

2023年强化质量效率意识心得体会(优质5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

强化质量效率意识心得体会篇一

基础是提高的前提，打好基础的目的就是为了提高。考生要明白基础与提高的辩证关系，根据自身情况合理安排复习进度，处理好打基础和提高自己的关系。一般来说，基础与提高是交插和分段进行的，现阶段应该以基础为主，基础扎实了，再行提高。考生在这个过程中容易遇到这样的问题，就是感觉自己经过基础复习或一段时间的提高后几乎不再有所进步，甚至感到越学越退步，碰到这种情况，考生千万不要气馁，要坚信自己的能力，只要复习方法没有问题，就应该坚持下去。虽然表面上感到没有进步，但实际水平其实已经在不知不觉中提高了，因为有这样的想法说明考生已经认识到了自己的不足，正处于调整和进步中。这个时候需要的就是考生的意志力，只要坚持下去，就有成功的希望。

不可忽视例题

考生在备考时还要多做例题，而不仅仅是练习题。做例题时应遵照下面的方法，也就是在看第一遍之前一定要遮住答案，自己先认真做；无论做出与否都要把自己的思路详记于空白处，尤其是做不出的，一定把自己真实的思考方式记录在案，留待日后分析，而不是对了答案就万事大吉，这样做可以迅速的找到做题的感觉。总之，考生在做题目时，要养成良好的做题习惯，做一个“有心人”，认真地将遇到的解答中好的或者陌生的解题思路以及自己的思考记录下来，平时翻看，久而久之，自己的解题能力就会有所提高。

对于那些具有很强的典型性、灵活性、启发性和综合性的题，要特别注重解题思路 and 技巧的培养。数学试题千变万化，其知识结构却基本相同，题型也相对固定，往往存在明显的解题套路，熟练掌握后既能提高解题的针对性，又能提高解题速度和正确率。

强化质量效率意识心得体会篇二

在备考的过程中，很多考生希望通过一些“巧法”来获取进步，而往往忽略了量变才能引起质变这一亘古不变的道理。提醒考生，考研数学非常注重“题感”，也就是你通过做题获取到的对题目的熟练程度，这种熟练的程度是所谓的“巧法”无法达到的（考研教育网整理）。

如何使用书本知识

看书是获得理论知识，要想考场上考出好成绩，必须经过大量的做题实践，只有经过大量的做题实践，才能熟练、自如的应用理论知识。做题有很多好处的，首先，通过做题来准确理解、把握基本概念、公式、结论的内涵和外延，并逐渐掌握它们的使用方法。单纯的看书，许多概念是无法掌握其精髓的，也不知道在什么情况下使用，如何使用。试卷上不需要考生默写某个概念或公式，而是用这些概念或公式解决问题，这种灵活运用公式的能力只有也只能通过做题来获得，所以考生必须做一定数目的`题目。然后，题目做多了，做题才有思路。提醒考生，数学的题目虽然千变万化，但基本结构却大体相同，题型也不会变化太大，题目的解答也有一定规律可寻，题目做的多了，自然而然就会迅速形成解题思路。

提高解题速率和正确率

题目做的多了，可以提高解题速率和正确率。选择题和填空题在数学考卷中所占的比重很大，这些题目的解答往往会“一失足成千古恨”，稍不留神，一步做错就全军覆没。

不能说只要考场上认真，仔细地做题就不会有“会做但做错”的情况出现，其实有些看似由于粗心引起的错误是由于考生之前没有碰到过这种错误，考生时大脑中意识不到要注意这些问题，所以这种错误是不能仅仅认真、仔细就可以避免得了的。考生平时做题时应积累和改正这些错误，并培养谨慎，细心的做题习惯，考场上就不会轻易犯这些错误了。

另外，题目不需要做的太多，整天泡在题海中没有必要，只要掌握了需要掌握的知识点并能熟练应用即可。提醒考生，大家一方面要做真题，另一方面要做难度适宜，覆盖面全，集中体现考纲要求的题目，数量自己把握。现在有一种题目是运用数学知识和方法解决实际问题，比如雪堆融化、压力计算、汽锤做功、海洋勘测、飞机滑行等，如果考生不习惯这种用数学方法解决实际问题的题目，那平时就应该加强训练。

强化质量效率意识心得体会篇三

在考研复习规划中，考研强化阶段可以分两个阶段：巩固基本功阶段和提高阶段。巩固基本功阶段要逐渐把书“读薄”，尽量缩短复习时间，定期回顾已经掌握的知识点。而对于重点要重点复习，对知识的掌握要达到80%。在这个阶段要进行第二轮和第三轮的复习，能够掌握和运用80%的知识点，特别是重点概念、重点理论，能够分析相关概念、理论之间的关系。能够回忆出每一个出题点的答案要点，运用能够所学理论分析教育实践中的现实问题；对于国内外教育改革的热点问题，掌握其来龙去脉，基本观点。

在学习的过程中如果只学不练，一是会失去学习的兴趣，感觉没有成就感，二会陷入一种知识点模糊地状态，不能有效地识记知识点。此时同学们可以针对到教育学专业的真题进行分析，找出其中的出题思路，从而调整自己的思考顺序，把握课程的重点。所以一定量的练习题配合学习是有必要的，通过做题可以知道自己的弱点在哪里，可以巩固知识点，可

