

最新口译实训报告心得体会(汇总8篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

口译实训报告心得体会篇一

通过这学期会计培训，深刻的让我体会到会计工作在企业的日常运转中的重要性，以及会计工作对我们会计从业人员的严格要求。

1、做会计需要理清思路，这样具体工作起来有方向，效率比较高，否则很容易在一个问题上卡住。而理清思路后就是具体的一些工作，这些工作有时会重复，比较枯燥，但很需要耐心。

2、在项目开始之前，完成前期数据准备。能快速、熟悉地处理会计、财务上的工作，这无疑是对我们非常有意义的，所以当前我们必须好好地、认真地学习财务软件的应用与操作，使我们能够有充分的准备而踏入社会，走上工作岗位。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这门实训课学到了不少东西，同时也发现自己对会计的专业知识掌握得很少。所谓会计行业越老越值钱，以前总认为会计最重要的是经验，这次的实训课程让我深刻认识到理论是否扎实也是很关键的，毕竟会计对专业性要求比较高，而且有一些比较基础性的理论知识是必须掌握的，否则，真正到了工作中会没有头绪的！

总之，会计工作需要我们将理论知识和动手操作相结合，并付之足够的耐心和细心才能在学习和工作中游刃有余。

作为一名即将毕业的学生，在就业竞争与学习中我们应该多

学以致用，服务社会。平常我们在学习中更多的是学习和专业有关的理论知识，然而今天在经济全球化的形势下，要求我们不仅要学会课本上的理论知识，更多的是要把理论与实践相结合。

今天我们有机会在实训课上接触了xx软件，它把我们日常学习的与专业有关的知识紧密的接合了起来，这让我们深刻明白学习是一个环环相扣的环节。希望在今后的学习和实践过程中，我能将所学应用自如！

口译实训报告心得体会篇二

最近，我参加了学校组织的党校实训活动。这次活动让我深刻认识到了作为中国共产党员应尽的责任和义务。

在实训课程中，我们首先进行了党史学习。通过了解中国共产党的发展历程和伟大成就，我深刻认识到了中国共产党的光辉历程和先辈的无私奉献。同时，我也明白了党员应当有什么样的信仰、为人民服务的榜样和宗旨使命。

在团队合作活动中，我们学习了如何相互合作，如何进行有效沟通，如何在团队中承担自己应有的责任。这使我更加明确自己的定位和职责，同时也深刻认识到团队合作的重要性。

此外，在工作实践环节中，我们深入企事业单位开展了志愿服务、社区服务、文化宣传等活动。通过实践学习，我们更加深刻地认识到了中国共产党的执政理念和发展方向。我们要时刻关注人民的需求，把人民放在心中最高位置，真正为人民群众办实事、办好事。同时，我们也要不断学习、不断提高自己，为党和人民做出更大的贡献。

总的来说，这次实训让我感受到了自身所缺乏的地方，让我更加清楚了自己未来要走的道路，也让我更加坚定了自己成为一名合格共产党员的信念和决心。

口译实训报告心得体会篇三

指导教师：刘老师

实习时间□xx年10月3号

实习过程：

我是11春学前教育朱风云，这次为期一个月的毕业总实习，我被分配到了淮安市徐杨小学兴强幼儿园，在这个幼儿园里，我担任的是小班的主教。在淮安市徐杨小学兴强幼儿园实习的短暂时间里，在幼儿园各位领导和老师的帮助下，我比较成功的将自己所学理论知识和技能运用到了实践中，顺利的完成了教育实习任务，并且我觉得自己学到了很多东西，并深刻了解了作为一名幼儿教师该面对的生活是怎样的、该具备的心态—是怎么样的、在以后的工作生活中，我该怎样要求自己及自己又该向怎样的一个层次迈进，等等。我认为这次实习对我的职业生涯规划来说是十分重要的，我的收获很多。下面我将把自己在这一多月的实习生活中，自己是如何做的及自己的收获和感触，如实的进行总结。

入园的第一天，我被分在了大二班，这是一个比较闹的班，班上一共有28个幼儿，有三个老师，园长担任了大二班的主教老师。我在大二班见习了一天，这一天里，我一边看主教老师上课，一边帮助保育老师打扫卫生。虽然，觉得有点累，但是我并没有任何怨言，因为我觉得自己学到了很多经验。

