

交警自我反思 火灾反思心得体会(优质8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

交警自我反思篇一

为使工厂全体员工了解消防基础知识，提高安全防范意识，增强自我保护能力，掌握对突发火灾的应变、逃生技能，学会灭火以及有序地进行人员、财物的疏散处理，确保员工生命安全及财产安全。20xx年5月28日，工厂组织了消防知识培训及演练活动。

演练紧张、有序进行，并取得圆满成功。通过此次消防演练，不仅增强了全体员工，同时还掌握了一般灭火器材的操作使用步骤及方法，进一步提高了全体员工及租赁人员应对突发事件的能力。

这次消防演练活动，安排周密，从演练策划、前期准备、组织实施到正式演练所经历的各个阶段，工厂的领导都给予了很大的关心、支持和帮助。工厂安全生产的第一责任人和演练领导小组组长，对这次演练工作高度重视，认真审定演练方案，确定演练目的、原则和规模，还亲自对演练工作进行部署，亲临演练现场进行指挥，下达演练命令，观察演练情况，对演练工作实施全面控制。

根据安全环保管理委员会要求，从我工厂安全工作的实际情况出发，确定本次消防演练的主要任务是开展一次火灾事故的应急演练。其主要目的是使每位参与者能学会灭火器的正

确使用方法，掌握火场逃生基本方法，提高自我安全意识，化解风险。经过认真研究，拟定了“工厂消防演练方案”。为了使得演练方案安全可行，在方案中就演练的时间、地点、内容、对象都作了具体的说明。

上午9:30，工厂组织全体员工首先在一楼会议室观看消防知识宣传片，学习消防安全的必备知识，包括消防的重要性和必要性、安全标志牌的含义、灭火器的分类、适用范围等，起到良好的效果。

随后，工厂品管部等负责人对灭火器的使用方法进行了具体的讲解和演示。而后参与演练的人员一一亲身体会了如何正确的使用灭火器。

消防演练紧张有序，安全保证工作到位，演练达到预期效果，最终获得了圆满成功。

- 1、参与人员，特别是租赁人员的消防安全意识有所增强，对消防安全常识有了进一步的了解。
- 2、对抗击突发事件的应变能力有所提高，现场演练人员能有效组织、迅速地对火灾事故警报做出相应反映，对今后应对突发事件很有益处。
- 3、演练前组织的消防基本知识培训，使参与人员特别是租赁人员的消防安全知识、突发应急能力、事故发生后逃生技巧得到了提升。
- 4、演练过程中，参与人员都能遵守纪律，“一切行动听指挥”，团队凝聚力得到了升华。
- 5、安全工作领导的组织能力、指挥能力、应变能力也受到了锻炼。

通过这次的消防演练，进一步增强了广大员工及租赁人员的防范意识和自救的能力，了解和掌握如何识别危险、如何采取必要的应急措施等基本操作，以便在事故中达到快速、有序、及时、有效的效果。我们将经常性地开展训练或演练工作，以提高我们分工厂员工的应急救援技能和应急反应综合素质，有效降低事故危害，减少事故损失，确保工厂安全、健康、有序的发展。

交警自我反思篇二

一、刻苦学习政治理论，不断提高思想政治素质

认真学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论及“三个代表”重要思想；认真学习贯彻党的__届_中全会精神，站稳政治立场，严守政治纪律，认真学习领会二十次公安工作会议精神，牢记“全心全意为人民服务”的宗旨。积极参加局里组织的各种理论学习，坚持到课认真记笔记。课后还能主动阅读政治理论读物，从网上查找政治理论资料，并坚持写读书心得。通过这些学习不断提高了自身的政治理论水平，丰富了政治头脑。

二、认真学习法律、法规，努力钻研业务知识

在警院期间我虽然比较系统地学习了各项法律课程，回到单位后我又结合工作实际，全面学习了宪法、刑法、刑事诉讼法、行政法、森林法、人民警察法、公安机关办理刑事案件程序规定等一系列法律法规。在学习中能够突出重点，结合我局的实际工作有针对性的进行学习。用法律规范自己的一言一行，做到知法守法。

工作中，我努力学习刑侦相关业务知识，如：侦查学、犯罪现场勘查学、法医学、刑事侦查技术等理论知识。并通过各种途径来提高自己的学习热情，变被动学习为主动学习。学习中我坚持理论与实践相结合的方法，做到相互促进，互有

提高。我经常与单位业务强，经验丰富的同志交流工作体会。并坚持记工作笔记，不断总结工作中的成败得失。

三、以高度的热情和责任感完成了各项工作任务

在大练兵训练时，能够严格要求自己认真训练。面对天气炎热、训练场地面积不足等不利条件，不怕苦、不怕累，节假日不休息，细抠每一个队列动作，使“班队列”“擒敌拳”二科目在短时间内就由不会到会，并达到了较高的水准。

四、能够服从领导、尊重同志、顾全大局

工作中能够服从各级领导的安排，不讲客观条件、不消极怠工，有问题能与领导及时勾通。我本着老老实实做人、踏踏实实做事的原则，工作中不计较份内份外，不计较个人得失，尊重同志，乐于助人，努力营造和谐的工作环境。一切工作能够以大局为重、以全局利益为重，坚决贯彻个人利益服从于集体利益的原则，不等、不靠，以高度的责任感高标准地完成好自己的本职工作。

五、严格遵守各项工作纪律

平时坚持按点上下班，严格执行请销假制度，按要求规范着装。严格遵守公安部的“五条禁令”，从没做过任何违规违纪的事情。值班备勤时，热情接待来访人员，认真做好电话、传真等各项记录。

交警自我反思篇三

一、靠持续不断的语言知识，而不是“玩”来培养学生持久的兴趣

小学英语教学是要重视培养兴趣，但单靠唱歌游戏不能培养

学生持久的兴趣。新鲜劲儿一过，孩子们就会厌倦。所以，唱歌游戏应该作为小学生学习英语语言知识、技能的一些手段，而不是培养兴趣的手段。我们可以采用多种手段帮助小学生在记忆力强的时期多记单词，多学习语言规则，并尽可能多创造模仿的机会，提高学生的语音和语调。在英语学习中，听、说、读、写、译五种能力是可以互补的。真正做到听说先行，读写跟上。光听说不读写，很难收到高效。只靠模仿不培养学习能力，也难减轻学习负担。所以小学生还是应当认真进行语言学习。

二、努力培养学习兴趣。

英语教师的教学重点是在教学内容，教学大纲和考试形式上呢，还是将教学注重点转移到学生的性格、兴趣、情绪等方面的培养和控制？这是，现代教育思想转变的重大原则问题。事实证明，认为自己“民主、开放、平静、友好、体贴、乐于助人、聪明、富于逻辑性和快乐”的人，一般来说，其学习英语成功的可能性要大于与上述性格相反或相差极大的学习者。另外，在外语学习过程中，由于外界因素的影响，学习者会出现焦虑沮丧烦躁不安等情况，英语教师作为教学活动的组织者，应注意对外语学习者情感因素的培养和控制。尤其是在小学的低年级阶段，英语教师要培养对学生的亲近感。在课堂教学中英语教师要十分尊重学生，注意激励学生，关注学生学习过程。在当前“减负”工作中，英语教师尤其要注意体察学生在课堂上的心理感受，亲近学生，使学生喜爱英语教师和英语课，从而提高英语课堂教学的效益。

