

# 最新染发理论心得体会(汇总7篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。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。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看一看吧。

## 染发理论心得体会篇一

今年的政治理论学习，我都参加了单位集中安排的专题学习，做到认真听课，进取发言讨论。异常是对十九大精神和坚持共产党员先进性教育以及“三个代表”重要思想和科学发展观等重点学习资料，更加集中精力，深刻领会精神实质和目标要求。把自我的工作和思想与学习理论紧密联系起来，理论联系实际，深入思考，深刻领会，到达思想政治素质和工作水平不断提高的效果。

一、在学习中成长自我，将学习当做自我的职责。

我认为学习是自我的职责，无论我们处在什么层次，什么环境，必须要在群体中，有影响或带动他人的本事，因为党赋予我们的不仅仅是荣耀，更是一种职责。当然本事的具备就必须要求我们不断的去学习。同时，学习也是我们思想和工作的动力源泉。素质的高低，工作本事的强弱，直接影响着单位的事业发展。而思想素质和工作本事是与学习的深浅，与理论功底直接相关的。实践证明，要不断提高自我，不断改造自我，就必须不断学习。不学习就会落伍，就会迷失政治方向，有的甚至会把本事用到歪门邪道上去，最终将被社会、被人民群众所冷落、所淘汰，得不到党和人民的信任。如果学习不好就不能正确把握和贯彻执行党的路线、方针、政策，就不能更好地运用新理论解决新问题，就必然造成工作质量低下或者失误。工作不好就是对自我不负责的表现，

也是对党的事业和人民群众的利益不负职责的表现。所以，我深刻地体会到学习对自己、对党和人民的事业，都是一种重要职责。有了这种强烈的学习职责意识，就能主动自觉去学习，就能带着思想和工作中的问题去学习，在学习和工作实践中不断改造自我和提高自我。

## 二、在学习中注重质量。

时间是学习的保障，一年来，我对统一安排的学习从未缺席，每个专题学习都专心听课，认真做好学习笔记，并结合工作和思想实际，写好学习心得体会。

在学习和工作实践中，我深深感到学习与不学习是完全不一样的，学多与学少也不一样，学习肤浅与学习深刻也不一样，能否理论联系实际，带着问题地学，把学习与解决问题紧密结合起来，收效更加不一样。所以，我认为，学习重在自觉主动，才能入心入脑。同时，还再次学习了胡锦涛同志在考察西柏坡时的讲话，使我进一步深刻地认识到加强和改善党的作风建设的紧迫性和重要性。如此这些，我是在学习中不断深悟的，也深深感悟到既广泛系统又有深度的学习，在深度上多下功夫，才能保证学习取得应有的效果。

## 三、讲究学习方法，循学善进，力求学有所得。

在学习中，碰到比较多的实际问题是工学矛盾和学习效果的问题。我对学习中心组统一安排的学习辅导，只要不是因公外出学习出差或上级有会议无法请假外，都能做到服从中心组的学习时间。除了中心组统一安排学习以外，我每一天都坚持挤时间看书看报。我深深体会到，看书看报也是对自我有很大帮忙的。比如：我比较喜欢看的《半月谈》、《党员生活》等，这些书刊杂志资料也是很丰富的，很多文章我学习后都很受启发和教育，对陶冶自我的思想际工作都有很大好处，对党委中心组学习的专题辅导资料进一步加以消化理解也有很大帮忙。

在学习中，结合实际写心得体会，有针对性地进行学习，带着思想和工作中的疑难去学更能解决很多思想疙瘩和工作疙瘩。用理论上的基本原理，弄懂弄通实践中的各种疑难，这种深入浅出，循学善进，结合实际的学习方法是很有实效的。

总之，一年来的理论学习，不但理论上又有新的长进，思想政治素质也有不一样程度的提高。尤其是在深入学习“三个代表”重要思想和党员先进性教育的过程中，更使自我感到长高了，望远了。所以，学习给我带来很多帮忙，学习给我受益非浅，学习是人生名符其实的“伴侣”。今后，我将不断加强学习，在中心组统一组织学习的基础上，挤出更多时间更深入地学习政治理论和社会科学知识，使学习成为自我思想和工作的导航灯，指导和促进自我的思想和工作不断提高。

