# 2024年计算机实训体会 计算机的实训心得(6篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-09-18

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。计算机实训体会计算机的实训心得篇一时间过得真快，转眼间为期一周的实...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**计算机实训体会计算机的实训心得篇一**

时间过得真快，转眼间为期一周的实训已经结束。经过这一周的实训练习让我们学到了许多知识，回头想想实训这几天我们确实是有很大收获的。

一周，看似很简短的时间，实际上按小时计算120小时却是个不小的数字，也许有些牵强。但是简短的时间仍是有效的，因为在这一周中我们学到了很多东西，并且接触了从没有制作过的文件和一些演示文稿。这一周我们在学习的同时，也进一步懂得了操作的重要性，实训过程中自己有很多的不懂，很多的问题，都是通过老师或同学的帮助完成的，这次实训让我明白了实训的主要目的是让我们同过不断的实习来积累经验，进而才能把书本的知识转换为技能。实践出真理，在这一周的实训确实有些累，不知从哪开始入手，但是累的有价值。学海无涯，有很多很多的东西在向我们招手，等待我们去努力的学习。在以后的工作、生活和学习中，发展自己的优势，弥补自己的不足和缺陷。

我们兴高采烈的进入到我们实训的计算机机房，打开各自的实训电脑，老师发来我们当天的实训内容。在操作中才知道自己会的只有书本上的知识，到实际操作时什么都不会。自己慢慢的从书上找，结果不是操纵不对就是做不出来结果不对，这些问题我和同学还有老师说过，在老师和同学的帮助下我知道自己的不足之处，并且我改正自己的不足并牢记它。

就这样，我们实训了一周，但是收获不小，在实训中改正自己操作中的不足之处，让我知道实际操作并不是那么简单，实际操作是需要牢固的基础知识，两者是不可分开的。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把excel,word,网络,powerpoint等操作的很好了!现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但通过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。

此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有张尼奇老师和赵志茹老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和国际教育交流中心系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

社会的竞争是激烈的，我想我们应该好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人!在此再次感谢学院领导和国际教育交流中心系的各位领导及专业老师给我们这次实训的机会，我们会再接再励，更努力的学习!

计算机实训心得体会(二)

**计算机实训体会计算机的实训心得篇二**

通过这一周的实训操作，我第一次把书本的知识带入了现实生活之中，发现了理论知识的学习并不能代表拥有操作的能力，在之前的学习中，我们主要忙于理论知识的学习，在了解理论之后，再进行实践的操作，在计算机装机中，我第一次近距离的触摸并且观察了机箱的布局和组成的元件，并且在李文翔老师生动有趣的讲解中更加深入了机箱里各个部件的作用和名称，通过实际的组装和操作，真正的感受到了计算机的魅力，在初步的学会了计算机的基本组装后，李老师还进一步的给我们讲解了计算机组装的其他知识，了解了每台机箱内的元件都要互相兼容，才能最大的发挥一台机箱的最大性能。

在网线的制作和安装中，我学会了细心和效率，知道了水晶头是一次性的，在制作网线的过程中，要懂得节约和环保，所以制作的效率也必须提高，这才能保证完成度和高效率。并且实训还进行了团队小组的协作，在团队小组中，我们学习了更多操作的知识，了解了计算机的初步维护，加强了团队精神协作，增进了同学之间的友谊，在计算机系统维护中，我们学习了杀毒软件的管理和安装，电脑安全性的配置和维持，并且清理了计算机垃圾和驱动管理安装。

在学习操作系统本身的安装和还原中，我们第一次制作了usb系统盘，在制作过程中遇到了一些困难，通过自己的努力和李老师的认真负责的回答与亲手的教导，我完整的完成了usb系统盘的制作，在后续的课程中，我们进一步的进行了实训操作，熟练的掌握了bios系统，并且进行了硬盘的分区和格式化，优化了操作系统，加强了运行流畅性，并且进行了打印机的安装和使用学习。