随着社会的发展，英语变得来越重要，这个社会需要我们学会英语，作为一名教师更应该提高自身专业素质，在教学中不断充实自己，做到终身学习，为社会培养有用的人才。

交警自我反思篇四

初中学生，刚从小学升入初中。在小学学了一些历史知识，

在某些方面有所了解，却往往忽略了教材中各知识点的关系及基本历史概念的准确记忆，但如果单纯的进行知识讲解，学生很容易失去兴趣或对知识点记不牢，收不到梦想的效果。最好的办法是在教师的指导下进行阅读。教师用讲读方式与学生共同阅读，弄清每一课段落之间的相互关系及各知识点的表现、本质，初步建立起知识网络系统，做到合上书，使每个历史知识点都历历在目，真正做到基础知识过关。

根据心理学的研究证明，在人与人之间的关系上，有一种“移情体验”在发生作用，“移情”是人与人之间的心理影响过程，即将一个人的目的、知觉和情感跟别人暂时联系起来，使他们在作用上和情感上彼此融为一体。所以说，教师的言行举止，感情的倾向对学生起着潜移默化的作用。教师的情感在教学时起着感染和激励的作用。良好的情绪，能够融洽师生关系及简便气氛，能够充分调动学生的进取性。学生对教师的认可、情感能使学生精力集中，教师在此时充分利用学生此时的精神状态，使学生由自发喜欢听课转向自觉的学习需要上来。当学生学习成绩不断提高时，学生的学习兴趣自然会越来越浓。所以，从某个意义上讲，注重历史课堂情感教育，可充分调动学生的进取性，激发学生学习的兴趣，对培养学生的进取性、进取心和自信心具有重要的意义。

第一，对历史现象进行多角度、多层次分析。

第二，对历史现象进行宏观和微观的分析。

第三，经过教材中的显性知识发掘出隐性知识。

第四，与历史学科相关的知识点进行分析。

交警自我反思篇五

在这次的高速交警实习期间，交通行政执法的根本功能，是以严格执法为手段，确保高速公路畅行无阻、安全高效。下面是本站小编为大家收集整理的高速交警实习心得体会，欢迎大家阅读。

党的十六届五中全会是在我国进入全面建成小康社会决定性阶段召开的一次十分重要的大会。大会高举中国特色社会主义伟大旗帜，以邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观为指导，全面回顾了过去五年的工作和党的十六大以来的实践，系统总结了党团结带领全国各族人民坚持和发展中国特色社会主义的历史进程和宝贵经验，科学制定了适应时代要求和人民愿望的行动纲领和大政方针，深刻阐述了在新的历史起点上把中国特色社会主义伟大事业全面推向前进的新要求。

作为一名高速交警，学习宣传贯彻落实精神，必须将贯彻落实党的精神作为首要政治任务，力求在交通管理工作中找准贯彻落实精神的结合点和着力点，认真学习，主动作为，履职尽责，争当践行党的精神的排头兵。

首要在于加强学习。要通过多层面多视角的学习，深刻领会提出的新思路、新任务和新要求。特别是应坚持邓小平理论、“三个代表”重要思想以及科学发展观的系统学习，努力提高自身的理论素养和解决实际问题的能力，做到真学、真懂、真信、真用。在勤学中多思，在多思中解疑，找到解决问题的新方法、新途径，改善工作的突破口，不断增强工作的原则性、系统性、预见性和创造性。

重点在于全心全意为司乘人员服务。精神指出，人民是我们的力量源泉，人民的利益必须放在首位。作为高速交警的一份子，虽然岗位普通，但责任重大，怎样更好的为司乘人员服务？我想这是每名高速交警首先要明白的问题，只有明白自己是在干什么，才能真正体现出“为人民服务，热情洋溢”的本质涵义。而要做到全心全意为司乘人员服务，真心实意对司乘人员负责，就要求我们心里必须装着司乘人员，凡事想

着司乘人员，工作依靠司乘人员，一切为了司乘人员。目前，“冷、横、硬、推”、“门难进，脸难看，事难办”的不良作风和事不关己高高挂起的现象在我们高速交警大队早已杜绝，但这种群众观是处在一个最基本的要求层次上，已经不能满足于当前群众对我们的期待和任务的需要。特别是我们高速交警的工作重点还是在公路上，要紧紧围绕预防和减少交通事故这根弦，在实际工作中从小事做起，全心如投入到交通管理工作中去，确保司乘人员安全。

关键在于落实到行动中。坚持服务司乘人员，不能停留在口号和一般要求上，要“言必行，行必果”，要切实转变工作作风和思想作风，坚决防止和克服形式主义、官僚主义，坚决维护司乘人员的合法权益。在日常工作中，要找准着力点，结合三访三评和五进宣传工作，将精神传递给我们所服务的对象。要找准结合点，带着深厚感情去执法，确实让往来的司乘人员感受到温馨。同时，要牢固树立责任意识，以时不我待、只争朝夕的工作紧迫感，扎实做好本职工作，以全心全意的敬业精神和精益求精的工作作风，从细微处入手，专注每一个细节，干好每一项工作，争做高速警察事业链条上的一颗螺丝钉，甘做铺路石，无私奉献，甘做铺路石，努力实现自我价值。

在党的群众路线教育实践活动中，如何打造一支为民务实清廉的交通行政执法队伍？这事关教育实践活动能否在高速公路执法队伍中取得实效，事关人民群众对高速公路执法的新期待能否实现，事关高速公路能否安全高速服务经济社会发展的问题。在这次活动中，我们抓住活动契机，结合渝东南少数民族地区高速公路执法实际，深入开展党的群众路线教育，着力打造一支为民务实清廉的交通行政执法队伍，取得初步经验。

一、为民，以群众的期盼为价值导向开展执法工作

为民，是群众路线的出发点和落脚点，更是新的历史方位对执

政党提出的要求。群众路线是党的根本工作路线。概括地说，就是从群众中来，到群众中去 的路线。其出发点和落脚点都是为了群众、服务群众。

交通行政执法队伍，常常面临 少数民族队员较多、少数民族地区较多 的执法环境，如何结合队情、地情特点更好融入民族地区文化，服务地方经济社会发展，服务广大驾乘人员和当地群众，成为决定服务方向、方式的一个根本性问题。

