

# 2023年课程总结与心得万能(优秀5篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。什么样的总结才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 课程总结与心得万能篇一

1、“健康第一”的指导思想得到了更充分的体现。

促进学生健康成长世界卫生组织提出健康是指人的身体、心理和社会适应能力各方面完美的状态，而不仅仅是指人没有疾病。由此可见，一个人只有身体和心理上保持健康状态，并且有良好的社会适应能力，才算得上真正健康。然而，在传统的学校体育教学中，生物体育观曾是多数体育教师传统的教育观念。它主要以提高学生的生理机能为目标，追求对人体生物学的改造，忽视对学生心理和生活适应能力的培养。体育与健康课程以促进学生身体、心理和生活适应能力整体健康水平的提高为目标，构建了包括技能、认知、情感、行为等领域的课程结构，融合了体育、生理、心理、卫生保健、环境、社会、安全、营养等诸多学科领域的有关知识，真正关注学生的健康意识、锻炼习惯和卫生的养成，将增进学生健康贯穿于课程实施的全过程。面对社会的需求与发展趋势，作为学校教育的一个重要组成部分，体育课程担负着增进学生健康的重任。未来教育需要培养既有专业知识，又有良好体力与心理素质的人才。由此，要求教师必须转变教学观念，通过体育教学和课外体育活动，对学生进行感化、影响和引导，提高学生身体素质，培养学生良好的品质和健康的心理，让学生掌握科学身体的方法，养成坚持锻炼身体的习惯，以增进身体健康、心理健康和社会适应能力。这正是体育与健康新课标所要达到的重要目标。

## 2、激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识

学校体育是终身体育的基础，运动兴趣和习惯是促进学生自主学习和终身坚持锻炼的前提。无论是教学内容选择还是教学方法的更新，都应十分关注学生的运动兴趣，只有激发和保持学生的运动兴趣，才能使学生自觉地进行体育锻炼。教师教学中要采用发现学习的方法，在发现学习中学生的主要任务是参与知识的发现过程，而教师的主要任务是为学生发现知识创造条件和提供帮助。在体育教学中，发现学习主要是让学生通过分析、思考，自己提出完成动作的方法和要领。比如篮球教学中，可先让学生自由练习一段时间，学生在练习的过程中会遇到各种问题，这时让学生展开讨论，教师对学生提出的问题，不要正面回答，而是旁敲侧击地反问学生许多相关问题，一旦学生想通了教师所提出的问题，原来的问题也就迎刃而解了。这种交互式的“答疑”是充满乐趣和挑战性的，每个学生都能感受到思索的乐趣，从而更好地培养了学生创造性思维的能力和实践能力。因此，在体育教学中，重视学生的运动兴趣是实现体育与健康课程目标的有效保证。

## 3、学习领域目标更加完善、具体

体育与健康新课程标准改变了过去按运动项目划分课程学习内容和教学时数的模式，根据“三维健康观”、体育的本身特点以及国外体育课程与教育发展的趋势，以发展的观点提出了五个学习领域目标，即运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应，辩证地指出了过去注重学生技能技巧，增强体质等竞技体育的教学方法存在的不足，纠正了许多教师把体育课上成训练课，一味追求个别学生的运动成绩，而忽视大部分学生参加体育锻炼的兴趣，使学生几年体育课下来也不知自己体育课上究竟学到了什么。现在可以针对学生的学习领域目标，改变传统体育课程内容“难、繁、偏、旧”的现状，关注学生的学习兴趣和经验，准确把握学生的身体需求和情感需求，使体育学习更体现社会实践意义。

## 课程总结与心得万能篇二

1、从新课程课堂教学实施的现状来看，存在着新课程理念和教学行为相脱节、课程改革与抓教学质量“两张皮”的现象。这已成为导致学生学业负担过重，教师压力过大、教育教学效益不高，课程改革难以深化的瓶颈。究其原因，固然是多层面和复杂的，但其中一个十分重要的因素是；在新课程理念向教学实践转化过程中，由于缺乏在具体教学技术层面的帮助指导，致使新课程教学目标难以落实，教学效益和质量难以提升。为此，研究和探索课堂教学设计是推进和深化新课程教学改革的重要内容和关键问题。

