

2023年科学从教心得体会 科学心得体会 会(精选9篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

科学从教心得体会篇一

xx年度，新一轮基础教育课程改革在我市全面展开，新课程实施以后有什么样的变化成了教育界关注的热点问题。为适应素质教育的全面实施，新的教学理念层出不穷。下面，本人根据科学课教学实践，对教师、学生及教材谈几点粗浅的看法。

1、在教学中关注学生的需求。在以往的教学过程中，教师的关注点过分侧重于自己的表现，不会把关注的焦点放在学生身上，不会想“学生在做什么”、“他们的学习进行得怎么样了”、“他们需要些什么”、“我得想办法帮助他们”等问题。随着新课程的开展，教师把更多的目光放在了学生的需求上，改变了过去只顾自己的教学进度不顾学生感受的做法，想方设法让更多的学生卷入到活跃的学习活动中来，在平时的课堂教学中留意观察学生的学习和探究方式，鼓励学生的创造精神。例如：在科学课中，教师让学生取一个指纹，大部分同学用胶带，有少数同学则用印泥、橡皮泥、墨水等。在课堂上，教师没有批评哪位学生，而是让他们介绍了方法，并让全班学生对这些方法进行讨论。这样，学生在讨论时就引发了思维的碰撞，从而深入思考，开阔思维，激发创新的欲望。

2、教师必须参与教学研究。在传统的教师界定中，教师只需按书本传授知识，无需研究创新。对教育科研仅停留在如何

便捷地传授知识方面，认识较片面、肤浅。随着新课程在学校的逐渐实施，教育科研能力的不足已成为走进新课程的“绊脚石”。在新课程实施中，面对新课程，我们必须全力提升教育科研意识。新课程从本质上否定了传统单向的灌输做法，强调教师、学生、课程的互动关系，重视课程的生成性、体验性，从而迫使小学教师从被动的传授者走上主动的研究者。在教学中，要注重用研究和改革的观念开展教学。例如：在教学中面对课本中诸多体验性的教学内容时，我和学生一起共同搜集有关资料，整合内容，引导学生进行实践；当学生面对众多问题时，我就引导他们自己动手研究解决。课程改革使我真切地感受到了教育科研意识对走进新课程的作用，也真切感受到了新课程的实施没有既成的模式和预成的教案，确实需要较强的教育科研意识。结合自己的课改实践，我认为教育科研的目的与价值，是要在真实的教育教学情境中真诚地投入，其更重要的价值是在于不断地增长自己的教育智慧，不断提升自己的教育理念，不断领悟教育的真谛。我应把教育科研视为教师的一种需要、一种手段和方式。

3、在教学中体现人本主义精神。新课程改革中的教师充满民主精神和爱心，体现人本主义精神。传统师者总要塑造这样一个形象：什么都在学生之上，教师要扮演一个居高临下的圣者的角色，这就导致了师生关系从本质上讲是上下尊卑的关系，无法建立起平等的关系，使得在教学过程中的主体定位发生扭曲。在新课程改革中，教师由传统的知识传授者向现在的学生发展的研究者转变。因此，在教学活动中，要让学生逐步体验到平等、自由、民主，同时受到激励和鞭策，帮助学生形成积极的、丰富的人生态度和体验，拓宽学生自我表现的空间，挖掘学生的创造潜能。例如：对怎样比较出水多少方法的讨论、用哪些方法观察我们身体内部结构、怎样设计一辆既结实美观又能跑的远的纸车等等活动中，鼓励学生敢于否定所谓“权威”的定论，敢于奇思妙想。

