# 英语实训课心得体会范文（15篇）

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-09-12

*心得体会可以帮助我们准确地认识自己，了解自己在某个方面的成长和进步。注意语言的简洁明了，条理清晰，不要过多使用难懂的词汇和长句。以下是一些经典的心得体会范文，希望能给大家写作提供借鉴和参考的思路。英语实训课心得体会篇一随着全球化进程不断加深...*

心得体会可以帮助我们准确地认识自己，了解自己在某个方面的成长和进步。注意语言的简洁明了，条理清晰，不要过多使用难懂的词汇和长句。以下是一些经典的心得体会范文，希望能给大家写作提供借鉴和参考的思路。

**英语实训课心得体会篇一**

随着全球化进程不断加深，英语的地位越来越重要，越来越多的人开始学习英语，为了更好地提高英语水平，我参加了这次英语视听说实训课程，这节课让我获益匪浅。在这篇文章中，我将分享我的心得和体会，给其他想要学好英语的人一些启发和指导。

第一段：课程内容及愉快的学习体验。

这节课程的目的是提高我们的英语视听说能力，通过多媒体教学、模拟演练和实际应用，让我们更好地理解和使用英语。我们在这个课堂环境中，学习了各种英语拼读技巧，并通过模拟对话和听力测试来磨练我们的英语听力和口语表达能力。在课堂上，我们通过小组合作学习和互动讨论等多种方式，愉快地学习了英语知识，不知不觉中提高了我们的英语水平。

第二段：积极的学习态度和适时的反馈。

这次课程中，我学到了很多新的英语单词和短语，同时也掌握了一些英语学习的技巧和方法。在课堂上，老师们时不时地提醒我们听讲、做好笔记，同时也会及时给我们反馈，指出我们在学习中存在的问题，并给我们提供建设性的意见和建议。这样我们就可以避免在学习过程中走弯路，更好地掌握知识，并将其应用到实际生活中。

第三段：课程的实用性和创造性。

这节课程的教学内容实用性很强，主要包括词汇、语法和口语表达等方面。虽然教学内容大多来自课本，但老师们却将其发挥了最大的创造力，通过多媒体教学、实际模拟和演练等方式，使得每一位学生都可以沉浸在课程中，充分感受到英语学习的魅力。在这个过程中，我们学会了怎样应对不同的场景和交流环境，培养了我们的口语表达能力，更重要的是，让我们对英语的学习充满了信心和热情。

第四段：激发学习兴趣和提高动力。

在这次课程学习中，我们参加了各种各样的实践活动，例如口语练习、听力测试、英语电影欣赏等等。通过这些实践活动，我们不仅能够加深理解、提高英语水平，而且还可以激发我们的学习兴趣和提高我们的学习动力。在这个过程中，我们可以感受到从学习中获取到的快乐和满足感，这将极大地激发我们的学习热情和动力，让我们更加积极主动地学习英语。

第五段：总结和未来的展望。

总结起来，这次英语视听说实训课程让我受益匪浅，不仅提高了我的英语水平，而且也让我领略到英语学习的魅力和乐趣，让我对英语的学习更加充满了信心和热情。同时，我也深感英语学习需要不断地努力和坚持，希望在未来的学习中，我可以更加地努力，不断地提高英语水平，更好地应对未来的学习和生活挑战。

**英语实训课心得体会篇二**

英语歌曲实训课是一种非常有趣的学习方法，不仅能够提高英语听力、口语能力，同时还可以帮助我们更好地理解歌曲中所蕴含的情感和文化背景。在这篇文章中，我希望能够分享我在英语歌曲实训课上的心得体会，以及这门课程对我英语学习的影响。

第二段：学习方法。

英语歌曲实训课的学习方法相对比较自由，专业的老师会为我们选择一首经典的英文歌曲，然后带领我们用老师提供的歌词和翻译，跟着曲子一起唱哼、一起理解歌曲中的情感。这种学习方法对于我这种语言基础较弱的学生来说非常有帮助，因为在唱哼中我可以边跟着老师唱，边读出歌词，同时积累更多的词汇量和语法知识。

第三段：提高口语能力。

我从小就非常喜欢听歌，在课堂上我会认真聆听歌曲，努力跟着节奏和调子唱哼。通过英语歌曲实训课，我能更好地掌握英语的语调和发音，学会如何准确地表达不同情感。在实训课上，我有机会不断磨练自己的口语能力，更好地展现自己，让自己的英语能力水平得到全面提升。

第四段：加深对英文文化和情感的理解。

在英语歌曲实训课上，老师会带着我们一起去了解歌曲中所表达的含义。歌曲不仅是一种语言，更是一种文化表达和情感传递的方式。通过学习英语歌曲，我能够更深入地了解英美文化，更好地理解它所表达的各种情感，如爱、友情、心碎等等。这对我以后的英语学习和生活中的人际关系都有很大的帮助和启示。

第五段：结论。

总的来说，英语歌曲实训课是一种非常有趣而有效的学习方法，它不仅可以提高我们的英语听力、口语能力，更能让我们更深入地了解英美文化和情感表达。通过学习英语歌曲，我感到自己的英语水平得到了质的提升，对自己的未来充满了信心。我相信，只要我们坚持不懈地学习和努力，就一定能够取得更令人满意的成果。

转载自 faNwEN.CHaZidiaN.Com

**英语实训课心得体会篇三**

作为一名大学生，英语的学习是必须要重视的。而在学习英语当中，提高英语的听说能力是非常重要的一步。在我的大学学习中，我选择了参加英语视听说实训课程来增强其听说能力。经过一系列的学习和训练，我的英语听说能力得到了较大的提高。