李老师给我们讲解了对于机箱部件的一些分析和了解，让我们能够分出部件的新旧和基本的状况，并且进行了故障排除的学习。

一周的实训很快就结束了，在实训过程中我学习到了新的知识和对计算机进行了更深入的了解，充分的了解到了自己的不足和弥补了自己的不足，也很感谢李文翔老师对我们的辅导和生动有趣的讲解，这次实训让我懂得，理论知识只是实际操作的前提，要懂得把理论知识运用到实践之中，发挥自己所学习的知识。

最后，我用几个例子来总结我这次实训所学的部分知识：

2、 安装软件：在安装计算机软件的时候要注意安装的目录，最好不要在c盘下，并且每个软件最好要有详细的目录，这样便于管理。

实训过程是繁琐的，但同学们都表现得很积极，不怕课程难，相互帮助一起分析。任课老师也非常认真负责，耐心讲解，细心指导，一点一点解答同学们的疑惑，直到同学们理解了为止。在实训中，分析、讨论、演算，机房里充满了浓浓的学习气氛。此次实训培养了同学们耐心的工作作风，增强了同学们的合作意识，提高了大家的应用分析能力。让我们更好的了解了计算机日常维护、基本的组装的原理、故障的排除、软件的安装等知识。

最后，通过本次实训，我使自己许多不足之处得到了弥补，真正收获到了自己想要学习的东西。真正的获得了一些关于计算机维护与组装的一些经验。 通过这周的实训，我学习到了很多从前没有接触过的知识，使我眼界打开，感受颇深。基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件。对于计算机我也有了新的认识，以前只知道玩游戏、娱乐和简单的应用。通过这次的实训，我了解到，要真真正正的掌握计算机程序还不是一件简单容易的事儿，但真正掌握后，它带个我们的将是无穷的便捷与科技，我喜欢高端便捷的生活。 “纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行!”在短暂的实习过程中，让我深深的感觉到自己在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

计算机实训心得体会(七)

**计算机实训体会计算机的实训心得篇三**

计算机对我来说异常陌生，因为我很少接触它，对它了解也很少，每次实际操作对我来说都很困难，我都会很紧张很烦躁，对它一点兴趣都没有。但是鉴于计算机在以后工作中 的重要性，于是我耐下心来认真的看了老师的视频讲解，详细而浅显易懂，在它的帮助下，再加上我自己的努力(我反反复复视频看了好几遍，一点点的操作)才终于完成了这次 实训的作业。

我想最重要的收获是我爱上了计算机，而且让我懂得了付出是有回报的，只要你有足够的耐心和努力，什么事都可以做成功。凡事要不能老指望别人，要需自己动手。细节决定一切，一个细小的问题就可能导致做不出来。总之，收获大大的!

觉得自己太过心急，没有耐心，易烦躁，以致犯过许多不应该烦的错误。还有许多学过的都忘了，不是很熟悉。

在以后的计算机学习中我要多操作，重理论也重操作，注重复习，上课认真听老师的讲解，认真的吧这门课程学好，认真的对待每次学习的机会，努力提高自己的计算机水平!

**计算机实训体会计算机的实训心得篇四**

实习期间把书本的知识带入了现实生活之中，发现了理论知识的学习并不能代表拥有操作的能力，在实习过程中我学习到了新的知识，充分的了解到了自己的不足，以下信息仅供参考。

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙;也意识到自己在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把excel,word,outlook,powerpoint等操作的很好了!现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但通过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。

对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

通过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作能力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，必须有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓!

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自己错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的内容最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习内容与以前操作不规范或不熟练的地方进行对比，感觉学习效果很好，受益匪浅。特别是excel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对excel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。通过次培训，使我的excil的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原来从没有制作过，通过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。现在想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自已也不再年轻了，还学什么啊?得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。通过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自已的工作能力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

社会的竞争是激烈的，我想我们应该好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人!

