

最新公交公司安全经理工作职责(汇总8篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

抗震心得体会篇一

5月12日14点28分，这一天的这个时间，我依然照常上着我的英语课，可是这一刻与往常的时刻不一样，这一时刻我觉得教室里的地面微微地摇晃，自己并没有反映是什么现象，可是2分钟过后，学校早场早已占满了学生和老师。出自与自我的反映自己也叫着学生走出教室，随后校长电话告知教育局我校发生的突如其来的现象，得知我国四川汶川发生8.0级特大地震，震波震动了全国。这突如其来的地震惊动全国，惊动世界。在这场突如其来的大地震中，在“救人是重中之重”精神感召下，涌现出许许多多可歌可泣的舍己救人的感人故事，也涌现出一大批奋不顾身抢救学生的英雄人民教师。他们用自己的大义之举为学生撑起了一片蔚蓝的天空！用热血谱写了人生壮丽的诗篇！用爱心铸就了高尚的师魂！

在这次地震中我们很多优秀的人民教师面对危险，他们本有逃生的可能，然而在危急的时刻，他们所想到的不是自己的安危，而是学生的安全。在生死考验面前，他们毫不犹豫地选择了牺牲自我，把生的希望留给学生，把死的危险留给自己，用实际行动履行一名人民教师的光荣职责。面对突如其来的灾难，所有人的反应几乎都出自本能。而这些人民教师的“本能”正是刻在他们骨子里的“师道”，和流淌在他们血液中的“师爱”。在这场震惊世界的大地震中，我们的教师正是用“一切为了孩子，为了孩子的一切”、“爱的翅膀”筑建起一座“为人师表”的丰碑，记录在永恒的史册里。

谭千秋、张米亚、向倩、吴忠红、杜正香……他们保护学生的每一种“姿势”，都将永远定格，铭刻在被救学生的脑海里，铭刻在亿万人民的心中。

这些可亲可敬的老师我的同行虽然离我们远去了，但他们在生死关头用鲜血和生命保护学生的壮举，犹如最后一堂无声之课，展示了人民教师的职业操守，诠释了爱与责任的师德灵魂，体现了教师的良知和勇敢，以及生命的尊严与伟大，点亮了学生通往未来的希望之路。他们无愧于人民教师的光荣称号，是这个时代最可爱的人，是历史上最可爱的人！

毫无疑问，是一种无私无畏的高贵精神在驱使着他们，是一种最基本也是最崇高的人性光辉在激励着他们，是一种对他人生命的无限敬畏、恃重、关怀与爱护在告诫他们——先人后己，是做人的基本原则。

一个人的生命是有限的，但是，关爱他人是无限的；一个人的生命是短暂的，但是，人性的光辉是永恒的。因此，虽然有许多人在地震中舍己为人献出了生命，但是，他们的精神在瞬间释放了万丈光芒，而且，必将永世长存！

汶川的孩子们是不幸的，在他们本该享受快乐童年的时候却遭遇了灾难；汶川的孩子们是幸运的，是他们的老师用责任将他们从死亡边缘拉了回来。是教师那种“学生生命高于一切”的使命感造就了一代优秀教师群体，在灾难面前他们首先想到的是学生，首先保护营救的也是学生。在生死关头时刻勇敢地抛开一切，一心为了学生，他们永远是我们教师学习的楷模。也深深地体会到“责任”二字的重大意义，这说明了教师必须具有强烈的责任意识，无私的奉献精神，才能使家长放心地把孩子交给我们。实践证明，履行责任是实现人生价值和赢得荣誉的阶梯，任何人都有追求荣誉的天性，实现人生的最大价值，要把这种意愿变成现实，履行责任是唯一的途径。一名教师，只有尽到对学生的责任，才能是好教师；尽到对教育的责任，才能是好公民。

