社会实践培训心得体会（32 篇）

社会实践培训心得体会（通用 32 篇）

社会实践培训心得体会 篇 1

意识的放松就会导致行动的不积极，由于之前的几天离开了办公室良好的学习氛围，对自己的要求放松了，所以回来后的这两天状态不好，把之前的坏习惯又带回来了，这是很不应该的，在晨会上还说要坚守最后一班岗，但是自己没有做好，在这里承诺以后不会出现这种情况了，今日事，今日毕。通过这次也使我意识到，要想取得成绩，头脑中要有工作的意识，让这中意识成为习惯，不能把工作看成是不得不完成的任务，把心态放正，意识端正，使工作成为乐意做的事情。

今天最大的收获就是得到领导的培训，谈话中举出的几个小例子，让我体会到心无小事，细节决定成败，每一件小事都可以映射出一个人的素质，在不知不觉中可能就给别人留下了或好或坏的印象，这些就需要在平时的点点滴滴的小时中养成好习惯。要想得到认可，自己的一言一行都要注意。同时也意识到自己为什么观察不到本质，为什么观察的面那么窄，因为看到的都是大众可以发现的，比较明显的特点，而没有认真去观察每个人细微的言行，某些看似微不足道的小事情，这是懒惰的结果。思考很重要，但是有意识想把事情做好的时候，手脚懒惰了，缺少执行力的，也不会出成绩，没有那件事情，不动手就可以实现。唯一不劳而获的是贫穷，每个人都不喜欢贫穷，除非已经习惯了。

中午玩“谁是卧底”游戏的时候，突然意识到，其实这个游戏很好，可以锻炼观察和分析能力，用心玩也可以提高洞察力。在游戏中，每个人都在努力的想形容词，每个人都集中注意力听其他人说，并且边听边思考琢磨，我想要是在工作中也能这么用心的琢磨，工作也会做好的，所以把工作看成是一件快乐的事情将会很快出成绩的。

今天大家是节前最后一天，大家都归心似箭，但是王依然很淡定，有条理的完成工作，也感染这我们，让我们坚持到最后一刻，感谢今天对我声音的指导，耐心的听我一遍一遍读，然后找出不好的地方，也是一个很好强的女孩，她希望把每件事情都做的更好。

小梦梦中午要回家，所以上午有些忙，希望利用最后的时间把ppt再好好修改，在年后可以出色的完成考核。看起来很像小孩，但是却很有思想，她对自己已经有了明确的规划，希望她可以通过努力尽快实现目标。

社会实践培训心得体会 篇2

20__年_月中旬，我又找到了培训班兼职的工作。我原以为一切会按部就班顺利地进行一 个月的工作，却是那么不平坦。我在培训班里负责三门课程，分别是拼 音、作文、英语。

由于培训班里都是低龄的儿童，在教学过程中遇到了很多难题。在上拼音 课的时候，班上有 10 个左右的学生，每个学生都大致接触过拼音，但是基础 不尽相同。有的是幼儿园准备升学前班，有的是三四年级，他们来这里学习 拼音目的因此不同。有的是为了启蒙教育也有的是巩固基础，但总的来说每 个人起点都一样，需要从 0 开始学起。对于小学教育，需要特别的耐心，这些 小学生都是 3 年级以下，课堂纪律差，好动，这对于缺乏教学经验的我是个特 别大的难题。 上课的时候他们缺乏注意力，喜欢做小动作和旁边同学打闹，这时候就需 要与拼音学习有关的游戏来吸引他们的注意力。于是我在网上搜集了拼音学 习的小游戏和他们一起玩，效果还不错，学生兴致较高，引起了学习的兴趣。

不过课堂不应该靠游戏来维持，应该有扎实的内容来支撑。于是我制作 了课件，插入可爱的卡通画，这样也能吸引学生的兴趣。

我认为上好一门课首先要吸引学生的兴趣，其次就是教师的引导。我在这方 面是缺乏的，没有能够深入贴近小学生，耐心地引导他们学习拼音，这是我 需要学习的地方。低龄儿童的学习需要教师在上课方式有不一样的要求，耐 心，引导这是最重要的。目前我还没有做到，需要多多吸取其他优秀教师的 上课经验。

我比较喜欢上英语课。学生们大多数喜欢英语课，但是对于记忆单词方面 比较困难。虽然不要求他们拼写单词，但是记读音也是个难题。学生在记忆

众多单词里，由于没有学习过音标，在单词拼读方面出现很多困难。这个只 能靠反复拼读与记忆，但是也需要一些有趣的记忆方法，谐音等，这样有利 于学生的记忆。 在上作文课的时候，培训班给了教材。但是不能全按教材上，主要是引导学 生会表达，看图说话。因为我上的是 2 年级的作文，要求不高，给出一幅 图，让他们自己写出图上的内容即可。但是很多学生是惧怕写作文的，这就 需要老师去引导，循循善诱。时间、地点、人物、做什么事等等。让学生们 一点点叙述出来就可以了，同时也要多鼓励学生，增加学生们的信心。 每天的备课的质量也决定自己的课堂质量，准备得越充分，课堂上则容易完 成教学目标。而自己往往不能完成教学目标，学生们过于淘气花了不少时间 管课堂纪律。在向其他老师请教后了解小学生阶段，学生们还未感到学习的 压力，往往比较好玩。在课间可以给他们看动画片，但是前提是学生要完成 相应的作业。在学习到这个方法后，我在课堂上我问学生们喜欢看什么动画 片，课间可以看，但是有前提，就是需要认真听 讲，完成老师布置的作 业。学生们很开心地进入了课堂学习。这些也是我从第一个暑假在培训班上 课积累下的经验。

