

# 最新福利院实习心得体会感悟 小学教师 实习感悟心得体会(通用10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心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 福利院实习心得体会感悟篇一

小学教师实习是我作为教育专业学生的一次难得机会。进入实习班级的那一刻，我怀揣着激动而忐忑的心情。作为一名实习教师，我的责任不仅是传授知识，更是引导学生成长，培养他们的兴趣和能力。起初，面对一群天真活泼的孩子，我感到有些束手束脚。然而，逐渐地，我从中找到了与学生相互沟通的方式，了解了他们的需求和特点，进一步树立了自己作为小学教师的信心。

### 第二段：知识与创新

实习过程中，我深刻感受到作为小学教师应具备扎实的专业知识和对新颖教学方法的掌握。在实践中，我不仅需要运用所学知识来进行课堂教学，更需要寻找适合学生的不同教学方法。我发现，通过多样化教学方式如游戏、活动等，学生参与度得以提升，学习效果也更为明显。同时，我还尝试着创新教学，例如通过音乐、绘画等融入课堂，激发学生学习兴趣，使他们能够通过多种表达方式展现自己。

### 第三段：关怀与引导

小学是孩子们进入社会的第一步，对于他们而言，除了学习知识外，还需要教师的关怀和引导。我注意到，有些孩子在家庭环境不良等原因下，面临着一些问题，如缺乏自信、学

习态度不佳等。因此，我时常与这些学生沟通，了解他们的困扰和需求，给予他们积极正面的鼓励和指导。通过与他们建立良好的师生关系，我发现他们在教室里的表现渐渐改变，并且取得了进步。

#### 第四段：团队与合作

在实习过程中，我更加深刻地认识到教师是在一个团队中工作的。在团队合作中，我充分体验了合作中承担责任的重要性。在实习班级中，我与其他老师相互协调，互相学习，共同研究教学方式和解决学生问题的方法。团队中的老师还会分享自己的经验，帮助我进行心理建设和专业知识的提升。通过团队合作，我深刻感受到了教师职业中的互助和友爱。

#### 第五段：成长与展望

通过这段时间的实习，我不仅提升了自己的专业知识和教学技能，更是得到了与学生相处和教育管理的宝贵经验。实习让我明白，教师职业需要耐心、爱心和责任心，还需要我们不断提高自己，与时俱进。未来，我将继续努力成为一名更好的小学教师，为培养更多有才华、有道德的未来人才贡献自己的力量。

#### 总结：

通过小学教师实习过程，我深刻体会到了作为一名小学教师的重要责任和艰难性。知识与创新、关怀与引导、团队与合作，这些方面都是当代小学教师必备的素质。通过努力不断提高自己，将来我希望能够在实践中实现自己的教育理想，将这些理念传达给更多的学生，以为他们的成长和未来贡献自己的力量。

## 福利院实习心得体会感悟篇二

在一周的时间里，我和学生们一起经历了第一次月考，这也是我第一次监考，当左手提着屏蔽仪，右手拿着试卷和金属探测仪，走进考场的时候，我的心情可能比学生还激动。

周三的晚上，进行网上阅卷，很方便，第二天化学的成绩就已经出来了。学生们的成绩还是老样子，并没有什么长进。通过晚自习和学生们的一些沟通，了解到大部分人还是基础太差，现在学的选修内容，知识点较难理解，可能一些学生就会觉得晦涩难懂，就从内心不接受这些知识点。

物质的结构与性质这本选修马上就讲完了，差不多下周就结课了，然后就进行一轮复习。作为一个实习老师，带的第一批学生就要带他们进入一轮复习，感觉是我的幸运。

转眼间，实习已有一个多月了，在这一个月里，点点滴滴还是那么的记忆犹新。我感觉自己在慢慢的适应这一个新的生活，是对自己工作能力的挑战，当真正深入到教师这个行业，才知道身为教师需要学习的地方有很多，所需要的不仅仅是专业的知识，也不只是简单的备课和讲课。通过这几个星期的总结结果来看，还是发现了那么一些问题所在，好多学生要么不爱学习，要么就是学不下去，这些问题都不知道该怎么教育学生了？但是困难时一定有的，问题是我们怎么解决。我决定接受挑战，尽自己努力去改变我的学生。主要用晚自习时间和他们谈话，看一看他们想什么，什么才是他们感兴趣，面对不同的学生用不一样的方法，去刺激他们的学习兴趣。

