

发改委培训心得体会(优质8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。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

发改委培训心得体会篇一

发改委是我国国家级的综合性经济管理机构，负责制定宏观经济政策和规划，推动经济结构调整和转型升级。作为一名在发改委工作的人员，我有幸参加了一次发改委举办的培训课程，从中受益匪浅。接下来，我将从培训内容、专家讲座、交流互动、学习氛围和团队合作五个方面详细介绍我在发改委培训中的心得体会。

首先，培训内容方面，发改委为我们安排了一系列专业性强、实用性高的课程。这些课程涉及到经济学、管理学、法学、项目管理等多个领域，帮助我们提升了专业素养和综合能力。其中，我特别受益于经济学和管理学方面的课程，这些课程为我拓宽了眼界，增强了对宏观经济的理解和把握能力。通过培训，我对我自己的工作有了更清晰的认识，明确了未来的发展方向。

其次，专家讲座也是我在培训中收获颇丰的一部分。发改委请来了多位国内著名的经济学家、管理学者和政策制定者，他们向我们分享了他们的研究成果和经验，对我产生了深远的影响。他们的讲座内容丰富多彩，既有对当前经济形势的分析，也有对未来发展趋势的研判。他们的观点和见解让我受益匪浅，启发了我对问题的思考方式和解决策略。

再次，培训期间的交流互动使我受益匪浅。在培训课堂上，

我们可以与其他参加培训的同事一起讨论问题、交流经验，这种互动形式非常有助于我们拓宽思路、深化理解。此外，我们还有机会与专家进行一对一的交流，向他们请教问题，得到了很多宝贵的建议和指导。通过与他们的互动，我不仅提升了自己的专业能力，也建立了良好的人际关系，为将来的工作打下了坚实的基础。

同时，学习氛围也是我在培训中感受到的一个重要特点。培训班上的学员大多来自不同的单位和部门，他们背景的多样性使得课堂讨论更加丰富多元。在这样的氛围中，我学习到了许多不同视角的思考方式，从而拓宽了自己的思维边界。另外，培训期间的学习氛围也非常浓厚，大家上课认真听讲、积极参与讨论，相互之间形成了良好的学习激励和竞争氛围。

最后，发改委培训中的团队合作也深深地影响了我。在培训期间，我们分组完成了一系列实践项目，这要求我们的团队成员密切配合，共同解决问题。通过团队合作，我深刻体会到了“眼光决策，力量汇聚”的重要性。每个人都有自己的特长和弱点，只有团结一致，发挥集体智慧，才能更好地完成工作任务。这次培训让我更加珍惜团队合作的力量，也对自己在团队中的角色和责任有了更清晰的认识。

总结起来，发改委培训是我职业生涯中的一次宝贵经历。通过这次培训，我不仅掌握了专业知识和技能，也收获了深刻的心得体会。我相信，这次培训对我的职业发展和个人成长将产生长远而重要的影响。展望未来，我希望能够将培训中学到的理论知识和实践经验运用到我的工作中，为国家经济发展做出更大的贡献。

发改委培训心得体会篇二

我参加了小学体育学习培训。在培训学习期间，我集中并认真系统地学习了国家体育与健康新课程标准。随着改革开放的发展，人们的教育观念也发生了变化，体育与健康课程正

从育体向育体与育人有机结合的方向转变，新课程标准颁布以来，作为一名新时期的小学体育教师，我们一直在积极摸索、思考，自己应定位在一个什么样的角色，怎样让学生学得更加快乐，一直是体育教学工作中的一个聚焦话题，通过对《体育新课标》的认真学习和积极实施，颇有些感悟与收获。

通过这次培训我们对体育又有了新的熟悉，对体育教学又有了新的思考。体育不是简单的技能教学，更不是健康知识的说教。而应该是在身体练习的基础上轻松地学、快乐地练、主动地思考。我们只有多反思、多总结，不断探索新的科学的教学方法和手段，通过学习不断进步自身的素质以适应社会对体育教师的要求。

通过学习重新认识了“健康第一”的指导思想的深刻内涵，通过老师的举例，对新课程理念下的课堂教学的方法与组织，有了重新的认识和理解。在看、听、讨论中，使过去的体育课非常的单一，课堂上教师就是全权代表，教什么，学什么，学生没有主动权，学生与教师之间是很被动的。我们和老师一起学习和研讨，我们深刻认识到，只有我们体育教师的观念转变，把适应新的课程方法和理念应用到我们的教学中，才能使我们的学生在体育课堂中快乐学习，健康成长。达到我们的追求的“让学生在乐中求学，在学中取乐”。

