

# 最新制作艾草香囊心得体会(汇总9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。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 制作艾草香囊心得体会篇一

我的梦想就是进入电厂工作，如今梦已成真，它已经陪伴我走过了大半年。当我走出校园，踏进电厂的那一刻开始，我就知道这必将是我人生中最大的一个转折点，以后的旅程必将充满着无限的机遇和挑战。

“纸上得来终觉浅”是我对从学校走到工作岗位的最大感触。

在单位领导的精心安排下，我们进厂一开始就进行了入职培训教育，学习单位各项规章制度，职业道德培训和人格塑造等知识，同时，培训我们的x老师和x主任教给了我们很多很多做人和做事的方法，为我们在日后的生活和工作增添了不少营养元素。

从事电力生产，最重要好的是要做好安全生产工作，“安全第一”这四个字必须时刻牢记在我们的心里。为此，从厂里安监部门到班组，都对我们进行了一系列的安全生产知识培训，认真学习《电业安全工作规程》里面的每一项规定，这过程中我们学会了心肺复苏急救法等安全知识。要做到真正的安全，必须从我做起，严格遵守《电业安全工作规程》，杜绝一切违规违章操作，真正意义上达到安全生产的目的。

我在检修部炉修班工作。“脏、累、苦”无时无刻不跟炉修班联系在一起，然而，对于一个来自农村家庭的年轻人，这算不了什么。炉修班是检修部的一个重量级班组，在确保机

组长周期安全运行起到举足轻重的作用。作为一个新人，我虚心向师傅们学习，善于思考，认真牢记和总结师傅们做教给的知识，勤于动手操作，将理论知识和实践有机的结合起来，每天的工作，都给我带来了巨大的收益。

一开始我就认真的学习整个电厂的各个系统，努力掌握各个设备的工作原理，为日后的检修工作打下坚实的理论基础。在实践方面，在炉修班的转自师傅们手把手的精心教导下，我很快的学会了一些常见的检修工艺与流程，学会了处理一些常见的设备缺陷。制粉系统中的各个设备最容易出现故障，影响机组运行。比如磨煤机撑杆断落，给煤机皮带跑偏等。正因为这些问题的出现，我们才有机会深入到实际操作中去，假如没有磨煤机撑杆的断落，我们就无法了解它的整个结构，无法亲自读懂它的“内涵”。所以，只有自己亲自接触，亲自的去实践，才能从书本中跳跃出来，快速的处理每一件事情，这就是检修工作的一个重要学习的地方，才能真真正正的学到和牢记知识。

在这里，除了工作之余，公司还会为我们安排了丰富的业余活动，每个人都可以发挥自己的特长，在属于自己的舞台上展现自己。如一年一度的足球联赛，每逢节假日安排的棋牌，游园活动等娱乐节目。我们公司领导们真可是煞费苦心，努力为我们营造一种良好的生活和工作氛围，不仅在解除工作疲惫的同时，还提高了个人的综合素质，陶冶了情操。

让我感触较深的还有公司领导的\*\*\*\*\*和师傅们的兢兢业业。对待一个实习新人，领导和师傅们的关心与问候，让我心存感激；在工作现场，师傅们顶着高温、认真投入的工作景象，让我敬佩万分！在这良好的工作氛围下，我很快的融入了工作当中，更加努力学习知识。短短的半年时间里，我收获良多：我收获了知识、收获了技能、也收获了快乐！我不仅懂得了检修人员必须具有的严密的学习思维，同时也积聚了无限的感恩。

感谢你们给我提供了这一次宝贵的工作学习机会，我将把在这里学到的知识和经验运用到日后的学习和工作当中。我将一如既往，以最大的努力为公司的发展壮大贡献自己的光和热。

## 制作艾草香囊心得体会篇二

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。

经过这三次实习，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，也让我更清楚的认识了自己的理想。从小时候起，就梦想着当一名工程师，盖大家喜欢的房子，所以也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。

## **制作艾草香囊心得体会篇三**

二、指导教师姓名

三、实习地点 长沙、湘潭等

四、实习目的与内容

1、实习目的 认识实习是计算机科学与技术专业的重要实践性环节。在学习了有关的专业 基础课和专业课程的基础上，

认识了解计算机专业知识在其他行业领域的重要作用，为以后其他课程的学习，提供了一个感性的认识，加深了学习的积极性和主动性。

2、实习内容 一周的时间里，我们分别去了湖南工程学院惠普网络中心、财富证券湘潭市 韶山中路证券营业部、五菱湘潭陶瓷机械厂、湘潭钢铁集团有限公司、长沙国储电脑城和清华it学习认证中心长沙校区进行参观实习。

## 五、实习收获与体会

1、惠普网络中心 我作为湖南工程学院的大学生，为我们学校能拥有如此网络中心而感到自豪。经网络中心工作人员的讲解以及通过翻阅一些资料，我了解到此网络中心是一个面向惠普网络中国地区用户和经销商的技术培训和技术支持的基地。网络实验中心按照惠普网络提出的aea(适应性边缘架构)理念设计，体现惠普网络中心命令，边缘控制的先进的企业网络建设策略，中心拥有全系列的惠普网络设备，能为中国地区网络用户提供惠普网络产品体验、网络解决方案设计、网络解决方案验证、网络解决方案优化、网络解决方案实施技术培训、惠普网络产品应用技术培训等全方位的技术服务，为中国用户最大限度地发挥和利用网络为经济建设服务提供技术支持。因为此网络中心拥有全系列的惠普网络设备，所以我们可以在这里设置体验多种组网方式，包括hpidm(身份驱动管理)、无线网络、网络病毒抑制、网络管理等等，还可以根据需要搭建网络、设计网络，甚至可以根据需要搭建网络解决方案实验环境，通过实验模拟网络运行，验证方案，进而解决存在的问题，不断完美方案。

2、财富证券 湖南财富证券有限责任公司是由湖南省信托投资公司和湖南省国有资产投资经营总公司共同发起设立，经湖南省人民政府同意并报中国证监会批准设立的综合类证券公司，其总部设在长沙。公司业务触角延伸至全国，在北京、上海、天津、深圳、长沙、湘潭、郴州、邵阳、温州等地设

有15家营业网点。现有的业务范围包括：证券承销、证券自营、证券交易代理、证券投资咨询、资产管理、企业重组、收购与兼并、公司财务顾问、网上交易以及经国家证券监管部门批准的其他证券业务。 这一天的下午，我们按计划来到了财富证券湘潭市韶山中路证券营业部，工作人员首先给我们介绍了财富证券的大致运营流程。 然后还谈到，与其他行业相比，证券行业信息化建设起步较早。据我返校后搜集资料得知，自1995年以来，证券行业it投资累计达到了100亿元人民币。加入wto之后，随着行业政策逐步开放，市场竞争日趋激烈，证券商对数据的依赖性和敏感度愈发凸显。在证券信息系统中，数据中心具有集中存储和管理业务数据、灾难备份等功能，是证券业务持续运营的保证。 接着，工作人员还带领我们参观了客户室和机房，给我的感受就是，那里所有的设备都是以稳定为基准。工作人员和我聊到，湖南财富证券新数据及灾难备份中心机房的总面积已经达到了300平方米，在工程第一阶段主要着手数据中心机房的建设，这主要也是围绕稳定与安全。 最后，工作人员和我们讲授了许多炒股的知识，听了她的一番话，我不再认为炒股是一种投机行为，其实炒股是一种风险比较高的投资，是现代社会盛行的一种理财手段。

