

2023年实训收获和心得体会100字(实用8篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

实训收获和心得体会100字篇一

今天，我有幸学习了《20011年全市小学教育教学工作交流材料》，受益匪浅。同时我也深深的感到自身的不足，我决定细品所得，把此次所学所得用于教学中。下面就此学习谈几点自己的心得：

正如老师所说的：“我们不要用一生的辛苦忙碌，攀登到人生阶梯的尽头时，却发现梯子搭错了墙头。”我觉得我们不一定要做自己喜欢的事，但是必须努力的喜欢你正在做的事。比如说，也许我们现在并不喜欢当老师或班主任，但我们与工作的关系就是婚姻与恋爱的关系，既然已经选择了，而且也结婚了，那就好好爱吧。只有真心地去爱学生，才能教育好学生。

1、“像”孩子一样——顺从孩子的行为班主任要想深刻地了解学生，贴近学生，就要顺从学生的行为，甚至把自己变成一个学生。这就是教育家陶行知先生“变小孩子”的教诲。努力体会孩子们的童心，努力使自己保持一颗童心。我们的做法是，“像”孩子一样，顺从孩子的行为。

2、理解学生的错误——尊重学生的自尊心理学中指出：“犯错误是一个不可缺少的学习过程”。从这个意义上说，我们要用一颗宽容的心正视学生道德意识、行为形成过程中的差异。教师要对学生的成长持乐观态度，用宽容的心，“顺应”学生暂时的失误。孩子的错误真的有那么严重吗？大家

都知道盘古开天辟地的传说，盘古开天辟地之后，“天日高长一丈，地日厚一丈。”盘古也“日长一丈”跟着天地一块长。最后是“天数极高，地数极深，盘古极长”。可见，人的意义和天和地是一样的，天地人并成为“三才”，所以人是值得尊敬的，孩子更是应该尊敬的，孩子是人类的希望。而如何尊重孩子，那就在于面对孩子的错误：不靠奚利的言语，不靠威严的面容，而是在尊重孩子自尊的前提下，选准教育的切入点，用宽容来引导孩子。

3、贴近孩子的童心——培养良好的习惯孩子呼唤童趣的教育，无论是在教育的方法上，还是教育的手段上、内容上都应该采取符合学生心里的方法。

书本是更新知识的重要载体。教师的知识大多是几十年前由老师传授的，而今面临知识爆炸，学习知识、更新知识的最好老师是“书本”。教师要多读一些自己专业、学科知识的书，只有这样才能了解本学科知识发展现状，了解各方面有益信息，丰富自己的头脑，才能在课堂上有底气地与学生交流对话，在对话中提升自我，在互动中达到教与学的和谐，教师的这桶水才能变成一泉活水。如果整日埋头抄写几年前的老教案，只能造成头脑僵化，试想这样的教师能不“穿新鞋走老路”那才是怪事呢！所以：要给学生一碗水，教师应有一桶水的思想。这一眼源源不断的泉水，必将成为教学改革的动力。“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，正是我们当代教师所应追求的。

为此，我准备做到：

(1) 把时间和空间还给学生。学生发展的独特性和差异性要求我们，把时空还给学生，让学生做出抉择，按适合自己的方式自主学习，教师当好学生学习的帮助者和引领者，以确保学生选择合理发展自我的方向。

(2) 让学生充分了解自我，相信自己。学生只有了解自己的

学习实际状况才能改善自己的学习方法；也只有相信自己——我行，我一定行！才有可能获得学习的成功。

(3) 让学生学会展现自己，欣赏自己。作为教师要提供多种机会让学生张扬个性，展现能力，并让学生在展现自我的过程中学会欣赏自己。

(4) 在尊重与信任、乐观与宽容基础上开展教学。教师会用欣赏的眼光看待学生，用宽容的心态接纳学生，负责任的行为对待学生，让每一位学生都能成为成功者。

总之，这次学习我收获的不单单是名师们讲解的内容，更是一种理念，一股动力。我会抓住这次机遇，在今后的工作中，努力实践，在教学岗位上积极进取，力争成为一名新时期的优秀教师。

