

考研指导课心得体会(实用8篇)

通过教学反思，教师可以及时发现学生的问题，有针对性地进行教学调整。这些实习心得范文涵盖了不同领域和不同类型的实习经历，相信能从中找到与自己相似的部分。

考研指导课心得体会篇一

政审表

政审表各位小伙伴可以在报考院校研究生院的官网上自行寻找并下载打印，在填写政审表的时候要如实填写，填写结束之后要拿到相关部门去盖章；应届毕业生可以在本科就读的学校或院系盖章，在职人员可以去工作单位盖章，暂无工作单位的考生应该去街道或居委会等单位盖章。

档案调取

根据往年的经验，各大院校的录取通知书会在六月的中下旬陆续寄到各位考生的手中，和录取通知书一起到达的还有调档函，各位考生可以凭借调档函到相关单位部门办理档案调取。档案取出后要妥善保管，等到9月报道的时候一并上交录取院校。另外有少数院校的调档函需要考生登录报考院校的官网自行下载，具体事项请参考报考院校的相关通知。

户口迁移

各位考生可以自愿选择是否将户口迁移至录取院校，如果愿意将户口迁移至录取院校，需要带好户口本、身份证、录取通知书等个人资料到落户派出所办理。具体事宜请参考报考院校的相关通知。

录取通知书

根据往年的经验，录取通知书一般于2017年6月的中下旬由录取院校陆续发出，各位小伙伴大约在通知书寄出的2-10天之后就可以收到自己的录取通知书了。录取通知书的邮寄地址为考生在前一年10月报名时，在研招网上填写的通信地址。距离地址比较近的同学可以自行领取，距离地址较远的同学可以请他人帮忙代领。考生本人自行领取录取通知书时需要携带本人的身份证和准考证原件；由他人代领的，代领人需要携带代领人的身份证原件、考生的代领委托书、考生本人的身份证和准考证原件领取。录取通知书信封内部包括：录取通知书、入学通知书、调档函、新生入学须知、银行卡、助学贷款申请表等，各个学校的情况不完全相同，具体内容视情况而定。

文档为doc格式

考研指导课心得体会篇二

苏霍姆林斯基指出：只有当情感的血液在知识这个活的机体中欢腾流动的时候，知识才能促进人的精神世界。也就是说情感是阅读的灵魂，凝聚着作者生命情致的作品需要读者主体情感的积极投入才能映射出它璀璨的光芒。

学生是阅读的主体，是阅读的主人。在教学过程中，我们必须引导学生亲历这个特殊的过程，引导学生诵读感悟。

以朗读为例。如《桂林山水》，这是一片写景的散文，语言生动优美。在教学时，我先让学生读，然后大家讨论，哪里读得好，哪里读得不好，再读在讨论，然后再读……这样学生一遍一遍的读，一次一次的悟，学生在亲历的过程中，领悟了桂林山水的特点，读出了韵味，尤其是学生在读漓江水的时候，读出了漓江水的秀美，让人如置身其中，仿佛丝丝凉风，沁人心脾。不仅如此，学生也能很好的体会作者对桂林山水的喜爱之情，让自己的情感在朗读中也得到了升华。

再如《和我们一样享受春天》，这是一篇儿童诗，语言简洁富有特色和规律，在阅读指导时，为了让学生更为深入的体会作者的感情，在进行教学设计时，我以“读”贯穿始终，以读代讲，让学生立足对语言文字的感悟。诗中出现了四次“这究竟是为什么？”为了让学生更深刻的体会其中的内涵，我设计了这样的问题“是什么使海鸥失去了他们的乐园？”起初大部分学生回答是战舰和水雷，个别学生回答是战争，我让他们读，之后我又问“是什么让甲虫和蜥蜴失去了他们的天下？”回答是战争的学生多了，我让他们再读，当我问“是什么把星星的家园搅得不得安宁？”，学生的回答统一了——是战争，还是引导他们读，问到最后一个“是什么阻挡着孩子们奔跑的脚步？”时，同学们异口同声且洪亮——是战争，这时他们的情绪是十分激动的，朗读也到了高潮。这样循序渐进，真实的体验让学生真切地感受到，原来这一切都是战争破坏的，是战争打破了这个安宁而美丽的世界，同学们对战争充满了厌恶，自然而然的，同学们也就体会到了作者渴望和平，反对战争的思想。

因此在教学中，应致力于让情感态度和价值观渗透到阅读的内容中，不断提升阅读的情感，让学生享受阅读的乐趣。我们应当重视语文的熏陶感染作用，注意教学内容的价值取向，同时也应当尊重学生在学习过程中的独特体验。

考研指导课心得体会篇三

虽然考研结束已经半年了，我也正式成为华中科技大学的一名硕士研究生了，但是四五个月的考研备战经历我终生难忘，这段经历已经深深地烙在我的心里。还记得每天早晨天还没亮就从床上爬起来去占座的情景，每天晚上十点钟拖着路灯下疲惫的身影回寝室的场景也历历在目。这段经历将成为我人生宝贵的财富，不仅仅是因为它让我获得了攻读研究生的资格，更重要的是它教给我一个人生哲理：凡事必须得坚持。我是从10年九月一号开始正式投入到考研备战之中，一直到09年一月八号，除去国庆节休息三天，我每天都坚持去图

书馆上自习。

除了坚持天天上自习外，还有重要的一点就是要有目标，包括长远的目标和短期的目标。长远的目标，是指在未来一个月或者更长的时间内，将哪本专业课课本全部看完，或者将政治的重点全部过一遍等等；短期的目标可以分为一星期的目标、一天的目标甚至一天中某个时间段的目标。有了清晰的目标和计划之后，你会发现自己仿佛一下子找到了方向，复习起来也有了强大的动力。

我在七月中旬报了一个政治辅导班，上了一个星期的课程，这基本上算是我暑假的全部收获。我从九月一号开始正式投入到紧张的考研复习之中。首先，我给自己定了一个长远的规划，共分五步：

(1)从九月一号到十月一号：每天的上午、下午以及晚上三个时间段，分别复习专业课、英语和专业课(政治不用这么早复习)。在这一个月的时间里，要以一门专业课为主，到了十月一号基本上这门专业课的教材要看完；英语的复习主要就是做阅读，培养自己的语感，同时积累自己的词汇量。