只有在爱的基础上进行教育，教师才会投入他的全部力量。教师对学生的爱应该是一种发自内心的喜爱之情。教师对学

生应不偏爱与溺爱，不迁就和姑息；在平时的教学中以鼓励为主，保护学生的自尊心，树立“自立、自强、自信”的观念，让每一位学生都爱学乐学。

新课程改革改变了学生的学习方式，形成了自主、探究和合作的学习方式。在新课程中，小学生的学习方式除了听教师讲课外，亲身实践的机会也逐渐增多，动手实验、寻找资料、小组合作学习和社会调查已经成为重要的学习方式。例如：在上《蚂蚁》这一课时，先让孩子们自己通过平时的生活经验画出蚂蚁的简图。这时，大部分学生不能正确画出简图，却急于寻找正确的答案：到底蚂蚁的各部分是怎样的？接着，他们分组观察蚂蚁，参与观察实验的热情很高。孩子们很快展示出了观察结果，较准确地画出了蚂蚁的简图。这之后，再让学生分组玩小蚂蚁，继续探究、讨论平时自己了解小蚂蚁的哪些生活习性。在讨论中，孩子们畅所欲言，甚至提出了一些新的问题。课后，他们将小蚂蚁送回家，继续观察。学生在整个学习过程中，改变了以往以听、记为主的学习方式，而是经历了科学探究的过程，从而不仅获得了表面看到的知识，而且在过程、方法、情感态度、价值观等多方面都得到了发展。

《科学课程标准》明确指出：“小学科学课程是以培养科学素养为宗旨的科学启蒙课程”、“亲身经历以探究为主的学习活动是学生学习科学的主要途径”。教材从内容的选择、组织到呈现方式都紧紧围绕培养科学素养的宗旨，摆脱以科学知识为中心的模式，全面关注学生在科学知识、科学思维方式、对科学的理解、科学的态度与价值观及运用科学知识和方法的能力等各方面的发展。教材突出强调了让学生在教师的指导下通过亲身经历、动手操作和实验来学习科学。科学探究活动是新一轮课程改革中小小学科学课程实施的主要形式。三年级上册教材由40多个典型活动组成，以学生有系统的观察活动为主线展开，重点放在发展学生的观察能力和对科学观察的理解之上。在典型活动的设计中，教材充分考虑了观察能力有步骤、有计划地发展上，还综合性地考虑了科

学探究方面诸多能力的培养上。同时，全册教材自始至终都强调了学生的亲身经历和体验，力图从多方面促进学生情感、态度、价值观的发展。

目前，在科学课中实施新课程的主要问题是：学期课时明显不足，有些单元的教学内容不能完成；要完成课堂作业，在时间上得不到保证；同时，由于受学校条件的限制、教具的限制，配套的教学资料相对少，部分探究学习活动不能进行。

那么，教师该为学生的探究提供怎样的支持？在新课程实施中，由于学生主体地位的凸现，怎样做到有效指导呢？对“活动结构、活动价值、科学素养”的理解是当前课堂教学值得研究的问题。

另外，目前教师的专业知识和科学教育要求尚有差距，教师既要提高专业知识，又要提升教学设计和教学反思能力，任重而道远。

科学从教心得体会篇二

20xx年5月6日，我怀着一颗迫不及待和忐忑不安的心参加了这次值班店长培训，因为在我之前有很多优秀的前辈参加过这个培训，我想沿着他们的脚步向前走，学习专业的知识，增强自己的业务能力，但是又怕自己不能完全汲取此次的培训内容，所以又激动又忐忑。

通过学烧烤使用手册，让我再一次对我们的企业文化以及专业的流程有了一个新的认识，了解了员工招聘甄选后，也让我明白我们的企业是如何让优秀的人成为我们的一份子，并且有一个很好的晋升平台，可以得到更好的发展。

一个优秀的企业所培养的.员工也是一样的，无论是上工作中还是生活中，都要将我们的企业文化进行传承，没有规矩不成方圆，牢记公司所有制度并实施是每一个员工的必修课。

通过此次学习，让我在专业知识得到了一个升华，这次培训具细具实，面面俱到，我明白了什么该做什么不该做。

下一步就要学习的内容用到实际工作当中去，用我们的专业去服务顾客，用我们企业文化去感染顾客，用我们的微笑去面对顾客。为我们餐厅的发展献上自己的绵薄之力，努力让自己做到更好。

