

礼仪课程心得体会 心得体会心得体 会(精选6篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。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，我们一起来看看吧。

礼仪课程心得体会篇一

上了初中，我明显感到初中的学习与小学学习有很大区别。初中的课程多了，如果课堂上不认真，课后要是再想把老师讲的弄懂弄透，那就困难得多了。所以，我们必须跟着教师走，相信教师，才能真正有效学习。

鲁迅有一套学习的“十字法”——多翻、跳读、设问、五到、立体。我认为这是很有价值的学习方法。“多翻”就是多翻各种各类书籍，以开阔视野，启迪思路，增长知识。其实，多看课外书，增长课外知识，开阔视野，对平常的学习和考试都有好处，能更好地理解知识。“跳读”是指无论如何都不会读懂某个问题时，先跳过去，向后看，于是连前面的都明白了。这用在英语短文阅读理解上十分有效，联系上下文能很好地帮助我们理解短文内容。“设问”就是带着问题去读书，我们在阅读文章时就应该如此，这样做，能使我们在阅读过程中得到答案，提高学习效率。

“五到”是心到、口到、眼到、手到、脑到。这“五到”无论在学习、考试还是平时做事，都应该做到。也只有真正做到这“五到”，才能真正有效地做好每一件事，事半功倍。“立体”指有一般的读，又能重点的深掘；既要有横断面，又要有纵剖面；既有对原著有关有钻研，又有对有关资料的涉

猎。这就是要求我们不能只看片面，应多角度地认识事物，这样才能认识得全面、深刻。

此外，我们学习要有“恒心”两个字，有了它，才能像蚕吃桑叶一样，一口又一口，坚持不懈地去啃，直到预定目标顺利攻克。平时，要多思多练，在学习过程中要勤于思考，注重积累，在思考做题的过程中累积解题技巧和经验。还有，就是要先把书上的“死知识”给“死死地”背下来，再把熟练的知识灵活运用。这就是“先死记，再活用”。

有时候，我们学习了一些知识，当时能记住，但过会儿就忘记了，这就与记忆方法有关。我认为，在学习过程中，看、写、读、听、背，多管齐下效率高，也记得牢。著名科学家茅以升先生，是个记忆力超群的人。人们问到他的记忆秘诀，他的回答是：“重复！重复！再重复！”学过的知识如果不重复，不多久，能记得到也就剩那么一点儿。所以，我们在学习过程中，可以尝试着“看写读听背”一并运用，一并提高。过后，每隔一段时间就重复知识，也就是定时复习。这种学习方法，能减低遗忘率，更有效地记住知识。

开学时，老师曾对我们说：“行动是最好的语言。”“吃得苦中苦，方为人上人。”其实，如果能做到这一点，成绩必然提高。学习是一件苦差事，但苦中有乐。只有克服重重困难，吃的下学习过程中的苦，才能超越自我，获得成功。而行动比任何计划、检讨更有用。说得天花乱坠，却没有实际行动，那又有什么用处呢？行胜于言。

拜五，我们八年级一起出去，进行了一次别具特色的社会实践。

这是那里湖泊的风景图。很美吧！

乘坐着大巴，经过了1个多小时的颠簸吗，我们终于到达了我们的目的地：炮台湾湿地公园。这里靠近海，风景十分的优

美，我们非常喜欢这里！

在公园里还有一块很大的草坪，我们小队在哪里进行了野餐在草坪上，还有一些老人在这里放风筝呢！

我们在公园里欣赏了很多风景。不得不说，这里的风景真的是漂亮。

我们在这里玩的十分高兴，也收获了许多，我们希望，还能有更多这样的社会实践。

这个星期一，我们五年级的八个班一起坐车去礼参实践基地，参加了社会实践活动。在礼参住了一个星期。第一、二天我感觉这里很好，既没有作业，又可以和同学们玩。但是后几天又有点想爸爸和妈妈了，就想回家。

不过，我还是坚持下来了。在这里，我还学到了许许多多课堂外的知识。在五金小工厂，我学会了使用各种工具，在美点教室里，我学会了怎样做蛋糕，并体会到了做蛋糕非常的累。在小机床教室里，我学到了怎么使用小机床，在彩泥画教室，我知道了彩泥画是怎样制造的，在机器人教室里，我学到了关于机器人的知识，并学会了做模型。这就是我的礼参社会实践生活。