(2)从十月一号到十一月一号：每天的三个时间段，分别复习政治、英语和专业课。政治的复习推荐使用任汝芬的序列一，每天上午要认真熟记里面的重点和知识点，另外在每看完一章之后要做做相关配套的习题以加深记忆，这段时间里可以不用急，到月末的时候可以只复习到全书的一半；英语在这段时间也是主要做阅读，继续加强语感和词汇量；专业课也是以一门专业课为主，抓住重点，注重理解，在理解的基础上学会熟记。到十一月一号的时候，第二门专业课教材要全部看完。

(3)从十一月一号到十二月一号：每天的三个时间段，也是分别复习政治、英语和专业课。政治按照上月的复习方法继续复习，到月末的时候可以完成全书的另一半。所以复习完政

治基本上一共要花两个月的时间。政治的第一遍复习是很重要的，所以花的时间也最长，在复习的时候一定要认真，这样会为自己打下很好的基础。在这段时间里，英语就要开始单项训练了。要保证自己在考试要求的时间内完成完形填空和七选五段落选择。这个月的时间就要认真训练好这两个；专业课复习也是按部就班，在月末时候要完成第三本专业课的教材。

(4)从十二月一号到一月一号：每天三个时间段，也是分别复习政治、英语和专业课。不过这段时间主要是进行第二轮复习。政治就要开始大量做题，做完题要翻阅复习资料，加深记忆；英语这时候就要开始训练作文了，每天写一篇作文，写完之后再看看标准答案上的文章，找出它的闪光点，碰到好的句子和词汇一定要记住，要为我所用；专业课的复习，这段时间主要是做历年的真题，通过做真题发现命题的特点，再回过头来看教材以便找出自己第一轮复习时的遗漏点。

(5)从一月一号到一月七号：这段时间调整心态很重要，一定要保证好充足的睡眠时间和保持自信的态度。适当的时候可以看看书和以前做过的题目。我的整个考研备战就是按照这五个步骤来的，步步为营，最终也如愿考上了硕士研究生，希望我的这个计划也能够给明年考研的学弟学妹一点启示。

考研指导心得3

考研指导课心得体会篇四

盘锦是一座美丽的城市，在这里学习生活的年轻人非常多。而且盘锦市的考研指导机构多样，为许多考生提供了较好的辅导服务。本文将从自身的角度出发，分享一些盘锦考研指导方面的心得体会。

第二段：了解自己，制定学习计划

在备考考研之前，首先要了解自己的实际情况，制定符合自身情况的学习计划。在考研过程中，自己的耐心、毅力以及掌握知识的速度都是需要考虑的因素，只制定符合自身实际情况的计划才能避免陷入迷茫或者过度学习的情况。在盘锦市的考研辅导机构中，很多机构都会针对不同考生的实际情况制定个性化的教学计划，帮助考生制定适合自己的学习计划，每天按照计划实施，充分利用时间，才能更好地备考。

第三段：深入理解课程内容，注重基础

在学习课程内容时，认真听课、做笔记是非常重要的。在课程学习之后，更加重要的是对所学内容进行深入的理解，切莫浮于表面。在这一方面，盘锦市的考研辅导机构也给了我很大的帮助。通过参加基础课程，辅导老师耐心细致地解析人性化科普，学习过程中遇到的问题都会得到解答和帮助。同时，对于每个知识点，要不断讲才能逐渐会，实现深度理解，才能够更好地掌握知识点。

第四段：扩宽视野，积极进行做题练习

在学习过程中，做题练习也是必不可少的环节。要逐渐提高自己的做题技巧和速度，多追求解题方法的多样性。同时，在做题的过程中，要积极思考，灵活运用所学知识进行解答。在盘锦市的考研指导机构中，做题环节也是非常重要的。那里的辅导老师会根据考生的实际情况进行题目的解析和讲解，帮助考生理解并巩固知识点，同时，在做题的基础上，赋予考生更深入地思考和分析题目的能力。

第五段：总结与感悟

经过一段时间的学习，对盘锦市各考研指导机构还有自身的备考情况有了一定的了解。我们要时刻保持乐观、积极地思

维，坚定信心和信仰，相信自己的能力。同时也要学会自我调节，不要在备考中过于苛求自己，给自己太大的压力。以上的这些都是在自身的备考过程中颇有体会，希望能够帮助到同样准备考研的同学们。

在盘锦市的考研辅导机构的指导下，我能够更好地掌握学习方法和知识技巧，备战考研。相信通过这个过程，我将会在人生中得到更好的支持和成长。

考研指导课心得体会篇五

第一段：引入朝阳考研指导的背景和重要性（200字）

朝阳考研指导是一所专业的考研培训机构，致力于为考研学子提供全方位的备考指导。对于许多即将步入考研大门的学生来说，朝阳考研指导的帮助无疑是非常重要的。我本人也是通过朝阳考研指导的培训，成功考入了心仪的研究生院，今天我想分享一下我在这段宝贵的经历中所得到的心得和体会。

第二段：理论与实践相结合的教学方法（200字）

朝阳考研指导的教学方法独具特色，他们注重理论与实践的结合。在教学过程中，他们不仅通过讲解知识点来增加学生的理论知识，还提供了大量的实践训练来帮助学生提高解题能力。这种结合使得学生在学习过程中更容易理解和掌握知识，并能更好地应用到实际中去。通过反复的实践训练，我在考试中的解题速度和准确率都有了很大的提高。

第三段：个性化的备考指导和辅导（200字）

与其他培训机构不同的是，朝阳考研指导非常注重个性化的备考指导。每位学生在入学时都会接受一次个性化的评估，根据评估结果为学生制定相应的备考计划和指导方向。同时，

他们还会安排专门的辅导老师对学生进行一对一的指导，帮助学生解决备考过程中遇到的困难和问题。这种个性化的指导让我可以有效地规划和安排自己的备考时间，更好地发挥自己的优势。

