

最新公交心得体会 应急体验心得体会 (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。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大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

公交心得体会篇一

今天就是星期四了，我们一大早就聊起这事了。果然，早自习上课之后，蒋老师同以往一样来到教室里，在讲台上轻轻地拍了拍手，以表示安静。同学们迅速地、端正地做好，全神贯注地看着蒋老师，等待蒋老师发话。“同学们，星期一在国旗下说过今天要举行应急疏散演练的，那么等会儿我会发给大家餐巾纸，来代替毛巾，听到警报以后，迅速地用餐巾纸捂住自己的嘴巴和鼻子，然后人蹲下小跑到教室门口排好队到操场集合。”“那我们为什么要对蹲下跑呢？这样不是会减慢我们的速度吗？”一个同学问道。“呵呵，火灾是，眼是往上冒的，毒气都在上面，烟里的一氧化碳能毒死人，因此我们蹲下可以减少毒气，捂住鼻子和嘴巴可以以防毒气进入我们的体内。”第一节快上课了，老师将餐巾纸发给我们，“同学们请注意了，等下铃声响后，迅速跑出教室。”从广播里传来老师的声音。

“呜——”警报响了，同学们井然有序地将餐巾纸捂好跑出教室，我急忙弯下腰，捂好餐巾纸，往外面跑去，我边跑边捂住嘴巴和鼻子还要弯下腰，感觉很吃力，在走楼梯的时候差点摔了一跤，很快，我们就到了操场排好队集合里。章老师拿着话筒：“好，蹲下，用餐巾纸捂住，千万不能放开。”同学们很配合的蹲下了。

接下去就是郭老师教我们如何使用干粉灭火器。只见郭老师先用报纸将盆里的东西点燃，然后迅速退后了几大步，火势很凶猛，向上窜着。郭老师快速地拿起灭火器，左手拿住灭火器的顶上，右手托住底部，上下用力摆动，接着又除掉铅封、拔掉保险销，左手握着喷管，右手提着压把，在距离火焰两米的地方右手压下压把，干粉从管子里喷涌而出，很快，熊熊火焰就被干粉扑灭了。全校师生都认真地看着郭老师的每一个动作，想从中学到一些知识。

逃生演练到这里就接近尾声了，虽然这次演练的过程只有10分钟左右。但是在这演练的过程中，我却学到了不少。在演练得时候，我差点坚持不住想要将餐巾纸拿开，觉得憋着难受，反正又不是真的遇到火灾了。但是后来，我犹豫了一下，又想到万一真的火灾来了，我就有了经验，因此又开始憋着气向操场跑去。现在回想刚才，还好没有拿开餐巾纸，不然以后就要后悔错过这一次机会了，我希望我们学校以后能够多搞这类的活动，即可以让我们增长知识，又可以对同学增强防范意识。

公交心得体会篇二

各位老师同学：

下午好！我来自高一12班。作为一名高中在校学生，我们都很期望能够通过将来所从事的职业来最大程度地实现自我的价值。提前介入、提前体验、提前启动职业生涯指导就显得尤为关键。而建平给了我们这样的平台和前瞻性的指导。

假期里，怀着激动与期待的心情，我们小组一行三人来到上海天马微电子股份有限公司开始了首次职业生涯体验。

从陌生到熟悉，从略带羞涩到大方得体，也许这是每位参加职体同学的感受吧。正如初春的芽，像是在探索这个新奇的世界，在不经意的一天，却已然华丽转身悄悄地成长为参天

大树。

在工程师的带领下，我们首先参观了公司的展厅，了解到天马公司拥有一条4.5代薄膜晶体管液晶显示器件生产线，产品主要应用于车载、医疗、工控类显示屏及模块。我们有幸领略到了多项在国际上处于领先地位的高科技产品，比如堪称世界上清晰度最高的显示屏，颜色更为鲜艳的有机显示屏，可弯折的超薄显示屏等等，令人大开眼界。未来这些产品都可能陆续应用于我们的日常生活中。

其中令我们印象最深刻的就是那神奇的显示屏幕工作室。由于必须保证产品的清洁度，我们也按照规定要求穿上无菌服。第一次穿戴无菌服，很多细节还没有完全弄清楚，在工作人员的悉心帮助下终于彻底搞定，看着同学们仅露出两只眼睛的模样，不禁笑出声来。我们穿过因切割玻璃而有些噪音的走廊，来到检验及研发工作室。两位工程师正在探讨产品设计上的细节问题。见我们到来，其中一位放下手头工作，对于他们的研究内容向我们作简单讲解。原来小小的手机屏幕，方寸之间，亦有大学问。广泛使用的电容屏由五层叠加而成，电信号在底板上形成回路，才能显示图像。他在电脑上为我们展示了一些基础显示屏的设计图，对比实物，鼓励我们也试一试挑出半成品的不妥之处，画出改进后结构图。调整灯光，小心翼翼的将半成品放在手中观察，大家紧盯设计图，小声交流成果，绞尽脑汁，终于找出漏洞。看着我们亲手检验过的显示屏沿着生产线继续它的下一道工序，满满的成就感油然而生。