在学习中我学到了很多新理念、新观念、新思路，特别是“以学生发展为中心”、传统的体育与新体育与健康课程标准的对比，从课程的内容、目标、设计到体育课实际中实施都是在围绕着“以学生发展为中心”的。体育与健康课程是以增进学生健康为主要目的，以身体练习为主要手段的课程。新课程标准贯彻了“健康第一”的指导思想，重视学生的主体地位，关注学生的个体差异与个性培养，把学生的健康意识、交往合作意识作为重点。

对于同一教学目标、教材内容，采用新颖独特的教法，形式多样的教学手段，使一些单调枯燥的教材内容，通过生动活

泼的教学形式，使整个教学过程充满快乐、愉快、和谐的情感与气氛，充分照顾到学生的兴趣爱好和满足学生的需要，既让学生喜欢学、乐于学，又让他们知道学习的目的和意义，自觉主动地发展体育能力和个性，增强体力和智力，培养良好的思想道德品质，确保人人皆有所获，充分享受体育的乐趣。

学习的时间是短暂的，虽然身体很累，但留给我的收获却是无穷的，头脑是充实的。通过学习，我收获了很多平时很难了解到的经验和教学方法，通过学习让我更深的认识了体育与健康课程标准与体育课的乐趣，也对教好新教材充满信心。我会在今后的工作中，不断学习，为做一名优秀的体育老师而努力。

总之在体育教学中我们应切实从学生的实际出发，为了学生的身心健康发展，设计适合学生身心发展的运动内容，采取有助于学生健康发展的教学方法，提高学生心理健康水平和社会适应能力，培养学生健康的意识。让学生学会学习，掌握学习运动精神的本领，养成不断求知的习惯，形成终身学习必备的素质。

县中小学体育学科素养提升培训班于20xx年11月18日——20日在县学校如期举行，非常荣幸自己是本期培训班的学员之一。

本次的培训活动，内容丰富，有专家引领的讲座，有新教师的教学汇报课，还有优秀教师的展示课，有榜样的成长经历讲述，有小组成员之间的讨论，还有名师的课堂点评、诊断，真可谓是精彩纷呈。

1、周晓明老师“实践、梳理、甄别”——准确把握《体育与健康》课教学的基本要意和常理的专业知识讲座给了我诸多的感悟，为我对课堂教学的诸多理解打开了一扇新的大门。

周老师从课程名称的改变、原课程目标、新课程目标等多方面进行了分析，进行比较，从中发现课程的变化，差异，这些都是作为体育老师的我们所需要的了解的。

其次周老师着重从体育课的基本特征，体育教学目标如何制定，体育教学内容如何选编，怎样教授动作技术与技能，体育课如何把握教学重点和难点，体育教师专业能力提高的着力点，逐一进行梳理，通过周老师的梳理，我明白了好的体育课有哪些要求，不好的体育课又是怎么样的，当前的体育课又应该注意哪些问题等。

如：好的初中体育课的基本特征有学习动作技术的环节清晰，效果明显（以常见运动项目的动作为主体），学练中结合体能科学练习（身体素质均衡发展），结合动作技术学习渗透有知识和原理的传授（突出概念、并与青春期教育结合），积极创设和谐、欢乐的上课气氛（紧张和活泼），在学练中有体育行为规范的渗透、提醒和教育，偶尔可以有“主题”，不宜再有“情景”和“故事”等等这些都是好的体育课的表现。

又比如：不好的体育课的基本特征又表现为动作技术学习不正确、不明显或太短暂，单元计划和课的位置不清晰（新课和复习课），小学痕迹很浓的课（语言、情景），没有结合动作技术学习的体能练习，没有基本的运动量，没有知识和原理的传授和安全教育，没有品德、行为教育等等。

这些好课与不好的课的基本特征，基本比较都是平时我们需要提高进步的，也正是因为有了周老师的点拨，我才能更加清楚的理解，更加直观的接受这样的知识。对自己的提高有着很大的帮助。

最后，周老师向我们强调，作为体育老师，我们上课要有底气，只有有了底气、上的课才会更有灵气，也才能上出更大气的课。底气从何而来呢？从学习中来，从实践中来，从反

思中来，这就提醒我们，要不断的去学习，去接受新知识，同时不断的去反思自己的教学，才能促进自己提高，增强自己上课的底气。希望我们都能成为一个有思想、有个性的体育教师，在专业化成长的道路上勇往直前，并能飞的更高，走的更远。

