

测血糖的实训心得(优秀10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

测血糖的实训心得篇一

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字，心得体会写作很重要。怎样写实训总结报告？下面小编给大家带来，实训总结报告，仅供参考，希望大家喜欢！

测量学，相信对于大部分不是此专业人来说都就应明白，这是一项高度要求精确的工作，透过在学校四年期间在课堂上对测量学的认真学习，使我在脑子里构成了一个基本的、理论的测量学的基本轮廓，而此次实习的目的，就是要将这些基础理论与实际的工程紧密联系起来。测量学是研究地球的形状和大小以及地面点位的科学，从本质上讲，测量学主要完成的任务就是确定地面目标在三维空间的位置以及随时间的变化。在信息社会里，测量学的作用日益重要，测量成果作为地球信息系统的基础，带给了最基本的空间位置信息。构建信息高速公路、基础地理信息系统及各种专题的和专业的地理信息系统，均迫切要求建立具有统一标准，可共享的测量数据库和测量成果信息系统。因此测量成为获取和更新基础地理信息最可靠，最准确的手段。测量学的分类有很多种，如普通测量学、大地测量学、摄影测量学、工程测量学。作为建筑工程系的学生，我们要学习测量的各个方面。测绘学基础就是这些专业知识的基础。

够防止误差的积累，及时发现错误，更能够提高测量的效率，避免测量的不准确还要进行重测。即使重测，我们怀着严谨

的态度，错了就返工，决不马虎，。我们深知搞工程这一行，需要的就是细心、耐心、毅力和做事严谨的态度。所以我们一向在克服以前的缺点，一步一个脚印的想前迈进！

从这次实习中我总结出了几点来避免较大的误差，例如：

(1)标尺要立直，尽量避免晃动，有晃动时，就应选取数据最小的时候进前必须将视野的气泡调平(两侧的线重合)，否则造成的误差会很大。

(2)在读取数据时，每位成员都要细心，既要看得准，还要果断，不能犹豫不决，任何一个错误都有可能导致最终的成果的报废。

(3)选点十分重要，点必须要选在有代表性的地方，同时要注意并非点越多越好，相反选取的无用点过多不但会增加测量、计算和绘图的劳动量和多费时光，而且会因点多而杂乱产生较大的误差。

(4)团结就是力量，纪律才是保证经过每个组员的团结工作，在我们组的同学交流测量中的经验时，大家感觉收获都很多，有的说仪器的展点很重要，因为这关系到误差的大小，有的说测量中点不能架设的太远，水准仪施测过程得使用以及架仪器过程中气泡的精确对中和整平，还有就是我们要有一颗爱护仪器的心，对所用的仪器要精心呵护，在学校如此，走上工作岗位后更要如此，这样能够避免一些不必要得麻烦等等吧。

透过实际的测量实习，让我学到了很多实实在在的东西，比如对实验仪器的操作更加熟练，学会了地形图的绘制和碎部的测量等课堂上无法做到的东西，很大程度上提高了动手和动脑的潜力，同时也拓展了与同学的交际、合作的潜力。一次测量实习要完整的做完，单单靠一个人的力量和构思是远远不够的，只有小组的合作和团结才能让实习快速而高效的

完成。从这十天的测量中，更重要的是让我明白了几个重要的人生的道理：

一、人与人之间的协作是相当重要的，如果要是互相配合的话，就会如同一盘散沙一样溃不成军，尤其是在配合如此重要的测量学中。

二、令人难忘的三周的测量实习最后结束了，我学会了很多东西，懂得了很多道理。

我基本掌握了课堂所学的测量学知识，明白如何正确使用水准仪、全站仪测量距离、角度、高差等，还有学会了施工放样及地形图的绘制方法。测量学是研究地球的形状和大小以及确定地面(包含空中、地下和海底)点位的科学。既然是要测量就离不开实践。实践是对测量学知识的最好检验，只凭在课堂上的听课，我并没有掌握很多具体知识，尤其是对仪器的使用更是一塌糊涂。当第一天开始测量的时候，我的心里还一阵阵的发愁：该如何把任务进行下去。当动手的时候，发现其实并不难，听别人一说或者翻阅一下课本，然后自我动手操作一遍，就基本掌握了方法。要想提高效率和测量精度，还要经常练习，这样才能做到举一反三。

我懂得了做任何事情都要认真细致，不能有丝毫的马虎，个性是在使用水准仪，经纬仪这样精密的仪器时，更要做到精益求精。因为稍有差错就可能对数据的偏差很大，更会导致以后其它量的测量出错，最终导致数据计算的错误，比如我们刚开始测量角度时，一个基准点没有瞄准，导致一个角度偏小，然后角度的闭合差也不贴合要求，经过校验，才发现出问题出在哪儿。

一、实习(实训)报告一般由标题和正文两部分组成

1. 标题:标题可以采取规范化的标题格式，基本格式为，“关于__的实习(实训)报告”。

2. 正文:正文一般分前言, 主体, 结尾三部分。

(1)前言: 主要描述本次实习(实训)的目的意义、大纲的要求及接受实习(实训)任务等情况。

(2)主体: 实习(实训)报告最主要的部分, 详述实习(实训)的基本情况, 包括: 项目、内容、安排、组织、做法, 以及分析通过实习(实训)经历了哪些环节, 接受了哪些实践锻炼, 搜集到哪些资料, 并从中得出一些具体认识、观点和基本结论。

(3)结尾: 可写出自己的收获、感受、体会和建议, 也可就发现的问题提出解决问题的方法、对策;或总结全文的主要观点, 进一步深化主题;或提出问题, 引发人们的进一步思考;或展望前景, 发出鼓舞和号召等。

二、对实习(实训)报告的要求

1. 按照大纲要求在规定的时间内完成实习(实训)报告, 报告内容必须真实, 不得抄袭。学生应结合自己所在工作岗位的工作实际写出本行业及本专业(或课程)有关的实习(实训)报告。

2. 校外实习报告字数要求: 不少于800字每周, 累计实习3周及以上的不少于2000字。用a4纸书写或打印(正文使用小四号宋体、行距1.5倍。其余排版要求以美观整洁为准)。校内实习(实训)报告字数要求可适当减少, 具体要求由学院依据课程特点规定。

3. 实习(实训)报告撰写过程中需接受指导教师的指导, 学生应在实习(实训)结束之前将成稿交实习(实训)指导教师。

时光匆匆, 一个星期的实训在不知不觉中已经度过, 在这段日子里, 和同学老师度过了难忘的时光, 尤其是和自己团队里的队友们, 我们一起发现问题, 一起解决问题。其实, 我

们在成长。这次的实训让我们在以后的磨练中可以有更多的知识发展自己。更重要的是让我们从现实的角度去考虑问题，从更加实际的角度去认识问题，这是在大学里学不到的，即使到了社会上也要经历很长时间的摸爬滚打才能弄清楚的。里面包含着很多的艰辛，同时也身受着收获。一个星期可以说是很短也可以说是很长，短的是时间跑的飞快，还没让人感觉出其中的味道出来；而慢的确是那种在实训中困惑与艰辛的体验，让自己明白了自己的一些不够与不足，当然那些实训中出现的问题后来都成了一份份收获与成功的喜悦。