计算机实训心得体会(五)

**计算机实训体会计算机的实训心得篇五**

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙;也意识到自己在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把excel,word,outlook,powerpoint等操作的很好了!现在我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一直忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但通过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

通过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作能力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，必须有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓!

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自己错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的内容最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习内容与以前操作不规范或不熟练的地方进行对比，感觉学习效果很好，受益匪浅。特别是excel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对excel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。通过次培训，使我的excil的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原来从没有制作过，通过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。现在想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自已也不再年轻了，还学什么啊?得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。通过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自已的工作能力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

社会的竞争是激烈的，我想我们应该好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人!

**计算机实训体会计算机的实训心得篇六**

计算机实训总结与体会怎么写?以下是小编带来的计算机实训总结与体会，欢迎阅读!

20xx年4月18日上午，珠海\*\*\*公司的黄\*\*经理给我们介绍了珠海\*\*\*公司，这是一所专业从事手机游戏和手机动漫等无线娱乐产品的开发、发行和内容服务的高新技术企业。

由于我们的专业是电气工程及其自动化，大家就业的目标可能都是一些电气公司，电网公司等，而去从事手机游戏开发的公司就业的学生可能是少之又少，但掌握多一些知识对自己的发展总是有好处。

对于黄经理提到的各款智能手机的操作系统，如android，symbian，ios，windows mobile等，由于本人对这些手机操作系统都比较感兴趣，之前对这些也有经常关注，还曾想和同学一起做基于android系统的手机游戏开发，因此，本人很认真的听了黄经理的课。

在上课期间，黄经理给我们介绍了移动互联网，智能手机的市场前景，以及手机游戏的开发流程。

所谓移动互联网，就是将移动通信和互联网相结合。

当然，移动通信主要还是通过智能手机来作为载体，毕竟一些平板电脑(如苹果的ipad等)还尚处于起步阶段，用户量较小，而智能手机才是移动互联网的主要使用设备。

据黄经理说，中国的手机用户量已达8.1亿，其中大部分是使用智能手机，因此，从事手机游戏和手机动漫的开发，市场前景非常的广阔。

若能开发出用户喜欢的游戏，或者是软件、动漫等，都将能够带来很好的经济效益。

在这次课的结尾阶段，黄经理从企业的角度上就大学生就业发表了自己的看法，他认为企业需要的人才在工作时是非常主动的，能够在工作的过程中不断发现问题，并勇于向上级表达。

对于企业所需的人才，我认为其实就是那些能够给企业带来真正实用价值的人，能够给企业带来利益的人，当然，这人自身则必须要包含很多好的方面，我觉得最重要的就是要有高的智商和高的情商，既有很强的口头交际能力，又掌握了扎实的技术基础，善于把握和应用人性的优缺点，若人能集这些特点于一身，就等于有了黄经理说的铁饭碗，不光是企业，世界范围内的各行各业都会需要这种人。

在互动环节，有学生提问黄经理关于企业在招聘时对硕士生和本科生的起点不同的看法，黄经理提到在企业招聘时硕士生比本科生的起点要高，因此硕士生的薪酬会高许多，因为硕士生在读研时跟着老师做项目，学生的科研素质能够得到系统的锻炼，但之后企业还是会主要看重学生的工作能力。

因此，我们学生在大学里面，应提高我们自身的学习能力，因为在大学里边学到的在进入企业之后不一定会用的上，正如黄经理引用李开复的话说，“大学教育的本质，是将在大学里边学到的东西全部忘掉之后所剩下的东西，即学生的学习能力”。

的确，学生能力的强弱可以决定一个人未来的发展。

另外，在课程的最后，刘新东老师关于学生选择供电局作为就业场所发表了自己的观点。

老师认为学生进供电局，可以在压力不太大之下能够稳定的维持小康生活，但是进供电局，学生若想在几年内赚到很多钱，难度却是非常的大，尽管是清华或北大毕业的学生，不管是硕士生还是本科生，进入供电局之后都会在艰苦的工作环境下工作一段时间，受到领导赏识的就可能会被升职，若该员工不受领导赏识，则可能在艰苦的环境下干一辈子。