第二段：课程的特点。

英语视听说实训课程的特点是采用全英文授课、以听说为主。通过开设的课堂讲解、小组讨论、语音练习、阅读理解和口语表达等多种教学方式，让每一个学生都能够接受到全方位的英语视听说训练。课程内容简洁实用，很好地践行了“实用先行”的教学理念。

第三段：实训课程的优点。

英语视听说实训课程对于学生的英语能力的提高有着巨大的作用。其一，通过多次的语音练习和口语表达的训练，可以使学生的口语表达变得更加自然、流畅。其二，开设了阅读理解的课程，让学生可以学习到英语文章的阅读方法和技巧，增强了自己的阅读和理解能力。其三，小组讨论和课堂表达也是帮助学生形成英语思维和自信的重要环节。

第四段：个人收获。

对于我个人来说，英语视听说实训课程带给我的最大收获就是自信。以前，我在英语课上经常害怕回答老师的问题，因为害怕自己的答案不正确，害怕会被同学嘲笑。然而，在课程的多次训练中，我学会了如何抬头挺胸地用英语与别人交流，没有了惧怕和顾虑。同时，在训练中我也学习到了更多的词汇和表达方式，更好地与外国人交流，受益匪浅。

第五段：总结。

英语视听说实训课程对于提高学生的英语能力有着重要的作用。通过每天刻苦训练，在说英语时，我的语速、语调、语感有了很大的改善，能够更好地展现自己的英语实力。总之，我觉得这一门课程是非常值得一上的，不仅可以增强英语听说能力，也可以增加自信心，为将来的学习和工作打下基础。

**英语实训课心得体会篇四**

第一段：引言（150字）。

我作为一名初中英语老师，在英语七年级实训课程中有了宝贵的学习经验和心得体会。这门实训课程旨在帮助学生提高英语听说能力，并培养他们的交际能力。在实训课程中，我与学生一起通过各种实际的交际活动，提高他们的英语水平。在这篇文章中，我将分享我在这门课程中学到的关于英语教学的宝贵心得。

第二段：方法与手段（250字）。

在实训课上，我采用了多种方法和手段来帮助学生提高他们的英语听说能力。首先，我运用了反复操练的方法。通过反复的听说练习，学生可以更好地掌握英语的发音和句子结构。其次，我积极利用多媒体教学手段，如视频和音频材料。通过这些材料，我可以让学生在真实的情境中学习英语，提高他们的听力和口语能力。此外，我还组织了各类角色扮演和小组讨论活动。通过这些活动，我培养了学生的交际能力和团队合作精神。最后，我鼓励学生自主学习和探索。我鼓励他们阅读英语原版书籍和参与英语角活动，激发他们对英语学习的兴趣。

第三段：效果与成果（300字）。

通过这门实训课程，学生们的英语听说能力得到了明显的提高。他们学会了更多的常用词汇和句型，并且能够更流利地表达自己的意见。同时，他们也变得更加自信和积极参与英语课堂活动。在实训课程中，我经常组织学生进行小组讨论和角色扮演，在这些活动中学生们能够更好地运用英语进行交流。通过这些实际的交际活动，学生们的英语口语能力得到了显著提高。此外，我还收集了学生们的口语表现，发现大部分学生的发音和语法错误有所改善。他们变得更加注意细节，尽力避免这些错误发生。

第四段：反思与反馈（300字）。

在实训课程中，我也遇到了一些挑战和困难。首先，由于学生的英语水平参差不齐，我不得不根据每个学生的实际情况调整教学策略。这需要我不断了解每个学生的学习需求，并提供适合他们的个性化教学。其次，我发现有些学生对学习英语缺乏兴趣和动力。为了激发他们学习的兴趣，我经常组织英语角活动和其他有趣的学习方式，以吸引他们的注意力和参与程度。最后，我还需要在课堂上进行更有效的时间安排和课程设计。有时候，我会尝试一些新的教学方法和活动，但并不总是能达到预期的效果。因此，我需要时刻反思自己的教学方法和手段，并据此调整课程内容和安排。

第五段：总结（200字）。

通过这门实训课程，我意识到英语教学需要在语言的基础上更注重交际能力的培养。通过各种实际的交际活动，学生们可以更好地掌握英语，并在真实的情境中运用所学知识。同时，我也意识到教学过程中需要不断反思和调整教学策略，以适应学生的学习需求和教学目标。通过这门实训课程，我汲取了丰富的教学经验和心得体会，我相信这对我今后的英语教学会有积极的影响。同时，我也希望能够继续探索和尝试更好的英语教学方法，为学生提供更优质的教育服务。

**英语实训课心得体会篇五**

近年来，随着国内对于英语语言的重视日益提升，职业英语实训课也逐渐成为了高教实践教学的一种重要形式。对于那些想要迎合职场需求，提升自身语言和职业技能的学生们来说，选择参加职业英语实训课是一个非常明智的决定。在我最近一次参加职业英语实训课程时，我深深地感受到这门课程所带给我的快乐与收获，现在，我希望可以在这篇文章中与大家分享我的心得体会。

首先，我想要说一下我对于职业英语实训课的启示。我发现这些课程不仅可以帮助我们提升语言能力，更重要的是让我们了解专业知识。在职业英语课上，老师们通常会教授一些与我们“专业”相关的内容，例如商业谈判、跨文化交流等等。这不仅帮助我们在以后的职业生涯中更加得心应手，还让我们了解了各种不同的职业和行业，提高了我们的专业素养。

