

# 物流实训心得体会真实点(精选7篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编为大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 物流实训心得体会真实点篇一

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切。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。

## **物流实训心得体会真实点篇二**

医药物流是一个涉及到生命健康的重要行业，对于保障药品的质量和安全至关重要。我通过参加医药物流实训课程，深入了解了这个行业的运作方式和相关知识，也积累了许多宝贵的实践经验。在此，我将就这次实训的过程和经历，进行

一次全面总结和体会，希望能对今后的学习和工作有所启示。

首先，通过这次实训课程，我对医药物流的基本概念和运作流程有了更深入的理解。在课堂上，我们学习了药品从生产到销售的全过程，包括药品采购、仓储管理、运输配送等环节。通过实际操作和模拟演练，我了解到药品的合理存储和运输是确保药品质量和安全的关键步骤。在实训期间，我们学习了如何正确存放药品，如何检查药品的包装和标签是否完好，以及如何进行符合药品质量要求的运输方式。这些知识对于我未来从事医药物流工作将起到很大的帮助作用。

其次，通过与同学们的合作和交流，我感受到了团队合作的重要性。在实训过程中，我们被分为几个小组进行任务分工，每个小组都需要负责一项具体任务。在与团队成员的合作中，我深刻体会到了团队协作的力量。通过相互间的协调配合和信息共享，我们能够更高效地完成任务并避免出现问题。这让我意识到，在实际工作中，良好的团队合作能够提高工作效率、降低风险，并带来更好的工作成果。

第三，这次实训让我明白了医药物流工作的细节要求和对细心的重视。在医药物流工作过程中，很多环节都需要十分细致和谨慎，任何一个环节的疏忽都可能导致严重后果。在实训中，我们在仓储管理环节中，需要仔细核对药品的有效期、批号和数量，确保没有任何差错。我深刻体会到了细心和耐心的重要性，只有细致入微地对待每一项任务，才能确保医药物流工作的安全性和准确性。

第四，通过这次实训，我认识到了持续学习和不断更新知识的重要性。医药物流行业发展迅速，涉及到的知识和要求也不断变化。只有保持学习的状态，不断接触最新的信息和技术，才能够适应新的需求和挑战。在实训过程中，我们学习了一些关于医药物流管理的最新理论和技术，并且实际操作了一些新的设备和软件。这让我深刻明白了学习的重要性，只有不断地学习和不断地提升自己，才能在医药物流领域中

保持竞争力。

最后，这次实训为我提供了一个宝贵的锻炼机会，增强了我的实践能力和应变能力。在实际操作中，我遇到了很多突发情况和难题，需要及时做出决策和应对。这让我加强了自己的应变能力和组织能力，让我更深刻地明白了实际工作中的挑战和压力。通过这次实训，我不仅获得了专业知识，更锻炼了自己的实际操作能力和团队合作能力。

总而言之，医药物流实训课程让我在理论学习和实践操作中，深入了解并掌握了医药物流行业的基本知识和操作要求。通过团队合作和与同学们的交流讨论，我也意识到了团队合作的重要性。在这次实训中，我细心地处理任务，同时也认识到了医药物流工作的细节要求和对细心的重视。我明白了持续学习和更新知识的重要性，并通过实践锻炼增强了自己的实践能力和应变能力。这次实训对于我未来的学习和工作都具有重要的指导意义和参考价值。

### 物流实训心得体会真实点篇三

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，让我对物流理有了新的认识。

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实习期间的数据进行了公布，同时，公司领导们

也对我们在实习期间的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。

## 物流实训心得体会真实点篇四

医药物流实训是我大学期间最有价值的实践之一。通过这次实训，我深入了解了医药物流行业的运作机制，了解了医药物流的重要性和挑战。在实践中，我不仅学到了很多专业知识和技能，而且培养了团队合作和解决问题的能力。以下是我在医药物流实训中的心得体会总结。

首先，我意识到医药物流的重要性。医药物流是医药行业中不可或缺的一环。它负责配送和管理各种药品和医疗器械，确保它们能够及时、安全地送达到各个医疗机构。通过实训中的模拟操作，我深刻体会到了医药物流的复杂性和精确性。如果出现任何差错，都可能对患者的生命产生严重的影响。因此，我要高度重视每一个步骤，严格遵守操作规程，确保医药物流的安全和可靠。

其次，我了解到医药物流面临的挑战。医药物流不仅需要处理大量的订单和货物，还需要应对各种复杂的环境和法规要求。例如，某些药品需要在特定的温度条件下运输和储存，而某些医疗器械需要符合特定的安全标准。在实践中，我遇到了许多困难和问题，如产品质量检验、配送路线优化等。通过克服这些挑战，我提高了自己的解决问题的能力，并学会了与团队成员合作，共同解决问题。

第三，我学到了许多专业知识和技能。在实训中，我学习了医药物流的基本流程，包括订单处理、仓储管理、货物配送等。我还学会了使用仓库管理系统和物流软件，通过它们提高了工作的效率和准确性。此外，我还了解了一些关键的指标和术语，如库存周转率、有效货位利用率等。这些知识和



