

# 选修课课程心得(精选8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 选修课课程心得篇一

我校进行新课改，推行高效课堂以来，学生座位的排列发生了巨大变化，由于自己课堂掌控能力不够，在组织课堂教学中遇到了很多困难，对教学方式的采用也有过一段很迷茫的时期。随着时间推移，慢慢的对各种课型的教学方式有了一些想法。初中阶段的英语教学重点主要在于语法，词汇和对话的教学上。因为课型的不同，所采用的小组合作教学的具体方法也要适当的改变。

### (1) 语法课

英语语法教学是英语课堂教学中的重点也是难点，一般是以传统的讲解课，练习课的形式存在，学生在这样的课上被动接受知识多，主动思考得出新知机会少，掌握语法新知的效率较低。所以在语法课中，我较多的让学生小组合作探究，让学生自己去观察发现和归纳语法项目，结合《高效课堂》来理解掌握检测和运用所学知识点，学生的积极性更高，学习的效果也提高了。

具体做法是选用能比较完整的呈现一个语法项目的基本构成的几个典型例子让学生去观察归纳，内容是学生比较感兴趣的，让学生能兴致盎然地投入到小组合作学习中。这些例子最好能较全面的体现该语法的时态变化和肯定句、否定句以及疑问句的句型变化，让学生在学学习时不会遗漏语法点。

## (2) 词汇课

在教授词汇前让学生小组合作预习生词，在课上以检查拼读的方式进行检测。另外，在完成任务中运用和巩固词汇也是一种处理词汇的教学方式。比如在学习一些表示动物的名词之后，让学生马上小组合作完成以下任务：介绍自己最喜欢的动物园。在这个任务中，学生可以通过讨论把所有教过的动物名词的意义、读音和用途都确认了一遍，还能尽情发挥想象力和表现力，既达到了教学目的，又让学生感受到了快乐。

教一系列动词时，教师先给学生创设情境，让学生分小组去思考在这种情境下不同身份，不同年龄，不同性别的人会做的事，然后去运用所学动词描述自己的想法。举个例子，在教学现在进行时时，可以给学生一个时间点，比如周日的上午7点，人们正在做什么。这种方法在复习时态和教学动词时比较有效。

再比如在教授形容词和副词时，通常情况下我会定下一个名词，让学生分小组去学习用来修饰该名词的形容词。（或是定一个动词，让学生去学习用来修饰该动词的副词）

## (3) 对话课

对话课是运用小组合作学习模式最多的课型，让学生尽量多开口说英语，并设计很多课堂活动项目让学生充分参与并练习，学生的口语能力也得到了相应地提高。

面，提高运用英语的能力。学生通过这种方式完成的对话各有特点，不会千篇一律，既展示了个性，又展示了能力。

小组合作学习正在成为重要的课堂教学组织形式。如何使它发挥出最大的功效，还需要我们对课堂合作学习作更深一层的探讨、尝试和研究。只有对合作学习有了正确的认识，并

对每一次活动设计做好精心准备，才能真正减少小组合作低效现象，提高教学效率。

## 选修课课程心得篇二

篮球，作为一项极具竞争性的运动，不仅可以锻炼身体，提高身体素质，还能培养出各种积极向上的品质。在过去的一个学期中，我有幸选修了篮球选修课，通过这一学期的学习和训练，我深深地感受到了篮球对我的影响和改变。在这篇文章中，我将分享我在篮球选修课中的体会和心得。

### 第一段：对篮球的初次了解和热爱

篮球选修课是我第一次接触篮球，开始时对篮球的规则和技巧一无所知。在课程中，我们学习了基本的传球、运球、投篮等技术动作，并且通过反复的练习和教练的指导，逐渐掌握了这些基本技巧。随着技术的不断提高，我对篮球的热爱也逐渐加深。每一次比赛和训练都让我感受到篮球的魅力和乐趣，我愈发觉得自己对篮球的热爱，同时也坚定了我要继续在篮球道路上前行的决心。

### 第二段：团队协作的重要性

篮球是一项团队运动，团队合作和协作能力对于比赛的胜负至关重要。在训练过程中，我们不仅要学会通过传球和配合来获得得分机会，还要学会在防守时互相合作，保护篮筐。为了培养大家的团队合作精神，教练安排了各种小组合作练习，让我们更好地理解 and 运用团队合作的重要性。通过这些练习，我明白了在团队中，个人的努力和进步固然重要，但更关键的是团队的整体实力和战斗力。

