

# 2023年泡茶心得体会 暑假心得体会(优秀10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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 泡茶心得体会篇一

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这两个月的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

我作为社会实践小分队的一员参加了暑期社会实践活动，虽然半个月的时间活动让我觉得很累、很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过这些天的实践，使我对真实的社会有更深切的体会。

炎炎夏日，烈日当头。正是因为有这样的环境才激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看自己能否在恶劣的环境中有能力依靠双手和大脑维持自己的生存。想通过亲身体验社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出自己的不足和差距。

社会实践活动给生活在象牙塔中的初中生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学到了很多书本上学不到的东西。也真正的理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只有到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年

成长成才的正确之路。

通过开展丰耕多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

社会实践使同学们找到了理论与实践的结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过社会实践，可以紧密结合自身专业特色，让自己所学的专业理论知识在实际操作中得到巩固和提高。通过社会实践，可以检验自己的知识和水平，加深和巩固原来在理论上的模糊认识，使理论上的欠缺的在实践环节中得到补偿，从而加深了对基本原理和基本理论的理解和消化。

这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

要在严密的思辩能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。

我们要时刻与外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。

在短短十几天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把永争第一的

精神带去了社区，把xx学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾！

## 泡茶心得体会篇二

做律师真的不容易。做个优秀的、业务精、人际广、受人尊敬的律师更难。

尽管自己选了刘春田老师作为导师，人大的教授，知识产权界的泰斗，但是现在想来我对知识产权其实兴趣并不大，况且经过和少鹏的一番探讨，我们一致认为我其实并不喜欢机械，以后做专利业务可能也是会力不从心，如果下功夫去学也不见得比别人优秀，最后做到平庸，实在是没有意义。尽管本科学工程可能会有一些优势，但是事实上本科工程的学习在我学习生活中的其他方面还是给我带来了不少的优势，工程思维以及对风险的控制能力等等。而证券法律业务，公司治理、股权激励、上市、并购、重组、发债、破产重整等等我似乎更加感兴趣一些，对于财会知识也有一定的学习兴趣。

对于整个证券律师市场来说，尽管在萎缩，而且竞争激励程度也比以往更甚，但是自己可以循序渐进，在这个行业里做好了，把国内市场学通了，再去做国外市场或者去如五矿等央企或者去证券公司以及商务部等政府部门，都是不错的选择。研二一年好好学习欧盟法律和英语，抓住一切机会去学习提高，同时学好财会和证券，加强社会活动，多与他人沟通，另外也要锻炼身体，多看杂志和报纸提高综合素质。寒假里可以尝试去法院实习，拓展一下家乡的社会关系。研三就去跟着张律师实习学习，下半年参加公务员考试（如果有好的职位的话），争取跟大项目，然后做两年，转行去其他，

这个问题还需要多沟通。

从事任何职业大凡都是如此，从区县以上的公务员到五矿集团的项目工程师，工作很多时候不仅仅是干出来的，而是“卖”出来的。当然，自身的业务能力首先要达到一定的水准，不需要太高太精但是至少各种场面和问题能hold住。作为公务员要能处理一般事务，能写的了好文章，能陪领导挡得住酒；做工程管理要有自己的技术，看得懂图纸，管理得了项目；做一名非诉律师业一样，除了过硬的业务本领，比如相关法律知识、财务知识、业务经验、处理问题的能力、与人交往的人际关系等等这些基本的素质外，也要懂得营销自己。

比如说做上市，非诉律师竞争如此激烈，大部分律师都能将公司上市说出个二五六来，能处理一般问题的律师业不在少数，更有能写得一手好文件的律师。除了在外语、财会、管理、经济等方面增强自身的竞争力以外，拓展人脉，敢于营销、善于营销自己就显得尤为重要。比如说，参加各种俱乐部、展会、论坛以及培训，不仅要不断提高自己的业务能力充分展示，而且要适时的与相关主办方通过交流进行沟通、赞助、广告、推介等营销手段，更要善于在各种场合推销自己以及律所。所谓低调做人，高调做事真是言浅意深，知易行难，如何在处理营销中高调和低调之间的度的把握需要长时间的实践经验来累积，具体方式对每个人来说也是不一样的。

作为一名实习律师，要做好业务营销的相关辅助工作，比如发放宣传资料、名片，收集相关客户材料，以及在沟通交流时及时、准确的将律师、律所的优势、特点等宣传出去，从实习律师口中放出的信息也具有一定的可信度，这也要求实习律师要充分了解该律师事务所以及主办律师的相关项目、业务经历和资质以及优势特点。正所谓，言未及之而言谓之燥，言及之而不言谓之隐，未见颜色而言谓之瞽，如何把握，真真有些难度却值得去尝试。

成功营销后便会慢慢的有一些业务来进行沟通、洽谈，这些业务沟通可能大部分是客户的一些试探性的咨询，如何将这些潜在的业务夯实，使之进入实质阶段需要在项目前期进行充分的准备。

在通过与客户的简单沟通了解客户、当事人的初步想法和愿望后要积极进行项目前期准备，包括但不限于客户、当事人的相关信息以及与客户初步想法相契合的一些实践经验或者案例、资料。

作为实习律师，要及时将上述信息整理成文，并附录文件一起在业务进一步洽谈前发送给主办律师以供参考，同时在项目进场时能保证自己具有一定的信息储备，便于尽快进入角色，着手解决问题。

经过上述准备，主办律师在同客户、当事人进行进一步洽谈的时候就会有的放矢，如果项目商谈合适就可以签署合同，同时安排律师进场了。

实习律师进场时，要提前做好相关准备，如需住宿要带好必需用品以及名片等其他物品，记好相关地址、路线及联系人联系方式。进场后要及时与联系人沟通安顿，与相关人员交换名片，并尽量读出对方的名字和职务，如果没有带够名片要及时向对方致歉。实习律师进场后不仅要做好主办律师安排的各项工作，同时也要做好后勤以及复印等其他零碎工作，多动脑子，为主办律师的工作做好后备工作，而不仅仅是主办律师说什么才做什么。

律师进场后，通过与客户的主要人员或当事人进行沟通后参考相关实践案例和模板经验，实习律师应当及时整理出一份文件清单，交由联系人进行安排、准备。在这个过程中，实习律师要不断的同主办律师和客户交流沟通，确保相关文件及时、准确的到位，具体问题要及时解决，通过制作表格进行相关到位文件的确认等等。对于不能带走的文件以及尽职

调查要及时整理成电子存稿，并积极采用网络、调研等手段独立的进行核查，在上述过程中发现的新问题要予以注明并及时与主办律师和客户沟通确认。

在主办律师与客户及其他人员进行会议、沟通的时候，实习律师应当做好会议记录工作，会议记录应有重点，有逻辑并且尊重原文。会议记录应当对于涉及所探讨的主要问题记录，对于无关紧要的话题要进行删除，对于没有解决的问题要予以重点标注，在会议结束三十分钟内及时整理、标注，并提交给主办律师。

