# 人才顶岗培养工作总结(优选8篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-10-09

*人才顶岗培养工作总结1实习是每一个大学毕业生务必拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进...*

**人才顶岗培养工作总结1**

实习是每一个大学毕业生务必拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位一步，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习资料，培养好工作潜力，显的尤为重要。半年里，我严格按照单位人事部下发的实习大纲，认真研读，逐一学习，在思想行动上，努力做到“想实习，会实习，实好习”，把培养工作潜力，提高自身素质作为己任，圆满的完成了本阶段实习任务。

一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。

思想是人的灵魂，是人的内在力量，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。领导十分重视大学生成长，为此特地为我们制定了“双导师实习制度”。双导师，顾名思义，就是两位导师，技术导师是教授工作技术的，而领导导师是在思想上引领大学生，为其排忧解难，指引方向的。在此优势下，我主动与领导进行了沟通，在领导的谆谆教导下，我对实习有了更深层次的理解，更明确了我的工作目标，在思想上我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

二是注重理论联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

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潜力的发展。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，与此同时，人的认识潜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此刻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，能够对实践进行指导。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。理论就应与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。透过这段时间的实习，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。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

三是热爱实习岗位，用心承担岗位职责，不断提升实习效率。

“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自己对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，用心承担岗位上的职责义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。一份劳作，一份收获，我坚信自己的努力必须会有回报，而我将会仍然继续热爱自己的工作。

20xx年2月16日，我怀着激动的情绪踏上了期盼已久的顶岗实习之路，当我坐上离开学校的的班车那一刻起，我就明白我将经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，并定会给我带来生命中无与伦比的财富。

是的，顶岗实习的生活是充满艰辛的挑战的。当我们来到实习点应对一间间小平房而不是高楼大厦时，很多人后悔为什么当初选取了顶岗实习，但是我想说，这是我所预料到的，这也是我想要的，因为我明白人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志，我也明白吃得苦中苦，方为人上认得道理，我自然还不是人上人，但是我相信在这个世界上每一个人都渴望成功，都渴望自己有限的生命能创造出无限的价值，都渴望为更多的人做出自己能做的一切，都渴望在后世看来你的生命无可比拟，我自然也比例外。我明白我的实习之路还刚刚开始，我要经历的还有很多。来到实习学校之后尽管很快的解决了食宿问题，但生活水平与师大不可同日而语，来到那里吃的第一顿饭是白菜馒头。我自然感觉这对我没有什么我很适应，我也是步行上中小学，吃粗粮长大的，这点苦还不及我儿时的十分之一。

教学当老师是我在那里生活的主旋律。在那里我学会了如何做一个受学生理解和欢迎的老师，学会了如何去关心学生，最重要的学会了作为一名教师就应具备的教学方法，养成了良好的教学习惯。我个人认为那里面主要包括学习基础，学习方法和学习习惯。要提高学生的基础，就要求教师在教学中重视双击的教学，做好教学工作计划，把夯实基础放在至关重要的位置上，向学生强调基础知识的重要性。学习方法无疑在学习中起着举足轻重的作用，一个掌握了优秀的适合自己的学习方法的人就等于掌握了开启知识与智慧之门的钥匙。因此，我们强调，国家全面发展的教学理念是绝对的真理，教师在教学中除了传授知识外，还应当注重学生德智体的全面发展，重视学生心理素质和身体素质的培养，重视思想政治教育和世界观人生观价值观以及理想教育，爱国主义教育等，唯有如此，才能培养出祖国需要的人才。

