

2023年实心得体会(模板8篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

实心得体会篇一

近年来，语用学作为语言研究的重要分支之一，不断受到学界和语言学习者的关注。语用实践是将语用学理论应用于实际语言使用的过程，是理论和实践相结合的重要环节。我在语用实践中积累了一些心得体会，认为语用实践对于加深对语言的理解和提升交际能力有着重要影响。

首先，语用实践提高了对语言使用目的的认识。语言是人类沟通的工具，不同的交际目的需要使用不同的语言策略。通过实践，我了解到在不同情景下选择合适的语句和语调非常关键。例如，面对机构领导时，我们应该使用正式、恰当的语言，以显示尊敬和礼貌；而和朋友交流时，则可采用轻松、随意的语气。语用实践让我认识到语言使用的多样性，学会针对不同的交际目的运用适当的语言形式。

其次，语用实践培养了对于上下文的敏感度。语言使用不仅依赖于交际目的，还与具体的交际情境息息相关。在语用实践中，我通过观察和体验，逐渐掌握了上下文对语言理解和运用的重要性。例如，一句简单的问候语在不同情境中的含义可能截然不同。了解上下文不仅能够帮助我们正确理解对方的意图，还可以使我们表达出更加精准的意思。语用实践让我学会综合分析环境因素对语言的影响，提高了交际的效果。

再次，语用实践增加了对“言外之意”的洞察力。在日常交流中，人们并非只通过直接的文字和语言来传递信息，还会运用各种语用策略，传递更多含蓄的信息。通过实践，我逐渐学会了解采用暗示、修辞或推理等方式来表达自己的观点。例如，在谈判过程中，一方可能会通过间接表达、下属的举手表决等方式表达自己的立场。通过语用实践，我学会了如何识别这些“言外之意”，从而更好地理解沟通双方的意图，提升自己的谈判能力。

最后，语用实践促进了语言的积极使用。在理解语言的基础上，我们要学会主动使用语言，通过不断的实践提高自己的交际能力。通过参与各类实际交流活动，如辩论、演讲等，我逐渐克服了语言障碍，显著提升了口头表达的流利度和准确性。同时，积极参与语用实践还使我意识到语言对于个人形象和社会互动的重要性。学会正确使用语言会使我们更受他人的关注和尊重，能够更好地融入不同的社交圈子。

总之，通过语用实践，我深刻体会到了理论与实践的相辅相成。语用实践对于加深对语言的理解、提高交际能力至关重要。充分认识语言使用的目的和上下文的重要性，理解言外之意，积极主动地使用语言，都将使我们在实际的交际中更加得心应手。我相信，通过不断的语用实践，我将能够更好地运用语言，与他人进行更加有效的交流，并在交际中取得更好的成果。

实心得体会篇二

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙；也意识到自我在计算机上还有许多不足。

教师布置了一些的作业给我们操练，在教师精心的指导下我已把xx□xx□xx□xx等操作的很好了！此刻我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一向忙于理论知识的学习，没能有机会放开课

本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但经过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远！据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是教师操作为主。此次实训就不一样了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习；听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎！和我们一同参与实训的还有xx教师和xx教师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感激学院和食品系的各位领导及专业教师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

经过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作本事，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，必须有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓！

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自我错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，并且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的资料最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习资料与以前操作不规范或不熟练的地方进行比较，感觉学习效果很好，受益匪浅。异常是excel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对excel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。经过次培训，使我的excil的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原先从没有制作过，经过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。此

刻想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自己也不再年轻了，还学什么啊得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。经过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需需要不断的学习，不断的充电，也仅有不断的学习、充电，才能提高自己的工作本事。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

社会的竞争是激烈的，我想我们应当好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人！

实心得体会篇三

应用实践教学是一种重视实践与理论相结合的教学模式。在教学中，将课程中的理论知识应用到实际情境中去，让学生在实践过程中切身体验、感受和理解所学知识的重要性和实际运用方式。这种教育模式不仅能够提高学生的学习兴趣和学习效果，更加能够增强学生的实际动手能力和实践能力。在我的任课教学中，我也多次运用应用实践教学模式，与学生一起体验和实践各类理论知识，也不断总结和反思教学过程中的体会和经验。