科学从教心得体会篇三

性是人类的天性，也是人类社会中不可忽视的一部分。因此，性科学这门学科的研究对我们的生活和社会都有着重要的意义。通过学习性科学，我有了更深刻的认识和理解，下面我将从不同的角度，总结自己对性科学的心得体会。

首先，性科学让我认识到性是多样化的。在学习性科学的过程中，我了解到性别和性取向是两个独立的概念。性别是一个人自我认同的社会构建，而性取向则指的是一个人对其他人群体的吸引和爱情选择。传统观念认为，男性和女性是唯一的两种性别，而异性恋是唯一的正常性取向。然而，性科学告诉我们，性别和性取向的多样性远远超出了我们的想象。在现实生活中，我们可以看到很多人并不符合传统性别二元论，他们可能是双性人、跨性别者或者第三性别等等；而性取向也不仅限于异性恋，同性恋、双性恋、无性恋等都是正常的存在。这种多样性的认识让我更加包容和尊重他人的性别和性取向。

其次，性科学让我重视性教育的重要性。在我国的性教育中，仍然存在着很多的问题和不足。很多学校对性教育缺乏重视，过于保守而忽略了学生的需求和权益。这导致很多青少年没有及时、正确地获得性知识，容易陷入性问题的误区。通过性科学的学习，我明白到性教育应该是全面、科学和适应性的，要关注青少年的身心健康，提供正确的性知识，帮助他们正确认识自己的身体和性别，并培养正确的性观念和性行

为。只有这样，青少年才能健康成长，避免性问题的发生。

再次，性科学让我关注性少数群体的权益。性科学的研究不仅关注普通人的性别和性取向，也关注那些性少数群体，他们在性观念和性行为上可能会遇到更多的困扰和歧视。例如，同性恋者经常被社会传统观念所束缚和歧视，这导致他们的权益和健康受到了很大的影响。通过性科学的学习，我了解到了一些关于性少数群体的研究成果，也了解到了他们所面临的困境和问题。我深知，一个包容和谐的社会应该尊重和保护每个人的性权益，消除对性少数群体的歧视，为他们提供平等的权益和机会。

最后，性科学让我认识到性在人类生活中的重要性。性是人类繁衍后代的基础，也是人类情感交流和身体健康的一部分。通过性科学的学习，我了解到了很多关于性的知识，包括性行为的生理和心理效应、性健康的重要性以及性行为的风险和保护等等。这些知识让我更加注重自己的性健康，从而更好地保护自己和他人的身体健康。同时，性也是我们日常生活中的一个重要话题，它不仅关系到我们自己的幸福和满足，也关系到我们与他人的关系和社会的和谐。因此，性科学的研究对我们的生活和社会都有着深远的影响。

综上所述，通过学习性科学，我对性有了更深刻的认识和理解。性是多样化的，性教育的重要性不可忽视，性少数群体的权益需要保护，性对人类生活的重要性不可低估。我相信，在今后的学习和生活中，我会继续关注和研究性科学的发展，不断完善自己的性观念和性行为，为实现一个更健康、平等和包容的社会贡献自己的力量。

科学从教心得体会篇四

产科学是医学的一个分支，涵盖了孕期、分娩和产后的所有方面，是医学领域中最重要领域之一。作为一名产科医生，我曾经见证和参与了许多生命的诞生，也感受到了产科医生

在医学领域中的重要性。在我的工作中，我学到了很多关于产科学的知识和技能，也有一些心得体会。

第二段：了解孕期

孕期是指从受孕到分娩之间的时间。作为一名产科医生，了解孕期的重要性是不可忽视的。我建议孕妇每两周去医院进行一次检查，这是为了确保孕妇和胎儿的健康。在孕期，产科医生需要密切关注孕妇的健康状况，防止早产和其他并发症的发生。了解孕期的重要性，可以帮助产科医生及时处理可能会对孕妇和胎儿产生危害的问题，提高孕妇的安全。

