# 茶艺培训的心得体会(15篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-06-17

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。茶艺培训的心得体会篇一在...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**茶艺培训的心得体会篇一**

在7天的学习过程中，我对茶有了进一步的了解。无论是茶的历史文化、茶的分类、喝茶的器具以及泡茶的方法，都是我之前所没有了解过的。7天的学习即将结束，虽然当前我只是浅浅地学习了一些入门知识，但浓厚的茶兴趣已被激发，我只迫不及待想要继更深入的学习茶，让自己融入茶的美妙世界。

茶艺培训学习开设这样关于茶的培训课程，不仅仅为我们学员教授了茶文化，也为我们提供了一个良好的交友平台。在当代社会，能有机会以茶会友，是很风雅的一件事，大家有缘坐在一起学茶、品茶、赏茶、鉴茶，就好似古代文人骚客一般，喝茶谈笑，很令人享受，十分惬意。

源于对“茶”的喜爱，怀着对中国传统文化的敬仰，终于将学习茶道的小梦想付诸于行了。

如中国传统文化中任何一例皆渊源流长、博大精深，茶艺亦如此。初级班给了一把打开“茶道”这只潘朵拉神盒的钥匙，将原来饮茶的习惯及爱好的浅浮和模糊，引向明了，开启更多愉悦之情。

短短几日的茶艺课程，接触到浅略的中国茶文化理论，学习到绿茶泡法、生活泡法、红茶泡法、闵式冲泡四款茶艺表演。因为原本对茶的喜爱，浅阅过茶艺相关的书籍，学习中对茶艺的阅读便有了更多的渴求与热情。在老师授课时，我们也渴望老师能传授更多的知识，有时因为课时的原因，未能更为详尽，我想学习是个循序渐进的过程。

茶艺学习，对我来说，才是刚刚开始。

**茶艺培训的心得体会篇二**

在这几天的学习过程中，作为一个刚刚从事教学工作的我，认识又加深了一层，对教育教学又有了一个新境界。我也更进一步理解到老师的胸怀，应该比大海还要宽广，应该能够容纳学生的缺点和错误。宽容是深藏爱心的体谅，是一种智慧和力量，宽容了别人就等于宽容了自己，宽容的同时，也创造生命的美丽。

这两天的培训之旅，虽与三伏炎热较劲，然而收获之大，感慨之深，远远超过天气给人带来的郁闷。长期纠结的心，突然变得明镜起来。只有真正看清了“付来与回报永远成不了正比”，那么一切都会变得美好起来。

“与智者同行，你会不同凡响;与高人为伍，你能登上巅峰。”原本这句最不能让我理解的话，在仔细的揣摩探索下，一切都变得那么生动形象了。最不可教的孺子，也会在如圣人般的教师的感召下成才，真实的案例故事，让人岂有不信之理。

曾经看到过这样一篇报道：一个平凡的人民教师盘小红，以自己不平凡的事迹感动着我们在场的每一个人。相聚匆匆，只有两个多小时的短聚，却让我们真真实实感受了到了“人本善”。她的付出，正是人性最完美的展示。常言说得好“你是谁并不重要,重要的是你和谁在一起，古有“孟母三迁”，足以说明和谁在一起的确很重要。”那两小时，我感觉自己仿佛是与美丽善良的盘老师在一起，我被深深地吸引着，拿着自己与盘老师对比着。甚至有望自己有一天跟盘老师做得一样伟大，只记付出，不望回报。我相信与勤奋的人在一起，我们决不会懒惰;和积极的人在一起，我们决不会消沉;和美丽善良的盘老师再一起，我们也会美丽善良。

上学时我们能遇到一位好老师，是人生的一大幸事。工作时遇到一位好的师傅，也是人生的一大幸事。培训中，我们遇到了人生之好老师，工作之好楷模，此乃何种之幸事。朋友千万别抱怨，因为周围没有好的典范而让你不思进取，甚至丧失前进的动力而变得俗不可耐。因为有一天，你就是第二个盘小红老师。我们会因为身边有你，时时如浴春风。

每个人都有一个从幼稚走向成熟的过程，我们学会了宽容就会对学生少一点失望、少一点冷漠，而多一份理解、多一份信心、多一份亲切。宽容是一种品性，也是一种能力，宽容需要学习，需要磨砺，需要一点一点培养，就让我们不断努力吧!

总之，教师只有不断提高自我的思想修养、文化修养和师德素养。才能真正肩负起教书育人，培养社会主义事业的建设者和接班人，提高民族素质。我愿奉献给幼儿片片爱心，换来桃李芬芳，春色满园!

**茶艺培训的心得体会篇三**

怀着激动兴奋的心情，我参加了分院的大学生骨干培训班。在这里，我学到了很多，也懂得的了许多。既有关于对班级管理的认识也有关于人生的启迪与思考。感谢大学生骨干培训班对我的教育。虽然时间短暂，但它让我成长了许多!

经过这次的培训学习，我更深刻的明确了学生干部的工作职责。更加清楚地了解了学生干部所要具备的素质以及组织管理能力，人际交流和沟通方法等，从中受益匪浅。下面我就简单谈谈听了本次报告会的心得体会。

优秀的学生干部应具备两个条件：一是具有坚定正确的政治方向，德才兼备，品学兼优;二是素质拓展，服务热情，有很强的工作能力，在同学中有很大的威信，能主动承担社会责任，积极组织开展各项工作，有突出的工作成绩，能起到骨干和带头作用。起码的政治素质，首先要有坚定的政治立场，坚持政治为经济服务;要有高度的政治理念。还记得刚开课，何书记为我们上的就是共青团的历史与新时代的使命。对理想和信念是一个人的精神支柱和动力源泉，还有就是随着时代的发展，涌现出一批又一批的新进工作者和模范榜样。如：雷锋，王进喜，焦裕禄……等等。都是以服务人民，并且在自己的一生中作出贡献，国家所以兴旺，人民所以幸福!班级发展亦是如此，团结一心，积极奋进，班级才能健康发展!

在“学生干部的工作与技巧”这个主题中，x老师也讲到了许多重点。作为班级骨干，积极配合班主任工作，对班级凝聚力有着十分厉害的关系。身为班干，首先自己要带头干，率先干，尽早干，高效标准的干，齐心协力的干。对待同学应该要具有恒心，信心，包容心，热心，平常心的基本要求，把握好自己的工作岗位，并且提高自身能力，合理的工作方法，有计划，有组织，有控制来完成每一项工作。

随后，x老师主讲的“如何做好一名学生干部”让我感触颇深。有位学员说我们这些才华横溢的青年大学生骨干聚到一起就是一场群英会，我们这批学员便是如假包换的“黄埔二期”，当时倒不觉得言过几何，可后来越琢磨越感到心虚。试问我们真的可以拍着胸脯向大家承诺“我们已经准备好了，请老师和同学们放心”么，恐怕每个参加培训的学员想要这般豪言壮语都还为时尚早，眼下值得我们深思的反而应该是扪心自问，我们在哪些地方做得还很不够还需要切实弥补不足。我们身边不乏那些整天把“无聊”、“真烦”、“太没意思了”等话语挂在嘴边的同学。每个人正是通过自身的付出与劳动才赋予生活以充实理想的意义。目标：做一名称职的学生干部!

欢声笑语和忙碌困顿伴随着我们度过了本次培训短暂的学习过程，为期七天的培训虽然不可能对我们从思想理论素养上完成脱胎换骨的全新转变，但它所带来的启迪我们认清历史使命、坚定理想信念，勇敢奋发有为的导引思路确是极其明晰的!让我深受鼓舞。所以，我认为我们应该：“拒绝一时惊艳、塞满理想、背囊见证、威仪远航、乘风破浪正适时，当挂云帆济沧海，相信这颠灭不破的至理：明天是属于我们年轻一代的!”

**茶艺培训的心得体会篇四**

20xx年6月18日在北京召开了党的群众教育实践活动工作会议，对全党开展教育实践活动进行部署，并发表重要讲话。此后，中央主要领导和各级党委以及xx公司、xx部对本次活动逐层作安排。作为一名共产党员，近段时间，我认真学习了几个重要会议的讲话精神和相关资料，对我党的历史有了更深的认识，对党的知识有了更进一步的理解，精神上得到了一次大洗礼，信念再次得到坚定，对我党的事业和国家民族的发展复兴之路，看到了更多的希望。

得民心者得天下，人心向背关系党的生死存亡，群众路线始终都是我党的生命线和根本工作路线。得道多助失道寡助，为此，我们党历来把“全心全意为人民服务”作为立党执政的最高宗旨，强调紧密联系群众，从群众中来，到群众中去。在新的历史时期，实现党的确定的奋斗目标，实现中华民族伟大复兴的中国梦，更必须紧紧依靠人民，充分调动最广大人民的积极性、主动性和创造性，千千万万个“个体梦”汇成一个“中国梦”。

作为企业中一名最普通的基层共产党员，按照教育实践活动“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总要求，努力实现自我净化、自我完善、自我革新和自我提高。