从这一周的实训里面我体会到了销售管理里面的以下几点：(1)市场并进行调研。以市场需求为导向，顺应大形式的发展，充分了解消费者的消费倾向和意图，随时关注消费者意识的发展方向，这样才能真正赢得顾客。要使企业成功，就要充分的了解你的顾客和竞争对手。通过市场调研从潜在的顾客和竞争者获取信息，有了这些信息，就可以围绕产品、价格、地点、促销等四大市场营销要素制定营销计划。因为我们是模拟创业，所以没有时间做市场调研，很多资料只是在网上寻求，但市场调研确实很重要，是开办企业必不可少的工作；(2)结合自己以及市场的具体情况，选准项目。选择的项目既要顺应市场发展，又要推陈出新。在满足消费者基本生活需求的同时，又要满足其对独特和个性的追求。“没有赚钱的行业，只有赚钱的企业”。项目没有好与坏，只有适合与否。(3)选好合作伙伴.无论是选择供货商、投资伙伴、经营伙伴还是技术伙伴，我们都应以真诚、守信、能力强、素质过硬并且实力强大作为选择条件。好的合作伙伴是创业过程中的强大后盾和有力支持。微小企业的人员组成有合伙人、员工、顾问和自己，这些人都会影响企业的成败。要管好企业，就要慎重地选择人员，要明白他们各自的角色和岗位。

通过这次实训，我认识到了要学好销售管理，要注重理论和实践相结合，理论固然重要，但实训操作才能使我们更快的掌握这些知识。

因此，我坚信，只要我用心去发掘，勇敢的尝试，一定会有更大的收获和启发，也许只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多的丰富的知识和宝贵的经验，我会慢慢成长、成熟，我相信不远的未来定会有属于我们自己一片美好的天空。

一、实训目的意义

(一)实训目的

1. 通过实训，培养我们对理论联系实际的理论认知能力，提高我们实际操作水平..
2. 提高学校的就业指导水平。通过安排我们适当的实训，学校可以全方位了解我们的综合素质和能力水平。
3. 提高对学校对自身教学模式、方法的认知能力。了解到学校、各系开设的课程是否适合社会的需要。从而更便于课程设置。

(二)实训意义

1. 我们理论和实践相结合的理念得到深化。通过实训，我们更好了解与我们以后 工作相对应的工作。
2. 通过实训工作，全面认知所从事行业、岗位需要具备什么才能，自己做得怎样，是否符合自己的兴趣。如果符合，自己将从哪几方面努力。为自己将来的职业生涯规划作好承前启后的准备。如不符合，分析原因，是否可以通过实践改变，慢慢培养兴趣，如实在失之甚远，可以通过此次实训收获其他方面的所得，比如人际关系的处理能力，工作能力的提升，心理承受能力的加强，这些东西对今后的发展有着比较重要的影响。

3. 通过实训，可以全面了解自己解决问题的能力，自己的性格之中有那些需要改进的地方，知道自己适合什么行业发展。怎样培养独立办事和团体协作的能力，做到二者的辩证统一，以便适应今后工作的需要。

二、实训时间、地点、单位和部门

(一)实训时间

1. 20__年4月16--27日，仿真实训。

3. 4月24日空一天，在宿舍完成第三份项目报告。

(二)实训地点

1. 实训地点：材料系机房

三、实训内容

(一)写三份项目报告

(二)熟练十六个故障处理

四、实训心得

(一)实训让我学到的东西

1. 学会了如何调整自己的心态去适应压力比较大的工作环境，作为组长要懂得如何进行小组分工，如何让组员们通信协力去较好的完成任务。但是来自各方面的压力只有亲身体会过的同学才会了解。写报告需要搜索个方面的资料，需要具备细心谨慎的工作态度。因为每天面对电脑，有太多的辐射，所以心理上会有点不太愿意对着电脑，可是我们要学习更多的知识，只好努力的去做，做累了，我也有点爱玩，就上网着玩玩与课程不相关的东西了，正因为我们这样，老师希望

我们可以学习更多的知识，有空时就会时不时的来看看我们在干嘛，从实训中更多的还是学会如何自控！

都是值得听取的。有则改之，无则加勉。以后在工作中遇到不会的该怎么办了，或许这些都是工作中经常要面对的问题。别人笑话你，是因为你本身有问题，如果你巧妙的应对，相信他也没办法刁难你了。当然了，过后自己还是要从中吸取一些教训，扩大自己的知识面，广泛阅读，才不致招致笑话。假如不是自己的过错，就当笑话，不必当真。

(二) 自身方面

1. 从实训中全面分析自己，自己有那些地方做得比较出色，那些地方还有待加强。通过实训，我觉得今后我需要加强心理素质的训练。对一些来自外界的压力舆论要有一定的承受能力。自己的那些缺点是需要改正的就要努力改正，实在改正不了的，如果无伤大雅，就不必刻意要求。对自己的优点和擅长的方面，要有足够的自信，只有这样，今后做任何事情，无论生活上、工作上或者学习上都是有莫大帮助的。

2. 加强实际操作能力的培养，今后多多参加社会实践活动。像我们面临就业的毕业生，更加要积极投身于社会的大家庭里，做好吃苦耐劳的准备。调整自己的目标，使自己的目标和现实相对一致，不好高骛远，不坐享其成，脚踏实地地去工作，为自己今后的生活作好铺垫。

3. 我们应该养成吃苦耐劳，勤奋好学的习惯，实习期间踏实做好本职工作，利用实习的空余时间学习一些实习期间应该掌握的本领。以提高自己的综合素质。

4. 善于总结经验教训，通过实训发现问题，解决问题，为今后的职业生涯扫清一切因自身原因产生的障碍。

五. 实训建议

如条件许可，尽可能多开设一些专业性较强的、较能适应社会发展需要的专业。或者实习实训地点多样化。

以上就是本人的实训报告和一些心得体会。如有错误或不当之处，恳请指导老师指正，谢谢。

在这次为期一周的电子电工实训中，我确实是学到了很多知识，同时也深刻地了解到实践的重要性。通过这一次的电子电工实训，增强了我动手操作的能力，体会到“学以致用”的深切含义。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手能力不够强，结果把电路接成短路，还好因为电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。而通过这一次的电子电工实训，我就掌握了日光灯电路的安装，学会了白炽灯的两地的控制方法。更主要的是，我还学会了电路的接线及检查的方法。

在后面的单管放大电路的实训项目里有用到了一些常用的电子元器件，所以通过了实训，我能够识别相关的电子元器件，如电阻器、电位器、电容器、三极管等常有的电子元器件。知道了它们的形状、它们的分类、它们的型号规格、它们的用法以及如何检测这些电子元器件的好坏。

这一周的电子电工的实训，也培养了我的胆大、心细、谨慎的工作作风。由于电路是要通电的，所以就要讲求用电的安全，配线进灯座，开关是灯芯千万不能裸露在外。也要求操作的时候要心细、谨慎，避免触电及意外的受伤。在后面的实训中用到了电烙铁，也学会了电烙钱的正确使用的方法，避免意外的受伤。

才会得到，有思考，才有收获，也就意味着有提高，增强了自己的实践能力和思维能力。所以在这里我想感谢给我们授课的老师，谢谢您的耐心教导，也感谢学校，给了我这么一个实训实践的机会，使我懂得了许多课本上体会不到的东西。

对大学生而言，我们在学校里面不仅是学到理论知识，更重要的是锻炼自己接触社会、提高自己的实践能力，把平时学到的理论知识应用到实际中去。而实习正是学校为了这个目的而安排的课程，我们在大三的实习内容是测量实习。通过四个星期的实习，我们学到了很多知识，更重要的是我们在实习中更加巩固了我们的测量理论知识。

