

# 南京大屠杀心得体会两千字(汇总5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 南京大屠杀心得体会两千字篇一

南京大屠杀是二战期间日本侵华行为中最残忍的一幕，也是中国近代史上最令人痛心的悲剧之一。回顾历史，我们深深感到痛苦和悲愤，同时也应该从这段历史中汲取深刻的教训。在参观南京大屠杀遗址和研究相关资料后，我对此有了一些心得和体会。

首先，我深切感受到南京大屠杀所带来的巨大伤痛和苦难。在南京大屠杀纪念馆中，我看到了大量珍贵的历史文物和照片，每一件都诉说着无数中国同胞饱受战争带来的痛苦。那些被日军残忍杀害的无辜生命，以及遭受性侵、虐待的妇女和儿童，他们的痛苦已经刻在了历史的记忆中。看着那些被摧残的尸体和颤抖的文字，我不禁流下了悲痛的泪水，因为在这一刻，我仿佛走进了当年的南京，亲身经历了那场恐怖的屠杀。

其次，我被英勇抗日的中国人民所感动。在南京大屠杀中，许多勇敢的中国人以牺牲自己的生命为代价，保护和营救了更多的同胞。他们不顾个人安危，奋不顾身地与侵略者抗争，这种英勇的精神令我深感敬佩。例如，南京大学教授陆心源在敌人的炮火下，带领几百名学生组织自卫队，保护校园安全。在这种困难和危险的环境下，他们的无畏精神给予了整个国家以希望和力量。

第三，南京大屠杀是人类历史上的一个耻辱。作为一个人类社会的一部分，我们必须深刻反思和警醒。南京大屠杀暴露出日本军国主义的邪恶本质，该国掩盖历史真相和否认罪行的行为令人愤慨。作为学生，我们应该关注历史，并努力向更多的人传递这段历史的真相，让事实不再被掩盖和扭曲。只有正视历史，人类才有进步的可能。

第四，在南京大屠杀的阴影下，我们更应珍惜和平。战争给人们带来无尽的痛苦和折磨，更是一种不可估量的损失。南京大屠杀使我深刻意识到和平的重要性，唯有和平才能保障国家发展和人民的福祉。我们应该珍爱和平，维护国际秩序，避免战争再次发生。只有通过和平而非战争，人类才能获得真正的幸福。

最后，南京大屠杀的记忆永远不能磨灭。我们应该将其作为历史教训，传承下去。南京大屠杀纪念馆作为一个见证历史的地方，不仅向人们展示了罪恶的历史，更提醒我们要珍惜和平、尊重生命。每个人都应该了解这段历史，通过分享和宣传，让更多的人知道真相，共同努力，以避免类似的悲剧再次发生。

总之，南京大屠杀是一个令人深感痛心的历史事件，它使我们悲愤不已，也使我们更加明白和平的可贵。通过参观南京大屠杀纪念馆和研究相关资料，我们能够更好地理解这段历史，感受到那些无辜生命所经历痛苦，同时也被中国人民的英勇抗争精神所感动。南京大屠杀是人类历史上的一个耻辱，我们应该深刻反思，并将其记忆传承下去，以警醒后人倡导和平与尊重生命的价值观。

## 南京大屠杀心得体会两千字篇二

通过入党学习，只有努力做到勤勤肯肯，踏踏实实，才能不愧于共产党员的光荣称号，才能更好地发挥共产党员的先锋

模范作用。下面是本站小编为大家收集整理入党心得体会两千字，欢迎大家阅读。

经过这次在党校的学习，各位老师对党的精辟解析，独到的见解和大量的旁征博引，让我在无比叹服的同时深受鼓舞和教育。对党组织有了更深刻的了解，使我更加热爱我们伟大的中国共产党！坚定了我加入中国共产党的决心。

党校课程是以老师的专题讲座形式展开的，不同的老师有各自独有的讲课方式和精辟的见解。更重要的是每个老师不仅仅是“授之以鱼”，他们更强调的是“授之以渔”。从他们的激情讲课过程中，我也能体会到他们对党的热情和执着追求以及对我们的殷切希望。通过党校学习，我对党有了一个整体了解，我是第一次如此系统地认识了党的纲领、性质、原则、纪律、宗旨以及如何做一名合格的党员，一名时刻以榜样的标准严格要求自己的党员。

中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心，代表了中国先进生产力的发展要求，代表了中国先进文化的前进方向，代表了中国最广大人民的根本利益。

在学习中，我深刻认识到，中国共产党是以工人阶级为基础的，由工人阶级的先进分子组成。中国共产党同时是中国人民和中华民族的先锋队，党在增强先进性的同时，必须不断扩大党的群众基础。xx大对党章中所规定的申请加入中国共产党的条件进行了修改，这次修改，恰恰有利于增强党的阶级基础和扩大党的群众基础；有利于调动这些先进分子的积极性和创造性，有利于把全社会各个方面忠诚于祖国和社会主义的优秀分子团结和吸引在党的周围，提高我党在全社会的影响力和凝聚力。

