

最新实训总结报告(通用5篇)

在当下这个社会，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

实训总结报告篇一

会计是一门实习性很强的学科，经过三年半的专业学习后，在掌握了一定的会计基础知识的前提下，为了进一步巩固理论知识，将理论与实习有机地结合起来，本人于20__年x月__日至__日在北京斗山食品有限公司财务部进行了为期两周的专业实习，以下是此次实习中的一些心得和体会。

公司的财务部并没有太多人，设有一名财务经理，一名出纳。此次负责我实习的是公司财务经理一张经理，张经理根据我两周的实习时间，主要是让我了解财务的使用和会计处理的流程，并做一些简单的会计凭证。公司采用的是金蝶财务，从编制记账凭证到记账，编制会计报表，结帐都是通过财务完成。我认真学习了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程，掌握了金蝶财务的操作。实习期间我努力将自己在学校所学的理论知识向实习方面转化，尽量做到理论与实习相结合。在实习期间我遵守了工作纪律，不迟到，不早退，认真完成领导交办的工作。

刚到会计部张经理就叫我先看她们以往所制的会计凭证和附在会计凭证上的原始凭证。由于以前在学校做过会计凭证的手工模拟，所以对于会计凭证不是太陌生，因此以为凭着记忆加上学校里所学过的理论对于区区会计凭证完全可以熟练掌握。但也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石——会计分录，以至于后来张经理让我尝试制单的时候感

觉到有些困难。于是我只能加班补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单，汇票，发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为编制会计凭证做好准备。

见习了两天后，张经理给了我一些原始凭证，让我审核原始凭证后编制记账凭证。我根据原始凭证所必需的要素认认真真审核了原始凭证后，进入金蝶会计的录入记帐凭证的界面，先按此笔业务录入简明而清楚的摘要，然后按会计分录选会计科目，并在相应的会计科目的借方和贷方录入金额，最后在检查各个要素准确无误后，按下保存并打印出记帐凭证和相应的原始凭证钉在一起。刚开始我制作的速度比较慢，而且在张经理审核凭证时能发现一些错误的凭证。但是通过几天的联系后在速度和准确度上都提高了不少。通过一周多的编制记帐凭证工作，对于各个会计科目有了更加深刻而全面的了解，并且对于我把书本知识和实习的结合起到了很大的作用。

编了编制记帐凭证，张经理很有耐心地给我讲解了每一种原始凭证的样式和填写方式以及用途，而且教我记帐，打印所需要的帐簿以及查询凭证等财务的一些常用的操作。有了这些基本认识并熟练了财务的操作以后学习起来就会更加得心应手了。从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么回事。

除了做好张经理所安排的各项工后，我也会和出纳学学知识。别人一提起出纳就想到是跑银行的。其实跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原来跑银行也不是件容易的事，除了熟知每项业务要怎么和银行打交道以外还要有吃苦的精神。想想寒冷的冬天或者是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往

银行跑，那就不是件容易的事了。而且，出纳的业务比较繁琐，还要保管现金，支票和收据等等，所以需要非常细心，对于比较粗心的我来说，这也是非常有必要学习的。

是的，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。如今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，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，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，而自己也虚心求教，使得两周的实习更加有意义。

此次的实习为我们深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力。利用此次难得的机会，我努力工作，严格要求自己，虚心向财务人员请教，认真学习会计理论，学习会计法律，法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的会计技能，从而意识到我以后还应该多学些什么，加剧了紧迫感，为真正跨入社会施展我们的才华，走上工作岗位打下了基础！

会计出纳实训总结报告范文

实训总结报告篇二

时光飞逝，短短两个月，六十个日日夜夜的快乐时光，今天已圆满结束了，初为人师，我们倍感骄傲与自豪。既深入教学，有辛勤育人，我们全体实习生一路走来，颇多留恋，诸多感慨。在已圆满完成实习工作的此时此刻，我们要感谢我们的实习学校__中学的领导，指导教师以及原班主任的帮助与照顾，在短短两个月的实习期间，给与我们工作的指导，生活的关心，使得我们的实习工作顺利，圆满地完成，借此

机会对我们的指导教师表示衷心的感谢，谢谢你们！我们的实习大致可分为三个阶段。

一、准备阶段

也就是前两个周的时间。这段时间我们主要通过多看多听来深入学生，熟悉教学环境，为全面实习的开展奠定坚实的基础。由于我们的实习恰逢新课程改革，所以我们刚到__中学时茫然不知所措，大学里学到的知识似乎一下都变成了纸上谈兵，老三段的教学模式在中学里已完全不适用，这体育课教案该怎么写，体育课到底该怎么上我们就带着诸多疑惑开始了实习。这段时间，一中的指导教师组织了几名省市优质课获奖的教师给我们上了几堂课，而且每堂课还附带一堂说课评课，给我们介绍他们的先进教学经验。另外，指导教师还组织我们集体观摩了有丰富经验的老教师上的训练课，这期间我们还通过个人自学和集体讨论的形式进一步深入研究新课程教学。总之通过这段时间的学习我们的问题都迎刃而解，新课程教学在我们脑子里也就不再神秘了。

