

申论课心得体会(实用10篇)

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。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

申论课心得体会篇一

此次教学实习我们在实习指导老师的指导下，顺利完成了教学实习的安排，达到了实习的目的地和要求。为我们日后从事相关工作提供了一个难得的锻炼机会。

通过此次教学实习，我们不仅巩固了自己的理论知识，而且极大的锻炼了我们的实践操作能力。实习中有许多知识课本上是没有的，我们学到了更加明确可行的操作技术和应用理论。如何充分灵活利用自己课堂知识进行实际操作，锻炼自己的实践操作能力，这次教学实习给了我们一个充分锻炼自己的机会。

通过着此次教学实习，我们不仅巩固了自己的理论知识，而且极大的锻炼了我们的实践操作能力。走出校园，走进大自然的怀抱，感受大自然的魅力。这次野外实习我们不但欣赏了__秀美的自然景色，调查了解马地质地貌的类型和地质变化，而且学习并掌握了野外地质地貌实习的一些调查研究方法，提高了我们的知识应用与实践能力。在野外实习的过程中，虽然非常的劳累，但看到如此的美丽的自然景色，实习后的成果心里还是非常愉悦。这次教学实习让我们受益匪浅。

但同时在调查过程中我们也发现__旅游开发一些不合理现象，存在着不少问题。例如北部的大山，南部的、宝安山、团山，由于长期垦殖，过度放牧及人类经济活动综合影响，水土流失严重，土壤干旱贫瘠，岩石_露，原生植被破坏殆尽，只有赤松、

栎类稀疏分布, 河流及山沟两侧有零星枫杨、槐树等等。因此如何充分利用__天然的资源优势, 实现经济、社会、生态的大丰收是开发者应慎重考虑的。

目前花江大峡谷旅游开发刚刚拉开了序幕, 我们相信开发者会充分合理利用花江大峡谷的天然自然资源和人类的智慧, 让自然保护区焕发出新的乐章, 实现经济、社会、生态三方面和谐发展, 造福人类。

申论课心得体会篇二

转眼间, 短短一周的认知实习已悄然过去了。在这次实训中, 我们都真正把课堂所学的理论知识运用到实际业务中, 掌握了许多平时生活中很少接触的实践技能。这无疑对于我们港口与航运管理专业的同学来说意义重大! 虽然是短暂的一周认知实习, 但不仅让我们对港口基本情况、国际贸易的基本知识、单证的流转、佛航系统的操作、货代系统的操作等有了更加深刻的了解, 并且为我们毕业后走上工作岗位打下良好的基矗与此同时, 此次认知实习还让我深刻感觉到自己的专业知识还不够扎实, 佛航系统、货代系统的操作还不够熟练。总的来说, 在此次认知实习中, 我无论是专业知识还是操作技能上得到了很多的进步。

一、 经理: 录入基础数据、公司信息、船舶资料、工作人员(搬运班、拖车司机)车辆机械管理(记工号)等资料, 依办单员需要, 进行反确认操作, 记录箱位。

二、 船代: 船单资料录入, 包括舱单表头和货物明细录入, 存盘, 提交。

三、 港口办单员: 审核船代提交的舱单录入内容, 如需要变更, 则请示经理进行反确认, 然后修改船单数据, 最后确认舱单; 进入船舶动态计划界面, 新建船舶动态资料, 录入船舶

动态计划;确认船舶清关, 提交作业申请。

四、 港口调度员: 确定集装箱的堆存箱区, 提交, 待箱控员工作完毕, 确认该次卸船作业完毕, 并会同闸口管-理-员完成提重箱作业和收空箱作业。

五、 港口箱控员: 确定集装箱箱位, 包括卸船作业放置的重箱箱位, 收箱作业空箱的位置;记录新增集装箱箱体状态。

六、 闸口管-理-员: 设备交接单的制作;进出闸口的登记管理, 协同作业人员完成最后进出闸口的提箱和收箱作业
师范生实习心得体会师范生实习心得体会。

通过这次的上机进行贸易模拟训练使我们对以前所学过的相关知识有了一次比较系统的回顾, 又在训练中对佛航系统的流程及操作有了更加深刻的体会, 这对我们未来的工作在思想上做了充分的准备。再者, 本次模拟训练给我最大的体会就是操作细节的细腻及流程的缜密, 各个流程相互衔接, 上个流程的疏忽将会导致下个流程无法完成, 某一细节的不慎错误或纰漏将会导致整个流程操作前功尽弃, 这为未来的实际工作敲响了警钟: 做贸易一定要仔细谨慎, 否则将会给个人和公司带来很大的损失。

