

# 跟岗心得体会(优秀10篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看。

## 跟岗心得体会篇一

作为当代大学生，社会实践尤其重要。唯有在社会中充分锻炼自己，才会使自己在实际工作中更成熟。在劳动中感受未来社会对我们的挑战。也只有这样，我们这些在大学里养尊处优所谓的天之骄子才能够在挑战和经历中更加认真地学习和生活，为将来打好基础。这是迈入大学校门后的第一个寒假，为了学到一些实践中的经验而非书本上的知识，在这个寒假中进行了一次在学校里的教学实践活动。

当我来到xxxxx学校真是感慨万千，因为这所学校是我曾经就读过的xx[]自从xx过后就再也没回来过，曾经在这里学习了x年的我，想不到现在又回来取经了。我找到了老师，说明了我的来意。老师同意了我的要求，考虑到我刚上x年级，就先安排了我先到教室里见习了一段时间。

见习的几天里，我每天都早早的赶到学校。当老师上课时，我就跟着一起进教室，坐在教室的后排。刚开始的时候教室里的学生总是好奇的看着我，慢慢的他们也习惯了我的存在。说实话这是一种很奇怪的感觉，坐在自己曾经做过的教室里，以前都是努力的去理解老师所讲的内容，而现在却是学习老师的讲课方式。课本上的内容有老师讲起来，内容精炼，节奏精明。我在上课的时候也会做听课笔记，记下老师如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制时间。下课后，我就随老师进办公室，有时会帮着老师一起批改作业，有时老师在备课，我就像老师询问有关备课方面的问题。老师教导我，要

备好课首先自己对课本上的知识要理解的'足够深，其次就是学生在课堂上要学到什么，解决什么问题，还有是对重难点的区分和把握，最后是课堂上师生间的交流。

在空闲的时候，老师还会对我做一些心理上的指导，老师告诉我，教学不简单，教好更是难，细心和耐心是不可或缺的，和学生时常的心理沟通也很重要，这样才能在教学时把握学生的注意力，才能了解学生对知识的掌握情况，下一步的教学应如何进行，以后的教学应注意什么。教学不应刻板的遵循某些理论，应该因材施教，灵活教学。最好的教学方法就是这样产生的。

我通过这为其一星期的实践，培养了自己在备课，教书方面的能力，同时也发现了一些自己的不足，是我自己在以后的生活中不断的弥补和提高，可以说这次的时间让我受益匪浅。感谢老师这段时间对我的教育和帮助，这段时间我学到了很多，这些都是我将来宝贵的经验和回忆，在学会教书育人的同时，我也要秉承与时俱进的思想，不断进步。

今年的xx期社会实践活动在我忙碌与不断的满足感中结束了，教师这个职业是伟大的，他决定了一个学生人格的再塑造，一个学生经后的命运。如果今后有幸真的做了老师，那我定会用尽我毕生的精力奉献给这太阳底下最值得骄傲和最值得尊敬的职业。

XXX

xx年xx月xx日

## 跟岗心得体会篇二

综合科是学生在在学习过程中的一种综合性科目，涉及到各个学科内涵的知识和技能。在学习综合科的过程中，我获得了许多宝贵的心得体会。综合科是一门重要的学科，它能够培

养我们的综合素养，提升我们的思维能力和解决问题的能力，它具有很高的实用价值。

首先，综合科对于培养我们的综合素养非常重要。在综合科中，我们需要学习各个学科的知识，同时还需要灵活运用这些知识来解决问题。这样的学习方式能够培养我们的综合能力，提高我们的自主学习能力和综合分析能力。综合科对于我们的能力提升起到了非常关键的作用。

其次，综合科还能够提高我们的思维能力和解决问题的能力。在学习综合科的过程中，我们需要进行大量的分析思考和综合运用，这样能够锻炼我们的思维能力，提高我们的逻辑思维 and 创造性思维。同时，我们还需要能够将所学的知识 and 技能应用到具体的实际问题中，解决实际问题的能力也得到了大幅度的提升。

再次，综合科具有很高的实用价值。综合科所学的知识 and 技能无论是在学校还是在社会生活中都能够得到应用。在学校中，我们可以将所学的知识与其他学科进行结合，解决一些复杂的学科问题。在社会生活中，我们也可以通过综合科所学的知识来解决一些实际的问题，例如研究生活中的环境问题、经济问题等。综合科的实用性使得我们在实际生活中能够更好地应对各种问题和挑战。

最后，学习综合科还要有正确的学习方法和态度。首先，我们要善于思考，要不断思考和探索问题的本质和规律。其次，我们要灵活运用所学的知识，在解决问题时能够灵活应用各种方法和技巧。再次，我们要注重实践，将所学的知识通过实践中的应用来巩固和拓展。最后，我们要时刻保持学习的热情和积极性，不断积累知识和技能，提高自己的综合素养。

