

2023年读诗心得体会 cad心得体会心得 体会(精选8篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。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。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

读诗心得体会篇一

近年来，计算机辅助设计[Computer-Aided Design]简称CAD已经成为了工程设计领域中不可缺少的工具之一。在我进行CAD学习的过程中，我深刻体会到了CAD的强大功能和设计思路的重要性，并且也不断地在锤炼自己在CAD使用方面的能力。下面，我将分享我在学习CAD中的心得体会。

第一段：从基础开始，快速上手

作为一个刚开始学习CAD的人，最重要的就是理解CAD的工作原理以及如何使用CAD进行设计。在此阶段，我首先学会了如何创建基本图形、对设计进行编辑、进行基本的参数设定等等。通过对这些基础技能的掌握，我得以快速上手，并且深入了解CAD这一工具的基本概念与操作方法。掌握基础技能是CAD学习中第一步必不可少的环节。

第二段：加强设计思维，提升设计能力

尽管我已经掌握了基础技能，但我发现如果仅仅停留在基础技能的层面上，就无法从CAD中体现出它强大的设计能力。CAD并不是仅仅一种绘图软件，它更多的是在帮助我们完成设计过程。针对复杂的工程设计，CAD提供了大量的工具和

功能，帮助我们对设计进行精细的分析和调整，使我们能够更快速、更精准地完成设计。因此，在学习CAD中，加强设计思维，提升设计能力尤为重要。

第三段：灵活运用各种工具，提高效率

随着对CAD的熟练掌握，我懂得了如何运用各种工具来进行有效的设计。CAD提供了诸如图层管理、块定义等功能，使得我们能够快速地进行固体建模、抽象建模等多种模式的设计。不仅如此，CAD还提供了多种快捷键、宏命令等工具，帮助我们迅速切换工具、进行操作，提高我们的设计效率。

第四段：手动与自动结合，共同开发设计灵感

有些时候，手动绘图在设计中也是十分必要的。CAD提供了诸如手动绘制、手动编辑等功能，使得我们能够更好地发挥自己的设计想象力。在进行手动绘图的过程中，我们通常会发现一些设计上的不足或不完美之处。此时，我们可以利用CAD的强大功能进行修改，不断地优化设计，为我们的设计注入更多的灵感和想象力。

第五段：注重实践，不断强化自己的CAD技能

CAD的学习要注重实践，只有靠不断的实践才能提高自己的技能水平。在学习的过程中，我不断地练习CAD的各项功能和操作，不断地尝试着不同的设计思路和方法。这种熟练掌握CAD的技能对于我的工作和未来的发展都非常的有帮助。

综上所述，CAD作为工程设计领域中的一项重要工具，不仅需要我们掌握其基本的技能，还需要我们利用这一工具进行设计，注重实践，并不断探索各种新的灵感和想法。只有这样，我们才能更好地利用CAD，快速高效地完成设计工作。

读诗心得体会篇二

人生快事，莫如读书。它能让我们知天地、晓人生。它能让我们陶冶性情，不以物喜，不以物悲。书是我们精神的巢穴，生命的源泉。古今中外有成就的人，到与书结下了不解之缘，并善于从书中汲取营养。从阅读中养成爱好读书的习惯，体会读书的乐趣，学习和掌握一些读书的方法，这不是人生的第一大快事吗？下面，我就和大家分享读书的各种乐趣吧！

读书的一大乐趣莫过于当你当你正为一个问题绞尽脑汁，百思不得其解的时候，或对某一个问题似有所闻的时候，打开书一看，你就会发现早已有人对这个问题做了充分的论述，正好搔到了你的痒处。这种“柳暗花明又一村”的感觉你那么舒服，那么的自在。

读书给人恬淡、宁静、心安理得的快乐，是名利、金钱不可取代的，书就像人类的精神营养剂，缺了它，生活必缺陷。让我们别留下遗憾，拿起书吧！相信你一定能从书中懂得人生的真谛！

读诗心得体会篇三

CAD是计算机辅助设计的简称，也是现代工程设计不可或缺的工具。在我从事设计工作中多年中，我对CAD有了深入的了解，通过不断尝试、摸索、总结，我得出了以下的心得体会。