(1) 航行用--号灯、号型、号笛和雾航锚泊时 用的号钟及号锣。

(2) 通信用--通信信号灯、白昼信号灯和信号 旗。

(3) 救助用--烟雾用信号(红光火焰、白光火焰、 橙色灯雾), 声响信号(声响火箭、声响榴弹), 红光降落伞信号。

除此之外, 我们还了解到一些船上救生的方法, 例如, 学习如何利用绳子来救生;学习如何穿好救生衣;了解防毒面罩的作用及用法等等。

第二天，在指导老师的带领下，我们参观了华南最大内陆港口新沙港。新沙港现已建成3.5万吨级泊位10个，最大可停泊11万吨级轮船，设备先进，装卸、仓储、疏运快捷便利，年吞吐量达4000万吨以上，占整个广州港集团的五分之一强。在港口里面，我们见识了很多港口设备，其中包括堆料机、取料机、堆取料机、皮带输送机、龙门起重机、正面吊、轮胎式龙门起重机，吸粮机等等。并且看到轮胎式起重机一次完整的作业过程。这可是让我进一步加深了对轮胎式起重机作业的认识，轮胎式起重机可以堆3~4层，堆场利用率比较高，可靠性较强，比轨道式起重机使用灵活，并且是目前港口主流设备，但是它的翻箱率较高，只限于堆场使用，堆场建设投资较大，作业效率比跨运车低。而最激动人心的是，我们还看到汽车滚装船的汽车卸船作业。

通过在港口的参观，可以使我们认识到在实践中接触与本专业相关的一些港口设备，促进我们对港口的认识，并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，提高实践动手能力。

第三天，我们进行了佛航系统的考查后，紧接着我们进行了货代系统的上机学习。主要是熟悉货代系统的操作以及一些单证(报价表、托运单、订舱单、委托单)的输出。在学习货代系统的过程中，我深刻的感觉到要想在货代行业上有所作为是件不容易的事。因为要具备一定的货运代理的基本知识和一定的英语口语水平，对世界的各个港口、航线要有一定的了解。除了具备这些硬性条件外，在实际业务中，我们更加应该保证做到耐心、细心、多心。单证是一个非常重要的部分，要是单证上的资料数据不统一，那么就有可能给货主或船公司带来损失或不便之处。

第四天，复习货代系统后，我们参观航海模拟器训练中心。在模拟室里面，我们进行了船舶航行的模拟以及了解一些船舶控制中心的一些设备功能。在模拟开船的期间，我受到深

刻的感触，成为一名船员，我们除了学好一些专业知识外，更加需要在大学期间加强个人心理素质、压力承受能力的锻炼。因为在航行期间遇到暴风雨火或其他意外事故时，必须保持一个冷静的头脑来处理事故。接着我们还参观了一些船上设备，例如：磁罗经、卫星导航仪、火灾报警器、雷达等等。随着经济的发展，科学技术的更新，船上的设备也不断地完善。因此，我们在校期间就应该抓紧时间来学好专业知识，时刻关心行业的发展，设备的更新情况。以便为我们毕业后的工作岗位做好铺垫。

最后一天的认知实习，我们把佛航系统、货代系统系统的复习一遍后，我们通过参观轮机自动化机舱实训室了解到很多轮机方面的船上设备，包括了压载水仓，燃油仓，油污水处理装置，分油机，锅炉系统，焚烧炉，造水炉等等。其中我了解到压载水仓主要是起平衡的作用，分油机就是用来分离油里的杂质的。从观看这些设备中，就可以感觉到要想成为这一行业的成员，必须经受得起环境的压力。因此，在我们大学期间，要充分利用时间学习好专业知识，积极参加学校各种校园活动来提高个人的其他方面的能力。

本次实训，可以说是一笔珍贵的财富，它给我带来了许多深刻感触。我总结了在进出口贸易业务中的经验和教训，帮助我在以后的学习过程中不断充实自己，更加关注国际的经贸环境，加强实例分析能力并加强训练，增加感性认识，努力提高业务责任和商务运作能力，真正做到学以致用。

在以后的日子里，我会更加珍惜在学校的每一次的学习!相信，有了这一次实训经历，无论是今后的学习还是日后的工作，甚至是未来的生活，我都会更加清楚，自己想要做什么，该做什么，该如何做，怎样才能做好。此次实训将是我今后人生的一个良好开端，它使我学到了很多的东西，为今后的学习做了引导，点明了方向，我相信在不远的未来定会有属于我们自己的一片美好的天空。

申论课心得体会篇三

期末前，我们土木工程专业学生的第一次实习开始了，实习分两部分：参观中铁的隧道施工、广东工业大学校本部实验室现场与在中铁工地现场观看录像，大学生土木工程认识实习报告总结报告。通过参观学习使我们对建筑施工和结构实验有了初步的认识，这对我们将来的学习和实践起了提示了向导的作用。现在我就对参观施工现场与建工实验室这部分内容作一个总结。