### 第三段：锻炼意志力和毅力的重要性

篮球是一项需要持久战斗力和不懈努力的运动。为了提高个

人能力和击败对手，我们需要付出很多努力和汗水。在每次训练和比赛中，我都学习到了坚持不懈、永不放弃的精神。在面对困难和挫折时，我不再轻易放弃，而是坚持下去，并找到解决问题的方法。篮球教会了我积极面对困难，迎接挑战，并乐于接受失败。这些经历不仅让我在篮球场上进步，也成为我面对生活中各种困难的坚强后盾。

#### 第四段：培养自信心和领导力

在篮球选修课中，我还学到了培养自信心和领导力的重要性。作为一名球队成员，我们需要自信地面对挑战，并且在场上洒脱地表现出自己的能力。通过比赛和训练，我逐渐培养了自信心，不再害怕和胆怯，敢于在关键时刻挺身而出。同时，篮球也提供了锻炼领导力的机会。我曾担任过球队的队长，负责组织队员参加训练和比赛，并带领球队取得了一些胜利。这些经历让我更加明白，自信心和领导力不仅是在篮球场上发挥作用，更是在日常生活和社交中展现自己的重要特质。

#### 第五段：篮球带来的身心健康

通过一学期的篮球选修课，我的身体素质得到了明显提高。篮球的训练强度和规律的训练生活让我身体变得更加健康，体力和耐力也有了很大的提升。同时，篮球也带来了心灵的愉悦。每次在比赛和训练中，我都能释放压力，找回自己的快乐和放松。篮球不仅是一项有益身心的运动，更是一个让我忘记烦恼，找到自己快乐的空间。

总结：通过选择篮球选修课，我不仅初次了解了篮球的规则和技巧，而且培养了团队协作、意志力、自信心和领导力。同时，我也体验到了篮球带来的身体健康和身心愉悦。这一学期的篮球选修课让我收获颇丰，我将会在篮球的道路上继续努力前行，不断提升自己的篮球水平。

## 选修课课程心得篇三

课堂教学是学校教育的主阵地，追求课堂教学的高效率是每一个教师不断追求的目标。本学期，我校全体教师参加了构建高效课堂的课改活动，回顾自己这一阶段的学习和实践，简单谈几点体会和感悟。

### 一、通过学习，更新理念

教书20多年，执教地理也有十几年，自我感觉教学经验还算丰富，教学效果也还不错。通过学习《高效课堂22条》，我发现自己的一些观念已跟不上时代的发展。我明白了真正的高效课堂要以学生为主体，充分调动学生的学习积极性，把时间交给学生，我们教师的任务不仅仅是教给学生知识，更重要的是教会学生如何学，只有这样，才能实现新课改的目标。

### 二、通过反思，找出不足

高效课堂要求师生互动，以学生为主体。一个教师，不管他的专业知识多么丰富，如果没有学生的积极参与，他的课堂终究是一潭死水。反思自己以前的教学，虽然不全是满堂灌，但对学生总是不放心，讲得过多。因此学生只是被动地听，被动地做笔记，机械地记忆，以致部分学生对老师的依赖心理较强，懒惰思想加重，对照《高效课堂22条》，我发现了自己的不足，不再满足于已有的经验，在以后的教学中，我将学会放手，充分调动学生的积极性，既重知识传授，又重能力培养。

### 三、通过实践，不断提高

#### 1. 精心备课，提升课堂有效度

教师为主导，学生为主体，把课堂还给学生。但教师的任务

更重了，课前精心备好课，准备好导学案，帮助学生明确学习目标，引导学生掌握正确的学习方法，把学生带入一种想学，能学，抢着学的氛围，让学生有效的参与课堂学习，让课堂精彩起来。

## 2. 重视合作，激发学生参与度

地理课程内容丰富多彩，让学生通过小组合作，全员参与，探究展示，教师设计多种活动，如：拼图、猜谜、竞赛等，通过合作探究，学生不再袖手旁观，而是积极参与其中。

## 3. 联系实际，发掘学生熟悉度

生活中处处有地理。教学中从学生熟悉的生活体验、所见所闻入手，发掘学生身边感兴趣的事物，联系时事热点问题，有助于激发学生的好奇心和求知欲，往往能收到事半功倍的效果。