照镜子。首先，要以最基本的党章为标准，对照党的纪律，进一步坚定信念，切实查找存在的不足和问题，改善工作作风，学习中华传统美德，杜绝浪费，去除奢靡之风。其次，要以公司规章制度为标准，对照岗位职责，认真总结和测评工作业绩，横向比较，纵向检测，找一找缺点，查一查原因。大哲说，吾日三省吾身。看一看自己现在处于什么状态，理想的状态又是怎样?问一问工作业绩如何?任务完成的怎样?还能不能有更好的输出成果?面对问题和任务，是否已经倾尽全力?还有没有更多的资源，还能不能有更好的方案?还有没有更优化的路径?克服困难和解决问题是我们生而为人的价值所在。办法总比问题多，金无足赤人无完人，问题不可怕不知道问题在哪里才可怕。充分正确认识自身能力的长短，尽可能扬长避短或者努力弥补短板，才能更顺利地完成工作任务，才能输出更好的工作成果。

正衣冠。以铜为镜可以正衣冠，以史为镜可以鉴兴亡。作为共产党员的一名不但要每日以铜为镜正衣冠，更应该以史为镜。历史经验告诉我们，始终和人民群众保持血肉联系，是我党得以生存和发展的根本。在实际岗位工作中，要勇于正视缺点和不足，按照“为民”“务实”“清廉”的总要求，严格贯彻落实公司和部门优良的价值观念，敢于暴露不正的思想和矛盾，严格要求自己，从现在改起，端正行为，严明党的纪律，加强党性修养，保持共产党人良好形象，做一个好表率，带一个好头。

洗洗澡。开展批评和自我批是我党始终保持先进性的法宝。针对存在的问题和不足，勇于自我批评和接受他人批评，认真深入分析原因，切实抓住问题的本质。结合自身实际和岗位工作，制订有针对性的整改措施，有计划地推进落实整改，随时检查、及时纠偏。问渠那得清如许，唯有源头活水来。尤其要重视清洗思想上的灰尘，从源头上确保共产党人的政治纯洁性。

治治病。治病救人，务先对症而后下药。作为企业中的一名普通党员，要加强廉政教育方面的学习，学习相关案例，要善于从他人的教训中汲取教训，获得经验，并提高思想警惕，时刻警醒自己。有违党纪国法的事情千万做不得，工作中严格遵照公司规章制度，严格按程序和流程标准做事。切不可心存侥幸，警惕马虎大意，不要因为一时的疏忽造成不可预计的大损失，更不要因为一时的贪图小利和享乐而贻害终身，否则悔之晚矣。俗话说，千里之堤毁于蚁穴。只有在日常生活和工作中，时刻警钟长鸣，严于律己，才能清清白白、堂堂正正地在人生的道路上书写出一个笔墨酣畅的“人”字。

当前，社会中流行着一些不正之风，有些党员同志也以金钱利益为上，追求享乐奢靡，铺张浪费……这些不良作风进一步败坏着社会风气，严重破坏了我党的形象，是十分严重的问题。中央高瞻远瞩地提出“党的群众教育实践活动”正当其时，作为党员的一份子，要积极投入到此次教育实践活动中，加强学习，从自身做起，从当前这一刻开始，逐步改正，勤奋工作，切实提高自身综合能力，为自己的理想信念而努力，为“中国梦”烈火的熊熊燃烧添一支柴。

**茶艺培训的心得体会篇五**

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。”

电力人生 扬帆起航

今年3月30日至7月30日，根据公司安排，我有幸参加了国网技术学院举办的继电保护培训班。能成为首批培训员工中的一份子，我感到十分的荣幸，同时也感谢江西省电力公司以及九江供电公司的领导给我这样一次不断完善和提高自己能力的机会。

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。

**茶艺培训的心得体会篇六**

一、基础理论知识学习

经常看到网友介绍仅用一两天甚至更短时间的学习就通过了科目一考试的经验，好像基础理论知识的学习仅仅是为了应付考试，似乎可有可无，本人对此不敢苟同。可以毫不夸张的说，交通法律法规和驾驶机动车需要的基本理论知识既是前人经验的总结，也是前人用鲜血乃至生命换来的，它是安全驾驶的基本规律和规则。既然我们办其他事情知道要学习和遵守一定的客观规律，那么我们驾车就没有任何理由不好好学习和遵守安全驾驶的基本规律和规则。尤其是书中关于紧急情况的处理更为重要，某一种紧急情况也许你一辈子也遇不到，但万一碰上了，如果你有这方面的知识储备，就可能把损失降到最低程度，否则也许只有死路一条。

学车的朋友们，如果你珍惜自己和他人的生命财产，就请努力认真的去学习有关的道路交通法律法规和掌握驾驶机动车需要的基本理论知识，即使你暂时没有时间，将来也一定要补上这一课。本人是这么想的也是这么做的，至于驾驶员考试网的习题更是做了多遍。功夫不负有心人，科目一考试轻松取得100分，它的含金量远远高于“速成”的100分。当然，为了记住一些题目，也还是需要技巧和归纳整理的。

(一)通用题库答题

1、根据语气、关联词判断(来自网友的经验)

一是注意答案语气。考试本意就是让你先形成谨慎驾驶的意识，所以但凡答案中有“可以不”、“可以”、“不必”之类的语气词，基本上是错答案，而有“必须”、“一定要”、“应当”、“严禁”等的，基本上是对的，不过也要具体情况具体分析，有少部分题是例外。

二是注意关键词。安全是第一位的，所以带有“加速”、“不避让”、“紧急停车”、“不用”等的是错的，而带有“保持安全车速”、“减速慢行”、“减速或停车让行”、“排队等候”的是对的。

三是注意看题，有的题要的是“错误做法”的答案，不要答成“正确做法”的答案。

四是注意关联题。题库往往是十几、二十题都反复在围绕一个知识点进行考核，选择题考过，再用判断题考，所以1400多题，考核的知识点也就大几十个，实际上题库压缩一下，也就几百题，这要求触类旁通，施展“乾坤大挪移”，把知识点充分运用起来，到时你就会发觉题目也并不多。

2、处罚

① 含有下列罚款数目的题都选200元以上20xx元以下，正确率99% (来自网友的经验)。

a.100元以上200元以下 ，

b.200元以上500元以下 ，

c.200元以上1000元以下 ，

d.200元以上20xx元以下。

② 严重违章肯定罚款200元以上20xx元以下，轻微违章肯定处警告或罚款20元以上200元以下。

③ 没有或使用其他车辆或使用伪造的行驶证、保险标志、号牌的，扣留该机动车，罚款200元以上20xx元以下。

④ 将车交给无驾照(包括被吊销或暂扣)人员驾驶的，超速50%以上的，驾驶拼装或报废车辆的，违章逾期不接受处理的，肇事逃逸的，吊销驾驶证。

3、一般行车规则

① 右侧通行原则，超车应从被超车左侧超越。

② 在没有交通信号指示的交叉路口应遵循：右方来车先行，转弯车让直行车，相对方向行驶的右转弯车让左转弯车，各方车辆依次交替通行。

③ 相对行驶的车辆交会时：有障碍的一方让对方，靠山体的一方让对方，下坡车让上坡车，但冰雪路面上坡车让下坡车。

④ 遇行人、非机动车、牲畜要主动避让，注意安全距离，减速慢行或停车，不可连续按喇叭催促，对各种抢道的也要让其先行。

⑤ 恶劣天气或路况要减速慢行，加大纵、横向安全距离，不可急刹车也不可急转方向盘。

⑥ 交通堵塞时要依次排队，交叉路口堵塞即使交通信号放行也不可进入交叉路口。

⑦ 在有禁止掉头和禁止左转弯标志，以及铁路道口、人行横道、桥梁、急弯、陡坡、隧道、等危险路段不得掉头。

⑧ 通过交叉路口、铁路道口、隧道、急弯、窄路、窄桥不得超车。

⑨ 进入高速公路行车道不能倒车、逆行、掉头、停车，不能试车或学习驾驶，在匝道、加速车道不能超车，不能在紧急停车带和路肩行驶，非紧急情况不能在应急车道行驶和停车。

4、一般停车规则

① 长时停车应在停车场停车，临时停车可在没有限停标志标线的地方按顺方向靠道路右侧路边停放，车右侧距路肩距离不能大于30厘米，恶劣天气停车要开危险报警闪光灯，夜间停车要开危险报警闪光灯、示宽灯、后位灯。

② 在有限停标志标线的地方、人行横道、车行道与非机动车道人行道有隔离设施、施工地段不能停车。

③ “口5站3”：即距交叉路口、隧道口、铁路道口、窄路、窄桥、陡坡等50米以内不能停车，距公交站、急救站、加油站、消防站等30米以内不能停车(来自网友的经验)。

④ 非紧急事故不能在高速公路停车，停车后应开启危险报警闪光灯并在来车方向150米(一般道路在50至100米)外放置故障警告标志，夜间还要开启示宽灯后位灯。紧急停车后尽快报警，车上人员尽快转移到车右后侧公路外。

