

合同章的法律效力有多大 他人代签劳动合同也有法律效力(优秀9篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

推拿心得体会篇一

伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没怎么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我

们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看者这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们杂这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

推拿心得体会篇二

在学校中，扣分作为教育管理的一种手段，旨在引导学生文明守纪、规范行为。扣分体现了对学生个体行为的约束和规范，同时也为学生提供了一个反思自己行为的机会。这种体制对学生的发展和成长起到了积极的作用，因此，对扣分心得的思考和总结显得尤为重要。

心得2：正确对待扣分的态度和方式

学生对待扣分应该保持积极和理性的态度，正确认识扣分的目的和意义。扣分并不是对学生的惩罚，而是对不良行为的规范和引导，是一种教育手段。因此，当被扣分时，我们应该冷静地接受，从中吸取经验教训，改正以后的错误。而不应该抱怨、反抗甚至无动于衷，这样只会陷入无休止的恶性循环。

心得3：自省是解决扣分问题的关键

接受扣分的第一步是自省，即审视自己的行为是否合理、是否符合校规校纪。如果自己确实犯了错误，应该勇于承认并且反思。我们应该正确认识到扣分是一种警示和指引，是对我们行为的规范和引导。通过自省，不仅可以从中认识到自己的问题所在，还能使我们更加明白应该如何行动以避免再次扣分，提高自己的规范意识和责任心。

心得4：积极参与身边的事务

扣分并非只是个人行为的问题，而是与身边的人和环境息息相关。因此，积极参与身边的事务，关心他人的需要和困难，是避免扣分的一种有效方式。学生应该积极参加校园活动，主动参与学校的社会实践，了解和关心集体的需要，并主动帮助并配合他人。这样不仅可以减少在规则上出错，更能培养自己积极向上的品格。

心得5：树立正确的行为观和价值观

避免扣分最重要的一点是树立正确的行为观和价值观。学生应该养成自觉遵守校纪校规的习惯，树立诚实守信、团结友爱等正确的价值观念。只有自觉遵守校纪校规，不给自己和他人带来负面影响，才能有效地避免扣分。因此，我们应该不断提高自己的道德修养，从小事着手，培养自己的规矩意

识和责任感。

总结：

扣分是一种警示和指引，对我们的成长和发展有着重要的作用。正确对待扣分，冷静接受，深入自省，积极参与和树立正确的行为观和价值观，才能更有效地避免扣分。因此，我们应该从小事做起，时刻保持警醒，自觉遵守校纪校规，努力成为规范的学生，为自己的成长和发展打下坚实的基础。

推拿心得体会篇三

上了初中，我明显感到初中的学习与小学学习有很大区别。初中的课程多了，如果课堂上不认真，课后要是再想把老师讲的弄懂弄透，那就困难得多了。所以，我们必须跟着教师走，相信教师，才能真正有效学习。

鲁迅有一套学习的“十字法”——多翻、跳读、设问、五到、立体。我认为这是很有价值的学习方法。“多翻”就是多翻各种各类书籍，以开阔视野，启迪思路，增长知识。其实，多看课外书，增长课外知识，开阔视野，对平常的学习和考试都有好处，能更好地理解知识。“跳读”是指无论如何都不会读懂某个问题时，先跳过去，向后看，于是连前面的都明白了。这用在英语短文阅读理解上十分有效，联系上下文能很好地帮助我们理解短文内容。“设问”就是带着问题去读书，我们在阅读文章时就应该如此，这样做，能使我们在阅读过程中得到答案，提高学习效率。

“五到”是心到、口到、眼到、手到、脑到。这“五到”无论在学习、考试还是平时做事，都应该做到。也只有真正做到这“五到”，才能真正有效地做好每一件事，事半功倍。“立体”指有一般的读，又能重点的深掘；既要有横断面，又要有纵剖面；既有对原著有关有钻研，又有对有关资料的涉

猎。这就是要求我们不能只看片面，应多角度地认识事物，这样才能认识得全面、深刻。

此外，我们学习要有“恒心”两个字，有了它，才能像蚕吃桑叶一样，一口又一口，坚持不懈地去啃，直到预定目标顺利攻克。平时，要多思多练，在学习过程中要勤于思考，注重积累，在思考做题的过程中累积解题技巧和经验。还有，就是要先把书上的“死知识”给“死死地”背下来，再把熟练的知识灵活运用。这就是“先死记，再活用”。

