

中式烹调的心得体会(优质6篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

中式烹调的心得体会篇一

电子工艺实习是一门教我们电子线路设计与制作的基本技能的课程，老师的谆谆教导，同学的融洽合作，以及这门课程自身所散发出的强大的实践性与趣味性一下子就深深的吸引住了我。

本学期的电子工艺实习，我收获了很多，也感悟到很多。电子工艺实习，它已不仅仅是一门印在课程表上的课程，还是一次崭新、充满挑战的实践，是一段珍贵的体验。从中我学习到了画图、焊接以及其他零件的用途与方法，在焊接电路板时，也学到了很多的东西，比如焊法、零件的形状和种类、元器件的基本常识等等。真是让人受益匪浅，终于能体会到不同零件的奇妙组合中展现的人类智慧的结晶。知识的重要性在我心中再次提升，电子产品知识产权的垄断，让我既看到了机遇又看到了挑战，学习是现在我们唯一的行动方针。

别看我是个女孩，但是记得小时候我可是一个分裂份子，家里上上下下的电子器品没什么能逃脱我的魔爪的，但可惜的是它们只能有分离而没有团聚的那一天。通过实习，我发现自己开始摸索到了一点门路，第一次如此清晰的了解组装一个电器的全部过程，对一些电子器件内部有了一个新的认识，原来无论哪都存有人类的汗水啊！

在这次电子工艺实习中，我最终要做的是一个5号电池的充电

器，以及一块可以报警的电路板。实习的过程中，首先需要学习使用电烙铁（焊枪），在练习焊接时，我时刻默念老师教的焊接步骤，遵循正确的步骤才是最简洁的方法。但尽管如此，我还是尝到很多挫败感。虽然我多次失败，虽然时常也不乏出现一些虚焊点或是东倒西歪的焊点，虽然对自己第一次的杰作说实话都有些厌恶，但是我仍然对此由衷的感谢。因为如果没有失败的练习哪里有现在值得骄傲的成功作品。与此同时，我还体会到合作的乐趣和同学间的友情。和班长一起合作一学期以来，我们一起讨论电路原理、器件选择，也相互补充并发现漏洞，失败时相互鼓励着重新来做，有突破时一起开心的笑。当见到其他组的同学的进度比我们快，做的比我们好时，我内心也不由得着急起来，开始手忙脚乱，在这里我要感谢周围同学对我及时的帮助，让我感受到集体的温暖，让我重拾信心。当然我们组也不是一直都是最差的，我也会经常的去帮助其他组的同学，这让我时常能够感受到帮助他人的快乐，以及感受到自我能力价值的体现。

最让我印象深刻的是陪我们度过这一学期实习的老师，睿智善言的老师总是起着提纲挈领的作用，引发我们的思考；总是亲切的微笑的老师温柔和蔼，总是细心的提醒我们各种事项；耐心负责的老师教授我们画图的方法，遇到困难时，常在左右；看是严肃犀利的老师，却总能在我不知所措的时候给我一些提点；温和谦逊的老师从容淡定，又能熟练清晰的指导我们，亲力亲为，富有耐心……老师还给予我们很多的帮助，我都会记在心里。

回想起这段实践，我们曾经如同白纸一无所知，慌张，不知如何下手，慢慢有了头绪，却总犯着或大或小的错误，经历了懊恼、后悔、烦躁、恍然大悟、欣喜若狂……现在留在心中的却是一份淡然和从容，看着一步步的成果，之间不知绕了多少弯路，收获到的经验，是课本上永远读不来的。

虽然遇到了太多的麻烦，不过我们组最终完成了自己的作品，非常的欣喜！自己在这短短的一学期里学到了很多知识，锻

炼了自己的很多能力。总的来说，我对这门课程是热情高涨的！第一，通过实践真正觉得自己可以做些什么了有点存在的小成就感；第二，通过电子工艺实习，加强了我们的动手实践能力和设计创新精神，作为信息时代的大学生，基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件；第三，在电子工艺实习的这些日子里，大家的团队精神得到了很大的加强。因此，非常感谢这不同以往的，习性工程教育改革的，具有很大的自主性的，使我们能够发挥主观能动性的——电子工艺实习！