大二班的一日生活的时间安排是比较合理的。可能是由于幼儿园的办学理念及家长的要求，我们大二班开设的课程很多，一天至少有四节正课，所以在教学过程中，主教作为一名即将毕业踏入社会的大学生，这次实习就像是上台前的最后一次彩排，当我走进公司时那种激动而又紧张的心情不言而喻。生怕会在工作中出现差错，然而现在看来所有在实习中出现的困难，都是一笔珍贵的财富，警示着我在今后的工作中做

得更好。

开始实习之前，我多少有些心虚。因为我的许多朋友都有过假期打工的经历。而作为一名化工专业的学生，这次的实习却是我的第一次工作经历。从工作那天开始，我过着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自己的工作任务，不能草率敷衍了事，我们肩上扛着的责任，不再只是对自己了，而是对一个公司，所以凡是都要小心谨慎。

学校换成了公司，同学换成了同事，不再有自由支配的时间，一切来得那么无情，但是去必须适应。其实我的工作就是、收发信函、报价、传真和邮件、绘制表格等。每天重复着这些烦琐的工作，时间久了容易厌倦，但是工作烦琐也不能马虎，一个小小的错误不但会给自己带来麻烦，更会给公司带来巨大的损失，而像公司的业务员每天都得到处奔波，他们必须具备坚韧不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错时遭到领导责骂还不能赌气就此辞职，每次看到他们我就会充满干劲。

踏上了社会我们开始与形形色色的人打交道，由于存在着利益关系，很多时刻同事不会像同学一样嘘寒问暖，有时候我会很矫情的想起安妮宝贝说过的，纯粹的东西总是死的很快，而现在所能做的，只有在怀念中适应变化的一切。

“在大学里学的不是知识而是一种叫自学的的能力。”当我真正走上工作岗位时才深刻的体会到这句话的含义，除了化工和计算机操作外，课本上学的理论用的很少，我担任的助理一职平时做些接待客户、处理文件，我必须工作中勤于动手，不断学习新知识积累经验，没有自学能力的人迟早会被企业和社会淘汰。

我最大的感悟就是真诚所至，金石为开。不管多难做，做好自己的那一份，总有一天会有收获，只是时间的问题。但如

果你不去做，这一天永远不会像天上掉馅饼那样到来。就像士兵突击中的许三多，从泥巴到尖子只是做与不做的区别。

另外，人际关系的处理也很关键，虽说在工作中能力必须有，但如果没有同事的合作与包容，你可能什么都做不了。以前可能是因为电视剧看的太多的原因，我总是感觉职场上充满了明争暗斗，要处事圆滑甚至耍些小聪明才能生存。但在与同事相处的过程中，我觉得更重要的是放大别人的优点，缩小别人的缺点。多站在别人的立场上想问题。。

还有就是坚持的重要性。也许是受阿甘正传和士兵突击两部影视作品的影响。再加上实习中自己的感悟。我觉得，整个人生有因就有果。只有做好身边的每一件小事，才能得到所谓的善果。针对大学生眼高手低的特点更应重视坚持的重要性。也许我们所不在意的一件小事，就是我们的一个机会。要想长成参天大树就要靠坚持靠积累。

针对助理的职业特点，具体遇到挫折时不妨从调整心态来疏解压力，并进行冷静复习，从客观、主观、目标、环境、条件等方面找出受挫的原因，总之，通过这些感悟，我不仅明了我会在以后的工作中做得更好，更会学会珍惜，珍惜父母的每一分辛苦转赚来的钱，珍惜每一次工作机会，因为懂得了它们的重要性，以后我会更加珍惜。

首先，是建议方面的。希望以后学校可以增加实践环节以增加学生们的工作能力，并以社会需求为导向调整课程设置，毕竟，我们改变不了招聘条件，职能使自己成为人才，这就要求学校加大教学改革力度以适应社会需求。

其次，是我在本次实习表现的总结。通过这次实习，我收获了工作和为人处事方面的经验，但是也有一些遗憾，也许因为实习日子短的关系，我对助理工作的认识还仅仅停留在表面，未能具体处理全部工作，虽然有了一定的理论上的认识但仍缺乏实践。针对以上总结，在今后的学习和工作中我要

