# 人防心得体会及感悟(汇总11篇)

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2024-09-12

*人防心得体会及感悟一尽你的能力，影响身边的孩子，先唤醒沉睡在他们身上的自尊自重自爱，才可能让他们的心触摸到“阳光”“感恩”“宽容”等等美好的词儿，而只有他们怀揣这些词儿了，才会萌发出对自己对生活蓬勃的热爱!我找到了那个孩子：“班主任伤害了你...*

**人防心得体会及感悟一**

尽你的能力，影响身边的孩子，先唤醒沉睡在他们身上的自尊自重自爱，才可能让他们的心触摸到“阳光”“感恩”“宽容”等等美好的词儿，而只有他们怀揣这些词儿了，才会萌发出对自己对生活蓬勃的热爱!

我找到了那个孩子：“班主任伤害了你，你恨她?”没有。他回答得很干脆。没有无缘无故的恨或恶，总得事出有因吧?我追问，“跟老师有点小矛盾?”没事干，好玩。他一副敢作敢当的凛然，将我的心又狠狠地砸了一个坑，比听同事转述时更厉害。

我努力使自己平复下来，继续跟他沟通。“你那样对待老师的手套，看起来是手套，其实伤害的是老师的感情……如果你一进教室，发现自己的书包公然被同学们踢来踢去，甚至踩得脏兮兮，你会怎么样?你可能会很伤心甚至很愤怒，就像踢你自己一样。”他低下了头，用脚在地上划拉着。我继续说，“你的书包跟老师的手套从根本上讲是一样的……因为你的那个举动，老师批评你甚至打你俩耳光，都是正常的，那就叫‘自取其辱’，——你不尊重别人，自然得不到对方的尊重……”

后来事情发展得有点狗血，家长死死抓住“打了孩子一巴掌”这一点大闹，并要求处分老师。不难想象，那孩子被我苦口婆心说得低下去的头又会高昂起来。

我知道，我无力改变社会的种种畸形，无法影响有些孩子身后的家庭，只能拼力来唤醒孩子自身沉睡着的美好。我也知道自己没有金刚钻，却还是见瓷器活就想试试。我坚信，没有孩子生来就是破罐子，也一定还有些孩子在危机四伏的原生家庭里很小心地保护着自己的洁净与良善，等着自己有能力了尽快逃离。

“老师”这个身份很沉重，教书育人不能只划定在自己所带的班级里。尽你的能力，影响身边的孩子，先唤醒沉睡在他们身上的自尊自重自爱，才可能让他们的心触摸到“阳光”“感恩”“宽容”等等美好的词儿，而只有他们怀揣这些词儿了，才会萌发出对自己对生活蓬勃的热爱!

**人防心得体会及感悟二**

近年来，全球范围内爆发的新冠疫情威胁着每个人的健康和生活。作为一名普通的个体，我们必须充分认识到自身责任，积极参与个人防疫工作。在经历这段特殊时期后，我对个人防疫工作有了更深刻的感悟和体会。下面我将分享自己的心得体会，希望能对广大读者有所启发。

首先，个人防疫工作需要从认识到行动的转变。面对疫情的爆发，我们不能掉以轻心，忽视自身的防护。只有通过深入了解病毒的传播途径和预防方法，才能更好地应对。我通过阅读媒体报道和相关文献，加深了对病毒传播的了解。我意识到病毒可以通过飞沫传播和接触传播，因此必须保持社交距离，并勤洗手、戴口罩等。这种由认识到行动的转变，是个人防疫工作的第一步。

其次，个人防疫工作需要建立良好的卫生习惯。卫生习惯是预防疾病的关键，也是形成健康生活方式的基础。疫情期间，我养成了勤洗手的习惯。无论是在外出回家，还是在接触公共物品之后，我都会及时用肥皂和清水洗手。同时，我还注重通风，每天定期开窗换气，确保室内空气流通。这些良好的卫生习惯不仅可以预防疫情的传播，还对个人的身体健康大有裨益。

