

学习 ps 的心得体会（32 篇）

学习 ps 的心得体会（精选 32 篇）

学习 ps 的心得体会 篇 1

PS 是一款很实用的处理图形图像的软件。PS 只是软件简称，其全名为 Photoshop。它和其它计算机图形图像处理程序一样，通过操作工具，在菜单、调板和对话框中做出各种选择来使用。在对图片进行修改以前，必须告诉 PS 要修改图中的哪些部分，可以选择一个图层或它的一个蒙版，或在一个图层内确定选区。如果不做选择，PS 就会假定不限制修改，将把修改应用到正在工作的图层或蒙版的所有地方。

Photoshop 通过自身不断完善，已经出现了很多版本。目前较为流行的有 photoshop CS2、photoshop CS3、photoshop CS4。它们在很多部分都是共同的，只是新款比老款新增了一些功能。PS 功能包罗万象，包括了不少其它类似的软件的很多功能，当然这也是这类图形图像处理软件的共通之处。

Photoshop 作品要有生命力就必须有一个好的创意。创意是我们老师上课强调的一项，他说学习 photoshop 不是在于把所有的工具都要深入去了解，只要把自己常用的会用就可以的了，因为只有有创意，也可以做出一副好的作品来的，老师为了说好色彩，在上课时就把运动会的事说了，让我们有一个所谓的概念。色彩应用是图形图像处理 and 制作的一个重要环节，色彩应用搭配的好能让人产生一种舒适的感觉，作品的美感也由此而生。相反如色彩应用搭配不当，则会让人产生不想看的心理，作品也就谈不上什么感染力。色彩的应用搭配不仅要平时留心观察身边的事情，还在于多练习。留心观察才会知道什么地方用什么色彩能达到最好效果。色彩应用搭配不可能一下子学好，而是一个比较慢长的过程(如西瓜和另一种水果的组合)。如果要手绘一些作品，卡通类型往往是比较容易的，因为这类图形只要用路径把线条勾出来(用到铅笔，钢笔等)，再填充以颜色即可，而它的色彩要求很简单。写实类型的却非常难，虽然它的线条可能比较简单，然而要命的是它的色彩要求非常严格，而色彩又是非常难掌握的一个环节。比如要手绘一只逼真的鸡蛋美女一样，就是一件很难的事情。色彩稍微出一点差错，就会产生生硬的感觉，而达不到逼真的效果。也得会运用 3D 变换。例如：要把文字写在杯子上，就需要用到 3D 的变换。

对于老师所强调的学 Photoshop，要敢于创新，而不是经常去模仿别人的作品这句话应该可以是我现在学习 photoshop 的一个座右铭吧。也是我上课的最主要的体会。

学习 ps 的心得体会 篇 2

学习 ps 实例很重要,在能够激起学习兴趣的同时,还能够掌握一些基本的操作技巧,遇到不明白的再去看书,这样印象就先看书深刻得多。

在 ps 中，所有的快捷键的功能在菜单中都能找到，无须死记硬背。以后你接触得多了，自然就能熟练掌握。

想要学好 ps 就要细心去观察别人是怎么用的，这样你就可以少走很多的弯路。还有不要急于求成，尤其象通道和色彩调整比较深的内容，可以放在后一步。刚开始学习一下抠图以及画一下日用品，并把它放在桌面上，使自己有成就感，以提起对 photoshop 的学习兴趣。

.....s 这门课程要有耐心，要肯下苦工夫，有的图形一次做不好，两次，三次.....，直到做好为止。上课就要留意简单的处理图片。PS 只是一个工具而已，它也要人的操作，不要把它看的太神秘，不敢去尝试，认真地做。不要死看书那是不全面的看十本书，还不如亲手做一做，做不好也不要气馁。因为你从失败中得到了经验。试图掌握 PS 的每一个功能，熟悉每一个工具的运用。拿到一个例子的时候要分析图形中的每一个元素，不要看不起每个图形的元素，每个复杂的图形都是由简单的元素构成的，需要用到什么工具。大概在脑子里有个印象，做起来就会比较顺心，但是认真和耐心还是少不了的。还要学会请教老师和同学问题，不懂、不会的问题就要问。要时常总结、吸收自己和其它人的小窍门、技巧记下来。要学会搜索，找一些 PS 好的例子，自己琢磨，尝试着去做一下。我认为学习 PS 不仅要懂技术，更不能缺少艺术感和创意，思维要有所发散，才能做出好的作品。

学习 ps 的心得体会 篇 3

PS 指 photoshop, photoshop 是 Adobe 公司旗下最为出名的图像处理软件之一, 大多数人对于 PS 的了解仅限于一个很好的图像编辑软件, 并不知道它的诸多应用方面, 实际上, PS 的应用领域很广泛, 在图像、图形、文字、视频、出版各方面都有涉及。它主要应用包括平面涉及、修复照片、广告摄影、影像创意、艺术文字、网页制作、建筑效果图后期修饰、绘画、绘制或处理三维贴图、婚纱照片、涉及视觉创意、界面设计、图标制作等十三大领域。

从功能上看, PS 可分为图像编辑、图像合成、校色调色及特效制作部分。

图像编辑是图像处理的基础, 可以对图像做各种变换如放大、缩小、旋转、倾斜、镜像、透视等。也可惊醒复制、去除斑点、修补、装饰图像的残损等、这在婚纱摄影、人像处理制作中有非常大的用场, 去除人像上不满意的部位, 进行美化加工, 得到让人非常满意的效果。