二、实践阶段

从第三周开始我们的实习也就全面展开了，为此指导教师给我们制定了非常详细和全面的实习计划，凡是中学体育教师能遇到的工作几乎都涉及到了，涉及面非常广，包括体育课堂教学，体育队的训练，见习班主任，课外体育活动的组织，裁判实习等等，而且这期间体育部的工作基本上是以我们全体实习生为主，指导教师指导为辅，指导教师让我们放手大胆去探索，去研究，给我们充分自由发挥的空间。这期间我们全体实习生本着对学生高度负责的认真态度，坚持“健康第一，快乐体育”的教学理念，认认真真备好每一堂课，尽努力上好每一堂课。体育队训练方面，在指导教师的指导下，我们积极编写全年训练计划和课时训练计划，努力使自己的训练更系统，更全面。总之，我们的工作受到了校领导和全体教师的认可，同时，也深受学生们的欢迎。

三、提高阶段

也就是最后两个周的时间，这段时间我们就进入到全面提高阶段。我们开始准备我们的“优质课”，包括一堂内堂课，一堂训练课和两次外堂课，这期间指导教师的指导更加细致，更加认真了，指导贯穿到整节课的各个环节，包括编写教案，课堂教学，课后总结。另外指导教师还组织我们观看了莱州市体育教师优质课评选活动，使我们受益匪浅。总之，通过这段时间的工作与学习，使我们的能力得到了全面的提升。

最后，又一件事是不得不提的，也是我们终生难忘的，那就是和__中学师生告别时感人的场面。20__年最后一天的清晨，天还没亮，天空中纷纷扬扬飘起了雪花，学生们早早就起来了，把我们的行李都搬了下来，我们的脚步也不自觉沉重了起来，车来的时候，学生们再也控制不住哭了起来，实习老师们眼里也都闪烁着泪光，接下来，我们依依和__中学的老师握手告别，和学生们依依拥抱惜别，场面很是感人，很多实习老师都发出了“__中学，不虚此行”的感慨，这一刻也更加坚定了我们成为一名人民教师的决心，同时这个场面也是我们在__中学实习成果的证明。所以我们__一行是非常圆满的，非常成功的。

总而言之，教育实习是我们更加坚定了献身教育事业的决心，在莱州一中的实习为我们的人生起了个好头，我们将继续以认真和高度负责的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身素质和能力水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

实训总结报告篇三

如何搞好金工实训, 提高学生的动手能力和创新能力是金工实训课程教学改革的重要课题。本文是本站小编为大家整理的金工实训总结报告范文, 仅供参考。

“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。金工实习为我们建立了一个学习、锻炼的平台。通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多，它培养了我们的观察能力、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。

从3月份到6月份，我们在在实习基地进行了为期15.5天的实训(每周周六/周五)。我们的这次一共15.5天的金工实习在轻松而又愉快的气氛中圆满结束了，我们每个人都有自己完成的几件工件，虽说质量不尽人意，但是它其中凝结的汗水值得我们为之欣慰。总的来说这次实习活动是一次有趣而且必将影响今后学习和工作的重要实践经验。

这次实习中，要求我们在金工实习过程中通过独立地实践操作，熟悉有关机械制造的基本工艺知识、基本工艺方法和基本操作等，要初步了解并掌握要求的5个工种各种操作的要领，以及独立制作简单零部件能力。

焊工：了解电焊这门工艺的基本原理，掌握电焊的基本操作工具以及焊接的几种常见的方法，学习平焊和平焊运条方法，掌握焊接的手法技巧。运用平焊以及平焊运条熟练掌握使用电焊的手法。

焊接步骤及其注意事项：1、整理好着装。由于进行电焊操作的时候有火花、铁屑飞溅，而且稳定很高，因此需要佩戴好老师提供的专用帽子、手套。2、开启电源，调到需要的电流。用焊枪夹着焊条进行引弧。在引弧时一定要戴上面罩，避免眼睛直接受到引弧时强光的刺激，防止打眼。3、进行焊接。在焊接时候，要注意练习手法、站姿。老师教我们的云条的

方式有多种，最常见的是月牙形和环形。运条时一定要手法平稳的进行。4、在完成运条后，老师还让我们练习将两条焊痕的中间填平。这时候要将电流适当调大到130安培。缓慢的画月牙形进行运条。手法一定要稳，这样才能保证焊接的平。

在这两天的电焊实习中，感受最深的就是一个字“累”。自己平时锻炼得其实不多，工作起来比较辛苦。自己平时锻炼得其实不多，工作起来比较辛苦。但我感到对自己很满意。操作过程中老师反复强调在使用电焊的过程中，尤其是引弧的时候，一定要戴上面罩，以防止伤了眼睛。这让我进一步认识到在工程中安全、细心、谨慎的重要性。

