

2023年参观小区心得(大全6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

参观小区心得篇一

本次培训，安排了多位名师、专家等，给我们学员做精彩的讲座。各位专家的讲座，阐述了他们对教学的独特见解，对新课程的各种看法，对思想方法的探讨。在这些专家的引领下，我的思想深深受到震撼：作为一个普通教师，我们思考地太少。平常我们在学校中，考虑地都是如何上好一堂课，对于学生的长期发展考虑地并不多，甚至于忽视这一方面。听了各位专家的讲座，我觉得在今后的教学生涯中，我们不应仅仅着眼于一些短期利益，而应把眼光放长远一些；课堂教学中应重视思想方法的渗透，而不局限于单一解答方法的教学。

想给学生一滴水，教师就必须具备自来水。教师讲的课就充分印证了这句话，他们用渊博的知识旁征博引给学员们讲述深奥的理论知识，讲得通俗易懂，让我们深受启发。我们面对的是一群对知识充满渴求的孩子，将他们教育好是我们的责任和义务。各个方面的学习，让我更体会到学习的重要性，只有不断的学习，不断的提升，不断加强修养才能胜任教育这项工作。

本次培训，汇聚了专家骨干教师，每位培训教师都有丰富的教学经验，教学的外部条件也非常相似，因此，成员之间的互动交流成为每位培训人员提高自己数学教学业务水平的一条捷径。在培训过程中，我积极尝试与其他学员之间的交流，在交流过程中，了解到各区县的新课程开展情况，并且注意

到他们是如何处理新课程中遇到的种种困惑，以及他们对新课程教材的把握与处理。在培训中，我们不断地交流，真正做到彼此之间的相长。

反思是教师的一块“自留地”，只有不断耕耘，才能检讨自己的教育理念与行为，不断追问“我的教学有效吗？”“我的教学能更有效吗？”，不断总结自己的工作得失，不断深化自己的认识，不断修正自己的策略，从而获得持续的专业成长。如果一个教师仅仅满足于获得经验而不对经验进行深入的思考，那他就不可能在原有的基础上再有发展；教师专业发展所要求的大量知识和实践智慧，只有靠教师自己在日常教学实践中不断反思、探索和创造才能获得。

反思的方式有很多，如撰写教学随笔就是一种行之有效的反思方式；还有教育博客不仅仅是一个知识管理器，它更是一个个人反思工具，是一个多向人际互动的装置，它为促进教师的专业化发展营造了良好的氛围。

在这里，我突然感到自己身上的压力变大了，要想不被淘汰出局，要想最终成为一名合格的教师，就要更努力地提高自身的业务素质、理论水平、教育科研能力、课堂教学能力等。而这就需要我付出更多的时间和精力，努力学习各种教育理论，并勇于到课堂上去实践，及时对自己的教育教学进行反思、调控，我相信通过自己的不断努力会有所收获，有所感悟的。

令我欣慰的是，培训班里有许多优秀的老师，我们有很多的话题可以一同交流和探讨。我们有很多的观点可以一起抒发和碰撞。每一次的聆听讲座和课后交流，我们都能踊跃发言，大胆地陈述自己的观点想法，提出自己感到疑惑的难以解决的问题。我在学习中始终信奉“他山之石，可以攻玉”的信条，坚持和其他学员保持密切联系，使自己能博采众长、开阔视野。

参观小区心得篇二

今天下午我有幸随杨老师在湖北省社会主义学院参加了健康讲座。这次讲座的主题是“关注健康，关注体质，科学运动，乐享生活。”。此前我自己看过好几遍这次讲座的ppt也听小陈讲解过。但是今天听杨老师的更加专业和细致的讲解，从中领悟到了之前没有领悟到的东西。俗话说开卷有益，多看一遍ppt就多了一层感触。还学到了ppt里没有的知识，比如吃东西要吃“怪”，吃“黑”才更有益健康，用哪些方法来缓解失眠啊等等很多以前不知道的小知识。另外，亲身参与到讲座工作里来，也让我受益匪浅。我今天的工作首先是给学员按年代分类，由于我个人理解错误，把80年误作为了划分界限。然后是在讲座期间在会场辅导学员们做办公室五步操，纠正他们的姿势，然后教给他们正确的姿势，其间我自己也可以通过这种方式巩固一下。最后的任务是登记领取健康资料学员的信息，当时现场气氛太高涨了，大家都被杨老师绘声绘色的演讲所感染了，深刻的了解了科学运动，关注健康的重要性，以致于对健康资料都持以疯抢的态度，我之前没有过相关的经历，没能好好的维持秩序，没能实现登记一份信息领一份健康资料的流程，由于我的经验缺乏，20份资料被哄抢而光，最后却只有16个人登记了信息，对此我表示很惭愧，没能很好的完成自己的任务。但是我会吸取教训，积累经验，不让类似的情况再次发生。

