# 2024年大学生金工实训过程报告 大学生金工实训总结(六篇)

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-09-12

*大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结一1、进入工作场地要穿紧身防护服、袖口扣紧、上衣下摆处不能敞开、严禁戴手套。不得在开动的机床旁穿脱衣服或围布于身上，防止机器绞伤;必须戴好安全帽，辫子要放入帽内，不得穿裙子、拖鞋;戴好防护眼镜，以防铁...*

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结一**

1、进入工作场地要穿紧身防护服、袖口扣紧、上衣下摆处不能敞开、严禁戴手套。不得在开动的机床旁穿脱衣服或围布于身上，防止机器绞伤;必须戴好安全帽，辫子要放入帽内，不得穿裙子、拖鞋;戴好防护眼镜，以防铁屑飞溅伤眼。严禁酒后进入工作场地。

2、车床开动前必须按照安全操作规程的要求认真仔细地检查机床各部件和防护装置是否完好、安全可靠，传动部位及轨道面加注润滑油，并作低速运转2—3分钟，检查机床运转是否正常。

3、装卸卡盘和大工件需要使用行车时，必须由二人共同操作，严禁用承载小的吊带启吊大工件，确认未被卡住的情况下才能启吊，并采用点动的启吊方式。同时，要检查周围是否有障碍物，垫好木板，以保护床面。工件到位后，要将工件顶牢、架好、夹紧，车偏重物时要按轻重搞好平衡，工件及工具的装夹要牢固，以防工件从夹具中飞出，卡盘扳手、套筒扳手等要及时拿下。

4、机床运转时不得测量工件、不得用手去触摸转动的卡盘和工件。用砂纸时，应放在锉刀上、严禁戴手套用砂纸操作、装卸工件、安装刀具加油以及打扫铁屑均应停车进行，清除刨花应用钩子或其它用具，禁止直接用手清除刨花。

5、各工位需要电、氧、氩弧焊以及砂轮、照明等临时用电设备时，必须采用最近的对工段的电源，不得带电移动焊接设备，学徒工及未掌握焊接技术的人员不得进行焊接作业。临时用电设备使用完毕后，必须立即收起电源线和乙炔管，不得长期将线、管乱铺设在地面上，更不能将线、管与刨花混在一起。

6、在切削停车时，应将刀退出;切削长轴类要使用中心架，防止工件弯曲变形伤人。伸入轴孔超出主轴箱时，应慢速加工，并做好防护措施，高速切削时，应有防护罩，工件、工具要固定牢靠，当铁屑飞溅严重时要在机床周围安装挡板，使之与操作区隔离。工作时必须侧身站在工作位置，严禁身体正面对着运转的工件。

7、每台机床均装配局部照明工作灯，即安全电压在36v以下，禁止使用220v照明灯代替。

二、砂轮砂轮砂轮砂轮

9、更换砂轮时要由专人负责，装卸砂轮不可用手锤敲击、拧紧夹紧螺母时要用力均匀，调换砂轮后，要试车运转几分钟确认正常后才能使用。

10、使用前，必须检查砂轮是否有缺损、裂纹等缺陷、防护装置是否牢靠，开机时人必须站在砂轮的侧面，让砂轮空转几分钟确认正常后才能使用。

11、使用时，要握牢工件，严禁修磨笨重的工件，压力要均匀一致，防止砂轮因受到撞击而爆裂伤人。细小的工件要用夹钳夹紧后修磨，以防伤手。

12、开车前应检查机床传动是否正常，工具、电器、安全防护装置、冷却水泵等是否完好，钻床上保险块、挡块不准拆除，并按加工情况进行调整后使用。

13、摇臂钻床在校夹工件时，摇臂必须移离工件并升高、刹好车，必须有用压板压紧工作物，以免回转甩出伤人，更不得用手直接握住工件钻孔。钻小的工件或者薄板和长形工件竖着钻孔时，必须用台钳或夹板夹牢，严禁用手扶着加工。工件钻通孔时，应减压慢速，以防损伤平台和发生事故。

