# 培训心得体会(20篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2025-04-01

*培训 心得体会 培训心得体会一这次培训是在国家电网技术学院进行的。这里是国家电网公司为大力转变公司和电网发展方式，加快建设“一强三优”现代公司而组建的高素质应用型技术人才与技能人才培养基地，电网实用新技术与新技能应用示范中心。培训期间，先后...*

**培训 心得体会 培训心得体会一**

这次培训是在国家电网技术学院进行的。这里是国家电网公司为大力转变公司和电网发展方式，加快建设“一强三优”现代公司而组建的高素质应用型技术人才与技能人才培养基地，电网实用新技术与新技能应用示范中心。

培训期间，先后学习了公共基础课如《企业文化》、《团队建设与沟通协调》、《员工职业生涯规划》等，专业知识课如《安全规程》、《电力系统继电保护》、《二次回路》、《电力系统故障分析》、《两票管理》等，并在继保实训室对主变保护屏、线路保护屏、母线保护屏、断路器保护屏等进行了校验和故障查找消除。在这4个月的培训生活中，我的感受很多，收获也很大，以下从学习，生活等几个方面总结此次学员培训。

专业知识理论方面

(一)对《电力系统故障分析》的学习。这是继电保护专业的最基础的部分，要掌握故障分析，首先要对电力系统正常运行有深刻的理解，所以可以说继电保护是一门综合性的课程。通过对故障分析的重新学习，我对电力系统常见故障有了全面的认识，通过对各种故障的特点进行总结，我发现了故障的规律性，以及继电保护在这些故障的针对性。

(二)对《电力系统继电保护原理》进行学习。继电保护原理也是继电保护专业的基础，这门课通过对各种故障的特点进行总结分类，讲述了保护的构成原理，以及各种原理的保护的使用范围，优点和缺点，以及系统中各种保护的配合使用问题。由于我们这些同志绝大部分来自地区供电公司，所以我们主要学习了220kv及以下电压等级的保护原理。

(三)对电流互感器、电压互感器(以下简称ct、pt)的学习。ct和pt是继电保护专业必须掌握的部分，因为继电保护对一次系统的保护是建立在对一次系统的监视上的，ct、pt将一次的大电流、高电压变为继电保护能够使用的小电流、低电压。通过学习，我掌握了ct二次绕组有好几个，分别供保护、测量、计量用，以及零序电流的采集方法;ct、pt的极性接线正确与否直接关系到保护是否能可靠工作。

(四)二次回路对我来说是一个陌生的知识点。以前学校重视原理教学，二次回路部分并没有讲。这个月在开始讲二次回路前，我对其进行了恶补，有什么不会的问题，找老师和有工作经验的同学请教，在后来通过上课学习，我对二次回路有了一定程度的掌握，二次回路分为控制回路、测量回路、信号回路、调节回路、继电保护和自动装置回路以及操作电源系统，现在我掌握比较好的是电源系统、测量回路和信号回路，其他的回路我正在不断的学习中。

(五)学习北京博电继电保护测试仪的使用。在学习中，既温习了各种继电保护原理，还掌握了测试仪的使用方法以及对各种保护的测试方法。

继保实训室涵盖了变电站所有的继电保护。它的最大优点在于可以让我们亲自随意动手学习。让我门可以清楚以后自己将从事怎么样的一个工作，对今后的工作有一个初步的了解。比如做母线差动保护实验时，我们可以把所有的跳闸出口压板和失灵压板全部投上，然后给某条母线加故障，同时使母联开关失灵，然后观察跳闸现象。这个实验在几面保护屏上都有工作，如果在实际变电站里，是不允许这样做的。但在实训室，我们可以放心的做，这样通过观察现象，然后进行分析，总结就可以学到很多，形成面得知识，而不是单个独立的知识点。

通过这2个月实训学习，让我又从新了解和认识了继电保护这个专业。不仅仅是专业知识的了解，更多的是对于从事继电保护的人员应当具有的专业精神和素质。继电保护要求的是快速，准确和精确，不能出一点差错，这就要求我门在以后的工作当中认真的对待，仔细在仔细，小心在小心，一点点疏忽都可能让整个电网受到巨大的伤害，让企业受到巨大的损失。

企业文化方面

在培训期间，我们学习了国家电网公司的历史及发展、公司的企业文化、国网职工职业道德，电力法律法规，安全生产规程等。通过学习，我明白了什么是国家电网公司的企业文化和发展战略，它涵盖着核心价值观(企业宗旨、企业精神、企业理念、奋斗方向)、战略目标(一强三优)、工作思路(三抓一创)、战略实施举措(两个转变)、发展要求(内质外形)等。我觉得国网企业文化可以给电力员工以导向、约束、凝聚、激励的作用。而发展成现代公司是国网上下统一思想的基础，统一行动的指南，是公司总部、区域电网公司、省公司及各市县公司的统一目标和共同任务，是每一个电力人义不容辞的责任和使命。

团队建设对企业是非常重要的。在参加了拓展训练和学习了《团队建设与沟通协调》后，我明白实际工作中没有任何一项工作是个人能够独立完成的，大家要通过良好的沟通协调配合，激发工作的积极性，提高工作效率，才能产生1+1远远大于2的效应。

牢记国网公司的企业文化、发展战略，让我相信在这样一个充满生机的企业努力工作，一定会有光明的发展前途，企业也能为我们提供一个施展才华的平台。明白了这些，我体会到本次培训注入了国网公司对我们的期望，同时也是自己将来能够更好地服务企业，实现自我价值的一次宝贵机会。

**培训 心得体会 培训心得体会二**

20xx月毕业以后，我进入了江西九江供电公司，在南昌参加了为期两个月的培训后，经过考试，我选择了电力修试所。这是一个人才济济的集体，是一个学习电力生产知识的好场所，更是一个锻炼人的部门。我有幸加入这个大集体，更让我有进步的动力。20xx月，那时我还正在继保班轮岗，这时我接到要来国家电网技术学院培训的通知，当时我很激动，因为我是江西省为数不多的去参加培训中的一员，而当我知道我去那培训的是高压电气试验时，心里又有了那么点紧张，因为我还没轮岗过试验班，以前也从来没有接触过高压试验这一块，怕到那以后跟不上大家的步伐。3月底我从九江来到了山东济南，有幸成为国家电网技术学院的一名学员。转眼间，四个月已经过去了。通过四个月的脱产学习，个人政治思想素养、理论知识水平、实际操作能力得到很大提高，为今后立足本职工作，更好地服务于建设“一强三优”现代公司的工作大局打下了良好的基础。具体有以下几个方面的体会。

一、国家电网公司领导对新进员工的关怀。

培训期间国家电网公司总经理刘振亚亲临国家电网技术学院检查、指导工作，走入新进员工的中间，同大家亲切握手，热切关心新进员工的培训工作和生活。

在本次培训班开班之际，国家电网公司人资部方国元副主任亲自参加开学典礼，并做重要讲话，讲话中对全体学员提出了殷切的期望和严格的要求，希望员工们刻苦努力学习，学得一身好本领，将来更好的服务于社会和公司。

二、重视企业文化的学习和综合素质的提高

3月31日，培训班正式上课，首先给我们授课的是国家电网公司企业文化处副处长张忠伟，他给我们主讲的是国家电网公司的企业文化。通过引古喻今和一些事例来说明企业文化的重要性，从而引出了企业文化的概念和国家电网公司的企业文化，深刻详细的介绍了国家电网公司的核心价值观、企业宗旨、企业精神、企业理念和奋斗方向等内容，并在最后介绍了助你成功的十个习惯和少走弯路的十条忠告。通过这一天的学习，我们得知了先进的企业文化它就如同一根纽带，纽带的一头系着企业，另一头系着员工，两者的相互协调统一形成了一个巨大的力量，能够带领企业在激烈的市场竞争中立于不败之地。

4月1号，给我们授课的是山东电力集团公司的曹丽霞老师，他给我们主讲的是员工职业生涯的规划。刚从大学毕业走入社会的我，对自己的未来一片迷茫。通过这一节课，我重新审视着自己的人生目标和如何完成这个目标，对自己进行了一个简单的职业生涯规划。

2号和3号这两天的时间里，我们进行了团队建设与沟通的理论培训和拓展训练。从这两天的培训里，我明白了什么是团队和团队精神，团队是一群具有相互弥补才能的人，致力于共同的宗旨，努力途径的选择与绩效目标的完成，并且愿意共同承担责任的群体。团队成员之间必须相互信任、相互理解，这就需要良好的沟通。良好的沟通对于一个团队就如血液对于生命，良好的沟通可以增进相互的信任，鼓励创新，消除怀疑和不安全感，提高团队的绩效。

在接下来的二十天里，培训的是作为一名国家电网公司的员工必须掌握的知识和一些基本的技能，如国网概况及发展规划、应用文写作、电力法律、合同法、安规学习、安全用具使用及紧急救护法、新能源发电技术等等。通过这二十多天的培训，理论知识水平、业务技能得到了很大的提高，也学习到了很多以前在课本上学习不到的知识，个人综合素质也得到了一定的提高。

三、重视基础理论知识和基本技能的掌握

4月27日至5月15日，我们进行了电工基本技能、安全基本技能、登高作业、各种一次设备的结构和原理、不同试验的试验方法和注意事项等方面的培训。开始的第一天，我们就进行了登高方面的培训。作为国家电网公司的一员，登杆是一项最基本的技能。从这一天的培训中，在老师的耐心指导下，我们都掌握了登杆这项最基本的技能。接下来的两天是电工基本技能和安全基本技能的培训，我们学会了如何做触电急救、灭火和接线等一些基本的技能。作为电力公司生产线的员工，随时都有可能碰到触电的情况，学会触电急救，不仅是对自己负责，也是对别人负责。而灭火不仅是在工作上需要，在生活上也是必须掌握的。

5月初，我们培训的是电力一次设备的结构、原理及参数描述。我学的是电气高压试验，即对电力一次设备做各种试验，检测设备的好坏，而掌握电力一次设备的结构和原理，才能透彻的理解试验的原理和接线等。而随后培训的是一些基本的试验的试验方法、影响因数和结果分析等，对后来的实际操作部分奠定了理论的基础。

