

# 2023年革命老区实践心得(实用10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 革命老区实践心得篇一

我们组织这次班会，就是想和大家一起探讨当代中学生所普遍具有的压力与困惑，总结一些排解压力的办法，帮助同学们缓解压力，好让我们都能有一个好的状态去投入每天的学习生活。

整个班会分为四个主题，即学习压力、家庭关系、同学交往问题和对未来的困惑。每一主题表现形式多样，其中包括采访报告、趣味心理测试、小品、访谈、你问我答和专家点评等环节。

由于班会各板块的形式丰富多彩，所以准备工作一定要责任到人，分工合作，比如主持人的串词、事先的采访、小品的撰稿、安排小品演员、访谈及你问我答的问题、找班主任做专家点评等。

主题1：学习压力：

1、已上高三的我们说没有压力，那是不现实的。每个人的目标不同，但学习上的压力一定有。以下是我们做的采访报告。

心理压力：

1) 似乎分数、名次成为了学校里的全部。同学之间相互打听分数非常普遍。原本心理承受力还好的我，也快要窒息了。

2) 每天都在做题，被父母盯着，压力太大了，好像题目变难了，无从下手，以至于看到题不想做，例题也不想看，甚至上课也不想听。

迷惘：

1) 我不了解高考的热点是什么，有点迷茫。处于这个阶段的我们，对梦中的大学又怀有一定的畅想，但对自己的实力又没有把握，往往会有消极情绪。

2、趣味心理测验：

看到猕猴桃你会想到什么？（测出你能承受多少压力？）

a□清涩香甜

b□点缀甜点时非常漂亮

c□毛茸茸的外皮很可爱

d□喜欢它因为它是营养丰富的水果

分析：

选择a—有头脑，较有智慧，但容易自以为是，不听别人意见（承压指数8分）

选择b—不自信，容易多愁善感。（承压指数8分）

选择c—活泼可爱，好动，但缺乏定性。（承压指数7分）

选择d—太在意别人的看法，对自己要求太高，使自己太累。（承压指数4分）

### 3、你问我答：

- 1) 如何解决高考前的心理压力？如何面对不理想的成绩？
- 2) 如何看待分数和名次？

### 4、专家（即班主任）点评：

现在的学生，压力来自各方面，分数和名次对每个学生都很重要，但不必过分看中，要学会调节。

### 主题2：家庭关系：

#### 1、小品：

（这是一个普通家庭的周末体育频道在直播一场精彩的足球比赛，父亲在津津有味地看着，儿子在房间做功课。这时，儿子走出房间。）

子：有球赛！！这是我最喜欢的一支队伍了，他们曾经……

父：你怎么出来了？练习做完了？

子：早就做完了。爸，今天是周末，你就让我看一会儿球吧，就十分钟？！

父：不行，做完了就再看看其他科目，都高三了，还想看电视？关了！！

子：十分钟都不行，真是的……

父：这孩子真不会抓紧时间，这时候还有心思看电视，哎……

#### 2、请两位演员谈谈对角色的理解

### 3、专家点评：

要理解父母，尽量和他们沟通，让他们也能理解你。毕竟大家的目的就是让你好好学习，有一个好的前途。

#### 主题3：同学交往问题

1、内容：高三同学的交往问题

2、形式：访谈，提出问题和大家共同讨论

#### 3、活动过程：

刚才我们讨论了学习压力对我们的影响。高三的学习压力自然是很沉重，面对沉重的学业压力，有的化压力为动力，学习成绩不断进步，成为好学生；而有人则为压力所制，取得的成绩不理想。由于成绩上的差异，引起了同学间交往时心理上的微妙变化。下面，我们将就同学交往这一问题展开讨论。

#### 4、专家点评：

同学间正常交往，不应有什么忌讳，当然也应有分寸。最后，我希望大家友好相处，共同奋斗！

#### 主题4：对未来的困惑：

1、节目形式：小品

#### 2、过程：

1. 两位同学饰演同桌上场，一位同学朗读旁白。

2. 自习过程中，一位同学（成绩较差）对高考产生困惑，由旁白同学读出心理活动。

3. 产生疑问与同桌（成绩较好）讨论，同桌认为好好努力总有收获，自己认为努力不一定会成功。

4. 让大家进行讨论，个别同学发言，阐述观点和提出疑问。

5. 专家老师点评、解答。

背景音乐：《我的未来不是梦》

3、你问我答：

1. 如何排除对高考的恐惧心理？

2. 只顾学习，似乎失去自我，怎么办？

3. 对自己没有信心怎么办？

4. 高考意味着什么？能证明什么？

6. 付出与回报不成正比，怎样面对？

7. 怎样端正高考的位置？

附：内心独白：

附：小品对白：

a□学习……高考……哎，你说我们这么辛苦是为了什么呀？

b□这还用说嘛？为高考啊！！

a□高考为什么？

b□为了上个好大学。

a□一定要上大学吗？

b□当然，不然学习干吗？

b□那就要在平时多下工夫了，就像现在，你就得好好学习，别胡思乱想。平时多努力，成绩自然蒸蒸日上。

b□平时努力，的确不能保证最后一定考得好；但平时不努力，就一定考不好，不是吗？无论发挥的好坏，只要平时多出一份力，到高考时胜算就多一份。

a□是吗？（表情仍有不解，开始埋头做练习）哎呀！（扔笔）这题怎么也想不通！我想我一定不行的。我的基础那么差，见到题目头就大！我也想好好学习，可是……我是彻底没希望了！

b□别那么没信心啊！知识是要慢慢累积的。

b□那哪成啊？

b□这……那不也是个别情况嘛。高考成绩不能保证什么，但只要你考得好，那你不是比别人多些机会嘛！

a□高考与机会并没有本质的联系，高考本身就是个错误！！！！

b□你太偏激了！

b□你太天真了！

4、专家点评：高三的同学即将成年，对外面的世界有很多困惑，这是自然的。我们应对前途的光明充满信心，要从脚下开始努力，为今后打好基础。

专家总结：我们要认识到压力对人并非只是一件坏事。很多

时候，我们需要一种力量来推动我们。人很多时候都还是有点惰性的。假如凡是会让我们产生压力的事我们都回避去做，我们又从何处得到关于我们能力和潜质的证明呢？如果不是自然界的灾难和艰难，人类的智慧不会发展到今天这种网络和纳米技术的时代。正是生存的压力让人在改变自然的同时也在改变自身。但是反过来说，如果压力过大，那它对人会产生产毁灭性的破坏。多少人因为承受不住某些压力，他们要么对他人造成伤害，要么自毁自灭。压力其实是一把双刃剑，关键是我们如何利用它。

压力，一个能引起现代人关注的字眼。它随着经济的飞速发展，社会竞争的愈演愈烈，已成为现代人面临的最严重的问题之一。那么，对于我们当代高中生而言，我们所面临的压力也同样是一个严重的问题。我们所面临的种种压力都将在一定程度上导致种种不良的后果。

考试对我们高中生所造成的压力是很大的。当中感到对不起家长的为多。我们可以了解家长现已成为我们大部分高中生的心理障碍，形成一份压力。我们又可以了解到老师—分数—学生这三者间有很大的联系，它必将造成多方面的影响。当然，也有同学间交往问题造成负面的影响。高三的同学还会对未来抱有困惑。当代高中生对待高中生活总的态度并不是很乐观，这从一个侧面可以反映当代高中生所背负的压力总的趋势是很沉重的。

尤其要进入高三最后的紧张阶段，一般说来，学生在学习中出现轻度的、暂时的心理疲劳现象是正常的。但是如果不及时调节，使身心长期处于疲劳状态，就可能加重心理紧张，造成心理和精神上的失调、紊乱，会给学生的身心健康带来严重的影响。因此，积极防治高三学生的心理疲劳和缓冲心理压力是十分必要的。

我们组织这次班会，就是想和大家一起探讨当代中学生所普遍具有的压力与困惑——学习压力、家庭关系、同学间的交

往问题、对未来的困惑。然后一起总结出一些排解压力的办法，帮助同学们缓解压力，好让我们都能有一个好的状态去投入每天的学习生活。

考虑到高三这个特殊时期，虽然整个班会的四个主题都很严肃敏感，但为了调动大家的积极性和让学生都能真正参与进来，每一主题表现形式就要力求多样化，所以我们安排了包括采访报告、趣味心理测试、小品、访谈、你问我答和专家点评等环节。在准备班会的环节中，作为班主任的我力求把任务责任到人，分工合作，既发挥了团队精神，增强了集体感意识，又可以充分挖掘每个参与者的潜力，锻炼每一个参与者的能力。

整个班会下来，我们最大的收获就是：在班会上大家真正做到了畅所欲言，敞开心扉，互相交流，互相沟通，互相支持帮助，互相加油助威，师生间的距离更近了，同学之间的友好关系更牢固了。我们还努力找到了减轻压力的方法，并会应用在以后的学习中，很好地实现了班会的目的，达到了预期的效果。

## 革命老区实践心得篇二

第一段：介绍主题及目的（200字）

小学生活动服务是指学生参与各类课外活动，为社区或学校提供服务的一种行为。这种活动不仅能够锻炼学生的能力，培养学生的团队合作精神，还能让学生从小学会关心他人，懂得为他人服务的重要性。我曾参与过多次小学生活动服务，通过这些经历，我深有体会，认为小学生活动服务对我们成长的重要性不容忽视。

第二段：提供参与小学生活动服务的好处（200字）

参与小学生活动服务具有多个好处。首先，它培养了我们的



责任心和团队精神。在服务活动中，我们需要负责自己的任务，并认真与队友沟通合作，共同解决问题。其次，它提高了我们的沟通能力和协作能力。在与社区居民或其他学校学生交流时，我们需要清晰地表达自己的意思，妥善处理各种问题。最后，它让我们懂得为别人着想。通过与他人的接触，我们更加关心他人的需求，从而培养了爱心和友善。

### 第三段：谈谈参与小学生活动服务的心得体会（300字）

在参与小学生活动服务中，我有过许多心得体会。首先，我学会了更好地管理时间。参与活动会占用一定的时间，所以我们必须在完成学业和参与活动之间做出有序的安排。其次，我了解到成功团队的强大之处。只有团队成员相互信任，合作无间，才能共同完成任务。此外，我还学到了尊重他人意见的重要性。在活动中，不同的意见可以激发更多的创意与灵感，并且培养了我的忍耐和包容心。

### 第四段：总结你从小学生活动服务中收获的经验 and 成长（300字）

通过参与小学生活动服务，我获得了许多宝贵的经验，也取得了一定的成长。首先，我更加自信。在服务活动中，当我能够帮助到他人时，我感到非常自豪和自信。其次，我学会了独立思考和解决问题。面对一些困难或挑战，我学会了冷静分析和迎接挑战，并找到最佳的解决办法。最重要的是，我体会到无私奉献的快乐。帮助他人不仅让我感到快乐和满足，还激发了我为社会做更多贡献的愿望。

### 第五段：表达参与小学生活动服务的意义和重要性（200字）

参与小学生活动服务不仅让我个人得到了成长和锻炼，更重要的是，它使我认识到为他人服务的重要性。通过与他人的接触，我了解到我们身处的社会是一个相互依存的整体，我们需要彼此支持和帮助。我相信，通过参与小学生活动服务，

我能够以自己的力量为社会做出一份贡献，为他人带来更多的快乐和温暖。

综上所述，小学生活动服务是一种对学生成长非常有益的活动。通过参与服务，我们培养了责任心、团队精神、沟通能力和协作能力。同时，我们也学会了关心他人、尊重他人，体会到无私奉献的快乐。这些经验和成长将伴随我们一生，让我们变得更加自信、独立和关爱他人，为社会做出更多贡献。

## 革命老区实践心得篇三

作为小学生，我们参与各种活动服务是一种很好的学习机会。我们可以通过参与活动服务，锻炼自己的团队合作能力、社交能力和领导能力，同时也可以学到很多知识和技能。我参与过很多活动服务，今天我想分享一些我在这些活动中获得的经验和体会。

### 段落二：团队合作能力培养

在参与活动服务中，团队合作能力是至关重要的。我还记得参加学校的义卖活动，我们需要和同学一起筹备物品、负责布置摊位和顾客交流。在这个过程中，我学会了与队友合作、分工合作、互相帮助。虽然有时我们会出现分歧，但是通过协商和沟通最终找到了解决办法。这样的经验让我学会了团队合作的重要性，并提高了我的协调能力。

### 段落三：社交能力的提高

活动服务还提供了很多机会来锻炼我们的社交能力。比如，我曾经参与过学校的社区清洁活动。在这个活动中，我需要与社区居民交流，了解他们的需求，收集意见。通过这样的交流，我不仅学到了很多如何与人沟通的技巧，还建立了与社区居民的良好关系。这个经验让我明白，社交能力是人际

交往中非常重要的一部分，也是我们成功与否的关键。

#### 段落四：领导能力的培养

活动服务还为我提供了锻炼领导能力的机会。在学校的义工活动中，我曾经担任过小组长的角色。我需要组织小组成员的工作，制定有效的计划和目标。通过这个过程，我学会了如何激励他人、如何做出决策和解决问题。这样的经验让我感到很有成就感，也让我明白到一个好的领导者应该具备的品质和技能。

#### 段落五：知识与技能的积累

参与活动服务还让我学到了很多知识和技能。比如，在参与学校的植树活动中，我学到了如何正确地种植树苗和如何照顾它们的方法。在学校的义卖活动中，我学到了如何正确地管理财务和如何与顾客进行交流。这些知识和技能不仅在活动中发挥作用，也对我日后的学习和生活有很大的帮助。

#### 总结：

通过参与各种活动服务，我不仅锻炼了团队合作能力、社交能力和领导能力，还学到了很多实用的知识和技能。活动服务不仅让我快乐、充实，更让我成长。我相信，通过参与活动服务，我们的未来将更加美好。

## 革命老区实践心得篇四

4月份的尾巴，总给人带来一份享受，也让人们进入了一个充满爱的月份。5月，最先让你想到的一定是那三天的假期和无尽的玩乐的憧憬。其实，5月还有着一个月关于情的日子，让你在想起时都会嘴角轻扬。情不知所起，一往而深。情，真的是这个世界上最妙不可言的东西，也是最难以捉摸的东西。一个突发奇想，引来了无数的附和，也带来了这个关于尝试，

关于友谊，更关于能力的比赛——“三行情书”。

1. 了解社员的能力水平，促进社员之间的了解沟通。
2. 促进与其他社团的协作能力和友谊关系。
3. 相互竞争，展现实力。

本次活动分初赛和决赛两部分。

初赛各社自行组织，并制定赛制。

决赛由铃花文学社主办，其他3社（展羽文学社、红帆文学社、青藤文学社）协办。铃花文学社制定决赛赛制，其他3社提供帮助，并遵守决赛赛制。

(一)初赛主题：

情，是什么？泰戈尔说是“世界上最远的距离不是生与死的距离而是我站在你面前你不知道我爱你”的爱情；维斯冠却说是“父母与子女，是彼此赠与的最佳礼物”的亲情；王勃更说是“海内存知己，天涯若比邻”的友情。情，合其三者，成了世间最美的恩赐。

本次初赛主题关于情。爱情，友情，亲情皆可。

(二)决赛主题：

这个世界上有一种情，总是轻轻地围绕在你身边。不管何时你回头，它都在凝视着你，直到它生命的尽头。亲情，是这个世界上最无私的爱，也是最长情的爱。

本次决赛主题关于亲情。

(一)初赛:铃花文学社全部社员

(二) 决赛：四社初赛前十名的人员

原创，感情真挚，积极向上，字数不得超过50字。

word形式，邮箱发送。可多篇参赛。

(一) 初赛

初赛评选由社长从社外挑选合适评委参与评选，选出社团内部前十名。（社团人员不得参与评选。）

(二) 决赛

由于决赛是四社联赛，为公平起见，由四社各推选3人，共12人作为本次决赛评委，采取作品匿名的方式，投票选出前3名优秀作品。

(一) 初赛

初赛交稿时间：4月23日-5月3日

初赛评选时间：5月4日-5月5日晚七点

初赛结果公示时间：5月5日晚七点后

(二) 决赛

决赛活动时间：5月5日晚七点后到5月9日

决赛评选时间：5月9日晚到5月13日

决赛结果公示时间：5月13日晚

(一) 初赛：

奖品保密

(二) 决赛:

三等奖:《铃花文集》一本+曲流殇高校巡回分享会入场券一张

本策划书之修改权和最终解释权归铃花社宣传部所有。

主办方:铃花文学社

协办方:展羽文学社、红帆文学社、青藤文学社

活动策划人:铃花文学社宣传部副部长枫影

xx年4月21日

## 革命老区实践心得篇五

新岗教师是实施素质教育的主力军,是培养跨世纪建设人才的有生力量,尽快提高他们的素质,才能使我们的教育充满活力。针对我校新岗教师逐年增多的现状,我们把提高新岗教师的整体素质作为教师队伍建设的重点。本次活动通过汇报课的形式,旨在检阅新岗教师的教学基本功,熟练运用现代教育手段的能力,扎实的理论基础和专业素养,能够独挡一面,高效优质地承担教学工作的实际情况。