通过一定的沟通和交流以及对相关文件、资料的查阅和检索，按照客户的相关要求，实习律师应当在主办律师所提供的框架下及时地制定出相关文件的初步草稿，并尽量完善，其中文字格式要按照宋体、小四、一点五倍行距，段落缩进两个字符，以及中文论文的标题格式进行标注。对于尽职调查等其他文件相当按照相应的要求进行文件资料整理编纂。

在整个项目过程中要尤其注意沟通和意见的及时反馈，也就是整个业务项目的跟进。实习律师在项目跟进中要勤动脑，多动手，对问题充分思考发现新问题并及时提出解决，出现问题后及时的电话、邮件进行沟通，甚至要催促。在选择邮件或者电话联系的时候要多用心，通过做功课或者一般规律在对方方便的时候予以联系。如果自己不能完成相关项目的跟进，要及时跟主办律师进行沟通，安排其他律师同其他联系人进行交流。

在项目跟进中，实习律师尤其要做好人际交流和沟通，通过展示自己的个人魅力和知识面、业务水平来获得对方的尊重，但同时也不能浮夸、傲慢。同样一份工作，同样一个项目，为什么不同的人去做会受到不同的待遇？有的人明明做的很好，很尽心，可是客户还是要鸡蛋里挑骨头；有的人明明做的不怎么样，出了问题客户方还有人给背黑锅？业务不仅仅需要扎实的专业功底，也需要在项目跟进过程中发挥自己的

人际交往能力，不害怕、不张扬、低调、踏实、诚实、稳重的与他人沟通，尤其不能不懂装懂、不能傲慢不羁，也不能太过于妄自菲薄。毕竟律师这个行业是靠经验和个人魅力堆积起来的，谁没有从实习律师做起来呢？谁不是从工作的最底层做起的呢？放平心态，踏踏实实、扎扎实实，有一说一，有二说二，不懂的及时请教、查阅资料来解决。同时留心学习主办律师的言谈举止等值的自己去学习进步的其他做人和做事的道理。

项目接近尾声，相关文件和材料要通过不断的修订日趋完善，文件的修改尽量采用批准和修订的形式，通过与主办律师、客户的不断沟通、交流中完善，在定稿后及时打印出来尽心检查核对，确认无误后再以定稿的形式发送给客户，并征求客户的最终意见。

项目结束后，要及时与客户沟通，确认项目落实情况，对于残留问题要积极主动的予以解决。实习律师要充分发挥个人的主观能动性，对于项目中涉及到的相关资料、文件等要及时整理，对于可以通过制作模板、流程的方式进行及时总结，以备下次使用。对于相关文件、会议记录也要保存后用于后期项目落实以及其他问题的解决。

以上就是自己对本次暑期实践的一点感悟，针对股权激励、营销改革以及企业上市培训还在专门撰写相关文件以供查阅，参考。实在惭愧没能及时总结改进，在具体项目工作中没有充分进行实践和验证。希望通过这一学年的学习进一步提升在英语、欧盟法、证券行业相关法律以及财会经济知识的和其他相关业务能力的提升，在接下来研三的实习中充分得到实践和应用，并努力成长成为一名优秀的多型律师。

### **泡茶心得体会篇三**

这个漫长的暑假过去了，我有很多的收获，不过收获最多是看书。

我看了很多的书，有《小布头奇遇记》，《草房子》，《小时候就在想的事》，《丢三落四的小豆豆》，《三国演义》，《少年文艺》等等很多。其中，我最喜欢的是《草房子》和《小时候就在想的事》。

《草房子》写的是孩子们有一颗纯洁天真的心。文中的桑桑很天真，他把爸爸妈妈的蚊帐取下来当鱼网打鱼，爸爸发现蚊帐没了，并没有打桑桑，而是把他的蚊帐取下来作为惩罚。孩子就是天真可爱，我没也一样，可是不能像桑桑那样顽皮。

《小时候就在想的事》是日本作家黑柳彻子写的，写的就是她小时候的事。她小时候很喜欢蹦蹦跳跳，见到坑就要跳过去，甚至看到一张纸也要跳过去。一次，她看到一堆沙子，很奇怪不在海边怎么会有沙子呢？不管那么多就想跳过去，结果跳进沙堆里，原来不是沙子，下面是水泥，上面铺了一层沙子而已。从那以后，她变得小心谨慎多了。坐电梯时要先看一看里面有没有一个大洞，万一被摔死了怎么办？从此我也学会了谨慎，不再冒失。

也许，我们能够拥有一个快乐美好的童年，长大后，回忆就是最幸福的事！现在，我们还需要好好学习，做一名优秀的小学生，这也是童年快乐的一部分。

多读书，认真学习，收获的果实就会越多，就如当我们抬头远望时，那硕果累累的果园，那金灿灿的麦地，是我们的收获一样！

## 泡茶心得体会篇四

大学的第一个暑假不期而至，为了积累自己的社会经验，我选择了参加暑期社会实践活动，在七月中旬进入了君悦酒店做前台接待员。在这次活动中我学到了很多，也感悟到许多。

刚到酒店的时候，挺兴奋的，毕竟是第一次真正踏入社会工



作，对什么都觉得新鲜和好奇，可当正式上岗的时候才发现这份工作很辛苦，但是也让人获益颇多。前台作为酒店的门面，是最先对客人产生影响并做出服务的部门。一家酒店的效率以及利润的创造，基本上都是从这里开始的。一开始的前几天跟着这里的员工一起工作，对一切都很陌生，后来经过慢慢的学习掌握了许多技能。

前台的工作主要有电话接听、客人信息登记、帮客人处理服务要求、为客人解答疑问等等。另外，前台作为客人直接接触的部门，所以客人的很多要求都是向前台工作人员提出的，有时还会遇到很多刁难的客人，虽然有时候错不在我们，但是还是会被领导批评。常言道：“顾客就是上帝”，“客人永远是对的”，而我在这次的实践中终于深深的体会到了。

酒店的前台，工作班次分早班、晚班和正常班三个班轮换工作，一个月休假四天。

社会实践是让我们对社会有新的领悟和认识的平台，只有在现实中经历过才会明白这个社会是如此的复杂，远没有我们想象的美好。在酒店打暑假工期间，曾有一段时间，我发现自己的想法和观点是如此的幼稚，不过后来我就慢慢放开了。在大学里，我们只是一张白纸，只有通过实践才能体味社会和人生，在前台这个不起眼的岗位，我能够感受到社会上的人情事理，我在一点点的积累社会经验和学习处世之道，了解人际关系的复杂，这是整个打暑假工实践过程中最宝贵的一部分。整个历程，我不仅看到自己好的一面，也将我在各方面的缺点与不足毫无保留的放大出来，从而让我关注到自己从不曾注意的东西。

