

大课间跑步活动总结(通用5篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

焊工年终总结篇一

几年前通过在外打工的经验了解到电焊工在社会上的重要地位，而且从事这方面工作的员工工资待遇比白领的要高，从而看到了电焊工未来广阔的前景。

于是在20__年经过湖北创业技能培训学校的相关培训及其考试获得了电焊工职业合格证书并熟练地掌握了各种焊接方法和各项操作规程。了解焊条的种类选用及保管、焊接设备的型号及用途、焊接接头的形式、焊缝的形成原理焊接的位置(平焊、立焊、横焊、仰焊)及焊接工艺参数(焊接电流、电弧电压、焊接极性、焊接速度等)的选择、焊缝布置和焊件结构、气焊工艺和切割过程、常用金属材料的气焊和气割、氩弧焊原理、设备使用及焊接技等理论知识。

在20__年进入了武汉某大型的机械公司，因为之前在湖北创业技能学校这方面的实践操作很多，因此也加深了对电焊工各方面的操作技能让我刚进入公司不久便取得了优异的成绩，成为了公司的技术操作师。从事多年后我认为作为一名焊工技师，就要不断创新和推广新的焊接方法，为公司提高产品质量和工作效率，降低劳动强度，减轻手工焊有毒烟尘对焊工的伤害。

生活中我是个勤奋好学的人，大概就是因为如此，20__年被公司派往深圳某机械厂学习为期一年的电焊工的焊接工艺及co2操作技术的研修。到目前为止，我能进行焊条电弧焊、

氩弧焊、气焊、CO₂气体保护焊、埋弧焊五种焊接操作。为了证明自己的能力，20__年以来多次参加了我公司新产品试制过程中的焊接工作，大胆提出来了自己的方案，经水压试验，焊接合格率达到满意数据。后来经过自己的努力，编制了一套完整的焊接工艺，从而为公司制造产品参考利用，降低了公司的生产成本，为公司带来了很大的效益，不久公司便提携我为技术总监。在公司近几年的磨练中我一直勤劳肯干，焊接质量稳定、优良，让我感受到了人生的意义。今后我将不断地进取和创新，不仅干好自己的本职工作，而且要做好传、帮、带等工作，充分发挥自己的才智，为企业多作贡献，使企业的焊接水平得到进一步的提高，为公司为社会带来更多更好地利益。

现在电焊工的就业前景非常广泛，加上这方面的人才非常缺乏。因此我建议对此感兴趣的人士可以从事这方面的工作，我想它一定能给我们带来一份很好的收益。

焊工年终总结篇二

十七年来，在领导的教育和同志们的帮助下，本人通过刻苦钻研业务，努力学习专业业务知识，在电焊这个平凡的工作岗位上，兢兢业业，扎扎实实，任劳任怨，尽职尽责。在平时的工作中自己认真虚心向老师傅学习，向有经验的同志请教，不断提高自己专业技能，充实自己。多次参加由劳动人事部门组织的专业培训，并获得电焊工合格证。经刻苦努力学习20xx年取得焊工三级资格证书。由于自己平时工作勤奋刻苦。截止目前，我能进行手工电弧焊，气焊、CO₂气体保护焊，氩弧焊，埋弧焊五种焊接操作。

必须先要学会怎样做人!特别是干我们这项技术性很强的工作的，看事要用心、做事要专心、学习要虚心。容不得有半点马虎和出错。所有首先工作态度要端正，要有良好地职业素养，对工作要认真负责，服从领导安排，虚心听取别人的指

点和建议，要团结同事、礼貌待人，服务热情。

本人从事电焊工十七年，一边学习，一边工作。工作中尽心尽力，在工作中能做到安全文明生产，未发生一起大小事故。积极钻研业务、，不断提升自己的专业水平，为企业的发展做出了贡献，焊接合格率达到100%，多次被评为企业的先进生产工作者和先进标兵。

本人在十八年的焊接工作中，以理论联系实际，虚心向老师傅们学习探讨，不断提高自身的理论知识与技术水平。同时不忘记授徒传艺，正式授徒三人。并且都能熟练掌握操作各种电焊、气焊、氩弧焊等焊接技术。有两人已经先后出师，单独上岗。并已达到压力容器制作资格。除此之外，还在公司的焊接培训中心任教。对新来的学员，我都毫无保留的把所学的理论和技术教会他们。使新学员的技术水平不断的提升。