第四段：积极的学习氛围和人文关怀（200字）

朝阳考研指导注重营造积极的学习氛围，为学生提供一个良好的学习环境。他们组织了各种形式的学术讲座和交流活动，让学生能够与优秀的学长学姐进行深入的交流和学习。同时，他们还注重学生的人文关怀，他们关心学生的学习和生活状况，经常安排心理辅导和心理疏导，让学生在备考过程中保持良好的心态和精神状态。这种关怀使我在备考的过程中感到非常温暖和舒适。

第五段：总结体会，展望未来（200字）

通过与朝阳考研指导的交流和学习，我深刻地认识到备考的艰辛和重要性，更明确了自己未来的梦想和目标。我想借此机会感谢朝阳考研指导对我的关心和支持，没有他们的帮助和指导，我很难想象我能够在考研中取得如此好的成绩。同时，我也希望朝阳考研指导能够继续发挥自己的优势和特点，为更多的考研学子提供帮助和指导，让更多的人实现自己的梦想。

总结：朝阳考研指导通过理论与实践相结合的教学方法、个性化的备考指导和辅导、积极的学习氛围和人文关怀等方面的努力，为考研学子提供了全方位的帮助和指导。在我自己的考研之路中，我深刻地感受到了他们的帮助和指导的重要性，他们让我在备考过程中更加自信和坚定，顺利地实现了自己的梦想。我相信，通过朝阳考研指导的帮助，更多的考研学子也能够实现自己的梦想，开启更加美好的人生。

考研指导课心得体会篇六

终于有时间梳理一下自己在近一年的考研时间里的点点心得。回首这一年的路，不是只言片语就能说得完的，经历了选择是否考研和选择专业的迷茫，泡馆静坐的枯燥，心情郁闷时的低迷，进入考场的紧张与忐忑，苦苦的等待成绩，查寻分数后的兴奋，一切又是如此的自然。每一个考研的人都有自己的奋斗历程，都有自己的经验与教训，都在不断的超越自己与超越他人。我希望把自己的考研的点点经验写出来跟大家一起分享，希望它能对后面考研同学有所启发，有所帮助！

(一) 心理篇

考研不仅是考学习能力的问题，更是考学习态度和心理承受能力的问题。考研是一个长久的心理历练过程，心态始终是最重要的，或许觉得那是老掉牙的话题，但是它确实在磨练我们意志的过程中具有事关全局的地位。

从我决定考研的那一刻起，就不断的给自己打气，首要是相信自己能够坚持下来，相信自己一定能突破心理的承受极限。大学前三年都是在极其松懈的状态下度过的，一下子就把状态调整到高三学习的那种紧张学习情绪中，难度确实很大。所以，从一踏入图书馆开始，就不给自己找借口，不给自己留后路，要有置之死地而后生的这种心态。没有什么可以阻挡我前进的步伐，没有理由不去朝自己既定的目标靠近，我们应当有这种决心和毅力。

在开始的一个月中，我在逐步适应学习的过程，因为很久不在图书馆了，开始心里很惶恐，怕如果考不上，不但心理上承受痛苦，而且会错失好的工作机会，所以我并没有找准方向。这个时候，就必须要学会用自信去拯救自己，相信自己即使不是最好的，那也要朝最好的那个目标靠近，争取成为最好之一。每天早晨在图书馆都写下当天的激励话语，当心理彷徨、心情低落的时候，就翻开属于自己的那几句话，祛

除心中的障碍。

相激励，相互监督，在枯燥的泡馆生涯中是最能平静心态的凉茶。我当时在图书馆就是与其他五位同学一起战斗，和我也不是一个学院的，在一起可以相互鼓励，共享学习的资料，一起借鉴对方的学习方法，增强自信，而且在图书馆位置紧张的时候，是相互占位置的。我的这种做法也不是自己想出来的，是在听海文张锐老师全程策划班时他说的，考研需要组建考研团队，有研友的支持，考研的生活将不至于很枯燥和烦闷。我按照这种方法做了，发现效果不错。

在最后的冲刺阶段，我曾有想放弃的感觉，觉得自己肯定考不上了，看到同学们一个个的找到工作，也想投入到他们的大潮中去，最后，理性告诉我，坚持就是胜利，再坚持一下就到胜利的终点，这个时候最需要和以前考研的高分同学交流，和主管顾问沟通，他们的经验和鼓励告诉我，挺过了这个阶段胜利必将属于我们。

(二) 公共课的复习

1、政治

对于文科同学来说，公共政治不要复习得过晚，在六月份前能够把基础知识过一遍就是了，主要的参考资料用历年考试真题、考试大纲和考试分析以及一本完整的复习标准全书，这里我推荐海文的政治复习书系列，知识点的阐述写的比较准确。如果觉得自己的逻辑体系很不强，或者是基础不好，政治的强化班将对你有很大的帮助。我上的是新东方正英全程联报班【保过】，老师能在极短的时间里给你梳理清楚几门学科的内在逻辑体系，轻松的打通学科间的内在联系，既方便你记忆也方便你理解，达到事半功倍的效果。在培训结束之后，一定要马上抓紧时间把笔记整理出来，只有经过自己的笔杆子，别人的东西才能轻松的转化成自己的知识，并且在复习的过程中大体是看自己的笔记，在不能很好回忆详

细内容的时候再翻阅培训的资料和大纲即可。十月前，每周能有一天时间看政治就可以了。

在十月底的时候，就要注意时势政治，和当年的时政热点、焦点，党的方针政策等等，这个时候，考研书店都有专门的形势与政策的书籍。内容大同小异，在资金允许的情况下，可以去报一个好的形势与政策班，它都能和本年的时政热点和国家大政方针相结合，毕竟考试的内容近20分啊，不是一个小的比重，并且相对于哲学来说，它更容易得分。

在最后一个半月，要能够查漏补缺，发现自己知识的盲区，提前补习，抓重点、抓难点，每周两套高质量的模拟题，按照考试的时间规定和安排做，提前感受考试的气氛。因为自己无法控制气氛，我参加了海文的最后一次模考，对自己的知识有了点底。