这是一种学生利用节假日进行的单项或多项的. 社会调查、访问等接触社会、了解社会、服务社会、与群众主动结合的一种形式。从现在学生参加的社会实践活动看，主要有一下类型：第一类为国家、地学校组织的社会实践活动。

这类活动大多是为了一定的目的而开展的教育活动。第二类为某鞋单位、部门、科研组织为了完成各项任务，利用学生的智力与体力，在假期吸收学生参加的时间活动。第三类是学生自发组织的，以科技服务为主要内容的社会实践活动。第四类是学生根据自己的条件、兴趣爱好有目的地开展社会

实践活动。

参观了禁毒教育馆后，我了解了毒品的种类以及对人类的危害。在那里，我深切的感受到了毒品的可怕，一旦染上了毒品，就很难再重新回到正常的生活。所以，争当禁毒小标兵，看到别人吸毒及时制止，让我们有一个美好的社会、家园。

今天我参加了两个集体项目：一个是“定向运动”。“万里长城”这个游戏锻炼了我们班的合作能力，在我们全班的努力下，齐心协力，获得了第二名。“定向运动”这个游戏让我们一起完成一个比较难完成的任务。虽然我们没有得到名次，在过程这遇到了许多的困难，但是我们的小组成员非常的勇敢，解决了问题。今天的活动让我们收获了许多，懂得了许多的道理。

礼仪课程心得体会篇二

近日，我有幸观看了一部名为《尺度》的电影。该片讲述了一个发生在都市中的故事，通过对主人公的人性冲突、情感纠葛等多层次描绘，展现了现代社会中人们面临的挑战和困惑。观看完《尺度》后，我深感受益匪浅，并在心中留下了深刻的印象。

第二段：反转抉择

在电影中，主人公面临了一个重大的抉择，他需要在家庭和事业之间做出选择。这一情节引发了我对自己生活选择的反思。我意识到，面对现实生活中的选择和困境，常常迷茫不已。通过观看《尺度》，我感到在如何做出抉择时，需要对自己的内心有清晰的认知，理性思考，而不是仅凭感情和现实压力做出决策。

第三段：尺度与人情

在影片中，主人公被困在了人情纷纭的世界中。他经历了亲情、友情乃至爱情的考验。通过观看《尺度》，我对这种人情世故有了更深入的认识。在现实生活中，我们常常要面对各种利益冲突、人际关系纠葛。然而，我们不能只看到表面现象，也不能仅凭个人主观意见去判断他人。只有迈出“尺度”的步伐，摒弃偏见和猜忌，才能真正理解他人、关爱他人，并在人情世故中保持自己的原则与底线。

第四段：社会、家庭与个人

电影中展现了现代社会中普遍存在的问题，如工作压力、家庭责任、个人情感等。这让我想到，社会与家庭，作为人的重要纽带，对于每个个体都至关重要。我们不能因为追求事业或个人利益而忽视了对家庭的责任和对身边人的关爱。正如电影中主人公为了事业而忽略了家庭，最终痛失深爱的妻子。观看《尺度》引发了我思考，如何在追寻个人梦想的同时，保持与家庭和谐相处，是一个需要思考的问题。

第五段：人性的反思

《尺度》在展示人性的同时，也对观众提出了思考。在现代社会中，人们常常面临丧失底线、迷失信仰等问题。观看《尺度》让我思考，作为人，我们应如何在微小的事情中保持一颗正直的心灵，如何在追求自己的理想同时也思考他人的需求。电影中的主人公虽然最终付出了代价，但也给观众留下了深切的反思，激励我们审视自己的人性，改变和完善自我。

总结：

在《尺度》这部电影中，情节跌宕起伏，细腻真实的表达了人性的复杂性和现代社会的种种问题。通过观看这部影片，我对自己的生活与价值观进行了重新审视。在纷繁的社会生活中，我们应该坚守内心的底线，追寻真正的自我，更好地

