

最新暑假工作实践心得 大学生教育工作 个人实习心得总结报告(通用8篇)

学习心得的写作可以帮助我们建立学习目标和规划学习路径，提高学习的效果。经过筛选，这里为大家整理了一些优秀的培训心得范文，供大家参考学习。

暑假工作实践心得篇一

作为一名师范大学生，在我毕业之后，很有可能就是担任教师。我学习的就是师范类教学，所以毕业后的第一选取当然是教师。但是此刻并不缺教师，所以能够成为一名教师也是很困难的，成为一名教师务必要有高尚的人品，出众的教学潜力以及很好的语言表达潜力，我想我暂时还达不到这些要求，所以我务必努力了。到学校中参加教育实习是十分好的锻炼自我潜力的机会，我想我就应在实习教学中更好的提高自我的潜力，我就这样开始了我的教育实习。

时间过得飞快，在疲劳与充实中，我顺利地完成了毕业班的第一个学习任务——教育实习。对于老师，学生的成功就是自我的成功，学生的进步就是自我的进步；对于老师，酸甜苦辣才是真正的生活。教育实习，能够说让我更近一步地接近了这个职业，也更深刻地认识了这个职业。

实习期间，和每一个实习生一样，经历了许多的第一次：第一次应对每个班近五十张陌生而又热情的脸庞；第一次走上讲台，拿起粉笔，从学生到教师主角的转换；第一次批改作业；第一次听到有人对我喊：“老师好！”的声音，这些尝试使我的成长有了一个新的飞跃。教育实习是我们师范生将理论知识付诸于实践的必需环节。透过实习，接触了与本专业相关的实际工作，增强感性认识，综合运用所学的理论知识、基本技能和专业技能，把理论与实践结合起来，提高实际操作潜力。这一个半月的体验，我收获了很多，综合素质得到了

较大提高，体会了作为一名老师的艰辛与劳累，也明白了作为一名老师的光荣与职责。现将基本状况总结如下：

一、见习

按照学校的统一安排，我开始了实习生活。那里的老师教学经验丰富，上课语言生动精炼，课堂气氛活跃，这些使我深感压力之大。但是应对压力，我没有选取逃避而是迎接挑战。前两天主要是见习。在此期间，我的工作就是听教师的课——写教案——试讲——修改——试讲，这样反复练习，完善，直到把一节课要讲的资料练到烂熟于心为止。见习期间的认真准备，刻苦钻研，使我真正体会了：“台上十分钟，台下十年功”这句话的内涵。

二、课堂教学

实习期间我认真对待每一节课，每节课都是试讲多次，经指导老师同意后才上讲台。由于准备充分，上课思路清晰，课堂气氛活跃，基本到达了教学目的与要求。课后查漏补缺，认真分析，努力解决学生在学习过程中易错难懂的知识点。在教学过程中，也发现了自身的不足，如在教材的挖掘程度上还需努力。这反映出我的理论水平还有待提高，还需要积累更多的经验，不断提升自身素质。

回想第一次登上讲台的时候，第一次站在讲台上，直视着一双双眼睛，我的心怦怦直跳。但同学们信任的眼光，完美的配合，使我紧张的心放松下来，简单地完成了第一次讲课。就连平常总是上课捣乱的男生也告诉我说：“老师你讲得真好，我听懂了！”就在那一刹那，我真正爱上了教师这个职业。指导老师评价我的课上得较好，教学态度好，教学基本功好，上课很受学生欢迎。

三、感受

一、古人云：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个学生的学习来说是一个至关重要的条件。兴趣是学习入门的阶梯，它孕育着愿望，滋生动力。作为教育工作者，就要想方设法地创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自我当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。

二、短短的六周时间，让我清楚地懂得：教师的职责不仅仅是教书，更重要的是育人。教师的一言一行，使我想到了传统医学中“望、闻、问、切”四诊法。于是，我总结出四点：细心“望”其表，耐心“闻”其声，真心“问”其想，准确“切”其脉。学生需要“爱心”。一次次真心实意的交谈，一句句亲切入微的话语，一份份暖意融融的爱护，学生会产生对老师的亲近感与仰慕心理，将他们所信任与爱戴的老师作为模仿的榜样，让他们发现爱其实很容易，爱就在身边。要明白，每个孩子都有自尊心，老师客观公正的评价，有助于“后进生”的转化。教师就应在消极因素中寻找用心成分，在失败中点燃期望之火。

三、我深感知识、学问浩如烟海，使我不得不刻苦钻研。如果我们仅懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。俗话说得好：“要给学生一碗水，自我就要有一桶水。”上好一堂课不仅仅要求我们能够旁征博引，而且学生在平时也会提到一些书本上没有涉及到的知识，所以自我的知识面必须要广。当然，探索是艰苦的，但是，在这种富有成效的实践中，教师的内心深处充满了喜悦、欢乐和幸福。因为在教师成功的同时，教师自身渴望成就事业的精神需要也得到了满足。

四、我深刻地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅仅要学识渊博，其他各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。上完一节课后，我最大的感受是：当好一名老师真不容易啊！在以后的教育生涯中，我将更加努力地完善自我，争取做一名真正的优秀的人民教师。

五、一个学生就是一个世界。教师所应对的不只是一个世界，而是几十个，甚至上百个世界。每个学生都有自我的特性。这就决定了教师的教育不能像流水线上的工人生产物质产品那样，能够按照固定的工艺流程，有统一的型号，用一个模子，而务必根据每个学生的不一样状况，加以教育。有学者很形象地把学生比作大理石，把教师比作雕刻家。作为雕刻家，要雕出好的作品，就要根据大理石的形状、质地、色泽等不一样条件，透过精细的加工，把它们雕刻成各不相同、各具特色的工艺品。这个过程是一种创造的过程，也是很艰苦的探索。

