# 旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会(十五篇)

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2024-08-30

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇一一、实习...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇一**

一、实习单位及实习内容概况

在实习中，我主要负责，票务统筹，申领签注、帐务结算以及文件归档的工作。我十分认真地向其他有经验的同事学习，了解真正的操作程序，真正实现了从课本中走进现实，把理论联系实际。认识旅行社工作的全过程以及上下级工作的各个环节，并从中观摩其他部门的工作过程，使我掌握更多的工作技巧，获得不少的工作经验。实习期间，我利用这次非常难得的机会去加深自己对行业以及企业的认识，并把所学的知识充分运用到工作上来。正如在专业学习时所知道的，旅游业的其中一个突出的特点就是其淡旺季分明。由于我所在的广东国际旅行社是广东地区三大旅行社之一，而且在行业内的声望比较高，所以在暑假这个旺季里，每天的工作都是十分繁忙的。而进入开学月以后，工作量就明显下降了不少，而我也充分利用工余时间来认真思考在工作时出现的疑问，为此寻找答案并进行整理。

(一).完善的公司管理架构

1.部门设置。广东国旅总部分为若干个部门，共同维持着旅行社的日常运作。从高到低分别为：总经办、财务部、结算中心(国内游结算中心、入境游结算中心、商务游结算中心、投资核算中心、综合核算中心)、人力资源部、采购中心(地接景点采购部、饭店采购部)、门市管理中心(客户服务部、连锁店管理部、市场推广部、网络拓展部)、入境游总部(计调部、接待部、欧美部、日本部)、出境游总部(东南亚部、港澳台部、日韩部、洲际部、同业部、综合部)、国内游总部(省内部、省外部)、商务游总部(特种旅游部、商务会奖部、商务散客部、签证部、交通票务部)。如此细致的分工，可以充分运用人力资源，发挥团体的效能，让各个部门的人能够各司其职，各谋其位。2.职位设置。就正如人力资源学中的职位设置，可以在分部中实现效益，层层递进，每个部门都有各自的部门高级经理，到了总部又会有总经理去负责统筹各个部门的运作。有别于其他行业，旅游业中的部门设置比较繁琐，但是分类设置是必须的，况且，在行业中事件发生的偶然性比较大，因此更需要小心处理行业运作之中的人际关系。

(二)公司操作程序

1.部门间交接程序

在本人所实习的广东国旅中，从大的方面，公司会有属于整个公司范畴的操作程序，那就是让员工从营销到帐务都会有非常规范的程序，这样就有利于旅行社的每一项工作都有规矩可依;从小的方面，也就是从各个部门的范畴来说，也是有着各自的操作流程的。例如，在港澳台部，由于出团数非常的多，而且比较频繁，这就要求到员工的工作效率要更高。2.部门内部操作程序

在具体的操作过程中，部门本身的业务很多，包括票务、酒店订房、签注、散客和团体操作。因此，在如此的繁复的工作中，必须要按照部门自身的特点制定出一份属于本部门工作的细则。例如，在票务的登记出入上，必须登记的内容很多，在门市要票后必须把票号、领票日期、门市部名称、领票人等事项登记在案。到了出售票以后，门市代表又必须在财务部交款后把交接单交到部门负责人处，单上要把所有票的用途，价钱等等附上。当收到单以后，部门负责人需要根据票号把买出日期，所属细项登记好，以备日后文件的归档以及检查帐务。完成这些程序以后，整个业务的流程才算比较完满的结束。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在历时三个多月的实习过程中，我深深感受到了“书到用时方恨少”。尽管工作的过程十分顺利，工作的适应也很好，但是在工作当中还是让我希望能够学习更多的实际操作知识。管理学是一们实践性很强的学科，在需要理论指导的同时还需要在实践中不断加深认识。

(三).通过iso9001国际质量标准体系认证

1.体系简介

旅游业，是一个服务行业，然而服务水准的高低则是由服务质量来评价。在一般人简单看来，服务质量的高低评定是一个十分主观的过程，在此过程之中很难作出一个非常准确的评价。iso9001国际质量标准体系认证是一个全球公认的质量评价系统，通过定期的质量测评以及专家认证评定对一个服务企业的服务质量水平作出一个性较高的质量评估。

2.体系作用

广东国旅，是广东省首家引进这项质量体系认证的旅行社，利用评定对旅行社的服务作出监督，使其服务长期稳定处于一个行业内较高的水平。通过了这个体系的认证可以使顾客对其服务质量有更好的认识以及信誉度。3.体系操作

公司的国际质量标准体系认证主要体现在于利用国际组织对其服务质量进行监督。通常分为内审和外审。这两个程序都是定期执行的，以便公司员工可以严格遵守体系的规定。内审，是由公司各个部门的体系内审员进行的，外审，则是由国际组织派人参与审查，定期对公司的服务质量进行评估。如此的认证体系，是开创了行业的先河，让行业的服务流程可以有更高的规范化。

二、实习主要收获和体会

(一).多样的市场营销手段

虽然说，市场营销不是企业成功的因素，但是作为企业发展的关键因素，其作用实在是无容置疑的。旅行社也是企业，其生存与发展都是看市场营销活动的成功与否。市场营销是联结社会需求与企业反应的中间环节，是企业用来把消费者需求和市场机会变成有利可图的公司机会的一种行之有效的方法，亦是企业战胜竞争者、谋求发展的重要方法。

1.宣传活动

在广东国旅的营销活动中，最为主要的是广告宣传。在现今信息爆炸的年代，广告的铺天盖地，如何在众多的竞争者当中脱颖而出成为了旅行社广告的最终目的。因此，这就要求到旅行社的广告更具有针对性，让广告在短短的时间内吸引顾客的眼球并且把资讯吸收。

(1)、广告有分平面广告和立体广告。如今旅游业的价钱由于竞争激烈而变得越来越低，已经非常接近成本价，但是在旅游业这个重视广告宣传的行业里，广告的投放力度直接影响到旅行社的收客情况。所以，广东国旅的广告主要集中在平面广告，另外还有部分户外大型广告牌。

(2)、针对性广告处理。根据公共关系学中的内容，广告的投放可以选择在专业性比较强的杂志，以及报纸版面，以求达到更好的效果和更高的针对性。因此，这里的广告把重心放在了每逢周二的《广州日报》和《羊城晚报》的专门为旅游而设的版面上。在那里，顾客可以看到各旅行社对于相似行程的不同报价，更方便他们进行对比。根据广州地区近几年的居民出游习惯，绝大部分有意愿出游的居民都会根据这两份主流报纸上的旅游讯息来决定出游线路以及选择旅行社。所以，把广告投放在主流媒体尽管成本比较高，但是由于其市场覆盖面高，加上行业的特性，旅行社比较好地根据自身的特点制定广告方案。

2.公共推广活动

除了传统广告的宣传以外，该旅行社也同时采取了多种营销手段以达到企业的营销目的。

(1)、提高曝光率。利用电视媒体对不同旅游时期的报道，出现在电视采访中并且利用旅行社标志作背景提高旅行社的暴光率。在暑假期间电视台就曾经就暑期旅游市场以及其价格波动而采访过广东国旅，这就让旅行社得到一个非常好的宣传机会;

(2)、利用网页进行线路展示以及实现网络营销。如今，网络的运用十分频繁，成本也远比任何的广告宣传都要低，因此这里实现了高科技营销。

(3)、利用社会公益活动进行推广。例如，今年的多个台风严重影响到我省东部和北部，造成重大的经济损失。8月，广东省旅游局组织安排了一次送暖到灾区的旅游慈善活动。各大旅行社纷纷推出自驾车团和普通旅游团，以比较优惠的价钱吸引更多的游客前往灾区的旅游点，用实际的行动来支持旅游局的号召。这次活动的开动仪式非常盛大，吸引了很多的媒体争相报道，广东国旅当然不会放过这个宣传的好机会。

(二).独特的企业文化

企业文化简单说来就是群体共识，是从“共同危机感”到“共同目标”到“共同意识与共同责任”下的共同行动。一个企业无论他处在哪个发展阶段上，“生于忧患”的危机意识决不能缺失，一分钟也不能少，几乎所有变革成功的企业，都是十分强调培养危机感的企业。比尔·盖茨曾经告诉自己的员工：微软离破产只有18个月，也永远只有18个月。海尔总裁张瑞敏：我每天的心情都是如履薄冰，如临深渊。

这种意识会催促员工们更加努力地去做。共同危机感才是企业不断变革与创新的开始，是我们企业持续发展的内部驱动力，因为不肯变革与创新就预示着死亡。公司也是如此来教育员工，通过召开例会的形式来通报公司内部、外部等实际形势。没有危机意识的员工很难把自己放到一个新的高度去考虑问题，反而只会成为井底之蛙，永远以为自己处于不败之地。公司在行业里属于大社，但是与领头的旅行社差距依然比较大。如果只是单纯地用低价策略与财力宏厚的超级大社进行竞争，那么下场不但造成公司严重亏损，而且很快便会倒闭。因此，公司定下了属于公司自身的市场定位，单从本人所处的出境游总部来说就是把自己定在了珠江三角洲乃至华南地区的出境游批发商。利用公司在行业里的影响力以及号召力去争夺批发市场而不是单单着眼于散客市场。

三.实习后想法以及建议

(一).尽量运用高科技的手段进行操作

在实习当中，不难发现很多的工作都十分的繁复，如果依然运用老旧的方法去完成，则有碍于工作完成的速度以及准确程度，这就导致到工作会事倍而功半。旅行社已经在很多方面都运用电脑来操作,也有专门的专业人员开发很多适合自身的软件,这不但加快的工作的效率,而且传递速度很快.但是有一些细小的方面还是用一些比较落后的方法操作。例如，票务工作的登记出入是需要很多步骤的，单靠人手用笔记本的登记方式不仅需时很多，而且非常容易错漏百出，查找也非常不方便。有时，需要再次输入的话十分麻烦，很难保证正确。况且，使用这种方法浪费纸张，储存不便，不能简便工作，甚至于让繁复的工作更加繁复。经过本人通过实践，发现运用电脑进行这方面的工作是可以完成以前手写时代的所有功能，因为完成原有工作是改善的基础，接下来就是速度了。电脑可以用各种快捷键达到更加便捷的工作，不但能很好的完成工作而且速度和正确率也大大提高。至于储存方面，电脑的储存十分省时省地，如果再用软盘备份，那么再重要的文件也可以很好地保存下来了。

(二)、加大工作透明度

在实习期间，时常会看到即使同一部门都不大清楚其他同事的工作流程。这就容易导致万一有员工请假，整个业务的工作就很可能瘫痪，从而造成公司的损失。如果能够从基础业务开始，小部门内的员工可以做到相互沟通，了解大家的工作，掌握相互的工作流程，真正做到精通业务。那么，在有意外的情况下就可以避免业务瘫痪的可能了，也可以提升本部门的形象乃至全公司的形象。

(三)、加强员工的环保意识

如今，整个世界都十分注重环境保护，也成为了一个专门研究的课题。其实，在旅行社操作上也是如此，许多环节都应该加强环境保护的意识。例如，在出团时导游注意引导游客保护当地生态环境;在办公室也应该注意环保;还有，在用纸方面的浪费是十分严重的，加上办公室的中央空调的温度过低，根本就达不到国家所提倡的不低于摄氏25度，有时办公室的温度只有不到20度。增强员工的环保意识可以减低耗能，保护环境，从公司的角度来说更是可以降低营运成本，提高人体舒适度等优点。

四.结论

自从进入大学学习以后,三年以来,本人都在学习好理论知识,目的是为了能在未来的职业生涯中打下坚实的理论基础。在校期间，我主要学习的是以管理学为起点的有关原理以及专业旅游管理的外延科目，但是一切都只是停留在一个理论阶段，一直都不能得到最为充分的实践。如何更好得把所学的书本上的知识转化成为真正属于自己的技能是本次实习的最主要收获。当然，收获绝对不止是知识的转化，还有一些关于待人处事的方法和态度。总的说来，三年多的旅游管理专业理论学习在真正的旅游企业得到实实在在的实现。从企业中可以让眼界大为开阔，累计更多的经验，不难看到，当真正工作的时候需要注意的一些事情是平时单纯靠学校教育是不能满足社会的需要的。因此，这就更要求我们除了注重理论上的学习以外，还必须切实把理论转化成实践，通过实践，加深对理论的认识。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇二**

