

2023年物流实训的心得体会和收获(精选9篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

物流实训的心得体会和收获篇一

近年来，医药物流在国内发展迅猛，其作为连接医药企业与市场的桥梁，对于现代医疗卫生事业的发展起着至关重要的作用。在这样的背景下，医药物流实训成为了医药专业学生培养的重要环节。本次实训旨在通过实际操作和训练，让学生深入了解医药物流的流程和规范，提高他们在医药物流工作中的实践能力。

第二段：实训内容和过程

实训中，我们首先学习了医药物流的基本知识，例如医药品的分类、储存、包装等，还学习了遵循合规规范的仓储与配送操作流程。随后，我们分组进行了一系列的实践操作，包括药品分类整理、包装密封、运输装载等。在这个过程中，我们亲自操作各种设备和工具，培养了操作技能和团队合作精神。

第三段：实训收获与体会

通过这次实训，我首先认识到了医药物流工作的重要性。医药品的质量和安全直接关系到人民群众的健康和生命安全，因此医药物流的准确和高效是至关重要的。作为一名医药物流从业人员，我们需要具备细致的观察力、耐心细致的工作

态度以及高度的责任心，保障药品安全运输。其次，我也体会到了团队合作的重要性。在实践操作中，我们需要相互配合，协调工作，保证整个流程的连贯性。只有团队齐心协力，才能完成任务。最后，我还学到了很多实际操作的技能，例如如何正确地进行药品分类整理、如何进行货物的装载和卸载等。这些技能对我今后从事医药物流工作非常有帮助。

第四段：实训的不足和改进建议

尽管实训收获颇多，但也存在一些不足之处。首先，实训时间较为紧凑，有些操作无法充分实践。其次，实训过程中指导老师的角色较为被动，缺乏对学生的引导和指导。基于这些问题，我们希望未来的实训能够拓宽实训时间，增加操作的次数和难度，以使学生对于医药物流工作的实际操作更为熟练。同时，希望指导老师能够更加主动地参与和指导实训，提供更多的实践经验，并及时纠正学生的错误。

第五段：总结

医药物流实训是一次难得的机会，对于我们的职业发展至关重要。通过这次实训，我们不仅获得了专业知识和技能的提升，还培养了团队协作和责任心。然而，实训也存在一些不足之处，我们期待未来的实训能够更好地满足学生的需求。总的来说，医药物流实训是一项极为有价值的经历，我相信在未来的工作中，我能够将所学到的知识和技能发挥到最大的作用，为医药物流事业做出自己的贡献。

物流实训的心得体会和收获篇二

往事如烟，飘然而过。转眼间，一年半的学校生活已悄然而逝，迎接我们的将是踏出校园，走进企业去体验新的生活。

为了提前让我们感受企业的工作环境[]20xx年11—12月期间老师安排我们在百安物流公司实训一周。由于之前我经历过两

三次打工的经历，对于企业的工作环境我略知一二。底层员工靠的是廉价的劳动力，个人时间严重受到制约，赶货时期，不顾日夜的加班加点。几乎每天都忙得晕头转向，假期休息是一种奢侈。然而，在百安实训这周，却整天无所事事。每天除了打扫卫生就是坐在前台无事可做，无聊至极。有时会在心里抱怨老师安排我们在这实训根本学不到东西，简直就是浪费时间。

当一个人心态不端正，总抱怨环境给自己带来不爽时，往往会做出一些不理智的事情。实训的第一天，前台服务主管叶贝贝跟我们总结了前面同学的实训状况，也从中知道了发生过一些不开心的事情。我想，很多同学刚开始会跟我一样，没有摆正心态做事，所以才会做出一些不理智的事情。

来到一个新环境刚开始肯定适应不了，实训前两天，因为跟那的工作人员不熟，整天坐在前台发呆，悠闲的让人发慌。有时想问叶主管问题又没勇气，终于有次我受不了那沉闷的环境，鼓起勇气跟主管搭话，没想到平时看去非常严肃的叶主管与我交谈起来却挺亲却。之后的日子，悠闲时叶主管会跟我们聊天，跟我们说一些道理，甚至还教我们打单。最后的几天，我们都是愉悦、轻松的环境中度过。经过一周的时间相处，我们和那里的工作人员已成朋友一般。之前感觉漫长的一周如今却变的如此短暂。