四、夯实理论基础，实践中提高业务素质

5月中旬至6月中旬，我们进行了为期一个月的模拟训练，我们的模拟训练都是在电脑上进行的，电脑上有一个软件，里边详细了介绍了各种设备的结构，并进行拆分讲解。前几天，老师让我们自己好好看下各种设备的结构，由于是多媒体讲解的，并且以图片的形式，之前很多设备都无法看到内部的结构，经过这几天的学习，更加清楚了设备内部是什么样的，以前存在的很多疑问也都迎刃而解了。然后我们又认真仔细的看了各种电力设备电气试验的原理，即是对之前在教室里学习的基本试验方法的原理的一次复习，之后又认真仔细的学习了各种设备的电气试验的接线，并在一个模拟软件了进行了模拟。

经过了这一个月的模拟训练，我们对各种试验的原理和接线都理解的相当的透彻了，当然，光有理论是不行的，实践才能出真知，随后我们就到电气试验实训大厅对真实设备做各种试验，将之前所学的理论和实践相结合，相互补充，在老师们不厌其烦的教导下，将碰到的一些问题请教老师，在老师的指点下，所有问题都得到了解决，之前的模拟训练容易忽视的一些现场注意事项，通过实际操作也得到了很好的补充。最后这二个多月的培训，我系统地掌握了各种电力设备的内部结构、原理和试验的原理、方法等有关高压试验方面的知识，使我更加能够信任将来的工作。

在整个培训中，我们不仅对国家电网的各种规章制度以及企业文化有了系统的认识和体会，我想更重要的是，在四个月的培训中我们获得了彼此之间的友谊，以及在此之间迅速凝聚的团队精神，这在我们以后的工作中将会受益匪浅。四个月的培训眨眼就过去了，经过这次培训之后，又使我重新对自己的职业规划进行了认真的总结。懂得了一个人的成功与否不在于挣了多少钱，而在于在自己的岗位上能为公司，为社会做出多大贡献，这才是我在我自己岗位上所能体现出的价值。由此，我给自己定了一个目标，就是在一到两年内，不断地充实自己的理论知识，提高自己的技术水平，能在自己的部门内成为骨干员工。在此基础上，通过自己的不断努力，再继续向技术专家的方向迈近。而实现这一切，自己本身的能力是一方面，另一方面则是对工作的态度，认真是一切工作的基本原则，只有认真地对待每一项工作，努力把每一个细节都做好，才能不断在自己的岗位上前进，不断接近自己的目标。

合抱之木，生于毫末;九层之台，起于累土;千里之行，始于足下。回首四个月的培训历程，我感觉非常地充实，这次培训令我终身难忘。我要从小事做起，从工作中的点点滴滴开始，向着自己的目标而前进!

**培训 心得体会 培训心得体会三**

在学习中成长，在成长中实践。人生中就是这样，每一次的学习就是一次实践的机会。每一次的实践就是一次挑战，我们能害怕吗?答案是肯定的：“不能!” 不管是在什么情况下，都是不能，不会，也不可以害怕挑战。我们之所以培训，目的就是增强我们挑战的信心。我不知道别人通过培训学到了多少，感受到了多少，了解到了多少。只知道通过培训自己感悟颇深。

首先要说明的一点就是通过这次培训我学到了很多，见过的听过的，没见过的没听过的统统包含在内。

宋老师讲的创新与实践虽说我不知道内容是什么，不过通过各位干部的发言，我知道那是对我们以后产生影响的一次培训。总结会上各位干部积极发言，这说明什么?说明这一次培训是成功的。还有一点是我们需要这样的机会，这样一个提高自己，完善自己，充实自己的机会。

回想起这段时间的培训，相信大家都学到了很多，可我有一种新的感觉：“学到的越多，不知道的就越多”。为什么这样说呢?在以前的学习中自己并没有注重某一方面的学习，只是知道老师教什么，自己就学什么，从来不管对与错，也从来不管为什么，只是盲目的走路，学习。上大学以后感觉就变了很多，原因很简单：“这里的学习不再是片面的，是一种以具体事情具体分析的方式进行的。”只从这一点上说，这就要比以前的学习系统化，毕竟涉及到专业知识。在这里学习越多，感觉以前了解的东西越少，然后就会努力的或者是刻意的去找这方面的书籍，学习这方面的知识。可是越学，感觉自己知道的越少，这是为什么呢?因为我们有一颗想充实自己的心，有一颗想要学习的心，同时也有一颗向前的心。这就不得不要求我们自己要在工作中学习，在学习中工作，把所学的用到工作中。

其次在我们的电教理论培训中，于丹教授讲的一段话让我受益良多：“盘古在天地之间‘一日九变’，像一个新生的婴儿，每天都在微妙地变化着。这种变化最终达到了一个境界，叫做“神于天，圣于地”。这六个字其实是中国人的人格理想：既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔，而不妥协于现实世界上很多的规则与障碍;又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上去进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人，是梦想主义者不是理想主义者;只有土地而没有天空的人，是务实主义者不是现实主义者。”这句话虽然不能说完全体会但至少也回味很多次。他要求我们要干什么?脚踏实地!不管从哪一方面说，我们都要脚踏实地。只有这样，我们才能在工作中,学习中积极的表现自己。也是有这样，我们才能清楚的了解到自己的不足，从而积极的改正。

“百善孝为先”这是我在于丹教授讲座中记得最清楚的一句话。它不单单注重那个“孝”字，同样也注重那个“先”字。“孝”字讲的是孝敬长辈，提倡我们中华民族的传统美德，可“先”字，确是讲的第一，敢为天下先的精神。我们在日常的生活学习工作中往往所缺乏的也正是这种精神，这难道不应该值得我们去注意吗?

再次，在金正昆教授讲的礼仪中，主要是从“互动、沟通、形象”三个关键词入手，完整的讲解了我们在生活中，学习中所应该注意的事项。以及在交往过程中正确处理人际关系的原则和技巧，以生动的事例，深入浅出地介绍了接待礼仪、办公礼仪、公关礼仪的基本行为规范。同时也说明，了解现代礼仪是我们21世纪大学生素质能力的重要组成部分和必然掌握的利益规范，熟悉和掌握现代礼仪文化，既是职业特殊性和工作严肃性的内在要求，也是新时期建设新型学生干部良好形象的目标要求。

随着现代信息社会飞速发展的传播，沟通技术和手段日益改变着人们传统的交往观念和交往行为。尤其是人们交往的范围已逐步从人际沟通扩展为大范围的公众沟通，从面对面的近距离沟通发展到了不见面的远程沟通，从慢节奏、低频率的沟通变为快节奏、高频率的沟通。这种现代信息社会的人际沟通的变化给人类社交礼仪的内容和方式均提出了更高的要求。如何在这种沟通的条件下，实现有礼节的交往，去实现创造“人和”的境界，这是学习礼仪的意义。也是我们当代大学生学习礼仪的重要原因。所以我们要认识到学习礼仪的重要性，从而完善自己这方面的不足。

总的来说，这次培训是一种以理论形式的全面培训，也是我们学生干部组建以来第一次综合的培训。在这次培训结束以后，我对自己的要求很简单：“在以后的学习工作中，把每次的培训都能很好的吸收，是自己的能力以及学习，工作都有一次质的飞跃。”

**培训 心得体会 培训心得体会四**

身为洪利幼儿园的教师，我有幸参加了这次的培训活动，本次活动让我们近距离的领略了教学能手上课的风采，更深层次的了解并学习。虽然只有短短的两个小时，但收获颇丰，现把自己的学习感受与大家分享一下。

语言能力是在运用的过程中逐渐发展起来的。发展幼儿语言的关键是创造一个能使他们先说、敢说、喜欢说并得到积极应答的环境。

我们的生活日新月异，随着社会的不断发展，教育理念也在不断更新。从早以前简单得不能再简单的语言活动，发展为现在更适合幼儿接受的、由七个类型组成的语言表达————故事、儿歌、谈话、听说游戏、文字故事、早期阅读。

数学是思维的体操，幼儿数学学习，必须在直面问题解决问题当中去学，必须在事件当中学，这个事件，既可以是真实的事件，也可以是虚拟的事件（比如故事、情景等）。在此基础上，再辅佐有趣的操作、丰富的游戏和练习，这样，孩子的数学学习，才可以摆脱为了学数学而学数学尴尬的局面，才可以使数学学习变得很有意义；另外，孩子在操作、游戏及练习当中去学数学，孩子才可以完成“感知、表象、概念”这样一个认知过程。

音乐是快乐的催化剂，让幼儿通过音乐活动能够感到快乐，是我们最终的目的。所以我们可以选择多种活动方式，丰富活动内容。让幼儿在多种多样的方式中激发兴趣、快乐学习、便于记忆。

科学领域一般是一些自然知识，实验为主要活动形式，需要幼儿亲身操作，并在体验、发现中主动学习。

幼儿社会领域的学习与发展过程是幼儿社会性不断完善并奠定健全人格基础的过程，主要包括人际交往与社会适应。幼儿阶段是社会性发展的关键时期，良好的人际关系和社会适应能力对幼儿身心健康发展以及知识、能力和智慧作用的发挥具有重要影响。幼儿在与成人和同伴交往的过程中，不仅学习如何与人友好相处，也在学习如何看待自己、对待他人，不断发展适应社会生活的能力。

家庭、幼儿园和社会应共同努力，为幼儿创设温暖关爱的家庭和集体生活氛围，建立良好的亲子关系和师生关系，让幼儿在积极健康的人际关系中建立安全感和信任感，发展自信和自尊，在良好的社会环境及文化的熏陶中学会遵守规则，建立基本的认同感和归属感。

幼儿社会性是在日常生活和游戏中通过观察和模仿学习发展起来的，成人应注重自己的言行对幼儿的潜移默化影响。

虽然培训已结束。但我们却意犹未尽，期望今后有更多这样的学习机会，引领我们更好、更快的发展！

**培训 心得体会 培训心得体会五**

最近两周，我院举办了第十二期团校培训，作为一名班干，我很荣幸地进入到这个培训班学习，同时我也很珍惜这一次学习的机会。现在，这个短期的团校培训结束了，我收获很大，尤其是在学生干部开展学生工作这方面。下面，我来简单地说一下我的一些心得体会。