做到以下四点：

其一是加强沟通能力。通过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通能力是让别人发现自己能力的前提，对于助理这个职位来说，沟通能力更是包括了一个人从穿衣打扮到言谈举止等一切行为的能力。通过在日后的交际中来提高我的沟通能力一定会在我以后找工作的过程中起到事半功倍的作用。

其二增强前提是奉献的意识。因为是突出个性自我的关系，在这一方面我做得很不够。我们虽然在日常的工作和生活中接受了团结合作的重要性，停留在这个大家都认同的概念中，可能会进一个误区，理论正确行动却没有效果，这就要求我们每个人增加奉献精神，一个人若不懂得在团队中主动奉献，能力再好也会变成可有可无的角色。应该把自己所拥有的知识能力奉献出来才能促进团队的进步，并使自己的能力得到认同。

其三是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人可以无条件的接受你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要保持宽容的心态，在风平浪静时海阔天空处才能更好的获得成功，处理好一切关系。

其四是要做好身边的每一件事。现在我的人生观和过去有些不同，曾经年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。现在，在我心中定义的美跟以前不同，得到的方式也不同。现在的美是一种踏实的感觉。而且是通过自己的坚持不懈的努力得来的。

虽然我们即将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年轻人，几乎没有任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们能够体会到人际关系、机会、评价、竞争、成功、失败等各种我们在今后经常会遇到的事件，相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要基石。而在这剩下的半年中，我们能

再学些什么，再做些什么，这短短的实习经历能给我们很好的启示。

在这短短的1个多月中，我除了学会了一些工作的基本技能外，也学到了做人做事的道理，更让自己浮躁的心平静了下来，看清了自己的能力，明白了自己究竟想要的是什么。这些都是在学校中所学不到的宝贵的东西，更让我看到了这个社会竞争的残酷，所以只有保持进取心才能使自己不被淘汰。实习结束之后，当初对自己适合什么样的工作什么岗位的迷茫已渐渐消失，心理终于有了些轮廓，在现实生活中，走好人生第一步是重要性不言而喻，它会影响我们今后的道路，我会带着在实习中的收获，去争取去努力，把握好人生中的每一个机会，找到自己想要的的生活。

最后要感谢我的母校——xxxxxxx□一直以来对我的培养，感谢全体老师的栽培，感谢四年来我身边的良师益友。是你们在我身边帮助我成长，谢谢你们。

口译实训报告心得体会篇四

口译作为一项重要的语言技能，在国际交流与合作中起着关键的作用。为了提高自己的口译水平，我参加了一次口译实训，并从中获得了一系列宝贵的经验和体会。在这篇文章中，我将分享我在口译实训中的心得体会，总结重点并提出改进建议，以期在将来的实践中能够更好地发挥自己的口译能力。

二、经验总结

在这次口译实训中，我发现以下几个方面对于提高口译能力至关重要。首先，掌握专业知识是非常重要的。无论是在经济、科技还是政治领域，都需要对相应的专业术语和背景知识有一定的了解，才能够准确地翻译和传达信息。其次，培养良好的听力和记忆能力也是必不可少的。在口译过程中，我们需要快速准确地听取原文信息，并用正确的词语和表达

方式传达给听众，这就要求我们具备较强的听力和记忆能力。再者，实践是提高口译能力的关键。通过大量的实践练习，我们可以提高对不同领域的翻译理解和应对能力，培养出更流利、准确的口译能力。

三、体会与感悟

通过这次口译实训，我深刻地意识到了口译工作的复杂性和挑战性。在实际执行过程中，我发现自己有时会因为一时的紧张而出现听错或翻译错误的情况。这让我开始反思自己的问题所在，我意识到自己在实践中不够沉稳和自信。因此，我决定要加强对专业知识的学习，增强自己的自信心，在实践中不断调整和提升自我的表达和传达能力。此外，我还意识到注意力的集中和耐性的保持对于口译工作的重要性。只有保持专注和耐心，我们才能够准确地理解原文意思，并用恰当的方式传达给听众。