第二段：实践教学能够激发学生的学习热情和主动性

在应用实践教学中，我尝试了许多方式激发学生的学习兴趣 and 主动性。比如针对课程设计的实践，我设计了一些课堂小组讨论、实践演练等实践活动，让学生通过角色扮演，理论运用等方式进行实际操作和练习，提升实践和动手能力。在教学过程中，我还鼓励学生提出问题和看法，关注学生的思

考过程和学习动态，让他们在实践运用中逐渐认识到知识的重要性和应用性。通过这些实际操作和探究，学生能够更加深入体验到所学知识的实际意义和运用价值，同时也对知识形成了更深入和准确的认知，促进了知识学习和思维能力的提升。

第三段：实践教学能够提高学生的动手能力和实践意识

应用实践教学能够帮助学生不仅在理论上掌握知识，更能够有效提升他们的动手能力和实践意识。尤其是在职业技能类课程中，实践教学更是必不可少的教学手段。通过实际操作和案例分析的方式，学生能够更好地将理论知识转化为操作技能和解决问题的能力，不断探索创新，完成实际任务。例如，在我的职业技能类课程中，我设计了许多模拟案例和实际操作环节，要求学生亲自动手操作，并注意实践中遇到的问题 and 解决方案。这样，学生可以在课堂上模拟实际操作环境，提升实际动手能力和解决问题的能力，为将来的职业工作打下基础。

第四段：实践教学能够促进学生团队合作精神的培养

应用实践教学同样也能够培养学生合作意识和团队合作精神。在课堂中，我通常会安排小组讨论、课堂分享等活动，在同伴中合作和探索问题，听取和接受其他学生的意见，并形成比较优秀的解决方案。这不仅能够促进学生之间的思想交流和团队合作精神，更能够激励学生在更广阔的人才池中发挥潜力，培养学生具有竞争精神和竞争力的心理。

第五段：实践教学能够促进学生的个人发展和社会责任感

应用实践教学有利于促进学生的个人发展和社会责任感的培养。在实践实验的过程中，学生能够锻炼自己的独立思考能力和解决问题的能力，而且还能够知道自己的局限性并寻求帮助和建议。同时，学生在实践中也意识到自己的社会存在

感，认识到自己的行为和决策对社会和他人产生的影响，形成良好的社会责任感和价值观。

结论：

总之，应用实践教学是一种教学手法，它能够激发学生的学习热情、提升学生的动手能力、促进学生团队合作精神的培养，同时也是培养学生个人发展和社会责任感的有效途径。在我的教学实践中，我不断总结和反思经验，力求运用更为丰富和生动的教学手段，以期能够让学生更加深入认识和理解所学知识的重要性和实际运用方式，最终提高学生在职业生涯和未来发展道路上的应对能力。

实心得体会篇四

作为一名党员，我也在学习的过程中深刻体会到：群众路线是我们党的根本路线，也是党所有工作的生命线。党发展壮大的历程，是一部依靠群众、发动群众的生动历史；党长期执政的历程，是一部为了群众、服务群众的鲜活历史。正因为我们党始终坚持为人民服务的根本宗旨，并且创造性地贯彻于革命、建设和改革的历史进程中，贯彻于我们党的全部工作、全部活动中，我们党才得到了最广大人民群众的真挚拥护。

“要在全心全意为人民服务上取得实效”，实质上就是对全党、全军、全国各族人民和各行各业及其党员干部，在贯彻落实党的根本宗旨上提出了新要求，也就是“全心全意为人民服务新要求”，虽然是老话题，但却赋予崭新的内涵，其新点、亮点和关键点，就是“新要求”。“全心全意为人民服务新要求”，就是在国际国内新形势下，在我国进入全面建成小康社会的决定性、关键性的新阶段，提出的新思想、新观点、新内涵、新目标、新任务、新举措、新要求，完全符合时代潮流、符合党心民心，符合人民群众的期待，富有新意、更有深意，鼓舞人心，令人振奋，吹响党和人民同心