现在对于上课已经不存在紧张与焦虑，更多的是关注发展，也就是想如何才能把课上的更好，让自己的能力得到更好的发挥。在这个月我的实习生活是比较累的了，但是看着他们可爱的笑容，听着他们的一声声老师好以及老师再见，让我疲惫的身体感觉到很轻松。有时候脑子里时常浮现那一张张

可爱的笑脸，就会让我迫不及待的想快点上课快点见到他们，也许这也说明自己在悄悄的进步。

## 福利院实习心得体会感悟篇三

在小学教师实习的两个月里，我收获了很多，也成长了很多。通过亲身参与教学活动，我深刻体会到了作为一名小学教师的责任和使命。在实习期间，我认识到教师的角色不仅仅是传递知识，更重要的是培养学生的综合素质和培养他们的人格。下面我将结合自己的实习经历，分享一些感悟和体会。

首先，教师要有耐心和爱心。在实习期间，我发现孩子们有各种各样的问题，他们需要耐心和爱心的教导和引导。有的孩子学习上有困难，需要老师用心去辅导；有的孩子情绪低落，需要老师去关心和安慰。作为教师，我们要用心去倾听每个孩子的声音，帮助他们解决问题，让他们感到被爱和关心。

其次，教师要注重培养学生的动手能力和实践能力。在小学阶段，我们要注重培养学生的实践动手能力，让他们能够通过实践去理解和掌握知识。在实习中，我通过设计一些实践活动，比如制作手工、开展实验等，激发了学生的积极性和学习兴趣。我发现，通过亲身实践，学生的学习效果更好，他们更容易理解和接受新知识。

第三，教师要注重培养学生的自主学习能力和创新思维。在实习期间，我发现部分学生对课堂教学不够主动，需要老师的引导和鼓励。因此，我尝试采用了一些激发学生主动学习的方法，比如小组合作学习、实践探究、问题解决等。这些方法不仅激发了学生学习的兴趣，还培养了他们的创新思维能力和解决问题的能力。

第四，教师要注重培养学生的合作意识和团队精神。实践中，我发现小学生一般比较活泼好动，他们往往更愿意和同伴一

起学习和活动。因此，我在课堂教学中加强了小组合作学习和团队活动。学生们互相协作、相互提携，形成了浓厚的学习氛围。通过这些合作学习和活动，学生们不仅能够共同解决问题，还培养了他们的合作意识和团队精神。

最后，教师要做好心理辅导和关怀工作。实践中，我发现一些学生在学习和生活中遇到了一些困难和挫折，并且对此产生了消极的情绪。作为老师，我们要关心学生的情感变化，做好心理辅导工作，帮助他们克服困难。在实习期间，我通过与学生的交流和心理疏导，让他们积极面对困难，树立正确的人生观和价值观。

通过这次小学教师实习，我深刻体会到了作为一名小学教师的重要性和挑战性。教师不仅要传授知识，更要关心学生的全面发展，培养他们的良好习惯和人格素质。作为一名小学教师，我将发挥自己的专业特长，继续努力进步，用爱心和耐心去教育每一个孩子。

## 福利院实习心得体会感悟篇四

本人于20\_年3月5日至7月4日在上海龙腾功夫小龙虾酒店进行了接近4个月的酒店业务实习酒店餐饮会计实习报告实习报告。我在该酒店餐饮部做服务员，实习期间对酒店的历史背景和产品知识有了相当的了解和认识，也对酒店的运作程序有了一定的熟知，巩固了自己所学的专业知识。在服务技能上有所提高，在个人服务意识上有所提升。

### 1.1 实习的目的和意义

通过本次实习，我要了解餐饮的服务程序和技巧，学会如何去调整自己的心态，如何去处理好自己的利益和酒店的利益，如何去处理好同事之间的人际关系，如何去与顾客打交道。我更要提高自己的服务意识，加强自己的给人文化修养，为自己日后向管理层努力做下铺垫。

