

# 焊接培训心得 军事化训练心得体会军事训练心得体会(大全9篇)

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看。

## 焊接培训心得篇一

当太阳还在沉睡的时候，我们已经整理好我们的行囊，踏上了去户外拓展的道路，全体队员凭借坚强的意志与努力使得军训拓展训练取得圆满成功，然活动中还有很多不足之处，但我们相信只要经历这种磨练，才能全面提高全体队员的意志力与凝聚力。我们正在这条道路上努力着。

第二天，我们学会了服从，体会到军事拓展训练不光是对体能的一种锻炼，更是对身心的一种考验。一个人只要有坚韧不拔的毅力、坚强的意志，相信在工作与生活中，遇到挫折时，我们会勇敢地站起来，去迎接更大的挑战。

我们明白未来的发展之路必须经受这一切的洗礼，才能取得成功。其实回头想想，我们失去的只不过是几滴泪几滴汗，而是获得广大客户与加盟商的支持与认可。此次的军训活动我们付出了汗水。然而得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚强与团结，同时让我们懂得高品质的团队是可以经得起一切磨砺与挑战的。军人的豪迈加上铁一样的纪律这正是我们在往后的工作中持之以恒的参照目标。

时间是如此的短暂，离开军事拓展基地的这天，看着教官，虽然只是短短的两天时间，面对昨日还是严肃的教官今天突

然产生难舍的感怀。时间虽然短暂，但是留给我们的将是永恒的记忆。

漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，使个个脆弱的我们慢慢变的坚强，严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，坚强。

严明的纪律，严格的'要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

事情每天都有发生，有些事就像那过眼云烟，转瞬即逝；有的却犹如热铁烙肤，难以忘却。入了八月的广州，燥热的天气并没有给人渐入凉爽的感觉，除了这天气深深地给记忆划上了一笔外，四号在黄埔军校的军事拓展训练也早早地注定了要在大家的心上再留下一道痕迹，正如高中、大学时军训的画面，会永远挥之不去。

迎着久违的清爽，乘坐着早班车，我们出发了。不在乎路途的我们，欣赏着沿途的风景，满怀憧憬，嘻哈一路，当然，也会有些许忐忑藏于心间。上午先是参观黄埔旧址，瞻仰先烈前辈，触发了心灵的震撼与感动，带着激动，我们转战去了训练场。更快地更换好军装，站齐了队伍，正式展开了场地上的训练。这次的拓展和曾经经历过的军训有所不同，没有了夹着帽檐顶着太阳军姿一小时，没有了正步，没有了饭前一支歌.....主打的是团队的协作。

期间一共做了两个团体活动：信任背摔，还有个被称作挑战国际记录的拍数字。在经历第一个信任背摔时，每个战友都吼出了对集体的坚信，仰天后摔，接着躺进集体的怀抱，安全着地。我去掉了眼镜，虽然近视度数一般，不过突然取下，还是不习惯。

当我站在上面的那一刻，真心一毫也不担心我的身重体胖，满怀着对集体的信任，准备一躺而就，外加上不戴眼镜让我有点发晕，后仰的那一瞬，我闭上了双眼，结果落地安好。虽然一个人摊开一双手很难接住一个高处倒下的人，但是一群相互鼓励相互抵掌的战友，却可以万无一失地完成。

这就是信任的力量，团队的力量。也许这个游戏让我们觉得团队是存在的，团队的力量也不能忽视，不过似乎没有让大家切身感受到少了团队的支撑会怎样。接下来的训练就让我们深有感受。

“拍数字”，我们第二队，第一次拍前，大家讨论试图采用听手掌拍地次数来操作，“疾水冲不了满杯”，结果第一次违令，第二次中途断线，下来后，我们讨论了场地嘈杂环境不允许，听音也没有视觉传输快准，最终采用了守住自己的号码，盯住上家，最后几个人拉抱结合拍30的方法。

经过训练我们一次次刷新成绩，尽管最终的团队自我突破中，大家高度集中的神经出现了断点，没能实现拍入六秒的成绩，七秒多也是新进步。如果没有大家，单凭个人，30个散布着的数字，会拍多久试想便知。

团队的执行力，凝聚力，无需言他，行胜于言。训练中的感动也是时时存在，相信每个人都不会忘记第一队，他们在80深蹲时，相互打气，数着数字，那画面很温馨，团队一直都在。

拓展仅仅是一天的时间，时间虽短，记忆长存，时时的感悟，团队精神也会永生。从讲解员起先的讲解，思考着军团的努力，终得救民就国，大家的努力，也会让工作更完善，后又训练场荷枪实弹，体会着团队的意义。

