

# 最新施工技术实训总结(优秀5篇)

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 施工技术实训总结篇一

实习期间把书本的知识带入了现实生活之中，发现了理论知识的学习并不能代表拥有操作的能力，在实习过程中我学习到了新的知识，充分的了解到了自己的不足，以下信息仅供参考。

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙；也意识到自己在计算机上还有许多不足。

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,outlook,powerpoint等操作的很好了！现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑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系统。

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！和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，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，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

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”为一名食品专业学生来说，必须有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓！

然而，在我参加培训的第一晚上，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excil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。

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、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人！

## 施工技术实训总结篇二

静物摄影与人物摄影、景物摄影相对，以无生命(此无生命为相对概念，比如从海里捕捞上来的鱼虾、已摘掉的瓜果等)、人为可自由移动或组合的物体为表现对象的摄影。多以工业或手工制成品、自然存在的无生命物体等为拍摄题材。在真实反映被摄体固有特征的基础上，经过创意构思，并结合构图、光线、影调、色彩等摄影手段进行艺术创作，将拍摄对象表现成具有艺术美感的摄影作品。这就叫静物摄影。

静物摄影在选材方面有广阔的天地，在择好素材之后，就可以随心所欲的处理这些对象，因为被摄物体是无生命的，可以任凭摆布，多角度移动以达到创作意图。静物摄影具有两大优点：首先，它是进一步体会艺术视觉的深化过程。当一些很平常的物体被拍成引人入胜的照片时，实际上也就是深入学习观察这些物体的过程。其次，拍摄静物能获得更多的实际摄影知识。对摄影者来说，静物摄影的难处在于它的画面构成具有独到之处。当布置好被摄物体之后，必须选择拍摄角度，在用光方面发挥创造性，进而把从静物摄影中学习到的实际摄影知识、基础原理应用到日常摄影中去。

人像摄影与一般的人物摄影不同：人像摄影以刻画与表现被摄者的具体相貌和神态为自身的首要创作任务，虽然有些人像摄影作品也包含一定的情节，但它仍以表现被照者的相貌为主，而且，相当一部分人像摄影作品只交待被摄者的形象，并没有具体的情节。而人物摄影是以表现有被摄者参与的事件与活动为主，它以表现具体的情节为主要任务，而不在于以鲜明的形象去表现被摄者的相貌和神态。这二者之间的重要区别，在于是否具体描绘人物的相貌。不管是单人的或是

多人的，不管是在现场中抓拍的还是在照相室里摆拍的，不管是否带有情节，只要是以表现被摄者具体的外貌和精神状态为主的照片，都属于人像摄影的范畴。那些主要表现人物的活动与情节，反映的是一定的生活主题，被摄者的相貌并不很突出的摄影作品，不管它是近景也好，全身也好，只能属于人物摄影的范畴。当然，从广义上来说，人像摄影拍的是人，它也属于人物摄影。人像摄影以刻画和描绘被摄者的外貌与神态为自己的表现任务，应人物相貌鲜明。它分作照相室人像、室内特定环境人像和户外人像三大类。人像摄影的要求是“形神兼备”。

纪录摄影指以纪录为第一目的，对客观事物进行真实影像反映的图片摄影。

随着的发展，人们在摄影中不断地增加艺术的元素，开始产生艺术摄影。它与记

录摄影的区别在于艺术性的多少与高低，而无绝对的界限。例如：我们去照张像作身份证或留个纪念，一般照相馆拍摄的照片，最多有点资料或记录价值。可是，郑景康先生给齐白石先生拍的人像，50年过去了，至今仍是世界二十幅最优秀的人像作品之一。其中的差别完全在于艺术性的高低。艺术摄影拍出来的效果更唯美，因为这不仅需要技术，还要找准拍摄的时间、地点和角度。

画意摄影以其唯美的画面语言及美好的设计内涵一直是人像摄影的一种重要的表达方式。十九世纪后半页，英国摄影家雷兰达拍摄出了曾被预言为“摄影新时代来临了”的作品——《人生的两条路》，在摄影还被轻视的当时，这幅作品以其劝勉性的主题和油画式的构图，受到了维多利亚女王的极高评价。可以这样说，雷兰达对推进摄影艺术的发展功不可没。从此，画意摄影也逐渐成为摄影艺术中的一个重要流派。

