# 计算机的实训心得(十六篇)

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-08-18

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**计算机的实训心得篇一**

我这次实习的目的和任务是：深入企业的基层，了解该公司的生产流程、管理模式，及企业对专业人才的需求状况，从而可以为我校的计算机相关专业的教学作为借鉴和指导。通过教师亲身深入企业实践学习，亲身体会企业文化的快乐与残酷，真正实现校企联合，缩短职业教育与企业人才需求之间的差距。对今后的教育教学工作具有许多指导和借鉴作用。现将这次到企业实习情况总结如下。

一、实习单位(广州奥达电子技术开发公司)的概况

广州奥达电子开发公司是广州甘蔗糖业研究所(原轻工业部甘蔗糖业科学研究所)属下的一个专业公司，成立于一九八八年。公司的主要业务有两方面：一是以糖厂农务管理、原料及物资收购、生产管理、财务结算等管理系统为核心的糖厂计算机网络管理系统软件的开发与应用推广，以及其它办公自动化(oa)、财务、人事、企业管理等软件的开发;二是生产销售以dcs系列自动包装秤为主的各类自动包装秤以及生产过程中的各类自动定量控制系统的开发。

公司成立后就以糖厂计算机管理系统软件的开发和自动包装秤为主的自动定量控制系统的开发为研发和推广的重点。我公司开发的“电子衡微机管理系统”被批准为《国家级科技成果重点推广计划》(项目编号工3-2-5-20)，同时被列为轻工业部“八五”期间新技术推广项目、广东省“八五”重点新技术推广项目，并荣获轻工业部一九九二年度科技进步奖三等奖。我们一直以糖厂为主要服务对象，为广西、广东、云南、四川、贵州、海南、湖南、江西、福建等省区的数十家糖厂开发编写地磅甘蔗及物资收购系统软件、财务管理及结算系统软件、农务微机网络管理系统软件等。近两年开发或升级农务微机网络管理系统软件等的客户有南华集团龙州分公司的龙州糖厂、霞秀糖厂、龙州第二糖厂，广西横县新凯糖业有限公司、广西天等俊杰糖业有限公司、欧亚那彭糖业有限公司、廉江华南糖业有限公司、湛江甘化糖业有限公司、湛江金岭糖业集团公司、雷州唐家糖厂有限公司、广东翁源茂源糖业有限公司、四川金沙江糖业有限公司、云南巧家白鹤滩食品有限公司等三十余家糖厂等企业。

该公司研发销售的产品主要有dcs型系列电子定量包装秤、dcs-s系列宽量程电子定量秤、dcs-l系列计量秤、输送缝包机、酒精自动计量累计秤、dcs系列液体定量秤、自动检重控制秤系统、合成混合自动定量投放料控制系统、企业生产过程微机监测系统等。我公司研制开发的电子衡器系列等产品已通过省级技术鉴定，已经在我国100 多家糖厂及其他企业推广使用，取得了显著的经济效益和社会效益。

二、实习过程

根据公司的安排，在这次实习过程中，主要做了以下三方面的工作：

1.熟悉公司的情况，了解客户，和公司人员出差

到公司后，能摆正自己的角色，把自己当作一位普通打工仔为了生计到公司打工，所以能了解更多的公司运作方式。在实习过程中，严格遵守我公司的规章制度，按时上下班，没有出现无故迟到、早退和旷工的现象。以较短的时间熟悉公司的业务，服从公司的安排，并能按时按质按量完成公司布置任务，和公司员工一起出差了解客户需求信息，先后到福建漳州、广西南宁、增城、东莞东坑镇和广州市附近多企业访问，学习到了一些和企业打交道的知识，这和书本上描述的相距甚远。

2.技术方面的指导和培训活动

在实习过程中，第二项主要工作就是技术指导和培训活动，和同事们交流过程中，总是感觉到现在知识和实际工作中的差距，我们先后进行了计算机发展技术、编程技术c/s和b/s的联系与区别、各种常用数据管理系统的比较、各种常用数据引擎的优缺点对比和企业信息化建设方面的内容。

20xx年6月14日~6月22日参加公司在广西南宁举行的“地磅计量及农务管理培训班暨农务管理经验交流研讨会” ，在会议中，我做了题目是：“加快企业管理信息化建设步伐”讲座，得到所有参加会议人员的高度评价，内容实用，对企业管理的信息化建设具有参照和指导作用。在讲座过程中，也注意结合我们学校实际情况，做免费宣传。

**计算机的实训心得篇二**

今天，我来到了上海一家计算机科技有限公司售后部做实习工作。短短的一天过去了，学到了很多，不仅仅是计算机专业知识增长了，最主要的是明白了一些为人处世的道理。当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题。

师傅说作为一名it从业者，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会创新求变，以适应社会的需要。如果是在单位，那就更需要掌握全面的计算机知识，因为小到计算机的组装维修，大到服务器的维护与测试，都需要一个人独立完成。下面主要是我工作一天下来的一点心得：

第一是要真诚

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去服务部实习，心里不可避免的有些疑惑：不知道师傅怎么样，应该去怎么做啊，要去干些什么等等!踏进公司的办公室，只见几个陌生的脸孔用莫名而疑惑的眼神看着我。我微笑着和他们打招呼，尴尬的局面立刻得到了缓解，大家多很友善的微笑欢迎我的到来。慢慢地，跟同事们都火热起来了。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。我想，应该是我的真诚，换得了老师的信任，他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

第二是沟通

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到网络中心，老师并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟老师建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。通过沟通了解，师傅我有了大体的了解，一边有针对性的教我一些计算机知识，一边根据我的兴趣给予我更多的指导与帮助，例如我对网络布线，电脑硬件安装，系统、网络或硬件故障排除，工作原理应用等方面比较感兴趣，师傅就让我和他一起完成电脑故障排除工作。在今天的工作中，我真正学到了计算机教科书上所没有的知识，拥有了实践经验，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

第三是激情与耐心

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。在一些具体的工作当中也是这样的：老板安排我学习安装winxp操作系统，我本想这应该是非常简单的事，可没想到出现了很多问题，还是在师傅一步一步的教导下，直到最后才把系统安装成功，用了半天的时间。通过自己的摸索，调试，自此，我算是真正的弄明白了计算机的硬件安装，维护和更新。后来我又进行了各种计算机操作系统的反复安装调试，一遍又一遍的调试安装，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于硬件故障的经验。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好前提。

第四是“主动出击”

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

今天整个实习过程是紧张而愉快的，我的工作态度和成效也得到了总经理和同事们的一致称赞。作为我在踏出社会之前的为数不多的几次实践中，这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

**计算机的实训心得篇三**

大学生活让我对计算机理论知识有了一定的了解,但真正操作起来就没有那么容易.纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。经过过去两个月的实习，我对自己有了新的认识及前进的方向。

1.继续学习，不断提升理论素养。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。现在通过实习总感觉自己学的不够，要用到知识时总感觉脑袋是空白的。很后悔自己当时在学校为什么不多学一点，多练习一点。总在后悔也没有用，只能自己去努力学习。为了能更好的适应工作，我利用自己空闲时间去附近的书店去看书，希望能弥补不足。

2.加强信心，坚持下去虽然在这个公司自己可能是学历水平是的，但真的工作起来我的起点却很低。有时候遇到事情总会着急，慌张。平常信心不足，总感觉自己做不好。大家说我很内向，其实只是自己有点自卑，不敢去表达。或许还需要一段时间的磨练吧。只有自己的知识和能力都在提升，相信自己总有一天会很勇敢的表现自己。上学的时候大家都说，能珍惜现在的日子就好好珍惜。等工作了才真的领悟这句话。每天起早贪黑，忙忙碌碌，做了第一天就想回到学校接着做学生。感觉学生时代真是最美好的时间。可是既然踏出来了就要继续走下去，因为这一天也终究要来到。对给自己点信心，多给自己点赞赏，多给自己鼓鼓劲。相信总会走出一条宽敞大道的。

3、同事相处感觉学生时代很美好，不仅仅是不需要去努力工作，而是在学生时代你可以有很好的同学，很好的朋友，大家相互嘘寒问暖，不必勾心斗角。我感觉这里才真的有纯洁的友谊。可踏上了社会，于存在着利益关系，又工作繁忙，就多了份人情世故。老板对你的颐指气使，同事对你的多加防范，就更加想念自己的同学。可能自己还不能适应这样的环境吧。但还是希望以后自己去努力，希望自己可以有个好朋友，希望自己可以有个团结的环境。

实习，是开端也是结束。在书本上学过很多理论，但从未付诸实践过，也许等到真正运用时，才会体会到难度有多大。在今后的工作和生活中，自己需要更加努力的奋斗下去。

实习的同时也让我了解到了自己的不足,我会继续努力,完善自我。对于学校的精心安排和指导老师的用心辅导非常感谢.