顶岗实习的生活是温馨和幸福的。那里充满着浓浓的乡情，那里的老师们对我们关心有加，他们明白我们远道而来，并且不适应那里的生活，他们经常会把他们那里最好的吃的东西拿给我们吃，还和我们一齐包饺子，偶尔遇到周末同时又是男老师值班的时候，他们经常会叫我们改善一顿。最让我喜又让我忧的是那些和我朝夕相处的学生，他们不仅仅年轻天真纯朴可爱坚韧进取，而且那幼小的心灵就会体贴人和关心人，每逢节日，我不只一次的收到他们送来的土特产外加一些蔬菜什么的，其实这是比什么都珍贵了，也许我们并不在乎这些物质的东西，有这颗心足够了，作为老师，没有什么比这更让人幸福了。他们会以心灵上的沟通让你感到幸福和欢喜。但是每到考试的时候，总有些同学让你忧心忡忡，这种感情是每一位老师感同身受的。

以上是我的实习总结，这是一段充满艰辛和收获的经历，这是一段充满幸福和快乐的旅程，这是一段充满挫折与反思的人生，这是一件我们一生用心珍藏的礼物，这是一个不老的故事，是教师和学生用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。

**人才顶岗培养工作总结2**

距离毕业的时日是越来越近了，我们这些准毕业生的心情都变得急躁了起来，从目前的社会环境来看，找一份较为合适的工作还是蛮有难度的，毕竟自己的学历也没有什么优势，不能让面试官一看到简历就觉得这个人挺厉害的，所以我只能从其它反面去弥补一下自己的空缺，例如把自己的工作技能丰富一下，提升一下自己的实战经验等等，不过这些东西在短时间内是难以取得很明显的进展的。哪怕我在最后这一学年里已经在准备各项事宜了，但是我依然早找工作的路上吃了不少苦水。

我所在的这家公司对于实习生还是比较友好的，在刚进入公司的时候也没有太多的任务，主要是跟着老员工们学习，然后掌握一些比较基础的知识，然后再慢慢地提升自己的经验，而且每天分布给我的任务不多也不难，这样的话我就有时间去了解更深的层次。就这样，我每个星期在公司里都会多学习一些新的知识并掌握一些新鲜的技能，这样的话到也渐渐地能适配自己的工作岗位了。原本我每天还只是缓缓悠悠的把自己一天的任务给完成，但是现在我不仅能提前做完自己的工作还能把第二天的工作准备齐全，所以我觉得自己的工作还是简单了不少，不过在公司里面的压力却没有减少什么，毕竟交给我们这些实习生的任务是越来越复杂了，终有一天会达到一个平衡的状态，所以我也不能太过于放松了，不然指定要被批评一顿。

实习工作改变了我的生活，让我渐渐地了解了工作并不是一份简单的任务，我们如果不投入自己的心神在其中的话，我们就无法在工作上取得较好的成绩。

**人才顶岗培养工作总结3**

一、实习目的

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们被学校安排其来\_\_\_\_\_\_光电，实习完我非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到\_\_\_\_煤矿，在这里进行我的毕业后的顶岗实习。

二、实习单位及岗位介绍

\_\_\_\_\_\_光电这是我刚刚进入社会的第一次工作是学校安排的实习，我在里面做电脑组装和物料管理，\_\_\_\_\_\_煤矿建于\_\_\_\_\_\_年，现在具有现代化管理，我在这里当电工。

三、实习内容及过程

\_\_\_\_\_\_年的7月，我离开了生活了两年的轻工学院；我被学校安排到来厦门其实习，在此期间我学到在学校和在社会的不同经历，20\_\_\_\_\_\_年2月23日，我在煤矿中我找到了自己的岗位，在机电组当一名小小的电工。在工作中我遇到很多难的问题，但是我都在老师的指导下完成，通过在实际中学习使我在学习中学会来很多在学校里没有学校到的底细啊，20\_\_\_\_\_\_年5月4日，我在写这份实习报告。回顾这将近一年的实习，有过欢笑有过泪水，酸甜苦辣尽在心头。在这一年脱离学校的锻炼中，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

