# 实训收获与感想500(三篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-06-12

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。实训收获与感想50...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**实训收获与感想500篇一**

天渐渐亮了，一路上，我们骑着自行车在行人稀少的道路上，耳边响起的是清洁工用扫帚清扫落叶的沙沙声。就这样，轻轻地，我们像一阵清风飘来了二中。

早上的校园静寂无声，围墙上几朵娇艳的花朵正尽情舒展着它们婀娜的身姿。我们怀揣着期待与忐忑地踏入这片宁静的乐土，因为在这里我们既是师者，也是学习者。此时，空荡荡的学园里回旋着的是我们轻轻的说话声，同时夹杂着丝丝笑声。

过了一会，一段轻快的旋律响起，校园里热闹起来了，传来一片片嘈杂的声。我站在走廊上，同学们的身影瞬间扑入我的眼帘。他们的脸上挂着像朝阳般灿烂的笑容，充满了朝气与活力。他们像一群群快乐的小鸟，嬉笑着和伙伴们飞到了教室。我的心里霎时涌起一股奇妙的感觉，似喜悦，似忧愁，似期待……

第一节课，我迈着轻快的步伐跟着我的指导老师来到了班里。同学们睁着灵动的眼睛好奇地盯着我，像一只只眨巴着眼睛的小松鼠，引人发笑。然而我还是端着一副面无表情的脸孔，用平淡的语气，向他们提出在实习期间的要求。在讲话结束后，教室里响起了热烈的掌声。我想他们是一群乖孩子。

光与影的转换，黑夜与白天的交替，眨眼间已经过去了四天的时间，但是，我们已经不虚此行，收获颇丰。同学们一声声“老师好”，让我的心里泛起丝丝涟漪。我是师者，传道授业解惑也。这里的老师，这里的学生，同时让我更深刻的理解，师者，不仅传道授业解惑，更是爱人，育人。

孩子们虽然时常调皮捣蛋，惹得老师火冒三丈，但他们也有天真可爱的一面。犯了错误在老师的谆谆教诲下，总是能意识到自己的不足之处。获得奖励，也兴致冲冲地跑来和老师分享。一次，班里的男同学，欢喜雀跃地和我说：“老师，我们班英语考试排名第五哦”，那双眼睛直直盯着我，好像在说老师快夸夸我们吧，让我不禁笑了起来。

让我们共同点亮岁月的年轮。我们是实习老师，我们是学习者，有什么不足之处，请指出，请指教，请见谅。

**实训收获与感想500篇二**

教学的过程就是一种耐心浇灌的过程，就像一位辛勤的园丁日复一日，不辞辛苦地一边盼望着她的花儿优美华丽得生长，一边满怀耐心与希望为她的花儿浇灌。而我们的学生们又何尝不是那含苞待放的美丽的花儿呢？

一提到孩子，我们总是习惯性的把他们比作祖国的希望或祖国的花朵来突出孩子们的成长对于国家发展的重要性。没有作教师之前，听到这样的一种比喻便一笑而过，可是真正的走上了教师这个岗位自己才真正体会到了这简单的一句话的意义。我们需要把每一位孩子当作即将优美盛放的花朵，相信每一名学生都有开花的希望，需要的是我们做教师的多一份的信任与鼓励，这样教学才会多一些美好与快乐。

在这过去的一周里，自己感受到了信任的力量。有时，我们需要用一种发展的眼光去看待事情，对一件事情要抱有信心，那么事情才会朝着更好的方向去发展。相信就是强大，怀疑只会抑制能力，而信仰就是力量。

确实是如此，虽然以我们现在所处的年龄的角度去看，初中生学习的知识是相对于简单和疏浅的，但是也不能就以此来否定他们的学习能力，作为一名教师要永远以发展的眼光去看待学生。仔细的反思自己的实习教学，忽视的最大问题就是如此。自己对学生不信任，不相信学生的潜能 加上学生的基础比较差又比较调皮，所以自己果断的认为，学生只适合单一的讲课模式，而且他们的水平有限我并不需要将知识讲深，讲深他们又听不懂。其实，这种想法是非常错误的。学生不仅能够听懂，而且还可以在此基础上进行延伸。

