# 最新个人实习小结个人实习工作总结(优质9篇)

作者：九曲桥畔 更新时间：2024-12-23

*个人实习小结个人实习工作总结一第一，扎实的理论知识是前提。在实习之前，我们一直认为，经过三年的\'学习，我们的会计理论知识已经很扎实了，只要掌握了规律，就不会有问题。但是在实习过程中，我们发现平时学到的东西远远不够，在细节上犯了很多错误。另外...*

**个人实习小结个人实习工作总结一**

第一，扎实的理论知识是前提。

在实习之前，我们一直认为，经过三年的\'学习，我们的会计理论知识已经很扎实了，只要掌握了规律，就不会有问题。但是在实习过程中，我们发现平时学到的东西远远不够，在细节上犯了很多错误。另外，根据相关的实习资料，我们在填制原始凭证、记账、编制各种账目时，经常会被堵。回过头来看原因，大部分都是因为平时理论知识不扎实，经不起实战的考验，这也是我们这次实习学到的重要一课。

第二，理论联系实际是关键。

通过这次实习，我们也发现熟练的理论知识对我们来说是不够的。我们学了这么久，可以说基本掌握了会计的专业基础知识、基础理论、基本方法和结构体系。但在这个实践中还是很难，这是因为我们意识到，会计理论离开了实践过程，就全是零，实用性和实践性对会计人员来说很重要，离开了实践环节的理论只是纸上谈兵。

第三，足够的耐心和细心是保证。

会计是一项繁琐的工作，我们在这次实习中深刻体会到了这一点。刚开始实习的时候，一天到晚无聊的账目和数字让我烦透了，以至于单纯填制凭证记账会让试算不均匀。犯错越多越浮躁，犯错越多，从而形成恶性循环。后来我们意识到这个不足之后，小心翼翼的填补，既加快了速度，又提高了效率，事半功倍。因此，在会计工作中，我们不应该粗心、粗心和浮躁。其实做什么都一样，需要有一颗平常心。

通过这次实习，我增强了自己的实践能力。做事的态度也有所改善。只在学校实习一个月，就受益终身！

**个人实习小结个人实习工作总结二**

四个月的似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到现在走上工作岗位的从容，坦然。我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换。

实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应能力和积极向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的积累和技能的培养。

实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。“吃的苦中苦，方为人上人”，我要恪守吃苦精神。因此，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

刚进入市统计局的时候，很茫然，不知道要做些，领导叫做，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水····这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，老师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，但是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每天都很忙，也不是每天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。后来慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每天都非常的忙碌，一个月后，回到市统计局。

一、学习方面。

二、思想方面

三、工作方面

大学期间，我担任了两年的学生会文娱委员，在广播站任职。在与同学们相处的两年期间，我积极主动地为同学们服务，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作,得到了大家的一致好评。

实习期间，我从末出现无故缺勤。我勤奋好学.谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责,责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

**个人实习小结个人实习工作总结三**

这次我们进行的物流实习主要是关于第三方物流流程的一个电脑模拟作业。首先解释一下第三方物流：第三方物流是指生产经营企业为集中精力搞好主业，把原先属于自我处理的物流活动，以合同方式委托给专业物流服务企业，同时透过信息系统与物流服务企业持续密切联系，以到达对物流全程的管理和控制的一种物流运作与管理方式。因此第三方物流又叫合同制物流。我们上机练习的主要是关于：

一关于公路`铁路`航空`等方面的报价

二是订单的受理，运输工具的选取和发货

三是关于仓库的出入库运单的处理

四财务的上报和结算

其中包含了广告的发布，人员的安排，车辆的购买，仓库的购买和选址等。还有就是特殊状况的处理，如仓库货物被盗，车辆事故的处理。

进入系统我们每个人都能够需申请了一个公司，运作资金1000w。我申请的公司名称叫hk物流公司。注册以后，首先设置个各个运输方式的报价，车辆路线的安排，以及仓库的购买。我把总部方在上海，因为他是现代化的大都市，生意必须多。等一切弄好以后便开始营业了。刚开始我想，接的单子越多赚的钱也必须越多，而且我对公路运输情有独钟，所以只要看见是公路的单子不管三七二十一，一律拿下。就这样我第一天就做了50多单生意。

第二天上去一看我的财务报告就剩下700多万了，也就是说我第一天就亏了200多万。这以下傻眼了，怎样会亏这么多呢?之后听老师说，不是每个定单都赚钱的，而且报价也很重要。吸取了这个教训以后，我开始对报价进行调动，本来我以为报价低一点能够有更多的客户，但是我应对的是个机器啊，他没有“人性”，且体统好象也忽略的这一点，于是我报了老高的价。而且在接单时，我都仔细查看单子的报价，以及他的价值。不看不明白一看吓一跳，举个例子从广州空运一批2吨多的服装到北京他的报价是3200元。你说这样的生意傻子才会接啊，想想以前我都是看都不看就接的，那亏的200多万也就不为过了。

为了挽回亏损，只好接多的单子(这次都是经过我查看确保赢利才接的)，尽量每辆车都装满，有空的就把同路线的货拼装，做到车无虚发。这样到第四天的时候经过财务结算最后扭亏为赢，从700多万变成1100多万。

生意越到后面越难做，很少接到好的单子。毕竟全班人都在抢单子，在接单子的时候我发现航空和铁路的单子很少有人接，也许是传统思维的影响。可我看了一下航空和铁路的报价，利润也可观，于是又“买”了n个搬运工，把报价调得老高，做起了航空和铁路的生意，另外和xxx也进行了长期合作，因为我看他的仓库货源很多，且利润高。有个好的客户和多元话经营，很快赢利就翻了翻。