数控车床：数控车床可以说是最轻松的一个活了。不过看似简单的一个工种，技术含量却是最高。工人不仅要会操作数字设备，还要看得懂数字符号的含义，会编写数控车床的程序，也就是要会按要求输入控制车刀的走向，速度，变换的代码等等。通过数控车床的操作及编程，我深深地感受到了数字化控制的方便、准确、快捷，只要输入正确的程序，车床就会执行相应的操作。数车编程要求非常高，编辑错一个符号就可能导致数车运行不了。

不过编程对我来说并不是非常的难，编程指导也讲解得很详细明白。很快我就按老师的要求编译完成了切割尺寸要求深度和长度的螺纹的程序，并在计算机模拟数控车床程序里成功运行。

数控车床是数字程序控制车床的简称，它集通用性好的万能型车床、加工精度高的精密型车床和加工效率高的专用型车床的特点于一身，是国内使用量最大，覆盖面最广的一种数控机床。它让我们惊叹不已了。不得不让我们在科技的伟大力量面前深深折服！

车工：车工让我们简单了解车床的工作原理及其工作方式；学

会正确的车床使用方法，并能正确使用一种工件加工方式；知道车床型号含义，熟练车削加工操作。车工安全知识：上班穿工作服，女生戴工作帽，并将长发挽入帽内。工件和车刀需装夹牢固，以免工件和车刀飞出伤人。工件旋转时，不准测量工件。工件安装好后，三爪扳手必须随手取下，以免不注意开动车床，以免扳手飞出伤人。

开始时听从师傅安排和操作过程熟悉车床操作，后来练习车锉刀手柄；过一段时间后又实习如何车螺纹，最后独立加工铁锤柄。又向我们讲解了各个手柄的作用，初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车工对精确性的要求很高，差之毫厘，就将失之千里。如果是把工件车的太大，那还可以继续车到合适大小，如果车小了，那整个工件就报废了，只能从头再来一次。我们这组很不幸的出现了一次这样的状况，大大耽误我们的工作进度。最后经过努力终于完成了我们的工件：铁锤和螺母。

车工体会：车床是通过各个手柄来进行操作的，成功通过车床完成工件的这种成功的喜悦只有通过亲身参加实习才能感受得到身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。理论归理论，实践才是真目的，才能练出真本领。此阶段实习给我最大的感受还是必须要亲自动手操作，不动手不知道怎么操作，不动手不知道哪里有错，不动手就不知道错了以后该如何改正。实践出真知，实践使人的进步更快，收获更多，适应社会能力更强。

钳工：在钳工实训中，我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、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。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。同时我也知道了钳工的安全技术为：1，钳台要放在便于工作和光线适宜的地方；钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。2，使用机床、工具(如钻床、砂轮、手电钻等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。3，台虎钳夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔、攻螺纹等。虽然不是很标准，但却是我们汗水的结晶，是我们两天来奋斗的结果。钳工的实训说实话是很枯燥的，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，那就是手握锉刀在工件上来来回回的锉，锉到中午时，整个人的手都酸疼酸疼的，腿也站的有一些僵直了，然而每每累时，却能看见老师在一旁指导，并且亲自示范，他也是满头的汗水，气喘呼呼的，看到这每每给我以动力。几天之后，看着自己的加工成果，我们最想说的就是感谢指导我们的老师了。

钻削：钻削加工时利用刀具对工件的实体部位进行孔加工，主要在钻床上进行。常用的钻床有台式钻床、立式钻床和摇臂钻床等几种类型。在钻床上能够完成钻孔、扩孔、绞孔和攻螺纹等操作，对应的刀具包括钻头、扩孔钻、绞刀和丝锥等。而刨削是水平面、垂直面斜面、直槽、T形槽、V形槽和燕尾槽及直线行成形面等表面常用加工方法。刨削加工时，应根据被加工工件的形状、尺寸和生产批量等确定工件装夹方法和刨削加工基本操作。

铣磨：铣削加工是在铣床上利用刀具的旋转与工件的连续运动来加工工件的切削加工方法，铣削加工的重要设备是卧式升降铣床和立式升降台铣床。铣刀是一种多齿刃刀具，其齿刃分布于圆柱铣刀得外院柱表面或端铣刀得端面上。铣床主要附件有机用虎钳、回转工作台、分度头和万能铣头。铣削的加工范围很广，选择不同的铣刀和工件装夹方法，可实现平面、斜面、沟槽、成形面和曲面以及齿状表面等的加工。短短的一天学习中，让我了解了铣削加工的基本操作方法用