## 1.2 实习单位介绍

龙腾功夫小龙虾酒店位于上海最繁华热闹的黄浦区汉口路，临近东方明珠塔，距黄浦江两千米之遥，可以乘车沿江游玩。该酒店以做小龙虾为品牌效应来吸引周围的顾客，赢得了吃龙虾到龙腾功夫的美誉。

## 1.3 实习要求

在酒店实习期，按照酒店的要求去做好自己分内的工作，还要做好分外的事情。在服务技能上加强训练，达到一流的水平；在服务意识上加强思考，达到超前的意识。不管是在客人面前，还是在上级领导面前，表现自己好的一面，得到客人和领导的认可。

## 2. 实习岗位和内容

### 2.1 实习岗位

我的实习岗位是餐饮部服务员，每天做的事：布草的盘点及清洗、茶水服务、摆位、擦餐具，备好毛巾，整理包间，检查清洁卫生以及台面酒店餐饮会计实习报告酒店餐饮会计实习报告。每天我都按要求地做好各项准备工作，以及客人用餐时的服务工作。

### 2.2 实习内容

#### 2.2.1 迎宾、问候客人

当一切准备工作全部就绪后，要在预订前的15-30分钟站在包房门口迎接宾客的到来。当客人来到时，要微笑地问候客人，知道客人名字的要叫姓名去称呼客人。

#### 2.2.1 呈递菜单并点菜及酒水

询问客人是否可以点菜，并将菜单交于主人。向客人主动推荐特色菜或者是当天的厨师精选。推销各种酒水及向女士儿童推荐软饮。询问是否可以起菜：对于集团内部宴请或者是常客，可能会早已通过电话预订的形式提前制订了宴会菜单，所以可以直接向主人询问是否可以通知厨房开始做菜，如有VVIP同时要向主人是否要求分餐；如要求，有果盘的话，要通知厨房按人数准备。同样要向主人推荐各种酒水及饮品。

### 2.2.3 服务酒水

如客人有特殊要求的话，按照客人的意思分先后顺序斟倒酒店餐饮会计实习报告实习报告。如客人没有要求，则按照先女士儿童、主宾、后主人的顺序顺时针斟倒。倒酒时酒瓶要有余底，不要全部连底倒完。

### 2.2.4 上菜服务

上菜时，要在客人比较稀疏的地方上菜，或者选择不重要客人的位置；上汤时，将汤上到桌上后，要向主人询问是否需要分汤；对于分餐的客人，每次要将菜品上桌后报菜名，给客人做一个展示，按人数将其用骨碟分餐。给每人上菜时再次报菜名，并请客人慢用。所有菜品全部出完后，要向客人说明：您的菜已经全部上齐了，请慢用！

### 2.2.5 餐间服务

烟缸里每两个烟头就更换一次；及时续倒茶水；客人吃完带骨或皮壳较多的食物后就更换一次骨碟；上果盘之前更换一次；客人举杯喝酒时，要马上手持酒瓶准备续斟；有VIP客人且人数较多的时候，包间至少要有两个服务员在服务；如果所点的酒水已喝完或马上喝完，要马上问主人是否要再加。

### 2.2.6 拉椅送客

客人起身要离开时，要马上上前帮女士或贵宾拉椅，然后到包间门口送别客人，并感谢客人的光临。然后以最快的速度检查一遍桌面上是否有客人落下的物品。

## 2.2.7餐后的整理工作

归整坐椅，清洁地面卫生；收台：先收口布、香巾等布草制品，再收酒杯等玻璃制品，最后收瓷器制品，将垃圾各脏餐具运送至洗碗间，将玻璃转盘从桌上搬下清洁，收掉脏台布酒店餐饮会计实习报告酒店餐饮会计实习报告。

## 福利院实习心得体会感悟篇五

在我人生的旅程中，有幸作为一名小学教师实习生，踏入了教育的殿堂，结识了一群可爱的学生们。这段时间的实习经历对我而言是非常宝贵的，不仅让我更加深入了解了教师这个职业，同时也使我内心领悟到成为一名优秀教师所需要具备的素质和态度。