我认为，决定自己未来发展的因素还是根源于自身，若自己足够优秀，无论在什么领域下工作都将会脱颖而出，都能够成为该领域的佼佼者。

因此，全方面提升自身能力，在自身发展的任何阶段都是首要任务。

结论及建议

计算机的飞速发展，给我们的工作、生活带来了很大的方便，当今世界的各行各业的发展，都与计算机技术息息相关，计算机技术的发展引领着世界走向高度智能化。

在这为期两天的上课中，黄勇老师、黄\*\*经理和刘新东老师给我们所传授的知识，对我们来说都将是一笔宝贵的财富，虽然这次上课的主题是围绕计算机应用实践，但在上课的过程中，老师们都会时不时的透漏自己的学习和工作经验，这些经验使我们在今后的发展中能够少走许多弯路。

对于在这两天课的学习中，本人主要有如下总结：

1) 努力学习专业知识，特别是计算机知识，学好计算机编程，做到精通一门语言，再依次延伸，进而精通多门语言。

只有这样，才能使自己不会在高度信息化，智能化的时代落伍。

2) 坚持从全方面，多渠道来提高自己的能力，包括学习能力，工作能力，口头交际能力以及计算机应用能力等。

1) 尽量选择多家企业让学生参观，最好寻找大型企业，这样会更有利于拓展学生的视野，达到实习的目的。

2) 实习之前务须向学生说明实习的目的，意义。

3) 计算机应用实践实习不一定要在期末进行，在平时也有很多的空闲时间，可以考虑把实习时间定在平时。

4) 要有严格的课堂纪律制度，迟到或缺席者必须严惩。

真的说不出是什么感觉，伴着时间，就像是在和自己的影子赛跑，不可能从真实的两面去看清它，只是经意不经意的感受着有种东西在过去，也许更适合的只有那句话：时不待我，怎可驻足。

原以为实习对于我来说会是很长，但实际却不同。

想象收获的东西，真的很多，看看我的工作笔记，一篇又一篇，记别人的事情比自己的还多，也许……实习，并不像我想象中的那样轻松惬意，而是充满了挑战和艰辛。

天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。

在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境，但在同学、同事的帮助和自己摸索的情况下，我还是完成了这次实习。

但我发现，以我们的经验，不学到一定的深度和广度是难以在实际工作中应付自如的。

因此反映出学习的还不够，缺点疏漏。

需在加以刻苦钻研及学习，不断开拓视野，增强自己的实践操作技能，我们也许看不惯企业之间残酷的竞争,无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。

很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。

做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。

而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。

常言道：工作一两年胜过十多年的读书。

两个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

只有拥有自信才能够克服一切，去实现自己的理想，创造自己的人生。

实习是个人综合能力的锻炼。

作为一名新时代的新青年更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。

像我这种文聘不高的人，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人，更多的时间是社会职业选择自己面试，更多的不是自己去选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧。

所以自己会把心态放正，在公司的时候先全面发展，等过段再看看精于哪个方面，然后向那个方向努力发展。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。

参加工作后才能深刻体会这句话的含义。

课本上学的理论知识用到的很少。

在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。

我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。

遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

所以我们还要继续学习，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。

作为一名年轻同志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、业务知识和社会知识，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。

