

铸造实训的心得 实习心得体会(大全9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

铸造实训的心得篇一

回顾20xx全年的工作，我们车间以围绕安全生产、保质保量完成生产任务为前提主要做了以下几方面的工作：

在生产工作中根据生产管理部的生产计划安排，为了确保生产计划的顺利完成，不影响需方的生产安排，车间与生产管理部、仓储部、销售部，进行了密切的沟通。当生产计划需要临时变更时，面对生产上临时调整的诸多难题，车间管理人员通过与各班组长一道积极努力的配合，充分调动生产技术骨干和员工的积极性，以及时保质保量的完成生产任务。车间完成了公司及生管理部下达的生产任务，及各项生产质量技术指标，保证了销售的供货需求。

1、车间在生产过程中各班组对自己的产品负有责任感

作为集团六家子公司中药饮片原材料的指定供应商，我们深知自己肩上担负的责任的重大，对产品工艺的稳定性和质量的均一性都提出了很高的要求。我们将书面培训方式和现场操作技能相结合，并实时的进行督促和思想教育，使员工对产品的质量和自身工作的重要性与整个集团及相关公司的利害关系有高度的认识。车间本着对消费者负责和对公司利益负责的精神，严格按生产工艺要求严格把好质量关，在批生产记录、物料标示签、中间产品流转证的基础上车间实施了

物料、标签交接审核登记制度，做到人人监督、有据可查，不管是工段长、班组长都对自己所生产成品负责，配合质检员层层把关，有效的杜绝不合格的产品流入下道工序，保证了产品质量，降低了生产成本，提高了产品的市场竞争力。随着我公司对外市场的逐渐放大，车间也正在积极努力的提高自己的生产水平，以满足市场多元化的需求。

2、稳步提升的人员竞争力

我公司现处于操作员工新老交替的关键时期，明后两年将陆续有老员工退休，车间将新员工的培养作为重点项目来抓，以满足新设备、新技术、新产能、新需求对于人员素质的基本要求，人员是企业存在的根本，专业技术人员是企业成长、发展的核心竞争力，对于新一代90后青年员工的培养才用了循序渐进的教育方法，树立正确的人生观、价值观。引导并帮助他们度过人生迷茫的择业阶段，调整积极心态，培养良好的职业素养。针对不同岗位分别培训岗位sop□相设备sop□清洁sop□维修维护保养，并以考试的形式对学习效果进行考核。

3、新设备、新技术提升生产能力

我公司所使用生产设备均为现代中药饮片加工技术最前沿的创新科技，今年较去年又新增了qg—37气流网带干燥机一台、最新型的自控温燃油炒药机二台□tdp—600大型破碎机一台、剁刀机二台，加工小包装的多功能切片机一台、加工川芎饮片的旋料式切片机一台、磨刀机一台，使车间的加工能力在去年的基础上又提高了40%以上。通过9月份的人参加工项目的初步摸索，总结为生产设备是限制生产能力主要瓶颈，因此公司在10—11月份对人参烘干房进行改造扩建、并建设了人参净制药房、购买了大量的晾晒干燥工具、新增了人参蒸箱一台、现在筹划建设的楼顶阳光房项目将大大的降低干燥的劳动强度、节约生产时间。

突破设备的瓶颈后预计明年人参的瞬时加工能力、总能力将是现在的三倍以上。为了能够满足需方对炮制品种产量需求，公司于11月份新购入了5t蒸制箱一台、多功能提取罐一台，使炮制工序的生产能力增加了一倍。随着车间新技术、新原理的生产设备的增加，在增加了产能的同时对于设备管理方面也提出了新的要求，要求员工要会使用、会维修、会保养、而且要能创新。车间对现有设备的小改进如：转盘式切药机的电机护板、剃刀式切药机的底座等。合理的生产安排、熟练的操作技能、正确维护保养才能够完全的将设备的全部能力发挥出来，车间将通过不断地培训学习、加强现场管理、设备管理来保证生产设备安全、有序的正常运转。

4、物料管理

不同的需方对同一品种的使用方式、质量需求、需货日期不同的这样一个问题，最终会体现在生产上。为了能够满足不同的需求，车间加强了物料的管理并与不同的质量需求相结合，严格按照生产管理部下发的生产计划和需方信息，按照药典要求并有针对性的进行生产加工，物料管理员与质检员、物料接受人员共同核对，减少误差的产生。加强了物料摆放、标示标签的管理，做到帐物相符、清晰明了。物料管理员、质检员严格监督物料平衡，出现偏差立即按照偏差处理规程执行。在严格按照gmp的物料管理执行的基础上，车间建立了物料收率统计、物料接受发放登记制度，凡是与物料管理员直接交接的物料均有签字审核。做到了接收发放有审核，出现差错有据可查、责任到人，从而增强了员工物料管理、质量管理的责任意识。

5、环境卫生

车间整体环境卫生有了很大的升，随着生产管理的日趋稳定，在完成生产任务的同时能够将环境卫生良好的保持。全年多次迎接大、小型参观数十次，面对中药饮片加工生产的特殊性，多次受到参观人员的好评。一个良好的生产环境，能够

给予员工良好的工作状态，从而为完成生产任务打下基础。一个好的生产环境，代表了一个企业的管理水平、员工素质和企业的整体形象。我们将不懈努力的`保持下去，并争取做得更好。

1、年生产过程中认真宣传贯彻公司的各项规章制度，严格执行安全生产条例，严格按操作规程进行操作。车间向员工进行安全教育、培训、答卷，使员工清楚的认识到安全工作的重要性，提高员工的安全工作防范意识。同时车间加大了自检自查和处罚力度，有效的避免了各类事故的发生。另外，今年对《消防安全紧急疏散预案》、《消防安全知识》、用火、用电、节约用水等多方面安全知识进行了培训，组织人员实物、实地的进行消防演练和紧急疏散。