**计算机的实训心得篇四**

计算机组装与维护实训是完成本次培训的第一个模块，也是以后在教学计划中加强对课堂知识和实际操作中的一个重要环节。通过这几天的计算机组装与维护几个子模块的学习和实践，不但掌握了装机的顺序和方法，并且还能综合运用学过的知识成功的组装了一台全新配置的台式计算机和系统、各软件的安装和维护。归纳如下：

一、 首先是理论，主要针对硬件设备的外观、性别指标、内部结

构、各部件的功能等做了详细讲解：

1.硬件：

①、主板：主板作为装机的基础单位

作用：主板一般为矩形电路板，上面安装了组成计算机的主要电路系统，一般有bios芯片、i/o控制芯片、键盘和面板控制开关接口、指示灯插接件、扩充插槽、主板及插卡的直流电源供电接插件等元件。如：华硕、技嘉等

②、cpu: 现在基本上pc上cpu以intel和amd为主

作用：中央处理单元指具有运算器和控制器功能的大规模集成电路，简称cpu或微处理器。是微机的心脏，构成了系统的控制中心，对各部件进行统一协调和控制。

参数：三大关键指标：主频、外频、缓存，主频是cpu运行速度

③、硬盘：作用：硬盘是电脑最重要的外部存储器之一

参数：a容量(volume)b转速(rotationalspeed)c缓存(cache)

④内存：作用：用于存放当前待处理的信息和常用信息的半导体芯片内存

包括ram(随机存储器)、rom(只读存储器)和cache(高速缓冲存储器)

⑤显示卡 作用：将主机的输出信息转换成字符、图形和颜色等信息，传送到显示器上显示

参数：显存和位宽

⑥显示器：作用：显示器是计算机的主要输出设备 参数：点距、分辨率、扫描频率、刷新速度、功耗、电磁辐射等

⑦机箱：用于将电脑的各个配件集中固定在一起，具有保护配件、屏蔽主机系统的作用

⑨声卡： 作用：多媒体电脑中用来处理声音的接口卡 参数：声道

⑨光盘驱动器： 作用： 读取光盘信息的设备 参数：dvd dl rw +-r

⑩网卡 作用：用于实现联网计算机和网络电缆之间的物理连接

12键盘 计算机系统中最基本的输入设备

13鼠标 用于确定光标在屏幕上的位置 输入设备

14电源：电源是对电脑供电的主要配件，是将ac交流电流转换成直流电压的设备。电源关系到整个计算机的稳定运行，其输出功率不应小于250w。

二、软件的维护、测试与性能优化：计算机所做的一切都是靠运行软件来完成的，所以软件的安装、维护及性能的优化极为重要。

软件：

① 系统软件

系统软件是一种综合管理计算机硬件和软件资源，为用户提供工作环境和开发工具的大型软件，系统软件主要有操作系统和程序设计语言两类。操作系统是计算机的大管家，它负责管理和控制计算机各部件协调一致地工作，是一个最基本、最重要的系统软件。一台计算机必须安装了操作系统才能正常工作。dos、windows、unix、linux等都是计算机上使用的操作系统软件。

程序设计语言是用来编制软件的专门语言。我们使用的各种软件都是用程序设计语言编写的。程序设计语言的种类很多，有basic、pascal、c、foxbase、visual basic等。

② 应用软件

应用软件是计算机用户为了解决某些具体问题而编制的软件。如ofifice、wps office、财务软件、qq聊天软件、优化大师、360安全卫士等等。

二、 实践

1、检查配件2、安装准备

3、安装电脑三大件

4、安装主板6、安装硬盘、光驱其他配件7、连接所有相关设备8、安装系统调试9、xp系统和应用软件的安装和调试

10、学习了ghost软件的应用

三、总结

21世纪是信息时代，而信息和计算机有着必然的联系，但人们更多想到的是计算机软件和网络技术，认为这是主要的，从技术角度看它们要比硬件如计算机组装更胜一筹。但我觉得组装与维护课非常非常重要，因为它是整个计算机的基础是整个体系的一部分。基础没有了，其它的也就谈不上了吧。

通过这个学习，使我掌握和了解了计算机的基本组成以及各个元件的结构和功能。并且，自己能够组装一台计算机，而且还了解了安装过程中，所要注意的事项。对于一些简单的故障，能够自己动手排除，特别是罗老师以实例为主导，讲解非常详细，告诉我们操作技巧，容易出现哪些问题以及解决方法等，这些都是极具可操作性的经验之谈。

学了这门课之后，虽然说我还做不到对计算机出现了问题故障我还不能够完全去解决，但至少我对计算机的结构有更进一步的了解，对计算机实际的使用能力有了明显的提高。在以后的实际运用当中会起很大的作用。

**计算机的实训心得篇五**

一、实习的性质、目的和意义：

进大学生活的最后一个年头，站在我们面前的就是那个向往已久的工作社会，我们的心已经开始飞进那里。我们高兴、我们兴奋，因为我们终于可以在这个巨大的舞台上展现自我，但我们还需要时间去了解这个社会。为此学校给我安排了毕业实习，毕业实习是我们机自专业知识结构中不可缺少的组成部分，并作为一个独立的项目列入专业教学计划中的。其目的在于通过实习使学生获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面;同时专业实习又是锻炼和培养学生业务能力及素质的重要渠道，培养当代大学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法和技能;体验企业工作的内容和方法。这些实际知识，对我们学习后面的课程乃至以后的工作，都是十分必要的基础。

二、实习的岗位及工作情况介绍

1、实习单位简介

实习单位沙井柏盛制品厂于20xx年9月份建立，而后被美国avery dension 合并，计划于20xx年5月份正式成为avery dension的一个子公司。艾利丹尼森公司的四大产业为：压敏胶及物料、零售资讯服务、办公室用品、其他特别业务。本公司主要从事avery dension公司四大产业中零售资讯服务中的印刷业务及织物、标鉴的生产。avery dension是美国《财富》500强公司之一，在压敏技术及标签系统方面处于全球领先地位。公司业务分布在全球39个国家，拥有两百多家制造厂和销售办事处，员工22600多名，20xx年年度报告公布的总销售额达55亿美元。avery dension公司的价值观是：真诚合作、客户服务、团队精神 、追求完美。

2、工作岗位介绍

我的岗位为电脑程序编写，即用filemake软件编写能调用资料库中的信息的程序，然后再用vb软件编写一个能将filemake中所调用的信息导入到indesign软件并实现某些功能的引擎，我工作主要任务有以下几点：

(1)、了解各类单的特点，学会看单，做到能看懂单、熟练的区分各种不同的单，对于单中出现的错误能作出立刻反应，知道经常出错的出地方存在哪些地方。

(2)、熟悉做单的流程，对单中各类信息在一看即知，做到知其然，还要知其所以然。对于现存的做单程序存在的缺陷要熟悉，并尝试着寻求解决方案。

(3)、学会使用filemake软件及vb软件编写出能满足与客户要求相符合的程序。

三、实习内容及时间

当我在向沙井柏盛制品厂投出我的求职简历时，我并不知道，这一份简历会把我带进一个怎样的世界，我将走上一条怎样的路。心底的自信强溢在脸上，又带着那样的迷惑，不安和好奇，参加过三次面试，见到的始终是充满干劲的脸。我获得了参加公司培训的机会。也曾有过很多故事，但命运还是让我走近了你，柏盛，走近了你，也更让我充满了向往和渴望。

从我走近柏盛公司，我感觉一股呼唤的力量，引导着我往前走。走近他就意着新的生活又要开始，我怀着无比敬佩的心情走了进来，而随后的工作生活对我的人生有一个决性的改变。

公司的生产流程为接到单，根单上客户的要求进行排版，确认排版无误后出菲林，用菲林加工出印刷模板，最就是印刷出货。而的任务在于写好排版的程序，这就要求我对单及排版知识有一定的了解，如果在这一关键的地方出，损失很大。为此在这些天我以下的安排。

我的工作电脑程序编写：主要任务有学看单、做单、编写程序。

1、实习第一阶段

其中10月13日到10月22日，我主要用来学会看懂单。教我的是一位年纪大一、二岁的同事，先与我说了一下要点，然就让我自已看，遇到不懂的就问。初次接触单，发现它并不像课本那样的有条有序，许信息夹杂在一起，令人眼花缭乱，而且以有不同的种类，要做到随便一看就知是什么单不下点功夫是不行的。我知眼高手低是一个通病，于是接来的几天我就踏踏实实的坐在哪里认真的看单，熟它的大致结构。令我感动的是每当我我有一点不明白的地方，他都会不烦其劳的与我讲清楚，直到我弄明白为止。在我坚持不懈的努终于适应了单中的变化，他的脸上也有了笑容。

10月24日到11月4日，熟悉了单之后，我也成为工作之中的一员，开始检查别做的单。在这一段时间里，主要任务有巩固之前所学的，对常见的错误要一看即知，并养成认真仔细的工作作风。由于有前面的成绩，我有点飘飘然，查检查单的时候不再那么仔细，认为检查单没有什么困难。结果，由于我的粗心大意，一个简单的错误让我给绕过去了，幸好有同事在一旁指出没酿成大错。对此我作出了深刻的检讨，主管对此只是语重心长的说：“知道错了就好，以后要仔细点。”