中式烹调的心得体会篇二

电子工艺实习是一门教我们电子线路设计与制作的基本技能的课程，下面是本站带来的工艺实习心得体会，希望可以帮到大家。

通过为期一周的电子工艺实习，我感触了很多，学到了很多关于电子方面的知识。实习任务是焊接一块电路板，就是把元器件焊接到pcb板上，刚开始时我并不清楚电子工艺实习到底要做些什么，以为像前面的金工实习那样。经老师一番介绍后，实习就是焊接。以前从未焊接过，这次可以好好锻炼一下动手能力。

而且做好的作品可以带回去，听起来就很有趣，这有挑战性！就这样，我抱着极大的兴趣开始了这次的实习旅途。实习刚开始的一项训练就是焊接。第一天上午老师给我们仔细地介绍了焊接技巧和焊接注意事项，以及实验室的一些相关事项。经过老师一上午的介绍，原来焊接对一个生手来说并没那么容易。也从而得知焊接是金属加工的基本方法之一。其操作虽然看似容易，事实上需要长时间练习才能掌握。这次实习的电路板分为六个模块，每次课都是老师讲解后，才开始实践操作。在焊接第一个模块时，一手拿着焊锡，一手拿着烙铁，焊接没一个元件时，手都是抖动的，有的焊盘不是焊锡

多了，就是有些焊盘的焊锡少了，焊接的很不均匀。在接下来的每个模块，在不断挑战自我的过程下，焊接技术有了些许的提高。

当我终于能用短时间完成一个较为合格的焊点时，对焊接的恐惧早已消散，手不在那么抖了，改变的是对自己动手能力的信心。在这一过程当中我深深的感觉到，看似简单的，实际上可能并非如此。这好比生活一样，看是很容易，等到自己亲身体处其境时，却是那么的不简单。这一次的实习我也没去多想什么，更多的是自己亲自去做，亲自去体验。一看电路图，许多元件都未曾见过，电路原理也不懂，老师知道我们没学模电和数电，给我们讲解了很多。虽然听得是云里雾里，但也了解了一些。如果没有亲自去做它，就不会懂理论与实践是有很大的区别的，看一个东西简单，但它在实际操作中就是有许多要注意的地方，有些东西也不是和自己想象的一样。

在这次的实习中，我跨过了实际和理论之间的壕沟。对于电子工艺实习，是以学生自己动手为主，掌握一定操作技能。它将基本技能训练和实践、理论有机结合，培养自我的实践能力和敢于动手的精神。作为信息时代的大学生，科学技术突飞猛进，仅会操作这些基本的是不够的，基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件。

实习是对自己的动手能力的锻炼。实践出真知，从古至今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手能力，只能是空谈未来的创新与研发。在实习中，锻炼了自己动手技巧，提高了自己怎样去遇到问题而好好地解决的能力。这是为即将不久来临的就业而做的铺垫，是为了更好地能适应从事工作的所具备的能力。在这次实习中，我学会了很多书本上学不到的东西，教我怎样把理论与实际操作更好的联系起来，这些东西将会对我以后的生活起到很大的帮助。短暂的一周实习就这样结束了，感悟到无论做什么事都要认真仔细去做，遇到问题冷静分析解决。这样才能提高自

我的能力。

随着收音机最后一个焊点的完成，本学期的电子工艺实习课也基本宣告结束了。这是我第一次电子工艺实习这门课，感觉这门课十分有意义，老师也十分风趣，耐心。

回顾本学期的课程，我们进行了许多实习，例如焊接练习，原件拆装练习，自己设计小发明，用某某软件设计电路板(忘记软件名了)，报警器设计焊接实习，汽车尾灯电路插装实习，收音机的焊接实习。这些课程都十分有趣，增加了我的动手能力，开拓了我的思维。我认为其中最难的就是焊接。以为它在每个实习中要用到，可谓实习的基本功。它看起来容易，实则不然。不光要把元件焊在电路板上，焊点的大小，牢固程度都非常重要。