我们还要努力实践，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。

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，继续在自己的工作领域创造更多的价值。

大学因实习而完整，而大学生活却因实习而精彩。

总之，这次实习，自己确实学到了很多也成长了许多。

在实习期间，每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。

但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。

这段时间，我看到了自己本身存在着许多问题，也会遇到这样那样的问题，当前的时代日趋复杂，不学到一定的深度和广度是难以在实际工作中应付自如的。

因此反映出学习的还不够，缺点疏漏。

需再加以刻苦钻研及学习，不断开拓视野，增强自己的实践操作技能，为以后的工作存储更多的能力。

以上就是我的实习报告，可能并不是一份多么规范的报告，但确确实实我这工作中的感受。

虽然那份工作并不与自己的专业有很大的接口，但我认为，无论任何一种尝试，都是对自己以后很宝贵的充实。

一、实训目的

1、 贯彻坚强实践环节和理论联系实际的教学原则，增加学生对专业感性认识的深广度，运用所学知识和技能为后续课程奠定较好的基础。

2、通过实习，开阔学生眼界和知识面，获得计算机硬件安装和系统维护的感性认识。

与此同时安排适量的讲课或讲座，促进理论同实践的结合，培养学生良好的学风。

3、实习中进行专业思想与职业道德教育，使学生了解专业、热爱专业，激发学习热情，提高专业适应能力，初步具备职业道德观念。

4、通过对专业、行业、社会的了解，认识今后的就业岗位和就业形式，使学生确立学习方向，努力探索学习与就业的结合点，而发挥学习的主观能动性。

二、实训内容

实习的主要内容为计算机硬件组装，故障检测，bios系统的设置，简单硬件故障的排除，硬件工作原理的了解，系统的安装与备份，系统还原，软件的安装与调试，系统维护等，并撰写实训报告。