我觉得学习一门课程要有耐心，要肯下功夫，上课就要留意简单的出路图片，PS 只是一个工具而已，它也要靠人来操作，不要把它看得太神秘，不敢去打开，认真的做，还有不要死看书，听理论，那是没有用的，看十本书，还不如亲手做一做，做不好也不要气馁，因为你从失败中得到了经验，试图掌握 PS 的每一个功能，熟悉每一个工具的运用，学习就要学会请教老师和同学问题，不懂不会的问题就要问，要时常总结，吸收袭击和其他人的小窍门，技巧记下来，要学会搜索，找一些 PS 好的例子，自己琢磨，尝试着去做一下，我认为学习 PS 不仅要动技术，更不能缺少艺术感和创意，思维要有所发散，才能做出好的作品。

最后要感谢老师耐心的讲解与指导，学会继续学习 PS 技术，努力提高自己的水平。不辜负老师的指导。

学习 ps 的心得体会 篇 4

经过将近一个多月的学习，总的来说还是学习到了很多东西，PS 是一个很受人喜欢的软件，女孩子都爱美，所以我也花了必须的时光和精力去琢磨。

PS 指 photoshop，photoshop 是 Adobe 公司旗下最为出名的图像处理软件之一，大多数人对于 PS 的了解仅限于一个很好的图像修改软件，并不明白它的诸多应用方面，实际上，PS 的应用领域很广泛，在图像、图形、文字、视频、出版各方面都有涉及。它主要应用包括平面涉及、修复照片、广告摄影、影像创意、艺术文字、

网页制作、建筑效果图后期修饰、绘画、绘制或处理三维贴图、婚纱照片、涉及视觉创意、界面设计、图标制作等十三大领域。

从功能上看，PS 可分为图像修改、图像合成、校色调色及特效制作部分。

图像修改是图像处理的基础，能够对图像做各种变换如放大、缩小、旋转、倾斜、镜像、透视等。也可惊醒复制、去除斑点、修补、装饰图像的残损等、这在婚纱摄影、人像处理制作中有十分大的用场，去除人像上不满意的部位，进行美化加工，得到让人十分满意的效果。

我觉得学习一门课程要有耐心，要肯下功夫，上课就要留意简单的出路图片，PS 只是一个工具而已，它也要靠人来操作，不要把它看得太神秘，不敢去打开，认真的做，还有不要死看书，听理论，那是没有用的，看十本书，还不如亲手做一做，做不好也不要气馁，因为你从失败中得到了经验，试图掌握 PS 的每一个功能，熟悉每一个工具的运用，学习就要学会请教老师和同学问题，不懂不会的问题就要问，要时常总结，吸收袭击和其他人的小窍门，技巧记下来，要学会搜索，找一些 PS 好的例子，自己琢磨，尝试着去做一下，我认为学习 PS 不仅仅要动技术，更不能缺少艺术感和创意，思维要有所发散，才能做出好的作品。

最后要感谢老师耐心的讲解与指导，学会继续学习 PS 技术，努力提高自己的水平。不辜负老师的指导。

学习 ps 的心得体会 篇 5

本人开始学习 Photoshop，虽然自觉还谈不上有什么水平。在学习过程中（特别是在上课时）慢慢有了一些心得体会。

虽然现在 photoshop 只是我选修的一科，经过老师的讲解，我了解到它是作为图形图像处理领域的首选软件，Photoshop 的强大功能和众多的优点不用多说。用 Photoshop 做一些漂亮的图片，或对照片进行简单的加工并不是 Photoshop 设计人员的最终目的。而作品的灵魂是要有创意，然而创意这东西并不是那么好学，甚至根本学不会，学创意比学 Photoshop 本身要难得多。

Photoshop 作品要有生命力就必须有一个好的创意。创意是我们老师上课强调的一项，他说学习 photoshop 不是在于把所有的工具都要深入去了解，只要把自己常用的会用就可以的了，因为只有有创意，也可以做出一副好的作品来的，老师为了说好色彩，在上课时就把运动会的事说了，让我们有一个所谓的概念。色彩应用是图形图像处理 and 制作的一个重要环节，色彩应用搭配的好能让人产生一种舒适的感觉，作品的美感也由此而生。相反如色彩应用搭配不当，则会让人产生不想看的心理，作品也就谈不上什么感染力。色彩的应用搭配不仅要平时留心观察身边的事情，还在于多练习。留心观察才会知道什么地方用什么色彩能达到最好效果。色彩应用搭配不可能一下子学好，而是一个比较慢长的过程（如西瓜和另一种水果的组合）。如果要手绘一些作品，卡通类型往往是比较容易的，因为这类图形只要用路径把线条勾出来（用到铅笔，钢笔等），再填充以颜色即可，而它的色彩要求很简单。写实类型的却非常难，虽然它的线条可能比较简单，然而要命的是它的色彩要求非常严格，而色彩又是非常难掌握的一个环节。比如要手绘一只逼真的鸡蛋美女一样，就是一件很难的事情。色彩稍微出一点差错，就会产生生硬的感觉，而达不到逼真的效果。也得会运用 3D 变换。例如：要把文字写在杯子上，就需要用到 3D 的变换。

对于老师所强调的“学 Photoshop，要敢于创新，而不是经常去模仿别人的作品”这句话应该可以是我现在学习 photoshop 的一个座右铭吧。也是我上课的最主要的体会。

