# 弹簧调机员工作总结(必备18篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-05-01

*弹簧调机员工作总结1内蒙古国电能源投资有限公司，在二连浩特开发建设了33台单机容量为1500KW的风机，装机容量为。在本公司项目部的积极努力下，风场顺利进入调试阶段。人员配备到位，调试工作得到了公司的高度重视。调试人员进行了明确的分工，责任...*

**弹簧调机员工作总结1**

内蒙古国电能源投资有限公司，在二连浩特开发建设了33台单机容量为1500KW的风机，装机容量为。在本公司项目部的积极努力下，风场顺利进入调试阶段。

人员配备到位，调试工作得到了公司的高度重视。调试人员进行了明确的分工，责任到位，做好危险点分析和作业中可能出现的严重危及到人生，安全的预防控制措施，确保调试工作安全稳步进行。

现将调试工作以来的情况如下：

1、目前主变常规试验、35KV开关及PT，CT试验、35KV系统耐压，20KV侧PT、CT试验、开关试验，箱变常规试验及电缆内压已全部完成。

2、据厂家说明书和设计院图纸进行装置校验，然后进行开关远方及就地分合（及回路传动），及二次校线工作。将全场所有保护信号上传到主控室。

调试工作已全部完成，且所有设备已投入运行。

**弹簧调机员工作总结2**

在素质教育正在日新月异的发展的这天，在高等教育改革不断深化的大背景之下，生产实习作为教学与生产实际相结合的实践性教学环节，其重要性变得更为突出。自从进入大学学习以来，个性是在进入大三后经过专业基础知识的学习，对电气技术教育专业有了必须了解，但是总对自己以后能够从事的工作感到模糊，这就对我参加学院组织的专业生产实习有了强烈的渴望。

临近毕业之际――大学最后一学期，20xx年3月4日，在指导老师储健老师的带领下，我和同学们一齐到中天海河(天津)实训科技发展有限职责公司开展了为期一周的工厂实习，这对于提高对未来环境的认识，为以后工作及早调整心态，更快地适应工作环境，打下了很好的基础。于我而言，也是一次很好的成长机会，从朦胧到茫然，再从渐渐努力到享受收获的喜悦感，这期间感触颇深，现将我的实习经历总结如下：

(一)实习目的与好处：专业生产实习是电气技术教育专业的必修课程，安排在毕业前的最后一学期开设。该项实习是为了充分利用社会资源，增强我们所学专业大学本科生的实践潜力，实践的主要目的如下：

①专业生产实习是全面推进素质教育、培养学生创新精神和实践潜力的一种重要手段，是学生理论联系实际的一个重要环节，是大学生择业就业之前接触社会、了解社会的一次重要机会。

②透过专业生产实习，使学生认识电力生产的整个过程，了解所学专业的主要资料和发展方向，掌握专业的基本常识，为专业课程学习奠定感性认识，构成对本专业的认同感、提高学生学习本专业的兴趣，激发学生的竞争意识、职责意识和开拓意识。

③透过有组织的开放性专业生产实习活动。培养大学生自主管理、社会交往、互相帮忙、独立完成任务等方面的综合潜力。

④学生参加生产实习时将所学理论知识和实际工作紧密联系，巩固已学的理论知识，积累必须的实际生产技术和管理知识，培养运用理论知识解决工程实际问题的潜力，注重知识创新和潜力培养，为适应社会工作和生活打下坚实的基础。

(二)实习地点：中天海河(天津)实训科技发展有限公司

中国(天津)职业技能公共实训中心(以下简称“中天实训中心”)是天津市人民政府批准设立、隶属于天津市人力资源和社会保障局的高技能人才培养公共服务机构，位于天津中心城区和滨海新区连接的海河教育园区内。实训中心按照“需求导向、高端定位、训为企用、校企共享、公共服务、促进就业”的思路，突出职业技能培训和职业技能鉴定等核心功能，面向院校学生和企业职工以及社会各界，开展高技能人才培训和评价服务，以批量性、规模化高技能人才培养为目标，与职业院校及培训机构，实行错位发展、功能互补、资源共享。中天实训中心占地120亩，建有现代制造、现代控制、现代物流、现代电子、信息五个技术实训中心。取得了良好社会效应，赢得了国内外同行的广泛赞誉。个性是\_总理、中央纪委书记\_、国务委员\_分别莅临中心视察，对中心目标定位、发展成效均给予高度评价和充分肯定。

(三)实习安排

安全教育1、安全教育学习的目的及必要性

2、事故的发生及其预防：1、事故发生的因素人为因素――不安全行为物的因素――不安全因素2、发生事故的认为因素1)、管理层因素;2)、违章：a、错误操作b、违章操作c、蛮干3)、安全职责(素质)差。

3、入厂主要安全注意事项1、防火防爆2、防尘防毒3、防止灼烫伤4、防止触电5、防止机械伤害6、防止高处坠落7、防止车辆伤害8、防止起重机械伤害9、防止物体打击10、班前班中不得饮酒

《安规》学习

我们进行了对《安规》的学习，电厂是一个关系民生的部门，具有必须的危险性，很多细节的不主意都会造成停机，进而千家万户停电，对国民经济造成重大影响。每一个刚进入电厂的人都务必学习《安规》的部分相关资料。不学不明白，一学吓一跳啊，电厂的管理是如此的严格，比如，进入电厂务必带安全帽，袖口扎紧，不准随意跨越管道等等，透过这次学习我真实的明白了细节决定命运这句话。

(三)、学习和了解变电所的主要结构型式，结构种类和特点。

(四)、学习和了解变电所的主要部件的生产技术资料，包括：各种技术标准，图纸，专用设备说明书等。

(五)、了解变电所的主要技术要求以及有关标准。

(六)、了解工厂的生产组织管理状况，劳动定额和成本核算的方法。

(七)、了解工厂开展的新材料、新工艺、新技术的研究状况。

(八)、实习期间进行了社会主义、爱国主义教育、进行爱劳动、守纪律教育，进行安全、保密教育。

四、实习过程1、安全教育在实习开始时，学校组织我们到公司由专业人士对我们进行安全教育，讲解了安全问题的重要性和在实习中所要遇到的种种危险和潜在的危险等等。

2、组织参观在实习开始时，学校组织我们对实习单位的参观，以便了解其概况。在实习期间，我们还到其它有关车间去进行专业性的参观，获得了更加广泛的生产实践知识，和更加准确理解了工厂的运作模式。参观中我们着重了解了先进的设计思想和方法、先进工艺方法、先进工装、先进设备的特点以及先进的组织管理形式等。

3、车间实习我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在指定的车间进行实习，透过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习资料。

4、理论与实际的结合为了能够更加深入的进行车间实习，在实习过程中，我们结合了所学的书本知识与实习的要求，将理论与实际进行了完美的结合，也更加的促使我们不断地进行学习与研究。

5、实习日记在实习中，我们将每一天的工作、观察研究的结果、收集的资料和图表、所听报告资料等均记入到了实习日记中。随时理解老师们的检查与批改。

透过参观和参与工厂的生产实际，将理论知识与生产实践相结合，优化知识结构，提高思考分析潜力。在参观过程中，透过向技术人员提问学习，了解与初步掌握本专业相关产品技术参数等方面的实际知识和相关标准，增强对锅炉、汽轮机系统及辅助设备的组成及结构的具体知识，为今后专业课程的学习、专业课程设计及毕业设计打下良好的基础。此外，经过对电厂的实地了解，为今后步入社会作必要的心理准备。

透过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了电气设备运行的技术管理知识、电气设备的制造过程知识及在学校无法学到的实践知识。在向

严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所务必的，从而近一步的提高了我们的组织观念。

我们在实习中了解到了工厂供配电系统，尤其是了解到了工厂变电所的组成及运行过程，为小区电力网设计、建筑供配电系统课程设计奠定基础。透过参观第一化工集团自动化系统，使我开阔了眼界、拓宽了知识面，为学好专业课积累必要的感性知识，为我们以后在质的变化上奠定了有力的基础。

透过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作潜力和加强劳动观点起了重要作用。

**弹簧调机员工作总结3**

大学的最后一个学期，我们在老师的带领下，按照学校的统一部署到xxxx集团公司为期三周的毕业生产实习。

生产实习是高等院校为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们通过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为骨干打下良好基础。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和方法为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能最大限度地发挥作用。

通过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了电气设备运行的技术管理知识、电气设备的制造过程知识及在学校无法学到的实践知识。在向工人师傅学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的，从而近一步的提高了我们的组织观念。

我们在实习中了解到了工厂供配电系统，尤其是了解到了工厂变电所的组成及运行过程以及所在的维修车间的工作组织与实施基本情况。通过参观实践，使我开阔了眼界、拓宽了知识面。通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用为即将走上新的工作岗位奠定良好基础。