3、清华it 我很荣幸能够坐在清华it学习认证中心的教室里听张玮老师的一次讲座，虽然只有一个小时，但在这短短的时间里，我体会很深。学习计算机知识是一个熟能生巧的过程，实践在这个过程中是一个十分重要的环节。只看演示记下步骤，不自己动手练习，是不能达到学习目的，必须有充足的时间自己动脑创意、动手练习，在反复的练习中才能使自己牢固掌握住所学知识。张玮老师告诉我们，清华it的每一个学员都对所学内容自己进行操作，不懂的地方在课堂上或是在课余时间提出来，老师当场给予解答，使学员进步非常快，这种边学边操作的教学方法是一个非常值得赞扬的好方法。其实，学校毕竟是一个重理论的地方，实践的机会相对较少，一些东西学过之后感觉难以致用。另一方面，计算机是一个

发展相当迅速的一个行业，学校的部分教材已经跟不上目前先进的计算机技术。我们不应该认为自己掌握的某门技术就已经是天下无敌手了，虽然现在java,vb,c,c++用的都很多，怎能保证没有被淘汰的一天。换言之，在我们掌握一门新技术的同时就又有更新的技术产生，身为当代的青年应当有紧跟科学发展的素质。高级程序设计语言的发展日新月异，今后的程序设计就像人们在说话一样，我们从xml中应是有所体会了。难道我们真就写个什么都要用汇编，以显示自己的水平高，真是这样倒不如直接用机器语言写算了。反过来说，想要以最快的速度接受并利用新技术关键还是在于你对计算机科学地把握程度。

技术与科学是不能分家的，学好了科学同时搞技术，这才是上上策。犹如英语，原先人们与老外交流必须要个翻译，现在满马路的人都会说英语。就连21世纪英语演讲比赛的冠军都轮不到英语系的学生了。计算机也是一样的，我们必须面对的一个现实就是：计算机真就只是一个工具，如果不具备其它方面的素养，计算机系的学生虽然不能说找不到工作，不过总有一天当其他专业性人才掌握了计算机技术后将比我们出色许多。原因就在于计算机解决的大都是实际问题，实际问题的知识却是我们少有的。单一的计算机技术是没有立足之地的。

## 制作艾草香囊心得体会篇四

一、实习单位：

二、岗位名称：

三、实习单位简介

该公司有10年的经营历史，经营的产品有关纳爱斯雕牌系列，汉高系列，光明洗发系列，新华电池系列，旺旺系列，孔府酒系列，霸王系列，丽涛系列，奥奇丽田七系列、广州新居

爽系列，美日化洁宝家白洗涤系列等30多种系列产品，产品所在地覆盖的区域为桂林市及县乡镇，公司主要经营模式有两种，一是向各超市铺面直接供货，二是作为一级批发商将产品批发给二级批发商，10年的岁月，公司已有稳定的客户群，在桂林市与60余家超市，铺面等有业务来往，县级有30余家大型超市。公司所安排的职位有总经理、办公室经理、市区经理、县级经理、办公室文员、业务管理员、业务员、导购员、会计、打单员、财务员、理货员、司机等职位。

#### 四、岗位职责

我的岗位为业务管理员，职责有：1、对业务员进行管理和监督，根据业务员的报告情况得出总结，上报总经理，不定时对业务员当时所在位置进行询问，通常公司每周都会对业务员进行一次价格测试，我就监督业务员测试，了解业务员对产品价格的熟悉情况如何。2、节假日时制订出一些活动策划方案，有时厂家提出做促销活动，我们也要及时按要求策划好。3、对近期产品的处理选择适当的方法。4、对客户资料进行管理。

#### 五、岗位要求

要求对公司的产品特别熟悉，每一个系列及每一个单品一看就能辨认出来，价格也要非常的熟悉，厂价、供价、批发价、零售价要分得特别清楚，能有针对性的制定出一些实用性方案，具备良好的语言文字表达能力，对节假日特别敏感，如三八妇女节，三一五，五一等等，并能快速策划出节日促销方案。

#### 六、岗位工作流程

工作流程：1、早上早会半小时，由总经理总结前一天的工作进程及成果，然后下达任务到各员工，各就各位做好当天的工作，我要经常跟着去熟悉市场，主要熟悉超市等零售终端



的地理位置，公司有哪些产品在该店面销售，销售量如何(这个要求熟悉公司以前销售计量本)。2、对每个店的近期期产品进行统计，制定出可行的方案。3、不定时打电话给业务员，看其是否开机，是否在工作。4、在最近的一个节假日之前将促销计划做好，上报总经理审批，听其指导，修改及执行。5、业务员下午五点半左右回公司，与业务员交流，发现及探讨问题，寻求解决的方法。6、与仓管员组合，对产品遗漏、滞销问题进行处理和管理，建立管理资料库。

## 七、岗位考核方式或计酬标准

考核方式：早上八点准时到公司开早会，迟到五分钟以上算迟到，迟到五次算旷工半天，以此类推，一个月旷工三天视情节严重，上班时手机随时保持开机状态，发现关机一次扣工资五元，有事需请假，不请假视为旷工。计酬标准：试用期一个月，600元一月，试用期过后850元一月加业绩奖。

## 八、企业方针和目标

公司讲究诚信，对员工要求严格，以业绩评价一个人的能力，对业绩优秀的员工采取重用的方针，对业绩差者进行指导批评，如若不见效果，视为无能力胜任本职工作，采取开除制度，公司目前正处于扩大规模时期，经营的产品正在逐渐增加，员工人数也在增加，目前正在加快市场渗透力度，投放更多资金，迅速扩大经营规模和市场占有率。

## 九、岗位工作存在问题和建议

存在问题：得到的市场信息主要来源于业务员和理货员的报告，和终端客户缺少最直接的沟通，不能很准确的获得市场信息，有点坐井观天的味道。建议：不能闭门造车，应给与多外出的机会，以便与终端客户进行沟通，根据市场信息及时改进策略，另外，岗位工作性有点杂，不能很好的向一个方面发展。

## 十、知识和实践对我的工作帮助的地方

在学校学习了市场调查与预测，懂得应充分了解市场才能做出正确的判断，“没有调查就没有发言权”我是深刻的体会到了，同时也利用所学的知识很好的开展了工作。所学的现代应用文写作给我很大帮助，光有想法是不够的，还要能用文字表达出来才算是做好了工作，实践沟通是否很重要的，也是必要的，从沟通中可以间接了解到很多信息，不需要自己费力再去重新查找获得。

## 十一、最想拓展的能力

我最想拓展的是谈判协调方面和策划方面的能力，包括筹划活动及制定更好的管理方案等，我希望我能在以后的工作和实践中让自己往这方面提高。

## 十二、觉得应该加强的知识和实训

我们所学的专业为营销与策划，现在市场需求方面更偏向于策划，所以我觉得应增加有关策划方面的教材，还有有关大脑培训方面的书籍，让我们的思想与众不同，成功策划，成功营销。

## 十三、其他说明

我们基本处于自我放松的时期，所以教学如果能以一些有趣的方式进行的话，会更有效的将知识传授于学生，更有利于开拓学生的思路。

## 十四、实习总结

通过这段时间的实习，逐渐把我磨炼成一个敢于面对现实的人。怎么说呢？在学校的我，像大多数大学生一样，爱幻想，把工作想象得不说完美也是美好的，想拥有像行政班那样的

工作日，该工作时候工作，到休假时候就休假，大大的放松一下，这是我理想工作状态，当自己踏入社会开始自己养自己的那一刻起，我的幻想破灭了，现实与理想的差距让我感到工作很乏味，一个月两天的休息时候，而且当别人在放假在玩乐的时候，却是我们忙得不亦乐乎的时候，看着别人自己真的有些不是滋味，而且工资也不高，心里找不到一种平衡感，但后来，想到自己刚毕业，没有工作经验，有单位肯要就不错了，还需要那么高的要求吗？想到还有人在为找工作发愁，我的心态瞬间摆正了。这就是现实，不是在象牙塔里幻想的那个世界。于是我开始努力的去工作，上级分下来的任务认真的去完成，虽然还有很多不足的地方，但我会去学习，去改正，这也是我实习的目的之一啊！我以我所能研究室到的最快速度去熟悉市场，熟悉价格，对整个桂林市区有个大概的了解，曾经一个人风雨无阻的骑着一辆自行车带着地图去熟悉桂林市的地理环境，那段日子是最令我难忘的，饿了就找个快餐店吃，吃完了又上路，中午也马不停蹄的前行，用一个字形容：累！但很值得。在公司的日子里，我学会了怎样与同事相处，在同事忙的时候多帮帮同事，多与同事交流，谈谈工作心得体会，不仅可以促进同事间的感情，还可以共同解决一些问题。我基本了解了公司的工作流程，也明白了公司的发展方向，这让我明白工作不是一个人的事，团结的力量是很大的，也明白了做事情不能盲目，要有方向，有目标。