还有一个就是广告的效应，虽然在模拟系统里和现实有很大的区别，但是它却提示我们在当今的物流当中是不可缺少的，即使的的物流服务再好，价格再优惠，没有人明白那也等于零。很典型的例子，在一些车辆上我们经常能够看到xxx物流公司，其实广告做到必须程度也是诚信的一种体现，而诚信是从商之本，能够想象广告对一个企业的影响。

经过这次实习，确实掌握了不少东西。以前学的课本知识，只是对物流的一个表面的了解。而且都是单一的，要么学运输，要么学仓储。而这次上机实习，是把这些进行了融合和连贯，将这些理论与实际的操作相结合，在实践中提高运用知识的潜力，从而对物流操作流程有了更进一步的了解。实习是短暂的，但是他对我们的“思维方式”有很深的影响，这对我们以后走上工作岗位，我想是有很大的帮忙。

**个人实习小结个人实习工作总结四**

短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实习过程中，在实习工地的现场技术员、工程师的帮忙下，我对实习过程出现的专业知识困惑和问题，虚心向他们请教和学习，经过这次实习，我收益匪浅，不仅仅学到了许多专业知识，并且还从建筑工人师傅老前辈那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会总结如下：

自我的力量，使公司获得更好的效益。同时与同事和谐相处，多关心人，帮忙人，做到不失信于人!虚心向别人学习!

在实际工作中好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由不断实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们必须抓住这个机会，认真的学习，不断地自我总结，自我完善，从而全面的提高自我。

首先，经过这次毕业实习，使我更深刻地了我们路桥专业知识。大学四年在学完专业基础课和专业课后，逐步具有了较扎实的专业知识，但在校期间所学的资料都是理论知识，除上课程认知识习和假期专业实习外，在实践中学习和运用已学理论知识还远不够。经过这次实习，我对以前学习和实习中存在的问题和不足有了正确的认识。

以前课本上学的知识都是最基础的资料，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题我想，那便是运用我们所学的知识和原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和、工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

“学以致用”的另一方面是“以小见大”。许多知识、原理往往是解决问题的关键。其次，经过这次毕业实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应当注重提高施工管理效率。这次毕业实习的\'几处工程单位，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习。尤其是在莆田的工程实习时，给我的感受最深刻。

路桥施工管理要研究的资料多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。印象最深刻的路桥工程，所以工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到最佳，而项目工程负责人则在工地现场指导。所以各项工作都在计划进行中。

另外，施工管理还包含员工的技能培训，在莆田的仙港大道工程中实习，经过这些引入先进管理模式和科学管理方法，施工效率有了很大提高，这样十分有助于施工的连续性和可续性。

最终，经过这次毕业实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。其实，在这么短暂的毕业实习中真的很难学到更多的知识和技能。可是，在这几天的毕业实习中我从更全面的角度认清了今后所从事路桥工程工作所需努力的方向。正如在实习中许多教师和工人师傅们所说：“毕业后从事路桥工程工作，需要的是谦虚和学习”。

的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。所以，应对那么多长期从事路桥工程的同行前辈，他们工作经验比我们丰富，知识学的比我们扎实，学识比我们渊博，我们仅有耐下心来，虚心向他们请教学习，我们才会有更大的提高，我们也才会在土木工程这一艰苦而又充满挑战的工作领域取得更大的收获。

另外，在这次毕业实习环节中，我也发现自我存在的一些不足和缺点，主要有以下三点：

一、专业知识掌握的不够全面。尽管大学四年中认真学习了专业知识，可是当前所掌握的知识面不够广，尚不能简便胜任土木工程工作，所以，尽管即将走上工作岗位，但我应当将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实践中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

二、专业实践阅历远不够丰富。由于以前专业实习时间较少，所以很难将所学知识运用与实践中去，经过实践所获取的阅历更是很短缺。所以，今后我们在工作岗位上，必须要抓住机会，多向路桥工程工人师傅学习，同时要转换学习方法和态度，改变以往过于依靠教师的被动吸收学习方式，应主动进取向他人学习和请教，同时加强自学本事和驾驭解决难题的本领。

三、专业知识在工程中运用不够灵活。经过这次毕业实习，我切实感受到以前所学的专业知识运用欠灵活。这主要是对所学的知识没有构成一套完整的体系，这些零散的知识点运用起来很困难，所以，今后在学习和实践中应当重视积累和运用，使所学的知识由量变到质变，发挥更大的指导作用。

毕业实习很快就告一段落了，但经过这次短短的实习，我从只学到了许多以前在课本上难以学到的知识，这些新的收获，将对我们正在进行的毕业设计准备工作和即将走上岗位的工作具有更实际的指导意义。

**个人实习小结个人实习工作总结五**

xx月，我按照学校老师的安排，制定了自己的实习计划。注重在实习阶段对所学的文秘理论知识进行进一步的巩固和提高，以期达到根据理论知识，指导日常的工作实践的目的。收到了较好的效果。现将我今年实习情况报告如下：

作为一个企业的厂长办公室，是一个综合性的部门，由厂长直接领导，范围大，任务也比较繁杂。秘书工作是办公室的主体工作，领导要做到决策科学化，离不开秘书人员的协助。因为秘书人员一方面处理着大量的日常事务工作，使得领导能集中精力考虑大问题。另外，还能发挥他们了解全面情况，掌握多方面信息的优势，辅助领导决策，提供合理的建议。秘书工作头绪多，任务重，但必须抓好以下几个方面：