交通行政执法的根本功能，是以严格执法为手段，确保高速公路畅行无阻、安全高效。它的本质是为民，让人民群众享受现代交通设施的便利，为人民生产、生活提速度、保安全。从某个意义上看，一条高速公路线，也是一条 群众路线 ，是人民群众的 生命线 。我们是否严格遵循，检验交通执法的客观效果、执法水平。群众对高速公路的路况、设施、执法，有什么期盼、什么要求，作为执法者，应当及时把握、认真研究、正面回应，并以此改进工作、转变作风。这些年，交通行政执法队伍，在贯彻 忠诚、坚韧、高效、务实、为民 核心价值理念的基础上，建树文化品牌，严守执法纪律，努力打造雷锋式执法铁军。队员们倡行文明执法、亲情执法、柔性执法，推行 五个一 服务，即 一张笑脸相迎，一声问候您好，一杯热水暖心，一只凳子请坐，一句再见道别 ，让驾乘人员和当地群众如见亲人、如沐春风。在危难之际，更彰显执法队员的道德高度和为民忠诚度。队员们在巡视中，经常发现当地群众特别是孤寡老人、聋哑人进入高速公路，置身险境，队员们见危施救、奋不顾身，救出了一个个宝贵的生命。8月10日13时26分许，高速公路三支队队员巡逻至g65包茂高速出城1850km+100m处时，发现对向进城方向有一停驶客车，他们当即驻车查看：客车为酉阳至黔江客运班车，因高温天气连续行驶造成爆胎，不能正常行驶，车上有23名乘客情绪不稳。执法人员当即调度三台巡逻车抢险，轮流将车上全体乘客迅速疏离现场，避免了一场可能发生的重大事故。

二、务实，服务少数民族地区经济发展和民族团结社会稳定

对于交通行政执法而言,务实意味着不搞主观主义、形式主义、官僚主义,而是以交通法规为执法依据,以群众所思所想所盼为整改方向,使交通行政执法更实诚、更实在、更有实效,让群众感受到交通行政执法是为民、利民、惠民之举。

首先,执法行为要实诚。队员们正视在执法管理过程中存在的难点和热点,妥善处理执法中与少数民族管理相对人的矛盾,提高执法效率。对待驾乘人员要尊敬,不以执法者自居,不颐指气使,拿架子、拿脸色、拿派头,而是以平等身份待驾乘人员,说话和蔼、执法文明,让对方感受到执法人员关切他们、担心他们、护卫他们。即便是对违法驾驶员,也不能随意呵斥,而是诉之以法、晓之以理、动之以情,让对方真正认识到违法行为的危害,认识到执法人员的实诚之心。8月13日夜,高速公路三支队执法人员在洪安主线站执勤时发现一辆湖南籍轻型货车尺寸超出货箱。经检查,发现该车不但载物不规范,且尾灯不齐。执法人员考虑到正值农忙时节,对其载物不规范予以教育,但对其尾灯不齐的违法行为要予以处罚。此时,驾驶员情绪突然激动,并自行上车将收割机开到收费站广场,欲堵道。执法人员立即制止,并告诉其行为的危害性及法律后果。最终执法人员的耐心细致解释,赢得了驾驶员的理解和配合,接受了相应处罚。

其次,执法行为要实在。在执法过程中,对于为图方便上高速公路的少数民族,要求执法队员避免采取简单粗暴的执法方式,耐心细致做好思想工作,详细全面宣传相关法规,以教育引导为主,处罚惩戒为辅进行执法。在社区走访中,了解少数民族一日两餐的习惯和社区人员构成,如果是少数民族为主的社区,支队就安排少数民族执法队员开展工作,方便进行交流沟通。在申请法院强制执行相关案件标的的过程中,选择合适时间,避开少数民族重大节日,尊重少数民族风俗习惯,避免激化不必要的矛盾。在交通管制和行政处罚执行过程中,在作好解释说明工作的同时,又严格执行法律法规,树立高速执法部门的权威和队伍形象。

三、清廉，以建立一支雷锋式执法铁军为目的加强自身建设

打铁还得本身硬。作为执法部门，必须做到有法可依、执法必严、违法必究。更重要的是，必须一身正气、廉洁自律，不徇私情、秉公执法、严格执法、规范执法、双人执法、文明执法。我们针对交通行政执法中容易出现的问题，制定了八个严禁，即一、严禁无行政执法证件执法、越权执法；二、严禁违法设置站卡、收费、罚款；三、严禁违法扣留车辆和证件；四、严禁利用职务之便吃、拿、卡、要和借用交通工具；五、严禁利用职权和工作之便，违反执法规定，为亲朋好友说情，影响公正执法；六、严禁在工作时间饮酒和酒后执法；七、严禁非公务需要穿执法制服出入酒店、娱乐场所；八、严禁违规使用执法车船、示警装置。

在教育实践活动中，三支队敞开大门、征求群众意见，坚持问政于民、问需于民、问计于民。如引进来、走出去，召开群众意见恳谈会，请沿线的驾驶员、城乡群众、企事业单位，到队上提意见、出建议；深入沿线镇乡、街道、村社、社区，发放意见表，评作风、打评分、出建议；深入土家苗寨少数民族地区召开院坝会。开展安全宣教活动，诚恳征集群众意见。通过以上措施，共梳理出群众反映较集中的6个方面、20多个问题，初步了解到了群众对高速公路行政执法的期盼，并提出了10条便民整改措施，将其纳入改作风、促畅通、保安全的执法行动之中。

为接受驾乘人员和当地群众的监督。三支队设立了公开电话□qq信箱、信访网址，以及支队领导个人信箱，接受社会各界的举报监督。把交通行政执法置于阳光下。同时规定，支队内部活动不上烟酒，厉行勤俭节约，反对铺张浪费。杜绝形式主义、官僚主义、享乐主义、奢靡之风。这一系列措施的实施。让广大执法队员广泛树立起了廉洁自律意识。在执法过程中自觉抵制贿赂的事例层出不穷。

一位省公安厅资深的高速交警总队长，他将工作中的心得写

成文章来告示所有司机朋友，可谓用心良苦。临近春节回家的朋友们有必要认真阅读。

救命忠告：

一、停车!停车!还是停车!

小车司机发现前方道路堵塞时，一定要马上看观后视镜里有没有大货车跟着你，如果有，一定要提前减速并打开双闪灯提醒后车注意，给后面的大车充足的距离和时间减速，如果后面的大车按喇叭或向你不停的闪灯，相信我，他一定是刹不住车了，你一定一定要加速往紧急停车道内钻!哪怕会刮伤你的爱车。每年!每年我们都会碰到几起这样的事故：因为堵路，小车停在大车后面等待放行，结果后面的大车撞上来，后面的大车车头都撞上了前面大车的车尾!小车在哪里?二人、三人、四人、五人!小车上有人就是几条人命!几毫米厚的小车框架在几十、上百吨重量的冲击下比纸还薄!不要迷信你乘坐的是什么车，不要自认为安全!