显而易见，前台的工作量是很大的，早上十点开始上班，然后打扫卫生，看看站位安排就到各自负责的区域迎接客人的到来，而且，当酒店接待重要的客人时，通常是经理会千叮咛万嘱咐甚至亲自处理，丝毫不允许疏忽。不得不说，耐心和细心是酒店每个员工都必须具备的东西。也许，在外人看

来，前台的工作很简单，事实上，这工作的程序复杂繁多，在这说长不长说短不短的一个月多里，我发现要做好一项工作，心态必须调整好，无论工作是繁重还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是去抱怨；当你犯错的时候，要想尽一切办法去弥补你的过失，而不是逃避。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二。 在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

四。 在工作中要不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

暑期的社会实践一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而那些财富将是使我终生受用，社会实践加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离。作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践是必不可少的环节，在今后的学习生活中我会摆正自己的心态，正确定位，努力提高自己的综合素质，适应时代对我们

的要求，做一个对家庭、对人民、对社会有用的人。

暑假结束了，我的工作也接近尾声了！接下来我该收拾好心情，积极投身到学习中去了！

## 泡茶心得体会篇五

妈妈在这个暑假为我报了一个十五天的集训营。去了以后，感觉那简直就是人间地狱。每天早晨都起得很早，紧接着就要跑步。

我们已经按规定的圈数跑完了。大家都已经筋疲力尽，感到非常不适应，毕竟这与小学的生活截然不同。但我们似乎是因为没有跑好，助教竟出乎意料地让我们加跑四圈。

跑前两圈时，我的腿感觉越来越麻了，小腿肚子还一阵一阵地酸痛。我皱着眉头，大口地吸着气，再呼出去。

我现在努力奔跑着，不禁想着：还是小学好哇！我一点也不适应中学的生活，但以后上学生活都是这样的了！

我的脚底开始紧挨着地面，一步一步地磨着地面跑。双手甩起来，胳膊也晃动起来。可，我已经疲惫不堪了。我又没有跟上体委的口号。我抿了一下嘴，仔细地听了一下口号。左腿停顿了一下，右腿向前一迈，跟上了口号。这时我感到嗓子里干干的，好像都要冒烟了。头上还流下了好多汗，简直就是汗如雨下。此时我的嘴张成了“o”型，大吸一口气再呼一口气的。我因为脚贴地面跑，所以不小心绊了一下。我身子向前倾，手还在空中划了一下，险些栽个前趴。

我脸又对着天空，大喘着气，心里又不自觉地开始想着：救命啊！我真的一点也不适应这样的生活，但这就未来的生活。加油！

死里活里还是跑完了。我知道，小学的生活已经过去了，我们不能一直停留在小学。初中学业会更重。衡水的压力是人所共知的。衡水之后的路途也不会更轻松。我必须尽快适应，奋力跑向未来，才不会让生活抛在后边。

## 泡茶心得体会篇六

作为一名年轻的特岗教师，我有幸参加了20\*\*年8月23日—8月24日的《案例分析》指导建议。听到市里专家给我们的深刻分析，让我觉得作为一名年轻的教师，我们要从各个方面去影响学生，所以一个教师只有具有良好的师德，才能认真对待教学工作，才能取得良好的教学效果，才能得到学生的认可。因此，师德是教师的立身之本。而良好的师德师风，则是一个学校的立身之本。

反思一年来的教书生涯，我自感惭愧。当遇到课堂受到干扰时，我没有静下心来去聆听学生的内心世界；当面对学生如饥似渴的眼神时，我没有海纳百川地去搜集资料让学生翱翔于知识的海洋里；当面对一张张可爱的笑脸，我没有深入到每个学生的内心去了解他们需要什么。当听到专家的解析，我明白了，面对突发事件时，你首先要镇静。让学生明白他的责任是什么而不是一味地责备他们，更不要带着有色眼镜去看待他们。

通过这次学习，我更加清醒的认识到，一定要依法执教，过去那种恨铁不成钢的心态，我们一定要纠正，我们一定要相信孩子，孩子有孩子的学习方法，他们各自接受新知识的能力也有所区别，我们一定要有足够的耐心来帮助孩子来学习，我们也不能因为自身的着急对孩子动粗，那样是不对的，今后我将继续依法执教，对孩子多一点宽容，多一点理解，我相信对于孩子的成长还是十分有利的。

虽然表面上只有4个字，但却含有丰富的内涵。以前总认为，我只要按照大纲要求，将学习知识传授给学生，教一些做人

的道理，我的任务就完成了。但现在我重新认识到其实作为一名教师，更要把教书育人当作一种责任，当作一种义务，运用科学的教学方法，合理的教学手段对学生进行科学的教育，同时最后的评价也要改进，不能将考试成绩作为唯一的评价手段，要充分运用综合的评价的手段，将过程作为评价的主要指标。

作为一名教师，要做好学生的榜样，那就要处处提高自身的修养，才能在孩子幼小的心灵深处扎根发芽。学生在学校的与老师交往的时间甚至比跟父母交流的时间都多，所以我们要充分运用各种机会对学生进行品德、做人的各种道理的教育，只要这样才能不枉教师这个光荣的称号，我们应该自身做一个道德行为的楷模。

以前总是强调给学生一滴水，教师要有一桶水，实际上现在已经不够了，随着知识的多元化，综合性的加强，现在的教师要具备更多的知识，现在要做自来水，甚至都不够，必须要终身学习，活到老，学到老，只有这样，才不会被社会淘汰。今后我将利用课余时间不断充电，不断学习，将自己的知识结构不断更新，进一步提高自身素质。

作为教师，要像关心自己的孩子那样。关爱孩子不只是在孩子生病时送他去医院，在他家里出事时关心他们，而应该在平时就要更多的从生活、学习、身体等等各个方面来关心他们，在孩子生理、心理等各方面遇到困难、困惑时，我们都要做有心人，主动去关心他们，主动去疏导学生心理方面遇到的困惑，在这个意义上，教师也要再次认真学习心理学，做一个称职的心理医生。

总之，这次暑期培训我的收获非常大，虽然天气很炎热，但我觉得得到了如此大的收获，值得！除了集中学习，我想自身利用假期的时间来进行自身读书再教育。我将再次阅读苏霍姆林斯基的教育理论和陶行知的教育理论，再看一些名师讲座和优质课堂，来不断提升自身的业务水平，使自己在各

方面都有新的提升。

## 泡茶心得体会篇七

20xx年的暑假，我决定去进行社会找个暑期找工作干干。当然，这也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在，其次，想增加点工作经验，从而可以在以后的就业时有一定的基础，减少就业压力。拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