2、提高小学数学教师教学专业素养的需要。

新课程实施需要教师从教材的“忠实执行者”转变为课程教学的“创新设计者”。因此，创造性设计小学数学课堂教学的能力已成为小学数学教师专业素养的重要方面。在新课程教学实践中，广大小学数学教师缺乏教学设计方面的培训指导。因而，多数小学数学教师的课堂教学设计仍停留在传统意义上“学科本位”的教“课本知识”的设计层面，缺乏对学习主体经验和需要，学习者建构过程。课程资源、学习情境、学习方式、教师角色、学习群体等多种因素的综合考虑，因而，在课堂教学实践中三维教学目标难以整合，教学质量和效率难以提高，课程资源不能有效利用，学生学习主动性未能有效激发。为此，本课题研究也是帮助小学数学教师提高教学专业素养和教学质量、效率的需要。

3、有效教学设计是当前教学理论和实践共同关注的领域，也是一门新兴的具有技术特性的科学。所谓教学设计，是在一定的教学理论指导下，根据课程标准和教材的要求，基于学生的学习特点与需求，对教学活动的目标内容、组织形式、教学方式、学习情境、评价指导，及整个教学过程所作的整体系统化策划和具体安排，以此提高课堂教学质量和效益，实现在可能条件下的教学过程最优化。

## 二、明确研究目标：

- 1、探索并形成小学数学新课程背景下小学数学课堂教学设计的理念和应用性理论，形成若干设计模式及具体操作方法，切实提出教师课堂教学设计能力。
- 2、揭示新课程背景下小学数学教学活动过程及诸因素与学生学科素养形成之间具体的关系和规律，以丰富对课堂教学设计的认识。
- 3、形成若干系列化的小学数学课堂教学设计案例及指导意见，作为教师学习和进行课堂教学设计的参照。

## 三、在实际教学中进行研究

### 1、抓住重点——准确把握教学目标

有效教学设计是实现教学目标达成的前提，教师对新课程教学目标及课堂教学目标把握得越好，教学就越有效。所以，我认为准确确定一节数学课的教学目标并加以完成是一节课有效的第一标准。教师在教学中要体现有效性，首先在这节课中设计知识与技能，过程与方法，情感、态度、价值观三维目标是否准确。其次，设计的教学目标是否关注了学生。教学目标的设定一定要符合了学生的认知特点，你只有设计了关注学生的目标而不是关注知识的目标，才能有效。

下面是我在执教《抛硬币》一课时对教学目标的把握情况：

抛硬币这节课是学生第一次在课堂学习中接触不确定现象，这对学生来说是一种全新的认识，必须让学生参与到活动中亲身感受，获得直观的体验。

我确定的教学目标是这样的：

(1)、在简单的猜测活动中感受不确定现象，初步体验有些事情的发生是不确定的，有些是确定的。

(2)、会用“一定”“可能”或“不可能”等词汇描述生活中一些事件发生的可能性。

这就是说，我们在设计教学目标时应做到：(1)、了解学生已有的知识基础和生活经验，确定切合学生实际的教学目标。(课前调研)(2)、数学学习活动必须建立在学生的认知发展水平和已有经验基础上。(抓准切入点)

老师开课设计了采用抛硬币的游戏，老师先让学生在自主地玩游戏中去发现(硬币可能正面朝上，也可能反面朝上)，初步感知事件发生的“可能性”，体验数学就在我们身边。同时也给学生营造一个宽松活泼的课堂气氛，学生从抛硬币活动中不知不觉地对事件发生的可能性进行预测，很自然引入新课。

本节课，学生在“抛硬币一摸球一装圆片一抽奖”等一系列的游戏活动中，自主参与知识的发生、发展、形成的过程，“三维目标”的达成度较好。真正体现了“良好的开端是成功的一半。”

## 2、创设良好的数学学习情境——激发学生产生学习的需要

课改以来，“创设情境”成为小学数学课堂中一道亮丽的风景线。一些有趣新颖且富有思考价值、具有挑战性的课堂学习情境令教师们眼界大开。但是如何使设计的情境具有有效性，这是我们课题研究中的一个重要问题。

