

最新善于看桅杆 心得体会(大全10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

善于看桅杆篇一

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。

善于看桅杆篇二

光阴似箭，转眼间我来到云中这个温暖的大家庭已经两个月有余了。而经过这两个月的生活和工作，让我感触颇多也获益匪浅。云中是我的母校，但是这一次我以一种新的身份重新认识和感受她的温暖与魅力。来云中工作我感到实实在在的踏实和幸福。学校对我们的关心与重视让我时刻感到温暖。领导的关怀与指导也让我快速成长。虽然只是短短的两个月，却使我感觉到作为一名教师的快乐。

回首这一个月的工作实践，从学校走进社会，由学生变成老师，社会角色的转变使我感到不知所措。幸运的是，学校的各级领导、指导老师以及许多热心同事对我给予了热切的关心和帮助，同事也使我获取了很多工作上的宝贵经验。

作为一名新教师，踏上工作岗位后我担任高一年级英语老师，这对我来说是一个不小的挑战。由于刚好面临课程改革，选用全新的教材。这让我感觉压力非常大。在工作开始阶段感到非常不适应。

但我明白万事开头难。对于教学，我不熟悉，对于知识部分已经遗忘，对于课堂管理更是一窍不通。但是，在领导和同事的指导下，我一步一步的迈开步子，采用不同的方法解决那些困难。渐渐地，我发现我已经适应了老师的角色，已经进入了云中这个大家庭，也已经习惯了高中英语的教学。

下面就这两个月的工作做一个简单总结：

1、应该多钻研教材。充分理解把握教材.对教材的基本理念、基本概念要充分的熟悉。每句话、每个字都要弄清楚,深入了解教材的结构和重难点,掌握知识的内在逻辑,知道应补充哪些资料。了解学生的知识技能的质量,他们的兴趣、需要、方法、习惯及学习新知识可能会出现的问题和困难,及时采取相应的预防措施,精心设计教学方法解决如何把已掌握的教材知识传授给学生。

3、应该多听不同老师的课，多向有经验的教师请教。利用空闲时间去听不同年级、不同学科、不同老师的课。取其精华，学习每一位老师的优点。并在听课过程中认真思考，总结出自己的心得体会。

4、应该培养多种兴趣爱好,不断拓宽知识面,为教学内容注入新的内容。

以上是本人工作的一些心得体会。作为一名新教师，我时刻准备着，勤于学习，乐于教学，用愉快的心情应对每一天的工作。

在今后的日子里,我会用心去教诲我的学生,用情去培育我的学生,用成绩回报我的学校,我的领导。快速成长为一名优秀的教师!

善于看桅杆篇三

搞好团队建设才能提高凝聚力和竞争力，进而实现团队全面协调持续发展，必须认真做好沟通、关爱、激励、信任、服务、协调和组织这七个方面的工作。下面是带来的团队建设培训心得体会，希望对大家有帮助。

篇一：团队建设培训心得体会

通过这次培训，虽然只有短暂的两天，但在我的思想上产生了激烈的变化：一是要有肯定认同感，也就是信任别人，肯定别人，多从对方的角度去考虑，多发现别人的优势而不是老是挑剔、一味地否定别人，这样才能在团队中增加互信，彼此协作。二是要勇于为自己的行为负责任，不可以一味选择做受害者，选择做受害者最大的代价就是没有成果，选择做勇于负责任的人最大的好处是拥有人生当中丰硕的成果。三是要始终怀有一颗感恩的心。我们要感谢父母，因为他们给了我生命；我们要感谢老师，因为他们给予我知识；我们要感谢对手，因为他使我更强大；我们要感谢领导，因为他给我一个发挥自己才能的机会。我们要感谢身边的每一个人。这样才能使自己的心胸更加宽广，使我们以一种更积极的心态去面对人生，人生的旅程就是一条铺满荆棘的坎坷之路，我们唯有付出百倍的艰辛，努力付出，不懈奋斗才能实现自己的理想，到达胜利的彼岸。

最令我感动的是培训的最后一个环节，导师让我们紧闭双眼伸出双手去感知的时候，当我们睁开双眼看到的是一副激动人心的场景。只见每位领导手捧鲜花来到我们面前，真诚的说你们辛苦了！真的是无法用语言来表达此时的心情，在场每位员工无不流下激动的泪水。

真心地感谢公司所有的领导给予我们的那份关爱和鼓励！谢谢你们！

篇二：团队建设培训心得体会

向家坝工程建设部综合管理部主要职责是为建设部领导工作提供服务，为各部门工作提供支持，为全体员工工作提供保障。向家坝工程建设各项工作能否顺利进行，综合管理部起着非常重要的作用。作为这个部门的负责人，如何使大家能长期保持一种高昂的精神状态，在工作中能始终做到凝成一股绳、有劲一处使，是困惑我已久的问题。通过学习培训，我想在团结下属、有效沟通和激发大家潜能等方面要多下一些功夫。下面结合军事拓展就此谈谈自己的一点体会。

一、有效的沟通是团队成功的基础

在军事拓展的第一天，开展了七巧板游戏，这是一个需要大家协作完成的游戏，总分为1000分，我们被分成4个组，其中1个小组是从三个小组中各抽取2人组成的混合队，他们主要是帮助其他3个队拼图，其得分取各队得分的百分比。每组一个任务书、一套七巧板，每组成员轮流上场拼图，场下允许交流。比赛结果我们团队在4个小组中得分最低。我想问题主要出在团队没有进行有效沟通，当一个成员在上面进行拼图时，其他员工要么在场下焦急地指挥拼图人员，要么独自研究，没有集中一起想办法出主意，最终导致结果不理想。反思我的工作，为什么常感工作很忙很累，但效率不高结果也不甚理想呢？主要原因就是各自埋头干，与领导、与同事沟通不够造成。

因此，团队没有交流沟通，就不可能达成共识；没有共识，就不可能协调一致，就不可能有默契；没有默契，就不能发挥团队绩效，也就失去了建立团队的基础。所以，有效沟通是团队成功的基础。

二、团结协作是团队制胜的利器

军事拓展训练中有一个过地雷阵的游戏，在120个方格中暗藏

着无数颗地雷，要求大家在限定的时间内探出一条从一端到另一端的无雷线路，伤亡人数最少且用时最短的队伍获胜。规则规定，地雷是永久存在的，每人最多触雷3次。大家进行了较好的沟通和成员分工，有先头部队、有人记录探测结果、有人研究规则等。通过大家团结协作，我们团队取得了不错的成绩，这里体现了团队协作的力量。我们综合管理部主要负责文秘、行政、党务等工作，事务繁杂，虽然分工明确，但在人手少、任务重的情况下更需要大家团结和相互协作，才能把各项工作按目标要求按时并保质保量完成。