作为一名教师的我为有这样的同行感到骄傲和自豪，他们是我们教师学习的楷模。我决心要学习他们的献身精神，自强不息的精神；以抗震救灾英雄教师为榜样，在实际工作严格要求自己，为人师表，爱岗敬业，勤奋努力，做到既教书又育人，努力做到以身作则，尽心尽力，服从领导，干好自己的本职工作，加强职业道德修养成，同时，不断地提高自己的教育理论水平，丰富专业知识，加强教育、教学与教研能力的培养，加强的事业心和工作责任感。在实际教学中关爱每一个孩子，使他们每天能快乐充实；同时在教书本知识的同时还要加强思想品德的教育，教学生如何做人。对学生要有耐心特别是特困生和差生，对他们要采取多鼓励少批评的方法，以宽容的心态去对待他们的每一次过失；用期待的心态去对待他们的每一点进步；用欣赏的目光去关注他们的每一个闪光点；用喜悦的心情去赞许他们的每一份成功。在教学上，要积极参加教育教学改革实践，不断更新教育教学观念，认真备课、上课、听课、及时批改作业、讲评作业，做好课后辅导工作，广泛涉猎各种知识，形成比较完整的知识结构，严格要求学生，尊重学生，发扬教学，使学生学有所得，不断提高自己的教学水平和思想觉悟，圆满完成自己的教学任务，以实际行动来为在抗震救灾中失去的英雄们致敬。

作为一名教师的我，一位还健康活着的我，我需要做什么呢？我也许不能做像他们那样的英雄，但我能像他们一样去无私奉献，把自己的工作当成神圣的事业，关心爱护每一个学生。在工作的一点一滴上都要突出奉献。奉献不是空洞的字眼，不是高不可攀的境地，它体现在日常的工作中：备一个完美的教案，上一堂成功的课，对学生始终微笑，对学生鼓励赞扬和爱护，还体现在个体和集体发生冲突时的毅然取舍。用我们的实际行动奉献出来点点滴滴的真情。只要我们人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。作为教师的我，作为育人的使者，我们的责任更加重大，对社会的影响力更加广泛，今后我将以模范们的先进事迹、高尚思想激励自己，见贤思齐，做一个有道德的人民教师。

抗震心得体会篇二

护士的职业素质是指从事护理专业所需要的特殊性质方面的要求。下面是本站为大家准备的护士抗震救灾心得体会，希望大家喜欢！

20xx年9月7日11时19分在云南省昭通市彝良县、贵州省毕节市威宁彝族回族苗族自治县交界发生5.7级地震；12时16分，云南彝良县发生5.6级地震。云南彝良境内发生的地震类型初步认定为“震群型”。

我随医疗队参加了云南彝良县抗震救灾工作，午夜刚下班接到通知紧急集结上车，第二天一早到达了彝良县城，一下车耳边不断有120急救车的呼救声，四面八方赶来的人们脸上写满了焦虑，解放军战士、武警官兵、公安干警和医人员不停地在废墟上抢救幸存者，温在最关键的时候出现在抗震现场；相识的人与陌生的人，各种口音不同的人不约而同出现在废墟旁，大家没有绝望，只有一个信念，“只要有一线希望，就要尽百分之百的努力”！你能感觉到整个共和国随灾区人民的心一起跳动，随处可体会的是中华儿女的赤诚爱国之情！

我是一名护士，这里大部分受灾的群众正需要这方面的专业人员。及时的清洗患者的伤口，为防止气性坏疽及时的切开，骨折及时的固定……。冷，就挤在一起；饿了，就啃干方便面充饥；困了，就轮流到帐篷里打个盹。没有人抱怨，心里只有一个念头，多抢救伤员！没有人退缩，我们的灾区人民正需要我们的帮助！我们出现的地方就是生命延续之地，120的呼救声给了人们重生的希望！在“四川大地震”肆虐的时候，我们医护人员没有畏惧；在值此国难之际，我们医护人员更是同解放军战士、武警官兵、公安干警战斗在抗震救灾的第一线！我们始终同灾区同胞站在一起！

