# 202\_年以上心得体会 军训心得体会(优秀11篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2025-03-26

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**以上心得体会篇一**

。

x月\_\_日星期x，我们全体四年级的同学去军训了，每个人都带着自己的生活物品，如：袜子、衣服、牙刷、牙膏等等。我们四年级的人都凑齐之后，我们开始认识教官，我们的教官姓陈，我们叫他x教官。

我们坐公交车去军训基地，到了之后x教官叫我们下车，我们就到了军训基地，之后教官说：“我们有上操场和下操场，没有经过教官的允许，都不可以从上操场和直接下操场去玩，我们的宿舍在上操场，男生在一楼，分别是\_\_、\_\_。女生在二三楼。食堂在下操场”。之后教官教我们立正、稍息、向前队正、坐姿、蹲姿等等。

军训要求我们每天6：20准时起床，起床之后立刻刷牙、洗脸、穿衣服，之后，就开始站队等教官来，教官来了之后我们就去训练，训完练之后我们就去吃早餐，吃饭的时候，只有教官说吃我们才能吃。吃完早餐之后我们开始训练。

训练到中午，由该我们去吃饭了，我们站好队，进入了饭堂，吃完午餐之后，我们把水装满，之后我们就去午休了。

晚上，9：08准时熄灯，每个人都不许说话，不然的话被教官发现了要出去罚站的。

最后我们每个人都恋恋不舍地离开了军训基地，每个人的脸上都满怀着留恋，等待着下一次军训的到来。

**以上心得体会篇二**

20\_\_\_\_年高中教师继续教育培训即将结束，在这一期的培训时间里，我认真听了老师的课程，几位老师分别从教师职业道德、教师的心理、新课程背景下教师的专业素养、高效课堂的实践和思考等等方面进行了详细的讲解，使我收益非浅。尤其是第三天的课，使我认识到，做为一名教师，心理健康是极其重要的。随着经济社会的急剧变革，种种压力不期而至，使人们的心理问题越来越严重。作为教师归根到底还是一个普通的社会人、自然人，也同样会有不同程度的心理问题，但教师职业的特殊性又要求教师必须是心理健康的人。因为，教师的一言一行在学生心目中将产生重大而深远的影响。这就要求教师不仅要用高超的教学艺术去培养学生的智力，而且更重要的是要以高尚的师德和良好的心理素质去感染和熏陶学生，而高尚的师德和良好的心理素质源于教师的心理健康。

教师的心理健康是指教师的思维方式、处世态度要与社会的要求相协调，为社会所容纳，并具有创造的思想，即教师必须有广泛的生活兴趣、融洽的人际关系、健康的情绪体验、积极的进取精神、稳定的工作热情。因此，只有重视教师的心理研究，才有利于更好地维护学生的心理健康。通过学习我认为作为一名教师应该做好以下几方面的工作。

一、自我调控转变观念。

教师应努力树立正确的教育思想，树立正确的学生观，加强与学生的交流和沟通，以学生为友，善于发现学生的闪光点。教师应注重提高自身修养，全面提高自己的素质，逐渐养成良好的性格，自觉克服不良心理，消除不良情绪，经常反思自己的不良心理，学会给自己减压，学会宽容学生。这样，就可以使自己逐渐形成健康心理。

二、加强学习。

通过学习，系统掌握心理学、心理卫生学和心理健康教育等知识，主动解决一些常见的心理问题：如何保持良好的心理状态;如何克服狭隘、自卑、嫉妒等不良心态;如何面对工作;如何对待学生;如何面对在工作中遇到的挫折和失败;如何处理好各种人际关系;如何看待社会上的不良风气;等等。并根据自己的实际情况，进行有效的心理自我调节。

三、悦纳自我。

作为教师一定要接受我是教师这样一种角色，这样才能在繁重、琐碎的教育教学中取得乐趣。一个厌烦教师工作的人，在天天面对教育工作的同时，怎么可能会有一种好的心态呢?如果能冷静地对待自我、悦纳自我，就会“天天有个好心情”，也只有热爱自己的工作，把自己的工作当做乐事而不是负担的教师，才能够保持健康的心理。