在两个多月的实习过程中，我对整个旅行社行业的运作模式和日常操作程序都有了一定得了解。在此过程中，我不仅在我的专业知识领域有了新的突破和进展，同时，也在我的人生经历中增添了非常重要的一节，这将是我一生中珍贵的财富。

实习是让学生在真正出社会之前，对社会的提前适应阶段。大学生活虽然不能说是完全的与社会脱节，毕竟还是离现实有一段距离。通过专业实习，让我切实的体会到了工作的艰难与不易。它教会了我运用所学知识去解决现实问题，更教会了我怎么去与人沟通交流，怎么样做一个合格的旅游从业人员。这次实习不仅使我更加了解了旅游这一行业，从中学到的知识也将使我在从事其他行业工作中也非常受用。

1、通过这次实习，我深切的了解到，独立和好学是一个实习生首先应该具备的。只有培养自身的独立能力，不过分的依赖，自己主动的去发现问题解决问题，这样我们才能真正的提高自己处理问题的能力，才能在工作上得到进步。另外，在工作上，有问题，有不懂应该大胆请教，而不是不懂装懂。“三人行，必有我师”，我们该学该问的不仅仅限于我们的同事，前辈，各种形形色色的人，每个领域，都有我们要学该懂的东西。通过学习，才能独立工作，积累经验，最后得到的才是最适合自己的东西。

导游的工作是重复的、也是不断变化的，它时刻挑战着我的耐心和忍耐力。有时候，心生厌烦的并不是外界的环境，而是自己的心态。往往在开始的时候我们都满怀激情，而慢慢地，这种热情却冷淡了下来，其实环境依旧如此，变化的只是我们的心态。每一天，我们可以选择好心情好心态，也可以选择坏心情消极的心态，因此我们可以选择好心情好态度!

实习期间，遭遇冷遇挫折是常有的事，如果意气用事将自己的委屈和坏心情带到工作中，往往会让事情变的更糟。面对困难和挫折我没有退缩，而是勇敢的去面对，对客人我始终抱着积极包容的态度去对待，努力为自己减压，营造良好融洽的工作氛围。

2、如何与人和睦相处，良好的进行沟通，是一名实习生必须要学会的。在与人相处方面，我一直坚信，诚实加真心，自尊与尊重他人，肯定不会被拒于千里之外的。首先和同事相处，我只是一个实习生，很多事情要多看多学，我所有的同事都是我的老师，前辈，工作过程中，怎么发挥团队的作用，协调内部关系，我学会的是尊重和礼貌。

做为一名旅游人，直接面对的是顾客，你的一句话可以影响客人对旅行社甚至整个旅游的整体印象，甚至影响客人整天的心情状态。如何让自己说出的语言让客人听得舒服，听得开心，进而选择和你合作，是作为一名实习生所必须要学习的课程。人不免会有情绪上的波动，然而这种情绪上的波动往往会影响他人的心情。如何调整好自身的心态，用的心态去面对客人，面对同事甚至上级，如何带给别人一个的笑容，是我每一天都要认真思考的问题。在这次实习中，我不但在沟通能力上得到了提高，还学会了如何调整自我的心态。

3、经过了二个多月的旅行社实习，使我们对旅行社的基本业务和操作有了一定的了解，礼貌是一个人综合素质的集中反映，做旅游更加如此，要敢于开口向人问好，在向人问好的过程中还要做到三到：口到，眼到，神到，一项都不能少。对于客人的要求，要尽全力去满足，尽管有些不是我们职责范围的事情，也要尽力帮其转达;尽管有些要求不合理的不能办到，都要用委婉的语气拒绝，帮助他寻求其他解决方法。

4.实习是一个接触社会的过程。通过这次实习，是我学习到了许多在学校学不到的知识，接触了形形色色的人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

5、在实习过程中我也发现了一些问题，其中最严重的是，我发现秦皇岛的旅游市场现在其实还不够规范。虽然秦皇岛市政府早在多年前就决定了深入开展整顿和规范旅游市场秩序工作，确保经济目标的实现，并制定了实施方案。在整顿旅行社市场，规范旅行社经营行，整顿导游队伍，提高导游队伍素，整治城市旅游基础环境，提升城市整体形象等方面取得了一些成就，但是做黑团，买黑票，非法购买低价票等行为依然存在。也许每个行业都有所谓的“潜规则”，但旅游这行真的是太不正规了，导游的基本利益得不到有效的保证，我想，我可以继续从学术上研究下去，希望可以为规范旅游市场尽自己的一份力。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇三**

读了三年的大学，然而大多数人对本专业的认识还是不够，在大二期末学院曾为我们组织了两个星期的见习，但由于当时所学知识涉及本专业知识不多，所看到的东西与本专业很难联系起来，所以对本专业掌握并不是很理想.

今年暑假，学院为了使我们更多了解机电产品、设备，提高对机电工程制造技术的认识，加深机电在工业各领域应用的感性认识，开阔视野，了解相关设 备及技 术资料，熟悉典型零件的加工工艺，特意安排了我们到几个拥有较多类型的机电一体化设备，生产技术较先进的工厂进行生产操作实习.

为期23天的生产实习，我们先后去过了杭州通用机床厂，杭州机密机床加工工厂，上海阀门加工工厂，上海大众汽车厂以及杭州发动机厂等大型工厂， 了解这 些工厂的生产情况，与本专业有关的各种知识，各厂工人的工作情况等等。第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，传感器在空调设备的应用了，电子技术在机械 制造工业的应用了，精密机械制造在机器制造的应用了，等等理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也是对以前所学知识的一个初审.通过这次生产实习，进一步 巩固和深化所学的理论知识，弥补以前单一理论教学的不足，为后续专业课学习和毕业设计打好基础.

杭州通用机床厂

7月3日，我们来到实习的第一站，隶属杭州机床集团的杭州通用机床厂.该厂主要以生产m-级磨床7130h，7132h，是目前国内比较大型的 机床制 造厂之一.在实习中我们首先听取了一系列关于实习过程中的安全事项和需注意的项目，在机械工程类实习中，安全问题始终是摆在第一位的.然后通过该厂总设计 师的总体介绍.粗略了解了该厂的产品类型和工厂概况.也使我们明白了在该厂的实习目的和实习重点.

在接下来的一端时间，我们分三组陆续在通机车间，专机车间和加工车间进行生产实习.在通机车间，该车间负责人带我们参观了他们的生产装配流水 线，并为 我们详细讲解了平面磨床个主要零部件的加工装配工艺和整机的动力驱动问题以及内部液压系统的一系列构造.我最感兴趣的应该是该平面磨床的液压系统，共分为 供油机构，执行机构，辅助机构和控制机构.从不同的角度出发，可以把液压系统分成不同的形式.按油液的循环方式，液压系统可分为开式系统和闭式系统。

开式系统是指液压泵从油箱吸油，油经各种控制阀后，驱动液压执行元件，回油再经过换向阀回油箱。这种系统结构较为简单，可以发挥油箱的散热、沉 淀杂质作用， 但因油液常与空气接触，使空气易于渗入系统，导致机构运动不平稳等后果。开式系统油箱大，油泵自吸性能好。闭式系统中，液压泵的进油管直接与执行元件的回 油管相连，工作液体在系统的管路中进行封闭循环。其结构紧凑，与空气接触机会少，空气不易渗入系统，故传动较平稳，但闭式系统较开式系统复杂，因无油箱， 油液的散热和过滤条件较差。为补偿系统中的泄漏，通常需要一个小流量的补油泵和油箱.由于闭式系统在技术要求和成本上比较高，考虑到经济性的问题，所以该 平面磨床采取开始系统，外加一个吸震器来平衡系统.现代工程机械几乎都采用了液压系统，并且与电子系统、计算机控制技术结合，成为现代工程机械的重要组成 部分，怎样设计好液压系统，是提高我国机械制造业水平的一项关键技术.在专机车间，对专用磨床的三组导轨，两个拖板等特殊结构和送料机构及其加工范围有了 进一步的加深学习，比向老师傅讨教了动力驱动的原理问题，获益非浅.在加工车间，对龙门刨床，牛头刨床等有了更多的确切的感性认知，听老师傅们把机床的五 大部件：床身，立柱，磨头，拖板，工作台细细道来，如孢丁解牛般地，它们的加工工艺，加工特点在不知不觉间嵌们我们的脑袋.

在通机工厂的实习，了解了目前制造业的基本情况，只是由于机械行业特有的技术操作熟练性和其具有的较大风险性，很遗憾地，不能多做一些具体实践 的操 作，但是观察了一台机床的各个零件的生产加工过程及其装配过程，使许多自己从书本上学的知识鲜活了起来，明白了本专业在一些技术制造上的具体应用.

杭州精密机床厂

7月8日我们到了同属杭州机床集团的杭州精密机床厂，顾名思义，杭州精密机床厂是生产一些加工精度较高，技术要求高的机床设备的大型工厂，主要 加工的 是机床内部的一些精度等级较高的小部件或者一些高精度的机床，如m级，mm级平面磨床.由于加工要求较高，所以机器也比较精密，所以有些也要在恒温这个环 境下伺候它们呢.这样才能保证机床的工作性能，进而保证加工零件的加工精度要求.

在听了工人师傅的讲解后，明白了一般零件的加工过程如下：

胚料---划线---刨床(工艺上留加工余量)--粗车--热处理，调质--车床半精加工--磨--齿轮加工--淬火(齿面)--磨面

齿轮零件加工工艺：

粗车--热处理--精车--磨内孔--磨芯，轴端面--磨另一端面--滚齿--钳齿--剃齿--铡键槽--钳工--完工

精机公司有三个用于加工磨头体的加工中心和几台数控机床，数控机床的体积小，价格相对比较便宜，加工比较方便，加工中心有一个刀床和多个工作台 同时对 多个工作面进行加工，不仅避免了由于基准不重合产生的误差，提高了加工精度，而且也大大提高了加工效率，但是加工中心体积大，价格昂贵，而且对环境要求较 高，这就提高了产品的成本，一般选择加工经济性较高的零件或者精度要求高的关键零件。

在精机公司的实习中，极大地丰富了自己关于零件加工工艺的知识，拓展了自己的知识面.在这次实习中，感触最深的是了解了数控机床在机械制造业中 的重要 性，它是电子信息技术和传统机械加工技术结合的产物，它集现代精密机械、计算机、通信、液压气动、光电等多学科技术为一体，具有高效率、高精度、高自动化 和高柔性等特点，是尖端工业所不可缺少的生产设备.目前我国绝大部分数控机床都是出自国外先进制造商，无论在数量上，精度，性能指标上，中国制造业都远远 落后于发达国家，需要我们奋起直追.

