

小学下学期体育组工作计划表(优质8篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下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。

参加庭审旁听心得体会篇一

军训对于我是充满新奇的，带着这份心情我学会了适应。每天不到五点起床，每天把东西收拾的整整齐齐，每天的按时作息，每一天都是那么的有条不紊，我看到了那个独立的自己；军训对于我来说是艰辛的，因为不管是黑云压城还是骄阳似火都需要安之若素的去对待，就算是皮肤干裂依然得坚持；军训对于我来说又是伤感的，看着教官的远去的身影，经历着欣喜的相逢与惨淡的离别，叫我如何不悲怆。人生就像是一出戏，上演了各种悲欢离合，军训这个舞台我难以忘怀。

军训是难熬的，每天训练的第一件事就是站军姿，“两肩稍向后张，挺胸收腹，两腿并拢，脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度，五指并拢，大拇指放在食指的第二关节处，中指紧贴裤缝，下颚微收，脖子稍像没有知觉，但我们必须坚持，我们无法抗拒铁一般的纪律，我们已不再是那个傲气十足的大学生了，我们需要学会服从，服从命令是天职。每天不到五点就要起床整理自己的内务，基地不比学校，这里不允许一丝马虎，渐渐的习惯鞭笞着我我做事要认真，告诫着我时时要以一个军人的姿态来要求自己。

军训是紧张的，环境是恶劣的，而我的斗志是不熄的。“不经一般寒彻骨，哪得梅花扑鼻香？”在烈日酷暑下曝晒，在漫天黄沙下行进，看着大家坚持的身影，我想起了“掉皮掉肉不掉泪，流血流汗不流泪”，尽管很苦很累我都愿意坚持，

没有艰苦就没有磨砺，没有毅力就没有成果。军训时是对我坚强意志的考验，也是对我的挑战，我战胜了内心里那个娇小的我，少了份青涩，多了份战胜困难的勇气与直面人生的冲力。

饭前一支歌已经成为我们的习惯，踏着整齐的步伐，甩着有力的臂膀，高声欢唱着“向前，向前，向前”，我窃喜军训让我痛并快乐着，我学会了好多军旅歌曲，一首首动人的旋律召唤着我爱国的情，军训让我明白了大学生肩负着重任，让我多了份担当，少了份迷惘，军训给我指引了道路，我要坚实的走出自己的阳光大道，给平凡的人生画上绚丽的一笔。

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是刚，比铁还硬比刚还强……”第一次体会到这钢铁般的意志，第一次对团队精神理解的那么彻底。尽管大家高矮不齐，尽管步伐不一，尽管都不认识，但是为了集体大家努力地调整着步伐，为了前后动作的一致大家想尽各种方法，看三连踏着雄劲而整齐的步伐，吼着嘹亮而有力的口号健步像我走来；看着拔河场上那一张张憋红的小脸，听台下紧张而又坚实的呐喊，我们虽输尤荣；每每到休息时间我们女生都会坐下互相捶背按摩，互相讨论学过的内容，互相纠正，我们心连心将团结诠释的淋漓尽致，没有团结就没有一个整齐雄壮的方队。

军训有苦有甜，可是苦又算得了什么，人生何时没有苦，关键是懂得去吃苦，苦尽才会甘来。军训的环境是恶劣的，军训的内容是乏味的，军训的氛围是紧张的，可是又能怎样，经过涅槃才有浴火的凤凰，经历暴风雨才有直面沧海的勇气，没有什么事一帆风顺的。军训改变了我很多，我知道以后不管做什么都要认认真真，我懂得不管遇到什么挫折都要坚强要学会“不抛弃，不放弃”，我知道作为一个大学生要时刻严格的要求自己。

