# 疫情下的心得体会参考6篇

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-03-11

*通过写心得体会，我们可以让自身的书面表达能力得到锻炼，优质的心得体会必须要能够引起读者的共鸣和思考，下面是小编为您分享的疫情下的心得体会参考6篇，感谢您的参阅。一场突如其来的疫情打乱了开学的节奏，开学时间一再推迟。要是以前，这就造成了学生无...*

通过写心得体会，我们可以让自身的书面表达能力得到锻炼，优质的心得体会必须要能够引起读者的共鸣和思考，下面是小编为您分享的疫情下的心得体会参考6篇，感谢您的参阅。

一场突如其来的疫情打乱了开学的节奏，开学时间一再推迟。要是以前，这就造成了学生无法正常入学而导致学习进度的改变，但是在信息技术突飞猛进的今天，全国中小学开展了“停课不停学”的教学方案，完美的解决了以前没有网络时代看似无法解决的困难。

信息时代，网络互通，万物互联。4g改变生活，5g改变社会!中国的发展，世界瞩目，作为一名大龄教师，尽管已经是这个时代的落伍者，但是在这个“非常”时期，也要迅速找到自己的定位，迅速地适应互联网教学，好在有学校领导和专业人员的培训指导，综合考虑，用钉钉平台直播。于是，一不小心成了“网红”、“主播”，在自己的小天地里，发挥着教育学生的作用，承担着教书育人的重任。

在将刚开始两周的网络授课时间里，不断地摸索，不断地学习，尝试解决问题，尝试提升教学效果，真正做到让学生“停课不停学”，在家里依然能够学习知识，成长进步。

一、备课

备课是上好课的前提，要想上好一节课，首要任务是要备好课，备课就要研读教材，查阅资料，预测学生的困惑点，把握本节课的重难点，设计好课堂提问与互动，让内容充实而不繁杂。没有教材、教参，就借助网络电子教材、教师用书、电子习题，隔离在老家，没有电脑，就用手机直播。克服种种困难，做好直播的课前准备。后来，看疫情情况，发现在线学习要打持久战，于是，让家人给配置了一台电脑、一台打印机，安装了多个wifi，才使得网络信号良好，没有出现卡顿现象。

在授课时，因为是直播，所以要做好充分的准备，最好能有课件辅助，不能干讲，那样效果不好。所以就要制作课件，这是一项比较繁重的工作，如果每张幻灯片都自己制作，则需要几个小时的时间，而数学符号又不好打，真的有很大困难。为了解决这个问题，我们借助从网络上资源搜索课件，再结合自己的设计进行修改，这样就可以大大提高制作课件的效率，节约制作时间，用更多的时间丰富教学设计。

教学内容最好有视频或者图片进行说明与展示，而网络的丰富性让我们能够找到想要的资源。比如我们利用国家教育资源网的数学微课和名校课堂进行观课，由于重点内容需要生动的讲解，借助现有资源则会省不少气力，学生看得明白，老师又能重点点评，极大提高了教学的效果。在网络上，只有你想不到的，没有找不到的。利用互联网丰富我们的教学内容，是一个新时代的老师必备的技能，通过网络授课，我又学到了新的信息技术技能：录屏、利用格式工厂转换文字、钉钉视频会议直播、问卷星答卷制作等。

二、上课

进行网络教学，可以是直播，可以是看视频，也可以布置任务，但是这一切都要依赖网络，因为老师和学生都在家，所以必须有互联网的支撑，同时还要有合适的交流软件。直播软件有很多，但是哪一款更适合自己需要精挑细选。平时常见的微信、qq、抖音，钉钉、等，都有交流的功能，学校也推荐了一些相关的资源与软件，通过尝试，发现还是钉钉的功能比较适合我们的教学实际，所以最后就选择了用钉钉进行直播教学。

