

心得体会实习(精选5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

心得体会实习篇一

带着对大学生活的懵懂好奇，参加了大学第一堂课——军训。军训前，师兄师姐们给我做足了思想工作，让我一定要坚持住，挺挺就过去了，经历过几次军训的我，也没有以前的胆战心惊，反而好奇大学军训时怎么样的。

我们七营的教官英俊潇洒，训练时严谨有序。特别是我们拳术方块的教官，非常幽默、有趣，虽然才短短的相处6日，但是他一直很负责的叫我们打拳，给我们充裕的时间休息。总之，每天军训至少四分之一的的时间我们都在笑，他说;我希望我们能够在一个活跃开心的氛围中军训。他很和蔼，印象中，他从未凶过我们，最多也只是因为我们做不好需要改正而教训我们，但是很多时候都是用最温和的语言与我们交流。有时看见别营的教官在厉声教学时，我们都暗自感叹“还好他不是我们教官”！

军训过程中，教官们一直在强调“我们罚你们站，并不是针对你们，做报复，成心和你们作对，而是我希望你们能变得更好，通过军训改变自己的坏习惯、坏毛病，从而更好地融入大学，以后融入社会”我们都是大学生了，我们需要成熟。众所周知，军训是大学的必修课之一，就相当于我们必须完成的一门课程，而教官不过是在尽他们的责任帮助我们完成这一学习课程，正因为他们的帮助，我们才能更好的进行

下面的学习。现在的大学生大多是极少运动、晒太阳的，而军训给我们提供了一个锻炼自我的机会，可以增强体质，培养意志力、耐心及自我管理能力，对我们更是百利而无一害，军训何乐而不为呢。自古“梅花香自苦寒来，宝剑锋从磨砺出”，为了更好的进入大学这个小社会，我们就一定要有一个强健的体魄、更好的人格。

心得体会实习篇二

此时此刻，我感到作为“人类灵魂工程师”的无比骄傲与自豪、光荣而神圣。我的心情难以平静，现就内心深处的想法和感动流淌于纸上以表肺腑之言。

1、教师要注重自身修养

我们作为“人类灵魂的工程师”要严格的要求自己，做好教师的天职就是传道、授业、解惑，为人师表。那么我们就应该在平时的学习和工作之余注重修心养性，多学事实政治，遵守法律法规，学习新知识，力争做到德才兼备、谈吐文雅，要求学生做到的自己首先要做到，即：以身作则、为人师表，我们在学生心目中才是伟大、威严的形象。

2、尊重差异、和谐发展

就如同我们本次学习时，学习我们学校的办学理念：“尊重差异、关注全体、开发潜能、和谐发展”。的确，对于我们民办学校来说：每一位学生都是我们心中天真无邪的孩子，他们对知识充满渴求，急需要我们的承认。学生在我们的眼里更没有高低贵贱、贫富差距之分。因此，我们要一视同仁，更要及时发现他们的闪光点，及时指出，让他们有成就感、荣誉感，激发他们向上、向前，促进他们全面和谐的发展。

就如同我们本次学习时，郑平教授所讲的“优化备课上课的

理念与背景中的转变教学活动的观念、教学功能观念、教学师生观”。从中我们就能体会到，在实践课堂中我们要不断转变教育教学观念，才能跟的上时代的变迁，没有一成不变的东西。如今，有些学生适合这种方式，他们会把压力转化为前进的动力，但有些压力可以使他们“身心俱焚”。

因此，如今的时代我们要做学生的合作者、帮助者、引路人、传授播种知识的人，要树立起时刻为学生服务的思想，深入学习现代的学生观、教学观、科学的人才质量评价观，以及符合时代要求的人才培养观，并以这种先进的理念要求自己付诸行动，去教导学生、启发学生、激励学生，让他们也变成教学中的主角。

当然，要做一位“师高”的教师，除了高尚的职业道德、过硬的政治素质、高新的教学观念还不够，更应该有渊博的知识和高超的技能。因此，要求自己要从以下方面努力，不断提高自己，紧跟时代步伐。