第三段：考虑分娩

分娩是孕期第三阶段，也是孕妇和产科医生最具挑战性的阶段。在这个阶段，产科医生需要为孕妇提供适当的疼痛管理措施，并负责对产程进行监控。这是一项非常漫长的过程，产科医生需要与孕妇和她们的家人保持密切的联系，在必要的时候提供帮助和支持。作为一名产科医生，我认为这个阶段的成功取决于产科医生的技巧、专业知识和耐心。只有通过整个分娩阶段的仔细观察和考虑，才能确保产妇和胎儿的健康和安全。

第四段：产后护理和婴儿的抚养

产后阶段是新产妇面临的另一个具有挑战性的阶段。产后护理和新生儿的抚养需要很多的专业知识和技能。产后护理包括妇女的感觉、食欲、睡眠和情绪，还包括产妇与新生儿的接触、产妇的喂养和新生儿的喂养和抚养。作为产科医生，我鼓励新生儿的接触和产妇的乳房按摩，这有助于减轻产后疼痛和安抚宝宝。此外，产科医生需要注意新生儿的健康状况，并为新生儿提供必要的医疗护理。

第五段：结论和总结

作为一名产科医生，我从我的工作中学到了很多关于孕期、分娩和产后护理的知识和技能。在整个产程中，产科医生需要为孕妇和新生儿提供必要的医疗护理，同时与孕妇和她们的家人保持良好的沟通。我相信，只有通过不断地学习和自我提高，才能做好这个重要的工作，为新生儿和产妇的健康和幸福做出贡献。

科学从教心得体会篇五

核科学是一门现代科学中非常重要的学科，它涵盖了核物理、核化学、核能等方面的内容。通过学习核科学，我深刻体会到了核科学的重要性和广泛的应用。在这篇文章中，我将分享我在学习核科学过程中的心得体会。

首先，核科学的基础知识是非常重要的。在学习核科学之前，我必须掌握一些基础知识，如原子结构、电子云模型和原子核结构等。只有对这些基础知识有了一定的了解，我才能更好地理解核科学的相关概念和原理。通过学习基础知识，我了解到原子核由质子和中子组成，而质子和中子又由更基本的粒子组成。这些粒子的相互作用决定了原子核的性质和行为。掌握了这些基础知识后，我更加明确了学习核科学的目的和意义。

其次，核科学在现代社会的应用十分广泛。核能是核科学的重要应用之一。通过核反应，核能可以被释放出来并转化为其他形式的能量。核能的应用包括核电站的发电、核动力船舶的推进和医学上的放射治疗等。核科学在医学诊断和治疗方面也有着广泛的应用。例如，核医学技术通过注射放射性同位素追踪物质来观察患者内部器官和组织的功能状态，从而帮助医生进行及时准确的诊断。核科学在工业、农业、环保等领域也起着重要的作用。这些广泛应用的核科学技术使得我们的生活更加便利和安全。

再次，核科学的实验室技术要求非常高。在学习核科学的过

程中，我需要掌握一些实验室技术和仪器的使用方法。例如，我学习了如何使用放射性同位素进行核反应研究，如何进行辐射测量和如何操作核反应堆等。这些实验技术的掌握需要严格的训练和实践，否则会对人身安全和实验结果产生严重的影响。通过实践操作，我懂得了实验室操作的重要性和技术要求的高度。

此外，核科学的研究是一个不断发展的领域。核科学的研究目标不仅是理论的发展，也包括实践应用的创新。核科学的研究需要不断引入新的技术和方法，以应对当前和未来的挑战。例如，核聚变技术是核科学的高级领域之一，通过核聚变反应可以释放出更多的能量。这项技术有着广泛的应用前景，但目前仍需要面临技术难题和安全问题。核科学研究需要持续的投入和创新，以推动科学技术的进步和应用。