14、钻床工作台面上不得放置其它东西，换钻头、夹具及装卸工件时必须停车进行，带有毛刺和不清洁的锥柄不允许装入主轴锥孔。装卸钻头要用楔铁，不得用手锤敲打。

15、机床开动后，严禁戴手套，清除刨花要用刷子或钩子，严禁用手直接清除。

16、工作完毕后，应切断电源，卸下钻头、主轴箱必须靠近端停下，清理机床、工具、场地，做好注油保养等工作。

17、整体车间保持工作场地的整洁和通道的畅通，工件的堆置特别是带颈的工件，严禁堆放过高，以防倒塌伤人。

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结二**

为了将所学的理论知识与实践结合起来，我们参加了这次的物流实训。

一、实训时间

20\_年\_月\_日至\_日。

二、实训地点

\_物流中心。

\_天物流专业的实习，对物流的定义，基本功能，各个作业流程有了一定的理论基础，通过实习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能力。

在此实习中充分了解物流企业相关的运营操作程序，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论知识了解运作方式，将我们所学到的专业知识和具体实践相结合，以提高我们的专业综合素质和能力，当然也为了让我们对物流公司的运营状况有一个整体的了解，对中国物流行业的发展状况有一个比较全面的认识，增强我们对所学专业的认识，提高学习专业知识的兴趣，切身体会到工作中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，对针对这些操作每天都有不同的心得体会，而且发现了不同的问题，使我们在实习中充分发挥主观能动性，真正理解并吸收课堂中所学到的知识，为将来走上工作岗位打下良好基矗。

以往对于物流管理概念的认识，仅仅是停留在浅显的书本知识，物流实习心得体会。对于物流的本身感到很神秘，难以想象现实中的物流业和心目中的物流业有那些不同之处。对于物流，知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但在实际操作中却没有想象的那么的简单。通过这几天上机实习的简单了解，使我对于物流企业运营管理有了更加深刻的认识。突破于书本上固定的理论知识充分认识到实际操作中的繁琐步骤，一个企业的运营所包含的诸多部门和所发挥的职能作用之间相互紧密联系着。

作为物流管理专业的学生，在就业竞争与学习中我们应该多学学以致用服务于社会。平常我们在学习中更多的是学习和专业有关的理论知识，然而今天在经济全球化的形势下，特别的今年的金融危机在就业形式极具尖锐的时期，我们不仅要学会课本上的理论知识，更多的是要把理论与实践相结合，掌握更多的经验，不至于到以后才感叹“书到用时方恨少”。

\_天物流专业的实习，对物流的定义，基本功能，各个作业流程有了一定的理论基础，通过实习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能力。

以往对于物流管理概念的认识，仅仅是停留在浅显的书本知识。对于物流的本身感到很神秘，难以想象现实中的物流业和心目中的物流业有那些不同之处。对于物流，知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但在实际操作中却没有想象的那么的简单。通过这几天上机实习的简单了解，使我对于物流企业运营管理有了更加深刻的认识。突破于书本上固定的理论知识充分认识到实际操作中的繁琐步骤，一个企业的运营所包含的诸多部门和所发挥的职能作用之间相互紧密联系着。

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结三**

“金工实习”是一门实践性的技术基础课，是高等院校工科学生学习机械制造的基本工艺方法和技术，完成工程基本训练的重要必修课。它不仅可以让我们获得了机械制造的基础知识，了解了机械制造的一般操作，提高了自己的操作技能和动手能力，而且加强了理论联系实际的锻炼，提高了工程实践能力，培养了工程素质。这是一次我们学习，锻炼的好机会!通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多。

在实习期间，我先后参加了车工，数控机床，钳工，焊工，刨工的实习，从中我学到了很多宝贵的东西，它让我学到了书本上学不到的东西，增强自己的动手能力。

一、车工

第一次金工实习，对我们来说感觉很新鲜，一大早，我们迎着朝阳，兴致勃勃地向实习基地出发，一个小时以后我们乘车来到了朝阳东区，老师对我们专业的48名同学进行了分组，我所在的第一组首先接触的车工。

车工是在车床上利用工件的旋转和刀具的移动来加工各种回转体的表面，包括：内外圆锥面、内外螺纹、端面、沟槽等，车工所用的刀具有：车刀、镗刀、钻头等，车销加工时，工件的旋转运动为主的运动，刀具相对工件的横向或纵向移动为进给运动。

