

最新大学生工厂社会实践心得体会 工厂个人顶岗实习工作总结(大全9篇)

通过教学反思，我们可以发现自己在教学中存在的问题，进而改进自己的教学方法和策略。接下来，我们将分享一些关于学习心得的优秀案例，一起来欣赏和学习吧。

大学生工厂社会实践心得体会篇一

8月19日我们来到xx□到现在已经整整一个月了，一个月的时间我们从学生变成老师，这个转变充满着开心与汗水，在那个夏末，大巴载着我们走向我们的工作岗位，走向我们的学生，走向我们要生活工作半年的地方，在大巴上内心希望车子慢点开，因为我还想再享受一会当学生的无忧无虑。但是大巴还是用了半天时间到达了我们的第一站xx中，在良五我们想动手了第一份教师餐，享受到了教师单独就餐的待遇，看到了xx壮观的校园建筑，心中也在期待这自己的实习学校，就餐后是实习启动会，我们都明白开会之后就要各自奔东西，格外珍惜这次相聚的机会，同时内心也是充满激动都想早点到达实习学校，去看看我们要生活的地方，看看以后要和我们相处的老师和孩子们。会议在xx校长对我们的欢迎以及谆谆教诲中结束。

我们分成小组要前往我们的实习学校了，犹记得迎接我们的梅老师说了一句“原来是三位美女老师啊”，让我们都开怀大笑，和我们最先熟识的就是梅老师还有学校的司机牛师傅，我们都陆续把行李搬上车，跟随着迎接我们的老师回到实习学校，路上我们按捺不住激动心情，一直向梅老师询问学校情况，梅老师一一为我们解答，我们的实习学校可以说是距离较远的学校，我们在路上走的时间很长，我按捺不住总是问梅老师到了吗，慢慢的xx河的大展牌进入我们的视线，最美丽的乡村——xx河，一个不像村庄的村庄，在这里已经很

难找到一所平房，别墅楼房林立，我们的实习学校在村子的西侧，从大门进去就可以看到我们xx中学的大门，进门迎接我们的是学生们军训的身影，穿着迷彩服的他们显得是那么的可爱，当时并没有想到他们会成为我们日后课堂上的小调皮。我们对以后的工作充满期待。

[精选顶岗实习工作心得范例]

大学生工厂社会实践心得体会篇二

20__年7月初，在学校的安排下，我顺利的来到中山曼秀雷敦实习，与公司签订了为期三个月的劳动合同，被分到厂里的化妆品生产车间，为期一个星期，在之后服从公司人力资源的调配在研发部顶岗实习，在曼秀雷敦呆了有三个多月了，实习过程中学到了许多原先在课堂上学不到的东西，而且使自己更进一步接近社会，体会到市场跳动的脉搏，如果说学校是学者们的摇篮，是心灵的花园，是比较感性的话，那么当自己身临企业，直接接触到生产的与工艺的话，明白新鲜事物的产生不只是纸上谈兵，就理性的多，因为，在我们的脑海中能形成的不只是文字，而是切切实实化妆品公司生产各种商品的运作流程，各部门的相互协作和相互制约，为公司达到最大的利益。

理性的判断最为重要，在工厂实习的过程中，自己看待问题的角度，思考问题的角度也开始逐步的转变。当然我知道，这与这一次的实习密不可分。实践过程，我又一次的感受到了前所未有的充实，感受到自己从一个幼稚、只知玩乐不知道学习的女孩蜕变为一个对知识无限渴求的学者，如同稚嫩的幼芽，感受成长。

以下是我对这次工作过程的一些总结及心得体会：

目的：通过这一次中山曼秀雷敦化妆品生产的实习，了解相关护肤品的性能、生产工艺流程及其要求，各职能部门的设

置及其职能。

实习部门：研发部及化妆品生产部(包装组)

在这三个多月的时间里，下线到生产车间后，先了解这个生产部门整个的包装及整理流程，从原料的刚刚制成至填充装料，再到将半成品美化包装入盒进仓，对整个车间的生产活动有了基本的认识，这对我们熟悉企业，进行实务操作打下了良好的基础。

其实我们先前对化妆品的生产一无所知，但是下线到生产车间之后，我们不仅了解了生产流程，还懂得生产工艺的要求及规格，化妆品随着人类社会的发展，逐渐占领人类日常生活空间，许多女人们不惜花费巨大的时间和精力来保养自己，男人们亦是如此。护肤品在如今的市场中的影响巨大，像比较出色化妆品公司有香奈尔(法国)、雅诗兰黛(美国)、兰蔻(法国)、伊丽莎白·雅顿(美国)、克里斯汀·迪奥(法国)、倩碧(美国)、娇兰(法国)、碧欧泉(法国)、娇韵诗(法国)、资生堂(日本)，这些世界一级化妆品公司生产的护肤品普遍受到大家的追捧。在曼秀雷顿三个月的实习，也激发了我对化妆品设计生产的热爱，对化妆品配方的设计有了新的思考，于是感受颇深了一些，要成为一名化妆品的工程师，学好化学的每一个重要点，对基本、基础的作业环节需要了解，否则，很容易让梦想脱离现实。

在熟悉了化妆品车间的流程后，工作人员也时常会拿一些工作的报表给我看，上面的是化妆品的生产工艺流程及要求，在查看这些资料的过程，有时会遇到不懂或不清楚的资料，所以经常会积极的向同事们请教，在他们耐心的指导下，我对整个的生产有了更深的了解认识。

由于化工的生产是不间断的，而且时间也有固定的要求，所以车间时2班倒(白班的是早上8:00~16:45，晚班是9:00~8:00)，根据具体要求会有调整。

虽然不是正式员工，但是我们都严格的遵守工厂的生产纪律，不管身处哪个部门，还是自己有多大的职务，每个人都可敬职守。遇到难点积极的寻求老员工们的帮助，了解生产设备的名称及用途，学会使用设备，为了更好的工作，每次实验操作时我就把操作步骤以及使用的仪器记下。在操作时安全最为重要，所以刚来曼秀雷敦上班的第一天，我们不是马上开始进入工作状态，而是由相关的工作人员给我们上了一堂安全教育课。