我们在这四个星期里，先后对控制测量、地形测量、定测和桥控测量进行了实习。在实习过程中，我们遇到了许许多多的问题，但是在老师的认真指导下、在同伴们团结合作与努力钻研下，所有的困难都被我们一一克服了。

在以往的实习中，我们只是去实习现场听老师讲解，回来以后根据老师讲解的内容写下相关的报告。但是在这次的测量实习中，很多情况下需要我们自己熟练测量的相关理论和原理，然后通过现场实践，自己摸索，最终去掌握测量工作的真正内涵，达到实习的真正目的。由于很多情况使我们以往很少遇到的，因此我们都觉得这次实习是特别辛苦的。

我们遇到问题因此也比以往的实习要多得多。有好几次，我们因为种种问题，导致测量的结果与要求相差很远。我们因此产生了沮丧的心理，但是随后我们又会重新振作起来，积极地寻找问题、并解决问题，获得相应的经验。比如在做最后一周桥控测量的任务的时候，我们前两天因为不是所有人清楚测量的原理，还有在计算过程中计算器和仪器操作出现了一些问题，导致我们在最后的结果与要求有很大的差距。最后通过一遍遍的演算和认真的分析，我们最终还是按时把任务完成了。

在测量的这四个星期里，我们几乎没有几天是能够按时就餐的：每天中餐常常在一点以后，晚餐也是在六点以后。有时候我们还得把饭带到测量现场吃，因为这样能够减少去吃饭过程中消耗的时间，提高了效率。

我们组的成员们彼此间存在许多不足，因此每当任务派下来，虽然我们都积极应对，但是相对其他一些队伍，我们总不是第一个完成任务的，但是，我们遵循着“笨鸟先飞”的理念，用的时间虽然长一些，我们每天早出去一点、晚回来一点，所以我们每天都按照计划完成了任务。有时候，就算下着雨，我们也一边打着伞，一边继续我们的测量外业任务。对我而言，最辛苦的是第二周的地形测量和第四周的桥控测量。因为在这一周的测量中，我负责的是每天的草图绘制与晚上的数据整理，还有最后的出图。因此在第二周，我们的测量持续了六天，而且每天都是早上八点出门，晚上六点才回来，而且晚餐以后就要进行数据整理，常常因此持续到晚上十二点。所以那几天里面我根本没有多少时间休息。虽然累点、辛苦点，但是这几天却是我充实的几天。因为在这几天里面，我学到了很多不仅在外业测量方面的知识，而且还学到了很多关于cad软件操作的知识以及测量有关的计算机处理软件的知识。

在实习的过程中，指导老师吴祖海老师给了我们很大的帮助，每次我们遇到自己难以解决的问题打电话向他寻求指导的时候他总是会很有耐心地为我们解答。吴老师在很多细节上也很关心我们，比如他知道我们测量的辛苦，因此每次总是自己亲自来到我们寝室为我们解答疑难问题。这样免除了我们白天在外面走动，晚上还要去教室的辛苦。

实习的过程是很辛苦的，但是我们在实习中巩固了理论知识，也使我们更加熟悉专业的实际操作。尤其在老师的指导和同学们的认真学习下，我们这次的测量实习获得了圆满成功！

测血糖的实训心得篇二

第一段：介绍涉税实训背景和目的（字数：100）

涉税实训作为财经类专业学生必修课程中的一项重要内容，

旨在提高学生的税务意识和能力。在过去一学期的实践中，我有幸参与了一次精心设计的涉税实训，并提交了相关的实训报告。在这篇报告中，我将分享我的心得体会，让读者了解到涉税实训对于学生的培养和成长的重要意义。

第二段：总结实训过程和收获（字数：200）

在涉税实训中，我们首先进行了相关理论知识的学习，包括税法法规、税务政策和纳税人义务等。通过上课讲解、案例分析和小组讨论，我们掌握了税务基本概念和核心原则。接下来，我们组成小组进行实际案例分析和解答，模拟了真实的纳税人情境。在这个过程中，我们需要深入挖掘纳税人的信息，寻找可能存在的问题，并提出合理的建议。通过与小组成员的合作和讨论，我们增强了团队协作能力和问题解决能力。

在实训过程中，我感受最深的是税务管理的复杂性和重要性。税务政策的频繁更新和变化给纳税人带来了很大的挑战，而合理遵守税法法规和及时申报纳税则是每个纳税人应尽的义务。通过实训，我更加明确了纳税人的合法权益和责任，并意识到纳税人对于国家经济发展的重要贡献。

第三段：解释实训中遇到的困难和应对方法（字数：200）

在实训过程中，我也遇到了一些困难。首先，纳税人信息的获取和整理需要耗费大量的时间和精力。有时候，我们需要花费几个小时甚至几天的时间来研究一个纳税人的涉税情况和税务问题。其次，税法法规的解读和应用也需要一定的专业知识和实践经验。面对这些困难，我采取了一些应对方法，如利用网络资源进行信息收集、与同学和老师进行讨论和交流等。通过不断的学习和实践，我的能力得到了相应的提高。

第四段：总结涉税实训对于学生的重要意义（字数：300）

涉税实训的重要意义不仅仅体现在学生的知识和能力培养上，更重要的是让学生在实践中感受到税收对于国家经济和社会发展的重要性。税收是国家财政收入的重要来源，也是政府运行的重要基础。通过实训，学生可以深入了解税收的本质和作用，增强财务管理和税务风险意识。

此外，涉税实训还培养了我与同学们的团队合作精神和沟通能力。在小组合作中，我们需要互相倾听、讨论和协商，共同解决问题。这种团队合作能力在今后的工作中也是非常重要的。

第五段：总结个人收获和展望未来（字数：200）

涉税实训不仅让我学到了专业知识和技能，也让我认识到税收对于国家发展的重要意义。在未来的工作中，我将更加注重税收政策的学习和应用，提升自己的税收管理能力。同时，我也希望能够为纳税人提供更好的服务和咨询，帮助他们合理遵守税法法规，减轻税收负担。

总之，涉税实训报告是我在大学生涯中的重要一环，通过实训，我不仅获得了专业知识和实践经验，更重要的是培养了我对税收的认识和责任感。我相信这次实训对我的个人发展和未来职业规划将产生深远的影响。

测血糖的实训心得篇三

在大学学习期间，实训是一种不可或缺的环节。在实践中，我们可以将所学理论应用到实际中，从中获得更多的经验和知识。在税法实训课程中，我有幸学到许多实用的税务知识，让我更加深入了解税收法规的相关内容。今天，我将分享我的实训税法心得体会报告，希望能帮助更多的人加深对税收法规的认识。

第二段：申报流程

税务申报是纳税人在规定时间内必须向税务机关报送的纳税申报表，反映了纳税人应纳税款、已缴税款、应享受的税收优惠等情况。在税法实训中，我们通过模拟的方式了解了申报流程。我们需要就业或兼职的学生作为例子，填写收入申报表和预扣预缴申报表，并根据个人实际情况填写一些相关信息。通过这个实践，我深刻意识到了税收法规对我们生活的影响，更加清晰地了解申报的流程和具体操作方法。

第三段：税务筹划

税务筹划指的是依法合规的方式，稳妥地应对税务管理中的各类风险，减少税负和税务风险的方法。税务筹划需要充分了解国内的税收法规和政策，确定最优的税务方案，以达到合法减税的效果。在税法实训中，我们通过案例学习了解了税务筹划的具体方式和方法。例如，我们应根据自身经济情况和财税法律法规规定，合法利用抵扣、扣缴等税收措施，达到节约税费的效果。