面对着庞大的车床，我们除了好奇外，对它十分的陌生，老师给我们细心的讲解车床的各个部件的名称和操作细则，我们逐渐熟悉车头，进给箱，走刀箱，托盘等主要部件的控制，老师要求我们先不开动车床，重点进行纵横向手动进给练习。要求达到进退动作准确、自如，且要做到进给动作缓慢、均匀、连续。到一定程度后可开车练习，每项操作都进行到我们熟悉为止。

从下午开始，我们开始了实际的加工工作，我们的任务是要用45号钢坯料加工一个锤柄。老师先给我们演示了一遍加工过程，看着师傅加工出来的精致的锤柄，我们一个个都跃跃欲试。看师傅加工的时候特别轻松，操作自如，我自己加工的时候才知道什么叫差距，且不说开始时候对车床的恐惧感，尺寸的测量和进刀量的控制就得忙活半天，有时候还会忘记了加工的步骤，有点手足无措的感觉，最后在师傅的指导下终于完成了自己的锤柄，虽然称不上杰作，但看着自己的成果，心里还是美滋滋的。

车工是产品加工中非常重要的一个工种，是对经验和熟练程度要求较高的一个行业，经过自己的实际操作才知道，功夫真的不是一天练就的，师傅做的时候在自动走刀和手动走刀的衔接非常流畅，几乎看不出什么痕迹，而我自己做的时候老是感觉会有一点停顿，一致中间有过渡的痕迹;师傅加工的锥面平整、光滑，为我自己加工的时候虽然特别仔细，但还是做不到师傅那样的进刀速度的均匀。

经过师傅的讲解和我们的实际操作，我们对于车床的加工范围和工件的加工顺序有了更深的了解，知道了什么样的结构在车车床上是可以轻松而精确加工的，哪些是比较难加工的，这样如果我们需要做一些简单的设计时就能做到心中有数，使结构尽可能合理，易于加工。同时实际操作也增强了我们的动手能力。

二、数控机床

数控车床的操作是我们实习的第二个工种。就是通过编程来控制车床进行加工。通过数控车床的操作及编程，我深深的感受到了数字化控制的方便、准确、快捷，只要输入正确的程序，车床就会执行相应的操作。比起我们前两天车床的操作要方便的多，可以让机床自动连续完成多个步骤，同时在加工之前还可以进行模拟加工，如果不成功的话，可以修给程序，这样就减少了因为误操作而带来的原料的浪费：并且，只要完成程序的编辑就可以用来重复加工，大大的提高了加工效率。通过老师清晰明了重点突出的讲解，我们很快掌握了数控机床编程软件的应用，对常用的功能能够熟练操作，并且学会基本语法和常用的编程语句，能够进行简单的编程操作。随后我们开始按照图纸进行程序编辑工作，开始的时候不太熟悉，总是出现加工出错的情况，经过反复的研究和修改，第一个程序终于顺利完成了，看着界面上成功模拟出加工的过程，加工出成品，心中陡然升起一股成就感。

虽然我们所用的设备是仅供实习而专门设计的，与真正的生产加工用的设备有一定的区别，而且比较陈旧，但我们还是从中了解了数控机床加工的基本原理，只要将机床通过一定的接口与计算机相连接，通过一定的应用软件就可以成功的控制机床，将机床的转速、进刀量、进到速度等通过编程来控制，使加工自动化程度和效率大幅度提高。数控机床还可以自动完成一些复杂的加工过程。

经过努力，按照老师的要求，我成功完成了任务，用三种方式(绝对坐标、相对坐标、循环)编出了加工程序。我们所做的只是最基本的加工，相对于真正的生产加工还有很大的区别，但还是感觉收获颇多。

三、钳工

钳工是我们这次金工实习中相对最累的一个工种，我们的任务是要将一块条形的坯料加工成一个锤头。

在操作之前师傅先给我们讲解了有关钳工工种和所用工具的一些内容，我们了解到，钳工的种类是很多的，例如说装配钳工、划线钳工等，钳工是金属加工中相当重要的一个工种，在产品的加工、机械维护以及修理中都需要钳工的参与。钳工所用的工具最重要的就是虎钳了，还有手锯条，锉刀，以及钻床。我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线;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。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。

师傅告诉我们，钳工是一项完全靠手工来制作出各种零件，是最能锻炼一个人动手能力的，一些伟大的工程师，他们都很重视自己在钳工方面的锻炼，而且都能很好的掌握钳工。听了老师的话，我们顿时觉得钳工是一项很了不起的工种，实习期间应该好好去体验。

