

最新健康人生绿色无毒心得体会(模板10篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

健康人生绿色无毒心得体会篇一

“同学们，听着。今天我们要唱军歌，《团结就是力量》会不会唱？”同学们在室内篮球场里，一齐坐在教官身前，听着教官讲着话。

乌云密布，遮住了本应灿烂的阳光，雨水匆匆地自云中喷涌而出，操场上一片潮湿，根本无法进行军训，于是，我们被安排来到了综艺楼的室内篮球场进行军训。

室内闷热，没有阳光，让人觉得十分难受。但是，雨水浇灭不了我们军训的热情，我们跟着教官，唱着军歌。“团结就是力量，团结就是力量。预备，起！”教官喊道。“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬比钢还强！”同学们跟着教官，一齐唱了起来。

“你们的声音只有这么点？我一个人的声音都比你们响！你们唱不唱得响！”教官对我们说。“唱得响！”同学们异口同声。“我听不见，唱不唱得响？”“唱得响！”同学们再次一齐证明自己的决心。

“团结就是力量，团结就是力量。预备，起！”教官大声地喊道。“团结就是力量！团结就是力量……”同学们经过了教官的激励，唱出了更响的声音。

此时，周围训练的其他班级的同学一齐望向了我們，张大了

嘴巴，似乎在赞叹，我们能唱出如此嘹亮整齐的军歌。这证明了我们的班集体是一个强大的队伍！

嘹亮的军歌，是军训的一道别致的风景线，更是我们军训生涯难忘的记忆。

军训体验和心得体会（精选篇3）

健康人生绿色无毒心得体会篇二

首段：介绍学生体验工人生活的背景和意义（200字）

在现代社会中，很多学校和教育机构都鼓励学生参加体验工人生活的活动，这种活动可以让学生更好地了解社会和实践自己的技能。我也有幸参加了这样一次活动，亲身体会了工人的生活。这次经历对我个人的成长和发展产生了深远的影响，下面我将分享我从工人生活中获得的三个心得体会。

第二段：学生身份的挑战和适应（250字）

作为学生，我在工人生活中面临了很多挑战。首先是体力上的挑战，因为工人的工作需要长时间的站立和重复的动作。这让我意识到自己的身体素质还有待提高。其次是任务的复杂性和工作的繁忙度，我需要在短时间内完成很多任务，并保持高效率。为了适应这种挑战，我加强了时间管理和组织能力，学会合理分配时间和安排任务的优先级。最后，我需要适应工人之间的团队合作和沟通。在工人中，团队合作是非常重要的，因为只有通过协作，才能高效地完成任务。我学会了倾听和沟通，尊重他人的意见和权利。

第三段：对价值观和劳动尊严的思考（250字）

通过体验工人生活，我开始重新思考价值观和劳动尊严的问题。工人是社会的基石，他们的努力和付出是社会运转的动力。在工人生活中，我看到了许多工人的努力和奋斗，他们虽然工作辛苦，但依然对工作保持热情和努力。他们不计较辛苦，只为了生活和家庭。这让我意识到，每个岗位的工作都有其困难和价值，无论是白领还是工人。每个人都应该受到尊重和赞赏，不论职业地位的高低。我也开始反思自己对劳动的态度，努力做到对工作负责和敬业。

第四段：对生活的感激和珍惜（250字）

工人生活的体验让我重新认识到生活的来之不易和珍贵。在工人生活中，我亲眼看到了一些贫困和困难的生活。这让我更加感激自己所拥有的一切，包括家庭的支持和教育的机会。我对自己的生活充满了感激之情，并且决心好好珍惜每一天。此外，我也学会了与困难相处和积极面对挑战。生活中总会有一些困难和挫折，但是只要我们保持积极的态度和坚定的信念，就能够战胜困难并继续前行。