为了搞好工作，进步自己的专业水平，我虚心向领导及从事此行业的前辈学习，采取他们的优点补己之短，然后自己摸索钻研实践，阅读学习《金属工艺学》、《机械基础》、《机械识图》、《数控直条切割机说明》等书籍，以便对实际工作有简单的理论认知，并结公道论熟悉了各种型号的基础原材料。如□h型钢，槽钢，带钢，锰钢等。逐步熟悉领会电焊的基本要领，明确了工作的程序、方向，不断进步工作能力，在具体的工作中形成了一个清楚的工作思路，能够顺利的开展工作并熟练圆满地完本职工作。而且工作中我态度端正，坚守岗位，认真负责，积极推广和应用“新科学，新技术，新工艺，新材料”。

(1) 是电击：焊接或切割工作工作中可能造成电击的设备包括，照明灯及各种电动工具。首先要注意设备，机具及动力配置是否安全，合格。其次要保持干燥并定期进行保养。

(2) 是电弧辐射：电弧是一道强光，内含可见光，紫外线，

红外线等。其辐射易造成人体眼睛及皮肤伤害。因此，在工作中必须佩戴滤光玻璃头盔和面罩，工作处放挡板，以免伤及他人。

(3) 是烟气污染：烟气主要来源于母材，涂料受热蒸发或发生燃烧生成。易引起呼吸器官伤害或其他并发症。因此，焊接时要确保通风，以免烟气滞留。

(4) 是火灾和爆炸：由于焊接是使用电源，热源等，防护不当易引发火灾和爆炸。因此，在焊接工作中，注意防范在焊接和加热过程中喷溅出的火花，溅渣等是有导致火灾或爆炸的危险。必须配备必要的消防器材。

由于我十几年来在安全上措施得力，不论是高空作业，还是在场内焊接，不论是白天还是黑夜，都未出现任何安全事故，为企业赢得了效益。

1、爱岗敬业，脚踏实地做好自己的本职工作。

工作需要，自己就要立即行动，工作就是命令，不能有任何的条件可言。

2、在平凡的工作岗位上，去努力实现自己的人生价值。

自己从参加工作以来，一直从事焊接工作，可以说把理想、青春都献给了电焊这一行事业。曾今也有过困惑迷惘，也动摇过。经过领导和同志们的帮助，从新认识了这一职业。一个人的价值取向决定人的奋斗目标，心有多大，舞台就有多大，这就是实现人生价值的努力所在。我的价值观可以用一句话来概括：就是站好每一班岗，做好每一件事，把自己所学的知识与企业的建设相融合。

3、为企业的发展服务，扎根本职工作，忠于本职工作，做一个爱岗敬业的好职工，要珍惜自己的本职工作，对工作尽职

尽职，一丝不苟，忠于工作。

把个人的利益与企业的并集益相统一，处处为工作着想，事事从企业的利益出发，积极干好自己的本职工作。争创“一流服务”，在平凡而普通的岗位上，去努力实现自己的人生价值。

回首过去，尽管取得了一些成绩，但与发展中的社会相比，差距甚远。我必须进一步努力学习，专研业务，不断提升自己的思想和业务素质，干到老，学到了，把现代的科学技术知识注入到现实工作中去，以突破焊接技术质的飞跃，使自己的本职工作再上一个新台阶。

焊工年终总结篇三

时光如梭，转眼间20__即将过去。一年里，我学到了很多，从前的少不经事，而今成长成了一个有理想有壮志的青年。在公司的日子里，我真切地体会到了公司领导坚持“以人为本，关爱员工”的理念，也耳濡目染了公司领导“千磨万击还坚劲”的气魄。在对你们肃然起敬的同时，我相信一年里我所有的艰辛和汗水都是值得的，我为能成为你们团队中的一员而骄傲。

刚进入公司的时候，我什么也不懂，很多技术上的东西也不是很熟练，是公司的领导和同事在生活和工作上给予了我很多的鼓励和帮助，我才能做到如今的成绩。在工作的同时，我利用闲暇时间自主学习，将学习到的知识运用到工作中去，努力进取，试图在专业技术上取得更加优异的成效。科技的进步与创新不仅仅是为公司做贡献，更是在位社会和国家做贡献，尽管现在还没有取得较为显著的成绩，但是我相信，只要我坚持不懈，一定能在工作上取得进步，为公司做出更大的贡献。

