

## 个人心得体会 1

家风是什么?或许在如今经济社会高速发展的今天,家风似乎都会觉得是老一辈人甚至是古代严厉讲求的内容,殊不知,一个人的成人成才与家风有着息息相关。

家风是一个家族代代相传沿袭下来的体现家族成员精神风貌、道德品质、审美格调和整体气质的家族文化风格。家风不是高精尖的哲学,也不是让人无法靠近,它更是一种个人综合素质的体现,更是人生迷茫和困苦时为你指明光明道路的希望之光。作为新一代年轻人:

一是要拥有家风的意识。理解家风是什么含义?会给自己带来什么?不是高大上,不是高精尖,哪怕是你孝敬父母,哪怕是你真诚和坦率,都是家风的体现,作为 90 后,很多都已为人父母,自己良好家风的体现,更是为下一代理下了良好的道德种子。

二是要坚持家风的正气,家风是一个家族风貌的综合体现,一定程度上,也是我们在平时的生活、工作中的行为准则,充满正能量的家风,思想不会被邪恶所迷惑,不会让行为越轨,正气是靠家庭中每个人的正气,是靠每个人的'坚持。

三是要做好家风的传承。家风与生活息息相关，每个人都有责任去发扬和传承，也许我们每个家庭不一定会有专门的家风“秘笈”，但是一代一代的去教导，一代代的发扬，就会让每一代人都在良好的家风中受益、家风是一本书，也不是一本书。靠的是生活中的思考，靠的是生活中的不断总结，良好的家风定会成为人生成才道路上的助推器。

一个人的成长成材，离不开家风的潜移默化；而一个社会的文明程度，即是千万家庭家教家风的总和。“一室之不治，何以天下家国为？”的古训仍历历在耳，“修身齐家治国平天下”的信条更是千年不殒，中国古人对于家风的重视由此可见一斑。

家风是一个家族世世代代流传下来的处世之道，是祖先历经世事之后的经验之言，可以成册，可以言传，但无论是哪种形式，必是对子孙的谆谆劝诫。好的家风淳朴无华，催人向善，是引导子孙成人成材的不二法门，也是约束子孙行为规范的内心准则；反之，则误人误己，诱导子孙步入歧途。往小看是修身齐家，往大看是治国平天下。优良家风需要传承，需要推广，社会正气需要弘扬。

家风对个人的影响是根深蒂固的。家庭是个人的第一课堂，我们常说“龙生龙凤生凤，老鼠的儿子会打洞”，便是对于家风的一个最通俗的理解，也是一个真实的写照。父母诚朴，则子孙

向善，父母贪腐，则儿孙效仿，家风直接影响个人的价值观与世界观。古来宗族大家庭，必让孩子以德高望重者为榜样，而今家庭变小了，更需要家长做好教育的第一任老师，让优良的家风传承下去，为后代茵福。

良好的家风能形成廉洁的行政作风。近年来，官员子女家属腐败事件频发，影响恶劣，不免令人质疑其家风。“小来偷针，长大偷金”，不良家风追求物质、追求欲望、追求攀比，不仅自己锒铛入狱，也为儿孙后代埋下祸根。值得庆幸的是，行政廉洁公正的人也大有人在，他们一生奉公执法，淳朴善良，为人民办实事，广受尊敬与爱戴。家风会蔓延到工作作风，优良的家风则是法制化建设的重要推力，而行政作风的廉洁公正则需要家风正统来保证。

家风影响社风，是精神文明建设的基石。社会是千万家庭的总和，家风汇聚起来就是社风，多数家庭家风淳朴，则社风淳朴；社风的急功近利，则说明多数家庭也是急功近利的。近年来人们对物欲的过度追求现象越来越严重，拼豪宅、拼豪车，甚至有结婚彩礼都明码标价的奇葩景象。人民向往的美好生活，不仅是人人“仓廩实衣食足”的物质生活，还应该有“知礼节知荣辱”的社会风气。而改变社会风气不能一蹴而就，着眼点仍需在家风。

优良家风需传承，社会正气需弘扬，这不仅是利己的“小事”，

更是利民的“大事”。在全社会弘扬家风的建设，不仅能扬善于小，防恶于微，更能引导人们摒弃浮躁功利，重塑文明荣辱。而家风的建设也不是轻而易举的，需要榜样力量，社会的持续关注和人们的长期努力。个人心得体会 2