由于主管老师觉得我上课经验不足，就另外找个更优秀富有经验的教师去 上课了。觉得遗憾的同时应该多总结自身的问题，取长补短，为更好的明天 做准备。不惧怕失败，跌倒了再站起来，每一次挫折都是成功的垫脚石。

回 到学校，应该扎实基础，多多学习教师技能的知识，提高自己的上课水 平。首先自己要有自信心，自信是做好每件事的前提，没有自信别人也没有 理由相信你。要相信自己可以完整准确表达自己的见解，多与他人沟通，不 断地学习表达技巧。其次是要热爱教育事业，爱护每一位学生，要有责任 心，尽自己所能教好每一位学生，为每一位学生负责。完成教学目标，对于 学生的提问要耐心回答，学生出现的错误要认真纠正。

作为祖国未来发展的中坚力量，作为大学生不仅仅需要学习好课堂知 识，还应该积极投入社会实践当中，提高自身能力。

假期是一个难得的实践机会，没有学校课程的安排，在校外可以选择自己喜欢的工作去实践。在选 择实践单位时，挣钱并不是重要目的，在 作里得到锻炼与学习才是学生真正 在乎的内容。 感谢这次社会实践，让我有力量继续前行!

社会实践培训心得体会 篇 3

时光飞速如电，转眼又到了适合滑雪的冬天，元旦我和爸爸收拾好装备，兴冲冲的前往滑雪场了。

我们换好装备，一走出大厅，只见白茫茫的一片，大山好像是穿上了洁白洁白的大衣，周围的空气骤然变冷，许多人正从高处快速滑行而下，我左顾右盼，手都不知道该放哪里了。

我滑雪水平还算高，初级道对我来说没难度，我本来想去中间道。等我我上缆车，我才知道这是前往顶峰的.缆车，许多人都勇敢地从这上面迅速地滑下去，有人英姿飒爽，滑 s 形的同时，身体几乎都与地面平行了，看到我都为他捏了一把汗，信心十足的把雪杖往后一撑，滑了下去，可是不到 2 秒，咚他摔了个大跟头，雪板、雪杖，散的七零八落，让我有些害怕了，但转念一想：我都上来了，怎么能半途而废呢。而且摔跤了也不太痛，如果我现在没有勇气滑下去，那么将来做事可能就会没有勇气。这样想完，我又坚定了一下滑下去的信念，深吸一口气，又缓缓地吐出来。

我把滑雪杖轻轻一撑，便滑了出去，我一边回忆的滑雪的技巧，一边紧张地握着滑雪杖，膝盖往前顶，斜向右边，耳边的风在为我鼓劲。这时，我身体往左一扭，将整个身体转向了左边。终于，我成功的滑了下来，我欢欣鼓舞、得意洋洋，一不留神，把自己绊了一跤。不过，我仍旧高兴得手舞足蹈。当我第二次登上顶峰时，我已不再恐惧，迫不急待地滑了下去，滑到一半，我被雪板带着强行拐了个弯，幸好没摔着。我松了口气，可我没想到，这个方向的前面有块固定在地上的硬雪块，一不小心，一下又摔了跟头，不过，这没关系，我还是一路顺风的下来了。

坚持就是胜利，还好我坚持了下来，使我有了神清气爽的感觉，我也是无比自豪，靠着自己的努力，我体验到了滑雪的刺激。

社会实践培训心得体会 篇 4

学习最好的方式不仅仅是从书本中学习，还要从实践生活中去体验，在做事中给人的学习领悟是最深刻和最令人深刻的。

不知道你有没有这样的经历？

前段时间去户外滑雪，其实我本身是一个比较胆小的人，做什么事情都是格外的小心谨慎，有时候我都觉得自己有点过度的胆小，怕猫从身边走过，更害怕一个人走夜路，甚至在自己老家的庭院里，有点黑都不敢自己一个人出去。

就这样一个无比胆小的人，我觉得人生一定会错过一点什么东西，就像我同事对她家孩子说的，像你这么胆小的人以后什么事也干不了。

我当时莫名的觉得这句话就是在说我，当然当时自己也没有经历过什么让我引以为戒的事情，但是我觉得胆子小对我可能无关紧要。

直到我去和很多人一起尝试滑雪的时候，我才知道，胆小的人真的比别人错过了很多事情，这样的人注定会体验不到丰富多彩的世界，也更多的无法感受到世界的美丽。

一开始滑雪的同行的几个小伙伴，都纷纷从初级赛道上跑下去，但是我自己还是觉得滑下去是一件很困难的事情，俗话说，万事开头难，所有的事情第一步只有勇敢的迈出才会有下一步的`精彩。

所以我开始知道原来我在起步的时候会慢很多。滑下去的同伴跟我说，没关系，大不了就摔一跤，又不会太疼，但是自己还是觉得这是一个危险的行为，脑海中真的脑补了很多画面，比如之前有朋友说的，去高级赛道差点玩瘫痪的经历，虽然从理性思维的角度，知道这件危险事件发生的概率是微乎其微的，但是从感性上，我还是告诉自己不能跳，我的胆小的行为再次触发了身边一个阿姨的，年龄也不小了，但是她却跟我说，你看我这么大年纪都不怕，你怕什么？大不了摔几次就好了。

我听完以后深受打击，觉得自己胆小如鼠的样子真的是一件让自己无法接受的事情，索性就鼓起勇气跳下去，有时候我觉得一个人在蜕变的时候，激励者反而改变不了一个人，反而是那些打击你，想看你笑话的人，给你更大的动力，才能够激发你。

