# 蒙氏心得体会500字6篇

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-02-25

*心得体会常常伴随着情感的体验，是情感的表达，我们释放内心的压力需要通过情感的表达，心得体会是实现这一过程的途径之一，下面是小编为您分享的蒙氏心得体会500字6篇，感谢您的参阅。蒙氏心得体会500字篇1过年了，家家户户的窗子上都贴上了各式各样...*

心得体会常常伴随着情感的体验，是情感的表达，我们释放内心的压力需要通过情感的表达，心得体会是实现这一过程的途径之一，下面是小编为您分享的蒙氏心得体会500字6篇，感谢您的参阅。

蒙氏心得体会500字篇1

过年了，家家户户的窗子上都贴上了各式各样的窗花，象征着来年的日子红红火火、吉祥如意，深受人们的喜爱。今天，我和几个小伙伴，跟随居委会的阿姨们，一起为一位年迈的奶奶剪窗花。

奶奶住在一栋古老又破旧的房子里，敲开门，看到我们，奶奶的脸上露出惊讶而又高兴的表情，沧桑而又慈祥的脸上露出了微笑，紧跟着脸上的皱纹立刻聚集在一起，眼睛眯成了一条线。

我们坐在炕上，拿起居委会准备的红纸，开始为奶奶剪窗花。我不是特别会剪，只是随着事先折出来的线，慢慢地剪，生怕剪错，不一会一个“福”字就从我的剪刀下出现，我还在脑海里仔细寻找合适的图案来给这个窗花加点装饰，让这个福字变得更加漂亮。哇，我终于剪成了一个漂亮的窗花了，有漂亮的花边，还有弯曲的小蛇。记者问我的窗花有什么含义？我说祝福奶奶蛇年吉祥如意，幸福安康。然后把窗花贴在窗玻璃上，又开始第二张作品。

这时，其他人的作品也陆陆续续地完成了，有连环苹果、连环小人、长龙等等，令人眼花撩论、赏心悦目。奶奶仔细端详着这些漂亮的窗花，夸口不绝，还有这么多活泼可爱的小朋友的陪伴，脸上露出了幸福的笑容，眼神里流露出自己对幸福的晚年生活的期待。

时间过得真快，不一会就到了跟奶奶说再见的`时候，看得出奶奶舍不得我们走，以后有时间我们还会再为奶奶剪窗花的。今天我过得很快乐，用自己的行动抚慰了一位老人孤独的心灵，让她感受到了社会大家庭的温暖。

蒙氏心得体会500字篇2

暑期很快就结束了，9月1号是全国中小学生开学的日子，那么随之而来的也是备受关注的《开学第一课》，今年的开学第一课主持人依旧是撒贝宁，主题是“奋斗成就梦想”主要有三个篇章——砥砺奋斗、接续奋斗、团结奋斗。

其中最让我印象深刻的是第一个篇章中夺冠冬奥会自由式滑雪女子空中技巧冠军徐梦桃。从徐梦桃的早年经历来说，她的运动生涯无疑是令人震撼的，在困难中奋斗，在磨难中坚持不懈。

在直播当中，徐梦桃讲述了她在训练过程当中所作的准备，406张表格，是她在每次参加比赛以及训练当中制定出来的，对每一次的意外做出一个计划，在一次次的失败当中坚定的站起来，不放弃，不抱怨，因为坚持不懈的努力以及刻苦的训练成就了她的辉煌。主持人问徐梦桃说如果这次依旧失败了，没有成功，会是什么样的一个心态，徐梦桃坚定的说：“成不成功只是一个结果，重要的是在只有努力过，才不会后悔！是的，新时代的我们需要有坚持不懈的精神，不怕困，不怕难勇往直前！在冬奥会当中还有其他默默为这场盛大的典礼付出，这种精神是值得我们学习的！

这种坚持不懈的精神是我们在新时代中小学生应当学习的，让我们在新时代中奋斗成就梦想，砥砺前行！

蒙氏心得体会500字篇3

今天下午新教师培训结束了，虽然只有这短短的三天半时间，但是学到的东西还真挺多的。

以前在大学听讲座时往往很没耐心，感觉很无聊。但是这次培训却不一样，虽然还是以听讲座的形式，而且一天要听6个小时。但是这次我是带着渴求的心理去学习的，因为在这近三个月的教师经历中，无论在教学还是在班级管理上我遇到了太多的问题，我渴望能够在那些有经验的老师身上得到启示。在听课过程中，我往往是边听老师的讲座，边对照我这几个月来所经历的。这次培训使我在今后的工作中有了明确的目标。

