

# 残奥会精神心得体会(大全6篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 残奥会精神心得体会篇一

大家好！

今天，我演讲的题目是“祖国在我心中”。

祖国，中华民族伟大的母亲，你是华夏儿女心中的根。

翻开昨天的历史，一幕幕英雄事迹浮现在我眼前。在祖国遭受外强肆意之时，多少人仁志士毫不犹豫挺身而出，用自己的生命保卫祖国的安危。他们为了祖国的统一、祖国的兴旺、民族的富强，抛头颅、洒热血。在敌人的酷刑、诱惑下，英雄们并没有向“魔鬼”低头，而是宁死不屈。邓世昌、黄继光、杨靖宇……无数先烈，他们心中有着一颗炽热的爱国心。

## 残奥会精神心得体会篇二

大家好！（鞠躬）

我来自机电工程系15机电7班，我叫廉德昌。

很荣幸参加这次演讲比赛

我演讲的题目是：

修炼工匠精神，实现人生梦想

近来，“制造精神”“工匠精神”这些字眼，频繁出现在电视、报纸和微信上。这究竟是一种什么精神？有何强大的力量？带着这一串串疑问，我如饥似渴的翻阅了相关书籍，观看了《大国工匠，为国铸剑》的电视节目。

腊月28，回老家，路过大伯家门口，我喊着大伯，走进他的院子。大伯正在做木凳子，我不解的说“大伯，您直接去市场买几个塑料凳子，不就得了，干嘛费这事。”大伯笑了笑说“孩子，我干了半辈子木匠，家里的桌椅板凳都是自己做的，用了快30年了，你看，多结实，多耐用呀！买塑料凳子是省事儿，可它不结实，没两天就碎了。”说完，只见他拿着鲁班刨，一遍又一遍刨着初成型的板凳面、板凳腿；拿着刚尺和碳笔在凳面上比划着开眼位置。

大伯边干边说“孩子，就说这鲁班刨吧，用力要均匀，速度要快，还要一推到头，否则刨出来的面就不平。”我说：“忒麻烦，还是买来省事儿。”在我看来，真的没必要费这么大工夫去做几个凳子。可是，对大伯来说，却不是这样，他脸上流露着对手里木工活的热爱，对自己产品质量的胸有成竹。他笑起来眼角隆起的皱纹告诉我，他内心是踏实的，是满足的，是幸福的，他用心打造的“木凳”仿佛就是艺术品。

这一情景就像一束阳光，照进我的内心。

很多年轻人，和我一样，内心是功利的，是浮躁的，我们喜欢去做一些投入一点就能立刻看到回报的事情，或者领着公司发的数万元年薪，不愁吃不愁穿的混日子，这种心态太可怕了。

1、年轻的小伙伴们，请戒除我们内心的功利、浮躁，脚踏实地的去做一件事，不要再费力气去寻找什么成长捷径了，立足岗位，把当下的做好了，捷径可能就来了。

2、请那些像我这样正在混日子的小伙伴们，赶快清醒过来，

不要觉得自己在给别人打工，如果你混十年，就算公司损失百万，这点钱对公司来说又算什么呢？而这十年对我们来说，那可是生命啊！

年轻的朋友们，让我们按捺住眼前的焦躁、忧郁、惶恐，用执着的、精益求精的工匠精神，积极的面对学习和工作，我相信，如果我们做到了，我们的生活会变得更加充实，更加美丽！我们的人生梦想一定会实现！让我们修炼工匠精神，实现人生梦想吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

### 残奥会精神心得体会篇三

大家好！今天我演讲的题目是《雷锋精神永驻我们心中》。

三月是温馨的，也是激昂的！因为它是生命萌发前的搏击，因为它见证了一个平凡而又伟大的共产主义战士——雷锋！

雷锋是一缕阳光，是一滴水，是一粒粮食，是一颗最小的螺丝钉，虽然他的一生短暂，但他的精神长存，虽然他的一生平凡，但他的形象伟岸！雷锋的点点滴滴，使他永远载进了中华民族的史册，牢牢的印在千千万万中国人的心中，成为我们永恒的榜样。