与他人、社会、家庭和谐相处。仅有内心的“尺度”牢牢掌握，我们才能在人生的十字路口，做出更加明智的选择。

礼仪课程心得体会篇三

动漫宣传教育片《尺·度》共22集，内容丰富，寓教于故事，发人深省。下面是语文迷为大家整理提供了教育片观后感，希望对你有帮助。

为创新“两学一做”宣教形式，进一步帮助全体党员学习《准则》和《条例》，增强纪律意识，9月2日上午，中阳里街道组织全体党员和各社区书记学习并观看《尺·度》动漫片。

此次学习在党组织换届期间进行，一方面是为了加强风气监督，严肃换届纪律；另一方面，旨在进一步引导广大党员深入学习《准则》和《条例》，扎实推进基层党风廉政建设工作。《尺·度》的学习，受到广大党员的好评。

党员们表示，《尺·度》动漫片将《准则》和《条例》内容以故事化和动漫式表达，动漫片虽然时间短、故事情节简单，但生动鲜活、贴近生活，让我们对《准则》和《条例》有了更加直观的认识和理解。尤其是党员领导干部更要自觉遵纪守法，刻印于心，落实于行，做到入脑入心，把握尺度，绝不触碰底线，为广大党员群众提供示范和借鉴。

动漫宣传教育片《尺·度》共22集，以动漫的形式将《中国共产党廉洁自律准则》、《中国共产党纪律处分条例》等知识贯穿其中，寓教于故事，发人深省，为党员干部筑起了思想防线。在此次集中学习后，大家纷纷表示这次学习内容丰富，充分体现了党中央全面从严治党的要求，进一步熟悉了党纪党规，增强了党性意识，明白了哪些该做，哪些不该做。

最后，纪检书记王佳旺同志强调，在今后的'工作和生活中全体职工要时刻牢记党纪党规要求，不断增强纪律意识，真正

做到心中有“戒尺”、言行有“尺度”，看齐高标准，坚决守底线，把纪律要求转化为行动自觉，争做合格的共产党员、合格的环保人。

为进一步帮助全体党员熟悉掌握党纪党规要意，增强纪律意识，近日，市财政局组织内网自学动漫宣传教育片《尺·度》的基础上，又组织全局干部职工进行了集中观看，生动学习《中国共产党廉洁自律准则》、《中国共产党纪律处分条例》所蕴含的纪在法前的精神和从严治党的要求。《尺·度》动漫片围绕某市市委书记严守正和妻子吴若兰、女儿严婷婷，以及他们的同事、邻里、亲朋展开，展现了他面对种种涉纪情境和利益诱惑如何坚守底线、妥善应对，为广大党员尤其是党员领导干部自觉守纪提供示范和借鉴。该片将《准则》和《条例》内容以故事化和动漫式表达，将法规的内容寓于日常的小故事中表现出来，并结合我国古代修身齐家治国平天下的文化精髓，完美的诠释了法规的核心内容。

礼仪课程心得体会篇四

《尺度》是一部由鲍伯·海格尔执导的关于人际关系的电影。它以一个城市中的三个好朋友，分别是理工男麦克、文艺青年鲍勃和理性主义者尼克为主角，展现了他们在面对现实生活中的各种冲突和困扰时所做出的选择和抉择。通过观影，《尺度》给我留下了深刻的印象，让我对人际关系有了更加深入的思考。

首先，电影中的三个主角有着各自独立的性格类型，但又相互之间相辅相成。麦克是一个典型的理工男，注重事实和逻辑，他的冷漠和理性不仅让他在学业上成绩突出，还在人际关系中带给他独特的优势。而正是因为他的理性，他对待感情一直持保留态度。与之相反，鲍勃是一个自由奔放，喜欢追求乐趣的文艺青年。他的激情和执着为他带来了许多难忘的经历。然而，他也常常因为情感的冲动而陷入困境。最后，尼克是一个相对冷静、理性的人。他往往表现出独立思考的

能力和理性的思维方式。正是因为这三个不同性格的人在一起，他们才能互相补足，找到适合自己的立场和角色。

其次，电影中的三个主角所经历的人际关系问题，让我意识到个人的成长需要不断地面对和解决问题。麦克在面对感情问题时，由于他的理性和保守，往往会错过或犹豫不决，而他的朋友鲍勃却更加勇敢面对感情。这让我明白，人际关系的发展需要我们主动付出和表达，而不是被动等待或者逃避。另外，电影中鲍勃和尼克之间的友谊也展现了一个人在面对困境时所需要的支持和理解。在他们友谊的框架下，他们互相鼓励，互相帮助，成为对方的依靠。这让我明白，人际关系不仅需要个人的努力，也需要朋友间的支持和理解。