《抛硬币》一课从学生的生活经验和已有的知识出发，创设了生动有趣的情境，符合低年级学生的心理特点和教材实际，让学生在猜一猜、抛一抛、摸一摸、比一比、说一说等充满童趣的情境中玩数学、学数学，学生通过活动，发现和掌握

有关“可能性”的知识，初步学会从数学的角度观察事物、思考问题，激发学生对数学的兴趣。

装圆片游戏更具开放性、挑战性、创造性。在探知的过程中让学生展开想象去猜想、去操作、去探索、去讨论、去判断、去验证结论，解决问题。在装一袋摸到的不可能是绿圆片和摸到的可能是绿圆片这两个活动时，学生的答案是多种多样的。开放的探索过程给学生提供了更多的参与机会和成功的机会，激发了学生学习的积极性，让每个学生在主动探索中得到发展。实现了人人学有价值的数学，人人都获得必需的数学。

### 3、以学定教——选用合适的教学方式

备课时，我们经常绞尽脑汁考虑怎样设计情景，怎样设计问题，采用什么样的学习方式等问题，而容易忽视学生本身，所谓的学情分析也经常是照本宣科，没有进行真正的调查了解。在我执教的《可能性》一课的活动探究环节中，通过摸球让学生初步体验“一定”、“可能”和“不可能”。开始教学时，考虑到节省时间，提高效率，我想通过对比学习让学生在一次活动中就能体验确定现象和不确定现象，于是把六个小组的盒子里的小球分成三种情况(全是黄色球、有白色球和黄色球、有白色球蓝色球和黄色球)，让学生以小组为单位开展活动(从盒子中摸球并记录摸出的小球的颜色)，然后每个小组汇报活动情况，让多种情形同时展示出来(摸出的全是黄色小球;摸出的有白、黄两种颜色的小球;有白、黄、蓝三种颜色的小球)，可是当每个小组在汇报时其他小组的同学根本没兴趣听，接下来的验证猜测引出“一定”、“可能”、“不可能”的过程中学生的学习热情也不高，只有少数学生在发表意见。

第一次试教，没有达到我预想的效果。课后我认真的反思了出现这种状况的原因：三年级的学生对于简单事件发生的规律性的发现仍然来自直观的实验，在一次活动中同时展示三

种摸球的情况，对于他们有一定难度，因为每个小组只验证了本组的发现，对于其他小组的结论没有经过验证所以很茫然。第二次试教，我让学生经过两次活动，第一次：每个小组的盒子里都装的是黄色球，学生通过摸球活动体验了事件发生或不发生的可能性，理解了“一定”、“不可能”；第二次：每个小组的盒子里都装着两个黄色球、两个白色球，通过小组在一起猜测、验证，体验了事件发生的不确定性，理解了“可能”，两次活动层次清楚，学生建构知识的思路清晰。

几次试教让我深深体会到，学生才是课堂的主人，只有真正的了解学生，才能准确把握教学定位，进行教学设计。所以说，教师要充分的了解学生，以学定教，才能真正促进学生主动发展，进而教学相长。

本学期的课题研究才刚刚起步，我相信在今后的教学中，我会在研后教，在教中研，使课题研究真正起到实效性。

## 课程总结与心得万能篇三

第一段：引言和背景介绍（200字）

au课程是一种在网络环境下进行的在线学习形式，通过自主学习和远程教育的方式，为学生提供了更加灵活和便利的学习机会。在经历了一个学期的au课程学习后，我深深感受到了这种学习方式的独特魅力和优势。下面是我对au课程的总结和体会。

第二段：自主学习的重要性（200字）

au课程鼓励学生自主学习，这对于培养学生的学习能力和自觉性非常重要。通过au课程学习，我从最开始的对学习内容一知半解，到逐渐掌握学习方法和技巧，再到最后能够独立进行学习和解决问题，这个过程中感受到了自主学习的价值。

自主学习让我意识到，学习不仅是通过老师的教导，更是通过自己的努力和积累来实现的。

### 第三段：面对困难的坚持和克服（200字）

在au课程学习中，我也遇到了许多困难和挑战，但通过坚持和努力，我成功地克服了它们。比如，我非常困惑于某个概念，通过阅读相关材料和参与讨论，我逐渐理解并掌握了该概念。在解决编程题目时，我遇到了一些语法和逻辑错误，通过不断修改和试错，最终成功地完成了任务。这些困难和挑战让我更加自信和坚定，也增强了我的学习能力和解决问题的能力。

