

2023年实战营心得体会(通用5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，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

实战营心得体会篇一

20xx年12月25，在区教育局和少年宫领导的大力支持下，我参加了区音乐教师的童声合唱与指挥的培训，我目睹了高健老师李强教授的教学风采，倾听了他的精彩讲座，真是受益匪浅，现简要谈谈这次培训的心得体会。

足。让我们每个音乐教师受益匪浅。

现将几次的培训总结如下：

(一)合唱指挥基本要领口诀

- 1、原则：省、准、美
- 2、姿势正确、眼神启发
- 3、拍点清楚、图示规范
- 4、起拍收拍明确果断
- 5、句间换气提示恰当
- 6、“主动”明显、“被动”含蓄

- 7、旋律线条起伏相应
- 8、遇有必要运用分拍
- 9、“快”小“慢”大、“快”并“慢”分
- 10、“强”大“弱”小、“强劲”弱“弛
- 11、“延长“弹起保持时值
- 12、“休止“停顿保持气氛

(二)多声部合唱指挥要领口诀

- 1、熟背总谱
- 2、明确位置
- 3、双手分工
- 4、眼睛注视
- 5、耳朵倾听
- 6、及时换气
- 7、掌握协调
- 8、启发情趣

(三)指挥的三个基本原则

- 1、准确：指挥的动作在任何时候都不能含糊和犹豫。
- 2、节省：提倡以最节省的指挥动作来达到最好的演出效果，

没有过多的花样和无目的的多余的指挥动作。

3、美观：一方面在外形上应保持整洁和大方，另一方面在指挥动作上不应该有丝毫的夸张和拘束，扭捏作态和滑稽式的动作。

以上三个原则是相互联系的，缺少任何一方面，都会破坏指挥艺术的完整性。

总之，要把合唱作品的内在感情反应出来就要求合唱指挥要具备高度的工作热情，丰富的音乐修养，充沛的思想感情，敏锐的听觉，有很好的声乐鉴赏能力，掌握正确的发声方法、呼吸方法及咬字吐字等有关知识，熟练的指挥技巧，很强的理解能力，丰富的想象力，鲜明的节奏感，很好的记忆力，善于内在的交流，赋予表情的眼神和有潜发的工作能力。

就像李老师所建议我们要勤动手，勤拓展自己的业务，不断丰富自己的业务能力，作为教育工作者不能只停留在教学上，要在自己的基础上有创造性。

最后，让我们乘着歌声的翅膀不断实践、不断提高，为丰富孩子们的艺术活动，提高学校的艺术教育水平贡献自己的力量。

实战营心得体会篇二

通过这次志愿者活动也认识了很多朋友，我们互相帮忙，互相支持，志愿者维护交通秩序为厦门增添了一道亮丽的风景，活动还有一个多月，我们会坚持到底，勇往直前。

在这次平安志愿者活动中，我们在枣阳路梅岭北路口站岗执勤，每天执勤的两个时段是车站人流量相比较一天来最大的。作为一名志愿者，我所做的并不是执行某一项制度或是法令，所要做的是文明交通劝导，具体任务是劝导行人不闯红灯，

不乱穿马路，遵守交通规则，保障交通的畅通，通过我们的行动，让更多市民消除不文明交通的陋习，引导广大市民文明行车，安全出行。城市良好的文明形象的树立需要靠每一个市民的共同努力，通过我们在站岗值勤期间的以身作则，及时提醒，礼貌劝导和文明监督，让更多的市民养成良好的文明习惯和道德行为，努力形成“文明礼让，互相帮助，以礼待人，尊老爱幼”的文明社会氛围。

从这次活动中，我学习到了很重要一点，那就是如何与人正确的交流沟通。别人横穿马路的时候，该怎么规劝才能让他们真正的认识到横穿马路的危险性与不负责任性，从而以后再也不做类似的事；而不是迫于我们的劝导过意不去，暂时选择走斑马线，当没人监督时又再次横穿马路了；别人向你问路时你又得如何讲才能让人明白，而遇到自己不清楚又该怎么办，一句“对不起，我也不知道”呢还是怎样？所有这些要真正学起来还真不是一件容易的事。