短短的职业生生涯体验，是一个角色的转变，更是一次新奇的历练。不仅让我们对前沿科技有了更新的认识，对电子行业最新发展趋势产生了浓厚的兴趣，还学会如何与人相处，发挥团队优势，在科学态度和人文情怀的熏陶培养中不断锻造领袖气质。我们还学习了天马公司“激情高效共赢”的企业理念；那阳光、开放、分享、群策群力的工作氛围，还有实现整体价值最大化，勇于担当，实质重于形式，化繁为简

的企业文化，都很值得我们继续深入地学习、研讨。我们所有的努力所有的奋斗，都是为了拥有一个美好的大未来和塑造一个完善的自我。关注科技，放眼未来，以青春为名，为梦想而奋斗！

以梦为马，我们不负韶华。今后的暑假职体以及两周的集中职体，我们一定会继续全身心地深入进去，认认真真地感受、实践、领悟、规划，期待能有更加精彩的收获。

谢谢大家！

公交心得体会篇三

转眼上岗已经快一年了，进修学校的`老师对我们新教师也很是关注。从公布课题以来，我一直处于紧张状态，当然，不知道课题前，也很紧张。然后，匆匆忙忙备好课，在学校里试教后，心里立马慌张了，感觉还是比较复杂的，因为学生没有毛笔，水墨等工具，课堂上混乱一片。而且，我们学校的学生可能是因为没正式上过公开课的美术课，所以感觉学生都安静的坐着不敢发言。下课后，我赶紧把听课老师告诉我的一些事项整理一下，再把自己的上课思路调整一下。第一次教学我觉得我上课思路还是有点混乱，我是想用音乐贯穿整堂课，可学生却完全没静下来凝听音乐。而且感觉本节课没什么亮点，课堂没氛围。我原来设计的是想让学生听着音乐的节奏，感受水墨中的点和线，结果，学生完全都在争抢谁先画，谁后画。真是一堂失败的课。

在自己学校上过之后，我从新整理思路，调整课堂步骤。既然我想要让学生从音乐中去寻找跳舞的点和线，那我就一定要让学生去听音乐。于是我在几个环节中都强调学生听，闭上眼听。

第二天，我到实验小学借班上课，实验小学的学生们活泼大胆一些，再者工具都准备齐全，所以每个环节能清楚的上下

来。但是因为课堂上我的废话太多，学生太活泼，思维太丰富，想讲的太多，导致我没把控住时间，留给学生创作的时间太少了。还有环节中有些是不需要的，有些画蛇添足了。

晚上回去再次的修改，听取了实验小学老师的意见，在上课导入部分，挑了一首先慢后快的钢琴曲，跟着节奏画一幅1m长的抽象山水画。水墨浓淡变化的线条山水，彩色精灵般跳跃的点。最重要的还是要简练我的语言，学生在积极的发言的同时控制好时间。

第三天，再次上下来的一堂课就已经比第一次要精炼多了。不仅在导入示范画时赢得了学生自主的为我鼓掌，而且课堂时间也把握的比较准确。虽然语言上还有欠缺，废话还是多了些，看来要克服这个问题，还学要长时间的磨练。

终于等到最终战的时候了，一早我就到了中山小学，提前了20分钟就进入课堂，让学生把该准备的整整齐齐摆在桌面上。看着指导老师们一来，我就在上课铃响之前提前与学生做了个小互动，跳了跳简单的节奏舞，让之后更好的引导出我想上课的内容。

课终于是上完了，心也终于可以放下来，紧张的身体也在慢慢放松。回想课堂，还是有很多不满意，没达到预期目标的地方，但是我觉得这样几天下来我已经进步了。

在此感谢给我这么多机会锻炼提高自己的石门小学和进修学校。

公交心得体会篇四

这次去长三角国际动漫嘉年华的会展，我是冲着“儿童职业体验”去的。我很想知道自己将来适合从事什么职业。可是偏偏好事多磨，一开始我就遇到了一个大难题！

开幕式后，我和好朋友杨丹直奔酷贝拉乐园，可是在入口处就被工作人员拦住了，她热情地说：“对不起，小朋友，你们没有酷乐包，是不能参加这里的项目的”。杨丹拉着我急忙跑去买酷乐包。可是……。

本来在来的路上我就一直很担心，因为出来的时候妈妈没有给我钱。现在怎么办呢？我觉得特别伤心，没有酷乐包我就不能体验工作了！见我垂头丧气的样子，杨丹安慰我说：“别担心，我借给你钱吧”。我一下子高兴起来，激动地说：“谢谢你杨丹，我一定会把钱如数还给你的！”就这样，我有了我的酷乐包！