所以我们的人生中不仅仅要有同行者，理解我们和鼓励我们的人，更多的是要学会珍惜那些旁观看我们出丑的人，看我们笑话的人，如果你身边没有这样的人，说明你还并不优秀，如果你身边有这样的人，那么你一定要学会珍惜。

社会实践培训心得体会 篇 5

经历了一个星期的社会实践，我觉得很多，我们看到社会的真正一面，生活中的每一天在我的心中遇到的实践仍然迂回，它给我们一个意想不到的效果，社会实践活动给生活在城市象牙塔学生提供广泛的社会联系，了解社会的机会。

数千英里，从单步开始，这个短暂而实质的实习，我想我对社区在桥梁中发挥了作用，过渡的作用是一个重要的生活体验，也是未来的重要一步工作也有很大的帮助。对于他人谦卑地征求意见，文明交流和一些其他基本生活原则必须认真地在现实生活中进行，良好的习惯必须在现实生活中培养。这段时间的经验和知识在我的生活中是一个宝贵的财富。这个实习也让我明白，重要的是要保持与团体的良好关系。做事先学会成为一个人，了解生活的真相，如何与人相处是一个现代社会，最基本的问题之一。对于那些即将进入社区，需要学习很多东西，他们是最好的 老师，是所谓的三条线，一定有我的分裂，我们可以从他们身上学到很多知识，理性。实践是学生满足社会，理解社会，服务社会和运用知识实践自己的最好方式。在实践中练习，不是闭门。实现从理论到实践到理论的跨越。增强了解问题，分析问题和解决问题的能力。为了理解社会，了解社区，进入社区奠定了良好的基础。同时我们需要在未来学习用自己的知识，用书来丰富自己，为未来服务社会打下更坚实的基础！

难以认识生活，练习漫长的人才

通过这种社会实践，我们逐渐了解社会，拓宽视野，增强能力，并在社会实践中认识自己的立场，发现自己的不足，自己的价值可以作为客观评价。这种在我们自己未来的形势下有正确的定位，并加强自己的努力学习知识，并将与社会的信心和毅力相结合。对于即将去社区的大学生，应该早日进入社会，了解社会，适应社会。大学生的夏天社会实践是大学生的气质 ，人才的成长，实现了全面发展的重要阶段。这里我们真的自己行动，为了未来进入社区做一个更好的床上用品，如果有机会，我会更积极地在这样的活动。

从群众到群众

在这个社会实践中，我们也和很多人谈话，思考碰撞出新的火花。从很多书中学到了不学的东西，从丰富的营养中学习，从群众到群众，从群众到真正的意义，实现只有实践，到基层，与社会的命运，随着国家命运的发展与大学生的成长相联系是正确的道路。

这种做法丰富了我们的实践经验，改进了我们的团队合作，使我们能够通过这种做法更多地了解社会。这种做法是深远的，享受我们的生活我们的帮助。作为 21 世纪的大学生，社会实践是指导我们出校，进入社会，加入社区的好方法;我们必须抓住机会培养锻炼的能力;增强我们的自我修养，树立服务社会的思想意识。

社会实践培训心得体会 篇 6

.....的寒期实践，刚开始的实习还历历在目，回想初次来到公司的陌生，对业务的渐渐了解，开始着手。这一些都是在这次的寒期社会实践中慢慢得到的结果，在其中也有无数次觉得这些做的任务，盖章，整理资料，录入电子版

.....有些无聊，毫无意义，无数次想要发脾气，想要罢工。但理智告诉我，我一定要坚持下去，只有坚持，自己才会成功，自己才会收获。就这样，我在这些天付出了我的工作热情，也取得了我所想要的回报。我为自己这些天的努力而感动和自豪。

很多事不是在一开始就是我们所能预期想的那么尽人意，往往也是在这种情况下，人更会容易产生消极的情绪。这也让我们在学会如果调节自己的心态的同时，更好的完美自我。

在仅剩的一周实践里，我也会为自己的这次实践画上圆满句号而继续认真的工作。凡是成长，都要经历；凡是圆满，都靠努力。加油吧，参与实践的每一个人，相信坚持到最后的我们都是最好的我们。

社会实践培训心得体会 篇 7

环卫工人的工作看上去很轻松，只要扫一扫街道的树叶和捡起地上的垃圾就好。其实不深入接触，就不知道这份工作做下来要辛苦得多。我们不只是扫一条街道，是要把附近的几条街道都要打扫的，而且每个人分配的地方不同，可能多可能少，一整条街道搞下来，腰是累得挺不起来的。我作为一个年轻人，做完这些工作，都感觉到艰辛，更不用去说那些上了年纪的人做了，他们要比我们累多了，但是他们为了维持街道的干净，一直在默默付出，我们每天都要经过那些街道，却没有一个人去体会到他们的辛苦，把他们的

努力都否决了。更有人是不保护这个环境，还在破坏这个我们生存的环境。

经历这一次环卫工人的工作，我体会太多这个社会的无奈和残酷。要在这个社会上很好的生存，最重要的还是要把自己的能力提升，只有自己的各方面都强了，才不会被人看扁。还有就是只要是凭自己的劳动所得，不管什么样的工作，都要去尊重他们，工作不分三六九等，只分是否是凭借自己的动手劳动。只要是正道的在工作，都值得所有人去尊重和说一句“谢谢，辛苦了！”。

