# 成长心得体会(汇总17篇)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2024-10-01

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。成长心得体会篇一成长是人生中不可避免的一...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**成长心得体会篇一**

成长是人生中不可避免的一部分，它伴随我们从婴儿到成年、从无知到明智的转变。在这个过程中，我学会了许多重要的道理，掌握了许多实用的技能，并体验到了成长的酸甜苦辣。以下是我个人的一些心得体会。

首先，成长是一个不断学习的过程。我曾经以为学习只是在学校为了考试而做的功课，然而随着岁月的流逝，我慢慢明白到学习是一种终身的习惯。通过学习，我不仅学到了知识，还培养了一种不断探索的精神，敢于面对困难和挑战。我学到了读书的方法和技巧，学会了独立思考和分析问题的能力。这些都是成长的重要组成部分。

其次，成长是一个积极面对变化的过程。人的成长离不开环境的变化和挑战的出现。有时候，这些变化可能会给我们带来困惑和痛苦，但是只有积极去适应和应对，我们才能跨过困难，实现自我价值。我记得从小学到初中的转变，我曾经感到无助和困惑，但是我学会了坚持和适应，积极面对新的环境和挑战。随着时间的推移，我逐渐适应了新的学习方式和生活方式，变得更加自信和成熟。

另外，成长是一个不断超越自我的过程。很多时候，我们会感到自己的能力有限，无法达到自己的目标。然而，只有不断超越自己，我们才能突破现状，实现梦想。世界上很多伟大的人都是通过不断超越自我，战胜困难，实现了自己的目标。比如，爱迪生曾经尝试了上千次才成功发明了电灯泡。正是因为他不怕失败，勇于超越自我，才取得了伟大的成果。因此，在我成长的过程中，我努力培养了自己的毅力和勇气，不断挑战自我，超越自我。

最后，成长是一个与他人互相帮助的过程。我相信，一个人的成长不仅仅是靠自己的力量，还离不开他人的支持和鼓励。在我成长的过程中，我遇到了许多关心和帮助我的人，比如家人、老师和朋友。他们对我进行督促和鼓励，帮助我树立正确的人生观和价值观。我也通过与他人合作和交流，学会了倾听和尊重他人的意见，培养了良好的人际关系。因此，我深知成长不仅是个人的事情，更是一个与他人相互影响的过程。

总结起来，我在成长过程中学到的最重要的道理是：成长是一个不断学习、积极面对变化、超越自我的过程，并需要与他人互相帮助。这些心得体会不仅适用于我个人的成长，也适用于每个人的成长。只有拥有这些信念和行动，我们才能在不断成长的过程中实现自己的价值，获得真正的自由和幸福。

**成长心得体会篇二**

每位家长都希望自己的孩子很优秀,包括我自己也希望自己的孩子在德、智、体、美各方面都表现得优秀些，可是如何把孩子教育好，是每个家长都要面临的复杂问题。在此，我简单地讲述一下自己对孩子教育的一点点体会。

我看过卢勤老师写的一本书，名字叫《把孩子培养成财富》，使我受益匪浅。卢勤是当代国内最懂孩子心的家庭教育专家，开创了有中国特色的家庭教育，也影响着新一代家长的教育理念，是新时代父母的家教指南。

现在的家长压力太大了，独生子女，所有的希望都在孩子身上，这意味着100%的成功和失败，孩子几乎成了大人的全部。在物质上给孩子的太多，在精神上却给孩子的太少，留给孩子财产容易，把孩子变成财富却不那么容易。所以我要呼吁广大的父母们，与其把财富留给孩子，不如把孩子培养成财富。

首先，我们的人生观要摆正，那，什么样的人生才是财富呢？快乐健康、积极向上、有成就感、劳动、创造、享受、生活幸福、家庭和睦、孝敬长辈，这样的人生才是社会的财富，是父母最大的精神财富，所以我们要赏识孩子、给她们自信、夸孩子、规范孩子的行为，永远不要和别的孩子比高低。只要今天比昨天有进步，就应该鼓励、肯定、祝贺。

“望子成龙、望女成凤”的心态，我们每位家长都存在，每个家长都希望自己的孩子成绩好，出类拔萃，给孩子过高的期望值。殊不知，家长越是这样,孩子就越有压力，考试就会紧张，发挥就会不好。记得杨璨羽刚上三年级的时候第一次考试，语文、数学都考了88分，回家后她没有马上告诉我成绩，而是不敢讲，后来等我问到她后才说：“我考的不好，两门都是88分”。当时，我也是在心里暗暗生气，一、二年级时最低也在90分以上啊，这次是怎么了?但静心一想后对孩子说：好啊，考的真好，我们家要发财了，给我考回来了四个“8”，“发发发发”啊。孩子一听好高兴啊，妈妈不但没有批评她，还表扬了她。听别人说，三年级是个坎，有个适应过程，不怪孩子。另外我也从自身分析原因：“以前我总是给她检查作业，是不是养成了依赖心理，从而缺乏独立思考的能力？”从此后我再不给她检查作业了，有困难时再来找我。渐渐的成绩就有了进步，在三年级其中考试时取得了全年级第一的好成绩。

心态决定成败，成长比成绩重要，不要给孩子太多的压力，毕竟小学成绩不稳定是很正常的。不要去埋怨、指责孩子，多对孩子说：“你真棒，太好了”。让孩子树立信心，大声喊出：“我能行”。

孩子的感受和他们的行为有直接的关系，孩子有好的感受才会有好的行为，我们要接受他们的感受。

每天睡觉前，我都会和孩子聊会天，问问今天在学校有什么高兴或者不高兴的事，遇到自己不能判断的事情，我会正面加以引导，遇到不开心的事，给予安慰。在学校有时也会遇到不开心的事，比如有同学打到她，回来就会给你诉苦，说某同学打到自己了，要是没打到什么，就对孩子说没关系，别人又不是故意的。不要让孩子去记仇，要团结同学、不要打架、不要随便拿别人的东西等等。经开导，孩子就会很开心，就会愉快的和同学相处。因此，我们要多与孩子有效沟通，这样才能更好的理解她们。

好学习习惯，就得多看书、多阅读、增加学习兴趣，开拓视野，独立完成作业，培养自觉性。作为家长有时会因为工作很忙而忽视了孩子，可是现实要求我们就应该要做到：抽空帮助孩子复习，尽量抽时间陪伴孩子，遇到困难多多帮助孩子。这样孩子才能不断的进步。

教育孩子是一门极其复杂的课程，作为我们家长也需要不断地进步和学习，与时俱进，做一个智慧的父母，陪伴孩子一起成长。

最后请孩子们记住三句话：

面对生活，微笑着说：太好了；

面对困难，勇敢地说：我能行；

与人相处，主动说：我来帮助你。

**成长心得体会篇三**

20xx年8月17日上午，我乡全体教师聆听了曾丽红老师关于“教师专业化成长”的报告，报内容非常详实，非常贴近我们教师实际，为我们教师的成长指明了方向。曾老师幽默生动的语言和振奋人心的事例，唤起了每位教师成长的迫切愿望。使我受益匪浅，让我从全新的视觉角度审视“我”、“教师”这个职业，好多以前处于朦胧状态的问题迎刃而解，眼前豁然开朗。现结合自己的实际反思如下：

“敬业、勤业、乐业”是我最大的收获。它让我明白提高自身的素养，丰富自身的底蕴，倾情投入教育教学工作，才能促成自身的专业成长。要想在教育教学工作中有一番出色的表现，没有捷径，只有靠自己，一步一个脚印，实实在在地去学习，去实践，去反思。教师，作为培养人才的人，教学素质必须要跟上时代的步伐，必须树立现代教学思想，掌握渊博的知识，具有较强的信息素质和学习能力。我作为教师，必须不断学习专业知识，才能适应教学要求。必须脚踏实地学习他人经验，才能在自己的专业素养上渐渐成长起来。

爱，可以给孩子以心灵的温暖，爱，可以让孩子更自信。我想，我们做为一名教师要热爱学生，热爱自己的事业；还要有强烈的创新意识，不照搬书上的东西，要勇于创新、敢于标新立异。最关键的是要保持宽容的心境，在今后的工作中遇到困难要不断的向有经验的同事请教，与同事要互相关心、和睦相处。

通过交流，教会我作为人师者，在工作中如何追求与奉献，在

生活中如何投入与面对，如何使自己的观念不断地体现于自己的教学行为中，也让我学会自省，学会了反思，学会了回过头来看过去。我愿意做“教师成长”中的一名成长教师。我想，不只是我，我们全校许多同事都将在这次学习中逐渐成长起来。

以前我常忽略这样或那样的事情，通过学习后，让我了解到了教学应当充分发挥学生的主体性。不断的学习、实践与反思，让我在教学过程中日益成长。我相信只要坚持不懈，以良好的心态对待成长中遇到的困难和挫折，不断求知，善于实践，积极反思，就会成为一名符合现代教育需要的成功的教师!