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇四**

时间飞逝，岁月如梭，不知不觉在电子科技有限公司已经呆了快半年了，现在停下来往前想想时间过的真的是太匆匆了……

从开始应聘这个公司，到今这个公司作个小职员，再到现在坐在了行政办公室的位置，这短短几个月的时间，我真的尝到了什么是苦、什么是甜、什么叫做辛酸、什么叫做生活。曾经我迷茫过，曾经我逃避过，曾经我失落过，曾经我——但最终还是战胜了自己，我将摆在我面前的困难克服了，所以我觉得我算有了一份自己的成功。

现在我将我在电子科技有限公司的实习情况描述一下:

一、机缘巧合

说到这一点，我们首先要感谢我们的班主任金老师，是她促使了我们第一批学生的就业，中吸取了宝贵的经验教训，而且随着时间的推移，自己的意志也得到了磨练，恐惧心理也逐渐地消失了。我时刻提醒自己，唯有不断努力，才能与时俱进。总之，这次实习的意义，对我来说已不再是完成毕业实习的任务，而是在开启“生命之旅”大门的过程中迈出了第一步。我一定会好好地珍惜这个机会，并为自己所喜爱的电子科技努力贡献自己的聪明才智。

[篇二:电气自动化实习报告]

1、实习目的

毕业实习的质量关系到了毕业设计的好坏，作为大学期间最重要的实习之一，我们必须认真参与。通过最后一次实习，让学生进一步了解生产现场，把在校期间的学习和生产结合起来，发现自己的不足，温顾已学过的知识。在做毕业设计期间认真改进，为将来快速融入工作打下坚实的基础。

2、实习内容

2、1工厂简介

这次我实习的地方是许继集团下属的许继电源有限公司。它立于1994年3月，是许继集团核心子公司之一。目前许继集团拥有1家上市公司、两家行业归口研究所、两家国家级产品检测中心、8家中外合资公司。是我国电力装备行业的大型骨干和龙头企业，国家认定的520家重大技术装备国产化基地、国家级企业技术中心、企业博士后工作站。产品覆盖发电、输电、配用电等电力系统各环节，横跨一次及二次装备、交流及直流装备领域。

现在许继电源共有员工500余人，其中博士两名，硕士23名，本科132名，大专168名，专科以上学历占总人数的69%。许继电源有限公司的主要产品领域涵盖电力电源、电动汽车充电设施、电能质量控制设备和军用特种电源产品。

电力电源产品:电力电源在电力市场的占有率全国第一。主要生产交直流电源屏，为电厂和变电站提供稳定可靠的操作电源。已经取得的主要业绩有:秦山核电站2\*660mw机组;国家电网公司高岭500kv换流站;国家电网公司三门峡500kv换流站;南方电网公司500kv深圳换流站;上海超高压局数字化变电站等。

充电设施产品:电动汽车作为国家新能源领域的重点项目，相应的充电设施有着广阔的市场前景，许继电源两年前就参与了智能电网中相关产品和充电站建设项目的研究、并在此新领域取得可喜的成果。主要业绩:上海世博园区电动大巴充电站――9kw和30kw非车载充电机;v2g技术在世博智能电网中的应用展示――30kw双向充放电装置;上海漕溪公共示范充电站――mw级电池储能系统150kw双向变流器及80kw非车载充电机;郑州日产电动汽车充电站――交流充电桩和30kw非车载充电机;甘肃兰州充电站等。

大功率产品:电能质量控制设备的容量为国内最大。参与的国内第一套工业级±50mvarstat，20xx年在上海西郊220kv变电站投运。

军用特种产品:军用特种电源产品技术已达到国际先进水平，相关产品已通过中国工程物理研究院专家组鉴定，并纳入其战略合作体系，实现批量供货。主要业绩:神光-ⅲ多功能激光试验系统能源组件合同;国家“”重大技术专项——氙灯检测电源;国家“”重大技术专项——能源系统工程集成验证与测试;成都军区工科所的高原移动式电源车项目;广州军区工科所军用起爆器项目等。

2、2工艺流程

我们首先面对的工作是预加工，把元器件固定到一个轨道上，然后由后面的师傅把它们安装到屏柜上，供其他师傅配线。在这里我认识了图纸和各元器件。而我每天的工作就是看图纸、拧螺丝、组装元器件。在这里我知道了一线工人的辛苦。

之后，我来到了配线区，我需要做的是根据图纸上的要求，把各元器件连接起来，但布线一定要规则。我认为配线工作是一项很难的事，我们需要选择不同直径的线，根据元器件间的距离选择合适的线距。还要把线的两头压上不同的线鼻，方便接到螺丝里。由于公司订单太多，师傅每天都在赶货，没时间给我们做详细讲解，我只能在观看中摸索，他们的熟练让我倍感压力。

之后，我来到了二楼的单板装置车间。这里主要是焊接我们公司的整流器、逆变装置、微机直流监控装置等模块的焊板。公司对这里工作环境要求很高，进入车间的每一个人都要穿防静电衣和防静电鞋套，因为我们焊接的元器件都很小，很容易被身上摩擦所带的静电击穿。以前在学校我也焊接过一些板子，不过都很粗糙，焊接出来的有很多都不合要求，到这里后师傅教重新认识了二极管、三极管、电容、电感等器件，教我了如何快速识别电阻大小，我要帮助师傅往单板里插这些器件，然后师傅把它们焊接好。我以后做的可能是大屏调试，这个工作我也是仅需要了解。

一周之后我就来到了一楼，做操作电源调试。这里可能是我以后工作的地方，它也是我们公司最重要的环节之一。由于之前在其它岗位都做过，我对屏的元器件都很了解。刚开始我做的只是按照图纸对元器件，后来开始给直流互感器穿线，设置不同源器件的参数等等。在这里我学到了很多知识。

2、3技术设备

1、整个系统的工作原理:系统的交流输入正常供电时，通过交流配电单元给各个整流模块供电。高频整流模块将交流电变换为直流电，然后经保护电器(熔断器或断路器)输出，一方面给蓄电池组充电，另一方面经直流配电馈电单元给直流负载提供正常工作电源。整个电路中又加入了直流监控、绝缘监测等保护模块。

2、直流电源的用途，它们主要是给发电厂和变电站中控制、信号、保护和自动装置、以及断路器电磁合闸、直流电动机、交流不停电电源、事故照明等提供直流电源。

3、微机绝缘监控装置的工作原理，它主要是依靠直流互感器采集到各馈出线路的正负极电流，计算出各回路对地电阻，当出现正接地或负接地时，正负极的对地电阻变为零，仪器报警，提醒工作人员维修。

4、电源屏中的自微机监控装置，它是电力操作电源系统的管理和控制核心，它采集、处理系统各配电单元的检测数据，根据系统管理和电池管理的要求进行各种控制，显示和记录系统的运行信息。同时可通过通信口与远方监控设备通讯，实现远方对电源设备的监测与控制。它通过rs-485总线对高频开关整流器、绝缘监测装置、电池巡检装置等下级智能设备实施数据采集，并加以显示;根据系统的各种设置数据进行报警处理、历史数据管理等;同时，能对这些处理的结果加以判断，根据不同的情况实行电池管理，输出控制等操作;最后，监控装置还可通过rs-485接口与后台计算机通讯，实现“四遥”功能。

2、4毕业课题相关调研

根据国网规划，今年将在主要重点城市全面推开电动汽车充电站建设。随着新能源汽车的渐行渐近，充电站作为电动汽车不可或缺的配套项目，需求和投资都将快速扩大，而许继目前正在研发充电站电源系统。我在实习过程中对这部分内容做了简单的调研，对于电动汽车来说，不仅需要高比能量、高安全性的电池，同时也需要方便、快捷的充电网点，以确保电动汽车的续航能力。由于充电网点是直接通过变配电环节获取电力，因此本质上仍属智能电网系统，所需的开关柜、环网柜、变压器以及控制装置与其他配电装置并无本质区别。主要的功能装置则是变流器和充电机。

3、实习总结

生产实习是学校教学的重要补充部分，是区别于普通学校教育的一个显著特征，是教育教学体系中的一个不可缺少的重要组成部分和不可替代的重要环节。它是与今后的职业生活最直接联系的，学生在生产实习过程中将完成学习到就业的过渡，因此生产实习是培养技能型人才，实现培养目标的主要途径。它不仅是校内教学的延续，而且是校内教学的总结。可以说，没有生产实习，就没有完整的教育。学校要提高教育教学质量，在注重理论知识学习的前提下，首先要提高生产实习管理的质量。生产实习教育教学的成功与否，关系到学校的兴衰及学生的就业前途，也间接地影响到现代化建设。

生产实习是本专业学生的一门主要实践性课程。是学生将理论知识同生产实践相结合的有效途径，是增强学生的群众性观点、劳动观点、工程观点和建设有中国特色社会主义事业的责任心和使命感的过程。

通过生产实习，使学生学习和了解工程实际和自动化领域的发展状况，培养学生树立理论联系实际的工作作风，以及生产现场中将科学的理论知识加以验证、深化、巩固和充实。并培养学生进行调查、研究、分析和解决工程实际问题的能力，为后继专业课的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。通过生产实习，拓宽学生的知识面，增加感性认识，把所学知识条理化系统化，学到从书本学不到的专业知识，并获得本专业国内、外科技发展现状的最新信息，激发学生向实践学习和探索的积极性。

生产实习是与课堂教学完全不同的教学方法，在教学计划中，生产实习是课堂教学的补充，生产实习区别于课堂教学。课堂教学中，教师讲授，学生领会，而生产实习则是在教师指导下由学生自己向生产向实际学习。通过现场的讲授、参观、座谈、讨论、分析、作业、考核等多种形式，一方面来巩固在书本上学到的理论知识，另一方面，可获得在书本上不易了解和不易学到的生产现场的实际知识，使学生在实践中得到提高和锻炼。

实习结束了，在这过程中遇到了很多困难，偶尔也收到师傅的训斥，感觉到工作和在学校当学生确实不一样，工作中一切都要按部就班，遵守各项规章制度，而不像学校有事可以懒散，不过这次实习学到了许多课本上学不到的知识，同时也温故了以前学的知识，发现了一些不足，以后要注意，及时改正。总之，这次实习无论是对毕业设计还是以后工作都有很大帮助。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇五**

我是\_\_师范学院初等教育系\_\_级02班实习生张玲玲，从20\_\_年3月到5月30日在\_\_学校进行了为期三个月的实习。在实习期间深受校领导的照顾和关怀，并在指导老师的带领下，认真负责做好各项业务工作，完成任务要求。在实习过程中，认真备课积极参与各项活动，指导老师和校领导给予了帮助和指导，指出不足和学习经验。

光阴似箭，岁月如梭。一晃几个月的实习生活已经过去了，在几个月的实习过程中，我有着许多收获和欢乐，但也有着苦涩和教训。这些成功的经历将激励着我在以后的人生路上取得更大成绩，失败的经历将使我努力去改变自己不完美的地方，让自己在以后的日子里做好，这一切将成为我生命中最宝贵的财富。

我的实习生活是从3月1日开始，到4月中旬，我所在班级的班主任老师，由于个人原因请假一个月，这使我有机会在刚进入学校的初期基本了解学生的情况及学校的管理模式外，能进一步接触班主任的班级管理工作，能更多地走进教学的课堂，丰富了我的实习工作。

刚开始我所讲的课都是指导老师给安排的，语文讲解一些比较简单的古诗、词及说理、写景的文章，数学讲讲基础课和一些练习课。由于是进入了一所较好的小学，老师都有着丰富的教学经验，刚进去有些不悦，压力好大，备课感觉不知如何更好的安排教学环节，为了保证第二天上课的质量，学课到10点。在一开始的几周内，备课都要到10点，真的很辛苦。

就这样通过近两周紧张而充实的适应，我逐渐学习和适应了学校工作的节奏，熟悉了学校的作息时间。另外，通过大量的与学生接触，逐渐地认识了他们，了解了他们的学习情况以及家庭状况，使自己的工作效率和上保质量也提高了，也使自己在指导老师的心目中的地位得到了极大的提升，得到指导老师的肯定与认可，自己非常开心。这一切让我深深体会到做任何事情都必须尽自己的努力，也只有尽了自己的努力，才能将工作做好，做扎实，才会收获成功的喜悦。

在整个实习过程中，让我走到了教学的第一线，深刻体会到教学工作的不易。

3月下旬到4月上旬，学校举行了观模课，每个年段每个班级每个科目都要讲课，这也给我的实习生活增添了不少色彩，使自己领悟到了如何讲解一堂好课，什么样的课算是一堂好课。学校的领导、主任及各年组的老师都要去听课，给老师增添了不少的压力，也给学生更好的表现机会，同时收获最多的还是我，使我能很好地去接近老师们，听他们讲课的语言，看他们的教态，学习他们如何来设计这节课，交流如何来管理班级……

