

环境保护活动总结幼儿园(通用5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面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。

心得体会的封面怎么写篇一

今年暑假我有幸参加了聊城市2012年中小学骨干班主任培训。为期三天的培训，我的收获很大，感触颇深。讲座的专家和骨干班主任从班主任工作理念到方法和策略，从不同的角度诠释了该如何做一个优秀的班主任。通过这次培训使我清楚地认识到，新时期班主任工作应具备一定的技巧和素质。班主任工作是一项专业性很强，对自身素质要求很高的工作，我们常常听到这样的一句话，有什么样的班主任，就有什么样的学生。下面我简单的谈谈这次培训后的几点感受：

一、树立班主任自身的形象，给学生以良好的形象教育。

1、班主任要处处以身作则，起表率作用。凡是要求学生做到的，自己首先要做到，正人先正己，如果求学生遵守纪律，不迟到不早退，班主任自己就要认真遵守教学工作制度；要求学生在學習上要刻苦认真，那么班主任在教学中就必须做到“认真”二字；要求学生的言行要符合社会道德规范，那么班主任的言行行为就要对学生产生良好的影响，处处起示范作用，成为学生学效仿的楷模。班主任的言语要充分反映高尚的师德情操，行为要充分体现人民教师的形象。

2、班主任要在学生中建立威信，树立良好的形象，获得学生的充分信任。班主任威信的建立，主要是通过树立良好的形象来实现的。良好形象的树立，关键在于平时的言行。班主任的一言一行、一举一动，都应在学生中产生好的影响，起

表率示范作用。平时的言行是建立威信的基础。树立了良好的形象，建立了威信，获得了学生的信任，班主任工作就能顺利开展。

二、在实施对班级学生的管理教育中，班主任应切实做好以下几个方面的工作：

1、要细心全面了解掌握学生各方面的情况，如家庭情况、学习情况、学生的个性特点等。全面了解掌握班级每个学生的不同情况，在对学生进行管理教育的过程中，才能针对每个学生的不同情况采取不同的管理教育方法。可以说了解掌握学生各方面的情况，是做好班主任工作的前提。

特别要花较多的精力认真做好不良言行学生的教育工作。对有不良言行学生，要多进行个别疏导，尽量不要在大众场合当着众人的面点名批评教育，避免学生产生抵触、对抗心理。要让学生有机会悄悄地改正缺点错误，使之自觉养成良好的道德行为习惯。

3、要关心学生的学业，激发学生的学习兴趣，使学生建立学习信心。班主任要从各科任课老师那里了解学生的情况，无论学生成绩的升降，都要随时给学生鼓励、加油。尤其是对成绩差的学生，要多给予鼓励、支持、指导，激发他们的学习兴趣，使之建立学习的自信心。对偏科的有业余爱好的学生，要多做引导，使之全面发展。要使所有的学生始终保持刻苦努力、积极进取的心理状态。

4、要关心学生的生活，帮助学生克服生活上的困难，使学生能专心致志的学习。特别是家庭经济困难的孩子，不可避免地会存在生活上的困难，往往有学生缺少学习用品、突然生病的情况，对此，班主任要主动过问，并要尽最大的能力帮助学生克服生活中遇到的困难。在生活上对学生的关心，将会获得学生心底的爱戴和尊重。

5、要把学生当成自己的子女，当好学生的家长。班主任要把每一个学生都当作是自己的子女一样看待，无论学习成绩是好是坏，怎样调皮，都不另眼看待。对每一个学生既要严格要求、疏导、批评，更要细心爱护、关心、鼓励。学生有进步，就像自己的孩子有了进步一样感到高兴，学生有缺点，就像自己的孩子有缺点一样感到内疚。只要把学生当成自己的子女一样管教，班主任工作的效果会十分出色。

6、要经常接近学生，做学生的朋友。班主任在课余时间经常接近学生，与学生交谈。通过交谈，一可了解学生各方面的情况，二可沟通师生的思想感情。要做学生的朋友，班主任一定要心诚，当了解到学生有不良言行时，不要随便对其家长“告状”不要随便得在他人面前给予指责。学生觉得班主任不会伤害他，能够友好地帮助他，对班主任就有信任感，就能主动的没有任何顾虑的向班主任输送关于思想、行为、学业、生活等方面的信息。这样，班主任的工作就容易顺利开展。

7、要用爱心去帮助后进生，做好后进生的转化工作。不然，后进生的成绩就会一塌糊涂，甚至还有打架、逃学、撒谎、违反校纪校规、不完成作业等，其面目可憎，令人心烦。对这样的后进生，班主任不能歧视，不能放任不管，一定要用爱心去对待他们，用爱心去教育他们。首先要认真找出后进生的“病因”然后对症“下药”；第二不要伤害后进生的自尊心，因为每个人都有自尊的心理需求；第三要让后进生摆脱自卑感，树立自信心；第四做后进生的转化工作要持之以恒，要有耐心、有信心，万不能急于求成。只要班主任用爱心去帮助后进生，并采取恰当的教育方法。后进生的转化工作必将起到良好的效果。

通过这次培训，我要把学到的经验、方法都运用到班主任工作实践中去。为了对学生实施素质教育，扎实而有效地做好班级工作，对自己的班主任管理要不断地反省，不断地总结，不断地进行创新。力争做一个学生喜欢，家长满意，教育上

称职的优秀班主任。

心得体会的封面怎么写篇二

一位哲人说过：没有一颗善良的灵魂，就没有美德可言。师德是教师的良心。当一个教师不断充实、完善自身，使思想达到一定境界时，一切都变成了自然的行为，学生也会自然地感受到老师。从教师爱岗敬业的情感到乐业、勤业、精业的实践，教师的身传言教到教师的自我修炼，从教师学而不厌的钻研进取到教师诲人不倦的忘忧情怀，等等，形成了教师职业道德的规范体系，无不包含着何以为善的道德策略。培养良好的师德，我认为应该做到以下几点：

一、热爱教育事业,献身教育事业是师德的思想基础

教师是太阳底下最崇高的事业。人们常把教师比喻为红烛、人梯、春蚕、铺路石，意在表达教育这一职业的无私和伟大。所以，教师从自己执教之日起，就该对教师这一职业有充分的认识，才能彻底清除拜金主义、仕爵主义观念，把自己的全部心血奉献给自己所从事的教育事业，象陶行知所说的那样：捧着一颗心来，不带半根草去，无论何时，都能够理直气壮地说，投身教育事业，我终生无悔。

二.热爱.尊重学生是师德的基本要求

教育是爱的共鸣，是心和心的呼应。教师只有热爱学生，才能教育好学生，才能使教育发挥最大限度的作用。可以说，热爱学生是教师职业道德的根本。对学生冷漠，缺乏热情，决不是一个有良好师德的好教师。教师爱学生体现在严和慈上。常言道：严师出高徒。又说：严是爱，宽是害。对学生不严格要求，严格训练，是难以培育出跨世纪的可靠接班人和合格的建设者。自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。所以，对学生不严不行。当然，严要得法，严要有度，不能按法西斯式的训练来要求。慈，就是对学生要关心、爱护、宽容、

