

2023年劳动周心得体会 今周心得体会 会(优质10篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

劳动周心得体会篇一

近日，我参加了学校组织的“今周心得体会”活动，从中获得了许多启示和收获。这次活动的主题是“成长与进步”，让我更加深入地认识到了个人成长背后的力量和动力。在整个活动的过程中，我不仅感受到了团队合作的重要性，还学会了如何持续追求自己的梦想。下面，我将分五段来具体谈谈自己的心得体会。

第一段，开始

“今周心得体会”活动开展之初，我感到很兴奋。这是一次可以让我们共同交流心得和经验，开阔眼界的大好机会。在活动的第一天，我们以小组为单位，共同探讨了“成长与进步”的话题。看到每个人都能够积极参与讨论，分享自己的见解，我感到特别来电。这让我感受到了真正的团队合作所具备的力量。

第二段，团队协作

在活动进行到第二个环节时，我们需要分成更小的组，来协作完成一项任务。这项任务主要是要让我们模拟一个实际的项目流程，从规划到实施，再到反馈，再通过不断的改进去提高我们组的项目效益。在整个过程中，我的小组成员们非

常默契，并且相互协作共进。这让我更加意识到，合作是实现目标的必要手段，哪怕是一些看似独立的个体，也不能脱离团队的存在。

第三段，激励梦想

通过参与这次活动，在我内心深处唤起了对未来梦想的热情和渴望。我们都知道，人生中的长久动力和动力源于自身的内部激励。而激励自己就要有充分的内部动力和外部的支持。通过活动的组织者分享他们自己的梦想，以及他们是如何为之努力奋斗的，我深受启发。这个过程教会了我如何坚定自己的目标，并通过不断地努力从而使梦想成为现实。

第四段，积极面对成长

在活动的最后一个环节，我们被要求去进行自我反思，并结合自己的实际情况来制定出一份成长计划。这份计划的主要目的是鼓励我们坚定自己的目标，并逐步地去往目标所指向的方向。我们应该像技能学习一样去面对个人的成长，不论身处怎样的环境中，都应该有足够的资源和策略来实现自我提升。

第五段，总结

值得注意的是，这次活动不仅让我感到成长进步的力量，还学会了积极面对成长的态度，尤其是那种不断自我追求目标的观念和精神。因此我认为，这种活动是有效促进个人成长提升，同时也有利于推进团队协作和合作能力的大好机会。我希望能够继续加强自我提升和团队合作的能力，不断地创造出属于自己的荣耀。

劳动周心得体会篇二

执行力是企业管理中最大的“软肋”，管理中有许多的理论，

告诉中层管理者如何制定策略，如何进行组织变迁，如何选才、育才、留才，如何做成本预算等。

可是，该如何执行这些想法，却往往在过程中被忽视，作为中层管理者，重塑执行的观念有助于制定更健全的策略。

事实上，要制定有价值的策略，中层管理者必须同时确认企业是否有足够的条件来执行。

要明白策略原本就是为执行而拟定出来的。

所以，提升人员的执行力就变得尤为重要。

执行力是否到位既反映了企业的整体素质，也反映出管理者的角色定位。

管理者的角色不仅仅是制定策略和下达命令，更重要的是必须具备执行力。

执行力的关键在于透过企业文化影响员工的行为，因此管理者很重要的角色定位就是营造企业执行力文化。

管理者如何培养部属的执行力，是企业总体执行力提升的关键。

如果员工每天能多花十分钟替企业想想如何改善工作流程，如何将工作做得更好，管理者的策略自然能够彻底地执行。

而领导力：领导者领导的是人，换个角度说其实领导的是一种思想，一种理念最终成为一种行为。

领导力的三要素：战略思维能力、组织协调能力、指导能力与领导能力。

1、提升执行能力

解决问题的能力不足，主要反映在执行能力欠缺。

员工平时能否充分发挥，决定其投入程度，而投入程度又受到公司对他的要求和向他提供的资源两个因素的影响。

首先，应该对执行人员进行执行前强化培训，让执行人员明白自己要做什么？该做什么？做到什么目标？这样才能目标一致，执行到位，各尽其责。

其次，要明白自己的工作依据。

这是我们工作执行力的基础，也是我们工作执行的目标。

这也就是说，要知道自己做的每一件事情依据在哪里，这些依据是否还在执行。

2、强化执行动机

使员工充分发挥主观能动性和责任心，在接受工作后应尽一切努力、想尽一切办法把工作做好。

作为中层管理人员一定要有做事的实干精神，公司最需要拥有不懈的求胜意志的人。

3、端正执行态度

有令不遵，违规操作，是执行态度不端正的表现。

执行态度即对待工作的态度与标准，做工作的意义在于把事情做对，而不是做五成、六成的低工作标准，甚至到最后完全走形，面目全非，应以较高的标准来要求自己。

在日常工作中，要敢于突破思维定式和传统经验的束缚，不断寻求新的思路和方法，使执行的力度更大、速度更快、效果更好，养成勤于学习、善于思考的良好习惯。

4、有效促进与控制是领导力的体现

执行能力、执行动机、执行态度是执行者的行为能力、意愿和态度，光靠这些不足以把事情落实好，还需管理者进行有效促进与有效控制来调整执行者的行为与控制事情的发展不偏离正常轨道，才能更好地把工作落实好。