5、速度限制

有限速标志的按限速标志行驶，没有限速标志的按按如下规定：

① 一般道路 注意30、40、50、70四个数字

没有中心线的城市道路最高时速不能超过30公里。

没有中心线的公路最高时速不能超过40公里。

同方向只有一条机动车道的城市道路最高时速不能超过50公里。

同方向只有一条机动车道的公路最高时速不能超过70公里。

转弯、掉头、下陡坡、牵引故障车、进出非机动车道，通过窄路、窄桥、隧道、铁路道口、交叉路口，能见度50米以内的恶劣天气，通过恶劣道路等最高时速不能超过30公里。

② 高速公路

注意60、90、100、110、120几个数字。

60公里是最低时速限制。

120公里是最高时速限制。

同方向有两条行车道的，最左侧行车道的最低时速为100公里，低于100公里的在右侧行车道行驶。

同方向有两条以上行车道的，最左侧行车道的最低时速为110公里，低于110公里高于90公里的在中间车道行驶，低于90公里的在最右侧车道行驶。

低能见度天气行驶规则(来自网友的经验)：

“261”：能见度在200米以下，最高车速为60公里，最小车距为100米。

“145”：能见度在100米以下，最高车速为40公里，最小车距为50米。

“520”：能见度在50米以下，最高车速为20公里，从最近出口驶出高速公路。

6、灯光使用

① 大灯(前照灯)

远光灯：夜间在没有照明条件或照明条件不良的道路行车，当车速高于30公里，可使用远光灯，跟车行驶不得使用远光灯，会车时应在距对方150米以外改用近光灯。

近光灯：在照明良好的路段、车速低于30公里、过窄路窄桥、起步、与非机动车交会应使用近光灯。

夜间超车、通过无交通信号的交叉路口要连续变换远近光灯示意。

② 雾灯

雾天应开启雾灯，多使用喇叭。风、雪、雨、雾的夜间应开启雾灯或防眩近光灯不能开远光灯。

③ 危险报警闪光灯

在雨天、雪天临时停车时应开启危险报警闪光灯，雾天和夜间临时停车时应开启危险报警闪光灯及示宽灯和后位灯。

④ 转向灯 要提前3秒或100至50米开启

右转向灯：右转弯、向右变更车道、超车后驶回原车道、靠路边停车、驶出环岛、驶离高速公路应当提前开启右转向灯。

左转向灯：左转弯、向左变更车道、超车前、掉头、进入高速公路、驶离停车地点应当提前开启左转向灯。

⑤ 驶入双向通行的隧道前应开启示宽灯或近光灯。

7、恶劣天气驾驶

纵向安全距离：雨天纵向安全距离是干燥天气的1.5倍，冰雪天纵向安全距离是干燥天气的3倍。

恶劣天气要减速慢行。通过湿滑道路要充分利用发动机制动，慎用行车制动，更不可紧急制动和急转向。

8、紧急情况处置

① 总的原则

先制动减速后转向避让，先避人后避物，除非不可避免的要发生相撞事故一般不要采取紧急制动，避险时尽量采取损失小的措施，车速高时不可急转方向盘。

② 轮胎爆裂：保持镇定，双手紧握方向盘极力控制方向，松加速踏板，轻踏制动踏板或用“抢档”的方法，慢慢制动减速，尽快平稳停车，不可紧急制动。

③ 转向失控：高速行驶的车辆在转向失控的情况下紧急制动很容易翻车，在车辆和前方容许的情况下不可紧急制动，当事故不可避免时应果断地连续踏制动踏板，尽快减速，减轻撞车力度。发现转向不灵应选择安全地点停车查明原因，千万不可继续行驶。

④ 制动失效：出现制动失效应以控制方向为第一应急措施，寻找并冲入避险车道，下坡路制动失效应逐级或越一级减档用发动机制动或用驻车制动器制动，为了发挥驻车制动器的作用不可一次将操作杆拉紧，不得已的情况下可用前保险杠侧面撞击山坡迫使车辆停住。

⑤ 发动机熄火应开右转向灯缓慢滑行到路边停车，全车灯光突然熄灭应立即制动减速靠边停车，二者皆不可紧急制动以防后车追尾。

⑥ 尽量避免侧面碰撞。一般车辆翻车不可跳车，如翻车缓慢可从相反方向跳车。

⑦ 最容易发生侧滑的路面是下雨开始时的路面，车辆侧滑应松抬制动踏板向侧滑一侧转动方向盘并及时回转方向进行调整，由转向或侧撞引起的侧滑不可使用行车制动。

⑧ 车辆发生火灾不可开启发动机盖，含酒精的防冻液可用水浇泼着火部位，水不可用于电器和汽油灭火，灭火要站在上风处，灭火器要对准火源。

⑨ 车辆落水要看准落水方向，待驾驶室充满水时开启车门或敲碎侧窗逃生，千万不要用关闭车门阻挡进水或打电话求救的方法。

⑩ 出隧道口或其他遇横风袭击的情况，应双手稳握方向盘，适当减速，微量进行调整，千万不可向相反方向急转方向盘。

第四页

9、急救

① 原则：先救命后治伤，先送昏迷的最后送颈椎受伤的，伤者被压不能强拉肢体。

② 紧急情况先用压迫止血然后用其他方法，压迫止血应在近心端，止血带止血上肢在上臂的上三分之一下肢在大腿的中部，没有骨折和关节损伤的上肢或小腿可用屈肢加垫止血法。

③ 骨折应就地固定避免活动，应先止血包扎，固定要超过上下关节，脊柱骨折用三角巾固定不可用软担架运送。

10、驾驶证

① 驾驶证可以在暂住地申领和换证，初次申领驾驶证的有效期限为6年，应在期满前90日内申请换证，超过有效期1年未换证将被注销，可请人代理换证补证，60周岁以上的应在一个记分周期结束后15日内提交体检证明，信息变化应在30日内进行变更登记。

② 吊销驾驶证的2年后、撤销驾驶许可的3年后方可申请驾驶证，交通肇事逃逸终生不能重新取得驾驶证。

11、刑法

① 驾驶人违反法规发生重大事故致人死亡或使公私财产遭受重大损失处3年以下有期徒刑或拘役。

② 肇事逃逸或有其他恶劣情节的处3年以上7年以下有期徒刑。

③ 肇事逃逸致人死亡处7年以上20xx年以下有期徒刑。

(二)山东地方法规题库答题

乘车人违章罚款：

不按规定使用安全带的罚5元;开关车门妨碍其他车辆和行人通行的罚10元; 乘车人向车外抛洒物品或者有影响驾驶人安全驾驶行为的罚20元;机动车在高速公路上发生故障后，车上人员未迅速转移到右侧路肩或应急车道的罚50元。

二、场地驾驶学习

场地驾驶学习是实际驾驶操作的基础，我认为以下几点要提前掌握。

关于方向盘(转向盘)：

一般方向盘从中间位置可向右或左转动2—2.5圈。握方向盘的位置说法不一，我比较赞成10点20分的说法，即左手握方向盘的10点处，右手握方向盘的4点处，这种握法在右手做其他事时左手向左向右移动方向盘的量都比较大。转整圈方向盘最好用双手交叉打法(也有人用单手)。比如要向右打一圈：左手从原位上推到3点位置，右手从左手上方上接方向盘12点位置并下拉至4—5点位，左手下接7—8点位并上推至原位，方向盘整整转过一圈。

转弯时方向打多少回多少。变道时用“三把轮”的方法：先打某一角度，当车身处于预定位置(此时车身是斜的)回两倍的某一角度的方向，当车身正再反向打某一角度方向。

当车向前行驶时，车头移动的方向与方向盘的转动方向相同，但倒车时车头移动的方向却与方向盘转动的方向相反，例如倒库时右后视镜要碰杆，你就得向右打方向而不是向左。

还要特别注意转向时车头与车尾外角的位置，前进转弯时车尾外侧角会超出外后轮行驶轨迹，倒车转弯时车头外侧会超出外前轮行驶轨迹，例如场地驾驶外侧车轮没有压线但外侧角可能已经出线。

为了保护转向机构，最好不在原地打方向。

关于后视镜：

有人把三个后视镜比做司机的三只后视眼，这三只后视眼能帮助你注视前方的同时兼顾车的后方、侧后方的交通状况及后车轮的行驶轨迹。

关于变速杆：

挂错档是初学者的通病，注意除了3、4档直接前推或后拉，其他档一定要稍用力向左或右推再向前拉或后推。

下面是关于场地驾驶项目的体会：

(一)倒桩移库

倒入库门的方法基本有两种，一种是找准点打死方向后倒入库门，一种是看车尾逐渐打方向后倒入库门，我认为后法比较实用，但我老师教的是前一种方法，只好讲用前一种方法的体会了。

找准点打死方向后倒入库门的“点”也分两种，一种是老师看到车厢尾到达另一库门中部位置，让你左转或右转头看中杆在车门的位置，立即打死方向，以后就以此位置作为起始打死方向的点，此法因每次头部在车内位置不同而使起始点的误差较大(根据相似三角形原理，头部前后移动10公分，车尾位置将移动约40公分)。另一种是以看大对角杆重合为标准打死方向，因为连接对角杆的直线是固定的，头部在车内位置的误差就是车尾位置的绝对误差，所以打死方向起始点的误差较小，我赞成用此法。

