# 计算培训心得体会8篇

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2025-03-09

*很多人在进行了心得体会的写作是可以让自己的经验以及想法记录的，心得是记录我们内心活动的重要文件，只有静下心来认真思索我们才会有进步，以下是小编精心为您推荐的计算培训心得体会8篇，供大家参考。酒算机实训在不知不觉中就结束了，我感觉自己还有好多...*

很多人在进行了心得体会的写作是可以让自己的经验以及想法记录的，心得是记录我们内心活动的重要文件，只有静下心来认真思索我们才会有进步，以下是小编精心为您推荐的计算培训心得体会8篇，供大家参考。

酒算机实训在不知不觉中就结束了，我感觉自己还有好多东西要学，还有好多的东西不懂呢!这是我大学以来第三次实训，每次实训我都感觉学到了好多东西!因为是一天到晚的不间断训练，所以记的会非常牢固。不像平时上课，每上两次的理论课却只有45分钟的实际操作。在课上，有老师在前面演示我们都还能跟着做，可轮到我们独立完成的时候，因为实际操作的少，早就忘光了!我很感谢学校有实训这样的安排，把我们这一学期学的东西系统的集中的进行训练，对我们计算机水平的提高发挥着重要作用!还要感谢我们的窦老师，窦老师很温柔，也很有耐心，即使老师讲了很多遍的问题，我们不会，老师还是会走进我们给我们耐心的指导，还给我们讲一些学习计算机的\'方法，让我们知道自己在哪方面不足，需要加强，也让我们了解到哪些需要认真的学习，那些是重点，不是没有方向的乱学一通，什么也学不好!

经过这次的实训，我真真确确的感受到了计算机在我们生活中工作中的运用，这些软件、程序能让我们提高工作的效率，更直观更便捷的切入主题。这次我们学习的是数据路的原理及应用的各方面知识，由老师带着我们不断操作。accesssxx能有效的组织、管理和共享数据库信息，能把数据库信息与wep结合在一起，实现数据库信息的共享。同实，access概念清晰，简单易学、实用是适合企业管理人员、数据库管理员使用的首选。我觉得学习了这个，对我参加工作后制表、创建查询、数据分析和材料演示都有很大的作用，这样，我们能更清楚的了解信息并进行分析。当然，在学习的过程中并不是一帆风顺的，在这之中，因为要操作的东西很多，有时错一步，后面的结果就无法显示，而自己的计算机又太差，根本检查不出来是哪里出了错!这时候，老师都会耐心的过来帮助我，我很感谢窦老师也很感谢学校能安排这么优秀的窦老师来教我们!只是，我们太顽皮，有很多东西老师讲了我们也没能记住，我想在此说一句：老师，您辛苦了，下学期我们一定认认真真的好好学!

一个星期的实训课很快结束了，我发现我对计算机有了新的认识，以前只知道玩游戏、娱乐和简单的应用。通过这次的实训，我了解到，要真真正正的掌握计算机程序还不是一件简单容易的事儿，但真正掌握后，它带个我们的将是无穷的便捷与科技，我喜欢高端便捷的生活。我希望我能做计算机这个万能机器人的主人而不是奴隶，我会努力加油的!感谢学校，感谢老师给我的帮助，让我的思想、技能又上了一个台阶!感谢!加油!

通过这次实习，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作能力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，必须有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓!

经过一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙;也意识到自己在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把excel，word，outlook，powerpoint等操作的很好了!现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但通过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。

此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。就无所谓的今天实训!

社会的竞争是激烈的，我想我们应该好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人!

计算机中级培训跟其他培训相比在强度与难度上都有所增加，因为涉及内容广，考试变化多，致使部分学员难以在短期内掌握，最终通过率较低，甚至补考多次。就我这两个半月的经历而言，同学们都比较努力，只是每个人基础不同，学习方法、习惯不同，导致效果存在差异。下面简单总结下我的学习规律：

学。此次培训主要涉及计算机、会计、审计内容，而班上有近一半学员不属于此类专业。作为一名文科生，我对新接触的每个概念都很陌生， \" 学 \" 必然就是基础的第一步。 \" 学 \" 包括课前的粗略浏览和课上的认真听讲，浏览时有个大概印象，知道下节课要接触哪些东西；听讲就十分重要了，即使觉得这节内容比较熟悉，也还要虚心巩固，因为老师可能在你不经意间涉及到了新的知识或者指出了如何学以对考、学以致用。