有效控制采取方法如下：

a.事前跟进，发现潜在风险提前给员工预警。

b.事中跟进，在任务进行中发现有问题后，寻找解决办法，使员工的工作重新回到正轨上来。

c.事后跟进，出现问题后，找出原因，提供补救建议和具体措施，避免员工再犯同样错误。

d.对身兼管理责任的人进行监督，当管理者管理他人或检讨自身的行为时，有效的监督十分有效，如果没有有效的监督，准确的工作定义、选拔、管理和培训这些工作都不可能轻而易举地完成。

e.对那些可能是以前所遗留下的含糊不清的或没有论及的问题，管理者要能给予明确而又清晰有力的说明；然后，他们还要提出对未来的展望，以使将来组织的工作重点能集中到所提出的焦点上来。

5、建立良好的沟通

建立良好的沟通是改善工作氛围的重要途径，良好的沟通是执行的基础，有效地提高执行力，在一般情况下首先要进行充分的沟通，将决策传递给各个层级的员工，帮助他们理解需要完成的目标，取得他们的支持，对完成目标任务取得较为一致的认同。

一个领导者必然是某一行业的先驱者，引领者。

作为一名中层管理人员要付出比别人更多的时间和精力，要学会抬头做事，积极处理一些日常事务；静心研究，钻研业务水平，让自己的专业水平和行政领导力相得益彰，用思想去领导员工，这样才能成为一个真正的领导者，员工思想的引领者。

大三学期末我们专业要求实习，我有幸被安排在了丽华购物广场的家电部空调组实习促销。

销售是我们主要的专业知识，也是老师多次强调我们要去实践学知识的对象，因此我对此次的实习很感兴趣，也希望能从中学到点做人的道理。

因为我们只是实习，不是厂家招的临促，也就没有统一的工作服。

但我发现海信的临促穿着统一深绿色带有品牌标志的工作服上班，从管理的知识来看，这显然是强调销售的团队合作性以及给予客户视觉上的冲击。

因为销售员是直接面对零售顾客，精神面貌和外表着装是第一重要环节。

做人也一样，外表和精神面貌是与人接触的第一印象，俗话说“先敬来衣，后敬人”指的就是这个意思，因此，我们无论在何种场合都要注意自我形象——外表、谈吐、举止，给人留下好的深刻印象是为以后自我发展奠定了良好的人际关系基础。

在这四天的实习促销中，我觉得要做好销售要做到以下几点：

首先，要对产品的各方面知识相当了解，才能有足够的知识

基础向顾客推销。

要懂得空调的型号、匹数、制冷量、能效比等专业术语和空调的相关专业知识，以及各种机型它的特点和卖点，同时也要了解竞争对手产品的特点，并进行对比突出自己的优点。

像美的空调主推它的直流变频的空调，正如它的广告语“买变频，选美的”。

元旦假期是空调的淡季，绝大多数厂家都做了很大的让利活动，比如格力的返送400、返送1000，而不是直接的降价，我觉得这样既满足了消费者的贪利心理和品牌心里，同时也维护了格力作为世界名牌的形象价值。

还有科龙的“惊爆价”和“7折”，这些pop广告给予消费者直接的视觉冲击。

大多数空调厂家都有“特价机”，而当中少不了的也有抽奖等促销活动。

从中了解到“特价机”那么便宜，主要是一些旧机型而且性能相对较差，它们的能效比(eer)都将不符合国家推出的新标准——所有空调的能效比都要达到3.16，否则淘汰。

能效比是对空调的一个重要评定标准，“能效比”越高，就越省电。

其次，我们面对顾客时不仅要在态度礼貌上注重——当顾客走到你的销售区内，要主动的跟他们打招呼比如“欢迎光临格力空调!”。

口头一边在说的同时，你的身体语言也要做适当的配合——眼光要与顾客接触，面带微笑，手势上要引导顾客走到你的柜台。

这些细节的东西看上去都是微不足道，但都是一个优秀销售员所要具备的。

更重要的是在与顾客的交谈中挖掘他的消费需求，他想要省电的还是价格便宜的或者高档的等等，同时要找出顾客对我们产品的真实感觉。

在与顾客的交流中也要结合顾客的真实情况给予意见，比如他的房间面积，是否西晒顶楼、冬天是否经常用啊等等。

这就要求我们作为销售员要有优秀的口才，敏锐的洞察力以及良好沟通能力。

有些顾客对空调知识不是很了解，这就要求销售人员要有耐心去为他们讲解。

现在正处于空调的淡季，也许一上午都没人来看或者一天一台也没卖出去，这要求销售人员还要保持良好的积极的心态。

短短的四天，学到的不但是额外的专业知识，而且更重要的是做人的道理。

确实做好一名销售员，也等于做好生活中的自己！到社会上工作、竞争，你面对的就是每天怎样去“推销”自己，去让更多的企业、老板……接受你，认同你！你不但要有扎实的基础知识。

