

2023年实验室工作心得体会(优秀5篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

实验室工作心得体会篇一

4月13日未名雷蒙特黄老师一行4人为我中心（__）开展了一次实验室安全培训。黄老师以去年清华大学发生的实验室爆炸为切入点，着重讲明了实验室安全在保障人身生命安全和经济效益具有重要的意义，安全是实验室工作的首要要素。通过半天的培训，黄老师以其丰富的理论和实践安全知识为我们今后实验室安全管理及实践方面提出了许多重要的改进措施，使我们在此次学习中受益匪浅。

（1）建立健全安全管理制度

实验室的运行离不开制度的管理，实验室安全制度是一件自实验室建立将一直贯彻执行的制度，因此建立健全的安全管理制度是有效预防安全事故发生的重要举措。根据实验室的特殊性，应当制定一般安全守则，消防安全，水电安全，化学品安全，生物安全，辐射安全，特种设备安全，一般设备安全，常用安全标识等一套实验室安全手册，以上手册要与实验室实际相结合，制定具有实验室特色的安全手册。

（2）树立安全意识

实验室安全关系到每个人的人身安全，良好的安全意识对预防实验室安全事故具有重要的意义，培养大家的主动学习知识以及注意安全行为。实验室作为一个特殊的行业，产生的不安全安全因素主要有不安全的环境和不安全的'行为，其中

实验室的安全包括防火、防爆、防毒、防腐蚀、保证压力容器和气瓶的安全、电气安全和防止环境污染等方面。加强以上方面的管理，创造安全、良好的实验室工作环境，是每个实验室工作者必须认真完成的工作。其次，不安全行为主要有不适当的态度、缺乏知识或技能以及不适当的机械或物质的操作行为，因此各实验室新录用人员进入化实验室实习和上岗前都必须经过实验室安全知识培训，上岗考核中必须有此项内容的考核，实验室安全考核达到要求后方可从事其它操作技能方面进行考核。在岗检验员每半年至少一次实验室安全知识培训，强化安全知识。

（3）践行安全操作行为

树立了安全意识，践行安全操作行为是至关重要的，实验过程要规范使用实验器具，通风厨，试剂，气瓶，危险品，电力等各项关系实验室安全的设施，对每个实验室人员进行必要的安全教育，让大家知安全，懂安全，进行安全操作，明白各自岗位出现安全事故的处理方式。

（4）落实安全监督与培训

安全监督是保证安全制度有效运行的必要措施，监督能有效起到持续践行安全制度，时刻提醒大家注意安全问题，对潜在的安全问题起到及时发现、及时预防，对各项实验室安全环境起到有效的改进和维护作用，因此实验室应建立自己的安全委员会，由安全责任人进行每天的安全检查，填写安全记录，实验室每个安全员互相之间进行安全监督。安全培训是安全管理不可或缺的部分，培训能有效的提升大家的安全意识，让大家明白实验室哪些地方可能出现安全事故，出现安全事故如何处理，而且培训是一个不断进行深化的过程，要定期进行安全培训，起到一个时刻警醒的作用，在安全问题前面不可出现丝毫松懈。

（5）做好安全事故预防措施

安全事故预防为主，不出现安全问题才是我们安全生产的最终目标，因此要做好安全事故的预防措施。首先实验室需要一个良好的安全工作环境，其次根据实验要求配置相应的实验防护器材，而后进行安全实践教育与培训，规范安全操作，明确各安全标示的意义，接着进行安全实验实践演练，对各安全器具进行实践操作，另外还要注意各安全环节的监督检查，从开始实验到整个实验结束都进行有效的安全事故预防，从而保证大家的人身和财产安全。

本次培训黄老师讲到了很多知识，今后我们还要继续学习实验室的安全知识，将所学知识融会贯通，运用到实际实验中。

____省核工业地质局辐射环境监测中心

实验室工作心得体会篇二

在分子生物学实验室为期两个月的实训使我受益匪浅，我不仅学习到了专业知识，更重要的是收获了经验与体会，这些使我一生受用不尽，记下来与大家共勉：

1. 手脚勤快，热心帮助他人。初来乍到，不管是不是自己的份内之事，都应该用心去完成，也许自己累点，但你会收获很多，无论是知识与经验还是别人的称赞与认可。
2. 多学多问，学会他人技能。学问学问，无问不成学。知识和经验的收获可以说与勤学好问是成正比的，要记住知识总是垂青那些善于提问的人。
3. 善于思考，真正消化知识。有知到识，永远不是那么简单的事，当你真正学会去思考时，他人的知识才能变成你自己的东西。
4. 前人铺路，后人修路。墨守陈规永远不会有新的建树，前人的道路固然重要，但是学会另辟蹊径更为重要。