诚信，是公司经营的理念，与其说经营产品，不如说经营诚信，公司靠着诚信保持着已有的客户群和扩大自身的影响力，在桂林，还是有一些名望的。我想，诚信应该成为每个人的品质。

以前，都是学校安排的实习，现在这次，完全是个人与公司的相互选择，我体会到了工作的辛苦，明白了钱真的不容易挣！事业，还是要一步一步的去拼搏。我相信经过老师这两年多的教导及我自身的社会实践，我会成为一名对社会有用的人。

## 制作艾草香囊心得体会篇五

河南理工大学认识实习报告学生姓名周俊宇班级学号电仪09-2310908050229实习时间20xx年6月23日——7月1日实习地点河南理工大学配电房，锅炉房龙源湖电视塔开封仪表厂焦作市污水处理厂带队老师王大虎李良曾志辉吕辉杜静静董爱华杨艺张新良成绩 前言电子信息技术及仪器，作为一个新专业，我们对我们的未来并没有什么很深的了解，我们到了学校之后做的便是学习基础课，专业课，这些都比较抽象，真正有一个形象的感性的认识机会便是这次的认识实践。通过这次认识实习，我们真正的知道了我们现在学的是什么，将来可以做什么，虽然在书本上看到东西有些确实难以和实际联系到一起，但是真正用起来还是很有用的，还有重要的一点就是我们所学的知识并非在未来的工作中都是有体现的，真正工作上的需要可能是只是其中的几个方面，但是可能在某系不经意的时候，我们学到的知识又可以成为帮助我们扭转乾坤的那支稻草。从真正意义上的电类工作例如配电房的配电，电视塔的信息的传递和处理。以及和一起有关的开封仪器厂的测量仪器，到污水处理厂的各种仪器的的监控，数据的测量和处理等。这些一切的一切，都和电子信息及仪器相互关联起来。给我们一点启示。总的来说，理论和实践是有差距的，但是学的东西以后都会有用的，我们还是不能放弃了理论知识的学习，但是同时也要进一步加强一些实践的活动。

一，同时这是实习不是参观游玩，是应该有所得的。锅炉房：锅炉房：早上八点左右，我们在一号餐厅集合完毕之后，便开始了实习之旅。我们去的第一个地方是河南理工大学动力中心。我们所实习的地方是动力中心的锅炉房，锅炉房中有五个大锅炉，一个是提供蒸汽的，其他的是提供热水的，提供蒸汽供食堂做饭，蒸馍。其他的会在冬天的时候开放，给寝室，图书馆，教学楼供暖。我们随热心的工作人员一起爬上了二楼，我的第一个反应就是有一种热气逼人的感觉。在几个硕大的锅炉中，有一个在工作中。在工作人员的介绍下，

我了解到：每个大锅炉都是由进料口，燃烧部分，和输出部分组成的——将蒸汽通过管道输送到各个食堂，在各个管道的仪表上，有显示工作状态。还有一部分废气通过学校的大烟囱排出去，在排出去的过程中，还和水进一步的反应，使煤渣能够充分沉淀，从某些方面减少了固体粉尘的排放，这一点还是非常不错的。同时，进料口是直接接着楼上的煤堆的，这样，通过传送带的电机带动，可以自动的将煤原料通过此进行定量的传送到锅炉房之中，是燃烧过程可控制。周围还有几个鼓风机，用以向锅炉房里面鼓如空气，是煤可以充分燃烧。当然，需要注意的是，进入锅炉房的水需要被软化后才能送入锅炉中，因为水总含有的ca类的矿物质元素，在日积月累的过程中会产生水垢等杂质，最终阻塞主锅炉。在锅炉的最高端，有一个仪表，反应一些工作的状态。

一，对此我们拥有了一个比较感性的了解。同时，老师向我们解释了我们使用plc的原因而不是单片机的原因，是因为plc的稳定性更加好，在稳定性方面，单片机是无法匹敌的。锅炉房为学校工作了很多年，而且也没有出过什么大差错，但是，这个体系还是有局限性的：例如，不能十分准确的确认煤的燃烧情况，只能通过那一个小口进行观察。也没有一个闭环的控制，火的大小最后还是要用人的双手进行控制，而不是可以自由的用当前的信息进行反馈控制，这是一点小小的遗憾吧。毕竟仪器是有点老的吧。河南理工大学配电房看完了锅炉房之后，我们便来到了旁边的河南理工大学的配电房中。我们学校具有两个配电房，一个高压配电房，一个低压配电房。低压电房通过将高压电房的电压进行降压。然后分配到宿舍，图书馆，教学楼等学校的各个地方提供使用。在讲解人员的介绍中，我们知道在传输的过程中，为了使电的传输效率尽可能的高，传输的电压也是越高越好，但是在传输的终点我们需要将这些电压转换成我们日常使用的220v交流电压。需要将电压进行变压，这样才可以正常的进行使用。而变电房的作用便是这样的。在变电房中，我们看到了许多的非常非常粗的电线，就像连接着人心脏的动脉。一样，

而这个变电房的实质就相当于整个学校的动力的心脏，控制着整个学校的一举一动。

我们的高压电房的引线，并不是直接引过来的，而是从李万变电站二次变电过来的。最后在经过两次变电最终被我们日常使用所使用。变电站的功率最终可以达到1250kva□在这里使用的单位是千伏安，而不是w□这一点值得我们注意一下。在设计的一开始，解说的老师告诉我们，设计师需要有余量的，但是显然，随着现在的学校的不断发展，这几个变电箱的功率也显得有点不足了。但是由于寒暑假的分配，学生回家的一些问题，正好可以在暑假用空调的时期学生回家，所以避开了了用电的高峰期。其实，在这些电压不断转换中，产生了很多的多余的热能。所以，变电站里面也不比锅炉房凉快多少。然后我们便去了楼下的低压变电站，这里，电能输送到每个实际的应用的地点，每个变电箱中都有自己的小标签，学校的每个地方的电路来源都可以从这里面找到出处。我们大致打听了一下，每天我们学校所消耗的功率：得到了一个惊人的结果，这里我们每天消耗的电能竟然有5-6万度！这便是一种典型的积少成多。虽然平时用的时候有点不经意，但是所有的累积到一起便是一个大数目。这也进一步的表现出了我们一点一点节约的意义，累积到一起便是一个大数目。校区供电采用三相五线制供电，三根火线，一根零线，一根地线供电的装置，采用这种供电方式具有安全保障。是用电设备所连接的工作零线和保护零线分开，工作零线上的点位不能够传递到用电设备的外壳上，有效的隔离了三相四线制供电造成的高压危险，消除了设备产生高压的隐患。龙源湖电视塔首先是焦作电视塔概况：焦作广播电视塔高238米，设计发射7套电视节目，4套调频广播节目，由上海同济大学设计，是河南省建成最早的钢结构发射塔。