教育是一个互动的过程，老师只要认真投入教学，孩子就会用心配合。这种过程是很开心的！透过这次实习，我的教学实践技能得到明显提高。我第一次发现自我真的长大了，不是一名学生，而是一名老师；第一次发现自我的言行举止在学生中引起那样大的影响。也许，随着岁月的流逝，我会淡忘他们的脸孔，但这种完美难忘的师生之情将永驻我心。在这段时光中，我付出了很多，但得到学到的更多。不管将来我是否成为一名教师，这些都使我终身受用。“德高为师，身正为范”，这的确是一副很沉的担子啊！然而我相信，经过自我的努力，终有一天会“待到山花烂漫时，她在丛中笑”。在不断的发展中，我有了更多前进的方向，教育就是这样，只要自我教书多了，经验多了，自然而然的潜力也就在无形中得到很大的提高。我想说，我就应能够做到此刻这样好，努力不断的实习，在前进中找到成长的方向，我相信时间会证明我在教育实习中的成长速度的。此刻的我离毕业还有的时间不长了，我相信我会在今后的工作中更好的进步，我相信自我会成为一个对社会有用的人！

暑假工作实践心得篇二

版本一：

考核个人总结

在2015年度中，本人无论是在思想上，还是在工作上，都积极追求进步，。平时利用课余时间认真学习党的方针政策，在思想上保持与时俱进。在业务方面，积极参加学校的教研活动，虚心学习其他老师好的教学方法、教学经验。认真学习有关新课改的理论书籍，更新自己的教学观念，提高自己的教学理论水平和业务能力。在工作上，认真完成学校布置的各项任务。服从分配，顾全大局，不迟到，不早退，始终牢记自己是一名共产党员，时时处处严格要求自己。

版本二：

教师年度考核个人总结

为了更好地做好今后的工作，总结经验、吸取教训，我就本年度的工作小结如下：

一、思想工作方面

坚决拥护党的领导，坚持党的教育方针。本人一直在各方面严格要求自己，努力地提高自己，以便使自己更快地适应社会发展的形势。通过阅读大量的道德修养书籍，勇于解剖自己，分析自己，正视自己，提高自身素质。

二、教育工作方面

面对新课改，针对教育教学工作中遇到困难，我在积极参加教育局组织的新教材培训的同时，虚心向有经验的教师及兄弟学校的同行讨教经验。在教学中，认真钻研新大纲、吃透教材，积极开拓教学思路，把一些先进的教学理论、科学的教学方法及先进现代教学手段灵活运用于课堂教学中，努力培养学生的合作交流、自主探究、勇于创新的等能力。并注重教学经验的积累和论文的撰写。

三、遵守纪律方面

本人严格遵守学校的各项规章制度。在工作中，尊敬领导、团结同事，能正确处理好与领导同事之间的关系。平时，勤俭节约、任劳任怨、对人真诚、热爱学生、人际关系和谐融洽，处处以一名人民教师的要求来规范自己的言行，毫不松懈地培养自己的综合素质和能力。

四、业务进修方面

随着新课程改革对教师业务能力要求的提高，本人在教学之余，还挤时间自学中文本科，并积极学习各类现代教育技术，进一步掌握多媒体课件制作。

总之，在本学年的教学工作，在学校领导的正确领导下，取得了一些成绩，也存在一些问题，我将继续努力，取得更大的成绩。

版本三：

时间过得真快，转眼间一学期的教学工作已接近尾声，为了更好地做好今后的工作，总结经验、吸取教训，本人特就这学期的工作小结如下：

一、思想工作方面

俗话说：“活到老，学到老”，本人一直在各方面严格要求自己，努力地提高自己，以便使自己更快地适应社会发展的形势。通过阅读大量的道德修养书籍，勇于解剖自己，分析自己，正视自己，提高自身素质。在抗“非典”时期，能够主动配合学校，做好防治宣传工作。

二、教育工作方面

这学期，本人担任一年级语文教学工作，班级人数众多，又面临着新课程改革。面对首次接触的教材，我在教育教学工

作中遇到了不少困难。针对这些情况，我在积极参加教育局组织的新教材培训的同时，虚心向有经验的教师及兄弟学校的同行讨教经验。在教学中，认真钻研新大纲、吃透教材，积极开拓教学思路，把一些先进的教学理论、科学的教学方法及先进现代教学手段灵活运用于课堂教学中，努力培养学生的合作交流、自主探究、勇于创新的能力。另外，本人在搞好教学工作的同时，还很注重教学经验的积累，有了心得体会就及时记下来与同事交流，本学期撰写综合活动案例《翱游花海》以及论文多次参加市级交流、获奖、发表。

三. 遵守纪律方面

本人严格遵守学校的各项规章制度，不迟到、不早退、有事主动请假。在工作中，尊敬领导、团结同事，能正确处理好与领导同事之间的关系。平时，勤俭节约、任劳任怨、对人真诚、热爱学生、人际关系和谐融洽，从不闹无原则的纠纷，处处以一名人民教师的要求来规范自己的言行，毫不松懈地培养自己的综合素质和能力。

四、业务进修方面

随着新课程改革对教师业务能力要求的提高，本人在教学之余，还挤时间自学中文本科并积极各类现代教育技术培训初步掌握了多媒体课件制作。

版本四：

教师年度考核总结

本人自任现职以来，热爱党的教育事业，工作兢兢业业，恪尽职守，吃苦耐劳，为教育事业敢于奉献自己的青春，在县教育局和学校领导的大力支持下，带领数学组全体教师锐意进取，大胆开拓，转变教育理念，努力探索教改新路子，致力于教学研究工作，取得了突出成绩。现总结如下：

