# 最新阶段性实践工作总结(十二篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2025-05-14

*阶段性实践工作总结一20xx年7月至今这几个月期间，我在xx集团实习。公司规模很大我们做预算仅仅是公司的一部分。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务...*

**阶段性实践工作总结一**

20xx年7月至今这几个月期间，我在xx集团实习。公司规模很大我们做预算仅仅是公司的一部分。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，绝不草率敷衍了事。对自己，对工作，对学校的声誉负责。成为一名能为社会做出贡献的热血青年，我们的肩上开始扛着责任。我在实习过程中有不少的收获,实习结束后有必要好好总结一下。在工程部领导的教育和培养下，在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。在实习期间，我时刻严格要求自己，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。使自己得到更多的锻炼。

实习中我主要做了看图纸、熟悉规范·定额，做简单的造价，预算，等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。

首先我简单的汇报一下，刚进公司我对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，以及标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的专业知识还是不够用，还要继续充实自己。让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，因为我们公司还有我们学校的学姐学长，所以有不懂得地方我们问的也比较方便。然而我们要养成自学的习惯，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

之后我也下工地进行了实践，在书本上学过的理论知识，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，等到真正做出一套大楼的造价时，才会体会到难度有多大；也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的`欠缺和知识的匮乏。在公司我们每个人都有自己的电脑，我们就用广联达画图，提量，以

及各个工程的进度，我们虽然不是十分掌握这些知识技能，但是每个人都勤学好问，这不光是我们自己得到了锻炼也得到了领导的认可，这让我们也很欣慰。这次实习对我来说是受益匪浅的.我就快毕业走向社会了,相信这次实习对我日后正式参加工作有非常大的帮助。

通过这几个月的实习，我验证和巩固充实所学的理论知识，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。培养了独立进行资料收集和解决问题的能力，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，充分展示自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努力。这次实习，也是毕业实习，是即将毕业步入工作岗位前一次重要的实践活动，我们每一名大三的学生都认识到了这次实训的重要性。所以，每个人都为此做了很多准备工作。我也是如此，从大二的时候我就为此做准备了，希望毕业后能找份好的工作，希望自己能胜任自己的岗位。也是这个原因，我在整个实习期间都很努力。无论是在公司办公室期间，还是在家闲余时间，我都用自己的勤奋、好学、以及认真的态度证实了我之前的承诺，我不怕吃苦，不怕困难，勇于去尝试，乐于从挑战中学习经验，所以，我对我的实习还是比较满意的。现在，我将这一段时间所学的东西做部分的总结，希望可以得到老师的认可。更希望老师能悉心

教导，指出我的不足，我将虚心接受批评，并在之后的工作学习中努力改正，不断提高自己作为一名造价人员的素质！为自己走创业之路做好充分的准备。

**阶段性实践工作总结二**

为了完成理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、实践能力，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便把学生培养成为能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才，从20xx年9月份开始，汽车专业部教师带领学生在我校博友汽修厂展开了为期近半年的实习工作，现将实习情况及效果汇报如下：

阶段实习是学校教学的一个重要组成部分，学生社会实践虽然安排在一个完整的学期进行，但并不具有绝对独立的意义。它的一个重要功能，在于运用教学成果，检验学习效果。就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

1、培养学生的实际动手能力，而这种实际能力的培养单靠课堂教学是远远不够的，尤其是汽车维修这门实践性很强的学科，必须从课堂走向工厂。近几年来，我校在教学实习单位的安排上侧重于对口实习工厂，目的就在于让学生通过亲身实践，了解实际的操作过程，熟悉工厂管理的`基本环节，实际体会一个对汽修工人的基本素质的要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

2、预演和准备就业工作。通过实习，让学生找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理转型期。

实习学生具有双重角色。他们既是学校派出的学生，又是实习单位的工作人员。鉴于此，我们对学生提出了三个方面的要求：

1、以正式工作人员的身份进行实习。要求学生不因实习生身份而放松自己，要严格遵守实习单位的有关规章、制度和纪律，积极争取和努力完成领导交办的各项任务，从小事做起，向有经验的同志虚心求教，尽快适应环境，不断寻找自身差距，拓展知识面，培养实际工作能力。

2、以“旁观者”的身份实习。在实习过程中，学生往往被安排在某一具体的岗位，工作可能很琐碎。我们要求学生自觉服从实习单位的安排，与此同时，也要把眼光放高远，从工厂工作的全局出发，了解企业运行的基本规律、工人的基本心态、企业管理的原则等，这种观察和训练能够使学生在更广的层面熟悉工厂，增强适应能力。

3、以“研究者”的身份实习。要求学生在实习前通过“双向选择”（指定、自定）方式确定一些课题，积极探索理论与实践相结合的途径，利用实习机会深入工厂，了解汽修行业的新技术，熟悉操作流程，关注最新行业动态，为最终走向企业奠定坚实的基础。

4、安全第一，服从管理。在实习过程中，要求学生始终坚持安全第一的理念，绝对遵守工厂的规章制度，服从实习老师的统一管理。

本学期的实习工作，得到了学校领导的极大关注和重点支持，为此汽车专业部多次召开会议，制订了完善的实习方案，并且明确提出学生的实习工作教师包干到户，每位专业教师负责一个项目，争取使学生得到最全面、最细致的的指导。

分工如下： 总负责：赵俊山主任

汽车发动机维修检测— 石磊老师负责 汽车车身喷涂—李克义老师负责

汽车底盘维修检测—刘勇老师负责

汽车车身整形—杨德义老师负责

1、达到专业教学的预期目的。在三个月的顶岗实习之后，学生普遍感到不仅实际工作能力有所提高，更重要的是通过对理论知识与实践经验相结合后，进一步激发了大家对专业知识的兴趣，并能够结合生产实际，在专业领域内进行更深入的学习。

2、教学实习促进了学生自身的发展。实习活动使学生初步接触社会，培养了他们的环境适应能力及发现问题、分析问题、解决问题的实际工作能力，为他们今后的发展打下了良好的基础。

3、教学实习配合了所在单位的工作。参加实习的学生在实习基地积极工作，从小事做起，真正将自己当作企业的一名员工来看待，成为一支富有朝气与活力的年轻队伍，实习学生的精神风貌及工作能力受到了实习单位领导的普遍好评。

实践证明，教学实习适应本专业特点，符合教学规律与学生心理预期。它作为汽修专业教学体系的一个重要环节，无论对学生成才还是对教学改革，都有极大的促进作用。

无论是三四十年代的老前辈还是第五代电影艺术家们的作品，都以贴近生活、贴近百姓赢得观众的认同和赞同，这是中国电影的一个优良传统，而且目前也急需我们继承。艺术来源于生活，贴近生活首先要体验生活。中国的农业人口比例大，农村生活实质上就是中国大部分普通人的生活，关注普通人的生活，关注普通人的情感，本身就是提高我们艺术修养和对社会生活观察能力最好的途径。我想学校和系里组织这次社会实践的主要目的也在于此，以为我们将来的艺术创作积累素材，也为我们将来立足社会、发展自身积累一笔重要的资本。