脱下军装，坐在归去的班车里，这一路退后的夜景，逝去的时间，邂逅的黄埔，长存于心，再也无法忘却。感谢公司让

我们有了这次体验和感悟，也感谢身边的战友，她们以实际行动感染着我，感谢集体，感谢有你。

## 焊接培训心得篇二

我被安排在焊装事业二部二班s22左前门门这个岗位上。这是我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安排的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上自己的职责，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误而导致不合格件的产生，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。

在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的的能力。参加工作后才能深刻这句话的含义。课本上学的理论知识用到的很少很少。我在这个岗位上，虽然每天都与焊钳打交道，如机械般重复着同样的动作。名义上在焊接，实际上几乎没用上自己所学的专业知识。确实，我得承认虽然我们来了两个多月，很多东西对我们而言还是很陌生，我们会的岗位技能少之又少，相对老员工来说，还是有一段距离，着确实是不真的事实。在工作过程我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，虚心求学，不断学习不断积累。在焊接过程中遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人。而每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。

确实踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，刚出校门的我们很多时候无法适应。环境往往会影响我们的工作态度。一个冷漠没有人情味的车间，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们毫不犹豫的想选择跳槽。我们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，无精打采地工作。

## (二) 毕业实习的体会收获:

**眼尖:** 眼尖包括观察, 再者就是有眼力见。作为一名实习生, 在单位里首先要不给人家添乱。虽然有指导老师, 但提问也要看准时机, 别在老师正在忙的时候去打扰人家的正常工作。在初步了解了行业的内部运作后, 要有针对性地去学习岗位上的具体工作, 为以后的就业打基础。

**手勤:** 尽管是实习岗位, 也不要有一丝懈怠的想法。不能把自己还看成一名大学生, 而要像正式员工一样严格要求自己, 熟悉单位的规章制度和企业文化。

此外, 端正心态和学会面对自己不喜欢的的工作, 也是实习的必修课。因为心态决定生活状态, 不要有我在学校怎么怎么或者我比你现在的员工学历高这样的优越感。要知道企业要的是实用型人才, 企业要看你是否符合他们的要求。老板给你安排工作, 可能很少是你喜欢做的。能否做好那些自己不愿意做的事情是一个人是否成熟的标志, 也是一个人能否取得人生成功的重要因素。

通过这次实习, 我从中学到了很多课本没学到的东西, 在就业心态上我也有了很大改变, 以前我总想找一份适合自己的爱好, 专业对口的工作, 可现在我知道找工作很难, 要专业的更难。很多东西我们初到社会才接触, 所以我现在不能再像以前那样等待更好机会的到来, 要建立起先就业再择业观。应该尽快丢掉对学校的依赖心理, 学会在社会上独立, 敢于参与社会竞争, 敢于承受社会压力, 使自己能够在社会上快速成长。再就是时常保持一颗学习、思考的心。作为一个大学生, 最重要的就是自己学习和思考的能力。在成飞瑞鹄这样的一个环境中, 有我们很多学习和思考的地方, 这就需要我们自己保持一颗学习、思考的心。首先在技术方面, 要刻苦的补充自己的不足没认真对待工作, 时时刻刻的思考和的学习, 同时, 在企业的环境中, 更要学习他们先进的管理和人文文化, 以丰富自己的社会知识和管理文化知识。这样,

可以为自己日后的职业生涯打下良好的基础。

## 焊接培训心得篇三

一、对电子工艺的理论有了初步的系统了解。我们了解到了焊普通元件与电路元件的技巧、印制电路板图的设计制作与工艺流程、收音机的工作原理与组成元件的作用等。这些知识不仅在课堂上有效，对以后的电子工艺课的学习有很大的指导意义，在日常生活中更是有着现实意义。

二、对自己的动手能力是个很大的锻炼。实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手能力，就奢谈在未来的科研尤其是实验研究中有所成就。在实习中，我锻炼了自己动手技巧，提高了自己解决问题的能力。比如做收音机组装与调试时，好几个焊盘的间距特别小，稍不留神，就焊在一起了，但是我还是完成了任务。

三、实习课程实习让我们学到了很多课本上没有办法学到的很多实用的东西，通过组装一个光控报警电路让我们将在课本中学习到的一些电路的组成以及一些电路元器件的工作原理以及其正常工作的检测运用到实践中，并且得到延伸以及拓展。不仅增强了实际动手能力，也同时深化了我们对课本知识的了解，以及运用。真正的做到发现问题，提出问题，解决问题的自主学习，在实践中找寻问题的所在，并运用自己所知道的知识去解释，与同学互帮互助，共同探讨共同进步。