经过此次短暂的实训，虽然，没有学到很多专业的知识，但带给我有很大的感触，第一：心态好事情才能做好（就好比实训的前两天，心态不端正，做什么事都很被动，总是抱怨周边的环境，自己难受，别人也不喜欢。之后当我摆正了心态去面对工作，一切就变得如此美好）；第二：认真做好身边的每一件小事（在工作中，哪怕是吩咐复印资料这样一件小事都务必把它完成好，因为这往往会是你被老板看重的前提）；第三：学会适应（适应新的环境，新的工作，适应企业的管理理念等）；第四：学会与人交流，积极扩展人际关系（俗话说，熟人好办事，当你在工作中遇到了困难或

是犯了错误，如果公司同事或领导平时跟你很熟有好的交情，他们肯定会乐意去帮助你，原谅你）；第五：身为新人，永远要乐于求学，积极主动（天底下，没有免费的早餐，只有自己付出了努力，才会有回报。无论是哪种职业，领导永远喜欢积极主动学习的下属。当你做到了什么事情都持积极主动的态度去面对去学习，这不仅利人更利己。）

最后，十分感谢老师给予我们这次难能可贵的实训机会。

给我们今后的实习带来很大的帮助。

物流实训的心得体会和收获篇三

物流实训心得体会的客户. 2. 铁路线路的使用效率不高，只有少数客户选择这一运输方式，其实铁路运输在我国现阶段的长距离，高密度的运输中，仍然有着其不可替代的作用，特别是这种门到门的运输，更可以降低企业的物流成本，提高商品的流通速度，企业应主动寻找适合的客户推销这一特色服务. 三. 建议：

1. 企业要发展，企业形象至关重要，因此每个企业都十分注重自己的企业形象，宁可花多点的钱去租用昂贵的美观的现代化仓库，也不愿去租用那些老式破旧的仓库，因此可以花费点资金整修老式的仓库，使企业自己本身的形象提高，这样客户会更加愿意来租用仓库了.
2. 进货堆放货物时不能只顾着一时的方便，应该考虑到出货时的方便，不能耽误客户的时间，因此要按照标准把货物堆起，堆放要整齐合理，以免倒塌.
3. 应注重运用现代化技术，把计算机应用作为一项系统工程来抓，实现与工厂，销售计算机信息的联网，以及以西安市区配送为主辐射陕西地区的运输配送网络.
4. 应多重视专业人才的培养，提高员工的综合能力及素质. 应多学习和借鉴国外的先进技术，使企业更好地向前发展.

四. 实训感想：

我经过一学期物流专业的学习，对物流的定义，基本功能，

各个作业流程有了一定的理论基础，通过在雷鹏实习将这些理论与实际的操作相结合，在实践中提高了运用知识的能力。我很感谢雷鹏公司给了我这次实训的机会，让我对物流有了新的认识。

附送：

物流客服部工作总结

物流客服部工作总结

光阴似箭，一晃一年多的外运生活快过去了，工作以来，在单位领导的精心培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获。

思想上，自觉遵守我司的规章制度，坚持参加公司的每次的培训。以严谨的态度和积极的热情投身于学习和工作中，曾为自己的平凡而失落过，也曾为日子的日复一日而迷惘过，然而日益激烈的社会竞争也使我充分地认识到成为一名德智体全面发展的优秀工作者的重要性，同时也积极的向党组织进行靠拢，于09年的7月1日向党递交了申请书，并时时刻刻接受党的考查，希望早日加入中国共产党。

学习上，严格要求自己，凭着对专业知识和技能的强烈追求，端正工作态度，作到了理论联系实际；除了专业知识的学习外，还注意各方面知识的扩展，广泛的涉猎其他部门、学科的知识，从而提高了自身的一专多能的长处及思想文化素质，包括生活中也学到了养成良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好做事原则，能与同事们和睦相处。由于我所学专业离物流行业不相关，从没有放弃学习理论知识和业务知识学习理论的同时，把工作中的实战联系到理论知识上，使理论水平变得更简单。