途，让我从一个刚看到机床碰都不敢碰到现在可以熟练的加工一些简单的平面。磨削加工时在磨床上利用磨具对工件进行加工的方法，磨削加工过程实际是一个多刀、多刃、高速切削的过程。磨削时，可以采用砂轮、砂带和油石等作为磨具，最常用的磨具是用磨料和结合剂制成的砂轮。砂轮的特性用磨料、粒度、硬度、组织号和结合剂等表示。按照磨削时工作台主进给运动方向与砂轮之间的关系，外圆磨削有轴向磨削、径向磨削和切向磨削等三种磨削方式；按照磨削时砂轮工作表面的不同，平面磨削有周边磨削和端面磨削两种磨削方式，磨床相应地则提供各种磨削方式所需的磨削运动。

拆装：金工实习中，最脏的活估计要算拆装了，两只手沾满油垢，这是本次实习的第一印象。不过拆装是一项比较重要实习过程，它能够帮助我们更深刻地去了解各种器件的内部构造和工作原理。

老师给我们的任务是对车床的主轴箱和托盘进行拆装，并了解各个部件的作用以及各工件内部的工作原理。我们分成几个小组进行，我首先进行的是对托盘的拆装，对于简单的旋掉螺丝是没有任何问题的，不过问题在于如何找到可以拆卸的突破口，在自己的反复观察和老师的指导下，我们将一个完整的托盘彻底支解了，内部结构更多是靠齿轮来传动的，有些额外的设计如插钢条等是为了增加托盘的稳固性，通过润滑装置可以有效地减少机件内部的磨擦，提高使用的灵活性，在自己的仔细摸索下，安装起来真实轻松。我们做的第二项工作是拆装主轴箱，拆的过程明显比第一个简单多了，拿掉主轴箱盖，呈现在我们面前的一环套一环的齿轮和乌黑的汽油，在大家的集体动手讨论和观察下，终于将这个恐怖的装置了解清楚，随着外手柄的摇动，齿轮总共可以进行6种的工作状态，抽油箱在齿轮的转动下，压缩汽缸，把油从箱底抽送上来，起到润滑齿轮的作用，又可以实现汽油的循环利用。

拆装的过程是比较枯燥的，但和同学在一起共同研究器件，

共同呼吸汽油的怪味，共同为认识到某个环节的工作原理而快乐着。

体会：短短的15.5天时间，我们在工培中心里充实地度过了，我们学习的知识虽然不是很多，但通过这次让我们明白了我们需要实践学习和掌握的技能还很多，如果我们不经常参加这方面的实习，我们这些大学生将来恐怕只能是“纸上谈兵”。社会需要人才，社会需要的是有能力的人才，我们新世纪的大学生只有多参加实践，才能保证在未来的社会竞争中有自己的位置。

通过这次实习我们了解了现代机械制造工业的生产方式和工艺过程，熟悉工程材料主要成形方法和主要机械加工方法及其所用主要设备的工作原理和典型结构，工具的使用以及安全操作技术。了解了机械制造工艺知识和新工艺、新技术、新设备在机械制造中的应用，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。在了解、熟悉和掌握一定的工程基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。对我们的工程素质和工程能力的培养起着综合训练的作用，使我们不但要掌握各工种的应知应会要求，还要建立起较完整的系统概念，既要要求我们学习各工种的基本工艺知识、了解设备原理和工作过程，又要加强实践动手能力的训练，并具有运用所学工艺知识，初步分析解决简单工艺问题的能力。

金工实习培养和锻炼了我们，提高了我们的整体综合素质，使我们不但对金工实习的重要意义有了更深层次的认识，而且提高了我们的实践动手能力，使我们更好的理论与实际相结合，巩固了我们的所学的知识。同时也培养和锻炼了我们的劳动观点、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。在整个实习过程中，大家相互帮助相互学习，学会了如何团结合作，增强了同学间的友谊。其间取得的劳动成果，让我们有种自豪感、成就感，这是难以用语言来表达的。第二学期刚开学我就听说我们学院的同学要进行金工实习，

大家都期盼着它的到来，因为听说实习是很轻松的，可以有很多空余的时间休息。然而经过了两周的实习后，我发现我错了，原来实习不是一件轻松的事，而是一件劳心劳力的事。“金工实习”是一门实践性的技术基础课，是高等院校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。它不仅可以让们获得了机械制造的基础知识，了解了机械制造的一般操作，提高了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，提高了工程实践能力，培养了工程素质。这是一次我们学习，锻炼的好机会！通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多。在这个短暂的两个星期内，我学到许多在课堂里无法学到的东西，并在意志品质上得到了锻炼。

首先，实习的第一天，老师给我们讲了实习的重要性和实习的内容，给我们安排了作息时间，还有安全问题。我们每天上午7：30开始工作11：30结束，下午从2：30到5：30。这种作息时间让我感受到了日常生活中的上下班，感觉到我们已经走上了工作岗位。这种严格的作息时间让我改掉了睡懒觉的习惯，因为如果迟到一分钟我们就会被扣分跟工人们被扣工资一样，这种严格的作息时间也为我以后走上工作岗位打下了良好的基础。