另外，个人防疫工作需要保持积极乐观的心态。在面对疫情带来的封闭、隔离和恐惧时，我们要保持积极乐观的心态，相信人类智慧和科技的力量。我在这段时间里，增加了阅读和学习的时间，通过线上课程提升自己的专业技能。同时，我也和家人和朋友保持良好的交流，共同度过难关。积极乐观的心态不仅有助于消除恐惧，也能更好地调整身心状态，拥有更强的抵抗病毒的能力。

此外，个人防疫工作需要加强社会责任感。在疫情期间，个人的防护措施不仅是保护自己的身体健康，更是保护他人的生命。我明白疫情只有人人有责，只有全社会的共同努力才能战胜病毒。因此，我积极宣传防疫知识，向身边的亲朋好友介绍防护方法，并鼓励每个人做好个人防护工作。只有通过每个人的积极参与，我们才能有效地遏制疫情的蔓延。

最后，个人防疫工作需要持之以恒。疫情期间个人的防护不能松懈，一旦掉以轻心，可能会给自己和他人带来严重后果。因此，我们必须要有持之以恒的意识和行动。无论是疫情期间还是之后，个人防疫工作都是一个长期的过程。我们不能因为疫情好转或防护习惯形成而松懈，仍然需要保持好卫生习惯并遵循疫情防控的要求。只有持之以恒，我们才能真正保护自己和他人的健康。

总之，个人防疫工作是我们应该认真对待的重要任务。通过深入了解病毒和防护知识，建立良好的卫生习惯，保持积极乐观的心态，加强社会责任感和持之以恒的防护，我们才能真正做好个人防疫工作，保护自己和他人的健康。相信在全社会的共同努力下，我们一定能够战胜疫情，迎来更加美好的未来。

**人防心得体会及感悟三**

金风送爽稻谷黄，教师培训心底亮。20xx年9月15日，我，一个临近退休的乡村教师，继20xx年初中语文“送教下乡”学科培训完成两年以后，于今年我又一次有幸参加了“国培计划”（20xx年）双峰县送教下乡通识研修培训活动。虽然上次国培使我心灵震撼，得到很多启迪，但是我认为这次研修培训是本人近三年以来参加的规模最宏大，组织最严密，计划最全面，主讲课题最接地气的一次研修培训活动。

本次活动在双峰县会务中心第一会议室隆重举行，参加成员有来自全县教学一线的老中青骨干教师450余人，再加上组织领导、主讲教师、工作人员总共达500人。参培人员之众，规模可谓空前。

严密的组织，科学的计划亦是本次活动特色之一。活动由县教师进修学校牵头，县教育局督办。从发放学员的《研修手册》里可以清楚看到“培训寄语”、“项目实施方案”、“送教下乡培训名额分配表”、“培训通知”、“培训管理团队”、“学员花名册”、“评课稿”、“参培小结”、“研课磨课工具单”、“成果展示单”、“个人总结”等实施步骤。此次县教师进修学校站在非常睿智的高度将全县基础教育的初中英语、化学、体育，小学科学、音乐，幼儿教育等短板学科教师组织起来学习培训，这样会使广大乡村教师的课堂教学能力、教育教学能力得到很大程度的提升。

其次，我感觉到本次通识培训的两位来自教学一线的主讲者，同时也是特优教师，他们的传授与讲解非常接地气。

株洲市二中物理老师黄国雄老师独具匠心，从零距离与学员互动直观演示铁环穿越封闭铁链的实验入手，在引起全体学员极大兴趣的前提之下，号召全体学员向书本学习、向生活学习、向学生学习、向同行学习。他还图文并茂、深入浅出的讲授了“菜坛子漏气检验”、“拔火罐健体”、“浮力定律的实践探究”、“曹冲称象的发散思考”、“竖鸡蛋游戏带来的思考”等物理现象，系统科学地总结出：物理来源于生活又反过来为生活服务。