同德建四化、齐心协力奔小康的进军号角，吹响了建设和发展中国特色社会主义，实现我们党提出的“两个百年”奋斗目标号角，具有极强鼓舞力、感染力和号召力，具有广泛的社会反响和良好的政治和社会效益。

十八大报告指出：“只有植根人民、造福人民，党才能始终立于不败之地”。群众路线是无产阶级政党一切工作的根本路线，随着时代的不断变革，它在今天被赋予了新的含义。作为新时期的社区工作人员，应该把党的群众路线的精神实质，深深扎根于人民群众之中，努力践行“立党为公、执政为民”的理念，做到思想上尊重群众、政治上代表群众、感情上贴近群众、工作上为了群众，一切从群众利益出发，多为群众办实事、办好事，才能得到群众的拥护和支持，才能在建设和发展中取得新胜利。

回顾我们党在战争年代能取得胜利，其中最重要的一条就是坚持了党的群众路线。历史证明，我们党的根基在人民、血脉在人民、力量在人民，保持党同人民群众的血肉联系，始终与人民群众同呼吸共命运，是我们党无往不胜的根本。在长期革命战争中，我们党依靠群众，依靠信念，勇于胜利，取得了伟大的胜利。搞社会主义现代化建设同样需要这种精神。如果没有这些精神，就不能算是一名合格的公务员，一名优秀的科技管理工作。新时期科技管理工作更要树立密切联系群众的观念，立足本职，踏实工作。

做好本职，服务群众

要做好新形势下的群众工作、密切党群干群关系，是当前加强和改进党的建设的重要内容，是推动科学发展、促进社会和谐的内在工作。这就要求各级领导干部要坚定信念、求真务实、一心为民、清正廉洁、艰苦奋斗、无私奉献，积极探索做好新形势下群众工作的新路径。

“五心教育”指出的忠心对党、真心为民、清心律己、公心

用权、用心干事包涵了我们生活中的方方面面，是指导我们工作生活的行为准则。做好本职，服务群众。群众工作就是民情工作，基层工作就是民生工作。服务群众，要弄清楚群众要我们做什么，能为群众做什么，认识清楚，坚持群众路线，真诚倾听群众呼声，真实反映群众愿望，真情关心群众疾苦，才能多为群众办好事、办实事。

在一个新时期中，认真的学习贯彻党的路线、方针和政策，只有做到真抓实干，务求实效，把嘴上说的、纸上写的、会上定的，变为具体的行动、实际的效果、群众的利益，服务群众的工作才算做到了位、做到了家。切勿在一片表态的声音中走了样，在一片落实的声音中落了空！要脚踏实地、埋头苦干不断创新工作方式和工作方法，努力做好新时期下的工作。

扎根群众才能枝繁叶茂

我们党无论在什么时候，都始终根植于人民群众之中，一切为了人民，一切依靠人民，从人民群众中汲取力量源泉。这是我们党不断发展壮大、党的事业从一个胜利走向又一个胜利的决定性因素。

胡杨能在干旱的荒漠中枝繁叶茂，就因为它的根可以扎到20米以下的地层吸收水分。同样，只有把根深深扎在人民群众之中，从人民群众中汲取智慧和力量，同人民群众同呼吸、共命运、心连心，我们党才能充满活力，党的事业才能充满生机、蓬勃兴旺。我们必须从生命根基的高度，深刻理解“离开人民群众的拥护和支持，党的执政能力和执政地位就会成为无源之水、无本之木”，始终把群众路线作为我们党不变的坚守。

中国共产党是一个靠群众工作起家的党，是一个把服务群众作为自己的宗旨、在扎实的群众工作中获得群众支持并不断发展进步的党。在新形势下，我们必须清醒地看到，群众工

作出现了不少新情况新特点，面临不少新挑战。我们要结合江苏经济社会发展变化和党员干部队伍不断新老交替的实际，认真审视、深刻反思在群众观念、群众立场、群众工作、群众作风和干群关系上出现的新情况、新问题，坚持好的做法和好的传统，认真改进工作而不回避问题，真正把群众放在心坎上。