通过这次讲座，我拓宽了自己的视野，也通过一些问题发现了自己的很多不足之处，在以后的工作过程中，我不会再犯这样的错误了。之后跟杨老师的谈话，也让我从心中反思了自己，明白自己需要学习的东西还有太多，所以一定要虚心好学，这样才能是自己进步！

时光在我们不经意之间飞逝而去，我们已经从青涩的一年级新生成长为成熟的大四毕业生。在这短暂忙碌而美好充实的四年中，我们自觉地汲取更多的知识以武装自己的头脑，不

论是从课堂上，图书馆里，还是在受益匪浅的讲座中；同时，在实践中也锻炼了自己各方面的能力，这些无疑为我们在不久的将来踏入社会并快速适应工作岗位奠定了坚实的基础。我们从讲座中了解到了许多当今化学研究进展，使自己能够跟上科学发展的步伐，督促自己学习实践，为未来打好基础。

在听讲座上我们要深化专业知识，使自己理论水平得到提升。听学术讲座时，要有一定的基础，不然我们就不能够及时地理解其中的专业术语。在老师的《什么是分析化学》这一讲座中，我们能够先了解这一专业名称的真正含义，随着老师的一步一步的讲解，我们慢慢地对分析化学的了解加深。在听这一讲座前，我们已经学习了分析化学的课程，但我们只是学习了很基础的东西，需要加深的只是还很多。我们在课堂上缺少的就是对未来化学的发展方向，而学术讲座为我们提供了绝佳的机会。《激光技术及其应用》、《长链脂肪酸甲酯催化制备长链 脂肪酸醇的研究□□□abo2型氧化物导电性研究》、《现代测试技术在珠宝玉石鉴定中的作用》、《有机光电子研究的新进展》等讲座不仅给我们介绍了化学的广泛应用，还让我们看到了化学无限前景。

当前由于许多废水、废气与废渣仍未经严格处理就外排，导致我国工业生产造成的环境污染仍十分严重。一方面旧帐未清，许多老厂的治污措施因种种原因，并未完全到位；另一方面又新建了许多污染较难治理的小厂，使环境对污染的负担呈有增无减的趋势。目前世界各国都在为未来经济与社会可持续发展制定发展战略。我们可以运用化学手段对环境进行监测，《节能减排与低碳经济》、《水体富营养化现状及动向》向我们介绍了许多关于环境监测的现状与方法，同时我们从课堂和试验中对环境保护加深了了解。

应的高选择性，不生成或很少生成副产品或废物，实现或接近零排放过程。工艺过程中强调使用无毒无害原料、溶剂及催化剂，同时生产环境友好产品。这样可以减少末端治理，从根本上解决环境污染问题。我们在□regeneration

medicine□□□天然药物化学研究概况》、《无机化学发展现状与趋势□□□brnsted酸性功能化离子液体在绿色有机合成中的研究进展》等讲座中从不同方向上看到了绿色化学的发展，相信在不久的将来我们实现绿色化学的全面发展。

食品安全是大家都关注的话题，这是关系到我们生命安全的重大事件，就像刚出现的蒙牛纯牛奶致癌物事件，弄得人心慌慌的。听了《食品安全快速检测技术简介》、《食品分析中的样品与样品前处理》的讲座，让我更深入了解了食品安全存在的问题以及可以用怎样的方法检测食物中的各种含量，还有对食品的处理方法。让我对自己的饮食习惯有了更健康的调整。现在很多人提倡绿色食品，相对于一般食品生产的绿色食品更安全，同时绿色食品还提醒人们要保护环境和防止污染，通过改善人与环境的关系，创造自然界新的和谐。

听讲座是学习知识的一种途径，是老师们传授经验的时间，在《过去、现在和未来》、《福建省化工类行业的现状、发展与学生就业前景》、《就业工作报告》讲座中，我了解到自己就业的前景，让我更有目标的进行学习，从老师自身经历中，我受益匪浅。我相信自己的未来是精彩的，是有前途与希望的。

总之，老师们的讲解条理清晰、生动有序，时常举一些事例，使道理深入浅出，渗透人心，我们都被深深的吸引。通过学习，我们学到了化学专业及其他相关方面更深层的理论和更前端的发展概况，理论水平得到了一定的提升，并提升了我们的专业技能，开阔了我们的视野，使我们受益颇多，在这里，再次感谢老师们精彩的讲座！书山有路勤为径，学海无涯苦作舟，虽然讲座活动已告一段落，但我们不会停止学习探索的脚步，高度的责任感和使命感时刻提醒着我们不断攀登知识的高峰，充实自我，实现自己的理想！