一、掌握基础操作是必须的

在使用CAD软件之前，初学者应该先掌握基础的操作技能，这包括绘图基础、命令操作、文件管理等等。了解CAD的基本概念，掌握工具栏及快捷键的使用方法，能够更好地提高工作效率。在日常使用中，将常用命令进行整理，将常用图形元素进行归纳，这样能够将设计的重点放在实际创作中，

减少无谓的操作时间。

二、练习注重规范和精度

CAD的设计应该遵循一定的规范和精度，这样能够确保设计的准确性和可靠性。在绘图时需要注意图形的对称性、比例关系等，尤其是在建筑设计中，对长宽高的比例进行精确控制是至关重要的。在练习中，注重自身的规范和精度要求，能够让自己更好地提高CAD的应用水平。

三、不断尝试新技能和新方法

使用CAD软件需要不断地尝试新的技能和新的方法，这样才能够不断提高自己的应用水平。学习新的CAD技巧、掌握新的操作方法，能够使设计变得更加丰富和灵活。此外，借鉴其他人的设计，了解其他人的创作思路 and 理念，也是提高自身应用能力的重要手段。

四、注重设计和创新

CAD的设计要有一定的创新性，才能够达到更好的视觉效果和实际效果。在设计时，要把握所需的效果，从而获得真正的创意。在同行业竞争激烈的现在，创新是必须的选择。因此，注重创意和设计能够让自己更好地独立完成各种设计任务。

五、注重学习和交流

使用CAD软件不光要自学能力要强，还要注重与他人交流和学习。不同设计者有不同的设计理念和设计方式，与其交流和学习可以得到更加丰富的CAD经验。在学习和交流中，可以发现自己的不足，然后进行改进和优化，让自己的设计成为其他人的学习和借鉴对象。

总的来说□CAD是一款非常强大的工具。通过不断摸索和尝试，在设计中不断提高自己的技能，才能够在日后的工作中更加纯熟，充分发挥自己的潜力。在不断学习和交流中，针对自身的局限性，找到解决问题的方案和方法，这样就可以取得更好的成果。

读诗心得体会篇四

我们宪法的至高无上，不仅在于出身，还在于这副久经打造的盾牌上呈现出的时代智慧。她记载了四次与时俱进的自我完善，犹如镌刻其上历史剑痕；她记载着1840年以来中华民族的伟大变革，以法律的形式确认了中国各族人民奋斗的成果，犹如烙印其上的民族图腾。中华民族在曲折中前进，宪法也在曲折中不断完善。正因为如此，这样的宪法更值得信任，也更有未来。

这副信仰的盾牌，释放的是自由的力量，铸就的是权力的牢笼，看不到却又无处不在。

宪法赋予我们权利，正如第三十三条规定的任何公民享有宪法和法律规定的权利，国家尊重和保障人权，同时我们也必须履行宪法和法律规定的义务。我们日常工作、生活点滴，都与宪法有着千丝万缕的联系。比如，网上曝光某人在公交上不给老人让座的视频，有网友就对其进行人肉搜索，导致公民的姓名、家庭住址、工作单位等自然信息公之于众，正常生活受到严重影响；宪法在我心中3篇征文；宪法在我心中3篇。虽然宪法第三十五条赋予我们言论自由的权利，但宪法第三十八条保护着公民的人格尊严不受侵犯。尽管我国法律条文中没有明确提出隐私权这个定义，但是未经任何合法授权，公布他人隐私的行为，已然侵犯了宪法赋予公民的人格尊严权。这把本来指向不给老年人让座不良现象的利剑，在不经意间，伸得太远触到了宙斯之盾了，其本身演变成了一起更为严重的违法行为。如果我们能在心中常树一面行为边界之盾，也许很多违法的行为在酝酿之初便被自行遏止了，因为