有一次，在讲到感叹句时，我把自己讲的感叹句式以及例句边讲边整理到了黑板上，基本都是写满的黑板，一共有5点，我给了学生一分钟时间进行强化理解记忆，任务分配下去，我心里对学生的能力还是比较不自信的，虽然给了他们一分钟，但是我认为这对他们可能会有困难。但是当我说时间到准备提问时，学生们的回答的灵敏度以及准确性非常令我震惊，几乎被提问道的学生都可以准确快捷的回答出来。本来这个我所认为的难点似乎在那一节课变成了易点。我还是不相信学生们的记忆能力，于是在过了几天的测验中，我故意提到了这个知识点，发现再一次出乎我的意料，他们的准确度达到了90%。那之后我不得不重新调整自己的教学，仔细备课，以前经常忽略的一些自己认为出他们的接受能力的知识点也会适时的对他们提示，不再只是教会那些极简单的知识，我会适度的对学生进行拓展延伸，教会他们方法，学生们学习的知识越来越丰富，自己便也有了自信，更加有收获。既然是花儿，你就要相信他们有绽放的能力。

其实，初中生的各方面都在发展，他们对于新事物的接受能力是很强的，他们需要老师为他们提供机会去发展各方面的能力，而提供机会的前提便是信任。自己布置了背诵任务，由于不相信组长的提问能力，便都是自己亲自提问，害怕提问有疏漏。但是这样做的弊端就是自己的时间被挤占，学生的背诵任务的完成又效率低下。

自己意识到了自己的缺陷后，便开始改正，不再只是怀疑学生们，而是用一颗积极的心，满怀希望与信任的鼓励他们，让他们慢慢的在完成任务的过程中锻炼自己的能力。精心分配组长，让组与组之间相互监督，后面的任务即使自己不亲自检查也可以完成的比较好。当你看到孩子们一点一点的成长你会发现自己用希望与耐心浇灌的花朵，绽放的是那么的美好。作为老师，我们要教会学生做事，而不是要为学生做事，否则，一味的不信任只会越来越限制学生们的能力，这才是教育的最大弊端。如果不信任与鼓励，再美好的花朵都会枯掉！

当代著名的教育改革家魏书生先生就相信在学生的身上有无限的潜能，他才能在教学管理中做到“权力下放”让学生做学习和课堂管理的主人。人的潜力无穷无尽，作为挖掘潜力的第一步，首先要树立起人的潜力无穷无尽的观念，的确，希望自己在今后的教学中，必须要意识到学生是发展的人，学生的潜力是无限的，永远都不要低估学生们的能力，你要相信每一位学生的头脑都是一个巨大的藏宝库，而我们要帮助学生将宝藏挖出。他们需要的是一位能够相信他们并且能够适当指引他们的老师。

我想，只有信任与鼓励，才会充满希望，才会愿意细心浇灌，我们的美丽的花朵才可以勃勃盛开，展现出无尽的活力！

**实训收获与感想500篇三**

经过在校期间的理论学习，我对法律专业的基础知识有了一定的理解，理论的应用窘境在现实面前总是被展现得异常清晰和易于理解，也许站在法学理论学说的角度，我们无从去应然的总结法律实务和法学理论的间隔，但当我们在实务中以自我的真实水平去检验自我的想象水平时，我想，在此期间由理想与现实的阻隔与差距所形成的感悟和慨叹定必不可少，但我们需要的不仅仅是这些，比这些更重要的，也许可能是最重要的，我想应是理论经过实践的检验并经审慎思考后所对我们未来前进方向的指引与规划。俗话说，“实践出真知”，为了能将我所学到的理论应用到实践当中去，进一步加深对知识的认知和掌握，我选择了到律师事务所中锻炼自己。律师事务所是律师的执业机构，律师接受刑事案件、民事案件、行政案件当事人的委托担任代理人参加诉讼和非诉讼业务时，涉及的法律面较宽、实践性强，而大学生到律师事务所实习并亲身经历一些法律实务、学习一些办案经验，不仅可以弥补知识的不足，还可以增加一些新知识，是提高动手能力的好地方。