2、车间对安全事故做到了齐抓共管。九月一名员工将烟火带入车间，车间配合人力资源部对当事人进行教育及严格按照人力资源管理规定执行。车间对此事高度重视，再一次对全体员工进行了安全教育培训，增强员工的安全意识。车间安全员严格履行安全职责，做到平时多巡检巡查、有厂房、设备改造、动火的关键作业能抓住安全重点，一旦发现安全隐患的苗头，就一直采取跟踪、改进等相应的措施，杜绝安全事故的发生。车间力争做到人人讲安全，人人懂安全，人人做安全。

3、通过车间工段、班组、安全员的细致工作，车间在本年度的安全生产基本达到了公司对车间的指标和要求。

起初，刚进入车间的时候，车间里的一切对我来说都是陌生的。车间里的工作环境也不怎么好，呈现在眼前的一幕幕让人的心中不免有些茫然，即将在这较艰苦的环境中工作3个月。第一天进入车间开始工作时，所在小组的组长给我安排工作任务，分配给我的任务是简单的。只是装asv和打2个螺丝。我按照技术员教我的方法，运用操作工具开始慢慢学着，组装的注意操作流程及有关注意事项等，毕业实习的第一天，

我就在这初次的工作岗位上加工产品，体验首次在社会上工作的感觉。在工作的同时慢慢熟悉车间的工作环境。

作为初次到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面情况的了解都是甚少陌生的。一开始我对车间里的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是了解，于是我便阅读实习单位下发给我们的员工手册，向小组里的员工同事请教了解工作的相关事项，通过他们的帮助，我对车间的情况及开机生产产品、加工产品等有了一定的了解。车间的工作实行两班制(1.2班)两班的工作时间段为：早上8：30至下午16：30；下午16：30至晚上00：40上、下班制度。

(2) 摸索过程

对车间里的环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每天按时到厂上班，上班工作之前先到指定地点等待小组组长集合员工开会强调工作中的有关事项，同时给我们分配工作任务。明确工作任务后，则要做一下工作前的准备工作，于是我便到我们小组的工具存放区找来一些工作中需要用到的相关用具，在工作期间有些产品的组装难度较大。刚开始起来还真棘手的，效率不高，做出来的产品质量也不怎么的。让人苦恼的，于是我便向小组里的员工同事交流，向他们请教简单快速的加工方法与技巧。运用他们介绍的操作方法技巧慢慢学着组装这有难度的产品，从中体会组装产品的效果。也有利于提高工作的效率。在平时工作过程中也要不断摸索出生产。

(3) 实际操作

经过一段时间生产、组装产品的学习，我对车间产品的生产、一个组装的整个流程已有了一个较详细的了解与熟悉。对有些常组装的产品也比较熟悉了，对不良产品的识别力也有所提高了，生产产品的效率也在不断提高。上班期间，听从小

组长的安排，接受小组长分配的工作任务，在自己的工作区认真地进行作业。当出现一些小的'问题和困难时，先自己尝试着去解决，而当问题较大自己独自难以解决时，则向小组长、技术员反映情况，请求他们帮助解决。在他们的帮助下，出现的问题很快就被解决了，我有时也学着运用他们的方法与技巧去处理些稍简单的问题，慢慢提高自己解决处理问题的能力。在解决处理问题的过程中也不断摸索出解决机器小故障的方法途径。这样从而让我在工作时的自信心不断增强，对工作的积极性也有所提高。在确保产品质量的基础上尽自己的努力提高工作的效率。尽量让生产出的产品数量达到班产要求的数量，以便完成生产任务。每次下班之前，将自己工作区域内的卫生打扫干净，垃圾放入垃圾袋中并放到相应的位置，把工作桌面和地面上的物品用具收拾摆放好。就这样一天的全部工作内容也就完成了，嘿!这工作任务也较艰巨的啊!

实习期间，我对实习工厂的生产部(组装科)生产、组装产品的整个操作流程有了一个较完整的了解和熟悉。虽然实习的工作与所学专业没有很大的关系，但实习中，我拓宽了自己的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。

在实习的那段时间，让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。每天较早就要上班工作，晚上较晚才下班回宿舍，深感疲惫，很难有精力能再静下心来看书。这更让人珍惜在学校的时光。

此次毕业实习，我学会了运用所学知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理有关人际关系问题的经验方法。同时我体验到了社会工作的艰苦性，通过实习，让我在社会中磨练了下自己，也锻炼了下意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能。积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

铸造实训的心得篇二

经过了三个月的实习生活，使我深刻地体会到了：当一名人民教师真的太不容易了。

无论你已经对教材有多熟悉，都需要认真写好、备好教案。不然的话在上课时常常会由于经验不足，容易出现教学过程不连贯、不顺畅，而且可能会出现讲漏、讲错等失误。所以不但要写教案，而且要尽可能把它写得详细，写成讲稿的形式，这样一来自己心里也有底，教案必须认真备好，要做到思路明确，内容熟悉。如果需要向学生做些演示实验，自己课前也应该先多次练习，尽可能熟悉，做到准确无误。最大的体会就是：“计划赶不上变化”，作为一名老师必须要具备一定地应变能力。

新教师对于备教材一项大多能做的比较好，然而在于其它方面却有明显的不足。特别是备教法、备学生，对于上好一堂课有举足轻重的作用。课前要考虑本节应该用怎样的教法，才能使学生更容易接受，使课堂气氛更活跃，使讲授的内容更清晰。而备学生则能让自己对课堂上发生的各种情况应付自如。比如课上学生可能会产生什么疑问，对于教师提出的问题又会有一些怎样的答案等等。教师要充分估计课堂上可能发生的情况，能避免可能被学生“难倒”而不知所措的尴尬场面。当然这些并非一下子能做好的，因此要注意多向其它有经验的教师请教，并且自己在每节课后也要认真思考，总结经验，避免出现同样的问题。

同时又要顾及班中每一名学生，不能让一名学生落伍。这就要求教师不能只为了完成教学任务，还要多关心留意学生，特别是后进生，要经常与学生交流，给予学生帮助。做学生学习上的良师，生活上的益友。在这个过程中就需要老师多花一些心思，多点耐心，学生也会被老师的行为所感染，我相信：只要付出努力，总会有收获的。上课容易，上好课难！要上好一节课，就要不断地找有关的资料，如，我在上《动