我们先将坯料用虎钳夹紧，用锉刀锉出两个光洁平整的平面，这个看似简单的工作还真是一项技术活，需要掌握好锉刀的角度和力度，而且运动要平稳，只有这样才能很好的锉出平整的平面来。同时，这还是一项比较耗费体力的活动，一个动作不停的重复，不大一会儿将肩膀和胳膊就开始有点酸了，还是没有锉下去多少，钳工的工作效率低果然是名不虚传。之后我们用画线工具进行画线，画出锤头的轮廓。然后用手锯条沿着所画的线进行锯割，这对于没有什么经验的我们还真算的上是一个挑战，想要锯直了还是真的不容易。首先要把握好方向，不能发生偏斜，力度要均匀，而且要比较专注，否者很容易把锯条折断。一次锯割的量是比较小的，太快了反而会因铁屑附着在锯条的表面而影响了锯割的速度，需要合理把握力度，才能适当的是效率得到提高。经过一番努力，终于锯了下来，虽然表面不是很平整，还是比较满意的。我们的锤头轮廓清晰起来，随后进行适当的表面锉削，把锤头锉成方形的，使各个表面平整，并锉掉锋利的棱角。我们的锤头终于完成了。

在师傅的指导下，我们将自己的锤头和锤柄进行了锚固，我们的锤子终于全部完工了，虽然因为技术不太熟练，难免会有些瑕疵，但那毕竟是自己一手打造的，看着自己亲手做出来的小锤子，心里还是有难以抑制的喜悦，这将是金工实习结束后我们可以走的除了经验和美好回忆之外最值得纪念的东西了。

四、焊工

早就见过路边工人焊接工件时的样子，大的面罩，刺眼的光，是我们对焊接最初的认识。通过这两天的学习和亲手操作，我们就不只是停留在这样浅层的认识上了。

老师具体向我们介绍了几种连接方法，焊接的概念、过程，常用焊接方法，特别是手弧焊，交流弧焊机，焊条的种类、型号、组成和作用，工艺参数的选择等，详细讲解了焊接的操作：引弧、运条、焊缝收尾，并一一向我们演示，指出各种大家易犯的错误，还说明了一些情况的处理，最后老师讲述了一些注意事项，焊接所产生的气味和刺眼的光对人体都是有害的，我们在操作时要懂得保护自己，带好手套和面罩。从老师的讲解中我了解到：焊条的角度一般在七十到八十之间，要按照螺旋线来运条，运条的速度，要求当然是匀速，然而在实际操作中，我们往往是不快则慢，很难保持匀速，因此焊出来的结果是很不流畅的，有的地方停留时间短则当然没有焊好，还有裂纹，停留时间长的地方，则经常会出现被焊透的毛病，出现了漏洞;焊条的高度要求保持在二至四毫米，然而在自己刚开始的时候也是漏洞百出，因为在运条的同时，焊条在不断的减短，因此要不断的改变焊条的原有高度，这控制起来就有些困难了，高了则容易脱弧，而低了则容易粘住。开始尝试的时候，好不容易克服了对于焊接的恐惧感，但操作相当不熟练，看者自己焊出来的千奇百怪的形状，心里那个着急啊，还好在自己多次焊接后，开始慢慢地找到手感，在最后的考试中以良的成绩通过。通过此次焊接，我们已经掌握了点焊接的知识，但要想作到职业工人那样标准，需要我们反复的练习，熟能生巧。焊接虽然很累，也很危险，但我们亲手焊接过，体验过，以后有机会再好好实践。

以前在金属工艺学上就学过有关焊接的知识，但只是停留在书本上的认识，通过这两天的学习，我们更直接的认识了焊接设备，掌握了手工电弧焊最基本的一些操作方法，虽然跟师傅比差的相当的多，但我们所练习的是最基本也是最实用的东西，我想如果以后真的遇到需要的情况，我能够成功的应付一些简单的情况了。

