

# 最新听讲座心得体会万能(通用8篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 听讲座心得体会万能篇一

在跨年时，隔壁的邻居，甚至我的父母在看晚会，打牌消遣之时，我蜷缩在自己的小书房中，独自一人闷头在写着。其实自己那时也不知道再写什么，也只不过是随便写写，既书写着自己的情感，也在书写这自己的灵魂。

随着春晚的进行，我的字数也逐渐多了起来，周围也不时零零星星地穿来鞭炮声，一次又一次地打断我的思绪。我便索性甩开手中已捂得温热的笔，向后仰去，一动不动地望着桌旁的电子钟，关掉我的照明工具——台灯，再黑夜中听着音乐望着不时被照亮的天空。

随着桌旁电子钟的显示屏离0：00越来越就近，耳边传来鞭炮声也越来越大，渐渐的，音箱的声音也逐渐被覆盖。我停下手中的笔，望着漆黑的天空被烟花所照亮，若有所思。

半小时过后，声音渐渐减弱。

群响具绝后的夜晚，四周显得格外寂静，我呆呆的望着天空，心底涌起丝许不舍。舍不得时光流逝地如此之快，却只能在此地感叹，奈何不了其离去的匆匆步伐。

在椅上，回忆着上一年的种种，有多少能在我的脑海中留下美好的回忆；本站站回想着上一年的遗憾，有多少真正地理解了给自己积累了经验；回望着上一年的计划，有多少是脚踏实地完成了……这不仅是对旧一年的反思，更是对新一年

的展望。

耳边的音乐又逐渐清晰，揉揉已有些酸涨的双眼，拧开台灯，拿起已有些凉的笔，又开始写着没有主题的文字。对于我而言，只要有的写便好。

黑夜中灯光渐渐地被熄灭，跨年的人们也闭眼打起了呼噜。我不会以这种酣睡的方式迎接新的一年，而是以我独特的方式来庆祝这个举国欢庆的日子。

## 听讲座心得体会万能篇二

在县统计局学习锻炼的这三个月使我受益匪浅，真正体会到了组织部门安排这次挂职学习活动的良苦用心，也深深感谢县统计局领导及同事们对我的关心、支持和帮助。我将带着在这里收获的一切，满怀信心地回到乡镇，用行动回报组织对我的信任和培养。下面我谈谈我三个月来的挂职锻炼体会。

1、强化大局意识，拓展工作思路。来到统计局我才了解到统计局工作具有承上启下、涵盖经济社会文化等方方面面工作的特点，指导全局作用极为明显，尤其是省市县目标责任考核工作开展以来，更体现了统计部门的重要作用，其突出位置也受到县委、县政府越来越多的关注。统计部门主要工作职能是按照国家规定的统计方法制度对国民经济运行现状进行统计调查、分析、预警，在做好数据统计的同时，做好省市县统计工作和部门、乡镇统计工作的衔接。通过在这里的锻炼学习，使我对统计工作的重要意义和作用有了重新的定义和全面深刻的了解。

2、强化了学习意识，以前在村委会工作，接触的日常工作种类繁多，业务技能掌握的很少。来到统计局以后，办公室主任为我找来了一系列的统计工作的专业基础知识书籍供我学习了解，我也利用整理局档案室的机会，翻阅了近年来的统计年鉴、人口普查数据、经济普查等相关资料信息，对各部

门的业务工作有了相关的了解，为我迅速融入统计局工作起了促进作用。

3、增强了适应能力。对于来自乡镇的学习锻炼干部而言，的难度不是快节奏的工作，而是思维方式和生活习惯的不同。要想在学习锻炼期间有所收获，就必须尽快改变原有局部工作思维和无固定上下班时间的生活习惯，彻底摆脱自己以前那种小集团意识和晚睡晚起的作息习惯，树立全局观念，这样才能从根本上实现角色的转变，尽快适应机关工作的规范化和全局性。通过多听、多看、多问、多思考、多学习，首先从自己的角度努力去理解、适应，在与大家的交流过程中主动介绍自己在乡镇工作的情况，让对方更多地了解我，以达到增进彼此的理解与适应。同时，我坚持“谦虚谨慎”的作风，认真做好办公室的细小事务，争取得到领导、同事的理解和认可。

