

2023年大学生实训心得体会万能 英语专业大学生实习心得体会(实用5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

大学生实训心得体会万能篇一

为了巩固大学期间所学到的英语专业知识。提高实际操作技能。丰富实际工作和社会经验。掌握操作技能。将所学知识运用于实际工作。

二、实习内容

按照老师的安排。我制定了相应的实习计划。在这个公司里我的主要工作是总经理助理。协助总经理做一些日常工作。比如商业计划书的制定和一些文件资料的翻译等等。

三、实习心得体会

一个月的实习。让我学到了很多在书本上没学过的东西。也让我对这个社会有了更多深入的了解。我认为学我们这个专业或者说在做总经理助理这个工作时应当具备以下几种能力：

(一) 交际能力

善于与他人交往是做这项工作应具备的首要能力。说到底。助理其实也是一种服务人员。而服务人员就必须懂得如何与他人接触。“他人”既包括外部的客户。也包括内部的同事和领导。我们必须要学会如何与他人建立和维持关系。学会

倾听别人的意见表达自己的想法。注重交往艺术。能够区别不同性别。不同场合。不同年龄。不同文化背景的人应采取交往方式。对自己一定要有正确的定位。才能在工作中提供优质的服务。

(二) 合作能力

助理工作不像某些物质工作那样工序分明。无论是在前台还是在后台的服务都必须与公司的上司、下属、同事、顾客、供应商等进行合作。另外。做一名助理还应当有全局观念。较强的协调沟通意识。学会与供应商协商。与同事合作。充分发挥不同角色的作用。利用现有的各种因素为公司提供满意的服务。发挥助理的中介、纽带作用。

(三) 学习能力

在我看来。整个实习过程既是我向用人单位提供服务的过程。也是一个学习的过程。助理必须根据公司和客户的具体需要确立服务方式。我们如果越了解他人的期望。就越能为他人提供优质的服务。而市场需求的不断变化就要求我们应有不断学习新知识、新技能的能力。有较强的适应能力。我刚到单位的第二天。副总就要求我为公司写一份商业计划书。但我连商业计划书的格式是什么都不知道。最后只有闷在办公室通过上网查询。才学习到商业计划书的写作方式。该计划书完成后。虽然在实际内容上与副总要求的有所差距。但我的学习能力却得到了用人单位的肯定。

(四) 教育、说服能力

在工作过程中。助理往往会成为经理和其他工作人员之间的“传声筒”。负责着将上级的指示传达给下级。将下级意见反馈给上级的任务。如何给有效的促进二者之间的交流。助理就必须通过语言去吸引人。打动人。说服人的能力。懂得清晰。简洁。明了的表达中心思想。为上下级提供准确易

懂的信息。也就是说。在这样一个信息沟通的过程中。个人沟通能力直接影响着沟通的结果。

(五) 文化修养

要与公司其他员工进行良好的沟通。我认为文化修养也是应必备的素质。具备广博的知识和良好的精神面貌才有利于交流。

(六) 技术性能力

技术性能力是完成某一项具体活动所需要的本领。有些公司往往通过培训。使工作人员掌握一定的操作程序。适应岗位的需要。而对于某些新招聘的人员来说。具备某方面的技术性能力往往是进入某一行业最起码的要求。作为我们专业的学生。我们的优势技能就是对英语的熟练运用。我之所以能够应征到这个公司来做助理。很大程度上也是因为这个优势。

(七) 管理能力

我们在工作过程中需要与别人建立联系，管理别人。激励别人、控制情绪等等，这一切都与管理能力有关。对于大部分学生来说，会认为对这一能力的要求往往是针对决策层或管理层而言的，但是市场导向的管理体制中企业组织从“金字塔”型组织结构转变为“倒金字塔”型组织结构，服务工作的决策权也从管理部门和职能部门转移到服务工作第一线。

四、实习总结

口语是我们在应聘的时候的一关，只要招我们这个专业毕业生的用人单位，首先要检验的就是我们的口语。虽然我们系里请来了外教，安排了许多口语课，但我们开口的机会其实很少，而且其中有些外交也是名不副实的。

大学生实训心得体会万能篇二

到门诊实习都有两个星期了，对与这段时间的实习，我自己来做个小结，看看这段时间的工作实践战果如何，是不是在虚度时光，什么东西都没有学到和掌握。

时间过的很快来到__门诊药房实习半个月了，每天实习回家，晚上睡在床上，我都会想，我今天的时间是不是浪费掉了，在今天的工作实习中我学到了什么，明白了什么，有什么做错了的，要怎样改正，对于明天的工作又有什么安排。每天都是如此，一晃眼半个月过去了，对于这段时间的实习我还是很满意的。还记得刚被学校安排到这家门诊药房实习，我的心里很紧张和激动，因为我终于又向社会迈出了一大步，这次实习结束后我走向社会正式参加工作也就不远了。刚到门诊开始实习，师傅们没有让我做事，只是让我对这里的工作环境，工作方式进行了解，还有对以后的工作深沉度了解。

门诊药房里面的工作就相当于一个库房管理，首先你要对药房里面的药都要一一辨别，这样别人来取药，你就知道那个药是什么在哪里。还有对药房的管理，每被取走一样药，都要做好笔记，在有的药快没有的情况下，就要开药单了，每个月底都要对库房里面的药进行盘存，核对药品的出入是否正确。这就是一名药房工作者的基本工作，最基本的是你得有对药品的了解和有关方面的知识，工作认真一丝不苟，态度表现良好就行了。在接下来的日子里，我对这些工作也有了足够的了解，师傅也让我开始动手工作，每天做事都相当认真，不敢出现一丝纰漏。

虽然每天都是重复着这些工作，但是我发现我对药品已近越来越了解，品种知道的也越来越多。在学校里老师只会教给我们理论知识，而工作实践和社会关系的交际能力却是老师教不了的，实习就是让我们掌握这些知识，将课堂里学到的理论知识运用到工作当中，增加我们的社会实践能力，为以后的工作打下基础。

对于经济条件不大好又常来光顾的老人，我们会努力向其推荐效果好又价格偏低的药物，并且以会员价把价格算到最实惠，赢得好的口碑以吸引更多的回头客。对于要求较多较苛刻的顾客，我认识到极大的耐心和谦逊的态度是极其重要的，这就需要尽最大努力满足其特殊的要求。这写都提升了我的社会应酬能力，提高了自身的修养素质。在接下来的实习中我会再接再厉，努力做到最好，为以后参加工作做好准备工作。