基层群众是我们的源头活水

始终根植于人民群众之中，我们才能真正了解到群众的所思、所想，才能更深切地感受到民生疾苦，才能更具体地知晓群众最关心、最直接、最现实的利益要求，从而更好地为群众服务。有的干部觉得现在群众工作难做，是因为利益多元化了，群众往往站在自己的立场、利益上看问题。事实上，当你的主张不能得到群众理解时，首先该把自己置于他们的位置上，用群众的眼光、从群众的立场来看问题、想问题、处理问题，充分考虑不同群众的利益和承受能力。带着深厚感情，走到群众中去，才能集思广益，找到化解矛盾的方法；才能“一把钥匙开一把锁”，得到广大群众的理解与支持。

求木之长必固其根本，欲流之远必浚其泉源。人民群众是我们的力量源泉，群众路线和群众观点，是我们的传家宝。党的组织、党员和党的干部，必须同群众打成一片，绝对不能同群众对立。如果哪个党组织严重脱离群众而不能坚决改正，那就丧失了力量的源泉，就一定要失败，就会被人民所抛弃。我们要更加自觉地坚持从群众中来、到群众中去，切实增强群众工作的本领，把人民群众中蕴藏的无穷智慧和力量凝聚到推进“两个率先”的伟大实践中来，这既是历史的昭示，也是现实的召唤！在平时我经常进行自我反省，时时处处对自己严格要求，查找不足，努力营造一个好老师的形象。到底怎样做才能塑造一个好老师的形象，让学生喜欢上你呢？我认为教师专业水平的高低是学生喜欢的标志之一。王崧舟老师说过：一个优秀的教师，必须有四大支柱，有丰厚的文化底蕴支撑起教师的人性，高超的教育智慧支撑起教师的灵性，

宏阔的课程视野支撑起教师的活性，远大的职业境界支撑起教师的诗性。是啊，一个没有丰厚的文化底蕴的教师，根本不可能给学生的生命铺上一层温暖的、纯净的底色。博学多才对一位教师来说是十分重要的。因为我们是直接面对学生的教育者，学生什么问题都会提出来，而且往往“打破沙锅问到底”。没有广博的知识，就不能很好地了解学生之“惑”，传为人之“道”。但知识绝不是处于静止的状态，它在不断地丰富和发展，每时每刻都在日新月异地发生着量和质的变化，特别是被称作“知识爆炸时代”、“数字时代”、“互联网时代”的今天。因此，我们这些为师者让自己的知识处于不断更新的状态，跟上时代发展趋势，不断更新教育观念，改革教学内容和方法，显得更为重要。否则，不去更新，不去充实，你那点知识就是一桶死水。

实心得体会篇五

近期，我参加了一次关于函数应用的实训课程，通过实际操作和理论学习，我深刻认识到了函数在编程中的重要性和应用价值，并获得了许多宝贵的经验和心得体会。

首先，函数的灵活运用使编程变得高效而优雅。在实训中，我们学习了不同类型的函数，并学会了如何根据需求合理运用它们。无论是封装复杂操作的大型函数，还是根据特定规则进行数据处理的小型函数，它们极大地提高了我们的编程效率。通过函数的模块化设计，我们能够更加容易地调试代码和进行功能扩展。在实践中，我意识到，一个函数的设计应该尽量短小且单一，这样不仅使其易读易懂，也方便后续的维护与修改。

其次，函数应用的巧妙运用使程序更加具有可复用性。在实际的编程过程中，我们经常会遇到相似的问题，而函数的应用能够避免重复的代码编写。通过合理抽象和封装，我们可以将一段常用的功能代码写成一个函数，并在不同的场景下重复利用。在实训中，我尝试过将一些公共的功能模块写成

