# 大学生实训心得体会范文（最新20篇）

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-09-12

*实训对于学生的意义和目的是多方面的，‌它不仅能够帮助学生更好地理解和掌握所学的理论知识，‌还能培养学生实际操作能力和动手能力，‌同时培养学生的团队合作精神和沟通能力。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助...*

实训对于学生的意义和目的是多方面的，‌它不仅能够帮助学生更好地理解和掌握所学的理论知识，‌还能培养学生实际操作能力和动手能力，‌同时培养学生的团队合作精神和沟通能力。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助。

**大学生实训心得体会1**

透过这次实训，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我动手做项目的潜力。本次实训，是对我潜力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是十分有好处的。

在实训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，原先，学的时候感叹学的资料太难懂，此刻想来，有些其实并不难，关键在于理解。

在这次实训中还锻炼了我其他方面的潜力，提高了我的综合素质。首先，它锻炼了我做项目的潜力，提高了独立思考问题、自我动手操作的潜力，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。

从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更就应把学习作为持续工作用心性的重要途径。走上工作岗位后，我会用心响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升潜力，以广博的社会知识拓展视野。

二、努力实践，自觉进行主角转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是透过实践活动来实现的，也只有透过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。务必在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种主角的转换。

三、提高工作用心性和主动性

实习，是开端也是结束。展此刻自我面前的是一片任自我驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的职责。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你简单找到工作，否则就难逃市场选取的厄运。我在该公司实习总结了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。

能够说这次实训不仅仅使我学到了知识，丰富了经验。也帮忙我缩小了实践和理论的差距。这次实训将会有利于我更好的适应以后的工作。我会把握和珍惜实训的机会，在未来的工作中我会把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中，为实现理想而努力。最后，我要感谢学院组织的这次十分有好处的实训，使我们学到了很多，也领悟了很多。

**大学生实训心得体会2**

回顾这一周的工作，感触很深，收获颇丰。这一周在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的经验和社会见识，下面我将从以下心得体会总结这段时间自己的感受。

一、努力学习，注重实践，不断提高自身素养和工作能力

始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。所以在这一个月的实习工作中给我最大的感触就是我们在学校学到了很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向。同时在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落后。

二、围绕中心，突出重点，尽心尽力履行职责

在各项工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在xxx找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对xxx的情况有了一个比较全面、系统的认识和了解。

三、以极大的热情投入到工作中

刚步入工作岗位我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。

四、在较好完成本职工作的同时积极帮助公司其他同事

自从xxx以后，我一方面努力做好自己的本职工作，另一方面积极配合同事们的工作，在同事们工作忙碌的时候主动帮助，尽自己最大的能力为同事们分忧解难。

五、存在的问题

一周来，我虽然努力做了一些工作，但领导的.要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对新的工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职。

针对以上存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补工作中的不足：

一、做好实习期工作计划，继续加强对公司各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解公司的各种制度和业务。

二、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

三、踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有最好只有更好”。

四、继续在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作为公司做出应有的贡献。

**大学生实训心得体会3**

转眼间，一周的实训工作就要结束了，回顾在这期间的工作，我受益匪浅。这一周的时间里，在指导老师的指导下，通过我的努力，我学到了很多在学校的课堂上没有学到的东西，也使我加深了对自己专业的认知，从而确定了自己以后的努力方向。

虽然在学校安排的课程里，我有过和同学一起完成一个项目的经历，但在这次实训里，当真正地接触到一个公司的产品，参与到公司的法规智库系统云端版的调研、设计、测试等工作时，我还是显得有些心有余而力不足的，比如在进行系统的业务需求整理时，与在学校课程里学到的需求分析不太一样，导致我刚开始无从下手，经过老师的指导，我了解并学会了业务需求的分析及设计，并参与到了法规智库系统原型的设计工作。