可以体验工作了！我接受的第一份“工作”，是在超模学院做模特，换上了我认为最漂亮的衣服，该出场了，好紧张呀，手心直冒汗！因为我从来没有上台走过秀，想想台下那么多眼睛盯着我，好害怕会出丑。最后硬着头皮走上了台，按着指导老师教我的动作完成了走秀。总的来说，表现得还不错，工作人员在我的护照上盖上初级模特的章。看着鲜红的印章，我的心里甜滋滋的，突然有了勇气，变得自信起来。

接下来应该去学做蛋糕了，来到蛋糕场，学做蛋糕的人真是多呀！简直人山人海，我们足足排了一个小时的队，才终于轮到！穿上工作服，戴上厨师帽，蛋糕师傅边给我们做示范边讲动作要领和注意事项。我聚精会神地看着她一点一点地把鲜奶油均匀地抹在蛋糕坯子上，动作是那么娴熟那么自然，三下两下就给蛋糕披上了厚厚的奶油，鲜奶蛋糕滴溜圆，蛋糕师又上面加上一些巧克力装饰，一个精美的蛋糕就完成了！看着好好吃，真让人垂涎欲滴呀。

然后就该我们出手了。虽然身边其他人抹起鲜奶来毛手毛脚的鲜奶不听使唤，但是我做起来觉得不是很难，心里有点小得意。终于大家都完工了，完工的蛋糕千奇百怪什么样的都有：有的扁扁的，有的尖尖的，有的“四不像”一样的，把我们乐得哈哈大笑。

但是不管怎么样，蛋糕是我们自己动手做成的，大家都非常开心，每个人的脸上都洋溢着笑容。不谦虚地说，我的蛋糕做得很好，特别圆润，师傅也夸我的蛋糕最有样子。我特别有成就感！

后面的几个职业我们都玩得很开心，一天下来，我们都累得筋疲力尽，但是心情却空前的好，在这一天中我成为了初级模特、初级蛋糕师、初级育婴师。感受到了工作虽然辛苦，但是收获却不小，体验到了劳动的乐趣：苦中有乐！

这一天，真难忘啊。

公交心得体会篇五

在我心中，医生是个神圣的职业。白大褂，戴口罩，再厉害的人在医生面前也要乖乖听话，毕竟你是来求医看病的！

其实我是个对什么职业都不感兴趣的人，能够说是前途迷茫，年纪轻轻身上背负的是家人对我的殷切期望，还好我有个优点我很满意，就是无论做什么事情我都会努力认真地做，虽然不是做到最好，但也是全力以赴的。

这天我体验了下医生这门职业，发现跟我想象的不太一样。褚医生告诉我医生这门职业挺辛苦的，又是个回报和付出不成正比的职业。我在身旁看她工作的时候，的确看到她要开很多单子，而且也要把数据输入电脑，她做得很熟练，几乎是不假思索直接写上去。

值得一提的是为两个老人看病。两位老人住院已经是家常便饭，与褚医生已经很熟了。他们是夫妻，老大爷已经95岁高龄，老伴也已经92岁。褚医生请老大爷躺在病床上，然后询问他的病情。老大爷大概是年纪大了听不清楚，褚医生连问好几遍他也没有听懂医生问的啥。褚医生是个很耐心的女医生，遇到这种状况她也没辙了，于是让他老伴问他。毕竟生

活几十年了，两个人还是有点默契的，老伴比划两遍老大爷就懂了，然后告诉医生哪里不舒服。看着相互依靠的两个人，我在心里默默祝福他们身体健康，长命百岁。然后再看看褚医生，虽然她的病人是个听力不好的老大爷，经常是连说几遍也没懂，她依然很耐心，对他尽心尽责。问好老大爷，接下来给他的老伴看病就简单多了。在给两人叮嘱注意事项后，褚医生带着我离开。我在临走时回头看看两位老人，老伴正扶老大爷起来呢，我被两人之间相濡以沫的感情打动了，衷心期望他们早日康复。看看老大爷的举止，我相信在家里务必是个老顽童，无人敢管，而在应对医生时，他变得服服帖帖，这不禁让我为医生这门职业竖起大拇指。

在体验职业时还发生一个小插曲，我在看褚医生写单子的时候，一位年轻的女医生进来给褚医生送报告单，当她出去的时候，我好奇地问那个是不是实习生，好年轻呀。褚医生笑了笑：“不是，她已经工作好几年了，那时不比此刻，此刻要规范，读完大学还要再读几年才能工作。”我有点惊讶，但还是点了点头。

经过这天职业体验，我对医生这门职业多少有点了解，如果我以后有幸当上医生，我相信我务必是个认真负责的好医生！