4、参与第三次经济普查动员会的审核与数据汇总工作。与统计局经济普查办公室的同事一起审核各乡镇上报的相关数据资料，协助录入20xx年简明统计手册，并将数据整理成册。协助完成20xx年国民经济社社会发展统计公报，并配合局党组开展群众路线教育活动，完善各种活动计划、学习心得体会等。

5、积极参与局组织的各项活动。每周定时去我局包联路段进行卫生打扫工作，并与沿街商户宣传爱护环境，人人参与，营造良好人居环境的三创宣传工作；认真参加局党组学习群众路线教育、干部作风整顿教育等活动，通过参与这些活动，很好的提高了自己的思想觉悟、职业素养。

6、理论学习多，但实践经验相对却较少。由于统计局的各股室的分管专业的业务工作都不同，项目类别多，专业性强，我虽然掌握了一些理论知识，但在实际工作中还是很难发挥作用，不能很好的像别的同事那样通过某一季度的数据反馈情况撰写经济运行分析说明。

7、执行工作多，主动创新少。锻炼学习这一阶段，对于领导交办的工作基本都能圆满完成，但是工作中还是缺乏独立性、开拓性，等靠思想还是存在。需要更进一步发挥主观能动性，开拓创新工作思路和工作方法，争取进一步发展。

## 听讲座心得体会万能篇三

20xx年11月1日，我参加了县教研室组织的新进综合科教师教学比武听课活动，一共听了六节课，三节音乐课、二节美术课和一节体育课。

一天的听课受益非浅，其中体育课对我感触最深。

这位老师的课基本功扎实，课前准备充分，教师对学生的体育常规训练到位。

这些课，树立了“健康第一”的思想，能把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。

整堂课教师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会，去探索，去交流；并且教师为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

李老师教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。

强烈的动感刺激加上木棒操、课前激趣游戏等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。

结束部分的意念放松练习，能使学生彻底放松，效果非常好。

李老师的教师赋有渲染性的语言和满堂课的微笑，使课堂激情高涨和亲和力，一下把学生的情绪提到了极点，为接下来的主要内容学习奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的行体语言，使学生及听课教师赞不绝口。

