

新高考心得体会收获一种思想收获一种(通用5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

新高考心得体会收获一种思想收获一种篇一

在人生的道路上，无论是学习还是工作，都要有一个明确的目标和坚定的决心。高考是每一个中学生都要经历的一场考试，也是人生的一次重要起点。备考过程是磨砺意志的过程，从中我体会到了许多宝贵的经验和教训。在这里，我将分享我在备考过程中得到的一些心得体会。

首先，掌握时间管理是备考的关键。备考期间，我们面临的最大的问题就是时间不够用。每天的课程、作业和模拟题都会占据大量的时间，因此，我们必须学会合理分配时间，尽可能地把握每一分钟。我通过制定详细的学习计划，将时间分配给不同的科目和任务。我还注意到，每天早晨精神状态最好，所以我会利用这段时间专注于难度较大的科目，保证能够有充足的时间和精力来攻克难题。

其次，坚持方法是学习的关键。备考过程中，我们需要掌握各种学习方法。每个人的学习习惯不同，所以每个人的备考方法也会有所不同。我通过尝试不同的方法，找到了适合自己的学习方式。例如，我发现通过做笔记来记忆知识点对我特别有效。当我将知识点写下来时，我会更加深入地理解，并且方便日后的回顾。此外，互相讨论和解答问题也是提高学习效率的好方法。通过与同学们一起复习和讨论，我能够加深对知识的理解，并且在与他们交流的过程中，我还能够

发现自己的一些盲点和错误。

第三，保持积极的心态是成功的关键。备考过程中，我们不可避免地会遇到各种困难和挫折。当我们遇到难题时，我们应该保持积极的态度和坚定的信心，努力寻找解决问题的方法。我曾经遇到过一个我无法解答的物理问题，我尝试了几种方法都没有成功。但是我没有放弃，我继续努力尝试，最终找到了解题的突破口。这个经历让我懂得了只要坚持不懈，就一定能够找到解决问题的方法。

第四，合理安排休息也是备考的关键。备考期间，我们容易陷入学习的泥潭，忽视了休息的重要性。然而，身体疲惫和精神压力会严重影响我们的学习效果。为了保持好的学习状态，我们需要合理安排休息时间，让大脑得到充分的休息。我通常会每隔一小时休息十分钟，这样既可以放松身心，又可以更好地集中注意力。此外，在备考过程中，我还会利用周末时间休闲放松，和家人、朋友出去散步、唱歌或看电影，这样可以使我更好地调整心态和放松身心。

最后，备考过程中，家庭的支持起着非常重要的作用。家人的鼓励和理解能够给我们带来巨大的精神力量。在备考期间，我经常感到压力倍增，但是每当我遇到困难和挫折时，家人总是在我身边给予我无尽的支持和鼓励。他们会鼓励我相信自己，不放弃，同时在我感到疲惫的时候给予我温暖和关怀。家人的支持给了我无穷的动力和勇气，让我能够坚持到最后。

通过这次备考，我学到了许多宝贵的东西，不仅仅是知识的积累，更是培养了我坚定的意志和正确的学习方法。备考不仅是为高考做准备，更是为人生的起跑线做准备。通过努力学习和坚持不懈，相信我能够取得理想的成绩。我相信，只要我们持之以恒，灵活运用方法，保持好的心态，合理安排休息，并得到家人的支持，就一定能够在高考中取得优异的成绩，迈向人生的新旅程。

新高考心得体会收获一种思想收获一种篇二

培训是一次遇见更好自己的机会，是一次深度学习的空间，更是一场美丽的蜕变！

今天我很荣幸参加了由县教育局教学发展中心组织的“2019新课程新高考网络研修”第一次线下培训。

龙主任发表重要讲话，肯定了此次前来的学员，并提出了希望。

陈良虎主任展开讲话《加强教育教学研究，提升自身专业素质》

对三位一体、赋分知道，专业选择、志愿填报、录取制度、高考时间安排表、综合素质评价等高考改革主要内容作了详细的解说。

新高考改革的主要内容

部分笔记

班徽

刘承贵老师发表重要讲话。

生化组设计

英语组

语文组

各组成员各显神通

通过今天的培训，我深感作为一名教育工作者身上的责任重

大。所以加强学习，转变教育理念，认真研读新高考政策十分有必要。我将在今后的学习中不断的提升自己，完善自己。

培训完美结束，收获满满!感谢各位领导与老师们的指导付出!