- (1) 科学地组织教学内容；
- (2) 教师的语言要清晰、简练、准确、生动，并富有感染力；
- (3) 要多用设问和解疑；
- (4) 结合挂图等进行讲授和讨论。

通过包老师的讲座，让我有一种拨开云雾见月明的感觉，平时对诸多教学方法运用中存在的困惑，瞬间解决，让自己豁然开朗。正所谓，读万卷书，不如行万里路，行万里路，不如专家引路！

本次的培训，课堂教学展示也是一项重要的内容。本次的教学展示有新教师的汇报课，也有骨干教师的展示课，可以说是你方唱罢，我登台，每一节课都给我不一样的感受，都对自己有着不一样的冲击，也正是通过听这些老师的课堂教学，去与自己的课堂教学去做对比，及时吸取各位老师的精华，同时发现自己的不足，并希望通过以后的教学工作之中不断的去改进自己，最终能让自己真正成为一名合格的体育教师。同时，作为小学体育教师的我，在本次活动中，听到的几节初中的体育课，对我的感触特深，通过对比，我发现了小学和初中的体育课堂教学中所存在的不同，引起自己的思考，初中体育课教学的一些形式，一些方法在我们小学的课堂中也适用不等，这就有待于在以后的教学中去试验得结论了。

包达品：我们一线一名普普通通的体育老师，在体育教学的路上已经走过了三十二年的风雨历程，他头上顶着诸多的光

环，这即让我羡慕，又让我感受到了一种压力，也是一种动力，我不经的问自己，通过我自己的努力，若干年后我能达到包老师的高度吗，甚至去超越包老师呢？可以说包老师，成为了我的一个标杆，以他为榜样，向他学习，他身上所散发出来的那种高尚品质，激励着自己前行，在体育教学的这条路上前行，在教书育人的道路上前行，在做人做事的道路上前行。

每一次的学习都是对自己思想的一次洗礼，一次冲撞，也是对自己的一次提高，我相信只要我在体育教学的这条路上继续前行，不断学习，不断积累，不断反思，不断总结，那么最终一定会走出一条属于自己的教育教学之路，在这条路上散发着属于我的光芒！

发改委培训心得体会篇三

第一段：培训目的和介绍（200字）

作为中国的国家发展和改革委员会成员之一，我有幸参加了一次发改委外出培训。这次培训的主要目的是为了提升我们的专业能力和管理水平，以更好地推动区域发展和经济增长。培训期间，我们参观了多个成功案例，并与各级政府官员和企业家进行了交流。通过这次培训，我对如何推动发展、解决问题和创新管理的思路有了更深入的认识。

第二段：成功案例的启示（300字）

我们参观了许多成功案例，其中最深刻的是某个发达地区的发展经验。他们通过积极引进外资、发展高新技术产业和开拓服务业，取得了经济快速增长和民生改善的双赢局面。他们的成功离不开科学规划、创新思维和务实行动。作为发改委的一员，我明白了只有不断改革创新，才能适应时代的发展和人民的需求。这激发了我更深入地学习和研究，以提供更好的发展政策和方案。

第三段：与政府官员的交流体会（300字）

在与政府官员的交流中，我深感他们的责任感和奉献精神。他们秉持着为民服务的宗旨，不断探索创新，解决实际问题。他们对政策制定和执行充满热情，对于每个细节都严格要求。与他们交流后，我认识到作为发改委的一员，责任更加重大。我要时刻关注民生需求，积极与政府官员沟通合作，优化政策，并做出更有价值的贡献。

第四段：与企业家的交流体会（300字）

在与企业家的交流中，我深感他们的勇气和创新精神。他们敢于尝试新的商业模式和管理方式，积极探索市场需求和企业发展的新路径。他们本着诚信经营的原则，不断提高产品和服务质量，赢得了消费者的信任和支持。这给了我很大的启示，作为发改委的一员，要充分发挥企业家精神，为经济发展提供更好的服务和条件。

第五段：培训的收获和未来规划（300字）

通过这次培训，我不仅学到了很多理论知识和实践经验，还切身感受到了责任和使命。我决心把这次培训带回来的一切理念和思想融入到自己的工作中，努力推动经济的发展和改革的深化。我将进一步学习专业知识，加强自身能力，积极参与政府工作，为国家发展和改革做出更大的贡献。

