

最新大班健康活动教案生病了办(优秀9篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

木工课心得体会篇一

实习是每个土木工程专业学生都必须经历的重要阶段。在这个阶段，学生们能够将课堂上学到的知识与实际工作相结合，提升自己的实践能力。在校内实习中我收获良多，通过第一次的实习经历，我深刻体会到实习对于我们专业学生的重要性。

第二段：实习工作内容与重要性

在实习期间，我主要参与了项目实施，包括绘图、搬运、测量等一系列与土木工程相关的工作。刚开始时，我可能只是一个小跑腿，但随着时间的推移，老师们逐渐放慢了脚步，让我们接触到了更多的工作内容。这些实践性的工作使我更好地理解课程知识，并更加深刻地认识到土木工程的重要性。

第三段：实习中遇到的问题与解决办法

在实习过程中，我也遇到了许多问题，这些问题都是我在课堂上无法预料到的。比如，在做搬运工作时，门槛过高导致了货物摔坏的情况；在测量工作中，一些工具使用的不熟练导致了误差的出现。然而，我们实习期间的老师们总是耐心

地教导我们正确的方法，并耐心指导我们纠正错误，慢慢地，这些问题也都得到了解决。

第四段：实习收获与体会

通过实习，我感受到了土木工程的魅力和社会责任感。在工地上，铺设一条道路或者建设一个大桥，需要我们不断的努力和付出，而且要保证质量和安全。这让我对自己的专业充满了信心和骄傲。同时，实习还让我体会到团队协作的重要性。在团队中，每个人的任务都不同，我们需要互相配合，相互帮助，这样才能完成一个完整的项目。

第五段：对未来的规划与期望

通过校内实习，我明确了自己未来的发展方向。我希望能够在土木工程领域深入研究，提升自己的专业素养，为社会做出更大的贡献。同时，我也会继续努力学习，不断改进自己的技能，以便更好地适应未来的工作环境。我相信，通过实习这个锻炼，我将会成为一名成熟、优秀的土木工程师。

总结：

通过这次校内实习，我不仅学到了实践的知识和技能，更重要的是培养了我的工作态度和责任感。实习是一次难得的机会，让我更好地了解了土木工程专业，并且对自己的未来有了更明确的规划。我相信，通过这段实习经历，我将成为一名合格的土木工程师，为建设美丽的家园做出自己的贡献。

木工课心得体会篇二

我们四组所测的区域是篮球场及其周围，虽然这一块很平，但由于有很多建筑物，各个角都要测量，也增加了很多工程量。但我们组的成员不怕艰难，一起磨合，一起奋斗，决心共同完成测量任务！

刚抓到这个地区时，我心里暗暗窃喜，这个地方太好侧了，我们肯定是第一个完成任务的。

可是事情并没有想象的那般顺利，早上7:00我们到建工实验楼，开始第一步工作：勘探测站点。刚开始的时候，小组成员说：“找四个测站点吧，因为测站点越少越好。”可是当我们开始测的时候才发现必须找第五个测站点出来，所以前面测的都是白测了。又开始架仪器，立花杆，开始控制测量。可是小组成员之间并没有形成默契，加上天气很热，我们之间的火药味很浓，作为一个小组的组长，我不能坐视不管，所以我只能顾及大部分人的利益，损失一部分人的利益，可这样我就又与一少部分人有了摩擦，所以测量完之后，我找到她，与她谈心倾诉，终于我们可以相互理解。

就这样，我们第一天的控制点算是顺利完成。我想这个组长也不是很好当的，真的锻炼了我，让我知道什么时候都当一个好好人是不可能的，懂得了什么叫顾全大局！

有了前两天的磨合，第三天我们相互之间协调的很好。由基琴先找好碎部点，然后我们开始在1号控制点调好经纬仪。刚开始时，我们的竖直角是很随便的一个角度，当测好一个角时才发现竖直角在其中所起的作用之大！于是我们再次将竖直角调为90度，以方便我们下一步计算。终于在上午，在我们的共同努力下，一测站点和五侧站点的碎部点全部测完了，这给我们下午的测量鼓舞不小，大家都是精神抖擞的！

下午虽然没有预料的那般顺利，因为测到最后下雨了，但还是挺不错的，因为经过我们的奋斗，2、3、4测站点的所有碎步点我们都测完了！下午的工作也结束了！

晚上，我们吴老师给我们上了一堂如何运用南方cass高科技，将我们所测的图画到电脑上，上完那节课后，我们发现其实我们完全没必要那么辛苦的去量那些距离，就应该只用碎部点就好了，算的时候又不麻烦，直接用表格到出那些数据就