如果焊点过大，及其容易把几个焊点连到一起造成短路，如果焊点过小，轻轻一碰元件就会和电路板脱离，所以成功的焊好一个焊点也是需要技巧的。最开始的2次课我手脚乱，焊点既不美观又不牢固，但是在老师精心的知道下，我逐渐掌握了技巧，焊接效果大大改善，焊接速度大大提升，这为了以后的各项实习奠定了坚实的基础。这里特别提到老师教学方式的优越性，刘老师把枯燥无味的焊接练习用焊接自己设计的造型的方式来进行，这不仅仅提高了学生的创造力，也把本来无聊的练习变成了一个边“玩”边学的过程，十分有趣。

焊接练习后我们进行了各种实际电路的焊接和设计，这让我感到了本学期模电和数电的东西第一次进入了我的生活，化为了实物，看到了二极管，三极管，电容的模样，了解了它们的工作原理。这种感觉十分美妙。

最让我有成就感的就是课程的最后一个项目，调频调幅收音机的组装。首先，我们用了一种“神奇的工艺”来完成电路板微小元件的焊接(我又忘记那个工艺叫什么了)。然后我们对

其他元件进行了手工焊接，最后安装外壳，一个简易的调频收音机就做好了。期间，我学到了很多宝贵的经验和相关的电子技术知识。这个产品是对本学期学到的各项实习技能的最好检验。

我想说，这不仅仅是一门课，我们学到的不仅仅是知识，更是一个促进同学互助，增进同学感情，体现团队精神的平台。每次的实习，缺少了同学的帮忙是不好完成了，只有同学们齐心协力，实习才进展的又快又好。我想，这就是实习给我们带来的更深远的意义吧。

最后说点建议，我希望在实习过程中，能更多的融入一些本专业的实习内容，比如我们所在专业是应用物理，希望可以增加一些简单光学设备的焊接，例如低功率的激光笔等等。

通过这次实习，我深刻的认识到了，理论知识和实践相结合是教学环节中相当重要的一个环节，只有这样才能提高自己的实际操作能力，并且从中培养自己的独立思考、勇于克服困难、团队协作的精神。学习这门课，获益匪浅！

电子工艺实习是一门教我们电子线路设计与制作的基本技能的课程，老师的谆谆教导，同学的融洽合作，以及这门课程自身所散发出的强大的实践性与趣味性一下子就深深的吸引住了我。

本学期的电子工艺实习，我收获了很多，也感悟到很多。电子工艺实习，它已不仅仅是一门印在课程表上的课程，还是一次崭新、充满挑战的实践，是一段珍贵的体验。从中我学习到了画图、焊接以及其他零件的用途与方法，在焊接电路板时，也学到了很多的东西，比如焊法、零件的形状和种类、元器件的基本常识等等。真是让人受益匪浅，终于能体会到不同零件的奇妙组合中展现的人类智慧的结晶。知识的重要性在我心中再次提升，电子产品知识产权的垄断，让我既看到了机遇又看到了挑战，学习是现在我们唯一的行动方针。

别看我是个女孩，但是记得小时候我可是一个分裂份子，家里上上下下的电子器品没什么能逃脱我的魔爪的，但可惜的是它们只能有分离而没有团聚的那一天。通过实习，我发现自己开始摸索到了一点门路，第一次如此清晰的了解组装一个电器的全部过程，对一些电子器件内部有了一个新的认识，原来无论哪都存有人类的汗水啊！