其次，我对于职业英语实训课的环境与氛围非常满意。老师们非常尽职尽责地教授我们语音、语法和单词等方面的知识，并配合各种多媒体设备进行教学。而且，在课程的互动环节中，我们也可以自由交流思想和理念。这些对于我们来说是非常宝贵的学习机会，让我们学到了很多在正式课堂中无法学到的东西。

第三，我还发现职业英语实训课有许多关于技能的培训，如口语训练和写作技巧等。作为一个有志从事商业行业的学生，我非常注重职业能力的提升，这些技能训练正好能够满足我的需要。对于口语方面，我们通常会进行模拟角色扮演，训练我们在跨文化谈判中的口语能力。对于写作技巧方面，我们通常会进行小组讨论，并进行各种写作实践。这些训练不仅帮助我们提高了实践能力，还让我们感受到了“专业人士”的气息。

第四，通过职业英语实训课，我还结识了一大批志同道合的同学。我们互相分享职业经验和学习策略，相互帮助和支持。这为我们搭建了一个良好的学习和成长的平台，让我们在未来面临工作和职场挑战时更有信心和勇气。

最后，和许多学生们一样，职业英语实训课也让我更了解了自己。在实践中，我发现我的英语水平和职场技能还有进一步提升的空间，而且也确立了我未来的职业方向。这些也不断地鞭策着我走向未来的职场，并不断地提升自己。职业英语实训课是我看到自己潜能的一扇窗户，让我意识到自己还有许多可以改进和提高的地方。

总之，职业英语实训课程对于现代人来说具有非常重要的意义。无论是就业方向还是职业发展，学习职业英语都是一项必不可少的技能。通过职业英语实训课程，我们可以不断探索自己的潜力和可能性，并在技能和知识方面得到提升。在这里，我想要对我的职业英语实训课道一声谢谢，让我感受到了它带给我的快乐、成长和收获！

**英语实训课心得体会篇六**

作为一名英语专业的学生，在英语歌曲实训课程上的学习给我留下了深刻的体会。这门课程不仅仅是一次简单的歌曲欣赏，更是在英语语言学习方面的一次实践。在这个课程中，我学习了如何通过歌曲来提高自己的英语听力、口语能力，同时也学会了如何更好地理解英语歌曲所传递的文化内涵。

第二段：认识歌曲。

在这门课程中，我首先要做的事情就是认真听歌曲并且理解歌词。每一首英语歌曲都有其独特的背景和文化内涵，要完全理解歌曲的意义需要我们不断地学习和探究。除了在课堂上老师的详细介绍，我也会在放学后通过网络搜索相关的资源来加深我对歌曲的了解。通过对歌曲的认识，我对英语歌曲的挑选和欣赏有了更深刻和准确的认识。

第三段：分析歌曲。

在对歌曲有了一定认识的基础上，我开始着手分析歌曲。其中涉及到的要素包括：词汇、语法、韵律、情感等。以著名的TheBeatles乐队的歌曲《LetItBe》为例，我深入了解了词汇和语法方面的知识，如词汇“whisper”,“brokenhearted”，语法“whenthenightiscloudy”等等。同时，我也了解到了歌曲中所传递的深刻情感和宽广人生哲理，帮助我更清晰地理解和欣赏英语歌曲的魅力。

第四段：练习口语。

在掌握歌曲基本信息和语言知识的基础上，我便开始进行口语练习。在课上，我们利用独唱和合唱的方式来提高英语口语水平。通过与同学互动，在歌曲的旋律和语音语调的帮助下，我们对发音、语音语调、语速等多方面进行了练习，使我们的英语口语有了明显的提高。

第五段：总结。

通过本门课程的学习，我深入了解了英语歌曲的背景和文化内涵，掌握了分析英语歌曲的技巧，并通过歌曲练习提高了自己的英语听力和口语水平。除了对英语语言学习的帮助，更重要的是，我在不同的英语歌曲中感受到了不同的文化特色，感受到了艺术和语言的结合。这一经历对于我将来的英语学习和工作生涯都是非常有益的。

**英语实训课心得体会篇七**

在大学期间，我有幸参加了职业英语实训课程，并在这门课程中取得了一定的收获。本文将分享我在职业英语实训课上所学到的知识以及我的体会与想法。希望能对读者有所启示和指导。

第二段：课程内容。

在职业英语实训课中，我学习到了很多专业术语和与工作相关的语言表达。例如，在外贸领域中，了解和掌握贸易术语是必不可少的。在此课程中，我们学习了如何书写、撰写和解释各种商务文件，比如合同、发票和提单等。此外，我们还学习了基础的商务口语和邮件写作技巧，这对我未来求职和工作都有重要的意义。

第三段：实践环节。

除了课堂学习，职业英语实训课程还有一些实践环节。在我的课程中，我们进行了模拟面试和商务会议，并进行了英文演讲。这些实践环节不仅让我们在模拟情境中积累经验，还帮助我们锻炼自己的表达能力和思维方式。在这个过程中，我学到了如何组织语言、处理信息和沟通交流。这些技能不仅适用于职业生涯，也对个人成长有着重要的影响。

第四段：教学方法。

在职业英语实训课上，老师采取了多种教学方法。他们在讲解语言知识和实践技巧的同时，还帮助我们纠正语音语调、提高听说读写能力。他们还鼓励我们自主学习，提供各种学习资源，如电子书、录音和视频资料。这种开放性和创新性的教学方法，让我们在课程中感受到了学习的乐趣。

