

2023年取保候审期间心得体会 抗疫期间 网课心得体会(大全10篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

取保候审期间心得体会篇一

网课这个平台，“水土不服”的不光是学生、还有讲课的老师啊。

她们平时上课都在讲台前，有些老师对电脑操作不熟练。有一次，我在听课过程中一切进行得都是那么自然，突然老师鼠标一点ppt不翼而飞，这个屏幕界面一片空白，老师的眼神在一刹那变得有些惊恐。很快她调整状态，假装什么都没有发生的样子继续讲课。

有学生抱怨这个假期过得不快乐，害，知足吧。老师在家里要备课、做ppt思考开学后的讲课安排、最后还要被抱怨，太南了。详情可见钉钉里也有一些老师毫不留情地给了“一星好评”。(想想老师跟我们一起受着折磨，有没有快乐一点呢?)

根据我上的网课，我发现几个特点。

讲课围绕ppt进行，像语文我们上的是文化类基础知识，比如《四书》《五经》包括什么。包含的内容非常多，而时间有限，老师只能够走马观花，草草读了一下长长的内容。

但是这样的授课方式很容易让学生遗忘学习的知识点，最好

是边讲解边辅以例子。问题是这类知识点只能靠背，因此想要掌握也只能勤做笔记或者多看回放的ppt背诵了。

目前英语的网课是教我们写作文，老师喜欢先破题，讲很长时间，我比较性急，先自己大概写一些点然后拉到范文部分跟范文比较，听英语网课我希望积累的是生词和词组的固定搭配，因为我积累得很少。

暂时没有上科学和历史与社会的网课，期待老师的精彩表现。

这次也算是全民网课吧，就连一年级的翡翠也下载了钉钉。她的学校要求要背诵《弟子规》和《三字经》，得知消息的我感到无比震撼，有种心惊之感。

于是我要求跟着妹妹一起背《三字经》，这算不算多年之后的启蒙？我终于“开化”了。我不无欣慰地想。

在家学习有了更多自由支配的时间，可以做很多自己喜爱的事，瞥眼望去我的翡翠也在努力地学习，我突然有了种“老妈妈”的幸福感。总之在家都没有闲着，希望有进步。

取保候审期间心得体会篇二

一天，在漫漫的人生中只不过是匆匆的一瞬间罢了，但是，在艰苦的军训中，这一天并不是平凡的一天！

一天的军训中，包含着我们的酸甜苦辣。站军姿，齐步走，我们一遍又一遍地重复着枯燥的动作；喊口令时，我们必须用尽全身的力气去嘶吼，尽管教官并不怎么严，但是我们仍旧严格的要求自己。

腰酸了，必须撑着；背疼了，也要停止；脚酸了，也不能挪动丝毫。火热的烈阳，可我们仍旧在训练，疲惫的身躯，火辣辣的嗓子，疼痛的手脚都在重复着之前的动作。严肃的教官，

艰苦的生活——一切都是因为我们是在以一个军人的身份面对！

这一天，是苦于累的一天，更是付出辛苦，汗水和收获快乐，成熟的一天！

汗水打湿了我们的衣服，却没有浇灭我们心中的热火！经过艰苦但颇有成效的军训后，我们的腰板挺直了；面孔刚毅了；意志坚强了；精神抖擞了！

军训，只有经历才深知其中的辛苦；只有经历才能变得更加的坚强；只有经历才能感受到来自心灵的感悟；只有经历才会尝到这苦中带着的浓郁的甜味。

取保候审期间心得体会篇三

时光匆匆，岁月如梭，一载流年又从指尖滑过，回首来路，有风有雨，回眸世事，有喜有悲。山水一程，日月三江，任时光荏苒，光阴的故事总在一遍遍的述说。时间无法留住，记忆却永铭心间。在这辞旧迎新之时，辞去旧岁也辞去冷冬的寒凉，迎来新春也迎来一春的暖意。欢乐是一种心情，淡然也是一种心境，新年伊始，在清新的民歌中，守候着民族的深远与浩瀚，在歌声中一剪寒梅伴着雪花带着新年的祝福香飘四方！