她是令人生畏、默然止恶的。

不仅之于私权，之于公权亦如此。虽然未能如其他的法律法规那般被频繁地运用于司法审判实践中，但是没有一条法律条文，一个审判案例或一项政府举措可以违背宪法的基本条款征文；她时刻提醒着我们无论是从法律还是政治的角度，都是以人民的权力始终制约着国家机器的运转。情系于民，利谋于民，权用于民应是一切公权使用者的座右铭。正如，镌刻在南通市政务中心的入口处为人民服务五个鲜红的大字，它时刻告知着办事群众这里服务行政的理念，也时刻警示着工作人员这里以人为本的归宿。

公权力如何行使，不仅需要的行使者的努力，更离不开群众的支持。美国一个叫b盖伊彼得斯的学者认为，只要有一个不完美的政府，人们就会持续不断地寻求理想的治理形态。

如果这里的人们可以代表我们的广大人民群众，那这句话恰巧与我们宪法不谋而合征文；宪法在我心中3篇征文。宪法第二十七条规定一切国家机关和国家工作人员必须依靠人民的支持，经常保持同人民的密切联系，倾听人民的意见和建议，接受人民的监督，努力为人民服务。这正是我们寻求理想治理形态的路径，群众路线。正如，政务服务中心这个政府接待群众最多最直接的机构，为了更好地实践服务行政的理念，每月通过第三方机构对办事群众进行回访，并公布结果。公布的结果受到工作人员的极大关注，他们不但希望了解满意度，更希望了解不满意的是哪些问题，如何才能不再发生。这些离不开人民群众的积极参与。美国联邦最高法院在纽约时报诉沙利文案中提出如是看法值得思考：对公共事务的讨论，应当不受抑制、充满活力并广泛公开。

读诗心得体会篇五

12月4日是我国的国家宪法日，今天全国大中小学都举办了宪法晨读活动，宪法晨读让孩子们更清晰了解到宪法的意义，

我们今天就在老师的安排下观看了这场活动。

观看了这次宪法晨读活动，我受益匪浅。在学习法律的过程中，我有一点体会，就是必须要自觉维护社会主义法律权威。

社会主义法律权威的树立，既有赖于国家的努力，也有赖于公民个人的努力。从国家角度来说，应当采取各种有效措施消除损害社会主义法律权威的因素。例如，要进一步提高立法质量，保证科学的科学性，合理性；改善法律实施的状况，保证有法必依，执法必严，违法必究；深入开展法律宣传教育，增强全社会的法律意识。

我们应该努力树立法律信仰。一个人只有从内心深处真正认同、信任和信仰法律，才会自觉维护法律的权威。应当透过认真学习法律知识，深入理解法律在现代社会中的重要作用，深刻把握我国社会主义法律的精神，从而树立起对我国社会主义法律的信仰。

应该用心宣传法律知识。在自我学习和掌握法律知识的同时，还要向其他人宣传法律知识。个性是要宣传社会主义法律观念，帮忙人们彻底根除“权大于法”，“要人治不要法治”等封建残余思想，宣传我国社会主义法律的优越性，使人们了解和认同我国社会主义法律，从而推动全社会构成尊重和维护社会主义法律权威的良好风尚。

应该敢于同违法犯罪行为作斗争。违法犯罪行为既是对社会秩序的破坏，也是对法律权威的蔑视。不仅仅要有守法意识，自觉遵守国家法律，而且要敢于和善于同违法犯罪行为作斗争，自觉维护法律权威。同违法犯罪行为斗争的方式是多种多样的，既包括事前采取有效措施预防违法犯罪行为的发生，也包括事中和事后制止，检举，揭发违法犯罪行为。

通过此次宪法的晨读活动，我了解到法律永远是公正严肃的。它捍卫着公民的权利，维护着公民的合法利益。我们应当自

觉维护宪法地位履行个人义务。

读诗心得体会篇六

TPS即“丰田生产方式”，是世界上著名的生产管理模式之一。它的核心是通过消除浪费，优化生产流程，提高生产效率，从而提高产品质量。在实施TPS过程中，我深感到这种方式对企业的重要性和卓越的价值。以下是我对TPS的心得体会。

首先TPS的核心在于消除浪费。浪费是造成企业效率低下的根本原因之一。通过TPS的实施，企业能够在生产过程中挖掘出各种形式的浪费，如等待时间、废品、过程不稳定等，并针对性地进行改进。在我所在的企业实施TPS后，我们发现了许多以前忽视的浪费点，并通过改进解决了其中的问题。例如，我们重新规划了生产流程，通过精确分工和合理的生产安排，大幅减少了物料在生产线上的等待时间，提高了生产效率和产品质量。