钉钉的使用，还有专门的培训，因为这款软件是新接触的，所以要熟悉里面的功能才能在课堂上灵活使用。通过培训，掌握了一些最基本的功能，但这些功能都与以后的直播教学相关，如发信息，发公告，作业打卡，智能填表，视频直播等，这些功能都要慢慢的掌握。

培训后，年级组的老师都在工作群里进行尝试，共同探索常用功能的使用，交流使用心得，为正式在线学习使用作了充分的准备。

现在想想，起初的在线直播是那么的滑稽、好笑。对着手机、电脑上课，看不到学生，很不适应。对各个键的功能也不太熟悉，常常慌乱中，点了某个键，窗口突然就消失了，之后就不知所措，经常是上完一节课，紧张得满头大汗。

在用钉钉直播的过程中，有一个连麦功能，可以随时抽查学生的在线状态，还可以让学生连麦后进行题目的讲解或者提问，增加互动环节。这也是为了提高课堂教学效果而想到的，因为没有在教室上课的那种掌控感，所以就要想办法提高学生的观看的注意力。为了在课堂上让学生学练结合，我会让学生把写在练习本上的解答过程拍照上传到群里，而抽查让学生进行讲解，这也能提高学生听课的专注程度。由于学生年龄较小，需要家长帮助操作，所以我们一般是直播课后作业的练习反馈。针对作业中的普遍性错误、易错题进行答疑解惑。刚开始，我不会使用联播功能，每天下午，4:00到5:30，两个班轮番上课，每班一节，确实累!后来，使用联播功能，两个教学班同时上课，100多个人同时在线学习，打破了班级上课时教室的制约，一位老师上课，100多人受益。功能真的是强大。

三、批作业

为了提高学生的学习效果，课后的作业是不可少的，特别是数学，学习了新的内容之后，一定要进行相应的练习才能达到掌握所学知识的目的。我会布置相应的作业进行批改检查。

我是利用了钉钉群里的家校本这个功能，可以一键布置作业，并要求在线提交。这样，我可以看到他们上传的作业。这个家校本的好处很多，其中一项是每个学生只能看到自己的作业，这样就不会像微信群里所有人都看到答案而减少作弊的现象，同时还有快捷评语，可以提高批改效率，对于优秀的作业，提供了优秀作业展示功能，可以在群里进行展示，让优秀的孩子得到表扬，让需要进步的孩子有了参照的标准。每天我都按时批改作业，全收全改!看着学生完成的作业质量越来越好，自己觉得网络教学还是挺好的。后来，钉钉批改作业的功能进行了升级，每天上午先批改一部分作业，发现共性问题和注意事项，下午直播讲评作业时反馈讲评，讲评时，学生拿起红笔进行作业对改，直播后订正错题，再次提交自改的作业，老师进行二次批改。用评选不同档次优秀作业的方式，激励学生提高作业质量，实践过，效果不错!

四、线上教研

以前在学校工作时，每周都有固定的教研时间，现在每个人都在家上班，虽然相距甚远，但是并不影响正常的教研活动的开展。既然能直播教学，当然也能在线教研。我们数学组全体老师，有问题随时在线研讨，畅谈网络教学过程中的好的做法与存在的问题，这样有目的的进行教研活动，跟在一个办公室里进行教研效果差不多，甚至更好。我们针对教学进度进行了一个讨论，因为上学期我们讲的进度不大一样，所以这次也有快有慢，但是每个人都是按课时进行，打好基础，讲究效果，不要再想着开学之后“烫剩饭”。还有就是针对自己授课过程中的一些经验进行分享。有的是因为条件限制不具备直播功能，只能利用网络资源进行教学，大部分都是直播教学，在直播过程中，统一感觉是无法掌控学生端的情况，感觉没底，所以就想了一些办法，比如随机点名，快速回复数字。课堂提问多用选择题，这样可以快速的回复字母选项节约时间，分批召开小范围的家长会了解学生在家学习的情况，对于个别不提交作业、不重视学习的孩子，及时跟家长联系，借助家长力量督促孩子自律、学习。作业布置以课本作业、基础知识为主等。