第五段：收获与反思。

在职业英语实训课程中，我不仅学到了与职业生涯相关的语言和技能，更重要的是，在这门课程中我培养了自信和勇气。通过与同学的交流、与老师的互动以及实践课程中的表现，我收获了对自己的认识和对未来的信心。我也认识到自己的不足，比如需要更多的练习和反思，来提高自己的表达和沟通能力。总之，我非常感谢这门课程带给我的启示和帮助。

结语：

在职业英语实训课程中，我收获了许多，包括知识、技能和自信。这门课程对我的职业生涯和个人成长都有着重要的影响。我相信，在不断学习和实践的过程中，我会更加成熟和自信地迎接未来的挑战。

**英语实训课心得体会篇八**

进入初中学习的第一个学期，英语实训课成为我最喜欢的一门课程。通过这一学期的学习，我获得了很多知识，提高了自己的英语水平，同时也收获了许多宝贵的心得体会。

第一段：掌握学习方法。

英语实训课给我们提供了很多学习方法。老师教给我们如何有效地记忆单词和短语，如何通过阅读提高阅读理解能力，如何用正确的语法和句式表达自己的观点。这些方法都帮助我们建立了良好的学习习惯，使我们在学习英语的过程中更加得心应手。

第二段：培养自主学习能力。

英语实训课鼓励我们主动参与课堂活动，提高自己的语言运用能力。老师会经常提出问题，鼓励我们互相讨论和交流。在这个过程中，我学会了如何自主学习，如何利用课外时间听英语广播，看英语电影或者阅读英语文章。这些自主学习的机会让我更加喜欢英语，也激发了我进一步学习的动力。

第三段：拓宽视野。

英语实训课给我带来了很多有关英语国家和文化的知识。通过观看英语电影和听英文歌曲，我了解了英语国家的风土人情，也更加了解了英语的魅力和广泛应用。课上我还了解了许多国外名人和历史事件，让我对英语国家的历史和文化有了更加深入的认识。

第四段：提高英语口语能力。

英语实训课强调口语训练，为我们提供了很多练习口语的机会。在课堂上，老师会安排小组活动和角色扮演，让我们能够实际运用所学的知识。这样的练习让我更加自信地和他人用英语交流，提高了我的英语口语能力。

第五段：形成团队合作精神。

英语实训课提倡团队合作，鼓励我们互相帮助和支持。在小组活动中，我们需要合理分工，协作完成任务。通过与同学的合作，我不仅学到了更多的知识，还体会到了团队合作的重要性。我相信，在今后的学习和工作中，这种团队合作的精神将对我起到积极的促进作用。

通过英语七年级实训课的学习，我不仅学到了更多的词汇和语法知识，还提高了自己的口语表达能力和阅读理解能力。更重要的是，我学会了如何有效地学习和自主学习，培养了自己的学习兴趣和学习动力。我相信，这些在实训课中获得的经验和能力将对我今后的学习和生活产生积极的影响。我会继续保持良好的学习习惯，不断提高自己的英语水平，追求更高的学习目标。

**英语实训课心得体会篇九**

自从进入中学以来，我一直以来都觉得学习英语是一件枯燥无味的事情。然而，在英语七年级实训课上的一段学习经历却彻底改变了我的想法。通过这次实训课的学习，我不仅提高了英语口语和听力水平，而且收获了许多其他方面的东西，这令我对英语学习充满了兴趣。

第二段：实训课的特点和优势。

英语七年级实训课的特点是课堂活动丰富多样。老师采用了许多有趣的互动形式，如角色扮演、小组合作和英语游戏等，这使得课堂更加生动活泼。此外，实训课还注重培养学生的英语口语和听力能力。老师会鼓励我们积极参与对话，并指出我们在发音、语法和用词等方面的不足之处，帮助我们纠正错误并提高自己。这种一对一的指导和反馈让我们能够更好地吸收知识并快速提高自己的英语水平。

第三段：我在实训课中的收获。

在这次实训课中，我获得了很多收获。首先，我学会了更好地理解和运用英语语法知识，特别是动词的时态和名词的单复数。通过不断练习，我能够更加自信地正确使用这些语法知识。其次，我改善了自己的听力技巧。在课堂上，我们经常进行听力训练，通过听取不同来源的英语材料，我逐渐提高了自己的听力水平，并能够更好地理解和理解听到的内容。此外，我还发现了一种更加高效的记忆方法——语言连接法。通过将新学到的单词和句子与已知的知识和经验联系起来，我能够更好地记住和应用所学的内容。

第四段：实训课对我英语学习的影响。

英语七年级实训课对我的英语学习产生了积极的影响。首先，我的英语口语能力得到了显著提升。以前，我总是害怕在公开场合说英语，因为我担心自己会发音不准确或用词不当。但现在，我大胆地参与课堂对话和演讲，虽然还有一些错误，但我已经不再害怕犯错，反而更加自信了。这让我更加愿意积极参与英语活动，提高自己的口语表达能力。另外，我的听力水平也得到了很大的提高。实训课中的听力训练和反馈帮助我逐渐熟悉了常见的英语口音和语速，我能够更好地理解英语母语人士的对话。

第五段：结尾。

通过英语七年级实训课的学习，我不仅提高了自己的英语水平，更发现了英语学习的乐趣。在实训课中，我学会了更好地运用英语语法、听力技巧和记忆方法，提高了自己的口语能力和听力水平。通过这次实训课的学习，我对英语学习充满了兴趣，并希望能够继续努力提升自己的英语能力。总的来说，我感谢实训课的教学方式和方法，它们让我变得更加热爱并享受英语学习的过程。

**英语实训课心得体会篇十**

时光飞逝，转眼间，我们已经步入了第三学年，所学的内容都是x课，其中会计实训是非常重要的课程，经过前几学期对基础会计和企业会计的学习，会计实训是由理论到实际x作的重要转变。