首先，说一下我所工作的工厂——xxxx包装有限公司，是一个上市公司，总部在厦门。位于胶州市，主要是制作纸箱，还制作纸板。我呢，在制箱课干活，具体实在印刷机上当普工。属于最低级的工种。主要是干上纸箱，拿模板，挂模板，拆模板，洗油墨，打扫卫生等，很繁琐的。

刚刚到工厂，我就被吓了一跳，老员工说，我们是第六批来干活的学生，之前来了五批，全都因为干不了走了。我当时想：这个活究竟有多累？我能干多久呢？我怀着疑问上了第一个夜班，当时感觉挺兴奋的，也没感觉到怎么累，可是下班之后，躺在床上时才感到原来是非常的累，但是，既然来了，就要坚持到最后！事实上，我们不仅坚持的了最后，而且受到了领导的夸奖，说我们干得好，没有一个在这糊弄。因此，厂里也给我们加了工资！

打工的生活是酸甜苦辣咸五味俱全，有欢乐，有痛苦，但我的收获是巨大的，是我对现实有了更深的理解，使我更加成熟，更加稳重，不再有幻想，现实就是现实，不掺杂一点幻

想，还记得当时课长给我们说的话：现在走到社会了，与在学校不同了，要把在学校学到的东西在这里运用运用，一切都按厂里的规定来做事，就这么现实！是啊，社会就这么现实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的，虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你好或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是难受的，但是也要明确表示你是真心在接受他们的批评。这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这才是我们所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往色待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值，人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道了给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通，关心别人，支持别人。

经过这次工作，我收获了很多，总结了很多。

- 1、现实的社会告诉我，工厂是以利益为重的地方。在这里，公司利益为重，自己的利益体永远微不足道，作为员工，你不能去挑战公司的利益，只能为了公司的利益舍去自己的利益，不管这个公司怎么标榜自己：我们时刻想着员工的利益。这都是骗人的！就这么现实！

- 2、现实的社会告诉我，要想在这个社会生存，你必须有一技之长。以前体会不到，经过这次实践，终于深深地体会到了。这个社会的准则是：强者生存，强者受到尊敬，弱者只能被社会所淘汰！在厂子里，那些机长年龄都不大，比我们也就

大个四五岁，但他们都有技术，有能力，因此工资也高。在厂里，都称他们为老大，由此可见，对他们是非常的尊敬，他们活干的也少，就因为他们会开机器，就这么简单！但又有几个能做到呢？想想我们大学毕业之后，我们会什么，这是一个令人非常害怕的问题！

4、现实的社会还告诉我：成功没有捷径可言，必须一步一步的走。你不要计较别人干了多少，没有白干的，老员工经常告诉我，只要你多干点，不要偷懒，你的工资就高，别想诡计，和谁搞好关系了，什么什么的。这个只能使你少干点，要想多挣钱，就得多干活，厂里只看效益！是啊，公司给你发多少钱，要看你能给公司带来多少钱，只有努力干活，才能多拿工资，才能学到技术，才能上升，才能成功！

5、现实的社会又告诉我：我必须好好好学习。在干活时，经常想到在学校的时光，虚度啊！打工是艰辛的，学习是轻松的，以前父母总是说挣钱是多么的不易，你上学很轻松啊，总是体会不到，这次终于体会到了，我想到了《唐山大地震》上的一句台词：没了没了，才知道什么叫没了。悲哀啊，这次回去，一定要好好学习，绝不虚度了！

现在在学校里想来，三十多天的打工生活，我收获还是具大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这是我的一分财富。经过假期短暂的社会实践，虽然很是疲惫，但当每天的工作得到周围工作人员和家人的赞赏，还有自己所挣得钱，我是非常开心的，也感觉自己变成熟了好多。现在在学校只有学，加好专业知识，这次实践也让我课余了解更多就业信息，注重组织及人际关系能力的锻炼，为以后就业做好充足的准备，也不至于面试时没有信心和敢于挑战高薪的勇气了。

## 泡茶心得体会篇八

大学的第二个暑假到来了，应学校的提议和社会对大学生的



要求，我参加了暑期社会实践活动。在这又一次的活动中，我学到了很多，也感悟了很多。下面就我这次暑期社会实践的心得做一总结。

暑期社会实践，是我们大学生充分利用暑期的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观；大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节，是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径。积极投身社会实践，深入群众，了解社会，增长才干，是青年学生成长成才的正确道路，是青年学生运用所学知识技能，发挥聪明才智，积极为社会作贡献的重要途径。

暑期社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这将为我们以后走出社会打下坚实的基础！

年轻，是我们值得骄傲的资本，这个时代注定要我们去开拓！我们年轻而勇敢，我们都想成为在天空展翅翱翔的雄鹰，去搏击浩渺的蓝天；我们都想成为在草原自由驰骋的奔马，来一个惊天动地的嘶鸣；我们都想成为在史册著名的伟人，在人生的画图上留下光彩的一笔！我们好想好想，用自己的行动开拓一片完全属于自己的天宇，成为瞬间飞逝的流星，把短暂的生命定格为永恒。而这一切的一切，需要我们用行动把空想变为现实，用实际行动证明！

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？谁说学校里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，

踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写步入大学就等于步入半个社会。我们不再是学校里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量，为社会创造了新的财富。

对于出生在农村的我而言，暑期打工是理所当然的，这样既可以赚点钱为父母减轻经济负担，又可以充实暑假生活。农村的孩子动手能力是必不可少的。所以经亲戚介绍我到我们县城的一家农用车修配店去打了一个月的临时工。

我的工作主要是帮忙整理零配件，给修配师傅们递一下工具，有时清闲一点的时候他们还让我自己动手试试，叫我一些零件的装配位置，某个配置的工作原理等。当时我真庆幸我是一个学生，那些原理都可以在我学过的课本中找到，所以我很容易理解，也很快就能上手。我在师傅的指导下还真修好几辆三四轮，虽然这几辆车的故障很小，在几位师傅的眼中根本不值得一提，但当修好的那一刻我还是感到很兴奋，毕竟这是我自己动手修好的，自己也干好了一件技术活。

在平时没事的时候我就坐在门口观察来来往往的车辆，发现街上的车太多了，这虽然在城市中根本是小菜一碟，可是在农村就大不一样了，这说明现在农村人也开始富起来了。

是啊，回想自从改革开放以来，农村的经济的到了巨大的发展，这从车辆的增多就能大概的说明。农民的物质需求不断

提高。最主要的转变是由过去的“无钱可花、有钱不敢花”变为“能挣钱、会花钱”。其中一部分用于购买农用机械，扩大生产的投入迅速增长。农民在增收致富后，首先想到的是如何提高机械化程度，扩大生产规模，进一步创收，因此大量购买以四轮拖拉机、播种机为主的农用机械设备。