在这次电子工艺实习中，我最终要做的是一个5号电池的充电器，以及一块可以报警的电路板。实习的过程中，首先需要学习使用电烙铁(焊枪)，在练习焊接时，我时刻默念老师教的焊接步骤，遵循正确的步骤才是最简洁的方法。但尽管如此，我还是尝到很多挫败感。虽然我多次失败，虽然时常也不乏出现一些虚焊点或是东倒西歪的焊点，虽然对自己第一次的杰作说实话都有些厌恶，但是我仍然对此由衷的感谢。因为如果没有失败的练习哪里有现在值得骄傲的成功作品。与此同时，我还体会到合作的乐趣和同学间的友情。和班长一起合作一学期以来，我们一起讨论电路原理、器件选择，也相互补充并发现漏洞，失败时相互鼓励着重新来做，有突破时一起开心的笑。当见到其他组的同学的进度比我们快，做的比我们好时，我内心也不由得着急起来，开始手忙脚乱，在这里我要感谢周围同学对我及时的帮助，让我感受到集体的温暖，让我重拾信心。当然我们组也不是一直都是最差的，我也会经常的去帮助其他组的同学，这让我时常能够感受到帮助他人的快乐，以及感受到自我能力价值的体现。

中式烹调的心得体会篇三

通过几天的实习，使我懂了很多很多的道理，真可谓是“受益匪浅”啦，这次我们的实习任务，固然算不上很重，其任务就是按图安装一些简单的照明电路。原理谈不上很复杂，但是真正要安装起来那得费一把劲，由于是四位同学共用一个工位，最重要的是双方协作精神，这一点我体会最深。

第一次看着电动机通过自己动手接线转起来，那种感觉是自豪的。自己在心里会说：“呃，我也能让电动机转起来，哈，开心。加油，实在这蛮好玩的嘛”。

我们的老师总是先给我们讲一些理论的内容，再预备让我们接线。刚开始接线时我们就按着图接下来，一点秩序也没有，所以接好了的线看过往乱乱的像蜘蛛网一样。现在想到都觉得可笑。

通过了这一周的电子电工的实训，也培养了我们的胆大、心细、谨慎的工作作风。由于前面的三个实训是通过接上日常低压电路来完成的，所以就要讲求用电的安全，不许用手触及各电气元件的异电部分及电动机的转动部分。也要求操纵的时候要心细、谨慎，避免触电及意外的受伤。

在后面的几个实训中用到了电烙铁，也是要求学生把握电烙铁的正确使用的方通过这为期一周的电工实训，我确实是学到了很多知识，拓展了自己的视野。

通过这一次的电工实训，增强了我的动手打操纵的能力。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手法，避免意外的受伤。能力不够强，结果把电路接成短路，还好由于电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。

而通过这一次的电工实训，我就把握了日光灯电路的安装，学会了白炽灯的两地的控制方法。也学习了一些低压电器的有关知识，了解了其规格、型号及使用的方法。更主要的是，我还学会了电路的接线及检查的方法。

通过这一次的电工的实训，也培养了我们的规范化的工作作风，以及我们的团结协作的团队精神。

中式烹调的心得体会篇四

短短的两个星期，在学习这门课程的同时，我得到了很多教育与启示。毫不夸张地说，这门课程是我之前的两年大学学习中最用心的学习的一门，也是给予我最多感慨与思考的一门，或许是因为我坐在第二排离老师太近不敢造次怠慢的原因，但更多是老师对话式的说教刺痛了我，使我开始认真地思考剩下的两年大学生活该如何度过，未来的就业之路该怎样走。

一开始我认为这次电子工艺实习课也如同之前的实习课一样，轰轰烈烈的开始，马马虎虎的经过，晕晕乎乎的结尾，但是从第一天开始练习熟悉烙铁与锡焊工艺，我发现自己开始以积极的心态去了解并熟悉这么课程，当然这与老师认真严厉的教育态度分不开。300个导线拆装，600个焊点融化凝固，从陌生到了解，一点一滴的进步，从菜鸟到准焊工，体会到自高考以来从未有过的喜悦。之后90厘米长的导线自由焊接，更加充满了乐趣，尽管我焊的小坦克没有想象中的那么好看，但是看着同学们焊的奔驰自行车，直升机，小人，和各种稀奇古怪的玩意儿，我意识到自己喜欢上了这门课程。