首先是在教学上，我要在最短的时间内熟悉教学工作，坚持写教学反思，争取早点立足脚跟。

其次是在班级管理方面，我班现在纪律方面虽然有了很大的改善，但是还存在比较明显的问题：

1、学生还未养成良好的生活、学习习惯。

2、学生的集体荣誉感还比较缺乏。

所以在接下来的时间里，我着重立足于培养学生良好的学习、生活习惯。同时还要采取一定的措施培养学生的集体荣誉感，增强班级的凝聚力。对于学生良好习惯的培养，重在坚持，前段时间我虽然试着用几项措施改变学生不好的习惯，但最终因为没坚持而未能有明显的效果。

再次是在研究方面，相对于教学来说，研究的问题更大。因为面对论文，我写不出精辟的观点，在以前交的几篇论文往往都是通过网络，东拼西凑，最终还是在做无用功，心里也是非常痛苦。我想这是因为我在平时的教学生活、班级管理中缺少更多的思考，也缺少记录，致使脑中没有形成新鲜的观点。所以，在今后的教学生活中要做到思考+记录。

蒙氏心得体会500字篇4

为期十五天军训结束了在这八天里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真乃五味具全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

蒙氏心得体会500字篇5

首先很高兴能够参加本次公益志愿活动，本次活动主题为“甘露行动”我想给它自拟一个小标题“真爱之家”因为在这个短暂而美好的日子里，让我真真切切的感受到了家的温暖。

老师带领着我们志愿者们来到张掖市民乐县的一个留守儿童学校，给他们开设一些特长之类的课程，我认为虽然被称为“留守儿童学校”可是在我看来他们并不孤单，有小伙伴跟他们打成一片，在教室操场嬉戏着、看到一群活泼可爱的小朋友让我想起自己的童年，他们很有礼貌也很懂事，他们其实什么都不缺，只是少了点眼界，在农村无法学到一些除了学习外的特长，我们给他们教一些手工制作，舞蹈，音乐等，每个孩子积极并且想象力丰富，还能按时完成老师布置的作业。

在其过程当中有件事让我觉得很惊讶，是一个下午给他们在操场排舞的时候我发现地上有点垃圾，我就顺手捡了一下，等我将垃圾扔回垃圾桶时，发现他们都在低着头捡操场上的垃圾，那一刻我感觉，他们是如此的懂事。在我看来，如果想教会他们，必须用你的行为举止去影响他们，也可以说榜样的力量是无穷的!每当穿起红色衣服时，我内心真的很激动，也很骄傲!

这个社会残障儿童、留守儿童、孤寡老人等比比皆是，社会正需要这么一群有责任心的正能量团队来助威，同时也感谢在这个地方默默无闻的坚守者，不图回报，只为那些可爱的孩子们!

最后，我想说，只要心里有太阳，哪里都有光，哪里都是温暖!

蒙氏心得体会500字篇6

健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础，优良的心理素质在大学全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对21世纪人才的质量产生积极而深远的影响，作为大学生，首先应该具备这种优良健康的心理素质。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和因难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。

心理健康是大学生成才的基础，心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。上大学前，在他们想象中的大学犹如天堂一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境,使他们难以适应。因此，大学生必须注重心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实而有意义的大学生活。

心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。目前我国大学毕业生的分配工作已发生了很大变化，大学生都实行供需见面、双向选择、择优录用等方式，择业的竞争必然会使大学生心理上产生困惑和不安定感。

心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上和行为上经常、稳定地表现出来的各种特征，通常表现为气质和性格两个主要方面。气质主要是指情绪反映的特征，性格除了气质所包含的特征外，还包括意志反映的特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃、善于独立思考、参与意识较强、朝气蓬勃的精神状态等等，这些有利于大学生的健康成长。

我认为，心理健康是对生活和学习有乐观的心态。有正确的自我主观意识，能很好的把握自己控制自己的情绪，妥善处理同学、师生间关系，积极融入集体，热爱并勤奋学习，更好的适应新环境。

大学生活与中学生活有着很大的不同，然而在大学中仍需要保持浓厚的学习兴趣和求职欲望。学习是大学的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉跃入浩瀚的知识海洋中，拼命地汲取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质。同时也应该积极参加各种创新大赛，这样及开发思维的多向性又锻炼了自己的动手能力。更值得重视的是英语方面，现代社会中英语已经成为了一种趋势，也可以说是每个人必备的素养之一，这样看来口语更显得尤为重要。

大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望。积极加入学生会、分团委等，如此既丰富了大学生活又锻炼了自己能力。每个人都渴望得到一个自我展示的平台，让自己成为一个闪光点。积极参加业余活动，发展社会交往。丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的活动机会。大学生应培养多种兴趣，发展业余爱好，通过参加各种课余活动，发挥潜能，振奋精神，缓解紧张，维护身心健康。然而，当遇到悲伤和忧愁的事情时要学会自我调节，适度的表达和控制情绪。

作为21世纪的大学生，我们应该不断加强对适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的训练，使自己真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而使我们科学地走出自己认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！