第五段：体验工人生活的收获和启示（250字）

通过体验工人生活，我不仅提升了自己的技能和素质，还收获了更多的启示。首先，我学会了感恩和尊重他人，不论他们的职业或地位。其次，我明白了工人的辛劳和付出是社会发展的基石，我们需要给予他们更多的关注和支持。最后，我意识到每个人都应该珍惜自己的生活，不计较得失，努力追求自己的梦想和成就。通过这次体验，我的人生观和价值观得到了重新塑造，我也更加坚定了自己的未来方向和目标。

总结：

通过体验工人生活，我不仅仅是了解了工人的辛苦和困难，更重要的是，我在这个过程中收获了自我成长和发展。我学会了适应挑战，思考价值观和劳动尊严，珍惜生活和感恩他

人的付出。这次体验对我的未来发展起到了重要的影响，我会继续学习和成长，为社会的发展贡献自己的力量。

健康人生绿色无毒心得体会篇三

职场如战场，很多人在里面绞尽脑汁、费尽心智，既要迎合领导的意图，又要搞好同事关系，因此往往需要学习一些职场之术，其实孔夫子早在两千多年前的《论语》中就已经教给了我们许多的道理，这些在今天的职场中同样适用。

一、小不忍则乱大谋

“小不忍则乱大谋”，这句话在民间极为流行，甚至成为一些人用以告诫自己的座右铭。、的人，不应斤斤计较，更不应在小事上纠缠不清，而应有开阔的胸襟和远大的抱负。只有如此，才能成就大事，从而实现。在职场中，往往有很多表面上看起来是吃亏的事情，比如工作的调动，环境的变迁等等。面对这些事情，我们应该做到能够泰然处之，“小不忍则乱大谋”，心胸开阔，目光放远一些。看这些事情对自己的`长远发展是否有利，而不去做匹夫之勇。

二、重物之，必察焉；众好之，必察焉

这句话含有两方面的意思，一是说明了决不人云亦云，不随波逐流，不因众人的是非标准影响自己的判断。要经过自己的独立思考和理性的判断，然后作出结论；二是一个人的好与坏不是绝对的，在不同的形势、不同的人心目中，往往会有很大的差别，所以应该用自己的标准去评判他。*往往欣赏的是、有主见的年轻人，这样的人才能独当一面，今后才能有更好的发展。

三、工欲善其事，必先利其器

四、人无远虑，必有近忧身处这个信息时代，社会工作的一个特点就是各种节奏很快，知识体系和技术的更新速度之快，要求我们不断地学习新的东西，按时“充电”。即使身处一个比较安逸的环境，也应该“居安思危”，考虑以后形势的变动对自身发展的影响。如果不思进取、得过且过的话，总有一天会被淘汰。

五、躬自厚而薄责于人，则远怨矣

人与人相处难免会有各种矛盾与纠纷，为人处事应该多替他人考虑，多从他人的角度看待问题。所以，一旦发生了矛盾，应该多做自我批评，而不能一味指责他人的不是。责己严，待人宽，这是保持良好、和谐的人际关系所不可缺少的原则。职场中人与人相处并不像有些人说的全都是尔虞我诈、欺上瞒下，很多时候还是需要真诚相处的。同事之间产生了矛盾，不要针锋相对、一味地去挑对方的毛病，那样只会同事之间的，无利于职场和睦。首先应该检讨自我一下，自己是否有什么过错，是否对对方产生了伤害，站在他的立场上审视自己。少一些责难，对人对己都是有益的。

六、中庸之为德也，其至矣乎

中庸是孔子和儒家的重要思想，尤其作为一种道德观念，是孔子和儒家尤为提倡的。中庸属于道德行为的评价问题，也是一种德行，而且是最高的德行。宋儒说，不偏不倚谓之中，平常谓庸。中庸就是不偏不倚的平常的道理。中庸又被理解为“中道”，“中道”就是不偏于对立双方的任何一方，使双方保持均衡状态；中庸还可以称为“中行”，“中行”是说人的举止、德行都不偏于任何一方，对立的双方互相牵制，互相补充。总之，中庸是一种折衷调和的思想。