2、实习第二阶段

11月7日到11月11日，现在我通过了前一阶段的学习，可以进做单环节。现在的任务是熟悉做单的流程，了解印刷排版的相关知识，对单的信息要敏感。我学习方式是坐在一位同事身边看他做单，他一边做一边教，把做单的工点给了我。我遇到不懂的地方就向他请教，直至对做流和非常熟悉之后，才算是合格。有了第一次的错误之后，我就变得更加的小心，所以在其后的工作中我都有保持谦虚的心态。在种状态下我进步很快，花了比别少了将近一半的时就达到目标了。

**计算机的实训心得篇六**

一、实习目的：

1、练习和巩固识别计算机部件的方法，并能在一定的条件下判断计算机部件的好坏与优劣。

2、练习和巩固多媒体计算机硬件安装基本方法与步骤，锻炼学生的动手能力，使学生不仅仅能组装计算机，更能合理和更优的方式组装计算机。

3、练习和巩固计算机软件的安装方法与步骤，使得学生掌握在真实的、实际工作中安装多媒体计算机软件的方法与步骤。

4、掌握和巩固多媒体计算机故障处理。能在遇到的各种硬件、软件的故障处理中，自己动手和动脑、并在老师的指导下，掌握基本的处理方法，积累一定的经验。

二、实习地点： 四教学楼6楼， 计算机组装与维修实验室

三、时间： 第十四周，星期一至星期五

四、指导老师

五、实习组员： 向前、谢静、陈永兰、刘丹 组长：向前

六、实习计划：

-12-11 星期一 下午

地点：四号教学楼六楼机房 老师给每个小组分发电脑配件进行组装。

识别各个硬件部件 cpu：它实际上是一块集成电路芯片，安装在主板的cpu插座上，是计算机的“大脑”，担负着对各种指令和数据进行分析和运算的任务。计算机速度快不快，主要就要看它的表现了。

内存：内存是cpu与外部数据存储设备之间交换的一个桥梁。cpu工作时，先把部分常用数据读入内存，使用的时候直接从内存中读取。由于内存的数据存取速度比硬盘快，这样就提高了计算机的响应速度。所以，内存越大，预读的数据就越多，当然，计算机处理数据的速度也就越快了。但是在断电的时候数据都会消失。

显卡：显卡在显示器与cpu之间充当“翻译”的作用，把cpu处理的数据信号“翻译”成显示器能显示的“模拟信号”。现在的显卡都有3d图形加速功能，可以减少cpu的工作量，让cpu有更多的时间去运行程序，从而提高计算机的整体的性能。

声卡：声卡与显卡的外型都很相似(主要在接口上区分)，声卡的作用是充当系统与音响之间的“翻译”把cpu处理后的数字信号能让音响识别的音频信号传递给音响。现在主板上都有集成的声卡，如果不是特别都音质有要求的话，完全可以不用再买独立声卡。

硬盘：硬盘是计算机数据存放的地方，计算机内所有的图片、文字、音乐等等信息都是以文件的形式存放在硬盘内的。它和内存不同的就是断电数据不会丢失。

光驱：光驱又叫光盘驱动器，是用来读取光盘上的数据的，它是由一个金属外壳封起来的。由于光盘的可以存储大量的数据(600m左右)，所以，有了光驱就可以听cd、看电影、拷资料了。

软驱：它是用来读软盘上的数据的，外型和硬盘相似，只是前端多出来一个口子，是用来插软盘的。但是现在软驱慢慢被光驱取代了，pc机上很少见到了，放假的时候只是在服务器上见到过。

**计算机的实训心得篇七**

一、实习目的

顶岗实习是教学过程中的重要组成部分，是使学生获取生产、经营实际知识和技能，巩固和加深对理论知识的理解，培养与提高能力的重要实践环节。通过本次实习，我们将进一步加深对计算机理论知识的理解，为毕业后的实际工作打下良好基础。

计算机在人事部门的广泛使用，改进了统计手段，改革了统计方法，提高了统计工计算机在人事部门的广泛应用，将为我国的人事管理工作，提供现代化的管理手段和科学的管理方法，并将为开创人事管理工作的新局面创造条件。

目前，计算机在我国的人事管理工作中，主要可用来进行报表处理，档案管理，文书编辑，信息查询，综合分析。当今社会已步入了信息社会，计算机知识经济将成为新世纪的主导产业。

二、实习工作情况及实习内容

(一)、实习公司简介

北京振业兴钢商贸有限公司，简称：(兴钢商贸)是为钢铁产业提供专业服务的咨询顾问机构。以“专家、专业、客户至上“的经营理念，是一家集钢铁资讯、网络技术服务、钢铁现货资源销售和钢铁贸易于一体的全国性大型钢铁信息贸易公司。以国内各钢铁生产企业、经销企业、原料供应企业及钢材用户企业为服务对象，以及时准确的市场报价，深入细致的市场分析，优质的现货资源和大量准确的供求信息为广大客户带来良好的经济效益。在全国各地建立了信息记者站和价格监控中心。确保整个平台技术、服务稳定安全，并能根据用户需求的变化随时提供量身定制解决方案，及时解决用户问题。并隆重推出了“钢材短信，企业传真，电子邮件，网站内参”等服务项目。公司凭介优质的服务态度和过硬的产品质量，努力打造国内最权威的钢铁产业信息平台。争取做到“完美服务”体系，创建一流的企业品牌、产品品牌和服务品牌。

(二)、实习过程

读了三年的大学，然而大多数人对本专业的认识还是寥寥无几，在编程与软件测试周围缠绕不定，通过这次实习，我对计算机专业在行业实践中的工作对象、面临问题及解决办法有了一个较为全面的理解。巩固专业知识的同时也增加了行业责任感，实习的日子里也加深了同学友谊，锻炼了团队精神。现将实习的个人感想总结报告如下：

最后总结一下我在此次实习过程中的收获主要有四个方面：一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了此次实习的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习过程中成立一个小团队，彼此之间互相沟通，互相帮助，为了我们的目标而努力，让我看到了大家对于工作的热情，还有每个人的工作能力。四是为毕业论文积累了素材和资料。

三、实习总结和心得

经过过去一个月的实践和实习，我对未来充满了美好的憧憬，在未来的日子，我将努力做到以下几点：

(1)、继续学习，不断提升理论素养

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。作为一名年轻同志更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我积极响应单位号召，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能力，以广博的社会知识拓展视野。

(2)、努力实践，自觉进行角色转化

“理论是灰色的，生活之树常青”，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，彰现人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

(3)、提高工作积极性和主动性

一个月的实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。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，继续为中心创造更多的价值。

**计算机的实训心得篇八**

在internet飞速发展的今天，互联网成为人们快速获取、发布和传递信息的重要渠道，它在人们政治、经济、生活等各个方面发挥着重要的作用。因此网站建设在internet应用上的地位显而易见，它已成为政府、企事业单位信息化建设中的重要组成部分，从而倍受人们的重视。

计算机将具备更多的智能成分，它将具有多种感知能力、一定的思考与判断能力及一定的自然语言能力。除了提供自然的输入手段(如语音输入、手写输入)外，让人能产生身临其境感觉的各种交互设备已经出现，虚拟现实技术是这一领域发展的集中体现。今天人们谈到计算机必然地和网络联系起来，一方面孤立的未加入网络的计算机越来越难以见到，另一方面计算机的概念也被网络所扩展。二十世纪九十年代兴起的internet在过去如火如荼地发展，其影响之广、普及之快是前所未有的。从没有一种技术能像internet一样，剧烈地改变着我们的学习、生活和习惯方式。全世界几乎所有国家都有计算机网络直接或间接地与internet相连，使之成为一个全球范围的计算机互联网络。

人们可以通过internet与世界各地的其它用户自由地进行通信，可从internet中获得各种信息。人们已充分领略到网络的魅力，internet大大缩小了时空界限，通过网络人们可以共享计算机硬件资源、软件资源和信息资源。“网络就是计算机”的概念被事实一再证明，被世人逐步接受。

通过这两年的学习实践中和老师的指导下以大量明晰的操作步骤和典型的应用实例，教会我们。使更丰富全面的软件技术和应用技巧，使我们真正对所学的软件融会贯通，熟练在手。所以本人结合所学专业的内容制作了个人网站，作为实习的成果。其内容是多样化的。制作网页用的软件是dreamweaver,fireworks,flash软件。dreamweaver大大加速了网络时代电子交易应用中的项目交付。它提供了网页和表单的动态生成到企业级的解决方案，如电子商店，库存管理系统和企业内部局域网的数据库应用等功能。fireworks是目前最流行的网页图象制作软件。

只要将dreamweaver的默认图象编辑器设为fireworks，那么在fireworks中制作完成网页图象后将其输出就会立即在dreamweaver中更新。fireworks还可以安装使用所有的photoshop滤镜，并且可以直接导入psd格式图象。更方便的是它不仅结合了photoshop位图功能以及coreidraw矢量图的功能，而且提供了大量的网页图象模板供用户使用，例如，网页上很流行的阴影和立体按纽等效果，只需单击一下就可以制作完成。