通过了电子电工实训，我确实是学到了很多知识，拓展了自己的视野。通过这的电子电工实训，增强了我的动手打操作的能力。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手能力不够强，结果把电路接成短路，还好因为电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。而通过这的电子电工实训，我就掌握了比日光灯电路安装更

标准的电路，学会了许多。也学习了一些低压电器的有关知识，了解了其规格、型号及使用的方法。

通过了这电工的实训，也培养了我们的胆大、心细、谨慎的工作作风。总的来说，这次的实习是一个非常宝贵的经验，让我们能更多的接触到生活中实际存在的电路学着排查问题，进行简单的处理，不致毫无头绪，对于今后的生活学习等也起到了一定的积极因素。希望以后能多点类似此类的实际操作课程，将实际与理论更好的结合起来。要求学生掌握电烙钱的正确使用的方法，避免意外的受伤。

总的来说这次电工的实训，也培养了我们的规范化的工作作风，以及我们的团结协作的团队精神。

## 装配与焊接实训心得体会2

时间过得飞快，转眼间，为期两周的电子工艺实习结束了，带着一丝不舍，我离开了实验室，在这两周里，我有许多收获，学到了许多新知识，新技能，特别是对实验室里一老一少两位老师印象尤其深刻，在工作中，同学们互相帮助，老师悉心指导，学习气氛很浓厚，下面我说一下这两周的心得体会。

第一周，我们熟悉了电子装焊工艺的基本知识和原理，学会了基本的剥线，电路板焊接等基本知识，在这乏味的一周里，每天不停地剥线，焊接拆装电路板让我们很头疼，这么小的电路板上密密麻麻排布着几百个焊孔，我们要把电阻，铜导线一个一个地拆下来，再一个一个地焊接上去，当时心里真的非常烦，认为这些东西学起来实用性不大，开始剥线的时候老是把线弄断，后来老师教了我们一种方法杠杆原理，我们看着老师轻轻松松地把线皮剥下来，心里又佩服又不服气，老师怎么那么容易就弄好了，可是我们却费了那么大劲儿也剥不下来一个，后来我好好地体会了一下，原来杠杆原理是靠两把钳子的力矩大小，轻松把线剥开。接下来就是拆装焊

接电路板了，这就更麻烦了，这个前提是要学会使用电烙铁，起初老师说的我都不敢去用，后来自己试了试，感觉还是比较简单的虽然被烫了两下，但是这更让我记住了电烙铁的正确使用方法。在小小的电路板上，几百个小孔都要一一用焊锡把铜丝焊住，我认为在练习焊接技术的同时，还在练习我们要耐心的能力，如果没有耐心的话，这些小小的铜线肯定会有焊不牢或者出现荷叶上的水珠的不润湿现象。在初步学会了焊接之后，老师让我们进行焊接正方体和自由焊接，正方体的焊接很容易，这时就用到了我们前两天剥线的技术了，很轻松，正方体焊接完成，自由焊接我焊接的是摇椅，不过缺点就是不太像。随后，我们又练习了导线的连接，并且自己制作了网线，了解了网线如何制作出来，还使用了许多过去没接触过得工具，比如老虎钳第一周就这样过去了。

第二周，是把第一周学习的技术运用到实际，我们的任务是做一个充电器和一个收音机。充电器尤其复杂，电路板上，我们运用的技术是通孔安装，特别是那个排线，这跟断了那根断，当时真有不干干的冲动，老师也说那个排线很麻烦，后来在同学的帮助下，终于安装完成了排线，充电器做的还算成功，主要就是要细心，有耐心就好，实习的目的除了让我们动手，注重实践，学一些新知识外，另一方面就是锻炼我们的耐心。后来，更加麻烦的任务又来了，制作一台收音机，运用了表面贴装技术。收音机的电路板很小，上面的元件更是小的不行，电容，电阻都是芝麻大小，我们一个一个的把他们安装上去，请求老师焊接。最后一天，需要完成收音机任务，老师已经帮我们吧电容电阻焊接在电路板上，剩下的任务就是自己照着图纸自己安装元件，焊接，经过一天时间，收音机终于做好了，而且能收到8，9个台，看着自己的劳动成果真的很高兴。

电子工艺实习快结束的时候，老师跟我们说了许多话，其中最重要的，除了好好学习外，那就是：复杂的事情简单做，简单的事情仔细做，仔细的事情重复做，重复的事情有创造性做。我觉得这句话很好，这句话。经过这两周，我真的学