第一，主动做好领导之间、部门之间的协调工作，帮助领导有计划、有步骤、有重点的抓好各项工作，做到忙而不乱。并从过去偏重办文办事，转变到既办文办事，又出谋划策。

第二、开展调查研究，了解基层群众的学习、思想、工作、生活情况，及时向领导反映，并提出合理的建议。对一些急需解决的问题，应及时与有关部门协商解决。

第三、检查督促各种行政法规和本单位的各项决议、制度、办法、规定的执行，验证决策是否科学合理，是否符合实际。发现问题要及时向领导反映，防止并纠正偏差。

第四、组织起草本单位的工作计划、报告、总结、规划、决议和规章制度，对需上报、下发的文稿进行政策、文字上的把关。

第五、对上级机关的来文和下设部门的报告，要及时转给有关领导，根据领导的批示，具体落实承办单位和负责人，并负责催办，如期上报办理结果。

文秘人员除了需要具备以上工作人员的基本条件外，还应有自己特殊的知识修养、技能修养、品德修养、作风修养。因此，文秘人员要自觉、全面地加强这四个方面的修养，努力把自己造就成为德才兼备，既合格又称职的工作人员。并注重掌握以下原则。

1、要有充分的政策依据和事实依据。秘书人员办文办事，绝大部分都是针对现实状况的，或是为了解决某个问题，或是指导某项工作。因此，必须以党和国家的政策和客观事实为依据，坚持实事求是的原则。实事求是是我党的思想路线和传统作风，是秘书部门一切工作的准则，也是秘书人员必须具备的品质。如果有些领导交办的事不符合党和国家的方针政策，秘书人员应有勇气提出意见，请领导重新考虑，以保证正确贯彻上级的指示精神，把工作做好。

2、要有准确性。准确，是对工作质量的要求。文秘管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

3、要雷厉风行。这是对工作效率的要求。任何目标的实现，都离不开两个因素，一是准确，二是时限。其中任何一个失误，都会使事情办不成或办不好。时限就是尽可能缩短周期，减少中间环节。秘书人员办文办事必须具有很强的时效意识，要迅速行动，不可拖拖拉拉，要制定科学的工作制度，理顺关系，分工明确，充分发挥工作人员的重要性和创造性。要简化办事程序，减少不必要的行文和礼节，消除“文山会海”的现象，提高工作效率。要利用电脑等现代技术改变工作手段，实行办公自动化，例如用电脑传递信息、检索资料、编辑文稿等。

**个人实习小结个人实习工作总结六**

为期二周的钳工实习结束了，在实习期间虽然很累，但我们很快乐，因为我们在学到了很多很有用的东西的同时还锻炼了自己的动手能力。虽然实习期只有短短的两周，在我们三年的大学生活中它只是小小的一部分，却是十分重要的一部分，对我们来说，它是很难忘记的，毕竟是一次真正的体验社会、体验生活。

车工不是由数控来完成的，它要求较高的手工操作能力。首先老师叫我们边看书边看车床熟悉车床的各个组成部分，车床主要由变速箱、主轴箱、挂轮箱、进给箱、溜板箱、刀架、尾座、床身、丝杠、光杠和操纵杆组成。车床是通过各个手柄来进行操作的，老师又向我们讲解了各个手柄的作用，然后就让我们加工一个主轴两个小轮和两个大轮。老师先初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车床加工中一个很重要的方面就是要选择正确的刀，一开始我们要车个锉刀把。这对我们这种从来没有使用过车床的人来说，真是个考验。

不停的转动横向和纵向的控制手柄，小心翼翼的加工，搞了整整一个下午，自以为差不多的时候，准备在加以最后一刀，却操之过急，把圆弧的直径车小了!我痛心不已，惨啊!最难受的是站了一整天，小腿都疼起来。但当把车好的零件交给老师时那种成功的喜悦使我忘记了站得发疼得小腿。这种成功的喜悦只有通过亲身参加实习才能感受得到。

车工不是由数控来完成的，它要求较高的手工操作能力。首先老师叫我们边看书边看车床熟悉车床的各个组成部分，车床主要由变速箱、主轴箱、挂轮箱、进给箱、溜板箱、刀架、尾座、床身、丝杠、光杠和操纵杆组成。车床是通过各个手柄来进行操作的，老师又向我们讲解了各个手柄的作用，然后就让我们加工一个主轴两个小轮和两个大轮。老师先初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车床加工中一个很重要的方面就是要选择正确的刀，一开始我们要车个锉刀把。这对我们这种从来没有使用过车床的人来说，真是个考验。

不停的转动横向和纵向的控制手柄，小心翼翼的加工，搞了整整一个下午，自以为差不多的时候，准备在加以最后一刀，却操之过急，把圆弧的直径车小了!我痛心不已，惨啊!最难受的是站了一整天，小腿都疼起来。但当把车好的零件交给老师时那种成功的喜悦使我忘记了站得发疼得小腿。这种成功的喜悦只有通过亲身参加实习才能感受得到。

身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。钳工实习给了我们一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们感受到了车间中的气氛。同学们眼中好学的目光，与指导教师认真、耐心的操作，构成了车间中常见的风景。久在课堂中的我们感受到了动手能力重要性，只凭着脑子的思考、捉摸是不能完成实际的工作的，只有在拥有科学知识体系的同时，熟练掌握实际能力，包括机械的操作和经验的不断积累，才能把知识灵活、有效的运用到实际工作中。钳工实习就是培养学生实践能力的有效途径。这里是另外一种学习课堂。通过我们动手，对掌握的理论知识进行补充与质疑。这与传统的课堂教育正好相反。这两种学习方法相辅相成，互相补充，能填补其中的空白，弥补其中一种的一些盲点。通过钳工实习，整体感觉实际生产方式还是相对落后，书本中介绍的先进设备我们还是无法实际操作，实习中的设备往往以劳动强度大为主要特征，科技含量较低，但还是有一些基本知识能够在实践中得到了应用。