### 第二段：扎实的学科知识和教学技能

作为一名教师，最重要的任务就是要给学生们传授扎实的学科知识。在这段实习期间，我深刻认识到教育是一种天职，每一个教师都有责任提供优质的教育资源和教学方法，让学生们真正受益。通过日常教学，我深入研究了各种教材和教学资源，针对学生的特点和需求，采用了多种不同的教学方法，使学生们能够更好地理解和掌握所学内容。

### 第三段：细致入微的关怀和激发学生的潜能

在实习期间，我发现学生的学习成绩和个人发展有很大的关联。因此，我努力为每一位学生提供个性化的学习辅导和关怀。常常和学生主动交流，了解他们的困扰和问题，给予他们耐心的指导和建议。此外，在每堂课上，我结合学生的不



同特点，引导他们主动参与学习，激发他们的学习兴趣和学  
习潜能，让每一个学生都能够在学习中有所收获。

#### 第四段：塑造和睦的班级氛围和师生关系

作为一名教师，我意识到除了传授知识之外，还有着更重要的任务，那就是塑造和睦的班级氛围和师生关系。在实习期间，我注重班级管理，尽量创造积极的学习和生活环境。我鼓励学生之间相互帮助和团结，同时也和学生建立了融洽的师生关系。我相信只有建立了良好的师生关系，才能有效地影响学生的学习积极性，促进他们的全面发展。

#### 第五段：成为学生心中的榜样和启迪

作为一名小学教师实习生，我始终把自己作为学生们的榜样和启迪。在教育过程中，我注重培养学生的学习兴趣和学习能力，尽可能地给予他们精神引导和人生启迪。通过我的努力，希望能够激发学生们对知识的渴望，培养他们健康的价值观和正确的人生目标。

#### 结尾：

通过这段时间的实习经历，我对于教师职业有了更加深入的理解，也明白了成为一名优秀教师的责任和使命。在今后的工作中，我将持续努力，提升自己的教学水平和素养，为每一位学生带来更好的教育。我将永远怀着对教育事业的热爱，坚持为学生们的未来撑起一片天空。

## 福利院实习心得体会感悟篇六

通过电路实习，让我们对手工焊加深了认识和了解，使得我们对电子元件及收音机的装机与调试有一定的感性认识和心得体会感悟。下面是本站小编为大家收集整理

得体会感悟，欢迎大家阅读。

数字电子技术是一门理论与实践密切相关的学科，如果光靠理论，我们就会学的头疼，如果借助实验，效果就不一样了，特别是数字电子技术实验，能让我们自己去验证一下书上的理论，自己去设计，这有利于培养我们的实际设计能力和动手能力。

通过数字电子技术实验，我们不仅仅是做了几个实验，不仅要学会实验技术，更应当掌握实验方法，即用实验检验理论的方法，寻求物理量之间相互关系的方法，寻求最佳方案的方法等等，掌握这些方法比做了几个实验更为重要。

在数字电子技术实验中，我们可以根据所给的实验仪器、实验原理和一些条件要求，设计实验方案、实验步骤，画出实验电路图，然后进行测量，得出结果。

在数字电子技术实验的过程中，我们也遇到了各种各样的问题，针对出现的问题我们会采取相应的措施去解决，比如：

- 1、线路不通——运用逻辑笔去检查导线是否可用；
- 2、芯片损坏——运用芯片检测仪器检测芯片是否正常可用以及它的类型；
- 3、在一些实验中会使用到示波器，这就要求我们能够正确、熟悉地使用示波器，通过学习我们学会了如何调节仪器使波形便于观察，如何在示波器上读出相关参数，如在最后的考试实验《555时基电路及其应用》中，我们能够读出多谐振荡器的 $t_{pl}$  $t_{ph}$ 和单稳态触发器的暂态时间 $t_w$ 还有有时是因为接入线的问题，此时可以通过换用原装线来解决。