学习 ps 的心得体会 篇 6

本人开始学习 photoshop，虽然自觉还谈不上有什么水平。在学习过程中（特别是在上课时）慢慢有了一些心得体会。

虽然现在 photoshop 只是我选修的一科，经过老师的讲解，我了解到它是作为图形图像处理领域的首选软件，photoshop 的强大功能和众多的优点不用多说。用 photoshop 做一些漂亮的图片，或对照片进行简单的加工并不是 photoshop 设计人员的最终目的。而作品的灵魂是要有创意，然而创意这东西并不是那么好学，甚至根本学不会，学创意比学 photoshop 本身要难得多。

photoshop 作品要有生命力就必须有一个好的创意。创意是我们老师上课强调的一项，他说学习 photoshop 不是在于把所有的工具都要深入去了解，只要把自己常用的会用就可以的了，因为只有有创意，也可以做出一副好的作品来的，老师为了说好色彩，在上课时就把运动会的事说了，让我们有一个所谓的概念。色彩应用是图形图像处理 and 制作的一个重要环节，色彩应用搭配的好能让人产生一种舒适的感觉，作品的美感也由此而生。相反如色彩应用搭配不当，则会让人产生不想看的心理，作品也就谈不上什么感染力。色彩的应用搭配不仅要平时留心观察身边的事情，还在于多练习。留心观察才会知道什么地方用什么色彩能达到最好效果。色彩应用搭配不可能一下子学好，而是一个比较慢长的过程（如西瓜和另一种水果的组合）。如果要手绘一些作品，卡通类型往往是比较容易的，因为这类图形只要用路径把线条勾出来（用到铅笔，钢笔等），再填充以颜色即可，而它的色彩要求很简单。写实类型的却非常难，虽然它的线条可能比较简单，然而要命的是它的色彩要求非常严格，而色彩又是非常难掌握的一个环节。比如要手绘一只逼真的鸡蛋美女一样，就是一件很难的事情。色彩稍微出一点差错，就会产生生硬的感觉，而达不到逼真的效果。也得会运用 3d 变换。例如：要把文字写在杯子上，就需要用到 3d 的变换。

对于老师所强调的“学 photoshop，要敢于创新，而不是经常去模仿别人的作品”这句话应该可以是我现在学习 photoshop 的一个座右铭吧。也是我上课的最主要的体会。

学习 ps 的心得体会 篇 7

1、在缩放或复制图片之间先切换到快速蒙板模式[Q]可保留原来的选区。

2、众所周知按住 Shift 或 Alt 键可以增加或修剪当前选区，但你是否知道同时按下 Shift 和 Alt 键勾画可以选取两个选区中相交的部分呢？提示：按住 Ctrl 键点击层的图标(在层面板上)可加载它的透明信道，再按住 Ctrl+Alt+Shift 键点击另一层为选取两个层的透明信道相交的区域。

3、勾画选区的时候按住空格键可以移动正在勾画的选区。

4、在使用套索工具勾画选区的的时候按 Alt 键可以在套索工具和和多边形套索工具间切换。

5、使用“重新选择”命令[Ctrl+Shift+D](Select / Reselect)来载入/恢复之前的选区。

6、要防止使用裁切工具[C](Crop Tool)时选框吸附在图片边框上，在拖动裁切工具选框上的'控制点的时候按住 Ctrl 键即可。

7、在使用自由变换工具[Ctrl+T](Edit / Free Transform)时按住 Alt 键(Ctrl+Alt+T 或 Alt+Edit / Free Transform)即可先复制原图层(在当前的选区)后在复制层上进行变换。提示：Ctrl+Shift+T(Edit / Transform Again)为再次执行上次的变换，Ctrl+Alt+Shift+T(Alt+Edit / Transform / Again)为复制原图后再执行变换。

8、要批处理多个动作，则需要创建一个新动作，并在这个批次中对你想要处理的每个动作都进行记录，接着使用最新创建的动作运行一次批处理。

9、按住 Shift 点击颜色面板下的颜色条可以改变其所显示的色谱类型。或者，也可以在颜色条上单击鼠标右键，从弹出的颜色条选项菜单中选取其它色彩模式。

10、使用“通过复制新建层[Ctrl+J](Layer / New / Layer Via Copy)”或“通过剪切新建层[Ctrl+J](Layer / New / Layer Via Cut)”命令可以在一步之间完成拷贝 & 粘贴和剪切 & 粘贴的工作。注意：通过复制(剪切)新建层命令粘贴时被仍放在它们原来的地方，然而通过拷贝(剪切)&粘贴会贴到图片(或选区)的中心。

Cursors...apsLock 键可以控制光标在精确状态及标准状态之间切换。注意：如果 Photoshop 的参数[Ctrl+K,Ctrl+3](File / Preferences / Display & Cursors...) 中已经设置光标为精确状态，这时 CapsLock 键不起作用。

12、要使用画笔工具画出直线，首先在图片上点击，然后移动鼠标到另一点上按住 Shift 再次点击图片，Photoshop 就会使用当前的绘图工具在两点间画一条直线。

13、用吸管工具选取颜色的时候按住 Alt 键即可定义当前背景色。

14、要再次使用刚用过的滤镜，从菜单中选 Filter / Last Filter

[Ctrl+F];要用新的选项使用刚用过的滤镜记着多加一个 Alt 键 (Ctrl+Alt+F or Alt + Filter / Last Filter)。提示：要退去上次用过的滤镜或?#123;整的效果(或改变合成的模式)，按 Ctrl+Shift+F(Filter Fade Filter)。

15、按 Ctrl+Alt+Z 和 Ctrl+Shift+Z 组合键分别为在历史记录中向后和向前(或者可以使用历史面板中的菜单来使用这些命令)。结合还原[Ctrl+Z] (Edit / Undo)命令使用这些热键可以自由地在历史记录和当前状态中切换。

