# 最新教训的拼音 教训心得体会(精选13篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-09-05

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。教训的拼音篇一第一段：介绍主题，并提出教训的重要性（200字）生活中，...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**教训的拼音篇一**

第一段：介绍主题，并提出教训的重要性（200字）

生活中，我们每个人在成长、学习和工作的过程中都会遇到各种各样的挑战和困难。正是通过这些挫折与教训，我们才能够不断成长和进步，取得更大的成功。教训是我们从错误和失败中汲取的宝贵经验，它可以让我们不再重蹈覆辙，使我们更加明智和成熟。因此，总结教训并从中获得心得体会是我们每个人所需要并应该做的事情。

第二段：阐述一个个人教训和心得体会的案例（300字）

我记得在我大学毕业找工作的时候，我曾一直追求高薪酬和名利。然而，在长时间的找工作过程中，我遭遇了很多的失败和挫折。我意识到自己过于追求金钱和地位，却忽视了发展自己的实力和能力。这对我的职业发展造成了极大的阻碍。通过总结教训，我意识到只有真正提升自己的能力，才能在竞争激烈的职场中立于不败之地。因此，我决心重新审视自己的职业规划并致力于不断提升自己的技能，如此我开始参加各种培训和课程，通过积累经验来提升自己的专业水平。

第三段：阐述教训所带来的改变和成长（300字）

通过总结教训并从中获得心得体会，我的生活得到了巨大的改变。我明白了只有付出努力并在挫折中坚持下去，才能够迎接更大的挑战并取得真正的成功。我开始注重自己的内涵和素质的提升，不再追求表面的虚荣和名利。我学会了更好地面对困难和压力，在挫折面前保持乐观和积极，不轻易放弃。这些经历让我成长为一个更加成熟、自信和坚定的人。我也明白了成功的真正含义，并逐渐找到了属于自己的道路。

第四段：阐述教训对他人的影响（200字）

教训不仅对于我们个人的成长和改变有深远的影响，同时也可以帮助他人避免犯同样的错误。通过分享我们的教训和心得体会，我们可以向他人传达出一种有益的经验，提醒他们在人生的道路上不要重蹈我们的覆辙。教训的汲取和总结也是培养自己的领导才能的一种重要方式。领导者应该从自己的经验中，包括失败和教训，来不断提高自己的管理能力和智慧，对团队和组织产生积极的影响。

第五段：总结教训的重要性，并鼓励读者总结自己的教训（200字）

总结教训并从中获得心得体会是每个人都需要做的事情。教训是我们人生路上的宝贵财富，它教会我们如何面对困难，怎样走出失败，并且真正成长和成功。我们应该在错误和失败中寻找经验和教益，并运用这些教训来指导我们的未来行动。在未来的日子里，让我们时刻保持警醒，总结自己的教训，从中获取智慧和力量，更好地迎接生活的挑战。

**教训的拼音篇二**

在我们的成长过程中，受到教训是非常常见的事情，以往的经历会令我们受益无穷，为我们的未来路程铺垫。而当我们从教训中真正收获到一些东西时，对于我们的未来成长，可能将具有更深远的影响。在本篇文章中，我们将分享自己的教训，和从中得到的心得体会。

第一段：引子

有句话说得好，不曾经历风雨，怎么见彩虹。很多人认为，受到教训是一件痛苦的事情，是不值得庆祝的。但我却有另外的看法，任何的经历，都能够为我们提供宝贵的机会去成长，尤其是在遇到危机的时候，我们能够更好地认识自己和别人。在接下来的段落中，我将分享自己的教训，在其中得到的一些体会和启示。

第二段：自我反思

我在大学里曾经担任了一位同学的导师。在导师工作期间，我看到了一些我自己日常工作中存在的不足。比如说我的沟通能力，我总是过分强调我自己的观点，而忽略了别人的想法。通过这个教训，我更加了解了我的不足，并意识到当与其他人合作时，应该多加倾听，考虑他们的观点。

第三段：接受他人观点

我确实稍微拖延了一下我的导师的职责，但是我正面对这个错误，承认并寻求出路。我主动与他沟通，询问他的看法，并请求他为我提供改进的建议。通过接受他的观点，我更加了解了他的想法和感情，并在接下来的几个月中进行了改进。

第四段：学习成长

在这个过程中，我明白了一个重要的道理：成长需要经历，并且不能急功近利。尽管在某个时刻受到了教训，但我知道这不是结束，而是一个机会去提高自己的能力。通过这个机会，我学会了如何更加有效地与人沟通，并学会了从他人的观点中收获到宝贵的启示。