当然，其最方便之处是，它可以将图象切割，图象映射，悬停按纽，图象翻转等效果直接生成html代码，或者嵌入到现有的网页中，或者作为单独的网页出现。flash是目前最流行的矢量动画制作软件，与其他wed动画软件相比，它具很多优点。制作的是矢量图形。只要用少量矢量数据就可以描述一个复杂的对象，而占用的储存空间只是位图的几千分之一，非常适合在网格上使用。同时，矢量图象不会随浏览器窗口大小的改变而改变画面质量。使用插件方式工作。用户只需安装一次插件，以后就可以快速启动并观看动画，而不比像java那样每次都要启动虚拟机。flash插件也不大，只有170kb左右，很容易下载并安装。还提供其他一些增强功能。例如，支持位图，声音，渐变色和alpha透明等。拥用了这些功能，用户就完全可以建立一个全部由flash制作的站点。flash影片也是一种流式文件。这就是说，浏览者在观看一个大动画时，可以不必等到影片全部下载到本地再观看，而是可以随时观看，即使后面的内容还没有完全下载，也可以开始欣赏动画。主图是一个网页的门面，它能体现出这个网页的整体风格。网站名字为蓝晴驿站，蓝色的天空给人带来好的心情，给人带来轻松愉快的心情来浏览网页。

首页主要是导航作用，上方共有六个导航条，用fireworks编辑的悬停按纽。各分为六个内容，左侧的为‘星座物语’，‘动感地带’，‘爱情感悟’。下面的六个字幕是衔接。右侧的为‘五花八门’，‘心情留言’，‘海阔天空’。中间为一段笑话。下面的横幅是一个flash动画，效果是色彩渐变。接着蓝色的一个横幅上的是flash动画衔接。接下来是一个搜索菜单，方便快捷。其它的为gif动画。

单击“星座物语”，进入内容左侧的字体是fireworks编辑的gif动画。左侧下方是篇有关星座的文章，右侧的星座专题有三个关于星座的内容可单击。‘漂亮穿衣法则’内有广告条，鼠标放在上面时停止浮动，鼠标离开时继续浮动。‘星座爱情特点’内有鼠标特效。

**计算机的实训心得篇九**

通过实习使我对计算机有了更具体认识，通过对计算机的具体操作和亲自实践巩固了课本上学的知识，在这个基础上把所学的计算机应用专业理论知识与实践密切结合起来，培养自己实际工作能力与分析能力，达到学以致用的目的。理论与实际的结合，学校与社会的勾通，进一步提高了自己的思想觉悟，业务水平;尤其是观察分析和解决问题的实际工作能力，实习的一个重要功能，在于运用教学成果，检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识、尝试性地应用与实际的工作中。

一、实习目的

通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，为顺利毕业进行做好充分的准备，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。通过这次实习，使我们进一步理解和领会所学的基本理论，了解计算机技术和信息管理技术的发展及应用，较为系统地掌握计算机应用技能和信息管理技能，把所学知识与解决实际问题相联系，能够利用计算机处理工作中的各种信息，培养我们发现问题、分析问题和解决问题的能力，从而提高我们从事实际工作的能力。

通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，了解设计专题的主要内容，使学生能够了解社会、学校的需要，在实习单位领导的帮助，对自己今后所从事的事业有一个实习了解的过程。为毕业设计的顺利进行做好充分的准备，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。

实习对于锻炼学生能力，了解社会、熟悉民生，看清自己的定位是很有帮助的。而从就业角度来看，拥有丰富实习经历的学生在就业时的优势也是比较明显的。

二、实习意义

生产实习是一个极为重要的实践性教学环节。通过实习，使学生在社会实践中接触与本专业相关的实际工作，增强感性认识，培养和锻炼学生综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来，提高实践动手能力，为学生毕业后走上工作岗位打下一定的基础;同时可以检验教学效果，为进一步提高教育教学质量，培养合格人才积累经验。计算机是一门对实践要求较高的学科，通过专业实习，使学生能熟悉有关计算机专业的各个领域，使学生毕业后能胜任与本专业相关的工作。

大学四年学习了很多，经历了很多，得到的是学习能力、处事能力和一些专业知识。可面对社会，我们经验太少，思想单纯!毕业实习，给了我们一个了解社会，增加经验，熟悉工作单位的机会。锻炼自己的动手能力，将学习的理论知识运用于实践当中，反过来还能检验书本上理论的正确性，有利于融会贯通。同时，也能开拓视野，完善自己的知识结构，达到锻炼能力的目的。一切都是为了让实践者对本专业知识形成一个客观，理性的认识，从而不与社会现实相脱节。此外通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，了解设计专题的主要内容，为毕业设计的顺利进行做好充分的准备，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。

三、实习单位调研情况

我的实习单位\_\_电信分公司是境外上市的中国电信股份有限公司的全资子公司。以”遵守国家的法律、法规，以市场为导向，积极采用先进的通信技术，发展电信及信息业务;加强管理，提高服务质量;为社会提供快捷、方便、准确的通信服务，满足社会需要;提高企业效益，增强竞争实力，为股东创造利润”为公司的经营宗旨。

公司的经营范围是经营北京省内的国内固定电信网络与设施(含本地无线环路)业务;基于固定电信网络的话音、数据、图像及多媒体通信与信息服务;按国家规定进行国际电信业务的对外结算，开拓国际通信市场;经营与通信及信息业务相关的系统集成、技术开发、技术服务、信息咨询、广告、设备生产、销售和设计与施工。同时，承担着党、政、军重要通信保障任务。

四、实习内容

我实习所在的部门是技术客服部，主要从事网络维修服务工作。刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机维护的公司的规章制度，让我对公司运营情况和计算机计网络维护——特别是系统维护有了一定的认识，真正体会到了一个国有企业单位对人事的重视，理解了技术服务部的电脑维护工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市民心目中的形象，我们中有经验的前辈还给我仔细讲解了计算机维护的每一款注意事项，经常领着我去进行顾客回访、产品市场调查;后来，又让我参与了一些具体的工作，比如约定顾客、维修单开立、对外宣传。

刚开始的时候有点手忙脚乱，不是这边搞错就是那边忘了，很多用的器材都叫不上名字，业务也很不熟悉，都是同事指导和帮助我。由于后来心态的调整和渐渐的熟练，慢慢地学得差不多了，就呆办公室里，有工作就安排给技术员，没有就闲着，忙的时候一直忙，闲的时候就发呆，和同事套近乎，期盼着能有多点事情安排给我做，不然实在是太无聊了。在部门领导及全体同事的帮助指导下，经过多天的学习、工作，我已熟悉整个维护服务的流程，可以独立、熟练地比较准确地报出各种网络故障问题。

作为实习生，我严格的要求自己，甘于吃苦，任劳任怨，尽心尽力，遵守公司的规章制度，主动打扫办公室卫生，尊重领导，维护领导的威信，适应领导的工作习惯、工作方法、工作风格以及工作特点。主动向领导、向办公室同志学习，取长补短，加强沟通，增进了解，提升能力。对领导和办公室交办的日常文字材料，即接即办，保证按领导的要求按时、准确办结，不断提高工作效率。

我的领导逻辑性较强，凡事爱有个前因后果，对这样的领导就要在谈工作时要讲事实，摆观点，有分析有推理，了解领导的工作风格和特点，目的是为了更好地做好工作。当然，在尊重领导的前提下，要敢于提出自己的观点，要有维护真理的精神。在协调与本部门领导的关系时，对待当事人要热情周到，庄重大方，言行得体，不卑不亢，树立起一言一行，都直接、间接地影响办公室或领导的形象的意识。

我所学的，我知道的知识还远远不够。每个礼拜，我们要做一次材料计划表。其实这个表是很简单的。这些简单的文档操作平时觉得是微不足道的一些知识好像根本就不用多说的问题。但真正自己在实际操作中确实是模棱两可的。这说明自己对自己所学知识太浮了们有深入，这种眼高手低的毛病在工作中是最忌讳的。所以在工作中端正态度是必须的。

感触最深的是自己的社会经验不够丰富，我觉得工作并没有想象的那么轻松，接触的都是有很多年社会经验的大人，跟他们在一起，需要把自己摆在大人的立场上说话，思考问题，说话办事都要有所注意，有时会觉得很累，但是我把这次实习当成是锻炼自己，接触社会的平台，不管有多困难，也要努力克服，要抓住这次机遇，不断的向他们学习，充实自己。

虽然实习用到的计算机专业的知识不多，但是我仍然能够感觉到自己的计算机知识还是不太扎实，如果要学以致用，还需要进一步加深自己的知识水平。

在实习期间，我深切地感受到，技术服务部是一个团结、上进、充满活力的集体。每天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，办公室里仍然会听到笑声;面对客户，大家总是热情真诚;面对工作上的困难，大家总是互相帮助，直至解决难题。整个部门和睦相处，就像一个温馨的大家庭。而部门领导就是这个家庭中的家长，给每个人很大的空间自由发挥。