实训收获和心得体会100字篇二

了海钓鱼竿钓上了一些鱼。最后我们去了猕猴桃园摘猕猴桃了，在猕猴桃树上挂满了沉甸甸的猕猴桃，我们看到后高兴极了，大家立刻开始了采摘工作。

最后大家把摘下的猕猴桃装进车里，满载而归了。

旅游感想

我眼花缭乱、目不暇接、大开眼界、惊叹不已！。美丽的海底真神奇啊o

规律，让大自然为人类服务。

希望亲亲采纳，你的采纳是对我的支持，谢谢祝20--好运

实训收获和心得体会100字篇三

通过本次毕业实习我真正了解到步入社会后我们还有许多知识要学习，还有许多需要加强的地方，我的电脑知识还有许多欠缺的地方，还不能熟练的掌握，我们的动手能力不足等，我知道这不是短时间内能够学会的，这次实习对我有很大的帮助，在这过程中我还会学到很多东西。

有了这次实习的经验，再以后就可以更快、更好地融入新的环境，完成学生向职场人士的转换。

在实习期间通过不断的学习和总结经验，提高了处理实际问题的能力，为我以后步入社会进行总结了经验。

用人单位在招聘员工的第一要看的就是你是否想去学习。我们一同过去的几位应聘者中，有一部分就是因为在想去学习的劲头比别人逊色一点而落选。因为对于用人单位来说如果一个人有想去学习，那么他在这个特定的岗位上就会很快的得心应手，从而减少了用人单位要花很大的力气来培训一个员工。

第二、在工作中要有良好的学习能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工作中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题。

第三、良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。

这也是我们平时要注意的。和谐的人际关系，能为顺利工作创造了良好的人际氛围。

另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关技能知识的标准掌握等。所以我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

通过这次毕业实习，把自己在学习一方面巩固所学知识，提高处理实际问题的能力。另一方面为顺利进行毕业报告做好准备，并为自己能顺利与社会接轨做好准备。毕业实习是我们从学校走向社会的一个过渡，它为我们顺利的走出校园，走向社会为国家、为人民更好服务做好了准备。

对自己的要求

经过这几个月的实习，我对未来充满了美好的憧憬，在未来的日子，我将努力做到以下几点：

一、 继续学习，不断提升理论素养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名年轻人更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、技能知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

二、 努力实践，自觉进行角色转化。

“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实

现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰现人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

三、 提高工作积极性和主动性

实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为社会创造更多的价值。

最后感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助，我会继续努力的。

实训收获和心得体会100字篇四

今年暑假我有幸参加了聊城市20x年中小学骨干班主任培训。为期三天的培训，我的收获很大，感触颇深。讲座的专家和骨干班主任从班主任工作理念到方法和策略，从不同的角度诠释了该如何做一个优秀的班主任。通过这次培训使我清楚地认识到，新时期班主任工作应具备一定的技巧和素质。班主任工作是一项专业性很强，对自身素质要求很高的工作，我们常常听到这样的一句话，有什么样的班主任，就有什么样的学生。下面我简单的谈谈这次培训后的几点感受：

- 1、班主任要处处以身作则，起表率作用。凡是要求学生做到的，自己首先要做到，正人先正己，如果求学生遵守纪律，

不迟到不早退，班主任自己就要认真遵守教学工作制度；要求学生在学习上要刻苦认真，那么班主任在教学中就必须做到“认真”二字；要求学生的言行要符合社会道德规范，那么班主任的言行行为就要对学生产生良好的影响，处处起示范作用，成为学生学习效仿的楷模。班主任的言语要充分反映高尚的师德情操，行为要充分体现人民教师的形象。

2、班主任要在学生中建立威信，树立良好的形象，获得学生的充分信任。班主任威信的建立，主要是通过树立良好的形象来实现的。良好形象的树立，关键在于平时的言行。班主任的一言一行、一举一动，都应在学生中产生好的影响，起表率示范作用。平时的言行是建立威信的基础。树立了良好的形象，建立了威信，获得了学生的信任，班主任工作就能顺利开展。