总结：

通过发改委外出培训，我对如何推动发展、解决问题和创新管理有了更深入的认识。成功案例和与政府官员、企业家的交流让我明白了责任与使命。我将把所学理念与思想融入到自己的工作中，努力推动经济的发展和改革的深化。

发改委培训心得体会篇四

昨日，我们参加了由省公司组织的vip客户经理技能提升的培训，此次培训由来自深圳的罗老师主讲。复旦mba毕业的罗老师，有着丰富的通讯技术授课经验，分别给各个地区的移动、联通和银行金融类多家单位讲解培训。

课程内容从20xx年底我们开始做移动电话展开，当时花了1100亿从联通公司手中购入cdma以及4000万用户。但其中真正有效的用户只有2600多万。到20xx年8月底，天翼用户达到7993万，距20xx年底1亿目标还有一定差距。这首先给vip客户经理很好的警示，在接下来的四季度我们有艰巨的任务和目标需要完成。

在日常与客户交流，提升客户对我们的信任时，需要注意的细节以及技巧。首先，让我们了解运营商vip客户经理的三阶段及发展过程，包括四大转变；其次，是分析vip客户经理在日常工作中存在的误区，以及根据这些误区提出的服营一体话的“三明治法则”，即服务—营销—服务；再次，根据客户的心理，引出客户满意服务理念，全面分析了正确理解“客户永远是对的”这句话；另外，提出销售的“黄金三律”，对如何进行有效提问作出了具体的分析，并对客户异议分类提出了四个注意点；最后，提出了常见交易五种促成法，即问题排除法、选择法、例证法、假设成交法及最后机会成本法，并举例说明。

罗老师的授课方式，让我觉得一天的培训既充实又愉快。根据罗老师的讲授，我觉得以下几点需要在以后的工作中注意，以提高工作效率，促进与客户更好的沟通。第一，将回访时间精确化，这样减少了客户繁忙中的打扰，减少客户的抱怨情绪；第二，在电话营销时写脚本，有利于事半功倍；第三，适当的让客户帮些力所能及的小忙，满足用户的社会需求，并记住用户的服务轨迹，有利于拉近与客户的距离，让客户

产生好感；第三，在上门服务时携带“重要客户意见收集表”，不但有利于改善我们的工作，而且能在用户激动、愤怒时缓和用户的情绪。

以上就是我的培训心得。希望以后还有这样的培训机会，让我提高业务水平和能力，在工作中有更好的发挥和表现。

发改委培训心得体会篇五

发展和改革委员会培训是提高干部素质和水平的重要途径。作为一名受邀参加发改委培训的人员，我深感荣幸。在培训的过程中，我学到了许多有关经济发展、政策制定和决策层面的知识和技能。本文将分享我在发改委培训中的心得体会，从培训的收获、学员之间的交流、实践中的启示以及对未来工作的思考等方面进行阐述。

第二段：培训的收获

发改委培训中，我学到了许多有关经济发展的理论和实践经验。通过专业讲师的讲解和案例分析，我深入了解了经济发展的规律和方法，掌握了制定经济政策和推动项目实施的技巧。另外，培训中的实践项目也为我提供了一个锻炼自己能力的机会，通过与团队合作，我学会了如何有效地协调不同部门和利益方的关系，提高项目的成功率。

第三段：学员之间的交流

在发改委培训中，我有幸结识了来自全国各地的优秀同行。通过与他们的交流，我获得了许多宝贵的经验和观点。每个人都有自己独特的工作经历和领悟，促使我从不同的角度看待问题，并从中受益匪浅。与学员的交流不仅加强了我的专业知识，还增强了我的自信心和鼓舞了我的士气。

第四段：实践中的启示

通过参与一些实践项目，我体验到了在现实情况下制定政策和推动实施的挑战。实践中的困难和问题使我认识到理论知识与实际工作之间的差距，并督促我不断学习和完善自己的能力。同时，实践还让我明白了团队协作的重要性，每个人都有自己的价值和职责，只有紧密合作，才能取得良好的工作成果。

第五段：对未来工作的思考

参加发改委培训给我树立了新的工作目标，使我对未来职业发展有了更清晰的认识。我将把所学到的理论和技能应用到实际工作中，努力为经济发展做出贡献。此外，我也认识到终身学习的重要性，只有不断学习和更新知识，才能适应社会的变化和需求。我将继续保持学习的状态，不断提升自己的专业素养和能力。