其次TPS要求企业优化生产流程。生产流程的优化对于企业的发展至关重要。经过TPS的实施，我们重新审视了整个生产流程，找出了其中繁琐和重复的环节，并进行了相应的优化。通过简化流程、提高生产效率和减少浪费的最小化，我们成功地提高了产品质量和企业竞争力。例如，在以前的生产流程中，我们需要多次手动操作，而经过TPS优化后，许多环节可以通过自动化完成，大大提高了生产效率和产品质量。

再次TPS能够有效提高生产效率。生产效率是企业的生命线，也是企业竞争力的重要体现。在我们企业实施TPS后，我们通过各种改进措施，有效提高了生产效率。例如，我们采用了“车间自动化”系统，将生产过程中的许多环节自动化处理，提高了生产效率和品质稳定性；我们还引进了“零库存”管

理模式，减少了库存超额和产能浪费，提高了资金利用率。这些措施的实施使我们企业的生产效率得到了极大的提升。

另外TPS也强调员工参与和持续改进TPS的实施不仅仅是技术和工艺的改进，更需要员工的积极参与和主动思考。在我们企业实施TPS后，我们建立了员工参与决策的机制，鼓励员工提出改进意见和建议。通过培训和交流，我们的员工逐渐认识到TPS的重要性，并积极参与改进工作。他们提出了很多有价值的建议，为企业的持续改进做出了贡献。员工的参与和持续改进，极大地推动了我们企业的发展和进步。

综上所述TPS作为一种优化生产方式的管理模式，通过消除浪费、优化生产流程、提高生产效率和鼓励员工参与持续改进等举措，为企业的发展带来了巨大的效益。在实施TPS的过程中，我深感到了它对企业的重要性和卓越的价值，也认识到了自身在其中的作用和责任。作为企业一员，我将继续努力，推动TPS的深入实施，为企业的发展做出更大的贡献。

读诗心得体会篇七

7月1日，中共中央在人民大会堂举行了庆祝中国共产党成立95周年紀念大会，李克强、张德江、俞正声、刘云山、王岐山、张高丽出席大会。总书记在会上做了一万余字的长篇讲话，内涵异常丰富。

这篇贯穿了历史、现实的重要讲话，以八个字统贯全文：“不忘初心，继续前进”。

不忘初心，是不忘记自己从何而来，为何而去。中国共产党的成立与成长一直伴随着中华民族的救亡图存，一种民族危亡的紧迫感深植于中国共产党的精神基因中。这使得中国共产党的所思所为一直围绕着整个民族的复兴。一开始是救亡，如今是富强。其核心无非是围绕两个字展开：人民。

95年来，这颗初心未黯，使得中国共产党始终能在关键的历史时刻，破除和超越利益固化的藩篱，把整个政党的精神一遍遍拓宽，从而避免了这个拥有8800多万党员的政党沦为某些人或者某些群体的“私产”。

扎根于人民，来源于人民，服务于人民，这是中国共产党有别于其他西方政党的鲜明特色，也将成为其长期执政的坚实基础。

在昨天的讲话中，总书记还提到了“中国方案”：“中国共产党人和中国人民完全有信心为人类对更好社会制度的探索提供中国方案”。

几年前，很多学者广泛讨论“中国模式”，认为中国的崛起创造了一个有别于西方的发展模式，甚至超越了西方。但中国一直保持了谨慎，并没有在正式场合引用“中国模式”一词。从实践看，中国的发展道路一直在探索和完善中，但也有一条主线一直坚持了下来：人民立场，从而形成了中国特色的发展道路。

这次总书记提出了解决人类发展问题的“中国方案”，这个方案不是对现有西方制度的简单复制，更是完善和超越，是更好的社会制度设计。但绝不是像西方某些国家一样，对自身文化抱有盲目的优越，以普世自居，强加于人，而是一个可供选择的，有中国的鲜明特色，也有一定的普遍规律的“中国方案”。