到了很多知识，这是以往实习从来没有感觉到的，相信这次实习在我以后的学习，工作生涯中一定会有帮助的，感谢两位老师，感谢学校给我们这样的实习机会。

### 装配与焊接实训心得体会3

电子工艺实习是一门教我们电子线路设计与制作的基本技能的课程，老师的谆谆教导，同学的融洽合作，以及这门课程自身所散发出的强大的实践性与趣味性一下子就深深的吸引住了我。

本学期的电子工艺实习，我收获了很多，也感悟到很多。电子工艺实习，它已不仅仅是一门印在课程表上的课程，还是一次崭新、充满挑战的实践，是一段珍贵的体验。从中我学习到了画图、焊接以及其他零件的用途与方法，在焊接电路板时，也学到了很多的东西，比如焊法、零件的形状和种类、元器件的基本常识等等。真是让人受益匪浅，终于能体会到不同零件的奇妙组合中展现的人类智慧的结晶。知识的重要性在我心中再次提升，电子产品知识产权的垄断，让我既看到了机遇又看到了挑战，学习是现在我们唯一的行动方针。

别看我是个女孩，但是记得小时候我可是一个分裂份子，家里上上下下的电子器品没什么能逃脱我的魔爪的，但可惜的是它们只能有分离而没有团聚的那一天。通过实习，我发现自己开始摸索到了一点门路，第一次如此清晰的了解组装一个电器的全部过程，对一些电子器件内部有了一个新的认识，原来无论哪都存有人类的汗水啊！

在这次电子工艺实习中，我最终要做的是一个5号电池的充电器，以及一块可以报警的电路板。实习的过程中，首先需要学习使用电烙铁(焊枪)，在练习焊接时，我时刻默念老师教的焊接步骤，遵循正确的步骤才是最简洁的方法。但尽管如此，我还是尝到很多挫败感。虽然我多次失败，虽然时常也不乏出现一些虚焊点或是东倒西歪的焊点，虽然对自己第一

次的杰作说实话都有些厌恶，但是我仍然对此由衷的感谢。因为如果没有失败的练习哪里有现在值得骄傲的成功作品。与此同时，我还体会到合作的乐趣和同学间的友情。和班长一起合作一学期以来，我们一起讨论电路原理、器件选择，也相互补充并发现漏洞，失败时相互鼓励着重新来做，有突破时一起开心的'笑。当见到其他组的同学的进度比我们快，做的比我们好时，我内心也不由得着急起来，开始手忙脚乱，在这里我要感谢周围同学对我及时的帮助，让我感受到集体的温暖，让我重拾信心。当然我们组也不是一直都是最差的，我也会经常的去帮助其他组的同学，这让我时常能够感受到帮助他人的快乐，以及感受到自我能力价值的体现。

最让我印象深刻的是陪我们度过这一学期实习的老师，睿智善言的老师总是起着提纲挈领的作用，引发我们的思考；总是亲切的微笑的老师温柔和蔼，总是细心的提醒我们各种事项；耐心负责的老师教授我们画图的方法，遇到困难时，常在左右；看是严肃犀利的老师，却总能在我不知所措的时候给我一些提点；温和谦逊的老师从容淡定，又能熟练清晰的指导我们，亲力亲为，富有耐心……老师还给予我们很多的帮助，我都会记在心里。

回想起这段实践，我们曾经如同白纸一无所知，慌张，不知如何下手，慢慢有了头绪，却总犯着或大或小的错误，经历了懊恼、后悔、烦躁、恍然大悟、欣喜若狂……现在留在心中的却是一份淡然和从容，看着一步步的成果，之间不知绕了多少弯路，收获到的经验，是课本上永远读不来的。

虽然遇到了太多的麻烦，不过我们组最终完成了自己的作品，非常的欣喜！自己在这短短的一学期里学到了很多知识，锻炼了自己的很多能力。总的来说，我对这门课程是热情高涨的！第一，通过实践真正觉得自己可以做些什么了有点存在的小成就感；第二，通过电子工艺实习，加强了我们的动手实践能力和设计创新精神，作为信息时代的大学生，基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件；第三，在电子工艺实

习的这些日子里，大家的团队精神得到了很大的加强。因此，非常感谢这不同以往的，习性工程教育改革的，具有很大的自主性的，使我们能够发挥主观能动性的一一电子工艺实习！

#### 装配与焊接实训心得体会4

通过几天的实习，使我懂了很多很多的道理，真可谓是“受益非浅”啦，这次我们的实习任务，固然算不上很重，其任务就是按图安装一些简单的照明电路。原理谈不上很复杂，但是真正要安装起来那得费一把劲，由于是四位同学共用一个工位，最重要的是双方协作精神，这一点我体会最深。