拿到第一笔工资时，虽然觉得有些累，但我还是感到特别开心。我总算领悟到了打工的“真谛”：一要吃苦，二要脸皮厚。如果有人问我以后还愿不愿意接受这样的挑战，我会毫不犹豫地说不“of course”回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体会让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

一个大学生，如果缺乏交往能力，以后走出社会如何能与他人交往，而这个社会需要我们每个人去适应。是啊，一个人如果没有勇气去做他想做的事，他哪能成功呢？曾经一位伟人这样说过一句话：一个人不会随随便便的成功，上帝不会白白馈赠给帝王蛾一双奋飞的翅膀，一个人的命运就掌握在自己的手里！通过这次社会实践，我感觉自己的实践能力，沟通能力有所提高，同时加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，开拓了视野，尤其提高了观察、分析和解决问题的实际工作能力。

打工的日子里，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

有人说，吃苦是一件乐事，它能让你从中得到彻底的磨炼，使筋骨更为强韧，如果能有苦中作乐的心态，那么成功也将不远了。孟子曰“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤…”俗话说得好：吃得苦中苦，方为人上人！哪一个想收获成功果实的人，不付出辛勤的汗水会轻易地得到呢？所以这份工作虽然辛苦了点，但我还是坚持了下来。

在这次实践中我学到了许许多多的东西，它教我要善于与人交流，经过一段时间的工作，让我认识了更多的人；它教我吃苦，教我要学会苦中作乐，时时刻刻都要有一种敢于吃苦的心态；他叫我要自信，一分自信一分成功，十分自信十分成功。总而言之，这次实践，使我终身受益！

是啊，大学是一个教育我们、培养我们、磨练我们的圣地，我们应当为我们能在这里成长而倍感荣幸。能将学校学的知识联系于社会，社会是一个很好的锻炼基地。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的

能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好基础。

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。

现今，在人才招聘会上，面试的大学生很多，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然时间不长但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这

次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后，我们要找准自己的位置，找准自己的方向，勇往直前，决不轻言放弃！我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

## 泡茶心得体会篇九

在太阳反反复复升落了六十多次之后。我的假期也宣告结束。总的来说过的有意义并且也很充实。每天的生活中总没有一点的新鲜感，但是我也倒顺其自然起来，习惯了每天忙碌的生活，也许这对自己是一个很好的锻炼的机会。生活中很多事情都不是自己愿意做的。但是每个人为了某一个确定的目标。为了某一个理想，要求自己必须去做，鼓励自己一定去做。这样的人生才会充满着奋斗与期待，充满着意义和热情。才会让人不断的要求上进，要求完美。

这个暑假我没有像其他同学一样留在武汉做兼职，我回家做了一分家教的工作，感觉挺有意义，挺有收获，这份工作虽然有的时候也让人感到厌烦，但是它让我枯燥的暑假生活丰富了起来，我也一直在等待这一暑假给自己给我所带的学生们带来的盛夏的果实的滋味。我只是尽力把自己知道的知识讲给他们，告诉他们一些学习方法以及对待学习的态度等等。现在站在时间的尽头，我寻觅自己走过的足迹，身后的痕迹告诉我我是一步一步走过来的，而站在这里的我只看得到结果。是的，过程更重要，那请跟随我的脚步一步一步的往回走去体会一下我的暑假生活吧。

也许是现在的读书观念深入人心，许多的家长在自己孩子身上花的心血越来越多，而这其中家长们都希望自己的孩子通过读书考大学这条捷径成龙成凤，于是暑假补课就是高峰期

了，我们的“雏鹰补习班”也是“人满为患”我负责带他们的英语课，虽然课程的讲解并不是什么难题，但是对于毫无经验的我在要上课之前紧张得有点不知所措，第一次课是和初一年的学生上。我还记得那次我在上课之前很认真很仔细的准备了近一个小时的课，心里面还是没有底自己能不能够讲的好，一节课下来还很顺利，也许是因为是第一节课。学生们有一种新鲜感吧，大家都很认真的听着。这也给了我不少的信心，第一次上课的初一学生共有七个人，他们也是补习的学生中年龄稍小的，又因为来补课的学生大都是成绩较差，学习态度不认真的。所以有的时候很不懂事，很难管，有一次课要要求好几次纪律，一定要有足够的耐心才行，这个时候终于能够体会到当老师的苦了，有的时候是如此的无奈和烦躁。

我每天的上午工作两个小时。下午接着工作两个小时，有时晚上也会有课。还要继续工作两个小时，不过周末没课，但是我每天从来没有闲过，一有空就去帮爸妈打理小生意，平时在课余时间也会帮着做一些事情。所以每天的时间都安排的满满的，有的时候真的感觉很累，但是也很充实有意义。

现在，我也许可以站在一个老师的角度和一个学生的角度来看待这个问题，其实这不是某一方面的问题，作为老师一味的要在学生的面前树立威信而缺少对学生的交流，这样下去学生与老师之间只会是生硬的师生关系，而不能超越成为学生们信任的朋友般的关系，而作为学生，特别是低年级的学生，只会对老师敬畏，有问题憋在心里面不敢说，而一些积极的学生总是问这问那，在同学的眼里他就是“爱出风头”的典型。所以很多学生都愿意做默默无闻的“乖学生”。

也会有很多值得回忆的时刻，在最后一次课上，学生们要我给他们写一句话作为座右铭，其实我不知道他们会不会在意我写的话语，但是我的一颗真诚的心始终在为他们跳动。一位学生竟自己编了一个风铃送给我。我真的很开心，虽然这结束的那一刻觉得时间过的好快，但是这其中过程的每一

个细节都让人花费心思努力工作的结果。

补课期间，我总是希望他们能够把不好的习惯改掉，把态度端正过来，也许我的努力对他们来说起的作用不是很大，但是我很肯定他们上过这一课，改不改的过来要看他们各自的努力，就像千军万马过独木桥。看自己有没有本事过的去了。

## 泡茶心得体会篇十

### 暑假学习心得体会范文精选四篇

温馨提示：参考范文只是提供给大家参考学习之用，可根据需要任意编辑，文本内容仅供参考，切勿对号入座，感谢您的阅读下载！

#### 暑假学习心得（一）

##### 一、更新教育观念

在暑假期间我校组织我们集中学习教育部《关于进一步加强和改善师德建设的意见》、《中小学教师职业道德规范》、《国家中长期教育改革和发展规划纲要》、全国教育工作会议上温总理重要讲话、省教育厅等四厅部《关于进一步规范中小学办学行为，深入实施素质的意见》、王锦胜同志在县委常委(扩大)会议上的讲话、县委王书记视察教育时的讲话、《只有大变革才有大发展》(阜办通报第38期)、阜\_\_县教育局《关于重申师德师风八项规定的通知》，透过学习使我认识到，当今时代，科学发展高度分化又高度综合，人类社会越来越清晰地呈现出整体性、综合化的发展趋势，要求教育全方位地开发学生的潜能，培养具有综合文化素养与创新精神的人才，促进人的全面发展。新一轮的课程改变在全国范围内轰轰烈烈的地进行着，要求我们每一位教师尽快转变教育观念，“以学生的发展为主”、“培养创新型的学生”、“使学生学到生活有用的知识”、“转变师生关系”