尊重。充分鼓励学生的自尊和自信，关心学生的学习和成长进步，使学生全面发展。

三. 为人师表是师德的核心

教师是人类灵魂的工程师，为人师表是教师最崇高的荣誉，也是教师的神圣天职。二十一世纪的中国，不仅在经济发展上将上一个新台阶，而且在社会主义精神文明建设上更将跃上一个新高度。作为一个人民教师，负担着全面提高国民素质、提高全体人民，特别是青少年一代文明程度的直接责任。教育者先受教育。只有最大限度地提高教师为人师表的水平，才能胜任人民教师的历史使命，无愧于人民教师的光荣称号。这就要求教师要时时处处以身作则，为人师表，凡要求学生做的自己必须先做到做好。比如要求学生不迟到早退，教师自己就不能迟到早退；要求学生文明礼貌，教师自己言谈举止切切不可粗鲁；要求学生遵守行为规则，教师应自觉遵守教师守则。否则，光要求学生，而自己又不身体力行，反而胡作非为，学生就认为这样的老师言行不一，出尔反尔而不可信赖。正如孔子所说：其身正，不令而行，其身不正，虽令不从。正说明这个道理。

四. 教好书是师德的关键

教师要把自己的学生培养成为全面发展的有用人才，就必须把书教好。这就要求教师要具渊博知识。在知识的海洋里，宇宙间的任何事物都只有其中的一朵浪花，一粒泥沙，而教师如同一叶扁舟，常年累月航行于其中，将一批又一批渴望成才的求知者送达理想的彼岸，风雨无阻，无怨无悔。浪头上行舟，难免惊心动魄，但也有欣慰与欢畅，谁说不是呢？选择了教师职业就选择了艰辛和挑战。胸无点墨，混迹社会，腰缠万贯者大有人在，但我们无法想象，更不能容忍一个滥竽充数的教师堂而皇之立于那些求知若渴者目光聚焦的神圣讲坛。

所以，教师要有进行教育所需的扎实而宽厚的基础知识和专业知识，要透彻地懂得所教学科。仅仅熟悉教学大纲和本学科内容是不够的，教师的知识应比这宽广得多。通常说：教师要给学生一杯水，自己必须有一桶水。教师还应具备多方面的爱好和才能。因为正在成长中的少年儿童具有强烈的好奇心和求知欲，他们对任何事物都感兴趣，上至宇宙太空，下至海洋生物，从远古时代到未来世界他们什么都知道，并认为教师什么都知道。这种好奇心加求知欲是发展智力的动力，教师应珍惜它，而不能扼杀。这就要求教师要多才多艺，和学生打成一片，指导学生开展丰富多彩的活动。所以，教师要终身不断学习，不断开拓，更新自己的知识。正如加里宁所概括出的辩证过程：教师一方面要奉献出自己的东西，另一方面又要像海洋一样，从人民中、生活中吸收一切优良的东西，然后把这些优良的东西贡献给学生。

陶行知先生曾说过：学高为师，德高为范。作为一名人民教师，不仅要具有广博的知识，更要有高尚的道德。教师该如何培养崇高的职业道德哪？正如有人说的那样要人敬的必先自敬，重师重在自重。教师要自敬自重，必先提高自身的职业道德素养。通过此次暑假期间学校组织师德师风教育学习，我对新时期的师德师风无论是理论上还是实践上都有了新的认识，我认为作为一名新时期的合格的人民教师必须要具备以下素质：

一、更新教育观念

当今时代，科学发展高度分化又高度综合，人类社会越来越清晰地呈现出整体性、综合化的发展趋势，要求教育全方位地开发学生的潜能，培养具有综合文化素养与创新精神的人才，促进人的全面发展。新一轮的课程改变在全国范围内轰轰烈烈地进行着，要求我们每一位教师尽快转变教育观念，以学生的发展为主、培养创新型的学生、学生对生活有用的知识、转变师生关系等等，这些都是新课程下的教育观念。所以在教学中我们以学生为主体，教师为主导。改变以往的

应试教育，实施素质教育，注重学生的学习过程，培养学生的学习和思维能力和思维能力。努力使自己成为与时代共同进步的学者。

二、爱岗敬业

有人说：教师的职业是神圣的，它把野蛮变成文明，把无知变成渊博。当今社会，有些人把名誉、金钱、权利看成是衡量一个人价值高低的法码，这些人朝思暮想，梦寐以求，想得到这些东西。而这些东西，只不过是身外之物，过眼烟云。为党的教育事业无私奉献，才是我人生最有价值的，最可宝贵的。要热爱教育事业，要对教学工作有鞠躬尽瘁的决心。既然我们选择了教育事业，就要对自己的选择无怨无悔，不计名利，积极进取，开拓创新，无私奉献，力求干好自己的本职工作，尽职尽责地完成每一项教学工作，不求最好，但求更好，不断的挑战自己，超越自己。

三、加强政治学习，不断提高政治素养

在暑假期间学校组织我们学习了《教师职业道德规范》等提高教师政治素质的文件和书籍，并观看了《师德启示录》。特别是学习了《师德标兵先进教师事迹》之后，我受到震撼，在重庆开县的特大井喷和特大洪水中，广大人民教师舍己救人，学生的生命高于一切的崇高使命让老师们不畏死亡，牺牲家人，更不顾自己。因为我们是人民教师，在灾难面前我们首先想到的是学生，首先保护营救学生。这句话说得多么好啊！这才是时期的人民教师。同时我们还听取了教育专家成尚荣师德专题报告，通过这些师德报告及先进事迹的学习，我更深刻地认识到教师职业道德的重要性，也更要提高教师道德的修养。

四、热爱学生

爱心是师德素养的重要表现。在学习了师德标兵先进事迹后，

让我更懂得了没有爱就没有教育、师爱是师德的灵魂、用心去爱每一位孩子。也更得了对教育事业的无怨无悔的责任感和奉献精神，对所有孩子的真诚无私的爱。同时更让我感动的是：无论在生活上还是学习上，老师时时刻刻关爱学生，特别对那些学习特困生，更是要特别的爱给特别的你。切忌易怒易暴，言行过激，对学生要有耐心，对学生细微之处的好的改变也要善于发现，并且多加鼓励，培养学生健康的人格，树立学生学习的自信心，注重培养他们的学习兴趣。

五、孜孜不倦，积极进取

有句话说的好，没有学不会的学生，只有不会教的老师。学生们的学习基础、心理特点、兴趣爱好、家庭背景各有不同，学习上存在差异是客观现象，作为老师，我们要做的首先是不不要把学生分为三六九等，不要歧视成绩差的学生，要充分的尊重学生。从学生实际出发，研究教育对象，把荣誉给每一个孩子。这就向老师提出了更高的要求，不断提高自身素质，不断完善自己，以求教好每一位学生，不放弃每一名学生。怎样提高自身素质呢？这就要求我们一定要与时俱进，孜孜不倦的学习，积极进取，开辟新教法，并且要做到严谨治学，诲人不倦、精益求精，厚积薄发，时时刻刻准备着用一眼泉的水来供给学生一碗水。

六、以身作则、率先垂范

学高为师，身正是范。学识与品德永无止境，致真、致善是教师一生的追求。古往今来，从教人员无论社会上称之为先生还是呼之为教师无论众人评定他们社会地位是高，还是低；无论领到的薪水是多，还是少；在人们的眼里，教师的职业是崇高的，是倍受世人尊重的。教师的一言一行对学生的思想、行为和品质具有潜移默化的影响，教师一言一行，一举一动，学生都喜欢模仿，将会给学生带来一生的影响，因此，教师一定要时时处处为学生做出榜样，凡是教师要求学生要做到的，自己首先做到；凡是要求学生不能做的，自己坚决不做。