总结：通过参加发改委培训，我获得了丰富的理论和实践知识。与学员的交流和实践项目的经历让我受益匪浅。培训不仅提高了我的专业素养和能力，还为我树立了新的工作目标。我将继续学习和提升自己，为促进经济发展和社会进步做出更大的贡献。

发改委培训心得体会篇六

今年跟以往一样，我们还是在学生开学前一周里参加了学校组织的老师集体培训。今年的培训时间不长，只有两天半的时间，但是却很实用，学习完以后，无论在对自己内心的洗涤还是对自己的一线工作都有很大的帮助，让自己能够在新的学期里对自己的生活或者工作有了更加明确的目标与指引。

8月21日我们开始的培训。在培训之前，我就告诉自己，无论我们培训的什么内容，自己是否感兴趣，都要努力认真的去听，因为想到给我们培训的老师肯定在培训之前做了很多的准备，肯定都为这次的培训付出了很多精力与努力，无论老

师们讲的好不好，作为一名学生，我们都应做到洗耳恭听，只有这样我觉得才不会辜负学校领导的良苦用心，才是对做课老师的一种尊敬、恭敬。所以我就抱着这样的心态参加了本次的培训。后来我发现，因为我认真去听了，所以老师讲的内容我居然也都听懂了。而且培训完之后，我发现，其实益的就是自己。接下来就和大家一起分享一下我的收获。

21号上午陈老师给我们讲的“再读《论语》”，感受孔门气象，体验说乐人生。其实《论语》这本书的名字对我们来说已经很熟悉了，但是它要告诉我们的是什么呢，它真正的意义何在，它讲的到底是什么我却不知道。老师先给我们解读论语，从孔子一生遇到的四大劫难开始讲。当我知道孔老夫子55岁才开始周游列国去讲道，传道，历经14年才重返故乡，而且在此过程中他老人家和他的弟子们历经磨难，有好几次命在旦夕时依然能够坚持苦中作乐，对自己要做的事情不动摇。当孔子听到别人说自己长的像贤人，却狼狈像丧家之犬时，孔子却很平静的说自己哪有像贤人呀，不过确实像丧家之犬等等。我觉得孔子的这些胸怀气度非一般人能做到的，真是了不起的圣人。当时我就对照自己，想到自己总是喜欢听好话，当别人否定自己的时候，就会很纠结。想想自己的这些思想真的是太狭隘了，亏自己还一直在学传统文化，学了这么多年也没能改变自己身上的不良习气。

后来老师又给我们讲了孔子的几个有名的学生，让我更加了解到了子路的率真、狭义、敬爱老师以及他的鲁莽之气。颜回的道深德高、不迁怒、不贰过、可谓的孔子心目中贤人。子贡的聪明、机智、能够跨越政商两界而不受名利局限，而且能为老师守丧6年，对老师情深意切。曾子做事光明正大、严肃、认真、一丝不苟。当老师讲到孔子面对挟持、强迫的情景之下所签的合约坦然违约时，让我们更加了解到了一个真真实实、自自然然的一个可亲可敬的孔子绝对不是礼教、宗教的束缚。所以通过上半场的学习，我想，以后自己要试着去向颜回那样，能够做到不攀比、能够做到精神上、内心上的充实与满足，因为其实幸福很简单，知足常乐。也要试