第一次看着电动机通过自己动手接线转起来，那种感觉是自豪的。自己在心里会说：“呃，我也能让电动机转起来，哈，开心。加油，实在这蛮好玩的嘛”。

我们的老师总是先给我们讲一些理论的内容，再预备让我们接线。刚开始接线时我们就按着图接下来，一点秩序也没有，所以接好了的线看过往乱乱的像蜘蛛网一样。现在想到都觉得可笑。

通过了这一周的电子电工的实训，也培养了我们的胆大、心细、谨慎的工作作风。由于前面的三个实训是通过接上日常低压电路来完成的，所以就要讲求用电的安全，不许用手触及各电气元件的异电部分及电动机的转动部分。也要求操纵的时候要心细、谨慎，避免触电及意外的受伤。

在后面的几个实训中用到了电烙铁，也是要求学生把握电烙钱的正确使用的方通过这为期一周的电工实训，我确实是学到了很多知识，拓展了自己的的视野。

通过这一次的电工实训，增强了我的动手打操纵的能力。记得我在读高中的时候，我帮家里安装一个开关控制电路，由于自己的动手法，避免意外的受伤。能力不够强，结果把电

路接成短路，还好由于电路原先装有保险丝，才没有造大的安全事故。

而通过这一次的电工实训，我就把握了日光灯电路的安装，学会了白炽灯的两地的控制方法。也学习了一些低压电器的有关知识，了解了其规格、型号及使用的方法。更主要的是，我还学会了电路的接线及检查的方法。

通过这一次的电工的实训，也培养了我们的规范化的工作作风，以及我们的团结协作的团队精神。

## 焊接培训心得篇四

- 1) 机械伤害；
- 2) 物体打击(击伤)；
- 3) 高处坠落/跌/摔伤；
- 4) 起重伤害(砸伤、碰伤等)
- 5) 车辆伤害；
- 6) 辐射/触电；
- 7) 眼部灼伤等。

在我开始正式工作后，逐步真正体会到了这一切有多么地重要。

首先是从穿戴劳保用品开始，领取了劳保用品，在车间内必须严格按照要求穿戴，这在我走上岗位的那一刻起便深深体会到了。摆放着的零件，尤其是在我们点焊车间，零件全是金属，质量重，而是锋利的毛刺，之前培训时觉得以后注意点

就无所谓了，但是当身处在真实的环境中来，我才真正地提起了警惕。在工作中，劳保用品避免了我们受很多伤害，但是还需要严格按照规定、按标准来开展工作，取工件必须拿稳，装夹一定要细心，水电气开关和一切器械的状态必须得确认为一切正常才能开始工作，作业手法和顺序须严格按照标准书来执行，所有物品必须按指定位置摆放。

我先是跟着班长及老员工学习开工前的点焊机和零件的检查、这主要是为了保证安全生产的前提，点检表上面写了具体的检查内容，我们根据它来依次确认圈检，如果有任何不正常的状况出现，会立即报告班长，马上进行处理。其实学用悬点的过程是最有趣的，也是最讲技巧的。焊枪虽然有吊环吊着可以抵消自身的重力，但是能有重量，移动起来不方便，我在使用的时候一开始不会用力，反而被它扯得我重心都不稳；还有就是焊的过程，要打准位置不容易，要打在规定的范围内，才算合格。在这里一段时间后就对各个机器有了很好的掌握，也做到了怎么焊接每个零件，在这里充分运用了我们在学校所学的理论知识。

现在实习已经结束，在这宝贵的几个月里，既认识了许多新朋友，学习了很多新知识，我觉得更重要的是在个人的感知和意识上有了改变，通过这次实习给了我一个新的学习方向。感谢这次实习，让我获益匪浅，以后我会继续努力、通过不断地努力来提升自己。

## 焊接培训心得篇五

组装万用表，看似简单，万用表也是我们日常生活经常看到和用到的，可这就包含了两大难点：一是焊接电路，二是万用表的安装。

1. 焊接前一定要注意，烙铁的插头必须插在右手的插座上，不能插在靠左手的插座上。烙铁通电前应将烙铁的电线拉直并检查电线的绝缘层是否有损坏，不能使电线缠在手上。通

电后应将电烙铁插在烙铁架中，并检查烙铁头是否会碰到电线等易燃用品。烙铁加热时以及加热后不能用手接触烙铁的发热金属部分，以免烫伤或触电。

2. 新电烙铁的最初使用，新的电烙铁不能拿来就用，需要先在烙铁头镀上一层焊锡，方法是：用锉刀把烙铁头锉干净，按上电源，在温度渐渐升高的时候，用松香涂在烙铁头上；待松香冒烟，烙铁头开始能够熔化焊锡的时候，把烙铁头放在有小量松香和焊锡的砂纸上研磨、各个面都要磨到，这样就可使烙铁头镀上一层焊锡从而加强烙铁头寿命。