只有经历过地狱般的磨练，才有征服天堂的力量；只有流过血的手指才能弹出世间的绝唱。面对军训，我想说：我没有遗

憾，因为我坚实的走过。

参加庭审旁听心得体会篇二

时光飞逝。转眼间，这14天的军训终于圆满结束。现在真的不敢相信。军训结束了。过去的日子就像一幅壮丽的画卷，让我感触很深，很怀念。

我清楚地记得军训的开始。

天，那开始的一切都感觉是那么美好的，当我第一眼看到教官时，心里既兴奋又激动。在军训的过程中，教官总是细心地向我们传授知识，除了教给我们基本的军事技能外，还告诉我们许多道理，教官的一言一行中总是严格中带着亲切。在我们停下来休息时，教官经常和我们一起谈笑风生，一起交流各自的想法。教官是戴着口罩的，但是我们却可以看到教官脸上露出的笑容，可惜的是这或许只能永远定格在记忆中、相册里。

与同学在一起的时光也令我记忆犹深。14天的军训，我和同学们一起团结协作，在合作中分享快乐，共同进步。军训使我们对彼此更加地了解，也让我们成为了更好的朋友，这将会是一笔宝贵的财富。

军训的收获，就是让我练就了坚韧不拔的奋斗精神。一天又一天的辛苦训练，有时会令我感到厌倦，或许不放弃是我的选择，就这样，我便一点点的走下去了。现在回想起来，这是再正确不过的事情。

后来，为了进一步锻炼自己，我选择了加入擒敌拳方阵，这个方阵的训练更加辛苦，让我不禁回想起之前的归属的连队，回想起之前在一起的同学，但是我不能辜负整个二营的教官和同学们对我们擒敌拳方阵的期望。就这样，我度过了一个漫长的严冬。

虽然军训结束了，但奋斗的脚步却不曾终止，我会继续顽强不屈的精神，迎接接下来的每一个挑战。

参加庭审旁听心得体会篇三

这两天读完小米黎万强的《参与感》，感觉小米的成功不是偶然的，他们确实把互联网琢磨透了，他们的方法论确实走在了大部分公司前面。究其实质，小米说最重要的是“参与感”，我再给他更加通俗一点，就是“发动群众”。

除了发动群众，我们别无选择

真正给传播带来颠覆性变化的不是互联网，而是互联网当中的一类——社交网络。社交网络把大众媒体的“媒介-受众”二元结构彻底结构掉了，在微博、微信上面，每个人都是受众，每个人也都是媒介，二者是一体的。所以，现在不存在以前“搞定媒体就搞定了受众”的逻辑，而是“搞定受众才能搞定受众”。

那最大的变化是什么呢？以前用钱可以买到媒介，因为那是一门生意。现在你根本没法买通受众，一来数量太多你买不起，二来大部分人不是把广告当生意，你根本买不通。所以，你现在只能回到生意最初的原点——做好产品、做好的口碑、让客户帮你去传播。用小米的话说，就是做爆款、做粉丝、做口碑。

所以，发动群众并不是因为这方法有多先进，而是我们别无选择，我们只能这么做才有效。

品牌要人格化，做自媒体、做互动

对自媒体概念的理解不要狭隘的理解为微博官方账号、微信公众账号，那只是自媒体当中的一类罢了。以下这些能够对客户发声、可以和客户对话的东西都可以算作自媒体：企业

员工个人的微博微信、论坛里代表公司的一个id、网店客服、一本书(比如说《参与感》、《转折点》)、一个线下活动……总而言之，就是你和客户发生联系的所有触点，它都是你的自媒体阵地。

那自媒体的内容怎么做?我觉得一是“做自己”，千万别为了迎合客户而说一些你认为客户喜欢听的话，那你最多只能是一个走量的消费品，客户买你估计十有八九是因为便宜，你是没有粉丝的。真正牛逼的品牌从来不谄媚消费者，当然它也不会刻意去俯视消费者，它就是做好自己，就够了。雷军做不出锤子，罗永浩也做不出小米，他们其实都是在做自己。