总之，综合科是一门具有很高实用价值的学科，它能够培养我们的综合能力，提升我们的思维能力和解决问题的能力。通过学习综合科，我们不仅能够获得各个学科的知识 and 技能，

还能够培养我们的创造力和独立思考能力。因此，学习综合科是非常有必要的，它对我们的成长和发展具有重要的影响。我们应该正确对待综合科的学习，注重方法和态度，努力提升自己的综合素养。

## 跟岗心得体会篇三

2014——2015学年度第二学期

综合实践课教学工作总结

杨喜春

转眼间，一学期的教学工作又结束了，根据学期初制定的综合实践活动课教学计划和校领导的重视及关注加上本人的不懈努力，已顺利的完成了本学期的综合实践活动课的教学任务。为使以后更好地开展好综合实践活动，促进学生的各方面发展，现将本学期综合实践活动教学工作总结如下：

### 一、工作回顾及取得成绩

#### （一）结合实际生活开展各项有意义的活动

综合实践活动课程是一门与生活有着紧密联系的课程。本学期，我根据实际情况，设计了与生活相关的多样化活动，比如在我为某某做点事的系列活动中，经过学生探讨，开展了我为老师做点事、我为家长做点事、我为同学做点事等活动。这些活动与实际生活紧密联系，具有可操作性强的特点，学生都能轻松完成，在这样的活动中，学生锻炼了自己的动手、动脑、动口能力。

（二）进行多学科的整合综合实践活动学科实际就是一个小的综合学科，在本学科中，蕴涵了关于美术、地理、历史、家乡、品德等多方面的知识。我根据这个特点，在教学中进

行了多学科的有机结合。本学期，我设计了“绿化校园 美化家园”、“养成良好的食品卫生习惯”、“珍惜生命，安全用电”、“防止火灾教育”的主题活动，在这项主题活动中，请学生探讨、研究怎样才能更好的完成此主题，有的学生画美丽的家乡、美丽的校园；有的学生上网查有关家乡的历史、特产；还有的学生写有关家乡的作文等等。整个活动中，包含了计算机、美术、语文、历史、生物等多方面知识，开阔了学生视野和学生的思维。

### （三）培养学生的探究能力和合作意识

这学期我紧紧的抓住每个活动来进行德育与美育，让学生在活动中提高自己的审美能力，在活动中培养良好的思想品德。在为学生做点事的活动主题中，我让学生在活动后进行总结，学生深刻的感受到了帮助别人的快乐和被别人帮助的温暖。

### （五）个人主动学习

因为综合实践活动是新课程下的新的学科，所以我本人对本学科的教学方法不甚了解，但我在工作中不断摸索，工作之余不断学习相关知识，增强自己的教学水平。

## 二、存在问题

不足之处是个别同学在了解学校和社区主题活动中，不积极参与，没有对自己生活和学习的的地方进行了解清楚，调查了解过程中不认真记录，没有做到爱护自己的校园和家乡，责任心不强，做事单一、思路不开阔。

因综合实践活动这一课程没有教材，所以在上课时不利于学生的理解和记忆，本人有时也不能很好的把握课程的部分内容。

## 三、努力方向

研究性学习是指学生在教师的指导下，从社会、自然和生活当选择课题进行研究，在研究进程中主动地获得知识，这类开放性学习，改变的不但是学生学习的地点和内容，更重要的是：首先，它提供给学生更多的获得知识的方式和渠道，在了解知识发生和构成的进程中，推动他们往关心现实，了解社会，体验人生，并积累一定的感性知识和实践经验，使学生取得了比较完全的学习经历。其次，学生在这样一种学习中将培养起一种开放性的思维，这类思维方式的构成对中国学生创新精神的培养特别重要。在长时间的以考试为中心的教育练习中，学生渐渐构成了这样一种思维定式：所有的题目都有答案，并且只有一个标准答案。研究性学习恰恰要改变这类状态。在课题研究进程中，学生研究的题目各不相同，每个题目由于所获得的资料不同、对资料的分析处理不同，其结果会有很大差别。在这类情况下，只有一个标准答案事实上已不可能。学生没有了思想上的束缚，完全可以在他负责的研究领域中任思绪自由地驰骋，充分发挥他的想像力。这样一种开放的自由的学习，正是学生灵感火花、创新精神产生的条件条件。利用知识、解决题目的学习活动让学生通过课程的实施取得上述感受和体验，正是开设研究性学习课程的主要目的。因此，从这个意义上说，研究性学习进程本身恰正是它要寻求的结果。

