

最新工程造价实训体会心得感悟总结(精选10篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

工程造价实训体会心得感悟总结篇一

毕业顶岗实训是毕业设计的重要环节，也是我们最后的冲刺阶段，更是积累工作经验的重要阶段。它让我们把理论和实践结合起来。是我们从学校走向社会的重要坡道。减少自己将来踏入社会的一些盲目性，让自己在今后的工作道路中能够走的更远。

我在xx工程造价咨询公司实训，公司主要承担预算，招投标，审计等工作是拥有乙级资质的私有制单位。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，绝不草率敷衍了事。对自己，对工作，对学校的声誉负责。成为一名能为社会做出贡献的热血青年，我们的肩上开始扛着责任。作为一名建筑行业的工作者，我们不仅仅是悲痛，还有更大的责任。我以生命的名义承诺，我一定做一名诚信，负责的建设者。

实训中我主要做了看图纸、熟悉规范定额，做简单的造价，预算，和在剑阁财政局参与财政评审等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。首先我简单的汇报一下，刚进公司我对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，比较枯燥的编写过一份标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行

了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新定额的推出、新价目的推出，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻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。但也是有很大收获。

造价分为算量和组价两个大块，算量是基本的，组价则是算量的延续，为了工作效率，已经不能似以前的手翻定额了，必须学会适用软件，刚接触xx计价软件的时候，我点头绪也摸不着，甚至不知道x的作用，盲目无助，很多人告诉我，计价专家只是excel的延续，不过是个工具，其实很简单，不需要那么在意，但是当初却不是那么看的，现在回想过程，真的是不可思议，当初怎么那么难呢，正是印证了那句古语：万事开头难。

通过手输清单，项目特征，模拟套项，慢慢的掌握了软件的适用方法；期间，我也到xx公司听过关于计价专家的讲座，更加加深了对xx的熟练适用。为了加强自己的能力，对一个工程，我首先自己套项，然后，在对比他们做得清单，一项一项的看自己套的定额和他们套的差别，通过这种对比的学习方法，我的学习结果得到了很大的提高。举一反三这次我是领会了这个词的深刻含义，掌握好了xx再面对xxxx这一系列的计价软件时，我已能很快使用。

在xx财政局做财政评审的时候，亦让人获益匪浅，每天，我都到财政局领图纸，然后回去自己算些小工程，更多的是看着自己的师傅算，他有着丰富的实战经验，看到一个工程基

基本上就知道了送审的工程是否超标，我想这里每一个数字内含的都是一个积累，我要何时才能达到这个高度，还是需要一个时间段的锤炼。

踏上社会，不光是工作，我们还与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。但是环境往往会影响一个人的工作态度。一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。而偶尔的为同事庆祝生日，大家一起出去聚聚，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。

心情好，大家工作开心，有利于公司的发展。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是多工作，少闲话。作为个职场新人，我尽可能的尽到自己的本分，在尊重他人的基础上实现自我的提升。因为工作上面对其他人的关系，我更加看重了同学间简单的友情，也会在空闲时，和好友一起出来，大家畅谈人生，同学之间的相处是最快乐，最没有心机的。在临近毕业的关头，怀念，我们终将逝去的学生生涯。

我是学工程造价的，在书本上学过的理论知识，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，也许等到真正做出一套大楼的造价时，才会体会到难度有多大；也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。通过毕业实训这样一个，我验证和巩固充实所学的理论知识，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。培养了独立进行资料收集和解决问题的能力，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业之路

做准备这次实训对我来讲可以说是受益匪浅的.我就快毕业走向社会了，能在正式告别学生生涯走向社会之前，得到这么多的实践，学到那么多专业相关的事物，我相信这次实训对我来说，是个不错的进入社会的初级门槛，以后，跨进这道门，我会走的更远。