3. 如果烙铁头上挂有很多的锡，不易焊接，可在烙铁中带水的海绵上或者在烙铁架的钢丝上抹去多余的锡。不可在工作台或其他地方抹去。

4. 焊接练习板是一块焊盘排列整齐的线路板，先将一根电线芯剥出，插入焊接练习板的小孔中，练习板放在焊接木架上进行焊接。

5. 焊接时先将电烙铁在线路板上加热，大约两秒后，接焊锡丝，观察焊锡丝的多少，不能太多，造成堆焊；也不能太少，造成虚焊。但焊锡熔化，发出光泽时焊接温度最佳，应立即将焊锡丝移开，再将电烙铁移开。为了再加热中使加热面积最大，要将烙铁头的斜面靠在元件引脚上，烙铁头的顶尖抵在电路板的焊盘上。焊点高度一般在2毫米左右。

之后就是万用表的安装，主要分为以下几步：

1. 二极管、电容等的认识：

判断二极管极性时可以用实习室提供的万用表，将红表棒插在“+”，黑表棒插在“-”，将二极管搭接在表棒的两端，观察万用表的偏转情况。

注意观察在电解电容侧面有“—”，是负极，如果电解电容上没用标明正负，也可以根据它引脚的长短来判断，长脚为正极，短脚为负极。

## 2. 万用表中元器件的焊接：

一致，元件插好后，要调整位置，使它与桌面相接触，保证每个元件的焊接高度一致。焊接时，电阻不能离电路板太远，也不能紧贴电路板焊接，以免影响电阻的散热。

当元件焊错时，用烙铁将元件脚上的锡尽量刮除，然后将电路板竖直放置，用镊子在黄色的面将元件引脚轻轻夹出，在绿色面，用烙铁轻轻烫，同时用镊子将元件向相反方向拔除。

## 3. 电刷的安装：

将电刷旋钮的电刷安装卡转向朝上□v形电刷有一个缺口，应该放在左下角，因为电路板的3条电刷轨道中间的2条间隙较小，外侧2条较大，与电刷相对应。当缺口在左下角时电刷接触点上面有2个相距较远，下面2个相距较近，一定不能放错。电刷四周都要卡入电刷安装槽，用手轻轻按下。

以上都结束之后就是万用表的调试了，先装上电池和后盖，将红黑表笔分别插入“+”“-”极，档位开关旋转至欧姆档，红黑表笔靠在一起，观察指针是否转动，并微调校零旋钮进行校零。校零之后，用红黑表笔进行测量电阻阻值，或测干电池两端的电压。如果电压指针反偏，一般是表头引线极性接反；如果测电压示值不准，一般是焊接有问题，应对被怀疑的焊点重新处理。

一周的实习就这样结束了，我回过头想一想总体的感觉虽然辛苦，但很充实在这一周里，我学到了很多有用的知识，我也深深地体会到焊接的辛苦，总体上这一周给我留下的宝贵经验是永远难以忘怀的，并将作为我可以受用终生的财富。

这次实习给我的体会是：第一，在了解、熟悉和掌握一定的焊接基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的实践能力、创新意识和创新能力。。第二，在整个实训过程中，老师对我们的纪律要求非常严格，同时加强对填写实习报告、清理工作台、遵守各工种的安全操作规程等要求，对学生的综合工程素质培养起到了较好的促进作用。

这次的实习使我们对自己所学的知识有了进一步的认识，更提高了我们的动手能力，使我们受益匪浅，终生受用。

## 焊接培训心得篇六

丁霞

我有幸参加了这次公司组织的“星火”训练营，抱着期待和学习的心情，我参与其中，收益良多，给我的人生上了生动的一课。

我们这次星火训练营，来自金华市各个公司，一共分为五个大组，分别是“金星”组、“木星”组、“水星”组、“火星”组、“土星”组，每组有8个人，我是“火星”组的一员，其中组织了许多活动，充分调动了大家的积极性，一年的活动下来，感觉就是不一样。在这个训练营中认识的许多人，每个人都是那么的和蔼可亲。大家都全程全身心投入，互相帮助，展示出了最精彩的自己，因此次活动也拉近了彼此的距离。教官也不是严肃敬畏的，而是幽默风趣的，同伴也不是生疏冷漠，而是热情热心的。

“态度决定一切；成功者，学习者。”这一句话倒是伴随着我走过了每一个训练营的日子，一直支持着我去定下每一个小小的计划和目标，使自己更快的成长和成熟。在这次训练营让我学到许多丰富的非车险知识，对我在从事的非车险工作上面发挥了很大作用，总是能学到条款以外的新知识，如