在电焊实习中，我们了解了电焊的实质，电焊机的组成与焊条的构成;学会了选用焊条的种类和如何操作电焊机。这次为期数天的电焊是我们参与实践活动的很重要的一部分，在老师的带领下通过一定的动手操作实践，掌握了某些技能，在这数天的实习中我对电焊的焊接操作等电焊常识等有了一定的了解和深刻体会。学到了很多在课堂没学到的知识，受益匪浅。一、实习目的.1。了解常见的焊接方法，所用的设备、材料、工艺及应用实例。2。了解常见的焊接缺陷和焊接变形。3。了解电焊的基本原理，焊接过程，金属焊接的条件及电焊应用。4。了解电焊的安全技术。5。初步掌握电焊的应用范围。

总而言之，虽然在十天的实习中，我们所学到的对于技术人员而言，只是皮毛的皮毛，但是凡事都有一个过程。我们所学到的都是基本的基本，而技术人员也是从简单到复杂“进化“而来的。最值得高兴的是没有同学在这些具有不同程度危险的实习工种中受伤，反而在实习中不时会出现一些甜甜的笑，这是和同学们的认真与用心分不开。钳工实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。钳工实习更让我深深地体会到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针!

时光匆匆，岁月流梭，转眼为期两周的金工实习结束了。在实习期间虽然很累、很苦，但我却感到很快乐!因为我们在学到了作为一名钳工所必备的知识的同时还锻炼了自己的动手能力。而且也让我更深刻地体会到伟大的诗人—李白那一名言：只要功夫深，铁杵磨成针的真正内涵!

两个星期，短短两个星期，对我们这些工科的学生来说，特别作为中国石油工业大市的大学学子是多少的宝贵。因为这是一次理论与实践相结合的绝好机会，又将全面地检验我们知识水平。

金工实习是机械类各专业学生必修的实践性很强的技术基础课。学生在金工实习过程中通过独立地实践操作，将有关机械制造的基本工艺知识、基本工艺方法和基本工艺实践等有机结合起来的，进行工程实践综合能力的训练及进行思想品德和素质的培养与锻练。

金工实习是培养学生实践能力的有效途径。又是我们大学生、工科类的大学生，特别是处于石油工业大市的大学的机电学院的学生的必修课，十分重要的也特别有意义的必修课。金工实习又是我们的一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们会感受到车间的气氛。同时也更加感受到了当一名工人的心情，使我们更加清醒地认识到肩负的责任。

这次我们金工实习的主要任务是当一名钳工。

通过碟片的演示和老师的讲解。我终于明白了什么是钳工。同时也懂得了为什么有人说“当钳工是最累的!”

钳工是以手工操作为主，使用各种工具来完成零件的加工、装配和修理等工作。与机械加工相比，劳动强度大、生产效率低，但是可以完成机械加工不便加工或难以完成的工作，同时设备简单，故在机械制造和修配工作中，仍是不可缺少的重要工种。

钳工的常用设备有钳工工作台、台虎钳、砂轮等。

钳工的工作范围有划线、錾削、锯削、锉削、刮削、研磨、钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻螺纹、套螺纹、装配、和修理等等。

其中钳工的实习安全技术为：

1钳台要放在便于工作和光线适宜的地方;钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。

2使用机床、工具(如钻床、砂轮、手电钻等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。

3台虎钳夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。

4使用电动工具时，要有绝缘保护和安全接地措施。使用砂轮时，要戴好防护眼镜。在钳台上进行操作加工要有防护网。

5毛坯和加工零件应放置在规定的位置，排列整齐、安放平稳，要保证安全，便于取放，并避免碰伤已加工的表面。

6钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻螺纹、套螺纹时，工件一定要夹牢，加工通孔时要把工件垫起或让刀具对准工作台槽。

7使用钻床时，不得戴手套，不得拿棉纱操作。更换钻头等刀具时，要用专用工具。不得用锤子击打钻夹头。

以上都是作为一名钳工必须懂的基本知识。

这次金工实习我共做了五个零件。

第一天，来到车间，老师叫我们做的第一个零件是螺母。

听完老师的要求，也看了黑板上那看似简简单单的图样，我们便开始了我们的实习。首先是把在铁块上量好尺寸并画线，画线，这工作可马虎不得，一旦画错便会使自己的零件不合尺寸，还好听了老师说的注意事项，我按老师所说的，稍微把尺寸画大了一点。接着，便是令我一生难以忘怀的锯削了。我原先以为锯锯子嘛，就那么来回拖啊拖，没什么大不了的，小事一桩。但是事实在锯锯子，也在诀窍的，锯锯子并不是不管三七二十一，单纯的来回拖啊拖啊，如果是这样做的话，无论一个人多少强壮，都会累得两手发麻，两眼发慌的，我们首先要调节好锯口的方向，根据锯口的方向使力，起锯时应该以左手拇指靠住锯条，以防止锯条横向滑动，右手稳推手柄，锯条应该与工件倾斜一个锯角，约10度~15度，起锯过大锯齿易崩碎，起锯角过小，锯齿不易切入，还有可能打滑，损坏工件表面，起锯时锯弓往复程要短，压力要小，锯条要与工件表面垂直。