**成长心得体会篇四**

这是一片神奇的土地，孕育着幼苗茁壮成长，这是一个富有书香气息集体，处处洋溢着浓郁的读书氛围。这就是泰来县教育中心幼儿园，一所有着27年办园历史的省级示范幼儿园。

读书，只有读书，才能让教师的专业知识更加丰厚，思想观念不断更新，业务技能更加熟练，专业水平更加精湛，这是全体教师共同认定的真理。因此，幼儿园把教师读书活动作为提升专业素质的重要工作常抓不懈地开展。

为提高读书活动实效性，幼儿园成立了以园长为组长的“读书活动领导小组”，研究每学期的读书活动方案，确定具体的活动内容，有针对性地开展自读、群读、精读及读书汇报活动。集体读书活动由教师自己选择书目，群读以教研组为单位大家共同读一本书后汇报读书所得。精读由园长针对每一名教师的专业发展赠送专业书，利用一个假期或一个学期通读整本书，并有名段记录和学习反思。幼儿园每学期都要为教师购买新的专业书籍，园长每年参加幼教交流会，也会带回很多专家推荐的好书，所以教师们能不断看到新书，拓宽知识视野，丰富文化底蕴，对读书充满热情。每学期幼儿园都要组织“读书汇报会”或“教师读书沙龙”，会上，教师们讲述读书所得，交流理论及心得体会，介绍新书，畅谈读书感受，表演有关读书的精彩节目，每一次汇报会上，园长都要对教师的读书活动提出好的建议，引领教师喜欢读书、会读书，并将读书收获充分运用于教育实践。读书，让这里的教师能讲、善谈，工作富有创造性，各项比赛在省市获大奖，综合素质不断提升。读书，让幼儿园的领导和老师拥有创新的理念，与时俱进，不断创造辉煌的业绩。

“让孩子从小喜欢读书，热爱书籍”是幼儿园的教育培养目标，营造良好的读书环境，为孩子提供更多的书籍是提高幼儿读书兴趣的关键。每个班级都建立了“图书阅读区”，每天晨间区域活动时，孩子们三三两两围座其中，自我阅读，相互讲述的过程中，增长知识，提高了阅读兴趣。天天阅读，让孩子们养成了良好的阅读习惯，他们学会爱护图书，语言表达能力有了很大提高，在每月开展的“月表演”活动中，孩子们朗读、表演、讲故事，精彩展示自己的读书收获。

六一儿童节，教师给孩子最好的礼物就是图书，孩子们如获珍宝，赠书活动让孩子们意识到读书的重要，更让孩子懂得从小就要爱读书，才能成为知识丰厚的人。

幼儿园里有很多特殊的书，是孩子们用自己的双手绘制的图书，这些小书看似简单，却让孩子们在阅读中学习讲述，喜欢阅读。还有一些特别的书，是那些大大小小的积木块，每一块上都有不同的图案，组合在一起就是一本书，其中有无数奇妙有趣的故事。孩子的读书兴趣就是在这样生动有趣的形式下培养起来的。

“腹有诗书气自华”，随着幼儿教育改革的不断推进，这些幼儿教师们愿意继续徜徉在书的海洋，让自己学识更丰厚，思想更先进，教育策略更科学。她们也决心让幼儿园小朋友的读书活动开展得更加生动活泼，让这些孩子们更加喜欢读书，尽享读书带来的快乐。

**成长心得体会篇五**

我曾经问过妹妹，成长的感觉是怎样的。她略有思索后，回答我说：“应该是人长高了，衣服变小了吧!”我笑了，没有回答。

出生了，“呜呜，呜哇呜呜……”随着阵阵哭声，我降临到人间，注定要经历一切。我的人生路途便从此开始了。

一岁。“哎哟，呜呜……”我会走路了，虽然总会摔倒，可我总要离开了父母那温暖的怀抱，接触了世界上的一切生灵。

九岁。“快跑啊!加油!”我参加了运动会，每天训练自己跑步，总是大汗淋漓。运动了，随着一阵响亮的枪声，我向着终点冲刺，虽然没有取得好成绩，但我知道，我已经尽力了。

**成长心得体会篇六**

每个人都有自己的特长或优点，当然也有缺点。牛总曾经说过“优点突出的人，往往缺点也突出”。但补短是一件难事，虽然我们说勤能补拙，但是很多时候，勤劳并不能弥补短处。相反，扬长是容易的事情。

在工作中，你经常发现，表达能力强的人往往逻辑思考能力弱，而思考能力强的人却往往表达不出来。但各自若把精力都放在改进自己的缺点而非利用自己的优点上，往往会事倍功半，甚至事与愿违。人的效益提升往往是把自己的优点最大化发挥，而避免把精力放在成效甚微的缺点改进上。

做任何事情，都需要考虑成本效率的最大化。

走出舒适区包括身体上也包括思想上的。面对室外的寒冷和未除的困意，人的身体都会抗拒早起，但当你今天坚持爬起来了，明天你就有了再次早起的理由，你会告诉自己不要让昨天的努力荒废掉；如果你有一次妥协了，你会又一次陷入苦恼的挣扎中。

思想上也是，人只有走出自己思想的舒适区，才能发现还有更广阔的世界，获得更广阔的视野，否则就会永远把自己困在自我的小屋子里，得不到成长。这几天和同事们共同发起了部门联动的思想碰撞，一开始大家都不适应。但当经过几轮的思想碰撞，最后每一个人头上都挂了销量指标，转换角色后，从销量达成的根本思考问题，大家发现合作才是销量达成的根本。几天后，大家主动合作似乎成为沟通的常态。

我们一直认为，只有思想改变了，行为才能改变，但今天总结起来，应该是反过来的，先改变行为，思想才会随之发生改变。

如果是一位弱者，再小的目标也会感觉有困难；而强者永远是直面困难，思考解决的方法。面对目标，思考的是增量的逻辑以及达成的方法，并且相信自己能够达成。当困难来临时，任何人都会迷茫，而强者选择的是勇敢前行，当你走着走着，前方的路线就清晰了，弱者则往往选择迟步不前。

无论环境无何变化，无论时间无何推移，总有一些事物是亘古不变的。对于销售人员，永远不变的的基础，但基础提升的见效通常是一项缓慢的过程，不会马上见到效果，如同在前文讲过的“j曲线”，可能一开始会略在下降，因为各项体制或前期遗留的问题在作怪，并不一定是自身的问题。

