

# 最新学雷锋精神感悟个人(汇总6篇)

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 学雷锋精神感悟个人篇一

教育是一个互动的过程，老师只要认真投入教学，孩子就会积极配合。这种过程是很开心的！这次实训令我感受颇多。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读；另一方面我也深深地体会到教学相长的深刻内涵。比如在我从事教育教学活动时。在我第一次深入课堂时，我就遇到了许多师范学校里没学过、没想过的难题。即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。学生何以如此呢？在我看来主要是由于学生没有学习的兴趣。

人生总有许多第一次，而初为人师，对于师范生的我而言却是件极具挑战、颇具诱惑的事情。20\_年x月x日，我怀着兴奋的心情和队友来到\_中学，开始了为期一学期的教育实训，实训期间的点点滴滴、酸甜苦辣，让我体验到太阳底下最光荣事业的崇高和艰辛。

我很开心我有了这么一次实训的机会，这是我梦寐以求实现梦想的机会，在我实现梦想后，我感觉真的是不虚此行，我学到了很多的东西。不仅仅是我叫学生，我从学生身上也找到了当年的我的影子，我也跟他们学到了很多的东西，这是我收获很大的地方。

在实训学校有关领导和指导老师的悉心指导下，我时刻牢记“为人师表，严谨治学”的校训，充分发挥主观能动性，

把在大学课堂上所学的理论知识和实际教学相结合，在实践中学，在学中实践，认真开展教学工作和班主任实训工作，认认真真、踏踏实实、勤勤恳恳、任劳任怨，我付出了很多，但也收获了很多。在整个实训阶段，我从一个只会“纸上谈教”的大学生到一个能在课堂上“讲课自如”的准老师；从一个没有经验的大学生到一个对平行班有一定处理能力的班主任，这一切无不见证着我所付出的每一分耕耘所得到的收获。

## 一、互相关心，相互学习，团结协作，做好实训对的工作

在实训期间，除了教学实训和班主任工作，我在实训队里也尽力尽责，与队友团结合作完成该完成的任务；与队友相互帮忙，相互听课，互相借鉴经验，虚心听取别人的意见和批评。这一方面巩固了我们之间的友谊，另一方面给我的实训工作起了很大的帮助，我从不同的队友身上学到了很多，如不同的教学风格，班主任工作技巧等等。

## 二、进驻学校，统筹规划，全面做好前期工作

我们于2月26日下午到达实训学校\_中学，之前兴奋的心情被眼前面临的情况冲刷得一干二净：我们5个男生同住一间房子，设备简陋。这就是摆在我们这些养尊处优的大学生面前的第一个考验，我们及时清醒的认识到面前的困难，排除沮丧的心情，齐心协力的安置行李，布置房间，找来生活用品，很快我们在这样的环境中安顿下来。刚安顿好，负责实训事宜的主任就召集我们开会，在会上主任对我们的实训做了安排，介绍了学校的一些基本的情况，还向我们提出了学校对我们的要求和希望，希望我们这次实训能顺利完成，每个实训老师都能学到本领，要求我们严格要求自己，为人师表，言必行，行必果，身正为范。这为我们的实训有条不紊的进行提供了保障。晚上我们实训队进行了一次简单的会议，落实了队规队纪，各项实训工作的安排和实训期间该注意的事项。有了这一切的统筹安排，我的实训才能进行的这么顺利。

### 三、名师指导，虚心学习，全面提高教学水平

实训的第一、二周为见习阶段，在这个星期里，我全面熟悉初一政治教材，认真听指导老师的每一堂课，做好听课纪录，课后与老师探讨，虚心求教，深入了解课堂教学的要求和过程。学习如何备课、备学生，如何更好地将素质教育的理论与落实考纲考点的要求相结合。