新形势之下，教师如何维护学生的合法权益，如何惩戒学生的不良行为，如何处理校园欺凌侵权事件，如何使惩罚权不逾越法律底线这些问题成为了学校、教师尤其是班主任教育教学管理工作中的棘手问题。然而湖南第一师范大学、省内资深师资培训师李婷老师亲自走入地厅座列为学员们语重心长地做出了“学生权益保护暨教师依法执教的技巧”等热点的分享，并通过枚举一系列校园实例，对教育教学实践工作中的体罚、变相体罚、教育性惩戒进行了准确的界定。这样使学员们更加明确了如何加强未成年人保护与教师合法权益的保护。名师的讲座让学员们真是受益匪浅。

双峰县教育局、双峰县教师进修学校高度重视师训工作，“送教下乡”活动为补齐学科短板、为推进双峰教育迅猛发展提供了强大的动力，我坚信，双峰教育的脚步定会走得越来越稳，越来越坚实！

**人防心得体会及感悟四**

疫情的肆虐让每个人都感受到了生命的脆弱和珍贵。在这场没有硝烟的战争中，每个人都成为了抗疫的战士。而个人防疫工作就是我们保护自己、保障他人的重要任务。通过这段时间的努力，我深刻体会到了防疫的重要性，并从中收获了一些感悟和心得体会。

首先，个人责任意识的觉醒。疫情中，为了防止病毒的传播，每个人都应该做好个人防护。这不仅是对自己负责，更是对他人负责，是履行社会公民的义务。只有当每个人都认识到自己的行为对他人的影响时，才能在共同努力中战胜疫情。因此，个人责任意识的觉醒非常重要，它能够引导我们积极参与到防疫工作中，做好个人的防护和宣传。

其次，科学防疫的重要性。在疫情暴发初期，人们对病毒的认识还不够深入，很多人抱有侥幸心理，对于防疫措施不够重视。然而，随着疫情的蔓延，科学防疫成为了最有效的方式。佩戴口罩、勤洗手、保持社交距离等一系列措施，都是根据科学的研究结果得出的结论。我通过关注疫情动态，紧跟防疫的最新科学进展，不断学习和了解病毒的传播方式和预防方法。只有科学防疫，才能有力地遏制疫情的蔓延，保护自己和他人的生命安全。

再次，坚持良好的卫生习惯。良好的卫生习惯对于个人防疫工作至关重要。疫情期间，我更加重视生活中的卫生问题，坚持勤洗手、特别是外出后及时洗手。我还养成了勤换衣服、保持身体清洁的习惯，同时也注意开窗通风，保持室内环境的清新。良好的卫生习惯不仅可以预防病毒的传播，还能够提升个人的自我保护能力，让我们在疫情面前更加有信心和力量。

最后，情感与团结的力量。在疫情期间，每个人都经历了一段独处和与亲友隔离的时间。但这并没有削弱我们的联系和关怀，反而增强了我们对彼此的情感和团结的力量。通过电话、视频等方式，我与家人和朋友保持着紧密的联系。我们互相关心、鼓励和支持，共同度过了这段艰难的时期。在社区里，邻里之间也展现出了无私的互助和团结一心的精神。这种情感与团结的力量是我们抵抗疫情的强大后盾，也是我们未来更好生活的基础。

总的来说，个人防疫工作是我们共同抗疫的重要一环，也是保护自己和他人的责任。通过这段时间的经历，我认识到个人责任意识的觉醒、科学防疫的重要性，良好的卫生习惯和情感与团结的力量。只有通过个人与社会的共同努力，我们才能战胜疫情，实现人类的健康幸福。希望大家不忘初心，牢记这段时期的感悟和体会，将其融入到日常生活中，做好长期的个人防疫工作。

**人防心得体会及感悟五**

一到基地，安排了宿舍后，就把学生集合教同学叠被子、被褥、毛巾等，还布置各班的卫生区。一想到能和同学同吃、同睡，心里乐滋滋的，又想到要打扫卫生区。又要限制我们，晚上10点睡觉，早上6点起床，又不能出去外面，心里很不是滋味。