工程造价实训体会心得感悟总结篇二

通过多次实战练习以及领导、同事们的关爱与帮助，耐心的指导。实训能使我所掌握的理论知识得以升华，把理论与实践找到一个最好的切入点，为我所用。所以就要有一个将理论与实践相融合的机会。在实训中可以得到一些只有实践中才能得到的技术，为我以后参加工作打好基础，这就是我这次实训的目的所在。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。公司领导常跟我说，你所做的东西对你而言只是数字而已，但到别人那就是真金白银，所以做事一定要小心谨慎，遇到不懂或不确定的东西要多问。

我们顶岗实训的目标和要求是在造价岗位，以准员工的身分参与建筑工程的计量与计价工作。通过顶岗实训，能全面、准确理解施工图的全部内容，掌握一般工业与民用建筑的结构构造及结构特点，能熟练识读建筑施工图和结构施工图。熟悉各种定额性质和组成，掌握一般建筑物的工程量计算规则，掌握一般建筑物的计价方案。在实训中，要多深入工地参与工程施工实践，积累工程施工经验，为以后从事造价工作打基础。

在实训期间，我接触最多的就是软件了，用xx软件算量，

对xx的操作更熟练。这次实训公司给我的任务主要是用xx计价软件计算一栋家属楼的量，我做的是5#楼。

用软件算量之前首先要学会看图纸，熟悉图纸。在依据图纸把图画入软件中。5#楼为六层砖混结构，共有三个单元，建筑面积为3642.04平方米。抗震烈度为六度。

xx软件有计价软件，图形算量软件，钢筋算量软件。钢筋算量软件是统计建筑中钢筋的量，图形算量软件是统计混凝土，砖等除了钢筋的其他所有量，而计价软件是把所有的量都套上价，所以每个环节都是必不可少的。我作图的顺序是先做钢筋算量软件然后导入图形算量最后导入计价软件中。在钢筋算量软件中画构件的顺序是：砖墙——构造柱——梁——板——其他。画楼层的顺序是先画首层在往上画直到顶层最后画基础层。画所有构件时都是先定义在绘图。

砖墙——在图纸中砖有240、370、120的且都为多孔砖，依据图纸定义砖墙，在绘入图中。在砖墙中主要是墙与构造柱交界处的加强筋。

构造柱——在图纸中所有的柱子都为构造柱。构造柱中的钢筋主要有箍筋、纵筋。设置钢筋一定要注意间距和规格。

梁——在图中，梁有圈梁、连梁。梁中的钢筋有纵筋和箍筋，特别需要注意的在洞口有加筋。梁的标高要正确。

板——在板中有附加筋和受力筋，在顶层是坡屋顶需要注意钢筋的锚固。其他——挑檐，阳台楼梯等需要计算钢筋的其他构件。

钢筋工程结束后汇总计算把工程的钢筋都计算出来。然后把所有工程导入图形算量中。在图形算量软件中主要任务是把所有构件都套定额。在这一环节要求我们熟练掌握定额。套完定额后在转到计价软件中，在计价软件中主要是套价，在

软件中价一般都是统一的价，而每个地区都有自己的价，所以需要调市场价。调完价后工程的整个价就出来了。最后看报表，报表中的价包括了所有土建、措施、装饰的量和价，也包括了管理费利润。

造价计算时的一些误区：

1. 楼梯装饰定额中，包括了踏步、休息平台和楼梯踢脚线，但不包括楼梯底面抹灰。台阶、坡道、散水定额中，仅含面层的工料费用，不包括垫层。
2. 块料面层、木地板、活动地板，按图示尺寸以平方米计算。扣除柱子所占的面积，门窗洞口、暖气槽和壁龛的开口部分工程量并入相应面层内。
3. 块料踢脚、木踢脚按图示长度以米计算。
4. 找平层、整体面层按房间净面积以平方米计算，不扣除墙垛、柱、间壁墙及面积在0.3平方米以内孔洞所占面积，但门窗洞口、暖气槽的面积也不增加。
5. 楼梯面层工程量按楼梯间净水平投影面积以平方米计算。楼梯井宽在500mm以内者不予扣除，超过500mm者应扣除其面积。
6. 预制板沟缝一般包含在抹灰、刮腻子中，不单独计算。当预制板底不抹灰，而直接吊顶时，此时应单独计算预制板沟缝。
7. 天棚面层按图示展开面积以平方米计算，不扣除检查口、附墙烟囱、附墙垛和管道所占的面积，但应扣除独立柱、与天棚相连的窗帘盒 $\geq 0.3m^2$ 以上的洞口及嵌顶灯槽所占的面积。