5. 独立而不孤立。学会独立思考，独立实验，但要记住与他人的交流也是非常重要的，实验和实验事永远不是你自己的。
6. 实事求是做实验。不骗自己更不要骗他人。
7. 认真仔细地做好实验纪录。不要当你真正用到它时才知它的重要所在。

实验室工作心得体会篇三

第一段：引言（100字）

在小学以及初中时期，我曾学过基础的手工课程，但是对于手工制作和纺织方面知之甚少。直到我进入大学并加入纺织实验室之后，我才意识到纺织制品在生活中的重要性和广泛应用。在实验室学习的过程中，我获得了许多有关于纺织制品背后的科学知识，同时也得到了体验和思考自己从未有过的创造力。接下来，我将分享我的心得收获，以期能够帮助大家更好地理解 and 探索纺织制品的价值。

第二段：个人体会（200字）

在纺织实验室的学习中，我最深刻的体验是自己的创造力和灵感的无限想象。在老师的指导下，我亲手学会了布条的缝制、刺绣、染色和纺织成品的制作。同时也参加了不同类型的课程，例如羊毛毡、织布和织毛衣等等，这些最初陌生的工艺和技巧都在老师的帮助下变得简单易懂。我逐渐明白，纺织制品需要的不仅仅是技能的固定运用，而是一种创造性思维的挑战。成品的设计和创新需要不断地锤炼和思考。在这里，我也感受到自己的工作价值和来源的重要性。

第三段：对社会的重要性（300字）

纺织制品蕴藏着巨大的经济和社会价值。在过去，纺织制品

是世界上最古老、最重要的行业之一，辐射和影响的面远不止人们的常识和认知所及。从当下的纺织工业来看，纺织制品产业已是全球最为重要、最为复杂的产业之一。无论是制衣的布匹、床单、毛巾、帐篷，还是建筑和工程的各种材料如油毡、沥青、尼龙绳、绝缘材料等，或者是医疗的心脏支架、人造血管等等，都有着广泛而深远的应用。纺织实验室的存在，正为这些心血来潮的想法和创新的推动提供基础的技术和实验支持。

第四段：对自身学习和发展的启示（300字）

在我参加纺织实验室学习的过程中，我深刻理解到学无止境。我认为学习纺织制品的知识和技能，需要我们具有各方面的知识。在此之前，我并没有深入的了解到一事物背后的科学原理和设计。在实验室的学习中，我初步了解到了纺织制品的颜色组合、纺织机的类型和运行、面料的质地，以及纺织制品在生活中的广泛用途。这些不仅帮助我提高了自己的综合素质，也促进了我对本学科的兴趣与热情，以及对自己追求和理想的积极投入。

第五段：结论（200字）

在我参加的纺织实验室中，我生动地领略到了关于“纺织制品”在当下发展的广度和深度。同时也意识到自己在这个领域中的角色和责任。在实验室的过程中，我深层次体会到学术研究的价值和意义，同时，也逐渐拥有了创造新的发明和发表学术论文的信心和勇气。我认为，纺织制品在生活中扮演着重要的角色，并蕴藏着无尽的潜力和创新空间。作为人类社会的一员，我们应在日常中从生活学习并且发掘其价值，去开创这个行业的新时代。

实验室工作心得体会篇四

纺织实验室是一个涉及到纺织织物相关实验的场所，如纤维

处理、纺织品制作等。在这个实验室中，我们可以了解到很多关于纺织面料的知识和技术。作为纺织专业的学生，通过在纺织实验室中学习，我受益匪浅。

第二段：体验

在实验室中，我们接触到了各种各样的实验设备，如烘箱、纺纱机、织布机等。这些设备让我们可以亲手尝试制作各种不同的织物。例如，我们学习到了如何通过纤维的处理和纺纱的技术来制作各种纱线。通过练习，我们也可以熟练地使用各种工具，学会选择合适的纱线和面料制作出不同款式的纺织品。