傍晚，教官用广播叫同学们集合，准备吃饭了。同学们一听到吃饭，便顾不得别的，直奔操场。操场上顿时人声鼎沸，不一会儿，便对齐了。由三路进食堂，进食堂后，还要一席10个人把桌子围住，身子要站直，不准乱动。有的同学眼巴巴地望着饭菜，却吃不到，肚子激烈地做出反抗， 咕噜、咕噜 地直叫，可还是有些忍下来了;有的同学饿提受不了，看到饭菜就猛吃，结果被教官教训了一顿。看到这种情况，有的惊恐不已，有的幸灾祸，真不该是喜还是忧。必须等到教官喊 坐下 才可以坐，并且不能太吵，如果太吵，教官便再次喊 起立 ，我们就得再站起来，如此循环，只要安静，便可坐着。这样就能开饭了吗?当然不是，到这个阶段必须腰挺直，两手放膝盖上，当然要等到喊 开饭 才可以吃。这样开饭的事就告一段落了。

第二天，由于早上3、4点起床，在6点xx年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸?时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是，我就疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心地练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不饶的精神，体现了龙的传人的毅力;练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……军训结束了，而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富!

**人防心得体会及感悟六**

8月3日，我们在笑翻天拓展基地进行了一场拓展训练比赛，以帮助企业老板及中高层打造企业冠军团队为目的，企业文化实施步骤、冠军团队五大特质等几大方面，通过笑翻天教练的实战经验讲解、分享，导师与学员互动分享、拓展训练等环节，训练学员学会如何找到企业的“魂”文化，进而打造出属于自己的“冠军团队”!

接下来就是进行拓展比赛了，我们满怀信心来到了比赛现场。本以为每一个项目都可以试试自己的身手，可惜教官只给我们选择一个项目的机会，无奈大家只能凭自己的身体条件选择一个项目了，而我选择了缅甸桥，看看那个场地，心里还真是有点心慌慌的，长二、三十米的绳索，要靠自己走过去，感觉真的是蛮困难。可是教官告诉我们那些来玩缅甸桥的从来都没有掉下来过，这样我们才放心很多。

终于在漫长的等待中轮到我们了，我们迅速地穿好了保护的器具，等待着这属于我们的一刻，“加油，加油”，我向对面的队友喊着。突然不知道什么原因，他们三个人都从绳索上掉了下来，可是一秒钟之后，他们又奇迹般地让脚踩在了钢丝上。说实话这一幕真是又让我害怕又让我惊喜，害怕的是如果刚刚他们没办法踩回来那该怎么办，惊喜的是三个人同时下去，又在短暂的时间中同时踩回在钢丝上，我也相信有这样机缘巧合的事情，说明老天也在帮助我们，我们一定会成功的。该我了，我告诉自己往前走，往前走，胜利是属于敢跨大步勇往直前的勇者的。“一步、二步、三步……”到了，终于到了，我们从教官那里打探到了小道消息，目前我们的成绩是最好的，开心、喜悦的心情一下子都写在了我们脸上，因为我们用心做到了最好，而且这就是我们想要的最好。

由于缅甸桥的进程较快，当所有的队员完成比赛，其它的项目天梯和空中抓杠才进行到一半，所以我们马上赶了回去为同队的队友加油，其实最困难的当属天梯，因为上去的三个队友只能靠互相之间的合作借不到其它的外力，天梯越往上面，两根棍之间的距离会越来越大，最后的两根棍之的距离有1.8米多，而对于女生来说那是多么困难的事情啊!到我们班的同学上场了，一节一节再一节，前三根进展的都蛮顺利的，可是快到第四根的时候，女生已经够不着什么了，由于大家的支持和上面队友的鼓励，让她站在了第四根棒上了，虽然没有到达顶峰，但是她们尽力了，我们以她们为傲。

最后举行的是盲人方阵的比赛，15个人蒙着眼，手拉手完成了正方形，而且完成得相当出色。我们赢了，赢了自己，也赢得了教官赞许的目光，我永远不会忘记教官问我们好时，我们回答的响亮而又干脆的声音“好、很好、非常好!”也永远不会忘记15个人同甘共苦地走过了这么有意义的一天，队友们，我会记住这一天，让人感动的这一天;我也会记住这一次别开生面的野外拓展活动。