新高考心得体会收获一种思想收获一种篇三

近年来，新高考已经逐渐适应了社会发展的需要，成为了一种新的高中学业水平考试形式。新高考不仅改变了考试的内容，更重要的是改变了备考的方式和心态。作为一名即将面临新高考的考生，我深感备考的压力和挑战。然而，在备考过程中，我积累了一些心得体会，希望能与大家分享，帮助广大考生更好地应对新高考。

首先，明确目标，合理规划。备考新高考前，我们需要明确自己的目标，清楚自己将要面对的考试内容和要求。在此基础上，我们需要进行合理的备考规划。规划要有条理，考虑到各科知识的复习和训练，注重强化薄弱环节，适度分配时间，以保证每个科目都得到充分的复习。同时，还要合理安排每一天的学习计划，避免盲目地应付考试。只有明确目标，合理规划，我们才能在备考中少走弯路，取得更好的成绩。

其次，重视综合素质的培养。新高考不再只重视学科知识的掌握，更注重学生的综合素质和能力。因此，在备考中，我们要注重培养自己的综合素质。可以参加各类培训机构的课程，提升自己的综合能力，同时也可以自己阅读一些与时事相关的书籍，了解社会动态，培养自己的观察力和分析能力。此外，参加社会实践活动也是培养综合素质的好方法，可以扩宽自己的视野，增加社会经验，锻炼自己的应变能力和合作能力。在备考中注重综合素质的培养，有助于我们在考试中更好地展现自己的才能，获得更好的成绩。

同时，提高自主学习能力。新高考更强调学生的自主学习，

因此我们在备考中要培养自己的自主学习能力，学会自我调控。在备考的过程中，我们可以通过多渠道获取信息，寻找高效的学习方法，不断反思和总结自己的学习过程，找到适合自己的学习方式。同时，要坚持每天均匀分配时间，保持一个良好的学习状态，不断提高学习效率。通过积极主动地学习，我们能够更好地适应新高考的要求，提高自己的学业水平。

此外，紧盯变化，注重实践。新高考的改革不断进行，考试的形式和内容也在不断变化。因此，在备考中，我们要时刻关注政策变化，了解新高考的最新动态。同时，不断练习和模拟考试也是至关重要的。通过参加模拟考试，我们可以了解自己在真实考试中的表现，并针对性地进行改进和提高。此外，我们还可以通过做试题，分析和总结自己的答题技巧和思路，找到自己的不足之处，进行有针对性的训练和提高。只有紧盯变化，注重实践，我们才能在实际考试中更加游刃有余。

最后，保持积极心态，培养良好的心理素质。备考是一段漫长而艰辛的过程，难免会遇到各种挫折和困难，因此我们要保持积极的心态，提高自己的心理素质。“心态决定一切”，只有积极乐观地面对备考，才能够坚持下去并取得好的成绩。在备考过程中，我们可以通过与同学、老师以及家人的交流，分享自己的忧虑和困惑，获得支持和帮助。此外，多参加一些放松和调节心情的活动，比如运动、听音乐、读书等，有利于缓解压力，调整心态，保持良好的学习状态。

新高考备考对于我们每个考生来说都是一次巨大的考验，但是只要我们合理规划，注重综合素质培养，提高自主学习能力，紧盯变化，培养良好的心理素质，相信我们一定能够应对并战胜新高考的挑战，取得满意的成绩。希望我的心得体会能对广大考生有所帮助，共同进步，共创美好的未来。

新高考心得体会收获一种思想收获一种篇四

一. 高考改革要求我们要在初中做好充足准备。

高考改革后，英语将实行社会化考试，一年两考，三年六考，考生可多次参加，取最高成绩。这就意味着考生如果能在自己英语水平最好的时候(中考后)把握时机，在高一就尽早考出最好的成绩，那么就可以在接下来的时间里拿出更多的时间来进行其他科目的学习。这也就要求我们要极其重视英语，要从小抓起，提升孩子的英语能力，第一次英语社会化考试，就考最高分，减轻日后的学习负担。重视英语我们必须科学合理地规划我们的英语课程。在高一想取得英语社会化考试的最高分，需要在初中做好充足的准备，做好初中三年英语的整体科学规划显得尤为重要。力争在初中四年夯实英语基础，一举决胜中考进名校，摘取英语高考最高分，两全其美。而初中时，孩子们在学校更多学的是死知识，要想做好最充足的准备，孩子们必须提升自己的能力，这样也就给了我们大北外校更多的机会。因为我们大北外校不仅仅教知识，更加注重孩子能力的培养。