五、刨工

最后的两天我们组实习的工种是刨工。

我们所用的设备是老式的牛头刨床，老师给我们讲解了牛头刨床的结构和基本特性以及牛头刨床的加工范围。这种牛头刨床具有比较典型的摆动导杆机构，这种机构具有急回特性，在进刀加工的时候运行速速比较平稳，速度较慢，复位的速度较快。老师说这是仿照当年苏联的机床制造的，在上世纪五六十年代，也算是比较先进的设备了，但是现在看来已经很落伍了，生产效率相当的低。我们所要完成的任务就是用刨床为钳工加工出做锤头所用的坯料，把圆柱状的钢件刨出四个平面，使之成为规则的方形柱状。

老师想给我们讲述和演示了牛头刨床的操作方法，然后我们按照老师的方法来进行实践。牛头刨床的操作是相对比较简单的，只要掌握好进刀的时机，和进刀的幅度，而且进刀量均匀，就可以刨出比较平整的平面来。我们各个同学都进行了实际操作，最后在我们的共同努力下，完成了12块坯料的加工工作，我们也都学会了刨床的简单基本操作。

刨工实习的车间时一个比较综合的车间，我们在这个车间还看到了铣床及磨床的工作，老师还给我们介绍了剪板机和折边机。最后这两天实习可谓是收益颇多，看到可好多以前没有见过的金属加工设备，对金属加工又有了进一步的了解。

结束语

短的十天的实习生活结束了，我们的蓝领之行也画上了一个圆满的句号，感谢学校为我们提供这样的机会，同时更要深深感谢我们的老师，从他们的言传身教中我们受益匪浅，从刚开始的什么都不懂，到现在对各种机器的深刻认识，并掌握一些基本操作。本次的金工实习——令人难以忘怀。十天的金工实习带给我们的，不仅仅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。

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。金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。我国现行的教育体制，使得通过高考而进入大学的大学生的动手实践能力比较薄弱。因此，处于学校和社会过渡阶段的大学就承担了培养学生实践能力的任务。金工实习就是培养学生实践能力的有效途径。基于此，同学们必须给予这门课以足够的重视，充分的利用这一个月的时间，好好的提高一下自己的动手能力。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。通过金工实习，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。

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结四**

我怀着对企业实训生活的憧憬，结合在校的物流理论学习，对物流的定义、基本功能、各个作业流程有了一定的了解，希望通过实训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能力以及进一步了解现行市场物流的特点、主要设备和作业流程，对其进行分析，能对今后的学习中起到促进作用，并结合所学的理论提出改进意见。

基于此，我进入了\_\_公司开始了毕业实训生活。\_\_是\_\_有限公司在经营国内、国际快递业务中的一个品牌。\_在民营快递进入转折的阶段，竞争日趋激烈的形势下，加强自身建设，完善管理体制，提高服务质量;同时进一步投入巨资，开发电脑软件，完成电脑化管理，使\_\_的整体管理与服务跟踪、查询等尽快进入信息化、科学化管理阶段。\_公司处理的业务投诉以及业务员派送快件时间问题，各个分点之间和谐能力差，这些都是有待提高需要解决的问题。

1、码放货物，不能倒置的货物要按要求摆放，避免货物受损，摆放货物要合理(如：避免农药和食品摆放相邻等情况)。

2、车次卸完后，拿清单进行点货，在点货中发现少货、多货或货损等情况，应注明在清单上，交于理赔部。

3、以总公司为中心，各片区、各分公司、各站点为单位，加大巩固公司客服部的整体水平。首先领导以身作责，发现问题及时批评教育，定期培训员工以提高整体客服水平。

4、公司应加大网络宣传，所有员工应加强网络系统的培训和提升。因为在网络信息化时代，尤其作为物流公司，一个厂家、一个企业对一个物流公司的认可和评价往往很大部分是看其网络宣传规模和网络影响。随着电子商务的发展，通过网络订单购物也越来越广泛，一个好的物流公司更应该发展其网络信息化，通过网络来宣传公司。

5、严禁司机对货物野蛮装卸导致货损、货差率过高。

6、公司人事部门和客服部门应每月吸收和采纳员工提出的良好建议，做到件件有回应，采纳可通过qq群、信箱，和直接书面发表，让公司从基层到高层人人有话说。每个人的岗位都能接触到不同的事情，往往基层的建议更能直接的影响到公司的发展，对较好的意见、可以采纳的意见给予充分的肯定和奖励，对于不能接受和采纳的给予合理解释和回应。这样做可以提高员工对工作的热情和对公司的忠诚，也可以从中挖掘人才，促进公司和谐发展。

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!