1、要细心全面了解掌握学生各方面的情况，如家庭情况、学习情况、学生的个性特点等。全面了解掌握班级每个学生的不同情况，在对进行管理教育的过程中，才能针对每个学生的不同情况采取不同的管理教育方法。可以说了解掌握学生各方面的情况，是做好班主任工作的前提。

特别要花较多的精力认真做好不良言行学生的教育工作。对有不良言行学生，要多进行个别疏导，尽量不要在大众场合当着众人的面点名批评教育，避免学生产生抵触、对抗心理。要让学生有机会悄悄地改正缺点错误，使之自觉养成良好的道德行为习惯。

3、要关心学生的学业，激发学生的学习兴趣，使学生建立学习信心。班主任要从各科任课老师那里了解学生的情况，无论学生成绩的升降，都要随时给学生鼓励、加油。尤其是对成绩差的学生，要多给予鼓励、支持、指导，激发他们的学习兴趣，使之建立学习的自信心。对偏科的有业余爱好的学生，要多做引导，使之全面发展。要使所有的学生始终保持刻苦努力、积极进取的心理状态。

4、要关心学生的生活，帮助学生克服生活上的困难，使学生能专心致志的学习。特别是家庭经济困难的孩子，不可避免地会存在生活上的困难，往往有学生缺少学习用品、突然生病的情况，对此，班主任要主动过问，并要尽最大的能力帮助学生克服生活中遇到的困难。在生活上对学生的关心，将会获得学生心底的爱戴和尊重。

5、要把学生当成自己的子女，当好学生的家长。班主任要把每一个学生都当作是自己的子女一样看待，无论学习成绩是好是坏，怎样调皮，都不另眼看待。对每一个学生既要严格要求、疏导、批评，更要细心爱护、关心、鼓励。学生有进步，就像自己的孩子有了进步一样感到高兴，学生有缺点，就像自己的孩子有缺点一样感到内疚。只要把学生当成自己的子女一样管教，班主任工作的效果会十分出色。

6、要经常接近学生，做学生的朋友。班主任在课余时间经常接近学生，与学生交谈。通过交谈，一可了解学生各方面的情况，二可沟通师生的思想感情。要做学生的朋友，班主任一定要心诚，当了解到学生有不良言行时，不要随便对其家长“告状”不要随便得在他人面前给予指责。学生觉得班主任不会伤害他，能够友好地帮助他，对班主任就有信任感，就能主动的没有任何顾虑的向班主任输送关于思想、行为、学业、生活等方面的信息。这样，班主任的工作就容易顺利开展。

7、要用爱心去帮助后进生，做好后进生的转化工作。不然，后进生的成绩就会一塌糊涂，甚至还有打架、逃学、撒谎、违反校纪校规、不完成作业等，其面目可憎，令人心烦。对这样的后进生，班主任不能歧视，不能放任不管，一定要用爱心去对待他们，用爱心去教育他们。首先要认真找出后进生的“病因”然后对症“下药”；第二不要伤害后进生的自尊心，因为每个人都有自尊的心理需求；第三要让后进生摆脱自卑感，树立自信心；第四做后进生的转化工作要持之以恒，要有耐心、有信心，万不能急于求成。只要班主任用爱心去帮

助后进生，并采取恰当的教育方法。后进生的转化工作必将起到良好的效果。

通过这次培训，我要把学到的经验、方法都运用到班主任工作实践中去。为了对学生实施素质教育，扎实而有效地做好班级工作，对自己的班主任管理要不断地反省，不断地总结，不断地进行创新。力争做一个学生喜欢，家长满意，教育上称职的优秀班主任。

实训收获和心得体会100字篇五

大一的生活接近尾声，最后是具有实践意义的社会认识实习。社会认识实习有以班级为单位的参观神钢集团，听讲座与交流；还有以小组为单位的查找资料，讨论总结；最后是以个人为单位的自主实践。实习的方式多种多样，都在于学习，吸纳更多的知识以及在过程中的收获与体会。在这社会实习期间，我也思考了这一年内是否成长了，一年内是否学到知识，一年内是否过得充实。

