

# 自我隔离的第一周心得体会 开学第一周 心得体会(通用5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 自我隔离的第一周心得体会篇一

还记得三年前，我们还是学校里最小的小弟弟、小妹妹，现在我们已经成为实验中学最大的大哥哥、大姐姐了。我们初三了。

作为初三的同学，初中旅途我们已走过了三分之二。回首我们一起走过的那些快乐的日子，我们不得不感叹岁月如梭，仿佛昨日我们才踏进实验中学的校门，在校园里好奇地东奔西跑，今日已经坐进了初三的课堂。六年级的军训，七年级的志愿者服务，八年级的红色之旅，都将会成为我们记忆中难以抹灭的时刻。我们在操场上撒欢，在实验室里做实验，在教室里积极思考发言，我们成长着、汲取着，度过的是一段充满活力的岁月。

在学校的每一分每一秒都是不同的。然而进入初三后，课程多了，学业负担重了，这样我们就更应该合理利用每一分每一秒的时间，以百分之百的精力投入到学习中。

有人说，初三是条汹涌的大河，但只要我们紧握理想的船桨，划过去，就能欣赏到美好的风景。的确如此，也许我们会觉得初三的生活会很枯燥、无味，但只要我们真正懂得了学习的目的，紧张的学习就不枯燥了，就像我们经常说的“那是

一种吃到苦而又不觉得苦的境界”。

衷心祝愿所有初三的同学能在我们留在实验的最后一年中，  
共同奋斗，一起拼搏，最后得到一个令自己满意的成绩，能  
自豪地为自己竖起大拇指！

最后，让我们一起大声宣布：“初三，我们时刻准备着！”

## 自我隔离的第一周心得体会篇二

我很庆幸能在放暑假的当天跟学长、学姐们一起去\_\_的一个  
手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。  
刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒  
我。可是并没想象的简单。

进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，  
我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要  
下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总  
会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单  
的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清  
出来那么干净的一块小小的手机屏。

如果问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第  
一件事是什么？我的回答就是工作中要先去掉“学生味”。

工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”并不  
能作为工作中出现错误的借口，别认为犯错是理所当然的，  
因为此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中  
的“随意性”决不能带有。从我入职开始的不久，就转入外  
观。

工作虽然简单甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，  
每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的  
屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，也许是在

无尘室清过屏的缘故吧。感觉还不错，很快便学会了。

刚开始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶尔会因为我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么？”我不语。

我只在心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很认真的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你掌握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。

在随后的工作中，我的能力不断提高，我师父每天都很开心，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着开心下班。

态度决定一切，在学校部门工作，会很随意，一旦走出校园，如果还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，因为一个公司需要的是有生产力的员工。每天提醒自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

社会实践第一周心得体会4

## 自我隔离的第一周心得体会篇三

为期十天的军训即将结束，在这个激情似火的八月，电信学院(六营)全体796名新生接受了一次军人生活的洗礼，虽寥寥数日，收获却是满满的。

### 八月迷彩，沙场点兵

“龙之骄子绿戎装，霹雳兵丁锐志强；姿容矫健练兵场，流翠飘红映日光”。军人代表的是刚强的毅力，是不惧一切困难的勇气，是为了人民的利益可以舍弃自己生命的决心。军训让学生们感受到了军人的品质，当学生穿上迷彩服，便以一名军人来要求自己。东坡先生有言：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志”。八月的篮球场，在烈日的炙烤下就像一个大蒸笼一样，但六营的将士们依然坚持站着军姿，走着齐步，打着军体拳，纵使汗如雨下，仍稳如泰山，坚毅不拔。军训教会了学生军人特别能吃苦，特别能战斗，特别能奉献的精神，而这对于未受考验的学生来说显得尤为重要。

### 齐心协力，众志成城

正像歌词唱的那样“团结就是力量”，军训带给学生的是集体荣誉感，一荣俱荣，一损俱损。当一个教官和几十个人紧紧团结在一起，向着一个又一个的目标，心连心，齐心协力，众志成城。内务检查，宿舍就是一个整体；军事训练，连队就是一个整体；军事会操，营队就是一个整体。正是在这样一种集体荣誉感的熏陶下，学生切切实实体会到了集体荣誉感的魅力，也使得他们明白，集体荣誉感是终身受用的。