总之，和现有的课程相比，研究性学习突出的是它的实践性、开放性、自主性和进程性。重要的是学生通过这个进程的研究，我们的思维能力、创新能力定得到很大的进步。

常说平安就是福这也不正意味健康就是神。身体健康对我们每个人都是很重要的。病从口进，所以我们每个人，应当留意平常生活中的饮食，要做到卫生饮食。

为当代的青少年，我们是祖国未来的希看生命固然重要。因此我们应讲卫生，时时刻刻留意我们的饮食卫生。做为中学生的我们，用膳的大多场所、时间都限制在学校的食堂。食堂的饮食卫生就成为我们身体健康的主要因素。这也是我们

本组所调查的研究性学习专题，经过我们一段时间的调查表明，学校食堂的饮食卫生还有待进步，特别学校食堂供给学生用的餐具，我觉得应经过严格的消毒后再供我们学生用善，还有食堂的服务员的道德素质不高，应接受相干的道德教育，而且每一个食堂也应具有工作制服供给服务员，服务员必须有配套的手套，口罩等等。这些都是一个合格食堂最基本的最必要的。

健康其实不是个人的题目，而是我们大家共同的题目。只要我们大家共同关注饮食卫生，时刻警惕着它，共同为我们的健康做相干的预备，病也会远我们而往，健康将成为我们最密切的好友时刻伴随在我们身旁，将陪伴到生命的最后一刻。

卫生弄好了，我们的生活也有了保障，快乐也会随之而来，人活着不正是为快乐而活吗？这是来到学校以来我第一次参加的研究性活动，很开心，可以和同学们一起来研究话题。在这期间，我们也碰到过一点小麻烦，但又怎样比得上我们在研究进程中学到的知识重要呢？我们研究的课题是饮食卫生，大家都知道：健康是众人普遍寻求的，在困难家庭中，人们寻求健康以致减少生活负担，在富裕家庭中，人们就崇尚健康以致让自己享受多一些劳动成果，而寻求健康也并不是单方面的遵守，它与运动、环境、饮食等方面都息息相干，其中饮食方面是最为重要的。

在研究的进程中，让我们熟悉到了很多我在学校中、家庭中、旅行中所不在乎的饮食卫生习惯。

在学校中，常有些食堂为了节省时间而对学生的食品卫生情况不认真，还有的食堂为了取得更多的盈方便从市场收购一些不干净的食品来让学生食用。学生们在校园中，食品不过是最重要的营养来源，食堂这样做仿佛已对学生们的成长造成了要挟。这同时也是新闻报导中常常提到的学生食品中毒的重要因素之一。

这类疏忽饮食卫生的事例不胜枚举，但终回还是为了让人们明白饮食卫生的重要性。

饮食卫生是平常生活中最易被我们忽视的，我们应引发对其的警惕。只有健康的身体与精神，才会让我们有信心面对未来！

进进高中，我们成为课改的第一批实验品。在这新的学习进程中，和以往有所不同，学校不时安排的社会活动。这让我们更加亲近生活，了解社会。

在高2第一学期，学校就组织我们往参观东山野生动物园。往了解自然。通过这次社会实践。我得到很多收获。这让我了解到大自然的多样性，动物和人类的回往密切关系，自然对人类的重要性，深深感悟。自然是我们的生命的一部份。我们要珍惜每份资源。爱惜好我们的大自然。

在高2的这个学期第二学期，学校预备了很多课题，让我们在其次当选择任意一个课题进行研究，往了解社会。健康是生命的快乐，卫生是我们要的健康。弄好卫生，往拥抱快乐，所以我们选择了《食堂饮食卫生》这个课题。我们六人组成一小组，进行研究实践的进程中，首先是在网上查找关于课题的资料。第二部进行小组内讨论课题。第三：通过社会实践更深进的了解。通过实践，我们得到了很多收获发现了食堂的很多分歧格题目，了解了同学们对食堂卫生的看法。和得到了同学们很多宝贵的意见。通过实践让我们在社会上更成熟。让我们更加了解社会，亲近生活。

在高一的时候，我们已进进了课改的低级阶段。可是当时的我们的成果是建立在有标题的提早上，可是今年的研究是自己选题目。给了我们发挥和创造了空间。与课题进行了很多反思，达成共鸣。呆板的无味的题目已过往。现在，创新已促进了课改中的趣味与投进。面对我们每个人来讲，这个研究性课题促进了第二届课改中对课题研究有了进一步的了解。



这课改影响了老师，也影响了学生，也改变了人们对生活学习的态度。课题的真正意义不是做完就能够了，而是在课题中得到熟悉生命的真理。我们以老师为代表的队伍，进行在课题上的道路。我们知道自己的渺小和短暂，而我希看创造更多更好的例子示范下一届。