技能将对我未来的职业发展产生积极的影响，并帮助我在医药物流领域取得成功。

第四，通过医药物流实训，我培养了团队合作和沟通能力。在实训过程中，我与其他团队成员密切合作，共同完成各项任务。我们互相协助，相互支持，最终取得了很好的成绩。这次实训让我体会到了团队合作的重要性，也加强了我的沟通和协调能力。在未来的工作中，我将继续发扬这种团队精神，积极与同事合作，为医药物流行业的发展做出贡献。

最后，医药物流实训让我明确了自己的职业目标。通过实践，我进一步了解了医药物流行业的发展前景和机会。我意识到这是一个充满潜力和挑战的行业，将为社会健康事业做出重要贡献。因此，我决定将来从事医药物流相关工作，并不断提升自己的专业能力和素质，为行业的发展做出自己的贡献。

总之，医药物流实训是我大学生活中一次宝贵的经历。通过实践，我深入了解了医药物流行业的运作机制，学习了许多专业知识和技能，培养了团队合作和解决问题的能力。我深感荣幸能够参与这次实训，并将所学应用到未来的职业生涯中。我相信，通过不断努力和學習，我一定能够在医药物流领域取得出色的成绩。

## 物流实训心得体会真实点篇五

无非就是谈谈参加以后更直观的认识到了物流的重要性、物流沙盘实训总结erp沙盘模拟通过直观的企营沙盘，来模拟企业运行状况。

让我们在分析市场、制定战略、组织生产、整体营销和财务结算等一系列活动中体会企业经营运作的全过程，认识到企业资源的有限性。

既能调动我们的主观能动性，又可以让我们身临其境，真正

感受一个企业经营者直面的市场竞争的精彩与残酷，承担的经营风险与责任，从而深刻理解erp的管理思想，领悟科学的管理规律，提升管理能力。

我们小组由四人组成，分四个角色，分别为□ceo(总经理) coo □运营总监□cso□营销总监□cfo□财务总监）。

我们共同组成一个团队，模拟活动包括以下几个步骤：

1. 提交广告费，争抢订单。

万事开头难，这个步骤是整个模拟至关重要的一步。

coo根据生产线的数量，预测产能，为cso的抢单做数据支持。

cso根据ceo提供的市场情况和本公司的生产力，以及对竞争对手的预测分析，与cfo沟通，确定广告费的支出。

当广告费排名出炉之后，便是cso根据手中数据，在现有情况下，选择对本公司最为有利的产品订单。

2. 根据订单生产和交货。

这个步骤是很好完成的. 因为事先已经经过周密的预测，所以物流总监根据订单，从cfo手中支出资金下料□coo根据生产线能力进行有序的生产，订单完成时交货，获得货款。

3. 生产规模的决策。

这个步骤主要是由coo□cso和cfo共同完成的。

4. 市场拓展和产品研发。

cso分析市场，预测未来时间内，市场的走向和产品的趋势。

根据分析结果，通过与cfo的沟通，对不同的市场（本地、区域、国内、亚洲、世界）和不同的产品□p1□p2□p3□p4□以及iso9000和iso14000认证做出不同的资金投入。

## 5. 资金的运作。

可以说整个模拟中□cfo是最辛苦的’。

每一笔资金的流入和流出，都要经过cfo和财务助理的纪录。

cfo在每年年初预测整年的资金状况，根据预测决定贷款（长贷、短贷）、贴现、高利贷，保证流动资金的持续。

我们组没有从事财务方面工作的人员，所以cfo任务艰巨，很多时间消耗在了编制最后的财务报表上。

## 6. 统领全局。

在整个模拟过程中□ceo似乎是最为轻松的，没有零碎的工作，只是对每个决策做出决定。

实则不然，因为没有具体的职责范围，反而使ceo的工作量扩大化，每个步骤都要参与决策，并且要严格掌控公司运作进度，贯彻员工的执行力度。

就我自身参加学习和模拟的过程而言，我得到了以下几点启示：

### 1. 团队合作最重要。

一个人无论你有多能干，始终不可能面面俱到。

一个团队的领导者最重要的能力就是要协调，协调并有效的利用资源，调动团队的积极性和队友的热情。

整个erp沙盘训练的组织中，需要ceo□cfo□coo□cso四个角色。

ceo需要沉着冷静，充分授权，掌管人员调度，监管进度，统领全局□cfo以及财务助理需要头脑清醒，遵守章程，财务能力强，严把资产的出入□coo需要全程掌握生产动态，生产线的数量，产能的预测□cso需要有胆识，敏锐的触角，市场分析能力强，预测能力强。

如果cso没有对市场进行详细的分析，就不知道应该开发什么样的产品和开拓什么市场；不知道开拓什么产品和市场□coo就无法排出正确的产量，也无法判断是否应该更新生产线；不知道排产和生产线的具体情况，物流总监就无法正确的更新材料订单；材料订单计算的不精准，又直接关系到cfo的现金预算状况。