有人说军训就像是一杯咖啡，虽然在一开始品尝的时候会感觉到苦，但是那沁于鼻间的香味和停留在喉间的醇味都让人回味无穷，有着无法代替的成长意义。带着这份回忆，新生们即将开启大学生活的新篇章，相信他们的未来会越来越好。

### 自我隔离的第一周心得体会篇四

虽然已是周末，但是感觉身心仍然像战斗在教育第一线上，还没能完全停息下来。南村中学的初一新生于9月1号正式开学，到现在也就三四天而已。但是，就这仅仅几天，却发生了很多让我难忘的事情。

开学第一天就这样匆忙地过去了，回到宿舍，跟其他实习老师交流并总结一下，收获良多，感触良多。正像汤老师所说：学生是需要吓、骗、哄才能管理好的...尤其相对低年级的学生。

第二天，感觉很清晰的一个字：累！上午是初一新生的分班考试，一个上午考语、数、英三科，而我们实习老师各要监考两场。下午从两点开始改卷，一直改到六点半！因为当晚就要分好班，明天要按新班正式上课了，我几乎是一刻都没有休息过，因为我负责改初一级12个班数学试卷的三道应用题，很大的一个工作量啊！我怕推延其他老师下班，只好不停地改着...所以，开学第二天，给我们最深刻的印象就是累。

第一周的最后一天，学生很开心，所有的老师也很开心！辛苦了那么久，终于等到周末了，昨日的劳累早已在昨晚的美梦中忘掉，这一天，我们依然精神充足，充满希望地去迎接新的一天。因为分班的原因，所有的班主任都忙得不可开交，我们这些副班主任一边帮忙一边学习班主任是如何进行新班的班会课。其中给我最深印象的就是一班的班主任刘老师，刘老师是南村中学的几位优秀班主任的其中之一，她给新的一班上第一节班会课，主要是讲学习上以及生活上的一系列行为规范，说的非常精彩，全班学生坐得很端正，很认真，动都不敢动一下。第三节开始是按照课程表上课，都是一些课任老师到班上讲一讲该科以后的一些要求等。

中午，吃饭过后，汤老师过来看我们。这天下了很久的雨，看到在雨中的汤老师，真的很感动也很佩服，汤老师是一个很负责的老师，除此之外，她还是一个很称职的母亲，真为苗苗感到自豪。我们六个人将这里发生的事情几乎都跟汤老师说了一遍，汤老师逐一的给我们进行了分析，适时给以一些管理的技巧以及与人相处之道，真是受益匪浅。我们大概聊了两个小时，待各方面都了解清楚了，汤老师才放心地回家去了。

## 自我隔离的第一周心得体会篇五

不知不觉，入职已经一周了。在主管和前辈们的指点和培训下，我逐渐对公司的文化，产品和业务流程有了一定的了解。作为一名新入职的员工，我需要走的路还很长，需要学习的东西还很多。回顾这一周以来的工作，我在公司领导以及各位同事的支持和帮助下，学习并完成了相应的培训，为了能更好的在今后的工作上学以致用，自己在培训结束后也认真巩固了培训所学内容。在此，我对公司的领导和各位同事表示衷心的感谢，感谢你们的不吝赐教，感谢你们的支持和帮助。虽然接触工作时间并不长，但是我学到了之前工作中不曾学到的知识和经验。正因为自己在生物降解3D耗材这个行业还是个新手，我会认真学习，在工作中多看、多听、多请教公司的老员工，以便自己能够更快的适应并投入到新的工作中。并且我也会尽快的和同事们认识、熟悉，让自己能够尽快的融入到光华伟业这个大家庭中来。

