# 关于吃心得体会参考5篇

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-02-22

*一篇打动读者的心得，一定是富有真情实感的，写好心得体会可以不断提升我们的写作水平，下面是小编为您分享的关于吃心得体会参考5篇，感谢您的参阅。关于吃心得体会篇1自从加入邮储红桥支行以来，让我感触颇多。几个月的实习中，每一天都能感到自己在进步，...*

一篇打动读者的心得，一定是富有真情实感的，写好心得体会可以不断提升我们的写作水平，下面是小编为您分享的关于吃心得体会参考5篇，感谢您的参阅。

关于吃心得体会篇1

自从加入邮储红桥支行以来，让我感触颇多。几个月的实习中，每一天都能感到自己在进步，不仅仅是对业务知识的认知和学习，更重要的是对企业文化、企业精神上的深入了解。 就曾在红桥区明华里支行学习储蓄业务而言，从我最初茫然而不知所措，到我与客户的对答如流，见证了我在邮储这段时间的成长。从最初到基层的迷茫，到在办每笔业务时点点滴滴的快乐，我渐渐喜欢上了这“平凡”工作。

无可厚非的是我们是一支具有强业务操作能力的团队，熟练的基本功，扎实的业务知识，造就了我们在竞争中得天独厚的优势。且不从业绩上来讲，就看我们每天的顾客流量和日平均业务操作量，就是其他银行的几倍。更不用说我们银行推出的一系列的理财产品，在全员的积极努力下，取得了不俗销售佳绩。这一切都是值得肯定和赞扬的。

随着天津建设发展步伐的加快，各种资金流涌入天津。尤其是天津的金融业呈现出一派欣欣向荣的景象。20xx年3月，中国邮储银行挂牌成立，这标志着我们邮储银行正在以积极的姿态向同行业的航标银行迈进。同时，也不得不看到日趋竞争的激烈。20xx年，一些外资银行纷纷涌入天津，像我们众所周知的花旗银行，渣打银行，以及新进天津的新加坡星展银行，香港汇丰银行，香港东亚银行，都在用他们雄厚的资金和国际知名度，以及他们对某一领域的专注优势，争抢着天津的金融市场上的潜在客户。除此之外，他们也同时争抢着优秀人才，他们深知改革除了需要资金支持以外，更需要的是技术支持以及人员支持。因此这种竞争是在所难免的。

综上所述，引发了我在实习中的一些小小的感悟。以下我将从理财产品营销，团队意识与个性化团队，潜在客户群，工作日程安排四个方面总结我的感受。

关于吃心得体会篇2

不知不觉中，高中唯一一次的军训结束了，刚开始的第一、二天我总觉得时间过得好慢啊，怎么过了那么久还才第二天啊，后面的日子该怎么过！不过后面的时间越过越快，一下子就到了分别的时候。

虽然在军训的时候总是埋怨我们班为什么总是站在太阳底下，别的班总是站在阴凉的地方。但现在想起来教官和我们也是一样站太阳底下，但他却没有抱怨什么，尽心尽力的教我们。我们教官和别的班的教官不一样，他不像别的班的教官一样在下课的时候和我们做游戏，只是让我们做在原地休息。但是军训快结束的前一天教官给我们班和9班打拳，感觉平时高冷的他变得酷酷的，他打拳是出臂十分有力。

平时教官对我们都十分的严厉，但总会给我们比别的班多一些的休息时间。有时我们的不认真训练会惹他生气，让我们罚站军姿或是蹲着，但时间都不是很久。据别的班的教官说我们班的教官在他们的军队中是精英，别的教官在训练的时候他在一旁看着他们训练。而且他是94年的，还非常年轻，不过再过两个月就要退伍了。最后一天的时候，教官对我们说：“今天过后，以后我们谁都不认识谁。”虽然这句话听起来有些煽情，可我们的心里确实有些难过。

在这次的军训中，我学会了很多。教官让我们知道想要走向成功就必须要做好吃苦的准备。所以在高中的三年中，我想要考上一个好的大学就要吃一点苦。并且要坚持到底，不轻易放弃。

关于吃心得体会篇3

通过实习得实际生产知识和安装技能，掌握继电器控制线路及其元件的工作原理，电工技术知识及掌握电子线路的基本原理、基本方法。掌握通过电路图安装与调试技术。通过具体的电路图，初步掌握简单电路元件装配、初步的焊接技术及对故障的诊断和排除。培养学生理论联系实际的能力，提高分析问题和解决问题的能力，增强独立工作能力，培养学生团结合作，共同探讨，共同前进。

同时，电工实训是职业教育中的重要实践教学环节。它对学生掌握基本的理论知识，运用基本知识，训练基本技能，增强实践能力，对达到职业教育培养目标的要求有着十分重要的意义和作用。而对于我们即将毕业的学生来说，实习的意义更加重大。它是我们从学校走向社会工作岗位的一个纽带和桥梁，是我们由学生角色向工人角色转换的训练和检验。在将来的就业中，动手能力，实践经验等等都是很重要的。使学生对电气元件及电工技术有一定的感性和理性认识，对电工技术等方面的专业知识做进一步的理解。具体如下：