通过党校学习，在我的脑海里更深刻地体会到作为党员的责任。我深深地懂得共产党员意味着为共产主义事业奋斗终身，

全心全意为人民服务!加入共产党是为了更直接地接受党的领导,全身心透入社会主义现代化建设的大潮中!要使我们的党,我们的国家永远立于不败之地。作为二十一世纪的年轻一代,我们要把我们的党做大做强;我们要勇于肩负起时代赋予我们的历史使命!

党校开课第一讲的内容,是如何理解和体现高校学生党员的先进性;在这之前,作为入党积极分子,还必须了解党的性质和宗旨,这是申请入党的必修课,是端正入党动机的前提条件,是立志为共产主义事业奋斗终身的必须前提,努力做一名合格共产党员,就从这里开始。

党的xx大以来党章把党的性质新概括为:“中国共产党是中国工人阶级的先锋队,是中国各族利益的忠实代表,是中国社会主义事业的领导核心。”党的工人阶级先锋队的性质,是党的本质和生命,是马克思主义建党学说的核心,它关系到党的指导思想,宗旨的确立和贯彻,关系到党的纲领,路线的制定和坚持,关系到党的建设方向,党除了工人阶级和最广大人民群众的利益,没有自己特殊的利益,党的宗旨是全心全意为人民服务,党要坚持不断的加强党风和廉政建设,做到忠实地代表人民的利益,中国共产党的核心领导地位是在长期的革命和建设形成的,在社会主义现代化建设时期,党的领导仍然是取得胜利的根本保证。我们必须珍惜我们党长期以来努力取得的成果。

作为新时期的大学生,我们要坚持党的根本宗旨,全心全意为人民服务。当前,我们应该认真学习、深刻领会“三个代表”的重要思想,用“三个代表”知道自己的思想和行动,努力把我们的党建设成为有中国特色的社会主义的坚强领导核心,为实现跨世纪的宏伟目标做出应有的贡献,更好的为人民服务!只要我们党始终成为中国先进社会生产力的发展要求、中国先进文化的前进方向、中国最广大人民群众的根本利益的忠实代表,我们党就能永远立于世界民族之林,永远得到全国各族人民的衷心拥护,并带领人民不断前进。

此外，我们要努力学习科学文化知识，掌握为人民服务的本领，进入社会后能将自己的所学应用到工作中，创造一定的效益，从另一方面来讲，我们也应在学习，生活的过程中，尽自己所能去向需要帮助的同学伸出一支援助之手，做到想同学所想，急同学所急，同时也努力提高为人民服务的自觉性，加强党性修养和党性锻炼。

通过此次党校培训，对帮助我们全面、准确、深入地理解xx大精神有非常重要的意义。有助于我们深入了解xx大精神精髓：“坚持解放思想、实事求是、与时俱进”。党课有针对性的教育让我们沐浴在xx大和“三个代表”重要思想的春风中，帮助我们看清了今后努力的方向，促使我们定下了终身为祖国科技事业奋斗的目标。可谓收益良多！

但是，我也深深地懂得，在为共产主义奋斗的道路上，决不可能是一帆坦途，也许将面临着可以预料和不可预料的种种困难。共产党员的先进性不是天生具备的，而是在不断地学习、不断地实践的过程中，通过不断地总结和提高自己的思想境界，才形成的。在这一过程中，认真、系统地学习，特别是学习政治理论起着极其重要的作用。共产党员只有通过努力学习文化，学习科学技术，才能具备建设社会主义的业务能力；只有通过学习政治理论，用马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想以及科学发展观武装自己的头脑，才能具有正确的世界观、人生观、价值观，具备卓越的领导能力，防腐拒变的能力，才能在纷乱复杂的思潮中保持清醒，经历各种考验，并最终战胜所有的困难！

在新的世纪，继续推进现代化建设，完成祖国统一大业，维护世界和平与促进共同发展，是我们党肩负的重大历史任务。面对国内外形势的迅速变化，我们党要紧跟世界进步的潮流，团结和带领全国各族人民抓住机遇、迎接挑战，胜利完成这三大历史任务，带领中国和中国人民不断走向富强。