行了！呵呵，有点小懒了我。

因为经过两天的测量，再加上我们的进度，小组同学的信心都是倍增，都想我们可以很早的完成实验。

上午，我们引点到篮球场上，将篮球场各点都测量出来。

下午，麻烦来了，我们开始侧倾斜度了，可是找一个建筑物却不是那么好找的，当时就想要是以后我有钱了，就给我们学校捐一栋专门供建工做实验用的建筑物，并且这建筑物旁边宽宽的，没有什么当到我们视线。这样，以后师弟师妹想怎样测就怎样测，再也不用像我们这样这么麻烦了！想归想，我们小组的成员还是在校园里逛游，寻找目标。终于找到了，我们兴奋不已。

但我又看到了一个问题，就是车太多，距离我们压根就测不了，所以我命令他们“明天再测距离，先找好点”。开始测倾斜度时，我们的左角和右脚偏差很大，这又使大家急躁了，不知道给干什么好。心急的何靖和施耀业就开始测距离，不听我的劝告，终于不堪想象的后果还是出现了：我们钢尺被车压坏了，实验中断！大家心情非常的不好，特别是我，因为这件事情是在我忠告之后，他们不听才造成的，并且原本也是不应该发生的！

当时，我非常生气的训斥了大家，然后让他们回宿舍，该干嘛干嘛！

我把自己留在那里，想着到底是那里出错了，为什么会出现指挥失灵。终于我找到了一种责任承包制的方法，我把东西分给大家，这样他们就会把工具当成是自己的一样来对待，我们也就减少不必要的损失！

经过昨天的那么一折腾，今天小组成员非常听话。呵呵。。心里暗暗的窃喜一下，看来小组长的威力还是有的。我们重

新开始测建工楼，基琴刚将经纬仪对中整平，太阳就出来了，看不清角度和视数，迫不得已的我们换了方向，重新开始测量。

大家都受到打击，都说我们编个度数算了，测什么测啊！

终于救星——曾老师来了，我们给他说了这个问题，他说这可能是仪器的问题，我们只管按原来的度数就行！这样我们大家都松了一口气，测量也到中午了，大家都拿着各自要拿的仪器，收工吃饭。并且我也给大家说，我们先写实验报告，不要等到最后自己的想法都忘了才写。所以我要求大家4:00到一测站集合！

下午，我们按照上午的方法，测量另一边。很快的我们完成了任务。

由于前两天测碎步时，我们掉以轻敌，结果很多碎部点都没有测，所以第二天早上7:00就赶到四测点开始辛苦的测量！哇。。好多点哦！测了一个上午，所幸是大家都不喊累，坚持的把它测完！大中午的各位小组成员在太阳下，认真的测量，着实让我很感动！

下午，我们就轻松了许多，在宿舍里整理数据和导图！

接下来的两天都是整理数据和写实验报告。

前两天，我们在宿舍自己写心得，然后画地形图，并且在地形图上测设出放样的坐标和其中两个控制点的夹角。

上午7:30到篮球场，利用引点开始放样。先从*i*和引点定向，利用角度的关系放出*a*、*b*、*c*、*d*点的方向，用钢尺量出引点*o*到*a*、*b*、*c*、*d*距离，定出具体位置。

*o*点水准尺的度数*a* 放样点*i*水准尺读数*b*

$h_1+a=h_2+b$ 则 $b=h_1+a-h_2$

即使放样点处的水准尺读数 b 为 h_1+a-h_2

这样我们就将高程放完了，然后也检查了我们的成果，一切都完成了！时间还早，我们小组就在篮球场那里训练了一下经纬仪安装。

下午就是在宿舍写实验报告，这样一天就圆满结束了！

木工课心得体会篇三

一、写作导言（150字）

土木工程实习是对专业知识的运用和实践能力的考验。在这次实习中，我不仅加深了对土木工程的理解，还锻炼了解决问题的能力。通过实践，我深刻感受到了土木工程的重要性和挑战性。在这篇文章中，我将分享我在实习中的体验和感悟，希望能对其他学习土木工程的同学有所帮助。

二、实习准备与筹划（300字）

在实习之前，我认真学习了土木工程的相关知识，熟悉了常用的软件，并参加了专业实践课程的讲座。通过这些准备工作，我为实习打下了坚实的基础。在实习开始前，我还与导师进行了深入的交流，了解了实习的具体内容和要求。我将时间安排合理，制定了详细的实习计划，并根据实际情况进行了相应的调整。