这一次体会到环卫工人的辛苦，我明白了很多道理，我现在才高一，在以后的学习中一定要努力，只有学好了，考一个好大学，选一个适合自己的专业，未来工作和生活都不会太差。更多是要珍惜当下我美好的生活是那些不为人们重视的工作人员在为我们护航的成果。要怀抱感恩，心怀感激，尊重所有人的劳动，能够做到的就是平时不去给他们添乱，就是最好的帮助了。

社会实践培训心得体会 篇 8

应学校团委的号召，我于 20__年__月__日至__月__日在家乡参加了为期二十天的社会实践活动，实践形式为跟师学习，在__省__县__镇计划生育服务站见习。

我的老师是计生站的站长，马上就要退休了，有着丰富的临床经验，中西医皆懂。在他的建议下，我先用大约一周的时间对药物进行了解，主要是对中药的认识。我先是认识药房里每一味中药的外貌，再是口尝大部分药物，对其药性药味进行一定的了解。在认识药物的过程中总结出了如下几个问题。

第一，由于多数药物都是炮制过的，大多都是切片，很少有整个植被都做药用的，所以很多药物在切片上很相似。比如生地和玄参，但是在药味上却有不同，两者都是甘苦之品，玄参苦味更重，略有咸味，而生地则是甘味更重。再比如荆芥与薄荷、前胡与柴胡等等。

第二，实际尝出来的结果同中药书上介绍的药性药味存在着差异。咸味便不容易尝出来，比如青黛、玄参等。而藿香切片后的气味没有它生长在土地里的气味强烈了。

第三，由于地方差异，在学的中药理论回来跟实地药材相比较，略有不同。在实习的药房里甚至有些药材中药课时都没有提及到。比如川明参、蚕沙、甘松、金精、银精等。丁香有公母之分，槟榔亦有马槟榔、花槟榔之别。有些书上讲到的药物，在药房里也没有见到。毕竟中药的种类成千上万，还有地区差异。

第四，老师开方时常会用一些药物的别称。比如前仁是指车前子;茯毛是指大腹皮，即槟榔的外壳等等。因地因人制宜。

在认识中药之余，我还对西药进行了初步的了解。由于西药药理是在大三上学期才开始学习，这次了解只是为了在脑海里有个基本的印象，不做更高要求。

随后的十多天便是在老师身旁看老师给病人诊疗了，这才是实习的重点。因为是在计生站，所以来看病的妇科儿科居多，当然外感之类的病人也到此处。因为老师在当地名声很不错，来看病的人总是很多，老师几乎没有单独给我讲解的时间。所以我只有自己记录整理消化，将望闻问切的结果记在笔记本上，再看老师开的处方，不管开的是中药还是西药都记录下来，利用晚上在家的时间整理消化。当然，重点在中药方子上，西药只做了解。在此也将我的看法归纳为以下几点。

第一，第一次临床见习，不知道哪些是好的哪些是劣的，只能将很多东西暂时寄存于心，不敢先给它下个错误的定义，等到以后有答案了，是好的那它就成了经验，是坏的那它也是个教训。

就比如老师的方子，我看到的几乎所有的方子里都有地榆，中药书上说地榆具有凉血止血，解毒敛疮的功效，主治下焦血热出血，被称为水火烫伤的要药。为什么每个方中都有少许地榆呢?后来老师跟我说，他用地榆作佐制药，因为用了许多苦寒之品，患者服后容易坏肚子，地榆具有收敛的作用，用少许在方中防止苦寒太过。第一次听到这样的用法，不能说这不是收获啊!每位医生在遣方用药的时候都有自己的一套方法，我的这位老师还有许多独特的地方，在这儿就不一一举例了。

第一次体会到临床与理论的不同之处，相比之下临床还更有力，不那么死板，便显得更加可爱了。只是这又在我的学习路程上多加了一道关卡，要灵活运用、妥善治疗还真得下苦功夫啊！

第二，是关于病人的思考。在见习的这段时间里我看到了很多不同的病人，老人、小孩、男人、女人、孕妇、甚至还有襁褓中的婴儿。他们中有稍微有钱的老板，还有中等水平的农民，甚至还有穷到衣衫褴褛无人抚养的孤寡老人。

每个人对待疾病的看法各不相同，总的来说，人们对疾病预防这一层面认识加深了，对自己的健康的关心程度也提高了，这是我们社会的进步。但是还有好大一部分人群，过着食不果腹的日子，生病了也拖着，不到万不得已不来求医的。

因为我在乡镇上见习，这样的患者应该比城镇里的多见。虽然现在有医保了，但是那样的保障却的确还没有到达每一个公民的手中，尤其是那些看不起病的贫苦人民。这就不光是作为医生该思考的了。

第三，是以一个“西医文盲”的角度谈的一些有关西药的见解。在见习期间，很多患者都是因为感冒来就诊的。老师的第一句话似乎永远都是“能吃青霉素吗?”如果能吃，药单的第一个药便是阿莫西林。

我知道我是个初学者，不应该对一些事情或者事物产生偏见，但是为何我总是越看那个“阿莫西林”就越觉得厌烦呢?一般人都知道阿莫西林是消炎药，是抗生素类药物，常用或者用量较大都会有很多副作用。

但是你听西医怎么说“不先把炎症消下去，病又怎么好呢?”我并不是讨厌西医，该消炎的时候当然是你的阿莫西林来得快，但是心里总是有些疑问，是否能够既治好病又不要留下太多副作用的天然疗法呢?就像我们对待大自然一样，是否治病也该整一“可持续发展”出来呢?这些疑问就让它留在心里吧，我想老师也不一定会解答。

第四，是浅谈对于医生治病的问题。一次跟一位退休的老伯谈及到了这个问题，以往那样神圣向往的医生这个职业的光环突然暗淡了许多，有对社会的无可奈何，更多的是对自己的无可奈何。