进入公司后，给我最大的感触就是学校到社会的大环境的转

变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。

很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的默默关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。2个月的实训时间让我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问等等。

工程造价实训体会心得感悟总结篇三

作为传统文化的代表之一，伏羲庙被誉为中国古代文明的发源地，因其独特的历史价值和文化内涵而备受世人关注。作为一名大学生，我有幸参加了一次伏羲庙实训，不仅深入了解了伏羲庙的历史传承，更加感受到了传统文化的魅力，下面就我的体会，进行简要的总结。

一、历史和文化是不可分割的

伏羲庙自修建以来，经历了几乎所有中国的历史朝代的兴衰，但是它所承载的历史和文化永存于世。在实际的实训中，我们了解了伏羲庙的历史沿革和重要事件，并且由内到外仔细观察古建筑和祭祀器物，我们才真正领会了伏羲庙的价值，同时也感受到了我们传统文化的博大精深，更加懂得了珍惜和传承的重要性。

二、传统文化和时代融合是未来的发展方向

传统文化的保护与传承还需要不断创新和与时俱进。我们在实训中了解到伏羲庙在现代化管理的同时，也在不断推动传

统文化的新发展，如线上活动等，让更多的人来认识和体验中国传统文化，这也是时代发展的必然趋势。只有这样，传统文化才能真正融入现代生活，让更多爱好传统文化的人找到归属感，对于我们大学生更是一个思考和行动的方向。

三、文化旅游的发展提高当地生活水平

伏羲庙作为国家级文物保护单位，吸引大量文化爱好者和游客前往，使得伏羲庙逐渐成为了当地的一个重要的旅游景点。而伏羲庙的文化遗产不仅带给当地的居民更高的生活品质，也带动了当地经济的快速发展。同时，文化旅游还促进了当地文化和民生事业的改善，其重要性不言而喻。

四、文化自信才能支撑国家强大

伏羲庙实训让我看到了作为一个国家的文化底蕴对于民族凝聚力的提高以及国家的发展有着非常大的作用。也正是在不断学习、了解和传承中，让我们树立起文化自信，带着自信去发掘、创新和传承历史文化，这样才能更好地把中华文化的独特魅力传递给全世界，才能更好地让中国飞天大行，让中华文化在世界上更有影响力。

就我而言，这次伏羲庙实训不仅让我深入了解了传统文化的魅力，更让我明白了身为大学生的责任与使命。在未来的学习和生活中，我们要时刻保持对传统文化的热爱，让它成为我们对于世界的独特观察、思考和感悟。因为我们不仅是传统文化的传承人，更是中华文化的忠实传播者。

工程造价实训体会心得感悟总结篇四

两个礼拜，不长不短的实训很快就结束了，但我却受益匪浅，实训过程中酸甜苦辣，点点滴滴，也让我学到了很多！让我们通过xx楼的装饰工程造价的计算，从而来提升我们自身从书本上学到的知识，这是一个将理论和实践相结合的一个过

程。从这个过程中我们不断的尝试和求索，从不知道到知道，从一点都不懂到恍然大悟，这也正是我们本次课程的目的。

经过这次课程设计让我学到了很多的东西，对许多在课堂上不懂的问题有了更深的了解，使我对学习知识的灵活运用有了很大的提高，让我明白学习知识的重要性。通过这次概预算设计，遇到了很多困难和问题，通过翻阅课本和资料和同学之间的讨论，询问老师，让我们迎刃而解，让我对在建工程和估价方面有了深刻的认识与了解，或许我所了解的并不全面，但是，我会通过以后的学习，从而来弥补这方面的不足。

本次课程的设计，是学校培养方案和教学计划的重要环节，它是所学理论知识与工程实践的统一，也是我们从学校走向社会的一个不可缺少的过度阶段。通过实践学习巩固，强化我们所学的知识，培养理论联系实际，综合运用所学知识解决实际问题，并开阔我们的工程技术眼界。