严于律己，以身作则，才能让学生心服口服，把你当成良师益友。

总之，作为一名人民教师，我们要从思想上严格要求自己，在行动上提高自己的工作责任心，树立一切为学生服务的思想。提高自己的钻研精神，发挥敢于与一切困难做斗争的思想和作风。刻苦钻研业务知识，做到政治业务两过硬。用一片赤诚之心培育人，高尚的人格魅力影响人，崇高的师德塑造人。只有不断提高教师自身的道德素养，才能培养出明礼、诚信、自尊、自爱、自信和有创新精神的高素质人才。

心得体会的封面怎么写篇三

星期天上午开家长会，通过老师和专家课堂的知识，让有深受启发。分享孩子的培养教育心得，说到心得，我想每位家长都会有所体会，培养教育孩子心得体会。只是有的善于表达出来，有的只在心里不善言表。但每个家长对孩子的殷切关爱都是一样的，付出的努力也是共同的，这次家长会，给了我五点主要启发：

一、让孩子产生浓厚的学习兴趣是最重要的。

对一个刚从幼儿园过渡至小学一年级的孩子，还不适应一时的变化，适应与学习兴趣的培养尤其重要。知识的学习积累不急，成绩的高低都是暂时的，只要让孩子不断地感受到学习的快乐和兴趣，今后孩子一定会是优秀的学生。如果老师和家长的语言及要求让孩子觉得学习不好玩，甚至学习是件苦事，老师和家长就是失败的！这并不是说老师和家长不提要求，而是给教师和家长提出了更高要求。如何把学习的要求通过趣味的活动、游戏潜移默化地传递给学生。比如：结合孩子抽象思维差好动特点，尽量同孩子互动，以游戏、表演、道具等多种活动方式，把要学的“字”形象化的展示给学生。引导孩子对知识的好奇，让孩子产生一种想知的这种好奇，你可设计出无数奇妙活动游戏来，如学“猫”字，

可一起扮猫叫，画猫图，写带“猫”字头盔等等，但千万不要把学习和游戏、学习和看电视对立起来。要让孩子找到学习的兴趣，在学习中快乐成长，在成长中快乐学习。

二、既要把孩子当作一个独立的“人”对待，又要把孩子当“孩子”看待。

尊重孩子作为一个独立人的思想和个性的差异。优秀的老师和家长不会强迫孩子写作业，不会强迫孩子纠正不良习惯。这同样给老师家长提出更高要求，如写字：有的孩子手协调能力强学写字能力强些，有些孩子就弱些，优秀老师布置作业同孩子商量，有的写一行，有的就写几个，最好还是先摹写。作为家长遇到老师布置很多写字作业，孩子很不情愿，你就主动同孩子商量：你帮他写几个，让他写剩下几个，甚至让他只摹写几个，但提出要求能否写好一些？相信孩子一定非常高兴，而且字也会写得认真多了，“认真”这是最重要的。这时候，你要坚信你的孩子是“人”，只要认真地这样写下去，一定会认得这个字而且写得很好，何况一年级学生就应该以多读多说为主！他还是孩子嘛，保持认真，大一点字一定能写好！如果孩子能很喜欢看各种图书，你就做最崇拜孩子的听众，鼓励她不断复述，你的孩子语文以后决不会差。

三、激励孩子很重要，对孩子要表扬表扬再表扬。

对成人社会而言表扬的对象往往是竞争的优胜者，而老师和家长千万牢记，对孩子而言表扬(评分)仅仅就是就是一个手段——激发孩子学习兴趣和欲望的手段，培养孩子的自信的手段，成绩好要表扬成绩差更要表扬，优秀的教师会给每个孩子打高分。比如：一年级学写字造句，哪怕写得再差，你也要象当初教他说话时一样，无比热情的赞赏表扬，不要和别人比，哪怕是是他自己无意中写出的相对好一点的字句，毫不吝啬的给他拥抱的赞赏，一次次强化他的优点，他的缺点即使不说也会一次次减少，(比如你不断地说他作文开头写得真好，他以后就会愈加想把开头写好。你惊叹于他的错别

字比以前少了许多，他就会努力追求尽量少写错别字!)跟老师搞好关系多沟通，要求老师在学校大大表扬你的孩子(即使很“差”)。

四、生活上随意，学习上严格。

这条一直是我遵循的家教方法。在生活上，与孩子相处要像朋友一样，说说笑笑、玩玩闹闹。不能有家长作风。在我的家里，孩子有时可以直接称呼我们的名字，我不觉得这有什么不尊重，这是朋友间的对等交流，可以很好的增进我和孩子的情感，在孩子逐步成长的过程里，将来孩子会逐渐脱离我们而靠近他的朋友，和我们知心话越来越少，居高临下的姿态面对孩子，这样我们会无奈失去孩子的信任，所以，我一定会给孩子一个靠近我的空间那就是平等地对待他。我觉得作为父母，“以身作则、以理服人”是至关重要的。我们可以用温婉的方式向孩子指出错误，俯下身来跟孩子平等对话，像朋友一样。我觉得只要我们诚恳的对待孩子，孩子会感觉很温暖，会不由自主的变“乖”，继而配合家长的教育。作为家长在孩子面前也要谦虚，不能不懂装懂，误导孩子，我的孩子喜欢问问题，随着他的年龄增加对知识的拓展相应有困难，偶尔我也会被他问住，但我一定会在一定的时间找到答案告诉他。学习一定得严格要求，不能有丝毫懈怠。岂不闻，学如逆水行舟，不进则退矣。

五、让孩子掌握必要的社会知识。

在当今社会，安全是第一，让孩子学会一些安全知识是必要的，比如过公路时，自己要做表率，红灯停，绿灯走，每过一次公路，都要给孩子说一遍，加深孩子印象，讲一些小故事，来说服孩子。还要让孩子记住必要的电话，比如什么情况下打110、119、120、父母的电话等。让孩子不要跟陌生人走、吃陌生人的东西；要让孩子做一个诚信的孩子，不要比吃穿等。总之，要用故事和生活中她能看到的真实事例，让孩子树立从小做立正确

的人生观、世界观。

心得体会的封面怎么写篇四

《你在为谁工作》是一本激人奋进的好书!这本书篇幅不长、字数也不多，短短一百六十多页，但讲述的每个故事典型而富有趣味性，阐述的每个道理言简意赅而引人深思。读完它，让人有一种荡气回肠的感觉!

书中有许多让我惊喜的地方，里面的篇章犹如一堆堆七彩石，每一块诱发出神奇的光彩，让人爱不释手。我认真从第一章“为什么要努力工作”，逐一拜读到第五章“从优秀到卓越”，内心的激情似乎燃烧到了沸点!它简直就像一个完美的胚胎，纵使我想挑点什么毛病，好比从鸡蛋里挑骨头还难。阅毕，我掩卷而思，心情久久不能平静下来!