四、改进建议

在这次实训中，我也意识到了自己存在的一些问题和不足之处。首先，我发现自己在备译和准备方面做得不够充分。在显著提高口译能力的同时，我应该注重备译工作，逐步积累专业词汇和短语，以应付各种领域的翻译需求。其次，我意识到自己缺乏自我评估的意识。在实践中，我应该及时总结和反思自己的表现，并通过自我评估不断提升自己的口译能力。最后，我认识到了反馈的重要性。在日常学习和实践中，我应该主动向他人请教和接受反馈，这将有助于我不断改进和完善自己的口译能力。

五、结语

通过这次口译实训，我不仅对口译工作有了更加深入的认识，也发现了自己在口译方面的不足之处。通过总结经验和体会，我已经明确了提高口译能力的关键点，并提出了相应的改进

建议。在未来的学习和实践中，我将努力培养听力和记忆能力，加强专业知识的学习和备译工作，通过不断的实践和反思提升自己的口译能力。

口译实训报告心得体会篇五

在我进行口译实训的这段时间里，我收获了许多宝贵的经验和心得体会。口译作为一项复杂的任务，要求译员具备高度的语言素养和专业知识。通过实训，我更加深刻地理解到了这一点。同时，我也感受到了口译的挑战和压力。尽管如此，我依然坚持不懈地努力着，相信自己能够不断提升。以下是我在口译实训中得到的一些心得体会。

首先，我意识到在口译实训中专业知识的重要性。口译不仅要求我们熟练掌握两种语言，还需要对各个领域有一定的了解。在实训中，我发现自己对某些专业术语的理解并不够深入，导致了翻译的不准确或者不流利。因此，我明白了专业知识的重要性，并开始注重对不同领域的学习和了解。通过积累专业词汇和阅读相关领域的资料，我能够更好地应对不同领域的口译任务。

其次，我意识到在口译中保持冷静和专注的重要性。口译是一个要求我们瞬间转化语言的过程，因此面临着巨大的认知压力。在实训中，有些时候我会因为一些生词或者某些短语的翻译而丧失耐心，并产生焦虑情绪。然而，我意识到这样的情绪只会影响我的表现。因此，我开始主动学习调整自己的心态，保持冷静和专注。通过冥想和其他放松的方法，我能够更好地应对紧张的翻译情境。

第三，我认识到沟通能力对于口译的重要性。口译是一种沟通的艺术，要求我们能够准确地传达信息并理解他人的意图。在实训中，我发现有时候我并没有完全理解对方的意思，导致我在翻译时出现错误。因此，我开始注重提高自己的沟通能力。我努力提高自己的倾听技巧，并通过多与他人交流和

练习来提升自己的口语表达能力。通过这些努力，我能够更好地理解对方的意图，并准确地传达信息。

第四，我学会了在压力下保持自信。在口译实训中，有时候我会因为犯错或者表现不如预期而丧失自信。然而，我明白这样的情绪只会进一步影响我的表现。因此，我开始训练自己在压力下保持自信。我通过积极思考和积极心理暗示来建立自信。我告诉自己我已经做好了准备，并相信自己能够应对各种口译任务。通过这种方式，我能够更好地应对压力，并取得更好的口译成绩。

最后，我意识到反思和总结对于提升口译能力的重要性。在实训中，我会定期回顾自己的表现并进行反思和总结。通过反思，我能够发现自己的不足之处，并找到提升的方法。通过总结，我能够把握自己的进步和成长。这种反思和总结的习惯帮助我不断改进自己的口译技巧，并取得更好的表现。

通过这段时间的口译实训，我收获了许多宝贵的经验和心得体会。我意识到专业知识、冷静和专注、沟通能力、自信以及反思和总结对于提升口译能力至关重要。虽然口译是一项挑战性的任务，但我相信通过不断的努力和实践，我能够不断提升自己的口译水平。

口译实训报告心得体会篇六

让我们通过运用手工和计算机操作手段，对模拟会计资料进行分岗位综合实训，增强对会计专业知识的理解和感性认识，提高会计业务综合处理能力，树立分工协作意识和培养良好的会计人员职业道德；使我们系统地掌握企业会计核算的全过程，熟悉会计内部控制制度，从而提高会计综合实践能力。