在这期间，我也认识到了与指导老师进行及时沟通的重要性，当工作遇到问题时，应该及时与老师进行沟通，而不是按照自己的想法接着进行下去。这样如果自己的想法不正确，便会需要重新开始这份工作，这样就浪费了很多的时间。除此之外。我也学到了在做事情时，要注意QCT的思路问题。在进行调研工作时，由于我没有这个清晰的思路，导致调研工作进行地并不是很顺利，老师指出了我存在的思路问题，我的思路一下子豁然开朗，调研工作进展地也很顺利。我深深地体会到了一个正确的思路对一份工作的重要性。

经过这次的实训，我不仅巩固了学到的专业知识，也开阔了眼界，还积累了许多实践经验，更领会到除了在学校学到的理论知识，实践经验也显得尤为重要。我相信，此次的实训体验，会为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

**大学生实训心得体会4**

时间过的真快，一个星期的液压实训就要结束了。在这一个星期里，我们学到了很多。我们了解了工程机械液压系统的组成、原理，能简单判断液压系统的故障原因并做排除。液压是一门在生活中经常遇到的东西，所以我们学这门课是非常有必要的。通过实习，总的来说有以下几个心得：

1、了解到了液压系统的工作原理及各个液压回路的作用。

2、锻炼了我的观察能力和知识的运用能力，也学到了液压系统的每个液压装置是如何运作，是理论与实际相结合。

3、在实践中提高了我的社会工作能力，在实习当中从身边的人或看到的事物让我了解到很多书上所没有的，也从中掌握了很多实际性的工作经验。为以后参加工作带来很多有用的知识，也从中体味到了工作的艰辛，了解到当前社会大学生工作面临的严峻问题，促使自己更加努力学习更多知识。

4、学会了团队合作，了解到团队精神的无比重要性，对于以后进入社会后，再需要有与人合作的项目，也不会再心生畏惧，这次的实践也让我知道作为团队领导的重要性，每一个团队成员都十分重要，但往往关键时刻，团队中一些最正确的声音是不能因为支持的人数少而置之不理的，当我们心中有自我的想法时更加应该在团队中表达出来。

通过这次实训，我巩固和加深对书本相关理论知识的理解，用实践来检验理论和促进对理论知识的学习;掌握液压系统基本组成和结构、各液压部件及其相互间的连接关系、注意事项、同时锻炼和培养动手能力。

经过对书本上理论知识的实践，我对于课本上的理论知识有了更深刻的理解，对于我以后的学习工作有非常大的益处。

**大学生实训心得体会5**

一周的实训已经过去了，我们在老师提供的实践平台上通过自己的实践学到了很多课本上学不到的宝贵东西，熟悉了对QuartusⅡ软件的一般项目的操作和学到了处理简单问题的基本方法，比如说实体、结构体的作用、保存的时候不能还有中文及文件名要和实体名相同等。加深了对VHDL编程语言的理解，尤其是本课题中乘法器的设计让我更清楚进程、变量、信号的使用及它们之间的区别。意识到了EDA课程设计的重要性以及团队合作对于设计的重要性，更重要的是掌握了VHDL语言的基本设计思路和方法，我想这些会对我今后的学习起到很大的助推作用。此外，还要在今后的课本理论知识学习过程中要一步一个脚印的扎实学习，灵活的掌握和运用专业理论知识这样才能在以后出去工作的实践过程中有所成果。

在此次实训的过程中，我了解到了要加强培养动手能力，要明白理论与实践结合的重要性，只有理论知识也是不够的，只有把理论知识和实践相结合，才能真正提高我们的实际动手能力与独立思考的能力。感谢学院给我们提供这次实训的机会，感谢瓮老师对我们的指导，他是为了教会我们如何运用所学的知识去解决实际的问题，此外，还得出一个结论：知识必须通过应用才能实现其价值!有些东西以为学会了，但真正到用的时候才发现是两回事，所以我认为只有到真正会用的时候才是真的学会了。

