

2023年实习心得体会 ACM实习心得体会 (精选6篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

实习心得体会篇一

第一段-引言（200字）

ACM实习是许多计算机专业学生的重要经历。在这个实习过程中，我们不仅可以学习到大量实际操作，还可以结交志同道合的同学们。这次实习中，我收获颇丰，深入了解了許多从未接触过的知识和技能。在此，我想分享自己的实习心得体会，希望对广大的同学们有所帮助。

第二段-技术方面（300字）

在实习的技术方面，我获得了很多成长和进步。首先，我们需要掌握许多基本的算法和数据结构，这些算法和数据结构可以帮助我们更快地解决问题。其次，我学会了使用几种编程语言，包括C++和Java等，这些编程语言给了我更多解决问题的选择。在实践中，我学会了如何优化代码，从而提高程序执行效率。此外，我还掌握了许多计算机科学中的重要概念，例如并行计算、分布式计算等等。

第三段-团队合作（300字）

除了技术方面的提升，ACM实习也锻炼了我在团队合作方面的能力。团队合作是实现项目目标的关键。在一个小组里，

每个人有自己的职责。有时候，我需要和团队成员共享思路，讨论问题的解决方案。在这个过程中，我学会了如何更好地沟通与合作。我认为，这对我以后的工作生涯是非常有帮助的。

第四段-学习思考（300字）

ACM实习并不仅仅是一次技术培训，它更是一次学习思考的机会。在解决问题的过程中，我们必须不断思考，寻找最优的解决方案。这让我更好地认识了自己的能力，并发现了自己不足之处。同时，我们还需要学会如何快速学习新知识，并将其应用到实践中。这对于我们作为计算机专业学生来说是非常重要的。

第五段-总结（200字）

ACM实习是一次非常宝贵和难得的机会，我很幸运能够参加。从这个实习中，我学到了许多关于技术、团队合作和学习思考的知识。对我个人而言，这次实习是我人生中成长最快、最有价值的经验之一。我相信，这次实习的经历将会对我的未来产生深远的影响。我想鼓励所有计算机专业的同学们，积极参加ACM实习，并充分利用这次机会来提升自己的能力。

实习心得体会篇二

20x年9月3日，馆陶实验中学的老师们安排我们五个实习生进行了《优秀教师培训》和《班主任培训》。主讲老师声情并茂，语言诙谐幽默，并用经典、有趣的案例向我们讲解了教学模式，教书方法。我们获益匪浅。

一、优秀教师篇

每个老师都有自己的教学模式，作为一名实习教师，我们还没有什么教学经验，讲师则让我们学习馆陶实验中学的独一

无二的教学模式。（激情6+1）即导入、自学、合作、展示、点评、检测，以及总体评价。讲师告诉我们这种教学模式的核心就是，“以学生为主体，把课堂还给学生。”当然，学生不一样，教学方法也不一样，我们需要灵活掌握方法，因材施教。

要充分了解学生，学生们喜欢怎样的老师？老师尽可能换位思考。学生们只有喜欢这个老师，才会喜欢这个学科。作学生喜欢的老师就好。

教育学生，要严而不厉。要让学生自己从内心知道什么是对？什么是错？做了错的事情要教育学生应该勇于承担。批评学生，应“今日事，今日了”不要对学生的一个错误紧抓不放，给他们一个改正错误的机会。与学生相处也要掌握好“度”，明确“师”与“生”的关系，若“称兄道弟”，并不利于课堂管理。

用知识武装好自己，一个博学多识的老师，更受学生欢迎。在授课时，学术语言更要严谨，不要说模棱两可的话。教学语言还应简洁明了，不要太过学术化，让学生无法理解。课上，多给学生思考问题的时间，开拓学生解题思路。

二、班主任篇

可让学生根据校规、中学生守则集体制定班规。自己制定更容易遵守。严于律己，便于管理。制定要严，处理要宽。以情感悟学生。不伤害学生的自尊。

我也懂得良好的师生关系多么重要！师生之间要互相尊重，互相宽容。班级即家，而老师则是引导子女正确成长的大家长。

可以小组的. 形成管理班级，采用学分制，不能一味地扣学生分数，奖惩得当。

与学生沟通，多用“咱”。只有学生充分信任，与老师足够信任，真诚的相处。采用以情动人的方式，班级管理才会更加容易。

很感谢，馆陶实验中学予以我们培训听课的机会，我们学到了很多课堂管理、与学生相处的有效方法。在未来的授课道路上，将会把理论转化成实践！管理学生，依恋学生，做一名合格优秀的教师。