目前发射4套电视节目，分别为焦作一套，发射功率10kw(分米波28频道)；焦作二套，发射功率10kw(分米波46频道)；中央一套，发射功率1kw(分米波1频道)；省移动电视(试播)套调

频广。2播节目，分别为焦作交通旅游广播(fm99.5兆赫);焦作人民广播电台(fm89.4兆赫)。发射功率均为5kw□电视广播信号覆盖半径均超过80km□今天我们怀着无比激动的心情来到了龙源湖电视塔，一来到焦作，我们所见到的标志性建筑物便是这个龙源湖电视塔，今天终于有幸可以进入到这里看看这里的具体情况。在老师的带领下，我们到了龙源湖电视塔的底座，我们都在思忖着如何爬楼的时候，才知道我们这次主要要参观的部分就是这第二层楼。我们了解到电视塔建这么高的主要目的并不是建筑美观的需要，而是出于信号质量的需要，站得高，看得远。我们需要更高的高度来获取更好的信号发射质量。同时电视塔也达到了美观的需求。到达了二楼之后，我们看到了很多很多的监视器，后来了解到了这些监视器是用来监视信号的输出。还有非常重要的部分便是龙源湖的中心机房。首先来到的地方便是龙源湖电视塔的核心部分-机房。说是机房，其实也不然，我们所参观的是一个有一个的全固态的电视发射机。首先说一下第一台固态发射机吧□csd—1kw-v-1□这个发射机将上层的信号进行处理，之后功率放大，转化为无线信号，传输到覆盖焦作市各地，让大家可以通过天线来观看电视节目。从发射机的顶端，竖起了一根很粗的铜管，其中是两层结构，而信号就是通过这个发送到焦作的各个地方的。

接下来说这个内部结构，发射机的内部是由模块化结构构成的，而且设计的时候是有余量的设计，每个模块400w的发射机，就像电路工作时候的并联工作一样，一个出了问题，另一个立马接替，而出了问题的则可以送到厂商那里去修理，完全不影响使用。这些功率放大器的功率还是很大，所以发射出来的热量也是非常的惊人的。同时，解说的哥哥也给我们介绍了一下黑匣子的哲学。所谓黑匣子，便是我们所关注的只有黑匣子进出的两个环节，而具体内部的结构我们并不是特别的关心，因为这是厂商生产的，我们要做的是将这些东西拿出来去使用，而不是关心其中的原理，所得的信号，当然要经过调制，处理，整合什么的，这是我们下学期要学

习的信息学的重要内容之一。但是，这次的了解也算是一个比较感性的认识吧。同时。对于发射机比较高的要求便是一年内的故障时间总和不可以超过一分钟，这个要求还是比较苛刻的。接下来便是与第一个比较相似的发射器，当然其中有两个与其他的与众不同，其中有一个是焦作本地的电视台的发射机，这个发射机与其他的区别在于，这个发射机有自己的一个独立的柜子去制作信号。而其转发中国的比较大的电视台则没有这个步骤。还有一个值得一说的便是数字信号发射机，从外观来说，数字信号发射机的大小要明显比模拟的要小巧一点，而且数字信号具有码分复用的特点，所以不会像模拟信号那样，不同频段的容易在一起干扰。

解说的哥哥告诉我们，这些数字发射机主要用于发射cmmmb电视信号，这信号作为一项国家自己特定的标准，主要用于移动手持设备，例如mp4手机等。当然，大部分频道是收费的，只有新闻频道目前是免费发放的。当然，既然数字信号有这么多不可匹敌的优点，那么为什么不都用数字信号呢，有同学问道。我们也得到了答案：升级换代并不是一簇而就，而是一个缓慢的过程。所以并不能将模拟发射机全部舍弃掉，而换成全盘的数字发射机。在参观完了机房的内部之后，我们来到了监控中心的外部，首先引入眼帘的是那一墙监视器，监视器分上中下三排监视器，每一横排的监视器的内容都是一样，我们为什么要这样做呢，其实，这三排的信号代表三种不同的信号的来源，光纤，同轴电缆，和无线信号，其中同轴电缆的信号质量最差，用来做备用，在光纤信号工作不正常的时候，他们挺身而出，不影响用户的最终使用。在这种条件下工作还是比较辛苦的，要保持的一天24小时的信号不能中断，特别是在有大事件的时候，例如奥运会，春晚的时候，更是不能有一点点的差错。同时所有的信号信息都是可以控制的，都是在监视器前面的显示屏上面都有反应的。这样监控的更显得直观。通过这两个环节的控制，便满足了大部分焦作人民的对电视信号的需求。河南开封仪表厂首先是关于河南开封仪表厂的介绍：开封仪表厂开封仪表厂是国家大型骨干企业,座落在七朝古都开封市。



作为国内最大的研制、生产流量仪表、流量校准装置及液位仪表的专业厂家，开封仪表厂在继承着四十多年优良的企业传统的同时，也成长为一个能够不断填补国内流量仪表空白、充满活力的高新技术企业。早上，我们怀着无比激动的心情，搭上了去开封仪表厂的行程。焦作仪表厂也算是一个与我们专业非常接近的实习地点。首先，我们进入的是一个具有展览性质的小房间，性质和我们的校史馆的性质相当。介绍了一些开封仪器厂的产品，历史以及荣誉。本来以为仪器厂的不会是一个很大的地方，进入公司，跨过公司的那一套楼之后我们才发现公司后面其实有很多很多的厂区，基本上都是各式各样的流量计。在实习的过程中，我发现一个问题，我们并不能总是拘泥于我们现在所学的专业的内容，我们有许多许多东西，都需要更深的了解。例如流量计，它并由于自身功能的限制(测量的范围，测量的东西是水还是油，测量的精度)所以产生了各式各样基于不同原理的测量仪器。我们在各个车间中看到各式各样的仪器被打磨，最终成为测试品，最终通过测试以后便可以投入使用。金属浮子流量计金属管浮子流量计用于连续测量封闭管道中液体和气体的体积流量，结构坚固可靠，能适应于各种场合的流量测量，因此广泛的应用于流量测量和工业过程控制。浮子流量计是基于定压降，变面积测量流量的原理。测量部分由下小上大的锥管和能在其中自由上下移动的浮子组成。当流体流过时在浮子前后产生差压力，使浮子向上移动。当浮子所受的差压力，重力，浮力平衡时浮子停在某一位置，此位置与流量有相对应的关系。将此位置通过磁耦合的方式传递出来，就可以表示流量的大小。电磁流量计电磁流量计采用国际电磁流量计最新技术制造，用于测量封闭管道中导电液体和浆液的体积流量。

采用电磁流量计的smart转换器采用新颖励磁方式，功耗低，零点稳定，精确度高。电磁流量计流量范围度可达1500:10转换器使用16位高性能微处理器16x16字符显示选择，参数现场设定方便，编程可靠。具有检和自诊断功能。双向测量系统内装三个积算器:正向总量、反向总量及差值量;正、反流量

及多种输出(电流、脉冲、数字通讯□hart-);保证系统的兼容性。电磁流量计的测量原理是基于法拉第电磁感应定律。其传感器主要由内衬绝缘材料的测量管、穿通测量管壁安装的一对电极和用以产生工作磁场的一对线圈及铁芯组成。当导电液体流经传感器测量管时,在电极上将感应出与流体平均流速成正比的电压信号。该信号经转换器放大处理实现各种显示功能和输出功能。这些产品在生产完之后,还不能立即投入使用,二是要经过测试,通过一个精确的仪表和生产的流量计进行对比,如果得到的结果相同,就可以在上了漆之后最终投入使用。在看完各个厂区之后,我们来到了仪器厂的“心脏”部分,仪器厂的研发中心,这里陈列的,多数是一些模型,或者是电路板。这里都是要安装在各个流量计上面作为人机交流的主要工具平台。通过电流将信号传输,然后最终现在显示器上,这便是显示部分的基本原理。参观完厂子的主要部分之后,我们有马不停蹄的来到了另一个本次实习的重要地点——国家水大流量计量站。