听——我们实验小学学雷锋的号角吹起来了！崇尚雷锋，走进雷锋，传唱雷锋，实践雷锋。看——，全体同学正在开展“学雷锋，争当文明学生”活动，同学们在活动中得到成长，雷锋精神像春风一样拂过了同学的心灵，播下乐于奉献、乐于助人的种子，一个个活雷锋不断涌现。校园里，我弯腰捡起一片纸屑，你扶起摔倒的小同学，他帮助老师同学排忧解难……我们五二班全体同学勤奋学习，互帮互助，争做文明事，争当文明人。瞧，拾金不昧的王江涛，无私奉献的吕博林，品学兼优的李慧萍……在他们身上，我看到了雷锋的

身影，在他们身上，我体会到了爱心和意志，雷锋精神正在我们的校园闪烁着耀眼的光芒！

曾记得，汶川大地震时，我们全校师生纷纷伸出援手，曾记得，我校一名学生身患白血病时，全校师生含泪倾洒爱心……一幕幕感人的画面，一件件感动的事迹，正在诠释着雷锋精神，它无声的告诉我们：雷锋，活在我们心中！

驿路梨花处处开，雷锋精神代代传。我相信，雷锋精神必将在我们身上延续！同学们，让我们行动起来吧，用自己的满腔热忱共唱一首雷锋的赞歌，让雷锋精神永驻我们的校园，让雷锋精神永驻我们的心中！

我的演讲结束了，谢谢大家！

## 残奥会精神心得体会篇四

大家下午好！

今天我演讲的题目是《弘扬五四精神》。

有人说，青春是一首歌，回荡着欢快、美妙的旋律；有人说青春是一幅画，镌刻着瑰丽、浪漫的色彩。

1919年的5月4日，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，“五四运动”绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种精神，一种伟大的“五四运动”的精神。在这种精神里，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。

我们每个人在这里求学，都有一个追求，都有一个理想，都

有一个志向，如果说学校是一片沃土的话，我们要在这里把我们的耕作变成果实，实现我们的追求；如果说学校是一支拐杖的话，我们要拄着这支拐杖攀登高峰，实现我们的志向；如果说学校是一只展翅飞翔的巨鸟的话，那她会承载着我们的希望去实现我们的理想。我们要学做一个文明的人，一个诚实的人，一个勤学的人，一个守纪的人，做一个“脱离了低级趣味，一个高尚的人”。

一个社会的文明程度取决于人的素质，一个城市的文明程度取决于市民的素质，一个学校的文明程度取决于我们每位同学。同学们，你们是否想过我们的文明与否，不仅代表着我们个人的形象，也代表着学校的形象。因此，从现在起，我们应坚决摒弃掉我们身上种种不文明的行为，养成良好行为习惯，做一个自尊、自爱、整洁、朴素大方的学生；做一个真诚友爱、礼貌待人、品德高尚的学生；做一个勤奋学习、积极向上的学生；做一个文明、健康向上的21世纪的“四有”新人。

同学们让我们携起手来，共建一个文明、美丽的校园，让我们九台一中的每一名学生都成为一个文明之人，让文明之花开遍校园的每个角落。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## **残奥会精神心得体会篇五**

工匠精神应成青年气质“工匠精神”能在社会层面激起如此大的反响，不足为奇。一言以蔽之，躁动的心需要沉潜。风来了，猪都能上天，但要长久飞天，还得能御风而行，而这御风的本事，就得靠“工匠精神”了。

对于什么是“工匠精神”，千人有千解，但有两个核心元素不可或缺：精雕细刻、精益求精。放眼当下，真正创造时代传奇的企业家，身上也都有鲜明的“工匠精神”烙印。

日本以精细化工业闻名于世，追踪溯源，正是他们匠人文化的底子，正如日本大企业家稻盛和夫所言：“企业家要像匠人那样，手拿放大镜仔细观察产品，用耳朵静听产品的“哭泣声”。”互联网时代，注重用户体验、提高用户黏合度仍是企业的核心工作，要让用户以拥有自己的产品为傲，靠的正是与众不同的那点沉潜功夫，或者说，“工匠精神”。