一位从重灾区方向来的老妈妈，用她那虚弱的声音对我

说：“去救救年轻人吧，国家需要他们，我这个老太婆死了也值了！”我含着眼泪对他说：“大娘，每一个需要我们的人，我们都会去尽力救助，您放心吧！”这位老妈妈，也许目不识丁，但她用最朴实的语言，表达了自己的心愿，他心里想的是国家的希望！这就是我们的人民，在大难关头，他们想的是整个国家！这就是我们中华民族繁衍不息的源泉！一位在弥留之际的少女面对记者的镜头说：“请你把我拍美丽些！”在大难面前，没有人绝望，他们对未来充满了无限的希望，这就是我们炎黄子孙始终奋斗不息、不屈服精神的生动体现！

此时此刻，我坐在病床前，现场的一幕幕在脑海里不停地翻动，心里只有一个念头：让我们携起手来，共同战胜这场病魔！

一场大地震降临，昔日的美好校园，成了今天的废墟；昔日朗朗的书声，成了今天难言的悲泣；昔日活泼的童真，成了今天瓦砾下的阴魂。这难言的悲惨让我的生命经受了一次洗礼，心灵受到了震撼，再一次认识到了教师的伟大。就在地震发生的刹那间：绵阳市汉旺镇小学的吴忠仁老师一边高吼同学们快跑！一边死死撑住已经变形的门框，催促同学们从身边冲出；德阳市东汽中学谭千秋老师，张开双臂趴在桌子上，护住桌下的4个孩子；汶川映秀镇小学张米亚老师跪扑在废墟中，双臂紧紧搂住两个学生；还有绵阳平武县南坝小学杜正香老师，卧倒在瓦砾中，头朝着门的方向，双手各拉着一个孩子，胸还护着3个幼小的生命——这些普普通通、默默无闻的教师，在生死关头以自己的行动成就了不朽的永恒，用自己的生命谱写了一曲爱的诗篇。他们让我再一次读懂了人民教师这四个字的博大与崇高，他们可歌可泣的更事迹是我们永远学习的榜样！教师——人类灵魂的工程师。

1. 认真学习为人之道，为师之德。要当好一名教师，最根本的就是要把教书育人作为自己的天职，做到在教书中全面提升自己的素质，在育人中不断净化自己的灵魂。 2. 坚持业务学习，爱岗敬业，以高度热情和责任感做好本职工作。认真

阅读各种教育教学刊物，学习教育学、心理学的理论，认真学习新课程标准，领会新的教学理念和学习别人的先进经验，做好笔记，运用新的教学理念及科学方法观去指导自己的教学工作。 3. 作为一名教育工作者，既然选择了当教师，就要勤勤恳恳地耕耘在教育教学第一线，选择忘我，选择无私，选择清贫。在浮躁的环境里，我要静下心来教书，潜下心来育人，甘于奉献。在以后的工作中，我一定会在上级部门的正确领导下，在学校领导和同事的关心和帮助下，勤勤恳恳，兢兢业业；我要在教师这个平凡的岗位上不断学习，不断探索，尽心尽力做好自己的本职工作。

5月12日四川省汶川县遭受了罕见的8级地震，震惊全国，震撼全球！无数个日夜期盼的20xx[]走来却一路飘摇，人民的欢乐与梦想被灾难而覆盖，看着失去生命的家庭和无家可归的人们，看着不断攀升的伤亡数字，看着受灾现场的残垣断壁，看着地震地区满目疮夷，看着伤员等待救治，我们心如刀绞，彻夜难眠。在残酷的自然面前，人的生命就像风中摇摆的芦苇，是如此的脆弱。对同胞灾难中的感同身受，让所有感性的中国人掉下了哀伤的眼泪，十三亿亲人为之默哀。

这次汶川大地震，在带来灾难的同时也让我们从中找回了许多我们曾经以为已经失去的东西。首先，我们找回了民族自信心。很久以来，我们一直有这样的悲观：我们的年轻一代不行了，80后不如70后，90后不如80后；我们的爱国热情不如韩国，凝聚力不如日本：一个中国人是一条龙，一群中国人是一群虫；中国人素质不如外国人，看看人家日本人在地震时、美国人在9.11时的表现&& 但这一次，灾难突然袭击，中华民族在仓猝之间走上了考场，他们最终交上了一份满意的答卷。我们终于从镜子中看到了我们自己——其次，突然袭来的灾难瞬时让全国人民立即团结在一起，让全世界看到了中华民族的凝聚力。当那么多灾民在绝境中沫濡与共，当救人不再狭隘于小家与大家，当那么多志愿者在第一时间奔赴灾区，当全国的、全世界的华人踊跃捐款、捐物、献血，当物资匮乏的灾民有条不紊地排长队领取救灾物资，当他们在险境中默