着做到犯过的错误不要再犯，严格要求自己。少抱怨，多学习，多反省，做到“见人善，即思齐”。

下半场陈老师给我们分享了“体验说乐人生”。让我们了解到，我们学习传统文化，一定要让国学经典回归到现今社会的生命个体。虽然这句话我听得似懂非懂，但是我知道，只要我们学习了就要用，知道了就要做。就像拜师礼上说的那些话一样，虽然对我们这些平凡之人来说，目标确实太大，我们也做不到，但是至少我们可以修己安人，做个踏实之人，做个好人，不做损人利己的事，这就是修己安人。在听了老师的讲解之后，我内心也少了许多的纠结。以后自己在面对的一些困惑要心平气和的接受一切，只要自己尽力了就好。对于周围的人和事知道就好。所以培训至今，我一直在心中默念老师的话语，凡事不要太纠结，知道就好。对于一些事情自己要尽力、踏实去做，肯定或否定的话语，自己也会欣然接受。说的再好，对孩子、家长不好，本分工作没有做好，一切都是零。所以接下来我要求自己像颜回那样，学习“不迁怒、不贰过”。在接下来的工作当中努力、认真、踏实去做一名合格的好老师。后来老师又讲了“感而遂通”，告诫我们未来的精神疾病，与自然隔开、进入虚拟社会的危害。这一点我也深有体会，因为自己的爱好就是看电视。自己曾经因为过度看电视而伤了眼睛，导致今天的严重近视。曾经因为上网而导致深夜未睡，从而影响到次日的生活安排。最重要的时，因为痴迷网络深夜未睡，而伤了身体，这和我们传统文化当中讲到的二十四节气对身体的影响是息息相关的。尤其是学习了华德福的教育，成人对幼儿的典范榜样作用，让我意识到自己不能再看电视、不能再上网，自己作为父母也好，作为老师也好，一定要为我们的孩子树立好榜样，因为孩子时时刻刻都在模仿我们成人的行为，绝对不能让孩子染上这种恶习，从小就活在网络的虚拟世界。就像老师所言，我们需要的是有温暖、有情感的教育。

在听完陈老师的讲课之后，我觉得，虽然我们做不到贤人，但是我们知道什么是贤人，我们有看齐的目标，至少我们会

努力做个好人。当我们面对问题的时候，要学着欣然接受好的、不好的，只要我们尽力去做就好。

影片当中，毛主席不但有智慧，关键在于有胆识。凡事光靠嘴上讲道理是远远不够的，只有去做，才是真道理。这让我想到弟子规里的一句话“不力行，但学文，长浮华，成何人”。说的再多，不如真正去做，只有做出来的才是硬道理。所以我就在想，平时给家长开会、说教，给家长分享的东西都是那么的好，家长带着一种期盼把孩子送到这里，是因为他们以为，我们做的真的和我们说的那样一样的好，可是当我们没有做到的时候，光靠嘴巴给家长讲的时候，真的是底气不足，心虚。但是，如果我们做到了，然后我们再给家长讲的时候，那种底气、那种气场是不一样的，只有做到了你说的话才会有说服力，这样才会“理服人，方无言”。所以在接下来的工作当中，我要和我们班的两位老师齐心协力把孩子照顾好，把家长工作做好，认真努力做好每一件事。除此以外，我们要学习影片当中的杨老师，对学生因材施教。其实这一点大家都知道，但是真正实施起来却不那么简单。因为对于一些很个性的孩子，他总是挑战老师的底线，但是做个好老师是我的目标，所以在接下来的工作当中，自己要在实践中慢慢去体会这句话，慢慢的去寻求方法，让每个孩子在我们爱的呵护下健康成长。

8月22日上午，杜老师和我们分享了中文经典在幼儿园的实践分享。分享当中老师说“生活教育就是力行生活，经典诵读就是学问”，我们要以礼对待我们身边的每一个人。接下来老师又和我们分享了经典带给我们孩子的益处。例如：记忆能力的提升、语言表达能力的提升、识字能力和阅读能力等等，然后又和我们分享了各个年龄段孩子每学期的诵读内容计划，还有就是如何开展有效的诵读活动以及每个年龄段的孩子在诵读经典时应达到什么样的能力等等。听完以后，觉得老师真的很用心准备，和大家分享得很清楚，能够结合纲要指南，根据孩子身心发展特点来制定诵读教学目标。虽然自己在上学期才开始带领孩子复习诵读内容，但是通过短暂

的复习过程，我感觉自己都体会到了经典带给我的益处。例如：我有时会不自觉的用《弟子规》或者《三字经》里的句子来对照自己的行为，真的是不自觉当中养成的，这是在先锋这么多年，一直带数学科目时从未有过的。然而就从上学期，短暂的一学期里自己就有了这样的体会，那么我相信在接下来一起和孩子读经的过程当中，自己会和孩子一起学习经典，一起分享经典带给我们的快乐及幸福。

下半场苏老师和大家分享了“如何让幼儿快乐的参与诵读课堂”。老师分享了读诵的导入方法，过程，结束方法及在具体组织时应注意的事项。老师准备的也很用心，很全面。自己通过学习，更加的清楚了以后自己在带孩子上诵读课时应该怎么上，每一个环节应如何衔接，如何让孩子快乐诵读。就像杜老师说的，想让孩子喜欢上诵读，首先老师得喜欢上诵读，其次就是老师得熟读经典内容，了解其每句的含义，无形当中渗透给孩子。然后结合苏老师提到的这几种上课的方法，形式，根据每个班每个年龄段孩子的特点，采取相应的方法，让孩子轻松快乐诵读。以后在实施的过程当中可能会遇到困难，但是只要我们抱着学习的态度，多请教这些有经验的老师前辈，自己会慢慢的寻找到其中方法，让自己和孩子一起见证经典的魅力。

