

最新心电图实训报告注意事项 光纤实训 报告心得体会总结(模板5篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

心电图实训报告注意事项篇一

随着信息技术的不断发展，光纤作为信息传输的一种方式，早已经深入我们的生活之中。光纤作为一种具有高速、高容量、低损耗等优点的传输媒介，被广泛应用于通信、互联网、医疗、军事等领域。在光纤学习实训中，我们不仅学到了许多专业知识，还在实际操作中提高了自身的动手能力和团队协作能力。在这篇报告中，我将分享和总结我的光纤实训体验中的心得和体会。

第二段：学习光纤的重要性

光纤的发明引领了信息传输领域的技术革新，具有广泛的应用前景。在我们学习光纤实训的整个过程中，我们根据老师的安排，分别学习了光纤的组成结构、原理和制备方法。这些知识为我们加深了对光纤的认识，并为我们在实践中能够更好地掌握技能打下基础。

第三段：实践教学带来的体验与收获

学习光纤并不仅仅是听课和笔记，更多的是在实践操作中的探索和实践。在光纤的实训课程中，我们进行了不同方面的实验，包括光纤拉制、光纤连接和光纤测试等。这些实验中我们注意到，正确操作方法和注意事项的掌握是保证实验成功的关键性因素。通过实际操作和探索，我们不仅更好的了

解了光纤工程师的日常工作和工作环境，也提高了我们的实践能力，更重要的是提高了我们的团队协作能力。

第四段：掌握光纤技能和知识的重要性

作为一门专业知识，光纤的应用范围广，涉及的领域也十分广泛，现在的市场需要高质量的专业人才去开发和应用光纤技术。经过本次光纤实践的学习，我们掌握了光纤技术和应用领域的知识，同时也提高了我们的动手能力和团队协作能力，这对我们今后的学习和发展都是具有重要意义的。

第五段：未来的展望

通过本次实践，我们了解了光纤领域的发展趋势和未来应用的前沿知识，也意识到自己应该加紧与时俱进，不断学习、追求提高，因为未来的竞争越来越激烈，我们需要不断提升自身的素质和能力，以便能够更好的适应未来的发展。

结论：

总之，通过本次光纤实践，我们不仅增强了对光纤的理解和掌握了相关技术，而且锻炼了团队协作和实际操作能力。在未来的学习和生活中，我们应该不断加强对光纤技术的掌握，不断学习新知识新技能，拓宽自己的知识面，提升自身的能力，为我们的未来发展打下坚实的基础。

心电图实训报告注意事项篇二

光纤通信技术是当今信息社会中不可或缺的一部分，而对于在这个领域里从事的工程师而言，光纤实训无疑是必备的。本文将介绍我在实训过程中的学习收获以及对光纤通信技术的体会与总结。

第二段：实训内容

本次实训主要包括两部分：光纤制备和光纤通信系统实验。在光纤制备方面，我们学习了拉丝和涂层技术，掌握了制备光纤的基本方法和流程，重要技术指标以及如何处理不良品。在光纤通信系统实验方面，我们了解了光纤通信系统的原理、特点和应用，学习了OTDR测量、放大器驱动电路设计、光纤通信系统参数测试等相关内容。

第三段：学习收获

通过本次实训的学习，我对光纤通信技术有了更深入的理解和认识。光纤通信技术具有高速、大容量、低损耗等优点，同时在多个领域有着广泛的应用。同时，在光纤制备的过程中，我们也深入了解了光学和物理相关知识，从中体会到了实验科研的乐趣。

第四段：实践意义

本次实训对于我们的职业发展和科研方向都有着重要的实践意义。在职业发展方面，光纤通信技术是一个前景广阔的领域，具有非常大的市场需求，具备良好的发展前景。此外，我们在实训中掌握的技能 and 知识都可以作为我们在工作或研究中的有力支撑，提高我们的竞争力和研究效果。

第五段：总结

通过本次光纤实训的学习，我一方面对光纤通信技术的理论和实际应用有了更深入和全面的认识；另一方面也进一步提高了我们的实验技能和科研能力。在未来工作或学习中，我们应该进一步深入学习和研究光纤通信技术，将所学的知识 and 技能应用于实践中，不断提升自身的素质和竞争力。

心电图实训报告注意事项篇三

通过这次实习，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！

经过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。就无所谓的今天实训！

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！

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，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通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!现在我们已经步入大学，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，我们会再接再厉，更努力的学习！

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，觉得自己也不再年轻了，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，才能提高自己的工作能力。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！

共2页，当前第2页12

心电图实训报告注意事项篇四

在现代社会中，信息传输的速度和质量对于我们的生活和工作来说至关重要。光纤作为一种高速、高质量的信息传输介质，被广泛应用于各个行业。而作为一名信息技术专业学生，在接下来的实训中，我们将学习如何使用光纤进行数据传输和网络部署。在本文中，我将分享我在这次光纤实训中的体会和心得。