## 7. 收水区面积约为8km<sup>2</sup>□区域内人口约为1

7.8万人。本工程设计城市污水处理规模为本工程设计城市污水处理规模为10万m<sup>3</sup>/dd□这一次,我们怀着无比激动的心情来到了焦作市污水处理厂这是我们实习之旅的最后我们怀着无比激动的心情来到了焦作市污水处理厂,这是我们实习之旅的最后一站,我们早上八点左右,来到了污水处理厂来到了污水处理厂。首先,我们进入的应该属于控制中心的办公室我们进入的应该属于控制中心的办公室,听里面的主人给我们讲解了污水处理的主要过程其过程可以参考此图:听里面的主人给我们讲解了污水处理的主要过程:其过程可以参考此图由这个图片我们可以得知,城市污水进入污水处理厂后经过粗格栅,污水提升泵房,在经过细格栅,曝气沉淀池,选择池,氧化沟,分配井,再经过二沉池。最终可以排放出去。当然,提起污水处理,我们大家可能更多的第一反应是与物理化学挂钩更多的东西,但是实际上。整个工厂的控制

过程还是依赖于自动控制的理论。而我们进入的办公室，直接可以从上面的图中直观的观察出每个部分的工作情况，通过指示灯，而摆在前面的电脑可以很实时的反映出每个部分的工作状态。以及各项指标，只有指标达到要求以后，才能将处理后的水派到外面去。下面是对各个部分工作内容的详细解释：粗格栅采用2台粗格栅以拦截污水中较大的固定杂物，栅渣由渣板先送到皮带输送机中，然后送到收集箱中集中处理。污水提升泵房通过污水提升泵房将污水一次性提升至一定高度，以满足整个污水处理系统中的水头要求，使后续工艺污水处理单元实现自流，达到节能的目的。细格栅采用2台机械弧形细格栅，安装在泵房之后，曝气沉砂池之前，以去除较小的固体杂物。曝气沉砂池砂粒在曝气沉砂池中被去除，通过轮式曝气器使气体沿着池子的一边进入，使水流保持螺旋流动，沿池底的旋流将是砂子下沉，同时去除砂粒表面所裹的油脂，砂由砂水分离器分离后外运处理，油脂则由设在沉砂池中除油槽分离外运处理。

选择池通过选择池对进厂污水首先可选择型的选择生物菌类，可显著改善污泥的沉降性，从而有利于后续生物处理，同时起到配水作用。氧化沟氧化沟是整个工艺的核心部分。采用卡鲁塞尔式沟型，曝气转刷横跨沟上，并在转刷上方设计有钢板桥，转刷在这里起到曝气和搅拌推流两种作用，从而使活性污泥和污水充分混合反应并满足反应中所需要的氧量。氧化沟进水是来自选择池原水和100%回流的污泥的混合液。污水在氧化沟中通过活性污泥经过好氧、缺氧处理两个阶段去除有机物和氮。在好氧处理阶段，利用微生物氧化分解，使其降解，同时完成硝化反应；在缺氧处理阶段，主要进行生物的反硝化反应，以去除水中的氮。氧化沟的好氧与缺氧段的控制由自动控制系统完成，控制系统通过溶解氧测定仪测得的数据信号进而控制转刷的双速或单速运行。当双速转刷便低速运行时，只起到推流作用，此刻不充氧而只起到使污泥不沉淀的目的，单速转刷则持续曝气。氧化沟中曝气转刷的数量由总曝气量与单台转刷的曝气能力之比值确定。设计氧化沟共两组。分配井分配井是一个综合构筑物，首先，氧化

沟出水进入分配井，有分配井均匀分配进入二沉池，同时，二沉池的污泥部分又进入分配井，由分配井内的回流污泥泵和剩余污泥泵分别将回流污泥回流至氧化沟，将剩余污泥打到污泥浓缩池。二次沉淀池是污水处理工序中的最后一道处理工序，氧化沟出水经二沉池沉淀，使污泥沉淀至池底，由吸刮泥机的真空泵控制排泥至结合井，然后进入剩余污泥回流泵房，处理出水则经计量明渠排放至新河。回用水池因设计时尚未有确定的回用水用户，而污水处理又势在必行，本次设计未考虑回用水处理设计，仅为回用水处理预留了用地，以便条件成熟时增加回用水处理的内容，已达到节约水资源的目的。本社集中的回用水池储水作为污水处理厂服务用水使用，如压滤机房冲洗用水等。二沉池出水通过旁通管进入回用水池。

当然，在讲解的最后，主人告诉我们，这个污水处理厂的自动控制主要采用的是外国的plc控制技术，和我们学校的锅炉房的基本原理相似。其中主要内容有：采集全厂各工段的工艺参数，电气参数值及生产设备的运行状态信息；根据采集信息建立信息数据库，对各类工艺参数之作出趋势曲线，供分析比较，依照出最佳运行规律，分析事故原因，改进管理，保证出水，节约成本；实现人机对话方式的指导操作，自动状态下，对有关设备进行遥控操作；操作站彩屏可显示全厂平面及工艺流程中的多幅工艺流程图，实时显示各种运行状态；自动生成生产报表，并自动存储有关数据。当然，我们不可以光说不练，在参观完中心控制室以后，我们便来到了室外，零距离的面对污水处理厂的整个处理过程。我们来到了粗格栅的地方，池里水深3.5米，散发出一种浓烈的气味。显然，刚开始废水的气味还是很难闻的，那个主人给我们演示了一下粗格栅的主要过程，便是用比较粗间隔的挡板挡住污水，然后挡住的垃圾滚上去，最后放入垃圾堆中，细格栅也是这样的过程。在经过粗细格栅过程后，我们来到了氧化池，这里，我们可以看到水中翻滚的大量泥沙，本来我们以为这个是泥沙，后来才知道泥沙其实是微生物的载体，而这些泥沙，其实就是处理污染物的微生物。还有一个大风扇一样的东西，

不停的旋转。作用是促进环流，还有鼓如足够的氧气。使微生物可以繁衍壮大。

当然，微生物的增长速度是指数级别的，所以需要有一个动态的平衡每天派出定量的微生物压缩成饼。这一套设备还是很具有可靠性的，据说用了十年依然没有出过故障。非常厉害。然后我们去看了看最后排到外面的水的质量。此时的水的质量，可以用清澈二字来形容了，老师笑着开玩笑说，可以到里面游泳了。最后，我们去了车间观察了压缩成饼的全部过程。然后，这次的认识实习活动便告一段了。总结自古以来，我们就将时间看我们生活的重要的一个环节，这一点，在马克思主义的实践观中有详细的解释，实践是检验真理的唯一标准。当然，我们国家的十年大革命浩劫也是由于没有尊重实践而产生的恶果。而这次的认识实习活动，也算是一次认识我们专业和我们未来工作方向的实践活动。通过实践发现问题，发现真理，从而促进我们对电子类的专业的进一步的了解。同时，我也深深的了解到，我们学习的东西是远远不够的，我们学习的知识最多只是算在学习一种学习方法，我们目前学习内容都是最基础的，而且也是最覆盖面最广的，可能很多地方或者是有后工作什么的我们都用不到这些东西。但是，这并不意味着他们就是没用的，其中的思维方式，其中的一些理念，在我们今后的工作中说不定就会用上的，举几个简单的例子来说说这个吧，首先：在锅炉房之中，其中的传送带自动控制就和我们初中的物理有关，而我们进得变电站，实质上就是变换电压，而变换电压所需要的工具便是那两扎线圈。而所有的实现自动化控制的都是我们将要学到的plc的内容，很显然，有联系的东西都是很浅显的，但是经过进一步的深化，便是产生了我们需要用的相关的知识，这些都是相互交叉的，像是积木一样，不同的积木通过不同形式的搭配就形成了一些新的东西。传送带是无私的传送和电类的电机学的综合体。污水处理厂的控制系统是plc和各种仪器的检测，以及数据的传输所产生的结果。