这本书提出了人人都需要自我反思的人生问题，并对这个问题进行了深刻细致的解答。它有助于我们解除困惑，调整心态，重燃工作激情，使人生从平庸走向杰出。如果人人都能从内心深处承认并接受“我们在为他人工作的同时，也在为自己工作”这样一个朴素的理念，责任、忠诚、敬业将不再是空洞的口号。

我想，人生离不开工作。工作是一件非常有意义、有价值的活动，一个人抛除他的童年、学习、生活和休息时间，人生的重要意义寓于工作之中，在工作过程中度过。工作不仅可以帮助我们解决房租、吃饭和穿衣带来的经济压力问题，还可以历练我们的品性，施展我们的才华，实现我们的人生价值。无论我们对人类进步的贡献是大是小，但都作为对人类整体意义上的进步而客观存在。也无论我们身处何岗何职，都应该扪心自问“你在为谁工作?”往小的说，它是一种“明理”之举，因为只有“大家”才有“小家”;往大的讲，它也是人生职业生涯规划的要素之一，因为“小家”要通过“大家”才能实现。

在这本书里，《工作中无小事》这篇文章让我感触颇深，特别是前两段话让我感慨不已：

“作为普通人，在大量的日子里，很显然都在做一些小事，怕只怕小事也做不好，小事也做不到位。其实身边本无小事，很多人，不屑于做具体的事，不屑认真对待小事和细节，总盲目地相信‘天将降大任于斯人也’。孰不知能把自己所在岗位上的每一件事做成功，做到位就很不简单了。

把每一件简单的事做好就是不简单；把每一件平凡的事做好就是不平凡。”

诚然，外交无小事，在任何工作中亦无小事！美国福特汽车公司的汤姆·布兰德成为我们许多年轻人走上工作征程的典范：他从一个普通的杂工做起，经过多个岗位的历练，在做好每一件小事中获得了成长，并最终成为“汽车王国”里最年轻的总领班。这是一件很不容易的事情，也是一个“漫长等待”的过程，甚至在这期间连他的父亲对他的举动也感到十分不解，但毕竟在他十二年之后脱颖而出。

上述两段话说到我的肺腑里面，而汤姆·布兰德的事迹更是让我感同身受。只不过汤姆·布兰德笑到了最后，而我则经历了一些波折。记得刚大学毕业的时候，我受聘到新竹路一家中央直属机关后勤部担任一名综合管-理-员，平时的工作就是负责机关生活区的水电抄收、房租登、环境绿化、安全保卫、住户牛奶订购等。兴许是处于好奇阶段，一开始我表现得积极主动，很受领导的赏识。可惜没过多久，我浮躁的心理表现出来了，对整天干这些小事颇不耐烦，进而在毫无预警的情况下，擅自离开原单位想以“技术协作”的身份去香港镀金……最终，残酷的现实把我打回了“原形”，竹篮打水一场空，去也去不成，回也回不去，至今后悔不迭！

究其原因，这都是我好高骛远、自命不凡的心在作祟，自导自演让自己坠入空中楼阁而不能自拔。如果当初我认识

到“工作中无小事”，事无巨细都能认真以对，杜绝马虎懒散，这几年下来也不会磕磕绊绊。如果当初我耐得住寂寞，甘愿当一朵“蘑菇”，踏踏实实在原单位效忠，说不准试用期过后我变成了一名编制内的国家干部。如果当初我有幸看到这本书，知道“以小见大”、“见微知著”的道理，也就不会……当然，世上没有后悔药！

20xx年1月份，香港大学授予一位八十二岁扫地老太太“荣誉院士”称号，感谢她四十四年如一日地为学生做饭、扫地，“以自己的生命影响大学堂仔的生命。”这在更大程度上是为我们当代大学生们树立了一个人生的标杆，也再一次印证了“大事是由小事聚集而来”的深刻道理。古人有云：“一屋不扫，何以扫天下”，莫不如是！

这本被誉为“世界500强企业推崇的优秀员工思维理念”的书，对于我这个初上管理岗位的中层管理人员来说，是求之不得的精神食粮。感谢中心领导把这本书介绍给员工，让我们得以重新定位，端正态度，明白事理，摆正位置，处理好“大我”与“小我”的关系。感谢这本书的作者，它帮助我们理清思路，拒绝自命清高，学会在工作中将心态归零，抱着谦虚和学习的态度认真地投入到工作实践当中去，使得日常各项业务都能根据其紧迫性和重要性顺利开展，从而在工作中享受到乐趣，以及工作带来的尊严和实现自我的满足感。

这是我读完这本书的深刻体会，也是我对自己的工作实践所作出的深刻认识和总结。如今我刚好三十而立，精彩的人生也刚刚拉开序幕，不管前面的道路多么艰难险阻，我都愿意从小事做起，从小处着手，一如既往地向上攀登，努力朝自己的人生目的地迈进。

心得体会的封面怎么写篇五

五四精神心得体会1

为庆祝“五四”运动__周年，表彰20__-20__先进集体和个人，5月27日晚6:30时，我院团委在嘉锡楼一楼报告厅隆重举行了五四表彰大会。学院党委书记石炳文，党委副书记蔡剑英，副院长潘文斌，黄真萍，党委秘书刘玉娟，领导张志忠，团委书记黄永斌以及团员代表250余人参加了大会。大会由党委副书记蔡剑英同志主持。

蔡剑英同志宣布表彰大会开始并介绍出席大会的领导。紧接着奏唱中华人民共和国国歌。由副院长宣读表彰决定，大会表彰了07环境工程等3个先进集体及颜爱等100余名先进个人。校先进个人姜宁同学及考研之星陈琼代表个人发表获奖感言，向一直以来关心学生的学院领导和老师表达了衷心的感谢和诚挚的敬意，并表示将继续努力，决不辜负老师同学们的期望。

院党委书记石炳文同志在表彰大会上作了重要讲话。他代表院党委对受表彰的先进集体和个人表示祝贺，向全院团学干部和青年朋友们致以诚挚的问候。石书记对过去一年学院共青团的工作进行了总结，展望未来表示学院团委要再接再厉，再创佳绩，石书记在讲话中简要追述了91年前的“五四”爱国主义运动，并强调了纪念“五四”运动的重要意义。

他勉励广大学生弘扬和秉承“五四”精神，时刻心系民族命运、国家发展、人民福祉，成为“理想远大，信念坚定”、“品德高尚、意志顽强”、“视野开阔、知识丰富”、“开拓进取、艰苦创业”的新一代中国青年。

大会的召开在表彰了共青团工作的同时，也为我院共青团员上了生动的一课，对于共青团员们回顾历史、弘扬“五四”精神，明确自身责任、确定未来奋斗目标具有重要意义。

五四精神心得体会2

在20__年“五四”期间，南山中学团委开展系列活动，纪念

五四运动八十七周年，积极弘扬五四学生运动爱国、进步、民主、科学的精神，不断加强学校团组织的凝聚力、创造力，充分发挥学校团员青年学生的积极性、创造性，激励全校团员、青年学生爱南山、立志向、守规矩、讲学法、创佳绩，取得了较好的效果。

一、开展五四评优及表彰活动。

为树立典型，争先创优，在全校形成学先进、赶先进、超先进的良好风气，引导学生自觉设计成长历程，承担成长责任，根据学校“静下来，沉下去，抓落实，出成绩”的总要求，校团委在今年“五四”前夕，评比表彰“五四”优秀团干部、优秀共青团员、红旗团支部以及“十佳”团干部、“十佳”共青团员。经过各班团支部和班主任推荐，校团委审查，姚廷辉等xxx名青年教师被评为学校优秀教师，叶方圆等学生被评为学校十佳共青团干部，彭宇等学生被评为学校十佳共青团员，高2008级8班团支部等xxx个团支部被评为红旗团支部，郭沁等xxx名学生被评为学校优秀共青团干部，文静等xxx名学生被评为优秀共青团员。

4月29日下午，校团委在学校学术厅举行2006年“五四”表彰大会，此次表彰大会的颁奖仪式与以往不同，由获奖的学生代表向获奖的青年教师颁奖，培养学生亲近教师、认可教师、尊敬教师、知恩谢恩的品质和主动学习、自觉成长热情。获奖教师感受到被学生认可的喜悦和来自学生的呼唤，增强青年教师爱岗敬业、热爱学生的情怀。

校团委要求受表彰的个人和集体再接再厉，争取更大的成绩。全校团员、青年学生要以此表彰大会为契机，结合“八荣八耻”社会主义荣辱观教育，向受表彰的先进个人和集体学习，提高自身的素质和道德修养，在全校形成学优秀、创优秀的热潮。