通过观模课的学习以及自己亲自走到教学第一线，使我认识到：

1、课前一定要认识到进行扎实的备课和精心准备的必要性，这样上课才会得心应手，有条不紊，不紧张。

2、课堂上要注意教学秩序和教学效率，如果课堂秩序很乱，将会直接导致学生接受效率不高，最重要的是影响成绩。

3、上课时态度要从容大方镇静，采取恰当的姿态语言帮助说话，从而使教者更加具有激情，调动课堂气氛，使学生在快乐的轻松氛围中学习。

4、注意运用启发式教学和巩固性原则，在教学过程中，启发和引导学生去探究和思索，从而完成本节课的教学任务和教学目标，而不是以往的“注入式”和“填鸭式”的教学方式。

5、在课后要主动虚心地征求指导老师的意见，以及重视学生的信息反馈，认真地做好自我分析、评价和总结，对指导教师的意见进行改进，为下一节课做好准备。

6、每一节课后，都精心选择份量适当的、难度适中的习题，并着眼于巩固学生知识培养技能，尤应注意发展学生的智力和创造才能的布置作业，对布置的作业及时检查，认真批改并分析研究学生完成作业的优缺点，批改作业时要给学生写批语，态度要慎重，保护学生学习的积极性。

在整个实习过程中，认真听取班主任介绍班主任工作在学校工作中的地位、作用和重要意义，尽快熟悉班主任的具体职责，掌握班主任工作的具体内容和特点，学习运用教育理论职业道德，和独立从事班主任工作能力，认真学习班主任的工作方法和经验。

1、维持日常秩序，保证课间的秩序，以及放午学和晚学的学生下楼的秩序，保证同学安全出校门。

2、开展主体班会，每周都要开展主体班会，对上周工作的总结和对上周工作不到位的地方的检讨，以及下周的工作安排，每周都要进行评比，都有标兵班、挂小红旗。

3、个别学生的教育工作，个别学生不写作业，家长又没时间检查或没有在家乡身边的长托生，对他们进行正确的教育及感情思想交流，找明不写作业的原因，劝其改正、进行说服教育。

我原本是一个比较内向的人，不是很善于和别人交流沟通，总是喜欢独来独往，这种生活习惯也许在学校生活中不会产生太多的负面影响，但是在学校工作中，不是所有的工作都是自己处理就会把工作做好的。由于自己性格的原因吧，不能全面了解学生，总结教学经验，然而，与人交流沟通正是你全面了解学生，总结经验的良好途径，也是你总结班级管理与如何讲解知识的重要途径，也许我习惯了一个人独来独往的生活方式，用更多的自我思维代替相互交流。但是现代社会要求我们每个人学会相互交流和深入沟通，交流、沟通是一种智慧，养成一种良好处事的生活方式，我会慢慢地改变自己，让自己拥有交流的智慧，养成良好的处事方式，这一切不但是个人发展的需要，也是时代和社会发展的趋势。

三个月的实习让我体会到做一名老师的乐趣与辛苦，同时，他使我在课堂上学习的理论变为实践，使虚拟教学变为真正的面对教学。真是“实践出真知”啊!实习就像进了社会大熔炉一般，千淘万漉虽辛苦，就算被磨炼得遍体鳞伤，也要摩拳擦掌，在实习中逐渐变得有能力、有信心。

实习陪伴我经受了挫折，也经受了快乐!

这次实习给予了我很多，今后我将保持认真负责的态度，高尚的思想道德情操，进一步完善和充实自己，争取在今后的学习中更好的完善自己，在以后的实习中、工作中更好的运用自己，做一名对社会有用的人。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇六**

时间飞快，还有四个月我就要大学毕业了，我的大学生活也就要结束了。回想昨日仿佛就在眼前，但是时间在我们指尖如流水悄悄的流走!而我们也即将踏上社会，走上自己的工作岗位!我们知道机械制造业是一个国家最基础的行业，也决定了一个国家制造业的整体水平，起步早，但发展又最令人担忧，比如现在中国的汽车工业相比机械制造业来说无论是产品质量还是生产效率都要高得多，当然这也是因为机械行业的特性起了决定性的因素。对于我们机电一体化专业的学生们来说，或对于作为将来从事机械，机电制造方面业务的我们来说，去机械制造公司实习对我们来说非常重要。

在20xx年的十一月底我进入了武汉重冶重型机械制造有限公司进行实习，目前我的实习工作还在进行当中。对公司也有了一些了解，武汉重冶重型机械制造有限公司是集新材料研发生产、重型成套设备研发制造、大型铸锻件及热处理为一体的大型民营企业。公司自主研制开发出一套将“特种材料冶炼—锻造成型—热处理—机械加工”四位一体的短流程、低能耗、高质量“一次热循环”的高端模具新材料生产工艺技术，该技术在国际国内尚属首创应。公司主营产品为：各种模具金属材料、高精锻件及重型冶金装备等。模具金属材料研发是基础，锻造及热处理是生产重型装备的重要保证，从而形成一条从材料研发到装备出厂的国内鲜见的完整产业链。这一平台的形成，奠定了我公司辐射电力、船舶、桥梁、冶金、采矿等行业的基础。

虽然还在实习期这次我静下心来回想这次实习真是感受颇深。我们知道实习是大学教育中一个极为重要的实践性环节，通过实习，可以使我们在实践中接触与本专业相关的一些实际工作，培养和锻炼我们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，提高我们的实际动手能力，为将来我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础。通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐地我喜欢上这个专业，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法。

进入公司后，公司领导将我们安排到公司的热加工车间，在热加工车间主要是熟悉机加工和公司的机加工流程，因为我们车床，铣床和锯床的操作还不熟练，我们一开始还是在观看师傅们进行操作。记得当天我们来到车间就被巨大的车床和大型机械以及重型工件所惊叹。但渐渐的我由第一天的拘谨，对什么事情都充满着好奇，转而逐渐适应了这样的生活，做事情按部就班，循序渐进。这次的实习，让我懂得了许多，知道了许多，大学文凭其实只是一块敲门砖。进入工作单位后，大家都是从头开始，凡事都要自己去摸索，没有人会手把手教你。所以，我们有必要培养主动学习能力和创新能力，必须努力提高自身的综合素质，适应时代的需要。虽说大学文凭只是一块敲门砖，但是个人的综合素质却仍是你就业时的重要筹码。首先是学习成绩，用人单位认为成绩好坏从一定程度上说明了你学习能力的强弱，所以，学习成绩是他们非常看重的一点。因此，我们首先要学好自己的专业知识。其次，他们看重的就是就是我们的社会实践能力。这一点就要看我们平时的实际动手及操作能力。

经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一，要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

第二，要勤劳，任劳任怨

我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们应该自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有这样。

第三，要虚心学习，不耻下问

在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心地接受。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

第四，要确立明确的目标，并端正自己的态度

平时，我们不管做什么事，都要明确自己的目标，就像我们到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中一定要多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做。只有这样我们才能把事情做好。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇七**

我已步入大四，在教室里学习理论知识的时间相对而言就变少了，是时候把我们的理论知识运用到实践中去了，实习就是这样的一种途径。顾名思义，在实践中学习，因为任何知识源于实践，归于实践，所以要付诸实践来检验所学。把理论与实践联系起来，在实践中理解和深化我们的理论知识，帮助我们更好的理解好法律条文的含义，从而使法律在运行过程中的风险减少，使之真正的成为一部良法。

没有人知道到了一个新的实习岗位之后到底会有多少的收获，更没有人知道在新的实习岗位上到底可以给予自己多少机会和提升 关于这些无谓的问题，我都是这么答复的：不在乎于你到了哪个岗位，不在乎于你可以获得多少所谓的机会和知识，只要是自己想要到的岗位总是可以得到很多学习的机会。在乎于你是否能够把握住，即使是干苦力或者是你认为根本学不到东西的岗位，其实，都是可以从中学到你在其他岗位无法学到的东西，增长见识的;在乎你是否都是用心去工作，是否都是将这份工作当成自己的工作，请不要老是当成别人对你的命令或者是别人强迫你去完成的一份任务;在乎于你是否够积极的去争取应得的机会;在乎于你是否可以得到单位的认可和肯定;在乎与你如何去工作，如何去为人处世，如何去协调周围的各种关系。

就是抱着这么一份热情和坦诚的态度，我走进了人民检察院开始我的实习生活。非常感谢 主任将我分配到公诉科，因为在这里我学到了无穷无尽的知识，体会到了平时生活无法体会到的感受，交到了与众不同的朋友们，使得我这个月的实习生活过得丰富多彩。很多人都说环境因素很大程度上可以决定一个人的性格，这我是同意的。本来以为检察院都是一群特别严肃而且很无情的，来到才发觉他们是如此的与众不同。他们也是如此的可爱和令人喜欢呢。记得那次 姐带我去提审，在回来的路上她给我们说了她一次提审的经历，可谓是让我们哭笑不得啊。原来犯罪嫌疑人是一个文盲，晓敏姐说她已经是用了最为通俗易懂的语言了还是无法跟他沟通好，刚说好的东西，过不到二分钟他却立刻又不记得了，或者就是又改口反悔了呢，如此提审下去真是让人哭笑不得啊20xx法学实习心得体会范本精选3篇20xx法学实习心得体会范本精选3篇。最后晓敏姐总结的一句话就是：你犯罪没有错，错的是你为什么不读书呢?确实啊，这一切的犯罪行为很多都是源于没有读书，无法工作等等。教育的重要性可想而知呢，不然活了几十岁的人了还真的无法和一个文盲交流啊!

在公诉科的这些日子里，我感觉我学到了很多在其他岗位和校园无法学到的东西。首先，我在岗位上兢兢业业，认真认真地对待每一份工作;第二，抱着一颗学习的态度，一种平静而坦诚的心情去面对这一切;第三，秉承一贯的积极主动作风，在公诉科上树立良好的印象，主动积极和大家交流沟通;第四，善于把握机会，团结同事，尊敬领导，不争不抢，积极把握各种学习的机会，认真细致地学习各种新的东西和尝试各种挑战等等。这就是我给自己在检察院实习生活中定的守则，也是我人生的守则。整个实习生活下来，我感觉受益匪浅，学到的东西无法用语言表达得出来，唯有继续用于实践之中，行动才能说明一切。这让我想起

那句话：心态决定一切。确实，我一直都是抱着这么一种学习的态度去面对一切，所以我付出的总是可以得到我所需要的收获。

如何到看守所提审犯人，如何与犯罪嫌疑人打心理战术和沟通，又如何去让犯罪嫌疑人可以坦白诚实的说出实情，如何对待犯罪嫌疑人的口供等等，是我跟着张科在看守所的提审室所学到的，大张科沉稳的作风深深感染了我。让我看到了一位多年征战在前线的一名老兵的英姿风采。将往年的结案资料整理归档装订成册，从法学理论的角度出发，按照程序走，哪些步骤需要有哪些文书，在整理装订过程中更是让我受益匪浅。这里又是我司法实践学习的开始，所以从这里走过，我熟悉了一个案子是如何开始，又是如何进展，最后到结束。公安机关的侦查终结，检察院的审查起诉终结，到法院的审理裁决，再到检察院的审查监督，这些大的程序以及其中所包含的小的细节是我平时课本无法得到的实务知识。我知道了审结报告是整个审查起诉中最为重要的一部分，什么是证据信息，什么又是事实证据等等。在档案室的这些日子过得非常之开心，总是在愉快的气氛中工作，在轻松的环境中学习。 俗话说，读书三百首，不会作诗也会吟诗。所以整理过这么多的审结报告和文字资料后，不会做审结报告，我也会照本画葫芦啦。机会是留给有准备的人。终于迎来了这么一天：自己独立去完成一份审结报告.而且是没有任何人的指导下，让我独立去完成，这可谓是难度很大啊。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇八**

