

最新实习心得体会及收获 个人实习心得 及收获(实用5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

实习心得体会及收获篇一

20xx年xx月xx日至4月x日，我在xx第二小学四（3）班进行为期近一个月的实习工作。在指导老师吴妹老师和原班主任黄碧伟老师的耐心指导帮助下，我较好的完成了教学实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。

“师者，传道授业解惑也”、“教师是人类灵魂的工程师”。就带着这样的理念和骄傲，我踏上了教师的实习之旅。

在实习期间，我把在大学学习到的教学理论转化到我的教学实践当中。而我本人也从一名学生逐渐蜕变成一名人民教师。刚步入教师这个岗位，一切对于我来说都是那么的新鲜，我努力地尝试走进老师这个角色，不管多么艰辛。

怎么才能够进入老师这个角色呢？我觉得个人的态度很重要。实习过程中，我常常提出这样的问题：我实习是为了什么？其实不管是过去的试教，还是现在的实习都是为了提高自己的教学技能和锻炼教学的基本功。既然实习为我提供了这样的机会，所以我就要好好的利用它。找到了方向，就应该要沿着方向勇敢地走下去。所以我会时刻提醒自己：我是一位老师。

说到这里我想给在座的师弟师妹提出几点建议：

1、认真学好理论知识，语文教学法是一门非常重要的课程，大家要正确的看待，因为只有加强了理论的学习才能在实践过程中得心应手，才能减少在教学中屡屡碰壁。

2、注重实践能力的培养，我们平时试教也是一个教学实践的过程，它与正式上课不同的是坐在下面听课的是一群超龄小学生，但要知道试教的目的是培养自身的教学技能和基本功的锻炼，所以试教过程中同样要把自己看做一位老师，认真对待每一次的试教活动。

对于每一位即将踏上教师这个行业的实习生而言，实习的第一节课极为重要。那怎么样才能把第一节课上好呢？我个人觉得应从以下方面努力：

《稼说送张琥》中有这样的一句话：博观而约取，厚积而薄发。讲的是只要事前准备充足，就能达到很好的效果。所以我们课前一定要做好准备，保证万无一失。在备课中，首先要认真研究教材，力求准确把握重点与难点。其次要明确教学目标，并针对教学目标设定相应的教学方法。最后要编写详细具体的教案，记得周俊萍老师对我说过：一份合格的实习生教案需要做到两备。一备教学内容，二备学生。要上好一节课必须要考虑周全，把教学设计与学生的接受能力相结合，制定符合学生认识规律的教学方法。

在正式上课之前，我都会一个人对着宿舍的那扇窗进行多次的试讲，虽然看是无聊，但十分有必要。在每次的试讲过程中我都能找到教案的不足之处，经过多次的修改，力求教案精益求精。同时在语言组织、内容衔接、时间把握、和教学质量上有很大的提高。

小学四年级的教学强调学生自主学习感受能力的培养。所以在上课时，应该讲学习的主动权交予学生，老师进行适当的指导。重视学生的积极性以及综合能力的培养，有意识地培养学生思维的严谨性、逻辑性、和相互协作能力。

作为一名实习老师，在课堂上难免会有点紧张，而导致教学时突然“短路”。这需要经常心理去暗示自己，我是老师，我能上好这节课。要使自己进入教师这角色，这样才能把课上好。不应有过多的心理负担，上课时面带笑容，从容淡定地面对学生。

我在实习期间，一共上了五节课。基本上都能够较好地完成教学目标，得到老师的一致好评。但其中也存在许多不足的地方。例如：讲课的条理不够清晰、课堂时间的把握得不好、课堂驾驭能力不够、教学时表情语调没能做到张弛有度等。这些问题，我将会在今后的学习工作中一一解决。

一个月的实习生活，让我受益匪浅，并使我爱上了教师这个职业。实习不仅是我人生中的一段珍贵的回忆，更是我偶的另一段人生的起点。我相信，在未来的路上，我会做得更加的优秀。

最后，我祝愿我们的老师工作顺利；祝愿和我一样即将走出社会的同学们前程似锦；祝愿我们的师弟师妹明天会更好！

实习心得体会及收获篇二

实践是检验真理的唯一标准，而教育实习是理论与实践结合的纽带，是一次真枪实弹的演习，万事开头难，但是天道酬勤，虽然在教育的道路上，我还是蹒跚学路的婴儿，但是我相信，经过这一段时间的磨砺，我终将会变成一名合格的人民教师，即使做不到“桃李不言，下自成溪”，也不求乌鸦反哺，但求问心无愧，更不会损害人民教师这一伟大的称号。