本次实训包括很多方面，但主要是分为两个部分进行的：第一周我们小组所负责的是xx楼一层装饰预案手工算量，我们的一层分为二十七间房，功能主要是进行煮饭的，这二十七间房分别是，门厅、两个备用件、卫生间、电梯间、两个楼梯间、餐车洗涤间、送餐间、办公室、分餐间、餐梯间、蒸煮间、欲进间、鼻饲间、洗涤间、面点间、主厨房、洁具间、主食库、副食库、酒水调味库、收货处、两个更衣间和一个过道组成。主要工作是将这些房间列项，将工程量计算出来。

第二周是利用xx大师进行上机操作。前两天x老师带着我们一点一点摸索的过程，也是xx软件熟悉的过程，后面三天主要是自我实践，做分配到的工程作业。包括定额计价和清单计价两部分，这其中又包括，人工换算、工料机的换算以及费率的换算等等。在这两周中，我们一步一步来，所做的，总结出来是：

1. 熟识图纸，收集资料。包括施工规范、设计文件、勘测资料和各种定额、验收规范等。
2. 在计算相应分部工程量时必须熟读定额，掌握相应定额工程量的计算内容及方法和调整系数的关系等。
3. 掌握建筑面积的构成内容，准确地计算出建筑物、构筑物等的建筑面积。掌握什么情况下不计建筑面积，什么情况下计建筑面积，什么情况下计一半，特别注意雨篷、阳台、挑檐、站台、走廊、台阶、门厅、楼梯等特殊部分建筑面积计算。
4. 楼地面工程量计算。包括整体楼地面、石砌块料楼地面、塑料和木质楼地面工程量计算。特别注意这三种楼地面计算范围的不同。
5. 屋面工程量计算。包括面层、基层、保温隔热层、防水卷材或防水涂漠等计算。
6. 装饰工程量计算。包括内、外墙、天棚、独立柱、阳台、楼梯、挑檐、雨篷、零星工程、和各种装饰线条工程量的计算。
7. 门窗工程量计算。包括木门窗、钢门窗、铝合金门窗、卷帘门、型钢门窗及其一些特种门窗的制作、安装工程量计算。
8. 脚手架工程量计算。包括室外综合脚手架、里脚下手架、满堂脚下手架、满堂基础脚手架、外墙单排脚手架、独立柱、围墙、特殊雨篷、吊装工程脚下手架、单独装饰工程脚手架、房屋加层脚手架、安全挡板、架空运输脚手架、独立筒仓脚手架、电梯井脚手架等工程量计算。

课程设计是培养我们学生综合运用所学知识，发现，提出，分析和解决实际问题，锻炼实践能力的重要环节，是对学生

实际工作能力的具体训练和考察过程。

回顾起此次课程设计，至今我仍感慨颇多，的确，从图纸发下来熟悉，从理论到实践，在整整两星期的日子里，可以说得是苦多于甜，但是可以学到很多很多的的东西，同时不仅可以巩固了以前所学过的知识，而且学到了很多在书本上没有学到过的知识。

通过这次课程设计使我懂得了理论与实际相结合是很重要的，只有理论知识是远远不够的，只有把所学的理论知识与实践结合起来，从理论中得出结论，才能真正为社会服务，从而提高自己的实际动手能力和独立思考的能力。在设计的过程中遇到问题，可以说得是困难重重，这毕竟第一次做的，难免会遇到过各种各样的问题，同时在设计的过程中发现了自己的不足之处，对以前所学过的知识理解得不够深刻，掌握得不够牢固。

我对所学的理论知识加深了印象，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。我坚信通过这一段时间的实训，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实训中所学到的知识。

工程造价实训体会心得感悟总结篇五

作为一名大学生，课堂上学到的知识远远不够，需要通过实践才能更好地掌握知识和技能。本学期，我在学校组织的实习中，有幸前往伏羲庙实训，在实践中，我收获颇丰，接下来我将分享一下我的体会和感悟。

