# 最新一周心得体会 一周一做心得体会(模板20篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-12-10

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。一周心得体会篇一第一段：引言（100字）。最近，我在朋友的推荐下，开始...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**一周心得体会篇一**

第一段：引言（100字）。

最近，我在朋友的推荐下，开始了一项名为“一周一做”的活动。这个活动的宗旨是每周选择一个自己不擅长或不常做的事情，坚持每天都去尝试一次，一周过后总结自己的心得体会。这样一来，不仅可以开阔自己的视野，还能锻炼自己的毅力和耐心。在这个过程中，我不仅发现了很多自己的不足，也收获了很多成长和进步。

第二段：尝试新鲜事物（200字）。

一个月前，我参加了一次钢琴演奏比赛，但却只得了个中下的名次，这让我深感自己在音乐方面的不足。于是，下一周，我选择了每天练习弹奏一小时的时间。通过演奏一首壮丽的乐曲，我感受到了音乐给我带来的力量和快乐。这丰富了我的生活，也让我从中获得了更多的动力。在接下来的周日，我再次参加了钢琴比赛，这一次，我得了一个较高的名次，这让我相信只要坚持，就一定能取得进步。

第三段：学习新技能（200字）。

除了尝试新鲜事物外，我还选择了学习编程这个我一直以来都觉得很难的东西。每天，我都会坚持学习一小时的编程知识，通过网络教程和书籍，我渐渐地掌握了一些基本的编程技能。编程的世界让我感到无限的神奇和乐趣，我能够创造出一个个数字的世界，这让我产生了很大的成就感。通过学习编程，我不仅培养了自己的逻辑思维和解决问题的能力，还开阔了自己的眼界，让我对科技的未来产生了更大的向往。

第四段：认识新朋友（200字）。

一个星期，我选择了每天都主动与陌生人交流，去结识新的朋友。这让我深刻地体会到人际交往对一个人来说是多么的重要。通过与不同背景、不同性格的人交流，我学会了倾听和分享，学会了尊重和理解。每个人都有着自己独特的故事和经历，我从他们身上学到了很多，也得到了很多的启发。这一周，我结识了许多有趣的朋友，有的成了朋友一辈子，有的成了知己。

第五段：总结成长（300字）。

通过一周一做的活动，我发现自己不仅能够自我探索和提升，也能够为自己的人生增添更多的乐趣和意义。尝试新鲜事物让我敢于挑战自己，学习新技能让我对未来充满希望，认识新朋友让我懂得了人与人之间的力量。这些经历让我认识到，只要我们愿意出去尝试，就会有很多美好的事情发生。每一次尝试都是一个机会，在这个过程中，我们不仅能够发现自己的潜力和优点，也能够发现世界的多样性和美好。因此，我决定将“一周一做”作为我的生活习惯，持续不断地挑战和尝试，让自己变得更优秀。

总结（100字）。

通过“一周一做”这个活动，我不仅拓展了自己的兴趣爱好，学到了新的知识和技能，还收获了新的朋友和人生的动力。每一次尝试都是一次机会，只要我们愿意跳出舒适区，勇于挑战自己，就会有更多的收获和成长。让我们一起加入“一周一做”的行列，用实际行动去开启新的人生旅程。

**一周心得体会篇二**

这一周不算很忙碌，但是总感觉心很累，因为这一周我收了作业了，第一次是收上的作业，因为没经验，一下子六个班的作业，我闲下来的时间都在判作业虽然很累，但是我很享受，看到她们的作业，我仿佛回到了我自己初中那个懵懂的年纪，但是傻傻的，蠢蠢的，感觉很美好，但是作业中也有很多让我生气的，有抄作业的，有字写得很乱的，出来五班作业齐了，其他的班都少几个人，八班甚至少二十个，对待处理作业这我是真的没经验，后来我请教了办公室的老师，结果我也很满意，现在和大家分享一下，这几个班我没有选择一样的“战术”八班平时挺听话，但是也有好几个刺头，平时听课很认真，就是不写作业，其他科也不写，对待他们班，我采取的是“哄着来”我进班第一件事就是问她们是不是我留的\'作业太多了，和她们商量，她们平时都没有老师这样的，然后她们都害羞了，然后说不多，我说今天写不完，咱明天交，明天写不完后天交，我可以登等，她们学会东西才是最重要的，然后他们班的孩子们放学把作业全交上了，我在校园里走着，他们在楼上窗户那给我打招呼，生物老师好!我特别感动~也特别骄傲，就是超级开心。

**一周心得体会篇三**

新学期刚开始，幼儿园组织家长们开了个家长会，在会上，我简单的介绍了班级的情况(与上学期不同的是午餐与午休同小班会分开)以及需要家长配合的事(如带活动材料：鞋盒一个，自制沙包，八宝粥罐子，塑料油壶，有鞋带的鞋子(旧的)在本星期内带齐，2号下午开的家长会，3号早上志海爸爸就都带齐了所有活动材料，给志海爸爸妈妈的行动力点赞，随后几天孩子们陆续带来了活动材料，家长们都很配合。做好家校联系是本学期重要内容之一。“童蒙养正\"着重抓好行为习惯是我们的目标，一个人的\'做事态度从小就定格下来。开学第一周，孩子来到学校很快就融入到学校的生活。

课上，吃饭的习惯都算良好，午休时间在幼儿园午休的孩子，午休都有安静入睡。回宿舍睡的男生没有休息好，针对这个情况，准备下周将在宿舍午休的孩子调到幼儿园里午休，良好的氛围很重要，以养成良好的午休习惯，上学期，寄宿生回餐厅用餐，未寄宿的孩子在幼儿园用餐.这学期都在幼儿园用餐,饭后洗碗的与卫生的工作就成了老师和孩子们一起完成的事，这给我们提供了很好的资源学习，第一天洗碗时，一部份孩子挺认真的，就是几个男生洗碗很着急，场面有些乱，第二天洗碗时，孩子们只负责漱碗,情况好多了。大家做卫生都很积极，就是做的不够细致需要好好的引导。主动做卫生的孩子有缪荣瑞，林晓瞳，王欣怡，徐柏琳，没有给孩子们安排具体的工作内容，他们自己就安排好了，有的扫地，有的拖地，忙得不亦乐乎，王欣怡，徐柏琳，做事仔细，缪荣瑞，林晓瞳做事主动积极，就是不够细心，有些着急,拖地的时候这里拖下，那里拖下，提醒之后，认真了许多幼儿园第一周教学反思幼儿园第一周教学反思。开学第一天，我请孩子们说说自己的梦想，长大了要做什么?有五个孩子主动和大家分享了自己的梦想。金纯希的梦想是当个发明家比如发明机器狗给人送包裹，缪荣瑞买鞋给爸爸，长大了当个鞋店老板，林淑婷长大了要做个好人，然后开家服装店，王欣怡长大了要当老师，教别人本领，王子诺长大了要当个画家，她很喜欢画画。通过分享，对孩子们的了解更多了。

