

2023年培训机构心得分享(模板5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。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。

培训机构心得分享篇一

当我们备受启迪时，写一篇心得体会，记录下来，这样就可以通过不断总结，丰富我们的思想。应该怎么写才合适呢？以下是小编整理的入职培训机构老师心得体会，欢迎大家分享。

这次进入我们xx培训任职老师一职给我的触动很大，以前从未想过自己能够站在讲台上去奉献自我，现在我做到了，是我们培训机构给了我这次机会，也是我在这个平台上实现自我价值的开始。这次很开心能够得到这样的一些肯定和鼓励，我想我会继续发挥自己的长处，把这份工作更加完美的完成的！

我入职已经一个月了，这一个月的时间里，我保持一个低调的学习态度，在工作上也不断地去锻炼自己的胆量。通过这些方面的积累，我进步的很快，短短一周我就把工作流程以及各项事项都了解清楚了，并且快速的上岗，在教学事业上开始自己的创作了。这次我是担任x班和x班的语文教学。

对于培训机构来说，作为一名老师，最吸引人的不是她的阅历，而是她个人的品牌性，所以我首先就是给自己定了一个目标，知道自己想要成为怎样的一名教师之后，我就开始去往前进步了。不断创新自己的教学方法，把自己的教学态度放在第一位，及时去调整自己的心态，及时的去端正自己的

教学态度。勤于和学生们互动，积极和家长们进行沟通，做好家长工作是完成这项教学的'最后一步，让孩子的家长们放心也是我们培训机构最重要的一步。

在这个月的工作当中，我认为自己对待一切的态度是很不错的，有时候忙起来的确会让人感到压力很大，但是看着学生们一天天都在进步，我也是非常高兴的。至少我能够通过努力去改善孩子们的不足，这就是作为一名培训机构教师最为骄傲的一件事情了。

任何一个孩子愿意花空余的时间来这里补习，本身就已经是一件很具有挑战的事情了，所以我作为教师当然也不能辜负他们的这一份努力和向上，我尽自己所能去教好他们，给他们把那些不足的地方都给慢慢填补起来，这才是最重要的一项工作了。

入职之后，我的心态改善了很多。以前对自己不是很自信，但是现在我想我足够自信，也足够自強了。我相信自己有这样的能力去做好这一份工作，我也相信自己有这样的激情去维持这一份工作。时间可以改变一切，我也会跟着时间的脚步在这个岗位上继续创造一些辉煌，给自己一个答案，也给自己一些努力的希望和期盼！

培训机构心得分享篇二

第一段：选择IT培训机构的初衷

在当今数字化时代，IT技术的快速发展使其成为潜力巨大的行业。为了更好地适应市场需求和发展潮流，我决定加入一个知名的IT培训机构，以提升自己的技能水平。选择培训机构的原因是它们提供了系统和高质量的教育资源，更重要的是，他们能够帮助我深入了解IT行业的最新动态和趋势。决定之后，我迫不及待地开始了这段IT学习之旅。

第二段：授课方式的创新和多样化

这家培训机构给我留下了深刻的印象。首先是他们创新的授课方式。与传统的课堂教学不同，他们采用了在线教学平台。这种方式既方便又灵活，使我无需地理上的受限，随时随地都能学习。其次，培训机构的教师团队非常专业。他们具有丰富的行业经验，能够给予学员真实的案例和实战经验，让学习更加深入和高效。这种创新和多样化的授课方式使我在学习中感到充满动力。

第三段：学习氛围的激励和互动

IT培训机构也注重营造积极的学习氛围。我发现，学生之间的积极互动和讨论的机会非常多。每个学员都随时可以在在线平台上提问或发表意见，并能得到及时反馈和指导。这种互动使我不仅学到了更多的知识，还培养了良好的沟通和合作能力。此外，培训机构还定期组织学员之间的技能竞赛和项目实践，这增强了学习的动力和兴趣。这种激励和互动的学习氛围成为我不断进步的动力。

第四段：专业培训带来的成果与收获

通过IT培训机构的学习，我收获了很多。首先，我不仅学到了扎实的IT技术，还了解了行业的最新趋势和发展动态。这为我未来的职业发展奠定了坚实的基础。其次，我通过实践项目和技能竞赛，提升了自已的实际操作能力和解决问题的能力。这为我在实际工作中的表现提供了更多的自信。最重要的是，通过培训机构的就业指导 and 资源整合，我获得了一份令我满意的工作机会。这些成果和收获使我觉得这次IT培训之旅是非常值得的。