二. 高考英语依然重要，对于孩子的能力要求更高。

可以看到，高考并没有削弱英语的重要性，而是巩固了语、数、外作为三大主科的绝对地位。

在基础知识方面，新高考更侧重读语言的感知能力的考察，传统死记硬背单词语法的时代早已一去不复返，只有在语境中学会的、带着生命力的英语知识才能帮孩子们赢得高考。

在应试能力方面，新高考更侧重考察用语言知识解决实际问题的能力。

英语考试的成绩是基础知识和应试能力的综合结果。只学基础知识而忽视应试能力的培养，孩子很难把所学到的知识在

考场上100%发挥出来;而一味迷恋解题技巧而忽视基础知识的学习,则会让孩子的成绩提升缺乏后劲。只有系统学习基础知识、科学培养应试能力,不回避真正的问题、不放弃必要的努力,才能让孩子稳步提分。

而以上提到的方面公立学校都没有做到位,这些需要我们大北外校来给孩子们弥补,我们能够做到学校老师做不到的,帮助孩子真正地夯实基础、提高应试能力。这对我们来说是一个很好的机会。

总的来说,高考改革,对我们英语培训学校来说,是一个很大的契机。高考改革英语变得更加重要,只要家长和孩子意识到这一点,会想要快速提升孩子的能力,而有这么好的机会,我们要做的就是努力提升自己,提供给孩子他们真正需要的英语学习能力。

新高考心得体会收获一种思想收获一种篇五

全面实施新高考及新课程改革,这将引发学校课程重建、学生生涯规划、学生综合素质评价、学校教学管理变革等一系列问题的连锁反应,教育人将面临一次巨大的挑战。2018年5月15日--5月20日,我们在株洲市教育局、教师培训中心的组织带领下,赴上海学习考察了新高考改革的实施情况。来自浙江、上海的专家和校长对上海和浙江高考方案进行了全方位的解读,详细地介绍了学校在适应新高考、实施走班教学、学生生涯规划、学生选课及学生综合素质评价等方面的做法和经验,并实地考察了同济大学第一附属中学,这次学习考察之行让我深刻地感受到实施新高考改革需要学校全面、系统的教育顶层设计,需要我们教育人立足校情学情,脚踏实地,稳步推进高考新政,更促使我们教育人锐意改革,仰望星空,实现教育的理想。

新高考改革需要深刻领会的“三个基本点”

新高考制度改革的总体定位和基本原则

这次深化考试招生制度改革的总体定位是：坚持全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，进一步完善制度，促进教育公平、提高选拔水平。这次深化考试招生制度改革，立足基本国情，着眼长远发展，着力把握以下基本原则：一是坚持育人为本。把促进学生健康成长成才作为改革的出发点和落脚点，扭转片面应试教育倾向，深入推进素质教育，践行社会主义核心价值观，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。二是确保公平公正。把公平作为第一要求，加强宏观调控，完善法律法规，健全体制机制，切实保障考试招生机会公平、程序公开、结果公正。三是体现科学高效。增加学生选择权，促进科学选才，确保考试招生工作有序实施。四是积极稳妥推进。整体设计从基础教育到高等教育考试招生制度改革，促进普通教育、职业教育、继续教育之间衔接沟通，统筹实施考试、招生和管理制度综合改革，试点先行，稳步实施。

深化考试招生制度改革的目标与任务

这次深化考试招生制度改革的目标是：2014年启动考试招生制度改革试点，2017年全面推进，到2020年基本建立中国特色现代教育考试招生制度，形成分类考试、综合评价、多元录取的考试招生模式，健全促进公平、科学选才、监督有力的体制机制，构建衔接沟通各级各类教育、认可多种学习成果的终身学习“立交桥”。改革的主要任务包括五个方面：一是改进招生计划分配方式，进一步促进机会公平。二是改革考试形式和内容，更好地引导素质教育，促进学生健康成长。三是改革招生录取机制，规范考试加分、自主招生，改进录取方式，拓宽多种形式学习通道。四是改革监督管理机制，加大信息公开力度，加强对违法违规行为的查处。五是在少数省(市)开展高考综合改革试点。

新高考改革的模式发生了重大变化

这次新高考改革，最突出的变化就是考试形式和录取方式发生重大变化。取消文、理分科，高考实行3+3模式，即全国统考的语文、数学、外语三科加上从政治、历史、地理、物理、化学、生物这6科选3科。录取实行两依据一参考。依据之一，是全国统考的语文、数学、外语三科成绩，其中外语学科纳入平时的社会考试，考生可考两次，取最好的一次计入总分。依据之二，是从政、史、地、理、化、生这6科学业水平考试科目中选3科成绩计入高考总分，而且考试又分为合格考和等级考，计分办法也发生了很大的变化。一参考，即参考综合素质评价情况。实施综合评价，强调“基于统一高考和高中学业水平考试成绩、参考综合素质评价”，试行“三位一体”综合评价制度。