第五段：结语

通过这个经历，我学到了很多有关于如何面对挑战，如何主动解决问题以及如何成长的经验。虽然我在这个过程中经历了一些痛苦，但我会感激那些逼迫我成长的挑战。正如加里·凯利所说，“成功的前提是有一些失敗，準確而言，是不斷失敗”。我相信，通过接受教训，我们可以向终点前进，启示更大的成功，而这正是如何发挥我们的实力的关键所在。

**教训的拼音篇三**

“做什么事之前，一定要先试一试。”妈妈说过的一句话，给我留下了深刻的印象，也是对我受过后的总结。

那是去年的寒假，家里出了一件怪事：家里养的一只花猫，身上的毛怎么都变色了呢？原来是花白相间的，突然之间那些雪白的毛都变黑了。我见怪不怪，也不当一回事，后来才明白了，也吓了我一大跳。

事情是这样的：临近除夕，妈妈显得特别忙，她一边准备年货，一边还要忙吃的。一天，妈妈笑眯眯地对我说：“英儿，你已经长大了，能帮妈妈做点事吗？”“怎么不能？我很愿意帮您做事。”我高兴地说。“那好，妈妈要做红团，你先帮妈妈把锅里的水烧开了。”说完，妈妈就去忙做红团。我走进厨房，打开锅盖，发现妈妈早就放了一锅水。我走到灶膛前，轻轻地拿起一把稻草，揉成一团，用打火机点燃稻草，迅速塞进了灶膛。我刚要蹲下身，突然，随着“喵”的一声，一团黑乎乎的东西迎面扑过来。我吓出了一身冷汗，火星四溅。我赶紧把身上的火星抖掉，“妈，你快来呀！”妈妈听到了焦急的喊声，很快地赶到了。“怎么回事啊？大喊大叫。”妈妈气喘吁吁，着急地问。“我刚要烧火，从灶里跑出来一个东西。”我还没缓过神来。“嘻嘻……那是花猫，它睡过头了。你也太小心了。”妈妈咧开嘴笑了。“太小心了还有错吗？”我气得嘟囔着嘴。妈妈说了花猫睡灶膛的原因：由于天气太冷，猫就喜欢呆在灶膛里，睡得舒服。我这才想起猫身上的毛为什么会变色。刚才，我烧稻草时，没有什么声响，没有惊动它。否则的话，花猫是不敢冒这个险的，也不会害得我惊慌失措了。

“英儿，这是第一次，是需要积累经验的。以后再烧火，一定先要动一动烧火棍，猫就会出来的，也不会吓着你。做什么事之前，自己要动脑筋，先试一试。”妈妈语重心长地说。

是呀！妈妈一句话的，将使我受益终生。

**教训的拼音篇四**

在生活中，我们时常会犯错误，犯错不可怕，可怕的是不吸取教训。找教训心得体会是让我们成长的捷径，通过反思与总结，我们可以更好地规避类似错误，找到适合自己的成长方式。今天，我就来谈一谈我的找教训心得体会，借此鼓励大家积极向错误挑战，发现问题，解决问题，不断进步。

第二段：找教训的重要性

找教训的重要性不言而喻，它帮助我们明确自己的缺点和短处，以便寻求改进的方法。通过找教训，我们意识到自身存在的漏洞和差距，用以调整自己的思想和行为，避免再犯同样的错误。找教训还可以帮助我们面对挑战更为从容自信，因为我们拥有自我检视的能力，能客观看待自己的表现，在发现问题时及时调整。所以，找教训在我们的成长道路中是不可缺少的一步。

第三段：找教训的途径

找教训的途径也有很多，以下是我发现的几种途径：

1. 沉淀 思维

在犯错后，我们可以暂停思考，反省自己的行为和想法，找出问题所在并结合实际情况进行改正。沉淀思维是一个不错的选择，它可以让我们有更多时间观察和思考，也能够避免在情绪波动的状态下做出错误的决策。

2. 请教他人

请教他人同样是一种好的方法，通过与他人的交谈，我们可以往往得到更客观、更有价值的建议。别人的眼光和看法可以补充我们的盲点，使我们能够找到问题的根源，更好地改变。

3. 寻找正反面例子

寻找正反面的例子也是找教训的有效途径，通过对比好的和坏的案例，我们可以更清晰地认识自己，找出错误根源，从而更好地改正错误。这种方法不仅可以让我们找到问题所在，同时还可以拓展我们的视野，帮助我们更好地理解人生和事物。