中庸之道与没有原则、人云亦云不同，这是一种必要的协调必不可少的关系。在职场中很多时候往往需要这种为人处世的，因为职场也是一个，如果一味地讲究个性，没有团体合

作意识，会搞得一团糟，也不利于集体的发展。因此，在不违背原则的情况下，保持一个中庸之道，确实是在是明智之举。

健康人生绿色无毒心得体会篇四

生活中的种种经历和感悟，渐渐地铺展开来，形成了我们独特的人生故事。有时候，我们会在某个特定时刻，对自己的人生进行深入反思和思考，反思自己曾经经历过的事情以及从中获得的经验和体会。作为一个立志成为作家的我，我也逐渐发现了人生中一些重要的特点和心得，正如这个题目所言，这是一次“特辑”式的体验人生。以下就是我对这次特别体验的心得体会。

第一段：回忆过去，重温初心

回首往事，我发现自己的人生也有一些特别的瞬间。然而，我之所以认为它们是特别的，是因为这些经历触动了我的内心，让我清晰地认识到人生的真谛。例如，我曾经参加过一次慈善活动，在与那些需要帮助的人交流时，我真切地感受到了他们的痛苦和对生活的渴望。这一经历让我明白了人生的价值，让我重新认识到为他人付出的重要性。正是这些经历让我重新审视了自己的初心，并找到了坚持下去的动力。

第二段：体验多元，开阔眼界

踏出自己的舒适区，去体验一些从未尝试过的事情，正是拓宽视野的最好方式。比如，我参加了一次世界旅行，在不同的国家和文化中，我看到了世界的多彩和丰富。这次旅行不仅让我欣赏到了各种美景和风土人情，更重要的是，我学会了尊重和理解不同的文化和价值观。这次体验让我明白，人生是多元的，只有保持开放的心态，才能真正领略到人生的丰富和多彩。

第三段：挑战自我，超越极限

人生是一场不断挑战自我的旅程。只有不断地挑战自己，才能不断超越自己的极限。在人生的特辑中，我也曾经历一些困难和挫折。例如，我曾经尝试写一本小说，但却遭遇了写作困境。然而，我没有放弃，通过不断努力和學習，我终于完成了这本小说，并获得了许多读者的好评。这次经历让我明白了一个道理：只有勇于面对困难和挫折，才能找到真正属于自己的成功。

第四段：珍惜当下，感恩有你

在这段特别的人生旅程中，我也遇到了很多人，给了我帮助和支持。他们让我明白了人与人之间的互助和关爱的重要性。无论是家人、朋友还是陌生人，他们的存在都让我感到温暖和勇气。因此，我学会了珍惜当下，并且感恩拥有这些爱与关怀。我也渐渐明白，人生的真正意义在于与别人分享快乐和困难，共同度过每一个难忘的时刻。

第五段：展望未来，坚持梦想

特辑结束了，但生活还在继续。在这次特殊体验之后，我更加明确了自己的人生目标和梦想。我希望能够成为一名优秀的作家，通过文字传递真情和思考。我知道这不会是一条容易的路，但我决心坚持走下去。我相信，只要心怀梦想，坚守初心，不断学习和成长，我一定能够实现自己的人生价值。

总结起来，这次体验人生特辑是一次难忘的旅程。通过回忆过去，体验多元，挑战自我，珍惜当下，展望未来，我更加明晰了自己的人生轨迹。在这个旅程中，我发现了人生的真谛和价值，也找到了自己的梦想和目标。我相信，只要坚持不懈地努力，我一定能够在这个广阔的人生舞台上演绎出精彩的篇章。

健康人生绿色无毒心得体会篇五

公司组织全体人员参加了“历奇培训体验中心”指导进行的拓展培训，两天的培训让我感受到了融汇公司员工的活力与团队精神，做为销售部的一名成员，两天的拓展训练，虽然感到劳累，但通过精心设置的各类富有寓意的游戏活动，自身获益匪浅。