三、跟进激励是发挥潜能的催化剂

在高空抓单杠、高空跳跃断桥的游戏中，我们团队有位同志由于是初次高空作业，并没有完成抓单杠游戏，但接着进行的同样是高空游戏时，在集体的加油声中，她战胜了自我，顺利完成了高空跳跃断桥的游戏。这里体现了跟进激励的作用，这里的激励是“你能”、“你行”、“你是好样的”等语言。我们常常认为激励就是加薪发奖金和职务晋升，并没有认识到激励有很多种，鼓励、表扬、信任、关心、解读下属等都是激励的重要方式和手段。另外，我们在平时工作中也羞于使用上述鼓励的语言。这次培训使自己充分认识到了跟进激励的重要性及其他鼓励方式，对本人今后的工作大有裨益。

衷心感谢总公司组织的这次难得的培训机会，培训时间虽短，但内容充实，开阔了视野，增长了才能，加深了友谊，受益匪浅。我将进一步消化和理解这次培训的课程，并运用于实际工作中，使我们综合管理部员工的精神面貌和团队建设方面取得较大进步。

篇三：团队建设培训心得体会

搞好团队建设才能提高凝聚力和竞争力，进而实现团队全面协调持续发展，必须认真做好沟通、关爱、激励、信任、服

务、协调和组织这七个方面的工作。

一、沟通是真诚搭建理解的坦途，只有真诚沟通才能相互理解。我们的小组只有4个人，暂且不谈学习其他科目，很多时候我们除了做项目，我们各自都有自己的其他工作，有的是学院干部，有的是系里的干部，而且身兼多职，这就需要占用我们的一定时间。这时候良好的沟通显的更加重要，只有沟通好了才能及时发现问题，解决问题。我们平时都是通过聊天的方式进行沟通。有人曾经问我：怎么整天见你跟人聊天啊？我的回答是：聊天也是工作。因为，那不是乱聊的，尤其在时机和话题的选择上。利用课间的休息时间聊聊项目的话题，目的只有一个：拉近距离，融洽气氛，了解情况，施加影响。还有比较喜欢用的就是娱乐，尤其是下棋、打牌、能体现人的性格，想藏都藏不住。性格无所谓优劣，最重要的是因人而异，善加利用。通过合理的组合，减少冲突，增强合力。还有就是文字记录，一定要让团队成员，尤其是关键成员养成做文字记录的习惯，这对我们团队的建设很有必要。

二、关爱组员，人是最富有感情的，每个人在生活中都会遇到这样那样的困难，这时候组员之间要相互帮助，真诚的为对方出谋划策，这将更牢固小组人员之间的感情。使我们的组“温馨”之家的感情日益浓厚，责任感不断增强，同时给组员创造一个轻松的开发环境，是搞好团队建设重要一环。

三、激励和信任可以有效地增强组员的使命感，提高组员的自信心，给组员有更多的机会锻炼及自己的能力，促进工作的顺利完成，保证工作质量，同时使组员在心里产生可亲可敬的形象，觉得小组里的人是值得信赖的。当然我们没有资金投入开发，不可能有物质上的奖励。真正重视团队成员的意见并给予适当的授权，完成任务时给予及时的肯定，失败时给予真诚的帮助和鼓励，比物质上产生的激励作用要来的强烈和持久的多。

四、服务，这是团队建设的核心内容。每个组员都应该为我们组服务。而项目组长更多地想的是对这个团体的责任，目的是要把工作做好。工作最终要靠整个团队，而不是某个人来完成。要立足于服务，给团队成员创造出一个良好的工作环境。换句话说，组织者的任务是把台子搭好，让团队成员把戏唱好。即便是团队成员最终超越了你，你真诚地帮过他，他自然也会帮你，何乐而不为呢？所以，不要吝啬的把你知道的东西告诉你的同伴，不要有妒忌的心理，这是非常忌讳的。这里需要指出的是：服务不等于麻木听从，是有原则的，会有不少误解、委屈，也会很“吃亏”，但你收获得将是一帮多少年后都还彼此眷顾、相互信任的朋友和一段美好的回忆。

五、协调和组织，也就是把合适的人放在合适的位置上。实际上，作为一种具体的技能和工作内容，这是和沟通和服务连在一起的。把前几项做好了，协调组织基本上就是个水到渠成的问题。由两个需要注意的方面，一是要注意实际情况，因人就势；二是要注意尽可能合理地分配任务。

总之，团队要想建设好，不仅仅是老师的引导有方，或是项目组长的亲力亲为，而是团队里每一个人的努力，只有项目组长热心、负责、真心的和团队成员交流，充分调动团队每一个人积极参与团队建设和未来的发展，大胆创新、不断进取，团队成员才会为了团队目标共同奋斗、共同努力，才能营造一支和谐、高效的团队。

善于看桅杆篇四

通过这次的国培学习，不论是教育教学理论或业务水平都有一定的提高。回顾十几年的教学工作，不管别人怎么看，我只觉得自己做的问心无愧。

一、能科学地施教知识，深入学习教育学、心理学、教育方法等方面的知识，把教育理论的最新研究成果引入教学过程，使教育教学的科学性和艺术性高度完整地统一起来。

二、 熟练掌握了现代教育技术的操作和应用。积极参加现代教育信息技术的培训，能够利用现代教育技术，恰当有效地选择教学方法和方式，直观形象地展示教学内容，使教学知识传授与创新思维结合起来，培养学生的创新精神和创新能力。我积极参加镇级的现代教育信息技术操作大赛及课件制作比赛均获一等奖。

三、 有创新的精神。积极开展教育和科学研究，探索新的科学的教育模式，在耕耘中拓宽视野，在执教中提炼师艺，升华师技。形成自己独特的教学风格：我以通过抽象思维和逻辑推理的训练，培养学生的数学思想为目的，善于启发，分析细腻层次分明，注重解题思路的传授和解题技巧的总结。

四、 有爱心。我始终认为：教师就必须用教师的职业的爱去对待每一个孩子，在孩子有困难时，在孩子做错事时，在孩子得到进步时，作为教师才能一视同仁的对待，教师的爱就是渗透在平时的点滴中，贯穿在孩子成长的每一个阶段。教师不仅要有这种做人的威望，人格的力量，令学生所敬佩，还要以最佳的思想境界，精神状态和行为表现，积极地影响和教育学生，使他们健康成长。正如奥地利教育哲学家马丁·布贝尔所说：“教师只能以他的整个人，以他的全部自发性才足以对学生的整个人起真实的影响”。教师应把言传和身教完美结合起来，以身作则，行为示范；热爱学生，关心学生，建立平等的师生关系；仪表端庄、举止文雅，以自己的言行和人格魅力来影响学生。

很长一段时间内“没有教不好的学生，只有不会教的教师”这个极端的教育口号像枷锁一样天天束缚着我，使我常常生活在自责和愧疚之中，使我天天怀疑自己的教育教学能力，我真的就认为我就是那个不会教的教师，否则为什么会有部分学生不会学习呢。后来通过学习相关理论及多方面的实践探索请教我才知道，它只是一种浪漫主义的宣传鼓励口号，而绝不是评价教师工作的客观标准。