在教学过程中，本人积极搞好业务学习和进修，探索教育规律，不断更新教育观念，探求新的教学方法，研究教学新模式，做到了既能把科学文化知识传授给学生，又能结合数学教学实际，锻炼提高学生的能力，促进学生整体素质的发展，做到教书育人。与此同时，本人特别重视“差生”的转化工作，关心学生的健康成长，坚持以正面教育为主、启发诱导提高学生的思想觉悟，对他们动之以情，晓之以理，做到不让一个学生掉队，大面积提高教学质量，辛勤的劳动换来丰硕的教学成果受到学校和社会的`一直好评。

学无止境，教无尽头。在教学过程中常年不懈的钻研教材，改革教学方法，在新课改的要求下，深化课堂改革，努力提高教学技能，常教常新。在备课中，我特别注意群体的优势，坚持集体先周备课制度，倡导教师率先垂范，提高学生数学的掌握理解能力客观评价素质，力争使每节课做到“新、活、实、真”。使师生在互动中曲径通幽加强沟通。此外，又特别注意教学方法的灵活多变、因材施教，在不断的改进中做到多样化，生动活泼，富有情趣，使学生自觉的参与，促进学生能力的形成和提高。多年的教育教学实践使我深深的认识到“作为一名优秀的教师，只有使自己的教学理论与教学实践相结合，加大科研力度，才能跟上时代发展的步伐。

面对学生那一双双闪动着智慧的、渴求的眼睛，我就感觉肩上的责任重大。利用节假日，我不断的外出学习、参观，闲暇注重理论知识的学习，不断提升自己的知识水平和业务能力。从事教育多年，我始终坚持在三尺讲台，始终面对我割舍不掉的`学生。

工作中我团结同事，倾身指导、帮助年轻教师，使他们快速成为工作积极上进、业务精棒的教学能手，并在各级讲课比赛中获一、二等奖，受到领导和同事的一致赞誉。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，我一定更进一步严格要求自己，虚心学习、勤奋工作，争取在各方面取得更大

的进步。

版本五：详细版

一年来，本人热爱党，热爱人民，坚持党的教育方针，忠诚党的教育事业。思想端正，作风正派，服从领导的工作安排，办事认真负责。

在工作中，能充分调动学生的学习积极性，激发学生的学习情绪，合理运用教学手段，以学生为主体，教师作主导，以探究的方式创设教学情境，开拓学生思维，发挥学生的想象力，切实地向课堂四十分钟要质量。开学初，能很快要组织好班委会，选出班级骨干，努力培养班级骨干。例如*****等同学，能积极配合老师抓好班风学风建设，创建优良的班集体，形成良好的班风学风。所以一年来，学生违法犯罪率为0，差生率为0，在学校中被评为先进班级。

在教学工作中，做到认真备课，认真批改作业，作业格式工整、规范，并养成良好的学习习惯。对个别的差生，能悉心辅导，经常面批作业，找出知识的薄弱环节，及时进行补漏。例如，自己经常利用课余时间，落班辅导学生，有针对性地制定帮教计划，有目的有计划地做好后进生的转化工作。在课堂上，采用多提问，多检查，及时疏导，及时反馈的形式，努力提高后进生的文化基础知识。同时，在班级中开展互帮互学小组，进行一帮一的学习活动，使学生端正思想，互相学习，互相促进，形成你追我赶的良好学习氛围。平时，自己还注意“两手抓”：一方面培养好尖子生，一方面通过尖子生辅导后进生，以先进帮助后进，以好带差，促进双赢效果。例如，学期初，我制定了帮教计划，开展“伸出你的双手，帮助你的朋友”的互帮互学主题活动。定期检查，发现有进步的同学，及时表扬，奖励。这样，就充分调动了学生的学习积极性，掀起学习热潮。

在学生的思想教育工作中，做到谆谆善诱，耐心疏导，耐心

教育。例如当时有一个调皮学生，他叫***。他学习成绩差，经常逃学，在班级中是“小霸王”。我采取和他经常谈心的方法，与学生交朋友，做学生的知心人，与家长紧密配合，发现有一点儿进步的就及时表扬他，鼓励他，树立起他在班级中的威信。通过教育，他进步很快，后来还成为三好学生。

在工作之余，本人还努力钻研教材，分析每堂课成功在哪里，哪里存在不足，不断的总结经验，不断的充实自己的教学水平和班级管理水平。通过一年来的教学，在班级中，学生的学习风气形成了，组织纪律性变好了，作业能依时完成，劳动积极肯干，诚实有礼，互助互学，使学生得到了全面的发展。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

暑假工作实践心得篇三

透过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的潜力，了解设计专题的主要资料，为毕业设计的顺利进行做好充分的准备，并为自我能顺利与社会环境接轨做准备。

实习资料：

20__年8月27日下午，我们来到了位于西安出口加工区内的行知汇元软件培训学校。首先校方为我们举行了开学典礼，说明此次生产实习的资料、时光、课程安排以及注意事项等等。本次生产实习共计十天，最终将由5人组成的小组共同完成一个项目，并最终在项目答辩中展现。生产实习环节包括：开学典礼、班会、理论课、职业素质课、项目答辩和毕业典礼。

不一样的职位具有不一样的工作和不一样的职责范围。而作为一个专门做软件开发相关方面的公司，具有较强的综合性，工作范围大，任务也比较繁杂。在实习阶段，我主要的工作是带领组员在十天时光里完成《学生成绩管理系统》的开发工作。

实习体会：

实习是大学进入社会前理论与实际结合的最好的锻炼机会，也是大学生到从业者一个十分好的过度阶段，更是大学生培养自身工作潜力的磨刀石，作为一名大学生，能否在实习过程中掌握好实习资料，培养好工作潜力，显的尤为重要。一年的大学生活让我对计算机理论知识有了必须的了解，但真正操作起来就没有那么容易。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。经过过去10天的实习，我对自我有了新的认识及前进的方向。