安全问题是金工实习中一个不可忽视的问题，在车间里，听老师讲解有关工业安全方面的知识。看着发下来的资料，我才明白工业安全的重要性。在进行热加工气割、焊接时防止回火，如果发生回火时要冷静，先关闭氧气再关闭液炔，要防止火花飞溅到眼中和皮肤上，进行电弧焊时要带好面具还要分清火线和地线，防止发生触电事故。所以第一天最大的收获就是：在工厂中安全是第一位的。

通过老师的讲解和黑板上的的制图，我们知道了怎样画零件的展开图，了解零件的内部结构。老师给我们讲解了车、钳、铣、磨、焊、铸、锻、刨等几个工种。听完了老师的讲解和画完了展开图，我们就被分为三组分别在老师的带领下开始

实习了。我们这一组首先是学习怎样打开和区别装氧气和液炔的瓶，了解要求会点火灭火，能区别三种氧乙炔焰，会调到大小合适的中性焰，体会气焊堆平焊波操作要领。然后学习怎样使用火枪进行焊丝焊接，焊接时要戴上墨镜，先拿一块铁片放在一块铁块上，然后左手拿焊丝，右手拿火枪，先打开液炔，然后点燃，再打开氧气调节火焰，开始进行焊接。焊接时要细心，不要太快，焊缝要直。老师让我们操作熟练后进行了考核，我对自己所做的工件还比较满意，看着我的实习结果，感觉很高兴，虽然没有老师做的那么好，但这毕竟是我精心制造的。

接着，我们换了一位老师开始学习气割，气割跟焊接差不多，但是还是有区别的，手工气割操作是为了加深体会氧气切割的过程和基本原理。要留心观察整个气割过程工件金属并没有熔化，因而切口窄而齐。最好再气割一下铸铁板，注意观察有何不同现象。观摩低碳钢手工气割。观察金属预热温度，然后放切割氧(纯氧)气流束，钢板立即形成窄而齐的切口，它主要是将工件用氧气和液炔产生的火焰割开。但气割的要求也是很高的，气割时要直，而且要将火焰调节好，不然很难将工件割开，火焰也不能太大，气割过程中要防止回火，一旦发生回火要及时关闭氧气，再关闭液炔。待枪口冷却后再点燃。气割实习了一天，我们就考核了，感觉还可以，气割并没有想象的那么难。考核时老师给我们每人发了一块铁块让我们把它割开，我对自己这次实习结果不是太满意的，因为这次没做的那么顺利，没有平时做的好，但我还是很高兴，因为我学会了气割。

xx年下学期第17周，我们在学院金工实实习中心进行了为期4天的金工实习。在此期间，我们接触了机加工、钳工、车工等工种的基本操作技能和安全技术教程。每天，大家都要学习一项新的技术，并在4小时的实习时间里，完成从对各项工种的一无所知到制作出一件成品的过程。在老师们耐心细致地讲授和在我们的积极的配合下，我们没有发生一例伤害事故，基本达到了预期的实习要求，圆满地完成了实习任务。

实习之前就听已经实习过的同学说很累，但是在实习第一天，我依然怀着激动好奇的心情来到了实习中心，看着一台台庞大的机器，我一脸茫然，心想操作它们一点很难吧。不知老师教了我之后我会不会操作。总之，几份忐忑，几份期待。我们班同学大概也是怀着好奇的心情，特别是男同学，在机器上这里碰碰，那里摸摸。这时候老师走进来了，他立刻制止，带着几份严厉的口吻说：“同学们，为了大家的安全，这里的机器未经老师的指点和允许，大家千万不要随便动。”接下来老师告诉我们本次实习的基本任务和目的，并且再三强调安全问题。下午下好料老师就开始很认真的给我们讲课，我是在第三组的第八个每次轮到我操作的时候多少还是有点紧张。还好有老师在旁边指导，第一天下午也就是磨了锤柄的一部分，感觉还是比较轻松的，但是看到一二组的在磨锤子的时候当时并没觉得有什么。第二天主要是打螺纹，打磨这也是锤柄完成制作的一天，基本掌握了制作一个锤柄的基本程序，还是感谢老师这两天的指导，毕竟一天指导这么多学生也挺累的。

第三天轮到我们也就是三四组的同学加工锤头，这个过程真的很艰辛，但是最后的结果还是很满意的，老师做了简单的介绍我们就开始了最辛苦的两天，把方钢首先我是打磨了一下表面，但是打磨虽说过程简单，却是一项很很累的活，把方钢夹在台虎钳上就那样重复着这样的操作磨啊磨啊，然后拿着手锯锯掉一个规定的三角形，锯的过程同样是艰辛的，说实在的这也是这四天中最来的两天，流了无数的汗水，手上也留下了几个小水泡，但是再想想自己亲手磨得锤子，就有了坚持下去的动力，心里还是很为自己的感到欣慰的，在这四天中还是有点遗憾的那就是打孔的过程中打的有点偏了，但是值得自豪的是那就是我坚持把锤头磨到了十八毫米，最起码这是很多人没有做到的，在做完整个锤子的时候，和很多同学的对比，自己心里美滋滋的毕竟比他们做的都好多了，不管怎样这四天还是体会到了苦尽甘来的过程，也学到了和了解了一些加工零件的一些经验和知识，也很感激老师这几天的指导！