科学规划新高考改革的“四个着力点”

学校必须紧紧抓住新高考改革的关键着力点，积极主动地建立与考试招生制度相适应的教学新常态，以落实学生的选择权为重点，全面推进学校整体育人模式的转型。

育人理念上：回归教育原点，促进高中内涵发展与质量建设

回归教育原点，即坚持育人为本的价值目标，追求高中教育的独立价值。高中学校要从自身的价值定位出发，从促进学生全面而有个性的发展需要出发，健全自己的运行系统，包括课程与教材体系、教学与管理制度以及条件与保障系统等，特别是建立健全反映自身价值定位的质量评估体系，并不断提高其公信力、权威性，改变单纯以高考成绩评价教育教学的片面做法。每个学校，也需要找准自己的坐标，根据生源、师资力量等具体情况有正确的发展定位，切实促进自身内涵建设。

课程建设上：拓宽课程资源供给渠道，促进课程资源开发建设

新课程改革已经建立了必修和选修课程体系，它要求高中学校根据自身办学定位和学生多样化发展需要，在确保学生共同必修课达到基本要求的同时，认真做好选修课程的规划，创造条件，开设更加丰富多样的选修课程，并努力提高选修课质量，以最大限度地激发学生的潜能，将学生应有的选择权落到实处，让学生拥有适合自己的课程。在新的高考制度下，选修课将会真正落地，课程将会成为学校的核心竞争力，如何全面执行课程计划和课程标准，加强课程资源开发和建设，提高课程实施水平，满足学生个性化和多样化的学习需求，将会成为学校面临的重大课题。

现有的“统一批发”式的学校课程资源供给模式就必须改革，必须走批发和定制相结合、自给与社会供给相协同的道路。课程等教育资源的供给要从单一的学校渠道改为学校、家庭、社会多种资源供给渠道。随着新高考的推进，从必修的课程资源到选修的课程资源供给方式，将会从同质化发展到个性化，从课内供给拓展到课外供给，从校内供给拓展到校外供给。构建新型的教学资源供给渠道和利用方式，为学生将来的发展，提供良好的帮助。

教学管理上：变革高中教学方式，科学应对高考改革中的新问题

不分文理科的科目设置方式、学考基础上的选考制以及“两依据一参考”的新录取模式，都将带来高中教学方式的巨大变革。一是选考科目走班制教学成为必然；二是学科分层教学也成为必然趋势；三是专项化教学改革将在体育、美术、音乐等学科推开，而且，实践教学、社团教学、项目教学等都会相继进入高中课程改革之中。走班教学的推进和分层教学、专项化教学的展开，都涉及教学行为、制度与理念等各个层面的整体性变革，它的实质是强调对学生个人选择课程权的尊重。学校需要建立一种新的教学运行机制和模式。

在教学安排上，学校应根据各学科课程标准和学业水平考试

安排，合理安排高中三年每一学期并学科目的数量和教学进度。对此，要综合考虑各学科课程容量与学习要求、周课时总量和学习时间、学生部分学科(如外语等)两次考试需要等因素进行充分论证。学校要避免因随意压缩非高考科目教学时间而导致学生高中三年学科目数量失衡，按照符合学习活动基本规律和学生健康成长需要的方式进行课程教学和进度安排。

保障机制上：有效配置教育资源，加强教师教研共享式协作

由于新高考改革将带来学生选科考试、走班教学，学生分科教学和分层教学的需要会大大增加，有限教育资源的合理配置成为当务之急。师资配备上，既要解决由于课程建设要求提高后出现的“结构性缺失”，也要面对选课制实施后出现的师资“时段性不足”，还有师资培训和教师积极性调动等问题。学校如何在不大量调整任课教师数量的前提下，高效地调配师资，以满足学生多样化、非稳定状态的需求，是学校管理者必须面对和急需解决的问题。同时，教学质量评价和教师绩效评价缺少共同的群体和科目基础，如何进行合理的教学和教师评价，也是一个管理方面的挑战。如果没有合理的评价方式，就会挫伤教师的工作积极性。尽管高考改革后高考的高利害属性并无变化，我们也不能只考虑成绩增量变化情况，而是要根据高考改革的要求，增加对综合素质评价的提升情况的评价。