共产主义事业是人类历史上最伟大，最光辉的事业；做为—

个21世纪入党的积极分子，我决心以党员的要求严格要求自己，加紧学习，要做到“三个代表”之中的“代表先进文化的前进方向”，我们自己的科学文化知识就显得尤为重要，只有牢牢的掌握了科学文化知识，我们才可以继承和发扬中华民族的一切优秀传统，努力学习和吸收一切外国的优秀文化成果，真正起到代表的作用。我也深深地知道，在这一过程中，更重要的是要有坚持不懈的意志，坚定对马克思主义，建设有中国特色社会主义和我国改革开放现代化建设的信心，不断增强对党和政府的信任，在工作和学习中，牢固树立共产党员的政治意识和责任意识，创新意识和为人民服务的意识；积极从思想上争取入党，才能成为新时期的合格共产党员。

通过这次党课的学习，使自己更加坚定了为党，为人民，为社会主义建设事业，为共产主义事业奋斗终身的决心和信念！进入新世纪新阶段，面对新形势新任务，xx大党章对党员提出了更高的要求，也为党员发挥自身的作用提供了更广阔的舞台。

我现在还在上大一，再过三年，我也将毕业，到那时候，我将全身心投入建设中国特色社会主义的伟大事业中去，我相信，只要坚定自己的意志，紧密地团结在中国共产党的周围，认真体会和思考xx大精神和“三个代表”重要思想，就能在党的领导下，和我们的人民大众一起，创造出无愧于时代的光辉业绩。

首先，通过系统的学习，我深刻的认识到是中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心，代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。这一性质注定了中国共产党是一支无私奉献的伟大的党，奠定了其全心全意为人民服务的根本宗旨，我们党的思想建设、政治建设、组织建设和作风建设中始终坚持以马列主义、毛泽东思想、理论和“三个代表”重要思想作为自己的行动指南，党的思想路线是一切从

实际出发，理论联系实际，实事求是，在实践中检验真理和发展真理。90多年的历史证明，中国共产党是一个伟大、光荣、正确的马克思主义政党。多年来，在领导和老师的帮助下，在党组织的教育和关怀下，我确定了正确的理想，并且找到了实现理想的途径和方法。我坚信加入中国共产党是我一生中正确的无悔的选择。通过这次培训学习，无论从政治上，还是从思想上我都有了很大的提高，特别是懂得了作为一名新时期的中国共产党员，必须严格要求自己，时刻起到先锋模范作用，真正发挥一个党员的作用。

第二，通过这次培训学习，也使我对“中国特色社会主义”的认识有了进一步的升华。中国特色社会主义是当代中国发展进步的根本成就和方向，这样的判断不是凭空而来。90多年来，我们党紧紧依靠人民，把马克思主义基本原理同中国实际和时代特征结合起来，独立自主走自己的路，历经千辛万苦，付出各种代价，取得革命建设改革伟大胜利，开创和发展了中国特色社会主义，把贫穷落后的旧中国变成日益走向繁荣富强的新中国，中华民族复兴展现出前所未有的光明前景。从千疮百孔、积贫积弱的烂摊子到焕然一新的现代化强盛国家；从“连一辆拖拉机都不能造”到成为“世界工厂”；从民生凋敝、苦难重重到走向小康、安居乐业……实践证明，中国特色社会主义之路是民族复兴之路、国家富强之路、人民幸福之路。

回溯过往，我们可以深切地感受到：对中国这样一个人口多底子薄的东方大国来说，道路的选择至关重要，道路的探索艰辛曲折，道路的确立来之不易。一方面，中国特色社会主义不是一成不变的教条，而是不断丰富的开放的理论体系，靠的是一以贯之、攻坚克难的接力探索，与时俱进地研究新情况、解决新问题、总结新经验。另一方面，“摸着石头过河”并不是没有方向、没有目标；也不是拾人牙慧、照搬照抄，而是把马克思主义基本原理同中国实际和时代特征结合起来，坚持科学社会主义的基本原则，又根据时代条件赋予其鲜明的中国特色。正是因为始终“坚定不移高举中国特色社会主

义伟大旗帜，既不走封闭僵化的老路、也不走改旗易帜的邪路”，中国经济社会发展才在来自外部和内部的多重压力和考验下，取得了举世瞩目的辉煌成就。

第三，通过学习，我也意识到入党条件之多，要求之高，发现自己身上尚有许多缺点和不足，距一个真正的共产党员还有一定差距。因此我决心从以下几方面提高自己，以早日成为一名共产党员。

一是要端正入党动机，认识入党的内涵。因为只有一个端正入党动机，才能做到全心全意为人民服务，才能随时经得起党和人民的考验，才能真正成为一名合格的共产党员。

二是加强理论知识的学习，学习马列主义、毛泽东思想、理论和“三个代表”重要思想，坚定共产党信念，牢记党的宗旨，同一切不良现象，错误思想作斗争。

三是同时增强理论联系实际的能力，在实践中锻炼自己，改造自己，完善自己，不断提高自己的政治理论修养，思想道德修养，组织纪律修养，科学文化修养，不断提高自己的综合素质，使自己更加向党员靠拢。