实习心得体会篇三

对于即将从高校毕业的学生而言，他们必须经过实习阶段。只有成为实习教师，才能为整个专业成长起奠基作用。下面是本站带来的实习心得体会500字，欢迎查看。

费了很大的周折，来到了这家实习单位，来之不易肯定是没错的，站在这样的位置上，没有别的选择，最首要的肯定是学习，学习校园里所没有涉及的知识，学习人情世故，学习如何谦虚，学习如何创建管理阶层的团队精神，假如人情事故，谦虚，团队精神可以矢量化，我想实习的难易程度或许没有想象那么难。

我的实习工作，在一家家具公司的人事行政部门，与我原来的预期也有了一定的反差，原来打算先做单证，然后等英语考到一定程度就学习做其他深入工作，现在在学习如何做一个合格的文员，文员或许并不是一个起眼的角色，但是我深入地看，事实上文员也分三六九等，有初级，中级，高级文员，高级文员也相当领导的左臂右膀，中级文员也差不多项、相当于助理角色。着手去做，做一个文员并不是一个简单的事情，我个人觉得做一个好的文员，事实上也是做一个副领导去协助领导的动作。我想我现在没有生命宏图大志，或许比起以前的我，现在冷静了，成熟了，我每天的目标仅仅是比昨天做得更好，一个好的文员，打字速度至少在86字以上，公文格式需要了如指掌，所做的事情必须达到不需要领导过

目，我想在这样的细节方面，我肯定是需要历练的。在公司的前几天，整天不知道干什么，公司运作很忙，经理忙得喉咙一直咳嗽，临近年末，公司员工人心慌慌，递交辞职报告的也不少，我很想解决，很想解决一些琐碎的事情，尽一个实习生，刚进公司的义务和职责，但是很多事情并不是一蹴而就的，很多事情不了解头绪是无法解决的。所以我想我不是没有远大报复，只是现在没有，我想我现在最需要的就是在最短的时间里做经理的助手，一个值得信赖，高效率的助手。

一直在原地打滚，就一直是一个文员。

做为实习生，其实我的每一天，背着一个比学生更艰巨的角色，学习上出了差错，我不能对自己负责，工作上出了差错，对自己暂且不提，重者将将对公司造成损失，所以我对一个文件，持有校对5遍，8遍都不过分的原则，或许这样的工作，琐碎而无力度，但是假如没有一个很好的文员的辅助，经理主管的工作将会出现一个恶性循环。

公司是一个团队，我是团队中的一员，既然做了，我将全力以赴。

曾有人这样说，第一次进银行的内部，心情是十分紧张和好奇的，看着光滑有地板，白晃晃地墙面，有种电视上进监狱里的感觉，静静的楼道隐约有脚步声，感觉有点憋闷。

想到自己将来进银行工作，也就是这样了，准时上班，但不可能准时下班，极其认真不能敷衍了事，错了一分钱、找帐找死你的情景，自己边走边揣测认真工作的感觉，至少我现在还可以自由的溜达。

在现在近个时代生活着，无论是哪个行业都会或多或少存在着严重的浮躁情绪。也许金融世的美已经被人们所忽略了。像邓主任这样把金融作为一项终身的事业，身居高位，扔不

倦地挖掘业务精髓，不仅没有架子，没有把金融作为扬名立腕的台阶，仍然持之以恒的心态，从重复性的工作中，反复把脉工作经验并求得升华，严肃而谦虚地向老师求书求文章，这样的作风令我敬仰。我也为能见到这样的领导而感到荣幸。

“好好做人，好好做事”那次夏主任和老师的批评，我才深刻体会这句话的含义。小细节中的疏忽会导致大不一样的未来。浦发银行北京分行政工部贾俊英主任这是和《金融实践》老师第一次见银行内部的行政人员，还做过人事工作。