第五段：持续学习的意义和展望

参加IT培训机构的学习体验让我深刻体会到终身学习的重要

性IT技术的更新换代速度很快，只有不断学习和更新自己的知识，才能跟上时代的步伐。通过这次培训，我理解到学习不仅是为了获得一份好工作，更是为了不断提升自己、追求个人发展和实现自我价值。对于今后的发展，我会继续参加各种专业培训和学习活动，不断挑战自己，成为一个更优秀的IT专业人员。

总结：参加IT培训机构的学习体验使我看到了IT行业的广阔前景和挑战。创新的授课方式、积极互动的学习氛围以及专业培训带来的成果和收获，都让我深受启发和激励。与此同时，持续学习的意义和展望也让我认识到自己学习的责任和使命。通过不断进修和努力，我相信我能迎接IT行业的挑战，实现自己的职业目标。

培训机构心得分享篇三

在培训机构当辅导老师，在进行完与家长和第一次亲密接触后，我们一定会碰到许多难缠的家长，误解也会产生诸多问题，在此分享心得体会。下面是本站小编为大家收集整理培训机构辅导老师心得体会，欢迎大家阅读。

律回春暉渐，万象始更新。新的一年噢。我是5月份踏上广州这片土地的，在公司工作7个月以来，我有付出也有收获，有欢笑也有泪水。这大半年以来的工作历程我把它分成了3个阶段：第一阶段，5月到8月培训实习期。第二阶段，8月到10月全职授课期。第三阶段，10月至今初步接触教研期。

第一阶段，5月到8月培训实习期。

5月x日第一天上班，作为刚离开校门的大学生接触人生中的第一份工作，我既感到激动又感到彷徨；但依然用极大的热情投入到培训实习中。对于所有刚毕业的大学生而言，他们所经历的第一份工作的第一个月无疑是最煎熬也最具有挑战的；

因为在这一个时间里，理想与现实的碰撞在他们的心里进行着，悄悄的没有声息。这在精神层面进行着的默默无闻的对抗宛如一场残酷的拉锯战，坚持下来的，终是克服了内心里自学生时代以来一直存在的高高在上却不切实际的梦，不惜从基层干起。坚持不下来的那些，大抵都跑去别的公司了，但于这些人而言，即将经历的与原来的经历过的，也不会有太大的差别：仍旧是心的蹂躏，梦的不理想。短时间内很难使自己成为一个合格的“社会人”哦。我深深的思索着，我会属于哪一种？我不知道，但我在路上。。。

我这个人向来是没有什么记性的，实习期的两个月模模糊糊，在心里没有什么印象啦。许是因为首因印象的缘故，对于这一期间我所有的‘第一次’犹历历在目：前三后七的培训中，第一次的试讲我颤颤抖抖；来到第5天，面对着第一个人生中即将教授的学生，我内心发怵；6月中旬，第一次也是最后一次给一个新学生上课，我百味杂陈。这许多个囧的第一次在我的记忆里一点点积淀着，并激励着我前进。我前进着，在后来的每一次试讲里；我前进着，在教授的每一个新的学生里；我前进着，在苦练内功的每一天里。

第二阶段，8月到10月全职授课期。

8月到10月这一阶段，用一句话来概括就是：灰常灰常累，灰常灰常快乐。进入8月，我和刘先美老师一起转正了。转正的事情上升到精神高度这一层面来讲，对于我们来说颇具有激励作用和建设性意义，这让我们很欣喜。但对于正式的全职授课老师，尤其还是在8、9月的暑假，压力还是蛮大的。这一期间，我教授的学生有七八个之多，课时在9月份刷新了温州这边的最高纪录。

有人说，人在有压力的时候才会飞快的成长。现在对于这句话我也有了深刻的认识。譬如，9月里，调皮捣蛋不学无术的学生让人抓狂，恨不得把知识灌进她脑袋里；沉闷不语成绩又差的学生让人无语，开始质疑这是不是在做个人演讲；主动积

