

# 大学工程实训实训总结与心得感悟(实用5篇)

心得感悟是指一种读书、实践后所写的感受性文字。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学工程实训实训总结与心得感悟篇一

在大学学习过程中，为了更好地让学生了解保险业务和提升风险意识，许多高校开设了保险实训课程。我有幸参加了大学保险实训，通过一段时间的学习与实践体验，我对保险行业有了更深入的了解，也获得了不少宝贵的心得体会。在此，我将对我参与保险实训课程的心得体会进行总结与分享。

### 第二段：认识到保险的重要性

在保险实训课程中，我深刻认识到了保险的重要性。保险是现代经济社会的重要组成部分，它可以为人们提供财产保护、风险分摊和资金运作等功能，有效避免了个人或企业在面临风险时遭受巨大的经济损失。通过实践中的案例分析和模拟操作，我了解到保险能够帮助个人和企业降低风险，提升生活和生产经营的安全性。这使我更加深信保险是现代社会的不可或缺的一项服务。

### 第三段：提升风险意识的重要性

在保险实训课程中，我也认识到了提升风险意识的重要性。不论是个人还是企业，都无法避免面临各种各样的风险，如意外事故、财产损失等。而在保险实训中，我们通过分析真实案例，学习风险评估和管理的方法，深入了解了不同风险类型和应对策略。这使我意识到只有充分认识和评估风险，

才能及时采取应对措施，减少潜在的经济损失。

#### 第四段：实践中的技能提升

在大学保险实训中，我不仅了解到了保险行业的重要性的提升，还通过实践中的技能提升收获不少。在模拟操作中，我学会了如何填写保险申请表、理赔单等文件，并大胆提问，主动与保险相关专业人员交流，使自己的理论知识得到了实践应用，提升了自己的专业技能。此外，保险实训还培养了我与他人合作的能力，通过团队合作来完成实际案例的解决方案，提升了我的团队协作意识和沟通能力。

#### 第五段：收获与展望

大学保险实训给我带来了丰富的收获，也给我展望了未来的发展方向。通过参与保险实训，我不仅提高了自己的专业素养，还培养了保险意识和风险意识，为自己以后的实际生活和工作奠定了坚实的基础。在保险实训结束后，我会继续深入学习保险相关知识，提升自己在保险行业的专业能力，同时也希望能通过保险实训为社会做出贡献，帮助更多人理解保险、认识风险，提高社会的整体风险意识。

#### 总结：

通过大学保险实训，我对保险行业有了更深入的认识和理解，提升了自己在风险评估和管理方面的能力。同时，通过实践操作和团队合作，我也提升了自己的专业技能和团队协作能力。保险实训给予了我很大的启示，使我更加明确了未来的发展方向。我将继续深入学习保险知识，提高专业能力，并将所学知识应用于实际工作中，为社会的风险管理和保护做出贡献。

## 大学工程实训实训总结与心得感悟篇二

一周的招投标实训一眨眼就结束了，稍纵即逝。虽然时间很短，但是让我们知道了不少的东西，使我们受益匪浅。

1月9号我们班分号组早上老师布置实训任务，下午我们就回去研究招标文件书。我们组是女组员先看，晚上男组员看，在一起讨论。10号，我们到实训中心604机房编制投标文件，各组的组员都在认真地填写及其讨论，当我抬头看一下时，感觉自己置身与一个企业之内，各职员都在忙碌地工作着。老师也下来指导我们，她就像一个主任来巡查工作的。早上我们都差不多填好了文件有关事项，只是投标报价还没有出来。下午，我们继续在机房里做投标文件没有的事项，大多是报价的。投标报价是一个商业机密，即使再好的朋友也不能说，为了组员的利益。预算价的范围是500万元到560万元之间。各组都在提高警惕，怕旁边有眼线，有间谍，机密外漏了，之前所做的工作就功亏一篑了。我们都在小心翼翼地填价钱。想到了在公司里同事们为了竞争，小心行事的工作状态。这让我感觉我提前进了企业，现在我正在里面工作着，这就是以后我们的工作氛围。