1、时刻学习，不断提高自身的专业理论水平

就如同我们的一位同仁所说：要给学生一碗水，我们必须是一眼泉。就是说我们的知识要渊博、要源源不断、更要新。只有这样才有资格和自信站在讲台上。因此，我们要从时时学习、从事事学习，学习最先进的、最经典的、最科学的理论。

2、提高动手能力，具有一技之长

做一名职业教师，除了具有渊博的知识还不够，更重要的是理论结合实际，具有自己的一技之长，才能“征服”学生、教导学生，也才能培养出社会需要的技能型人才。因此，我们要时时锻炼，一刻都不要放松，熟练自己的操作技能，掌握最先进、最简捷的操作方法和技巧。

3、不断提高传授知识的技能，争作“师高”的教师

就如同叶校长所讲的“小学生在传授知识的过程中‘非智力因素’”。从中对我们传授知识的技能的要求要有不同的方法和手段。只有渊博的知识、高超的技能，没有良好的口头表达能力、逻辑思维能力，所有的知识只能是教师自己的，永远灌输不到学生的脑海里，一切都是零。我们就无法胜任教师这个职业。因此，我们要在提高专业知识、操作技能的同时，更要提高授课、教课、备课的能力，把自己水平转化为学生的水平，这才是教师最好的传授技能，才是一位“师高”的教师。

在今天这个飞速发展的时代里，没有创新就没有进步，没有进步都等于倒退(因为别人都在进步)，倒退只能消亡。因此，我们要进步、要不断进步，要飞快的进步，那就学要我们创新，即：良好的自学能力、研究能力、思维能力，学习、研究最先进、最前沿的知识，更要把自己的劳动成果和经验通过良好的表达能力和组织能力总结出来，以供别人学习、参考。

总之，高尚的师德和优秀的素质是教师的立足之本；渊博的知识和高超的技能是教师的生命之源；崭新的理念和创新的意识是教师的必经之路。只有把握住这些能力和素质，我们才会在教育这个天地里任意翱翔，实现自己的人生价值，也为我们职教事业做出微不足道的贡献！

心得体会实习篇三

秋天是收获的季节。麦子通过努力长成一片金黄；小树通过努力长得更加茁壮；农民通过努力收获满满希望；我们通过努力懂得如何成长。

军训虽苦虽累，但它锻炼了我们的身体，加强了我们的团结意识，增加了我们的指示素养，提高了我们独立自主的能力。

因此，这次军训，我敢说我们的苦没有白受，我们的汗没有白流。

俗话说：身体是革命的本钱。我们刚刚踏进大学的校门，正信心百倍干劲十足地准备投身到大学的学习中。大学不同于高中和初中，讲的是经验与实践相结合。试想，如果我们没有强健的体魄，如何能够完成大学中的课程。所以军训培养了我们良好的锻炼习惯。

有一首歌唱得好：《团结就是力量》。是的，在军训的日子里，我们学会了团结合作；一起打扫卫生，一起搬水。训练场上休息时处处流淌着我们的欢笑。

同时，部队还为我们安排了国防教育课。是我们更加深入地了解了世界和中国的国情。极大地增强了我们作为中国人的使命感。为我们树立了正确的前进目标和方向。

生活在蜜罐中的我们，在家就像小公主一样，缺乏独立自主的能力。在军训的一个礼拜里，教会了我们独立处理事情的能力。除掉了家中养成的娇气，增添了几分军人的坚毅。在训练场上，从开始的怕脏怕累到现在的能在灰尘中正步走并且不皱一下眉；从在家的挑食厌食到现在训练完后的吃啥啥香。这所有的一切无不显示了军训的作用之大。它所影响的不仅仅是我们一个礼拜的军训生活，而是大学的3年乃至今后的一生。