己，刻苦钻研业务，争当行家里手。就是凭着这样一种坚定的信念，我已熟练掌握报关申报、仓单统计等业务，成为资料组的全能的资料员。

记得，刚进物流行，为了尽快掌握物流行业业务，我每天都提前一个多小时到岗，除了在工作态度我尽心尽力，在公司组织的各项活动中我也积极响应，经常参加单位组织的各类活动以及同事聚会。

在此，对所从事过的和现正从事的岗位工作作一小结。操作中心资料员主要负责报关资料的登记、整理、派发。具体内容主要包括四个方面：

1、报关单的申报、打印。

2、报关资料的派发，入仓单的修改、打印，入仓单的资料补充，工作量的统计录入，经海关审核后的黄单和经补充资料后的绿单的派发。

3、报关单的核销单跟踪签收，应客户后期办理退税、核销所需打印出报关单、入仓单和出仓单。

4、转关司机本的登记、派发，手册的签收、派发。我主要负责问题的警觉性并及时加以解决的能力；认真细致地完成工作任务，协助单证加速流通，尽快通关。

单证客服员主要负责接收客户递交的报关资料并完成报关资料的初审或填制工作，审核报关资料符合报关单的基本填制要求后，参照业务系统数据，对比无误后进行跟踪，再将单证交付审单员审核；对于报关中出现的任何问题，法、正确的思想观点、踏实的工作作风。力求把工作做得更好，树立公司的良好形象。

物流客服部个人工作总结 【二】

xx年的暑假两个月时间我与本学院其他几位同学共同参加了四川顺丰通讯科技有限公司开展的暑期实习活动。通过两个月的实习生活，深切的体会到了工作生活与生活的不同之处。虽然是一份实习工作，但也算得上是自己人生中的 用;如何提高自身与客户沟通的技巧以及遇到一些自己难以处理的事情时，我们应该采取何种方式进行应对;了解快递行业的具体运作模式。

最后，在进行了几天的练习上岗后，我们便开始了正式上岗实习，与公司的正式员工一样，接听来自全国各地的客户电话。当然，我们只接听4008 热线的1号键下单和有关咨询方面的工作，如果遇见客户要求进行快件查询或是投诉业务，我们则帮其转至2号键，有查询同事对其进行跟进。当然，在正式实习上岗期间，我们还必须参加公司每天的早班例会或是公司的晚班例会，了解新的业务知识或是对自己一天中的工作进行小的总结。同时，我们也参与公司一系列有关新的业务知识的培训，如公司在七月下旬推行上线的新的下单系统。此外，公司为了让我们能够对速运行业有个全面的了解，在多方努力沟通下，参与实习的8位同学于8月7日来到公司位于武侯区簇桥的成都中转场进行参观了解，以增强自身对快递行业本身的理解。

实习工作于8月27日结束，8月28日，公司的管理层特意为我们几位实习生召开了实习工作总结会议。会上，我们实习老师对我们在实习期间的数据进行了公布，同时，公司领导们也对我们实习期间优秀表现作出了很高的评价，并且表示希望我们能够留在公司继续做兼职。此外，公司也给我们颁发了一些小的纪念品和各自的实习证明材料。自此，为期两个月的实习工作正式结束。

物流实训的心得体会和收获篇四

第一段：引言（100字）

在医药行业，良好的物流供应链管理至关重要。医药物流实训为学生提供了一个宝贵的机会，了解医药物流的各个环节和流程。通过实训，我不仅学到了实践操作的技巧，还深刻体会到了物流的重要性和挑战。下面我将分享我在医药物流实训中的心得体会。

第二段：物流流程与标准操作规程（250字）

在医药物流实训中，我首先了解了医药物流的基本流程。从采购、仓储到配送，每个环节都需要随时保持严格的标准操作规程和质量控制。例如，在仓储环节，我们学习了合理的存储和管理方法，包括不同药品的分类存储和温湿度的监控。另外，我们还了解到在配送环节中，始终保持药品的完整性和温度的稳定性是至关重要的。