第四段：风险识别与防范

税务风险指的是个人或公司在税收申报和缴税过程中可能面临的种种财务风险。风险可能来自申报的流程、税务机关的行为，也可能来自个人或公司的错误和疏忽。为了防范税务风险，在税法实践中，我们学习了如何识别并防范相关法律风险。比如，在进行股权转让时，需要对参与方的税务情况进行全面了解，以避免税务纠纷。

第五段：总结

税收是国家收入的重要来源，也是一个行业专业。税法实训的过程中，我不仅了解了申报流程、税务筹划、风险识别和防范等方面的知识，更加清晰地认识到了税收对我们生活的影响。在未来的日子里，我会继续学习和深入研究税收法规，为国家和社会的发展做出自己的贡献。

测血糖的实训心得篇四

上班第一天。早上在24楼旁边的工厂门前集合之后。其他人四散而逃。我们则迎难而上。车工去了呀！！进入车间后，我们有一大感觉：天大不愧是最好的工科院校之一。外表看上去再烂的东西也可以用（而且一般好用）。外面看上去破破烂烂的窗子，灵活度不次于宿舍里的新货。且由于这种窗子几乎是我们从未见过，更增加了惊异性与新奇性。走到车间中间，爬在盛放各种车刀与各种精美工件的“橱桌”之上聆听师傅的教诲。师傅说的第一句话让人永远记得：车工是最危险的。一上来就让你们遇到了。所以一定要注意安全，女生一定要戴安全帽（即军训的帽子）……。这一通好吓！令花容失色，草容扭曲，一颗颗小心脏都惴惴不安。等到分组就都作鸟兽散了。本散人和其他7个人有幸分到了一起，跟随孟师傅。师傅其人身量不高，只是哪里都是圆圆的。除了小平头和脚底板是平的之外，整个人身上的线条几乎均为弧形。用一种大不敬的比喻（注：一般对老师的形容都多少有些不敬。但请各位相信这些老师身上都有许许多多值得尊敬和学习的。下同）像一个枣核。而且与大多数害怕的小人物（我们）不同，师傅一身短打扮，恤，凉鞋。也着实让我们安心不少：毕竟从师傅身上可以看出他并不恐惧。有师傅在，我们怕谁？？！师傅一开口，天津话，亲切。更增加了我们的信心指数。在听过了车床的介绍后，分配车床，开始练习摇床子。3个方向，3个手轮。开始了第一次与机床的亲密接触。本人有幸分到了6号床子（顺利的开始）十分好用，陪我度过了幸福的四天。满意度90，软肋是车刀。前5分钟，摇啊摇；后5分钟，窜呀窜。我们就开始比较床子的新旧，手轮的手感。仔细一看。好么，8张床子居然有4种。虽大同小异但比较是万万不可少的。还好，师傅跟了足够的时间。让我们逐个一试。大约30分钟之后，真正的干活开始了！美！

首先是师傅给表演钻孔，切料。做为第一个吃螃蟹的人，我经历了一次钻孔和一次切料。几乎不费力气。看到平时被认为高不可攀的钢铁居然这么容易加工，真还有点接受不了。

之后分发材料，回到各自的床子上开始干“私活”。先车榔头把。经历了先粗车再精车还要花半小时窝着腰一动不能动的车一个锥体的过程。我们的腰和腿都通过了考验。不易啊!!! 大约经过了2天半的时间。我们的榔头把完工了（我们组还有我的袖珍型和另一同学的创意型两件次品。但都有可看性。如想知具体症状请拨168477）。都是心血啊!

之后进入真正的私活时间。我们每个人要做一个桌虎钳的一部分。老师把最难的两个零件分配给了两个叫器要最简单零件的人（这种分配方式得到了大家的认可）开工!! 我们做每个零件的时间都很短，可是时限很长。于是余下的时间我们就讨论了到处去吃的问题。从天津到福建说遍了天下美食。让我们劳累了4天的双腿（我就不解释了）和痛苦了许久的肠子（因为机油的味道很恐怖，所以吃不下饭，所以肠子痛苦）得到了精神上的慰藉。车工，拜拜了!!

第5天。我们告别了已经熟悉的车工。到了一个（应该是有4个）新的工种。我们先去锻压。走进锻工教室，看到墙壁上的火炉，地上的树墩和其上的铁砧马上就产生一种干将莫邪的雄壮，又看见巨大的机器，不知为什么又有一种纣王炮烙的恐惧。加上房子太高，又感到阴风阵阵。所以所有女生都希望碰到一个有正气的老师。庆幸。老师大方脸。有诚恳的眼神。一看到他，大家就有一种暖阳阳的感觉。在加上老师略有些口吃，更拉近了他和我们的距离（您了见过那个鬼是口吃的不过侃归侃，从老师上课时比聊天时口吃程度低的多这一现象就可以看出老师废了多少心!! 肃然起敬）。先上课。那1300~850的温度，把那些鬼感一扫而净。大家都感觉火红嫩黄的铁水在自己眼前流来流去。怕怕。之后老师又点燃了旺盛的炉火，关于铁水的想象就一下子变成了美味的烤鸭。（这俩小时，真是对我们的想象力的一次重大考验。）紧接着，各种规格的空气锤和冲压装置依次启动，让人感受到雷声隆隆，炮声阵阵，无一例外。其中最大号的空气锤开动的时候：它在颤，墙在颤，地在颤，我们的心也在颤。我脑中在那时那刻只有一个念头：我们的地基打的是否够扎

实?! 这种感觉就像是经历了一部恐怖片的洗礼(不要笑我没见过世面。因为真正的工厂中的机器比这可“恐怖”多了)。当然,会有苦尽甘来的时候。我们马上就要打铁了!! 一个小炉里烧一块圆铁。我们要做的就是抡起大锤,尽自己所能,把它凿成方的! 我们一个个都变成了米兰的小铁匠,叮叮当当。这可真是说起来容易做起来难。这锤抡的高,则砸不到;抡的低,则砸不深。砸了一个上午,其中一头可算是有了方的意思。下午,在空气锤的镇压下,我们的小方头在几秒内,变成了小方身。看着师傅的表演,我们的心中只有钦佩。经历了一下午从高温炉中取棒和在气锤上翻来覆去的砸的练胆子过程(因为有师傅在看着,所以是练胆子,如果没有师傅,就是玩命)。我们对老师的钦佩升级到了崇拜。谁说工人们没本事? 你有本事就在回三次火的时间内把铁砸好! 还砸呢! 吓就吓死你!!

第6天。我们去焊接。更恐怖了。上午破天荒的讲了一上午课。我就断定是山雨欲来风满楼。果然。下午一上来,我们就戴上面具,要亲自电弧焊了!! 这其中的害怕自不必细说,单就是面具上那一块只能看见超亮的电弧的防护玻璃,就够我玩的了。因为本人的电弧焊根本就没焊成直线(全是焊点,大家到时候自己体会就可以了)所以就不多说了(呵呵,不要打我)。我说气焊。气焊比电弧焊更加生猛。因为电弧焊最起码还有面具和手套,而气焊根本就不让用!! 并且要先把片烧化,在往里添焊条。每添一下,都有火花缤纷飞舞。真是事可忍孰不可忍!!! 所幸本人在车工中已经被烫过了一次,不在乎这第二会,博得老师一夸也算值了!!! 不过最让人不解的是这么危险的工种居然是女老师!!! 真是的! 在下午下班前我们又听了冲压的介绍。真的感觉,工人们太危险了! 向工人师傅们致敬!!!