在公司工作期间，我自主完成领导布置安排的任务，积极参

加公司组织的培训和活动，加强和同事的合作。从乐东平台工程，番禺导管架工程，到国外的c越南、组快和澳大利亚组快工程，我都努力保证最好的完成任务，不仅提高施工速度，更要保证施工质量，争取在最短的时间内完成超额任务。在努力工作的同时，我仍然不断完善自己，汲取知识，在参加的初级技工考试中取得了第12名的成绩，虽然这个成绩并不是很优秀，但是足以表明我的技工水平已经有了很大的提升。干一行，爱一行，我对电焊工作的热爱和执着会激励着我向着更好更高的目标发展。三百六十行，行行出状元，为什么这个状元就不能是我呢。平凡的职业上，依然可以做出不平凡的事迹。

在我如今的成绩面前，除了我个人辛勤劳作的汗水外，也离不开公司的领导对我的大力栽培。公司提供给我们与公司发展目标一致的培训与发展机会，提升了我们的竞争能力。领导们“不经历风雨，怎能见彩虹”的气魄，一个个优秀劳模的个人事迹，一项项国际领先水平的工作技术，无时无刻不在激励着我向前进。公司的良好学习竞争氛围，也成了我奋进的力量源泉。在工作上，你们是我学习的榜样；在生活中，你们是我贴心的朋友。公司坚持“以人为本”的企业文化，从细节上进行人性化管理，全方位关注员工健康、生命安全。

1、学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种家装相关知识，并用于指导实践。

2、“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中不断学习业务知识，通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

3、不断锻炼自己的胆识和毅力，提高自己解决实际问题的能力，并在工作过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情、细致地的对待每一项工作。

焊工年终总结篇四

的一员而骄傲。

进步，为公司做出更大的贡献。

在公司工作期间，我自主完成领导布置安排的任务，用心参加公司组织的培训和活动，加强和同事的合作。干一行，爱一行，我对电焊工作的热爱和执着会激励着我向着更好更高的目标发展。三百六十行，行行出状元，为什么这个状元就不能是我呢。平凡的职业上，依然可以做出不平凡的事迹。

的企业文化，从细节上进行人性化管理，全方位关注员工健康、生命安全。

划如下：

种家装相关知识，并用于指导实践。

不断的提高自己的各项业务技能。

服急躁情绪，用心、热情、细致地的对待每一项工作。

最后，谢谢领导的批阅，并给予批评指正。

尊敬的领导：

您好！时光如梭，转眼间在中海油的日子已四年有余。四年里，我学到了很多，从前的少不经事，而今成长成了一个有理想有壮志的青年。在公司的日子里，我真切地体会到了公司领导坚持“以人为本，关爱员工”的理念，也耳濡目染了公司领导“千磨万击还坚劲”的气魄。在对你们肃然起敬的同时，我相信四年里我所有的艰辛和汗水都是值得的，我为能成为你们团队中的一员而骄傲。

刚进入公司的时候，我什么也不懂，很多技术上的东西也不是很熟练，是公司的领导和同事在生活和工作上给予了我很多的鼓励和帮助，我才能做到如今的成绩。在工作的同时，我利用闲暇时间自主学习，将学习到的知识运用到工作中去，努力进取，试图在专业技术上取得更加优异的成效。科技的进步与创新不仅仅是为公司做贡献，更是在位社会和国家做贡献，尽管现在还没有取得较为显著的成绩，但是我相信，只要我坚持不懈，一定能在工作上取得进步，为公司做出更大的贡献。

在公司工作期间，我自主完成领导布置安排的任务，积极参加公司组织的培训和活动，加强和同事的合作。从xx乐东221平台工程□xx番禺导管架工程，到国外的modec越南、巴西组快和xxmodec澳大利亚组快工程，我都努力保证最好的完成任务，不仅提高施工速度，更要保证施工质量，争取在最短的时间内完成超额任务。在努力工作的同时，我仍然不断完善自己，汲取知识，在参加的初级技工考试中取得了第12名的成绩，虽然这个成绩并不是很优秀，但是足以表明我的技工水平已经有了很大的提升。干一行，爱一行，我对电焊工作的热爱和执着会激励着我向着更好更高的目标发展。三百六十行，行行出状元，为什么这个状元就不能是我呢。平凡的职业上，依然可以做出不平凡的事迹。