最后，核科学的学习使我深感科学的魅力和无限的可能性。通过学习核科学，我发现科学并不是一成不变的，而是不断发展和探索的领域。核科学的应用无处不在，它使我们的生活变得更加便利和安全。这也激发了我对科学研究的兴趣和热情。我希望将来能够深入研究核科学，为核科学的发展和应用做出自己的贡献。

总之，学习核科学让我深刻认识到核科学的重要性和广泛的应用。通过学习核科学的基础知识，我了解到原子核的组成和性质对其行为的影响。核科学广泛应用于能源、医疗、工业等领域，给我们的生活带来了诸多福利。学习核科学还需要掌握高水平的实验室技术和关注科学前沿的发展。通过学习核科学，我对科学的魅力和无限的可能性有了更深入的认识，同时也为我未来的科学研究充满了激情和期待。

科学从教心得体会篇六

性科学作为一门跨学科的科学，主要研究人类性行为、性心理以及各种性问题。在现代社会中，性科学具有重要的意义，

不仅能够促进人们的性健康，还能够帮助人们解决性问题，提高婚姻和亲密关系的质量。通过深入研究人类性行为和性心理，我们能够更好地理解自己和他人，缓解性压力和焦虑，以及实现性满足和幸福。

第二段：性科学对性教育的价值

性教育是性科学的重要应用领域之一，它对个人和社会都具有重要的价值。通过性教育，人们能够了解性器官的构造和功能，掌握性行为的知识和技巧，并学习如何保护自己免受性疾病和不良后果的影响。此外，性教育也有助于培养人们正确的性观念和性价值观，营造健康的性环境，预防性暴力和性骚扰。因此，性科学的研究成果和理论对于性教育的有效实施至关重要。

第三段：性心理研究对亲密关系的重要性

性心理研究关注的是性行为和情感之间的关系，它对亲密关系的发展和维持有重要的影响。研究表明，性满意度和亲密关系的质量呈正相关，良好的性沟通和共享性愉悦是建立稳定而幸福的关系的关键。通过性心理的研究，我们可以了解性欲望、性吸引力和性幻想的形成机制，以及如何处理性问题和性冲突，更好地与伴侣沟通和建立良好的性关系。

第四段：性科学在性问题解决中的应用

性问题是人们面临的一个普遍现象，在性科学的研究中，我们可以找到解决这些问题的方法和策略。例如，性科学家通过研究性功能障碍和性心理障碍，发展出了各种治疗方法和干预策略，帮助人们克服性困境。此外，性科学也对非正常性行为和性犯罪的成因进行研究，为预防和治疗提供依据，确保社会的安全和和谐。

第五段：性科学对个人的影响和启示

性科学的学习不仅仅对个人的性健康和亲密关系具有促进作用，还能够增加个人对性的认知和了解，提高性觉察和性自信。通过性科学的学习，我们能够摆脱传统的性观念和偏见，接纳性多样性和性别平等，培养开放和宽容的性态度。性科学的研究也为我们提供了认识和理解其他人的性行为 and 性需求的机会，促进社会的包容和尊重。

总结：

性科学作为一门跨学科的科学，对于促进性教育，提高亲密关系的质量，解决性问题，保障社会的安全和和谐，以及增进个人对性的认知和理解，都具有重要的意义。通过深入研究人类性行为、性心理和性问题，我们可以获得更全面的性教育，更健康和满意的亲密关系，更好地解决性困境，以及更开放和宽容的性态度。让我们共同致力于推动性科学的发展，为人类性健康和幸福作出贡献。

科学从教心得体会篇七

第一段：介绍性科学的背景和意义（200字）

自从人类诞生以来，对性的认知便成为人类探索的重要方向之一。然而，由于种种原因，长期以来对性知识的研究和传播遭遇着各种阻碍。直到现代，随着科技的进步和社会的发展，性科学才逐渐崭露头角，成为人类文明进程中不可或缺的一环。性科学的研究和传播，使得人们对性的认识更加全面、准确，有助于提升个体和社会的性健康水平，也有助于促进性别平等和心理健康的发展。