四是认真刻苦学习，在学习中要积极主动、认真，处处严格要求自己，在工作中任劳任怨，积极主动，勇于承担责任。我知道全心全意为人民服务的含义不在于做出什么惊天动地的大事，而在于日常学习生活工作中，一点一滴的奉献，不求回报。

五是要从思想上入党。从从现在起，以一名党员的标准要求自己。不仅要求自己组织上入党而且在思想上完全入党；坚持按照党纲，党章的规定行动，处处服从组织的决定，积极完成组织交给的任务。

总之，通过这次党校学习，使我对党的基本知识和理论有了



比较系统而全面的理解，使我思想觉悟上有了更深一层次  
的提高，使我更加渴望早日加入党组织。今后，我会更加认真  
地学习党的理论知识，积极靠拢党组织，以身边党员同志为  
榜样，在日常工作中，不去计较个人得失，真正做到无私奉  
献。此外，我会不断提高自己的知识水平和业务能力，以便  
更好地做好本职工作。我要把自己的世界观、价值观和人生  
观提高到一个新的境界。虽然现在我还没有加入党组织，但  
是我会时刻以党员的标准来要求自己，自觉做到：坚持理想  
信念，坚持勤奋学习，坚持党的根本宗旨，坚持勤奋工作，  
坚持遵守党的纪律，为争取早日加入党组织的行列而不懈努  
力！

我光荣的参加了党校入党积极分子培训班的学习。在这短短  
的几次课上，我们接受了关于xx大通过的新党章的辅导。

通过学习，我进一步提高了对党指导思想的认识，深刻的领  
会了将“三个代表”作为指导思想的重要意义。我们党自建  
党以来，经历了革命战争年代、建国初期的社会主义改造和  
建设年代以及二十多年来的改革开放年代，涌现出了无数优  
秀党员，在他们身上，充分体现了共产党员的先进性和纯洁  
性。

在建设有中国特色社会主义的今天，我们每个共产党员都要  
牢记邓小平同志的告诫：“坚持党的优良作风，具有十分重  
要的意义，我们共产党员都要植根于人民，服务于人民，始  
终保持先进性，才能胜利完成我们的使命。”“三个代表”  
重要思想正是对马克思、列宁主义、毛泽东思想、邓小平理  
论的继承和发展，反映了当代世界和中国的发展变化对党和  
国家工作的新要求。因此，始终做到“三个代表”，是我们  
党的立党之本、执政之基、力量之源。

我进一步明确了入党的基本条件和树立正确的入党动机的重要  
性。通过步步深入的学习，我对入党要求的认识渐渐从朦  
胧走向清晰，明白了不仅要在学习中创造入党条件，更要在

实践中不断总结，不断进步，理论联系实际，才能成为一名合格的党员发展对象。只有树立了正确的入党动机，才能具有持久不衰的动力，刻苦学习马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论以及“三个代表”的重要思想，并将其作为自己的行动指南，更加自觉地贯彻执行党的基本路线，把对共产主义事业的忠诚同执行党的基本路线统一起来，在改革开放和现代化建设中积极作出贡献；才能够在日常工作、学习和生活的各个方面，更加严格地要求自己，尽力摆正党和人民的利益同个人利益的关系，逐步培养和树立起甘愿“吃亏”、不怕“吃苦”、为人民无私奉献的人生价值观；真正认识到只有把全心全意为人民服务，为共产主义事业奋斗终身的崇高理想作为入党的唯一动机，才能在入党的道路上越走越近，越走越快，才能真正领悟和实践“组织上入党一生一次，思想上入党一生一世”。

我深深的感到，作为新时期的先进青年，先进大学生，我们应该在生活里克勤克俭，严格要求；在工作中身先士卒，勤勤恳恳，不断增强贯彻党基本路线的自觉性；在学习上，以“书山有路勤为径，学海无边苦作舟”的精神，不断增加新的科学文化知识，不断提高自我政治理论修养，努力争取在建设有中国特色社会主义过程中建功立业。这不仅是一种政治责任，也是一种精神追求，是实现个人社会价值和人生价值的最高理想。

尽管这短暂的几次党课尚不能让我在最深刻、最高度的层次上去领会和感受其间的要旨及内涵，但我的收获和启示却是巨大的，也足以让我在对党的理解和党性修养上得到了又一次升华。我认为作为一名入党积极分子，一个有志投身于共产主义事业的当代青年，必须增强党性锻炼，提高政治理论素养，加强个人修养。