22号下午，我们在薛老师、徐老师、王老师和冯老师的带领下一起体验了感官游戏。通过做游戏，让我意识到不同年龄段做的游戏带给孩子不同的体能锻炼，有时同一个游戏，但是不同年龄段孩子的完成目标是不一样的，我们可以根据孩子的年龄特点来制定体能游戏。另外薛老师、徐老师通过让大家体验顺产的过程及一些触觉游戏，让我体会到抚摸、拥抱孩子、这种给孩子身体上的抚摸是言语无法代替的。尤其是通过亲自的体验被触摸的过程，那种温暖是可以滋养到一个人的内心的。所以，以后自己在带班的时候，一定要多抱一抱我们的孩子，尤其是那些有个性的孩子，一定要多拥抱他们，给孩子更多的关爱，无论是言语上还是身体上，让孩子身心一起健康，快乐成长。

最后一天的上午，邵老师和赵老师和大家分享了修身习养的收获感受。赵老师通过老师们的模拟情景，让大家发现问题并研讨。其实在研讨的过程当中，我们每个老师都能学到很多别人身上的优点，“三人行必有我师”，有时别人的一句话，一个小小的细节就可以点化一个人。在研讨中有一点我非常受启发，就是每天放学时，我们要引导孩子向老师行离别礼仪。我们作为一所学习传统文化的学校，礼仪是最基本的要求，所以我们一定要和孩子一起认真落实。

下半场宋老师和我们分享了大户外。明确告诉我们在大户外时应如何引导好家长，及户外的准备、老师的准备、活动过程应注意的事项等等。老师分享全面具体，我想大家通过学习，在接下来的大户外时，对于活动的目标、准备、过程当中应注意的事项及活动总结会更加的明晰清楚。接下来是王老师和李老师关于什么季节种什么蔬菜及食育课的股份。老师讲到了不同年龄段适合做的糕点及次数，以及操作流程。通过老师们的讲解，我相信我们大家在接下来的学期当中更加的清晰了我们当下的工作重点。

有了方向、目标，我们只要认认真真、踏踏实实朝着那个方向努力去做就好。滴水穿石，我相信，只要我们把当下的每一件小事认真做好就是一件了不起的大事。新的学期，新的开始，让我们调整好我们的心态，时刻提醒自己多学习，多自省的同时，认真、努力的做好身边的每一件小事，积极乐观的迎接每一天。我也相信，我们明智八班的三位老师，在我们的共同努力之下，我们一定会天天向上的。加油！明智八班！

发改委培训心得体会篇七

第一段：介绍外出培训的背景和目的（约200字）

今年，我有幸作为我国发改委的一员，参加了一次重要的外出培训。这次培训的目的是为了提局发改委干部的综合素质，

增强他们在公共事务管理中的能力和水平。在此期间，我们不仅有机会向外界学习借鉴，还有机会深入了解国际发展的经验和理念。这次外出培训对于提升我们的履职能力和推动我国经济社会发展具有重要意义。

第二段：外出培训带来的感悟和启示（约300字）

在外出培训的过程中，我深受启发。首先，在国外学习的过程中，我意识到创新和合作是推动发展的重要因素。许多国外企业和机构通过不断创新，改变自身的经营策略和模式，从而在市场竞争中占据优势。并且，这些企业和机构都非常注重与其他企业的合作，通过合作共赢的方式实现互利共生。这样的经验让我认识到，我们在推动发展过程中需要注重创新和合作，以应对新的挑战 and 机遇。

其次，我在外出培训中认识到人才培养和科技创新是国家发展的关键。在国外，许多国家和地区非常重视人才培养的问题，通过制定优惠政策、提供奖学金和创新基金等创造良好的发展环境。同时，他们也高度重视科技创新，鼓励企业加大科研投入，并通过政府支持和产业基金的引导来推动创新。这样的经验让我认识到，我们在推动发展过程中需要充分发挥人才的作用，加大科技创新的力度。

