

最新以终为始心得体会 cad心得体会心得 心得体会(实用9篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

以终为始心得体会篇一

近年来，计算机辅助设计[Computer-Aided Design]简称CAD]已经成为了工程设计领域中不可缺少的工具之一。在我进行CAD学习的过程中，我深刻体会到了CAD的强大功能和设计思路的重要性，并且也不断地在锤炼自己在CAD使用方面的能力。下面，我将分享我在学习CAD中的心得体会。

第一段：从基础开始，快速上手

作为一个刚开始学习CAD的人，最重要的就是理解CAD的工作原理以及如何使用CAD进行设计。在此阶段，我首先学会了如何创建基本图形、对设计进行编辑、进行基本的参数设定等等。通过对这些基础技能的掌握，我得以快速上手，并且深入了解CAD这一工具的基本概念与操作方法。掌握基础技能是CAD学习中第一步必不可少的环节。

第二段：加强设计思维，提升设计能力

尽管我已经掌握了基础技能，但我发现如果仅仅停留在基础技能的层面上，就无法从CAD中体现出它强大的设计能力。CAD并不是仅仅一种绘图软件，它更多的是在帮助我们完

成设计过程。针对复杂的工程设计，CAD提供了大量的工具和功能，帮助我们对设计进行精细的分析和调整，使我们能够更快速、更精准地完成设计。因此，在学习CAD中，加强设计思维，提升设计能力尤为重要。

第三段：灵活运用各种工具，提高效率

随着对CAD的熟练掌握，我懂得了如何运用各种工具来进行有效的设计。CAD提供了诸如图层管理、块定义等功能，使得我们能够快速地进行固体建模、抽象建模等多种模式的设计。不仅如此，CAD还提供了多种快捷键、宏命令等工具，帮助我们迅速切换工具、进行操作，提高我们的设计效率。

第四段：手动与自动结合，共同开发设计灵感

有些时候，手动绘图在设计中也是十分必要的。CAD提供了诸如手动绘制、手动编辑等功能，使得我们能够更好地发挥自己的设计想象力。在进行手动绘图的过程中，我们通常会发现一些设计上的不足或不完美之处。此时，我们可以利用CAD的强大功能进行修改，不断地优化设计，为我们的设计注入更多的灵感和想象力。

第五段：注重实践，不断强化自己的CAD技能

CAD的学习要注重实践，只有靠不断的实践才能提高自己的技能水平。在学习的过程中，我不断地练习CAD的各项功能和操作，不断地尝试着不同的设计思路和方法。这种熟练掌握CAD的技能对于我的工作和未来的发展都非常的有帮助。

综上所述，CAD作为工程设计领域中的一项重要工具，不仅需要我们掌握其基本的技能，还需要我们利用这一工具进行设计，注重实践，并不断探索各种新的灵感和想法。只有这样，我们才能更好地利用CAD，快速高效地完成设计工作。

以终为始心得体会篇二

CAD是计算机辅助设计的简称，也是现代工程设计不可或缺的工具。在我从事设计工作中，我对CAD有了深入的了解，通过不断尝试、摸索、总结，我得出了以下的心得体会。

一、掌握基础操作是必须的

在使用CAD软件之前，初学者应该先掌握基础的操作技能，这包括绘图基础、命令操作、文件管理等等。了解CAD的基本概念，掌握工具栏及快捷键的使用方法，能够更好地提高工作效率。在日常使用中，将常用命令进行整理，将常用图形元素进行归纳，这样能够将设计的重点放在实际创作中，减少无谓的操作时间。

二、练习注重规范和精度

CAD的设计应该遵循一定的规范和精度，这样能够确保设计的准确性和可靠性。在绘图时需要注意图形的对称性、比例关系等，尤其是在建筑设计中，对长宽高的比例进行精确控制是至关重要的。在练习中，注重自身的规范和精度要求，能够让自己更好地提高CAD的应用水平。

三、不断尝试新技能和新方法

使用CAD软件需要不断地尝试新的技能和新的方法，这样才能不断提高自己的应用水平。学习新的CAD技巧、掌握新的操作方法，能够使设计变得更加丰富和灵活。此外，借鉴其他人的设计，了解其他人的创作思路 and 理念，也是提高自身应用能力的重要手段。

四、注重设计和创新

CAD的设计要有一定的创新性，才能够达到更好的视觉效果和实际效果。在设计时，要把握所需的效果，从而获得真正的创意。在同行业竞争激烈的现在，创新是必须的选择。因此，注重创意和设计能够让自己更好地独立完成各种设计任务。

五、注重学习和交流

使用CAD软件不光要自学能力要强，还要注重与他人交流和学习。不同设计者有不同的设计理念和设计方式，与其交流和学习可以得到更加丰富的CAD经验。在学习和交流中，可以发现自己的不足，然后进行改进和优化，让自己的设计成为其他人的学习和借鉴对象。

总的来说□CAD是一款非常强大的工具。通过不断摸索和尝试，在设计中不断提高自己的技能，才能够在日后的工作中更加纯熟，充分发挥自己的潜力。在不断学习和交流中，针对自身的局限性，找到解决问题的方案和方法，这样就可以取得更好的成果。