真题始终是最好的资料，我把近五年的真题仔细的做了几遍，重点放在哲学和政经上面，

它能帮你检查复习内容是否完整，只要把相关的知识都能搞明白，公共政治肯定不会分很低。

2、英语

我的英语考得不好，可以说是失误，主要是自己作文写偏了，直接点儿说是写反了，导致总分很不理想。但是我还是谈谈自己学习英语的历程。

我英语基础不是很好，没有过6级，但是考过研的同学都认为6级和考研英语不是一回事，我现在极其赞同这种看法。虽然考研英语要难很多，但是时间上比考6级充分许多，关键是要自己细心。

英语不是一蹴而就的过程，它需要你用时间去磨，当然个别

英语强人不在此之列。每天都需要你几个小时去看它，真的是三天不看就眼生了。

考研英语的词汇是我们要克服的第一个难关，现在市场上有各种各样的考研英语必备词汇，什么核心词汇等等，就我个人而言，一本400页的词汇书，正常人都背不完，当然超人除外。很多同学都是背了后面忘了前面，始终在200页的边缘徘徊，前进不了。其实原因很简单，单词不是单独记忆的，单词是在文章中结合词义来记忆的。考研的文章都是外国的原文杂志、报刊上摘选的，所以我个人认为第一步，即在9月份前，打好单词和阅读的基础。什么英语资料最好呢？我推荐《时代周刊》、《新闻周刊》、还有就是《经济学人》，这些书外文书店都可以买到，《经济学人》要在网上下载。阅读这些杂志上的经济、文化和科技方面的文章，熟悉外国写作的风格，在考场的时候就成竹在胸了，同时单词在阅读中就记住了，既熟悉了文风，又增添了知识，又记住了知识，一举多得！英语阅读成功了，就英语成功了，除了作文，都是与阅读直接相关的。我英语阅读前面70分得分是52，后面作文失误是我低分的根源。

英语最好的练习是十年真题，最好的是有详细解释的那种。真题做上5遍是比较正常的，开始做的时候不要老看答案更不要看答案解析，要自己在做题的时候发现文章的类型，题目大概有几种问题设置，错误答案是怎样设计的，如果几遍真题下来，总结出来了这些相关的知识和技巧，你会发现自己有质的飞跃，每读文章都是轻松自在的。另外，建议听一部分大课老师的技巧，因为阅读有些题型自己不好把握，听了英语课程以后，我很有收获。

英语作文占了30分，准备得好一般都应该在22分左右，那就是比较成功的了。就我个人而言，作文的基础很差，所以我重点听了作文培训课程，是很有价值的，两天时间就可以有10分的突破，作文也是英语最后能提高分数的地方。在12月就要开始训练，至少每周一篇，把小作文的最有可能的类

型练习一到两遍。今年的小作文是道歉信，就是我当时练习的重点。大作文要能背住关键的句型和例句，才能为你的作文添彩。

最后，英语基础较差的同学，首先要有学习英语的信心，自己在真题环节不能总结规律的话，报班就是必要的了，它能给你节约大量的时间。我英语和政治报的都是新东方的班，感觉自己确实少走了很多弯路。英语在经历了十个月的历练之后，一般都能达到65 到70 分，基本上所有的大学英语的门槛都能过的。

(三) 专业课的复习

我因为不考数学，所以没有什么要说的。只能说说专业课，大家报考的学校不一样，每个学校对其要求也不一样，我只能说我的大概情况。我考试的时候，有一门专业课试卷拿到手上一看，有70 多分都是在八月份看的，怎么办，就只有运用平时积累的知识回答，结果分数还非常的理想。我个人认为老师更看重的是你灵活掌握知识的能力，死记硬背的反而分数不会太高，当然这是限于文科方面的专业。专业课书籍一般在七八月开始看，首先是通看一遍，速度是比较的快；第二遍就要仔细的看，找出书中自己认为的重点；最后就是自己摘录，把书读薄，最后再读厚（能根据笔记就知道书中的详细内容）。那么专业课就不会有太大的问题。在最后一个月的的时候要狂背专业课，毕竟这才是拉开差距的主力。在专业课复习过程中，找到本专业的师兄师姐，向他们咨询专业课方面的情况，找到上课的笔记，这是非常重要的。比较庆幸的是，我的同学是海文的一个学员，他的老师给了他一些资料，我就向他要了一部分。在买到专业课以前的试卷后，要仔细研究出题老师的偏向，总结几年来的规律，估计今年的考试重点，这样可以为你复习省下很多的精力。

总结一下，考研就是要坚持加信心加方法。最后，祝愿新一届的考研朋友们能够在明年取得辉煌的成绩，进入自己理想

的大学！

考研和高考不同，高考时，面临的诱惑比较少，而且，周围的人都如此，也就不以为然；而考研不同，是自己的决定，周围有保研的，工作的，出国的；当自己在教室里看书，外面阳光明媚，同学悠哉逍遥时，心里实在是难过啊，当“叛徒”也就情有可原了。

但是我们依然要选择考研。在年轻时，应该为自己的人生增添一些难忘的经历。选择考研不是盲目的追随考研热，也不是为了暂时躲避残酷的社会竞争。选择考研是要实现心中对未来的憧憬，是要靠更高的专业素质去迎接更加美好的未来。就象汪国真的《嫁给幸福》诗中所述“有一个未来的目标 总能让我们欢欣鼓舞 就像飞向火光的灰蛾 甘愿做烈焰的俘虏 摆动着的是你不停的脚步 飞旋着的是你美丽的流苏 在一往情深的日子里 谁能说得清 什么是甜 什么是苦 只知道 确定了就义无反顾 要输就输给追求 要嫁就嫁给幸福”。

选择考研，一个理由就足够：对理想的执着追求。往往人在想做一件事情的时候考虑太多的最后会放弃，所以，趁你还有点激情与梦想的时候，不要给自己犹豫半秒的机会。流星，因为短暂而美丽，划过黑寂的夜空，释放出那一闪而逝的光芒，虽然微弱，但却没有人能无视它的存在。人生如同流星，充满了精彩与传奇，如同一支美丽的传说，究竟是否会像流星那般短暂，别人决定不了，上天也决定不了，只有自己来掌握。如果愿意，流星也可以变成永恒。

