限的可能。在表演中，我总能感受到自己与观众之间的心灵共鸣，这是传统舞蹈所无法带来的激动和愉悦。

其次，当代舞给了我一个更广阔的舞蹈世界。传统舞蹈通常有着固定的规范和约束，舞者需要按照特定的模式来完成舞蹈动作。而当代舞则是一种更加自由和开放的舞蹈形式，它融入了不同的舞蹈元素和风格，可以结合现代舞、爵士舞、芭蕾舞等多种舞蹈形式。这使得当代舞具有了更强的艺术感和创新性，在创作上更加自由和灵活。在学习和表演时，我可以尝试不同的舞蹈元素和风格，丰富了我的舞蹈技巧和舞蹈视野。

第三，当代舞强调身体与自然的联系。当代舞鼓励舞者以自然的身体状态去感受和表达，强调身体的自然呼吸和动感。舞者通过对身体不同部位的活动，来表现出个体身心的变化和情感的流露。对我而言，当代舞是一种身体和心灵的沟通方式。在当代舞的创作和表演中，我可以将自己的内心情感体验转化为肢体语言，让身体去表达我无法用言语表达的情感和思绪。这种身体与自然的联系带给我一种难以言喻的愉悦感和解放感。

第四，当代舞对于舞者的身体素质和技巧要求非常高。当代舞的舞蹈动作通常更加复杂和技术性，需要舞者具备较高的柔韧性、力量和耐力。在学习和练习过程中，我深刻体会到了舞蹈对身体素质和技巧的要求。为了达到更高的舞蹈水平，

我不断地进行身体训练和技巧练习，不仅要提高身体的力量和柔韧性，还要准确地掌握各种舞蹈动作和技巧。通过坚持不懈的努力，我的舞蹈水平得到了提高，同时也增强了我的体魄。

最后，当代舞让我更加自由地表达自己。作为一个当代舞者，我不再受制于传统舞蹈规范和限制，我可以通过舞蹈来展现自己独特的个性和情感。在舞台上，我可以尽情地投入舞蹈，与音乐、舞台和观众融为一体。在舞蹈中，我能够尽情地表达自己内心的欢乐、悲伤、愤怒等情感，让观众感受到我内心世界的美妙和力量。当代舞为我提供了一个平台，让我更加真实地展示自己，也让我更加深刻地认识自己。

总之，当代舞让我在舞蹈艺术中找到了属于自己的位置。通过学习和实践，我懂得了舞蹈的自由、创新和独特性，也体会到了身体与自然的紧密联系。当代舞的舞蹈动作和技巧要求我不断提升自己的身体素质和舞蹈水平。而最重要的是，当代舞让我更加自由地表达自己内心的世界，寻找到了真正属于我的舞蹈之路。在未来的日子里，我将继续坚持学习和实践，为自己的舞蹈之旅增添更多的色彩和美丽。

## 贵州省心得体会篇五

当代社会发展迅猛，科技进步日新月异。与此同时，青年人也面临着许多前所未有的困惑和挑战。首先，社交媒体的普及使得青年人不断受到各种信息的冲击，心理压力也越来越大。其次，经济压力和竞争压力也使得青年人犹豫不决，徘徊不前。这些挑战让我们的成长道路充满曲折和险阻。

### 第二段：如何应对挑战

面对种种挑战，我们应该学会及时调整自己的心态和行动。首先，我们要明确自己的目标和方向，在茫茫人海中找到自己的定位。其次，我们要注重个人成长，不断充实自己的知

识和提高自己的能力。同时，我们也要学会合理规划时间，通过提高效率来解决压力带来的困扰。最后，我们要拥抱变化，积极面对挑战，勇于追求梦想。

### 第三段：青年人的优势与价值

虽然面临着许多挑战，但青年人也有自己的优势与价值。首先，青年人拥有旺盛的精力和创造力，我们充满活力，有着无限的潜力。其次，青年人更加积极进取，对于未知领域具有较强的好奇心和求知欲。最重要的是，青年人是时代的接棒人，我们具有创新和变革的魄力，能够为社会做出贡献。