感谢军训，给了我们锻炼的机会。感谢领导，给了我们成长的条件。感谢教官，给了我们无微不至的关怀。

心得体会实习篇四

高尔基曾说过：“书是人类的进步阶梯。”书是我们的好朋友，通过它可以“看”到广阔的世界，“看”到银河里的星

星，“看”到中华瑰丽的五千年，“看”到风土人情和世间万象……对我们扩大视野、增长见识、丰富积累、提高素质，有着十分积极的意义。

我国伟大诗人杜甫说过：“读书破万卷，下笔如有神。”在人人拥有一好书，人人读一本好书的读书工程的号召下，我买了一本李开复先生的《做的自己》。

首先吸引我的是书名，当书到手时我怀着好奇的心情去读这本书。读完后不禁觉得神清气爽，以前也曾读过一些书，读后似乎感觉都是一些空话，仅仅留给我一些无谓的说教，没什么实质性的帮助。看了这本书后，感觉与众不同，如何才能做的自己？这需要我们每个人进行思考。是的，更多的时候，大家都在审评对方，研究对手，却很少有时间静下心来了解自己。李博士用平实的语言为我打开了一扇了解自己、重新审视自己的心门。他告诉人们：做人不是只有自省才能更完美，但是不时的自省却能让自己更加的清醒；做人不是简单的树立理想就可以轻松实现，但是没有理想的人却一定无所适从；做人一定要有广阔的胸怀，真正做到严于律己，宽以待人才有容天下之大量的非凡气度；做人要有勇气，真正敢于追逐自己梦想的人才能让更多的机会停留在自己身边……他不仅提出了浅显易懂的“成功同心圆”说，而且运用了发生在他身边的大量故事来阐述成功的秘诀。这些故事很值得我学习和品味，从中吸取经验和教训，指导我走向成功之路。

其次，每个人对成功的理解不同。相信许多人和我一样，或许经常有这样的感觉：不知道什么才是真正的成功，怎样才能得到成功，搞不清真正的人生价值是什么，如何实现。现在看了李老师的“成功”学后，体会到：人和人之间千差万别，每个人都有自己的选择，不能用同一个模式去衡量所有人的成功，无论是所处地位与名望的高与低，拥有财富的多与少，只有发挥了自己的兴趣和特长，又对社会和他人有益，同时还体验到了无穷的快乐，这就是成功，做到了的自己就是成功。

世界本来就是一个矛盾的集合体，每个人在生活中，都会遇到各种各样的抉择，但不需要为压力过重而苦恼，更不需要为了失败而哭泣，也不要让事情来主宰我们，而是要用积极的态度来主导、推动事情往更好的方向进展。

最后李开复博士认为：成功就是不断超越自己，就是“做的自己”。

对此我的理解就是每个人都有成功的机会，形式不同，成功的意义也不同，不要去在乎世俗的模式，只要自己努力去实现理想，并且每天都在向理想靠近，就是成功。成功的标准并不是单一的，社会给每个人提供了不同的舞台，只要在自己的舞台上将自己的价值发挥到极限，无论是令人瞩目还是平凡普通，都是成功。当然，在现实社会中或许我们每个人都有自己无法实现的梦想，我们的理想和现实永远存在着差距。而许多事情是我们无法改变的，我们所能做到的就是改变心态，调节情绪，改变思考方式，不断超越自己，努力让自己的生命充分燃烧，做的自己。

多么简单多么朴素的道理，为什么我当初就没想到呢，想想我们在工作学习中难免会与人产生摩擦，如果我们只盯着别人的错误，那么只能让矛盾越来越激化，但是我们如果想别人的优点，就会使我们很快的冰释前嫌，问什么同样的问题发生在学生与老师的身上就这么不可调和呢？其实还是缘于“爱”，如果我们给学生多点，再多点的爱，对于他们的错误我们都用理解之心，包容之心，责任之心看待，而不去苛求他们像成年人那么懂事，师生关系会不会更和谐一点呢？在众多的压力与竞争下，要保持积极的心态，不论遇上什么困难都不要气馁，积极心态战胜一切困难，一样可以做到优秀。事实证明，我们每个人都可以做一个的自己，都可以做到优秀。我们更不必为自己赶不上别人而太过自责，也不必因为境遇不好而太过感伤，怨天忧人。我们所需要做的，是追随自己心灵的选择，不求其他，但求做的自己。我们就会变成一个更美好、更大度、更成功的人！