教育是一项繁琐的工作，在日复一日的教学生活中，面对一些顽劣的学生，恨铁不成钢的心理会左右自己的情绪，另外过于看重学生成绩，偏离了素质教育的轨道，有时候会茫然不知所从，不能坦然面对学生的错误，影响了与学生感情上的沟通和交流，也是存在的问题。因此怎样克服工作中的急躁情绪，尊重每一个孩子，真正做到蹲下来给学生说话，还需要在以后的工作中进行调整。

总之，在今后的教育教学中，我会认真遵循“教书育人”的工作准则，把书教好，用新观念育出不同的人才，以适应新世纪对教师，特别是优秀教师的要求。

善于看桅杆篇五

初来儿科，护士长热情地接待了我们，并给我们介绍了儿科的专科特色，带领我们熟悉了环境。

由于是第一个实习科室，我们对周围的一切都还很陌生，于是，护士长给了我们两天的时间来熟悉环境，而正是这个时候，使我对儿科甚至哈院有了一个整体了解，它透露出的一种讯息，包绕的是一种人文氛围，体现出的是一种医学精神，而这，将是我毕生应该领悟的。

作为“温馨护理站之儿童乐园”，儿科当之无愧，无论是儿科门旁玻璃橱窗里的漂亮可爱的毛绒玩具，还是儿科护士们亲切柔和的话语，无论是通道两旁墙壁上关于母乳喂养的知识童教，还是护士们兜里准备哄孩子的贴画和小星星，都实实在在地印证着一点：大家是用爱心在工作，儿科是用爱心在经营。

而这，亦应是我们应该体会和深刻领悟的。

一周以后，我已经适应了医嘱的工作，带教老师冀国英，亦

将许多相关的知识传授给我，我学会了体温单的描绘，学会了医嘱单的转抄，学会了出、入院的手续的办理，亦学会了有效地与病人进行沟通。

在这里，我要深深的感谢冀老师，以及所有曾给过我指教和帮助的老师，他们以谦虚和蔼的态度和一丝不苟的精神，耐心地指导和纠正着我们的错误行为和想法，用诲人不倦的风范感染着我们，使我们不敢有一丝一毫的松懈与倦怠，认认真真地执行每一项护理操作，因为我们心里知道：作为医护人员，应当对病人负责。

两周以后，冀老师嘱咐我在多余的时间里练一练头皮针，虽然曾在学校里练习过静脉输液，但是要给那么小的孩子穿刺，对我来说，无论在心理上还是经验上，都是有些很大的缺陷和不足的。

头皮针是儿科的一大特色，由于孩子小，皮下脂肪多，手和脚都胖乎乎的，所以血管不易找到，小儿头皮脂肪少，额上，颞下，耳后静脉明显较清晰，是静脉穿刺的优选部位，于是，我下决心要练好头皮针。

起先，我并没有立即下到病房里实际体会，而是通过模拟血管来练手，我把细小的塑料管当成小血管，来练习持针和刺入方法及穿透血管的感觉，练了三个下午，终于在第四个下午，我出征了，准备亲自实践一下，这是一个新入院的病人，孩子才一岁半。

来到病房，见到白皙可爱的孩子，我的心里更加紧张了，通过交谈，我得知这个孩子是肺炎入院，而且还有先心病史，一种同情之心油然而生，这么小的孩子便病的这么重，望着孩子父母那许是怜爱许是哀愁的眼神，我明白，我们应该做些什么，应该做些什么使他们的眼中重新充满希望，我在心里告诉自己：只许成功不许失败。

在准备刺入的那一刹那，全身的冷汗已说不清到底是由于恐惧还是疑虑而生了。

选中的血管已被我固定住，隐约可见，然而这毕竟是第一次，太多的不确定和精神紧张，想要将我的精神冲毁，这时，我又想到林护士长教给我的方法：先倾斜刺入，穿透血管后平行进针，一遍一遍，我在心里反复默念，脑子里一片空白，孩子在哭，我却听不清楚……做到了，我真的做到了。

儿科教给我的，绝不仅仅是护理技术操作，它传达给我的是一种人文精神，在这种精神的感召下，我像一个得到锻炼的勇士一样，一步步的成长。

回望儿科，我为它默默祝福。

成为一名政治坚定、业务过硬、一心为民、公正廉洁的；警察，关键是要加强党性修养；想一想为什么要入党？这是一个必须认真解决的基本认识问题；年代开始，一串闪光的名字——江姐、刘胡兰、雷锋、；参加工作后，在组织和领导的关心和教育下，我对党有；书上说，有的人认为当党员光荣，入了党个人和家庭都；的人家庭经济困难，在党和政府的支持下得以顺利完成；觉得，我成为一名政治坚定、业务过硬、一心为民、公正廉洁的监狱人民警察，关键是要加强党性修养。

围绕“四想四对照”，深刻反省、积极反思，增强党性观念。

想一想为什么要入党？

这是一个必须认真解决的基本认识问题。

从学生年代开始，一串闪光的名字——江姐、刘胡兰、雷锋、焦裕禄、孔繁森??给了我很大的启迪和教育。

我发现她们以及身边许多深受我尊敬的人都有一个共同的名

字——共产党员；我发现在最危急的关头总能听到一句话——共产党员跟我上。

这确立了我要成为她们中的一员的决心。

我把能参加这样伟大的党作为最大的光荣和自豪。

参加工作后，在组织和领导的关心和教育下，我对党有了进一步的认识。

党是由工人阶级中的先进分子组成的，是工人阶级及广大劳动群众利益的忠实代表。

党自成立以来，始终把代表各族人民的利益作为自己的重要责任。

在党的路线、方针和政策上，集中反映和体现了全国各族人民群众的根本利益；在工作作风和工作方法上坚持走群众路线，并将群众路线作为党的根本工作路线；在党员的行动上，要求广大党员坚持人民利益高于一切，个人利益服从人民利益。

书上说，有的人认为当党员光荣，入了党个人和家庭都光彩。

有的人家庭经济困难，在党和政府的支持下得以顺利完成学业，为报答党的恩情要求入党。

也有的人认为“党票”是一种政治资本，通过入党在政治上找个靠山，以后容易找工作。

我仔细思考着，这些原因都不是我要入党的原因。

那我的入党原因是什么呢？我一直以来，只是觉得，我要做个有理想，有知识，对社会有用的人，希望能用自己的热情，为这个我热爱的祖国和人民贡献自己的力量，如此而已。

我从来没有怀疑这样的入党动机有什么不对，作为一个年轻人，有热情不就好了吗？然而我想要入党，想要为这个党和祖国的建设尽我的一份力，单纯有热情是不够的，还要有一个正确的入党动机。