通过近两个月的实习，我收获良多。

首先，通过实习，我对律师这个职业群体有了更深刻的了解，有人说：“律师这个职场，看起来很美，听起来很阔，说起来很烦，做起来很难，通过实习，我对这句话有了更深刻的体会，律师的工作是这样的，：忙，工作压力大；知识更新快，知识面很广；律师不一定要是一个辩论高手，但要是一个沟通高手；律师是一种职业，仅仅是一种谋生的手段而已；律师收入不均衡，“20/80”定律表现较突出。在中国本土做律师，律师有时真的不是在为了法律的精神和原则前去为当事人利益考虑，而考虑更多的却是关系和人情，这是中国化法治进程中特有的现象。正所谓案件一进门，双方都托人。这时展现彼此理由的事实即被权利所替代，而律师在此案中的角色定位我有时也在想，他们到底是在为了什么而为当事人利益作保障。说按法律，这个案件本身就没按法律办，说按关系，这个案件里面还是要暗含着法律阴影的，因为法官在判决时总要找到相关的法律法规做铺垫。很有意思的是，即使这个案件完全是个十足的法律错案，在法官的判决中一般人也会认为这是个在法律上看来公正的判决，因为法官会在写判决时经过特殊化的处理试图为自己的法律错案找到相关的法律法规做支撑，而且这种法律法规的支撑在有些法律人看来也是正确的，因为法官是在适用现行的法律办案。我们无力去说此种法律法规有问题。当然，这样的案件总是很少的，也可能在我们实习的过程中一件也遇不到，而我想说的是这样的案件不是说少了我们就庆幸了，我们理应庆幸的是这样的案件在中国绝迹而不是仅仅说减少了。

其次，在实习期间，我掌握了以下的技能：（1）整理文档并归类装订（2）书写基本的法律文书

（3）熟悉律师办案的流程（4）了解与当事人沟通的技巧（5）熟悉法院开庭审案的流程。整理卷宗让我了解律师整个办案流程和司法程序；并且通过撰写法律文书运用法律知识弥补了知识上的不足；积累了实践经验，同时也注重了写作技能问题。

这次实习过程中，大量的接触各种各样的法律文书，也学习着写了一些常用的法律文书，如起诉状、上诉状、答辩状、代理意见、律师函、所函、公司员工制度、合同书等等。虽然大学选修课里面也开了司法文书的课程，但是在现实的运用中，是大大的不足的。由于教学的过程中有不同的侧重性，因此在学习的课程中容易被导师的教学重点所误导，在学习写法律文书的过程更多的注重关于公安、检察院、法院等机关的法律文书，而某程度上疏忽了对普通法律事务的法律文书的书写。但是，这次实习的过程中，实习辅导的律师经过认真的、负责的、耐心的指导，让我从新学习这些法律文书的书写，如法律文书的格式、表达、侧重点等方面。

我的工作还包括大量的案卷的整理和装订。每个单位都有关于案件的整理装订的问题，不过这次的整理装订工作显得特别的认真。因为一直在书写着各样的法律文书，在书写的过程中

总是遇到各种各样的问题，而在整理装订的案卷材料中，正是一个非常好的学习的过程，其中的材料就是我们书写的范本，学习的模板。而大量枯燥的整理装订过程中，还很好的培养了我的耐性和细心。

此外，我还跟随律师一同去人民法院听庭审，听完庭审后再写代理意见。不仅锻炼了我归纳总结的能力，还让我切实的感受什么叫庭审。学习诉讼法的时候虽然都已经学习过整个庭审的过程，但是书本上的东西总是抽象、难理解、难想象的。而跟随律师去听庭审让我更清楚了解律师在庭审中、整个案件的流程中处于一个什么的角色、地位，处理什么样的事务，解决什么样的问题。