来到光华伟业之后，对公司的企业作风、企业文化有了一定了解和认识。公司所倡导的严(严格，严肃)、细(细心，细节)、实(实在，踏实)、快(快速，效率)、韧(坚韧，韧劲)，应该再加上乐(快乐)的企业作风，可以作为每个员工的行为准则和做事的目标。我也会认真的将公司的企业作风贯策落实到自己的个人作风，保持个人与公司的步伐一致。

对于下周的计划和今后的努力的方向为：

我将继续提高自己的工作水平，为公司的发展贡献出自己的绵薄之力。我想我应努力做到：首先，遵守公司内部规章制度，维护公司利益；其次，加强学习，增加自己的知识面，加强对\_\_知识、技术的强化、学习；再次，积极主动的为公司创造价值，努力完成自己的业绩考核目标。

总之，我会努力将自己的知识背景和公司的具体情况相结合，利用自己精力充沛、学习接受能力强的优势努力学习知识和技术，为公司的发展尽自己的最大努力。

终于熬到周末了，身心可以休息一下了。回顾下猪猪生平第一次工作的头一个礼拜吧！

早晨班车是6点40，我天天5点多就醒吧！然后洗漱出发，到班车准时等着！班车准时到达，很豪华！大家陆续上车，就是无聊的漫漫路程了！一趟1.5小时，每天工作8小时，这样一算，我一天基本对时了！到达工厂，好家伙，上百辆班车在工厂门口！有钱呀！然后各去各家，各找各妈！这个月是试用期，第一个礼拜的内容很简单，貌似和学校一样！前3天是导入教育，课程安排的好紧好紧，“老师”一拨接着一拨，给我们灌输企业文化还有日资企业的一些规矩和注意事项，最主要的也是安全教育。用日本人的话叫：安全最优先！在这头3天也确实体会到了，前3天去食堂吃饭（这个工厂很大，据说有将近1万人吧）路过装焊车间，就是焊接汽车的地方，那场面那是相当壮观，用他们的话叫：“放花”，火花四溅呀！小叉车来回窜！我也庆幸没分哪去！呵呵~有点像跑跑卡丁车里的工厂，一条条流水线真火爆呀！昨天和今天学习技能，也听说了职业病，貌似在这干的就是拿命换钱吧！走那算那吧！谁叫我不是本科呢！

技能老师不错~用他的话就是带我们玩着过，这也算工作哦~可给\_\_的！嘿嘿！就和我们扯吧~给我们讲汽车和一些车间发生的危险，叫我们谨记：安全最优先，还有什么4s呀！晕~都是日本提出的，什么整理整顿清扫清洁，还一套套的！不过细琢

磨也对，人家做的汽车世界销售第一，那绝对不是吹的！认真听吧！这也是学习呀！还知道了很多汽车的常识，好像一辆汽车的利润是70%左右吧！呵呵（中高档车）！还有很多，可惜我平时不关注这个，也没记住什么，就那些名字就叫我晕晕乎乎的！管他呢！谁给钱就给谁干吧！

周末写写一周的工作心得，感觉也不错！希望以后继续坚持住！要不真能忘记这里，忘记那些关心我的人！确实没心情也没力气干别的了！

工作的第一个星期结束了，真的是感慨万千啊！这一周是我的适应阶段，一周下来，我深刻的意识到做酒店前台接待还真的不是一个简单的活啊。程序多，要注意的事项多，要学的东西更是很多！

接下来的几天，慢慢学会了一些简单的\_\_作，一些基本的工作流程看他们做了几遍也差不多都知道该怎么\_\_作了。其实最让我纠结的就是楼层分布，房号类型，房号朝向，不同类型房间里面的设备以及房价，记得我好晕的，最容易搞混了。

我叫\_\_\_\_，今年26岁，家住\_\_\_\_，于20\_\_年毕业于吉林建筑工程学院建筑装饰学院土木工程系土木工程\_\_。于去年12月份通过旗里事业编制招录考试考录上岗并分配到扣河子镇工作。