因为在实现这个目的的道路上，我们必然会遇到这样那样的困难。

也许有一些小困难，仅仅靠我的这份热情也可以克服，但共产党要从事的社会主义建设和要实现的共产主义社会的目标是一个前所未有的伟大事业。

没有现成的经验可以借鉴。

我们在追求这个光明目标的道路上，所要面对的困难是现象不到的。

如果没有一个正确而坚定的信念，在面对重大的困难时候，我们很可能就退却了，就畏惧了。

自从我党建成以来有多少当初也是对我党，对我党所从事的光辉事业抱着极大的热情的人，在遇到各种各样的诱惑和困难时，他们退却了，变节了。

这不但是他们个人一个信仰的流失，更给我党造成了重大的损失，甚至无端的牺牲了其他党员的生命。

于是端正入党动机就成了一个必要的问题，成了每一个有志加入中国共产党的人都应该弄清楚的问题。

只有树立共产主义信念，树立献身共产主义事业，更好的为人民服务的信念的入党动机才是正确的入党动机。

明白入党，就意味着比群众多挑重担，多做贡献，入党，就

意味着比群众作出更多的牺牲，就要富于革命的自我献身精神。

要有为共产主义和中国特色社会主义奋斗终身的坚定信念。

要有全心全意为人民服务的精神。

也许对于这个要求我可能做的还不够多，不够好，但我相信通过我的不断的认真的学习马克思主义理论，学习改革开放以来我们党所形成的中国特色社会主义理论，加强主观世界的改造，我一定会不断的离这个目标越来越近的。

想一想为什么要当司法行政干警？

因为司法行政干警是国家法律的. 监督者和执行者，是社会正义和社会良知的体现，他肩负着依法公正独立行使司法权的重任。

他不仅关系到社会治安秩序和经济秩序，而且关系到广大人民的切身利益，关系到社会公正和司法公正的实现，所以要成为一名司法行政干警，以法律的武器来捍卫人民群众的根本利益。

监狱人民警察是行使国家职权的特别公务员，但在社会角色上却具有多重性。

在执行刑罚的工作中，他们不仅是刑罚执行的具体落实者，也是教育者，担负着教育改造罪犯的行刑教育工作任务，同时还是组织者，担负着组织罪犯劳动的行刑劳动组织工作。

作为监狱人民警察，只有全面履行工作职责，充当好多种角色，才能把破坏社会秩序的违法犯罪分子，改造转化成为守法公民，变消极因素为积极因素。

我选择做一名普通的监狱人民警察，是因为职业的神圣感和使命感，是想要切切实实为社会做点实事，为构建和谐社会贡献自己毕生精力。

实践证明，在改革开放的社会大背景下，监狱人民警察队伍仍然是一支党和人民信任的队伍。

但也要清醒地看到，监狱人民警察队伍的现状与人民群众的新要求新期待相比，还存在较大的差距。

有的责任心不强，监管力度不高、改造效率低下；有的作风飘浮、方法简单、态度粗暴，严重伤害了人民群众的感情；极少数监狱人民警察违法违纪甚至犯罪，严重损害了司法公信力。

而监狱人民警察走到人民的对立面，绝非偶然，有一个渐变的过程。

经济上贪婪、作风上腐化，起源于思想道德滑坡；政治上蜕变、生活上堕落，发轫于党性观念丧失。

透过这些问题可以清楚地看到，只有提升自我认知水平、加强自我批评力度、提高自我学习能力才能进一步加强监狱人民警察素质。

想一想我的中国梦？

我最大梦想就是以优质高效的管理把服刑人员改造成守法公民，使他们不再走回头路，最大的幸福就是用勤劳的汗水为构建“三强一富一美”驾护航。

这是一个美好的时代，亦是一个充满挑战的时代，在这样一个特别的时代里，我们更有着特别的期盼。

我们工作在不同的岗位，每一个人都怀抱着七彩的梦，却汇

聚成了昭示和谐的“中国梦”。

我们深知今日，改革发展进入深水区。

表面的平静中亦暗涌深藏，我们肩上的责任愈显沉重。

我们每天驻守在祖国的“后花园”，让泪水与汗水中在阳光下绽放美丽，我们用一丝不苟的态度去坚持去努力，凭借这份执着与坚定。

去回应民族复兴的呼唤，我们的内心已经觉醒，我们有一些激情澎湃的情感，更会创造无限的感动和激情。

这是属于我们监狱人民警察独有的自信。

想一想今后应该怎么干？

贵在自觉、重在经常、成在实践。

自觉才能有动力，经常才能促养成，实践才能见成效。

一要靠学习修养。

只有较高理论修养，精神境界才能升华。

值得注意的是，一些监狱人民警察对政治教育和理论学习表现出浮躁、厌倦、轻视的情绪。

小平同志很早就告诫我们，要防止思想庸俗化。

国土资源部原部长田凤山在检查中说深有感触地说：“之所以走上这样的道路，最根本的原因是放松了理论学习和思想改造。”真是一针见血、一语中的！人民检察官的一生，应是讲学习、讲政治、讲正气的一生，做到活到老、学到老、改造到老。

敢于从思想深处解剖,不断对灵魂吐故纳新,使党性修养、思想觉悟不断提高。

二要靠廉洁自律。

人最难认识的是自我,最难战胜的也是自我。

要筑牢党性原则、思想道德和法规纪律的防线,不为灯红酒绿所迷,不为物质利益所惑,不为人情关系所动。

在工作中,要严禁接受请客送礼;严禁违反规定与犯人交往;严禁徇私;严禁泄露案件秘密。

三要靠教育监督。

把教育和问题捆绑在一起抓,对主要问题进行归纳梳理,分析根源、认清危害、制定措施。

对潜在的苗头隐患,进行超前预测防范,力求消灭在萌芽。

全面推行政务公开,将其置于当

事人和社会各界监督之下,提升司法公信力。

把外部监督与内部监督有机结合起来,形成内外结合、纵横交错、严密有效的监督网络。

贯穿“四想四对照”的主线和精髓,就是“始终坚持党的事业至上、人民利益至上、宪法法律至上”。

善于看桅杆篇六

每一年的学雷锋活动都会使我们对“雷锋精神”有新一层的

认识。他的行为让我们无时无刻都在缅怀他，他的奉献更让我们无时无刻都在学习他。他说的每一句话做的每件事都被我们记住，因为那是每一个中国人的实践准则，使每一个中国人所崇尚的。

1. 钉子精神。做任何事情都要认真求实，敢于钻研，敢于深入。只有深入进去才能看到实质，才能有所收获。雷锋同志教我们做“钉子”，让我们深入的去干每一件事，丢弃浮夸和浮躁，它使得干好每一件事。尤其是学习，更要有探索精神，勇于赶超，勇于拼比，不甘落后，积极向上。

2. 无私奉献。雷锋同志敢于为集体为国家牺牲的精神让我们每个人深感佩服。雷锋不计较个人得失把个人的利益上升为国家的利益，把自己的前途和祖国紧紧联系在了一起。作为青年人，我们更要学习他这种一心为公的精神。在学习雷锋活动中，我们有了很大的收获。