等等，这些都是新课程下的教育观念。所以在教学中我们以学生为主体，教师为主导。改变以往的“应试教育”，实施“素质教育”，注重学生的学习过程，培养学生的学习的潜力和思维潜力。努力使自己成为与时代共同进步的学者。

## 二、爱岗敬业

有人说：“教师的职业是神圣的，它把野蛮变成礼貌，把无知变成渊博。”当今社会，有些人把名誉、金钱、权利看成是衡量一个人价值高低的法码，这些人朝思暮想，梦寐以求，想得到这些东西。而这些东西，只不过是身外之物，过眼烟云。为党的教育事业无私奉献，才是我人生最有价值的，最可宝贵的。要热爱教育事业，要对教学工作有“鞠躬尽瘁”的决心。既然我们选取了教育事业，就要对自己的选取无怨无悔，不计名利，用心进取，开拓创新，无私奉献，力求干好自己的本职工作，尽职尽责地完成每一项教学工作，不求，但求更好，不断的挑战自己，超越自己。

## 三、孜孜不倦，用心进取

有句话说的好，没有学不会的学生，只有不会教的老师。学生的学习基础、心理特点、兴趣爱好、家庭背景各有不同，学习上存在差异是客观现象，作为老师，我们要做的首先是不要把学生分为三六九等，不要歧视成绩差的学生，要充分的尊重学生。从学生实际出发，研究教育对象，把荣誉给每一个孩子。这就向老师提出了更高的要求，不断提高自身素质，不断完善自己，以求教好每一位学生，不放下每一名学生。怎样提高自身素质呢这就要求我们必须要与与时俱进，孜孜不倦的学习，用心进取，开辟新教法，并且要做到严谨治学，诲人不倦、精益求精，厚积薄发，时时刻刻准备着用“一眼泉的水”来供给学生“一碗水”。

## 暑假学习心得（二）

一、要做好新课改理念下的课堂教学，我认为做为教师务必做到以下几点：

(一)热爱本职是做好教学工作的前提，忠于才能职守，爱岗才会敬业。

做为教师首先务必对教育工作产生了浓厚的兴趣和感情，言传身教，潜移默化，用知识培育一批又一批学生，用辛勤换来收获，用汗水哺育新苗。其次要博爱施教，每位学生的可塑性都十分大的，只要多关心，多爱护，他们都会变成很有用的人材。

(二)在教学的过程中要坚持正确的方向，寓教于乐。

首先注重培养学生的学习兴趣和爱好，变“要我学”为“我要学”。其次要“授之以渔”，教给学生学习的有效方法，只要方法得当了，才能获取更多的知识，到达事半功倍的理想效果。最后要引导学生用心的学习动向，坚持用知识就是生产力的观点给同学正确的引导。告诉学生只有学好知识才能有为人民服务的本领，在现代知识迅速扩张的时候，只有掌握足够的知识，才不会被时代淘汰。

(三)关心学生，热爱学生，平等对待每位学生。

只有热爱学生，尊重学生，关心学生，了解学生，才能公正地对待每一个学生。当下仍有少数教师家长作风盛行，视学生为敌，么喝、训斥学生的事情时有发生。有的甚至大打出手，伤害学生的感情，损害老师的形象，这些都是与新理念下的教学模式格格不入的，务必坚决予以抵制和铲除。我也常会关心和善意地“训”学生几句，这样学生往往会带着笑容乐意理解

(四)刻苦研究业务，加强自身本领。

作为一名教师务必得扎扎实实的学习一些教育教学理论，是一名教师务必具备的职业素养，基于这一认识我们学习了《新课程标准》，这一标准给各个年级各个学段作了明确的规定，既有层次性，又有连续性严格遵循教育教学规律和学生的认识规律模式是

我们语文教育教学工作的准绳，只有吃透课标，才能活学活用课标，因此，我觉得学习《语文课程标准》是十分有必要的一件事。

## 二、注重网络教学，加强教学研讨；

教研室朱老师给我们上了一堂《如何搞好网络大群众备课》的课，让我们更加深刻的认识到了网络大群众备课的重要性，明白了群众备课的资料、范围及基本程序。这对于以后的群众备课有了明确的目标和方法；同时也明白了群众备课应树立的三种意识：合作、超前、反思，群众备课应注意的若干问题。这对于这天我们处在一个知识信息年代的教师来说是必备的业务潜力，也是写作精神的具体体现。几节专家型老师的课堂实录更是精彩纷呈，能够说真正做到了学生是学习的主人，老师仅仅是引导者、组织者、帮忙者，课题上老师设计思路清晰，富有情趣，就像一位导游不知不觉中带领所有学生到达语文的圣地，对于学生来说这样的课堂，简直就是一种享受，思想不时碰撞出美妙的火花，心底定会掀起阵阵涟漪这不正是对教育的诠释吗这也是每一个教师追求的境界。

总之，透过这次学习，进一步增强了我教书育人的职责感和事业心。我必将以此为契机，再接再厉，时刻用教师职业道德准则来规范。

## 暑假学习心得（三）

我有幸参加了在清代华大学大学举办的为期两个月的“清华大学机械加工骨干教师”培训班学习。首先要感谢国家教育

部，市区教育局的领导给我们这样一次难得学习和交流的机会；同时也要感谢培训部的各位老师周到细心地工作，使我们在清华大学学习的每一天都感到很充实，收获很大。我深知参加本次培训对自己来说意味着什么，虽然天很热，也很辛苦，但我珍惜这次学习的每一天，不放过学习过程中的每一个环节，无论是有关教育教学理念的讲座，还是走进企业，听北京优秀企业领导给我们展示在学校中见不到的另一面……自始至终，我都在努力地学习，力争做到不辜负学校领导的期望。在学习过程中我慢慢地认识到了自己的贫乏与稚嫩，学习又逐渐地使我变得充实与干练。是的，在培训学习的每一天都能让人感受到思想火花的撞击与迸发，整个培训的过程，给了我太多的感悟和启迪！同时又仿佛是一剂“兴奋剂”，给了我无限的工作热情和留下了太多的思索！