四、实习总结

我怀着美好的期盼来到\_\_\_\_\_\_煤矿开始为期几个月的实习生活。每一天、每一周、每一月都能在工作中学到很多。这次实习给我最大的收获是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效地方法，我告诫自己要认真完成，对每项工作都要认真的对待，做到每一件事过程中遇到困难，一定要争取不放弃，坚持到最后。只要希望还在，胜利一定属于我。作为一名刚毕业的学生，理论是我们的优势，但是怎么样把理论结合到实践中成了我们克服的最大困难之一。而经理平时对我的不断教导让我在工作中将理论融合进去，提高了工作效率。看着那些同事忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站的正。相对于经验和技术而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟，但能否有正确的态度是因人而异的。我从来没把现在的工作当做实习，我就是认定这就是我的工作，而不是专门来学习东西的。我是在工作中学习，在学习中能更好的完成工作。现在的努力并不是为了现在的回报，而是为了未来；艰难的任务能锻炼我们的意志，新的工作能拓展我们的才能，与同事的合作能培养我们的人格，与客户的交流能训练我们的品性。人生并不是只有现在，而是有更长远的未来。总体来说我的这一次实习时成功的。我能在矿里学习到很多校园里、课堂上、课本中学不到的东西，也了解很多和动的了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。感谢学校给了我自己实习的机会，感谢矿里的实习指导教师给予我指导，感谢领导对我的关心。我相信，通过这次实习，一定会令我的人生走向新一页。

五、实习体会

出来社会大半年，已经是半个社会人了。不能再向学生那样，某些时候可以随心随意。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好的把理论应用于实践，在实践中领悟理论，更可以学习到很多书本上学习不到的、甚至比理论知识更实用的业务知识。而且，这些实习经验，无疑是我们毕业后就业的一大筹码，我们与其他大专生相比，就赢在了起点上！作为一个成年人，作为一个社会职业人，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。经历了2份不同的工作，我渐渐的认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

**人才顶岗培养工作总结4**

作为一名即将毕业的大学生，我实习的目的很明确，就是获取工作经验，将理论与实际工作相结合，所以第一天我就下定决心要好好干。走进公司的那一时刻，我就感受到那种很强烈的工作氛围，无论是从墙上张贴的图片和标语以及各种报表和数据，都给我很大的新意，我想这也许就是我想要的生活，一种不断挑战自我，实现自我的工作。

由于刚刚从学校来到公司，作为一名新人，尽快熟悉岗位职责和业务流程是十分必要的，在这里我感受到自己的不足。因为学校学的是书本的知识，只是停留在理论上，但在平时的工作中，理论有时候是用不上的，所以处理好这样的转变是关键。

经过xx天的实习，渐渐的我对公司运输生产的整个操作流程有了一个较完整的了解，尽管岗位职能与所学专业仍有较大的差距。通过实习，我拓宽了自己的知识面，现把体会总结如下：

此次毕业实习，我领悟了“理论与实践的结合才是硬道理”，掌握了运用所学知识解决处理实际问题的方法和技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径，积累了处理有关人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性。实习中也暴露出自己的很多缺点和不足，我想这对我以后的工作和发展都是有较大限制的。人们常说，大学是个象牙塔。确实，学校与职场、学习与工作、学生与员工之间存在着巨大的差异。从校园走向社会，在这个转换的过程中，人的观点、行为方式、心理等方面都要做适当的调整。所以，不要老抱怨公司不愿招聘应届毕业生，有时候也得找找自己身上的问题。而这次实习带给了我这样一个机会，让我接触到真实的职场，有了实习的经验，以后毕业工作时就能够更快、更好地融入新的环境，完成学生向职场人士的转变。

在实习的那段时间，也让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。

实习工作已经划上了句号，但留在心中的回忆与感受却是久久难以忘怀的。在这xx天中，我紧张过，努力过，开心过，醒悟过，自信过。这些从未有过的经历让我进步，成长了许多，学到了一些在学校未曾学过的东西。接下来需要做的就是调整心态，踏实勤奋地进入到自己的下一个主角，做好自己的阶段规划，树立远大的理想，并为之努力奋斗。

对于人生中初试职场的经历——实习，每个大学生有太多辛酸体味，也许在某年以后你会为今日的风采而骄傲，但那段殷实的日子总让你回味些什么，试图写下点什么。

**人才顶岗培养工作总结5**

首先，我克服了以前那种胆怯、羞涩的心理，能够在众人面前表现自信的一面，并且敢于向指导老师和科任老师讨教，甚至共同探讨和交流。其次，提高了自身的语言表达能力，给自己走上教师岗位打下了基础。在整个教学过程中，通过备课、讲课、课后反思等，加大对语言文字的加工和组织，对于不善言语的我帮助很大。再次，学会了处理教与学的关系，以及老师与学生的关系，并从中掌握了一些技巧和方法，形成了一种出具自我特色的教学模式。最后，主要是对于怎样成为一名教师，以及怎样去教书育人有了初步的认识，为走入社会作了坚实的准备。

作为一名教师，我觉得最重要的是怎样教书育人。如果说课堂教学主要是处理教与学的关系，那么班主任工作就是实现育人的重要途径。

关于班主任工作，我本来懂的就不多，但是经过这段时间的磨练和学习，也已经学会了许多。而且在这短短的实习期间，我深刻明白了班主任在班集体中得重要性和必要性，同时也深切体会了班主任工作的艰巨性。

班主任工作，我接下的时候实习时间已经过去了一个月，所以我的班主任工作其实也只有两个月那么短暂。每天，都要早起，至少六点半就要起来，七点必须到教室。当我第一次早晨进入教室的时候，班上的学生说，“老师你怎么来的这么早？”，当时心里也挺美的。大约九点四十的时候，也要到班上看看，这时候可以和学生倾心交流，同时也可以督促教室卫生，监督学生活动以避免斗殴等不良事件发生。可以说，班上的一切大小事务，都是班主任的事，所以说，班主任工作是份苦差事，但却很能磨练人。也正是在这短短的实习期间，让我提前享到了教学和班主任工作，丰富了我的人生阅历。

在资溪一中实习的以来，实习工作虽然存在诸多问题，但是在驻点老师——曾峰海以及资溪一中的领导和老师们的认真指导下，我们克服了重重困难。可以说，因为学校领导、老师和学生的的热心，坚定和充实了我这次的实习生活。坚持吃苦耐劳、工作认真踏实、热爱教育事业，是我们师大学生给资溪人民最好的馈赠。

**人才顶岗培养工作总结6**

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

其次，我介绍一下我实习所做的工作。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。

1、自主学习

工作后不再象在学校里学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。

2、积极进取的工作态度

在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

3、团队精神

工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

4、基本礼仪

步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。

5、为人处事

作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。最后，我至少还有以下问题需要解决。

1、缺乏工作经验

因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。

2、工作态度仍不够积极

在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。

3、工作时仍需追求完美

在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。

4、学术上不够钻研

这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是硕士研究生，需要作一些技术的研究工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。李广成总裁，也是我的导师，在百忙之中都会抽出时间作研究工作并指导我的学习，我的时间比他充裕的多，也应该可以多关注科研技术的进展。

我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程而努力。

以上是我对已经过去实习工作的总结，总结是为了寻找差距、修订目标，是为了今后更好的`提高。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

**人才顶岗培养工作总结7**

创新求实 科学发展

全面提升高职高专人才培养工作水平 ——在高职高专人才培养工作评估会上的主题汇报

20\_年10月

尊敬的各位专家、各位领导，老师们、同学们：

在这收获的深秋季节，我们非常高兴地迎来了教育厅高职高专人才培养评估专家组一行对学院人才培养工作进行评估和指导，这对学院未来教学改革和发展具有重要意义。在此，请允许我代表学院全体师生员工，对各位领导和专家莅临学院检查指导工作表示热烈欢迎和衷心感谢！

下面，我就学院基本情况和人才培养工作向各位领导、专家做简要汇报。我的汇报分四个部分：

一、历史与现状

**人才顶岗培养工作总结8**

xx年x月x日至xx年x月x日我在浙江省宁波科飞光电股份有限公司进行了实习。通过实习，我在文秘领域获得了实际的工作经验，巩固并检验了自己几年文秘专科学习的知识水平。

>一、实习目的

实习工作是大学学习生活的最后一项课目，也是大学生将理论与实践相结合的过程。当我们即将离开象牙塔的时候，就要时刻做好面对社会面对自己工作岗位的准备。到企业实习并亲身经历一些文秘实务、学习一些工作经验，不仅可以弥补知识的不足，还可以增加一些新知识。抱着这一心态我来到了浙江省宁波科飞光电股份有限公司

>二、实习时间

xx年x月x日至xx年x月x日

>三、实习单位及岗位介绍

地点：浙江省宁波市

公司单位名称：浙江省宁波科飞光电股份有限公司

岗位：质检文员

工作内容：主要负责做产品质量抽查检验和内部尺寸、性能的管控，其次负责产品样本编程、制作电子档案、填写相应的报表、作产品的出货报告等等工作。

>四、实习内容及过程

我们大学生已走过的人生旅途大都是在学校中度过的，因而目前对外界的了解只能是很肤浅的。但是我们显然不应该等到走出校门后再去深入地了解社会。如果我们带着僵硬的书本知识走向社会，必定四处碰壁，耽搁我们大好的青春年华。众所周知，对于只有理论知识的我们，对于对工厂具体实践过程一无所知或者所知甚微的我们来说，实习是多么的重要啊。同时对于我们立志于做一番事业，为我们的国家和民族贡献力量的热血青年来说，大学期间进工厂实习以及接触社会也是非常必要的。只有我们对实际的东西有较为深刻的了解，才能更有意识地在大学期间多学一些对社会有用的东西，从而我们走出社会后才能更快地适应社会，更好地为人民服务。在者当今的社会现实是残酷的，只要知识，没有经验或者经历;只有理性的认识，没有感性的认识;只会书本上的纸上谈兵，没有实践的亲身经历，必将为社会所淘汰，因此，对于已经拥有充分理论知识的来说，实习无疑是为我们将来获得一份理想工作的法宝。一切事物只有亲身经历了，只有亲身尝试了，我们对它的认识才会更加的深刻，更加的深入。因此，从以上几个方面我们可以得出把理论用于实践的实习是非常的必要的。

为了今后实际工作的需要，为了接触广阔的社会，丰富我们的知识和阅历。进工厂实习是一个很好的办法，为此我们进行相关的实习。这次实习的主要目的是使我对与专业密切相关的手机触摸屏的制造有进一步的了解。

我所在的实习单位是宁波科飞光电股份有限公司。它位于宁波慈溪市天元大道688号329国道边上，交通便利，气候宜人，电力充足。公司占地面积 30亩，5000平方米的工作车间，压力容器制造所需要的成型设备、起重设备、焊接设备、检测设备、加工设备及工装、仪器、检验与试验装置共70台(套)。主要有以下重要步骤和生产过程

1：首先公司从进料开始，开料主要做出基本粗加工，做出基本手机触摸屏的大致尺寸

2：其次就是比较精准的细加工和比较重要的加工工艺步骤CNC车间的精准手机触摸屏定型

3：第三就是抛光和钢化(进行玻璃屏幕硬化和打磨平厚度)

4：第四就是玻璃屏超声波清洗(洗去污垢和手印)

5：第五就是无尘车间里面的丝印和检包了，而我们做质检的，分布在各个不同的车间里面，恰好我就在丝印里面

开始实习的第一天我们就学习了工业安全这个项目，看到那么多真实的工业安全事故让我们对接下来近一个月的噩梦简直不敢想象，如果真的不幸在这里实习的时候出点什么事故或者真的就象影片里的一样就那样英年早逝的话，那不是我们大家都为此捏了一把汗。虽然实习中是会有一点危险，毕竟我们接触的都是那些多多少少有些危险性的机器，在高转速高压力的情况下稍微一不小心就会出现危险事故的，然而只要我们按照操作规范以及老师的指导来做的话是不会出现以外的听完老师的介绍我们总算可以稍微放心一点，第一天就在这样的忐忑夹杂兴奋的情绪中过去了

由于我所的实习工种是玻璃丝印质量检测员，所以实习的第二天工厂对我们进行了半天的培训，强调了质检注意事项。比如要求我们再次熟悉有关器械法规、标准;以及与公司的质量相关的方针和质量目标，要求我们严格执行有关产品质量检验的各项规章制度。与此同时老师还要求我们熟悉检测仪器制造、检验流程，能编制各类质量检验文件，确保其正确性、真实性和完整性;下午，终于由工人师傅带领着我们开始了对玻璃丝印的质检。

最后我们还用两天时间对整个质检过程做了全面的回顾。把整个过程联系起来质检。从孤立的检测到最后一条线的检测。使我们对整个过程又有了一次重新的认识。此外，在了解、熟悉和掌握质检员所应有的能力之外。此次实习还让我熟悉了一定的与工程基础知识和操作技能培养的相关的知识。这样不仅提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力，还提高了我们的兴趣。这次实习，它还让我们明白做事要认真小心细致，不得有半点马虎。同时也培养了我们坚强不屈的本质，不到最后一秒决不放弃的毅力!第五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。最后在整个实习过程中，老师对我们的纪律要求非常严格，制订了学生实习守则，同时加强清理机床场地、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。

当然实习除了收获了知识，开拓了眼界之外，也还是有些许遗憾的：比如因为实习时间有限，有些实习工种我们没有机会接触。比如我本人对那个化学容器的加工制造就非常感兴趣啦，可惜没有机会去实习，所以一直很遗憾。

整个实习虽然只有短短的几个月，但它对我今后的发展是非常重要的。此次实习磨练了我的意志;锻炼了我的毅力。不仅使我在专业方面有了更刻的感性认识，而且还使我获得了专业以外的许多知识。比如熟悉了许多相关的国家特种设备容器的制造标准等。以前在书本上学习的内容总是总是孤立的。从来就没有把它联系到工厂当中去。其实任何一个容器都只是工厂的一部分。它的好坏，它的波动都会对整个工厂起着至关重要的作用。此次实习使一直用孤立的眼光去看问题的我，到现在会用联系发展的眼光去看问题的我。其间，真的是收获无比、感受颇深。在公司的一个月时间里，我脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，我还学习到了不少为人处是的方法。

>五、实习总结

通过实习，我对文秘专业知识和文秘工作人员的日常工作有了进一步的理解和掌握，尤其是文秘实务方面。

现就将尽一年以来工作情况进行如下总结：

1.以踏实的工作态度，适应品质部门办公室工作特点

品质部门是公司一个重要枢纽部门，对公司内外的许多工作进行协调、沟通，做到上情下达，这就决定了品质部门工作繁杂的特点。每天除了本职工作外，还经常有计划之外的事情需要临时处理，而且通常比较紧急，让我不得不放心手头的工作先去解决，因此这些临时性的事务占用了很多工作时间，经常是忙忙碌碌的一天下来，原本计划要完成的却没有做。但手头的工作也不能耽误，今天欠了帐，明天还会有其他工作要去处理，因此，我经常利用休息时间来进行补课，把一些文字工作(产品报告)带回家去写。

品质部门人手相对于其他部门来说人手比较少，部门员工团结协作。在这一年里，遇到各类会议，我都积极配合做好会务工作，与部门同事心往一处想，劲往一处使，不会计较干得多，干得少，只希望把活动圆满完成。

今年是公司的效益年，而品质部门就是个服务性质的部门，我认真做好各项服务工作，以保障工作的正常开展。部门之间遇到其他同事来抽查产品质量和调阅相关电子文件，我都回在最快时间内办妥;公司客户方遇到相关问题来咨询或者要求帮助，我都会第一时间解答和解决。以一颗真诚的心去为大家服务。