会计这种职业，在理论研究方面，并不需要多少人，需要的是实际x作好、x技能强的人才。尤其作为职业院校学生，技能是我们的立足之本，所以上好会计实训课尤为重要。

从一开始的做会计分录，到填写记账凭，然后登记账簿，再是结帐，对账，编制报表，装订等一系列繁琐的工作，由几个人来完成，其中的x甜苦辣，只有经历过了，才正真的了解到什么是会计。原来会计工作并没有想象中的那么简单，那么轻闲。

会计实训的上课方式，让我觉得很有趣，是三个人一组分岗位进行，有出纳岗位，有综合会计岗位和主管岗位。我做的.是主管岗位，在小组内全面负责财务工作，会计稽核，负责科目汇总表的编制，总账的登记，会计报表的编制，以及帮助组员进行工作。上会计实训课，要有“上学如上班，上课如上岗”的意识。“精于计算，善于管理，勤于理财”是我们的岗训。“我说行一定行，说我行我就行，我自信我成功”是我们不变的信念。在课前要准备好物品，作为会计，丢三落四可不行！上可过程中一定要集中经历，紧跟老师的思路，稍不留神，就不知道接下来要做什么了，要赶上，就更不容易了。当然还要有团队合作精神，一定要吧自己的工作做正确做好，才能让后面同学的工作顺利进行。

登记账簿是最考验人细心和耐心的。我做主管岗位，要根据前面出纳做的记账凭x，登记丁字账，汇总，在登记总账，稍有疏忽，就要返工，一大堆数字加加减减，真是算的头都大了。在账页上的文字数字一定要准确清晰，如果写错要用划线更正，再加盖人命章。再后来，编制会计报表时，一定要把公式弄清楚。最后将凭x装订，整理账簿，工作就算基本完成了。而像上面说的这些x作流程一样，我们这个学期就做了三遍。第一遍是老师带着做，第二遍是主管带着，第三遍就要考自己了。一套题有38项业务，工作量可想而知。“只有经历过，才知道其中的滋味”，对我而言，可以说通过上会计实训课，真真切切的让我了解了什么是会计，让我对会计的观点也有了本质的改变，会计不仅仅是一份职业，更是一份细心+一份耐心+一份责任心=人生价值的诠释。

希望在接下来为期不多的在校学习中，多上会计实训，以便让我们能不断的查漏补缺，这样更能帮助我们会计x的学生学好会计这门课，为走上社会奠定良好的基础。

**英语实训课心得体会篇十一**

为期两个月的保险实训，除了收获到一段快乐充实，令人难忘的时光，还学到书本以外的知识，赢得开启通往社会之路大门的五把金钥匙：

“精诚所至，金石为开”，当人处于一个陌生的环境时，用什么去打开别人的心灵，得到别人的认可？真诚！记得踏入xx的第一天，刚离开人力资源部的会议室我就被一位态度严谨的男子领进了个人业务部，故做镇定的我心里底气不足，因为陌生的面孔和新鲜的环境即将闯入我的世界，而我也要撞入他们熟悉的环境中。但这种心理在十分钟后就消失了，宽敞明亮、温度适宜的办公室，态度和蔼、诚恳可亲的同事，亲切的问候，亲和的微笑和串串欢迎的语句，顿时令我感动不已，我觉得办公室里荡着一缕甜蜜--真诚！从那时刻起，我方才领略到保险公司为何把诚信放在首位。真诚是生存的前提，守信是发展的根源！公司如此，做人亦是，由此，颔首微笑，问候请教就成了我这个月的实习行为规范，我想真诚应是自我价值实现的第一步！

在保险公司，部门与部门之间，个人和个人之间应该是分工合作关系，在我的实习部门，我觉得每个成员的独立工作能力很强，但合作精神却处处体现。分工的同时需要沟通，否则就无法实现既定目标，无法让工作完成得更出色。新人上道，自然容易多犯错。我认真做好每件事尽管还是会出小差错，还是会心慌，但我会及时与部门里的同事沟通，及时获得他们的帮助！

激情与耐心就似火与水的较量，往往火的激情总是容易被水的耐性所控制，工作亦如此，这是激情与耐心必须并存的事情。初进办公室，我的心情是激动兴奋的，这应该是我幻想许久，畏惧又期待的社会生活。学者常说大学是半个社会，那这里就是完整的社会，尽管我仍未够资格做一个社会人但我是用一种完全社会人的心态来接受这一个月的考验。激情澎湃有点夸张但我是充满激情地过完这个月，可是，除了对工作的激情外，我深刻地认识到耐心的重要性。光有激情没有耐心做出来的工作是浮躁的，只有耐心缺乏激情做出来的工作质量是底下的。尤其对于是实习生而言，许多人说实习类似于“打杂”，搞卫生、整理办公室文件、复印、打字、传送文件……来公司之前，我已有充分的心理准备，书记在动员大会上教育我们要做好每件小事情，在部门的工作做得越多也就学得越多，更觉得同事交付更多的工作则代表他们对我的器重和恩宠更多。

技术大家可以学，但创新却只属于你自己！这是自我价值实现的最佳方法。每个方案的设计，每项工作的展开，都不能离开创新，而这个对于我们部门的各成员来说，我是望尘莫及的。因此，做工作的时候我难免会做些弯路，不能做得尽善尽美，幸亏经理和同事指点迷津，才让我不至于陷入艰难状况。保险公司向来是个招贤纳士，广纳百川的地方。所以进入人寿就感觉进入了精英荟萃的殿堂，深深的感到自己知识的欠缺，不仅表现为专业知识，综合知识更是有待提高。学有专精，重在一个项目的钻研与精通，但在这之外，更不妨有多项才能，所以“一技之长”变为“数技之长”，具备了一些技能创新必会层出不穷，工作必能左右逢源！