有时候，我们学习了一些知识，当时能记住，但过会儿就忘记了，这就与记忆方法有关。我认为，在学习过程中，看、写、读、听、背，多管齐下效率高，也记得牢。著名科学家茅以升先生，是个记忆力超群的人。人们问到他的记忆秘诀，他的回答是：“重复！重复！再重复！”学过的知识如果不重复，不多久，能记得到也就剩那么一点儿。所以，我们在学习过程中，可以尝试着“看写读听背”一并运用，一并提高。过后，每隔一段时间就重复知识，也就是定时复习。这种学习方法，能减低遗忘率，更有效地记住知识。

开学时，老师曾对我们说：“行动是最好的语言。”“吃得苦中苦，方为人上人。”其实，如果能做到这几点，成绩必然提高。学习是一件苦差事，但苦中有乐。只有克服重重困难，吃的下学习过程中的苦，才能超越自我，获得成功。而行动比任何计划、检讨更有用。说得天花乱坠，却没有实际行动，那又有什么用处呢？行胜于言。

拜五，我们八年级一起出去，进行了一次别具特色的社会实践。

这是那里湖泊的风景图。很美吧！

乘坐着大巴，经过了1个多小时的颠簸吗，我们终于到达了我们的目的地：炮台湾湿地公园。这里靠近海，风景十分的优

美，我们非常喜欢这里！

在公园里还有一块很大的草坪，我们小队在哪里进行了野餐在草坪上，还有一些老人在这里放风筝呢！

我们在公园里欣赏了很多风景。不得不说，这里的风景真的是漂亮。

我们在这里玩的十分高兴，也收获了许多，我们希望，还能有更多这样的社会实践。

这个星期一，我们五年级的八个班一起坐车去礼参实践基地，参加了社会实践活动。在礼参住了一个星期。第一、二天我感觉这里很好，既没有作业，又可以和同学们玩。但是后几天又有点想爸爸和妈妈了，就想回家。

不过，我还是坚持下来了。在这里，我还学到了许许多多课堂外的知识。在五金小工厂，我学会了使用各种工具，在美点教室里，我学会了怎样做蛋糕，并体会到了做蛋糕非常的累。在小机床教室里，我学到了怎么使用小机床，在彩泥画教室，我知道了彩泥画是怎样制造的，在机器人教室里，我学到了关于机器人的知识，并学会了做模型。这就是我的礼参社会实践生活。

这是一种学生利用节假日进行的单项或多项的. 社会调查、访问等接触社会、了解社会、服务社会、与群众主动结合的一种形式。从现在学生参加的社会实践活动看，主要有一下类型：第一类为国家、地学校组织的社会实践活动。

这类活动大多是为了一定的目的而开展的教育活动。第二类为某鞋单位、部门、科研组织为了完成各项任务，利用学生的智力与体力，在假期吸收学生参加的时间活动。第三类是学生自发组织的，以科技服务为主要内容的社会实践活动。第四类是学生根据自己的条件、兴趣爱好有目的地开展社会

实践活动。

参观了禁毒教育馆后，我了解了毒品的种类以及对人类的危害。在那里，我深切的感受到了毒品的可怕，一旦染上了毒品，就很难再重新回到正常的生活。所以，争当禁毒小标兵，看到别人吸毒及时制止，让我们有一个美好的社会、家园。

今天我参加了两个集体项目：一个是“定向运动”。“万里长城”这个游戏锻炼了我们班的合作能力，在我们全班的努力下，齐心协力，获得了第二名。“定向运动”这个游戏让我们大家一起完成一个比较难完成的任务。虽然我们没有得到名次，在过程这遇到了许多的困难，但是我们的小组成员非常的勇敢，解决了问题。今天的活动让我们收获了许多，懂得了许多的道理。