### 第四段：互动交流的重要性（200字）

虽然au课程是一种在线学习形式，但它并不意味着我们只能独自面对学习任务。相反，互动交流是au课程中非常重要的环节。通过在线讨论、小组合作等方式，我与其他同学进行了广泛的交流和讨论，这些互动不仅帮助我答疑解惑，还拓宽了我的思路和视野。在au课程中，我通过学习他人的思路和方法，不断完善和提高了自己的学习策略，并且在与他人的交流中培养了良好的团队合作精神。

### 第五段：结语和展望（200字）

通过一个学期的au课程学习，我收获颇多。我不仅掌握了新的知识和技能，还培养了自主学习和解决问题的能力。在以后的学习和工作中，我将更加注重自主学习，不断克服困难和挑战，并积极参与互动交流，与他人共同学习和进步。我相信，通过不断地努力和学习，我会在各个方面取得更好的成绩，并实现自己的志向和目标。

# 课程总结与心得万能篇四

## 第一段：引言（150字）

近年来，在线学习平台的兴起让人们对于学习的方式和途径有了新的认识。在众多在线学习平台中，Academic Universe（简称AU）因其高质量的课程内容和灵活的学习方式备受关注。作为一个AU的学生，我在过去的几个月里尝试了多门课程，无论是对于我的个人成长还是职业发展，我都受益匪浅。

## 第二段：内容介绍（250字）

AU提供了丰富多样的课程，包括商科、理工、文科等多个领域。每门课程都经过精心设计，旨在提供系统的知识结构和实践操作。我选修了《市场营销基础》、《数据分析入门》和《跨文化交际》等课程。《市场营销基础》课程让我对市场营销的本质和方法有了更深入的理解；《数据分析入门》课程教会了我如何有效地处理和分析大量的数据；而《跨文化交际》课程则让我更好地理解不同文化之间的差异。通过学习这些课程，我在知识广度和深度上都有了很大的提升。

## 第三段：灵活学习方式（250字）

AU提供了灵活的学习方式，允许学生根据自己的时间和空闲程度来安排学习计划。课程的学习材料以视频、文字和实例的形式呈现，使得学习更加生动有趣。同时，AU还提供了在线讨论区和辅导服务，使学生能够与教授和其他学生进行交流和互动。这种灵活的学习方式使我可以充分利用碎片化时间进行学习，提高了学习效率。

## 第四段：开拓视野和思维方式（300字）

AU课程不仅仅是知识的传授，更重要的是通过丰富的案例和

实践操作培养学生的分析和解决问题的能力。在《市场营销基础》课程中，我学会了如何通过市场调研和分析来制定有效的市场营销策略；在《数据分析入门》课程中，我学会了使用Python和Excel等工具进行数据处理和分析；在《跨文化交际》课程中，我学会了如何理解和处理不同文化之间的沟通障碍。这些知识和技能的培养不仅为我的个人成长打下了基础，也为我今后的职业发展提供了宝贵的资本。

### 第五段：总结（250字）

在AU的学习经历中，我不仅仅是被动地接受知识，更重要的是掌握了一种自主学习和探究的能力。通过AU的课程，我不仅提升了专业知识和技能，还培养了批判思维和问题解决能力，更加自信地面对挑战。更重要的是AU的课程开阔了我的视野，让我能够更好地理解和把握当今世界的变化和机遇。作为一个AU的学生，我深感荣幸，并且希望未来能够继续在这个平台上学习和成长。

总结：

AU课程的丰富多样以及灵活的学习方式为学生提供了便利和优质的学习体验。通过学习AU的课程，我不仅提升了专业知识和技能，还培养了批判思维和问题解决能力。选择AU作为学习平台是我职业发展中一个明智的决定，我相信这种学习经历将对我的未来产生深远的影响。