我们组是先把投标书打印出来，再手写填报价的价格，小心行事，各有绝窍。晚上，王老师指导我们封标，她也没多说什么，让我们多看招标文件12~13页，是我们封标时要注意的事项、细节。封标是投标成功的一大关键，一不小心就废标，所有的努力就付之东流。别的组当晚就封标了，我们组怕出差错就先研究透彻先，星期天再封标，不怕万一就怕一万。星期一虽说是假日，但我们没有完成任务就不敢懈怠自己。晚上我们在女生宿舍楼下的小卖部的复印店相互讨论，分工合作，在哪里盖正本、副本，还有封标。先前我们犯了错误，不得不弄得很晚。在11:30时，我们还没弄得，我们也再弄一点就要走了。这时别的组来拿盖章，来复印，可老板已走了。章肯定就盖不了。她要拿章回宿舍，我们就说班长刚才就先要了，他们那里有文件。那时她就生气，而且怪我，因

为我和她是同一宿舍的，回宿舍冷嘲热讽的。我就解释给她听。本来做什么事就应该有一个先来后到，做事要公平。我也没跟她吵。“忍一时，风平浪静；退一步，海阔天空”。毕竟同一宿舍，抬头不见低头见。让我想到以后出社会，为了个人的利益，是不是会不顾一切。在同一个公司里，为了一己之私，勾心斗角，我想都不敢想。我们只能用坦诚的去对每一个人，所谓“精诚所至，金石为开”。

12日，是开标的时间，9点钟之前要把投标书送到。我们这次模拟了投标的程序。开标开始了，主持人介绍有关工作人员，然后就让检查员检查法定代表人进场的有关证明书，竟然有一组的法定代表人什么也不带，原则上是不能进场的，让我们认识到事情的严肃性。在检查投标书时，就有一组的投标书封面不合格。开始唱标了，第一组a1组就被宣布为废标，原因是商务部分与技术部分没有分册装订。这是整个教室都充满紧张的气氛，个个都在期盼着本组的投标书能入围。但是陆陆续续地有几组的投标书都是废标，原因是和前面的一样的。最后才有4个标书为合格投标书，8个为废标，我们破了学院实训开标中废标的记录。我们废标的组的组员都很难过，毕竟认真、精心弄的标书就这样废了，心里不是滋味。我们a10组是因为标书没有技术部分。

但是是有的，我们直接把技术部分与商务部分合订，技术部分的封面我们没有，而且我们的报价有点高，是513万元。为什么别的组报价这么低，老师不是给我们500万元到560万元的范围么？我们苦思冥想都想不通，就去问老师。原来那是预算报价，不是投标总报价，是我们理解错了。这次投标让我们懂得了细节决定成败。因为有些细节性的错误很多都犯了。“正本、副本”的章也不记得盖。各组的法定代表人都上去发表感言。我直接觉得这次投标让我懂得不少书上所没有的东西。让我体会到身临其境才会获得不少的知识，纸上谈兵，没有做过的话，印象不深，以后也会犯这种错误。这次印象深刻，我们每个同学都铭记在心里的。这次的失败是为以后的成功做铺垫。所谓“吃一垫，长一智”，我们这次失败，

犯了错误，以后就不会犯了。

的陷阱，叫他们改他们不肯。我们拿招标文件、通用条款给他们看，他们才罢休。先前都是我们叫他们改，他们不改，我们组的组员七嘴八舌争辩着。发包商的组员就说“你们就让我们一点，先前我们都让你们的”。我觉得不是让不让的问题。作为企业或商人，在商言商，没什么同情心。商场如战场，我让了你，我就亏，我就无法立足商界之中。我们现在身为学生，对于利益条款的问题，我们就应穷追不放，实在不行就按通用条款公事公办。我们现在就相当学习，以后工作更有利我们对合同文件的研究及其应注意的事项。下午，我们a10组与a9组继续谈判，而a11与a12组也是一样。

只有我们两大组正在谈判了，其他组早已完成不用来了。可能别组不像我们那么斤斤计较，死心眼。但是，对于学习，我们应该就持有这种态度。这样我们就比其他组知道得更多。下午，我们对于保修金这个问题也吵得不可开交，你不让我，我不让你，最后老师解释给我们听，我们才罢休不追究。要不我们总是不往下拉，不往下看□a11与a12组，他们谈判不成。最后a11组的组长生气地走了，他们组员也不敢谈判。认为只有组长来了才能谈。现在组长不谈，怎么办。只能叫老师了。老师出面了，事情才得以解决。我们组虽也斤斤计较，但不会弄到这程度。毕竟这不是真的，只是模拟而已，不要伤害同学之间的情谊。最后，我们终于完成谈判，谈判圆满成功。在谈判时，各自都会有点情绪，但过后就像水过鸭背，一下子忘了。