**弹簧调机员工作总结4**

从今年年初来到公司，到现在不知不觉已经到了年末，细细品味，发觉自己在不轻易间成熟了许多，对待工作的态度和为人处世的方式也有所改变，也许这就是成长。非常感谢公司能给我这样一个平台，让我在工作中不断学习，不断进步，慢慢的提升自身的素质和才能。回首过去一年，公司陪伴我走过重要的一个阶段，使我实现的自己的梦想，翻开了自己人生崭新的一页，在此我向公司尊敬的领导和亲爱的同事们表示衷心的感谢，正是有了你们的帮助和关心才能使我在公司的发展上一个台阶。

虽然20xx年是我收获最大的一年，但是自身的不足之处也暴露无疑：

1.虽然年轻充满干劲，但是缺乏经验，在工作中容易走“弯路”，处理一些新问题上存在着一些的欠缺。

2.工作中不够细致，不够用心，在装置调试的过程中，不该出现的小错误经常见到。

3.有很多东西都是第一次着手，在思想上唯唯诺诺，不敢大胆放手去做，总是考虑半天不动手，浪费了不少时间。虽然来调试组时间不长，个人能力和工作经验也有待提高，在工作中欠缺工作经验，但是有个良好的工作态度，必定可以积极的处理遇到的问题，虚心的请教别人，来弥补经验的不足。有的时候工作怕麻烦，不肯静下心来认真的认真的去学习调试方法，致使在调试的过程中感觉比较累，无从下手，容易犯一些小错误，这个是日后工作中一定要解决的问题，做事再细致点，方便别人，严格自我。随着时间的推移，调试过的装置也渐渐的多了，也对它们有了一定的认识，以后再遇到就不会存在心理负担。因此在今后的工作和生活中，除了积极改正自身缺点克服弱点，还需要注重知识的积累，和经验的总结，并以高标准要求自己，不断学习，才能使自己更快的成为一名经验丰富的技术人员。

20xx年是充满期待的一年。作为部门中的一员有义务、有责任、有目标、有理想的去做好工作，做好自己工作范围内的事情。加强学习和实践，继续提高个人水平。针对自己的岗位，重点是把高压系列和通信系列的装置做熟悉，要做到什么样的装置该怎么调试，那些事容易出错都心中有数，对未涉及过的问题多请教，多实践。其次在工作中多用心，调试完的装置，都要细心检查，这是工作态度的转变，更是对自己的负责。再次，多注重知识的积累，没事多看书，多充实自己，多参与调试，争取对部门内的装置都有所接触、调试。最后，不管在哪里工作，做什么工作，态度和心态很重要，遇事把心放宽，才能更好的处理和解决面对的问题，从容的面对挑战，不断的去丰富充实自己，客观的面对自己的不足，才能更好的去改进和提高自己。

在这一年里，虽然辛苦，但是过的充实，虽然休息的少，可是学到的知识就多。我现在了解自己的个人能力和经验水平，也希望多得到锻炼，当然这期间自己也有很多不足，我也深刻认识到了这些缺点和弱点，我会在今后的工作中努力的去改正和克服它们，让自己进入佳境，为部门抗起一片小天地，也能为自己的将来有更好的发展而奋斗。

**弹簧调机员工作总结5**

一、实习地点

xx钢厂

二、实习时间

x月xx日~x月xx日

三、实习目的

经过生产劳动、生产技术教育和实际，研究生产问题，使理论联系实际，深入研究炼铁厂和轧钢厂的工艺流程及其技术指标和生产设备及其操作条件。

重钢认识实习报告钢铁厂实习是学习冶金专业同学重要的环节之一，目的是了解和熟悉冶金过程主要流程的工艺特点、技术参数及主要设备的作用，初步建立起冶金主要生产流程的概念和印象，为学好专业课和专业基础课打下基础。经过实习学习工人阶级“不怕吃苦、勇于奉献”的优秀品质，立志献身冶金事业，增强为实现中国从钢铁大国向钢铁强国迈进的职责感和使命感。

实习目的：经过这次对钢铁厂的认识实习，是我们对钢铁生产的主要设计和工艺流程，运输联系、工厂布局，钢铁冶金企业的车间组成和总图布置，机械化运输及装卸设备等，有一较全面的感性认识。并对总图设计专业所涉及的范围和主要资料能有所了解，以便为以后课程的学习打下基础。

四、钢厂简介

xx钢铁有限公司成立于19xx年，是xx公司与xx公司共同投资兴办的一家集制氧、烧结、炼铁、炼钢、轧钢为一体的大型钢铁联合企业，其xx股51%，丰南镇持股xx%，注册资本12、38亿元。现已具备年产铁、钢、材各800万吨的综合生产本事，其中螺纹钢产能超过100万吨。拥有总资产xx亿元，职工近16000人，在20xx年国家\_公布的全国大型工业企业中名列第267位，在中国制造业xxx强企业中名列第x2位，在中国独立企业纳税五百强排行榜（总排行）上名列第234位，中国企业效益200佳第132位。20xx年公司产铁xx万吨，产钢613万吨，产材xx万吨，实现销售收入xx亿元，利税xx亿元，利润11亿元。公司现为中国钢铁工业协会会员、河北省冶金行业协会和全国工商联冶金业商会副会长单位。

公司位于渤海明珠―唐山市丰南区，境内京哈、京秦铁路，津秦、京沈、唐津高速公司纵横交错，西距天津港68公里，东距京唐港70公里，南距曹妃甸港口50公里，具有得天独厚的区位优势。公司始终坚持“精品立企、诚信兴业”的经营理念，经过了ISO9001―20xx质量体系认证。主导产品为热轧卷板、热轧带钢、热轧带肋钢筋，规格齐全、质量可靠，产品畅销全国20多个省市，出口十几个国家和地区，深受用户喜爱，并多次被评为“全国冶金博览会产品”、“中国质量检验协会质量信得过建材产品”、“河北省优质产品”和“河北省用户满意产品”。20xx年新学期的第一周我们班踏上了前往重钢的认知实习，本次实习我们主要参观重钢集团的炼铁厂、转炉炼钢厂、型钢厂。

五、实习资料

1、炼铁厂

主要资料：炼铁就是将金属铁从含铁矿物（主要为铁的氧化物）中提炼出来的工艺过程，主要有高炉法，直接还原法，熔融还原法，等离子法。高炉炼铁是指把铁矿石和焦炭，一氧化碳，氢气等燃料及熔剂（从理论上说把活动性比铁的金属和矿石混合后高温也可炼出铁来）装入高炉中冶炼，去掉杂质而得到金属铁（生铁）。重钢炼铁厂就是应用的高炉炼铁。高炉生产是连续进行的。一代高炉（从开炉到大修停炉为一代）能连续生产几年到十几年。生产时，从炉顶（一般炉顶是由料种与料斗组成，现代化高炉是钟阀炉顶和无料钟炉顶）不断地装入铁矿石、焦炭、熔剂，从高炉下部的风口吹进热风（1000～1300摄氏度），喷入油、煤或天然气等燃料。装入高炉中的铁矿石，主要是铁和氧的化合物。在高温下，焦炭中和喷吹物中的碳及碳燃烧生成的一氧化碳将铁矿石中的氧夺取出来，得到铁，这个过程叫做还原。铁矿石经过还原反应炼出生铁，铁水从出铁口放出。铁矿石中的脉石、焦炭及喷吹物中的灰分与加入炉内的石灰石等熔剂结合生成炉渣，从出铁口和出渣口分别排出。煤气从炉顶导出，经除尘后，作为工业用煤气。现代化高炉还能够利用炉顶的高压，用导出的部分煤气发电

2、型钢厂

主要资料：了解钢铁材料的轧钢工艺过程的基本原理和设备使用情景轧钢是将炼钢厂生产的钢锭或连铸钢坯轧制成钢材的生产过程，用轧制方法生产的钢材，根据其断面形状，可大致分为型材、线材、板带、钢管、特殊钢材类。轧钢的方法，按轧制温度的不一样可分为热轧与冷轧；按轧制时轧件与轧辊的相对运动关系可分为纵轧、横轧；按轧制产品的成型特点可分为一般轧制和特殊轧制。旋压轧制、弯曲成型的都属于特殊轧制。轧制同其他加工一样，是使金属产生塑性变形，制成具有一品。不一样的是，轧钢工作是在旋转的轧辊间进行的。轧钢机为两大类，轧机主要设备或轧机主列、辅机和辅助设备。凡用以使金属在旋转的轧辊中变形的设备，通常称为主要设备。主机设备排列成的作业线称为轧钢机主机列。主机列由主电机、轧机和传动机械三部分组成。轧机按用途分类有：初轧机和开坯机，型钢轧机（大、中、小和线材），板带机，钢管轧机和其他特殊用途的轧机。轧机的开坯机和型钢轧机是以轧辊的直径标称的，板带轧机是以轧辊辊身长度标称的，钢管轧机是以能轧制的钢管的外径标称的。

