

最新参加培训的心得体会和收获 实习心得 心得体会和收获(通用6篇)

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。优质的心得体会该怎么样去写呢？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，我们一起来看一看吧。

参加培训的心得体会和收获篇一

实习是一种实践，是理论联系实际，应用和巩固所学专业知识的一项重要环节，其在于帮忙学生建立化工的感性认识，为学习专业课程打好基础根据教学安排我们在20_年10月8日到20_年_月_号分别我校的一些设备和石油产品、抚顺石油二厂、机械厂和乙烯厂进行了认识实习。透过本次实习使我对化工行业有了很多的了解，对化工厂和所学习的理论知识有了感性的认识，对每个参观的工厂的生产工艺流程有了初步的认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮忙。我再次感激学院的领导和教师能给我这样一次学习的机会，也感激教师和工人师傅的悉心讲解和指导。

二、实习过程介绍

1、第一站：学校实习中心，时光20__年10月08号在那里我们看到了换热设备是将热量从一种载热介质传递给另一种载热介质的装置。还看到了抚顺石油产生产的各种蜡，看到了催化剂，还有车用汽油柴油，飞机用的煤油，还有润滑油原料，还看到了原料油，是大庆的原料油，颜色呈现的是棕黑色，有必须的黏稠度。午时我们在教室透过多媒体观看了热交换器的工作原理，明白了在大型石油生产场地是怎样生产石油的。同时说明了明天入厂的注意事项，因为石油的生产是比较危险的，不能有一点火花，所以不能穿带铁的鞋子，怕起火花，引起，并且要带好安全帽，穿好军训服。

2、第二站:抚顺石油二厂:20__年10月09号早晨八点我们在初生的太阳下,一路沿着美丽的浑河来到了抚顺石油二厂。一下车工人师傅便把我们引导了操做室,对我们进行了讲解。随后我们被引到了反应设备的位置,在那里我们看到了厂子里面的是由成千上万的管道,有把原油输送进来的管道,也有把炼制成的汽油,煤油,柴油输送到外面去。在这个厂子里也都是很大型的生产设备,有常压塔,减压塔等等。在那里我们了解他们炼制的是大庆的原油,大庆的原油是低硫石蜡基原油,含蜡高,凝点高,沥青质含量低,重金属含量低,含硫低。所以他们主要生产石蜡和润滑油。不能生产道路沥青。还看到了运输油的火车。

3、第三站;抚顺机械厂;时光;20__年10月10日因为机械厂正在运作的时候比较危险,所以趁工人不再工作的时候,由教师和工人师傅带领我们进行了参观。抚顺机械厂炼钢分厂是石油部所属大二型企业,炼钢分厂具有40余年冶炼生产史,生产合金结构钢、工具钢、耐热钢、轴承钢等100余种工业用钢。

该厂具有经验丰富、勇于创新的工程技术人员和技术精湛的职工队伍,配备有电弧炉、化验室、混砂机、型芯干燥窑、退火窑、喷丸机等完备的生产设备。

该厂96年与中科院金属所合作,开发生产出“铬锰钽钼铌”新型耐腐蚀钢,填补了国内生产的空白。

该厂具备七吨以下各种材质铸钢件、钢锭和三吨以下锻件的生产潜力,年产量可达铸钢件4000吨,钢锭3000吨。其产品广泛用于石油、化工、金钢石、机械、电力、矿山、皮革加工等行业。

抚顺石油机械厂炼钢分厂与国内二十余家金钢石企业长期合作,生产\$320型到\$620型各种金钢石压机铸钢件:铰链梁、压梁、低压等,其产品质量受到金钢石行业的一致好评。在参

观完后，我们便结束了我们的旅程。

4、第四站;抚顺乙烯厂;时光;20__年10月11日因为乙烯厂离学校较远，所以我们也是早早的出发了，经过一个多小时的车程，我们最终到了抚顺乙烯厂。我们排着整齐的队伍进了厂，首先是车间主任关于乙烯厂为我们做了简介。从中得知厂里主要是透过裂化得到乙稀、丙烯等混合物，然后在对其进行分离。得到的乙稀透过一些设备再聚合成聚乙烯和聚苯乙烯等等，从而制作塑料等东西。乙稀的产量是衡量一个国家石油化工发展水平的重要标志之一。之后由于出于安全思考，我们没有进入生产车间进行参观，只是近距离进行了观看。最终我们排着整齐地队伍坐上回去的客车，结束了我们的乙烯厂之旅。