以终为始心得体会篇三

根据单位的统一安排和组织，2013年**月**日—**月**日，我参加了为期一个星期的***培训，此次培训主要内容是“创新思维能力的培养与提升”，涉及基层领导的领导力与执行力，党员干部修养、税务专业业务知识等领域，培训过程中，培训讲师渊博的知识，深入浅出的讲解，让我们这些学员受益匪浅，收获颇多。

下面结合培训的实际，对自我的收获进行简单的总结，具体如下：

一、基层领导的领导力和执行力

此次培训的重点之一是基层领导的领导力和执行力，在培训的过程中，深入浅出的讲解，富有生动趣味性的语言组织和大量的实际案例分析，让学员们更加通俗易懂的理解到了基层领导的领导力和执行力，也让我们深深的感触到领导力和执行力的重要性。

如何使得领导力和执行力更加富有艺术性，更加科学更加高效是摆在我们基层干部面前的实际问题，解决好领导力和执行力的问题，发挥团队协作的精神，工作才能更加赢得干部群众的信任和支持，才会顺畅。

二、增强党性修养，坚定理想信念

在培训的过程中，系统的学习了党章，学习了党的十八大精神等，通过这些集中学习使我们这些学员从思想的深处受到了一次系统性的洗礼，更进一步的提高了自我的思想意识，提升了自我的政治素养，坚定了理想与信念。

随着社会的快速发展，现代社会多元意识形态并存，人的思想意识容易受到各种不确定因素的干扰，作为党员干部只有不断的增强自我的政治修养，党性修养，才能更好的坚定自己的信念，做到思想上与组织上保持一致性，信仰信念上不动摇，行动实践上与组织要求相符，才能真正的投身到为实现伟大“中国梦”的奋斗之中。

三、学会正确看待转型社会中的各种问题

此次培训让我收获最大的是学会更加科学的看待转型社会中的各种问题，随着我国改革开放逐步迈入深水区，社会中的各种矛盾和问题也日趋凸显增多，如何正确的看待这些社会现象，科学的分析这些社会现象是摆在我们大家面前的共同问题，此次培训，通过讲师们科学深入的分析 and 讲解，让我个人改变了以往对一些社会问题的看法，也更让我知道在看待社会现象和问题的时候，要用历史唯物主义观点，矛盾的

观点，客观求是的分析，才能更加科学合理的看待社会转型中所出现的各种问题，才能做到冷静客观，而不冲动偏面。

四、强化税收执法防控体系的建设

伴随着市场经济的快速发展，广大群众和消费者等社会各界对税务执法也提出了更高更多的要求，如何提升税收执法的效能，增强执法的公正性廉洁性，保持税收的纯洁性和权威性是我们工作的重点，提高和增强税收执法防控体系的建设，从系统的角度去出发，系统的防控，细化防控的点，加强与社会各界的联系，多元化的开展监督，不仅能够提高税收的效能，更能有力的提高税务干部的整体素质。

五、做一名合格的基层税干

通过参加此次培训，我个人深深的感触到自己身上所肩负的责任和压力，如何做一名人民满意的合格基层税干，和自己的同事一起圆满完成各项税收任务，个人认为，关键要从以下几个方面入手，一是要有形成团队合作的精神。

做为基层税务分局的管理者，要积极转变过去传统的思维方式，要正确的看待自己的角色，定位好自己的角色，与同事们一起，同呼吸，共命运，运用团队管理的理论，凝聚团队力量，二是要有目标，在基层税务工作中，在目标明确的同时，要科学的分解目标任务，调动每位税干工作的积极性，发挥他们的特长一面，扬长避短，这样才能更好的推动工作的开展。

三是要关心职工，与职工干部拧成一股绳，只有多与干部职工进行心与心的交流，才能更加的了解他们的思想，知道他们的困苦，努力帮助他们，解决他们的困难，才能更好的获得他们的信任和理解，获得工作上的支持。

四是要不断的提高自我管理的专业素质和业务技能素质，只

有自我的各种素质提升了，才能更加有力的夯实自我的管理水平。

此次培训让我受益颇多，通过培训不仅开拓了自己的视野，更提升了自我的综合素养，相信此次培训收获必将会有助于我未来的工作，有助于自我的全面成长。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。

口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。

儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。

长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。

军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。

北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。

晒着眼睛都睁不开。

这是我深有感触的。

但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。

在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。

齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。

内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。

十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。

确实，严格的作息時間，長時間的訓練，炙熱晃眼的太陽……這讓我們這些一向嬌生慣養的人來說還真有點兒吃耐不住。

但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。

那时我们就十五六岁，每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。

上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。

而且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。

反正军训时你就别想穿干衣服。

训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。

但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。

想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。

真的很有意思，也很感人！

现在又经历这大学军训，人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。

但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。

在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。

而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

届的学生军训是在部队里。

对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。

也算是最大的体会吧。

在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、

下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。

不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。

的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。

原本无味的生活也不是这样。

教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大。

汗。

在这短短的七天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。

表面都有一层白色的盐粉。

我们的鞋也穿了洞。

但非常有意义。

我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。

与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。

然而到了部队, 认识的同学又是多么的单纯。

没有利益的冲突。

大家讲的更多的是来自哪里? 分享自己的趣事。

加上离家远, 在这里大家都非常重感情。

如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。

接着就是融入的部队的生活。

可以说是我读书以来最有规律的生活作息。

同时却又那么的充实。

每天都有任务要完成。

离开部队的那天我们几个都哭了时间的流逝, 大家虽然慢慢的失去了联系。

但那份感动一直留在心底~~~

各位师弟师妹, 只要你们用心的投入去做一件事情, 总会有很多的故事, 点点滴滴……在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练, 训练之后到饭堂吃饭, 然后继续训练, 直到晚上十点熄灯睡觉。