短暂的一周实训已经过去了，对于我来说这一周的实训赋予了我太多实用的东西了，不仅让我更深层次的\'对课本的理论知识深入了理解，而且还让我对分析事物的逻辑思维能力得到了锻炼，提高了实际动手能力，下面谈一下就这一周实训中我自己的一些心得体会。

**大学生实训心得体会6**

为期一个星期的电子商务实训课在今天结束了。

说实在的时间过得很快，因为这两个星期很多公共假期，校运会、亚运会开幕的假期冲掉了我们实训的一些课，短短的时间里，我们并不可能充分地完全掌握电子商务的知识，但起码我们对它有深入一层的认识了。实训期间，我们最先接触到的是“网络营销能力秀活动”，在这个平台上，我们可以看到更多别人对网络营销的简解和建议，从中可以学到很多自己没接触过的知识。

之后我们通过注册淘宝、易趣、拍拍的帐号，对比它们网站之间的异与同，分析它们在网页设计上的特点才知道原来同是购物网站，但确定的网站定位、服务人群等方面的不一样，就会造成网站对网民影响力的不同。这是一个长期积累经验的过程，选择的方向很重要，所以网络营销并不像我们想像中的那么简单，并不是单单在网上注册一家网店就可以完成任务，它需要网店方向的定位、网店后期的管理、网店的推广等。

同时这也是一个作业接着不断来的实训，体验感受、网站分析报告、与卖家客户人员的网络客户分析报告、第三方物流公司选择的分析报告，这些作业都需要我们亲自去事件或者上网去调查、去了解才可以完成的作业。虽然同学们抱怨生不断，但我们清楚，完成这些作业最大的得益者不是老师而是我们自己，毕竟自己亲自实践过比别人说得在多都要好，完成这些作业不仅仅是完成作业，是一种网络营销体验的过程，也是思想的一种拓展。

两个星期的实训并不能让我们完全了解网络营销，之后需要我们自己更多的关注和学习。

**大学生实训心得体会7**

电工电子实训是我进入大学二年级后的第一个实训，当然，在大一的时候，我进行过金工实训的训练，虽然对于实训我有必须的认知和了解，也有必须的经验，但是，在进行电工电子实训的时候，还是难免会犯一些错误，但是，好在我不是一个人在战斗，在我们xxxx级电气10班所有同学的相互帮忙和相互鼓励下，我们克服了许多困难，也解决了不少问题。从这前后加起来相当于9天的电工电子实训中，我所学到和收获的，不仅仅仅是收音机的工作原理和架构组成，还有如何分析处理解决问题的方法和潜力，当然，我所在的班级也在这次的实训过程中也变得更加团结和友爱了。

在整个实训过程中，我感受颇深，从简单的焊接，到最后复杂的组装，使我从中了解到学习和实践是相互统一和相互依存的，少了哪一样，都不可能成功做好一个收音机。课程虽然结束了，但学海无涯，知识的海洋浩瀚无边，我需要学习的还有很多。电子原件的魅力才在我的世界刚刚开始，只有继续以电子实训的感受和经验为基础，渐渐学习总结下去，才能使自我得到更多的提高。

对于这次实训，我获得的心得体会大致总结如下：

1、我对电子技术有了更直接的认识，对放大和整流电路也有了更全面的了解，虽然以前也自我拆装过简单的单管收音机，但与这次的相比，无论从原理还是实际操作上来讲都是不能相比的。

2、对焊接程序也有了更清晰的认识，也更熟悉了焊接的方法技巧。

3、对问题的分析处理潜力有了很大的进步，由于一开始的盲目行动，我犯了很多低级的错误，比如一开始居然把元件焊在了印制板的反面，先焊了集成块等等，随着实训的进行，我深刻体会到了事前分析规划的重要性，相信这是没有进行过这种实践活动的人所体会不到的。

4、对电子产品的调试纠错有了更多的经验。我的收音机制作真的可谓命途多舛，从第一次接通电源它一点反应都没有，到最后能够收听多个频道的广播，我进行了多天的调试和纠错，在仔细检查每一个焊点，分析电路板的接线后，最终才完美解决了问题。

5、对团队合作的意识培养起到了很大的帮忙，虽然抓烙铁的是一只手，但是后面有许多个头脑在指挥和支持着，大家一齐分析电路图，一齐解决我们面前的每一个难题。也使班上同学之间的友谊更加深刻，班级更加团结了!