这次团校课程的宗旨在于全面提高学生干部的工作责任感，充分发挥学生干部在学生管理中的作用，提高工作能力和工作水平，增强其各方面的综合素质，更好服务于我们广大团员青年的成长成才教育。在简短的培训期间，我们重温中国共青团历史，不忘团发展的艰辛历史;我们的团吸收新的团员，增添了新的力量和活力;我们聆听老师对全体团员的殷切希望，努力奋斗。

这次团校的第一讲是由刘本文老师讲的有关《第xx届五中全会》的内容，党的xx届五中全会在20xx年10月15日至18日在北京胜利召开。 实现的目标:经济平稳较快发展，经济结构战略性调整取得重大进展，城乡居民收入普遍较快增加，社会建设明显加强，改革开放不断深化，使我国转变经济发展方式取得实质性进展，综合国力、国际竞争力、抵御

风险能力显著提高，人民物质文化生活明显改善，全面建成小康社会的基础更加牢固;发展的战略是:要坚持扩大内需战略、保持经济平稳较快发展，加强和改善宏观调控，建立扩大消费需求的长效机制，调整优化投资结构，加快形成消费、投资、出口协调拉动经济增长新局面。

这次团校的第二讲是由老师老师给我们讲授的关于学生干部的工作理念~价值体系和强健体魄的内容。老师讲课很受大家的欢迎，他的课堂上，同学们的积极性很高。我们这些班干应该认识到自己是什么，先是学生，职责是学知识，学做人，再担任一些社会工作，进一步的学习。我们要严格要求自己，要时刻注意自己的一言一行，要努力提升自己各方面的能力和素质，认认真真地做好自己。最后，我们要有强健的体魄，生活的一切都是建立在健康的身体之上的。

这次团课的第三讲是由黄兴国老师 讲的有关干部的职责和意识培养的问题。一名学生干部，想要得到其他同学的期许与信任，首先必须有较高的素养和人格魅力。我们要明确干部的职责和培养干部的意识，团委学生会都是一个庞大的机构团体，一切工作的运转不是一个人所能肩负的，需要每一个人去承担，所以合理分工，团队精神极其重要。

这次团课的第四讲是由我们自己讨论，讨论的主题是对院上班上的团委干部等的一些意见或建议，这次讨论中，同学们的积极性很高，气氛很活跃，同学们都提出了自己的一些见解和建议，希望在我们大家共同的努力下，创造出一片属于我们的灿烂天地。

通过短暂的丰富的学习，我们的确获益非浅，特别对于我本人来说，不论是平常的学习上，还是团训学习，其实我们时刻都面对新的挑战，这就促使我必须更加的加倍努力通过点滴累积，一步一个脚印的认真实干，争取在学习中取得优异的成绩。 我想这一刻我们有责任，也有义务认真参加培训，为我们的未来，韶院的明天时刻准备着!

**培训 心得体会 培训心得体会六**

应公司安排于3月14日、15日去济南参加了由海纳管理学院组织的为期两天的ttt培训，首先感谢公司为我提供了一个这么好的培训机会，经过此次培训，我觉得受益颇丰，也有许多需要总结的地方，以便日后在公司内部培训工作中能更好地运用。

培训一开始就进入分组，其主要强调的是一个团队合作精神，体现团队的力量，以竞赛的形式进行，团结成员，尽最大的努力为团队争取分数，以这种方式贯穿于整个培训过程，有效地活跃了培训的氛围，提高了学员的积极性。 为我们进行培训的是资深培训师刘有林老师，他以图片引导法开场，把培训师比作那个砸到牛顿头上的苹果，他说每上培训师都是一个苹果，都有可能开启一扇神奇的门。整个课场运用理论引导、影片分享、案例分晰、互动讨论、身体力行的参与、列举解决方案的给予、多媒体影片的应用等等方式进行，让大家在这样的快节奏的带领下，思想得到了非常大的震撼。

这次培训让我学到很多实用的专业的知识，结合这此培训的收获，我将向大家分享以下几个方面：

1、 空杯心态。所谓空杯心态就是学习的心态。做为一个培训师或者要加入培训师队伍的人来说，学习与持续学习是最重要的。因为在培训过程中，学员是主体，培训师是起到一种引导的作用，培训师在整个过程中让学员有效的接受到知识，为学员提供条件信息，帮助学员达到适应岗位提高能力自我发展的目标。而让学员做到这一点，做为一个培训师就必须拥有更多更高层次的知识。还有一点就是要真正做到终生学习，就必须终生持有空杯心态，简单讲就是要谦虚，向学员学习，学员是最好的老师，我们可以通过互动来和学员进行探讨，让学员能更展示自己，在展示自我的同时你何常不是学习?向身边的每个人学习，学习无处不在，看如何如何去学，做为一个学习型的培训师，一定要懂得任何一个人身上都有值得自己学习的东西，明白学得越多未知更多的道理。

2、准备永远比资历更重要。俗话说台上一分钟台下十年功，关于这一点，我们可以找到无数成功者的事例来证明。象为我们做过培训的刘晓老师和培训职场上资深培训师余世维老师，我们看到的是他们在在讲台上精彩的演讲高超的指导技巧，但我们完全可以从他们的精彩高超中看到他们勤奋刻苦的磨练，正所谓宝剑锋自磨砺出，梅花香自苦寒来!

3、做事先做人。子曰“己所不欲，勿施于人”，做为一培训师，既然是在培训中起到引导作用，那么他就是培训中就必须做到典范，仪礼相当，措词得到。懂得自尊与尊重他人。比如在每次上课时提前到达，对于互动的学员要肯定答谢。其实每位培训者都在自己的言行举止中给予了充分的诠释。我们是引导者，就必须身存锐气、朝气、正气，就必须提出做事先做人的要求，恐怕比其他任何一个职业更有现实意义。我们是培训师，所谓师者是“传道、授业、解惑也”，只有

自己真正懂得做人的道理才可以为人解惑，才可以引导于人，否则再精彩的演讲再高超的技巧，只是博学员一笑的闹场，应付培训的时间消耗，无职业道德可言。

4、培训的真实性与意义。每个企业做培训的目的就是能通过培训，让员工更迅速地成长起来，能更好的服务于自己本职工作。也就是我们平时听到的化培训力为生产力的说法。化培训力为和生产力是一个很大的概念，这就必须立足于企业本身的状况以及培训的目的性，企业不能因为培训而培训，一定要有自己的培训制度与配套的评估，这一点我觉得咱们公司做的很好。对于企业的内部培训师来说，一定要了解企业培训的意义，一定要注重培训内容的真实性与针对性，去真正结合当前培训本身做诊断，知道培训需要什么，培训什么，缺什么，补什么，这是做培训的原则，也是一个内部培训师的职责。

5、兴趣是最大的动力。这个道理我们都懂得，但有了兴趣还远远不够，那就对这份职业的热爱。在本次本培训中刘有林老师不至一次的提到，对于我们这些已经跨了一只脚在培训师门槛里面的学员甚至想要跨进来的人说都是相当重要的。培训工作并不是如大家想象的那么简单，我记得刘晓老师在给大家做培训师说过这样一段话，她说：“做一个培训师，一定要读100本书，看100部电影，懂得分晰100个实际案例，如果可以至少要做100场以上的培训实练。”试想，如果我们没有足够的兴趣和足够的对这份职业的热爱，真难想象我们是否能坚持下去。经过多次培训的人都可以体会到，培训场如战场，在这个战场上，你可能遇到各种各样的学员，他们有的职高权重，有的知识丰富，有的甚至问题刁钻，面对诸多的这些，做为一个培训师就必须有足够的兴趣来推动自己的进步，更重要的是有持之以恒信念，有足够的爱来呵护这份职责。

培训是一项任重道远的工作，需要全员的参与，接下来还有一个艰巨的任务等着我去完成，我会好好准备，把自己的所学所知分享给大家。我相信，我一定会做好，我更相信，通过我们内部培训师的努力，我们的培训工作一定会取得可喜的成果!

**培训 心得体会 培训心得体会七**

等了好久终于等到今天，盼了好久终于可以开课了，嘿嘿，心里偷着乐呀。不过一天下来，又学到不少东西呀。

物业管理培训老师先就物业管理行业的发展以及物业管理基本概念等讲解，其中就建筑物区分所有权作详细讲解，老师说物管人入行就怕坐错位子，得清楚知道物业权力的划分，之后最重要的就是物业管理服务意识的基本理念。

物业管理服务意识的基本理念有八点：

1、以客为尊; 就是要以客户为宗旨，尊重客户。

2、主动服务;指强调服务的主动性。

3、以客为友;和客户成为朋友，更能体现诚信。

4、服务→管理;以服务为本质，以管理体现服务。

5、服务第一线;即操作层如前台接待、巡逻保安、保洁员等与客户直接接触的，注重素质培养。

6、重视客户投诉处理;快捷有效，举一反三，提升服务水平，建立客户的忠诚度。

7、相信客户;本着相信客户的态度，建立诚信。

8、感动客户;不仅要客户满意，还要感动客户。

其中讲到相信客户时，物业管理培训老师还讲了有关他一位朋友去美国参观，途中住店，该酒店还是美国一老字号，但这朋友所分到那间房中，浴室冲凉及马桶都不能使用，朋友想到反正就一晚，就到另同行朋友那去冲凉上厕所。第二天临走，他只是同导游随口说了说，导游就说，可能去投诉呀，去叫他们索赔。说着不由分说拉着他就同门童反应了下，门童随即领着朋友去前台，叫收银拿100美元赔给他，并向他道歉。

要是在中国，尤其是最近“红鸡蛋”的出现，都担心中国的诚信问题。在中国，遇到这种情况，我想本能的反应都是“不会呀，怎么会这样?我们酒店怎样怎样好”，为了酒店形象，第一时间就是辩解。或者先去一系列的程序上的查证，再去赔礼道歉。其实像这种不失大原则上的问题，我们就应本着相信客户的态度，去尊重客户。

**培训 心得体会 培训心得体会八**

时间过得真快，两个月的时间转眼间就消失了，今日，我们小学科学国培班的影子培训也随着时间的推移落下帷幕，太多的话语，太多的感触，在心头萦绕，挥之不去。下面就我在培训期间的所看、所听、所感、所悟与大家交流分享。