第一次参加团队拓展训练，有很多感受，很多感悟，一时间不知道应该如何组织语言。但是拓展训练就是通过一次次的游戏活动，让你明白团队合作的重要性。用行动让你亲身体会带领团队做任务的困难，问题，和反思。户外拓展训练的学员通过集体解决问题,能增进对集体的参与意识与责任心,对克服心里惰性,磨练战胜困难的毅力、启发想象力与创造力都很有帮助。重要的是从实践中总结经验!!

破冰活动抢先行 破除隔阂显真情。15—20人随机分组，破冰组队，起队名，编队歌，制队徽，自我介绍，以特殊形式增进团队间了解，凝聚团队精神。感知一个团队的建立、需要团队成员、团队文化，破冰游戏就是团队文化的建立、让大家认知团队这个概念。通过破冰活动打破人与人之间的尖冰。拓展训练开始之前的第一个项目“破冰组建团队”为整个拓展培训做好心理和身体准备;使增强队员之间的互相认识和了解，鼓励沟通，打消彼此隔膜、拉近距离;在初步团队建设完成各项任务的过程中营造团队气氛，形成初步统一的团队。

拓展训练中“盲人方阵”这个拓展项目意义重大，所有人带上眼罩，不许偷看，只能听声音来完成教练给我们的任务。团队运作中的领导、决策、计划、执行和沟通。让大家在笑声中领悟了在一个团体中，领导的重要性、计划的重要性以及团队合作的重要性。大家纷纷表示这样的活动可以多开展些，对于寓教于乐的形式非常乐于接受。盲人方阵给我最深的感受。沟通是解决一切问题的根本。

最后一个项目我被感动了，飞夺泸定桥!因为一个失误都会导致全体队员重来，但大家依然团结，努力，凝聚每个人的力量，无私奉献的精神!希望每个人都找到自己，超越自己。 20人做桥墩，剩下40人依次踩着20双手过河，中间有人掉河则重新搭桥桩开始，最后基本上都哭了。其实生活中有很多感动，父母，亲人，朋友何不是我们的桥桩呢，我们又何尝不是踩着他们的双手走了20多年呢? 感谢......

不知不觉的一天拓展训练圆满结束。在一天的体验式培训中，全体员工都表现出较强的个人素质和良好的团队协作精神，出色地完成了全部训练课程。大家在体验着挑战带来的成功喜悦后，深刻感受到团队的重要性。更让我们学会了如何培养和锻炼与人交往能力、领导能力、感恩的心。我们将在这里，通过互动体验，给您带来不一样的收获!相信今后，我们这个团队会以更加积极向上的面貌推动公司持续发展。

**人防心得体会及感悟七**

生命滚过一场泥石流之后，彩虹才会伴着阳光冉冉升起。

然而，现实总是残酷的，因为在这美丽的天气里迎来了我大学生活中军训…

而让我期待的第二天军训也终于来了，今天我可以发誓说…老天爷真的在耍我们,因为今天烈日炎炎…不过开心的是今天没有昨天那么累吧，或许是我自己的心理作用吧!因为今天是学习我最喜欢的武术,所以我觉得一点都不累也不辛苦，不过是那个可恶太阳，搞得我们个个都大汗淋淋、脸蛋红彤彤的。不过我们个个都坚持一个信念：挺住~!坚持就是胜利~!!

是的,不经风雨，怎见彩虹呢?大学军训对我来时一辈子无法忘记的，大学军训是如此的苦，虽然我有了退缩的想法，但我还是坚持了下来，以后的人生道路上，我会怀念我这次大学的军训，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。在这里，我们体会了很多快乐，体会了团结的欢乐，体会了奋进的快乐，感受到了集体的温暖…..在这里，我们大笑欢呼，在这里，我们留下了我们最美好的回忆…..