这次的实训，使我明白不少的东西与处事的原则，使我对“招标投标合同管理”这门课有了更深的认识。以前觉得书上说的我们都理解，我们都懂了。但这次实训使我懂得书上所没有的事项。就如人所说“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”让我懂得“团结就是力量”，一个人不可能做得那么多的事，“众人拾柴火焰高”。

# 大学工程实训实训总结与心得感悟篇三

在大二期间，我们进行了为期两周的cad实训，在这二周的实训中，让我了解了cad的用途以及作用。以下是我对本次cad实训的总结。

## 一、实训的目的：

本次实训的目的是让我们能够熟练的使用autocad的常用绘图命令和修改命令，培养学生运用autocad软件绘制平面图形的技能和技巧。巩固所学的绘制专业图的基本知识和方法，以及有关的国家标准，培养学生运用autocad软件绘制专业图的方法和技能。培养学生耐心细致的工作作风和严肃认真的工作态度。

## 二、实训的资料和任务：

- 1、基本设置包括图幅、单位、图层、线型与线宽及比例、颜色、文字样式、尺寸、标注样式等。
- 2、标准图幅、标题栏的绘制及文字的书写与修改，图形文件和样板文件的保存。
- 3、绘制平面图形，个性是圆弧的连接问题。
- 4、绘制三视图与补画第三视图。
- 5、绘制专业图样。

## 三、作图要求：

- 1、布局合理，线型、比例正确，字体规范。
- 2、图形的图线连接正确，三视图、房屋和水工图的投影关系

正确，不多线漏线，贴合有关国家标准的规定。

3、尺寸标注正确、完整、清晰、合理。

4、图面的整洁美观。

经过cad的制图实训，我了解到cad是一门应用广泛的技术性应用的软件，在机械等行业尤为的重要，电脑辅助绘图相对手工绘图有很多突出的优点，在精度和准度、美观度方面它远胜于手工画图。我们此刻所学习的都是零件方面的知识，在今后进入社会后，大多数同学都从事机械行业，因此，机械制图对我们来说是一门基础的课程，学习好这项技能对我们今后的工作很是实用，当然，如果仅仅只是手绘，可能会对工作有影响，比较来看cad电脑制图就是显得很精确，而且绘制起来也很方便、快捷。

此次实训，我发现我们存在着很多不足。例如：一、图层设置不正确。二、线型和线宽及颜色尺寸有时会搞混。三、文字样式和标注样式设置不正确。四、窗、楼梯等线型选取不正确。五、基线编号圆的尺寸不正确。六、标高符号不正确。七、指北方向符号不正确。八、详图编号圆尺寸和线型选取不正确。九、剖切符号的尺寸和线型选取不正确。以上错误在老师的正确指导下我们都一一地改正。但我们还是对零件工图的绘制不太熟悉。所以在今后我们还要继续努力学习制图技能，争取在这一方面能够取得更大的进步。

大学生cad实训报告总结心得范文

## 大学工程实训实训总结与心得感悟篇四

第一段：引言（200字）

大学政治实训是培养大学生的政治素养和实践能力的重要环节。在这次实训中，我深刻认识到政治的重要性，了解到政

治对人们生活的重要影响。通过实际操作，我体会到政治的智慧和艺术。在这篇文章中，我将结合自身实践经验，对大学政治实训感受和收获进行总结和总结。

## 第二段：认识政治（200字）

在大学政治实训中，我首先明确了政治的定义和重要性。政治并不仅仅局限于国家、政权的事务，而是指导人们行为和思想的一种关系。政治是一种智慧和艺术，它不仅需要有良好的道德品质，还需要有实际操作的能力。通过模拟国家元首、官员等角色扮演，我深刻认识到了政治对人们生活的重要影响。

## 第三段：锻炼能力（200字）

在大学政治实训中，我学会了如何与他人协同合作，如何处理复杂的问题。政治是一个团队合作的过程，需要大家共同努力，相互配合。在和团队成员的讨论中，我学会了认真倾听别人的意见，并结合自己的思考给出建设性的意见。另外，在政治决策问题上，我也锻炼了自己的分析和决策能力。通过模拟演练，我学会了在复杂情况下快速做出正确的决策。