正像总书记所说的，历史没有终结，历史也不会被终结。“中国方案”来源于我们对发展道路、理论、制度和文化的自信。总书记说，“文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信”。对道路、理论和制度的实践也会慢慢内化为文化的基因，因此，文化自信是更深层次的民族品格。但中国的文化自信是自尊，能坚持自己的根本，绝不是“文明与野蛮”的盲目自傲。

这种平等、开放的文化观，可以让“中国方案”寻找到更多的知音。这也是中国参与全球治理、推动新的国际秩序的一个根本心态。

一、机会难得，学习气氛浓厚。

参加这次培训的同志们都很珍惜这次难得的学习机会，在最短的时间内完成了由教育工作者到学生的角色转换，认真、虚心、诚恳地接受培训，态度端正、学习专注，从教育局领导到学校校长都能专心致志，全神贯注，认真的聆听和记录，及时完成作业，如饥似渴地接受着新鲜的理念。大家都觉得机会是如此的难得，学习气氛十分浓厚，仿佛回到了学生时代。

二、异彩纷呈，讲座全面系统。

专家、教授的讲座就象是一顿丰盛的大餐，精美地呈现在我们的面前，真是“听君一席话，胜读十年书”。各位专家、教授毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享，深入浅出，可谓是异彩纷呈。刘华蓉教授报告：教育管理中的危机和舆论应对和李雯教授的“学校安全工作理论、政策与实践”，对指导实际工作有较大帮助，使我们不仅了解了全国学校安全的现状，也对如何做好学校的安全管理有了新的思路。更重要的是懂得如何处理校园突发事件和应对各种媒体，理解什么叫“媒治”。做好学校安全工作，需要脚踏实地，持之以恒，不能心存侥幸。余祖光副所长的讲座，使我对职业教育人才培养模式、影响因素及改革走向有了新的认识，理解了什么叫“工业文化缺失”。聆听了孙霄兵副部长对《国家中长期教育发展纲要》的解读，明白了基础教育改革的重点，知道了做为一个人才，不只要懂外语，更要懂国际规则、懂中国国情。

三、学无止境，更新学习观念。

听专家、教授们滔滔不绝、挥洒自如的讲座，心中十分佩服他们的口才，佩服他们的自信，佩服他们的敏锐，佩服他们知识的渊博。想想如此才气从何而来？所有人都是走着同一条道，那就是不断的读书学习，关注专业知识，关注国家大事，日复一日，永无止境。就像听课时孙部长说过的一句话：“人生是一个长跑，要一直坚持下去。”学习也是如此，要让读书学习已像吃饭睡觉一样，成为我们必不可少的生活方式。我虽然不能教育教学的专家，但我可以从现在起就行动起来，像专家一样投入到读书学习的活动中去，让读书学习也成为我生命活动中不可或缺的组成部分。对照自己的工作实际，将所学知识为我所用。

培训学习虽然已经结束了，但我知道有更重的学习和工作任务在后面。思想在我们的头脑中，工作在我们的手中，坐而言，不如起而行！路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。让我们借市教育局开展“学习工程”的东风，重新树立终身学习的观念：为做一名合格的教育工作者努力学习，为培养出更多创新人才努力工作。

教师是“人类灵魂的工程师”，肩负着为祖国的建设与发展培养人才的历史使命。怎样才能不辜负“人类灵魂工程师”这一光荣的称号，怎样才能完成党赋予的培养人才的责任，这是每个教师必须认真对待并要用实践作出回答的问题。

我认为，好教师首先必须有敬业精神，要毕生忠诚党的教育事业。要做到这一点，就应充分认识教师工作的意义，从而深深地热爱教育事业。现代的时代是一个竞争激烈的时代。国与国的竞争主要体现为综合国力的竞争，综合国力的竞争归根结底是人才的竞争，而人才的培养靠的是教育，靠的是教师兢兢业业的工作。只有深深地认识这一点，才能激发对教师工作的热爱，也才能把这种爱倾注到对学生的教育中去。