黄秋云

通过这次的课题研究，我学到了同上次不一样的东西。这一次给了我们更大的自由空间，自选课题，自由研究。而我们分工合作，有人搜集资料，有人进行实地调查，有人进行整理编写，这样大大的增加了我们合作的能力，也增强了我们的团结和凝聚力。固然在研究当中，我们经历过困难挫折，但我们团结在一起，走过了困难。其间，我们也有过猜疑和争辩，但我们也有了大局，我们最后还是凝聚在了一起，终究完成了课题。这次的研究，使我真实的学到了很多。最重要的一条就是让我们学会了团结，学到了团队的精神，假如自己单枪匹马，根本就不可能完成的。还有一点就是促进了我们的友谊，我们在欢乐的笑声和争辩当中和好，友谊得到了改善。所以，这次的课题研究真的让我收获颇丰。

### 综合实践活动学习心得体会

在学校领导的亲切关怀和大力支持下，我作为今年参加教育工作的新手，有幸参加了这次省里组织的综合实践活动的观摩学习。在此，我代表新到岗的教师对学校表示深深的感谢。

快乐的时光总是弥足珍贵的，而短暂的经历总是耐人寻味的。通过这几天的学习，我懂得了很多，对综合实践课也有了新的认识和理解。

综合实践课是一门基于学生的直接经验，紧密贴近学生自身生活与社会生活，理论上由学生自主实践和探索，体现对知识综合运用的全新课程，它超越课本，超越封闭的课堂，走

向自然，面向社会的一门科学。它培养学生适应社会的能力，让我们在实践中了解社会，在实践中学到很多书本以外的知识。这对我们老师来讲也是一种全新的体会，也是一种全新的考验和挑战。

各个参赛的学校在综合实践课程上选材设计领域宽广，有与生活密切相关的《食品包装表示调查》、《我们身边的垃圾食品——开题课》、《舌尖上的浪费》等，有推广家乡特产的《走进家乡特产——罗田甜柿》、《吴山石材开发的利与弊》、《荆城风采，楚地流芳》，有与课本知识完美融合的《纸柱称重》《我与廉洁同行》等，还有陶冶学生情操的《发现身边的美》、《献给母亲的歌》等。在内容上也是丰富多彩，形式上各式各样，学生在课堂上学的轻松，玩的愉快，而我们听课的老师也陶醉其中，受益匪浅。我最深的体会主要有以下几点：

母亲的歌》。从她站上讲台，用深情的话语讲述她所在的学校，学校里的留守儿童，他们一年只能见爸爸妈妈两次??我就已经热泪盈眶了，因为我想到我的学生们，他们又何尝不是呢？而通过学校组织的“访万家”活动让我对我的学生们，有了更加深刻的认识。他们中间有的人或许在学校差生，但是在家却懂事的让你心疼。尽管这样，他们有的父母却因为各种原因抛弃或离开了他们。当看到台上的老师不顾身怀六甲的身体，在台上翩翩起舞的时候，眼泪再也忍不住了，像断了线的珠子浸湿了本子。在音乐停止的时候，全场响起了热烈的掌声，那是送给作为准妈妈的老师的，也是送给全天下所有母亲的。老师对母亲的爱，对学生的殷殷希望也感染了全班的学生，之后他们也使出浑身解数，用自己的方式传递对母亲的爱。有诗朗诵、唱歌、书信、手工作品、舞蹈等。学生们的多才多艺也让我们所有的老师大饱眼福。还有2堂关于美食的课程《走进家乡的特产——罗田甜柿》《发现身边的每》的课也让我印象深刻。在家乡特产这一课上，罗田的老师还让我们现场品尝了甜柿，真是既饱了眼福有饱了口福。

一个老师讲了一堂《与廉洁同行》从教学环节设计上，应该是一堂很有意思的课，可是整堂课听下来，却觉得死气沉沉，学生都是照着老师给的廉洁故事背故事，而不是生动、传神的讲故事。所以给人的感觉很沉闷，就像在上一堂政治课一样。

情，享受学习带来的无穷乐趣。还发展了学生的创新能力，实践能力以及良好的个人能力，以及体会团队合作的重要性。

其次，还让我对15+30这个教学模式有了更深刻的理解。在综合实践课上，教师不再是传道授业者，而是促进者；学生也不再是被动的接受者，而成为了课堂的主人。在所有的综合实践活动中，学生的主体地位得以彰显。他们的个性、才能得到充分的发挥。同时让我再次认清小组合作的重要性。

《纸柱承重》这一实践活动的开展，小组的作用更为明显。如果没有小组成员的分工协作，共同努力，怎么能做出各种各样的纸柱，如何得出各种条件下，纸柱所能承受的重量呢？我们每个人都不是独立存在的，在任何时候都需要与他人合作。任何一项活动的展开，都不离不开团队。虽然，在我的课堂上也在推行学生为主体，小组合作探究的教育模式，但是很多时候都是停留在形式上，觉得只要让学生凑在一起讨论了，就是合作了、探究了。通过今天的学习，让我深刻检讨自己：要给学生足够的展示空间，做一个善挖掘学生潜能的老师，而不是一个保姆式的老师。