从他们身上，我真正体会到了\"敬人、敬业、高效、高水平服务\"的真实意义，体会到了服务部\"服务、奉献\"的意义，体会到了\"创造完美、服务社会\"的服务理念，知道了什么是\"创新就是生活\"。特别令我感动的是，每当我遇到困难向大家求助时，谁都会无私的告诉我;我对能到这样的公司实习感到骄傲，感到自豪。我很庆幸自己能在这样有限的时间里，在这么和谐的气氛中工作、学习，和同事们一起分享快乐，分担工作。所以我努力向同事学习，不懂就问，认真完成领导和同事交给我的每一项工作。部门领导和同事也都尽力帮助我，给我有关知识。

五、实习体会与收获

在这短暂的实习期间中，我学到了许多书本上学不到的知识。从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，你可以有很好的同学，很好的朋友，大家相互嘘寒问暖，不必勾心斗角。

而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。存在着利益关系，又工作繁忙，就多了份人情世故。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

经过这段实习，我有些慌张，我意识到自己并不成熟，并没有做好将要走上社会的准备工作。我还有太多的地方需要改进，思想上的，生活作风上的，我应该抓住这次实习机遇，用最快的速度进步，把握住自己的不足，在今后的生活中注意锻炼。为适应以后的工作，为之打好基础。

实习，是开端也是结束。实习的同时也让我了解到了自己的不足，在今后的工作和生活中，我会继续努力，完善自我。更加努力的奋斗下去。

**计算机的实训心得篇十**

在计算机飞速发展的今天，计算机成为人们快速获取、发布和传递信息的重要渠道，它在人们政治、经济、生活等各个方面发挥着重要的作用。因此学习计算机应用的意义显而易见。

上星期我们进行了为期1周的计算机实习。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

通过这几天的学习实践和老师的指导，我已对powerpointt和word、e\_cel等应用软件有了一定的了解并能进行一些简单的操作。

powerpoin是用于设计制作专家报告、教师授课、产品演示、广告宣传的电子版幻灯片，制作的演示文稿可以通过计算机屏幕或投影机播放。

powerpoint是制作和演示幻灯片的软件，能够制作出集文字、图形、图像、声音以及视频剪辑等多媒体元素于一体的演示文稿，把自己所要表达的信息组织在一组图文并茂的画面中，用于介绍公司的产品、展示自己的学术成果。用户不仅在投影仪或者计算机上进行演示，也可以将演示文稿打印出来，制作成胶片，以便应用到更广泛的领域中。利用powerpoint不仅可以创建演示文稿，还可以在互联网上召开面对面会议，远程会议或在web上给观众展示演示文稿。

利用powerpoint做出来的东西叫演示文稿，它是一个文件，格式。

演示文稿中的每一页就叫幻灯片，每张幻灯片都是演示文稿中既相互独立又相互联系的内容。

microsofte\_cel有直观的界面、出色的计算功能和图表工具，是当前最流行的微机数据处理软件。可以用来执行计算,分析信息并管理电子表格或网页中的列表。

可以使用microsoftofficeword创建和编辑信件,报告,网页或电子邮件中的文本和图形。

它的用途主要包括：

1.基本文书处理技巧及认识萤幕工具

2.快速键入中文标点符号

3.中文字符放大缩小、直式通告制作，中式公函

4.各款中文繁/简字体及香港常用字库运用;

5.行距、段落对齐、建立清单列、定位点设定

6.使用页头及页尾加入文件标题及页码

7.表格及多栏制作，以方便制作报价单，会议议程及工作时间表

8.加插图片、图表、文字艺术师等中文桌面印刷以制作图文并茂的文件或公司通讯

9.不同资料大量合拼打印信件

这几天的实习使我成长了不少，从中有不少感悟，下面就是我的一点心得：

第一是要真诚：你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去网络中心实习，心里不可避免的有些疑惑：不知道老师怎么样，应该去怎么做啊，要去干些什么呢等等吧!踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声：“老师早”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和老师们打成一片，很好的跟他们交流沟通学习，我想，应该是我的真诚，换得了老师的信任。他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

第二是沟通：要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到网络中心，老师并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做那些工作，不清楚你想了解的知识，所以跟老师很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可缺少的钥匙。通过沟通了解，老师我我有了大体了解，边有针对性的教我一些知识，我对网络部线，电脑硬件安装，网络故障排除，工作原理应用比叫感兴趣，所以老师就让我独立的完成校内大小部门的网络检修与电脑故障排除工作。如秘书处的办公室内局域网的组件，中心服务机房的服务器监测等，直接或间接保证了校园网的正常运行和使用，在这方面的工作中，真正学到了计算机教科书上所没有或者真正用到了课本上的知识，巩固了旧知识，掌握了新知识，甚至在实践中\_了书本上旧有的不合实际的知识，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

第三是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做电脑网络这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，补断的更新，这就需要你有激情，耐心的去不断的学习，提高自己的专业水平。刚开始我有很多不懂的地方，自然有些烦，但我用我的热情耐心克服这些困难，问老师，查资料，一个个问题迎刃而解，自己在这方面的知识得到了充实。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。

第四是“主动出击”：当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在中心服务器机房的时候，我会主动地帮老师做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟老师像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和老师走的更近，在实习当中，老师就会更愿意更多的指导我。获得更大的收获。记得当时经济学院反映网络不同，我就自高奋勇，去进行检修，等网络接通的时候，我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了老师的认可。

第五是讲究条理：如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是从小爸爸给我的忠告。在网络中心日常的文件材料很多，这就需要很有条理的去整理好，以免用的时候翻箱倒柜的去找，耽搁时间，浪费精力，误了事情。所以主任的桌子上总是收拾得井井有条。这一点对我感触很深，同时让我联想到在一本书上看到这么一个故事，一位在美国电视领域颇有成就的美籍华人当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。他说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。所以说：养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

计算机的广泛应用，适应了社会经济发的客观要求，是现代化的一大进步。

实习真的是一种经历，只有亲身体验才知其中滋味。课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，但我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付这瞬息万变的社会呢?

为期一周的计算机实习,让我对计算机知识有了一定的了解,但实践出真知,唯有把理论与实践相结合,才能更好地为社会服务.为期一周的上机实习,提高了我的动手能力,同时也让我了解到了自己的不足,我会继续努力,完善自我,为社会主义现代化建设做贡献.对于学校的精心安排和指导老师的用心辅导非常感谢。

**计算机的实训心得篇十一**

实习目的：

由于这次实习，是我们专业唯一的实习教学环节，把原来的认识实习、生产实习和毕业实习集中到一起了，所以在实习中要：

1、加强和巩固理论知识，哦诶样自己发现问题并运用所学知识分析问题和解决问题的能力。

2、锻炼自己的实习工作能力，适应社会能力和自我管理的能力。

3、了解实习单位的计算机技术的应用情况、需求情况和发展方向及前景。

4、根据实习单位的具体情况，选定合适的毕业设计题目。

实习单位的情况简介：

我所在的实习单位是一家私营企业。我实习所在的部门是技术客服部，主要从事郑州地区的电脑维修服务工作。虽然我学的是动漫专业，但在电脑维修服务方面的知识少之又少，所以一切都要从零学起。刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机维护的公司的规章制度，让我对公司运营情况和计算机维护--特别是系统维护有了一定的认识，真正体会到了一个私营企业单位对人事的重视，理解了我技术服务部的电脑维护工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市民心目中的形象，我们中有经验的大哥哥大姐姐还给我仔细讲解了计算机维护的每一款注意事项，经常领着我去进行顾客回访、产品市场调查;后来，又让我参与了一些具体的工作，比如约定顾客、维修单开立、对外宣传以及。在部门领导及全体同事的帮助指导下，经过这么多天的学习、工作，我已熟悉整个电脑维护服务的流程，可以独立、熟练地比较准确地报出各种电脑故障问题。

本公司多年来坚持以“科技求发展，以质量求生存”为方针目标，以“服务只有起点，满意没有终点”原则，以“诚实、守信”作为与客户合作恪守的商业道德标准，以“开拓，高效，求实，创新”为企业精神，不断推进企业的创新，以强大的技术和实力服务客户，全力以赴追求卓越

经营方针：以市场为先导 以研发为动力 以产品为支点 以管理出效益。人才是公司发展的坚实后盾，在创业的砺炼中，高达培养了一批具有诚信、严谨和创新的高科技技术人才和高素质的时常队伍。企业的合资，使公司具有大批量生产能力，实现科研、开发、生产、销售高度一体化的全面提升，使公司具有长久的市场竞争力和蓬勃的生命力。

在实习期间，我深切地感受到，技术服务部是一个团结、上进、充满活力的集体。每天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，办公室里仍然会听到笑声;面对客户，大家总是热情真诚;面对工作上的困难，大家总是互相帮助，直至解决难题。整个部门和睦相处，就像一个温馨的大家庭。而部门领导就是这个家庭中的家长，给每个人很大的空间自由发挥。从他们身上，我真正体会到了\"敬人、敬业、高效、高水平服务\"的真实意义，体会到了服务部\"服务、奉献\"的意义，体会到了\"创造完美、服务社会\"的服务理念，知道了什么是\"创新就是生活\"。特别令我感动的是，每当我遇到困难向大家求助时，谁都会无私的告诉我;有一次，一个技术人员曾对我这样说：有个顾客说他的计算机经常出现无故的黑屏、死机的故障，当他们到那儿的时候，无论是谁都没能查出来到底是出了什么毛病或哪儿有毛病。他们把主机带回来后我建议说看看是不是顾客自己对计算机进行cpu超频了，大家并没有因为我是客服而不考虑我的意见，结果查明确实是这么回事，然后他们挑回了cpu的主频，并对顾客进行了自己绝对不要随便超频计算机的教育;后来大家在当天的下班总结时当场对我进行了表扬。我真是太高兴了。我对能到这样的公司实习感到骄傲，感到自豪。我很庆幸自己能在这样有限的时间里，在这么和谐的气氛中工作、学习，和同事们一起分享快乐，分担工作。所以我努力向同事学习，不懂就问，认真完成领导和同事交给我的每一项工作。部门领导和同事也都尽力帮助我，给我讲授和维修电脑有关的知识.