第一段：理论与实践并重

在实践过程中，许多理论知识都得以得到更好地体现。当我们站在伏羲庙内，抬头仰望，我们才能体会到注重天文的古

人的智慧，才能真正理解“阴阳家说天文，道家说奇怪”的含义。在实践过程中，理论性知识得以落地，变得切实可行。同时，通过实践对理论知识的追求和探究，也促进了对理论知识的深入理解。

第二段：实践培养勇气与毅力

伏羲庙实训需要长时间的学习和实践，尤其是在修整灯笼时，需要站在梯子上良久才能完成一件。在这个过程中，我学会了坚持不懈，用心和恒心，体会到了完成一件事情的喜悦。更重要的是，抓住机会去实践，从而获得更多的经验，并对自我不足感到反思，进而促进个人成长。

第三段：实践创新不断

在实践的过程中，可以发掘问题，并进行深度反思。伏羲庙实训中，我发现在美化和自然保护方面还有许多问题需要我们去解决。如何将美化和保护更好地结合起来，让建筑既有历史文化特色，也符合现代文明的需要？怎样营造更加绿色、可持续性的环境？我相信随着我们的实践经验积累，这些问题会慢慢有答案。

第四段：实践锻炼团队协作能力

在实践过程中，很多项目都涉及到团队工作，完美的团队协作将取得更优秀的成果。在伏羲庙实训中，我发现团队协作能力表现得尤其重要。在修整灯笼、整理庙宇、制作乐器等工作中，团队间相互帮助、互相补足、提高效率，并通过团队合作完成了这些项目。

第五段：实践启迪思考

在实践过程中最重要的是发挥自己的思考和判断能力，在整个实习期间中，我们着重思考伏羲庙实训的意义和价值，并

尝试为实践中的问题提出解决方案，这不仅加深了对伏羲庙的认识，还提高了自己的思维能力。

总之，伏羲庙实训让我在实践中学到了许多知识，也锻炼了自己的实践能力和思考能力。同时，实践又启迪了我的思考，让我对自己、对民族文化的认识，都有了更加深刻而全面的理解。相信通过我们的不懈努力，在实践中获得的经验和能力将给自己带来愈加美好的未来。

工程造价实训体会心得感悟总结篇六

防疫实训是我们面对当前全球新冠疫情的一种实践学习方式。通过参与实训，我对防疫工作有了更深入的了解，并且也从中汲取了许多宝贵的经验和教训。下面我将围绕防疫实训的准备工作、实际操作、团队协作、风险管理和心理调适这五个方面，分享我在实训中的心得体会和感悟。

首先，进行防疫实训前的准备工作至关重要。我们需要了解疫情的基本知识，包括病毒的传播途径、预防措施和防护装备的使用方法。在实训前我们还进行了防疫知识的学习和模拟练习，使我们对防疫工作有了一定的基础认识。这些准备工作为我们后续的实际操作打下了坚实的基础。

其次，实际操作中的细节决定防疫效果。在实训中，我们学习了正确佩戴口罩、如何正确洗手、如何正确穿脱防护服等实际操作技能。这些听起来简单的技能，却直接关系到我们个人的健康和防疫工作的有效性。在实训过程中，我深刻意识到每一个环节的重要性，无论是正确佩戴口罩还是正确使用洗手液，只有做到每一个细节都正确，我们才能真正保护好自己和他人的安全。

第三，团队协作是防疫工作的核心。在实训中，我们分组进行防疫演练，需要紧密配合和协作。只有团队中每个人的配合默契，我们才能高效地完成任任务。在实训中，我深刻体会

到团队协作的重要性，每个人的角色不同，但我们都必须互相信任、互相支持。只有形成一个紧密的团队，我们才能应对突发情况，更好地完成防疫工作。

第四，风险管理是防疫工作中不可忽视的一环。在实训中，我们模拟了一些极端情况，如疫情突然扩大，防护装备不足等。这些情况让我深刻意识到风险管理的重要性，只有提前做好风险评估、制定应急预案，我们才能在最短的时间内做出正确的决策和应对措施。防疫工作本身就存在风险，我们必须时刻保持警惕，紧绷安全的弦，才能保障防疫工作的顺利进行。