上午：参观广东工大学建筑系的实验室

实验室的作用在于给结构设计师一个能检验其设计可行性的场所，这对建筑物的安全性和可靠性是至关重要的，同时也是科学实验所必备的。

下午：参观中铁隧道施工现场

星期五下午我们参观了中铁公司在建的海珠区的一条隧道。当我们到达集合地点时，我看到同学们头上都戴着工程帽；同时工地的生活区与施工区的门上也写着：不戴安全帽者不得进如施工现场；当然在施工现场结构主体外面的防护网上也写着标语：安全责任，重于泰山；由此可见在建筑施工当中首先要注意的问题就是安全问题。过去由于生产企业不重视民工安全造成了很多工伤和死亡事故，这些事故给工人和企业带来了很大的损害！同时，为了确保施工能顺利进行和施工的安全，工地是要用砖墙围护起来的，只有建筑施工的各种车辆和内部人员才可以出入，我们实习也要经过他们的同意呢！

进到施工区，我们一眼就看到了满是管片的施工现场，当时感觉这样的隧道施工其实也没什么难度，不想房屋建筑那样，结构主体给我的感觉就是一个“圆柱形”。这个可能是因为我把它与农村里打井钻井联系在一起的缘故吧。隧道上面，这个场地是堆放建筑材料用的，可以看到所堆放的建材主要

是管片，没有水泥、砂、石之类的建材，这是因为现在都已经采用了成品混凝土来浇筑结构了。这样可以保证混凝土的质量，减少施工浪费和降低生产成本。

我们跟着现场管理员，在老师的带领下下了隧道，我们踏上用钢管和铁网搭接成的梯子，开始觉得很危险，四周都有伸出来的钢管或铁条。进口处西四周都是水泥墙，还真的有点担心泥土倒塌……有三四层楼那么高，我们可以清楚地看到支撑上部重量的柱子很大，大到使我们都觉得层高变小了。在承重柱的四周有很多构造柱，它们是用来加大墙的强度的，以避免因墙身过长导致容易坍塌。一路下去，里面还有很多水办公之家，下面湿漉漉的。我们走在铁网上，看着四周，这样的一个圆形管道，靠的是那些做好的管片在支撑。施工人员跟我们讲述了，安装管片的过程“安装管片应该从底部开始，定位好，装上螺栓，对称拼装上面部分，最后湿封顶部分，接着就是装上螺栓，从横纵方向”。我接着往里面前进，听到那震耳欲聋的声响，管理员说那就是盾构机，好庞大的一组机器……我们的现场参观时间很有限，只看到了机车在往外运挖出来泥土，还有工人在隧道里面工作，没有看到他们怎样安装管片的过程，如何装栓……就这样我们就走完了全程，出来我们就满头大汗了……。所以认识也是很片面的，这个只能作为我们对施工的感性认识吧！

申论课心得体会篇四

20xx年x月13日，我早早地起了床，稍微整理了下自己，然后满怀热情地召唤其他和我一起到xx实习的同学一起去实习工厂。作为这次到xx实习的组长，我提前一两天已经逐个给他们讲了实习安排事项和要求。并提前两天通过网络对xx有了个面的了解，然后到教室自习了两天大二学的微生物和生物化学实验。我相信好的准备一定会是成功的一半的！

说实话，开始到工厂的时候还是有点失望，毕竟跟我原来想

象的现代化的食品工厂还是有距离，研究所的设施相对于学校这种研究性实验室还是不能等同。这里更多的是比较有历史的设备，开始的时候，还用不来这种设备，但是经过老师的耐心讲解，没有到一个星期我们几乎都能用这些“老古董”了！从中我体会到，其实这些老实验装置是需要真正技术的，才能真正的发挥出学到的知识。学校的知识，只有在实践中才能发挥作用。在学校的有些实验操作，在工厂就不那么有用了。比如，学校的物品很齐全，而且很多实验用品都是老师已经跟你配好了的，但是在工厂里面，你必须自己配兑，这就更考验我们的实际操作能力了。

在这段实习的时间，我受益匪浅。我认识到了作为一个食品行业，技术的关键性！先进的技术，可以提高生产力，从而提高公司的生产效益；我明白了作为一个食品行业，卫生安全的重要性，我和另外两位同学做卫生检验的项目，因此我们对这一点是认识非常深的。就像老师说的一样，卫生检验是食品的“眼睛”，它关系着广大消费群众的生命安全；我懂得了作为食品行业，工厂的规范性，从进出大门的严格把关，再到车间里面消毒灭菌，研究所卫生检验报告的呈报，都是那么的规范与严格。

xx会议室里面的那句“有容乃大，诚信为王”深深的吸引了我。xx用诚信的服务态度，服务着社会。我想这也是为什么这个公司要用xx为名的原因了，有大海一样博大的胸怀，有着诚信的王者风范。的确，诚信是一个企业长远发展必不可少的企业精神。

马上实习就要完了，说实话现在还很舍不得了。相对于我们其他同学我们是实习的最久的，虽然我吃了将近一个月的方便面、炒饭，自己瘦了很多。但是我觉得还是很值得，毕竟我学到了一些实际的操作和工厂的运作模式，我又有了一群志同道合的朋友，以及通过实习，我觉得我的人生更明朗了。