心得体会实习篇五

为期一个月的培训结束了，如白驹过隙。记得5月12日刚进党校的第一天，教学楼前有一棵玉兰花树，还青涩枝头、含苞待放，不经意间，6月6日当我离开党校时，已是花开花落、宠辱不惊。

“陆止于此，海始于斯”。非常珍惜这次党校学习的难得机会，一切归零的心态，静下心来梳理了自己的过去，分析自身的长处，也思考自己的不足。所幸不辱使命，不折不扣地执行校纪校规，实现了组织要求和培训目标，真正有所思、有所获。并代表全班学员在结业典礼上汇报所思、所获，得到老师和同学们的认可，算是给组织委派我去党校学习，交了一份合格的答卷吧。

这一个月，有很多的片段将成为我记忆中最为珍重的收藏：芬芳的校园、洁净的教室、静谧的环境，既洁净了我的心灵，又烫平了我内心的躁动；在课堂上，老师们或滔滔不绝、或循循善诱、或旁征博引，展现了知识的无穷魅力；在讨论中，学员们踊跃发言，思想碰撞，灵光闪耀，增知长见；在井冈山异地教学时，重温入党誓词，感受革命之艰难，先烈之浩然正气，坚定之理想信念；太多太多的情景值得去回味，这些或温暖或揪心的记忆都将铭刻在我内心的深处。

这一个月，有很多的收获将成为我一生中弥足珍贵的积淀：这一个月使我的内心趋于平静，在单位、在岗位我多少有些心浮气躁，难得潜心学习，静心思考。这一个月使我的精神沐浴了阳光，无论是《系列讲话精神》、还是《中国共产党史》，无论是《社会性动物》、还是《旧制度与大变革》，都是一道道精神大餐，使我在愉悦中增长了见识。这一个月使我的思想得到了启迪，有醍醐灌顶、茅塞顿开的感觉，在农村基层组织、创新社会治理、新型城镇化、现代农业、新时期群众工作等方面，学到了一些新的理念，改变了观念，

打开了思路。这一个月使我的“德”有了巨大的提升，做官先做事，做事先做人，感恩组织，责任担当，忠诚公正，为民廉洁，从容淡定，理性清静。我想这是我的一道护身符，会保我一生平安，我将永远铭记。

这一个月，有很多的友谊将成为我一生中极为温馨的回忆：师生之间坦诚交流，彼此尊重；学员之间真诚相助，相互关心。谈笑嬉戏，互吐心声，不设防线；互相学习，互通有无，不带功利；团结协作，维护集体，同欢共苦，与老师和同学们建立了深厚的友谊，重温了久违了的校园的温暖、纯洁和真诚。这种缘分值得一生珍惜，这种友情值得永远珍藏。

《礼记》：“大道之行，天下为公。”我觉得党校给我的最大财富，应该不是枯燥的理论，也不是丰富的知识，而是一种对远大理想的执着信仰和对真善美的不懈追求。得了“道”，就找到了解决问题的一般方法，同时在做事的过程中，也解决了做人的问题，在做事和做人上都有了新的提升。这也许是我今后最应该把握的一点。

《庄子》：“吾生也有涯，而知也无涯。”学无止境，党校学习毕竟有限，必须矢志不渝，养成终身学习的习惯，一把钥匙解开一把锁。这一点，我没有什麼“老本”可吃，必须常“补钙”、常“健脑”、常“充电”，方可与时俱进。不管将来从事什么行业，担任什么职务，都应时刻秉承课前必唱的歌曲《走向复兴》中所体现的自强不息的精神、开拓创新的勇气。这或许是最应当坚持的一点。

《论语》：“吾日三省吾身。”不论走到哪里，都要时刻警醒自己，挺腰做人，诚信做人，把品格和党性作为智慧的导向和根本。尽力做拥有智慧并富有激情的人，做胸怀大志并脚踏实地的人，做富有责任并敢于担当的人，不畏艰险、追求卓越。这抑或是我们最必须坚守的一点。