**人防心得体会及感悟八**

在同济大学的演讲台上，一位帅气的大学生手里拨弄着吉他，弹奏了一首优美的曲调。作为如此新颖的开场，一下就吸引了评委和听众的眼光。接下来的演讲词更是牢牢捕获了评委的心。他说，因为爱好和学有所长，进入大学，他发起组建了一支乐队，吸收的队友并非像他一样从小就学习音乐和吉他，而是在他的指导下从零开始学习的。一次，在演出前的排练中，一位队友告诉他少弹了一个音符，他很不以为然，心想以他俩专业水平的差距，怎么可能会由队友来指出他的问题。回到宿舍，继续听原版歌曲，果真发现是他少弹了一个音符，一个不注意、不仔细、很容易滑过去的一个音符。为此他受到很大触动，为自己的自以为是而感到羞愧。所以他说：在同济的校园里，我们需要放低自己。

这是当时担任主评委的郭教授课上给我们举的生动的例子。我当时很受震动，年少轻狂的同济大学生求在学的路上就已经体会到要放低自己，做人、做事不是同样的道理吗。无论是古人所说的“满招损，谦受益”，还是毛泽东同志所说的“谦虚使人进步，骄傲使人落后”，讲的都是一个道理。已过而立之年的我们多少都会有这样的体会，任由你是有菱有角的石头，时间和经历都会把你一点点磨圆磨滑。忙碌中的我们体会着内心的宏伟夙愿与现今生活的反差，并在忍受中一点点的去适应，去放低自己那曾经高傲的心。

其实，人只有放低自己，才不会居功自傲，才可能正视别人的意见，才不会两耳失聪，才可能接受别人的意见，才可能得到别人的指点和帮助，才可能有一个好的成长、成才的环境。一个人如果目中无人、目空一切，他不仅自身不能进步，还可能处处树敌，在人生的道路上，就会失去许多有益的帮助，失去许多有力的支持，很难成就事业。

放低自己不是降低自己，放低自己是一种主动的自觉认识，放低自己是对自我深刻的剖析和清醒的认识，放低自己要有敢于面对自己错误的勇气和决心，放低自己还要学会宽容别人。

我很喜欢的央视着名主持人白岩松所着《学会宽容》里是这样说的：如果所有的美德可以自选，孩子，你就先把宽容挑出来吧。也许平和与安静会很昂贵，不过，拥有宽容，你就可以奢侈地消费它们。宽容能松弛别人，也能抚慰自己，它会让你把爱放在首位，万不得已才动用恨的武器；宽容会使你随和，让你把一些人很看重的事情看得很轻；宽容还会使你不至于失眠，再大的不快，再激烈的冲突，都不会在宽容的心灵里过夜。于是，每个清晨，你都会在希望中醒来。一旦你拥有宽容的美德，你将一生收获笑容。

无独有偶，刚刚摘取合肥市文科高考第一名、全省应届生桂冠的王九云如是说：对周围的人博大一点、宽容一点，帮助别人也会给自己带来好运气。

所谓智慧，并不是把自己摆在一个很高的位置让自己飘飘其然，而是来到低处以一种谦卑的心去仰视芸芸众生。海洋之所以能纳百川是因为其地势要低于江河湖溪，伟人之所以受人爱戴是因为他们懂得放低自己，吸取众人之所长，不断成长后积勃发。

放低自己，学会宽容，成就智者！

**人防心得体会及感悟九**

2月6日，虎年的第二场雪悄然而至，风雪交加的天气没有阻挡酒店乡全体党员干部坚决战胜疫情的决心和脚步。安徽省萧县酒店乡党委充分发挥基层党组织战斗堡垒作用和共产党员先锋模范作用，有力推进疫情防控工作，做到不缺位、做到位、有作为。

上下联动，快速反应。疫情出现后，酒店乡立即召开会议贯彻落实上级指示要求，随即成立防控工作领导小组，由乡主要负责人任组长。下设综合协调、疫情防控及医疗救治、防控指导及交通管控、宣传舆情、物资保障、督查考核、数据信息分析、数据汇总八个专项工作组，由乡党政班子成员任小组长，带领相关职能人员各司其职，火速展开工作。乡党委通过微信公众账号、乡村工作群、党员群向全体党员干部发布《酒店乡党委关于认真做好预防新型冠状病毒肺炎的倡议书》，全乡党员干部积极响应，营造了热血沸腾的抗疫氛围。