第二阶段是上课，我的指导老师带的是高一两个平行班和一个实验班，还当了高三的班主任，带了高三两个班的政治课，所以他给我上的课很多，而且给我安排的课时间间隔比较短，不过抱着对学生负责的态度和对自己负责的态度，我细心琢磨教材、详细写教案、做课件，每一样都是改了又改，直到自己认为能教好的符合班级情况为止，这样才交给指导老师审批，在指导老师的批改和建议下再做修改，并且在上课前进行试讲。

我的每一节课指导老师和另外两个实训的政治老师都坚持听课，在课后细心帮我评课，针对我课堂上出现的缺点提出宝贵意见，并且肯定了我的一些可取之处，让我倍受鼓舞，在课后努力改正，提高教学水平，以确保在下一次的教学不出现同样的错误，在这样的努力下，我在教态、语言、板书、提问技巧、与学生互动各方面都有了显著的提高，老师的赞赏和学生成绩的提高是对我的教学水平充分的肯定。

### 四、认真负责，勤恳他是，为人师表，积极开展班主任工作

做班主任是辛苦的，而当一个平行班的班主任则是更辛苦的，当我第一次到班上带早读的时候就更深刻的体验到这一点。学生素质普遍较低，这个给管理教育带来了巨大的困难，所以一开始我就暗下决心，一定要加倍努力，要投入比别人更多的时间和精力将我的工作做好，辅助班主任将班级带好。每天有三个主要任务：

一是看早读，每天早上7：00到教室督促他们打扫卫生，检查仪容仪表，校牌佩戴，督促他们认真早读。

二是在上课时间进行巡堂，检查上课情况，如有上课不认真听讲者，下课及时找他谈话，提出警告。

三是第九节自习课，我要到班上看班，辅导个别学生，给个别学生作思想工作。我在一开始我就抓紧了解班级情况，管理整理他们的档案和成长袋，很快的熟悉了学生的状况和家庭情况，这给我的工作起了很大的作用。在这过程中，我做到爱岗敬业，任劳任怨，不喊苦不喊累，尽责的做好每一项工作，带领学生参加学校的各项活动。

## 学雷锋精神感悟个人篇二

毕业实训是每位大学生走向社会，走上属于自己的工作岗位一段必不可少的经历，是一个成长的历程，通过这个实训的过程，我们逐渐的对社会有了新的了解和认识，在实训的过程中我们能够学到许多在学校在课堂上了解不到也学习不到的知识，实训能够开阔我们的视野，增长我们的知识，让我们的格局不再受限于学校，我们也有了更大的发展空间。

我离开学校实训在悄无声息之间边过去了一个月了，回顾这一个月的实训生活，我受益良多，感触也很深，在这一个月我发生了很大的变化。

我刚刚开始来公司上班的第一天，面对领导和同事我都非常的紧张，但是当我逐渐的融入了这个大团体之后，我变慢慢的放松了下来，刚开始的时候对于工作也不是很熟练，在工作上存在许多的困难，在同事们的帮助下我渐渐的适应了我的这份工作，从刚开始的生疏到现在的熟练，在领导和同事的指导与帮助下我得到了很大的进步，在工作的过程中我也认识到了自己存在的不足与短板，同时我也深深的被我们这个团队的强大所震撼。

刚开始来公司实训的那几天心里有点莫名的浮躁，还沉浸在大学的日常生活当中，做事也经常粗心大意，给同事们带来了很大的麻烦，这是我需要改正的缺点，在工作上就必须保持严谨的工作态度，踏踏实实的做好自己的工作，才能在工作上有所成就。

参加实训也有一个多月了，我已经渐渐的适应了工作的节奏，熟悉了周围的环境，在这一个多月我学习到了许多的知识和道理，在工作上，作为一个员工就要把公司当成自己的家，维护公司的制度，遵守公司的规则，在工作上要严格的要求自己，每天按时完成公司分发的任务，同时我对于合作有了更深层次的认识，我们团队之所以能够在这个月取得很大的成果，它与每个成员的努力是分不开的，也是我们团队相互协调合作的结果。