三、实习感想

回想这几天的实习，听到的精彩的讲解、看到各式各样的机械、了解到的不一样工艺……我学到了许许多多平时课堂上无法学到的东西。首先对自我的专业、专业前景有了了解，更明白如何去学习专业知识。在这段实习期间，我端正了学习态度，明白如何改善学习方法，认识到专业知识与一般的基础必修课的学习不大一样，他需要的是更高的知识水平，需要阅读超多的文献，同时我们更加了解专业的发展方向。它并不仅仅是一门独立的学科，而是与其他学科密不可分的。所以在以后的学习中不仅仅要注重专业课的学习，还要掌握其它课程的学习。

同时我们对化工生产过程有了初步了解。见到了很多生产设备，开了眼界。这次实习培养了我们从实际状况思考问题的思维方式，不至于纸上谈兵。对每个实习单位工艺流程的大致总结，会存在很多的不足之处，可是我相信在学习专业课后会慢慢的弥补上。透过本次认识实习，使我对我的专业在现实中的应用有了很深刻的认识，我想在将来工作时也会对我有很大帮忙。在这些实习基地，经过各位师傅的认真讲解

让我收获了很多的和我的专业有关的知识，与上课学习的知识联系起来，能过将所学的知识更好的运用到实际应用于生产之中。同时还了解到，只要是进入化工厂就要携带安全帽，身穿工作服，要时时刻刻注意自身安全，注意自我保护。透过这次实习，我们也算真正和化工行业有了一次亲密接触。总之，我们受益匪浅。

参加培训的心得体会和收获篇二

张辉是去年考上公务员的，当时报考的职位是长沙民政局科员一，该职位共招2人，我笔试成绩第6，比第一名差5分，比第二名差3.5分，这个位置很尴尬，似乎希望渺茫。20__年的我的笔试成就也通过了，但在面试的环节遭到了淘汰。这次，我抱着放手一搏的心态，报名参加了长沙天星教育培训的面试培训班，他们拥有比较强大的队伍老师，在他们辛苦的付出下，我从一个曾经的面试失败者转变为一个面试的成功者，在整个辅导的过程中，我有几点心得和大家共享：

一、对自己要树立信心：不要怀疑自己的能力，能进面试就足以说明你的能力，所以要做的是必须以百倍的努力去迎接面试、去准备面试。在这段时间里，要有吃苦的准备，一切都围着面试来转，聚精会神备面试、一心一意提能力。

二、对辅导老师要树立信心：对老师要充分信任，相信他们安排的课程以及辅导的内容，只要我们能认真地参与，就一定能够提高面试能力的。因为老师他们既有自己实战的经验又有辅导了n批学生后的最实际最有效的方法。

三、熟记各种题型的答题策略：一般，发下来的学习资料中就有总结和归纳，但这毕竟是别人的东西，我们所要做的就是将别人的东西转化为自己的东西并把它印在脑海中，途径就是勤做笔记，并把当天学习的感受用笔写下来，进行总结和归纳。通过这种写既把有关题目的答案固化为文字，又把答题共同思路写了一边。

四、要锻炼自己的勇气：在上课的过程中，老师会要求你回答问题或者说让同学自己主动回答，这个时候你要鼓起勇气，大胆地去回答，不要去管回答得好不好、回答得准确不准确，只要你能大声地答题，讲究一点层次和条理，东拉西扯的讲上一通就可以了。当你下来的时候，用心去体会一下刚才在台上回答时的心理感受，用笔记下来。其实你在这个过程中，已经在进步了。

参加培训的心得体会和收获篇三

初到学校的小学生，幼稚无知，而他们最信赖的是自己的班主任。班主任的一言一行在学生幼小的心灵上留下深深的烙印。工作十多年，使我体会到，在学校里，只有当了班主任，才能真正体会到当教师的幸福。下面是我当班主任工作的几点体会。