## 4. 利用地图，提高学生认知度

地图是地理的第二语言，地图的运用是地理教学中不可缺少的一个重要环节。在课堂上指导学生掌握读图方法与技巧，借助地图让学生掌握地理事物的空间分布特点，更好地比较分析归纳事物的因果关系，从而提高学习效率。

总之，通过课改学习与实践，我感悟到：作为一名合格的教师，只有不断学习，不断反思，勇于实践，才能不断提高。

## 选修课课程心得篇四

在大学生活中，选课制度扮演了重要的角色，不仅影响到学生的学业规划，还与未来的职业发展密切相关。除此之外，选课也是学生自主选择知识培养的重要途径。因此，良好的选课制度能够帮助学生更好地规划学业，提高学生知识储备，

为未来的职业规划打下坚实的基础。

## 第二段：选课制度的优点

一方面，选课制度可以帮助学生更好地掌握课程的质量和难度，根据自身的兴趣和实力进行合理的选择，以便更好地发挥自己的潜力。另一方面，选课制度也能够激发学生的学习热情，提高学习动力。当学生有足够的选择自由度时，便能够更好地发挥出自己的学习能力，生动地参与到课堂教学当中。

## 第三段：选课制度的不足

虽然选课制度有很多优势，但在实际操作中也存在一些问题。例如，一些学校的选课制度存在一定的难度，不易操作，时间分配不合理等问题，给学生带来不便。此外，有些课程的安排也不够合理，与学生的实际需要缺乏紧密联系，给学生带来诸多不便，容易导致选课偏差和浪费资源。

## 第四段：个人的选课体验

在我的个人选课经历中，我也遇到了不少问题，比如选课时没有给出课程详细信息的情况，以及一些不必要的限制等。不过，在学校不断改进选课制度的过程中，我也逐渐习惯了这个系统，并且逐渐发现自己的兴趣和潜力，学到了不少对我有用的知识。从这个意义上来说，选课制度在我此次大学生涯中也发挥了重要作用。

## 第五段：选课制度未来的发展

随着时代的变迁和社会的发展，选课制度也需要不断进步与完善。为此，我认为除了在技术上不断创新外，学校还可以采用更多的个性化方法，适应不同学生的独特需求和特长。例如，可以增加更多的学科选项，让学生能够更好地把自己

的特长发挥出来。当然，在这个过程中，学校与学生也需要合作共同改进选课制度，为未来的职业规划打下更加坚实的基础。

总之，选课制度是大学生生活中的重要组成部分之一，通过该制度学生可以更好地参与学习，提高专业能力，顺利实现自己的职业规划。因此，在未来的日子里，我们需要加强合作，不断改进选课制度，打造更好的大学学习环境，为学生的学习生涯和职业规划提供更加坚实的支持和保障。

## 选修课课程心得篇五

xx月xx日，在市教育局冉局长的带领下，我们都亭二小的几位教师到柏杨坝镇见天小学去参加“课内比教学，课外访万家”送教活动，与其说是送教，不如说让我们去感受、体验他们的教学及管理经验，回想起来，感受颇多。

经过两个多小时的颠簸，我们终于来到了见天小学。走进校门，映入眼帘的是一幢三层教学楼及宿舍楼，放眼望去，丰富的校园文化建设，多彩的班级文化建设，为学校增添了无限风采。走进教师的办公室，桌上的东西摆放整齐，桌面一尘不染，有几台电脑，而且是光纤入户，由此可以看出，上级部门和学校该花了多大的精力，增加了多大的投入啊！说实在的，他们的办公条件并不比我们差，互联网的开通，更是拉近了他们与世界的距离，从老师的话语中，我看出他们对先进教育理念、先进的教育方法的渴求也丝毫不逊色于我们。

让我感动的是蔡老师上的《穷人》一课，我在评课的时候用了“到位”一词进行了概括：一是引入到位，蔡老师从“人”字的结构入手，开题新颖，能激发学生的兴趣；二是对基础知识训练到位，蔡老师用小黑板出示的本课较难记忆的字，以顺口溜的形式出现，加深了学生对生字的印象，让他们记得快，记得准；三是读得到位，课中，蔡老师采用了范读、