一种从未体验过的快节奏的生活, 没有半点儿抱怨的机会。

一切都是最基本的, 任何事情都要自己一手解决。

虽然我们不必为衣食担忧, 也不会被训练中, 在烈日下, 教官们的皮肤黝黑, 两腮通红。

很难想象他们曾经经历了多少严酷的训练。

当了解到教官的年龄时——21岁，人生中最美好的青春时光。

让人突然间感觉很不是滋味。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。

宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。

如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的時候，我们博大精深的中国伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。

不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。

军训有苦。

每天早上六点半起床；从七点一直训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。

汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。

一二一，向右看，踢正步，脚肿了。

很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。

休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量；幽默小品为枯燥军训增添力量。

有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。

还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出现在我眼前。

在我惊叹原来被子可以这样叠时，我也感叹它可以锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。

看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

以终为始心得体会篇四

其实学好数学是十分简单的，只要你细心、认真，并掌握好数学四要素，那考上110分时没问题的。

首先是第一个要素：就是上课认真听讲，不分神、不走神。数学是考验思维能力与精力问题，所以，上课一旦分神，就会导致在数学老师讲题的过程中听不进去，听不进去就会变成一样类型的题不会，而上课的效率也是大损折扣。所以在课上最重要的一点，就是要保住精力，不能分神。

第二个要素：家庭作业认真做，这也是最为重要的一个因素。所谓家庭作业，就是对课上听讲的一个巩固。只有你认真做好家庭作业，才能及时对课上的知识再有一个了解。所以在

做家庭作业的同时，就是相当于是在复习课上内容，同时也是在检测你上课的听讲效率。

第三个要素：就是错题本。对于这个本子可能大家并不陌生，因为老师从初一就开始让我们建错题本，可是有些同学却偷懒不去做，其实错题本有两个好处，其一，省时间。打开本子，一目了然，用不了十分钟就复习完了。第二，复习效果也是极佳，所以，要想又省时又要复习的好，那么错题本就是必须要选择的了。

第四个要素也是我们最为熟悉的，那就是复习和预习了。所谓复习，就要看完错题本之后，再看一些例题就可以了。而预习，则要偏重于书上，而理解完书上后，大家应该尽所能在《配套练习册》或《同步训练》上找一些题做，这样就可以使你明天更加的得心应手。

相信只要大家学会学习，并掌握学习方法，注意这四个要点，数学成绩一定会上去。

以终为始心得体会篇五

TPS（Toyota Production System，丰田生产方式）是丰田汽车公司在半个世纪以来不断实践总结的一套生产管理方式，它以“精益生产”为核心理念，以提高生产效率、产品质量和员工工作满意度为目标。通过参与一个以TPS为主题的工作坊，我对TPS和 workflow 改进有了更深入的理解，也收获了许多宝贵的心得体会。

首先，我认识到TPS注重的是整个生产流程的优化与协调。在工作坊中，我们挑选了一条具体的生产线进行模拟生产实践。通过对每个环节进行详细分析，我们发现并解决了许多潜在的问题，如物料运输不及时、工人之间的协作不畅等。通过优化生产流程，我们提高了生产效率，减少了浪费，并且在整个过程中保持了高质量的产品。这使我深刻认识到，

只有从整体上优化流程，才能实现真正的生产效率提升和产品质量改善。

其次，TPS强调的是员工的积极参与和反馈。在工作坊中，我们以小组为单位进行工作，每个小组负责一个环节的改进。通过组内成员的积极合作和有效沟通，我们成功地找到了一些改进点，并尝试了不同的方法和解决方案。在这个过程中，每个人都发挥了自己的专业知识和创造力，积极参与到流程改进中。在评估改进成果时，我们也反复进行讨论，听取每个小组成员的反馈意见，不断完善和调整。这种基于团队合作和员工参与的工作方式，使我们感受到工作的意义和价值，也激发了我们在流程改进方面的热情和积极性。

进一步，TPS强调的是问题的根本解决。在生产过程中，我们遇到了许多问题和难题，如设备故障、工人缺失等。然而，我们意识到，解决问题需要深入探究其根本原因，而不是仅仅解决表面问题。通过使用5W1H（what、why、when、where、who、how）的方法，我们追根溯源，找到了问题产生的深层次原因，并提出了相应的解决方案。例如，我们发现设备故障主要是由于维护不到位，所以我们采取了定期维护和保养的措施，从而有效地解决了这个问题。这种根本解决问题的方式，使我们在解决实际工作中遇到的困难时更加深思熟虑，从而找到更有效的解决方案。

此外，TPS注重的是不断改进和学习。在工作坊中，我们学习了TPS的理论知识，并在实践中加以运用。通过与其他小组的交流和分享，我们了解到了更多的改进方法和经验，从而拓宽了我们的思路。同时，我们也意识到，改进是一个不断的过程，需要持续地学习和创新。只有保持对新知识和新方法的接受和学习，我们才能不断提升自己的能力，并在工作中实现个人和团队的成长。