## 染发理论心得体会篇二

通过参加此次理论中心组学习，更加深入的学习了解党的十九大精神、市委二届六次全会报告，结合自身的学习成果、工作实际，我有了一些新的认识和理解。

一、加强自身学习。学习党的基本路线、方针、政策、决策，学习科学文化，学习业务知识。将十九大精神与农村基层工作结合起来，用百姓能够听懂的语言解释给他们听，使宣传落到实处，在农村遍地生花。

同时作为弄玲社区党建助理员，在日常工作中，还要加强自身业务水平，积极借鉴学习其他村、社区先进的工作经验，在党建工作中加强创新，走一条有弄玲特色的党建之路。

二、加强党员的教育。增强党员的先进性意识，强化党员的管理，提高党员管理水平。加强监督考核，将党员发挥先锋模范作用纳入年度考核评价机制，提高党员队伍的整体素质。

同时多层次拓展支部活动形式，将“两学一做”活动与“三会一课”制度有机结合，按月、按季度开展支部活动，增强党组织的战斗力和凝聚力。

作为社区的党建助理，除了配合村两委的日常工作之外，要充分发挥自身的优势，紧密团结社区广大党员，自觉主动学习，充分利用互联网、网络媒体等新兴的学习媒介，随时随地进行学习。

三、顺应形势发展变化，不断丰富拓展学习内容，加强党员教育。进一步扩展教育内容的深度和广度，切实增强党员教育的内在吸引力，逐步提升党员素质。充分依托善州干部学院勐福教学点，不定期组织党员到勐福参观学习，切实提高党员的素质，为党组织永葆生机活力注入无限动力。

今年1月份，为提高农村党员的学习能力和综合素质，我社区全面完成了“云岭先锋”app的安装工作，在今后的工作中，应当充分利用起来，让广大党员自觉学习，提高自身的综合素质。同时加大综合服务平台的使用力度，通过短信发放等方式加强党员的常规教育。

### 染发理论心得体会篇三

从开学到此刻，工作已经两个多月了，其中的辛苦和幸福交替充斥在我的内心。作为一名新教师，我告诉自己：要尽可能去发现学生的优点、多鼓励和表扬他们，对于他们犯的错误多去理解，尽量做到以引导来感化他们。然而现实就是虽然我与每一位学生都相处融洽，但在他们眼里，我没有具备教师的威信，所以对很多调皮捣蛋的学生管理不善，让我有些头疼，也请教过一些老教师，都告诉我：开头就要树立自我的威信，把纪律、要求明确地告诉学生，如果做不到就严厉惩罚，只要把头开好了，后面的教学和管理也就容易了。

俄国教育家乌申斯基曾说：在教育中，一切都应以教育者的

人格为基础，因为仅有人格才能影响人格，仅有人格才能构成性格。教师的人格对学生有最直接、最具体、最深刻的影响。人格魅力是一个人在成长过程中对来自家庭、社会、人生、学识等方面的用心、健康因素的凝聚和综合。人格魅力一旦构成就会成为取之不尽、用之不竭的教育资源。这也让我意识到：在学生面前，教师的一举一动都是十分重要的，如果教师在晚自习的时候玩手机，就不能责备学生也在玩；如果教师在课前没有备好课，就不能责怪学生上课时无精打采；如果教师都对每日的跑操抱怨连连，就不能责怪学生总是请假逃操。教师的一言一行都是在展示着自我的人格，所以我们务必不断完善自我的人格魅力，在扎扎实实研究专业基础知识的基础上，不断学习各方面的文化、科学、新兴网络、乃至幽默的知识，丰富自我的课堂教学，让学生亲其师，信其道。

做个有智慧的教师。作为信息技术教师，课堂上让我焦头烂额的问题有很多类型，比如上课迟到、没有带鞋套、上课把手机带去充电、做练习时没有耐心、课后不及时关电脑……，各种类型的问题都要区别对待，如果只是一味的批评，向班主任告状，那只会让学生和自我的关系越来越疏远，尤其对于正在叛逆期的学生，以后的管理会更加困难。所以我总是尽可能地寻找一些奖惩措施来约束他们，比如迟到的同学我不会记名字，可是要当着全班同学的面道歉，要额外多的完成一个我布置的任务，课下要把所有学生的凳子推到桌肚里，带着手机去充电的同学我也会直接没收，但不是交给班主任，而是根据学生的表现状况，确定归还的日期；当然，对于表现好的学生，我也会有奖励措施，比如大家群众都表现好的话，我会给大家播放电影短片调节一下课堂气氛，事实证明：我的抑扬法还是有成效的，至少他们告诉我：很喜欢我的一点在于，我不会向班主任告状，很多时候，这一招是失去学生对任课教师信任的最大忌讳，所以艺术性地谋求解决问题的方法在实践教学中十分重要，也利于树立教师的威信。

