

最新计算机实训报告总结与体会(精选5篇)

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。那么,报告到底怎么写才合适呢?下面是我给大家整理的报告范文,欢迎大家阅读分享借鉴,希望对大家能够有所帮助。

计算机实训报告总结与体会篇一

依据《计算机专业教学大纲》,进行为期一学期的实习教学。具体安排如下:

为培养在政治素质上可靠、理论知识上有一定层次、专业技能操作过硬的初、中级技术人才。学生在校经过系统的计算机专业理论知识学习和基本技能训练后,遵照学以致用原则,进一步提高学生的专业技能。同时培养学生树立良好的职业道德和正确的就业观,强化学生的劳动观念和纪律观念,学校决定安排本次实习。

通过实习,要求学生具有本专业所必备的实习技能,能熟练地掌握一整套计算机操作和维护的能力,做到能独立上岗操作。具体内容与要求如下:

课题一: 实习单位计算机应用的现状

要求: 了解实习单位计算机软硬件配置;了解实习单位计算机的主要应用范围。

课题二: 文章的录入、排版、打印

要求: 提高汉字录入的速度和正确率,要求录入速度达到每

分钟50字以上，正确率达到99%;提高制表能力，能熟练制作较复杂的表格;按实习工作需要和纸张尺寸，能熟练进行文章的修饰和排版;熟练打印机的使用和一种型号打印机的性能。

课题三：计算机硬件维护

要求：熟悉计算机主要部件的技术性能;能初步处理计算机硬件出现的常见故障。

课题四：计算机软件维护

要求：能处理常用软件出现的故障(如windows系统等);对单位自行开发的应用软件出现故障能提出处理意见。

课题五：计算机病毒的防治

要求：熟练使用各种常见杀毒软件，并了解各种杀毒软件的性能

和优缺点;了解常见病毒的特点。

课题六：应用程序开发

要求：按照实习单位计算机应用的情况和业务状况，能提出充分发挥计算机性能的.见解，并开发一个适合本实习单位业务需要的应用软件。

课题七：计算机基础操作知识

要求[]word20xx使用工作窗口进行相关操作，文档的排版：设置字符格式、设置段落格式、分栏排版;正确编辑文档的文本内容后，就可以对文档进行排版操作[]word20xx具有强大的排版功能，通过对文档中文字、段落、页面等格式的设置，可使文档看起来层次分明，条例清晰，便于阅读。

要求：数据处理软件excel能插入和删除工作表、编辑工作表(行、列、单元格)、顺利完成数据处理功能(公式计算、排序、筛选等)、设置边框和底纹、能生成相应的图表。

课题八：机房网络管理维护

要求：能进行计算机网络的日常管理，对软件及用户信息进行维护，能初步处理网络中的日常故障。

课题九：平面设计

要求：图形图像处理软件(如photoshop)可尽情地自由创作，充分展现出图像的艺术视觉效果。通过基本操作、创建与编辑图像选区、描绘与修饰图像、图像色彩的设置、图层的应用、通道与蒙版的应用、路径的应用、滤镜的、网页动态图像等完成实例应用。

课题十：动画设计

课题十一：空间设计

要求：三维动画制作软件(如3dsmax)体现三维空间物体的新操作理念。要在空间建造，同时具有真实的立体尺寸，并把构件按真实的构造要求安排在虚拟的正确位置上。

课题九：平面设计

要求：能根据设计主题，熟练应用计算机设计软件，进行平面设计，并根据客户要求，进行修改。

课题十internet应用

要求：能结合实习单位的实际，开展英特网的使用，如信息收集、信息发布、e-mail收发电子邮件的应用等。

课题十一：熟练操作计算机扫描仪

要求：能根据原稿，熟练应用计算机扫描仪扫描文稿，进行描稿。并根据客户要求进修改。

1. 考核内容：业务水平、独立工作、劳动纪律、劳动态度和实习期间的思想表现等。

2. 考核方法：根据学生实习的工作表现，由实习单位领导、实习辅导教师、带队教师和实习领导小组实行三级考评，评定成绩。实习成绩评定不与学生见面，直接交学校电教中心存档。