同时，锯削时右手握锯柄，左手轻握弓架前端，锯弓应该直线往复，不可摆动，前推时加压均匀，返回时锯条从工件上轻轻的滑过。往复速度不应该太快，锯切开始和终了前压力和速度均减小，以免碰伤手臂和折断锯条。还可加少量机油。

开始锯时我实在是吃了大亏，因为我一直都是用力的拉啊、推啊，完全是死力的锯削，结果弄断了一根锯条不说，第二天吃饭都成问题，右手像裂开了一样，真是惨啊，还好我终于学会了怎么锯削了。

锯完了，还得锉削，锉削也是一个又累又苦的差事，但是只要掌握方法，同样不难了。

首先要正确的握锉刀，锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键，锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时，前手压力逐渐减小后手压力大则后小，锉刀推到中间位置时，两手压力相同，继续推进锉刀时，前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。

接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔、攻螺纹等。一块黑沉沉的铁块在我们的努力下变成又光又滑又可爱的螺母。虽然不是很标准，但却是我们汗水的结晶，是我们三天来奋斗的结果。

说起来一件、一件的零件的完成都那么的简单，其实做起来，我们才会真真正正地体会到作为一名钳工的苦和累，也体会到为什么有人把钳工说成“钳工是地狱!”，但是我们也才会切身地体会到作为一名钳工的喜和乐。真真正正地体会到“只要功夫深。黑铁也能变成光滑可爱的螺母。

两个星期的金工实习结束了。虽然很累，但我却学到了很多：

1、我们知道了钳工的主要内容为划线、錾削、锯削、锉削、刮削、研磨、钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻螺纹、套螺纹、装配、和修理等等。了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。

2、了解机械制造工艺知识和新工艺、新技术、新设备在机械制造中的应用，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。

3、金工实习培养和锻炼了我们，提高了我们的整体综合素质，使我们不但对金工实习的重要意义有了更深层次的认识，而且提高了我们的实践动手能力。使我们更好的理论与实际相结合，巩固了我们的所学的知识。

4、我们同时也学到老师的敬业、严谨精神。老师们不耐其烦地帮我们查找程序中的错误，一遍又一遍。有的程序特别长，可老师才不计较这些，只要有一点毛病，就一定要把它揪出来，尽自己的努力把同学们的作品修整得更为完美一点。有的老师会一次又一次地给同学演示如何操作，直到同学真正清楚。实习过程中我们也发扬了团结互助的精神男同学帮助女同学、动手能力强的同学帮助动手能力弱的同学，大家相互帮助相互学习，既学会了如何合作又增强了同学间的友谊。

5、在实习过程中我们取得的劳动成果——精美的螺母、螺钉等。这些曾经让人难以致信的小铁器，竟然是自己亲手磨制而成，这种自豪感、成就感是难以用语言来表达的。

金工实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。金工实习更让我深深地体会到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针!

光阴似剑，转眼间，两周的实习就这样结束了，至于我总体的感觉只能用八个字来概括“虽然辛苦，但很充实”。在这两周里，我学到了很多有用的知识，我也深深地体会到工人们的辛苦和伟大，钳工实习是我们机电学校各个专业的必修课之一，也许我们以后不会真正的从事工业生产，但这两周给我留下的宝贵经验是永远难以忘怀的，并将作为我可以受用终生的财富。

刚开始的时候，感觉时间好漫长呢，两个周呀，我们什么时候才能熬过这实习的日子。可是，转眼间，最后一个周已经来到了，最后一天即将向我们招手，不知怎么的，原来一直盼望的最后一天，可是当这一天真的来临的时候，我们突然对实习产生一种强烈的难以割舍的情愫，真的不愿和你分开——钳工实习，你让我们在快乐中获取无尽的知识。

在实习期间我有很深的感触，很感谢学校能给我们提供这个实习的机会，让我们提前体验到学工科的不易，获得了课堂里边得不到也想不到的知识，也许将来不会走上这个岗位，但是现在所学的知识和感受却是终生难忘。虽然脏点累点，这些都无所谓，重要的是我们有了收获、也有了成果。

刚开去的时候，看到那里环境那么恶劣，觉得自己来错了地方，很不满，也没心思跟着师傅学，心里想着自己是堂堂大学生还赶这样的又脏又累的活，那不是白读了大学吗?一次次的这样想，被老师发觉了，最后经过老师的耐心讲解和一些有着几十年工作经验的师傅的谈心，才真的明白了。哪些有成就的人和有深厚技术的人不是经过长期不断的辛苦的工作劳动才变得那样啊。所以刚开始工作时，不要总看工作好不好，而是要脚踏实地去认真学习工作经验和技术技能，这才是我们工作的目的。

两周看似漫长，其实也很短暂。其间有休息时师生共同的开怀大笑，也有工作时严肃的面孔。每天的五个小时很快的就过去了。直到下班时才感觉到累，但内心却充实了许多。虽然每天只有五个小时，但它让我感受到了工作的氛围，工作环境是以前从未有过的感受。

每一天，大家都要学习新的技术，并在5小时的实习时间里，完成从对各项工种的一无所知到制作出一件成品的过程。在老师们耐心细致地讲解和在我们的积极的配合下，基本达到了预期的实习要求，圆满地完成了两周的实习。实习期间，通过学习钳工。我们做出了自己设计的工艺品。钳工是最费体力的，通过锉刀、钢锯等工具，手工将一个铁块磨成所要求的形状，再经过打孔、攻螺纹等步骤最终做成一个工件。一个下午下来虽然很多同学的手上都磨出了水泡，浑身酸痛，但是看到自己平生第一次在工厂中做出的成品，大家都喜不自禁，感到很有成就感。

这次实习给我的体会是：第一，在了解、熟悉和掌握一定的工程基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。第二，培养和锻炼了劳动观点、质量和经济观念，强化遵守劳动纪律、遵守安全技术规则和爱护国家财产的自觉性，提高了我们的整体综合素质。第三，在整个实习过程中，老师对我们的纪律要求十分严格，同时加强对填写实习报告、清理工作台、遵守各工种的安全操作规程等要求，对学生的综合工程素质培养起到了较好的促进作用。第四，实习老师将我们加工产品的打分标准公布给我们，使我们对自己的产品的得分有明确认识，对于提高我们的质量意识观念有一定作用。对我们的钳工实习成绩，实行逐个考察的办法，使我们能认真对待每个工种和每个实习环节。

我觉得每一次的实习对我自己来说十分有意义，十分实在。它们给我的大学生活添上了精彩的一笔。让我更贴近技术工人的生活，让我增长了更多的专业知识，让我认识到自己的长处与不足。一年后我们就业的时候，就业单位不会像老师一样点点滴滴细致入微的把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。像钳工，它看似简单的锉和磨，都需要我们细心观察，反复实践，失败了就从头再来，培养了我们一种挫折感等等。两周的实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的。

总而言之，虽然在十几天的实习中，我们所学到的对于技术人员而言，只是皮毛的皮毛，但是凡事都有一个过程。我们所学到的都是基本的基本，而技术人员也是从简单到复杂“进化”而来的。

很快实习结束拉，结束的时候大家内心是高兴的，因为大家学到了真正的东西，不管学的是不是很精，有没有真的全部掌握，至少让我们了解拉什么是工人做的事情，对以后工作也有帮助。

这次钳工实习我觉得十分有意义，虽然有点累，但我们确实学到了很多钳工知识，在和钳工师傅们聊天中，同时也学到了工作经验，我们这些年轻人刚刚参加工作时，不管工作有多艰难一定要耐心，沉住气，不要一上岗看到工作优点累，有点艰难就不干，立即跳槽。这样做是不明智的，也是不正确的。年轻人首先应该学会掌握工作经验，学好真正的技术知识，这才是最重要的。因此我十分感谢学校和老师给了我们这么一次难得的实习机会，来锻炼我们的意志。说实在话，有这次实习机会很必要，明年我们就要去工作了，通过这次实习我明白了，也想通了，不管在那里工作，不管工作有没有自己想的好，我都会坚持干下去，努力学好技术知识。

**个人实习小结个人实习工作总结七**

回顾一年来的工作，我在思想上、学习上、工作上都取得了很大的进步，成长了不少，但也能清醒地认识到自己的不足之处。现将个人工作总结如下：

1、对于本科室的各项工作的流程已经基本掌握，在体检时可以做到独当一面。特别是有一次遇到批量未预约海员体检时，在体检人员众多和毫无准备的情况下，和负责分管的同事配合默契，在其它各岗位同仁的全力配合下，安排有序，高效率、高质量的完成了体检工作。完美地体现了体检中心团结有序工作状态。

2、通过不断的学习和实践，我深刻体会到了体检中心的精神和理念，把服务态度放在第一位，同时提高业务素质和体检常见知识的解答。是化解体检纠纷和矛盾的关键，同时也提高了体检人员对我们的认可度。例如，上半年在b超室做录入工作时，有企退体检人员咨询，“胆囊壁毛糙”是什么大问题吗?要紧吗?耐心解释可以通过运动和控制饮食，少食油腻食物，多吃清淡饮食达到减轻和缓解的目的，从而不会进一步发展。体检者表示了解和满意。作为一名体检工作人员，提高专业素养，对体检者提出的简单问题，可以耐心细致的解答，而不是简单敷衍，这也是赢得客户再次来体检的决定性因素之一。

3、积极地对待医院组织的各项学习任务，严肃认真地参加了理论考试和操作考试。工作之外并自行参加了计算机和英语考试。并寄语自己下一次要准备的更充分，要考得更好，不断学习，超越自己。在这里要感谢常助理给我们安排了每周五例会，总结本周的不足和计划下周的工作重点，做到工作有条不紊和有预见性。还有每月一次科室成员业务学习，大家轮流自己挑选学习主题，取各家之长为我们所用，只有不断学习，才能不被淘汰。

1、由于体检中心工作较琐碎，工作上常常事无巨细，每项工作主观上都希望能完成得最好，但由于能力有限，不能把每件事情都做到尽善尽美。

2、提高个人业务素养，把服务态度放在第一位，控制个人情绪，做到微笑服务。

1、加强学习，增加业务修养，提高知识内涵。

2、提高计算机的应用能力，提高工作效率。

3、为适应新形势下体检中心的工作需要，我决心在以后的工作中，虚心学习，尊敬领导，改进不足，踏实工作，再接再厉，不断提高自身素质，更加扎实地做好各项工作，在平凡的工作岗位上尽自己最大的努力，做最好的自己。

急诊科心肺复苏模拟人围绕护理部提出的工作中心，把握重点，突出特色，全体医务人员团结协作，出色地完成各项抢救工作。现将一年来的工作总结汇报如下：

坚持以病人为中心，以病人的利益需求为出发点。如要求护士听到救护车的鸣声后要迅速推车到急诊室大门接诊病人。为病人提供面巾纸，纸杯和开水。4ssiogf为无陪人的老弱病人代挂号、取药。每个急诊住院病人均有护士或护工护送入院。为了解决夏天夜间输液病人多，实行弹性排班，加派夜间上班人数。这些措施得到病人的好评。特别是在有医患纠纷时，甚至打骂我们医务人员时，我们的护理人员做到尽力合理解释，打不还手，骂不还口，受到医院的表扬。