法律知识，关于境外救援的知识等等，特别是各位教官的博学多才让我心里敬佩不已，暗暗下定决心成为有丰富知识的人。对团队的理解和重要性有了更深一层的认识。团队的力量是何其伟大！个人不过是高楼上的一块砖，大海中的一滴水，世间的一微尘而已！从我们的出生，成长到成材，什么时候离开过团队而能生存的？小时候有家庭这个小团队，是爸爸妈妈在默默的支撑着这个家！让我茁壮成长；读书有学校团队，是老师的殷殷教导和同学们的热心帮助，使我能成材；工作有公司团队；是领导的英明决策和同事的精诚合作使我工作起来如鱼得水！训练营中许多活动让我感触颇深，我本身有些胆小，缺乏勇气，但在训练营活动中勇敢的走上台发表我的看法和想法，积极参与其中，在磐安组织的挺进大盘山活动中，自己体质本身比较弱，耐力不够好，大盘山又比较险，是同伴的一次次鼓励和帮助，也觉的不那么累了，爬的更有劲，终于爬到了山顶，战胜了自己，人生就像一座座高峰，只有战胜了自己，才能看到最美丽的风景。在晚上的晚会中，充分发挥自己会唱歌的特长，代表火星组表演了独唱节目，接受到了许多掌声和赞美声，使自己变得更有信心，现在面对更多的人也不紧张而是勇于表现自己，展示自己，发挥自己的长处，弥补自己的短处，而这些都要谢谢我的团队和伙伴们，是他们给了我勇气和鼓励，通过这次活动，我的感想是：做什么事都需要有信心和耐力，要有团队精神，靠你一个人是无法很好的完成任务的，只有信任你的伙伴发挥大家的智慧，才能出色的完成任务，不要总想公司能给你什么，要想想你能为公司做些什么；在对待工作和生活时，时刻提醒自己所肩负的责任，无论对上下级的沟通，对具体事物的处理，对细节的关注，都离不开自身的责任感。同样，在集体目标的实现过程中，要学会换位思考，多替别人着想，可能会为目标的实现发挥更大的能量，最终和团队一起成长。要学会赞许别人，敢于表现自己！要把每天的工作和学习当作一件非常快乐的事情，那样你就会感受到幸福。学会理解和包容别人。知道了怎样去和别人交流沟通，懂得了去嘉许和欣赏他人！有了丰富的非车险知识做后盾怎么应用到业务中，更是有了一颗感恩的心以及爱心和责任心！超越自己就

会创造奇迹！

从现在开始，我将把这次训练中所学到的宝贵经验好好的运用到公司工作和自己的生活中。

我的行动计划是：

1. 把这次训练中所学到的宝贵经验和帮助过我的朋友一起分享。2. 未来的日子里我会不断的温习在这次活动中所感悟的道理，不断总结完善自己。

3. 把在活动当中学到的运用到工作生活中。

感言：

我们很渺小，但是我们可以爬上大树看风景。

## 焊接培训心得篇七

提笔写心得体会，感觉有好多话好多体会要说，却不知该从何去说，或许是因为感触太深，或许是因为感动太多，又或许是因为感悟的太多太多，总觉得需要思考的太多，自己还没有将思绪整理好，拓展训练心得体会。这是有生以来唯一一次对自己最深刻的深圳拓展培训，唯一一次有最深的心得体会，或许是因为内心受到了巨大的震撼，心情到现在仍难以平静。内心有太多的感慨，无法用语言来表达，似乎那体会，那感觉，那感动，那心灵的触动，那满脑的思绪飞扬，令人无法整理。

在信任背摔、高空挑战自我两项活动中，我深深体会到团队凝聚力、团队成员互相信任的远大意义。一开始我非常害怕，恐惧心理困扰着我，心跳加速，然而看着自己团队的队员一个个在深圳拓展公司背摔台上勇敢完成任务，我终于鼓足勇

气爬上了高空，队员们在下面“加油、加油”的声音鼓励着我，让我克服了恐惧心理深圳拓展基地，超越自我，完成了这两项活动。如果没有团队队员的鼓励、没有信任队员的心理我是不会超越自我完成任务的。同样在工作中我们处理不好科室成员的关系，工作将会是一团糟。

一个团队如果没有共同目标、没有核心领导，那么这个团队就是一个失败的团队。在穿越电网、七巧板活动中我们就没有把团队的核心运用好，结果尝到了失败的痛苦，付出了不该有的“牺牲”。在工作中我们的企业没有了共同的目标、没有一个好的核心领导，企业的经营将一盘散沙，团队的向心力、凝聚力将大大削弱，员工的希望将渺茫无望。