实训的目的也就是学习，学习书本之外的知识，学习社会和工作上的许多知识。“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”，只有行动才能让正确的理论和方法得以吸收和理解。但在保险公司更加强调行动的积极性，想法的先进性，被动的学习工作，效果是低下的，所以，我们需要主动出击。只有主动出击才能使许多问题迎刃而解，许多知识才能尽快享用！在实习期间，我觉得这一点我做的不足，总是怕打扰同事的工作，所以不敢贸然请教他们关于工作之外的保险知识和工作经验，从而使我错失了许多宝贵的求知经验。在以后的日子里，我定会吸取此次教训，主动出击，把握更多机会，获得更多知识和经验。

这次实训把我们从学校纯理论学习中拉到了在实践中学习的环境。一进入岗位，我们意识到，该把学生时代的野性收敛了。没有规矩无以成方圆，虽然公司没有老套的束缚，它有不可违反的规定，我们就应该严于律己，这样不仅可以遵守公司的规矩，对我们自己更有好处。与公司员工的相处中，我们也学到了待人、处事的态度、方式，有很多值得我们学习的地方。这次是我们用金钱买不到的机会，无论从工作、学习、做人上，我们都有很大的收获。

这次实训，与我而言是受益匪浅的，它不仅使我认识到自己的缺陷所在及以后的奋斗目标，更可贵的是以上的五把金钥匙对我今后人生的影响是举足轻重的。唯一遗憾的是，此次实习的时间较短，没能体验到在一线战场上营销保险的酸甜苦辣，但“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，在未来的日子里，我定会通过更多的渠道来锻炼自己。多读书，多学习，多求经验才是前途的保障！在此，特别感谢中国人寿烟台分公司一个月来的栽培！

**英语实训课心得体会篇十二**

这次的实训课上了八节课就结束了，这次是我有生以来碰到的第一次这样的课。让同学上讲台讲课，这种新颖的教学模式，出自教我们《思想政治教育学原理》的何其鑫老师。他和蔼可亲，教学质量好，深受广大师生的喜爱。这次的实训课让我受益匪浅，我非常喜欢这种教学模式。

我们这次实训课的内容是关于我校不文明现象的调查，以寝室为单位，并且撰写调查报告，最后由每个寝室派出一个代表，上台向同学们讲解自己寝室的调查报告，调查并写报告的时间为半个月，之后就开始讲解。这是一次内容丰富、形式多样、讲解生动的实训课，取得了很大的成功。

对于这次课，我有很多很多感触，也有很多很多想说的。下面我就说说其中最深的感触吧。

首先，这次实训课锻炼了我们的胆量。在这次实训课上，我看到了许多新面孔。平时在班上活跃的也就那么几个人，上讲台发表言论或者表演节目也就是比较活跃的那些同学，很多同学都不曾上过讲台，即使说话也是非常的小声，总是表现的很胆怯。可是这一次，我看到了不一样的景象，讲台上增加了许多新面孔。她们在台上落落大方，从容不迫，用自己优美生动的语言向同学们讲解她们的调查报告，更有甚者还与同学互动、采访老师等，一改平日的羞涩形象。

对于好几个同学来说，这次的讲课是她们第一次走上大学的讲台，她们用自己的行动证明了自己的勇气，让所有人都对她们刮目相看。正是因为这次的实训课为她们提供了一个平台，所以她们才有机会锻炼自己的胆量。效果很明显，那些胆小的同学克服了平时的胆怯，走上了讲台与同学们侃侃而谈。

其次，我学会了如何更好地分析问题。关于我校不文明现象的调查，我班同学从多个方面进行，如插队现象、食堂浪费现象、早餐垃圾遗留课桌问题、在公共场合穿拖鞋以及逃课等不文明现象。不同的方面，不同的分析方法，不同的思维角度是我们这次调查报告呈现出来的最大的特点。通过解说员对调查报告的讲解，我了解到了问题产生的原因，带来的不良影响以及解决措施等，也学到了应该怎样更好地去分析问题、解决问题，最后又通过何老师的点评，我更加能够知道我们的好处与不足，从而也知道了应该如何改进。总之，通过对调查报告的分析与讲解，我学会了如何更好地全面地分析问题，在以后的学习和工作中，更加提升自己的分析能力。

再次，我们的思维能力得到了锻炼。实训课上有一个环节是同学提问，这个环节让整堂课变得更加生动富有乐趣，也让我们的思维能力的到了锻炼。在课堂上，等解说员讲解完毕，同学们就可以向他(她)提问。有的同学提出了讲解员在讲解时出现的问题，或是该份调查报告的不足之处，有的就说出了自己对某个问题的不同看法，并给出相应的建议，最有趣的是当说道我们都很关心或是很敏感的话题时，教室就不再安静了，无数个同学纷纷站起来发表自己的看法，有的互相争论、反驳，最后不得不因为时间的关系而终止这场唇枪舌战。

