# 2024年工作计划的心得体会和感悟 工作有计划性心得体会(七篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-09-16

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。工作计划的心得体会和感悟工作...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇一**

又过了一天，我们该回家了，当指导员年优秀营员、优秀宿舍和优秀班级的时候，我听到优秀营员里有我的时候，我非常欣喜，因为我做到了我想做的事。可是就在上车以后，我的眼泪又流了下来，因为恐怕我以后再也见不到我们的张教官了，在车上的十多分钟（车子还没有起程），我看了看，我们班的女生有小声哭泣的、有泣不成声的。还有的哭着说想要下车去找张教官，可是老师不同意。

以后再做一些困难的事情时，不要因为失败而半途而废，要相信有失败才会有成功，因为暴风雨过后，总会出现美丽的彩虹！

在这次军训中，我懂得了什么是成功与失败，由此，在军训中，不要因为孤独和苦累而流下无助的泪水！

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇二**

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！

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇三**

今天跟厦门人才学校的同学一起进行素质拓展训练，真的感触颇深。用几个词概括：团队合作、亲力亲为、不一样、向前一步走的勇气、无私付出、感恩、感动。

9月24号我们怀着激动与无限的期待来到厦门火烧屿，刚到海沧大桥，下车后我站在海沧大桥上被眼前的风景震撼着：威武的大桥、广阔的海面、巨大的轮船、山堆样多的集装箱、、、，所谓风光无限。到达火烧屿后开始了与厦门人才的团体活动，经过紧张的分组，我们三组开始选队名、logou、口号、队形、队歌，这是团队合作的开始，那就是头脑风暴。接下来玩的活动，让我们深刻感受到什么是合作、协作。我们必须一起喊“左右左右”才能保证步伐一致，不至于摔倒，大家都在认真的、完全投入的在声嘶力竭的喊着左右，及时嗓子已经哑了，如果没有大家齐心协力，全身心投入，我们肯定一步都很难迈出，完成任务，那就是团队合作的力量在承载着我们每一个人。

第二个活动鼓击球，在这个活动中，我懂得：凡事要亲力亲为，什么事情都要自己亲自去做，尝试了再总结，而且我感触最深的是厦门校区的人才的学生（理科生居多）他们的思维方式跟我们真的很不一样，他们做事情都有自己的清晰的合理逻辑，会善于观察、善于发现，善于总结，逻辑思维非常清晰，佩服于他们的智慧。所以觉得：果然不一样。

在玩高空猫桥的时候，我懂得每一个人都要有向前一步走的勇气，只有你迈出了第一步你才会懂得，第二步如何走的更好，你才会懂得向前走一步它的困境在哪里，如何克服，如果只在原地不动，你永远都不会懂得你应该如何努力，如何走向目标。所以必须有向前一步走的勇气。

在此想说，我们顺利爬过毕业墙了，35分钟，那是用所有男生的手、肩膀，换来的，他们无私的用手托起我们女生，让我们踩他们的肩膀、腿，没有任何不满，而是在抢着往上拉我们爬过毕业墙，看着他们歇斯底里的呐喊，我哭得一塌糊涂，因为感动，因为感恩，感动于他们的汗水、衣服上的脚印、手上的血痕、歇斯底里的呐喊、一切的一切我们感受着，感动着、、这时我更深刻的理解了，无私付出，无私奉献，团队精神，不放弃不抛弃，即使他们已经筋疲力尽，但他们坚持着、坚守着一个信念，那就是我们是一个团队，不抛弃不放弃。我知道了，人在这时肯定会学会感恩。我感谢今天所有人才学校的男生：你们辛苦了，谢谢！

离开火烧屿时，我带着那些感动、那些不舍、那些勇气、那些精神、那群人的每一张笑脸离开啦！

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇四**

一个领域，两种人；三分痛苦，四分幸福；阳光灿烂，军队在中国；七天军训，多学习！七天的小军训虽然辛苦，却让人们受益匪浅。我们仍然记得导师教给我们的人生哲学。

哲学一：统一

人要想成功，坚持和努力是必不可少的。烈日炎炎，我们要站在阳光下完成教官布置的任务，——。虽然只有短短的30分钟，但对于我们这些从小养尊处优的人来说，却是一个巨大的挑战。你有没有在七天军训期间喊累了，生气了，哭了，想家了，想过放弃？但是如果真的放弃了，军训还有什么意义呢？值得吗？坚持就是胜利，只有坚持才能成功。

自信是人生不可或缺的。如果一个人失去了自信，人生的意义是什么？做任何事都想着：我不行，我做不到，那你真的做不到，只是因为你还没开始，你选择了结束。相反，为什么不试着选择绝望，大胆前进呢？大喊：“我能，我能！\"相信自己的能力，即使碰壁失败，即使遇到挫折，只要相信自己有那个能力，相信自己能成功就好。