也许我们会认为一个人偶尔没有原则，不知道深浅地对人开玩笑，模仿下，小试一番，会有损你的个人形象，会让人觉得不可靠，别人也会在思想上轻薄你。我想我要做的是提升人际交往的能力，而不是拼命地练酒。至少我不会因为练酒而失去与亲人小酌的乐趣。看专家文章那么好总是羡慕不已，会上，我只是如饥似渴的做着记录，恐怕拉下什么，可就在讨论时，杨总编辑在一个接有个的争求着意见，路过我这里时，他很诚恳的的问我有什么意见，我当时是什么也没想，结果回答的也很敷衍，我真没想到作为一个学生的意见，他们也这样重视。北润投资担保公司刘寅挥总经理在学校听过《金融实践》老师的讲座，在讲座结束时，有很多学生干部和老师合影，好象很激动的样子，可是没过几，就把那天晚上听课时的兴奋忘到九霄云外了，甚至连照片都没给老师寄去，看这些学生们是这样，就觉得，他们到社会上会给这个世界增加更多的浮躁的，那天《金融实践》的老师到他曾经讲座过的金融公司找老朋友探讨业务，因那个同事很忙，老师就提前出来了，并招呼和我乘公共汽车回去，就在这时，我看到了该公司的一把手刘总站站在电梯前，他知道老师就要离开了，马上叫司机跟上，不多说一句，动作也不太大，我看到他接着老师的手，很真诚的样子，叫我第一次看到尊敬老师的人，会是那么有水平的成功者，我那天是乘着奔驰车行使在长安大街上，这也是我人生的第一次。

也许在社会上会有许多人不尊敬老师或是有利用老师的行为，然后能成就大事的人就是不一样，正所谓“天下君亲师”不

一样就是不一样，愿不得人家资产能上亿那，小事情处理的都不小人。我想我这一生都会把尊敬老师作为我认识朋友的原则，终身的学习，用成果回报《金融实践》老师对我的培养。

首先，我觉得不管在什么单位工作，头一条肯定是要认同企业理念和文化，并尽可能快的融入新的团队，团队合作精神是非常非常重要的。如果说新人不能在既定的策划时间内达到组织的预期目标，通常雇主会选择放弃。特别小企业基本不会预算薪酬以外的用人成本，所以在职带薪培训是不会有。但是新进员工入职前企业文化理念培训是绝对符合iso9001标准6.2条款人力资源的要求，但也就仅仅局限于确认胜任相应工作岗位的能力。所以不管从事什么样的工作，首要审视自己是否能够胜任该项工作，这一点在私营小企业很容易凸显其重要性。

其次，在私营小企业工作一定要八面玲珑。小企业由于资金实力的限制和发展规划的定位均处于摸索时期，有些并非走专业线路，而是在一定领域内相关的有利可图的业务都会涉猎，或者会以代理或分包方的形式依附其他规模较大的企业单位。故办公室人员尤其是接电话必须懂得如何灵活，迅速分辨各种状况和应对办法。我现在服务的单位是北京一家搞标准化机构的分包合作方，业务操作原则上必须严格按照北京方面的要求作业。但是出于成本和实力的限制，往往分包方的工作未能按足要求进行作业。于是在应对各方面的确认和核查的沟通非常重要。本人在工作过程中也多次受到北京方面类似的“投诉”，但是对方并未能提供足够的证据向我方负责人问责。

实习心得体会篇四

作为一名实习生，我有幸能够加入一家知名企业的人力资源部门进行实习。通过这段实习经历，我不仅对人力资源管理

有了更深入的了解，而且也积累了宝贵的实践经验。以下是我对实习期间的心得体会的总结。

第一段：实习前的准备和期望

在获得这次实习机会之前，我付出了很多努力来准备自己。我在大学期间主修人力资源管理，通过课堂学习和实践项目，我对人力资源管理流程、招聘与选拔、培训开发等方面有了一定的了解。而这次实习经历，将给我提供一个更加贴近实际的学习平台。我期望通过实习，能够进一步了解企业人力资源部门的日常工作，并把理论知识与实践经验相结合。

第二段：实习过程中的感受

在实习的过程中，我深刻感受到了人力资源工作的细致和复杂性。每天，我和其他同事一起分析招聘需求，设计并发布招聘信息，筛选简历，参与面试等工作。我发现，光是为一个岗位招聘合适的人才就需要将近一个月的时间，而且整个流程需要我们时刻保持高效和灵活，适应市场和企业的变化。此外，在实习过程中，我也了解到了员工培训和发展的重要性。一个好的培训计划可以提高员工的工作素质和竞争力，同时也能激发员工的工作激情和创造力。

第三段：实习中遇到的挑战和解决方法

在实习期间，我遇到了很多挑战，比如时间紧迫、工作压力大等问题。但我发现，面对挑战时保持一颗积极的心态是解决问题的关键。我与同事们密切配合，分工合作，合理安排工作时间，优先处理重要事项。同时，我也积极主动地向主管请教，寻求解决方案。通过与同事和主管的密切合作，我逐渐克服了实习中遇到的各种挑战。