为期一周的金工实习很快就结束了，虽然学习的时间很短，但是这一周的辛苦与学习对我来说并没有白费，因为我从中学会了很多书本上学不到的东西。刚开始听说要金工实习的时候还满满的疑惑，为什么学习文科的我们还要学习工科的知识呢，经过这一周的时候后，我似乎从中寻找到了答案。

第一天我们的实训内容为钳工，那一天真的永生难忘，听完老师的讲解，认识了各种工具之后，我们便开始实际的操作，说来真的不容易，虽然我很认真的听了老师的讲解，并一遍遍提醒自己要注意操作细节，结果到了实际操作的时候，我还是没有很好的注意到，闹的起锯的时候并不顺利，一直锯了三个位置之后，才渐渐找到了感觉，没有锯歪，开始时手臂真的很累，但是到后来，或许是找到了感觉，渐渐的也就觉得不那么费劲了，只是在锯的过程中我一直在注意不要锯歪，所以影响了效率。锯完之后便是挫削了，开始锉的时候还是因为用力不均匀而导致锉的不平整，后来经过老师的指导，我也渐渐的开始熟练起来，上课时老师说用交叉锉锉出的平面会平整很多，于是我变开始不断的换我的挫削方向，慢慢的，我终于也锉出了一个矩形，心里很是得意。虽然钳工的劳动强度大、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。

接下来的一天，我们实训的内容为冲压，经过老师的介绍，我们知道板料冲压是利用装在冲床上的冲模，使板料产生分离或变形的加工方法。主要加工低碳钢、不锈钢和铝、铜及其合金这些塑性高，变形抗力低的板料。冲压的基本工序有：冲孔和落料；弯曲；拉伸。我们首先要做的是把按要求把模具安装在冲床上然后调试，在老师的指导下我们顺利的把零件加工出来。在冲压的过程中也要注意安全，由于冲下来的压力很大，手不能接触到模具，否则后果严重。冲压过后就是铸造的学习了，看到那么多的型砂我开心坏了，铸造就像是实现儿时的一个个梦想中的物品，把它们制造出来，听完老师细心地讲解后便由另一位老师为我们演示铸造过程，老师

非常的熟练，但是轮到 we 实操的时候，事情显然没有那么简单，我们一点点小心翼翼的做着，看来铸造不止考验技术，还考验耐心。

接下来的几天，我们还实训了电火花加工，普通铣床，数控铣床plc等一系列的内容。虽然有时会有些吃力，但是得到的知识却远远超过了书本的知识，而且更加深刻，也更加的有意义。而且，实训告诉了我们该如何和团队去合作，因为任何工种几乎都是相辅相成的，不可独立开来的。说实话，刚刚实习完的那段的时间，我就像着了魔一样，每次进到饭堂，尤其是四饭的时候，看着各式的锅碗瓢盆，还有四饭那亮闪闪的桌面时，我总是会不由自主的想，这些东西是怎么做成的，是冲压的落料呢，还是铣出来的呢。不知道工科的学生会不会和我一样呢，想不出来会不会觉得很困扰呢。总的来说，一周的时间，感悟很多，学习很多，希望有机会能再和老师一同学习，顺便亲手做几件属于自己的工件。

实训总结报告篇四

总结报告是会议领导同志对会议召开的情况和会议所取得的成果进行总结的陈述性文件。写总结报告时应注意明确目的，突出重点，切不可面面俱到；要鼓舞人心，富有号召力。小编精选了一些关于总结报告的优秀范文，让我们一起来看看吧。

两个月的实习瞬息即过，为大家带来这篇实习，了自己表现，有欣慰也有不足，期望这篇大学生实习总结能够供大家作为参考范例。

认识并融入这个团队，一向是这两个月对自己的要求。学习是拉近距离、融入团队的办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处和不

足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心；这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改善的地方。相信，透过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮忙下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量！和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势；养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。在人力资源部期间，与同事一齐完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作；在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一齐编写单元20xx年度战略规划。透过踏踏实实的做事，让自己有了进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，透过实习在实践报告中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向工作岗位打下坚实的基础。

作为学生的我，开始了我的第一份煤矿实习工作，如今，半年的实习生活已经结束了，回顾实习生活，感触很深，收获颇多。

第一天去上班的时候，刚开始我还觉得蛮紧张的，再和他们的交流之后，我渐渐的放松了自己。我每一天都坚持提前上班，能够在其他人到来之前，把每个办公桌收拾整齐，这样办公室的人一到来就能够立刻投入工作。其实，我一向认为每个人都有他自己的优点，而且都有发挥它的地方，而我的实习经历正应了我的想法。当然，由于刚到矿办公室，对工作惯例不熟悉，有些事情我也处理得不是很恰当，但我勤于