双茨科中学本学年新进教师

- 1、促进新教师的快速成长,搭载青蓝工程的学习平台。
- 2、加强师徒结对工作考核,完善传帮带评价激励机制。
- 3、增进教师课堂文化交流,营造浓厚的校本教研氛围。

- 1、新教师和本组教师共同参与备课—上课—听课—评课全过程。组长辅佐和把关，新教师要认真对待，虚心请教。同组教师积极参与，充分体现各备课组团结协作的精神。组内成员主评，组长记录活动过程。（每学期至少一节）
- 2、合理采用现代教学手段，熟练、恰当地利用多媒体技术，要体现实效性和高效性。
- 3、在教学内容方面既把握教材而不拘泥于教材，教学过程要体现新课程教学理念，学科知识信息要准确无误，教学方法在灵活多样。
- 4、要能够灵活驾驭课堂，师生互动自然。熟练的控制时间，张弛有度；教态自然，仪表大方；语言规范、清晰、简练、富有亲和力、感染力；板书工整、美观、言简意赅、层次清晰。
- 5、新教师汇报课向全校开放，本学科教师必须参加听课，其他学科老师在没有教学任务时参加听课活动，并做好听课记录与评析。
- 6、授课教师在讲课的次日，把汇报课材料交到教导处。

## 革命老区实践心得篇六

近年来，暑假班已经成为了大部分学生暑假里的一项重要活动，不仅能够从中获取新的知识，提高自己的学习能力，还可以结交新的朋友，开拓自己的视野。在这个暑假，我也参加了一期暑假班，通过一系列的学习和活动，收获颇丰，获得了很多积极的体验和成长。以下是我对这段珍贵经历的总结和体会。

首先，在暑假班学习期间，我体会到了系统学习的重要性。由于时间比较紧迫，暑假班的学习过程十分紧凑，每天都有

早晚两个课程，而且每个学科的内容都相对较多。在这样的学习节奏下，我们不得不培养并保持较好的学习习惯和时间管理能力。通过这段时间的学习，我感受到了系统学习的效果和价值：它能够帮我更好地理解知识点的内涵和联系，帮助我整体把握一个学科的体系，帮助我提高学习效率，让我更能够应对各类学科知识的考试和应用。

其次，通过暑假班，我也体验到了团队合作的重要性。在暑假班里，我们的学习和活动都需要分组完成。在一个小组里，每个人都有自己的角色和任务，我们需要相互配合，共同完成一项任务。这样的体验让我深刻地意识到了团队合作的重要性：团队的力量大于个人的力量。在团队合作的过程中，我们需要倾听他人的意见，尊重他人的观点，因为团队的成功离不开每一位成员的贡献和支持。通过这样的合作，我学会了更好地与他人沟通，发现问题并及时解决，相信这也是我今后在学习和工作中不可或缺的能力。

再次，暑假班还给了我一个展示自己的机会。在暑假班里，我们有很多活动可以展示自己的才艺和优势。比如，我们可以参加朗诵比赛、演讲比赛以及团队活动等等。在这些活动中，我不仅学会了更好地表达自己，突破了自己的害羞，展现了自己的特长，还收获了他人的认可和赞许。这样的经历让我对自己更加有信心，激发了我不断学习和成长的动力。我相信，这样的展示机会不仅仅只有在暑假班里能够得到，在日常生活中，我也应该勇于展示自己的才华，展现自己的价值。

最后，暑假班的学习和活动还让我结交了一些新的朋友。在暑假班里，我遇到了很多志同道合的朋友，我们一起学习、一起玩耍，在这个过程中形成了深厚的友谊。这些朋友不仅给予了我困难时的帮助和支持，也给我带来了欢乐和快乐。通过与他们相处，我不仅学到了很多新的知识和技能，也从中学会了如何与他人相处，学会了如何与不同的人建立良好的关系。这些朋友对我来说十分宝贵，我相信我们之间的友



谊会持续地发展和成长。

通过参加暑假班的学习和活动，我收获了很多，也感受到了成长和进步。我明白了系统学习的重要性，体验到了团队合作的力量，发现了展示自己的机会，结交了新的朋友。这些经历不仅在暑假班期间对我有着深远的影响，也会在我今后的学习和生活中发挥重要的作用。因此，我相信通过这样的经历，我已经变得更加成熟、自信和积极了。我相信未来的道路上，我会坚持不懈地学习和努力，成为自己更好的版本，为自己的梦想而努力奋斗。