这个春节注定令人难忘，原本的热闹都“锁”在了家里、心底里、脑海里。因为这个春节我们认识了一位“新人”——“202\_-ncov”，即“新型冠状病毒”。他的脾气难以捉摸，正是因为他，节日里没了喜庆的鞭炮声，没了热闹的走亲访友，剩下的是冷清的街巷和无尽的假期，大家都在家里静待着疫情过去。特殊时期需要特殊对待，病毒狡猾，不能让他有可乘之机，宅在家里是最好的选择。

最初，大家都还不以为然，以为在家宅几天就能把“风头”避过去。当大家看到新闻里播报着愈发严重的疫情，微博被各种与疫情相关的热搜霸屏，尤其是一“罩”难求时，大家才意识到本次事件的严重性，这将是一场人类和新型冠状病毒之间的“持久战”。

是的，大家都戴上了口罩，口罩类型很多，戴上口罩我们依然可以自由呼吸，狡猾的病毒也被“拒之门外”，这一“墙”之隔，隔住了病毒的入侵路径，保护我们的身体免受感染，但人与人之间的温情也就此被隔绝了吗?

“始终把人民群众生命安全和身体健康放在第一位”。习总书记的话给全国人民打了一剂“强心针”，给大家树立起此役必胜的决心。“疫情就是命令”，与此同时，各路人马纷纷展开行动：武汉人民不出城减少疫情扩散，一线医务人员为治疗病患不眠不休，科研团队不畏艰难分离毒株只为研制“解药”，医疗队志愿者们义无反顾奔向疫情“前线”，各路物资从四面八方而来驰援武汉……这是一场“同时间赛跑”的阻击战，大家如此齐心作为，我们完全有信心、有能力战胜病毒，让一切恢复如常。

“我们非常有信心，也坚信，疫情会有效控制”。钟南山院士关于疫情的每句话都让大家心安，不管是怎么戴口罩，如何居家防护，什么时候“说动才动”……大家都一一遵循着钟院士的建议。这是他在03年“非典”时期就积累下来的人气和信任。如今他已84岁高龄，本应该在家安享晚年，却依然不辞辛劳毅然投身到抗疫一线，大家深深感受到了他的为民情怀和无畏精神。他至始至终都是如此“硬核”，在生活中的方方面面都有一股不服输的劲儿，正是有了这些一心为人民的专家团队，我们的这场战“疫”定能高质高量打赢。

“若有战，召必回，战必胜”。曾赴小汤山抗击“非典”的医疗队又回来了，他们那种面对病毒无所畏惧的精神令人动容，让人敬佩。一封封请战书点上了红色的指印，一双双被药水浸泡的手布满伤痕，一张张被口罩压痕的脸让人心疼……这是一种怎样的坚定?这是一种热爱祖国、热爱人民的民族精神，这是一种英勇无畏、敢为人先的时代精神。最前线的地方，最困难的地方，最容易受感染的地方，都有他们的身影，他们从不言怕，义无反顾地战斗在“第一线”。但是“保护好自己，才能救别人”，也请我们可爱可亲可敬的医护人员和其他志愿者们在辛苦工作的同时保护好自己。

这几天，我每看到一个好消息都会心生涟漪，拍手称快，历时十天十夜的武汉火神山医院如今已建成使用，雷神山医院也进入建设倒计时，这是用“中国速度”在与疫情赛跑。但总有些人一副“事不关己”的样子，不戴口罩随意出入公共场所，更发生多起故意隐瞒病情和行程的案例，这些人是当前严峻时期的“老鼠屎”，这种不负责任的行为让人唾弃，更令人不齿。这场病毒阻击战的冲锋号角已经吹响，没有人能够成为“局外人”，大家要有团结一心应对病毒的决心和此战必胜的信心。请对自己负责，对家人负责，对社会负责，不要让那些此刻仍奋斗在一线的“战士”们寒了心!