通过这次实习，我们看到了我们学习到的东西是如何在现实

生活中大放异彩。为美好的生活做出贡献。更进一步的，便是对电子技术，以及仪器的理解。未来是信息的时代，而我们所学的电子技术其实也算信息技术，而仪器我深深的感觉到其实这些仪器更多的是仪表，更多的是传感器的控制技术，在未来的生活中，越来越多的电子技术和仪器传感器结合会越来越多。未来的社会是便捷的社会，而便捷的社会在于很多东西都是自动的，而不需要我们人的手工操作，如何使这些操作变得智能而且不需要手工操作呢。经过我的观察，关键点就在于反馈，我们需要采集到的是当前的信息，将当前的信息经过一系列的传输路径传输到主机，主机经过处理然后控制各项机器进行调整，最终可以达到无忧的自动控制。这些，在污水处理厂的自动系统中得到了淋漓尽致的体现。一般的结构都是这样的：传感器首先采集数据，然后将采集到的数据发送到主机，主机在经过一系列的处理控制机器的增减。这里我们便可以很自豪的说，这些都是与我们的专业学习的非常相关的。而我们需要在里面挖掘的东西什么呢，我想，主要的因该有如何是采集和传输信息的网络更有效率，如何通过物理和化学技术生产出更有效率的传感器，如何将传感器得到的信号转化为可以测量的电信号，等等等等。将这些问题，在具体的场合中解决好，便会是一笔巨大效益的产生。

所以，通过这一点，想想自己以前学的物理化学也不是一无是处，各科之间是相互联系的，而我们的电子信息技术及仪器专业便是需要对于这些知识都有所了解才可以解决一系列的实际问题。说完了学习和我们的专业，接下来就说说工作吧，不管是学到了什么程度，不管是什么样的人，最终实现社会价值的方式应该就是工作吧，不同人的工作内容不同，老师在于教书育人，而手工劳动者们则是在于如何生产出大量问题，工程师需要在机械设备出现问题时挺身而出，让机器正常运转，我们在实习的过程中，发现所有的员工无论是处在下级的工人，还是在空调房中的工程师，他们都是非常认真的在做着自己手中的事情，其专注度是我们难以想象的，感觉我们上课的时候很多都是无精打采，不认真学习。对比

之下，我想原因可能在于我们的生活太美好了，并没有收到生活的压迫，生于忧患死于安乐，就是这个道理吧，看到了这些在岗做岗位上辛勤工作的人们我开始领悟到我们当今时候需要努力学习好知识的重要性，这样不仅仅是对自己的未来更有好处，也是为国家未来的建设作出自己应有的力量的基础。所以，我们更因该抓住大把的美好时光放在学习上，不仅仅是书本上的学习，更是实践上的学习。最终，就说说这次认识实习吧，对于我们实习的地方，我们不可能完全知道其中的内部结构，以及他们的工作原理，我们所能做的只是对这些生产工艺，生产过程有一个感性的认识。

通过这些感性的认识，对于我们的未来有一个更加形象化的了解。尽管是这样，在理论知识方面，我还是有所得的——例如模块化的思想，对于工业或者是工作，很多情况下我们对工作的可靠性需要一个保障，这时候，模块化的作用就可以大放异彩，因为每个模块相互独立，所以，出了问题只要将相应模块替换掉即可，而不会影响其他模块的工作。这样的可靠性会有大幅度提高，龙源湖电视塔的功率放大器便是基于这样的原理。还有的就是，设计一款产品的时候，应该充分考虑到余量问题，第一机器长时间工作在满负荷状态下会使机器老化的速度加快，第二是为未来的一些变化提供一些提前的准备。这也是我们学校在不时的扩招，不停的新建宿舍，配电房仍然可以运转开来的原因。作为生产的一个重要环节，便是通过测试。在开封仪表厂里面，每一样产品都经过严格的测试后才最终投入使用。我们以后做的课程设计，也要注意测试的这个环节。最终，我想说的是，这次认识实习还是有所作用的，至少是认识到不少有用的东西，这些将会在我未来的学习生活中，在生产生活中起到一定的指引作用。

## 制作艾草香囊心得体会篇六

光阴似箭，将近一年的实习生活即将接近尾声，实习期间我收获了很多，不但巩固了自己的理论知识，也提高了自己的

实践经验。作为一名刚走出校门的大学生，我充分的意识到了实习的重要性，也很珍惜这次实习的机会，因为通过实践可以提升自己的能力，也为以后的发展建立良好的基石。

其实我知道要想熟悉和掌握公司会计的基本操作流程和财务核算过程是不容易的。我主要采用了 " 多看、多问、多学、多悟 " 四种的方式，基本了解了公司基本情况和财务状况。

我于20xx年x月x日至今xxx有限公司实习，这个公司的主营业务为：纸制品（精美礼盒、酒盒等）的生产和销售，制品的销售，我在这里担任财务，该公司实行代理记账，我的工作范围是对公司所有业务进行账务处理，和编制对内报表。初来公司，我感到有点失望，因为我一直希望自己能加入一个大团队学里更多的知识。

而不是在一个小工厂一个人做会计，但我渐渐发现，原来环境不大，人员不多的公司，要做的事却不少，能学到的知识也很多。

此次实习，主要分为两个阶段：一、跟着以前的x会计学习，了解并熟悉公司业务处理的阶段，主要是 " 多看、多问 " ；二、x会计离职后，我对公司会计工作的流程还不是很了解，靠自己边了解边摸索边学习，直至熟悉了公司的情况熟练的处理公司的业务，主要是 " 多学、多悟 " 。

x会计先带我去熟悉公司的环境，会计事务所（我们外账是委托事务所做的）、银行、国税局等地方。对此，我有些不解其意，后来她才教导我，人际关系不能只局限于这小小的工厂，也要多接触外面的人，尤其是那些经常跟自己打交道的人。 " 人认识多了，事就好办多了 " ，刚来第一天，她就给我上了一课，告诉了我团队与人际关系的重要性。

跟着x会计学习时，我主要是了解公司的基本情况和主要客户及供应商，并对发生的业务进行账务处理等，并学着做一些



简单的会计凭证。这个公司是一个小型微利生产企业，没有财务软件，从编制记账凭证到记账、编制会计报表、结账都是通过手工完成的。

这主要依靠办公软件的帮助，因为我对办公软件的操作比较熟悉，所以使用起来也很熟练。我认真学习了该公司会计工作的流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了会计工作的全部过程。

刚开始接触账务的时候，我的心情充满了激动、兴奋、期盼、喜悦。我相信，只要我认真学习，好好把握，做好每一件事，实习肯定会有好成绩。但我发现很多东西看似简单，其实要做好它并不容易。我一直觉得自己会计学得相当不错，x会计给我看过以前的帐后，我就迫不及待的想大显身手。

然而，当x会计让我根据现有的原始凭证编制记账凭证时，我就出现了一些纰漏。这时我才明白，即使是“借”“贷”，也不能轻易忽视。x会计细心的帮我指出了错误并耐心的给我讲解，并替我重新温习了会计重点，并告诫我一些规则，以防我日后犯错，例如：

1. 数字要用红笔划横线，再盖上责任人的章，这样才能作废，而我们在学校学的，只要用红笔划掉，写上“作废”就可以了。
2. 写错摘要栏，则可以用蓝、黑笔划掉并在旁边写上正确的摘要，而且写摘要时，一定要靠左顶格写，不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。在学校时，对摘要栏不是很看重，认为可写不可写，没想到这里还有这么大的学问！