## 革命老区实践心得篇七

近年来，暑假班开始成为越来越多学生选择的暑期活动之一。参加暑假班既可以提高学生的学业水平，又能够开拓学生的视野和增加社交经验。今年暑假，我也参加了一家知名培训机构的暑假班，在其中度过了一个充实而有意义的假期。通过这次经历，我深刻体会到了学生活动对于学生成长的重要性，下面我将结合自己的经历，谈谈我的体会和感悟。

首先，暑假班活动让我更加明确了自己的目标和规划。在暑假班中，我选择了数学和英语两门课程来提高自己的学业水平。通过参加课程，我不仅学到了更多的知识，而且也激发了我对学习的热情。每天坚持上课，做作业，我看到了自己的进步，这种成就感使我更加坚定了自己未来学习的方向和目标。同时，在暑假班中，我也结识了一些志同道合的朋友，我们互相鼓励和支持，共同努力，相互推动，这让我对未来的学习和生活充满了信心和动力。

其次，暑假班活动为我提供了更多的交流和社交机会。在平时的学校生活中，我与同学们的交流主要限于校园内，而在暑假班中，我有机会结识来自不同学校和不同地方的同学。我发现每个人都有自己独特的优点和特色，通过与他们的交流，我不仅学到了新的知识和技能，而且也拓宽了自己的视

野。在班级活动中，我们团结协作，相互帮助，共同完成各种任务和挑战，这增强了我的团队合作能力和沟通能力。这些经历让我感到很开心，也意识到了社交能力对于我未来的发展是非常重要的。

此外，暑假班活动还给了我锻炼和展示自我的机会。每周，班级会组织各种活动，如演讲比赛、才艺表演等，我参加了其中的英语演讲比赛。一开始，我感到有些紧张和不安，但通过准备和练习，我逐渐克服了这些困难。在比赛中，我虽然没有拿到优胜奖，但我学到了更多的表达和演讲技巧，更重要的是，我提高了自信心，并且懂得了努力与付出并不一定能够得到回报，但这并不妨碍我继续努力下去。

总的来说，参加暑假班活动是我学生期间最有意义的经历之一。在这段时间里，我不仅提高了自己的学业水平，也增加了社交经验和锻炼自身素质。通过与志同道合的同学们相互成长，我深刻体会到了活动对于学业和生活的积极影响。通过这次经历，我也对未来的学习和成长有了更加清晰和明确的规划。我相信，只要在人生的道路上坚持努力，抓住每一个机会，我们都能够实现自己的梦想与目标。

## 革命老区实践心得篇八

全班同学及班主任

班主任或学生干部

法律与我们同行

踏好青春每一步

对本班学生进行法律知识的宣传和教育，进一步了解法律法规，力图在他们心目中逐步树立起正确完善的法律意识和法制观念。教育他们在学校要做遵守校规校纪的好学生，养成

自觉遵守和维护法律的习惯。以后进入社会做知法、懂法、守法、护法的好公民。

本班学生年龄大多 14--15 岁，都还不很懂事，容易受到周围生活环境的各种不良影响，沾染不良习气，走上违法犯罪失足的道路。所以，及早在他们心目中树立法制观念，严格地以法律和道德为准绳，约束自己的行为，是当务之急。

利用网络、报纸等媒介收集青少年与法相关问题的资料和实例资料，筛选，结合学生的实际情况进行分析，为班会主题服务。同时，让同学联系周边实际案例，自演并自主分析，引以为戒。

1、加强法纪教育，引导学生学法、守法，自觉遵守校规班纪。

2、通过案例分析让学生学法，知法，加深体会

印发法制学习手册；观看法制教育小品；采用讨论、交流方式

## 革命老区实践心得篇九

夏天，是每个学生盼望的季节。不仅可以远离书本的束缚，还可以参加各种有趣的暑期活动。作为一名参加了暑假班的学生，我在这段时间里收获了很多宝贵的经验和体会。下面，我将围绕暑假班学生活动展开，分享我所感受到的乐趣与收获。

初次参加暑假班学生活动，我充满了好奇和期待。我们班级组织了一次户外拓展活动，地点选在了一座山脉中的小溪边。一到达目的地，我们迅速展开了活动。我乐意以旁观者的角度观察，发现每个人都迅速融入其中，并且互相配合。有些同学在攀爬的时候害怕，但最后他们都克服了恐惧并取得了成功。通过这次活动，我学会了团队合作的重要性和克服困