3. 全心全意为人民服务。雷锋是这句话的履行者，他用年轻短暂的生命诠释了这句话的含义。同时这句话，也给了雷锋精神注入了新的活力。雷锋坚守岗位，为人民服务，乐于助人，做好事不留名，是一个真正的党员。哪里需要帮助那里就有他。我们在学雷锋活动中更是弘扬了这种精神，在平凡的岗位上作出不平凡的贡献，为社会、为人民服务。

雷锋精神，是全心全意为人民服务，是敢于钻研探索，是不计较个人利益的精神。正义、勇敢、奉献、节约，他的优秀是多方面的，我们要学习他，也不仅是做一件或两件好事，而是了解其内涵，领会其精神实质后，真正的一种体现在行为行动中的精神。今年的学雷锋活动月即将结束，但是学雷锋活动远没有停止，我们应把他作为生活和学习的榜样，勇于奋斗，不停探索，积极进取。

在这些学雷锋的日子里，我有很多体会，也有很多疑问。

以前，我每当听到雷锋舍身为人的故事时，我都会觉得他很傻，人家跟他素昧平生的，他为什么要帮助他们啊？而且自己明明破费了，为什么还那么高兴？我一直不理解，直到有一天。

我在糕点房门前看到一个小女孩，她愁眉苦脸的，不知遇到什么困难的了，原来今天是她生日，但她只差1元钱就可以买蛋糕了，她旁边还有几个小伙伴，我想是陪她过生日吧。这时，我发现我兜里还有今天早上吃早餐剩下的一元钱，于是我匆匆跑上前去，把钱塞到那小女孩的手中，小女孩朝着我笑了笑：“谢谢姐姐。”说完，携着小伙伴的手匆匆跑进糕点房，买了一个小蛋糕出来，坐在街边的椅子上，她们露出了笑脸，不知怎的，我也跟着笑了起来，我陶醉在那段温暖的画面里。此时，我终于体会到帮助别人是多么的美好，多么的快乐。

雷锋叔叔。我们要向您学习！学习您那舍身为人的无私奉献的伟大精神！您的精神值得我们传扬下去！

心得体会是你连续性做一件事的感悟，可以是一段时期，也可以是一瞬间，心得体会其实很好写，以下《心得体会600字作文》为心得体会频道为您精心提供。

学习，首先要勤学，才能运用。在勤奋的基础上来谈论学习方法，才能够有明显的成效。首先我想告诉大家一句话：“勤奋铸就一切”。只要你付出努力，再加上有良好的学习方法，你的成绩就一定能够有所提高。

第一：课前认真做好预习工作。把将要学习的知识先通读一遍，大致掌握学习内容及重点，并懂得提出疑问，带着问题去上课，若问题在课上已得到解决，那便要及时消化巩固，若没有，应在课后去请教同学或老师。

第二：提高课堂学习效率。上课时专心听讲，跟上老师的思路，善于发言，积极举手回答问题，认真做好课堂笔记，

划出重点知识，进行归纳。

第三：课后加强复习工作。充分利用课余时间复习，每节课下课后的十分钟可以用来复习上节课的学习知识要点，另外中午和晚自修前这段时间也可以用来复习巩固。

第四：考试前整理好资料进行复习。考前我们应做好充分准备，把各科资料整理好，将自己平时比较不懂的问题多看几遍，进行反复练习与消化，掌握解题技巧。

第五：考试时认真作答。试卷刚发下来后应先将题目浏览一遍，注意考试时间，做题前一定要认真审题，分析题意后作答，回答则要完整规范，字迹要工整。写作文前应先构思好，不要急于下笔，理清思路后再动手。

第六：考试后应做好反思总结。进行错题集归纳整理，清楚自己哪方面的知识有遗漏，进一步巩固。

以上便是我对课前，课上，课后，考前，考时，考后这六个时间段的所采取的学习方法，谢谢大家！

善于看桅杆篇七

新世纪教育事业的快速发展，使我们在教育战线工作的人感到欣慰的同时，更感到了压力。要想跟上时代的步伐，必须要加强自身学习，提高自身素质。在自己认真研读以后，真的感到这一决定是非常正确的，的确如前言所说，选取的文章是目前全国教育理论专家在教育思想、教育理念方面的精华，既有超前意识的思考，也有从现实出发的呼唤。作为一名教师确实应该全面掌握本专业知识及发展动向，同时还必须要先进的教育理念、高尚的师德修养。否则就很难适应新世纪的教学需求。

教师、教书育人，被誉为“人类灵魂的工程师”。教师劳动的知识性、专业性、艺术性、创造性、复杂性、长期性和示范性的特点，决定了教师素质构成的特殊性。教师的素质包括身体素质、文化知识素质与心理素质等。诸项素质缺一不可，实际工作让我深切感受到道德素质的力量，这一力量常会发挥意想不到的功效。我体会到你对学生付出真诚、付出了爱，学生总有被感动的时候，一旦他们从心底里产生震撼、自发的产生积极向上的精神，这时再加以引导，就有水到渠成的感觉。在读〈新时代教师的法制观念与师德修养〉这篇文章时，有很多感触，更有很多收获。“师爱为魂、学高为师、身正为范”这是对师德的高度概括。“师爱”是教师对学生无私的爱，是师德的核心即“师德”，实践证明教师只有热爱学生，尊重学生才能去精心的培养学生，只有情谊厚，才能认真耐心、细心地对学生进行教育。热爱学生不是一件容易的事，让学生体会教师的爱就更加困难，所以在爱的教育中要注重艺术，掌握方法，把握时机。作为班主任我经常讲做人的道理、学习的方法、集体的形成。爱是教师教育学生的感情基础，学生一旦体会到这种感情，就会“亲其师”从而“信其道”，也正是在这个过程中，教育实现了其根本的功能。

我深深的懂得了“师爱为魂”这四个字的涵义。

一、德才兼备，以德为先。

毛泽东在《纪念白求恩》中说：“一个人能力有大小，但只要有这点精神，就是一个高尚的人，一个纯粹的人，一个有道德的人，一个脱离了低级趣味的人，一个有益于人民的人。”这里“这点精神”是说毫无自私自利，即为善，即为德。刘小利老师在《执行力的培养与提升》中讲到，一个有着优秀执行力的公务员必先有高尚的品德。这似乎是最大而空的话，与实际操作关系不大，然而却被排在优秀公务员的第一品质中。难道对人才来说，能力不是最重要的吗，耶鲁法学院院长哈罗德·h·柯在寄语学生的话中似乎有着答案：“小胜

凭智，大胜凭德，永远别让你的技巧胜过品德。”虽然我们每个人或者都能说出100个因为善良老实人吃亏的例子，但是别忘了，人为善，福虽未至，祸亦远离。仅今年上半年青岛地区便有62名落马公务员，前车可鉴，公权在手，如芒刺在背，敢不警醒。

二、一以贯之，保持“两心”