最后，心理调适是防疫工作中容易被忽视的一点。在实训中，我们经历了一些紧张和压力的情况，这对我们的心理产生了一定的影响。我们需要积极调整自己的心态，保持乐观积极。关键时刻，要学会相互支持和安慰，争取共同度过困境。同时，我们还要重视健康的饮食和休息，保持良好的身心状态。只有心理调适好，我们才能更好地投入到防疫工作中。

总结来说，防疫实训是一种非常有价值的学习方式，通过参与实训，我对防疫工作有了更深入的了解，并且也从中获得了许多宝贵的经验和教训。在准备工作、实际操作、团队协作、风险管理和心理调适这五个方面，我都有了很大的收获。防疫工作是一项重要而艰巨的任务，我们每个人都应该加入进来，用实际行动保护我们自己和他人的安全。

工程造价实训体会心得感悟总结篇七

随着新冠疫情的不断蔓延，全社会都面临着巨大的挑战。为了加强防控工作，提高自身的抗击能力，我参加了一次防疫实训。在这次实训中，我学到了许多知识和技能，也收获了宝贵的心得体会和感悟。

首先，我要感慨实训中的认真与责任心。在实训中，教练们

要求我们严格遵守各项防控措施，比如佩戴口罩、勤洗手、保持社交距离等。虽然这些措施看似简单，但要真正做到做好却需要我们各方面细致入微的努力。实训期间，我看到了大家都以认真负责的态度对待每一项工作，严格要求自己，不怕苦、不怕累，坚守在防疫一线。这种认真与责任心令我深受感动，也让我更深刻地理解到了防疫工作的重要性。

其次，实训中的团队合作让我切身体会到了团队的力量。在实训过程中，我和我的队友们一起分工合作，默契配合。在遇到问题时，我们齐心协力，共同解决，相互鼓励，相互支持。在这个过程中，我们感受到了团结和凝聚力的伟大力量。正是因为有了这种团队精神，我们才能保证防疫工作的顺利进行，顺利完成实训任务。这让我深深明白，只有团结一心，才能战胜困难，取得胜利。

此外，实训中也让我对防疫措施的重要性有了更深的认识。我们在实训中学习了许多基本的防疫知识和技能，比如正确佩戴口罩、科学洗手、消毒措施等。这些知识和技能不仅仅在实训中 useful，平时我们也能运用到日常生活中。通过这次实训，我不仅掌握了防疫的方法和技巧，更深刻地认识到了防疫措施对于我们每个人的生活都有着重大的影响。只有做到真正的防控，才能保护好自己和他人的生命安全。

最后，实训中也让我对社会的关爱和责任有了更深刻的理解。在实训中，我们接触到了许多需要帮助的人群，比如老年人、残障人士等。他们在疫情期间更加脆弱，需要更多的关怀和支持。我们要做好防护工作的同时，也要关心他们的生活需求，帮助他们解决问题。通过与他们的接触，我深切地感受到了社会的温暖和正能量。每一个人都应该有一颗关爱他人的心，用自己的行动去传递温暖和爱。

通过这次防疫实训，我学到了许多知识和技能，明白了防疫工作的重要性，体会到了团队的力量，也切身感受到了社会的关爱和责任。我深信，在全社会的共同努力下，我们一定

能够战胜疫情，重返正常生活。同时，我也明白了一个个体的力量是微小的，我们每个人都应该认真对待防疫工作，做好自己的份内事，共同守护我们的家园。防疫，是一场没有硝烟的战斗，让我们用实际行动投入到其中，为社会的平安稳定贡献一份力量。

工程造价实训体会心得感悟总结篇八

通过这一个多月的实训，对安装工程施工经过了从零开始的深入学习和了解，现在对于安装施工已经有了较为全面的认识，从施工设计图开始，如何看图，怎样将图纸与实际工程对应起来，都有了现场的经验。对实际的施工工序，如施工放线、电气工程、给排水工程、通风工程等都有了深入的了解。还有对安装工程中各种材料、施工机械的作用也有了更深的了解。