考研复习是一个漫长的复杂过程。要提高考研的成绩，不仅需要注意力、观察力、记忆力、思维力和想象力等智力因素的积极参与，也需要兴趣、情感、意志和性格等非智力因素的积极参与。智力因素和非智力因素对考研的成功都是不可缺少的。

大多数心理学家认为：非智力因素是指人的智力因素之外的

那些参与学习活动并产生影响的个性心理的因素，如兴趣、情感、意志和性格等。非智力因素也可以称作对心理过程有着起动、导向、维持与强化作用，又不属于智力因素的心理因素。非智力因素的主要内容有：1. 兴趣与爱好；2. 愉快的情绪、对事业的热情；3. 对挫折的忍受性与意志力；4. 活泼的性格、宽阔的胸怀；5. 自信心与好强心；6. 远大的理想与目标；7. 高抱负；8. 焦虑。非智力因素的结构是指不同成分的非智力因素的整体构成。根据非智力因素对心理活动的调节范围以及对学习活动直接作用的程度，可将非智力因素划分三个不同层次。第一层次，指理想、信念、世界观。它属于高层次水平，对学习具有广泛的制约作用，对学习具有持久的影响；第二层次，主要是指个性心理品质，如需要、兴趣、动机、意志、情绪情感、性格与气质等，这些属于中间层次。它们对学习起着直接的影响；第三层次，指自制力、顽强性、荣誉感、学习热情、求知欲望和成就动机等等，它们是与学习活动有直接联系的非智力因素，对学习产生具体的影响。

首先，我们要坚定或找回人生的理想和信念，树立科学的世界观。处于非智力因素最高层次的理想、信念、世界观，对学习有广泛的制约作用和持久的影响，可以说，在非智力因素的起动、导向、维持、与强化作用中，理想、信念、世界观不是直接的，但是基础性、根本性的，是支持我们的根。因而，在考研过程中，我们一定坚定自己的理想、信念和世界观，以给自己一个牢固的支撑根基和持久根本动力。当然，一定选择正确的理想、信念与世界观；同时如果在这方面有所迷失，就一定把它们找回来。否则，仅凭第二、第三层次的因素，有时是坚持不下来的，最终可能导致失败。

其次，保持浓厚兴趣和良好情绪，锻炼坚强的意志。兴趣、情绪、意志是非智力因素的中间层次，对学习具有直接的影响。对考研的强烈需要和对考研科目的爱好是取得考研成功的重要因素。一个考生有学好某学科的能力，但由于缺乏兴趣，考研成绩并不突出，只有当考生对这门功课发生了兴趣，有了强烈的需要时，学习能力才能得到充分发挥，才

能取得优良的成绩。快乐、热爱、兴奋的情绪能增强人的活动能力，驱使人积极地去行动。考研需要有强烈而深刻的情感作为动力，推动考生去进行考研的准备活动，考生也只有在愉快的情绪情感下，才能畅通无阻地接受知识、解答难题。假若考生情绪情感不好，经常表现的是不安、愤怒、恐惧、急躁、害怕和痛苦的话，不仅影响智力和非智力因素的发挥，而且也影响身体。所以，考生要在考研复习过程中尽量保持愉快情绪，有意识地控制和消除不良的、消极的情绪。在考研的过程中，总会遇到这样和那样的困难，总会有遭到失败、遇到挫折的时候，当考生以顽强的意志去克服困难时，往往就使考研获得成功。俗话说得好，“失败是成功之母”，这句话告诉考生，在考研的过程中，只有具备不畏艰苦、不怕挫折、百折不回、万难不屈的坚强意志，才能获得成功。

再次，保持学习热情，磨练顽强的毅力和自制力。热情、毅力、自制力等属于非智力因素的第三层次，对学习产生具体的影响。热情是一种强有力的、长久的、稳定而深厚的、火热的情绪状态，是意志的行动，是一种具有巨大推动力的情绪。热情控制人的整个身心，并且决定人全部思想行动的基本方向，它强有力地鼓舞人去从事某种活动，能够使人长久地、坚持不懈地去完成艰巨任务。没有考研的热情，就不可能有考研的成功。顽强的毅力就是在较长的时间内，克服内部和外部困难，坚决完成任务的品质。有些人在考研复习开始时精力充沛，可是很快就疲倦了，只有短时间克服困难的突击能力，缺乏毅力，不能顽强地持久地面对考研复习过程中的困难；但考研过程需要有坚强意志，能顽强地、连续地克服一切障碍，为达到既定目的而斗争不懈。自制力就是善于控制和支配自己行动的能力，这是在意志行动中善于在必要时抑制自己的情绪，表现出应有的忍耐性，能迫使自己排除干扰坚决地执行决定。如果没有这种品质，考研复习任务是不能完成的。考生应善于控制自己的情感，在内外困难面前不要失去自制的力量。

最后，要做好非智力因素方面的“规划”。在考研复习的开

始阶段，不仅要做好各科复习的学习规划，也要做好生活安排及心理预案。具体说来，在生活方面，就要安排好每天的学习、休息和身体锻炼时间，形成规律的适合自己的生活节奏，还要加强合理的营养。这样就基本保证有一个良好的身体状态，为学习和上述三方面建立起身体的物质基础。当然，这需要一个过程，因人而异，形成合适节奏的时间或长或短。在心理方面，针对上述三方面自己的情况进行有针对性的培养和加强；同时根据师友的建议和自己以往的经验，预期一下可能出现的心理情况，制订一些预案，这样就能极大地降低不利心理因素的影响，保证考研复习的顺利进行。

对于考研，对很多人来说并不陌生，敲开研究生大门的公共课和专业课，这两块砖的分量也各有所长。尤其面对公共课中的数学、英语、政治这三座大山，很多人都望而却步。政治不用多说，临近考前没白天没黑夜的背诵；英语，不能间断的单词拉力赛，以及得天下的阅读训练。至于数学，则是一门从量变到质变得飞跃学科。可以经过技巧复习，更好地掌握这门学科。

针对数学的整体布局以及大纲中的考点分布，考生们可以通过阅读《数学考试大纲导读》系统掌握，这样有助于针对各考点分配复习时间。由于大纲中考点的要求与这点处出题的概率有一定的关系。所以对需要“掌握”的内容投入多一点精力，一定要达到“掌握”的程度；而对“了解”的内容就不需要太过深入，“了解”了就可以了。而对于应该“掌握”“理解”的基本概念、基本定理、基本方法，一定要融会贯通。