作为一名入党积极分子，我感到一定要时刻以一名党员的标准来衡量自己，以一名党员的条件严格要求自己，在周围同学当中时时处处体现出先锋模范作用，只有这样才能有资格

加入这个光荣而先进的组织。通过这段时间的学习，使我有更明确的努力方向。

加强政治理论学习。要认真学习马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想这些科学的理论体系，他们是无产阶级解放运动的理论，是指导革命和建设的强大思想武器。有了这个强大的思想武器来武装头脑，才能确定自己正确的人生观、世界观、价值观，才可以防止和排除种种错误思想、错误倾向和干扰，少走弯路保持正确的发展方向。另外一方面要学习党的基本路线和党的各项方针、政策，只有认真学习理解才能去很好地贯彻执行党的路线、方针、政策，始终与党中央保持一致，参加改革开放和社会主义现代化建设，为经济发展和社会进步做出贡献。

坚定共产主义信念，认真学习通过开展班级工作进行实践锻炼，不断增强克服困难的信心和能力，人们对事物的正确认识，往往是要经过实践—认识—再实践—再认识这一漫长的过程，并不断循环往复，才能够获得的。要通过身边活生生的、实实在在的、投身于建设有中国特色社会主义伟大事业的实践活动，来加深对党和共产主义事业的认识，强化正确的入党动机。

加倍努力学习科学文化知识。只有多掌握一些科学知识，才能适应市场经济发展的需要，才能不被时代所摒弃，做时代的主人，只有这样才能为祖国的强大尽一份力量。加强科学文化知识的学习。只有努力做到勤勤肯肯，踏踏实实，才能不愧于共产党员的光荣称号，才能更好地发挥共产党员的先锋模范作用。

要向周围的同学们学习。在这次培训班中，每次课大部分同学们都很早来到教室，讲课时认真的听，仔细的记，积极地参加讨论，培训班的大部分同学对待学习的认真态度都互相影响着。从大家的身上我感到了一种活力，一种动力。

当然，由于本期培训班时间紧、任务重，所以还有很多党的先进思想和理论精髓不及一一理解和深刻体会。但我有坚定的理想和信心，只要通过自己坚持不懈地努力，严格要求自己，在今后的学习、工作和生活中尽快消化，不断提高。在学校党委、学院党支部关怀和培养下，相信自己一定能够成为一名真正的、光荣的中国共产党员。

## 南京大屠杀心得体会两千字篇三

南京大屠杀是二战期间日本侵华的最具代表性的罪行之一，这一历史事件给中国人民带来了巨大的痛苦和创伤。作为我们这一代人，了解和思考南京大屠杀，对于珍惜和维护和平具有重要意义。近期，我有幸参观了南京大屠杀纪念馆，深深感受到历史的残酷和人性的深渊。以下是我对此次参观的心得体会。

首先，参观南京大屠杀纪念馆让我更加深刻地认识到历史的残酷与悲惨。在馆内陈列的照片、文物以及众多有关南京大屠杀的事实和记录，无一不揭示出战争给人们带来的巨大恶果。当我在馆内看着那些鲜活而真实的历史资料时，我不禁为南京大屠杀中的受害者感到深深的痛心和同情。他们无辜地遭受了士兵的残忍和野蛮，他们被杀害、强奸和折磨，惨不忍睹。这一景象让我再次深切感受到战争的可怕，更加珍惜和平与安宁的生活。

其次，南京大屠杀纪念馆的参观也让我思考到人性的黑暗。在馆内，我看到了关于日本侵华军队暴行的详细描述，感受到了战争带来的人性沉沦。士兵们残忍地对待妇女和儿童，不论年纪大小都毫不留情地虐杀，这让我深感人性的黑暗和罪恶存在的可怕。更令我震惊的是，即便在这种极端情况下，还有一些人的良知丧失，对虐待和屠杀视而不见甚至鼓励。回想起历史，我不禁为人类的罪恶而感到惋惜，也对社会公义与道德的重要性更加深信不疑。

第三，参观南京大屠杀纪念馆让我明白了和平的可贵。站在那些被战争蹂躏过的土地上，我可以感受到深深的寂静和庄严。这里曾经是血流成河的战场，曾经是无数无辜生命离去的地方。南京大屠杀给中国人民带来了深重的创伤和痛苦，展览馆的陈列着实令人触目惊心。它不仅是对南京大屠杀受害者的敬意，更是警示未来世代要珍惜和平，不再让世界再次陷入血腥的深渊。和平不容忽视，而要珍惜和平就必须铭记历史，靠历史教育引导和培养年轻一代的和平意识。

最后，参观南京大屠杀纪念馆让我意识到个人的力量是推动和平的关键。每一个个体都有责任维护和平，而且每个人的力量都是不可忽视的。正如展览馆中展出的南京大屠杀幸存者的故事，他们以自己的亲身经历告诉我们，即使生活在战乱之中，也要竭尽所能地为和平奋斗。面对纷繁复杂的世界，每个人都可以从小事做起，从自身做起，用心去友善待人，用爱心去包容和理解他人。只有每一个人都能做到这一点，和平的理念和行为才会真正影响到整个社会，为和平提供坚实的基础。