你或许会问，后面的大车为什么不停下来?相信我，他不是不想停，他太想把车停下来了!可是你见过核载九吨却拉五十吨的货车吗?你见过核载十九吨却实载九十吨的罐车吗?你见过核载三十吨却实载一百三十吨的巨无霸吗?交警早已不允许处罚卸载超载车了，你看看路上的大货车们，十辆车有九辆半都或多或少的超载，不超就没有盈利，不超就会亏钱!那远不是交警一家就能够解决的问题，碰到情况，尤其是下坡路面，你就是给这些个大半挂车后面拴上一百头牛也拉不停他!这里暂且不提。

还是要劝告所有碰到堵路的小车司机，将车停下后，就算外面在下刀子也要全部离开车辆迅速转移到路外，直到你的车后，排上了七八辆以上的大车后再回到你的车上!为什么要等七八辆?20xx年我手里曾有一辆车连撞十三辆车的纪录，在我们大队一直没有人能打破，你愿意你是第几辆?实在不行就从

紧急停车道往前走，走上二三百米后再找空位腾出停车道，宁愿让交警罚你贰佰元钱，也比命便宜！在这里，还是那句话：紧急停车道是一条生命通道！一条你的逃生通道！

二、爆胎时的操控处理

刚才提到了车辆爆胎，在高速行驶时小车爆胎尤其是前轮爆胎造成的后果远比大车爆胎严重，爆胎虽然不可预料，但在我们的事故处理中常常发现一个有趣的现象：如果是左前轮爆胎造成车辆失控撞击护栏，撞的往往是右侧护栏，反之亦然。究其原因，在车辆爆胎时因胎径及摩擦系数的不同，车辆的运行轨迹将偏向爆胎的方向，爆左前轮向左偏，爆右前轮向右偏，而司机在打方向纠正时，指向性能反映在已爆胎的车辆上是有一个迟缓性的，加之因爆胎造成的慌乱，常常造成纠正过度，从而人为加剧车辆的失控，致使左前轮爆反而撞上了右边护栏，甚至连续多次撞击左右护栏的现象发生。正确的做法是在车辆爆胎时，首先要紧握方向，不管车头向哪偏，给一个固定的纠正角度(与你的实际车速有关)并用力保持，同时不要采取紧急制动，因为这时车辆的制动能力在纵线上是不平衡的，让减速行为掌握在受控制的过程中并努力保持原来的行车轨迹，切忌急打方向纠正。

三、超速行驶

超速行驶的危害大家都知道，无论是地方还是高速，都会造成不可挽回的后果。如果你驾驶一辆时速100km的小车，假设你身高170cm从你眼睛发现情况，到大脑做出判断，再反映在刹车制动，生理上的反应时间是1.7s左右，而这时你的车辆已经前行了47.2m即40米的距离！会包含多少无可奈何的生命！我们曾经在限速70km/h的路段查超速(110公里我们才纪录)，有辆小车竟然跑了203km/h看着照片，我们都说这个驾驶员迟早要报销，那是他的命，命在他的手中，别人无能为力。

对于超速行为，我只有两句话：一句是 十祸九快 ，一句是 不要迷信 好车 ，往往有些人迷信自己的车好，性能就好，但是生命面前是人人平等的，我们手里有宝马745，有保时捷卡宴，还有s80□不管日本车欧洲车，只要超速出事，该死死该伤伤，一点不耽误。我国最高等级的高速公路限高速是120km/h□这是写在安全法里的法定最高时速，这不是没有根据的，据国外资料，如果一辆时速超过160km的小车发生爆胎事故，不管你是否系安全带，司乘人员的死亡率是100！记住，不是50，也不是99，是100！敬告那些喜欢一上高速就把油门踩到底的司机朋友，祈祷你的轮胎安然无恙吧。

四、行车前的安全检查

还是爆胎问题引出的题目，这是一个很偶然的因素，你说你是新车？我们手里有5000公里不到的新车爆胎，至于车型我不方便在这里说，但可以透漏是**公司十万元左右最普通的家用车；除了出行前检查轮胎，还有机油问题、润滑油问题、降温液问题，甚至雨刮和玻璃水也要仔细检查，我们曾经下班时坏了雨刮，邪门，偏偏是左雨刮，那天又正好是雨夹雪，可想而知我们那几十公里的路是怎么回的家！不堪回首啊，这是高速公路，前不着村后不着店的，幸亏我们是警车又熟悉路况，打着双闪和警灯就这样歪着脖子开车坚持下了路，要是换了别人，要么受罪，要么就容易出危险了。回到家后检查车辆，原来是雨刮连杆掉了一个螺丝，一毛钱都不到的维修成本造成了多大的麻烦和隐患！

五、高速公路的标线、标牌和警告

相信很多经常上高速的司机朋友都会发现高速沿线不时会有这样那样的警告标语和警示灯，我以前没上高速工作的时候也是没有在意这些东西，但干了这几年才深深感触，那每个事故多发路段，请谨慎驾驶，当您在路上见到类似的警告标志时，一定要有意识的降低车速并保持车距，同时做好应对紧急情况准备。

六、尽量避免夜间行车

七、超车时多用闪灯提醒

高速公路速度快，噪音大，你的车喇叭前车根本听不到，超车时还是多切换远近闪灯提醒一下对方更有用；而且，当你发现行车道内有两辆以上大货车前后距离比较近时，超车时你就要提防后面的大车突然变道超车，那时如果你正好跑到他旁边，那可就要听天由命了，相信我，那些变道超车的大货车在变道前能有一半在观后镜里看一眼的就算阿弥陀佛了，更何况你是小车，不容易被发现且车速更快。而且，晚上超车时，不要一直用远光灯，在你距离被超车辆尾部贰、叁佰米时最好切成近光灯，这样前车才能更好的判断你与他的距离从而不会误判，要知道，在路上让其他车辆更清楚地看到你，与你是否能清楚看到对方是同等的重要。说到这里，想起在市里经常有晚上不开车灯或者打着远光会车的摩托和机动车，他们自认为自己能看清路面和其他车，而别人是否能看清他们呢？那都是一些自私而且毫不体谅别人的人，我一直很鄙视这些人。

八、不要在高速公路上丢弃废物、行人不要上高速

这两条是相辅相成的。怎么，不理解？我们这里每天都有路外的穷苦村民上路捡空的饮料瓶，赶也赶不完，你从这头把他撵下去转个圈他又从那头上路了，这就直接导致了一个后果：我们大队每年都有三五起无名尸案件，说它是无名尸，是因为现场没有肇事车辆，也有的大货车夜间根本就不知道刮擦或撞上了行人，现场只有残缺不全的碾碎的压扁的尸体，有时男女都无法分辨，只能经dna检验。至于撞伤的、撞残的每年都有几例，究其原因，就是您从车窗外扔出的那一个个饮料瓶，砸坏了来往车辆还是小事，我相信被砸得一定也不会放过你，可是就用那一个个小瓶子去换一个虽不富裕但却鲜活的生命，您于心就忍吗？当您摇下车窗抛弃废物时，您可能就是一个间接的杀人凶手！

九、安全带保安全高速上... 坐在后座的人一定要系安全带!