**大学生实训心得体会8**

一周的劳动已经结束了，我学到了很多知识。

虽然工作时间不长，但是工作量还是很大的，第一天下了大的雪，我们在老师的带领下扫了图书馆与教学楼的雪，为上课和学习的学生们提供了便利。接下来的几天时间内我们都在学校的各个角落里忙着，因为连续下了两场大雪，到处都是积雪，我们为了让学生们能够更好地学习，也为了我们的安全，我们努力把所有可能去的地方的积雪全部清除干净，虽然我们也会抱怨天气的寒冷，有时候也会抱怨时间的漫长，我们还是拿铁锨和锉子卖力的除雪，男生们一个劲的干活，好像有使不完的劲似的。我们女生也不甘示弱，拿着扫帚跟在他们后面扫雪，大多数人都冻得满脸通红，手也冻伤了，还在坚持着，直到老师说下课之后，我们每个人脸上都洋溢着满足的笑容，享受着劳动带给我们的美好。

通过一周的劳动，而且劳动也不像平时的上课，困了可以打盹，不想听课的时候还可以玩手机，不可以迟到，上课迟到也没有关系。

在短短的劳动周中，我真切的看到了自己的成长与蜕变，让我学会了很多东西和做人的道理，也体会着学校后勤集团的保洁员的辛苦与朴实，劳动最光荣。

劳动为人们的物质物质生活与精神生活提供了必要的条件。也启发了我在义务劳动中寻找感悟，引导我去了解劳动的价值与光荣，培养了我关心公共事业的热情，塑造自己的美好心灵。

**大学生实训心得体会9**

通过这次实训，我收获了很多。以下是我的实训心得体会。

在实训中除了学到了许多新的知识，还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。实训中的项目作业也使我更加有团队精神。

一、继续学习，不断充实自我。

在实训中除了学到了许多新的知识，了解了关于HTML5的相关知识，对互联网+有了新的认识，对于未来工作的方向也多了一种选择。

二、努力实践，不断提升自我。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。这次跟随老师实训完成了四个项目，和我的小伙伴们独立完成了一个小项目，满满的激动，未来还要更加努力。

三、完善总结，不断深造自我。

实训，展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，耕种梦想，成就未来。我将继续学习，深入实践，不断提升自我，多反思，多总结，吸取经验，为以后打下基础。

可以说这次实训不仅使我学到了知识，丰富了经验;将会有利于我更好的适应以后的工作。最后，我要感谢学院组织的这次十分有意义的实训，使我们学到了很多，也领悟了很多。

**大学生实训心得体会10**

在进行1年半的理论知识积累之后，要有一个踏入社会进行实践的过程，也就是理论与实践的结合，在这次实习中能使我们所掌握的理论知识得以升华，把理论与实践找到一个最好的切入点，为我所用。所以就要有一个将理论与实践相融合的机会。在实习中可以得到一些只有实践中才能得到的技术，为我们以后参加工作打好基础，这就是这次实习的目的所在。

大二的第一学期一结束，老师布置完任务后，我就开始了我的实习生活。我深刻的明白这次实习的重要性，因为这次实习是我们认识专业的一个窗口，同时又是择业，社会交往乃至认识社会的机会，所以我决定，在这次实习生活中，严格的要求自己，并悉心向各位师傅请教，让自己通过这次实习，确实学到一些东西，减少自己将来踏入社会的一些盲目性，让自己在今后的工作道路中能够走的更自信。