老伯说，比如有两类医生，一类只是治标，短暂的疗效很好，抗生素药品几乎是来者必用，也不考虑患者以后的事情。一类医生是标本兼治的，但是治标的效果却是要慢一些，就像中医平调人的阴阳。

可是往往患者多的却是前者，口碑好的也是前者。心里想想，有些辛酸。又想到自己以后，会不会也转变成前者了呢?因为生活的压力。好害怕，害怕变成那样，害怕自己的意志还没有磨炼得足够坚定，一旦被推进了社会这个大染缸，便变得不知所措起来。

都说做医生辛苦，我想辛苦的并非是学习那些医学知识，只要是自己真心热爱的，学起来应该是种乐趣。真正辛苦的是他内心医德的磨练。

曾经梦想的医生在这个现实生活中似乎变得不复存在了，曾经以为的那些医术很好的老中医们的光辉形象似乎也因老伯的一个例子黯淡了许多。那我该以什么样的医生做为我奋斗的目标呢?突然好迷茫。

其实像那样治标的医生也不是一无是处，至少他们也是在解除病者的痛处，而且还直接了些，似乎我应该学习才是。只是自己却不愿将目标定在那样一个“下医”的位置。那是在拯救病患还是在害他们呢?

总而言之，这次实践的收获也是挺多的，尽管发现了许多的问题，但是谁又能说明这些不是漫漫学医途中必须经历的呢?不管有多少困难有多么迷茫，我相信，只要坚持自己的目标，再大的困难也能克服，只要拥有自己的原则，再迷茫的路途也会有对的方向!

社会实践培训心得体会 篇 9

我是数学教育专业的学生，我们小组的实习学校是离我就读学校不远的附城中心小学，所以我们就没有像有些实习老师一样要住校，生活上的困难相对就没有。我们也就可以把全部的精力投入到实习工作中去。

第一天去学校是10月9号下午，主要任务是开实习动员大会和跟老师见面，还有熟悉学校的环境。国庆放假刚回来，同学们都怀着轻松的心情，我是组长，带着全体组员(共5个人)早早就出发了。因为我们都不知道学校的具体地址，要留出一点找学校的时间。一路问过去，比意料中的要容易，我们很快就找到了实习学校。

做了那么久的学生，第一次以老师的身份踏进校园，每个同学都露出一脸的紧张、轻奋。会议过后就是和老师见面，我们的实习班级是4年级(2)班，我们班的老师谢老师是女的，看起来和我们年龄差不多，很友好。聊起来才知道她已经教了6年书了，都很意外。之后便是熟悉我们要上课的教室、办公室，见我们的学生.找范文网

10月10号，星期一。实习工作正式开始。参加完学校的升旗仪式后就是听谢老师上课。我们的实习工作分为两部分，一部分是班主任工作，另一部分是教学工作，之后便是回校总结。说白了就是既要带班又要教课。班主任工作是轮换形式。教学工作的安排是第一周见习。

一，教学工作。

在见习的一周里，我们就是坐在后面听老师讲课。这种听课和我们以往的听课不一样，这种听课并不是为了学习老师所讲的知识，而是学习老师怎么样讲课，学习如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制授课时间等。要学习的知识真的很多很多。

在见习期间，我就要安排好全组同学的上课课程。还要督促同学们按时学好教案，带领全组同学试教，加强与任课老师的交流，把实习情况及时反映给我们的指导老师，还要做好自己和教学工作。

我第一次上讲台时，上的并不是数学课。因为实习期间正好赶上学校参加市一级学校评比。思想品德的老师要接待上级领导，托我代一节课。上第一节课自我感觉并不紧张。我对这节课做了充分准备。当自任口才出众的我绘声绘色地讲完一节课后，我问学生：你们听完课，印象最深的是什么?学生面面相觑，茫然无语。我从此也就明白到，我要上好每一节课，一定要做到以学生的思维来考虑问题，以学生考虑问题的方式来授课。有了这一次的经历，我备课更认真了，课前也带领本组同学反复试教，我上第一节数学课时的效果就好多了。虽然时间方面掌握得不是很好，可要传授的知识学生都能听懂。作业反馈学生的掌握效果也不错。可以算是成功的一节课。

在任课老师和我们的指导老师的教导和组员的帮助下，我的课一节上得比一节好，越讲越熟练，越讲越流畅，都能做到突出重难点，板书清楚，语言流利，自己的课堂驾驭能力有了很大提高，不但可以良好地控制授课时间，也能够适时地调动起学生的积极性，使课堂气氛活跃起来。对上课时的课堂纪律也能完全在掌握之中。可是做个好老师并不是只要做好这几点，还有教学方法、授课形式等方面都需要我们有所突破。

.....时我们就遇到了困难，有几个学生总是不能按时交作业，我们就在下课后要求他们做完作业才能回家，经过一次、两次

.....基本上都能按时交齐了。作业是全组人员集中批改，这样不但可以给上课的同学了解学全掌握知识的程度，也可以让接下来上课的老师了对学生有一个总体的了解。根据任课老师反影我们班的学生计算能力不好的问题，我要求全体组员上课时在不影响授课的情况下，加强学生的计算能力训练，课后还对个别学生进行辅导，虽然我们每天回来的时间都比别人晚了，可看到学生的成绩在提高，我们都毫无怨言。