此次实训由专业教师陈莉莉、梁金宏同志负责。

此次实训主要安排以下几个方面的任务：

1、 计算机硬件工作原理的了解，硬件之间的相互协调性了解。

2、 计算机硬件组装，故障检测与排除。

3、 bios系统设置

4、 硬盘的分区与格式化

5、 系统的安装、备份、还原

6、 常用软件的安装与调试，系统维护。

7、 撰写实训报告。

第一节：计算机组装维修

一个完整的计算机系统是由计算机硬件系统和计算机软件系统两部分组成。

硬件是计算机的实体，又称为硬设备，是所有固定装置的总称。

它是计算机实现其功能的物质基础，其基本配置可分为：主机、键盘、显示器、光驱、硬盘、软盘驱动器、打印机、鼠标等。

软件是指挥计算机运行的程序集，按功能分系统软件和应用软件。

如图1.2.1所示。

1.1.2 存储程序控制的基本概念

“存储程序控制”的概念，是美籍匈牙利数学家冯 · 诺伊曼等，如图1.2.2所示。

1. 由运算器、控制器、存储器、输入装置和输出装置五大基本

部件组成计算机，并规定了这五个部分的基本功能。

2. 采用二进制形式表示数据和指令。

3. 将程序和数据事先放在存储器中，使计算机在工作时能够自动

高速地从存储器中取出指令加以执行。

这就是存储程序概念。

这样一些概念奠定了现代计算机的基本结构，并开创了程序设计的时代。

半个多世纪以来，虽然计算机结构经历了重大的变化，性能也有了惊人的提高，但就其结构原理来说，至今占有主流地位的仍是以存储程序原理为基础的冯 · 诺依曼型计算机。

如图1.2.3所示。

图1.2.2 冯 · 诺伊曼结构计算机

输入设备

控制器

运算器

计算机实训报告 实习总结计算机实训报告 实习总结存储器

输出设备

程序数据

结果

1.1.3 计算机硬件各部件的主要功能

计算机系统的硬件主要是由运算器、控制器、存储器、输入、输出设备等几部分组成。

由于运算器、控制器、存储器三个部分是信息加工、处理的主要部件，所以把它们合称为“主机”，而输入、输出设备及存储器则合称为“外部设备”。

又因为运算器和控制器不论在逻辑关系上或是在结构工艺上都有十分紧密的联系，往往组装在一起，所以将这两个部分称为“中央处理机”(cpu)。

1. 运算器

运算器是一个用于信息加工的部件，它用来对二进制的数据进行算术运算和逻辑运算，所以也叫做“算术逻辑运算部件”(alu)。

它的核心部分是加法器。

因为四则运算加、减、乘、除等算法都归结为加法与移位操作，所以加法器的设计是算术逻辑线路设计的关键。

2. 控制器

控制器产生各种控制信号，指挥整个计算机有条不紊地工作。

它的主要功能是根据人们预先编制好的程序，控制与协调计算机各部件自动工作。

控制器按一定的顺序从主存储器中取出每一条指令并执行，执行一条指令是通过控制器发出相应的控制命令串来实现的。

因此，控制器的工作过程就是按预先编好的程序，不断地从主存储器取出指令、分析指令和执行指令的过程。

3. 存储器

存储器是用来存放指令和数据的部件。

对存储器的要求是不仅能保存大量二进制信息，而且能快速读出信息，或者把信息快速写入存储器。

一般对计算机存储系统划分为两级，一级为内存储器(主存储器)，如半导体存储器，它的存取速度快，但容量小;另一级为外存储器(辅助存储器)，如磁盘存储器，它的存储速度慢，但容量很大。

在运算过程中，内存直接与cpu交换信息，而外存不能直接与 cpu交换信息，必须将它的信息传送到内存后才能由cpu进行处理，其性质和输入输出设备相同，所以一般把外存储器归属于外部设备。

4. 输入输出设备

输入输出设备是实现人与计算机之间相互联系的部件。

其主要功能是实现人—机对话、输入与输出以及各种形式的数据变换等。

如前所述，计算机要进行信息加工，就要通过输入设备把原始数据和程序存入计算机的存储器中。

输入设备的种类很多，如键盘、软磁盘、u盘、光盘等等。

输出设备是将计算机中的二进制信息转换为用户所需要的数据形式的设备。

它将计算机中的信息以十进制、字符、图形或表格等形式显示或打印出来，也可记录在磁盘或光盘上。

输出设备可以是打印机、crt显示器、绘图仪、磁盘、光盘等等。

它们的工作原理与输入设备正好相反，它是将计算机中的二进制信息转换为相应的电信号，以十进制或其它形式记录在媒介物上。

许多设备既可以作为输入设备，又可以作为输出设备。

1.2 计算机软件

从广义上说，软件是指为运行、维护、管理、应用计算机所编制的所有程序合数据的总和。

通常按功能分为系统软件和应用软件。

1.2.1 系统软件

所谓系统软件，就是用来扩大计算机的功能，提高计算机的工作效率以及方便用户使用计算机的软件，如操作系统、故障诊断程序、语言处理程序等。

操作系统是维持计算机运行的必备软件，它具有三大功能：管理计算机硬、软件资源，使之能有效地被应用;组织协调计算机各组成部分的运行，以增强系统的处理能力;提供各种实用的人机界面，为用户操作提供方便。