2015年9月，我们迎来了人生的另一个重要阶段，回头看看，我们已经从去年的一年级新生成长为二年级的毕业生。在这

短暂忙碌而美好充实的一年中，我们自觉地汲取更多的知识以武装自己的头脑，不论是从课堂上，图书馆里，还是在受益匪浅的讲座中；同时，在实践中也锻炼了自己各方面的能力，这些无疑为我们在不久的将来踏入社会并快速适应工作岗位奠定了坚实的基础，在这里首先要感谢各位老师的诲人不倦，您辛苦了！下面我就简要总结下参加学术讲座的一些心得体会。

一、深化了专业知识，理论水平得到提升

在孙老师《英语语法隐喻系列讲座之一：语法隐喻在词汇语法层的体现形式》这一讲座中，我了解到词汇隐喻与语法隐喻的不同点及其联系。语法隐喻的观点是语言的隐喻化过程中词(组)的意义没有发生变化，变化的是它们的语法性状，如动词化为名词，连词化为动词等等。词汇隐喻对语法隐喻的补充作用体现在某些词汇隐喻可以借助系统功能语法进行阐释。隐喻式和一致式之间没有绝对的分界，只有相对的、程度不同的差异等。

通过刘老师《辩证看待建构主义在中国英语教育中的作用》这一讲座，对建构主义有了更清晰的认识。建构主义在中国大地上的“遍地开花”，尤其是在教育领域，这种“建构主义”的现象，正说明人们想借此解决在教育中的理论与实践的困惑，希望藉此使得中国的教育能够更上一层楼，能够培养出具有创造性、开放性思维的适应时代需求的人才。同时要注意在建构主义理论指导下设计教学，让学生在主动建构知识的过程中学会思考，学会批判性思维，为我国培养更多创造性人才。

在徐老师《亚句子与言语行为》讲座中，我了解到亚句子作为独立使用的、小于句子的词和词组，是实际交际中独立存在的语用现象；与完整的句子一样，亚句子也可以完成言语行为；对这类言语行为的理解主要依赖于非语言语境因素和人们的语言能力及逻辑判断能力；亚句子研究宏观上当属语

用范畴。即是对所说(what is said)与所欲(what is meant)之不同的研究。

听完苗老师《评价型强势主位结构的功能语言学研究》报告后，我们了解到评价型强势主位结构的语义特征：概念意义、人际意义和语篇意义；评价型强势主位结构的语篇组织功能：作为超级主位实施引发功能、过渡功能、作为超级新信息实施总结功能、反馈功能；及评价型强势主位结构的信息结构。

“语料库语言学”不是一个新学科的名称，而仅仅反映了一个新的研究手段。

二、提高了自身的专业技能，尤其是诗歌欣赏及翻译水平

通过翟老师的《英语诗歌中的声音元素》讲座，我对英美诗歌有了更进一步的了解与鉴赏水平。英美诗歌是英美文学的奇葩，是世界文学的瑰宝。吟诵一首好诗，犹如聆听一支优美的乐曲。英文诗的“声音”不仅是构成诗歌音乐性的要素，同时也是诗歌表情达意的重要手段。除了音韵美，英诗还具备独特的节奏美，即通过行中单词音调的轻重抑扬来构成语流的跌宕起伏。

尹老师的《翻译的动力和翻译的精神》完善了我们对翻译的看法及了解。翻译能够满足译者的自我实现的需要，是译者生存、发展、实现自我生存价值的本能需要。翻译的过程是一个创造意象的过程，是发现、体验、感领价值真理的过程，是译者的一种诗性生存方式。

三、为自己的学位论文打下了坚实的基础

栾老师的《文科研究生科研方法》为我们的毕业论文写作提供宝贵的建议与方向。首先要培养科研问题意识，从整体上讲，立意要做到四个要点：新、深、巧、异。选题方面，要理论联系实际，注重现实意义；勤于思索，刻意求新；知己

知彼，轻易适中等。另外，还要注意文献综述的基本方法和步骤，并指出一篇好的文献综述，应有较完整的文献资料，有评论分析，并能准确地反映主题内容。

刘老师的《问卷设计与实施》为我们教学方向的学生上了重要的一堂课。我们掌握了问卷中问题的类型和常见概念如：变量、测量层次、概念定义与操作定义、效度与信度等。另外，老师还讲述了好的问卷的标准及处理数据的方法，使我们受益匪浅。

总之，老师们的讲解条理清晰、生动有序，时常举一些事例，使道理深入浅出，渗透人心，我们都被深深的吸引。通过学习，我们学到了英语专业更深层的理论和更前端的发展概况，理论水平得到了一定的提升，并提升了我们的专业技能，开阔了我们的视野，使我们受益颇多，在这里，再次感谢老师们精彩的讲座！书山有路勤为径，学海无涯苦作舟，虽然讲座活动已告一段落，但我们不会停止学习探索的脚步，高度的责任感和使命感时刻提醒着我们不断攀登知识的高峰，无愧于父母及老师们的培养！