1、建账。

2、审核原始凭证。

- 3、填制记帐凭证。
- 4、审核记账凭证。
- 5、记日记账。
- 6、记明细账
- 7、登记总帐。
- 8、期末对帐。
- 9、期末结帐
- 10、编制报表。
- 11、审核报表。
- 12、档案管理。

1、不知不觉，为期一个多月的模拟实训已经结束了，通过本次实习，我对会计整个流程的操作有了较好的认识，我学会了会计中各个环节的操作，以及懂得了细心和谨慎是作为一个好的会计工作人员所必备的条件。

在这些日子会计模拟实验中，对于在课堂上老师讲授的理论知识，我又系统地进行了一番实践。通过这次的模拟实验使我加强了对基础会计各方面知识的记忆和掌握。通过在实验中的学习也让我学习到了许多在书本上不能学到的知识。譬如，平时只是在课本上看看会计的记账凭证，这次自己能够亲手填写记账凭证，我也真正的感受了会计人员的工作。通过这次实训我也学会了编写会计报表。在实习的过程中自己也意识到只有把书本上学到的会计理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能够真正掌握这门知识。我想这也是这次实训的真正目的。

2、通过这次实验我了解了会计工作的相关流程。在会计工作中，作为一名会计工作人员首先要取得相关的原始凭证，然后根据这些原始凭证登记记账凭证。登记完记账凭证后，在根据登记的内容填写明细账。在每个月或每年年末，要填写科目汇总表，进行试算平衡，然后才把所有内容记入总账。根据总账合计，填制资产负债表、利润表等等。这一系列工作，说起来让人觉得很简单。其实理论性的知识看起来都是那么的浅显易懂，但你真的把这些理论性的知识应用到实际中时，会发现，自己懂得的真实太少了，有句话说，纸上谈来终觉潜啊！所以在实验中我总是发现自己对某些工作经常是无从下手。

其中有开设明细分类账户，现金日记账和银行存款日记账，登记各种账户的期初余额，总分类账户。其实在实验过程中我总是出现错误，但在会计中，出现错误后并不能随使用笔涂，用橡皮擦。所以我总是重复一些工作。经过这次实验后我觉得，从事会计工作，在做每一项工作的时候都要非常细心，不能出现任何错误，如果写错一个小数点，也可能会给企业带来很严重的后果，并且做这项工作的工作人员也是要承担很大的责任。这给我以后的工作做了一个心理准备，如果，在毕业后我从事会计工作或会计有关的一些工作，我是没有机会出现很多错误，所以，我要在以后与会计有关的学习中，更加努力，掌握理论知识，在实践中让理论与实践的结合更加完美。

让我又看到自己的很多不足之处，这都是我要在以后的学习中弥补的。所以，在以后的学习和工作中我要培养自己的耐心和细心。每一次实习都是一次很好的锻炼机会，通过每一次实习的找到自己的不足之处，并及时弥补自己的不足之处。在成长过程中由一个知之甚少的人变得动手能力和动脑能力都很强的人，能够主动适应社会环境，才能够站得更稳。

口译实训报告心得体会篇七

上班第一天。早上在24楼旁边的工厂门前集合之后。其他人四散而逃。我们则迎难而上。车工去了呀！！进入车间后，我们有一大感觉：天大不愧是最好的工科院校之一。外表看上去再烂的东西也可以用（而且一般好用）。外面看上去破破烂烂的窗子，灵活度不次于宿舍里的新货。且由于这种窗子几乎是我们从未见过，更增加了惊异性与新奇性。走到车间中间，爬在盛放各种车刀与各种精美工件的“橱桌”之上聆听师傅的教诲。师傅说的第一句话让人永远记得：车工是最危险的。一上来就让你们遇到了。所以一定要注意安全，女生一定要戴安全帽（即军训的帽子）……。这一通好吓！令花容失色，草容扭曲，一颗颗小心脏都惴惴不安。等到分组就都作鸟兽散了。本散人和其他7个人有幸分到了一起，跟随孟师傅。师傅其人身量不高，只是哪里都是圆圆的。除了小平头和脚底板是平的之外，整个人身上的线条几乎均为弧形。用一种大不敬的比喻（注：一般对老师的形容都多少有些不敬。但请各位相信这些老师身上都有许许多多值得尊敬和学习的。下同）像一个枣核。而且与大多数害怕的小人物（我们）不同，师傅一身短打扮，恤，凉鞋。也着实让我们安心不少：毕竟从师傅身上可以看出他并不恐惧。有师傅在，我们怕谁？？！师傅一开口，天津话，亲切。更增加了我们的信心指数。在听过了车床的介绍后，分配车床，开始练习摇床子。3个方向，3个手轮。开始了第一次与机床的亲密接触。本人有幸分到了6号床子（顺利的开始）十分好用，陪我度过了幸福的四天。满意度90，软肋是车刀。前5分钟，摇啊摇；后5分钟，窜呀窜。我们就开始比较床子的新旧，手轮的手感。仔细一看。好么，8张床子居然有4种。虽大同小异但比较是万万不可少的。还好，师傅跟了足够的时间。让我们逐个一试。大约30分钟之后，真正的干活开始了！美！