练。课堂时间是有限的，除了部分相关专业的学员外，大家普遍处于浅薄了解的状态，这时就需要苦练。省厅安排的自习时间是晚上六点半到九点半，但是实际上我们很多人晚上一点仍未休息。我通常会先将白天所学内容整天看一遍，然后通过做题发现重点与难点，回过来再对重点难点进行第二遍复习。学习中 vb 编程和笔试就是没有任何技巧，纯粹靠多练之后熟能生巧，提高速度与准确率。

问。不懂就要问，这是我们从小就懂的道理，同时也是此次培训时老师说的最多的一句话。接触的新知识很多，一时不能完全理解很正常，有时候你百思不得其解，但是别人一点拨你就恍然大悟；有些问题别人之前也遇到过，你问了就可以节省很多时间。各科老师都很和蔼，对于问题都给予了及时全面的解答，而省厅的两位领队，更是时刻关心我们，随时随地解答我们的疑难困惑。所以，有资源要会合理利用。

思。凡事 知其然，亦要知其所以然。不会做的题，在问过别人之后，要反省下为什么自己之前没有做出来，是知识点未掌握，还是思路有偏差，再有针对性的进行补漏，将其变为会做的题。对会做的题要进一步探讨为什么这样做，还有没有更简单的方法，将类似知识点举一反三，加深理解，即会读书，读好书，不读死书。

联。 \" 联 \" ，简单的说就是融会贯通。培训共发放了 9 本书，开设了 6 门课，但是最后考试只分为了两门机试，一门笔试。两门机试将这 6 门课划为计算机和审计软件两类，笔试更是将这 6 门课合为一张试卷。学习时是简单分类分块的知识点，考试、实践中则是综合运用，这就要求我们必须将所学知识串联起来，融会贯通，综合运用。尤其是审计软件这一门，基本就是将各科知识综合起来的运用，任何一科有短板，或者不能将所学知识融合起来，就可能出问题。 \" 联 \" 同时也是将所学知识与实际工作联系起来，学以致用，避免为了学习而学习。

80 余天的培训学习结束了，这期间有长期挑灯夜战的身心疲惫，亦有同学亲密无间的欢声笑语；有遇到难题时的沮丧懊恼，亦有掌握新知识后的兴奋难抑；有临近考试时的忐忑不安，亦有考完通过后的开心愉悦，总体来说还是收获颇多。

学完了，考完了，这只是培训的第一步，如何在实践中 \" 学以致用 \" 才是最终的目的。

老师在教学的时候，常常说，必需严格要求二三十岁的老师，但对于四十岁以上的老师，难的课件就可以不做要求。也许说这话的王老师本人太年轻，认为四十岁的老师肯定很老。其实一个人即使岁数大一点，但未必老了就衰。他们仍有学习能力就让他们放弃学习，岂不是让他们早点未老先衰？我本人就三十多岁，可打死我也舍不得放弃继续学习的机会。社会在进步，知识在拓展，新的挑战带来的新的技术，新的技术给普通人又带来新的挑战，所以人应活到老，学到老，很难想象，一个人一旦放弃学习，他的技术观念将是怎样的落后！何况三四十岁的人正当壮年，年富力强，有许多还是社会的栋梁，怎能让他们放弃学习，又怎么可以降低对他们的要求？

我的同事说我以一种谦恭的态度对待这次培训，总是那么认真。也许是吧，那是我认识到自己的不足，因而珍惜这样的学习机会。他说的话那么好听顺耳，其实在我看来，我这所谓的谦恭的态度实际上是源自我的紧张的心理。我确实表现出有些许的紧张，因为常常课间中途离开一会都不敢，即使出去，也多是匆匆赶回。如果回来时听老师正讲着什么，我通常会问身边的老师：现在是不是在讲有关课件方面的事情？生怕错过了重要的环节或者重要的步骤。

紧张可能是我这个人的性格特质。紧张伴我四十多年，也未必是坏事，任何事物都有其两面性。紧张的特质会让我遇事警觉起来，当然也会让我不善于表演。不善于表演是我一辈子的硬伤，因为我常常公开课上得不理想，因为上公开课就是表演。有的年轻的同事都觉得奇怪了：久经沙场，历经磨难，什么大风大浪没有见过，现在都中高职称了，还紧张个啥呀？对于这样的问题，我常常会笑一下，间杂着苦笑，因为我这一辈子的毛病恐怕是治不好了。同时也间杂着会心的笑，毕竟能紧张，还说明我还在乎着这些，说明自己还有理想，还有追求。