精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。

合作能力培养游戏“海上飞船”富有刺激性和情感教育，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

观后令人赏心悦目，耳目一新，给我留下深刻印象。

总之，在以后的教学中值得我学习的地方甚多，希望领导以后能多组织这样的活动，以此来提高我自身的素质。

## 一、我的学习经历

我深知这次机会难得。

因此在学习过程中始终都是全身心的投入，丝毫不敢懈怠。

争取让自己能在有限的学习时间内学到更多的先进经验，感悟同行对体育教育事业的完全认同和献身精神。

因此，在外出听课的时间里，我除了参加听课学习以外，积极地向其他优秀教师学习。

通过这种高水平的观摩课，更加引起我的思考，进而通过和同行的方方面面的对比找到自己的不足。

因此，在学习期间我尽可能的利用时机，多听、多看、多问、多思，并与其他体育教师一起进行交流，不放过一丝的学习

机会。

## 二、我的学习体会

### 课堂教学方面

通过这次的听课与学习，我从体育课的各个方面与优秀教师进行对比，发现还是存在华考|zk168着一定的差距的。

主要体现在：这些教师的基本功扎实，在课堂上的一言一行，都充分的反应出其扎实基本功的。

课前准备充分，每一个讲课教师都真正的做到了课前备教材、备学生。

不论从教材内容的选择、还是课得设计，以及根据学生的实际情况来安排活动内容上都做了精心的设计与准备。

这是我以往所不能做到的。

在课堂教学中融入情景教学，使课堂教学中始终贯穿一条主线，环环相扣，组织紧密。

课堂的组织结构合理。

课堂评价的艺术性，在体育课上，教师多以鼓励与表扬为主，并对学生进行正确的评价。

有一堂课，学生进行分组比赛，比赛结束后教师对最后一名的评价是不甘落后组，对第二名的评价是奋勇拼搏组。

评价恰如其分，保护了学生的自尊心。

## 三、我的学后反思

“生命是一条河，需要流动，需要吸纳”。

教师有了丰富的文化底蕴，教育教学活动才会有底气。

此次的学习，让我找到了明确的努力目标。

在今后的教学中我要脚踏实地，实实在在结合自己学校和学生的情况，备好每一节课、更要上好每一节课，使自己真正成为一名称职的体育教师。

首先我非常感谢各级领导给我这次外出学习的机会，虽然只有短暂的两天学习时间，但我感觉自己收获了很多知识，对我今后的工作有借鉴之处。

下面是我通过学习获得的几个方面的体会：

第一、浮华退去，尽显本色。

这次听课最大的感受就是，老师执教的课都很朴实，注重学生的学习效率，从而淡化了课件等的辅助作用。

华丽惹眼的课件被几张简单的幻灯片代替；五花八门的活动被扎实的学生练习所代替，真正彰显了课堂本色。

第二、教师要做一个成功的引路人。

再一感受就是这次活动的务实精神。

在教师上课过程中，有教师讲解田径时跨栏动作漂亮到位，游戏的讲解、示范与操作环节(规定时间内)，队列队形的口令清晰，还有篮球行进间运球低手上篮干净利落。

这些技能对老师的个人专业技能，钻研教材能力，教学实施能力都提出了考验。

这样的学习氛围也给我敲响了警钟，想到自己还有很多不足，需要继续努力，提升自身素质。

第三、高效成为衡量标准。

教师教学设计的每一个环节都围绕着“高效”，注意提高课堂效率尤其学生的练习效率。

每节课都非常注重对学生动手的落实。

上课直接解决，没有拖沓；目标明确，有利于学生真正成为课堂的主人。

这也提醒我们切切实实逐步培养学生自主学习好习惯，上课来一定能取得事半功倍的效果。

第四、在教学活动中，教师要当好组织者。

教师要充分信任学生，相信学生完全有学习的能力。

把机会交给学生。

俯下身子看学生的生活，平等参与学生的练习中，及时了解他们的情况。

时间过的很快，在2天里我学到了许多在自己学校里没有学过的知识，我会继续努力，努力提高自己的教学业务水平。

因为很多教练会很严格，因为学车要很认真不能随意嘛，要是以后成了马路杀手教练也有可能是没有教好。

刚开始学的确会很紧张，很怕什么都弄错之类的，教练也让自己有压力，不过最重要的是在学的时候要头脑清醒，我就是那种不怎么清醒的人，所以经常都会忘记呀。



所以呢，你在学了一点之后有机会就用车再试试，没有的话就在脑子中反复记得，不然下次去又忘记了，又要被教练训话又要自己紧张了...记得第1次教练让我从学校可i到学车场，紧张到要死，生怕随时撞。

其实学车呢我就觉得是个基础的事情，以后很多开车的东西还是要经验，现在就是练习一下那种感觉吧。

心态好自然就好了，不过我那时候巴不得快一点拿到驾照，因为就不用经常被教练训了，不过不同教练方法肯定不同。

## 听讲座心得体会万能篇四

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！

## 听讲座心得体会万能篇五

“起床了，快起床”，在室友的催促下，惊醒了睡梦中的我。我赶紧穿上衣服，叠好被子，和室友们以最快速度奔向操场。晨曦中，我看见了同学们早已整齐地排好了队，个个精神抖擞。大学军训的序幕就在这里拉开了。