刚开始的时候有点手忙脚乱，不是这边搞错就是那边忘了，都是同事帮我纠正。由于后来心态的调整和熟练了，慢慢地学得差不多了，过了两个星期左右，由于原来只有我的同事一个人上白班忙不过来，就把我和她安排在一起(本来我们是两班倒的)，从晚上八点到第二天八点，中间有停下来吃夜宵，哦不叫夜宵叫午饭了，这里可是小时全天工作的哦!刚开始真有点受不了，把我的生物钟都给搞乱了，我是白天睡觉晚上工作黑白颠倒了，真累啊!没办法，只能撑着。独自呆在一个房间里，有工作就安排给技术员，没有就闲着，忙的时候一直忙，大部分时间都闲着。没事就对着天花板发呆或者看着手表倒计时，好无聊啊!真留恋学校生活啊!自由啊!

来这个公司虽然才短短一个月，收获挺多的，由对一窍不通到现在对它的原理和生产流程都有所了解，也让我深深体会到了客服的重要性，虽然这是一些简简单的基本操作，但是只要我们的记录不正确和安排的疏忽都会影响到公司的声誉和给客户造成不利影响。所以我们每一步都有要集中注意力，争取把每一步都做好。

二、刚刚出校门找实习单位的时候总有这种或那种的想法，要找什么样什么样的单位，结果到头来一个多月过去了，还没有找到实习单位，直到月号，我妈妈介绍我去她已前同事开的一家电脑公司实习，老总跟我谈的一些话让我感触深刻，他说当今社会你想干的轮不到你干，你不想干的偏要你干，像我这种文聘不高的人，心态一定要放正，知道自已在什么位置上。在公司的时候先全面发展，等过段再看看自已精于哪个方面，然后向那个方向努力发展。就这样我进入了现在这家电脑公司技术部，刚开始觉的客服很简单，跟同事接过几次电话以后才发现原来不是那么回事，来到公司有一段时间了，终于对客服有点基础认识了，开始接触到跟计算机相关的方面了，不然真的是痛苦。月初的一天，公司来了一个我个人感觉很像土匪的人，老总给我介绍了，差点吓我一跳，原来是另一个经理，带我学，终于进入我感兴趣的，可是还没学两天问题就来了，原来知道跟很像，但实际上差别还是有的，以为基础，这个还好有学过，主要是操作界面是全英的，以前英语没学好现在痛苦了，进展有点慢了。

**计算机的实训心得篇十二**

一、实习目的：

通过毕业前的实习巩固自己在大学期间所学的相关知识，锻炼自己实际的工作经验，熟悉linu\_运维相关知识。锻炼自己在工作中的人际关系。让自己在毕业之后能尽快实现从学校到社会的转变。

二、实习任务：

1、巩固大学期间所学的知识。

2、学习互联网企业的运营模式。

3、延伸linu\_的应用，学习实现系统运维。

4、了解服务器的相关知识，为系统运维打下坚实基础。

三、实习内容：

1、学习redhatlinu\_服务器平台的安装与搭建，并将其应用到现实的工作中，能独立完成批量服务器系统的安装。

2、熟悉公司所用服务器的各个型号，了解服务器的架构知识，学习raid和远程管理卡的相关知识，并能够在服务器中部署。学习磁盘阵列的设置及其部署知识。

3、在linu\_下熟悉应用项目的部署，包括apache、tomcat、ngin\_等服务器的部署，并且把应用项目成功部署在tomcat服务器。

4、熟悉应用项目的负载均衡配置、日志切割、数据备份等一些服务器优化软件和工具，为应用项目做好各个方面的优化。

5、熟悉oracle数据库，了解应用项目所需的oracle数据库，可以在项目中正确部署oracle数据库。

6、深入学习linu\_系统知识，了解工作的基本原理与工作之中常见的问题，做好系统的运维工作。

四、实习结论：

经过在广州市文渊信息科技有限公司三个月的实习，使我真正认识了什么是linu\_运维。学到了大学期间没法学到的知识，并且巩固了大学期间所学的知识。除此之外，我还了解了it企业的运营模式。

五、实习体会：

能够从事linu\_运维工作，我感到非常开心，我也非常珍惜这个来之不易的机会，在这段实习期间我学到了很多东西，也见识了很多从来没有见过的企业级的网络设备和服务器。从企业级服务器，交换机，路由到磁盘阵列和负载均衡设备。实习的时间虽然不长但是我的收获是无限的。相信实习的经历必将对我未来的工作产生深远的影响。我从以下几个方面来分析和总结这段时间的工作。

(一)、入职公司。

我进这公司，是我的一个同学介绍的，他介绍我到那公司去面试，结果通过了。第二周就可以到公司上班了，是从事linu\_运维工作。

第一天去公司上班心情非常激动。我是到公司的工程部，职位是系统工程师，这个职位我很喜欢。我心底里想，我一定要以出色的工作来报答这个职位，要做一位出色的系统工程师。

当我在实习劳务合同上签下自己名字的那一刻我对自己说，我的职场生活从这里开始了。我的实习生会在这些配置下正式开始了。

(二)、工作性质。

来到一家公司就等于自己已经踏入了社会，我们再也不能像在学生时

代那样随意和散漫了。我们要按时的完成自己的工作，我们要在工作中不断的去学习区超越。

来到公司的第一天，我就要对我们这个工程部有个全面的认识，我们负责公司家校通项目服务器的运维工作。听到我们的工作我被震撼了，原来我们这个部门这么重要，我们是整个公司运作的基础，我们工作的好坏直接关系到公司服务是否正常。

(三)、工作的态度

人性总是有一些弱点，公司太一帆风顺时会觉得工作乏味没有挑战性;工作太有挑战性时，觉得自己没有那么强的能力去把他做好，因为满眼的都是困难、措折、痛苦和压力。人们最喜欢那种事情在自己的掌控当中，又有一些可以创新的工作和小的挑战，我就是那种人。但是在现实生活中，很难碰到适合自己味口的工作。前段时间工作积极性特别的高涨，但是在写这篇报告时，心情却沉入了低谷，所以言词可能比较消极。在做一件事前，我就在想“要么不做，要做就做到”，所以我会尽一切努力去把它们做好。在遇到困难时，想想为什么会出现这种问题，有什么解决方法，哪些是我可以做到的，哪些是需要别人帮助才能完成的。“罗马不是一天可以建成的”，要每天多学一点，长久后才可以成长起来。人总是在与自己搏奕，有时赢了有时输了，人的心理在不断的辗转。

在工作时需要注意以下几点：

1、上班就得专心做公司的事，下班时一定要完成自己手中的工作，不要把工作留在第二天。同时更重要的是我们要多学些东西，多想自己的事情，要明白什么是自己真正想要的，努力提升自己在工作中所欠缺的各种知识和技能。

2、在对公司各种设备的应用熟悉的请框下，我们还要学习相关的原理知识，因为我们在未来的工作中海会遇到各种未见过的问题，这不仅需要我们的经验，更需要我们队设备原理的理解。

3、当我们的工作与其他发生冲突的时候，我们要保证重要的。例如在工作中我们遇到故障，我们应首先保证服务，我们要先让服务跑起来，让客户能正常的访问我们的网站。至于我们的故障我们可以等服务保证了在解决。有些提案发生矛盾是我们应分清轻重，例如管理员要做raid又要保留硬盘的数据。我们应该先于其联系，确定工作后才实施。因为数据丢失的后后果是很严重的。

4、要懂得任何时候一个故障的排除都是对自己的一次考验和积累。

5、广交人源，耐心主动，这样才能从他们身上学到更多的经验。

6、思考什么路才是最适合自己的，面对生活，自己要怎样去选择，怎样去坚持和放弃。

7、遇到问题，多思考为什么出现这种问题，要通过什么方式才能解决。

8、多总结前人的经验和自己的经验，避免在后面的路出现问题。

**计算机的实训心得篇十三**

1.实习的目的和要求

实习目的：毕业实习是一个重要的综合性实践环节，旨在培养学生综合运用所学知识和技术，针对具体应用问题，进行分析、设计和解决问题的能力，拓展学生的知识面，练习和掌握新而实用的开发技术，为毕业设计做好技术准备和课题调研等工作。按规范化方法逐步完成毕业设计工作。