这次实习工作将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。室内设计这个行业并不是想像中那么容易，脑力运动和体力运动都要经受的了考验，虽然我知道会很辛苦，但始终相信自己在这种情况下会更加努力。在一个月的实习中我可以说是对我的磨练，更多的是让我充实了专业知识，更有很多跨专业的方面，让我在加深自己专业的同时，也为以后更多的就业机会提供了良好的条件。建筑，土木在我这次的实习中也占了很大的部分。

**大学生实训心得体会11**

20xx年2月6日，我们结束了为期一个星期的现代服务业跨专业综合实训。在这些天里，我们运用学而业经管类跨专业仿真实训系统，结合综合实践课程资源体系，在现代企业运营的全景仿真环境中进行任务。

以现代生产制造企业为核心的一系列实体业务单位和公共服务单位，构成了全景现代商业社会，其中分为工业区，行政服务区，商贸区，现代服务业区。我被分在现代服务业区的会计师事务所中并中担任业务部计师的角色，我们的会计师事务所叫做鸿德会计师事务所。

初次担任会计师事务所的业务员，自己对角色职责不是很熟悉，翻看了老师提供的相关资料和总会计师出具的岗位职责说明书，明白业务部会计师具有单位的管理，实施会计监督等方面的职责和权限。我们鸿德会计师事务所开始登记注册，税务登记，开立银行账户，制定会计师事务所工作制度和年度工作计划，期间遇到很多问题。我们通过查阅网络资料和与其他同学讨论结合等办法，尝试着把问题一一解决，从中也学到不少知识和得到丰富的实践经验。在处理日常业务的时候，相关客户制造公司需要贷款，我们在验证资本真实性的过程中，与相关客户公司有更深入了解，方便了以后审计业务的开展，并出具验资报告。

通过这次实训，我深刻的认识到团队合作的重要性，自行解决问题的能力也得到提升，同时我也感受到自己专业知识的薄弱。不过这次模拟实训还是给我们提供了一个很好的平台锻炼自己，虽然有些累，但确实很受用。

**大学生实训心得体会12**

经过一周的模拟实训，终于在这一天落幕了。回忆点点滴滴，有欢乐也有艰辛，更多带给我们的是如何从凭证到报表一系列记账到最后的报表出来，太振奋人心了。以前我们就是做书上的习题所以不能学以致用。

第一次接触实训，有点无从下手。不过经过陈老师的精心指导，也就很快的上手了。对于我们来说理论和模拟做账都会，以后出来就业无疑就是最好的证明，以最快的速度上手了。虽然每周每次的实训有点长，做的有点累。但是想到最近今年大学生的就业严峻。于是不敢怠慢继续做账，以第一速度的时间完成老师交给我们的任务，跟上老师的步伐。学过来就是自己的。在学校学到一门好的专业，无疑是对自己，家人最好的回报。

那么多的努力，原本不会手工做账的我。经过一周的训练，一步一步基本会做了。一整套帐做出来，里面最难最麻烦的就是科目汇总表试算不平衡，以至于忙的焦头烂额。把之前做好的凭证，日记账，总账拿出来细心校对。找出错误，往往就这一点就得浪费很长的时间，但是每一次的成功也会让我们心奋很久。一套帐做好了，正确了，还是不够的，美观也是我们要努力去做好的地方。从整理凭证，附上原始凭证到最后的装订，每一步都得细心做到整齐，这样做出来的一套凭证才会让人看得舒服。每一个步骤都离不开老师和同学的帮助，每一次的探讨都是一种提升和进步。所以在此特别感谢你们

**大学生实训心得体会13**

经一个学期的工程招投标，这次的实训让我感受最深的是做事情要有始有终，有条不紊，遇事不惊慌。在整个实训过程遇到困难也不会有想放弃的想法，因此事情就会迎刃而解的。本次实训也是为我们以后工作打下良好的基础。