我们的教官姓陈，名军，个子高高的，我对他的印象是——很和蔼。今天的内容是队列训练，训练的是站姿，“头抬高，腰挺直，双手放在大腿两侧”，别看站军姿简单，要是叫你一动不动地站上一两个钟头，肯定受不了。

在教官口令中，训练开始了。教官一开始就给我们来了个“下马威”，我们在原地一动不动地站一个小时。“啊？要这么久。”“再说就再加时间。”无奈，只好站呗！一开始，同学们个个都非常认真，一会儿大家就显得有点不自在了。只见有的同学再抓痒，有的双手抱着膝盖，直叫腰酸腿疼，反正都是一副懒洋洋的样子。教官看见我们这副模样，吼道：“刚才动了的人马上去做一百个俯卧撑。”“唉！我刚想动一动，但听到教官说的话便不敢再动，可我也这痒，那也痒，只想挠挠，但我也只好忍，忍，忍。时间过的太慢了，我脚和手有些麻木，但看到被受罚同学的样子，真是“惨不忍睹”，我自然也不敢轻举妄动了。

“好了，可以休息了。”耶！”在一片欢呼声中，单调枯燥的站军姿终于结束了。“唉，终于重获自由了。”我这时全身都痛。对教官恨得咬牙切齿，恨他对我们这么严厉，恨他没有人情味儿。他在我脑海中美好的印象全破坏了。

这五天来，我都可以听到都在叫苦连天，但同学们依旧坚持训练。

军训接近尾声时，要进行全校汇报表演。虽然天下着雨，但同学们依旧动作迅速，专心致志的参加队列表演，受到了部队教官和学校的赞扬，响亮的口号响彻在训练场上空。汇报表演完毕，我们便和教官合影。这时，我却觉得对教官们依依不舍，舍不得他对我们的严厉，舍不得他们的笑容。忽然，我脸上滚落下一滴水，不只是雨还是泪！

# 听讲座心得体会万能篇六

乙方(承包方): \_\_\_\_\_

根据《中华人民共和国民法典》和《中华人民共和国建筑法》及其他有关法律、行政法规,为明确双方在劳务分包过程中的权利、义务,双方经友好充分协商一致,自愿达成如下合同,双方共同信守。

## 一、工程项目概况

第一条本合同所涉工程项目如下: \_\_\_\_\_

(一)工程名称: \_\_\_\_\_

(二)工程地点: \_\_\_\_\_

(三)工程内容: \_\_\_\_\_

(四)承包方式: \_\_\_\_\_

二、工程期限\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日。

第三条若乙方工程工期明显与控制工期不符,甲方可要求乙方赶工,若乙方在收到甲方通知后15天内无明显改进,或乙方无能力承担工程任务,甲方有权增派或改派其他施工单位,由此增加的承包价差由乙方承担,在乙方工程款中扣除,或责令乙方按已完成并合格的工程量的50%结算退场。

(一)工程量变化和设计变更。

(二)在施工中如因停电、停水8小时以上或连续间歇性停水、停电3次以上(每次连续4小时以上),影响正常施工;停水停电2天以上。

(三) 不可抗力(不可抗力是指当事人不能预见, 对其发生和后果不能避免并不能克服的客观情况)及风雨雪等不能施工的恶劣天气。

(四) 甲方未按时拨付工程款超过15天或未按合同规定提供相关材料、设施的。

(五) 合同规定或甲方代表同意工期顺延的。

(六) 因甲方原因造成的其他延停工。

第四条因乙方原因造成施工延迟的, 不得请求顺延工期。

### 三、工程价款、履约保证金及付款方式

第六条本工程的劳务报酬采用下列第\_\_\_\_\_种方式计算:

(一) 固定劳务报酬(含管理费)。

(二) 约定不同工种劳务的计时单价(含管理费), 按确认的工时计算。

(三) 约定不同工作成果的计件单价(含管理费), 按确认的工程量计算。

第七条本工程的劳务报酬, 除本合同第十一条规定的情况外, 均为一次包死, 不再调整。

第八条采用第(一)种方式计价的, 劳务报酬共计\_\_\_\_\_。

第九条采用第(二)种方式计价的, 不同工种劳务的计时单价分别为:

\_\_\_\_\_, 单价为\_\_\_\_\_元;

\_\_\_\_\_，单价为\_\_\_\_\_元。

，单价为 元；

，单价为 元。

(一)以本合同约定价格为基准，市场人工价格的变化幅度超过 %，按变化前后价格的差额予以调整。

(二)后续法律及政策变化，导致劳务价格变化的，按变化前后价格的差额予以调整。

(三)双方约定的其他情形：\_\_\_\_\_

第十二条付款方式：\_\_\_\_\_

1. 合同生效即支付预付款\_\_\_\_\_元。

2. 中间支付：\_\_\_\_\_

第二次支付时间为\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日，支付\_\_\_\_\_元。

3. 全部工作完成后，乙方向甲方递交结算资料，甲方审查确认结算资料无误后支付剩余劳务报酬。

(三)本合同确定调整的劳务报酬、工程变更调整的劳务报酬及其他条款中约定的追加劳务报酬，应与上述劳务报酬同期调整支付。

第十三条本合同生效后，为保证乙方各阶段工作完成情况符合双方约定，乙方应在本合同签订之日起 日内向甲方交纳履约保证金人民币 元(大写 元)，双方约定履约保证金退还方式：\_\_\_\_\_在本工程竣工验收合格之日起15日内由甲方退还乙方保证金，超过15日的，甲方按中国人民

银行同期同类贷款利息支付乙方资金占用损失。

第十四条双方委托银行代付代收有关费用

甲方开户银行：\_\_\_\_\_

银行账号：\_\_\_\_\_

乙方开户银行：\_\_\_\_\_

银行账号：\_\_\_\_\_

甲方在收到乙方提供发票之日起 日内支付乙方款项。

第十五条除上述规定的银行汇款支付外，以下三种支付方式双方均予认可：

(一) 支付宝转账；(二) 微信转账；(三) 现金支付。

四、建筑材料、设备的供应和采购

第十六条工程材料、设备由 方采购。

第十七条工程采购的材料、设备，必须附有产品合格证和试验报告才能用于工程。一方负责采购的材料、设备，对方认为提供的材料需要复验的，另一方应按要求提供复验报告。经复验符合质量要求的，方可用于工程；复验不符合质量要求的，应退货处理，复验费和退货损失由负责提供材料一方承担。

第十八条材料施工损耗率为1%。乙方凭领料单到甲方仓库领用甲方提供的材料。材料损耗率计算：没有规定材料损耗率和限额用料的其他相关材料以甲方公司的成本控制指标(成本控制指标没有部分以定额材料允许消耗量)为准办理结算，超出限额的按甲方材料进价结算。

## 五、施工与设计变更

第十九条甲方签字认定交付的设计图纸、说明和有关技术资料，作为施工的有效依据，乙方不得擅自修改。

第二十条甲方因使用功能提出的变更内容，为不影响施工进度，乙方应先行实施，并及时做好现场签证。施工中如发生对原工作内容进行变更，甲方应提前7天以书面形式向乙方发出变更通知，并提供变更的相应图纸和说明。乙方按照甲方发出的变更通知及有关要求，进行变更。