进入大学上的第一门课就是军训，怀之新奇有激动的情绪，我们全身心的投入到真正的军队生活中。很快半个多月的军训生活结束了，经过教官的严格要求、刻苦训练和同学们的不怕困难，不怕挫折的精神，圆满的完成这次军训任务。以下是我对本次军训的自我评价。

只有经历过了风雨，才会看见彩虹，有过了磨砺才能成长。短短的军训日子，使我洗涤去许多的酸甜苦辣，却是最难忘的记忆，它牢牢的占据了我的心。军训的日子虽苦，却像苦咖啡一样能够品尝出浓浓的滋味，军训是新生入学的第一课，也是一堂综合素质的提高课。这一次的军训有着更特殊的好处，通过军训，进一步的让我增强了爱国热情。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进；军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为；军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。军训，让同学们普遍增强了体质，磨练了意志，培养了团结协作的精神，构成了良好的纪律观念。十五天的军训虽然结束了，但留给我们的的是永远完美的

回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，经过十五天的训练，我们相信，这十五天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，是挥之不去的，我必须会把在军训中构成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我的整个人生。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不让父母扶着走。我要让我所走过的每条路，都留下我的足迹。我已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自我，提高自我，完善自我。这样我的路才会越走越远，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。

短短的十五天军训，不知不觉中竟已到了尾声。回眸十五天中的我，似乎每一天都在蜕变，每一天都在成长……看着这天被阳光烤得炙热的跑道上一个个整齐的方阵，所有人都能够骄傲的说：这是由我们的努力换来的！尽管大家的皮肤是一天比一天黑，尽管身上的衣服被汗水湿透了一遍又一遍，尽管操场上的蚊虫总是肆意地围绕着大家转，尽管……可没有一个人放下！每一个人为了不因自己而拖累整个群众都不敢有半点偷懒，尽管军训资料确实乏味，可为了这个“家”，即使再苦再累，也要熬下去，就让挥洒的汗水在阳光的照射下显现出充满青春团结的光芒！

经过这次军队化训练，不但是我们身体更加的强壮，是我们更加的能吃苦耐劳，而且使我们真正了解到人们子弟兵的艰辛与伟大的奉献精神，同时也认识国家国防的建设的必要性。她让我懂得了，应对困难，只要你自己相信你能行，你就必须行。接下来的大学日子，我将更加的努力，严格要求自己，将来更好的报答祖国！个人心得体会 3

跨入公司这个平台一年多以来，我觉得自己成长了一部分，也感觉自己滞留了一部分。其实很多时候成长和退步都是同时进行的，我们每个人的精力都有限，在一个仅有的空间里，我们所能提升的也只能是一部分，还有一部分如果我们自己不去想方设法的提升的话，也只能局部停留了。所以这次谈起自己的成长，我还是觉得有那么一些感触的。

一年多，对于我这个刚刚毕业的青年人来说，或许并不长，很多人依旧在社会上彷徨，也有很多人依旧没有目标和目的地，其实对于我来说，对于这份工作而言，我认为自己是很满足的，但是也有一些不满足的地方。比如说自己的野心得不到实现，自己的目光不够长远等等。这些在我的生活里也制造了一些困扰，但是面对这一份自己比较擅长的事业，我还是很满意自己这一年多的表现的。

在这一段时光旅途之中，我认为自己成长了的部分主要表现在自己的逻辑上，以前自己的行动力和想象力并没有这么强，处理事情的逻辑也不是很强，这一年多，让我感觉到最为明显的就是自己在语言表达以及写作顺畅度上有了一定的提升，或许很多时候文笔并没有很好，但是我认为不管我在一个什么样的状态里，我的逻辑起码是对的，并没有辜负这一次行动。

但我比较缺乏的还是一个进步的决心。因为对于这份工作，我们还是会有一个过渡期，在这个过渡期里，我曾经一度感觉到麻木，所以对自身的提高也是比较少的。一开始我还会想着去提升自己，但是慢慢的，我发现在每日工作完毕之后，自己的身心都是比较疲惫的，再执笔时也感觉自己的思维有些跟不上了，或许这就是我在这份事业上的一个疲惫期吧。