首先是师傅给表演钻孔，切料。做为第一个吃螃蟹的人，我经历了一次钻孔和一次切料。几乎不费力气。看到平时被认为高不可攀的钢铁居然这么容易加工，真还有点接受不了。

之后分发材料，回到各自的床子上开始干“私活”。先车榔头把。经历了先粗车再精车还要花半小时窝着腰一动不能动的车一个锥体的过程。我们的腰和腿都通过了考验。不易啊!!! 大约经过了2天半的时间。我们的榔头把完工了（我们组还有我的袖珍型和另一同学的创意型两件次品。但都有可看性。如想知具体症状请拨168477）。都是心血啊!

之后进入真正的私活时间。我们每个人要做一个桌虎钳的一部分。老师把最难的两个零件分配给了两个叫器要最简单零件的人（这种分配方式得到了大家的认可）开工!! 我们做每个零件的时间都很短，可是时限很长。于是余下的时间我们就讨论了到处去吃的问题。从天津到福建说遍了天下美食。让我们劳累了4天的双腿（我就不解释了）和痛苦了许久的肠子（因为机油的味道很恐怖，所以吃不下饭，所以肠子痛苦）得到了精神上的慰藉。车工，拜拜了!!

第5天。我们告别了已经熟悉的车工。到了一个（应该是有4个）新的工种。我们先去锻压。走进锻工教室，看到墙壁上的火炉，地上的树墩和其上的铁砧马上就产生一种干将莫邪的雄壮，又看见巨大的机器，不知为什么又有一种纣王炮烙的恐惧。加上房子太高，又感到阴风阵阵。所以所有女生都希望碰到一个有正气的老师。庆幸。老师大方脸。有诚恳的眼神。一看到他，大家就有一种暖阳阳的感觉。在加上老师略有些口吃，更拉近了他和我们的距离（您了见过那个鬼是口吃的不过侃归侃，从老师上课时比聊天时口吃程度低的多这一现象就可以看出老师废了多少心!! 肃然起敬）。先上课。那1300~850的温度，把那些鬼感一扫而净。大家都感觉火红嫩黄的铁水在自己眼前流来流去。怕怕。之后老师又点燃了旺盛的炉火，关于铁水的想象就一下子变成了美味的烤鸭。（这俩小时，真是对我们的想象力的一次重大考验。）紧接着，各种规格的空气锤和冲压装置依次启动，让人感受到雷声隆隆，炮声阵阵，无一例外。其中最大号的空气锤开动的时候：它在颤，墙在颤，地在颤，我们的心也在颤。我脑中在那时那刻只有一个念头：我们的地基打的是否够扎

实?! 这种3感觉就像是经历了一部恐怖片的洗礼(不要笑我没见过世面。因为真正的工厂中的机器比这可“恐怖”多了)。当然,会有苦尽甘来的时候。我们马上就要打铁了!! 一个小炉里烧一块圆铁。我们要做的就是抡起大锤,尽自己所能,把它凿成方的! 我们一个个都变成了米兰的小铁匠,叮叮当当。这可真是说起来容易做起来难。这锤抡的高,则砸不到;抡的低,则砸不深。砸了一个上午,其中一头可算是有了方的意思。下午,在空气锤的镇压下,我们的小方头在几秒内,变成了小方身。看着师傅的表演,我们的心中只有钦佩。经历了一下午从高温炉中取棒和在气锤上翻来覆去的砸的练胆子过程(因为有师傅在看着,所以是练胆子,如果没有师傅,就是玩命)。我们对老师的钦佩升级到了崇拜。谁说工人们没本事? 你有本事就在回三次火的时间内把铁砸好! 还砸呢! 吓就吓死你!!