已至立春，天气渐暖，万物复苏，是生命焕发的时节。希望疫情在这个春天可以消散，空气中没了病毒，只留花香。待一切恢复如初，再约上三五好友，一起出门看看祖国的大好河山吧!最后温馨提醒一句：近期请少出门，出门请戴口罩。

疫情就是命令，防控就是责任。这个冬天，面对来势汹汹的疫情，广大党员干部坚守岗位、奋战一线，无数个感动的瞬间温暖了无数颗心，无数个感人的精神照亮一座座城，无数名党员干部坚守阵地、逆行而上，勇做战疫一线的最强王者。

身先士卒、筑起防线，做迎难而上的先行者。生命重于泰山，在当前防疫斗争中，广大党员干部坚持以人民为中心，时刻牢记人民利益高于一切，自觉把思想和行动统一到习近平总书记重要指示精神上来，服从党组织安排。党员干部以些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情的情怀与广大群众并肩作战，以苟利国家生死以，岂因祸福避趋之的担当和无畏冲锋在疫线，在每个基层一线筑起防疫的最强屏障，把投身防控疫情第一线作为践行初心使命、体现责任担当的试金石和磨刀石，以更强自觉决胜战疫。

坚守岗位、阻击疫情，做精确打击的阻击者。疫情就是命令，广大党员干部闻疫而动，把严峻疫情当做对党性的考验、对初心的考问，将疫情防控工作作为重中之重，以我是党员我带头的积极性主动投身到这场严峻斗争中去，以若有战，召必回，战必胜的决心真抓实干，以明知山有虎，偏向虎山行的勇气攻坚克难。既敢于斗争，更善于斗争，在抗疫斗争中练胆魄、磨意志、长才干。各级党组织带领群众联防联控，群防群治，在防控中做到思想认识到位、宣传引导到位、摸底排查到位、责任落实到位、党员作用到位、应急措施到位，筑牢疫线战斗堡垒。

担当使命、守护平安，做守望相助的守护者。防控就是责任，广大党员干部主动扛起责任，以功成不必在我，功成必定有我的担当和实干抓好抓实抓细疫情防控各项工作，以草摇叶响知鹿过一叶易色而知天下秋的细心想群众之所想、急群众之所急、解群众之所忧，以敌军围困万千重，我自岿然不动从容面对各种棘手问题、处理各种突发事件，以千磨万击还坚劲，任尔东西南北风定力消除群众顾虑、坚定群众信心，在疫线当先锋、作表率，让党旗在一线全面飘红，让党徽在前沿熠熠生辉。

他牢记初心使命，发挥党员先锋模范作用;他退伍不褪色，永葆军人本色。作为一名党员，在疫情防控工作的关键时期，他践行共产党人的初心和使命，主动放弃与家人团圆欢聚，积极响应组织号召，主动申请到疫情防控斗争的第一线值班值守;作为一名退伍军人，他主动作为，认真负责，积极协助村组开展排查劝返工作，切实做到守土有责、守土担责、守土尽责。

在当前疫情来势汹汹的情况下，\_不畏危险，积极配合组织扎实开展工作，为打赢疫情攻坚战，贡献自己的力量。一是配合村组，摸清底子。协助组长对周家组132户547人进行逐户逐人摸排走访，了解情况。通过摸排，周家组在市外务工18人，其中一人在在杨凌上班，于1月18日从湖北省十堰市出差返回，在该返乡人员居家隔离期间，他主动为该户送去消毒用品，入户了解身体状况，并协助购买生活必需品，为该返乡户送去组织的关怀。二是宣传群众，群防群治。针对部分群众对疫情认识不够，防护不到位等问题，他主动在村组街道发放宣传资料，用通俗易懂的语言进行健康知识宣传，疏散群众聚集点，有效提升了群众的自我防护意识，降低感染几率。三是认真排查，源头防控。周家组排查劝返点位于京常公路岐山-扶风交界处，车辆和人员流动大，在排查劝返点对过往车辆进行消毒，他对过往人员进行体温检测并详细询问信息，逐一登记，做到不漏一车，不漏一人，从源头上做好了防控工作。在当前疫情防控的关键时期，他主动放弃与家人的团聚，奋战在一线，为群众健康保驾护航，为打赢疫情攻坚战，发光发热，贡献自己的力量。

近日，某医护人员在为村民核酸采集时被一眼认出的新闻令人感动。这位驰援过武汉的姑娘，再一次奔赴疫情严重的河北第一线，用自己的大爱之光驱赶病毒之害，他们的眼神里充满“光”，正是这群白衣战士才筑牢了抵御病毒肆虐的坚固“长城”。

你的眼神充满心系人民的大爱之“光”。疫情就是命令，从去年“新冠”疫情暴发到现在河北散发性疫情，你们一直奋战在第一线，每天都在超负荷工作，为了尽快救治患者，减少病毒传播。你们身着厚重的防护服，脸上被勒出一道道印痕，虽然看不清你们的模样，但你们埋头苦干、拼命干活的样子让老百姓放心，让全国人民感动。医者以治病救人为己任，充满了无尽的大爱，你们不畏严寒、走街串巷开展核酸采集，第一时间开展排查，争分夺秒救治病人患者，把人民群众的生命健康记在心上，扛下了所有急难险重的任务，你们为人民群众付出所有，所有人都为你们拍手点赞。

你的眼神充满战胜病毒的信念之“光”。病毒并不可怕，有你们在，国家安心，人民也安心。经过一年来的共同抗“疫”，我们有理由相信中国人民共同抗战的信念是任何事情都摧毁不了的，这是我们取得胜利的希望。你们不放弃每一个人，不漏掉任何一个环节，从你们的眼神里人民群众也看到了希望，你们鼓励市民、村民增强信心，安慰家人“没什么可怕”，用心中的火去照亮前行道路中的“阴霾”和“暗沟”。当你们穿上“战袍”，写下“战书”，宣誓和病毒奋战的那一刻，就注定在这场没有硝烟的战场上我们能够走向胜利。

你的眼神充满不畏生死的勇敢之“光”。你们都在最美的年华与病毒签下了生死“挑战书”，在这危难时刻，你们坚守岗位，冒着生命危险在一线与病毒战斗，守护我们所有人的健康与生命。更令人感动的是，只要哪里有危险，你们就冲到哪里，不论是在湖北、还是在河北，你们以不怕牺牲、攻坚克难的大无畏精神，诠释了英雄的真谛。你们都是新时代的英雄，病房就是你们的战场，你们在神州大地为患者点亮一盏盏希望的灯，谱写了一曲曲以生命赴使命的壮丽战歌。在这场生与死的考验中，你们将病毒挡在身前，为所有人撑起一片平安的天，你们是这世界上最可爱的人。

希望你们这群白衣战士在与“病魔”抗争的同时也要把自己照顾好，只有你们健康平安归来，我们才能更好地生活下去，更好地对抗未来未知的风险和挑战。我也相信，只要我们团结在一起，就一定能战胜任何困难。

疫情期间居家锻炼心得体会健康是人们愉快生活、工作和学习的基础，体育运动是获得健康身体和强壮体魄的有效手段。疫情防控期间，坚持居家体育锻炼对于健康的益处有很多。

一、坚持居家体育锻炼能防治疾病。大量研究表明，积极参加体育锻炼能提高人体免疫力，是预防疾病的良好手段，也是辅助治疗某些疾病的积极措施。体育锻炼可使人肌肉结实有力，呼吸循环功能改善，肺组织弹性良好，能不断促进体内物质能量代谢，因此疾病就不易发生。一些患有慢性疾病的人，在医生的指导下通过合理的体育锻炼，能对疾病的康复有一定的辅助作用，有助于患者重新获得健康。