忙碌了一年的亲人朋友都放下了往日那沉重的工作回到家，一打开电视就听到了过年啦！这是头条新闻。这是人人心中的头条新闻。这新闻是隆重，是喜庆，是庄严，是团聚，是温暖，是敬意。这两个字，在人们心中份量很重，含义却越来越单薄。于是过年就简单成了对春运的不满、对春晚的唠叨，简单成了一顿年夜饭和几挂烟花爆竹。

过年被称为春节，是从民国开始的，至今未滿百年。对过年

的叫法，历代雅称不同，其中元旦和元日比较通行。“年”在甲骨文中，写为上“禾”下“人”，是一个人头顶谷物的样子，此字周代才有。尧舜时称“年”为“载”，夏代称“岁”，商朝称“祀”。“祀”的意思，就是四时已过，要奉祀神灵祖先了，过年的习俗便源于此。

现在过年多被看作一种民俗，流传的也是一些民间传说。其实在古代，过年不仅是一种民俗，更是一种政治行为，是一年中最高尚、最庄严的日子，当然也是民众最欢乐的日子。

农耕传统，注定了中国人非常重视天、地、雨水，而这一切都要仰仗时序。春节是一年时序变化之始，从周代开始，关于春节就形成了一门复杂的学问，在《礼记》《尚书》中都有记载。由于这份历史记忆的缺失，使我们已不大理解春节的真正含义了，从中感受到的神圣和欢乐，自然也比古人少了很多。

天人合一，是传统中国人的价值观，也是春节的灵魂所在。若没有这个理念，我们就很难理解春节民俗中的很多行为。

中国人自古相信，只有在自然神的引领和关照下，人类才能获得有保障、有秩序的生活。所以一年之始，祭祀天地诸神、表达对天地的敬畏，便成为国家最重要的政治活动。《礼记》记载，在立春前三天，天子便开始斋戒。立春之日，天子要亲率三公、九卿、诸侯和大夫，到东郊举行迎春典礼，礼毕回朝，天子再对各级官员进行赏赐。正月第一个辛日，天子要代表国家举行祭天之礼，来祈祷天下谷物丰收。亥日，天子要带领官员一起，去亲自耕种用来祭祀天帝用的农田，用来表达对天地的敬意。民众的生活资源，均来自山林河湖，所以正月，各地政府还要祭祀山林河湖。为了保护牲畜繁殖，规定祭祀的牲畜不能用雌的。

这是国家礼仪。到了民间，也有很多做法来表达对自然和祖先的敬意。到宗祠祭祖是民间过年一个重要内容。除此之外，

腊月二十三祭灶王爷，除夕夜设天地桌接神，供奉天地诸神，都是春节的重要礼仪。像河南等地，还把初十当作石头的生日，这一天不能用任何磨、碾等石制工具，人们向石头焚香致敬，设供物祭祀石头。这可能这是从石器时代保存下来的礼仪。总之，春节里无论国家还是民间，敬奉天地诸神和祖先的礼仪都是重要内容。这些礼仪表达了对天地和先祖的遵从与敬畏，也使人们在春节中体会到了一种神圣感。

古人在正月还有很多禁忌，这些在《礼记》中也有记载。我们的先祖明白，对自然界的保护，其实是对人类自身的保护。比如正月禁止砍伐树木，不可捣毁鸟巢，不可杀害幼虫，以及未出生的或刚出生的动物与幼鸟，不可捕杀幼兽、掏取鸟蛋，不可聚集大批民众，不可建筑城郭。这些禁忌，体现的都是传统中国人与自然和谐相处的生存意识。可惜的是，这样一些禁忌，很多已被我们遗忘。

这里只说了一点古人春节礼仪的片断，从这些片断，我们可以感受到春节的灵魂，首先是对天地自然的敬畏和感恩，以及对先祖的追忆和缅怀。只有在与天地和谐共处的气氛中，人们从世间感受到的欢乐才更真切。在全球关注生态文明的今天，我们温习古人关于春节的礼仪，能让我们更深刻地感知到中国传统生活的优雅。在拥有了相应的文化心理后，我们对春节的感受也会变得丰富一些。