默地把逃生的机会先让给老人小孩，有在报道第一线连续工作几天几夜没有合眼的挖掘人员、护士、记者，当战士和老乡们互相推让着不多的食物&&我们清楚地感受到了，我们并不缺少团结的力量。在灾难中涌现出的无数英雄形象，让我找回了传统的、崇高的民族精神。

灾难中，我们看到了用自己的身躯撑住门框让学生逃跑的老师；看到了把学生护在身底下的老师；看到了返身冲上楼要救别人的老师、学生；看到了忍着失去父母女儿之痛始终奋斗在一线直至晕倒的女警；看到了全家29人在地震中牺牲而奋斗在抢救第一线的年轻的广东医生；有早在14日就带着60台大型挖掘机几乎与军队同时赶到的民间商人；当救护人员几天几夜不合眼、用自扇耳光的方式让自己清醒&&可以确信的是，上述的行为都不是来自于行政命令而是发自于内心，这是多么让人感动的事。同时，灾难面前我们向世界人民展示了中华儿女的坚韧。中央电视台的赈灾晚会上，那个北大法学院二年级的女生的笑容格外让人震撼：她的父亲为救学生而献身，但是，她用笑容告诉父亲她会坚强。坚韧的还有那些忍着丧失亲人之痛始终奋战在救灾第一线的英雄；有那些刚从地震的惊恐中清醒过来就在尸体和血肉中就地营救老师和同学的孩子；有那些被埋在深深的废墟之下却相互鼓励甚至还打着手电看书的孩子；有无处不在冲破一切艰难险阻的战士；那些转瞬之间失去了家园、失去了亲人、失去了肢体的幸存者，并没有失去继续生活的信念&&这些，如果没有地震做试金石，也许我们很难相信。

我们甚至不知道，我们自己也有这样的能力。古话说塞翁失马，焉知非福。虽然这次十分严重的地震灾害让很多四川人失去亲人，却令全国人民空前团结。在以后的工作和生活中，我将继续发扬团结精神，善待身边的每一个人；学习灾区人民那种面对困难坚忍不拔的精神，勤勤恳恳为环保事业奉献自己微薄的力量。

抗震心得体会篇三

不知道此时此刻你们，是什么感受，
也不知道你们，现在在干什么，
是面对可能已经翻烂了的课本发呆，
还是仍然奋笔疾书，亦或……

以前素不知道中考这么近、这么近，
总以为很遥远、很遥远，和我无关，
但是，当事实摆在这儿，你也只有两年了。

时间哗哗，不忍直视

听说多少次为中考拼搏的`孩子们，
遇到多少位中考考得很出色的孩子们，
羡慕么……

我不知道

亦不知道已经考取提前班的同学

对于这场中考报什么态度

当我在布置中考考场的时候

仿佛就在跟我说，你也是其中之一

这个星期第一次走进初三的综合楼

一条条醒目的标语，一句句激励人心的话

亮剑中考，谁与争锋

我知道这是你们的风格

以前素不知道中考这么近、这么近，

总以为很遥远、很遥远，和我无关，

但是，当事实摆在这儿，你也只有两年了。

时间哗哗，不忍直视

中考，不怕 为你们祈祷

愿精神我也拥有，

你在中考，我在期末

大家加油 。

抗震心得体会篇四

暑假期间学校组织学习了抗震救灾英雄教师的先进事迹，我深深地被震撼了，思绪久久难以平静，脑海中不断的闪现出5月12日四川汶川特大地震灾害的场面。这次大地震不仅是一次严峻的考验，也是一次爱的奉献。在地震来临时的危急关头，灾区人民教师毅然决然地站了出来，有的老师为了让学生逃生，合力推倒围墙，让学生们先行逃离，而自己在后面保护；还有一个幼儿园整体坍塌，孩子们正在午睡，地震夺取了大多数孩子的生命。当救援队搜救的时候，发现有一名老师扑在地上，用后背牢牢地挡住了垮塌的水泥板，怀里还紧紧抱着一个孩子，小孩获救了，那位伟大的老师却永远地离