以“工匠精神”的角度来审视我们的日常生活，有些道理也便明了了。比如，同样从事一份工作，为什么有的人原地踏步，而有的人却得心应手，风生水起？所不同的，也许就是对工作的认知和对待工作的态度。显然，对具备“工匠精神”的人来说，工作不只是眼前的苟且，自有诗和远方。古人有句话叫“技近乎道”：技艺层面的不懈雕琢和追求，乃是为了寻求与最高的“道”相亲，正是在这样的逻辑下，产生了数不胜数的古代名匠。同样，对所从事的事业充满热爱乃至敬畏，就会把平凡的工作当作一种修行，不经意间便可能累计出极致的作品乃至非凡的成就。

如果说“互联网+”提醒我们“梦想还是要有的”，那么“工匠精神”就算是一种温和的劝勉，让我们在高喊“躁起来”的时代“想静静”，“静静”是谁？“静静”就是那个敢于为了梦想而努力沉潜的你自己。

亲爱的各位领导、同事们：

大家下午好！很荣幸在这里做大国工匠的演讲，我演讲的主题是：传工匠精神，做鲁泰工匠。

通过观看大国工匠的宣传片以及公司车间的大力宣传和弘扬，使我们了解了大国工匠的故事，并深深的被他们的故事所感动，大国工匠的故事也深深地触动了我，是我不禁反思我与他们的差距，不禁梦想向他们靠拢。

每次当我看完大国工匠的宣传片后，我就一次次的问自己，

到底什么样的工人，才是大国工匠。一定是高端科技吗？一定是独一无二吗？一定是奢华卓越吗？都不是！

那大国工匠都是什么样的工人？他们都是在第一线辛勤工作的平凡工人，他们有钳工，有捞纸工，有研磨工等等，无一例外，都是平凡的普通工人，他们不是领导，不是富翁，甚至不是高学历，但他们每一个人都靠着对职业技能的完美追求，靠着对技术的忠实传承和钻研，靠着几十年如一日专注和坚守，与平凡的工作中掌握不平凡的技能，成为国家国宝级的顶级技工，成为一个领域不可或缺的人才。

大千世界，芸芸众生，平凡永远是人生的常态。但平凡能孕育伟大，平凡的工作成就崇高的事业，平凡的岗位铸就人生的辉煌。在工作中我们要以恪尽职守的意识、热情服务的态度、严于律己的精神，时刻发扬开拓创新、积极进取的工匠精神，踏实工作、立足岗位、创先争优，只要你不甘平庸，就一定也能像大国工匠们那样在平凡岗位上演绎精彩的人生！就一定成为一名合格的鲁泰工匠！谢谢大家，我的演讲结束了！

尊敬的各位领导：

第一、什么是工匠精神？工匠精神，无外乎三点要求：一丝不苟，精益求精，一以贯之。三个词，十二个字，数十年如一日，全心全力做一件没有尽头的事。这就是我认为的工匠精神。第二、工匠精神的发展 从古至今，中国从不缺少工匠精神。中国曾是世界上最大的原创之国、匠品出口国、匠人之国！不谦虚地讲，中国匠人造就了一部匠品辉煌史。今天的中国，不仅能在高尖端科技实现领先，华为、联想、海尔、格力等中国企业也在其领域内位于世界前沿。这些成就的取得，同样是现代中国人专注走心、追求极致工匠精神的体现。时下提到工匠精神，许多人都再说德国、日本。这正如两千多年前，世界痴迷于追逐中国制造的产品一样，人们对于匠品价值的认可从未改变。德国、日本的制造都经历过

学习他国技术、仿造假冒、不断升级、直到实现自主创新的过程。

德国的工匠精神也就是近一百年多年的事儿。1871年，德国制造还处在假货和仿冒横行时代。当时英国人规定从德国进口的商品必须标注“德国制造”，以此区分劣质的德国货和优质的英国货。

知耻而后勇，德国从此开始了精工制造的征程。用了100多年时间，德国人持续不断地在各个行业，坚持和传承精益求精的工作作风，终于使德国制造成为世界上高品质的代名词。日本的工业制造是从学习欧美国家的技术、仿造开始的。1950年，日本还只能生产廉价而简单的商品。此后的20xx年，将传统的工匠精神传承于规模化制造，极大提升了日本制造的品质。1955年设立“人间国宝”制度，用以保护匠人和小型企业，并在全社会持续倡导工匠精神。