马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。

只学不实践，那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基矗通过这段时间的实训，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不仅要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中、实践中学习其他知识，全面地武装自己，才能在竞争中突出自己、表现自己。

通过这一次的实训，我总结了快递行业的优势劣势、机遇与挑战：

劣势：人员配置不尽合理，员工人数过于庞大，影响企业效益;信息系统未能得到充分的利用;货仓的出租形式过于单一、死板，租金较高。

机遇：物流业虽是一个新兴产业，具有很大的发展空间和市场潜力，就业前景非常可观。挑战：快递企业间的竞争日趋激烈，如何优化自身的作业流程，充分利用企业已有的设备设施降低成本。

在公司实训，使我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基矗想想时间过的真快，转眼间在公司的实训工作已过去，很高兴学校有实训这么一项作业，我深知：学校让我们实训的目的是为了培养我们运用专业所学的基础理论，独立分析和解决实际问题的能力，提高专业意识，增强专业技能。在这实训，我都是抱着学习的态度在努力着。

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结五**

一上午，实训内容是制作双绞线。老师把我们分成了向个小组，分别进行操作，每个小组分发有制作双绞线用到的材料，rj-45水晶头、双绞线，双绞线压钳及用来测试双绞线是否接正确的测试器。在老师讲解一遍后，我们就开始动手操作了，制作双绞线，要一步步来，先取双绞线一根，用卡钳剪线刀口将线头剪齐，再将双绞线端头伸入剥线刀口，使线头触及前挡扳，然后适度握紧卡线钳，同时慢慢旋转双绞线，让刀口划开双绞线的保护皮，取出端头从而拨下保护胶皮，可看到，双绞线由八根有色导线两两绞合而成，然后，将它们整理平行，按顺序排列好，先按橙、兰、绿、棕的顺序排列好，再两两打开，t568b的顺序为白橙、橙、白绿、兰、白兰、绿、白棕、棕。而t568a的顺序为白绿、绿、白橙、兰、白兰、橙、白棕、棕。我们制作的是t568b，做直通线时，两头都要为相同的，做交叉线，则一头为t568b，一头为t568a。在制作过程中，果然出现了一些问题，那些线很细，稍不小心，用力些，就会弄断，在理导线的时候，要整理整齐，在剪线时，不能过长，也不能太短，在插线时，也要注意位置，注意插到位，接下来是压线，和检查，用双绞线测试器来测试连通的情况，是直通线的连接，那么数字都是对应的，接的是交叉线，则根据1-3、2-6、3-1、4-4、5-5、6-2、7-7、8-8的原则来判断，通过测试，我们更清楚的得到我们出错的地方在哪，并解决了出现的问题。

下午，实训的内容是组建对等网。在材料上，需要双绞线和交换机，和网卡。

过程：把双绞线连接计算机与交换机，首先在计算机pci插槽上安装网卡。安装网卡驱动程序，然后，配置ip地址，设置文件、文件夹的共享，，而且在其它的主机上可以进行访问。出现的问题是在设置上，有些步骤记得不是很清楚，以至于在设置时，无法继续下去，设置上出现错误。通过学习，我们知道了对等网的功能，掌握了组建对等网的方法，及对等网中设置共享的方法。

12.08上午，实训的内容：安装网络操作系统。老师在演示给我们看之后，我们就开始动手操作了，首先在在电脑上运行虚拟机安装程序安装虚拟机，然后，运行虚拟机，下一步是在虚拟机上安装windows20\_\_server。通过实训，我了解虚拟机的使用，也了解windows20\_\_server的安装。在实训过程中，出现的错误是，在安装虚拟机过程中，步骤没有清楚，导致安装上用时过多。12.08下午，实训的内容：接入internet。需要的材料有adslmodem，路由器。和电话线。在操作之前，老师先给我们介绍了摩登和路由器的功能和使用方法。首先，将两台计算机连接成正常的局域网，其中一台计算机安装windowsserver，用作服务器，另一台安装windows\_p.，在安装adslmodem和路由器，并边接上所有相关的设备，然后是高置路由器，设置局域网中两台计算机网关以dns等，最后，测试连接。在设置路由器，设置网关的时候，出现一些小问题，但是都能得到解决。