开了我们;汶川映秀小学,原来6层高的教学楼,地震后被夷为平地,在废墟中,搜救的人看到有两位老师,在他们的身下,分别卧着两名学生,学生都安然无恙,而两位老师却已经失去了生命……在灾难面前他们首先想到的是学生,首先保护营救的也是学生。在生死关头勇敢地抛开一切,把生的希望留给学生,把死的危险留给自己,用浓浓的爱在师生间传递生命。他们永远是我们教师学习的楷模,让我深深地体会到“责任”二字的重大,这说明了教师必须具有强烈的责任意识,无私的奉献精神,才能使家长放心地把孩子交给我们。

教师本就是一个崇高的职业,因为做了教师,你就必须要崇高,要对得起教师这个称号,要托得起这一轮照亮世界的太阳。教师又是平凡的,可是他们做出的事情却是不平凡的,在地震中保护孩子,是教师的天职,在危急关头,他们没有时间思考自己的个人安危,用自己的身躯保护孩子,是一种神圣的使命,是不需要加以思考的下意识动作。看着课堂上那些可爱的孩子们,我知道了自己肩付的责任有多重大,每一个孩子都代表一个幸福的家庭,他们的成长也将影响祖国今后的发展。作为一名普通老师,我要把英雄教师的崇高精神融在心里,体现在日常的工作中,用实际行动来学习他们。以爱岗敬业、教书育人等师德的具体要求来严格要求自己,树立先进的教育理念、严谨的治学态度,以良好的自身修养教育、感染、培养学生,更要用心感受,在学业上不断进步,修养上不断完善,全面提高自身的综合素质。真诚地关爱学生,真心实意地为学生及家长服务,平等对待学生、尊重学生。成为最受学生尊敬和最值得学生信赖的人,让学生快快乐乐地在学校度过每一天。

共2页,当前第2页12

抗震心得体会篇五

(1)要尽量用湿毛巾、衣物或其他布料捂住口、鼻和头部,防

止灰尘呛闷发生窒息，也可以避免建筑物进一步倒塌造成的伤害。

(2) 尽量活动手、脚，清除脸上的灰土和压在身上的物件。

(3) 用周围可以挪动的物品支撑身体上方的重物，避免进一步塌落；扩大活动空间，保持足够的空气。

(4) 几个人同时被压埋时，要互相鼓励，共同计划，团结配合，必要时采取脱险行动。

(5) 寻找和开避通道，设法逃离险境，朝着有光亮更安全宽敞的地方移动。

(6) 一时无法脱险，要尽量节省气力。如能找到代用品和水，要计划着节约使用，尽量延长生存时间，等待获救。

(7) 保存体力，不要盲目大声呼救。在周围十分安静，或听到上面(外面)有人活动时，用砖、铁管等物敲打墙壁，向外界传递消息。当确定不远处有人时，再呼救。

(8) 不要随便动用室内设施，包括电源、水源等，也不要使用明火。

2. 同学们来发言。

(9) 正在上课时，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼躲在各自的课桌下，用书包等保护头部。在操场或室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。不要回到教室去。

(10) 地震一旦发生，首先要保持清醒、冷静的头脑及时判别震动状况，千万不可在慌乱中跳楼。

(11) 正好在家里时可躲藏在坚实的家具下，或墙角处，也可

转移到开间小的厨房、厕所去暂避一时。这些地方结合力强，尤其是管道经过的地方，具有较好的支撑力，抗震系数大。

抗震心得体会篇六

8级特大地震突然发生在四川省汶川县。一栋栋楼房瞬间沦为瓦砾，一双双眼睛茫然而无助。还有火灾我们经常听到许多例，有的虽然没有人身损伤，但是好多的都有受伤和死亡等情况，不管怎么样在这方面提高警惕，掌握防范知识是极重要。消防知识我们一定要牢记，平时预防为主，因为生命只有一次，幸福快乐掌握在你自己的手里，希望同学们通过这次主题班会，学会珍惜生命，保护自己的人身安全。