总之，TPS心得体会s心得体会 我深刻认识到，TPS的核心是整

体优化和流程改进。通过优化生产流程，TPS能够提高生产效率和产品质量，减少浪费。TPS还注重员工的积极参与和反馈，通过团队合作和员工参与的方式，激发员工的创造力和积极性。TPS强调的是问题的根本解决，需要深入探究问题的根本原因，并找到相应的解决方案。最后，TPS也强调不断学习和改进，只有不断学习和创新，我们才能不断提升自己的能力和实现个人和团队的成长。通过参与TPS工作坊，我深入领会了TPS的核心理念和方法，并在实践中不断进行改进和学习，取得了显著的成果。我相信，将TPS的思想和方法应用到工作中，将会带来更大的效益和发展。

以终为始心得体会篇六

20xx年11月1日，我参加了县教研室组织的新进综合科教师教学比武听课活动，一共听了六节课，三节音乐课、二节美术课和一节体育课。

一天的听课受益非浅，其中体育课对我感触最深。

这位老师的课基本功扎实，课前准备充分，教师对学生的体育常规训练到位。

这些课，树立了“健康第一”的思想，能把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。

整堂课教师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会，去探索，去交流；并且教师为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

李老师教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。

强烈的动感刺激加上木棒操、课前激趣游戏等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。

结束部分的意念放松练习，能使学生彻底放松，效果非常好。

李老师教师赋有渲染性的语言和满堂课的微笑，使课堂激情高涨和亲和力，一下把学生的情绪提到了极点，为接下来的主要内容学习奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的行体语言，使学生及听课教师赞不决口。