1. 继续学习，不断提升理论素养与思想认识。在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。此刻透过实习总感觉自我学的不够，要用到知识时总感觉脑袋是空白的。很后悔自我在上学年为什么不多学一点，多练习一点。总在后悔也没有用，只能自我去努力学习。为了能更好的适应工作，我将利用自我空闲时光去图书馆去看书，期望能弥补不足。思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。在此优势下，我主动与老师进行了沟通，在老师的尊尊教导下，我对实习有了更为深层次的理解，更明确了我的目标，在思想上使我对未来的工作

有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

2. 加强信心，坚持下去

虽然在这个小组中大家的水平差不多，但真的工作起来我的起点却很低。有时候遇到事情总会着急，慌张。平常信心不足，总感觉自我做不好。大家说我很内向，其实只是自我有点自卑，不敢去表达。或许还需要一段时光的磨练吧。只有自我的知识和潜力都在提升，相信自我总有一天会很勇敢的表现自我。对给自我点信心，多给自我点赞赏，多给自我鼓鼓劲。相信总会走出一条宽敞大道的。

3. 是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系。因此，实习中，我们在重温课本上知识同时，将书本中的理论与实际相对应，将课上知识与实际操作过程相对应，这样不仅仅能够使理论知识记得更为牢固，还能够在本质上理解课本中的每一个细节地方，为今后工作中的技术革新打下了良好的基础，极大的提高了实习质量。实习，是开端也是结束。在书本上学过很多理论，但从未付诸实践过，也许等到真正运用时，才会体会到难度有多大。实习的同时也让我了解到了自我的不足，我会继续努力，完善自我。

实习总结：

革命中立于不败之地。在20__年7月27日到8月7日期间，顺利的完成了生产实习，深刻的认识到网络知识与软件知识从理论转折到实践的重要性。虽然已经经过一年的大学学习，然而大多数人对本专业的认识还是寥寥无几，在编程与软件开发以及网络工程，在很多同学心里应对于本专业一向很茫然。透过这次实习，我对计算机专业在行业实践中的工作对象、

透过这次实习，我对计算机专业在行业实践中的工作对象、面临的问题及解决办法有了一个较为全面的理解。巩固专业知识的同时也增加了行业责任感，实习的日子里也加深了同学友谊，锻炼了团队精神我真正学到了计算机教科书上所没有或者真正用到了课本上的知识，经过现场的实训，让我更好的将学习到的理论知识和实际应用结合起来了。更加深刻的理解，了通信方面的专业知识，认识到理论学习的重要性，当然也发现要结合实际运用的必要性。我推荐学校就应多多安排这样的实习，提高实验室的利用率，最好是能够让学生亲手去设计去操作去创新，让我们更多的理论联系实际，这样更能够培养我们的潜力提高我们的素质。使我们对自我所学的知识更感兴趣，从而使我们以更高的热情去学习去探究。一份劳作，一份收获，我坚信自我的努力必须会有回报，而我将会仍然继续努力。

暑假工作实践心得篇四

一周的见习很快就结束了，我在路上说“如白驹过隙，时不我待啊！同志还需继续努力呀”这不长不短的见习，弄得身心俱疲，娇惯的身心也遭到前所未有的摧残，却如沐春风，看到了丰富的内容，更多的是收获。

不得不说在带队老师的全程安排下及南充一中高中部各办公室老师的帮助下，我们顺利完成了一些目标。就个人来说，从精神和人格上得到了前所未有的提升。

一、“老师的滋味”，百味交杂

第一天去，恰逢高一周考，随之，我们也就被安排阅卷。

刚开始会觉得真没营养就是下苦力，原来当中大有妙趣。拿着红笔，开始了决定学生分数的历程。红笔易握，分数却是难以下手。我刚开始阅的题是抓住关键字，按考点给分，相对容易。花了一天，差不多就把三十个班的考卷阅完。也不

过如此，心中有点飘飘然，难点却是在后面。

帮伙伴阅作文。这才发现给分是多么棘手的事情。

除去作文内容的“丰富多彩”，还有很多作文只写了几行，甚至是白卷。当时我很不解，说：“怎么会连作文都不写？”老师笑了笑，说到：“以后，你当老师就知道了”。那种眼神和微笑满是不屑和麻木当然也有对我们初生牛犊激情的期待。

作文满分是六十分，这当中有五十几分的，也有几分的，谁说语文成绩没有差距？自己不亲身经历真是不知道，这么多年都小看了我们的语文！

在我阅作文的时候，做了一个小小的举动，在有些有感触的作文后面做了批注，基本上都是一些鼓励和赞许或者有些带着引导性。后来，觉得这个工作不太适合该阶段的我来做，也就作罢。毕竟，现在的我还不是是一名合格的教师，在某些方面还很欠缺，不能随意在神圣的卷子上带太多主观性的批注。

这个过程，让我真切地感受到学生的想法和心理状态，像是铺开了一条路，让我通向学生的心灵深处，去感知他们的感知，体会他们的体会。这也让我更加深刻的体验到教师工作的重复繁琐还有与同学心灵的碰撞，这是多么重要。也明白老师对不同学生的差异性带有多么强烈的主观性！就连批改作文，字迹的不同，也会直接影响老师给分。这也让我更加坚信要做一名关爱孩子心灵的老师，而不仅仅只是关注成绩，应当将教书和育人紧密结合。

当老师不容易，虽不过管中窥豹，只知一二，但酸甜苦辣咸顷刻体味。撇开自己的情绪，还要给各色各样的学生拿主意。

二、听课之知教学方式的利弊

这是见习的重头戏，自然不敢轻视。

东奔西蹿，总共听了15节课。其中8节正课，7节评讲试卷。

听课的过程，是学习。

听经验丰富的老师讲课可以“偷”到很多经验，听新教师上课，可以学到一些创新技法以及避免在日后教学中出现类似的不够成熟的教学手段。

课后是积累扩充和巩固。以弥补自身知识的欠缺和不足。像学生一样，课后，我也翻阅一些资料，解除自己的质疑和查漏补缺。

上课内容主要是在评讲试卷还有讲文言文。

讲卷子主要在于从卷面上的知识深入，可以不断扩充和延展，进而由点及面，由面勾勒成画，成了语文美丽的殿堂。非常感谢当中的某几个老师，让我们在高考的重压之下还可以如此轻松自如的领悟到语文这艺术殿堂的美感。也为日后自己教学找到榜样和信心。