二是“说人话”，千万别学那些loser动不动搞一句让人听不懂的话，以为人家听不懂就是牛逼文案，真正的高手都是说大白话的(推荐阅读《超级符号就是超级创意》)。如果说大众媒体是一个“剧场”、一个“舞会”的话，你要把自己打扮得光鲜亮丽才能进去的话，那么社交网络就是“客厅”、“卧室”，这里是人最放松的地方，你在这里就要用在家里的口气说话才显得对味儿。你若端着，我就无感。

发动群众3个关键点：利益明确、动作简单、开放创作

现在我们终于要开始发动群众了。你那么有个性，你让粉丝爱上了你，但爱是在心里的，你怎么把粉丝的爱转变成行动呢?我觉得关键就是3点：明确的利益驱动、简单的行动动作、带有开放性的创作空间。

你让人帮你做一件事儿，你总要给人一个理由，这就是利益驱动。最常见的利益驱动就是物质利益，比如说转发赢iphone5s，但这是最差的利益驱动方式，因为很多只是为了赢得5s的人会混杂在里面，他们并不是你真正的粉丝，也不会帮你做口碑传播。

比之更好的利益驱动是精神层面的，这也是真粉丝的驱动力，

具体来说又可能分为“自我表达”、“成就感”、“利他”、“趣味性”等。所有精神层面的动力都离不开社群，如果没有听众，就没有传播动力。

满足了这些驱动力以后，群众运动的基础有了，那么要叫大家做什么呢？越简单明确越好。我们有时候经常会这么说，“你帮我介绍给需要的朋友哈”，对方因为对你已经很认可了，通常都不会拒绝，而且可能还表现的非常积极，于是宾主双方都满意的握手再见，然后就此没有下文。一个成功的能够带来转化的行动应该是这样的：“您能帮我把这个图文链接转发到朋友圈吗？这段介绍文字我也写好了，里面有我的联系方式，你直接粘贴过去就成。”这时候人家肯定觉得举手之劳，顺水人情不送白不送。

最后也是最高境界的，就是把传播素材做成带有开放性的、能够让大家发挥创意空间的素材。比如说今年特别火的“妈妈再打我一次”，之前的“凡客体”，小米的吉祥物“米兔”，这些素材都带有开放性，用户可以在素材基础上进行二次创作，变成自己的作品，这种传播的驱动力就更大了。

用产品驱动营销，四两拨千斤

前面说的基本上还是通过内容、活动、创意来驱动营销，这是比较传统的思路，成本也比较高。还有一种思路是在设计产品的时候直接考虑到营销，这样的营销往往可以以极低的成本获得非常爆炸性的效果。今年有两个一夜爆红的应用，魔漫相机和脸萌，他们都是在设计产品的时候融入了社交分享机制，于是一下就火了，形成了链式反应。

小米曾经做过一个“我的手机编年史”的网页端应用，你可以在里面找到自己用过的所有手机，然后生成一张图片，然后你可以直接分享到社交网络。这个应用我当时也玩过，确实很有意思。

参加庭审旁听心得体会篇四

在20xx年1月初，伴随着病人的阵阵咳嗽声，一场没有硝烟的战争打响了。对奋战在疫情前线的人来说，这注定是个不一样的春节。

在电视上，我看见了你们——白衣天使的背影，穿着厚重的防护服，在医院病房与时间赛跑，从病毒手中夺回生命。我知道，你们也是儿子，女儿，也是父亲、母亲，妻子，丈夫，有的夫妻甚至是在同一幢楼工作，但各自在自己的岗位上奋战着，一连几天未曾碰面，有的是年轻妈妈，为了慰藉自己的思念之情，只能带上儿子的玩具和照片踏上疫区的路，我们似乎看见了你们这些白衣天使每一个不眠的夜晚，是你们为了大家舍弃了小家，努力得救治着每一个脆弱的生命。

在电视上，我看见了你们——前线报道的记者的背影，我看到你一次次出现在镜头前，奔波在医院的施工现场，奔波在医院的走廊，我听见了你因为工作而沙哑的声音，听见了你在报道中急促的喘息声，听见了你报道时沉着冷静的声音：“我们坚信疫情一定会好起来”。是你们让我们第一时间了解疫情的现状。