第二段：理论学习

在光纤实训的开始，我们首先需要了解光纤的基本原理和使用方法。老师带领我们学习了光纤的构造、传输原理、光信号的调制和解调等基础知识。通过理论学习，我对光纤的特点和优势有了更深的认识和理解，尤其是对其传输速度和带宽的理解更加深入。

第三段：实践操作

随后，我们进行了光纤的实践操作。我们拆卸、连接、检测和维护了光纤设备，并进行了光纤网络的组建和部署。在实践中，我发现光纤的操作和维护需要高度的技术和精度，一丝不苟的操作和仔细的维护对数据传输的质量和速度至关重要。通过实践操作，我提高了对光纤设备的认识和理解，并锻炼了自己的技术能力。

第四段：团队合作

光纤实训的过程中，我们不仅需要熟练的技术，还需要团队合作和沟通能力。我们一起完成了光纤网络的部署和调试，并在出现问题时进行了紧密的合作和协商。通过团队合作，我学会了如何与他人沟通，如何分配任务和如何协商解决问题。

第五段：结论

经过这次光纤实训，我领悟到了技术要与实践相结合的重要性和团队合作与沟通的必要性。我也认识到光纤这种高速数据传输工具在现代社会中的重要性，它不仅能方便我们的日常工作和学习，还能在各个行业中发挥重要作用。在今后的学习和工作中，我将会继续锻炼自己的技术能力和团队合作能力，为更好地服务社会和人民做出贡献。

心电图实训报告注意事项篇五

计算机实训室建设所涉及的规范及技术繁杂，为提高建设质量，必须在计算机实训室建设前期做好计算机实训室工程设计。下面是本站带来的计算机实训报告心得体会范文，欢迎大家阅读。

这个暑假，学校安排了我们三、四班学生到四川省国信安信息安全培训基地进行实训，虽然时间不是很长，仅仅为期五天，但是我受益匪浅，这次实训，让我对网络工程及信息安

全有了更深的了解，对此次实训，颇有体会。

本次实习主要任务是学会局域网的设计与应用，网络互连技术，以及网络应用中如何保证信息的安全，通过理论与实践相结合，进一步加深我们的理论知识。要想在短暂的实训时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要我们跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解。刚到培训基地，老师并不了解我们的工作和学习能力，不清楚我们会做那些工作，所以跟老师进行沟通是很必要的。通过沟通了解，老师对我们有了大体了解，便有针对性的教我们一些网络信息安全方面的知识。

“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。让我们真正领悟到“学无止境”的含义。在实训的课程中，老师给我们讲解了如何进行网络拓扑结构的设计，如何进行网络的部线，路由器及交换机的配置，防火墙和网络检测器ids的安装和配置等等。在进行实训的过程中，我真正学到了计算机教科书上所没有或者真正用到了课本上的知识，这样，既巩固了旧知识，又掌握了新知识。此外，老师还特地带我们去参国家软件孵化器科技园。参观中我懂得了真实生活中，网络的部线原理和方式以及从硬件上是如何实现网络的互联和保证信息的安全的。

此外，在此次实训的过程中，给我感受最深的就是我们分组完成一个网络系统的构建策划，包括项目的需求分析，网络拓扑图的制作以及网络搭建方案的撰写。在这些过程中，我不仅知道了整个项目的竞标和项目开发的流程，而且让我深深的体会到一个团队中的各成员合作的重要性，要善于团队合作，善于利用别人的智慧，这才是大智慧。靠单一的力量是很难完成一个大项目的，在进行团队合作的时候，还要考虑技术上的规范性和统一性，这样才可能在进行组合的时候能得到更完美的组合。

这次实训让我学到的东西太多，使我受益非浅，它让我知道了工作上的辛苦，让我知道工作并不像在学校里学习一样轻松。不过，虽然辛苦了点，但能让我学到不同的东西，我心里还是高兴的。人非生而知之，要学得知识，一靠学习，二靠实践。没有实践，学习就是无源之水，无本之木。以上就是我在成都的进行实训的心得和感受。不到半年的时间就将步入社会的我们，面临是继续深造，还是就业的压力，我想我们更应该把握住最后的一段时间，充实、完善自我，争取做一名出色的大学生！