活力——教育者的一种状态，让自我始终持续初出茅庐时的

工作状态；

爱心——教育者的一种品质，让自我包容学生的一切和一切学生；

创新——教育者的一种潜力，让自我的每一天都不是昨日简单的重复；

时尚——教育者的一种魅力，让自我紧跟时代的脉搏而显得永远年轻；

沟通——教育者的一种武器，让自我拉近与他人的距离；

敏感——教育者的一种机智，让自我把握住每一个教育契机；

反思——教育者的一种习惯，让自我不断挖掘成长的潜力……

我相信：透过自我的努力和不断的学习，我必须会成为一名在学生中拥有威信的教师，一名学生心目中真正的教师。

## 染发理论心得体会篇四

漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，脆弱的我们变得慢慢坚强。严肃的训练场上，我们每个同学英姿飒爽，没有矫揉造作，有的是勇敢，坚强。

严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏以及辛苦的训练。这就是军训生活的几大特点。掉皮掉肉不不掉队，流血流汗不流泪的格言已成为我们心里面一个有震撼力的座右铭。

虽然我们军训没有部队里的严格，但从中足以让我们深深的体会到绿橄榄的真正内涵。真正感受到作为一个警校生的酸甜苦辣。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生路途中并

非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，坎坷同行。

我们需要团队精神，每一个步伐，每一个口号，团队精神让他们发出一个单一的声音一样的整齐。而团队精神需要每个人，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之需要。可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致远离整齐，这就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……只要功夫深，铁杵磨成针。功夫不负有心人！尝试和毅力让我们渐成一个集体。只要有团队精神，一切就会成功。

## 染发理论心得体会篇五

\_\_年，本人认真按照县委理论学习中心组的计划，深入学习贯彻科学发展观，坚持用科学发展观指导各项工作，经过理论学习、指导工作实践，提高自我统观全局的本事。

### 一、突出重点，在深入学习上下功夫

为按中心组理论学习计划，本人细化拟定了学习方案，始终把学习实践科学发展观作为首要的政治任务，坚持抓紧抓好，力求融会贯通，使理论学习不断向深度和广度拓展。今年重点学习了《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》、《建设马克思主义学习型政党提高思想政治水平》、《统筹城乡区域协调发展加快构成新的经济增长极》、《加强党风廉政建设深入开展反腐败斗争》等。

一是坚持经常学。理论学习重在经常，贵在持久。一方面突出及时性，迅速贯彻学习上级各种文件，并力求联系实际深入学习，把握精神实质。另一方面结合工作实际加强自学，力争“学习工作化、工作学习化”。同时，注重与其他中心组成员交流心得体会，撰写理论文章。

二是注重专题学。对党的\_\_大五中全会精神相关专题，采取

听辅导报告、自学等方式，联系实际，加深对理论的理解，同时研究贯彻落实措施。

## 二、结合工作，在学以致用上下功夫

始终坚持“学以致用，用以促学，学用相长”的要求，努力把理论学习成果转化为推动工作的动力。

一是结合工作任务，选择学习资料。结合本镇工作实际，认真自学相关资料，贴近工作实际。这样就避免了理论学习和实际工作中脱离的现象，减少了学习的盲目性。

三是围绕工作中心，注重学习效果。为了使理论学习切实为工作服务，能用在工作中，能推动工作，我注重在“用”字上下功夫，认真领会上一级的文件和讲话精神，并用以指导工作。