我一直认为成长和倒退是彼此存在的，成长之所以称之为成长，是因为在这个过程当中，我们成长的速度快过了倒退的速度，所以总体上看上去，我们是在进步的。但是对待事业和生活，有时候我们只能做一些取舍，很多地方该放弃的就要放弃，切记不要“拣了芝麻丢了西瓜”，成长是慢慢来的，也是我们在一份事业当中思想上慢慢的觉醒。我们的生活中，有些东西尽可能被蒙蔽和遗忘，但是我们也不会放弃对每个明天的渴望，我想这就是我一直坚持和努力的原因，未来，我也依旧会保持一个向上的态

度，积极对待每个新的日子！个人心得体会 4

俗话说：“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。”很多时候，大家对我们职业的评价都是多余神圣化。

谈及教师，人们经常会说教师这个工作好，轻松、待遇也高；朋友们说，教师是个光辉的职业，你可别误人子弟；家人们说做老师脾气要好，你这脾气要改改了。读了朱永新先生的《致教师》后，到目前为止对我作为一个教师来说收效最快、影响最大的精神食粮。书中，朱老师回答了近 50 个教师提出的比较普遍的问题，在精神层面、理论层面、实操层面，引领教师们过一种完整而幸福的教育生活。

清晰记得书里提到这样一个问题：如何对学生一视同仁？反问自己是否真正做到对学生一视同仁时，相信部分教师会心虚不能肯定回答。其实在每个班级里，总有些孩子招人喜爱，有些孩子乖巧听话，还有些孩子不爱说话、相对愚钝，特别是那些老是惹麻烦的孩子，很难让人喜欢。尽管教师们都同意应该一视同仁，但在不知不觉中还是表现出不一致。而朱老师对这个问题的回答是：“只要你相信孩子，孩子就会自信，孩子的不同，不能够成为我们厚此薄彼的理由”。

是啊，我们之所以会对孩子有不同的态度，往往是因为我们

给孩子贴上了不同的标签。外貌美丽、乖巧听话、聪明能干、沉默寡言、顽皮淘气等等词语，都是一个又一个的标签。一旦贴上了就像“牛皮癣”一样难以卸下。这种先入为主的有色看法直接影响教师的态度。虽然家庭造成了孩子的千差万别，但每个孩子都是独一无二的天使，作为教师，要给孩子自由，给他时间，给他空间。同时要善于发现学生的特别之处，及时鼓励表扬，也许他们会爆发出我们难以想象的能量。所以，教师们都应该记住：只有你不放弃，孩子才不会自弃。只要你还相信，孩子就会自信。

还记得自己刚站走上教育岗位时的手忙脚乱和经历的挫折，一度曾使我快失去信心。这一切我都经历了，坚持了下来。迄今为止，我在教育这个岗位上风斗了 20xx 年了，但如今的我仍然保有当初教学的热情的热情。很多孩子也坦言，很喜欢我的课，因为课堂上的我比较幽默，亲切。仍然充满朱永新先生在书中谈到的教师的幸福从哪里来，他提到人的幸福大概有三个重要的来源：一是人与外部物质世界的关系；二是人与人的关系；三是与自己的关系。我的幸福感大多是来自教育，来源于特殊的学生。而我们之所以会对孩子有不同的态度，往往是因为我们给孩子贴上了不同的标签。外貌美丽、乖巧听话、聪明能干、沉默寡言、顽皮淘气等等词语，都是一个又一个的标签。一旦贴上了就像“牛皮癣”一样难以卸下。这种先入为主的有色看法直接影响教师的态度。

但是每个孩子都是独一无二的天使，作为教师，要给孩子自由，给他时间，给他空间。同时要善于发现学生的特别之处，及时鼓励表扬，也许他们会爆发出我们难以想象的能量。所以当特别调皮不听话的孩子，在你的课堂上认认真真，积极参与课堂活动时，内心的成就感和满足感无法用言语来表达的。个人心得体会 5

通过这次班会的学习和先生宣传，我对丛林防火的认识有了本身的一些心得体会。

首先，丛林防火，大家有责。我们要从维护国家、集团、个人的长处高度出发，强化防火平安意识和法律意识，也可以归去以后带动更多的家庭成员领会丛林防火的严重性，提高丛林防火的责任意识和法律意识。其次，管好火源是做好丛林防火工作的严重保障。要强化火源解决，增强监视力度，监视好我们节沐日、苏息日的举动。不要进入山林搞任何形式的野炊，不要让随意携带火种、火具、x品、易燃易爆物进山，更不得在林区随意用火。尤其是外出从事上坟、野外嬉戏等运动时，要希奇增强对火源的办理。在春节期间，我们燃放x时，肯定要在指定的平安地域举办。