转眼间，我们已经实习了不少的日子，回首走过的这段路，感觉既忙碌又充实，既辛苦又欣慰。在实习中，让我感受到了作为一名教师的快乐和责任。同时也发现了自己的不足之处，也克服了自己上讲台胆怯的心理。在这几个月里，作为一名实习教师，我能以教师身份严格要求自己，为人师表，

处处注意自己言行和仪表，热心爱护实习学校的学生，本着对学生负责的态度尽全力做好班主任及教学的每一项工作；同时作为一名实习生，能够遵守实习学校的规章制度，尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，并且和其他实习生一起团结协作完成实习学校布置给我们的任务。

很幸运，我和其他两名同学，在洪洞实习，这里的乡亲们都很热情，让我感受到了漂泊在外的那一丝温暖。

下面是我的实习情况：

一、在前期准备方面

要带好一门课，首先是要较快地了解整个班级的学习情况。我带的是三年级和五年级的语文，孩子们基础不是非常扎实，所以我从最基础的东西开始讲起，夯实基础，千里之台，起于垒土，扎实基础，是学好语文的第一步。

二、教学工作

教学的实习是我们教育实习的重中之重，我们教学方面的实习内容主要包括前期阶段的听课、备课、正式上课和课后作业的批改等内容。在老师的悉心指导下，我从知之不多逐渐地熟悉，也做得越来越好。

（一）听课学习

听课是实习的必经阶段，听课不但能够学习指导老师的教学方法，而且能熟悉自己将要教学的班级。

（二）备课准备

有就是语言表达能力要强，课堂组织能力要好，再有就是好的教学方法了。小学生，接受新知识的速度还是比较慢，所

以在教授新的知识的时候，要反复强调，反复理解，这样才能准确无误的接受，还有就是，教课老师要有足够的耐心，这样才能良好互动，达到最佳上课效果。

（三）上课实践

站讲台不是第一次了，之前的微格教学我们练过，但这一次站上讲台感觉特别的紧张，台下眼睛的焦点全部聚集在我的身上，压力突然倍增，顶住压力，我简单的做了下自我介绍，在同学们的热烈掌声中，心跳减缓，开始讲解，同学们学的很认真，第一次课还算勉强通过。课后指导老师给了我几条宝贵的建议：第一，要和同学们进行眼神交流，这样你可以知道他们是不是听懂了，同时也让他们知道你在关注他，他就不会做其他动作；第二，语速有点快。说实话在来之前，我以为广东这边说话语速快，其实不是这样的。这个我会注意的，用他们习惯的语速和他们交流；第三，就是不用紧张，不用担心说错话。人都是会犯错的，有时候说错一两句话，反而能把课堂氛围给调动起来，增加老师的亲切感。总的来说，第一节课还不错，指导老师给的评价是：很有自信，落落大方，声音洪亮，课堂气氛好，但是语速过快，时间把握的还不够理想。我也能够感觉到这些缺点，我所上的每堂课我的指导老师都会在后面听，指出我有哪些不足之处，我也虚心听教，在接下来的几堂课中不断改进。

三、收获与体会

通过这次实习，让我对小学教育的认识进一步深入，他们和想象中的很不一样，因为没有接触过小学教育，所以一开始我的耐心似乎不太够，老觉得这么简单的东西重复重复再重复，机械教学，但是，经过这一段时间的实习，我不仅磨练了自己的心智，还让我懂得了，任何事情都不能一蹴而就，都得循序渐进，因为小孩子，接受新东西的速度很慢，需要很大的耐心。

另一方面，教学过程，本来就是一个双向互动的过程，只有在课堂上激发学生的听课兴趣，才能让课堂、让老师发挥最大的效用，由被动的学习，变为自主学习。

对师范生心理、思想、能力及知识等各种因素的全面检验与提高。我也在工作中不断总结经验。第一，要正确处理好与指导老师的关系，与学生的关系，在做任何事情和任何决定之前一定要征求指导老师的同意和意见，这是起码的尊重和礼貌，同样只有博得了指导老师的支持，你有了坚强的后盾，你的工作才能够更顺利地展开。正确处理与学生的关系，不能够在学生面前，没有教师的威严。第二，身为一个教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自己当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。通过本次实习，我也越来越深切地感受到班主任工作的重要、艰巨、深奥，它不仅仅是一项工作，更是一门学问，要把这项工作搞好还需要很长一段时间的磨练和考验。