通用函数，比如文件读写、网络请求等，这样可以节约不少时间，并且在后续的开发过程中也会变得更加便捷。

再次，函数应用培养了我们的思维能力和逻辑思维。在实训课程中，我们需要根据需求，设计函数的输入参数和输出结果，根据不同的场景用不同的函数组合和调用。这就要求我们具备良好的逻辑思维能力和编程思维。编写一个函数之前，我会先进行需求分析和逻辑架构的设计，这样可以在一开始就避免一些不必要的麻烦。在实践过程中，我意识到函数的好坏不仅取决于代码的质量，还要考虑其运行效率和可扩展性。因此，我们在编程过程中需要注重思考和反思，以提高自己的编程能力。

最后，实训过程中的合作与交流让我领悟到了团队合作的重要性。在实训中，我们往往需要与其他同学合作完成一个完整的项目。而函数的应用能够使项目更好地分工和协作。每个人负责相应的函数编写，然后将其整合到一起，最终形成一个完整的项目。通过与他人的合作，我意识到程序员不是一个人孤军奋战的，而是需要和他人紧密合作的。在合作过程中，我们不仅可以互相学习和借鉴，还可以共同解决问题，并培养自己的团队意识和沟通能力。

总结起来，函数应用实训给了我宝贵的经验和收获。我从中深刻体会到了函数在编程中的重要性和应用价值，学会了灵活运用函数提高效率，培养了思维能力和逻辑思维，并懂得了团队合作的重要性。通过这次实训，我对函数的应用有了更深入的理解，并且在今后的编程实践中，我将更加注重函数的合理设计和运用，以提高自己的编程水平和工作效率。

实心得体会篇六

通过这次国培，收获颇丰、感想颇深、眼界开阔了、思考问题能站在更高的境界。心中的困惑、教学中的疑难、成功的经验都是我们热心交流的话题。这是一个畅所欲言、平等交

流的地方，使我对教育与新课程又有了一个新的认识，不断完善自己，多多吸取别人的经验，使自己在国培中成长。

回想学习中，多位教育名家的讲座为我们的教育科学理论注入了源头活水，给我带来了心智的启迪、情感的熏陶和精神的享受，让我饱享了高规格的“文化大餐”，我感受着新思潮、新理念的激荡，他们以鲜活的案例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，给了我强烈的感染和深深的理论引领，每一天都能感受到思想火花的冲击；我分享到了收获的喜悦，接受了思想上的洗礼，受益匪浅。国培就像一朵盛开的奇葩，宛若傲雪红梅，分外娇艳，为我们搭建了一个交流学习的平台，能和更多的同行交流，探讨了疑惑。在一次次的感悟中，颇感自己的责任重大、知识贫乏。下面将我的学习心得小结如下：

“一个人能走多远，看他与谁同行，一个人有多优秀，看他有什么人指点，一个人有多成功，看他与什么人相伴，有几位好同伴，将会成就你的一生。”当我听了几位专家的讲座，真是受益匪浅。激起我心中的许多感想，让我树立了新的正确的教育观，感悟到要善待学生，尊重生命。学到了自信，学到了方法，感悟至深。作为一名教师，我认为这种观念的形成是很重要的。有了这个观念的引导，在今后课程改革中尽管可能会碰到各种各样的问题、挫折，坚信我会去探索、解决！

作为一名教师，不能只是课堂技术的机械执行者，而必须是课堂实践的自觉反思者。一定要在课堂教学中保证“教师主导”“学生主体”的地位，深深地感到教法要结合实际，就地取材，灵活机动，要因人而异、因生而异，生源不同，各有千秋，要针对学生，因材施教。教学有法，教无定法，贵在得法；形成自己的教法，形成自己的特色，形成自己的风格，教出自己的风采。教师必须要有开发课程和整合课程内容的能力。只有这样才能用好教材、活用教材。还应该不断的学