而这一切都需要ceo的统筹安排和规划。

由此可见，整个8个角色是环环相扣的，缺一不可的，只有一起为了共同的战略目标而努力，才能达到最大的效用。

而如何才能达到效用的最大，就必须做好各个角色之间的沟通和信任。

需要沟通彼此的计划，沟通彼此的决策，沟通彼此的看法。

一旦出现问题，首先想到的是如何解决目前面临的困境，尽快的从恶性循环中解脱出来，为确保以后能够良好运行赢得宝贵的时间，然后是都要从自身找原因，敢于承认自己的错误，确保在以后工作中尽量不出现犯过的错误。

其它成员也要以一颗宽容的心去对待同伴，也要考虑到别人出现错误自己也有责任，因为他的工作与自己密切相关，在他出现错误之前自己没有及时提醒。1+12，我们这个团队经

过磨合后在后两年达到了完美的组合和配合，每一个人都很恰当的安排在他自己最擅长的位置上，而且做得很好。

财务部门，算账比较快，让我们在关帐的时候用最快的时间剔除小错误，做平帐本。

生产采购部门，做到原料零库存，保证生产能力，不断发展；并且因耐心细致与财务部门的完美配合，在后两年根据生产线的产能计算下个季度所需的原料，下原料订单。

这保证现金的准确，且大大节约了我们的时间。

中国有句古语叫“一将成名万骨枯”，这句话除了对战争残酷性的批判之外，还揭示了一个更加深刻的管理学问题，那就是完全依靠管理实践在实战中培养管理者，其代价是极其惨重的，任何组织和个人都难以承受如此巨大的培养成本。

战场上的火线历练固然可以培养攻无不克的将军，大范围的岗位轮换也是培养经营型管理人才的有效方法，但这些方法同样会使组织付出高昂的培养成本，承受极大的失败风险。

但是在沙盘模拟训练中，我认为多犯错误收获更大。

不管你犯了多少低级可笑的错误，暴露了多少自身存在的缺点，有多少决策和执行的失误，都不会给企业造成任何实际的经济损失。

但是模拟经营中那些痛苦的教训和失败的经历却能令我们在特定的竞争环境下，与实战相比更深切并且具体的体会。

## **物流实训心得体会真实点篇六**

近几年来，仿真实训作为高校学生职业能力培养的重要手段逐渐受到重视。作为一名大学生，在进行方宇仿真实训的过

程中，我深刻体会到了它的重要性和价值。在这次仿真实训中，我积累了许多宝贵的经验和心得，对于自己的成长和未来的发展有着深远的影响。以下，我将从思维方式、团队合作、实际应用、创新意识和自我评价五个方面展开介绍。

首先，方宇仿真实训培养了我们的思维方式。在实训过程中，我们需要扮演各种角色，思考问题时需要以不同的视角看待事物。比如，当我扮演企业的经理时，我需要从整体和战略的角度来思考问题，寻找解决方案。而当我扮演员工时，我需要更加注重细节和操作性。这样，不断切换角色带给我一个新颖的思维方式，促使我全面发展。

其次，方宇仿真实训倡导团队合作的重要性。团队合作是现代社会中不可或缺的一部分，而实训则是培养学生团队合作能力的最佳途径之一。在实训过程中，我们需要与其他成员紧密合作，共同解决问题。通过和团队成员的充分配合，我学会了倾听与合作，提升了自己的团队合作意识和能力。在与不同背景、性格的同学协同合作的过程中，我也感受到了团队的力量，意识到只有团队的力量才能创造出更多的价值。

第三，方宇仿真实训使我们学以致用。在实训中，我们不仅可以学到理论知识，更重要的是能将这些知识应用于实际问题中。通过与真实企业的合作和沟通，我们能更好地理解 and 把握企业的需求。实际应用的过程中，我们也更加明确自己的目标和方向，从而更好地规划自己的职业发展。

第四，方宇仿真实训培养了我们的创新意识。实训过程中，我们面对的问题往往是实际的、复杂的，需要我们在团队合作的基础上进行创新性的解决。在这个过程中，我学会了跳出传统的思维模式，敢于冒险和尝试，寻找最佳的解决方案。在实训的过程中，我也得到了鼓励和支持，从而更加坚定了自己创新领域的努力。

最后，方宇仿真实训也需要我们进行自我评价和反思。在实

训过程中，我们需要不断检视自己的表现，找出自己的不足之处，并设定个人目标进行提升。通过不断反思和调整，我能更好地认识到自己的优势和劣势，并深入思考如何改进和提高。这种自我评价和反思的过程，对于我们的个人成长和发展有着重要的指导作用。

综上所述，方字仿真实训在我们大学生的成长和发展中具有重要的意义。通过思维方式、团队合作、实际应用、创新意识和自我评价等方面的培养，我们能更好地适应社会的需求，为未来的职业生涯做好充分准备。只有通过实践和实训，我们才能真正理解和掌握所学知识的实际应用，在实践中不断提高自己的能力和素质。因此，我们应该充分利用方字仿真实训，积极参与其中，不断完善自己，为未来的发展奠定坚实的基础。

## 物流实训心得体会真实点篇七

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，但是我会把在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。