## 制作艾草香囊心得体会篇七

去年夏天，我实习刚刚开始就遇到了厂里的一次锅炉检修。别人都忙的满头大汗，我心里却偷着乐，这可是千载难逢的

学习机会啊！

炎炎烈日，谁看见太阳都害怕，可是作为检修工人的却不能因为这些就放弃检修，厂里的生产离不开他们，肩膀上的责任更是提醒着他们。虽然锅炉早已停炉许久，可是炉膛内部仍然炙人。为了学到知识，更好的了解炉膛的结构，我还是硬着头皮钻进了火焰山似的锅炉。锅炉内，检修师傅们汗流浹背，但是他们的干劲却热火朝天，叮叮当当的声音不绝于耳，他们的笑声也阵阵不断。

见到我进来，他们就笑着对我说：“你说你怎么进来了，大学生还用学这个吗？”我看着他们辛苦的样子心里想：检修工人真辛苦啊，他们就是我们工作中最可爱的人！我笑了笑：“师傅您不能这么说啊，大学生更应该从基础学起，只有这样才能学好啊！”

在锅炉里帮师傅们敲了几十个风帽，我便累的腰酸背痛了，只好出来了。外面真凉快，风吹在脸上，像美丽的姑娘轻轻的吻，那么惬意。可是他们在锅炉里的检修工人呢，谁又能给他们“美丽的吻”呢？我不想做个逃兵，于是又钻进了锅炉一直干到收工。

锅炉检修好了，我也累倒了，修了一天班，在床上趴了一天，还阵阵的酸痛，真是想不到，那些可爱的检修工人怎么就能不怕累呢？有那么一首歌，其中唱到“泥巴裹满裤腿，汗水湿透衣背，我不知道你是谁，我却知道你为了谁，为了谁”不是为了咱们的企业更美，我们的员工更富裕吗？“谁最累，谁最美……”我想，在我们厂检修工人最累也最美。

## 制作艾草香囊心得体会篇八

20xx年x月x日，我来到了xx[]先是由综合管理部的xxx给我安排了住的地方。我见到了校友，心里很兴奋，有了莫名的感动，我俩住在隔壁。下午我们一起去办理了银行卡，又对周

边的环境初步探索。第二天，我们开始了实习生涯，上班第一天是兴奋的。公司给我们安排了实习流程：生产上实习一个月，调试呆四个月。

到了公司，看到了我们的产品，让我想起了去年十二月份在鹤壁实习，我们当时去的是一个变电站，当时看到了好多不同的屏柜，我很好奇，也很惊叹，各个元器件都那么整齐，线的走向是那么的规则，而重要的是我几乎都不认识它们，感觉很难，没想到现在我来到了生产它的地方。以后我可以很骄傲的给朋友说，我有了自己的本领，熟知各屏柜的组成及工作原理，我没放弃自己的专业。

我也见到了我的第一位师傅xxx□他老家是东北的，从小随父母来到xx□在xx工作了快三十年，有着丰富的工作经验。他现在的工作是预加工，把元器件固定到一个轨道上，然后由后面的师傅把它们安装到屏柜上，供其他师傅配线。在这里他教我认识图纸和各元器件。而我每天的工作就是看图纸、拧螺丝、组装元器件，我在这个岗位呆了一周，我知道了一线工人的不容易，他们很辛苦，可很无奈，因为他们文化水平太低，只能做点这种工作。同时对我们公司有了进一步了解，知道了公司的前前后后，也对自己以后工作也有了概念。

之后，我来到了配线区，在这里我要呆上两周。我需要做的是根据图纸上的要求，把各元器件连接起来，但布线一定要规则。我认为配线工作是一项很难的事，我们需要选择不同直径的线，根据元器件间的距离选择合适的线距。还要把线的两头压上不同的线鼻，方便接到螺丝里。由于公司订单太多，师傅每天都在赶货，没时间给我们做详细讲解，我只能在观看中摸索，他们的熟练让我倍感压力。第一次接线是在三天之后，以前认为简单的都是那么困难，我不能直接辨别出线的直径，不能快速测出合适的线距。可能自己以后工作集中在调试，对这项工作只是了解。

三周之后，我来到了二楼的单板装置车间。这里主要是焊接

我们公司的整流器、逆变装置、微机直流监控装置等模块的焊板。公司对这里工作环境要求很高，进入车间的每一个人都要穿防静电衣和防静电鞋套，因为我们焊接的元器件都很小，很容易被身上摩擦所带的静电击穿。以前在学校我也焊接过一些板子，不过都很粗糙，焊接出来的有很多都不合要求，到这里后师傅教重新认识了二极管、三极管、电容、电感等器件，教我了如何快速识别电阻大小，我要帮助师傅往单板里插这些器件，然后师傅把它们焊接好。我以后做的可能是大屏调试，这个工作我也是仅需要了解。其中我还经历了公司聚餐，没想到他们吃饭时都是喝白酒，各部门领导都特能喝。

一个月之后我就来到了一楼，做操作电源调试。这里可能是我以后工作的地方，它也是我们公司最重要的环节之一。由于之前在其它岗位都做过，我对屏的元器件都很了解。刚开始我做的只是按照图纸对元器件，后来开始给直流互感器穿线，设置不同源器件的参数等等。在这里我学到了很多知识：

1. 整个系统的工作原理：系统的交流输入正常供电时，通过交流配电单元给各个整流模块供电。高频整流模块将交流电变换为直流电，然后经保护电器（熔断器或断路器）输出，一方面给蓄电池组充电，另一方面经直流配电馈电单元给直流负载提供正常工作电源。整个电路中又加入了直流监控、绝缘监测等保护模块。
2. 直流电源的用途，它们主要是给发电厂和变电站中控制、信号、保护和自动装置、以及断路器电磁合闸、直流电动机、交流不停电电源、事故照明等提供直流电源。
3. 微机绝缘监控装置的工作原理，它主要是依靠直流互感器采集到各馈出线路的正负极电流，计算出各回路对地电阻，当出现正接地或负接地时，正负极的对地电阻变为零，仪器报警，提醒工作人员维修。

4. 电源屏中的自微机监控装置，它是电力操作电源系统的管理和控制核心，它采集、处理系统各配电单元的检测数据，根据系统管理和电池管理的要求进行各种控制，显示和记录系统的运行信息。同时可通过通信口与远方监控设备通讯，实现远方对电源设备的监测与控制。

它通过rs-485总线对高频开关整流器、绝缘监测装置、电池巡检装置等下级智能设备实施数据采集，并加以显示；根据系统的各种设置数据进行报警处理、历史数据管理等；同时，能对这些处理的结果加以判断，根据不同的情况实行电池管理，输出控制等操作；最后，监控装置还可通过rs-485接口与后台计算机通讯，实现“四遥”功能。

在这里我知道了自己的不足之处，如动手能力不足，专业知识不扎实等问题。但相信在以后的工作中我会主动学习，多向不同师傅请教，快速把这些知识转化为自己的本领。

三个月的实习很快就要结束了，我现在也开始尝试独立调试电源屏。调试中遇到过很多困难，偶尔可能还要受到师傅的训斥，这段时间由于公司生产压力很大，我们几乎天天加班。但感觉自己很幸运，所有的苦让我知道了社会 and 学校的差距。

公司是以盈利为目的，一切都要按部就班，你要遵守它的条款，而不能像在学校那样懒散，这里面你要受到上级的约束，无论工作有多单调，你都得忍受，因为你要生存。我在实习中也温顾了模电、数电、电力电子技术和供电技术等课本。现在感觉最大的遗憾是上学期间没有认真听课，现在很多知识自学起来很难，还很浪费时间，可为了将来更好的发展，我必须坚持。