向他们请教，慢慢地也熟悉了单位的办公。我明白第一次出错并不可怕，可怕的是一错再错。在平时，我仔细地观察办公室人员的办公方式，期望能够精益求精，更好地完成。

在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我明白，这不仅仅要打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的状况下，我能够完成接待任务。

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，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己明白的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事持续良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个zui基本的问题。

发现学习和交流的重要性的必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮忙别人的地方也多，帮忙别人多了，别人也愿意帮忙你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就构成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。

独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己个在自己自己的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

这次实习，除了让我对商业企业的基本业务有了必须了解，

并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一向生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后务必要有很强的责任心。在工作岗位上，我们务必要有强烈的职责感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天就应完成的工作，那职员务必得加班；如果不留意出现了错误，也务必负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都务必要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的事务办理需要工作证件，虽然对方可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么务必得这么做。此刻商业企业已经纳入正规化管理，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

zui后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得zui重要，主要看的是个人的业务潜力和交际潜力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手潜力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一齐，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的潜力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

转眼间已经来到炼油厂一个多月了，这是我首次参加工作后的实习，在这边充分体会到了工作与学习的不同，同时也在

慢慢改变自己的心态，慢慢的去适应主角的转变。

我是**年*月*日开始进入炼油厂的实习生活，虽然以前也在化工厂有过短暂的实习，但是这次是我第一次能够深入到车间作为一名实习操作工的实习。经过半个月的三级安全教育后，我被分到了重整车间的40万吨/年柴油加氢——临氢降凝装置运行二班，学习柴油加氢的具体工艺流程及操作等。

动及切换，但是此刻应经对如何操作有了必须得了解，相信以后肯定能够有上手操作的机会。

在这边实习的这段日子里，有幸看到了现场是如何做防冻和防凝的工作，虽然我看到的是其中一部分，但是透过向师傅请教和查找相关资料后，对该工作有了整体的认识。我们单位将来开始投产后，也会遇到防冻和防凝的工作，因此，做如下总结：第一，将长期停用的设备、管线与生产系统连接处加好盲板，并把积水排放后吹扫干净；第二，将运转和临时停运的设备、水管、汽管与控制阀等做防冻保温措施，采取少量长流水、少过汽的方法；第三，加强巡回检查脱水，泵的冷却水不能中断，伴热取暖持续畅通，压力表和液面计要经常检查，蒸汽与水线软管接头和甩头要持续常冒气和长流水的状态；第四，拧不动的阀门不能硬开关，机泵盘不动车不得启动；第五步，冻凝的铸铁阀门要用温水或少量蒸汽慢慢加热，防止骤然受热损坏；第六，施工和生活用水要设法排到地沟或不影响通行的地方，冰溜子要及时打掉；第七，加强管理，建立防凝台账，包括事故登记、防冻防凝设备完好状况和易冻凝设备管线备忘等。陕北的冬天气温低，风沙大，因此防冻防凝工作是保证冬天生产持续顺利进行的一项重要工作，必须得牢牢的掌握。

在炼油厂的这段时间，我深刻的体会到了生产一线无小事，体会到了工作中要认真对待每件事情，从小处着眼，不断学习知识，积累经验。生产一线是一个很锻炼人的岗位，相信在炼油厂实习的半年将是我们日后工作中的一笔宝贵财富。

第一次参加社会实践，我明白中学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。透过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟！

一：挣钱的辛苦整天在公司辛辛苦苦上班，天天应对的都是同一事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！在那时，我才真真正正的明白，原先父母在外打工挣钱真的很不容易！

二：人际关系

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都明白社会上人际交往十分复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一齐，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎样把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们务必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，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学潜力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

三:管理者的管理

在公司里边,有很多的管理员,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,就务必要有好的管理方法,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,意思就是说:在管理时,要因人而异!

四:自强自立

俗话说:“在家千日好,出门半”招”难!”意思就是说:在家里的的时候,有自己的父母照顾,关心,呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了,但是,只要你去到外面工作的时候,不管你遇到什么困难,挫折都是靠自己一个人去解决,在这二个多月里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自己!此刻,就算父母不在我的身边,我都能够自己独立!