第三，一个活动的成功，其组织者也是功不可没的。这就凸显了教师的重要性，虽然我们不再扮演传道授业的角色，但是从主题的确立、方案的制定、学生的分组，查找资料以及从中的协调，到最后的成果展示，教师的专业素质显得尤为重要。这就要求我们教师要不断的学习各方面的知识，充实自己。让学生收获更丰富的知识，同时我们自身也得到提高。

第四，通过这几天的学习让我看到了综合实践的重要意义。学生在活动中得到了综合能力的培养，如搜集整理能力，探

索求知能力，团结互助能力，语言表达能力，与人交往交流能力，写作能力，亲近大自然的能力。老师在此活动中，大家一致认为自己最大的收获是重新认识了学生。除了各种能力有了提高外，还了解到了学生的许多心声，以有利于以为的教学。更总结了许多宝贵的经验。

在我们偏远的农村，教育基础薄弱，思想比较落后，教学条件差，这样的活动少之又少。学生学习的知识仅限于课本。因此我们更应多开展类似的活动，增长学生的见识，开阔他们的视野，提高创新能力和实践能力。在今后的教学工作中，我也会认真的寻找适合学生、学生感兴趣的主体，开展综合实践活动，上好综合实践活动课程，不辜负校领导的期望。

## 跟岗心得体会篇四

随着时间的推移，我们经历了许许多多的事情，从而积累了许多宝贵的经验和体会。这些经验和体会贯穿着我们的生活，在我们的成长中起到了重要的作用。在这个过程中，我们不仅学到了许多知识，也懂得了许多道理。通过综合的心得体会，我发现了一些特别重要的事情，而在这篇文章中，我将根据我的理解总结这些心得，与大家分享。

首先，我认识到在生活中，我们要珍惜时间。时间是一个不可逆转的资源，对每个人而言都是平等的。因此，我们应该充分利用时间，努力做自己想做的事情，追求自己的目标和理想。不要把时间浪费在无关紧要的事情上，不要总是拖延。时间的流逝很快，我们不能等待，我们只有把握当下，才能收获更多。

其次，我认识到在人际交往中，真诚和善良是最重要的品质。无论是与家人、朋友还是同事相处，真诚和善良都可以建立起信任和友谊。只有真诚地对待别人，才能赢得别人的尊重和喜爱。而善良，则是我们与人交往中最基本的底线，我们不能伤害他人，更不能欺骗他人。只有真诚和善良的心态，

我们才能获得真正的幸福和快乐。

再次，我认识到在学习中，坚持和努力是成功的关键。学习是一条漫长的道路，需要持之以恒的努力和坚持不懈的精神。我们不能因为困难而放弃，只有坚持下去，才能取得进步。同时，我们也要善于总结和反思，发现自己的不足和问题，不断完善自己的学习方法和能力。只有不断努力，我们才能取得更好的成绩，实现自己的梦想。

此外，我还认识到在面对挫折和困难时，乐观的态度非常重要。人生是一种起伏不定的过程，我们会经历许多挫折和困难。但是，乐观的态度能够帮助我们更好地面对困难，坚持下去。如果我们总是悲观失望，那么我们很难取得好的结果。而乐观的心态能够让我们保持积极向上的状态，找到解决问题的方法，最终取得成功。

最后，我认识到在人生的旅程中，我们始终不能忘记感恩。无论是对于家人、朋友还是对于社会，我们都应该心存感激之情。感恩让我们懂得珍惜拥有的一切，不再抱怨和嫉妒。感恩让我们关注他人，帮助他人，以回馈社会。在感恩的心态下，我们可以心怀感激地面对生活的苦难和困境，从而更加坚强和勇敢地面对未来。

通过这些心得体会，我认识到人生的真谛并不在于得失，而在于我们的成长和改变。在这个过程中，我们要学会从不同的角度思考问题，遇到困难可以换个思路解决，不能被表象所迷惑。我们应该时刻保持一颗谦虚的心，永远保持学习和进步的意识。只有这样，我们才能不断提升自己，不断走向成功。

综合的心得体会告诉我，人生是一本精彩的书，我们每个人都是书中的作者。通过综合的体验和感悟，我们能够更好地理解 and 把握人生的真谛，追求真正意义上的幸福和成功。愿我们能够时刻铭记综合的心得体会，不断成长和改变，在人

生的道路上走得更远，走得更好。

## 跟岗心得体会篇五

我们从一些事情上得到感悟后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，这样可以记录我们的思想活动。你想好怎么写心得体会了吗？以下是小编帮大家整理的综合实践心得体会，仅供参考，欢迎大家阅读。

