

# 吃苦的心得 培训心得体会(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 吃苦的心得篇一

关于区域活动，这是我们每个幼儿园每天都在做的事情，每个幼儿园的区域理念和规划也都不尽相同。在听了六位幼教界专家的讲座之后，明白了“小区域，大快乐”的真正含义，感受良多，下面是我的一些感想和体会。

现在的我们，区域空间的划分、布局与设置更多体现的是教师的意愿，并没有真正的以孩子为主体来考虑区域到底应该怎么划分更为合理。专家告诉我们，空间布局要以班级教学空间占主导和以区域活动空间为主，不要只在孩子区域活动时这个空间才可开放，也可以在进餐环节，直接让孩子进入每个区域中，让孩子在区域中用餐，大大的节省了活动室集体活动场地，也更好的利用了现有的区域场地，提高孩子的适应能力和自控力。其中，每个区域都要有独立的空间，便与幼儿活动；区域的安排要合理，注意动静交替；区域的设置要便于幼儿行走、进出；最后要便于教师观察。

我们幼儿园区域的材料投放，还只是单纯的依靠家长和平时老师收集的一些素材或废旧品，材料的形式比较单一，久而久之孩子在活动了一段时间后就会失去兴趣。在学习的过程中，培训老师向我们展示了南京幼儿园区域的投放材料，全部都是老师们自己动手制作出来的，每件材料都由老师精心设计，衡量它能为孩子带来的教育意义，也具有很强的动手操作性，孩子们很喜欢很感兴趣。其中材料的支持与引导有四个方面：1. 关注幼儿学习与发展的整体性。2. 尊重幼儿发

展的个体差异。3. 理解幼儿园的学习方式和特点。4. 重视幼儿园的学习品质。

学习后我认为教师在幼儿区域活动时的指导策略应该是，在孩子的活动中先做观察者，然后是引导者，随后是支持者，让孩子跟随兴趣自主、自由的去探索，然后可以适时地有目的的介入，而教师的介入要在孩子放弃之前。教师指导的宗旨就是：源于观察孩子，静下来看孩子。

首先要明确观察目的，一是看幼儿在区域中的游戏情况、选择区域情况，看幼儿与同伴交往情况，看幼儿对规则的遵守情况。二是看区域幼儿参与的人数，看区域空间的利用，看区域的设置为幼儿提供了便利还是造成了干扰。三是看材料对幼儿的吸引力，材料是否需要升级换代，材料是否安全、有无破损。其次确定观察方法，有取样观察法、跟踪观察法、随机观察法。最后是分析观察的对象。

这次学习我明白了区域活动体现的是一种自由想象和创造精神，一种平等精神，一种自主精神，一种过程本身就是结果的非功利性精神，希望通过我的理解和努力，能为班里的孩子带来更多。

## 吃苦的心得篇二

为用好教材，进一步提高课堂教学实效□xx年8月14日xxx主任对我和xx老师进行了四年级上册的教材培训。李主任对青岛版小学数学四年级上册教材进行了全面分析和解读，就各部分内容在教材中的地位与作用，教学中应注意的问题等各个方面一一作了深入细致的解读，特别是对每一部分知识的教学方法和教学策略提出了他的宝贵建议，更细化到每一课时的重点怎样讲解，难点怎样突破，哪个题容易考到，哪个类型的题不能只讲课本，需要引申与发散等。他强调：

数学教学要反对“重结果，轻过程”的弊玻现代教学要求我

们在传授知识的同时要培养学生的能力，而能力的形成必须依赖于教学过程，特别是看学生有无积极地参与解决问题的全过程。教师不能代替学生去解决问题，也不该经常以优秀学生的理解来代替绝大多数学生的学习过程。如教学第三单元三位数乘两位数时一定要让学生多说如何算，而不要直接出示竖式。并且需用三课时来讲解，第一课时：一般三位数乘两位数；第二课时：讲中间有0的情况；第三课时：讲末尾有0的情况。进度要放慢。