在施工项目管理中熟悉了业主、监理、施工方、承包商、以及监控方在工程项目中的职能及执业内容。特别是监理在执业的过程中在现场的“三控三管”（成本、质量、进度控制；安全、合同、信息管理）的执行过程及在质量控制过程中特别应当注意的地方都有了一部分的了解。

当然对于自己实训过程中的本质工作，监控量测的了解应该是最多的了，在实训过程中经历了如何执行合同任务并协调好我方与施工方的关系的过程，在这个过程中既要通过数据保证监测数据的真实可参考性，同时又要不让监测结果对施工有太多的约束而影响进度。

建筑行业的庞大性是由其生产成品的形体庞大性和复杂性决定的，这就决定了其生产过程中工序的复杂性和时间的持久性，在这个复杂的生产过程中我们每个人只能在其中充当一个小角色，为了使工程达到共同的目标，只有参建的各部门和单位互相了解和紧密合作，才可能更快更好的完成。

同时由于人员的复杂多样性，如何发挥自身角色的作用并做好与别人的合作与交流往往成为了工程分工合作的重点，在这短短的实训时间内，虽然对于一些理论、施工工艺、技术操作等了解甚多，但对于在工程中如何处理人与人、部门与部门之间的关系却不是一时能学会的，这里面的学问需自己多用眼去观察、多用脑去思考，才能使自己在工作的过程中更加得心应手。

常言到做事先做人，一个人的能力再强，但他的情商低下，其也难有很大建树。特别是在自己所涉足的建筑行业，在这个复杂的工作环境下，特别要学会与人交流和沟通，要学会与人相处，当别人求助时只要在自己能力范围内都应当乐意的接受，只有真心的付出才能在自己需要帮助之时得到别人的援助之手，才能在激烈的竞争中得到别人的真诚赐教。

步入社会之后要学习的东西很多很多，社会是一个复杂的环境，做好我们的本质工作，精通一门技术，在现代社会中是非常重要的。大学毕业仅仅是一个开始，很多理论的东西还需要现场经验的积累和总结才能得到更好的完善和发展。刚刚毕业，要本着“吃苦在前，享乐在后”的精神和作风，年轻的时候多做一点，多学习一点，等年纪大了总有好处的，但也不能像老黄牛一样只顾着做事情，还要用我们的大脑去思考，学会抓住问题的重点和本质，才能提高解决问题和完成任务的效率。

这次实训让我从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性熟悉，为今后专业的学习打下坚实的基矗它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基在实训过程中，我得到了公司领导的表扬、公司同事的认可，在做自己的工作的时候能与同事和谐相处，与施工队伍的关系处理的也很融洽。

工程造价实训体会心得感悟总结篇九

引言：

在大学期间，我们不仅要学习理论知识，更重要的是要将所学知识与实践相结合。仓储管理实训是我们开展实践教学的重要环节之一。通过此次实训，我感受到了仓储管理的重要性，并且对于企业的运营管理有了更深的理解。

第一段：仓储管理的重要性

仓储管理是企业物流管理的重要环节，直接关系到企业运营效率的提高和成本的控制。通过仓储管理，可以实现物品的安全储存和快速取用，保证供应链的畅通。在实训中，我们学习了货物进出库、仓库布局、货物存储等基本操作，深刻认识到仓储管理对企业的发展起到关键作用。

第二段：从实践中培养动手能力

仓储管理实训是一个动手操作的过程，需要团队协作和灵活应对各种复杂情况的能力。在实训中，我和队友们一起进行货物的上架、盘点、查找等操作，学习了如何合理分配时间和人力资源，高效处理问题。通过这次实践，我不仅熟悉了仓储管理的各项操作，还培养了动手能力和团队合作精神。