### 第四段：关于人生的追求和价值观

当代青年应该树立正确的人生追求和价值观。我们不应该仅仅追求名利和物质的享受，而应该注重内心的成长和心灵的富足。同时，我们应该注重社会责任感和家庭责任，积极参与公益事业和社区建设。最重要的是，我们要形成积极向上的心态，善于感悟生活的真谛，追求自身价值和社会意义的完美统一。

### 第五段：给年轻人的建议

作为年轻人，我们应该保持一颗年轻的心，勇往直前。首先，我们要保持对美好事物的热爱和追求，不断开拓自己的眼界和视野。其次，我们要学会与他人合作，携手共进，共同成长。最后，我们要坚守自己的信念和原则，做一个品德高尚、有担当的年轻人。

### 总结：

当代青年面临着诸多挑战，但也有着许多机遇和优势。我们应该学会应对挑战，明确自己的目标与方向，积极学习、拥抱变化。青年人应该树立正确的人生追求和价值观，注重内



心的成长和心灵的富足。最后，我们应该以积极的心态面对人生，保持对美好事物的热爱和追求，与他人合作共同成长。我相信，只要我们坚守信念，努力奋斗，每个青年都能在生活中找到属于自己的一片天地，实现自己的人生价值。

## 贵州省心得体会篇六

近些年“新课改”一词，屡屡被提，新课改是为了适应社会进步和教育的发展而实施的新课程改革，是课程本身及教材理念的根本性变革。也有一些声音说到：“西方教育很先进，我们应该向他们学习。”那么东西方的差异表现在很多地方，我们并不能断定孰是孰非，东西方教育亦是如此，那它们究竟有多大差异呢？我带着这个疑问拜读了英国教育学家杰夫·佩蒂的《当代教学实用指南》，译者姜学清说：“其实西方教育的困惑也许正是中国教育的迷惘，中国教育的法宝也许正是西方教育的精粹。”

我首先选读了第十一章《教师讲授》，因为怎样讲授是我现在面临的最大问题，看似一节课的时间我把课程内容按要求讲完，可是我发现在当天的作业里，学生并没有掌握我所讲的内容，第二天对知识的回顾进行提问，更有同学答不上来。为此，我很困惑，一时想不出问题出在哪里。在《教师讲授》这一章里提到：教师讲授，是指教师站在全班学生面前用语言来上课。马杰曾说：“如果讲述就是教学，我们全都聪明绝顶了。”可见，“只讲话”是远远不够的，教师讲授也是一门艺术。

读完本章，我感受颇深，我将从教师的课堂语言、新课改中的备教材、教师提问的技巧、独立性学习四个方面阐述我对此文的理解：

教师在课堂上要用恰当的语言、适当的时机去引导学生。我认为教师语言应从四个方面着手。

### 1. 由重复性语言到扩展性语言。

在《大青树下的小学》一课中，课后题这样要求：在文中画出有新鲜感的词句和同学交流。

生：“早晨，从山坡上，从平坝里，从一条条开着绒球花和太阳花的小路上……”

师：“很好，找的真好，真棒。”

生：“古老的铜钟，挂在大青树粗壮的枝干上。”

师：“真棒，值得表扬。”

教师的评价用语应该是设计好的，并且能直指学生答案的可行之处，如：“我认为你找的这个句子一定有它的特别之处，老师想请你从修辞手法上再和同学们分享分享。”这就促使全班同学一起思考，学到课文中好句的精彩之处。

2. 预设性与应变性相结合。课堂是有目的有计划的教学，什么阶段完成什么样的教学、达到怎样的效果，都需要精心设计。但是学生是课堂的主要变量，教师的教学策略要随着学生的变化而变化，做到张弛有度、转换自如。我们每次备课需要的不仅是备教材，还要备学生，更是要关注一些很容易有的“突发状况”。比如每次上课前，我会先查看课程表，假如语文课前是一些综合课或体育课，那么学生的情绪自然还没从上节课走出来，我会先预留五分钟和孩子们进行交流，把他们的“小脑袋”慢慢从上节课拉回来。再如关注天气，预想到“假如上课时刮风下雨”学生会突然转移注意力，那么我该怎么设置环节把学生的注意力转到课文中，要不然就因势利导，去改变课堂内容。