人们都说，教师的工作伟大而神圣，让人望其项背，但是我觉得教师也是个普通的工作，但是平凡却又不平庸，心灵的教育，可以让学生终身受益。通过这次实习，我骤然知晓，教师的工作不仅仅是“传道、授业、解惑”，而是要发自内心的关心爱护学生，帮助他们成长。在教授他们知识的同时，更重要的是教他们如何做人，这才是教师工作最伟大的意义所在！

山西师范大学现代文理学院

中文系汉语言文学1203班

1290010315

王玉

实习心得体会及收获篇三

生产实习是很多大学生必不可少的教学环节之一，下面我要给大家推荐两篇生产实习心得体会，希望对将要实习的朋友提供参加学习。

生产实习心得体会

这次能有机会去工厂实习，我感到非常荣幸。虽然只有两个礼拜的时间，但是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。以下是我在实习期间的一些总结以及心得体会。

首先，来实习的短短两个星期时间里，使我在思想上有了很大的转变。

以前，在学校里学知识的时候总是有老师往我们的头脑里灌知识，自己根本没有那么强烈的求知欲，大多是逼着去学的。然而到这里实习，确使我的感触很大，自己的知识太贫乏了，工厂里那种紧张的工作气氛特别在无形中给我营造了一个自己求知的欲望。

其次，第一次亲身感受了所学知识与实际的应用。

传感器在生产设备的应用，电子技术在机械制造工业的应用，精密机械制造在机器制造的应用等等理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也是对以前所学知识的一个初审。通过这次生产实习，进一步巩固和深化所学的理论知识，弥补以前单一理论教学的不足，为后续专业课学习和毕业设计打好基础。

第三，在实习中，我深深体会到团队合作的重要性，并勇于展现自我。

自从来到这里，我为人处事的方法有所改变，最明显的是我

转化了做事的方法，原来是学完了再干，现在是边干边学。

第四，了解了当代机械工业的发展概况。

生产目的、生产程序及产品供求情况，机械产品生产方法和技术路线的选择，工艺条件的确定以及流程的编制原则，机械产品的质量标准、技术规格、包装和使用要求。在企业员工的指导下，见习生产流程及技术设计环节，锻炼自己观察能力及知识运用能力。另外，社会工作能力得到了相应的提高，在实习过程中，我们不仅从企业职工身上学到了知识和技能，更使我们学会了企业中科学的管理方式和他们的敬业精神。感到了生活的充实和学习的快乐，以及获得知识的满足。真正的接触了社会，使我们消除了走向社会的恐惧心里，使我们对未来充满了信心，以良好的心态去面对社会。同时，也使我们体验到了工作的艰辛，了解了当前社会大学生所面临的严峻问题，促使自己努力学习更多的知识，为自己今后的工作奠定良好的基础。

第五，在实习中为我提供了与众不同的学习方法和学习机会。

让我从传统的被动授学转变为主动求学，从死记硬背的模式中脱离出来，转变为在实践中学习，增强了领悟、创新和推断的能力。掌握自学的方法，使学习、生活都能有成熟的思考。这些方法的提高是我终身受益的。我认为这次的实习机会是难得的，让我真正懂得了工作和学习的基本规律。

通过工厂的实习，了解了目前制造业的基本情况，只是由于机械行业特有的技术操作熟练性和其具有的较大风险性，很遗憾地，不能多做一些具体实践的操作，但是观察了一台机床的各个零件的生产加工过程及其装配过程，使许多自己从书本上学的知识鲜活了起来，明白了本专业在一些技术制造上的具体应用。在实习中，极大地丰富了自己关于零件加工工艺的知识，拓展了自己的知识面。在这次实习中，感触最深的是了解了数控机床在机械制造业中的重要性，它是电子信息技术和传统机

械加工技术结合的产物，它集现代精密机械、计算机、通信、液压气动、光电等多学科技术为一体，具有高效率、高精度、高自动化和高柔性等特点，是尖端工业所不可缺少的生产设备。

我这两个星期里的实习，有辅导老师，工厂工程师的讲解、自己的努力，自感收益不小。这次实习把我从学校纯理论学习中拉到了实践中学习的环境。一进入工厂，我意识到，该把学生时代的野性收敛了。没有规矩不成方圆，虽然公司没有老套的束缚，它有不可违反的规定。我就该严于律己。这样不仅可以遵守工厂的规矩，对我们自己更有好处。这两个星期是我用金钱都买不到的机会，无论从工作、学习、做人上，我都有很大的收获。这两个星期我没有白费。