所以，如果我们认为一件方法是对的，就要坚持一段时间再下结论，不要根据实时的反应左右摇摆，或草率做出结论。

这个世界上，只有时间不会骗人，成长，一直在。

**成长心得体会篇七**

第一段：引言

ICU，即Intensive Care Unit，是医院中最为紧急、关键的部门之一。在这里，医护人员需要时刻保持高度的警惕性和敏锐的反应能力，以确保每一位病人都能尽快得到最佳的治疗和照顾。在这样一个高压的环境中，对ICU医护人员而言，不仅需要具备扎实的专业知识和技能，还需要具备出色的人际沟通能力和情感调控能力。在我这一年的ICU工作经验中，我学到了很多东西，发现了自己的不足和需要提高的地方，也深刻认识到了专业医护人员的工作需要的素质。

第二段：实践经验

在ICU工作，我遇到了很多各种各样的病人和情况，每一个病人都需要细心照顾和精准治疗。我发现，在这个职业中，丰富的实践经验是很有用的，尤其是在处理一些复杂的病例时。例如，在面对危重的轻度中风病人时，我学会了更好地掌握并处理不同因素之间的复杂关系，这对于康复和病人的生命安全都至关重要。同时，这种情况也让我意识到应该更加注重病人的全面评估和需求分析，以便更加细致地制定治疗方案和护理计划。

第三段：团队合作

在ICU工作上，协作是非常重要的一个环节。有时，我们需要与多个科室的医护人员合作，以确保病人得到综合治疗和照顾。这也需要我们具备良好的沟通和团队合作能力。在工作中，我学到了在高压环境下的情绪调节和人际交流技巧，这些技能可以帮助我们更好地与同行协作，提高团队效率和病人的治疗质量。

第四段：责任与专业

ICU对医护人员的专业要求非常高。我发现，要在这样的工作环境中做好工作，除了基本的专业知识和技能之外，还需要具备很强的责任心和敬业精神。在我的实践经验中，我了解到医护人员的工作影响着病人的生命和健康，所以我们每次工作都需要保持高度的警觉性。同时，在面对突发状况时，我们也需要快速做出决策和采取措施，以保证病人的安全。

第五段：个人感悟

ICU工作是一项既充满挑战又充满成就感的工作。在这个过程中，我发现自己的不足和需要提高的地方，例如在应对病人的情绪上还有待进一步提高。同时，我有了更好的理解和认识，我的工作也更加专业和有条理。不得不说，ICU工作历练了我内在的坚毅和耐力，尤其是在面对各种困难和挑战时，我学会了更加坚定和果敢地应对问题。

结论：

通过ICU的工作经验，我更清晰地认识到，对于一个医护人员而言，专业知识和技能是关键，但沟通与团队协作、责任心与敬业精神亦为不可或缺。在未来的工作生涯中，我将继续提升自己的专业水平和个人素质，为每一位病人提供最好的治疗和照顾。

**成长心得体会篇八**

第一段：引言（概述PPT的重要性和普及度）

PPT（幻灯片演示文稿）是现代职场和教育中非常常见的一种介绍和演示工具。随着技术的进步和信息时代的到来，PPT已经成为我们生活和工作中不可或缺的一部分。无论是在商务演讲、教学、会议或者工作报告中，我们都离不开PPT。然而，我们能否真正地使用好PPT呢？在使用PPT的过程中，我自己也有一些心得和体会，愿意在此与大家分享。

第二段：学习与实践（理论知识与实际应用的结合）

在使用PPT的过程中，首先必须要学习一些基本的设计和演示技巧。例如，我们需要了解如何选择恰当的背景和字体、如何设置合适的文字大小和配色方案，以及如何有效地使用图表和动画效果。然而，单纯的理论知识是远远不够的，我们必须通过实践来提升自己的能力。我曾经多次制作和演示PPT，通过与同事和朋友的交流和反馈，我不断地改进和完善自己的演示稿。在这个过程中，我深刻体会到理论与实践相结合的重要性，只有通过不断地实际操作，我们才能真正地理解并掌握PPT的技巧和应用。

第三段：简洁与重点（信息的筛选和传达）

在PPT的制作过程中，我们应该遵循一条基本原则：保持简洁。PPT是一种快速信息传递的工具，我们应该避免在演示稿上过多地堆砌文字，或者使用过于花哨的图表和动画效果。相反，我们应该选择最重要的信息和重点，并通过简洁明了的方式传达给观众。另外，我们还可以通过简单的图表、幽默的图片和生动的案例来增加观众的兴趣和参与感。在我的实践中，我发现只有在信息简洁明了的基础上，我们才能更好地向观众传递我们的想法和观点。

第四段：语言与声音（表达和传递的艺术）

除了PPT的设计和演示技巧，我们还需要注意自己的语言和声音。在演示过程中，我们应该保持清晰、流畅的口语表达，避免使用复杂的行话或者术语。另外，我们还应该注意自己的声音和语调，通过正确的语速和音量来吸引观众的注意力。同时，我们还可以结合自己的肢体语言和面部表情来增强自己的演示效果。在我自己的练习中，我不断地调整自己的语言和声音，通过与观众的互动和反馈来提高自己的表达和传递能力。

第五段：反思与总结（不断进步的机会）

在使用PPT的过程中，我意识到自己仍然有很多需要学习和提高的地方。每一个演讲和演示都是一次学习的机会，通过反思和总结，我们可以不断地改进和进步。我相信，只要我们坚持不懈地学习和实践，我们一定能够在使用PPT中不断地成长和进步，为我们的演示和表达增添更多的色彩和魅力。

总结：

PPT作为一种现代演示工具，已经成为我们生活和工作中不可或缺的一部分。在使用PPT的过程中，我们应该学会理论知识和实际应用相结合、保持信息的简洁与重点、注意语言和声音的艺术表达，以及通过反思和总结来不断地进步和成长。通过这些方法和经验，我相信我们每个人都能够使用好PPT，并且在职场和学习中取得更好的效果。

**成长心得体会篇九**

时间过得太快了，弹指一挥间，我成为一名教师已经有快两年时间了。20xx年9月，我抱着对未来既满怀憧憬又有些忐忑不安的矛盾心情踏上了教师这个工作岗位，说实在的，当时我根本没有充分的心理准备，也没有给自己的将来一个明确的定位。但是，经过这一年半的时间，我已经充分感受到了来自校领导的关怀及各位同事们的友爱，同时也为自己能够成为这个光荣而团结的大家庭中的一员而感到荣幸。作为一名青年教师，我对自己是充满信心的，这份信心是建立在各位领导和老师们的关怀和帮助之上的。正是有了这样的一个和谐的工作环境，才让我更加坚定了积极进取的心态。

大多数人认为当一名小学教师很简单，因为小孩子还不好教吗?我也一直这样认为，但自从我踏上三尺讲台后才逐渐发现，教小学并不容易。虽然小学没什么升学压力，所教的知识也不难，但当各个方面合到一起的时候，我才发现无从下手。作为一个新教师，刚踏入教育这个行业，我有的是激情，有的是闯劲，但缺少有效的教学手段和技巧。记得刚来的时候，对于怎样去备课，怎样去上课这样的问题，我都茫然无措。我知道，学习才是我进步的有效途径。新参加工作，很多地方都是在一边学习，一边适应、提高的，我力求抓住所能抓住的机会，认真学习，并且结合自己的实际灵活运用。首先，虚心向在座的各位同事学习。尤其是向在一个教研组的同事学习，你们是离我最近的学习资源，有着丰富的教育教学经验，而且大家都非常乐意的帮助我，当我向你们请教教育教学上的难题时，非常感谢你们都给了我非常可行而周详的处理办法。

其次，认真参加培训学习。学校的各位领导对我们新教师非常的关心和爱护，经常组织教师培训让我们参加，教师培训是非常有必要的进一步学习，是我们起好步、开好头、少走弯路的学习平台。每一次的学习，我都认真做好笔记，并结合自己的工作实际，学以致用，受益匪浅。

同时，把握住听课机会。作为一个新教师，最大弱项就是课堂教学把握不好。听课是提高自身教学能力的一个好方法，新老师只有多听课才能够逐渐积累经验。所以对每一次听课的机会我都十分珍惜。一年多来，我听过许多老师的课。每个老师都有自己独到的风格，都有值得我学习的地方。鲁迅说过：“一千个读者中就有一千个哈姆莱特。”我要说，一千个教师，就会有一千种教学风格，每一种教学风格，都有着它独特而富有魅力的闪光的一面。所以，我每次听课都详细地做好笔记，学习借鉴每位老师的好的方法、举措，希望自己能够博采众长，努力上出让学生满意课!

