# 学生实践心得(优秀8篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2024-07-04

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。学生实践心得篇一时光如白驹...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**学生实践心得篇一**

时光如白驹过隙般转瞬即逝，回顾这近一个多月的实习支教生活，真的感概万千，有太多的话想说，有太多的的不舍，有太多的收获，过往的经历在我脑中翻动着，这次支教实习生活必将成为我人生中得一次难忘的经历。

心里想着这就是我实习的地方，多少有点担心，在我面前是我人生中从未遇到的挑战，还好这里的老师和领导很热情，以来就热情的招待我们。我想无论我前面的困难有多大，既然我选择了就应该勇敢的接受。我实习生活正式开始了。我的实习分为以下几篇：

1.学校篇。

进入学校，我们没有立即投入教学中，而是先了解学校各方面的情况。通过老师的介绍以及自己的观察。我对学校有了一个初步的了解。芒辛中心学校的规模很小，在职是老师仅有三十几人。到学校之初，学校给我们没人都安排了比较有经验的老师指导我们。

2、生活篇。

这里的生活条件虽然不是很好，但却比我想象中的好得多。我本身也是出生在农村。在我上学的时候环境还不如这里，因此对于这样的条件我还是比较满意的，因此在这一-个星期我已经适应的这样的环境了。并且在这里我发现老师和学生吃饭的方式很有特点。我们老师和学生一块儿吃饭，饭菜也挺可口的。但是最难熬的是周末，老师们基本上都回家了，所以经常性的学校只剩下我们几个。

3、听课篇。

就是我的指导老师。她从事三十多年的教学，我感觉他特别值得我学习。比如他的教学逻辑很严谨，教学目标很明确，能很好的把握一堂课的重难点和时间。并且板书设计的很好使人一目了然。当然还有其他一些老师上课时的游刃有余，深入浅出，娓娓道来。

4.工作篇。

在实习期间，我不仅要进行教学工作实习，同时，还要帮助书记主任工作。来第二天就开始给学生上课了，我感到很荣幸也很高兴。我想我一定要抓住这次机会。我认为我的工作重点是：学以致用，认真钻研，钻研教学，提高教学。并准备为之努力。在实习支教期间，我深深的感受到，要上完一堂课不难，可是要上好一堂课却要求我花大力气去钻研教材，设计教案，组织教学。基于这些考虑，我认识到作为一名实习生，我对于教学工作需要学习的东西太多，态度要虚心，学习要刻苦，钻研要踏实。这样，就要求自己更加把教学工作作为一项长期的首要的工作去抓。事实证明，我积极地与指导老师交流，学习她的各种教学经验，认真钻研教材，用心备课，细致认真批改作业，一心扑在教学的各个环节上，虽然不敢说有怎样的成绩，但我自认为我做到了一个老师应该做的，以严谨的态度对待教学，做到了对学生负责，也做到了对自己负责。在这四个月中，我感觉我积累了一定的教学经验，我成长成为一名教学一丝不苟的教师。而这也必将对我今后的学习和教学有着重要的作用。

5.收获篇。

支教的一个多月，很快过去了。在这里，我收获最大的是成长，我逐渐由一名师范生蜕变成为一名人民教师。教学的收获，使我更坦然的给学生传授知识。使我更加了解学生，学会了如何处理师生之间的关系。使我越来越坚定教师这一职业，在今后我也将不断地努力学习，真正走上教师这一岗位必定会做到为人师表。认真的对待教学。

如果说，当初只是对支教生活的憧憬，假设。那么这一个月的支教过程中，我真真切切的感受到了平淡，一种至美的境界!我相信我会把它永远铭记于心，体会其中的滋味。

**学生实践心得篇二**

回顾实习生活,感触是很深的,收获是丰硕的。

“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中,我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏,刚开始的一段时间里,对一些工作感到无从下手,茫然不知所措,这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错,一旦接触到实际,才发现自己知道的是多么少,这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历,他使我在实践中了解社会,让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,也开阔了视野,增长了见识,为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。最后衷心的感谢学校给我们提供了这次宝贵的实习机会。