习，不断的增加、更新自己的知识，在教学中预设与生成的矛盾，这样才能将教材中有限的知识拓展到无限的生活当中去。

通过学习，让我清醒地认识到，专家与名师，之所以能成为专家与名师，他们那广博的知识积累和深厚的文化底蕴。能够“恰当把握教学生成”，是与他们辛勤的付出、不断地积累总结分不开的，“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”是他们的最好写照。作为一名参加教育教学能力提升提升工程省级培训的教师，要想以高贵的姿态行走，就要在教学中学会反思，在反思中总结，真正提高教学能力，做一个智慧型的老师。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，需要可持续性的发展。能否对学生实施高素质的教育，促进学生主动、活泼、生动地发展关键在于教师的素质。只有通过在教育中不断学习，在学生实际情况的基础上对教学有所创新，才能逐渐提高教学水平。教育将更进一步注重对学生创新和实践能力的培养，进一步接受以人为本的理念；听了专家的报告，使我明白每个学生都能够学习，并且能够学好，成为优秀的学生和未来社会的成员。“老师的能耐是让一个不爱学习的孩子爱学习了”。因此，教师就应着力于将经验内容转化为学生容易理解和接受的内容与形式。专家的讲座，让我认识到教师应由经验型向专业型转化，传统型的教师已不适合新形势的需要。因此我们要不断提高自身素质，不断地用知识来充实自己，并逐步向专业化教师转化。

兴趣是最好的老师。老师的引导和鼓励让他们在学习中获得快乐。把价值引导和孩子的自由发展结合起来，体现了价值引导，同时又注重学生快乐的学习，不强迫学生去被动的接受，而是满足学生的需求。学生不但主动快乐的学习了知识，努力创造一个想说、敢说、喜欢说、有机会说，并能得到积极的应答的环境，学生在交往中，在生活中交流和表达，不仅语言得到发展，其他各方面的能力也得到发展。为此，教

师必须转变自己的角色地位，顺应课改的需求，把放飞心灵的空间和时间留给学生，营造宽松自由的氛围。在这种轻松的氛围里真正地引导学生积极、主动地学习，鼓励学生大胆去学，真正让学生成为主宰学习的主人，学习活动参与者、探索者与研究者。只有这样，才能培养出新时期“发现型、发明型、创造型、创新型”的学生。

从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。因此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。教师要心胸宽广，能够听取各种不同意见，要严于律己，宽以待人，要多一些理解之心、关怀之心、友爱之心，这样给学生良好的示范作用。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点一滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点；冰心曾说过：“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有一切。”

要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生。因为，我们每天面对的是一个一个有着鲜活生活，一个个正在茁壮成长的学生，我们要把他当作一个能动的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为无话不说的好朋友；从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，让学生感到温暖，增强自信，这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃，更会使教学效果收到事半功倍的作用。

教师要以自身的行为去影响学生，真正成为学生的表率，使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。此外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是

良师还是益友。

上课是一门艺术，除了有一定的知识结构外，还要有一些技巧和方法。教师上好一堂课，最主要就是有自己的特色，有自己的灵魂，不同的方法可以学习、借鉴。国培活动是短暂的，但无论是从思想上，还是专业上，对我而言，都是一个很大的提高。专家结合自身的成长给我们做的一场场精彩讲座，为每一位潜心求学者提供了丰盛的教学营养大餐，为我们教师的健康成长又一次指明了方向。愿我们的教师像大海那样敞开胸怀容纳百川，像太阳那样，不断地进行新的核聚变，积蓄新能量，做一支永远燃烧不尽的蜡烛，去照亮人类，照亮未来。为了我们的教育，为了我们的学生，也为了我们自己，时时处处都要注重自己的师德修养和人格塑造，并加强自己的理论素养和专业技能的学习和提高，一切从实际出发，切实担负起教师应尽的责任和义务。

教育的与时俱进，也许这就是脚踏实地走出的第一步。教育的改革任重道远，教师是主力军，课堂是主阵地，没有高素质的教师就没有高质量的中国教育，为了中国教育的发展，作为一名教师，我发自内心的说一句：国培，你是一道亮丽的风景线！