通过“毕业墙”活动，我感受到了同事之间互相配合互相照顾，当自己在毕业墙下为同事护航时，自身更感受到了压力与责任，我如何能让此时无依无靠的同事不受伤害，这种压力和责任让自己每走一步都要想到同事的安全，让自己小心翼翼；同样，做为销售部成员，我要努力做好自己的本职工作，明确自己的责任和压力，要更认真，更仔细的去对待每一位客户，做好当下的工作。

这是“信任背摔”这项活动带给我的收获，当自己信任同伴能接住自己时，自己很舒服的倒在了同伴有力的臂膀中，当不信任同伴而臀部先向下掉落时，由于受力点集中，增加了部分同伴的压力而不能让这种压力平均的传递给所有同伴，既让自己非常不舒服，也让部分同伴受到伤害；同样，在我们的工作中，销售部虽然是公司的排头兵，但与公司的各个部门都关系紧密，我是前方，公司就是后方，只有前后方之间互相信任，互相支持，并不断进行换位思考，才能让公司更加具有竞争力。

这是“大海捞针”这项活动带给我的启示。我们做这个游戏时，一开始未进行认真的思考，盲目的进行，第一次做出来的结果离目标要求差距甚远，如果事先充分理解教练的要求，先认真分析，将事半功倍，正所谓磨刀不误砍柴工；结合自身目前的工作岗位及性质来看，首先要认真了解、分析客户的要求，针对客户情况做好分析，确定方案然后在去实施，或许比现在做完之后再修改更能提升效率，也更能满足客户的需求。

这是整个训练中感触最深的一点；在“团队圆”游戏中，大家由多根小绳子绑在手臂为支撑点围成一个圆圈，让同伴从绳上踩过，这个游戏告诉我，每个人都是团队的支点，必须依靠团队的力量共同完成，让我感受到了团队协作和支持的力量；回到日常工作中，我认为，做为销售部的一员，同样要做好与各个部门的沟通、协作，只有这样才可以形成合力，也就可以生成巨大的战斗力。

有人说，拓展是体验下的感悟。更是身体力行下的收获。我们所处的位置不同，决定了我们欣赏到不同的风景。但无论我们体会到了什么，相信这都是积极的，是有助于融汇团队建设的，也是增强公司凝聚力，增强公司荣誉感的一种很好的方式，亦是提升工作氛围、提高工作效率的一个有效途径。

衷心感谢我们的教练、公司领导和同事。此次拓展训练是非常成功的，虽然只有短短两天时间，拓展培训所给予我们的启发和经验却是一笔永久的财富，无论我们身处何种岗位、承担哪些职责，只要用心体会都会从拓展培训中获益良多。在今后的工作中我愿意和我们的领导、同事们一起探讨，一起努力，去完善我们这个大团体，去开拓更广阔的天地。

健康人生绿色无毒心得体会篇六

作为学生，我们每天都在校园中度过，接受着丰富多彩的学习生活。然而，很少有机会真实地体验工人生活，了解他们的辛劳和付出。而最近，我们学校组织了一次学生体验工人生活的活动，让我们亲身感受了工人劳动和心得。在这次活动中，我从中汲取了许多启示，获得了新的认识。

第二段：工人的辛劳与奉献

在工人生活体验中，我意识到工人劳动的辛劳是如此巨大而被忽视。他们每天早早起床，穿梭于工地、工厂或办公室之间，辛劳地工作数小时，用自己的努力为国家和社会做出贡献。

他们的工作环境刺眼刺鼻，空气浑浊，却毫无怨言地坚守岗位，默默付出。这让我深感惭愧，因为我经常抱怨学习的压力和繁重的课业，却常常忽视了别人的辛苦。

第三段：对待工作的态度与价值观

通过体验工人的生活，我深刻地认识到工人们对待工作的态度和价值观。他们执着于工作，尽职尽责，追求卓越。他们灵活应对工作中的各种挑战，充满工作的激情和热血。与此同时，他们将工作视为一种自我实现的途径，通过工作来展示自己的才华和价值。这种态度和价值观使我深受触动，激励我更加努力地学习和工作，珍惜时光。