急诊科制定学习制度和计划，加强护理人员的业务知识学习。开展心肺复苏模拟人急救专业培训，选送护士到麻醉科、手术室学习气管插管，要求急诊八大件操作人人过关。与医生一同学习心肺复苏模拟人新进展、急性冠脉综合症的急诊处置、创伤急救。提高了急诊急救水平和抢救反应速度。全科人员自觉学习尉然成风，目前有8名护士参加全国高等教育护理大专班和本科自学考试。两位工作一年的护士参加护士执业考试均通过。指派高年资的护士外出学习国家级《急救护理新概念与急诊模拟急救培训》。

根据急诊科的工作特性，制定了新入科护士三个月的培训计划，要求其三个月内掌握急诊的流程，院前急救，如何接急救电话、掌握急诊科所有的仪器使用，同时加强理论方面的学习与考核。在实施培训第一年时取得了很好的效果。对于实习生做到放手不放眼，每周实行小讲课。

是急诊科努力的方向，也是做好“急”字文章的承诺。如20xx年11月7日送到急诊科的高处坠落伤的患者，既无陪人而且神志不清，躁动不安，呼之不应，口腔内血性液体溢出，双下肢开放性骨折。当班护士见状即给氧、静脉注射，并果断采用气管插管，气管内吸痰，吸氧等处理，同时开通绿色通道，为抢救患者赢得宝贵时间。

心肺复苏模拟人急救药品准备及各种急救设备的调试是急诊工作的基础，现已施行每项工作专人负责，责任到人，做到班班清点、定期检查，这一年里未出现因急救药品和急救仪器的原因而影响抢救工作。从而保证了抢救患者的及时、准确、快速。

急诊科是医院最重要的窗口之一,有着急、忙、杂的特性。面对危重急症病人的首诊和抢救,急诊病人又往往诊断不明、病情不清、变化迅速,若处理不当,就容易发生医疗纠纷。而病人及家属容易产生急躁、忧虑、恐惧的情绪，急诊不同于病房，医护人员有充足的时间与患者及家属沟通，及时了解患者的需求，建立良好的护患关系。在急诊，患者及家属在与医护人员较短的接触时间内，还未建立良好的信任感，对医护人员的每一个细微环节都十分敏感，医护人员的言谈举止对病人心理都会产生很大影响。造成医护人员的救治行为不被理解，患者及家属留下“不被重视”、“急诊不急”的错觉。所以我越发觉得沟通在急诊是最容易忽略而最重要的东西。

南丁格尔说：护理工作不仅需要精湛的技术，更需要艺术。首先，要学会观察，才善于发现问题的存在，包括对病人病情、心理、需求及家属的观察。例如：有些患者家属对护士的行为百般挑剔，却对自己患者液体输完都浑然不知，像这样的家属我们就应该在每次更换液体时都耐心的提醒他液体输至什么地方时应该叫护士，与此同时我们也应该按时巡视病房，多观察液体的进展，这样就可以在很大程度上避免因为液体没有及时更换了与患者家属产生矛盾。其次，要学会沟通，人与人的相互尊重和信任是建立在沟通的基础上。对于来急诊就诊的病人，我们应该积极主动地询问，热情的为其引导。例如：对于行动不便的患者我们可以予以搀扶或协助其用推车送至诊室，为其测量生命体征，交予诊室的护士；对于需要并可以去病房治疗的患者，我们可以为其细致的指明病房的位置，避免患者跑“冤枉路”。而对于患病时间长而并不危重的病人我们可以建议他去门诊就医，耐心而细致的的告知其门诊的位置和就医的时间，便于患者的安排。虽然，一个微笑的表情，一个搀扶的动作解决不了患者身体上的疼痛，但是，却能迅速缩短护患距离，有效满足病人需要被照顾的心理需求，从而便于我们开展下面的护理工作。最后，通过观察和沟通学会判断，对病人的病情和需求有一个准确地了解和判断，有利于医护人员救治工作的展开，也为病人争取了时间。例如：受外伤的患者可以通过观察和大致的询问了解其受伤的部位和严重程度，第一时间为其找到接诊医生为其救治，而挂号等手续可以稍候补齐。

以上只是我在急诊工作的浅谈，要学的东西还很多很多。当然，想做好一名急诊科的护士，只会沟通是远远不够的，还需要扎实理论基础、丰富的抢救经验、快速的反应、麻利的动作，这才是在遇到紧急情况时禁得起考验的保证。

**个人实习小结个人实习工作总结八**

在假期里，我来到了公司参加公司实习，我原本对于工作的一切都非常陌生，一敲不同，但是经过多天下来学到了很多，也知道了怎样去工作。

作为一个新人，还是一个大学生，我知道我必须要在段时间内掌握工作的精髓，我才能在有限的假期内创造属于我自己的价值。为公司提供价值。学习学习是我在大学一直以来的习惯，来到工作岗位上我依旧如此，在自己的岗位上我想其他同事学习，我们开始并不是直接就工作，而是有一段时间的培训，这段时间虽然短暂但是却是最适合我们的，我也深以为然，我每天都会认真学习培训中的知识，努力做好自己的任务，一天中的工作学习，我都会做好，只有做好学好才能把工位上的工作顺利完成，经过自己不断的坚持学习，不断的摸索我终于学会了基础的知识，还有的需要我们在岗位上边做变脸，同样在岗位上我也经常遇到问题，这些问题有大有小，我从不会因为与同事不太熟就不敢询问，我会主动的去问他们主动的学习吸后更多的知识来补充自己的不足，来提升自己的能力。