严明责任，狠抓落实。以“咬定青山不放松”的决心展开工作，采取“四个包保一个联系”的方式，对辖区13个行政村外来返乡人员进行摸排，及时将摸排的数据登记造册，明确乡干部、村干部、村医生、派出所辅警包保的人员数量、人员情况。做到重点人员有人负责、人员信息有人摸排、信息数据有人核实、外来人员有人掌握、突发事件有人处置、后勤物资有人保障。依托党建统领基层治理体系，充分运用民兵、巾帼志愿者、乡村网格联队等抓手载体，切实发挥村基层党组织、网格化管理、组团式服务作用，紧盯重点人员、重点场所，做到疫情“早发现、早报告、早处理”。

创新模式，务求实效。为提高工作实效性，避免人员在封闭的地点聚集。乡党政班子领导利用点滴时间，采取无固定地点，召开“开放式”会议，一起想办法、出主意，共同破难题、出实招。通过“开放式”会议，各责任区负责人进行工作汇报交流，乡主要负责人对新的工作进行安排部署。真正做到工作及时汇报、经验及时交流、问题及时整改、任务及时部署、成果显著有效。

严格执纪，靠前监督。乡纪委成立抗疫防控工作督察组，对包保人“七个一”、“四包保一联系”落实情况以及辖区内14个防控点“十个一”标准、工作流程、执勤用语、人员形象进行规范检查。疫情防控专项督查坚持“每天一汇总”“每天一会商”“每天一通报”等工作机制，持续出战、全线出击，做到疫情防控监督检查“全天候、无死角”。乡纪委公布疫情防控工作举报电话，建立疫情防控问题线索快查快结机制，对涉及在疫情防控中不担当、不作为、乱作为、推诿扯皮、消极应付、形式主义、官僚主义等问题，第一时间核查、第一时间处理、第一时间问责，以实际行动为打赢疫情防控阻击战提供坚强纪法监督保障。

科学设置，严防死守。根据乡地理位置、交通道路、人车流量等情况，全乡共设置14个防控点、13个党员先锋岗，安排专人进行值守，密切联系公安部门进行配合。及时为一线执勤点配备了口罩、手套、消毒液、酒精、测温计、帐篷、大衣、被褥、暖宝、食品等抗疫物资。寒冷的北风中，各值守卡点的党员干部、志愿者、协警却没有因为寒冷退却，依旧坚守岗位、各司其职。满身是雪的他们片刻不敢懈怠，依旧有条不紊地进行着出入人员、车辆登记、测量体温等工作，确保全乡疫情防控正常运行。

广泛发动，深入宣传。通过乡文化站基层治理综合信息平台，每日在全乡240个喇叭、10个音柱循环播放疫情防控广播。13个行政村充分利用村广播、宣传车引导群众学习好、宣传好、落实好疫情防控知识、防控措施;促使群众不信谣、不传谣，弘扬正能量。充分发挥村网格作用，发挥村党员干部“亲邻里、知民情”优势特点，在切实做好自身防护工作的基础上，协助乡政府和有关部门，做好对外来返乡人员信息的排查、核实、报告、跟踪。利用酒店先锋微信公众号、各村党员工作微信群，及时推送全国疫情情况、疫情预防方法、先进做法、乡工作开展情况。引导群众了解疫情情况、重视病毒危害、知晓防护措施、配合防控工作。

在这场疫情阻击战中，酒店乡全体党员干部坚持把政治纪律作为第一要求、坚持把干好工作作为第一任务、坚持把大局需要作为第一选择、坚持把担当尽责作为第一追求。严格执行党组织的调度命令，主动冲锋在前，以实际行动践行入党誓言，确保把中央和省市县乡党委部署的各项防控任务落实落细，坚决打赢疫情防控阻击战!