第四段：如何对找教训进行总结

找教训也不是一次性解决的问题，我们需要不断总结，在找教训的过程中，我们需要加强以下几点：

1. 记录错误

在犯错后，我们需要记录下错误，以防遗忘。在记录时，我们可以写下错误的原因、表现和解决方法，以便我们在未来遇到类似的问题时，能够及时解决。

2. 总结经验

我们需要在经历找教训过程中逐渐形成一个总结经验的过程，它能够帮助我们迅速地发现问题，更快地得到解决方案。

3. 激发之后

在找教训的过程中，我们需要激发自己的内部动力，内部动力的激发可以提升我们的自我认知性和自我学习性，使我们在犯错过后能够及时找教训，通过自我反省，加速自身成长。

第五段：结尾

最后，找教训只是一个成长的途径，它需要我们在实际操作中不断创新和发展，才能得到更好的效果。希望大家在生活中始终“不忘初心、砥砺前行”，在找教训的道路上更加自信和坚定。

**教训的拼音篇五**

今天下午，我们正在兴高彩烈地看球赛，可是小叶和小陆与间发生了一件不愉快的事。

事情是这样的：小叶和小陆在玩耍。小叶把小陆的不绣钢水杯扔出了草地，小陆就把水杯仍向小叶。不料，水瓶锋利的铁边砸中了小叶的膝盖，小叶立刻抱着膝盖抽噎。小陆也慌了，旁边的小昌马上报告给唐老师，唐老师立马叫小陆和小叶来了解情况。小叶因为脚太疼了，走不动，于是小楠就背小叶到唐老师那里。小叶的膝盖上出现了一条深红的、大概一寸长的血痕。唐老师看见了小叶的伤口，叫男同学们搀扶着他去医务室。小叶被一帮同学搀扶着去了校医室。在校医室里，校医给小叶喷了药水，消毒。女子比完赛后，回到教室，唐老师久把这件事告诉了全班同学。唐老师要求小熙对小伟说﹕“小伟，对不起。你的膝盖还疼吗﹖”小熙说着说着就流下了愧疚的眼泪。”小伟原谅了小熙，他们握手言和了。小熙还在抽泣的时候，小叶也安慰了小熙。

这次，他们都做错了，对于他们来说，这是一次深刻的！

**教训的拼音篇六**

在生活中，人们常常犯错，犯错不可怕，可怕的是不从错误中汲取教训。许多人都说过“犯错是进步的机会”，但是能够真正从错误中找到教训并立即付诸行动的人又有多少呢？在本文中，我们将深入探讨如何找教训、感受教训、并从中进步。

第二段：错误的原因以及如何寻找教训

每个人在生命中都会犯错误。我们可以把错误分成两种：无意识的错误和故意的错误。无意识的错因为我们的错误容易发生，我们通常没有意识到，直到我们面对后果时才会感到后悔。故意的错误可能会让我们有目的地做错一些事情，但我们必须确保从这些错误中学到教训。怎么做呢？首先，我们必须认识到我们的错误和我们的过失。其次，我们必须承认并承担责任。然后，我们可以评估而不是批判自己，并找到改变自己的方法。

第三段：教训使我们成长

犯错误是因为我们的行动与我们的预期不符，或因为我们没有考虑到其他人或事情的影响。当我们从错误中找到教训时，它将改变我们在未来的决策和行为。教训为我们提供了一个反思机会，让我们了解不同的策略和方法。发现这些策略和方法可以帮助我们在未来做出更好的决定。带着这些教训，我们可以更好地了解世界，并更好地了解自己。这种成长可以帮助我们成为更快乐、更有成就感的人。

第四段：教训演示我们的价值观和生活经验

教训不仅可以帮助我们成长，还可以演示我们的价值观、生活经验和透彻的思维能力。当我们没有从错误中汲取教训时，我们可能还没有很好地理解这些事情的重要性。当我们真正理解并从中学习时，我们会发现我们的思想和信仰更加清晰、更加明确。有些人可能会从错误中发现他们生活中的一些根本问题。这种发现有时可以通过改变我们的生活方式和习惯来解决，改善我们的心理、身体和情感状况。