毕业后，为了能尽快的融入到社会中，我在2020\_\_年底进入旗审计局实习。因为大学所学的\_\_是土木工程，所以被领导安排到基本建设审计股工作。第一天上班就被安排到主城区主干道上撒盐除雪，大冷天在外面劳动，让刚刚才加工作的我不禁产生了怀疑，公职人员不都是坐办公室喝茶水看报纸的么？带着这样的疑问我开始了近两年的基本建设审计工作，也在实际工作中了解到\_\_部门是怎样默默无闻的为\_\_服务的。

通过两年的工作，我从一个初入办公室什么都不会的愣头青，



到逐渐学会word、excel等办公软件，到能\_\_进行工程量的计算、起草审计报告、整理档案等工作，这期间犯了许多错误，也学到了许多东西。其中给我印象最深的就是初到审计时犯的一次错误，由于我的这个失误给接下来的工作带来了不便。事后领导语重心长的教育我：工作一定要认真，要做细，不要有漏洞，只有自己的工作做好了，做到位了，在与建筑方打交道时，才能有底气，工作开展才能有力度，有成效。从那以后我养成了认真工作、反复检验的好习惯，也为以后工作的开展打下了基础。在审计工作的两年中，跟着审计局的领导们，我学到了很多做人做事的道理，也取得了一定成绩，所参与的基建审计项目共核减工程造价款达到了3000余万元，为旗财政节约了资金，用于其它城镇建设项目。

去年8月份，由于三支一扶人员的考录上岗，我有些不舍的离开了工作了近两年的审计局，投入到新的工作中，于今年3月份分配到\_\_\_\_镇农服中心服务。

进入农服中心后，让我体验到了不一样的工作模式，感受到了基层工作\_\_质的不同，理解了基层工作人员的\_\_苦。由于工作\_\_质的原因，我们经常下乡，到田间地头办公，直接接触百姓，通过深入实地工作，能更为直观的了解百姓的需求，更好的解决实际问题。

三个月的时间一晃就过去了，短暂的农服中心工作，让我接触到了广大群众，虽然他们文化水平不高，但他们身上都透着劳动\_\_的朴实，真诚，从他们身上我学到了淳朴善良、吃苦耐劳的品质。同时，通过这那段时间的工作，我也体会到了基层工作者的艰\_\_，在有限的办公环境里，同样做着巨大贡献。那段时间的工作体验，也为我今天的基层工作打下了一定基础。

20\_\_年5月24日，这将是一个值得我终生铭记的日子，就是在那一天，我接到了\_\_\_\_镇\_\_的通知，要求我在5月25日上午到\_\_\_\_镇\_\_办公室报到，这个电话也正式宣告我真正成为\_\_

公职人员,能更好的为\_\_服务。所以我在5月25日一大早就迫不及待的坐上了最早的一班车,揣着一颗忐忑不安的心来到\_\_\_\_。可是一到\_\_\_\_,我不安的心一下子就落地了。因为这儿的每一个领导都是那么的平易近人,没有一丝的领导架子,一见面都是主动问候,让我们一下感觉到像是在这个集体共处了很长时间一样,之前的紧张感一下就消散了。

虽然我之前有过短暂的基层工作经验,但毕竟是在家门口,并不算是真正意义的基层工作,而通过这几天的住宿生活,我才真正体会到了基层工作的\_\_苦。习惯安逸生活的我第一天住宿就感到了不适应,无论吃住都和平时的生活有了较大的差距,但是我并不会因艰苦的条件而退缩,相反我会感到高兴,能有一个这样的锻炼机会,正是我这样的年轻人所需要的,基层工作的艰\_\_不仅不会打击我工作的信心,反而更能激励我投入到为\_\_服务工作的第一线上。基层是最大的课堂,群众是最好的老师,密切联系群众一直是我们党的优良传统和执政优势。作为一名\_\_员的我,就更应该趁着年轻到基层这片广阔天地锻炼,因为基层才是我们工作的基础,群众才是我们依靠的力量,如果脱离了基层,脱离了群众,推进科学发展,促进社会\_\_便成了一纸空谈。所以,只有服务于最基层,才能更好的在工作中学习,在工作中成长。而我也坚信,在今后的工作生活中,我会尽快的进入角\_\_,融入新的环境,迎接新的挑战。