第四段：实习带给我的收获和思考

通过实习，我不仅对人力资源管理有了更深入的了解，而且也增强了实际操作能力。在实习期间，我学会了如何高效地处理琐碎的工作，并且能够很好地与团队合作。同时，实习给了我一个机会去了解自己的优缺点，让我明确了未来发展方向。我认识到，人力资源管理是一个综合的学科，需要不断学习和提升自己的专业素养。在今后的学习和工作中，我将继续保持对人力资源管理的热情，不断提升自己的能力，成为一名优秀的人力资源专业人才。

第五段：对实习单位和导师的感谢之词

在实习期间，我得到了实习单位和导师的大力支持和帮助，在此我要向他们表示衷心的感谢。他们给了我一个学习和成长的平台，不仅让我学到了很多专业知识和技能，而且也培养了我与团队合作、解决问题的能力。我在他们的指导下逐渐成长为一名能够独立完成工作并为企业做出贡献的实习生。

通过这次实习经历，我对人力资源管理的认识更加深入，明确了自己的发展方向，并积累了宝贵的实践经验。我相信，这次实习经验将对我未来的学习和工作产生重要的影响，我会继续努力学习，成为一名优秀的人力资源专业人才。

实习心得体会篇五

来到娄底市中心医院快十个月了，在这期间，不仅学会了理论与实践的结合，更多的学习与病人沟通，而且还明白了一些道理，踏踏实实做人，认认真真的工作。我始终相信这么一句话：人在做，天在看。所以，不论你身边有没有人在看，都要认认真真的按照规范把每个检查项目做好。

刚进入实习医院，我被分到了ct室，在这里为期二个月的实习，开始总有一种茫然得感触，对于该院影像中心的工作比较陌生，对于自己在这样得新环境中能够做些什么还没有成型得概念。庆幸得是，我们有老师为我们介绍各科室得情况，

介绍一些规章制度、各科室医师的职责等，带教老师们得丰富经验，让我们能够较快地适应医院ct室各科室工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了基础，这应该算得上是实习阶段得一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

在实践中，接触了多种疾病，把握透彻得是各项基础技能操作。实习得最大及最终目得是培养各项操作技能及增加各种诊疗技能。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”得带教原则下，积极努力得争取每一次得锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对与不懂得问题虚心得向带教老师或另外老师请教，作好知识笔记。遇到老师没空解答时，在工作之余查找书籍，或向老师及更多得人请教，以更好得加强理论知识与临床得结合。在这两个月期间我学习了技术和诊断，并能熟练的进行评定，经常进行病例讨论，这些培养了我组织、表达等各方面得能力。

在这段短暂得实习时间里，我的收获许许多多，如果用简单得词汇来概括就显得言语得苍白无力，至少不能很准确和清晰得表达我受益匪浅。我的实习生涯还在继续，我相信在接下来的时间里我可以学到更多的知识。实习期间得收获将为我今后工作和学习打下坚实的基础。

实习心得体会篇六

实训前一天，我们坐着学校的校车向xx校区驶去。新闻报道说xx的居民到40、50岁中年，肺就变黑了。这听起来或许会很难以置信，但真正到了xx这个国际化工业化的大城市之后，才体会到了喧闹的人群、极差的空气质量。因为对新环境不适应，第一天就一直打喷嚏，鼻子一直都很不舒服。其他同学多少都有不同的症状，还好的是，个人适应能力较强，过了24小时准没事。实训是好事，但其过程真的可以用“坎坷”两个字来形容。每个人带着大包小包的生活日用品，外

语系女生都当男生用了。最令人费解的是□xx校区的校门可是很多，要到达目的地——板房，真的费了九牛二虎之力。

上面通知说中午12点要准时在地铁口会和，距离约定时间还很充裕。第一次来xx□不免充满好奇。跟同学去海珠广场逛了逛，那里到处都是批发市场，要什么有什么，简直是购物天堂，看得我们眼花缭乱，转来转去都是一个样。到最后，我们发现了圣心大教堂。喜欢教堂的古典、深沉、静美、秀丽、严肃，所以进去看了看。教堂侧面有一棵静立的桃花树，桃花开得盛，让人感受到了教堂的宁静。乍一看，那是桃花树舞动的身姿。有很的外国教师带着来自世界各地的孩子们来教堂，估计是来了解教堂历史的，此时我们感受到了浓厚的文化气息。

看准时间，我们如期的找到了xx站。老师良苦用心地讲了一些实训期间的注意事项。比如，未经允许不可擅自离职；若遇到突发情况要及时汇报，打给老师或者经理都行；身体不适的同学学校会安排提前回校，等等。交代完后，我们来到了会展中心，看着我们未来几天即将工作的场所，不免会有一种期待。大家有的拿出手机在照相，多数人聊着各自被分配的工作。经理的出现打破了这貌似菜市场的嘈杂，接下来重新给我们每个人分配了明天的工作，我已经能够幻想明天忙忙碌碌的场景了。过了一会儿，组长给我们带来了第一份“礼物”，是的，我们贴了一下午的条形码。