精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。

合作能力培养游戏“海上飞船”富有刺激性和情感教育，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

观后令人赏心悦目，耳目一新，给我留下深刻印象。

总之，在以后的教学中值得我学习的地方甚多，希望领导以后能多组织这样的活动，以此来提高我自身的素质。

一、我的学习经历

我深知这次机会难得。

因此在学习过程中始终都是全身心的投入，丝毫不敢懈怠。

争取让自己能在有限的学习时间内学到更多的先进经验，感悟同行对体育教育事业的完全认同和献身精神。

因此，在外出听课的时间里，我除了参加听课学习以外，积极地向其他优秀教师学习。

通过这种高水平的观摩课，更加引起我的思考，进而通过和同行的方方面面的对比找到自己的不足。

因此，在学习期间我尽可能的利用时机，多听、多看、多问、多思，并与其他体育教师一起进行交流，不放过一丝的学习机会。

二、我的学习体会

课堂教学方面

通过这次的听课与学习，我从体育课的各个方面与优秀教师进行对比，发现还是存在华考|zk168着一定的差距的。

主要体现在：这些教师的基本功扎实，在课堂上的一言一行，都充分的反应出其扎实基本功的。

课前准备充分，每一个讲课教师都真正的做到了课前备教材、备学生。

不论从教材内容的选择、还是课得设计，以及根据学生的实际情况来安排活动内容上都做了精心的设计与准备。

这是我以往所不能做到的。

在课堂教学中融入情景教学，使课堂教学中始终贯穿一条主线，环环相扣，组织紧密。

课堂的组织结构合理。

课堂评价的艺术性，在体育课上，教师多以鼓励与表扬为主，并对学生进行正确的评价。

有一堂课，学生进行分组比赛，比赛结束后教师对最后一名

的评价是不甘落后组，对第二名的评价是奋勇拼搏组。

评价恰如其分，保护了学生的自尊心。

三、我的学后反思

“生命是一条河，需要流动，需要吸纳”。

教师有了丰富的文化底蕴，教育教学活动才会有底气。

此次的学习，让我找到了明确的努力目标。

在今后的教学中我要脚踏实地，实实在在结合自己学校和学生的情况，备好每一节课、更要上好每一节课，使自己真正成为一名称职的体育教师。

首先我非常感谢各级领导给我这次外出学习的机会，虽然只有短暂的两天学习时间，但我感觉自己收获了很多知识，对我今后的工作有借鉴之处。

下面是我通过学习获得的几个方面的体会：

第一、浮华退去，尽显本色。

这次听课最大的感受就是，老师执教的课都很朴实，注重学生的学习效率，从而淡化了课件等的辅助作用。

华丽惹眼的课件被几张简单的幻灯片代替；五花八门的活动被扎实的学生练习所代替，真正彰显了课堂本色。

第二、教师要做一个成功的引路人。

再一感受就是这次活动的务实精神。

在教师上课过程中，有教师讲解田径时跨栏动作漂亮到位，

游戏的讲解、示范与操作环节(规定时间内)，队列队形的口令清晰，还有篮球行进间运球低手上篮干净利落。

这些技能对老师的个人专业技能，钻研教材能力，教学实施能力都提出了考验。

这样的学习氛围也给我敲响了警钟，想到自己还有很多不足，需要继续努力，提升自身素质。

第三、高效成为衡量标准。

教师教学设计的每一个环节都围绕着“高效”，注意提高课堂效率尤其学生的练习效率。

每节课都非常注重对学生动手的落实。

上课直接解决，没有拖沓；目标明确，有利于学生真正成为课堂的主人。

这也提醒我们切切实实逐步培养学生自主学习好习惯，上起课来一定能取得事半功倍的效果。

第四、在教学活动中，教师要当好组织者。

教师要充分信任学生，相信学生完全有学习的能力。

把机会交给学生。

俯下身子看学生的生活，平等参与学生的练习中，及时了解他们的情况。

时间过的很快，在2天里我学到了许多在自己学校里没有学过的知识，我会继续努力，努力提高自己的教学业务水平。

因为很多教练会很严格，因为学车要很认真不能随意嘛，要

是以后成了马路杀手教练也有可能是没有教好。

刚开始学的确会很紧张，很怕什么都弄错之类的，教练也让自己有压力，不过最重要的是在学的时候要头脑清醒，我就是那种不怎么清醒的人，所以经常都会忘记呀。

所以呢，你在学了一点之后有机会就用车再试试，没有的话就在脑子中反复记得，不然下次去又忘记了，又要被教练训话又要自己紧张了...记得第1次教练让我从学校可i到学车场，紧张到要死，生怕随时撞。

其实学车呢我就觉得是个基础的事情，以后很多开车的东西还是要有经验，现在就是练习一下那种感觉吧。

心态好自然就好了，不过我那时候巴不得快一点拿到驾照，因为就不用经常被教练训了，不过不同教练方法肯定不同。

以终为始心得体会篇七

1、什么是“心得体会”

在参与社会生活与社会实践中，人们往往会产生有关某项工作的许多感受和体会，这些感受和体会不一定经过严密的分析和思考，可能只是对这项工作的感性认识和简单的理论分析。用文字的形式把这些感受和体会表达出来，就是“心得体会”。“心得体会”是一种日常应用文体，属于议论文的范畴。一般篇幅可长可短，结构比较简单。

2、心得体会怎么写？

心得体会的基本格式大致由以下几个部分组成

i□标题

心得体会的标题可以采用以下几种形式：

- 1)、在xx活动(或xx工作)中的心得体会
- 2)、关于xx活动(或xx工作)心得体会(或心得)
- 3)、心得体会

如果文章的内容比较丰富，篇幅较长，也可以采用双行标题的形式，大标题用一句精练的语言总结自己的主要心得，小标题是“在xx活动(或xx工作)中的心得体会”，例如：

从小处着眼，推陈出新

——参加班组长培训的心得

ii□正文这是心得体会的中心部分

(1)开头简述所参加的工作(或活动)的基本情况，包括参加活动的原因、时间、地点、所从事的具体工作的过程及结果。

(2)主体由于心得体会比较多地倾向于个人的主观感受和体会，而人的认识往往有一个逐渐发展和演变的过程，因此，在心得体会的主体部分的结构安排上，常常以作者对客观事物的主观感受和认识发展、情感变化为中心线索，组织材料，安排层次。具体的安排方法主要有两种：并列式结构和递进式结构。

a.从不同角度将自己的感受和体会总结成几个不同的方面，分别加以介绍，层次之间是并列关系。即：

体会(一)

体会(二)

体会(三)

.....□

在每一部分内部，可以采用先从理论上总述，再列举事实加以证明的方法，使文章有理有据，不流于空谈。

b.递进式结构比较适合于表现前后思想的变化过程，尤其是针对以前曾有错误认识，经过活动(或工作)有所改变的情况。心得体会开头怎么写。

在层次安排上，递进式结构应先简述以前的错误认识，再叙述参加活动的原因、时间、地点、简单经过，然后集中笔墨介绍经过活动所产生的新的认识和感受，重点放在过去的错误与今天的认识之间的反差，以此证明活动的重要意义。

(3)结尾心得体会的结尾一般可以再次总结并深化主题，也可以提出未来继续努力的方向，也可以自然结尾，不专门作结。

(4)署名心得体会一般应在文章结尾的右下方写上姓名，也可以在文章标题下署名，写作日期放在文章最后。

3、写作心得体会应注意的问题

(1)避免混同心得体会和总结的界限。一般来说，总结是单位或个人在一项工作、一个题结束以后对该工作、该问题所做的全面回顾、分析和研究，力求在一项工作结束后找出有关该工作的经验教训，引出规律性的认识，用以指导今后的工作，它注重认识的客观性、全面性、系统性和深刻性。在表现手法上，在简单叙述事实的基础上较多的采用分析、推理、议论的方式，注重语言的严谨和简洁。

心得体会相对来说比较注重在工作、学习、生活以及其他各个方面的主观认识和感受，往往紧抓一两点，充分调动和运用叙述、描写、议论和说明甚至抒情的表达方式，在叙述工作经历的同时，着重介绍自己在工作中的体会和感受。它追求感受的生动性和独特性，而不追求其是否全面和严谨，甚至在有些情况下，可以“只论一点，不计其余”。

(2) 实事求是，不虚夸，不作假，不无病呻吟。心得体会应是在实际工作和活动中真实感受的反映，不能扭捏作态，故作高深，更不能虚假浮夸，造成内容的失实。

(3) 语言简洁，生动。心得体会在运用简洁的语言进行叙述、议论的基础上，可以适当地采用描写、抒情及各种修辞手法，以增强文章的感染力。

说起培训拉练我的体会挺深的。去年我参加培训学校第16期培训时，参加过一次拉练，从早要八点半出发，晚上八点过回到学校。一天走了近五十公里的路，回到学校还要自己升火做饭。