综上所述，参观南京大屠杀纪念馆令我深感历史的残酷与人性的黑暗，体会到和平的可贵与个体的力量的重要性。通过认识和思考历史，我们能够珍惜和维护和平，不忘历史的教训，为创造更美好的未来做出贡献。希望每个人都能通过亲自参观和学习，加深对南京大屠杀的认知，将和平的力量传递给更多的人，让世界充满爱与宽容。

## 南京大屠杀心得体会两千字篇四

实习是从学校走向社会的缓冲带，是进入社会、了解社会的预演。通过实习不断增长和扩展知识面，才能使自己在社会占有一席之地。一段时间的实习生活又将谢下帷幕，相信你会领悟到不少东西，我们很有必要的写下实习心得。你是否在找正准备撰写“实习心得体会两千字”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

为期五周的金工实习结束了，在实习期间虽然很累，但我们很快乐，因为我们在学到了很多很有用的东西的同时还锻炼了自己的动手能力。虽然实习期只有短短的五周，在我们的大学生活中它只是小小的一部分，却是非常重要的部分，对我们来说，它是很难忘记的，毕竟是一次真正的体验社会、体验生活。

通过这次金工实习，我了解了钳工、车工、铣工、磨工和数控车、铣、火花机、线切割机等的基本知识、基本操作方法。主要学习了以下几方面的知识：钳工、车工、铣工、磨工等的操作。

### 第一项：辛苦的钳工

在钳工实习中，我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、锯割、锉削、装配、划线；了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。我们实训的项目是做一个小榔头，说来容易做起来难，我们的任务是把一根为30的115cm长的圆棒手工挫成20×20长112cm的小榔头，在此过程中稍有不慎就会导致整个作品报废。首先要正确的握锉刀，锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键，锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时，前手压力逐渐减小后手压力大则后小，锉刀推到中间位置时，两手压力相同，继续推进锉刀时，前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。同时我也知道了钳工的安全技术为：1，钳台要放在便于工作和光线适宜的地方；钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。2，使用机床、工具(如钻床、砂轮等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。3，台虎钳夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。

接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔等。虽然不是标准，但却是我们汗水的结晶，是我们几天来奋斗的结果。

钳工的实习说实话是很枯燥的，可能干一个下午却都是在反反复复着一个动作，还要有力气，还要做到位，那就是手握锉刀在工件上来来回回的锉，锉到晚上时，整个人的手都酸疼酸疼的，腿也站的有一些僵直了，然而每每累时，却能看见老师在一旁指导，并且亲自示范，和我们一样，看到这每每给我以动力。几天之后，看着自己的加工成果，我们最想说的就是感谢指导我们的老师了。

## 第二项：轻松的车工、铣工

车工、铣工不是由数控来完成的，它要求较高的手工操作能力。首先老师叫我们边听边看车床熟悉车床的各个组成部分，车床主要由变速箱、主轴箱、挂轮箱、进给箱、溜板箱、刀架、尾座、床身、丝杠、光杠和操纵杆组成。铣床主要由主轴箱、主轴、立柱、电气柜、工作台、冷却液箱、床身。车床、铣床是通过各个手柄来进行操作的，老师又向我们讲解了各个手柄的作用，然后就让我们熟悉随便练习加工零件。老师先初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车床加工中一个很重要的方面就是要选择正确的刀，一开始我们要车个轴承样的零件。这对我们这种从来没有使用过车床的人来说，真是个考验。

不停的转动横向和纵向的控制手柄，小心翼翼的加工，搞了整整一个下午，自以为差不多的时候，准备在加以最后一刀，却操之过急，把圆弧的直径车小了！我痛心不已，惨啊！最难受的是站了一整天，小腿都疼起来。但当把车好的零件交给老师时那种成功的喜悦使我忘记了站得发疼得小腿。这种成功的喜悦只有通过亲身参加实训才能感受得到。

身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。金工实习给了我们一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们感受到了车间中的气氛。同学们眼中好学的目

光，与指导教师认真、耐心的操作，构成了车间中常见的风景。久在课堂中的我们感受到了动手能力重要性，只凭着脑子的思考、捉摸是不能完成实际的工作的，只有在拥有科学知识体系的同时，熟练掌握实际能力，包括机械的操作和经验的不断积累，才能把知识灵活、有效的运用到实际工作中。金工实习就是培养学生实践能力的有效途径。这里是另外一种学习课堂。通过我们动手，对掌握的理论知识进行补充与质疑。这与传统的课堂教育正好相反。这两种相辅相成，互相补充，能填补其中的空白，弥补其中一种的一些盲点。通过金工实习，整体感觉实际生产方式还是相对落后，书本中介绍的先进设备我们还是无法实际操作，实习中的设备往往以劳动强度大为主要特征，科技含量较低，但还是有一些基本知识能够在实践中得到了应用。