在报道中，我看见了你们——研制对抗病毒特效药的科研人员，白天里你们在实验室戴着手套拿着试剂瓶探索着对抗病毒的良药，阳光洒在你们身上，专注的背影被拉得很长很长。深夜里，明亮的日光灯映照着你们疲惫的背影，你们坚守着心中的信念，定能早日研制出特效药。

正是“白衣天使”，“新闻天使”，“科研天使”；是你们负重前行，你们忙碌而又坚持的背影，就象征着希望，象征着安全，给全国人民力量和信心。

我相信，中国必定能够度过这次难关，同时带领世界度过这个不一样的春节，中国强则世界强，一方有难八方支援，加

油中国！！

狭路相逢勇者胜，越是艰险越向前。新冠肺炎疫情发生以来，全国人民众志成城、团结一心、足不出户，构筑起防控系统，这就使得各项工作开始在网上进行，尤其是教育方面，随着教育部“听课不停学”一声令下，各个学校纷纷响应号召，开始开展网上教学，我们也不例外，网上教学开展将近一个月了，深有感触。

一开始，没有电脑，没有教材，没有练习册，只有一部手机，心慌、焦虑，怎么办？没有退路，调整心态，第一时间赶回学校取需要的教材课本，同时在手机上学习各种教学软件的使用，最后在家人的帮助下，电脑安装到位，更新系统，基本具备了上课的条件，使得网上教学顺利进行。

接下来是备课。我们有充足的时间静下心来备课，因为担任两个科目，英语和政治，所以备课任务重，不过在备课组成员的合作下，分工明确，积极完成，尤其是英语科目，在复习资料没有回来的情况下，通过拍照整理优选，整合网上优秀资源融进自己的教学中，使教学顺利开展。

再说管理失控。直播课上看不到学生，不能及时掌握学生的听课状态，不能及时听到学生对知识的反馈，学生间也不能合作交流了。还有学生的作业，有一部分学生不交了，无论你在群里怎么说他就是不交，电话也打了数次，家长也不监管，没有课下的练习教学效果可能好不到哪，我怕最后是事倍功半。还有平台的崩溃，网络的卡顿，使得教学充满了挑战。

最后，无论困难多大，我都会积极应对争取让学生的有限的条件下学到更多的知识。

参加庭审旁听心得体会篇五

以前我也发过和填过一些这样的问卷，但那都是帮同学或朋友发的，所以实际上这是我的第一次，很新鲜，但那也很辛苦，感受也很深。从问卷设计到问卷发放再到问卷分析，还有最后的报告总结。一张小小的问卷，一本薄薄的报告，却给了我们一次深刻的体会。

在这次问卷调查后，我也及时总结了做调查问卷的心得，

第一、首先自己必需对问卷的意义、目的充分了解，因为有部分调查对象会问你为什么要做这样一份问卷，做这样的调查意义何在。

第二、学术研究的调查，务必要做到认真、客观、详实。所以应该广泛的发放调查问卷。而如果调查范围过小，则不免造成较大的误差。

第三，问卷的控制。发出去的问卷，不管最后是否有效，都应该收回，尽量不让问卷流失。

第四、要有严谨的工作态度和积极的心态！无论什么时候，遇到困难时，自己的心态和态度要积极，虽然挫败的情况会经常走到我们的身边，但我们必须好好总结，把问题的要点找出来。

这是一次深刻的经历，它让我学到了交际的技巧、实践的重要、团队协作的珍贵以及做事要保持一个积极仔细的态度，要善始善终！这样的学习经历要比只学习书本上的知识更有趣，也使知识掌握地更实际更具体，相信也会对我们以后的工作有很大的帮助。

最后，我想说的就是，我们已经是大学生了，从某种程度上来说，大学就是半个社会，我们要学会如何与他人之间的

交流与沟通。重要的是，我们在大学学到知识同时，要学会“学以致用”。将理论与实践相结合，多接触社会上实际的东西，而不能停留在自我的、纯粹的理论中，尽可能拓展自己的知识面，为以后自己真正的迈向社会做好准备，才不会被这竞争激烈的社会所淘汰！