同时，我们也得到了不少经验教训：

1、当实验过程中若遇到问题，不要盲目的把导线全部拆掉，然后又重新连接一遍，这样不但浪费时间，而且也无法达到锻炼我们动手动脑能力的目的。

此时，我们应该静下心来，冷静地分析问题的所在，有可能存在哪一环节，比如实验原理不正确，或是实验电路需要修正等等，只有这样我们的能力才能有所提高。

2、在实验过程中，要学会分工协作，不能一味的自己动手或是自己一点也不参与其中。

3、在实验过程中，要互相学习，学习优秀同学的方法和长处，同时也要学会虚心向指导老师请教，当然这要建立在自己独立思考过的基础上。

数字电子技术实验，有利于掌握知识体系与学习方法，有利于激发我们学习的主动性，增强自信心，有利于培养我们的创新钻研的能力，有利于书本知识技能的巩固和迁移。通过在数字电子技术实验中的实践，我收获了许多！

## 一、实习目的

### 1、目的和意义

本次实习的目的就是让大家将书本上所学的知识自己动手实践，和书本知识融会贯通。另外大学两年对于电气的学习都普遍存在于理论，通过这次实习也培养大家的动手能力。电工实习对于我们与电有关专业的同学们来说是非常重要的，这不仅让学生对电有具体和立体的了解，更让同学们参与其中，对后续的学习有非常深刻的指导意义。

### 2、发展情况及实习要求

本次实习直接接触到与电相关的各种实验，部分实验可能会

存在危险，特别是使用电烙铁的任务，小心使用，注意规范，两人完成任务时应当保持必要的距离。

本次实习历时一周，跨越清明节假期，时间可以说是相当长的，在长时间的时间内，同学们应该保持注意力高度的集中，切不可三心二意，走马观花。每天都会要考勤，大家必须按时出勤，像平时上课一样。

所有任务应该独立完成，不懂的地方可以请教老师和同学，但是严禁抄袭。有不会的可以慢慢做，但是只有自己做才可以提高自己的能力。

## 二、实习内容

### (一) 安全用电的重要性

安全用电知识是关于如何预防用电事故及保障人身、设备安全的知识。在电子装焊调试中，要使用各种工具、电子仪器等设备，同时还要接触危险的高电压，如果不掌握必要的安全知识，操作中缺乏足够的警惕，就可能发生人身、设备事故。因此，必须在了解触电对人体的危害和造成触电原因的基础上，掌握一些安全用电知识，做到防患于未然。

### (二) 触电及相关防护措施

电伤：由电流的热效应、化学效应、机械效应以及电流本身作用所造成的人体外伤，通常有灼伤、电烙伤和皮肤金属化三种。电伤对人体造成的危害一般是非致命的，真正危害人体生命的是电击。

电击：是指电流流过人体，严重影响人体呼吸、心脏和神经系统，造成肌肉痉挛(抽筋)、神经紊乱，导致呼吸停止，严重危害生命的触电事故。触电死亡的绝大部分是电击造成的。决定电击强度的是流经人体的电流，而非电压。

### (三) 触电因素

人体触电，主要原因有直接或者间接带电体以及跨步电压。直接接触电又可分为单相触电和两相触电两种。

### (四) 具体实验内容

(1) 使用电子仪器设备时，应先了解其性能，按操作规程操作。实验前先检查用电设备，再接通电源；实验结束后，先关仪器设备，再关闭电源。

(2) 若电器设备发生过热现象或出现焦糊味时，应立即关闭电源。

(3) 若要离开实验室或遇突然断电，应关闭电源，尤其要关闭加热电器的电源开关。

(4) 用电安全的基本要素有：电气绝缘良好、保证安全距离、线路与插座容量与设备功率相适宜、不使用三无产品。

(5) 实验室内电气设备及线路设施必须严格按照安全用电规程和设备的要求实施，不许乱接、乱拉电线，墙上电源未经允许，不得拆装、改线。

(6) 在实验室同时使用多种电气设备时，其总用电量和分线用电量均应小于设计容量。连接在接线板上的用电总负荷不能超过接线板的最大容量。

(7) 实验室内应使用空气开关并配备必要的漏电保护器；电气设备和大型仪器须接地良好，对电线老化等隐患要定期检查并及时排除。

(8) 不得使用闸刀开关、木质配电板和花线。

(9) 接线板不能直接放在地面，不能多个接线板串联。

(10) 电源插座需固定;不使用损坏的电源插座;空调应有专门的插座。

### 三、实习收获

通过一个星期的学习，我觉得自己在以下几个方面与有收获：

一、对电子工艺的理论有了初步的系统了解。我们了解到了焊普通元件与电路元件的技巧、收音机的工作原理与组成元件的作用等。这些知识不仅在课堂上有效，在日常生活中更是有着现实意义。