作为志愿者，我认为最大的义务就是服务别人，帮助别人，只是希望我们的辛劳能够带给他人予方便，并不要求得到什么。别人一句温馨的谢谢，一个浅浅的微笑，我们都会倍感甜蜜，心中的自豪跟喜悦顿时油然而生。一些很小的孩子在我们帮助的时候还会亲切的叫声姐姐，我们都会感觉好温暖。而所有这些就是对我们付出的最好回报了，也是我们最大的收获，没有什么比这更好的了。

难能可贵的是，从这次活动中我也认识到了自己的许多不足，本身存在不少坏习惯及缺点：像闯过红灯，不走斑马线，也乱扔过垃圾；别人帮助你时没说谢谢，不懂得感激，感觉理所当然；也似乎很少主动回报过别人，哪怕是向别人给予你帮助的一个小小微笑？？这些都是在不经意间的举止行为，然而从这些不经意间的举止行为便能折射出一人的素质修养水平。这些行为放在平时可能感觉没什么，而一旦放在工作岗位上，便可能放大成为你身上一个致命的缺陷，进而影响并决定你的前途甚至一生的走向。如果没有这次活动，或许

我还会一直蒙在鼓里，原来我是有多么的不值一提，一无是处。己所不欲，勿施于人，因此还是先从自己开始做起吧！

总之，参加这次平安志愿者活动真是收获良多，希望以后还能有这种实践跟锻炼的机会。

实战营心得体会篇三

寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。特别是通过这个寒假的社会实战使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

今天的社会就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，就有了像我一样的在校大学生参加了社会实战工作。社会实战时间虽然很短，但是在这段时间里，我却可以体会到工作的辛苦，锻炼自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。社会实战实际上就是一次就业的演练，在实战中，我发现，其实学习不光在课堂上，社会上给我们提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要我们的筛选。在课堂上，老师教给我们的都是实实在在的真理性的知识，而社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中。

先来大概介绍一下我寒假社会实战的基本情况——1月19号到1月28号期间，我在家乡一家超市当售货员□xx年1月18号回家，隔天我就去了一家超市面试并成功地成为一名售货员，虽然只是短暂的几天，我依然认真对待。因为接近过年了，所以每天到商场的顾客都很多，相对的我的工作量也增多。超市里还有几个和我一样去进行寒假社会实战的学生。我的工作日程是这样安排的：每天上午9:00上班——下午17:00下班，负责商品上架和顾客咨询，每天查看货架的排列是否整齐和清洁、货物是否齐全并及时加货上架；了解顾客需求，帮

助顾客充分了解本店产品。也许很多人都认为，在超市打工是相当轻松的。其实不然，特别是春节来临之际，每个人都变得十分忙碌，休息时间少得可怜……而且超市里也有很多规矩，比如：上班时间不可以闲谈、不可以串岗、不可以吃东西等等。

我每天都要补货，就是说货架上的货物被顾客买走了，货架上就空了，这就会影响排面，还会影响销售，我就的拿来相同的货品补到原来位置去。听起来轻松，可是实际操作起来可一点都不轻松呐，那么多的货物要搬上搬下也是一件耗费体力的活。我工作的那几天顾客很多，所以就不能光顾著补货，而忽略了顾客，要吸引顾客的注意，告诉他们货品的优点、作用等等。有的时间段顾客少了，我就要抹货架，如果货物上面有灰尘，顾客看到了就会觉得这件商品时间久了、是旧的、卖不出去，就自然不会买了，也给顾客留下了不好的印象。

通过几天的社会实战我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，所以我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二，诚信是成功的根本。成信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。