一、实习内容

(一)安全教育

一是事故的发生及其预防：

1、事故发生的因素人为因素——不安全行为物的因素——不安全因素;

2、发生事故的认为因素。

二是入厂主要安全注意事项：

1、防火防爆;

2、防尘防毒;

3、防止灼烫伤;

4、防止触电;

5、防止机械伤害;

6、防止高处坠落;

7、防止车辆伤害;

8、防止起重机械伤害;

9、防止物体打击;

10、班前班中不得饮酒。

四设备内作业须知：

1、在各种储罐，槽车，塔等设备以及地下室，阴井，地坑，下水道或是其他密闭场所内部进行工作均属于设备内作业;

2、设备上与外界连通的管道，孔等均应与外界有效的隔离;

3、进入设备内作业前，必须对设备内进行清洗和置换;

4、应采取措施，保持设备内空气良好;

5、作业前30分钟内，必须对设备内气体采取采样分析，采样应有代表性;

6、进入不能达到清洗和置换要求的设备内作业时，必须采取相应的防护措施;

7、在容器内工作时因照明良好，照明用电应小于等于36v的防爆型灯具;

8、多工种，多层次交叉作业应采取互相之间避免伤害的措施，并且搭设安全梯或是安全平台，比要时由监护人用安全绳栓作业人员进行施工;

9、设备内作业必须有专人监护，并应有入抢救的措施及有效保护手段;

10、《设备内安全作业证》由施工单位负责办理，该项目的负责人或是技术员填写作业证，上检修作业单位应填写的各项内容。

(二)化工生产特点的简要介绍：化工生产的特点是以天然气作原料，用直接催化法分式合成胺。

1、原料，半成品，成品多分为易燃易爆或是有毒物;

2、生产工艺多为高温，高压或是底温高压;

3、生产的连续性强，自动化程度高、工业三废多，影响环境。

(三)学习和了解变电所的主要结构型式，结构种类和特点。

(四)学习和了解变电所的主要部件的生产技术资料，包括：各种技术标准，图纸，专用设备说明书等。

(五)了解变电所的主要技术要求以及有关标准。

(六)了解工厂的生产组织管理情况，劳动定额和成本核算的方法。

(七)了解工厂开展的新材料、新工艺、新技术的研究情况。

(八)实习期间进行了社会主义、爱国主义教育、进行爱劳动、守纪律教育，进行安全、保密教育。

二、常规型变电所设备选型

①设备的选择配置应力求小型化，要保证技术先进、工作性能稳定可靠，质量有保证且售后服务跟得上。

②所内应采用两台主变，要求节能且有载调压型，一般采用s10或sz10型变压器，s11型也在发展之列，变压器容量要根据电力负荷情况而定，但两台主变容量比不应超过1∶3，阻抗电压、变比、接线组别应相同，误差不超过5%，为以后变压器并列运行提供条件。

③所用变采用1～2台s10-50kva/35/0.4kv直配变，装在35kv进线外侧或35kv母线上，所用变采用跌落熔断器控制。

④高压断路器应采用sf6断路器，35kv断路器采用lw8-35型，10kv断路器采用lw3-10型。

⑤35kv进线采用双回，为环网工程做好准备。(6)35kv母线使用lgj\_-120铝绞线，采用单母线不分段接线，10kv母线采用分段接线，出线4～6回为好。

⑥无功补偿容量按主变容量的10%～15%而定，采用bwf-200-1w型电容器，电压为星形接线。

⑦避雷措施：35kv线路采用避雷线，所内采用避雷针和避雷器两种。避雷针使用镀锌圆钢焊接，装设在所区的4个角;避雷器采用金属氧化物避雷器，35kv侧装在母线上，10kv侧装在出线处。

⑧所内隔离开关操作机构上应设\"五防\"闭锁，由人工或由计算机综合自动化系统实现\"五防\"。

⑨控制、保护、测量部分采用计算机综合自动化管理系统。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇九**

光阴似箭，为期七天的汽车销售实习结束了，回首这七天的实习，发觉自己的收获真的很多，懂得了销售的技巧，学会了和客人沟通交流，学会了察言观色，丰富了我的社会阅历等等。

再回首汽车销售实习期间的日子充满了喜怒哀乐，三天的培训，四天的工作，虽说日子短暂，却给我们留下了不可磨灭、美好的回忆。

七天的实习时间说长不长，说短也不短，虽说培训的时间只有三天，并且一直都是在培训如何和客户沟通交流，给我们与陌生人打起了沟通的桥梁，并且可探知客户的需求欲，由此而知作为一位营销员，话术是多么的重要。

三天培训时间，里面的内容是枯燥无味的，但是给我们运用起来确是充满了欢乐，我们的欢声笑语从公司到饭堂。但在培训的时间里，经理还有里面的员工都与我们说了很多他们的经历，比如：在什么情况下客户会有哪些反应?会问我们什么?世上什么客户都有，我们应以什么心态去面对等等。

在培训中我们还是学到了新的知识，每款车的卖点是什么?里面一些简单易懂的配置我们都略知一二，并对不同品牌车的历史有了更进一步的了解，这也让我们在汽车销售实习期间，同客户交谈变得更自信做些铺垫。

在汽车销售实习工作时，我们每位同学都坚守着自己的岗位，有了第一次工作经验的我们对待工作都是充满了激情和自信，对待每一位客户都是真诚、细心、耐心的接待和解答客户所提出的每一个问题;但是还是有不足之处，那就是专业知识没过关，我们对汽车的构造的了解还不透彻和对同一品牌的汽车不了解，所以很容易造成客户对我们的不信任，所以，我学到了：知己知彼，方能百战百胜。

在实习工作的同时我也在细心的学习，留意客户的肢体语言与说话语气，有意向购车的客户会怎样的表现，怎样可以看出、听出客户近期会不会购车等。但也了解到了一些专业方面的知识，如：怎样才能按揭?当客户说车耗油时该如何用专业术语回答等。

相信有了这次汽车销售实习的经历，我的未来会更加的美好。通过这次实习，我学会了很多的道理，都是在书本上所学不到的，是一次受益匪浅的实习经历。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十**

实习期间我主要对以下案件进行了深入的研究，参加了一些案件立案审判的过程，并提出了自己的一些意见：

一：73户居民诉市规划局侵犯其采光权、阳光权、通风权案

1：案件由来

73个原告认为市规划局规划的“亚大数码港”从占地面积到与居民住房间距都严重违反了gb50180-93强制性国家标准，违反〈〈长沙市城市规划管理办法〉〉的具体技术规定即〈〈长沙市城市规划管理技术规定〉〉，并且其通道与防火安全均存在重大安全隐患，在多次请求政府协调未果后,向法院起诉,要求撤销行政许可,赔偿用户损失。

2：案件主要辩论焦点

被告长沙市规划管理认为“亚大数码港”规划许可的审查核发经过了严格的规划谁广泛征求相关职能部门的意见，并严格遵照规定的程序核发的，亚大数码港与其北侧的居民所住建筑的间距符合被告所提的gb50180-93强制性国家标准和〈〈长沙市城市规划管理办法〉〉，对原告的合法权益并不构成损害。而且，规划管理局提供了相关证据证明“亚大数码港”不适用〈〈长沙市城市规划管理技术规定〉〉。

3：原判结果

合议庭经过多次合议讨论，做出判决：判定规划许可，驳回诉讼请求。 本案是一个行政案件，通俗点就是民告官。通过对本案的审理，我认为在现阶段中国的行政诉讼原先要胜诉很难。如果有民告官的行政案件 原告胜诉了，媒体都会以大力度报道，以此为典范。其实这是个很大的误区，一个法治的社会不应当存在这样的现象。如果行政机关的具体行为违法了，它就应该承担相关责任。中国的行政诉讼之所以原告难以胜诉，主要还是司法与行政还没

有完全区别开来，相互制约，相互牵扯。权比法大，政策高于法律。所以才会有这种状况的出现。在本案中，我觉得法院或多或少受到行政的影响：法院虽为司法机关，可其办公建筑用地、宿舍用地都得经规划局批准。

二：几起用简易程序审理的刑事案会计专业实习心得这是我第一次看见简易程序在审理案件中的具体运用。这些案件案情清晰、事实清楚、证据充分、争议不大，岳麓区法院也属基层法院，符合简易程序的条件。在整个审理过程中，审理时限很短，而且感觉开庭审理只是走下过场，法官对于此案如何判早有结论。

通过这几起适用简易程序的刑事案的审理，我看到虽然审理时限很短，必备的程序却很完备的，法院在这方面控制得很好。但是，另一方面了我认为法院在庭审制度方面还是存在一些缺陷的，而且审理的环境还可以改进。 三：一收废品公民诉长沙市公安局岳麓区分局行政不作为案

本案案件由来：xx年，本案的原告在清理从中南大学收购到的废品时被废品中掺杂的雷管炸掉右手掌，且右腿、右胸均因此雷管受伤，经签定为四级残疾。事发报案后他将余下雷管交给被告长沙市公安局岳麓区分局，要求其查出该雷管出处，而被告称无法查出雷管出处。原告遂向法院提出诉讼，诉讼请求为要求被告给予原告一个关于雷管出处的明确的书面结论。

因本案尚未审结，故无法得知法院将会如何宣判。在此案中，通过了对此案原告教育背景、文化水平的了解，我感想颇多：表面看，原告是一个以收废品为生，文化水平不高的人，但他懂得用法律武器维护自己的权益，这说明我国公民的法律意识在不断地加强，法治的思想已经逐渐深入人心。然而从深层次来看：一方面也正是因为原告的文化水平不高，使得他不能更好地运用法律武器来维护自己的权益———他不知道委托代理人，不知道收集对自己有利的证据呈给合议庭，他甚至不知道公安局的行为在法律上叫“行政不作为”;另一方面，公安分局的行为明显已经构成行政不作为，因为保卫地方公共安全是公安系统的最基本行政职能，对于雷管这类严重危害到公民人身安全的危险物

品，原告即使不提出请求，被告也应本着尽职尽责的态度查明其来源，消除安全隐患。由此案我看到了我国普法工作的任重而道远，同时也深切地感受到在xx大报告政府职能中强调服务功能的重要性。

四：一起重婚案

本案中被告在已经结婚的情况下，通过欺诈骗婚与另一女性结婚。原告自诉其重婚。通过此案不由得联想起新实行的《婚姻登记条例》。新《婚姻登记条例》在简化婚姻登记程序，给人们带来方便的同时，又在一定程度上增加了婚姻的风险，一系列的问题也将随之而来。政府和个人谁该承担婚姻风险?个人在婚姻风险中如何自我保护?政府又如何加强管理降低婚姻风险?我想，这些问题应该是新条例所做的改革出台后，作为法律工作者和行政工作者应该考虑的问题。

在实习过程中还有些其它的案件也让我学到了很多东西。在近一个月的实习时间里，我基本上掌握了案卷的整理、清卷、订卷、贴封条等工作具体操作细节;在实践巩固了一些司法文书如执行通知书、结案登记表、换押证、上诉函、开庭公告、提押票、传票等的书写;进一步巩固了一些具体的司法程序知识如：刑事案件和行政案件庭审的简易程序、普通程序。

这次实习是我大学生活中不可缺少的重要经历，其收获和意义可见一斑。通过实习，我将自己所学的知识应用于实际的工作中.理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固,解决问题的能力也受到了锻炼;本次实习开阔了我的视野，使我对法律在现实中的运作有所了解，也对专业用语有了进一步的掌握;此外，我还结交了许多法官和律师朋友，我们在一起相互交流，相互促进，从他们身上我学到很多为人处世的方法，这些都是在书上学不到的。在整个实习过程中，作为一个中南学生，我竭力成为一名中南文化的使者，向社会各界的朋友们介绍中南，使他们走近中南，了解中南。最后，我想借此机会，再一次向为我的实习提供帮助和指导的岳麓区人民法院的工作人员及我的老师，在实习过程中帮助我的朋友、我的同学致以衷心的感谢!