每天早上，孩子来到学校都会自觉的去拿书，孩子们已经习惯了来到教室的第一件事一一读经典，对照学的两个原则:宁可少学也不能学伤,宁可不学也不能厌学。第一周主要以复习弟子规为主，只学习了《千字文》第三课的一二两句，对认真读经典的孩子奖励看书。另外找来了新课堂儿歌，(吟诵弟子规，三字经，千字文)的视频与孩子们一起观看,增强对吟诵的兴趣。识字方面也是复习，未增加新的字。

静坐时注重引导。轻声提醒孩子们轻轻的闭上眼睛，背挺直，手放膝盖上..

**一周心得体会篇四**

人们常常说，“经验是最好的老师”。在生活中，我们每天都在面对各种各样的问题和挑战，从工作到学业，从人际关系到个人成长，每一次经历都能为我们带来新的体验和启示。为了更好地总结和分享这些宝贵的经验，我决定每周都写一篇心得体会，从中提炼出对生活和成长的思考，以期不断进步。

首先，让我们从我第一周的心得体会开始。这一周发生了一件非常困扰我的事情，我在工作中犯了一个低级错误，导致项目延期。当时，我感到非常自责和无助，但是我也明白了自己需要面对问题并及时解决。因此，我决定第二天早上去找项目经理，向他道歉并提出解决方案。通过这次经历，我学会了勇敢地面对自己的错误，并且及时进行修正。这使我认识到，付诸行动比任何道歉都能带来更好的结果。

第二周的心得体会让我意识到了时间管理的重要性。在这一周，我一直忙于应付工作和学习，感觉时间总是不够用。直到有一天，我听到一个朋友说，她每天在工作结束后都会留出一段时间专门用来回顾一天的工作和计划第二天的任务。我试着跟随她的方法，我发现这确实有效。通过每日回顾和计划，我能更好地把握时间，合理安排任务的优先级。这次经历让我认识到，良好的时间管理能够提高工作效率，减少压力。

在第三周的心得体会中，我分享了我在与他人交往中的一次挣扎。当时，我和一位同事意见不合，争论变得激烈起来。虽然我当时非常愤怒，但是后来我冷静下来思考了一下整个过程。我意识到，冲突是避免不了的，但是我们可以选择以积极的方式来解决问题。于是，我主动找到了那位同事，向他道歉并提出合作的建议。他也接受了我的道歉，并提出了一些很好的解决方案。通过这次经历，我学会了运用积极的沟通方式来解决冲突，并且发现这样的方式能够带来更好的结果。

第四周的心得体会是关于自我反思的重要性。在这一周，我的一位朋友突然离开了这个世界。这个不幸的消息让我深思人生，同时也让我意识到生命是如此的短暂和宝贵。于是，我开始反思自己的生活和人际关系，思考我在这个世界上的意义和目标。通过这次心灵的洗礼，我重新确立了我的人生价值观，并且决定要积极做自己喜欢的事情，珍惜每一天。

最后，让我们来到第五周的心得体会。在这一周，我面临了一个重大的决策，即是否离开当前的工作并尝试新的挑战。这是一个十分艰难的决定，因为我已经在这个公司工作了多年，并且有一定的稳定和安全感。然而，通过深思熟虑，我还是决定追求我的梦想和个人成长。这个决定给了我一种新的勇气和动力，我相信只有通过不断挑战自己，我们才能够不断进步和成长。

通过每周一次的心得体会，我不仅能够总结和分享宝贵的经验，而且也能够更好地观察和思考自己的生活和成长。通过这个过程，我不断提醒自己要保持积极的心态，面对困难和挑战，不断学习和成长。希望通过这一系列的心得体会能够给读者带来一些启示和帮助，使他们也能够在日常生活中发现新的思考和进步的机会。

**一周心得体会篇五**

“不要把公司当成学校。”这是许多即将走出象牙塔面临职场考验的毕业生都会得到的诸多忠告之一。的.确，从学生到职场人的身份切换，意味着我们从一个支付费用享受教育产品的“消费者”变成了一个出售自己的精力和智慧来换取酬劳的“员工”。学生身份的我们更多标榜自己的权利，而职场人身份的我们则须承担越来越多的责任。唯有兢兢业业，创造足够的成果和价值，我们才可以在职场中生存下去。面对“不要把公司当作学校”这一忠告，我就是这样想的。

然而，京东方接过我的行囊后，只是让我做了三件事：休息休息，了解了解，熟悉熟悉。从接站到宿舍入住办理，公司均提前做好了细致入微的安排，于是一路跋涉的我很快就得到了充足的休息，丝毫没有疲惫感。接下来就是丰富多彩的“产业人”特训营，公司精心策划了一系列培训课程，向我展示京东方的业务、理念和文化，让一脸懵懂的我很快了解了自己所在的是怎样一家公司。现在，我已经深入自己所在的部门进行工作，熟悉了自己的职责和业务范围，熟悉了自己将来要扮演的角色。

不要把公司当作学校，可是京东方正在努力成为一所“学校”。入职一年以来，公司并没有向我们索要更多的成果，而仅仅关注我们的成长，不遗余力地创造条件让我们去成长。如果说“小企业靠领导，中企业靠管理，大企业靠文化”，那么真正长盛不衰的超级公司还是要靠培养体系。因为管理要靠人去落实，文化要靠人去传承，一旦在“人”的因素上输掉，多么庞大的帝国也会在朝夕之间倾塌。在京东方这所“学校”里，我的身上不觉间淌起“产业报国”的热血，不觉间留下“京东方”人的印记。

能不能把公司当作“学校”，还是要看你去了怎样的公司，如果你的公司本身就是一所“学校”，那么你就是幸运的。在繁重的工作压力下渴求成长，跟在优越的环境氛围下尽情成长，其结果必然是不同的，前者或许可以把你打造成职场能手，但惟有后者才能让你变得真正强大。

怀着这份幸运，感恩这份幸运，回报这份幸运...