第三项：磨工操作和数控车、铣、火花机、线切割机参观

在我们实训接近尾声的时，老师把我带到了磨工实训室边讲解边操作磨床，在我们认真听完以后自己开始动起了手，自己操作机床，磨自己前面钳工实训做的榔头，在老师的精心知道下我们把自己的作品再次利用车床加工了一边，使我们的第一件作品更加完美。在完成磨工任务以后老师在利用空余的时间把我们带到数控实训室讲解一些数控设备原理及操作，这样使我们在以后学习理论知识打下了坚实的基础。

总而言之，虽然在五周的实训中，我们所学到的对于技术人员而言，只是皮毛的皮毛，但是凡事都有一个过程。我们所学到的都是基本的基本，而技术人员也是从简单到复杂“进化”而来的。最值得高兴的是没有同学在这些具有不同程度危险的实习工种中受伤，反而在实习中不时会出现一些甜甜的笑，这是和同学们的认真与用心分不开。金工实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。金工实习更让我深深地体会到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针！



从我踏进实习单位的那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，必定会给我带来生命中无与伦比的财富。

## 一、实习目的：

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到圣鹿源生物科技股份有限公司在这里进行我的毕业实习。

## 二、实习内容及过程

1、工作能力。在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2. 实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3. 实习收获。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，圆满地完成了教学的实践任务。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。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是毕业论文积累了素材和资料。

## 三、实习总结及体会：

在摸索中，为期一个月的顶岗实习结束了。带给了我太多的回忆与反思。我虚心听取老师和同学的意见，尽我的努力认真做好每一件事。我很庆幸我和同事们的关系很融洽。同时

我在实习中也发现自己很多的不足。这次实习对我的社会经验、人际关系也有很大的帮助。

在短短的一个月里，我学到了很多的东西。这比在学校这么长的时间里学到的更精彩、更丰富。但同时也让我感到自己以前学习得不够认真等一些的问题，这次实习使我加深了对会计工作的认识和了解，进一步巩固与发展了专业理论知识，培养了独立从事会计工作的能力，坚定了我从事会计工作的理念。

我希望我们学院以后能多与相关行业联系并和他们建立长期的关系有利于开展一系列的合作。总之，要给我们实践的机会，我会在接下来的时间里认真总结，为将自己塑造成一个符合时代要求的会计工作人员而不懈努力！

我知道“万事有利必有弊”的道理，也知道“多行不义必自毙”。但十几年的理论知识仿佛就是一堆让当代人恨之入骨的赘肉，恨不得立刻恢复当初的一无所知，来避免师傅一遍又一遍的斥责。类似“别跟我说废话”“你那些只能在靠证件的时候用的到”的话，即便才工作一个月，却已经听到了太多太多。听得耳朵长茧，还依然不太愿意承认这么多年的学习其实只是为了给自己一个交代。在初次踏入社会的我们身上，可能充满着初生牛犊不怕虎的优良精神。然而如此精神带给我们的可能仅是那股不轻言放弃的倔劲而已吧。而且这股倔劲也只会让我们显得愚蠢得可笑。

几近三年会计专业的学习，给我们却是增添了不少的知识累积，但现实告诉我们，这是远远不够的。一纸会计从业资格证书加上一纸会计电算化证书并不代表多少的学业成绩，仅仅是在茫茫会计学海里的一粒粟而已。

即将踏上社会的我们还有太多太多需要学习的东西。我们没有足够的知识做铺垫，更没有足够的实战经验。如此一番并不乐观的甚至可以说是悲观的言辞，只是我这个初出茅庐

的“菜鸟”的一点牢骚。

就像喜欢说的“我允许自己像蜗牛一样一步一个脚印的开始，却不允许自己不思进取得活着。”每个人都有自己对待生活的态度，对待挫折的态度和对待成功的态度。也许并没有真正遇到挫折，也没有真正成功过，但是积极向上的态度总是对的。就像亘古不变的“谦虚使人进步，骄傲使人落后”一样，我终究会学会用适合的方式去做正确的事情。

这是一段充满艰辛和收获的经历，这是一段充满幸福和快乐的旅程，这是一段充满挫折与反思的人生，这是一件我们一生用心珍藏的礼物，这是一个不老的故事，是教师和学生用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。

我第一次真正的踏上社会，开始了两个月的工作实习体验生涯。时间不长，体会甚多。明白了那句读万里书，不如行万里路的深刻体会，也许在此时此刻的我，真实的将实习当做工作了吧。