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十一**

xx年暑假期间，在校团委的号召下，为焦作的“四创”贡献一份力量，为提高自己各方面的能力，加深自己对社会的了解，我参加了由校团委主办、数学学院团委承办、焦作市神洲旅行社大力支持的暑假兼职导游培训社会实践活动(xx年7月10日--xx年7月25日)。

焦作市神洲旅行社成立于1999年5月，是经省、市旅游局批准、焦作工商局注册的具有独立法人资格的旅游企业。公司总部座落在焦作市政治、经济、文化中心焦作人民大会堂内，现有员工118名，其中专职导游60名，大专以上学历的占95%。历经5年的发展，已形成了一套严谨、科学的管理体系，现拥有“地接中心、组团中心、交通票务中心、导游中心、外联营成功策划、承办了多趟火车专列、大型团队等大型活动年接待人数5万人以上。是焦作规模最大、实力最强、信誉最好的旅行社之一，也是省、市旅游局在焦作旅游业树起的一面旗帜。

自1999年—xx年连续三年被河南省旅游局授予重质量、守信誉“河南省优秀旅行社”、xx年被授予“河南省最佳旅行社”、xx年— 年连续被焦作市委、市政府授予“焦作市旅游工作先进单位”荣誉称号：、xx年在焦作市旅行社千分制考核中连年高名列榜首;接中心经理卫军玲、导游中心经理刘友鑫、先后被省文明委、团省委、省旅游局授予“河南省文明导游员”、“河南省优秀青年导游员”。

在这样一个优秀的企业里，我们一行50多个学生得到了系统的导游培训，在为期半个月的培训中，从第一天导游中心经理刘友鑫就逐日开始对我们讲授导游事务、导游法律法规、中国旅游地理、导游事故处理、山区导游模拟、海滨导游模拟等基本的导游技能，培训结束时，焦作市神洲旅行社有限责任公司还组织我们跟随旅行团到青岛、日照等旅游几个城市亲自体验导游的工作。我们还掌握了必要的旅游常识，如：

导游服务质量标准(一)

·导游服务质量标准(二)

·旅行社管理条例1

·旅行社管理条例2

·旅行社办理旅游意外保险暂行规定

·赴港澳旅游注意事项

·乘机出行规矩须知

·儿童乘火车有优待

·发生事故时怎么办

·个人因私护照申请

·旅游住宿须知

·如何在溶洞内摄影

·铁路旅客须知

·文物景点“禁止拍照”

更重要的是我们的交际能力得到很大的提高，处理好各方面的关系，我感到对自己感触最深的是：

一、待人要真诚

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“早晨”或“早上好”，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，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

五、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“ 杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

六、要讲究条理

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，”这是刘经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过这么一个故事：他当部门经理时，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。师兄说，“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。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

在培训期间，我们还了解到焦作市位于河南省西北部，现辖4县2市5区，辖区面积4071平方公里，总人口330万人，城市人口72万人，是一座新兴的旅游城市。焦作山水风光雄伟壮丽，以“四大景区、十大景点”为代表的山水精品景观，呈现出“山水相依，雄中含秀，文厚景优，南北兼长”的特色。国家重点风景名胜区、国家地质公园、国家森林公园云台山钟秀毓秀，水绝山雄。省级风景名胜区神农山雄险奇绝，紫金顶峰雄太行，白松岭岭绝天下。

省级风景名胜区青天河高峡平湖，颇具“三峡”神韵，有“北方三峡”之美誉。省级风景名胜区青龙峡原始清新，气候独特，被誉为山水画廊，避暑胜地。而山水囤奇、形神相依的群英湖，中华太极拳发祥地陈家沟，雍正皇帝治理黄河的行宫嘉应观，唐宋八大家之首韩愈的陵园，世界历史文化名人朱载堉的纪念馆，底蕴丰厚的顺涧湖古周城，自然休闲的丹河峡谷，依山而建的中央电视台焦作影视城，现代城市娱乐场所龙源湖乐园，荟萃珍禽异兽、奇花名木的森林动物园等十大景点则特色各具，精彩纷呈。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十二**

一、实习目的

维修与配件实习是对我们学生毕业前一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动我们学生的主观能动性，深入细致地认真观察、实践，使自己的动手能力得到提高。通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，把所学的理论知识加以印证、深化、巩固和充实。通过实习培养分析、解决工程实际问题的能力，加深我们对汽车行业在国民经济中所处地位和作用的认识，切身了解漳州汽车服务市场现状，熟悉汽车修理环境、修理工具。为将来工作打下基础。

二.实习的岗位及工作情况介绍

(一)、实习单位简介

漳州市建联汽车贸易有限公司公司成立于20xx年，是上汽通用五菱汽车股份有限公司授权的福建区域总代理商—厦门新五菱汽车销售有限公司的直属子公司。它是一家集整车销售、配件供应、维修服务、信息反馈为一体的4s汽车销售与服务企业，是上汽通用五菱汽车漳州区域总代理商，专业经营上汽通用五菱品牌与spark乐驰品牌汽车。公司经营面积4700多平方米。公司拥有一流的维修设备：举升机、轮胎动平衡机、车身校正架、烤漆房等，还拥有先进的进口检测仪器：x431电脑检测仪、点火测试仪等，及使用于维修业务的计算机网络。公司在漳州区域内的漳浦、南靖、平和、龙海(角美)四个县、市均设有五菱汽车品牌经销商。经营范围：商用车(专营上汽通用五菱品牌汽车、雪佛兰spark乐驰品牌汽车)，工程机械、机电产品、润滑油、汽车配件、电子器件销售;小型车辆维修;车险、意外险代理。销售的车型有spark乐驰、五菱荣光、五菱鸿途、五菱之光、五菱兴旺、五菱小旋风单、双排货车、五菱单、双排仓栅车、五菱单、双排货柜车、五菱单、双排货车。

公司设置了财务部、销售部、售后服务部、配件部、人力资源与行政管理部。 企业类型：其他有限责任公司

注册资本：肆佰万元。

员工人数：80- 100 人。

经营模式：集整车销售、配件供应、维修服务、信息反馈为一体的4s汽车销售与服务企业 。

经营理念：五菱汽车每天都在努力地为您降低使用成本。 优良的品质、合理的使用、正确的养护，可以有效地降低车辆的故障率，减少车辆维修费用和停用时间，延长车辆的寿命，这样车辆的使用成本才能真正降低。

(二)、工作岗位介绍

①.熟悉维修的常用工具的使用及其维护与修理，对车间工位进行清洁、清扫、

整理、整顿、

②.掌握基本的汽车三清保养，如汽油滤清，机油滤清，空气滤清等的更换。 ③.了解五菱汽车常见的电路故障，能够基本掌握简单的故障处理。

④.能够与客户交流，找出并满足客户的需求。

⑤. 熟悉常用汽车配件的类别、型号、规格、性能及其使用范围，能查阅有关五

菱汽车配件图书。

⑥.了解各部门的工作流程。

三.实习内容及时间

作为一名大学毕业生，最为重要的是通过实习，将自己在学校里所学到的知识与实际操作有机结合，在实践中体会真理、检验自我，提升自己的业务技能。于20xx年1月11日至今我在漳州建联汽车贸易有限公司实习，在此期间，先后在机修组、销售部、服务顾问、配件管理学习。下面主要介绍机修学习情况。

(一)谈谈我对五菱汽车三清保养的认识：

1. 五菱汽车换机油的五个步骤：

(1).正确选用润滑油的质量级别和粘度级别。对于五菱汽车来讲，462发动机与 465发动机都是用普通的五菱汽车专用机油，而b系列发动机则选用b12五菱汽车专用油。

(2).选用正规厂家生产的高质量机油滤芯，防止因滤芯质量问题造成的油路阻塞、压力不足或过滤效果差而影响润滑效果。

(3).换油时要在发动机出于正常工作温度时关闭发动机，拧开加油口盖，拆下放油螺丝放出旧油，用专用工具拧下旧滤清器。有条件时应对发动机进行清洗以便彻底清洗掉发动机内的油泥和胶质。

(4).更换新滤芯时要检查滤芯密封圈是否完好，如发现有变形、破损等要及时更换。装配滤芯时应将滤芯内灌满干净润滑油，并将密封圈上涂抹润滑油，以防止在安装时造成损坏。

(5).机油滤芯装好后，拧紧放油螺丝，按要求往发动机曲轴箱内加注一定量的新润滑油，油尺、油面应在上下刻线之间，装好油尺、拧紧加油口盖，启动发动机快速转动几分钟，检查油压是否正常、有无漏油现象，如有异常应及时停机检查排除。机油切不可加得过多或过少，过多会造成润滑油消耗过快，发动机运转阻力增加，燃油消耗增加。过少会造成油压太低、润滑不良等后果。

2. 空气格清渣或更换的步骤：

(1).拆下空气格，观察空气格，如果还没达到更换的里程数，但已沾满了灰尘或油污要立即更换。

(2) .如果仅是轻微的灰尘颗粒，且未达更换里程数的，用气枪将空气格吹静。

(3) .空气格按规定放好后，将空气格外罩锁上螺丝紧固。

3.汽油格的更换：

(1). 松动汽油格两端的油管夹，用布包住整个汽油格(以防汽油渐入眼睛)，将汽油格摘下。

(2)待几秒后没有汽油溢出时，将汽油格进油空出油口分别对准油管依次装入，紧固油管夹。

(二).五菱汽车常见故障的检查与排除：

⒈汽车电子点火系统的故障检查及排除方法

汽车电子点火系统的故障检查，与传统触点式点火系统有许多相同之处。除了对点火线圈、火花塞、高压线、点火正时等进行检查外，还应检查点火器、点火传感器信号发生器以及连接导线等。但是，在故障检查时还应注意以下几点：

(1)、在发动机启动和工作时，不要用手触摸点火线圈高压线和分电器等，以免受电击。

(2)、在检查点火系统电路故障时，不要用刮火的方式来检查电路的通断，这种做法容易损坏电子元器件，电路通断与否应该用万用表电阻挡来进行检查判断。

(3)、进行高压试火时，最好用绝缘的橡胶夹子夹任高压线来进行试验，直接用手接触高压线容易造成电击。另一避免电击的方法是：将高压导线插入一只备用火花塞，然后将火花塞外壳搭铁。从火花塞电极间隙观察是否跳火。

(4)、在点火开关接通的情况下，不要做连接或切断线路的操作，以免烧坏控制器中的电子器件。

(5)、在拆卸蓄电池时，必须确认点火开关和其他所有的用电设备及其开关都已关闭，才能进行拆卸。

(6)、安装蓄电池时，一定要辨清正负极，负极搭铁。千万不能接错，蓄电池极性与线夹的连接一定要牢固，否则容易损坏电子设备。

(7)、在检查点火信号发生器曲轴位置传感器时应注意：

对于磁感应式的，在打开分电器盖时注意不要让垫圈、螺钉之类的金属物掉入其内。在检查导磁转子与定子之间的间隙时，要使用无磁性厚薄规，并注意不要硬塞强拉。 对于光电式的，不要轻易打开分电器盖子，若确需打开检查时，要注意避免尘土对发光二极管、光敏元件和遮光转子的污损。

2.五菱汽车发动机热车怠速不稳，易熄火的故障诊断与排除方法。

(1).故障现象:发动机启动正常,但无论冷车还是热车,怠速均不稳,怠速过低一熄火.