第三段：管理信息化的应用和作用

物流管理信息化是当今企业运营管理发展的重要方向之一。通过实践，我们了解到仓储管理信息系统的应用和作用。在实训中，我们使用了仓储管理软件进行货物的入库、出库和盘点等操作，实现了实时跟踪和管理。这种信息化的管理方式，提高了管理效率，减少了人力成本，提升了企业竞争力。

第四段：遇到的问题与解决方案

在实训中，我们遇到了一些问题，如货物数量不匹配、货物存储位置混乱等。通过与队友们的讨论和指导老师的帮助，我们很快找到了解决方案。例如，我们制定了详细的货物盘点计划，用二维码对货物进行标记，避免了数量不匹配的情况；同时，我们按照货物种类和生产日期的不同，对货物进行分类存放，确保了存储位置的整齐和方便查找。通过解决问题的过程，我学会了如何分析问题并找到最佳解决方案。

结尾：对仓储管理实训的感悟

通过这次仓储管理实训，我深刻认识到了仓储管理的重要性，培养了动手能力和团队合作精神。同时，我也了解到了管理信息化对于企业管理的巨大作用。作为未来的管理者，我将继续学习和探索仓储管理的知识，不断完善自己的管理技能，为企业发展做出更大的贡献。最后，我要感谢老师和队友们在实训过程中的悉心指导和支持。

工程造价实训体会心得感悟总结篇十

怀上了两周的实训课，我觉得很充实，很有意思，从中我也学到了许多以前没有说过的知识，和老师相处了两个星期，还真的有点舍不得老师呢。

实训课有的人觉得枯燥乏味，但同时也有的人觉得很有趣味，在以前我每次写数的时候都写的很随便，觉得只要写上了就行了，可是自从上了实训课我知道了一切都不是那么的简单和随便，我也明白了，我们做什么事情不能敷衍了事，我们做什么事都要去认真对待，虽然一上课我们就是练习写数，有些人觉得很好笑，但是我却不以为然，我觉得很有意义，因为就这么小小的一件事，我明白了很多道理，我们总是觉得自己写的很好，觉得不就是写一个数嘛，至于那么难吗？可是当老师从我们写的数里挑出毛病的时候，我们一个个却都哑口无言，因为我们都在骄傲，做什么事情都非常的浮躁，老师下达的命令我们只管去完成，我们之去在乎结果，然而

却忘记了体会中间的过程。

在实训课上我熟记了阿拉伯数的大小写法，而且在后面的几节课里我们学会了打算盘，虽然现在科技非常的发达，试问现在有多少人还在用算盘去算账，有多少人都改用了计算机，现在大家过分去依赖高科技，使自己变的懒惰，算盘变成了计算机，人们开始不再用古老方法去算账，而为了跟上时代的脚步改用了算盘，我们可以不用动脑，只要拿手一按答案就出来了，这样准确率和速度都提高了，但是人们的脑子却变的迟钝，这一切都是为什么呢？我们应该反思，不是吗？在实训课上我们学会了用算盘算加减法和乘法，我觉得好神奇，突然发现其实算盘真的好神奇，也开始佩服研究出这些口诀的人们，他们真的太聪明了，让我慢慢的对他们产生了敬佩。但是唯一让我最遗憾的就是我们还没有学习用算盘算除法的时候，我们的实训课就结束了，真的有一点点小小的遗憾，不过虽然没有学习除法，但是我也觉得很充实。现在社会我们每个人都会数钱，而且有很多人数钱数的特别快，但是我们是否能够保证我们的手法是够都正确呢？我想每个人都不敢去保证吧！因为我们只在乎结果，往往却忽视了那些过程和细节带给我们的快乐。

这次的实训课我觉得上的真的很充实，一晃眼两周就这么过去了，真的好快啊！我还来不及享受的时候，课程就这么过去了，在这次的实训课上我学到了很多从来没有学到过的东西，而且我也明白了自己身上的不足，在今后的生活里我要改掉这些不足，使自己变的更好，细节决定成败，所以我要从今后的笑细节一点一滴的去积累，我想就这样日复一日，年复一年，我一定会使自己变的更好，上了实训课，我坚信，细节决定成败，老师，谢谢您，希望在下学期的学习中我们还能有见面！