教学不能无视差异，搞一刀切。差异是客观存在的事实，只能逐步缩小我们要承认学生的不同层次，并针对差异提出不同的要求。在课堂教学中，要面向全体学生，力求调动全体学生的学习积极性。特别要注意照顾中差生，使中差生能参与课堂的学习过程，课堂练习时，要注意对中差生辅导。对优秀生也要注意发挥他们的才能设计一些“聪明题”让他们更好地发展。教师要认真钻研教材，在备课时紧密结合学生的实际，恰当地选择教学的方法，设计好每一个教学。如讲相遇问题不能只讲课本，需引申拓展。

以热切的激励，发挥学生的激励功能，在课堂上一方面要对优秀生反馈信息的激励，另一方面是对回答不够准确的学生的激励。以明确的导向，发挥评价的诊断功能。教师在课堂上要树立正确的评价观，巧用、善用主人语言，理解尊重学生，才能让课堂焕发出生命活力。

如第四单元63页的7题为什么总是有人去践踏草坪呢？这一题的处理方法等等。而这些正是我以往的教学中做的不足的地方。

本次培训使我对四年级上册的教材有了整体的认识，解决了我在教学中的许多困惑和模糊认识，对我理解教材、驾驭教材提供了有力的指导和帮助，在接下来的教学中，我会在李主任培基础上，进一步学习教材，研究教材，为学生学好教材做好服务。

## 吃苦的心得篇三

20xx年新年伊始，工勘院全体在职员工在各级领导的大力支持下进行为期五天的集中培训学习。这次培训学习采取理论与实践相结合的方式，针对性强，知识覆盖面广，涉及了地质灾害危险性评估、深基坑设计、工程勘察、财务核算、安全生产知识及工程施工等多方面知识，知识结构不可谓不饱满，使我收获颇多。

首先，精神上的激励。担任这次培训主讲人或是院领导，或是专业骨干专家，他们能够亲临授课就足以见出各级领导对这次培训的重视，对人才培养的重视。为了这次培训，他们从知识材料的收集整理到课堂上深入浅出的精彩讲解，无不作了精心的准备，这些凝聚着他们多年的理论知识和工作经验，这也体现了一种严谨、认真、负责的态度。这些理论知识和实践经验值得我们好好汲取，这样的态度更值得我们好好学习，这些会是我们受用一生的财富。

其次，知识上的收获。这次培训涉及面广、信息涵盖量大。采用的教学方式也很有效直接。教学分两个模块：课堂理论教学+野外实践教学；理论教学是知识结构基础，野外教学是知识理论的巩固与拓展，两者这样有机的结合让全体员工更清楚明白的掌握了知识。这次培训知识体系分门别类，既很有针对性，又有非常重要的联系，如此次培训内容中的地灾评估、工程勘察、基坑设计、工程施工、安全知识及财务知识，这六者既相互独立，又彼此相互之间有联系，这样的培训既提高巩固了各专业职工的既有技能水平，又提升拓展了各职工的综合素质。

再者，集体凝聚力增强。这次培训各职能部门积极配合，几乎做到了全院整体性参与。在实际生产中，各职能部门相互独立，相互间联系较少。而此次培训就是一个平台，是相互间加强联系的桥梁。培训即是教学平台，也是各部门间、各职员间的交流平台，既加强了业务知识交流，又增进了人之

间的情谊交流，这让本不熟悉的个体变成了彼此相熟的集体，突显了整体性，增强了单位的集体凝聚力。

最后，提升了应急反应能力。培训压轴是各级领导精心组织了一场应急抢险实战演练。这场演练贴近真实，从组织动员到现场分工协作，都严格参照了客观实践活动，这是一场高逼真的实战演练。这对加强院在应急抢险方面的能动反应能力上有很重要的现实指导意义。所谓养兵千日用兵一时，只有平时加强个人的专业素质及团队的协同配合能力，这样才能在社会需要我们的时候完成使命，为社会创造价值，从而实现提升自我的人生价值。且不论培训学习最终接受率多少，从各级领导对人才培养的重视程度来说，这次培训是很成功的，事实也证明了这样的培训是很有必要的。