大学生实训心得体会万能篇三

自动化专业教育是伴随着自动化技术在社会生产、生活中的广泛应用而兴起的。它主要研究自动控制的原理和方法，自动化单元技术和集成技术及其在各类控制系统中的应用。在中国、欧洲等地区都开设有自动化专业、在美国也开设有类似方向。下面给大家分享一些关于大学生自动化专业实习心得体会5篇，供大家参考。

按照校园的教学计划安排，本人自20__年x月份我到烟台__电信设备有限公司实习。工作的主要资料是组装、接线、制线和调试。组装、接线和布线，调试过程要严格按照电气调试步骤手册进行，一步步地发现问题并解决问题。此外，还做了焊接电路板，制作电线，组装模块和安装空插头的工作，主要涉及分压板、整流板、控制板、温度显示电路板和晶升限位等等。

烟台__电信设备有限公司是一个团结的整体，每一个员工都有自己的工作岗位，包括实习员工公司需要依其更快更好发展的需要并结合个人的状况来安排工作岗位。有做技术工作的，有做市场工作的，还有做管理工作的等等众多的工作岗位。哪一个环节出了问题都是不允许的。因此，我认为每一个工作岗位都很重要。作为一名未来电气控制方面的技术员工，我会始终坚持公司提出的“七事一贯制”原则。技术员

工不能只会配线、接线、调试和装配，而不懂研发、设计和编程等工作。我对公司发展的理解，烟台电信设备制造公司自进行产业结构调整进入太阳能行业后，最近几年一向处于一个快速的发展时期。不管是国内还是国际上对半导体硅锗材料的需求同目前的市场供应相比，都存在着巨大的差距。因此，太阳能产业作为一种无污染的清洁能源，具有巨大的市场潜力，同时也为公司的发展带来了广阔的空间。

透过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了电气设备运行的技术管理知识、电气设备的制造过程知识及在校园无法学到的实践知识。在向工人学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所务必的，从而进一步的提高了我们的组织观念。透过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作潜力和加强劳动观点起了重要作用。

我想在公司的企业文化中有一句话很好地概括了技术工作的全部资料——“研究、试验、设计、制造、安装、使用、维修，七件大事技术人员要一竿子到底！”。我认为那里所说的“七件大事”就是技术工作。有些人认为只有研究和设计一些高科技含量的东西才是真正的技术性工作，而贬低看不起安装、使用和维修这些工作，认为技术含量低甚至没有技术含量。这种看法是片面的、错误的，从哲学的观点看，是一种唯心主义的观点。

实践是理论的基础，理论都是在实践中总结创造出来的，用于指导实践。而试验、制造、安装、使用、维修就是我们的实践工作。这就好比是一台计算机，要想使其正常运行，硬件和软件密不可分、缺一不可。硬件是软件的基础，软件是硬件的灵魂。毫无疑问，我作为一名刚刚走出校门参加工作的实习生，实践方面的经验还很缺乏，在校园中学到的是更多的理论知识。因此，很荣幸上级领导给了我这次车间实习工作的机会，让我能够真正理解在实践中的技术工作，弥补

在实践经验中的不足。

从实践中发现问题才能解决问题。下面主要汇报一下我在调试过程中遇到的某些问题及其解决的办法。对于一般性的问题，如配电箱开关是否接错或安装是否到位等，透过观察能够透过目测容易地解决；对于一些偶然的、特殊的问题，在调试过程中要花费更多的时间。需要用心地思考，向有经验的员工请教，亲自动手进行各种检测和试验，问题解决后须做认真的总结，使自己能够知其然并知其所以然。此外，我认为整流主板的电路接线原理对于掌握维修的过程是很重要的，但是很多维修工根本都不懂。

最后，在公司技术和管理的上提几点推荐：

- 1) 目前，公司自主研发、设计、生产的电气控制柜设备比较陈旧。从公司长远发展和经济利益思考，我认为应当对电气控制部分的产品在控制方案上加以改善，推出自己的新产品。
- 2) 在机柜的接线、布线、调试、安装过程中，我认为机械人员与电气人员应当加强交流，互相配合才能更快更好地完成工作任务，提高生产效率。

在生产车间，我首先在电缆班，毕竟是第一次，所以起初做起来笨手笨脚的，也挺辛苦的，但是在同事和同学的关心和帮忙下不断进步和成长，也充分感受到公司这个大家庭的团结和温暖，于是我决定就算再苦再累我也要坚持下去，所以工作起来反而觉得简单了许多。更是透过虚心请教，在师傅的指导帮忙协助下，我很快的适应了这份工作，经过这几天的过渡，我已经初步掌握了制作电缆的步骤和一些基本注意事项。但是对于相关的专业知识我明白甚少，于是我虚心请教师傅同时自己也阅读相关的书籍，并细心专研，最终问题得到很好解决。

在车间实习的这段时间，虽然有时候工作很苦很累，但是，

我从中体会到了实践中的专业技术，不断积累实践技术经验。生产实习是一个重要实践性教学环节，是将校园教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们透过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为骨干打下良好基础。透过生产实习，使我们了解和掌握了多种电柜的主要结构、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等资料，加深对交直流变换的工作原理、设计、试验等基本理论的理解。使我们了解和掌握了交直流变换的工作原理和结构等方面的知识。为进一步学好专业技术，从事这方面的接线、布线、调试、安装等打下良好的基础。

在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作潜力等。

最后，我至少还有以下问题需要解决。

1、缺乏工作经验

因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。

2、工作态度仍不够用心

在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。

3、工作上不够钻研

我自己选取的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。我坚信透过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程而努力。

总之，在过去的一年里，我在老师和同事的关怀与培养下，认真学习、努力工作，潜力有了很大的提高，个人综合素质也有了全面的发展，但我明白还存在着一些缺点和不足。在今后的工作和学习中，我还要更进一步严格要求自己，虚心向优秀的同事学习，继续努力改正自己的缺点和不足，争取在思想、工作、学习和生活等方面有更大的进步。