物世界》这一节课的时候还搜索了与动物相关的一些图片。只有不断地试讲，不断改进和完善才能充分做好课前准备。所以“要备好一节课上好一节课，花一个月的时间准备也不嫌多。

“因为社会是不断进步的，科学知识是不断完善的，所以老师为了不落后于科学也应该要不断地充电，不断完善自我的知识体系，正是“要教给学生一滴水，老师必须有一桶水”。教育是一个互动的过程，老师努力投入教学的同时学生也就有收获。当然，当优秀老师是很难，但是很神圣。教育实习活动结束了，我也发现自己仍存在一些不足，主要是有时候上课还会出现紧张的现象，以致头脑空虚一片的感觉，还有在课堂教学中处理突发状况以及个别学生德育教育方面稍显经验不足。所以，作为学生的我回到校园后，我除了要努力地提高自己的专业知识之外，更要积累经验，不断锻炼自己的语言表达能力，反应能力以及组织能力等，不断地调整自己，完善自我，早日为将来成为一名教师做好准备。

实习在快乐与紧张中快速度过，而此次实习中的收获将会是在即将踏上工作岗位的我的一笔巨大财富，对我进入社会有着重大的引导作用。

虽然实习期不是很长，但我学到了很多，要不断研究学生心理，只有了解学生在想什么，才会融入到它们当中去。才能其实达到教学的真正目的。这次切实体会到了做好一位人民教师是多么不容易啊！都觉得教师这个职业外表光鲜亮丽，好像很轻松，其实不然，老师在课后要付出很大心血去研究学生、研究教材、研究教学。真的是台上一分钟台下十年功。

跟着实习指导老师学到了很多，在教学上踏踏实实努力学习专业知识，不断充实自己，课堂上用心去上课，把爱带到课堂，让学习变得更快乐。生活上也要关爱学生，时刻关心学生心理变化。老师不仅是在授道更是育人。

实习也让我感受到了为人父母的不易，父母辛辛苦苦养育我们是多么辛苦，我们不断在向父母索取，我们要学会感恩。这正是我从学生那边学到的，我教它们时间并不长，但我要走的时候，学生却对我依依不舍，让我很感动。所以只要付出，总会有回报。

铸造实训的心得篇三

~2获得测量工作的初步经验和基本技能

~3进一步掌握测量仪器的操作技能

~4学会使用一些基本的平差件

实习时间：一周

实验设备□gps设备一套（包括主机、脚架、基座、连接线等）
实验步骤方法：

gps系统包括空间、地面控制站和用户三部分

（一）测区踏勘

~1交通情况：公路、铁路、乡村便道的分布及通行情况

~2水系分布情况：江河、湖泊、池塘、水渠的分布，桥梁、码头及水路交通情况

~3植被情况：森林、草原、农作物的分布及面积

~5居民点分布情况：测区内城镇、乡村居民点的分布、食宿及供电情况

~6当地民俗民情：民族的分布、习俗及地方方言、习惯及社

会治安情况

（二）资料收集

~1各类图件：1：1万~1：10万比例尺地形图、大地水准面起伏图、交通图

~3测区有关的地质、气象、交通、通信等方面资料

~4城市及乡村行政区划表

（三）设备、器材筹备及人员组织

（四）拟定外业观测计划

~1编制gps卫星的可见证预报图

~2选择卫星的集合图形强度

~3选择最佳的`观测时段

~5编排作业调度表

（五）设计gps网与地面网的联测方案

（一）任务来源及工作量

（二）测区概况

（三）布网方案□gps网点的图形及基本连接方法□gps网结构特征

的测算，点位布设图的绘制

（四）选点与埋标

（五）观测

（六）数据处理

（七）完成任务的措施

（一）选点

~1 点位应设在易于安装接收机设备、视野开阔的较高点上

~8 网形应有利于同步观测边、点联结

~9 当所选点位需要进行水准联测时，选点人员应实地踏勘水准路线，提出有关建议

（二）标志埋设

（三）观测工作

~1 观测工作依据的主要技术指标

~2 天线安置

~3 开机观测

~2 开机后接收机有关指示显示正常并通过自检后，方能输入有关测站和时段控制信息

~4 仪器高一定要按规定始中末各测量一次

（四）观测记录

（一）作业方法：采用两台接收设备，分别安置在一条或数条基线的两

个端点，同步观测4颗以上卫星，每时段长45min至2h或更多

（二）精度：基线的定位精度可达 $5\text{mm}+1\times 10^{-6}d$ 为基线长度

（三）适用范围：建立全球性或国家级大地控制网，建立地壳运动观测

网，建立长距离检较基线，进行岛屿与大陆联测，钻井定位及精

密工程控制网建立

（四）注意事项：所有已观测基线应组成一系列封闭图形，以利于外业

验核，提高成果可靠程度，并且可以通过平差，有助于进一步提

高定位精度

通过此次实习，我深刻理解了理论联系实际的重要性。gps测量是一个与现实联系非常紧密的课程，课堂中学到的许多知识和理论，都在这次实习中得到了验证和检核；课堂中许多不太理解的知识点，也在此次实习中加深了领悟。无论是对课程的加深理解，亦或是熟悉仪器操作，还是了解gps测量的整体流程，可以说这次实习的意义和效果是很明显的。

就测量而言，这是一项精确的工作，各项都要达到一定的精度。测量应遵循“从整体到局部”、“先控制后碎部”、“由高级到低级”的原则，并做到“步步有检核”，这样做可以防止误差的积累，及时发现错误。新科导航仪在静态的测量中，控制点的选点和网型的设计是重要的地方，而在实践操作过程中则考验了同学们的耐心与细心。而碎部测量

则使我们充分理解了gps的工作原理，并对如何采集到碎部点，以及合理分配碎部点的密度有了充分的认识。内业工作则让我们熟悉了gps的平差等相关操作步骤。

此次实习还使我加深了对团队合作的重要性的理解。gps测量是一个较大的工作，单靠个人力量是无法完成的，必须要有小组成员的密切配合和协调，要有统一的工作安排和指挥，更要有着对测量工作的默契与熟悉。否则，整个实习工作和进度就会事倍功半。