事业心和责任心，似乎是经常提到的字眼，又似乎是一名工作人员最基本的品质，可其实最简单才是最难。我们都是新入职的人员，对一切充满好奇和未知，作为年轻人朝气蓬勃，工作主动用心，备受好评。可皆知的道理是：凡事为一日易，为一世难。我们能否对自己的工作，特别如果是长期琐碎重复的工作，仍然保持如一的热忱和担当，前路漫漫，我们都不能不在自己心中打一个问号。

老师为我们讲述了这样一个故事以为范例：从前，在美国标准石油公司里，有位小职员叫阿基勃特。他有个习惯，在所有有机会签上自己名字的地方，都在后面写上“每桶4美元标准石油”，这是该公司的主打品牌。他因此被同事嘲笑，起外号叫“每桶4美元”，真名却没人叫了。公司董事长洛克菲勒知道这件事后，大为感动：“竟有职员如此努力宣传公司，我要见见他。”于是邀请阿基勃特的共进晚餐。后来，洛克菲勒卸任，阿基勃特成了第二任董事长。也许阿基勃特的才能不如很多人，包括嘲笑他的人，然而他多年始终如一的事业心和责任心却是无人能比的，也是他成功的关键。才能可以学习，经验可以积累，然而事业心和责任心却是如何依靠他人或是时间都换不来的品质，除了自己再没人可以帮你，我们只能时刻自勉：切记一以贯之。

三、量力而为，注重效率

有人说“量力而为”是自卑，自轻，妄自菲薄的表现，其实不然，清楚了解自己能力的大小，按照自己的能力为自己定

一个合适的目标，用最短最有效率的时间获取最大的成果，有时才是最明智的表现。2001年美国《财富》杂志评出的“20世纪全球最伟大的百位推销员”其中唯一的一位女性——安妮·穆尔卡希，在她年轻的时候，竞聘一家公司的推销员，在其他竞争者纷纷选择“将梳子卖给和尚”之类奇异的任務时，她却选择了在半天时间内，为公司签下了三份总共600台复印机的订单，从而赢得了这个职位。她在自己的回忆录《我这样成功》中这样写道：“我的成功就是用最短的时间，做更多最容易的事情。”一个人的能力其实是有限的，与其花费昂贵的代价去做一切超越自己能力且不切实际的事情，不如扬长避短，在有限的时间内，做更多有意义有价值且容易成功的事情。安妮的“能力观”给予了我启示，也值得我用一生的时间去思考和实践。

四、智者善听，愚者善说

这句话听自教授我们《公务礼仪》的韩萍老师。她所教授的诸如礼节、穿着、称呼、落座、举止行仪实在让人受益良多，在这里不一一赘述，但只她所提的一点，已足以让我自省反思自己从前的不当。即为与人交谈中，最要紧四不：不中断，不补充，不纠正，不质疑。这些正是我积习难改的习惯，当急于表达自己见解时，经常会打断别人，纠正别人，以证明自己，殊不知这些正是人际交往的大忌。正是“智者善听，愚者善说”，有时候善于倾听不仅仅是一种礼貌，更是一种闪光的品质。为美人抛弃江山的温莎公爵曾说，辛普森夫人之所以吸引，有一件便是每当温莎公爵说话时，她总是托着下巴，眼中放着光芒，极为专注的看着他，并在他说不下去时，称赞“他说得很好”鼓励他继续说下去。从来以为自己是个有耐心有教养，会倾听他人的人，如今检查下来，说的远比听的多。需要注意和改进的地方还很多，自己离有礼有节的标准还差得远。

五、聚力凝心，超越无限

结业汇演是我们一早就知道的课程安排，李沧的19个人各被分在了不同的组中，每组都需排演节目，早操、课目、晚自习，预定的安排，一样都不得少，时间紧，任务重，但培训的第二天，我们便已敲定，除了参演各组的节目，李沧区也得出一个自己的节目，在全市各机关部门的领导和同仁们面前展示李沧人自己的风采。节目方案提出来，总觉忧心，我们目前只有一个想法，但从策划、剧本、排演、道具所有几乎都是从头开始，在这么短时间内排出如此宏大的舞台剧，我不由得在心里打一个问号。

但是有句话是，众人齐心，其利断金。我又忘记了，我们是一个团队，而且是一个如此优秀的团队。于是，分工协作，让文笔好的同学编剧，让朗诵好的同学领诵，让会跳舞的同学教舞，组织的、筹划的、协调的、调度的，各有所司，至于道具，更是出钱出力，一起想办法、出主意，有同学甚至拿出了自己结婚用的婚纱。大家在排演中，取长补短，齐心协力，没有人因私事轻言退出，有人因排演，放弃与家人共度生日，有人因写剧，熬夜到天明，有人因借道具，各处奔走，但所有的这些，都是值得的。11月1日晚，所有的努力汇成了一台精彩绝伦的演出，回报我们的是掌声和赞誉的语言。

这次经历让我再次印证了一个道理：不要低估自己的力量，更不要低估他人的力量，也许一个人的力量是有限的，而当众多优秀的人聚集在一起，凝心聚力，那么它可以迸发出的能量也许远远超过你的估计。我们今后也许还会遇到许多挑战，但是我想，有了这次经历，今后面对挑战，会重新思考我们的能力范畴，凡事齐心、合力，也许，我们可以。

培训是一个任务，更是一个平台，这个平台使我结识了另外120位优秀的同学，我们一同学习，彼此交流，增进了解，从素不相识到毫无芥蒂，与许多人成了知心好友，我想除了以上所得外，这便是我此行最大的收获。在一堂课的最后，老师送给了我们“五事”作为寄语祝愿，愿我们成为“想干

事、敢干事、能干事、会干事、不出事”的杰出公务员，这是我对自己的期望，也希望能将这句话送给所有相识的同仁，与君共勉。

作为一名人民教师，我们要主动通过网络、电视、报刊等方式进行反邪教的学习，我深深的体会到：邪教组织是指冒用宗教、气功或者其他名义建立、神化首要分子，利用制造、散布迷信邪说等手段蛊惑、蒙骗他人，发展、控制成员，危害社会的非法组织。邪教是伪科学、反科学的，永远也改变不了其骗人、害人的实质。

在今后的教育教学工作中，我将继续加强理论学习，提高科学人文素质，培养科学精神，邪教利用未成年人识别能力较低的弱点，极力在未成年人中发展成员，给他们的身心健康和成长造成难以挽回的损害。让学生和家长知道邪教的危害，让学生和家长清楚的认识邪教组织反科学、反社会的本质和意图，让每位幼儿家长自觉拒绝邪教、反对邪教。除此之外，树立正确的人生观、价值观以及树立教师职业一切为了幼儿发展服务的职业价值观。

坚决拥护党的领导，在思想上，行动上跟上党的步伐。不断提高自己的觉悟，不断提高自己的政治素质、业务素质和工作能力，影响和带动周围的人不信邪教，拒绝邪教；多读好书，多学科学知识，大力弘扬科学精神，带头实行文明健康的生活方式，积极参加健康向上的文体活动。用现代科学文化知识武装自己，用实际行动崇尚科学，提倡文明，抵制邪教。

