

# 2023年高铁实训总结(精选5篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 高铁实训总结篇一

天气：阴

实习地点：蒸阳路跨线桥

今天，在老师的带领下，我们走出校门便来到了蒸阳南路跨线桥。在这里我们认真的观察，仔细的倾听老师的讲解，让我们知道了这座桥的桥墩为桩柱式桥墩(每个桥墩上有五个板式橡胶支座，下面铺设钢筋)等等。

该桥的主要施工方法是悬臂法施工。悬臂法浇筑法又称无支架平衡伸臂法或挂篮法，所用的主要的设备是挂篮。通过挂篮的前移，对称地向两侧跨中逐段浇筑混凝土，并施加预应力，循环作业。

悬臂施工方法是桥梁工程上用的，施工大跨度箱形梁之类的连续刚构桥墩时，先施工桥墩，由桥墩向两侧先施工一段箱形梁，等到它的强度达到设计值时，在这段悬臂梁上用挂篮向前伸出后再支模板，再浇筑一段梁，反复这样，直到由两侧施工的悬臂梁最后在中间相遇合龙，桥梁结构部分施工完成。

## 高铁实训总结篇二

岁月匆匆，来到中铁十六局五公司已有一年。一年的时间，

对于岁月的长河，不过是短暂的一瞬，但是对于我自己来说，是一段漫长而艰辛的时光。一年中，有欢声笑语、幸福满足，也有愤怒无奈、忧愁烦恼，有激情飞扬、充实舒心，也有沉郁迷惘、泪落无声。而最让我欣慰的是，一年来，在各级领导的关心和帮助下，我和企业一起发展，共同经历了凤凰涅槃般的激情岁月。

20xx年7月，在没有任何思想准备的情况下，我被分配到京沪高速铁路三标二分部工作。说实话，当时我并不情愿，一是觉得条件艰苦；二是没有上下班的概念。最后，我还是毅然服从了组织安排，来到了这非常陌生的工地，从此我踏上了漫漫征程，与建设者们一道为公司为京沪高速铁路奉献无悔的青春。

20xx年下半年是京沪高速铁路攻坚战时期。面临时间紧，任务重，压力大，项目经理组织部室以上领导展开讨论，积极响应各级领导的指示，决定从实际出发开展“百日大干”活动，以此来调动全体员工的生产积极性，确保百日大干计划的实现。在百日大干中，广大团员青年在项目部党工委的正确领导下，个个任劳任怨，不亢不卑，坚持艰苦奋斗，紧紧围绕施工生产任务，制定好施工方案，在保证安全质量前提下，紧抓工程进度，在项目部百日大干的施工生产活动中表现出色，截止九月底圆满的完成了各项施工任务。我作为一名办公室人员，努力参与，积极做好文件的收发工作，及时传递信息，合理安排车辆，保障了所有部室与现场使用的车辆，同时做好后勤管理工作，给大家提供舒适的生活环境。

我分部承建的京沪高速路dk587+185.26——dk595+895段位于鲁中南滕州市东沙河镇境内，低山丘陵及丘间平原，地表剥蚀，部分地段基岩裸露，地下岩性溶洞居多，施工难度大，是京沪高铁项目地质条件最复杂地段之一，同时为达到世界第一的时速，对于安全与质量就显得尤其重要。在施工进程中，我们青年突击队始终坚持“尽心尽力，塑造精品”的工作宗旨，工程质量始终处于受控状态，保证了我管段内

的施工质量合格率为100%，得到了业主及监理单位的高度赞扬，超额完成计划施工量，并在各项检查中多次被评为第一名；在路基附属工程方面严格加强施工管理，得到了监理、局项目部及其他七个分部的认可和称赞，并获得济南指挥部绿色通知单；在京沪公司、济南指、总监办、集团公司及局项目部等领导的检查中多次获好评。作为一名办公室成员以各级单位印发的报刊杂志为依据不断的学习，努力做好宣传报道工作，为项目及时掌握工作动态、全方位准确宣传项目的工作业绩和展现形象发挥了重要作用。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。成绩只证明过去，努力才能创造未来。今后我要与大家一起百倍努力，扎实前进，为企业为祖国贡献绵薄之力。

### 高铁实训总结篇三

本人牢记铁路“三点共识”和“三个重中之重”，扎实做好安全风险管理和高铁介入工作，整体推进各项安全生产工作。一年来，本人认真履行安全管理工作职责，按照段1号文件精神，明确安全奋斗目标，参与安全风险管理工作，确定安全风险项目8项，风险项点116个，制定控制措施533条，制定25个作业岗位安全风险卡、表，制定33个干部岗位风险职责牌。全年共发现处理a类、aa类病害共293处，发现并制止处理违章作业行为19件。