今天，我随同教研员去杭州xx小学参加综合实践活动教学研讨活动。对于xx小学，曾经在参加品德骨干教师培训班中听过xx小学校长特级教师——黄黎明老师介绍过。也知道了xx小学是一所百年老校，她与xx为邻，在她的周围林立着的纪念馆、博物馆，使之洋溢着浓郁的文化气息和人文底蕴。她是一所德育工作搞得非常出色的全国性示范学校。黄校长曾自豪地说：“xx小学出来的学生特别自信，特别阳光。”听了黄校长的介绍一直很想去xx小学看看。今天终于有机会亲自去看看。车子在郁郁葱葱的林间穿梭着，七拐八拐终于来到了xx小学正大门。

一打开车门，个儿小小的一个小男孩就来到我的面前，笑呵呵地问道：“老师，您是来参加综合实践活动的吧？”我微笑着点点头，他马上热情地邀请到：“那您就跟我走吧！”小男孩自信地走在了前面，一路上他不停地向我介绍着学校的各类标志性的建筑和一些贴在墙壁上的活动花絮。言语中透露着一份自豪与开心。两分钟的时间就来到了参加活动的教学楼前，男孩立刻停了下来，指着不远处的一小幢房子说：“老师，您看那是我们学校的厕所，它整个三层都是厕所，如果需要方便就去那儿。”我笑了，多好的孩子呀，是呀，在这个陌生的学校里呆一天，肯定会上厕所，那就得找厕所。尽管学校不大，但也得花费一定的时间来找厕所，而

这里的孩子早就替我想到了。尽管是一件微乎其微的小事，但一下子让我感觉到这里的孩子真好。

综合实践活动课程教学研讨活动开始了，我认真地听了三堂课。这是三堂不同类型的课。第一堂是帮助学生确定研究方向的活动指导课，第二堂是活动中期的汇报课，第三堂是活动成果的展示课。通过观摩这三堂课，我对综合实践活动课程又有了新的认识。综合实践活动课是基于生活实践领域的课程，是基于学习者直接经验，密切联系学生自身生活与社会生活，体验对知识的综合运用，强调学科知识、社会生活及学生经验整合的课程。对学生来说，来源于他们实际生活中的课题首先是具体的，即是可见、可及、可感的。

真实的生活容易为学生的发展提供必要的经验基础，使学生将所学的知识同现实世界建立联系，从而有助于知识的理解和掌握，同时为学生了解社会，增强生活责任感提供了条件与可能。其实，真实的生活主题往往不单纯属于某一学科，而是打破学科的界限，必须综合各方面的知识才能解决。一个主题多个领域的综合实践为学生的情感体验的得以实现提供了开放的环境和空间。xx小学处于xxxx，临近xx，附近又有植物园、岳庙、灵隐寺、孤山等等，自然环境和人文环境在这里完美结合，为学生开展以“生活性”为主题的综合实践活动提供了有利的场所。我不禁赞叹到：“这里的孩子真幸福啊！”

活动结束了，通过这次活动让我更加明白了，对于综合实践活动这门课程我们必须尊重学生的兴趣点选择内容，催化学生的发展点开展活动，提升学生的感悟点寻求活动成效。这也是我在以后的工作中必须努力的方向。

## 跟岗心得体会篇六

随着岁月的流逝，我们在不同的人生阶段经历了各种各样的

事情，累积了丰富的经验。这其中，有成功的喜悦，也有失败的痛苦；有幸福的时刻，也有困难的岁月。在这一过程中，我们不断成长，不断学习，逐渐领悟到一些真理。综合各种经历的心得体会让我们更加成熟，也深化了我们对人生的理解。

首先，综合的心得体会让我们理解到人生不是单一线性的，而是螺旋上升的。我们曾经为某次伟大的胜利而欢呼过，但随之而来的可能是另一次灾难的降临。经历了一次又一次的高低起伏，我们明白生命的发展没有一劳永逸的成功。所以我们不能过于沉醉于自己的胜利，也不能被失败所打击。只有不断学习和成长，我们才能在这个不断变化的世界中保持平衡，获得更多的机遇。

其次，综合的心得体会让我们意识到人际关系对我们的生活有着巨大的影响。在我们一生中，我们会遇到形形色色的人，有亲人、朋友、同事和上司等等。然而，我们发现有些人会成为我们的知己，而有些人则只是路过。在处理人际关系时，我们必须学会分辨什么样的人值得我们真心交往，什么样的人应该远离。通过和不同人相处，我们能够更好地理解他人，扩展自己的视野，并从中学会如何与人相处。

第三，综合的心得体会让我们认识到时间的宝贵。时间是一种有限且无法回溯的资源，我们必须学会合理安排我们的时间，并且珍视每一分每一秒。我们不应该浪费时间在琐碎的事情上，而是将更多的时间用于我们感兴趣的事情，追求我们的梦想。而且，我们还应该学会及时休息，放缓脚步，欣赏身边的美好。只有在适度的休息和努力之间取得平衡，我们才能更好地享受人生的旅程。