下面是我用中兴皮卡教练车倒桩移库的体会。左右的区分是背向库门区分的。

倒入乙库：

从右起点线起步倒车，头右转，当看到右前杆与左后杆重合后再过10公分快速向右打死方向。当右车厢尾接近前中杆(约50厘米)，改为眼看右外后视镜，使右车厢尾与中杆保持约20厘米的距离(后视镜中的距离比实际距离小些)，当左外后视镜中看到两根左边杆且右外后视镜中车厢右边与库中线平行时，回正方向直倒乙库底停车，如果起始打方向的时机正好，车身就处于库中间，无须其他修正方向的程序。

其他修正方向的程序：

当打方向早了，车尾与中杆距离太近，应向左早回一圈(多少快慢依实际情况决定)方向，使车尾移向左边，保持右后车轮部位车厢与中线约20厘米的距离，方向完全回正后可能车尾略斜向左方车头略斜向右方，右后视镜可能碰中杆，此时可能要向右打方向再回正以修正车身，并避免右后视镜碰中杆。即便打方向较早，如回方向的时机、多少、快慢合适，回正方向后完全可以达到起始打方向的时机正好时的效果，无须过多的修正。

当打方向晚了，车尾与中杆距离较远，应迟回方向(看到左后杆再回)，使车尾旋向右边，方向完全回正后车尾可能略斜向右方车头略斜向左方，左后视镜可能碰左前杆，其后可能要向左打方向再回正以修正车身，并避免左后视镜碰左前杆。

在看左右后视镜倒车的同时要照顾车头与杆、线的关系，勿碰杆压线。尤其在车尾入库后要注意两个后视镜，那边的后视镜欲碰杆就向那边急打方向，过杆后立即回正。为什么那边的后视镜欲碰杆却向那边急打方向?原因是，倒车时方向盘向那边打车尾就向那边走，而车头却移向另一边，就是车头移动的方向与打方向盘的方向相反。

移库：

第一进

一档从乙库底起步的同时，向右打两圈方向前进，看到车头左角越过前中杆20—30公分，向左回四圈方向，当车身正直时向右打两圈方向，距库前边线约20厘米停车，移过半个库。

第一退

倒档起步的同时，向右打两圈方向后退，当发动机盖左缝与左棱间对准左前杆(从左后视镜看左后车轮将过中线回方向的方法易使左车头角出左边线)，立即向左回四圈方向，当车身正直时向右打两圈方向，距库后边线约30厘米停车，此时车身左侧接近或压在中线上。

第二进

一档起步的同时，向右打一圈方向(多少视向右移动的距离估计)前进，看到车头左角距前中杆约20-40厘米时，向左回两圈方向，当车身正直时向右打一圈方向，距库前边线不必太近防止闯前边线。

第二退

倒档起步，微调车身在右库左右居中或略偏左，前后位置以能出库为原则，防止闯后边线。

斜出库：

一档起步的同时，向左打一圈方向前进，看到车头左角与左前杆重合，向右回一圈到一圈半方向，从左库门斜出库。当车头左角与前端线(也有人叫限制线或路边线，就是库门前方距库前边线1.5倍车长的那根线)重合向左打死方向，车身正回正方向，车头到达反倒起点线停车。

倒入甲库：

从左停止线起步倒车，头左转，当左前杆还差40公分与右后杆重合时向左打死方向。当左车厢尾接近前中杆(约50厘米)，改为眼看左外侧后视镜，使左车厢尾与中杆保持约20厘米的距离(后视镜中的距离比实际距离小些)，当右外后视镜中看到两根右边杆且左外后视镜中车厢左边与库中线平行时，回正方向直倒车头完全进入右库门停车，如果起始打方向的时机正好，无须其他修正方向的程序。另，车头入库即停，不必继续后倒，防止画蛇添足。

打方向早了或晚了的其他修正方向的程序参照右倒入左库，但方向相反。

出库

一档起步前行，当车头前缘将与前端线重合向右打死方向，车身正回正方向，车头到达右起点线停车，完成桩考。

注意：

1、 先在模拟器上练习双手交叉快打快回整圈方向，该练习是倒库移库的基础，掌握好了在实际学习倒库移库中就可以把全部精力用在观察上，加快学习进度。

2、 倒库前检查车辆是否停在正确的位置上(距前端线1.2-1.4米左右，太近则车左前角易闯线，太远则不易入库)，车身和车轮是否正直，方向盘是否在车轮正直时位置。练习和考试时调整座椅前后及靠背前后位置要一致，否则影响三点一线观察倒库起始打方向的时机。

3、 除倒库起始打方向头必须向右(左)转直接观察外，车身进库就要看外后视镜，镜子尽可能向地上照，这样容易看到库线，可以清楚知道回轮的时机。当然向前直接观察车头位置是必不可少的。无论直接观察还是通过后视镜观察时都要皆顾左右。要防止后视镜碰杆。

4、 看准杆，千万不可倒错库。

5、 移库时打方向要快，而车速要慢，按正规要求不应中途停车也不应停车后打方向。

6、 倒库打方向宁早勿迟，打方向过晚，神仙也倒不进库。

7、 如倒入乙库太靠近库左边线要特别注意第一进防止左尾出左边线，第一退防止车头左角出左边线，第二进防止车头右角出右边线。

8、车身左右位置的确定：通过外后视镜观察车箱左右边缘与中线、边线的距离确定。右倒库车身距中线约20厘米为佳，不可太近，防止靠近中线的车身闯线，左倒库尽量放中。

9、倒库车身入库后，如左右位置不理想，仍要微调方向，倒入右库车辆最好离中线稍近些，尽量使车身距中线约20厘米，一来移库容易，二来防止移库第一进时车尾左角闯出左边线。但也不要太刻意靠近中线，因移库两进两退绰绰有余。如车身太靠近左边线，第一进起步打方向不可过急，以免车尾左角闯出左边线。

10、由于车轮移动轨迹滞后于打方向，所以要依据趋势提前打方向，该要点同样适用于上路行车。

11、初练时，每做完一次动作，如无百分之百的把握，都应下车前后左右观察一番，找到下一次改进的感觉(其他场地驾驶项目也一样)。

12、第二进不必太靠前，防止车头出前边线，第二退不必太靠后，防止车尾出后边线。第二次入库离中线不可太近，防止出库左后车厢角碰中杆。每次进退如最后来不及回方向就先停车后打方向。

(二)坡道定点停车和起步

由于考试车大多手刹不灵，所以干脆停车不用手刹，然后用离合器和行车制动器配合起步。

坡道定点停车：开右转向灯，逐渐靠近右边线，从右后视镜观察保持右侧车轮与右边线15---20厘米距离，同时观察眼——车头前缘右侧某一点——路边线内侧的关系，以后就主要以这一关系确定右侧车轮与右边线15--20厘米的距离同时以眼睛余光修正车轮与路边线的距离。当停车标杆与车头前缘将成一线，立即踩下离合器和行车制动器踏板停车。

坡道起步的方法 ：停车时踩下离合器和行车制动器踏板停车，不摘档稍停顿片刻。开左转向灯，鸣喇叭，抬离合器至半联动(发动机转速变低、声音变、车身略有抖动时)稍停，慢松行车制动而车不动，转而速轻踏(如考试车象教练车那样怠速高不踏油门也能起步)油门起步，前行两米完全抬起离合器。

注意：右车轮不可靠线太近防止压线;上坡后要轻向右推方向消除方向盘向左的游隙，防止因方向盘左侧游隙使车偏离右边线;注意要提前将左右脚分别放于离合器踏板和行车制动器踏板上利用怠速前行;停车要先踩下离合器踏板后踩行车制动器踏板，防止熄火。

(三)侧方停车

在库前方距库前右侧路边感应线约20—30公分，车厢尾过外前杆正直停车。开右转向灯，挂倒档，看右外后视镜，当右后轮轴越过左前杆(或从后车窗右侧刚看不到左前杆)立即向右打死方向，看左外后视镜，当左车身与右后杆成直线，立即回正方向后倒，当左后轮压线(或前风挡右侧与右前门间立柱下部刚掩没左前杆)立即向左打死方向继续后倒，当车身正直回正方向，不必完全倒到库底。开左转向灯，鸣喇叭，挂一档出库，向左打死方向，当眼——车头右角——左前杆成一线回正方向，然后看左前杆到与自己的肩平行时，方向往右打1.5圈，路直回正。

注意：全程使用半联动;入库后回正方向，防止车轮被探头扫描到;入库后不必完全倒到库底，防止车尾出线;入库前停车不可靠线太近防止压路右边的感应线，出库防止压路左边的感应线，出库用前边的方法左前轮不会压倒左侧路边感应线。

(四)曲线行驶

右转：慢转方向，车头右角离左边感应线约30厘米，主要是看右后视镜中右后轮离线20--30厘米修正方向。

左转：慢转方向盘，车头左角接近右边感应线，主要还是看左后视镜中左后轮离线约20—30厘米修正方向。

注意：车身稍靠外侧，防止由于内轮差的原因使内侧后轮压线;主要是看后视镜离线约20--30厘米修正方向，不可离线太远，否则前轮可能会压线;左右弯交接处方向要逐渐过渡，行进过程中一直使驾驶者始终处于路中央。

(五)直角转弯

开转向灯，靠外侧离路边感应线约20--30厘米(右转时通过眼——发动机盖左缝稍偏右——左侧路边感应线三点一线的关系观察，左转同理，只是发动机盖的参考点在中点偏右)行驶。当后视镜与内角横向的路边感应线平齐，立即打死方向，车身正立即回正方向。