第四段：学习与工作的平衡

在体验工人生活的过程中，我也意识到学习与工作的平衡有多么重要。工人明确知道工作是为了养家糊口、供孩子上学和生活所必需的，而学生则应当明白学习是为了将来的成才和付出更多社会贡献。工作和学习都是必要的，我们要学会平衡，在学习的同时也要注重实践经验的积累，培养动手动脑的能力，提升自身的价值。

第五段：珍惜学生时光

体验工人生活的过程中，我也明确了要珍惜自己的学生时光。与工人生活相比，学生生活更加充实而丰富。我们拥有很多资源和机会，能够大胆尝试和探索，不断丰富自己的知识和经验。而与此同时，我们也要意识到，学生时光是有限的，如果不好好利用，将来或许会后悔。所以，我要珍惜学生时光，努力学习，追求卓越。

总结：

通过这次体验，我收获了巨大，深刻认识到工人辛劳的付出

和工作的价值。我将保持对工人的尊重和感激之情，学会平衡学习和工作，珍惜学生时光，努力成为一个有价值、有意义的人。同时，我也希望能够通过自己的努力，为社会做出贡献，回报社会。这次体验工人生活的活动将成为我人生中宝贵的一课，深远影响着我的成长和发展。

健康人生绿色无毒心得体会篇七

不要对孩子娇生惯养，能够制造一些挫折，考验孩子的毅力。

对孩子的要求要严，让孩子克服困难，逐渐加大，并且必须坚持到底，直到有效为止。

根据孩子的特点，父母能够经过讲故事，看电影，参加烈士纪念馆，阅读书籍等，让孩子学习典型人物，启发自我教育，培养坚忍不拔的毅力。

正确的爱孩子是培养孩子良好性格的基础。父母要恰当的爱孩子，必须将爱和严格统一起来。父母在行为品质方面严格要求孩子，孩子当然会苦一些，但从长远来看，这有助于他们培养良好性格。怕孩子吃苦，过于迁就孩子，可能造成日、他们的任性、依靠性强的性格特点，在今后的人生道路上吃不了苦。事实上，孩子将来幸福与否，更受其性格的影响。

梦想是人格的核心。梦想是经过父母、教师、社会的启发引导，在孩子的内心逐渐构成的一种自觉追求，父母不能代替孩子规定目标，确定梦想，并强加给他们。孩子单纯而幼稚，他们常常会因为读了一篇令其感动不已的文章而想长大了当作家，因参观了自然博物馆而想当科学家，也可能因为遇到一个可亲可爱的教师，便立志自我长大以后也要当教师。对孩子这些想法不要轻易否定，要鼓励他们进取向上的雄心壮志，随着年龄的增长，根据不一样孩子不一样优势的显现，再把他们逐步引向适当的方向。

健康人生绿色无毒心得体会篇八

人生是一段充满各种经历和挑战的旅程。在这个过程中，我们会经历成功和失败、喜悦和挫折，而这些经历和挑战塑造了我们的性格和价值观。在这篇文章中，我将分享我对体验人生的心得和体会。

第一段：追求激情和目标

首先，体验人生对我来说意味着追求激情和目标。在我们的一生中，我们应该找到真正激发内心的事物，并努力追求它们。无论是对工作的热爱，还是对某个特定领域的探索，这种激情能够驱使我们变得更加积极主动和充实。同时，确定一个明确的目标也可以给我们提供方向和动力，使我们不会迷失在人生的旅程中。通过追求激情和目标，我发现自己可以不断成长和改变，这是体验人生最重要的一部分。