三、实习过程与经验总结（500字）

在实习过程中，我参与了多个土木工程项目，包括道路建设和桥梁修建等。通过与导师和同事的合作，我学习了如何进行工程的调研和测量，了解了工程的施工流程和管理方法。

在实践中，我发现理论知识和实际工作之间存在巨大的差距，但只有通过实践才能更好地理解和运用知识。我积极参与工程实践，尽可能多地亲自动手解决问题，并时刻保持对工程质量的关注。

通过这次实习，我进一步认识到土木工程师需要具备良好的沟通和协调能力。在项目实施中，我与工程施工人员、设计师和监理人员进行了密切的合作。通过与各个岗位的沟通，我明白了各方的需求和工作重点，从而更好地进行工程调度和管理。而且，我还经历了不少困难和挫折，在解决问题的过程中学会了灵活应对和寻找突破口的方法。

四、实习体会与收获（150字）

通过这次实习，我不仅了解了土木工程的各个环节，还提高了自己的实践能力和解决问题的能力。我深刻体会到了团队合作的重要性，明白了在工程实施中必须密切合作才能取得良好效果。实习使我对土木工程产生了浓厚的兴趣，也进一步明确了自己的专业方向。

五、总结与展望（100字）

这次土木工程实习为我未来的职业道路打下了坚实的基础，增强了对土木工程的理解和热爱。我将继续努力学习，提升自己的专业能力，并希望能在日后的工作中为社会做出更多贡献。我相信通过不断实践和学习，我一定能够成为一名出色的土木工程师。

木工课心得体会篇四

这次寒假，我并没有像往常一样回家，而是报名参加了寒假带薪实习。虽然父母很想念我，我也很想念我的父母，但是思考到这是为数不多的实习机会，为了给以后工作打下必须的铺垫，我还是依然决定珍惜这次机会，到单位上去感受一

下。

我们这次在一齐实习的小组共有五人[]20xx年xx月xx日，我们来到了本次实习的地点——重庆北碚复兴镇的悦复大道施工现场。公司的相关负责人很热情的接待了我们，并很快给我们安排了住宿和实习任务。

去单位报到的当天下午，我们就被安排和测量员和老师一齐到要修公路的路线上去搞测量工作。虽然我们在校园学了不少理论知识，校园也给我们安排了超多的实验来提高我们的实践潜力，但校园毕竟是校园，和施工现场比起来有着天壤之别。我们从校园学来的理论知识要和真正的工程结合起来还是需要一个过程的。在测量的现场，我们开始都有些手足无措，不知从何下手。但搞测量的刘老师说这很正常，多跟到跑几天就会慢慢的好些了，老师一边测量一边给我们讲解一些测量方面的经验知识和技巧。有些东西我们虽然听得云里雾里的，但总的来说还是觉得受益匪浅。

在接下来的几天，只要有测量任务，我们就会跟着一齐出去。渐渐地，我们对测量开始懂得了一点了，和老师人也熟悉了，不懂的也大胆的问老师了。老师也会让我们亲自动手搞一些简单的测量任务。我们才出来，使用仪器自然不是很娴熟，对现场估计偏差也很大，所以我们的测量很慢，也会时不时的换一些错误。但是老师在场，会很快给我们纠正过来。

时间过得很快，转眼离这次实习结束只有一周了。总的来说，我觉得我没有选取回家而参加这次实习是对的。虽然校园是孕育人才的摇篮是知识的源泉，但我们大多数出来毕竟不在校园工作，我们不会一辈子呆在校园。校园是一个教我们挣钱谋生本领的地方，但也是一个花钱的地方，我们总有一天会离开校园。去寻找一个能施展我们从校园学来本领的地方，这个地方就是我们将来工作的地方。当我们还在校园的时候，提前利用实习的机会到我们将来工作的地方去看一下是十分有好处的。

在这次实习中，我们是辛苦的，也是充实的。我们有到过走盘山小路到坡顶去吹了一下午寒风的时候，也有穿着水胶鞋到田沟里立标杆的时候，还有过冒着牛毛细雨搞测量的时候，当然最累人的还是拿着标杆从这个山头跑到那个山头了。不知不觉中，发现自己在校园养得白白嫩嫩的双手突然间长了几个干茧，貌似有点心疼，但是我不后悔，因为我在这次实习中却是学到了很多在校园学不到的东西。校园学到的理论知识很多，但要到实际运用中还得靠在工作现场慢慢磨练。此刻懂得了三国当中的马谡为什么只会纸上谈兵，因为失街亭还是他第一次上战场呢，如果他跟到孔明多在战场上学学，想必必须会成为一个不可多得的将才！