经过了一年的学习，我们，特指我，对我所学的专业即机械工程及自动化还是认识不是很多，可能老师考虑到我们这些学生的潜在问题，就给我们安排了一个专业认识的实习周。我们要通过这几天的实习对机械工程有一个直观上的认识(通过之前的理论课专业概论课，我们已经对机械工程有了一个大体的认识)。在进入工厂之前，老师给我们上了两节基础知识课，让我们了解什么是机械工程及自动化，机械工程及自动化应该学些什么。

所谓机电一体化，就是机械与电工合二为一。日本企业界在1970年左右最早提出机电一体化技术这一概念，当时他们取名为mechatronics[]即结合应用机械技术和电子技术于一体。随着计算机技术的迅猛发展和广泛应用，机电一体化技术获得前所未有的发展，成为一门综合计算机与信息技术、自动控制技术、传感检测技术、伺服传动技术和机械技术等交叉的系统技术，目前正向光机电一体化技术(opto-mechatronics)(opto-mechatronics)(opto-mechatronics)方向发展，应用范围愈来愈广。现在的机电一体化技术，是机

械和微电子技术紧密集合的一门技术，他的发展使冷冰冰的机器有了人性化，智能化。我们需要学的基础科目有：英语、计算机、高等数学、线性代数、大学物理、物理实验、工程力学、机械原理、画法几何及机械制图课程等。

上完了这两节的基础课以后，在一男一女两位老师的带领下，我们机械工程及自动化的三个班分别参观了北京建筑工程机械厂与北京现代汽车厂两个地方。

周三那天早上下起了瓢泼大雨，可到了北京现代以后，天就放晴了。在向导的带领下，我们观看了有关宣传片，听了关于展车的相关介绍，又参观了总装车间。给我留下深刻印象的就是总装车间。一千多米长的生产线，经过工人师傅准确而迅速的操作后，在okline最后出来的就是成品车。

一、实习目的

生产实习是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能限度地发挥作用。

通过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了电气设备运行的技术管理知识、电气设备的制造过程知识及在学校无法学到的实践知识。在向工人学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的，从而近一步的提高了我们的组织观念。

我们在实习中了解到了工厂供配电系统，尤其是了解到了工厂变电所的组成及运行过程，为小区电力网设计、建筑供配电系统课程设计奠定基础。通过参观四川第一化工集团自动化系统，使我开阔了眼界、拓宽了知识面，为学好专业课积

累必要的感性知识，为我们以后在质的变化上奠定了有力的基础。

通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用。

二、实习内容

(一) 安全教育

一、安全教育学习的目的：

二、事故的发生及其预防：

1、事故发生的因素

人为因素不安全行为

物的因素不安全因素

2、发生事故的认为因素

1) 管理层因素；

2) 违章：

a□ 错误操作

b□ 违章操作

c□ 蛮干

3) 安全责任(素质)差。

三、入厂主要安全注意事项

- 1、防火防爆
- 2、防尘防毒
- 3、防止灼烫伤
- 4、防止触电
- 5、防止机械伤害
- 6、防止高处坠落
- 7、防止车辆伤害
- 8、防止起重机械伤害
- 9、防止物体打击
- 10、班前班中不得饮酒

四、设备内作业须知：

- 2、设备上与外界连通的管道，孔等均应与外界有效的隔离
- 3、进入设备内作业前，必须对设备内进行清洗和置换
- 4、应采取措施，保持设备内空气良好
- 5、作业前30分钟内，必须对设备内气体采取采样分析，采样应

有代表性

- 6、进入不能达到清洗和置换要求的设备内作业时，必须采取相应的防护措施

7、在容器内工作时因照明良好，照明用电应小于等于36v的防

爆型灯具

9、设备内作业必须有专人监护，并应有入抢救的措施及有效保

护手段

(二)化工生产特点的简要介绍：

化工生产的特点是以天然气作原料，用直接催化法分式合成胺。

1、原料，半成品，成品多分为易燃易爆或是有毒物

2、生产工艺多为高温，高压或是底温高压

3、生产的连续性强，自动化程度高

4、工业三废多，影响环境

(三)学习和了解变电所的主要结构型式，结构种类和特点。

(四)学习和了解变电所的主要部件的生产技术资料，包括：各种技术标准，图纸，专用设备说明书等。

(五)了解变电所的主要技术要求以及有关标准。

(六)了解工厂的生产组织管理情况，劳动定额和成本核算的方法。

(七)了解工厂开展的新材料、新工艺、新技术的研究情况。

(八)实习期间进行了社会主义、爱国主义教育、进行爱劳动、守纪律教育，进行安全、保密教育。

三、常规型变电所设备选型

(a)设备的选择配置应力求小型化，要保证技术先进、工作性能稳定可靠，质量有保证且售后服务跟得上。

(b)所内应采用两台主变，要求节能且有载调压型，一般采用s10或sz10型变压器[s11型也在发展之列，变压器容量要根据电力负荷情况而定，但两台主变容量比不应超过1：3，阻抗电压、变比、接线组别应相同，误差不超过5%，为以后变压器并列运行提供条件。

(d)高压断路器应采用sf6断路器[35kv断路器采用lw8-35型，10kv断路器采用lw3-10型。

(e)35kv进线采用双回，为环网工程做好准备[(6)35kv母线使用lgjx-120铝绞线，采用单母线不分段接线[10kv母线采用分段接线，出线4~6回为好。

(f)无功补偿容量按主变容量的10%~15%而定，采用bwf-200-1w型电容器，电压为星形接线。

(g)避雷措施[35kv线路采用避雷线，所内采用避雷针和避雷器两种。避雷针使用镀锌圆钢焊接，装设在所区的4个角；避雷器采用金属氧化物避雷器[35kv侧装在母线上[10kv侧装在线路出线处。

(h)所内隔离开关操作机构上应设五防闭锁，由人工或由计算机综合自动化系统实现五防。

(i)控制、保护、测量部分采用计算机综合自动化管理系统。

四、实习过程

1、安全教育

在实习开始时，学校组织我们到公司由专业人士对我们进行安全教育，讲解了安全问题的重要性和在实习中所要遇到的种种危险和潜在的危险等等。

2、组织参观

在实习开始时，学校组织我们对实习单位的参观，以便了解其概况。在实习期间，我们还到其它有关车间去进行专业性的参观，获得了更加广泛的生产实践知识，和更加准确理解了工厂的运作模式。参观中我们着重了解了先进的设计思想和方法、先进工艺方法、先进工装、先进设备的特点以及先进的组织管理形式等。