记笔记的习惯又让我感觉回到了学生时代。电脑的老师在进行制作课件讲解的时候，要我们认真听，要求我们不要记笔记，只需认真听讲。说真的，在课件制作和电脑技术方面，我甘当学生，可是在教学方面，谁优谁不优就难说了我知道如何要求学生。记得我在大学里上英美文学的时候，我就喜欢拼命地记笔记，因为我的眼睛近视，又没有配眼镜，所以只好坐在前面，就在老师的眼皮底下。也许是埋头写笔记让老师感到挺不舒服的缘故吧，说我们应该认真地听，继而不允许我们记笔记。第二天，为了不让老师感觉我在与他作对，只好坐到第二排的最边上，坐在那里看不太清黑板或是屏幕，但是我能够根据老师所说的话记笔记。因为老师用全英文上英美文学，英美概况，总是有一些评论，我听到共鸣之处，也会把他的话记录下来。其实老师哪里知道，我记的不仅是笔记，还有老师的英语口语呀！我在课堂上勤于记笔记还有一个重要的原因：笔记有利于我课后复习。另外我这个人有个坏毛病，如果上课不记笔记的话，我可能会开小差，只有拿起笔写笔记，才能专心，才能聚精会神。

不过不一定说记笔记是无可挑剔的好习惯，因为是边听边记，无暇顾及自己写的是什么东西了，这也许是我的字写得丑的主要原因，记笔记的弊端是不能及时思考，所以听课的结果常常是知其然而不知其所以然。因为有的老师在制作过程中遇到问题要我去帮帮忙，常常会把我闹得很尴尬，因为我从头到尾自己制作还行，但要我找出不能运行的毛病就超出我的能力范围了。帮忙的办法只有推倒重来。这样的忙一定让他们感到失望，不过也没有办法呀，我又不是电脑高手。

令我感到开心的是，我这人的学习的欲望比较强烈的。喜欢学一些具有挑战性的知识。真的希望每年暑假我可以这样不闲着。一个星期的时间并不长，但我想，仅仅这样的几天，就足够让我的暑假更加充实！

通过这段时间的学习让我受益匪浅，我学到了很多东西，同时也学会了如何在日常生活中如何应对计算机的一些问题。

随着信息技术的高速发展并迅速渗透到社会生活的各个方面，计算机日益成为人们学习、工作、生活不可缺少的基本工具，这次培训为我提供了很好地学习的平台。

此次培训是通过网上学习的方式，我觉得网上学习有很多优点。例如，在网上学习我们可随意在比较难的地方，听不清的地方，随时地暂停，这样我们会有更多的时间去思考去理解，而不是死记硬背。通过网上学习我们也可以边学习听课边操作，这样记忆、学习与实践相结合会让知识更扎实。

这段时间，我学到了很多东西。

计算机的基本结构，计算机的发展，计算机的应用，计算机的特点和分类，cpu中央处理器，计算机存储器，计算机中数据的表示，输入设备—鼠标、键盘，输出设备—显示器、打印机。这些知识在大一的必修课程中虽然学过，但是没有结合实际操作，所以大部分还是忘了。通过这次学习，让以前学习过的知识加以巩固和应用实践，使基础更扎实。以前学漏的知识加以补充，是我的关于计算机基础方面的基础知识更扎实牢固，对我平常使用电脑有很大帮助。

：

桌面管理，开始菜单管理，文件管理，输入法的使用及设置，通过控制面板个性化windows，windows附件的使用。现在虽然有了win7系统，但是它毕竟是xp的延续，很多里面的操作还是一样的。所以，学习windowsxp对我平常操作电脑，对一些基础硬件以及一些基本操作的使用有很大帮助。这次windowsxp的学习，在网上是类似于视频的讲课，这样和老师在课堂上现场示例操作基本是一样的，由于我的电脑还是xp系统，所以我可以边操作边学习，这样我就可以熟知每个操作流程，操作的目的，以及操作的重要性。

初步认识，编辑操作（关于文本、字体、段落的操作），页面布局，表格操作，插入，以及超链接、引文及目等我们都知道只要是懂点电脑的人都会学习试图去用word，因为word是一个文本编辑软件，对我们的日常生活起着极其重要的作用。对于我们大学生，肯定少不了平常写一些作业，还有就是论文。大学生少不了写论文，尤其是毕业论文。对于毕业论文，我们不但是文本编辑，还要插入一些东西，内容的排版等等。这些都要求我们对word有一定的了解掌握才行。这次学习就为我提供了一个学习的很好的平台，