在历经了1周左右的实习之后，我和我们组在老师的指导和帮助下基本完成了此次实习的各项工作。本次实习收获丰富，对我们的意义也很重要。它让我们充分接触了gps、了解了gps、熟悉了gps。这对我们今后的学习乃至工作都是大有裨益的。通过此次的实习，我深刻理解并完全掌握了gps数据采集及处理的详细步骤：野外数据采集——数据传输——手簿输入——数据加工——数据预处理——基线解算——重复基线检验——同步环检验——异步环检验（以上为当天应完成的任务）——重测与补测——wgs—84中无约束平差——网精度分析——北京54/80/地方独立中三维无约束平差——三维约束平差——二维平差——成果报告——技术总结。

通过此次实习也让我深刻体会到了科学技术发展速度之快，在短时间之内就能根据已知点的坐标数据通过外业测量以及内业数据处理就能得出其他未知点位的通过平差后的高精度的坐标数据。

通过此次gps实习也再次体会到gps测量实时、点之间不需通视、全天候、点位精度高、误差分布均匀、受天气影响少等突出优势特点。

通过此次实习让我对专业知识有了更进一步的认识，此次实习的经验会在我在今后的学习、生活以及工作等多方面起到

良好的促进作用。

铸造实训的心得篇四

经过两天的培训，在不同老师从多方面对海淀医院的介绍中，使我感受到医院正规的医疗环境。我更加感到非常荣幸能够到海淀医院进行为期一年的实习。

迎接我们的教学班老师为人谦和，对于生活起居安排的细心周到，让我们这些来自祖国四面八方的莘莘学子感到非常温暖。我们已经成年，却在人生道路之上处于懵懂和人生经验匮乏时期，有时不免有些心浮气躁，在老师言传身教下，我们学到很多做人的道理，也会开阔自己的视野，而将是对我们一生都非常受用的宝贵财富。

从小父母每隔一段时间就会带我到北京、上海这种大城市开阔视野，当时并不理解父母这样做的深层含义。以为只是游山玩水，观赏风景，后来却越来越了解父母的苦心。在南昌学习、生活期间，虽然每天都在忙忙碌碌的学习和工作，却有时会感到莫名的空虚。到今天才发现，原来缺少了一种所谓的“外界刺激”，我已入温水煮青蛙一样在慢慢适应安逸。培训期间所见所闻，对老师来说是平常之事，对我却如惊醒梦中人般恍然大悟。正值青春年少的我们，有无尽的精力和冲力，应当属于追求自己的梦想，而非仅仅满足与现状。追求过，努力过，即使结果不尽如人意，但日后想起自己不会悔恨曾经虚度光阴。岗前培训带给自己无限的思考，老师可以手把手教授专业知识，但道理却要自己悟才会透彻。

我一直相信“吃得苦中苦，方为人上人”，人的出生不可以选择，没什么好抱怨和自暴自弃，但人最终的高度却掌握在自己手里。人生好比赛跑，我的起点也许在别人之后，但我可以用更快的加速度来缩短距离。以至于超越。俗话说“好的开始是成功的一半！”实习还没开始，但两天带给自己的其实已经引导我开始一段新的道路，相信一年时间的获益会

成为从医道路上的转折点。

怀着激动与自豪的心情，作为一名刚毕业的大学生，我很荣幸地成为xx市第一人民医院队伍中的一员。对于一名新上岗的员工来说，上岗之前有很多情况需要去熟悉、去适应，所幸医院给我们这些新的成员提供了一次宝贵的机会。20xx年7月5日，我参加了护理部组织进行的为期两个星期的新员工岗前培训。

通过这次培训，我在思想上有了大转变。对医院的现状、制度、文化、发展历史概况，医院的办院宗旨、硬件设施、行为规范、服务理念及背景都有一个深入的了解。

我院创始于xxxx年，是家百年医院，理念来自于一位英国传教士，跨越了三个朝代，经历了三次变迁。同时我还认真学习了医务人员的职业道德，职业礼仪运用，医患沟通技巧，消毒隔离、职业防护与病案规范书写，护理核心制度及护理程序等相关知识，了解在以后工作中会遇到的常见问题及解决的办法。

其次，这次培训也使我们的职业素质有了提高，为我们能够快速成长为一名有修养，有素质，有能力，有水平的护士奠定了良好的基础，也帮助我们在平凡的工作中发现专业的价值和自身的价值。其中我们护士的文化素养也要提高，在培训大会要求中，新毕业护士在第一年需完成24篇读书笔记，包括医学的和文学方面的。除了文化素养的提高，还有专业操作动手能力的提高，在培训期间，完成了20项的基本护理操作示范，要求下到临床由领导进行严格考核。要想成为一名优秀的医务工作者，要想在护理事业上有所成就，要想在护理工作中立足和发展。就要做到以下几点：

- 1、掌握自己的工作职责，安心工作，端正思想，遵守院纪院规，踏实工作，互学互尊，不耻下问；时刻为病人着想，对病人态度和蔼；同情关心和体贴病人；摆正自身位置。虽然

护理人员是一个非常的岗位，做不出轰轰烈烈的大事，但也是重要和不可或缺的工作。

2、我们要坚持自己的信念，兢兢业业工作，刻苦勤奋学习，严格在工作和学习中要求自己，不断更新知识，提高技术水平。一个人要实现他的人生价值，须不断付出努力。只有认真工作学习，把理论与实践结合，刻苦钻研工作技能，在工作中不断充实完善自我，才能实现理想。

3、要有团队协助精神，在抢救病人时，大家齐心协力，我们才能更好地抢救生命。

4、提高整体思想素质，我们不仅要遵守技术规范，还要崇尚学习，加强思想政治素养。短暂的培训结束了，但我受到的启迪和教育将对我以后的发展起到很大作用。我会将此次培训所得的收获，作用到今后的工作中，不辜负领导的期望，争取为医院护理事业的发展贡献自己的微薄力量。