3、车间实习

我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在指定的车间进行实习，通过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习内容。

4、理论与实际的结合

为了能够更加深入的进行车间实习，在实习过程中，我们结合了所学的书本知识与实习的要求，将理论与实际进行了完美的结合，也更加的促使我们不断地进行学习与研究。

5、实习日记

在实习中，我们将每天的工作、观察研究的结果、收集的资

料和图表、所听报告内容等均记入到了实习日记中。随时接受老师们的检查与批改。

五、其它活动

六、部分设备简介

均速管

均速管流量传感器(以下简称均速管)是基于皮托管测速原理发展而来的一种差压流量传感器。均速管与差压变送器、显示仪表配套使用,可实现对圆管、矩形管道中的液体、气体或蒸汽流量进行测量。均速管可广泛应用与电力、石油、化工、轻纺等行业由于其压力损失小,安装维修简便,特别适合大口径管道流量的测量。

一、采用标准

jbit5325

二、主要技术参数

- 1、精度等级1.5、2.0
- 2、工作压力小于等于40mpa
- 3、测量管径dn25~3000mm
- 4、工作温度-40~250℃, 温度可达450℃
- 5、环境温度-40~85℃
- 6、流体条件

被测介质必须充满整个管道并充分发展的紊流状态，且单相连续流动非临界流的流体。

插入内藏式双文丘利

插入内藏式双文丘利也是基于差压原理的一种流量测量装置。该装置是由一个与管道尺寸一样的短节及与插入在内的双文丘利组成。主要应用于大管道、矩形管道风量的测量，由于其具有以下特点：

灵敏度高，性能稳定

体积小，压力损失少

安装方便，便于维护

因此可广泛用于新老电站锅炉的建造和改造、工业锅炉以及其它大口径低速的空气流量测量。

主要技术参数

- 1、精度等级1.5、2.0
- 2、工作压力小于等于1.6MPa
- 3、工作温度 $-40\sim 250^{\circ}\text{C}$ ，温度可达 450°C
- 4、环境温度 $-40\sim 85^{\circ}\text{C}$

外形尺寸

口径 $\text{dn}250\sim\text{dn}3000$ 高度 $h(\text{mm})300$

总宽 $270(\text{mm})$ 总高 $h(\text{mm})300+d/2$

孔板阀

阀式孔板节流装置，分高级、简易两种，其共同特点如下：

4、检测件，特别是标准型的为全世界通用，并得到国际化和根据计量组织的认可，标准型节流装置无须标定即可投入使用。

采用的主要标准有：

gb/t2624——93流量测量节流装置用孔板、喷嘴和文丘里

sy/t6143———1996管测量充满圆管的流体流量

jjg640———94差压式流量计

jjg193———96阀式孔板节流装置

七、实习感悟

生产实习是攀枝花学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们通过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基础。

通过生产实习，使我们了解和掌握了变电所的主要结构、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等内容，加深对变电所的工作原理、设计、试验等基本理论的理解。使我们了解和掌握了变电所的工作原理和结构等方面的知识。为进一步学好专业课，从事这方面的研制、设计等打下良好的基础。

在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，

更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

一、生产实习目的

生产实习是自动化专业教学计划中重要的实践性教学环节，是对学生进行专业基本训练，培养实践动手能力和向实践学习，理论联系实际的重要课程。

通过直接面向工厂、企业开展的认识实习环节的教学，巩固已学专业基础课和部分专业课程的有关知识，并为后续专业课的学习作必要的知识准备；通过实习，学习本专业的实际生产操作技能，了解更多的专业技术知识及应用状况，拓宽专业知识面；通过实习，培养学生理论联系实际的工作作风，树立安全第一的生产观念，提高分析问题、解决问题的独立工作能力；通过实习，加深学生对专业的理解和认识，为进一步开展专业课程的学习创造条件。

二、生产实习内容

1、生产工艺流程方面

- (1) 实习企业的生产组织与管理、生产工艺及生产流程；
- (2) 影响生产操作的主要因素；
- (3) 企业的主要生产设备概况。

2、电气控制系统方面

- (1) 现场电气控制设备的类型及原理；
- (2) 控制室内电气控制设备的类型及原理、控制柜的结构设计及内部导线布置；

(3) 电气控制设备的维护、检修及管理，使用情况及存在的问题；

(4) 电气控制系统的组成及应用情况；

(5) 电气控制设备的改进或自制的原理与方案等。

3、自动化仪表系统方面

(1) 现场检测仪表的类型及工作原理；

(2) 仪表室内的显示调节仪表类型及工作原理，仪表盘的布置原则；

(3) 仪表的调校、维护、检修及管理，使用情况及存在的问题；

(4) 仪表检测与控制系统的组成及应用情况；

(5) 仪表的改进或自制的原理与方案等。

4、自动化综合控制系统方面

(1) 工厂自动化综合控制系统的整体水平及应用概况；

(2) 实习岗位的自动控制系统及控制流程；

(4) 工厂的常规控制手段如工厂供电技术，交直流电力拖动控制系统的应用；

(5) 工厂的现代控制技术如plc□dcs□计算机控制及信息通讯系统的应用现状及工业生产的自动化发展方向。

三、生产实习进行方式

以现场参观、讲解方式相结合进行，由工程技术人员及教师指导实习；

利用工厂设备和科技资料，开展现场教学；

3、由工程技术人员举办专题技术讲座；

四、实习地点及时间安排

x月x日：__市开关设备厂--参观开关设备厂低压电器设备结构及其生产

x月x日：__电子有限公司--参观__芯片生产线工艺

生产线采用yamaha设备：印锡膏机，自动贴片机(精确度高，反应快，稳定性高)，电炉加热(对不同时间段控制温度曲线不同)

x月x日：__卷烟厂--参观__卷烟厂自动控制控制系统

对制丝生产线、膨胀烟丝生产线、卷接包设备，生产结构和工艺布局了解

x月x日：__学院配电房及水泵房--参观电房及水泵房工作流程和原理结构

x月x日：__卷烟厂__啤酒厂--参观__啤酒厂自动控制控制系统

x月x日至x月x日：__冶炼厂(一周)--参观动力分厂，热电分厂，烧结分厂，锌溜分厂，铅电解分厂生产线及工作控制流程.