“师者，所以传道、授业、解惑也。”教师的具体工作在于“传道、授业、解惑”，也就是说教师要通过自身的教学

实践，给学生传授知识，培养学生的实践能力，使学生懂得、各种事理。这就要求教师应具有“学而不厌，悔人不倦”来开拓学生的知识视野，丰富学生的知识储备，并在此基础上，培养学生运用知识解决实际问题的能力。与此同时，教师要有崇高的理想，完善的道德情操，坚定的信念，顽强的意志品质，并用它们对学生进行潜移默化的影响和熏陶。这样，才能培养出祖国需要的，全面发展的，能适应竞争形势的有用之才。

其次，必须热爱自己的教育对象——学生。教师应该是一位雕塑大师，能将一块坯材，用自己的思想与感情，将它雕塑成一件艺术精品。从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。来自学生自身的主观因素和来自客观的影响。主客观的因素，都会严重束缚学生内在潜能的发挥，都会成为学生健康成长与发展的障碍。正因如此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点一滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点，然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，恢复感到温暖，增强自信，从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃。

第三，一个好教师还必须十分重视“言传”外的“身教”，要以自身的行为去影响学习，真正成为学生的表率使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。除此之外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是良师还是益友。

经过这次师德师风学习周，我受益良多；师德师风的建设对于一个学校是十分重要的组成部分，只有师德师风良好的环境学生才能健康茁壮成长；老师才能取得更好的教学成果。

读诗心得体会篇八

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假假一放，经过一番准备，我便来到台州临海的杜桥开始了一种全新的生活——社会实践。我的实践时间从7月17日到7月31日。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，从早上6:20到晚上20:30，一直有大大小小的活动在开展着，对留守儿童进行义务家教，进小区和街道收集废品，卖到废品回收站，用筹集的钱购买书签，在书签上写关于关爱留守儿童的标语，在街心公园设点，拉横幅，标注“携手关爱留守儿童”，邀路人签名，发放写有关于关爱留守儿童标语的书签。进行全民总动员的游戏，从培养孩子团队合作精神、信任他人、学会独立、互相帮助等几个方面设计活动内容。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大

的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

转眼间，已经在三高中度过了一个月的时间，有欢笑，有泪水，在过了3年沉寂的大学生活后，我的生活多了一些改变，在这里，我每天过着朝五晚九的生活，虽然很累，但很充实，很满足。

在这里我接触时间最长的人莫过于我的学生了，每每谈起他们，我就有很多话要说。一个月的时间把我和同学们之间最初的师生关系变成了朋友关系，我与每位同学都进行过交谈并且能马上叫出他们的名字。由最初的惜字如金变成了现在的无话不谈，每每都会被他们逗的哈哈大笑。

9月1号，我参加了xx三高的开学典礼，内容跟每年的开学典

礼基本一样，但最大的不同是参加的身份变了，我不再是搬着板凳跑去操场的学生，而是以一个老师的身份坐在那里，意义不一样。

来到这，还有一个不同的是每周一都要参加升旗仪式，一直都觉得升国旗是一项庄严地事情，每次都很享受那个过程，看着自己国家的国旗升起，每次都觉得很骄傲，自豪。

最近一直都在忙着十一国庆晚会和月底运动会的事情，第一次接受这样的工作，工作中碰到了好多问题，每次都觉得好难，好想放弃，但看到我们班的孩子们，我又不忍心，于是告诉自己坚持下去，正是因为他们，我有了解决问题的动力，可能结果并不是我想要的，但我至少努力过。

最近由于班级里有打仗的情况，也跟着指导老师学着怎么样处理这方面的问题。

除了在班级管理上的进步，我也跟着指导老师听了一个月的英语课，还听了10节其他老师的公开课，每节课都不落，只要有机会我就要去听，多听老师讲课，并自己思考，如果我是站在前面的老师，我该怎么讲，我怎么能讲的让同学们都听懂，我认真揣摩指导教师的每个教学细节，并用积累本记录下来，努力学习。

这一个月用充实、刺激形容一点也不为过。我很满足这里的生活，并且很期待接下来的日子，不管艰苦还是高兴，我都很期待，很期待接下来的惊喜和挑战。马上就要召开运动会了，祝愿我的班级可以取得好成绩呦。