这次听说要参加拉练，我是即兴奋又害怕。我知道这样的拉练可以产生挑战自我极限，培养团队协作精神，增强团队凝聚力等作用。但是想到上次拉练时自己脚上走出的四五个血泡，还是产生了一些拉练恐惧症。

星期四中午得到学校通知，拉练是到崇州的九龙沟，时间为周五出发，周六回学校，需要在外住宿一晚。拉练过程中，各组要做一顿晚餐，每组必须有六荤四蔬以上的菜品且是自己动手现场烹饪。下午我们班三个组都开始了拉练准备工作，大家商量菜品，采购各种食物、餐具等。

周五一早我们背上背包坐上了开往九龙沟的汽车。大概十半点左右我们到达拉练的集合的地点九龙沟景区内的一个休闲

山庄，经过短暂休整开始了步行拉练活动。

九龙沟景区内是秋雨绵绵，天空也是昏沉沉的，看得出老天爷今天是要好生考验一下我们了。拉练的前半程主要是上坡路，路面主要是泥巴，这样的路况让一些同学举步为艰。有些路段更是必须利用学校提前准备的绳子才能爬上去，但在同学们的相互提醒、相互搀扶、相互鼓励下，整个拉练队伍都顺利通过了重重障碍。

拉练过程中的第二次挑战是在后半段，教官让全体拉练学员跑步前进。跑了不到一公里，有些身体素质较差的同学无法坚持下去，纷纷落到了拉练队伍的后面。教官让队伍停了下来，批评了大家，“我们怎能让我们的同伴掉了队，难道我们抛弃了他们，不要他们了吗？我们团队精神何在，互助精神何在？”最感人的一幕在这之后出现了，那些因身体原因无法跟上拉练队伍的同学们有的在其它同学的搀扶下到达目的地，有的则是让同学背回目的地的。我们跑步前进过程中，加油声、番号声在九龙沟的山谷里不断的回响，很多同学感动得流出眼泪。他们为自己的勇气而流泪，为团队精神流泪，为集体胜利流泪。

四点半左右，全体拉练同学都顺利地回到集合地点，无一人掉队。这时我们才发现雨已经停了，温暖的阳光照在我们的脸上。虽然这一路走回来，个个都已经筋疲力尽，但在阳光的陪伴里我们开始了晚餐的制作。严总是我们组主厨，我主要负责协助主厨工作，其它同学有点洗菜，有的准备餐桌，有的烧火。组织严密、井井有条，一个半小时后十多个色香味俱全的菜品摆上了餐桌。我们自己都不得不佩服自己，因为之前很难想象能在这么短的时间里做出这么多可口的饭菜出来。因为团队的存在，因为团队的协作，因为我们都充满了自信。

拉练让每位同学都经受了一次考验，都接受了团队的洗礼。相信我们今后会更加勇敢，更加自信，更加团结，更加战无

不胜。

宝宝出生以来，为我们的生活带来了许多快乐。宝宝现在已经上了幼儿园中班，较之以往有了很大的进步，有一定的生活自理能力，有自己的思想、情感、爱好，经常会问“为什么？”等问题，伴随着他的成长，作为家长希望能给予他幸福的生活，但更希望他能快乐、健康地生活。

记得宝宝小的时候，吃饭可是最让我们家里人头疼的一件事，一日三餐，每一餐都得吃上好长时间，要么不肯张嘴，要么就是嘴里包了一口饭要等很久才肯咽下肚去，有时为了让他快快张嘴吃饭，爷爷奶奶还要在宝宝面前想尽办法表演节目，一家人围着他团团转。现在想起来，真是觉得有点好笑，不过相信许多家长可能也都有这样的经历。但自从宝宝进了幼儿园后，我们发现宝宝开始慢慢养成了吃饭的好习惯，不仅不挑食了，而且还不需要大人喂，每次吃饭的时候，他总会说农民伯伯辛辛苦苦把粮食种出来，老师让我们不能浪费，而且饭吃得多，才有力气能够像奥特曼那样打败怪兽。

直至现在，宝宝在幼儿班里每次吃饭都是第一名，并且都能把饭菜吃得干干净净，一直受到老师的表扬，也让其他的家长为此羡慕不已。为此我深深感受到幼儿园的教育对孩子的成长、影响真是十分关键的，自从上了幼儿园后，宝宝的自理能力越来越强了，不仅自己学会了穿衣服，整理玩具，而且还能经常主动帮助我们大人做家务，所以在家我们经常夸赞宝宝长大了，真是越来越懂事了。

以终为始心得体会篇八

CAD是指计算机辅助设计，它已经成为了现代工程和设计领域必不可少的工具。作为一名工程师，我已经使用CAD软件多年，这些年来，我深刻感受到其功能和价值。从我的

角度出发，我将在本文中分享我的关于CAD的心得体会，希望能够对那些还在追求其运用方法和设计技能的人提供一些线索。

段落一□CAD的实用性

CAD作为一种辅助设计工具，几乎成为了现代工程师的必需品。自从我开始在工程项目中使用CAD以来，我深切感受到这种工具的实用性。使用CAD软件可以大幅度减少手工绘图上花费的时间和精力，同时还可以提高设计方案的精度和稳定性。我想大部分工程设计师已经体验到了CAD在日常工作中的好处和实用性。