第三段：团队合作与沟通（250字）

通过医药物流实训，我深刻体会到了团队合作的重要性。在实训中，我们分组进行各个环节的操作，每个人都扮演着不同的角色，如采购员、仓库管理员和配送员。我们需要密切合作，确保物流流程的顺畅进行。而良好的团队合作需要有效的沟通。我们要及时交流信息、分享经验并解决问题。通过团队合作和沟通，我们能够更好地应对各种挑战，并确保药品的及时供应和安全性。

第四段：风险管理与危机应对（250字）

医药物流实训也让我对风险管理和危机应对有了更深入的了解。在实践中，我们面临着不同的风险和潜在的危机，如供应链中断、药品不合格等。为了预防和应对这些情况，我们需要制定有效的风险管理方案和危机应对措施。例如，我们学习了如何通过备货储备、供应商多元化等措施来降低风险。此外，在危机发生时，我们也掌握了如何迅速反应并采取适当的措施以保障物流的正常运行。

第五段：总结与展望（250字）

通过医药物流实训，我不仅学到了实践操作的技巧，也明白了医药物流在整个行业中的重要性。物流的顺利运作是保障药品安全和及时供应的关键要素。未来，我希望能够将所学的知识应用到实际工作中，为医药行业的供应链管理做出贡献。同时，我也希望通过不断学习和提升自己的能力，成为一个优秀的医药物流专业人才，为行业的发展做出更多的贡献。

总结：医药物流实训是我大学期间重要的一部分，通过实践操作与团队合作，我不仅增加了对医药物流流程的了解，也明白了物流的挑战和重要性。通过有效的风险管理和危机应对，我能够预防并解决潜在问题。我相信这次实训经历将对我未来的职业生涯产生积极影响。

物流实训的心得体会和收获篇五

近年来，随着医药行业的迅速发展，医药物流越来越受到人们的关注。为了提高学生对医药物流行业的了解和实践能力，我校组织了一次医药物流实训，为我们提供了一个宝贵的学习机会。在这次实训中，我收获了很多，深刻体会到医药物流的重要性。以下是我对医药物流实训的心得体会。

首先，通过这次实训，我深刻体会到了医药物流的精细化管理对于医药行业的重要性。在实训过程中，我们学习了如何对医药品进行分类、包装、储存和运输。这些环节都需要细致入微的管理，任何一个环节出错都有可能对药品的质量和安全性产生严重影响。通过实践操作，我深刻体会到，只有在整个物流链条上做到精细化管理，才能够保证药品的安全性和有效性。这次实训使我认识到，在医药物流行业中，大大小小的细节都十分重要，任何一点疏忽都有可能引发不可修复的后果。

其次，这次实训还让我认识到医药物流的时间敏感性和紧急性。医药品的运输和配送必须严格按照时间要求进行，因为病人的生命安全可能取决于这些药品的及时到达。通过实训，我了解到，医药物流工作人员需要非常高效地完成任务，保证药品在最短的时间内送达，以满足病人的需求。同时，医药物流还要面对突发事件和特殊情况，如自然灾害和疫情爆发等，这就要求物流人员具备应对紧急情况的能力和决策能力。通过这次实践，我真切感受到了医药物流工作的时间敏感性和特殊性，这也让我更加明白了医药物流人员的责任重大性。

再次，这次实训让我深刻认识到医药物流的专业知识和技能要求很高。在实践中，我们需要了解各种医药品的特点和储存条件，要掌握正确的包装和运输方法，还要了解相关法律法规和政策。这些知识和技能的要求非常高，需要我们不断学习和实践，提升自己的综合素质。通过这次实训，我明白了自身的不足和需要提升的地方，意识到只有不断学习和努力，才能够适应和发展医药物流行业的需求。

最后，这次实训也让我认识到医药物流的发展前景广阔。随着医药行业的快速扩展和人们对健康需求的不断增加，医药物流行业呈现出蓬勃发展的态势。越来越多的人投身于医药物流行业，为其发展壮大作出了巨大贡献。通过这次实践，我对医药物流行业有了更深的了解，对其未来的发展充满信心。同时，也意识到要适应行业的快速变化，加强自身综合素质和专业能力的提升。

总之，这次医药物流实训给我留下了深刻的印象和宝贵的经验。我不仅对医药物流行业有了更深入的了解，也明白了自身的不足和需要提升的方面。通过实践，我认识到医药物流的重要性、时间敏感性和专业要求，也明白了该行业的发展前景和自身的发展方向。希望未来能够通过自己的努力，为医药物流行业的发展贡献一份力量。