六、实习总结

经过为期一周的学习参观及查阅相关资料初步了解到了钢铁冶炼的基本生产知识，包括炼铁、炼钢、轧钢的工艺设备情景，以及对炼铁、炼钢、轧钢的工艺流程有更深刻的认识。经过这次实习使我对炼铁和型钢厂有了大体的认识，进一步了解了炼铁和轧钢生产的主要工艺流程、运输和车间布置。本次生产实习是我人生的一大财富，这将对我们今后的工作产生重大的影响。本次生产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，我们感受到了工作中的气氛。经过我们的所见所闻，对掌握的理论知识进行补充与质疑。近距离的接近生产场地激起了同学们眼中好学的目光，与师傅们认真、耐心的询问、了解，丰富着同学们的知识。

经过本次的认知实习，让我了解了铁矿石是怎样样被加工成为钢材的，让我受益匪浅，也让我感受到了肩上的重任，在以后的学习生活中必须认真学习，刻苦专研，为我国的钢铁产业奉献出自我已有的力量。虽说钢铁厂都实现了现代化，可是我认为它也有不足的地方，员工在里面工作，首先要保证工作人员的健康问题，很多人上班都没带口罩，厂里粉尘较多，不然容易患职业病。我国是钢铁大国但不是钢铁强国，特种钢我们大多数都靠进口，钢铁行业还有很长的路要走，作为新时代的大学生，钢铁新的领域正等着我们去探索。工厂实习总结篇五

很荣幸成为工厂的一份子，能够加入充满活力、技术过硬的员工团队，同时也融入进这个敬业奉献、忠诚团结的群众，在此让我感到无比的骄傲与自豪！

转眼间进入贵公司已经两个月的时间。在这段时间里，让我接触到了更多的车型，了解学习到更多、更专业的汽车维修技术知识，进入工厂每一天过得都是那么的充实。在此同时让我对汽车维修技术有了全新的认识与了解；从实践之中验证理论，从工作之中总结经验，理论与实践相结合，从而才能提高自我的技术水平，让自我提高的更快！

在工作上每位员工有着认真诚恳的工作态度，在生活上都有互相关心、互相帮忙的习惯，在某些平凡的细节上做得是更加完美！在疑难故障面前，教师傅的耐心指教，同事之间的交流探讨，使我们在技术上不断得了提升！

在进后的工作道路上刻苦钻研汽车维修技术，不断提高自我的汽车维修技术水平，以精益求精、求真务实的工作作风努力工作，为公司带来更多的效益；

让我们共同携手，用真诚的服务，为客户创造价值；以不断学习创新，勇创高峰的执着，共创一流业绩；使我们的企业蓬勃发展，也使我们的事业得到更好的发展。为了完美的明天，让我们一齐共同努力吧！

工厂实习总结大全最新

**弹簧调机员工作总结6**

一共十二天的金工实习结束了，在短短的时间内那么完整的体验到当今工业界普遍所应用的方法，总的来说这次实习活动是一次有趣且必将影响今后学习和工作的重要实践经验。

“金工实习”是一门实践性的技术基础课，是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。金工实习不仅可以让我们获得机械制造的基础知识，了解机械制造的一般操作，而且还可以提高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，提高了我们的工程实践能力，培养了我们的工程素质。

金工实习是一次我们学习、锻炼的好机会。通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多………在这短短的几个星期内，大家每天都要学习一项新的技术，并在很短的实习时间里，完成从对各项工种的一无所知到制作出一件成品的过程，我们在老师们耐心细致地指导下，很顺利的完成各自的实习内容，并且基本上都达到了老师预期的实习要求，圆满地完成了实习。

在实习期间，通过学习车工、钳工的操作，我们做出了自己的工件，虽然这几个星期的金工实习是对我们的一个很大的考验，但是看到自己平生第一次在车间中做出的工件，我们都喜不自禁，感到很有成就感。在金工实习中，安全是第一位，这是每个老师给我们的第一忠告。金工实习是培养学生实践能力的有效途径，又是我们工科类大学生非常重要的也特别有意义的实习课，也是我们一次，离开课堂严谨的环境，感受到车间的气氛，亲手掌握知识的机会。

1、铸造实习第一天的金工实习是挖砂铸造成型，铸造成型就是将液态金属浇注到铸型中待金属冷却、凝固后获得铸件的生产方法。这可是个不轻松的活，要把那些特殊的砂子变成我们想要的模具，要我们好好动一动脑子的，它需要的不仅是我们的体力，更需要我们的耐心和细心，来不得半点马虎。老师讲解完一些基本操作后，让我们自己动手操作，我们从最基本的模型开始练习，在最基本的练习中我们学会铸造的基本工序和基本方法，为我们以后做更复杂的铸型打下了良好的基础。看起来挖砂铸造成型就是简单的四步：造下沙型、造上沙型、打通气孔、开箱起模与合型，但是要想做出让大家叹为观止的模具来，不通过反反复复地修整是不可能得到的。撒分型砂后，不能低头用口去吹走分型砂，以免砂尘入眼，已翻转后的上砂型应按统一规定位置放好，以免顶裂或碰坏，将模型埋入砂型时，不能用铁锤猛击，以免损坏模样，在制作木模时要考虑起模斜度、加工余量、收缩余量、分型面及浇注系统等技术要求。在实践中任何一点小错误都有可能出现残次品，造成了极大的浪费。有时候因为你的一点点修补会让你前功尽弃，懊悔不已。

2、了解机械设备第二天实习老师只是让我们熟悉一下车工、锻工、磨工，铣工等机械设备的构造、工作原理、基本操作和基本功能，等以后实习的时候再让我们实际操作。通过老师的讲解，我们熟悉了普通车刀的组成、安装与刃磨，了解了车刀的主要角度及作用，刀具切削部分材料的`性能和要求以及常用刀具材料，车削时常用的工件装夹方法、特点和应用，常用量具的种类和方法，了解了车外圆、车端面、车内孔、钻孔、车螺纹以及车槽、车断、车圆锥面、车成形面的车削方法和测量方法，了解了常用铣床、刨床、磨床的加工方法和测量方法。比如在使用磨床机床工作时，头不能太靠近砂轮，以防止切屑飞入眼睛，磨铸铁时要戴上防护眼镜，不要用手摸或测量正在切削的工件，不要用手直接清除切屑，应用刷子或专用工具清除，严禁用手去刹住转动着的砂轮及工件，开机前必须检查砂轮是否正常，有无裂痕，检查工件是否安装牢固，各手柄位置是否正确。开动铣床机床前，要检查铣床传动部件和润滑系统是否正常，各操作手柄是否正确，工件、夹具及刀具是否已夹持牢固等，检查周围有无障碍物，才可正常使用，变速、更换铣刀、装卸工件、变更进给量或测量工件时，都必须停车。更换铣刀时，要仔细检查刀具是否夹持牢固，同时注意不要被铣刀刃口割伤。铣削时，要选择合适的刀具旋转方向和工件进给方向，切削速度、切削深度、进给量选择要适当，要用铁勾或毛刷清理铁屑，不能用手拉或用嘴吹铁屑，工作加工后的毛刺应夹持在虎钳上用锉刀锉削，小心毛刺割手。铣齿轮时，必须等铣刀完全离开工件后，方可转动分度头手柄。

车工、锻工、磨工，铣工实习是切削加工技术的必要途径之一，可以培养我们的观察能力、动手能力，开拓我们的视野，使我们平时学习的理论知识和操作实践得到有效的结合。

3、钳工实习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。在钳工实习中，我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻丝、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，了解钳工在机器制造和设备维修中的地位和重要作用。我们在实习中，已经熟悉并能选用划线、锯削、锉削、钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻丝、套扣、刮削、装配与拆卸等加工工具夹具，掌握了钳工的主要基本操作，根据简单零件图可以进行锉削、锯削、钻孔、划线、攻丝、套扣的工件加工。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。钳工的实习说实话是很枯燥的而且很累，可能干一个上午却都是在反反复复着一个动作，还要有力气，还要做到位，要根据图纸的尺寸不能有太大的误差。

**弹簧调机员工作总结7**

>1、学习中成长

刚进社会从电控柜接线开始，这两年锻炼了自己的动手能力，为以后的自动化调试打下了坚实的硬件基础，再然后慢慢的从事汽车辅助行业设备的自动化调试工作，这期间培养了自己画图、阅读自动化程序的能力，从事这行的一年多为以后从事的自动化编程调试工作做好了前期铺垫，再然后开始从事环保行业水处理的项目，开始由单机调试工作转变为工程类整体的编程调试工作，说实话由以前的单机调试工作突然转变成工程项目编程调试工作，区别挺大的，刚开始确实很不惯，后来通过不断的学习了解工艺后，也慢慢喜欢上了这个工作。来到这个公司之后让我学会了怎样投标报价，也学会使用一些以前没接触过的自动化控制软件及硬件，以及一些电气理论知识、电气绘图也越发熟练，学会了以前没接触过的水处理工艺和过滤膜设备知识，懂得了怎样去维修这些膜设备，怎样去优化控制流程，由最开始单套膜调试到现在自己慢慢能独立接手整个工程项目。整个七年下来，在学习中慢慢的得到了成长。