第五段：总结

找到教训是一个复杂和深入的过程，需要勇气、耐心和自我反思。教训不是一个单一的东西，也不是一个狭窄的视角，而是能够映射自己的人生哲学和世界观的东西。假如我们能够从自己的错误中找到教训，并在生活中践行，我们将变得更强大，更有信心，并做出更好的决策。因此，我们不应该简单地把一个错误看成一种消极的体验，而应该把它看成一种机会，它有助于我们成为更好的人，并不断进步。

**教训的拼音篇七**

教训和心得体会是我们从人生中吸取的宝贵的财富。它们是我们通过经历和反思而得到的宝贵经验，可以帮助我们更好地面对将来的挑战和困难。教训和心得体会可以来源于各方面的经历，如学习、工作、人际关系等。在下面的文章中，我将分享我个人的教训和心得体会，希望能对读者有所启发。

首先，我深刻体会到失败的重要性。我们常常听到失败是成功之母的说法，但真正理解并接受这个道理并不容易。在我的成长过程中，我经历了许多失败，这些失败让我明白了失败的真正价值。失败不仅教会了我如何承受挫折，更重要的是教会了我如何从失败中学习并提升自己。每一次失败都是一个宝贵的机会，让我了解自己的不足之处，并激励我更加努力地追求成功。

其次，我学到了在困难面前保持乐观的重要性。人生中总会遇到一些困难和挫折，正如俗话说的，生活就是一座充满荆棘的道路。然而，关键在于我们如何面对这些困难。保持乐观的心态对于克服困难至关重要。在我经历困难和挫折时，我会告诉自己困难只是暂时的，重要的是如何积极地应对和解决问题。保持乐观不仅能够帮助我更好地面对困难，也给了我更多的动力和勇气继续前行。

第三，与人为善是我从人际关系中学到的重要教训。人是社交的动物，与人相处是我们日常生活中不可避免的一部分。与人为善不仅能够创造和谐的人际关系，还可以帮助我们建立良好的声誉和积累人脉资源。我从亲身经历中学到，与人为善能够带来更多的机会和帮助。当我们友善待人、关心他人时，我们也会得到同样的待遇。与人为善不仅让我们感受到他人的善意和友善，也让我们自己感到愉快和满足。

第四，勇于面对自己的错误是我从工作中得到的重要心得体会。在工作中，我们难免会犯错误，但是重要的是，我们应该勇敢地面对并承认自己的错误。我曾经因犯错误而感到沮丧和自责，但后来我明白了错误是人生的一部分，并且通过错误我们可以学到更多的东西。勇于面对错误不仅让我变得更加成熟和自信，也让我学会了从错误中吸取教训，并寻找改进的方向。

最后，我通过学习得到了自律和坚持的重要性。在学习过程中，自律和坚持是取得好成绩的关键。我曾经因为缺乏自律而错过了许多学习的机会，但通过经验的教训，我逐渐认识到自律能够带来卓越的成果和充实的生活。只有坚持不懈地努力，才能取得真正的成功。自律和坚持不仅对学习有益，在工作、运动、艺术等各个方面也都是至关重要的品质。

总而言之，教训和心得体会是我们从人生中吸取的宝贵的经验，能够帮助我们更好地面对未来的挑战和困难。通过失败、困难、人际关系、工作和学习等方面的经历，我们可以得到许多宝贵的教训和心得体会。保持乐观、与人为善、勇于面对错误、自律和坚持，是我个人从中学到的一些重要教训和心得体会。希望通过我的分享，读者们也能够从自己的经历中得到更多的教训和心得体会，不断成长和进步。