实训是一段用来学习的时间，是我们走向社会之前了解社会的一个过程，这是一段非常有用的时间，我们在实训期间有足够多的时间去学习，同时在这段时间，我也应该更加努力的去面对自己的实训生活，在实训的时间慢慢的进步成长。

## 学雷锋精神感悟个人篇三

20\_\_年\_\_月\_\_日，这是一个特殊的日子，我们，来自祖国各地的\_\_\_\_届\_\_\_\_学院大一新生，终于要开始军训了！

在这一天，我们见到了即将陪伴我们度过两个星期军训时光的李教官。在这一天，艰苦却又令人向往的军训生活正式拉开了序幕。

苦！累！

相信这是所有人刚开始军训的第一感觉吧。昏暗的天空下，一个个绿色的身影整齐的排列着。身日不得不僵硬的挺直，墨绿色的迷彩服随风摆动，淡淡的汗水味儿混杂这压抑的气

息散发而出……我承认，军训第一天上午我是有些不满甚至有逃避不参加军训的念头。

然而，越是训练，我越能体会到军旅生活中团队精神的重要性。个人的行为时刻影响这集体的形象，而集体的形象有时无刻不在折射着个人的行为。这二者实在是无法分开来讨论，就像是独木不能成林，单丝无法成线，个体这个微小的水滴无法冲破坚硬的岩石，单片雪花终究不能带来来年的大丰收……集体的力量因个人而强大无匹，而这些本已人尽皆知的真理，更是随着运动场上震耳欲聋的吼声回荡在祖国的天空之上。

立正、稍息、正步、军体拳……各式各样的训练项目层出不穷，各连的教官都极其认真负责地带领这大家训练。虽然过程很辛苦，几乎每次军训结束后腿都不听使唤了，然而现在我已没有当初的不满与愤懑了；相反，还有了些留恋，尤其是在集体休息时各连的拉歌环节，这极大的拉近了同学们之间的感情，也使我们体会到军旅生活中的快乐。我觉得自己真正融入了这个大集体，相信今后的训练日子里不管多辛苦，我也会坚持到底的！因为军训不仅让我明白了集体的重要性，更让我知道，唯有具有坚忍不拔的意志与坚定不移的信念，我们才能在铺满艰苦的人生道路上披荆斩棘，让理想之花尽情盛开！

## 学雷锋精神感悟个人篇四

只有经历过地狱般的磨练，才能有征服天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。军训便是这样一次挑战自我和提升自我的机会。

我羡慕军人的英姿飒爽，羡慕军人的英勇顽强，羡慕军人的勇往直前。当一名军人，是我从小就有的梦想。

来到了初中，我们开始了5天的军训。梦寐以求的一天终于来

了。

军训生活的艰苦是我所未曾料到的。一天中大部分时间都在训练。操场上似乎也永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸？时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是，我就疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……军训结束了，

而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富。

## 学雷锋精神感悟个人篇五

今天是我实习的最后一天，回首过去一个月里在单位的点滴，依然激动不已，因为在那里我经历了许多第一次，第一次和领导近距离接触，第一次帮上司整理资料，第一次出街做志愿者。正是这些大胆有益的尝试逐步使我意识到积极主动地参与社会生活锻炼的重要性。

在那里，我始终记住我此行的目的：我是来做事的。因而始终保持着积极肯干的心态，由此也赢得了上司的认可和高度评价。没错，无论在任何时间，任何地点，积极负责地去做事是成就个人良好印象的重要因素，也最终会得到大家的喜爱。

另一方面，我也意识到自己的不足之处，那就是专业知识不够牢固扎实，要知道，大学生毕业后是靠专业吃饭的，谁的专业知识和实践技能高，谁就是社会的有力竞争者。而作为大学生的我，此行感触颇深的就是每当别人询问我的专业时，我始终不能自信地说出来，因为连我自己也不能对我的专业知识有很好的把握，毋用说应用到实践中去了。咋一听，我的专业似乎技术含量很高，由此也引发了别人对我专业的高评价，因而对我也有很高的期望值，而实际上我知之甚少，一旦在工作上遇到这种问题只会造成更大的尴尬，这是我今后必须努力解决的问题。