**人防心得体会及感悟篇十**

第二，我是一个非常重视串讲的人，因为我知道专科中很多科我都是x着串讲过的，而且分数都非常高，所以串讲是必听的，但是串讲有时也不能全信，有些科就是光听串讲也过不去的，比如现代汉语这门，即使老师说的再多再好也只是一些基本题，而到大题上都要x自己的积累和能力。

第四，那么如何提高自己来和那些也同样知道串讲内容和自己站在同一起跑线的人来比赛呢?我一般是这样做的，用mp3录下串讲内容，然后反复的听，老师可能会有很重要的话被别人漏过但是我一个字也不放过，再有就是复习资料，我曾搞到过一些黄本，里面有好多题，但是大部分是全国考试的题我们可能用不上，但是有很多次考试里面的\'单选和多选都有过一样的时候，所以就拿这个来练习选择，比别人多做一道题就多一分胜算，还有串讲中提到的一些重要部分或是重要的例子，都反复看熟自己也想好一个差不多的例子准备着。最后就是猜题，这个很难，我考试前都习惯把这门考试前3年的试卷找来研究，看他出题的题路，而且自己来押题，自己来辨认今年的大题是什么，如果我是出题人该怎么出。

第五，还有个重要的细节，就是看分，比如古文史的考试，选择40分，大题60分，那么我的复习方法是先保住大题不丢分，所有串讲划出的大题先背，其次是看选择，在自己练习的基础上将前3年试卷的选择做好，即使今年不再考也到书上去找到答案，而且我还有标注的习惯，就是哪个知识点哪年考过我都会标在书上，这样选择重要的记住，不重要的一带而过非常方便，背完串讲里的所有点，就是自己来找题，我手上有很多大家发上来的慢班笔记，从里面找出自己认为是重点的地方看看或是背下来，有备无患。

总之就是一句话，就是大家知道的我要知道，大家不知道我也要知道，知己知彼，百战百胜。

**人防心得体会及感悟篇十一**

生命滚过一场泥石流之后，彩虹才会伴着阳光冉冉升起。

—————题记

常常幻想着一种生活，那有着微风温暖的午后，独自一个人静静地坐在家里的阳台上，欣赏着那清丽的散文集和诗文…，聆听着柔和的音乐，让思绪自由的弛奔于现实与幻想之中，悠然而惬意…...

然而，现实总是残酷的，因为在这美丽的天气里迎来了我大学生活中军训…...

记得我们都是爸爸妈妈的心肝宝贝，就是饭来张口，衣来伸手，平常生活里就是偷懒再偷懒的懒人的懒人…然而大学的军训却让我们彻底的改变了…它锻炼我们的身体和吃苦耐劳的精神以及向上的动力和懒惰的心理…...

而让我期待的第二天军训也终于来了，今天我可以发誓说…...老天爷真的在耍我们，因为今天烈日炎炎…不过开心的是今天没有昨天那么累吧，或许是我自己的心理作用吧！因为今天是学习我最喜欢的武术，所以我觉得一点都不累也不辛苦，不过是那个可恶太阳，搞得我们个个都大汗淋淋、脸蛋红彤彤的。不过我们个个都坚持一个信念：挺住！坚持就是胜利！

五天是短暂的，是辛苦的，是丰硕的。短短的五天军训培养了同学们的文明礼貌，吃苦耐劳，坚忍不拔，敢于拼搏的内在品质和外在仪表风度。虽然五天还没有真正过去，我可以说我们同学是可以真正的做到：“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”至少今天我看到我们的可爱教官笑了…...

是的，不经风雨，怎见彩虹呢？大学军训对我来时一辈子无法忘记的，大学军训是如此的苦，虽然我有了退缩的想法，但我还是坚持了下来，以后的人生道路上，我会怀念我这次大学的军训，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。在这里，我们体会了很多快乐，体会了团结的欢乐，体会了奋进的快乐，感受到了集体的温暖…...在这里，我们大笑欢呼，在这里，我们留下了我们最美好的回忆…...

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！