2012年11月21日下午，我参加了校督导室举办的青年教师授课讲座。短短2个小时的讲座学习令我受益匪浅，感触颇深，对教师这个职业的认识、授课方式方法都有了一定程度的提高，为今后更好地授课奠定了基础。

学校优秀教师数学系李改枝老师的讲座深深地吸引着我，从她那从容的神情、流畅的言语表达中，我感受到了一位经验丰富且知识渊博的老师授课是多么的精彩。从她的讲座中，我总结出了几点精髓，也是自己在今后的教学中值得借鉴和学习的地方。

一、 授课过程中进行有效教学的方法

我们学校招收的学生都是高考成绩在150分左右的学生。面对

着这样一批基础薄弱，成绩不是特别优秀的学生，作为老师，我们该如何分析学情，如何有效地进行课堂教学呢？这个问题我也曾遇到过，也曾深深思索过，却始终找不到一个令自己满意的答案。李改枝老师的一番话，令我茅塞顿开——提高学生的学习兴趣才是关键。把复杂的内容简单化、系统化简单的内容让学生来讲。这句话说起来容易，做起来难。李改枝老师说她手中除了教授的教材之外，还有其他的相关课程的参考书4本。在每次上课之前都研读所有的参考资料，把每本书上提高的相关知识融会贯通了之后，提炼出精髓，再在课堂上讲给学生听。两个小时的课，往往在备课时要花费6个小时的时间。李改枝老师这种敬业精神和认真的教学态度令我十分敬佩。这样一来，在课堂上就很容易把复杂的问题简单化、系统化的讲给学生听了。简单的问题让学生自己尝试着到讲台上来讲解，这么做既能让学生锻炼自己的胆量，走上讲台来授课，又能很好的使他们集中注意力来思考问题，真是一举两得。在教授英语的过程中，我也感受到了这一点，如果让学生参与到课堂活动中，他们所学的知识就会牢牢记在心里，而不会那么快遗忘。如果整个课堂只有我一个人讲解，学生只是机械的、被动的接受我所讲授的知识，下堂课我在提问时，基本没有学生会记得上节课的内容和要点。在听完讲座之后，我学习到了这种有效进行教学的方法：把复杂的内容简单化、系统化简单的内容让学生来讲。

二、不断给自己充电，做一位知识渊博的教师

正如李改枝老师所谈到的，一节课50分钟，如果让学生完全投入到对新知识的学习中是不可能的，那么当学生对所讲授的内容产生厌倦的情绪怎么办？李改枝老师告诉我们，不聊明星的私生活，不聊与教学无关的时尚话题，我们可以围绕教学内容，对学生们进行知识拓展和情感教育。比如在讲数学定理的时候，如果学生感到厌倦了，那么就可以向学生讲述一下这位数学家平日里刻苦钻研数学的小故事，从而启发学生“我们现在不需要像那位数学家一样去日日夜夜研究这个定理，我们只需要学会应用这个定理就足够了，这是件多

么轻松、愉快的事情啊。”这样一来，就会在一定程度上激励学生继续认真学习。再比如，由一个数字组合联系到了佛教文化，再有佛教文化引申到了我们河南悠久的历史，之后可以告诉学生外国人要想读懂5000年的中国文化，就要来我们河南参观名胜古迹，作为一名河南人，我们是骄傲的、自豪的。这样一来，无意之中就对学生热爱家乡的情感起到了潜移默化的强化作用。我听了以后不觉为之赞叹，原来一节平凡的数学课居然能上的如此绝妙。回想自己所教授的课程——英美文学欣赏中在进行诗歌赏析时，却只带领学生赏析了本首诗歌的含义，令学生明白了诗人借诗歌来抒发自己爱国主义情感，并没有想到过要进一步升华，如何利用这首诗歌来激发学生自己的爱国主义情感。这就是我在教学过程中所欠缺的东西，我也明白了要想开拓自己的教学思路，还是要多看，多听，不断地丰富自己的知识，才能够想出精妙绝伦的授课方式来。

三、 结合历史大背景来授课

这点体会是我在听完幼教系老师的精彩示范课之后领悟到的。如果一部作品不放在历史时代大背景中来讲，学生很有可能不明白作者写这部小说的用意何在？讽刺的是当时怎样的一种社会现实？因此，我在今后讲小说作品时，一定要提及历史时代大背景，以便让学生更好的理解作者写这部小说的意图。

以上几点是我听完讲座之后，真真切切所体会到的、自己在教学中迫切需要改进的地方。这次讲座对我在教学中的帮助太大了，非常感谢校督导室给我们这些年轻教师提供如此宝贵的学习机会，向优秀的经验丰富的教师学习，不断加强教学技能，不断提高自身素质，开拓创新，令自己快速的成长为一名教学能手。