3. 贯彻“以学定教，顺学而导”的教学理念。教师在课堂上要做到因文而异、因需而设。这就要求老师要充分分析学

生，根据每班学生的接受程度不同，在达到课程标准的前提下该不该再去拓展知识。

4. 教师的肢体语言与口头语言相结合。对于低阶段的学生，教学一定要有趣味性，所以枯燥的语言是很难集中学生注意力的，如果教师运用表情、手势来突出教学的重难点，加以抑扬顿挫的声调，将会使学生的注意力较长时间集中在课堂上。通过我听老教师的课也发现了这一点，他们在给学生讲课时，音调和音量的变化往往比平常至少高三倍。如果发现学生说话，他们就会一边走近制止一边继续讲授。他们讲课好像“不假思索”，每讲一个新章节，都会变换姿势。相比较而言，作为新教师的我往往缺乏自信，表情不自然，语言也单调乏味。

新课改中要求教师不仅要备学生、备教法，还要对教材有一个非常清晰的了解。我认为教师备教材应从以下几个方面着手：

首先要根据学生的基本情况和学习水平，对教材进行大胆的删减，不可全部照搬。还如《花的学校》一课，文中写了很多优美的句子：“湿润的东风走过荒野，在竹林中吹着口笛。”“你没有看见他们怎样地急着要到那儿去吗？你不知道他们为什么那样急急忙忙吗？”由于我所教的班级程度中等，我便没有过多的讲解，只是告诉学生该怎样运用拟人手法和对aabb型的词语进行扩展。

其次要采用适合当前学生阶段的教师语言，不可采用枯涩难懂的书面语言。讲课不能只出现课本上的措辞，反复去强调，适当的加些生活化用语，并且走下讲台接近学生，始终保持目光接触。例如《花的学校》一课，文中写到“树枝在林中互相碰触着，绿叶在狂风里簌簌地响，雷云拍着大手。”这本是拟人手法，但对于三年级的孩子，还不能完全理解“碰触”、“簌簌”，那么在讲解中，我使用“轻挨着”“哗啦啦”对这句再次阅读，使学生能完全明白这句的含义。

最后要分清教材的重难点，讲解时要详略得当，重点分明！

教师提问的问题分为展示型问题和参考性问题，展示型问题较简单且有固定答案，参考性问题无确定答案，教师对于初级阶段的学生，可采用参考性问题，激发学生的想象力。在提问时针对学生的水平提出难度适宜的问题，并且要考虑到学生的人格特征。对于班级里不爱讲话、性格孤僻的孩子，我会说出一个答案，让他进行模仿，或我说出答案的上半句让他回答下半句，再用上鼓励称赞的评价。慢慢的，他们也会“胆怯”而主动地举起小手来。

独立学习属于高级教学方法了，教师需要先指定作业去让学生练习，然后学生才能得心应手。例如“猜猜我是谁”的写作训练中，先让学生按照写作的一般顺序去练习，接着让他们改变写作模式，力求新颖，最后的写作效果出乎我的意料。独立性学习后，学生更加关注教师的评价，在课堂中我们便可尽可能多的运用激励话语去评价，也可在讲授中把课堂模式变为伙伴式或团队式，在学生体验团队精神的同时，也达到了集体教育和个人教育的结合。

以上是我对这章内容的读后见解，希望在以后的教学中，我能贯彻新课改的教育理念，发挥学生学习的积极性，终身学习。

## 贵州省心得体会篇七

培养学生感知和欣赏文学作品的的能力，增强学生的学术意识和科研能力，提升学生的人文素质与道德情操等等。其教学质量的高低直接关系到该专业人才的培养质量。同时，当代文学的生态性决定了这门课程的历史现场感，新产生的问题与争议会不断修正先前的研究所得，也会给教学带来种种冲击。