然后是文言文。文言文的难点在于文意的疏通，而搭建其桥梁则是在于重点字词和重点句型的理解。这很考验老师的功底。他们一般都能旁征博引，将整个高中的教材烂熟于心，在总结某些实词虚词的用法时，基本能做到信手拈来，举例说明。甚至还有一些课外知识的掌握和引用。丰富了学生的视野，使学生不至于对单纯的字词理解产生麻木和厌倦。

这个过程，我深刻认识到，一个好老师，是会在潜移默化中形成自己独特的教学风格的。譬如幽默譬如诗意譬如简单粗暴.....他们的课不是一板一眼的，而是充满生机和活力。他们能够在常年重复上同样的内容，而不重样，蕴含更多的知识。这不仅仅是老师知识的再生产，也是时代背景下知识

的进步，教学的进步。

三、见习关键字之压力

压力最初产生于密密麻麻的横幅间。红白相间的方块字满是蕴含着学子的斗志。然后是办公室老师们忙碌穿梭于教室办公室的背影，班上黑压压的人头身躯和堆成山的资料试卷课辅资料，校园外接送孩子，送爱心餐饭，用心良苦的父母。这应了一句话，一个人读书，全家紧张。甚至家长比孩子还紧张。

进了这学校，就像进入了高强度的生产流水线，没有休息，只有向前。从初一开始就为中考奋战，紧接着为高考奋战。这点，学生们更是清楚。

见习关键字之兴趣。

这份兴趣来自于老师对教书的兴趣还有学生对于求学的兴趣。

一方面，从教室在办公室的埋怨和交谈中，可以发现，她们将教书作为一份收钱的事业。这本身就与教育的本质违背。当然效果也就不言而喻。

另一方面，从学生们的表现来看。文科班的优生显然是喜欢学习，或者说随时保持着一种爱学习的姿态融入学习状态中。而理科生尤其是艺体生显然对语文没有很感兴趣。

对于爱好的感兴趣的东西总是不知疲惫的。而学生和老师的状态显然就应了这学习的态度，自然也就影响了教学的效果。

一堂好的课堂是灵动有趣的，而不是死气沉沉。是对知识本身的严肃和快乐学习的轻松。

见习关键字之姿态

老师的姿态：有的老师摆着唯我独尊的姿态，觉得自己无所不能，对一些所谓的差生也是放任自流，这样一来，形成一种恶循环，连学生的尊重都没有赢得；而更多的老师，都是很朴素和谦虚的，即便自己的资历高，教学经验丰富，一堂课也是含金量高，但仍然谦虚，态度也是随和；有点老师自身教学经验不是很足，但能够放下自己的面子，虚心让经验丰富的老师请教，形成不断学习和共同讨论的氛围。

学生的姿态：这很明显以分班在学生之间也划开了线。有的学生从上课到下课都是精神饱满，虽然一天睡眠不超过八小时，但是随时保持斗志，毫不松懈；有的学生是上课睡觉，下课就来劲；有的学生上课偷偷玩手机；有的学生上课吃瓜子，大声说着悄悄话，致老师于不顾；有的学生上课还在打扮化妆。……我想，这当中有很多的孩子是自己放弃了自己，有的是因为老师放弃了他们。

一种相对平稳的姿态是双方互相给予的，除去个别学生真是因为基础不都牢固而听不懂，我相信，大多数的孩子都是因为被放弃而自我放弃。这种局面不该出现，真的不该有这种局面。

见习关键字之氛围

正是由于学生和老师的不同姿态，对于彼此对于语文的不同态度造成了师生关系的不同和影响了课堂的整体氛围。

这个氛围可以理解为班风和老师自身的人格魅力。

班风，在于班主任的班级管理能力和学生自身的自觉。这当中的关键则是学生是否认识到集体意识，并是否自觉主动充当主人公为集体着想。

人格魅力，不仅仅是老师自身的知识储备和教学能力，相信这点在进入工作岗位时已经具备。人格魅力体现在一种持久

的吸引力，是由内而发并渐渐渗透的无形力量。学生是求学的，当然不能是把他们当顾客一样招待，而是应该恩威并施，对于某些行为宽容理解，但是对于本质和严重性的问题坚决不能放任自流不闻不问，而是应该及时采取有效措施积极引导。现在的学生都是很聪明的，老师有没有学识，老师是不是真正的关怀是很容易被识破的。一旦威信和尊严被击垮，再树立也就难上加难了。

很期待再见那种如沐春风，师生和谐的景象。

四、投射自身：处处皆学问

听课的前前后后，见习的左左右右，随处可见的都是需要学习的。

我们看见的经历的，我们享受的不具有的，我们周遭的一切都将作为学问和教训影响我们日后。

比如，某些听课请求被拒绝，有主客观的原因。就自身而言，有的同学听课途中，因为无聊玩手机，被老师看在眼里，明白的拒绝再次的听课请求。这种尴尬的境地是由于同学自身马虎造成的不必要的损失。

比如，有的老师心高气傲，不太愿意让我们打扰了正常的教学进程，东拉西扯的就拒绝了我们的请求。当然，这样正常，就和派师学艺被拒绝一样。难免会碰壁。但我们不能失掉礼貌和微笑。