本人在高铁工作主要体会如下：

一是做好安全风险管理工作。按照铁路局、公司“安全风险管理工作年”的部署和要求，进一步明确干部管理职责，完善工作量化考核要求，对施工项目、作业内容、工作方法、作业环境、人员状况、设备状态、管理因素等系统风险实行动态排查分析，从岗位作业标准和干部安全管理上控制安全风险。二是加强外单位施工安全监控。针对施工作业对质量观念不强，方法简单、抢进度多重质量少以及违章行为等一系列问题，

积极提醒和协调施工负责人，并认真做好安全记录；对影响列车运行的作业，检查线路开通前，落实人员记录，签认放行列车条件。同时，针对施工过程中存在的问题，每发现一处，要求整修一处，确保达标一处，保证了各种施工有序平稳进行，安全无事。三是努力为生产进度当好帮手。

5月至10月防洪期间，本人落实干部包保班组和道口检查制度，深入到包保班组、道口蹲点检查，对重点隐患排查，做到横向到边，纵向到底，细致入微的检查。特别是对防洪重点地段进行了严格检查，并加强对现场监督管理力度，有针对性地深入作业现场，了解现场情况，徒步检查线路149公里，发现线路侧沟淤塞、翻浆冒泥、高低方向不良、螺栓扣件松动缺少、轨枕与铝热焊接头间距不符等各类隐患问题78处，落实消除安全生产工作中存在的死角，为营造了良好的安全生产秩序作出了努力。

四是进一步规范高铁施工现场调查、签订协议、申报计划、审批、落实检查监控、验收等流程。对外单位施工监控点对点配合，重点盯控外单位施工负责人、现场防护员未到场或本单位监控人员未到场，严禁外单位开工作业。五是配合高铁工作上积极主动。11月初从衡阳高铁培训回来后，认真在高铁安调组做好有关介入配合工作，参加高铁线路验收和问题追踪整改，检查外单位施工过程中，发现不利于施工的问题，及时与外单位施工负责人反馈，落实逐级负责制，下发安全整改通知书3份，切实解决“严不起来、落不下去”的问题。针对高铁民工施工作业对质量观念不强，方法简单、抢进度多重质量少以及违章行为等一系列问题，积极与外单位安质部人员反应，加强联合教育，对影响列车运行的作业，坚持按天窗点办理，并检查线路开通前，落实人员记录，签认放行列车条件。同时，针对施工过程中存在的问题，每发现一处，要求整修一处，确保达标一处。提高规范管理意识，通过反复的学习高铁安全知识，使自己掌握和熟悉了高铁管理基本标准，为钦防高铁接管有序平稳进行做出了一定成绩。

在认真总结过去一年工作的同时，本人也清醒认识到自身存在的问题，一是工作方式方法还过于简单，有时为了追求进度，督促方法不当，个别职工不乐间接受；二是业务知识还不全面，有些决定性的工作把关主意还拿不稳定。以上问题，有待于今后努力学习，重点整改，不断提高自身工作能力，为安全生产作出更大的成绩。

## 高铁实训总结篇四

很荣幸参加了段里组织的“高铁乘务员培训班”，通过这次的培训学\*\*，我切实感受到了自己生活中存在的误区，工作中存在的问题。大脑不断更新，很多模糊的快被遗忘的东西，又一次的清晰；内心的目标，又再一次变得明朗。这次的培训在形式上和内容上有很大的不同，在工作和生活两方面对大家进行了疏导，让大家耳目一新，形式上不再是以往的传教式，而是增加了提前问卷调查数据分析课上互动交流等；内容上也有很大突破，分享了压力方面的问题和互联网形态下的社会，让我们开拓了视野，增长了见识。

培训老师用新颖幽默的方式讲解了，什么是压力，怎样科学管理压力。压力无处不在，在压力面前，不好做一个懦弱，应对压力，要学\*\*并领悟坦然应对，当没有压力的时候，其实是在走下坡路，我们要多向身边人学\*\*，多向教训学\*\*，多向书本学\*\*，科学管理压力。课后，我们对“怎样对待工作中的压力”和“日常生活中个人减压方法有哪些”进行了探讨，大家在轻松愉快的氛围中各抒己见，互相交流减压方法，沟通减压技巧。莎士比亚曾说过“压力是一把双刃剑”，正确的对待压力可以使人进步，反之，它则成为你失败的根源。现实生活中，要学会应对压力，用阳光的心态直面生活的风雨，才能不让自己的心被风雨淋湿。

