

# 最新实训实验心得与体会 实训实验心得 体会(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 实训实验心得与体会篇一

本次实习目的是熟练掌握常用测量仪器(水准仪、经纬仪)的使用以及掌握图根控制测量、导线测量、四等水准测量等外业测量的的方法步骤以及内业的计算方法。培养我们的实践动手能力，充分锻炼我们在测量工作中的各发面潜力的培养，培养严谨的学习态度以及对课堂上所学知识进行进一步的深化和理解。通过本次土木工程测量实习，我有所收获，当染也发现了自己的很多不足。下面先谈一下我在本次实习过程中的收获。

收获主要是对仪器的使用有了进一步熟练掌握和数据计算整理潜力的进一步提高，个性是通过实际操作，平面控制测量的方法与步骤，通过这次实习能够在比较短的时间内完成对中整平，增强了自己的业务技能，这主要是因为在这次实习中通过对经纬仪的超多应用，熟练了经纬仪对中整平的步骤，对经纬仪整体有了进一步的熟练，比如在粗平过程中能比较熟练地通过调整支架比较迅速地完成粗平，单这一个过程就比以前快了很多，从而大大减少了对中整平仪器所需时间。

在这次实习中也得到了很大的提高，以前接触的数据都不是通过自己实际测量得到的结果，整理时往往误差都在允许范围内，这次通过自己的实际测量练习得到的数据由于种种问题有些是超出误差允许范围的，数据计算整理是一项很繁琐的工作，需要我们在整理计算的时候要格外认真留意，同时，

也有很多方法和技巧也是能够用来避免因为整理计算而出现结果的`错误。首先在数据记录中要做到清晰、清楚，因为我们数据的整理是在一天的工作完成后进行的，由于数据量很大，如果记得不够清晰往往找不到数据或者分辨不清楚记录的数字。另外在记录数据的过程中要随时检核数据是否可用，免得再最后整理时发现误差过大而耽误工程进度。

在计算数据时能够通过多种数学手段来边计算边检验结果的准确性，如果时间允许能够先由一个人计算数据再由另外一个人来检核。本次实习进行了超多基准测量，虽然仪器i角误差很小，但往往都存在，在进行前后视距读数时尽量要是前后视距基本相等，这样才能使数据更准确，然后再向整个区域进行扩展，在选点时要尽量找在各个方向通视效果好的点，个性是要注意建筑物周围植物的影响，进行每一天的工作前要有详细的计划，对各个点进行有规律的编号，并对每个人的工作进行明确分工，在实际测量时要有一个顺序，切忌随意设站测量。数据记录要清晰准确，每一天都是固定的人来记录数据，这样能更好保证数据的清晰和记录格式的统一，数据记录人员要和读数人员有密切配合，相互提醒，每个数据各报一遍以确保无误通过这次实习，我有一个很大的感受就是团课虽然也有动手，但混水摸鱼的成分似乎更大些，只有些模糊的认识和理解。现在的实习又是一个学习的好机会，一定认认真真的完成，好将平时遗漏下的知识补齐，努力增强自己对仪器操作的水平。同时也为期末的考试做好准备。

在实习的过程中，我们也发现并且解决了很多的问题。

工程测量是要求精确的，数据的误差不能超过一定的数值。在测量开始的时候，我们认为工作简单，为了节省时间，追求速度。加上仪器在测量时候的不精准，导致在测量的过程中出现了许多了差不多。认为每一段有一点点的小误差很正常，也没有过多的追求准确。以至于在后来的内业计算的，出现了不可弥补的错误，我们还抱着侥幸的心理想修改数据。最终也是以失败告终。终于明白，对待测量，只有小心，认

真，加上仔细，测量的过程不能有一丝的马虎，保证数据的准确性才是节省时间，提高效率的方法。

每一个组员都是一个个体，而我们是一个整体，只有充分的发挥了每个人的长处，在实习的过程里做足了足够的沟通，才能将我们融合在一起。实习的开始，我们组员之间没有做好协调工作，各自有各自的想法，在测量的时候大家都有很多意见，测量时都不明就里，测完了也不知道目的是什么。进度十分的缓慢，一个早上的时间连一个导线点角度的测量都没有完成。有了教训，吃饭时候，我们之间做了总结，对相互间的问题以及接下来的工作进行了讨论。通过这样的协调，大家分工合作，相互配合，后续的工作才能很顺利的进行下去。