对专业技能了如指掌，而且你要善于观察，口才了得，灵活的应对能力，能将自己的优势以“说话”形式向别人推销出去，能看到别人所不能看的，能灵活应对老板提出的各样问题，发表自己独特的见解！实习的销售是一门很好的选修课，怪不得老师一直强调我们要去上好这个课程，这一点或许只有经过实践才能深刻的体会到！

虽然比之前更懂得销售知识，然而在真正销售方面还是不尽如人意。

但凡事都有一个过程，我希望自己能在在这方面磨练，慢慢积累经验，做一个优秀的销售人员。

1.各类心得体会大全

2.心得体会范文大全

3.心得体会范文 大全

4.培训心得体会大全

5.读书心得体会大全

6.心得体会作文大全

7.心得体会题目大全

8.实习心得体会大全

劳动周心得体会篇三

随着互联网的普及，人们获取新闻的方式越来越多样化，而对于新闻的态度和理解也日益多元化。在看完本周的新闻报道后，我深刻感受到了新闻的重要性，同时也想到了许多关于新闻的问题和思考。

第一段：新闻媒体的角色和价值是什么？

新闻具有随时随地、及时传递信息的特点，这也成为新闻媒体最基本的价值。新闻的传播渠道越来越广泛，但新闻媒体

仍然是最为重要和常用的渠道。因此，新闻媒体在民主社会中发挥了极其重要的作用，它不仅是传递新闻信息的平台，还对舆论的形成和公众的意识形态进行引导和影响。

第二段：如何对待优化次序和新闻倒排？

新闻的重要性决定了新闻媒体的影响力，而对于新闻报道顺序和次序的选择，却越来越受到争议。对于新闻倒排的优化，一方面可以方便读者阅读新闻，另一方面也可以确保新闻的及时性和准确性。但是，如果过于追求优化顺序，会降低新闻的客观性和公正性。因此，新闻媒体应该在保持及时性的前提下坚持客观、公正、真实的原则。

第三段：对于热点新闻，应如何正确看待？

在新闻报道中，热点新闻总是最能吸引人们注意的。但是，在关心和追求新闻热点的同时，也需要保持理性和客观，远离情绪化的解读。对于各种各样的热点事件，需要通过多家媒体的报道和多方面的信息来深入了解，从而更全面和客观地看待问题。

第四段：新媒体对传统新闻的冲击和变革

新媒体的出现和发展，对传统新闻媒体产生了较大的冲击和变革。传统新闻媒体需要不断适应新媒体的发展趋势和技术应用，不断开拓新的报道方式和方式，以满足公众对新闻信息新鲜度和及时性的需求。同时，新媒体的崛起也为传统新闻媒体提供了更多的发展空间和机遇。

第五段：如何培养良好的新闻阅读习惯

良好的新闻阅读习惯可以让人们更好地了解时事和社会发展动态，也可以帮助我们提高阅读和思考的能力。例如，了解政治、经济、文化等多方面的动态，关心公共事务和社会问

题，注重对于新闻事件的多角度思考和分析等。通过提高自身的新闻素养和阅读水平，可以更好地参与到新闻讨论中，也可以更好地了解社会的发展趋势和问题。

总的来说，新闻在现代社会中具有重要的意义和作用，我们需要正确看待新闻，提高新闻素养，关注新闻的时事动态和各种社会问题，追求全面、客观、真实、公正的报道。同时，新闻媒体也需要不断适应社会的发展变化，加强自身的技术创新和发展，保持其公正客观的基本原则。只有这样，我们才能更好地追求真相，了解时事，参与社会。

劳动周心得体会篇四

在学习中成长，在成长中实践。人生中就是这样，每一次的学习就是一次实践的机会。每一次的实践就是一次挑战，我们能害怕吗？答案是肯定的：“不能！”不管是在什么情况下，都是不能，不会，也不可以害怕挑战。我们之所以培训，目的就是增强我们挑战的信心。我不知道别人通过培训学到了多少，感受到了多少，了解到了多少。只知道通过培训自己感悟颇深。

首先要说明的一点就是通过这次培训我学到了很多，见过的听过的，没见过的没听过的统统包含在内。

宋老师讲的创新与实践虽说我不知道内容是什么，不过通过各位干部的发言，我知道那是对我们以后产生影响的一次培训。总结会上各位干部积极发言，这说明什么？说明这一次培训是成功的。还有一点是我们需要这样的机会，这样一个提高自己，完善自己，充实自己的机会。

回想起这段时间的培训，相信大家都学到了很多，可我有一种新的感觉：“学到的越多，不知道的就越多”。为什么这样说呢？在以前的学习中自己并没有注重某一方面的学习，只

是知道老师教什么，自己就学什么，从来不管对与错，也从来不管为什么，只是盲目的走路，学习。上大学以后感觉就变了很多，原因很简单：“这里的学习不再是片面的，是一种以具体事情具体分析的方式进行的。”只从这一点上说，这就要比以前的学习系统化，毕竟涉及到专业知识。在这里学习越多，感觉以前了解的东西越少，然后就会努力的或者是刻意的去找这方面的书籍，学习这方面的知识。可是越学，感觉自己知道的越少，这是为什么呢？因为我们有一颗想充实自己的心，有一颗想要学习的心，同时也有一颗向前的心。这就不得不要我们自己要在工作中学习，在学习中工作，把所学的用到工作中。