掌握了考点，就需要一本工具书来开始我们的考研数学复习之路。选择一本对的辅导书，在今后的复习当中会起到事半功倍的效果。打开辅导书，我们要做的第一件事情就是把他的目录与考试大纲结合，着重看考点例题，多做多练。做题时尽可能把问题归类发散，思考变式，熟而生巧，再去探寻解题技巧方面的问题。

我们要学会带着思考着去做题。很多考生都有这样的困惑，做了很多题但不会的题还是很多，最可气的就是题明明做过，但是再遇到还是不会做！这就是我们说的很多同学存在的通病，不求甚解。总以为不会做了，看看答案就会了，并不会认真的思考为什么不会，解题技巧是什么，和它同类型的题我能不能会做等等。其实，这些都是很重要的，要学着思考，学着“记忆”，最重要是要会举一反三，这样，我们才能脱离题海的浮沉，能够做到有效做题，高效提升！

要注意总结经验。平时做题肯定有我们不会做的，做错的题，是看过就算了还是要加强巩固攻克难关？当然是后者，不总结的话，那这么多题做下来，你相当于做的都是无用功，对自己的思维没有任何的提高。

在这里提示20_年的考生们准备一个本子，将不会做的题和做错的或者说不太容易理解的题都集中起来，分析一下做错或者不会做的原因在哪个方面，同时隔一段时间回顾一下这些内容，对知识的巩固和提高都是很有帮助的。

考研复习持续时间长，期间难免会遇到各种各样的动摇心思的诱惑，所以持之以恒、坚持到底尤其重要。面对考研数学不要惧怕，要勇往直前，必将会攻无不克，战无不胜。

海天考研数学复习过程中，有经验人的指导，往往会让我们事半功倍。而自己如果在没经验的前提下，闭关复习，很容易走入考研复习的误区中，这里海天考研提醒考生在复习过程中避免走入四误区。

一、只追高难 不重基础

考研数学中大部分是中挡题和容易题，难度比较大的题目只占20%左右，而且难题不过是简单题目的进一步综合，如果你在某个问题卡住了，必定是因为对于某一个知识点理解不够，或者是对一个简单问题的思路模糊。海天考研提醒忽略基础

造成考生在很多简单的问题上丢分惨重，为了不确定的30%而放弃可以比较确定的70%，实在是不划算。这一点从很多人选择参考资料上就能看出来。目前市场上卖的数学辅导书也比较多，考生在选择过程中，一定要选择适合自己的。最好选的辅导书能注重基础，从基础开始，如果有时间，可以将不同难度的书结合起来这样你的水平会有较大的提高。也就是说，大家一定要从实际出发，打到基础，深入理解，这样即便遇到一些难度大的题目也会顺利分解，这才是根本的解决方法。

二、作题翻书 不记公式

三、题海战术 不归纳总结

作题，是要把整个知识通过题目加深理解并有机的串联起来。数学的学习离不开作题，但从来不等于作题，抽象性是数学的重要特征之一，在复习过程中，我们通过作题，发散开来对抽象知识点的内涵和外延进行深入理解，这是非常必要的。但是时刻不要忘了最根本的目的是要对知识点进行理解进而形成我们自己有机联系的知识结构。因此作题的思路，必然应该是从理解到作题归纳再回到理解。在此之外，再做一些题目增加熟练度是有必要的，单如果超出了这个限度。让作题成为一种机械化的劳动，就没必要了。要记住，时刻目标明确、深入思考才是提高数学思维和数学能力的关键。

四、把看题等同于做题

由于时间原因，很多人买了资料后只是匆匆茫茫的看书而不动手练习，造成眼高手低。海天考研提醒数学是一门严谨的学科，容不得半点纰漏，在还没有建立起来完备的知识结构之前，一带而过的复习必然会难以把握题目中的重点，忽略精妙之处。况且，通过动手练习，我们还能规范答题模式，提高解题和运算的熟练程度，要知道三个小时那么大的题量，本身就是对计算能力和熟练程度的考察，而且现在的阅卷都

是分步给分的，怎么作答有效果，这些都要通过自己不断的摸索去体会。

了解考研数学复习过程中容易出现的误区，考生在复习过程中一定要多多注意，让2013复习之路更加顺畅。

考研已经过去三个月了，那使人压抑得喘不过气来的硝烟也已经渐渐散去，但考研留下的回忆却是刻骨铭心、永远难以忘怀的。现在回头想想，感慨良多，非常感谢北京文登学校给我这个机会与广大的考研战友讨论一下考研数学的复习方法和心态调整问题。

现代社会的竞争如此激烈，本科所学习的知识已远远不能满足社会发展的需要，因此深造已成为每个有志青年的必然选择。除极少数幸运的人可以保研外，大多数人要想继续深造，必然要走考研之路。我大三下学期就决定报考清华大学自动化系模式识别与智能系统专业，“人生难得几回搏”，这是我和家人的梦想，也是我最后一次机会。下面我主要讲一下发挥得比较好的数学学习心得。

(1)通读大纲。大纲发布后，首先通读大纲，了解数学(一)对各类知识点的要求。20₀年，大纲对考研初试课程进行了调整，数学满分由原来的100分增加到150分，即在总分没有增加的情况下，数学的分数增加了50%，极大地加大了数学在总分中的分量。而数学由于其自身学科的特点，一直都是“拉分”的科目，即高分考生和低分考生之间的分差比较大，数学成绩往往决定着考研的成功与否。对于英语和政治，大部分理科考生的分数都集中在55分到70分之间，相对来说对总分的贡献不如数学那么明显，因而经常听到“得数学者得天下”的说法，这种说法可能并不那么正确，但却充分说明了数学的重要性。