实训的前两三次，老师就我们介绍这次实训的任务。全班分成4个投标小组。我们小组拿到招标文件后，小组成员认真的研究文件的内容，我们都慎重的对待这份招标文件。因为我们知道这次的认真、慎重对待就是为以后的工作打基础，同时通过这次的小组合作可以找出自身的不足之处，以吸取教训。老师讲完后，剩下的时间就让我们各自熟悉招标文件的内容。我们小组认真的阅读、研究。虽然一开始没有任何头绪，但我们并没有就此放弃。遇到不明白的问题就一起研究，最后我们还是解决了问题。后来老师检查了投标文件的样板材料。在老师的指导下，我们对照招标文件填写投标文件。填写投标文件一定要细心认真，不然很容易出错的。投标文件的内容我们还是第一次接触，虽然繁琐，但我们分工合理，所以很快就完成了。

通过本次的实训，让我学到了很多东西，不仅使我在理论上对招投标有了全新的认识，在实践能力上也得到了提高。这次的实训让我明白了整个招投标文件过程中，必须有团队合作完成。通过实训，我对招投标文件的编制有了更进一步的了解和认识。

**大学生实训心得体会14**

时间过得真快，盼望已久的实训结束了，在这次实训中让我们懂得的道理和知识很多。大体的来说我们这组的同学还是很负责，工作分配也很到位，所以顺利的完成了本次实训。毕竟我们来到大学还是第一次实训，同样我们也很珍惜这次实训，在实习中我们也遇到了很多的困难，比如说：发动机的原理是怎样的、有些部件怎么拆、该用什么工具拆、拆下后怎么测量等等这些问题。但通过老师的指导和我们自己的努力，这些困难也就逐个的解决了。

在实习时我们这组的成员都是非常认真、刻苦在动手操作，虽然是没什么苦，但是我们都有那种不怕脏的精神。通过实习我们进一步巩固和加强了汽车发动机构造和原理课程的理论知识，为后续课程的学习奠定了必要的基础。通过这次实训使我们进一步掌握了汽车发动机总成、各零部件及其相互间的连接关系、拆装方法和步骤及注意事项;学会了准确使用拆装机器工具、量具的方法;了解了安全操作常识，认识零部件拆装后的准确放置、分类及清洗方法，造就了良好的工作和生产习惯。进一步锻炼和造就了我们的动手能力。

经过了这次实训后我学到了很多的`知识，得到了很多的感悟。同时也锻炼了我各方面的综合能力，增强了我的信心与动力。所以，这一次的实训也是给我们更多经验的机会，再一次弥补我们的不足，把我们的优势也发挥了。在以后的人生中，我们还有更多的“实训”等着我们去经历，我们也必须努力勇敢去面对。

**大学生实训心得体会15**

通过实训使学生了解建筑工程中砌筑工种的基本内涵、基本作用及目的，基本操作流程巩固课堂理论知识，增强感性认识。通过实训，提高我们分析和解决问题的综合能力，培养我们热爱劳动的思想。为今后参加工作打下良好基础。

通过实训让学生掌握了砌墙要横平竖直，灰缝要薄厚一致，砌出的墙要有工艺美。这次的实习带给学生的不仅仅是一种工作经验，更是人生的一笔财富。俗语说：纸上得来终觉浅，没有把理论用于实践是学得不深刻的。当今教育是以理论为主，能有机会亲自实习，对学生说是受益非浅的。

通过这次实习，在实际操作方面我感觉自己有了一定的收获。实习主要是为了学生今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了学生今后的竞争力，为以后立足增添了一块基石。包括将来从事施工工作所要面对的问题。这次实习丰富了学生在这方面的知识，使学生向更深的层次迈进，对在今后的社会当中立足有一定的促进作用，让学生也认识到，要想做好这方面的工作单靠实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。坚信通过实习，所获得的实践经验对学生终身受益，在以后的实际工作中将不断的得到验证，我会让学生不断的理解和体会实习中所学到的知识，希望他们在未来的工作中充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程而努力。