还有就是订阅教育类报刊杂志。通过多读书，读好书，不断学习充电，才能提高我们新教师的理论修养及教育教学水平。订阅《小学教学设计》期刊，让我从中学到很多优秀的教学设计案例，提高了我的教学设计水平;《小学时代教师版》里面的教研札记和教学论文，让我学到许多优秀教师的教学经验和课堂驾驭方法。在学校的关怀指导和老教师的热心帮助下，我不断学习并力求中发挥自己的主观能动性，现在的我已经可以顺利地按时完成各项教学常规任务。

课前认真研读教材，灵活运用教参。要教好学生，上好数学课，必须认真研读并吃透教材、教参。我严格要求自己，上课之前，自己一定要认真研读教材，做到熟悉教材内容。然后阅读教参以及相关辅导资料，明确教学目标、重难点，设计教学过程，做好备课。整个过程都非常重视自己的理解，力求把教学设计与学生的实际相结合，而不是照搬教参。

课上把握数学特点，上好每一堂课。数学来源于生活，我在教学当中，注意引导学生沟通生活中的具体问题与有关数学问题的联系，借助学生熟悉的生活实际中的具体事例，激起学生学习数学的兴趣，运用所学知识分析、解决实际问题，引导他们进行研究性学习。我着重培养学生的数学能力，力求调动每个学生的学习积极性，使学生全身心地投入到数学学习中，争取上好每一堂课。

合理布臵作业，认真批改作业。学生的作业，我都结合学校要求，合理地布臵。每一次作业，我都按时认真批改，及时发现学生作业中反映出来的问题，利用课余时间对学生进行辅导，不明白的耐心讲解，及时查缺补漏。

**成长心得体会篇十**

成长是一个漫长而又充实的过程，它伴随着我们从婴儿到青年的日益壮大。在这个过程中，我们不仅在身体上逐渐长高长胖，更重要的是在心智和情感的发展上不断成熟。在这个过程中，我收获了许多关于成长的心得体会。首先，成长需要积极的心态。然后，成长需要不断学习。接着，成长需要坚持。同时，成长需要帮助和支持。最后，成长需要追求真实的自我。

首先，成长需要积极的心态。积极的心态是一个人成长中最重要的因素之一。无论遇到多么困难的情况，都要保持乐观向上的心态。我记得小时候在学校遇到挫折时，我总是抱怨事情的不公平，认为自己是受害者。后来，我经历了一次失败后，我意识到抱怨并不能解决问题，只会让自己更加消极和无助。于是，我开始积极思考如何解决问题，努力寻找解决办法。从那以后，我逐渐学会了面对挑战时保持积极的心态，这让我在成长的道路上更加坚定不移。

其次，成长需要不断学习。世界是一个充满机遇和挑战的地方，只有通过不断学习才能抓住机遇，战胜挑战。我相信能力的提升离不开学习的支持，只有不断接受新知识、新技能的磨炼，才能在成长中获得突破。在学校里，我不仅努力学习课本知识，还积极参加各种培训和竞赛活动，拓宽自己的视野。在家里，我也经常与父母一起讨论一些社会问题，学习一些实际生活中的技能。通过不断学习，我懂得了知识的力量，它让我更加自信和独立。

接着，成长需要坚持。人的成长不可能一帆风顺，总会遇到各种各样的困难和挑战，但只要保持坚持，就能够克服困难，取得成功。我还记得当我第一次学习骑自行车时，跌跌撞撞，几乎要放弃了，但是我的父母鼓励我继续坚持，他们告诉我：“每个人都有一个刚开始的时候，只有坚持下去，才能骑得更好。”我内心产生了一种激励，我告诉自己我一定要坚持下去。最终，我成功地骑上了自行车，并且在这个过程中体会到了坚持的力量。坚持让我明白了，在成长的道路上，困难只是过程中的一站，只有持之以恒才能成就自我。

同时，成长需要帮助和支持。在成长的过程中，我们能够靠自己的力量做什么是有限的，我们需要他人的帮助和支持。我在成长中收获了许多宝贵的支持。在学校里，老师对我们进行了耐心细致的指导和鼓励，同学们之间相互帮助，共同进步。在家里，父母为我提供了温暖和关爱，为我创造了一个良好的成长环境。正是这些帮助和支持，让我在成长中不断迈进。

最后，成长需要追求真实的自我。在成长的过程中，我们要学会接纳自己，追求真实的自我。每个人都有自己独特的特点和兴趣，我们不能过分迎合别人，而是要坚持做自己。我记得在初中时，为了迎合同学们的口味，我时常随波逐流，做一些我并不真正喜欢的事情。然而，这种虚伪的行为并没有让我获得快乐，反而使我迷失了自我。后来，我明白了追求真实的自我是非常重要的，不管别人怎样看待我，我都要坚信自己的价值，做真正的自己。只有真实的自我，才能在成长的道路上找到属于自己的光芒。

总结起来，成长不仅是个体的发展壮大，更是心智和情感的不断成熟。在这个过程中，我深刻地体会到了成长的重要性和必要性。我学会了保持积极的心态，不断学习，坚持不懈，帮助和支持他人，追求真实的自我。这些心得体会将伴随我终身，指引我的成长之路。

**成长心得体会篇十一**

转眼间，我的第一届学生已经开始为中考奋斗了，不知不觉四年的生活就这样过去了，没有感觉自己的变，却感觉学生已经成熟稳重，回过头来慎思自己工作后的点点滴滴，感慨颇多。

踏上工作岗位第一年，不知如何写教案，站在讲台上又不知如何把我的知识传授给学生，兼任班主任的我不知如何处理班级问题，连我自己也开始怀疑当初自己当老师的决定是对还是错，我的自信心开始消失，当初的激情开始锐减。然而学校的一系列举措将我从彷徨中拉回来。

青蓝工程的适时开展给我们青年教师的成长搭建了平台。在我校每一个青年教师的成长都离不开老教师的帮助和鼓励。和外校相比，有了老教师的指引和帮助，我们经历的挫折更少，我们少走了很多弯路。我是幸运的，因为遇到了生命中的一位良师益友---袁慧。面对彷徨中的我，袁老师跟我谈心，她告诉我任何成绩的取得必须要经过一个过程，这个过程未必就那么一帆风顺，遇到困难、曲折都是很正常的事情，关键是我们应当如何去面对和处理。她的一席话惊醒了梦中人。袁老师开始培养我的自信心，从知识的梳理到教案的书写，从课下备学生到驾驭课堂，她都悉心指导。这样，我对教学开始有了信心。袁老师告诉我，它山之石可以攻玉，要多听听老教师的课，于是听课成了我的一个习惯，借鉴不同老师的授课方式、处理教材和启迪学生思维的方法，我的课堂开始有了变化。

如果说青蓝工程是我们进步的平台的话，那么集体备课和研讨课则是为我们青年教师的成长提供了沃土。在全球化的今天，任何领域的成功都要靠一个团队的合作奋斗，没有哪个成绩的取得是仅仅靠个人完成的，这一点在我们地理组上表现尤为突出。地理学科小，人数少，成了我们研究课堂的一个优点，每个周我们都可以凑到一起研究课堂，然后上课观摩，再讨论研究，再观摩，直到我们满意为止。正是这种定期的集体备课和研讨课活动，让我的课堂发生了质的改变，也最终取的入选区级优质课的资格。