从9月16日起，国培进入了第二阶段“影子教师”培训研修，我们科学班四十六位学员被分为三个组，分别由三名班主任带队，我们组十四位学员由权永妮老师带队。首先去的是宝鸡市东仁堡小学。我们的到来受到了学校领导和老师的热烈欢迎，他们给我们举行了简短欢迎仪式并带领我们参观了学校的校园建设和校园文化，让我们感受到这所小学新的办学理念。之后带课教师和我们进行交流和沟通，同时也对以后的学习和生活作出细致的安排，其间学校和全体老师表现出的热情与真诚更是让我们有了回家的感觉。是那么舒服，那么温暖。

在首次的座谈会上，学校领导讲述了影子研修阶段的计划和安排，并就一些具体细节与全体学员进行了交流，随后全体学员一致表态，将严格遵守学校的一切规章制度，听从老师的安排，尊重老师的劳动，真心诚意拜师，潜心潜意学艺。

秉着学习的目的，我们近距离感受东仁堡小学的名师，走入孩子们之中。实习期间，我们分别跟随自己的带教老师，我的影子老师是李雯老师，她是四年级组的年级组长，带4(1)班的语文课兼班主任工作。在课前，我参与指导老师的备课过程，学习老师对教材的解读与理解，感受老师独特的教学视角与深厚的理论修养;只要是带教老师的课，无论什么样的课型，我们学员主动要求听课，从没落下过一节，我还抽时间听其他老师的其它课，感受老师的教学风格与教学魅力，学习他们的课堂驾驭能力与执教能力;在课后，老师每上一节课，都要主动召集组内的全体学员，一起议课、评课，通过议、评、分析不同类型的课的教学目标及要求，探讨不同类型课的执教方法，评议每堂课在教学后的得失。“与君一席话，胜读十年书”，在学习提高的同时，我们和指导老师也成了好朋友，大家互相谈理想、论古今、叙家常，使得培训学习在和谐融洽的氛围中进行。

我们参加了两次教研活动，倾听老师们的真知灼见，阐述我们的个人见解，在互相学习、相互交流中，我们感觉到了自己的收获与成长;我们每天精心备课、认真打磨自己的常态课，虚心向指导教师讨教，进一步掌握教学设施的应用。每一次课堂生成，每一回师生对话，都在告诉我们，影子实践研修的高效。

近十二天的如影相随，我们近距离地感受到了我的带教老师李老师的魅力和风采。通过拜师学艺，我们有幸全方位、近距离观察、感悟了各位名师的教学理念、教学行为以及教学效果。真正感受了学生的主体作用在课堂中的凸显。印象最深的是李海宁老师三年级的一节数学复习课，这是一节及其普通的课，但老师的设计很精秒，教学思路特别清楚，教学效果显然，她在课堂上与众不同的是特别关注学生的听讲，鼓励学生说出做题时的困难。给我的启发是老师在课堂中能特别关注学困生，作为老师，我们不是要交给学生知识，而是要交给学生学习知识的本领。这位老师基本做到了这点，很值得我学习。通过老师手把手、一对一、点对点地进行指导与传授，让我们学到书本上不曾有的知识，“一日为师，终生为师”，老师们严谨治学的态度、丰富的教学实践经验、深厚理论功底、对课堂独特的思维与视角等将会使我们终生受用。特别感谢我的带教老师，给我们创造了很多学习的机会，在研修期间，只要是有益于我们学习的一切机会，无论是学校的教研活动，还是年级组内的教研活动等，老师都会给我们争取，让我们开阔了眼界，丰富了理论和实践知识。在整个研修过程中，全体学员表示，将会珍惜每一天的学习机会，全身心投入，做到学有所获。

接下来是金陵小学的为期一个周的影子培训，在这个学校一是由于时间短，二是由于市上的一个检查团在金陵小学进行一个周的检查，所以我们的培训流于形式，我没有太多的感受。不过，有一节三年级《观察水》的科学课还是给我留下了思考，这是一节演示实验操作课。首先是观察“水”，然后是学生进行运水比赛，前提是不动水桶，怎么能使甲水桶里的水到乙水桶里去。这节课留给我的思考是这样大的班级(78人)上这样的课，会有效果吗?说实话，当时有我们听课老师，整个课堂都乱作一团，班上多一半的孩子在玩耍，试想，如果是平常又会怎么样呢?实验课到底该怎么上，值得思考!

最后，我们来到了三迪小学，时间也是一个周，在这里和东仁堡一样，首先学校的领导和老师给我举行了简单的欢迎仪式，安排了我们的学习任务，我们近距离的接触了名师，走进了课堂。我对他们的课堂教学有太多的感触。映像最深的是一堂三年级的语文课《小鸟》。老师将课堂设计的如此精妙，这堂课让我感觉到了语文教学是如此的美。从导课---探究学习---拓展延伸都是那么恰到好处，令人回味。10月25日，培训结束，本校领导和讲课老师与我们十四名学员进行了座谈交流，大家都交流了自己的收获和感悟。很感谢三迪小学的领导和老师们给了我们提升自己的机会。

“影子教师”实践研修告一段落，我们的国培行囊显得更加丰满和充盈，因为是“影子”，我们敏锐地体察到自己的缺憾;因为是“影子”，我们跟随榜样步履加快;因为是“影子”，我们要更加勇敢地走出来，在阳光下呼吸，在春日里绽放，成为真正的农村骨干教师的先行者，让科学教学因为我们而精彩纷呈!

**培训 心得体会 培训心得体会九**

接下来\_\_年\_\_月的时候带了一次\_\_团，由于这次准备并不是很充分，又加上一些主观和客观的原因使自己对这次带团真的很有挫折感，不过，也让我学习到了怎么处理问题，面临问题时要临危不乱，以下是我带团来的大致小结：

1：熟悉线路：团前准备一定要充分，线路熟记于心，多请教老导游，但也并不能轻信别人的提议，要做到有把握，有依据，才能万无一失。

2：服务工作要热心，细心：特别是旺季，一定要提醒旅游注意事项，方可做到防患于未然，有时一句话就能带来意想不到的效果，如旅游安全问题，游览注意要守时等等，主要防止问题出现的时候游客产生情绪上的不满。导游若在事先有个铺垫，效果就会好很多。

3：注意协调工作，安排好游客的同时，也要妥善处理好客人，司机，地陪旅行社和景区的关系。

4：导游要以不变应万变，出现问题也不能自己先乱了阵脚。导游虽不是万能的，但你的头衔就注定了你必须在客人面前临危不乱，及时果断的处理问题，如发生意外情况也要学会随机应变来妥善处理。

5：书到用时方恨少，导游所知道的知识必须广泛，因此要不断的学习，给自己充电。每次带团回来也要及时的总结教训，积累经验。

6：维护旅行社的信誉同时也要保护好游客的权益，当你为客人利益着想时，当客人意见不统一或遇到意外问题时，客人也会尊重和理解你和旅行社的安排。

7：最后，要及时解决客人遗留的问题，导游本身是一个服务行业，不仅仅是满足客人的需求，但不同的人也有不同的心理，你的决定不一定合大众，但一定做到合情合理，客人自然也会给你满意的答复。所以要学会解决不同的问题，不要把问题留到最后。

时间已消逝，的感触心中仍有余悸，我愿把每次大大小小的经历都看成是第一次来认真对待!“路漫漫其修远兮”也许可以回头看看留下的脚印。年轻的我要不断的告诉自己“革命尚未成功，同志仍需努力”!，困难经历了，但经验却留下了。带团总是不可避免要遇到三多(人多车多“压力多)，作为导游就要做到三心(多一份细心，多一份小心，多一份诚心)。

细心：旅游景点环境杂，作为导游比平常要一份细心眼观六路，耳听八方，尽量将客人控制在自己的视力范围内，随时提醒客人归队。

耐心：在游览之前必须将团队的游览之前必须将团队的游览路线，集合时间地点再三强调，以防客人一旦走失可以迅速归队。初到一地大家充满新鲜感会不停“单溜”，这时导游要耐心而迅速的劝客人归队。

诚心：带团随时随地会发生突发事件，导游要用一百分的诚心去解决，事情终会得以化解。

我付出，我努力!总相信“一份耕耘，一份收获”。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十**

作为一名立即走上工作岗位的年轻教师，虽然已经具备了一定的专业知识技能，但在如何组织教学，如何最大程度地提高教学效果上，还感到缺乏正确的理论指导。通过岗前培训几门课程的学习，收获很大，以前一些熟悉含糊的问题，此刻搞清晰了 ，从前的一些情感体验，如今也找到了理论支持，更为重要的是，我深深体会到，教育确是一门艺术，一门大学问，值得我用一生的精力去钻研。通过培训，我得到了很大的收获，现将自己的心得体会总结如下：

首先，培训使我对教师这一职业有 了 更加清晰的熟悉。

在开学典礼中，院长和我们的班主任老师都不 约而同地谈到了 当代教师身肩重任 角色特殊这一问题，这似乎是一个比较陈旧的话题，但细细体会琢磨他们的话语，觉得很有 分量。这也使我对教师这一职业有 了 更深的思量和熟悉：首先，教师是文化的传递者。师者，所以传道 授业解惑也，这是从知识传递的角度来反映教师的重要性。其次，教师是模范。学高为师，身正为范也正是这个意思，这里主要涉及做人的问题，学生都有向师性，实际上是做人的一种认同感;同时学生受教育的过程是人格完善的过程，教师的人格力量是无形的 不可估量的，教师要真正成为学生的引路人。第三，教师是管理者。教师要有 较强的组织领导 管理协调能力，才干使教学更有效率，更能促进学生的发展。第四，教师是父母。作为一名教师，要富有 爱心，教师对学生的爱应是无私的平等的，就像父母对待孩子，所以我们说教师是父母。并且，教师还要善于发明每一个学生的闪光点和发展需要。第五，教师是朋友。所谓良师益友，就是强调教师和学生要交心，师生之间的融洽度亲和力要达到知心朋友一样。最后，教师是学生的心理辅导者。教师必须要懂教育学 心理学 健康心理学等，应了 解不 同学生的心理特点心理困惑和心理压力等，以赋予及时的帮助和排解，培养学生健康的心理品质。其次，培训为我立即面临的实际工作提供了 许多方法和策略。

在培训中，几位老师根据他们自己的实际经验给我们介绍了 一些当好小学教师的要点和方法，给我留下了 深刻的印象。在谈到教师的发展问题上，都强调了适时调整和更新自身知识结构 终身 学习的做法;在谈到面对艰难如何克服的问题上，各位老师们还提出了如何加强教师之间团结合作的方法;在教学教法经验方面，培训老师给我们上了一堂绘声绘色的课，通过这次课，我们熟悉到教师在上课过程中要多加思量，适时改进教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。另外，众多培训指导老师一再强调，在新课程改革的背景下，各位老师一定要认真地贯穿新的教学理念，以学生发展为本，以新的教学姿态迎接新的挑战。如何使自己能够有质量有 效率有 能力地上好课，使学生能够持续地从心灵深处接受我的教学，这就需要我努力地备课 努力地锻炼 努力地 学习当然这其中一个必不 可少的条件就是多学习其他老师的教学方法。在这次培训中，各位老师所讲述的一些方法，实际上就为我们新老师起到了 扬帆导航 的作用，我觉得包括我在内的所有新老师必须好好地汲取和采纳。 再次，培训使我对未来的工作充满了 信心和动力。

对于刚刚从大学校门踏出的我们，对新的生活 新的责任 新的角色多少有些怯懦，而本次培训中，培训指导老师也十分注重我们的这种心理的变化，他们的讲话，从头到尾始

终贯穿一个中心，那就是充满对新教师的激励。其一是激励我们要赶快适应学校的教学环境生活环境和人际关系环境等，其二是激励我们要更加理性地熟悉社会，熟悉自己的角色，改变以往学生时期那种趋向感性 或者说是 浪漫的生活态度。其三是激励我们要做一名终身学习型教师，做一名能够不断适应新知识新问题新环境的老师。其四是激励我们要坚持创新，在教学中发挥自己的聪慧和才智，争做教学发展的弄潮儿。这些激励，使我对未来的工作充满了信心和动力。高尔基曾经说过：惟独 满怀自信的人，才干在任何地方都怀有 自信沉醉在生活中，并实现自己的意志。也许，对于我们新教师来说，惟独具备克服艰难的信心，才干取得好的开端，而好的开端，便是成功的一半。十几天的培训，课程多 时间紧，研讨和交流的机会很少，但是通过培训，拓宽了 知识面，提高了熟悉。对自我的熟悉，熟悉到自身的不 足，需要不 断提高自己的专业知识 管理知识和职业素养。此刻经济全球化 知识化 信息化，因此学习至关重要，而且非常迫切，个人必须在不 断 学习的过程中重塑自我，提升自我，更新观念，不 断创新。最先进的组织是 学习型的组织，惟独 不 断学习，普及知识，惟独 自身素养的提高和综合竞争能力的加强才干适应这个唯一不变的是变化的社会，抓住机遇，迎接挑战。人类已步入21世纪，教育的振兴已成为全民族日益迫切的需求，教育应更好地担负起提高全民族素养，增强综合国力的历史重任。在新的历史机遇面前，能否有效的建设一只充满活力，勇于探究，业务素养高，教学基本功过硬，具备终身 学习意识的教师队伍，是教育现代化能否成功的要害，青年教师更应成为这只队伍的生力军。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行我们要努力做到学以致用，把责任心体现到工作中去。一切工作都需要实践来证明，成功=艰苦的劳动+正确的方法+少谈空话，在今后的工作中，我将以本次培训精神作为指导，以自己的实际行动，来实现自身价值。高标准严格要求自己，尽快完成从学生到一名合格的新教师的转变，真正做到为人师表教书育人，努力加强 学习和实践锻炼，不 断提高自身素养，丰富和完善自己。热爱学生，热爱教育工作，向老教师 学习，为学校的发展做出应有的贡献。作为新时代的教师，我想我们也许不 会再信仰春蚕到死丝方尽，蜡烛成灰泪始干，既然身处新时代，就得与时俱进，应当有 新的信念，新的做法，也惟独这样才干够给学校注入新的血液，才干让自己不落后!作为一名非师范类专业毕业的教师，初上讲台，已深感自己对教育教学活动理解的欠缺。因此十分注重这次培训，通过聆听各位培训老师的精深讲解，课下的认真思量和及时的总结，使我对教育的内涵，教育心理学的理念，教师职业道德及教育法规有了 深刻的理解和把握。

新的起点需要新的奋斗，新的奋斗需要旗帜作为引导，学校组织这次岗前培训就是一面很好的旗帜，不 仅让我们在理论和意识上迈上了 一个新台阶，对学校教学人事管理方面的有 关规定，也了 解了 不 少。在思想 行动和实践工作上给了 我切实指导。通过参加培训，不 仅丰富了 自己的教育理论知识，提高了应用现代教育技术手段的能力，而且增强了 政治思想觉悟，提高了 投身于教育教学工作的责任感和事业心。

总之，通过参加这次短期培训，让我开了 眼界，学到了 很多东西。使我进一步熟悉到教师这一职业的特殊性 自己的任务及肩负的使命，更加坚定了 我搞好教学科研工作的信心。并利用此次培训所学理论和方法，不断丰富和提高自身素养，处理好与同事以及学生们的关系，兢兢业业，刻苦钻研，为教育事业发展贡献自己的一份力量。授课教师的出色讲解闪光的个人魅力，使我受益匪浅。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十一**

初来儿科，护士长热情地接待了我们，并给我们介绍了儿科的专科特色，带领我们熟悉了环境。

由于是第一个实习科室，我们对周围的一切都还很陌生，于是，护士长给了我们两天的时间来熟悉环境，而正是这个时候，使我对儿科甚至哈院有了一个整体了解，它透露出的是一种讯息，包绕的是一种人文氛围，体现出的是一种医学精神，而这，将是我毕生应该领悟的。

作为“温馨护理站之儿童乐园”，儿科当之无愧，无论是儿科门旁玻璃橱窗里的漂亮可爱的毛绒玩具，还是儿科护士们亲切柔和的话语，无论是通道两旁墙壁上关于母乳喂养的知识童教，还是护士们兜里准备哄孩子的贴画和小星星，都实实在在地印证着一点：大家是用爱心在工作，儿科是用爱心在经营。而这，亦应是我们应该体会和深刻领悟的。

一周以后，我已经适应了医嘱的工作，带教老师冀国英，亦将许多相关的知识传授给我，我学会了体温单的描绘，学会了医嘱单的转抄，学会了出、入院的手续的办理，亦学会了有效地与病人进行沟通。在这里，我要深深的感谢冀老师，以及所有曾给过我指教和帮助的老师，他们以谦虚和蔼的态度和一丝不苟的精神，耐心地指导和纠正着我们的错误行为和想法，用诲人不倦的风范感染着我们，使我们不敢有一丝一毫的松懈与倦怠，认认真真地执行每一项护理操作，因为我们心里知道：作为医护工作者，应当对病人负责。

两周以后，冀老师嘱咐我在多余的时间里练一练头皮针，虽然曾在学校里练习过静脉输液，但是要给那么小的孩子穿刺，对我来说，无论在心理上还是经验上，都是有些很大的缺陷和不足的。头皮针是儿科的一大特色，由于孩子小，皮下脂肪多，手和脚都胖乎乎的，所以血管不易找到，小儿头皮脂肪少，额上，颞下，耳后静脉明显较清晰，是静脉穿刺的优选部位，于是，我下决心要练好头皮针。

起先，我并没有立即下到病房里实际体会，而是通过模拟血管来练手，我把细小的塑料管当成小血管，来练习持针和刺入方法及穿透血管的感觉，练了三个下午，终于在第四个下午，我出征了，准备亲自实践一下，这是一个新入院的病人，孩子才一岁半。

来到病房，见到白皙可爱的孩子，我的心里更加紧张了，通过交谈，我得知这个孩子是肺炎入院，而且还有先心病史，一种同情之心油然而生，这么小的孩子便病的这么重，望着孩子父母那许是怜爱许是哀愁的眼神，我明白，我们应该做些什么，应该做些什么使他们的眼中重新充满希望，我在心里告诉自己：只许成功不许失败。

在准备刺入的那一刹那，全身的冷汗已说不清到底是由于恐惧还是疑虑而生了。选中的血管已被我固定住，隐约可见，然而这毕竟是第一次，太多的不确定和精神紧张，想要将我的精神冲毁，这时，我又想到林护士长教给我的方法：先倾斜刺入，穿透血管后平行进针，一遍一遍，我在心里反复默念，，脑子里一片空白，孩子在哭，我却听不清楚……做到了，我真的做到了。向着血管的方向刺入，见回血后立即平放针柄，再入2~3mm，我回头一看，滴液通畅……

人都说有学医志向的人都有一颗菩萨心肠，而今，我却可以毫不犹豫地将尖针刺入一个孩子的静脉，我明白，我不是在犯罪，而是在救人，所以我坦然……

儿科教给我的，绝不仅仅是护理技术操作，它传达给我的是一种人文精神，在这种精神的感召下，我像一个得到锻炼的勇士一样，一步步的成长。回望儿科，我为它默默祝福。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十二**

江南，虽说早已过了烟花三月的最好时节，但却到处洋溢着江南水乡的风情。6月11日，延安市第一中学首批赴无锡培训的老师们在刘龙副校长的带领下来到了文明遐迩的无锡市第三高级中学，开展为期两周的考察学习交流活动，此次学习的有我校语文、数学、英语等九个学科的30位中青年骨干教师。我们此行带着双重身份，既是取经者，又是探索者。

当天下午，周静忠校长、邹宝生书记等校领导在行政楼会议室，热情接待了我校老师。双方领导先后介绍了各自学校的基本情况，并一致表示希望增进校际的合作与交流。在接下来的两周的时间里，我校老师将随堂听课，全方位地参与学校的教育、教学和科研等一切活动， 学习高效课堂教学经验，全程参加教育教学活动， 如升旗仪式，备课组会，教研会，专家讲座，班主任会议等等。日程安排详细周到，每一个细节都给予我们极高的礼遇。学习期间，他们的每一次微笑都是那样的真诚，每一次握手都是那样的深厚。不论是迎接我们盛意的美酒，还是驾车送我们返回的真情，以及日常生活中无微不至的关怀使我们深深感受到无锡三中的领导们和教师们那“火辣辣”的热情，他们的深情，像一杯美酒，醇香在口，温暖在心。给我留下深深的记忆，这美好的记忆已经扎根在我的心灵深处。进入无锡三中观摩该校相关学科教师开设的示范课，交流，研讨，听取报告。虽然只有短短的两周时间，但无锡市三高中的校园文化、师生素养和课堂教学特色给我留下了极为深刻的影响，无论是校园环境的典雅沉静古朴之美，还是学生彬彬有礼、谈吐得体的举止之美，抑或是课堂中充盈的教学艺术之美，都向我们彰显着这座百年校园的积淀。专家们的讲座，内容广泛，有跟英语课改有关的内容，也有跟心理健康、有效教学、教学策略、科研能力等有关的内容。

就英语学科为例，经学校安排在6月13日至6月20日共听取高一高二13 位英语老师的共18节英语课和分别由江苏省特级教师吴荣铭教授，徐忠宪教授的两个讲座。13 位老师分别是高一的谈红芬老师， 高二的邓静漪老师， 高二的郑路芳老师(高二英语备课组组长)， 高一的谢隆艳老师(高一英语备课组组长)， 高二的黄艳杰老师， 高二的吴荣铭老师( 江苏省特级教师)，高二的庄晓波老师( 教务处副主任)， 高二的张娟老师， 高二的李进老师， 高一的何梅老师， 高一的周婷老师，高一的安贤婷老师， 高一的陈红老师。 听了这些优秀教师的课和教授的讲座后，使得我在思想上、业务理论上、专业知识和工作实践上都受益匪浅，同时也看到了自己与他人的差距，更加明确了自己作为市一中的一名青年教师，肩负的重任。并且也明确了自己在高中英语教学上的奋斗目标，也进一步了解和把握了新课改的发展方向和目标，反思了以往工作中的不足。现汲取印象最为深刻的课堂教学特色谈谈个人心得体会：

他们讲授的课以习题课为主，充分展现了高中英语课堂教学方法，目睹了老师们先进的教学设计，流畅的教学环节，感受了启发式教学，问题式探究和合作学习等。6月13日所听的第一节英语课是高一年级青年教师谈红芬老师的授课，内容是一节习题课，谈老师是一位做事麻利的，充满激情的年轻的老师。在她的课堂上我感受到了一种精神，一种鼓励学生笑对考试，战胜考试的意气风发的态度。同时，他更是睿智的引领者，他深知“授人以鱼不如授之以渔”。知己知彼，方能百战不殆。课前的单词默写很扎实，面对英语中的长难句，他首先从解读考纲做起，将考纲细化到每一个考察角度，每一种考察应对方式。鼓励学生注意情境，在讲到完型填空题时，谈老师注重技巧的点拨，对于错误率高的习题重点讲解。

江苏省特级教师吴荣铭老师的一节语法课，内容是倒装句，通过学生观察，发现，总结，通过读句子，从中发现不同情况倒装的用法及特例，教师提示相关问题，学生回答，教师补充，拓展用法，链接高考。讲练结合，学生通过读句子体验语法现象，深入浅出，吴老师用简洁的语言解释语法，课堂上学生参与课堂活动的面广，运用多媒体辅助教学，教师的课堂语言抑扬顿挫，生动形象富有激情，总之，吴老师的教学智慧，教学研究能力值得我学习。

庄晓波老师的一节语法课值得称赞，她教授的内容是强调句，用今年20xx年几个省份英语高考的强调句型的单选题导入新课，导入很具有时代气息，与高考接轨，课堂气氛轻松，在学生回答问题的过程中，庄老师始终鼓励学生，错了，重来，学生参与面广，这节课学生明白了怎样去表达强调，并不只是强调句型，还有多种表达方式。

吴荣铭教授在6月13日关于高中英语教学的热点话题研究的讲座中， 提到关于外语教学的质量问题，他提供了来自于联合国教科文组织在一个文件中对外语教学质量提出的 “1个公式”，教学质量=[学生(1分)+教材(2分)+环境(4分)+教法(3分)]x教师，这个公式中括号内4者相加是10分，相对来说是固定的，而“教师的素质”分值越大，乘积越大，则教学质量就越高。由此可见，提高外语教学质量，外语教师的素质至关重要。他谈到教师的四种类型，一般的教师照本宣科;优秀的教师释疑解惑;杰出的教师引路示范;伟大的教师激励动机。在教育转型的形势下，英语教学面临着许多新的情况和新问题，只凭老经验是远远不够的。要使英语教学上一个新台阶，达到一个新水平，就必须：从经验型转向科研型，从随意性转向规范性，从零散性转向系统性，从盲目性转向科学性。英语教师自主专业发展的途径问题，“敢问英语教师的专业发展路在何方”，“路在自己脚下” “已”有所欲---专业发展的动力，“读”有选择---专业发展的前提，“想”有创意---课堂教学的基石，“做”有实效---课堂教学的宗旨，“说”得圆满---教学研究的前奏，“写”得精彩---教学研究的成果。 特别是在谈到高中英语阅读教学时，提倡的模式r-o-a-d,的英语阅读教学模式， read-- 指教师要研读教材。organize--表示教师要有效组织教学内容。activate--指教师要激活学习背景，调动学生学习热情。develop--表示教师要设计教学活动发展，学生的知识与能力。并且他强调，如何把自己的教学赶上去? 首先自己要有知识， 要想学生有一碗水，自己先要有一桶水， 而且作为老师，在自己的教学上也应该有毅力，坚持每天读书学习，思考并且不断地总结反思教学。 听完吴老师的讲座后，我对号入座，想到了自己目前的状况，自己与本校本学科其他英语老师的差距还很大，作为一名青年教师，我明确了自己在高中英语教学上的奋斗目标，也进一步了解和把握了新课改的发展方向和目标，反思了以往工作中的不足，以取得更大的进步。

徐忠宪教授在6月17日在关于教师如何开展课题研究的讲座中，关于课题研究规范性选题的内容，他强调课题必须注重本专业研究，符合当前教育发展所需，要有创新价值，在播放<<高阳毁家兴学校〉〉的宣传片时，高阳实践父志，毁家以兴学，家产变卖殆尽，学校终于建成，知者无不感动。

经验交流类似于亲切长者的谆谆长谈，让人感动不已。大家都是教育工作者，对待教育有一种特殊的热情。正是这种热情与真诚，深切的打动着我们在座的每个人。教育以人为本，百年树人，谈何容易。无锡三高中对教育教学细节的管理非常到位：各位领导分别管理三个年级，责任到人，各个年级备课组每周展开一次集体备课活动，英语教研会必须要求用英语交流。可以互相听课，互相学习，经验丰富的老师对青年教师不遗余力地传帮带……这些教育教学中看似简单的环节，都得到了持之以恒的落实，经历了时间的打磨，变得恒固而有效。整个学校的管理，宛如钟表般有条理，有节奏，严密，清晰，准确。这不由得让人敬佩，也不由得让人猜测在这严整的表象后面，校领导和在校老师们付出了多少心血和努力啊。在学习中，我还感动于校园的美观整洁，感动于整个学校所呈现的勤奋质朴的学风，还有学校在严谨学风之中所渗透的人文关怀：学校丰富多彩的课外活动，如由三中德育处组织的利用课余时间让学生去敬老院，充分发挥少先队员在传播文明、弘扬新风中的先锋模范作用，弘扬尊老敬老的新风，同时引导广大学生积极参与到敬老助老志愿活动中去，切实为老年人排忧解难，做到爱老、敬老、为老，在社会上营造温馨和谐、健康文明的氛围，让学生在社会服务中得到体验和感悟，进而培养尊老助老的良好品德和文明习惯，学会感恩，报答社会。继承和发扬雷锋志愿服务精神，培养学生关注弱势群体，关注他人，服务社会的意识，继而为社会传递正能量。灵活机动的时间安排，不拘一格的人性化教学。学生的有序管理，早自习，组织有序，书声朗朗;大课间活动，学生自觉锻炼，绝不偷懒，全然没有强迫的痕迹;该吃饭了，同学们迅速出教室，马上站在楼道两侧，整齐划一，悄然下楼，走在校园里也是安静无声，长长的队伍也仅有几个值周老师在管理，打饭吃饭讲求速度、效率;午自习，高一高二整栋楼都听不到吵闹声。

这是一次让我终身难忘的特殊的学习经历，给了我这个难得的与名师共同交流、共同学习、共同进步的机会。无锡第三中学所禀承的“诚、弘、勤、毅”的校训，确立了“培养有社会责任感的现代公民”的办学理念，励精图治，与时俱进，先后成为江苏省重点中学、江苏省四星级高中、江苏省德育先进学校、无锡市文明单位、无锡市心理健康教育示范学校。悠久的办学历史和深厚的人文底蕴成为三高中弥足珍贵的精神财富，这给我心中留下了深刻的印象。在两周的学习中我们感触颇多、收获颇多。

总之，我会带着我在这两周学习中所收获的东西，精神抖擞地走入工作岗位中，继续为我校的英语教学贡献一份微薄之力。两周的考察学习交流中，让我想到了学校办学的过程，归根结底是一个个教育教学的细节，在严谨有序的管理过程中，需要刚柔并济，需要充实和留白。

教育，是一门艺术。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十三**

第一，背熟两千德语基础词汇。

语言建构的最基本的材料就是词汇，词汇就像建筑一座大厦所使用的砖，没有它，再漂亮的建筑也只能是纸上谈兵。作为一个初学者，在没有一定数量的基础词汇作为基础的时候，对于一种陌生语言的学习会感到非常的茫然。两千单词足以够用来解释说明德语的一切基本的语法现象了。多了会造成初学者太大的负担，挫伤其学习的积极性，少了又不够用来进行有效的学习。这对于掌握德语至关重要。两千单词并不算多，但对于一个没有基础的初学者来说也不是一件轻松的事。于是，人们常采用两种办法：一是日积月累。每天背几个单词，积少成多。我很不赞成这种方法，因为第一它持续的时间太长，见效缓慢;二是时间拖得越长，越容易将以前学过的单词遗忘，增加了背单词的负担。常有人坚持不懈地学了几年的外语，回过头来认识还不到一千个单词的现象。二是速成。将两千单词作为短期攻坚的对象，每天三四百个单词，反复循环，大运动量，大体背会之后，反复循环巩固，直至烂熟于心，烂熟于耳。以后学习的速度和效果，在很大程度上取决于这一阶段的烂熟程度。

第二，熟读语法书上的例句。

有了两千单词的砖石，就可以建构语言的大厦了。如果把单词比作砖石，那么，语法就是语言的框架。一种新的语言的框架结构和我们熟悉语言的框架结构很不相同，掌握并熟练地应用这种新的框架光靠理性是不行的。我们学习德语，大多数人是想用这一语言来为我们打开一扇新世界的窗户，就是说要用它，而不是想做德语语法学家。语言不是按照语法创建的，语法的产生是人们为了认识和掌握语言的方便而创建的。所以，我们要把语法当作一块敲门砖，用它来敲开德语学习的大门，之后就可以扔掉了。语法书上的例句是这种语言中最为典型的语言结构，有以一当十的功效。语法规则很多，很难记住。我们没有必要为记住这些抽象的教条而伤透脑筋，熟读语法书上的例句，不用看语法书的讲解也会掌握其中的奥妙。

熟读不是一般的读几遍就算，而是读得滚瓜烂熟。熟能生巧，熟能让我们得到意想不到的结果：词汇的搭配，固定用法，句子结构，感情色彩，修辞手段等等。学会一种语言不是在很慢的速度中慢慢琢磨中理解体会的，而是要在瞬息万变的语境中转瞬即逝地把握其深层含义的过程。我们能够听懂我们自己民族的语言，不是我们能够重复出刚刚听到的每一个词句，而是记住了这些词句所要表达的内容。又词句的物质材料转化成我们能够记住的内容或者说“意思”是瞬间完成的。我们听不懂外语不是外语词句没有在我们的头脑中留下痕迹，而是这些痕迹不能很快地转化成“意思”。怎么使这个转化变成瞬间完成呢?重复。一个乒乓球运动员在不到半秒的时间要判断出对方打过来的球的力量、旋转、路线、长短，然后决定回球的方式，是搓，是推，是拉，是打，是削，是冲，是直线，是斜线，是摆短，是切长……，每一个球都打得那么合于理性，怎么能够做到的?练，每天重复一个动作千万次，常年如此地练，就完成了这个奇迹。语言的学习也应如此。

第三，确立自己学习德语的目的。

学习德语的最高目标当然是读说听写译样样精通，但我们毕竟不是用它来吃饭的，而只是想掌握一门工具。我们没有足够的时间和精力来做到样样精通。怎么办?最有效的办法就是不要盲目，而要知道自己究竟想用德语做什么?如果是借此作面对面的交流，那么就将主要的精力用在口语上;如果是想通过德语来掌握先进的科学文化知识，就将主要精力用在阅读上。目的不通，方法也就各异。

第四，保持一定的应用量。拳不离手，曲不离口。无论想用德语做什么，都要每天保持一定数量的应用。如果基础好，忘记是不容易的。但时间越长，拿起来应用开始时的由不顺到得心应手的时间就越久。所以，如若想让德语学习有一个顺畅的进程，就每天坚持读点东西，听点东西，说点什么或者写点什么。

学习德语，我最深的体会是：

一，速成比马拉松好;二，重复是最好的老师。常流水式的学习最容易被一个个障碍阻挡住去路，只有集中了充足的水量才会轻而易举地将障碍的堤坝冲开。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十四**

为期3天的肇庆名思教研学习已经落下帷幕，在这紧张、充实而又快乐的3天里，我感受了很多，也学到了很多。这次培训使我受益匪浅，虽然时间很短，但是培训的内容给了我教学上很大的帮助。听了各位名师专家的理论指导，也观看了一些教学实例，亲身体验了一些活动，让理论联系了实际，使得我更深刻、更透彻的领会了老师所讲的内容。以下是我的一些心得体会：

通过学习使我的思想有了一个新的转变，作为一位数学教师，必须具有渊博的数学知识，熟练的操作技能，良好的思维品质，在数学的探究过程中，教师不再把数学知识的传授作为自己的主要教学任务和目的，也不再把主要精力花费在检查学生对知识掌握的程度上，而是成为学习共同体中的成员，在问题面前教师和孩子们一起思索、寻找答案，在探究数学的道路上教师成为学生的伙伴和知心朋友。

大道致简——通过听华应龙老师讲的一些教学技能及他课堂教学的一些经验和感悟，我对数学课堂教学也有了一个新的认识，数学课以思维探索为对象，强调以思考入手，放眼看周围世界，培养学生的数学思维能力，这个就是知识点。我们要让学生用眼睛去观察，动脑筋去思考，帮助他们拓宽思维的宽度和深度，挖掘他们潜在的创新思维。

通过观看专家教师精心打造出的课例，让我了解了如何较好的进行数学思维的教学，我们的数学教学法让学生有较沉重的压力，而不会感到学习的快乐，事实上每一项探究能力的教学都可以教得非常有趣。优秀教师的做法让我很受启发。很多时候我们的学生不愿多动脑思考是因为没有合适的情景作为学习环境，要提高学生的思维能力。首先要给学生创造一个适合思考的环境，多鼓励，多赞美。在合适的思维环境，教师注重交流的内容而不只是结果的正确性。只有在不断的练习中，学生的思维能力才会不断的提高。

通过培训，使我明白了，我要用教材教学生，而不是教教材，可以创造性地使用教材，围绕课标可删可增，另外要锻炼学生的思维能力，也就是动手、动脑的能力，也就是说在课堂中，不但动脑想部分要练，还要让每一个学生都能参与其中，动手做，使课堂气氛活跃而有秩序，让学生都能找到自己的定位，真正喜欢上数学课堂。

作为一线数学教师，通过这次培训感到肩上的担子更重了，非常感谢学校给我这样一次学习的机会，我会加倍努力，在以后的教育教学中勤于思考，善于分析，提高自己的数学教学水平！

**培训 心得体会 培训心得体会篇十五**

戊戌虎年，春雨纷纷，4月11日，181名组工干部，从市直各部门、从县市区、从乡镇街道，齐聚一堂，共享组工文化的饕餮盛宴。短短三天，我们离岗静学，追寻了组工理论之源;专题课程，贴紧了时代和服务之任;体会交流，叙述了个人与工作之见;严守纪律，\_了组工干部规矩之行。

培训机会难能可贵，组工交流碰撞火花，此次培训有三感，现将学习体会与大家共享：

一感：严格要求，纪律严明，学思结合，强化党性。开班式上甘部长动员讲课，对组工干部提出殷切期望，指明组工干部的立身之本、立德之魂、立业之基、立功之要，谆谆嘱托犹在耳边;培训指南开班提醒，组织部门跟踪全程，八项规定严格遵守，参加培训守时守纪;全体学员珍惜难得的机会，沉下心来学习，联系实际深入思考，开阔了视野，丰富了业务知识，提高了做好组织工作的政治自觉和行动自觉，强化了党性。

二感：理论升华、观念转型，教学至臻、增强本领。短短三天，我感到收获是巨大的，充电在短期完成。培训对我们进行了组织工作能力素质和实践的培养，可谓是，短期培训，受益永恒。三尺讲坛阵地，组织工作领导和专家们，10余名授课者，围绕组织、干部、人才基本理论和方针政策、组织工作各项业务知识、重难点工作，安排充实，张弛有度，各位组工专家传授组织工作理论高见，课程内容既紧跟新时代组工要求，又贴合工作的实际需要，深入浅出，每一课都是难得的知识大餐、实践的演练场、行动的基准石，帮我们理顺了工作、学习的疑问。我们静下心来，认真笔记，敏学聆听，收获着组织工作新要求，工作理论新源泉，党建服务新亮点，干部工作新蓝图，人才工作新战略，为今后的工作找到了理论和落实的钥匙，同时也增长了知识的厚度，体会了思想的碰撞，感受了工作的奋进，使我们重返工作岗位时，心中是满满的充实和无比的坚定。

三感：时间恨短，春意萌动，倏尔结业，学有所获。培训行将结束，但学习收获化作永恒。培训结束后，大家都将各自回到工作岗位，继续在组工战线上奋战。作为一名组工干部，我想说的是，组织工作任务繁重，要求甚高，干部的选拔任用和教育培训，基层党组织的建设，党员队伍建设，党的组织生活规范开展等等工作极其繁杂、极其琐碎的，但组织工作的规律性、规范性和规划性又极强，每一项工作都事关重大，来不得半点含糊。这都要求我们组工干部能紧跟新时代，与时俱进，加强党性修养，增强四个意识，不断提高政策理论水平和实际工作能力，增强奉献精神，付出耐心、恒心、诚心，成为一支“召之能来，来之能战，战之能胜”的坚强队伍。

今天，三天的集中培训即将结束，但是，组织工作的学习不会中断，组工干部的学习进步不会中止，我会用此次培训的所学所感所悟照亮今后工作的路程，在实践中争当学习型、创新型、服务型的优秀组工干部。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十六**

在学习中成长，在成长中实践。人生中就是这样，每一次的学习就是一次实践的机会。每一次的实践就是一次挑战，我们能害怕吗?答案是肯定的：“不能!” 不管是在什么情况下，都是不能，不会，也不可以害怕挑战。我们之所以培训，目的就是增强我们挑战的信心。我不知道别人通过培训学到了多少，感受到了多少，了解到了多少。只知道通过培训自己感悟颇深。

首先要说明的一点就是通过这次培训我学到了很多，见过的听过的，没见过的没听过的统统包含在内。

宋老师讲的创新与实践虽说我不知道内容是什么，不过通过各位干部的发言，我知道那是对我们以后产生影响的一次培训。总结会上各位干部积极发言，这说明什么?说明这一次培训是成功的。还有一点是我们需要这样的机会，这样一个提高自己，完善自己，充实自己的机会。