能完成！

短短的七天军训，却让我学会了许多，让我体验到了很多，我们学会了团结，学会了如何去对待自己所在的那个团体，学会了坚强，树立了自信，同时也重新认识了自己。

我们在军训中如此，在生活中如此，在学习上也应如此，感谢教官玉老师的谆谆教导，也感谢自己的坚持，在高中三年中，我会学军训一般，为自己的梦想，奋力起航！

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇五**

这是军训的第三天，兴奋和激动早已洗去了大家身体和精神上的疲惫。吃完了早饭，我们便出发，向着扎军营的地点迈进。

由于我在军训中腿部受了伤，便蹬着自行车，先行来到活动地点。看到草地上一个个偌大的深绿色帐篷，我很激动，心中像有阵阵海浪在翻腾。随后，落寞又悄然而生，我只能做一个旁观者了。

大部队转眼即到，大家的眼睛中充满了好奇，死死地盯着地上的帐篷。同学们搓搓手，揉揉肩，一副跃跃欲试的样子！

终于，在同学们的齐心协力下，帐篷终于建成了。可这时候又开始犯难了，原来有一个铁架子没有安装，而它应该安在天窗上的。天窗离地有四五米，根本不可能直接装上去。正在大家苦思冥想之际，25分钟的限定时间已经到了，老师鸣哨示意都停下手里的活。

得知我们都没有完成全部任务，老师脸上露出诡异的笑容。“同学们，其实我早就料到你们会漏掉这一个小细节。知道我为什么之前不提醒你们吗，我希望你们从实践中体验到‘细节决定成败’这句话的意义！”是啊，当我们做一件事情时，总是着重于相对重要的地方，往往忽略了一些细节，而它们最终影响到了全局。我们应该在做一件事情之前，制定出周密的计划。这样，诸如此类的错误才能避免。尽管这次活动我只是一个旁观者，但我体会到了扎军营的乐趣，从中感悟到了一些道理！

的确，正如指导老师所说，扎军营的过程中还隐藏着许许多多学问，譬如说打钉子时钉子扎入土地中的`深度，角度，都会影响到军营的牢固度……我们要做的便是把课堂上所学的理论知识应用于实践，再从实践中感悟人生！

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇六**

1、了解电烙铁的使用。

2、学会熟练使用电烙铁及焊锡丝在电路板上焊接铜丝。

1、电烙铁：由烙铁头。加热管。电源线和烙铁架组成我们使用的是内热式电烙铁，功率在20—30w之间，其优点是功率小，热量集中，适于一般元件的焊接。

2、钳子、镊子各一把，细铜丝若干。

3、焊锡丝：由37%的铅和63%的锡组成的合金。焊锡丝有熔点低，易与铜、铁等金属结合，焊接强度合适，电阻率低等优点因此是用于焊接合适材料。

4、印刷电路板（pcb板）：硬制塑料板上印有铜制焊盘，可将一些电子元件焊在其上。

电烙铁是加热工具，可将烙铁头加热到250摄氏度左右，在此温度下，焊锡便可融化为熔融状态，此时便可将与锡相亲的铜制元件与pcb板上铜制电路焊接在一起。

焊锡线为锡铅合金，通常用于电子设备的锡焊，其锡铅比为：60：40。它的熔点低，焊接时，焊锡能迅速散步在金属表面焊接牢固，焊点光亮美观。烙铁头在正常使用下氧化得很快，清理办法是：将烙铁头在有松香的烙铁板获湿海绵上轻轻摩擦。

（1）剪金属丝：将铜丝加工成弯钩，将其插入电路板

（2）准备施焊：左手拿焊锡丝，右手拿电烙铁（烙铁头应保持干净，并且上锡处随时处于施焊状态）。

（3）加热焊件：把电烙铁以45度左右夹角与焊盘接触，加热焊盘。

（4）送入焊丝：待焊盘达到温度时，同样从与焊板成45度左右夹角方向送焊锡丝。

（5）移开焊丝：待焊锡丝熔化一定量时，迅速撤离焊锡丝。

2、在电路板上练习焊接。

焊接练习在电装实习中可以说是最基础最简单当然也是最重要的一部分，只有仔细认真的练习，熟悉并掌握了焊接技术才能使下一步的实验顺利进行，否则将会给下一步的试验造成更多的麻烦甚至无法完成。焊接练习看似简单，实际上有着很高的技术要求，首先焊点必须光滑光亮，不能弄成虚焊，否则看似结实的焊点其实一晃就坏，得不偿失；当然更不能和其它焊点连接，否则就会造成电路板的短路或开路，焊点分布密集。其次焊接的速度必须快，否则会使电路板损坏并造成工作速度缓慢，焊接练习很枯燥，但对后面的试验意义重大，所以这一环节必须认真对待，必须扎实的练习才行。