12.09上午，实训内容，网站建设配置。安装dns、activedirectry和dhcp。设置域名，和设置ip地址，安装iis，打开管理器，设置web站点，设置主目录，设置文档，及测试验证。在做的时候，很多步骤没有记住，设置主目录上出现差错，在老师的指导下，我们都能得到解决。通过学习，我们还是掌握internet网站的组成与设计方法，同时，也懂得web服务器的配置方法。

12.09下午，实训内容：网络工程应用设计。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。

12.10上午，实训内容：网络安全管理。操作过程中，先建立组织单位，创建、复制、移动用户和组等一系列，创建磁盘分区等，和利用备份向导进行数据备份与还原、手工备份与还原数据等。在操作过后我们掌握网络用户管理及其操作，网络磁盘管理与及数据备份还原的操作。其中要注意的是，紧急修复盘不能用来启动计算机，主要是在系统出现故障时用来修复系统。

12.10下午，实训内容：组建无线网络。需要的设备有两个pci无线网卡，一个pcii00mbps双绞线网卡，一个无线接入器ap，一个交换机，两根带rj-45头的双绞线。首先，安装网卡，连接网络，然后，安装网卡驱动程序，设置网络通信协议，最后，测试网络连接是否正常。从中，我们知道，无线局域网的安装技术并测试无线通信设备的主要性能。

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。，不仅提高了自己的动手能力，更体会到了团体合作的精神。更加深入的了解了计算机网络技术的实际应用。

**大学生金工实训过程报告大学生金工实训总结六**

一、实训目的

1、认识钳工设备，工具，量具性能并正确使用。

2、掌握钳工划线，锯削，锉削，钻孔，攻丝，套螺纹等操作技术。

3、掌握钳工加工工艺，按图纸要求完成加工制作。

4、培养学生动手操作能力。

二、实训内容

1、综合练习划线、锯削、锉削、钻孔、攻螺纹、套螺纹等技术。

2、完成如图所示锤头和手锤柄的加工组装工作。

三、实训设备、工具、量具、材料

台钻、砂轮机、切割机、台虎钳、化针、样冲、锉刀、锯工、高度游标卡尺、游标卡尺、直尺等。

四、实训步骤

1、划线：举两个相互垂直的平面为基准。

2、锯削：加工大斜面(留加工余量5mm)。

3、锉削：粗锉——精锉。

4、钻孔——攻螺纹。

5、制作手锤柄：φ10mm圆钢取220mm，锉削20×10正四方体倒圆φ10-0.2mm用圆板牙套螺纹m10×20。

6、组装手锤，拧紧后铆住固定。

五、实训总结

通过一周的钳工实训，我有很深的感触，虽然很累，但是感觉很充实很快乐，并且学到了很多课本上没有的知识，同时还锻炼了自己的动手能力。虽然实习只有一周的时间，但对我来说却是非常难忘的一段回忆，毕竟这是大学以来第一次自己动手操作，也是一次真正的体验社会、体验生活。

通过这次的钳工实训，我知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线;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。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。同时我也知道了使用台虎钳夹工件时，不能用锤子敲击台虎手柄;在夹工件时必须夹紧，不然工件会来回摇动。接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔、攻螺纹等。

在第一天实训的过程中，磨了一个上午，反反复复就是一个动作，那就是手握锉刀在工件上来回的锉，并且还要有力气和做到位，在刚开始的时候，没有掌握技巧，锉了一会就感觉手指和背都特别酸，最后通过老师在一旁的指导和亲自示范，让我知道了怎样做能更有效率。在接下来的时间里我就感觉没有之前那么费力了。第一天结束后，看着自己加工以后的工件，感觉很有成就感，也为以后的几天增加了更大的动力。

在实训的过程中，有时抬头看一看同学们在认真的加工着自己的工件，并且在不懂的时候互相讨论一下自己的加工技巧，使每个人更有效率的加工出自己的工件。看着自己的工件在一天天的成型，大家都很高兴，感觉自己的辛苦没有白费，很有成就感。

回忆起这一周的时光，看着自己成果，我明白了做什么事都要细心、有耐心。如果不细心，工件只能做到形像，做不成标准件;如果没有耐心，工件就会做不下去。所以在以后的时光里，不管做什么事都不能半途而废，要努力做好每一件事。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！