对excel的初步认识，输入编辑工作表数据，基本工作表操作，公式及函数，数据分析，图表及常见格式，常用快捷键。excel在我们的日常应用中也起着举足轻重的作用，学好了excel可以为我们节省很多时间，还可以减少脑力的使用。这次学习让我学到了更多关于如何使用excel的方法，为我以后使用excel进行数据的编辑提供了很好地条件。

对powerpoint20xx的初步认识，powerpoint文档及幻灯片管理，插入文本内容，创建表格，插入图形图像及图表，插入音频及视频内容，创建连接，版式及主题创建动画效果和切换，发布。powerpoint对我们大学生以及以后参加工作都有很大用处，利用powerpoint我们可以制作可以展示的幻灯片等。学好了powerpoint20xx可以让我们掌握一门技术，而且可以更好地利用它，为我们所用。这次的学习就让我获得了可以掌握它的机会。第六就是internet的应用，还有photoshop基础。

以上就是这段时间对计算机培训的学习内容掌握情况。

还有就是通过这次学习，我认识到了很多自己的不足之处。我感到了以前我对计算机的了解学习过少。通过这次学习，让我学会了，如何弥补自己的不足，学会了在以后的生活中要不断学习，“活到老，学到老”，只有不断学习才能进步，才能向自己理想慢慢靠近，以至于最后实现理想。

通过这次学习，我懂得了实践的操作，有些东西不能只是看，要学会动手操作，那样才算掌握。

总的来说，这次的培训，让我学到了很多，不只是计算机知识，对我的生活也有很多正面影响。

12月2日我校进行了移动计算机的培训，此次培训让我看到了更尖端电子技术、软件技术。结合计算机和投影机，可以实现在课堂上进行交互式教学。通过这次的学习使我认识到教学要不断创新和尝试，要不断和多媒体对接，让教育更现代化。

在这次培训中老师重点介绍了移动计算机如何使用和软件的一些功能：

一、屏幕批注，及时反馈。

基于软件提供方便的书写和绘画功能，运用于语文学科，可以实现学生边思考边想像边批画的学习方式，呈现学生阅读和思考的学习过程和最终的思维成果；运用于数学学科可以呈现学生练习和思维的成果，便于教师及时发现问题，及时评价。

二、过程回放，呈现脉络。

基于软件的回放功能，运用于各学科学生学习中，可以重新展现学习过程，重温思维的脉络，有利于在学习中总结学法，提炼方法，从根本上发现问题和抓住关键解决问题。

三、模式切换，方便演示。

基于交互电子白板提供的三种模式的`切换功能，可与整合教育资源，便于课堂的演示和批画。

四、智能绘图，提升效率。

电子白板中提供了诸如圆规、画角、智能笔、量角器、画圆等多种智能工具，教师不需要借助其它工具，稍加练习，即可用一支笔在电子白板中非常方便地画出非常专业、准确的各种几何图形。

五、库存另存，积累资源。

库存是基与软件提供的资源库功能和存储功能，可以在学习中随时调用资源和积累现场资源，可以以多种方式存储现场学习资源，便于复习和重温。另存是将教师上课使用的课件、教学资源和学生智慧的创造，导出为网页、图片等资源，便于学生再学习或复习等。

通过老师的介绍我们对这样的现代技术有了初步的了解，也让我明白了教育现代化的重要性，教育的现代化过程也应该是动态的发展过程，我们必须以发展的观点看待教育的现代化进程。任何教育改革都应该从长远着眼，追求其自身的可持续发展。我们选择教育信息化作为改革的突破口，就是主动适应社会信息化的选择，它的目标是实现学校教育与社会的良性互动，从而实现教育自身的可持续发展。我们在创建现代化教育的道路上将不懈努力。

五月初夏，我怀着忐忑和激动的心情来到审计干部学院，有幸参加计算机审计中级培训。时光飞逝，如白驹过隙，七月盛夏，我已背上行囊，装载沉甸甸的知识挥别了美丽的南京。回首奋战的70多个日日夜夜，有深夜伏案做题的心酸、有跟不上学习进度的焦虑，有收获知识的喜悦，也有对学习的一点思考与感悟。

学习重在有法。不到3个月的时间学完7门课程对毫无计算机基础的我可谓“压力山大”，为提高学习效率，我也摸爬滚打总结了自己的一套学习方法。一是打牢基础。数据库应用技术安排在培训前期，是下阶段分析课程的基础，我在培训前期学习强度相对不大的前提下，集中精力熟练掌握sql语言的运用，使得后期在难度较大的erp分析和审计数据分析课程的学习过程中事半功倍。二是不耻多问。由于学习时间紧，同学们计算机水平有高有低，老师课上无法照顾每一位学生，讲课速度相对较快，部分重点难点有时“一晃而过”。对此我课上及时记下未听懂的知识点，利用课后和晚自习请教班上的“大牛”，力争弄懂弄透每一个知识点，确保学习不掉队。