(2)通读教材。暑假期间，我利用上辅导班的间隙通读了教材，几本比较经典的教材有陈老师本书所提到的陈老师均为陈文

灯教授。在课堂上推荐的同济大学的《高等数学》和浙江大学的《概率论和数理统计》，此外同济大学的《线性代数》也相当不错。有很多同学认为读教材是浪费时间，只是埋头做题，结果题目做了很多，但效果并不好。我认为知识点是不变的，变的只是出题的方式和角度，只有对基本概念、基本定理有充分的理解、把握和运用，以不变应万变才是取胜之道。我将教材精读了三遍，定理的证明及课后的习题也已熟练掌握，为考高分打下了坚实基础。在其后遇到模棱两可的问题时，也经常重翻课本。对于像我一样数学成绩一般的学生来说，上数学强化班是非常必要的，而且一定要看完书后再去。因为讲课的速度非常快，许多知识点都是只讲关键部分，一带而过，不看书根本跟不上进度。我非常感谢陈老师，他的讲解深入浅出，言简意赅，总是一语就能抓住题目的关键，使我获益良多，极大地增强了考研的信心。在此对文登强化班的各位辅导老师致以最诚挚的谢意！

(3) 适量做题。大四上学期开学后，课业负担不很重。9月至11月是考研数学复习中最重要和最累的阶段，即在该阶段内要有针对性地适量做题，这个阶段基本就决定了你的考试水平。我推荐陈文灯老师的《复习指南》本书所提到的《复习指南》、《数学复习指南》、《指南》均指陈文灯教授的《考研数学复习指南》一书。和《数学题型集粹与练习题集》以下简称为《题型集粹》。经过多年的实践考验和不断修正，这两本书已经集考研之大成，成为每个考研学子的必备书。这两本书并不是看一遍两遍就可以的，对于大学数学成绩一般的学生来说，至少应该看三遍，尤其是一些理解得不太透彻的地方，需要反复地研读、揣摩、练习。第一遍是最吃力的，我大约用了一个半月的时间。看第二遍、第三遍的时候速度会快得多，尽管有很多以前不会做的题还是不会，但对题目的感觉强了很多，这样做能为下一轮的复习打下坚实的基础。题目做得越多，往往越能一眼抓住问题的关键所在，有的放矢。在第一遍复习过程中我把曾经做错的和不会做的习题都抄在一个笔记本上，并且随身携带、经常复习，了解自己错误的根源所在，搞清楚问题是出在理解得不透彻，

还是思维出现了误区。开始的时候一天能抄30道错题，那自然是非常郁闷的，后来随着水平的提高，一天只有十几道了。这是一个蛹化蝶的过程，很漫长，也很痛苦，希望大家一定要坚持住。

(4)做模拟试题和真题。到了12月份的冲刺阶段，主要任务是做模拟试题和真题。我一般规定自己每天在150分钟的时间内完成一套试题，每次都当成真正的考试，认真地在答题纸上做一遍，做完整套试卷以后严格按照标准答案批改，给自己打分，将所犯错误抄在一个专门的错题集上。将错题再认真地做一遍，这样一天做一套模拟试卷，周末专门拿出一整天来研究错题，查漏补缺。我做的是陈老师出的24套模拟题，全部认真做完。有些题即使做了十遍还是出错，这确实挺打击信心，但人的惯性思维是很难改变的，需要持之以恒的精神和永不服输的态度。真题的作用是不容忽视的，经过十几年的考试，相当多的题目模式已经定了下来，很多考研题目都是类似的。考研真题经过千锤百炼，在思想性上有较高的参考价值，需要多加揣摩。尤其是近两年的考题，反映了命题者出题的方式和思路，更需要注意。关于考试时的做题习惯问题，这需要平时的积累。在平时答题时，要注意培养好的习惯，如需根据题意注意是否需要分类讨论，分类讨论的结果最后记住要做一个总结，不定积分的结果不要忘记加一个常数，与实际有关的题不要忘记加单位等等。这些看上去微不足道的地方，都可能导致你的失分，如果是填空题，那就一分得不了了，被扣这样的分数是很冤枉的。随着“考研热”年年升温，竞争也越来越激烈，特别是名牌大学的热门专业，就像今年我报考的清华自动化系仅招收41人，报考的人将近800，录取比例是20：1，其中的热门专业更是远高于这个比例。一分的差距可能决定你录取与否，为了自己的理想，应该每分必争，不放弃任何成功的机会。

最后，谈谈关于考试的心态调整问题。考研与高考不同，并不是每个人都考。随着考研日期的一天天逼近，看到已保研和找到工作的同学整日悠闲自在，自己却早出晚归，累得头

昏脑涨，心理不平衡是难免的。但转念一想，世上没有免费的午餐，只有付出才会有收获，“走自己的路，让别人说去吧”，心情自然就会平复下来。还有一些同学复习的效果不怎么好，就怨天尤人，对自己失去信心，最终放弃了考研，放弃了改变自己命运的机会。其实，考研并没有像大家认为的那么难，基础题还是占多数的，如果将会做的题全都做对，及格还是不成问题的。我们的宗旨应该是“抱最大的希望，付最大的努力，做最坏的打算”。要有一定的压力，但不要太大，要将压力转化为动力。尽自己的全力，但求无愧吾心。在临场考试中，一定要细心冷静，沉着应对，由易到难，该放弃时就放弃，不要寄希望于超水平发挥，毕竟能超水平发挥的人可谓是少之又少。

关于复习的时间与效率问题。我认为数学不是拿时间来“堆”的。数学来不得半点马虎，如果开始做错，那下面完全是徒劳的。复习数学需要清醒的意识和缜密的思维，而二者都需要在头脑清楚的时候才能够做到。每个人的兴奋时间不一样，我是在上午比较清醒，所以上午我集中精力学习3小时的数学，花费了时间一定要有所收获。其实我每天的学习时间并不很长，只有8小时左右，否则保证不了效率。我认为考研最重要的不是每天学习了多长时间，而是学到了什么，是否能持之以恒地坚持下去。在下半年的时间里，除特殊情况外，我基本上没有周末和节假日，每天的作息时间表非常有规律，不给自己任何偷懒的机会和理由。

希望我的体会能使大家少走一些弯路。考研对每个人来说都是一件很不容易的事情，也是人生的一个重要分岔口，我们应该珍惜并把握住这个机会。结尾的时候，以蒲松龄的自勉联“有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”与广大考研的战友共勉，祝愿大家在20_年的考研过程中，能实现自己的梦想！