二，班主任工作。

在实习前期，正好学校评市一级学校，后期市又要参加卫生城市评比。学生的劳动任务比较重，还要带领学生搞好第二课堂，开主题班会。班主任的工作较重。在本组同学做班主任时，去学校的时间要比别人早，为了同学的安全，我都要求我们全组同学一起去学校。班主任的工作又苦又累。每天早上要看卫生区，要监督学生浇花，中午要等到学生搞好教室卫生，锁好门才能走，下午还要带学生去搞第二课堂的活动。我们从一开始就向原班主任了解学生轮值的情况，了解本班的卫生区，以防有学生俭懒。这方面我们全组同学都做得比较好，因为学生的轮值情况我们已经掌握，不劳动的学生我们可以直接找到他，对他进行批评，这对其他同学是很重要的，只有有劳有得，没劳不得才不会打击其他同学的积极性。也可以从小培养踏踏踏实实做人的好习惯，避免弄虚作假。

对于班里的一些调皮学生，我们都采取与其多交流的方法来管理。因为你不能对他硬来，你越是态度强硬，他就越反抗，后来就会发展到讨厌老师，讨厌上这个老师的课，厌学等。所以应该在平时和他们多交流，能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导。应该在平时和他们多交流，能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导。

开展活动，学生是主体，因此开展的活动就应该迎合学生的兴趣。可是第一次我们班开展的活动跳绳并不是很成功，主要就是这个活动是学校安排下来的，没多少学生喜欢玩。尽管我们的组员已经很努力地调动学生的积极性，可还是有一些男同学跑到别的班去看热闹。第二次活动我们就提早在学生中展开一些调查，询问他们喜欢开展什么体育比赛。通过学生的意见，我们和邻班搞了一次拔河比赛，我想通过这个比赛能够增强班级的凝聚力，培养学生的集体观念。在比赛过程中，女生可谓表现积极，能够很好的为队员加油助威。男生就很默契地同时用力。最终我们以二比一获胜。这就很好的体现了班级的凝聚力。主题班会是通过全组人员讨论决定的，题目是自定正确的学习方法，主要是针对班上有的同学成绩较好(如我们班的班长，开学以来到实习结束 5 次测验都是 100 分)，有的同学成绩较差。我们通过这次班会，让同学相互了解别人的学习方法，自己选择适合自己的。班会很成功，同学们的思维异常活跃，而且小组之间讨论非常积极。

三，实习总结。

时间过的非常快，当我真正了解学生特点，开始和他们建立起感情时，实习却结束了。虽然非常短暂，但觉得自己学到了很多，特别是认真负责，也尝到了当老师的酸甜苦辣，感受到学生的聪明可爱。在这次实习中，我从任课老师谢老师身上学到很多，同时充分体会到爱心在师生中的关键作用，只有你对学生付出真爱，你才能取得学生对你的尊重和信任。但在实习中，我不能很好的做到爱跟严结合，可能我的他们的爱有点过度，以致于有时有点迁就他们。我想对学生的爱一定要有一个度，而且必须跟严结合。该严的时候就严，只有这样学生才能理解你的爱。

临走的前一天，我们全组同学去和学生告别，当听到学生说出希望你们毕业来还可以来教我们的愿望时，我真的非常感动。

这次实习老师对我们的帮助很多，我们每个组员上课谢老师都来听课，并做好记录，下课后和我们认真分析那里好那里不好。我们的指导老师马老师也在上完课后抽时间过去听我们的课，对我们上的课进行指导。真的很感谢他们，只想对他们说一声：老师辛苦了。

还有我们的组员，由此致终，我们的组内都很团结，同学们互相帮助，共同提高。感谢各位同学对我组长工作的支持。

至此，一次完满的实习就告一段落，我们也充分地利用了这次难得的锻炼机会，这是我们走向社会的前奏，尽管还不知将来是否就当一名老师，但我们已经有了当一名老师的经验。也体会到了当一名老师的辛苦。了解了老师的付出，老师的汗水。以后，我会更尊重老师这份光荣的职业。

社会实践培训心得体会 篇 10

在家乡里，工作了一个月的销售工作，感到我对社会的了解还不是很成熟，对于社会是一种向往和憧憬，还不懂得社会的复杂，听老师说过你呆在校园里，就永远不会明白社会的复杂和尔虞我诈。

在家乡，我们那个地方一个玉加工和销售的市场，是一个小镇，家乡的很多人都是别的镇来我们镇卖玉的，现在已经形成市场了，我有幸找到了一份工作，在一家店里打工，工资不多也与工作量有关吧，在那里一直在店里，店挨店，店外面还是一个小小的摆地摊的地方，一些感悟就来自和摆摊人的交谈和自己工作的思考。

现在中国经济的不平很发展影响着各个行业，玉市场也是一样，令人欣慰的是玉市场发展的比较好，在现在的苗头时比较好的，所以在我们那里一直在讨论上大学和从商卖玉进行比较，幸好当时我没说我是大学生，他们也不知道，于是能够听到他们无所顾忌及的话了，就在现在的社会来看，他们说的的确有道理，他们说：现在有很多大学生出来找不到工作，而且又不懂世俗的各种礼仪，简直可以说是只会学习的人了。