## 三、联系实际，在提高本事上下功夫

在理论学习的过程中，坚持以理论学习锤炼党性，促进自我服务基层，服务群众的本事不断增强。

一是着力增强认知力。认知力是领导干部思维层次、立场观点、发展理论的综合体现。我经过对邓小平理论、“\_\_\_\_”重要思想等根本立场的学习，使自我进一步明晰了立党为公、执政为民是必须恪守的政治立场，切实实现好、维护好、发展好人民群众的根本利益；经过对基本观点的学习，进一步明晰了我镇全面建设小康社会的目标任务、实现途径，增强了发展意识、执政意识，树立起市场观、统筹观、人本观等科学的理念；加强对科学发展观的学习，准确把握国情、镇情变化所带来的新情景、新问题，自觉以开阔眼界观察事物，从全局角度思考问题，用发展办法推动工作。

二是着力增强统筹力。树立和落实科学发展观是贯

彻“\_\_\_\_\_”重要思想的重要体现。始终坚持\_\_\_\_\_”重要思想为指导，全面系统地把握科学发展观的精神实质、主要内涵和基本要求，科学分析我镇的发展现状，明确统筹的意义，明确我镇发展思路。

三是着力加强执行力。党政“一把手”的执行力，直接关系到理论学习的成效。本人坚持以“\_\_\_\_\_”重要思想为指导，从执行的观念和意识、执行的底气和勇气、执行的本事和水平、执行的制度和保障入手，努力完成县委、县政府下达的目标任务和各项交办任务。

在肯定成绩的同时，本人也要清醒地认识到理论学习中还存在一些问题。理论学习深度和广度不够，在今后的学习中，我将坚持做到完成全年安排学习次数和学习时间，认真撰写体会文章，经过自我带头学、带头写，带动全镇干部学习热潮，促进全镇各项工作再上新台阶！

## 染发理论心得体会篇六

在中国邓小平是开放和社会主义现代化建设的总设计师，指引着我们在社会主义现代化建设的方向。

在他的领导下，中国进入了一个全新的时代，党的xx大正式确立“邓小平理论”为我党的指导思想。全党，全国各族人民紧密团结在以邓小平为核心的党中央周围，高举邓小平理论。把我国建设成为：文明，民主，富强的社会主义现代化国家。

我们不仅应该努力学习《邓小平理论》认识《邓小平理论》的重要性，并紧密贯彻落实这些理论。在日常实践中理论与实际相结合。

经过学习《邓小平理论》后，本人总结了以下三点作为本人

的心得：

## 一. 毫不动摇地坚持党的基本路线

要深刻理解我国社会主义初级阶段的基本国情和党的基本路线。党的基本路线体现了邓小平理论的基本精神，反应了中国社会主义发展的内在规律。指明了中国社会主义发展的道路是全党和全人民的行动纲领。只有坚持基本路线不动摇，使邓小平理论在中国转变为现实，最终实现社会主义的宏伟目标。

## 二. 实事求是地运用《邓小平理论》

要深刻理解我们肩负的责任学习《邓小平理论》的目的在于运用，要坚持理论联系实际，解放思想实事求是地发现新情况，解决新问题，总结新经验，得出新思路。我们专业学习固然重要。但是理论学习更为重要。它给我们指明了方向。专业学习越艰巨越需要把理论知识学的扎实。只有这样才能始终保持正确的方向，到达成功的彼岸！

## 三. 坚持理论联系实际的方针

要深刻理解理论联系实际的重要性。“实践是检验真理的唯一标准”作为我们学习邓小平理论重要的一点是理论学习与实践相结合。只有这样做，才不会“纸上谈兵”。

改革开放以来，我们一直围绕着毛泽东思想，随着邓小平理论的步伐在建设自己美好的家园。三十年就在弹指一挥间，三十年来无论是我们生活的社区，学习的环境，工作的场所都在有着突飞猛进的变化。以前我们都被别人称为东亚病夫到现在在世界上占有一定分量。改革开放在其中发挥着不可估量的作用。回想在我们国家建国初期，虽然当时的人们不在受压迫，但人民的生活水平仍然很低。还属于极贫困落后的农业大国，并且当时以美国在内的国家对我国进行经济全

面封锁，但从改革开放以后我国发生了很大的变化。我国的国民经济增长飞快。沿海地区变的更加繁荣，人民的生活从建国初期的不能温饱到现在大多数的已过上小康生活。贫困的地方明显减少，中国的gdp明显上涨。这个也有改革开放的功劳。让我们携起手来，为早日实现社会主义现代化而努力！

