大学生实训心得体会200字6篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/169195.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

大学生实训心得体会200字篇一

每次细读此文，感触颇深。这是学生在“教”教师，更是学生乃至社会对教师的要求和期望，作为新时代的教师理应尊重这种要求和愿望。

苏霍姆林斯基说过：“爱人吧！对人的爱是你道德的核心”。因此对学生的真爱应是师德的核心之一，没有爱就没有教育。化学教师不仅要“传化学”，更要“传道”，“传爱”是“传道”的根本。爱学生是具体的，在精神上尤为重要。给学生一个真心的微笑，是建立一条师生精神沟通的管道；给学生一句关爱或激励的话语，可以带给学生一个甚至一生的“春天”；在学生上课困倦时讲一个笑话或来一个幽默，是让课堂重获生机和学生激情焕发的优美旋律，也是对学生的理解和体贴。爱是一种巨大情感的动力，能以良好的情感去爱学生，就会对学生无私的负责，这不仅能激发学生的学习写信和兴趣，唤醒学生的求知欲，而且能滋润一切，抚平学生心灵的创伤，使师生的关系亲如鱼水。相信真爱定会滋养出具有健康人格魅力以及会热心去关爱他人的农村的未来人才，相信有真爱付出的平凡的教师生活必将充实与美好。尊重全体学生及其个性的差异，成为学生发展的促进者、合作者，树立以学生为本等新课程改革的教师职业理念，在“爱“中一定会更易、更好地得以实现。同时，师德素养在“爱之教”中将不断得到培养、、巩固和提高，具备良好地师德素养地教师也必定会被学生、家长乃至社会所认可，良好地师德素养也必将造就出爱岗敬业的新时代型教师。以爱优教，教学相长，何乐而不为之！

新时代的教育事业在不断的发展，日新月异，对教师提出了更新、更高的要求，没有良好和扎实的师德素养基础，就难以胜任教师职业。因而，作为化学教师就应爱化学之岗，勤化学教师之业，履化学教师之责，担化学教师之任，付化学教师之真爱，积极投身化学新课改，做到爱岗敬业、勤业精业、承业创业、乐于奉献、问心无愧。

个性是一个人知识、技能的综合表现和情感、意趣、人格的集中展示，是不墨守成规的探索，不人云亦云的创造，是对现状踏实的开拓和对理想执着地攀登。其核心价值表现为一种崇高地精神追求，表现为一种破中有立地建设和创新。

大学生实训心得体会200字篇二

实习的时间快而又短暂，不知不觉实习的时间很快就过去了。回想这段日子，我真的有很失落过，也有很认真过，很高兴过，而现在就是很珍惜这段经验。马上就要回学校了，还有很多事情等着我去做，现在重要的就是要对这段实习时间做个报告，也是对自己实习的鉴定

生产实习是大学最后一个极为重要的实践性教学环节，生产实习是在学生已学习了专业基础课和部分专业课后进行的一个理论联系实际的实践性教学环节。。通过实习，能使我们接触生产科研，达到理论与实践相结合的目的，加深对专业的了解，拓宽知识面，获得基本操作训练，使我们接触与本专业相关的实际工作，增强感性认识，培养和锻炼我们综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来，提高实践动手能力，为我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础；同时可以检验编程的能力，为进一步提高教育教学质量，培养合格人才积累经验，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。“学而不厌，诲人不倦。”四年来，我全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。在实习期间，在指导老师的带领下，认真思考，做好完成系统的工作，完成任务要求，做一名合格的技术员。

本次实习地点是在本校的科技楼的1005实验室。在第一天的时候，唐老师就给我们交待了本次实习的目的与任务。这次的实习时间为三周，我们需要在指导老师的带领下自己动手解决完成相应的实验内容。我浏览了一下，这些实验中很多都是之前没有接触过的新知识，但是俗话说的好：“活到老，学到老”，我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。通过阅读大量的专业书籍，勇于解剖自己，分析自己，正视自己，去其糟粕，取其精华，不断提高自身素质。而且，学习新知识的过程也是一个自我认知的过程，可以更好的发现自己，提高自己。因此，我决定，在这次的生产实习中，我要更进一步的严格要求自己，虚心学习，争取在各个方面取得更大的进步。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势；养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。在这次实习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心；这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改进的地方。相信，通过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在老师和同学的帮助下，自己会得到很好的成长，也会为社会的发展贡献自己的力量！

虽然是在学校里进行生产实习，但是也要严格遵守各种规章制度。同时，也要积极地去面对各种困难，认真刻苦的把自己的事情做好，想尽一切办法做完美。所以，要想成功的进行实习，就必须首认真负责、刻苦、积极进取，像一个职业者一样要求自己，不能再像以前一样懒懒散散的了。

老师还跟我们说到，想要做好生产实习，就要做到一下几点：

1.多听，多看，多做

我们来到实验室之后，要知道自己能否完成这些实验，关键是看你自己对待这次实习的态度，态度好了，即使自己以前没有学过的知识也可以逐渐掌握，态度不好，就算自己有知识基础也不会把实验做好。

2.少埋怨

经常抱怨的话，会很影响自己的情绪，结果就是导致自己心情不好，也做不好实验。所以，我们应该少埋怨，无论做什么，我们都应该以良好的态度对待，相信总会有点收获的，我们应该多看

到好的方面，这样才能保持工作的激情。

3.虚心学习

在这次实习的过程中，我们会遇到很多问题，有的我们懂得了，也有很多我们不懂的，不懂的东西我们就要虚心向老师同学请教了，当别人教我们知识时候，我们应该虚心接受，要不然就可能做错，要保持认真严肃的态度去做事。

4.细心加耐心，知错就改

每个人都有犯错的时候，工作中第一次犯错不要紧，能够马上改过来就得了，但下次不要再犯同样的错误，否则后果是很严重的。

终于开始上课了，大家依次将实习要用的程序拷贝到自己的电脑里，并建好自己的文件夹。由于大家都是第一次接触生产实习，对软硬件方面都不熟悉，因此唐老师耐心地给我们讲解matlab的使用方法以及for循环的使用方法，接着又给我们举了几个例子，好让我们能够更加深刻的了解for循环，老师告诉我们说for循环是matlab中最基本的一种循环，一定要掌握。可能是由于觉得这个循环有些简单，所以并没有引起我的重视，这一点让我在后面的学习中吃了点亏，所以不管是不是已经学会的知识，都应该要耐心的学习。如果真的掌握了，也可以听完，就当是复习，正所谓“ 温故而知新 ”。

第一次课很快就结束了，在这次课中，由于对for循环掌握的不够透彻，所以对讲课内容理解的也不够，所以回宿舍后我又看了几遍for循环，并上网查找了一下matlab的功能等。又浏览了一下实验计划，这回实习的内容有1。分辨率转换2。量化比特数的改变3。水平和垂直方向差值信号的统计特性、相邻帧的帧间差值信号的统计特性4。平滑线性滤波5。中值滤波6。锐化7。dft、dct8。jpeg量化，测试dct系数（直流系数、交流系数）对图像的影响9。psnr的计算10。btc编码11。误码掩盖12。逐渐浮现的.编码方式13。yuv文件的读取及操作（包括：缩放、序列反转、镜像）14。视频压缩的影响因素

看完实验计划，我又上网初步了解了一下每个实验。发现基本每个实验都涉及到了for循环，看来for循环真的是很重要。

由于第一次上课的时候已经讲完了图像分辨率转换这个实验，主要的程序代码就是执行for循环，在我们都操作了一遍后，老师又将这个实验变换了一下来加深我们对for循环的理解，这次就由我们独立编写程序代码以实现实验功能，再确保我们都实现功能后，开始了关于量化比特数的讲解。

这三个星期的生产实习生活，让我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾这三个星期，我明白了一个道理：人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折和失败，才能通往自己的罗马大道。在这三周里，我有失落过，烦恼过，悲伤过。但在每次失落的时候我都会反省过来，告诉自己清楚自己应该做的是什么，在挫折面前我们应该善用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。在学习方面虽然自己普通平凡，但是我会努力提高，做到最好，不管遇到什么困扰我都不会跌倒，我会不懈努力。从以前学习情况中，我觉得自己更应该发奋学习。

我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换，这除了有较强的适应力和乐观的生活态度外

，更重要的是得益于学习的积累和技能的培养。在这里我知道我的将来会有光辉灿烂的一天。

实习，顾名思义，在实践中学习。在经过一段时间的学习之后，或者说当学习告一段落的时候，我们需要了解，自己的所学需要或应当如何应用在实践之中，因为任何知识都源于实践，归于实践，所以，要将所学付诸实践，来检验所学。然而，我们当然不希望实习仅止于此，那太狭隘了。实习是发挥和应用专业知识，查漏补缺，认真学习，巩固不足的重要一环，因为它毕竟与社会相挂钩，是检验在校学习成果的好时机，因为即使在校学得再好，一旦到了社会，也许所有的一切都会变得一文不值。因为社会毕竟不同于学校。所以，如果不好好的体验、经历这一过程，怎么会知道究竟自己的分量有多重，究竟自己真正懂得多少呢？所以实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，他也使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。实习使我开拓了视野，领略到不同企业的风格和模式，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。实习时把自己所学的理论知识用于实践，让理论知识更好的与实践相结合，在这结合的时候就是我们学以致用的时候，并且是我们扩展自己充实自己的时候。

在实习期间通过理论联系实际，不断的学习和总结经验，巩固了所学的知识，提高了处理实际问题的能力，为毕业设计的顺利进行总结了经验。

大学生实训心得体会200字篇三

本次我进行实践活动的单位是本地某超市。它是位于我们市中心的一家综合性的购物中心。我在这家超市的工作岗位有导购员、收银员，还有保洁员。本次我的实践活动圆满结束，并且达到了我预期的目的。实践的内容包括了主体、总结以及实践体会等内容，并且附实践论文一篇。以下是我对此次为期2周的实践活动的具体说明。

主体主体内容共包括了3个方面：实践前期工作、实践过程以及实践的体会。以下我将会分别从这三个方面来谈谈我此次实践的收获。

实践前期工作在实践前，我先了解了下附近几家超市的情况，并通过分析自身的条件，最终选择了较为合适的一家进行寒假实践活动。在确认了进行社会实践的地点之后，我联系了超市的负责人，并对实践一事征得其同意，自己是无偿对超市义务劳动，他也表示愿意提供力所能及的帮助。

在正式超市进行实践活动前，我首先向相关负责人了解些具体的情况，包括工作人员的概况，工作的日常以及对自己所要进行的工作的规章熟悉。其中，我认为对超市内秩序的维持和收银，是我此次实践活动的重点。为此，我首先了解了超市管理规范并记录了其中重要的几点：

1、服务态度要认真，要谨记顾客就是上帝。

2、工作勤奋努力，应当保持一定的出勤率，对于出勤率高的员工给予一定的年终奖励，奖罚制度分明。

3、不可监守自盗，违者重罚。

4、应当按时上下班，不可迟到早退，有违者扣奖金。

5、超市内保持清洁，禁止抽烟明火。

以上就是我根据超市内的条例自己简单记下来的几点。从事超市工作是一件简单但是重要的事情，直接关系到了社会的稳定和发展，我整理好了自己的状态，准备投入到这为期两周的实践活动中。

实践过程今天是我实践活动的第一天，也就是上班的第一天吧。负责人把我交给了人事部的李经理。李经理简单的给我介绍了超市内各方面的工作，总结起来大概分了5类：一类是关于货物的存取和搬运工作，一类是关于超市内清洁和物品分类及标价摆放的问题，一类是超市收银问题，一类是关于超市内保安问题，最后一类是关于超市内的秩序维持问题。因为是第一天来，他先让我熟悉下超市内的各方面环境以及各个环节的大概工作流程，好在心里有个底。我大概在经理部呆了多半天，听了经理的介绍后，对这里的工作有了大概的了解，并认识到，其中两类是适合我们女生的工作，今后的实践重点也就放在了这两个方面，超市的上班时间是8点整，我早上起来收拾好后就来到了超市内，经理在昨天就交代我今后几天的实践内容就是在超市正式员工的帮助下进行其中一类的工作就是关于对超市内物品的摆放以及标价问题。这是一项看似简单实际操作起来却又十分繁琐的事情。

物品种类繁多，虽然有专门的区域共你来区别摆放，但是由于现在临近新年，某些东西的消耗特别巨大，就需要我们特别的忙着补齐所消耗的货物，以求做到供需平衡，要把需要的东西摆放正确，才不会误导顾客，才能避免不必要的麻烦，总之这是一种一刻也不能停下来的活，还需要你集中精力去认真的做；其次就是物品的标价问题，这是整个环节的重中之重，因为在超市买东西，上面的标价一定要正确，避免标价错误导致不必要的纠纷，而超市内形形色色的各类物品多如牛毛，就需要一个人的耐心和细心，才能完全胜任这项工作的。我花了很多时间在记住某件物品的价格，可是有时候还会记错，在其它姐姐的帮助下，我才能顺利的完成，这里不得不佩服这些超市的工作人员。

接下来的几天我一直在这个岗位上工作，跟着姐姐们学习到了不少东西，也从中吸取了不少经验。在这个岗位工作的同时，有时其它岗位有需要帮助的时候我也会帮助，比如超市内货物的搬运，由于人手的短缺，我也帮忙搬运小件物品，那天还是我身体最累的一天，不过，这类工作一般是有男生来做的，我们只能帮着搬运或者暂时看管的。其中还有帮助保安维持超市秩序的工作，当带上那个袖标的时候，感觉还真有一种沉甸甸的责任感，过年了人流特别的多，我们主要进行了人员的疏散和引导，以维持超市内正常活动秩序。

实践体会这就是我的第一次社会实践，它引导我走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会。这次社会实践活动让我更新了观念，吸收了新的思想与知识。让我明白社会才是学习和教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我的人生价值得到了体现，在那片广阔的天地里，我的劳动，我的付出得到了让我兴奋的回报。

而且在这个过程中，我也深深认识到了作为一个从事超市工作者的辛苦，做工作没有简单与难之分，只要有付出，就一定能都得到回报的。

经过此次实践，我丰富了自身的社会经验，同时也看到了自己身上所欠乏的耐心和细心，我今后一定多参加社会实践活动，从各个方面来提高自己的能力。

大学生实训心得体会200字篇四

回顾一年实习期的工作与生活，既有因参与办理各类民商事法律案件的喜悦和满足感，也有因遭遇挫折，面临困难的情绪低落，自我指责，甚至是放弃。若不是亲身实践律师这份工作，或许我无法深切体会律师职业起步的艰辛。若不是曾想过放弃，也许一直未能深刻意识到自己的不足。再次选择坚持，是相信自己能够吸取经验教训，发挥自己的优势和特长，完成由实习律师到一名优秀的执业律师的“蜕变”。

面对工作中的瑕疵或纰漏，如何吸取经验和教训；如何克服执业初期，收入少，工作强度高，工作压力大的问题。根据这一年工作期间的所观所想，我记录下自己的感悟与心得体会。

实习律师在律所的工作岗位一般是律师助理，主要负责辅助指导律师或合伙人工作。实习律师应该特别珍惜这段时间，用心学习。特别注意不能养成工作结果依赖指导律师审查的习惯；更不能觉得自己不用承担工作失误的责任，而放松对自己的要求。

某次，我协助团队律师为某外资企业股权转让审批及申请变更登记事宜提供法律服务。待办理变更登记所需材料基本备齐，准备到市商务局办理审批手续前，我发现委托方送交的文件中，各项决议的签署日期处是空白的。这是委托方工作人员工作失误？还是委托方需要我方代为签署？市商务局或市工商局对此有什么特殊要求吗？这些疑问我能直接询问指导律师，请他作出指示吗？

后来，我查询了《中华人民共和国公司登记管理条例》，公司决议变更股东，应在变更之日起三十日内向工商登记机关提交申请。并电话咨询各行政机构工作人员，在各行政机构官网上检索其公示的办事指南，我了解到市商务局、市工商局对其审批办理时限已作出承诺分别是4个工作日、3个工作日。完成了这些工作后，再请教指导律师的意见，然后与委托方进行沟通，请他们确定文件的签署时间，以便我方完成委托事项。

原来，对于自己没把握的事情，多留个心眼，多问几个人，多去了解实务操作程序，多查询法律法规或行业惯例，以一名执业律师的标准要求自己，才算是做好了本职工作。

优秀的实习律师或律师助理，是能够积极配合指导律师或合伙人出色的完成工作任务。虽然在执业经验，和执业技能上，与他们相比有一定差距。如果我们在工作态度上，改变依赖心理，以一名执业律师的标准严格要求自己，处处向师傅靠齐，便能够快速成长起来。

1、学会与前辈沟通

在律所，除了我的指导律师外，我有幸和其他三位经验丰富，专业技能过硬的执业律师一起工作。他们的执业风格各不相同，擅长的专业领域也不重合。如何配合他们完成工作，从共同协作中学习他们的优点，是我给自己定下的目标。

翻翻自己的邮箱，对于指导律师发送的工作邮件，交待的事项，是否都做到及时回复？有没有因为周末、节假日，而有些倦怠、拖延呢？有没有因为特别想做到特别perfect，而一再修改，反复纠结，直到deadline的最后一刻，终于将文件发送给指导老师？

作为律师界的职场新人，可能都会有一种期许——希望能够将自己所知所学限度的发挥，从而获得工作上的成就感，和满足感。但难免有时会过于理想化。“为了100%的完美耗时耗力，不如及时提交60%的阶段性成果”这是一位前辈告诫我的。与案件相关的法律法规的汇编，诉讼文书的制作，检索与案件相关裁判案例，这些工作耗时耗力，但实习律师若能够主动、迅速地将这些工作完成，并及时提交给指导律师，不仅为他们大幅度减少工作量，也充实了自己的法律文件库

。协助指导律师完成工作的同时，相信他们也非常乐意为“小帮手”指点一二，帮助后辈快快成长。

2、学会与客户沟通

20xx年6月份，我随同其中一名执业律师和另一位律师助理前往省内某村办磷矿生产企业完成收购项目的前期尽职调查工作。此次核查范围涉及目标公司及其控（参）股公司等8家企业，再加上交通不便，工作量较大。

与武汉市不同，在县级市各行政部门核查信息时，他们会要求提供执业律师证、所函或介绍信，立案登记证明或法院传票。虽然我们持有实习律师证，但遇到行政部门工作人员不配合的情况，也束手无策。

指导律师经验丰富，他让目标公司的工作人员携带开具的正式介绍信陪同我们一起前往各行政部门。在我们申请核查遇阻时，目标公司的工作人员出面解释此次申请核查的目的，消除了行政部门工作人员的顾虑，我们核查工作便能够顺利开展了。

与参与过尽职调查前期资料搜集工作的实习律师交流，大家对这项工作的辛苦都深有体会。有的实习律师遇到的不仅是各行政机关不积极配合的问题，也有目标公司的工作人员办事拖沓，态度冷淡的情况。

其实工作量不是不可以减少，关键是改变工作方法。我们可以首先与目标公司员工沟通，清楚明确的告知他们，提供真实、有效的公司文件，配合外聘律师到各行政部门核查公司情况，这是双方洽谈合作，推进项目进行的必要环节。

一般而言，外聘律师进驻公司现场的尽职调查工作是在双方接洽，达成初步合作意向后。如果遇到目标公司不配合的情况，可以与客户沟通，请他们与对方协调。亦或者在尽职调查开始前，客户及目标公司，各中介机构共同召开协调会议，确认初步核查范围，并根据尽调的实际情况，及时与客户、各中介机构沟通，随时作出调整，从而提高整个团队的工作效率。

有一段时间，我感到特别迷茫、焦虑。越想尽善尽美，工作中越是容易出现小失误。文件未及时归档，发给指导律师的邮件中有错别字等。每次出错后便陷入了深深的自责之中。晚上睡觉前，想着明天还有尚未完成的工作，今天的工作中有了哪些不该犯的毛病，迟迟不能安睡。早晨醒来，经常感觉到一股莫名的压力。这段自我挣扎的过程，特别难受。

直到我按照蔡律师和指导律师的要求，开始整理自己一年的工作，静下心来翻看过往的工作日记，原来在忙忙碌碌的一年时间中，自己有幸参与各种不同类型案件办理，学习了不少知识，增长了不少见识。

实习的过程，提供给我们了解自己的不足，逐步纠正，培养自己独立工作能力的机会。比如学会针对文件内容，检索查阅相关法律法规，并结合法条发现文件中存在的问题，学会努力，用心的完成一项工作。这真是一段特别丰富，充实的职业成长经历。

回想起每次收到指导律师、客户的一句“辛苦了”或者一个“点赞”的表情符号，其实特别开心。因工作而感到的疲惫，顿时烟消云山。

我逐渐明白了，与其纠结于每一点工作的瑕疵，倒不如接受自己的不完美。“ 失败是成功之母 ”与“ 不积跬步，无以至千里也 ”，如果将这两句话结合起来体会，积极的从细节处完善自己，养成良好的工作习惯，积累工作经验，总结自己的工作方法。在自我认识，自我总结的过程中，看到自己的进步，并认可自己。从而获得成就感和满足感，多与指导律师沟通，珍惜每次交流的机会，了解成长的过程，学会克服挫折，学会享受进步带来的喜悦。

一年实习期满，按照规定可以向司法局提交执业律师申请。但是从执业起到成为一名优秀的律师，需要的是更多年的磨练。“ 路漫漫其修远兮，吾将上下而求索 ”。前进的路上必然有艰辛和坎坷，会面临各种各样的挑战，我相信坚持不忘初心，珍惜在律师事务所学习、磨练自我的机会，便能早日实现自己的职业理想。

回顾一年实习期的工作与生活，既有因参与办理各类民商事法律案件的喜悦和满足感，也有因遭遇挫折，面临困难的情绪低落，自我指责，甚至是放弃。若不是亲身实践律师这份工作，或许我无法深切体会律师职业起步的艰辛。若不是曾想过放弃，也许一直未能深刻意识到自己的不足。再次选择坚持，是相信自己能够吸取经验教训，发挥自己的优势和特长，完成由实习律师到一名优秀的执业律师的“ 蜕变 ”。

面对工作中的瑕疵或纰漏，如何吸取经验和教训；如何克服执业初期，收入少，工作强度高，工作压力大的问题。根据这一年工作期间的所观所想，我记录下自己的感悟与心得体会。

大学生实训心得体会200字篇五

这一周我发现，在课堂上有一些叽叽喳喳、小动作不断的学生。他们或与同学交头接耳，或自说自话，或自顾自做小动作，甚至打闹起哄。面对这些孩子，该如何应对呢？这需要我们好好的反思，好好的总结方法。

首先，他们活跃是有一定的原因的，我总结如下：

总有一些成绩差到令自己绝望的学生，上课对他们而言如同进“ 炼狱 ”，他们拒绝学习，回避提问和教师安排的种种活动。在课堂上找些能发泄精力和转移注意力的事情来做，是他们无奈的选择。

这类学生除了做些小动作，更喜欢在教师提问时未经允许就抢先说出答案，对于教师的讲解也不予理睬，甚至可能会在课堂上公然指出教师的某些错误，让教师难堪，一般的教学已经无法满足其需求。如果教师将其看作公然挑衅，对其压制甚至责罚的话，必然会导致双方矛盾升级。

有些学生爱说爱动并非是故意的，只是不能自我调控，尤其是小学生天性活泼好动，时常会被一些无足轻重的事情或事物吸引而游离于课堂之外，有时心不在焉地做些小动作，有时脱口而出打断别人的谈话，等等。看似无理取闹，实则并非恶意，对于这种自制力差的学生，老师要善于引导，适当调控。

有些学生在课堂上捣乱只是为了引起老师或同学的注意。心理专家埃里克森曾指出，需要时刻获得他人的关注是人类的天性。一些学生由于无法从学习的过程中获得认可，于是便做出一些出格的行为吸引同学的目光。

在电影《肖申克的救赎》中，主人公在一本《圣经》里藏了一把鹤嘴锄，连挖了20年的洞，成功

越狱。在当下的学校里，学生也用这种办法“越狱”，不过，监狱换成了上课的课堂，鹤嘴锄变成了手机、小说……

因此，我们要想出一些应对策略，通过查阅资料和请教老师，我总结出以下几点：

一、相反预期策略

陶行知的“四颗糖”是一个广为流传的教育故事，孩子本来是准备接受批评的，结果反而受到了表扬，这样一种巨大的心理反差使得学生产生了一种强烈的自责心理，激发了他反省和向上的力量。

现在的学生常常会揣摩教师和家长的心理。教育者的教育行为如果都在学生的意料之中，往往收不到效果。

在实施相反预期策略时要注意两点：第一，教育者的教育行为要完全出乎学生的预期；第二，其教育行为虽在意料之外，却也在情理之中。即教师在实施相反预期策略时，不能为了相反而相反，而必须合乎情理地“反其道而行之”，这样，学生才会对教师的教育心服口服。

二、自然惩罚策略

自然惩罚的思想是卢梭提出来的。卢梭认为，儿童所受到的惩罚，只应是他的过失所招来的自然后果。卢梭把它称为“自然后果”原则。

在实施自然惩罚策略时要注意以下两点：第一，教育者不直接实施惩罚；第二，教育者要创造一切机会使学生的错误后果尽可能快、尽可能大地显现出来。

我的指导老师说，以前班级里有一名学生有次通过作弊考试成绩名列前茅，教师却佯装不知，还在班里表扬了他，并在课后的谈话中鼓励他下次继续保持这样的成绩。教师的表扬实际上给了孩子很大的压力，这名学生因为作弊，不得不付出改变学习方式而发愤读书的代价，结果，在后面一次考试中，比他平时的成绩上了很大一个台阶。这是一种自然惩罚策略的运用。让他自己来承担后果，以此促使他后悔并反省自己的吹牛行为，这就是自然惩罚策略的核心思想。

三、负强化策略

“负强化”理论出自斯金纳，在教育层面上可以将之总结为一句话：学生会因为某种行为得到强化，从而提高该行为发生的概率。通俗点儿说，对于学生来说，不管是好的行为还是坏的行为，之所以养成，都是因为通过这种行为得到了某种“好处”。

大学生实训心得体会200字篇六

大三上学期已过去一半，下学期我们将学习更多的和更系统的专业课，我们即将面临的是走出校园，走向社会，用我们的所学回报国家，回报社会。但是一直以来我们只是学习理论知识，再多的理论知识也只是纸上谈兵，为了让我们对我们的专业有更深层次的了解，对本专业的各个方面的知识有一个感性的认识，使同学们明确自己的专业范围，了解专业一些简单的设计、施工、维护管理、调试等方面的知识，老师组织了我们为期一周的认识实习。认识实习是学生在校学习期间理论联系实际、增长实践知识的重要手段和学习方法之一。在这一周的实习中，我们在专业技

术人员和指导教师的帮助下，对本专业的学习和未学习的基本知识有了一个认识，并对一些实际问题加以分析和讨论，了解了专业概况，为后续专业理论知识得学习奠定了一个良好的基础，同时，使我们对本行业的工作性质有了一个初步的了解，培养了我们对本专业的热爱，强化了我们的事业心和责任感，巩固了专业思想，并通过撰写实习报告，使我们学会综合应用所学知识，提高分析和解决专业问题的能力。这次实习，我们主要通过参观xxxx科技馆和污水处理厂，了解污水处理厂对各种污染物的浓度要求，对其工艺流程有个大致了解，对各个处理单元的连接、作用、出水的质量、达到的标准有大致的了解。从感官上了解污水处理厂的工艺流程，为今后的专业课的学习打下坚实的基础。认识实习对我们来说是一个对课本知识认识的加深和提高自己思考能力的有效途径。

xx科技园位于xx工业园内，展区面积xx平方米，目前，该馆为我国规模、展示内容最丰富、科技水平，集宣传和教育为一体的现代化xx科技馆。该馆展区主要由序厅和四个相互关联的展厅（“大自然的恩惠”、“日益珍贵的水资源”、“开源节流的时代”、“共创人与自然和谐的明天”）组成。科技馆共设置展项xx余组，通过融科学性、知识性、趣味性于一体的展览，突出“自然、人、水、科技”主题。此外，各展区设计力图在高科技的基础上运用互动展示手段，为参观者提供身临其境的体验之旅。

进入序厅首先映入眼帘的是展示xx建设成就的主题幕墙，在穹顶的xx平方米的led高清视屏演绎水是生命之源，它与阳光、空气一起并列为生命的三大要素。该厅的地面玻璃透视屏下展示的是xx的水系分布图。同学们一进科技馆就被这个神奇的透视屏所吸引，大家都忍不住踩上去，体验一下悬空的感觉。这个水系分布图最引人注目的就是引滦入津工程，一条宽阔而曲折的沟渠横穿整个xx，像一条巨龙守护者xx。引滦入津工程将xx省境内的滦河水跨流域引入xx市的城市供水工程。水源地位于xx省xx县xx河中下游的xx水库，向xx供水xx亿m3/a。工程缓解了xx市的供水困难，改善了水质，减轻了地下水开采强度，使xx市区地面下沉趋于稳定。

接着我们在导游的带领下开始参观xx科技馆，大自然的恩惠，日益珍贵的水资源，开源节流的时代，人与水和谐的明天，影视与多媒体介绍六部分组成。每一部分都融入了许多科技元素，置身于科技馆中仿佛置身于一个神奇的水世界。每参观完一部分我都会为我所看到的景象所惊叹，没想到我们日常接触的普普通通的水居然如此神奇，它仿佛就像是魔法药水一样，你能想到的或者你不能想到的都能发生在它身上，我甚至不敢相信这就是我们平常所喝的水。最令我惊叹的是人的身体重量居然一半以上都源于水。我还忍不住专门测试了一下自己，我体内居然含xx公斤的水，而我的总体重只不过xx公斤。科技馆里不止讲述了水的神奇，还讲述了人们为了节约用水所发明的各种xx措施，目的旨在于唤起人们的xx意识。节约用水是每个公民应尽的义务，因为人类所能用的水少之又少，我国大部分地区都是水资源匮乏地区，而xx更是严重缺水城市。参观结束后我们又观看了一个关于水的视频片段，片段中融入了各种水的元素，渲染了一个美丽的水世界。

xx科技馆的参观，我不仅感受到了许多关于水的先进技术，而且认识到水的重要性和匮乏，生活中我们要处处节约用水，真正做到“细水长流”。

经过这次认识实习，我对我们即将学的专业知识有了初步的了解，通过参观xx科技馆和污水处理厂，开了眼界。但由于时间的关系也只是对水处理有个浅浅的了解，但这次实习培养了我们从实际情况考虑问题的思维方式，不至于纸上谈兵。深刻的理解了时间和理论的关系。这次实习也让我看到了我国环境保护的现状，看到了我国环保事业的美好前景，也刺激了我对环境工程专业的学习热情。

这次实习时间为一周，虽然时间短，但对我的影响却很深刻。学了十几年的书本知识，这是我第

一次实习，因此这次我学到了很多很多，它全面提高了我的学习，生活，心理，思想等方面的能力。同时也让我开始关注自己将来的就业环境，毕竟还有不到两年我们就将跻身这个充满挑战的社会。

总的来说这次认识实习是非常有意义的，虽然实习已经结束了，但我从中所获得的实践经验将终身受益，在我今后的学习中将不断得到验证，我相信这些经验将来会给我带来意想不到的收获。

更多 范文大全 请访问 https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发