在我如今的成绩面前，除了我个人辛勤劳作的汗水外，也离不开公司的领导对我的大力栽培。公司提供给我们与公司发展目标一致的培训与发展机会，提升了我们的竞争能力。领导们“不经历风雨，怎能见彩虹”的气魄，一个个优秀劳模的个人事迹，一项项国际领先水平的工作技术，无时无刻不在激励着我向前进。公司的良好学习竞争氛围，也成了我奋进的力量源泉。在工作上，你们是我学习的榜样；在生活中，你们是我贴心的朋友。公司坚持“以人为本”的企业文化，从细节上进行人性化管理，全方位关注员工健康、生命安全。

1、学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。

我将坚持不懈地努力学习各种家装相关知识，并用于指导实践。

2、“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中不断学习业务知识，通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

3、不断锻炼自己的胆识和毅力，提高自己解决实际问题的能力，并在工作过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情、细致地的对待每一项工作。

最后，谢谢领导的批阅，以及对我的报告给予的批评指正。

报告人：***

年月**日

焊工年终总结篇五

本人执行国家和本公司各项管理条例和管理制度，抽空时间从报刊、杂志、书籍、互联网中进行学习，努力提高自己的政治素养，以便能更好的为公司及部门工作服务。

有句熟话说“做一行就要爱一行”，我本着这种想法全身心的投入到电焊工工作中，为了搞好工作，提高自己的专业水平，我虚心向公司领导及从事此行业的前辈学习，采取他们的长处补己之短，然后自己摸索钻研实践，逐步熟悉领会电焊的基本要领，明确了工作的程序、方向，不断提高工作能力，在具体的工作中形成了一个清晰的工作思路，能够顺利的开展工作并熟练圆满地完成本职工作。

工作中我态度端正，坚守岗位，认真负责，完成自己任务的同时还能协助其他同事完成任务，热爱自己的本职工作，能够正确认真的对待每一项工作，工作投入，热心为大家服务，

认真遵守劳动纪律，保证按时出勤，出勤率高，有效利用工作时间，需要加班完成工作按时加班加点，保证工作能按时完成，工作质量优秀，效率高，为公司及部门工作做出了应有的贡献，多次获得公司领导和同事的好评及被评为公司的先进工作者。

成绩和进步有目共睹，但仍然有需要改进的地方，比如施工中材料的放置安排不足，往往是这个事情完了后到处找需要的材料进行下个工作，因此端误了很多工作时间。为此我专门花时间培养自己的细心程度，已经取得一定效果，相信不久后这个毛病就能改掉。

展望未来，在今后的工作中，我将努力提高自身素质，克服不足，学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种电焊相关知识，并用于指导实践。“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中不断学习业务知识，通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能，使管理科学化，操作规范化，施工机械化。不断锻炼自己的胆识和毅力，提高自己解决实际问题的能力，并在工作过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情、细致地的对待每一项工作。积极推广和应用“新科学，新技术，新工艺，新材料”。

焊工年终总结篇六

本人出生于×年，年龄×岁，毕业于××学校。现读专业。×年参加工作，在学习电焊工，先后在和任电焊工。×年至今在××公司工作。现任机修钳工班长。十七年来，在领导的教育和同志们的帮助下，本人通过刻苦钻研业务，努力学习专业业务知识，在电焊这个平凡的工作岗位上，兢兢业业，扎扎实实，任劳任怨，尽职尽责。在平时的工作中自己认真虚心向老师傅学习，向有经验的同志请教，不断提高自己专业技能，充实自己。多次参加由劳动人事部门组织的专业培训，并获得电焊工合格证。经刻苦努力学习×年

取得焊工三级资格证书。由于自己平时工作勤奋刻苦。截止目前，我能进行手工电弧焊，气焊 CO_2 气体保护焊，氩弧焊，埋弧焊五种焊接操作。

一、提高专业技能，勇创业务佳绩

本人从事电焊工十七年，一边学习，一边工作。工作中尽心尽力，在工作中能做到安全文明生产，未发生一起大小事故。积极钻研业务、，不断提升自己的专业水平，为企业的发展做出了贡献，焊接合格率达到100%，多次被评为企业的先进生产工作者和先进标兵。在电焊工这个最为平凡的工作岗位上，努力实现自己的人生价值。为我们的企业发展做出自己应有的贡献，努力做好传、帮、带工作，充分发挥自己的才智。公司在进行几次大的设备改造安装中，我带领大家出色的完成了任务，为公司节约了资金，至今运转良好。