我于8月12号从西安坐火车于13号怀着复杂的心情来到唐山，14号正式在唐山冀东乐业维修车间实习。初到这里，这边饮食习惯跟西安差别比较大，住宿条件也不太理想，心中多少有点失落感。但我也做好了心理准备，毕竟我来这边不是为了旅游玩耍，是来实习学东西，条件越是艰苦，就越发

要好好实习，好好学东西，不然对不起自己大老远的辛苦的跑过来，也对不起公司的栽培。所以在这边我没有载声怨道，而是默默无闻的向这边的师傅们学习。所以工作热情高涨、积极性很高，为能够多学点东西工作也更勤奋。这边维修师傅人也挺好的，对我也比较照顾，对此我表示感谢。

来唐山至今已有一个来月了，再苦再累都熬过来了，通过一个多月的实习在这边学到了太多太多东西，使我受益匪浅。刚来这边车间里面工作流程跟我在西安工作单位差别比较大，而且从西安来这边的师傅工作经验都非常丰富，而我工作经验比较短，唯一的优点就是理论知识比他们丰富，所以刚来这边的时候压力比较大。

但是来了这长时间这种压力渐渐的减轻许多，因为来了这长时间学的东西实在太多，对奥迪车辆的维修流程渐渐的了解和接受。对奥迪车辆的常见维修保养也基本了解，所以回西安工作我也不会因此手忙脚乱。所以来唐山冀东乐业实习收获是极大的，付出是值得的。在此我把我在唐山冀东乐业实习心得和体会和大家一起分享。

首先，这一个来月的实习让我对奥迪4s店特别是冀东乐业维修车间工作流程大致了解熟悉了，特别是从维修车辆进入维修工位开始、经过车辆内外和底盘检查、常规保养维修操作流程、领料流程、打保养表、填写保养表、填写诊断报告书以及交前台跟前台沟通流程、直至最后交质检验车整个流程有了一个清晰的认识和了解。对整个车间的日常运作流程也大致能够了解。

之前我在西安工作4s店跟这边的工作流程模式区别很大，现在对冀东乐业这种工作流程已经深入我心。还有对奥迪车系有了更全面的认识和了解，之前对奥迪车系也知道但只是一点皮毛，现在对奥迪车系的了解更加全面，从奥迪a4 a4l a6 a6l a8 q7以及新款奥迪a5的认识更加深刻，对这些车系的仪表使用 mmi使用更加熟悉，以及对这些车系的维修保养也

更加了解，这些车系维修保养相同和不同之处认识也更加全面，比如老款a6清洗喷油嘴跟其他车系不一样，因为老款a6燃油系统有个回油管，所以清洗喷油嘴的时候必须拿一个卡子把回油管卡住，不让清洗液回流，记得有一次师傅没有把回油管卡死，结果几秒钟时间清洗液全部流回油箱了。

还有奥迪a6l2.8清洗喷油嘴也很特别，别的车系清洗喷油嘴在发动机里面把进油管接好就行，而这款车清洗喷油嘴须在底盘下面跟汽油滤芯进油管接口接在一起清洗。还有对于奥迪车系每款车机油加入量也有一个大致的了解，对于四缸发动机老款加入量不到4升、新款发动机4升多一点，对于六缸发动机一般都是6.5升左右。

还有不同车系加入的机油也不一样，对于进口车奥迪a8加的是高档机油金嘉护机油，记得有次去库房给奥迪a8打料，库房人把机油给错了，给的是奥迪原装机油，结果可想而知，我把机油给加错了。对于这种错误今后我一辈子都不会再犯。

其次通过这一个来月的实习使我的思想感悟极深，使我的工作态度更加端正、提高了我今后工作的责任心，对我今后的职业生涯规划有及其重要的影响。在这一个多月的实习期内我也犯过不少小错误，比如加机油有几次加多了、观擦不够仔细误导师傅工作，现在想起这些错误简直不可思议、不相信自己会犯如此低级的错误，有时候这些小错误会给我这天的工作带来非常不愉快的影响。现在想想其实人都有犯错误的时候，犯错误不要紧，关键是遇到错误要不断的进行自我反省，为什么会发生那样的错误，怎样才能避免发生那样的错误，做到杜绝老错误，尽量避免新的错误的发生。记得我这组吴师傅给了我一句很经典的评价：“你用心去观察去学习，但是观察的还不够仔细不够专一”。