**大学生实训心得体会16**

为期一周的总公司实训在不知不觉中就过去了，回顾这段时间来的工作，我在总公司领导及各位同事的支持与帮助下，严格要求自己，努力学习公司的管理制度并按要求较好地完成了自己本次的实训任务;在此对总公司各位领导及同事表示衷心的感谢，感谢大家对我的指导、支持与帮助。通过这段时间的工作与学习，在专业技能上、思想上都有了较大的改变，现将这段时间以来的工作心得体会如下：

一、实训阶段的认识与学习

对于刚刚接触行政工作的我来说，是机遇也是挑战。实训期间我尽快调整自己适应了总公司的工作环境，融入到这个集体中。在领导及各位同事的关怀、支持与帮助下，认真学习了制度，不断提高自己的专业水平，积累经验。特别是对于企业文化理念，由初步的认识上升到更高层次的水平。在此期间，锻炼了耐性，认识到做任何工作都要认真、负责、细心，处理好同事间的关系，与总公司各部门之间联系的重要性。

二、加强自身学习，提高专业知识水平

通过这段时间的实训，使我认识到自己的学识、能力和阅历还很欠缺，所以在工作和学习中不能掉以轻心，要更加投入，不断学习，向书本学习、向周围的领导学习，向同事学习，这样下来感觉自己还是有了一定的进步。经过不断学习、不断积累，已具备了一定的工作经验，能够以正确的态度对待各项工作任务，热爱本职工作，认真努力贯彻到实际工作中去。积极提高自身各项专业素质，争取更进一步的提高。

**大学生实训心得体会17**

在对基础会计实训中，我有了更深的认识和见解。

1、做会计要诚信。

在这充满竞争、挑战的社会中，诚信越来越起到不可忽视的重要作用。一个人如果没有良好的诚信品德，就不可能有坚定的的信念。一个平时不将信用的人在关键的时刻就不可能为崇高的理想信念做出牺牲。而我们作为一名会计人员，在掌握一个企业甚至一个国家的金库，如果不守承诺，那将导致非常严重的后果。因此要想做一个好的会计员，要想做一个对国家有用的人，就一定要以诚信为本。

2、做会计要讲依据和证据。

在现行的法制社会，无论做什么都讲究证据。如果不能拿证据证明你做了一件好事即使你说的再好也没人承认。所以只有证据才能说明一切。而我们作为会计人员在进行填制记账凭证和登记账簿时，都以证据进行操作，没有合法的凭证做依据来证明业务是否发生，则不可以进行账务处理。所以在会计中，讲证据是最重要的。、做会计需要很好的敬业精神。

敬业精神无论在哪个行业都是非常重要的。一个人只有以热忱的心情去面对自己的工作，才能不断的进步并使自己所做的业务更好的发展，才能够更好的实现自己的人生价值。在我们会计行业中更需要敬业精神，我们整天与数字打交道如果不敬业、不谨慎的对待工作，那将产生很大的损失。所以我们作为会计人员更应该对自己的工作敬业，并不断的更新新知识、提高专业技能。

**大学生实训心得体会18**

时间过的真快，转眼间两周的实训时间就过了，在过去的两周内我在学校的安排下进行了为期一周的实训。通过这段时间的切身实践，不但使我体会到了将开发理论实际应用于项目开发中的重要性，更令我学会了一些如何在社会中为人处事的道理。

其实，我对软工程专业的兴趣并不是很高，从入学以也一直处于被动学习的状态，每次实训的过程中，都会觉得迷茫和痛苦，一方面为自己不能理解毫无兴趣的知识点而难过，一方面也为自己在小组合作中几乎不能起到有意义的作用而感到自责，但我也渐渐开始明白，实训的意义并不拘泥于专业知识的传授，更重要的是，让我提前感受了如果从事该行业所身处的工作氛围，这也让我对于今后的择业方向进行了更为深刻的思考。

同学中不乏像我一样对专业知识毫无兴趣的人，但让我敬佩的是，他们看似从没有放弃过专业知识的学习，相反他们好像很热衷于挑战自己，从一个不有趣的事情中找到成就感与快感，又是得有多强的心理建设呢?如果一个人能把不喜欢的事情也做的有头有尾，这个世界上有何愁有什么事情是他做不到的呢?这也让我意识到，兴趣和责任是可以不冲突的，作为学生，我有责任去学习好自己的专业知识，这是对授老师的尊重，也是对教学资的充分利用。