1、工作一年后取得焊工，手工电弧焊操作资格证书，工作中一边工作一边学习，在中国六冶工作时，我认真勤奋学习、学会了 CO_2 保护焊与埋弧焊操作要领，并取得焊工四级资格证书。抚顺铝厂电解槽的扩建、通辽铝厂电解槽的扩建、霍林河铝厂电解槽的承建，都有我辛勤劳作的成果。

2、 \times 年来到通辽锅炉厂工作，在这里学会氩弧焊，并取得锅炉压力容器焊接资格证书。制作一批电厂锅炉省煤器和安装锅炉等。 \times 年来到霍煤碳素后在通辽市技校高级焊接班学习理论和实践操作， \times 年经理论和实践考试合格，取得三级资格证书。至今一直在霍煤碳素机修车间工作。

3、 \times 年担任技改班，班长、带领全班人员参加我公司的富氧工程和磨粉车间承建工程。 \times 年担任管道水暖班，班长、在工作中总结出带压焊接管路技能。 \times 年经组织需要担任钳工二班，班长、我班主要管理恩德炉的检修。根据以往的经验我带压补焊过恩德炉气柜裂纹，和在不停产的情况下补焊低温下灰旋风除尘器等。为企业带来了很大的经济效益。努力

做好传、帮、带工作，为我们企业多培养一些人才。经我带的人现在已经能够独立完成工作，并且有的也已经当上了班长。为公司做出了应有的贡献。

二、提高安全意识，确保安全生产

(1)是电击：焊接或切割工作中可能造成电击的设备包括，照明灯及各种电动工具。首先要注意设备，机具及动力配置是否安全，合格。其次要保持干燥并定期进行保养。

(2)是电弧辐射：电弧是一道强光，内含可见光，紫外线，红外线等。其辐射易造成人体眼睛及皮肤伤害。因此，在工作中必须佩戴滤光玻璃头盔和面罩，工作处放挡板，以免伤及他人。(3)是烟气污染：烟气主要来源于母材，涂料受热蒸发或发生燃烧生成。易引起呼吸器官伤害或其他并发症。因此，焊接时要确保通风，以免烟气滞留。

(4)是火灾和爆炸：由于焊接是使用电源，热源等，防护不当易引发火灾和爆炸。因此，在焊接工作中，注意防范在焊接和加热过程中喷溅出的火花，溅渣等是有导致火灾或爆炸的危险。必须配备必要的消防器材。由于我十几年来在安全上措施得力，不论是高空作业，还是在场内焊接，不论是白天还是黑夜，都未出现任何安全责任事故，为企业赢得了效益。

三、热爱本职工作，干一行爱一行

1、爱岗敬业，脚踏实地做好自己的本职工作。做好焊接工作，首先要有高度的责任感，对工作兢兢业业。个人利益服从全局利益，服从领导，听从安排，当好企业的后勤兵，做好服务。对工作要精益求精，不厌其烦。有时要牺牲自己的休息时间，只要工作需要，自己就要立即行动，工作就是命令，不能有任何的条件可言。

2、在平凡的工作岗位上，去努力实现自己的人生价值。自己

从参加工作以来，一直从事焊接工作，可以说把理想、青春都献给了电焊这一行事业。曾今也有过困惑迷惘，也动摇过。经过领导和同志们的帮助，从新认识了这一职业。一个人的价值取向决定人的奋斗目标，心有多大，舞台就有多大，这就是实现人生价值的努力所在。我的价值观可以用一句话来概括：就是站好每一班岗，做好每一件事，把自己所学的知识与企业的建设相融合。

3、为企业的发展服务，扎根本职工作，忠于本职工作，做一个爱岗敬业的好职工，要珍惜自己的本职工作，对工作尽职尽责，一丝不苟，忠于工作。把个人的利益与企业的并集益相统一，处处为工作着想，事事从企业的利益出发，积极干好自己的本职工作。争创“一流服务”，在平凡而普通的岗位上，去努力实现自己的人生价值。

四、刻苦勤奋，继续做好自己的本职工作

回首过去，尽管取得了一些成绩，但与发展中的社会相比，差距甚远。我必须进一步努力学习，专研业务，不断提升自己的思想和业务素质，干到老，学到了，把现代的科学文化知识注入到现实工作中去，以突破焊接技术质的飞跃，使自己的本职工作再上一个新台阶。