再次，电影中对于权力和道德的思考也给了我很大的启发。在电影中，主角们会因为一些权力游戏而陷入困境。他们要面对的不仅是他们自己的内心挣扎，还有团队中其他人的期待和要求。通过电影的展示，我明白了权力的使用并不只是个人意志的体现，更是需要考虑到团队整体的利益以及公平与正义。这让我思考到在生活中，我们也面临类似的问题：如何在拥有权力时，克服自身的私利，为整体利益着想。

最后，电影也让我对自己的尺度有了深入的思考。所谓的尺度，既是对自己行为的把控，也是对他人的尊重。在电影中，主角们每个人都经历了一次又一次的尺度选择和考验。他们要在纷繁复杂的人际关系中去衡量、评估和反思。电影给了我一个重要的启示，尺度的选择不仅仅是智慧的选择，更是道德的选择。我们需要在人际关系中保持尊重和信任，不断修正和调整自己的尺度，给自己和他人留下足够大的空间。

综上所述，观看《尺度》让我对人际关系有了更深入的思考。电影中的角色塑造、情节与主题呈现，都使我领悟到人际关系发展的复杂性，个人成长的必要性以及权力与道德的挑战。电影给了我一个更全面、更深刻的角度来审视人际关系，

也在我心中种下了对于尺度选择的深深共鸣。

礼仪课程心得体会篇五

1. 其实我很想和你说出内心里埋藏很久的话，可是再没机会了。
2. 自由过了头，一切乱了套。——英国
3. 如果背叛是一种勇气，那么接受背叛则需要一种更大的勇气。前者只需要有足够的勇敢就可以，又或许只是一时冲动，而后者考验的却是宽容的程度，绝非冲动那么简单，需要的唯有时间。
4. 人是万物的尺度，存在时万物存在，不存在时万物不存在。
普罗泰戈
5. 空
6. 从今后，我不会再想你，连恨也不给你。
7. 知己知彼，百战百胜。
8. 我爱你，即使我知道你不爱我，那也不能阻止我爱你的心。
9. 权利，就它的本*而言，只在于使用同一尺度。马克思
10. 活在当下，别在怀念过去或者憧憬未来中浪费掉你现在的生活。
11. 德有多高，艺有多深。
12. 过分苏累于人无益。——英国
13. 其实，没有谁对不起你，之所以觉得有人对不起你，是

你把这个看得太重了。

14. 曾经的那个自己，简简单单，纯洁且善良，最终被现实掏空了心

15. 总是在别人面前假装自己很快乐，有谁知道自己只是在掩饰痛楚

16. 你知道吗？听见你的声音，我的心跳动的很活跃。

19. 要求过高，反难成功。——英国

20. 我不能拥有的太多、一切都只是幻想罢了。

21. 自己不喜欢的人，可以报之以沉默微笑；自己喜欢的人，那就随便怎么样了，因为你的喜爱会挡也挡不住地流露出来。

22. 我曾幻想过美丽的未来，也曾有着别人没有的希望，后来支离破碎了。

23. 凡事不要过分。——忒壬斯

24. 什么事情都不要做得太绝。——法国

25. 干将为利，名闻天下；匠以治木，不如斤斧。汉刘向

26. 天空没有翅膀的痕迹，但鸟儿已经飞过；心里没有被*子割过，但疼痛却那么清晰。这些胸口里最柔软的地方，被爱人伤害过的伤口，远比那些肢体所受的伤害来得犀利，而且只有时间，才能够治愈。

27. 你的未来，是否留有我一个位置？

28. 在那一刻，决定了不再与你做恋人，两颗心散发着*冷的情

29. 即使我们最后不能在一起，也感谢上帝曾让你出现在了
我的生命里

30. 君子当权积福，小人仗势欺人。

31. 对人*的弱点有清醒的认识，但要相信真诚的爱情，对爱
情永远怀有单纯的向往。

32. 过犹不及。——论语

33. 华骝绿耳，一日而至千里，然其使之博兔，不如豺
狼。——淮南子

34. 绝对的美德就像绝对的恶德一样肯定要弄死人。美国

35. 过分苏累于人无益。英国

36. 有些烦恼是我们凭空虚构的，而我们往往却把它当成真
实去

37. 慢慢的忍受着你给的伤痛，任泪水在心头细细的流

38. 用物过度妨于财，用气过度伤于身。佚名

39. 听妈妈说，仙人掌的茎叶很有用，可以起到清凉消肿的
功效。把刮掉刺的仙人掌外皮剥去，再把仙人掌的茎捣烂，
就可以敷在肿胀的部位了。仙人掌为他人而牺牲自己，这种
品德是多么高尚，多么伟大！