要的一种。这类摄影是为商业利益而存在的，要按照企业要

求进行拍摄，比较拘束。

和传统的水墨画一样，现市面上出现的水墨摄影作品，按题材，可以分为风景、花鸟和意境，对应国画中的山水画和花鸟画；按手法和意境，可以分为抽象和具象，对应国画中的写意和工笔。

全息摄影是指一种记录被摄物体反射波的振幅和位相等全部信息的新颖摄影技术。普通摄影是记录物体面上的光强分布，它不能记录物体反射光的位相信息，因而失去了立体感。全息摄影采用激光作为照明光源，并将光源发出的光分为两束，一束直接射向感光片，另一束经被摄物的反射后再射向感光片。人眼直接去看这种感光的底片，只能看到像指纹一样的干涉条纹，但如果用激光去照射它，人眼透过底片就能看到原来被拍摄物体完全相同的三维立体像。一张全息摄影图片即使只剩下一小部分，依然可以重现全部景物。全息摄影可应用于工业上进行无损探伤，超声全息，全息显微镜，全息摄影存储器，全息电影和电视等许多方面。

共3页，当前第2页123

## 施工技术实训总结篇三

病毒实训是计算机安全领域的重要内容之一，通过实践操作掌握病毒的传播途径、防范和清除技术，提供了一个深入了解病毒与保护自身计算机安全的平台。在这次病毒实训中，我不仅学到了病毒的种类、危害程度以及防范措施，还深刻认识到了维护计算机安全的重要性。以下是我在参与病毒实训中的心得体会总结。

首先，在实践操作中，我加深了对各种常见病毒的了解。通过模拟真实场景，我们成功捕获了多种病毒样本，并进行了分析和研究。在处理样本时，我收获颇多。首先，我了解到了病毒的传播途径和感染方式，清晰地认识到自己在日常操

作中应当注意哪些行为可能会导致计算机感染病毒。其次，我学会了如何辨别并评估病毒的危害程度。通过分析病毒样本的特点和行为，我能够判断病毒的等级和对计算机系统造成的风险，进而采取有效的防范措施。最重要的是，我学习了清除病毒的技巧和方法，为将来修复和保护计算机安全提供了宝贵经验。

其次，在实训过程中，我对保护自身计算机安全的重要性有了更深刻的认识。通过观察和模拟感染病毒的过程，我完整地领略到了黑客的手段和破坏力。病毒不仅仅会给计算机系统带来损害，还可能造成个人信息泄露、金融损失等严重后果。因此，保护个人计算机安全不仅仅是一种技能，更是一种责任和义务。在实训中，我更加意识到了合理设置和使用防火墙、杀毒软件等措施的重要性，并深入思考了如何提高自身的信息安全意识。唯有做到安全防范的“身心合一”，才能有效应对各种潜在威胁。

第三，在讨论与交流中，我充分感受到了团队合作的重要性。实践中，我们组建了一个小组，共同分析病毒样本、制定防范策略和讨论解决方案。通过互相讨论和批判性思考，我们共同进步，找到了更高效的解决方法。在团队合作中，每个人发挥了自己的专长，不仅充分利用了资源，还学会了分享和倾听。我深信，团队合作将会成为未来工作中必不可少的要素。只有通过团队合作，我们才能发挥最大的潜力，共同应对复杂多变的计算机安全挑战。

此外，在病毒实训中，我也发现了自身的不足之处，并为之后的发展制定了相应的目标。首先，我意识到自己的计算机安全知识储备还有待加强。虽然在实训中学到了很多知识，但我深感自己掌握的还不够全面和系统。因此，我将继续学习相关的书籍和文章，参加更多的实践性培训，提高自己的专业素养。其次，我发现自己在团队合作中面临了一些挑战，比如沟通不畅、责任心不强等。我会努力改正这些不足之处，提高自己在团队中的合作能力，更好地与他人协作。

总结来说，参与病毒实训是一次难得的学习机会，通过实践操作，我不仅学到了很多病毒相关的知识和技术，还深刻认识到了保护计算机安全的重要性。在未来的学习和发展中，我将进一步提升自己的专业素养，加强团队合作能力，为打造一个更加安全的网络环境贡献自己的力量。