自由读、指名读、分组读等形式，体现了读在阅读教学中的地位；四是对学生的激励到位，对表现好的学生，老师适时给予鼓励，让学生始终处于兴奋中，有利于知识的掌握；五是讲解、指导到位，老师对文中的重点词句进行抠词抠句，讲解、引导恰到好处；六是板书出示到位，蔡老师能根据内容出示板书，板书层次清楚、字迹美观，给人以赏心悦目的感觉，也可以看出老师出色的板书、语言功底；七是过渡语设计到位，各环节环环相扣，体现了语言文字的魅力；八是教师博学多才，特别是以小诗的形式出现桑娜和西蒙家的贫穷，既能让学生记得牢，又看出老师备课时花的精力多，教师的点子多，将老师深厚的语文功底体现得淋漓尽致。我想，听了这节课，我该学习的地方实在是太多了，在今后的教育教学工作中，要像蔡老师那样认真备课、那样敬业。

令我感动地还有一个小男孩。在来的路上，我看见一个四五岁的小男孩，估计是上学前班的，听见车来，他远远地让开，蹲在一堆石头上，在我们的汽车超越他的刹那，我分明读懂了他那请求的目光：“带我走一程吧！”顿时，一种不安之心涌上我的心头，我从车后窗望去，只见他又缓缓地行进在高低不平的路上，我看了看时间九点零四分，从这里到学校，我们的汽车竟然走了17分钟，他要走多久呢？我期待着……十点十八分，这个小家伙终于走进了学校。我想，这小家伙每天花在走路上的时间竟有这么长，姑且不说学多少知识，就是每天坚持走这么长的路，对成年人来说已是苦不堪言，对这样的小孩来说，更是可想而知了，我惊叹于他坚韧的毅力。而我们城里的学生，稍微远一点就是乘公汽、坐的士，学校离家很近也有父母接送，要什么买什么，而且学习不努力……可他却独自一人上学放学，我坚信，经过风吹雨打的磨练，一定会磨砺出小男孩坚忍不拔的性格，小家伙，我祝福你！

通过本次活动，让我认识到，对学生的养成教育绝不能只放在口头说教上，绝不是学校几个领导就能完成的事，全体老师要形成共识、齐抓共管，要实实在在的去抓落实、去督促。

只有这样，才能还我们一个整洁、舒适的环境，还我们一个平安、和谐、让人民满意的校园。

## 选修课课程心得篇六

化学是一门研究物质及其变化的科学，作为一门自然科学，它是我们日常生活中无处不在的存在。在高中阶段，学生们都会选择化学作为一门必修课。然而，大多数学生对于化学的学习往往心生畏惧，感觉难以理解和应用。在我选修化学课的过程中，我却发现了其中的乐趣，并从中获得了很多收获和成长。

首先，化学选修课给我提供了机会去探索自己的潜能和独特的思维方式。在化学的学习过程中，不同于其他学科，我们需要将课本知识与实际问题结合起来，进行实验和观察，从而得出结论。这种探索的过程对于培养我们的观察力、实验技能和分析问题的能力有很大的帮助。而且，化学的学习过程中还需要我们进行思维的跳跃和逻辑的推理，这让我感到非常有趣和充实。

其次，化学选修课使我更加注重实验操作的细节和仪器的使用。在实验课上，我们需要精确地配制溶液、进行定量的实验，这就需要我们细心和耐心。化学选修课还教会了我如何准确地使用实验仪器，如量筒、烧杯和试管。这些实验操作的技能不仅对于高中化学的学习很有帮助，也为未来走上化学或相关领域的科研工作打下了基础。

此外，化学选修课培养了我对于化学本质和应用的兴趣。在课堂上，老师通过生动的实验和案例分析，让我看到了化学在现实生活中的应用和意义。例如，我们了解了化学在环境保护、药物开发和能源生产等方面的作用。这样的学习过程不仅增加了对化学的认识，也激发了我进一步探索化学领域的动力。

此外，化学选修课也让我体会到了合作学习的重要性。在化学实验课上，老师通常会安排我们组成小组进行实验。这样的合作学习能够让我们相互交流思想，共同解决实验问题，并从中学习到更多。这种合作学习的经验对于我们培养团队合作精神 and 提高人际交往能力有着积极的作用。

最后，化学选修课给我提供了选择进一步深造化学的机会。通过选修化学课，我对于化学的基本知识和实验操作有了初步的了解，这为我未来选择化学相关专业提供了基础。我可以选择攻读化学类的本科专业，或者进入化学相关领域的研究机构从事科学研究工作。这些机会都是因为我在高中时期选修了化学课程而得以开启的。