这次实践活动安排在北京郊区的农村本身也具有实在意义，我校学生大多生活在城市，习惯于都市生活的我们都需要一次考验自己意志和生活能力的机会，这段不算短的农村生活的确考验了我们，更重要的是也磨练了我们，使我们更坚强，更成熟了。即使将来再遇到什么生活中的磨难，相信从黑山寨回来的我们也能自信的面对它。

**阶段性实践工作总结三**

实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。从一开始的笨拙无措一步步到可以很从容的讲出自己的想法，这次实习不但丰富了我建筑专业的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，也认识到，要想做好这方面的工作单靠这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验，更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友，他们给予我不少的帮助，俗语说：纸上得来终觉浅，没有把理论用于实践是学得不深刻的，当今大学教育是以理论为主，能有机会去实习，对我来说是受益匪浅的，还有一年我就要走向社会了，相信这次实习对我今后参加工作一定会有帮助。

工程管理专业的我们，希望在学校能有多次参与社会的实践机会，把理论结合实践，我们不仅要在学校学习普通的建筑平面、立面、剖面图的\'识读，还要学习些以后步入社会实际需要的东西，如cad，预决算软件等等。

1.熟悉有关设计图纸，学习施工企业编制的施工组织设计或施工方案以及施工管理文件，掌握其实际实施情况。

2.参加主要工程如基础工程、钢筋工程、模版工程、混凝土工程施工过程中的实际工作，掌握其施工方法。下面对各项内容作简要的总结：

一：钢筋工程各种钢筋在运进场地之前要验收，要有质保单，并要求作力学性能试验和焊接试验，合格后才能启用。各种钢筋加工机器如钢筋冷拉机、调直机、切断机、弯曲机、电弧焊机、电渣压力焊机等都必须运到工地上。钢筋制作之前必须通过施工图纸得出钢筋加工表，以便以后进行钢筋的各种加工。我们首先看熟施工图纸，结合《建筑施工》课中的理论知识，了解钢筋的下料。改用直径为多大的钢筋，在什么地方截断等等。钢筋切断时，应根据钢号、直径、长度和数量长短搭配，先断长料后断短料，尽量减少和缩短钢筋短头，以节约钢材。

二：模版工程本工程模板采用木模，木模应保证下料尺寸准确、拼缝严密，保证砼不漏浆。木模底部加固可采用在埋木条的方法，底部挡木用铁钉固定，采用此方法简单可靠，容易保证砼不跑模。 模板安装时，要保证其平整度和垂直度，模板支撑系统必须有足够的稳定性。模版的支撑采用钢管支撑。砼浇筑前24小时应对模板淋水，并用海绵条及三夹板堵缝，以免漏浆。 模板的拆除应严格按规范要求，并在砼施工时，留置试块，标准养护，作为拆模的依据。砼若未达到强度要求，不得提前拆模。

三：混凝土工程在钢筋工程和模板工程做完之后就是混凝土工程了。混凝土质量的好坏，既对结构物的安全，也对结构物的造价有很大影响，因此在施工中我们必须对混凝土的施工质量有足够的重视。通过计算算出混凝土的水灰比，及各种成分的配比关系。混凝土质量控制包含两个基本内容：

1.使混凝土达到设计要求的质量标准。

2.在满足设计要求的质量指标前提下尽量降低成本，这两条要求实际上是尽量降低泥凝土的标准差。可以说，混凝土质量控制实质上是标准差的控制。实际上控制标准差应从以下几个方面人手。

(1)设计合理的混凝土配合比。

(2)正确按设计配合比施工

(3)加强原材料管理，混凝土材料的变异将影响混凝土强度。

(4)进行混凝土强度的测定，我们以28天强度为准，

为施工简便和质量保证，我们一般做7天试块等，以对混凝土强度尽量根据其龄期测定其发展，以明确确定其质量。混凝土制作出来的同时就开始做混凝土试块，养护28天送到相关单位进行试验，以测定按计算出来的配比生产的混凝土是否合格。混凝土浇筑后要在初凝前振捣，用插入式振动棒，振捣时要快插慢拔，插点要均匀，不得有漏点。每一插点的振捣时间待混凝土表面返出浆，不在显著下沉，不在出现气泡来终止此次振捣。

混凝土浇筑时尽可能的连续浇筑。振捣过程中，不可随意挪动钢筋，要经常检查钢筋保护层厚度及预埋件的牢固程度和位置的准确性。

在这短暂而紧张的这段时间，生活、工作上我们严格要求自己，虚心向技术员和各位技术工人请教，认真完成技术员交给我们的任务，积极参与各项工作及会议。也是在这段时间里，我充分认识到了我们在学校学到的不过是理论，与实际相差还有相当大的距离，让我明白了不能盲目地只看书本，要结合实际地工作来学习，否则的话那么就不会真正地学到东西。课堂上学习最基本的理论知识，但是我们更需要了解现场施工的发展现状，积累更多的实践经验，不断完善和充实自己。而这次的生产实习课程就给我们提供了一次最好的机会，我们可以把所学进行实践，进一步巩固所学的理论知识，并培养综合运在学习过程中，成功的知识运用到实践中去，懂得了在工作中要讲求实际效率，与别人要协调配合的工作态度，使自己真正参与其中，发展和提高了自己的工作和交际能力，这将为我们以后从事建筑工程专业的技术工作和管理工作打下基础。

施工现场的管理远不像我们课本上学得那么简单，它不仅要求管理者具备全面的专业知识，保证工程的质量。同时还应具备解决突发问题的能力，以保证工程的进度。例外，在进入工地前，我们接受了安全教育，并在实习过程中，树立了自我保护和安全防范意识。

**阶段性实践工作总结四**

受文山麻栗坡金玮矿产公司委托，昆明理工大学承担了该公司坝子选矿厂选矿技术攻关工作。技术攻关的目的是提高该选矿厂的选矿技术指标，要求精矿品位大于45%，回收率达到75%。本次工业试验的阶段性攻关工作自20xx年xx月开始，至20xx年xx月xx日，在本阶段开展的主要工作有：1、确定攻关工作开始的时间，签订技术合同；2、研究当时的生产现状，并制定攻关工作生产现场的工作参数和生产流程；3、试验室小型验证试验研究；4、现场流程调整和设备调试；5、工业技术攻关和工业化生产试验研究。

本次技术攻关是在紫金西南公司和麻栗坡紫金钨业集团的直接领导下，由昆明理工大学负责选矿技术，选矿厂负责生产组织实施。在攻关过程中，全体人员工作认真、踏实，本着科学、实事求是的态度，开展科学研究工作。现将本次攻关工作进行阶段性总结，汇报如下。

1、生产现状中存在的主要问题

（1）磨矿细度。

选矿厂目前采用一段闭路磨矿流程。磨矿细度达不到设计要求。

根据矿石性质和实验室小型试验研究结果，选矿工艺流程要求的磨矿细度为-200目占80%左右，原设计为一段开路棒磨——二段闭路球磨的磨矿流程，设计日处理能力20xx吨。后被更改为一段闭路

球磨，日处理能力增加到2600吨左右。致使磨矿细度达不到设计要求，目前仅为60%左右-200目。

（2）药剂制度。

通过观察发现，加温浮选时药剂用量很大，达到每处理一吨粗精矿水玻璃用量120~140公斤，捕收剂用量9公斤左右。

（3）设备运转。

五个加温搅拌桶其中有一个出现故障无法投入使用，一定程度上影响了生产效率。浓密池底部的砂浆泵功率不足导致了抽入到加温搅拌桶内的矿浆浓度较低。加温浮选的粗选槽可能过小，承受不了现有的矿浆处理量。