**学生实践心得篇三**

经过8月25日到8月29日为期5天的临床实习岗前培训，我们正式转入临床实习一次轮转阶段。而第一个转的科是中医妇科。

中医妇科病房主要病种是输卵管不通性不孕，盆腔炎，子宫内膜异位症，子宫肌瘤和子宫腺肌症。主要行中药综合治疗：中药口服（通络煎、内异煎，妇科一、二、三号方，异位通，调冲方），中药灌肠（通络灌肠方，灌肠一、二、三号方），中药热敷，中药离子导入，丹参注射液点滴。利用活血，消症，温通等方法，松解盆腔粘连，消除肿块，达到治疗目的。

中医妇科门诊病种则丰富一些：月经不调（提前，后错，老不来，老不断，量少，量多，功血—功能失调性子宫出血：排卵期（经间期出血）、无排卵性（崩漏）等），围绝经期综合症，痛经，白带异常（量多，色白或色黄或色暗红或带有血丝，清稀或豆腐渣状，伴有外阴瘙痒等），盆腔炎（包括子宫，附件炎—输卵管、卵巢），宫颈炎，阴—道炎（细菌性—bv、霉菌性、滴虫性、老年性，可伴泌尿系感染），外阴炎，多囊卵巢综合症，卵巢囊肿，不孕，早孕（怀孕早期），先兆流产，产后缺乳和回乳，产后抑郁，子宫内膜异位症（异位至卵巢所致的巧克力囊肿多见），子宫腺肌症，子宫肌瘤，宫颈癌前病变筛查（tct—宫颈薄层液基细胞学检查）。治疗以中西医结合为主。

通过这次的实习，我感悟到现在社会上不孕人群增多，奉劝年轻人珍惜自己，做好预防措施，减少人流药流机会，防止输卵管不通型不孕的发生。避孕最好用避—孕—套工具避孕。避孕药有多种副作用，导致月经失调等，特别是紧急避孕药，少用！安全期避孕不完全安全！

**学生实践心得篇四**

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，也许这也说明了自己在悄悄的进步。

**学生实践心得篇五**

回想这三周，我的感受除了忙，还是忙，忙得我都快忘了什么叫休息了，甚至有时我都不知道自己叫什么了，只记得自己在儿科实习。从早上08：00到科室，要忙到23：00才能会宿舍。从门诊到病房，从查房到开单，从写病程到办出院，从化验单到整病历，从值班到交班，还负责当别人的出气筒，时不时挨顿骂。概括起来就是：做好了没人夸，一做错就死定。整个吃力不讨好！！

其实我也挺衰的，做好事的时候没一个人会看见，但稍一偷懒就被抓。想想就气啊，我努力想当一个好学生，结果。真想哭！记得我每天晚上都有去儿科加班到11点才回来，直到星期天晚上累了，就休息了一下，没去科室，结果就点名，被抓了。还有就是值班，那天晚上我做完所有事情，请示一线后就回去睡觉了，结果凌晨一个病人变症，突发呼吸骤停，一直抢救到06：00，连科室主任到来了，我去在宿舍睡觉，结果自然惨不忍睹。当天早上交班，全科室都向我投来同情的目光，并为我祈祷三分钟，默哀三分钟。苦啊！！！

不过俱往矣，数人流人物，希望那时我还在。一周之后......

呵呵，今天终于出科了，我此刻的心情实在是无法形容，但喜悦之情溢于言表，谁都看得出来。这几天，过得很high，因为一想到不久的将来，就可以从这鬼科室出去，浑身上下就充满了力量，真是腰不酸了，腿不痛了，脚也不抽筋了，整一个爽字了得。回头看着还在儿科受苦受难的兄弟姐妹们，我深表同情，不过也小小的幸灾乐祸了一番。兄弟们，我saygoodbye了，你们顶住啊。

其实在儿科，我虽然过的郁闷，但学到挺多东西的。本来外科这轮的实习，我过的有气无力的，但儿科让我打起精神。刚开始是不得不精神起来，后来就成习惯，这样挺好的，至少除掉我身上颓废的味道，让我重新振作，我会继续将这活力进行到底的。