**教训的拼音篇八**

，久违的阳光暖暖的照射着床前的阳台上，也许是风太大了，又让人感到不经意的冷意，冬天的天气总是这样让人又爱又恨。

“妞，快下楼来帮忙炸肉丸喽！”“啊，大早上的，我还没睡醒……！”还没等我说完，奶奶一把就把我拉了起来。

今天是腊月二十四，按照北方的规矩，腊月二十三是小年，过了小年，家家户户都开始准备过年的年货了，我们家今天是过油炸肉丸儿。

等我穿好衣服，洗完脸刷完牙后，奶奶就让我坐到火炉跟前，帮忙炸肉丸。

锅里的油引起了我的好奇心，我便拿起了筷子，搅起锅里的热油。

“喂——，别搅了，小心油渍溅到你的脸上！”奶奶虽然及时提醒我，可还是晚了，因为油已经溅到我手上了！

油刚溅到我手上时，还没有那么痛，可刚过了没几秒，手背立刻开始疼痛难忍，那瞬间，犹如刀割般的划过我的肌肤。

奶奶见状赶紧放下手上的活儿，也顾不上训斥我，慌慌张张去帮我找烧伤药。等帮我擦完药以后，奶奶并没有像往常一样批我，骂我。而是抚摸着我的头说：

“妞妞，以后你可得长点记性呀。”说着说着奶奶的眼泪就下来了，我赶紧拉着奶奶的手说道：“奶奶，奶奶，你别伤心，我不痛。”奶奶擦了擦眼泪便又去忙活自己的活了。

奶奶走后，我摸着自己的伤口，感到十分内疚，当时自己为什么不小心点呢？正当我伤心时，妈妈回来了，我跑到妈妈跟前，把事情来龙去脉说了一遍，妈妈听了严肃地说：

“不听老人言，吃亏在眼前，以后可要听大人的话，凡事都要小心谨慎，记住了吗？”听了妈妈的话，我用力地点了点头。

我觉得，犯了错，不重要，重要的是要吸取，这才是一个顶呱呱的好孩子！

**教训的拼音篇九**

教训，是指因为过去的错误经验或者不良行为而产生的警示和启示，它们帮助我们更好地认识世界和人生，在面对困难时取得成功。教训包括了各种各样的因素，比如说生活、职业、人际关系、学习等等。对于每一个人来说，教训都是一种宝贵的财富，因为它能促使我们在经验积累过程中，更好地去应对挑战和困难。

第二段：阐述获取教训的途径

人们在不断地生活和工作中，会遭遇到各种各样的困难，有时候还会犯错，但是只要我们肯学习，经过认真分析总结，就可以得出教训。获取教训的途径有很多种：首先是观察他人的经验教训，从别人的经验教训中吸取经验教训，可以让我们在不断的工作学习中留下前人所取得的经验教训。其次，从错误和失败中获取教训，只有发现和承认错误，并从错误中吸取教训，才能更好地改正并获得成功。第三种途径是自我总结及反思，我们应该时刻保持清晰的认识，努力不断地挖掘更深刻的教训。

第三段：描绘教训的具体示例

在生活中，我们经常会遇到各种不顺利的事情，如果没有及时总结和吸取教训，我们就不能更好地从错误中成长和进步。例如在一次工作中，我没有及时汇报关于项目中出现的异常，这直接导致了项目进度的推迟和团队的不满。从中我反思，如果我能够在遇到问题时及时将问题反馈给团队，问题就能够更好地得到解决。通过这次的反思，我从中吸取了很多的教训，并在之后的工作中做到了及时汇报问题，让团队协作更加默契。

第四段：总结教训的意义和价值

教训对于一个人来说是有很大意义和价值的。首先，它能够让我们更好地认识自己，在产生错误时就可以警惕自己进行反思。其次，它能够让我们在经验积累的同时不断地提高自己，因为吸取了教训后，我们能够更快地应对未来的挑战。最后，它能够让我们更好地与他人合作，因为个人的教训可以促进团队的协作。

第五段：结论

教训是一种不可或缺的品质，它可以让我们更加规避风险和障碍，提高自己的能力和素质，让我们更好地走向成功和成熟。总之，我们必须不断地汲取教训，从错误中吸取最深刻的经验，让自己在未来的生活和工作中更加出色。

**教训的拼音篇十**

二、务实做好本职工作

根据目前的工作分工，我在公司前台的主要工作任(1)负责通知客户补样工作；(2)负责收发快递；负责公司前台电话接听工作和部分临时性工作。

通知客户补样和做好快递工作看似小事杂事，但是从公司全局来看，一旦我的工作有错漏、拖延等，都会给公司的业务运作带来损失，所以，对待本职工作，我力求自己认真，高效完成好。这个月来，我通知客户做好补样n次，收发快递n次 ,等等 通过接触上述工作的实践，使我认识到作为一个称职的前台人员应当具备较好的语言表达能力、扎实的文字写作能力以及灵活的处理问题能力等。补样和快递等工作方面，我能及时与客户沟通，尽力满足客户的需求。我还做好资料的分类和汇编等建档工作。以为方便查询过往文件或资料。能按时完成计划，每天都能按时完成，且都能做好记录，有据可查，工作已经由被动转变为主动，由形式到意识，能为预定的目标而努力提高效率。这段时间来，我的工作策略亦有所调整，能进一步适应公司规模增长和业务质量的要求。