注意：入弯要靠外侧路边感应线行驶，防止因内轮差的原因而使后轮压内角顶;打方向太迟会使外前轮压线。

(六)起伏路

注意：在探头前要加速，过探头制动减速，用一档怠速或二档半联动通过。

(七)通过单边桥

眼——发动机盖前缘左缝(发动机盖与机体间的缝)与发动机盖左棱(发动机盖距左右边缘约30公分各有一条冲压的棱)前端间中部——对准左桥上左桥，当左后轮将下桥(左前轮过桥后停1秒)，向右打一圈方向，眼——发动机左棱——右桥左边缘三点一线，向左回两圈方向 ，眼——发动机盖前缘中点——右桥三点一线，立即向右回一圈，保持相对位置直行。上桥后轻向右推方向，以消除方向盘向左的游动间隙。

注意：提前修正方向使左前轮对准左桥;练习时修正适于本人的发动机盖前缘参考点。

(八)百米加减档

一档起步立即加二档，加油进三档，加油进四档，不加油进五档，不加油退四档，不加油退三档，踩行车制动器减速，不加油退二档。

注意：不能踩着离合器连续换挡，放开离合器后脚要离开离合器踏板。

(九)通过连续障碍

调整车辆，使发动机盖左棱稍偏左处对正1号和2号园饼左边缘(该位置就是车头和车身骑跨障碍左边缘的位置)，沿1号和2号园饼连线方向骑于圆饼上直线前进，等3号饼左边缘到达前挡风玻璃的左框边时，向左打一圈半方向，当车身方向与2、3号饼连线同向，即3号饼左边缘位于车头欲骑跨位置时，立即回正方向。当4号饼到前挡风玻璃的右边时(4号饼右边缘离右边框还有30—40厘米)，向右打一圈半方向，眼睛一直盯着4号饼，当车身方向与3、4号饼连线同向，即4号饼左边缘位于车头欲骑跨位置的前方，立即回正方向。然后，看5号饼，等5号饼左边缘到前挡风玻璃的左边框时，方向向右打一圈半方向，眼睛一直盯着5号饼，当车身方向与4、5号饼连线同向，即5号饼左边缘位于车头欲骑跨位置的前方，立即回正方向。然后，看6号饼，等6号饼到前挡风玻璃的右侧时(6号饼右边缘离右边框还有30—40厘米)，方向向右打一圈半方向，眼睛一直盯着6号饼，当6号饼左边缘位于车头欲骑跨位置的前方，立即回正方向。估计6号饼接近两后轮之间，且车头未出边线时，修正方向看路行车。为了防止由于内轮差的原因而致外后轮压住圆饼，均应应使车稍靠外侧行驶。

注意：过连续障碍前不可压路左边的感应线，过连续障碍时外前轮不可压路边线;过左侧3、5饼因向左打方向，打方向的过程中车身有向左偏的趋势，过右侧4、6饼因向右打方向，打方向的过程中车身有向右偏的趋势，二者均使车有靠外的趋势，使外后轮不致因内轮差的原理而压饼。

(十)限速通过限宽门

进第一门前调整方向使车能直入第一门并加速到每小时23—25公里，车前门过第一门放开油门，立即向左打四分之一圈方向，当车头中点对准第二门左杆向右回二分之一圈方向，绕过第二门后向右打四分之一圈方向，当车头中点对准第三门右杆向左回二分之一圈方向直出第三门。(我现在也不敢在20公里以上过限宽门)

注意：因速度检测在第一门，故过第一门不低于每小时20公里，后两门放开油门集中精力控制方向不碰门杆，靠近左杆自然不会碰右杆。

讨论：如果车速不低于每小时20公里，即每秒6米，两门间的距离仅15米，可供打方向的时间最多两秒，不易做大幅度的打方向的动作。

**茶艺培训的心得体会篇七**

因为个人对茶的喜爱，我报名学习了茶艺。

在7天的学习过程中，我对茶有了进一步的了解。无论是茶的历史文化、茶的分类、喝茶的器具以及泡茶的方法，都是我之前所没有了解过的。7天的学习即将结束，虽然当前我只是浅浅地学习了一些入门知识，但浓厚的茶兴趣已被激发，我只迫不及待想要继更深入的学习茶，让自己融入茶的美妙世界。

茶艺培训学习开设这样关于茶的培训课程，不仅仅为我们学员教授了茶文化，也为我们提供了一个良好的交友平台。在当代社会，能有机会以茶会友，是很风雅的一件事，大家有缘坐在一起学茶、品茶、赏茶、鉴茶，就好似古代文人骚客一般，喝茶谈笑，很令人享受，十分惬意。

源于对“茶”的喜爱，怀着对中国传统文化的敬仰，终于将学习茶道的小梦想付诸于行了。

如中国传统文化中任何一例皆渊源流长、博大精深，茶艺亦如此。初级班给了一把打开“茶道”这只潘朵拉神盒的钥匙，将原来饮茶的习惯及爱好的浅浮和模糊，引向明了，开启更多愉悦之情。

短短几日的茶艺课程，接触到浅略的中国茶文化理论，学习到绿茶泡法、生活泡法、红茶泡法、闵式冲泡四款茶艺表演。因为原本对茶的喜爱，浅阅过茶艺相关的书籍，学习中对茶艺的阅读便有了更多的渴求与热情。在老师授课时，我们也渴望老师能传授更多的知识，有时因为课时的原因，未能更为详尽，我想学习是个循序渐进的过程。

茶艺学习，对我来说，才是刚刚开始。

**茶艺培训的心得体会篇八**

通过近期的培训学习，本人切实的感觉到了自身的提高，在此感谢上级安排的此次学习活动，感谢每一位授课老师精彩的授课。此次的培训学习，使自己的理论基础，道德水准，业务修养等方面有了比较明显的提高，进一步增强了学习理论的自觉性与坚定性，增强了做好新形势下本职工作的能力和信心。参加本期培训本人主要有以下几方面体会和收获：

一、通过培训，使我进一步增强了对学习重要性和迫切性的认识

培训是一种学习的方式，是提高业务知识的最有效手段。21世纪是知识经济社会，是电子化、网络化、数字化社会，其知识更新、知识折旧日益加快。一个国家，一个民族，一个个人，要适应和跟上现代社会的发展，唯一的办法就是与时俱进，不断学习，不断进步。通过培训班的学习，使我进一步认识到了学习的重要性和迫切性。认识要面对不断更新的工作要求要靠学习，要靠培训，要接受新思维、新举措。要通过学习培训，不断创新思维，以创新的思维应对竞争挑战。我真正认识到加强培训与学习，是我们进一步提高业务知识水平的需要。加强培训与学习，则是提高自身工作能力最直接的手段之一，也是我们提高业务水平的迫切需要。只有通过加强学习，才能取他人之长补己之短，只有这样，才能不负组织重望，完成组织交给的工作任务。

二、通过学习培训，使我清楚地体会到要不断加强素质、能力的培养和锻炼

1是要不断强化全局意识和责任意识。全局意识，是指要站在全局的立场考虑问题，表现在政治上是一种高度的觉悟，表现在思想上是一种崇高的境界，表现在工作上是一种良好的姿态。要求我们用正确的思路来思考解决当前存在的问题，就是要求我们要有超前的思维，要有悟性，有创新精神，而不是仅仅做好自己负责的那一方面的工作了事，要始终保持开拓进取的锐气;要牢记全局意识，自觉适应目前形势发展需要，认真学习实践科学发展观活动，不断增强使命感和社会责任感，提高自身能力素质和调整好精神状态，为社会发展献计献策，贡献力量。要树立群众利益第一位,局部服从整体，小局服从大局的原则，始终保持健康向上、奋发有为的精神状态，增强勇于攻克难关的进取意识，敢于负责，勇挑重担。

2是要加强沟通与协调，熟练工作方法。要学会沟通与协调，要善于与领导、职工、相关服务单位进行沟通，要学会尊重别人，不利于团结的话不说，不利于团结的事不做，积极主动地开展工作。要经常反思工作、学习和生活，把反思当成一种文化，通过反思，及时发现自身存在的问题。

3是要敢于吃亏、吃苦、吃气，弘扬奉献精神。三吃是一种高尚的自我牺牲精神、奉献精神，是社会的主流风气。就是要为人处世要心胸开阔，宽以待人。要多体谅他人，遇事多为别人着想，即使别人犯了错误，或冒犯了自己，也不要斤斤计较，以免因小失大，伤害相互之间的感情。要树立奉献精神，树立吃苦、吃亏、吃气的思想。吃别人吃不了的苦，做别人做不了的事，忍别人忍不了的事，严格要求自己。

4是要宽宏大量，学会包容。包容是一门艺术，是一种境界，要达到这种境界，就必须拥有博爱的心，博大的胸襟，还要有一份坦荡、一种气概，包容是赢得朋友的前提，包容是人生的财富。包容不等于迁就和放任自流，包容别人的过错，是为了让别人更好地改过，与人相处要学会容纳、包涵、宽容及忍让，做到心理相容。