总之，化学选修课不仅拓宽了我的知识面，提高了我的学术能力，还培养了我的实验技巧和团队合作精神。通过化学选修课的学习，我发现了化学的魅力和应用价值，为未来的职业规划提供了更多的选择。

## 选修课课程心得篇七

时间过得真快，转眼间大学四年的学习生活即将结束。还记得报道时的炎炎夏日，还记得院长在联欢会上语重心长的话语。“你们是从东大的偏门进来的，四年以后我要让你们从东大的南大门走出去”。的确，为了他的这一句话，我为之奋斗了整整四年。这中间有喜有怒有哀有乐。现在回首这四年的学习生活，许许多多事情还历历在目。

学生的天职就是学习。学习是我四年生活的主线。我由一个普通的职中生一跃成为重点大学的本科生，这对我来说是人生最大的喜悦，同时如何跟上重点大学的教学进度也一直是我最担心的。

虽然没有表达出来，却一直在我脑子里浮现。

与那些从高中考上来的学生相比，他们大多是从县城最好的高中考上来的。这样一比，我的信心几乎完全丧失。在以前的职中里我是矮子中的将军，充满了自信与自豪，到了这儿我的身份发生了显著的变化，变成了将军中的矮子。这让我自卑了很长一段时间。后来在军训中与其他系的学生一起军训，在交谈中，他们对我们充满了佩服：其一是觉得我们不容易，从那么多考生中脱颖而出。其二是我们大多是学校的佼佼者，在工作能力和自理能力方面较强，善于沟通。

这番评论虽然让我有了一丝安慰，但在学习上的忧虑还没有完全消除。院长毕竟是职教方面的专家，不失时机的给我们打气，从补课的第一天到开学典礼到不定期的见面，不断地给我们打气。

在前几届师兄们的事实面前，我深深地感受到，在学习上没有不可跨越的障碍，只需要不断的努力。

单从思想上重视还不够，还得从行动上着手。在这方面院里费尽了心思，提前补习我们欠缺的基础课，这让我从录取的喜悦中解脱出来，投入到紧张的学习中去。

这一段时间对我从一名职中生到重点大学的学生的转变有着巨大的影响。我发觉我的差距很大，产生了强烈的紧迫感，我不能掉队，我可以把距离缩短。

在你追我赶的学习氛围中，渐渐地增强了我的自学能力，同时一种适应大学学习的学习方法也渐渐地形成。后来院里又为我们安排高年级的学长介绍学习经验，帮助我们调整学习方法。借鉴别人的长处，克服自己的短处，让我们少走了许多摸索的弯路。

进入正式上课后，教师对我们的情况都非常了解，所有的教学方法和教学内容都作了调整。在教师的引导下，我做到课前预习、课上认真听讲，记笔记、课后系统复习，独立完成

作业。

平时一遇到问题，就勇敢地去答疑(尽管有些问题问得比较幼稚)。到期中考试的时候，考试成绩不错。

虽然没有其他系的同学那么好，也总算能到自己的期望值，加上院长对我们的成绩又一次进行表扬打气，让我的士气更足了，就象打了一针“兴奋剂”。

到期末考试时我所有的课程都通过了，我这才松了一口气。后面的几学期我都这么做，紧紧地围绕教师的方法和要求，都取得了较好的成绩。尤其是大学一学年我还获得了奖学金。奖学金的精神奖励比物质奖励更让我兴奋。这是对我一年来学习的肯定评价。

到了大二的下学期，我全身心的投入到四级的决战中，参加了学校的培训班，每天都把英语作为自己的一顿饭。时刻不松懈。当时我担任班长，加之考试期间班上又出了点事，我在学习和工作未能合理调整，导致英语四级考了57分。这个成绩在我的意料之中，我一个暑假都没能安心，总结自己的薄弱环节，坚持每天记忆单词。

到了三年级我们搬到四牌楼校区，参加校外辅导的机会多了，我报名参加了恩波四级培训班。在xx年1月份的考试中通过了，我这才安心了。

后来我渐渐地放松了对自己的要求，主观地认为都大三了，老师不会为难我们，学习也没有以前那么认真了，结果三年级下学期的考试成绩让我后悔不已。

《计算机通信网络》不及格，这对我的打击太大了。第一，我为我放松对自己的要求，在学习上松懈感到后悔。第二为即将到来的毕业找工作感到压力非常大。

在四年级上学期，我不急着找工作，重修不及格的课程，并全身心的投入到技能训练中去。

这次我非常认真，在平时的训练中我一直感到危机感和紧迫感。直到最后考完试我的心才踏实下来，其实我所有的努力并不是为了一张高级工的证书，关键的问题是我要学到一些技术，这样我才能在以后指导学生技能训练中得心应手。因为我深知“杯水车薪”的道理。