由于平时对仪器使用极少，有时上课自己也在偷懒，只是对仪器有一个初步的认识，明白它的基本功能。测量之初，调节一个仪器通常要耗费较长的时间，对全站仪也是极度的陌生。不能因为自己而影响团队的进程，在空闲的时候不断的翻阅课本补充知识，然后通过仪器进行练习和检验。在实习结束时，对仪器对课本的的熟悉程度都上升了一个层次。终于可以很熟练的进行各项操作。对自己来说，也是一个很大的鼓励。

画图应该是所有测量内容中最困难，也是最繁琐，耗时的一步。由开始的整体逐步细化到局部高程灯柱表示。一张图终于在大家的共同努力下整合完毕。看着满满的图纸，心里是满满的成就感。

还记得，由于测量的内容颇多，加上天气的恶劣影响，连续下了几天的大雨，为了赶上进度，大家都打着伞在雨中作业，过程艰辛也很有趣，结束时，大家拿起大件小件的物品一起到食堂吃饭，那种愉悦的心情不可言喻。

两个星期的测量实习结束了。时间很短暂，但我们通过这段

时间的学习，练习，很好的将课本上的知识做到了融会贯通，对平时的内容加深理解，检验和巩固。我们还明白了一个团队的重要性，只有充分的发挥每一个组员之间的能力，处理好组员间的关系，大家相互配合，相互体谅，才能的提高效率，将工作在最短的时间内最完美的完成。

## 实训实验心得与体会篇二

在计算机网络的学习中，交换机是一个非常重要的组件。在进行交换机实验实训时，我们可以通过一系列的实验来掌握交换机的使用和配置知识。在实验中，我们不仅学到了基本的交换机原理和配置，还能够进一步理解网络拓扑结构、子网划分[VLAN]STP等知识，今天我来分享一下我的交换机实验实训心得体会。

### 第二段：实验前的准备

在实验前，需要对交换机的基本概念和基本操作有一定的了解。例如，交换机的作用、交换机有哪些分类和型号、交换机面板的组成、网络设备的连接方式、交换机网口的类型等等。这些基础知识的了解可以帮助我们更好的理解实验内容，也能够更快的上手实验。除此之外，还需要特别注意实验器材的选用和摆放，保证实验进行的安全性和稳定性。

### 第三段：实验内容及操作

实验中我们需要完成的任务很多，大体分为两类：一个是基础实验，另一个是拓扑结构实验。基础实验内容包括基本的交换机配置，如端口配置[VLAN]划分等；拓扑结构实验内容包括树形拓扑结构、环形拓扑结构、子网划分实验等。通过这些实验，我们深入了解了交换机的各项功能和配置操作，不断积累实战经验。

### 第四段：实验收获

在实验中，我们不仅学到了交换机的基本原理和基础配置，还学到了拓扑结构和网络安全的内容。其中VLAN对于网络安全的保障起到了非常重要的作用。在VLAN的划分下，网络设备可以相互独立，有效提高了网络安全性。此外，交换机实验还提供了实战操作的机会，使我们能够深入理解计算机网络的各种知识。

## 第五段：总结

通过这次交换机实验实训，我们可以说是对计算机网络有一个全面深入的了解。我们掌握了交换机的基本原理和基础配置，了解了拓扑结构和网络安全的内容。同时，在实践操作中，我们掌握了实战技能，提升了团队协作和解决问题的能力，也扩展了自己的知识面。总而言之，在交换机实验实训中所获得的宝贵经验和知识将会在今后的学习和实战中有所裨益。