在实习的第一天我们以宿舍为小组，搜集关于在华日企的企业文化，招聘要求等等。我主要查找了在成都的神钢集团，以及在中国的知名品牌，如：松下，索尼，夏普等。对于他们的公司的用人要求，营销策略以及大致了解公司的运营体系。就是关于日本企业的具体信息，企业内部组织及管理、用人标准、企业文化等；或日本企业在中国的发展情况，如业绩、前景、遇到的问题以及对所在地区的贡献等多方面内容。

在经过一天的查找资料后，小组四人将收集到的资料进行讨论整理，交流心得。在华日企偏向于培养职员，喜欢零经验的应届大学生；在公司内部实行事业部制，侧重论资排辈，讲究上下级的礼貌与沟通，不过在大型的日企，外国人很难做到高职位，也体现了日本人的排外心理。日企重视“软件4s”即人员，作风，技巧，最高目标。在管理中重视感情和价值观等因素。了解这些必要的信息之后，我也对自己学

习日语的方法和目标做了相应的调整。必须多方面地了解日本的文化，以便于今后与日本人的沟通。小组四人讨论得出结论，并稍作整理，进行总结。最后仔细查看了成都神钢工程机械(集团)有限公司的相关资料，以便于在7月6号的参观工厂的时候理解该公司负责人对公司的介绍。

7月6号的参观成都神钢工程机械(集团)有限公司是我们实习的重头戏，也是我们增长专业与课外知识的好机会。在去神钢集团的路上，充满了期待，想试试自己学了一年的日语可否和日本人做简单的交流。在一个多小时后到达目的地，公司的负责人将我们带到会议室。之后成都神钢机械有限公司的财务总监土野先生带领我们参观了工人的食堂，并和工人一起吃了一顿丰富的员工饭。在食堂，可以看到不同岗位的工作人员穿着不同的工作服，说说笑笑，井然有序，没有大声喧哗，其乐融融。

在饭后，土野先生继续带领我们参观了公司的工厂，介绍挖掘机等产品的生产流程和厂房，并一一介绍各产品的生产过程以及用途。场地的绿化环境做得很好，厂房也干净明亮。神钢集团主要生产“成工牌”系列的轮式装载机，震动式压路机，平地机和“kobelco”系列的液压挖掘机。参观过挖掘机的部件生产车间后，就到参观成品的场地。土野先生介绍，成都神钢主要生产国际机型20吨级、23吨级、32吨级等具有当代国际先进水平的“kobelco”系列全液压挖掘机。第一次见到如此多的挖掘机排成整齐的队伍，颜色一致，只是因为不同的吨级，规模不一样，场面非常壮观。在介绍挖掘机的高端技术的时候，土野先生还指出，神钢的挖掘机式可以用卫星操控的，可以在操作室看到挖掘机的工作里程和具体的位置。在我们惊叹之余，土野先生还让我们坐到挖掘机的操控位置上试试，果然威风。在搜集的资料中就了解到，成都神钢工程机械有限公司成立于20xx年，在近几年，公司不断进行技术创新和新技术，新材料等等的研发。销售总额不断增加，在20xx年的销售额是20xx年的4到5倍。世界品

牌“kobelco”的智能液压挖掘机深得海内外用户和企业的青睐。

之后，土野先生在做完关于神钢集团的发展历史，经营状况等等介绍后，还就我们日语专业的学生关心的日企的用人要求和就业前景做了讲座。土野先生还和我们作了交流，回答我们提出的问题，虽然不懂的地方还是很多，在老师的解释下，沟通交流还算顺利。在听讲座的时候，不懂的地方有很多，也知道自己的日语听力和口语能力还要大大地提高。今后的日语学习也有一定的指向作用。