**一周心得体会篇六**

随着大学生活的开始，各大学纷纷开展了迎新军训活动。我所在的学校也不例外，于本周开始了为期一周的军训。在这一周的军训中，我收获颇多，并体会到了团队合作的重要性，对军人的辛苦和付出也有了更深的了解。

在军训开始前，我的心情算是忐忑不安。这是我第一次参加军训，不知道接下来会发生什么，也不知道自己能否适应，心中多少有一些恐惧。然而，随着军训的开展，我渐渐发现这一切都没有想象中的那么可怕。首先，军训重在纪律和规范，确实有一些严格的要求，但是军训教官却很亲切，经常给我们讲军人的职责与担当，让我对军人的形象有了更深入的了解。

在军训的过程中，我意识到团队合作的重要性。军训的项目是团队协作的，而没有团队的配合，是无法完成任务的。在一次队列训练中，当我们没有默契地前后一致踏着同样的步伐时，教官让我们重新排队，重头开始。这时的我，深刻地感受到了团队合作的重要性，每个人必须要严格要求自己，从小事做起，做到与队友同步，才能使整个队伍显得有序而统一。

除了团队合作，我还意识到了军人的辛苦和付出。军训让我很辛苦，但是与军人相比，我所经历的只是冰山一角。每天早晨起床、锻炼，风吹日晒，军人们几乎没有休息的时间。他们辛苦的训练和为国家付出的精神，深深地打动了我。在军训最后一天，我们还参观了一座军事博物馆，了解了许多军人的事迹和历史背景。看着那些黑白老照片中的军人们，我不禁想起了爷爷当年参军的场景，心中充满了敬意和感慨。

在本次军训中，我还充分体会到了坚持的力量。军训的内容非常紧凑，早晨6点起床，晚上11点才能休息，中间还有各种训练和任务。一开始，我觉得特别疲惫，无法适应这样的生活节奏。但是通过一天天的坚持和努力，我发现自己的体力和毅力得到了极大的提升。军训出现的一次次困难和挑战，并没有打败我，反而让我更加坚强和自信。

通过这一周的军训，我不仅锻炼了自己的体魄，也学到了许多宝贵的经验。我明白了团队合作的重要性，认识到了军人艰苦辛劳的工作，也体会到了坚持的力量。这些经历将成为我大学生活的一个重要财富，并影响着我未来的成长。我相信，在以后的日子里，我会更加坚韧，更加勇敢地面对各种困难和挑战，追逐梦想，不断进步。

**一周心得体会篇七**

我的为师之路于202\_年2月28日在石室初中正式拉开了序幕，学校教育教师发展中心根据何校长制定的“四个三”培训计划，给我们这支学校的新生力量进行了合理的安排。

短暂的一周，让我这个初出茅庐的小老师也了很多深刻的体会，而此时此刻我想从刚踏进石室那一刻的感觉说起，说我对这片热土的感受，说我对这片热土的感悟，说我对这片热土的体会，说我对这片热土的期待。

走进石室，沐浴石室的温暖阳光，感受石室的烟雨朦胧。在我的第一感觉里，石室是一幅古韵气息浓厚的水墨画，有着江南青石小路上撑伞女子的玲珑乖巧，也有着蜀国卧龙羽扇纶巾的磅礴气概，有着数不尽道不完的风流人物，也有着看不见摸不着的独特的文化气息。

走进石室，走到我熟悉的运动场，畅想着初为人师的我站在学生的队伍前，集合、整队、上课、训练……属于我的舞台在这一刻搭起，属于我的明天从这一刻变得如此贴近。

走进石室，走进为学习充电的第一站。在这里，我所拥有的知识仅仅是能够走进课堂教学的钥匙，而对于教学领域，我的人生还只是一张干净的白纸，我想在这张白纸上喷绘出色彩斑斓的图画，所以，我做好了充分的准备，学习充电，丰富自己!

这一周学习让我感受收获的最多的无疑是看课听课和名师的讲座。走近名师，让我在短时间更深刻的理解到名师不仅是教艺精湛，更是学识渊博、业绩超群。我深深的感悟到要作为一名合格的人民教师，特别是一位优秀的人民教师，这段为师之路非常漫长。几位老师都从自己的个人经历开始谈起，拉进了与我们之间的距离。

从几位学校名师的讲座里，我学到了很多简单但极为深刻的道理，由此我也根据老师所传授的经验有了自己的感悟：

1、学习。

学习对于一个教师的成长具有十分重要的意义。唯有通过自身有效的实践训练，努力熟悉上课的技能，掌握听课、评课技能，研习反思技能，才能轻车熟路，游刃有余。只有拥有厚实而广博的知识基础，才能在教学中深入浅出，挥洒自如。

2、合作。

在这样一个具有超强竞争意识的社会里，个人能力的提高非常重要，每个人都会对自身的优点或是自己成就的小窍门有自己的保留，很是感谢在这所学校里我感受了只有集体进步了自身才能有更好的成就，只有大家彼此互相合作，才能创造出骄人的成绩。

3、敬业。

只有对教育事业充满深厚的爱的教师，才会乐于献身教育事业，精心哺育一代新人。一个对所教学科充满爱的教师，就会加深对教材的理解，就会富有感情地去教授每一堂课，从而使学生产生相应的情感体验，更深刻地感受与理解教材。同时，浑身洋溢着精、气、神的教师，会给人以精力充沛、心胸豁达、充满活力的感觉。教师的活泼开朗的性格，又将会感染到我们的学生。

总之，路漫漫其修远兮，目前的任务要做的就是赶紧行动起来，加强自身学习，认真地把握这短暂的一个月培训，看课学习，积极同老师交流，尽快完成自己的角色转变，达到学校给我们安排这次的培训的目的，同时也达到自己预期的目标。

**一周心得体会篇八**

前天才给自己定了时间11点睡觉，没想到今天又当了回夜猫，现在一点了，还没睡。

今晚吃完饭后跟哥哥去江滨公园走了一圈，坐了一会，看见公园里很多学生样子的小盆友在骑自行车，聊天，钓鱼......