增强宣传教育，提高防火意识是做好丛林防火工作的关键部

门。学校每年都通过必定的形式开展了丛林防火宣布道育流动，我们经由学习，要树立丛林防火大师有责的意识，理解造成丛林火警变乱要承担法律责任，明白谁烧山，谁犯法，谁下狱的事理。

只要我们每个同窗都把增强丛林防火，提高防火意识，避免丛林失火的理念传输给身边的人，就能在全社会营造出一种重视丛林防火工作的氛围，也可以极大的. 珍爱好我们的亲人，避免因产生丛林失火而受四处罚。

最后，我们做为未成年人，肯定要提高自我防护意识，在产生丛林失火时，不要介入扑火工作。原因是，做为未成年人的我们加入扑火工作不仅极其危险，并且还也许会给列入扑火工作的成年人添加更多的麻烦，重要影响到扑火工作的开展。

总之，在丛林防火工作中，我们要提高责任意识，对丛林防火工作要尽本身的支持!个人心得体会 6

身为大四的学生，实训工作是必不可少的，20xx 年 9 月初，系里开始组织我们 20xx 级学生进行为期一个月的校内实训工作，实训中，在指导老师成军老师的指导下，我积极认真且圆满的完成了我的校内实训工作。

为期一个月的校内实训工作，是我学生生涯中唯一的一次实训工作，也是对我大学四年来所学专业知识的次综合检验。通

过一个月的实训，在向老师、同学的请教学习中，我积累了丰富的经验，提升了自己的专业技能。

在这段实训过程中，不管是在知识掌握，还是实践体验方面，我都得到很大的收获。在我的实训教学过程中，遇到了很多在大学课堂上所没有经历过的，没有学过的东西，也发现了很多自己的不足之处。

首先，是在备课方面，我按照课程标准要求，参照课本，准备相关的视频、音频，设计教学环节，然后书写教案，这些都是上好一堂课必须要准备的，只有对整节课有了全面的把握，才能把知识传授给每一个学生。

其次，是在试讲方面，虽然我自己在下面练习过不少遍，但是在真正站到讲台上之后，还是出现了不少问题，语速过快，仪态不够大方，板书不够工整，造成这些问题的根本原因还是心理素质不够好，紧张，因此课堂效果不是很好，这些都是我在以后的教学过程中需要注意的。一名优秀的老师，需要的不仅仅是丰富的知识，更要注重自身在眼神，动作，表情等方面的表现，这对于上好一堂课也是十分重要的。

每一个学生试讲完毕后，指导老师都会对他们的优缺点进行点评，我认真听取他们的长处并践行到自己的教学过程中，努力克服他们的缺点并在我的教学过程中尽量避免。当指导老师点评

到，音乐课堂是活泼丰富的，教师应引导学生积极主动的表现自己，怎样引导学生发挥他们的'积极性和主动性，这些没有具体的定论，但一个总的前提是，要围绕教学目标，教学内容要贴近实际，这些问题都是我之前没有想到的，给了我很大的启示，也使我感到团队精神的重要性，大家增进交流，相互学习，取其之长，避其之短，使每个人都得到很大进步。

最后，是在课后总结方面，我仔细检查了一遍自己的教案，又看了指导老师录下来的试讲的视频，认真总结了自己存在的不足之处，又听取了指导老师的意见，使得我对音乐课堂教学有了更全面的了解，对于更好的上好每一节课有了更大的把握。

在一个月在校内实训过程中，我更加深刻地体会到一个好的教学设计对上好一节音乐课的重要性。教案和讲课是相辅相成的，又是灵活变通的。我深感知识学问浩如烟海，使我不得不多方学习；另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。

教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且更为重要的是要能解决学生的问题，能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出

来。

最后，认真总结指导老师及同学给我的反馈意见和建议，我要不断的扩宽自己的知识面，不断的提高自己的教学水平，不断的充实和完善自己。

“冰封三尺非一日之寒”，这段经历使我认识到要成为一名优秀教师不但要有丰富的书本知识，还要有丰富的教学知识，所以在以后的学习中我一定会更加努力，注意观察，不断培养自己的各方面能力。