总之，我觉得我们在校园学的理论知识很重要，而把所学知识运用到实际需要是一个过程，而这个过程就是实习，我们就应抓住并珍惜每一次实习的机会来呢增强我们的实践潜力为以后的工作做一个良好的铺垫。

木工课心得体会篇五

近期，我有幸参加了一次土木工程检测的实习，这是我大学生涯中一次非常有意义的经历。通过这次实习，我不仅加深了对土木工程检测工作的认识，还学到了许多实用的技能。在实习的过程中，我也深刻体会到了各种问题的独特性和复杂性。下面我将围绕实习的目的、工作内容、遇到的问题和心得体会，详细分享一下我参加土木工程检测实习的所思所感。

首先，实习的目的是为了让我们学生在理论知识的基础上，通过实践感受到土木工程检测的工作特点和要求。这要求我们在实习期间积极学习，与实际工作相结合。在实习的时候，我们分组进行了各种土木工程检测任务，包括对建筑结构的检测、土壤和岩石的采样分析等。这些任务的难度不一，要求我们熟练掌握专业技能并具备较高的分析能力。通过实习，我明确了自己将来从事土木工程检测工作的意愿，并为自己

未来的职业发展指明了方向。

其次，实习的工作内容非常丰富多彩，让我受益匪浅。最具挑战性的是建筑结构的检测工作。在实习期间，我们亲自登上高楼大厦，检测它们的结构稳定性和安全性。这要求我们仔细观察建筑物的裂缝情况，通过仪器检测它们的变形。我们还进行了钢筋混凝土的超声波检测，旨在发现隐藏的质量问题。在土壤和岩石的采样分析方面，我们需要用专业仪器测定土壤中的含水量、测量岩石的抗压强度等。这些工作不仅需要我们具备专业知识，还需要我们具备一定的动手能力。通过实践，我逐渐掌握了检测仪器的使用方法，提高了自己的动手能力。

然而，在实习过程中也遇到了一些问题。首先是仪器操作的问题。由于我之前缺乏实践经验，对一些高精度仪器的操作不够熟练，导致了一些不准确的测量结果。同时，工作中遇到的环境问题也给实习带来了一定的困难。例如，在野外进行岩石采样分析时，遇到了天气恶劣，工作环境恶劣，使得我们无法进行正常的工作。这种情况要求我们具备一定的应变能力和团队合作精神。

在实习的过程中，我深刻体会到了土木工程检测工作的重要性和挑战性。在实习期间，我遇到了许多困难，但我也克服了许多困难。通过与同事们的互动和交流，我学到了很多专业知识和实践经验。实习不仅增强了我的实际操作能力，还锻炼了我的团队合作能力和应变能力。我也更加深刻地认识到了土木工程检测对于社会发展和人们生活的重要性。只有对土木工程进行科学准确的检测，才能保障工程的质量和安

全。通过这次土木工程检测实习，我对未来的职业发展有了更明确的规划和目标。我将继续深入学习专业知识，提高实践能力。同时，我也积极参加各种实践机会，与业内专家和同行交流经验，不断提升自己的专业水平和素质。我相信，

在不久的将来，我一定能成为一名优秀的土木工程检测人员，为建筑事业的发展做出应有的贡献。

总之，土木工程检测实习是我大学生涯中一次非常有意义的经历。通过实习，我不仅加深了对土木工程检测工作的认识，还学到了许多实用的技能。在实习的过程中，我也深刻体会到了各种问题的独特性和复杂性。通过这次实习，我对未来的职业发展有了更明确的规划和目标。我相信，在将来的工作中，我一定能够充分发挥自己的专业优势，为土木工程的发展贡献自己的力量。

木工课心得体会篇六

古语有云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。尤其是我们学工科的同学，在两年的书本知识的学习过程中，普遍感觉与社会实践完全脱离开来，仅是在一张纸上讲学问，而不是在社会实践中讲学问，所以我们学习过程中能有一次这样的实践机会是非常重要的，学校和学院也非常重视这一方面对我们的教育，学校安排这样的实习教育是出于对学生的负责，是为了拓展我们学生自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高我们的能力，以便在以后毕业后走上社会，走上工作岗位后，能够很快地适应。在学习了土木工程专业知识两年之后，组织我们进行认识实习。学校安排的认识实习教学是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，了解了建筑施工单位是怎样组织施工管理的，怎样进行生产的。也对一栋房子的施工流程有了一定的感性认识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。在认识实习过程中，也能培养我们学生的观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和办法。