我被安排到研发部顶岗实习，这样我可以亲自参与实际的生产中。但是，能否在原有的护肤理念中，进一步的加入新的理念，从而使人们更加喜爱护肤，更乐于使用呢。因为在现在许多的消费者怀疑化妆品会不会造成皮肤组织的损坏，而更依赖化妆品，造成恶性循环，所以仍有很宽的市场尚未开拓，化妆品市场也随着消费者的要求，从最开始的合成护肤飞跃到细胞护肤，相信在不远的未来化妆品将跃至人人爱使用，人人乐意使用。

体会：

实习是有收获的，每个人都有自己的心得体会，感受颇深的是，理论学习是实践的基础，但是实践中的许多的结果又跟理论的只是有许多的不同。在工作的闲暇时间，和同事们处理好关系，为自己和他人制造一个和谐的工作环境，也非常的重要。

市场总在变化，消费者们的心理又总是琢磨不定，作为即将投身到社会中的一名高职专科生，在复杂的市场环境中如何求生存，是现在分秒必争的事情！

大学生工厂社会实践心得体会篇三

短短两周的金工实习到xx月xx日就结束了。记得曾经有人告诉我，金工实习是没有意义的，我们不是机械类的学生，参

与了金工实习也学不到什么。于是我就带着这个疑问走过了这次实习。果然，这样一个短期的金工实习，不能让我真正学会任何一样工艺的制作，但是，它却给了我一个机会去体验一种不同的生活，并且我了解到了各种工艺的制作要领和基本技能等，在实习中还可以将旧知识具体化，形象化，加深了对它的进一步理解和记忆，除此之外，我们还可以从工人师傅那里学到课本中学不到的知识。

参加金工实习的第一天，我们观看了安全生产教育片，里面描述了各种不注意操作规范而造成伤害的情况。看完以后，大家心理都对接下来将要经历的两个星期有点担心了，害怕自己不小心而造成事故。但事实打消了我们的恐惧的念头，尤其是第一天要进行的钳工，连老师都笑称这个可能金工实习里相对最简单的一类工种了。虽然这么说，但钳工无疑是整个金工实习其间最累人的一项工作了。由于我们只有半天的上班时间，所以按要求，我们在10到12点之间磨制三根长85mm \square 上下底面光滑的圆柱体工件下料。我一开始就吃了个大亏，选了根两个底面都很不平整的长铁柱来做原料，所以为了磨平一个底面，就花去我近45分钟，磨完以后手已经酸软了。而此时身边其他同学都已经开始制作第二根圆柱了。我这时候才急急忙忙地开始量度适当长度，再用锯子开始截圆柱。相对与用挫刀磨平底面来说，锯铁柱可以算比较轻松工作了，因为此时只需一只手用力，另一只手则是负责扶住锯子的。大概用了10分钟，我的第一个工件下料就出来了。再用挫刀打磨光滑。如此重复，到了11点40分，我才完成两个工件下料，而我们的任务是三个，我为此急得不行，拼了命开始第三个工件的制作。可是这时，人已经累得不行了，手拿挫刀一前一后地打磨长铁柱底面的时候，已经几乎没有力气了，每挫一下的效果可能只有开始时候的一半。距离下班的时候越来越短了，我的第三个工件直到11点52分才开始锯，明显，时间已经不够了，而且力气不足锯下去效果非常小。到了下班时间，我只好拿着仅有的两个“作品”去交给老师。老师反而笑着安慰我说：没关系，只要尽力只要努力过就可以了。看着老师的微笑，我的渐渐放松了下来。看看

身边的同学，虽然也是冬天，可是几乎每个人都挂着汗水，看来都是很用功去完成自己的工作的。再看他们的作品，有一些相当的好，加工面的平整光滑度很高，而且挫后的工件的长度也相当符合要求，真是厉害啊。

在我们所参与过的实习课程中，比较危险的可以算是车工了。面对着这样一个工件高速转动，同时带有利刀的机器，要不断地防止铁屑飞溅到脸上，还要注意观察工件的车制情况，同时要切记衣服或者其他身上的东西不能缠绕到工作的机器上，实在是有一定的难度。当然老师也提醒我们要带上眼镜或者面罩来保护自己。我们车工的任务还是比较简单的，只需要把已经制作好的圆柱工件下料的一头按要求车制成一个带槽的球体。刚开始的时候，要先制作推刀槽，只需要计算好刀的进退距离，然后按照计算的结果推进刀就可以了。但接下来的切削球体就很让人痛苦了。要求左手控制纵向推进，右手负责横向推进，又要注意两手的速度不能一样，要按位置变换，还要注意要分别匀速。由于我是新手，对机器的操作不熟悉，两手的配合也不够好，我在切削球体的时候，几次切削深度过大，差点造成了工件的损坏。上午的学习内容基本是练习使用机器，尽量熟悉工序手势。到下午上班的时候大家才开始正式地投入到工作中去。虽然我做得很不顺利，但最后还是把第一个球体切削出来了，只是表面的粗糙度很大，而且切削纹很不均匀，偏移很大。我很不满意，而对于工作的熟悉度又增大了，时间也还有很多，于是开始第二个球体的制作。在制作这个的时候，手的配合程度加强了，对工件的把握也高了，虽然用的时间比前一次要短，但是出来的成品明显比前一个好。我的心里倒是相当高兴。

通过前两天的工作，我倒是体会到了金工实习的一个重要感受：累。钳工都是手工的，所以我是整个手臂包括手指都酸软疼痛；而车工的时候，全天都是站姿，由于担心随便移动会控制不好机器，而造成加工工件的损坏，所以无论是上午还是下午，只要我是站在开动的机床旁边，基本都是一个站姿保持到底一动不动的，一天下来，脚都肿了，走路的时候一