今年我有幸参加了国培学习，通过本次学习，使我大开眼见，学会了很多平时学不到的知识，使我的思想上受到了彻底地洗礼。百年大计，教育为本。祖国的复兴全在教育，我们教师责无旁贷。我将体会总结于下：

人们都说教师是人类灵魂的工程师。这是对老师的最高赞誉，使我对当初多选择感到无怨无悔。一年树谷，十年树木，百年树人。可见我们的工作任重道远的。一个人长时间重复着某一项工作，容易产生职业倦怠，这是人之常情。但我们的工作，关系到孩子们的健康成长，关系到整个国家的前途和命运。是儿戏不得的，我们必须从思想上彻底改变过去陈旧的教学观念，以全新的姿态去投入到轰轰烈烈的教育事业

当中去。

二. 学习党的教育方针和政策，不断更新自己的知识。我们的工作不能两耳不闻窗外事，一心只教圣贤书。我们要认真学习党的教育方针和政策，了解社会发展动向，紧跟时代脉搏，从而使我国立于民族不败之林。我们要不断地学习专业知识和教学的技能，使自己成为一个学识渊博的人。学习古今中外，上至天文，下至地理的知识，懂得各科知识之间的联系，形成游刃有余的教学技能。 三. 充分了解学生，成为他们的良师益友，恰当运用教学方法。

我们工作的对象是活泼可爱的孩子们，在不同阶段，他们有不同的年龄特征。世界上决不能找到两片相同的树叶，他们每个人的家庭环境和性格特点各不相同。古代的大教育家孔子曾经说过，教学要因材施教，我们要经常和孩子们谈心，不断地进行家访工作，了解他们的心声，真正成为他们最知心的朋友，灵活运用地各种教学方法和教学技巧。多表扬，少批评，及时发现他们身上的缺点和错误，进行循循善诱地指导。晓之以理，动之以情，导之以行，使错误消灭于萌芽之中。让孩子们之间互相帮助，形成温暖的大家庭，使每一个孩子都能健康成长。在教学中把学习的主动权交给学生，在必要的时候，进行恰当地指导，让他们培养探究合作的学习方法，使学生具有开拓创新的精神，培养成可持续发展型人才，真正成为社会的主人。 四. 学以致用，使学生把知识转化成为能力。

我国的教育，与发达国家相比，孩子们缺乏创新精神，学生容易造成高分低能的现象，成为无用的书呆子。在学习的过程中，开展丰富多彩的第二课堂，让学生走进生活，进行恰当地运用，真正把知识转化成为能力。培养孩子的观察能力，交际能力，动手操作的能力，让他们多问为什么，养成爱动脑筋的好习惯。使他们在生活中不断地锻炼自己，真正成为一只只翱翔在天空中的雄鹰，长大以后才能投入社会，进行很好地工作，才能为人类创造出更多的财富，成为一个有益

于社会的人，从而更好的实现自己的人生价值。

我们教师的职业是伟大的，在平凡的工作岗位上，做出不平凡的业绩。真正成为人类灵魂的工程师，严格要求自己，做好学生的表率，兢兢业业，把每天都当成最后一天去过，增加使命感，以阳光的心态去工作。不管自己的年龄有多大，都要以积极的心态去工作，充分发挥自己作为女性的天性，像对待自己孩子一样的，平等地对待每一个孩子，用一片爱心去关爱每一个学生，使他们都能茁壮成长，真正成为一名教学的艺术大师，与孩子们在一起真是其乐无穷。

实心得体会篇七

渗透作用是物质在膜或隔离物中自由通过的能力，它在生活中起到了重要的作用。为了更加全面地了解渗透作用，我们进行了一次渗透作用实验。在这个实验中，我们通过观察和记录，对渗透作用有了更深入的认识。

第二段：实验目的和方法

实验的目的是通过观察溶液通过膜的速度和效果，了解渗透作用的原理和相关知识。实验的方法是将含有颜色的溶液分别放入两个膜囊中，让其通过膜囊进行渗透作用，然后观察颜色变化，记录时间和结果。