我突然感叹了一下，两年以前的我，也应该在享受着暑假，可以什么都不用管，什么都不用做，放假还会有这样那样的聚会，再想久远一点，初中高中的时候放暑假，还经常上网上到两点才睡觉，上网也不是有什么事要做，就是感觉习惯了。但是现在的生活跟以前大不一样了，起码不会再这么晚睡了，伤不起啊。

再认真想想，7.20,不知不觉我就正式上班一周年了，睡前才想起来。去年的7.20，我才懵懂地加入茂凯的大家庭，开始时一切都那么新鲜，环境很陌生，人也很陌生，一年过去了，我在茂凯换过了一个职位，从行政换去销售；了解并应用了一些进出口、报关知识；处理过一些繁顼的行政事务；学习并了解了塑料行业的一些情况；学习了与本行业相关的很皮毛的专业知识；慢慢地学习了一些销售沟通技巧；学会了最简单的erp系统里的采购与销售模块的操作；粗略地了解了公司的整个构架，不同部门的分工、交叉点、沟通模式与方法；模糊地了解了一些外资公司的会计处理及进出口的会计处理；似懂非懂地了解了一下百度谷歌推广的维护原理与技巧；还有的就是跟同事都熟了。不足的地方也有很多，首先，在财务行政部待的时间有点短，对于进出口和行政这一块，才刚有点感觉有点纹路，就转去销售部了，这是一个遗憾。刚开始的时候，也没有人交接工作，也没有人系统地带着我去操作，以前学的都是理论，当时实践起来也就是摸着桥过河，由于业务不熟练，没有什么经验，整个操作流程和次序都没有理清楚，还有跟美国关联公司那边沟通出现问题，也会整出一些不必要的麻烦。对于行政方面，基本没什么作为，一开始我以为我的主要任务是处理英国跟美国的订单并处理进出口的一些相关事务，其他一些繁顼的行政事务都是多加给我的，于是关于行政方面，我只是做了必须做的一些支持公司日常办公生产需要的事情，至于如果改善公司的办公生产环境，如何完善公司的各种制度章程，如何增多办好公司的娱乐活动，如何加强公司的凝聚力，如何激励员工的积极性等等方面的工作没有做好，实属失职。其次，在销售方面，沟通技巧有待加强，行业专业知识仍然比较缺乏，业务素质的提升空间很大，提升速度较低。最后，就是对于自己的人生、工作目标并非十分明确，偶尔激情高昂，偶尔萎靡不振，经常虚度时间，定性不够，自制力不足。

对于公司，在一年的工作里，我了解到了一些小型外资公司管理的很明显的弊端是，很多时候没有结合中国实际国情去操作和拓展业务，在中国机购的工作者纯粹简单执行外国总部的意见和指示，缺乏自主思考和创新的动力；另外老板常年不在，主要以职业经理人管理公司，难免有时出现一些在国企里常见的慵懒，低效，得过且过的工作氛围。

总的来说，工作一年，收获很多，不足之处也不少，工作中也暴露了自己的很多弱缺点，这些是我今后改正并完善自我的最基本跟据和方向。最后给自己的留言是，脚踏实地，一步一脚印，把该做的事情一件一件做完，明确自己的目标，并向其努力奋进。欲无后悔需律己，各有前程莫妒人。

**一周心得体会篇九**

第一段：引言，提及学习英语的重要性（200字）。

英语作为一门全球通用的语言，具有重要的地位。无论是在学校还是在工作中，掌握英语都是我们必备的技能。因此，我每天都付出努力来学习英语，最近的一周也不例外。在这一周的学习中，我遇到了一些挑战，但同时也取得了一些进步。在这篇文章中，我将分享我在这一周英语学习中的心得体会。

第二段：有效的学习方法和策略（200字）。

在这一周的学习中，我意识到了选择正确的学习方法和策略的重要性。首先，我开始每天坚持背单词。通过背单词，我能够扩大自己的词汇量，并且更容易理解和运用英语。另外，我每天都尽量多听英语，在听力的练习中，自己也逐渐提高了对于英语的理解能力。最后，我也学会了主动使用英语来交流，尤其是与英语母语人士交流，这让我更快地掌握了一些实际的口语表达能力。

第三段：面对困难的应对策略（200字）。

不可避免地，在学习英语的过程中我也遇到了一些困难。在这一周里，尤其是在语法和复杂句子的理解上，我感到有些力不从心。为了克服这些困难，我尝试了一些应对策略。首先，我将课堂上学到的知识与实际生活联系起来，例如在读英文小说和观看英文电影过程中，我试着将新学到的语法知识应用到实际场景中，这让我更容易理解和掌握。其次，我积极向英文母语者请教，在交流中，我不仅能够得到及时的帮助，还能够提高自己的口语能力。

第四段：取得进步的骄傲和成就感（200字）。

在这一周的英语学习中，我取得了一些令我骄傲和成就感的进步。首先，在听力方面，我逐渐能够听懂一些英文电影的对话，并能够理解其中的细节。这让我感到很兴奋，同时也进一步激发了我学习英语的动力。其次，在阅读和写作方面，我能够更加熟练地理解和运用英语的表达方式，在写作中也尝试更复杂的句子结构。这种进步不只是在能力上的提高，更重要的是增加了我的自信心。

第五段：总结和展望（200字）。

通过这一周的英语学习，我深刻体会到了学习英语的重要性，并且掌握了一些有效的学习方法和应对策略。同时，我也取得了一些令我骄傲和成就感的进步。未来，我将继续努力学习英语，不断提高自己的听说读写能力，希望能够更自如地运用英语，并用它来拓宽我的视野和实现我的梦想。

**一周心得体会篇十**

一场汶川大地震，天崩地裂，顷刻间，数万生灵涂炭。这是一种怎样的人间惨剧呀！我们诅咒天灾的无情，夺走了那么多善良人们的生命，还有那么多纯洁无瑕而又无辜的孩子！

曾几何时，你我他，心中装着同样一个梦想，在生的路上劳苦奔波，就为收获一个美好的明天。可那一刻，那可怕的黑色力量，让你们的一切飞灰湮灭。

曾几何时，你们没有怕过艰难，没有躲过困苦，没有在人生的沟沟坎坎上低过头。可那一刻，那可怕的巨大破坏，竟让你们无从抵挡。

你们走了，就这样永远地走了。带走了那些曾经的美丽梦想，带走了那些曾经的无限挚爱，带走了那些曾经的爱恨情仇，带走了那些曾经的一切一切，也带走了我们对你们的无限牵挂和哀思。

你们走了，就这样永远地走了。你们虽然带走了我们深切的牵挂和哀思，带给了我们无尽的痛苦和悲伤，可是，你们更告诉了我们什么是坚强。灾难将令我们愈发沉稳，死亡将令我们愈发勇敢，痛苦将令我们愈发团结，泪水将令我们愈发智慧。