推拿心得体会篇四

在我们的成长和生活中，我们会经历各种各样的事情，这些事情不仅会教会我们很多宝贵的经验，也会让我们对生活有更深的心得体会。其中，心得体会可以说是我们从经验和生活中得到的最重要的东西之一。在本文中，我将谈论心得体会主题与心得体会的关系，以及对我今后的发展和成长的启示。

第二段：心得体会主题与心得体会的关系

心得体会主题是指我们在某一个领域或者某一个问题上得到的主题性的体会。而心得体会则是指我们在实践过程中的所得到的体会和经验。这两者之间的关系是密不可分的，因为主题性的体会是我们在实践过程中得到的经验的理性表达。只有通过理性表达，我们才能把实践所得到的经验变成我们自己能够理解和运用的知识，才能对生活和个人成长产生真正的作用。

心得体会不是只有在论文、报告或者其他写作中才有作用，其实在我们个人的成长和发展中也有着重要的作用。首先，心得体会可以帮助我们理性地总结和归纳我们的实践经验，从而更好地认识自己、提升自己。其次，心得体会可以帮助我们更好地与他人交流，分享自己的经验和成果。最后，心得体会可以帮助我们更好地把握今后的发展方向和重点，制定更符合自己实际情况的计划和策略。

在过去的学习和工作中，我也得到了很多的实践经验和心得体会。最让我印象深刻的是，在实践中要注重总结和归纳，并善于从实践中得到启示。例如，我在今年的实习中，承担了一些高难度的任务，每一次任务都需要大量的思考和尝试。在这个过程中，我注意到自己的弱点，不断调整自己的思路 and 方式，最终成功地完成了任务。这个过程中，我不能光是完成任务，而是要在这个实践过程中有所体验，总结和归纳出自己的经验和心得，才能让自己在今后的实践中更加得心应手。

第五段：结语

总的来说，心得体会主题与心得体会是我们在实践中得到的最重要的东西之一。理性总结和表达，是将心得体会转化为知识、经验的必经之路。只有通过总结和表达，我们才能将心得体会更好地运用在实践中，才能更好地认识自己、提升自己、分享自己的经验和成果。因此，让我们在今后的学习和工作中，不断总结和归纳，善于从实践中得到启示，让自己的生活和个人的成长更加充实、丰富和有意义。

推拿心得体会篇五

一个学期以来，学习《教育技术学》使我受益匪浅，我不光学到了许多有关于教育技术的理论知识，更为重要的，通过实践操作，我掌握了思维导图、photoshop、premiere等软件的使用方法。一些我在学教育技术学之前已经初步掌握的技

术，例如制作ppt[]在学习了教育技术学之后，我对它们的功能有了进一步的了解，这使我不仅限于“会”的阶段，运用起这些技术来更加得心应手。

在学习教育技术学之前，我对这门课程了解不多。我只知道老师上课所需要的ppt是教育技术的一部分。在学习开始之前，我通过阅读教材、搜索资料，对教育技术学有了一定的了解，也知道了其重要性。它的用处极大，当然不仅限于老师上课使用的ppt[]下面是我对教育技术重要性的认识以及学习教育技术的过程。

作为一个师范生，教师是我将来最有可能从事的职业，为此，学习教育技术学对于我来说，是必要的。我们师范生通过现代教育技术的学习，可以了解现代教育思想和理论，掌握利用教育技术进行教学的技能，通过信息技术与学科课程的有机整合来实现理想的学习环境和全新的、能充分体现学生主体作用的学习方式，从而彻底改革传统的教学模式，培养大批具有21世纪能力素质的人才，提高师范生的信息化教学水平。所以在信息化社会，教育技术能力是每一个师范生应具备的基本素质，是当代教师必备的能力素养，也是教师从教的基本要求。此外，我认为，现代教育技术不仅是师范生、教师的必修内容，它对于其他人也是有所裨益的。因为这些现代教育技术不仅可以应用到教育事业中去，它还可以运用到学习、科研、一般工作等中去。如学生可以运用思维导图整理归纳自己所学的知识，有助于更好记忆；员工报告业绩[]ppt是常用的技术手段；而制作电子相册、编辑视频则是日常生活中常常需要用到的技术。