医德规范是医务人员进行医疗活动的思想和行为准则，它就像是一面镜子，让我们在工作中能时刻对照自己的一举一动，谨言慎行。通过这一段时间的学习，我有了深刻的体会。

首先，医务人员在医疗卫生服务活动过程中，"为人民服务"是关键。其核心就是要尊重、关心患者，营造出文明、和谐的就医环境，形成平等，相互理解的医患关系。就像曾获得过"国家最高科学技术奖"的吴孟超医生，他数十年如一日，在医疗服务和医学科研第一线上努力奋斗，无私奉献，取得了重大的成就。他在说到自己从医五十年的感悟时说道："作为一名医务人员，敬业精神至关重要。敬业精神就是要忠于职守，热爱本职工作，以病人为中心，全心为病人解除痛苦。对工作精益求精，对患者极端负责。淡泊名利，关爱病人，甘于奉献。"在医疗战线上，这样优秀的医务工作者有很多很多，正是他们组成了医疗卫生服务的"主体"，成为每个医务工作人员的楷模和榜样。

其次，医疗卫生服务行业是一个特殊的行业。它是由许许多多“零件”所构建成的一个与人的生命息息相关的整体。不论哪个“零件”出了毛病，都有可能让病人付出宝贵的生命作为代价。我们医务人员每一个人就是那一个个的“零件”。每个医务人员，不论你是医生、护士、医技人员或是护工，都是医院这个整体的重要一部分。正是我们每个同事的共同配合，团结协作，这个集体才能够正常的运转，才能很好地履行为人民健康服务的承诺。

随着人类科学技术水平的不断发展，作为现代科学重要组成部分的医学科学也有了极大的进展。新知识、新观点、新仪器等等层出不穷，都在对我们的工作发出挑战 and 新的要求。而单凭学校所学到的知识，是无法跟上时代进步的脚步的了。就就要求我们接受继续教育，严谨求实，奋发进取，钻研医术，精益求精。只有不断的更新自己的知识水平，才能更好地完成自己的本职工作。

作为一名医务人员，工作是很辛苦的，身上时刻背负着巨大的精神压力，而且还常常受到来自患者及其家属的责难和不理解不配合。但是，当与死神的拔河终于获得胜利；当瘫痪在床的病人能站稳他的脚步；当痛苦的表情被放松的微笑所代替，作为医务工作者，那一份满足和喜悦，是无法用言语形容的。那是找到自己生命的价值，体会到平凡中的快乐。路遇时一句不经意的问候，相逢时一个真诚的微笑都在无形间拉近我们与患者之间的距离。我们带给他们战胜病魔的勇气和能力，他们让我们在凡俗的生中得到自信和升华。

还记得，一百多年前提着马灯的南丁格尔留下的那段誓言：予谨以至诚/于会及上帝面前宣/终身纯洁，忠贞职守/尽力提高护理专业标准/勿为有损之事/勿取用或故用有害之药/慎守病人及家属之秘密/竭诚协助医师诊治/勿谋病者之福利/谨誓。的确，不论时代怎么变化，医学如何进步，救死扶伤，实行人道主义仍将是医务人员终身奉行的最高准则，也是我们要时刻铭记于心的行为的标杆！

铸造实训的心得篇五

到了海边，我们坐着游艇去玩第一个项目：滑翔伞。所谓滑翔伞，就是把你绑在一个降落伞上，用一根绳子的一头系在降落伞上，另一头系在游艇上，游艇一开动，你就飞上了天；我玩的时候，我差点哭出来，因为我害怕自己掉下去，于是我在心里念叨：不要怕，不要怕，黄佳琳你行的，你最勇敢了！可是我还是忍不住发抖，想想在30几米的高空一下子掉进波涛汹涌的大海，我就浑身酥软。终于靠岸了，我颠颠撞撞地跑回妈妈身边，吓死我了。

第二个项目是海底潜水，这可是我梦寐以求的项目，可是导游说海底有鲨鱼、鳄鱼，我立刻就不敢去了，后来，导游说鲨鱼是沙子里的鱼，鳄鱼是饿死了的鱼，我松了口气，赶紧报了名。

在我的印象中，潜水是背着氧气瓶的，可这次不一样，我们只要带太空帽一样的头盔就行了；轮到我了，我怀着忐忑的心情下了海，一下海，我就被海底的一切迷住了，成千上万的小鱼、美丽的珊瑚，太赞了！我跟着教练走，来到了一个有许多鱼的地方，教练把我抱起来，叫我抓鱼，我伸手一捉，没捉到一条鱼，我又伸手捉，还是没摸到，这下，我可生气了，盯紧一个目标继续捉，终于捉到一条花斑鱼，我把它交给教练，教练一下子将它捏死，还给了我，这下，爸爸有下酒菜啦！接下来，我看见了一个棕色的珊瑚，我摸了一下它，这个原来软绵绵的珊瑚一下子全都竖起来了，变得黏黏的，黏住我的手，我害怕极了，幸好教练及时赶到，把我的手拔了出来；突然，一个贝壳映入眼帘，我拿起它，想从里面拔出珍贵的珍珠，结果，无论我用什么办法，就是打不开，真扫兴！

时间到了，我要上岸了，我依依不舍的告别教练，上了岸。

充实的一天结束了，再见了海岛，我们下次见！

铸造实训的心得篇六

20xx年11月1号，当驶向工厂的大巴开出学校的大门，我的心中一种波澜骤起，真的要离开这个生活学习了三年的地方，然而未来前途却是一片迷茫。当几个小时的奔波后，到达了河北南玻，气势恢宏的工厂大楼震撼了我，触动了我，然而未曾料想在这里度过最艰苦的五个月后，我选择了离开，因为这不是我实现理想的地方，但这段经历让我有着深刻的体会，学到的，失去的都是一笔人生财富。