第7, 8天。真真的铣了! 本以为所谓铣工,就是在有水的介质中进行精加工。到那一看,满不是那回事!!! 一样是锋利的刀具和大同小异的车床。但不同的是车工是刀动,铣工是件动。而且可以加工平面。本因为自己加工的东西以后回

自己用，所以我们精铣了一个个零件，全部都是百分之一百二的准确度。乞求好运！！！

在电焊的时候，我们去现代加工的地方，那里干净是干净，但是有一种特殊的气味，让我这种对怪味特别敏感的人受了大罪。所以多少有点排斥。无奈啊！！也得去里面过四天啊！第一天是数控铣。内容很无聊。但师傅很有趣。有两个师傅盯我们。一个是男的：身量不高（最起码不会比我高）。有一个突出的特点的是腰围比裤长要长！！！！并且长的想我一个以前的同学（男）和那威结婚后生下的孩子！！！！还戴一大眼镜。另一个是女的：怎么也有一米七，四肢像是用骨头直接插成的。五官清秀。十分和蔼。有这么两个老师，我们的一天半数控铣过的很充实。并且我回永远记得男老师的幽默，渊博与女老师的耐心，细致。一天半后，我们被转送到数控车。这里有四个老师，两男两女。我无缘与美女在一起，只的比较两男人（我本来是想说帅哥的，可是，我诚实……………）。一个老师年轻，一个老师中年；一个老师难看，一个老师好看；一个老师系统，一个老师谨慎。归纳如下：一个老师大约20多岁，身高180cm有余，身材匀称，只是一张青春脸（青春痘雁过留痕）加大翻唇，小眼睛，让人不敢直视。不过声音极好（是我们许多男生女生所公认的），讲课也十分系统。另一个老师大约40出头，身高也就170cm□好在不很胖。不过有大眼睛，高鼻梁和严谨的讲课风格。由老师，我们得出一个结论：当上帝从你那里夺去什么的时候，必然回让你得到什么。（有哲理吧？）。之后是线切割。只有一个看上去很温和的女老师。我在她的耐心指导下做了一个很可爱的小海豹。感激。不过这四天总的来说动手性不强，颇有些纸上谈兵和领会精神的感觉。如果就此作结，我想我会失望的。

看电视上的人做陶艺做的不错，千万不要往铸工上联系。铸工就是挖砂。小时玩泥巴的高手（本散人）在看见砂铰子知后，还是惊出了一身冷汗。想不到挖沙也能挖是那么高级。上午是做一个最简单的模具。由于不知道这里的砂还有种种

添加剂，所以生怕弄的太松，掉出来。结果是什么？结果是弄的跟砖头似的，就差送去烧了！！在被老师指正后，下午的挖沙造型中弄的还不错。不过经过了一次返工。唉，谁让我要求要求那么高呢！！有啥辙？？然后是上两天课，冲了我实习的雅兴。回来之后是铸小飞机。我的飞机是先天不足。因为在老师给起模的时候就因为太潮湿给掉了一块。还是因为砂子湿，很可能有气孔，真怕弄出个又有气孔又有砂眼还有增生的怪胎来！！并且最有作用的泥号，还让我做的太单薄了。真要是弄出个废品来，那可咋办啊？？！！上午浇了铝水（我本来以为是大家搬着各自的模具到一个大炼炉那里“领取”铝水，谁知道是老师拿着一个长把小桶，把不冒火也不冒烟只冒难闻气味铝水浇到你做的小模具中，白让我害怕和激动了半天），下午我就去热处理了。热处理没什么意思，最有趣的是把自己的小榔头头处理了，让它真正可以砸钉子了。有意义！只是弄的较黑像是刚从非洲回来罢了。第二天回来拆小飞机。打开一看，还真不错！表面匀称，没有气孔，合箱准确，就是毛刺太多。没啥，自己做的，看着就是舒服！！然后做分模造型。我和一男生一组，一举夺得了95分的桂冠（真的是最高等级）为实习画上了一个圆满的句号。

测血糖的实训心得篇五

实训，即“实习(践)”加“培训”；以下是相关与实训报告心得体会范文。

通过这两周的实训，我们学会了手持编程器的编程方法，编入、写出、删除及修改都会了。

在以后学习过程中希望大家多多提点。我和倪泽旭主要负责程序设计和调试。

第一个项目比较简单，只有一点小问题，和快我们就解决了。

第二个项目相对于第一个来说复杂了很多也难了很多，也是我们第一次真正接触并使用三相交流发电机。

在梯形图的编辑上出现了很多问题，导致第一次调试的失败。

在一次完整运行成与重新启动运行之间的循环出现一点问题，经过我们对梯形图的监控检查，发现循环与上面编程有点冲突，后来我们调整了一下，调试终于成功了。

接线方面，在星三角转换的上遇到了困难，经过我们不懈努力最终成功了。

通过这次的实训使我们学到了很多，同时也让我们意识到我们要学的更多。

从程序的设计到编写、画图、调试、修改、完善、到最后的实训报告，每个人都付出了时间和精力去做好自己的任务帮助队友，所以团队的合作和队友之间的相互协助非常重要。

通过实训让我们更深一步的对自己的专业，对自己的能力，对自己所学的有正确的认识，并且能在以后的学习工作中不断提高和完善自己。

实训台上的接线我们比较乱，这也是我们接线检查困难的主要原因，才导致出现了一些接线问题。

总的来说，这次实训还是比较成功的，无论是个人动手能力还是团队协作能力都得到了很好的锻炼。

在实训过程中老师也交给我们很多简单实用的技巧。

我们也学到了，做好做对一个项目固然重要，同时美观程度也是必不可少的，无论是从参观者的角度还是自己看的角度

都很重要。

通过此次短暂的课程设计，我深有感触。

从一开始的构思再到今天写下这份总结。

期间时间虽短但是也学到了不少的知识。

在实训的刚开始构想只有大体的思路，忽略了一些细节，因此在我真正做设计网络方案时发现有很多错误，有的时候要解决一个错误反反复复会花上很多时间。

在做的过程中，也会有很多意想不到的错误，其中有的错误到最后解决的时候却是发现犯得很幼稚，不过这样的错误多了，在不知不觉中对一些命令知识分外的熟悉了起来，并且自身的排错能力也得到很大的提高。

此次的网络方案设计，让我第一次摸索网络的需求去搭建一个符合要求的基本的网络，在设计过程中总是会遇到一些很小的问题，虽然不明显，却可以影响到整个网络的安全运作。

这样一个小小的网络，却是通过一次次的搭建，修改之后的结果，真是令人感慨万千。

第一次的方案设计虽然有所困难，却也使我更加深入的了解各个设备的如何搭建能使网络变得更加安全，更加快捷。

并将平时所学的知识第一次融会贯通。

也明白了设计一个网络是需要花费很多精力去构思的，其间的财富是任何时候的上课实验所不可比拟的。

在这次实习过程中，我发现平时学习的知识与实践环节所用的有一定的差距，往往我觉得自己掌握的很好或者自认为熟练的技术却在本次实践环节中往往出问题，书本上的知识

只提供方法的借鉴，实践中自己必须摸索出适合具体工作的方法，这一切都离不开钻研精神与勤学好问的精神。在人与人相处过程中我收获更大，首先要谦虚谨慎，不能自以为是，认为自己懂得很多，而仅仅埋头苦干，而不向他人请教，工作不但是实践与应用的过程，同时也是学习的过程，我们必须加强与他人的沟通学习，以便获得与他人的交流。