1. 耐心。对学生在学习上“学而不厌，诲人不倦”，小学生的好奇心较强，对学生提出的问题，应该耐心地给予回答，提倡学生爱问的积极性，在教育上应耐心地说服教育。

2. 细心。班主任对学生要全面了解，经常和学生交谈，使学生感到教师并不盛气凌人，从而了解学生的性格、家庭，采取因材施教的方法进行教育、培养。

3. 爱心。著名教育家苏霍姆林斯基说：“教师技巧的全部奥秘就是如何爱孩子。”这一论断，揭示教育的真谛，教师热爱学生，可以引起学生心理上的共鸣，促进学生智力、情感、个性的发展。教师要用爱心鼓励那些在困难面前受挫折的学生，使他们有信心克服困难，对学生充满积极主动的精神动力。班主任多给学生一点爱，就会使班级生机勃勃。

俗话说：“人无完人。”学生受环境、家庭遗传等因素的影响，在智力、能力等方面存在着差别。班主任就应一分为二地看待，对成绩不好的学生，要时时鼓励，帮助、支持他们，时

常让他们也体会一下成功的喜悦，让学生感到教师在关心、爱护着自己。班主任应看到学生的长处，以弥补他们的不足，达到全面发展的目的。如，班级里有这样一名学生，不爱学习，但足球踢得很好，我就选他当队长。作为班干部，不但体育方面好，而且还应该学习好，经过长时间的鼓励，他的成绩很快赶上来了，而且班级的足球队也很出色。

班级是学生的第二个家，为了让这个家团结、温馨，我让每一个学生都成为我的助手，让学生成为班级的主人。首先，改变学生孤僻、懒惰的性格，班级有个叫尹彤（化名）的学生很懒惰，我经常鼓励表扬学生做力所能及的事情，使尹彤能主动为班级做好事，而且自己的事情能自己做。为了发挥学生的特长，创造出自己班级的活动特色，让学生轮流当值日班长，轮到的班长在这一天权力很大，管理班级的卫生、纪律等，第二天交体验日记。每天课前三分钟演讲活动培养了学生的语言表达能力，渐渐的，班级学生读课外书的越来越多，而且每个学生的表达能力提高很快，班级里的智力答辩赛也搞得有声有色。经过这样的活动，我发现班级人才辈出，那些在家任性的学生没有了，良好的班风带动了那几个淘气，不爱学习的学生，使班级变得团结、活泼，班级的事务处理得井井有条。使我感到班级的学生都成了我的助手，他们做起事来很认真、细致，有时我忽略的地方，学生已经做好了。

班主任工作离不开家长的支持，做好班级的工作，就要经常和家长联系，主要方法就是家访，家访时，我是抱着和家长共同关心学生的成长和进步的态度和家长交流，先介绍他们孩子的优点和进步情况，再指出某些不足与家长一起分析学生身上存在问题的原因，共同商量帮助孩子克服缺点的方法，使家长感到老师真心爱护、关心他们的孩子，从而愿意和班主任合作，共同努力教育好子女。

参加培训的心得体会和收获篇四

在众多任课教师中，班主任的作用尤其重要。良好的师生感情是决定班主任工作成果的关键，如何让学生亲其师，信其道，陈老师试着从以下几点做起，并收到了良好的效果。

一、尊重学生，建立民主平等的师生关系

教师只有尊重学生，建立民主平等的师生关系，使自己成为学生的同志和挚友，才能使自己的教育获得成功。不仅如此，教师热爱学生，不仅要尊重学生的人格，尤其要爱护学生的积极性和创造性。以培养学生敢于思索、敢于创新、开拓进取的精神。信任学生就是相信学生的自觉性，相信他们的进取心和创造精神，相信他们都有一颗向往美好事物的心。教师的一言一行、一举一动都直接对学生起着潜移默化的作用。古今中外的教育家无不强调身教胜于言教，要求学生做到的，教师首先做到，而且要做的更好，更具有示范性，在无形之中为学生树立榜样。尤其是班主任，他的人生观价值观、他的品德、他的行为、他对每一现象的态度，都直接地影响着全体学生。车尔尼雪夫斯基说：教师把学生造成什么人，自己就应当是这种人。我希望我的学生成为积极向上、勇于创新、不怕困难、对人以诚相待、有同情心和责任感、尽力做好任何事情，有一定心理承受力的全面发展的有用人才，而我首先就要使自己成为这样的人。学生是具有较强模仿力的一个群体，他们时时刻刻观察着老师的一举一动，并在某些方面进行模仿，所以老师在学生面前必须有模范的作用。