## 第四段：拓宽视野（200字）

大学政治实训不仅让我锻炼了能力，还拓宽了我的视野。通过模拟国家的角色扮演，我深入了解了不同政党的思想和主张。在与不同团队的协作中，我学会了互相尊重、包容差异。此外，我也通过模拟国际事务的讨论，对国际关系和世界政治有了更加深入的了解。大学政治实训不仅培养了我的团队合作能力，还提高了我的跨文化交流能力。

## 第五段：思考与感悟（200字）

通过大学政治实训，我认识到政治并不是遥远而陌生的事物，



它与我们的日常生活息息相关。政治的智慧和艺术在于如何平衡各方利益，解决社会问题。政治需要有理性和包容心，需要考量多方面的因素。大学政治实训激发了我对政治的兴趣和理解，使我更加关注政治问题，并努力将所学的政治知识应用于实践中。

结尾（100字）

大学政治实训使我更加明确了政治的定义和重要性，锻炼了我的能力，拓宽了我的视野。我将继续努力学习政治知识，提高自身的实践能力，积极投身于社会和国家建设中，为实现民族伟大复兴的中国梦贡献自己的力量。通过这次实训，我深刻体会到政治的智慧和艺术，认识到政治对个人、团队和社会的重要影响。我相信，只有更多的人具备政治素养和实践能力，才能共同创造更美好的未来。

## 大学工程实训实训总结与心得感悟篇五

随着中国大学教育的不断发展，实践教学逐渐成为培养学生能力的重要手段。大学保险实训课程作为一种典型的实践教学，具有培养学生实际操作能力和风险意识的特点。在我参与大学保险实训的过程中，我深刻体会到了保险行业的重要性和自身能力的提升。以下是我在实训过程中的一些心得体会总结。

首先，通过大学保险实训，我深刻认识到保险行业对社会的重要性。保险是现代社会风险管理的重要手段，对于个人和社会都具有重要意义。在实训中，我学习到了保险的基本原理和保险产品的分类，了解到了保险行业在社会经济发展中的不可或缺的作用。保险可以为个人提供风险保障，为企业提供资金支持，为社会提供稳定发展保障。因此，深入了解保险行业的运作机制和发展前景，对我未来的职业规划起到了指导作用。

其次，大学保险实训课程还培养了我实际操作能力。在实训过程中，我不仅学习了理论知识，还进行了实际模拟操作。通过与同学们组成团队，我深入了解了保险公司的运作流程和产品设计过程。在模拟中，我担任了产品经理的角色，负责设计保险产品方案。在这个过程中，我学会了如何从市场需求出发，制定产品定位，并对风险加以评估和管理。这使我对实际工作场景有了更为真切的了解，也锻炼了我的团队协作能力和问题解决能力。

再次，大学保险实训课程加强了我对风险意识的培养。风险是人们无法避免的，如何应对和管理风险成为当代社会的重要课题。在实训中，我了解到保险行业本身就是为了管理风险而存在的。保险公司通过设定保费和理赔规则，将个人和企业的风险转嫁给自己，实现风险的共担和分散。同时，我也学到了如何识别和评估风险，并采取相应的控制措施。这为我今后在面临风险时能够更加冷静客观地分析和应对提供了重要的基础。

最后，大学保险实训课程对我个人的成长带来了巨大帮助。通过实训，我不仅更加清晰地认识到自己的职业发展方向，还增强了自信心和专业素养。在实训中，我接触到了保险行业的专业术语和概念，了解到了行业内部的规则和运作机制。这使我在与同学和教授的交流中更加游刃有余，也提高了我在未来就业竞争中的竞争力。同时，实训还提供了与同学们和行业专家交流的机会，拓宽了自己的认识和视野，为我未来的发展积累了宝贵的资源和人脉。

综上所述，大学保险实训课程在我个人成长和职业规划中起到了重要作用。通过实践教育，我深入了解了保险行业的重要性和运作机制，培养了实际操作能力和风险意识。这不仅提高了我在未来就业市场中的竞争力，更为我未来的职业发展奠定了坚实的基础。我相信，在实践教育的指导下，我能够更好地适应社会变化和 risk 挑战，为建设美好社会贡献自己的力量。