踮一踮的。但在最后看到自己一天的劳动成果时，又会觉得很满足。虽说过程很累，但是却让我受到了一种锻炼，一种考验。锻炼的是自己的身体，考验的是自己的意志力，不管怎么说，通过这些劳累练习，我反而感到自己正经历着什么变化。虽然上大学以来我一直都在变化，但这一次是我真正正感受到的，辛苦和劳累，汗水与欢笑，一切都那么真实那么丝丝入扣的撩拨我的记忆，让我真的为拥有这些经历感到深深的骄傲和满足。

相对来说，我自己比较喜欢的就是学习模具cam制作软件。看着那些线条在自己的操作下，通过软件的预定程序不断地由线条生成固体，再经过修改，生成曲面，最后通过模拟生产过程，把它在加工中的全过程播放出来，看着它由一个模块，在铣刀的切割下，一点一点地变成一个模具，心理很是有种满足感。想起一个工件的制作在实际中可能需要经过很多工序，并且由于其中某部分的形状比较奇特很难制作而使制作出来的成品不合要求。而通过电脑的模拟程序，就会更容易更直观地看到整个生产过程，同时对于工件在制作中可能遇到的情况都可以进行模拟，人们就更容易掌握制作时要注意的情况，进行相应的修改，使最后的成品更尽善尽美。我就很为科技的发达带来的好处而感叹。因为对这个软件的使用很感兴趣，下班后我还留在了电脑室里，请老师教我用软件制作了一个巧克力常用的半球柱的形形的模形。看到自己亲手设计的模形，我心里美滋滋的。

很快地两周的金工实习就过去了，在这个实习过程里我还得到了一个小小的纪念品——我在注塑挤塑的实习的时候制作的两个小小的塑料杯。物体虽小，也不比得其他同学化学加工时得到的自己设计加工的小工艺板有趣，但毕竟是自己的劳动结果，也算是可以给这次实习一个很好的回忆。

同时，通过一个金工实习，也让我理解了做很多工作是需要技巧的，并不是想当然地去做就会成功的。看着熟悉的东西，看着熟悉的工作过程，由于自己没有这方面的技能，便无法

完成工作了，而由于没有相关的练习，还可能在工作过程中对自己或者他人造成伤害。而类似的这些事情我们在平常的新闻报道中已经屡见不鲜了，很值得提起人们的高度注意。

我们在整个金工实习的过程中所学习到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多加实践，才能保证在未来的社会竞争中有自己的位置，真的很多谢这次金工实习，虽然有些辛苦，但如果能再来一次的话，我也还是十分乐意参加的。

最后值得一提的是工作环境。其中一些工种是属于比较危险的工种，我们是在专用的实习场地进行实习，所以实习的环境还算好，但是很自然地让人想到，那些一般的工人肯定没有我们这么好的待遇，他们的工作环境之差，不是我们可以想象的，而那么差的环境，对他们的身体所造成的危害是可想而知。他们的情况，一部分是由于工作的单位负责人为了自己赚钱而不管工人的死活而造成的，对于这些人我们应当谴责并想办法帮助这些困难的工人；而另一部分是由于管理人员不懂得安全工作环境的要求而引起的，对于这些则需要更多高素质的管理人员参与其中，尽力改善工人的工作环境。当然，我们这些大学生也是应当努力朝着这一方面学习发展的。

大学生工厂社会实践心得体会篇四

实习是在校学生必须要经历的，在20__年__月__日这天，我来到了__食品股份有限公司开始了我的实习生活。

一、实习单位简介

__食品股份有限公司坐落于东南沿海文化名城__，占地面积30000平方米，是__省专业生产鱼糜制品规模最大的企业。

二、实习内容

1. 主要工作

包装段的现在品管的主要工作是从产品速冻到产品包装至入仓，等一系列的品质管理、卫生管理。包装段的生产流程：产品速冻→敲料→接料→提袋→过称→封口→过金属探→打包→接箱→入仓。其一，班前的卫生进行稽核，如果工作场所所有卫生做得不合格的情况下，必须将卫生做好之后才能生产。尤其卫生方面，我们这块是格外关注的，如果卫生都没做干净，生产再多的产品都是没有用的。

其二，产品的速冻中心温度，如果未达到速冻中心将会直接影响到产品的口感，还有在运输过程中将会加速产品变质、变酸，将是直接到消费者的安全。其三，产品的净含量，关系到消费者的自身利益，比如你是买500g的产品，而实际真正产品的重量只有400g的产品，这明显就是欺骗消费者。其三，在生产过程中，难免有些金属异物带入产品中，这是金属探测仪显得那么尤其重要，且金属探测仪必须属于正常运行状态。否则，就是流入市场将直接危害到消费者的生命安全。其四，包装袋和外箱生产日期。当天的生产产品必须是当天的生产日期，而且生产日期必须在明显地方，且清晰完整。虽然一天下来挺忙碌的，总体感觉生活过的挺充实的。

2. 专业知识技能的运用

三、实习收获

回想实习的这段时间，充满艰辛的同时也让我收获不少，使我一步步的实现了从学生到工作者的角色转化。在理论应用于实践的同时，也在实践中更加深刻地理解了以前没有理解

透彻的知识。虽然实习的时间短暂，但也让我深深地感到自己所学知识的肤浅和实际应用中专业知识的匮乏。通过与公司同事交流提高了我的分析问题、解决问题的能力。在实际工作过程中，学到了实践知识，加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高。

随着此次顶岗实习的结束，大学三年的学习时光也接近尾声了，在此我想对我的实习单位，我的老师和我的母校表达我由衷的感谢。十分感谢香尔麦食品有限公司给我提供了实平台，让我得到了部门领导的细心指导和同事们热情帮助；感谢母校给了我大学三年深造的机会，让我在系部老师的谆谆教诲中学到不少专业知识和为人处事之道。顶岗实习让我实现了从学校到职场的过度，明白了学校和社会、工作和学习的区别，为我即将真正的步入社会提供了很好的基础。