二、要严格公正地对待学生

教师要严格公正地对待学生。教师热爱学生与对学生的严格要求是一致的。只有在德、智、体、美、劳等方面严格地要求学生，才能真正地关心、爱护学生。爱之愈深，责之愈严，学生是懂得这个道理的。他们喜欢的是亲切而又严格的教师。当然，严格要求包括师生两个方面，是教师和学生共同标

准。严格要求由教师提出，必须从教师做起，这样才能真正起到作用。不仅如此，教师还必须公正地、一视同仁地对待所有的学生，特别要注意不能厌恶学习成绩差的、有些缺点或顶撞过自己的学生。

教师要把爱撒向每个学生的心田。教师热爱学生应该从学生的才能和品德的差异出发，区别对待，因材施教，在教育学生的过程中，尽可能地使每个学生按各自的条件前进，把教师炽热的爱撒向每个学生的心田。要科学地关怀、爱护先进学生，除了继续对他们进行学习目的和理想的教育外，还要努力培养先进学生的集体荣誉感，克服纯粹的自我观念，更要加强劳动教育。同时也要给后进同学以更多的温暖和挚爱，必须认真分析、研究后进生的心理特点，努力做好他们的工作，不能不管不问、放任自流，也不能不讲态度和方法地乱管。

三、信任学生，尊重学生

对于学生来说，信任更是推动其上进的力量。我们班上也有几位同学在学习上有些困难，有的同学是因为学习目的不明确，再加上自己贪玩，家长过于溺爱，教育方式不正确，造成了学习成绩及各方面都比较差，常受到同学们的鄙视。通过一段时间的观察，我掌握了这部分学生的一些基本状况，与他们单独交谈，让他们明确了学习的目标，学习成绩也有了明显的进步。再如有的同学是因为思想懒惰、不认真听讲、作业不按时完成，学习习惯较差，造成成绩上不去。面对这种情况，我帮助他们克服了懒惰心理，校正了学习习惯，让他们变的爱学习了。作为班主任，我对这部分后进生，首先亲近他们，尊重他们，热爱尊重是前提，严格要求是手段，学生的全面发展是目的。高中学生的尊严感和求知欲，是他们突出的心理特点，不能轻易伤害任何一个同学的自尊心。对学生要有同情心、友情般的爱心，身教重于言教，发挥老师的表率作用，深入班级，和学生打成一片。毫无保留地贡献出自己的精力、才能和知识，赢得学生的尊重和热爱，精

诚所致，金石为开，使得严格要求也就容易实现。在纪律问题上，晓之以理，动之以情，导之以行，严格的纪律就会变成学生的自觉行动，从而确保纪律的执行，就定能达到预期的教育目的。在学习上耐心引导，生活中热心关怀，经常同他们交谈，了解思想状况，抓住时机，尽量做到多表扬，多鼓励，多给他们改错的机会，树立自信心，使他们感受到来自各方面的帮助，尽快提高学习成绩。

参加培训的心得体会和收获篇五

自20xx年参加“基础教育课程改革”以来，我们一路走得很辛苦。然而有付出就会有收获，在学习和具体实践的过程中，我们收获的更多。除了各级教师培训中接触最新观念和了解学科前沿，观摩其他老师研究成果外，学校组织的每周一次的教研活动，也为我们的常规教学提供了一个交流平台，指导着我们每一次的教学活动。我们也因此能取人之长，补己之短，不断丰富自身的教育教学经验，提高自身的教育教学水平。在此谈谈自己的几点感想和收获，希望能够引起老师们共鸣。