我也积极参与其中，发表了很多观点，也提出了很多意见和建议。我发现在这堂实训课上，我的思维特别活跃，总是有很多问题出现在脑海中。究其原因还是这堂实训课的实际效果，它具有带动作用，很能带动同学们的热情，激发同学们的思维，让我们不断地思考问题。特别是对解说员来说，这种作用更大。一个解说员要解答那么多同学提出来的问题，有的问题还比较刁钻，这就需要有很强的应变能力了，条件是要有活跃的思维，反应要敏捷，这样才有可能在这场口水仗上功成身退。从讲解开始到提问环节结束者一过程当中，无论是讲解的同学还是观看的同学，都必须有一个良好的思维过程，这样才能顺利完成调查报告的讲解。通过这次实训课，我的思维能力得到了锻炼，也让我更加喜欢思考问题发表观点了，这样会让我很快乐。

最后，这次实训课激励了我更加努力的决心。实训课堂上讲解调查报告的同学，不是作为一个同学念稿，而是以老师的身份按照讲课的方式向同学们讲解。这样一来，每位“老师”讲课的方式就是把握这堂课的关键了。有的同学讲的娓娓动听，同学们听的聚精会神;有的同学讲的激情四溢，同学们也跟着容光焕发;但也有同学讲的平淡无奇，这时同学们就目光涣散了。从这里可以看出，上好一节课是不容易的，上好每一节课更是难上加难。在这个模拟课堂上，我看到了现实与理想的差距。我的理想就是当一名优秀的人民教师，可是以我现在的水平要实现这个理想是不可能的，所以我必须努力学习，不断加强自身能力素质，朝着自己的理想奋斗。这次课像一个警钟敲醒了我，我不能再泰然处之、坐以待毙了，我应该要奋斗了。大学时光一年已快过去，剩下的时间还有多少呢?“百川东到海，何时复西归?少壮不努力，老大徒伤悲。”这几句话时刻在我耳边响起。

本次的实训课给了我太多感受，三言两语不能尽其意。我希望以后还能上到这样的课，让我们在学习中感受到无穷的乐趣和启迪，并且得到锻炼。谢谢何老师给我上了一堂如此生动难忘的课，也谢谢同学们和我一起经历了这次的实训课。在以后的学习生活当中，我们要更加勤奋努力，为了美好的明天而奋斗。因为，我们都是思政人!

**英语实训课心得体会篇十三**

这次实验虽然只有短短的三天，但是实训内容特别丰富，而且通过这个实训我们都得到了知识上的复习和能力上的提高。正是因为这个实训，加深了我对植物营养学这门学科的了解，同时对我们专业的发展方向有了初步认识。这次实训不但巩固了我们平时所学，也为我们日后的专业工作提供了非常实际的便利。中国是一个缺乏能源的的国家，却又是一个最浪费能源的国家。比如人畜粪便及大量的有机污染物，假如充分利用起来的话，就是一种取之不尽用之不绝的优质能源资源，但假如弃之不用的话，它就成为了一种永无尽止地污染空气污染水体污染环境的废物。再比如，现在在我们的河流中漂浮着的蓝藻，一方面说明水质出了问题，但另一方面说明那水中富有有机养分，河下的泥土沃田最好，用这样的水灌溉农田能够增产粮食。因此，假如我们能够将原本弃之不用大量流入水中的有机废物利用科学技术来进行加工生产成为有机肥料的话，不仅能够为国家节省大量生产化肥所消耗掉的宝贵能源，更重要的是能够减少污染，逐步达到净化空气、水体和保持人类生存环境的生态平衡。

由于多年来的习惯改变，现在的农民已经不再衷情于传统的以人畜粪便为主的农家肥。多年来化肥的推广和普及已经使农民习惯了施用化肥的好处：表面上的干净、施用上的方便、效果的明显、储存上的简单等等，反正在他们眼里过去那种“以粮为纲”年代中施用那种又脏又臭又吃力的传统农家肥已经是白头宫女说天宝的陈年烂谷子事啦，而现代化就是机械化加化肥化。孰不知多年化肥用下来后，其效果是一年不如一年，其用量是一年强于一年，就象人用惯了霉素，就产生了抗体，药量越用越重，药效反而越来越差，多年下来，还造成土地板结化、肥力下降及地下水的`严重污染，而一旦发现后果之时，往往已成情况严重之势。针对于此，生物有机肥料应运而生。生物有机肥是指特定功能微生物与主要以动植物残体(如畜禽粪便、农作物秸秆等)为来源并经无害化处理、腐熟的有机物料复合而成的一类兼具微生物肥料和有机肥效应的肥料。生物有机肥的生产能将原本有害的事物无害化，而其使用又能提高土壤肥力、改良土壤结构，使作物增产，同时还能促进化肥的利用，提高化肥利用率。我们现在所学的植物营养学主要就是与此相关的。植物营养学是一门研究植物对营养物质的吸收，运输，转化和利用的规律及植物与外界环境之间营养物质和能量交换的学科，其主要目的是提高作物产量和改良产品质量。

实训过程中，我们不仅初步的了解了生物有机肥的制作工艺，更多的是学到了在有机肥行业的前辈们的经验指导。比如在江苏田娘农业科技有限公司，公司董事长高健浩给我们的讲话中，我们深刻体会到创业的艰难，但也得知生物有机肥的发展前景是美好的，而我们的专业将来也是有很大前途的。在江阴市联业生物科技有限公司，哪里的员工也给我们讲解了一些生产上的常识和技巧。

综上所述，通过这次实训，我了解了很多日后工作所需的基本技能，检验了平时所学习的基础知识，对植物营养这门学科有了更深刻的理解，这于我来说无疑是受益匪浅的。我相信，这次实训让我获得的经验、心得会促进我在以后的学习、工作中寻找到合理的方法和正确的方向。最后感谢学校为我们提供这样的实训机会。