正是有了领导的关怀，同事间的互助,师生间的灵犀，才让我这个初出茅庐的年轻教师得到了很好地成长。我在变，但我心中不变的是我的教师梦。“我想成为一名教师!”这个小学就有的梦想，我内心一直坚守的一个追求。

有人说，梦想的力量是无穷的，它可以给前进的人们以无穷的力量。人生可以没有财富，但是人生不可以没有梦想。有梦就有了方向，有梦就有了期许。又如一位名家所说，问问自己是把教师当成了一生的职业还是当成了一生的事业。而我认为教师更应该是拥梦而前，让我们在成就学生的同时也在不断的成就自己，永载教育理想，体现学科价值。

有了理想，我们才能不断学习，不断进取。每一天时时处处都需要我细心的观察认真的学习，随时随地都有很多值得我学习的地方。教学反思一直被认为是教师专业发展和自我成长的核心因素。美国心理学家波斯纳提出了教师成长的公式：成长=经验+反思，由此可见教学反思的重要性。听一节课，我们可以借鉴它的优点，找出它的不足，写出我们的反思;上一节课，我们更要反思目标达成了没有，教学逻辑是否是从自己的角度设计的，有没有与学生产生共鸣，怎样设计才能更好;看一篇文章，对我的教学有没有可借鉴之处。

在新课程环境下，青年教师要加快自身专业化发展，还必须不断创新。记得一位数学老师在讲提取公因式一节时是这样讲的：一位农民有两儿分别叫爱国、爱民，后来又生一儿子，取名爱党，不料，三儿子满月时，老农被抓，老农不明白，问原因。罪名竟然是“爱国民党”。即：爱国+爱民+爱党=爱(国民党)。就这样，本来很抽象的提取公因式在玩笑中学会了。

作为一名年轻教师，前行的路还很长，需要我们不断学习，不断创新，常怀感恩之心。

**成长心得体会篇十二**

第一段：

PPT（Presentation）是演示文稿的简称，是在工作、学习、演讲等场合中经常使用的一种演示工具。在我与PPT结缘的这段时间里，我不仅学到了技巧和方法，更重要的是培养了自己的思维能力和表达能力。通过制作并展示自己的PPT，我逐渐成长，并获得了很多宝贵的经验和体会。

第二段：

首先，制作PPT的过程让我实践了“规划-设计-执行”的思维模式。在开始一份PPT之前，我会仔细考虑主题和内容，做好充分的规划。然后，我会利用各种设计技巧和元素，如颜色、图表、动画等，使PPT更具观赏性和可读性。最后，在进行展示的时候，我会将自己的设计和想法付诸实践。这样，我能够更好地理解一个项目的整体结构和逻辑，提高自己的设计和执行能力。

第三段：

其次，PPT的制作过程也让我明白了沟通的重要性。制作PPT不仅仅是一种技术的展示，更是一种沟通的工具。通过PPT，我可以清晰地传达我的观点和想法，让观众更容易理解和接受。为了达到这一目标，我会选择合适的文字和图片，用简洁明了的语言进行阐述，并结合适当的案例和数据进行支撑。在制作PPT的过程中，我也会不断调整，以便更好地与观众进行交流，提高沟通效果。

第四段：

另外，PPT的展示过程也培养了我的演讲和表达能力。在展示PPT时，我会学会如何自如地讲述内容，如何与观众建立良好的互动，并如何处理各种突发情况。通过这种方式，我不仅提高了口头表达的能力，更增强了自信心。在与观众的互动中，我也更加懂得如何准确地传达我的思想，充分发挥自己的才华和潜力。

第五段：

总而言之，制作并展示PPT是我成长过程中的一次宝贵经历。在这个过程中，我学到了很多制作和展示PPT的技巧和方法，不仅提高了自己的思维和表达能力，更加深了对沟通和演讲的理解。通过PPT，我发现自己的潜能和魅力，也认识到了自己的不足和需要提高的地方。我相信，在今后的学习和工作中，我会更加努力地提升自己的PPT技能，为我所服务的人群带来更大的价值。

**成长心得体会篇十三**

随着时间的推移，每个人都在成长的道路上不断前进，积累着经验与体会。这些经历和领悟对我们的成长起着至关重要的作用。在经历过一段时间的人生之后，我深深体会到，成长永远不会停止，我们需要不断地总结经验和领悟，并将其转化为对未来的指引。在这篇文章中，我将分享我个人成长的心得体会，希望能够给读者带来一些启发。

首先，成长是一个自我认知的过程。我们不能成为一个更好的人，如果我们不了解自己。通过观察和思考自己的行为和反应，我逐渐认识到了自己的优点和缺点。正确认识自己的优点可以增强自信心，使我更加勇敢地面对挑战。同时，意识到自己的缺点并努力改进也让我成为一个更有实力的人。因此，通过不断地反思和自我调整，我们能够逐渐发展并完善自己。

其次，成长需要接受挑战并从中汲取经验教训。人生的成长往往伴随着挫折和困难，这些挑战可以是我们最好的老师。通过面对困难并找到解决问题的方法，我学会了坚韧和毅力。在过去的挫折中，我逐渐发现，失败并不可怕，关键是要从失败中吸取教训，并在下次机会中做得更好。每一次挑战都是一个机会去成长，每一次失败都是一个宝贵的教训。

第三，成长需要保持积极的心态。人生难免会遇到一些不如意的事情，但如何面对这些事情决定了我们的成长方向。坚持积极的心态可以使我们更好地应对压力和困难，不轻易放弃，继续前行。我曾经遇到过失败、失望和困惑，但我始终相信，只要坚持努力，一切困难都会迎刃而解。通过调整心态，我走出了低谷，继续努力实现我的目标。

第四，成长需要与他人学习和交流。每个人都有自己独特的经历和见解，与他人的交流可以让我们从不同的角度来看待问题。通过与他人交流，我学到了很多新知识和新技能，也提升了自己的思维能力和沟通能力。与他人分享并共同成长，我认识到团队合作和互助是成功的关键。在成长过程中，我相信与他人的交流和学习是必不可少的。

最后，成长需要不断追求目标和激发潜能。没有目标和激情，我们就很难有动力去成长。设定目标可以给我们一个明确的方向，并为我们的成长提供动力。同时，发掘自身潜能也是成长的重要部分。我们每个人都有巨大的潜能，只有逐步发掘并加以实践，我们才能成为更好的版本。因此，我将持续努力实现自己的目标，不断发掘并激发自身的潜能。

在成长的道路上，我们会经历挫折和困难，但正是这些经历让我们变得更加坚强和成熟。通过自我认知、接受挑战、保持积极的心态、学习与交流以及追求目标和激发潜能，我们可以不断成长并实现自己的梦想。每个人的成长之旅都是独一无二的，而当我们共同努力成长并为自己和他人创造价值时，我们将共同进步，并让这个世界变得更加美好。

**成长心得体会篇十四**

成长心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的成长心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【成长心得体会优秀5篇】，供你选择借鉴。

作为一个外企的部门经理，我也是从一名青涩的大学生，通过自己的奋斗，用五年的时间做到现在的的位置，期间有很多的酸甜苦辣以及更多的经验经历，希望能将自己的感悟现今的大学生分享，希望大家能为今后有一份满意的工作打好基础。五年的经历一言难尽，这里总结了几个关键点，虽是老生常谈，但都是心得体会，也都是周边成功人士的真实写照，与君共勉!