五:认识来源于实践

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,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,与此同步,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 and 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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

六:专业的重要性

选取了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践就应能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就能够交上去了，但在工厂里，数字绝对不能够出错，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”，企业要时时持续着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但那里更需要的是与实际相结合，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，所以必须要个性留意谨慎，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，在工厂里出错是要负上职责的，这关乎工厂的利益损失。

实训总结报告篇五

正式的进入车间进行生产实习感觉到以前对服装的了解简直就是一些皮毛而已啊。在学校虽然重视实践但并不比工厂实战，所以一定要好好的在这里学习技术利用理论与实践相结合的实践方法来进行进一步的学习。

__针织服饰有限公司有二十多年的历史，现有员工500余人年交易值愈4000万。产品远销英美、约旦等国家。__针织有限公司服饰始建于19_年公司有完全自主的出口贸易权。

首先领导和技术人员给我们进行一些简单的培训计划内容如下：车缝车间：把人，设备和空间合理地组合起来，以使产品在缝制生产过程中的工艺路线最短，加工时间最省，耗费最小，生产出满足客户要求的产品为目的而进行生产。

样品组：贯穿裁剪，车缝，检验，包装整个生产过程：首先将面料、衬里和衬布等原材料裁剪成服装的各个部份，如前片、衣领和衣袖等，再用缝纫设备缝合起来，然后进行压烫和整理包装。

后整包装：使用客户要求的包装材料，按客户要求包装的形式(折叠包装，真空包装，立体包装或内外包装)，包装方法(袋包装，盒包装或箱包装)对服装进行包装;还要按客户要求对尺寸、数量及颜色进行合理分配装箱。

总检组：首先是尺寸测量，然后是外观质量检查(规格，缝制，整烫，污迹，线头等);查出问题的服装用返工牌标出问题，然后返工，没有问题的服装送去后整包装。

这次实习我被安排到意大利精品线上进行这次的主要实习场所，我们都是在一线生产的地方进行学习，这里是生产男西服为主要的生产力量远销海外，这里面给人感触最深的就是严格的管理制度和先进的生产设备。以下是我在这次实习工厂中的五个部门中所学习的内容和过程：

车缝车间

服装缝制生产过程的合理组织是提高服装生产的重要保证，其目的是使产品在缝制生产过程中的工艺路线最短，加工时间最省，耗费最小，生产出满足客户要求的产品。所以要做

好工艺设计，也即把人，设备和空间合理地组合起来。第一步就要做好车缝上线准备工作：设定好工段人机布置图，由段长根据目标产量，对工段均衡生产做好人员分配，上交ie人员审核，并熟悉了解该单的工作流程因为在车缝车间时间较长，而机台都是固定员工操作，主任也很为难怎么给我们分配工作。我禀着以最少的时间了解最多公司的情况和尽可能学到更多的知识的原则，采取了多看，多问，多动手，多怀疑的态度，在完成领导安排的任务情况下争取多做事情，看了大量该公司的文件，如人机布置图，外发派工单，订单进程表，单元流水工序排图，生产配料单工艺制作单等等。在参观车间的过程中深入了解了大货生产的工艺流程。对工段均衡生产做好人员分配，上交ie人员审核，并熟悉了解该单的工作流程。

裁床部

_针织完全自动化的裁床设备。

拉布的过程：我和一位员工从布匹拉出面料，另两位员工将面料与裁床上的排板末端记号叠对整齐，用压铁固定面料末端的位置，拉直面料(防止面料起皱和过度拉)然后我跟先前那位员工断料。不断重复上述的工序，一匹布拉完后，如果面料的正反面差别不明显，则要铺上隔层纸，再拉另一匹布，以防止色差疵点的产生。如果面料的正反面差别明显，则不需要隔层纸，只要接匹时把面料反过来铺就行。重复上述的工序，铺到工艺所需的层数为止。

拉完布后，铺上排料图，开始裁剪。扎单的作用：便于缝纫，用于算数量便于结算工资。为了防止色差疵点的产生要进行编号。最后把裁片送到车缝车间。

通过亲身参与，不仅深刻了解了裁床的工作，而且对排料图的纸质，隔层纸和底纸的作用，线段长如何安排工作等等都有了深刻了解。

样品组

我在样品组认识了很多布料，像天鹅绒加弹罗纹氨纶汗布。还有总类繁多的辅料，包括拉链(是否特指，如ykk□ykk□sbs)□绳、扣、风眼、花边、松紧带、主标、水洗标、吊牌、装饰牌等。

样品组相当于一个浓缩的生产部门，它贯穿裁剪，车缝，检验，包装整个生产过程。在样品组的车工要有很高的车缝技术，他们中很多都有十七八年的工作经验，除了车缝技术高，他们还要有看懂样品需求表的能力。

我也参与了品质检验和后整包装。品质检验包括尺寸测量和外观质量检查。有代用罗纹或下兰的，做储存时一定要预估罗纹或下兰的弹力，做好后一定要区别尺寸要求。外观质量检查就是看有没口袋爆口，欠里，浮线，针洞，扣子不良没打枣，跳线，掉色等等。然后把质量过关的服装按客户的要求进行包装，这是做为大货生产的服装。而作为样衣的服装则送到车缝车间做样衣。

后整包装

总检组

做为总检组的员工，一定要对服装检验知识非常了解。我以总检组两天的实习经历对她们的工作要求做了总结。他们这是很重要的环节，因为他们差不多就是相当于客户的要求。