（4）生产指标

自20xx年xx月改变工艺流程为加温浮选以来，至20xx年1月底，生产基本稳定。经对报表进行初步统计，原矿平均品位0.32%左右，常温粗选尾矿品位0.1%左右，常温粗选回收率70%左右；加温浮选精矿品位45%左右，回收率85%左右，尾矿品位0.7%左右。选矿厂总尾矿品位估算为0.13%左右，该尾矿品位尚未将硫精矿中的钨和浓密机的溢流水含钨计算在内。

一般而言，经对矿石工艺矿物学研究和生产实际调查，硫精矿中含钨品位和原矿几乎一样，产率约3%~5%；浓密机溢流水中矿石固体浓度1%~2%，含氧化钨5%左右。这两部分都直接放入尾矿库中，未进入报表计算。

当然，上述的统计数据不十分准确。但可以看出，选矿厂的实际

回收率是比较低的，尚有许多技术工作需要攻关。

（5）特别值得注意的是，自20xx年开始攻关前夕，选矿厂生产指标大幅度下降，主要是指加温浮选部分。自20xx年xx月xx日开机生产至20xx年xx月xx日攻关组到达现场，根据生产当天化验单和处理量等统计数据表明：原矿品位0.316%，粗尾品位0.098%，粗选回收率70%左右；加温精选区精矿品位小于40%，仅36%左右，尾矿跑尾在30个班中有近十多个班达到1%以上，回收率很低。

但是，我们查阅公开的生产报表，这些数据都变了，居然没有看见任何一个班加温浮选部分的尾矿品位大于1%，精矿品位也大于45%了？

通过以上的分析可以看到，本次技术攻关难度巨大。

2：攻关组本次开展的主要工作和取得的主要成绩

（1）、常温粗选部分

1）、对常温粗选部分的流程进行了简单改造，根据试验室研究结果，并结合洒西选矿厂的生产经验，决定取消脱硫选别作业；从而减少了因脱硫作业造成的钨损失，提高回收率3%~5%。

2）、在不增加浮选设备的情况下（实际还减少使用一个搅拌桶），通过调整流程结构，延长了粗选时间和粗精选时间。有利于粗选回收率的提高；

3）、改变了粗选的加药地点。延长了捕收剂的作用时间，也有利于提高作业回收率。

4）、为回水利用创造了条件，可进一步减少药剂消耗。经过本次流程调整，回水可以直接加入球磨机中，从而避免了因浓密机溢流水直接排入尾矿库中而造成的钨损失，回收率也有所提高，药剂用量减少。这是以前所不能实现的。

当然，这一技术在本次攻关中虽下达了技术指令，但因条件限制，尚未开展。

5）、进行了粗选药剂制度的.调整，包括药剂种类和药剂用量的调整，力争达到好的效果。

6）、提高磨矿细度。

由于现在的磨矿流程已经改为一段磨矿流程，根本无法实现试验室的磨矿细度指标。我们只能根据实际情况，在保证处理量的情况下，通过调整磨矿介质配比和磨矿浓度，使磨矿细度达到-200目70%以上。

通过以上技术工作，粗选的选矿指标得到了较明显的改变，经对试验阶段的数据进行统计（包括调试阶段不稳定的情况都计算在内），不仅使原脱硫损失的钨降为零，钨的回收率增加3%~5%，同时，粗选的尾矿品位下降到0.086%，并且，无论原矿品位上升到0.35%以上时，尾矿品位也都在0.086%左右，生产较稳定。对比结果见表1。

注：表中对原选矿的统计数据可能不准确，没有查原始化验单据。仅供参考。

从表1的结果可以看到，虽然表观回收率变化不大，但考虑尾矿的变化情况，结合原矿品位的降低和避免脱硫的损失，实际回收率有可能增加5%左右。

（2）、加温浮选部分

加温浮选的流程没有调整。主要工作是开展药剂制度试验。

对于药剂制度问题，首先应是一个探索性的尝试和摸索过程，然后再根据现场生产条件（比如磨机运转情况等）做出适当调整。

我们改变了原在加温搅拌桶中添加絮凝剂的做法，不再添加絮凝剂。并对水玻璃的用量、捕收剂、调整剂的用量和加药地点进行了试验，同时对加温参数如温度也进行了试验。

通过试验，首先让生产正常，使精矿品位由36%左右上升到45%左右，保证产品的正常销售。同时降低药剂的使用量。表2是本次试验前后的药剂使用情况对比表。可以看到，水玻璃用量减少了50公斤/吨，捕收剂用量减少了6公斤，增加了5公斤硫化钠的用量。如每天处理粗精矿150吨，按药剂目前的市场价格，攻关试验节省药剂的消耗每天在13000元左右。

表2加温浮选流程中药剂使用情况

加温精选部分试验指标对比较大，同时，据说原生产中金属严重不平衡，有时每月实际生产多出十多个金属吨，从而出现了对数据的人为变化。因此，该数据仅供参考。

3、攻关工作存在的主要问题和今后工作方向

本次技术攻关试验，总体来说是没有取得预期的效果，主要表现在回收率没有取得明显提高。存在的问题和今后工作的方向为：

1）、对原矿的性质研究不充分。该矿为难处理的微细粒嵌布钨矿石，既有白钨矿，又有黑钨矿，黑钨矿随各矿点和矿层可能有较大幅度的变化。而这一性质我们研究不充分，了解不足。

下一步工作需深入研究原矿性质。特别是对钨物相分析和矿物的嵌布特征进行更加细致的分析和研究。

2）、原矿品位波动很大，流程和药剂适应性差。图1是试验阶段各班的原矿品位变化情况，可以看到，在实验刚开始的前两天，原矿品位变化相对小一些，但到了实验的第五天开始，原矿品位发生了

剧烈的波动，甚至是在各班内通过快速分析发现，每一时间段变化也非常大，最高原矿品位0.519%，最低原矿品位0.18%，更严重的是相邻两个班快速变化。这就要求选别流程和选别技术参数必须具有更大的适应性（因没有配矿系统）。

图1各班原矿品味波动曲线

针对这种现象，必须深入研究造成这一问题的原因，提出解决问题的办法（如强化分析、取样、制样工作），尽量减少原矿品位的瞬间波动现象。同时，研究流程和药剂制度的更大适应性。

3）、对选别流程和工艺必须进行深入研究。目前的加温浮选流程和工作参数主要是根据经验和想象来设计的，包括各中矿返回地点、各作业的浮选时间、工人的操作方式等都是根据想象和经验来做，没有进行充分的试验研究。这明显地表现在选矿流程和操作参数与矿石性质不适应。本次试验受各方面条件的限制，也没有对该流程进行调