总之，现在的实习时期是给予我转折性的机会。

个人实习心得及收获总结【篇5】

实习心得体会及收获篇四

大学生活接近尾声，在即将踏入社会。面对竞争激烈的社会环境前，社会实践对我么来说是必不可少的重要环节，这是正式工作前的一次大阅兵，同时也是理论与实践相结合，并锻炼我们能力的大好机会，为未来的工作打下坚实的基础。自20__年3月我踏入了天一工程有限公司的大门，开始了我的实习生涯，打从跨入公司大门，接触公司日常事物开始，面对全新陌生的环境我如同一个刚出生的婴儿。

实习公司离家很近，从家里走路到公司都不用20分钟，总的来说生活、交通什么的都比较方便。实习的生活过的是挺规律的，我可以每天回家，每天朝九晚五的“上班下班”，看上去还真有点像上班族的感觉，好像都能想象以后真正去上班

时候的样子了。

实习亦可称为实践，学习。也许正是我们从大学踏入社会的必经之路；也是开启我们踏入工作，适应社会大门的钥匙；是我们人生中不可缺少的一部分。实践与学习，我们每一天都在接触不同的事物，每一天都在学习；同样我们每一天都在做不同的事，每一天都在实践。有哪件事我们不是从实践开始认识的呢？我们的第一次自己洗脸，第一次自己刷牙，第一次自己穿衣服等等，只因我们不断的在学习，不断的在实践，不断的将它们成为自己的资本。初出校门的我还有很多不懂的地方，身上还透露着浓厚的学生气，要想最终适应社会，还有许多要学的。以下是实习以来的一些心得体会：

第一、真诚待人我刚来报到时，遇到很多新的面孔，由于和他们未熟悉，所以不敢和他们说太多的话，而且对工作未曾了解，开始觉得不太适应：后来我慢慢发现，只要真诚待人，虚心请教同事，他们也很乐意和我交往，还教会我一些技术。由此我深感真诚的重要性，在公司里不但要学会如何做事，而且要学会如何做人。正确处理同事之间的关系是非常重要的，它会关系到你能否开展工作。孤芳自赏并不能说明你有个性，过于清高是很难融入大集体的。

第二、勤学好问刚来到公司时，我对很多方面都未熟悉，在学校掌握的理论知识缺少实践的指导，很难派上用场，有些想法很不切实际，难以实施，这种情况下就需要我勤学好问。不懂装懂并不能显示自己的聪明，相反会带来工作上的很大不便，甚至给人骄傲自大的印象，因此我要做的是以别人已有的实际经验填补我的知识真空，经验对于新人来说是很重要的。

第三、严守规范做实际项目不同于在学校的作业，牵涉到施工、经济效益、安全等实际问题，设计过程中不能想当然，查阅设计规范是个不可缺少的工作，尤其是对于大型公共建筑，必须严格遵守规范，在此基础上的个人发挥方可万无一

失。作为新手，在这方面常常忽视，因此，必须抽时间给自己补补课，同时时刻保持严肃的态度。

第四、讲究条理年轻人刚到工作单位时往往会表现急躁，这是正常的，但最好不要急功近利，急于表现自己可能会使自己处于不利地位。我们要抱着踏实的态度来做事，虚心点往往能得到别人的认同。其实我发觉有些前辈做事是很值得学习的，他们做事很讲究条理，遇到问题会一步步去解决，而不是惊慌失措，这就是经验的体现。

第五、多和同事交流第一次到公司实习，刚来的时候心理很没底，不知道怎样与别人相处。实习几天后发现，与同事相处并不难。当你遇到不明白的地方时，你就要多问，在问的同时，就增添了你和同事交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入了集体。在这里，要勤学好问，多与人交流，要以诚待人。同事们都有工作经验，多和他们交流，能从中学到不少社会经验，也可避免走一些弯路。在和同事的交流过程中，我发现其实书本知识和现实真的有很大的差别，真的很难适应建筑界的复杂环境，在私下交流中我也得到了许多社会知识。为自己在复杂的社会环境中定位大有益处。