你们走了，就这样永远地走了。可是，我要说，你们并没有走，因为你们将永远活在我们的心中。他日“天国路上”的重逢，我们将仍是一家人。

你们走了，就这样永远地走了。可是，我要说，你们不会白走，因为我们将对灾难做出更深刻地反思，我们将对人生做出更深刻地审视，我们将对那曾经的缺陷做出更深刻地改进。我们将在反思中前行，我们将在前行中究责，我们将在究责中改进，我们将在改进中告慰你们！

你们走了，就这样永远地走了。此刻纵有千言万语，又如何能让你们回家？此刻纵有千言万语，又如何能道尽我们的哀思？此刻，千言万语唯有化作诚挚地祝愿，遥祝你们——我们的同胞，我们的亲人，一路走好！

**一周心得体会篇十一**

军训是每个大学生涯的一次重要经历，充满了期待和挑战。在军训前，我做了充分的准备，买好了军训服装和物品，并研究了一些基本的军旅礼仪和纪律要求。我希望通过这次军训，锻炼自己的意志力、团队合作能力和坚韧性格，同时也希望能够结交新的朋友，开启不同寻常的大学生活。

第二段：军训的严苛和压力。

军训的第一天，我们被教官严肃的目光和冷峻的口令吓了一跳，他们严格要求我们保持队形整齐、走姿规范、服装整洁。天气炎热，紫外线强烈，让我们的身体和皮肤严重受损，而且每天早晨五点就集合，整理床铺、晨练、跑步、操场训练等一整天的紧张训练。压力感和身体的疲劳使我在第二天的军训中感到疲惫不堪，但我坚持下来。

第三段：感悟军训的收获。

经过一周的军训，我深刻地体会到了许多重要的价值观念和道理。军训教官的严格要求让我理解到纪律的重要性，只有明确的纪律才能使队伍有序运转，形成强大的力量。同时，军训也让我意识到了团队合作的重要性，每个人的微小错误都可能给整个队伍带来麻烦，只有大家紧密合作才能完成任务。此外，坚持不懈和积极的心态也是军训带给我最重要的收获，无论是面对艰苦的体能训练还是高强度的心理考验，都需要坚持不懈的毅力去克服困难。

第四段：结交朋友和拓宽眼界。

军训期间，我们一起奋斗、一起吃饭、一起讨论问题，逐渐建立起了深厚的友谊。我们互相帮助、互相鼓励，一起面对困难和压力，共同度过了一段难忘的时光。此外，军训还让我拓宽了眼界，认识了不同专业的同学，并且通过与他们的交流，我对不同领域的知识和技能有了初步的了解，这对我的个人成长起到了积极的促进作用。

第五段：对未来的展望。

通过一周的军训，我对自己的能力和潜力有了更加深刻的认识。我相信，将来的大学生活中会遇到各种各样的挑战和困难，但经过军训的历练，我已经拥有了克服困难的勇气和智慧。我会继续努力学习，提高自己的专业素养和实践能力，为将来的职业生涯做好准备。同时，我也会将身上的纪律和团队合作精神运用到日常生活中，成为社会的有用之才。

总结：军训是一次磨砺意志的历程，它锤炼了我们的毅力、韧性和团队合作精神。通过一周的军训，我不仅经历了身体上的锻炼，也收获了珍贵的人生经验和友情。我相信，这次军训经历将成为我人生中宝贵的记忆，并且对我未来的学习和生活都将起到积极的促进作用。

**一周心得体会篇十二**

光阴似箭，日月如梭。转眼间，我已经在大学里学习一学期了，在进入大学时的第一件事就是军训，听到“军训”两个字，想必我们都会有所触动。在军训期间我们在阳光和汗水下生活，军训时的那段时光我们都不可能忘记。军训不但能培养吃苦耐劳及精神，而且还能够磨练人的坚强意志。锻炼我们的身体素质、意志信念和组织纪律的考验。让我们培养成一个能吃苦耐劳，遵守纪律、热爱学习和善于合作的精神。能在困难中变得坚强，在挫折中变得成熟，在畏惧是找到勇气和自信。提高我们的整体素质和修养。

在第二周正式开课时，就开始了学习军事理论这门课程，主要是讲在人类发展的历史长河中，国防是随着国家的产生而产生的。随着社会的发展，现代国防的内涵也在不断的扩大，如国防的法规、国防的体制建设、国防动员等都属于国防的范畴。

通过这段时间的军事理论学习我才了解学习军事理论对于完善我们大学生的知识结构具有重要作用：每一个国家和民族从自身安全出发，都把自己的最新科技成果运用到国防上，大学生通过学习现代军事科学知识，可以亲身感受到自己所学专业和知识在军事领域中的应用，从而极大的激发他们刻苦学习现代科学文化知识的积极性和自觉性，可以增强勇于向困难挑战，勇攀科学高峰的意识。强化了我的爱国热情，增强了我的国防观念。国防法规的产生、发展、特征,各种军事高技术以及武装力量的基本概况，世界军事的形势、国际战略环境以及我国周边的安全环境,让我们学习到大量的现代军事知识,认识到了国防与国家安危存亡、民族荣辱兴衰的密切关系,提高了我们对国防地位、作用的认识,树立了牢固的国防观念。“天下虽安,忘战必危”、“生于忧患,死于安乐”……这些千古名训告诉我们：越是在和平条件下越要居安思危，强化我们的国防意识!

我国的政治制度和国家的政策决定了我们采取自卫型国防。我国向世界公开承诺，永远不称霸，不做超级大国，不首先使用核武器或以核武器相威胁，不对无核国家和地区使用核武器，不侵略别国。以反对侵略、维护世界和平、保卫国家的安全与发展为国防的根本宗旨。在国防力量的运用上，坚持自卫立场，实行积极防御的战略方针。

通过军训和军事理论的学习，使我更好地锻炼了自己，了解了我国国防力量与政策及安全形势以及当前的国际战略格局，更深入地理解了老师教的内容，为我更好地学习和掌握军事理论课打下了基础，也使我更喜爱军事理论这门课程了!

**一周心得体会篇十三**

终于熬到周末了，身心可以休息一下了。回顾下猪猪生平第一次工作的头一个礼拜吧!

早晨班车是6点40，我天天5点多就醒吧!然后洗漱出发，到班车站准时等着!班车准时到达，很豪华!大家陆续上车，就是无聊的漫漫路程了!一趟1.5小时，每天工作8小时，这样一算，我一天基本对时了!到达工厂，好家伙，上百辆班车在工厂门口!有钱呀!小鬼子!然后各去各家，各找各妈!