这次网络工程的方案设计让我把属于这方面的各个知识点从各方面收集过来，根据网络要求设计了拓扑图，完成后台的配置，在进行一遍一遍的测试，仔细的编写文档。

在完成的过程中去完善更多的方面，使设计的网络一点一点安全与规范起来。

并且我在这6个星期的实训里，让我知道还有很多地方的不足，还有许多的技术等着我去摸索，等着我去学习。

这次课程设计的时间很紧迫，再加上各方面的经验不足，也遇到很多问题，虽然我通过网上查询，咨询同学去解决我以发现德问题，但我知道这个网络还有很多地方没有完善，希望老师能谅解。

但是总的来说，这次课程设计对我很有帮助，让我获益匪浅，使我在这方面的知识有了不小的提高。

通过实训中心老师的课堂讲解与企业化标准的培训，使我加深了对自己专业的认识。

从而确定自己以后的努力方向。

要想在短暂的实训时间内，尽可能多的学到东西，就需要我们跟老师或同学进行很好的沟通，加深彼此的了解。

只有我们跟老师多沟通，让老师更了解我们，才能跟真切的

对我们进行培训工作。

由此，班级的文化“共享”就在生活中慢慢形成了。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行！”在这短短的时间里，让我深深的感觉到自己在实际应用中所学专业知识的匮乏。

让我真真领悟到“学无止境”这句话的涵义。

而老师在专业认识周中所讲的，都是课本上没有而对我们又非常实用的东西，这又给我们的实训增加了浓墨淡采的光辉。

我懂得了实际生活中，专业知识是怎样应用与实践的。

在这些过程中，我不仅知道了职业生涯所需具备的专业知识，而且让我深深体会到一个团队中各成员合作的重要性，要善于团队合作，善于利用别人的智慧，这才是大智慧。

靠单一的力量是很难完成一个大项目的，在进行团队合作的时候，还要耐心听取每个成员的意见，使我们的组合达到更加完美。

这次实训带给我太多的感触，它让我知道工作上的辛苦，事业途中的艰辛。

让我知道了实际的工作并不像在学校学习那样轻松。

人非生而知之，虽然我现在的知识结构还很差，但是我知道要学的知识，一靠努力学习，二靠潜心实践。

没有实践，学习就是无源之水，无本之木。

这次实训让我在一瞬间长大：我们不可能永远呆在象牙塔中，过着一种无忧无虑的生活，我们总是要走上社会的，而社会，就是要靠我们这些年轻的一代来推动。

这就是我们不远千里来实训的心得和感受，而不久后的我，面临是就业压力，还是继续深造，我想我都应该好好经营自己的时间，充实、完善自我，不要让自己的人生留下任何空白！

实训中除了学到不少专业知识，也了解一些社会的现实性，包括人际交往，沟通方式及相关礼节方面的内容，对于团队开发来说，团结一致使我深有体会。

团队的合作注重沟通和信任，不能不屑于做小事，永远都要保持亲和诚信，把专业理论运用到具体实践中，不仅加深我对理论的掌握和运用，还让我拥有了一次又一次难忘的开发经理，这也是实训最大的收获。

现在我对“一个人最大的财富是他的人生经历和关系网络”这句话非常的有感情，因为它确实帮了我们不少。

除此课本上的知识毕竟有限。

通过实训，我班同学都有这样一个感觉，课本上的理论知识与实际工作有很大差距，只有知识是远远不够的，专业技能急需提高。

从最初的笨手笨脚，到现在可以熟练的按照流程开发软件，这都与我班每个人的努力是分不开的。

十个月的实训，教会了我们很多东西，同时也锻炼了大家踏实、稳重的能力，每个人都很珍惜这来之不易的实训机会。

在实际工作中经常会和不同的人打交道，然而他们的态度是不可恭维的，你会感觉到他的不耐烦以及他的高傲，所以这就需要学会沟通的方式及说话技巧，学会灵活面对。

通过这十个月的实训，我班同学都收获颇丰，总体来说对这

次实训还是很满意的。

尽管实训很累，每天早出晚归。

但真的很感谢学校能够提供我们这样好的实训机会，以及东软给予我们的实训平台。

我们深刻的了解到，只有经历过，才知道其中的滋味。

对于我而言，喜欢体验生活，可以说通过这次实训，真真切切的让我了解了什么是软件开发，什么是软件工程，让我对于软件最初的观点也有了本质性的改变!程序员不仅仅是一份职业，更是一份细心+一份耐心+一份责任心=人生价值的诠释。

即将走向工作岗位的我们更要不断加强自己的专业技能，社会不会要一个一无是处的人，所以我们要更多更快的从一个学校人向社会人转变。

为此我们将会在今后的日子里继续努力，不断激励经验，不断磨砺自己，早日走向工作岗位。

测血糖的实训心得篇六

在医学教育中，实践训练是至关重要的一环。而灌肠是医学相关专业学生必备的基本技能之一。通过灌肠训练，学生可以理论与实践相结合，提高对于医学知识的理解与应用能力。在本次实训中，我有幸参与了灌肠实训并取得了一定的成果。在此，我将分享我在实践中的心得体会。

第二段：实训流程及技巧

实训中，我们首先学习了灌肠的基本流程和相关技能。在实践中，要保证灌肠的顺利进行，首先要掌握正确的操作方法。

在患者准备阶段，我们需要确保患者先前已经排空肠道，然后让患者取左侧卧位。接下来，要准备好灌肠器材，并为之消毒。在操作阶段，我们要使用适当的姿势使患者舒服，同时取得较好的灌肠位置。在灌肠时，要保持适当的压力和速度，以避免不舒适感或损伤。最后，我们要清洁电陶瓷或胶套等物品，恢复原样并记录操作过程。

第三段：实训中的挑战

在实训过程中，我遇到了一些挑战。首先是患者的不适感。灌肠过程中，有些患者会感到不舒服或疼痛，这是因为肠道受到刺激或不熟悉操作所导致的。在这种情况下，我需要密切观察患者的反应，并及时采取措施减轻不适。其次是操作技巧的掌握。灌肠需要精确的手法和熟练的操作，这对初学者来说是一项挑战。我通过反复练习和观摩他人的操作，逐渐提高了自己的技能水平，并逐渐增强了对灌肠操作的信心。

第四段：实践中的收获

在实训中，我不仅获得了灌肠技能的提高，还对临床实践有了更深刻的理解。通过观察和操作，我更加了解了肠道解剖、生理和病理变化与灌肠操作之间的关系。我懂得了如何根据不同患者的情况进行个性化的操作，并加强了对于患者安全的重视。此外，实践中我还学会了与患者进行有效沟通，以提供更好的护理服务。在实训中，我也与同学们合作，通过互相学习和交流加深了对于团队合作的认识。

第五段：总结

通过这次灌肠实训，我不仅掌握了基本的灌肠技巧，而且学到了更多的实践经验和专业知识。同时，通过与患者和同学的互动，我进一步了解了自己在临床工作中的角色和责任。灌肠实训让我受益匪浅，我相信这将对我的未来医学生涯产生积极的影响。我将始终保持学习的态度，不断提高自己的