通过本次实训，让我得到了丰实的磨炼，是一次非常有意义的实践活动，为我今后走上讲台做一位合格人民教师作了良好的铺垫。同时也是我大学期间最令人难忘的一段求学时光。饮水思源，能够圆满结束这次有意义的实训活动，离不开学校领导和老师的关怀和指导，离不开队友们的支持和帮助。我要向指导和勉励我的成军老师以及我们组的九名队友表示衷心的感谢和崇高的敬意。

在今后的工作生活中，我一定会艰苦奋斗，为成为一名合格的教师而不懈努力。个人心得体会 7

苏轼有云：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”自从盘古开天地，三皇五帝到至今，历史的车轮裹

挟着芸芸众生急速向前，不会为任何人停留驻足，成功的大门从来都只向意志坚强的人敞开。

寒来暑往，四季更迭，回首过去十六年的校园生活，每一次军训都在这段珍贵记忆中留下了浓墨重彩的一笔。心目中的军训有更高的动作要求，更严格的生活作风，令行禁止的队伍纪律，当然也少不了教官的. 教导与训斥。军训虽苦，但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱这一场特殊的活动。

我承认，军训很苦很累，早起的煎熬、军姿的历练、烈日酷暑下的曝晒……这与众不同的人生体验都需要我们独自承担，暗自体会，即使是并肩而立的战友可能也无法完全理解我们彼此内心的酸甜苦辣。但这何尝不是一种成长呢？

在自己的人生道路上，也应该有印满一条自己脚步的路，即使路上到处布满了荆棘，即使路上的每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，但是我们自己的路就得自己去踩、去踏、去摸索、去行进！再多的人从这条路上经过，也是只匆匆过客，随着时间的推移，他们留下的痕迹将再难寻觅，我们自己才是这条路上的主角。我想这样的经历才是最真实的，决无半点虚假伪装之意。

过去的日子我们时常怀念，未来的生活我们倍加珍惜。曾经觉得像是个漫长世纪的那些岁月也在谈笑间消逝不在，军训还在进行，少一些抱怨，多一点热爱，它就像一杯浓茶，我们慢慢品

茗，终将回味无穷。个人心得体会 8

没有人不崇拜解放军，没有人不敬佩八一帽徽，没有人不感叹当兵的生活。虽然，不是真枪实弹的体验，不是翻山越岭的磨练，但对于小学生的我们而言，也是人生中的一次考验。前几天在字典上看到过“洗礼”这个词，我觉得这次对于军训生活的总结用这个词恰到好处。正是这次的军训生活，重新洗礼了我的人生。

总的来说这次军训生活是有意思，有收获，有感慨的。至少对我而言是这样。我们经历了四天的训练，第五天总结汇报演出。在这次军训中，每个同学都很努力。我们昂首挺立的站军姿。我们简明快速的稍息、立正。我们一丝不苟的练习正步走。在这每一项训练中，我们都是以一名军人的姿态要求自己，争取做到。严格的要求自己是我们最初的目标。可能大家做的还不够好，跟真正的解放军叔叔是没办法比较的，但是我知道，每一名同学都使出了百分之一百的'努力。

在这次军训中，我受益匪浅。虽然每一项训练都是很累很苦的，可我觉得这个辛苦是值得的。在烈日下，我可以忍住汗水滑下额头，依旧毅然挺立。每每踢正步弄得脚心，脚跟都疼的时候我也不会偷懒，争取把每一个动作都做到位。这样我学会了不轻

言放弃。因为我知道，只有有恒心的人，才会有所作为。

孟子说：“天降大任于斯人，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。我觉得这就是我们在军训生活中最应该学到的。磨练意识，增强耐性。锻炼身体，保家卫国。也正是因为这次军训生活，让我重新考虑了我现在的生活和学习。也正是因为有了这次军训生活，让我的人生更加熠熠生辉。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”是军训的体会，“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。唯有经历过身体上的磨练，才能造就精神上的洗礼，我们以后仍需更多锻炼才能成熟，才能在社会大潮中寻到属于自己的港湾。错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误，那是一种真实的美，不刻意隐瞒什么。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。你来一首，我拉一首，气势豪迈的《团结就是力量》，宛如一缕春风拂过心头的《军中绿花》。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。令人难以忘怀。而这些都是我们平日中未曾感受到的。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/625214042034012001>