操作系统软件包括进程管理、存储管理、设备管理、文件管理和作业管理等五个部分。

故障诊断程序负责对计算机设备的故障及对某个程序中的错误进行检测、辨认和定位，以便操作者排除和纠正。

编译程序将高级语言编写的源程序翻译成由机器语言组成的目标程序。

高级语言是一种通用的程序设计语言，它不依赖于具体的计算机，具有较好的可移植性。

但高级语言必须配置了相应的编译程序后才能在计算机上使用，例如c语言等。

事实上，系统软件正在迅速发展且日趋丰富，因此，计算机的功能越来越强，人机界面也更加友好。

1.2.2 应用软件

应用软件是为解决某个应用领域中的具体任务而编制的程序，如各种科学计算机程序、数据统计与处理程序、情报检索程序、企业管理程序、生产过程自动控制程序等。

由于计算机已应用到几乎所有的领域，因而应用程序是多种多样的。

目前应用软件正向标准化、模块化方向发展，许多通用的应用程序可以根据其功能组成不同的程序包供用户选择。

应用软件是在系统软件的支持下工作的。

1.2.3 与软件有关的概念

● 机器语言 机器语言是一种用二进制形式表示的，并且能够直接被计算机硬件识别和执行的语言。

计算机语言与计算机的具体结构有关，计算机不同该机器语言也不相同。

● 汇编语言 是一种将机器语言符合化的语言，它用便于记忆的字母、符合来代替数字编码的机器指令。

汇编语言的语句与机器指令一一对应，不同的机器有不同的汇编语言。

用汇编语言编写的汇编语言源程序，必须经过汇编程序的翻译将其变换为机器语言目标程序，才能够被机器执行。

● 指令 指挥计算机进行基本操作的命令称为指令。

一条指令包括操作码和地址码两部分，其中操作码部分表示该指令要完成的操作是什么。

地址码部分通常用来指明参与操作的操作数所存放的内存地址或寄存器地址。

● 程序 为解决某一问题而设计的一系列有序的指令或语句的集合。

例如，要用计算机来解决某个问题时，要将处理步骤编成一条条指令，组成程序。

● 高级程序设计语言 是一类与面向用户，与特定机器属性相分离的程序设计语言。

它与机器指令之间没有直接的对应关系，所以可以在各种机型中通用。

● 语言处理程序 它的作用是将用户利用高级语言编写的源程序转换为机器语言代码序列，然后由计算机硬件加以执行。

不同的.高级语言有着不同的语言处理程序。

● 语言处理方式：解释、编译 解释方式是对源程序的每条指令边解释(翻译为一个等价的机器指令)边执行，这种语言处理程序称为解释程序。

例如：basic语言。

编译方式是将用户源程序全部翻译成机器语言的指令序列，成为目标程序。

执行时，计算机直接执行目标程序。

这种语言处理程序称为编译程序，目前，大部分程序设计语言采用编译方式。

第二节：bios系统设置

bio设置程序是被固化到计算机主板上的rom芯片中的一组程序，其主要功能是为计算机提供最底层的、最直接的硬件设置和控制。

bios设置程序是储存在bios芯片中的，只有在开机时才可以进行设置。

cmos主要用于存储bios设置程序所设置的参数与数据，而bios设置程序主要对技巧的基本输入输出系统进行管理和设置，是系统运行在最好状态下，使用bios设置程序还可以排除系统故障或者诊断系统问题。

在我们计算机上使用的bios程序根据制造厂商的不同分为：award bios程序、ami bios程序、phoenix bios程序以及其它的免跳线bios程序和品牌机特有的bios程序，如ibm等等。

目前主板bios有三大类型，即award ami和phoenix三种。

不过，phoenix已经合并了award，因此在台式机主板方面，其虽然标有award-phoenix，其实际还是 award的bios的. phoenix bios 多用于高档的586原装品牌机和笔记本电脑上，其画面简洁， 便于操作。

size 表示硬盘的容量;cyls 硬盘的柱面数;head硬盘的磁头数;precomp写预补偿值;landz着陆区，即磁头起停扇区。

最后的mode是硬件的工作模式，我们可以选择的工作模式有：normal普通模式、lba逻辑块地址模式、large大硬盘模式、auto自动选择模式。

normal模式是原有的ide方式，在此方式下访问硬盘bios和ide控制器对参数部作任何转换，支持的最大容量为528mb。

lba模式所管理的最大硬盘容量为8.4gb，large模式支持的最大容量为1gb。

auto模式是由系统自动选择硬盘的工作模式。

介绍了ami bios设置后。

我们再来介绍一下award bios的设置，其实award bios和ami bios里面有很多东西是相同的，可以说基本上是一样的，虽然有些名字叫法不同，但是实际作用是一样的。