计算机实训报告总结与体会篇二

实训地点：秦皇岛职业技术学院

实训教师：于颖

实训目的：熟悉报关报检业务流程，更好的与本专业相结合，达到实践与课程理论相结合。培养我们的自学和动手能力、理解能力以及思维能力。通过进出口贸易模拟实习，让我们能够在一个仿真的国际商业环境中切身体会商品进出口贸易的全过程，能够在实际业务的操作过程中使其全面、系统、规范地掌握从事进出口贸易的主要操作技能。

实训已经结束了。我最大的感触就是：国际贸易流程好复杂，我感觉自己要胜任这个工作还得好好的努把子力。还有就是理论与实践的差距。平时觉得学理论的东西还不怎么难，可是一旦要你真正操作起来就觉得有点手忙脚乱了。很多东西都好像模棱两可。实训后我决定之后一定好好学习，对我所学的东西一定要理解透彻。这次实训使我重新认识了自己。以前我只是把课本上的知识掌握了，却很少联系到实际，没有认识到实际操作的重要性。通过这次实训认识到了实际当

中操作的重要性，必须提高自己的实际操作能力。

此次实训中，也使我们确实感受到了团队精神的作用。每个人，生活在这个社会中，都必须随时处于一个团队中，不可能孤立存在，我们能够顺利完成此次实训，与我们这一行十人的努力与协作是分不开的。如果缺少了团队精神，我们将是一团散沙，没有凝聚力，完成实训也就无从谈起。这次实训，我们不仅从个人能力，业务知识上有所提高，也了解到了团队精神、协作精神的重要性。相信，有了这一次实训的经历，无论是今后的学习，还是工作，甚至是生活，我都会更加清楚，自己要什么、该做什么、该如何做，怎样才能做好；相信，此次实训将是我今后人生的一个良好开始。

实训内容及过程

1、综合实训的组织与要求

本次实训动员，将我们模拟为交易的买卖双方，每6人为一组。让我们以一个实际的业务员、经理等身份进入角色，按业务的工作程序，操作技能规范，完成一系列的训练活动。我们是广州飞跃公司，是做为卖方，出口的是绒毛玩具熊。买方则是英国伦敦的一家公司。

2、制定出口经营方案

在出口贸易业务中，对外贸易谈判的准备工作是不可忽视的。我方通过对国外玩具熊市场进行调查研究，选择适销的目标市场和客户是英国伦敦的公司。根据交易的标的、市场行情等因素确定价格、数量、品质、交货期等条款，制定出口商品经营方案。然后据市场行情、价格水平、供求关系、有关经济政策、出口的各项费用进行成本核算，拟订了一份cif报价策略。

3、模拟谈判，磋商交易

我们是通过询盘、发盘、还盘、接受这四个环节来进行模拟谈判、磋商交易条款的。我们这组根据正确的信函格式，撰写了买卖双方交易中询盘、发盘、还盘和接受的四封商业信函。我方根据买方发过来的询盘信函，作出了相应的发盘，在收到了我方的发盘时，买方又对其进行了还盘，根据还盘进行最后磋商我方接受了买方的要求。这四个环节是我们在日常买卖当中讨价还价的过程，而在国际贸易当中则用了这四个专业术语来定义。

4、合同条款的签定和单证的签定

写单证时要特别的细心，注意日期是不容许有半点的差错。

5、海关现场审单结束。货物单证放行后，货主应在海关规定的时间内将货物运至海关监管区内进行验放。如需查验，报关行应及时与海关联系，进行货物查验，验完后需按船公司封指定铅封。不需查验的应及时进行实货放行，将装货单按截关时间送到港区装船。

6、待货物出口，船公司就将出口舱单数据传送海关，海关接收到数据后报关行待海关数据结关后，及时到海关打印退税核销联。

七、出口通关结束。客户需及时到我司缴纳报关报检代垫代办费。

实训总结

在这周的国际贸易实训当中，在老师的指导下，在同学们的帮助和自己的努力下，我把老师交给我们的实训任务圆满完成了。在实训的过程中，我对国际贸易的一些基本的知识有了更深刻的了解，通过实训，我对合同单证以及等基本的业务从开始的一无所知到现在能够应用到实训中。与此同时，我也学会了贸易磋商信函的书写，通过本次实训，我认识到平时努