实训所引发的思考让我对于自己有了更深刻的认识，也让我能够从容且理性的面对自己的缺陷。在未的学习生活中，我也要主动的审视自己，以求得进步与发展。

**大学生实训心得体会19**

一个星期的实训转眼间就过去了，在玛世的实训期间，我收获了不少东西，也得到了一丝上班的感觉。首先，公司式的网络营销就是在这次实训中学到的。除了网络营销，我还学会了如何挑选更好的平台，并利用他的影响去发布自己的产品。还有使用各种方法，比如论坛，百度，去推广产品。

对于这次实训，我印象最深刻的地方就是关于百度收录和seo。对于我们电商人来讲，免不了要给别人或是自己发布新网站，或是负责网站和产品的推广。所以，通过这几天的学习，我了解了如何让自己的网站能更好的被百度收录，也知道了网站的更新和改版对已有的收录造成的影响。

其次，就是大家在一起做网站，做论坛，做营销，做推广，很有一种在公司办公的感觉，而老师也总是在说，“上班了，下班了”。很是喜欢这种上班的感觉。老师也很好，没有生过气，一直是很平静的跟我们讲课，偶尔也来一些与课题无关的玩笑。老师也辛苦了。

还记得刚开始的时候，有好多机子都不能使，老师教我们装系统，还给我们解释每个英文单词的意思，不止是告诉我们操作，还让我们理解。很轻松，我们就学会了怎么用外部设备来装系统。

这次实训让我明白了我们实训的主要目的是让我们通过不断的实习来积累经验，进而才能把更多知识转化为技能。好多好多的东西在向我们招手，等待我们去努力的学习。在以后的工作、生活和学习中，发展自己的优势，弥补自己的不足和缺陷。要努力，坚持，刻苦。

**大学生实训心得体会20**

作为一名刚刚毕业的大学生，虽然有四年的专业知识学习，可是实践的东西接触的少，对许多现场问题不了解。应对这种情景，依靠自我认真的学习，促成自身知识结构的完善和知识体系的健全，让自我尽早、尽快的熟悉工作情景，少走弯路。在接触到新的陌生的领域时，缺少经验，对于业务知识需要一个重新洗牌的过程，自我在同事的帮忙下，逐渐融入到崭新的工作生活中。

在学习生活上，慢慢完成了学生主角的转变，逐步进入工作状态，努力开展工作。记得初来学校参加工作，完全陌生的环境和生活状态，也以往很担心不知该怎样与人共处，该如何做好工作。可是学校宽松融洽的工作氛围、良好的学习发展机遇以及在各位领导和同事的关心和帮忙下，让我完成了从学生到教师的转变。经过近三个月的体验已经逐渐适应了这边的工作状况，对于领导们的关心和关怀，我感到了很大的动力和压力，争取在以后的工作生活中以更加努力的优秀成绩来回报。不仅仅能够弥补自我耽误的工作学习并且能够有所成就。

我在领导和同事的帮忙下，我已经有了很大的提高。但我深知自我还存在必须的缺点和不足，主要表此刻以下几个方面：

1、对学校的工作任务能认真完成，但进取性不够;

2、与学校的领导和同事们在思想和工作业务交流不够;

3、自我的整体素质和业务本事还有很大的差距，待进一步提高;

4、对业务的学习还不够，以后必须要加强。

我也深知，在业务知识上，与自我本职工作要求还存在有必须的差距。要按校领导的要求：年轻人就要努力学习理论认，真钻研业务。在今后的工作和学习中，自我要更进一步严格要求自我，加强思想美德、业务知识方面的学习，认真总结经验教训，克服不足，要始终坚持一种进取向上的心态，努力做好自我的本职工作。

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！