## 实训实验心得与体会篇三

交换机是网络结构中非常重要的组成部分，它起到了相互连接不同网络和传输数据的作用。为了更好地学习交换机的工作原理和操作方法，我参加了学校的交换机实验实训，获得了很多实践经验和收获。在这次实训中，我深刻认识到了交换机实验实训的重要性和必要性，也有了一些实践心得体会，分享于下文。

## 第二段：体验和收获

本次实训的重点是涉及了交换机的基本配置、端口配置、广域网和局域网的互联以及交换机故障处理等方面。在实际进行实验时，虽然一开始遇到了一些困难，但是通过对设备的熟练掌握和实践的反复，渐渐地掌握了交换机的配置和管理方法。同时，实验中还学到了很多平时学习中没有涉及的知识，如交换机的各种端口类型VLAN的概念和实际应用等。

通过这次实践，我更加明确了我的专业方向和未来的职业发展方向。

### 第三段：团队合作

在实验中，我们还要进行合作，互相协作完成一些组合性的任务。在这个过程中，我们培养了团队合作精神，共同解决问题并且取得了成功。通过对实验的思考和探讨，我们还能够从彼此身上学到一些新的有关交换机的知识和技巧，这直接促进了我们的个人和团队成长。

### 第四段：实验的启示

通过这次实验，我发现交换机的知识不仅仅需要在课堂上学习和理解，更需要在实际操作中进行体验和总结。在学科匮乏和理论与实践分离的时代，这种体验和总结显得尤其重要，它能够提高我们的技能和素质，让我们在工作实践中更加得心应手，并且更加具有竞争力。同时实验的结果和过程不仅能够促进我们对自己的认知，也能够促进我们思考和交流，提高了我们的综合素质。

### 第五段：最后总结

在本次交换机实验实践中，我通过团队合作和不断地尝试，成功的击破了许多难题，也获得了不少实践经验。实验器的环境和实验过程都给以我留下深刻印象。这次实验使我对交换机有了更加深刻的理解和认识，并且意识到实验是学习中最重要内容之一，我们应该永远保持学习的热情和对实践的探索。

## 实训实验心得与体会篇四

多次交流，我们才确定了最后的电路方案，然后在多次的. 电路仿真之中，我们又进行了更加完善的修改，以达到万无一

失。

第三天的任务主要是焊接自己设计的电路板。开始，我们都充满了好奇，毕竟这是第一次走进实验室去焊接电路板。不过才过了一天，所有的好奇心都烟消云散，换而的是苦与累。我这时才知道焊电路板确实是一件苦差事。焊电路板要人非常的细心，并且要有一定的耐心，因为焊接若稍不注意就会使电路短路或者焊错。经过一两天的艰苦奋斗，终于焊完的。但当我们去测试时却无法出现预期的结果。然后我没办法只得去慢慢检查，但也查不出个所以然来。我想实际的电路可能与仿真的电路会产生差错，毕竟仿真的在虚拟的界面完成的。

所以在接下来的几天我都在慢慢调试和修改中度过，想想那几天过的真的好累，在一次次的失败中修正却还是得不到正确的结果。好几次都想放弃，但最后还是坚持下来。经过多次调试，最后还是得到正确的结果，那一刻，我感觉如释重负，感觉很有成就感。一个星期的电子实习已经过去，但是使我对电子设计有了更的了解，使我学了很多，具体如下：

2、熟悉了有关电子设计与仿真软件的使用，能够熟练使用普通万用表；

3、熟悉常用电子器件的类别、型号、规格、性能及其使用范围，能够灵活的运用

## 实训实验心得与体会篇五

暑期社会实训则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的炫丽舞台。利用假期参加有意义的社会实训活动，接触社会，了解社会，从社会实训中检验自我。在实训中积累社会经验，在实训中提升自己的能力，这将为我们以后奏响社会提供坚实的基础！

在这一个假期，我系小分队在老师的带领下在太原市望景老年度假村进行了为期一周的社会实训活动。随着老龄化的加剧和社会压力的增大，子女工作繁忙，更多的老人选择在养老院度过自己的晚年。

原来的我对老年公寓知之甚少，原以为收留的都是子女不管的老头老太太。可这次一行改变了我的这种想法，也使我重新认识了养老院。