二、加强团组织发展，吸引先进青年学生加入共青团组织。

校团委积极推进团员意识主题教育，不断深化“设计成长历程，承担成长责任”活动，引导广大团员、青年学生自觉参与学校各项常规管理和建设，在学习工作中，在工作中学习，在服务中奉献，进一步爱南山、立志向、守规矩、讲学法，创佳绩，涌现出了一大批思想进步、学习优秀、表现出色的青年学生，经学生本人自愿申请，团支部考察，校团委审批决定吸收高2008级8班郑淘等xxx名优秀青年学生为共青团员，校团委在4月29日的表彰大会上进行了统一宣誓仪式，新团员代表郑淘同学代表所有的新团员发了言。

三、开展社会主义荣辱观教育。

校团委积极组织学校团员、青年学生认真学习“八荣八耻”社会主义荣辱观，并做到学用结合，在学习和生活实践中严格要求自己，将八荣八耻有机融入自己的言行中，成为自己的言行准则。校团委组织各班召开主题班会活动，各班团支部认真组织学生进行深入讨论，全班每一位学生都上台讲自己的认识、理解和如何运用。各团支部将每荣每耻的具体内容与学生的学习、生活和成长相联系，制定本班的学生行为准则，规范学生的行为习惯。校团委组织全校学生进行“八荣八耻”知识竞赛、演讲比赛和国旗下讲话。并结合我校的校规校纪和中学生日常行为规范对学生进行教育，促进了学生的健康成长和良好的思想品德的形成。

四、开展“民族精神代代传”活动和18岁成人宣誓仪式。

4月5日，校团委组织高一、高二年级xxx个团支部到南山烈士陵园进行扫墓活动，纪念革命烈士，缅怀革命英烈，弘扬革命精神，让民族精神代代相传。5月15日，组织高三年级年满18周岁的团员、青年学生进行成人宣誓仪式，要求他们设计成长的历程，自觉承担成人的责任，努力学习，立志成才，为今后的发展奠定基础。

五、开展“红色之旅”征文活动。

为每个团支部购买《红色之旅》书籍，为学生宣讲革命圣地、革命故事、革命先烈的先进事迹，以这些先进的事例和精神激励学生，结合《历史的丰碑》活动对学生进行革命传统教育和革命精神教育，校团委在学生中开展《红色之旅》征文活动，截止5月15日，共收到红色之旅征文数百篇。

六、举办“校友报告会”，努力学习，立志成才。

在学校3月27日校庆期间，学校请了许多知名校友回校作报告，介绍他们的奋斗足迹，激励南山当代团员、青年学子努力学习，立志成才。四川南山之桥微电子公司董事长、南山中学高84级校友李为民不仅回校作报告，而且为我校捐赠了他们自己公司研制的价值数十万元的具有国际领先水平的最新科技产品“_wdlltmutm_6-5000系列内容墙”，得到南山师生的高度赞扬。李为民校友在捐赠仪式上深情致词：母校南山中学给予我人生成功的奠基，母校南山的熏陶激励我自强不息，永远奋进，我感谢我的母校南山中学。

五四精神心得体会3

为纪念五四运动__周年，引导广大团员青年深入学习实践科学发展观，进一步弘扬爱企、爱团、爱党、爱国精神，坚定理想信念，立足岗位，立志成才，激发青年建功立业的热情。统计0701团支举办了以“弘扬五四精神，肩负历史使命”主题团日活动。

通过举办这次团周日活动，我们更清楚什么是五四精神，以及这样发扬五四精神；同时，我们也更清楚作为当代的大学生所肩负的历史责任。这次活动虽然短暂但是非常充实，让我们每一位参与者都受益匪浅。

5月17日晚我们认真听取了纪念五四运动的讲座。当晚班主任刘莹老师用精彩的演讲将五四运动的重要意义和内涵传达给在场的统计0701班团支部所有成员，加深了支部团员们对五

四运动的认识，对支部团员们学习和发扬五四精神形成了很好的推动力。

接下来，我们观看了有关五四运动的视频。

支部团员都静静地观看视频，场面有点寂静，大家都默默不语，心中若有所思！

相信大家这时的安静，不是“无语”，而是在心中默默的思考，沉浸在那份热情中！

通过观看五四运动的相关视频，团支部的各个成员会进一步的了解五四运动，感受当时五四青年的那份责任感，更好的发扬五四精神。

最后，是大家各自发表对五四运动的认识和这次活动举办的意义，通过这次讲座和看视频学到了什么，以及今后如何发扬五四精神，自己肩负的历史责任！

当祖国处于生死存亡的时候，当人民水深火热的时候，是青年们首先站了起来，过去的历史不容忘却，那种以天下为己任的爱国精神青年更当继承，梁启超先生曾说过：今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年强则国强，少年富则国富，少年队里则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲则国盛于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。五四的意义不仅仅只是段历史，更应是一种精神！

通过这次主题团日活动，我认识到作为当代青年应当认真弘扬五四精神，将五四精神永远传承下去，从五四爱国运动中感受到作为青年对国家的重要和身上所肩负的责任，五四更多的意义是传承，传承五四的精神。这次活动之后，支部团员会更明白真正的爱国，若何爱国，以及自己所肩负的历史责任！

五四精神心得体会4

为激励和引导广大团员青年牢牢把握发展机遇，进一步弘扬“爱国、进步、民主、科学”的五四精神，增强社会责任感和历史使命感，白渡镇团委在党委的大力支持下，结合工作实际，组织共青团干部、共青团员开展了以“青春、励志、团结、创优”为主题的系列活动。具体活动开展情况如下：

1、组织和指导白渡中学团总支开展男子篮球、足球和女子拔河比赛，以“团结、协作”理念吸引、教育团员，增强团组织凝聚力和战斗力。以召开白渡中学团员大会为契机，组织新发展团员开展入团宣誓活动，对团员进行“学团章、戴团徽、唱团歌、跟团走”的增强团员意识教育活动，并由团总支对20__被评为校级的优秀团支部，优秀团干、优秀团员进行表彰鼓励。

2、为进一步活跃团员青年生活，镇团委组织政府机关和各企事业单位团支部开展“发扬协作精神、共建和谐白渡”的文体活动，顺利举行了羽毛球和乒乓球的单打、双打、混双项目比赛，和各单位的拔河比赛，以及篮球友谊赛，营造了健康向上、充满活力的五四节日氛围。

五四精神心得体会5

五四青年节踏着春天的脚步向我们走来，一阵暖风吹过，青春时代的芬芳打开了我们的心扉，我们接受着新时代的洗礼。青春是珍贵的，它是人生最美的花朵，是不耐久藏的珍宝，是转瞬即逝的春光，它是饱满的，代表着时代的精神，展示着时代的性格，孕育着时代的希望。

作为大学生，作为河大学子，我们有信心，有义务，增强我们政治、组织、模范意识和服务社会、奉献社会的责任感、使命感，做时代的前沿，关注国家的发展，关注河大的建设，扬青春风采，创和谐校园。响应团组织的号召，我们将开

展“青年引领时代，争创和谐校园”主题团日活动。

心得体会的封面怎么写篇六

从小学升入初中后，学生的角色发生了一些变化，在学习上开始面临较大的压力，数学的学习更是与小学完全不同，一节课听不懂，一节课没跟上，就很有可能对后面的学习产生影响，因为初中课程相对紧，不像小学，能有较多时间一直重复某些问题，因此在学习方法、学习策略等方面，需要教师进行有效性的指导，这对学生后面三年的数学学习，将产生深远的影响，下面就这方面谈一谈自己的一些心得体会(主要针对初一学生)。