这个月是试用期，第一个礼拜的内容很简单，貌似和学校一样!前3天是导入教育，课程安排的好紧好紧，“老师”一拨接着一拨，给我们灌输企业文化还有日资企业的一些规矩和注意事项，最主要的也是安全教育。用日本人的话叫：安全最优先!在这头3天也确实体会到了，前3天去食堂吃饭(这个工厂很大，据说有将近1万人吧)路过装焊车间，就是焊接汽车的地方，那场面那是相当壮观，用他们的话叫:“放花”，火花四溅呀!小叉车来回窜!我也庆幸没分哪去!呵呵~有点像跑跑卡丁车里的工厂，一条条流水线真火爆呀!

昨天和今天学习技能，也听说了职业病，貌似在这干的就是拿命换钱吧!走那算那吧!谁叫我不是本科呢!

技能老师不错~用他的话就是带我们玩着过，这也算工作哦~可给工资的!嘿嘿!就和我们扯吧~给我们讲汽车和一些车间发生的危险，叫我们谨记：安全最优先，还有什么4s呀!晕~都是小鬼子提出的，什么整理整顿清扫清洁，还一套套的!不过细琢磨也对，人家做的汽车世界销售第一，那绝对不是吹的!认真听吧!这也是学习呀!还知道了很多汽车的常识，好像一辆汽车的利润是70%左右吧!呵呵(中高档车)!还有很多，可惜我平时不关注这个，也没记住什么，就那些名字就叫我晕晕乎乎的!管他呢!谁给钱就给谁干吧!

周末写写一周的工作心得，感觉也不错!希望以后继续坚持住!要不真能忘记这里，忘记那些关心我的人!确实没心情也没力气干别的了!

**一周心得体会篇十四**

字生是一款近年来备受关注的文字创作软件，它能够通过智能算法创作出细腻、感人的文字，让人不禁惊叹于人工智能的发展速度。作为一名文字创作者，我对字生充满了好奇，并充满期待地开始了一周的体验之旅。

第二段：体验字生的创作过程。

在体验字生的过程中，我发现它与传统的创作方式有所不同。它能够根据不同的主题和情感要求创作出不同风格的文字，这让我感受到了创作的自由和多样性。同时，字生还提供了海量的素材库，让我可以随意选择和搭配，以创作出更加独特的作品。通过这一周的体验，我不仅能够感受到文字创作的乐趣，还能够通过字生的智能算法获得更多的创作灵感。

第三段：字生的优势与劣势。

虽然字生具有不少的优势，但也不可忽视其劣势。首先，字生创作的文字虽然优美，但缺乏创作者的独特情感和思考，让人难以真正产生共鸣。其次，字生创作的文字还存在一定的模板感，让人难以轻易地将其应用到个人的创作中。再次，虽然字生提供了海量的素材库，但其中的质量参差不齐，让人感到困惑和迷茫。最后，字生的创作成果难以与传统的文学艺术相媲美，尤其是缺乏了那份真实和温暖。

第四段：字生的潜力与发展空间。

虽然字生目前还存在一些问题，但其潜力和发展空间是不可忽视的。作为一款基于人工智能技术的创作工具，字生能够不断学习和进化，逐渐产生更加出色的创作成果。在未来的发展中，我相信字生将能够更好地解决其存在的问题，让人们能够更好地利用这个工具进行创作，同时也能够更加真实地表达情感和思考。

第五段：对字生的期待与展望。

通过这一周的体验，我对字生充满了期待与展望。我希望字生能够进一步提升创作的真实性和独特性，让读者能够产生更多的共鸣和思考。同时，我也期待字生能够提供更加丰富和优质的素材，让创作者能够更好地利用它进行创作。最重要的是，我希望字生能够作为一个有温度和情感的工具，让人们在使用它的过程中能够感受到真实的情感和温暖。

总结：通过这一周的体验，我对字生有了更加深入的了解，并对其未来的发展充满了期待和展望。我相信，在人工智能技术的不断进步下，字生将能够成为一款更加出色和人性化的创作工具，为广大的文字创作者带来更多的灵感和创意。同时，我们也期待自身的创作能够与字生相辅相成，一同迎接更加美好的创作未来。

**一周心得体会篇十五**

随着全球化的发展，英语作为一门国际通用语言正在广泛应用于各个领域。学习英语已经成为现代人必备的基本能力之一。作为一名大学生，在校园中每周上英语课并进行英语学习是非常重要的。通过一周的英语学习，我有了许多新的体会和心得。下面我将从听说读写四个方面，分享我一周的英语心得。

首先，听力学习是我一周英语学习中的重点。通过多次听力训练，我发现自己的听力水平有了明显的提高。在课堂上，我学会了利用上下文来预测和猜测听力材料中的生词和句子的含义。同时，我还注意到提高听力技巧的一个关键是提高自己的英文听力素材来源。我在课余时间尽量多听英文广播、看英文电影和听英文歌曲等多种途径来提高自己的英文听力水平。而在课堂上，老师通过丰富的听力训练和交流活动，激发了我们的听说兴趣，让我们从过去被动的听者变为主动的参与者。

其次，口语表达在我一周英语学习过程中得到了大幅度提高。在课堂上，老师通过给我们制定活跃课堂气氛的学习环境，鼓励我们大胆发表自己的见解和提问。同时，老师还安排了一系列群体讨论和小组活动，培养了我们的英语口语交流能力。在这一周的口语学习过程中，我学会了如何正确地用英语表达自己的想法，并且通过和同学的互动交流，提高了自己的听说能力。更重要的是，我在练习口语的过程中，逐渐克服了害怕犯错和担心被别人嘲笑的心理障碍，变得更加自信。

第三，阅读能力的提高是这一周英语学习中的另一个亮点。通过阅读不同类型的英语文章，我不仅拓宽了知识面，了解了世界各地的文化和风土人情，也提高了自己的阅读理解能力。在老师提供的教材中，我学会了用不同的阅读策略去应对不同的阅读材料，如速读、扫读和精读。同时，我逐渐形成了扩大词汇量的良好习惯，通过踏实地总结和记忆生词，我发现在阅读中遇到的生词越来越少，这给了我很大的满足感。

最后，写作能力的提高是英语学习的最终目标之一。通过一周的英语学习，我逐渐掌握了如何写出简洁明了、通顺流畅的英文句子和段落。在课堂上，老师给我们提供了大量的写作练习，让我们从一篇篇短文到一篇篇长文的写作过程中，逐渐培养了我们的创造力和思辨能力。同时，老师还通过纠正我们的语法和词汇错误，指导我们如何进行文章结构的排布和逻辑思维的拓展。这些有针对性的指导帮助我克服了写作时的障碍，使我能够更好地运用英语表达自己的想法和观点。