通过两天的焊接练习，让我真正掌握了一门技术，使我这两天中学会了电烙铁使用及简单的电路焊接这对后面试验的顺利完成有着不可磨灭的作用。

**工作计划的心得体会和感悟工作有计划性心得体会篇七**

如果时间可以倒流，我想和教官好好说一声再见。

感情真是个有趣的东西，你问他世间什么最珍贵，他告诉你是得不到的，最有悔的是什么，又对你说曾经忽视而今想找却找不到的。

有时候，你又何必埋藏自己的感情，压抑自己的天性？

军歌在嘶哑的喉咙里跳跃，肌肤像沐浴阳光后的黑玛瑙，深绿色又紧身的制服，沉重且整齐的步伐……这一切都是我在见过他之后的映像。如果要了解另一个人，那么就要撇开潜意识里的想法。在我眼里，军人是古板且不笑的，神色威严，不怒自威，走路带点儿沉重的味道。他过于年轻，即便看起来比同龄人大点，但哪里有军营里肃杀的威严？我第一次听说他的年龄，也着实吃惊了一把，和我们对比，他的岁数基本上算是小的了。

他比我小，那时轻视的心理便从心底涌出，一遍两遍的告诉自己，他也不过如此，不过如此。

时间流逝如白驹过隙，十几天的军训，转眼而过。但是前几天的劳累总是令人感到时间像背了沉重的沙袋，有人喊累，有人叫停，但是纪律本就是纪律，又怎么会因你一时的任性而随意篡改？教官站在连队前面，嗓子嘶吼，121等声音不断的从他喉咙里发出，那种嘶哑到骨子里的喊声好像是经历了成千上万的叫喊和训练汇聚而成，富集了疼痛和坚持。他说他当兵两年，训练比我们苦，练习齐步正步，会在脚边放一根线，碰到就会惩罚。而这种惩罚就是不断的让你挑战极限。我不知道军人日常训练的艰苦性，但可以想象吃灰喝泥的艰难性。很难想象，他瘦小的身体是如何承受两年的敲打。虽然我平常尽可能的告诉自己，人不可貌相，但真正的时候，又何尝不是拿着直觉来衡量一个人？而我又有什么资格去轻视别人？想想，电视里艰苦的军旅生活，还有军人二字，便足以令我肃然起敬了。

我想此时我不会轻视他了，一面佩服他在大围墙里坚持两年的军营生活，一面是自己向往当兵的报国之情。还有什么理由可以去小看他？就是没你大，没你大？这种以年龄先入主的思想我想我不该要，也不能要。

校园像极了军营，少了点严肃和庄重。一路上同学嘻嘻哈哈打闹到了操场，将手中水杯放在身边不远的地上。听教官指挥后，开始站军姿。他穿插队伍内部，伸手掏出手表，悠闲看了时间后让我们抖抖腿，每一个教员带动全身肌肉，原地晃动，或朝地表跺脚。太阳移到南方，影子向身后移动的时候，哨子声从远处传来，激动的心情四处蔓延，像狗听铃铛后的条件反射。他无奈一笑，把手上的表收好，让我们整队，才解散。

其实原先一直有一个问题困扰我，像脑子里洗不去的铁锈——军中日子艰苦，你想想才半月不到，抱怨已成堆了，那他们怎么会没有抱怨？我不知道做领导的到底有什么魅力，整天对你吼来吼去，甚至动用武力时，你还对他毕恭毕敬。但是当他在站军姿的人群里发现衣服不够整齐的人，用双手帮他们扣好扣子，整理好领子时，内心的枷锁便自动打开。我知道了那种感觉就像是盲目崇拜的毛主席和你握一个手一样。先前的累，抱怨，都烟消云散。

也许，这就是军人之间的真情吧。

我突然觉得自己有种当兵的冲动，充满整个心房，像洪水一样。十二天走来，经历了痛苦和折磨，但快乐和激情使我向往军人的生活，我渴望自己成为我幻想的人。但回到现实，发现自己太过于优柔寡断，太过于犹豫不决，生命旅途中一直有一个无形的绳子拉住我，阻止我。不管我试图怎样挣扎，性格里的腐朽也慢慢吞噬着我，深藏于内心的性格也好像改也改不去。

但军训的来临告诉了我——亲爱的人们，有表现的机会就去表现，不因为嫉妒，不因为不屑。

激情啊，你告诉我，还要多久离开我？你告诉我。

日日夜夜的沉思和试图反抗的心灵，多少疲倦也让你携剑走在路上？

你想过大道上万千旅馆，都不曾入住休息？

结束回来的路上，心里一片苍凉。走到某个角落，尽最大努力克制抽泣。

我抬头望向天空，而天空不语。

这只是一个军训，只是一个军训。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找