目前，中国当代文学令人堪忧的教学现状已引起学界的关注

和反思，所涉范围甚广，其中存在如下几种具有代表性的现象：课程设置的变动给教学内容的安排增加了难度。最直观的表现就是中国当代文学的课时被删减。按照通行的教学内容，当代文学应包括文学史讲授和文学作品分析两部分，涵盖诗歌、散文、小说和戏剧四种文体，讲述“十七年文学”、新时期文学乃至九十年代文学等重要的多个文学发展阶段，但一再被删减的课时与如此庞大并不断丰富的教学内容产生了现实矛盾，直接给专业教师安排教学内容增加了难度。以某校为例，按每学期开课18周计算，每周4课时，当代文学的总课时量是72课时。而要以此涵盖60年的当代文学史及其作家作品，显然是有相当难度的，选择哪些内容来讲述及如何安排讲述的详略往往难以操作，可能会造成两种不良做法：

二是重专题轻文学发展史，当代文学史在每个特定的历史阶段都有重要的文学现象，然而有的老师碍于课时限制，索性放弃对文学历程的总体把握。

只对相对来说更重要的专题进行讲述，使得当代文学史发展的规律性被打破，学生上过以后对当代文学只有细节记忆而整体认识缺失。

## 贵州省心得体会篇八

不忘初心使命 推进“四个回归”

红旗渠精神、扁担精神、两弹一星精神、载人航天精神归根结底就是共产党人的初心和使命——为人民谋幸福，为中华民族谋复兴。初心和使命就是理想和信念。任何职业、任何岗位、任何社会角色都有自己的“初心”和“使命”，教师的初心和使命是教书育人，学生的初心和使命是读书学习，医生的初心和使命是治病救人这些具体的初心和使命汇聚成强大的社会洪流——为人民谋幸福，为中华民族谋复兴。

20xx年6月21日，教育部在成都召开了“新时代全国高等学校

本科教育工作会议”，5.2万人参加会议。会议提出的“坚持以本为本，推进四个回归”可谓掷地有声，振聋发聩。150所高校发表的“一流本科教育宣言”令人欢欣鼓舞，但这样一个关于一流人才培养和一流本科建设的重要会议和宣言仅在“朋友圈”小范围传播，社会反响并不强烈，原因很简单，“以本为本”、“四个回归”，大家都知道，关键是如何做到，从知道到做到有很长的距离。

学习红旗渠精神就是要学习“知道”与“做到”的统一。“知道”林县“光岭秃山头，水缺贵如油”的历史和现实，并不能自然而然地“做到”“劈开太行山，漳河穿山来”。“知道”与“做到”相统一的核心是初心与使命。初心和使命给了林县人民“誓把山河重安排”的勇气、魄力和动力。

“以本为本”、“四个回归”就是高等教育的初心和使命。“回归”一词的使用令人或多或少地感到一丝无奈，至少说明了高等教育的方向在一段时期里与正确的轨道有所偏离。正确的方向和道路是什么？答案显而易见，但我们却没有做到。很多人会以“人在江湖身不由己”作为理由，高教评价体系、高校排名、学科评级、职称评审、岗位评聘等等成为“身不由己”的托词，成为没有很好的实践初心和使命的借口。

所以学习红旗渠精神就是要始终以初心和使命作为一切工作的根本指针和根本出发点，在工作、学习、生活中以大无畏的气概，持之以恒的践行初心和使命。唯有此，我们的方向就不会偏，路就不会弯，高校中专业主义色彩就不会这么浓厚，急功近利的思想就不会成为主流。唯有此，学生抱怨教师上课“味同嚼蜡”就会少一点，学习目标就会更加明确，动力更足；老师抱怨学生“只玩抖音，不好学习”也会少一些，教学改革积极性和教学投入会更高，就能促进人才辈出，实现教育报国、教育强国的梦想。

教育思想大讨论是学校20xx年的重点工作之一，讨论的目的就是要进一步明晰学校办学的初心与使命，进一步明晰不同岗位、不同角色的初心和使命，更好的促进教育教学实践。我们要学习红旗渠人“誓把山河重安排”的使命与担当、信心和勇气，敢于突破既有的格局和模式，积极学校发展难题，以知行合一的态度，大无畏的气概和持之以恒的精神，攻坚克难，变轨超车，实现高等教育的回归。