比如，我们去班上听课，不同的班级，同学的反应不同，这也体现出我们在他们眼中的身份地位以及尊重的程度差异，体现了他们的素质，还有自身目前薄弱的人格魅力。

比如，我们还板凳后，才发现另一个老师还在上课，算是盲目闯入一个安静的课堂。这让我们很是尴尬，没有事前看好

形势，这才没有顾周全。这在日后待人接物，审时度势也是个真切的教训。

比如，有的老师并不是凭借自身本事进去这个行业，学生宁愿做试卷也不要她讲课，作为一名老师，要是遇到这种境况，我觉得是比饿肚子大得多的耻辱。

还有很多，就不再不多做累赘。

见习的过程，除去为师范技能做准备和学经验，更多的还是在心灵和精神上的感悟和提升，然后对于自己日后的教师工作有个定向，对自己的角色尽早定位并为之努力，达到自己心中那个优秀老师的目标。想到这个就会觉得很有激情，满是斗志。

最后，见习最多的是对于内心和精神的震撼，让我们见识到了真实的课堂，但是，说实在的这离我们日后真正要面对的教师工作岗位还有一定的差距，毕竟这次我们是备受眷顾，在日后自己出去单干，肯定会面临更多的问题和难堪。不管怎样，时间很是紧迫，在这次见习之后，对于日后自己的工作范围和内容有了一个大致的了解，接下来，我们要做的就是，充分利用余下的时间，抓紧充实自己的内外和外在，让自己尽快的更好的做好由学生到教师的转变。希望，这将会成为一个完美的蜕变！

由衷感谢老师和相关负责人，给予我们这次机会，让我们走出校园，提前感悟了教师生活，课堂生活！接下来，就该我们继续努力，将获得的感悟落实成为行动力！

□

暑假工作实践心得篇五

20__年__月__日到__月__日在__市__中学高中部实习的生活，

已在我的记忆书海中添上一个重要的页码。常常听说，将来自己从事的工作并不一定都是我们当初喜欢的工作，如果真是这样，这个实习的意义无非就是一个记忆的标签。不过，在这段日子里，我受益匪浅，学到的东西也会让自己更加勇敢、自信地努力向前。因此，在这个实习报告里，我将认真地对我的实习做一次认真、全面的总结，谈谈自己在实习日子中的体会、感受。

__月__日，我们顺利抵达了__市__中学，在学校的安排下，当天就开始熟悉实习学校、班级的情况。最初的两周主要的工作是配合老师上课，老师上课主要是针对每个学生不同程度、不同问题单独设计的，这在正常的学校是不会专门关注这些问题孩子的。特殊教育为这些孩子提供了适合他们的成长环境。在第一周里，我们主要是随班听课(不少于八节课)，作好听课笔记，看其他老师是怎样讲课的。这种听课和我们上学时听课是不一样的，因为这种听课的重点是观察徐老师怎样讲课，学习如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制授课时间，而并不是学习老师所讲的知识。第二周，我们就开始认真备课，在指导教师的帮助下，熟悉教材、大纲。写出一课详细完整的教案、板书，经指导教师审阅后，先进行试讲。若试讲不合格，经帮助达不到要求者不能上台讲课。第三周，我们就陆续上讲台，开始了真正的实战训练。我们每个人的课时都不少于16节，经过几周的训练，我们每个人都得到了不同程度的提高，也从中体会到了快乐。我跟的老师是徐老师，为人大方，善良，尽责。在讲台上，我是一个实习老师，但是在徐老师面前，我就是不折不扣的学生。每次新课前，我都会带好听课记录本和课本听一两节徐老师的课，做笔记，划重点，学习她的上课方法、思路，遇到疑问的地方做好记号，下课及时向她请教。在这些工作后，参照她的板书，自己备课。开始备课比较辛苦，在徐老师和其他几位老师的建议下，几乎把上课将要讲到的话都事先写好，后来比较轻松。每次自己上完课，如果时间允许，我都会到办公室主动听听徐老师对我上课情况的总结，一般都会遇到如下问题：时间分配把握不够；与学生的互动不够充足；知识

点讲解有时不够详细，等等。也会说一些做得比较好的地方，然后就是鼓励我下次改正，继续努力。她常说，以前自己也是这样走过来的，有些事情需要时间。

我们的教育实习还有除了教学工作，还有班主任工作，也就是既要教课又要带班。无论是带班还是教课，作为实习老师，都会有一个该校的正式老师带我们。首先，我主动了解高一()班的情况特点。第一次和班主任杨老师见面的谈话，大部分内容就是关于高一()班的情况。谈话后，就感到有点压力。因为杨老师说，部分男生比较调皮，上个学期考试的成绩也不太理想，尤其几个顽皮的男生常常气到某些科任老师没话说。所以，在和他进入教室之前，他似乎就在开玩笑的向我“施压”，究竟怎样才能把这个班搞好。开始的时候我还是有点郁闷，怎么会遇上这样的班级要熟悉一个班级，能记得别人的姓名是对别人的一种尊重，可惜在上面那些交往中，我认识的学生多数都是班干部。后来我提出，我想承担更多的任务。于是，从第三周开始，他们的早读、晚读，我都去检查了。见面多了，交流也多了。学生说，虽然有时候我像一个“严师”，但更多时候是他们的一个朋友。

在把握老师与朋友这两种角色的时候，我对他们的学习、纪律有了更多的监督，并不忘向他们灌输一些人生道理和一种团体意识，正如杨老师说的，我们的课程很大程度上说就是进行思想道德教育。有一段时间，班长想辞职，因为心里背负着比较大的压力，我常和她谈话，尽管后来辞掉了，但也看到了她的释然，然后身不在其位，也依旧承担着一些工作；还有一次，帮他们买板报参考书并对他们的工作提了一些建议，在现在的学生留言录上，其中一个男生就写道：老师你好！老师你真好！！老师你非常好！！！老师你实在太好！！！！……在这次实习中，我充分体会到“爱心”在师生中的关键作用，只有你对学生付出真爱，你才能取得学生对你的尊重和信任。