本次茫茫人海活动中让我体会到了亲情、友情，感恩于每个周围的人。没有帮助你的人，就不会有自己的不断进步；没有父母的养育之恩，就不会有自己的茁壮成长；没有妻儿的亲情就不会有自己幸福的家庭；没有集团的发展平台，就不会有自己的美好生活；没有同事、同学的友情，就不会有自己舒畅的心情。

两天的深圳拓展基地培训虽然结束了，但三天的游戏和拓展项目还历历在目……，在训练中我们营造了团队氛围，培养了团队意识，同时挑战了自己，锻炼了自己。在今后工作中，我们要把拓展训练中的经验运用到实际工作中去，用一颗感恩的心，真诚的回报集团公司给我们提供这样一次培训、提高的机会，我将尽心尽责，努力完成集团公司交办的各项工作，为集团公司做强做大贡献我的力量。

## 焊接培训心得篇八

1、在了解、熟悉和掌握一定的焊接基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的实践能力、创新意识和创新能力。使理论与实际相结合，巩固了我的所学的知识。

2、培养和锻炼了我的劳动观点、质量和经济观念，强化遵守劳动纪律、遵守安全技术规则和爱护国家财产的自觉性，提高了我们的整体综合素质。

3、在整个实践过程中，对纪律要求非常严格，制订了学生实习守则，同时加强对填写实习报告、清理场地、遵守各种的安全操作规程等要求，对学生的综合素质培养起到了较好的促进作用。

4、实习过程中大家相互帮助相互学习，学会了如何团结合作，增强了同学间的友谊。

5、在实习过程中我们取得的劳动成果，让我们有种自豪感、成就感，这是难以用语言来表达的。

这次实践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。更让我深深地体会到人生的意义，实践是真理的检验标准，通过这次实践，我了解到很多工作常识，也得到意志上锻炼，有辛酸也有快乐，这是我学生生活中的又一笔宝贵的财富，对我以后的学习和工作将有很大的影响。

## 焊接培训心得篇九

拓展训练是现在很多公司集团都在进行的，为了做好团建活动，提升员工专业素养，锻炼大家的实际动手能力，作为一名员工，参加班组长拓展训练，你有什么感悟？下面给大家带来的是20xx年集团班组长拓展训练营心得体会。

11月20日-23日，我参加了集团公司工会主办的“扬正气树新风”企业文化节系列活动之第三期班组长拓展训练营。学习过程中，我边学边思，边思边悟，3天半的课程，在老师的答疑解惑和学员们的交流互动中悄然而过。

三天半的学习，是一次知识的积累，是一次认识的提高，更是一次素质的提升。学习中，我反思过去，规划明天，针对如何做好班组建设工作找到了一些答案，在此，与大家共享。

充分挖掘地域资源优势，从历史、人文、地区特色等角度深化品牌建设。从现实情况看，许多班组建设难以形成有内涵、有特色的班组。文化引领的目的，最终是为了形成内涵丰富，更具文化底蕴的班组。

没有规矩，不成方圆。完善的规章制度是做好班组建设的保障和依据，建立健全规章制度，规范班组成员行为，增强约束机制，确保各项工作有章可循，有规可依。

班组长作为兵头将尾，具有管理班组的各项权利，要用好这些权利，就要坚持原则，不徇私情。否则，就会引起员工不满，影响班组的和谐团结，使队伍失去凝聚力、战斗力。只有坚持原则，奖惩分明，才能把员工的积极性调动起来，更好地发挥员工的主观能动性。

一名优秀的班组长必须做到身先士卒，率先垂范，有了榜样的力量，才能够凝聚队伍士气，调动员工的积极性。要身体力行，严格遵守各项规章制度，起到模范表率作用，让员工心悦诚服服从你的管理。

民航的工作性质决定了安全、服务是整个生产过程的关键因素，员工素质的高低关系到每个航班的平安起降和服务产生的社会效应。加强班组建设，就必须把员工队伍素质的提升作为重要工作来抓，从安全知识到服务意识，从理论知识到岗位实操，要帮助员工进行职业规划，真正让员工在企业发展的同时，实现职业发展。

班组作为企业最基本的组织细胞，承担着重要且基础的工作，而对人、财、物的使用没有决定权，这就需要管理者要深入了解班组建设中存在问题和困难，适时给予指导帮助，对班

组建设中出现的难题及时上报公司予以解决，杜绝充当“甩手掌柜”，“信息员”的角色。

以上是本人在学习、工作过程中的一点心得体会，不足之处请批评指正。