参加庭审旁听心得体会篇六

我个人认为在新的历史时期，作为基层领导干部加强自身的政治理论、业务知识、党纪政纪条规的学习，显得尤为重要和迫切。深入学习政治理论，认真学习马列主义、毛泽东思想、胡锦涛同志关于树立社会主义荣辱观的重要论述，认真学习党纪政纪条规。俗话说：“不镜于水、而镜于人、则吉凶可鉴也。”党员领导干部要通过不断的学习，努力强化廉洁自律意识，提高防腐抗变能力。要向先进模范人物学习。以****等时代先进人物为标杆，用心想事、用心谋事、用心干事，努力在工作中树立正确的人生观、价值观，进一步坚定政治理想和信念。

起权力、金钱、美色的考验，在拜金主义、享乐主义和极端个人主义的侵蚀面前一尘不染，一身正气，始终坚持“四个不”，即：不以权谋私、不参与赌博、不参与卖淫嫖娼、不参与“***”等邪教组织的非法活动。对以权谋私的违纪现象决不姑息迁就，敢于动真碰硬。加大源头治腐力度，重视抓苗头性倾向性问题，继续开展廉内助活动，不断强化内外监督制约机制，充分发挥监督网络的作用，努力使每个干部都成为清正廉洁的模范，让全镇人民放心。

认真贯彻执行党的民主集中制原则。充分发挥班子的集体力量、集体智慧，在重大决策、大额和专项物资采购等方面，始终坚持由班子集体讨论决定。自从我到**镇任镇长以来，我对各项资金的使用和重大事情，坚持集体讨论，从不专断，全部实行公正、公平、公开的“阳光作业”，透明操作。作为领导，我一定要坚持公开、平等、竞争、择优的原则，促

进选用干部良好机制的形成，真正选用政治可靠、清正廉洁、有本事、肯干事、能干成事的人。不断加强工作作风建设，自觉接受组织和群众的监督，做到警钟长鸣。

提高了，不享受白不享受，于是一味的追求物质生活，怕苦怕累；有的将物质享受作为待遇高低的标尺来衡量，有的甚至因此而做出违背原则的事。如**有了地位和权力，理想信念动摇变质，追求拜金主义、享乐主义、贪图安逸的思想严重，私欲不断膨胀，利用职务之便，收受贿赂，玩忽职守，从而坠入了违法犯罪的深渊。

作为党员干部，我一定会带头发扬艰苦奋斗的优良作风，从自身做起，从身边的每一件事做起，严格遵守廉洁自律的有关规定，耐得住艰苦，挡得住诱惑，做一个清清白白的人。

参加庭审旁听心得体会篇七

通过本次培训班的学习，更进一步了解了学校的基本状况，也更进一步体会到作为一个学生干部应具备的各种素质。

作为一名学生干部要求全方面年问题，首先要以正确认识诚信、信用与法治为大前提，中国现在最缺诚信。社会的主体是个人、社会和政府、信用道德、信用市场、信用制度的缺失是三个信用缺失的重要方面。以浙江温州为例，在广场烧了五千多双伪劣鞋子，提出了“信用浙江”的口号，并制定了8月8日为信用日。由此可鉴，信用危机的负面不可低估，个人讲信用、企业守信用、政府重信用是市场经济构成的重要因素。富兰克林说过：“信用就是金钱??你的朋友钱袋就会永远对你关闭。”美国著名学者认为中国人的信用都处在亲人、朋友之间，这是一种低层次的信用，中国的信用观念与外国的信用观念完全不同，中国因为逃税、漏税、偷税损失严重，仅逃税一项金额就高达一千八百亿元。而且市场上最大量存在假冒伪劣商品，例如“苏丹红事件”，苏丹红是由广州一个只有3个人工人，一个老板的小工厂生产的，我