极学习成绩好的学生让人喜欢，却又担心他问出自己不会的题目。

这一切的一切，都督促着我：扎实专业知识，苦练内功，培养更大更强更高的耐心、爱心和责任心。这也是我越来越意识到在培训心得上写的那句话：新博硕教育的意义是打破传统教育过分偏重于学科成绩枷锁，是对素质教育更深的追求。这辛苦的两个月以来，我发现无论是我教授的还是其他同事教授的学生不管成绩的好坏与否，在好的习惯养成上均有一个很大的进步。所以，我们在付出真心的同时，也要找对方法。没有学不好的学生，只有找不对方法的老师。

第三阶段，10月至今初步接触教研期。

如沉水。我一次次的告诉自己：要做那敢于向手持长矛的勇士进攻的小牛。过了这道坎，就能蜕变成蝶飞往彼岸咯。坚持！困境最是磨砺人，不外如是。在工作中学习在工作中前进的同时，我也有了许多新的体会。在茫茫的人生旅途，我们必须时时问问自己，叮嘱自己，给自己亮起一盏心灯，磨砺自己，把事做好，更要把人做好。

我是一名受训的人，我充满自信，我将战胜恐惧，征服忧虑，抛弃借口。我将拥有无限的能量，我有着明确的目标，我不再害怕挫折和失败，今天的我超过昨天的我，明天的我超过今天的我。我心中充满着爱，我将把自己的爱无私的奉献给别人，我是一位成功者，一种生命的力量正在我心中涌动，我将全力以赴，不惜一切代价迈向成功！

这周的工作算得上是酸甜苦辣，让我学到了很多，也看清了很多，同时也明白了很多道理。

以前说学校是半个社会，但现在看来我在这半个社会里什么也没学到了，以前在学校碰到一些事情我总是避而远之，自己不喜欢的，看不惯的就避开，但是工作后发现我这种逃避

是错误的，该面对的要面对，该解决的问题应该想办法解决，而不是一味的逃避。

一位前辈送了我一段话“不管在任何地方上班，请记住：‘工作不养闲人，团队不养闲人。入一行，先别惦记赚钱，先学着让自己值钱，赚不到钱赚知识，赚不到知识赚经历，赚不到经历赚阅历，以上都赚到啦就不可能赚不到钱。只有先改变自己的态度，才能提高人生的高度。’”想想是很有道理，同时也明白了很多道理。但我还是想说我希望我的付出会有收获。

在与同事相处的这个问题上，也学会了很多，以前觉得每个人都很好，所以对任何人都没有隐瞒，有什么说什么，结果出了很多问题。在这问题上通过与张主任的沟通过后，回家爸妈也说了一下，顿时明白了很多问题。尤其是这一点，有什么事情先跟领导说，不要在下面乱抱怨，这样不但问题没有得到解决，还被一些小人的抓到把柄。所以以后又有什么问题，有什么疑问，我会首先问领导，然后找解决的办法。

对于这周的晚辅课，我觉得我很失败。首先有些科目，由于专业的局限性，不能很好的辅导好他们，加上期末临近，学生的学习方法与老师的辅导方式的突变让学生很不适应，我认为会对他们的学习产生影响。对我个人而言，我认为短时间内，没得能力让他们有所提高，本着对学生认真负责的态度，对学校声誉负责的态度，我申请目前不带晚辅课。

不知不觉我已到教育报道了6个月了，记得第一天跟着队伍去现场看时我感觉自己什么都不会、不懂真的很没用，想到了自己之前的几份工作都是靠自己摸索自己学的想想都害怕因为那样太累了，一个上午我就在会场傻呆过去了，同事都是新面孔我又不了解对方，不知问他们问题他们会不会乐意告诉我教我，可是让我惊喜的是中午在饭桌上队伍的兄弟姐妹们主动的教我到会场该做什么不该做什么，晚上赵老师还教我怎么算4个9的数学题，我很感激这些帮助过我的兄弟姐妹

们，那天我就对自己说在以后的工作中一定要认真负责不能辜负他们对我的期望。

现在我觉得在这里的工作环境比较的轻松，即使工作有点繁忙有点累，但是和同事之间相处的是那样的融洽那样的愉快，在工作中我慢慢发现我更适合做会场助理这一职位，因为我喜欢有挑战性的工作，会场助理在最后要面对的是不同的家长提的不同的问题，是考验一个人的应变能力，和销售能力及语言技巧的难题。

但我从未意识到给自己找借口的同时，我已经变得相当的消极了。其时祸根就是我们自己了。说起我的转变也很有意思，我无意中听到的一句歌词“不经历风雨。

专业好文档为您倾心整理，谢谢使用怎能见彩虹”是啊风雨过后就一定会有彩虹，所以我不在找任何借口并对自己充满自信，其实在任何岗位上只要你把心态放好，对自己和身边的人还有所在的团队都充满信心相信你 and 团队都会成功。

心得二：要客第一，合理安排时间，做有价值的家长工作，当然要做到这点会场助理必须学会察颜观色，作为一名会场助理我们的时间是有限的，在会场所有的家长都是有希望成交的，而在这短短的时间里个个都不放过，从而浪费了大量的时间在那些购买欲望不强的人身上，首先要对家长作个分析类，从而在最短的时间内找出重中之重家长，举例说明比如在课堂中讲师在上面讲课，那会场助理和主持就应该站在会场观察底下的家长，用你的眼睛和你的第六感去寻找下面带头骚动的家长然后记住他，等到销售时就拿着教材去向他推销只要搞定他那其他的家长就不用你在废口舌一个一个的介绍推销了，这就是在最短时间销售更多的教材的意思，东西是死的人是活的，办法是用不尽的，就看你勤不勤快肯不肯动脑思考问题，这也决定了你对工作的一个态度。

心得三：知彼解己，先理解家长，再让家长来理解我们，在

进行完与家长和第一次亲密接触后，我们一定会碰到许多难缠的家长，误解也会产生诸多问题。

专业好文档为您倾心整理，谢谢使用会随时在变的，永远没有一成不变的家长)。我们只需记得我们得将我们产品的优点亮点告诉他。你会很惊奇的发现家长的态度慢慢转变，这样，机会就来了！

培训机构心得分享篇四

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

来到__中学已有一个半月时间，回顾这段时间的实习生活，我感触很深，在过去一个月中团结互助、积极上进，各方面工作都完成的及时、实效；所有实习生也都积极参与到六道河中学的各项活动，为六中建设献出自己的一份力量。

作为个人工作来说，这一个多月的时间我已经渐渐在工作中适应了环境。课中的教课和欣赏课也都尝试了，欣赏课由于时间关系只上了一节，课堂上存在的问题在老师指导下已经基本掌握。教课经过多次课堂教学经验和指导老师的随堂指导已经基本掌握课堂结构，在课堂导入、课堂时间掌握和调动学生积极性方面都有了很大的提高。

在这段时间教学中我深刻体会到备课的重要性，要想有一个有条不紊的课堂，让学生在45分钟时间里掌握一首歌的舞蹈节奏，这就需要老师对教学内容掌握熟络、运用自如，能以学生喜爱的方式向大家展示，抓住学生的注意力，以达到教

学目的;备课就是老师储存知识和构思教学结构的过程,通过备课,对知识掌握越加准确,在此基础上构思出让学生更加感兴趣的课堂教学。

自开学第二周在综合组的组织下成立了舞蹈队以来,由于不是舞蹈专业,之前也不会太多成品舞蹈,所以至舞蹈队成立我也是一边做老师一边做学生,跟着视频学了然后教给学生,在学习和教学过程中不断探索教学方法。在教学中我能深刻感受到学生对舞蹈的喜爱,虽然他们在舞蹈方面是零基础,虽然他们最开始都很羞涩、动作很僵硬,但他么一直在坚持,一直很尊重我。

作为教师,看着天真、纯洁的他们,我那颗本来摇动的心在和他们的接触中逐渐坚定;虽然舞蹈备课中我遇到了很多专业困难,虽然我要付出比他们多一倍的努力,但我没有放弃,我没有气馁,想到学生们那渴望的眼神,所有的努力都是值得的。作为一名教师这是一种认可,是一种信任更是一种责任。

实习的路我们才走了一小部分,还有很多需要我们学习的东西,还有很多意想不到的考验等着我们;现在我们需要做的就是认真学习我们的专业知识,同时在平时工作中向前辈谦虚请教非专业知识,做一名有责任感的人民教师。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝,就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行,始于足下”,这两个多月短暂而又充实的实习,使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任,使我的教学经验得到了一个质的飞跃,学到了很多书本上学不到的知识。同时,它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用,是人生的一段重要的经历,也是一个重要步骤,对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活,现在已经渐渐变得顺其自然了,这或许应该是一种庆幸,或许更应该是一种叹息,谁能说得清呢?回顾

两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

首先，我将实习期间的工作收获总结如下：

一、政治理论认识得到提高

为提高全局工作人员的整体素质，局领导组织全局进行时事政治学习，特别是__大提出“当今时代，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉、越来越成为综合国力竞争的重要因素，丰富精神文化生活越来越成为我国人民的热切愿望。要坚持社会主义先进文化前进方向，兴起社会主义文化建设新高潮，激发全民族文化创造活力，提高国家文化软实力，使人民基本文化权益得到更好保障，使社会文化生活更加丰富多彩，使人民精神风貌更加昂扬向上”，使我知道文艺骨干是最积极和影响力、凝聚力的组织者和示范者，我们要增强自我造血功能，加快文化产业建设，创造出更多积极的、健康向上的文艺作品，使人们群众的生活更加丰富多彩。

二、进一步了解保护非物质文化遗产意义

保护和利用我市非物质文化遗产，对落实科学发展观，实现经济社会的全面、协调、可持续发展具有重要意义。在__年初“张北大鼓”成功申报河北省第一批非物质文化遗产名录的基础上，局里人员按照有关文件精神再接再厉、加班加点，组织人员进一步整理、完善“张北大鼓”的分布状况、生存环境、保护现状及存在问题。运用文字、录音、录象、数字化多媒体等各种方式，对该非物质文化遗产深入地进行真实、系统和全面的纪录，并建立了相关档案和数据库。现已将有关资料上报省申报国家非物质文化遗产名录。

进一步加强对非物质文化遗产保护工作的责任感和使命感，要站在弘扬中华民族传统文化的高度做好非物质文化遗产保护工作，要突出工作重点、明确任务，确保非物质文化遗产保护工作的实效，保证非物质文化遗产保护工作的质量，完

成好普查和保护的历史重任。

三、丰富了民间艺术知识理论

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务，额外的学习河北省张家口市张北县流传已久的社火活动、二人台等民间艺术。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

四、舞蹈教学方面的收获

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作(上肢或下肢动作)。如教授第三套健身秧歌第一段《叫技》时，我先让学生熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的动作，后教上肢扇子和手绢的动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，还要注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄学生的生理特点，对其进行适度训练。

转眼间，一学期的工作已结束，回顾这一学期，既忙碌，又充实，有许多值得总结和反思的地方。

职业教育不同于普通教育，又与普通教育有密切的联系，普通教育是学习文化知识为主的基础教育，而职业教育，则是对受教育者在一定水平的教育基础上进行的专业知识技能、技巧的教育，它的特点是强调职业道德培养，着重进行实用性很强的职业技术技能培训。

而中职学校的学生来源比较复杂，大多数都是从农村或是处初中学校的学困生，参差不齐，也有这一部分学生是被各级学校三番两次筛选下来。其中相当多的学生是被家长强行送来，家长对学生的关心、关爱不够，她们已经丧失了学习的兴趣，没有理想和抱负，缺乏自信，精神萎靡不振，无心学习，更有甚者有的还有一些劣迹。因而造成舞蹈教学是一个很难的过程。

学前教育的学生，从没有接触过舞蹈，对舞蹈的理解不深，大多认为我能扭腰用跨，就是舞蹈，就会舞蹈。不爱练习基本功，怕累怕痛，课后不会自觉的去练习。所以没有学过舞蹈的人都会认为：学跳舞是一件很轻松有趣的事，其实在台上跳出一曲优美的`舞蹈，在台下就必须花费很多的时间。俗话说：“台上一分钟，台下十年功！”这个要求对于职业学校的学前教育专业的学生来说都是一个很难的过程，何况她们从来没有接触过音乐舞蹈。

根据多年的舞蹈教学，我在实践中探索、总结、再实践、再探索、再总结、取得了较好的成果，以下就是我的总结与反思：

一、加强学习，不断提高自己的专业技术能力

“学海无涯，教无止境”，只有不断为自己充电，才能维持教学的青春和活力。所以，一直以来我都积极学习与专业相关的知识。我也积极参加舞蹈的各类学术和讲座。另外，我还利用书籍和网络更新自己的理念和知识，通过学习新的知识让自己树立先进的教学理念，也明确了今后教学努力的方

向，随着社会的发展，知识的更新，也催促着我不断学习。利用空于时间，多看看舞蹈教学视频、舞蹈作品、舞蹈编排、让自己不断的进步。通过这些学习，不断充实了自己，更是丰富了自己的知识和见识，为自己的更好的教学实践作好了准备。

1、于20__年8月参加了由北京舞蹈学院组织的“中国舞”等培训及考试，并取得了相应的舞蹈教师资格证书。

2、并于今年__月自己制作音乐，创编的舞蹈《我的理想》，由__级和__级的学生表演，在中职首届风采大赛中荣获“一等奖”的好成绩。

二、求实创新，认真开展教学工作

教育教学是我们教师工作的首要任务，本学期，我努力将所学应用到课堂教学实践中，力求让我的舞蹈教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好的体现素质教育的要求，提高舞蹈教学质量。课前认真作好充分准备，精心设计教案，并结合班级的实际情况。灵活上好每一堂舞蹈课，尽可能的做到当堂课的内容当堂完成，课后加强基本功训练和舞蹈组合练习，促使学生对舞蹈产生兴趣，同时提高学生的舞蹈水平，着重培养学生的实践能力和创新思维能力。

__级的学生已有一个学期的舞蹈基础，对舞蹈有一点的了解，兴趣也慢慢变浓厚。而__级的学生是今年才进校的学前专业的学生，对舞蹈是一种茫然，有的学生在开软开度时，怕累怕苦更是怕痛，导致了一些同学生对舞蹈产生的恐惧感甚至不喜欢舞蹈。为了解决这些问题，培养学生的舞蹈兴趣就是一个很重要的过程。我让学生欣赏了一些舞蹈作品和一些专业院校的舞蹈教学。如：

1、南校艺术学校的舞蹈教学视频，让她们学习里面学生不怕苦，不怕累和痛，坚持到底的精神。

2、看各民族的民间舞蹈，让她们了解各民族民间舞蹈的形成和风格的特点。

3、对成品舞蹈的欣赏，让她们在其中找到舞蹈的感觉，知道舞蹈的功能是什么。

同时在教授舞蹈动作时，要有很丰富的感染力的示范动作显得十分重要，我认真对待每一个舞蹈动作，力求做到优美、到位、漂亮、投入且有亲情。让学生多模仿多练习，从而掌握动作要领，理解动作内容，经过一个阶段的练习。正面教育引导为主，对学生的每一点进步都要及时的表扬和鼓励，哪怕是一个舞步、一个点头、一个微笑都能给学生以表扬和鼓励，增强她们的自信心和积极性，对一些学困生，态度更加亲切、耐心，帮助她们克服恐惧心理，个别的辅导，只有这样做，__级的学生更进步一层，而__级的学生慢慢对舞蹈产生了兴趣，那一些不喜欢舞蹈的学生也开始接受舞蹈，慢慢的喜欢舞蹈。

三、加强总结和反思

反思本学期的工作，在喜看成绩的同时，也在思量自己在工作中的不足，对于舞蹈的学习还不够深入，在实践中思考得还不够多，不能及时将一些舞蹈教学思想理念和问题记录下来，进行反思，对于舞蹈教学中的特色和创新思维还不够多，今后还要努力向舞蹈前辈学生请教教学方法和经验，从而找出一些舞蹈教学的特色和创新思维进行因材施教。

在大学里我学习的是舞蹈专业，这首先要追踪于我在高中时的学习成绩。在高中时我的学习成绩不好，靠文化课考上大学的希望不大，为了能够上大学，我只有另辟蹊径了，最后我觉得我舞蹈学的不错，以前也学过，就开始了我的舞蹈专业学习。

由于我有良好的舞蹈底子，所以我学习的也是很快，不久后

的专业考试中也考的很好，之后我就开始高考并且顺利的考入了大学。

在大学里我学习的是师范类专业，我想毕业后做一名舞蹈老师，很快的，大学已经过去了两年了，我也可以当一名实习老师了。在我找了很多学校后，终于有一家学校开设了舞蹈课程，我也可以给他们去上课，也是对我舞蹈能力的再学习。我将实习期间的工作收获总结如下：

一、舞蹈教学方面的收获

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作(上肢或下肢动作)。如教授第三套健身秧歌第一段《叫技》时，我先让学生熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的动作，后教上肢扇子和手绢的动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，还要注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄学生的生理特点，对其进行适度训练。

二、政治理论认识得到提高

为提高全局工作人员的整体素质，局领导组织全局进行时事政治学习，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉、越来越成为综合国力竞争的重要因素，丰富精神文化生活越

来越成为我国人民的热切愿望。要坚持社会主义先进文化前进方向，兴起社会主义文化建设新高潮，激发全民族文化创造活力，提高国家文化软实力，使人民基本文化权益得到更好保障，使社会文化生活更加丰富多彩，使人民精神风貌更加昂扬向上”，使我知道文艺骨干是最积极和影响力、凝聚力的组织者和示范者，我们要增强自我造血功能，加快文化产业建设，创造出积极的、健康向上的文艺作品，使人们群众的生活更加丰富多彩。

三、节日活动收获

四、丰富了民间艺术知识理论

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务，额外的学习流传已久的社火活动、二人台等民间艺术。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行，始于足下”，这两个多月短暂而又充实的实习，使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任，使我的教学经验得到了一个质的飞跃，学到了很多书本上学不到的知识。同时，它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活，现在已经渐渐变得顺其自然了，这或许应该是一种庆幸，或许更应该是一种叹息，谁能说得清呢？回顾两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

也许在多年以后我成长为一名舞蹈教师以后，我回首看今天的实习，觉的自己一定很好笑，专业知识都不是很懂还去教人家。可是我现在想，这一次实习时我人生中一次宝贵的财

富，我正是通过实习才知道了自己的不足之处，我可以更好的改正自己的缺点，实现我专业能力的再提升。

我会在以后的学习岁月中再次实习的，每一次实习都有着很好的收获，何乐而不为呢。我会更好的改正我自己的，实现自己的梦想！

对于我们在校大学生来说，特别是教育行业来说，能够在实习期间进行充分的实践活动，是我们了解社会，认识社会，提高自我能力的重要机会。其实，我本身就一直有这样一个想法，希望早一点体现自身的价值，和锻炼自己的能力。

如我所愿的是，我很幸运的找到了实习舞蹈培训老师这个职业。我的工作很简单，就上午一个半小时的课，可是，除了上课把知识教给她们外，其实最重要的是培养她们学习的兴趣，得根据她们不同的自身条件，制定一份适合她们的教学程序，让她们对我上的课感兴趣，就是我最重要的目标，当然，也必须规定在一定的时间里学会多少东西。

代课的地方离家里有点远，在湖北，所以就得出在这边吃住，第一天来到这个城市的时候心其实有点凉，因为城市很小，条件一般，不过，转念想想实习本来就是来锻炼的也就觉得没什么了。人生地不熟的来在这里，其实有时候压力挺大的，我的工作量不大，就每天上午一节课，的时间都是比较自由的，因为舞种不一样，其他的老师一天都有两节课，有时候周天还要补课，还有一些吃住条件方面的问题，不是很好，大家对于老板都非常的有意见。

本来说好是包吃包住，来了以后需要自己买各种日用品，床上用品，还有早餐也不包，刚开始早餐都是吃的面，最后都改成吃包子了，好心酸，再加上工作量大，上一节课都要喝掉两瓶水，本来都是买的一块钱一瓶的冰水，最后都自己买了水杯烧的热水喝的，本来是来挣钱的，一个月不到的时间就花去了很多，饭菜里面都是些清淡的菜，一点油水都没有，

有时候在街上看到自己喜欢吃的烧烤阿，面包零食啥的，都舍不得买，加上工作的压力和老板给的压力有时候就感觉好委屈，觉得自己在很认真的去教，老板却还各种不满意，觉得自己的劳动成果被否认，心情很不好，但是很快，我对待教学工作的态度就变的越来越积极了，因为我想起自己当时最根本的那个想法——锻炼。

我对自己说，就算现在的情况比想象的艰苦，我也不能忘记当时自己来这里的根本原因阿，我觉得做好自己是最重要的，不管别人怎么想你，对的就去听，听了就去改正，不对的，就不要去在意。不能因为别人而影响了自己的心情。实习上班差不多有50天的时间，短短的50天却让我学到了很多东西。

1、处理人际关系很重要

宿舍除了我还有几位教练，人都很好，因为我是里面年纪最小的，所以对我，也特别的照顾，但是，一个多月的时间里，也不是事事顺心的，这也让我学会了怎样更好的与人相处，所谓集体生活，就是想问题做事情必须以集体着想，不能一己私利，这样才能和睦相处，以前总听说社会是多么的残酷多么的现实，朋友只不过是互相利用罢了，但是在这里，我懂得的却是，只有你为别人多考虑一点，别人也会多为你考虑，或许还是有很多很黑暗很现实很残酷的事情，但是，我庆幸我没有遇到，而且，在以后的道路中，我还是会以我的方式与人相处，我觉得最重要的是，做好自己，不能同流而污。

2、要学会主动交涉

平时工作除了教好学生跳舞以外，以家长沟通其实是最重要的一项，在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习，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。别人对你的意见，你要听取，耐心，虚心地接受。

3、要学会自强自立

俗话说：“在家千日好，出门半“招”难！”意思就是说：在在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过的无虑，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在一个多月里，让我学会了自强自立！凡是都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立。

4、专业的重要性

在上课的过程中，还是比较得心应手的，因为都是平时上课学习的东西，在平时上课的时候就已经完全掌握了，所以对于教学还是非常轻松的，所以，专业知识对我们是非常重要的。

很快，实习期就这样过去了，我的这个实践也结束了。不是很忙，也不是很累，一切对我来说，是那样的平淡而又充实。有人说，人生就是一个自我实践的过程。实践在己、在人、在天，而自我能够把握的部分便只能是自己，所以多经历一些就是好的。拥有了那些经历之后，你才会了解到他人的心境和思想，你才会拥有更多的感悟。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，也不愿在学校读书，而已经在社会工作的人都宁愿回学校读书，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实践中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实

践可以为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了，要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的只是，还要不断从生活中，实践中学到其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

这是一次实习经历。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽然生活艰苦，但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，锻炼自己的才能，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。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”可还在校园里面的我们这帮学子社会经验又会拥有多少呢？所以，实习对我们来说真的是一次很好的锻炼机会。

;

培训机构心得分享篇五

在当今高科技时代IT技术的发展迅猛，对于从业者来说，持续的学习和培训变得至关重要。而IT培训机构作为提供培训和指导的机构，为从业者提供了宝贵的学习机会。通过参加IT培训机构的课程，我深刻体会到了它的重要性和价值。

第二段：学到的新知识和技能

在IT培训机构的学习过程中，我学到了许多新的知识和技能。首先，我了解了最新的IT技术趋势和发展方向，这让我对行业的未来有了更清晰的认识。其次，我通过实际操作和项目实践，掌握了各种常用的软件开发工具和技术，提高了自己的实践能力和解决问题的能力。最重要的是，我在培训机构

结识了许多志同道合的同学，通过互相学习和合作，我们共同进步，相互推动。

第三段：培训机构的专业性和优势

IT培训机构之所以能够取得如此好的效果，一方面与其专业性和优势分不开。这些机构通常由一群经验丰富的专家组成，他们对于各种IT技术和工具有深入的了解和研究。在课程设置上，培训机构会根据市场需求和学员的实际情况，设计出科学合理的培训方案。此外，培训机构还会提供实践机会，让学员能够将所学的知识与实际项目结合起来，培养实践能力。

第四段：对个人和职业发展的影响

参加IT培训机构的学习经历对我的个人和职业发展产生了巨大的影响。首先，我获得了更广泛的知识和技能，使我在职场上更加有竞争力。其次，通过培训机构的学习，我认识到自己的不足之处，激发了我改进和进步的动力。最重要的是，培训机构的学习经历使我接触到了更多的行业信息和资源，为我的职业发展提供了更多的机会和选择。

第五段：总结和建议

通过参加IT培训机构的学习经历，我深刻认识到其重要性和价值。我建议更多的从业者积极参加IT培训机构的课程，不断提升自己的能力和竞争力。同时，培训机构也应该加强与企业的合作，根据企业的需求定制培训课程，为企业输送更多的优秀人才。相信通过不断地学习和培训，我们每个人都能在IT行业取得更好的发展。