**学生实践心得篇六**

时间飞逝，自步入富丽中学那一刻起，日子已在不知不觉中过去两星期了。眺望过去的两周，我在学校领导、指导老师、和班主任的帮助下，开展听课、上课的教学工作和班主任管理工作，每天都在学习、总结、反思中进步着。

在实习学校，已不再像大学那样，有老师、有作业、有考试、有工作，一一都安排好了，一步步走下来即可。在这里没有人告诉你究竟要做什么，要如何提高自己，凡事都要主动!我们就像“初生牛犊”，有输的资本，去尝试，无论成败，收获的都是经验。

两周来，我抱着学习的态度，力争把自己份内事做到最好!除此之外，还帮老师打点，管理其它事务。下面是我自己点滴的感悟和收获：

一、教学上。

学习当从模仿他人开始。首先谈谈听课体验。我除了听指导老师的课外，还积极听其它老师的课，汲取更多的经验知识。初三级的语文老师都是学校的“老”教师，经验丰富，颇有一套教学心得，但由于应试压力的存在，初三的课堂基本上是比较传统的，一节课四十分钟下来，灌输着众多知识点。而初一、初二年级的年轻教师，有活力，教学讲求新颖、有效的手段。在她们身上，有很多优点都是我要学习的。

我的指导老师----吴老师，她非常重视培养学生的良好学习习惯，任何学生的小动作都逃不过她的眼睛，她讲课从来不用带稿，二十六年的教龄和丰富的经验是她教学成绩卓越的保证。她熟知考点，讲课总能够贯穿知识点，启发学生思维，整个教学过程很流畅。她朗诵能力很强，老当益壮，很有激情。?老师，是个热情开朗的好老师，她富有感染力的声音和开朗的笑靥深深地感染了我，她的口才很棒，知识渊博，讲课举一反三，重难点突显，讲得非常清楚。教学上，我最欣赏的就是她了。梁老师，初二级的，听了她的《桃花源记》，觉得老师很擅于课堂管理，她总能调动起学生的积极性，课堂很活跃，合作探究解决字词翻译，稳重淡定。郭老师，是我们语文组唯一的男老师，听了他的公开课《醉花阴》和《破阵子》，老师善于旁征博引，他借用钱塘江湖水的来势汹汹来比喻豪放派，用林黛玉的忧郁气质来借此婉约派，对比鲜明，生动，使学生易接受，引来老师们的声声好评。

本周五，我有幸地上了初三(1)、(2)班两节作文评讲课。星期四吴老师问我：“两个班的作文是由你批改的，明天有两节课，主要是评讲上星期的作文的，你去准备下上课，行不?”我眼前一亮，立即应了下来，珍惜这来之不易的锻炼机会。没有电脑，借用了级长办公室的来用;上网找了一些作文写作的技巧和方法;要回两个班，共一百多份同学的作文，一一重新翻阅，在写得好的地方做了摘录。晚上用了两个多小时整理，形成了一份粗略的教案。带着疲惫的身躯入睡。第二天早上给吴老师看了，简单地修改下，定下了稿。

课程主要分为两部分，第一部分是评讲作文《我该如何学好语文》，从破题导入、金榜题名、佳作欣赏到小结，我带着鼓励的眼神、欣赏的视角给全班同学讲解作文，学生在听到同学作品时也非常兴奋，课堂效果不错，最后，让科代表把佳作张贴到“学习园地”，供大家学习分享。第二部分是讲作文的审题、立意和选材。审题的原则是“瞻前顾后，一字不落”，审题主是引导他们站在新的高度去破题，用象征义、引申义立意，或者由释定义入手，从“是什么，为什么，怎么样”去着手写，尝试用发散性思维，多角度地围绕主旨中心写作。立意讲求新意，但不能脱离主旨。选材可以从生活着手，从名人名言着手，分点去论证，材料要精，要切题。我用三环跑道来表示这三者间的关系，审题是中心，立意是次中心，选材视野面要广。