16、Alt+Backspace 和 Ctrl+Backspace 组合键分别为填充前景色和背景色，另一个非常有用的热键是 Shift+Backspace - 打开填充对话框。提示：按 Alt+Shift+Backspace 及 Ctrl+Shift+Backspace 组合键在填充前景及背景色的时候只填充已存在的像素(保持透明区域)。

17、按住 Shift 键点击浮动面板的标题栏(最上方的蓝条)可以使其吸附到最近的屏幕边缘。

18、使用“重新选择”命令(Ctrl+Shift+D)来载入/恢复之前的选区。

19、要关掉其中一个效果，按住 Alt 键然后在“图层”→“图层样式”子菜单中选中它的名字；或者可以在图层效果对话框中取消它的“应用”标记。

20、滤镜的处理效果以像素为单位，就是说相同的参数处理不同分辨率的图像，效果会不同。

学习 ps 的心得体会 篇 8

Photoshop 是目前最流行的图片处理软件软件之一。能够说，只要接触图片处理，就要和它打交道。Photoshop 的强大功能和众多的优点不用多说。用 photoshop 做一些漂亮的图片，或对照片进行简单的加工其实不是 photoshop 设计人员的最终目的。而作品的灵魂是要有创意，然而创意这东西其实不是那么好学，甚至根本学不会，学创意比学 photoshop 自己要难得多。

Photoshop 作品要有生命力就务必有一个好的创意。学习 photoshop 不是在于把所有的工具都要深入了解，只要把自我常用的会用就能够了，因为只要有创意，也能够做出一幅好的作品来。色彩应用是图形图像处理和制作的一个重要环节，色彩应用搭配的好能让人产生一种温馨的感觉，作品的美感也由此而生。相反如色彩应用搭配不当，则会让人产生不想看的心理，作品也就谈不上什么感染力。色彩的应用搭配不单单要平常留心观察身边的事物还在于多练习。留心观察才会明白什么地方用什么色彩能到达效果。色彩应用搭配不可能一下子学好，而是一个比较漫长的过程。

而快捷键的使用，是提高工作效率的方法。快捷键的使用，能够使你能够将精力更好的集中在你的作品而不是工具面板上。一旦能够熟练的使用快捷键，就能够使用全屏的工作方式，省却了没必要的面板位置，是视野更开阔，限度的利用屏幕空间；一些简单的命令能够用键盘来完成，没必要分心在工具的选取上，哪怕它只占用了极少的时光。

在制作图片的过程中，学到很多，感触很多。我觉得学好 photoshop 要有四个条件：

一是要有必须的计算机基础知识，会操作机器，会管理文件，会排除简单的'故障；

二是要精通软件操作，拿到一个任务，要明白使用哪些操作命令；

三是要有必须的美术基础，只会操作软件而不懂得起码的色彩、构图等知识是无法独立承担任务的；

四是要有一点灵感，这得益于知识的积累。

学习 photoshop，要有信心，有恒心，还要细心。从最初的不知所措，到此刻的渐渐掌握，整个学习 ps 的过程是艰苦而又快乐的，充满了挫折感和成就感，也领会到了安心做一件事情的不易。

总之，学习 photoshop 是一次困难而又幸福的旅程。在那里。我要感谢一位我的启蒙教师。

学习 ps 的心得体会 篇 9

庚子年的开头，谁也没有想到会以新型冠状病毒的爆发为开端。

“时代的一粒灰，落在个人头上，就是一座山。”让我们铭记战

“疫”期间的那些无名英雄，致敬每一位无私奉献的一线工作者。

.....光已经很有力量了，太阳升起来的时候阳光透窗而入，洒进来点点金辉。纵观全国，每一个人都在为了自己，为了国家，为了抵抗病毒而努力。各地医护人员纷纷奔赴湖北，倾举国之力互一方安康。基层干部连轴转，为疫情防控工作不断奔波。解放军、科研人员、警察、城管.....数不胜数的人坚守岗位，齐心抗疫。守土有责、守土负责、守土尽责。他们为了大家而放弃小家，为了守土安稳而不畏艰险，为了人民健康而不断奋斗。

在 17 年前的 SARS 面前，90 后的我们尚且年幼，在 17 年后的新型冠状病毒面前，90 后们已经开始勇担重任，挑起时代的大梁。疫情之下众生相，我们感动，我们无助，我们愤怒。身为这个新时代的青年人，我们应该去记住这段时日以来的所有感受，应该去记住自己立下的梦想目标，应该去铭记奋斗一线的无名英雄们，更应该去学习这些无名英雄的伟大精神并将他们的这种非凡英雄精神也应用到我们的生活当中去。在党和人民需要我们的时候，敢于挺身而出，乐于奉献自身，甘于倾尽全力。

在这场没有硝烟的战争里，人人都有一份责任，有责任保护自己，有责任维护社会，有责任保卫国家。我们愿以杯水之力，尽寸尺之能。

几千年的风风雨雨，我们的祖国却愈加强大。在这一次的风雨之下，我们依旧坚信：只要我们齐心抗“疫”，中国一定赢！

学习 ps 的心得体会 篇 10

也许我们无法将这些最美逆行者的名字一一诉说，但不管是医务工作者还是消防官兵，他们本同我们一样，也为人子、为人母，有着自己的家庭和幸福。但当他们穿上隔离服的那一刻，他们代表的就不仅仅是自己，更代表了祖国赋予的使命。他们有的与我们年龄相仿，但危险降临时，他们没有丝毫的犹豫与退缩，把生的希望留给别人，他们舍小家顾大家的为民情怀无不令我们为之动容。