1.熟悉常用电器元件的类别、型号、规格、性能及其使用范围。

2.能够正确识别和选用常用的电器元件，并且能够熟练使用数字万用表。

3.了解电器元件的连接、调试与维修方法。

4.基本掌握电路的连接方法，能够独立的完成简单电路的连接。

5.熟悉控制电路板设计的步骤和方法及工艺流程，能够根据电路原理图、电器元器件实物，设计并制作控制电路板。

6.熟悉手工常用工具的使用及其维护与修理。

二、电机接线培训

(一)双速电机调速

首先，合上空气开关qf引入三相电源。当按下起动按钮sb2时，交流接触器km1线圈回路通电并自锁，km1主触头闭合，为电动机引进三相电源，电动机在△接法下运行。然后按sb3按钮，同时ka线圈和kt线圈得电，ka常开触头动作实现自锁，kt常开触点闭合，线圈km1保持通电，电机仍然保持在△接法下运行，过一段时间后，kt的常闭触点断开使接触器km1线圈断电，km1主触头断开使u1、v1、w1与三相电源l1、l2、l3脱离。kt触点动作同时接触器km3线圈回路通电并自锁，km2线圈也得电，km2,km3主触头闭合，把三相电源l1、l2、l3引入接u2、v2、w2，此时电动机在yy接法下运行，速度是原来的两倍。

.双速电机调速的接线过程

低速时绕组的接法高速时绕组的接法

双速电动机属于异步电动机变极调速，是通过改变定子绕组的连接方法达到改变定子旋转磁场磁极对数，从而改变电动机的转速。如图，首先将定子绕组三个首端u1、v1、w1分别接到电源线的三相l1、l2、l3，而u2、v2、w2悬空。第二阶段，定子绕组三个首端u1、v1、w1接在一起，而u2、v2、w2分别接到电源线的l3、l2、l1.这样相当于磁极对数减少了一半。

(二)电机能耗制动

电机能耗制动的接线过程

制动过程：当按下sb1时，km3、km1、km2均失电，km1常闭触点闭合，km4得电，主电路触点接通，转子线圈直接短路，使得储有能量的电动机转子绕组得于续流释放能量，最后使电动机停下来。在能耗制动阶段，km4常开触点闭合，使得转子直接与整流桥引出的两端短接，实现能耗通路。当操作能耗制动线路的停止按钮时，按下停止按钮sb2，km1失电释放，同时sb2常开触点闭合，使km2、kt获电动作，将经桥式整流后的直流电接入电动机定子绕组，开始制动。达到整定时间后，kt延时断开的常闭触点断开，km2失电释放，制动过程结束。

三、机床电路排故障培训

(一)铣床

排除故障的方法可采用“逐个消除法”和“分段消除法”用在多个回路的故障排除，“分段排除法”则在一个回路中应用。具体测量时，先断开电源，用万用表测量，可先测量熔断器到各个线圈的公共和线圈的另一端，判断线圈与线路是否正常，然后再由另一熔断器逐点测量。根据电路原理，通电检查各个元件的动作情况，从高点位主线电流来源查起，进行每检查一处便通电一次的步骤，直至电路正常工作为止。用万用表电阻档测接触器km1和km2线圈有无断路或短路，若断路或线圈短路时，要更换线圈或接触器。如线圈正常，应检查接触器动作机构，若有卡死也需要更换接触器。

(二)钻床

用万用表电阻档检查十字开关sa1触电，若线路不通说明短路;打开行程开关sq1或sq3，在断路电源情况下人为地触及触头动作头柄，如触及后动作触点不动作，说明该行程开关损坏;用万用表电阻档测接触器km2和km3线圈有无断路或短路，若断路或线圈短路时，要更换线圈或接触器。如线圈正常，应检查接触器动作机构，若有卡死也需要更换接触器;用万用表在断开电源的情况下，测两接触器km2和km3的互锁触点，若哪个不能闭合，应查该接触器是否复位不好或机构卡死，应进行对应处理或把km2或km3互锁点再接一组同类互锁点;根据电路原理，通电检查各个元件的动作情况，从高点位主线电流来源查起，进行每检查一处便通电一次的步骤，直至电路正常工作为止。

用万用表电阻挡在断开电源的情况下，测量接触器km4和km5线圈是否断路或匝间短路，若某线圈不通或损坏时，应更换该线圈或更换整个接触器。如果线圈正常，需打开接触器km4或km5灭弧盖，检查动作机构以及主触点，若损害时要更换主触点或整个接触器;用万用表电阻测量接触器km4或km5互锁辅助点是否闭合可靠，若某个闭合不好，可再并接该接触器的另一组互锁闭合点;用低压验电笔测熔断器fu1和fu2下触头，检查出熔断的熔丝，并更换同型号的熔丝，若是接触不良，要重新处理接线，压紧各触头;用万用表在断开电源情况下测开关sa1操作后能否可靠闭合，若不能应更换;在断开电源情况下用万用表测sb1或sb2按钮在按下后能否可靠闭合，若接不通应更换该按钮。