2.尽心尽责，做好本职工作

一年来，我主要完成了以下工作：

1)、文书工作严要求

产品报告归档及时。相关文件的流转、阅办严格按照公司规章制度要求，保证各类文件拟办、传阅的时效性，并及时将上级文件精神传达至各基层部门，确保政令畅通。待文件阅办完毕后，负责文件的归档、保管以及查阅;下发文件无差错。做公司生产部门的发文工作，负责文件的打印、修改、附件扫描、电子档案的保存，同时协助各部门发文的核稿。公司产品文件发文量较大，有时一天有多个文件要下发其他各生产部门，我都是仔细去逐一核对原稿，以确保发文质量，同时负责办公室发文的拟稿，以及产品品质相关会议通知的拟写;编写办公会议材料，整理会议记录。办公会议结束后，及时整理会议记录，待老总修改后，送至各部门轮阅。

2)、企业文化活动积极参与

一年来积极参与了司庆拓展训练、比学习竞赛活动等多项活动的策划和组织工作，为公司企业文化建设，凝聚力工程出了一份力。

一年来，无论在思想认识上还是工作能力上都有了较大的进步，但差距和不足还是存在的：比如工作总体思路不清晰，还处于事情来一桩处理一桩的简单应付完成状态，对自己的工作还不够钻，脑子动得不多，没有想在前，做在先;工作热情和主动性还不够，有些事情领导交代过后，没有积极主动地去投入太多的精力，办事有些惰性，直到领导催了才开始动手，造成了工作上的被动。20xx年已经到来了，新的一年有新的气象，面对新的任务新的压力，我也应该以新的面貌、更加积极主动的态度去迎接新的挑战，在岗位上发挥更大的作用，取得更大的进步。

>六、结语与体会

我原本是一个挺内向的人，不是很善于和别人交流沟通，总是在沉默中独来独往，这种生活习惯也许在学校中不会产生太多的负面影响，但是在公司中，各种工作需要大家团结协作来完成，任何人单打独斗都很难把工作做好，这使我初到单位很不适应这种整体化、系统化的工作环境，所以一开始我的工作做的很差，这使我充分认识到交流沟通的重要性，交流和沟通是解决困难、创造机遇的有效途径，也许我已经习惯了一个人独来独往的生活方式，用更多的自我思考代替相互交流，但是现代社会要求我们每个人要学会相互交流和深入沟通，交流沟通是一种智慧，是一种为人处事的生活方式，我会慢慢改变自己，让自己拥有交流的智慧，养成一种为人处事的良好生活方式，这一切不仅是个人发展的需要，也是时代和社会发展的趋势。

这一次实习，给了我很深的体会：

1.打好基础非常重要;因为基础知识是工作的前提。

2.实际工作与书本知识是有一定距离的，需要在工作中不断地学习。即使毕业后所从事的工作与所学的专业对应，仍会在工作中碰到许多专业知识中没有

的新知识，所以要想胜任工作，必须边工作边学习，通过不断的学习获取更多新的知识。

3.要有拼搏的精神。人生的道路有起有伏，犹如运动比赛，有开心，有失意，要经得起考验，需要不断的拼搏。

4.纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手,茫然不知所措,这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到学无止境的含义。

实习的日子我们收获了大学的课堂里没有的许多东西，学到了为人处世的许多道理与方法，学会了怎样学习，也学会了把一根警醒自己的惰性、使自己始终保持自强不息良好心态. 我觉得收获真是非常的大。可能使我从家两点一式的生活所致，还有我对社会的渴望了解。课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢?经过这次实习，让我学到的是我一个学期在学校难以了解的。就比如怎样与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。

最后我感谢学校给我这次实习的机会。也要感谢相关老师和师傅对我的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。通过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行的真正含义----从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去躬行实践。

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！