大学生工厂社会实践心得体会篇五

通过教育实践，学会如何与学生沟通，并且把自己的教学方法准确的表达出来，让学生更顺利的掌握课堂知识，达到良好的教学效果，提高学生成绩。同时致力于掌握小学语文的教学方法和技能，了解现代小学生的学习情况和受教育的现状，为以后的正式工作打好坚实的基础。小学班主任工作的内容是复杂的，任务是繁重的。但是，只要我们真诚地捧着一颗“爱心”，加深理论修养，在实践中不断完善自己，形成系统科学的工作方法，是完全能够干得非常出色而游刃有余的。

二、实习内容

语文教学：

教学内容包括课堂教学，包括备课，上课，修改作业，批阅试卷，辅导学生学习等。在实习过程中我执行以学生为主，老师为辅的教学方式，课堂以学生的朗读和提问为主，让学

生充当小老师的角色讲评，我再加以补充、纠正。因为课堂都是以学生讲为主，这样能充分调动了他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式，从而激发了学生浓厚的学习兴趣。

三、实习效果

这近两个月的实习使我的教学经验得到了一个质的飞跃，在实习学校的领导和老师的悉心指导下，我学到了很多书本上学不到的知识。

常言道：“要给人家一碗水，自己就要有一桶水。”在实习班主任期间，我深深地知道要想搞好教育工作，应首先把自己的学科教学搞好。让班内学生喜欢上你教的课，进而喜欢你、佩服你，这对于教师工作是至关重要的。短短十七天的临时教师的工作经历让我越来越深切地感受到教育工作对社会的重要性，它不只是一项工作，也是一门深奥的学科，更是一种艺术的展现。

“知识是永无止境的。”在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。

四、实习总结及体会

这次实习的过程使我真正体会到做一位老师的乐趣，同时，它使我的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。当我漫步在实习的校园里，那出自学生的一声声“老师好。”“老师好”的感觉真好，我有时觉得自己是不是被叫上瘾了。近两个月的实习，令我感慨颇多。我实习的班级是二年级201班，一大群八、九岁的小孩子，又可爱，又活泼，又好动，又调皮。

刚开始心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，讲课顺序不清，师生配合不够默

契”等等。针对出现的问题，指导老师要求我多听课，多向经验丰富的教师学习，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。帮助修改教案，她们没有丝毫的架子，有更多的是朋友般的亲切交谈。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

在上课的过程中，我遇到了许多困难：譬如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时有人建议我使用强制的方法。如罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持课堂秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且教师要把自己当成活动中的一员，是学生们的良师益友。我取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。八、九岁的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差，影响教学效果。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加小红花，哪个小组认真听课，就给哪个小组加小红花，这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂，直接向课堂要效益了。

俗话说：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个小学生来说是至关重要的。我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习。

批改作业，纠正学生的错误是非常重要的。我在纠正学生每个错误的时候，写上激励的评语，并在评语中强调订正的重要性，并根据各个学生的情况加以勉励之，开导之。对那些在我要求订正之后依然不订正的学生，我在作业上写明。我

的指导思想是不断给学生纠正错误的机会，直至认识了错误并改正为止。对于个别情况的学生，我会辅导他们，直到他们主动改正错误。身为一位教育工作者，就是要有这样的耐心，才能把学生的缺点纠正过来。

我非常注重我自身素质的提高。在这方面，我绝不训斥他们，而是耐心地教育他们，跟他们聊天，了解他们，对症下药。制造机会让他们参加班里的活动，让他们知道，老师是重视他们的。学习成绩好只是孩子健康成长的一个方面，不能因为成绩不理想就怀疑孩子的能力，因为才能是多方面的。在我的悉心努力下，班里的几位后进生成绩都有了显著的进步，他们以前考试从不及格的，在接下来的语文和数学2个单元测验都及格了。从中我深深体会到，对那些后进生不能只是一味地训斥，罚站，罚蹲，而要了解他们的内心世界，对症下药。

“谁爱孩子，孩子就会爱他，只有用爱才能教育孩子。”善于接近孩子，体贴和关心学生，和他们进行亲密的思想交流，让他们真正感受到老师对他的亲近和爱，这是老师顺利开展一切工作的基础。研究学生是教育取得成功的必要条件。在亲近与研究学生的过程中，我们作为老师的要努力展现自身广博的文化与高尚的道德情操，使学生对你既亲近又崇拜，既认定你是值得信赖的老师，又把你当作好朋友，树立起老师崇高的威望。那么，我们的教育工作可能会取得事半功倍的效果！

□

大学生工厂社会实践心得体会篇六

实践是检验真理的唯一标准，作为一名机械专业的在读本科生，在谙熟了专业基础课的内容后，于大二上学期在百忙的学习中抽空开始了金属工艺学实习，开始了理论结合实践学习的途径。

根据学院的安排，机类专业实习为期四周，第一周为钳工(焊工、热处理);第二周为铣工(铸工、磨工)，第三周为数控机床实习(分为计算机自动编程数控铣、手动编程数控车、线切割);第四周为车工。

第一周上午先进行岗前安全培训，使我们懂得了基本的车间安全操作规程;其中：机床工作过程中必须有人值守;测量和对工件进行重新装卡必须停车操作两点车间安全纪律特别值得注意。另外，对于车床，开车前用于卡紧工件用的三抓卡盘上的扳手必须去下。

钳工实习开始，我们在技师的指导下，拿起锯子，端起锉刀;按图样的要求加工锤头。锤头的加工分为划线、锯断、锉削三种操作。将长条六面体的两端锉平后，图上龙胆紫溶液，在划线平台上用划线尺进行划线，划线时紧靠在直角方砖上以保证垂直。

锯切起锯时，左手拇指抵住划线处，起锯角 $\alpha \sim \alpha$ 度，保证垂直，轻轻用力起锯。起锯完成后，改平。推进式用力，会拉时应尽量轻，速度不宜过快。断锯时，更应轻慢。