在岗位上工作是一种考验，因为工作与我们学习不一样，又累又枯燥，不但要动脑还要动手，所有的工作都要经过自己深思熟虑，如果做不好就只有加班了通过不断的努力不断的提升自己的能力来让自己有更多的时间去做好工作，平时工作好是按时下班，但是也会时常遇到需要加班的时候，这时候我们就需要花费更多的时间工作，常常加班的九点以后是常事，在工作中就得吃苦耐劳就必须要做好自己的工作，没有完成任务是不能下班的，也不能提前下班都必须按时上下班。

我以前一直听说他们要而爱岗位，我不知道这是何意，等我来到了工作中我才知道，热爱岗位就是把所有的热情都投入到工作中，在工作中不断进步不断推陈出新，一步步走向成功，不带岗位不能有偏见，更不能来到没多久就换，我们的工作并不多，想要在有限的时间里面做好工作就需要我们度不安的努力不断加强工作，坚守岗位。既然选择了这个岗位，就一定要在这个岗位上做好工作，不让时间浪费在换工作中。

来到公司我与同事和睦相处，大家对我都比较关照，我是新人，对我犯的错大家也都会包容，并且指导我，我作为后来者虚心听取前辈们的教诲，就如同好朋友一般，有需要帮助的就一定会努力做好，相互帮助，相互进步不断的提升自己的能力锻炼自己的水平。

在公司工作的这段时间虽然短暂但是让我的收获却是非常大的，更是为我的将来，打下了基础，奠定了人脉，相信以后毕业能够走的更远。

**个人实习小结个人实习工作总结九**

我带领xx班于3月26日离校前往xxxx南小区幼儿园，正式进入实习。经过历时八周的实习，于5月18日离园。对于我们幼师学前教育专业的学生来说,教育实习是我们理论联系实际的一个学习过程，是学生将所学的教育理论知识转化为能力，向教师角色过渡的重要环节。由于校领导的高度重视、实习幼儿园的积极支持和实习师生的共同努力，我们在南小区幼儿园的教学实习进行得很顺利，取得了较好的成绩，同时也反映出一些问题。现将实习情况总结如下：

我带领的xx班共有33名同学。按照幼儿园的班容量，每班配备5-6名同学实习。南小区幼儿园为五星级幼儿园，在xxxx区有一定名气，师资力量雄厚，以蒙台梭利教学法为主，学习氛围浓厚，入托幼儿整体素质较高。实习中，幼儿园给予了大力的配合，提供了很多的讲课机会，平均每人讲了5节课，个别同学讲了十几节课。

这次实习达到了毕业实习的预期目的，为学校赢得了良好声誉。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。实习收获主要体现在两方面。

1、工作能力。在实习过程中，同学们都能积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动向老师学习，关心爱护幼儿，同时积极参加幼儿园的各项教育教学活动。实习幼儿园的反馈情况表明，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的教学能力和沟通能力，普遍受到实习幼儿园的好评。大多数学生能胜任指导教师所交给的工作，为今后的教学工作提供了宝贵的经验。

2、实习方式。实习幼儿园指定了带班指导老师来指导学生的日常实习。学生在实习幼儿园，以双重身份完成了学习与工作两重任务。和正式教师一样上下班，完成教学工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。同学们认真的工作态度、较强的工作能力和勤奋好学的精神受到了实习幼儿园及其指导教师的一致好评。

主要有三个方面。一是通过直接参与教学工作，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教育教学实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是学会了如何做人，如何关心照顾他人。

我作为带队教师，坚持每天亲自到实习幼儿园，检查和指导实习工作，协调解决实习中遇到的问题。我认为，只有带队指导教师在整个实习过程中尽职尽责，才能对保证实习质量起到重要作用。

通过近两个月的实习，使同学们的理论知识得到检验和应用，进一步完善和提高了教学技能，提高了自身素质，从指导老师身上学到了不少好的教学经验和方法，同时也感受了幼儿园课堂教学和生活保育的实际状况。同学们和指导教师互敬互爱，经过这近两个月的实习，感情也愈加深厚。实习结束时幼儿园送别的感人场景依然历历在目，幼儿们祝福的童言稚语更使同学们深刻感受到作为一名幼儿教师的责任和光荣。

本次实习进程基本.顺利，取得了一定成绩，但仍有一些不足值得我们重视，这主要表现在以下几个方面：

1、在讲课过程中，在对教材的挖掘程度上仍需努力，这反映出我们的理论水平还有待提高。

2、在驾驭和把握课堂教学的环节中，尚需积累更多经验，不断提升自身素质。

3、部分同学对家长和幼儿交流时措词不够准确，口语表达技巧还需要加强。

总的来说,通过这次实习，检查和巩固了同学们的教学理论，专业基础知识和基本技能，培养了我们独立从事教育和教学工作的能力。我认为本次实习达到了既定目的，锻炼了自己，收获了许多，取得了一定的成绩，但仍要针对实习中反映出的问题，在今后的学习生活中不断充实自己，提升理论水平，并进一步用新课改的教育理念武装自己，不断改进教学方法、提高教学水平，争取把这次实习所取得的经验都用在我们以后的学习和工作中，把我们的学习和工作做得更好!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找