这个往往是很容易忽视的问题.... 亲眼见过一辆 SUV 在高速翻滚... 司机因为系了安全带没事... 后座上的两个女孩被甩出... 当场死亡! 太恐怖了! 现在只要上高速强令车上所有的人系安全带! 这是一个老生常谈的问题, 也是一个很多司乘朋友很不以为然的问题。诚然, 在地方上开车尤其是城市道路, 我个人观点安全带的作用大部分是应付交警, 实际作用并不大。而在高速公路上, 系与不系安全带却会在事故后果中产生天壤之别。我出现场的 20xx 年度的事故中, 我印象中最少有两起小车单方造成的死亡事故都是没有系安全带引起的, 其中一起是辆帕萨特自翻, 车上只有司机一人, 如果他系上安全带的话, 我个人认为最多是轻伤, 法医鉴定为颈椎骨折致死, 全是翻车时身体不受限制运动造成; 第二起也是小车单方, 在高速行驶时前轮爆胎造成车辆失控多次撞击道路护栏, 共有司乘两人, 司机系了安全带毫发无伤, 而副驾驶上的乘客因为没系安全带, 且在放倒的座位上斜躺着休息, 结果在车辆失控打转时被从后风挡玻璃处甩出车外致死。

十、高速路上必须集中精力, 不能接打电话, 不能想事而思想开小差。

十一、千万不能斗气开车 大忌! 多谦让!

1、副驾驶位上的朋友, 最安全的座位是司机后面的那个座位, 相信我, 遇到紧急情况, 司机避让自己是本能的下意识行为, 你与他的上下级关系、感情甚至亲情在这里都没用。如果你是一个在后排卧铺休息的大车乘客, 也请你选择将头朝向驾驶员的方向, 你愿意失去一条腿还是一个头? 这不是可选择的题目!

2、在高速公路上, 一切非正常的行驶状态下, 都要及时打开双闪灯! 包括停车、前方堵路及施工、单道放行、前方发生事故、进入雾区等等。

3、高速公路上的重大肇事驾驶员的驾龄是 6 8年!相信我，你没有看错，这个数据从市、省到全国都是一致的，个中原因您一定能体会。熟能生巧?熟也能生骄!

4、特别提醒新手上高速公路前，要规划好线路，尽可能了解沿途的路况，给车辆加满油料并保持手机电费充足，不然给你撂到荒郊野外，那可真是上天无路入地无门啊!下高速前要提前2公里靠右行驶，不要到了出口时才从快车道变道，否则极易出事故，万一过了出口也千万不能急刹车，情愿往前到下一出口然后再上高速往回走，这样浪费一点高速费，一个出口最多也就10元，一来回才20元，安全第一。

5、还有一句题外话，现在的高速公路平均50 60公里就会设置一个服务区或停车区，当您的车辆遇到小的故障或您内急时，请您坚持到服务区解决。毕竟，您的车辆不管停在紧急停车道还是加宽车道，不仅给您和他人的行车造成安全隐患，遇到夜间，还很有可能给预谋或流窜的犯罪分子提供难得的发财机会。

6、最后一个很白痴的提示：报警电话永远是110!不要在前面加区号!

无论何时牢记一句话：一个好的驾驶员，并不在他的驾车技术有多么高超，而是他的头脑中是否有安全意识。无论您开不开车，都应该知道这些!

交警自我反思篇六

走进了新课程改革背景下的小学语文教学，在这一过程中，我真切地看到了自己成长的轨迹，真切地感受到了一位位充满活力的优秀教师，一节节撞击着智慧火花的语文课堂。主体意识，创新意识感人深思，“三维整合”耳濡目染。我曾兴奋地说，新课程真好。新课改在万州已有两岁了，如果现

在谈到新课程改革还仅仅是“新课程真好”，那课改在万州就值得思考了。可喜的是，在万州区教科所的引领下，在各级教研室的组织实施中，我们许多教师已经开始理性地看待新课程改革，开始用批评与反思赋予万州教研以新的生机，构建教学以真的精彩。我谨以个人体会谈谈小语教学的一点反思，与各位同仁共勉！

反思一：给孩子一个什么样的语文课堂？

(一)给学生一个“情感的课堂”。

1、一个语文教师应该让学生觉得极富“激情”在语文课中，如何体现语文学科的“人文性”，其基点就在于“情感”。一个没有激情的教师，如何能调动学生的情感，能让学生充满热情地学习？展现给学生一个“充满激情的我”，陪伴孩子度过每一段“燃烧的岁月”！

2、尊重“需要”，注重“激趣”。

通过多种方式在教学过程中激发学生学习兴趣，或直观演示、或旁征博引、或巧设悬念……激发他们的阅读欲望和动机，创造“我要学”“我想学”的积极教学气氛。为了激发学生的学习兴趣，我在教学《只有一个地球》这篇课文时，我找来银河、天体、宇宙的照片和资料与学生一同欣赏，当浩瀚的宇宙呈现在孩子们眼前的时候，我是那样真真切切地感受到了他们渴求的眼神！他们太想了解银河、了解宇宙了！我扣之心弦地提出：“你们想问银河些什么呢？你还想说些什么？”孩子们个个兴趣盎然，跃跃欲试。“激趣”极大地调动了学生的主动性和积极性，教学过程也就“变苦为乐”。

3、教学活动中要注重置师生于课文、作者、情景之中，也就是“溶情”。

“登山则情满于山，观海则意溢于海”，教学当中的“情”

犹如教与学双边活动的“催化剂”，有了它，学生才会在教师的点拨下进入课文佳境。

(二)给学生一个“交流的课堂”。

以前的语文课堂，学生只是可怜的倾听者，谈不上和谁去“交流”。我们要还给学生一个“交流”的课堂，实现“文本对话”、“师生交流”和“生生交流”。

(三)给学生一个“开放的课堂”。

1、让孩子去“展示自己”。

“教学不仅仅是一种告诉，更多的是学生的一种体验、探究和感悟”。

给孩子多大的舞台，他就能跳出多美的舞蹈。课堂是什么啊？课堂是激情燃烧的动感地带，是他们求知、创造、展示自我、体验成功的平台。是学生健康成长的地方。学生的潜力是无限的，关键在于教师是否给了学生足够大的平台。孩子的创造力有时简直是我们难以想象的：一位教师在教学《乌鸦喝水》时，接触到了两组形近字，“鸟”和“乌”，“喝”和“渴”。这一直以来都是教学的难点，教师让孩子们自己思考，竟得出了这样的答案：对于“乌”的理解：“乌”表示黑色；“乌”比“鸟”少一点，是因为乌鸦全身都是黑的，以致于我们看不到它的眼睛了。

对于“喝、渴”的区别，学生这样说：“喝水”要用口喝，而且必须把嘴张大(形象说明“口”的字形)，所以是口字旁；“渴”是因为口渴了特别想喝水，而想喝水并不一定要张大嘴巴，所以是三点水旁。

2、注重实践，多方面实践感悟语言。

叶圣陶先生曾说过：教材无非是例子。那么，利用好例子教给学生学习方法之后，接下来的应该是大量的实践，只有在实践中，学生的能力才能不断巩固、提高。基于这个思想，我经常搜集课外阅读材料，推荐给学生阅读。在教学《墨梅》后，引领学生阅读背诵了《竹石》、《马》、《青松》等十余首古诗，使学生们了解到了更多有关于借物言志方面古诗，而且无形中又积累了许多古代诗歌。另外，将《安徒生童话》、《唐诗三百首》、《格林童话》等书籍推荐给他们阅读，使其领悟书中的精妙所在！总之，教师要做一个牧羊人，把可爱的孩子们引领到最肥沃的草地上去尽情享受！教师让学生通过“说”和“读”把感情表达出来，课堂在这激烈的情感碰撞中进入高潮。