四、拓宽心胸。

有些心胸不宽广、遇事想不开的人经常会有心理疾病困扰。因此教师要养成乐观、豁达的性格，努力加强自身修养，遇事泰然处之。要有角色意识，明确自己在社会中的位置，拼搏进取，要知道优胜劣汰永远是社会发展的公平法则，只有正视现实、不断奋进，才能适者生存。一味怨天尤人，就会永远是一个失败者。同时，要学会放弃，因为人生有太多让你心动的东西想去追逐，像评先、评优、晋级、提干等，如果没有一个正确的态度，等待你的将是痛苦。有时即使你付出了全部也不会是满意的结果，因为有许多东西自己是左右不了的，所以，该放下就放下，退一步海阔天空。

五、学会放松。

会休息才会工作。当自己的工作压力过大时，不妨到户外运动一下，或者跟朋友爬爬山、喝喝茶等，能够让自己的身心得到有效的放松，更利于精神抖擞地投入到教育教学中去。可能的话，学会一种技艺最好，它会是你进入一种新的境界，产生新的追求，在爱好中寻找乐趣，以驱散不健康的情绪，令生活更有意义。同时，也应增强自控能力，合理释放情绪，在适当的情况下多找好朋友谈谈心减轻精神压力和积郁的愤懑情绪，心情抑郁不想做事时，请选择放下，想休息就休息，想娱乐就娱乐，美国斯坦福大学都要求学生不追求十全十美，何况我们教师呢!

总之，通过学习，我明白了教师是教育过程的决定者，教师的行为直接影响学生人格的形成和发展。所以教师要在工作中不断充实自我，完善自我，以健康的心理状态和良好的心理素质去帮助每个学生得以健康和可持续发展。

**以上心得体会篇三**

第一段：引言（200字）。

生活是一部教科书，我们在日常的琐碎之中汲取着智慧的养分，也在不断的实践中获得心得与体会。身处喧嚣纷扰的现代社会，我们时常会为了工作、学习或家庭而忙碌，而在这个忙碌的过程中亦不乏归纳总结的机会。作为个体，每个人的心得也互有不同，今天，我愿以我自己的日常生活为例，分享一些关于“心得体会”的见解。

第二段：心得体会之“运动与健康”（200字）。

运动是人类生命旅程中重要的一环，它不仅可以促进身体健康，更是增强意志力的重要途径。我自从开始坚持每天晨跑，不仅提高了我的体能，更增强了我在焦虑情绪面前的抵抗力。晨跑能让我呼吸到新鲜的空气，感受大自然的美好，使我心情愉悦，焕发出满满的活力。我深信，只有心情愉悦、身体健康，我才能更好地工作、学习和与他人交流。

第三段：心得体会之“亲情与关爱”（200字）。

亲情是人生中最宝贵的财富，而关爱是我们向亲人表达爱的重要方式。在我感受亲情和关爱的同时，我亦深深体会到关爱他人的重要性。每当我看到身边的亲朋好友遇到困难和挫折时，我总会毫不犹豫地伸出援助之手。这种积极的关怀与援助让我懂得了人与人之间的相互扶助的力量。而且，关心他人的同时，也会获得别人的理解与关心，使我们的人际关系更加和谐。

第四段：心得体会之“时间与人生”（200字）。

时间是公平的，对每个人都是平等的，然而我们对待时间的态度却决定了我们的生活质量。在我个人的心得体会中，我深感珍惜时间的重要性。每天早晨醒来，我会反思前一天的安排，整理好一天的计划，让自己高效率地工作。我发现，适当规划时间和提高时间利用效率非常重要，它不仅帮助我完成任务，还让我有更多的时间去享受生活，追求自己的梦想。