其次在我们的电教理论培训中，于丹教授讲的一段话让我受益良多：“盘古在天地之间‘一日九变’，像一个新生的婴儿，每天都在微妙地变化着。这种变化最终达到了一个境界，叫做‘神于天，圣于地’。这六个字其实是中国人的人格理想：既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔，而不妥协于现实世界上很多的规则与障碍；又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上去进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人，是梦想主义者不是理想主义者；只有土地而没有天空的人，是务实主义者不是现实主义者。”这句话虽然不能说完全体会但至少也回味很多次。他要求我们要干什么？脚踏实地！不管从哪一方面说，我们都要脚踏实地。只有这样，我们才能在工作中，学习中积极的表现自己。也是有这样，我们才能清楚的了解到自己的不足，从而积极的改正。

再次，在金正昆教授讲的礼仪中，主要是从“互动、沟通、形象”三个关键词入手，完整的讲解了我们在生活中，学习中所应该注意的事项。以及在交往过程中正确处理人际关系的原则和技巧，以生动的事例，深入浅出地介绍了接待礼仪、办公礼仪、公关礼仪的基本行为规范。同时也说明，了解现代礼仪是我们21世纪大学生素质能力的重要组成部分和必然掌握的规范，熟悉和掌握现代礼仪文化，既是职业特殊性和工作严肃性的内在要求，也是新时期建设新型学生干部

良好形象的目标要求。

随着现代信息社会飞速发展的传播，沟通技术和手段日益改变着人们传统的交往观念和交往行为。尤其是人们交往的范围已逐步从人际沟通扩展为大范围的公众沟通，从面对面的近距离沟通发展到了不见面的远程沟通，从慢节奏、低频率的沟通变为快节奏、高频率的沟通。这种现代信息社会的人际沟通的变化给人类社交礼仪的内容和方式均提出了更高的要求。如何在这种沟通的条件下，实现有礼节的交往，去实现创造“人和”的境界，这是学习礼仪的意义。也是我们当代大学生学习礼仪的重要原因。所以我们要认识到学习礼仪的重要性，从而完善自己这方面的不足。

首先，我非常感谢公司给我们全体员工的集体培训，也很荣幸参加了这次培训，这说明公司对我们员工培训的重视，反映了公司“重视人才，培养人才”的战略方针；对于服务行业的我，也非常珍惜这次机会。

经过这几天的培训，完全打破了我没培训之前认为这是个很枯燥乏味的过程的那种想法，让原本对服务行业不感兴趣的我，渐渐对服务充满浓厚的兴趣，服务作为一个大众化消费群体，我个人认为最主要的是，它是一个具有挑战性、完善自我的行业，而且与生活紧密相连。

在这几天的培训中我还学到了，卖场的布局，商品的陈列，及在管理方面的根基，让我更加的了解超市是需要细心强和责任心强的员工。

如果在工作中我们失去了细心，那么在布局及陈列当中就不能很好的抓住顾客的购买欲。及顾客的购物动向，巨大磁石点也将达不到理想的效果，失去应有的价值；另外货架的陈列要求我们了解：怎样的陈列才能利用好货架的每一层，从而创造出更大的价值及效益；然而色彩的对比也能很大程度点亮顾客的眼睛，吸引并留住顾客的脚步。

公司的这一次培训，从培训的效果就可以看出公司对培训是非常着重的，老板及培训人员都做了很多准备，让我们在培训内充分感受到了公司对员工的负责的态度和良苦用心，让我们融为一体，我们在未来的工作中端正心态，更加努力!更加自信!

接下来的培训，我想会更有趣、更专业，所以我会更认真听，理论与实践更加强化我们的工作，因为我也很热爱且珍惜这份工作!

学习能让人进步，工作能让人自信，相信我们在不断地学习和工作经验当中让我们把超市变得更加美好。

工作阅历浅、认识面窄、课本上所学的理论与实际存在着一定的差别等等各种因素给我的工作有一定的难度，但是通过一段时间的工作，基本上都能够熟悉前台的工作，例如对于总经理以及招商部同事所需要的客户资料能够立刻打印。刚开始对于电脑上存在多份相同的文件，不知道改打印的是哪一份，手忙脚乱、工作内容没能够分主次、轻重、缓急。最后找个空闲的时间把以前所学到的档案管理课程的电子档归档方法，判断电脑中的文件是否有用、什么样的分类标准、里面的内容是关于什么方面的等等。当把那些一堆堆的文件整理成井然有序的文件夹时，就会有一种油然而生的成就感，自豪感。即使是在这段过程当中，会有文件涉及范围广，也由于是新手，心里总觉得任务多，而且是自己的时间安排不合理;常常弄得焦头烂额的。20天的工作时间，终于让自己的工作井然有序地进行。