计算机实训在不知不觉中就结束了，我感觉自己还有好多东西要学，还有好多的东西不懂呢！这是我大学以来第三次实训，每次实训我都感觉学到了好多东西！因为是一天到晚的不间断训练，所以记的会非常牢固。不像平时上课，每上两次的理论课却只有45分钟的实际操作。在课上，有老师在前面演示我们都还能跟着做，可轮到我们独立完成的时候，因为实际操作的少，早就忘光了！我很感谢学校有实训这样的安排，把我们这一学期学的东西系统的集中的进行训练，对我们计算机水平的提高发挥着重要作用！还要感谢我们的窦老师，窦老师很温柔，也很有耐心，即使老师讲了很多遍的问题，我们不会，老师还是会走进我们给我们耐心的指导，还给我们讲一些学习计算机的方法，让我们知道自己在哪方面不足，需要加强，也让我们了解到哪些需要认真的学习，那些是重点，不是没有方向的乱学一通，什么也学不好！

经过这次的实训，我真真切切的感受到了计算机在我们生活中工作中的运用，这些软件、程序能让我们提高工作的效率，更直观更便捷的切入主题。这次我们学习的是数据路的原理及应用的各方面知识，由老师带着我们不断操作Microsoft Access能有效的组织、管理和共享数据库信息，能把数据库信息与Web结合在一起，实现数据库信息的共享。同时Microsoft Access概念清晰，简单易学、实用是适合企业管理人员、数据库管理员使用的首选。我觉得学习了这个，对我参加工

作后制表、创建查询、数据分析和材料演示都有很大的作用，这样，我们能更清楚的了解信息并进行分析。当然，在学习的过程中并不是一帆风顺的，在这之中，因为要操作的东西很多，有时错一步，后面的结果就无法显示，而自己的计算机又太差，根本检查不出来是哪里出了错!这时候，老师都会耐心的过来帮助我，我很感谢窦老师也很感谢学校能安排这么优秀的窦老师来教我们!只是，我们太顽皮，有很多东西老师讲了我们也未能记住，我想在此说一句：老师，您辛苦了，下学期我们一定认认真真的好好学!

一个星期的实训课很快结束了，我发现我对计算机有了新的认识，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。我希望我能做计算机这个万能机器人的主人而不是奴隶，我会努力加油的!感谢学校，感谢老师给我的帮助，让我的思想、技能又上了一个台阶!感谢!加油!

win98安全设置

(1). 对系统进行安全设置的基本思路

公用微机的操一般分为三大类:第一类是系统管理员，系统管理员拥有对系统的绝对控制权，一般来说没有必要对系统管理员的权限进行限制;第二类是普通用户，普通用户使用计算机完成各种工作，因此必须获得一定的权限，不过也要防止普通用户超越权限或破坏系统;第三类为非法入侵者，入侵者根本无权使用计算机，对入侵者一定要将系统的一切功能全部屏蔽。

按照这个思路，首先必须对windows 98的正常操作人员(包括超级用户)进行设置，将操作人员名单全部输入到系统中，然后分别对他们的权限进行适当设置，这样既保证了他们的

安全，又禁止他们越权操作，最后便是采取措施，防止非法用户“入侵”，确保系统安全。

(2). 微机操作人员的设置

windows 95系统是一个多用户操作系统，但它在用户管理方面却十分混乱，非法入侵者甚至可以在启动时通过密码确认框直接添加新的用户，这对控制系统带来了很大的不便。不过windows 98对此进行了改进，它提供了用户名的选择性登录功能，所以可事先将所有用户全部添加到系统中，然后由系统在启动时将这些用户列表显示出来，不同用户从中选择自己的用户名并输入相应的密码之后即可以自己的名义启动系统，而非法用户则无法通过密码确认框直接创建新用户，他们只能通过按下“取消”按钮或esc键来进入系统。这样，机器便能明确地区分正常用户(包括超级用户和普通用户)与非法入侵者通过登录框选择用户名并输入密码进入的是正常用户，使用“取消”按钮进入的是非法入侵者，可以据此分别对他们的权限进行限制。

须要说明的是□windows 98在默认情况下仍然采用与windows 95相同的“老式”用户名登录方式，我们想要使用用户名选择性登录方式则应执行如下步骤：

下面1~4步骤主要用于在windows 98中设置用户名及密码，若用户已经设置过，则可跳过这些步骤，直接从第5步开始。

1. 双击windows 98“控制面板”中的“密码”图标，打开“密码属性”设置框。
2. 复选“用户可自定义首选项及桌面设置，登录时□windows 将自动启用个人设置”选项。
3. 根据需要决定是否选择将“开始”菜单添加到用户的自定

义设置中(一般应选择“是”),然后单击“确定”按钮,接着根据屏幕提示设置适当的用户密码。

4. 单击“确定”按钮退出设置框。

重新启动计算机,此时系统就会弹出一个常规性的密码设置窗口,可输入刚设置的用户名及密码,按正常方式启动windows 98□

5. 启动“控制面板”,双击“网络”图标,打开“网络”设置框。

共2页,当前第1页12