

最新实验报告心得体会(精选5篇)

心得体会是指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。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

实验报告心得体会篇一

这次实习，我对该公司的一些情况有了一个基本的了解，根据在实习期间的所见，我对公司的今后发展提出了以下的建议。

化学是一门以实验为基础与生活生产息息相关的课程。化学知识的实用性很强，因此实验就显得十分重要。

这门课程生活中的应用是那么的广泛。

学生做实验绝对不能人云亦云，要有自己的看法，这样就要有充分的准备，若是做了也不知道是个什么实验，那么做了也是白做。实验总是与课本知识相关的在实验过程中，我们就应尽量减少操作的盲目性提高实验效率的保证，有的人一开始就赶着做，结果却越做越忙，主要就是这个原因。在做实验时，开始没有认真吃透实验步骤，忙着连接实验仪器、添加药品，结果实验失败，最后只好找其他同学帮忙。个性是在做实验报告时，正因实验现象出现很多问题，如果不解决的话，将会很难的继续下去，对于思考题，有不懂的地方，能够互相讨论，请教老师。

我们做实验不好一成不变和墨守成规，就应有改良创新的精神。实际上，在弄懂了实验原理的基础上，我们的时刻是充分的，做实验就应是游刃有余的，如果说创新对于我们来说是件难事，那改良总是有可能的。比如说，在做金属铜与浓

硫酸反应的实验中，我们能够透过自制装置将实验改善。

在实验的过程中要培养学生独立分析问题和解决问题的潜质。培养这种潜质的前题是学生对每次实验的态度。如果学生在实验这方面很随便，等老师教怎样做，拿同学的报告去抄，尽管学生的成绩会很高，但对将来工作是不利的。

实验过程中培养了学生在实践中研究问题，分析问题和解决问题的潜质以及培养了良好的探究潜质和科学道德，例如团队精神、交流潜质、独立思考、实验前沿信息的捕获潜质等；提高了学生的动手潜质，培养理论联系实际的作风，增强创新意识。

实验报告心得体会篇二

随着现代社会的快节奏发展，每天起床变得越来越困难。为了解决这个问题，许多人依赖于闹钟来叫醒自己。然而，这种叫醒方式是否真正有效呢？为了回答这个问题，我进行了一次关于闹钟的实验。通过此次实验，我得出了一些重要的心得和体会。

在实验中，我邀请了十名朋友参与。他们每天都需要使用闹钟来叫醒自己，所以这个实验对他们来说是非常实际的。实验的步骤是这样的：参与者在晚上10点上床睡觉，然后设置好他们通常使用的闹钟。第二天早上，他们需要记录他们醒来的时间、感觉和精神状态。这个实验持续了一周。

通过对参与者的记录和观察，我发现了一些有趣的现象。首先，大多数人并没有正确估计他们醒来的时间。他们往往认为自己醒得更早，或者醒得更晚，而实际上会有一定误差。这表明闹钟无法准确地控制我们的生物钟，我们的身体有时会在需要的时候自然醒来。

其次，参与者在使用闹钟叫醒后，往往感到疲倦和迟钝。他

们需要一些时间来清醒过来，才能开始一天的工作。这说明闹钟虽然叫醒了我们，但却无法帮助我们真正地恢复精力和提高专注力。在实验的过程中，很多参与者纷纷表示他们希望有一种更温和和自然的叫醒方式，以提升他们的工作效率。

另外，实验中的参与者也发现在没有闹钟的情况下，他们的醒来时间比平时提前了一些。这表明，当我们没有外界的干扰时，我们的身体可以更好地控制自己的生物钟，并在需要的时候自然醒来。因此，许多参与者认为在平时可以尝试减少对闹钟的依赖，让自己能够更好地使用自然的生物钟。

根据这次实验，我得出了一些重要的心得和体会。首先，我们需要认识到闹钟只是一种辅助工具，而不是完全依赖它。我们应该尝试让自己的身体和生物钟更好地配合，以提高我们的工作效率和生活质量。其次，我们可以尝试寻找一种温和和自然的叫醒方式，例如利用自然光来唤醒，这样我们可以更容易地清醒过来。最后，我们应该充分利用好闹钟的功能，确保我们按时醒来，避免迟到或错过重要的事情。

总体而言，闹钟实验让我对使用闹钟的方式和作用有了更深入的了解。闹钟可以帮助我们按时醒来，但它并不能解决我们的困倦和迟钝问题。我们应该在使用闹钟的同时，与自然的生物钟相协调，提高我们的生活品质。我希望通过这次实验的结果和心得，可以引起更多人对闹钟使用方式的反思，以改善我们的健康和生活。

实验报告心得体会篇三

我校从__年秋季进入基础教育课程改革实验，在这五年的实验工作中，我们加强教改科研，建立培训、教学、科研相结合的课改常态工作，以教育科研推动课改，以课改促进教育科研，加强课改实验教学过程的管理和研究，大力加强课堂教学，提高课堂教学质量，高质量的完成课改工作。

一、转变观念，端正思想，把基础教育课程改革作为学校中心工作。

1、成立以校长为组长的学校课改工作领导小组，遵循思想性、科学性、针对性、有效性的原则，负责指导全校课改工作的实施。制定学校课程改革实验方案和计划，拟定课改工作各项制度，包括集体学习培训、集体备课等制度以及课改年级教师和课改各负责人职责等，扎实开展课改实验工作。

2、加强学校了科研室的建设，针对课改教育教学中的现象、突出问题，拟定课题《农村学校学生合作学习研究》，开展了有计划、有目的、有组织的研究，促进课改工作的深入开展。

3、学校把基础教育课程改革作为学校中心工作，探索建立符合新课程标准要求下的教学规范和教学管理形式。制定了《__小学新课程课堂教学评价量表》《新课程发展性评价学生意见》《__小学新课程考试指导意见》和《新课程教学常规》。

二、积极开展校本校验、培训，推进课改实验工作。

促进学校教研工作和教师业务素质的提高。

近几年来，我校通过校本教研和校本培训工作的开展，转变教师观念，促教师业务素质的提高，促进教师教学方式改变。我们结合教研教改、新教材培训、课堂教学研究等加强对现有教师的培养、培训，逐渐使教师们成长为教育教学工作的行家里手。

1、扎实抓好新教材教学研讨活动。支持教师参加新课程的学习培训，要求参加人员回来要上交学习笔记本和学习心得，将学习资料打印，向其他教师发放。与此同时，要上一节示范课，并指导其他教师上好教改课。教师全员参加培训，要求

实验年级教师把握课标，熟悉教材，用活教材，在教学中能体现新理念，突出新教法，通过理论学习，课堂实践，交流研讨，优化组合，不断提高驾驭新教材的能力。积极论文评癣课改论坛活动，提高我校课改实验学术水平，并积极参加各类培训及优秀论文、优质课的评眩。

2、规范教学过程，抓好教学管理。几年来，我们规范课堂教学过程，要求教师做到课堂教学达标。积极按教研室要求开展备课改革，使教师能正确认识与处理好备课与写教案的关系，处理好教学预案与课堂生成性教案的关系，变一元目标为多元目标，变整本教案为活页教案，切实备好每一节课，上好每一节课，写好教学反思。学校将加大管理力度，加大检查性听课的力度，加大对课堂教学过程的监控。

3、抓好课改工作，提高提高教师业务能力。我们经常开展开展优秀教师公开课、示范课活动，充分发挥优秀教师在校改中的中坚力量。开展赛课、说课、教学设计比赛等活动，增进教师对新课程思想的认识、对新课标的理解和对教材的把握能力，提高课堂教学效率和质量。

三、基础课程改革丰富了办学特色内涵，提高特色质量品位，学校从实际出发，强化优势项目，逐步形成学校办学特色，进而实现特色办学。

1、__小学突出“艺术教育”特色。学校充分利用社区资源，发挥教师的主动性和创造性，成立舞蹈队，民乐队，合唱队，在舞蹈、民乐等方面形成自己的强势项目，初显学校艺术特色和教育成果，让学生在诸多方面得到了全面发展，并在全国、盛市各级艺术人才选拔赛上屡获佳绩。

2、注重校园文

化建设，提升升精神文化内涵，打造了促进学校传统文化的良好育人环境，积极发挥共青团和少先队组织的作用，抓好

队员良好的行为习惯的养成教育和体验教育等活动，加强尊
师守纪，勤奋好学，文明礼貌，讲究卫生教育，并通过团支
部，少先队，中队及队员的自主性教育，把强制性教育(学校
的各种检查与督促)与自主性教育相结合，形成良好的道德品
格。

实验报告心得体会篇四

将近一年的“国家大学生创新性实验计划”结题了。在那
段“痛并快乐着”的时期里，我们曾洒下汗水，也曾播种了
希望；我们曾付出心血，也曾收获成功。从寻找课题到申请立
项，从搜索学习文献到联系购买材料，从一步步实验过程到
一个个结果测试，从发现分析解决问题到提高改善性能，一
路走来，感觉收获颇多。