土木工程是建造各类工程设施的学科、技术和工程的总称。

它既指与人类生活、生产活动有关各类工程设施，如建筑工程、公路与城市道路工程、铁路工程、桥梁工程、隧道工程等，也指应用材料、设备在土地上进行勘测、设计、施工等工程技术活动。

同时，在实习过程中，我还认识到我们所学习的知识还远远不够，还要靠不断的学习和不断的实践来提升自己，以前课本上学的知识都是土木工程中最基础的内容，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题？我想，那便是运用我们所学的知识与原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

“学以致用”的另一方面是“以小见大”。许多知识、原理往往是解决问题的关键。有些问题看似复杂，其实换个角度或换种思维可能就简单的多了。比如，我们这次实习的工程为高层建筑结构，且多采用框架结构，层数都在二十层左右，但是，它们的计算原理和模型却很简单，都是从框架结构出发，利用分层法，将力矩分层分到各层框架上，最后将各层轴力、剪力、弯矩逐层叠加而成，计算量虽然很大，但原理都是一样的。可谓异曲同工，因此，除了将所学的运用于工程中，还应注意灵活、熟练掌握和运用那些看似再简单不过的原理和方法，从小处、细微处着眼，兼顾全局，一定能够更好地解决问题。

其次，通过这次认识实习，使我清楚地认识到了施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应该注重提高管理的工作效率。这次实习的工程单位，他们先进管理理念和方法都值得我们同学们好好学习学习。土木工程施工管理是一件很繁琐的事，要考虑的内容多，范围广，所

要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。所以要工作人员各司其职，各项工作开展要有条不紊，工人们在工地上要忙碌但要有有序地进行，施工员、安全员、监理员也要做到在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到最佳，而项目工程等负责人更加要重视在工地上进行现场指导。各项工作都在事前做好计划并按时实施，准时完成最好是提前完成。

1. 建筑行业人际关系的重要性。

在施工作业中，人际关系极为重要。人际关系良好，才能处理好施工过程中发生的各类问题，才能达到事半功倍。在施工单位，几乎所有的人都懂得处理好人际关系的重要性。在单位里要与上司、同事、下属相处好时，做起事来才如鱼得水。

2. 土木行业施工经验的重要性。

在实习过程中，我认识到干我们这一行的需要的是经验，需要的是不断地积累，其实每个人是否聪明，并非看那个人第一次做一件事是否做得好，而是看他经过第一次之后得到了经验，改变的是什么。始终都是那一句，人一定会跌倒，然后，必须总结到为什么会跌倒，然后下次拒绝再次犯同样的错误。经验是每个人做完一件事之后都会得到的东西。问题是，如何去利用得到的经验，而获得更好的结果。我自问，本人对新鲜事物的认识和掌握一般，但优点是，能够在经验中获得一些对自己有利的东西而改进。

3. 职业品质的重要性。

我认识到干土木这一行的，必须遵守职业道德。职业道德的缺失在我们这一行里显得特别的显眼，不诚信，偷工减料的现象泛滥，这需要对道德的反省，我们大学生在学校里就要大力倡导以“爱岗敬业、诚实守信、办好公道、服务群

众、奉献社会”为主要内容的职业道德，在工作中要做一个好的建设者。大学生职业道德建设，就象盖楼房一样，地基不稳，怎能撑起一座大楼呢？所以我们即将毕业的大学生就像地基一样，必须牢牢的扎在社会的最底层，做一个好的稳固的基石，那样才会使我们朝着正确的方向发展，才会使我们在未来有所建树，我相信只要我们努力了，一定会当好这块基石，所以必须从自身做起，培养自己对工作的责任感、道德感、发挥自己的责任心，认真履行职业道德，只有这样，才能把我们的工作做好，做精。

4. 学好土木要我们全面掌握各种知识的重要性

在工地上会遇到基础工程，钢筋工程，模板工程，混凝土工程，水电安装工程，安全工程等常见的工程问题。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。最后，感谢实习单位和尹老师为我们提供的这次实习机会，以及请我们吃的那顿饭，令我印象深刻，我将继续努力学习，争取早日成为一名合格的建设者！