在南玻的日子让我学会了很多，也理解了很多。

这里充满了求实的作风，求实的性格。也许正是南玻“求实”的文化塑造了这种南玻人的品质。这里的每一个员工，敢于直白的说“我不会”，而不是搪塞，因为不会才有学习，才有进步；敢于承担责任，每一次事故，大家都会剖析自己，做出改正，即使知道会有相应的处罚，也绝不推卸；敢于尝试，每一次创新都需要不断重复失败来积累经验，但南玻人孜孜以求。这种品质打动了，也改变了我，因为担当就是求实的精神。

这里充满了关心与爱护，也充满了无奈与彷徨。在这里不缺乏上级的关心，班中兄弟的照顾，老员工的爱护，新员工的尊敬，这也是我做出离开决定时最不舍的温暖。最值的回味的是学习操作知识的日子，师傅讲述的那么认真，那么仔细，偶尔也会为一个问题引发争论，甚至争到面红耳赤；最值得提起的是掏玻璃的工序，那段日子难熬，使人崩溃，但却记忆犹新；最值得留恋的是班组的聚餐时光，大家之间的兄弟情始终牵扯着我，努力做好自己。但我依然选择了离开，因为我有自己的方向。

理想与现实一次次的碰撞，让我找准自己的人生方向。我不知道这样说对不对，一个人在踏入职场生涯的前期，最要看懂的不是工作待遇如何，也不是自己的获利收益，而是自己

喜欢什么，给自己定一个值得去奋斗的目标，值得去追求的理想。在南玻的日子，我像所有工人一样，生活节奏慢了下来，时间变得无聊，生活变得乏味，对外界的了解变得少之又少，每天最好的交流就是和工友打打篮球，上上网。我试着学习专业知识，提高自我素质，来影响别人，但却发现慢慢变化的却是自己。大环境造就了人，也改变了人，这段时间我思考了很多，也试过改变自己的初衷，但最终失败了，因为我知道自己需要怎样的方向。

在南玻的感触很深，让我对它有了深深的眷恋，但它的成长也需要南玻人不断探索。

在河北南玻的这段日子，我并没有放弃自己的梦想，而是在不断学习，从而也发现南玻的缺失，或者说是制造行业的普遍现象——离职漩涡。在制造行业，人员流动最大的就是基层员工，他们的不断流失对企业本身就是一种巨大的伤害，然而人力的高管们认为成本低廉就好，但正是这样，导致了企业文化的流失。

那么基层员工为什么会不断流失呢？我在南玻有了深深地体会，也发自内心的提出自己的感悟。

制造行业的员工大多是倒班制，工作生活昼夜不分，时有加班，员工的生物钟总处于紊乱之中，增加了他们对工作的反感。工作之余，除了睡觉休息之外，很少人愿意出来活动，这样慢慢的，生活变得单一无趣。本来员工的素质就不是很高，领导的要求严格，他们便压力倍增，性格变得急躁。

如果有相互学习，相互研究，乐于精通琢磨的学习氛围和条件，大多数人不是迫不得已绝对不会离职的，因为觉得自我还不够成熟，需要学习来充实自己，也给了自己学习的理由。这些就需要引起相关部门的重视，因为这也是企业文化建设的重要环节。我在校期间的“教师给课题—自己学习—答辩汇报”模式的项目化教学是一种不错的利于工厂工人之

间学习的方式，既促进交流，又提高学习积极性，有利于培养专业人才。

制造企业有一个弱点，即各部门的工人只理解自己工序的事情，而不懂其他工序，平级之间缺乏横向沟通，减少了创新优化的机会。我实习时所在的生产线冷端工人不了解热端工艺，热端工人又不懂冷端操作，总存在技术上的误区，导致生产事故发生，这就需要横向沟通，互相了解知识，互相配合。需要多组织，两个工序的工人互相交流学习。

五、员工更需要切身的关心。

现有的制造业大军中，有一半以上的工人来自非公司所在地，属外乡劳动力。受中国传统文化的影响，大部分人到中年以后都会选择“落叶归根”，然而这部分人又是掌握企业技术核心的阶层，他们的离去对企业是致命的损失，所以在对他们待遇提高的同时，应更多关心家庭问题和社会问题。某企业每在年末会对企业的员工进行一次地毯式的谈话，让员工表露心声，尽可能的满足，甚至超额度满足，以留住人才，公司的人性化管理感动很多员工，做到了来一个留一个的目标。

这是一种发展趋势，许多有实力的企业都在开发自己稳定的人才供给基地，这样很能针对自己企业的特点和需要选择性的培养专业人才。近几年，随着高校毕业生数量顶峰的远去，即将呈现出劳动力供给不足的局面，加之中国进入老龄化年限，制造业将面临招聘难的局面。开发自己专属的人才基地，实行校企联办模式，即抓住了专属人才，也降低了培训教育的费用，同时硬化了人才的专业素质。这样的例子有很多：吉利大学就是一个典型，以吉利集团的汽车产业为依托的汽车大学；当然，也有大学塑造企业的神话，北大方正集团成为了北京大学的经济支柱产业。但总归校企联办已然成为一个企业做大做强趋势。

在南玻的实习生活让我对自己有了更新的认识，也对工作有了更深入的了解，对企业有了自己的看法，自己的见解也许是幼稚的，但是是我在这个充满磨练的实习期里最真实的感悟！

最后，我想真诚的感谢南玻给了

铸造实训的心得篇七

庄严地国徽高高的挂在人民法院，即体现了法律的庄严也体现着我国依法治国的基本国策。

古代时，打官司需要花费大量的人力，物力，财力，这就导致了人们害怕打官司，当自己的合法权益受到侵犯时没有很好的运用法律武器来维护自己的正当权益。随着中国法制化进程的不断加快，普法宣传的力度不断加大，人们的依法维权意识也开始慢慢的生根，发芽，逐渐壮大。为了消除人们对打官司需要花大量的时间，金钱以及托人找关系等老旧思想，人民法院依据人性化的服务理念，采取简单案件施行简易化开庭，费用减半，当庭宣判等一系列便民措施，节约了大量的司法资源。讨薪案件起诉费5元，上诉10元；离婚纠纷100-300元。这一系列的措施使得人们合理的使用自己的诉权，维护自己的合法权益。