由于我态度认真，平时训练有素，在技能考核中取得了优异的成绩。这是老师精心指导的结果。从这件事以后我把所有课程安排都看得非常重。正如当初学习基础理论一样。

无论是教育实习还是毕业设计我都全身投入，并且都取得了令我振奋的成绩。现在回首大学四年的学习生涯，虽然苦了点但却很充实，这四年的大好时光没有虚度。

坚忍不拔，勇于面对挑战的精神已在我身上根深蒂固，同时学习能力的形成和良好学习习惯的养成将使我终身受益。

在四年的学生生活中，我不仅努力提高自己的学习能力和不断接受新的文化知识，还注重提高自己的思想政治素质。

我积极要求上进，主动投身于理论文件讲话的学习，时刻以一名党员的标准来要求和衡量自己。在平时的学习中，我深深地体会到，共产主义人生观、世界观、价值观的确立和坚持不是一朝一夕的事情，也不是一劳永逸的事情，而是一个长期坚持不懈的艰苦努力的过程。

惟有不断地学习，用理论来武装头脑，努力在掌握理论科学体系上下功夫，在用理论来指导实际上下功夫，在改造客观世界的同时注意改造自己的主观世界。

为此，我积极参加党支部的组织生活，在学习理论和其他同

志交流的过程中不断学习。党的意识在我的脑海中渐渐形成，并激励着我在实践中刻苦锻炼，加强党性修养，增强辨别是非的能力，增强政治责任感和使命感，开拓进取，艰苦奋斗，无私奉献为党和人民建功立业。

从群众中来到群众中去，我平时关心身边的同学，在思想上帮助他们进步，向他们宣传党的方针政策，使他们在思想上，行动上积极拥护党的领导，在学习上帮助有困难的同学，在生活上关心同学，让同学时刻感到党的关怀。

我一直注重个人工作能力的培养，在入学初我就加入了团总支的宣传部，做一个普普通通的干事，虽然我没有做出什么大的成绩，但这一段经历为我以后的工作都奠定了基础。

到大二我担任班长，这一年也是培养工作能力最关键的一年，这一年中我适当地减少了班级的活动，让同学们全身心地投入到英语四级的复习迎考中去。

针对班级同学的学习成绩成两极分化的现象，我主动找有关同学谈心，减少后进生心中的疑虑，同时将同学们反映的问题及时向有关部门和老师沟通，努力发挥好学生与老师，学生与学校之间的桥梁纽带作用。

班上许多同学以前都曾是班长，学生会主席，工作能力都很强，如果能把这些人的智慧都集中到班级的管理和班级发展中来，对班级的发展有着极其重要的意义。

在工作中我充当了一个协调者，主动征求这部分同学的意见，并把他们的意见落实到班级的日常管理中去，得到了较好的效果。

在平时的工作中，由于我考虑的比较周到，总支开会有统计什么都会由我来做，也正是由于把有的事情考虑的太细，缺少创新、打破习惯的勇气，致使没有能做出有影响的活动，

这些缺点我将在今后的工作中不断改进，不管怎么说，一年的班长工作对我个人的影响挺大的，增强了我的心理承受能力，毅力，分析问题的能力等等。

此外，四年中我积极参加学校组织的活动，踊跃参与社会实践活动，并在实践中学到了一些课本上学不到的知识，在生活上我勤俭节约，并主动帮助身边有困难的同学。

毕业在即，回首四年的学习生活，我深深地体会到学院老师为我们的成材所付出的艰辛劳动，在此我要向他们表示深深的谢意和崇高的敬意！

一本好书，一篇文章，一段培训，一段学习，一次参观，我想都会引起您的共鸣。

《平凡的世界》这本书是一本以中国人为研究对象的关于研究人城乡变化的书，它是继全球畅销书《首先，打破一切常规》的又一本对于发现自身平凡的一本书，它旨在识别最普遍的人类的平凡，并告诉世人将这种平凡应用在个人和事业上，以致达到成功的表现。