本次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自己的适应

能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

实习在帮助应届毕业生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。通过实习，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它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。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是的！紧张的两个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这两个月来，自己的工作情况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自己还一定程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

作为一名销售人员，我们的首要目标就是架起一坐连接我们的商品与顾客的桥梁。为公司创造商业效绩。在这个方向的指导下，怎样用销售的技巧与语言来打动顾客的心，激发起购买欲望，就显得尤为重要。因此，在以后的销售工作中，我必须努力提高强化说服顾客，打动其购买心理的技巧。同时做到理论与实践相结合，不断为下一阶段工作积累宝贵经验。

其次，注意自己销售工作中的细节，谨记销售理论中顾客就是上帝这一至理名言。用自己真诚的微笑，清晰的语言，细致的推介，体贴的服务去征服和打动消费者的心。让所有来到我们店的顾客都乘兴而来，满意而去。树立起我店工作人员的优质精神风貌，更树立起我们优质服务品牌。

再次，要深化自己的工作业务。熟悉每一款化妆品的货号，大小，颜色，价位。做到烂熟于心。学会面对不同的顾客，采用不同的推介技巧。力争让每一位顾客都能买到自己称心如意的商品，更力争增加销售数量，提高销售业绩。

最后，端正好自己心态。其心态的调整使我更加明白，不论做任何事，务必竭尽全力。这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功或失败，而我们的销售工作中更是如此。如果一个人领悟了通过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他就掌握了达到成功的原理。倘若能处处以主动，努力的精神来工作，那么无论在怎样的销售岗位上都很难有所建树。

实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的二个月实习，我将受益终生。

通过此次实习，不仅培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离，对实际的工作的有了一个新的开始。实习是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

## 南京大屠杀心得体会两千字篇五

南京大屠杀，是中国近现代史上最为惨痛、血腥的一段历史。1937年，日本侵略军攻占南京后，对该城市进行了长达6个星期的残忍大屠杀，酿成了数十万无辜生命的伤亡。参观南京大屠杀纪念馆后，我深受触动，对历史有了更深刻的理解，也有了一些心得体会。

首先，南京大屠杀使我深刻认识到战争的残酷和人性的极端堕落。在参观纪念馆的过程中，我看到了大量鲜活的历史图片和文物，这些冷酷而真实的展示使我感受到了日军的残暴无情。南京城被洗劫一空，无辜的妇女、老人、儿童遭到了毫无人性的杀害和奸淫。整个城市笼罩在血雨腥风之中，人们的生活变得如同地狱一般。面对这些令人发指的暴行，我不禁感到人类的文明和善良在这时彻底崩塌，人性的黑暗一览无余。

其次，南京大屠杀让我反思了战争对于一个国家、一个人民的破坏和伤害。这场屠杀造成了数十万人的死亡，南京城的文化和历史遭到了严重的破坏。同时，无论是幸存者还是亲

历者，都被深深地刺痛和伤害。他们不仅身心俱疲，还要面对生活的困境和内心的阴影。在参观纪念馆的过程中，我听到了幸存者的亲身经历，他们虽然身经百战，但从他们的眼神中我能感受到深深的悲痛和无助。战争是多么可怕，它造成的伤害远远超出我此前的想象，使我对和平的渴望也更加强烈。

再者，南京大屠杀让我认识到历史的重要性和对历史的尊重。参观纪念馆时，我看到了大量珍贵的历史文物和档案资料，这些都是珍贵的历史遗产，是向世人再现历史真相的重要证据。只有通过对历史的学习和研究，我们才能更好地认识到历史的重要性，才能更好地保护历史，以避免类似的惨剧再次发生。我深切地意识到，我们必须铭记历史，珍视和平，向那些逝去的生命致以深深的敬意。

最后，南京大屠杀使我更加珍惜今天的和平与安定。如今的中国已经繁荣发展，人民生活水平日益提高，但这并不代表我们可以忽视或遗忘历史的伤痛。正是那些在南京大屠杀中牺牲的人们，换来了我们今天的幸福和安宁。我们要珍惜来之不易的和平与和谐，努力为国家的发展和人民的幸福做出自己的贡献。南京大屠杀的历史教训告诉我们要勇敢面对过去的错误，更要用无比努力开创美好的未来。

总之，参观南京大屠杀纪念馆给我留下了深刻的印象和一些不可磨灭的心得体会。战争的残酷和人性的堕落，战争对国家和人民的破坏和伤害，历史的重要性和对历史的尊重，以及珍惜和平与安定的意义，这些都是南京大屠杀给予我的重要教训。希望我们每个人都能认真对待历史，勿忘国耻，珍惜和平，共同建设一个更加美好的未来。