## 课程总结与心得万能篇五

在这次的课程实习中，我们共同整理归类统计，得出了一些数据，虽然在这部分工作中，自己的任务分配不是很多，但是还是体会到了与校外人们沟通交流的乐趣与技巧。下面是本站小编为大家收集整理课程实习心得体会总结，欢迎大

家阅读。

本学期开设的教法课，是我对教师这一行业有了更深的认识，使我了解了更多的教学方法和学习方法，期间先后经历了写说课稿、说课、写教案、交流、试讲、谈论、评课、议课、总结等几个过程。期间老师和同学都给了我很大帮助与启示。我感悟很深，受益非浅。我本次教学实习所作、所见、所感、所得一一回顾和总结如下：老师给我们讲授很多上课的技巧，我真正的感到了“实践出真知”这句话的内涵，自己亲身实践的东西是自己永生难忘的，这也是人类得以生活得更好的根本原因。这次教学法课程实习，我所学到的和感受到的是我终生受用一笔财富。

具体的来说，第一、怎么去写教案，一个具体的教案包括哪些，在写教案时应注意哪些。不同的课题内容选择的教学方法和教具应有不同，教学方法和教具应该选择较适合内容的，有所讲究。

第二、选择多媒体授课时应把课件做好，课件在一定程度上影响着上课质量和效率。本次教学法实习我又重新温习了课件的有些基本做法。在选择多媒体教学时也应适当在黑板上进行板书，这样有利于学生的注意力和积极性以及大概课题内容。

第三、跟小组成员一起讨论、选题、交流、试讲、谈论，我体会到了团结互助是必不可少的，力量的巨大。那种相互信任、诚心诚意的指点不足和怎么改进，我更是感到一种家的温馨。要想干好事得静下心来好好的想和去做，有同伴的一起合作更是有效率和快乐。

第四、经过自己的试讲和同学的试讲以及评课我觉得要想把一堂课讲好应该具备如下内容：讲授者课前好好研读所讲内容，做好分析和写好教案，对问题的分析和讲解应采用一些比较恰当合理的语言以及实例。在多媒体课件方面应以学生

来思考课件怎么做才更容易调动积极性和兴趣以及易懂。在教态方面应以一种平和的一起学习的心态去与学生学习，利用自己的魅力调动学生的学习兴趣，及时鼓励和批评学生，注意语言的圆滑和学生的接受情况。在教学方法方面应尽量采用讲授谈论法、案例分析法、对比法、引导课文教学法。在上课方面应与学生的互动学习，讲课语言修炼和普通话尽量标准，教态要好，给学生有亲切感和老师的样子！

刚开始试讲有些紧张，普通话不标准，只是方面出现了一些问题，教态方面做得不够且有些不自然，黑板板书字迹不工整，我将会在以后好好培养自己。我相信认真用心去好好做了一切都会变得非常容易和顺手。

作为一个学习市场营销的学生，实训操作相比原来那种纯理论性的授课方式，这种方式能让我们更容易去学习它。以前那种理论性的授课方式基本上是老师一讲到底，主观色彩太浓，限制了学生的知识视野和想象创造的天地。而现在的时代需要动手能力强的人才，能真正在社会各个领域里从事高效率的创造性劳动的人。

在本次实训中，我们团队商议着营销的产品，进货地点、产品的性价比及季节性销售较好产品的调查。在最后我们只选取了其中两种产品进行销售，进行卫生用品销售期间，我们也卖过小零食，也在实训末尾做过西瓜生意。

在这次实训中我发现，做市场营销其实就是也是在营销自己，营销自己的理念和自己的人格。做人很重要，不要想着去欺骗你的客户，客户可能会因为相信你而上一当，但是他绝对不会上二次当，你可能会因此失去更多的客户和机会。诚信对于营销者整个的营销生涯中占有举足轻重的作用，无论在什么样的环境下一定要对自己说过的话负责任，诚信也是最基本的人格保证。营销者要和自己的客户真心的交朋友，多了解客户的需要，多站在客户的角度去考虑问题。产品虽然是没生命力的，但是人是有生命力的，人也可以赋予产品于