现如今的人们是越来越自由了，虽不能说想干啥就干啥，但至少从就业到择业，以至于出国，存在主义的计划经济的“上帝”都不干预了。对于不少人，机会终于来了。从过去梦想不到的机会到过去梦想不到的成功。我们国家的社会整个都变了。

然而焦虑任然存在，听人摆布的痛苦在消失，取而代之的是选择的迷茫和自由的焦虑。还记得“牧马人”吗？“牧马人”是痛苦的：那场浩劫断送了他的事业。然而。“牧马人”又能找到“安慰”，因为浩劫解释了他的结局。现在不同的是浩劫结束了，“上帝”也退休了，别人成功了，而如果你作为一个“牧马人”一度渴望而没能实现辉煌人生，那你连怨天尤人的机会都没有了，有的只是自责。这种痛苦恐怕不亚



于当年得“牧马人”。难怪有人说人又陷入了自由的厄运。

何为成功?见仁见智。有学者曾这样定义：成功就是充分实现你的潜能。在外部条件给定的前提下，能否成功关键在于能否准确的识别并全力发挥你的天生平凡。何为平凡?就是你天生能做的一件事，不费劲，却比其他一万个人做得好。如果说得概念一点，就是做一件事的持续的、近乎完美的表现。

尽管平凡如此总要，但人们历来并不太注意它，更妄谈珍惜和发挥。我们从小到大都深受这种思想的影响。夸耀自身有点事不谦虚的陋习，做人应该谦虚，只有发现和改正缺点才是进步。这是否恰好与物尽其才有所矛盾呢?当我们只知道一味的去努力改正我们缺点的时候，那些注重平凡的人早已走在我们前面品尝到了胜利的果实，当然，缺点一点不在意也不好，应该适当加以控制就好，这才是最好、最有利于我们成功的做法。

有关你自身才干得最好线索，他们揭示了牢固精神联接的位置。孙少安、孙少平这些默默为人生承受苦难的人们诚然，这是些富有戏剧性的例子，表明人们如何在危急时刻原形毕露。但生活中充满了较为平和的时刻，同样能引发具有歧视性的反应。

一是学得快，顾名思义就是你在学习的时候那方面的学习得最快，那么方面就很可能是你的平凡所在。

二是满足，意思个就是说什么东西或者什么样的感觉让你满足，因为这样的满足感的来源也许就是你才干的又一样源头。

三是渴望，渴望揭示了才干的存在，特别是你幼年时期就感到的渴望

。一切只要你留心观察，细心分析你就可以发现你的平凡。

学得快提供了你识别才干的另一条线索。

有时一个人的才干并不通过渴望而示意，由于种种原因，虽然才干就在你的身上，但你却听不到他的呼声，相反，在你后半生，某个事件将他突然点燃，如若你学习一种新技能特别快，就充分说明你具有某种强大的才干。

满足是揭示才干的最后一条线索，如前所述，你最强固的联结有一个结构性的特点，就是你使用他们时，会感觉良好。既然如此，如果你从事一项活动时感觉良好，那么你就很可能在使用一个才干。

我们每个人的秉性都与众不同，因而我们对满足的满足的体验也会各不相同。在这里，作者建议密切关注那些似乎给你带来满足的情形。如果你能识别他们，你就朝准确的判断自身才干迈了一大步。

不假思索的反应、渴望、学得快和满足都是能帮助你发现自身才干的蛛丝马迹。当你为生活二奔波时，不妨停下脚步来，避开从你耳边嗖嗖吹过的风，转而倾听这些线索。他们将帮助你发现自身的才干。

《平凡的世界》一书中还介绍了平凡识别器的功能，也就是能够非常准确的识别你的平凡，并且告诉你，它是通过测试来完成的。

“平凡识别器”意在帮助你提高你的观察精度，他向你提出一一配对的问题，捕捉你的选择，分析他们，揭示你的主导行为模式，继而告诉你，你的最大的平凡领域在哪里。

自古以来，人类笃信好就是坏的对立面，因而孜孜不倦地关注谬误与失败。

问通过探究离婚的原因来了解美满婚姻；世界各地的学校和工

作单位鼓励我们每个人识别、分析和纠正我们的弱点，以求变成强者。此种忠告虽然用心良苦，却误入迷途。

谬误和失败固然值得研究，但它们对什么是平凡却无言以告。平凡自有其自身的模式。

如果你想要在自己选择的领域中出类拔萃，并获得持久的满足，就必须了解自身特有的平凡。你必须精于发现、描述、应用、发挥和增强你的平凡。因此，在阅读这本书的时候，我明白了这个道理，停止关注你的缺点，转而细细探究你的平凡，做一遍“平凡识别器的测试”，学会它的语言，发现你的平凡源泉。