可能是因为，理想与现实永远存在差距，才有我们一次又一次的转变和努力。曾经梦想的老师，并不是自己想像中的美

好和伟大，他们也会感到累，会遇到某些难处理的问题，然后时不时抱怨一下这位那位学生，甚至做出一些令人发指的事情。人，都会在现实中成长，并在变化中成熟。曾自以为成熟的想法，到今天看来是多么的幼稚。说不定某天后，对今天的想法又有了另一番的看法。社会，是一本在学校无法读到的书。

不过，我始终相信，在教师队伍当中，大部分都应该是有良知的人。师德是教师素质的灵魂，那不仅表现在他们对学生的关爱，还表现在他们对自己的要求，对社会的责任，对这种职业的热爱。在我实习期间，就看到了很多这样的老师，也衷心感谢他们对我的教导和鼓励。

这是一个实习课程，更是一段让我体会教育工作以及思考自己人生定位的经历。当然，现实的很多因素不得不让自己改变初衷，所以，以后走这一条路的可能性或许很小。但是，在实习日子里学到的，感受到的，都将是一种财富。实习已经结束，学生也偶与我联系。第六周周末，他们告诉我，他们班获得一奖状——第四周举行的综合水平测试中班排全级第二名。

实习虽然很辛苦忙碌，但对我们来说是都一次非常有益的磨练和尝试。最后我想衷心感谢__中学让我们有了这样一段实习经历，同时也衷心感谢我们的指导老师徐老师和班主任杨老师，他们给了我们很多的指导和帮助。

□

暑假工作实践心得篇六

前言：“世间无难事，只怕有心人”，只要用心努力，就一定能做好。

一、实习目的

为期一个月的实习，秉着为以后的工作奠定基础的原则，努力学习更多的知识，在实习的过程中去发现自己的不足和缺点，同时让自己学到更多的知识，在实践中运用到我们在学校学习的知识，检验我们的学习成果，从而更好的发展自己，更好的在社会上立足。

二、实习时间

2019-__-__到2019-__-__

三、实习地点

____地区

四、实习单位和岗位

__大淘商贸有限公司、淘宝售后客服

五、岗位工作描述

来到__大淘商贸有限公司这个单位实习，是我自己去投简历并经过面试而得到这个实习机会的。__这个地方，我也不是很熟悉，在找实习单位的过程中，真正吃了不少的苦头。在历经多次面试后，积累了经验，懂得了技巧，终于被该公司录取了。我的实习岗位是售后客服。主要的工作是处理售后问题，解决中差评，处理退换货事件。但是虽然是售后客服，可实际上并没有分的非常清楚，售前客服要完成的任务，我也是必须得完成的。

- 1、通过淘宝旺旺聊天软件，接待来访顾客的在线咨询，包括产品特点、规格、款式等商品信息细节参数的解析。

- 2、通过高超的语言沟通技巧和谈判技巧，向顾客推荐商品并促成满意购买。

3、按照顾客要求或店规为顾客分拆或合并订单、修改邮费、为顾客订单备注信息。

4、向买家提供良好的售后服务，解决售后问题、解决客户纠纷，处理中差评。

这些基本上每天必须要做的事情。

六、实习总结

6.1 实习内容

2019年__月__日开始上班，我们上班的第一天，客服主管就开始带我们，给我们分配任务。早上的时间是先来熟悉公司的规章制度，同时了解我的工作职责，她告诉我说我明天需要做的工作是什么以及让我在面对客户的时候，我要怎么说，还有告诉我，通常会遇到多少种客户，让我如何去面对，如何去解决一般客户提出的疑问。

而我的工作售后客服，主要就是处理中差评以及相应的售后问题，在客户有问题要找我们客服的时候，我们的一言一行都是要非常小心翼翼的，因为我们的言语就是代表我们公司的承诺，我们就是公司的代表。像我，当一名售后客服，主要的工作的处理售后问题，售后纠纷，解决中差评，退还货问题。这些问题的解决，不是一两下就可以解决的。比如说是解决一个售后问题，处理中差评，我要先查询客户的信息，核对客户的资料，查询客户的评价内容，了解其评中差评的原因。在了解这些情况之后，要看客户是什么时间有空，再给其打电话或者是旺旺联系。

在电话接通或者旺旺联系上以后，要根据客户的语言和口气来给客户说明原因并提出解决方案以供其选择，力求得以解决，双方和谐相处并达成信赖关系，使客户成为我们公司的忠实客户。我发现，在这个过程中，特别是打电话的过程中，

做好客户的信息收集和准备是非常重要的，同时，在客户不满的时候，我们一定要倾听并适时给予肯定，最后才提出我们的解决方案。虽然说看上去好像不是很难，但是真正做起来不是很简单的一件事情。因为我们面对的客户是不一样的，每个人的性格都是不一样的，这时候的我们需要时间去区分，去发现，我们现在面对的客户究竟是属于哪一种人，才能找到相应的解决问题的方法，根据客户的说话语气和声调去辨别并回答客户提出的质疑，为其提供相应的解决措施，让客户真正满意。

不仅仅是中差评问题需要给客户打电话，像客户发现货不满意或者出现问题时，同样要给客户解决，我要跟仓储部的人员联系好，先了解是否有货，然后在收到客户退回来的货物之后，及时给客户回复。这时候，最需要注意的地方是：一定要及时和信息要有效，以及注意说话技巧。这个一般情况下解决起来问题不大，不过心态要放好，因为有时候客户会发脾气，但是如果我们站在消费者的角度上去看的，我们就会心平气和的去解决了。

6.2 实习心得

不知不觉间，一个月的实习时间已经到了。在这一个月的实习中，我成长了，也发现了很多的问题。

我所在的实习单位是广州大淘商贸有限公司。该公司起先是由老板和老板娘两人携手办起来的，是从一个没有任何信誉的小淘宝店，一笔一笔的做到今天的三个皇冠，实在是相当的不容易。从2006年开始经营，到今天已经有整整5年的时间了。是经过不断的坚持和努力，才有今天这样的成绩的。公司的宗旨是：客户至上，服务第一。秉着这一原则，我们工作时刻警惕着。