力学习理论知识是很有必要的,并且也学会了如何将理论知识运用到实际操作中,这增加了我对这门学科的兴趣。但与此同时,我也深刻感觉到了自己对国际贸易知识的了解还是太少了,以后要抓住机会多学习一些相关知识。

这一个星期的实训,我觉得是值得的,同时也学到了很多。当自己真正把课堂上的所学运用到实际业务中去的时候,会把平时听课过程中遇到的疑点和问题逐个消除,使书本上的文字真正成为自己的知识。作为一名学生,最终能够很好地掌握书本上的知识并且灵活运用,不仅仅只有自己的功劳,还应该感谢不厌其烦为我们解答每一个疑难问题的老师,感谢老师对我们每一位学生的热心帮助。老师在这次实训中起到了指导者的作用,让我们实实在在的学到了很多知识,更有些是让我们受益终身的东西。这次实训,我不论是从个人能力上还是业务知识上都有了很大的提高,操作能力也大大提升了。

本次实训,是一笔珍贵的财富,它给我带来了许多快乐和乐趣。我总结了在进出口贸易业务中的经验和教训,帮助我在以后的学习过程中不断充实自己,更加关注国际的经贸环境,加强实例分析能力并加强训练,增加感性认识,努力提高业务责任和商务运作能力,真正做到学以致用。

我想我还会珍惜在学校的每一次的学习,而这样的实训学习更是值得我去珍惜!相信,有了这一次实训经历,无论是今后的学习还是日后的工作,甚至是未来的生活,我都会更加清楚,自己想要做什么,该做什么,该如何做,怎样才能做好。此次实训将是我今后人生的一个良好开端,他使我学到了很多,为今后的学习做了引导,点明了方向,我相信在不远的未来定会有属于我们自己的一片美好的天空。

计算机实训报告总结与体会篇三

word排版,表格制作与编写。

powerpoint的制作，初步认识计算机办公应用office□

天：初步熟习计算机的性能和认识word;次日：练习word题；
试;excel实训作业

第四天：将word表格与powerpoint的制作熟习稳固；

第五天：老师再次对我们word与powerpoint测试以及教我们一些实用的技术与方法，初步认识计算机办公应用.....office□

很快的，一个假期又过来了，面对本学期最后一次的校园生活实训，想着刚才过去的最后一个周，紧张缄默以后的是感触，印在脑海里的每一个踪迹都是那么的深，真的说不出是什么感觉，伴着时间，就像是在和自己的影子赛跑，不行能从真切的两面去看清它，不过经意不经意的感觉着有种东西在过去，或许更合适的只有那句话：时不待我，怎可驻足？一周，短短的一周，我学到了好多不知道的东西，实在是感觉颇深。

现在公司竞争范围的陪伴社会市场经济的发展以及信息化程度的不断提升而日趋扩大，这样就要求公司在各个方面增强管理，要求公司有更高的信息化集成来实现对公司的整体资源进行集成管理。现代公司都意识到，公司之间的竞争是综合实力的竞争，要求公司有更强的资本实力，具备强有力的管理能力和更快的市场响应速度。所以，引入计算机系统的意义是特别重要的。

在社会主义市场经济高速发展的今日，假如计算机的各项管理运做仍旧阻滞在以纸、笔为主要工具的阶段，就会由于信息量的快速增加而没法快速、正确的运用计算机达成各项工作，这样，势必成为公司各方面发展的一个瓶颈。