一、新课程对教师的要求提高

新课程改革，给教师带来了严峻的挑战，但同时也为教师提供了开发自身潜力，发挥自己能力的机遇。每一位教师在这场改革中都需要重新认识定位自己的角色，重新改进自己的教学。为了适应课程改革的需要，老师们都付出了不少心血去探索、寻求积极有效的教学方法。我是学英语的，担任地理教学，在知识水平以及地理的教学经验方面有很多不足，但通过每周的教研活动以及自己的不断学习，地理教育教学水平提高了很多，感觉已经能基本胜任地理教学了。

二、教师是活动的指导者，学生是活动的主体

因材施教是一项古老的教育教学原则，全面、深入地了解每

一个学生，是实施因材施教，进行有效教学的基础。教师需要通过多种多样的课堂和课外活动，关心关注每一个学生，了解和尊重学生的个体差异，才能为学生提供有针对性的教育和指导。传统的教学，课堂是教师预设好的课堂，教师怎样教学生就怎样学。学生根据教师的思路一步一步来掌握知识，教学过程基本忽略了学生的存在，是学生适应教师的过程。而新课程标准下的课堂是教师和学生之间、学生和学生之间互动的过程。课堂教学重在学生怎么学而不是老师怎么教，活动过程要保障学生的主体地位。教学活动成功与否，关键取决于是否让学生主动参与了学习的过程，获得了成功的体验。

我在教学中，根据学生的实际情况，充分激发和调动学生兴趣，培养学生各种能力。例如，在讲解地球公转时，由于太阳直射点的南北移动，引起昼夜长短的变化和正午太阳高度角的变化，如果教师只是凭空讲理论，学生听得云里雾里，总是认为很难很难。我在课前准备了一个简单的道具，就能让学生直观地分析出昼夜长短的变化和正午太阳高度角的变化：用两根细铅丝绑成垂直状态，一根表示晨昏线，另一根用红线绕起来且可上下移动，表示直射光线。教师演示给学生看太阳直射点的移动引起晨昏线的相应移动。让所有学生随意拿两支笔就可做同样的演示。演示过程中学生就能看出：晨昏线随着太阳直射点的移动而相应移动，而晨昏线的移动引起全球昼夜长短的变化；同时，太阳直射点的移动引起正午太阳高度角的变化。如此轻而易举就能让学生领悟地球公转的意义。在整个教学过程中，课堂气氛活跃，学生动手动脑，全部精力集中于学习中，一次性就能带动学生掌握重点难点知识，在迎刃而解的基础上学生的积极性很高。

三、教师与学生的和谐关系

师生关系的和谐，首先在于教师对学生的爱。老师对学生的那份爱是溢于言表的，是没有对学生的隔阂，也没有偏爱。这种爱是无私的、公正的、是面向全体学生的。其次，也是

更为重要的，是老师和学生之间的关系是平等、民主、合作的。马斯洛健康心理学告诉我们：任何一个健康人心里都有一些需要，当满足了基本需要，一个更高的需要才得以出现。当学生满足了师生间的平等、互尊、合作的需要，学生才会因此发展了自尊、自重。当学生的情感需要得到满足，在和谐的学习环境里，感到自身的价值、人格得到尊重、承认，才会轻松地、愉快地投入学习，避免了无谓的争端、烦恼以及恐惧。

四、团结协作，培养学生与人相处的能力

“很难想象一个不会与人相处的人在当今的社会将如何生存。”美国商界某知名人士的这一感叹，无疑给教育提出了新的命题：必须把我们的学生培养成会交往的人。有分工、有协作的合作练习，不仅增长了学生的技能，提高了课堂效率，更重要的是在潜意识里教会学生如何与人相处，促进了学生之间情感的交流。开展合作学习，让他们并肩作战，一起完成任务，这样可以让学生都认识到对方的重要性，体会到集体智慧的力量，从而无形中培养了学生团结互助的好品德，让他们乐于与人交往，善于与人交往。