五、实习总结

大学三年级，我们已进入学习专业课，为了进一步对专业知识与实践结合，便开展认识实习。认识实习其实也不能完整的学到一些专业知识，但是作为一次大学生与实际环境的直接接触，而且是第一次，必将对以后的专业学习乃至个人发展都将有所帮助。于是，我们就先后来__市开关设备厂实习，__卷烟厂，__学院配电房及水泵房，__啤酒厂，__冶炼厂其实从真正的意义上讲仅仅是参观而已，谈不上实习，但是就当参观，也未必不可，而且对我们也会有很大的帮助。从小到大一直是与课本打交道，这次能直接学习课本以外的知识，当然是不能错过，而且要好好的把握。

在实习中解决自动化发展方向的困惑，初步了解自动化控制在生产中的应用，对自动化系统有点意识。在生产水平由自动化程度的高低决定，，自动控制系统涉及到生产工艺流程，电气控制系统，仪表系统等；生产中要求稳定性高，抗干扰性强，效率高，质量高等设备；控制技术如plc[]dcs[]计算机控制及信息通讯系统；现场总线控制系统是目前自动化技术中的一个热点，正受到国内外自动化设备制造商与用户越来越强烈的关注。现场总线控制系统的出现，将给自动化领域带来又一次革命，其深度和广度将超过历史的任何一次，从而开创自动化的新纪元。在有些行业[]fcs是由plc发展而来的；而在另一些行业[]fcs又是由dcs发展而来的，所以fcs与plc及dcs之间有着密切的联系，又存在着本质的差异。本文试就plc[]dcs[]fcs三大控制系统的特点和差异作一分析，指出它们之间发展方向意义性很大。

三大控制系统之间的差异

fcs是由dcs与plc发展而来[]fcs不仅具备dcs与plc的特点，而且跨出了革命性的一步。而目前，新型的dcs与新型的plc[]都有向对方靠拢的趋势。新型的dcs已有很强的顺序控制功能；而新型的plc[]在处理闭环控制方面也不差，并且两者都能组成大型网络[]dcs与plc的适用范围，已有很大的交叉。

plc主要处理开关量/数字量/少模拟量：从开关量控制发展到顺序控制、运送处理

诚然，自动化生产线的发展方向：应用机器人技术，机器人自动化生产线成套装备已成为自动化成套装备的主流以. 技术重点：1. 自动化生产线“数字化制造”技术2. 自动化生产线的控制协调和管理技术3. 自动化生产线的在线检测及监控技术4. 自动化生产线模块化及可重构技术5. 生产线快速整定.

生产实习是一门实践性的技术基础，对基本工艺方法和技术的感性认识的重要环节，自动化专业教学的重要实践环节，进行专业基本训练，培养实践动手能力和向实践学习，理论联系实际的重要课程。

通过实习，不仅让我获得了自动化的基础知识，了解自动生产一般操作过程、生产方式和工艺过程，熟悉了主要机械加工方法及其所用主要设备的工作原理和典型结构、安全操作技术，而且加强了理论联系实际的锻炼，提高了实践能力，培养了向工人及现场技术人员学习的工程素质。在专业方面：巩固已学专业基础课和部分专业课程的有关知识，并为后续专业课的学习作必要的知识准备；通过实习，学习本专业的实际生产操作技能，了解更多的专业技术知识及应用状况，拓宽专业知识面；培养学生理论联系实际的工作作风，树立安全第一的生产观念，提高分析问题、解决问题的独立工作能力；通过实习，加深学生对专业的理解和认识，为进一步开展专业课程的学习创造条件。

进入大四，我开始了自己向往已久的生产实习。生产实习是我们自动化专业学习的一个重要环节，是将课堂上学到的理论知识与实际相结合的一个很好的机会，对强化我们所学到的知识和检测所学知识的掌握程度有很好的帮助。为期4天的生产实习，我们先后去了__净水厂，__烟草机械厂，__首钢板材厂，__港务局等4个工厂。在实习当中，我们学到了许多课本上没有的知识，真的是受益匪浅。

一、实习目的

2: 在实习期间,通过对生产设备加工工艺的分析,以及对产品生产过程中自动化应用领域的探索,把理论知识和实践结合起来,培养我们的考察,分析和解决问题的能力。

3: 通过实习,广泛接触工人和听工人技术人员的专业讲解,学习他们的生产经验,技术革新和科研成果,学习他们在现代化建设中的贡献精神。

4: 通过参观有关工厂,掌握一台机器从毛坯到产品的整个生产过程,组织管理,设备选择和车间布置等方面的知识,扩大知识面。

5: 通过记实习日记,写实习报告,锻炼与培养我们的观察,分析问题以及搜集和整理技术资料等方面的能力。

二、生产实习的内容和要求

1. 了解自动化相关专业的知识在生产实际中的应用。

2. 分析控制系统的各个模块个工作过程以及内在联系。

3. 基本完成本专业理论知识理论与实际的结合。

三、生产实习时间安排

__污水处理厂-----x月x日

__烟草机械厂-----x月x日

__首钢板材长-----x月x日

__港务局-----x月x日

四、实习过程

净水厂

__净水厂是开发区下属的直属企业，它主要的供水对象是工业供水和家庭供水，该企业虽然承担的供水范围非常大，但是职工却只有十人，可见其自动化程度多高。该企业的生产流程基本可以包括以下几个模块。

(1) 絮凝沉淀池

整个沉淀池的长度大概是20米，宽度也是20米，周围有许多阀门调节器，都是由plc控制系统直接控制的，不需要人工调节，旁边有一个大的蓄水池，长度大概200米，宽度大概10米，水深8米左右，水的上方有一辆淤泥清除机，每隔一段时间会清理池底的淤泥，保持水的清洁度。