难的勇气。这次拓展活动给我留下了深刻的印象。

除了户外拓展活动，我们还参加了一次社区志愿者活动。活动当天，我们为社区的老人们提供了义务服务，这种经历让我更加明白了关爱他人的重要性。与老人们交谈时，我发现他们的内心并没有因为年华老去而停止了生活的热情。他们用自己的经历给了我很多的启示，让我更加珍惜现在的生活。虽然参加这次志愿者活动让我体力和精力耗尽，但我能感受到帮助别人的快乐与满足感。

在暑假班的学习上，我也有所收获。我们班级开展了一系列学习小组，以帮助学生们更好地完成暑期作业。在迎接高中的关键学年，我第一次真正体会到学习的重要性。每一次小组讨论都让我有所收获，不仅能够与同学们交换学习心得，还能够找到自己的学习不足之处。在这个过程中，我明白了合作学习与个人学习间的差异，也懂得了如何更高效地完成学习任务。

除了学习，我们还参加了一系列有趣的课外活动。其中，我最喜欢的是摄影课程。在班级的带领下，我们一起到郊外进行摄影实践。在掌握了一些基本知识后，我们开始创作自己的作品。通过镜头，我学会了用不同的角度看待世界，发现了许多美丽的瞬间。在这个过程中，我培养了自己的观察力和审美能力。摄影课程让我发现了一种全新的艺术表达方式，也让我更加热爱生活。

回顾整个暑假班学生活动的经历，我深刻体会到了参与其中的重要性。通过这些活动，我结识了新朋友，发现了自己的不足，并积累了宝贵的经验与体会。暑假班的生活不仅让我度过一个充实而丰富的暑假，还让我更加了解自己，明确了未来的目标。我将继续努力学习，不断充实自己，为迎接更加美好的未来而努力奋斗。

## 革命老区实践心得篇十

通过活动，训练学生的专注力，培养学生完成任务的持之以恒的心理素质。

通过活动使学生明白，做什么事都需要专心加毅力才能成功的道理。

培养学生对他人对集体负责的优良心理品质。

专主力和毅力的训练。

学生分一号队和二号队，每人二本书，一条毛巾，气球若干。

1、 同学们，看老师黑板上的题目：专心+恒心=? 你能告诉老师答案吗? (学生回答后，教师板书“成功”或其它)

2、 同学们说得真好，我们都知道专心和恒心是事业成功、学习进步的二大基石，我们同学长大后都想成为建设祖国的大材，那么大家想具备这两种心理素质吗? 好，今天的游戏就让我们来检测一下自己是否具有专心和恒心这两种优秀的心理品质。

1、 方法与规则：每人拿二本书放在头上，用手扶住，当老师喊“开始”后，松开手，再用毛巾 头，还要数十下，书本没有掉下来的才算胜，奖给一颗金星。

2、 为了确保游戏的成功，老师给你们两分钟时间试验，然后我们一起来讨论游戏的要领。

3、 学生讨论后，教师小结。

4、 学生正式比赛开始。先由一号队的同学游戏，二号队同学做裁判，然后再互换。

5、请优胜者谈谈取胜的体会，失利者谈谈失败的原因。

6、小结：从刚才的游戏我们可以体会到，要具有专心和恒心的优秀心理品质不是件容易的事，需要我们从小事开始训练自己的专注力和毅力。

## 2、淘汰赛：一分钟计时

当老师喊“开始”时，你心里开始默默计时，如果你感觉到已经是“一分钟”了，就举手表示。谁的感觉与老师的表最接近，谁就是下一轮比赛的幸运参赛者。

3、计时以后，选出六位参赛者，进行下一轮比赛。

1、规则：画一直径为一米的圆圈六个，在圆圈外标上开始记号，参赛者肚子向上背向下，双手撑住身体，将手脚作稍许移动，在圆圈内旋转，看谁旋转的次数最多。当然，手脚跨出圈外的则违规算输，移动气球或压爆气球者也算输。这可是既需要专注力又需要毅力的游戏啊。

2、比赛开始。

3、请胜者和败者各自谈自己的感受。

4、让其他同学进挑战

5、表扬、评议、小结。

专心加恒心是打开成功大门的金钥匙，要拿到这枚金钥匙还得靠大家平时的训练。希望同学们在今后的学习、生活、工作中有意识地培养自己这方面的心理素质。