实习要求：学习日语，并且通过日语三级考试深入学习java技术了解软解开发的过程综合运用所学知识和技术，分析、设计和解决实际问题

2.实习的主要内容

在实习阶段我接受了四个月的日语学习，三个月的技术强化和三个月的项目实践。通过四个月的日语学习我通过了日语j-teste级的考试，也学习了很多java技术。在这期间我们做了一个模拟项目：课题是物流仓库管理系统的设计与实现，使用的框架是struts和hibernate，用的技术是java，开发平台是myeclipse，数据库是mysql。

java语言从它向世人打招呼的那一天开始它就把自己定位在了致力于网络应用软件开的语言，它的跨平台、安全性、完全的面向对象，使它成为了互连网应用软件开发的一个新的宠儿。java是一种跨平台，适合于分布式计算环境的面向对象编程语言。具体来说，它具有如下特性：简单性、面向对象、分布式、解释型、可靠、安全、平台无关、可移植、高性能、多线程、动态性等。

struts有一组相互协作的类(组件)、serlvet以及jsptaglib组成。基于struts构架的web应用程序基本上符合jspmodel2的设计标准，可以说是mvc设计模式的一种变化类型。struts是一个webframwork，而不仅仅是一些标记库的组合。但struts也包含了丰富的标记库和独立于该框架工作的实用程序类。

struts有其自己的控制器(controller)，同时整合了其他的一些技术去实现模型层(model)和视图层(view)。在模型层，struts可以很容易的与数据访问技术相结合，包括ejb，jdbc和objectrelationbridge。

在视图层，struts能够与jsp，\_sl等等这些表示层组件想结合。

hibernate是一个开放源代码的对象关系映射框架，它对jdbc进行了非常轻量级的对象封装，使得java程序员可以随心所欲的使用对象编程思维来操纵数据库。hibernate可以应用在任何使用jdbc的场合，既可以在java的客户端程序使用，也可以在servlet/jsp的web应用中使用，革命意义的是，hibernate可以在应用ejb的j2ee架构中取代cmp，完成数据持久化的重任。

hibernate的核心接口一共有5个，分别为：session、sessionfactory、transaction、query和configuration。这5个核心接口在任何开发中都会用到。通过这些接口，不仅可以对持久化对象进行存取，还能够进行事务控制。

由于是对日软件外包，所以我们要先学习日语。日语是世界三大“美语”之首。学习入门比较容易，学好很困难，基础特别重要。每天学习一课，大概有四五十个词汇，五个左右语法点;抄写单词，句子;背诵会话、例文。学习日语就是每天的主要任务，每天早晨六点起床，晨读，早饭过后继续晨读，准备听写。每学完一课，就要检查词汇，语法，句型。每周还有日语测试。开始时很不适应，开始连着几次都没有及格，入门比较忙，学习压力特别大，班上曾经有三位同学中途退出，我曾经动摇过，想过要离开，当想到寻找工作的不易，还是咬牙坚持下来了。后来好多了，每次都在九十多分，经历过这样困难的处境之后，我会在以后道路中更加坚强走下去。课程安排是上午三节课，下午三节课，晚上三节自习，作息时间跟高中差不多。日语就是一切，吃饭时总会忍不住去看几眼词条，睡觉前也得温习一下。这里的压力远比我以前任何时候所受的要大很多。每周有六天课，每天都在高节奏高压中度过。后来是日语口语和听力的强化训练，主要培养听，说能力。

接着开始java基础的学习。java和以前学过的c语言是不同的，java是纯面向对象的语言，开始的时候受到c语言的影响，还很不适应java的编程思想.慢慢的练习多了，也就能适应了。现在才发现，java比起c语言容易的多，它摒弃了c中很多功能强大但又很不合理，容易出错的内容。java有很多特点：纯面向对象，分布式，健壮特性，安全性，体系结构中立，可移植，解释执行，高性能，多线程，动态性。现在java已发展为一种开放性的技术标准。

仅仅学习java，对于做项目而言是远远不够的。做项目是从实际出发，先对客户的需求进行分析，这部分很重要，必须把其中的一些细节弄清楚，画出用例图，功能图，确定关键，每一个功能的实现，并且对权限进行分配，做出相关的界面。接着编写程序，这部分不应浪费太多的时间，因为做一个项目需求分析占到40%，软件测试占到40%，而写代码只占到20%。这方面有很多不懂的地方，很多功能是想出来了，但是代码却实现不了。大家在一起讨论，老师再进行讲解。在这期间很锻炼人，当学会一个技术时，就会有很大的成就感。而在其中，对了sql语言的使用是相当的重要的，因为没有了sql语言的支持，对数据库表的操作，是根本无法实现的，对数据的增删查改，都是一样的。发现对于软件来说，对数据库的操作是至关重要的，因为有很多软件都是这样的，无论是什么都要对数据进行操作，统计、分类、查询、修改、删除等。最后就是软件测试了，主要测试有没有漏掉的功能，有没有冗余的东西，有没有代码的bug，界面合不合总的来说，对于项目实训，我个人认为是非常重要的，这突破了以前我的思维模式和惯性作法，以前对于程序来说，一开始就制作从来也不计划，如果遇到了与想象中的不一样的难题，就把这部分删除掉，最近制作出来的程序，往往是功能不完善、不明确，没有具体的规划和文档，到最后让别人很难理解，自己也是很难讲明白。没有一个良好的程序设计思想，当然了学习项目实战后，丢掉了那样坏毛病，建立了良好的设计思想和编程过程。有很多不理解现在变成了现在的理解感谢，因为往往一些正确的思想，总是一开始不被人接受.

3.实习收获与体会

在学校里学了不少知识，和计算机知识，但是对与我来说还是远远不够的。还没有学会怎么将理论知识付诸实践，所以到了ibm无锡实训基地。在这里给我带来了很多很多，最重要的是积累了工作经验，为以后的工作打好了基础。

通过实习我有不少体会，做事情要有以下几点：首先要有好的态度，态度决定一切，摆正自己的心态，不要去依赖别人，依赖网络，遇到不会的，以为什么东西上网搜搜就可以了，一定要有自己动手，只有这样，才能真正提高自己。

**计算机的实训心得篇十四**

一、实习目的

由于这次实习，是我们专业的实习教学环节，把原来的认识实习、生产实习和毕业实习集中到一起了，所以在实习中要：

1、加强和巩固理论知识，哦诶样自己发现问题并运用所学知识分析问题和解决问题的能力。

2、锻炼自己的实习工作能力，适应社会能力和自我管理的能力。

3、了解实习单位的计算机技术的应用情况、需求情况和发展方向及前景。

4、根据实习单位的具体情况，选定合适的毕业设计题目。

二、实习单位的情况简介

我所在的实习单位是一家私营企业。

我实习所在的部门是技术客服部，主要从事郑州地区的电脑维修服务工作。虽然我学的是动漫专业，但在电脑维修服务方面的知识少之又少，所以一切都要从零学起。刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机维护的公司的规章制度，让我对公司运营情况和计算机维护--特别是系统维护有了一定的认识，真正体会到了一个私营企业单位对人事的重视，理解了我技术服务部的电脑维护工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市民心目中的形象，我们中有经验的大哥哥大姐姐还给我仔细讲解了计算机维护的每一款注意事项，经常领着我去进行顾客回访、产品市场调查;后来，又让我参与了一些具体的工作，比如约定顾客、维修单开立、对外宣传以及。在部门领导及全体同事的帮助指导下，经过这么多天的学习、工作，我已熟悉整个电脑维护服务的流程，可以独立、熟练地比较准确地报出各种电脑故障问题。

本公司多年来坚持以“科技求发展，以质量求生存”为方针目标，以“服务只有起点，满意没有终点”原则，以“诚实、守信”作为与客户合作恪守的商业道德标准，以“开拓，高效，求实，创新”为企业精神，不断推进企业的创新，以强大的技术和实力服务客户，全力以赴追求卓越

经营方针：以市场为先导，以研发为动力，以产品为支点，以管理出效益。人才是公司发展的坚实后盾，在创业的砺炼中，高达培养了一批具有诚信、严谨和创新的高科技技术人才和高素质的时常队伍。企业的合资，使公司具有大批量生产能力，实现科研、开发、生产、销售高度一体化的全面提升，使公司具有长久的市场竞争力和蓬勃的生命力。