最磨洋工的要数锉削了。推锉时，左脚在前，身体倾斜 α 度。右手握刀靠腰，左手抵住端平。身体顺势向前推锉的同时，下压力从左手渐渐过渡到右手保持平整。

在锤头的两个主要面上，需花费将近两天的时间才得以完成，然后是“表面功夫”，用小锉刀和砂纸进一步将表面修平，擦光。钳工的实习，让我明白了吧铁杵磨成绣花针需要多少工夫。

焊工的实习是电焊操作。(由于气焊操作的危险性更大，未能被允许操作，我深感遗憾)绝缘手套和防护面罩是电焊工的基本安全防护用具。戴上手套，操作还算灵便;而戴上面罩，则眼前完全一片漆黑。我们练习了焊条的装卡、起焊、平焊等

工作。要注意的有以下几点：

1. 每次焊完后，焊芯融化比药皮多，缩进药皮内部一段，而药皮本身不具有导电性，所以起焊时应先轻敲除去多余的药皮方能起焊。
2. 电弧放电的距离有严格的限制，焊中应保持距离和角度，缓慢平移。
3. 一旦粘焊后，电流很大，发热很快，焊条在短时间就会达到很高的温度。应左右摆动，顺势拔下，若无法拔下，则应尽快取下焊枪，稍待冷却后，双手用力左右摆下。

热处理的工序主要有淬火和回火，淬火使材料变硬变脆，回火降低脆性并消除内应力。在实习用的x号钢上，淬火采用中温淬火，在电炉里加热至x度，并保存其温度在x度以上浸入冷水淬火，（加热时间不宜过长，温度不宜过高，必免过烧和过热）加热结束打开炉门时，热对流和辐射均很强烈，要迅速操作，保持淬火前温度。

实习用的x号钢，在常温下为亚共析钢，其组织结构为珠光体，在加热到x度以上是转化为奥氏体。保持高温不变时，进行淬火，得到淬火马氏体。进一步回火后，转化为回火马氏体，其组织有一定的脆性，但硬度够高，适合制造锤头等需要高硬度的结构。而中温回火得到回火托氏体，韧性好，可制成弹簧等需要弹性工作的结构。在更高的温度下进行调质处理，得到综合力学性能优良的索氏体，适用于各种杆。轴、齿轮等机械制造。

第二周以普通铣床的实习为主，也穿插有铸工和磨工。

铣削加工是机械冷加工中最为普遍，最为常用的加工方法，机件中的各种平（曲）面、盲（通）孔、台阶、槽，均可由铣床加工完成。铣床分为立式和卧式两种，立式铣床所使用的带

柄铣刀形状类似于钻头，而卧式铣床所使用的圆盘铣刀形状类似于锯片。

根据实习中所要求的图样，我们用圆柱形毛料加工两个零件，一是长方体(图样名称为“六面体”，即我们钳工实习时制锤头的毛料)，二是带槽的短轴。

此两个零件在立式铣床上完成，均采用平面铣削法和自动进给，较为简单，便于初学者操作。对此，需要注意的地方有以下几点。

1. 所有回转机床工作必须排除头发的危险，禁用手套，开车对刀。
2. 立式铣床在进行周铣进给方式必须逆铣;以保证铣削平稳和防止工件移动。在开车铣进的过程中，如需清扫铁屑或涂抹冷却液，则毛刷与铣刀的接触方向应与之旋转方向相反，否则易由毛刷将手卷入，发生事故。
3. 机械加工的功率较大，加工完成后工件往往温度较高，应稍作冷却以防止烫伤。

此外，我还发现一个有趣的现象，在铣削完成后，由于工件受热和转动产生的感应电磁场，被磁化可以吸附起不少的铁屑。

刨床的作用较铣床来讲较少，仅适宜加工平面以及通槽，刨刀在滑枕的带动下进行往复运动是刨床的主运动，而工件的水平运动是其辅运动。虽刨床的应用范围不及铣床广泛，加工效率也较铣床低下，但其成本和维护费用较低，对于铸件等有坚硬氧化层的工件，刨刀的切削可以跳过以减少刀具的磨损。

通过仔细的观察对比，我发现在铣、刨床上，同样是额定电

压xxv[]功率xxkw[]三角形三相接法的交流异步电动机，也有区别，刨床的电动机体积较大，其铭牌参数：自重xkg[]额定电流xa;而铣床的电动机体积较小，其铭牌参数：自重xkg[]额定电流xa[]之所以刨床要采用更大的电动机;是因为刨床的主运动是滑枕带动刀具的往复运动，负载不恒定，而刨削量大时，要有更大的动力储备。

铸工是将铸砂在模型内压制成所需的形状，取出模型后，将沙箱拼合，再往里浇注钢水，生成基本外形的粗加工方法。

铸工又称为“泥沙工”，工作环境满是泥沙，较为肮脏。但对于我这种从小酷爱玩沙，至今还有玩沙瘾的人来说，脏不算什么。

加入工件位于沙箱底部，装满砂，用沙锤从边缘至中心，依次从轻到重把砂砸实。砸的力度可着实得考究：太松了，砂会散箱，而太紧了;由于砂中的潮气无法排出，又会在成形工件表面留下气孔。最后是翻箱拼合，沿着实现划好的泥线将两箱拼合，虽然箱子较一般铸工的小，但装满沙子还是端着有些吃力，且一旦放下就不能再挪动，有些难度。

磨工不是“磨洋工”，而是机械制造中最常用的精加工工艺，在磨床上进行操作还是很方便快捷的。

对于普通磨床，加工的形位公差等级可以到达x级，光洁度亦可达x~x级。而且由于磨床的砂轮没有固定形状的切削刃，所以可以加工很硬的物体，这是磨床较其它机床的固有优势。

磨工属于精加工，为了获得光洁的表面，避免装卡损伤;磨床的装卡普遍采用平面磁吸式;另外，磨床产生的热量较大，一定采用切削液冷却。

磨工的实习安排得过于简单，师傅也说“别看你们是学机械的，也是每人都在同一块废铁的同的一面磨两下”没有成品零

件，本次实习的意义在于学会正确操作磨床。

第三周实习的内容叫“数控”，全称计算机绘图与数控机床的编程操作。数控机床的核心部件为计算机，较普通机生产效率高，精度(品质)高，对劳动力的需求少，适宜现代机械大批量生产。带有自动换刀和自我诊断功能的数控加工中心，在更大程度上节省了操作维护成本。