物流实训的心得体会和收获篇六

在物流管理岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我的感触就是：我们在学校学到了很多理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实习，并结合物流管理岗位工作的实际情况，认真学习的物流管理岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

在物流管理岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在物流管理岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对物流管理岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据物流管理岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点，尽心尽力完成物流管理岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

从大学校门跨入到物流管理岗位工作岗位，一开始我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完

全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对物流管理岗位工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职工作。

物流实训的心得体会和收获篇七

1、基本情况：

我所实训的雷鹏公司成立于1998年，是一家专业从事国内长短途公路运输，货物仓储，物流配送，货运配载，信息咨询为主的物流服务企业。地处东二环立交，交通便利。

2、主要设施：

现已配备的车型主要有大货车，长车，叉车等。

3、仓库类型：

铝合金结构平房库、拥有铝合金板平房库__平方米，可利用空间高度为4米，该类型仓库的优点是库外周转场地大，特别适合于进出仓频繁的大宗商品的储存。

其它库房1500平方米，该类型仓库多数属于砖木结构，单幢仓库面积小于上述仓库类型，具有冬暖夏凉的自然调节功能。

4、作业流程

作为实训的学生，在工人张师傅的帮助下，我主要的工作就是对《入库通知单》上的内容逐项核对，并且还要对少量货物进行搬运，还有就是跟车押运。

1、通过我的观察和了解，公司仍然依照老旧的仓库出租模式收取租金，以至于使得仓库的利用率浪费，造成客户的流失，可根据仓库的实际加大空间利用率，根据仓库的实际利用情况进行收费，这样既提高了仓库的使用率又间接的降低了租金，争取到了更多的客户。

2、铁路线路的使用效率不高，只有少数客户选择这一运输方式，其实铁路运输在我国现阶段的长距离，高密度的运输中，仍然有着其不可替代的作用，特别是这种门到门的运输，更可以降低企业的物流成本，提高商品的流通速度，企业应主动寻找适合的客户推销这一特色服务。

1、企业要发展，企业形象至关重要，因此每个企业都十分注重自己的企业形象，宁可花多点的钱去租用昂贵的美观的现代化仓库，也不愿去租用那些老式破旧的仓库，因此可以花费点资金整修老式的仓库，使企业自己本身的形象提高，这样客户会更加愿意来租用仓库了。

2、进货堆放货物时不能只顾着一时的方便，应该考虑到出货时的方便，不能耽误客户的时间，因此要按照标准把货物堆起，堆放要整齐合理，以免倒塌。

3、应注重运用现代化技术，把计算机应用作为一项系统工程来抓，实现与工厂，销售计算机信息的联网，以及以__市区配送为主辐射陕西地区的运输配送网络。

4、应多重视专业人才的培养，提高员工的综合能力及素质、应多学习和借鉴国外的先进技术，使企业更好地向前发展。

我经过一学期物流专业的学习，对物流的定义，基本功能，各个作业流程有了一定的理论基础，通过在雷鹏实习将这些理论与实际的操作相结合，在实践中提高了运用知识的能力、我很感谢雷鹏公司给了我这次实训的机会，让我对物流理有了新的认识。

物流实训的心得体会和收获篇八

企业定岗实习时把学生直接安排到工作岗位上，在工作中学习，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!

通过这次实习，我收获了很多，一方面学习到了许多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提高了自己动手做项目的能力。本次实习，是对我能力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是非常有

意义的。

在实习中我学到了许多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识运用于实践中的好机会，原来，学的时候感叹学的内容太难懂，现在想来，有些其实并不难，关键在于理解。

在这次实习还锻炼了我其他方面的能力，提高了我的综合素质。首先，它锻炼了我做项目的能力，提高了独立思考问题、自己动手操作的能力，在工作的过程中，复习了以前学习过的知识，并掌握了一些应用知识的技巧等。其次，实训中的项目作业也使我更加有团队精神。