作为21世纪的知识传播者，在这个和谐的社会中，科学是战胜邪教的最强大的武器。相信科学才是人类认识和改造世界的最高成果。尊重科学、相信科学，运用科学解决现实生活中的各种问题，面对未来，我们要信心百倍，我们要积极响应党的号召，反对邪教。要树立正确的人生观和无神论思想，让我们用科学来揭开邪教背后的虚伪，用生命控诉罪行，用知识揭示愚昧，用行动实践文明，用科学揭批反人类、反社

会、反科学的邪教本质，让邪教组织毁于一旦。社会才能进步，人类才有希望。

善于看桅杆篇八

读书是每个人每天必读的心得，古人曾说过“一日无书，百事荒芜”。对于现在的我们更应该多读书，读书越多课外知识就越广泛，知识面的大大增加对我们以后的读书层打下了良好的基础。

读书势在必得，多读一点书的好处：1. 考试时经常会考到课外阅读，课外阅读面广的同学会在这儿一处占便宜，比别人得考分的这道题多得好几分，可不要小看这几分，如果你其它题全对，就只有这道题，那就太吃亏了。2. 现在找工作都要知识面广的，并且工作效率又快又好的。

这次胥老师发给我们了一本《小学生必做的50件事》(分男生版和女生版)，这上面讲的是小学生的个人安全问题和行为习惯、应该改掉的缺点和应该怎样做一个好学生、好同学、好孩子。我在这里面特别看重关于健忘、写日记.....等问题，我个人就有健忘症，做的一些事情都需要同学、老师和家人的提醒才记起来或等一两个月才想得起来，我想了一个办法——把每一天发生的事情当日记写下来，每一天都看一两遍日记，这样就一箭双雕了！

看书的好处实在太多，说也说不完。“一日无书，百事荒芜”，同学们好好读书吧，多多读书，加油！

善于看桅杆篇九

为期一周的实践教学马上就要接近尾声，首先我想感谢院长和各位老师为我们打造的“黄金实践周”，在短短的实践期内给我们安排了如此丰富的教学实践：校内课堂理论+企业老

总讲座+实地考察参观。如此含金量十足的实践安排可见各位老师 在策划和安排这场实践活动中付出了不少心血，真的非常感谢亲爱的院长和老师对我们的重视和关怀，同时还要感谢师兄师姐们的大力支持，谢谢你们的倾情付出。

我想，这次教学实践将成为我人生中弥足珍贵的一次学习经历。在美好的事物面前总感觉时间过得太快，但是这次实践真的让我受益匪浅，期间的每一个画面都感觉历历在目，充实紧凑的整个过程同时不乏精彩生动的细节。那么我的心得也将围绕实践的进程来展开。

一、系统讲解农村社会调查的相关知识。其中讲到五个方面的内容：

1、农村社会调查的3个作用和3方面的取材。

2、农村社会调查的6项基本原则。3农村社会调查的一般程序。

4、农村社会调查的3个主要类型及3个主要方法。5、3个访问技巧。内容充实全面，老师讲解的也很有条理，使我们对社会调查有了一个整体上的了解。令我感受颇深的有3个细节问题：1考虑到调查对象的文化程度，提问方式尽量通俗化。2为了防止统计过程出现错误数据，最好记下调查对象的联系方式方便校正。3不要误导调查对象，这要求调查员对调查问卷中涉及的所有问题要有充分的了解。

二、提供十个课题让同学们自己试着做调查问卷，然后上台展示制作问卷的目的及思路。不仅锻炼了我们制作问卷的逻辑思维能力，而且给了我们一次上台展示自己的机会提高了自信心，同时认识到自己的不足并学习到其它同学的闪光点。

三、学习spss和orange等统计分析软件。虽然没学会，但是认识到统计分析的重要性，所以我准备在寒假好好学习一下spss□□月5、6、7日为实践的第二阶段-----问卷设计阶

段，由张建杰老师负责。第一天以张老师授课为主，张老师提出了“是什么？为什么？怎么样？”的三步走战略。重点讲解了调查报告的背景问题，强调高素质的调查员是保证数据真实性的必备因素，输表时用数字代替选项易于分析整理，还讲了背景信息要站在不同的角度分析取材等一些问题。让我们对社会调查有了进一步的认识。课堂上我以“在对调查对象的基本情况不了解时，如何让调查对象能均匀分布，让调查结果更具代表性？”向老师提问，老师从宏观和微观两个方面来解答了我的问题，并举了一些实例，令我醍醐灌顶。同时认识到分析问题一定要学会变通，换个角度便是柳暗花明。除此之外老师还给我们讲了一些学长们的创业经历，和自己的在创业路上的一些个人见解。让我颇有感悟，我也曾想做一些独特的东西，但是总感觉无从下手，于是每天只是按部就班的学习做事，但我不想安于现状，我想在毕业的时候可以有一些拿得出手的东西，那么，是时候该做些改变了。

第二天，小组自找专题做一份儿调查报告。对我个人而言，作为小组长我需要负责整个过程的安排，多操一份心自然收获的就更多。对于小组而言，虽然大家在制作过程中表现出的积极性有谢差距，但整体还是很好的，我始终认为团队的力量是非常重要的。

第三天，听了鼎优朱总的讲座，看到了农业的大好前景，也对自己的专业更有信心。朱总把企业的运营之道搬到了我们的课堂上，加上诙谐的语气，让我们在快乐的气氛中潜移默化的学到了很多。之后的调查问卷汇报各个小组各有千秋，也都有不足的地方，因此要相互学习。

1月12、13日是第三阶段-----实地调研阶段。

第一天，载着满心的喜悦，大家一起乘车去开封县兴隆乡做农户调查问卷。一路上老师和同学们的的才艺展示让车厢里笑声不断。使我深深的感受到农经八班大家庭的温馨和老师们的亲切。在马老师的带领下我们小组圆满完成了对李大河

村的调查任务，原本以为调查任务开展起来会比较困难，好在农户们都很配合，所以感觉调查进行的很顺利。这一天我们收获的不仅仅是调查数据，更重要的是对整个问卷调查过程的体验，在对调查流程熟悉的同时，自身在沟通能力方面有了一些提升，对问卷调查技巧也有了一些切身的感悟。

第二天，我们先后参观了长葛县众品实业有限公司鲜易股份有限公司、许昌天和现代生态农业示范园区、许昌学院农耕文化博物馆、许昌县菌类生产基地、鄢陵县建业生态苑。感受到了现代化农业的魅力，了解了众品从农产品种植、养殖基地源头到加工过程，从物流配送到终端营销的一体化运营模式，其中我比较感兴趣的是众品的温控供应链，经过参观当天的学习和回来搜资料，我发现冷链物流是一个复杂的系统工程，在技术、资金、管理等方面的要求都比较高，建设现代化的冷链物流体系，完善的资讯系统、先进的物流设备、标准的作业流程都至关重要。笔者就此总结了如下经验：首先，物流配送中心每天要接受大量来自内部和外部、来自各个动作环节的资讯，如不进行及时的处理，就不能保证整个物流配送中心的高效运转。其次，先进的物流设备也不可或缺。物流设备的采用一定要适应所配送商品的物流特点。越是先进的物流设备维护费用越大，十分考验企业的资金实力，由此可见产业链的整合确实需要涵盖方方面面的实力。在对生态园区的参观中，我认识到现代网络将引导农业的未来，农业将在科技的带动下呈现一次时代的变革。在许昌学院的农耕博物馆里我看到了许多以前只能在历史书中看到的农具和历史文物，走进了历史的长廊，仿佛亲眼看到了我国的农业发展历史，不禁惊叹古代农民无穷的智慧，也对未来的农业发展充满信心。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