第三段：知识

在实验室学习的过程中，我们所学的知识包含了很多纺织面料的相关技术、理论和实战经验。通过课堂和实验的结合，我们学到了非常实用的知识，比如说，如何判断一种纤维面料的品质和优劣，如何选择合适的染料，以及如何进行产品的质量检验和评估。我们还学习到了非常实用的技能，比如制作细节上的更加精细，补菜线，提高织品耐久度的技术，以及维护纺织设备使设备更加可靠的技术等等。

第四段：体会

学习纺织实验室的确需要付出很大的努力和耐心，但同时也是非常有趣和令人满足的。在实验室中，我们可以体验到用自己的双手创造出纯手工艺品的乐趣。我们的制品不仅能够满足我们对衣物的要求，还可以在市场上进行销售，如果自己开一家小店，可以分享自己的成果给朋友们。在学习的过程中，我们也碰到了很多困难和挑战，但这也让我们坚强和自信。通过不断学习和尝试，我们可以不断提升自己的能力和技能，为自己的未来发展打下坚实的基础。

第五段：结尾

在纺织实验室学习的过程中，我们可以通过实践来学习知识和技巧。我们可以在老师和同学的帮助下落实所学知识，提高我们的实践能力和专业技巧。我相信纺织实验室学习的经历一定会成为我们人生中宝贵的财富，为我们的未来发展打下坚实的基础。

实验室工作心得体会篇五

高校实验室是培养高层次人才和开展科学研究的重要基地。下面是本站小编为大家整理的实验室学习心得体会，供你参考！

这两个月的实训短暂而又充实。在这里，我不仅学到了知识、技能，更重要的是，我在指导老师和同事的身上学到了对工作和对事业的追求，以及他们良好的职业素养，他们的潜移默化和谆谆教导使我在以后的职业生涯中终身受益。

在这里，我感受了良好的氛围，有幸得到指导老师秦方主任的悉心教诲以及其他部门领导和同事的帮助。他们对我都很照顾，只要有问题、有麻烦，不管找到谁都会给我指导。在这里始终可以感觉到和谐的人际关系所带来的温暖和关爱。

我将把我所学到的东西好好的珍惜，我不仅学习了检测专业知识，更重要的是学到了一种敬业精神，努力做到高效、自律、求实、创新，把自己融入到一个大团队中去。

最后，对我的指导老师秦方主任、对泰峰实验室的领导和同事们表示我最衷心的感谢！

实验室实训心得篇三：

在分子生物学实验室为期两个月的实训使我受益匪浅，我不仅学习到了专业知识，更重要的是收获了经验与体会，这些使我一生受用不尽，记下来与大家共勉：

1. 手脚勤快，热心帮助他人。初来乍到，不管是不是自己的份内之事，都应该用心去完成，也许自己累点，但你会收获很多，无论是知识与经验还是别人的称赞与认可。
2. 多学多问，学会他人技能。学问学问，无问不成学。知识和经验的收获可以说与勤学好问是成正比的，要记住知识总是垂青那些善于提问的人。
3. 善于思考，真正消化知识。有知到识，永远不是那么简单的事，当你真正学会去思考时，他人的知识才能变成你自己的东西。
4. 前人铺路，后人修路。墨守陈规永远不会有新的建树，前人的道路固然重要，但是学会另辟蹊径更为重要。
5. 独立而不孤立。学会独立思考，独立实验，但要记住与他人的交流也是非常重要的，实验和实验事永远不是你自己的。
6. 实事求是做实验。不骗自己更不要骗他人。
7. 认真仔细地做好实验纪录。不要当你真正用到它时才知它的重要所在。

在西方发达国家，学校对培养学生的动手能力是十分重视的，这一问题近年来也越来越受到我国教育界人士的广泛重视。为了提高学生的动手能力，让学生做相关实训并完成单片机实验报告，在实验的形式上注重培养学生的实验技能和动手能力。从单片机实验心得中学生就可以总结出大量的经验以适应当代社会的发展。

学习单片机这门课程(教学中选用 inter公司的mcs-51)[]要掌握单片机指令系统中汇编语言各种基本语句的意义及汇编语言程序设计的基本知识和方法, 以及单片机与其他设备相连接的输入输出中断等接口技术。使学生从硬件软件的结合上理论联系实际, 提高动手能力, 从而全面掌握单片机的应用。