在个人专业知识不足的情况下，个人的素养就显得尤为重要了，保持谦虚、积极肯干的心态可以最大限度的减轻个人缺点造成的影响，无论是对领导，还是对同事，谦虚有礼都是为人的根本，这一点我深有体会，出去工作不同于学校生活，工作讲究的是效率，是办事的效果，追求的是踏实，准确。因而对个人的纪律要求也必须严格，比如说上班要准时，工



作期间要务实，用“少说话，多做事”这个词来形容最准确不过，试想，一个在上班期间只会夸夸其谈的人，谁会喜欢？只有那些认真，踏实的帮领导办实事的人才会得到肯定。

如果说在学习工作上要保持“低调”，那么在与人交往当中就要“张扬”，就是要大胆地、主动地去认识别人，寒暄也好，客套也罢，给人一个友好，大方的印象，对自己是一种大胆的锻炼，对别人也是一种尊重，这就是人际交往的一部分。

还有，在实习的过程中，我终于体验到了办公软件的广泛应用以及自己的孤陋寡闻。有一次领导让我打印一份公文，其中就有我很不熟悉的东西，最终还得领导亲自动手，让我好生尴尬。别看自己经常接触的word文档简简单单的，其实大有文章。同理，其他软件的知识也应用很广泛，这些都要求我们在学校要多接触，多练习，别把太多的时间都花在网上，只有在学校就打下牢固的知识基础，早作准备，将来才能在工作上得心应手。

这次实习俨然让我扮演了一次“跑龙套”的角色，上到做领导助理，下到打扫卫生，斟茶递水，无所不能为，值得一提的是，我对此没有任何怨言，相反，我觉得这是对我的器重。甭管其他同学是怎么看的，也许其他同学表面没事，心里一万个抗拒，但是我是发自内心的感到自豪，因为在学校我代表自己，但出到外面，我代表的却是华师的名誉，因而我必须做好我的本分，干出我的精彩。事实上，听其他学校的同学说，上级的领导对我的办事态度表示赞扬，他们也称赞我有责任感，我想我最大的收获莫过于此了。我为\_\_争了光！

## 学雷锋精神感悟个人篇六

我在《襄樊晚报》进行了为期4周的实习。在实习期间，我受益匪浅，不仅熟悉了报社工作的各个环节，掌握了记者采写的工作方法，而且在发现自身不足的同时加深了对社会的认

识，这些收获将会使我终身受益。

由于我们平时在学校只进行理论课的学习，所以初到记者的职位上，很多东西都不很熟悉，对社会知识缺乏一定的了解。但是，每次有新闻线索时，我的指导老师都带我到现场，回来后让我自己写稿子，然后耐心给我修改稿件，并且告诉我应该注意的问题。到后来，老师就让我自己去采写新闻，自己找新闻点。我的实习指导老师高立也经常帮我分析解决实习中遇到的问题。有付出便有回报，实习期间，我发表各类稿件共计52篇，同时我的新闻敏感性、职业道德都有了很大的提高，具备了一定的专业的素质。

在报社，我一直记着我来自武汉体院，我告诉自己不能够给母校丢脸。为此，每天早上都是我第一个来到报社，帮老师擦好办公桌，准备好采访本、录音笔等设备；每天晚上，记者都已经回家了，我还在报社反复比较自己写的稿子与编辑修改后的稿子，寻找其中的差距；有突发事件时，我立即从租住处出发在第一时间赶至新闻现场……群众的眼睛是雪亮的，报社的一位记者对我说过这样一句话：“小宋，你不是我见过的最聪明的实习生，但你是我见过的最努力的实习生。”我把这句话当作报社对我最大的肯定。

实习的一个月很短暂，却给我留下了深刻的记忆，我开始亲身体会到做一个好记者究竟该需要哪些素质。