2012年11月22日

参观小区心得篇三

光阴似箭，日月如梭。一眨眼，暑假便从我眼前溜走了。想起暑假做的一件事，我心里又乐开了花。

早晨，阳光亲吻着我的脸，我懒洋洋地睁开眼睛，看了看手表，啊!9点了，怎么没人叫我呢?我像只蜗牛似的穿起衣服，走进厨房，我看见盆子里堆满了各种各样的脏碗。我想：爸爸和妈妈工作得太累了，今天就让他们好好休息吧!我来洗碗，就这样决定了。

“叮咚、叮咚”别在意，这是我把碗放进盆子里时弄出的声响。我先把烧得滚开的开水倒进了盆里，再放洗洁精。因为水太烫，所以要多放些碗进去，“我洗，我洗，我洗洗洗!”“我擦，我擦我擦擦擦!”因为用力太猛，竟洗出了泡泡，有大的，还有小的，阳光吻着它们，使他们改变了颜色，有粉蓝、深蓝;有粉红，有玫瑰红;有嫩绿，深绿……各种颜色，应有尽有。看着这些五彩斑斓的泡泡，我开心地笑了。

碗上的油就像一只只小恶魔，它们是一群小坏蛋，它们怕沾了洗洁精的洗碗帕，因为用洗碗帕擦它们，它们就消失得无影无踪，但还有一些调皮的，用“隐身术”躲了起来，日我看不见它们。洗到现在，我不知道自己已经消灭了多少只小恶魔。

现在，可以开始清碗了。洁净的水从水龙头里蹦跳二出，像一群传穿着雪白的小裙子的小精灵，把用了“隐身术”的小恶魔给冲掉了。

哎!终于洗完了，我累得倒在了沙发上，不过，我很开心，应为我靠自己的努力洗完了碗，劳动给我带来了快乐。我还悟出了一个道理：劳动不仅能给我带来快乐，也会给别人带来幸福和快乐。我看着自己的劳动成果，开心地笑了。

想到这里，我又“咯咯”地笑了起来……

参观小区心得篇四

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。的确，军训是辛苦的，但是辛苦得美丽，辛苦得动人，辛苦得让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。俗语说：不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

军训刚开始。抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。那一二一、立正、稍息、齐步走……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他仍然地认真改正我们每一个动作。这是令人感动的。军训中最苦最累的莫过于站军势。立直着身躯，两脚下压，抬头挺胸……你可以想象一下，烈日下没有一点树荫，那少得可怜的风儿，幸灾乐祸地吹来热气。衣上已留下块块汗斑，麻痛的全身就像钉子般钉在沙地上，寸步不移。一想到这里，老舍笔下的祥子便活现在眼前。

军训——对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学们相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的检阅。为期一周的军训，在不知不觉中就要结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的

气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

参观小区心得篇五

生活，在我看来，就是既然“生存”就要“活动”。通俗来说，只要是生存在这个世界上，就必须通过活动来证明自己的存在价值。正如人们常说，劳动是伟大的，是光荣的，没有劳动就没有这个丰富多彩的世界。

在毛概老师的号召下，11月11号，我与同宿舍的姐妹们去图书馆做了义工活动。我们在尽全力维持图书馆安静的前提下，本着不打扰同学看书的原则下，把每个书库的书进行了有序的整理及归位。虽然时间短暂，但我受益匪浅。在我们的工作下，图书的放置变得井然有序，方便读者的取阅，节约了他们寻找图书的时间，而我也掌握了在图书馆应做的相关工作。若是没有这次的义工活动，我不会认识到如何当一个图书馆管-理-员，毕竟“实践出真知”。

这次义工活动，是以小组为单位的劳动，它不仅启发了我们在任何集体活动中都要保持良好的心态，与搭档团结协作以获取最大收益，还帮助我们了解实践的必要性，劳动的价值，同

时使我们明白了，只有多奉献才能寻找到使我们对受到的教育有所感悟的亮点。

义工活动是不求回报的活动，也是激发我们对公共事业投以热情的活动。参加义工活动所获得的满足感，有助于塑造自己美好的心灵。处于这个时代的我们，大多都是独生子女，父母对我们的宠爱，使我们对劳动，奉献的概念了解肤浅。这次的小组义工活动，使我们体会到了团队的力量、协作的优势，也让我亲身体会到了实践的是检验真理的唯一标准。老师有意识地号召我们去参加力所能及的义工活动，让我们每个人对劳动及奉献有一个更深入的认识，让我们亲身体会到了劳动的艰辛和奉献的满足，让我们重视实践，重视自己的劳动成果，同时懂得回报社会。这不仅加强了我们的劳动观念，而且帮助我们树立正确的人生观、价值观。

通过这次义工活动，我们不得不深思，在竞争如此激烈的今天，我们这些在校的大学生们该如何缓冲校园与社会之间的沟渠？在这个更新速度超快的时代，我们又该如何快速的适应社会？我想光掌握理论知识，有独立的思维是不够的，社会的洗礼同样重要。所以我们应该主动接触社会，主动参加各种义工活动，使自己的实践能力不断提高。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越早的占有先机。我们应该做我们力所能及的事情，从小事做起、从我做起，不辜负社会对在校大学生的期望。