技能水平，以为患者提供更优质的护理服务。

测血糖的实训心得篇七

涉税实训报告心得体会是我在大学期间进行的一项实践活动，通过参与实践，我深刻体会到税收在现代社会中的重要性以及涉税工作的复杂性。在这次实践中，我对涉税工作的技能和知识有了更深入的理解，同时也发现了自身的不足之处。通过反思和总结，我深刻感受到了自我提升的重要性，也意识到在涉税工作中需要不断学习和发展的能力。在此，我想分享我的心得体会。

首先，实践活动让我充分认识到税收对于国家和社会发展的重要性。在实践过程中，我发现税收是国家实施宏观调控的重要手段，通过税收政策的制定和执行，可以引导社会资源的优化配置，推动经济的发展。税收对于国家财政收入起到了至关重要的作用，能够维持国家公共事务的运行，推动社会事业的发展。了解和掌握税收相关知识，可以更好地为国家做出贡献，为社会发展尽自己的一份力量。

其次，实践活动让我认识到涉税工作的复杂性和细致性。在实践过程中，我深刻体会到了税收工作的繁琐和复杂性。涉税工作需要关注众多的税收政策，了解和掌握税法的实施细则和技巧，同时处理大量的税务文件和数据。税务工作的细致性也是不可忽视的，一份漏报或错误的税务报告可能导致巨额的罚款或其他法律责任。因此，在涉税实践中，细心、严谨以及耐心是非常重要的品质。

然后，实践活动让我意识到自身的不足之处并激发了我进一步学习和提升的动力。在实践过程中，我发现自己在税收政策和税务处理上存在一些理解上的模糊和技能上的欠缺。而这些不足不仅会导致工作质量的下降，还可能对个人和单位造成损失。因此，我决心要进一步加强学习，不断提升自己的综合能力。我开始主动查阅税收相关法律法规、政策文件，

参加培训和研讨会，同时通过实践不断磨炼自己的技能。只有通过不断学习和实践，才能在涉税工作中取得更好的成绩。

最后，实践活动让我深刻认识到自我提升的重要性。在实践过程中，我意识到税务工作是一个终身学习的过程，需要不断更新知识、积累经验、提升技能。税收政策和税务处理方法在不断变化，涉税人员需要及时跟进最新的发展动态，灵活应用所学知识解决实际问题。只有保持持续的学习和不断的自我完善，才能适应税收环境的变化，提高涉税工作的水平。

通过这次涉税实训报告心得体会，我认识到税收对国家和社会的重要性，意识到税收工作的复杂性和细致性，同时发现了自身的不足之处并激发了我进一步学习和提升的动力。我相信，只有通过持续的学习和实践，我们才能在涉税工作中不断成长和进步，为国家的税收事业做出更大的贡献。

测血糖的实训心得篇八

第一段：引言（120字）

今年春季学期，我所在的学校举办了一次直播实训课程。作为本次实训的一员，我通过参与直播实训，收获了很多有关直播技巧和经验。在这篇文章中，我将会分享我的实训体会，包括我在直播实训过程中遇到的困难，我从中学到的技巧和我对直播行业的展望。

第二段：直播实训的困难（240字）

在直播实训过程中，我遇到了不少困难。首先，直播需要具备良好的口才和表达能力，而我在这方面一直处于较弱的状态，这让我对直播产生了一定的恐惧心理。其次，制作一个吸引观众的直播内容也需要很大的创意和想象力。我在初期往往很难找到适合的内容，有时甚至感到无从下手。此外，

技术问题也是直播实训中不可忽视的挑战。对于那些不熟悉直播平台和工具的学生来说，直播技术上的问题会成为制约他们学习进度和实践能力的主要障碍。

第三段：从困难中学习（240字）

尽管直播实训中遇到了不少困难，但我坚信挑战也是进步的机会。为了提升自己的口才和表达能力，我积极参加了一些演讲和辩论活动。透过这些机会，我学会了更加自信和准确地表达自己的观点。此外，我也主动开展了一些主题的调研，通过了解市场和观众的需求，我逐渐摸索出适合直播的内容。对于技术问题，我主动向老师和同学请教，也通过自主学习和实践，逐渐掌握了直播平台和使用技巧。

第四段：直播的技巧与经验（240字）

在直播实训中，我不断总结出一些直播的技巧与经验。首先，主题选择要有新意和独特性，这样才能吸引观众的兴趣。其次，引导观众的参与是促进直播互动的关键。通过提问、讨论和投票等方式，可以激发观众的参与积极性。另外，直播内容的策划和讲解要有条理和连贯，抓住核心观点，避免绕圈子和啰嗦冗长。使用合适的语言和肢体语言也能增强直播效果，使观众更易于接受和理解。

第五段：对直播行业的展望（360字）

通过直播实训，我进一步了解了直播行业的前景和挑战。随着互联网技术的发展和智能手机的普及，直播行业蓬勃发展并取得了巨大成功。同时，也面临着监管、内容质量和用户流失等方面的挑战。然而，我相信直播行业仍然有巨大的发展潜力。在未来，随着直播技术的不断创新和升级，直播将更加智能化、人性化，并更好地满足用户需求。同时，我也认识到要在这个行业中获得成功，不仅需要标新立异的内容和出色的技术，更需要真诚和坚持的态度，以及专业的素养

和责任心。

总结（120字）

通过直播实训，我不仅克服了自己的困难和挑战，同时也汲取了直播的技巧和经验。这次实训使我更加了解了直播行业的趋势和前景，并为我未来进一步从事直播领域提供了宝贵的经验和启迪。我相信，只要我们持续学习和不断进步，我们定能在这个富有创意和活力的行业中发光发热。

测血糖的实训心得篇九

20xx年6月21日，我们制药工程专业两个班的学生们踏上了桂林药厂生产实习之旅，我们班上28个同学被分到桂林兴达制药厂，剩下的18位同学分到漓江益佰制药厂。带着对桂林实习美好的展望，对制药厂神秘的猜想，我们来到了兴达制药厂。对制药企业，制药车间朦胧的认识，在实习参观中慢慢地揭晓。

桂林兴达制药企业背景简介

桂林兴达制药企业于1998年建成投资，是原中国核工业总公司的重点企业，总投资3000余万元人民币，总资产5600万元。是一家以生产植物提取物为主的专业制药企业，年生产银杏叶提取物30吨，生产加工其它植物原料3000—4000吨。技术力量雄厚，产品质量稳定、优良、属广西区“高新技术企业”，是目前国内植物(中药)提取行业最具规模的厂家之一。

企业坚持以市场为导向，以产品为纽带，以管理为基础，以效益为中心，以建立现代企业制度为目的，逐步建立了适应市场发展需求的管理体制。厂日平均生产(加工)普通植物(中药)原科120吨;生产单味植物(中药)提取物、复方植物(中药)提娶植物(中药)纯化提取物三大类品种30余种。其中，银杏叶提取物、罗汉果提取物等品种优势明显。产品严格按

照gmp标准生产，质量稳定、可靠，在国内外市场有较高的声誉□20xx年，我厂提取车间和制剂车间顺利通过gmp认证，目前有片剂、胶囊剂、颗粒剂三个剂型的成药生产车间。