回想起这段时间的培训，相信大家都学到了很多，可我有一种新的感觉：“学到的越多，不知道的就越多”。为什么这样说呢?在以前的学习中自己并没有注重某一方面的学习，只是知道老师教什么，自己就学什么，从来不管对与错，也从来不管为什么，只是盲目的走路，学习。上大学以后感觉就变了很多，原因很简单：“这里的学习不再是片面的，是一种以具体事情具体分析的方式进行的。”只从这一点上说，这就要比以前的学习系统化，毕竟涉及到专业知识。在这里学习越多，感觉以前了解的东西越少，然后就会努力的或者是刻意的去找这方面的书籍，学习这方面的知识。可是越学，感觉自己知道的越少，这是为什么呢?因为我们有一颗想充实自己的心，有一颗想要学习的心，同时也有一颗向前的心。这就不得不要求我们自己要在工作中学习，在学习中工作，把所学的用到工作中。

其次在我们的电教理论培训中，于丹教授讲的一段话让我受益良多：“盘古在天地之间‘一日九变’，像一个新生的婴儿，每天都在微妙地变化着。这种变化最终达到了一个境界，叫做“神于天，圣于地”。这六个字其实是中国人的人格理想：既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔，而不妥协于现实世界上很多的规则与障碍;又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上去进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人，是梦想主义者不是理想主义者;只有土地而没有天空的人，是务实主义者不是现实主义者。”这句话虽然不能说完全体会但至少也回味很多次。他要求我们要干什么?脚踏实地!不管从哪一方面说，我们都要脚踏实地。只有这样，我们才能在工作中,学习中积极的表现自己。也是有这样，我们才能清楚的了解到自己的不足，从而积极的改正。

“百善孝为先”这是我在于丹教授讲座中记得最清楚的一句话。它不单单注重那个“孝”字，同样也注重那个“先”字。“孝”字讲的是孝敬长辈，提倡我们中华民族的传统美德，可“先”字，确是讲的第一，敢为天下先的精神。我们在日常的生活学习工作中往往所缺乏的也正是这种精神，这难道不应该值得我们去注意吗?

再次，在金正昆教授讲的礼仪中，主要是从“互动、沟通、形象”三个关键词入手，完整的讲解了我们在生活中，学习中所应该注意的事项。以及在交往过程中正确处理人际关系的原则和技巧，以生动的事例，深入浅出地介绍了接待礼仪、办公礼仪、公关礼仪的基本行为规范。同时也说明，了解现代礼仪是我们21世纪大学生素质能力的重要组成部分和必然掌握的利益规范，熟悉和掌握现代礼仪文化，既是职业特殊性和工作严肃性的内在要求，也是新时期建设新型学生干部良好形象的目标要求。

随着现代信息社会飞速发展的传播，沟通技术和手段日益改变着人们传统的交往观念和交往行为。尤其是人们交往的范围已逐步从人际沟通扩展为大范围的公众沟通，从面对面的近距离沟通发展到了不见面的远程沟通，从慢节奏、低频率的沟通变为快节奏、高频率的沟通。这种现代信息社会的人际沟通的变化给人类社交礼仪的内容和方式均提出了更高的要求。如何在这种沟通的条件下，实现有礼节的交往，去实现创造“人和”的境界，这是学习礼仪的意义。也是我们当代大学生学习礼仪的重要原因。所以我们要认识到学习礼仪的重要性，从而完善自己这方面的不足。

总的来说，这次培训是一种以理论形式的全面培训，也是我们学生干部组建以来第一次综合的培训。在这次培训结束以后，我对自己的要求很简单：“在以后的学习工作中，把每次的培训都能很好的吸收，是自己的能力以及学习，工作都有一次质的飞跃。”

**培训 心得体会 培训心得体会篇十七**

紧凑的课程安排，紧张的学习氛围，让我感觉时间过得飞快，短短的三天半的集训显得意犹未尽。经过本次的集训，让我收获颇丰，以下是个人对本次集训的小结与建议：

1、课程安排合理紧凑，充分利用好了集训时间。

“执法办案业务”、“群体性事件防范处置”、“暴力抗法案件对策”等课程，理论结合实际，生动形象，通过学习，对我的认识和业务水平的提高有很大的帮助。作为一名准军事化单位的工作人员，队列训练加强我的组织性和纪律性，让我有一种集体荣誉感。只是个人感觉集训时间太短，有些课程有意犹未尽的感觉，我的队列训练也没练到很好，因此希望下期能适当延长集训时间，合理安排更多的业务知识学习以及体能训练课程。

2、集训非常有必要，有利于提升队伍的形象。

集训对我们业务水平提升和队伍形象的建设帮助很大。考虑到每个队员的起点不一样，每个时期也都会出现新的执法情况，因此希望能把集训常态化，让队员每年都有机会过来学习与交流，以不断提升自身素质，打造良好的执法队伍形象。

最后，感谢市局组织此次集训，我会把所学的知识运用到实际工作中，以更优秀的状态投入到城市管理行政执法工作中来。

**培训 心得体会 培训心得体会篇十八**

经过三个月的党课培训，我更加深刻地认识到：大学生党员是大学生群体中的先进分子和骨干，在政治思想、意识观念、道德品质、日常言行等方面应体现出先进性，这既是党组织的明确要求，也是我们自己适应时代发展的需要。在三个月时间里，作为入党积极分子，在党组织的关怀培养下，在老师和同学的帮助下，我在思想、学习和生活中有了很大进步与提高，这也激励我在以后的岁月里不断提高与完善自己，让自己成为一名优秀的大学生。

在xx大的报告中提出：“全党同志特别是领导干部都要讲党性，重品行，做表率”。 党性是检验是否是一名真正共产党员的标准，它让我们方向明确，行为规范。通过党课的学习，我深刻的明白了党性修养对于一名共产党员的重要意义。

在培训课上，老师列举了一些领导干部因为丢弃了党性修养，而走入了罪恶深渊。从一名受人尊敬的共产党员，堕落到一名阶下囚的事例。这让我深刻的体会到，作为共产党员，我们不断加强自己的党性修养，坚定自己的立场，时刻不忘记党的宗旨。不能因为贪图名利而放弃自己的原则，放弃作为一名党员的行为准则。而作为学生党员的我们，更要从现在起就要加强对自己的党性修养的培养，让良好的作风，坚定的意志，成为一种习惯，今后才能担当起建设祖国和服务人民的重要任务。

第一，要提高自己的学习能力。众所周知，目前大学生是我国社会文化阶层中的较高层次，大学生党员更要能作为先进生产力的代表，因此大学生党员的专业知识一定要过硬，这就要求大学生党员勤奋刻苦，善于合理利用学习时间，在学习中起表率作用，有端正的学习态度。同时，要能和大家共同进步，经常交流学习经验，不保留，乐于帮助后进的同学。另外，大学生应该在知识的摄取方面有一定的宽度和深度，就是要在学好专业知识的同时还要注意个人文化修养的培养，增加自己的知识面，丰富自己的文化底蕴。与此同时，我们也应该学好理论，提高素质，在政治上带动同学进步。 强化政治意识，坚定理想信念，努力提高先进性素质，不断提高自己的马克思主义理论水平，担重任先得强自身，讲先进须有高素质。 所以，大学生党员要加强理论修养，始终坚持理论联系实际，学以致用，提高马克思主义理论水平，提高解决实际问题的能力，继续解决从思想上入党的问题。一个党员就是一面旗帜，在现阶段，作为大学生党员，要有社会责任感。因此，作为大学生党员，应当关注时事，带头参加改革开放和社会主义现代建设，带动周围的同学团结合作，在工作、学习和社会生活中切实能够起到先锋模范作用。

第二，要加强党性修养，要学会用自己的头脑来思考问题。要阅读马列原著，毛泽东选集和共产党理论以培养自己的党性修养。今天的社会是一个变化的社会，我们身边的人、事、物都会不时地发生变化，大学生党员要学会以不变应万变。平时注意党性修养的培养，才能抵挡住不良诱惑的影响，以适应千变万化的社会，适应复杂的社会。同时，大学生党员在认真学习和积极宣传党的先进思想、政治理论的基础上，要从实际出发、发挥带头作用，勇于实践“三个代表”重要思想，积极参加社会实践，在实践中检验所学的理论知识，并不断提高自己的思想修养和理论水平，树立正确的世界观、人生观、价值观，使自己成长为一名合格的共产党员，真正做到“内强素质，外塑形象”。

第三，大学生党员要用自己的行动和工作影响、带动同学们共同前进。试想如果连周围的同学都团结不好，何以团结千百万人民群众?作为一个大学生党员，不仅要保持自己的先进性，同时，要用先进性来带动并作为开展工作的基础。要在自己不断进取的同时，坚持与同学共勉，互帮互学，共同进步。总归我认为，大学生党员最根本和最实际的义务就是要有全心全意为人民服务的思想。为人民服务不是一句空话，而是有其丰富的内容，想要真正做好也是很不容易的。党员的先进性不仅仅是一种思想境界，它更是在实践中的积极参与及奉献行为。实践创新和理论创新，在知识经济时代日益突出，因此，培养大学生创新创业能力是高等学校工作发展的趋势。大学生可以利用学校优越的智力资源和计算机信息，利用网络平台，通过各种科技实践活动拓展自己的能力。同时，我们要接触社会、了解社会，在社会生活的坐标中寻找自己的立足点和生长点，努力使自己成为适应新时代要求的创新型、复合型、实践型人才。作为学生期间，要以做好身边之事为起点，把大学生活的追求与人生历程的追求统一起来，正确处理理想与现实的关系，一步一步、踏踏实实地向理想的高峰攀登。

第四，密切联系群众，力当生活榜样。大学生党员要密切联系群众，充分发挥桥梁纽带作用，要热爱和关心集体，顾全大局，树立榜样作用，带动同学共同建设好集体，增强集体的凝聚力。既要与同学搞好关系，又要帮助同学解决在学习、思想和政治上的问题，与同学共勉，共同进步。大学期间，对于大学生来说，是非常宝贵而美好的一段时光。在这几年中，同学们朝夕相处，所以，大学生党员尤其应重视在生活中发挥其先锋模范作用。大学生党员应当注意和同学们保持良好的关系，通过平时生活中的点点滴滴，融洽与同学的感情。此外，大学生党员还应注意观察，及时发现同学在生活中存在的问题，并想办法帮助解决。

以上所述的这些方面应该成为大学生党员的形象，但是这些还远远不

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！