当然，不仅仅是义工活动，各种实践活动的最终目的都是回馈社会。所以我们要摆正自己的立场，永远不要抱着功利心态去进行所谓的义工。那样的话，我们就会成为劳动的奴隶，白白将时间蹉跎给了所谓的名利。只要保持一颗平常心，在校认真学习理论知识，加强社会实践，踏入社会后，竭尽所能锻炼自己，争取早日奉献社会，报答社会的培养。

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为21世纪大学生，有着较高的文化素质，应当积极参加劳动。八荣八耻中明确

提出：以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣。参加了社区的义工服务，就很好地体现了为同学们服务的精神，因此我和朋友都报名参加了2015冬季义工服务。

作为一名义工，我严格遵守义工服务的要求，坚持履行义工服务的义务，积极组织并参加多项义工活动，以实际行动来做一名合格的义工。义工这个群体让我体验到了什么是真正热情，什么是真正的奉献。在管理-员-的组织分配下，我们都能有条不紊地做好相关义工服务工作。在义工服务过程中，我们互相合作，互相搭配，争取达到较高的工作效率。看着同学们热情服务、忙碌的样子，我也尽我所能做好每一件事。张瑞敏曾说过一句话：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”义工服务虽然很简单平凡，但能把这些小事做好就能体现出团结协作、积极向上的精神。

义工服务，不仅启发了我们在任何集体活动中都要保持良好的心态，与搭档团结协作以获取最大收益，还帮助我们了解实践的必要性、劳动的价值，同时使我们明白只有多奉献才能寻找到使我们对受到的教育有所感悟的亮点。义工服务是不求回报的活动，也是激发我们对公共事业投以热情的活动。参加义工服务所获得的满足感，有助于塑造自己美好的心灵。处于这个时代的我们，大多都是独生子女，父母对我们的宠爱，使我们对劳动奉献的概念了解肤浅。社区组织的义工服务，使我们体会到了团队的力量、协作的优势，也让我亲身体会到了实践的是检验真理的唯一标准。让我们每个人对劳动及奉献有一个更深入的认识，让我们亲身体会到了劳动的艰辛和奉献的满足，让我们重视实践，重视自己的劳动成果，同时懂得回报社会。这不仅加强了我们的劳动观念，而且帮助我们树立正确的人生观、价值观。

通过义工服务，我们不得不深思，在竞争如此激烈的今天，我们这些在校的大学生们该如何缓冲校园与社会之间的沟渠？在这个更新速度超快的时代，我们又该如何快速的适应社会？

我想仅仅掌握理论知识，有独立的思维是不够的，社会的洗礼同样重要。所以我们应该主动为他人服务，主动参加各种义工服务，使自己的实践能力不断提高。对于现在的我们，应该做我们力所能及的事情，从小事做起、从我做起，不辜负社会对在校大学生的期望。

从义工的服务工作中，通过谦虚，我学会了许多人生的经验。通过活动，我的到很多的快乐与心灵的满足，这一切都是我宝贵的财富，是书本学习不到。在许多的志愿服务的活动中，我体会到工作的成效取决于个人的积极性。积极地投入、热情地参与、耐心地引导、不厌其烦地解释说明，即使棘手的问题都可以迎刃而解。我们互学习，互努力，共付出，共奉献，原本没有的经验，也装的满满的。所以我们义工志愿服务的人既是奉献者，也是受益者。工作锻炼我的思维，更磨练我的意志。使我更有能力，真心去实人生的价值，从而回报于社会。

张瑞敏曾说过：“把一件简单是事情做好就是不简单，把一件平凡的事情做好就是不平凡。” 我学校就经常参加各种活动，但社区服务对我来说和其他的都不同，是我比较看重的。通过这次社区义工服务，我明白了许多道理也了解自己的不足之处。

义工，浅点儿说是义务地为需要帮助的人工作，深点儿说是一份有意义的工作。义工也可以是指自愿地贡献个人的时间及精神，在不为任何金钱或物质报酬的情况下，为改进社会而提供服务的人士。他的服务范围很广，从捡垃圾到服务社区等等，都是义工可以做的。也许有些人认为做义工是件毫无意义的事情，但是事实上，只有做了之后才知道。当真正做过一次，有了深刻的亲身体会，也就明白了义工的意义所在。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的，因为我还处

于学习的阶段，还没能真正的接触事业，没能真正的了解到工作的难处和辛苦。星期来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。这次事件给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经理。在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，给了自己一个满意的答案，原本以为自己已经学会了一些基础的只是就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还有很长，不能只安于现状，一定要奋勇之前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总会有办法解决的。