屁，可是我的的确确喜欢他言传身教针砭时弊的教育方法。

接下来，认识各种插头，视频插头、音频插头、高清视频接口等等，还了解了各种插头的历史变迁，紧接着自己动手制作了网线水晶头。平日里时常接触的网线插头，我做了3遍才测试无误，不得不鄙视自己要高手低，自负自大。

熟悉电路板的制作方法，认识各种电器元件，熟悉电阻阻值的读取方式，了解现代焊接工艺与技术，这些与计算机专业课程没有任何联系的知识，在我看来却是如此的实用。我想起了老师经常挂在嘴上的那句话：把每一件小事干好，才能干好大事。事实确实如此，熟悉了每件电器元件之后，我们开始做一些小项目，电源的制作，调频收音机的制作。说实

话，电源没有做好，制作电源的时候不够细心，把两个三极管的针脚接错了，一个电阻焊错了位置，重新返工后，依然失败！之后线路检查两遍，返工了一遍，仍旧找不出症结所在，有些灰心，有些失望，看着一天半做出来的废品，再一次体会到失败的滋味。还好最后做的收音机很速度的一次成功，兴奋与激动自然不用说，往日里最厌烦的壮阳补肾的广告在我听来都是那么地美妙！有些看似简单的事情并没有那么简单，之所以看着简单是因为你在想象，而不是动手去做；一旦某件事情做错，如果你不知道自己错在哪里，那只能从头再来！这是我在这两个小项目里的心得体会。

关于自己的未来的路该如何走，我现在不想去空想。我最应该想的就是剩下的两年该如何度过，最应该做的就是认真对待每一天，每一门课程。“修合无人见，存心有天知”，老师的再三强调的名言，大学里虽然没有人监督你，但是自己不要违背自己的良心。想想之前虚度的两年，上天都看在眼里我就不说什么了。之后要的事情，要对得起父母，对得起自己！

我要是说我很舍不得就这样结束这门课程，很想再多做几个实训项目，同学们该说我矫情了，但是我就是这么想的，我很赞成老师最后说的那句话：这两个星期或许是你们大学里最美好的时光。

中式烹调的心得体会篇五

为期一周的电子工艺实习已经结束了，但是心中的兴奋还存在，脑海里不时会想起大家在实验室积极学习，专注工作的情景。开始实习之前，大家都非常期待这次电子工艺实习，希望可以多学习些知识，希望有更多实践的机会。没想到实习这么快就结束了，还真有意犹未尽的感觉。虽然只是短短的几天实习，不过在这次实习当中，我学习到了很多东西。学会了怎么利用电阻的色环读出阻值，基本掌握电子工艺的焊接技能。我深刻体会到理论学习与实践相结合的重要性，

我体会最深的是：做好一件事，认真的态度是必需的。

中式烹调的心得体会篇六

在微电子技术岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实习，并结合微电子技术岗位工作的实际情况，认真学习的微电子技术岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

在微电子技术岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在微电子技术岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对微电子技术岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据微电子技术岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点，尽心尽力完成微电子技术岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

从大学校门跨入到微电子技术岗位工作岗位，一开始我难以

适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这这就是一个热情的态度，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对微电子工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职工作。

针对实习期工作存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点

来弥补自己工作中的不足：

1. 做好实习期工作计划，继续加强对微电子技术岗位工作岗位各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解各种制度和业务。
2. 以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。
3. 踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有最好只有更好”。
4. 继续在做好本职工作的同时，为单位做一些力所能及的工作，为单位做出自己应有的贡献。