取保候审期间心得体会篇四

为阻断疫情向校园蔓延，确保师生生命安全和身体健康，我市学校展开“停课不停学”的网络教学。然而，有些网上教学只是把课本内容简单地搬到电脑上，按在校一样排出“课表”，而且不顾学生是否具备网上学习的条件实行签到打卡，增加了学生的烦恼和家长的负担。而今，教育行政门发出通知，明确禁止学校直接把线上资源甩给学生、机械照搬网课的行为。应该说这是在“停课不停学”中做好“减负”的样板，对各级各类学校和老师都具有一定的借鉴意义。

在“停课不停学”中做好“减负”，一是要根据不同年级学生的理解能力和接受能力，对众多学习资源进行必要筛选，合理设置网上课程，打破原有的“数学”“语文”“外语”“科学”等课表式安排和满堂灌的教学方法，可结合防控疫情的基础知识和防疫一线的英雄事迹等，适当增加健康课程、感恩课程、运动课程等，以提高学生的防控知识和自我保护能力；二是要对学生在学习中的一些难点，任课老师不妨通过班级微信群予以一对一的解答，以确保学习效果；三是要掌握在线学习与在校上课的不同特点，注重发挥家校协同的作用，把学生“抓”在手里。确保孩子按时上课并及时完成线上作业，从而形成管理闭环，使“停课不停学”既不增加学生负担，又收到最大化效果。

经过几天的学习、摸索和调整，目前我主要从这几方面开展教学：

1、备课。在直播课前一天，看课本、教材、课标，查资料，订学案。

2、为方便学生在腾讯会议室的操作，我会提前10分钟发直播链接

或会议号，就可以听课了，免得听课迟到。然后直播结束后，点开群里发的家校本，就能快速地了解自习任务。

3、直播课上，要求学生记好笔记，留下纸质的复习资料。并在直播课结束后，家校本上拍照提交，这样也能大概地了解，哪些学生听课了，哪些没有听课，督促学生认真听课。

4、在直播课期间，我会根据老师的讲解，完善学案。在直播课结束后，把学案发到班级群里，让学生结合笔记完成学案，拍照提交到家校本。对于课上没弄懂的问题，在微信里留言，个性问题找老师辅导，共性问题在班群里统一讲解。

目前的教学工作还有很多不足与无奈。毕竟网络直播教学，不同于面对面教学，老师不能及时了解每个学生的学习状况，不能完全掌控课堂，一些学生自制力差，家长监管不力，学习就成了应付差事。怎样保证学生全员参与，积极学习，还需要不断地探索。

取保候审期间心得体会篇五

20__年的新型冠状病毒所引起的具有高度传染性的肺炎笼罩着中国的上空，没有了节日的气氛，变得阴沉。路上行走的只剩下忙碌的白衣天使。各地医生整装待发，不畏死亡，以医人为主要原则，他们始终站在这场“战争”的第一线。中国工程院院士钟南山说了一句话：“把病情最严重的病人送到我这儿来。”难道奋战到死神侧旁是他们必须做的事情吗？当然不是，是因为他们知道他们是中国人，他们是同胞心中的白衣天使。

在疫情期间还发生过这样的一则新闻：1月28日晚上，一名身穿黑色衣服、30多岁的男子为重庆市沙坪坝公安分局土主街派出所民警送来了两百个口罩。男子只说：“警察同志，你们辛苦了！你们奋战在疫情一线，你们留着比我们留着管用。”虽然这只是两百个口罩，但这无不体现出中国人的道德，中华魂的美丽。当一个平凡的人做了不平凡的事便也会变得不平凡。

疫情达到高潮时，中国明星、网红也大力捐赠。古天乐捐赠1000万元，赵本山以辽宁民间艺术团名义向武汉捐赠1000万元，韩红的爱心慈善基金会募集善款1150万元人民币。薇娅捐赠200万元，李佳琦捐赠9000套医用防护服n95口罩4万只，一次性医用口罩7000只，辛有志捐赠1.5亿等等。不知情的人都说他们只是在这个非常时期提高知名度，上热搜。而中国人会说他们在展现自己的灵魂所在。也许只有在最困难的时期才可分辨出谁才是与你最亲近的人。

中国人就是这样的无私，这样的美丽，这样的值得骄傲。

中国人就是这样的团结，这样的怀爱，这样的值得赞美。

中国人总是昂首，不是因为自以为是，而是因为他们拥有值得歌颂的灵魂和值得被爱的祖国。

白衣天使加油!武汉加油!中国加油!

取保候审期间心得体会篇六

一场可怕的疫情席卷了整个xx[]人们内心的恐慌甚至涨得比感染人数还快。在这危难时刻，医生、党员、志愿者们用自己坚实的臂膀撑起了即将被病毒压垮的蓝天。抗疫路上，有你真好。

我的爸爸是一名普通的公务员，在乡镇工作，疫情突发后，大部分人还在放假时，他已踏上抗疫之路。每天早上，天边刚刚露出鱼肚白，他已整装待发;晚上，太阳早已落山时，他才归来。一天十几小时的工作已成常态。即使到了双休日，也和往常无异，他依然奋战在一线，记录来访人员，观察隔离人员，照顾贫困人员，日复一日。

农村部分人防疫意识不强，一些人即使刚从疫情重灾区回来，也还到处探亲访友，爸爸和同事们为了防止疫情扩散，常常要面对面和这些人交流，询问他们接触了哪些人。

对一般人而言，这似乎比面对洪水猛兽还危险，因为如果这些人真的染上了肺炎，那么爸爸他们就可能被感染，但他从未退缩。爸爸和同事们就是一盏盏明灯，照亮了行走在抗疫之路上的我们，有你真好。

每天长时间在外，恐慌与压力并存，一旦疏忽，极有可能万劫不复。然而我从未在他的脸上捕捉到一点厌烦和消极的脸

色，他总是面带微笑地回到家中，那种自信和乐观的精神似乎能融化至坚的冰。即使疲倦劳累，他依然无微不至地关心着我的身体和学业，对最终战胜病魔充满了信心。每次看到爸爸坚毅的目光，我都会在心里默念：抗疫路上，有你真好。

哪有什么岁月静好，只是有人在为你负重前行。不论是白衣战士，还是工人，亦或是基层工作者。他们都是共和国的脊梁。医生在前线英勇无畏地抗击着病魔，工人提早复工废寝忘食地制作医疗用品，基层工作者细致入微地关心每一个人民。在抗击疫情的路上，没有一股力量是渺小的，没有一个人是无用的，没有一种帮助是无益的。有他们在，难道会有跨不过的沟壑吗？抗疫路上，有你们真好。

取保候审期间心得体会篇七

20__年__月__日，我被学校安排到__区税务局征管科实习。到征管科实习，是我踏出校门步入社会的第一份工作。征管科是税务档案的管理部门，里面的档案资料是各部门在税收征管过程中直接形成的有保存价值的各种文字、图表等的历史记录。档案管理，听起来让人觉得很轻松，因为当今社会电脑相当普及，任何资料都智能化。我来之前也是这样想的，可当我来到这里真正接触这项工作时才知道，事实并不是那么回事，因为有些东西电脑根本就做不到。

我刚来实习，正好遇到征管科资料倒库。资料倒库这个工作不仅工作量大(因为这个科的资料特别多——有两个资料室，每个资料室都放满了资料)，而且很复杂——首先要把资料装箱，然后进行交换，交换完后就要把它们上架，上架后还要给资料编新位置码。特别重要的是：因为保存的都是纳税人的档案，是绝对不可以泄漏出去的。因此，这项工作除了要有吃苦耐劳的精神，还要有专心致志的工作态度，更重要的是要有很高的警惕性。