>2、工作认真负责

不管是最开始的一线工作还是现在技术工作，都会认真负责的完成领导布置的任务，大学毕业之后，还是放低姿态，从学徒做起，最开始的接线工作基本都会超额完成自己的工作，觉得能学到东西就好，这也确实对我以后的电气维修工作起到了帮助，后来的汽车零部件检测设备的调试工作让我开始用到自己的专业知识，也学到了很多专业以外的知识，在这里的也圆满的完成了公司交给自己的工作，像江门长富铝业和安徽福斯特、安阳高晶等等几家的汽车轮毂气密性检测设备的调试工作圆满竣工，像嘉兴中粮的钢桶气密性监测设备的调试工作也圆满完成，再后来的环保行业的水处理编程调试工作，也就是目前所在公司的工作，每次的任务也都圆满完成，像蒙城两级物料膜的图纸绘制及参与调试；阜阳中式项目的纳滤和物料膜接线与调试；轿子山应急超滤参与调试；天井洼应急超滤的调试；宿迁站点的电气设计、指导安装以及编程调试；城南超滤膜调试、宿迁、，泰国ON，昌邑、青阳、昌乐等项目投标资料的准备和报价；阜阳、涡阳、蒙城、宣城，天井洼，宿迁等各站点后期新增项目及站点维修任务，所有公司交代的任务都认真负责的完成，而个人也遵循着工作认真负责，从中能尽量学习的原则。

>3、工作中的优缺点

工作中能深深的体会到自身的知识储备量的不足，有时候做事也比较爱钻牛角尖，不过觉得自身学习能力还不错，做事比较雷厉风行，工作认真负责。

**弹簧调机员工作总结8**

现负责照明事业部所有设备维护，设备保养，固有资产管理，安全教育及SMT生产工艺改善工作。具体做了如下工作：

>一、设备管理与验收

1、参与设备的性能分析，参与和监督设备的安装调试，设备性能验证、数据收集，辑写验收报告及其他验收工作。设备的验收评估主要做了以下几点：

（1）设备部件及功能验证是否与技术合同一致

（2）测试机台稳定性测试

（3）机台端系统检查

（4）已建立设备履历表，验收报告和固资清单，完成清单如下：

2、学习并掌握所管理的设备设施使用和维护技术；协调参加所管理的设备设施验收安装调试工作。

3、参与制定所管理设备设施安全操作SOP；编写了设备检查表8份和设备年度预防保养表清单8份如下：

4、制定所管理设备设施维修技术方案，提出所管理设备设施预修理计划，备品备件计划；提出所管理设备设软件（升级）计划及方案。

5、对设备故障的原因进行统计、分析，提出纠正措施，降低设备的故障率；建立设备维修质量、维修成本控制。统计表如下：

>二、安全生产的管理

确保照明安全生产，必须对有害物品及有安全隐患的物料设备进行管理，为消除隐患做了如下管理：

1、锡膏安全使用事项：

锡膏中虽不含《有机溶剂中毒预防规则》中所规制的有机溶剂，但锡膏含有多种金属成份，仍应注意避免溶融锡膏所散发气体的吸入以及锡膏沾染皮肤，若有锡膏沾染皮肤，应立即用含有乙醇的毛巾等物擦拭，再用肥皂与水冲洗干净；

2、回焊炉安全使用注意事项：

（1）回流焊炉内部含加热器会产生高温，在将回焊炉盖掀开时切勿把手放入炉腔中以防止高温造成人身伤害；

（2）将回焊炉盖关闭时，需一直按住钥匙关闭按钮直到炉盖关闭，然后再仔细检查以保证炉盖完全关闭，防止高温气体外泄影响焊接；

3、贴片机设备使用安全注意事项：

（1）SMT贴片机属于高速运转设备，在机器运转时，禁止作业人员将手或头伸入机台内，禁止上下料枪，防止造成人员伤亡事故；

（2）正常生产时，若需要伸手或头部进入机台检查时，请将机器的就近紧急保护按钮按下；然后才能进行检查动作；

（3）SMT贴片设备安全门盖上的保护连锁开关，禁止拆除或屏蔽处。

**弹簧调机员工作总结9**

从20\_\_年11月30日入司已经三个月时光，在此期间公司领导和同事在工作和生活方面给予我很多帮忙。公司客户服务中心刚上线阶段，透过日常工作学习自我对客户服务中心建设和客户服务有了更高的认知，同时用心与领导和同事进行沟通，尽快的融入了\_\_证券这个群众。

在试用期阶段自我主要负责完成以下工作：

1、由于公司客户服务中心的客户服务平台正处于开发阶段自我进入公司，利用之前的工作经验自我首先提出客户服务平台功能需求，在20\_\_年12月\_\_日和12月22日组织总部和营业部客户服务中心工作人员对客户服务平台进行测试，同时将测试结果及时反馈给金正公司工作人员，并且与金正公司工作人员进行沟通商讨对客户服务平台的功能完善，并于20\_\_年1月\_\_日完成功能完善推荐提交金正工作人员;2、负责公司客户服务中心质检管理办法修改，并且协助完成公司客户服务中心管理办法制定及公司客户服务中心规范用语修改，完善公司客户服务中心制度体系建设;3、每月定时对总部和营业部客户服务中心话务进行抽查质检，并且将话务中存在的问题进行汇总发送给各相关工作人员，并对质检问题进行沟通，同时每月提交客户服务中心质检月报，透过此项工作来提高客户服务中心服务水平;4、从20\_\_年1月客户服务中心客户服务平台坐席系统上线之后，开始接听客户咨询电话，透过在接听客户电话过程中来促进业务知识的学习，同时提高自身客户服务意识;5、每日组织客户服务中心人员的晨会，透过晨会来了解当时市场资讯，共同学习每日疑难业务知识和新业务知识，同时学习公司近期工作任务与重点;6、针对客户服务中心工作流程和标准使用语及相关工作对北京营业部相关工作人员进行培训，透过培训学习了解客户服务中心工作流程和提高服务认知;7、在总部和营业部客户服务平台坐席系统上线之后，指导营业部透过坐席系统完成新客户回访工作，并且及时解决营业部外呼人员在外呼过程中出现的问题;8、根据公司领导要求同时为了加强公司各部门业务相通，每日收市后负责搜集整理当日疑难业务，并且每周将疑难业务汇总发送总部经纪业务部各位领导和各营业部客服主管。

透过以上工作任务的完成自我发此刻很多方面仍然需要改善：

1、加强业务知识的学习，透过不断的接听客户咨询电话过程中发现对于公司很多业务知识方面自我仍然需要加强学习，从而才能提高对客户的服务水平;

2、加强团队沟通协作，加入新的群众之后，并且在公司客户服务中心建设阶段务必很好与领导和同事沟通才能保证各项工作的开展与完成，尤其根据公司客户服务中心发展目标，用心加强与各营业部客服主管的沟通;

3、对于公司客户服务中心建设阶段，就应利用自我之前的工作经验与客户服务中心运营管理的认知加强创新潜力，寻找适宜公司客户服务中心建设的方式方法。

在正式成为证券的一员之后，根据试用期发现的不足认真改善，同时用心完成公司领导分配的任务工作，对公司客户服务中心建设工作作出自我的努力。按期完成总部和各营业部客户服务中心客户服务平台坐席系统的上线工作，认真协助公司各营业部客户服务中心的上线工作，同时认真协助完成对公司客户服务中心制度建设，而且加强对自我今后负责的客户服务中心呼入组的团队建设管理，用心主动配合领导和同事开展各项工作时光过的真快，转眼间我已经在\_\_移动工作2个月了，这段时光里我抱着虚心学习的态度，学习公司的开发流程，熟悉公司的企业文化。了解公司的系统开发框架、主要技术。主动和同事沟通、学习经验。在接到项目开发任务后，努力和认真的工作，并在同事的帮忙下，如期完成了项目的开发。

试用期的工作还比较有限，简单的列了一些，期盼公司领导指出工作中的不足。

1、熟悉公司软件开发的系统框架和主要技术，主要任务是掌握C#开发语言和集成开发环境，熟悉公司软件开发的基本框架及分层开发方式。

2、熟悉劳务费的业务需求，主要任务是参与劳务费许求的分析与讨论，整理出系统的流程和基本功能模块，并设计出数据库。

3、完成劳务费系统功能的开发和测试，主要任务是开发所有web页面，包括基本设定，业务数据导入，各分区域和机型统计报表，及备件核销劳务费的计算等存储过程的编写。

4、参与电子台帐和物流系统的开发，目前主要任务是完成台帐定单部分和报关部分的开发。

在这期间，我也发现自我的很多不足，主要表此刻对公司的一些业务不够了解，关于这点我以后要加强和同事的沟通和学习，还有就是代码的组织不是很清晰，关于这点，在此刻的开发中我已经改善。