在行政人事部部门里，由主管带领着我们开展各项的工作。刚刚开始的工作，有点囫圇吞枣，像一只无头苍蝇。工作中感到头绪乱、心态没有摆正、走马观花。所以才会造成工作上的一些小差错，这些的小差错给自己的工作上带来了很大的教训，所以只有不求甚解，才能够准确地、明确地、具体地把握好上级的指示。同时也只有主动地向上级问：“还有

什么事情需要我去忙的？”“这件事情需要什么样的要求？”也只有这样，才能够更加快速地提高自己的工作效率，工作的成效。

俗话说“滴水不成海，独木不成林”，所以每个项目的圆满的完成必须要有一个“人心齐，泰山移”的团队小组。在行政人事部门里，有许许多多琐碎的杂事，例如要注意到前台的饮水机旁边的卫生问题、为客户倒水、购买物品等、喂养鱼食等等。整个部门虽然只有三个人那么少，但是任务却也是繁重琐碎有时还需要很及时去处理，在主管的指示下，我们两个下属分工合作，只为了把工作做得更加全面和到位，力争到注意整个公司各个同事的需求，为各个部门提供方便快捷的服务，准备好经常使用到的各种店面资料、结业资料等等。这同时也挑战了我们的各种工作和为人处世的能力以及态度。为了能够使到每一次的项目、每一步的目标、每一个的计划能够圆满完成，会努力地向公司优秀的同事学习，向上级学习有关的工作能力和工作的态度。自己也会牢牢谨记：“三人行，必有我师焉”的名言警句。同时也告诫自己一个人在公司中，不可能是孤立的个体，而是要融入到一个公司的文化当中，只有团结一致，才能更好地完成任务。

又是一年春柳绿。走过了7月，迎来了7月。总结三月，计划8月，让自己的行程都在计划当中。不断地提高自己的职业素养、在不同场合扮演的角色、以及细节等等。与此同时，自己也会不断地要求自己达到更好的层次，找出工作中得不足，不满足于现状，不断完善自己，勤于和善于学习，努力提高分析和思考问题的能力，加强自己各方面的能力，工作时会更加主动付出，凡是都会出于真心，以大局为重，共事多沟通，交往相互尊重，相互信任，相互支持，时刻牢记团队的力量。

劳动周心得体会篇五

近期，班级特别活动周的一大亮点是“今周我当家”。在这一周中，每天都会有一位同学担任“家长”，负责班级的日常管理和组织安排。这一活动加深了同学之间的团结和合作，也让我深刻体会到了当家的艰辛和快乐。

第一段：责任感的培养

当我第一次担任“家长”时，我感到既激动又紧张。整个班级看着我，期待着我能为大家创造一个良好的学习环境和生活氛围。我意识到了自己的责任重大，必须充满责任感地承担起这一角色。每天早晨，我会提前到教室检查卫生，并组织同学们积极参与清扫活动。我还会组织一些有趣的活动，让大家在学习之余放松心情。通过这次体验，我的责任感得到了培养和提升。

第二段：沟通与协调能力的锻炼

作为家长，我需要与同学们进行良好的沟通和协调。每天早晨的班会成为了我和同学们交流的平台。我会询问大家的学习情况和生活困扰，并鼓励他们分享自己的感受和建议。同时，我还会与其他成员一起商量并制定每天的课程和活动计划。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，尊重不同的想法，并学会了如何在集体中做好沟通与协调。

第三段：时间管理的重要性

在扮演家长的一周中，时间管理成为了一项重要的技能。为了保证每项任务的顺利进行，我必须合理规划时间，合理安排每天的活动。在此之前，我常常因为时间不足而感到束手无策，无法按时完成任务。但当我担任家长时，我明白了时间的宝贵和不可逆转性。因此，我开始主动分配时间，合理安排每一天的学习和活动，从而提高了我的时间管理能力。

第四段：领导和组织能力的锻炼

在当家的一周中，我必须充当起领导和组织者的角色。为了使每项任务顺利进行，我需要带领同学们协作完成工作。例如，在组织班级清扫活动时，我要确保每位同学都能积极参与，制定清扫区域和任务。这锻炼了我对团队的领导能力，也提高了我的组织能力。我学会了在团队中正确引导他人，帮助他们发挥自己的优势，共同完成任务。

第五段：珍惜集体的重要性

通过“今周我当家”这一活动，我深刻体会到了班级集体的重要性。只有班级中的每一个成员发挥自己的优势，才能使整个班级更有凝聚力和创造力。每位成员都扮演着不同的角色，各司其职，为班级的发展和进步做出贡献。通过这次体验，我更加珍惜班集体，同时也意识到只有全力以赴，才能取得更好的成绩。

总结：

通过“今周我当家”的活动，我学会了勇于担当，锻炼了责任感、沟通与协调能力、时间管理能力、领导和组织能力等。这次体验不仅让我成长了很多，也使我更加珍惜集体。我相信，在将来的学习和生活中，我将充分发挥这些积累和提升的能力，为集体的进步和发展做出更大的贡献。