经过是十几天的努力，实训的任务已经完成了，在这十几天的算量中留给我们的是收获的果实。我们也在从中学习到很多东西，从拿到图纸至研究图纸，然后套定额算量，我们已经拿出了工作的状态，无时无刻都在想着算量，脑海里都是装的是计算规则和定额规则。也许这就是实习前，这就是我们练兵的时候了！

针对这次实训总结如下：

一、在算量方面问题不大，然而在一些小项目零星项目上，没有能很好的区别规则算法；

三、最重要的就是对于定额的选定和套价问题了，我觉得这些非常重要的。在此之前我们练习套定额的工作相对较少，所以对于这次实训来说，很多定额的套法了。定额上，一些费用的计取还不太了解；套价方面，对于价钱不太敏感。

四、在算量速度方面太慢了，时间没有把握好，弄得很急忙。有时候不太集中，有时候不够专注，时间弄得很散乱的算量了。

优点：

五、深刻感受到造价的艰辛，提前感受了今后造价工作的气氛，“天将降大任以是斯人也，必将苦其心志，饿其体肤，痛乏其身”这句话得深刻内涵，为即将步入的造价人生做好准备。

八、了解了工作函的书写格式和方法以及工程经济指标分析的重要性，应该说实战方面得到了一定的锻炼。

这就是就是我的实训总结，不足之处在以后的学习工作中要不断地改进，进一步完善自己，进一步适应社会的大浪潮。

在实现记事本的功能过程中，也不是很顺利，基本的文件读写和保存文档的复制、粘贴、删除等功能还比较容易实现，但如何改变字体、字体颜色和背景颜色，就比较麻烦了，要实现字体颜色和背景颜色，首先要调用系统的调色板，再进行设置。但如何调用系统调色板?我是通过查阅帮助文档来找到其调用方法的。

像自动换行、设置字体等都是通过方法来调用，给相关事件加上监听，在进行响应事件。整个程序中方法才是最关键的，也是最困难的。所以像查找、替换、转到几个功能我都不知道用什么方法，也由于时间有限，没有完成其功能。总体的感觉是对java有了一个全新的认识，现在感觉用java做小的图形用户程序有些缺陷，但是在其的应用方面。尤其是有网络方面的应用，在整个实训我也尝试过做一个小的画图软件。但是由于时间关系还有一个是自身的知识的欠缺，最终这个事情被搁浅下来了。最后还是进行记事本的编写。由于在做画图软件时花了不了时间，所以现在的记事本的功能不是很全，如果有更多的时间，我会把这个记事本再完善一下，再把画图软件也做出来。实训的时间不长，但是我会课外把它们的功能完善。然后再学习一下java和网络的编程，体验java的前沿技术。

在学习的过程中也体会到，遇到问题也要请教。不然的话自

己一个人去做的话会花很多的时间，我在做这个记事本的时间，其中也问到过许多问题，通过同学的帮助下解决了，提高了程序的开发进程。其他的同学有问题的话我也是给他们尽量解决。我认为学习知识的过程当中就应该是相互学习相互进步的。

java是面在的主流技术我会努力将它学好，现在我缺乏的是坚持不懈的精神，我会向他学习。

虽然学习java的路还很找，但我会继续走下去。

我的教学实践任务是负责大一学生的“无机及分析化学”这门课程的实验准备工作，通过这次的教学实践工作，让我不仅扎实了我的专业基础知识，还让我懂得怎么和学生们相处沟通，更重要的是磨练了自己的意志，让我做每一件事能够不怕困难，坚持到底。为了更好的总结经验，培养自己在教学方面的能力，并使自己在以后的实践活动中更上一层楼，现将教学实践工作总结如下：

由于我所面对的学生和我的年龄相近，又加上我也曾经有过相似的学习生活经历，因此面对陌生的他们我的心里多了一份轻松也多了些许自信。我需要做的就是每节实验课之前，把课程内容里所用到的药品和仪器按照课本上的要求，一一准备到位，上课期间，解答学生提出来的问题，由于学生数量多，所以准备的药品数量特别大，这不仅需要扎实的化学基础，更需要的是超强的体能。并且在实验准备中，必须要做到，细心谨慎，不能出一点差错，否则所有学生实验可能全部失败。使他们从理论层面上升到实践层面，实现所学知识的升华，因此对于一些基础性并且理论性很强的问题，除了认真耐心解答我还注重引导学习注重将理论与实验的相互交融，用理论指导实践，用实践巩固知识。另外，我必须清楚的认识到的，作为是一位学生老师，难免在学生中会产生不信任感。因此我需要做的就是对所教的课程相当的熟悉，让他们能更为有效地学到有用的知识，这样我也更符合“老