以上是企业主页的企业介绍，我们去了三个车间部门：提取车间、制剂车间、质检部门。下面分别总结介绍在这几个部门实习参观所收获感想。

(1) 提取车间中药提取工序介绍直接

提取车间生产的中药提取物有银杏叶提取物、罗汉果提取物、绿茶、甜茶和桑叶提取物，其中以罗汉果和银杏叶提取物为主，最终的中间产品是中药粉状物。它的提取工艺流程大致是这样：原材料的预处理---加入多功能提取罐中提取---真空浓缩---加入辅料喷雾干燥---中间产品。

a.提取提取浓缩车间设有三层，一层放置浓缩设备如三效浓缩罐和普通浓缩罐，一层楼顶镶嵌着提取罐，采用蒸汽蒸煮提取，乍一看提取罐上面的装置或管道，密密麻麻让人眼花缭乱，不过不能慌，先通过自己简单的分析，有什么不懂就问车间的操作工人们，他们大都很热心地解答你的问题。物料是从底楼进过物料电梯输送到三楼，提取罐上面有一个物料输送口，是有点倾斜的，当时就在考虑为什么不是直立的，这样容易投物料，我猜输送口倾斜为了防止蒸汽泄漏伤到人吧。提取罐最中间是个减速搅拌器，用来搅拌罐中的物料以便于提龇上面有水蒸汽管道、乙醇蒸汽管道、循环水管道等等，管道上面用不同颜色标注，例如循环水管道是用绿色箭头表示。

b.浓缩提取以后的料液由管道直接输送到浓缩罐进行浓缩，还有

中间储罐用来暂时储存多余的提取药液。浓缩设备最有特色的是三效浓缩机，有三台大型的浓缩设备联通而成，里面的

工作原理是真空浓缩，如果提取液是乙醇，还要进一步进行回收利用，所以紧连浓缩罐的是两个冷却高塔，用来冷却回收，如果是水蒸汽可以通过冷却后直接排放。浓缩以后所得产浓缩液。

c.喷雾干燥 浓缩液需要进一步干燥才能够成为干膏，兴达药厂的干燥房是另外设的，因为干燥之后的物料输送要在要求为30万级的洁净区内。干燥设备塔占用面积较大，有两层车间楼那么高。干燥设备的喷雾干燥塔前设置有杀菌装置，对药液进行杀菌处理，在供液罐与喷雾干燥台的连接管路上设置有供液泵，并在工业泵后连一回转到供液管的管路，在干燥风的热风管路上设有粗效的空气过滤器、空气加热器和精密空气过滤器；用于收集产品的旋风分离器采用双旋风分离结构。

(2) 生产片剂的30万级的制剂车间实习参观后印象

兴达制药厂的制剂生产车间主要生产片剂和胶囊，片剂有银杏叶片、益母草片、康乐鼻炎片，胶囊剂有银黄胶囊。

制剂车间分两层，二层是空调送风系统和电力系统房，洁净区外面有制水车间，主要制备纯化用水和注射用水，水的净化装置是二级反渗透装置，管道布局比较复杂。制水车间的水源是从外面的药厂水系统循环点引进。

胶囊剂的生产银黄胶囊属于硬胶囊，是将药物加辅料制成均匀的粉末或颗粒，将药物直接充填于空心胶囊中制成的固体制剂。采用自动填充剂填充物料，工艺过程为：播囊—胶囊掉头定向排列—胶囊体、帽分离—剔除未分离的胶囊—充填物料—剔除废囊—囊体、囊帽套合及封闭—成品输出。所以自动充填机的设备技术要求很高明，生生产能力的好坏，效力的大小取决于充填机性能技术的强弱。可惜我们参观制剂车间的时候没有生产胶囊，看不到机器的运转过程。

车间布局：

车间布局中人员的流动成为最大的污染源，所以一定要更换洁净工作服，穿洁净鞋，戴口罩，手要消毒，洁净度30万级的级别不算高，空调系统的净风要求却不能轻看，兴达制剂车间的空调送风系统经过三个级别的过滤器：低效过滤器、中效过滤器和高效过滤器。厂主任说洁净区的洁净度经检测可以达到10万级的标准。

质检部门俨然一个微生物、生物实验室。因为它是负责药物从原料到产品整个物料链的物料细菌检测，里面的工作人员大都是女性，质检工作需要耐心和细心。质检中用到的波普分析仪，兴达那里是比较先进的。质检有分高压室，生物室，称量室，样品留样室，文件工作室、仪器室等，分工很明确。

通过这次实习，虽然只是参观，但是报以好学上进的心态，真的学到不少的东西，实习告诉我，工作需要踏踏实实地干，要有热情和干劲，还要有分析问题，解决问题的能力。需要团队协作能力，既要有明确的分工，又要互相合作，才能把工作做好。gmp标准还是1998版的，不过新的gmp文件已经出来了，很快就会改版，那时，药生产的标准将会更加地严格，更加地规范，需要更高的技术指导。在制药工程方面，确实是个很大很重要的领域，希望自己好好地学习，认真的思考，为以后就业效力与制药行业作力量贡献。

测血糖的实训心得篇十

接诊实训是中医学生必备的技能之一，通过实际操作对病人进行按摩和诊断，以达到治疗疾病的目的。本次实训结束后，我深感受益匪浅，积累了宝贵的经验，也让我更加深入地理解了中医按摩的原理和应用。以下是我在实训中的心得体会。

段二：学习技能

在开始实训之前，我们先学习了相关的理论知识。学习中医按摩的基本理论可以帮助我们更好地理解按诊的原理和方法。在实操的过程中，我注意到关于按摩技巧的细节非常重要。譬如说，按摩手法需要轻柔、均匀且有力度，不宜过用力强行按摩。此外，根据病人的病情，我们需要仔细观察和仔细问诊，以制定出最合适的针对性按摩方案。通过反复的实践和观察，我逐渐掌握了正确的按摩技巧，并成功缓解了一些常见疾病的症状。

段三：加深理解

实训中，我深切体会到按诊能够帮助我更深入地理解中医理论。通过实际操作，我能够将书本上的知识运用到实际中，进一步巩固和加深自己对中医的理解。一个例子是，当我按摩头部时，我了解到头部有很多穴位，通过按摩可以调整经络系统的平衡，进而对整体的身体机能产生积极的影响。这种体验和理解使我对中医按摩的功效有了更加直观和深入的认识。

段四：提高沟通技巧

在按诊实训中，我还提高了自己的沟通能力。首先，与病人进行沟通可以更好地了解他们的病情和需求，从而制定出更加有效的治疗方案。其次，在实操中，我还需要与同学进行密切合作，比如协商合适的按摩手法和穴位。这就要求我具备和他人良好的沟通能力，能够清晰地表达我的想法并倾听他人的建议。通过与他人的合作和沟通，我不仅提高了技术水平，也锻炼了我人际交往的能力。

段五：加深对中医文化的理解

中医文化深深植根于中国传统文化之中，而按诊作为中医学的重要组成部分，也体现了中医文化的独特性和博大精深。通过实训，我更加深入地了解了中医文化的历史背景和特点。

中医按摩在对针灸、草药等等养生方法相结合的情况下，更有独到之处。只有全面了解中医文化，我们才能更好地领会按诊实训的意义和价值。

总结：

通过这次按诊实训，我不仅学到了实际按摩技巧，还收获了对中医理论的更深入理解，提高了自己的沟通能力，增进了对中医文化的认识。这些经验对我的成长和学习都具备重要的意义。在以后的实践和学习中，我将会继续努力，不断提高自己的综合素质和技巧水平，为更好地服务人民健康做出更大的贡献。