教师的教学水平都是制约学校教育质量的重要因素。而在新高考改革的形势下，如何应对高考改革带来的教育教学变化，需要教师吃透改革精神，加强教学研究，抓出教学特色，体现出本校教师独特的专业价值，体现出学校的核心竞争力。新高考改革后，开展走班教学和分层教学，教学组织工作量大大增加，对教学管理和教学研究都提出了更高的统筹管理、协同管理的要求。

我校应对新高考改革的“五个关键点”

基于学校实际，如何应对即将到来的新高考改革，我认为，一是要逐步解决“高考在变”与“教师、教室、管理未变”的矛盾；二是要重点解决三个问题：“学生怎么选？”“教师怎么教？”“学校怎么管？”。“新高考三中方案”必须立足校情，脚踏实地，平稳过渡，科学应对，并抓住以下“五个关键点”。

转变教育观念是前提

正确的教育观念才能引领正确的育人方向，有想法才有做法。一是转变观念。学校管理人员、教师要通过对高考新政的学习将“落实立德树人根本任务，培育和践行社会主义核心价值观”的办学、育人目标入脑入心，实现从“育分”向“育人”的转变；二是聚焦课堂。强化教师对新课标及学科核心素养的学习与研究，转变教学方式，明确“教什么”和“怎么教”的问题；三是重视学生生涯规划，具备指导学生生涯规划的能力，实现从“教师”向“导师”的转变。

立足课程建设是重点

课程是学校的产品，课程有特色，学校才有特色，构建学校三级课程体系是当务之急。首先要开发适合我校学情的学考、选考、生涯规划等校本课程，做好与新高考的核心课程对接；其次要逐步开发学科拓展、人文素养、科学创新、社会实践等课程，为学生的全面而个性发展提供课程资源；再次要拓宽课程开发渠道，完善课程体系，实现课程资源从“单一”到“多元”，从“校内”到“校外”的转变，为学生的成长搭建多样化的发展平台。

变革管理体系是关键

管理是学校质量建设的关键，评价是导向。从某种意义上讲，新高考改革是颠覆式的，与新高考相适应的管理评价需要重新建立，涉及到“学校怎么管？”的问题，如何评价教师、如

何评价学生、如何评价课堂、如何评价质量等一系列的管理评价制度必须从头再来，但我认为首当其冲的是建立健全“学生综合素质评价”管理体系，其次逐步建立与新高考配套的管理评价制度，确保高考新政接地气并能落到实处。

实行选课走班是难点

增加学生对课程的选择权是新高考的核心所在，是解决“学生怎么选？”的问题，涉及到“尊重学生的选择”与“学校师资偏紧、不平衡及条件不完善”的矛盾！结合学校实际，我认为在尽可能尊重学生选择权的同时，还要加强对学生的引导。一是尽快启动学生生涯规划课程的开设，通过课程开设，让学生明确：我是谁？我的性格特点是什么？我的特长爱好是什么？我适合做什么？等等，为学生自主选择课程做好前期准备；二是对教师进行人生生涯规划的全员培训，在新高考背景下，我们的教师要充当的角色不仅仅是知识的传授者，而且还是学生的人生导师，学生选课的辅助者；三是尽量采取小走班或不走班的模式，减缓师资短缺、管理难的问题，实行平稳过渡；四是加大对非文化科目特色课程的选课走班力度，进行个性化、差异化、错位化发展，继续加强“一年级一特色，一学生一特长”的特色建设，提升学校办学品位。

改善办学条件是保障

新高考需要人力、物力、财力的支撑。一是要解决新高考背景下教师编制偏紧及教师结构不合理的问题；二是要加大学校信息化建设的力度，为学校的管理、学生的选课走班、学生的综合素质评价等提供技术支持；三是要加大对教室、功能室建设的投入，以满足新高考的基本需求；四是要建立学校、家长、高校、社会（社区）“四位一体”的资源共享体系，为学生提供丰富多彩的课程资源。

被教育部部长陈宝生称为“硬骨头”的新高考改革，如何稳妥推进？2018年3月3日，全国政协委员、上海市教育委员会副

主任倪闽景接受了中国教育报记者专访。他说：“高考改革的全局性、复杂性，给我们带来了很多挑战，但是我们要“咬定青山不放松”，只要方向是对的，就一定要保持定力，每向前走一步，就可以为中小学素质教育、高校人才选拔和招录创造一个更好更大的空间。”新高考改革需要我们教育人坚定信念，将改革进行到底的勇气和担当！