## 染发理论心得体会篇七

学习军事理论知识是继我们军事训练之后的第二次国防教育。在我们进行军事训练之后，让我们更好的了解我国的国防，军事思想。世界军事，军事高科技，高技术战争，核武器，步兵分队技术和中国人民解放军共同条令等等，以便我们掌握基本军事理论与军事技能，达到增强国防观念和国家安全意识，强化爱国主义，集体主义观念，加强组织和纪律性，促进我们综合素质的提高。

本来，我们的人生从高中到大学就是一个转变。从一个未成年人到成年人的转变，从一个不独立有依靠思想的人向一个独立而必须自己面对自己，负责任的人这样一个转变。在这个转变中，对我们进行恰如其分的军事理论教育，有助于我们强化自我的思想意识，开始体会自我，民族和国家的关系。在这个教育中，我懂得了一些国防和军事知识，开始思考作为社会中的一个人，我应该怎样对自己的国家负责。让我不仅认识到自己对自己，或父母，朋友的价值，更认识到自己对社会和国家的价值。在这个过程中，我了解了些中国国防力量，增加了我的民族自尊心和自豪感，了解了一些军事思想，懂得了一些世界军事力量和战争，使自己的目光更加高远。

在军事理论课的教学中，我充分认识到作为一个当代大学生更应该了解我们的祖国，更坚定的认识到自己身负国家和民族的重任。我们更应该志存高远，心系祖国，为中华民族的腾飞而读书。在这个认识过程中，也不断地在完善自己，目标从无到有，从不坚定到坚定，把生活的每天付诸于学习和

提高。这是我知道了中华民族不是一个虚无的概念和信仰，而是一种前进的动力和为之坚持不懈的奋斗目标。同时也充满感恩，我感谢保卫全国人民的解放军战士，感谢中国，感谢一切为了保护国家安全和国家统一作出贡献的人们。感谢那些为祖国国防贡献汗水和智慧的一切人民。虽然，我的感谢或许微不足道，但是，军事教育至少让我们拥有了一颗感恩的心。想着我们能在明亮的教室学习，我就对一切维护我们安危的人致以谢意。

在军事理论学习之后，我懂得了国防的真正含义，即国家的防务。是指为防备和抵抗侵略，制止武装颠覆，保卫国家主权的统一，领土完整和安全所进行的军事及与军事有关的政治，经济，外交，科技，教育等方面的活动。国防是国家生存与发展的安全保障，自古以来，有国就有防，国无防而不力。作为一个主权国家，最重要的是生存与发展，国防是否巩固，事关国家和民族的兴亡。因此，作为一个当代大学生，更应该以学习国防知识，把自己的人生奋斗目标与国家的发展和民族的存亡联系起来，更努力的学习科学文化知识，为祖国的国防事业作出应有的贡献。

在当今世界这样一个和平大背景下，种种战争的阴影仍如同鬼魅一般隐藏在世界各个角落，不管是领土争端，经济利益争端，意识形态，或是民族歧视，种种无疑给世界布上阴影。现代高科技迅速发展，军事高技术日益被世界各国采用，一方面能提高整个军事领域的改革，对武器装备发展起巨大推动作用，从而使以后的战争具有高科技性质，使一些人不敢轻易发动战争，因为一旦战争爆发，这样造成无法弥补，无法想象，甚至能使整个人类毁灭的后果。而另一方面，一些大国独自垄断一些高技术，酒会自视强大，会对弱小国家发动战争，鉴于以上原因，我国为了更好的立足于世界民族之林，为了更好的发展其他各项工作，必须作好国防工作。