劳动周心得体会篇六

三年前，我幸运地考进了温州中学这一让我梦寐以求的百年名校，并进入了理科实验班。一个暑假的学习之后，综合了自己的兴趣与实力，我选择了数学竞赛。

竞赛学习的日子是辛苦的。两年多时间来，我们不曾拥有一个完整的假日，周末的培训更是稀松平常。一些培训还要占

据正常的在校学习时间，高考科目的学习就会因此受到影响。但想到这样高强度的学习给我们带来的宝贵收获，这些辛苦也就没什么了。

竞赛班里强手如云，卧虎藏龙，因此我只能时刻绷紧神经，各种书籍资料看了一本又一本，似乎永远也看不完，练习题也似乎永远没有尽头。但与高手交流，能从中体会到许多乐趣。他们可以让我在迷茫中豁然开朗，或是学习到完全不同的思想、技巧。时至今日，仍能回想起那种与高手切磋的振奋与激动。

高一时，因为数学竞赛就在外东奔西走，我去了南昌、武汉等地参加培训，但由于当时实力不济，听课听得云里雾里。高一暑假我们去杭州学习，虽然在炎热的夏天，但我们仍能苦中作乐，既有收获，又有乐趣。学习还未结束，我与几个同学就马不停蹄去江西参加了东南数学竞赛，这就当作是全国联赛前的一次试练吧。结果我考得不错，得到了金牌。十月份的全国联赛前，我们停课准备，我准备得还算充分。后来考完后，我获得了一等奖，但没有进冬令营，有点遗憾。

高二，几乎没有任何犹豫地，我继续了竞赛学习。这一年里，仍然一直在走南闯北，去了杭州、上海、苏州、鹰潭……参加各种竞赛培训。在鹰潭的国家集训队旁听过程中，我幸运地取得了非常好的成绩。高二的暑假，我开始做各类国外竞赛题，自认为有相当好的感觉，这些经历都使我对进入冬令营充满了希望。但在高二的全国联赛中，由于对二试最后一题判断失误，再次与冬令营失之交臂。

竞赛生涯就这样结束当然充满了遗憾，但毕竟已获得保送资格，外加平时成绩都还不错，因此也没有过多的悲观与失望。接下来就是繁忙的高考与保送生考试的准备了。由于有高考的压力，高三的学习远没有高一高二那么从容自若。各种模拟考、调研考、自主招生选拔考搞得人焦头烂额，外加保送考试时间紧迫，因此准备得有些匆忙。最终结果还是不错的，

我被成功保送了。

至于保送的心得，只能说竞赛与高考都十分重要，在某些特定时间（如大型考试前）可以集中精力攻其一，但总体上需要平衡。竞赛学习可以给高考带来很多好处，因此对竞赛学习不要轻视。另外要重视基础与平时的积累，特别是英语词汇量，临时抱佛脚对保送生考试起不到很好的效果。

回想起高中生活，真的十分美好。校园环境如诗如画，老师各有特色且热情敬业，同学勤奋认真且才华横溢……高中三年，也是我收获最大的三年。高中的快乐、痛苦、温暖与悲伤，都将成为我最美好的回忆。

最后祝大家都能考进理想的大学。

劳动周心得体会篇七

本周，我参加了一场主题为“今周心得体会”的活动，这场活动让我受益匪浅，深刻领悟到了一些重要的生活价值观念。通过反思，我发现，在今周的活动中，我不仅学到了自我拓展，提升职业能力的办法，还深刻体会到了人生智慧方面的问题，下面，我将结合活动内容，以五段式的方式，来分享我对“今周心得体会”的一些感受和思考。

第一段：活动背景

为了让更多的年轻人在成长和职场方面有所进步，今周特邀请了几位成功人士，来分享他们的成功经验和职业心得。这些人的经历和思考，给予了我们很多启发。我们从各自的职场履历开始了解他们，深入加深了对职业的思考 and 认知。

第二段：技能提升

今周活动的第一部分，是围绕职场技能提升展开的。在这部

分，我们了解了许多职业技能的秘诀和方法，并探讨了如何在职业世界取得成功。这个环节，不仅让我们了解更多职场技能和管理经验，而且还指导我们如何避免常见的职场“陷阱”。

第三段：人生智慧

在今周活动的第二部分，我们探讨了人生的智慧方面，这部分内容着重讲述的就是为什么，教育不应该只是知识和技能，还应该重视人生的意义和价值。我们探究了自己的人生使命，并思考了如何在职业、家庭和生活中寻找真正的幸福感。

第四段：个人发展

在今周活动的第三部分，我们重点讲解了个人发展方面的问题。我们学习了如何制订职业规划，如何评估自身职业素养和能力，并展示了如何通过培训，加强个人发展和提高自身素质。

第五段：总结与展望

在今周活动的最后部分，我们总结了我们所学习到的大量信息，并对未来进行了展望。我们认为，今天的成功都可能成为今天的失败，而今天的失败都可能成为未来的成功。只有保持开放心态、不断学习、努力进取，才能实现自我价值的最大化。

综上所述，“今周心得体会”的活动给予我们很多关于职业和生活的启发。通过传授相关的技能，并着重讨论人生智慧和个人发展方面的问题，今周活动给年轻人量身定制了成功职场生涯的指南。我相信，只要我们不断学习、努力进取，就能在今后的生涯中取得更高的成就。