第五段：心得体会之“坚持与追求”（200字）。

坚持与追求是我在生活中最重要的品质。每当自己遇到困难、面临挑战时，我都会不妥协、不放弃，不断努力追求更好的结果。坚持能够改变我们的人生，使我们不断进步。我曾经有一个追求，那就是写作。写作是我宣泄内心情感的途径，我用笔尖表达我的情感、思想和体悟。每次写作的过程都让我感到无比享受，也让我明白，只有追求我热爱的事物，我才能在生活中获得真正的快乐。

总结（200字）。

以上是我在日常生活中的心得体会。通过运动与健康的关联、亲情与关爱的重要性、时间与人生的认识以及坚持与追求的品质，我在生活中获得了智慧和成长。我相信每个人都有属于自己的心得与体会，在这个不断成长与进步的过程中，我们应该不忘认识自己，不断总结与反思，与他人分享我们的经验与智慧，为自己和他人带来更多的积极影响。

**以上心得体会篇四**

军训以其特有的方式对当代学生的学习和生活发挥了促进作用。下面就来谈谈我的军训心得体会吧！

在我参加军训之前，我听姐姐说：军讯非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

中午，同学们肚子饿了，劲也不知上哪儿去了，叫苦连天，忍不住双腿的酸痛，对军训有一点灰心丧气。有个别的同学脚下被石头一绊，险些栽了跟头，还好反应机敏，手上只是擦破了一点皮肉，腿也无意间磕在石头上。唉，这才尝到军训的不易呀。休息后，个个前俯后仰，双腿又软又酸，浑身没劲，真想退回去，可又于心不忍，只好像一条条虫子一样在床上蠕动，各自诉说着辛酸史。但身上无数条血管里的血液仿佛在急剧滴血，似乎在劝说不要委屈了自己。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每上步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

**以上心得体会篇五**

作为一名高中生，我经历了很多考试，参加了很多考试，也收获了很多心得体会。在这里，我想分享一下我对考试的一些认识和看法。

首先，我认为考试不仅仅是对知识的检验，更是对我们学习能力和自我管理能力的考验。在备考期间，我们需要掌握好自己的时间，合理分配时间，高效学习。而在考试当中，我们需要调整好状态，消除紧张，保持冷静。这些都需要我们的自我治理能力。

其次，考试中的挑战不仅仅来自于知识本身，也来自于各种意外情况。比如，突然停电、病痛无法集中注意力、不知道答案等等。这时我们需要有应变能力，能够及时调整自己的计划和策略，以最好的状态迎接考试。

还有一个我觉得非常重要的点，那就是态度。根据我的经验，有一个好的心态能够帮助我们在考试中发挥出更好的水平。如果我们对考试抱有消极态度，例如觉得考试太难、自己肯定考不好等等，那么很容易就会在考试中出现负面情绪，这无疑会影响到我们的发挥。所以，无论考试难度如何，我们都应该保持积极的心态，这样才能更好地发挥出我们的实力。

最后，我想强调的是，考试虽然重要，但它并不是全部。我们不能把考试成绩看作是能力的全部反映，更不能因为一次不好的考试而灰心丧气。在学习的过程中，我们需要学会从失败中吸取教训，总结经验，以不断提高自己的能力。

以上就是我从考试中得到的一些心得和体会。考试是一种既具有挑战性又具有机遇性的活动，我们需要好好利用这种机会，不断提高自己的综合素质。

**以上心得体会篇六**

军训生活虽苦，但我感到很甜，因为从军训中我深深地体会到了--你不能样样胜利，但可以事事尽力。

在烈日炎炎下，有两支绿色的队伍整齐地站着。我们每个人都热得满头大汗，汗水从我的额头慢慢淌下，从我的鼻梁上很快划过，从我的脖子上静静滚下。我很想去擦，但又不能。汗水湿透了我的衣裳。那时我想到了：军人在训练时流的汗不知比我们多多少呢!我们已经是很轻松的了。再说，成功，在汗水的浸泡中发芽，在失败的锤炼中成长。我想着就坚持住了。