世界上的人数以亿计，测试出来某两个甚至某几个人的才干主题完全一致这是有很大可能性的，然而你的行为和他们却并不完全一样，因为你有的并不只是这这个主题，你还有其他比较弱的主题没有在测试中显现出来，所以不要奇怪你的行为为什么会和其他人不同，这都是天生的“才干”在领导你的行为。所以一个人的才干是非常重要的，千万不要忽视他，不然你会错过很多你想得到的东西的。

既然才干这么的重要，但为什么有的人不愿意研究自己的这种平凡呢？本书认为他们之所以不愿去发现自己的平凡，很大原因是因为他们不认识他们的真实自我有什么样的惊人之处。无论我们用什么名称，自卑感、不安全感这样的症状我们都不陌生。

尽管不无成就，他们却仍会怀疑自己是否真如人们所想的那样富有才干。引起怀疑也许是运气或环境，而不是平凡造就的成功。你耳边老是有一个焦虑的声音：“你什么时候原形毕露？”尽管你的理智结论相反，但这话你却听进去了。这部分充分说明，为什么人们在被要求描述其自身平凡时，很少提及自身才干。

相反，他们会谈到自一生中获得的世外之物，如证书、文凭、经验和奖励。这些是“证据”，能证明他们取得了进步，获得了一些可以拿出手的宝贝。

本书并不是认为这种恐惧是完全消极的，毕竟不安全的反面是自满。然而，这本书提醒我们：如果由于害怕收获不丰盛而不去研究自己的平凡，就很有可能错失你的平凡。

平凡并不是当然的产物，平凡也需要被珍惜和重视，然而我们却常常犯错，忽视了他的存在。从现在开始把握自己的平凡还为时未晚，发现你的平凡去寻早属于你的成功吧！

## 选修课课程心得篇八

选课是每个学生学习生涯中必须面对的问题，它不仅关系到学生的学习成果，更关系到未来的发展。作为一名大学生，我也经历了各种选课，对此有了许多体会。在这里，我想分享一下我的选课心得体会。

### 第一段：选课前的准备

选课前，必须要了解自己的规划和目标，明确自己的学习方向，了解选课规则和时间表，以避免盲目选课。首先，要根据自己的专业和兴趣选择课程。其次，要了解各门课程的教学内容、教材、考核方式等信息。最后，要尽量提前规划好选课时间，抢先一步，以避免出现选不上想要的课程的情况。

### 第二段：灵活选课，打造自己的课表

在选课时，我们要保持足够的灵活性，避免迷信某些课程，切勿只为了跟风而选课。尤其是在跨专业选修课方面，我们要深入了解教学内容，以及自己的实际能力和发展方向，选择适合自己的课程。另外，我们还可以根据兴趣、爱好选择

一些选修课程，扩展自己的课表，提升自己的综合素质。

### 第三段：保持学习态度，积极主动

选课后，我们要对选修的课程保持高度的学习热情和积极性，认真听讲掌握课程内容。在学习过程中，我们要与教师、同学积极沟通，及时解决存在的问题，培养良好的学习习惯，保持学习的良好状态。此外，我们还可以参加学术活动、学术交流等，利用课余时间充实自己，拓展自己的学习领域。

### 第四段：评估选课效果，调整自己的方向

在学习过程中，我们要及时对自己选修的课程进行评估，看看是否符合自己的预期，是否达到自己的学习目标。如果选课效果不佳，我们就需要及时调整学习方向，重新规划自己的学习计划。这时候，我们可以寻求教师、同学的帮助，共同协作，提高自己的学习成效。

### 第五段：对选课经验的总结，积累成果

选课经验是我们大学学习生涯中的重要组成部分。通过不断的选课和实践，我们可以积累大量的学习经验，为未来的发展打下坚实的基础。在学习过程中，我们要注重总结和归纳，积累自己的宝贵经验，形成自己的学习思维和方法，为未来的学习和工作打下坚实的基础。