二、对自己的动手能力是个很大的锻炼。实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手能力，就奢谈在未来的科研尤其是实验研究中有所成就。在实习中，我锻炼了自己动手技巧，提高了自己解决问题的能力。比如做收音机组装与调试时，好几个焊盘的间距特别小，稍不留神，就焊在一起了，但是我还是完成了任务。

本次实习让我们体验了用烙铁、松香和焊锡将一个个电路器件牢牢地固定在电路板上，最后成功组装成一个收音机的过程，让我们对手工焊加深了认识 and 了解，使得我们对电子元件及收音机的装机与调试有一定的感性认识，培养了动手能力，培养了我理论联系实际的能力，提高了我分析问题和解决问题的能力，增强了独立工作的能力和团结协作的工作技巧。在实习过程中，要时刻保持清醒的头脑，出现错误，一定要认真的冷静的去检查分析错误！在老师和同学的帮助下，最后终于听到自己所做的收音机成功播放出清晰的声音，真的很高兴，很有成就感。建议以后多组织这样的实习机会。

#### 一. 实习内容：

1. 了解电烙铁的使用。

2. 学会熟练使用电烙铁及焊锡丝在电路板上焊接铜丝。

## 二. 实习器材及介绍:

1. 电烙铁: 由烙铁头. 加热管. 电源线和烙铁架组成我们使用的是内热式电烙铁, 功率在20—30w之间, 其优点是功率小, 热量集中, 适于一般元件的焊接。

2. 钳子、镊子各一把, 细铜丝若干。

3 . 焊锡丝: 由37%的铅和63%的锡组成的合金。焊锡丝有熔点低, 易与铜、铁等金属结合, 焊接强度合适, 电阻率低等优点因此是用于焊接合适材料。

4. 印刷电路板(pcb板): 硬制塑料板上印有铜制焊盘, 可将一些电子元件焊在其上。

## 三. 原理简述:

电烙铁是加热工具, 可将烙铁头加热到250摄氏度左右, 在此温度下, 焊锡便可融化为熔融状态, 此时便可将与锡相亲的铜制元件与pcb板上铜制电路焊接在一起。

焊锡线为锡铅合金, 通常用于电子设备的锡焊, 其锡铅比为: 60: 40。它的熔点低, 焊接时, 焊锡能迅速散步在金属表面焊接牢固, 焊点光亮美观。烙铁头在正常使用下氧化得很快, 清理办法是: 将烙铁头在有松香的烙铁板或湿海绵上轻轻摩擦。

## 四. 实习步骤:

1. 学习电烙铁的基本使用方法和焊接技巧, 焊接的基本方法由以下及步组成:

(1)剪金属丝：将铜丝加工成弯钩，将其插入电路板

(2)准备施焊：左手拿焊锡丝，右手拿电烙铁(烙铁头应保持干净，并且上锡处随时处于施焊状态)。

(3)加热焊件：把电烙铁以45度左右夹角与焊盘接触，加热焊盘。

(4)送入焊丝：待焊盘达到温度时，同样从与焊板成45度左右夹角方向送焊锡丝。

(5)移开焊丝：待焊锡丝熔化一定量时，迅速撤离焊锡丝。

2. 在电路板上练习焊接。

五. 实习小结及心得：

焊接练习很枯燥，但对后面的试验意义重大，所以这一环节必须认真对待，必须扎实的练习才行。

通过两天的焊接练习，让我真正掌握了一门技术，使我这两天中学会了电烙铁使用及简单的电路焊接这对后面试验的顺利完成有着不可磨灭的作用。

## 福利院实习心得体会感悟篇七

本人于20-年7月10日来到东莞长发光电科技有限公司开始了为期20天的暑期认识实习。最后由于该企业设备的维修以及车间的装修，本次实习被提前至7月29日结束返校。虽然只有短短的20天时间，但是在这段时间里，在企业导师、员工师傅的耐心指导和自己的虚心学习下，对于一些平常的理论知识终于有了一定的感性认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮助。下面是我此次实习总的心得体会，希望给师弟