不久，我手也酸，腰也酸，腿也痛，脚也痛，喉干得快冒烟了。眼看着那桶矿泉水，真想喝一口呀!嘴唇干得都快裂了，面临着种.种痛苦，我突然想到了小学时的一篇文章，内容是：军人与敌人斗争，几天都没有水喝，连尿都喝了，明明他们很渴，但有幸的是他们得到了一个苹果，可他们谁都不吃，还推来推去，连伤员都不吃。最后，他们还是决定一人吃一口。一只苹果有多大呢?一个人吃了都不解渴，别说这么多人吃了，他们每人能吃到多少呢?想到这我忍住了。没多久，休息时间到了，同学们一拥而上赶去喝水，而我等他们喝完了再喝。那时，我才体会到水有多珍贵。喝一口，一股清爽的感觉涌上心头。

休息时，回想着在学走正步时，男生那歪斜的身体和不齐的脚步时，又想到国庆50周年天安门广场的阅兵式，不知相差多少呢?他们的步伐是那样的整齐有力，是那样的气势磅礴，斜看，好象只有一个人在走，在他们背后一定付出了很大的代价吧!他们流了多少汗，甚至是血。我们军训就是应该学习他们那军人的可贵精神。

晚上，我望着天空，天空中的星星好美啊!星星的光芒虽弱，但它每晚伴着我们，用它那微弱而又温暖的能量给世界添一分光明。我何不像星星那样默默无闻呢?经过这几天的军训生活，让我懂得了什么是苦，怎样吃苦。遇到困难时不要彷徨，不要失意，哪里跌倒，哪里站起。

时光在流逝，总是那么快，时间都去哪了。到学校已有十多天了，从今天往前看，整天整天的是觉得很快，会有“怎么就过了十多天”这样的感觉，但是一天一天的看，却会觉得又慢了，在快的时间里存着慢的节奏，也许吧，这就是大学的生活吧。

再也不像高中那样忙碌、充实，没有了那样的生活反而有些不习惯了。话虽是这么说，但是来大学要学一点实实在在的东西也是不容易的。在读高中的时候，总是叫苦叫累，老师总是会跟我们说，快点努力一下，到了大学想怎样玩就怎样玩，一周的课不会那么多，可以做你想要去做的事情，他们总是会跟我们说一些大学的好，那是一种诱惑，诱惑着我们不停歇的前进。

现在终于可以了，可以体会大学生活，和同学、老师们都接触过了。大学是连接学生时代和社会生活的桥梁，在学校学到知识，学会去运用，运用到我们的实际生活中，书本的生活不仅仅是一种深刻的理论知识，还是一种不普通的常识吧。所以想要在社会中更好的立足，在大学也得努力去做，只有自己学会了，亲自实践过了体会过了，才知道什么才是自己真正的东西。

时间，时间都去哪了，就请它在大学为我停留一分钟吧，让我去做我想做的，让我把我想要做的做好，希望这仅仅是我的一分钟，我想要的会来的，我的梦想会实现的。

我们虽深感军训苦，但学到很多。它是苦中有乐，苦，是皮肉的，乐，是心灵深处的。

通过军训，我们丢弃了那些懒散的习惯，学会了正确的人生观。

“天下本无事，庸人自扰之”这是我们最深的感触。我们没有了猜忌、没有了孤傲、也没有了自卑，对于我们，不管别人怎么想，是别人的事，“走自己的路，让别人说去吧”以平常宽容之心对待一切。

同时，我们也学会乐坚强，学会了奋斗。生活就像军训一样。生活中充满了坎坷曲折。我们会勇敢地去面对困难与挫折，因为洒脱不会永远出现在我们的天空。生活中的曲曲折折对于我们难道不是块块磨砺石?没有它们我们怎么能够成长。要发展自己，我们必须拿出决心和勇气去面对困难，将一切困难踩在脚下。