我听到之后很是不自在，有点气愤还有点对我们大学生这样而感到是对我们的耻辱。我一直愤愤不平，但这个社会这种事情太多，我不得不承认，但我能怎么做呢?我也开始做生意?不，我不会让做生意来成为我的主要职业，我有理想有目标，我必须要跟随自己的理想走，毕竟人生就是这样的，不能这样迷茫的过着不属于自己的生活了，钱只是一种工具，我承认钱是一种必备的工具，但不能以它为目标，我们要的是真正的美好未来。大学生不能颓废，不能为了什么而放弃理想，大学生现在来说，的确是很多很多，大学本来就是培养人才的地方，但在大学还是要靠自己的奋斗的，在大学是培养一种能力和扩展自己知识的地方，能否成功的完成就全靠自己了，自己的一种态度来怎样度过大学的四年，现在找工作的确不好找，我在各个招聘网站上提供简历时，就感到了有点空空的感觉，自己的却没有真正的实力来胜任一份自己想要的工作，虽有点电话过来叫我面试的，但那职业我也感到高不成低不就的矛盾徘徊当中，在大学我们要学习的东西不要只限于自己的专业，我们还要学习其他的专业，来在以后的工作中更能够成功，自学的能力的提高会更能让我们学习新的东西，来充实自己，大学好比一个加速的跑道，只要好好利用就会跑在同龄很多人的前面，到那时就不用在为钱而辛苦劳作了，就可以向更高的目标前进，不用再为衣食住行而奔波，毕竟人生不能这样，大学生就是要提高自己在社会中的价值和竞争力，在社会中立足，而现在大学就要开始奋斗，不能颓废，加紧努力，创造出更多的价值来奉献社会。

有时候可以以微博形式写出来，也许会更好更令人回味，但有些条文还必须遵循，就这样写了这么多。

总结：

大学是提高自己能力，扩展自己知识的最好场所，只要进取向上，就很可能不会让大学充实!

只有跟随自己的目标，不要去追求短暂的财富，而偏离自己的人生所向往的轨迹。

大学给我们的是一个面，而我们只要有亮点再兼顾整个面，在社会中就会找到适合自己的工作

工作的辛苦是有的，我们不要只看到辛苦，我们要学会在工作中寻找快乐，这样就会工作得很轻松

大学还是一个奋斗的过程，进取能让我们不会在四年结束之后有太多的后悔!

社会实践培训心得体会 篇 11

在今天，我和几个幼儿园的同学去滑雪了！

一开始，我害怕极了，因为我不但看到了有 100 米高的人造雪坡，还有特别刺激的雪圈。我们有好几个同学都开始嚷嚷，说坐雪圈才好玩、有意思。可是爸爸妈妈们不但不听还骂我们呢。然后，他们硬让我们去学滑雪。

到最上面的时候，我一直嚷嚷说：“不行，不行，这么高的雪坡我滑不下去。”然后我妈妈让我在上面自己练习滑，过了半个小时的时间，妈妈们给我们找来了几个教练，带着我们从上面慢慢往下滑。我们就一点点学会了。后来我们滑了一遍又一遍，然后我就不觉得滑雪那么恐怖，反而觉得好玩了、有趣了。

到后来我们又去坐雪圈了。一开始我也不敢，等我要坐的时候，他们说坐下去就不用上来了。于是我就坐了上去，啊！！雪圈转着圈向下滑去，好像不会停止了。我赶紧握住把手，把腿伸到外面，使劲往前蹬，雪圈终于停住了。我有点被吓住了。

滑雪是一个锻炼人的意志和体质的一项运动。滑雪可以让我们变得更勇敢。以后我还要和我们学校的同学来这里滑雪。

社会实践培训心得体会 篇 12

暑假伊始，__学院管理信息系组织“物流”、“__集团”、“__银行”、“世界”等四支暑期社会实践团队来到各自的实践场所，围绕“岗位见习、专业研究、关爱新小市民、节能环保”等一系列社会高度关注的问题开展了相应的社会实践活动。这些活动概述如下：

其中由__名物流专业学生组成的“—物流”暑期社会实践团队来到物流有限公司，从“感知企业文化、感受职场环境、分享毕业生经验”等方面开展实践研究活动;“创造世界”暑期社会实践团队来到__市__区__社区，开展了“废旧报纸再利用、废旧羊毛手工、环保书籍阅读、环保主题晚会、看环保电影、用废旧罐头煮爆米花”等一系列环保主题活动;由__名管理专业学生组成的“__集团”暑期社会实践团队，在__集团德清培训基地接受了“职业商务礼仪”、“职场金塔原则”、“大学生职业生涯规划”等课程培训和素质拓展活动;在__银行__市分行的安排下，_名会计专业的学生接受了银行的强化培训，并在__银行各县市分行开展了专业见习活动。

各种暑期社会实践活动的开展激发了学生的学习和工作热情，使他们提前感受到企业文化，了解职场要求，提高专业技能，在实践中成长，从奉献中收获，从而为以后的工作打下基础。

社会实践培训心得体会 篇 13

这个暑假,关于我来说,很特别。

放假后，我和队员们一同，走进了“万家帮”希望安养庇护所。在那里，我感遭到希望的力气。

固然只去过“万家帮”四次，但是那里的孩子给我留下了深入的印象。在这次暑期社会理论之前，我就听意愿者协会的同窗说过“万家帮”，但是关于“万家帮”，我依然充溢了猎奇。

“万家帮”希望安养庇护所是一个助残机构。里面有不少小朋友，他们固然有些残疾，可是每个人都很积极的过每一天，用他们的热情感染着身边的人。那里的孩子很心爱，很单纯。他们会傻傻地望着你笑，显露一排白白的牙齿。

徐子玥，是我主要担任看护的孩子，她很听话，也很安静，不吵闹，不淘气。个头不高，留着短短的平头，乍看上去还以为眼前的她是个小男孩。她能够坐在桌前和我一同练习描红，一笔一划写得十分认真，也可以和我一同用手指数数或者用数学教具中的火柴棒去解答课本中的数学题。学习终了，她很喜欢和我们一同搭积木，摆弄各种玩具，有时也喜欢到外面荡秋千。每次荡到高处，她就特别兴奋，咯咯咯的笑个不停。除此之外，她还很关怀我们。天热的时分，她会用扇子给我们扇风；有时还会在画板上画些心爱的图形让我们猜，逗我们笑，和我们一同做游戏。