整，各作业浮选时间和浮选浓度严重地与矿石性质不适应，甚至没有选别效果。表4是分别对加温粗选、扫选浮选槽取样化验品位，

精矿尾矿

表4流程考察结果

1 3.456 20 11.54

2 13.83 21 5.598

3 25.8 22 3.748

4 16.28 23 5.89

16 11.54 2.775

17 19.67 25 4.206

18 10.56 26 0.954

19 6.718

由上组数据可知，许多选别作也基本没有选矿效果，特别在加温浮选的扫选部分，扫选的精矿和尾矿品位相差不大，分别效果差。

因此，必须研究工艺流程，特别是中矿的处理方法和技术。

4）需对药剂制度进行深入研究。

开发适应性更强的新药剂制度，包括新的药剂、药剂匹配组合、加药地点等。是研究的主题方向之一。本次研究研究虽取得一些成果，但由于各种原因，在生产上没有实施，是本次攻关的遗憾之一。下一步争取在生产上使用。

5）加强现场的技术力量。使理论知识和实际操作有机结合起来，加深各方对技术攻关的理解、关心与支持。团结一心，共同努力。

总之，本次技术攻关，非常感谢麻栗坡金玮公司给予的这一平台。但由于对矿石性质摸索不够透彻，再加上自身技术和客观因素的限制，指标仍然没有明显提高，回收率没有达到预期目的，对此我们深表遗憾。虽然这次调试没有成功，但我们一定会吸取经验和教训，继续深入研究该矿石的选矿技术。在条件许可的情况下，尽我们最大努力为金玮公司的选矿工作做出贡献！

**阶段性实践工作总结五**

摘 要：工程管理是一个比起理论来更注重实践的专业，两年专业知识的学习虽然还不能足够让我们胜任一份相关的工作，却让我对这一领域有了基本的了解。本文简单介绍了实习单位\*\*\*\*工程有限公司的基本情况以及在我实习过程中对工程图纸和建筑工程工程量计算的了解，叙述了实习过程的收获与体验。

关键词：工程图纸；工程预算；工程招投标；实习体会

一、序言

大学两年，我们能学到专业基本知识同时对于专业领域有了基本的了解，但所学的理论知识无数，却并没有很好的跟实践相结合。在建筑工程领域，经验的积累比专业知识的蓄养来的更重要一些，而实习便是丰富我们经验的很好机会，也是我们由校园走向社会的过渡。一个多月的实习生活充实了我大学以来的第二个暑假，使我的暑假生活多了一些忙碌和欢乐，虽然短短的实习并不能让我积蓄太多的专业技巧，但是让我了解了建筑工程的方方面面，不仅是让书本知识具体化，也学到了很多书本上没有的知识。这样的实习必定会让我更深层次的认识所学专业的发展前景，也能给自己今后的工作选择提供方向。相信每一次的实习都必将为我的人生画上绚丽的一笔。

二、实习单位简介 \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

三、实习过程及内容

我很荣幸的来到了上\*\*\*工程有限公司实习，本次实习，公司于经理建议我是涉猎为主，多看多了解与工程相关的内容。并让我跟随祝师傅跟进#####项目。

我在实习过程中的主要安排：第一周，先熟悉图纸和施工流程工艺。第二周，到施工现场，了解不同阶段的实体工程建设并感受工程的管理方法。第三周，了

解招投标程序并学习标书编制。第四、五周，熟悉预决算定额，工程量计算规则，尝试施工图预算编制。

第一天到公司，在跟于经理的交流过程中，我才发现自己学的东西还远远不能让我去从事工程方面的任何一方面的工作，很多问题我都在心中打上了一个大大的问号。我怀着忐忑的心情跟了小祝师傅开始了第一天的实习。小祝师傅其实很年轻，毕业也才四年，大概是因为年龄相仿的关系，就稍微放松了点。因为没有接受过系统的教学，就从简单的图纸开始学习。可即使是一套小型工程图纸，我还是倍感压力。后来在师傅的指点下，开始一点点的看。重点看了建筑设计施工说明，以前觉得说明没什么，都是些官腔，但是其实不然，你要记住的东西有很多，如在结构说明里面，建筑构造做法表、钢筋的使用，锚固等等都需要了解。而后看平、立、剖面图，对房间的开间，进深，跨度有所了解，要求在大脑里形成对整个建筑的三维成像。这一点对我来说是最难的，后来师傅教了我几个小招之后建议我去设计部门观察学习，看他们的成图设计过程，并向专业的设计人才练习三维立体。之后也了解了其他工程部件的做法。第一周，我接触了之前从未涉及的很多东西，觉得获益匪浅。同时又觉得自己学的还远远不够。

第二周，在负责###项目的项目经理老祝师傅的带领下，我来到了位于宝山区的建筑工地。在去的路上，师傅先向我普及了工地安全知识，并给了我一顶安全帽。进入工地，师傅仔细介绍了该项目，我了解到####（项目基本情况）。在这里，有刚开始施工的，也有快竣工的一期工程，所以给我提供了良好的见习环境。这一个星期，从土方工程开始，到外墙装饰，内墙砌筑，门窗工程，我走马观花式的见习，很好的替我解决了之前光看图纸不能形成立体的难题，也懂得了更多。

第三周，我是在公司熟悉招投标流程及学习标书的编制。我接触了更多的部门、机关。通过学习发现，招投标流程跟我们的教科书上写的大相径庭，但涉及到更多的政府机关需要联络。每一项工作其实都有很多个环节，不亲身经历根本不能了解其中的奥妙和繁琐。但看到实际的招标文件和标书甚至档案袋，都让我兴奋不已，我觉得那是一种将书本知识转化为自己的知识的一个里程碑。在学习制作标书的这一周，还有另一个同济大学浙江学院的同学跟我一起合作，在一起讨论学习中，我们互相帮衬，在平时交流中发现他的操作能力和理论知识都要优

于我，我觉得这一点也是我现在最大的不足。

接下去的两周，是熟悉预决算定额、工程量计算规则，尝试施工图预算编制。这是我最感兴趣的模块，也是本次实习中学习时间最长的部分。师傅介绍说：施工图预算在各个造价阶段最复杂的工作，它主要包括建筑工程预算，装饰装修工程预算，安装工程预算，市政工程预算，园林绿化工程预算等等。当然我知道现在的我知识浅薄，所以我的主要任务就是学习有关预算方面的基础的知识。师傅让我先看《上海市建筑和装饰工程预算定额（20xx）》、《上海市建筑和装饰工程预算定额工程量计算规则（20xx）》及《建筑工程概预算定额与工程量清单计价实例应用手册》第二版这几本书。

《上海市建筑和装饰工程预算定额》我们在之前并没有接触到，所以对于里面的内容，我觉得陌生而又新奇，虽然之前从未接触，但是本次实习，我既可以提前学习在下学期要学到的内容，也可以将定额中的不懂之处请教师傅，让我对于定额有了更深一步的了解。师傅告诉我，看定额最重要的是看每一章的说明和工程量计算规则，并且看的顺序应和房屋建造的顺序一样，一步一步来。如按桩基础与地基加固工程、土石方工程、混凝土及钢筋混凝土工程等等，依次下去。

了解建筑工程工程量的计算规则，主要包括的内容有土石方建筑工程工程量，桩基础工程工程量，砌筑工程工程量和混凝土及钢筋混凝土工程量的计算。师傅告诉我看《建筑工程概预算定额与工程量清单计价实例应用手册》的时候，不要斟酌于某道例题的计算，而是注重于计算的方法，一项工程的竣工不是一蹴而就的，而是经过许多有序的工序，应当一步一步依次下来。在工程量计算的过程中，我发现算的最多的便是体积的公式，例如基槽的体积，墙体柱梁的体积各种各样不同形式基础的体积，计算不同形状的体积公式与数学公式虽然类似，但是如何明确公式里每一个字母所代表的意思和如何从施工图中准确地读取这些数字却是一件很不简单的事情。我发现建筑工程工程量体积的计算不仅仅是数学公式的简单应用，也不只是书本公式的直接套用，更需要具有读懂图纸的基本功，明确公式中各个字母的所代表的准确含义。

而之前的图纸学习和工地见习都为我学习预算编制做了预热，而不至于那么茫然。其实刚刚看到图纸的时候，不免显得有些底气不足，不知道从何下手。但是通过看工程量计算规则，我发现只有计算分部分项工程的工程量，才能最终将

它们汇总在一起，而且工程量的计算也是按一定顺序，例如以土石方工程，桩基础工程，砌筑工程，混凝土及钢筋混凝土工程等的顺序计算工程量，其实看似复杂没有头绪的施工图，只要按照一步步的分部分项工程的计算，施工图预算的编制便会变的`明朗清晰了。我先计算土方开挖的工程量，其中包括大面积整体的开挖，基础、基础梁的开挖，垫层的开挖。这个计算有点复杂，基础与基础梁的形状都是多种多样的，因而计算时不同的样式应分开来计算，最后在合并套用相应的定额，这样一目了然，便于核对。并且基础与基础梁的开挖，均按要扣除基础与基础梁，基础梁与基础梁重叠的部分，而垫层则无需扣除重叠的部分，只需要将其所有的相加，套用垫层的定额即可。然后，我计算基础与基础梁的混凝土工程量，其工程量与其土方开挖量相同，无需扣除其中的钢筋的量，直接套用定额就行了。之后再一步一步，一层一层的计算其他相关工程量。然后计算桩基础工程，地基打桩，根据预算定额中打桩以米为单位，只要算出桩的长度，即可套用相应的定额，算出桩的造价。然而桩的长度计算要根据桩底与桩顶的标高进行计算，并且桩的标高是不一致的，这就要求在计算时仔细的观察。通过师傅的耐心讲解，我对此不再畏惧了，而是更耐心的探索其中的奥秘。

这五周的实习生活，不仅让我学到了更多的专业知识也积累了我的课外实践经验，让我两个多月的暑假生活变的充实而有意义。

四、存在的问题及解决方案

在近40天的实习生活中，我收获知识的同时也发现了存在的一些问题。 第一， 7,8月严酷而闷热，气温达到四十多度，有时候待在阴凉的地方都能汗流浃背，而此时的工人们曝晒在阳光下，汗水早已经打湿了原本就单薄的工作服。在原本就容易中暑的季节，我觉得工地应该更加重视此类问题，以下是我给出的建议：1、合理安排工作的时间，户外施工避免高温时段，中午能空出较长的时间给工人休息。2、增加设施供水点，并及时安排人员加水。3、准备一些能够消暑的药物，譬如藿香正气水之类的。4、工地上安排医疗站，当工人们出现中暑或意外状况时，专业医务人员能提前进行护理措施。希望在炎热的夏天，工地在争创严格完成工程规划的同时，也能注意工人们的安全。5，高温补贴要按时按量发放到工人手中，这是他们应得的津贴。

**阶段性实践工作总结六**

1．实习单位的发展情况及实习要求

到现在为止我来打河北廊坊天星测绘有限公司已经有一个多月了，在12月份我来到了河北廊坊天星测绘有限公司，在工程部做一名测量员。河北廊坊天星测绘有限公司是一家具有工程测量与航空摄影测量乙级资质的专业测绘单位。公司在工程测量、地形测量、城乡规划测量、竣工测量、规划检测测量；地籍测量；无人机飞行器航摄，摄影测量与遥感；地理信息工程；外业采集的地理信息数据处理，地图数字化，建立专业地理信息系统、外业地理信息数据采集等方面积累了丰富的经验。公司以全野外数字化采集技术为基础，以航空摄影测量为主导，以内外业一体化作业来保证，采用先进的地理信息系统、计算机和信息技术，最大化满足用户要求，为实现科学管理和辅助决策提供完整的数字国土、数字城市等全面解决方案。

在这里我们主要做野外测量，其中包括受国土所委托调查违法占地，调查清楚不合法占地所占的面积，占的土地类型，违法建筑的类型。在室内完成违法占地的图纸。

2．介绍实习目的和意义

为了更好地适应以后的工作，学校为我们提供实习的机会进行顶岗实习，让我们去了解这个专业去学习实践知识，更加熟悉的去适应以后的工作，培养我们理论联系实际、独立完成工作、综合分析问题和解决问题的能力，是一场具体生动全面的技术实践活动。

顶岗实习主要是充实自己的理论知识，把自己在学校学到的理论应用到实际工作中去。这样会让我们更加的熟悉各种知识的应用，和各种仪器、制图软件的的操作。

从一开始来到河北廊坊天星测绘有限公司实习已经差不多有一个月了，在天星这一个月自己学了挺多的实用知识的，把好多学校学到的理论知识应用到了实际操作中。在学校我们学习的cad画图、cass作图、gis矢量化图形都在实习过程中频繁应用，感觉自己不只是一个只会理论的学生了。

在这一个多月的时间里我学到了很多也改变了很多，从一个贪睡贪玩的大学生变成了一个知道努力的实习生。

现在我们主要做的.是野外调绘根据调绘细则我们每天去农村实地查图检查是否航拍图像是否有遗漏，错误等。

时间已经过了一个多月了，在这段时间的实习过程中我了解到了很多的东西，懂的测量是一个细心的工作，不能马虎。如果你有一点不注意可能就会造成不可估量的损失。特别是在在建筑测量中哪怕只是图纸出了一点差错就可能造成大楼变形，甚至坍塌造成重大事故。

还有这段时间操作仪器方面有了很大的进步已经能够熟练操作仪器如rtk、全站仪，基本熟悉制图软件的使用如cad、cass，将理论与实践结合在了一起。在与人相处交流的方面也学会了不少。

调绘工作要认真细致，对原图上的每一条线、每一个符号都要仔细判读，并在图上交待清楚。实地要走到、看到、问到、量到。

调绘的主要工作内容包括：

（1）检查、纠正内业错绘的地物、地貌；

（2）房檐改正、房屋层数和结构等；

（3）补测原图上影像遮盖、新增的地物、地貌要素；

（4）测注铺装路面的高程注记点；

（5）调注各种地理名称、

（6）实地检测地物、地貌的绝对精度和地物的相对精度。

调绘主要包括调查农村的居民地（房檐改正，房屋类型分类）、围墙（围墙宽度，是否是依比例围墙）、水系设施、独立地物（建筑物和山顶部的电视发射塔、微波传送塔、电视差转台应注意测绘，电视接收天线、小灵通信号天线和楼顶的避雷针均不表示）、交通设施（道路边线要详细测绘，街道以铺面边线或马路牙子为准，用实线表示）、管线（电力线分输电线和配电线，输电线按高压线表示、配电线按低压线表示，外业根据原图的杆位，实地调绘线路类型及走向）、境界线（根据甲方提供的行政区域图绘制境界，境界表示至行政乡以上级别）、地貌土质（各种自然形成和人工修筑的坡、坎，坡度在70°以上应表示为陡坎，70°以下应表示为斜坡）、植被（稻田、旱地、菜地、林地、草地等图上面积大于2cm2（实地大于200 m2）的需表示，宽度大于1mm（实地1m）的田埂用双线表示，否则单线表示）、注记（按《图式》执行，注意河流（左斜宋体）、道路的注记方式）、地形图修补测（对新增的地物以及影像有阴影或遮挡内业测不到的地物，外业要进行补测）、高程点补测（铺装路面的高程注记点如果内业高程外业检测误差较大，不符合规范要求的应由外业实测，采用rtk实测高程注记点的三维坐标）、地形图编辑（根据外业调绘、补测的基础上进行地形原图编辑）、地形图接边（测图接东、南图边。接边时双方参加，一人负责接，一人负责检查）、图廓整饰等。

经过这段时间的实习我发现测量不仅是一个严谨的工作也必须要充满责任心，不能有丝毫的马虎和大意，一分一毫的偏差都可能造成一场事故的发生。所以一个测量人员要保证能够在任何情况下认真、细心、负责的去完成测量任务。去测那些不合法的使用土地，和那些需要实时监测的住宅楼、办公楼、商业楼的建设，确保不能出一点差错。做一个负责人真的测量人员。

**阶段性实践工作总结七**

（一）可以引导青年学生了解社会，了解国情，坚持走有中国社会主义特色道路的信念。

（二）引导学生增强责任感和使命感，树立正确的世界观、人生观、价值观，提高学生的综合素质。

（三）充分发挥学生的知识和智力优势，为人民群众生产和生活基本需求服务，培养学生的劳动观念和奉献精神。

（四）合理利用课余时间，积极投身于各类社会实践活动中，全面提高自身素质，为就业做好准备

河南省周口市项城张埝变电所

xxxx年7月15日————xxxx年8月15日

（一）安全教育

1、安全教育学习、

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。

（3）入厂主要安全注意事项。

（二）设备内作业须知

1、多工种，多层次交叉作业应采取互相之间避免伤害的措施，并且搭设安全梯或是安全平台，比要时由监护人用安全绳栓作业人员进行施工

2、设备内作业必须有专人监护，并应有入抢救的措施及有效保护手段

3、《设备内安全作业证》由施工单位负责办理，该项目的负责人或是技术员填写作业证，上检修作业单位应填写的各项内容

（三）、学习和了解变电所的主要结构型式，结构种类和特点。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。了解变电的主要技术要求以及有关标准。

（四）、马师傅对我进行了安全教育后开始带领我参观几个重要的场所————如外部变压设备、高压间和主控制室等。外部变压设备分为主变压设备和备用变压设备。备用变压设备在主线路发生故障或设备检修时启用，增加工作效率。为了防止发电站出现问题产生停电的事情发生。该变电站采取施。正常工作时，变电站使用两路电源，提高了电源进行的可靠性。外部高压电进入变电站后，通过隔离开关、电压互感器，以及电流互感器最后接入变压器输入端。变压器能够将外面的35kv高压电转换为所需的6kv的低压电。由于变压器的电压很高，功率又很大，所以变压器产生的热量很大，如何降低变压器的温度保证其正常工作至关重要。为了降低温度，每台变压器上都装有很多散热片，可以起到散热的效果，提高变压器运行的可靠性。

接着，我们又来到了高压间。高压间又明确分为输入端和馈出端。内部设备由许多铁栏分隔，为了保证我们的人身安全，要求我们不要擅自碰触高压设备。在主控制室内，有三名技术人员随时监视着主控制设备各仪器仪表的工作状态，主控制设备体积庞大，功能完善，具有故障显示，故障分析，自动保护等众多功能，给管理操作带来很大便利。当跳闸时，绿灯会闪，同时铃响，进行报警。

接着我们跟随站长来到会议室，他给我们讲解了变电所的运行过程和一些基本的模式。变电所采用一运行主变一备用主变的运行方式。

当运行主变故障跳闸后，备用主变会马上投入运行，提高供电的可靠性。这就是我们常说的主变备自投。最后站长给我们讲述了许多变电站事故及事故处理。处理事故时必须做到稳（沉着）、准（准确）、敏（迅速），且要根据以下原则采取措施：尽速限制事故发展，消除事故根源，解除对人身、设备安全的威胁；用一切可能的方法保持设备继续运行，以保证对用户的供电；尽快对已停电的用户恢复送电；调整电力系统的运行方式，使其恢复正常运行。事故时和事故后的联系汇报制度和汇报内容。电力系统的值班调度员领导各变电站值班人员处理系统发生的。事故，事故时，发生事故的变电站值班人员应将有关情况及时报告管辖值班调度员、分公司调度、站长。调度员则根据汇报的情况判断分析，做出事故处理决定，下达命令。值班人员的汇报必须做到及时、全面、准确。误报和漏报，会对处理事故造成不良后果、紧急情况可先处理后汇报、如果事故时变电站与调度联系中断，则值班人员按规程规定处理事故，通讯恢复后应立即将事故情况和处理过程详细汇报、并应做好事做记录。我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作；因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘实习报告，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低！有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧！学校是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的`潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在将近一个月的实习过程中，我深深的感受到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，茫然不知道所措，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，这些与实践还有一段距离。哲人说：“实践是检验真理正确与否的唯一标准。”理论要回到社会实践中去运用，想事情办事情一切从实际出发，使主观符合客观。认识客观事物，要实现两次飞跃，从感性认识到理性认识是认识事物的第一次飞跃，而从理性回到实践是第二次飞跃。

在这一个月的社会实践过程中，我学到了许多，也深深体会到为什么社会发展如此之快了，我也终于明白为什么国家一直倡导社会主义先进文明建设的重要性，身为社会的一员，我们每个人都有责任与义务去为社会做出自己的贡献。我们在学校自然不能很好的体验那种唯领导为中心的感觉，每天见到很多员工见到领导都热情如火，可是在私下里却对他们指指点点，可见他们都能在人际关系这方面游刃有余，这也是我们需要学习的，做人不能太死板，这是我在他们身上学到的一点做人的准则。

**阶段性实践工作总结八**

20xx年xx月28日~20xx年xx月18日

xx省xx市

xx公司

第一阶段：xx月28日~xx月1日，了解公司的各项基本制度、各部门的职能、本职位的职责等。

第二阶段：xx月2日~xx月12日，了解掌握公司产品的基本原理，公司对新实习员工进行cad方面的技术培训及对车间生产情况进行了解。

第三阶段：xx月14日~xx月18日，对一些简单工作和部分零部件进行测绘，对实际生产有了直观认识。

主要实习岗位：生产部主管助理

实习内容：

我的实习工作从20xx年xx月28日进行到20xx年xx月18日，在开始的两天，公司对我进行了相关的职业培训。通过两天的培训，使我初步掌握了一些工作时必备的基础知识，同时加深了我对xx塑胶模具厂的认识。在接下来的一个多星期里面，我来到了生产组装一线进行培训，同时对cad进行了相关技术培训。培训完之后，我开始到公司的技术部进行工作，开始逐步接受一些简单的测绘任务，在这个过程中我对工作中的实际体会和对cad的基本操作有了很多的提高。

以下是我在实习期间的收获以及自己的一些心得体会：

(1)自主学习：工作后不再像在学校里学习那样，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，像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像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。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。

这一次实习对我来说，只是一次预演，一次为将来工作的预演，我会继续不断努力地学习专业理论知识，不断学习提高自身专业素质，更好地胜任岗位。此时此刻，即将面临毕业，最深切的感受就是，无论从何处起步，无论具体从事哪种工作，认真细致和踏实的工作态度才是成功的基础。

**阶段性实践工作总结九**

实习时间：20xx年x月x日至20xx年x月x日

实习地点：xx公司

实习目的：为了加强自身的素质，培养较强的会计工作的操作能力，弥补课本知识的不足。

公司的会计部并没有太多人，设有一个财务总兼，一个出纳，两个会计员，我很幸运，跟了一个从业多年的注册会计师，在他身上学到了很多东西，有一些确实是在学校里学不到的，就是一种对事业的专注和勤奋的精神。

步入工作岗位后，才发现自己有很多看起来简单的事情做起来却不是那么容易，需要细心跟耐心。其实会计凭证的填制并不难，难的是分清哪些原始凭证，就是各种各样五花八门的发票。

制好凭证就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点像小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。

如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业或考试出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的。帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。所有的帐记好了了，接下来就结帐，每一帐页要结一次，每个月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，并且一不留神就会出错，要复查两三次才行。一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在xx会计教我先用铅笔写数据，否则真不明白要把帐本涂改成什么样貌。

由于经验少，我此刻这方面还有欠缺。此刻才明白，在校做一名学生，是多么的好！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要应对这些避免不了的事。所以，此刻我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。再说回来，在工作中，互相谅解使我很感激他们。

每一天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时的完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。显得枯燥乏味。可是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。

我从个人实习意义及对会计工作的认识作以下总结：

1、作为一个会计人员，工作中必须要具有良好的\'专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，必须要有很高的素质要求。

2、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。

3、作为一名会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。

这两个月的实习给我的感触太深了，仿佛一下子长大成人，懂得了许多做人与做事的道理，真正懂得学习的意义，时间的宝贵，和人生的真谛。让我更清楚地感到了自己肩上的重任，看到了自己的位置，看清了自己的人生方向。这次的实习经历让我终生受益匪浅。

**阶段性实践工作总结篇十**

中国工商银行是中国的商业银行，中国四大国有商业银行之一，世界五百强企业之一。工商银行是中国公司银行，截至20xx年末，拥有272万公司客户。坚持信贷稳健发展，保持中国第一信贷银行地位。

20xx年7月15日至20xx年8月15日

20xx年7月15日，我来到xx银行股份有限公司xx支行开始了为期一个月的实习，重点学习了银行会计结算业务，结合大学两年在书本上学到的理论知识，在工作实践中，我领悟到了很多在学校学习中体会不到的东西，一些在书本上永远学不到的专业知识。

(一)银行会计结算业务

银行每一笔经营业务的运作过程，也就是银行会计的运作、核算过程，都要通过会计来实现。也就是说，银行会计的核算过程，就是具体办理银行业务和实现银行基本职能的过程。银行会计不仅是银行的重要基础工作，可以客观地对银行的经营运作起反映、核算和监督作用，而且银行会计的这三个职能还可以反作用于银行的经营运作，它们是相辅相成的。在银行会计结算部实习一个月，先后学习到如何开立基本存款户、临时存款户、一般存款户等，及不同的开户需要不同的资料。

每个会计工作人员，手头上都有很多不同种类的章，有收讫章，作废章，银行章等，要在合适的地方敲上合适的章，学习如何使用压数机和支票打印机等等，这些都是在学校的课堂上，学习不到和实践不到的。知识技能。

(二)银行国际结算业务

国际结算业务对于整个银行业务来说，风险小、成本低、利润高、含技术量成份高。从整体上来看，国际结算业务领域从业人员和所占信贷规模比例并不高，但是所占的利润却要占银行净收入的相当大的份额。

在这次的实习工作中，在银行老会计师的教导下，我学会了如何开立进口信用证，及需要提交的文件，具体包括进口合同，进口代理协议。

在工作岗位上，我们必须要有强烈的`责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。我们对待每一样工作都要有必不可少的责任心，做事情要谨慎小心，因为业务是复杂多样的，小小的错误就会给顾客和银行带来损失。比如：在银行工作，如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班；如果是一个柜员的汇款业务没经其他柜员审核，汇款就不会发出，柜员就会受到风险处罚。如果是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那也必须由经办人负责赔偿。所以在办理与银行现金有关业务时一定要谨慎小心。上班期间要认真准时完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事，对工作每一笔业务都要谨慎小心。

**阶段性实践工作总结篇十一**

面对现实社会，我们大力培养自己的实际动手能力和良好沟通能力是尤为重要的。在我们学校，老师及校领导关切地鼓励我们多参加社会实践活动。利用暑假，我去了饭店工作。在工作中，我了解了饭店管理工作的主要流程。同时，也意识到：凡事学着尝试，学着自己动手是非常重要的，这些都是在学校所学不来的。

提高个人能力，丰富假期生活，了解饭店的基础业务及对具体业务的实际操作，使自己在实际工作中将学科知识加以综合并应用于实践，获得相关的实际工作经验，提高综合分析问题、解决问题的能力，增加社会经验实践经历及收获。

20xx—07—3至20xx—08—18

xxxx

财务部门

时间匆匆，暑假的两个月已经匆匆离去，回想起暑假工作中的点点滴滴，虽然只有一个月的短暂时间，却真是受益匪浅，足以让我终生受用。

在这次实践中，我去了我所在市饭店的这个大家庭，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟大家处理好关系需要许多技巧，我们不能改变一些东西，那我们就只能去适应它。在这里，我学到了如何待人接物、如何处理好人际关系，同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，因为没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。我以前没有过实践经验，没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。在公司里，有很多的管理者，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者，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，即要因人而异！

我的工作是一名会计工作人员的助理，主要是让我了解财务软件的\'使用和会计处理的流程，并做一些会计凭证。一开始单位不会让我干什么，只是让我看看他们是如何进行财务软件的使用，看一些做好的会计凭证。然后帮忙打印复印，做些小事情帮忙粘贴凭证，制作出入库单。虽然工作时间很长，但作为一个热情而年轻的大学生，我并没有畏惧，反而觉得这是一种难得的锻炼机会。工作期间管理人员会交我怎样登记数据，另外在这个公司我还会做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，没有人会告诉你这些，但你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率可能就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的。地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！