**英语实训课心得体会篇十四**

在这个学期快要结束时，在学校财政金融系老师的组织下进行了为期一星期的实习，也是我们这届保险专业的是第一次实习。时间时是20xx年xx月xx日至20xx年xx月xx日，实习的专题是对保险专业认识的实习，实习的保险公司是xx财产保险股份有限公司xx分公司，地址是xx大厦。主要是对保险专业岗位的了解和岗位的体验。加深对保险实务专业的理解加强对保险专业理论学习与实践的结合，感受学校学习与社会实践的不同，为将来走出校门更好更快融入社会的工作和学习作准备。

第一天到xx实习，首先了解了xx保险的文化：“水”文化，凭借智慧，遵从规律。要做水一样的企业，随需而变。“随需而变”，水是平等的，没有哪一滴水比另一滴水高级。人与人之间唯一公平的筹码是生命，生命于每个人短暂而美好，所以说应珍惜每一天，所以说要“马上就办”；xx的家文化其实是“东西文化”，是东方的情感文化加上西方的绩效文化，即人与人之间就象家人般注重亲情、感情，但是绩效考核要严格量化到数据。薪酬与绩效挂钩，以此达到公平和平衡。这样的机制能使员工高绩效，公司高绩效，这样的xx是一个能给客户带来增值的xx，也是一个能给员工更多安全感的安邦。必将是一个有品牌的公司；xx希望形成一个庞大的网络，硬件是分支机构，软件是一流的人才。而最大的关联是国家，是社会。xx要对国家有贡献，回报社会，提倡分享。

xx和其它保险公司一样工作分为外勤和内勤，在内勤人员要具有三种业务能力：拓展能力；分析问题的能力；人际交往能力。

内勤工作是一门艺术，要做好内勤工作，首先要具备作为内勤的一些基本素质，如语言表达能力、文电处理能力、会务接待能力等，注意处理好一些工作上的矛盾。内勤工作没有盲区，只要领导工作有可能涉及的领域，内勤就必须积极配合、认真完成领导所交办的各项工作。

有点类似于文秘的性质，内勤工作职责：

1、协助领导草拟工作计划、总结和各类报告。

2、按要求汇总、统计、上报敌情、政情和治安情况。

3、即使准确统计有关数据，上报各种报表，做好日常考勤登记和出勤统计。

4、搞好文书材料收发、登记、阅办和分类管理工作。

5、做好资料、稳当、印章管理和文印工作。

6、负责全处财务报帐，会同户籍管理员搞好分管工作及办公室日常接待、管理工作。

我在xx实训的岗位是外勤，这主要是因为外勤很自由而且很有挑战性，也能学到很多知识其次是我喜欢在外面跑，而且我更喜欢做有挑战性的事，总之从个人兴趣上上讲我愿意做外勤所以毫不犹豫地选择了外勤这个岗位作为锻炼自己的平台，这也的确让我学到了许许多多的东西，可以说事我真真正接触到保险了解保险，更了解了外勤这个岗位，在这之中我也了解过内勤，但我还是更喜欢外勤的工作。这次实训由于时间的关系我们的实习也相对较浅。最终也达到了认识的目的。

**英语实训课心得体会篇十五**

这个炎热的夏天注定要带给我们不一样的回忆。

从第十六周开始，我们就进入了盼望已久的实习阶段。每天按时去八栋六楼实习，我们系称之为“上班”。不过，似乎真的给我们一种上班族的感觉。尽管烈日炎炎，我们一百四十多人就挤在一间教室里，而我们这组所在的地方连风扇都没有，但是我们还是坚持了十五天。也许前几天确实是带着几分新鲜感，但我想让我们坚持下去的更多的是一份责任，是我们对未来的这份工作的一种承诺。

十五天的时间不算太长，但给我们留下了一份宝贵的经验。我们在实习中学到了很多知识，也发现了自己诸多的不足之处。

实习磨炼了我们的意志，培养了我们的耐心。原本以为自己是一个很有耐心的人，但这次实习给我敲醒了警钟，其实我在这方面还是有待提高的。记得在建账时，由于没有经验，事先并没有考虑周全，账户随着实践的深入而不断调整、添加，最后账户名称的顺序全都被打乱了，导致登账时候工作量非常大，而且很繁琐。一个不留神就容易登错账，整页又得重做。有时候，辛辛苦苦工作了一个上午，下午才发现又出现了纰漏，又得重新开始。有好几次，我都想打退堂鼓，把它丢在一边算啦，简直就是挑战我的忍耐能力。当然，最后还是坚持下来了。所以，当我把账做好时心里有一种说不出的喜悦，我想如果没有那么艰难的过程，结果肯定会缺少一番滋味。

温故而知新也是这次实习中的一种收获。在实习过程中渐渐明白，原来上课时学的很多东西都是有着深刻的实践基础的。还记得大一时，我学账户结构的时候一直都不理解为什么要用不同的账户来登账，总觉得很抽象，当时为了考试只好死死地记住。通过实践，我终于了解到什么样的账用什么样的账户来登更为方便、直观。

有句话叫做“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，这次的实习似乎让我对它的理解又多了一分。一些平时看似很简单的业务处理起来也会遇到意想不到的困难。就在电算化的模拟实习中，我很不幸地在阴沟里翻了船。因为我知道电算化中的数据都是紧密相连的，牵一发而动全身，所以我在做的时候不停地提醒自己要小心谨慎，似乎也没有遇到什么困难。正当我庆幸把资产负债表和利润表做出来时，猛然发现它们与参考答案相距甚远，更麻烦的是我做出来的现金流量表居然没有任何数据。看来知道做是一回事，能否成功地做出来是另一回事了。今后我得在这方面多加练习，提高自己的动手能力。

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！