在那里，我还认识了很多小朋友，例如：沈佳馨，一个很讨人喜欢的小女孩，她用大眼睛一个劲地盯着你看，冲你笑，笑得很甜美。不过很可惜，我们很少听见她讲话，只是偶然在发声练习时能听见她“啊”的一声，她是个有着严重自闭症的孩子。

宋洋，由于大脑缺氧，他不会咽口水。“万家帮”教师和意愿者诲人不倦的用纸巾帮他擦口水，给他示范咽口水的动作。“宋洋，咽口水。”曾经成了庇护所里最常听到的一句话。那里的教师简直每天都要用蜂蜜给宋洋停止咽口水练习，他们通知我们，这不只对他咽口水有协助，而且关于发声也有益处。宋洋也积极配合教师，一遍一遍地跟着教师练习发音。如今的宋洋，经过教师的教诲，曾经可以看着字比拟分明地说出“爸爸”、“妈妈”、“姐姐”、“哥哥”等词汇了，这每一点的进步都凝聚了教师们很多的心血。

看着这一个个心爱的孩子，看着勤劳的教师，我很打动。这里的孩子，并没有由于本人残疾而，相反，却积极悲观，对将来充溢向往。这里的教师，并没有由于孩子有残疾，而在工作上有丝毫的懈怠，相反，他们愈加用心的去教。孩子们一点点小小的进步，都让教师们具有一个坚决的信仰，一种锲而不舍的力气。

这种信仰、力气，在我看来，是一种希望。是一种对美妙将来的置信。

关于我们每个人来说，我们都应该怀揣幻想，置信将来。在《读者》上看到这样一句：“短少希望，生活中就很难有欢乐和幸福，虽然饱食整天，也只是为了留存七尺之躯；短少希望，生活里很难有太多的激情和激动，虽然活着，也只是在消磨四光阴阴。”由于具有希望，在面对艰难的时分，我们才干够坚决的走下去；由于具有希望，在披荆斩棘的时分，我们才干够怀揣无限的勇气；由于具有希望，就算遇到再大的波折，我们也能坚决地通知本人“我能行”。

在“万家帮”，孩子们怀揣着对明天的希望安康生长，教师们怀揣着对孩子的希望与其一同生长。希望可能是一份于烦躁不安的等候之后如愿以偿的一个喊声，也可能是一份心中有数的'顾盼之后意想不到的一个笑容。

R..Kelly

R..Kelly 所唱的《我置信我能翱翔》，那首在九十年代中期风行全球的歌曲。我想，这首歌之所以能红遍全球，绝不只仅是由于 Kelly 诱人的磁性嗓音，漂亮的歌曲旋律，亦或是由于这首歌是 MichaelJordan 主演的电影《灌篮高手》里的主题曲，而是由于这首歌唱出了无数人的心声和愿望，让人们看到了希望，给了人们完成本人愿望的勇气和力气。

有时会想起屈原的那句“路漫漫其修远兮。”人生百年转眼即逝，不幸、坎坷、波折、失误，常常冷不丁给人一击。急流也可能跌落险滩，潮汐也可能遭遇暗礁，雄鹰也可能卷进长风...人生不可能永远好事多磨，我们要学会在生命中去发现潜藏着的希望。

“盒子里会是什么呢？我不晓得。假如人生是一个盒子的话，我们永远不晓得下次翻开它时里面会有什么。巧克力或者哥拉兹。”傻傻的阿甘固然不晓得人生的盒子里有什么，可是源于对生活的希望，他一直不曾放弃，向前奔跑，最终收获了幸福。我们每个人不论在顺境还是逆境都应紧握着那一份希望，快乐地追求幻想。

社会实践培训心得体会 篇 14

今天，是最令人心情澎湃的时候，社会实践活动，要去大足石刻学习，我们早早的出发了。

到了大足石刻后，我们穿上了一件件金灿灿的“龙袍”，首先，老师为我们讲了古代的传统礼仪，要懂得以礼待人，然后，又叫了我们如何沏茶：

1、把刚摘下的茶叶放在太阳下等到发酵为止。

2、用茶碾子把已经发酵得茶叶碾成粉末。

3、在把茶粉末用开水泡一会儿。

4、把泡过的茶粉末清理出来。

接着就是参加大足石刻了。一个个庄重、高大的神佛像，一个个神情诡异的鬼雕塑，其中每一笔夸大、生动的线条都告诉我们好人上天堂，坏人要下地狱的事实。我们要多多行善，不要去干坏事，要乐于助人，多多帮助他人。

这一个个栩栩如生的雕塑仿佛正盯着自己，感觉四周的空气静止了，气氛严肃而紧张，心里一想到是他们创造了人类，心里不由起敬，金碧辉煌的千手观音、庞大的如来佛、素净的菩萨，应有尽有，一个个琳琅满目，让人目不暇接，然而那一个个雕塑都有着自己伟大独特的故事。

这一件件精美的艺术品，是古人们辛勤的劳动，可是，这些宝贵的文物却惨遭破坏，面目全非，所以，我们更应该提高保护文物的意识，别让悠久的文化断开连接，别让那宝贵的艺术消失，我们要让这些精美的艺术永久的传承下去，成为永恒。

这一次社会实践活动意义重大，同时，我了解到了以前未曾了解的东西。

社会实践培训心得体会 篇 15

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

https://d.book118.com/548023106052006123