总之，通过一周的英语学习，我不仅提高了听说读写四个方面的英语能力，还培养了学习英语的兴趣和自信心。在接下来的学习中，我将更加努力地学习英语，通过不断地练习和积累，进一步提高自己的英语水平。我相信，通过持之以恒地学习英语，我能够更好地应对未来的工作和学习挑战。

**一周心得体会篇十六**

成长的路途中，匆匆而又忙忙，跌跌而又撞撞，慢慢的，我们走过一段又一段路，最终长大成人，这其中，每一段路都是一种风景，而军训，更是其中不可或缺的一段旅程。

有人问，军训意义何在？

答案并不确定，有人说这只是一种历年形式而已，也有人说这样的短期锻炼是毫无作用，还会浪费学生时间。可我却认为，军训意义非凡，当表彰大会落幕，历时九天的军训结束时，一种说不清，道不明的滋味，在心头荡漾。或许这就是所谓的只可意会不可言传，只有亲身体验才能有所体会，只有经历过后才能有所感悟。这次军训，我真的感到了有苦有累，有声有色，有滋有味。而其的苦与乐，经历了自会了然。

再见了，挥洒汗水的大操场!

再见了，刻骨铭心的军训生活!

这虽然只是我一次人生经历的终点，但却必将成为我未来的扬帆之处。

**一周心得体会篇十七**

本文将介绍一位大学生在实习中的体验和感悟，着重分析其在职场中遇到的问题以及如何解决这些问题。

第一段：实习前期准备。

在实习前，我对公司的业务和文化进行了深入的了解，同时还参加了一些相关的实习培训课程，增强了自己的实践能力和专业水平。我学会了如何进行有效的沟通和团队合作，尤其是了解如何在职场中处理紧急情况。

第二段：职场的问题。

在实习的过程中，我面临了一些职场难题。首先是任务分配上存在问题，有时候我被分配了一些任务，但是并没有得到具体的指导或支持，导致我感到非常困惑。其次是与同事之间的沟通不够顺畅，尤其是在两位同事之间存在矛盾的时候。

第三段：解决问题。

为了解决这些问题，我果断与我的主管进行会谈，提出了关于任务分配和沟通方面的一些建议。我还主动向同事提供帮助，增加了之间的互信与合作，最终这些问题得到了圆满解决。

第四段：提高自身能力。

在实习中，我不仅在业务知识和沟通能力方面有了明显的提升，同时也更加自信，能够更好地解决问题和应对各种挑战，这些都与我的主管和同事的钦佩密不可分。

第五段：对未来的期望。

在未来的求职和职场中，我将继续保持谦虚进取，注重学习和进步，同时也会坚持与同事之间良好的沟通和互信，相信这样才能在职场中有所发展。

总结：

本文讲述了一位大学生在实习中的体验和感悟，并就职场中面临的问题以及解决困难的过程进行了深入的探讨。通过采取积极的态度和有效的解决方案，该学生在实习中收获了宝贵的经验和提高，从而为未来的职场生涯打下了坚实的基础。

**一周心得体会篇十八**

时间流逝比我想象中还要快，在不知不觉中就已经过去一周了。在这一周里，我有相当大的收获，在公司各位前辈的指导下，对于我的工作任务、工作流程有了很大的了解，也开始渐渐习惯这种忙碌的感觉。

回想起刚进公司的时候，因为没有这方面的工作经验，所以对于我需要做些什么，我能不能做好这些事情心里完全没有个底。所幸公司的人态度都非常友好，对于我的那些问题全部都是耐心的教导，这让我的任务完成速度大大加快，期间因为我的粗心大意也犯了不少的错，幸好都得到了解决，我也进行了深刻的自我反省。

令我感受最深刻的还是入职的第一天，那天我早早的来到公司，因为有一个电梯出了点故障所以停止运行，来这栋楼上班的人又很多，我在电梯口等了将近二十分钟，离迟到只差几分钟。这件事的印象对我太过深刻，导致电梯就算是修好了，后面的几天里我都是提前了二十分钟左右到公司上班。上班的第一天总是很辛苦的，尤其是在休息了很久之后，更何况我接触的还是一个未知的领域，那一天我是搞的手忙脚乱，但大部分任务还是没有完成，这导致我接下来的两天一直在补欠下的工作。

上班第一天虽然很忙，但最让我累的还是下班的时候，上班期间精神一直是高度运转的，因此也不会觉得太累，可一到下班，脑袋开始放松下来的时候，我就感觉到脑袋变得浑浑噩噩，四肢也开始变得乏力，肩膀酸痛，明明一整天都是坐着的却好像比在外面玩了一整天还要累，于是那天回到家之后简单收拾了一下我就早早的入睡了。

不过也就第一天累人，接下来几天就感觉好了很多，我平常都是睡到中午才起床，可这两天早上八点多起来我也觉得很精神，不得不感叹自己的适应力还真是不错。不仅是身体上，工作上我也越来越适应，能够勉强完成每天的任务。

不过短短一周，从学校到社会的巨大转变就这样完成了，我开始习惯这种忙碌的感觉，也开始习惯这种因沉迷的自己的工作而感到时间飞速流逝的感觉，感谢现在的公司和同事，让我能够迅速习惯工作的状态。在今后的工作里，我会比平时更努力的完成任务，提高自己的工作质量，争取越做越好。

**一周心得体会篇十九**

近日，我参加了一场名为“字生一周”的活动。这是由本地一家文化宣传机构举办的一次公益项目，旨在让大众通过亲身体验，加深对汉字的认识和理解。经过一周的参与，我深感受益匪浅，不仅对汉字艺术有了更深入的了解，还体会到了汉字对我们文化传承和生活的重要意义。

首先，通过字生一周活动，我对汉字艺术有了更深入的了解。汉字的形成不仅关乎文字的记载，更是一种独特的审美艺术。在活动中，我们不仅学习了汉字的基本笔画和结构，还了解了汉字的演变历史和流派特色。通过模仿名家书法作品，我们深刻体验到了汉字艺术的独特魅力。每一个汉字都有其独特的内在意境，以及寓意和墨意，让我领略到了书法与绘画的融合之美。这种对汉字艺术的深入了解，让我对中国传统文化有了更加深刻的认识和欣赏。