学生在小学基本没有预习的习惯，课程的深入需要他们学会预习，但预习不是简单的浏览一遍课文内容，在进行预习时，教师应指导学生了解教材的内容；找出本章或本课内容与前面已学知识的联系，找出所需的旧知识，并学习此时的知识；找出本课的难点和重点(作为听课的重点)；对重点问题和自己不理解的问题，用笔划或记入预习笔记，然后学会带着问题来听课，也就是一节课的内容学生要学两遍。

初中生往往对课程增多以及课堂学习容量加大不适应，常会发生顾此失彼、精力分散的现象，从而导致听课效率明显下降。因此，重视听法指导，使他们学会听，是提高学习效率的关键。做到：

- (1)听每节课的学习要求
- (2)听新知识引入及知识形成过程
- (3)听懂重点难点分析
- (4)听例题解法的思路和数学思想方法的体现

(5)听好课后小结。从而尽量提高听课效率，争取由“听”变为“会听”。

学生刚从小学升到初中，对老师的依赖性还比较强，遇到问题不懂自己去想，因此会出现回去作为思考的问题不当作作业，反正老师也查不到，课堂上更是，碰到稍难的题目基本上鸦雀无声。对此，老师就得善于鼓励，善于引导，使学生会从问题情境出发，来开展探索式教学，努力培养学生盘根究底的思考习惯，这当然得有耐心，不是一天两天能培养得出来的；另外，数学问题比较活，开展变式训练也很重要，因此得慢慢培养学生观察、比较、分析、归纳、推理和概括的能力，使学生学会善思。还有就是，可以在教学中多叫几位学生进行不同方法的解题，用方法的优劣有时也可对学生的分析能力的提高有一定的帮助，可以学会反思。而教师也可特意在课堂上多留一定的思考时间与空间，使学生在知识的转折处、问题的疑难处、矛盾的解决处、真理的探索处进行思考，从而达到融会贯通的境界。

初中的知识内容多而繁，类似点较多，学生记忆起来有时会比较困难，或者有时记住的东西很快就会忘记，这主要是因为他们正处在初级的逻辑思维阶段，机械记忆的成分较多，理解记忆的成分相对少，这永远不能满足初中学生的学习要求，因此得重视对学生的记忆方法指导。在教学中，有时就得适当总结得出自己的一些“土”办法，就是编一些好记的话，如对称问题，总结为□x轴对称x不变□y轴对称y不变，原点对称都变；又如□x轴上的点有x没y□故纵坐标为零□y轴上的点有y没x□故横坐标为零等，特别有利于学生的记忆，琅琅上口，碰到有关问题，用上口诀基本可以自行解决。

学生在学习中，肯定会碰到这样那样的问题，但大部分的学生还不敢来请教老师，大都是同学之间解决，因而会出现作业不会，借来同学的作业进行“参考”，最后却变相为“抄”，因为反正是懂了，做法还不都一样。但是问老师，就完全不同了，老师可以教给他们解题思路，引导他们看出

自己作业中存在的不足之处，进而才会有进步。因此学会问问题很重要，千万不要把自己憋着，让存在的问题越来越多，否则一定会导致知识的不连贯，从而使成绩下降。

现在的学生自觉性还不够，对老师每天布置的作业，很多都是应付，只是完成而已，为了交作业而做作业，不管质量如何，给家长的交待也是“作业做完了”，因此哪天若没作业，他们就会高呼万岁。鉴于这种情况的发生，去进行必要的复习更不用说了。如此，老师应该指导学生每天做好课堂笔记，做作业前先认真阅读教材，结合课程的重难点，回忆老师上课时讲授的知识和方法，以及必要的公式、定理，然后再去独立完成作业，并尽量注意解题的规范、条理的清晰。特别初中一年级学生，学了几何后，对几何语言的运用还不是很熟练，文字语言与符号语言的转化很不到位，正确的推理也需要一段时间的训练和加强，常会出现前言不搭后语的现象，这很正常，但需引导，入门以后，学生将会觉得很轻松。还有就是各种考试的复习，主要得教学生看书看笔记看作业中存在的问题看做过的练习，熟悉课本知识的重难点，会自己进行归纳和总结各知识点之间的关系，然后做些适当的各类型的习题，并及时发现问题进而解决问题，达到知识间的相互转化相互联系。

曾在学习中，深深地记得这样一句话“师者，传道授业解惑也”，也曾在书中看到“教师是人类灵魂的工程师”类似的标语。带着这样的目标和骄傲，我开始了我的教师实习，两个月的时间里，教育理论一点点转化为教学实践，渐渐地也尝试了面对面的教学。尽管生涩，但在慢慢地成熟之中，让我的实习生活充满了未知、惊喜、快乐，当然也少不了挫折和困难的存在。

出国留学第二中学是一所寄宿制学校。出国留学学校育人环境幽雅，绿树成荫，四季常青。建有两栋教学楼，两栋宿舍楼一栋办公楼和能同时容纳600余人就餐的国家b级标准学生餐厅。学校建有校园远程教育接收系统，微波接收系统，光纤

上网系统和班班通网络系统，学校还拥有现代化的校园教育网络，八个多媒体教室、两个计算机教室、标准的双套实验室、音体美教室等先进的教学设施。图书室藏书达六万余册。现在的二中已经成为众多学子带着圆梦情结抒写人生传奇的神圣殿堂。我校现有教职工114人，其中专任教师100名，高级教师14人，一级教师78人，国家级优秀教师2人，市级骨干教师38名，市级师德标兵10名，形成了一支德才兼备，素质全面，业务精良的教师队伍。校长寄语：
二中秉承“厚德博学，和谐发展”的治学理念，严谨治学，精细管理，贯彻内强素质外塑形象，自主和谐，强化养成教育，实行开放式教学，力争让每位学生学会做人，学会学习，学会创新，学会生存，坚持以教书育人，管理育人，服务育人，环境育人的育人原则，以全面提高教育教学质量，努力培养高素质的适应社会发展的现代化人才为目标。

通过理论与实际的结合，了解小学教育教学实际，懂得教育与认识规律，学习运用现代教育理论、教学方法和手段，把知识形态转变为教育形态，把教学理论一点点转化为教学实践，模拟教学变为面对面的教学。进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决实践教学工作的能力，树立正确的教育观和为今后为人师表打下基础。

我的实习内容包括见习、备课、授课及班级管理四项内容。其中见习时要做

好听课记录；

备课时要在指导老师的指导下写出详细的教案；

在班级管理中应积极与指导班主任老师配合，学习班级管理的方式方法，并根据班级上所出现的一些情况进行主题班会的开展。

担任班主任工作是对自己管理学生能力的一个体现。在班主任工作的实习过程中，我最大的收获就是与人交流沟通的能力有了较大的提高，而且处理班级事务的能力也得到了锻炼。

对于这个新班级的管理，每一件小事都要细致入微，时刻叮嘱着什么事该怎么做。

在近一个月与学生的交流接触中，使我认识到班主任对学生的思想工作实质上是一个与学生实行心理沟通的过程，只有真正了解学生的内心世界，做到有的放矢，方法得当，才能达到教师对学生成长提供帮助指导、学生对教师工作给予配合支持的目的，从而收到好的教育效果。