第二段：接纳失败和挑战

其次，体验人生还意味着要学会接纳失败和挑战。在人生中，失败是难以避免的一部分。然而，失败不应该被看作是终点，而应该被看作是继续前进的一个机会。失败使我们学会坚持和不懈努力，同时也让我们对自己和周围的世界有了更深刻的理解。挑战则是我们成长和进步的机会。它们能够锻炼我们的决心和毅力，使我们变得更加强大。经历了失败和挑战，我学到了勇敢面对困难的重要性，这是体验人生的一种必备技能。

第三段：享受当下和珍惜人际关系

在追求激情和接纳失败的过程中，我们也应该学会享受当下和珍惜人际关系。时常停下脚步，思考并感受周围的美丽和幸福，这让我们拥有满足感并更加珍惜生命的每一刻。人际关系是我们人生中最重要的一部分。我们需要建立和培养真

诚和深厚的人际关系，这不仅会带给我们温暖和支持，也会在我们需要时能够予以帮助和理解。通过现在和认识与他人的关系，我明白了小事的重要性，珍视友情和亲情。

第四段：探索未知和寻找内心的平静

体验人生还需要我们勇敢地探索未知和寻找内心的平静。我们生活在一个多元化和不断变化的世界中，我们无法预测未来的发展和变化。因此，我们需要能够适应变化并放下对结果的执着。同时，我们也应该追寻内心的平静，通过冥想、瑜伽或其他方式来平静内心，以便更好地应对挑战和压力。通过探索未知和寻找内心的平静，我学到了乐观和宽容的价值，同时也体验到了内心和谐的力量。

第五段：感恩和回馈社会

最后，体验人生还需要我们怀着感恩之心并回馈社会。在我们追求梦想和目标的过程中，我们不应该忘记身边的人和我们所受到的恩惠。我们应该珍惜并感激他们。同时，我们也应该回馈社会，帮助那些需要帮助的人。回馈社会不仅能够让我们感到快乐和满足，同时也能构建一个更加和谐和美好的社会。通过感恩和回馈社会，我学到了谦卑和慷慨的重要性，并体验到了分享和帮助的力量。

总结：

体验人生是一项全方位的旅程，它要求我们追求激情和目标、接纳失败和挑战、享受当下和珍惜人际关系、探索未知和寻找内心的平静，以及怀着感恩的心回馈社会。通过这些心得和体会，我变得更加成熟、乐观、宽容和有爱心，我开始更好地理解并欣赏人生的美好。无论人生带给我们什么，关键是我们如何去体验和回应。体验人生，尽情生活！

健康人生绿色无毒心得体会篇九

马湾小学——赵玉梅

经过这几年的数学教学，我颇有感触。在新课程的标准下，学生需要在自主探究中体验“再创造”，在实践操作中体验“做数学”，在合作交流中体验“说数学”，在联系生活中体验“用数学”。学生体验学习，是用心去感悟的过程，在体验中思考、创造，有利于培养创新精神和实践能力，提高学生的数学素养。而传统的数学教学是学生被动吸收、机械记忆、反复练习、强化储存的过程，没有主体的体验。然而在新课程中，教师只不过是学生自我发展的引导者和促进者。而学生学习数学是以积极的心态调动原有的认知和经验，尝试解决新问题、理解新知识的有意义的过程。

《数学课程标准》提出：“要让学生在参与特定的数学活动，在具体情境中初步认识对象的特征，获得一些体验。”所谓体验，就是个体主动亲历或虚拟地亲历某件事并获得相应的认知和情感的直接经验的活动。让学生亲历经验，不但有助于通过多种活动探究和获取数学知识，更重要的是学生在体验中能够逐步掌握数学学习的一般规律和方法。教师要以“课标”精神为指导，用活用好教材，进行创造性地教，让学生经历学习过程，充分体验数学学习，感受成功的喜悦，增强信心，从而达到学会学习的目的。

第一、自主探究——让学生体验“再创造”。实践证明，学习者不实行“再创造”，他对学习的内容就难以真正理解，更谈不上灵活运用了。如学完了“圆的面积”，出示：一个圆，从圆心沿半径切割后，拼成了近似长方形，已知长方形的周长比圆的周长大6厘米，求圆的面积（下图）。乍一看，似乎无从下手，但学生经过自主探究，便能想到：长方形的周长不就比圆周长多出两条宽，也就是两条半径，一条半径的长度是3厘米，问题迎刃而解。