五、在欣赏中引导学生学习彼此的长处

“一切为了每一位学生的发展”是新课程改革的核心理念，它意味着以下三层含义：第一，关注每一位学生。关注的实质是尊重、关心和牵挂；第二，关注学生的情绪生活和情感体验。我们精心设计教学内容、教学过程，使教学过程成为学生一段愉悦的情绪生活和积极的情感体验，帮助学生树立学习的自信心；第三，关注学生的道德生活和人格养成。我们不仅要充分挖掘和展示教学中的各种道德因素，还要积极关注和引导学生在教学活动中的各种道德表现和道德发展，从而使教学过程成为学生一种高尚的道德生活和丰富的人生体验，帮助学生建立爱心、同情心、责任感。在新课程“欣赏·评述”学习领域，欣赏可以是组织学生看展览，也可以是同学

的优秀作业的相互观摩。从某种意义上来说，欣赏同学的优秀作业更有价值。因为对于初一学生来说，模仿同学更胜于模仿老师。这是因为他们的水平接近，更易于模仿。我们在课堂中巧妙地安排一些欣赏，让他们一起讨论、评价，取长补短，这样很好地促进学生的发展。这种欣赏有的是课前的，也有课后的。我们更多的是在课堂中间组织学生观摩，因为这样可以学习到别人的绘制过程和技巧，利于学生及时地对自己的实践进行调整，从而取百家之长，酿自家特酿。这对拓宽思路以及培养学生创新精神是极有意义的。

总之，新课程下的课堂教学，应是通过师生互动、学生之间的互动，共同发展的课堂。它既注重了知识的生成过程，又注重了学生的情感体验和能力的培养。因此，我们在教学中对教材的处理、教学过程的设计以及评价的方式都要以学生的发展为中心，以提高学生的全面发展为宗旨，这才是课改的最终目标。

以后的路还长，我的教学经验还是很不够的，为全面提升学生的水平，我会继续探索、继续努力。著名教师李镇西曾经说过，教师“首先是认清自己的教育活动的目标，不是一张张的成绩单，不是一堆分数，不是高一级学校的录取通知，而是活生生的人，是人才，是能够在未来社会中站住脚跟，开创事业的人才”，我会以此为鉴的。

[课改学习心得体会]

新一轮课程改革的一个基本取向就是要改革学校教育与社会、生产、生活实际严重脱节的问题，从而提高学生的综合素质，新课程理念的核心是“为了每一位学生的发展”，我想这就是评价新课程课堂教学的惟一标准。通过教学实践，下面谈谈自己的一点体会：

- 1、创设情境，发挥最佳效果。

在教学实践中，试图从日常生活入手，创设生动有趣的问题情境，吸引学生的注意力，激发学生的学习兴趣，这样使学生从生活经验和客观事实出发，在研究现实问题的过程中学习化学、理解化学，同时把学习到的化学知识应用到生活实际，使学生亲近化学，感到学习化学的快乐，初步体现与现时生活的联系。

2、奖励激励，提高学习积极性。

在教学中，充分关注学生情感态度变化，采取积极的评价，较多地运用激励性的语言。如：说得真好！你懂得真不少！你想象力非常丰富！真聪明等等！调动了学生积极探求知识的欲望，激发了学生学习的情感，让每个学生体验成功，增强自信心。

课改：要能发挥学生主体性和积极性，有一个创新思维活动的空间，关键在于教师；教师如何引导，启发，点拨？能否真正地把学生引到这一领域？教师在平时备课中不但要吃透教材，而且要尽量地搜集，制作与教材有关的知识，教具；又要善于把握学生的心里，使学生能够与老师发生共鸣。生物学科与自然界紧密相联，和生活，生产密切相关。因此，在教学中教师要善于引导学生从熟悉的事物，现象出发，根据学生掌握的情况，创设情境提出问题，激励学生共同参与，发挥想象，积极思维来解决问题的意向。

3、面对新课程，教师应确定更高层次的教学目标。

对于教学课而言，不能光是知识的传授，而是包括知识与技能、思考、解决问题、情感与态度等几个方面。那种追求能够教好一节课或教出了几个能高分的学生为目的的教学已经不符合课改精神了。教会学生知识，教给学生方法，教给学生独立和生存的能力应成为所有教师的职业追求。