絮凝沉淀池的作用是使混凝剂加入原水中后，与水体充分混合，水中的大部分胶体杂质失去稳定，脱稳的胶体颗粒在絮凝池中相互碰撞、凝聚，最后形成可以用沉淀方法去除的絮体。注意观察絮凝池流态是否异常，有否积泥，沉淀池出水是否均匀及排泥机械运行隋况，并做好记录，为分析絮凝、沉淀设备运行特性，停池情况和排泥设备维修等提供依据。综上所述，作为一名合格的净水工，要了解絮凝、沉淀池的运行原理，注意按时观察絮凝、沉淀池的运行状况，对絮凝、沉淀池的异常现象进行分析，查找原因，使絮凝、沉淀池发挥更大的功效。

根据工作人员介绍可知，该设备是从外国引进的，具有国际先进水平，整个过程无需工作人员参与，只需要在监控室里看着监控数据，只要不发生异常就不用经常检修。

(2) 加药车间

加药车间的主要作用是向自来水中加药，降低水的浊度，根据工作人员的介绍，国家对自来水的浊度有严格的规定，每升水含有的杂质不得超过3毫克，可想这对设备的要求有多高。

(3)加氯车间

在自来水中加入氯气的主要目的是对自来水进行消毒处理，水中含有大量的微生物和细菌，直接饮用会引发一系列疾病。在车间里，有五个比较大的控制加入氯气的控制柜，控制系统能够自行根据自来水的流量控制氯气的加入量，仓库里放有几个大型的储藏液氯的储藏罐，进过高压处理，氯气呈现出液体状态，仓库是严格的封闭的，不准许一般人进去，因为氯气是剧毒，工作人员进行相关的工作都会戴上防毒面具。

(4)v型滤池

该水厂引进国外先进的v型滤池

1. 过滤原理及出水要求

过滤是指以细孔性填料层截留水中悬浮杂质，从而使水获得澄清的工艺过程，可去除 $2\sim 5\mu\text{m}$ 以上的颗粒。滤池出水浊度小于 1ntu □特殊情况不超过 3ntu □

2.v型滤池的主要特点

v型滤池是快滤池的一种形式，因为其进水槽形状呈v字形而得名，因为其滤料采用均质滤料，即均粒径滤料，所以也叫做均粒滤料滤池，整个滤料层在深度方向的粒径分布基本均匀；在底部采用带长柄滤头底板的排水系统，不用设砾石承托层□v型进水槽和排水槽分别设于滤池两侧，池子可沿着长的方向发展，布水均匀。

v型滤池的优缺点

优点：

采用的是均粒滤料，含污能力很高；

气水反洗、表面冲洗结合，反冲洗的效果比其它滤池的好；

反冲洗布气布水均匀；

单个池子的面积很大；

可适用于各种水厂，特别是大型中型的水厂；

缺点：

池体的结构复杂，滤料较贵；

增加了反冲洗的供气系统；

产水量大时，比同规模的普通快滤池基建投资造价要高；

(5) 二级泵房

该泵房主要作用是直接将自来水供给用户，五台超大功率的电动机水泵将水池的水注入管道，其中两台电机同时运转，每周一次更换，一台作为冗余，当有电机出现故障时用其代替。

通过对自来水厂的参观，我基本了解了该水厂的生产过程及生产工艺等，充分理解了自动化在现代化生产过程中的作用，这对我以后的学习及工作将产生莫大的影响。

烟草机械厂

__烟草机械有限责任公司(原国营__轻工业机械厂)于1967年组建，2002年3月由中国烟草机械集团有限责任公司和河北省烟草公司(后为河北中烟工业公司)共同投资改制，是国家烟草专卖局所属的国有全资子公司，拥有《烟草专卖生产企业许可证》、《中华人民共和国进出口企业资格证》，是国内烟草制丝、打叶复烤、二氧化碳膨胀烟丝大型成套设备的主要生产企业。在国家烟草专卖局和中烟机械集团公司的大力支持和正确领导下，20__年，__烟机公司开始实施易地技术改造工程。新址位于__经济技术开发区__号，占地总面积19.07万平方米，通过技术改造，注册资本达到x亿x千多万元。__烟机公司以易地技改为实现“跨越式发展”的大好契机，按照科学先进的管理理念，结合产品结构特点和实际情况，积极探索构建新的管理模式，进一步优化组织结构、工艺流程和业务流程，努力将自身打造成“技术一流、管理一流、设备一流、服务一流”的中式卷烟制丝设备研发和制造中心。

一下了汽车，站在公司门外，我就感受到了这个公司是多么的气派，我曾想要是自己能到这样的一所公司工作，那就简直再好不过了。公司的前面是办公楼，里面有会议室，实验室等。参观过程中主要分为了以下几个板块。

(1) 办公楼实验室

首先工作人员带领我们到了实验室，实验室不大，里面全是可编程逻辑控制器等控制系统设备，有西门子的，有图尔克的，还有罗克韦尔的等等。工作人员仔细给我们讲解了其工作原理，从他所说的内容我大体可以和在学校学到的知识相联系起来，而且有些知识是学校还没有学到的，所以在这里我将这些知识得到了升华，知道了知识在实际和理论中的不同。

(2) 产品装配室

参观完了实验室，工作人员带领我们来到了公司的设备装配室，整个车间特别大，里面有各种设备，很多机器正在运转，因此我们可以看到它们完整的生产过程，同学们看了感触都很大。部分设备极其精密，大多都是国外进口的。

车间分为几个部分，有些是高科技的数控机床直接控制生产，只需要很少的一部分工人参与工作。而有些部分是比较基本的工作，需要大量的工人参与生产，包括零件的转移，电焊等等。这也告诉我，再先进的生产线还是需要一些人的参与，毕竟机器不能完全代替人，一些人性化的东西不能丢。

(3) 生产设备控制室

等参观完了生产车间，工作人员接着带我们到了车间的控制室里，里面都是控制柜，各种设备的控制器，由于这是最接近我们所学的理论知识，所以老师要求我们多听工作人员的讲解，每个控制柜中基本都包含plc网络模块，通讯模块，数字量模拟量输入输出模块，变频器，以及一些驱动器，因为以前在实验室接触过这些东西，所以我很快就理解了这些知识，这使我非常高兴。

首钢板材长

生产实习的第三站，我们来到了__首钢板材厂。

此次参观分为两个阶段，由于人数太多，加上生产现场环境比较恶劣，为了保证同学们的安全，工作人员将同学们分为两个队。首先我们被带着参观了工厂的后期生产线，由于工厂建立时间比较早，有些设备相对来说比较陈旧，工厂环境不是很好，加上天气炎热，同学们在里面大概参观了一下就匆匆离去，只有部分同学对知识的渴望比较强烈，孜孜不倦的询问着工作人员设备的工作原理等。