最重要的是我们发现乐自己内在的潜力，看似一些做不到的事情只要坚持都能完成。所以我们要了解自己，挑战自己，制定出对自己有挑战性的目标，并充满热情，拿出信心和行动去完成它，我相信，经过奋斗，我们一定会“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。

叮随着一声急促的闹铃声，我睁开朦胧的双眼，揉揉蓬松的头发。看看日历，22号，今天要军训一下子睡意飞到九霄云外。赶紧洗漱，来到学校。

军训一部曲：美丽的学校，陌生的人群。

来到校门口，让我感到目不暇接，门口两旁那姹紫嫣红的野花装饰着整个校门口。走到学校，看着在这喷珠吐玉的环境里，矗立这几幢粉刷得雪白的四层楼的漂亮校舍。看着一张张活泼儿童的笑脸，像春天里娇艳鲜花在开放，看着要一起生活三年时光的学校，看着将要一起生活三年的陌生面孔，我是兴奋有激动。

军训二部曲：军训过程里欢乐多多。

开始军训了!教室老师一声令下立正，有些同学懒洋洋的，一听到立正马上急匆匆的挺直腰杆。双脚向外60教官用洪亮的声音对我们说。有一个同学不小心把双脚分开了90，咣当一声，和大地来了一个亲热。哈哈队里就像砸开了锅，同学们都嘀嘀咕咕。

军训三部曲：午觉?

吃完午饭，来到我们的，因为大家好像都没睡过午觉，个个都非常兴奋。一到了睡午觉的时候，大家反而睡意全无十分激动，一个个叽叽喳喳的。这让生活老师大发雷霆，按来不住心中的怒火。有些人因为太兴奋，被生活老师请了起来。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”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。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

**以上心得体会篇七**

在我所经历的高中生活中，我深刻体会到了努力学习、积极参与的重要性。

在学习方面，我深知“功夫不负有心人”的道理。当我认真努力地学习时，成绩自然会有所提高。在学习中，我也不断地总结经验，发现课外阅读与考试内容相关的知识点是相互促进的，听老师讲解也是加深对知识点的理解和记忆的好方法。因此我在平时除了完成固定的作业外，还会额外花费时间去寻找相关的资料，多看些课外的读物，以期在考试中能更好地发挥自己的水平。

在参与方面，我发现参加各种社团和活动对于全面发展很有好处。作为学生，我们不仅仅需要学习书本知识，在校外的活动中，我们还可以学到很多社交、沟通等方面的技巧，拓展自己的眼界和视野。此外，活动还可以让我们在生活中找到更多的乐趣，对于减轻学习压力有着不小的帮助，因此，我积极参加社团和义务劳动，寻找自己感兴趣的领域。

在高中阶段，教育的重点已经从记忆向理解和应用转变，这要求我们在学习的过程中不仅仅要掌握知识，更要发掘知识背后的实质和精神内涵，在学习中寻找真正的乐趣和体验。而积极主动的思维方式和参与热情则是我们能够确保学习质量的关键所在。希望更多的同学都能够认识到这些重要性，更好地迎接未来的挑战。

**以上心得体会篇八**

通过这段时间创业课的实训，在老师的指导帮助下，完成了实训课中的各项任务。虽然创业实训的时间不长，但课程很充实，从中收获到了很多知识，了解创业的主要流程，让我对今后的创业有了更深刻的认识。

现在大学生在就业方面的压力越来越大，各个学校毕业的学生逐年增加，在找工作如此困难的情况下，创业就成了一条很好的出路。各地的地方政府也鼓励创业，不仅给更多的劳动者更广的发展，为社会创造更多的就业岗位，而且有利于实现个人价值，提高个人的自信心，在这种创业的分为下，推动社会的进步与经济的发展。

一步一个脚印，才取得了成功。在创业的道路上，我们需以他们的精神为榜样，创造出属于自己的天空。

作为大学生，我们创业还面临着许多的挑战，需要我们一步步的去克服。这次的创业只是模拟公司，但我却发现里面有好多不可预测的困难。当然，在实训的.同时，也发现了自己的不足，自己关于公司的创立的想法不是很多，自己接触面不是很广。