培训从来不是人才制造厂，是否是人才从来不会盖棺定论。要做与时俱进之人才，须长怀学习之心，做热爱学习之人。

## 吃苦的心得篇四

以下是一篇关于培训者培训心得体会的文章，仅供参考。

作为一名培训者，我参加了为期两周的培训课程，旨在提高我的教学和领导能力。在这段时间里，我学到了很多有用的知识和技能，并且对培训行业有了更深入的了解。

在这次培训中，我们学习了如何制定教学计划和课程，如何有效地与学员互动，如何使用不同的教学方法和工具，以及如何评估学员的学习成果。我们还学习了如何与学员建立良好的关系，如何激励他们积极参与，以及如何处理学员的问题和挑战。

通过这次培训，我深刻地认识到培训行业的重要性。培训可以帮助员工提高技能和知识，从而提高生产力和效率。作为一名培训者，我有责任为学员提供高质量的教学和领导，并

且不断学习和提高自己的能力。

在这次培训中，我也学到了很多有用的经验和技巧。例如，我学会了如何使用不同的教学方法和工具，如何与学员建立良好的关系，以及如何激励他们积极参与。我还学会了如何评估学员的学习成果，以及如何处理学员的问题和挑战。

总的来说，这次培训对我产生了深远的影响。它让我更加了解培训行业的重要性，并且提高了我的教学和领导能力。在未来的工作中，我将继续学习和提高自己的能力，为学员提供更好的教学和领导。

## 吃苦的心得篇五

为期12天的第五期实习律师集中培训已经落下帷幕。虽然每天坐7小时听课对身体是个小小的煎熬，但12天的学习是非常有价值的，也将会让我获益终身。12天的学习，让我见到了很多优秀的律师前辈，他们用自己的经验、学识来教导我们这些刚刚走上律师之路的新手们如何才能走的稳、走的远。

第一节课是沈田丰老师上的，他主讲的是《公司并购重组业务》。这门课程是实习半年以来从未接触过的，感觉距离自己比较遥远，听的时候也有很多不理解的。但随着经济的发展，律师从事公司并购重组业务的需求会越来越大，这也注定从事公司并购重组业务的律师收入也会非常丰厚。从事公司司法业务必须学好：会计、税务、破产法。

第二节课主讲老师是王欣老师。他主要和我们分析了律师执业风险防范和职场规划。他讲课过程中有几句话给我留下了特别深刻的印象：一是，要警惕“两只老虎”——公检法和当事人，尤其是当事人。对当事人提供的证据应当让当事人写明提供人并签名；二是，必须要提升自己的专业素养，重视早期免费锤炼，珍惜每一次和老师做案子的机会。

第三节课是著名刑辩律师徐宗新老师主讲的。他从刑辩律师六大重点工作（咨询、会见、阅卷、调查、开庭、接待）为基础，分块讲述了六大重点工作的注意点。通过他的讲述我对刑辩案子应注意的内容有了清晰的了解，在以后的工作中时刻谨记这些注意点，让自己时刻具有风险意识，以免出现不该发生的危险。谨记：当事人是上帝，也是魔鬼！

第五节课是杭州中院民三庭副庭长王江桥法官主讲的，涉及到知识产权审判实务。虽然本人知识产权学的不好，但王法官讲课主要以案例为线索，我倒也听得津津有味。最后王法官拖堂半小时将他准备的内容全部讲完，很是负责！

第六节课是风趣幽默的吴清旺老师上的。他用一个个例子向我们展示了细节对律师工作的重要性。“参与即是机会”、“技能是资源”“多带一支笔、多带一张纸、多带一本法条、多留一点心、多作一点记录”

给我留下深刻印象的还有李永红老师。他告诉我们这些年轻律师要学会感激当事人，没有他们就没有我们锻炼的机会。同时也要珍惜做法律援助案的机会，不要瞧不起那1000块钱，这1000元钱只要你好好干，不仅能锻炼了自己，也可能让自己大放光彩。

朱加宁老师的十字诀也让我印象深刻。朱老师将每种案件的特点及注意点概括的十分恰当，为我们对之后的工作中的注意点有了清楚的认识。

希望自己能在以后的工作中，谨记各位老师的教导，静下心、沉住气，踏踏实实的提升自己的专业素养，不断学习、不断总结，相信自己的理想之花终能绽放！