# 上灶心得体会优质8篇

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-02-16

*为了将自己的感悟及时得到表达，可以写份优秀的心得体会，经过了这么多年的工作和学习，我们一定有很多心得体会吧，以下是小编精心为您推荐的上灶心得体会优质8篇，供大家参考。上灶心得体会篇1一学年来，我校在全面贯彻教育方针、实施素质教育的同时，积极...*

为了将自己的感悟及时得到表达，可以写份优秀的心得体会，经过了这么多年的工作和学习，我们一定有很多心得体会吧，以下是小编精心为您推荐的上灶心得体会优质8篇，供大家参考。

上灶心得体会篇1

一学年来，我校在全面贯彻教育方针、实施素质教育的同时，积极开展形式多样的心理健康教育活动，在帮助学生培养健全人格，保持心理健康及全面推进素质教育的工作方面取得了一定的成效。现将本学期的工作总结如下：

一、形成健全的心理健康教育组织机构

健全的组织机构，是落实心理健康教育的基本保证。开学初，学校成立了以校长为组长的心理健康教育领导小组，高度重视，同时委派具有多年经验的一名教师为我校的专任心理健康教育教师，并要求全体教师积极参与心理健康教育工作。

二、大力开展心理健康教育宣传工作

为了消除教师、家长及学生对心理健康教育的偏见，让广大家长、教师以及学生对心理健康教育持有一种正确的观念和态度，学校通过广播、集会和升旗时间等各种途径，开展心理健康教育的宣传工作，营造良好的氛围，让广大师生提高开展心理健康教育的积极性，增强心理保健的意识。

三、扎实工作，拓宽渠道，促进学生心理健康发展。

1、积极开设心理健康教育课。开设心理健康教育课，是学校开展心理健康教育课的一条重要途径。学校首先对班主任进行心理健康教育课的专题培训，然后再由专任教师指导，班主任尝试开设心理健康教育活动课，大大提高了效率，并取得了很好的效果。学校同时安排每周一节心理健康教育课，并纳入常规教学工作检查。

2、专门教育与学科渗透相结合。强调学校全员参与全过程，参与心理健康教育，同时各科任教师联系自己所任教的学科适时、适度、有机渗透心理健康教育内容，使各科都能在培养学生良好的心理素质中发挥积极的作用。

3、集体指导与个别疏导相结合。心理健康教育的目标是使全体学生形成良好的心理素质结构，为学生当前生活及将来发展奠定良好的心理素质基础。实施过程中，我们进行多次心理健康教育讲座，定期对学生的共性问题集中指导，提高广大学生对心理健康重要性的认识，普及心理健康基础知识，教会形成心理健康的基本技能。对个性问题与特殊问题需要进行个别辅导，多渠道地为学生提供心理服务。服务形式有：

1、面谈。如果学生有某种心理问题和困惑，可直接找专任教师或班主任敞开心扉，谈心交流。

2、电话和qq沟通。如果学生有某种心理问题，又觉得不便与老师口头交流的，可通过电话联系沟通或通过“坡刘小学家校交流群”在线沟通交流。

3、个案分析与工作总结相结合。学生个性的差异性、心理问题的多样性决定开展心理健康教育要重视个案分析与研究，做到因材施教。因此，我们把把学生中出现的心理状况及时记录，分析了解学生的身心发展状况，对症下药，对学生进行心理疏导。

4、学校指导与家长配合相结合。家长是孩子的第一任老师，学校心理健康教育要赢得实效，必须赢得家长的支持。我们着力修筑学校与家庭之间沟通的桥梁，定期召开家长会，普及心理教育基本知识，交流先进经验与做法。不定期家访，共同探讨孩子心理健康问题，形成学校、家庭教育合力。

三、经验

首先，为了给学生充分的接受心理健康教育机会，我们调动了所有可用的资源。因为考虑到班主任对学生比较了解，平时和学生接触的时间也比较多。本学年，从事心理健康教育工作主要由专任教师和班主任共同完成。同时，充分利用课外时间增加了心理健康教育咨询的时间。

其次，继续转变观念，从“以教师为中心，教材为中心，教室为中心”的旧框框中解脱出来，在课堂课上，真正确立“以学生为中心，”的教学理念，多科并举，渗透心理健康教育。

总之，在全校师生的共同努力下，在家长的鼎力配合下，学生在学校里健康、快乐地学习和生活着，有力地保证了教育教学的正常开展。

上灶心得体会篇2

从20xx年6月20日至29日，我有幸参加了教育部中小学校长远程培训。本人通过学习研修收获颇丰，特别是在学校规范化管理、教育理念及办学思想等方面有了深刻的认识，为我校促进学校教育教学质量的提高、学校教育教学管理模式规范化提供了科学的理论指导，这次的培训，是我从事教育事业以来学习教育管理理念的最佳充电器、加油站。 我学习了华中师范大学郭元祥教授的《课堂教学改革：理论反思与实践深化》专题讲座，觉得郭教授是一名具有开拓型、创新型的教育专家，特别他在报告中的四个反思切中现在课改的要害，立意高远，发人深剩他所推崇的5i教育论对我国确立有效的课堂教学价值体系意义深远。他的深度教学理论对我们探求更有效的教学理论有深远的引领作用。 我通过学习教育部袁贵仁部长的《新时期我国教育改革发展的形式和任务》和教育部副部长陈小娅的《基础教育科学发展的基本政策与重点工作》专题讲座后，感受很深，收益非浅。作为校长，就必须要深刻理解掌握党的教育方针、政策以及教育法律、法规。对工作认真负责，当老师表率，为教师的专业化发展搭设平台。鼓励教师积极工作，拓宽办学思想，加强科学规范化管理，为了每一个学生抓好学校教育。

通过学习北京师范大学杨世文教授的《以改革创新精神推进党的建设的伟大工程》和北京师范大学的高鸿源主任的《学校办学特色的建设及其持续发展》专题报告，让我感受到党建工作在学校教育中的重要，我们一定要把全面贯彻党的教育方针，培养社会主义建设者和接班人贯穿学校教育的始终，根据实际努力创建特色学校。

学习了北京师范大学陈凤春教授的《学校管理者影响力的分析》，我深感当一名合格校长不容易，当一名名校长更难，掌握校长的领导艺术，即要有创新、科学、奉献的精神，同时，也要处理好领导者与管理者之间的密切关系。在听了华中师范大学教授左斌的《中小学教育科研方法》、北京师范大学副教授张莉莉的《如何做好科研项目》专题讲座，启发很大，感受很深。两位教授从教科研课题的选题、论证、制定计划、申请立项、实施计划等具体环节进行论述，他们主张作为教育者，要提高教育教学质量，就要积极开展教科研活动，研究教育教学的课题，提高教学质量。在听北京师范大学教育学院副院长石中英教授《当前我国中小学价值教育的困境与思考》专题讲座后，我真切地感到他用中肯的语言阐述了我国现阶段教育价值取向存在的重大问题。把真实的、本能的、低级的看做是高尚的却把高尚的价值追求看做是虚伪的。社会上普遍存在一个大学生并不比一个小学生更高尚，

一个大学生并不比一个小学生更守规矩，一个大学生并不比一个小学生更有理想的现象。深刻的分析了我国在进行经济建设时片面的强调经济增长消解了人们丰富的价值意识和高尚的价值追求这个影响我国中小学价值教育的主要因素。他的加强和改进中小学价值教育的若干思考对现阶段中小学把握社会主义价值教育方向意义重大。北京市第二实验小学校长兼党委书记李烈教授的《构造学习型组织，促进教师主动发展》首先讲到学校管理工作的定位和她的双主体教学(以爱育爱，以学论教，以参与求体验，以创新求发展)，她对教学管理的思考和尝试值得我们这些校长反思：作为现代校长，我们必须不断学习，提高自身素养，掌握前卫的教学理念，拥有高超的管理艺术和不断探索和追求的精神。她的创建学习型组织理论见解独到，立意高远。特别是听了她转变管理者的角色与行为，是学习型组织建设的根本保障让我觉得自己与一个名校长的差距实在是太大了。但愿，常能有这样的学习机会，现在的校长太需要这方面的知识熏陶了。学习了北京师范大学钱志亮教授的《有效课堂哪儿来?兼论怎样上好一节课》。他从多个角度引领人们对有效课堂进行科学理解。对有效课堂的特征、要求见地深刻。他讲到有效课堂对教师的要求时，旁征博引细致深刻，发人深剩让人明确领会到教育是心灵的对话，是思想的启迪，是灵魂的涤荡，是人性的沐浴，是人格的唤醒，是希望的激发

通过学习我更进一步的认识到学校安全的重要性，就学校安全的新形势，作为学校领导要增强安全意识和防范能力，认真做好下一步学校安全工作，以确保广大中 小学师生(主要是学生)的安全。

安全工作是学校工作的重点，安全教育则是学校安全工作的重中之重。学校安全关系到广大师生生命安全，关系到教育教学工作的正常开展，关系到社会的稳定和 谐，必须牢牢绷紧安全之弦，保证学校的稳定发展。

学校的安全工作也正日益受社会各界的重视和关注，被提到了各级政府和学校的重要议事日程上来。各地经常性地对各级各类学校进行校舍、消防、卫生、食品、 治安或交通等专项或综合性的安全检查，起到了重要的预防作用，促进了学校安全工作深入、全面的开展。

由于教育对象的特殊性决定了学校安全教育工作的特殊性。要搞好学校的安全工作，就要掌握学生的特点和认知规律，做有针对性的工作，因人制宜，因事制宜。因 为不同的家庭，有着不同的教育方式，所以也就有不同的被教育对象。使之小学生在智力、心理发展、道德行为养成、认识和评价事物等方面都受到了不同程度的影 响，个体之间差异也比较大。学校要在严格按要求搞好常规安全工作的基础上，还应针对学生的特点开展一些有针对性的安全管理和教育活动，以切实抓好学校的安 全工作。

学校各级领导要树立安全第一、预防为主的理念，把安全工作放在更加重要、特别突出的位置。进一步完善制度、健全机制、明确责任、狠抓落实，切实加强校园 安全管理工作。

一要加强人防，坚决防止不法分子进入校园制造事端。学校要有专职的保安，根据学校的规模，有 的应该是有多个保安。这些保安要经过专门的训练，聘用保安所需要的经费，纳入当地教育发展的公共预算。要全面加强校门的保卫、校内的巡逻和安全检查，严格 执行学校内部的安全管理制度。严格外来人员的出入等级制度，严格学生外出请假销假制度，完善低年级学生的接送交接的办法。

二要加强技防，确保重点时段和重点部位的安全。要在校园和学生宿舍的出入口、一些围墙的周界 和学校的门卫室等重点部位安装监控探头和报警设施，有条件的地方可以与当地公安机关的监控设施联网。切实加强学生上下学、寄宿制学校夜间重点时间的安全监 控和保卫。

三是加强物防。对存在安全隐患的校门、围墙、教室和宿舍、门窗进行加固，该提供的一些消防设 施要提供、要安装。

四是加强培训。大力加强师生安全意识和自护能力，要通过多种途径，采取多种方式，加强对学生 和教职工的安全教育，特别是要加强应对歹徒的伤害、勒索、绑架的安全教育。教职工要接受安全的培训，提高危急时刻保护学生和儿童的能力。

提高安全教育的实效性，教育者必须讲求教育时机，运用灵活多样的教育方法，把枯燥的说教变成学生自身的需要。

总之，经过这次培训，我深刻地感到：要把学校的工作抓好，把学生教育好，提高教育教学质量，首先是校长要提高自身综合素质：校长要有前卫的教育教学理念，校长要有高超灵活的管理手段，校长要有高尚的灵魂校长要有不断学习进取的习惯，有渊博的知识，独到的制校方略。校长应该是一所学校的灵魂，是学校思维和发展的引领者。其次要把教师队伍建设好、培养好，要通过多种形式，关心、支持我们的老师，开展校本等各种培训，树立教师正确的人生观、价值观，真正让我们教师热情干工作，无怨无悔为祖国和人民的教育事业做贡献。

这一次本人有机会参加教育部中小学校长远程培训学习，真的好高兴，这首先应该感谢区教育局对农村中小学校长的关心和支持，给提供了这次很好的学习机会，让我们听到了名专家的讲座，也学到了名学校管理经验。通过培训学习，学到了许多新的知识、新的理念，受益非浅，感受颇深，特别是在学校规范化管理、教育理念有了很深刻的认识。学习后，我

将把学习到的理论知识继续深化、理解，学以致用，根据本校的实际，灵活、有机的运用到实际工作中，为确立我校的规范化管理，把我校打造成农村中学教科研特色强校贡献出我的微薄之力。

上灶心得体会篇3

人生就像一次单程的旅行，有艰辛，有甜蜜大看是一场旅行，小看就是一次军训。题记初中的开始总是用军训来引领，一场军训将培养更多坚强的青少年。光阴似箭，日月如梭，我也如约来到了军训的大门。一大早，我穿上一身酷酷的迷彩服，踱步于操场，心中百感交集，不知是期待，还是畏惧。时刻终于来到了，我暗暗地想：一定要为自己争气。早上的训练科目是站军姿，这既考验体力，又考验耐力。相信此时身边的每一个人都准备战斗到最后，我也不甘落后。

挺胸抬头，双手紧贴裤缝，像模像样地站起了军姿。往常阳光使人向上，带领人们走向成功的道路，而此时的阳光却使我们不少人畏惧，成为他们的绊脚石。起初，天气阴沉，秋风送爽，使人心旷神怡，神清气爽，谁知天有不测烈日，人有悲剧时光。不一会儿，太阳公公前来问候，同学们顶着烈日，像一排排白杨挺立着，酷热难耐，动摇了他们一些人坚定的信心，而天气也让一些人感到不适，一小时后，陆续有个别人休息，而我也感到了酸痛，信心也开始动摇。

就在此时，前面参差不齐的队伍也下去了七八个，而有一位女生，由于中暑晕倒了，我的意志力也逐步被酸痛酷热瓦解着但看到教官仍屹立着，我纠结的心理平复了下来。从中，我学会了坚持就是胜利。早上令我体会到军训的严格与艰苦，而下午更让人备受煎熬，感慨万分刚开始，便是烈日地烘烤，没多久我就汗流浃背，难受不已，脚也被袜子捂得不舒服。满头大汗的我感到晕晕乎乎，于是吸取了早上的教训，使重心前倾，感觉也好多了。但是时间久了，还是手脚发抖站不稳，其他同学也是如此。但我看每个人都没有放弃，自己一咬牙，坚持了下来。教官看我们备受煎熬，便教我们蹲姿，我们迟迟找不到重心，酸痛感涌上全身。

大家有的咬牙切齿，有的面色难看，有的可谓千奇百怪。之后练习稍息，由于教官是外地人，我们把稍息戏称为小溪，但我们还是很努力地练，圆满地完成了第一天的军训。结束时，我心中有一种莫名的成就感。这次军训也让我明白了：人生这条路应该怀着一颗真诚的心，用坚强、努力、向上、团结来书写人生的篇章，而我们每个人也只是沧海一粟。人生如戏，戏如人生。人生这一场没有彩排的戏，只要我们用心演好角色，就能做出最好的自己。军训真让我受益匪浅。

虽然我是一个在部队大院中长大的孩子，但是，军训对于我来说，还是一件相对比较陌生的事情。三年级的时候，学校也组织过一次军训，可是，因为那时候我们还只属于低年级学生，所以，教官在动作要领上并不怎么严格要求我们，只是纪律方面要求我们严格遵守罢了。

这一次军训，我已经是一名四年级的小学生了。所以，我比以前更认真地对待这一次来之不易的锻炼的好机会！

每天早上，在我家楼下的一片空地上，都会看到叔叔们在做早队列训练。看他们一个个精神抖擞的样子，动作整齐划一。我心里很羡慕！

终于轮到我们班进行军训了，上午是进行一些活动和教育，真正的考验是在下午那一个小时的队列操练。

这时我才明白，原来叔叔们那些整齐漂亮的动作不是那么简单一划拉就能够做到的。我们这群小鸭子一般的男生们，不是这个歪了，就是那个太斜，要不就是因为同学的滑稽动作而笑得嘻嘻哈哈。教官一直在皱眉，但是，教官很有耐心，他接下来就一个动作一个动作仔细地给我们讲解其中的要领，让我们明白了任何事情只要用心去做，都不会是一件难事！而最主要的一点那就是整齐的队列不是只靠一个人！要靠我们这一个集体大家齐心协力才可以做到！

渐渐地，我们从最初的咬着牙坚持，到后来的团结一致，互相帮助，几天军训下来，教官脸上的笑容越来越多了！他夸我们是最棒的！

虽然说一次军训并不能够让我成为像爸爸那样真正的军人，但是，我却明白了一个道理，那就是在以后的人生道路中，我要做到——认真！坚持！齐心协力！

上灶心得体会篇4

我对社会充满了信心和对我自己充满自信，参加了多场的招聘会、面试了多家的公司、但是一次又一次的失落快把我刚丛那学校里出来的一腔热情磨灭了，自己好怀念当时在学校读书的时光，但是时间是不可能倒流的，根本就无法回到过去，每天拖着沉重的脚步穿梭在这个繁华的城市间。就像一个没有头的苍蝇到处乱撞，没有目标更没有方向，时间是那样的残酷，一个月就这样过去了，没什么成功的.收获，有的只是失败与无奈。

地球总是在转的，时间在一秒一秒的过去，而我还是在为工作的事在发愁，天天去面试，去网吧上网投简历，重复的做同一样事情，结果都是一样。但是我还是没有放弃，而是继续在寻找符合自己的工作。终于工夫不负有心人，让我找到一份工作。

来到公司陌生的环境、陌生的人和事，让我感觉有点拘谨，努力让自己的微笑减少言语上的笨拙。第一天并不像我想象的那样，由人事经理带我们熟悉公司的环境，结识新的同事。大家似乎都很忙，可能现在是业务的旺季吧。

经过一个月的实习，对公司的运作流程也有了一些了解，虽然还没有具体的操作过，但是在接触到新的事务不再不知所措，学会了如何去处理一些突发事件。懂得从中学到一定的处理事情的发那个发，而且从工作地过程中明白了主动出击的重要性，在你可以选择的时候，就要把主动权握在自己手中。

相信大家刚开始实习的时候，都做过类似复印打字、汇编文档等的“杂活”，因为刚开始对于公司的工作内容、流程还不了解，所以做“杂活”成了实习工作必做的工作。虽然工作比较繁杂但是从中也学到不少的东西。所以说事情是不分大小，只要积极学习积极办事，做好份内事，勤学、勤问、勤做，就会有意想不到的收获。

俗话说的好一年之季在于春，一天之季在于晨，早上起来呼吸着窗外的新鲜空气，来到厂里开始新的工作，经过几天的奋斗，修改和检查这个工作快临近尾声了。

上灶心得体会篇5

一是要明确求职方向，做到有的放矢，求职经历与心得体会。大家在求职前，都会先为自己设定求职目标，具体到教师工作，我认为可以从以下两个方面来考虑。第一，是否适合教师工作。并非每个人都适合做教师，因此，我们在求职的最初阶段就要做到\"知彼知己\"，为自己量身定做职业。\"知彼\"是指要了解教师职业的特征，明确成为一名合格的教师必须要具备哪些基本素质，\"知己\"是指自已是否热爱教师工作，各人的特长、兴趣爱好是否擅长从事教师工作。第二，选择在哪里做教师。教师工作的一大特点就是稳定，这也就意味着一旦我们选择了在某地做教师，就要在当地长期生活，这就要求我们慎重考虑地域问题，比如，距离家乡的远近、是否能适应当地的天气和生活习惯、当地的消费水平与教师待遇的是否成正比等等，都要全面考虑。我在一开始给自己的定位就不是很明确，不确定究竟是否该从事教师工作，以致于错失了几场重要的教师招聘会。在经过几次失败的应聘后，我开始冷静下来，从上述两个方面仔细考虑，终极决定专心应聘教师工作，并把目标定在南方。可以说，只有当我们发现自己适合做教师，并且明确适合在某一地域做教师的时候，我们的教师求职之旅才能正式拉开帷幕。

二是要早做预备，多方面寻找机会。目前，很多学校的教师招聘工作在9月开学后不久就开始了，而且教师招聘的形式多种多样，假如关注得晚并且注重单一招聘形式，势必失去一些机会。因此，我们既要尽早进手，做到未雨绸缪，又要充分发动各种资源，多方面寻找机会。要尽早动手预备好应聘所需的基本资料，如争取在大四开学前完成一份格式规范、特色鲜明的简历，预备好各种证书、成绩单、一个简短有效的自我介绍等等。这些预备工作的作用主要是为大四开学初期的部分校内外招聘会提供了保障，杜绝机会的溜走，并且提前锻炼一下自己，及时总结经验。此外，要善于通过各种渠道寻找机会，作为北师大的毕业生，我们的第一选择就是师大校内的各类教师招聘会，由于北师大作为师范院校里的龙头老大，很多重量级的学校在招聘教师时都会首选北师大，这是其他师范院校毕业生无法企及的上风。因此，我们要充分运用这一先天上风，积极参加校内招聘会，要认真准备每一次招聘会，为自己积累应聘经验。还要充分利用网络，定时浏览各种教师招聘的网站，如中国教育在线、中国教师招聘网等，获取第一手招聘信息，然后可通过电话咨询、到校求职等方式，充分展示自己，把握机会。此外，要积极参加兄弟院校、邻近城市教师的招聘会，发动亲朋好友的关系网，帮忙留意合适的教师岗位，假如经济条件允许，还可以到中意的城市实地寻找合适的学校。

三是注重积累，打好笔试的基础。随着教师职业竞争日渐激烈，笔试已成为当前应聘教师的学子们要闯的第一关。笔试前要做足准备工作，为顺利通过奠定基础。

首先，我们要了解笔试的类型。大部分学校在招聘时的笔试内容就是一张中学试卷，因此，平时要注重复习基本知识，积累中学教学的相关内容、知识要点，再运用专业知识适当发挥即可。但有的学校会格外注重自己特有的文化，要求我们在参加笔试前要全面具体了解应聘学校的情况，做到有备无患。还有的学校对毕业生的专业知识要求非常严格，如杭州外国语学校的笔试就增设了考察专业知识的试题，因此，平时扎实的专业基础是必不可少的。其次，要掌握教案的写作方法。个别学校会在笔试部分考验毕业生备课的能力，如重庆一所学校在招聘时就要求我们现场书写教案。北师大很多专业都会开设教育教学方法的课程，想从事教师职业的同学平时可以选修或者旁听，在掌握一些教师工作的基本技能的基础上，多参考一些优秀的案例，并结合自己的专业知识来完成。

最后，要合理掌握时间，在有限的时间内最大限度的呈现中学教学的内容，切忌因展开长篇大论而不能按时完成卷面试题。在沈阳二中的一次笔试中，一名人民大学的研究生就出现了这种情况。当时她就一道古诗词题展开了深进论述，占用了大部分时间，导致试卷未完成。尽管那道古诗词题她拿到了很高的分数，但由于其他题目都没有做完，影响了整体分数，终极无缘试讲。

四是随机应变，做好试讲准备。笔试通过后，就进进了试讲，这是整个教师招聘过程中最关键的环节，它将决定你能否踏上心仪的工作岗位。为了顺利闯过此关，平时要多了解不同学校的试讲方式，做到有针对性的准备。第一，讲述课文。通常是校方指定课文并给予一定的时间准备。由于试讲基本上控制在每人十五分钟左右，因此，我们在试讲时就要留意突出关键环节，如要做到课堂重点突出，要有师生互动环节，板书要公整等等。同时还要留意教态，举止大方得体又不失活力，声音洪亮，语速适中，抑扬抑扬。有的学校则不指定内容，这时候，一定要根据应聘学校的水平来选择难易适中的试讲内容。千万不要以为讲的内容越难越好，由于招聘方并不是要看你对所讲的内容掌握有多好，而是看你是否具备做老师的潜质。针对这类试讲，平时要增加课堂教学实战训练，结合自己学到的知识，多实践，锻炼自己的教学水平，增加实战经验。还要注重强化教态训练，我们可以找一个安静的场所反复练习，不断调整，直至达到最佳状态。这种练习不仅对试讲有利，而且令我们未来的教书生涯受益无穷。

第二，说课。说课不是教案的细化，也不是教学过程的简单复述，好的说课，应包括对课标的理解，对教材的解读，对学情的分析，对教学过程的预设，以及对辅助手段的选用等。如重庆八中的试讲就是现场指定一篇课文来说课，通过说课，展示你对某节课的思考和处理过程。说课时，切忌平铺直叙，要突出亮点，重要细节不可忽略，以给听者深切的感受。说课语言力求清晰流畅，说课稿文字力求简洁生动，书写格式、图片表格力求明快醒目，富有感染力，充分显示出教者的语言素养和文字功底。

第三，即兴发挥，即主考教师不直接考察课堂教学，而是通过其他形式来考验你是否具备从事教师职业的能力。如主考教师随机抽取一篇文章，要求考生现场朗诵，并就文章中的相关内容提问。这些文章往往是超出教学大纲范围的，难度大，有些文章甚至很生僻，让人一时摸不到头绪。如浙江乐清学校的试讲就属于这种类型。开始的时候，因为没有预料到，有些措手不及，但我很快就冷静下来，充分调动日常积累的专业知识，多角度考虑，随机应变，即兴发挥，做到言之有理自圆其说，终极顺利通过这一关。这种试讲经历对教师工作有重要鉴戒意义，有助于锻炼我们解决课堂突发问题的能力。有的学校则注重班主任工作的技巧，如怎样管理班级、如何与厌学的孩子沟通交流等，由于我们这方面的经验较少，因此平时要多看教育教学方面的书籍，还要多研究案例教学法，并结合实际积极思考，这样就能在试讲时应答如流。还有的学校会考察其他方面的能力，如让我们现场表演一项特长，这时候，就要表现得从容大方，充分展示自己的能力。

五是要保持积极乐观的心态。绝大部分人在找工作的时候，都有过被拒的经历，这时候我们要保持积极乐观的心态，要始终相信自己，相信我们北师大的牌子，只要认真努力，机会总会有的。我也遭遇过失败，甚至曾一度灰心丧气，后来我想\"天生我才必有用\"，于是不断调整心态，坚定信念，积极尝试。经过这样的努力后，我终于是得到了重庆八中、重庆三中、广雅中学等学校的面试机会。总的来说，我们要始终保持一种昂扬向上的精神状态，每一次应聘都要把心态摆正到我特别想去这所学校的那一档，即使你只是试试看，你的精神状态别人能感觉得到的，这一点很重要。特别是在面试的时候，一定要充满必胜的信心，不能畏缩，给招聘人一种精神焕发的感觉。失败时，要及时调整情绪，以最短的时间从失败的阴影中走出来，并善于从中总结经验教训，尽快投进到下一场招聘会的准备中，即便那所学校离你的期看值相距甚远，也要去争取胜利，因为失败的次数越多会越打击自己的自信心，而成功的经验则会鼓舞士气。要有一种屡败屡战的精神，把求职作为一种能力去提升和开发，不断提升自己的心理能力、面试能力、思维能力。总之，求职中要坚定必胜的信心，才能给我们带来成功的结果。

六是要注重细节问题。细节决定成败，应聘教师工作时也要格外注重细节。如，在写履历表时，要注重自己的特点和\"强项\"多做点准备，这样不至于强项变弱项。当你的履历表上写到曾经发表过一篇文章，那么你就要认真准备文章的相关材料，这样，当追问你写这篇文章的目的，以及对这篇文章观点的一些探讨时，你就能够胸有成竹，对答如流。又如，在投递简历时，往往需要作自我介绍，这时就要留意，介绍的内容不宜太多停留在诸如姓名、工作经历、时间等方面，因为这些在你的简历表上已经有了，应该更多地谈一些与教师职位有关的工作经历和所取得的成绩，以证明你确实有能力胜任教师工作。其他细节方面，如着装、谈吐、举止等都要注意，要牢记自己应聘的岗位是教师，因此要从各个细节处展现出一种为人师表的气质。

1、坦诚自信比如问我缺点，我就说自己是广西桂林人，说话有点带方音;固然有研究生，但我们要自信，因为我们年轻，可以为学校多服务几年，并且有志于终身从事基础教育，再强调一下自己的实力不会比研究生差。

2、注重仪表其实领导在与你交谈时，是在观察你的素质，你做教师的潜质，专业问题我没有碰到过有人问。穿着正式一点能加印象分，我当时跑出去赶着买件正式衣服，现在看来还是很值得的。

3、写好简历。社会实践很多，着重写与自己所找工作相关的，我就只写了教育实践方面，比如实习的工作内容和收获。如果有公然发表过的文章也可以附在简历后，毕竟这也能体现一下我们中文特色。简历的基本信息我突出了自己辅修心理学，那些健康情况什么的我觉得很多余，根本就没写。依据自己的特点去修改，这样更有收获。

三情\"：热情、x、真情。第一次见面就要表现出你的热情，对招聘方领导的热情，对工作的热情，简单的表现就是你要面带微笑，注意学会倾听，当对方说话，问你问题时，要表现得很专注，很认真，如果你心不在焉，别人是不会对你有兴趣的。x，代表着你有活力，你很年轻，精力旺盛，年轻人不一定都有x，但是有x的人总会让人感觉你年轻，有理想有抱负。求职心态。还是那句话--\"准确定位，积极就业;先就业再择业，考虑清楚，慎重签约\"。认清形势。现在总的形势是就业门槛不断提高，层层下压，机遇减少，得到\"好\"职位的永远都只是少数人--所谓的\"好\"也只是个相对的概念，我们要用发展的眼光看问题，锻炼的机会很重要，这些经历本身就是财富!有的人一味盯着沿海，盯着高薪，这无可厚非，我开始也是这么想的，如果我现在没有签约，我仍然会瞄准这些目标。可是，即使你再有能力，谁敢保证，这些机会就等着你呢?写作网有能力的人多着呢!有关系的人多着呢!有后台的人多着呢!如果你没有关系，没有后台，但是有能力，你就应该始终相信，我在哪里都是优秀的，我在哪里都能做出成就来!与其在大地方做小，不如在小地方做大!不论成败得失，你都要学会感恩，感恩让你成功!

上灶心得体会篇6

半个学期的盘学习已经成为过去，在不知不觉中，物流沙盘落下了帷幕。我们亲身体验了沙盘的刺激，再次的感受到沙盘的魅力。

在这半个学期的学习中，沙盘留给了我一段难忘的记忆。在经营过程中，我们遇到了很多困难，但是我组同心协力，一起坚持道了最后。最终经营失败，但留下了很多值得我们思考。

作为一个经营着来说，不仅要了解公司的基本情况，包括公司的财力物力人力以及市场占有力，了解市场的变化和市场运作的规则，我们组在市场的预测和市场竞争中出局。对企业经营者来说，接手一个企业时，需要对企业有一个基本的了解，包括股东期望、企业目前的财务状况、市场占有率、产品、生产设施、盈利能力等。

企业在一个开放的市场环境中生存，企业之间的竞争需要遵循一定的规则。综合市场竞争及企业运营所涉及的方面，需要注意八个主要问题，即市场划分与市场准入；交通运输的选择、路线选择与租赁；招聘人员与办公室的选择，市场开发，融资贷款与贴现。

在最初的操作中，我们不熟练到熟练，虽然操作熟练了，但是草错过程中欠佳考虑，导致经营失败。

总体来看，在分析预测资料阶段，我们没有很好把握市场发展趋势，对公司发展缺乏长远计划，影响新市场的开发，还有就是资金不足，经营不下去。其次，是交通运输，路线选择、和运输调度上出先问题，尤其是调度上用时间导致后面的时间超时。

在经营过程中，我们经历了初期组建、短暂磨合、逐渐形成团队默契，进入协助状态。其中有各自为战导致的效率低下、无效沟通引起的争论不休、在整合的过程中，也学会了换位思考，为更好的团队合作打下基础。在这里，每个角色都要以企业总体最优为出发点，各司其职，相互协作，才能赢得竞争，实现目标。在组织的全体成员有共同愿景、朝着共同的绩效目标、遵守相应的工作规范、彼此信任和支持的氛围下，企业更容易取得成功。

竞争很激烈，没有续约，不中标，那么这个企业就没有经营下去的理由。市场竞争是激烈的，也是不可避免的，但竞争并不意味着你死我活。寻求与竞争对手之间的双赢、共赢才是企业发展的长久之道。这就要求企业知己知彼，在市场分析和竞争对手分析上做足文章，在竞争中寻求合作，企业才会有无限的发展机遇，市场也会稳定积极的发展。

我觉得，作为经营者，诚信很重要，若果不能及时交货，那就是违约，就要付违约金，着对于企业的形象，是一笔不小损失。如果这个季度你违约了，那就很难有续约，保持稳定的客户是很重要的。

经过半个学期的沙盘体验，让我成长了许多。在这个过程中，我学到了很多书本上所无法学到的知识，真切地感受到公司经营的实际状况，这将对我以后走进社会，走进企业，有很大的帮助。还领悟到，游戏就是生活，每个人应做好自己的人生规划，不要走一步算一步，做好每一天，为以后的成功铺下基石。机会总是给有准备的人的！

对于这次的学习，我在管理方面有了一个全新的认识，它并不只是一个简单的生产和销售过程，它需要的`更多。我们必须准确及时地了解市场的变化，争取有竞争力的市场份额，又要熟悉市场规则，还要不断地提高业务素质和业务能力，同时还需要一个高绩效的管理团队相配合，才能在激烈的市场竞争中独树一帜。

我明白了只有理论没有实践是不行的，成功之路在于不断的实践，同时，也明白了社会在时时刻刻关注着我们，复杂的工作在等待着我们，我相信此次沙盘将会是我走向社会的一个很好路标。

上灶心得体会篇7

20xx年3月14日，这个伟大的日子，是我生平第一次进行认知实习，今天的任务是参观资环学院的一系列实验室，主要包括：服装设计工程实验室、染整实验室、污染控制实验室、皮革生产实验室。 在参观的过程中，我认识了很多大型仪器，例如，sbr反应器，去肉机等。从皮革在水场的准备工作到湿工段时的染色，鞣质，填充，再至涂饰设计，一系列生产过程中的每一道工序都紧密相连，而且各方面都极其精密。现在染整的效率已经达到了每天30万米，但工作人员仍认为这样的效率不够高，并在努力的提高效率。各个实验室的仪器丰富且精密，他为我们的学生提供了良好的学习条件，在这里我从展览室中看到了资环学院学生的强大，一件件成品，皮鞋，皮包及各种布料等，种种都给我们这些外行带来了惊喜，并从这次实习中深刻认识到了各专业之间都是紧密相连的，我们应该各方面都有所闻，有所知。

这不仅仅代表着资环学院的强大，而是象征着我国皮革业的强悍，技术水平的强大，这足以证明我国在发展在壮大。

但是为什么皮革会发展的这么好呢？这是我们应该思考的问题。其中，技术起着巨大的作用，但是这只是众多因素中的一项。服装设计中，我们要学会利用原料，取自于生活，用之于生活；设计者要有独特的思想，大胆创新，不拘泥于现有的事物，将服装的款式设计的大胆新颖加之以独特的做工。除此之外，我们各方面人才的相互合作，相互交流，也是极其重要的，这里的工作人员要紧随时代潮流，紧跟时代变化，将自己的思想充分的表现出来，并使产品得到充分的优化。

这不仅仅是资环学院的学生应该具备的，我认为，作为一名电子信息工程专业的学生，这些品质是应该具备的，我们应该从他们的身上有所启发，汲取有用的东西运用在自己的学习中，可能并不是所有的专业知识对我们都有用，但是或许他们的思维方式会对我们有大影响。在以后的学习中，我们要大胆创新，不要被传统思维束缚住，在科学的领域，向别人不曾想过的东西，做别人不曾做过的。只有这样，我们才会略胜别人一筹，鹤立鸡群。

上灶心得体会篇8

似水流年，今天的我们已不再是过家家的小朋友，今天的我们已不再是那只会朗读床前明月光的小学生;今天的我们已告别童年，走向青春。带着对未来的憧憬，我们来到了龙中，走进了初一生活。

开学已经一周了，对新的环境有了一定的了解。面对初一生活也有许多感受。

上初一了，第一感觉是新鲜。校园时那样干净整洁、绿树成荫;老师讲课时那样富有活力、引人入胜;同学们相处得是那样融洽、愉快。这一切都与小学有着很大的差异，使我感到无比新鲜、有趣。

上初一了，第二感觉是对未来的向往与憧憬。开学典礼上，我怀着激动的心情把美好的愿望写在了气球上，放飞到蓝天。大家的愿望各色各样，有的希望做个音乐家，把中国的传统音乐推向世界;有的希望做个记者，让全人类都为中国今天的飞速发展而惊叹;有的希望做个文学家，让人们听到社会角落里的弱小声音……理想要通过行动才能实现，初中这三年，我们会给未来打下坚实的基础，朝目标一步步迈进。

上初一了，再有的感觉便是紧张。在中学，并且还是在优秀的班级，学习的竞争相当激烈，从而也会有一定的压力。稍不留神成绩就会拉在队伍后面，所以丝毫不能放松，要时时都处在学习状态。我们必须要适应这种紧张的学习气氛才能在三年的学习中取得成绩。

上初一了，既激动又期待还紧张。但无论如何，从一点一滴做起，尽快融入到新生活中，让我们以昂扬的心态去面对初一生活。

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！