第6天。我们去焊接。更恐怖了。上午破天荒的讲了一上午课。我就断定是山雨欲来风满楼。果然。下午一上来,我们就戴上面具,要亲自电弧焊了!! 这其中的害怕自不必细说,单就是面具上那一块只能看见超亮的电弧的防护玻璃,就够我玩的了。因为本人的电弧焊根本就没焊成直线(全是焊点,大家到时候自己体会就可以了)所以就不多说了(呵呵,不要打我)。我说气焊。气焊比电弧焊更加生猛。因为电弧焊最起码还有面具和手套,而气焊根本就不让用!! 并且要先把片烧化,在往里添焊条。每添一下,都有火花缤纷飞舞。真是事可忍孰不可忍!!! 所幸本人在车工中已经被烫过了一次,不在乎这第二会,博得老师一夸也算值了!!! 不过最让人不解的是这么危险的工种居然是女老师!!! 真是的! 在下午下班前我们又听了冲压的介绍。真的感觉,工人们太危险了! 向工人师傅们致敬!!!

第7, 8天。真真的铣了! 本以为所谓铣工,就是在有水的介质中进行精加工。到那一看,满不是那回事!!! 一样是锋利的刀具和大同小异的车床。但不同的是车工是刀动,铣工是件动。而且可以加工平面。本因为自己加工的东西以后回

自己用，所以我们精铣了一个个零件，全部都是百分之一百二的准确度。乞求好运！！！

在电焊的时候，我们去现代加工的地方，那里干净是干净，但是有一种特殊的气味，让我这种对怪味特别敏感的人受了大罪。所以多少有点排斥。无奈啊！！也得去里面过四天啊！第一天是数控铣。内容很无聊。但师傅很有趣。有两个师傅盯我们。一个是男的：身量不高（最起码不会比我高）。有一个突出的特点的是腰围比裤长要长！！！！并且长的想我一个以前的同学（男）和那威结婚后生下的孩子！！！！还戴一大眼镜。另一个是女的：怎么也有一米七，四肢像是用骨头直接插成的。五官清秀。十分和蔼。有这么两个老师，我们的一天半数控铣过的很充实。并且我回永远记得男老师的幽默，渊博与女老师的耐心，细致。一天半后，我们被转送到数控车。这里有四个老师，两男两女。我无缘与美女在一起，只的比较两男人（我本来是想说帅哥的，可是，我诚实……………）。一个老师年轻，一个老师中年；一个老师难看，一个老师好看；一个老师系统，一个老师谨慎。归纳如下：一个老师大约20多岁，身高180cm有余，身材匀称，只是一张青春脸（青春痘雁过留痕）加大翻唇，小眼睛，让人不敢直视。不过声音极好（是我们许多男生女生所公认的），讲课也十分系统。另一个老师大约40出头，身高也就170cm□好在不很胖。不过有大眼睛，高鼻梁和严谨的讲课风格。由老师，我们得出一个结论：当上帝从你那里夺去什么的时候，必然回让你得到什么。（有哲理吧？）。之后是线切割。只有一个看上去很温和的女老师。我在她的耐心指导下做了一个很可爱的小海豹。感激。不过这四天总的来说动手性不强，颇有些纸上谈兵和领会精神的感觉。如果就此作结，我想我会失望的。

看电视上的人做陶艺做的不错，千万不要往铸工上联系。铸工就是挖砂。小时玩泥巴的高手（本散人）在看见砂铰子知后，还是惊出了一身冷汗。想不到挖沙也能挖是那么高级。上午是做一个最简单的模具。由于不知道这里的砂还有种种