第三段：实验结果和观察

在实验中，我们观察到膜囊中的溶液开始发生颜色变化的过程比较慢，但随着时间的推移，颜色变化逐渐变得更明显。我们注意到，颜色变化的速度和效果与溶液中物质的浓度有关。浓度越高的溶液，颜色变化越快且更明显。

第四段：心得体会

通过这次实验，我们深刻体会到了渗透作用的重要性。渗透作用可以帮助我们了解物质在不同浓度溶液中的通过能力，进而应用于生物、化学等领域。在生物学中，渗透作用可以解释水分子在细胞膜中的传递机制；在化学工业中，渗透作用可以应用于分离纯化、过滤等方面。这次实验让我们更加深入地了解到了渗透作用的实际应用，对我们今后的学习和研究有着重要意义。

第五段：结语

通过这次实验，我们不仅仅学到了渗透作用的原理和应用，更重要的是培养了我们的观察能力和实验操作技巧。渗透作用的实验带给我们的不仅仅是知识上的收获，更是对科学探索和实验方法的熟练运用。我们相信，通过不断地实验和学习，我们会对渗透作用有更深入的认识，并将其运用于更广泛的领域，为人类的生活和发展做出更大的贡献。

实心得体会篇八

在报告中强调，科学发展观是党必须长期坚持的指导思想，必须把科学发展观贯彻到我国现代化建设全过程、体现到党的建设各方面。

科学发展观通俗易懂，简明扼要。发展就是加快建设步伐，提高生产力，满足日益增长的物质文化需求，而要实现此种发展，得靠科学，按照客观规律办事，用最优的方式，最先进的技术去加快转变和实施。党的xx大将“科学发展观”写入《中国共产党章程》，此次报告强调，科学发展观是党必须长期坚持的指导思想，说明科学发展观这一重大理论符合国情、党情实际，也是民心所向。

科学发展观的内涵非常丰富，是全面、协调、可持续发展观，社会要进步，人民生活水平要提高，没有其它的路可走，只能是靠双手和智慧去获取；要解决前进中的问题，保障人民

在政治、经济、文化、社会等方面的权利和利益，做到公平公正，也只能靠发展。发展是解决诸多矛盾的有效途径，也是提升公民幸福感，为民谋福祉的必由之路。因而，科学发展观这一创新理论，不仅是指导当前，还应作为长期坚持的指导思想，并且要毫不动摇的将坚持科学发展观作为执政兴国第一要务。

科学发展观的核心是“以人为本”，党的根本宗旨是“全心全意为人民服务”，科学发展观与党的宗旨相一致。长期坚持科学发展观为指导，就是要在发展的基础上，以经济为支撑，惠及与民，改善和提高民生，收入增多，幸福感增强，学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居，物质和文化需求都能够随着发展得到满足。发展不是单纯的为发展而发展，其目的是：让每个社会成员的生活水准都能够随着发展得到提升，老百姓收入多了，荷包鼓了，社会购买力就增大，消费指数就提高，反过来又促进生产，此种良性循环，更有利于推动发展。

提高和改善民生无止境，旧的民生问题解决了，新的民生问题又出现，而且随着社会的进步，生活水平的提高，民生需求的质和量也相应提高，因而，也决定了发展无止境，只能加快，实行跨越式发展。长期坚持科学发展观为指导，就是不断的发展，不断的创新，向更高的层次发展，又好又快的发展。

要长期坚持科学发展观，领导干部是关键，作为科学发展的组织者和领导者，应该担负起责任，掌握好盘子，少做虚事，杜绝面子工程，政绩工程，多干实事，脚踏实地，充分的利用当地的资源优势，人文优势和地域优势，解放思想，更新观念，紧紧把握好机遇，以民生为重，“为官一任造福一方”，做好科学发展的领头羊，和为百姓排忧解难的贴心人。

报告强调，科学发展观是党必须长期坚持的指导思想，充分体现马克思主义中国化最新成果，不论是对经济发展还是改

善民生，都有重大的指导意义，在此指导思想指导下，发展将进一步加速，人民的幸福感将得到进一步的增强。