## 制作艾草香囊心得体会篇九

这此认识实习历时七天，参观了很多地方，如哈尔滨市第五医院骨科、烧伤病房综合楼，金鼎广场，锚杆工艺，中关村

松北商贸区，万家宝牛奶生产基地等，从中我们了解了建筑施工的技术与流程，同时对工程管理专业有了更深的认识。

我们看了许多工地，每个工地都有种流连忘返的情节。正是这种刺激感，我们对每个工地的状况和实际的印象也更深。下面就是我在此次认识实习中所见所闻所想的，也可以说是一点总结或心得体会。

## 1 实习地点

这次实习非常匆忙，时间比较紧，也正是这样才让我们在较短的时间内接触了相对丰富的内容。此次实习，我们走访参观了如：哈尔滨市第五医院骨科、烧伤病房综合楼，金鼎广场，锚杆工艺，中关村松北商贸区，万家宝牛奶生产基地等。虽然天气很炎热，但大家带着安全帽，秩序井然地完成了本次所有实习活动，说明大家，包括我，都对认识实习非常喜爱，因为其中看到的并学到的，将会使我们受益终生。

## 2 实习重点

由于专业是工程管理，所以建筑工地是此次实习的重点。在此次实习中，我们了解了许多有关施工技术方面的知识，给我留下的印象特别深刻的是：

### 2.1. 金鼎广场的保温墙。

在初步命名为皇朝家私的在建家具城里一度高高的墙壁引起了大家的注意。据介绍，这块巨大的独树一帜的墙壁是保温墙，由苯板筑成。苯板是以聚苯乙烯树脂为原料加上其他的原辅料与聚含物，通过加热混合同时注入催化剂，然后挤塑压出成型而制造的硬质泡沫塑料板。它的学名为绝热用挤塑聚苯乙烯泡沫塑料。聚氨酯保温板具有防潮、防水性能。硬质聚氨酯的闭孔率在90%以上，属于憎水性材料，不会因吸潮增大导热系数，墙面也不会渗水。防火，阻燃，耐高温。具有优

良的隔热性能，在达到同样保温要求下，可使减少建筑物外围护结构厚度，从而增加室内使用面积。

## 2.2 预留孔洞的施工。

在哈尔滨市第五医院骨科、烧伤病房综合楼扩建项目中，预留孔洞随处可见。墙体上的预留孔洞是为后来铺设空调管和水电路等所准备，楼面上的孔洞是为后期给排水管道的铺设等预留。但预留孔洞施工在建筑工地施工中常会出现忘留，留置错位等通病，这在此次实习中也有所体现。

## 2. 文明施工问题。

对文明施工的印象，此次实习中确实给了我耳目一新的感觉，也改变了对工地的一些看法。在市场经济的制约下文明施工较以前几年有了很大的改善，但是与书本理论相比还存在不足与瑕疵，众观全局还是有很大的改良。

## 3. 实习所获

通过这次实际的工地实习，我不但掌握了一些不懂的具体环节，而且也巩固了我在学校期间所学习到的理论知识。在学校学习，理论与实际相差较大，一些知识虽然能在短期内被掌握、被运用，但一些知识则不能掌握，也不便于记忆，更谈不上掌握运用了，因此，老师所传授的内容虽然多、广、博，但是我们学习到的只是其一部分，或者是一些皮毛的东西，要想真真正正的掌握所有理论知识，只有通过实际的学习和参观，才能达到这个目的。

我们不仅学到一些新的知识，也巩固了在校期间所学到的理论知识。以前对一些施工技术要点，只是粗略地知道其施工要点，而其具体的施工环节，具体的施工步骤如何，却是知之甚少，但现在实习结束了，对我们这段时间所看到的那些施工技术，它们的具体环节及详细步骤，我们应该可以掌握

了，这样就提高了自己的理论水平，也增强了自己的实际操作能力。通过实习，增强了自己对专业的热情，让自己更有兴趣将来能在建筑行业开创天地。

#### 4实习所想

但是通过这次实习，才觉得原来工程建筑行业是一个非常具有挑战性的职业，如果将来能在这个行业工作，对自己来说将是很大的挑战。为了以后能够胜任这项工作，现在就必须踏踏实实的学好每一门功课。因此给了自己压力，让自己不再觉得无事可作，让自己安心去学习，为将来工作打下坚实的基础。增强了自己的交际能力。建筑行业是一个涉及人非常多的行业，你将会接触到各种各样的人。面对一个这样复杂的交际圈，你可以从他们身上学习到很多优秀的多西，去除自身的一些不好行为，同时也可以通过不同的接触对象，增强自己的交际能力，让自己在以后的生活中更加自信，更加坚强！

#### 5今后的准备

实习中，才发现自己知识的不足，今后应当更加刻苦的学习，对专业知识掌握的更加灵活。这一切都要在课堂的学习上实现。

虽然说，学生的课堂学习有许多类型，但是从目前的情况来讲，听老师的讲解还是一种最基本的学习方法。

要在课堂学习的过程中，保证能够听好教师的讲解，并掌握教师讲解的内容，一方面应该主动的讲解，充分发挥学习的主体性，另一方面，应该注意运用一些科学的听课方法和策略。在这里，我们主讨论听课的方法和策略的问题。

##### 5.1 做好听课的准备比较广，所以记好笔记有助于期末复习。



### 5.1.3精神的准备

听课的精神准备有两方面：一是调整好自己的心理状态；二是注意劳逸结合，保证上课前有充沛的精力。

### 5.2 集中注意力

阅读、思维和观察等一些学习活动都是可以服从个人的意志、能力和愿望进行控制。但听老师讲解这种学习活动就不同它不可能自己进行有效的控制。这是因为，这种学习活动涉及到另外一个人——教师。因此，在准备工作做好的基础上，要听好课，首先集中注意力。

### 5.3 听课要有针对性

听课的针对性是指要根据自己的实际情况来安排具体的听课方法。这是听课策略的一个重要的方面。

### 5.4 正确处理听讲和笔记的关系

听课的过程中，作一些笔记是必要的，但是，“听”和“记”毕竟是两回事。注意力分配在听课上面，笔记就难以记全，而将注意力分配在记笔记上，听课的质量就要下降。因此，需要正确处理听讲和记笔记的关系我们认为，对于学生的听课来讲，正确性的方法和策略是应该“以听为主，以记为辅”。这也就是说，听课的主要注意力应该集中在“听”的方面。至于“记”的问题，只需要记一些重要的东西。

### 5.5学会合理安排自己时间

人若不会合理安排自己的时间，便不会很好的休息和学习。这样在该学习的时候会想休息，在休息的时候会想着学习，周而复始便会使人处于一种注意力涣散的矛盾状态。无论学习还是休息都不能专心致志，总会有各种各样的杂念在困扰他们，

因此有组织有计划合理安排自己的时间是克服的有效方法之一。大学的生活多姿多彩，我们要合理安排好课余活动与学习之间的关系，在保证学习的前提下，有效地利用自己的时间，积累一些生活经验，为我们走向社会做好基础。

此外，勤与老师沟通，与同学研究，分享学习经验都是很好的方法，希望我们大家共同努力，让自己的大学学习时光缤纷多彩。

## 6结论

实习结束了，我相信在以后的生活中我将体会到更多的东西，也相信自己在下一次实习中将会更好。我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力！

听课准备工作做得好坏，将直接影响听课的质量。听课的准备工作主要包括这样几个方面的内容：

### 5.1.1识的准备

这主要是通过预习的方法，了解自己是否掌握听新课需要的知识，如果发现自己还不具备这种知识基础，便要在听课这前及时补上。这样可以保证在教师讲新课的时候“听得”懂。

### 5.1.2质的准备