在每次的社区服务中，虽然服务的内容和对象有所不同，但每次的性质是一样的，尽自己所能，带给别人温暖和欣慰，在每次的活动中，我感觉我每次的收获都是不同，这世界上有很多不同类型的人、不同类型的人家，社区服务为我打开了这么一个窗口，让我走近接近这些与我有着很大不同的生活境遇的人，让我在尽自己能力去帮助别人的同时，感受到了生活的复杂与温暖。

古人云：“穷则独善其身，达则兼济天下”。作为社区义工的我们，无论怎么做，都无法使重度残疾孩子自理，也无法使一贫如洗的家庭立即摆脱贫困。但我们能给他们一种精神的慰藉，同样这种慰藉也会通过人性直至我们的内心。我们所能做的，就是在我们的价值领域内凸现自己的价值。

服务平台，眼界更加开阔，心灵更加清纯透彻，对奉献过程中得到的快乐感受也更加深刻。正如经济系志愿者服务口号“助人助己，乐人乐己。”以助人为快乐之本为座右铭。

做志愿者工作，在工作的时期里，我们在他人还在睡懒觉的时候，便已经出现在了校园里，经受阳光的洗礼。所以，当别人问起我们是否疲累的时候，我感觉到了自己身上的重担。整个工作过程中，我们所代表的其实并不是个人，而是我们西北工业大学自动化的声誉。所以你做得越好那么这所学校，

这个系给他人的映像也就越好。我们对每个人都一直在微笑着，衣着整齐的做自己的工作，在他人需要时总是第一时间给予他们帮助。

今年我作为第六届“飞思卡尔”全国大学生

智能车竞赛的志愿者，亲身体会了作为一名志愿者的无私和光荣。我们的工作分为几部分，前期主要是志愿者的培训和调试跑道的制作；中期就是迎接参赛队伍，安排他们的食宿问题，让他们熟悉学校的一些地方；后期就是比赛了，这个过程还是比较心酸的，大家白天还要引导参赛队员进入赛场调试车模，晚上还要制作第二天的跑道，每天晚上辛苦到凌晨两点。这些基本上就是我们为您志愿者的工作了。

虽然我们的工作大家看起来都是比较简单的’甚至有的人不屑去做，但真正做起来还是有困难的，大家都成长了许多明白了很多道理。认识了许多新的朋友，学会了一些做人处事的道理。其实有的是看似简单，但是只有经历了才会有收获的，不要想着投机取巧，这样有可能会走很多弯路。

志愿服务是奉献社会、服务他人的一种方式，是传递爱心、播种文明的过程。对被服务对象而言，它是感受社会关怀、获得社会认同的一次机会。对社会而言，它是提升社会文明风气、促进社会和谐的一块基。 志愿者当以爱心为前提。服务社会，帮助他人不能流于形式，而是要发自内心，要用真心去关爱需要帮助的人，哪怕是一句温馨的话语，一个关爱的手势，都能给予人温暖的感觉，因为爱心最具魅力。志愿者当从点滴小事做起。并非所有人都能成就惊天伟业，大多数人都在默默无闻中度过一生，工作着，奉献着，只要你不计得失地付出，那么你就是社会的志愿者，公共场所少吸一支烟，你就为净化环境出了一份力；办公室内少开一次空调，你就为节约能源献出了一份力；多一句劝慰和祝福，你就为社会和谐出了一份力，如此尔矣。

要成为一个合格的志愿者，就要在各个方面要求自己严格一点。虽然有的时候在工作中有所松懈，但是惟独在工作中成长起来，才能磨砺出一个成功的自己。还有不到三年的时间，我就要踏进社会，从事工作。从每一次的志愿者工作中逐渐地积累起今后所必须的社会经验和阅历，是我现在所需要的。

每一个人都有自己的惰性，如何控制自己的惰性，调整自己，克服自己的困难，是今后面对生活和学习的必要途径。志愿者工作就如同今后的工作，如果你对待每一件事情都能像志愿者服务时这么认真的话，我相信，成功的喜悦其实离你很近很近。我们是一个团体，需要每个志愿者辛勤的努力和有效的协作，才能取得预期的良好效果。在我每次在那里工作时，时刻都把工作作为自己必须承担的责任和应尽的义务，无论如何都尽一切努力做的更好。因为这是我自己所选择的，我已做好的思想准备，没有任何理由不去做好。其实，活也不是很累，就是累心里总是觉得很知足了。

做志愿者就好像是一个工作岗位的小型平台，真正全身心投入地去工作，因为我们每一个志愿者都明白，此时此刻我们需要的，是社会经验与公共关系。

作为志愿者，辛苦之余，颇有感想：志愿者，以振兴中华为己任，以尽忠人民为职责；勤于行动、善于关爱、乐于奉献、尽己所能；不计报酬、立足身边、帮助他人、服务社会。每个人之于社会的价值，不仅仅在于创造了多少物质财富，同时也在于为社会创造了多少精神财富。在付出爱心、奉献社会的同时，人生的价值就会得到充分彰显。