## 施工技术实训总结篇四

建筑实训报告是建筑专业学生进行实习或毕业设计时必须提交的一份文献，旨在总结所学知识，归纳工作经验，提升专业素养。在本次实训中，我们学生围绕实际建筑工程展开实践，全面提高了自身的实践能力和思辨能力，完成了高水平的学术报告，纵观整个过程，受益匪浅。

### 第二段：谈谈个人的实习经历和成果

在实习中，我参与了某大型商业综合体的设计，负责室内装修部分的方案制定。在制定过程中，我学习了很多相关知识，深化了对建筑设计的理解和认识，同时也提高了自己的专业素养和技能水平。最终，我们团队的设计方案得到了客户的认可和好评，让我倍感欣慰。

### 第三段：分析实训中的问题和挑战

在实训过程中，我们也面临了许多困难和挑战。一方面，我们需要在规定的时间内完成实习任务，提出严谨的方案，确保质量和效率；另一方面，伴随着建筑业的发展，技术和工艺的更新换代也给我们带来了一些陌生的领域和知识点。针对这些问题，我通过阅读参考资料、交流讨论和实践操作等各种方式不断完善和提升自己，逐渐掌握了本行业的基本知识和技能。

### 第四段：总结实训的收获和反思

通过实训，我不仅深入了解了建筑设计的工作内容和流程，还学会了在团队协作中沟通、学习和思考的方法和技巧，增强了自己的团队合作能力和自信心。与此同时，我也反思了自己的不足与短板，意识到未来要不断学习和提升自己的能力，以应对日益激烈的竞争和变化的市场需求。

## 第五段：展望未来的发展和规划

在未来的发展中，我将继续保持积极进取的态度，不断学习和实践，不断提高自己的时间管理能力和学习效率，做好自己的职业规划和职业定位，努力成为一名合格的建筑工程师，贡献自己的力量，为建设美好的社会和城市做出更大的贡献。

## 施工技术实训总结篇五

建筑实训是建筑专业学生必不可少的一部分，它为我们提供了一个更为直观、更为实践的学习机会。在建筑实训中，我们能够深入了解到不同的建筑构造、建筑工艺以及建筑材料的运用方法，同时也能够提升我们的实际操作技能。通过这次实训，我深深感受到了自己对建筑行业的热爱，也收获了许多宝贵的体验和体会，下面就让我来总结一下这次实训的心得体会。

### 二、实训的内容

在实训中，我们通过各种方式，如安装门窗、搭建脚手架、砌砖等，来学习和掌握各种建筑技能。这一过程中，需要理论与实践相结合，理论可以帮助我们更好地认识相关技能，实践则让我们真正掌握这种技能，并且增加我们的实践操作经验。在实训过程中，我们深刻地体会到了理论与实践相互依存、相互促进的关系，只有二者相结合才能更好地掌握相关技能。

### 三、实训的价值

作为一名即将进入建筑行业工作的建筑学生，实训是一次难得的锻炼机会。不仅仅可以让我们学习各种建筑技能，还能够提升我们的动手能力、沟通与协作能力和思维逻辑能力。在实训过程中，我们更好地了解了建筑工程的组成、各个部分的关系以及各种建筑构造的优缺点，对未来的建筑工作和生活都有重要的启示作用。

#### 四、实训的收获

通过这次实训，我不仅学到了许多实用的技能，还发现了自己的一些缺点，并有了改进和提升的方向。首先，我更加注重细节，刻意去寻找做事情的细节，并且学会了如何处理好细节问题。其次，我更注重团队协作，发现了团队合作中的重要性，在实践当中不断加强沟通交流，加强相互配合，让整个团队的效率得到了提升，并且获得了更为满意的成果。最后，在实践中发现了学习的不足，但我相信只要不断学习、更新知识，再加上持续的实践与思考，就能够更好地进步。

#### 五、实训的结论

通过这次实训，我认识到大学生活不仅仅是上课考试，更重要的是要注重实践，锻炼自己的能力。如果没有实践的历练，缺少实际操作的训练，就不能很好地将理论知识转化为实际应用。因此，我们必须时刻保持对实践的渴望，不断深化对实践的认识和理解，才能不断提升自己的能力，完成更高层次的挑战和成就。

总之，这次建筑实训是我大学生生活中非常难得的体验，我在实践中不断成长与进步，收获了知识、技能和经验，更加坚定了我对建筑事业的热爱和追求。我相信，在未来不久的将来，这次实践经历一定会对我职业和人生的发展产生深远的影响。