二、坚持居家体育锻炼能促进心理健康。人们可能都有过这样的感觉：进行轻松的体育锻炼后，会感到心情愉快。人们对运动的专注，以及运动的趣味性、竞技性，有助于人们日常精神压力的转移。尤其是经常体育锻炼的人，他们血中的脑啡分泌量会增加，可使人精神愉悦。另外，经常体育锻炼能使自身的身体外型获得改善，有助于自我形象的提高，以及自尊的建立。

三、坚持居家体育锻炼能增强肌肉和骨骼的机能。体育运动能促进血液流向肌肉，为肌肉提供氧气及能源物质。肌肉和骨骼会对体育运动刺激产生适应，增强了肌肉和骨骼的强度、密度、硬度、弹性、韧性。体育锻炼能使肌肉和骨骼变得粗壮、坚固，就可以承受更多的负荷，延缓肌肉萎缩和骨骼的衰老过程，预防骨质疏松、骨折。

四、坚持居家体育锻炼能增强心脏机能。研究表明，经常体育锻炼的人，他们的心率一般会比不经常体育锻炼的人的心率少。另外，体育锻炼能增加心搏出量，从而导致心输出量的增加，也能改善心肌的工作效率。这表明体育锻炼增强了他们的心脏机能，能以较少的心跳数挤出更多的血液循流到全身，并且能使人在激烈的运功或任何其他形式的身体活动后，能很快恢复疲劳。

五、坚持居家体育锻炼能改善血压状况。经常体育锻炼的人，他们的血压会比一般不从事体育锻炼的人低。这是因为，体育锻炼可增强血管壁的弹性，能改善中枢神经系统对血液循环系统中各器官的机能，锻炼了血管的收缩和舒张功能，加强了血管壁细胞的氧供应，减缓动脉粥样硬化的进程，减弱了小动脉血管的紧张度，使安静时的血压下降。

六、坚持居家体育锻炼能健脑。经常参加体育锻炼，可以提高大脑皮层神经的兴奋性、均衡性和灵活性，改善中枢神经系统的整体机能，延缓大脑的衰老，防止动脉硬化。这是因为，肢体运动的过程也是一种健脑的过程，体育运动促进了血液循环和呼吸运动，脑细胞可以得到更多的氧气和营养物质的供应，使代谢加速，脑的活动越来越灵敏。体育运动是在大脑的指挥下进行的机体活动，同时大脑又接受来自肌肉、关节的神经末梢感受器对刺激的反应信号的输入，这样，运动就增加了大脑皮层的兴奋和抑制过程。

七、坚持居家体育锻炼能减肥。肥胖是由于能量摄入超过人体的消耗，体内脂肪过度积聚，造成人体中脂肪储存过剩，并对健康造成严重危害的一种超体重状态。体育锻炼能提高基础代谢率，消耗能量，燃烧脂肪，可以起到减肥效果。大量研究表明，有氧运动结合力量练习是最有效的减肥方法之一。

八、坚持居家体育锻炼能消除疲劳。适当的休息是消除疲劳的重要手段，休息的方式有静力性休息和活动性休息两种方式。体育锻炼就是很好的活动性休息方式，适当的体育活动是消除疲劳的有效方法。这是因为，一种活动所产生的兴奋可抑制前一种活动所产生的兴奋，使前者引起的兴奋细胞得到休息，能够改善精神状态。当然，居家体育锻炼，应保证锻炼的安全，避免出现运动事故。锻炼前须做好充分的准备活动，使全身活动开，再开始运动。老年人和有身体疾病的人，在锻炼时应合理控制运动量，不应做剧烈运动，出现有极度疲劳感、喝醉酒、受到强烈的精神刺激、感冒、腹泻等其它身体不适的状况的时候，应中止运动或者限于轻微的运动为好。锻炼中要全身心投入，尤其是青少年在体育锻炼过程中不能相互嬉戏，有时稍不注意，就可能出现运动损伤。