在会中宣读完材料后结合材料内容进行了讲心得，讨论的内容为：

1、 着火了，怎么办？

发生火情，同学们一定要保持镇静。火灾初起阶段，一般是很小的一个小点，燃烧面积不大，产生的热量不多。这时只要随手用沙土、干土、浸湿的毛巾、棉被、麻袋等去覆盖，就能使初起的火熄灭。如果火势十分猛烈，正在或可能蔓延，切勿试图扑救，应该立刻逃离火场，打119火警电话，通知消防队救火。

2、 怎样报火警？

牢记火警电话119。没有电话或没有消防队的地方，如农村和边远山区，可以打锣敲钟、吹哨、喊话向四周报警，动员乡邻一齐来灭火。

注意：不能随意乱打火警电话。假报火警是扰乱公共秩序、妨碍公共安全的违法行为。如发现有人假报火警，要加以制止。

3、使用火炉要注意什么？

4、点蚊香时需要注意什么？

最后，总结会议——我们的生活与火文明息息相关。认识火、尊重火、运用火，是人类最重要的文明意识之一。人们就应该更加明白：火的属性是双重的，火既可以是吉祥之鸟，又可以是凶残之虎。从某种意义上说，现代火灾大都不属于天灾而属于人祸，这就需要我们对火有更高明、更理性的认识，也需要我们掌握一些消防安全常识。消防安全，人人有责。在全社会积极倡导文明礼仪，努力创建学习型社区的过程中，希望我们能从自身做起，高度重视春季防火工作，切实把防火工作当作一项关系到国计民生的大事，加强学习相关教育，掌握多项管理制度，做好防火，确保防火安全，为群众的生产生活学习工作创造良好的环境。

抗震心得体会篇七

为提高教师的思想素质，增强教师的责任意识和敬业精神，今天本站小编为大家整理几篇关于学习抗震救灾英雄优秀教师心得体会，欢迎大家阅读！

一、树立服务意识，加强工作责任心。

教师是社会上众多行业中的一个光荣职业，而高度负责的责任心是教师从事教育教学工作的前提。作为一名普通的人民教师，我牢记中国共产党全心全意为人民服务的宗旨，在今后的教育教学工作中，更加坚定发扬克服困难、不怕吃苦的工作精神，形成脚踏实地的工作作风。树立一切为学生服务的思想，提高业务，钻研能力，完成时代赋予教师光荣而神圣的任务，以对学生负责，对家长负责，对工作负责，对社会负责的心态，积极主动做好我的教育教学工作。

二、坚持育人为本，实现以德立教。

以师德提升为目标，提高师德修养。以人为本，爱岗敬业，为人师表，以德立教。努力提高自身思想政治水平，以高尚的情操忠于职守、无私奉献，真正无愧于人民教师的光荣称号。

三、关注学生发展，撒播爱心教育。

师爱是核心。为人师者，要有热爱学生，诲人不倦的崇高品质。每个学生都具有可塑性，我们在平时的工作中，不能仅限于传授学生文化知识，还应注重学生的人格培养、关心学生的身心健康情况。学生是祖国的未来。作为教师，我会全身心的投入到教育教学工作中，关注学生的行为表现，关注学生的身心健康，促进学生全面、健康、活泼的发展。用我全部的爱精心呵护他们。

四、搞好团结互助，形成共同施教。

在工作中，我会和同事搞好团结。经常跟英语组的老师沟通交流，加强集体教研，互帮互助，继续做好教育教学工作；和其他学科的老师和平相处，也希望自己能够从其他老师那里学到一些有益的经验，形成共同施教的良好局面。