师妹们一些启发。

在整个实习过程中，我每天都有很多新的体会，新的想法，我总结下来主要有以下几点：

### 1、上学与上班的区别

上学的时候，自由支配的时间很充裕，可以适时偷懒、放松、外出等；上班的时候，每天都有要完成的任务，同时有一种责任抗在肩上，即使没任务也要到点才能下班。上学的时候可以很有个性，但上班就必须融入企业、融入社会的文化氛围中，否则很快就会被淘汰。上学的时候很自信，觉得自己将来能干一番事业；上班了，才觉得自己需要学习的东西太多了。在学校，直来直往，犯点错误只会受点教训；出来社会，犯错会比错误本身要承受更大的责任，所以必须少说话，多办事。上了班才知道什么叫做现实，上了班才知道什么叫做生活的艰辛。所以总结下来，个人觉得能作为一名大学生是幸福的，我们需要好好地珍惜大学生生活，让大学生涯充实无憾。

### 2、适应

从学校走到社会，环境、人群、责任都一下子发生了变化。对于大学生来说确实要做到尽快转换角色，去适应急速的工作时间和节奏，不然很有可能会影响你在工作上的状态。

### 3、坚持大三暑期实习心得体会

我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给我们工作做，一般是先让我们看或是做杂货，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很有可能会产生厌倦或乏味无聊的感觉，便产生离开的想法，在这个时候一定要坚持，轻易放弃只会一直恶性循环，更不用提什么晋升了。

#### 4、多做事，少说话

我们到企业工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度认真了，工作就不会乏味，学习和工作也就事半功倍。我觉得作为一名社会工作者，需要怀有多听、多看、多想、多做、多请教、少说话这一“五多一少的”态度。工作如此，为人处事也是如此。

### 福利院实习心得体会感悟篇八

1. 在专业知识掌握方面，收获主要表现在对仪器的进一步熟练掌握和数据计算整理能力的进一步提高，特别通过实际操作，比较熟练地掌握了放线的基本方法和技巧以及水准测量中的一些技巧。通过地形测绘的实习，掌握了测绘的基本方法和绘图方法。

在仪器掌握方面，能够比较熟练地对水准仪和经纬仪进行对中整平。特别是在经纬仪使用中，通过这次实习能够在比较短的时间内完成对中整平，这主要是因为在这次实习中通过对经纬仪的大量应用，熟练了经纬仪对中整平的步骤，对经纬仪整体有了进一步的熟练，比如在粗平过程中能比较熟练地通过调整支架比较迅速地完成粗平，单这一个过程就比以前快了很多，从而大大减少了对中整平仪器所需时间。

2. 数据计算整理能力在这次实习中也得到了很大的提高，以前接触的数据都不是通过自己实际测量得到的结果，整理时往往误差都在允许范围内，这次通过自己的实际测量练习得到的数据由于种种问题有些是超出误差允许范围的，这就需要我们能够迅速分析错误原因来得到新的数据。进而也对数据检核的重要性有了新的认识。数据计算整理是一项很繁琐的工作，需要我们在整理计算的时候要格外认真小心。

同时，也有很多方法和技巧也是可以用来避免因为整理计算而出现结果的错误。首先在数据记录中要做到清晰、清楚，

因为我们数据的整理是在一天的工作完成后进行的，由于数据量很大，如果记得不够清晰往往找不到数据或者分辨不清楚记录的数字。另外在记录数据的过程中要随时检核数据是否可用，免得再最后整理时发现误差过大而耽误工程进度。