实习的内容主要分为数控铣床和数控车床两部分。数控铣床用于生产三位零件，其操作程序及参数较为复杂，所以采用xx三位绘图软件绘制计算机图样，再由计算机自动转换为数控铣床可以识别的程序代码。

xx的绘图与已学会的xx三位绘图如软件比较操作效率高，当然上手门槛也较高。具体表现在xx先绘出大体形状，在进行数值约束。而xx每画一步都输入准确的数值坐标[]xx由逐个平面绘制“草图”，而xx一次性绘制投影(主要是俯视图)。

在xx中，“关联输出”主要为了使矢量操作特征树的结构完整合理。以便分析复杂图样。“关联输出”默认是打开的，在绘制需要修剪的元素中，或需要删除的基准参考元素，一定记得先关闭。

在数控铣的创新绘制图样上，我完成了两个。第一个像一个小喇叭，内不是一圈圈密密麻麻的台阶构成近似光滑的圆锥面，每个台阶高仅xx毫米。其刀痕至密，视觉冲击力很强，很是“壮观”。在绘制过程中，圈与圈之间过于密集，在屏幕的显示分辨率的限制下，已出现严重的混叠现象，鼠标的操作分辨率也难以满足要求。对此，我对图样进行适当放大操作，关于超出屏幕范围怎样数清第几圈，我采用每xx圈画正字标记法，完成绘制后在清除。总之，此图样的绘制费时费力，是对耐心和细心的极大考验。

此图样由于过于复杂，逐圈铣削测算需独占铣床xx个小时。最后绘制了简单的骷髅头图样，以保证大家按时完成任务，对此我感到几分可惜。

数控车床与普通车床也各有异同，相同之处是加工回转类工件，而不同之处也是先进之处；可以两轴联动加工更复杂更精确的曲线回转截面。

数控车床其编程操作坐标是二维的，分别是沿工件回转半径反方向的xx轴和刀架向外的xx轴。二维坐标在编程方面便于手动进行，直接在机床操作面板上输入程序更为快捷，无需计算机软件绘图。

程序的代码与语法上[]“gx”是自动分段车削[]gx是“直线车削”，而“gx[]gx”分别是逆、顺时针圆弧截面车削等等。

程序的编写过程过于简单，内容太少，以至于实习过程有过多的空余时间和休息时间。实习开始的头一天“新官上任三把火”，老师强调了很多关于纪律的注意事项，也暂时的没收了某位同学的扑克。但严格的纪律并没有持续多久。很快，老师也默许和放任了同学们在二楼的研发室大声喧哗，大打扑克。

我感到了厌倦；独自走出研发室，来到一楼半(楼梯上)，透过车间一扇较小的窗来偷学车间里师傅操作机床的方法步骤。怎料到，仅仅不足五分钟的时间，看完师傅调配完一桶切削液，就被发现了。师傅毫不领情的大声斥责，并将我赶回了二楼。

这一来，我感到了些许委屈、不解和郁闷。因为师傅的管理不但没有尽到本应完成的义务，反而无辜的挫伤了我求学的动力。纵观古今中外，之所以西欧北美的制造加工技术发达；除了有先进科学理论的指导外，跟着熟练技师现场实习学习也是非常重要的一面。我理解师傅手头的忙碌和心底的厌烦。

但我并未步入车间，仅在外边隔窗观望，并不妨碍操作，亦无安全隐患，至少不应被批评。

数控机床还有一项为“线切割”即数控电火花线切割机。线切割通过电火花的放电烧蚀形式对工件切削加工；工件的材质过硬，过脆；又或是过软黏性太大，都无关紧要；只要求工件具有一定的导电性。

切削时，工件连接正极，细线连接负极，在电火花的放电形式下，电子束由细线放出，打在工件上，温度可达xx~xx度，对于熔点高的钨钢同样适宜。

线切割最适宜切割平面薄板，对于立体零件，仅能够加工母线为直线的部分。

最后一周是普通车床的实习，车床以工件的回转为主运动，所以也只能加工回转类零件；具体包括内外圆柱面，内外圆锥面，内外螺纹和成型面等。

根据实习的图样，加工的零件有锤柄(与钳工的锤头配成锤子)和一个短轴。

车工的实习安全隐患多，师傅再三说要特别谨慎，因超xx%的实习事故来自车工。例如：床尾架砸落、膝盖误顶启动手柄，三抓卡盘扳手忘记取下，物件从床头箱落入回转部位等等易发事故；为此，我们警钟长鸣，牢记于心。

锤柄分为尾部装饰球面，两端直径不等的圆柱面，一段圆锥面，还有最重要的配合螺纹部分。全部在车窗上完成。

锤柄的车削过程较为简单，主要分为处理毛料，粗车、精车三步完成。使用高速钢车刀时，车削速度不宜过快；特别是精车时，速度过快表面会很粗糙。

实习的加工速度很慢，为了照顾我们新手，在确保安全的基础上，还留有很大的余量。在一旁的年轻师傅调侃道：“你们实习不讲效率当然可以，但就你们这速度，别说私营企业，就连共产党企业他也耗不起……”车床自动进给的速度被调整得过慢，而且由于我所在的一组起步较晚，进度落下不少。为了赶上进度，在操作技能稍微熟练后，我自行尝试了调高转速至xx转，增加背吃刀量和采用手摇快速进给，同时涂抹切削油，控制合适的连续速度使得车削保持轻微冒烟为止，这时车削温度大约在xx~xx度，已接近高速钢车刀xx~xx度的承受上限。此时虽车出的表面较为粗糙，但也满足粗车快速去除材料的要求。