(2).故障的可能原因:

①.空气滤清堵塞、进气系统漏气、排气系统堵塞、燃油压力过低。

②.喷油嘴雾化不良、漏油或堵塞。

③.怠速调整不当或控制阀旁通空气道堵塞。

④.火花塞工作不良。

⑤.进气压力传感器故障。

⑥.气缸压力过低。

(3).诊断排除步骤：

①.检查怠速控制系统是否正常。

②.如果正常，检查进气系统，进气系统不正常时要及时处理进气系统，进气系统正常的话，检查进气压力传感器，若压力传感器不正常，将其更换。压力传感器正常则要处理点火系统。

③.如果不正常，要处理积碳部位，此时还不正常的话，要对怠速步进电机进行检查及其电路处理，电路接触不良时处理电路或者跟换步进电机。如果步进电机及电路正常的话那就要对ecu控制信号进行检查。

3.462与465电喷柳机启动困难的检查与排除：

(1).可能原因：不打火、起动机不旋转、供油系统故障等。

(2).不打火的排除：

(3).起动机不旋转排除：蓄电池电机的连接处松动或电量不足，将其拧紧或充电 电路有断开处检查或修理。起动机已损坏，修理或更换。

(4)供油系统故障：

①.燃油泵供油不足，对燃油泵进行观察，如果可修理的修理，如果不能修的将 其更换掉。

②.检查汽油软管及汽油滤清器是否堵塞，如果堵塞进行清理或更换。 6

③.检查油压调节器真空软管是否脱落或破损，如果有这类现象，可更换真空软 管或装上。

④.如果此时还不行，检查是否有电喷线束短路或断路，如果有，检查清楚，按 正确的接法接好，或更换整个线束。

⑤.线束没问题时，检查ecm信号，ecm损坏更换整个ecm。

4.五菱汽车蓄电池的维护与保养。

铅酸蓄电池是由正负极板、隔板、壳体、电解液和接线桩头等组成，其放电的化学反应是依靠正极板活性物质和负极板活性物质在电解液稀硫酸溶液的作用下进行，其中极板的栅架是用铅锑合金制造。传统蓄电池在使用过程中会发生减液现象，这是由于栅架上的锑会污染负极板上的铅，造成水的过度分解，大量氧气和氢气分别从正负极板上逸出，使电解液减少。

免维护蓄电池是用铅钙合金制造，由于蓄电池采用了铅钙合金做栅架，所以充电时产生的水分解量少，水分蒸发量也低，加上外壳采用密封结构，释放出来的硫酸气体也很少，所以它与传统蓄电池相比，具有不需添加任何液体，对接线桩头、电线和车身腐蚀少，抗过充电能力强，起动电流大，电量储存时间长等优点，近些年在国内很受青睐。 下面介绍的就是有关蓄电池在使用及保养方面需要注意的一些问题。蓄电池长久不用，它会慢慢自行放电，直至报废。因此，每隔一定时间就应启动一次汽车，给蓄电池充电。另一个办法就是将蓄电池上的两个电极拔下来，需注意的是从电极柱上拔下正、负两根电极线，要先拔下负极线，或卸下负极和汽车底盘的连接。然后再拔去带有正极标志的另一端，蓄电池有一定的使用寿命，到一定的时期就要更换。在更换时同样要遵循上述次序，不过在把电极线接上去时，次序则恰恰相反，先接正极，然后再接负极。当电流表指针显示蓄电量不足时，要及时充电。蓄电池的蓄电量可以在仪表板上反映出来。有时在路途中发现电量不够了，发动机又熄火启动不了，作为临时措施，可以向其他的车辆求助，用它们车辆上的蓄电池来发动车辆，将两个蓄电池的负极和负极相连，正极和正极相连。

电解液的密度应按照不同的地区、不同的季节按照标准进行相应的调整。

在亏电解液时应补充蒸馏水或专用补液。切忌用饮用纯净水代替。因为纯净水中含有多种微量元素，对蓄电池会造成不良影响。

在启动汽车时，不间断地使用启动机会导致蓄电池因过度放电而损坏。正确的使用 7

办法是每次发动车的时间总长不超过秒，再次启动间隔时间不少于秒。在多次启动仍不着车的情况下应从电路、点火线圈或油路等其他方面找原因。

日常行车时应经常检查蓄电池盖上的小孔是否通气。倘若蓄电池盖小孔被堵，产生的氢气和氧气排不出去，电解液膨胀时，会把蓄电池外壳撑破，影响蓄电池寿命。 检查电池的正、负级有无被氧化的迹象。可以用热水时常浇电瓶的电线连接处。 检查电路各部分有无老化或短路的地方。防止电池因为过度放电而提前退役。

四. 实习总结工作体会

在这短暂的实习生活中，我不仅在专业知识，岗位业务能力有所提升，而且在为人处事上也收获了不少。学校的确是理论的天堂，社会实践则是理论与实际相接合的，很多人都认为读书无用，其实我现在可以说这种观点是错的，读书读的是学习力，培养学习力很重要，因为踏入社会才体会到社会大学的残酷，竞争激烈。进入社会实习岗位之后才真正体验到工作并不是想象中的那样，它不是一件容易的事。上下班按规定进行，在工作中也不能有丝毫的马虎，没有机会让自己犯错误，只要犯错，惩罚就会降临，要知道自己该做什么，不该做什么，该怎么做。所以每天都要打起精神工作。本次实习之中的体会以下四点：

1、自身综合素质有所提高，如面对困难时不再退缩，不会再为自己找借口，学会了如何与别人沟通，学会了如何改变自己，在团队中要以集体为中心，工作不是一个人的事，十根火柴比起一根火柴更不易折断，我们也不会被孤立开，一味的个人英雄，是很不好的。对于经验比较欠缺的我们，凡事都要纵观全局，以偏概全很容易做错事。在性格方面，也变的成熟，敢于承担责任，能够变通，不再固执等。

2、我不仅很好地运用了所学的专业知识，而且还学到了很多在学校学不到的实用的为人处世之道，阔大了知识面，也丰富了社会实践经历，为我即将踏入社会奠定了很好的基础。生活的两大主题是做人与做事，培养学习力，学会改变自己很重要。外界事物千变万化，为人处事上，要做到“谦、勤、信、专、和、乐”，这是我体会最深刻的。俗话说“人生之不如意，十有八九。”逆境多于顺境，烦恼多于愉快，每个人随时都会面临方方面面的压力。我们改变不了逆境，但是我们可以改变自己，改变不了事实，但可以改变态度。改变不了过去，可以改变现在，改变不了别人，可以改变自己。

3、作为一名学生，我想在学校学习是为了为了获取知识，获取工作技能，能够适 8

电子工程系20xx届学生毕业实践报告

应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

4、作为一名企业新员工，最主要的任务就是让自己更快地在企业文化氛围当 中成长起来，企业为我们提供就业机会，我们要能够尽快为企业创造利润。

对自己的优缺点了解情况如下：

(一).优点：

1、能够较好的理论联系实际，对知识接受能力较强，能够吃苦耐劳、做事较仔细认真，较果断。

2、能够主动与他人沟通，坚持自己的观点，君子和而不同。能够虚心听取别人的意见，对待错误诚肯，不耻下问的学习风格，能够学会改变自己。一股执着的精神，无论有多大的困难都坚持不懈，不达目的不罢休的奋斗精神。

(二).缺点：

我的不足之处主要体现在实践技能上以及个人自身的陋习。在业务技能上虽然面面 俱到，但是不是很专，理论知识掌握上也有些片面。缺乏社会经验，对事物的认识还有些以偏概全，有些依赖思想。

通过这次实习我真正感觉到步入社会后我们要学得的东西很多，理想很丰满，现实很骨感。专业课知识的欠缺、动手能力不足等等，我也知道这不是1天两能够学会的，熟悉某项技能，之后才能有更深入的了解，我相信我能做好。总的来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会能更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。我坚信：一份耕耘一份收获。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十三**

20xx年的暑假，我的收获有许多，这是我第一次与社会面对面地接触，心连心地交流，我感触颇深。我实习的地方是家里人费了九牛二虎之力才找来的单位——杭州新创广告有限公司。

第一天走进公司的时候，与经理进行了简单的面谈之后，并没有给我留下过多的任务，先让我熟悉一下环境，了解了一下公司的状况，包括其规模、部门、人员分工等。我所在的部门是公司的策划组，主要负责完稿、协调、杂务等。

一个月时间，说短是因为可以学的细节太多了，说长是因为可能缘自实习生的缘故，这一个月更多时间浪费在杂务上，没有参与过一次完整的广告策划到执行过程，不免有些遗憾。下面基于这一个月的实习体会，就我感触或者获益比较深的几点谈谈。

第一，进了公司才发现，原来自己之前坚持的所谓兴趣至上、效率第一都是些不切实际的幼稚想法。一味追求理性的理想化的工作状态，却忽视了办公室里无处不在的潜规则和现实令人无奈却又得甘之如怡的状态。虽然说广告行业是一个创意产业，理应鼓励自由大胆的创见和作风，然而套在一个层层等级的行政制度和薪酬体系下，所有的创意灵感的活力都被扼杀殆尽。你的想法必须迎合客户具体个人的喜好，你的创意必须迎合总监领导的个人喜好，所以很多好的想法可能连浮出水面的机会都等不到就被扼杀在摇篮里了。对于我这个实习生，想法难免稚嫩;而对于正式员工，想法其实只是拿来兑换薪水的等价物，更何况对艺术创意本身的理解就是见仁见智的，与其寻求一厢情愿的艺术高标准，还不如追求面面俱到的客户迎合。衡量创意的标准在未下市之前，客户的满意就是艺术创作的胜利。

第二，我这个人是三分钟热度型的，所以做事情特别重效率。在学校也是习惯今日事今日毕，有了灵感就会一直做到完美为止，但是到了社会实践阶段，效率高就碰到了麻烦。因为对于刚进来的新人，办公室几个大官或者小兵都像逮到勤杂工般的兴奋，啥琐事都丢给你做，这点其实我早就有心里准备，而且大事情都是靠小事积累起来的道理我很懂。但是我没意识到，做得快又做得好的客观结果，是看起来我每天总是很闲，一不留神被经理抓到，他不会了解你做了什么，也不会去当面指出，只会误解为我好吃懒做，无所事事。吃了一个亏以后，我便慢慢适应起有条不紊且速度得当的做事方式。然而，这样的做法有一个致命的坏处，会让我滋生不思进取、习惯偷懒的恶习，我其实最怕自己处于这个状态，所以目前想出来的办法就是在工作时间多翻翻公司的宝贵资料，近水楼台先得月，填充一下平时枯乏的时间。第三，我是个外表看起来心浮气躁的人，在公司里头几天，可能和家里关系介绍的优越感有关，我一方面心里一直对被分配到看起来简单低能的工作耿耿于怀，另一方面办公室烦闷的空气让我有些窒息，于是偶尔会趁着总监不在，上qq聊天、看网络电视，谁知道我自以为忙里偷闲，其实早就被人看在眼里记在心里。于是，我意识到：自己绝不能再那样，要学会像这里的同事一样严肃、认真、努力地工作;要学会虚心，身边的同事就是很好的榜样，无论他们表面上有多玩世不恭、桀骜不驯。因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步得更快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。这样才少走很多弯路。

最后，我想接下来我必须得充电了，不仅仅是多看，还要多思考、多体验，积累够多的感性体验和理性知识。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。在短暂的实习过程中，我深深感觉到自己所掌握的知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对工作感觉无从下手，茫然不知所措，这让我非常难过。在学校总以为自己学的不错，而一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么的少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我个人想法，不过我们接受的教育和实践的确有很长一段距离。实习期间我也很努力的将在学校学的理论知识转向实践方面，尽力做到与实践相结合。

实习之后我最大的感想就是学校里面学的东西基本上是没什么实用性的。在实习的地方，什么都是从新开始。才实习一个月，也很难说具体学到什么，但是有一点是肯定的，在公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象。而且，工作中很需要独立与人打交道的能力。虽说一开始有人带，但困难天天会有，而且很多，因为是很实际的问题，很多时候也不得不茫然地面对。现在，我觉得我已经能够独立处理一些问题，知道怎么解决某些困难。遇到困难后不要逃避，而是要想办法怎样去解决它，我觉得，这种能力是很重要的。