在神钢的参观实习后，收获和体会都有很多，把那份惊叹和感想一点一点地记下来，也思考了很多。有关于学习，生活，今后的就业，人就是在不断地学习中慢慢进步。一个企业的成长需要不断地吸纳人才，而我们大学生也有通过不断地努力，成为企业需要的贤才。神钢集团是我接触的第一个日企，搜查资料和实地参观公司之后，我对日企有了一定的了解。

结束了在学校的实习之后，我参加了广东省雷州市的大学生志愿者联合会，加入了其中的经验交流部。主要是和即将升入高三的学生介绍自己的学习方法和交流心得，最后回答学生提出的问题。之后还参加了义教，有点波折还算顺利。和学弟学妹的相处，也让我觉得应该做个好榜样，应该告诉他们更多的学习方法和调整心态的方法。同时也反省自己在大学的一年，比高中松懈了许多，有时候也迷茫啦！回到曾经拼搏过的地方，有点找回似曾相似的感觉。接下来的大学生活要找回高三时拼搏的干劲，对自己说：我可以，因为我曾经做到了。

实习期间以及结束之后，有很多的感慨，最主要的是内心的波动。对自己的要求也变得严格，也找到了继续努力的动力和目标。接下来的大学生生活会更加充实，也会有目的地增加实践的机会。因为很快我们就要步入社会大课堂，面临着择业和就业的问题，这样我们就很需要在专业方面有比较深刻地认识，掌握专业上所需要的一切知识，这样在今后的工作

中，我们处理起问题才能够游刃有余，不会被困难压垮，机遇只给有准备的人，只有我们不断的充实自己的头脑，才能够更有信心的微笑着面对挑战，让自己成为生活和事业上的强者。

实训收获和心得体会100字篇六

假期里，老师推荐给我们一本优秀的儿童读物——《草房子》。

故事描写了一名叫桑桑的男孩在六年小学生活中终身难忘的事。故事一个个催人泪下，聪明的桑桑，秃顶的陆鹤，文静的纸月，不幸的杜小康，以及善良的秦大奶奶。其中秦大奶奶最令我感动。

她在油麻地生活了几十年，西北角上龟缩着她的小草房成了学校的污点，学校花了十几年的功夫，将她逐出校园，然而没有成功。秦大奶奶总是在校园里搞破坏，她把她的“战士”鸡鸭鹅赶到油麻地小学的“纵深地带”——办公室与教室一带。她还经常扰乱课堂，闹的课也没法上。

人们认为这老太婆太可恶了！然而在一次春天，她冒险救了落水的小女孩乔乔差点丧命，相亲们轮流照顾半个月以后，她才能下床。从此，秦大奶奶发生了变化，帮学校看管校园里的豆荚，半夜冒雨用拐杖关她够不着的学校窗户。

人们把她看成油麻地一员。最后她为了一只学校的南瓜沉入水里，竟滑到了水中，与油麻地人们永远的分别了。是什么让垂暮老人在最后一瞬间，闪耀人格光彩？是爱！让她对生命深切而优美的领悟。

实训收获和心得体会100字篇七

对于在附中进行语文教育实习的我们来说，无疑是非常幸运

的。

在这所名誉三湘的百年老校里，我们可以随时学习老师们流光异彩的教学，和智者心与心的交流，在潜移默化中提高自己。而恰巧又碰上这届教学年会，能让我们领会各路才子俊豪们不同的教学风格，无疑给了我们一个广阔无比的学习舞台。

10月16日，有幸听到来自不同地方的老师带来的四堂课，这仿佛四朵金花，带着不同地域的美丽一起灿烂开放在师大附中校园，开放在在场的我们每个人的心中。

不同的地域，上课的风格不一样，我想，除了老师个人的气质和理念外，应该是和个地区不同的人文性格有关系。譬如：湖南教师的强劲而又不失机敏细腻、云南教师的柔和细腻而又不失厚重、福建教师的自由开放而又不失机智、辽宁教师的爽朗豪放又不失精致等。风格虽不同，但核心一致，都以学生为圆心，追求教学内容和表达形式的圆满。