我作为一名司法局的普通司法行政工作者，在法院学习的过程中也有着自己的一些感悟：

一是，法制宣传是一项常抓不懈的工作，不能只流于形式，若是能通过多种方法并举，将法制宣传工作融入到群众的日常生活，融入到群众的心理，让他们真正的懂法，那么那么才能使他们自觉地遵纪守法，不违法，这也许是我们司法行政人最高的最求。

二是，专业知识与专业技能的学习，培训。在庭审的过程中，

我看见有些律师纠结于个别问题，反复陈述脱离法庭的争议焦点，而有些律师针锋相对，彼此辩驳，唇枪舌战。看到这种情景我都会特别激动，我觉得这不仅仅是思维的交锋，更是彼此专业知识的较量。由此，我更加感到自己知识的匮乏，虽然我也很努力地学习法律知识，但是我知道这是一门需要常年累月的学习与积累才能学好的学问，但所需的并不只是学习还有对法条背后的法理的深深的理解。我相信，有朝一日我也能站在诉讼代理席上，为需要我的人们去拼搏。

铸造实训的心得篇八

转眼间已经来到炼油厂一个多月了，这是我首次参加工作后的实习，在这边充分体会到了工作与学习不同，同时也在慢慢改变自己的心态，慢慢的去适应角色的转变。

我是今年开始进入炼油厂的实习生活，虽然以前也在化工厂有过短暂的实习，但是这次是我第一次能够深入到车间作为一名实习操作工的实习。经过半个月的三级安全教育后，我被分到了重整车间的40万吨/年柴油加氢——临氢降凝装置运行二班，学习柴油加氢的具体工艺流程及操作等。

在班组里，班长为我和同事安排了同一个师傅，师傅每次去现场我们都会认真的听师傅的讲解，做好笔记，师傅教会了我们很多现场的知识，这些都是我们从课本上无法学习到的宝贵经验。在现场学习中，我们首先要学习的就是整个生产流程，了解每个设备的作用。在我们操作的装置中共有21个罐，2个反应器，1个分馏塔，1个加热炉，6个管壳式换热器，3个空气冷却器，12个泵，2个压缩机及多种过滤器、阻火器等。

我们负责的生产流程主要是把来自中间灌区的催化剂柴油经过一系列的除杂质除水后与混合氢一起加压、混合、加热后，经过加氢反应与降凝反应脱除油品中的硫、氧、氮及金属杂质同时使烯烃饱和，然后经过换热，通过高压分离器和低压

分离器除掉油里面含有的气体和水分，再经过换热后进入产品分馏塔。从分馏塔中出来的物料分两部分，分馏塔顶的汽油经过冷却后大部分作为分馏塔的回流，少部分粗汽油作为产品送出装置，还有一部分进入换热器进行换热；而分馏塔底的柴油则经过换热后作为成品出装置。

在对整个柴油加氢工艺有了整体的了解后，师傅还会在现场教会我们一些具体的操作知识及安全防护。因为生产中有很多时候会涉及到泵的操作，因此，师傅还为我们讲解了离心泵的启动及切换，虽然我们还没有机会看到泵的启动及切换，但是现在应经对如何操作有了一定得了解，相信以后肯定能够有上手操作的机会。

在这边实习的这段日子里，有幸看到了现场是如何做防冻和防凝的工作，虽然我看到的是其中一部分，但是通过向师傅请教和查找相关资料后，对该工作有了整体的认识。我们单位将来开始投产后，也会遇到防冻和防凝的工作，有了许许多多的心得体会：将长期停用的设备、管线与生产系统连接处加好盲板，并把积水排放后吹扫干净；将运转和临时停运的设备、水管、汽管与控制阀等做防冻保温措施，采取少量长流水、少过汽的方法；加强巡回检查脱水，泵的冷却水不能中断，伴热取暖保持畅通，压力表和液面计要经常检查，蒸汽与水线软管接头和甩头要保持常冒气和长流水的状态；拧不动的阀门不能硬开关，机泵盘不动车不得启动；冻凝的铸铁阀门要用温水或少量蒸汽慢慢加热，防止骤然受热损坏；施工和生活用水要设法排到地沟或不影响通行的地方，冰溜子要及时打掉；加强管理，建立防凝台账，包括事故登记、防冻防凝设备完好状况和易冻凝设备管线备忘等。

在炼油厂的这段时间，我深刻的体会到了生产一线无小事，体会到了工作中要认真对待每件事情，从小处着眼，不断学习知识，积累经验。生产一线是一个很锻炼人的岗位，相信在炼油厂实习的半年将是我们日后工作中的一笔宝贵财富。

就这样到快下班时，接到任务又要准备停车，原因是原料不够，化工厂实习总结。那天我们很晚交班。接下来是又一次的检修，不过这次检修的任务不是太大，主要是其它工段，当然我们也轻松了些。

我的任务主要是继续熟悉设备、工艺及图纸，阳哥也很细心的为我讲解，经过到这么多天的学习和阳哥的指导，如今我对设备的布置以及设备位号已经完全掌握，对一些管道也有了一些认识，对大致的工艺也有所了解，但是还有许多知识还需要我进一步去学习掌握。

从这次检修到现在我们工段的任务已基本完成，不过还有一些任务还要继续完成，由于其他工段还在检修致使大概到本月底才能开车。我们上班的任务比上一次检修稍微轻松了些，主要还是打扫卫生以及清理废渣，帮机修师傅打下手等等。

回顾这短短一个月有余的实习的过程中，感到自己确实学到了许多原先在课本上学不到的东西，而且也让自己更进一步接近社会，体会到了在企业的工作实习过程中种种经历，使我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

在同一些工作多年的员工的交谈中，深知，在工作岗位上，有着良好的理论知识能力是很重要的，但怎样处理好与同事的关系，为自己和他人的工作创建一个和谐的氛围，又是那么的重要，于是也就更能体会在工作中团队精神是多么的重要！