(二)建议事项

对实践单位制度建议

有位名人说：企业经营管理的致命伤在于固步自封，一成不变的管理体制一定会使公司遭到时代的淘汰。任何一种管理体制和方法只要它与当时的生产规模水平不相适应，就必然会影响企业的发展，就必须寻求变革第一范文网，只有改掉原体制中的弊端后，企业才能正常经营、飞速发展，假如一个企业不能了解市场、适应市场、因时而变，及时调整运行机制，那么企业的生产经营管理必然会陷入被动，导致企业经营的举步维艰。现就我实践的公司当前的现状和存在问题提几点粗浅的建议：

第一，注重文化创新，突出广告公司学习型组织的特点

广告公司是典型的学习型组织，学习型的组织意味着组织对外部环境的变化具有快速的应变能力，这种组织的竞争力不是靠过去的经验，而是依靠学习。广告公司的核心竞争力与核心素质密切相关，而核心素质就是创新。不论是管理者还是员工都要学会去学习，只有不断的学习才会有创新，才能使本土广告公司具备和外资广告公司抗衡的资本。

第二，公司的薪酬分配制度改革是目前公司急需解决的问题之一

1、改革公司目前的经营者资产责任制实施方案，提高薪酬标准，拉大差距，打破平均主义。

2、尽快制定公司奖励基金的使用方案，使奖励的发放做到公平性、可操作性。

3、为了建立对高中层人员的长期激励机制，建议公司积极探索新的分配模式，尽快制定高中层人员的期权、期股方案。

4、建议公司尽快开展岗位分析和岗位评价工作，通过岗位评价合理确定每个岗位的岗位价值。

5、建议公司建立并完善薪酬管理的体系并改革目前的岗位工资制实施方案，实行一种新的工资分配模式----岗位效益工资制。使员工的收入同其所在岗位的岗位价值和其工作业绩及公司的效益紧密结合。

6、对原岗位工资制中存在的一些矛盾和问题，要在新的工资制度改革方案中一并解决。

7、建议公司在改革工资制度方案的同时，制定一些单项的奖励方案作为工资制度方案的补充，使员工的分配模式走上多元化，如制定荣誉津贴实施方案、合理化建议及创新奖实施方案，建立总经理奖励基金等。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十四**

为了全面提高护理专业学生的人文修养和专业能力，增强同学们的综合素质，培养具有较强的社会竞争力，能迅速适应就业需要的护理人才，护理系团总支安排每名学生在寒假期间，自主安排时间，参加社会实践活动。锻炼能力，提升素质，巩固在校理论学习。从而为下阶段的学习和适应社会打下良好基础。

怀揣着对“白衣天使”这个称号的神往，20\_\_年2月1号，我带着新奇与紧张的心情踏进了卫生院，开始观察护士门的工作动态和性质及医院情况。尽管时间很短，但收获颇多。刚进医院，着实很兴奋，激动，新鲜感很强，对临床护理操作程序亦非常感兴趣，同时也有点担心，毕竟是进入了一个新鲜提与社会各种人群进行交流。也是对自己的一个挑战。

护士长带领我们所见的第一站是：护士咨询台，以前进医院医院一直把这里看的极其平常，然而今天却感觉一点都不平常呢。面对病人流动量大，治疗项目多且没有规律的特点，他们具备随机应变，合理安排的能力，在最短的时间内，给患者提供最完美的答复，护士门主动热情周到细致，礼仪服务是提高服务质量行之有效的方法，个人素质服务水平与服务质量都体现了护理队伍的整体形象。

护士长给我们介绍环境，护理任务，交接班和护理程序，了解病人情况，护士工作无非就是交接班和护铺床各项护理操作，看见人家都很熟练的操作这些的时候，在想自己今后也要做这些相同工作，不免有些害怕。

刚进入病房，总有一种枉然不知所措的感觉，对于护理工作处于比较陌生的状态，看着护士们忙忙碌碌的身影，有着良好操作技术和各种护理工作能力，我才更全面地了解护理工作，更具体的了解这个行业，在这里我学会了适应新环境，在陌生环境中成长和生存。护士工作是非常繁重与杂乱的，尽管在未来之前也有所了解解，但在观察病房之后，感触又更深了，的确，护士们的工作很零碎杂乱。还可以说是很低微，可是透过多数人的不理解，我们发现护士有着其独特的魅力，医院不可能没有护士，这就说明了护士的重要性。医生离不开护士，病人离不开护士，整个环境都离不开护士。因此，我们应该树立正确的职业道德观，养成良好工作态度。

顾名思义，病房护士接触最多的也是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各种基础护理操作，如：铺床，老师说了，铺床一定要平整，病人才能睡个安稳觉，床铺不是每天都换，但每天都会清扫。这也是为病人健康着想，有时候一些病重的病人无法翻身，护士也要尽力让其翻身，为其打扫床铺;量血压看似简单，但也一定要认真，护士长还给我们介绍了量体温和测血糖的方法，量体温时一定擦干腋下汗液;测血糖时，医院糖尿病人在饭前饭后都要测血糖，虽方法简单，但易出问题，比如，指尖消毒，测血糖时一针见血，干脆利落，否则病人很痛苦。他们每天至少要侧六次血糖，只有十根指甲，指尖全是针孔，如果第一次血量不够，就得从新侧，这就无疑增加病人痛苦，还有什么导尿术，插胃管，口腔护理，静脉输液各种灌肠法等等。

护士不仅要把病人照顾好，与病人和家属沟通交流也是一门技术，一门学问，病人就是上帝，无论怎么样，我么都不可以与病人吵架，我们的多多站在病人角度想想。有时候，病人要求与护士职责相互矛盾，护士必须懂得如何更好地与病人沟通，不能凡事都有着病人来，那样只会造成更严重的后果，和家属吵架时，护士应该避免不必要的争吵，选择沉默。家属吼骂护士忽视病人，而护士长却什么也不说，因为病人就是上帝。

护士长又带领我们参观了手术室，护士长告诉我们，手术室是最注重干净，整洁，无菌，穿手术衣，戴帽子，口罩，头发，衣袖，裤脚都不能漏在外面。手机也要放静音，进了手术室，要认真观察每一个手术每一步用什么器械，要记住并认真认识每一种器械，看看器械护士是怎样估计到下一步医生的企图，注意器械护士传递各种器械的方法。

一周过去了，我去了几个科室，也见到了病人的离去和新生儿的降生。当我看到心电图成一条直线时，我体会到了健康是多么重要。对护士的要求是多么严格，作为一名实习生来说，一天三班倒，熬夜在正常不过，有谁知道这白衣天使背后的辛酸。晚班，早班，夜班，日夜颠倒时如此艰辛。这让我深深体会到了护士这个职业的使命感和责任感。

从这次观察中，我知道了今后好好学习的重要性，每一个操作都要会做，其实护士工作是个孰能生巧的过程，我们只有不断学习，思考，锻炼，才能拥有更加牢固的技能，我会更加珍惜以后学习时间，珍惜每一天的锻炼和每个课堂学习的机会。

最深的体会就是不断学习，不断实践，学无止境，其实不用多说，我们也知道，学习知识本省就是一个长期坚持，不断探索的过程，一年半后的我们也要离开校园，踏入社会，然而社会看重的不仅是所学的书本知识，更多的是看重我们是否掌握了适应社会的能力，一旦踏入社会，我们必须去适应，去融入，那么怎么做呢，怎么样才能学以致用呢，就显得极其重要。其中最重要的一点就是我们要有踏实的基本功，以知识为后盾，以不变应万变，而这些都是我们在校学习的主要目的。等到大三，都是在医院实习，虽然只有一年的时间，但确是为步入社会，走上工作岗位奠定良好基础。

**旅游专业景点实训心得体会 旅游实训总结与心得体会篇十五**

第一次到工地实习，刚来的时候心里很没底，不知道怎样与别人相处。实习几天后发现，与同事相处并不难。当你遇到不明白的地方时，你就要多问，在问的同时，就增添了你和同事交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入了集体。在这里，要勤学好问，多与人交流，要以诚待人。

这次的暑期实习带给我不仅仅是一种社会经验，更是我人生的一笔财富.更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友，他们给予我不少的帮助.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，当今大学教育是以理论为主，能有机会走进设计公司去实习，对我来说是受益非浅的.我就快毕业走向社会了，相信这次实习对我日后参加工作有帮助。

通过这次实习，在放线面我感觉自己有了一定的收获。实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的代工也给了我很多机会参与他们放线的是我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事放线工作所要面对的问题。

这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，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。我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。

我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。

使用减水防裂剂，我在实践中总结出其主要作用为：

(1)混凝土中存在大量毛细孔道，水蒸发后毛细管中产生毛细管张力，使混凝土干缩变形。增大毛细孔径可降低毛细管表面张力，但会使混凝土强度降低。这个表面张力理论早在六十年代就已被国际上所确认。

(2)水灰比是影响混凝土收缩的重要因素，使用减水防裂剂可使混凝土用水量减少25%。

(3)水泥用量也是混凝土收缩率的重要因素，掺加减水防裂剂的混凝土在保持混凝土强度的条件下可减少15%的水泥用量，其体积用增加骨料用量来补充。

(4)减水防裂剂可以改善水泥浆的稠度，减少混凝土泌水，减少沉缩变形。

(5)提高水泥浆与骨料的粘结力，提高的混凝土抗裂性能。

(6)混凝土在收缩时受到约束产生拉应力，当拉应力大于混凝土抗拉强度时裂缝就会产生。减水防裂剂可有效的提高的混凝土抗拉强度，大幅提高混凝土的抗裂性能。

(7)掺加外加剂可使混凝土密实性好，可有效地提高混凝土的抗碳化性，减少碳化收缩。

(8)掺减水防裂剂后混凝土缓凝时间适当，在有效防止水泥迅速水化放热基础上，避免因水泥长期不凝而带来的塑性收缩增加。

(9)掺外加剂混凝土和易性好，表面易摸平，形成微膜，减少水分蒸发，减少干燥收缩.许多外加剂都有缓凝、增加和易性、改善塑性的功能，我们在工程实践中应多进行这方面的实验对比和研究，比单纯的靠改善外部条件，可能会更加简捷、经济。

(10)混凝土的早期养护实践证明，混凝土常见的裂缝，大多数是不同深度的表面裂缝，其主要原因是温度梯度造成寒冷地区的温度骤降也容易形成裂缝。因此说混凝土的保温对防止表面早期裂缝尤其重要。从温度应力观点出发，保温应达到下述要求：

1)防止混凝土内外温度差及混凝土表面梯度，防止表面裂缝。

2)防止混凝土超冷，应该尽量设法使混凝土的施工期最低温度不低于混凝土使用期的稳定温度。

3)防止老混凝土过冷，以减少新老混凝土间的约束。混凝土的早期养护，主要目的在于保持适宜的温湿条件，以达到两个方面的效果，一方面使混凝土免受不利温、湿度变形的侵袭，防止有害的冷缩和干缩。一方面使水泥水化作用顺利进行，以期达到设计的强度和抗裂能力。适宜的温湿度条件是相互关联的。混凝上的保温措施常常也有保湿的效果。

从理论上分析，新浇混凝土中所含水分完全可以满足水泥水化的要求而有余。但由于蒸发等原因常引起水分损失，从而推迟或防碍水泥的水化，表面混凝土最容易而且直接受到这种不利影响。因此混凝土浇筑后的最初几天是养护的关键时期，在施工中应切实重视起来。

所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理.这些问题都是在施工事要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有混泥土的早期保养。

模板设计：

1)放线：首先引测建筑的边柱，墙轴线，并以该轴线为起点，引出各条轴线。模板放线时，根据施工图用墨线弹出模板的中心线和边线，墙模板要弹出模板的边线和外侧控制线，以便于模板安装和校正。

2)用水准仪把建筑水平标高根据实际标高的要求，直接引测到模板安装位置。

3)模板垫底部位应预先找平，杂物清理干净，以保证模板位置正确，防止模板底部漏浆或混泥土成形后烂根。

4)工长事先确定模板的组装设计方案，向施工班组进行技术，质量，安全交底。

5)模板应图刷脱模剂。

我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，为实现自我的理想和光明的前程努力。

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