以让自己的. 保持学习的积极性和热情, 又可以锻炼答题的能力。

识记知识中存在的问题

一些基础知识, 一些死的知识点是必须记住的, 因为这样的题一点记不准就会在考试中丢分, 这样分会丢的很冤。那么如何克服这些问题呢, 在记忆的过程中肯定会有一些知识点是死角, 就是记不住, 那样的话可以把这些题摘记下来, 如把关于《学记》的知识点整理出来, 不过是一个点, 此后不定时的翻开看看, 这样次数多了, 就会慢慢的融进你的大脑里。还有一些确实是难记, 例如一些国外的法律规定, 这些就需要采取一定的记忆方法, 结合国外的历史背景理解去记, 可以把同时代的、具有共性的一些东西联系着记, 这样对以后做题也会有很大的好处, 能够说出共同点和不同点。对于记的东西不能太过于心急, 因为人的记忆是有规律的, 所以要适当的结合这些规律, 定期复习, 定期回顾, 这是一种潜移默化的作用, 只要你经常遇见相同的情况, 自然遍数多了这个知识点就印在了脑子里, 而有些点是不需要记的, 因为这些知识点只能出选择题, 那样再花那么多时间去记忆, 会浪费一定的时间, 所以在记诵的过程中也要保持清醒的头脑, 不要机械的去重复记忆。

理解知识中存在的问题

教育学原理、教育研究方法和教育心理学中的知识点有很多是难以理解的, 特别是对于跨专业的考生, 这时有些同学会感觉学习很吃力。在这样的情况下, 要认真听一下老师对这三门课程的讲解。基础班没有听完的学员, 继续听。听完基础班的学员, 听强化班, 之后听冲刺班。在听课的过程中要有针对性的解决自己的疑难点, 加深对知识点的理解和识记, 这样能巩固知识点, 对于跨专业的学生听课更是至关重要, 因为你们没有学过这些知识, 特别是教育心理学, 心理学倾向特别强, 一些稍微抽象的知识点, 对于你们的理解有一定

的困难，还有的参考书书写表述带有很强的学术性，如王道俊和王汉澜编写的《教育学》，很多知识点很权威，但是陈述的套路比较陈旧，这样也会造成对于知识点的茫然和不知所云，这时都要依靠听课，听老师的理解来加强自己对知识的掌握，让教育学专业课更上一个台阶。

□

强化质量效率意识心得体会篇四

当然，一味的靠做题来提高数学能力也是不足取的。有这样一些考生，平时的解题能力很高，但最后的考试成绩却不是理想，谈到自己失利的原因时，他说，自己平时几乎全部靠做题来提高水平，而对知识点缺乏更高层次上的把握和运用，导致遇到陌生的题目时，得分率严重下降。所以考生不能为做题而做题，要在做题时巩固基础，提高自己对知识点更高层次上的把握和运用。要善于归纳总结，对数学习题最好能形成自己熟悉的解题体系，也就是对各种题型都能找到相应的解题思路，从而在最后的实考中面对陌生的试题时能把握主动。

考研数学的复习虽然艰难，但是只要有坚持到底的决心，有合适的方法，你就会发现复习越来越轻松，对自己也越来越有自信，最终的胜利也一定非你莫属！祝同学们复习顺利！

强化质量效率意识心得体会篇五

很多考生对于考研数学的难度，甚至到不得已放弃喜爱的专业或是院校的程度。为了不让考生考研有任何遗憾，为了使考研数学不成为考研路上的拦路虎，卓有成效提高做题效率，下面将为考生提供一些复习建议，希望对考生们有所帮助。

复习建议一、紧扣考研考纲

新大纲是复习最权威的依据，无论对于看书还是做题都是如此。因此，做题时务必严格依据考纲的范围和要求，不要在一些偏题、超纲题上过多浪费时间。从更具针对性的角度而言，可借助《数学考试大纲导读》当中提供的近年考题知识点分布等准确信息进一步了解命题的规律与内在倾向，在热门考点多投入关注，重点分明。在题目难度方面，可从基础题开始做起，把握基本概念、性质、方法在解题中的应用；在夯实基础的层面上再向更高层次的高分题和夺冠题发起挑战，锁定高分！

复习建议二、合理安排复习时间

暑假这段，时间相对富足集中，但要更要坚信时间是挤出来的，要在有限的时间内创造更多的价值，那就必须要制定合理的时间安排表。建议每天保持三至四个小时的数学学习时间，对于具体学习时间安排在何时，同学们可以自由决定，但学习时间必须得到保证。最好将时间安排在上午或者晚上，因为上午精神旺盛，思维敏捷，在这段时间内，学习数学会取得很好的效果，同时晚上对所学知识进行回顾训练，进一步强化记忆，使得对知识的掌握更加牢固。数学的复习是一项长期工程，关键在于恒心和坚持，只有如此，才能取得最后的成功，因此，希望你能严格要求自己，保证每天都完成相应的学习任务。

复习建议掌握课本基础知识点

课本上的东西是最基础的，一定要把课本至少读2遍，细细琢磨其中深层次的东西，在做题中遇到不会或者概念不熟的时候一定要翻开课本看看基本概念，这样多做几次可以加深印象，提高理解能力。

我们还是那句老话：书读百遍，其义自现，或者叫熟能生巧。考研数学是一个需要思考的学科，往往课本上面的概念看起来简单，就那么一两句话，可是实际应用起来往往会演变出

非常多的题目，其实万变不离其宗，归根到底还是回到课本上的基本概念，吃透并掌握基本概念，并加以不断的训练、总结，最终形成一套你自己的理念，考研数学将会变得简单，也会变成你手中与别人拉开距离的一个强大的武器。