作为一名餐服长，这次培训让我对自己所在岗位有了更深层次的理解。培训老师说“主宰企业影响企业的最重要群体是班组长，阻碍企业拖垮企业的最重要群体是班组长”，刚开

始听到我是不理解的，后来在老师的讲解过程中，结合自身餐服长的职位思考，我开始理解这句话的含义，也认识到了自身职位的重要性。我要不断锻炼自己的能力，快速跟进上级领导布置的工作，按时保质保量负责责任的完成，管理好班组成员落实各项工作，促进整个班组执行力的提高。做好每一个今天的事，胜过要做无数个明天的事。

殷段对客服、安全系统的大数据分析让我们对工作有了更系统的认识，重点问题的点评警醒了我，自己，八种工作方法的分享指引了自己的工作方向。“不要差不多，盯住最完美”，完美只有开始没有结束。我们经常说的一句话就是“差不多得了”然而这句话背后藏着深深地隐患，若干个“差不多”等于“差很多”，殷段还提出“保持良好的心态，不忘初心，方得始终”，是的，我们刚刚走上高铁乘务员这个工作岗位的时候，相信每个人的心中都是为自己能够穿上这身光鲜亮丽的制服而自豪的，学\*\*时积极主动，值乘时热情高涨，心中想着一定要把工作做好，作为初学者对一切持敞开的态度，那时的我们就像一个空杯子，随时可以接受新的事物学\*\*，对工作充满好奇和探索，然而，当我们做了几年乘务工作后，我们的的好奇心和新鲜感逐渐退去，我们是否还保持着当初的那份热情呢？我们在日复一日的重复工作中是否还保持着我们初来时的状态呢？经过思考，我更加明确了自己的工作方向。

最后殷段对调查问卷问题进行的整理，对大家的各方面的问题进行的解答，像是家长和孩子的谈心，像是老师对学生的指导，使我们倍感亲切，也使我们深深感受到段领导对我们工作和生活的关心。经过两天的培训，完全打破了我没有培训之前的想法，让原本对生活和工作认识不深刻的我，有了全新的认识：工作与生活是相互的，相互影响，相互给予力量。这次培训让我感受到了领导们的良苦用心，我将不辜负领导的希望，做最好的自己！

## 高铁实训总结篇五

时间如流水，转瞬即逝□xx年已马上接近尾声。我到公司工作已将近xx年了，这一年来是我人生旅途中的重要一程，也是人生中弥足珍贵的经历，给我留下了精彩而美好的回忆。在这段时间里领导和同事给予了我足够的宽容、支持和帮助，让我充分感受到了领导们的广阔胸襟，感受到了交运人的豁达和真诚。也许有人会这样认为，乘务工作不外乎是剪票打扫卫生而已，是一种体力劳动。其实不然□xx年的工作经历使我认识到要做好这份工作并不容易，是要靠心灵去感受、体验，乘务工作是一种心灵艺术。在这xx年的时间里，我在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过自身的不懈努力，各方面均取得了一定的进步，但也有很多不足之处。现将我的工作情况作如下汇报：

记得第一次上车为旅客服务时，所有的一切对于我来说，既新鲜也处处存在挑战。不懂就学，是一切进步取得的前提和基础。在这段时间里我认真学习了关于乘务工作的相关资料和公司相关规定，再加上日常工作积累和师傅对我的悉心教导。现在我对乘务工作有了较为深刻的认识和理解，也意识到了乘务工作的重要性。我们的乘务工作，她不仅仅是检票整理卫生，更重要的是在旅途中为旅客提供舒适而又安全的服务，让旅客能体会到华湘公司优秀的企业文化精神，让旅客能有一个称心、舒心的旅途。

根据岗位职责和要求，我觉得乘务员的主要工作任务是：

- 1、负责对旅客的服务。
- 2、满足旅客在旅途中的各种合理的要求。
- 3、协助司机师傅对车上旅客的安全负责。通过完成上述工作，使我认识到一个称职的乘务员不仅要有良好的语言表达能力、良好的沟通技巧，还应该有着同志之间相互协作的精神。“我

为人人，人人为我，互相帮助，互相支撑而又互相服务”，从这个角度去理解服务会让更多的人明白：“我在为别人服务的同时，别人也在为我服务，我在努力让别人开心的同时，别人也会尽力让我满意”，这将是多么美好的良性循环。我相信随着我工作经验的不断积累，我将在今后工作中不断总结自己，鞭策自己，使自己早日成为一名优秀的乘务员。xx年又是一个充满激情的一年，在今后的乘务工作中，我将努力提高自身的素质，克服不足。“学而不思则罔，思而不学则怠。”时代的发展瞬息万变，我应该边工作边学习边总结自己。我将坚持不懈地努力学习新的乘务知识，并应用到实际的乘务工作中去。“他山之石，可以攻玉。”在以后的乘务工作中，我将不断地向老的乘务员学习，细心听取他们的教导，从而使自己的业务水平和工作技能都得到提高。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、细致地对待每一项工作。