而精车就没办法了，为了保证其表面粗糙度符合要求，只能一刀刀慢慢车削。另外，在批量快车的过程中，我也有操作的失误：在切削短轴的过程中，端面与一侧的大径同轴度要求在xx毫米以下，应一次装卡车削完成，我略显贪多贪快，把组里的xx件分批装卡做完；导致重复装卡精度难以保证。没办法，只能降低精度要求，从已车好的面定心来装卡，勉强完成了几个短轴。

实践出真知，苦练强才能。很快，为期4周的金属工艺学实习即将结束。在实习过程中，我不仅明白了机械零件生产的主要过程，也基本能够自主熟练的操作机床。多一分仔细，少一分骄傲；多一些执着，少一些鲁莽。愿谨慎治学的态度，能伴随我今后的求学之路。最后，向本次金工实习的教师、师傅们，由衷的说一声，您们辛苦了。

大学生工厂社会实践心得体会篇七

20__年__月__日，我怀着激动而感恩的心情来到__银行张家口分行，成为一名正式的建行员工。转眼之间，我已来到张家口分行两个月有余，为了今后更好的开展工作，现将这一

阶段的工作情况汇报如下：

一、分行工作情况

我于20__年__月__日到__银行张家口分行报到，按照分行人力资源部统一安排，和同事一起整理了员工的人事档案。在工作之余学习了建行员工合规手册、柜面英语及我行的一些基本业务知识，通过学习，我对公司的业务有了初步了解。

二、网点工作情况

7月底我被正式下派到蔚县支行从事奥运英语服务工作。在蔚县网点工作的前两周，我的主要工作就是协助大堂经理开展工作。在蔚县支行每天早晨都会开晨会，主要目的是总结前一天的工作成绩，指定当天的工作任务和目标。晨会中主任会对前一天业绩突出的员工进行表扬，并且激励大家再接再厉。通过晨会，大家都会以饱满的热情投入每天的工作。

作为大堂经理，每天最多的工作便是对客户的“迎、分、动、送”。客户进来时微笑欢迎；人多的时候负责对不同窗口的客户进行有效的疏导；协助客户经理和业务顾问做好理财产品的介绍和推荐工作；客户办完业务礼貌送走。刚开始的时候，客户办理不同业务需要填写哪些单据不清楚，理财产品的细则也不明白。于是我不懂就问，虚心向低柜区的行员和大堂经理请教。慢慢地对各种业务熟悉起来，对“迎、分、动、送”也有了深刻的理解，工作开展也得心应手。

八月下旬，我进入高柜区参观操作员的操作流程，全面了解前台dcc系统的具体操作，前辈们也都热情地给与帮助和指导，特别是任俊男师傅教我练习点钞手法。此外，郭翠兰大姐还借给我dcc操作书、柜员应知应会手册让我进一步学习理论知识，使我对银行柜面基本业务有了全面的了解和提高。

三、心得体会

作为大堂经理助理期间，我熟悉了建行的个人业务流程；知道如何向客户推荐理财产品，比如渤海富利二号、阳光财险、安邦等；在与客户交流沟通的过程中发现高端客户……更重要的是，在工作中我深刻体会到建行为客户服务的敬业理念。

在高柜区参观学习期间，我充分认识到前台员工要特别谨慎细心，因为业务的多样性、风险性、流程的复杂性，员工的微小疏忽，可能给客户带来很烦。在这个过程中我也体会到员工的团队精神、敬业精神、创新精神和奉献精神。

在蔚县支行实习期间，我也充分发挥了自己计算机专业的优势，多次为网点营业室处理诸如打印机、视频播放等电脑故障，帮助整理电子文件，使营业室工作得以顺利进行。

最后，非常感谢建行给我这次机会。这次奥运英语服务工作将是一次难得的宝贵经历。但是作为一名新员工，我要学习的东西还很多，我会一如既往的虚心向领导和同事学习，积极进行业务实践，尽快为以后的具体银行工作做好有效的衔接，为建行做出更大的贡献。

大学生工厂社会实践心得体会篇八

作为一名师范大学生，在我毕业之后，很有可能就是担任教师。我学习的就是师范类教学，所以毕业后的第一选取当然是教师。但是此刻并不缺教师，所以能够成为一名教师也是很困难的，成为一名教师务必要有高尚的人品，出众的教学潜力以及很好的语言表达潜力，我想我暂时还达不到这些要求，所以我务必努力了。到学校中参加教育实习是十分好的锻炼自我潜力的机会，我想我就应在实习教学中更好的提高自我的潜力，我就这样开始了我的教育实习。

时间过得飞快，在疲劳与充实中，我顺利地完成了毕业班的第一个学习任务——教育实习。对于老师，学生的成功就是自我的成功，学生的进步就是自我的进步；对于老师，酸甜苦辣

辣才是真正的生活。教育实习，能够说让我更近一步地接近了这个职业，也更深刻地认识了这个职业。

实习期间，和每一个实习生一样，经历了许多的第一次：第一次应对每个班近五十张陌生而又热情的脸庞；第一次走上讲台，拿起粉笔，从学生到教师主角的转换；第一次批改作业；第一次听到有人对我喊：“老师好！”的声音，这些尝试使我的成长有了一个新的飞跃。教育实习是我们师范生将理论知识付诸于实践的必需环节。透过实习，接触了与本专业相关的实际工作，增强感性认识，综合运用所学的理论知识、基本技能和专业技能，把理论与实践结合起来，提高实际操作潜力。这一个半月的体验，我收获了很多，综合素质得到了较大提高，体会了作为一名老师的艰辛与劳累，也明白了作为一名老师的光荣与职责。现将基本状况总结如下：

一、见习

按照学校的统一安排，我开始了实习生活。那里的老师教学经验丰富，上课语言生动精炼，课堂气氛活跃，这些使我深感压力之大。但是应对压力，我没有选取逃避而是迎接挑战。前两天主要是见习。在此期间，我的工作就是听教师的课——写教案——试讲——修改——试讲，这样反复练习，完善，直到把一节课要讲的资料练到烂熟于心为止。见习期间的认真准备，刻苦钻研，使我真正体会了：“台上十分钟，台下十年功”这句话的内涵。