真实，这是我在课堂上首先感受到的。课堂是一个大舞台，也是教师素质和个人气质、情操的展现台，在教学过程中，教师的教学手法、内容解读，思考问题的角度等，都无时不透露着教师个人内在的东西。学生在心里面能默默感受到这种真实，而当这种心灵的东西和教师教学过程中的表现相一致，且这颗心又是善良坦诚又博识的，这时，就默默增加学生潜意识的认同和好感，课程氛围就好起来。这四堂课都有这个共性，所以现场感染力很强。

真心，这是我很快感受到的第二点。包括对教材文本的真心解读，认真扎实的课前准备，课程设计的精心布置、教学手法的用心挑选等。对于我们实习老师来说，首先碰到的难题就是：一篇课文，知识点太多，如何取舍，如何解析的问题。老师们对教学设计的思考过程，无疑给了我们很好的答案。

老师们首先想到教什么，把课程的知识切入口斟酌又斟酌，对知识的重点把握等，都成为我们学习的榜样。如余秋雨的《道士塔》，厚重、深沉，而知识点太多，可以讲的东西太多，如何把握？讲授这个课文的老师都对切入口和重点的把握进行了反复思考、反复修改的一个过程，最终确定最佳方案。对于课程设计，老师们也是精之又精，如云南师大附中的谷春娜老师，课的开局就用美丽沧桑的敦煌幻灯图片加上厚重伤感的音乐，把学生的情绪很快带入与这篇课文的感情基调一致的氛围里去。

真诚，是给我的第三个感动。老师们以人为本的教学和设计理念，与学生人性化、科学化的沟通，使课堂氛围非常积极融洽。如湖南师大附中田芳老师，巧妙地设问，给学生充分的思考空间，充分挖掘学生的智慧，提高学生的思考积极性，使学生变得想思考、勤思考、爱思考。又如辽宁师大附中王亮老师，始终和学生之间近距离的沟通，真诚的微笑，平等沟通的心态，具有很强亲和力。

其他能感受到的，要学习的东西实在太多，但我想，对于我们实习老师来说，学到这三个真字后，以后肯定会提高得很快，而且以前很多的难题也会迎刃而解。

实训收获和心得体会100字篇八

实习是一种实践，是理论联系实际，应用和巩固所学专业知知识的一项重要环节，其在于帮忙学生建立化工的感性认识，为学习专业课程打好基础根据教学安排我们在20_年10月8日到20_年_月_号分别我校的一些设备和石油产品、抚顺石油二厂、机械厂和乙烯厂进行了认识实习。透过本次实习使我对化工行业有了很多的了解，对化工厂和所学习的理论知识有了感性的认识，对每个参观的工厂的生产工艺流程有了初步的认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮忙。我再次感激学院的领导和教师能给我这样一次学习的机会，也感激教师和工人师傅的悉心讲解和指导。

二、实习过程介绍

1、第一站:学校实习中心,时光20__年10月08号在那里我们看到了换热设备是将热量从一种载热介质传递给另一种载热介质的装置。还看到了抚顺石油产生的各种蜡,看到了催化剂,还有车用汽油柴油,飞机用的煤油,还有润滑油原料,还看到了原料油,是大庆的原料油,颜色呈现的是棕黑色,有必须的黏稠度。午时我们在教室透过多媒体观看了热交换器的工作原理,明白了在大型石油生产场地是怎样生产石油的。同时说明了明天入厂的注意事项,因为石油的生产是比较危险的,不能有一点火花,所以不能穿带铁的鞋子,怕起火花,引起,并且要带好安全帽,穿好军训服。

2、第二站:抚顺石油二厂:20__年10月09号早晨八点我们在初生的太阳下,一路沿着美丽的浑河来到了抚顺石油二厂。一下车工人师傅便把我们引导了操做室,对我们进行了讲解。随后我们被引到了反应设备的位置,在那里我们看到了厂子里面的是由成千上万的管道,有把原油输送进来的管道,也有把炼制成的汽油,煤油,柴油输送到外面去。在这个厂子里也都是很大型的生产设备,有常压塔,减压塔等等。在那里我们了解他们炼制的是大庆的原油,大庆的原油是低硫石蜡基原油,含蜡高,凝点高,沥青质含量低,重金属含量低,含硫低。所以他们主要生产石蜡和润滑油。不能生产道路沥青。还看到了运输油的火车。