最后在这里，我感谢xx的接纳，感谢研究所老师的关怀，感

谢我的师傅x大姐，在实际操作中的谆谆教导。

申论课心得体会篇五

前面从整个招聘工作流程跟大家分享了我自己在实际操作过程当中的一些做法和感受，下面就对招聘工作做一个整体评价吧。招聘工作作为人力资源系统的一部分，其作用在于选人，如何选对正确合适的人队企业的影响是十分大的，招聘工作切不可脱离企业实际。在工作中，我们首先要保证的是做正确的事情，否则做得越努力负面影响越大，南辕北辙。

先说说招聘系统的第一个问题吧，人力需求的产生。招聘需求来源于人力资源规划，而人力资源规划源于企业的发展战略。人力资源规划是整个人力资源管理工作的纲要，没有规划就是一盘散沙，什么时候该做什么没有指导纲领，岂不乱套？就招聘来说，今年准备招多少人，找什么样的人，都应在年初中做一精确计划，不然年中的招聘工作就没有任何依据。今天这个部门说工作多不够人手，明天那个部门说人手不够，试问，人力资源部经理可以明确的告诉他够与不够吗？依据在哪？这个职位该不该招，谁说了算？按照流程，写一张人力需求表，逐级审批，最后老板一个签字决定是否招聘。其实到底要不要招应该是由企业经营运转状况决定的，不是某某主管批准决定的。这样做的结果最后就成了老板一人独裁专制，这么大一集团，老板一个人看得住吗？这样造成的人力成本的浪费是非常巨大的。

我们公司有一个营销管理部的经理，其实相当于业务后勤主管吧。有几次，有业务助理离职她就按照惯例申请补充，然后递交上级领导以及人力资源部经理审批，最后到老板批准执行。第一次呢，老板就批准执行招聘了，很快我们就招到了一个业务助理，没想到来了几天，底下那边子公司就因为环保检测停止生产了。当时我们就按照入职流程往上报批，谁知道最后去到老板那里不批，这下麻烦，老板不批，人已

经上班了工资怎么给啊。最后这事就一直放着。第二次她底下有业务助理又离职，她还是照惯例申请招人，这次也是逐级审批，最后老板那里，老板不批准招人了，指示内部调整。从这个案例我们可以看到企业管理的一些问题，但是我们单就招聘来说，招聘需求的产生并不是这样审批出来的，而是规划出来的。人力资源规划是招聘工作的指导纲要，根据纲要可以判定是否需要招人，而不是各个部门领导都签字通过就是需要招聘。

第二个比较重要的就是人才筛选工作了。面试技术种类繁多，各有倚重。人才招聘中，用人单位用的最多的就是面谈法了，即面试官与应聘者之间通过谈话判别应聘者是否胜任岗位要求。在面谈法中运用行为面试法，即star面谈法，此法的关键是让应聘者用自己亲身经历的`事情说明自己具备某种特质。在此抓住事件的背景，要达到的目标，个人采取的行为以及最后的结果，通过应聘者详细的叙述，我们即可判断事情的真实性，如果编造的故事，通过此种方式追问，自会漏洞百出，无法说服面试官。将star法与结构化面试结合使用，效果更佳。其他一些面试测评方法，比如公文筐、情景模拟、演讲等都可以在平时的招聘工作中进行模拟演练，从中可以观察应聘者在模拟的真实工作环境中的真实表现，从而我们能看到真实的应聘者，而不是伪装的，语言能力高，动手能力低的假把式。将各种测评方法结合使用，可以更全面的了解应聘者，提高我们选人的效果。

第三个是人员如何融入公司的过程，这个是招聘工作的最后一步，但也是比较重要的，新人到一个公司首先肯定会水土不服，人力资源部应与部门主管协作分工，做好新人的融入工作。

最后要说的是，整个招聘体系的执行问题，招聘工作不是人力资源部单个部门的工作，需要各个部门主管的通力协作招聘才能顺利进展，除了要有明确详细的招聘管理制度规定，招聘负责人也要做好期间的沟通协调工作，各种突发事件的

处理。人力资源部要扮演好自己的角色，避免过于看重自己的权利，更不可被用人部门牵着鼻子走，我们是公司用人部门的合作伙伴，相互依存，任何一方利益的损害都会导致不平衡的产生，不平衡则会在组织内部产生矛盾，影响组织正常运转。

1、这份工作中的无奈。每天忙着搜集求职信息，寻找合适的人选向他们介绍工作岗位信息并推荐面试，重复着这样的工作很枯燥，还会因为一些低素质的求职者影响心情。面对不同的岗位需求，要掌握准确的岗位信息，只有一点点的从用人单位那边问，很多时候他们简单介绍一下就显得不耐烦了，这就在招聘过程中无法跟求职者讲清楚甚至会出现偏差，导致求职者的不满，有时候安排好面试后，用人单位突然改变计划，或者对待求职者的态度不正确，致使求职者的不满拒绝参加面试，并且对我们的印象大打折扣，面对求职者的抱怨，虽然无奈，我们也只能耐心解释，请求理解，继续做好求职者和单位的双向沟通。