第四，综合的心得体会让我们明白智慧比金钱更重要。金钱可以给我们一时的快乐，但它不能买到真正的幸福和满足感。相比之下，通过知识和智慧的积累，我们能够更好地理解世界，明确自己的目标，并为之努力奋斗。智慧帮助我们看清



现实，提升我们在人生中的各个方面，使我们更加全面和成功。

最后，综合的心得体会让我们认识到生活的真谛在于珍惜和传递爱。无论是亲情、友情还是爱情，在生活中爱是最重要的东西。当我们给予爱时，我们会感受到无尽的快乐和满足感。同时，通过帮助他人和关心他人，我们不仅能改善他人的生活，也能为自己带来内心的平静和喜悦。在人生的旅程中，充满爱的心灵会带给我们更多的幸福和满足。因此，珍惜和传递爱成为我们人生中最重要的事情。

总之，综合的心得体会让我们明白人生是复杂多样的，我们需要在面对各种挑战和机遇时保持平衡。我们还意识到了人际关系的重要性，时间的宝贵，智慧的重要性，以及爱的力量。这些心得体会帮助我们更好地面对人生，追求幸福和成功，并在每一个阶段都不断成长和进步。

## 跟岗心得体会篇七

综合的心得体会是我们人生的一部分，它是我们在成长和经历中获得的经验和教训的总结。这些心得体会的积累具有重要的价值，它们可以指导我们在未来的道路上更加明智地做出选择和决策。在这篇文章中，我将分享我在生活、学习和工作中所得到的一些心得体会。

首先，生活教会了我珍惜每一天。无论是喜悦还是挫折，每一天都是宝贵的。我曾经忽略了生活中的细节和小事，只专注于追求目标和追求成功。但是，生活的经历教会了我，真正的幸福并不在于成就，而在于每天都能意识到生命的存在。我学会了珍惜自己的家庭、朋友和爱人，用心对待他们。我学会了把时间花在我真正关心的事情上，而不是浪费在琐事上。生活教会了我活在当下，享受每一刻。

其次，学习教会了我持续进步。学习是一个永无止境的过程，

它使我们不断获取新知识和技能。我发现，只有持续学习才能跟上这个快速发展的世界。不仅是在学校的课堂上，我还通过阅读书籍、参加培训、与他人交流等方式不断学习。学习教会了我如何面对困难和挑战。我发现，在学习的旅程中，一路上充满了困难和挑战，但正是这些困难和挑战使我成长和进步。我学会了坚持不懈、勇敢面对困难和从错误中学习。

再次，工作教会了我团队合作的重要性。在工作中，没有一个人可以独立完成所有的任务，而是需要与他人合作。我学会了倾听他人的观点和意见，尊重他人的想法和贡献。团队合作教会了我互相支持、共同努力，为共同的目标努力。在我的工作经历中，我也面临了许多困难和挑战，但是团队合作让我意识到，只有大家携手合作，才能克服困难并取得成功。

此外，旅行教会了我开阔眼界和尊重多样性。通过旅行，我有机会了解不同国家和文化。我学到了这个世界上有许多不同的价值观、风俗习惯和生活方式。与不同的人沟通和交流，我学会了尊重和接纳他们的差异。旅行也教会了我珍惜家乡的文化和传统，并将这些传统与他人分享。

最后，这些心得体会使我成为一个更好的人。它们让我学会了更加珍惜生命、持续学习、与他人合作和尊重多样性。这些心得体会指导着我的行动和决策，使我在面对困难和挑战时更加坚定和自信。它们也帮助我发展了一种积极的生活态度和乐观的心态。我相信，通过持续总结和反思，我们可以不断积累新的心得体会，进一步提升自己。

综合的心得体会是我们人生中宝贵的财富，它们是我们成长和经历的结晶。生活、学习、工作和旅行教会了我许多有价值的东西。通过珍惜生活、持续学习、团队合作和尊重多样性，我将这些心得体会融入到我的生活中，成为一个更好的人。我相信，持续地反思和总结，我们每个人都能从自己的经历中获得更多的心得体会，并在未来的道路上取得更大的

成就和成功。

## 跟岗心得体会篇八

一年一度的综合实践课又开始了，周一早上我们坐着校车来到了职业技术学校实践基地，综合实践 心得体会。由于这是第二次来参加综合实践活动了，学生不再是以往的那样新鲜。

简简单单的开营仪式 之后便回到宿舍，学生自由组合形成一个温馨的小集体，也让我再一次想起了上师范学校时的情景。那时的我们也是这样天真无邪、阳光灿烂，但过去的就是过去了，就远也找不回来了！这次综合实践活动课与以往有所不同，开设了几门新课程，学生从中能够学到许多课本上学不到的 知识。