5是要注重文明礼仪，增强综合素质。文明礼仪是生活和工作的根基，是体现一个国家和民族文明程度、经济实力的重要标志，没有了文明，就没有了基本的道德防线。我们每一个人都应该具备文明素质，做一个堂堂正正的人，做一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，文明就是我们素质的前沿，拥有文明，就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。只有当每一个人都具备了文明素质，我们这个国家的整体素质才能提高。我们要从自我做起，从每一件小事做起，做文明事，说文明话，让文明礼仪成为社会发展的主流，让我们的素质上一个台阶。

6是要廉洁自律，加强思想道德修养。要认真学习科学发展观重要思想，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观和正确的权利观、地位观、利益观。廉洁勤政，严格自律，自觉接受监督。认真贯彻执行上级关于廉洁自律的各项制度和规定，不断提高拒腐防变的能力，堂堂正正做人，踏踏实实做事。要用自己高尚的品德和人格力量去感召人、凝聚人，始终做到自重、自省、自警、自励，在职工中树立廉洁从政、勤政为民的良好形象。

总之，通过几天的学习，我收获颇多，感触颇深，在获得知识的同时，也认识到了自己在理论素质、工作水平、思想观念中存在的差距和不足，今后，我要把握住各种学习的机会，本着做一名小学生的态度，向书本学、向实践学，向身边的同志学，通过多种途径、采取多种方法丰富自己的知识，努力锻造自己，提高自己，使自己成为无愧于人们的合格的干部。

**茶艺培训的心得体会篇九**

在得知要进行入职培训时，心中充满了期盼，以前总认为只有外企才会做系统的入职教育。拿到入职培训更是惊喜万分，培训资料既丰富翔实又处处有创意，从企业文化、发展战略、管理体系到项目管理等等。短短的一周时间让我们从“学院人”迅速转变主角，以用心、乐观的心态来应对工作。

培训伊始，我们这个由新人组成的班级分成四个小组，每一个小组就是一个团队，有自己的团队名称、队徽，比如我所在的“筑煤”组，我们都是立志于祖国的煤炭事业，立志于我们武汉院的更大发展。这样的方式极大的激励了每一位组员的团队意识，在培训的日子里，每一位组员都能为团队作出自己的贡献而出谋划策。正因为如此，我们的友谊更加深厚，我们的团队凝聚力更加强大。

在听取了吴院长关于企业文化的报告后，第一次对企业文化有了深刻的认识，企业文化从通俗的好处来说就是“企业风气”、“企业风格”。企业文化能够树企业形象，创企业名牌，增强企业凝聚力、战斗力。企业文化建设包含很多资料。武汉院的核心价值观：多出精品，为顾客创造最有价值工程并带给满意的服务。在我看来，既简洁明了又高瞻远瞩。只有全院同心协力，思想认识高度统一才能实现我们的核心价值观。我们的愿景是企业成为国际领先的煤炭公司，员工成为受人尊重的专家和人才。如此愿景，让我充满信心，充满动力，也让我看到了前进的方向。在认识到企业文化的重要性和实用性后，我想我在以后的工作中必须会自觉学习企业文化，以企业文化来指导自己。

在看到布尔台矿井的介绍时，心中自豪万分，世界上最大的井工矿、群矿选煤厂是由我们武汉院设计的。如此大的一个系统工程能做的如此优秀，可见我们院的实力非同一般。生产技术管理部于主任在示范矿井的设计思想与设计理念中提到设计理念创新要按照科学发展观要求，站在行业制高点上，改革煤炭工业设计理念。设计院里的工作是多专业协调的工作，只有充分协调才能设计出更合理的资料，这一点就告诉我们，在工作中要敢于沟通、善于沟通、乐于沟通。把沟通做好才能把设计做好。

管理出效益，制度是管理的手段，作为新人，我们要认真学习公司的规章制度并在工作中严格执行。人力资源部钟处长和财务部王主任分别向我们介绍了公司的人力资源制度和财务管理制度。让我们系统的了解了公司的各项规章制度，结合发下来的《员工手册》，我会继续深入学习，在实践中不断加深对制度的认识，做到按章办事。

正如前文所述，培训资料详细，培训成果卓有成效，这一周的培训将对我的职业生涯产生深远的影响。最后引用一句话：认真做事能够把事做成，用心做事才能把事做好。在工作中我必须要学会做人，用心做事。

**茶艺培训的心得体会篇十**

暑假里，我参与了学校组织的教育技术培训，素质教育讨论活动，通过学习，使我拓宽了学习的视野，更新了教育观念。下面谈谈我对本次学习的心得。

一、加强自身师德修养，展现教师人格魅力

教师素有“塑造人类灵魂的工程师”之美誉。在对灵魂塑造的过程中，教师既要有比较渊博的知识，更要有高尚的道德和崇高的精神境界。教师应当成为学生的表率，成为学生的良师益友，成为全社会文明的楷模。为此，教师要时刻谨记不断提高自身的道德修养，展现自身的人格魅力。那么，如何提高自身的师德修养呢?我认为应该从以下几个方面做起：

1、热爱祖国，爱岗敬业

热爱祖国，献身教育事业，是教师道德最基本最重要的要求。爱岗敬业是教师处理与教育事业之间关系的准则，是教师职业道德的基础和前提。尤其在市场经济条件下，在教育大发展的今天，教师要正确处理好奉献与索取的关系，不计较个人得失，发扬“红烛”精神，甘做“人梯”，安于“粉笔生涯”，以“捧着一颗心来，不带半根草去”的高尚情怀，献身教育，鞠躬尽瘁。相反，如果教师不热爱自己的事业，“身在曹营心在汉”，必定不能把工作做好。

2、热爱学生，诲人不倦

热爱学生，诲人不倦是教师履行教育义务的传统美德，是衡量教师道德水平高低的主要标志。每一个学生，都希望得到教师的爱，师爱是一种巨大的教育力量。它能使学生感受到教师的温暖，产生愉快的情绪，从而激励他们对学习的兴趣和爱好。了解学生和关心学生，是热爱学生的起点。教师仅仅把功课教好是不够的，还要多关心学生的健康成长，为学生的一生着想，从思想上、学习上、生活上全面了解学生，关心学生，爱护学生，因势利导地进行有针对性的教育。热爱学生还要尊重和信任学生。教师要有民主思想，尊重学生的人格，尊重学生的感情，允许学生独立思考，切不可刺伤学生的自尊心。在日常的教育教学工作中，认真评价学生的行为，和善平等地对待学生，绝不能为了树立自己的威信而对学生采用体罚、讽刺、挖苦等侮辱人格的做法。当学生进步时，教师不要吝惜自己的赞美之辞;当学生犯错或退步时，教师也不要任自己的批评侮辱之话泛滥。多一点微笑，多一点赞美，多一点信任，你会得到的回报。

3、以身作则，为人师表

在教学实践活动中，教师只有以身立教，为人师表，才能有力地说服学生，感染学生。无数经验证明，身教重于言教，“不能正其身，如正人何?”“其身正，不令而行;其身不正，虽令不从。”这说明凡是教师要求学生做到的，自己必须先做到，给学生树立好榜样;凡是要求学生不做的事情，自己本身坚决不做，以免给学生留下坏的影响。教师要以自己的良好道德言行来教育和感化学生。

诚实正直，勤奋好学，礼貌待人，是教师以身作则，为人师表的具体体现。如果教师缺乏坚定正确的政治方向，没有远大的理想，其教育必定失败。教师要教育学生勤奋刻苦，好学进去，自己必须勤奋好学，广学博览，精益求精。教师在日常教学中，要用文雅和亲切的语言启迪学生的心灵，陶冶学生的情操，以自己的模范行为，影响教育学生。

二、用学习引领自身专业成长

随着信息技术的迅速发展，人类正在进入信息社会。在知识经济时代，知识老化速度大大加快，学习就成了当今人类生存和发展的重要手段。教师终身学习，不仅是时代的呼唤，教育发展的要求，也是教师教学自我提升的需要。“严谨笃学，与时俱进，活到老，学到老”是新世纪教师应有的终身学习观。教师要善于从教育实践中汲取能量和资源;善于在任何时间向任何人学习，包括在教学过程中和学生分享知识;善于和同事交流，扩大视野，促进自身专业成长。

教师终身学习已成为全球教育改革的突破口。要促进自身专业化成长，教师就要具有终身学习的理念，拥有自主学习、自我学习的观点。因为终身学习已成为未来每个社会成员的基本生存方式，那种“一朝学成而受用终身”的观点已经过时，人们再也不能只通过一段时间的集中学习，获得一辈子享用的知识技能。只有主动去掌握新概念，学习新理念，研究新问题，培养适应新环境的能力，才会使自己重视终身受益。

**茶艺培训的心得体会篇十一**

教师培训心得体会

这次教师培训的资料十分丰富，理论上包括对教学规章制度、教学常规、师德、大学教育的常识和特点等诸多方面的系统学习，实践上包括观摩有着丰富教学经验的老教师的教学示范课和新教师的现场教学示范课。经过认真的培训和自我的学习，获得了很大的收获，现将自我的心得体会总结如下:

一、对学校的前景充满了信心，也对自我选择人民教师的职业无怨无悔。

在这次培训的开学典礼上，学校领导做了热情洋溢的讲话，对我们加入到师专这个大家庭表示了热烈的欢迎，也介绍了学校未来的完美蓝图，并且勉励我们努力学习，认真工作，完成这次培训的任务。这些都使我更加对我们学校的前途充满了信心，也坚定了自我扎根于人民教育事业、扎根于我们师专这片充满期望的热土的信心。

二、认真学习教学规章制度、常规和教学方法，做一名合格的高校教师。

虽然在来到师专以前，我已经积累了许多的工作经验，可是做一名人民教师，尤其是一名高校教师，对其中的许多工作规范和制度还是十分陌生的。教导处的纪勇平处长给我们详细介绍和讲解了我校的相关教学规章制度、常规和教学方法，并结合多年来的许多相关事例作为典型范例。这些都使我深受教育和启发，我认识到要成为一名合格的高校教师不是一件容易的事情，如同其他的工作部门一样，同样有着很多的规章制度要遵守，同样要付出艰巨的努力。

我认识到，作为高校教师，要有强烈的工作职责心，必须坚持教学领域的社会主义方向，要以教书育人为己任，要将传授知识和思想教育有机结合起来，寓思想品德于教学之中。同时，要严格教学规范和坚守学校的各种教学规章制度，防止教学事故的发生，从而确保教学任务的顺利完成。

三、认识到高校教学不仅仅是一项工作，更是一门艺术，需要长时间的积累和摸索。

从前作为一名学生，对教师的工作一向十分崇敬，可是对如何才能够不仅仅成为一名合格的教师，并且能够成为一名优秀的教师还是缺乏认识的。郑伟鹏教师以他丰富的教学经验为我们做了一次生动的报告。他从高校教师的构成、对高校教学概念的认识、教学观念的转换、大学课程资料的基本特点、大学教学过程的

基本特点等几个方面做了全面和深刻的总结。经过听讲和自我的认真体会，使我对高校教师的资料和特点的认识从模糊到清晰、从茫然到豁然，确实感到受益非浅。

我认识到，高校教师的教学是一个教与学的相互关系，是一个教师和学生共同参与的活动，教学并非只是教师简单的讲授，而是一个教师主导作用和学生能动作用的有机统一。

作为新世纪的教师，需要有一个教学观念的深刻转变，包括从封闭性向开放性的转变，从群体型到个性型的转变，从权威型向民主型的转变。这些都要经过艰苦的努力和学习。

大学课程资料有着许多的特点，具体能够总结为以下几点，一是前沿性，二是探究性，三是智能性，四是方法性。

作为大学的教学过程，也是一门艺术，它不仅仅需要教师有专业的知识，还需要有独立性、创造性、实践性的教学技巧的掌握。

我体会到要作为真正合格的高校教师，确实要付出自我艰巨的努力和辛勤的劳动，仅有这样才能收获丰厚的回报。

四、观摩课堂教学，结合自我的教学实践，找到了差距，也找到了改善的方向。

这次培训又安排了两次课堂观摩。虽然是不一样的专业，可是教学的方法是相通的。从观摩教学中，我再结合自我的教学实践，找到了自我的差距，认识到自我在教学中许多需要改善和提高的地方。

总之，这次新教师培训虽然是安排在学期之中，时间紧，任务重，不可能有太多的时间和次数，绝大多数教师都是在紧张的教学工作之余来参加培训的。我经过这次培训，总有一种意犹未尽的感觉，总感到还有许多需要学习的地方。确实，作为一名新教师，要学习的东西实在是太多了。可是我有信心经过自我的不懈努力和学习，尽快地提高自我的专业知识和教学水平，尽快的能够胜任自我本职的教学工作，从而真正成为一名合格乃至优秀的高校教师，为我铭家的教育事业，为我们师专的发展壮大做出自我应有的贡献。

**茶艺培训的心得体会篇十二**

新教师培训心得体会

作为一名刚走出学校的大学毕业生，此刻再次走进学校，走进那个无比熟悉的教室，心中的激动难以按捺，只是唯一不一样的是身份的转化，从坐在教室理解知识变成了站在讲台之上传授知识，我的内心是无比激动和骄傲的。为了使我们这些新教师们能尽快适应教学工作，学校特地将我们送到北京师范大学参加为期三个月的高校教师岗前培训。这次新教师培训资料丰富，包括对高等教育学、心理学、教育法规概论和职业道德修养等诸多方面的系统学习。

作为一名即将走上工作岗位的年轻教师，虽然已经具备了必须的专业知识技能，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。经过岗前培训几门课程的学习，收获很大，以前一些认识模糊的问题，此刻搞清楚了，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。经过培训，我得到了很大的收获，现将自我的心得体会总结如下:

首先，本次的岗前培训最重要的是让我对教师这个职业有了全面的认识。

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。教书育人是教师的职业特点。就我从事的飞行教员最主要的工作任务是教授学员飞行实践技术，让他们能成为一名合格的民航飞行员。这也就是传道、授业。

教师是榜样。学高为师，身正为范正是这个意思，那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。

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，教师还要善于发现每一个学生的闪光点和发展需要。

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，应了解不一样学生的心理特点、心理困惑和心理压力等，以给予及时的帮忙和排解，培养学生健康的心理品质。这也就是解惑。

作为一名飞行教员，由于行业的特殊性，加上军事化得管理，使得我们和学生能够说是朝夕相处，在飞行上又是一对一的教学模式。所以随时与学生坚持者联系，只要学生有事，都应当及时在他们的身边。了解学生、关心学生、引导学生，站在学生一生发展的角度对学生负责。这是一名成功的飞行教员应当具备的。

其次，本次培训让我明白今后的教学除了技能以外，还应当讲究方法和策略。

在培训中，几位教师根据他们自我的实际经验给我们介绍了一些当好高校教师的要点和方法，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;在谈到应对困难如何克服的问题上，各位教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，培训教师给我们上了一堂绘声绘色的课，经过这次课，我们认识到教师在上课过程中要多加思考，适时改善教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。并且高校教师应当与时俱进，自身就应当走在学术的前沿，将最前沿的知识带到课堂，传授给自我的学生，让他们在毕业后能很快的适应社会的发展。

最终，本次的培训让我对未来的工作充满信心。

对于刚刚从大学校门踏出的我们，对新的生活、新的职责、新的主角多少有些怯懦，而本次培训中，培训指导教师也十分注意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鼓励。鼓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。鼓励我们要更加理性地认识社会，认识自我的主角，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。鼓励我们要做一名能够不断适应新知识新问题新环境的教师。

三个月的培训，课程多、时间紧，研讨和交流的机会很少，可是经过培训，拓宽了知识面，提高了认识。可是师培中心为我们安排了微格训练和试讲课程，我觉得很不错，能让我们在真正站上讲台之前就有机会经过视频的回放看到自我讲课的全过程，让富有经验的教师为我们点评，使我们认识到了自身的不足，而试讲课程更让我们有了提升的空间，加强了大家的交流，因为参加师培的学员中也有许多已经有教学经验的教师。所以与他们的交流对我们这样刚走出大学的年轻教师有很大的帮忙。使我更加认识到教师应当在“选材、备课、板书”等各方面做到精益求精，综合运用多种教学法贯穿新的教学理念，让学生从理论上和实践上掌握更多的知识。

总之，经过本次岗前培训使我对自我的职业有了全新的认识，对今后的教学工作多了许多教学方法和策略。最重要的是本次培训让我对未来的工作增添了许多信心。岗前培训是我教师生涯的起点，为我打开了人生新舞台的大门，我会继续提高自身素质，堂堂正正的站上人生的大舞台-----讲台。

**茶艺培训的心得体会篇十三**

七月十七日至二十二日，我在郑州师院参加了英特儿未来教育培训。通过培训,我真正地感受到现代教育技术给当代教育教学带来的挑战以及来自\"英特尔未来教育\"新理念的强大冲击波.十年的教学生涯,让我感觉到自己教学中很重视学生的成绩,根据纸笔测试的成绩推断学生的知识水平与能力水平,忽视了为学生的终生发展奠定基础,忽视了学生非智力因素的开发.这无疑是教学上的一大失误.

英特尔未来教育打破了我国传统的教育模式,它倡导的是\"问题化教学\".在教师的问题设计下,学生采用探究问题的学习方式主动学习,在掌握知识内容的同时,让学生体验,理解和应用探究问题的方法,培养学生的创新精神和实践能力.教师的教学设计是\"框架问题\",以创设\"基本问题\"和\"单元问题\"为核心,\"内容问题\"为基础,激励学生利用信息化环境进行探究,实践和思考,培养学生的创新思维.它让我感受到了一种新的教学思想和新的教学理念

\"英特尔未来教育\"要求教师要有一定的计算机应用技术,只有学会如何运用互联网上的教育资源,学会从互联网上下载与自己学科相关的备课资料才能建立好自己的学科资料库,才能备好课,撰写好教案.除此之外,还要教会学生应用计算机,让学生可以随时随地通过互联网进行自主学习,学习空间变得无界限了.教育信息化能够培养学生学会自主学习,培养学生具有终生学习的能力.这与我们传统教育有着天壤之别.传统的教育方法是,老师在台上把知识讲得头头是道,也说得清清楚楚,但是学生也许还是云里雾里,懵懵懂懂,只有在课后耗费大量的时间去练习,感到很累,效果还不一定很好.