三、心得体会

在实习期间，我深切地感受到，技术服务部是一个团结、上进、充满活力的集体。每天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，办公室里仍然会听到笑声;面对客户，大家总是热情真诚;面对工作上的困难，大家总是互相帮助，直至解决难题。整个部门和睦相处，就像一个温馨的大家庭。而部门领导就是这个家庭中的家长，给每个人很大的空间自由发挥。从他们身上，我真正体会到了\"敬人、敬业、高效、高水平服务\"的真实意义，体会到了服务部\"服务、奉献\"的意义，体会到了\"创造完美、服务社会\"的服务理念，知道了什么是\"创新就是生活\"。特别令我感动的是，每当我遇到困难向大家求助时，谁都会无私的告诉我;有一次，一个技术人员曾对我这样说：有个顾客说他的计算机经常出现无故的黑屏、死机的故障，当他们到那儿的时候，无论是谁都没能查出来到底是出了什么毛病或哪儿有毛病。他们把主机带回来后我建议说看看是不是顾客自己对计算机进行cpu超频了，大家并没有因为我是客服而不考虑我的意见，结果查明确实是这么回事，然后他们挑回了cpu的主频，并对顾客进行了自己绝对不要随便超频计算机的教育;后来大家在当天的下班总结时当场对我进行了表扬。我真是太高兴了。我对能到这样的公司实习感到骄傲，感到自豪。我很庆幸自己能在这样有限的时间里，在这么和谐的气氛中工作、学习，和同事们一起分享快乐，分担工作。所以我努力向同事学习，不懂就问，认真完成领导和同事交给我的每一项工作。部门领导和同事也都尽力帮助我，给我讲授和维修电脑有关的知识。

刚开始的时候有点手忙脚乱，不是这边搞错就是那边忘了，都是同事帮我纠正。由于后来心态的调整和熟练了，慢慢地学得差不多了，过了两个星期左右，由于原来只有我的同事一个人上白班忙不过来，就把我和她安排在一起(本来我们是两班倒的)，从晚上八点到第二天八点，中间有停下来吃夜宵，哦不叫夜宵叫午饭了，这里可是小时全天工作的哦!刚开始真有点受不了，把我的生物钟都给搞乱了，我是白天睡觉晚上工作黑白颠倒了，真累啊!没办法，只能撑着。独自呆在一个房间里，有工作就安排给技术员，没有就闲着，忙的时候一直忙，大部分时间都闲着。没事就对着天花板发呆或者看着手表倒计时，好无聊啊!真留恋学校生活啊!自由啊!

来这个公司虽然才短短一个月，收获挺多的，由对一窍不通到现在对它的原理和生产流程都有所了解，也让我深深体会到了客服的重要性，虽然这是一些简简单的基本操作，但是只要我们的记录不正确和安排的疏忽都会影响到公司的声誉和给客户造成不利影响。所以我们每一步都有要集中注意力，争取把每一步都做好。

刚刚出校门找实习单位的时候总有这种或那种的想法，要找什么样什么样的单位，结果到头来一个多月过去了，还没有找到实习单位，直到月号，我妈妈介绍我去她已前同事开的一家电脑公司实习，老总跟我谈的一些话让我感触深刻，他说当今社会你想干的轮不到你干，你不想干的偏要你干，像我这种文聘不高的人，心态一定要放正，知道自已在什么位置上。在公司的时候先全面发展，等过段再看看自已精于哪个方面，然后向那个方向努力发展。就这样我进入了现在这家电脑公司技术部，刚开始觉的客服很简单，跟同事接过几次电话以后才发现原来不是那么回事，来到公司有一段时间了，终于对客服有点基础认识了，开始接触到跟计算机相关的方面了，不然真的是痛苦。月初的一天，公司来了一个我个人感觉很像土匪的人，老总给我介绍了，差点吓我一跳，原来是另一个经理，带我学，终于进入我感兴趣的，可是还没学两天问题就来了，原来知道跟很像，但实际上差别还是有的，以为基础，这个还好有学过，主要是操作界面是全英的，以前英语没学好现在痛苦了，进展有点慢了。

**计算机的实训心得篇十五**

1月3号至1月14日，是我们班进行计算机网络实训的时间，虽然时间并不是很长，只有短短的2个星期而已，但是让我们每一位同学都身有体会，让我受益匪浅，通过这次的网络技术实训，使我的实际动手能力得到了一定程度上的提高，理论与实际相结合，让我对计算机对书本上或是书本之外的知识有了更深的了解。

这次实训的内容：文字处理软件word使用：如：文档的排版，表格制作与编辑，图片、以艺术字的插入和格式设置等;掌握word软件的各种使用技巧,不仅会使,而且要在方法和速度上逐步提高,能进行word文档的各种编辑和处理,在今后能更熟练使用,能综合并熟练运用本章的各种方法编辑和修改word文档.

电子表格软件excel使用：掌握工作簿、工作表、单元格的概念，掌握如何创建和保存工作簿;工作表的格式化，图表的创建于编辑，数据的排序、筛选、分类汇总等数据管理操作、常用函数的使用和单元格格式设置等等做完了excel的练习题后，我加深了对excel的了解，操作也熟练多了，还发现了自己的不足之处，这些都有利于我在以后的练习中集中攻克自己的不足。

演示文稿制作软件ppt的使用：会创建演示文稿，能比较熟练地进行幻灯片版式的设计,能够熟练地向幻灯片中添加文字、图片、声音及视频剪辑等对象，演示文稿的制作、幻灯片的编辑、幻灯片放映方式的设置都是我们实训的内容。认识计算机办公应用office。利用图片及文字叙职内容，利用简单名的表格来展现自己，突出自己。最后几天就是不断完善我的作品，经过了庞老师老师的指导，我也找到了自己的不足，并加以了改正。经过这次对word的一些练习，我认识到计算机系统能给我们带来很多方便，而且也节省了很多时间和工作。所以我会努力学好计算机这门课，为以后更好的血好计算机网络打下坚固的基础。

excel与word的操作部分我还欠缺部分技能与方法，而且操作熟练程度还有待提高，所以在今后的生活学习中我会努力练习，使自己的知识体系与技能体系都能趋于完善。

在实训这段时间以来我遵规守纪，按时上课，部迟到，不早退，积极配合老师，按时顺利的完成了老师布置的作业。

这次实训也让我体会很深：“千里之行，始于足下”，这是一个短暂而又充实的实训，我认为让我对word有了进一步的了解，对办公软件有了更深一步的体会，对以后起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是大学开端以来的一次又意义重要的实训，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。在实训的过程中我遇到过一些办公软件部会制作的问题，但经过我和同学讨论，向老师请教，让我学会了很多，了解了很多。动化软件的应用能力。老师非常认真负责，只要我们向他提问题他都细心指导，详细地解答我们的问题，让我们在实训中学到更多的知识。此次实训还培养了同学们耐心的学习作风，增强了同学们的合作意识，提高了大家的应用分析能力等，有利于我们毕业以后在工作上能力的发挥。

在实训过程中同学们不懂就问，同学之间互相提问、解答，学习气氛浓厚，假如我们能把这份学习氛围带到以后的学习中去，我相信我们班会变得更加优秀。转眼间，实训就结束了，在这次办公的实训过程中，回想着自己是怎样一步一步地走过来的，真的说不出是什么感觉。在这二周的实训伴着我的是疲惫与紧张，就像是在和时间赛跑，争取在短的时间里有效率地完成任务，“时不待我，怎可驻足?”也许是最适合形容当时我的心情了。二周，短短的二周，我学到了很多东西，也更加了解自己的学习情况，实在是获益匪浅啊。

通过本次实训，我收获颇丰，学到了很多计算机技能知识，特别是提高了一些办公自，从中我学到了许多东西，从书本上的知识运用到实际动手操作上来，收获颇多在进行实训的过程中，我真正学到了计算机教科书上所没有或者真正用到了课本上的知识，这样，既巩固了旧知识，又掌握了新知识，不仅提高了自己的动手能力，更体会到了养成创新意识的重要性。更加深入的了解了计算机网络技术的实际应用。为我们将来的实践打下了良好的基础。

**计算机的实训心得篇十六**

一、实习的目的和要求

实习目的：毕业实习是一个重要的综合性实践环节，旨在培养学生综合运用所学知识和技术，针对具体应用问题，进行分析、设计和解决问题的能力，拓展学生的知识面，练习和掌握新而实用的开发技术，为毕业设计做好技术准备和课题调研等工作。按规范化方法逐步完成毕业设计工作。

实习要求：学习日语，并且通过日语三级考试深入学习java技术了解软解开发的过程综合运用所学知识和技术，分析、设计和解决实际问题

二、实习的主要内容

在实习阶段我接受了四个月的日语学习，三个月的技术强化和三个月的项目实践。通过四个月的日语学习我通过了日语j-teste级的考试，也学习了很多java技术。在这期间我们做了一个模拟项目：课题是物流仓库管理系统的设计与实现，使用的框架是struts和hibernate，用的技术是java，开发平台是myeclipse，数据库是mysql。

java语言从它向世人打招呼的那一天开始它就把自己定位在了致力于网络应用软件开的语言，它的跨平台、安全性、完全的面向对象，使它成为了互连网应用软件开发的一个新的宠儿。java是一种跨平台，适合于分布式计算环境的面向对象编程语言。具体来说，它具有如下特性：简单性、面向对象、分布式、解释型、可靠、安全、平台无关、可移植、高性能、多线程、动态性等。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找