个人感觉，这次上课发挥一般，没有把最好的状态发挥出来。处理较好的地方是：设计的重点突出，条理清晰;引用事例来加深理解抽象的概念;口头表达还可以。发挥不足的主观原因有：准备不充分，课前没有试讲，不够自信;处理课堂突发事件时，心里有点紧张;内容设计得有点难，高估学生的接受度。客观原因：课室多媒体故障，不能形象生动地展示更多学生的作品;课室空旷，回音差，即使大声喊叫，坐后面的学生仍然听得比较模糊。

所以，我觉得，以后自己要多克服这些弱点，才能取得进步。

二、班主任工作。

班主任是一个班级的核心灵魂，他的形为会直接影响到每一个学生，我认为要做一个好的班主任必须做到“三勤”,即眼勤、腿勤、嘴勤。眼勤，指要善于发现班级内存在的各类问题或隐患，并且要及时得当的解决，该表扬的表扬，该批评的批评。每次我要求自己必须做到表扬时具体到人，在班级内树立在各方面突出的榜样;批评时对事不对人，起到广泛警告的作用。“先做人，后做事”，从上课最基本的尊重说起。腿勤，指班主任要有足够的时间和精力，多往教室里跑，特别是早午读、早操(跳绳与跑步)、放学后，及时发现学生的问题，和学生交流，在言谈中渗透教育的理念。嘴勤，指经常和学生交流，做通他们的思想工作，特别是每次作业、单元测试后要及时找学生了解他们的想法。如：星期一，我发现两个班共有十三个同学没交作文，布置的《感悟体验》中的题目也没做，于是，我让科代表一一催他们，第二天，仍然有五个同学没交，我利用课间休息期间找他们聊天，了解情况，针对特别懒惰的学生，我要他们写保证书，针对能力较差的学生，我让他们先尝试写四百字，然后五百，六百。最终，他们都交了作文。

现在，我还没能完全记住他们的名字，所以工作起来有时不太方便，我决定找出他们的初中三年的《成长记录》，有空时多多浏览，以便能更深入地了解他们。

**学生实践心得篇七**

我们常说:“实践出真知，所有的理论知识一旦脱离了实践，就会显得毫无好处”。因此，社会实践对于每一个在校大学生都具有十分重要的作用。社会实践是引导我们大学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身于现实工作，向经验人士学习，锻炼才干的渠道;是提升思想，修身养性，服务社会的有效途径。透过参加社会实践活动，我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，与此同时，开阔了自己的视野，提高了自身的实际动手潜力和综合素质，为我们以后进入社会，走向工作岗位打下了坚实的基础。

我觉得:对于一个大学生而言，勇于理解挑战是一种最基本的素质，但由于畏惧工作的艰辛，我一向不愿真正走进现实社会。今年寒假，为了丰富自己的阅历，提高自身的综合潜力，我最后鼓足勇气，开始了人生的第一次假期社会实践活动。虽然这次实践活动只持续了短短的22天，但我却从中学到了很多很多，能够说是获益匪浅。

这次实践，我应聘的岗位是会计助理，最终被荣县林源商贸有限职责公司所录用，被安置到了该公司所属的财务部。荣县林源商贸有限职责公司是一家小型私营企业，所以该公司的财务部并没有太多人，只设有一名财务主管，两名会计，两名出纳。此次负责我实习的是公司会计人员——宋海燕。宋会计根据我的实习时间和现有水平，主要让我了解财务软件的使用和会计处理的流程，并做一些简单的会计凭证。公司采用的是金碟财务软件，从编制记账凭证到记账、编制会计报表、结账都是透过财务软件完成。了解了自己实习的主要工作，我暗暗庆幸:幸好在校读书期间，自己利用课余时间学习了一下金蝶财务软件，对金蝶软件有一些简单的了解，否则，还真的不明白该怎样办。可即便是如此，在后面的学习过程中，我还是遇到了不少的困难，好在经过同事们很热心很耐心地指导后，那些难题都得以顺利解决。经过坚持不懈的努力，我最终还是学会了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程，掌握了金蝶财务软件的基本操作。