段落二□CAD的设计技巧

CAD软件是一种非常灵活的设计工具，可通过诸如线条、图形和图层等各种元素来制作。使用CAD的技巧不仅仅是要了解软件的基本操作，也包括更广泛的绘图知识和技能。例如，设计师可以使用复制和粘贴等操作技术，来让自己节省时间和精力，同时可以在有效减少错误的情况下，大大提高效率和准确性。此外，掌握并运用CAD的技巧可以让设计师在不同工程项目中更加灵活地展示自己的才华。

段落三□CAD的创意和想象

CAD既是一种实用工具，也是一种创造性的工具。通过运用CAD软件，工程设计师可以把他们的想象和创意物化为现实的绘图和模型□CAD软件的灵活性允许设计师在项目设计和开展阶段毫不费力地尝试各种方案□CAD软件因其独特的能力，提供了无限的可能性，帮助工程设计师将自己的个性和想象力投射到具体的构建方案中去。

段落四□CAD的沟通和交流

CAD还可以使设计团队间的沟通和交流变得更加容易。通过将设计模型转换为常见的格式，设计师可以比传统的设计图稿更好地向他人展示自己的构思，实现与其他部门和包括项目管理团队在内的工程专业人员之间的无缝沟通和交流。这种特性使CAD成为了一种非常有价值的工具，可以促进团队合作，加速项目进程，降低时间和资源的浪费。

段落五□CAD的未来

随着技术的发展□CAD软件也在不断发展和升级。我们可以期待，未来的CAD将会更为智能和自动化。也许在未来□CAD将会更多地借鉴人工智能、虚拟现实和增强现实等技术，增强对于细节和创造性的支持。这样一来，使用CAD的工程师将会更加便利，而其工作也将会变得更加精确和高效。

总之□CAD软件是一种非常实用和有价值的工具，它不仅可以提高工程设计师的生产力和效率，还可以求助于设计师大胆创新和探索□CAD的发展也在不断地推动和改变着工程设计行业。作为一名CAD的使用者和爱好者，我相信，相信在未来的工程建设行业中□CAD将会发挥着越来越关键的作用。

以终为始心得体会篇九

通过学习《领导力与执行力的提升》我想谈谈自己的一些想法和体会：

执行力是企业管理中最大的“软肋”，管理中有许多的理论，告诉中层管理者如何制定策略，如何进行组织变迁，如何选才、育才、留才，如何做成本预算等。

可是，该如何执行这些想法，却往往在过程中被忽视，作为中层管理者，重塑执行的观念有助于制定更健全的策略。

事实上，要制定有价值的策略，中层管理者必须同时确认企业是否有足够的条件来执行。

要明白策略原本就是为执行而拟定出来的。

所以，提升人员的执行力就变得尤为重要。

执行力是否到位既反映了企业的整体素质，也反映出管理者的角色定位。

管理者的角色不仅仅是制定策略和下达命令，更重要的是必须具备执行力。

执行力的关键在于透过企业文化影响员工的行为，因此管理者很重要的角色定位就是营造企业执行力文化。

管理者如何培养部属的执行力，是企业总体执行力提升的关键。

如果员工每天能多花十分钟替企业想想如何改善工作流程，如何将工作做得更好，管理者的策略自然能够彻底地执行。

而领导力：领导者领导的是人，换个角度说其实领导的是一种思想，一种理念最终成为一种行为。

领导力的三要素：战略思维能力、组织协调能力、指导能力与领导能力。

1、提升执行能力

解决问题的能力不足，主要反映在执行能力欠缺。

员工平时能否充分发挥，决定其投入程度，而投入程度又受到公司对他的要求和向他提供的资源两个因素的影响。

首先，应该对执行人员进行执行前强化培训，让执行人员明白自己要做什么?该做什么?做到什么目标?这样才能目标一致，执行到位，各尽其责。

其次，要明白自己的工作依据。

这是我们工作执行力的基础，也是我们工作执行的目标。

这也就是说，要知道自己做的每一件事情依据在哪里，这些依据是否还在执行。

2、强化执行动机

使员工充分发挥主观能动性和责任心，在接受工作后应尽一切努力、想尽一切办法把工作做好。

作为中层管理人员一定要有做事的实干精神，公司最需要拥有不懈的求胜意志的人。

3、端正执行态度

有令不遵，违规操作，是执行态度不端正的表现。

执行态度即对待工作的态度与标准，做工作的意义在于把事情做对，而不是做五成、六成的低工作标准，甚至到最后完全走形，面目全非，应以较高的标准来要求自己。

在日常工作中，要敢于突破思维定式和传统经验的束缚，不断寻求新的思路和方法，使执行的力度更大、速度更快、效果更好，养成勤于学习、善于思考的良好习惯。

4、有效促进与控制是领导力的体现

执行能力、执行动机、执行态度是执行者的行为能力、意愿和态度，光靠这些不足以把事情落实好，还需管理者进行有

效促进与有效控制来调整执行者的行为与控制事情的发展不偏离正常轨道，才能更好地把工作落实好。

有效控制采取方法如下：

a.事前跟进，发现潜在风险提前给员工预警。

b.事中跟进，在任务进行中发现有问题后，寻找解决办法，使员工的工作重新回到正轨上来。

c.事后跟进，出现问题后，找出原因，提供补救建议和具体措施，避免员工再犯同样错误。

d.对身兼管理责任的人进行监督，当管理者管理他人或检讨自身的行为时，有效的监督十分有效，如果没有有效的监督，准确的工作定义、选拔、管理和培训这些工作都不可能轻而易举地完成。

e.对那些可能是以前所遗留下的含糊不清的或没有论及的问题，管理者要能给予明确而又清晰有力的说明；然后，他们还要提出对未来的展望，以使将来组织的工作重点能集中到所提出的焦点上来。