总之，这次创业课的实训受益匪浅，学习到了更多的知识，提高了自己的眼界。以后，我将更努力、认真、刻苦的学习，以这种态度来提高自己的能力、完善自己，创造一个属于我自己的明天。

10月25号的时候，我参加了创就业模拟实训。这个实训虽然只有8天，却真的让我学到了好多。当一个大学生走出校园，首先要面对的就是工作的问题。我们应该要有一个明确的方向：创业或是就业。若是就业，那要清楚自己想要从事什么方面的工作，和专业有关的还是自己感兴趣的；若是创业，那也要清楚自己的创业方向，并对市场进行一定的调研。

这次的模拟实训就是让我们先体验一下创就业的过程。在教学过程中，我们分为8个组，成立8家公司。我们公司是苏州绿森农场旅游模拟有限公司，我是财务经理。我发现要成立一家公司，就我这个部门就有很多事情要做，比如制定日常费用报销管理方法、建立薪酬体系、记录资金流水账和进行成本费用预算等。可见，公司成立的初期，我们要对各项事务认真管理。

通过这次的实训，我们能明确的感受到一个团队团结的力量。我们6个人一起合作，一起交流公司的立项，公司的名称口号商标，公司的产品，让它成为一个有特色的农场。当这个农场初步成形的时候，真的觉得非常的喜悦。

最后，感谢李老师，让我们学到了这么多的知识。虽然模拟实训班的课程已经结束了，但是这些知识会一直伴随着我们走入职场，或是开启我们真正的创业之旅。相信只要我们永不服输，积极向上，敢于面对现实的黑暗，就会迎来属于我们的明天。

时光飞逝我们的创业实训课程即将拉下帷幕,在这段日子里，和老师同学共同度过了难忘的时光，尤其是和自己团队里的队友们，大家聚在一起，有着共同的梦想，共同的激情，我们一起发现问题，解决问题。我们在模拟创业课堂里汲取知识，建立友情，学习别人的优点。其实，我们在成长。

我们现在已经是大三下的学生了，对于即将毕业的我们来说，学校不再是我们的象牙塔，父母也不再是我们的保护伞，我们需要经历风雨的洗礼。而这次的实训将让我们在以后的磨练中可以有更多的知识和经历发展自己。在整个学习过程中，老师们给我们讲解了公司开办的整个过程，从公司名称的确定、注册、到市场分析，最后的资金管理，整个过程在老师的指导下一步步的走向成熟。更重要的是让我们从现实的角度去考虑问题，从更加实际的角度去认识问题，这是在大学里学不到的，即使到了社会上也要经历很长时间的摸爬滚打才能弄清楚的。

我虽然是学习国贸专业的学生，但实训课堂上的很多知识在我们

平日的课程中是根本无法触及到的。我想要创业，所以也经常找这方面的书看，但是以前我只是盯着课本看，知识的精髓却没有领略到，这次通过具体的讲解操作，更进一步的懂得了以前看过东西的内涵。

通过此次创业课的学习，我认真总结了创业的几个要点：

一、市场并进行调研。

以市场需求为导向，顺应大形式的发展，充分了解消费者的消费

倾向和意图，随时关注消费者意识的发展方向，这样才能真正赢得顾客。要使企业成功，就要充分的了解你的顾客和竞争对手。通过市场调研从潜在的顾客和竞争者获取信息，有了这些信息，就可以围绕产品、价格、地点、促销等四大市场营销要素制定营销计划。因为我们是模拟创业，所以没有时间做市场调研，很多资料只是在网上寻求，但市场调研确实很重要，是开办企业必不可少的工作。

二、结合市场的具体情况，选准创业项目。

选择的项目既要顺应市场发展，又要推陈出新。在满足消费者基本生活需求的同时，又要满足其对独特和个性的追求。“没有赚钱的行业，只有赚钱的企业”。创业项目没有好与坏，只有适合与否。