信息管理部是一个专业性较强的团队，专业水平是个人的核心竞争力，我十分荣幸能加入这个团队，我将努力的提升自我的专业水平，并扩充学习部门的相关业务知识，争取能在C#开发、ERP二次开发、OracleDBA等方面取得很大的进步。

刚走进\_\_时，恰逢公司八周年的庆典，看到一个个在平凡岗位作出贡献的同事，心理只有一种感受个性感动，他们都是在默默的奉献着自我，觉得他们真的很伟大，这反映的是一种企业文化的强大感召力，也让我对\_\_的文化也有了新的感悟和理解，我为成为一名\_\_人而感到骄傲，我将努力的工作，怀着一颗感恩的心，用更好的工作成绩为公司服务，为在\_\_实现人生的最大价值而奋斗。

**弹簧调机员工作总结10**

实习时间：xx年11月18日至xx年2月18日 实习地点：广东兆联纺织有限公司 实习内容:生产技术实践 报告编写：唐小青 前言：

不知不觉就在广东兆联有限公司已工作了三个多月，对本厂的一些基本情况也有了些了解。下面是我的实习报告，也是一个工作总结。在报告中我将对本厂所做的产品及其工艺以及成品检测方法等做详细描述，另外我还谈一谈我的个人看法与体会。 生产品种及其工艺流程： 主要工作程序是：

客户留样――化验室打样――客户确认――工厂开单投胚――前处理――染色(印花)――后整理――成品包装 我厂生产加工品种：

主要产品是具有弹力的高质量流行服饰锦纶、涤纶面料，广泛用于泳衣、内衣、婚纱礼服、运动服装、时装、鞋材、玩具等。产品立足国内，拓展海外，行销欧美、澳洲、中北美洲、东南亚及港澳台等地区。 实习目的：

毕业实习是学生在校期间的最后一次实习活动，是进行工程训练的重要实践教学环节，是理论联系实际的现场学习，是进一步的理解、消化、掌握课堂上所学习的专业基础知识的重要步骤，通过毕业实习，可以开阔眼界，了解本行业的生产现状，并要求 1. 通过实习，使学生了解相关课题的实际生产和应用情况，进而培养学生从实践中发现问题的能力，为进一步的设计工作打下基础;

2. 通过实习，使学生掌握做同类课题的实践经验; 3. 加强理论和实践的联系，学习分析和解决生产实际问题的方法，培养自学和学生获取知识的能力;

4. 通过深入生产现场，学习工人阶级的优秀品质和先进思想，提高学习的自觉性，做到德、智、体全面发展;

5. 了解同类课题的发展动态，为今后参加工作积累经验。 实习内容：篇二：纺织厂实习报告

长丰纺织成立于1993年，经多年持续发展，现成为一家集研发、生产、销售、贸易于一体的中型纺织企业。企业主要经营各种平纹、单面、双面、拉架、罗纹、卫衣、珠地等时尚针织面料，用料涵盖纯棉、涤纶、人棉、cvc、t/c、t/r、c/r、晴纶、锦纶、氨纶等，品种现已发展超过200多个。

长丰佛山工厂设在中国针织名镇―佛山张槎镇，该厂拥有先进织机近100台，高素质、经验丰富的专业员工300多人，年生产能力超过15，000吨。

长丰清远工厂――英德实益长丰纺织有限公司是长丰纺织有限公司投资兴建的集纺、织、染于一体的大型综合针织面料生产企业。占地500亩，投资大圆机500台，染缸120台，定型机18台，设计日生产能力150吨。工厂实行全程电子化管理，直接大规模生产，保证了长丰产品质量的持续稳定和价格的竞争优势。

从开始，长丰的产品陆续打进柯桥、温州、常熟、武汉、株洲、西柳、哈尔滨等国内各大布匹市场，并引发火爆的市场销售，“长丰”在当地已成为耳熟能详的针织品牌。20xx年，长丰纺织成功拓展海外市场，产品远销欧美、中东、东南亚、澳洲等20多个国家和地区。

优良的品质和良好的商业信誉使长丰纺织赢得了海内外客户的一致好评和鼎力支持。 通过多年经营开拓，至20xx年，长丰纺织拥有广州旭高总店、轻纺城店、东莞店、中山店等四个销售网点，销售覆盖珠三角，辐射全国，长丰纺织的经营格局得到了大幅度的提升，从而奠定了其在中大布市乃至华南针织业界的领跑地位。 长丰纺织倡导“客户至上，真诚关爱”，并以此作为企业的价值观，坚持走“诚信为本、诚信立业、诚信经营”路线，期望与广大客户携手共进，共创辉煌! 不论过去、现在、还是将来，“为客户创造最大价值”都是长丰人的致力追求! 大学生进行社会实践，主要是为了把自己在课堂中所学的知识运用到实际运用中去，同时加强与社会的接触，认识社会，争取学到更多课堂上学不到的东西。 对于接触社会方面，我个人的认识是，如同常说的一样，大学就是如同一座象牙塔一样。在大学学习期间，对社会的直接接触机会是非常少的，不多的接触也都是间接接触。大学中的我们对社会

的认识，就如同从象牙塔的窗户中向外窥探窗外广袤的风景一般，只能看到一个模糊的表象。大学只是一个小课堂，而社会才是一个真正的大课堂。暑期社会实践，就给我们提供了一个到大课堂进行试验的机会，给我们提供了一个与社会真正接触的平台。只有经历社会的磨砺，我们才能够在成长中 成熟、完善自我。

不知不觉中我们将要面临找工作，面对人生的抉择。找个什么样的工作应该是每个人都所关心的。而今年暑假的暑期实习对我来说是一个很好的锻炼机会。学校和社会是两个完全不同的团体，在学校我们是受到学校的保护与爱护的，而在工作中只能自己面对遇到的困难和解决遇到的问题。

**弹簧调机员工作总结11**

一、工作内容:

我在这次暑期专业实习中,所找到的是位於桃园县八德市广兴路的中郡股份有限公司.这家公司做的是水阀门,其中大大小小直径的水阀门都有,小则通过一般家庭用的英;大则有自来水场用的49英即笏阀门.然而整个制造的流程大致分作为将阀体加工,再依照不同大小的阀体进行不同孔径之钻孔,接著再组装适合其组装之配件,组装完成进而进行试压,喷漆,品检等.

这两个月来原本我所分配到的是有关於车床的工作,虽然以前在大一时曾在接触了快一学期的车床,对这一类的工作也不算陌生,不过对於车床的熟练度和精确度并不是一时间能和在工厂中已熟练的师傅相比,所以公司基於这方面的考量和出货的速度所以最後被分配较为简单容易的组装配件工作.

而我组装的工作通常是进行前一天的进度或是被分配组装不同大小的阀门,而大部份是以组装小阀门为主,太大的阀门须要两个人以上来组装较为困难,接著便是一整天下来的重复动作,到了快下班时就是清洁附近环境,且有一点跟学校工厂实习的时候一样,零件一定要归到原本的位置,第一次听到师傅这样交代时,不禁感觉,好像回到大一的时候.

二、学习:

在实习的时间内,学到了很多在工厂的基本须知,很多都是大一时就知道的;只是在真正的工厂实习时得到了印证,像是焊接时必需戴护目面具和手套,铣床的话则要戴护目镜防止铣出来的金属屑伤到眼部,还有除了在焊接以外的工作几乎也都不戴手套,防止发生戴著手套被卷入机械当中发生更严重的伤害,这些在大一时都是厂长和老师交代过的事,而多出来的安全事项是因为在做阀门时有多出一道买方指定的喷料程序,所以必须戴上防尘口罩防止吸入过量飞尘导致一些支气管的职业病.

这两个月的实习大部份在於组装零件以及品管测试方面,而以五英贾阀做为以下试范,而整个制造一开始到完成试压为止的步骤有:

阀体加工:一开始拿到的阀体仅是一个一个尚未加工的铸铁(应买方要求会有不同的材料如:黄铜,不P钢等为多),经过车床,铣床,抛光并钻孔後成为可用的阀体.

阀门加工:将阀门至於磨床加工研磨以防与阀体接触面不够平整使成品效果不佳.

组装前确定;将阀杆插入阀体确定钻孔适当使阀杆与阀体接触密合.

进行组装:

(1)将阀门放入阀体.

(2)取阀杆置入阀体并在阀体与阀门间放上华司,效果如同垫片.

(3)在两阀门中间放上一个扭力弹簧(应阀之大小而放置数目不同)

(4)在阀门上方再放上一根阀杆以防止阀门破坏.

(5)在阀体两侧阀杆的边端放上螺丝并在螺纹间挤入缺氧剂,目的在於使锁上螺丝时让螺丝与螺孔接触致密不漏气,缺氧剂目前也常以一个叫Pipe thread sealing tape的带子来代替,效果相同,只是不同於缺氧剂的地方是不需等候三十分钟就可以直接进型下一步品管测试.