1、工作态度

我曾经在一个上千职工的私人集团公司做总经理助理，在你们眼里除了处理文件及协助老板处理一些相关事务就够了。可那时只要公司存在的工作我都有可能被派去。记得有一次为了赶货，我和办公室的所有职员都到车间包装产品，整整做了三天三夜，老板并没有向我们说声谢谢，更不用说加班工资了;还有公司驾驶员因出事故被吊销了驾照，一时找不到合适的人，我又成为了驾驶员长达三个月，还有一次，老板自己接了个现金生意的单子，但必须货到付款，于是我又变成了业务员，跟着货车颠簸了两天把货送到了对方，直到把款结回来等等。

也许是因为当时太单纯，没有想得太多，老老实实地当牛做马，没有觉得委屈，也没有想过凭什么要我去做那些工作。但现在想想，我觉得真是憨人有憨福，我不下过车间，体会不到在车间工作的职员的辛苦，以及他们的所思所想，在当驾驶员的三个月里，我的驾驶本领突飞猛进，通过送货结款我考验了自己能力。我不知道大家刚工作时是什么心态。是不是觉得自己是个大学生却做这些活。但我当时坚信我付出的心血不会白流，这些都将成为我的经验，叫你兼职文件打印，也许在你认为，你跟本不屑去做这些事，可你知道吗，在做这份工作的时候，你有没有想过，从你手里出来的那份文件是不是很精致，很优美，让人看了是不是耳目一新!

我还记得在老板把我的工资翻了几翻我还是要离开时，老板那种可惜的眼神。我如果做得不出色，他凭什么挽留我呢!由于我的工作态度和工作能力，后来公司老总把我当朋友看待，在我后来的工作中给了我我不少的帮助。相信市场是公平的，当回报不平衡时，自然有人出局，不是你，就是老板。

2、坚持学习

在外企的压力是不用多说了，你比别人慢一点，就意味着机会的流失。专业知识是一定要熟练的，这也是你份内的事;其次你应该坚持外语学习，扩大知识面。这点无庸质疑，在外企，英语是一把利器，广博的知识有利于人际的沟通。我大学毕业时的英语是六级，考了60分，这样的水平想在外企长足的发展显然不够的。当初我的资历在外企还不够和国外人对话，但看懂相关的英语文章是迫在眉睫的事，所以我把重点放在了阅读上，因为网站有庞大的信息库，涉及的范围很广，从体育、美容到管理，非常适合enlarge your vision，所以我那时是利用午休和晚上的时间各阅读半小时，并一直坚持了下来。后来后悔如果大学期间就有这样的积淀，也许进步会更快的。

3、敬业精神

一个人的工作是他生存的基本权利，有没有权利在这个世界上生存，看他能不能认真地对待工作。能力不是主要的，能力差一点，只要有敬业精神，是可以通过训练提高，没有天赋，虽不能做到卓越，但可以努力做到优秀。而如果不敬业，应付工作，最终失去的是同事与领导的信任，更多展示才华的机会，再找别的工作、做其他事情都没有可信度。如果认真做好一个工作，往往还有更好的、更重要的工作等着你去做。这就是良性发展。敬业不是在为老板卖命，而是在为自己前途作铺垫。

4、关于跳槽

我不知道大家是怎么想的。我个人认为在找一份工作之前，肯定都会考虑到这几个方面：一、公司的这份工作是否适合我;二、我能否胜任这方面的工作;三、我能不能接受公司给我的待遇及一些可能出现的相关问题。不敢保证刚毕业的大学生都这样想，但都是用脑袋想问题的人。也许在进公司以后，与你想的是天壤之别，但如果你在重新另找公司的话，是否就保证跟你的要求与理想接近了呢!用两个月的时间找工作，用三个月的时间适应这份工作，再用两个月的时间去体会你是否该换工作，再用两个月的时间决定你是否跳槽，你的一年的工作时间就这样毫无结果的度过了。所以，只有当公司的环境已经限制了你的发展外，你才能考虑到这一点。跳槽只有在原有基础上越跳越好，而不是越跳越糟!

5、待遇的问题

做为老板与职员不是父母与孩子的关系，这点很实际。在他付给你报酬的同时，你应该给他很好的回报，这是经济社会的游戏规则。所以，企业在招聘销售人员的时候，都采用他认为我应该付给他多少工资。ok!在此基础上最低限度是我给你的工资必须你给我赚回来，因为外企不是慈善机构!假如你做得很好，老板一般不会轻易减工资。

如果把你工资降下来的话，很有可能这是公司辞退一个员工的方法，让你不能接受后自动离开。呵呵，我只是把自己这几年的工作经验和大家分享下，另外我还有几个词语要送给一些浮躁的大学生：踏实、信心、责任、坚持。

11月份，在持续了一个星期的阴雨天气之后，29号这天，太阳公公终于露出了温暖的笑容，仿佛太阳公公知道我们实验小学要为我们四年级全体同学举办——十岁成长礼。

活动在同学们的笑声中拉开了序幕。孩子们在家长的陪同、老师的带领下，头戴生日帽，缓缓有序地穿过成长门，在舞台前依次就坐。

下午一点半，仪式正式开始。祝福篇中，周校长为同学们送上了美好的祝福和殷切的期望，祝愿我们在今后的人生道路上：心怀感恩、勇于担当、收获明天!

仪式进行到成长篇，每个班级表演集体节目。我们班准备的节目是诗歌朗诵《我十岁了》，恰好是第一个节目。我觉得我们表演得是最好的，无论是服装还是气场，还是从个人到集体，表演的每一个细节，我觉得都是最完美的。我们班的节目表演完以后，台下响起了热烈的掌声。接下来，其他班级分别表演了他们的节目，虽然都各有特色，但我觉得都没有我们班表演的好。如果活动有评奖的话，我想我班的节目肯定是第一名!

接下来是第三篇章——才艺篇。我们班的才艺节目是快板《十岁的我》，是由我和李博、施鸿宇、刘梓萌四人表演。这个节目是孙老师(陈奕萌妈妈)用大半个月的时间精心帮我们编排的。我们四个在台下候场的时候，我是激动的心、颤抖的腿啊，紧张得我直哆嗦。生怕我一个不小心演不好，把节目演砸了，拖了班级后腿。等到上台以后，我就完全忘记了紧张和寒冷，全身心地投入到表演中。我牢记并按照孙老师教我的动作、语气和神态，熟练地表演起来。我们四个配合默契，完美地把节目表演完了。当听到台下响起热烈的掌声时，我心里悬着的那块石头终于落下来了。

在最后的感恩篇中，全体同学都站了起来，面向父母长辈，用手语演绎《感恩的心》，我们用无声胜有声的语言来表达对父母、对老师深深的爱。我十岁了，我长大了，我要知道感恩、懂得关爱;我要学会分享、乐于付出……成长礼在全体同学的庄严宣誓中落下帷幕。

非常感谢学校和老师为我们举办的这场活动，经过这个仪式，我感觉我真的长大了!

《成长比成功更重要》就是讲述了中国北京微软亚洲研究院的30位成功的中国人的成长故事，在外人眼中，这些中国人无疑是极其成功的，但他们外表看来平凡普通，成长过程也很平常，他们的“绝妙”与“完美无瑕”来自于他们自身的不懈努力，来自于学校与教师恰当的教育，当然也离不开他们的家庭教育，他们每个人也都饱受挫折，可是他们站起来了，使自我更坚强更“聪明”。

作者从中国人的角度出发，挖掘、讨教、分析了30位研究人员的成长故事，并尝试总结出了一些规律性的东西。

在这30人中间有大陆人；有年长者，有年轻者；有少年大学生，被誉为“神童”之人，也有任性爱玩，调皮捣蛋之人；有家境殷实的大户人家，也有生活拮据家庭困难的小老百姓；有出国留学载誉归来的大教授，也有本科、研究生、硕士、博士上来……读完所有中国等级课程的学者；有沉稳内向刻苦钻研之人，也有外向开朗锐意创新之人。而这种规律性的经验，竟可与传统教育中所要求的许多素质和技能一一对应，并构成鲜明比较。