一，善于沟通。尝试与不同的人沟通，作为学生我们更多地

是与同学和老师进行沟通，这次与农户进行沟通，使我的沟通能力有了一些提升，沟通是我们生活、学习、工作的桥梁，因此以后要继续培养自己沟通能力。

二、注重知识的积累。知识是我们走向社会的通行证，掌握扎实的知识基础方能游刃有余。很多时候往往感觉自己掌握的知识太少，看问题的观点太狭隘，因此在今后的学习中我决定着重培养自己全面的学习角度，拓宽自己的视野。

三、注重的细节的学习，真正的技巧和奥秘往往是存在在细节中的，只有善于发现细节的人，才有很好的学习能力。无论是在自己观察学习的过程中还是别人的讲述中都多要很好的把握细节性的东西，才能有多的收获。

四、团队的力量是强大的。无论是在平时的学习中还是在今后的工作岗位中都要注重团队合作精神。

五、培养良好的人际关系。广交良师益友，此次实践如果没有校领导和老师们的人际关系方面的支持恐怕实行起来就没这么顺利了。所以说人际关系也是成功道路上不可或缺的因素。

以上是我对此次实践的真实感悟，在我看来这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

善于看桅杆篇十

（马忠林）

一转眼，来市大数据局驻派支撑工作已有6个月的时间了。我很荣幸我能被派去大数据局做派驻支撑工作，在大数据局工

作的这段时间，我收获颇丰。下面我将从几个方面谈谈我这段时间来的心得体会。

一、谦虚好学，取他人之长补己之短，努力提高业务能力。

“谦虚使人进步，骄傲使人落后”这是我们在小学就接受的教育。谦虚是美德，人类如果失去谦虚，那么自信就会变成自大。自大就是自满，自满就会失败。因为我们还年轻，没有多少经验，所以比较容易骄傲和急躁，办事也总是急于求成。而大数据局这边的同事都很优秀，他们有着较强的业务处理能力，尤其在公文写作这一块，作为理科生出身的我能够与他们共事，这无疑是一次非常好的学习机会，事实也证明了的确如此。而且大数据这边的同事和领导都很有耐心，每每遇到问题他们都会细细为我解答，让我在短时间内学会了文件处理格式。与此同时，在这边工作也让我认识了很多的前辈，前辈们业务能力强，工作效率高，对后辈们也是关怀备至。他们有的虽是领导，却不会倚老卖老；他们有的虽很优秀，但不会高高在上。他们始终保持着一颗虚怀若谷待人接物。要知道，没有一个人有骄傲的资本，因为不论过去你取得了多少骄人的成绩，即使是在某一方面的造诣很深，也不能说是已经彻底精通，因为知识是无穷的。谁也不能够认为自己已经达到了最高境界而停步不前，趾高气扬。如果是这样的话，则必将很快就被同行赶上和超过。所以，在实际的工作中，我们一定要谦虚谨慎，戒骄戒躁，求真务实，脚踏实地的做好每一件事。

二、脚踏实地，求真务实

想当初刚来大数据局派驻服务工作的時候，这边的工作流程和写文件格式真的让我很苦恼，我是一个粗糙的理工男，对于文字工作真的是一窍不通。让我印象最深的是第一次写公文，我感觉非常吃力，因为之前没写过文稿，也不懂公文的格式，这让我感到非常吃力。一做完手头上的工作我就到网上去学习公文的写法，但是琢磨了大半天还没半点头绪，于

是我又参考大数据局文件，依葫芦画瓢，花了一整天的时间才完成第一篇文稿，虽然交付领导的时候领导指出了很多问题，但是看着自己的成品，内心还是很开心的。我以为自己第一次写文件写得那么糟糕，领导肯定对我很失望，但是领导不仅没有对我大失所望，反而对我非常信任，后来又让我写了很多稿件并能够耐心指导我。经过领导的耐心指导和自己的不断努力，我慢慢熟悉了简单的公文写作。我知道我现在掌握的公文写作还只是皮毛，但是我会不断地学习，用行动去证明我不是一个粗糙的理科生，我也可以是一个文艺青年。

在大数据局工作，我还学会了与人相处这门艺术，而尊重是和谐共处的前提，也是新时代青年应有的基本素养，尊重他人更多体现在会议中。所以每一次开会我都会认真听领导讲话，如领导要求每个人都要发言，则待领导发言完毕，再发表自己的想法。令我震惊的是在我发言的时候，领导也是非常认真的在听，即使我说的又什么不妥当的地方他们也不会贸然打断，而是等我发言结束再一一指出不足之处。在这过程中，我学会了如何去倾听，和思考自己的不足，再不断的提高。同时我也明白了要想得到他人的尊重，自己就要学会尊重他人。

一年之计在于春，2020的伊始本是一个美好的春天，但新冠肺炎疫情的到来却让天地间黯然失色，庆幸的是，人间真情令世间再度恢复了生机。各地医生护士争相请战武汉，警察战士维护公共秩序，快递行业义务运送物资，全国人民出资出力……我原以为我们不是医生护士，也不是警察战士，对于疫情我们能做的就是不为国家添麻烦。但是公司在疫情期间积极响应需求，在第一时间火速开通玉林市红十字会医院应急隔离病房项目网络；充分发挥“互联网+”5g科技手段。免费为各单位提供天翼云会议服务，确保会议“零接触、高效、快速”开展；派驻单位一玉林市大数据发展和政务服务局的领导、同事疫情期间为做好各项服务工作，疫情期间坚守岗位，别人放假，他们上岗，别人休息，他们却不断发布

防控疫情方案……以上的事迹让我深深意识到，每一个行业都有自己的价值，虽然疫情期间我有时候只是在派驻单位正门值班站岗，引导、帮助办事群众填写广西健康码，看似微不足道的工作，但是只要我坚守岗位，也可以发光发热，为这个社会爆发自己的能量！

我也知道这样做还远远不够，我深知作为一名电信的员工，派驻在玉林市大数据发展和政务服务局的意义。我不仅需要做好派驻单位的支撑工作，尽可能的多学习和充实自己，还需要尽可能的挖掘商机，挖掘潜在客户，为公司谋利益，给公司创造更多的价值。我会时刻记住自己的使命，在以后工作生活中我会加油的。争取更大的进步。