软件的修改也非常方便, 软件和硬件调试都通过后, 把程序固化在 eprom当中, 插上8051单片机构成一个完整的单片机应用系统。

单片机实验板的构成及基本功能

单片机实验板, 它由 8031[]8155,eprom2764,max232键盘及显示器组成。其中8155 片内有256个ram单元, 接6个7段码显示器和8个按键作输入。串行口连接max232串行口转换芯片[]p1口留出作为一些控制量的输入输出用以扩展使用。在实验板上可编写键盘扫描程序、显示程序、时间的设定及计时程序、从键盘上输入两个加数或减数显示结果程序、位变量的逻辑运算程序及串行口和上位机通讯程序等, 还可和其它课程相结合, 进行实验。例如, 《电子测量》课程中各种频率的测量, 可通过8031单片机 p1口输入被测量, 由单片机来进行检测和显示, 把几门课程结合在一起学习, 使课程有延续性, 也提高了学生学习的积极性。由于p1口通过插座引出, 也可外部扩展a/d d/a 等其他接口芯片, 以构成新的应用系统。

单片机实验板的衍生功能

此单片机实验报告中的实验板是一个单片机应用系统的硬件电路。有键盘输入和显示输出, 在这个基础电路上通过p1口对不同检测或控制对象还可衍生出各种应用来。例如: 时间的设置及显示、温度的检测及控制等, 在此实验板上, 编写相应的软件即可, 否则, 只在计算机上模拟调试软件, 则无

法了解单片机接口中各种控制信号的使用。还可帮助学生学会分析问题和解决问题的能力。这在单片机实验报告中都要体现出来。

实验室工作是培养学生素质的一个重要方面，因此，抓好实验工作管理，以实验为突破口，通过实验激发学生兴趣，提高学生素质，是我校整个教学工作计划中的重要一环，真正体现管理为教学服务的宗旨。

1、努力做好实验室的管理工作

由于学校重视实验管理工作，因此每学期学校计划与总结都有实验室工作内容，每学期实验室工作计划由科学教师拟定，并交给实验管理员，以便于管理员合理安排实验室工作。让实验室有条不紊地运作起来，充分发挥它潜在的功能。

2、实验室工作规范化

学校制定了一整套实验管理规则。如实验室管理制度、教师岗位职责、学生实验守则、仪器管理制度，并张贴在墙，所有的自然、科学教师实验教师在实施过程中都能严格按以上的制度执行。教学使用时都有严格的借还登记。

3、仪器管理有序化

为使仪器管理更加有序，建立了仪器总帐、分类帐、低值易耗品帐、仪器出借领用登记帐。实验仪器和添置的新设备及时分门别类入帐，有序地摆放好。每个橱要有反映内容的目录卡，帐物相符、物卡相符、帐物卡相符。期末清点仪器设备数目，检查损坏程度报总务处，较贵重仪器设备报校长室审批后，做好报废登记。

4、教学仪器维护、保养经常化

根据仪器不同的要求做好通风、防尘、防潮、防锈、防腐蚀工作，生物标本采取防潮、降温、隔热、防鼠、防蛀等措施，所以到今未发现生锈、腐蚀等保养不良的问题。对损坏的仪器及时维修及时做好损坏维修记录使实验仪器经常处理可用状态。

5、实验教学与研究方面

为提高实验室的使用率，期初订好科学教学实验计划，编排好实验课程总表，备好实验器材。凡教学大纲与教材规定做的演示与分组实验，我们都想办法给学生开出。分组实验的材料有四个来源：(1)、仪器室内分组实验盒，(2)、学生下发的实验耗材；(3)、自制自购分组实验材料及演示教具。(4)、发动学生平时注意收集各利废旧物品。本学期实验开出率达100%。实验教学做到规范化，每次演示与分组实验都预先写好实验通知单，课堂上的演示、分组实验有仪器配备、使用情况、过程等整体效果记录。实验完毕后的仪器进行全面的检查后整理收放原处，以便下次使用。

以保证仪器设备的充分使用，体现管理为教学服务，为师生服务。实验教师活动纳入学校教研活动中，有专门的自然教研计划与总结。经常组织实验教师外出听课，学习好经验，不断使我校的实验教学综合水平得到提高和完善。从分组实验的实际情况来看，学生基本上能掌握实验基础及技能，仪器选取，材料或药物选取，操作程序都较正确合理，操作较规范熟练，实验效果良好，取得了较好效果。