2、这份工作中的充实。在领导同事的带领下帮助下，我对招聘知识从无到有，再到更深入的认识，从中发现自己知识能力的贫乏，促使自己进一步加强学习。另外公司的一些培训课程给了我一个学习和努力的方向，对自己以后的发展有更深的憧憬。在这2个月的时间里，每天与形形色色的人打交道，不断地在工作中思考总结，不断发现存在问题并寻找解决方法，不断改进自己的不足之处，每天都有收获，各方面的技能也得到不同程度的提升，对自己的目标规划越来越清晰。

在以后的工作中，不仅要严格要求自己做好本职工作，也要积极进取不断学习以提升自己的综合能力和素质，争取做到更好。

申论课心得体会篇六

近年来加工贸易迅速发展,目前已占我国对外贸易的半壁江山。其中机电产品已在我国出口中位居第一。接下来就跟着本站小编的脚步一起去看一下关于机电认识实习心得体会吧。

在本次实习中,我不仅对单片机、传感器、伺服电机拖动、电路、电力电子技术等方面的知识有了更加深刻的认识,也锻炼了自己的编程能力,而且增强了自己团队合作意识以及遇到问题解决问题的能力。我们两个人一组,每天都在学院的工程训练中心编程调试宝贝车中度过,每天都在坚持着,虽然这其中的过程不是那么的顺利,经常遇到挫折使我们多次感到气馁,几乎想要放弃,但是最终还是坚持了下来,得到满意的结果。总的来说实习过程是充实的,本次实习让我们对机电一体化技术有了更加深入的了解,实习之中遇到了许多书本上没有的问题,激发了我们运用不同的知识来解决问题的潜能,培养了我们自主学习、运用知识解决问题的能力。在实习中,我和刘俊同学积极讨论,不断分析研究,各施所长,努力配合,这次的实习锻炼了我们团队合作的意识,为我们以后的工作打下良好的基础。

在此次实习中,在杭州发动机厂的时间最长,历时12天,分别介绍了x6130柴油缸体的加工工艺(分为面加工和孔加工),凸轮轴孔的加工,数控设备的加工特点,分类及具体运用,曲轴的加工工序以及发动机的具体工作原理。在最后一天,我们还参观了其铸造部,参观了其铸造生产过程。在该厂的实习中,深刻明白了数控机床的生产中发挥的切实作用,以及目前社会对数控机床及数控人才的急需,而在一些重要数控产品,如量大面广的数控车床、铣床、高速高精高性能数控机床等的需求上,决不能过于依赖进口。

历时将近一个月的实习结束,该次实习,真正到达机械制造业的第一前线,了解了我国目前制造业的发展状况也粗步了解了机械制造业的发展趋势。在新的世纪里,科学技术必将

以更快的速度发展，更快更紧密得融合到各个领域，而这一切都将大大拓宽机械制造业的发展方向。

它的发展趋势可以归结为“四个化”：

柔性化、灵捷化、智能化、信息化。即使工艺装备与工艺路线能适用于生产各种产品的需要，能适用于迅速更换工艺、更换产品的需要，使其与环境协调的柔性，使生产推向市场的时间最短且使得企业生产制造灵活多变的灵捷化，还有使制造过程物耗，人耗大大降低，高自动化生产，追求人的智能于机器只能高度结合的智能化以及主要使信息借助于物质和能量的力量生产出价值的信息化。

当然机械制造业的四个发展趋势不是单独的，它们是有机的结合在一起，是相互依赖，相互促进的。

同时由于科学技术的不断进步，也将会使它出现新的发展方向。前面我们看到的是机械制造行业其自身线上的发展。然而，作为社会发展的一个部分，它也将和它的行业更广泛的结合。21世纪机械制造业的重要性表现在它的全球化、网络化、虚拟化、智能化以及环保协调的绿色制造等。它将使人类不仅要摆脱繁重的体力劳动，而且要从繁琐的计算、分析等脑力劳动中解放出来，以便有更多的精力从事高层次的创造性劳动，智能化促进柔性化，它使生产系统具有更完善的判断与适应能力。当然这一切还需要我们大家进一步的努力。

在河北唐山恒瑞机械设备有限公司的一周实习一眨眼的工夫就结束了，虽然就这短短的一周的实习期，却使我改变了许多想法，也懂得了许多事。一个人要想走向成功就得不断的从前辈们那里学习经验；对新的事物从中探索和大胆尝试，才能有更好的发展。经过一周紧张的学习和工作，我逐渐的适应了这个社会，并慢慢的融入这个社会，成为这个大家庭的一位成员。我要感谢河北唐山恒瑞机械设备有限公司给了

我这个很好的机会，也感谢公司部门经理对我的关怀和照顾。

虽然只有短短的一周实习期，但是让我看到了该公司的内在的精神力量。在车间里我面对着员工们那认真严谨的工作态度和刻苦钻研的精神，使我认识到一个真正的大规模企业就是要有这样的精神力量支撑着公司、支撑着每一位企业员工——严格的管理体系和员工本身的难得可贵品质(企业的灵魂)。面对这我无法抗拒，在这里我才能更好的锻炼自己。

我在河北唐山恒瑞机械设备有限公司里的分公司(杆端轴承事业部)里工作，所在的岗位是：现场的生产管理员。朱珍霞经理的热情和对人处事公正、公平的态度，让我更加的坚定了这样的决心。我决定要在公司里更加努力学习和工作。以最好的成绩来回报公司。

一周的时间很快结束了，在这一周的时间里，对于iso9000的质量体系认证有一定的了解。我学习到了课本中无法学到的知识，看到了课本中所讲述的机器实体，加深了对它们的感性认识，完成了理论和实践的相结合。同时还知道了一些具体的机械产品的加工工序，从而对它们有了更深一层的认识，弄懂了诸如抛光、磷化、电镀等一些平时不理解的概念，并且还亲自看到了这些过程，大大的扩展了自己的知识面，加深了自己的知识层次。我以前总以为自己对所学的感觉很好已经够了，然而通过这次的试用使我大大的认识到自己所学的远远不够，还需要在今后的工作中不断的学习，不断地积累经验，以便能够更好地完成自己的工作，为公司贡献自己的一点力量。

最后，我十分的感谢河北唐山恒瑞机械设备有限公司，感谢给了我一次与人交往的机会，一次与社会接触的机会，一次检验自己能力的机会。我衷心的祝福河北唐山恒瑞机械设备有限公司能够持续健康的发展下去，在成功的道路上越走越远。

3. 不但有良好的工作态度,而且要有很好的表现力. 中国有句俗语:“踏踏实实做人,老老实实做事.”在今天,只是老老实实,勤勤恳恳做事是不够的,你还要学会适时地,恰当地表现自己. 让老板知道你做了什么,让老板知道你的存在是必要的!这样你才有发展的可能,别人才会认可你,承认你!

4. 团结协作,善于沟通. 团结协作指的是部门内部. 你这个部门肯定不止你一个人,作为部门担当,你若想把本部门的事做的出色,那你必须把部门成员团结起来,发挥集体的力量,那样才能事半功倍!善于沟通是指部门之间. 任何一个公司都是由众多部门组成的. 部门之间的沟通是必要的也是必须的. 像我们公司,工场包括制造课,生产技术课,质量课和生管课. 我们生技课是为制造课提供技术指导和设备维护的服务的;我们做的初品(试生产品)又要经过质量课检验合格后才能量产;生管发行新产品看板时又要委托我们先做初品等等. 和任何一个部门沟通不好都会遇到不必要的麻烦. 所以,团结、沟通是非常必要的!总之,用知识武装起自己来,学会做人,学会做事。你才能成功。

申论课心得体会篇七

青少年正是长身材,长知识的时代,是祖国未来的花朵,毒品这个大恶魔头正无时无刻地损害着这些充满期望的年轻的 生命。难道咱们就不应当拒绝毒品,珍新生命吗?况且,毒品还正在残酷地销蚀着人的灵魂,人们一旦染上了毒品,肉体就会末尾蜕化,吸毒次数越多,毒瘾越大,肉体就蜕化越深。梦想正是这样,吸毒者完整损失了事业心和权利感,更谈不上什么梦想、品格,统统被抛到无影无踪,终日焦躁不安,人格曲解,严酷者还会出现重症肉体病一类的梦想,行为不当…此外,毒品还有情地破坏着咱们的家庭和社会,导致多少家庭流离失所、妻离子散,国家财产严酷损失…结果不堪想象。由件件的事例可见,毒品是严酷损害人类社会的,是人类必须看法的朋友,所以咱们就应当慎重地防范它,战胜

它。

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。毒品就是这魔鬼的化身。如果你了解这种白色瘟疫诞生至今所酿成的惨剧，你就会明白这绝不仅是一个比喻。因为吸食毒品者被毒品所剥夺的也绝不仅是金钱和健康，他们所要付出的代价是灵魂沦丧，家破人亡至生命消逝。这绝不是危言耸听，因为每年为这白色恶魔所害的是无数的生命。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。85.1%，一个令人惊讶的数字，已经家喻户晓了。使人有着双重依赖，唯有八个字应该紧记：珍爱生命，拒绝毒品。因此我们该做的很多，而且必须从小做起。然而认清毒品的真面目并彻底与其化清界限不仅仅需要无数的禁毒知识，更加需要的是有意识地培养健康的心理和良好的生活习惯：是谨慎地择交朋友和高度的警觉和自制；是树立正确的人生观、世界观、价值观……也唯有将预防毒品从意识转化为行动，再由行动上的拒绝升华为精神上的排斥，从生命的高度去抵制这中食人瘟疫的诱惑，才有可能做到远离毒品而不受侵害。

一个为了吸毒，把家里的经济财产全部好光的人，还有人帮他吗？

一个为了吸毒的钱，到处贩卖毒品的人，还有人帮他吗？

没有，无能为力。

人生有的一次生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友和整个社会赋予你的责任，所以它绝不仅仅是你一个人的。它承受不起任何不负责任的冒险，所以请珍惜你的生命——为自己，也为所有人——永远拒绝毒品！

申论课心得体会篇八

哲人说“每个人都是最优秀的，要擦亮眼睛去认识自我，欣赏自己，发现和重用自己。

——题记

如何去认识自我、欣赏自己呢？

曾经有过这样一个经历：上学期学校组织了一次演讲比赛，几个好友极力向班主任推荐我。我觉得这是一次难得的好机会，正好也趁这次机会向同学们展示我的才华，便十分高兴地参加了。我每天刻苦地练习演讲词，一遍又一遍的背着，力求完美。

终于盼到了演讲比赛的那一天，我怀着紧张而又兴奋的心情，在老师同学的鼓励下，我信心十足、精神百倍地走上台开始演讲了。“尊敬的各位老师、同学，大家好。下面我给大家讲……”一句接一句优美而流畅的话语从我口中流淌出来，在那安静的演讲台上回荡着……正当我讲得津津有味，听众们听得聚精会神，各个评委看着我直点头时，一件意想不到的事发生了——我的脑海中突然一片空白，我的身体颤抖起来，思绪也跟着乱了起来，我的口齿在刹那间也含糊不清了。在评委老师的叹息声中，我低着头，难过地走下台。

我辛辛苦苦的练习，竟然没有得到回报！而当初对自己的那份信心，早已烟消云散。

我愤怒地撕掉了自己煞费苦心写出来的演讲稿，大声痛哭。这时，一双有力的大手扶在我的背上，我满脸泪痕地转过头，看见钱老师正站在我身旁微笑，我看到她那关切的目光，对我充满希望的目光。“老师，我是不是很没用？”我伤心地发问。“不，孩子，这只是一次偶然的失误。你没有错！错就错在你不会用另一种方式来欣赏自己。你已经努力地付出了，

虽然没有获奖。但这努力的过程中你有了许多收获，这才是最重要的。其实你是优秀的，只要你以全新的面貌去重新认识自我，发现自己的优点。”老师很有道理地说着，走到我身边，抚摸着我的头，亲切地说：“来，让我也欣赏一下你的演讲。”我拭干眼泪，突然间我又一次看到了老师那双对我充满期待充满信心的眼睛，于是，开始演讲起来，不知为何，此刻的演讲是那样的轻松。演讲完了，传来一阵响亮的掌声——老师的掌声。我再一次看到了教师那鼓励的目光。我笑了，眼泪却早已不由自主地流了下来。

在以后的日子时里，无论遇到多少次失败，我都会想起老师那对我充满无限期望的眼神，于是我便会用另外一种方式去欣赏自己，认识自我，发现自己的长处。她说得多好，只要付出了，就算没有回报，也是成功的。

那一次，泪水洗涮了我心中的委屈，使我真正领悟到生活的内涵——怎样在生活的种种困境中去认识自我。

认识自我，让我对青春生活充满了向往，更坚定了我前进的目标……

申论课心得体会篇九

中国农业银行是四大国有银行之一，是中国金融体系的重要组成部分。中国农业银行网点遍布城乡，资金实力雄厚，服务功能齐全。中国农业银行五角场支行是坐落在五角场商业区的一个支行，领导杨浦区的各个营业网点。

经过在农行的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是第三方存管业务，其他一般了解的有储蓄业务、信用卡业务、贷款业务。工作包括最先简单的录入、统计和后来的前台营销、接待工作。

实习心得

在实习的前两个星期，我在五角场支行的电子产品部学习银行的最基本工作，如录入、统计、制表、复核等。通过这些简单的工作，我了解了银行卡业务的基本操作流程，未接触银行工作前看似简单的一张信用卡，是必须经过评估、审核、录入、复核、存档、编制、打印等一系列完整严密的手续才能完成的。当中任何一个环节出了差错，都会带来繁琐的纠正工作。刚开始认为对于简单的电脑操作完全可以胜任的我，慢慢明白，最重要的不是快，而是准。除了银行卡的操作流程，在做一些杂事，如电话联络各所业务人员、大堂经理等工作时，我也深刻体会到银行不是简单的存款取款的渠道，而是一个具有权威性的完整的金融机构。银行的后台业务也包罗万象，每个部门都有自己工作的操作流程，而我这次接触的是电子产品部，主要学习的是第三方存管业务。