中国有20xx多年的工匠精神传承史，由于历史原因，中国的工匠精神没有在近代全面的传承。近年来，经济的高速发展也使商业伦理问题突显，部分企业为了获取短期利益缺少商业道德，假冒伪劣、粗制滥造还时有发生。只要拥有为了把事情做好而把事情做好的愿望，每个人都是匠人。在岗位上坚守本分、不断进取、努力专研，支持民族工业发展、尊重每一位匠人都是在传承工匠精神。

### 第三、企业为什么需要工匠精神？

就目前的大环境下，个人和企业都面临巨大的生存挑战。截止20xx年，寿命超过220xx年的企业，日本有3146家，为全球最多，德国有837家，荷兰有222家，法国有196家。为什么这些长寿的企业扎堆出现在这些国家，是一种偶然吗？他们长寿的秘诀是什么呢？结果是他们都在传承着一种精神——工匠精神！说到工匠精神，我第一个总能想到瑞士手表。百达裴丽、朗格、劳力士、江诗丹顿这些顶级豪表，全都产自瑞士。



一块手表价值千万，却有让人不得不服的理由：小小机械表壳里，能有744个零件，最小的细如毫发。一个顶级表匠全身心投入，一年只能制造出一块。这样的一丝不苟，让瑞士手表成功地从日用品变身奢侈品，百年不衰。很多人认为工匠是一种机械重复的工作者，其实工匠有着更深远的意思。他代表着一个时代的气质，坚定、踏实、精益求精。工匠不一定都能成为企业家。但大多数成功企业家身上都有这种工匠精神。工匠精神不是口号，它存在于每一个人得身上和心中。长久以来，正是由于缺乏对精品的坚持、追求和积累，才让我们的个人成长之路崎岖坎坷，组织发展之途充满荆棘。这种缺乏也让持久创新变得异常艰难，更让基业常青成为凤毛麟角，所以，在资源日渐匮乏的后成长时代，重提工匠精神、重塑工匠精神，是生存、发展的必经之路。

最后，希望大家把博实扛在肩上，产品放在心中，一步一个脚印的走下去，祝福博实早日实现自己的企业愿景！

## 残奥会精神心得体会篇六

大家早上好！

今天，我们在这个优雅简朴的医学大厅里，共同见证20xx届毕业生顺利完成学业的辉煌时刻。在此，我代表学校向顺利完成学业，即将踏上人生新征程的同学们表示热烈的祝贺！热烈欢迎清华大学姜胜耀副校长专程前来与同学们分享学业成功的喜悦！向为培养学生付出心血、辛勤劳动、无私奉献的全体教职工致以崇高的敬意！向寄托希望、为学生成长提供坚强后盾的亲人致以诚挚的问候！

最近经常可以看到学生在学校拍照，在近百年的四合院里纪念自己人生中的重要时刻。不禁感慨，时间真是飞逝。仿佛就在昨天，你在这个院子里参加了开幕式。现在你已经完成了学业，即将踏上新的人生旅程。现在是北京的旅游旺季。在校门口，经常有游客穿行在东单和王府井两大繁华商圈。

他们对这中间古老而宁静的庭院充满了好奇和神秘。这不免让我想起了医学界和这个院子的相似之处——中国入世：身处社会，接触形形色色的人，但仍需在喧嚣中保持一份宁静的心境，努力学习，努力修行，用佛家的仁心解除病人的痛苦。同时，由于医学知识的专业性，对普通大众来说总是充满了神秘感。

同学们，你们刚接触医学的时候，在这个大厅面前就像一个门外汉，对它充满了好奇；现在，你已经掌握了医学的知识和技能，对医学有了自己的认识和理解，已经是“宫中人”了。此时此刻，我想特别告诉你：请坚信医学的价值！请永远记住这个朴素的院落所承载的厚重历史和光荣使命！