三、适应时代发展需要，不断学习、更新知识

现代社会的发展日新月异，知识更新十分迅速，如果不及时补充新知识，不经常进行不间断的学习和交流，就不能适应技术管理工作的需要，就要被淘汰。为此，我利用一切机会参加各种培训班、学习班；细心向同事请教学习。

四、不足和需改进方面

分析总结后，我还存在一些有待改进的方面，如，1.统筹安排能力较差，考虑问题不够全面。(事务轻重缓急的安排方面)2.工作还不够深入细致，偶尔出现疏漏。3.预见性不足(业务的高峰期和低谷期和事务发展的预测)。4.同事和谐协作力度有待提升。

前台的工作既繁忙又充实，通过从书本上学习、从实践中学习、从他人那里学习，再加之自己的分析和思考，确实有了较大的收获和进步。成绩和不足是同时存在的，经验和教训也是相伴而行。在下阶段工作中，我将继续努力，克服不足，总结经验，吸取教训，把自已的工作做的更好，为公司发展贡献自己的力量。 我深知，公司就是一部高速运转机器，我的岗位都是它身上的必备螺丝钉；前台是公司对外的一个重要窗口，是公司的形象。我的工作质量关乎到公司的整体效率，所以我要继续强化提高服务大局意识和责任心，提高策略性思维和解决能力，沟通能力，合作能力，计划和时间管理能力。在以后的工作中，我要不断学习，通过多看、多问、多学、多练来不断地提高自己的各项实践技能。学无止境，时代在前进，事物在发展，各种知识也日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种知识，并用于指导实践。在今后工作中，要努力做好领导的好助手和同事们的好帮手，把以后的工作做地更细致化，为前台的发展贡献自己的力量。

我将改正本年份的不足，发扬好的一面，迎接公司的考验，争创佳绩！

五、个人期望

随着对公司和工作的进一步熟悉，我也希望自己能到公司其他的岗位学习、锻炼，使自己的兴趣和实际工作吻合，以更佳的状态、精力投入新的岗位中去，更好的发挥自己的所长，也更能锻炼自己并且体现自己的人生价值。

**教训的拼音篇十一**

1、造价人员应该掌握工程施工方面的基础知识，施工工艺、施工技术、识图审图、规范标准、施工流程、施工方案、场地布置、劳动力价格组成、班组分包价格组成、机械、周转材料用量根据施工方案的估算等各方面的知识都应有所了解，如果能精通就更好了。这些也是一个优秀的施工员应该掌握的，两者有很多相通性，所以说从施工员做起，过度到造价员是最有利的。反过来，在做施工员的过程中，也应逐步了解、掌握一些造价知识。我们这里说的施工员，是指负责工程现场普通的施工员，但作为一个有上进心、有抱负的施工员，他应该懂得更多，必须尽可能多的掌握上面提到的各方面的知识。造价方面的知识，我认为需要掌握如下内容：建筑面积计算规则、定额工程量计算规则(特别是钢筋量计算规则)、主要材料损耗率、机械台班费用包含内容、定额子项划分方式、定额中砂浆、混凝土的配合比、工程取费规定、招投标方面的规定、合同、索赔、法律方面的知识。作为施工员，应该知道一些基本的造价知识，工程量的计算规则，计算方法，材料的基础数据，例如：钢筋的理论重量等等。劳动力价格的组成，主要材料损耗率、机械台班费用包含内容，主要材料损耗率、机械台班费用包含内容主要材料损耗率、机械台班费用包含内容审核施工队提交的工程量，审核施工队提交的材料计划，工程取费规定等。在工程的竣工结算中：施工员应根据施工承包合同及补充协议，开、竣工报告书、设计施工图及竣工图、设计变更通知单、现场签证记录、甲乙方供料手续或有关规定、采用有关的工程定额、专用定额与工期相应的市场材料价格以及有关预结算文件等做好竣工结算，对工程中发生的签证要单独进行结算，对发现预算中有漏算或计算误差的应积极争取及时进行调整。将各分部工程编制成单项工程竣工综合结算。工程完成后，施工员及项目部其他管理人员对该工程的所有财产和物质进行清理，作为项目部成本核算的依据。对工程中分包的施工结算，根据施工合同、各原始预算、设计图纸交底及会审纪要、设计变更、施工签证、竣工图、施工中发生的其他费用，进行认真审核，并重新核定各单位工程和单位工程造价。工程结束后，施工员应认真总结，配合项目部经理及技术负责人进行项目部成本分析，计算节约或超支的数额并分析原因，吸取经验教训，以利于下一个工程施工造价的管理与控制。