在前文中已经了解了一些bios的基本知识，和设置，那么在这篇文章里面我就会更详细的介绍一下bios的超频设置，希望对那些想超频但是又没有接错过超频的玩家能有一些帮助。

bios常见错误信息和解决方法ghost简介

ghost是赛门铁克公司推出的一个用于系统、数据备份与恢复的工具。

其最新版本是ghost10。

但是自从ghost9之后，它就只能在windows下面运行，提供数据定时备份、自动恢复与系统备份恢复的功能。

本文将要介绍的是ghost 8.x系列(最新为8.3)，它在dos下面运行，能够提供对系统的完整备份和恢复，支持的磁盘文件系统格式包括fat, fat32, ntfs, ext2, ext3, linux swap等，还能够对不支持的分区进行扇区对扇区的完全备份。

ghost 8.x系列分为两个版本，ghost(在dos下面运行)和ghost32(在windows下面运行)，两者具有统一的界面，可以实现相同的功能，但是 windows系统下面的ghost不能恢复windows操作系统所在的分区，因此在这种情况下需要使用dos版。

使用ghost对分区进行操作

启动ghost之后，选择local-partion对分区进行操作。

to partion：将一个分区的内容复制到另外一个分区。

to image：将一个或多个分区的内容复制到一个镜像文件中。

一般备份系统均选择此操作。

from image：将镜像文件恢复到分区中。

当系统备份后，可选择此操作恢复系统。

心得

俗话说：“一分辛苦，一分收获。”有付出总会有回报的。

通过这次实习，在老师耐心地指导和我不懈的努力下，使我初步掌握和了解了pc机的基本组成以及各个元件的结构和功能。

并且，自己能够组装一台pc机，了解了安装过程中，所要注意的事项，同时也积累了一些装机经验。

这次实习，使我收获了很多，也从中悟出了一些道理：“我们在决定要做某一件事之前，先要对其有所了解，有所准备，并按照预定的计划进行操作，就可以收到事半功倍的效果。

但是事情的进展不一定是一帆风顺的。

在组装的过程中难免会遇到一些问题。

但是关键的是遇到问题也不要心慌，沉着冷静地应付。

21世纪是信息时代，而信息和计算机有着必然的联系，但人们更多想到的是计算机软件和网络技术，认为这是主要的，从技术角度看它们要比硬件如计算机组装更胜一筹。

但我觉得组装与维护课非常非常重要，因为它是整个计算机的基础是整个体系的一部分。

基础没有了，其它的也就谈不上了吧。

我知道，凭我这点计算机知识是远远不够的。

作为一名中等职业技术学校的学生，必须要树立正确的学习观、人生观、世界观。

“虚心使人进步，骄傲使人落后。”要想获得进步，必须虚心向学，敢于求知。

对于不懂的问题，要向有经验或有学识的人请教，或者通过网络等途径寻找资料自行解决。

切忌不懂装懂，因为这是学习的大忌，也是人们获得进步的绊脚石。

现代社会是知识的社会、信息的社会，计算机技术领域的发展更是日新月异。

仅仅二十多年的发展时间，微型机已发展到了p4/2.4ghz。

与最初的ibm-pc机相比，其性能已不可同日而语了。

展望未来，计算机将是半导体技术、超导技术、光学技术、纳米技术和仿生技术相互结合的产物。

从发展上看，它将向着巨型化和微型化发展;从应用上看，它将向着系统化、网络化、智能化方向发展。

21世纪，微型机将会变得更小、更快、更人性化，在人们的工作、学习和生活中发挥更大的作用;巨型机将成为各国体现综合国力和军力的战略物资以及发展高科技的强有力工具。

技术在发展、社会在进步。

技术需要创新，没有创新，就会被社会所淘汰、就将会走下历史的舞台。

身为21世纪的社会主义青年，要想跟上时代的步伐，必须要像海绵一样不断地汲取新的知识，用知识武装自己，努力学习，全面提高自身的综合素质。

多动手、多动脑，走理论联系实际的道路。

同时还要树立远大的志向，认清社会的发展形势，努力培养创新精神和发扬艰苦奋斗的精神，为建设社会主义现代化而奋斗!

1.

实训总结与体会

2.

java实训总结与体会

3.

会计实训总结与体会

4.

实训总结体会

5.

计算机实训总结

6.

大学生实训总结与体会

7.

实训总结与心得

8.

实训总结和体会

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找