作为学习了这么长时间会计基础课程的我们，关于会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我们都基本掌握。但通过实践我才了解到，这些根本都只是纸上谈兵。将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，我们根本是无从下手，一窍不通。就像我刚开始以为应该不会很难，因为先前有看过他们已经做好的记账凭证，觉得还是比较简单的。但是到真正自己来做的时候，就没那么轻松了，就几张原始凭证自己还是折腾了一个上午，上会计基础课程的时候老师讲过的许多类似问题都还是不可避免地出现了：当你拿到原始发票的时候你必须判断这笔业务到底归属于那个会计科目。这就要考验你对饭店业务的流程是否熟悉了。因为刚开始我对此并不熟悉，所以做起来特别不顺手。还有就是在做分录的时候，当一笔业务涉及两个以上的账户时，可以把它做成复合会计分录，记得那时上课明明听得很懂，但到了实际操作中又是困难重重，我把它竟然做成几个简单的会计分录，等我把记账凭证打印出来一看，才恍然大悟，这才又回头去修改，重新把两个分录合并起来。虽然这分开做分录没有犯什么原则性的错误，但是这样就显得不专业了，使得一笔业务处理得繁琐了，也不好全面反映经济业务的情况。还有原始凭证像发票之类的必须完整，企业购买材料必须发票、请购单、入库单这些都必须齐全，才能入账，之前虽然也学了，也了解，但是这次整理了原始凭证发现自己并没有把这些东西都串起起来，所以当自己要动手去整理的时候有些没有头绪。在实践中我也发现，会计具有很强的连通性、逻辑性和规范性。

其一，每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。

其二，会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。

其三，在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。

想着在实践中我只是负责比较简单的部分，我还以为自己可以应付得来，但是通过这一个月的实习我才发现会计工作并没有我想象中的容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在我参加实践活动所在的公司里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个员工严格要求，每一个环节都不能出错，尤其是在基础环节，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，会做一个试算平衡表就可以，但这里更需要的是理论与实践相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在公司里出错是要负上责任的，这与个人的工作态度有直接关系。所以我们大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也是至关重要的。

这次暑期社会实践是一种体验，但更是一笔宝贵的财富，它能使我们在亲身体验中体味社会、在实践中巩固所学知识，将理论与现实相连系起来。这次实践活动虽然只有短暂的一个月时间，但却使我收获很大、受益匪浅，它不但极大地加深了我对一些会计知识的理解，更让我学到了很多之前在课堂上所根本没法学到的知识。另外，这次实践活动不仅培育了我的实际操作能力，也增添了我的实际操作经验，对现实的财政工作也有了新的认识。实际操作中让我看清自己的不足之处，对我日后更好更快的融入工作提供了宝贵的经验。实践让我知道了要用心细心的工作。会计工作的每一个步骤都有严格的要求，实际工作中一定要注意每一个细节，真正自己独立的进行工作，细心、用心地做好工作可以让我从中能收获很多。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，使自己得到更多提升与锻炼，获得更多实践经验。

这次实习，自己收获蛮大的。感谢给我这次机会。同时，在实践中也发现了自己有诸多的不足，在以后的学习中不断改进吧。让这些自己已经意识到的压力转化为上进的动力吧。这次实践不仅仅是学习知识，积累经验，更重要的是，通过了这两个月的实践，我明确了自己的奋斗目标，给自己设计了一个合理职业生涯规划。

**阶段性实践工作总结篇十二**

实习是大学教育最后一个极为重要的实践性教育环节。通过实习，是我们在社会实践中接触与本专业相关的实际工作，增强感性认识，培养和锻炼我们综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实际结合起来，提高实践动手能力，为我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础。虽然从学校出来一个月了，为了各种实习材料，所以才正式开始实习3天了，在这期间我深深的体会到了身为一名椰树集团品保的酸甜苦辣。在这段时间里，对一个缺乏社会经验的大学生而言，从中学到了不少学校里学不到的知识。

在这一个月里有快乐也有悲伤。但更多的是收获。因为我们经历了，所以我们学到了很多，不管是专业知识还是为人处事。

在椰树的几天实习里上班就是要对生产线及现场卫生进行检查，上班前要对水源进行一次检测，毕竟是食品行业水是很重要的，生产时还要每小时对水进行一次检测，之后就是抽样测，正常生产后就是管控每一个关键控制点了：制水——无菌室——喷码——灯检——贴标——招检——包装。

首先得感谢老师的辛勤教育，还有感谢椰树集团给我们提供工作条件和生活环境以及有经验的上级给我们指导，带着我们前进。他们的实战经验让我们终身受益，从他们身上学到的不仅是做事的方法，更多的是做人的准则。回想起刚投简历的时候好几天没有等到结果，以为被放弃了毕竟人家是大企业，可就在信心快被磨灭的.时候椰树给了回复，通知五月16号面试，为了面试我们作了很多的准备（练习口才、专业知识、查找椰树集团的信息等等）为了可以进椰树集团实习不容易啊，那天面试，我们带着激动、兴奋而充满期盼的心来到椰树，那天面试员只问了几个简单问题，但跟我们说了很多的人生处事的问题，当时我就觉得椰树不仅是为了刚从学校出来的学生得到工作上的锻炼，还为学生得到生活、为人处事方面得到培养，

如今，一个月的实习工作已结束，我想说我收获了很多，不管是哪一方面的，虽然才上几天班，但是椰树他见证了我在学校的成长。在专业知识方面，我们在学校做实验也做过，来了这里我才发现做一行食品是一件很麻烦的事。每一步都很重要，每一个参数都直接影响着产品的质量。而我做的工作就是保证产品过程的质量。还在学校的时候知道我们来这是做品保，而工作的内容之一就是品尝，可我现在每天还是不停地品尝，不想品尝也得品尝。因为这就是我的工作，不能凭借自己的喜好而工作。每天都有所以我们要学的很多，得记参数，流程、仪器的使用等等。我们刚来的时候基本上是什么都不懂。所以都是从零开始学的。我们都是一边培训一边工作。所以你得努力学习培训的内容。在这里让我更加深刻的认识到与人沟通也是一门学问，我的工作是作为第三方人员，与车间人员的沟通就显得很重要，每一句话，每一个语气都至关重要。在这几天当中，我感觉我经历了许多，这些从未有过的经历让我不断进步、不断成长。从开始的茫然到如今的自如，感觉自己在一天天的长大，一步步实现从学生到工作者的角色转化。在工作中遇到的问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题。

通过这几天里，已从不适应到慢慢的习惯，但我知道我不懂的还有很多，还需要我更加努力的学习才能做好这份工作，才能更好的立足在椰树。在工作上，基本的生产流程都要熟悉，各项参数也能运用到工作中，运用到生产中。在工作中发现的问题有一些也能自己去处理了，并能叫车间的人员整改，怎么整改。特别是取样但还是有一些工作上的事，自己不能很好的处理，也还有许多知识自己没有学到，不能运用到工作中。这些都让我知道了自己今后努力的方向。其次，在人际关系是我顺利工作的保障。在这里让我知道工作之中不只是同参数、设备打交道，更重要的是同人的交往。在这几天里，人际关系也让我慢慢学到很多。

在这里不是与同学相处而是与同事，所以一定要把握好同事之间的交往原则和社交礼仪。刚刚进来难免在工作上会与同事有摩擦，现在我慢慢已能处理好这些关系了。这也是这几天里不可多得的收获。另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关行业的标准掌握等。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的做好本职工作。

通过这次毕业实习，把自己在学校学习的到理论知识运用到社会的实践中去。一方面巩固所学知识，提高处理实际问题的能力。另一方面为顺利进行毕业设计做好准备，并为自己能顺利与社会接轨做好准备。毕业实习是我们从学校走向社会的一个过渡，它为我们顺利的走出校园，走向社会为国家、为人民更好服务做好了准备。

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！