在本次培训中有幸让我们听到了清华的专家、学者对教育方面的前沿的思考、精辟的理论、独到的见解，对生活、对工作、对事业、对学生独特的感悟，李政涛教授的“生命自觉与教师实践智慧”的报告激起了我内心中的心弦，触及到我思想的深处，我一次次禁不住问自己我该怎样做、做什么样的教师能适应现代教育的发展，怎样做一名优秀的教师；见到了对教育发展深入研究，见解独到的清华大学付水根教授和张学政教授，我们还有幸走进了北京现代，使我们看到了优秀企业的优秀管理模式和物流系统，这些都是我们在学校当中不可能见到的；在北京自动化工程学校参观，我们找到了自己的差距，做为一个职业学校，我们还有很长的路要走……在此期间，我学到的远不只是专业的知识和做学问的方法，更多的是他们执著于教育事业、孜孜不倦、严谨勤奋、潜心钻研、尽心尽责的那种热爱工作，热爱生活的高品位的生命形式；作为一个学者，他们那闪光的人格魅力令我震撼！让我感染！学生教学管理如何做？几年来的辛苦探索，留下太多的茫然与困惑！在教学过程中，无论是教育教学的相关讲座，还是专业知识的授课，无论给我们上课的是知名教授，还是普通的老师，没有那一个不是兢兢业业的。这些，让我开阔了眼界，拓宽了思路，转变了观念，促使我站在更高的

层次上反思以前的工作，更严肃地思考此刻所面临的挑战与机遇，更认真地思考未来的路如何去走。在那里就从听取的报告中浅谈几点自己的感悟。

教师基本素质方面：

### 一、教师务必多读书、丰富自己的知识、提高自己的修养

做为一名职业学校的老师。所以总是很放松自己。总是进行自我安慰“承办人业学校的老师嘛，上好自己的课就能够了”但是在我听完清华大学教授张学政的讲座之后，让我深有感触。我们的教师需要的不仅仅只是书本上的专业知识、更需要的是渊博的知识、教育的智慧，我们要改变的是过去的老师的形象，我们要做一个有智慧、有爱心、让自己快乐也要让学生快乐得人，要想让自己的课讲的更好，更加的吸引学生。就务必提高自己的个人素质。

张老师有一句话讲的十分好。“什么是教育？教育首先就是爱。爱他的学生，没有爱的教育不是真正的教育，培养对学生的爱就是要帮忙他（帮忙学生克服成长的障碍，帮忙他就要成全他，成全他拥有完美的生活，获得走向幸福的潜力）”\_老师的一个个独特的观点真的是引起了我深深的思考，我们在应对学生的时候过多的关注的使学生的成绩，学生在繁重的学业负担下似乎也变得麻木，没有动力，如果我们能让学生感受到他这天的努力就是明天获得完美生活的潜力，拥有幸福的潜力，那学生就会更多的发挥他们自动自觉的一面；一个素质好的老师，讲课在差也差不到哪去。一个素质差的老师，讲课在好也好不到哪去”我对这句话是十分的同意的。只有课堂上的生动语言和有深度的提问才能吸引学生，激发学生的学习兴趣。只有提高了自己的文学修养，才能讲出生动的一课。听到了张教授的报告，才明白如何成为一名优秀的教师。首先的一点是务必要多读书，读好书。两位老师都是每一天要阅读有关自己学科的许多资料的书籍。不但这样他们都同时读了许多课外的读物来丰富自己的知识。我也

从中立志要多读书来提高自己的各方面的素质。努力让自己成为一名优秀的专业课教师。

二、尝试多种教学方法，改变课堂，创造多彩课堂. 教师就务必在各个方面提高自己. 尤其是在教学方面，一个优秀的教师不会上课单一. 而是要有多种多样的课堂方式. 只有形式多样的课堂，才能更好的吸引学生. 让学生喜欢上专业课，从而在各个方面提高自己的专业课水平. 张教授特意在讲座中说：一堂课下来，教师必须要明白在教学生生么，学生发展了没有，改变了没有，学生走出教室与走进教室有无变化？这就要求我们教师在备课的时候绝对不仅仅是在备教材，更多的是要关注学生，关注学生能学会什么，是否发展了。这也就要求我们的教学是面向全体的教学，我们的教学鼻血要采用更多的学习方法、教学方法，那里说的方法也不仅仅是单纯表面好处的活跃，而是要. 看课堂有没有深度，好的课堂应是有生成感，推进感的课堂，教师不仅仅准备给学生什么样的挑战，好要看学生能提升什么，突破什么？我们要使课堂变成思维的舞蹈者。同时我们还就应在科学的理念指导下改革教学方法的. 老的教学方面已经不能适应新的社会的需求了. 同时也不可能满足我们新一代的学生了. 所以作为当代的老师不能只满足目前的状态. 就应从此刻开始学会适应社会、适应学生。所以了就应改在科学的理念指导下，改变教学方方法。不能只是单纯的像以前那种教学的方法，我教你学。也不管学生会不会。此刻要多学习。

三、转变教师主角。

“学生是学习和发展的主体。要关注学生的个体差异和不同的学习需求，充分激发学生的主动参与意识和进取精神，用心倡导自主、合作、探究的学习方式，为学生全面发展和终身发展奠定基础”。新课程将改变教师与学生的传统主角、教学方式和学习方式，用心倡导学生主动学习和主动探究的精神，教师要不断地实现自我更新。新课改强调教师是学习活动的组织者和引导者，同时认为学生才是课堂的主体，老

师应尽可能地把课堂还给学生，让尽可能多的学生参与课堂，把“主宰”权还给学生。我认为，学习的目的是为了学以致用，而不是单纯地为了考试，为了升学，因此，作为教师确实有必要转变一下自己的主角地位，顺应课改的需求，把放飞心灵的空间和时间留给学生，营造宽松自由的课堂氛围，在这种简单的氛围里真正地引导学生们用心、主动地学习，这样一来，学生有了较自由的学习空间，有了与老师平等对话的机会，变得越来越大胆，在课堂上踊跃发言，用心地表现自我。

#### 四、教师要理解学生、尊重学生，要有学生立场。

学生是个独立人格的人，他自己的兴趣、爱好、要求、愿望。老师要尊重学生，平等地对待学生。智慧的教师要把自己当成学生，把学生当成自己，把学生当成学生，要有学生立场。对学生说话的音量要适中，不要大嗓门；尽可能用商量的口吻提出推荐。如“我认为你这样做比较好”，并让孩子明白这样做的理由和益处，这时孩子会自觉地按你的要求去做。要尊重孩子探究和认识周围世界的特点，接纳孩子的错误，不要用相同的尺度去衡量所有的孩子，应给予他们更多的独立和自由，关爱和接纳每一个孩子，使孩子不断感受到和体验到老师对自己的关注、喜爱、鼓励和支持。