教育是一项伟大的事业。教师这个职业被赞誉为“太阳底下最光辉的职业”，我想在抗震救灾中涌现出的大批先进教师可以称得上是无悔的英雄，他们是太阳底下最可爱的人，是值得中国人尊重和学习的好榜样。作为一名新时代的教师，我深深懂得自己肩付的责任有多重大。我愿意和众多的老师一起去奋斗、拼搏，用热汗和心血，去培植希望的奇葩，用豪情与信念，去点燃理想的火炬；用灵巧的双手和坚强的毅力去托起教育的希望！

观看抗震救灾英雄事迹报告会，真可谓是感人肺腑，报告会

上的英模事迹让我们的心再度掀起，那气壮山河的生死营救、感天动地的举国驰援、至爱无边的真情接力，在红军师师长、灾区教师、唐山农民志愿者、巡特警支队长、基层团干部的讲述中鲜活起来。所有经历的痛心、爱心、信心在我们的内心汇集成强大的情感力量，凝聚成参与灾后重建家园的强大动力。

听了报告会有三点感想：

一是感动，感动全国各族人民所体现出的民族凝聚力。在惊心动魄的抗震救灾过程中，我们不仅看到，中华民族数千年丰厚历史所形成的民族精神薪火相传，而且看到，以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神交相辉映，铸就了“万众一心，众志成城，迎难而上，百折不挠”的抗震精神，生成了一种无坚不摧、勇往直前的巨大力量。

教师，这个平凡的名称，在四川这个普通之地却显得那么伟大。古人有言：师者，所以传道授业解惑也。可是新时代的教师们却用自己的实际行动诠释了教师这个金光闪闪的职业光辉。

在大灾面前，逃生是一个人的本能。人具有一丝不苟的求生欲望。而在生与死的边缘，人的生存永远偏向生的出口。要战胜这种本能，何等容易。它需要人超意志的意识，正因为平时默默无闻，无怨无悔地付出，在那漫天卷地的大灾面前，谭千秋用自己的钢铁般的身躯挡住了那一块坚硬的砖头 and 水泥板。

优秀教师的感人事迹，使我受到了一次生动而深刻的思想教育和精神洗礼，我深深地被他们崇高的人生追求、高尚的师德情操、强烈的责任意识 and 无私的奉献精神吸引着、震撼着，他们不愧是育人的模范、学习的榜样。在他们身上，谱写了一曲曲爱岗敬业的时代最强音。

作为新时期的一名普通老师，我目睹了这些优秀人民的光荣举动，我感愧于自己平时对工作的抱怨，对孩子犯错误时，自己恨铁不成钢的缺少耐心的指责。

在他们身上，我看到了差距，看到了不足。作为一名教育工作者，要用实际行动来学习他们。在工作中，努力让每一位学生拥有一个快乐、自立、能够张扬自己个性，那就需要我们用爱心教化人格，细节养成习惯，从而使我们的同学们懂得爱自己，自立自强，爱他人，爱生活，爱集体，勇担责任。他的精神意义在于为我们展示了一位教育工作者的精神光辉，它让我们看到了教书育人的崇高与神圣，让我们在经济高速发展的浪潮中找到了精神家园的方向，让我们对我国的教育事业充满了信心和希望，相信以后在社会主义建设的新时期会涌现出更多的像苟老师一样“平凡”的人，带给我们更多的感动和更坚定的信念。

作为教师中的一员，我一定要以爱岗敬业、教书育人等师德的具体要求来严格要求自己，树立先进的教育理念、严谨的治学态度，以良好的自身修养教育、感染、培养学生，更要用心感受、在学业上不断进步，修养上不断完善成为最受学生尊敬和最值得学生信赖的人；全面提高自身的综合素质，积极改革创新教育教学方式，做让学生满意、家长满意、社会满意的优秀教师。

5月12日14时28分这个时间将定格在中国历史的史册里，而四川人民这种不屈不挠的精神将永远定格在我的心里，我愿意为它跳动的音符贡献自己。他们的精神将激励我们每一位生者。