40. 今日的执着，会造成明日的后悔。

41. 鱼放三天发臭，客住三天讨嫌□——xxx

42. 当你困难失望的时候，最重要的是事瞧得起你自己；当
你成功得意的时候，最重要的是瞧得起别人。

43. 仙人掌——沙漠中的绿*生灵，它不高大的身体顽强地挺立
在无边的沙漠上。在风沙肆虐中骄傲地伸展着自己的腰肢，
为茫茫的沙漠增添了一丝绿*的生机。

44. 过分的行为导致灾祸。——意大利

45. 用物过度妨于财，用气过度伤于身。——佚名

46. 多看书，看好书。

47. 读书破万卷，下笔如有神。

48. 我好不容易鼓起勇气说爱你，你却轻描淡写地说让我别
闹了。

49. 只要我还有最后一口气，我就依旧爱着你。

礼仪课程心得体会篇六

近日，《尺度》这部影片引起了广泛的关注和热议。影片通过一个电视综艺节目的选秀环节，揭示了现实社会中的价值观尺度问题。观看这部电影后，我深受触动，对于影片所传达的观念有了更深的体会和反思。

首先，影片中展现了观众和嘉宾对选手外貌的歧视。在选秀的过程中，一位具有一定才华的女选手因为身材偏胖而受到了冷眼和羞辱。这让我想到了现实社会中对于外貌的偏见和刻板印象。无论是职场求职还是日常生活中，我们很容易给人贴上外貌标签，从而忽略了其内心的价值。这种偏见不仅伤害了他人，也限制了我们自己的视野。我认为，我们需要摒弃这些刻板印象，更加关注一个人的内在品质和才华。

其次，影片中展现了社会对于性别和性取向的歧视。一位男选手以其出众的唱功获得了所有嘉宾和观众的喝彩，然而当

他公开了自己对同性的喜欢时，气氛就发生了巨大的转变。许多人开始用异样的眼光看待他，对他的评价也完全改变了。这让我对于社会的偏见和歧视感到深深的痛心。每个人都有自己的性取向和倾向，这并不应该成为别人对待我们的标准。我们应该尊重每个人的选择和权利，不应该因为性别或性取向而歧视他人。

影片还展现了选秀过程中的权力和地位的斗争。主持人和嘉宾之间的冲突让我深刻认识到了背后的利益和权力。在现实生活中，我们也经常遇到这样的情况。权力和地位带来了不平等和欺压，我们需要警惕这种现象，追求公正和平等的社会秩序。只有每一个人的选择和声音都能被平等对待和尊重，我们才能真正的实现社会的和谐与进步。

另外，这部影片还揭示了媒体对于选手的利用和操纵。为了追求影片的高收视率和利益，主持人和制片方不惜采取各种手段来逼迫选手表演或暴露个人隐私。这让我对于现实生活中的媒体行为感到担忧。媒体是社会的舆论导向者和信息传递者，应该承担起责任和义务，而不是滥用权力和剥削弱势群体。我们需要建立公正透明的媒体环境，保护个人的隐私和人格尊严。

最后，这部影片让我思考了自己作为观众的角色。我们作为观众，应该如何去看待和评价这类节目？我们是被动接受还是积极参与？我们是关注真实才华还是追求一时的娱乐感？这些都是我们自己可以选择的。我希望我们作为观众，能够审慎选择自己观看的内容，关注真实的才华和品质，不被娱乐的虚幻所迷惑。

总之，《尺度》这部影片通过选秀节目的场景，揭示了现实社会中的尺度问题。观看这部影片后，我对于外貌歧视、性别歧视、权力斗争和媒体操纵有了更深的体会和认识。我相信，只有我们每一个人都能够摒弃偏见和歧视，才能够创造一个公正和平等的社会。