4、学生应成为课堂学习的主人

环顾周围，在我们的教学中还存在许多这样的现象：一些学生在生活中早已熟悉的东西，教师还在不厌其烦地从头讲起；一些具有较高综合性和较高思维价值的问题，教师却将知识点分化，忽视了学生自主探究和知识的综合运用能力的培养；一些本该让学生自己去动手操作、试验、讨论、归纳、总结的内容却被老师取而代之；一些学生经过自己的深思熟虑形成的独特见解和疑问，往往因为老师的就照我教的来而扼杀。在新课程下，教师应当成为学生学习的组织者、引导者和合作者，激发学生的学习积极性、创造性，为学生提供从事活动的机会，构建开展研究的平台，让学生成为学习的主人。

5、灵活使用挖掘教材

有许多教师不适应新教材，不知道把教材与实际联系起来。实际上，教师在教学过程中应根据学生的认知规律和现有水平，在认真领会教材编写意图的同时，学会灵活、能动地运用教材，根据学生实际进行必要的增删、调整，这样才能从有限的教材中无限延伸。

6、追求形式和效果统一的课堂

现在，一些课堂滥用讨论、合作学习的方式，不给学生足够的机会和科学的指导，使课堂流于形式。在教学过程中，教师设计组织有效的、科学的活动应从以下几个方面入手：首先问题情境必须贴近学生的实际生活，活动内容必须与学生已有的知识结构和认知水平同步；其次要让学生有一个独立思考的过程，让他们带着自己的观点去充分地讨论研究，发现自己的不足，构建完整全面的知识体系；还有对不同层次的学生要有不同的要求，允许学生有不同的方法和观点，让学生在交流、探究、比较的过程中将知识优化组合，完成筛选，做出正确判断。

参加培训的心得体会和收获篇六

甲方：(以下简称甲方)

乙方：(以下简称乙方)

由于甲方经营不善而无力继续维持经营，为了使顾客的剩余项目、服务得以延续，经甲、乙双方友好协商，双方就美容院服务转让事宜，订立本契约，达成条件如下：

一、转让标的：甲方愿将坐落全部转让予乙方继续负责提供服务。所涉美容所转让需付房东转让费贰万元(20xx0.00)□甲乙双方各承担壹万元(10000.00)。

二、转让方式及其标准：

(一)甲方自愿将美容院及所有顾客资源、包括后续顾客责、权、利统统转让给乙方，乙方愿意负责无条件接收这些顾客及其相应的所有服备。

(二)甲方将店内的所有仪器、设备无偿提供给乙方，所有权全部归乙方。

(三)甲方另外给付乙方店内剩余货品折合人民币价值：写：以备服务所需。产品等明细附后。

(四)乙方愿意无条件接受甲方的所有顾客并提供相应的服务，甲方移交之顾客档案共有135名，所有顾客的相应服务以甲方移交给乙方的顾客档案记录为准。(顾客名单附后)。

(五)乙方愿意无条件接收甲方的所有员工，并保证为这些员工提供相对应的工作岗位，甲方负责将这些员工的所有工资待遇结算至20xx年3月18日。

(六)美容院转让初期甲方相关工作人员需协助乙方平衡过渡。

(七)店内客人已购美容项目相关产品由甲方提供。

(八)3月18日日前店里水、电、物管费，若个别客人无法安抚的需甲方提供产品。

三、移交办法：于签订本契约的同时，甲方将店内仪器设备、顾客档案及货品等全部一次性移交给乙方。

四、为了保证品牌的市场形象，本契约签订后，乙方必须负责将甲方转来的所有顾客继续提供相应的各种服务，乙方要以积极的工作态度处理好员工、顾客的关系，不得以各种理由故意为难顾客、员工或推委责任。

五、违约处罚：

如若乙方违反本契约所列各条情形之一，即视乙方违约论，乙方需要对甲方的损失进行相关的经济赔偿。如甲方未能按时履行本协议相应条款的要求，即视为甲方违约，甲方给乙方造成的经济损失必须给予赔偿。

六、本契约一式两份，由甲乙双方各执一份为凭，自签字之日起生效。本契约的所有附件经甲乙双方签字确认后即视为本契约的重要组成部分，与本契约具有同等的法律效力。

七、自20xx年3月18日至所有工商税务顾客退款与乙方无关。

甲方： 乙方：

年月日年月日