通过这次的实习，我学到了很多在学校学不到的东西。当把教学理论一点点转化为教学实践，模拟教学变为面对面教学的时候，自己深深地体会到“做一名教师很容易，做好一名教师却非常的不容易。”要想真正上好一节课，必须经过多次的思考与反复修改教案，更有甚者还要经过多次试讲才能走上讲台，正如一句名言所说的“台上一分钟，台下十年功”。经过多次听正式教师的课以后，自己也尝试着上了一节练习课，我觉得站在讲台上真正面对学生们进行授课与以往我们在教材讲授课上的试讲有着巨大的差异，由于以往我们试讲的对象是我们自己班上的同学或老师，所以我们的思维中并没有那种简化细致讲解的概念，一节课的内容通常只花二十多分钟就能讲完了，而如今在真正的课堂上，指导教师们围绕一个小知识点就能讲十多分钟甚至二十多分钟，记得第一次听完课我特震撼，突然觉得之前的试讲真是太糟糕了，完全不了解这些学生的思维方式，在真正站在讲台上面对学生们时才发现自己的应变能力很差，课堂中学生们有许多的反馈，既要解答他们反馈的疑问，又得按照自己的思路清晰的讲解完今天的知识点，这确实是件困难的事情。终于体会到了“要给学生一碗水，教师首先要有一桶水”，这句话的含义，坚定了我以后努力的方向和想要到达的目标。

心得体会的封面怎么写篇七

我在北京教育学院参加了中小学美术教师的技能培训，感到十分荣幸。虽然仅有一周的培训时间，但每天的感觉是快乐

而又充实，因为每一天都要面对不同风格的讲师，每一天都能感受到思想火花的冲击。在这一周的培训期间，我始终热情高涨，积极学习，聆听专家讲座；

用心去领悟他们观点，吸取精华，真心探讨。带着累累的硕果，踏上新的教育征程之际，回首培训历程的足迹，发现自己不仅在美术专业方面得到了很大的提高，而且教育观念也得到了洗礼，教育科学理论的学习得到了升华。总之这次的培训经历使我受益菲浅，只字片语难以尽述，以下是我的一些此次培训心得体会：

一、转变角色，认真进入学习状态。

这次的培训内容包括中国画、书法、水彩、水粉、油画。认真服从学院管理的要求。把握机遇，努力学习。在培训期间，我严格遵守培训时间，认真观摩，做了作品收集。我们与专家对话，与同伴交流。这些都让我要想真正提高自己的教育水平，就要持之以恒地学习，不断的给自己的知识海洋注入新的生命，不断的提升自己的文化素养。

二、聆听讲座，提升自己。

在培训中，我聆听了许多专家关于国画笔墨方面的讲座。他们睿智的观点、精辟的论述、缜密的思维、幽默诙谐的语言，无不透露出大家风范。他们结合自身的绘画体会，以丰富的知识内涵对中国画绘画技法方面进行精辟的阐述，拨开了我在绘画中遇到的重重迷雾，使我的眼前豁然开朗。

三、拓宽视野，更新观念。

这次能有这样一个学习交流的机会，我真的很珍惜。通过学习，拓宽了视野，我不仅要改变那种传统的教育观念，树立正确的师生观，而且要增强热爱教育事业的信念。

四、加强美术教师专业水平，更新专业知识。

在这次培训开设的课程中，加强了素描、色彩等课程的训练，使没有基础的教师掌握了基本的绘画技巧，教师业务有了大幅度提高，在此基础上，更突出强调教师要有创造思维和主观表现，打破了传统素描课、色彩课的严谨写实的拘束，这种教学理念在小学美术教学中有很大的实践意义。

五、美术教师不仅要去做美术技能传授者，还要做美术文化的传播者。

美术学科具有知识面广，综合性强等特点，它与社会科学，人文科学，自然科学有直接和暗含的关系因此，它是素质教育中不可缺少的有机组成部分，把美术学习从单纯的技能技巧层面提高到美术文化学习的层面，可以使学生较为全面地了解美术与人类，美术与生活，美术与情感，美术与历史等方面的联系，从而更好地学习美术。这就要求我们美术教师必须重视文化学习，提高自身文化修养，不仅是一名美术人，还应该是一名文化人。

六、美术教师应立足于本地区自然风光、民间文化特色，开发有本地特色的课程资源。

在此次培训中学员与教研员亲切交流互相切磋技艺，很多学员结合本地区特色，深入生活，开发具有地方特色，民族特色的校本美术课程资源。为我们在本地区开发校本课程提供了参考和很多合理的建议。我们美术教师应静下心来，深入生活，潜心研究，拿出有地方特色，有个人风格的课出来。

以上是我参加了这次培训的一些心得体会，希望广大同仁多多交流，以达到共同进步，谢谢！

心得体会的封面怎么写篇八

怀着期盼与好奇，最后迎来了建设银行xx分行20xx年新入行员工培训。从小到大，我们学习了无数课程，历经十年寒窗，

参加了多少培训多少考试，但这次的岗前培训对我们的好处是空前的，它作为一个过渡，一个桥梁，让我们从学习走向实践。我们收获的远比想象中的丰富。

参加完培训，我最深刻的感触就是觉得自己十分幸运。这个培训班是建设银行xx分行有史以来举办的最系统化全面化的一次。人力资源部投入了超多的人力、财力，聘请到专业人员给我们进行拓展训练和礼仪指导，同时又请到了区分行多位经验丰富的领导以及优秀员工，短短的十几天内，把我们凝聚在一齐，学习了银行的基本状况，融入了建设银行这个大群众中。作为一家国有商业银行，建设银行经过大规模财务重组、完善治理结构、再造业务流程、引进战略投资者等一些列股改环节，最终成功上市，这具有深远的好处。

建行成功上市的经验对中行和工行等上市都极具有参考价值，同时也证明了国际资本市场对中国国有商业银行股份制改革成功的认可和对其未来充满着信心，而对于我们刚入职的新行员来说，刚从学校毕业就能进入这样一个规范化、国际化的大型商业银行，是多么的荣幸啊。有人说：小胜靠个人，中胜靠团队，大胜靠平台。而建设银行就是这样一个优秀的平台。在那里，我们将与建设银行共同发展，把个人的职业规划与建设银行的发展融合在一齐，共同实现腾飞。

人力资源部的领导和同事们对这次培训做了相当合理的计划。我们首先迎来的是为期两天的拓展训练。时间虽短，相信每个人都留下了深刻的印象，甚至终生难忘。怀着好奇而又激动的情绪我们来到了九州方圆拓展训练营，而接下来的训练，远没有我们想象中的简单。开营仪式过后，我们迅速组成了四个团队。接下来的任务是用几十分钟的时间进行团队组建，包括选出队长、队秘，绘制队旗，确定队名队训和队歌，最后再排练出一个有团队代表性的展示。经过简短的自我介绍大家立刻融入到团体中，集思广益，各尽所能，把我们的团队展示搞得有声有色。

接下来迎来了我们的第一个项目：信任背摔。挑战队员站在1.5米高的台子上，背对着队友摔下去。要求台上的队员心里对别人没有丝毫的戒备和猜忌之心，把自己完全地交给别人，而接应的队员在接应的一刹那，则向我们展示出了最好的“值得信任”的例证，就是不管自己有多困难，都会把别人交付的事情办好。当我们背对着大家时，心里总会产生本能的恐惧，但是当听到队友鼓励的呐喊声，心里的信任与感激之情战胜了恐惧，相信每个人的心里都有这样的想法：尽量笔直的摔下去，为队友减轻负担。