第二十一条因变更导致劳务报酬的增加及造成的乙方损失，由甲方承担，延误的工期相应顺延；因变更减少工程量，劳务报酬应相应减少，工期相应调整。

第二十二条施工中乙方不得对原工程设计进行变更。因乙方擅自变更设计发生的费用和由此导致甲方的直接损失，由乙方承担，延误的工期不予顺延。

第二十三条因乙方自身原因导致的工程变更，乙方无权要求追加劳务报酬。

第二十四条甲方指定代表 对工程施工进行监督，并对乙方进行签证，乙方现场派驻 为项目经理，对工程进行施工管理。

## 六、工程质量管理及验收

第二十五条乙方应确保所完成施工的质量符合本合同约定的质量标准。乙方施工完毕，应向甲方提交完工报告，通知甲方验收；甲方应当在收到乙方的上述报告后7天内对乙方施工成果进行验收，验收合格或者甲方在上述期限内未组织验收的，视为乙方已经完成了本合同约定的工作。甲方与发包人间的隐蔽工程验收结果或工程竣工验收结果表明乙方施工质



量不合格时，乙方应负责无偿修复，不延长工期，并承担由此导致的甲方的相关损失。

第二十六条全部工程竣工(包括乙方完成工作在内)后，一经发包人验收合格，乙方对其分包的劳务作业的施工质量不再承担责任，在质量保修期内的质量保修责任由甲方承担。

第二十七条工程质量应符合国家及行业规定的建筑工程质量检验评定的标准。

## 七、安全施工

第二十八条乙方应遵守工程建设安全生产有关管理规定，严格按安全标准组织施工，采取必要的安全防护措施，消除事故隐患。由于乙方安全措施不力造成事故的责任和因此发生的费用，由乙方承担。

## 八、质量保修

第二十九条本工程保修期限为 年，自工程竣工验收合格起算。

第三十条在保修期内，乙方应保证通信畅通，令甲方能够随时同乙方取得联系。乙方在接到甲方维修通知后12小时内到达现场并及时处理。如乙方更换保修人员或联系电话，应及时通知甲方。若乙方通信不畅或拖延推诿，甲方将视为乙方放弃保修责任，有权自行解决，乙方无条件认可甲方支付的维修费用，由乙方承担所有费用并加收 %的劳务费。乙方保修联系人：\_\_\_\_\_；乙方保修联系电话：\_\_\_\_\_。

## 九、双方其他权利义务

第三十一条甲方负责统筹安排、协调解决非乙方独立使用的

生产、生活临时设施、工作用水、用电及施工场地。

第三十二条甲方应按时提供图纸，及时交付应供材料、设备，所提供的施工机械设备、周转材料、安全设施要满足施工需要。

第三十三条甲方负责与总发包人、监理、设计及有关部门联系，协调现场工作关系。

第三十四条乙方不得将承包范围内的工程转包给他人，否则，甲方有权解除合同，乙方向甲方支付承包总价5%的违约金，对给甲方造成的损失承担赔偿责任。

第三十五条乙方施工中必须每天做到工完料(场)清，工程竣工后负责场地的清理(包括临时生产和生活设施)，如不清理，甲方派杂工清理，按人民币 元/工日在乙方工程款中扣除。建筑废料由甲方指定地点堆放(费用由乙方负责)。

第三十六条在执行合同期间，乙方对发生的工程量签证根据(包括数量、承包范围、工作内容等)必须属实，如发现签证单内容有虚假记录、串谋作弊等行为，则按分项工程总价款的5%进行处罚，甲方有权终止合同，责令乙方退场，另选施工班组。

第三十七条乙方施工完毕或中途退场，应在接到甲方书面通知之日起 天(中途退场的当天内)内，负责将其所有工人、施工机械、工器具等撤离甲方工地;逾期未撤离的甲方有权采取任何强制措施，强行责令乙方退场，发生的所有费用(包括甲方垫付的工人工资等费用)在乙方工程款中扣除，由此造成的经济损失和法律后果均由乙方完全承担，与甲方无关。