关于吃心得体会篇4

一、法纪培训

法治和纪委的意思在金融企业的表现是很明了的，所以我们首先接受的就是有关商行法纪方面的培训。其中有人力资源部相关领导的讲座，纪委书记关于金融纪委的讲座以及一次法律知识的讲解。

人力资源部的领导主要介绍了我行的工资制度，福利待遇，奖惩措施等，明确大家在薪酬等方面的疑问;纪委书记主要向大家通报了有关金融业犯罪的相关信息，讲了刚入职场应注意的一些问题，尤其强调了银行工作人员易犯罪的预防;法律知识讲座是关于银行业所用法律知识的浓缩和提炼，其中让大家对于民法及经济法等相关法律极为重视一下，另外还针对信贷及风险控制等方面所有法律知识以案例方式向大家重点介绍。

法纪方面的培训是我步入商行接受的第一项内容，用预防针还形容非常的贴切和形象。法纪培训让我明白了在金融待业从事工作的基本注意事项，对于以后的工作及个人前途都十分有意义。

二、业务培训

作为刚走出校门的我来说，银行业务还有很大一部分的盲点和欠缺，而业务培训对于提高我的业务素质是很有帮助的。业务培训主要包括储蓄员工业务，会计业务和基本技能训练几项内容。

储蓄对于银行的发展很重要，储蓄业务自然也是我们培训的第一项业务内容，主要讲了储蓄的规章制度，业务基本知识，岗位设置及工作流程等，还包括一些操作技巧和流程，内容很细很杂;其次是会计业务的讲授，重点关于储蓄存款业务、支付结算业务、贷款贴现业务、现金出纳业务、联行清算业务及所有者权益各方面的会计核算，讲的比较概括，具体的操作看来在以后的工作中加强学习;最后是关于三大技能的练习，点钞、汉字录入以及传票录入，单一的工作非常容易烦，但只能一遍又一遍的刻苦练习才能提高。

业务培训是我们以后工作的钥匙，是干好其它工作的前提和基础，而且这项培训还必须在以后的实践中不断学习和充实，才能跟得上商行的业务需求。

三、理念培训

理念培训主要是针对我们自身以后生涯发展的培训，基本是要大家建立一种成功的理念。这其中包括职场生涯设计，成功一讲求方法以及服务礼仪理念三大部分讲座，主要通过视频录像来学习。

职场生涯设计内容很多，要点包括自身的理想和实现理想的规划，如何规划及企业对于职工发展的规划等;成功一定有方法的讲座对于我们遇到的困境，如何应对困境，摆脱困境作了分析，重点讲述了树立成功有方法的理念，杜绝蛮干的方式等等;服务礼仪为两次，一次是金融业服务礼仪，主要对于银行人员的服务礼仪操作及注意事项进行了说明，第二次是关于商务礼仪，老师风趣幽默，用很多案例向我们展示了商务礼仪的规则。

成功的理念在培训中被分化为设计，方法和操作三个方面来进行，对于渐进的树立职场成功理念以及个人的发展是非常必要的。设计是我们首先要做好的，方法和机会应当在以后的工作和学习中领悟和把握，而操作是我们必须人微言轻要求自己行动的尺寸，这样的理念才是真正的成功理念。

关于吃心得体会篇5

现在网络的普及，加之工作的忙碌淡化了我们对读书的渴求。其实自古以来，读书就是我们获取知识的重要途径。读书对我们教师而言显得更为重要，因为读书能让我们学习新的知识来面对新的挑战；读书能丰富我们精神和强化我们的智力。伟大的高尔基说过：没有任何力量比知识更强大，用知识武装起来的人是不可战胜的。但是由于工作的限制，上班族们不能向学生那样坐在课堂里学习，而读书就成了我们最有利的知识武器，通过书本我们可以充分利用业余时间，也不受空间的限制，方便的学到新的东西，扩展新的思路。

读书可以开阔我们的视野，书本中的内容很多，可以说包罗万象，读书能拓宽我们的视野，让我们的知识更全面。从而能够更深刻的思考问题，事物都是广泛联系的，现代的许多实践都证明了各种信息的相关性，如果只知道一个领域的信息，必然会有碍于自身的发展，掌握更多方面的知识，才能使未来的不确定风险降至最低。就像做股票的人都应了解当今的政治经济形势，以便能更好的分析股票走势一样。研究物理学的学者们都要有一定的化学和其他基础，才能有所成就。记得一位诺贝尔获奖者在复旦做讲演时就曾说过，现代科学已没有明显的界限，你必须对相关的科学都有所了解才行。

读书可以提高我们的个人修养，人生来无善亦无恶，关键在于后天的正确的引导。在人的成长过程中，有一位良师益友就能起到很积极的作用，书本就是这样的一位。一本好书就如一个好的导师，它能教你如何做人，做一个于己于社会都有用的人。书籍能安慰我们的心灵，使我们摆脱悲哀和痛苦的羁绊；书籍可以使枯燥乏味的岁月化为令人愉快的时光。书必将各种信念注入我们的脑海，使我们充满崇高的欢乐和思想，从而使我们入神忘情，灵魂升华。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！