3、在生活中学语文。

“让语文走进生活，在生活中学习语文”。一直以来，有意识地引导学生在生活中学习语文，使孩子们深切地感受到：语文离他们很近很近。这样，孩子们便会更加自信、更加主动地去学习。“在生活中识字”的教学实验就很好的证明了这一点。大街上、电视上、车厢里……到处都成了孩子们识字的地方。抓住生活的点点滴滴，眼里有资源，心里有教育，课程资源就无处不在。

(四)给学生一个“感悟的课堂”。

1、把人家的情感变成自己的情感。

《桂林山水》描写的是“南国风光”，如何让学生去体验作者热爱热爱大自然、热爱祖国的山山水水的情感呢？通过图片、录像资料展示美丽榕树，而后，引导学生把自己美丽的家乡介绍给大家。孩子们充满着自豪感，饱含着对家乡无比的热爱之情赞美着……这样，孩子们自然就感悟到了作者的情感，同时也将自己深深地感动。

2、把人家的语言变成自己的语言。

3、把别人的文章当参谋，把自己的人生当军事。

每一篇文章都有值得我们和学生共同去感悟的地方，而每一个人的所得是不尽相同的。我们要引导学生在学习、感悟他人的美妙篇章时，不忘时时联系自己，感悟自己，感悟人生，“把别人的文章当参谋，把自己的人生当军事”！

我力求每一节语文课都能陪伴孩子们度过一段幸福快乐的时光！

交警自我反思篇七

本文目录

1. 反思心得体会
2. 学习《新课程推进中的问题与反思》心得体会
3. 《如何进行课后反思》心得体会
4. 期中学生考试反思心得体会范文模板

“五项教育”指的是党性观念教育、价值观念教育、组织观念教育、法纪观念教育、群众观念教育。“五项反思”指的是深刻反思是否存在政治立场不坚定的问题，深刻反思是否存在人生观、价值观扭曲的问题，深刻反思是否存在党纪法纪观念淡薄的问题，深刻反思是否存在明哲保身、好人主义的问题，深刻反思是否存在正义良知缺失的问题。我们要通过这些教育和反思，自觉把党性修养正一正、把党员义务理一理、把党纪国法紧一紧，保持共产党人良好形象。

党员是具有共产主义觉悟的先锋战士，全心全意为人民服务是我们的宗旨，为共产主义奋斗终身是我们的奋斗目标。这是党章的规定，也是入党誓词的内容。目前，有少数党员干

部把自己混同于一般群众，个别党员甚至还不如群众。参加活动或者而会议迟到、早退、在下面小话不断，这其中就有党员同志。这些事情虽然小，但是就是这些发生在身边的细枝末节反映了我们的党性。首先就要比照党员“八项义务”，看看自己做得怎么样？找一找差距和不足。现在，我们有些党员把入党誓词早已忘得差不多了，把共产主义变成了个人主义、实用主义和功利主义，把“见了困难就上”变成了“看见好处就上，见了困难就躲”。体现在日常工作中就是私心杂念重，考虑个人利益多，凡事利当头，无利不起早，严重损害了党在师生中的形象，影响了党在群众中的威信。

我想作为一个大学生党员，我们应该时刻以一个党员的要求严格要求自己通过不断的学习实践增强党性观念，坚定共产主义信仰，做一名合格的共产党员。其次，要端正自己的价值观念，坚定社会主义核心价值观，要分清什么是真善美，什么是假恶丑。再者要强化自己的组织观念，牢固纪律意识，大力弘扬实干肯干精神，增进大局意识、忧患意识和服务意识，做一名讲原则守纪律的好党员。最后要增强法纪，强化遵纪守法意识，做一名受人敬重的好公民。“没有规矩不成方圆”。大到国家、小到单位，甚至一个家庭，都需要一整套完整的纪律规章制度来维持维系。一个共产党员，遵纪守法是最基本的要求。作为一名党员干部，要牢记自己的第一身份是共产党员，加强群众观念教育，全心全意为人民服务。永远不忘入党誓言，在党言党，在党爱党，在党忧党，做一名政治坚定、不忘初衷的好党员！

xx月xx日，xx省xx市xx区委常委会中心组围绕“五项教育，五项反思”主题进行了专题讨论。区领导熊、向、罗、唐、陈、杨x熊x李、胡、张、路交流了学习体会。

会上，区委常委、政法委书记杨x区委常委、区纪委书记熊x分别就“五项教育，五项反思”做了主题讨论发言，区委副书记、区长向和区委常委、副区长李也结合自身经历和感受，谈了自己的心得体会。

与会领导一致认为“党性观念教育、价值观念教育、组织观念教育、法纪观念教育、群众观念教育”以及“深刻反思是否存在政治立场不坚定的问题，深刻反思是否存在人生观、价值观扭曲的问题，深刻反思是否存在党纪法纪观念淡薄的问题，深刻反思是否存在明哲保身、好人主义的问题，深刻反思是否存在正义良知缺失的问题”专题讨论，让他们更深入地挖掘了自己在党性观念、价值观念、组织观念、法纪观念、群众观念上存在的问题。大家表示，通过讨论交流，让每个人重新认清了自己，明确了前进的方向，为今后的工作增添了新的动力。

区委书记熊指出，“五项教育，五项反思”专题讨论，针对性很强，要通过讨论更加清醒的认识自己，要强化自律意识，自己管好自己，如果我们每个党员干部对人民、对党、对组织、对自己、对家庭高度负责的话，就不会在这些问题上犯错，价值观、人生观就不会发生扭曲。广大党员干部要自觉把党性修养正一正、把党员义务理一理、把党纪国法紧一紧，保持共产党人良好形象。同时熊安台认为，作为区委领导班子，更要在以下五个方面下功夫、当好表率：一是要增强党性观念，坚定共产主义信仰；二是要端正价值观念，坚定社会主义核心价值观；三是要强化组织观念，牢固树立纪律意识；四是要增强法纪观念，强化遵纪守法意识；五是要加强群众观念，全心全意为人民服务。

反思心得体会2篇 | 返回目录

一、以人为本，构建新的课堂教学观

新课程理念是以“生命”为逻辑起点，其核心是：教育直面生命。小学教育面对的是处于集中学习的生命活动时期的儿童。这个时期，对于每个学生来说是十分重要、宝贵的，但他们自己却并不完全认识其价值。他们缺乏生活体验，各方面都处于形成状态。这个时期，又是学生充满活力和潜力的生命时期，他们有多方面发展的需要和可能。这段时期教育