2、掌握了上述方面的知识，施工员也就不是施工员了，他可以做技术负责人，因为他懂技术，他还懂经济，项目需要这样的综合人才。工程施工中，需要计算很多的工程量，比如说施工阶段，月材料报表的提交，不能完全套用工程量清单上的量(那是总量)，必须要初略计算每一层的钢材、混凝土、砌块甚至周转材料，结合进度计划，作为材料计划上报项目部相关人员；比如说班组清工价格商谈前需要知道钢筋、混凝土、砌块、粉刷等各个工序的含量，要比较精准的计算，方能保证控制到位；比如说签证索赔，要按照投标报价的口径进行列项、费用计算，有些非常规工作还要编制临时定额，报相关部门批准。工程施工当中的很多工作都是需要施工和造价方面的结合来处理，一个懂技术、懂施工、懂造价管理的综合人才的优势就体现出来了。

3、上述列出的是从次到主的顺序，即从建筑面积计算规则起，逐步深入。主要还是要看书、和造价人员沟通学习、从身边的前辈处学习。学习他们的技巧，把人家好多年总结的东西拿来为我所用，边学边可以试着按学到的进行建筑面积计算、工程量计算、钢筋翻样、定额单价换算、定额套用，也是边学理论、学技巧，边实践、边总结，同时可以将自己做的计算东西请造价人员查核，以发现错误，更进一步的掌握。

一、普通住宅建筑混凝土用量和用钢量：

1、多层砌体住宅：

钢筋30kg/m2

砼0.3—0.33m3/m2

2、多层框架

钢筋38—42kg/m2

砼0.33—0.35m3/m2

3、小高层11—12层

钢筋50—52kg/m2

砼0.35m3/m2

4、高层17—18层

钢筋54—60kg/m2

砼0.36m3/m2

5、高层30层h=94米

钢筋65—75kg/m2

砼0.42—0.47m3/m2

6、高层酒店式公寓28层h=90米

钢筋65—70kg/m2

砼0.38—0.42m3/m2

7、别墅混凝土用量和用钢量介于多层砌体住宅和高层11—12层之间

以上数据按抗震7度区规则结构设计

二、普通多层住宅楼施工预算经济指标

1、室外门窗(不包括单元门、防盗门)面积占建筑面积0.20—0.24

2、模版面积占建筑面积2.2左右

3、室外抹灰面积占建筑面积0.4左右

4、室内抹灰面积占建筑面积3.8

三、施工功效

1、一个抹灰工一天抹灰在35平米

2、一个砖工一天砌红砖1000—1800块

3、一个砖工一天砌空心砖800—1000块

4、瓷砖15平米

5、刮大白第一遍300平米/天，第二遍180平米/天，第三遍压光90平米/天

四、基础数据

1、混凝土重量2500kg/m3

2、钢筋每延米重量0.00617\*d\*d

3、干砂子重量1500kg/m3，湿砂重量1700kg/m3

4、石子重量2200kg/m3

5、一立方米红砖525块左右(分墙厚)

6、一立方米空心砖175块左右

这些都是基本应该知道的作为一线的施工技术人员需要很多使用的东西：

2、知道各分项工程的用工情况，因为要分配施工计划，安排施工，做施工进度计划；

4、晓得如何能够节约经济成本，为自己的老板创造更好的效益。

1、一个抹灰工一天抹灰在35平米

2、一个砖工一天砌红砖1000～1800块

3、一个砖工一天砌空心砖800～1000块

4、瓷砖15平米

5、刮大白第一遍300平米/天，第二遍180平米/天，第三遍压光90平米/天

四、基础数据

1、混凝土重量2500kg/m3

2、钢筋每延米重量0.00617×d×d

3、干砂子重量1500kg/m3，湿砂重量1700kg/m3

4、石子重量2200kg/m3

5、一立方米红砖525块左右(分墙厚)

6、一立方米空心砖175块左右

7、筛一方干净砂需1.3方普通砂

1、水泥：普通水泥比重为3：1，容重通常采用1300公斤/立方米。

2、建筑垃圾：1.5~1.8t/m3

4、一般贴面石材：1000kg/m3以上

1吨等于多少升？

1吨沥青混凝土等于多少立方？

碎石颗粒越小重量就越大；一般的堆积密度1.8吨/立方米左右。一方土等于多少吨位一方土等于1立方米。多少吨位要看是什么土，沙土2吨、粘土2.5吨、混凝土3吨左右。

希望对大家有所帮助

**教训的拼音篇十二**

每个人在生活中都会遇到挫折和失败，尤其是在工作和学习中。而这些经历，往往会带来教训。很多人会因此感到失落和沮丧，但是，我认为教训是一笔宝贵的财富。在本文中，我将分享我在过去的一些经历中所获得的教训和心得体会。