3、第三站;抚顺机械厂;时光;20__年10月10日因为机械厂正在运作的时候比较危险,所以趁工人不再工作的时候,由教师和工人师傅带领我们进行了参观。抚顺机械厂炼钢分厂是石油部所属大二型企业,炼钢分厂具有40余年冶炼生产史,生产合金结构钢、工具钢、耐热钢、轴承钢等100余种工业用钢。

该厂具有经验丰富、勇于创新的工程技术人员和技术精湛的职工队伍,配备有电弧炉、化验室、混砂机、型芯干燥窑、

退火窑、喷丸机等完备的生产设备。

该厂96年与中科院金属所合作，开发生产出“铬锰钽钼铌”新型耐腐蚀钢，填补了国内生产的空白。

该厂具备七吨以下各种材质铸钢件、钢锭和三吨以下锻件的生产潜力，年产量可达铸钢件4000吨，钢锭3000吨。其产品广泛用于石油、化工、金钢石、机械、电力、矿山、皮革加工等行业。

抚顺石油机械厂炼钢分厂与国内二十余家金钢石企业长期合作，生产\$320型到\$620型各种金钢石压机铸钢件：铰链梁、压梁、低压等，其产品质量受到金钢石行业的一致好评。在参观完后，我们便结束了我们的旅程。

4、第四站；抚顺乙烯厂；时光；20__年10月11日因为乙烯厂离学校较远，所以我们也是早早的出发了，经过一个多小时的车程，我们最终到了抚顺乙烯厂。我们排着整齐的队伍进了厂，首先是车间主任关于乙烯厂为我们做了简介。从中得知厂里主要是透过裂化得到乙稀、丙烯等混合物，然后在对其进行分离。得到的乙稀透过一些设备再聚合成聚乙烯和聚苯乙烯等等，从而制作塑料等东西。乙稀的产量是衡量一个国家石油化工发展水平的重要标志之一。之后由于出于安全思考，我们没有进入生产车间进行参观，只是近距离进行了观看。最终我们排着整齐地队伍坐上回去的客车，结束了我们的乙烯厂之旅。

三、实习感想

回想这几天的实习，听到的精彩的讲解、看到各式各样的机械、了解到的不一样工艺……我学到了许许多多平时课堂上无法学到的东西。首先对自我的专业、专业前景有了了解，更明白如何去学习专业知识。在这段实习期间，我端正了学习态度，明白如何改善学习方法，认识到专业知识与一般的

基础必修课的学习不大一样，他需要的是更高的知识水平，需要阅读超多的文献，同时我们更加了解专业的发展方向。它并不仅仅是一门独立的学科，而是与其他学科密不可分。所以在以后的学习中不仅仅要注重专业课的学习，还要掌握其它课程的学习。

同时我们对化工生产过程有了初步了解。见到了很多生产设备，开了眼界。这次实习培养了我们从实际状况思考问题的思维方式，不至于纸上谈兵。对每个实习单位工艺流程的大致总结，会存在很多的不足之处，可是我相信在学习专业课后会慢慢的弥补上。透过本次认识实习，使我对我的专业在现实中的应用有了很深刻的认识，我想在将来工作时也会对我有很大帮忙。在这些实习基地，经过各位师傅的认真讲解让我收获了很多的和我的专业有关的知识，与上课学习的知识联系起来，能过将所学的知识更好的运用到实际应用于生产之中。同时还了解到，只要是进入化工厂就要携带安全帽，身穿工作服，要时时刻刻注意自身安全，注意自我保护。透过这次实习，我们也算真正和化工行业有了一次亲密接触。总之，我们受益匪浅。