5、建立良好的沟通

建立良好的沟通是改善工作氛围的重要途径，良好的沟通是执行的基础，有效地提高执行力，在一般情况下首先要进行充分的沟通，将决策传递给各个层级的员工，帮助他们理解需要完成的目标，取得他们的支持，对完成目标任务取得较为一致的认同。

一个领导者必然是某一行业的先驱者，引领者。

作为一名中层管理人员要付出比别人更多的时间和精力，要

学会抬头做事，积极处理一些日常事务；静心研究，钻研业务水平，让自己的专业水平和行政领导力相得益彰，用思想去领导员工，这样才能成为一个真正的领导者，员工思想的引领者。

大三学期末我们专业要求实习，我有幸被安排在了丽华购物广场的家电部空调组实习促销。

销售是我们主要的专业知识，也是老师多次强调我们要去实践学知识的对象，因此我对此次的实习很感兴趣，也希望能从中学到点做人的道理。

因为我们只是实习，不是厂家招的临促，也就没有统一的工作服。

但我发现海信的临促穿着统一深绿色带有品牌标志的工作服上班，从管理的知识来看，这显然是强调销售的团队合作性以及给予客户视觉上的冲击。

因为销售员是直接面对零售顾客，精神面貌和外表着装是第一重要环节。

做人也一样，外表和精神面貌是与人接触的第一印象，俗话说“先敬来衣，后敬人”指的就是这个意思，因此，我们无论在何种场合都要注意自我形象——外表、谈吐、举止，给人留下好的深刻印象是为以后自我发展奠定了良好的人际关系基础。

在这四天的实习促销中，我觉得要做好销售要做到以下几点：

首先，要对产品的各方面知识相当了解，才能有足够的知识基础向顾客推销。

要懂得空调的型号、匹数、制冷量、能效比等专业术语和空

调的相关专业知识，以及各种机型它的特点和卖点，同时也要了解竞争对手产品的特点，并进行对比突出自己的优点。

像美的空调主推它的直流变频的空调，正如它的广告语“买变频，选美的”。

元旦假期是空调的淡季，绝大多数厂家都做了很大的让利活动，比如格力的返送400、返送1000，而不是直接的降价，我觉得这样既满足了消费者的贪利心理和品牌心里，同时也维护了格力作为世界名牌的形象价值。

还有科龙的“惊爆价”和“7折”，这些pop广告给予消费者直接的视觉冲击。

大多数空调厂家都有“特价机”，而当中少不了的也有抽奖等促销活动。

从中了解到“特价机”那么便宜，主要是一些旧机型而且性能相对较差，它们的能效比(eer)都将不符合国家推出的新标准——所有空调的能效比都要达到3.16，否则淘汰。

能效比是对空调的一个重要评定标准，“能效比”越高，就越省电。

其次，我们面对顾客时不仅要在态度礼貌上注重——当顾客走到你的销售区内，要主动的跟他们打招呼比如“欢迎光临格力空调!”。

口头一边在说的同时，你的身体语言也要做适当的配合——眼光要与顾客接触，面带微笑，手势上要引导顾客走到你的柜台。

这些细节的东西看上去都是微不足道，但都是一个优秀销售员所要具备的。

更重要的是在与顾客的交谈中挖掘他的消费需求，他想要省电的还是价格便宜的或者高档的等等，同时要找出顾客对我们产品的真实感觉。

在与顾客的交流中也要结合顾客的真实情况给予意见，比如他的房间面积，是否西晒顶楼、冬天是否经常用啊等等。

这就要求我们作为销售员要有优秀的口才，敏锐的洞察力以及良好沟通能力。

有些顾客对空调知识不是很了解，这就要求销售人员要有耐心去为他们讲解。

现在正处于空调的淡季，也许一上午都没人来看或者一天一台也没卖出去，这就要求销售人员还要保持良好的积极的心态。

短短的四天，学到的不但是额外的专业知识，而且更重要的是做人的道理。

确实做好一名销售员，也等于做好生活中的自己！到社会上工作、竞争，你面对的就是每天怎样去“推销”自己，去让更多的企业、老板……接受你，认同你！你不但要有扎实的基础知识。

对专业技能了如指掌，而且你要善于观察，口才了得，灵活的应对能力，能将自己的优势以“说话”形式向别人推销出去，能看到别人所不能看的，能灵活应对老板提出的各样问题，发表自己独特的见解！实习的销售是一门很好的选修课，怪不得老师一直强调我们要去上好这个课程，这一点或许只有经过实践才能深刻的体会到！

虽然比之前更懂得销售知识，然而在真正销售方面还是不尽如人意。

但凡事都有一个过程，我希望自己能在这方面磨练，慢慢积累经验，做一个优秀的销售人员。