师”这个神圣的职位。

虽然自己在开始时做了充分的实验准备，然而在课堂中还是什么事都有可能发生的。比如说，实验仪器工作处理问题、药品量不够、实验现象不正确等等。这种时候我并没有慌张，在出现问题的同时，我会按部就班处理问题，也会引导同学和我一起思考解决方案，这样锻炼了他们排除问题、解决问题的能力。对于一名教学实践员来说，加强自身水平，提高教学质量无疑是至关重要的；在实际的教学过程中，我也不断和任课老师交流辅导经验，共同商量教学过程中存在的问题，老师讲课的时候在一旁聆听，学习他们优秀的教学方法。同时作为一名实验室准备老师，我不断加强自己的实验能力，在实践的同时积极与理论知识结合，带领学生通过具体的实践作业提高实践能力。另外，由于自己教学经验不足，有时还会在教学过程中碰到不知如何处理的问题。因而我虚心向有经验的老师学习，力争从他们那里尽快增加一些宝贵的经验。

在开始的时候自己就从心理上及实验准备上都已经做好了应对的准备，因此在面对学生的时候还是胸有成竹的。由于实验课注重培养学生的动手能力，耐心地回答他们提出来的问题，让学生通过我的辅导学到自己满意的知识，同时随时保留着一个认真负责的心态，严格要求学生，坚决禁止在实践课堂上玩游戏或者干与课堂无关的事情，真正做到让学生学到有用的知识；引导他们需要思考什么，需要如何处理这些问题；在带实验课的时候，我还注重与学生的交流及时了解他们的学习情况，然后再根据他们的反应优化实验准备工作。

师者，所以传道授业解惑也。但要真正切实地做到传道授业解惑还是有一定的难度的。在整个的实验准备的过程中确实也包含了一定的压力：每次实验课之前自己总要做一遍预实验，这就对于整个实验的顺利进行非常的关键。然而，任何事情都不是绝对完美的，在我的教学实践过程中，我认为还是存在以下一些问题：

1、学生的理论知识不牢固，在处理具体问题的时候，要求学生已经基本掌握了常用的理论知识；而在实验过程中，学生们不能将理论知识和实验内容很好的相结合，最后导致学生只是照着实验书上的内容做，不能用理论很好的指导实践。

2、少数学生学习动力不大，并且在进行实验的时候不主动，遇到不懂的问题也不向老师或者同学请教，因此在提交实验报告时就一字不落的照抄课本或者其他学生的实验报告内容，不能很好的理解cad掌握每个实验的精髓。

实践检验真理。通过这次的教学实践活动，对于学生们来说，使他们更深刻地理解了课本上的理论知识，在教学的过程中不时地会发现学生们恍然大悟的情形，这使我增添了一份成就感；对于自己，通过与学弟学妹们的教学互动，让我不仅了解到老师们在平日教学里的艰辛，而且也增长了自己的实验室工作经验，巩固了理论知识，受益匪浅。

另外我不得不提的是，在教学实践过程与我搭档的老师们，每次的实验准备工作都离不开你们的指导，虽然分工不同，但这种指导使我增添了更多的工作经验。是他们的一路陪伴，在遇到困难的时候才使我不再胆怯，感谢他们。

一份耕耘，一份收获。教学工作苦乐相伴。虽然在准备实验的时候经常很苦很累，但是在看到他们得到实验结果的时候，心里有说不出的高兴。这种寓教于学的方式使我感受了太多，衷心的感谢校方和我的老师给了我这次宝贵的教学实践经历。

实习的经历虽已经过去，可我会还会回头去看一下我在那里留下的脚印，我相信那不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！