一、资料管理要科学

2、部分经办人不能合理安排工作时间。

由于这两个原因，导致无暇顾及各类应整理归档的征管资料，造成这些资料很容易遗失。如我所在的征管科就严重存在这种情况：一是资料没有及时整理、归档，有些资料一放就一两个月，二是资料堆放随意性，从桌面到桌底到处都是。

二、资料管理要规范

1、资料一定要齐全，而且归档一定要符合标准。

资料不齐全或归档不符合标准，就会给工作造成很大的被动。如我所在的征管科的资料就有“张冠李戴”的现象，这样一来，不仅增加了工作的难度，更重要的是影响了单位的形象。

2、要有专用、足够的场地。

没有专用的场地或场地不足的话，资料就很难整齐堆放，这样一来，就一定会出现资料查找不方便、检找速度慢等现象，造成既费时，又费劲。如我所在的征管科，征管资料由于受存放场地及其它因素的限制，需查找资料时，则要翻箱倒柜，不仅容易造成资料破损，而且还严重影响了工作效率。

3、纳税人资格发生变更的，征管资料要及时转移。

我所在的征管科就存在这种情况：在接收一般纳税人资料时，发现有10多户纳税人资格发生变化(有个别业户变更时间在半年以上的)，而税收征管资料尚未移送到接管的小规模管理分局。

取保候审期间心得体会篇八

光阴似箭，日月如梭，我们的军需生活如同白驹过隙一般，

不知不觉已经接近尾声。

我本想着教官在最后一天带我们大干一场的，但我们的教官持着“会了就行”的理念，先带着我们练了一遍，似乎还算满意，便让我们坐下。

我以为这是个很好的开端，因为坐着看别的排训练有种说不出的爽感。谁知我们就这样硬生生地干坐着了，直接被教官无情抛弃，无聊先不说，关键我们硬是坐出了坐着比站着累的感觉。大概到快要吃饭的时候了吧，终于可以起来做点运动了。我欲站起之时，发现凭我一己之力难以支撑我整个身体了。站久了会累，坐久了会麻啊。

下午，因为军训已经进入倒计时了，所以我们全排又进行了一次演练。有过前一次的经验，以及对自己和大家的信心，我已经毫不紧张了。最后的结果也没有让我们失望。

通过这些天的军训，我晒黑了一点，但我收获了很多。我想，我因该感谢我的教官，他第一次训练我们的时候，我们并没有表现得比其他排优秀，但他却一次又一次地称我们为精英，而且我们休息的时间肯定比其他排要多。我们也像受到了鼓舞，开始努力变得比其他排优秀。从这里我们看到了赞美和团队的力量。

教官为我们操碎了心，喉咙开始变得嘶哑。起初我们还嘲笑他“变音”了，现在想想，只有满满的歉意和心痛。

这几天，我也收获了新友谊，第一个高中新朋友，虽然有点二愣子，但算是“人傻好说话”，与我志趣还挺相投的。我相信我们的友谊能一直延伸下去。

明天就是最后一天了，也许以后再想见教官就很难了。

为了给教官留下好的印象，也为了给我们自己留下一个美满

的军训回忆，我决定，尽己之力，拿下明天会操胜利！

取保候审期间心得体会篇九

当前，新型冠状病毒防疫工作进入关键期。党和政府正调配资源加强部署，医务人员正坚守一线星夜奋战，作为社会公众中的普通一员，我们每个人同样不应低估作为个体对全民族战胜疫情的作用与意义。毫无疑问，在阻断传染源、控制疫情扩散、打赢抗击疫情之战的任务面前，我们每个人都是一个关键节点。

如果你有发热、乏力等不适，请及时主动就医。此刻，你我他命运相连，唯有彼此负责、相互关爱，才能抵御疫情、共克时艰。只有人人提高警惕、做好防范，我们才能最大限度守护好自己和家人的健康，才能最快最有效遏制住疫情蔓延的势头。