二、课堂教学

实习期间我认真对待每一节课，每节课都是试讲多次，经指导老师同意后才上讲台。由于准备充分，上课思路清晰，课堂气氛活跃，基本到达了教学目的与要求。课后查漏补缺，认真分析，努力解决学生在学习过程中易错难懂的知识点。在教学过程中，也发现了自身的不足，如在教材的挖掘程度上还需努力。这反映出我的理论水平还有待提高，还需要积

累更多的经验，不断提升自身素质。

回想第一次登上讲台的时候，第一次站在讲台上，直视着一双双眼睛，我的心怦怦直跳。但同学们信任的眼光，完美的配合，使我紧张的心放松下来，简单地完成了第一次讲课。就连平常总是上课捣乱的男生也告诉我说：“老师你讲得真好，我听懂了！”就在那一刹那，我真正爱上了教师这个职业。指导老师评价我的课上得较好，教学态度好，教学基本功好，上课很受学生欢迎。

三、感受

一、古人云：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个学生的学习来说是一个至关重要的条件。兴趣是学习入门的阶梯，它孕育着愿望，溢生动力。作为教育工作者，就要想方设法地创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自我当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。

二、短短的六周时间，让我清楚地懂得：教师的职责不仅仅是教书，更重要的是育人。教师的一言一行，使我想到了传统医学中“望、闻、问、切”四诊法。于是，我总结出四点：细心“望”其表，耐心“闻”其声，真心“问”其想，准确“切”其脉。学生需要“爱心”。一次次真心实意的交谈，一句句亲切入微的话语，一份份暖意融融的爱护，学生会产生对老师的亲近感与仰慕心理，将他们所信任与爱戴的老师作为模仿的榜样，让他们发现爱其实很容易，爱就在身边。要明白，每个孩子都有自尊心，老师客观公正的评价，有助于“后进生”的转化。教师就应在消极因素中寻找用心成分，在失败中点燃期望之火。

三、我深感知识、学问浩如烟海，使我不得不刻苦钻研。如果我们仅懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。俗话说

得好：“要给学生一碗水，自我就要有一桶水。”上好一堂课不仅仅要求我们能够旁征博引，而且学生在平时也会提到一些书本上没有涉及到的知识，所以自我的知识面必须要广。当然，探索是艰苦的，但是，在这种富有成效的实践中，教师的内心深处充满了喜悦、欢乐和幸福。因为在教师成功的同时，教师自身渴望成就事业的精神需要也得到了满足。

四、我深刻地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅仅要学识渊博，其他各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。上完一节课后，我最大的感受是：当好一名老师真不容易啊！在以后的教育生涯中，我将更加努力地完善自我，争取做一名真正的优秀的人民教师。

五、一个学生就是一个世界。教师所应对的不只是一个世界，而是几十个，甚至上百个世界。每个学生都有自我的特性。这就决定了教师的教育不能像流水线上的工人生产物质产品那样，能够按照固定的工艺流程，有统一的型号，用一个模子，而务必根据每个学生的不一样状况，加以教育。有学者很形象地把学生比作大理石，把教师比作雕刻家。作为雕刻家，要雕出好的作品，就要根据大理石的形状、质地、色泽等不一样条件，透过精细的加工，把它们雕刻成各不相同、各具特色的工艺品。这个过程是一种创造的过程，也是很艰苦的探索。

教育是一个互动的过程，老师只要认真投入教学，孩子就会用心配合。这种过程是很开心的！透过这次实习，我的教学实践技能得到明显提高。我第一次发现自我真的长大了，不是一名学生，而是一名老师；第一次发现自我的言行举止在学生中引起那样大的影响。也许，随着岁月的流逝，我会淡忘他们的脸孔，但这种完美难忘的师生之情将永驻我心。在这段时光中，我付出了很多，但得到学到的更多。不管将来我是否成为一名教师，这些都使我终身受用。“德高为师，身正为范”，这的确是一副很沉的担子啊！然而我相信，经过自我的努力，终有一天会“待到山花烂漫时，她在丛中笑”。在

不断的发展中，我有了更多前进的方向，教育就是这样，只要自我教书多了，经验多了，自然而然的潜力也就在无形中得到很大的提高。我想说，我就应能够做到此刻这样好，努力不断的实习，在前进中找到成长的方向，我相信时间会证明我在教育实习中的成长速度的。此刻的我离毕业还有的时间不长了，我相信我会在今后的工作中更好的进步，我相信自我会成为一个对社会有用的人！

大学生工厂社会实践心得体会篇九

今天早上八点半来到工地，上午下了一点雨，下午在总监的带领下检查现场基坑周围的沉降情况，第一次下工地心情还是比较紧张。检查发现工地男厕所北侧有一条裂缝，立即汇报给甲方的相关负责人员，商定解决方案，决定联系基坑支护单位检查基坑的稳固情况。

施工现场基坑开挖后出现一条暗渠，暗渠的存在可能是引起周围沉降的主要原因。如果采取堵的处理方式肯能造成上游出现涌出问题，在施工过程中也不可能对暗渠进行实质上的处理，这样就造成了施工方需要抽水作业，在预算等问题上监理方也出示相关证明。据土建监理介绍，工程完工后还将把暗渠接好，恢复原状，保证其对建筑的影响降低到最小。

暗渠的存在也对现阶段施工造成了一定影响，3#底板钢筋处出现淤泥，针对这种情况也通知施工单位相关人员进行处理。来到施工现场对工程地质问题进行分析，拿出解决方案，让我也想起了工程地质课上老师讲的一些关于沉降、地下水的问题，深切感受到仅仅是书本上学到的理论是不够的，最终要的是知道如何切实解决问题。

直观地了解工程实际中存在的问题，印象更深刻。比如构件的名称作用、各类材料的使用等都有更进一步的认识。脑海中再也不是僵固的一二三四，而变成了直观的方法措施，这也是进行实习最大的收获之一。不由地想起以前经常听到的

话：纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。