实习刚开始时，主管并没有让我干什么有技术含量的工作，每一天只是打扫一下财务部门的清洁卫生，协助部门同事完成一些日常工作。之后主管见我很耐心也很细心，是真的全身心投入到了这次实习中，才把大批量的日常工作交给我。坦白讲，这些工作的数量和难度都很大，好在要求不高。我想:这是主管在考察我的潜力，以便让我更准确地找到自己的位置。其实，公司里完全是按潜力来分配待遇，而不是学历。社会的准则就是不能劳动的人便是废物，即便你是大学生、文化高、素质高、说话有水平、斯文等等。但是，山外有山，人外有人，虚心向他人学习，拥有真材实学才是王道。

学习了这么长时间的会计，我自认为对会计基本上能耳目能熟了。有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，基本上都掌握了。然而，经过短暂的实践后，这些似乎都只是纸上谈兵。倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我也只会是一窍不通，无从下手。下面就是我透过这次实习领悟到的很多书本上所不能学到的有关会计的特点和积累以及题外的很多道理。以前，我总以为自己的会计理论知识还算扎实，正如所有工作一样，掌握了规律，照葫芦画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，就应没问题了。此刻才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。离开操作和实践，其它一切都为零!会计就是实际中学会做账。

在实践中，我也发现会计具有很强的连通性、逻辑性和规范性。其一，每一笔业务的发生都要根据其原始凭证，登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。其二，会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。其三，在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提和基础，这体现了会计的规范性。在登帐过程中，首先，要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记为记账凭证。然后，根据记账凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

在实习的这段时间里，我也逐渐看到了自己诸多的不足之处。首先，专业知识学得不够扎实、不够牢固，知识量十分缺乏，很多专业问题完全搭不上话。由于这个原因，自己的实际动手潜力变得相当弱，工作也不得法，工作效率低的不行。其次，如何和整个公司的同事和睦相处，如何让自己成为公司受欢迎的人员之一。这对于不善言辞、性格内向的我而言也是一个不小的问题。我明白良好的人际关系是每个成功人士所务必具备的条件之一，也是我们日常生活中不可或缺的一部分。于是，在实习期间我就时不时的留意一下别人是如何和同事以及上级相处的，并且一有空就去和同事们聊聊天。就这样，我交到了许多好朋友，工作起来也相当的有干劲。最后，自己的性格过于情绪化，自己老是心浮气躁的，沉不住气。在实习期间，我曾因为整天对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以至于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，最终导致雪上加霜。但是，之后经过前辈宋会计的耐心开导和帮忙，经过一次次做账的磨练，我也慢慢适应了这些工作。觉得只要自己用心地做，反而会左右逢源，越做越觉乐趣，越做越起劲，这倒也验证了我的一句口头禅“习惯就好”。其实，我也明白要在社会上立足并不是那么简单的事情，尤其是当今这个社会。此刻的竞争是何等的激烈啊，企业对员工的综合素质和技术要求越来越高，再者，社会不会要一个一无是处的人。所以我们要更加充实自己，尽量提高自身的技术水平和劳动素质，这样才不会被社会所淘汰。毕竟，物竞天择，适者生存，不适者淘汰。我们只能改变自身去适应社会，而不是让社会来适应我们。

同时，这次实习也带给了我诸多不同以往的感受。以前在校学习时，我总是认真负责地做好每一件自己该做的事，应对疑惑，总是力争得到一个满意的答案。原本以为自己学到手的这些知识已经够用了，可真正到了实习的时候，才明白自己要学的东西还很多，要走的路还很长，不能只安于现状，必须要奋勇向前。其实，人就是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总会有办法解决。做人不怕失败，就怕失败后无法再站起来。必须要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折怕什么，风雨过后必须会有彩虹”。我相信，只要自己克服成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进，明天必将会更加完美!

透过这次的实习，我也慢慢体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才蓦然发现自己很幸福。因为自己还在学习阶段，还活在完美的象牙塔里，还没真正地接触社会，没真正地了解到工作的难处和辛苦。仔细想起来，觉得此刻的自己还真幸福，能在这么好的环境下安心读书，一心一意为以后的工作打下基础。真的很感谢荣县林源商贸有限职责公司给了我这一次实习机会，给了我一段终生难忘的经历。

有人说:当你情绪愉悦时，时光总会流逝的很快。结果，22天的实习生活似乎在转眼间就结束了。透过这次社会实践活动，我学到了很多，也懂得了许多。在生活上，我懂得花钱容易挣钱难，以后该节约的地方就必须要节约。在工作上，我的专业知识有所增长，实际动手潜力有所提高，这对于我未来将会有极大的帮忙。在日后的学习生活中，我会更加地努力更加地刻苦，认真学好专业技能，多多参加社会实践活动，为以后踏进社会工作做好铺垫。我明白，机遇只偏爱有准备之人，只有胸怀会当凌绝顶的壮志，拿出百尺竿头更进一步的干劲，透过自身的努力，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，扬起理想的风帆，顺利驶向成功的彼岸。

经历x个月的实习终于结束了，在\_公司工作的这段时间，我和公司的职工及领导都相处得非常融洽，大家对我也关心，时常给我鼓励和帮助;我工作的时候也是认真谨慎，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽说工作中我也会犯一些错误，从而受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能极大的促进我的工作热情，让我能在以后的工作中更加的谨慎和小心，提高工作效率。

。

在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次实习虽然有酸甜苦辣，却让我在社会中学到了很多学习期间无法了解的社会经验，这对我来说是最宝贵的东西。

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果能够更好的总结和应用这些实践经验，将会使我在以后的人生道路中受益匪浅。

一、在与别人打交道时一定要积极主动。

我自己本身是个相对比较内向的人，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足和缺点。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生。起初和公司的几位同事打过招呼后就没在说什么了，下班后也是一个人玩手机，没有主动和大家进行沟通。

由于和他们年龄有较大差距，怕跟他们交流不来，也因为不了解工作环境和工作流程不能很好的交流和沟通。我也认识到了自己沟通上的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。

在后来的实习中慢慢的在一起时间久了，大家也就对彼此多少有些熟悉了，渐渐地能和大家一起愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作，就是的团队合作的精神。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于开始对生产的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。

就比如在实习中，在我提前完成领导分配的任务后，我就常主动询问周围的员工有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

二、工作时一定要一丝不苟，认真仔细。

一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能总是出错。有时候一个失误不仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人的工作，化工生产的任何一个环节出错就会影响下面的工作，严重点就会造成很大的经济损失。老板也会批评责备甚至处罚，因此认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。

为了不使自己的努力前功尽弃，我们在刚开始工作的时候一定要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，工作结束后一定要检验自己的工作结果，以确保自己所做的万无一失，时常应该反省自己最近一段时间的工作情况。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。虽然如此，也不能骄傲，不能对自己有所懈怠，还是要对自己的工作认真对待，以免造成失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，虽然多数不是很严重的错误。比如说领导交给我的生产任务，我在流程中添加固化剂时未等温度降至60℃以下就加入，导致白乳胶浓度不足。

领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次是将两种原材料顺序加反，还好是两个辅助材料对产品质量影响不大，都是自己大意所造成的。这次的失误又一次给我敲醒了警钟，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

三、在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率。

公司的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。

当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。

我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。

就比如我在实习的时候，第二个反应釜升温时，以前做法是升温锅炉能加满冷水重头开始烧水至沸腾，再利用蒸汽加热反应釜。改进方法是在第一个反应釜加热完毕后，加热锅炉内分多次加入冷水，保持总有足够的气压用。

对加热过程进行了优化，提高了工作效率，减少了工作时间。同时我也充分使用时间差来提高自己的工作效率，使工作进程提高很多，减少近一个小时的工作时间。

四、要有丰富而扎实的专业知识和专业技能，这会使你的工作更加得心应手。

一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识非常熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练的掌握，这样你才算是一位合格的工作人员。在工作的时候，拥有丰富专业知识和较高业务水平的你将会发现自己在工作时左右逢源，在处理各种难题和困难都能迎刃而解。

在经历了大学三年的学习后，我自信自己已掌握了一定化工专业的知识，可是到了公司实习后，我才发现自己离专业工作还有一些距离，且不说自己所学的都是些基础、皮毛，就是在应用方面，飞速发展的科技已经把很早之前的理论给湮没了。当发现自己的知识已不能做为自己的资本时，我更深刻体会到专业知识和技能在工作中的重要性。