其次，字生一周让我对汉字的文化传承有了更深的认识。汉字是中华民族的骄傲和瑰宝，是中华文明的基石。通过一周的学习，我了解到汉字的起源和发展史，以及它在中国文化中的独特作用。汉字不仅具有记载意义，更是中国传统文化的重要符号。它承载着中华民族的文化基因，代表着无穷的智慧和美感。每一个字背后都蕴含着丰富的文化和历史内涵，它们是我们民族的记忆和灵魂。这种对汉字文化传承的深入认识，让我更为珍惜并自豪于自己的文化身份。

第三，字生一周活动让我更加注重对汉字的正确使用和书写。在日常生活中，我们常常对汉字使用不当，犯错百出。而通过一周的学习，我深刻意识到汉字的正确使用和书写的重要性。汉字是我们沟通和表达的基础工具，只有掌握了正确的使用方法和书写技巧，才能更加准确地传递信息，更能展现出汉字的美感。在活动中，我们不仅学习了字的正确写法，还了解了常见错误和纠正方法。这使我在日常生活中更加注重对汉字的正确书写和使用，避免了主观臆断和随意改动，培养了正确的书写习惯。

第四，字生一周活动让我更加关注汉字的独特性和魅力。汉字是一种独特的文字体系，它以偏旁、部首的结构组合而成，每个字都独具特色。这种独特性不仅突出了汉字的形态美，更折射出中华民族的智慧和创造力。在活动中，我们通过观察和练习，深入感受到了汉字的魅力。每个字都有其独特的造型和特点，它们抽象、简练、富有变化，蕴含着诗意和哲理。汉字通过形象化的图像和象形文字的方法，以独特的方式表达了事物之间的联系和表意。这让我对汉字产生了更深的兴趣，也加深了我对文字及其美学的体验和理解。

最后，在字生一周活动中，我意识到了汉字的珍贵性和价值。汉字作为我们的文化遗产，承载着中华民族的丰厚文化底蕴，是我们宝贵的文化财富。在现代社会的影响下，汉字的使用日益减少，面临着消失的危机。因此，我们每个人都应该努力保护和弘扬汉字文化，让它在现代社会中发扬光大，让更多的人了解和喜爱汉字。通过活动的参与，我深感到了汉字的珍贵性和价值，也将继续努力传承和弘扬我们的中华文化。

综上所述，字生一周活动让我对汉字有了更深入的了解和体验，不仅增加了对汉字艺术的欣赏，还更加关注了汉字的使用和正确书写，加深了对汉字文化传承及其独特性的认识。此次活动不仅是一次文化宣传，更是一次思想的洗礼和心灵的启迪。我相信在未来的日子里，我会更加注重对汉字的学习和利用，并积极传播和弘扬汉字文化！

**一周心得体会篇二十**

转眼间，我已经渡过了在青港货运的第一周，虽然只有短短的一周，作为初到公司的我来说，却是具有特殊意义的一周。置身于一个新的环境，面对新的工作模式，身边的各种陌生，等待我的也是各种学习与挑战。万幸的是，青港货运是一个十分温暖、和谐的团队，在领导的热切关心和同事的热情帮助下，我很快的适应了环境，开始了我的实习工作。现将本周的工作情况总结如下：

1.熟悉公司环境。了解公司的组织架构。鞠经理等首先向我介绍了部门的内部结构以及分工。大体介绍了进口操作、海铁联运、内贸、现场、船代的基本情况。在刚刚开始工作的几天里，我对环境很不熟悉。多亏了这种介绍，不仅大体知道公司的主营业务和分工，也让自己对公司有了最基本的了解。

2.从周三开始在进口操作王吉秀老师处学习，了解了进口入库拆箱送货的流程，受益匪浅。王姐首先讲了一下整个进口入库拆箱的基本流程：从报关、报检到码头提箱入库，最后分批出库。从王姐这了解到仓库是分为报税库和拼箱库，其联系人和费用也是不同的。接到客户（北京阳光）的提货计划后，首先根据入库编号确认货物是在报税库还是拼箱库，然后通知仓库放货并代收出库费及仓储费。

在公司的这几天，感受到公司这种朝气蓬勃的发展劲头。通过这几天的学习，从中也感受到现在的工作与天津之间的些许业务差异。比如押箱换单，在天津中远那边都是先押箱后换单，再报关，产生的滞箱费都是最后核联的时候统一交纳；而这边大多数是先换单，再报关，而后再押箱，如果报关慢，产生的滞箱费就要先交纳一遍，最后核联的时候还要在交纳剩余的滞箱费。天津的模式最大程度的方便了货代，而青岛这边的模式则是加大了海关的监管力度，保证没有报关的箱子不会提出码头。第二个不同——码头报提箱计划。天津那边是拿着海关的放行d/o去码头报纸质计划，并约定提箱时间，一般是2个小时一个计划；青岛这边是报计划时拿提箱卡，用提箱卡去码头提箱，不用提前约定时间。再比如，在天津，只要符合海关要求的堆场就可以发送出口运抵报告，而这边只能由码头发送，这样就会保证不会存在虚假运抵报告，杜绝了场站为满足客户通关需要而发送虚假运抵报告。

虽然之前有天津那边的工作经验，但是步入新的环境，这一周的工作也让我意识到了我现在还有许多不足，还需要不断的充实自己。所以接下来在工作上，感觉自己需要学习的东西很多。

首先尽快熟悉环境，完成角色转换。之前由于在天津的船公司工作，形成了一定的工作习惯和思维方式，对现有工作的认知造成一定的障碍。所以要尽快熟悉部门及所处的环境，并迅速步入角色。不仅要了解部门内部的具体职能，还要了解公司作为港方从事货运业的各种特色，以及跟公司有业务联系的单位、职能及联系方式。并完成与天津时认知差异的比较，更好更快的适应现在的工作环境。

其次，虽然目前我所学到的操作知识只是凤毛麟角，但是希望自己能够以点带面，进行全面了解。因此以后我会努力多问多想多做。遇到自己不明白的地方，坚决打破砂锅问到底。希望下一步也能够对公司的其他业务进行了解，以便在整体上对公司进行更好的理解，更快的步入角色。最后，脚踏实地，努力工作。我对自己的要求是：不要急于求成，要脚踏实地，一步一个脚印，才能走得更稳更远。在接下来得工作时间里，我一定会珍惜这些优良的资源，努力认真的做好每一天的工作，虚心的向领导同事请教学习。再次对各位领导及同事表示感谢！

金工实训实训报告。

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！