而在今世这个以信息时代为主题的社会里，计算机技术高速

发展，将信息技术应用于对现代公司的管理日趋普及。计算机技术不只能够提升信息的办理速度和提升信息办理的正确性，更重要的是，能够进一步的解放劳动力，将他们分派到更需要人力资源的岗位上去，进而加速社会工作的现代化、综合化的发展步伐。引入计算机信息系统，不只为企业管理部门节俭了不用要的开销，更重要的是提升了它对我们个人的'工作效率。本周经过对计算机的初步学习，我更知道本来我们利用计算机能够提升工作效率等各方面。所以我真挚的感谢老师对我们的帮助，再次说一声：感谢。我此后将更为努力。

1. 经过本次实训，你有哪些收获?我受益匪浅，学到了好多知识，特别是提升了综合剖析应用的能力。实训过程是繁琐的，但同学们都表现得很踊跃，不怕课程难，互相帮助一同剖析。好多同学甚至吃了饭就一头扎在实训中。任课老师也特别仔细负责，耐心解说，仔细指导，训中，剖析、议论、演算，机房里充满了浓浓的学习氛围。此次实训培育了同学们耐心的工作作风，增强了同学们的合作意识，提升了大家的应用剖析能力。

2. 依据实训计划安排与目的要求，你以为你还没有达到的实训目的有哪些?或许说，你有哪些方面还有短缺?powerpoint与word我还短缺的技术与方法，并且，在此后的生活中我更需要努力练习学习使自己趋于完美。

3. 与平常上课对比，你以为本次实训有哪些特色，第一我以为老师与同学真切交融在一同，同学们不懂就问，老师也耐心解说，的确实是在让我感人。大家都表现得很踊跃，不怕课程难，互相帮助一同剖析。

好多同学甚至吃了饭就一头扎在实训中。任课老师也特别认真负责，耐心解说，仔细指导，一点一点解答同学们的迷惑，直到同学们理解了为止。在实训中，剖析、议论、演算，机房里充满了浓浓的学习氛围。此次实训培育了同学们耐心的

工作作风，增强了同学们的合作意识，提升了大家的应用剖析能力。最后，经过本次实训，我使自己很多不足之处获得了填补，真切收获到了自己想要学习的东西。

4. 你对本次的实训组织安排、实训指导教师的指导、实训考勤查核、实训内容设计、实训报告设计、实训硬件设建议倒是没有，倒是老师的敬业精神的确让人感人，本周周二，叶锋老师参加学校举办的定向越野赛，在完赛后又急忙赶回学校为同学们持续上课，实在让我感觉内心又有种敬佩之感。我相信在此后的学习与生活中，我们会做的更好。还有关于王高雅老师，我问一些最基本的知识题，它不只没有小瞧我，反而耐心为我解说，我对老师的崇拜之情难于言表。最大的建议就是希望学校持续努力，相信必定会更好。

计算机实训报告总结与体会篇四

xx年12月26日—12月28日

通过上机操作形式，潜移默化地进行综合操作素质的训练，增强学生综合运用所学知识解决实际问题的能力。

word文档与excel表格的编辑与操作。短短三天的计算机实训结束了，通过这三天的实训，我学到了很多知识，我深深体会到计算机办公的神奇和奥妙；也掌握了许多的计算机办公技能。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把excel、word等操作的了！现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对计算机的一些相关操作还只是初步的认识和理解，在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，虽然我是计算机系的学生，但我们的专业课程也只是学习了c语言的程序编辑，所以在实训之前，计算机办公对我们来说是比较抽象的，但通过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远！据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，

也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的办公软件。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习；听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎！指导我们实训的是卞老师，卞老师在实训中给我们做了充分的指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢卞老师的授业解惑和系里领导的大力支持。

通过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作能力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名计算机专业学生来说，更应掌握更多的计算机操作技能，所以要把电脑作为一个重点来抓！开始我以为实训只是应付了事，走马观花之作。然而，在我参加培训的第二天，我就发现自己错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的内容最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习内容与以前操作不规范或不熟练的地方进行对比，感觉学习效果很好，受益匪浅。特别是excel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对excel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。通过次培训，使我的表格的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原来从没有制作过，通过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。现在想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自己也不再年轻了，还学什么啊？得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是

能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。通过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自己的工作能力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