同时在工作中公司还会经常进行操作技巧交流等，就像在我实习过程中就有客户来公司提货或者询问一些困难的解决办法。客户提出的看似普通的问题，实际上是操作人员经常遇到而且很重要的内容，甚至是一些日常工作的死角，必须掌握了业务知识才能顺利回答这些问题。一个人的内在素质在工作中可是非常重要的。

在四个月的实习我还了解和总结了一些关于公司管理的小经验，对于小公司的类似家庭作坊的管理不是最重要的，重要的是给员工合理分配任务，而不是规定性的死任务。让员工能够靠团队合作完成生产。对于正规化的大公司管理就必须明确，规章制度要约束到每个员工，让大家能在一个良好的环境下积极主动的工作。

对于一个企业来说员工是企业的灵魂，因为所有的产品都出自员工之手，所以作为管理者不要总是忽略了企业的灵魂。对员工要多奖励，少惩罚;多关心，少冷漠;多体谅，少埋怨，多鼓励，少责骂。让员工每天都一个良好的精神状态去工作，这样员工有才能更加认真负责的圆满完成任务。

此次实习体会很深，不管是对专业知识、实际操作技能、人际交流、企业管理等等方面都学到了许多。从中了解了很多道理，也总结了很多小经验，这些都是在学校无法学到、看到、体会到的。

虽然实习结束了，但这仅仅是我的社会生涯的开始，我会从此次实习中吸取经验教训，认真规划我的人生，让我在将来的人生道路上越走越好。

**学生实践心得篇八**

这周迎来了学校的第一次月考，虽说已经当了一个月的老师了，但总觉得进入角色的时候少，很多时候觉得在跟他们一起学习，还不能自信地承担起传道受业解惑的职责，然而，这场考试让我对的自己的身份，又进行了一次调整。

学校安排好考试后，我跟着老师去监考，第一次参加考试，我不用坐在那里奋书疾笔，攻占难关，只需要做一个类似看客的角色，感觉有点好玩。真正到考场后，觉得自己的职责十分神圣，不敢有丝毫懈怠，自然而然变得严肃起来。先去领取试卷，接着安配学生正确就坐，听着学校的哨子，宣读考场纪律，分发试卷，按部就班，小心翼翼，一点纰漏都不想发生，给学生营造一个较完美的考试环境。等他们正式开始答卷后，我一个一个看，看他们是否把自己的信息完整填写，有好几个跟我一样马虎的学生，题答了一半了，自己的班级、姓名等都没有填写，我悄悄提示，他们不好意思地笑笑，然后赶紧改正自己的错误。

在数学和生物考试的时候，有同学举手示意说，试卷有问题，我看了一下题后，询问其他同学是否有同样的问题，大家异口同声地回答说有问题，我赶紧去找专业老师，来解决问题，等专业老师来，采取措施应对后，考场又陷入一片安静，只有沙沙沙，笔在纸上移动的声音。我一直注意时间，以便提示他们，调整自己的答题速度，注意时间的安排。考试时间一到，学生很老练，从后往前，他们收好试卷后，检查一下，然后一个小组一个小组按顺序排好后，交给我，我负责交给装订试卷的老师，完美结束考试。

考试一共有7门，花了一天半的时间，考试结束后，学生终于松了一口气，因为接下来的事，就该老师出马了，他们安心等待成绩就可以了，指导老师为我分配好要批改的区域，然后告诉我，应该注意的问题，我就开始了我的阅卷生涯，阅卷的时候特别认真，每一句话都要认真分析，有时候却也被孩子们的脑洞弄得苦笑不得。碰到简单的题，看着空空的答案区，我比他们还要着急，恨不得替他们写上去，面对有些题，只要言之有理，我都毫不保留地把分数写上去，鼓励他们。

这一周基本上就在这监考和阅卷中度过了，通过监考和阅卷，使我为人师的责任感又上升了一层，希望我能越来越像那些老教师一样，敬业、爱岗、热爱学生。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！