学习重在有勤。oracle数据库、神通数据库等课程，学习内容注重软件的实践操作，如何在短时间内熟练掌握，不二法门就是勤学多练。反复的练习才能熟能生巧，提高解题速度和准确性，在机试中游刃有余。“学而时习之，不亦乐乎!”对所学内容反复不间断地复习巩固方能学有所获。特别是本次培训在课程安排上，一门课程一个星期只有一天8课时，到下个星期重新学习这门课程时往往对上次所学内容知之甚少，为此我在每天学完一门课程后利用晚自习时间巩固当天所学，在晚自习结束后，回忆复习第二天课程上星期所学知识点，从而提高了学习成效。

学习重在有恒。培训中后期，同时学习vb和sql之后，在一些分支语句、循环语句的运用上时常混淆，而前阶段学习过程中已掌握的知识点又出现了遗忘，这些状况让我难免出现了烦闷、焦躁的情绪，学习做题静不下心。针对这一情况，我积极调整心态，用持之以恒的决心与遗忘作斗争，一遍记不住就记两遍三遍，直到烂熟于心。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。培训虽已结束，学习却未止步，如何将这两个多月所学、所获运用到实践中仍然需要我在今后的工作中不断学习。

这次参加英特尔培训，虽然时间紧，学习任务较多，但是的确是从教师的实际培训出发，做到了通俗易懂，由浅入深。通过几天的培训，我掌握了现代远程教育技术的基础知识和基本能力，通过这次学习我了解了中文windows xp 及office xp，学习了windowsxp的操作，word 的操作，excel的操作，演示文稿power poind的操作，以及网页课件的制作，电子邮件的使用，信息资源的整理与发布，卫星基本知识，远教ip 数据接收软件，以泰文件接受系统软件的安装和应用。本次培训时间虽然很短，只有短短的半年，但对我来说确是受益非浅。这次培训为全校教师搭建了相互学习，相互交流的平台，使我们在相互交流和合作中不断提高和成长。并能在以后的教学活动中熟练运用这些知识，不断提高自己的教学水平，为孩子们的成长带来福音。

张老师介绍了我们教师经常用到的办公软件等常用的几种软件在应用技巧方面做了详细的讲解，并针对大家在实际应用过程中经常出现的问题进行分析、指点、讲解。相信经过这次学习，在今后的工作中使用这些软件肯定能够得心应手。

为了使所学的知识运用到教学之中，我要经常与同层次同专业的学员组织起学习兴趣小组，大家在一起交流讨论学习问题、体会、经验。并由学习好的学员带领大家学习，这样可以提高学习效率。遇到问题和同事们交流一下，可以让自己更好的掌握知识点，而对帮助解答问题的同事来说也可以加深对知识点的理解。另外要充分利用网上答疑时间，在答疑前做好准备工作，对学习中的疑问事先有个总结，以便在答疑时能有的放矢。

在教学工作中经常要与计算机打交道，数据的统计分析与处理，资料的收集分类等等都是日常工作中必不可少的。在工作中，我要利用所学到的计算机知识，设计，开发使信息技术与课程改革有机的整和等等，提高了学习的兴趣。

首先拿到课本后，一定要先通读一遍，让自己了解这门课程有多少内容和学习的重点。通读之后在听老师的课，就不会产生迷惑，能很快的跟上老师的讲课进度。

其次要做好笔记，在短时间内学习很多知识，一遍不可能全部掌握，课后要对着教材多练习以便达到巩固。

平时的作业可能是大家比较头疼的东西，我写作业是每次在听完一个知识点或者几个相关的内容后，就立刻做。遇到作业中不理解的知识点，可以翻过头来查查书，还不能解决就请教老师讲，这样几次也可以很好的掌握知识点。

通过这次培训，不仅学到很多计算机方面的知识，更重要的是增进了和其他学校管理人员之间的交流。大家坐在一起畅所欲言，互相讨论，交流，把自己不理解，不明白的地方提出来，让老师来帮助解决，这样使得相互之间都得到了学习，巩固知识的机会，提高了学习的效率。同时也希望今后能多举办一些这样的培训，因为计算机知识更新是很快的，只有不断地学习，才能掌握最新的知识，把工作做得更好。

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！