(6)等候三十分钟并擦掉多於的缺氧剂後面便完成.

更多相关内容分享：

**弹簧调机员工作总结12**

作为即将毕业的制药工程专业的大四学生，我们将要离开学校、正式踏上社会，可是就凭课堂上学的东西我们是无法在这个社会立足的。为了巩固和掌握这几年所学到的知识，我们得到了一次锻炼，将课本上的理论知识运用到实际生产之中。

在我院老师的带领指导下，我们进行了为期三周的生产实习。

某某公司是一家集研发、生产、销售、外贸、服务于一体的综合型化工农药企业。主要从事农药研制开发、化工原料生产合成、农药制剂加工。公司坚持“研制一代、开发一代、生产一代、储备一代”的科研战略。结合市场需求和农药发展趋势，研发新品。通过工艺技术研究，已成功开发出原药产品十余种。原药合成区已有吡虫啉、啶虫脒、霜霉威等10多个产品及中间体合成生产线，其中霜霉威原药是目前国内最大的生产企业。我们本次实习的主要内容是对生产合成车间的一个了解，通过和车间的工人师傅的交流，我们大致对生产车间有了一定的了解。主要进行原药的合成，其工艺流程是“气泵上料调值保温抽废气脱水取样检测包装”。在这段实习期中，对于专业人员来说，我们学到的只是一点皮毛，但是任何事情都有一个过程，从简单到复杂、基本到专业，只要我们保持一颗恒心，相信我们有一天也会像专业人员那样熟练地操作各种设备或者像实验人员那样自己设计开发药品。

在为期三周的实习里，我们就像上班族一样，早上7：30开始工作，遵循公司的制度，虚心向有经验的工人师傅请教，并把在课堂上学到的东西运用到工作中。说实话，通过本次实习让我们学到了很多书本上没有的东西，它使得我们懂得观察，勇于探究，也为我们多方面去认识和了解日后的工作环境提供一个机会，它就像一种信念，促使我们发展完善。任何的理论只有和实践相结合才能发挥它的作用。所以，我们不能单纯地只依靠书本，还要到实践中去检验、创新。在某某公司的三周实习，我们获益匪浅，学到了很多书本上没有的知识。这是我们第一次真正意义上的实习，实习对于我们应届毕业生来说是一次非常重要的经历，距离社会最近的一次，是真切地感受社会的一个窗口。实习生活让我们学到了很多东西，对我们而言也非常的有意义。让我们更深的了解社会，以便毕业后能快速融入社会，它不仅让我们对制药这个行业有了更深的了解，而且还提高了我们的实践能力，真真正正地达到学以致用，拓展了自己的视野，增长了自己的见识。实习是把我们学到的理论运用到实践的一次尝试，是我们走向社会的一步。它让我们提高沟通及人际关系处理能力，提前体验上班族的生活。在实习过程中，丰富了自己的专业知识，积累了工作经验，为以后走上工作岗位打下基础，另外还找到自身的不足之处，早日完善，增强自己的社会适应能力。让我们明白到我们需要学习的还很多，使我们了解到只有让自己懂得更多才能在当今这个激烈的社会中有一席之地。

通过实践，我们发现毕业的大学生与合格的企业员工还有很大的差距。先不说技术上从理论到现实的差距，光是进行角色转变就已经相当的大了。从学校走向社会、从教室走向工作岗位、从学生变为员工，生活方式、生活环境、思考方法、思维方式都要发生很大的变化才能适应企业。我们也通过这次实习接触了社会现实，在这个社会大舞台上，我们感受到了书本上没有的东西。大学生要成才，不应只是在大学这座象牙塔里“风声，雨声，读书声，声声入耳”，而要在社会这个天地中自我锻炼、自我完善，做到“家事，国事，天下事，事事关心”，在社会大舞台中认识自我、完善自我。

通过实习，充实了我们的知识，还让我们见识到了制剂、药品的生产过程，认识了制备药物的各种设备。我们更清楚地了解了制药工程的内涵，对本专业的各个方面的知识有了一个感性的认识，对专业设备从外观上有所了解，使我们明确自己专业的范围，了解药厂厂区布局、车间布局及一些先进设备，熟悉相关原则，熟悉药品生产工艺流程、各车间物料流程，加强GMP知识和安全知识的学习，把理论和实践相结合。通过与工人、技术人员、销售人员的交流，更进一步了解自己的专业，遇到不懂得问题，及时请教工人师傅。我们在此由衷地感谢老师和公司的领导、员工们给予我们这次宝贵的实习。

经过三周的实习生活，我们发现了一些存在隐患的问题，所以提出以下几点建议：

1、有些车间的通风设施不好，使得车间内的工作环境不好，而且一些试剂挥发后产生污染，长期下去会对工人的健康产生威胁。

2、排污系统不健全，污水处理不完善，时间久了会对生活环境产生污染。

3、车间二层的板腐蚀严重，存在安全风险，发生事故。

4、员工宿舍的安全度不高，很多窗户都是开的锁不上，容易出现物品丢失。给员工造成损失。

5、增加食堂荤菜的量，好的身体是一切工作的保障。

**弹簧调机员工作总结13**

七月六日上午九点，我们班在...老师的带领下，乘车到海口附近某化工厂参观学习，同时也进行我们班本次团日活动。因为该厂厂长也曾就读我校化学系，我们都亲切的称他为学长。一开始，他大致向我们介绍了该化工厂的生产流程及销售情况。

该厂主要进行桶装水的加工处理和塑料包装袋的剪裁和印刷。

在学长的带领下，我们走向生产一线。

桶装水生产车间主要由前处理、水处理、灌装、包装、成品检验等五个车间组成。按照生产技术要求，我们将同学分为5组，每组8人，分组进行循环参观。特别是在成品检验车间，同学们见到了实验室常用的小型仪器，如电导率仪、PH计等，在与检验员的交流中同学了解到常用的酸碱指示剂等在工业生产中的实际应用。

在塑料加工处理车间。我们了解到防弹玻璃的组成和防弹原理：防弹玻璃通常包括聚碳酸酯纤维层夹在普通玻璃层之中。子弹容易击穿外表的一层玻璃，但坚固的聚碳酸酯纤维层会在它可能击穿玻璃内在的层之前停止子弹的运动。防弹玻璃通常厚达70毫米至75毫米。

该车间也是塑料袋、垃圾袋、塑料薄膜、黑色地膜、除草地膜、薄膜等产品的生产加工。通过对该车间的参观，我们也了解了日常用的塑料袋是如何做成的。

通过这次参观，充分让我们看到了化学知识在实际生产中的实用性和重要性。这不仅扩展了同学们的知识面，更使同学们坚定了学习化学的信心。

**弹簧调机员工作总结14**

本人自20xx年7月至江西航电新干项目以来，已高度的工作热情及负责的专业态度投入到机组安装调试工作中，并承担电气一次，电气二次的调试安装，在调试过程中发现励磁系统缺少模块，看图纸，然后汇报领导，联系厂家并解决问题，避免了电气设备因缺少模块导致损坏的可能，为安装调试工作节省时间，为调试工作做出贡献。

在孤山水电站1号机72小时运行时最后8小时中，突然调速器油泵控制柜报打油超时，俩台泵都停止工作，本人冷静思考把俩台泵的自动方式改为手动方式，看到油压还是打不上去，当时有点慌，发现软起故障，查看代码显示也是打油超时，发现导叶阀卡了，导叶一直在抽，然后油压也一直在下降第一时间联系厂家，联系领导，把泵的打油时间放到最大，成功完成72小时试运行。

调试过程中熟悉厂家图纸，设计院下发的图纸，仔细阅读厂家原理图为调试工作作出努力。努力学习专业知识，提高岗位技能。理论知识丰富和技术水平过硬是我们每个员工的责任。提高自身岗位技能和用极大的热情去钻研，为了能更好的本职工作。在业余时间积极查找学习相关专业知识理论，以饱满的热情全身心的投入工作当中，凭借不怕苦不怕累的韧劲，合作交流，主动请教的方式积累工作经验，能在遇到问题的时候，有多种多样的解决问题的方式。

**弹簧调机员工作总结15**

经历4个月的实习终于结束了，在xxxx公司工作的这段时间，我和公司的职工及领导都相处得非常融洽，大家对我也关心，时常给我鼓励和帮助；我工作的时候也是认真谨慎，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽说工作中我也会犯一些错误，从而受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能极大的促进我的工作热情，让我能在以后的工作中更加的谨慎和小心，提高工作效率。在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次实习虽然有酸甜苦辣，却让我在社会中学到了很多学习期间无法了解的社会经验，这对我来说是最宝贵的东西。

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果能够更好的总结和应用这些实践经验，将会使我在以后的人生道路中受益匪浅。

第一：在与别人打交道时一定要积极主动。我自己本身是个相对比较内向的人，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足和缺点。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生。起初和公司的几位同事打过招呼后就没在说什么了，下班后也是一个人玩手机，没有主动和大家进行沟通。由于和他们年龄有较大差距，怕跟他们交流不来，也因为不了解工作环境和工作流程不能很好的交流和沟通。我也认识到了自己沟通上的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。在后来的实习中慢慢的在一起时间久了，大家也就对彼此多少有些熟悉了，渐渐地能和大家一起愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作，就是的团队合作的精神。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于开始对生产的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。就比如在实习中，在我提前完成领导分配的任务后，我就常主动询问周围的员工有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

第二：工作时一定要一丝不苟，认真仔细。一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能总是出错。有时候一个失误不仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人的工作，化工生产的任何一个环节出错就会影响下面的工作，严重点就会造成很大的经济损失。老板也会批评责备甚至处罚，因此认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。为了不使自己的努力前功尽弃，我们在刚开始工作的时候一定要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，工作结束后一定要检验自己的工作结果，以确保自己所做的万无一失，时常应该反省自己最近一段时间的工作情况。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。虽然如此，也不能骄傲，不能对自己有所懈怠，还是要对自己的工作认真对待，以免造成失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，虽然多数不是很严重的错误。比如说领导交给我的生产任务，我在流程中添加固化剂时未等温度降至60℃以下就加入，导致白乳胶浓度不足。领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次是将两种原材料顺序加反，还好是两个辅助材料对产品质量影响不大，都是自己大意所造成的。这次的失误又一次给我敲醒了警钟，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

第三：在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率。公司的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。就比如我在实习的时候，第二个反应釜升温时，以前做法是升温锅炉能加满冷水重头开始烧水至沸腾，再利用蒸汽加热反应釜。改进方法是在第一个反应釜加热完毕后，加热锅炉内分多次加入冷水，保持总有足够的气压用。对加热过程进行了优化，提高了工作效率，减少了工作时间。同时我也充分使用时间差来提高自己的工作效率，使工作进程提高很多，减少近一个小时的工作时间。

第四：要有丰富而扎实的专业知识和专业技能，这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识非常熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练的掌握，这样你才算是一位合格的工作人员。在工作的时候，拥有丰富专业知识和较高业务水平的你将会发现自己在工作时左右逢源，在处理各种难题和困难都能迎刃而解。在经历了大学三年的学习后，我自信自己已掌握了一定化工专业的知识，可是到了公司实习后，我才发现自己离专业工作还有一些距离，且不说自己所学的都是些基础、皮毛，就是在应用方面，飞速发展的科技已经把很早之前的理论。

**弹簧调机员工作总结16**

时间如梭，转眼间调试过程即将结束，回望，这段轰轰烈烈的过程虽然取得了一些成果，但也经历了一段不平凡的考验和磨砺。非常感谢公司给我这个成长的平台，令我在工作中不断的学习，不段的进步，慢慢的提升自身的素质与才能，

回首，我跨进公司这段时间里，这段时间对我来说很重要，可以说是我走过人生很重要的一个阶段，使我学到了很多工作经验，这些日子里领导和同事对我的支持与关爱，令我受用别致，在此我向公司的领导以及全体同事表示最衷心的感谢，有你们的协助才能使我在工作中更加的得心应手，在工作上，围绕中心工作，严以律己，较好的完成各项工作任务。

在工作态度上，能遵章守纪、团结同事、务真求实、乐观上进，始终保持严谨认真的工作态度和一丝不苟，勤勤恳恳，任劳任怨。在生活中发扬艰苦朴素、勤俭耐劳、乐于助人，老老实实做人，勤恳做事，简朴的生活，严格要求自己。

今后努力的方向：随公司各项制度的实行，可以预料我们的工作将更加繁重，要求也更高，需掌握的知识也更高更广。为此，我将更加勤奋的工作，刻苦的学习，努力提高文化素质和各种工作技能，为公司做出应有的贡献。在这调试过程中，作为一个运营管理者，首先提高自身的整体素质，树立起开拓创新、务实高效的形象。我充分认识到自己既是一个管理者，更是一个执行者。要想管理好这项运营工作，除了熟悉业务外，首先要以身作则，这样才能保证设备安全运营。总之，这次TCN的调试，在领导的支持、帮助下，在工程技术专家、前辈的培养下，我在不同的工作岗位上取得了一定的成绩。成绩已成为过去，我面临的是来自新世纪、新技术、新问题的挑战。面对挑战，我深深地认识到自己的不足，差距很大。我必须一如既往地努力学习、勤奋工作，不断地增长知识，提高能力，为企业的发展尽自己的力量。

我自从进入本公司参加此项工作以来，一直从事一线电工工作，主要从以下几个方面来总结：

一、在工作中，坚持谦虚、踏实、勤奋的工作准则，积累了较丰富的实践经验，取得了一定的工作成绩，得到了同事、领导认可。在此期间，完成了全过程多类工业、民用项目电气工程安装、调试、系统启动运行等工作，编写了大量的调试运营表格、调试方案、系统试运行方案，对施工、安装过程中的技术管理、生产管理有了较全面、系统的了解。多年在施工一线的辛勤工作，从广度和深度上很大地拓展了自己的专业技术知识、提高了管理能力。

二、强化理论和业务学习，不断提高自身综合素质

我重视加强理论和业务学习，在工作中，坚持一边工作一边学习，不断提高自身综合素质水平。

1.认真学习相关理论和简单经验，有效快速的完成运营程序。

2.是认真学习工作业务，在学习方法上做到在重点中找重点，抓住重点，并结合自己在这些知识方面存在哪些不足之处，有针对性地进行学习，不断提高自己的办公室业务工作能力。

3.认真学习公司文件及专业技术程序文件等，结合自己工作实际，逐条应用。通过学习，进一步扎实专业知识和实际应用方法。

三、努力工作，安全生产

1、提高职工安全用电意识，增强职工责任心。

2、落实完善安全用电组织体系，健全安全管理规章制度。

3、加强班组用电安全管理，巩固安全基础。

4、确保用电者要确保自身安全和他人安全。

5、在自己平凡而普通的工作岗位上，努力做好本职工作。在具体工作中，当好领导的助手。

6.认真收集各项信息资料，全面、准确地了解和掌握各方面工作，分析工作存在的主要问题，总结工作经验。

7.及时向领导汇报，让领导尽量能全面、准确地了解和掌握最近工作的实际情况，为解决问题作出正确的理由。

8.在对外业的工作中，坚持按照工作要求，积极沟通、认真听取要求，围绕安全第一、质量第一、效益第一为中心。

四、培训学习方面

进场以来，我积极参加各种学习和培训，努力学习电工知识基本知训，供电系统知识，线路装置，照明装置，接地装置，变压器的运行和维护，电动机维修和维护，机床电气控制线路，plc控制等有关知识体系。每次学习，我都学到一些新的理论，并用来指导工作实践，运用到工作中来，对工厂的供电系统，控制系统安全运营会得到更大的收益。

五、在节能降耗方面

在节能方面，我积极运用已学的知识，为工厂的节能降耗方面提出我的见解同时做点微薄贡献。

六、实践生产方面

在生产实践方面，例如：35KV调试运行、电动机的电气故障的查找和排除实例。

1、检查引出线绝缘是否完好，电动机是否过热，查其接线是否符合铭牌规定，绕组和首、尾端电否正确；

2、测绝缘电阻及直流电阻测查绝缘是否损坏。绕组中有否断路、短路及接地等现象；

3、通电检查在上述检查后末发现问题时，可以直接通电试验，用三相调压器开始施加较低的电压，再逐渐上升到额定电压等。

利用上述检查方法，为工厂多台电机查找故障，并将其修好。及时总结各种故障现象及解决方法，并记录在案，用来指导实践，同时也提高自己的业务水平。

4、35KV开关柜内所用变有均匀放电声，查看母排及开关均无异常，对开关及母排清扫、紧固后，送电仍有放电声。经分析结论如下：检查熔断器熔断，熔断后将灭弧的石英砂金属化，使熔断器能在较小故障电流诫过载时动作，这就叫。冶金效应。金属化后的石英砂在熔断器管内有一定的电阻，石英砂成为半导体，接通电源后在熔断器管内形成两极嘶嘶放电声，更换熔断器，故障排除。

5、空气压缩机的控制装置采用的是自动调整励磁系统，从设备原理到设备本体，是非常复杂的，包括整流部分、自动控制部分、自动运算部分。保护元件采用的是先进的微机保护系统。这些高技术含量、高造价的设备，给调试增加了很大的难度。

我们不能出任何差错，否则将造成不可估量的损失。作为电气调试的主管，我的压力非常大。厂家提供的说明书远远不够，还要收集其他的相关资料。自己亲自对所有资料进行了认真的研究分析，掌握其性能、使用特点，制定现场调试需要考核的`参数，并编制相应的调试方案。