工厂只有一条生产线，但是这条生产线却能年产几十万吨钢

板。整个生产过程分为五个部分：钢水加热——轧钢——矫直——钢板冷却——切割。

(1) 钢水加热

钢水加热过程是封闭的，同学们只能看到外围的火花，听工作人员介绍，钢水被加热时最高温度可达到1500摄氏度左右，加热原料使用的是天然气，站在炙热的钢水前面，真能感受到一种很火热的感觉，顿时额头冒出了汗水。钢材经过高温加热，从固态变为液态，其熔点大概为1000摄氏度，现在钢水从锅炉里出来，经过冷却，使之从液态重新变为固态，刚从锅炉出来的钢是通红的一块比较厚但是不太长的钢块。接下来就是最重要的轧钢过程里。

(2) 轧钢

用来轧钢的机器是一台非常庞大的轧钢机，上面有两个大圆盘，应该是压力指示针吧，两根超级大的空心圆柱利用旋转对钢板进行挤压，从而形成钢板。要说同学们看到这样的场面，不激动是不可能的，当火红的钢坯被挤压时发出的震耳欲聋的声音足以震撼每位同学的心，高压喷头喷出高压水对钢坯进行降温时，水雾直接被蒸发为水蒸气，飘荡在钢板上空，长度达十几米，其气势特别壮观，引起同学们的一阵欢呼。轧钢过程是往复进行的，钢坯不断被来回挤压，经过一定的时间，能压成不同厚度的钢板。

(3) 矫直钢板初成型的时候需要矫直，因为现在的钢板表面非常粗糙，矫直需要专门的矫直机。矫直机是对金属型材、棒材、管材、线材等进行矫直的设备。矫直机通过矫直辊对棒材等进行挤压使其改变直线度。一般有两排矫直辊，数量不等。也有两辊矫直机，依靠两辊(中间内凹，双曲线辊)的角度变化对不同直径的材料进行矫直。主要类型有压力矫直机、平衡滚矫直机、鞋滚矫直机、旋转反弯矫直机等等。经过矫直以后，钢板基本已经成型了，表面也相当光滑。接下来就

是冷却。

(4) 冷却

钢板冷却系统比较简单，是由很多的滚轮床组成，钢板从矫直机出来以后直接滚上滚床，几台大功率的风机对钢板进行直接降温，降温区一共有三个，第一个是风机强行冷却，后面两个是自然冷却。经过这个冷却过程钢板温度基本能降到100-150摄氏度左右。

(5) 切割

最后一个项目是根据不同的要求对钢板进行切割，因为不同的买家对钢板的长度，宽度都有不同的要求，根据合同上的要求，会对钢板进行准确的切割，当切割完毕以后，钢板就完全生产好了，接着就是产品检验台了，这是非常重要的一个环节，因为如果产品不合格，会对公司的形象有很大的损坏，直接导致公司效益下降，所以这是一个非常严格的阶段。

参观完了首钢板材厂，我觉得一个老牌的企业能做得这么大，能做得这么好，跟其良好的生产管理模式分不开，科技在进步，生产设备也会跟着更新，这才是公司发展的动力，随着自动化的不断实现，我们所学的专业知识在越来越多的得到应用，这让我非常自豪，使自己对将来的出路多了一份踏实，一份肯定。

港务局

生产实习的最后一站我们来到了__港务局，在工作人员的带领和讲解下，我们全方位的参观了解了这个企业。

由秦港股份公司经营管理的__港是以能源运输为主的综合性国际贸易口岸，世界上最大的煤炭输出港和散货港。港口地处渤海北岸，河北省东北部，自然条件优良，港阔水深，不

冻不淤，共有12.2公里码头岸线，陆域面积11.3平方公里，水域面积226.9平方公里，分为东、西两大港区。东港区以能源运输为主，拥有世界一流的现代化煤码头；西港区以集装箱、散杂货进出口为主，拥有装备先进的杂货和集装箱码头。港口现有生产泊位45个，其中万吨级以上泊位42个，最大可接卸15万吨级船舶，设计年通过能力2.23亿吨；具有完善的集疏运条件，疏港路与京沈高速路、102国道、205国道及秦承公路相接，自营铁路与国铁联网，拥有国内港口最先进的机车和编组站，“地下大动脉”输油管道连接大庆油田，疏港路直通山海关机场，形成了公路、铁路、管道、空运等循环合理的港口集疏运网络，货物可直达仓库、码头、船边，为客户提供了极为便利的货运条件。

在汽车驶进公司内部的时候，同学们都睁大了眼睛，看着整个生产过程的流程，特别是由传输带组成的运送煤的皮带机，像一条巨龙横在整个公司的上空，又像一台巨大的过山车机器时刻在运转着。在海面上，一艘艘巨大的游轮停泊在海边，生平第一次看到如此巨大的货轮，同学们都惊叹不已，我也万分激动，汽车在它的面前简直就是蚂蚁看大象。参观了这么多企业，最吸引我的就是这一次的企业了，我完全被它迷住了，我喜欢这种巨大的感觉，显得气派，显得大方。

本次参观又分为两个小组，首先我们被带到了公司的中控室，里面全是监控设备，有监控煤炭翻斗车的，有监控煤炭装货轮的。计算机界面全是组态软件，技术人员介绍说这个系统是20__年建设完成的，用的是当时最先进的罗克韦尔控制器和组态软件，整个工厂的运行全由这些电脑控制。看到这些让我不得不惊叹万分，这么大的工厂，只要一个这样的控制室就能完全控制生产设备的运行，还能自动检测出故障的地方，及时通知维修人员到现场修理。看完中控室以后，我们来到了plc控制室，这里也是与我们专业最接近的地方，同学们仔细询问了技术人员一番才不舍的离开。最后，参观队伍来拿到了翻斗车间，这里是将火车运来的煤卸载到传输带上，然后由传输带送到工厂专门堆放煤的煤堆。整个工厂大概有