公司规模不大，一共分为两个部门：客服部和仓储部。两个部门的独立分开但同时又是密不可分的，是一种相对独立的

模式，并同时直接由老板管理。

做了一个月的实习工作，每天做的事情是很繁琐，但是是绝对不能马虎，因为一个不留神，就可能损失一个客户甚至是带来一个差评，严重的可能还会导致维权处理。因此，我在我的岗位实习中，是非常谨慎和小心的。生怕粗心，弄错事情，那样损失就惨重了。

在工作中，就不像是在学校那么轻松了，不是上上课，吃吃饭，完成完成作业就可以解决掉一天的日子了。我们明天都是要完成一定的工作量的。

“在学校里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。实行后才体会到含义。我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰，于是在实习中，只有不断的学习，不断的充实自己才能在这社会上站得住脚，才有生存的地方。

实习了，就意味着我们不是在学校了，面对的不单单是客户，不单单是工作，生活圈子也不仅仅是同学，不仅仅是老师了，我们还要面对同事，面对上级，面对老板。

实习中，不仅仅要承受工作上的压力，还要懂得职场上的规则，和同事之间，上级，老板之间要如何相处。很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。但是环境往往会影响一个人的工作态度。

暑假工作实践心得篇七

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙；也意识到自己在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把e_cel□word□outlook□powerpoint等操作的很好了!此刻我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一向忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但透过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

透过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作潜力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，务必有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓!所以我明白了，书本上的知识只提供方法，在实践中自己必须摸索出适合具体工作的方法，这一切都需要我们的不断钻研和勤学好问。

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自己错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的资料最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习资料与以前操作不规范或不熟练的地方进行比较，感觉学

习效果很好，受益匪浅。个性是e_cel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对e_cel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。透过次培训，使我的e_cil的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原先从没有制作过，透过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。此刻想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自己也不再年轻了，还学什么啊得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。透过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自己的工作潜力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

这段时间，我也看到了自身存在的许多问题，也遇到了这样那样的问题，不学到一定的深度和广度是难以在实际工作中应付自如的。因此反映出学习的还不够，缺点疏漏，动手能力太差，需再加以学习和练习，扩充自己的知识储备，增强实践操作技能，为以后的工作存储更多的能力。实习带给我收获还是很多的，经过这次实习使得我所学的理论在实践的工作中得到了运用，并获得了宝贵的工作经验还让自己在有限的时间里掌握了更多的专业知识，使自己在以后的工作中有更多的筹码。这段经历让我提前进入准职场状态，提前体会工作了的生活，提前从学生向职场人的转型。开阔了视野，明确了方向，学习了技术，为以后的职场生活铺好了道路。

总的来说，这次实训对我很有帮助，让我获益匪浅，使我在这方面的知识有了不小的提高。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，学会了接受别人更好的观点，如何更好

地去陈述自己的观点，让别人认同自己的观点。

社会的竞争是激烈的，我想我们就应好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人！

暑假工作实践心得篇八

实习是在校学生必须要经历的，在20__年__月__日这天，我来到了__食品股份有限公司开始了我的实习生活。

一、实习单位简介

__食品股份有限公司坐落于东南沿海文化名城__，占地面积30000平方米，是__省专业生产鱼糜制品规模最大的企业。

二、实习内容

1. 主要工作

包装段的现在品管的主要工作是从产品速冻到产品包装至入仓，等一系列的品质管理、卫生管理。包装段的生产流程：产品速冻→敲料→接料→提袋→过称→封口→过金属探→打包→接箱→入仓。其一，班前的卫生进行稽核，如果工作场所有卫生做得不合格的情况下，必须将卫生做好之后才能生产。尤其卫生方面，我们这块是格外关注的，如果卫生都没做干净，生产再多的产品都是没有用的。

其二，产品的速冻中心温度，如果未达到速冻中心将会直接影响到产品的口感，还有在运输过程中将会加速产品变质、变酸，将是直接到消费者的安全。其三，产品的净含量，关系到消费者的自身利益，比如你是买500g的产品，而实际真正产品的重量只有400g的产品，这明显就是欺骗消费者。其三，在生产过程中，难免有些金属异物带入产品中，这是金

属探测仪显得那么尤其重要，且金属探测仪必须属于正常运行状态。否则，就是流入市场将直接危害到消费者的生命安全。其四，包装袋和外箱生产日期。当天的生产产品必须是当天的生产日期，而且生产日期必须在明显地方，且清晰完整。虽然一天下来挺忙碌的，总体感觉生活过的挺充实的。

2. 专业知识技能的运用

三、实习收获

回想实习的这段时间，充满艰辛的同时也让我收获不少，使我一步步的实现了从学生到工作者的角色转化。在理论应用于实践的同时，也在实践中更加深刻地理解了以前没有理解透彻的知识。虽然实习的时间短暂，但也让我深深地感到自己所学知识的肤浅和实际应用中专业知识的匮乏。通过与公司同事交流提高了我的分析问题、解决问题的能力。在实际工作过程中，学到了实践知识，加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高。

随着此次顶岗实习的结束，大学三年的学习时光也接近尾声了，在此我想对我的实习单位，我的老师和我的母校表达我由衷的感谢。十分感谢香尔麦食品有限公司给我提供了实平台，让我得到了部门领导的细心指导和同事们热情帮助；感谢母校给了我大学三年深造的机会，让我在系部老师的谆谆教诲中学到不少专业知识和为人处事之道。顶岗实习让我实现了从学校到职场的过度，明白了学校和社会、工作和学习的区别，为我即将真正的步入社会提供了很好的基础。