有：科普、木工、电工、手工、雕刻、花木栽培、内务整理。学生每天能够按时排队去上课，放学排队回宿舍，每天都能按时打扫宿舍卫生，按顺序排队去食堂打饭，每天放学后到操场集合跑两圈，晚上静静地在大厅里上晚自习。这一切的一切真的让我省了不少心，这些孩子真的长大了，真是越看越喜欢！即使这里的条件很艰苦，宿舍很冷，但没有一个孩子吵着要回家，都表示一定要坚持到最后。不过还是有两个孩子感冒太严重了，我还是决定让家长把孩子接走了。

周二晚8：00查寝发现吕福星发 高烧，被爸爸接走，周三晚8点查寝，发现刘震不舒服，但孩子还是表示要坚持下去，半夜11：30 仍然难受，被妈妈接走。

今天周四了，晚上组织学生在大厅写参加综合实践的心得体会。我把每一个孩子的心得体会全都看 了一遍，真是各有千秋啊！都说出了自己的心声，把几天来的想法一并写了下来。

有的学生认为收获很 大，学到了书本上学不到的知识，学会了与人交往过集体生活， 有的学生体验到了父母的辛劳、老

师的关爱。当然也有的学生不想再来了，感觉这里吃的不好，睡的不暖。呵呵~~看了这些小孩儿的心得体会，我也不由得来到这里写一写自己的感受！

虽然有一万个不愿意，一心想不如在校学习，提高学生的学习成绩！但转念一想领学生出来还是对的，虽然条件很艰苦，在学生们身上操了很多心，自己的小孩还得托付给别人照顾，增添了许多麻烦... 烦，但这将是学生们一生就远的回忆！

实践心得体会

## 跟岗心得体会篇九

寒假里我和我们之前高中的几个同学组成了寒假实践活动志愿服务小组，到敬老院为孤寡老人们服务。通过这次志愿服务，使我感到在公益劳动中能使我们受到教育，引导我们去了解社会、感受社会。

在敬老院中，我们小组的同学毫不嫌脏，耐心、仔细地帮助老人们洗脚、剪指甲。这些都让我们体会到了老一辈的孤独、我们的幸福和自私。我们在那里尽可能地多和老人聊天、谈心，竭尽所能使老人感到温暖。我们还帮助敬老院的职工一起打扫敬老院。虽然我们满头大汗，但我们很高兴，因为我们心里都有一股自豪感。而这种自豪感不是在学校里能够体会到的。

这次公益劳动让我懂得了公益劳动不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们学生的劳动态度的一个特征。不计报酬也是我们大学生劳动态度的一个特征。我们讲的公益劳动，就是以不记报酬为前提的，我们必须为公共利益而劳

动，自觉进行义务劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

社区实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力，更让我们明白了学会独立的重要性。

### 综合实践心得体会3

## 跟岗心得体会篇十

在学生求学的道路上，学习综合课程是必不可少的一部分。综合课程包括了数学、语文、英语、物理、化学、生物等学科。在这些学科中，学生需要掌握丰富的知识，应付各种考试和作业。综合课是学生综合能力的终极考验。在学习和应试的过程中，我有很多收获和体会。

### 二、学习方法

在学习综合课中，合理的学习方法对学生的成绩提高有很大的帮助。在数学中，我通过刷题来提高自己的数学能力。在语文中，我阅读了大量的优秀文学作品，提高了我的阅读能力和表达能力。在英语中，我通过背单词和看英语电影来提高自己的口语水平。除此之外，我还会找老师和同学请教，不断巩固自己的学习成果。这些方法都帮助我提高了自己的学习能力。

### 三、应试技巧

在综合课中，应试技巧也是很重要的。在考试前，我总是先看考试要求和规定，明确自己需要掌握哪些知识和需要写哪些内容。在考试过程中，我会先做简单的题目，尽量不做错，

然后再将复杂题目集中精力解决。我还会注意时间，合理分配每道题的答题时间。这些技巧帮助我在考试中取得了好成绩。

#### 四、性格养成

在综合课中，我还学到了很多有益的性格养成方法。在应对难题时，我会坚持不懈地钻研，不放弃，直到弄懂为止。我也不急于求成，在学习过程中慢慢积累，不断提高自己。同时，我也会虚心学习，听取老师和同学的建议，不断改正自己的不足。这些性格养成方法帮助我不断成长和进步。

#### 五、总结

通过学习综合课程，我不仅掌握了各个学科的知识，还学到了很多学习方法、应试技巧和性格养成方法。这些经验和技巧不仅帮助我取得好成绩，还帮助我开阔了视野，不断提高自己的能力。在以后的学习和工作中，我将继续努力学习，不断提高自己，取得更好的成绩和更高的荣誉。