为期一个月的实训即将结束了，这次的电子实训是为了考维修电工中级证。我认为这次的实训是非常有意义的，我不仅从中学到了很多知识，而且也提高了我的动手能力。我相信

这次实训肯定会为我以后的学习、工作奠定坚实的基础。

在前两个星期，我们进行的是设计安装调试，我们接了三相异步电动机双重连锁正反转、能耗制动电气控制电路，双速三相异步电动机自动、手自动变速控制电路等等，同学们都在认真的接线，希望一次通电成功，在接线的同时老师一直强调6s安全文明。

后两个星期，我们进行的是机床排故和电子线路安装调试。我们练习的是镗床和铣床的排故，它们的电路都是很复杂的，要一个回路的分析。一般都会设三个错误，在规定时间内，利用万用表，原理路把故障一一找出。焊电路板的一开始通过师傅讲解了各种常用的电子元器件并且掌握了常用电子元器件参数的识读方法以及使用万用表测量常用电子元器件参数的方法。焊电路板的关键在于排元器件，布线和焊接，在开始的时候你要认识用到的电子元器件。

通过这次实训，我深刻的认识到了，理论知识和实践相结合是教学环节中相当重要的一个环节，只有这样才能提高自己的实际操作能力，并且从中培养自己的独立思考、勇于克服困难。在实训过程中，要时刻保持清醒的头脑，出现错误，一定要认真的冷静的去检查分析错误!通过这次电工实训，还学到了很多专业知识以外的东西。比如做事要有耐心，切不可急躁。

同时这次的电工实训，我也得到了很大的收获，让我掌握了几种基本的电工工具的使用，导线与导线的连接方法，导线与接线柱的连接方法，了解了电路安装中走线、元件布局等基本常识;了解了电动机传动和点动控制、顺序控制、逆反转控制的概念和原理，掌握了交流继电器的原理和接线方法;本次实训大大增强了我们的团队合作精神，培养了我们的动手实践能力和细心严谨的作风。

物流实训的心得体会和收获篇九

物流实训室是物流专业的学生进行实践和培训的重要场所，我在此度过了一段难忘的时光。通过在实训室的学习和实践，我获得了许多宝贵的经验和知识，丰富了自己的专业素养，下面我将从实训室的设施、实训课程、团队合作、实践经验四个方面来谈一谈我的心得体会。

首先，实训室的设施给我们提供了良好的学习环境。实训室里配备了一套完善的物流设备和仪器，如叉车、码头、货架等，这些设施使我们能够进行真实的物流操作，提高了学习的效果。此外，实训室还配备了现代化的计算机设备和物流管理软件，使我们能够更加专业地进行物流管理的模拟实践，增强了我们的实际操作能力。

其次，实训室的实训课程让我受益匪浅。在物流实训室里，我们不仅进行了理论讲解，还进行了大量的实践操作。比如，我们学习了货物装卸、仓储管理、配送计划等具体课程，通过实际操作和实地考察，我更加深入地了解物流的工作流程和原理。在实践中，我还学到了许多行之有效的管理技巧和解决问题的方法，这些对我今后从事物流工作将有很大的帮助。

再次，实训室的团队合作培养了我们的团队精神。在实训课程中，我们往往需要组成小组，共同完成一项物流任务。在这个过程中，我们需要相互合作、协调配合，共同解决问题。例如，我们在模拟仓库管理时需要进行货物的分拣和装卸，这需要我们分工合作、相互沟通，才能完成任务。通过这样的合作实践，我明白了团队的力量，学会了和他人相处，更加懂得了集体荣誉的重要性。

最后，实训室的实践经验让我对未来的职业发展有了更好的规划。在实训室里，我亲自参与了物流管理的各个环节，亲身感受到了物流工作的艰辛和挑战。同时，我也认识到物流

行业的广阔前景和发展机会。通过实践，我发现了自己的优势和不足，并努力弥补和提升自己的能力。我将继续深入学习和实践，争取在物流领域有所建树，为我国的物流事业做出贡献。

综上所述，我在物流实训室中的学习和实践让我收获颇丰。实践使理论更加深入，实验使知识更加应用，团队合作培养了我的基本素质，实践经验规划了我的职业发展。我将永远铭记在物流实训室里度过的这段时光，并将所学所得应用于我今后的工作和生活中，为物流事业的发展贡献自己的力量。