劳动周心得体会篇八

我们要坚持活到老学到老，不断提高自身素质，以过硬的本领，带出一流的好学生，不遗余力地培养国家栋梁。在学习的过程中，要坚持理论联系实际，坚持边学习边思考，坚持动脑和动手相结合，坚持媒体运用技巧与业务专业相结合。要保证学习取得实实在在的效果，发扬求真务实，深钻细研学风，力戒走马观花，蜻蜓点水，浅尝辄止，不求甚解。要向实际学习，向社会学习，向同行学习，向学生学习。要坚持学以致用，把学到的教育技术真正地、更加有效地用到教学实践中去，从而大大提升教学质量，提高教学效果。

作为一名新时代的教师，无论是从教学课件还是教学思维上，我们都应该运用信息，积极以新观念、新思路、新方法投入教学，以适应现代教学改革需要，切实发挥新课标在新时期教学改革中的科学性和引领性，达到应有的教学效果和作用，使学生获得能力的提高。

教学设计是教学活动的基础性工作，事关教学活动的成败。教学设计是理论到实践的桥梁。一份优秀的教学设计可以是集教学资源的搜索、多媒体课件的设计制作、教学计划的实施和教学评价的形成等为一体的，具有目的性、计划性，达到事半功倍效果的教学方案。

教学媒体既是一种资源，又是一种工具，我们要善于学习，善于运用。要充分发挥教学媒体对教学的支持作用，从而起到事半功倍的效果。要重视教学资源的有效利用。审视教学资源和教学设计的整合，结合教学设计，搜集资源，并创造性的设计、利用资源制作课件，支持自己的教学工作。同时，在今后的工作中，要和同事们共享设计和课件，学会评价资源，评价课件。

随着时代的发展，每一种新的技术都对教育产生了巨大的影响，以计算机为主的信息技术在教育中的应用，改变了教师

的教学行为和学生的学习行为。在教育资源的使用上，我觉得要坚持教学资源的使用原则，坚持教学资源的作用表现，在此基础上，还要在以下几个方面留意：一是选择合理有效的教学软件。二是学生在学习过程中，要不断地选择定位“在哪儿，往哪去，怎样去，学什么，如何学”，在每一个节点都面临着“找去路”的问题。三是发挥好“主导”与“主体”的作用。处理好教师的“主导”作用和学生的“主体”关。

总之，我们传承中华文明，我们肩负历史重托，我们承载民族期待，我们铸造明日辉煌！让我们乘长风，破万里浪，充分利用这次国培的有利时机，把学到的教育技术真正有效用于我们的工作实践，进一步促进我们的教育事业再创新局面，进一步促进我们的教育工作再上新台阶！

劳动周心得体会篇九

近日参加了由某知名科普机构主办的“今周讲史”活动，内容极具震撼，深入浅出，让我收获颇丰。在这里，我想简单分享一下我的心得体会。

第一段：第一次感受历史的生动魅力

在整个讲座中，我最深刻的感受就是历史并不单调乏味，而是一个又一个鲜活的故事。讲述历史需要一定的技巧和讲解方式，让听众不仅听得懂、记得住，更关键的是能感受到历史的生动魅力。历史中每个人每一段经历都难以割舍，它是我们文明的承载体，是我们文化的源泉，掌握它不仅能从中获取智慧，更能从中获得快乐。

第二段：了解历史不能忘记历史

历史是非常宝贵的，它记录并见证了一切人类文明活动的过程，绝不能忘却它的存在。深入领略历史给我的启示是，我

们应该认真思考历史，并愿意积极学习历史。尤其我们年轻人要知道并且要具有足够的责任感，才能不断地储备智慧、走向更高的人生。

第三段： 探寻历史，深化自身修养

在我参加的这个“今周讲史”活动之中，记忆最深刻的就是讲解者讲述的故事。通过学习我们可以获取到大量的知识，利用这些知识去分析、去思考，都有助于提高个人修养。每讲历史都是一次心灵之旅，让我们的思维能够真正的挑战极限，同时也可以不断的深入历史过程中慢慢提升自己。可以说，学习历史并探寻历史是能够让人越来越优秀和高尚的。

第四段： 情感和历史的交织

历史和情感，有着复杂而又粘连的关系。历史承载了过去，而情感则促使着我们对历史的关注。每一个历史故事如同在我脑海中突然点燃的火焰一般，让我在激情和愤怒中沉淀了许许多多的情感。只有把情感融入到学习当中去，才会使学到的知识更深入人心，更容易被长久记住。

第五段： 总的来说， 多去探索历史， 多提升自己

通过这次“今周讲史”的活动，我对历史有了一定的认识和提高，增强了自己对历史的热爱和感悟，同时也学到了很多历史故事中的智慧，这对于我的成长和提升有着重要的意义。历史故事如同瑰丽的花朵一般，令人醉生梦死，又在多的时候释放出耐人寻味的智慧。所以，我相信，多去探索历史，多提升自我素养，才能更好地理解历史，并从中走出自己的人生道路。