段落二：学习不成功依据

在我小学时期，我参加了许多比赛，但却很少能够取得好的成绩。后来我发现，其中一个原因是我缺乏独立思考的能力。在这方面，我与同学相比明显处于劣势，很少能在比赛中获得好的成绩。我反思后，开始积极思考问题并自主探索，逐渐提高了自己的思考能力。此后，我在比赛中获胜的机会不断增加。

段落三：困境中的人际关系

在一次团队合作中，我与合作伙伴之间的沟通出现问题，导致工作出现混乱和无法完成。我深刻认识到，好的团队氛围和良好的人际关系对于团队的成功至关重要。因此，在之后的合作中，我积极参与沟通和协调工作，与合作伙伴建立了深厚的友谊和信任关系，也让团队工作更加顺畅。

段落四：走出舒适圈

在一次代表班级参加校内比赛的经历中，我发现自己在考试时比较紧张，思维不够敏捷，难以处理问题。这种心理状态导致我在比赛中的表现不如平时。之后，我开始主动寻找与自己不同的学科和活动，努力克服自己的缺点，并选择了与自己不同的选修课来提高自己。这样，在之后的学习中，我能够更好的应对各种情况。

段落五：用教训指导未来

在这些经历中，我从失败中获得了宝贵的教训和经验，并成功地克服了难关，在之后的学习、工作和生活中，这些经历为我指明了方向并成为我的宝贵财富。因此，我认为无论在何种情况下，都应该用教训来指导未来的生活和工作。避免重复犯错，不断自我完善，迈向更加成功的道路。

**教训的拼音篇十三**

案教训是人们在生活中或工作中所遭遇到的一系列不幸事件或错误经验，这些经历通常使我们吃了一次苦头，获得了弥足珍贵的教训。每个人都有自己的故事，而这些个人教训也正是塑造我们成长的关键。在这篇文章中，我将分享我个人的案教训心得体会。

第二段：主体

记得有一次，我在工作中犯了一个严重的错误，这让我明白了沟通的重要性。事情的起因是我误解了一个同事关于某个项目的要求，结果在与客户沟通过程中出现了严重的问题。这次错误让我付出了很多时间和精力去修复，同时也给客户带来了不便。通过这次经历，我深刻地认识到在工作中，良好的沟通是至关重要的。我们需要听清对方的需求，与团队成员和客户进行频繁、准确的沟通，以避免类似的错误再次发生。

第三段：案教训的教育力量

案教训的教育力量在于它们可以帮助我们认识到自己的错误，从而引领我们朝正确的方向前进。无论是在个人生活中还是在职业生涯中，我们都不可避免地会犯错。然而，关键在于我们如何看待这些错误，并从中吸取教训。只有接受并改正自己的错误，我们才能不断进步。案教训也将我们与他人的经验联系起来，让我们能够从别人的错误中学到教训，避免走弯路。

第四段：反思和调整

在经历案教训后，最重要的一件事是反思。我们必须诚实地审视自己的行为，并思考我们在这个事件中做错了什么。只有通过反思，我们才能找到问题的根源，并在类似的情况下做出调整。同时，我们也需要展现出对自己的宽容和理解，不断追求进步。只要我们愿意从错误中学习，我们就能够不断成长。

第五段：总结

案教训虽然痛苦，但是它们是宝贵的成长机会。通过认真对待每一个案教训，我们可以改正错误，提升自己的能力。它们还可以让我们成为更好的职场人和更成熟的个体。当我们把案教训看作是生活的老师时，我们会发现它们让我们受益匪浅。因此，让我们以积极的态度面对案教训，不断学习和成长。

犯错误并非一件可耻的事情，关键在于我们是否能从中吸取教训。案教训是宝贵的资源，能够帮助我们在人生的道路上不断前进，并成为更好的人。通过沟通的重要性案教训，我们明白了沟通的重要性；通过反思和调整案教训，我们教会了自己在错误中寻找进步的机会。因此，在面对案教训时，让我们保持开放的心态，以乐观的态度接受并利用它们，从而成长为更好的人。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn