# 实训报告的篇人总结5篇范文

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-12-04

*总结是把一定阶段内的有关情况分析研究,做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料,它可以帮助我们有寻找学习和工作中的规律,不妨坐下来好好写写总结吧。下面是小编给大家带来的实训报告的个人总结5篇，希望大家喜欢!实训报告的个人总结1当有感情无法倾...*

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究,做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料,它可以帮助我们有寻找学习和工作中的规律,不妨坐下来好好写写总结吧。下面是小编给大家带来的实训报告的个人总结5篇，希望大家喜欢!

**实训报告的个人总结1**

当有感情无法倾诉时，我选择用笔写下这些感受。有时候笔是我们最好的朋友，见证我们的喜怒哀乐，帮我们记下成长过程中的点点滴滴。\_\_安基地的学员深谙此道，每天都会写工作日志。以下为某学员的日志节选：

“为期半月的实训结束了，这是最后一次在学校教室坐着上课学习了。当实训完结时，心里不免有些伤感。但是此次实训让我增加了一些就业需要的实际操作技能。

暑期实习后，便深刻体会到自己存在太多的缺陷，需要的能力太多了。而此次实训，正好都是些实际中能运用的，便让我对就业有了一些信心。通过这次实训，我懂得了seo应该怎么去做，产品设计需要什么，网络推广怎么才能做好。最开始接触seo是上网络营销的课，老师讲的很详细，也大概知道seo是什么，应该做什么，可是没有实践，只是停留在理论。这次王老师交给我们网站代码，要我们自己根据要求规则去修改，把网站做到最优化。虽然技术还不成熟，但是看着老师实际操作了一把，也看了其他小组的分享，与实践结合的同时，也深感自己技术不足。

网络推广以前接触的都是比较大的方法，而这次王老师带给我们的干货让我受益匪浅。通过实际的推广操作后，明白了其实推广没有想象的那么复杂，其实我们都会，需要的只是一些技巧和信心而已。主要操作的是论坛发帖，虽然简单，却是比较有效的方式。期间也有很多欢乐的事情发生，由于个人没有申请很多账号，便让同学间互相顶贴。各式各样的帖子，让人忍俊不禁。

最终需要的是产品的设计展示，我们小组选择做一个手机记账软件，最开始接触的时候不知道怎么下手。于是便从网上找到其他类似的软件下载来模拟，不断整合好的，在最终讨论出了一个产品大概样子。然后同学们分工，将不同的功能页面设计出原型图。然后老师看了给了很多意见，在后来的时间就不断完善，或许做的不是最好的，但是这也是我们小组的成果，心里还是比较有成就感。团队的力量是强大的，有很多我想不到的同学们却想出来了，很多出彩的地方都是同学们智慧的结晶。

最后感谢飞扬战队的组员们，感谢期间呕心沥血的\_\_安基地的王老师。”

\_\_安秉承“分享、快乐”的理念，希望各位学员在学习的同时，用笔书写自己的学习感言，与同道中人分享学习乐趣。

**实训报告的个人总结2**

通过一个星期的学习，我觉得自己在以下几个方面与有收获：

一、对电子工艺的理论有了初步的系统了解。

我们了解到了焊普通元件与电路元件的技巧、印制电路板图的设计制作与工艺流程、收音机的工作原理与组成元件的作用等。这些知识不仅在课堂上有效，对以后的电子工艺课的学习有很大的指导意义，在日常生活中更是有着现实意义。

二、对自己的动手能力是个很大的锻炼。

实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手能力，就奢谈在未来的科研尤其是实验研究中有所成就。在实习中，我锻炼了自己动手技巧，提高了自己解决问题的能力。比如做收音机组装与调试时，好几个焊盘的间距特别小，稍不留神，就焊在一起了，但是我还是完成了任务。

三、实习课程实习让我们学到了很多课本上没有办法学到的很多实用的东西

通过组装一个光控报警电路让我们将在课本中学习到的一些电路的组成以及一些电路元器件的工作原理以及其正常工作的检测运用到实践中，并且得到延伸以及拓展。不仅增强了实际动手能力，也同时深化了我们对课本知识的了解，以及运用。真正的做到发现问题，提出问题，解决问题的自主学习，在实践中找寻问题的所在，并运用自己所知道的知识去解释，与同学互帮互助，共同探讨共同进步。

我学会了基本的焊接技术，电路的检测与调试，知道了电子产品的装配过程，我们还学会了电子元器件的识别及质量检验，知道了整机的装配工艺，这些都我们的培养动手能力及严谨的工作作风，也为我们以后的工作打下了良好的基础。而且这在我们以后的计算机专业课学习硬件中应该也是很有用的

通过了电子电工实训，我确实是学到了很多知识，拓展了自己的的视野。通过这一次的电子电工实训，增强了我的动手打操作的能力。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手能力不够强，结果把电路接成短路，还好因为电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。而通过这一次的电子电工实训，我就掌握了比日光灯电路安装更标准的电路，学会了许多。也学习了一些低压电器的有关知识，了解了其规格、型号及使用的方法。

通过了这电工的实训，也培养了我们的胆大、心细、谨慎的工作作风。总的来说，这次的实习是一个非常宝贵的经验，让我们能更多的接触到生活中实际存在的电路学着排查问题，进行简单的处理，不致毫无头绪，对于今后的生活学习等也起到了一定的积极因素。希望以后能多点类似此类的实际操作课程，将实际与理论更好的结合起来。要求学生掌握电烙钱的正确使用的方法，避免意外的受伤。

总的来说这次电工的实训，也培养了我们的规范化的工作作风，以及我们的团结协作的团队的精神。

**实训报告的个人总结3**

一、实训目的

1、能掌握手工点钞的规范方法，能够达到40秒1把的技能要求。

2、能够准确的鉴别人民币的真伪。

3、了解点钞的基本知识，熟练掌握实用型点钞(单指单张)的技能技巧，通过自觉不断的训练和及时考核，达到行业技能要求标准。基本掌握多指点钞的方法和技巧。

二﹑实训内容及过程

这学期我们开了点钞实训课，上第一堂课的时候觉得很新奇和有很

多疑惑。在点钞实训课上，老师放视频给我们看，认真的给我们讲解点钞的方法，怎样才能让自己点钞速度快而且数量准确。在上了几堂课之后我渐渐掌握了一些点钞的方法和技巧，第一堂课学习的是单指点钞法。它的方法是：一、点钞方法(1)拆把持钞。把捆绑的纸条拆掉，注意不要把纸条撕坏，拆下后放在一边，扎把时再用。然后用左手三指、四指用力夹住钞票左端中央，拇指、食指、三指在上面，四指、五指在下面并自然弯曲。左手拇指转到钞票下面内侧左端约1/3处用力将钞票向上推，再向外推，使钞票呈120°的弧形，并用食指拇指轻轻捏住钞票左侧边缘，是钞票呈约70°的扇面，以便于清点。(2)清点。拆把后用右手的拇指尖逐张向下捻动钞票的右上角，食指在票子的背面托住右上角，配合拇指捻动钞票捻下来的钞票用无名指往内方向弹拨(3)记数。记数有两种方法，一种是双数计法;另一种是单数分组计法。双数计法，即从1至100。单数分组计法，即从1，2，3，4，5，6，7，8，9，1(即10)，1，2，3，4，5，6，7，8，9，2(即20)，一直数到1，2，3，4，5，6，7，8，9，10(即100)，分十组来记数。在点钞记数时，不要用嘴念出数来，要用心记。心、眼、手三者要密切配合，这样既快又准。

(4)扎把。将墩齐的钞票横执，左手拇指在票前，中指、无名指在票后，捏住钞票1/3处，食指在钞票上侧，把100张钞票分开一条缝，右手将纸张一端插入缝内然后由内往外缠绕，将纸条一端留在票面上部，用右手食指和拇指捏住纸条向右折掖在钞票正面上侧。(5)盖章。每点完一把钞票扎把后都要盖上图章，图章盖在钞票的上侧纸条上。

三、点钞要领

(一)肌肉要放松

点钞时，两手各部位的肌肉要放松。肌肉放松，能够使双手活动自

如，动作协调，并减轻劳动强度。否则，会使手指僵硬，动作不准确，既影响点钞速度，及消耗体力。正确的姿势是，肌肉放松，双肘自然放在桌面上，持票的左手手腕接触桌面，右手腕稍抬起。

(二) 钞券要墩齐

需清点的钞券必须清理整齐、平直。这是点准钞券的前提，钞券不齐不易点准。对折角、弯折、揉搓过的钞券要将其弄直、抹平，明显破裂、质软的票子要先挑出来。清理好后，将钞券在桌面上墩齐。

(三) 开扇要均匀

钞券清点前，都要将票面打开成缴扇形和小扇开，使钞券有一个坡度，便于捻动。开扇均匀是指每张钞券的间隔距离必须一致，使之在捻钞过程中不易夹张。因此，扇面开得是否均匀，决定着点钞是否准确。

(四) 手指触面要小手工点钞时，捻钞的手指与票子的接触面要小。如果手指接触面大，手指往返动作的幅度随之增大，从而使手指频率减慢，影响点钞速度。

(五)动作要连贯点钞时各个动作之间相互连贯是加快点钞速度的必要条件之一。动作要连贯包括两方面的要求：一是指点钞过程的各个环节必须紧张协调，环环扣紧。二是指清点时的各个动作要连贯。

四、实训总结及体会

通过这两堂实训课我有了很多体会，刚开始学习时也确实遇到了很多困难。但是经过老师的指导和同学的帮助之后，我也渐渐点钞变得熟练起来了。

以前每次到银行办业务，看到人家快速又准确的点钞我总羡慕不以。当时就想我也能点这么快就好了，因为在实际操作中为客户办理业务，点钞的快慢及准确度直接影响到客户对你个人甚至整个单位形象的看法。

在学习会计电算化的我们，不管是选择出纳，会计，还是选择财务管理，都会与钱相接触，不少公司的专业技能考核都会是一些简单的东西，比如一些会计实务，珠算，电脑，点钞等，在学过点钞的我们，如果参加专业技能考核会为自己增加更多砝码，不少人在上课时觉得学校开这门课就是“闹眼子”，他们认为现在科技是如此的发达，点钞除了在银行中会使用外，其他的地方基本上不会用到，我认为虽然现在科技很发达，但在不少人家中完全不会配备点钞机这种机器，或者再交学费，保险，买房等时候都会用到大量的现金，我们只有学会点钞这门技术，才能为自己在不必要的地方减少麻烦。

通过这门实训课，我仅仅还只是学到了会计这个岗位中的一小部份，真正要学的还有很多很多，经过这次实训，要我更加深刻的明白，知识是在平时积累的，只有每天不断的充实自己才能在遇到问题的时候得到解决，就像这次的实训，就是因为平时没积累知识，导致在这一系列的练习中不顺利，不过没关系，在剩下不多的在校期间，我会更加努力的学好知识。学校开这门实训可是为了让我们对平时学习的理论知识与实际操作相结合，在理论和实训教学基础上进一步巩固已学基本理论及应用知识并加以综合提高，学会将知识应用于实际的方法，提高分析和解决问题的能力。在实际操作过程中找出自身存在的不足，对今后的会计学习有了一个更为明确的方向和目标。希望在接下来的日子里，学校能给我们这些的多的实训课，以便我们能不断地查漏补缺，这样更能帮助我们财会专业的学生学好会计这门课，为以后走向社会奠定良好的基础。通过实训，让我们对会计的认识进一步加强。

**实训报告的个人总结4**

六周的实习结束了。但是我对知识的追求，对知识得渴望始终没有结束。这次实习使我的动手能力得到了很大提高，也让我认识到动手能力是多么的重要。我们平时的学习虽然感觉自己还是很不错的，在专业知识方面是比较优秀的。但是通过这次的的实习让我认识到好的理论知识只是基础，只有通过与实践的相结

合才是真正的知识。社会需要的不仅是满腔热情的人更是有真正动手能力的人。以前的学习主要是系统的学习理论知识，而这次的实习让我知道基础的理论知识是不够的。在这次的实习内容包括电路的设计，印制电路板，电路的焊接和调试等等。通过这六周的实习让我学会了许多的东西:

一、在实习中学会要与同学们互帮互助

一直以来我们都在为同一个问题而烦劳问什么我的学习、工作效率这么的低呢。其实我们大家的工作能力都是差不多的，重要的是因为我们没有学会团结，怎样和同学们打交道。在实训中，大家经常进行交流，关于焊接，检查和调试各个方面，所以大家都多了一份经验。这种合作精神我想也是日后我们进入社会工作和进一步深造学习所需要的，因为没有好的团队就谈不上什么工作，学会互帮互助才能为我们以后的路添加更加坚固的堡垒、不管走到了那儿都是充满了信心。

二、通过这次的实习让我对本专业有了一个更深更系统的了解

现在想想之前的学习只能是叫做井底之蛙，以为学到了很多，其实不然。学习其实就是一个逐渐完善的过程我们从来就没有资格说我们学好了，更不能说比谁学得好。在这次的实习中我们做了五个项目，每个项目侧重了不同的方面，从不同方面对所学专业有所了解。在此前的理论学习中，我掌握了很好的理论知识，一开始以为自己学得好实训也没有什么问题，在这次实习中我体会到没有什么天才，也没有什么基础，在这里就只有动手。只有动手你才有可能很好的完成每个项目，从电路设计，焊接，到检查，调试。通过这次实习对电路的焊接技巧，调试方法，设计流程和方法有了一个系统的了解。这次的实习让我对这些知识从感性到理性的认识。理解这些东西无疑在以后的学习生活对我们会有很多的帮助。

三、从实习中感受生活

没有什么事情能难到我们这句话说的没有错，我们都有着雄心壮志，都有对未来生活美好的憧憬。在实习我们做了很多的项目。但是有很多因为细小的错误

或疏忽而导致结果无法出来。但有时他又会给你一个惊喜比如做到一点也没有兴趣的时候结果却出来了。也又可能结果明明就是出来了但是你没有注意他，或者结果出来了但是你却不知道他就是结果。实习让我认识到在以后的工作和科研中需要我们耐心细致，保持冷静，遇到问题时不急不躁，理智分析问题产生的原因和解决办法。生活中我们要踏踏实实，谁也没有捷径，谁也别想走捷径，只有努力的背影。生活得靠我们的努力慢慢的朝自己的目标前进，我们都得相信积累的力量。

这次实习让我更一步感受到理论与实践联系的重要性，也让我认识到未来的社会需要的不仅是具有高素质专业知识的人才，更需要能将理论知识与实际相结合，具有较强的实践动手能力，能分析问题和解决问题的高素质人才。这次实习为我以后进入社会工作和进一步深造学习做了很好的准备。

**实训报告的个人总结5**

一周的实训使我对实际生活和生产车间的电有了一点的认识，让我从中得到了锻炼，对以前的知识加以巩固，还提高了自己的动手能力，培养了团体间的携手和作能力。

一周的电工实训进行的紧张有序，使我们有在车间实习体验。这次实训是对实际条件下的依次模拟考核，使用的电压在220伏到380伏，所以对我们的要求很高，弄不好会有触电的危险，还有烧毁仪器，在实训开始前老师告诉我们，安全放在第一，不能马虎，开电的时候要检查一遍，还要通知其他人，以免触电，老师又讲了试验时应注意的问题，然后我们按分好的组开始做试验。

刚开始作一周实训，以为要做很多试验，发下材料一看才四个，这次电工实训一共有四次试验，第一个试验是家用供电线路实训，主要目的是要学会日光灯电路，一灯两地控制，灯光可调电路，声光延时电路，铡刀控制电路的正确接法。以前我对家用供电线路的了解，只存在火线，零线。一些开关的连接，再实际生活中电是危险物，在家根本不叫碰，所以知道的不多。通过老师的讲解使我们有了一定的了解，我们接的很顺利，声光延时开关必须用东西包住才能使灯泡亮。通过这次实训让我对家用点有了一定的了解。

第二个试验是电动机反-正转实训，我们上学期有一定的理论知识，我想应该没问题，可以做起来，可一做不是那一回事，接完后电机不转，发现是接触点不能吻和。我们将电压改变后，电路恢复正常工作，电机开始反-正转。这让我懂的接线必须认真，不能马虎。在做任何事都必须认真做。是我感受颇多。