三、选好合作伙伴和企业人员。

无论是选择供货商、投资伙伴、经营伙伴还是技术伙伴，我们都应以真诚、守信、能力强、素质过硬并且实力强大作为选择条件。好的合作伙伴是创业过程中的强大后盾和有力支持。微小企业的人员组成有合伙人、员工和自己，这些人都将影响企业的成败。要管好企业就要慎重地选择人员，要明白他们各自的角色和岗位。

四、创业者应具备的条件。

一个成功的创业者不仅要有良好的个人素质，专业的技术能力还要有很强的企业管理技能。要想创业成功，首先得有强烈的愿望和动机，要有责任感，对企业有所承诺，还要诚实，要给企业员工树立好榜样，赢得员工和顾客的信任和尊重。

这次的课程让我认识到自己需要继续努力学习，不断提高自己充

实自己。这次的创业只是模拟公司，但我却发现里面有好多不可预测的困难，比如资金问题、市场问题等等。创业并不是一件容易的事，能受得住市场考验的企业才有成功的可能，但是如果选择了创业这条路，那么就请风雨兼程。

**以上心得体会篇九**

作为人类，我们有着种种生活经历和人生历程，其中有一些值得我们深思熟虑。这些经历和历程，不仅可以让我们变得更加成熟，而且还可以成为我们未来人生中的宝贵财富和经验。在这篇文章中，我将分享自己的一些心得体会，以期能够为您带来启发和思考。

第一段：认清自己。

每个人都有自己的性格和喜好，对生活的态度和追求也不尽相同。我们需要通过自身的努力和探索来认清自己的特质和优势，从而更好地理解自己。只有清楚地了解自己，我们才能找到真正适合自己的人生道路。在我的个人经历中，我发现成年以后更加注重自身的发展，通过持续学习和探索，我逐渐了解到自己的特质和优势，从而更加深入地了解自己和成长。

第二段：勇于面对挑战。

在我们的生活中，很少有人可以避免挑战和困难。面对这样的情况，我们需要勇于挑战自己并不断探索。无论我们遇到什么困难和问题，只要有毅力和勇气，我们就可以克服困难并取得成功。在我的人生中，我也遇到了很多困难和挑战。然而，我保持了乐观的态度，坚持面对困难和战胜挑战。与此同时，我也不断学习和成长，以更好地应对未来的挑战。

第三段：珍惜时间。

时间是我们人类最宝贵的财富之一。我们需要珍视时间，合理规划时间，并努力使每一天都更加充实和有意义。在我生活的经历中，我始终坚信时间的重要性，并注重时间的规划和利用。无论是学习、工作还是生活中，我都尽可能高效地利用时间，确保自己的工作和生活水平不断提高。

第四段：坚持梦想。

人生苦短，我们需要有一个梦想来指引自己的方向。梦想能够激发我们的热情和决心，让我们不断前行。当我们坚定自己的梦想时，我们也将有能力更好地实现梦想。在我的个人经历中，我一直坚信自己的梦想，无论遇到任何困难和挑战，我都没有停止追求梦想的脚步。借助梦想的力量，我更加积极和努力实现自己的人生目标。

第五段：感恩与善良。

最后，我认为在人生旅途中，感恩和善良是非常重要的两个品质。当我们向别人表达感激之情，并向周围的人提供帮助时，我们将在内心体验到无上的幸福和满足感。通过感恩和善良，我们能够使自己变得更加友善和善良。在我的人生经历中，我也发现了感恩和善良的重要性。我尽力回报社会，并全心全意的关注周围的每一个人。

综上所述，以上的心得体会，涵盖了认清自己、勇于面对挑战、珍惜时间、坚持梦想以及感恩与善良五个方面，都是彰显人生道路上不可或缺的要素。我相信这些经验大家也会在自己的人生道路上遇到，希望本篇文章能够给您的人生提供一些启示和指导。