第三十八条乙方中途退场，乙方结算的工程量及结算总价以甲方项目部验收签证结算为准;若乙方有异议，可书面要求甲方审定，审定结果作为乙方结算的最终根据。

## 十、违约责任

第三十九条乙方未能按合同约定工期竣工的，每延期一日应按工程劳务费总额1%向甲方支付违约金，甲方可以从劳务费中直接扣除。甲方逾期支付劳务费，每逾期一日应按照逾期支付劳务费额1%向乙方支付违约金。

第四十条由于乙方责任导致工程质量和室内环境污染控制不达标的工程，乙方对工程质量不合格的部位应进行彻底返工修理，对室内空气质量不达标的应进行全面综合治理，由于以上原因造成工程延期交付的视同延误工期。

第四十一条因出现不可预见、不可避免、不可克服的不可抗力事件，导致本合同无法有效及时履行的，相互不承担违约责任，但是遭遇不可抗力方应立即通过电话、微信等方式通知对方，并在通知后的三个工作日内将不可抗力的书面有效证明及本合同无法有效及时履行的书面理由提交给对方确认。否则，遭受不可抗力的一方应当承担相应的违约责任。

## 十一、合同的变更、解除及争议解决

第四十二条经双方协商一致可以变更、解除合同。

第四十三条一方要求变更或解除合同，应在30日前书面通知另一方，双方协商解决。因变更或解除合同，致使守约方遭受实际损失的，除按合同约定或法律规定可免除责任的情形外，应由违约方负责赔偿。

第四十四条一方只主张违约责任，没有主张解除合同的，合同应当继续履行。一方收到解除合同的通知后，对解除有异议的，应当在15个工作日内向法定机关提出，否则，视为对解除无异议。

第四十五条任何一方违反本合同任何条款约定的，在对方催

告后15个工作日内没有改正为全面履行的，守约方有权书面通知违约方解除合同，且有权要求违约方赔偿相当于合同总额5%的违约金及所遭受的损失(包括但不限于直接损失、可得利益、律师费用等全部损失)。

第四十六条合同在履行过程中发生争议，双方应通过友好协商的方式解决。如协商不成时，应先向调解组织申请调解。调解不成的，双方均有权向原告所在地人民法院提起诉讼。但在判决结果作出之前，双方有义务保证本合同不中断履行。

## 十二、附则

第四十七条双方在签订本合同时，应当提供经核实身份证明和相应资质证明文件的复印件作为合同附件。

第四十八条甲乙任何一方住所地(住址)、代表人(联系人)、电话等联络方式如有变更，变更的一方应在变更后24小时内以书面方式通知对方。否则视为本合同载明的联络方式继续有效，微信和短信内容可作为双方来往文件，通知、诉讼文书等文件以邮寄方式发送的，将文件按有效联络方式交给经营特快专递的单位邮寄后，邮件被签收或拒收均视为已经送达。

第四十九条本合同的标题仅为便于阅读和对合同内容的理解的作用，不作为确定双方权利义务的条款。

第五十条如有其他未尽事宜，甲乙双方可另行签订补充协议，补充协议与本合同有冲突或不一致的，以补充协议为准。

第五十一条本合同自双方签章后生效。一式四份，甲乙双方各持两份，具有同等法律效力。

## 听讲座心得体会万能篇七

### 伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没怎么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着

不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看者这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们杂这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

## 听讲座心得体会万能篇八

无聊的暑假里，我花了整整一个月的时间，终于把这本厚厚的《爱的教育》读完了。读完后给我的第一感触，那就是——爱。这本书是以一个小男孩——安利柯的日记，来透视日常生活中的学校和家庭关系，老师和学生的关系以及父母，兄弟姐妹间的天伦之爱。

当你独自一人处理某件事情时，很孤独时，你会发现你的身边也有爱。只是不在某个情况下，你没有那副善于观察与发现的眼睛，一般时，你的眼睛对于身边的爱是处于忽略不计。

这时候你就会少观察到很多你平时观察不到的爱，让我们努力发现爱，用书籍来开阔我们的“视力”。