劳动周心得体会篇十

从上学期开始，我校积极响应全国文明办统一开展的“文明

礼仪教育”活动，并让学生积极地阅读写出心得体会，并组织学生参加全国学校文明礼仪教育知识竞赛有六名同学获奖。本学期初根据学校实际认真开展“文明礼仪伴我行”活动，为创建文明和谐校园创造了良好的氛围。围绕文明礼仪教育主题，通过开展文明礼仪活动，使得学生的行为习惯得到了一定程度的好转和规范，班容班貌有了较大程度的改观。但是小学生文明礼仪教育是一项长期的工作，这不是结束，而是开始。我们一定认真总结经验，改正不足，努力将文明礼仪教育作为一项常规工作坚持不懈地抓下去。

年级召开动员会之后，全年级师生高度重视，统一思想，迅速行动起来，把开展文明礼仪教育活动作为进一步加强师生思想道德建设、创建文明和谐校园的一个重要内容列入学校的工作日程，做到了领导重视、人员到位、工作到位、措施到位，确保活动顺利、持续、深入开展。

为使文明礼仪教育实践活动扎实开展，加大了宣传力度，通过召开师生大会，利用班会、晨会、校园广播文明礼仪歌谣和国旗下讲话、黑板报、悬挂横幅等形式营造了浓厚的文明礼仪活动氛围，使师生充分了解文明礼仪活动的做法和要求，充分认识讲文明、懂礼仪是中华民族优良传统，是社会文明进步对师生日常行为的基本要求，是进一步培养具有优良日常行为习惯的要求，是打造文明和谐校园的基本体现。经过广泛的宣传发动，使广大师生进一步认识开展文明礼仪教育实践活动的重要性和必要性。文明礼仪意识深入人心，成为全体师生的自觉行动，形成了人人讲文明、个个讲礼貌的良好氛围。

- 1、各班组织学生认真学习《中学生日常行为规范》、全国文明礼仪读本、文明礼仪歌谣每班选择后配上动作音乐表演，利用班会课开展文明礼仪大讨论，对照自身和身边的人和事，查找不文明行为，从我做起，以文明礼仪为光荣，粗俗低下为可耻，在全校形成崇尚文明、讲究礼仪的良好风气。

2、将主题教育实践活动与民族精神教育、传统美德教育、革命传统教育、行为规范教育以及学校的其它教育教学活动紧密结合。我们重点开展了以“文明礼仪伴我行”为主题的系列活动。

(1)全校开展说唱带表演带伴奏音乐的“文明礼仪歌谣”表演活动;

(2)各班组织一次以“文明礼仪伴我行”为主题的班队会。

(3)进行了以“我爱我们的校园”为主题的校园文化、走廊文化的更新活动。

(4)出了一期以“文明礼仪伴我行”为主题的中队黑板报。手抄报、心得体会、练字征集活动。

(5)倡导进行了一次以“美化我们的教室”为主题的教室布置活动。

通过展示他们的风采，树立教师、学生身边的文明礼仪榜样，发挥先进典型的示范和辐射作用，激励学生积极参与学习礼仪、实践礼仪、展示礼仪和宣传礼仪整个宣传教育实践活动的全过程，推动文明礼仪宣传教育系列实践活动深入开展。

通过开展文明礼仪实践教育活动，培养了学生知礼仪、懂礼貌、讲文明的良好日常行为习惯，全面提升了学生的文明礼仪素质。在校园里，每天都能感受到学生向老师、长辈主动问好;课间追逐打闹现象逐渐减少;不乱扔、乱倒、乱吐、乱画，养成把纸屑、果皮、包装袋放到垃圾桶和随手拾废物的好习惯;大部分学生做到衣着整洁、大方、得体、美观。广大学生能自觉爱护校园环境，许多同学自觉地做好卫生保洁工作，基本消灭了脏、乱、差现象。能把遵守学校规章制度、遵守课堂纪律、卫生公约作为基本要求;把专心听讲、服从教师管理作为尊重老师劳动的具体表现。校园育人环境得到优

化，提升了学生文明素养。从文明礼仪习惯到卫生习惯，从学习习惯到体育锻炼习惯，从严于律己到爱班爱校，循序渐进，由点及面地开展行为养成教育。通过这些形式多样、内容充实、富有针对性的学习实践活动，充分培养了同学们的自主性、自觉性，进一步规范了同学们的文明言行。全班同学对文明礼仪知识已有了一个全面而深刻的认识，并能潜移默化地内化到自己的日常行为习惯中去，整个班级始终能浸润在浓郁的文明有礼、热情友好、宽容谦让、诚实守信的和谐氛围中。

教师文明礼仪最重要的是体现在教师的行动上。为了使学生真正记住自己所学习的文明礼仪知识，落实到自己的行动中。平日里我们教师之间见面相互礼貌问好，相互帮助；不在班上、校园内乱扔一点废弃物，见到地面上有一点杂物主动弯腰捡起来所有的这一切都让同学们从老师的行为中受到深刻教育。在老师们的带动下，同学们的主人意识、团结意识、乐于助人的精神更加强了。许多同学都像老师们一样，用自己的行动践行着文明礼仪。