其次，作为实习生的我（即将成为企业的一员），在自身相对循环重复的工作中，不仅应保持工作的质量及效率，还应具备创新精神，争取为企业的发展积极献计献策。

铸造实训的心得篇九

在未接触花卉艺术前，我就像一个懵懂的小孩，我只知道这门学科讲的是花，可是我还不知道这里面有那么多的研究艺术。有些东西只有接触以后才能更深刻的理解，光靠表面现象难以看到很多深刻的东西，所谓知其然，而不知其所以然。我爱花，喜欢观花，汲取他的芳香成为我平时的一种嗜好，我把花看成自己的朋友，爱他的一切，这是我喜欢花卉学的初衷。有它娇艳美丽的一天，我的生活都会更加的精彩丰富！我虽然不是因为花而活，但是因为它而惬意自如，不能自拔！

花卉艺术是以花卉植物为研究对象，主要研究插花基本知识，插花造型，插花发展史，西方传统插花与东方传统插花艺术，盆景艺术概述及发展史，山水盆景介绍。花卉产业发展到今天，使花卉的意义更加重大，不仅美化了生活环境，改善了生态环境，丰富了社会社会文明和精神文明的生活，还促进了社会主义经济建设。

对花卉艺术概念的深刻认识

以前觉得所谓的“花卉艺术”就是对各种花的认识、欣赏和了解，学习一些花卉种植、经营的概念等，认为它只适合于花卉种植及开花店等专业人士所学习，与我们的园林学专业没有任何的关系。但自从学习了花卉以来，对它本身的概念和内容都有了一个全新、深刻的认识，了解到了它不单纯是一门研究花卉的装饰与应用、市场营销等基础知识的学科，它还主要研究插花造型，插花发展史，西方传统插花与东方传统插花艺术，盆景艺术概述及发展史，山水盆景等专业内容。

花卉艺术学书本理论知识的了解和掌握通过老师一个学期的课程讲解，加上我们课后复习和补充，对课本的主要内容有了一定的了解。可分类总结如下几个方面：

1、了解到了插花艺术概述。插花是以切花花材为主要素材，通过艺术构思和裁剪整形与摆插来表现自然美与生态美的一门造型艺术。

2、了解了插花艺术的基本知识。凡插花所用的植物材料统称为花材，花材种类很多，根据不同取材类别分类可分为四大类。插花所用的器皿为花器，不仅作为一个容器盛放花材和水，以维持花材的生命，保持其鲜度，而且是插花艺术作品构图中不可缺少的一部分。插花的基本技能，修剪、弯曲、固定等是基本常用的技能，遵循“以构图需要为目的，顺其自然为主导，分明层次，造就美观”的原则。

3、了解和掌握了插花造型基本理论，插花艺术如同其他艺术一样，都是通过形象和布局来展现美的造型艺术。要掌握造型的基本要素及基本原理。比例、均衡、多样性与统一性、调和、韵律是插花艺术不可或缺的技术手法。

4、简单介绍插花艺术发展史。插花艺术起源，插花艺术的原始形态、中国插花艺术发展史，大致分为7个阶段；日本插花艺术的发展史；欧美各国的插花艺术简史。

5、西方传统插花艺术与东方插花艺术的对比介绍。分别介绍了各自的风格特点，创作手法，简单示例欣赏。

对以上基础知识的认识 and 了解仅仅是我们学习的一个开始，在以后的学习和工作中，我们还要不断地吸收外界新的知识和信息，多去进行实践的检验和创新，不断地充实和完善自己。花卉艺术是一门综合性、实践性很强的学科，它与园林美学，生态学，植物分类学、植物生理学、生物化学、土壤学、肥料学、植物病虫害学等有着密切的联系，在花卉生产和销售行业都有着重要的作用。它不但是一门学识性很强的专业学科，更是一门丰富我们大学生活、陶冶情操的一门社会学科。在学习过程中，我们不但能学到很多关于花卉植物的相关知识，还能欣赏到很多有名的花卉品种以及一些关于

花卉行业发展的前言信息；不但能在实习和实验的过程中得到实际操作的锻炼，而且能享受实践带来的乐趣。在学习的过程中，我们常常会遇到很多的困难。比如由于条件的限制，除了课堂的笔记外，不能看到老师上课的课件对课堂知识进行复习和补充，也不方便到网上或阅读相关报刊杂志去了解更多花卉艺术及其发展的知识和信息；在实验和实习的过程中，有时候不能正确地把握整个实验的过程，影响到了实验的结果，在插花动手实际操作过程中就因为技能手法把握不恰当，而导致完成作品与预料不一致的现象。

世界上的插花艺术流派众多，然而，从总体上可以分为两种，一种是以中国、日本等国为代表的东方风格插花，另一种是以欧美为代表的西方风格的插花。这两种插花风格有着较明显的区别。西方风格的插花，注重色彩的渲染，强调装饰的丰茂，布置形式多为各种几何形体，表现为人工的艺术美和图案美；中国和日本等国的东方式插花则崇尚自然，朴实秀雅，富含深刻的寓意。我个人从各方面欣赏而言，还是更喜欢东方式的，其寓意表达的意境耐人寻味，美不胜收。

我从一开始就没有把花卉艺术当做是一门专业科学来学，我认为它是我的一个爱好，一个兴趣。“落红不是无情物，化作春泥更护花”，“采菊东篱下，悠然见南山”。花卉本身就是人们的精神生活世界里不可缺少的东西，而且对花卉的爱好是一种比较高雅的情趣。我不知道以后的工作学习中花卉学的知识会用到多少，但是我知道我以后的生活中是离不开的。花卉可以调节人的情绪，可以美化居所，营造健康的生活环境，可以陶冶情操，修身养性。

就从我这样的理解中，我认为花卉的市场前景也是非常乐观的，生活水平的提高就会让人们更多的去追求精神生活，随着生态建设的发展花卉学在未来一定会被人们更为重视。花卉学的学习虽然已经结束，可我的兴趣与爱好还会继续，我们学到的只是一个简单的方法，以后的知识还需要我们继续去研究与探索，不论将它用于学习还是工作或者生活。