经过两个星期的学习，我有幸有机会被分配到黄兴所营业网点进行前台的第三方存管业务处理。每天我和一名银行操作人员还有三名实习生一组人来到营口路上的中心建投证券所，推广第三方存管业务。第三方存管是指证券公司客户证券交易结算资金交由银行存管，由存管银行按照法律、法规的要求，负责客户资金的存取与资金交收，证券交易操作保持不变。对于这个国家刚出台的新型业务，我们要做好介绍和营销工作。在证券所，接触到的大部分人都是退休离职人员，年长的不在少数。我们除了需要耐心讲解外，还会根据他们的需要为他们提供各种便利帮助他们申请和使用。介绍、答疑、填表、复印、装订、跑上跑下这些看似简单的活拼凑在一起，比起在办公室里的电脑录入工作可是辛苦多了。不过这样的亲民实习让我学习到了很多，收获颇丰：要做好一份工作甚至一个业务，要从顾客的角度切实为他们着想，要用诚心感动他们，尤其是银行这样一个公立的角色，更要时时以认真严谨的态度要求自己服务大众。

第三方存管作为一个新出台的业务，不仅给了证券市场一股

新的气象，也给了我全新的力量，让我收获的不仅仅是简单的业务操作方法，且是工作背后那份深刻的认知体会该如何做好一个银行人员。

申论课心得体会篇十

我们为期三天的认识实习就这样结束了，时间的确很短，可是它带给我们的却是永远也忘不了的经历。这次实习不仅培养了我们的学习兴趣，同时也拓展了我们的知识面，接触了好多有用的新名词、新术语，也为我们将要进行的专业课的学习铺下了道路。

在这三天里，我们去了施工现场，去参观了龙湖地产的大手笔之作江与城，去楼盘认识了房屋内的水暖管道的布设。学习建筑已经一年了，以前学习房屋建筑学的时候也只是通过老师的幻灯片去了解建筑工程的设计、施工中的环节，而这次实习提供了我们一次理论与实际相结合的机会。

记得第一天到施工现场认识实习的时候，看着正在修建的图书馆，有同学问了老师一个问题说“老师怎样区别剪力墙与普通砖墙”。老师听到这个问题显得有一点吃惊，后来就仔细的给我们讲了墙体的区分，并且一一给我们指出来，这也是我第一次听说排水井这一个名词。当然也第一次目睹了工地上民工的生活环境，很难置信他们在那样寒冷的夜里，那样潮湿的环境中能酣然入睡。同时也看到了自己理论与实践的差距，有时在实习的途中会与老师交流一些问题，感觉自己的知识储备离一位建筑人应有的基础相差实在太大了，这次实习不仅让我学到了新奇的知识，让我看到更多的是自身应掌握的一些常识。

经过这三次的实习，自己也学会从更多的方面去看待一座建筑，随时随地去观察周边的建筑。时下很少能看到中国风格的建筑了，建筑师向西方学习几乎成了时尚，在中国九百六十万平方公里的土地上轮番演绎“kpf”风格欧陆风。也许有人

会认为中国的传统建筑脱离了现代时尚，但是传承传统并不是全盘地否定西方。相反要从中汲取有用，有益的养分哺育自己的建筑，创造出即现代又中国的建筑，采用中西融合，兼收并蓄的方法。

中国建筑在世界建筑史中具有重要地位，影响到很多国家。而现在很多自诩为拥有中国传统风格的建筑，只是简单且粗糙的生搬硬套中国古建筑的建筑语汇产生了一大批粗制滥造，不伦不类的仿古“旅游一条街”类似的建筑，真不知道这是对中国古建筑的传承还是亵渎。

在每一天实习后，自己都会上网去查阅一些资料，巩固当天所学到的知识。当第一次听说通风井、管道井的时候，只觉得为什么建房子需要打那么多的井，而当真正看到实物的时候，有点难以置信不过也理所应当。总是在理论的黑暗的盒子里去想象抽象的东西就犹如盲人摸象，难免会片面、主观。实习不仅仅是那三天，而是以后的每时每刻，在生活中用心去观察路过的建筑工地，四周的建筑物，在头脑中与所学的理论相结合。

通过这次实习，也让我更清楚地认识了自己的理想。从小时候起，就梦想着当一名工程师，盖大家喜欢的房子，所以就选择了工程管理专业，有时候总是很焦急，老是觉得没有学到太多的专业知识，也时常向老师咨询什么时候自己才能透彻的去解剖一个建筑。可在这次实习中班里面有的同学也能够清楚的指出一些建筑结构，而自己几乎完全处于无知状态，这也就是差距，实现梦想的前提是实践，需要有足够的经验才会在以后的工作中运用自如。

在这短短的三天里，我们不仅在知识上更上一曾楼，而且在意志力上也有一定的提高，同时让我们看到了差距，冷却了我们学习知识的浮躁心理，也为自己是一名建筑人而骄傲。相信这次实习给我们带来的经历一定可以为我们将来的学习和生活提供很大的帮助。