这句话对我来刻苦铭心，时常在我脑海里荡漾，想想这一个来月犯的错误都可以用这句话来总结了。这句话对我以后的工作包括我回西安工作都将产生重大的影响，它就想一个警

钟随时提醒我无论以后何时何地任何工作都要做到用心、仔细、专一的.去工作才能把工作做好，特别是汽车维修，作为一个技术岗位，由于其岗位的特殊性、给人感觉又脏又累，甚至在某些人眼里是很“低卑的工作”，所以要求从事该工作者还要有不怕苦不怕累的品质，以该工作为荣。我虽是一名大学生，我记得教育部部长周济说过一句话“今后的大学生要把自己定位为普通的劳动者”。

我一直把自己定位为普通的劳动者，尊重该岗位，工作没有贵贱之分，之前我这种信念不是太强烈，有点轻视汽车维修工作，认为没什么了不起的，只是换件，技术含量不是太高，可来这之后我出现我许多低级的错误才知道想把汽车维修干好不容易，用一句话形容最恰当不过了“看起来简单做起来难”，只有把平凡的工作做好才是不平凡。说到这里我得向冀东乐业维修车间里面的师傅学习，想当初他们能够达到现在的水平他们付出了很多很多，学习他们那种对待工作认真谨慎的态度。

幸庆的是我现在明白这个道理，其实应该这样说，之前我也明白这个道理，只是现在用教训明白的更加深刻。所以以后回西安庞大乐业工作我得吸取教训，对于任何简单的工作都得以认真的态度去对待，做到心无杂念，戒骄戒躁。这样才能把简单的工作做好，接着师傅领导都放心把复杂的工作交给我，我的工作能力才能不断得到提高。

实习心得体会及收获

本人于2013年7月10日来到东莞长发光电科技有限公司开始了为期20天的暑期认识实习。最后由于该企业设备的维修以及车间的装修，本次实习被提前至7月29日结束返校。虽然只有短短的20天时间，但是在这段时间里，在企业导师、员工师傅的耐心指导和自己的虚心学习下，对于一些平常的理论知识终于有了一定的感性认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮助。下面是我此次实习总的心得体会，希望给师弟

师妹们一些启发。

在整个实习过程中，我每天都有很多新的体会，新的想法，我下来主要有以下几点：

1. 上学与上班的区别

上学的时候，自由支配的时间很充裕，可以适时偷懒、放松、外出等；上班的时候，每天都有要完成的任务，同时有一种责任抗在肩上，即使没任务也要到点才能下班。上学的时候可以很有个性，但上班就必须融入企业、融入社会的文化氛围中，否则很快就会被淘汰。上学的时候很自信，觉得自己将来能干一番事业；上班了，才觉得自己需要学习的东西太多了。在学校，直来直往，犯点错误只会受点教训；出来社会，犯错会比错误本身要承受更大的责任，所以必须少说话，多办事。上了班才知道什么叫做现实，上了班才知道什么叫做生活的艰辛。所以总结下来，个人觉得能作为一名大学生是幸福的，我们需要好好地珍惜大学生活，让大学生涯充实无憾。

2. 适应

从学校走到社会，环境、人群、责任都一下子发生了变化。对于大学生来说确实要做到尽快转换角色，去适应急速的工作时间和节奏，不然很有可能会影响你在工作上的状态。

3. 坚持大三暑期实习心得体会

我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给我们工作做，一般是先让我们看或是做杂货，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很有可能会产生厌倦或乏味无聊的感觉，便产生离开的想法，在这个时候一定要坚持，轻易放弃只会一直恶性循环，更不用提什么晋升了。

4. 多做事，少说话

我们到企业工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度认真了，工作就不会乏味，学习和工作也就事半功倍。我觉得作为一名社会工作者，需要怀有多听、多看、多想、多做、多请教、少说话这一“五多一少的”态度。工作如此，为人处事也是如此。