第三段：通过外出培训收获的具体案例和经验（约300字）

在参加外出培训的过程中，我结合国外的案例学习了许多管理经验和实用技巧。比如，我在欧洲的一家知名公司学习到了他们如何通过市场研究和消费者调研来制定产品的定位和推广策略。这样的经验让我意识到，我们在制定政策和规划时，需要倾听民意和市场需求，以确保我们的工作能够切实解决实际问题。

此外，在美国的一家创业公司里，我了解到他们是如何通过灵活的组织架构和团队合作来提高工作效率和创新能力的。

这样的经验让我认识到，我们在推进改革过程中，需要不断优化组织架构和激励机制，以激发干部的创新活力和工作热情。

第四段：外出培训带来的思考和改进措施（约200字）

通过参加外出培训，我深感到我们在经济发展和改革过程中仍然存在一些不足和问题。首先，我们需要加大对创新和合作的重视，鼓励企业和机构在市场竞争中通过创新来提高自身的竞争力。其次，我们需要加大对人才培养和科技创新的投入，以提高国家的科技水平和创新能力。同时，我们也需要加强组织和团队建设，提高干部的工作效率和工作质量。

第五段：总结外出培训的价值和影响（约200字）

通过这次外出培训，我对于国内外的经验有了更深刻的认识和理解。我相信，通过我们的不断学习和努力，一定能够为我国的发展贡献更大的力量。同时，我也深感到发展是一个综合性、系统性的过程，需要我们在经济、社会、科技等各个领域共同努力。作为我国发改委的一员，我将不断提高自己的素质和能力，为促进我国经济社会发展做出更多的贡献。

发改委培训心得体会篇八

一、语言能力

语言是服务员与客人建立良好关系、留下深刻印象的重要工具和途径。语言是思维的物质外壳，它体现服务员的精神涵养、气质底蕴、态度性格。客人能够感受到的最重要的两个方面就是服务员的言和行。

服务员在表达时，要注意语气的自然流畅、和蔼可亲，在语速上保持匀速，任何时候都要心平气和，礼貌有加。那些表

示尊重、谦虚的语言词汇常常可以缓和语气，如“您、请、抱歉、假如、可以”等等。另外，服务员还要注意表达时机和表达对象，即根据不同的场合和客人不同身份等具体情况进行适当得体的表达。

人们在谈论时，常常忽略了语言的另外一个重要组成部分——身体语言。根据相关学者的研究，身体语言在内容的表达中起着非常重要的作用。服务员在运用语言表达时，应当恰当地使用身体语言，如运用恰当的手势、动作，与口头表达语言联袂，共同构造出让客人易于接受和满意的表达氛围。

二、交际能力

酒店是一个人际交往大量集中发生的场所，每一个服务员每天都会与同事、上级、下属特别是大量的客人进行广泛的接触，并且会基于服务而与客人产生多样的互动关系，妥善地处理好这些关系，将会使客人感到被尊重、被看重、被优待。客人这一感受的获得将会为经营的持续兴旺和企业品牌的宣传、传播起到不可估量的作用。良好的交际能力则是服务员实现这些目标的重要基础。

三、观察能力

服务人员为客人提供的服务有三种，第一种是客人讲得非常明确的服务需求，只要有娴熟的服务技能，做好这一点一般来说是比较容易的。第二种是例行性的服务，即应当为客人提供的、不需客人提醒的服务。例如，客人到餐厅坐下准备就餐时，服务员就应当迅速给客人倒上茶、放好纸巾或毛巾；在前厅时，带着很多行李的客人一进门，服务员就要上前帮忙。第三种则是客人没有想到、没法想到或正在考虑的潜在服务需求。

能够善于把客人的这种潜在需求一眼看透，是服务员最值得

肯定的服务本领。这就需要服务员具有敏锐的观察能力，并把这种潜在的需求变为及时的实在服务。而这种服务的提供是所有服务中最有价值的部分。第一种服务是被动性的，后两种服务则是主动性的，而潜在服务的提供更强调服务员的主动性。观察能力的实质就在于善于想客人之所想，在客人开口言明之前将服务及时、妥帖地送到。

四、记忆能力

在服务过程中，客人常常会向服务员提出一些如酒店服务项目、档次、服务设施、特色菜肴、烟酒茶、点心的价格或城市交通、旅游等方面的问题，服务员此时就要以自己平时从经验中得来的或有目的的积累成为客人的“活字典”、“指南针”，使客人能够即时了解自己所需要的各种信息，这既是一种服务指向、引导，本身也是一种能够征得客人欣赏的服务。