医学总是伴随着人类社会的发展而发展。甚至可以说，人类社会的历史就是一部疾病斗争的历史。在抗生素发明之前，虽然战争不断，但战争造成的人员伤亡远远小于瘟疫带来的灾难。医学的伟大在于它对劳动力素质的保护、恢复、发展和提高的能力。医学直接关系到人类的繁衍和国力，是保证国民经济和社会发展的必要条件。统计显示，人类的平均寿命在20xx年左右，美国40年，新中国成立50年，现在平均年龄75.3岁。虽然有政治经济进步的因素，但医学的贡献无疑是巨大的。以前肺结核几乎是绝症，一声咳嗽就能把所有人吓跑，更不用说那些防不胜防，导致大量儿童死亡或残疾的传染病了。现在，很多传染病威胁人类的历史一去不复返了，这是医学的骄傲！也是人类应该永远尊重医学的原因！

正所谓乱世出英雄，盛世出名医。随着传染病的有效控制和人口老龄化，恶性肿瘤、心脑血管疾病、呼吸系统疾病和代谢性疾病等慢性非传染性疾病已成为城乡居民的主要死亡原因。我们基本解决了全民的温饱问题，健康问题逐渐成为人们最关心的民生问题。人人关注健康，人人重视健康。这是和平繁荣时代和社会进步的象征！我国在20xx年提出了全面建设小康社会的目标，“小康不小康，关键在健康”！在实现中华民族伟大复兴梦想的过程中，医疗事业的发展起着不

可或缺的支撑作用。我们正面临着国家和平崛起、民族全面复兴、医疗卫生事业快速发展的历史机遇。也是一个可以大显身手的“大时代”！

不容忽视的是，一方面，医疗刚性需求剧增。人们不仅希望能够负担得起、得到良好的治疗，还希望有舒适的医疗环境、情感和心灵的慰藉以及专业的科普，从而提高生活质量。另一方面，我国医改正处于攻坚阶段，医疗保险制度有待进一步完善，优质医疗资源短缺和分布不合理问题有待进一步改善，基层医疗服务体系有待进一步加强，全科医疗体系建设有待进一步发展，“首诊、分级诊疗”的就医模式有待全面铺开。因为这个矛盾，医患关系还是不太理想，伤害医生的事件时有发生。医务工作者劳动强度大，工作风险高，社会地位和形象面临挑战。虽然政府采取了一系列措施，但这种情况短期内仍将存在。我们也应该借此机会大声疾呼：请尊重医护人员，保护医护人员，严惩伤害医护人员的人！

医学是一门发展中的科学，有许多局限性。在我们的工作中，成功往往伴随着失望，欢乐和悲伤交织在一起。很多现象会让人犹豫和绊倒。在如此复杂的历史变革时代，一方面要从历史发展的角度理性看待这些问题，相信政府的力量和人民的眼光；坚信医学对社会的价值，医学对国家的意义。不忘初心，坚持自己的理想，永远记住他在入学仪式上的誓言：健康与生命相连！昂起头，挺起胸，坚定地走自己选择的路。

另一方面，我们要比以往更加努力，发扬技术精益求精的精神，练好内功，追求卓越。希望协和传统中“三基三严”的要求一直伴随着大家，保持终身学习的好习惯，主动学习，善于学习，向前辈、同事、书本、患者学习，用精湛的技术保证我们的医疗质量。

也希望你能记住协和早期的校训：“科学帮助人类”。“以人为本的科技”和“为人民服务”是科技发展的终极目标；医学是一门以人为研究对象，直接为人服务的科学。它比任何

一门科学都更强调人文关怀，要求医务工作者具有完善的人文素养。中国晋代的杨全写了《物论》《论医学》曾说：“丈夫之医生，非仁厚之人，不可托付；如果你不聪明，你什么也做不了。不老实不老实，不可信。”这说明“仁”、“真”、“诚”是“医者”的必要条件，“医者”应该是科技与人文精神相结合的典范。希望在今后的工作中，无论是医生还是护士，无论是科研、教学还是管理，都要有一颗“科学的大脑和人文的心”，坚守医务工作者同情、利他、奉献的职业品质，用自己的善心解除人类的痛苦，帮助增进健康，维护医学的神圣和荣誉。

选择你爱的，爱你选择的；路漫漫其修远兮，如履薄冰。

同学们，我相信母校的名字早已与你们血脉相连。在未来的岁月里，无论你身在何处，无论你是成功还是失意，协和永远是你心中的港湾。我们期待你事业有成，生活幸福。最后，衷心祝愿同学们在万里一帆风顺，前程似锦！

谢谢大家！