计算机办公实训暂告一个段落，闲暇之余，我开始静静地长思。由于组织的信任，我从本学期中段到自律会工作。尽管我全力以赴，不辞辛苦，做了很多的工作，但我知道自己离“出色”还有很大的一段距离，离组织对我的期望还相去甚远。固然有能力、水平、经验、性格等原因，但是最重要的原因还是思想上的对学习不重视，导致了有的工作不能出色的完成。由于自律会工作的特殊性，要求工作人员思维严密、灵活应付，要能够迅速理解组织，领导的意图，沉着应对复杂的局面，为广大同学提供更优质的服务，这样才不致于在完成工作时，总是手忙脚乱、丢三落四。通过这次培训，我认识到只有沉下身来，静下心来认真学习，踏实做事，多用心，多动脑，才能让工作有好的起色。为我系的发展奉献我微薄的一份力量社会的竞争是激烈的，我想我们应该好好把握住大学学习的时间，充实、完善自己，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人！

计算机实训报告总结与体会篇五

20xx年x月x日到x月x日

XXX

实习是个人综合能力的检验，除了有一定的课本知识外，还需有一定的实践动手能力，操作能力。为了将大学所学的专业理论知识运用与实践，在实践中结合理论加深对其认识和总结.将专业与实际接轨，逐步认识，体会，从而更好地将所学的运用到工作中去.接触社会，认识社会，学会做事，学会

与人相处，学会团结协作。使一个计算机专业的学生应在毕业实习与设计中用所学知识解决现实中的一些问题，对所学专业理论和实践知识进行巩固，同时提高自学、独立开发和协作能力，为走向工作岗位奠定良好的基础。

实习单位的发展情况：

我实习是在学院校内进行的，除了提高计算机的专业技能外，还要学习有关工作的知识和参观学习其他工厂等。

实习要求：

1、科学性：

毕业设计是对即将步入社会的毕业班同学设计能力的一次全面考核，毕业设计不是“作秀”，亦不是“走过场”，毕业设计的过程必须严格遵照科学性原则。这里的科学性是指在设计活动中将感性与理性思维高度和谐统一，充分考虑人、社会与环境等各种因素，融艺术与技术、文化与经济、生产与实践于一体，用正确的设计理论指导设计实践，以科学合理的方法来控制设计过程，重视设计方法的应用，科学合理的设计方法不仅能有效地协调、组织设计过程的各个阶段和环节，而且可以大大缩短设计周期，提高设计效率。因此，进行毕业设计时，应持以科学严谨的态度和遵循科学合理的操作规范来进行，不论是实际性课题还是虚拟性课题，都要做到完整而规范，确保在生产、施工应用等各个环节的操作性和可靠性。

2、应用性：

除了学习有关专业的知识外，还学习对以后工作有关的能力，作为一个公司的员工要注意的问题，解决困难的方法，以及作为员工必须具备的意识和素质等的知识。

3、专业性：

专业设计能力是计算机专业毕业生必须具备的首要条件，而这种能力的获得是经过一定时间的系统学习逐渐积累的，作为一个专业设计人员应该接受某个设计专业系统的教育培养，具有较为完整的设计能力和专业素养，对所从事的设计领域从技术到理论均有很好的把握，不仅在设计技术表现上有很强的基本功，而且在专业理论方面具有较全面的素养。具有较高的专业理论素养的重要意义还在于能用理论指导设计者的设计实践，熟练地把握设计的固有规律，把自发的设计行为转化为自觉的创造性活动，在设计行为能力和专业理论素养上都能体现出“专业”的专属性和权威性。基于此，毕业设计作品应力求突出各专业的专业特性。

4、创新性：

在一定意义上，设计即创新，创新是设计的本质特征，创造力是艺术设计的核心竞争力，只有体现出创新性的设计成果才会被付诸市场，才富有生命力。所谓设计的创新，包含着不同的层次和内容，它可以是在原有基础上改良，即推陈出新；也可以是完全的创新，如独辟蹊径；既指新观念、新思维和新思潮，亦指新材料、新技术、新样式；它既要能满足人们不断变化的需求，更要能够引领人类的生活方式。