回顾这段的调试工作，我在思想上、学习上、工作上取得了新的进步，但我也认识到自己的不足之处，理论知识水平还比较低。今后，我一定认真克服缺点，刻苦学习、勤奋工作，为公司作出自己的贡献！

**弹簧调机员工作总结17**

一转眼，成为\_\_公司这个大家庭的一员已经两个月了，在领导的支持、指导以及同事们的帮忙下，使我顺利度过了从审计人员到财务人员的主角转变，在较短的时间内适应了公司的工作环境，熟悉了财务部各项工作的流程。根据岗位职责，领导分配我主要从事四方面的工作：公司现\_\_的管理工作；\_\_公司的财务工作；国资、财政月度快报和年度报表的编制工作；每季填写上交所信息披露标准化报送系统并复核等。下头总结一下这两个月的工作情景以及在工作中的收获、提高和不足。

现\_\_业务是我们公司今年新开展的业务，也是公司今年的重点工作。我在以前审计工作中虽然也曾接触过结算中心、财务公司等相类似业务，但现\_\_还是第一次接触。我在接手现\_\_工作后，经过向同事请教、网络搜索现\_\_相关资料，尽快了解了它的业务原理和操作流程，并起草了公司《现\_\_管理和操作办法》；进取与工行联络沟通，查找部分子公司账户未挂靠上公司主账户的原因，及时补签授权协议，目前23家单位顺利挂靠；同时办理了现\_\_专用账户开设的工作，基本解决了现\_\_主业务与其他业务在一个账户中核算导致现\_\_收支余核算不便的问题。此外及时做好现\_\_台账，保证每周一次以电子邮件形式发到子公司进行核对。

财务工作最基本是做账，这也是一个财务人员最基本的技能。我的工作涉及到财务浪潮软件、国资信息收集平台和财政局的经济效益快报三套软件的操作。以前在审计工作中虽然也操作过同类型软件，但那时仅仅使用查询功能，操作比较简单，此刻是真刀实枪要实际操作了，我不禁也心里没底，一怕操作失误，影响财务数据库数据的正确性；二怕操作不熟练手脚慢，影响整个部门工作进度。

但部门领导和同事给予的真挚帮忙和耐心指导，使我完全打消了这些顾虑，以较快的速度熟悉和掌握了这些软件。异常是出三季度报告过程中，在领导的有效带领下，大家齐心协力、加班加点，在要求的时间内顺利完成。经过这次的实战演练，我也清楚认识到财务部好比是个产品装配车间，财务报告就是我们的产成品，每个人虽然承担的工序不一样，但仅有每道工序都保证质量，才能保证最终成品的品质，这绝不是一个人的工作，而是整个团队合作的成果，需要财务部每个人都尽心尽力，尽职尽责。

此外，我还担任了部分工会经费审计工作，审计是我的老本行，但做工会经费审计还是第一次，我经过查阅以前经费审计档案、熟悉工会相关财务会计制、与区总工会相关领导进取联系、向工会财务请教等方式尽快融入了工作，并顺利完成区总工会对公司本级工会的经费审计工作，得到了审计小组同志的肯定。

在部门领导的支持下，我还担任部分管理工作，例如主持召开部门每周例会，协助部门领导制定部门工作计划等，使我的管理本事有了必须提高。

经过这两个月，我对财务工作有了必须的认识，体会到财务工作与以前从事的审计工作的区别。审计的基本职能是监督，重在查错纠弊；而会计的基本职能是反映，旨在客观公正真实地反映企业的经济状况和成果。因为基本职能的不一样，工作方法自然也不一样。原先工作中一般都抓大放小，小金额的问题一般都忽略不计；财务工作就不一样了，每一分钱都要算得清清楚楚，不能有分毫差错。我要求自我做到“四心”，即热心、耐心、细心和职责心。财务工作比较繁琐，需要有爱岗敬业的精神，持之以恒，不急躁，不厌烦；工作中严肃认真，一丝不苟；要抱着对自我负责、对公司负责、对股民负责的工作态度。

回顾这两个月的工作，有收获也有不足。首先，工作还不够细心，在求速度的同时还要保证高质量；其次，工作还不够大胆主动；此外，解决问题、处理问题的本事和管理本事还有待提高。财务工作和审计工作一样，需要不断学习，要学会在学中思，在思中学，努力提高自我的业务水平。

这两个月以来，公司举办了形形色色、丰富多彩的活动，使我深深感受到了公司的勃勃生机和活力，体会到了公司团结和谐的氛围，看到了公司的迅速发展的潜力，我为能成为一名\_\_公司员工感到骄傲和自豪，也期望能和\_\_一齐奋斗、一齐发展。今后我会继续以饱满的工作热情和勤恳的工作态度做好本职工作，为公司创造价值，为公司更辉煌的明天而奋斗。

**弹簧调机员工作总结18**

这次为期两周的生产见习是我们参与实践活动很重要的一部分。在陈宏斌老师的带领下，我们见习了岳阳金秋红日有限公司，长江动力机械厂和望力锁厂。可以说我恩这两周的时间没有白费，在实习中学到了我们的许多在课堂上学不到的东西，也进一步的将我们在课堂上学的理论知识，通过师傅的讲解，更深层次的运用到时间生产中去。

1.实习目的：

生产实习是机自专业知识结构中不可缺少的组成，并以独立的项目列入专业教学计划中的。其目的在于实习使学生生产的感性知识，理论，知识面;专业实习又是锻炼和培养学 生能力及素质的渠道，培养当代大学生吃苦耐劳的精神，学生接触社会、产业状况、国情的途径，由学生到社会的转变，培养担任技术工作的能力、企业管理的方法和技能;体验企业工作的内容和方法。知识，对学习后面的课程乃至以后的工 作，必要的基础。

2.实习内容：

①机械加工工艺的知识及方法

②熟悉、铸造工艺及设备的知识

③企业生产管理模式，学习先进的管理方法

④机床和数控系统的知识，是加工中心等典型的数控设备

⑤切削刀具的知识，熟悉常用刀具的结构、选择、用途等在学习方面，我们通过实习了解到了实践与理论的差异。

通过这些天的观察，我更加深刻地认识到了理论和实际并不是完全相同的，不能够把书本上的知识照搬、照抄到生产中来，这样不仅有时达不到理论效果，有时甚至会造成很大的经济损失和资源浪费。所以，在以后的学习当中，我会注意理论和实践的结合，学以致用。任何理论和知识只有与实习相结合，才能发挥出作用。

通过实习将理论与实践结合起来，其中包括各种设备的实物勘察和设备操作步骤以及注意事项。还有各工序实际上的流程。这些大都和书本上相同，通过对机械设备的之间观察，弥补了理论的不足之处，加深了对知识的记忆。

很快我们就要步入社会大课堂，面临着择业和就业的问题，这样我们就很需要在专业方面有比较深刻地认识，掌握专业上所需要的一切知识，这样在今后的工作中，我们处理起问题才能够游刃有余，不会被困难压垮，机遇只给有准备地人，只有我们不断的充实自己的头脑，才能够更有信心的\'微笑着面对挑战，让自己成为生活和事业上的强者。

虽说实习其有两星期，但是真正在实习的只有一周。一星期极短又快。不知不觉实习的日子就这样过去了。回想在这七天的日子里，有时候自己也感觉很迷茫，有时候感觉自己很高兴。我很珍惜这七天的所学到的东西，就像上个暑假在高博实习一样。尽管没有像在高博那样呆那么长的时间，尽管没有像在高博那样认真的对待过一件事情，但我满足了。七天，学到这么多的东西我已经满足了。

在这七天里，我学到了许多在课堂上学不到得东西，也懂得了很多从生活中无法获得的知识和经验。虽说，此次是在工厂车将实习，我懂得更多的应该是自己的专业知识，见习上看到得感触及生产经验。可不知道为何，自从通过和那些工人师傅交流过后，我对那些硬冷的机械设备似乎产生了某种抵触，产生了某种免疫。

看着他们不停的忙碌，每天每时都要重复着同一个动作，每一次都要忍受那高分贝的噪音……望见这一切我对我自己的前途不敢有何的多想了。看到那一切的一切，有些迷茫与他们的交流我更坚定了我以前所想的。勇敢的去面对自己所面临的挫折和失败。在失落的时候要学会反省自己。时刻告诉自己应该干什么，清楚的明了自己要去做什么。在失败和挫折面前应善于扬长避短，以此来提高自己的综合能力，在学校该全面的发展自己。虽说只有一年了，尽可能的去学更多的东西，将自己打造一个多面手……

本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧！这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益菲浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。很感谢学校给我们安排了这次实习，很感谢工厂里的师傅。虽说我在这七天里没有圆满的完成学校给我们安排的任务，但我收获了其他方面的东西，收获了自己以后的人生奋斗的方向。7天，短暂的交流足以够我用一辈子了！！！

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！