作者凌志军先生将我们国家的教育体系比喻成一座大厦，里面容纳了亿万学生，每一个学生在那里都有自我的位置，这个大厦并非我们经常见到的那种形状，是一个金字塔，塔有五级，学生则有五种类型，分别对应金字塔的五个层次：

a、厌学型：不欢乐、厌烦、心理上的强烈反感和抵触，恨不得把课本摔到教师脸上去；

b、被动型：消极、被动、麻木，在父母教师的督促和环境的压力下取得提高；

c、机械型：全身心投入刻苦用功，按部就班的朝着一流的方向努力；

e、自主型：拥有上一级学生的特征，此外还有：自主、自由、坚韧、欢乐，有个性，有活力，有想象力，享受学习而又不是完成学习，不以分数衡量成败，不必须是第一名，但必须有独立的意志，有强烈的兴趣，有一个执著追求的目标。

而作为e学生，你不得不有以下几个观念：

1、你不需要无微不至的照顾，独自去寻找奶奶家。

寄人篱下，有一种很难受的感觉，但这对人的性格培养是有好处的，张亚勤这样叙述了自我的童年。张亚勤两岁父亲便离他而去，母亲再嫁，他生活在一个复杂的家庭，这种寄人篱下感觉，他小小年纪就学会承受。一个人要把自我放在一个更适合自我的位置上。一个人不可能一辈子都得到别人无微不至的呵护，也不可能在任何地方都处在众星捧月的位置上。

2、你不仅仅属于你的父母，你属于整个世界。

一个人是否能成功，很大程度取决于一个人的家庭教育。李开复出生于一个称得上是豪门的家庭，在他11岁时，他偶然有机会随哥哥去美国读书，他向往美国的生活，可是他也担心一向对他严格的母亲会反对，而事实却恰恰相反，母亲却十分开明，决定给他一片自由的天空。就如李开复自我说的，如果当初我没有去美国的话，此刻也不会很失败，但至少没有此刻这么成功。

3、无论你出生在寒舍还是豪门，起点都是一样的。

沈向洋的父亲是个穷教师，母亲是地道的农民，他读书的地方，是个摇摇欲坠、破烂不堪的“牛棚教室”。很多年以后，和李开复一样，他来到了世界闻名的卡耐基梅隆大学的计算机系。他获得了和李开复一样的学位，并且步步紧逼李开复的成就和名望。

但他们的经历却完全不一样：一个来自台北的富有家庭，一个来自苏北的穷苦农民家。但他们有着一个相同点：他们都是在11岁离开父母踏上了美洲大陆。

4、不怕淘气，就怕没有一个好习惯。

张亚勤从来就被人称为是天才儿童，全因为他能迅速跳级，这在此刻的学生和教师看来，简直不能想象。可是越是聪慧的孩子，就越容易东张西望，时常表现出一种坐不住的样貌来。亚勤喜欢把所有的学习当游戏，没有一个兴趣能够坚持不懈。但他母亲的一席话却改变了他的坏习惯：先做应当做的事，然后再做自我想做的事。

5、你的一生能走多远，很大程度上取决于童年的天地有多大。

如果他一向在武汉，没有走进那个“流放地”，是不可能有今日的。的潮流使他从职工大院里举家搬到了叶县，那里没有大院，没有高墙，他每一天接触到不一样的人，眼界和空间都大了许多。童年生活的职工大，简直就是他的噩梦。有了开阔的眼界，他坚定地抱有出国门的信念，这给他的成功之路奠定了扎实的基础。

“我们既然无法改变教育，那就改变对教育的看法。”是作者的金玉良言，还是应时之语？我无兴趣，但很赞同要做一个e学生，即enjoy（欢乐地学）、eq（情商比智商更重要）、excellence（卓越）。

认真的读他的著作，从中我找到了对生活的自信以及进取乐观的心态和勇于尝试的勇气。在不断的努力和不断的尝试过程中，总会碰到一些意想不到的机遇，或许这时期望就出现了。在工作和生活中，时时作好准备，时时坚持上进的心态也是很重要的一环。

如果还未开始就放弃了努力，就等于失去了一切机会；失去机会等于失去了成功的期望，这样就与我们的最初目标背道而驰，这是极为不可取的。

在以后的工作中，我会努力创造机遇，勇于应对生活和工作中遇到的各种挑战，在未来的生活和工作开创出属于自我的一片天地。

阳光照耀着大地，我们打扮得漂漂亮亮的，走在校园里成了一道亮丽的风景线，因为今天是我们的十岁成长礼。

同学们有序地排着整齐的队伍走到舞台两边各自的座位上，此时，家长们早已等候在观众席上了。

成长礼开始了，最先出场的是李婷瑄、朱子安等四位主持人，喧闹的活动现场顿时鸦雀无声。第一版块由王欣悦和三班的一位同学为大家讲述了她们的成长故事。第二版块，同学们用表演来祝福自己，节目精彩纷呈，同学们纷纷展现了自己的才艺。有的唱歌，有的跳舞，有的画画，有的弹古筝，有的弹钢琴，有的诗朗诵，有的转魔方，有的变魔术，有的表演相声。同学们都用心地表演，每个节目都赢来了阵阵热烈的掌声。我可是第二版块的主持人之一呢，怎么能没有自己的节目!我表演的节目是拼装机器人，不过很遗憾，我遗漏了最后一个环节，把拼装好的机器人演示给大家看。第三版块，王安彤妈妈为大家读自己写给王安彤的信，老师还安排家长们把事先准备好的给孩子的信念给自己的孩子听，场面非常感人，有好多同学都感动得哭了。第四版块，我们一起给老师和家长们唱了感恩的心，并做了手语动作来表示自己对家长的爱。

我们十岁了，以后就不再是儿童，而是少年了。我以后一定要好好学习，报答所有爱我的人。还要为家长做更多自己力所能及的事情，以此孝敬他们。

“稍息、立正、跨立、向左看……”这些动作一直徘徊在我的脑海里，像星星一样镶嵌在黑幕中，抹也抹不去。

早上起来，不知怎么了。太阳公公愁眉苦脸的，乌云伯伯反到得意起来。小草微微地垂下头，小花也不像往日那样绚丽。刚到学校，老师让我们下去集合。校长们的庄重发言，给我们信心。

教官身穿军装，魁梧而又壮实。深邃的眼睛透露出激情和兴奋。我们首先站军姿，站了多少小时我已经忘了，只记得当时我汗流浃背、重心不稳……但是我们最后还是坚持下来。教官认真的纠正我们每一个动作、每一个细节。在练习跑步的时候，我们跑得参差不齐，但是在教官给我们分解完动作后，又加上我们反复地练习流下豆粒般的汗水。我们不再自我意识，而是变得更加团结起来。在摸拟会操时，没有一个人因为脚肿了而放弃，没有一个人因为脚起泡而中途放弃，没有人因为哪里擦伤、流血而喊疼。

终于到了会操的时候。我们迈着矫健的步伐，喊着嘹亮的口号亲密配合着高教官。在阵阵喝彩声中，我们规范自如的完成了各项动作展演。操场边的树叶随风飘扬，小鸟也呼朋引伴地卖弄清脆的喉咙，与清风流水应和着。那一刻，我们每个人都开心地笑了，因为，我只知道我们是最棒的!

军训过后，微黄的面孔变得黝黑起来;稚嫩的嗓音变得沙哑起来;懒散的我们变得规矩起来。这别样的成长礼，将催我不断奋进、超越自己、走向成功!