生命力。一定要注意自己的言行，营销者的一言一行时时刻刻影响着客户对自己的看法，我们的一个微小的动作都可能会使我们成功或者全牌皆输。

成功率会大很多。还有在现代通讯非常发达的今天，一定要用多种渠道去开拓我们的客户，多给自己争取一些机会，营销者才会在残酷的市场竞争中拥有自己的一席之地。

通过实习我明白到：工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中，如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，我牢记一个规则：永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

总之，这次的实训，把书面上的知识运用到了实际，这样不仅加深我们对营销的理解，巩固了所学的理论知识，而且增强了我们的营销能力。通过团体合作，我们懂得了合作的重要性以及懂得了怎样去配合一个团体，这为我们以后面对社会打下了基础。这次的实践经历使我们终身受益，给我们积累了经验，能够让我们更好地面对未来。并且这次的实训给予了我不同的学习方法和体验，让我深切的认识到实践的重要性。

在以后的学习过程中，我会更加注重自己的操作能力和应变能力，多与这个社会进行接触，让自己更早适应这个陌生的环境，相信在不久的将来，可以打造一片属于自己的天地。

本学期我们在老师的带领下进行了市场营销实训，本次实训，我们全班分成了几个小组，小组成员在小组长的带领下分工

协作，共同完成小组任务。

本次实训要求对某个具体行业的行业分析报告，营销环境swot分析，问卷调查汇报，价格策略分析和综合分析五个项目进行调查分析，每位小组成员负责汇报一个项目，其余四位成员负责提供资料。

在这五个项目中，我们每位成员都贡献了自己的一份力量，以下是我在此次实训中负责的工作：

首先，在项目一的行业分析报告中，我们组选择的是彩电行业，然后对其进行行业分析，我所负责的是彩电行业市场现状的资料收集，主要从行业发展历史，市场规模和发展趋势三方面着手，通过网上查阅资料，以及对实体彩电行业的了解，将资料整理归类后提供给此项目汇报人，然后再协助此项目汇报人完成行业分析报告，最后通过走访调查，包括路人调查和登门调查的方式，对整个彩电行业进行行业分析报告。在这过程中，我感受到了集体的力量是强大的，团结就是力量，合作就能成功。

其次，项目二的营销环境swot分析，由于项目一中对整个彩电行业进行了大致分析，所以通过比较，我们选择长虹彩电作为本次swot分析的对象，我们走访了马鞍的长虹专卖店，对长虹彩电的优势，劣势，机会，威胁进行了分析，最后得出应对策略，大体上分为两步，第一，发挥优势，回避威胁，实行产品结构调整，大力开拓高端产品市场，扩大技术革新，增强自身研发能力，减少对国外核心技术的依赖，加强策略联盟，从而达到技术共享。第二，克服劣势，回避威胁，整合优势资源，脱离成长性不强的产业，根据消费者需求层次，进行市场分割，加强长虹品牌建设和售后服务，完善营销渠道，管理层次制定清晰的核心职能定位，加大销售一线的授权，从而加快对市场的快速反应。通过这个项目的资料收集及实际操作，我对整个长虹彩电的营销环境有了一定了解，同时明白了个人的力量是渺小的。

再者，项目三的问卷调查，通过我们小组成员的努力，共同设计了一份完整的问卷，调查范围主要是然后走访校外一部分居民，请求他们帮组完成问卷，最后，我们共同整理归类统计，得出了一些数据，虽然在这部分工作中，自己的任务分配不是很多，但是还是体会到了与校外人们沟通交流的乐趣与技巧。

然后，第四个项目的价格策略分析，我们走访了涪陵的新世纪，苏宁电器，国美，重百的长虹专卖店，通过对同种型号的彩电价格及优惠政策和定价策略进行比较，发现大多数专卖店都选择尾数定价法，这告诉我们，如果以后从事营销工作，应该重视尾数定价法的作用。

最后，综合分析，对整个彩电行业进行了总体分析，然后对长虹彩电进行具体分析，我负责收集swot分析相关的资料。

总之，在整个实训过程中，我们都认真对待每一个项目，力求做的更好，分析更全面。从中，我了解到了企业要想长期稳定地向前发展，应该找准目标市场，注重销售技巧和定价策略，这次实训让我感受到了个人的力量是渺小的，集体的力量才更强大，完成任务的每个成员要齐心协力，团结才是力量。