第三，付出才有收获。记得有一个长辈就跟我说过：无论做什么，要多做事，少说话！刚开始因为对工作不熟悉，还总是被主管骂，于是我就学习本超市商品所相关的知识，用最短的时间掌握自己的工作。

总的来说，在超市打工是绝对有收获的。我进入了社会，提前了解了社会，以后在社会上工作就能少走些弯路。通过这几天，我了解自己的不足和优势，我能认真地投入工作，但是当遇到挫折的时候，还是会一下子手足无措，毕竟是第一次打工，以前都是学校里养的学生，做起事情来都不老道。通过社会实战，让我提前知道了自己的缺点，让我客观地看清自己，避免以后择业眼高手低，到头来一事无成。因此，我要更加努力，为未来奠基！

实战营心得体会篇四

消防指挥中心宣传科实习总结

。回想这三个月经历的点点滴滴，只想认认真真的说一句：平安健康的活着就好！

我于7月13日进入xx市消防指挥中心宣传科实习。鉴于实习单位的特殊性，我在这里结合自己出现场的例子，略谈一些自己关于生活的思考。

在这里的三个月，出现场是每天工作的必须项，少则一起，多则五六起，这是一个可怕的数字，在这其中隐含着多少家破人亡、多少悲痛场面，无法统计。

来这里的的第一天，我便去出现场了，第一次出现场，紧张、恐惧、欣喜交织在一起，使我的心中忐忑不安。出事地点位于xx市的一河槽内，17岁的男孩因在河槽内游泳不幸溺水。事发之时，孩子的父母还在建筑工地干活，几经周折才得以联系到孩子的父母。人世间的大悲剧也莫过于此了，孩子已经身亡，而辛勤的父母还在为孩子的前程奔波劳累着，辛勤的工作着，他们省吃俭用，为的就是孩子，可现在。。。。。。我有些不敢想。

五点半左右，孩子的妈妈来了，准确的说是爬来了，伴着哭

喊声。先前我一直在脑海中想，妈妈来了之后的状态我一定要记录下来。但当妈妈哭喊着，连滚带爬靠近时，我无力拿起相机，这样的记录会让人丧失良心。妈妈哭喊着，双膝跪地，祈求我们可以救活自己的儿子，而妈妈还不知道自己的孩子已经溺水近一个半小时了，她在不停地问：“他是刚掉下去的，是吧，是吧”，她在不停的问，是在问我们，也是在向上苍祈求。妈妈哭喊着“要我怎么活呀，我就这么一个儿子啊”，不停的抽打着自己的脸，身边好心的群众赶忙上前拦住妈妈这样的举动，但妈妈还是不停的用双手往土里插，手指头上已经是血夹着土，眼神中写满无助与孤独，甚至是绝望和悲痛，妈妈发狂的撕拽自己的头发，让人心痛，妈妈瘫倒在地。不一会儿父亲也赶到了，一个消瘦的男人，岁月的沧桑已深深的烙在脸上，为这个家日夜奔波的苦写在那双粗糙而又开裂的手上，一个老实巴交的农民，一位让全天下为人子女者敬畏的父亲，一个人蹲在那儿伤心地哭着，这是一位失去儿子的父亲无助表达和无声怨恨，他恨自己，恨自己的乔迁，恨自己追赶城市化的脚步，恨自己那晚的那样一个不可饶恕的决定，我想替您说，不是这样的，真的不是这样的，您渴望给孩子以希望，让他接受好的教育，享受到城市化的物质文明成果，渴望他可以有一个好的起点，您为了这个家，为了孩子日夜操劳，看您那写满沧桑的脸、看您那双粗糙的手、看您那双破旧的鞋、再看看您全身的衣服，您不应该责备自己。