如果昨天下午是开场白，那么今天才是真正的战场。实训第一天，为了不迟到，我们6:00就早早起床了，加上学校的后门没开，我们又得绕出正校门去附近的中大站搭地铁，总之是半走半跑的状态赶过去。在大城市早早赶着车去上班、上学已经司空见惯了吧，我时刻提醒着自己要见怪不怪。还好我们没有迟到，反而提前来早了。昨天经理已经交代了我们每个人分派的工作，所以来之前脑海中就已经想好，大概要做什么，应该怎么做？第一天开馆肯定是很多人的，这点可以肯定，事实上也是如此。我的工作是在国际馆16.2做

门禁工作，听起来很威风吧！但这活也不容易，一大帮排着队的外国和本国的专业人士、会展商纷纷而来，白种人、黑种人、黄种人齐聚一堂，看得我眼花缭乱，忙得我手忙脚乱。一天下来，累的半死状态。那个“东海龙王”经理还在一旁潇洒地看杂志、看视频，看的不亦乐乎，可真会挑时间享受。接近13点，被通知去吃饭，还好中午有盒饭吃，谢天谢地满满的都是幸福。我们轮着去补充能量，估计是饿坏了，吃得比平时都干净。

实训第二天，相比起第一天，确实是熟练了不少，这就是传说中的熟能生巧吧。第一次过门禁，来参展的观众们都会很配合我们的工作，偶尔开心的时候还会说声“thank you”或“谢谢”。但后来他们发现每次进馆都要扫一次胸前戴的卡，这让他们很无语也很快丧失了耐心。无论怎样，这是我们的工作，做好本职工作是我们的职责，按部就班也是我们该做的事情。尽管有些国人会埋怨嫌麻烦，我们也只能按规定办事了。让我出乎意料的是，外国人都很风趣，甚至会对着摄像头摆可爱的表情，完了还会亲切的说声“thank you”“okay,thanks”表现出的耐心比我们国人多出了好几倍。印象最深刻的是，一位气质优雅的女士，她出馆后把证件的带子退还给了我们。我们跟她说，这个不需要回收，还是你拿着吧。她微笑着说，反正我放着也没用，不要浪费了，还是拿还给你们吧！看似简单的举动，但进进出出上万的观众，却只有她这样做了。她表现出来的不仅仅是节俭，更是一种难能可贵的精神，向那位女士致敬。

实训第三天，我想说，折腾了两天，不累也困了，不过善始善终是我们此次实训的宗旨。经理吩咐过，今天普通观众也可以凭借登记台办的票进馆观赏，人流量会激增，这是往年的惯例。还好经理提前给我们打了“预防针”，做好了心理准备至少不会乱了节奏。有少部分同学今天已经可以不用来上班了，心理闹嘀咕：怎么这么不公平？但是想想再撑过今天就解放了，也就静下心来认真工作，起码要让观众感受到

我内心的热情与真诚啊。我温和的用手势表达着我想说的，比如“请出示你的票”“票撕好了，您可以进馆观看了”“先生(女士、小姐)，您没有票还不能进去，请到那边的服务台办理票”“直走，右转就可以看到办票处了，谢谢合作”。在会展差不多接近尾声的时候，我终于可以踏进国际展、国内展看看了。没能看到韩国的绘画师，倒是欣赏了斯里兰卡的吉他表演，中途还跳了江南style□实在是对不住那位性感女神的邀请，我还是没能在大众面前表演跳鸟叔的舞。因为这次是旅游展，我们能了解到世界各地的风景区，年轻的我们早已迫不及待到世界各地去旅游了，带着我们青春的梦。

会展结束的那一刻，我像脱离鸟笼的鸟儿，可想而知有多兴奋。我们拍了集体照，留下的是那难忘的回忆。也认识了许多的同学，她们都有各自的优点，我看到了大家的积极与勤奋。实训，痛并快乐着，回首望，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的磨砺与考验，我们用汗水泪水证明了我们的存在的价值。看，前途是光明的，如果你相信。

通过这次的实训使我们学到了很多，同时也让我们意识到我们要学的更多。每个人都付出了时间和精力去做好自己的任务帮助队友，所以团队的合作和队友之间的相互协助非常重要。实训画上了圆满的句号，我们的大学实训之旅仍将继续。