虽然，由于目前世界局势仍以和平为主，但我们应警惕战争，特别是随着新中国的不断发展和壮大，在世界上地位的不断

提高，中国会迎接到更多的挑战，一些西方大国对中国的社会主义性质的恐惧，向世界宣扬中国威胁论，目的使中国处于孤立无援的境地，如果中国国防势力一旦下降，中国所受到的威胁将是空前强大的。另外，中国台湾问题仍是中国的一块心病，中国台湾问题本是中国的内政，但是，由于外部势力插手，致使中国台湾问题变的复杂，成为中国必须认真面对的重大安全问题。虽然，一国两制，和平统一主张提出，但是中国台湾分裂势力的阻挠也很严重。但是，中国统一是中华民族的共同心愿，决不允许一小撮\_分子的分裂活动，决不畏惧强敌干预，早日实现祖国统一大业。另外，由于日本国和我国历史问题没有得到很好的解决，而新的矛盾却又出现，随着日本经济，军事力量的增强，野心不断膨胀，日本对我国安全构成潜在威胁成不断上升趋势，边界和海洋权益争端情况日益复杂，都是我国国防面临的困难和挑战。当然，和平与发展是当今世界的主题，在世界形式趋于平缓的环境中，中国安全环境既有机遇又有挑战，所以，我们一定要抓住有利机遇，利用和争取一个较长的和平环境，发展经济，增强综合国力，加强国防现代化建设，为维护祖国同意和保卫国家安全作出新的贡献。

在国防教育中，我了解了我国古代军事留下来的灿烂的中国古代军事文明，知道一大批军事家极其他他们的思想著作。知道了各种作战方法以及先发制人的心理优势，而在后发制人也可避其锐气，以逸待劳。在祖国瑰丽的文化宝塔上，去领略先哲们的丰富的想象，增加了自己的军事素养，《孙子兵法》教我知己知彼百战不殆，攻其不备，出其不意。兵无常式等军事思想又何尝不适用于生活这个大战场呢？所以在另一方面，也让我明白了生活中的很多事，在这里让我收获最大的是从战争中看到了古代先哲们的思想。

在以前军训中，我不知道我们是学生干吗要参加军事训练。通过军事理论这门课程，我知道作为一个中华人民共和国的合格公民，我们必须参加军事训练。而当代大学生，提高自己的军事素养更是一件十分重要的事，在这个过程中，我自

然而然的开始关注我国的国防，开始心系天下。明白了两耳不闻天下事，一心只读圣贤书是多么可悲的一件事。而且，在授课中，所有教官的军人风格，讲授时的一丝不苟也给我留下了很深刻的印象。在这个过程中看到了自己太过自由的性格，认识到自己对什么事都不够严谨的这一不好的态度。所以，不仅仅是教官传授我们国防知识，促进我们爱国观念，从某种角度来说，在真个教学过程中，教官的一言一行都在影响着我们，也在鞭策着我们。使我们认识到自己的不足，能使我们在以后的学习和生活中更好的管住自己，做一个有纪律的人。

对于大学生军事理论教育，我认为内容上如果在加上最新的世界战争，如伊拉克战争等等，用记录片的形式播放出来，会使我们更加了解现代战争的特点及其国防的含义。这种直观的效果比枯燥的文字更能引起大家的共鸣。还有目前全世界受到的恐怖主义威胁，这一类算不算国际应注意的呢？作为世界上三大公害之一的恐怖主义，其实大多的同学对这很不了解，不知道恐怖主义和政权之间的关系，还有一系列反恐活动。因为现在披着反恐的外衣干的事太多，真正的反恐是什么样的呢也不是很清楚，如果这节于国防之类，我建议把这方面的知识讲些。还有中国目前的军事力量到底如何，在这课结束之后，我仍然不是很明白。对于目前最热的朝鲜核问题等等中国努力斡旋，中国作为一个世界大国，其军事力量能否坚固到捍卫祖国统一和国家安全，站在一个中国人的角度看中国的国防有时会很放心，觉得祖国很安全；有时却有非常担心，看者强大的世界压力而感到害怕。以中国目前的军事实力能否控制住这股强大的压力等等问题依然存在我的心中。

但是通过军事理论课，我已经学到了很多，从中收益非浅。在大学的四年，我想着门特殊的课程为我的生命上了一层绿色，不仅是绿色的军装，也是一颗能感受的心。提醒着我不仅要努力学习知识，更应关注天下大事，更应心系祖国安危，这是一颗感恩的心，让我感谢能让我平静的坐在教室学习的

保卫国家安全的战士，让我感谢那些为维护国家安全作出贡献的人，我也应感谢为世界的和平作出贡献的人。

这门课程马上就要结束了，这些国防教育知识将永远在我脑海里，指导我心系祖国，再这，我也要感谢传授我知识的各位教官。