虽然已知学习教育技术是必要的，但是在初学教育技术的阶段，我因为不得要领、学得吃力而对这一门课感到厌倦。幸而老师总是对我们很耐心，在我们理解困难的环节上总是不厌其烦一讲再讲，我总算跟上了老师的步伐。在逐渐的学习中，我慢慢摸到了这门课的学习方法——把书本、老师的课

堂教育和课后的自我练习结合起来。每次上新课之前，我总是将老师上节课已经布置下来的学习内容预习一遍，该下载的软件都下载下来，课上好好照着老师的方法进行操作，课后我再独自将课上学习的内容再温习几遍。这样下来，我在课堂上总是觉得得心应手，老师教过的知识和技能，也能牢记在心。

每当我看到自己制作的ppt通过photoshop美化处理的图片等等，我感到十分的自豪与愉悦。诚然，通过付出而获得的回报是最令人觉得心安、理所当然的。教育技术学就是这样一门课程，总是有付出就有回报。它不需要经年累月的知识的积累，也不要求人日复一日地艰苦练习，它能使人在相对短的时间里掌握一些技能。但它却不是“来得快也去得快”的，教育技术学包涵的内容，假如你学会了，它们可以被重复运用在日常学习生活中。不过需要注意的一点是，虽然现阶段的教育学具有相对的稳定性，但是它并不是永远一成不变的，它是有其新陈代谢的周期的。这不仅是教育技术的特点，是整个技术领域的特点。有时，当新的技术出现，旧的技术甚至会被取代，如黑板粉笔曾作为主要的教育工具，如今地位已经大不如前。教育技术的这些特点都要求我们要树立终身学习的观念，活到老学到老，紧跟时代的步伐。

这一学期的《教育技术学》学习即将告终。回望这一段时间，经过这一学期的学习，我已经掌握了不少教育技术，以后我一定好好运用这些知识。虽然这学期的《教育技术学》的学习即将告一段落，但这只是我一个阶段学习的结束，课程结束后，我一定会利用各种资源加固加深对教育技术学的学习。我相信，教育技术学的地位将日益重要，教育技术的作用也会越来越突出。我一定将在教育技术学这门课程上学到的东西应用到实践中去。

推拿心得体会篇六

社会是一个大家庭，我们每个人都是社会中的一员。走入社

会后，我们会遇到各种不同的人 and 事，这让我们不断成长，在成长的道路上积累了许多心得体会。今天，笔者将分享一些自己在社会中的心得体会。

第二段：适应环境

不同的环境，需要不同的适应。进入职场后，我们要适应不同的工作环境，适应不同的领导和同事。在这个过程中，我们应该学会与人相处并建立良好的工作关系，以此为基础进行工作。同时要注意自己的言行举止，保持一个良好的工作形象以及对自己的职业要求的不断提高。

第三段：与人相处

在与人相处的过程中，我们需要学会以诚相待，以善待人。尊重对方的权利和需求，充分发挥自己的主观能动性，在互利共赢的基础上，保持良好的人际关系。打破隔阂需要基础的信任和理解，与同事朋友建立深厚的感情，可以帮助我们成为更好的人。

第四段：勇于担当

在社会中，我们需要勇于担当。无论是在工作上还是在日常生活中，我们都应该承担自己的责任。勇于承担责任可以增强我们的责任感和主动性，不断推进自己的个人成长，为他人所信赖和依赖。

第五段：结尾

总之，社会是一个大熔炉，我们可以从中学习到很多。在社会的每个角落不断地学习、进步和成长，找到自己的位置，并为自己负责、为社会负责，这是我们的目标。没有什么比拥有一颗真诚的心，以及对自己和他人做好的客观评估更重要的。让我们以一颗平和的心态面对人生的挑战，继续发展

和提升自身的素质，创造更美好的未来。

推拿心得体会篇七

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍！真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光！

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的’感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团

结观念;提高了自身的技术能力,丰富了自己的知识,锻炼了自身的素质!

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子,因为时间无法停住它前进的脚步,过去的就让它过去吧,未来正等着我们去开拓,只要我们从过去中得到提高,就是我们最大的收获,让我们一起向逝去的时光说声bye-bye[]勇敢地走向前方,去创造新的生活。