国因为不诚信付出的代价是五千八百五十五亿元，诚信是一种制度，制度是社会所要求人们的一种模式，诚信作为人际关系的模范需要制度来规范，诚信在当今社会不仅是论证学的范畴，还是社会学的概念，也是法学的范畴，诚信是一种人品，是人品的修养，做人的根本准则，遵守诚信不应该以获取利益为标准，诚信是人在社会生活中的义务，诚信也是成家立业、社会交往的名片，大学生的诚信要融入专业素质，对他人给予信任，学会容忍、宽忍，要以诚信为学习之要根本，拥有诚信的理念，人生会走得更好，诚信也是我们为人处事的底线。

作为一名学生干部要协助学校搞好“三风”建设，要搞好“三风”，首先要了解它的内容。“三风”即学风、校风、教风。教风、学风是校风的主要内容。学风的内容包括：科学、严谨、求真、务实、勤奋。其中“勤奋”——要敢于创新、要志向高远，要明理诚信。成功=天资+环境+勤奋+机遇，“机遇”——对每个人都是平等的，只有准备的人才能抓住机遇，“环境”——社会环境和自然环境要去认识去改造，学生干部要严格要求自己，在思想品德、专业学习，遵纪守法方面要严于律己，勇于面对困难，知难而进，应遭遇，面对一些挫折，磨练自己。勤于思考，不要死读书，善于思考，思路开阔，勤于实践。学生干部应该从自身做起，把握好现在，塑造良好的人格形象，立志做大事，做一个有层次、有品位的人，不可妄自菲薄，好高骛远。要有危机感、有紧迫感，有精神，要做投资性、不要做投机性的人，投机意味着极功进利，比较现实。干部要实实在在，求真务实，不要自己为事，不要为当干部而当干部，要做好桥梁，从日常生活开始，一步一个脚印，懒惰是勤奋的敌人，勤奋是懒惰的克星，学生干部要在学习上作表率，思想品德上经得起考验，这样才能作好模范。

校园文化建设是学校建设的主要内容。学生各种具体的校园生活现象（衣服、语言??），通过这些现象所反映出来的文化观念（价值观、人生观??等），还包括思想意识，行为意

识，语言意识等，还有校园文化设施，这就叫校园文化。为了营造一个良好的校园环境，营造一个良好的人际关系，构建一个和谐的校园环境，通过校园文化建设来提高文化品味，作为学生干部应明确自己的任务；要以理想信念教育为核心，进行正确的世界观、人生观、价值观、人民道德，以大学生的全面发展为目标；要重视和加强校风建设，培养良好的校风、学风、教风；要积极开展校园文化活动，加强校园文化人文环境和自然环境的建设。要认识我校校园建设的五大阵地，即两课主阵地、教育阵地、文化阵地、言论阵地、社会实践阵地。为了把这五大阵地建设好，首先要提高认识，树立信念，认识校园文化对大学生成长的重要性和必要性，良好的文化氛围可以让大学生积极向上，环境引导人，环境也教育人；其次要纠正、克服在建设中的不良之处（以自身做起），建设的过程就有一个纠正的过程。

学生干部应成为精神文明建设的楷模，作为一名学生干部要以平常心对人，不要以为干部就是命令、指使人的，作为干部更应该服务于人。精神文明的建设要求加大对学生日常生活的规范，加强学生管理，通过班委和支部集中整顿死角，举办各种活动培养学生意识建设健康向上的文化氛围，努力形成以育人为本的校风，教师以教育为人的教风，学习以成长为志的学风。

作为学生干部要有责任意识和服务意识即奉献精神，学生干部要以身作则，要正人，必先正己，要有较强的组织能力，这是学生干部应具备的心理品质，要具有一定的号召力，其中重要的一点是公正，对任何事、人都要一视同仁，这样可以提高工作的质量，提高效率，我们学生干部还要求在实践中磨练自己、完善自己，不断提高工作能力、学习能力，工作和学习兼顾，任何时候都要把自己看成班级里的普通一员，积极为班级、学校服务。