一条鲜活的生命就这样草草的结束了，没给父母留下只言片语，只有随身穿着的衣服静静地放在岸边，这不应该是几句话语可以描述的，应该形成一个画面，但那样的画面令人窒息。生命是这样的不可预测，父母中午出门时，可能由于太忙，没有和孩子说句话，就这样告别了，无声无息，但却给人以最致命的伤痛。

这件事让我第一次感觉死亡是如此的近，就在那一秒、那一刹那，想起来让人毛骨悚然。贪玩是孩子的天性，可为人子的我们又什么时候为自己的父母考虑过，我不能再责备那个孩子，我们更不能指责父母的疏于监管，此时的他们是这个

世界上最可怜的人，父亲那破旧的衣服、开裂的手、还有就是露着大脚趾的鞋，让我久久不能忘怀，这个上有老下有小的中年人，为了这个家省吃俭用，吃最差的、用最差的，为的就是尽一个为人子、为人夫、为人父的责任，为的就是让辛劳了一辈子的父母可以安享晚年，让自己的妻子可以和自己过上衣食无忧的生活，可以让自己的孩子用最好的、吃最好的。这样的一个人用自己瘦弱的肩膀扛起了整个家庭。妈妈几度昏厥，这个普通的农村妇女，同全天下的母亲一样深爱着自己的孩子，或许更爱，因为孩子是家里唯一的血脉和希望□20xx年的悉心照料□20xx年的早出晚归都化为泡影；一生的寄托、老来的依靠都被那看似平静的湖面扼杀。这位漂亮的妈妈本该同其他的女性一样，穿漂亮的衣服、住漂亮的房子，但是为了孩子这些都被扼杀了。

孩子们啊，我们什么时候才能理解父母的心境啊，待到理解时，我们大多已没有机会来弥补，所以才会有“子欲养而亲不待”的真切感言，才会有悔恨、遗憾和深深地自责。

渐渐地，我开始害怕出现场，我宁愿自己不要充实、宁愿自己的实习一无所获，因为我充实的代价太大了，很大一部分是需要一个人、几个人、甚至是一群人用血、用命来完成的，我接受不了也承受不起这样的充实，但我还是被迫接受着这样的充实，因为那不如我愿啊，不是一个小小的我能掌控的。每次赶往现场的路上，我都会紧张，不是害怕那血淋淋的场面，而是不愿也不敢见到家属的悲痛，那样的悲痛会令任何一个人甚至是杀人不眨眼的恶魔都难过的，那样的悲痛会响彻寰宇。

一位大叔开着新车行驶在高速路上，与拉着铁粉的卡车相遇，就在那时卡车扣了，铁粉罩住了这辆轿车，最后车毁人亡，这是咋样的不期而遇，而这位大叔的运气又是咋样的难以想象；一位外来务工人员，由于天气炎热，到建筑工地附近的水沟中游泳，不幸身亡，这又是咋样的遭遇，不远千里的家里定有白发苍苍的老人、嗷嗷待哺的婴儿和独守空房的妻子，

这又是谁的不幸?一个家庭为了能让儿子享受到城市化的物质和精神文明，举家迁往城市，而来的第三天孩子就沉没于河槽中，这又是咋样的晴天霹雳，我们难以想象;两个可怜的孩子在数次和老板讨要工钱无果的情况下，选择跳楼来威胁，用这样的方式来得到本应该属于她们的血汗钱，这是谁的责任?……人世间每天都有这样或是那样的不幸发生□xx市消防支队上半年工作报告中指出，上半年支队平均每天出警六次，这是一个什么概念，这样的数字背后有多少白发人送黑发人的场面，有多少孩子在哭喊着找爸爸妈妈，又有多少个原本幸福的家庭支离破碎，这是无法统计的，而这仅仅是全市上半年，那全年呢，全国呢，这样的数字令人不敢想，这三个月，我想我的朋友、同学，只有和他们在一起我可以无拘无束，二毛、疯子、黄导、雪梅、小阳、柱子、小毅□guess□小刚、福海还有就是乐乐、大为，新闻系的爷们儿们，我们永远是兄弟;还有新闻系的女同志们，这是一个伟大的集体。