考研指导课心得体会篇七

还记得第一次有考研念头那会自己对考研一点概念都没有，那天恰是刘翔自08奥运受伤后第一次复出并且获得那一赛事的冠军，自己也就稀里糊涂的觉得也该有点追求，于是第一次决定要考研。

可是和朋友偶尔的一次交流让我差点放弃考研。朋友说考虑到父母已经为自己付出很多更重要的是父母的年龄，她决定直接就业。而我的情况和她差不多，于是自己觉得很佩服她，也就打消了考研的念头。当我打电话把决定告诉父母时，他们很不解，当我解释给他们听时，妈妈挂掉了电话，我知道电话那头的妈妈流泪了，其实我也是。（貌似自己很懂事，现在想想是太无知）

随着和专业课老师的接触以及和即将毕业的学长学姐的交流，觉得自己放弃考研的想法有点荒唐、幼稚（毕竟我的家庭情况不是很困难）。那会特羡慕专业老师他们的生活，平时在学校教书，偶尔有个项目赚个外快，收入不少而且比较安逸。那会就想要是不考研不读博他们怎么会有这样的生活，很快又想到只有自己活得充裕才能在物质上更好的孝敬父母。于是乎又回到了考研这一思想上。

现在想想自己想的太多了，生活是自己的，梦想也是自己的，怎么能轻言放弃，如果再来一次我会毫不犹豫的选择考研。当然我们不能太自私。

二、学校的选择

2020年9月份偶尔听说我们专业有个学姐考上了大工，当时不知道自己怎么想的就喊着要考大工，连我自己也没想到这会是我最终要考并且考上的学校。2020年4月份又有学姐考上了，于是更加坚定了自己的信念。

那会开始有了考大工的所为理由：一、以我的成绩我觉得自己可以考上。二、学姐可以为我提供讯息方便我的考研过程。三、大连这个城市各方面和青岛比较像，我还是蛮喜欢的。现在想想其实这是找理由来支撑自己已有的. 决定，有点可笑。如果再让我选一次我一定好好选，而不是这么草率选择然后找理由为解释自己的草率决定。其实现在想想自己或许应该把目标定的再高一点，那样就不至于在复习过程中动力不足。

曾经有一段时间自己想保本校(一所很普通的二本)研究生，而且这一想法很强烈，那一阶段自己的状态很低迷，一直在想考不上怎么办这个问题，心里七上八下，复习效率低的可怕。现在想想真是太荒唐了。慢慢的当真正的复习(暑期的辅导班)开始，就再也不考虑这个问题了。

想告诫正在奋斗的学弟学妹，正确定位自己，敢于选择，勇于坚持。

三、复习过程

整个过程可以用一句话概括：摸着石头过河。记得那会一遇到什么问题就问学姐，而学姐的回答就是她那会也不清楚是怎么过来的，自己根据自己的情况看着办就行。当时以为学姐不给说，现在想想确实如她所说，我们只能自己去面对，自己去应战。

复习过程难免会有低迷，会有困难，我们要做的就是正确面对，可以允许自己短时间的休整，但不能轻言放弃。当感到低迷、不想学时，我常做的就是给爸妈打个电话，回来后会更好很多，继续奋斗。偶尔找朋友诉说一下自己的压力，给自己释放一下。心态很重要!!

复习过程中要正确的对待本校的竞争对手，心胸要开阔。首先资料要共享，你帮助了别人，就是在帮助自己。再者经常交流一下，以了解自己的不足，相互学习相互促进。铭记，

一、心有多广世界就有多大。二、好人一定会有好报。

最重要的阶段是考前的那一个月，也就得黎明前最黑暗的阶段，好多人倒在了这个时候。这个时候我们要做的不是能有多大的进步(当然有进步更好)，而是保持，保持学习状态保持心态。只要能够有一个好的心态那就一定没有问题。

考研指导心得5

考研指导课心得体会篇八

第一段：引入（150字）

盘锦市是辽宁省的一个小城市，虽然它不像大城市那样繁华，但这里却有一支非常优秀的考研指导老师团队。在这里，我们不仅能得到专业的辅导和精准的指导，还能感受到老师的用心与关怀。在这篇文章中，我将会分享我在盘锦考研指导班的学习经历以及收获的体验。

第二段：认识自己，为考研做准备（250字）

作为一个普普通通的大学生，我并没有什么特别出众的天赋，但我深知要想取得好成绩就必须先认识自己的优缺点，并制定合适的考研计划。在盘锦考研指导班，老师们提供了一系列的自我认知测试和评估，帮助我了解自己的优势和不足，制定了适合自己的考研备考计划，这对我的备考起到了非常积极的指导作用。

第三段：优化学习，提高效率（300字）

为了提高备考效率，我们不仅要认识自己，还要学会如何优化自己的学习。在盘锦考研指导班，老师们非常注重学生的

课程学习和课外自习的统筹安排，合理规划课程内容，并重视总结和反思。同时还推荐了很多学习方法和技巧，如背单词、改善阅读速度和提升数学实战能力等。通过老师的指导和自己的努力，我逐渐掌握了这些技巧，提高了学习效率，为考研打下了坚实的基础。

第四段：情感支持，情感关怀（250字）

备考过程中，遇到挫折和低谷是在所难免的。在这个时候，盘锦考研指导班的老师们给了我巨大的支持和鼓励，他们不仅教我们学习方法和知识点，还给我们传递了正能量，帮助我们树立信心和信念。作为一个在陌生城市的学生来说，这些情感关怀让我觉得在这里不再孤独，从而更有动力投入学习和备考。

第五段：总结（250字）

在盘锦考研指导班的学习经历让我深刻地认识到取得考研成功不是靠运气的，更需要自己的努力和成功团队的支持。在这里，我学到了很多关于自己、关于学习和关于人生的知识，更练就了一身闯荡江湖的勇气和胆识。毫无疑问，盘锦考研指导班的老师们为我的考研之路注入了坚实的力量和信仰。我相信在他们的引领下，我能呈现出最好的自己，迎接未来的挑战！