#### 五、教师要学会终身学习。

新时代、新知识、新课程都要求教师树立终身学习的目标，实现自身的可持续发展。学习不仅仅只专业方面，要扩充到各个领域，不断的提升自身的修养和素质。首先务必树立终身学习的意识，把不断学习作为自身发展的源泉和动力。其次，教师应把学习贯彻在自己的教学实践中，将学习与实际教学结合起来，努力探索新的教育教学方法。再次，在丰富自身专业知识的同时，广泛涉猎各种社会科学和自然科学知识，从而更好地适应教学的需要，透过总结经验，提高自身，向更完善的目标努力。最后，要充分利用现代信息通讯

技术，不断扩大学习资源和学习空间，及时了解专业领域以及其他领域的最新发展动态，注重与其他教师和专家的合作探讨，教师要秉承终身学习和教育理念，以适应教育改革的浪潮。

最后，我们还要做一个幸福快乐的人。你会寻找幸福吗？关于让自己幸福的工作着。怎样才能幸福起来呢？这是很多老师，尤其是应对竞争压力、人际关系压力的教师群体，怎样样才能幸福起来呢。首先要弄清楚，幸福要靠谁来给，是别人，还是自己。外在条件对幸福是否重要呢？回答是肯定的，当然重要，每个教师都期望自己得到别人的认可，都期望自己的辛苦努力能够得到高回报，都期望自己的境遇十分好，所以我们都在努力的改变着我们的生活条件、工作条件、人际关系，但这些外在的条件往往改变起来很不容易，所以应对短时间内我们无法改变的外界条件，我们就应采取的态度是，现实的从自己能够影响的活动中创造幸福、体验幸福、享受幸福。只要教师是一个幸福并快乐着的人，才会让学生感受到幸福并快乐，我们的社会需要的也是培养出更多的幸福并快乐的人。

短短两个月培训，走进了教授们的心灵世界，感叹于他们思维的敏捷，语言的风趣丰满，独特的教育视角，健康乐观的人生观，丰富的教育经验……把我印象最深的记录下来，给自己留个纪念，愿我也能拾级而上。

#### 暑假学习心得（四）

本次暑期培训，为期三天（8月24日—8月26日），时间不长，但学校领导部署安排扎实，教师学的很认真有效，收获颇丰，受益匪浅。

张亚荣老师通过经典的童话故事《蚂蚁蜜蜂》引发我们思考，对高效课堂进行再认识。让我们坚信课改是必由之路，进一步正确认识何为高效课堂，明白课堂上老师到底干什么，以



及怎样将“121”课堂教学进行到底。

杨建玲、王敏、程惠珍三位老师的专题《让孩子在爱中快乐成长》《加强班级管理，提高育人效益》《润物无声》分别从班级管理的艺术性—语言、赞美、体态；班级管理的灵魂—爱学生；班级管理的关键—细节；新时代下学生特点，班主任应有的素质以及偶发事件的处理方法等方面给我们谈了一些具体可行的操作方法和经验和体会，让我们倍受鼓舞。

专家任院玲老师的课题研究报告《通过动手操作促进思维活动》，以真实具体的案例，深刻的见解深入浅出地旁征博引，让我们明白了动手操作对于数学学习的重要意义，了解了国内外关于动手操作的研究现状，知道了对动手操作应有的认识，更重要的是明确了通过动手操作促进思维活动的策略，让大家的心灵受启迪和震撼。

专家仲维健老师的专题报告《解读文本的视角》，以其丰厚的文化积淀，深厚的文学造诣，深刻，精准的见解，独特的视角诠释了新课标下对教学设计的要求，特别是发挥“我的视角”和课后思考题的引导作用指导教学设计的新视角，让我更是印象深刻，收获颇多。把目标聚焦在教材上，用好教材中的小栏目，可以有效节约我们的备课时间，更准确的把握教材，提高我们的课堂效率。相信，在今天的学习之后，我们会更加细致，全面的进行课堂教学前的备课工作，让优良的教学设计创造更高效的课堂。

刘旸老师上的五年级数学《用数对确定位置》一课，层次清楚，行云流水般的书到渠成。让我明白了“数学是最简洁的语言。”徐裴老师上的《伯牙绝琴》一课，真实，扎实，实在。让学生亲自经历了一次从不会到会的体验过程，学生学有所获，经历了成长。以上各位专家老师都是非常值得我们学习的。

经过学习，我还进一步认识到高新课堂的重要性。构建高效

课堂是我们每一位教师毕生都要研究的课题，把老师和学生都从题海和加课中解放出来，让教师快乐地教，让学生快乐地学。那么，在教学中如何来提高课堂的有效性呢？通过反思自己平时在教学中存在的一些问题，我认为应该从以下几个方面去努力。

第一，改变教学观念和教学方式。

消除由于教师讲得过多、学生参与过少而导致的靠大量课后作业来完成教学任务的问题，逐步解决忽视学生情感、态度、价值观目标实现的问题。

第二，认真学习校本培训。

反思自己的教学，发现自己在很多情况下，自己对课标与课本的学习与研究还不足，这样就影响和制约了课堂驾驭能力，课堂驾驭能力反过来也就影响了课堂教学的效率。

第三，认真备课，尤其要认真备学生。

平时自己在备课时，只习惯于备教学内容，而忽视备学生。试想如果不研究学生对所教内容的掌握情况，不去研究学生的个体差异，一切从本本出发，课堂教学的适切性就会大打折扣，课堂教学的高效更无从谈起。

第四、注重课堂提问的研究。

在真实、常态的课堂教学中，经常发现自己所提的问题本身就有问题，无效问题、假问题、无价值问题充斥课堂，这样的提问耽误了学生宝贵的课堂学习时间，也影响了课堂教学效率的提高。因此，今后要高效地完成课堂教学任务，就必须注重对课堂提问的研究，所提的问题必须是有价值的、有启发性的、有一定难度的，整个课堂的问题设计必须遵循循序渐进的原则。

## 第五，加强对课堂节奏的把握和管理。

课堂上，有时给学生提出问题，学生还没来得及思考，就马上要求其回答，这样不仅浪费了学生课堂思考的时间，而且有效性很差。这种形式主义的教学方式使无效劳动充斥课堂，严重影响了课堂教学的效率。有时让学生阅读课文、讨论、交流、做巩固练习等，不提任何时间和标准的要求，学生漫无目的地阅读与交流，课堂组织松散，时间利用率低。有时只对学生提出比较笼统的要求，学生不明白教师要他们干什么和要他们怎么干，这样，学生就失去了教师的有效指导。因此，要给学生一定的思考时间和思维空间，要减少讲与听，增加说与做，尝试教与评。因此，我们必须立足于学生，让学生积极参与学习，实现有效的、多向的、高质量的互动，从而达到优质高效的课堂教学这一最终目标。