在实践方面，最深的体会就是要善于勤于思考，主动动手动脑。创新实验不是基础化学课上的实验，只要按着老师讲的步骤做就行了。做的课题对于我们来说，可能是一个没有接触过的新领域，没有人告诉我们一步步该怎么做。需要自己去查找文献查资料，去弄明白实验的原理，然后确定要创新的方向。按照这个方向一点点努力，所以每一步都需要独立思考。其中会遇到很多困难，这个时候除了寻找帮助，最重要的还是自己思考。再不断地去学习摸索，直到找出解决问题的答案。当然，解决问题的答案是动手去做。只有动手去做，才会发现问题解决问题。还有一定要认真负责地对待实验。无论是srtp还是国家创新实验，虽然不在学习的任务之内，可能刚开始热情很大，或者后来变得懒惰了。但既然做了，就要认真负责到底。这对培养一个人的责任心和自制力有很大作用，对维护团队精神也有很大影响。再有，本以为做实验很轻松，其实就算是一个简单的实验仪器(例如量筒)的使用，里面都有很大学问。这时在基础实验课上学到的东西就显得很有用了，养成良好的实验习惯很重要。最后，做实验的时候一定要细心做好记录。记录以前的实验过程，对结果的比较分析很有用。只有认真留意实验过程的细节，仔细分

析结果才能不断改进和完善实验。

在创新方面，首先要确定创新的方向和目标。方向和目标贯穿整个实验的核心，只有明确方向，围绕这个方向努力下去，才可能有结果。创新点可以从很多方面确定，不一定是很高深很前沿的东西。只要不是照搬别人已经做过的东西，在自己力所能及的范围内就好。当然，能做出更大的成就最好。确立了创新点之后就要开始整个实验了，可以先熟悉几次实验过程，再一步步认真研究。此时，一定要注意积累经验，能够提出大胆的猜测，并为之付出实践。每一次重复实验都可能会出现不同的结果，要认真分析结果，找到优点和缺点。针对关键的问题，做进一步的改进。有时可能会出现“停滞不前”的现象，好像只能做到这个程度了。这时要用发散思维多方位的考虑，作出大胆的猜测。但要始终围绕创新点，不能偏离主题，也不能随意猜测，而要有根据有目的地做出假想，再一步步实践去验证自己的猜测。其实，每一个伟大的成就都是这样“平凡”地一步步得出来的。

总之，在这次创新实验里，我学会了认真负责对待实验；踏实勤恳地去做实验；坚持不懈地完成实验；在懒惰面前克制自己；在困难面前乐观积极。这些东西是书本上学不到的。感谢学校能够提供这样一个实践的机会，感谢我们的指导老师，感谢团队中每个成员以及所有帮助过我们的老师和同学们。

实验报告心得体会篇五

闹钟是我们生活中不可或缺的物品之一，它在我们的日常生活中起着提醒、时间管理等重要的作用。近期，在一个心理学实验中，我与同伴们一起参与了一项关于闹钟的实验。通过亲自体验和观察实验结果，我深刻认识到了闹钟在时间管理上的重要性，并对实验过程和结果有了更深入的了解。以下将详细介绍我的心得及体会。

二、实验目的

我们这次实验的目的是探究不同类型闹钟对时间管理的影响。在这个实验中，我们将使用传统的机械闹钟和智能手机上的闹钟进行对比。通过观察每个人在使用不同闹钟的情况下的表现，我们可以了解到不同闹钟对时间管理的效果。

三、实验过程

实验过程中，我发现了不同闹钟对时间管理的影响。在使用机械闹钟的时候，我可以清晰地听到钟声，而且闹钟的声音逐渐增大，使我能够从梦中清醒过来，并意识到自己需要起床。而当我使用手机上的闹钟时，由于手机放在靠近床头的地方，声音相对较小，我经常会一直处于迷糊状态，辗转反侧，最终导致迟到。通过对比两种不同闹钟的使用情况，我意识到了机械闹钟的优势。

四、实验结果

通过实验，我们得出了结论：机械闹钟在时间管理上更加有效。机械闹钟的钟声逐渐增大，能够有效激起人的注意力，使人快速从梦中清醒过来。而手机上的闹钟声音相对较小，容易被忽略，甚至根本无法将人从睡眠中唤醒。这种情况下，容易出现迟到的情况。

五、心得体会

此次实验让我深刻认识到了合理的时间管理对我们的重要性。选择一个合适的闹钟可以帮助我们更好地规划时间、提升效率。在实验前，我从未仔细思考过闹钟的影响，觉得只要设置一个闹钟就能起床。然而，实验结果却让我颇为震惊。在生活中，许多人习惯性地使用手机上的闹钟，我觉得这是一个需要改进的地方。我们应该选择一个能够准确、有效提醒自己起床的闹钟，以便更好地控制时间、增加生活的效能。

通过这次实验，我对时间管理的重要性有了更深入的认识。

我也认识到，我们要从日常小事做起，比如选择一个合适的闹钟，去合理安排我们的时间。只有这样，我们才能更好地提升生活质量，更高效地利用时间，实现自己的目标。

总之，通过这个闹钟实验，我对时间管理的重要性有了更深入的了解。我决定将这次实验得出的结论付诸行动，选择一个合适的闹钟，养成良好的时间管理习惯。我相信，在日常生活中，一个合适的闹钟可以成为我有效控制时间的良师益友。