简单的一个动作，难以克服的是心理障碍，我们战胜了自己，挑战成功，摔下那一刻的感觉是那么幸福，这种信任与被信任是一种伟大的精神，是在极其优秀的团队中才能感受的到。在接下来的训练项目中，无时不刻地笼罩着团队协作的气氛，从“一人触电，全体重来”的超级电网，到“二人相互托举、提携，团队后方支援”的天梯，从“群策群力，迎难而上”的团队营救，到“众音合则成乐，众人合则成邦”的瀚海求生，没有一种是离开团队的。即使在天桥这样的单人挑战项目中，也是全体队员一齐为同伴加油鼓励，没有一个人漠然视之。在分享心得时许多队员感慨地说：“这天如果不是有队友的鼓励，我不可能完成这个项目。”因为团队精神的作用，我们完成了自己无法完成的任务。尽管我们没有在体力上帮忙同伴，但团队精神使他增添了勇气和力量。翻过毕业墙的那一瞬间，队员们、战友们眼里都滚动着泪花，我们用我们的勇气、魄力、关爱、协作、智慧以及奉献真真正正的做到了“挑战自我，熔炼团队”。

紧张而充满挑战的拓展训练结束后，我们回到了宾馆，开始了为期八天的银行相关业务知识学习。宽敞的会议室，舒适的坐椅，桌子上的姓名牌、矿泉水，点点滴滴都体现着区分行领导们对新员工的关爱，体现着建设银行的“以人为本”。如果说拓展训练培养的是一种工作精神，那么业务学习培养的是我们的工作潜力，只有掌握好了这些基本操作才能开展好银行业务。

在第一堂课上，人力资源部的樊总给我们讲述了中国建设银行的历史沿革，从1954年10月1日中国人民建设银行宣告成立，到这天中国建设银行成功上市，经历了“三起三落”的反复，在这期间，建设银行曾控制着在中华人民共和国的国土上进行的每一项重大工程的建设资金。作为一名建行人如果不了解建行历史，就如同一个中国人不明白国旗国歌一样可悲，不论我们今后在什么岗位，从事什么工作，都务必了解建设银行史，伴随着建设银行股份制改革成功的伟大历史阶段，把我们的事业融入到这短辉煌的历史中。接下来的几天里，我们学习了建行主要产品、个人金融发展战略、银行相关法律知识、员工行为规范等理论，对银行几个主要部门的业务状况有了初步的了解。作为一名建行员工，我们每一天要以金钱和数字为工作对象，这需要时时处处的细心谨慎、诚实守信、守法合规、勤勉尽职、对每项工作负责到底。

同时作为一名新行员，我们就应学习法律知识，加强风险防范。应对国有商业银行、外资银行争夺市场，建设银行需要提高服务质量，加强品牌建设来提高自身竞争力，而这除了要制定相关法规外还需要每个行员以热情饱满的精神对待每一天的工作，以灿烂的笑容应对每一位客户。培训课上，我们花了超多的时间来学习柜面业务操作流程，包括对公业务和对私业务，这是我们大部分人入职后要从事的工作，两位前辈总结她们多年的经验为我们编制教材，制作幻灯片，把枯燥的流程用精炼的语言讲述出来，为我们今后工作的开展引领了道路。这次的培训汇集了许多领导和前辈的智慧和辛勤劳动，他们总结了自己十几年甚至几十年的工作经验，让我们在如此短暂的时间里学习到了银行主要业务知识，把我们领进了建设银行的大门，同时也让我们领略到了优秀建行人的风采。

短暂的培训结束了，我们将被分到不同地区的岗位上开始工作，十天的时间大家培养了深厚的感情，不在乎时间的长短，我们重视的是共同的经历，也许只有在这样优秀的平台上才能迅速培养出优秀的团队。十天虽然短暂，但是这次培训对

对我们来说是人生重要的转折，它把我们从象牙塔带入了职场，使我们从一个青涩的学生走向一个有责任心、充满自信的职业人。每个人都收获颇多，期望大家把这一份激情，信任，感激与职责带到未来的工作中，踏踏实实的走好每一步，与建设银行共同发展。

心得体会的封面怎么写篇九

这个暑假爸爸让我读了一本基督山伯爵的原著，整整一千五百多页，而且全是密密麻麻的小字，一开始我以为自己一个暑假也读不完，后来没想到只用了二十天就读完了，我对这本书爱不释手，里面曲折的情节把我深深的吸引住了。

故事的背景是法国19世纪初，保王党正在与波拿巴党斗争着，法国在那时是保王党的控制下，主人公爱德蒙·唐泰斯是一个水手，马上就要成为船长了，还可以赢取一个美丽的新娘——美苔坛斯。但是他却结下了两个仇人，分别是唐格拉和弗尔南，于是在唐泰斯结婚的时候突然诬告爱德蒙是拿破仑的人，要去法庭上的时候，那个检查官，为了保住自己被前途，便把爱德蒙打入了黑牢，爱德蒙在监狱中认识了一位长老，这位长老告诉爱德蒙是唐格拉、弗尔南与维尔福害了他，于是爱德蒙唐泰斯立志要报仇，这位长老不仅和蔼、平易近人，还精通多国语言，熟知天文地理，物理化学，还教了爱德蒙心计，并且把一张埋藏在基督山岛上的宝藏的藏宝图交给了爱德蒙，在狱中长老不幸的去世了，但爱德蒙却逃了出来，并且找到了价值为上亿法郎的宝藏，那时的一法郎差不多等于现在的一百人民币，于是爱德蒙唐泰斯边改名为基督山伯爵，开始了他的复仇之路。

首先基督山伯爵在巴黎立下了足，还从土耳其皇帝那里买来了一个希腊女奴。到巴黎一打听，原来陷害他的弗尔南，他背叛了希腊皇帝，发了一笔横财，而唐格拉尔则做上了银行家，维尔福也当上了检察官，美苔坛斯也嫁给了弗尔南多，首先基督山伯爵为了报仇，让弗尔南的儿子阿尔贝带他进

入上层社会，首先他做好各种准备，例如让维尔福自己埋到土里的但被基督山伯爵救出来的安德拉鬼使神差的变成了子爵，并且把弗尔南出卖的希腊公主买下来了，于是基督山伯爵首先让希腊公主揭穿弗尔南的出卖希腊皇帝的事，让弗尔南被逼自杀；然后让维尔福和安德拉，”父子重逢“让维尔福也变成了一个疯子；最后利用各种方法又让唐格拉破产，故事便圆满结束了。

《基督山伯爵》也叫《基督山恩仇记》讲述了基督山伯爵复仇的整个过程，在大仲马的笔下，这些人物一个个栩栩如生，每个人都有不同的个性，书中我最喜欢的人物便是爱德蒙。唐泰斯，也就是基督山伯爵，基督山伯爵十分的善良，精通各种技术，经常施舍穷人，他也是整本书中的灵魂人物，整个故事以事情发展顺序进行，已基督山伯爵被捕，出狱和复仇贯穿了这个故事。文章中的”三大恶人“中的罪魁祸首就是唐格拉，这个人阴险狡诈，为了自己和别人的一点恩怨而想尽一切办法置别人于死地，是让爱德蒙。唐泰斯入狱的主谋。弗尔南用大人们的话说是”第三者插足“而且也十分恶毒，还挑唆唐格拉，让他谋害唐泰斯。维尔福则是一个为了自己而不管三七二十一便去伤害别的人的人，他为了保住自己的名声，不管三七二十一便把爱德蒙。唐泰斯投入大牢，利益不惜一切手段保住自己的利益的人。

这是我第一本读的大仲马的长篇小说的原著，让我体会到了法国文学的璀璨和辉煌。