在培训时,郭老师和王老师让我们通过不同的方法设计基本问题,单元问题,内容问题,并在课堂上通过大家的讨论交流,再经过反复修改,最后制作自己的作品,完成自己设计的单元计划.这次培训虽然时间很短,但我真正是经历了一场\"头脑风暴\",刚刚进入培训,面对英特尔未来教育的理念问题和自己计算机操作技能差的问题,我一脸茫然,无从下手.通过老师的讲述和向别的学员请教,我很受启发也有所收获.

英特尔未来教育理念下的教学活动是所有教学内容都以学生为出发点,从材料的收集,多媒体演示文稿的制作,网页的制作都是从学生的思维来考虑,教师的制作成果为将来学生的学习提供了丰富的范例.另外在培训期间,始终在进行评价,让我们以不同角色完成作品的同时,还要制作关于作品的评价量规,使我们在做中学,学中做.评价做为教学中一个不可缺少的部分,是非常值得我们学习的,而这些评价对于不同的学生采取不同的评价量规,这也完全符合我们的新课标理念.

英特尔未来教育体现了以学生素质发展为本,关注学生的情感和心理健康的教育观念,它和我们现在提倡的素质教育,研究性学习是一致的,首先,它改变了教学的出发点,也就产生了教师创新的源泉,这种情况下的创新向教师的教学观提出了新挑战.这就要求教师要加强学习技术,同时也要研究学生的认知规律,这样才能在教学的过程中充分调动学生的积极性.其次,材料的选择,辅助资料的选择,培养了学生的创新精神;这就为教师借助媒体进行创造性教学提供了可能性和必然性.这种创新不仅体现在教材和学生的发展空间,而且体现在学生与学生之间的协作关系.在这种以学生为本的教育观指导下,既有教师的启发,学生主体的自发,又有学生与媒体的交互.这种交互越频繁,学生的创新越丰富.

课程改革要求教师的教育观念和教育方式发生变革,而这种变革重要的不在于形式和手段,而在于教育过程中行为和思想的转变.\"英特尔未来教育\"项目总结现代教育思想和理论,把先进的教学方式和理念与现代信息技术紧密结合,并贯穿于学科教学的全过程.在运用\"英特尔未来教育\"项目进行教育活动时,更多地体现学生的活动,教师只是教育教学活动中的组织者,引领者.我要把这种全新的教学理念应用到今后的教学中,不断提高教学能力,争取使自己有更大的提高。

**茶艺培训的心得体会篇十四**

课堂教学的能力与程度，适应新形势下教育改革与发展的需要，教育局组织了骨干教师培训，在这短短的几天里，我与来自不同中心学校、不同年龄段的同行们坐在宽敞明亮的教室里一起讨论交换，仿佛又回到了二十几年前的学生时期。授课老师们以鲜活的实例、丰盛的知识以及精湛的理论论述，给了我强烈的沾染与深深的理论引领，在一次次的感悟中更进一步了解和控制了新课改的发展方向和目的，并反思了以往工作中的不足，拓宽了学习的视野，更新了教育观念。现谈谈我的学习心得。

一、增强自身师德修养

教师素有“塑造人类灵魂的工程师”之美誉。在对灵魂塑造的过程中，教师既要有比较广博的知识，更要有崇高的道德和崇高的精力境界。教师应当成为学生的榜样，成为学生的良师益友，成为全社会文明的楷模。为此，教师要时刻谨记不断提高自身的道德修养，展示自身的人格魅力。教育家苏霍姆林斯基说过:“教师的人格是进行教育的基石。”由此可见，教师的职业道德关系到青少年一代的确健康成长，关系到祖国的未来。所以，作为教师的我们务必不断学习，不断进取，锻炼自己的道德修养，敬岗敬业，做一个名副其实的人类灵魂的工程师。

二、丰盛的培训内容

这次培训授课老师倾泻了很多心血，他们根据要求精心筹备，毫无保留地把他们的所知传授给我们。这次培训，我们听得津津有味，受益匪浅。在学习我们知道了“什么是有效的教学”、“教学，如何有效”等等。我们又进行了案例现场研讨、写教学设计、案例现场研讨、写教学设计、观看观摩录像课，且认真写评课稿等。学员们除了认真完成老师布置的各种作业外，还以小组为单位进行讨论、发言，接着在班上轮流发言。培训内容虽然很多，但结合培训内容重新审视自己，我发现了自身的许多不足，一路走下来，填补了我平时教学中的很多“漏洞”。

三、劳碌而充实的每天

培训期间，我们每天上、下午到学校听课，放学后在家完成相关作业。虽然日子过得很劳碌，但是每位老师的学习的热情以及认真研究的精力带给我一种动力。我们最开心的事就是坐在教室里分组讨论，遇到问题大家互相交换。老师们做好作业后又发表在各自的博客里，让大家共同分享。这让我体会到了全体老师们俨然一个温暖而奋进的大家庭。

四、培训激励着我

培训虽然已经结束，可是留给我的思考却没有那么快就停滞，我知道在激烈的职业竞争和沉重的工作压力下，我必须以良好的心态看待工作中的困难和挫折，努力学习充实自己，用一个教师的标准来要求自己。教育是全社会的大事，但重担重要落在教师身上。时期在变，对人才的要求也在变，教师必须认清终身学习对自身成长和发展的重要性，自觉地建立终身学习的观点，不断地提高自身的素质，以适应现代的教育需要。为此，我还应增强长期学习。虽然我已人到中年，魄力比不上年青人，但我有充分的信念，只要肯努力，信任以后再大的困难都能够克服的。爱我的职业，爱我的学生，这是我最大的目的。

这次培训，对我来说，是一次难忘的充电机遇。教育局给我们提供了这个再学习、再提高的平台，让我们凑集在一起相互交换，一起学习，取长补短，共同提高。我们不仅学到了丰盛的知识，还提高了业务素质。每当完成一篇作业，一种造诣感油然而生;每当听到教师们对教材娓娓动人的剖析，一种豪情在心头澎湃。因此，在今后的工作中，我将建立终身学习的观点，在师一日，便不可荒废半日。通过学习不断获取新知识，增长自身的才干，适应当今教育改革的新形势。为了无愧于教师这一职业，也为了实现自己心中的理想信念，我定会更加努力，增强学习，提高素质，完美自己，为教育事业奉献自己的光和热。

**茶艺培训的心得体会篇十五**

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。

纪律方面

本次的培训，国网技术学院实施的是半军事管理，制定了详细的纪律，并将每个学员在纪律方面的表现作为量化考核成绩的一部分。5月初，全世界范围的甲型h1n1流感蔓延，学校响应号召，实施了封校和严禁离开济南的政策，我严格要求自己，服从班主任、班委会的管理，服从学校的各种规定，绝不外出。严格遵守国网技术学院得各项规章制度，对每天的早操、上课、晚自习做到不迟到、不早退、不旷课。培训期间采取了封闭式，全过程，半军事化管理，这就要求我们学员在学习和生活纪律上都要严格要求自己，适应从职工到学员的转变，从平时工作散漫的生活向节奏紧张的学习生活转变。良好的纪律也是我们取得好成绩的保证。

生活方面

在丰富学员业余生活方面，国家电网技术学院也做了很多工作。山东做为文化大省、孔孟之乡，其文化底蕴进过五千年的积蓄，是相当深厚的。为了让广大学员了解齐鲁文化，国网技术学院组织我们继电保护班的学员前往曲阜、李清照故居参观。通过导游的讲解，我被影响中国几千年的儒家文化思想深深的吸引住了。并对自己从小就敬仰的一代词宗命运多舛有了新的认识，对她的“生当做人杰，死亦为鬼雄”的英勇和豪迈气魄相当的钦佩。

骄阳似火的天气，热火朝天的赛场，激情四射的呐喊。学院举办的“鲁能智能杯”篮球赛给我留下了许多难以磨灭的印象。它不仅丰富了学员们的业余生活，更拉近了之间的距离，使友谊更加牢固，更加长青.

七一前夕，在党的生日来临之际，学院举办了首届新员工培训班党员知识竞赛大型活动，党员们从竞赛中体验到乐趣，也增加了各自的党性修养。毕业晚会让我见识到同学们的多才多艺，更加让同学之间的情谊得到升华，同时也对即将离别的同学，即将分别的老师，即将告别的济南深深的留恋。

结语

培训所给予我的，远不止这些，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索!为期4个月的学习已经结束了，4个月时间过的真快，刚来学校的时候的情景仿佛还在眼前，转眼间就要离开了。4个月时间不短，我在这里不仅仅学习到了知识，还交到了很多朋友，认识了许多全国各地的同行，开阔了眼界。马上就要和这个学校告别了，马上就要和这里的朋友离别了，对于我来说，有着对于学校，老师，同学的不舍，更多的是对于以后工作和未来的憧憬，我们都应当有着急不可待的心情，回到原来的工作岗位去大展身手，去用我们在这里学习到的知识更好的面对以后工作中遇到的困难，更好的回报对我们满怀希望的老师，家人，同事，去回报对我们有着殷切希望的公司，去回报社会。我们一定会在以后的工作中交出一份让国网，让单位，更是让自己满意的答卷。

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