十个专门堆放煤炭的煤堆，每个煤堆有大概30万吨的煤，所以，工厂的煤的库存量大概有300多万吨，这简直就是煤山一样，这些煤每天都会被送到南方，供火力发电站燃烧使用。同学们今天运气不是很好，没有看到火车翻斗的过程，听工作人员说，这个过程相当壮观了，哎，下次一定专门过来看看。

看完这些主要的地方以后，坐上汽车同学们开始往回走，我在车上不断的回想那些让我震撼的东西。今天第一次这么近看到如此巨大的货轮，第一次看到这么长的“过山车”，第一次看到像山一样的煤堆，这些都让我激动不已，总的说来这次参观让我收获颇丰。

五、心得体会

让我以后真正去工作的时候不会像一个什么都不懂，什么都害怕的小孩一样。我总结了，从理论到实践在有些人看来是很简单的，但是真正要实现起来，那也是很不容易的。在真正的工厂环境下，有些理论知识根本用不上，这些环境因素在课本上基本都是考虑不进去的，所以我们应该抓住每个机会让自己能亲手实践，感受其中的不同，感受其中的乐趣，增强自己的动手能力。这次实习，虽然没有得到真正意义上的动手机会，但是也亲眼看见了一些自动化设备的运行，亲自感受了生产现场的氛围。这也是一种经历，一种成长，有了这一次的实习，我相信以后找工作的时候它肯定能给我不少的帮助。在这里我还要感谢每次辛苦带领我们的老师，顶着烈日陪着同学们，还时刻担心我们的安全，老师辛苦你们了。

大学生实训心得体会万能篇四

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我两年大学中难以学习到的。就像如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实践时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部等其他部的同事相处好，那样工作起来的效率才会更高，人们所说的和气生财在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工高，人们所说的和气生财在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实践的目的了。

实践虽然结束了，有许多让我回味的思绪，在这个春意盎然的季节，伴随着和煦的春风一起飞扬，飞向远方，去追逐我的梦！

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

选择了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。

虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了公司实践应该能够应付得来，尽管是为期五天短暂的实践，但是在公司里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在公司里，数字绝对不可以出错，因为质量是公司的第一生命，质量不行，公司的运营就会跟不上，而效率也会随之降低，公司就会在竞争的浪潮中失败，所谓逆水行舟，不进则退，公司要时时保持着这种竞争状态，才能在中立于不败之地，就因为这样，公司会对每一个员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在公司里出错是要负上责任的，这关乎公司的利益损失。

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。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。

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。短暂五天的社会实践，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。

；

大学生实训心得体会万能篇五

近一个月的实习，让我体会到当英语老师的乐趣。当了十几年学生，第一次转换了角色，以一名老师的身份去实习、去体验，任务不同了，视角不同了，因此感受也不同了。

一、实习内容

前两周我们以听课为主，为了能更好的适应学生教育环境，我们认真听课，记好笔记，并即时和指导老师沟通，反复推敲老师教案，认真熟悉教材。

这两周，我们还批改了学生们的作文。批改作业时，纠正学生的错误是非常重要的，在纠正学生每个错误的时候，要写上激励的评语，让他们在改正自己错误的同时，不会对自己失去信心。在这个过程中，我还发现了大一学生在英语写作过程中普遍存在的一些问题。大体情况可以分为四类：

第一类：存在严重的单词拼写问题，很多同学也分不清词性。

第二类：句子结构不清晰，时态使用错误，而且喜欢用中文思维进行写作。

第三类：不注意标点的使用，随意乱点的现象很严重。

第四类：学生态度问题。这一类学生大多字迹潦草，不认真对待作业。

经过两周的听课，第三周，我们便开始准备教案，为讲课作准备。指导老师指导我们写教案，给我们建议。第四周的周一早上，我们进行了第一次试讲。虽然试讲并不正式，可是讲课的过程中依然会暴露很多缺点。结束之后，郑老师说我的构思很好，同时也给我提了很多宝贵的建议。我认真听着，积极总结，并及时予以修改。周二晚上，郑老师又抽出宝贵的时间，听我们又试讲了一次。这一次，老师又给我们提了意见，并让我周三正式上讲台。

于是，我第一次正式登上了讲台。上课前我感到非常紧张，紧张的介绍完自己，深呼吸了好几次，终于调整好了自己的情绪，开始讲起课来。我按照我的计划逐步进行着内容，同学们也很配合，他们的积极参与让课堂十分有趣。我便充分放松了自己，大胆的讲起课来。最后，由于时间没有把握好，准备的内容并没有讲完。课后，郑老师评价说我讲的挺好，我的搭档也说挺好。这无疑是给了我极大的自信。他们也给了我很多建议。所以回来之后，我又对讲课内容进行改进。周四下午，我又讲了两节课，正所谓，熟能生巧，这次，明显没有第一次那么紧张了，并且在时间的把握上，内容上，都有很大的进步。学生依旧很配合。从老师和我的搭档那里，我都获益匪浅。

这三节课，让我充分体会了当老师的感觉。这种感觉很好，看着学生们对你渴望的眼神，你就会觉得你有责任把他们教好。

二、实习体会

通过这次实习，我还总结了几点关于教育的建议，具体如下：

第一点，兴趣对于一个学生来说是至关重要的。必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习。课堂只要是以学生为主，充分调动他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式。

第二点，老师要有耐心，才能把学生的缺点纠正过来。而且老师要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系，把自己当成活动中的一员。

第三点，要注重鼓励学生。他们得到老师的赞扬，积极性提高了，课堂气氛活跃了，就会起到很好的教学效果。

第四点，学生对讲课的内容反映不一，所以要注重跟同学们的交流，明白他们究竟所需求的什么。

三、实习总结

从这次实习中我明白到，备课在上好一节课的重要性，因此，我也对老师这个职业有了更深的理解。真正的教师都具有高尚的师德和勇于奉献的精神品质，他们就是一群辛勤的小蜜蜂，为国家的建设打造坚实的基石。这次实习也使我学到了许多书本上没有的东西，让我找到了缺点和不足，让我增长了各方面的能力，是我人生中最有意义的一次活动。在以后的人生道路上我不会像以前那样胆怯。因为在这次实习中我变得勇敢，成熟了。在以后的人生道路上，我也会时刻铭记着这段如歌岁月，激励自己努力前进。

英语专业大学生实习心得体会范文五篇