第三，通过实习，我认识到自己作为一名法律硕士专业的学生，离一个合格法律人的要求相差甚远，自身存在着诸多的不足，比如我发现自己的专业知识学得不够翔实、细致。很多具体的小细节根本就不知道。课本知识和实践操作完全是两码事！

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中

的专业知识的匮乏。在学校以为自己学得不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，就是我们的法学教育和实践的确是有一段距离的。法学是一门实践性很强的学科，法学需要理论的指导，但是法学的发展是在实践中来完成的。所以，我们的法学教育应当与实践结合起来，采用理论与实际相结合的办学模式，具体说就是要处理好“三个关系”：即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化；暑期实践与平时实践的关系，以暑期实践为主要时间段；社会实践广度与深度的关系，力求实践内容与实践规模同步调进展。

与此同时，让我发现以前对法律的认识存在不少的缺陷，学习的理论过于格式化，过于“案例化”。我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。而对社会问题的敏感性还待以后慢慢的培养。这是从事法律工作的一个基本的素养，因为法律解决的就是人与人之间的社会问题，对这一个基本问题存在误差可能直接就导致对法律的理解和适用的巨大失误。作为有志于从事律师行业的人，培养良好素质是极为重要的，这包括专业知识、执业形象和执业纪律、人格魅力等素质。同时，律师为社会提供法律服务，必须与社会各行各业建立良好关系，这一方面是工作的需要，也是增加案源的途径之一。

另外，通过和所里的实习律师和律师交流，大家都认为做人是做律师的前提，一位好的律师，首先就应该是一位人格高尚性格诚实勤快上进的人。师傅就曾经教诲我，作为一名女律师，要以专业素养征服对手，而不是凭借出色的外表和深厚的关系。我对这句话深以为然。许多业内业外的人都强调，女律师要做得成功，一定要肯付出。什么才算是“肯付出”？牺牲亲情、友情、爱情？出卖肉体、人格、灵魂？我觉得都不是。原最高法院副院长，在位的时候叱咤风云炙手可热，可是靠某些手段获得的财富，在口袋里还没有捂热，就成了之徒。所以，律师不是不可以搞关系，律师不是草木，也有人情味，和法官和当事人和一切值得我们学习借鉴的人，我们都要和他们搞好关系，这也是一种快速提升自身水平的方法，但是要注意把握一个度，防止过犹不及。

在实习的过程中我也遇到了很多的问题和困难，不仅是专业知识方面，还包括与人交流，融入社会的能力上，毕竟社会和校园生活是不同的，残酷的现实让我明白要想在这个行业中生存就必须使自己先强大起来。律师提供的是法律服务，在某种程度上讲提供的也是一种商品，那也就会有知名和不知名的区别，毕竟每个人能力、水平、经验不同，针对不同等级的商品服务，消费者给予不同的、有差别的待遇很正常，在专业素质和职业素养还没有完全锻炼出来的时候，实习律师不应该产生一步登天一蹴而就的思想，没有学会平稳地站立就想飞奔，是急功近利的表现。而且也不应该仅仅只看到老前辈的辉煌，要知道作为开拓者和先驱者，他们经历了比我们更为严格地磨砺。

所以，我现在要做的就是努力提升自己，抓紧充实自己，在步入社会之前让自己具备更多的技能和涵养，机会总是提供给那些早早做好准备的人，在外部机遇还未成就的时候就要抓紧时机练好基础，养精蓄锐，在一天一小步的努力中，让自己成为一个有前途的人。

以上就是我在实习过程中的心得体会，面临当前严峻的就业形势和看似不太光明的前景，实习让我更加明确了自己的努力目标和前进的方向，我会努力完善自我，弥补不足，争取提高自己各方面的能力和综合素质，希望将来在法律这一行里会有我的一片天地。

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