的影响力，超出现阶段而扩展到学生的终身。因此，对学生的热爱和他们多方面发展的关注，是教育不容忽视的价值取向。正因为如此，新课程要求教师，要善于反思与创造，把课堂还给学生，让课堂焕发出生命的活力；重视课堂上师生的有效互动和教学过程中的动态生成；增强教学设计意识，重视教学情境的创设工作；要学会充分合理地使用现代化教学手段；努力营造平等、和谐和民主的课堂教学氛围。

另外，教师还要指导学生善于开拓和利用自主学习的时间和空间；敢于质疑问题；积极参与知识的探究活动和社会实践活动，尝试将“书本世界”与“现实生活世界”紧密联系起来。重新全面地认识课堂教学的功能，构建新的课堂教学观。

二、注重全方位互动，让课堂焕发生命的活力

1、控制教师讲授时间

到加强。

2、在教学活动中，关注学生思维的发展过程

3、在分组讨论中，发挥教师的教育智慧

在分组讨论中，教师的主导作用表现在启发学生的思维上，要重视对学生思维的启发和思维方式的训练，让学生的脑子动起来。为此，教师要设计优秀的、恰当的、有必要的问题供学生讨论，同一问题还可设置讨论的层次和深度。当有了一种解决方法后，让学生进一步研究，让学生在探索的过程中，对自己的解题有一种反思，首先验证，然后找原因、甄别、类比归纳。培养学生科学的研究方法，也使学生在遇到困难、挫折后，通过自己的努力而战胜困难，让他们看到自己的力量和团队精神的重要性，最终获得积极的情感体验。大家经历了小组讨论、小组与全班交流、个体与个体交流和个人与全班交流的全过程。这期间教师不是无所作为的，而

是全面巡视小组活动；捕捉各种信息；注意倾听学生的发言；解答学生的问题。

充分发挥教育智慧还应表现在：当学生提出或回答问题时，教师要善于及时发现学生的闪光点，并予以肯定，让资源共享；及时判断其正误，找到问题症结所在并迅速加以有效指导，用适当方法点拨和引导，让学生恍然大悟。使每一个学生原有的基础上都有发展。

叶澜教授说得好：“在课堂里的教师和学生，他们不只是在教和学，他们还在感受课堂中生命的涌动和成长，只有这样的课堂，学生才能获得多方面的满足和发展，教师和劳动才会闪现出创造的光辉和人性的魅力。”我们正在努力朝着这个方向迈进，超越自我，超越过去，以新的教育理念、思想方式和行为方式构造新的教育平台。在此基础上，将一切有利于生命成长和创造的东西进行吸收和转化，并运用于课堂教学，使课堂教学中师生的生命活动更精彩。

反思心得体会3篇 | [返回目录](#)

在以前的教学中，我们对教学反思并不陌生，每次课后都会写教后反思，但是就是认为是对教学中发生的一些事情的回顾而已，在思想上并没有十分重视，经过学习之后，使我对课后反思有了更深层次的认识。

这次学习让我明白，教学反思是教师理解、评价教学实践的一种手段，是对经验的重新组织和重建，它需要教师有意识地持之以恒地积累点滴的经验并加以审视，并需要提炼和升华经验。就拿最近我教授的《将心比心》来说吧。将心比心的话我们在生活中经常说到，在过去的教学中，我只是就课文的资料进行讲述，想当然地以为学生是懂得，但事实却相反，这次，我通过几个事例“就要开始考试了，我却发现自己没带笔，正在我焦急万分时刻，同学递来一支笔！这个递笔的同学就做到了将心比心！”此时，我问同学们，什么

是将心比心呢？孩子们响亮地回答“将心比心就是急人所急！”接着我说，我有笔答题了，结果考了全班第一名，这位同学由衷地祝贺我，大家想想，这算不算将心比心呢？孩子们愣在那里了，我提示：这更是一般人做不到的将心比心啊！这位同学让我实现了愿望啊！孩子们马上答道“成人之美！”到这里，教学环节与文本内容相契合，但还有一定的挖掘性，我为了使同学之间的关系和谐，又就近期出现的嘲笑他人的现象举了个现实版的例子：贺子龙同学不按要求胡乱写的几句话就当习作交上来，大家笑的前俯后仰，贺羞得快哭了，可大家一点也不理会；接着我又将习作不达标的作者读出来，大部分同学又笑了，而被点名者一个个虎着脸；我读了优秀习作，我问：“谁的习作敢和人家比一比呢？”全班人都静悄悄地！我说：“那现在就该我笑话你们了吧！”全班人还是静悄悄地！此时，我告诉学生们，你不喜欢的事，别人估计也不喜欢！这就像我们即将学习的一句名言“己所不欲，勿施于人”通过这样的探究，学生对“将心比心”有了更深层次的了解，比就课本说教有更好的收获。

课后反思也不是一般地回想教学情况，而是深究处于教学的决策和技术以及伦理等层面的教师自身、教学行为、教学过程方面存在的问题，在教学《记金华的双龙洞》一课时，有关溶洞的资料我就不怎么清楚，给学生讲解时，感觉吃力啊！看来古人的“要给学生一碗水，老师得有一桶水”的古话还是不能丢啊！

课后反思就是在教学实践过程中对自身的教学行为不断进行反思的一种行为，是教师对自己的教学活动和课堂情境作为认识的对象，对教学行为和教学过程进行批判的、有意识的分析与再认知的过程。从去年开始，我们学校积极开展“先学后教，当堂完成”的教学模式，需要教师对自己的教学行为和具体的教学情境，进行预先设想好，使学生真正体会自主探究知识的乐趣，教师要以开放的心态接纳不同的观点，从多角度积极思考问题，探究教学活动，并对自己的选择与行为负责，使人更清晰的理解自己的行为和行为的后果，从

而更理性、更有目的地开展行动。在教学《桂林山水》一文时，我给学生一个自学自导“快速阅读课文，概括出漓江水的特点，桂林山的特点并读出相关语句。”这样的设计，比老师讲解要有意义的多。

在今后的教学中我一定学会时刻反思，找到自己的不足，吸取教训，总结经验，提高自己的教学水平，不断完善自己的教育教学工作。

反思心得体会4篇 | 返回目录

1、考试前没有好好复习

2、考试时心理状态不佳，非常紧张

1、每天所有的课余时间均拿来学习、做作业、看书，上厕所除外。

2、提高每次作业质量，包括语文、数学、英语等其它科目，尽自己的力量完成会做的题目。

3、做作业认真审题，遇到选择题、填空题不乱写乱填，坚决做到先审题再思考最后再答题，不盲目的猜。

6、上课尽量精力集中，不发呆、坐飞机

7、不在上课的时候睡觉，特别是数学课的时候

9、改变我自暴自弃、破管子破摔的观念

这次考试之所以没有考好，总结原因如下：

1 平时没有养成细致认真的习惯，考试的时候答题粗心大意、马马虎虎，导致很多题目会做却被扣分甚至没有做对。

2 准备不充分。毛主席说，不打无准备之仗。言外之意，无准备之仗很难打赢，我却按照这句至理名言行事，导致这次考试吃了亏。

3 没有解决好兴趣与课程学习的矛盾。自己有很多兴趣，作为一个人，一个完整的人，一个明白的人，当然不应该同机器一样，让自己的兴趣被平白无故抹煞，那样不仅悲惨而且无知，但是，如果因为自己的兴趣严重耽搁了学习就不好了，不仅不好，有时候真的是得不偿失。