个人实习心得及收获总结【篇3】

实习心得体会及收获篇五

7月6日这一天，我满怀激情满怀希望地踏上了暑期社会实践的旅途，亲身体验了一名幼师这一光荣而神圣的职业。当我迈入幼儿园的大门时映入我眼帘的是大型游乐场地、室内有孩子们的小作品、吸引人眼球的墙面环保涂鸦，以及幼儿一天的食谱，还有小朋友们正在一片欢声笑语中玩耍，看到眼前的一切我感觉顿时回到了童年时光，进入了童话的王国孩子们的世界。心情也一下子从紧张转换为舒畅。

幼儿园把我安排在了大二班进行为期十天的假期锻炼，刚开始到幼儿园，由于对幼儿园的日常生活学习方面不熟悉，我只是协助两位老师进行一些较常规的工作，比如在去食堂取餐、分发餐点、卫生清洁；定时给带药小朋友吃药。另一方面通过听课初步了解陈老师的教学方式，大致掌握该年龄段学生的受课特点。接下来的几天，我在空余时间就主动找到幼儿园的老师们谈心，虚心向他学习和小朋友们相处以及管理幼儿园的方法。

不知不觉，我成了孩子们眼中的小夏老师，也成了他们的大姐姐，每天早上见到他们的第一眼，能从他们的脸上看到喜悦，能从他们的问候中感受到温暖与关怀，有时候他们会跑过来告诉我很多他们心中的小秘密；有时候他们会拉着我让我陪他们做游戏；又有时候他们会突然给你一个小小的惊喜——捧过你的头给你一个轻轻的吻……我想这就是快乐，这种快乐中夹杂这淡淡的幸福，让人回味无穷。

这次的暑假实践我感受到了为人师，欣喜中有困惑，欢乐中有感悟，和孩子们在一起的喜怒哀乐，现在回想起来就像一串串冰糖葫芦，紧紧的串在一起，甜甜的。

暑期来临之际，建筑工程学院学生会一部分成员加入了“暑期社会实践”志愿队参加从7月6日到7月12日为时一周的暑期社会实践活动。这次的暑期社会实践活动是在武汉市南湖名都社区举行，志愿服务队是由11人组成的一支“走进社区 公益随行”社会实践队。

一周的时间说长不长，说短不短；但是总是在不知不觉中匆匆而逝，很快暑期社会实践就结束了。人总是在不同的经历中成长，所以活动结束后都要总结整个团队。这也是我们第一次参加社会实践，我们也明白社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助

于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

我们整个服务队于7月6号来到南湖社区，按照实践策划实行活动，在这一周里，我们每天都有不同的任务，6号进社区帮助打扫卫生清理广告；7号走访餐饮服务作卫生安全方面的宣传；8号举办留守儿童募捐活动；9号慰问社区孤寡老人为老人送上一份关心和帮助；10号帮助社区工作人员整理资料做好服务工作；11号举行社区亲子运动会以及参与村委会选举整理票数。以上是整个实践活动的具体内容，每天的活动在所有成员的积极配合和工作人员的帮助下开展的井然有序，当然中途难免出现或多或少的问题，比如进行募捐活动之前没做好宣传工作导致社区居民不知道活动的具体事项；还有活动地点没有在开展活动之前确定好；还有最后的亲子运动会没有宣传，报名人员年龄不够一致，游戏组织的比较混乱；游戏临时更换而缺少应对措施等。但是问题出现之后，我们都会反思自己及整体的问题并且更正不足取得相应的进步。

不过总体来说，这几天的活动能顺利成功的完成都是我们每位队员努力的结果，整个活动期间，每位队员的积极配、，认真踏实做事、能吃苦耐劳的精神也是值得肯定和发扬的！时间一晃而过，却也让我们从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我们终生受用。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我们与社会的距离，也让我们在社会实践中开拓了视野，增长了才干，社会是我们学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础；我们在实践中得到许多的感悟！

此次暑期社会实践在社区工作人员的帮助下顺理成章的完成。虽然社会实践让我们觉得很累很辛苦，但是我们不仅通过此次活动锻炼了自己，同时我们的行动也得到社会人士的肯定与认可，更多的是让我们对人生有了新的认识，新的感悟，也了解到了团队合作的重要性。在以后这样的活动中，我们一致的认为团队精神是非常重要的，在以后开展活动尤为重

要活动的细节问题和策划临时更换时的应对措施，另外还有很重要的人与人之间的交流和沟通以及交流方式。我们不仅从中学到了很多有用的东西，也从中认识了自身的不足，本次活动的影响很大，以后我们也会积极报名参与类似的活动，并且会在不同的活动中总结、进步、成长。

个人实习心得及收获总结【篇4】