成了波澜壮阔。社会需要志愿者，人类的发展需要志愿者。

我想，做志愿者最重要的是成为一个有心人，也许我们做不出惊天动地的事情，但却可以从身边做起，从力所能及的事情做起，用这种方式来培养自己的一颗爱心、一颗好心。以上就是我的志愿者心得体会。

最近，我参加了深圳北站志愿者活动，每天我们身穿红色马夹穿梭在高铁站中，红色的马夹在整个深圳北高铁站显得格外耀眼，虽然这身衣服不像武警的制服那么庄重威武，但却带有当代青年人的活力和朝气，彰显了铁路志愿者蓬勃的青春气息和昂扬的精神风貌。

“志愿者”这三个字，以前的我对它的理解仅仅就是它代表着一支不收取报酬的服务队伍。现在我才真正明白志愿者付出辛苦的同时，也享受着帮助别人带来的莫大快乐。正如英语作文的阅读材料告诉我们那样。当了一回志愿者后，才知道令志愿者苦的不仅是服务的劳累，令志愿者乐的不仅是帮助别人。志愿者是一个帮助他人，服务社会的光荣队伍。

当一个志愿者可以学到很多，这是毋庸置疑的，我想这可能也是志愿者活动拥有强烈吸引力的原因之一吧。这次活动我确实受益匪浅。其实参加活动前我对高铁站的各个方面都有一些了解，经过负责人的培训我对高铁站的各方面知识有了进一步了解。一开始乘客问的许多问题我都得先看资料在回答，搞得别人总向我射来奇怪的目光。工作一天之后，我不仅掌握了关于高铁站的各种知识，也学到了一点和各层次的人沟通的方法。当然，最重要的是增加了阅历，接触了象牙塔外的世界，同时也积累了一点小小高铁站工作经验。这些若没有志愿者活动，对我来说是很难得到的。

当一个志愿者真的很快乐。每个人或多或少都喜欢得到别人的认可，都想体会到自己存在的价值，这两点给人们带来的快乐足以让人们忽视实现这两点给人们带来的痛苦，而志愿者活动就是给了我们一个得到别人认可，展现自我价值的平台。当在寒冬里我为不知如何网上购票的旅客解答时，旅客笑在脸上，我乐在心里。

当一个志愿者也有辛酸。“请问，你需要什么帮助么”“18805车次、5204车次的乘客请到广场上的红色临时候车室候车”“a3区一直往前走，向左拐，就可以看到

了。”“1435号车次在b8区。”大家耐心的给旅客朋友们介绍着，看到需要帮助的旅客便主动上去帮忙，有时可能会被旅客误解为骗子，但志愿者们还是热心的给大家提供帮助。记得我们在售票大厅遇到一个老人，他急着要买票，可是所有窗口都堆满了人，我跟售票小姐说明情况，想让老人先买票，可是他说有规定要排队买票，我们在跟工作人员交涉无果后，发现他已经静静地离开了。那时候感觉很无奈，很无助，我们毕竟只是学生，力量太小了，稍微麻烦一点的事我们就帮不上了哎。

时光荏苒，在火车站当志愿者的日子很快就过去了。我由衷的感谢外语学院实践部为我们创造了这次机会，搭建了一个让我们认识社会服务乘客的平台。这次志愿活动是我的大学乃至人生的一个亮点，为我今后走向社会岗位打下了一个为人民服务的良好基础。为今后的学习、成长、工作起到了促进作用。今后如有这样的活动，我还会积极参加。

参观小区心得篇六

时光荏苒，日月如梭，转眼间我们已走过小学、中学，迈入了大学的校门。大学的一切都如此新奇不同，若说能让人感到十分熟悉亲切的存在，军训肯定是其中之一。

往日，军人形象只存在于媒体荧幕上。军人们以笔挺的身姿，守护着各自的领域；以坚毅的眼神，守望着我们的家国。

往日，军人们的事件只存在于历史课本上。中国过去的自立，离不开革命先烈的无私付出。而中国如今的自强，则离不开当代军人们的默默奉献。正是他们，在艰苦的边境线上陪伴着国旗；正是他们，在滚滚山火中前赴后继；正是他们，在地震山洪中为人民群众撑起一片天；正是他们，在疫情最严重的地区为大家带来希望。

现在在军训中，我们终于得以见到一直默默守护我们的家园的无名英雄，终于得以与之一同训练，增强体魄，磨练意志。

飒飒秋风，吹不歪我们的身姿；滴滴寒露，浇不灭我们的意志。风扫落叶是给我们的掌声；朝阳晚霞是对我们的赞赏。愿我们都能在此次活动中，锻炼出如军人般强健的体魄，培养出如军人般钢铁的意志。