疫情之下，没有一个人可以置身事外，作为一名党员，我们要冲在前、干在先，有担当与责任意识，不传谣、不造谣，及时公开透明信息，给公众以的信心与安心。自觉遵守组织规定，配合领导干部做好疫情防控工作，对村庄、社区，外出返乡人员要及时上报进行备案登记，对火车站、超市等人员密集地区做好人员、物资及交通工作的查验工作，对疑似症状人员要及时进行医学观察，做到“早发现、早上报、早诊断、早治疗”，控制传染源，将疫情扩散可能性降到最低。

20__，注定是一个不平凡的年份，在虎年春天到来之际，我们经历着这样一个特别的冬天。但正如雪莱所说“冬天来了，春天还会晚吗”，冬天快要结束，春天也必将来临。防控疫情阻击战，我们也必将取得胜利。此刻我们所坐拥的岁月静好不过是有有人在替我们负重前行，让我们向最美逆行者致以最崇高的敬意，武汉加油，中国加油。让我们约定，待到繁华盛开时，携手共进更加美好的明天！

学习 ps 的心得体会 篇 11

来到水务局从事水利工作已有三个多月时间了。三个月来，在各位局领导的关怀关心下、在分管领导的精心指导下、在各位同事的大力支持帮助下，我结合水利股的职责任务和工作特点，认真履行职责、严格要求自己、精心搞好服务，积极主动的完成本职工作和领导交办的其他各项工作任务。工作中主要有以下三点体会：

一、必须加强学习，不断提高自身的综合素质

学习对于一个人或者一项工作是必不可少的，特别我刚刚接触水利工作，对于水利工作一窍不通，每项工作都有待于学习和提高。因此，在工作中，我始终重视加强理论和业务知识的学习，坚持一边工作一边学习，不断提高自身的理论水平、工作能力和各项综合素质。在学习上，我着重从四个方面入手，一是系统学习政治理论知识。我始终坚持政治理论学习，努力提高政治理论水平，不断加强党性修养。通过学习，及时了解和掌握党和国家的方针政策，进

一步统一思想认识，明确工作思路和工作目标；二是重点学习业务知识。

我始终坚守“想要做什么，先要会什么”的工作理念，为更好的掌握和做好水利工作，充分利用业余时间加强法律法规、特别是水利法律法规性文件和有关业务知识的学习，不断从相关业务书籍、报刊杂志及网络上，认真学习业务知识，使自己真正能够适应本职工作的需求。《__县 20__—20__年农村饮水安全工程规划报告》、《__县水利水电项目储备规划报告》（20__—20__）、《村镇供水工程技术规范》、《管材质量技术检验规范》等业务书籍，并全面熟悉掌握各上级主管部门关于农村饮水安全项目的批复文件、管材采购招投标资料、管材管理程序、工程实施各个环节的技术标准等业务知识。

进一步开阔视野，更新观念，同时在业务学习过程中，注重理论联系实际，做到学用结合，学以致用，将学到的理论知识和业务知识充分运用于工作实践当中；三是拓宽学习途径。在工作和生活中，低调做人，扎实做事，处处留心，绝不放过任何学习的机会，向领导学、向同志学、向书本学、向实践学，不断增强自身的理论水平和工作业务能力；四是努力提高学历层次。参加了省委党校举办的法律本科班的学习，不断提高自身的学历层次、党性修养以及相关的农业农村工作知识，努力适应时代的发展和进步。

二、必须努力工作，不断提高自身的工作效率

“今天不努力工作，明天努力找工作。”这句话深深的刻印在我的心里，通过几年的工作实践，我明白要找到一份称心如意的工作十分之不易，而要把一份工作做好更是难上加难。所以，为了进一步搞好工作，不断提高工作效率，我不嫌麻烦、不怕受累，虚心地向领导请教、向同事学习、自己摸索实践，通过自身的努力，在短短的三个多月时间里便基本熟悉了水利股的工作要点，明确了相关工作的程序和目标任务，提高了工作能力。

并始终保持热情的工作态度和勤奋的敬业精神。热爱自己的本职工作，正确认真的对待每一项工作，认真遵守工作纪律，按时上下班，有效利用工作时间，坚守岗位，需要加班完成工作时按时加班加点，保证工作能按时完成。在具体工作中形成了一个清晰的工作思路，能够顺利的开展工作并熟练圆满地完成本职工作。三个月来，我本着“把工作做得更好”这样一个目标，开拓创新，积极主动的完成了以下几项工作：一是认真做好 20__、20__ 年度饮水安全项目的管材订购、初验、发放等管理及协助做好已验收工程的资料整编、归档和在建工程的进度统计上报工作；二是认真收集资料，撰写了 20__ 至 20__ 年度冬春农田水利基本建设工作总结和水利股 20__ 年度上半年工作总结；三是做好水利信息的收集上报工作；四是认真、按时、高效地做好领导及办公室交办的其它工作任务。

三、必须找准不足，明确今后的努力方向

工作实践使我的业务水平不断得到提高、工作能力不断得到加强。紧张的工作节奏，让我的工作能力和思想认识都有了新的突破。领导和同事们对于工作的执着和热爱深深的感染着我，百忙中他们抽空耐心的帮助和教导我，让我在水利工作上由陌生变为熟悉，也使我解决问题、分析问题的能力和各种综合能力都得到了很好的锻炼和提高。