只有击破谣言，才能增强信心。疫情当前，前线的人正在拼命，谣言只会制造恐慌，扰乱民心。我们每个人都要增强科学素养、提高辨别意识，坚持造谣可恶、信谣可悲、传谣可耻，坚决做到不信谣不传谣，以科学知识积极防护，以阳光心态相互鼓励，传播同舟共济的正能量，筑起守望相助的防护网。

只要我们彼此真诚关爱，我们的信心和力量就会引领我们取得这场战争的最后胜利。

这是一场没有硝烟的战争，属于每一个普通的，平凡的华夏儿女的战争。再抗击疫情的每一天，我们与疫情赤膊相见。在这片土地上，在那些素未谋面的面孔里，那些义无反顾的背影中，希望能滋生出一些勇气，因为冬天总会过去，迈过这道坎儿，一切都会好起来的。只要人人重视，拿出攻坚克难，壮士断腕的决心，定会春来疫去，万物复苏！

取保候审期间心得体会篇十

在长达一个多月的时间里，我一直在学院花卉课题组里实习，学习兰花等花卉的组织培养、细胞工程等方面的知识。实习期间，我的心态不断转变，在思想方面有了较多的收获，认识也更加深入。

一、学无止境，学以致用。

学习是无穷无尽的，自学能力是关键，不耻下问，灵活运用，这是我的感悟之一。因为在我所在的实验室内，我又变成了师妹，辈分最低，刚开始只能帮忙作些杂事。而我之前完全没有接触过，缺乏相关的理论、实验基础，一切都要从头学起，最重要的当然是靠自学，不懂就问下其他师兄师姐，多问多看多动手，才能弥补自己的劣势。

二、适应环境，自娱自乐。

每天都重复同样的实验，很容易让人产生厌烦情绪，感到无聊。这对我的耐心是一次极大的考验。为此，我努力让自己适应这种节奏，通过空闲时间的娱乐来协调情绪，保持动力。打乒乓球便是其中一种。由于在实验室隔壁便是学院资料室，里面就有乒乓球台，所以每天下午实验结束后，我都会去那里学习打球。由于这个机缘，我觅得一位知音，也接触到许多人，包括老师，外国研究生等，从他们身上学到许多不同的东西，从而不断激起我的斗志，让我能够坚持下去。

三、通过本质看问题。

实验后的培养基剩余物或被污染、发生褐变等，外观会让人感到有的恶心，但是每当想到这些培养基包含了植物所必须的所有大量及微量元素、激素等，使其生长发育，我便不会在乎其脏乱，清理时也没压力了。可见，从本质上看问题，往往能够抓住问题的关键，更好的解决问题。总之，这次实

习让我在思想上收获颇丰。我将珍视思想上的感悟，鞭策自己不断进步。

(二)工作总结

在花卉课题组实验室实习期间，我在花卉组织培养方法技能等方面得到了较为全面的锻炼，实验操作能力得到较大提高，在工作方法上也有不少心得体会。

一、花卉组培技能学习。

从洗瓶子、压锅、配培养基、接种、观察记录，到分子标记、大田种苗等实验操作我都要学习从头开始学，刚开始挺吃力的。比如洗瓶子时会不小心刮伤手指，接种时又会被酒精灯烫到，有一次还烧到指甲。但是，这些都不足以让我畏惧，有付出才有收获。现在我已经基本能够上手了，并且看到自己所培养的种能够完好的生长便是对我的鼓励。

二、熟能生巧。

看到师兄师姐熟练的`手法，快速的动作，我很想跟他们一样。可是自己仍处于起步阶段，不能急于求成，必须按部就班，不断练习，巩固基础。虽然每天只进步1%，但一个多月下来，我也可以熟练操作了。

三、全身心投入。

因为实验接种要求污染率不超过5%，所以必须全身心投入。每次接种前灭菌消毒工作是基础，决定着实验的成败；实验操作方法也要正确、细心，尽量降低可能的污染来源，才能保持较高的成活率。只有用心去做，才有新的收获。

总之，此次实习，我学到了花卉组培方面的技能，有助于我接下来的研究生实验，我将不断提升相关技能，使自己朝

着“专、精、通”的方向发展。