失败了怎么办?认真反思是首先的:

第一，这次失败的原因是什么?要认真思考，挖掘根本的原因;

第三，确定目标。明确自己想要的，制定计划，按部就班的走。

失败不可怕，可怕的是一蹶不振以及盲目的追求。

新知识的接受，数学能力的培养主要在课堂上进行，所以要特点重视课内的学习效率，寻求正确的学习方法。上课时要紧跟老师的思路，积极展开思维预测下面的步骤，比较自己的解题思路与教师所讲有哪些不同。特别要抓住基础知识和基本技能的学习，课后要及时复习不留疑点。首先要在做各种习题之前将老师所讲的知识点回忆一遍，正确掌握各类公式的推理过程，庆尽量回忆而不采用不清楚立即翻书之举。认真独立完成作业，勤于思考，从某种意义上讲，应不造成不懂即问的学习作风，对于有些题目由于自己的思路不清，一时难以解出，应让自己冷静下来认真分析题目，尽量自己解决。在每个阶段的学习中要进行整理和归纳总结，把知识的点、线、面结合起来交织成知识网络，纳入自己的知识体系。

要想学好数学，多做题目是难免的，熟悉掌握各种题型的解题思路。刚开始要从基础题入手，以课本上的习题为准，反复练习打好基础，再找一些课外的习题，以帮助开拓思路，提高自己的分析、解决能力，掌握一般的解题规律。对于一些易错题，可备有错题集，写出自己的解题思路和正确的解题过程两者一起比较找出自己的错误所在，以便及时更正。在平时要养成良好的解题习惯。让自己的精力高度集中，使大脑兴奋，思维敏捷，能够进入最佳状态，在考试中能运用自如。实践证明：越到关键时候，你所表现的解题习惯与平时练习无异。如果平时解题时随便、粗心、大意等，往往在大考中充分暴露，故在平时养成良好的解题习惯是非常重要的。

首先，应把主要精力放在基础知识、基本技能、基本方法这三个方面上，因为每次考试占绝大部分的也是基础性的题目，而对于那些难题及综合性较强的题目作为调剂，认真思考，尽量让自己理出头绪，做完题后要总结归纳。调整好自己的心态，使自己在任何时候镇静，思路有条不紊，克服浮躁的情绪。特别是对自己要有信心，永远鼓励自己，除了自己，谁也不能把我打倒，要有自己不垮，谁也不能打垮我的自豪感。

在考试前要做好准备，练练常规题，把自己的思路展开，切忌考前去在保证正确率的前提下提高解题速度。对于一些容易的基础题要有十二分把握拿全分；对于一些难题，也要尽量拿分，考试中要学会尝试得分，使自己的水平正常甚至超常发挥。

由此可见，要把数学学好就得找到适合自己的学习方法，了解数学学科的特点，使自己进入数学的广阔天地中去。

综上，我决心：

再接再厉，继续努力，有一句话说的好，失败是成功之母！

交警自我反思篇八

当前，全集团公司上下都在深入开展质量安全大反思、大检查活动，上到集团公司领导、下到普通职工都在进行反思，其活动纵向深度和横向广度前所罕见。然而在我的印象中，这样的大反思、大检查活动在铁路系统、工程建设系统已经不止一次了。但凡在铁路安全、工程施工方面出现较大安全事故、造成较大影响时，相关管理部门总要采取一些力度很大、范围很广、涉人浩繁的各种措施，从管理上、思想上、人员等上进行深刻反思，对在建项目进行隐患排查，极力消除事故隐患，从上到下一起行动，一时间内形成了一种“人人抓安全、事事讲安全”的局面。经过一段时间的整改，安全生产局势有所好转，负面消息减少、正面消息渐增，安全生产进入一个稳定的平静期。然而过不了多久，就会有另一个地方或另一个单位又发生安全生产事故，又造成极大的影响，于是新一轮的大反思、大检查的活动又重新展开。安全生产仿佛进入了一个死循环，大检查、大反思活动仿佛成了治标不治本的短效药。下面我结合“7.23”事故谈几点思考与心得。

1、违章不一定出事，但出事一定有违章因素。平时不规范的操作、违章的行为也许并不会导致大的事故，但天长日久，在各种不规范、违章的行为综合作用下，事故的发生是必然的。

2、宁可千日紧，不可一日松。执行作业标准对我们的行为是一个约束和规范，是保证安全生产的重要条件。但真正坚持下来是十分不容易的，经过长时间的执行，慢慢地会出现懈怠、出现简化，而事故往往就在我们出现疏忽的那一瞬间发生，一切都无法挽回。安全来自长期警惕，事故源于瞬间麻痹。所以我们要紧绷安全弦、时刻不放松，牢固树立“坚持标准化作业就是预防事故”的观念。

困难的，但刹那间的疏忽就有可能造成无法挽回的后果。在

这种条件下，就必须加强关键作业环节的监督卡控。不但安全管理人员必须尽到自己的监督检查责任，同班作业人员也应尽到监督的责任，对他人负责，也是对自己负责。

4、提高思想认识，增强安全意识。认真学习集团、公司关于进行质量安全大检查、大反思活动的文件精神，对活动予以充分重视，并按照规定做好自查自纠整改工作。将安全生产再次提高到关系企业生死存亡的重要高度上来，各级管理人员要切实克服对安全工作“说起来重要、忙起来次要、干起来不要”的思想，不要等发生血淋淋的悲剧后才又把安全工作挂在嘴上。

5、建立长效机制，功夫下在平时。要克服搞活动时一拥而上、热闹无比，活动过后冷冷清清、无人问津的“一阵风”思想，既要轰轰烈烈搞活动，也要真抓实干看落实。只有建立起安全生产长效机制并严格予以执行，把安全责任落实在平时的的工作中，让健全的安全管理机制培养起健康的企业生命躯体，才能避免落入“头痛医头、脚痛医脚、痛不胜痛、医不胜医”的安全生产怪圈。

6、祸患积于忽微，安全小处着手。安全工作必须从细微处入手，绝不能放过任何“小毛病”、“小漏洞”，所谓千里之堤，溃于蚁穴。因为任何小环节的疏忽都有可能酿成大的事故。随手丢弃的一个烟头，可能引起一场毁灭性的火灾；一颗松动的螺丝，可能引发一次重大交通事故；工作时安全帽、安全带没有系好，可能导致不该发生的悲剧上演。无数惨痛的案例告诉我们，事故的发生总是由一点一滴的不安全因素积累而成的。我们千万不能因其小而掉以轻心，唯有以严谨认真的态度防患于未然，从小处着手，狠抓作业制度、技术标准的执行，才能最大限度地消灭事故，构筑牢固的安全屏障。

以上是我个人的一点心得体会，希望我们每个人能从自己身边的小事做起，真正的把安全生产落到实处，切实做好自己

的工作，为企业安全生产做出自己的一份贡献。