但是，我深深的认识到，在学习和工作中所取得的成绩，是领导关心和同事支持、帮助的结果。在工作中，依然存在着很多不足的地方，正所谓是“金无足赤，人无完人”。在今后的工作中，我一定找准存在的不足，并明确努力的方向，进一步加强学习，克服不足。针对自己存在的不足，一是我将坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应工作发展的需要；二是要通过实践不断的锻炼自己的胆识和魄力，提高自己解决实际问题的能力，积极、热情的对待每一件工作；三是虚心的向领导和同事学习请教，虚心接受领导和同事的批评指正，始终把做好工作作为努力的方向。

总之，我相信在以后的工作学习中，我会在局领导的关怀下，在同事们的帮助下，克服不足，变压力为动力，做一名合格的水利人，为__县水利事业的繁荣和发展作出自己应有贡献。

学习中，我在网上聆听了各位专家的专题讲座，使我对幼儿教育有了更深的认识，也意识到幼儿教育的重要性及其必要性。专家教授们的新理念新视野就像一扇窗，为我带来外面广阔天地的一束灿烂的阳光。通过这段时间的网上学习，我明白了网上学习的重要和快捷。在研修学习中提高了我的专业素养，提高了思想认识、提升了学习理念、丰富了专业理论。

一、网络研修使我转变了思想，更新了观念

通过研修，使我明确了现代教育的本质，明确了幼儿教育对于教师提出什么样的素质要求；每一位老师都需要不断学习，不断提高自己，充实自己，要有扎实的教学基本功，否则就被时代所淘汰。网络教育技术能力培训是一门全新的课程，里面有很多全新的教学理念。

二、网络研修，使我得到深刻的感悟

网络研修，为我营造了一个广阔的学习天地，使我掌握了先进的教育理念和方法。我觉得在理论的形成方面有大幅度的提高。在培训中有大量的案例，深入浅出的阐明了理论，通过与专家，学员的在线互动交流，专家的真知灼见与精辟见解，以及同行的精彩点评，交流与感悟也让我有了意想不到的收获。专家的讲座，每一专题的各个观点及案例，很好地解决了我们在教学过程中一些感到束手无策的问题，也使我得到了很好的借鉴和启迪。同时，对自己以前的教学有了一次彻底的反思。培训中，我还阅读了大量的先进材

料和记录了一些先进的理论与方法，并把这些科学的理论与方法应用于教学实践中，取得了较好的教学效果。培训学习不但学有所获，更重要的是做到了学有所用。

三、立足课堂，在实践中提升了自身价值

课堂是教师体现自身价值的主阵地，通过学习我深刻领悟了一切为了幼儿，为了幼儿的一切的观念，我会将自己的爱全身的融入到幼儿中。在教学中，我会将努力所学教学知识应用到课堂教学实践中，力求让我的教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好地体现素质教育的要求，使自己的课堂教学有效乃至高效。

四、研修提升了我的业务素质，提高了课堂教学效果

通过认真聆听专题讲座，我进一步懂得备课是教学工作中的一个极为重要的环节，我们要教什么？怎么教？事先都要周密考虑，精心设计，教师只有对教材内容，教学对象，教学方法等经过深思熟虑、了然于胸，才能把课讲得妙趣横生，引人入胜。使我学到的知识应用到教学实践中，我在上课前根据本班的幼儿实际情况，通过观察、发现、讨论、明确的过程来备课。

五、教师之间相互合作

通过网络培训的学习让我懂得学会与其他教师合作，互助配合，齐心协力培养幼儿。除此之外我还明白，人生没有捷径，教学亦如此。研修让我看清了其中的差距，鞭策我不断的努力。相信自己，别人能做到的，我经过努力一定也能做得到。

六、通过学习，学会了交流

在平时，我们在工作和学习中，多数情况下还是自己研究，自己思考。通过这次研修，我彻底打开了固步自封的思想，无所顾虑的和学友们、同事们共同交流，共同研讨，开拓了教研视野。通过这次培训提高，真是感受颇深，更显终生学习的重要性。

学无止境，教海无涯。研修时间虽说短暂，但给我的影响却很深远。在今后的教学工作中，我会继续努力实践，不断探索，向着教育的理想境界灿然前行。

我不仅认真地观看了视频教学课程，也认真地听取了专家、同仁对研修内容的探讨，其中有很多思想、理念都是值得我学习和借鉴的，特别是一些专家的观点，更让我大开眼界，让我在学习中获益匪浅。可能自己的积累不够丰富，可能自己从教的时间比较短，我觉得自己需要学习的还很多很多。

感谢远程研修这一个很好的平台。网络时代的来临，为教育拓展了很大的空间，它缩短了人与人之间的距离，为教育资源的共享提供了便利；它突破了时间和空间的限制，既节约了教师外出培训的资金，又为学员增长了见识，开阔了视野，更新了观念。它是我们中小学教师同心向往的真真正正的“网上家园”。在这里我的灵魂得到了安歇，我不再浮躁。

学习，需要耐得住寂寞，关起门来用心钻研是必要的。但不能永远关起门来搞建设，我们还要尝试走出去和引进来，这种走出去和引进来就是交流的过程。而交流是我们学习成长的催化剂，很多平时百思不得其解的问题，可能因为对方的一句点拨就有如醍醐灌顶，豁然开朗

在研修中这种交流就包括很多种，比如你读文本资料，从文本资料中获得知识和思想，你将写出的文章发表出去，别人读你的文章而与你的思想交流有了他自己的收获；又比如我们给别人评论，会吸引来作者或其他学员回复，然后再回复下去，或者参与班级研讨和在线研讨，这种交流就是一种非常及时的交流；甚至我们还可能由此而结交些许好友，大家相约着面对面交流。总之，交流让我们们学到更多的知识，让我们收获更多的思想，也让我们结交更多志同道合的好友。当然，在主动学习和主动交流之后我们还要学会主动反思和总结，这个过程也是非常重要的。