教师作为教学内容的加工者，应站在发展学生思维的高度，相信学生的认知潜能，对于难度不大的例题，大胆舍弃过多、过细的铺垫，尽量对学生少一些暗示、干预，正如“教学不需要精雕细刻，学生不需要精心打造”，要让学生像科学家一样去自己研究、发现，在自主探究中体验，在体验中主动建构知识。

第二、实践操作——让学生体验“做数学”。教与学都要以“做”为中心。陶行知先生早就提出“教学做合一”的观点，在美国也流行“木匠教学法”，让学生找找、量量、拼拼，因为“你做了你才能学会”。“做”就是让学生动手操作，在操作中体验数学。通过实践活动，可以使学生获得大量的感性知识，同时有助于提高学生的学习兴趣，激发求知欲。

对于动作思维占优势的小学生来说，听过了，可能就忘记；看过了，可能会明白；只有做过了，才会真正理解。教师要善于用实践的眼光处理教材，力求把教学内容设计成物质化活动，让学生体验“做数学”的快乐。

第三、合作交流——让学生体验“说数学”。这里的“说数学”指数学交流。课堂上师生互动、生生互动的合作交流，能够构建平等自由的对话平台，使学生处于积极、活跃、自由的状态，能出现始料未及的体验和思维火花的碰撞，使不同的学生得到不同的发展。因为“个人创造的数学必须取决于数学共同体的‘裁决’，只有为数学共同体所一致接受的数学概念、方法、问题等，才能真正成为数学的成分。”因此，个体的经验需要与同伴和教师交流，才能顺利地共同建构。让学生在合作交流中充分地表达、争辩，在体验中“说数学”能更好地锻炼创新思维能力。

生机和活力；让学生体验成功，会激起强烈的求知欲望。同时，教师应该深入到学生的心里去，和他们一起历经知识获取的过程，历经企盼、等待、焦虑、兴奋等心理体验，与学

生共同分享获得知识的快乐，与孩子们共同“体验学习”。

健康人生绿色无毒心得体会篇十

随着期末的尾声，这个寒假，初一五班的各位同学迎来了第一次正式正规的社会活动体验。法国作家雨果曾言：“所谓活着的人，就是不断挑战的人，不断攀登命运峻峰的人。”敢于接受挑战是我们中学生应具备的基本素质。这次，我们几个同学承接了“进社区”这一活动。

带着点激动和兴奋，我们来到了本次的活动地点——xx街社区，分成两队，开始工作。

这次活动，既有点辛苦，又有些不同的收获。想想这一天，确实与学校的快乐生活有所不同：铲除整整一个小院的树叶工作量较大；没有老师的指导，束手无策、无从下手，还多亏了老人的帮助；没有合适的工具，还需要自己用手，搞不好会弄得羽绒服沾上脏兮兮的灰尘和油污，变成一个“大花脸”……相比之下，倒是羡慕与老人沟通、表演节目的同学们。

尽管工作枯燥繁琐，但确实实锻炼了我们，使我们在社会中的服务精神得以提升，使我们在社会中增长见识，学会正确与人沟通、交往，与他人合作，体会了老年人的生活不易。

这次亲身的社会体验让我有了深刻感触。不仅仅是我，在进行活动的所有同学的眼中，这不仅是一次实践，也是一次人生经历，更是一生宝贵的财富。在今后，我们要参加更多的社会体验活动，奉献社会，磨炼自己的同时让自己的认知更多更广，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，为自己全面发展打好坚实的基础。

1.社区活动体验日记

2.拓展体验心得体会

3.体验教学心得体会

4.社区实地调研心得体会

5.社区服务心得体会

6.社区服务的心得体会

7.社区实习心得体会

8.社区工作心得体会