第二段：性科学的重要性和启发（200字）

性科学的研究以解决人们性问题为核心，其中包括性认知、性方法和性行为等。性科学的重要性体现在多个方面，首先，在教育方面，性科学为青少年提供了正确的性知识，帮助他

们建立健康的性观念，从而避免性方面的错误行为和意外怀孕；其次，在临床治疗方面，性科学为医生提供了更多的治疗选择和方法，帮助患者解决性功能障碍和心理问题；此外，性科学的研究还有助于改进科学家们的研究方法和技术，提高性学领域的研究水平。

第三段：性科学的应用与挑战（200字）

由于性科学知识的应用广泛，它面临着许多挑战。首先，性科学的传播需要综合性的教育模式和合适的教学内容，这就需要综合各领域的知识和专业人才的共同努力；其次，在传统观念影响下，性科学常常受到社会的质疑和对抗，因此，寻找合适的传播方式和增强性科学的知名度是迫切需要解决的问题；此外，与其他学科不同，性科学研究具有一定的道德和伦理问题，需要更为谨慎和严格的处理。

第四段：性科学给予个人的启示（200字）

个人在性科学学习的过程中，我深刻认识到性科学对于个人发展的重要意义。首先，性科学教会我正确的性观念和性道德，使我能够具备正确的性自主性和性安全意识，避免沦为性迷惑的受害者；其次，了解性科学让我更加尊重和包容他人，在性别平等和保护他人尊严方面，我的思维也得到了进一步的启发；最后，性科学的研究方法和途径，提醒我探索性知识需谨慎，并且需要关注研究的伦理和道德问题。

第五段：性科学在未来的发展与展望（200字）

性科学是一个庞大而复杂的知识体系，它的发展是一个长期而持续的过程。未来，性科学的研究将继续深入，其目标不仅仅是更好地了解性行为与性健康的关系，也包括研究性教育对个体和社会的影响，探讨性文化的发展等。随着社会的进一步发展，人们对性科学的需求将会越来越大，同时，也对性科学的研究者提出更高的要求。只有持续投入和不断创

新，性科学才能不断发展以满足人们对性知识的需求。

结尾：

总之，了解性科学对于个人和社会的影响不可忽视。通过性科学的学习和应用，我们可以更好地认识自己，也能更好地理解他人。性科学的研究和传播需要综合性的教育模式和专业人才的大力支持。在未来，我们期待性科学能够得到更好的发展，为人类性健康和性别平等做出更大贡献。

科学从教心得体会篇八

党的十大决定，在全党开展深入学习实践科学发展观活动，这是党作出的战略决策，是用中国特色社会主义理论武装全党的一项重大举措，教师科学发展观心得体会。作为第一批学习实践科学发展观单位之一，作为一名教师，学习科学发展观显得尤为重要，我理解的科学发展观就是以人为本、全面协调、可持续性的发展观，它体现了马克思主义的方法论和世界观。通过一阶段的学习实践，对科学发展观的内涵有了更深层次的理解。

要实现全面建设小康社会的奋斗目标，开创中国特色的社会主义伟大事业的新局面，就必须抓好“发展”这一要务。而“发展”的第一要务，首先是科学的。经验表明，一个国家坚持什么样的发展观，对这个国家的发展将产生什么样的影响，不同的发展观往往会导致不同的发展结果，坚持以人为本、全面、协调、可持续的发展观，从新世纪、新阶段党和国家事业发展，全局出发，提出的重大战略思想。“科学发展观”之所以重要，是因为它应该成为我们执政党带领全国人民奔小康、建设社会主义现代化强国的指导思想。