**以上心得体会篇十**

近些年来，中国的县级以上行政区域发展迅速，不仅在经济、文化、教育等方面取得了巨大的进步，更在治理能力和服务水平上实现了质的飞跃。我作为一位普通的居民，身处其中，深刻体会到了县以上行政区域的发展变化与发展理念的转变。在这一进程中，我有幸见证了许多让人振奋的时刻，下面我将分享一些我自己的心得体会。

首先，县以上行政区域的发展给我们提供了许多更好的公共服务。随着经济的发展和人民生活水平的提高，政府逐渐加大对教育、医疗、养老等领域的投入，建设了更多的学校、医院和养老院。在以前，我们只能去大城市才能享受到这些服务，但现在，我们的家门口也能得到更好的照顾。举个例子来说，在我们县上建立了大型综合医院，增加了一流的医疗设备和专家资源，当地居民不用再为看病而奔波，而且医疗费用也得以控制。这让人们对县以上行政区域的发展充满了信心和期待。

其次，县以上行政区域的发展为我们提供了更多的发展机会。过去，许多年轻人都不得不离开家乡去大城市寻找工作，而如今，越来越多的企业、工厂在县级以上城市建立和发展，为当地居民提供了大量的就业机会。这使得一些年轻人选择留在家乡发展，不再承受城市生活的压力，同时也为家乡的经济发展做出了贡献。此外，县以上行政区域的发展还推动了农村产业升级与农民增收。政府鼓励农民转型发展现代农业，建设现代农业产业园区和农民合作社，帮助农民提高生产效率和销售渠道，实现农民增收。

接下来，县以上行政区域的发展提升了治理能力和社会管理水平。在过去，农村地区的治理通常是由乡镇政府主导，但现在，县级政府的权力得到了明显的提升，并且在公共安全、环境保护、城市管理等方面有了更大的发言权。政府加强了对企业的监管，对违法行为进行了严厉打击，这显著提高了社会治安水平。同时，政府还通过加大宣传力度、加强社会管理等措施，提高了居民的文明素质和社会公德，让社会更加和谐有序。

最后，县以上行政区域的发展改善了居民的生活环境。随着城市建设的不断完善，市容市貌的改善，人们的生活质量得到了显著提高。现在，公园、广场、健身设施等公共休闲场所得到了大力发展，让居民拥有了更多的休闲娱乐选择，有助于身心健康。同时，环境保护工作也得到了加强，大量的绿化工程让城市更加宜居，空气质量明显改善，这为居民提供了更好的居住环境和生活品质。

综上所述，县以上行政区域的发展给我们带来了许多好处和便利，无论是公共服务、发展机会、治理能力还是生活环境，都得到了显著的改善。我对县以上行政区域的发展充满信心，相信未来，我们的家乡会变得更加美好。

**以上心得体会篇十一**

今天，学校组织我们五年级的同学到美丽的山青世界进行为期五天的军训。

同学们都十分欢喜，星期一上午九点我们坐上学校专门的旅游车，车的座位有限，有一些老师没有坐下，我便给离我最近的李老师让座，李老师说，谢谢，还是你坐吧。在老师的一再坚持下，我只好又坐下了。

大概十一点半左右，我们终于抵达目的地。同学们迫不及待的下车呼吸新鲜空气(大部分同学都晕车了)我还好，拿着行李去排队了。

老师让我们从一到五报数，我报的是五，所以分到了第五小队。之后，老师带着我们去了宿舍，我们五队的五个人和四队的三个人被分到了二楼宿舍，我们看了整齐的被子和干净的床单，心里不由得一阵高兴。

吃完午饭，我们都回到了各自的宿舍，在床上休息，这时，教练来了，说我们还要整理内务，原来是套床单呀，这么简单，我心里想，可是，想着简单，做起来难，我们大家平均用了两个多小时才整理完。

我真期盼明天快点到来。

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！