我一边躺在懒人沙发上，一边郁闷地想。在中国，新型冠状病毒肆虐，席卷各大国家地区，这导致人民无法套用以往春节的度过方式。我的春节日常就好像固定了一样一遍遍复制黏贴——起床、吃早饭、写作业、午饭、午睡、练琴、晚餐、打牌、睡觉。以前人来人往的大街上现在空空如也，以前人流穿梭的地铁中现在满车空座，以前人流如织的秦淮灯会现在关闭谢客……我不禁有些同情远在武汉的同胞们，我们这里是防控疫情，他们可是直面疫情。

人民的智慧是无限的，即使不能出门，宅在家里也有很多乐子——家庭打掼蛋、鱼缸钓鱼、餐桌乒乓球、家庭一日游、亲子枕头仗、楼栋间慰问喊话、云合奏，各种“奇葩”娱乐方式层出不穷，让人连连咂舌。我用整块的时间和外公外婆一起打牌，以前外公在老家生活，一年才能见到他一次，这个新年，我每天都和外公在一起，感谢突如其来的疫情把外公绑在了我的身边，让我每天管着他——不准抽烟、不准看手机、不准不戴口罩……我时时刻刻在他耳边唠叨，仿佛妈妈每天碎碎念我学习一般，用心良苦。每天的三顿“美味佳肴”外婆丝毫没有懈怠——烤大虾、乡间豆腐、亲情红烧肉……让缺乏运动而饿意减弱的我仍能打开胃口，细细品味。

在妈妈每天的工作内容中，我品味到了奋战在一线的医护人员的艰辛，没有时间休息只能席地而睡，24小时贴心为病人服务从未抱怨，无私奉献而不怕牺牲。在这个春节，我真正认识了一位巨人——曾经抗击非典的钟南山爷爷，得知疫情后，80多岁的他第一时间奔赴“战场”。

希望每个人和我一样，能平安度过这个春节，不感染;以不出门还能乐的方式，快快乐乐地度过这个不一样的春节。

一善染心，万劫不朽。百灯旷照，千里通明。重善行善一直便是我国的传统美德。

本着青年志愿者的精神，作为一名青年大学生，假期的社会实践并没有让我的选择恐惧症犯难，在众多的实践类型中，毫不犹豫地选择了志愿者服务。搜索家乡志愿者，好巧不巧，正好在于都团县委推文找到当日新出的志愿者招募，点击报名，一场善缘便缓缓展开帷幕。

冬日虽凉，但人世温暖。

温暖存在于志愿培训。作为志愿服务第一课的\'培训，记住的不仅仅是志愿服务内容，还有袁主任的那句“照顾好自己，才能去照顾别人”。

温暖更存在于志愿者服务。不论天气险恶，环境难熬，志愿者总是坚守岗位，兢兢业业，克己奉公。志愿者服务也许些许辛苦和劳累，每当看见群众脸上的笑容，心里也便值得了，嗯，这就是我们志愿者存在的意义啊！中国志愿者服务精神便是只要群众和人民需要，风里雨里，我们等你。

回忆百年历史，人民生活愈加富足，社会温情愈加饱满。这一切都离不开中国共产党的领导，离不开党对群众心心念念的关怀，秉持以人民为中心的理念。

正处中国共产党百年成立之际。百年征途波澜壮阔，百年辉煌熠熠生辉。党的百年道路是一条艰难的道路，也是辉煌历程，我们取得的成就举世瞩目，但党的百年计划，仍未完成，人民对美好生活的向往仍有差距，我们仍需继续努力。让我们携手共建志愿者的长城，用爱心架起群众的桥梁。

凛冬已过，皓月长明，春秋终时，愿这人间仍是星河璀璨，温暖如故！

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！