**成长心得体会篇十五**

毛主席说过：\"饭可以一日不吃，觉可以一日不睡，书不可一日不读。\"自古\"悬梁刺股\"，\"凿壁偷光\"，\"囊萤照读\"……这种热爱读书的精神难道不值得我们学习吗?书就好比一艘轮船，我愿意驾着它在知识的海洋中长风破浪。

在我成长的道路上，读书伴随着我的成长。

读书教会我勇敢。\"十一黄金周\"，父母带我去泰山游玩，泰山风景壮观迷人，山上有五颜六色的野花，鸟儿叽叽喳喳的在枝头歌唱，我如痴如醉地欣赏着美丽的景色，忘记了脚下的山高路陡，我被一块儿大岩石绊了一下，就和大地来了个热情的\"拥抱\"，我摸摸擦伤的膝盖，疼痛一阵阵向我袭来，泪水开始在我的眼眶中打转，但我想到了《钢铁是怎样炼成的》这本书中和我年纪相仿的保尔，面对那么多的困难，他毫不退缩，勇敢的面对、克服他人生中的种.种困难和挫折，不向困难低头。而我遇到那么一点点小事就退缩，真是太不应该了，于是我坚强地站了起来。读书改变了我的懦弱，让我变得勇敢。

读书教会我节约。有一天吃晚饭，我匆匆吃了几粒米就不吃了，刚想把米倒掉时，书中的\"一粥一饭当思来之不易，一丝一缕恒念物力维艰。\"这句话在我耳边响起，我想了想，是啊!一粒米都是农民伯伯辛勤的汗水，我们有什么理由不节约粮食呢。\"锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。\"这首诗大家都会背，但又有多少人真正节约、珍惜粮食呢?书中有关节约的诗句告诉我：“不能浪费，要养成节约的习惯。”读书改变了我的浪费，让我变得节约。

书，是黑暗中的一盏明灯;书，是寒冷中的一缕阳光;书，是我们力量的泉源;书，是一杯茶，只有细细的品味，才能闻出清香，品出甜味。

读书，伴我成长!

**成长心得体会篇十六**

人的成长是一个终身的过程，每个人都在经历着从幼稚到成熟的转变，在人生的道路上有所体悟。我也不例外，通过多年的生活经历和学习，我逐渐领悟到了一些关于人成长的心得体会。

第一段：青春是成长的起点

青春是一个人成长的起点。我所理解的青春并不仅仅是年少时充满活力的时期，更是一种勇于探索、敢于挑战、积极向上的心态。在青春的岁月里，我们追求梦想，拼搏奋斗，不断锻炼自己的能力。正是因为有了勇敢追求、积极向上的态度，我才能够在这个年龄段内获得许多机会和成功。

第二段：成长需要勇于面对困难

成长的过程必然伴随着困难和挑战，只有勇于面对并克服这些困难，才能不断成长。在我成长的过程中，我遇到了无数次各种各样的困难，有学习上的困扰，也有人际关系上的摩擦。但是我从来没有逃避过这些困难，而是勇敢地面对，不断寻找解决问题的方法。正因为如此，我不断地克服困难，收获了更多的成长。

第三段：理解与包容是成长的重要品质

在成长的道路上，逐渐理解和包容他人是非常重要的品质。每个人都有各自的特点和思维方式，与别人产生的冲突和摩擦时常发生。但只有保持开放的心态，理解并包容他人的不同，我们才能够和谐共处，获得更多的成长。在我与他人相处的时候，我努力放下成见，与人为善，理解别人的难处，从而建立了更好的人际关系。

第四段：学习与思考是成长的重要途径

成长的过程离不开学习和思考。每个人都有自己的潜力和能力，只有通过不断地学习和思考，我们才能够挖掘出自己的潜力，并将其转化为实际的能力。在我成长的过程中，我时常反思自己的行为和做事的方式，通过学习和思考，我不断完善自己，提升自己的素质和能力。正是因为有了学习和思考，我才能够在成长的道路上不断进步。

第五段：成长是一种内外兼修的过程

成长是一种内外兼修的过程。在成长的过程中，除了不断提升外在的能力和技能，内在的修养和素质也非常重要。在我成长的过程中，我注重培养自己的道德品质和人文素养，努力拓宽自己的视野，增强自己的思考能力。只有内外兼修，我才能够真正成长为一个有益于社会和他人的人。

总结：

在人成长的道路上，每个人都会有自己的感悟和体会。对我来说，青春是成长的起点，勇于面对困难是成长的前提，理解与包容是成长的重要品质，学习与思考是成长的重要途径，而内外兼修则是成长的目标。只有在这样的心得体会的指引下，我们才能够不断成长，成为更好的自己。

**成长心得体会篇十七**

经常有人会羡慕地对我说：“你当美术老师真好啊，上课不用讲什么，只要画点东西让学生跟着你画就行。真是个轻松又愉快的工作啊。”或许之前我会有一点点的认同，但自从进了晋江市实验小学后我就彻底否定了这一想法，心道自己原来真是被环境蒙蔽了双眼，根本没有看清美术教育的现状，单纯的模仿教学早该被打进是八层地狱了。真想上好美术课哪有那么容易!课前的精心准备，课堂的情景创设、环节安排、个性辅导、多样评价以及课后的反思等等一样都不可少。这些都是需要美术老师下工夫来思考、推敲的。若一个老师真能让每一节美术课都轻松愉快又有良好的效果，那这个美术老师的造诣可不一般了。

作为一名专职美术老师进入晋江市实验小学也已经一个学期了。从半年多的工作实践中，我收获很多，有经验，有教训，有挫折也有喜悦。让我体会最深的是学校对我们新教师的关爱以及各位老教师的不断提携。为了使我们新教师迅速成长，学校特地进行了新教师与老教师师徒结队的活动。 “结对子”活动给我带来了很多的帮助。当我遇到问题，面临教学困境之时，艺术组的老师总会适时提出意见，帮助我一起寻求解决的方法。我的指导老师姚老师还常以他自己的教学经验为例子，帮我非常透彻地分析各种情况，引导我从多角度进行观察思考，他教会我要善于从学生角度去思考问题，传授新技能新知识时要和学生一起去实践体验。 尤其是姚老师这次送教下校的公开课《看这仨和尚》，帮我在美术教学路上打开了一扇新的大门。课堂的多样化、高效率、德育的巧渗透，学生的多思考、多探索、多合作、多实践成为了我课堂教学上的新追求。

反思能成为一个新教师成长的飞跃，这是我在教学实践中的深刻感悟。

这个学期我担任了一年级八个班级的美术教学工作。上课一两周后我就发现了一个问题：我“公平”对待每个班的学生，同样的教学内容、相同的教学教法，为什么得到的效果却大相径庭?我困惑。在苦恼中我不得不开始反思——公平能用在教学上吗?相同的东西能被不同的对象同等的接受吗?答案是显而易见的。因此我开始学习改变——应用不同的方法追求共同的目标。

接下来的每堂课中我都细心观察，课后认真总结，检讨成败得失，做好课后评析，钻研更好更适当的教育教学方法，慢慢地我开始根据每个班级学生整体绘画程度的区别、班级特点的不同来调整自己的上课形式、改变上课流程、组织不同的语言表述，以此期望学生能获得最好的学习成效，也期待自己每堂课不断精进。 在这次改变中我确信了，只有懂得反思自己成败，能以良好的心态对待成长中遇到的困难和挫折，不断求知，善于实践的老师，才能得到真正意义上的成长。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。我知道自己身上还有许多需要改进的地方，如：对一些问题的思考不够全面和深入;工作上经验仍显不足，面对某些情况，反应和解决不够巧妙;教学上还不能随心所欲地将德育贯穿其中等。因此在今后的工作和学习中我要更进一步地严格要求自己，虚心学习，在这些方面上自我加强：1、加强自身基本功的训练，注重对学生能力的培养;2、进一步提高自身的教学工作能力，学习更巧地与学生相处，更好地学会掌控课堂。3、在美育中更广泛更深入地渗入德育，努力使学生知美绘美心更美。4、用更多的关心爱心和耐心来对待学生，让他们对美术更有兴趣更有信心取得更大的进步。努力让自己尽快克服不足，争取早日在各个方面更上一层楼。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找