在此次研修中，我认识了很多学员，也认识了很多优秀的老师、专家，他们都给了我诚挚的鼓励，非常感谢他们！

学习 ps 的心得体会 篇 13

此次学习对我影响很大，首先从思想上是一个重大的变革。再是行动学习法是一种有效的学习方法，通过催化师的引导，从而获取能够指导实际工作的知识与能力。行动学习法的特征是以实践活动为重点，以学习团队为单，以真实案例为对，以角色扮演为手段，以团体决断为要，以终结汇讲为形式。通过行动学习法中头脑风暴法和团体列名法、六顶帽子法等的应用，使我们在短短 1 天的时间里，掌握和运用这种全新的、富有针对性的、高效的讨论与决策方法。通过这次学习，我有以下体会几点体会：

一、这次培训的时间虽然短暂，但是只要掌握了科学的学习与决策方法，就可以在工作中遇到问题时有了很好的分析问题、解决问题，运用这些方法，利用团队的力量处理问题。在行动中学习，在学习行动中。不断提升自己发现问题和解决问题的能力。

二、在形式上区别以往的学习，思想上的一种飞越。分组学习时每个组员关系是平等的，在行动学习过程中，小组成员没有领导与被领导之别，也没有职务高低之分，大家选举组长，取队名，定口号。将平等、开放、自由的理念贯穿于学习研究的全过程。

三、集体研讨方式，在认真细致描述症状、分析原因，查找对策、制定方案等一系列程序基础上，探索解决问题的最佳方案，培养学员的创意、创新和创造力。将工作中的销售输差作为主题，通过头脑风暴、深度分析、层层分解，把有关影响输差原因一一列出，系统归类，从源头上解决问题。

四、行动学习法有助于理念与思想的融合，真正成为学习的自我创新：把行动学习中的思考、互动、感受运用到日常工作，注重围绕中心拓展多维视角，在学习和反思中汲取团队智慧，从而实现自我发现和自我创新，把行动学习真正变为学为所用、学以致用、活学活用、边学边用的自觉行动。

学习 ps 的心得体会 篇 14

在学习了幼儿园指导纲要后，我觉得自己在认识上有了很大的改观。纲要的理论知识是平时教育教学活动目标制定、内容选择等的支撑点，学习纲要知识，能使自己做到心中有数，不再迷茫，对于教育所遵循的发展方向，所要制定的教育目标等都有据可依。我觉得幼儿园纲要这本书是新教师，也是老教师，在幼儿园教育海洋中的教育理论导师，为幼儿园教育工作者指引了方向。

总览《纲要》，我深深感到其中贯穿着这样一种思想——以儿童为本，以儿童的发展需要为本。在《纲要》中“教育内容与要求”，幼儿园的教育内容被相对划分为健康、语言、社会、科学和艺术五大领域。健康的身体，作为个体生存质量好坏的表现，是人类生存和发展的生物前提和基础，最易受到人们的关注。在《纲要》的其他部分中，以儿童为本、以儿童的发展需要为本这一指导思想也随处可见。例如：幼儿园应为幼儿提供健康、丰富的生活和活动环境，满足他们多方面发展的需要，使他们在快乐的童年生活中获得有益于身心发展的经验（“总则”第四条）。

在资源利用方面，纲要明确指出，要充分利用外部教育资源。做为老师，要充分利用可利用资源，与家庭、社区等密切合作，做到资源共享，使幼儿教育走向开放化，社会化。从而为幼儿的发展提供、创设良好的条件。不断更新自己的教育资源观念，使幼儿教育适应社会变化、发展。如在平时要多与家长密切联系，充分利用家长资源，让家长了解幼儿教育，从而参与到教育中，使家园共育工作做的更好。

纲要指出幼儿园教育是全面的、启蒙的，五大领域的内容要相互渗透。要以游戏为基本活动，保教并重，来开展幼儿教育工作。做为一名幼儿教师，一定要更新观念，提高自身的素质，领悟《纲要》的内容和精神，为能培养合格幼儿做出应有的贡献。

学习 ps 的心得体会 篇 15

任何事只要开始去做，永远不晚，今天终于动笔开始写书评，我没有写过书评，也没看过好的书评，怕看了，我就不敢写了。在豆瓣写书评，只是满足了自我的表达，写的好与不好，还望看见的人，路过就好。

读王阳明的知行合一，我看了两遍，我想我会继续看下去，无论多少遍，每次都会有新的理解。这次最想聊的是知行合一，知不是知道，而是良知，这本书主要宣扬的就是，知行合一，它的意思是当你的良知和你的行动一致合一了，就达到天人合一的境界，就能成为像王阳明一样的立言，立行，立功的三不朽的圣人。普通人都在追求更多智慧和能力，从而能更好面对自己的生活和选择，进而拥有更多的名和利！但是王阳明说，追求良知和行动的一致，比拥有更多的物质和名利更加重要！那么普通人如何得到和做到知行合一呢，我困惑我们如何确认良知是我们与生俱来的，难道一出生我们就有良知，难道任何事良知都会告诉我们该怎么面对和去做吗？那是不是说，只要听从心里的声音，任何事都能很好的面对和解决吗？