添加剂，所以生怕弄的太松，掉出来。结果是什么？结果是弄的跟砖头似的，就差送去烧了！！在被老师指正后，下午的挖沙造型中弄的还不错。不过经过了一次返工。唉，谁让我要求要求那么高呢！！有啥辙？？然后是上两天课，冲了我实习的雅兴。回来之后是铸小飞机。我的飞机是先天不足。因为在老师给起模的时候就因为太潮湿给掉了一块。还是因为砂子湿，很可能有气孔，真怕弄出个又有气孔又有砂眼还有增生的怪胎来！！并且最有作用的泥号，还让我做的太单薄了。真要是弄出个废品来，那可咋办啊？？！！上午浇了铝水（我本来以为是大家搬着各自的模具到一个大炼炉那里“领取”铝水，谁知道是老师拿着一个长把小桶，把不冒火也不冒烟只冒难闻气味铝水浇到你做的小模具中，白让我害怕和激动了半天），下午我就去热处理了。热处理没什么意思，最有趣的是把自己的小榔头头处理了，让它真正可以砸钉子了。有意义！只是弄的较黑像是刚从非洲回来罢了。第二天回来拆小飞机。打开一看，还真不错！表面匀称，没有气孔，合箱准确，就是毛刺太多。没啥，自己做的，看着就是舒服！！然后做分模造型。我和一男生一组，一举夺得了95分的桂冠（真的是最高等级）为实习画上了一个圆满的句号。

口译实训报告心得体会篇八

第一段：引言（大约200字）

在大学的学习生涯中，我们有着各种形式的实训活动。其中，口译实训是培养我们语言能力和口译技巧的重要环节。我有幸参与了一次口译实训，这一经历给我留下了深刻印象。本文将谈论我的口译实训心得体会，包括其中的挑战、收获和对未来发展的启示。

第二段：实训准备（大约200字）

在进行口译实训前，我们需要做充分的准备工作。首先，了

解所要面对的任务和话题，包括相关的文化和背景知识。其次，需要积极学习和练习口译技巧。在准备过程中，我发现了自己的不足之处，比如词汇量不够丰富、对特定领域的术语不够了解等。为了改进这些问题，我主动查阅资料、参加讲座和加入学术团体。同时，我也积极参与模拟口译练习，以提高自己的反应速度和技巧。

第三段：实训经历（大约400字）

一次次的实训让我积累了丰富的经验。其中，最具挑战性的一次是在一场国际会议中作同声传译。会议中的发言者们讲解的内容涉及的领域广泛，并且发言语速较快。我必须通过听、理解、翻译和表达的过程迅速将信息传达给听众，这对我的技巧和心理素质提出了很高的要求。在实际操作中，我发现了自己的一些问题，比如对口译设备的操作不够熟练、对抗压力的能力不够强大等。但通过反思和反馈，我逐渐克服了这些问题，并在实践中提升了自己的实际表现。

第四段：收获与启示（大约300字）

通过这次口译实训，我不仅提升了我的口译技巧，还获得了宝贵的经验和启示。首先，我发现自己在实践中的强项和弱点，这有助于我在以后的学习和工作中有针对性地提高自己。其次，我明白了团队合作的重要性，因为在实训中我们通常需要与其他同学一起合作完成任务。通过与他人合作，我学会了倾听、有效沟通和团队协作。最重要的是，我体会到了实践的重要性。只有通过反复实践，在实际应用中去感受和理解知识，才能真正提高自己的实际能力。

第五段：未来展望（大约200字）

口译实训结束后，我对未来充满了期待。我将继续努力提升自己的口译技巧，并加强对相关领域知识的学习。同时，我也会积极参与更多的实践活动，包括实地考察、实习和志愿

者工作等，以扩展自己的实用技能和社会经验。在未来的发展中，我希望能成为一名优秀的口译人才，为促进不同国家和文化之间的交流与合作做出自己的贡献。

总结：（大约100字）

口译实训是提高口译能力和技巧的重要途径。通过充分的准备工作、积极的实践和反思，我在口译实训中取得了一定的成果。这一经历让我明白了实践的重要性，也为我未来的发展提供了宝贵的经验和启示。我相信，通过持续的努力和实践，我将成为一名优秀的口译人才。