共2页，当前第1页12

抗震心得体会篇八

运动场上有你们的步伐，

那是辛苦汗水的抒发，

你就像天边的云端，

有彩霞的绚丽色彩。

奔驰的骏马，

飞奔的步伐让你的胜利在前方等待。

为你们祝福，

为你们喝彩！

美丽的花环是用荆棘编成的。不畏艰难，坚持不懈，斗志激昂、群策群力，“友谊第一，比赛第二”积极拼搏，赛出成绩，赛出风格，蓬勃向上的精神面貌迎接崭新的未来吧！挑战运动极限，演绎健美人学！互相学习，取长补短，再接再厉，勇攀高峰！

不祈求太阳的光芒，

也不肯用作月亮的伴娘。

脚下的路要自己闯，

不怕在黑暗中迷失方向；

即使生命那么短暂，

也无悔无憾，

夜空上那道亮线，便是向命运最有力的挑战

当发令枪响起的那一瞬间；

当铅球在手中即将掷出的那一瞬间；

当跨杆从你的腿下静止的那一瞬间；

当沙坑就要等你去征服的那一瞬间；时间停止，

空气凝固，

每一个人的嘴里、心里，

都在竭力呐喊。

这呐喊，

成为这瞬间，

最激动人心的呼声，

最振奋人心的感动。

我们不喜欢无云的天空，

我们不喜欢无泪的人生，

因为，

云朵也是一道风景，

眼泪也是一种晶莹，

不要总是遗憾，

生命的美丽，

常常在于过程，

不要总是哀叹，

一点点挫折，

只会让人，

越战越勇。

成功谁属

天如幕，日如初，运动场内生龙活虎！

没有常胜将，万古侯更无，江山代有才人出！

赛场如战场，彩旗列列迎红日，呐喊声声震雷霆！

英雄勇将，呼之欲出；各领风骚，一帜独树！

群雄乍起，英雄谁属？

洒过泪，流过汗，坚韧铸造王者风度！

敢拼搏，不服输，霸气早成，成功我属！

抗震心得体会篇九

一、别盲目自信。在地震、海啸等自然灾害面前，人真得很渺小很渺小，我们要时时刻刻怀着一颗崇畏的心，亲近自然、了解自然、尊重自然，合理的利用自然，而不是盲目的蹂躏自然。

二、别太吝啬。钱财俱是身外之物，往往有些时候，钱仅仅是些派不上用场废纸，多捐些给那些更需要他的人们，你会更安心、更舒心、更放心。

三、别太冷漠。伸出你的友爱之手，哪怕是一点帮助、一丝温暖，都会挽救一个生命、一个心灵。也许有一天，需要帮助的是我们。

四、别吝惜爱。拥有爱、懂得爱，务必珍惜已有的爱，该说抓紧说，该做抓紧做，一旦失去爱，我们将追悔莫及。大爱无疆，付出你的爱，你会得到更多爱的回报。

五、别怨天尤人。天灾无情，我们现有的条件还不足以应对，但我们可以靠我们的智慧、我们的团结去迎接挑战，勇敢面对。比起命断灾难的人们，我们活着，就是一种幸福。

六、珍爱生命。人最宝贵的是生命，你的生命、我的生命，都是我们赖以存在的基础，没有了生命，一切都是零。钱没了、物没了，家没了，只要我们生命在，我们有一双手，这一切，我们还会重新拥有。

七、学会坚强。失去了亲人，我们从废墟里爬了出来，面对着满眼的疮痍，我们包扎好伤口，扶起身边的同胞，又冲了上去，我们心不甘啊，灾难能夺去亲人的生命，但夺不去我一颗勇敢、坚强的心！因为坚强，我们赢得了世界的心！

八、不放弃、不抛弃。有了这种信念，许三多可以成为“兵王”；有了这种信念，我们可以创造出170小时、196小时、224小时，甚至更多小时生命的奇迹。

九、相信同胞、相信中国人。十三亿同胞、十三亿颗滚烫的中国心。再大的困难，除以十三亿，都会变的微不足道，再小的爱心，乘以十三亿，都会汇成爱的海洋。要相信，我们都是炎黄子孙，我们都是黑头发、黄皮肤的中国人！

好好工作，好好活着，明天一定更美好！