我以为我们也是通过学习才认识什么是良知，难道人本身具有，无需外在去求索吗。那么学习的价值何在，过多的阅读和学习会不会让人更加迷茫，过多的工具和本事会让我们迷失自己真正的良知吗。知行合一告诉我们，通过后天的学习认识到我们内外本具有的良知，然后将良知和身体外在的需求做区分，通过自己生活的磨练，发扬内在的良知，做自己生活的主人。我想，大致的逻辑就是这样，当然，作为普通人的典型代表，我觉得普通人没有必要一定要追求成为圣人，毕竟圣人少而普通人多，王阳明只有一个，孔子都只有一个，一个圣人的出现势必也是那个时代的产物。作为普通人，如何做好一个普通人，一个身心健全，生活快乐的人都已经非常了不

起！况且生活本身有其残酷和任性的考验，我们都无法掌控生活对我们的考验，我们唯一能把握的是用一颗怎样的心去面对可能会一地鸡毛的生活。王阳明的知行合一给了我一个解决自身问题的思路，我想我会继续学习王阳明的想法，深化对阳明先生思想的理解，或许我会有另一番感悟！

感谢阳明先生，感谢自己的认真，我喜欢这样不断成长的自己，我会坚持做这样的自己！

学习 ps 的心得体会 篇 16

前段时间，一则关于华坪女子高级中学的新闻让人们认识了大山里的女校长张桂梅，认识了华坪女子高中党支部。在学校最风雨飘摇无以为继的时候，6名党员教师的坚守点亮了至暗时刻，张桂梅带领在连党旗都买不起的困难中建立起来的党支部，硬是把全国第一所全免费的公办女子高中带出了令人咋舌的本科上线率。

同样的声音能产生共鸣，同样的气味会相互融合，志趣相同的人互相响应，自然地结合在一起。建强基层党组织，硬件基础和资源是保障，组织凝聚力是动力源泉，将党员干部拧成一股绳，“同声同气”，才能形成党组织的强大战斗力。

唱响指引方向的“最强声”。放下优秀人民教师的尊严街头筹款建女子高中，百病缠身仍坚守教学一线，打造“速度与激情”，千方百计提高学生学习成绩……作为华坪女子高中党支部书记的张桂梅始终身先士卒为教育事业呕心沥血，领导党支部把华坪女子高中带上正轨，逐年超越。为此，他们付出的“几乎是生命”。党组织书记作为“领头雁”“引路人”，肩负着带领队伍和党员群众冲锋陷阵攻坚克难的重任，尤其是目前逐步实行村党组织书记、村委会主任和集体经济组织负责人“三个一肩挑”，对村党组织书记自身素质和能力是一个重大的考验。将班子成员团结在一起，让党员群众理解和支持，共同打赢脱贫攻坚战，推动乡村振兴，党组织书记不仅要有打得了胜仗的过硬“真本领”，还要有聚得了人心的厚实“宽肩膀”，用扎实的领导能力为党员群众增强信心，用高尚的品格德行为党员群众树立标杆，用无畏的担当作为为党员群众注入动力，唱出最响亮的“声音”才能牵引党员群众共同奋斗奔赴美好生活。

弹奏初心使命的“和弦声”。“我志愿加入中国共产党，拥护党的纲领，遵守党的章程，履行党员义务……”每个党员都经历过入党宣誓时的激情燃烧，经历过入党时的踌躇满志，但并不是每个都能历尽千帆归来仍是“少年”。华坪女子高中在办学到了最困难的时候，一半教职员工辞职离开，而作为党员的6名教师选择了坚守。在几乎不可能完成的任务面前，党员教师怀揣用教书育人改变大山女孩命运的信念，践行“随时准备为党和人民牺牲一切”的誓

言，最终成就了 1600 多名女孩走出大山读上大学的梦想。坚强的党组织需要党员干部在急难险重任务中时刻冲锋在前，在历经挫折失败时仍能坚定信念，不改为民初心，牢记党员使命，这样才能汇聚起最强大的战斗力，向着同一个目标，跨过一道又一道沟坎，取得一个又一个胜利，协奏出最气吞山河的交响乐。

掀起党员教育的“课堂声”。华坪女子高中十多年来每周开展“五个一”的红色教育，党员佩戴党徽上班，重温一次入党誓词，组织一次理论学习，合唱一次革命歌曲，观看一部红色影片，坚持不懈的党员教育让教师始终保持旺盛的斗志，托着女高的“本科上线率”常年走在前列。习近平总书记指出，“要把政治建设摆在首位，坚持用党章党规规范党员、干部言行，用党的创新理论武装全党，引导全体党员做合格党员。”要保持党员的先进性，党组织需把党员教育工作真真切切开展起来，不打折扣，不搞形式主义，及时宣传党的政策，学习党的最新理论成果，加强党性教育，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。党组织常响起党员教育的“课堂声”，党员能跟上党组织的步伐，走在正确的方向，坚定理想信念，同声相应，同气相求，党组织自会凝聚成一个强大的战斗堡垒。

学习 ps 的心得体会 篇 17

改革开放 40 年，我们的国家发生了翻天覆地的变化，在党和政府的领导下，我们的生活越来越幸福。以前开会骑毛驴、步行、倒车辗转 4 天进京到如今乘高铁半日内往返北京与西沟之间……”申纪兰认为，改革开放以来发展最快的是交通，说到这老人竖起大拇指由衷地感叹道：“修通路迈大步，大修大富、小修小富、不修不富，共产党伟大！”申纪兰目睹了时代的变迁、社会的进步，亲历了改革开放带给我们国家的巨大飞跃，她用朴实的语言向大家讲述了

改革开放 40 年来的沧桑巨变，并告诫大家，要珍惜这个伟大的时代，
好好工作。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/646241143100010240>