1、做与学生共同学习的伙伴。要抱着一切为了学生，为了一切学生，为了学生的一切的态度，平时多关心学生，不仅关心他们的学习，还要关心他们的思想和生活，不仅关心优生，

更要关心后进生，做学生的好朋友，做家长的好参谋，在“办人民满意的教育”的事业中力争做出最大的贡献。在科技高速发展的21世纪，教师的角色已经发生了变化，过去老师是知识的载体，老师就是知识，知识就是老师。

2、要努力提高自己的业务水平，掌握先进的教学技术，力争做先进教育生产力的代表。要加强业务学习，掌握本学科最前沿的研究成果，增强科研意识和改革意识，积极参与教育改革，在实践中提高自己的教育教学能力。

3、应以教人者先教己者的精神为人师表，以身作则。一个有良好师德的老师凡是要求学生做到的，自己应首先做到，要用自己的信念、理想给学生以潜移默化的感染。一个有良好师德的教师应站在学生和家长的立场及处境是思考问本文由学#生@无%忧&网整理题，把学生和家长的意愿与发展需要摆在第一位。

总之，作为教师要站在贯彻落实党的教育方针的高度，自觉地按照科学的发展观的基本要求，总结经验教训，转变发展观念，创新发展思路，把培养学生的创新能力作为我们的首要任务。教师用实际行动落实科学的发展观，这不仅是教育发展的需要，也是构建和谐社会的需要，更是实现中华民族伟大复兴的需要。

科学从教心得体会篇九

时间如流水，转眼，一切只剩下回忆。五天的时间，很短很短，短到我们屈指就能数完，五天，又很长很长，长到能让我们用一生去回味。时间在无情地流逝，但我们在科学营的点点滴滴仍历历在目，感受也永驻心间。

科学营中最主要的活动是给孩子们上课，但对我们大二的学生来说，这还是挺陌生的，因为我们还不知道怎样准备高质量的课件，不知道怎样将课件与上课有机地结合起来二来我

们没有参加过多少实践，平常在学校也很少锻炼，我们甚至还不知怎么在课堂上把握好时间，所以说，要真正去上好一节课，还是挺有挑战性的。

正所谓兵来将挡，水来土掩。虽然有挑战，但科学营活动还是如期如火如荼地进行了。还记得第一次站在讲台上，听着那群可爱的学生高喊老师好时的激动与满足；还记得我们20名队员一起吃饭时的喜乐融融；还记得我们师生到居委会教阿姨跳广场舞时的快乐；还记得那个成功的文艺晚会；还记得那天离别时的依依不舍许许多多的记忆就这样与中学在一起，和那些亲切的营员和那一张张可爱天真的笑脸紧紧相拥。从开始的喜悦好奇到如今的怀念不舍，种种感想在这短暂而又漫长的五天里，从我心里飘过飘过，难以忘怀。

每个人的努力，而要想工作有序进行，我们需要合作，需要互帮互助，携手共进退！的确，我们也这样做了；有同学在教学上有困难，我们一起想对策解决；面对突如其来的事情，我们共同面对，各个组也尽量配合着工作，争取我们的计划顺利同步进行。我从中真正体会到“集体”这个词的含义了。

“艰辛知人生，实践长才干”，只要你愿意去尝试和经历，并坦然地接受过程中的酸甜苦辣和结果的成败得失，人生就会很精彩。三下乡虽然结束了，但是我们的服务队伍将会继续下去，不断地去需要我们的地方。通过这次活动我也更加坚信：意气奋发的我们经得住暴风雨的洗礼，象牙塔里的我们并非“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”；年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。总之，这个暑期的“三下乡”社会实践活动是丰富而有意义的，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在的收获。“三下乡”活动不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

五天不长，收获的感动还在心底回荡，五天不短，回忆绵绵

无绝期。这次活动中我们做得可能还有很多的不足，我也发现了自身的许多缺陷，但是有经验有教训才是一个真正意义上的完整的实践，不论如何，这都是一次非常有益的活动，它使我们知道在学校要更加认真学好理论知识并付诸实践，有益于我们将来为社会更大的贡献！