第三个试验电动机既可点动又可自锁控制线路实训，这个试验线路和上一个没有查别，在加上已经做过二个试验，我们对电器的应用有一定的熟悉。操作起来就比较顺利，我从中学到了很多，让我对电机有了新得认识，可以顺利的进行调控。

最后一个试验是工作台自动往返循环线路实训，要求我们通过实际安装接线掌握有电气原理图变换成安装接线图的方法，并掌握行程开关的作用，以及机床电路的应用。这个试验很复杂，我们接完线，打开开关，可机床不动，我们检查线路，发现一个地方没有连线，我们把线接上，机床动了。虽然和试验要求不一样，但我们很高兴，因为它动了，我们有把线检查了好几遍，没有发现问题，我们很着急，把高频调到低频，还是不行，最后我们把1、2、3、4它们换个来，机床动了，我们成功了。

一周的实习期瞬间结束了，但一颗炽热的心依然还在那实习的场地依依不舍，特别是对咱们的指导老师很是敬佩。

通过几天的实习，使我懂了许多许多的道理，真可谓是“受益非浅”啦，这次我们的实习任务，虽然算不上很重，其任务就是按图安装一些简单的照明电路。原理谈不上很复杂，但是真正要安装起来那得费一把劲，由于是四位同学共用一个工位，最重要的是双方协作精神，这一点我体会最深。

做工有条不紊的进行着，这项工作需要特别的细心，弄不好的话很容易让自己做的一切从头再来。首先，必须把安装的器材清好检查是否完好，再次就是要运用巧劲把每副夹子上好，牢固，一下午下来人累得是筋疲力尽，但看到自己安装的效果，还是感到很欣慰的，再过一年半我们就要步入社会，踏上自己的工作岗位，但我感觉到一周的学习期就是以后生活的写照，我会运用自己的书本知识和实践能力去撑稳，那在江中的风帆……

第一次看着电动机通过自己动手接线转起来，那种感觉是自豪的。自己在心里会说：“呃，我也能让电动机转起来，哈，开心。加油，其实这蛮好玩的嘛”。

我们的老师总是先给我们讲一些理论的内容，再准备让我们接线。刚开始接线时我们就按着图接下来，一点秩序也没有，所以接好了的线看过去乱乱的像蜘蛛网一样。现在想到都觉得好笑。

也因为电工课我们了解到了很多我们平时都不会认真去注意的常识，比如安全用电常识、电工基本操作(怎么连接导线)、电气照明(主要是日光灯);还有一些常用的低压电器(意所布的线布的先后顺序，比如说布线时应把其他的线都布好了之后再布开关的线，交流接触器，继电器等);行程开关的用法;电动机的结构和铭牌意义;控制电路故障分析与排除等。恩，总之，感觉学到的东西还是蛮多的。四次的电工对手亲身体会到整体思考的重要性，布一块好板就必须要有整的逻辑思维，布板要注意各元器件的空间排布还要注意到布线时线与线不能相交且要注

通过了这一周的电子电工的实训，也培养了我们的胆大、心细、谨慎的工作作风。由于前面的三个实训是通过接上日常低压电路来完成的，所以就要讲求用电的安全，不许用手触及各电气元件的异电部分及电动机的转动部分。也要求操作的时候要心细、谨慎，避免触电及意外的受伤。在后面的几个实训中用到了电烙铁，也是要求学生掌握电烙钱的正确使用的方通过这为期一周的电工实训，我确实是学到了很多知识，拓展了自己的的视野。通过这一次的电工实训，增强了我的动手打操作的能力。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手法，避免意外的受伤。能力不够强，结果把电路接成短路，还好因为电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。而通过这一次的电工实训，我就掌握了日光灯电路的安装，学会了白炽灯的两地的控制方法。也学习了一些低压电器的有关知识，了解了其规格、型号及使用的方法。更主要的是，我还学会了电路的接线及检查的方法。

通过这一次的电工的实训，也培养了我们的规范化的工作作风，以及我们的团结协作的团队精神。

**haha实训报告的个人总结**

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！