这三个月，我体会到了父母之苦，很多、很多，不知道该从哪里说起，愿爸妈健康，愿全天下的父母平安幸福。

这三个月，我明确了活着就好，每天看着一个个活生生的人从自己的摄像机中消失，看着亲人哭天喊地的悲痛，我无数次的问自己，人活着什么最重要?有过很多答案，最后归结到了一起，说出了两个字：自己!这不是自私的言论，我不自私!我只是知道只有自己活着，只有保护好自己才能尽为人子、为人夫、为人父的责任;再三思量觉得应该在“自己”前再加两个字：责任!心中有责任、肩上有责任，会催生其他的行动，责任是源泉。责任会让你在工作中上进、会让你为家人付出、会让你成为合格的子、夫、父。这三个月，收获了很多，每一点都价值连城，每一条都受益匪浅，感谢这样的三个月，感谢这样的生活，是益也好是弊也罢，我均抱拳谢恩。一并感谢那些帮助我的老师、同学、朋友们，谢谢，真的谢谢。

实战营心得体会篇五

今年第9号台风(苏拉)正逐步逼近浙闽沿海，很可能对我市造成严重影响。省委、省政府高度重视此次台风防御工作，7月31日晚，省防指召开防台会商会议，省委副书记李强就防御9号台风工作作了重要讲话。温州市委、市政府高度重视此次台风防御工作，省委、市委书记陈德荣，市委副书记、市长陈金彪昨天和今天分别就防御此次台风做出重要指示；今天晚上全省会议结束后，市防指召开成员单位防台工作会议，副市长、市防指指挥任玉明就迅速贯彻落实全省会议精神，做好此次防台工作作了重要讲话。为认真贯彻落实省、市领导重要指示精神，进一步做好台风(苏拉)防御工作，现将有关事项通知如下：

一是思想高度重视，加强组织领导。当前防台风形势十分严峻，各地各部门务必要引起高度重视，迅速传达、贯彻、落实省、市领导重要指示精神，把防台抗灾作为当前的头等大事来抓，以最坏的打算做最充分的准备。各级领导要按照防台预案要求进岗到位，停止一切与防台工作无关的外出活动，抓紧部署落实各项防台措施。各级责任人要坚守岗位，切实加强防汛值班。各新闻媒体要加大防台宣传力度，将台风动态和防台部署及时向公众发布。

二是要进一步加强海上防台工作。水上防台分指挥部和沿海地区要及时对船只避风情况进行全面检查，确保各类船只按要求在8月1日14时前全部进港避风。同时要加强对港口、码头、航线和沿海施工作业、无动力船只的安全监管，做好沿海养殖人员的防台保安工作，确保人员安全。

三是要强化水利工程安全管理。各地要加强水库、海塘等水利工程排查，认真查找薄弱环节，及时加固危险地段、非标准海塘及标准海塘薄弱段。要加强洪水调度，做好水库、河网的预泄、预排，处于高水位运行的要立即降低水位，腾出库容，提高防洪排涝能力。

四是要加强城市防台风工作。城市防台分指挥部和各地要切实加强城市、城镇特别是城市新区、开发区的防洪排涝工作，全面排查地下空间设施和低洼易涝区域，发现隐患、及时处置。同时要加强电力通信、施工工地及工棚、户外广告牌等市政公用设施、高空设施和城乡危旧房等安全管理，严防发生伤人事件。

五是要做好山洪与地质灾害防御工作。“苏拉”很可能给我市带来强降雨，强降雨容易引发山洪地质灾害。各地要充分发挥基层防汛防台体系和山洪灾害防治县级非工程措施作用，各类责任人要及时进岗到位，加强对山洪灾害易发区、地质灾害易发点等危险区域的巡查监测，发现险情，及时预警并转移危险区域的群众，确保人员安全。