在计算数据时可以通过多种数学手段来边计算边检验结果的准确性，如果时间允许可以先由一个人计算数据再由另外一个人来检核。

3. 本次实习进行了大量基准测量，主要收获是读书速度较以前有了比较大的提高。虽然仪器i角误差很小，但往往都存在，在进行前后视距读数时尽量要是前后视距基本相等，这样才能使数据更准确。如果i角误差很大，在测量的过程中才发现，必须用钢尺量距使前后视距相等。经过地形测绘的实际操作以后才认识到这是一项非常复杂的工作。

首先要对所测绘的区域有大致的了解，选好中心建筑物进行主线布控。然后再向整个区域进行扩展，在选点时要尽量找在各个方向通视效果好的点，特别是要注意建筑物周围植物的影响(不要为了能够通视而毁坏植物!!)。

进行每天的工作前要有详细的计划，对各个点进行有规律的编号，并对每个人的工作进行明确分工。在实际测量时要有一个顺序，切忌随意设站测量。

数据记录要清晰准确，最好每天都是固定的人来记录数据，这样能更好保证数据的清晰和记录格式的统一，数据记录人员要和读数人员有密切配合，相互提醒，每个数据各报一遍以确保无误通过这次实习，我有一个很大的感受就是团队合作的重要性。

我们需要完成的任何一项小的工作一个人都不能完成，必须有同伴的通力合作才能顺利完成每一项工作。大家在一起的合作会逐步产生默契，工作也会越来越得心应手，同伴之间

的每一个手势，每一个眼神都能迅速领会并做出反映，甚至同伴容易出现的错误和纰漏也会了解于胸，随时可以去提醒同伴，避免工作出现差错。除了人，仪器也是我们工作中重要的同伴，我们必须时刻注意爱护仪器。

爱护仪器一是爱护公共财产，更重要的是仪器一旦出现故障会很大程度影响我们的工作。我们所使用的仪器很多是很精密也很脆弱的，必须轻拿轻放，严格依照操作要求使用。特别需要注意的是钢尺和标杆虽然不是很精密的仪器，也不可使用太粗暴甚至拿来游戏，钢尺使用时不要拉得过紧，这样很容易损坏钢尺或者破坏钢尺的精度。

## 福利院实习心得体会感悟篇九

产房当然是接生、分娩的地方，是迎接新生命到来、充满生机的地方。可事实却非如此这般，只有正常分娩、顺产的产妇才能在产房生产。

在我与带教老师值班的这几天，我竟然很不幸地一个都没有遇到过，唯一一个听说下午可能生产的中期引产者，出乎意料的第二天早上六点多就引产结束了。当我来时医疗垃圾都装好了。真希望能够再出科前见到一次正常生产的，能够亲眼目睹到底生产有多痛苦，而不是想看电视剧里那样鬼哭狼嚎的叫喊声。

每天早上有几个产室必须清洁、打扫。所以产房的工作就是每天上午清洁一遍卫生，为迎接待产妇做好充分环境准备。偶尔还会有几个产妇来做胎心监护，听着小生命的滴答声还真有些小激动啦！每分钟120-160次的胎心和每小时35次的胎动，无时无刻不在牵动着经为一个母亲的心弦。

从早期妊娠反应的胃肠道不适，随着子宫的增大，尿频、尿急等泌尿系统症状的出现，到胎儿长大，顶着膈肌，呼吸困难难受，以及临产时子宫收缩的阵阵疼痛。母亲能向谁诉

说，这其中的酸与哭只有自己知道。所以作为父母抚育子女是义务，那么做好子女赡养父母就是本分。如同电视剧《老有所依》中所说的你养我一小，我养你一老。

## 福利院实习心得体会感悟篇十

暑假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个暑假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

本人姓名\_\_\_，年龄22，籍贯河北省\_\_市\_\_县，社会实践职业：销售员。

由于经济原因我家在2006年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己专业的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂不更忙。于是我还是决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销售量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。

做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。

今年我家的对联是，上联：您的光临是我最大的荣幸。下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。诚信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每天六点钟起床，十一点才休息，冬天父亲每天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢？我知道，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗！我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。

有很多商品要早上搬出，傍晚再搬回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢！我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。