# 学生实训手册实训记录 顶岗实习任务学生顶岗实习手册(优质11篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-03-04

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。学生实训手册实训记录篇一二、实习目的通过到具体的工作岗位顶岗(毕业)实...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**学生实训手册实训记录篇一**

二、实习目的

通过到具体的工作岗位顶岗(毕业)实习，进一步实践计算机专业的应用，亲身体验工作，增长社会知识，增长职业能力，为毕业后顺利走向工作岗位进行全方位的锻炼，顶岗实习任务。

三、实习内容

(一)了解岗位工作职责及相关岗位的工作有关的内容，体会岗位工作的职责。

(二)理解各工种之间相互配合的重要性及工艺技术员的综合、协调作用。

(四)能够将工艺、设备、管理等理论知识应用到实际工作中。

(五)企业文化、企业基本组织框架、主要产品(服务)生产流程、班组管理、安全管理、质量控制、个人经济责任制考核、实习岗位职责、岗位操作程序、设备使用规程等。

四、实习方式

(一)原则上以学院统一安排的集中顶岗实习为主，学生要求自行联系实习单位的，可向学院提出申请。

(二)实习单位指定专人指导学生，指导教师应该为企业的管理人员、技术人员或相应岗位的能工巧匠等，负责学生的实习计划，实习工作，对学生的实习情况做出评价，实习报告《顶岗实习任务》。

(三)校内指导教师负责了解学生实习情况，检查学生实习月小结等，批改学生顶岗实习报告，并根据学生实习情况进行综合鉴定。

五、实习要求

(一)报告实习地点：

在9月1日前将学生顶岗实习单位的有关信息告知辅导员，填入《毕业顶岗实习一览表》。

(二)过程记录：

实习期间认真学习，认真工作，注意安全。在实习期间要认真完成顶岗实习报告，也就是每月认真写好月小结，主要是写每月在工作岗位主要做了些什么，有什么心得体会等。在整个实习结束后在顶岗实习报告最后总结处根据自己的实习情况写一份2024字以上的实习总结，主要根据自己的实习实际情况写下自己通过实习学到了些什么，有什么感受，并结合自己所学的专业与顶岗实习的情况谈谈自己对专业课程的建议和意见等。在顶岗实习结束后，要求所在实习单位对自己作出实习评价，给予评分，并加盖公章。最后要求将填写齐全的顶岗实习报告上交给指导教师进行综合评分。

在实习期间，要求结合自己实习岗位的具体情况写一份实习技术报告。实习技术报告要求有一定的技术含量，不能只是抄写一些设备使用说明书等。可以写自己所在岗位的生产工艺、技术特点、主要设备的工作原理、操作要点等，并能根据自己所学专业知识对生产过程中存在的问题分析出原因，并提出改进设想等。实习技术报告也可以是结合具体工作，根据自己所学的专业知识，写一份专业课题设计。实习技术报告字数不得少于5000字，同岗位同学之间不得抄袭。实习技术报告严格按论文格式来写，经指导教师检查合格后打印上交。

在实习期间，要求每周与实习指导老师至少联系一次，汇报自己的实习情况与日常生活情况，并可以根据自己在实习中遇到的困难向指导老师提出问题，以得到帮助与指导。

六、顶岗实习成果

(一)顶岗实习月小结

(二)实习报告(包含技术报告和总结)

1.顶岗实习目的及任务三篇

2.实习目的和任务

3.毕业实习目的与任务

4.毕业实习目的及任务

5.实习目的与任务

6.毕业实习目的和任务

7.会计实习目的和任务

8.顶岗实习目的

9.大三学生实习目的与任务

10.金工实习目的和任务

**学生实训手册实训记录篇二**

毕业顶岗实习是学生就业前非常重要的一个学习环节,相信大家手上都有一个实习手册要写吧，实习手册里面的周记该怎么写呢。下面是本站小编为大家整理的学生顶岗实习手册周记，希望大家喜欢。

临近毕业的最后一年，是我们真正实习生活的开始，是汇报我们这三年来在学校学习成果的开始，是步入社会大展宏图的开始。

我对社会充满了信心和对我自己充满自信参加了多场的招聘会、面试了多家的公司、但是一次又一次的失落快把我刚丛那学校里出来的一腔热情磨灭了，自己好回念当时在学校读书的时光，但是时间是不可能倒流根本就无法回到过去，每天拖这沉重的脚步穿梭在这个繁华的城市间。就象一个没有头的苍蝇到处乱撞，没有目标更没有方向，时间是那样的残酷，一个星期就这样过去了，没什么成功的收获，有的只是失败与无奈。

地球总是在转的，时间在一秒一秒的过去，而我还是在为工作的事在发愁，天天去面试，去网吧上网投

简历

，重复的做同一样事情，结果都是一样。但是我还是没有放弃，而是继续在寻找符合自己的工作，身上的钱花了差不多，这时候的我跟是万分的焦急，又不怎么好意思在开口往家里的人要。终于工夫不负有心人，让我找到一分工作。

来到公司陌生的环境、陌生的人和事，让我感觉有点拘谨，努力让自己的微笑减少言语上的笨拙。

第一天并不像我想象的那样，由人事经理带我们熟悉公司的环境，结识新的同事。大家似乎都很忙，可能现在是业务的旺季吧。

经过一周的实习，对公司的运作流程也有了一些了解，虽然还没有具体的操作过，但是在接触到新的事务不再不知所措，学会了如何去处理一些突发事件。懂得从中学到一定的处理事情的发那个发，而且从工作地过程中明白了主动出击的重要性，在你可以选择的时候，就要把主动权握在自己手中。

相信大家刚开始实习的时候，都做过类似复印打字、整理文档等的“杂活”，因为刚开始对于公司的工作内容、流程还不了解，所以做“杂活”成了实习工作必做的工作。虽然工作比较繁杂但是从中也学到不少的东西。所以说事情是不分大小，只要积极学习积极办事，做好份内事，勤学、勤问、勤做，就会有意想不到的收获。

在经历了一周的打杂工作，让我对公司的运作流程以及业务有了一个整体的了解，因此这一周我们的工作内容也有了一个小变化，除了进行简单的技术资料整理，还有就是如何去做好这个产品方面的设计，我本来以为就要将具体的尺寸用工具测量出来，然后通过autocad画出来就可以了，但是结果并不是想象中那么简单。

老板总是叫我一遍又一遍的检查画的图是否还有其他的错误，经过几天的检查，我开始感觉到一整天坐在电脑面前开始有些疲倦，整天面对着电脑，看着那枯燥无谓的图形，我有点开始厌倦了，但是我还是坚持着做着，细心的检查着。就这样我熬过了枯燥的一个星期。

配起来，我以为本来是很简单的事，不过事实并不是想象中的那样的简单，在装配过程中出现了许多问题，这下可把我个弄荤了，都不知道该从何下手，比如说在装配的过程中出现尺寸的不一样，出现很大的间隙等等其他的许多问题。一时间看出许多的毛病和错误，只好在次慢慢的修改，寻找还有没有其他的错误。经过几天的奋斗，修改和检查这个工作快临近尾声了，我总是在希望我的图不要在出现其他的错误。这个星期虽然结束了，但是我还是有地方值得我去学习的，真的是不易乐呼。

图是弄好了，接下来是开始进行生产，调试。真是毛病重重，错误多多啊!产品刚出来进行调试微出现这样那样的毛病。后来才清楚知道是怎么一回事。

不过通过这件事可以学到不少在学校所学不到的知识与经验，原来在设计绘图，这个零件是考虑的并不单单是把图绘出来，还要了解一些关于市场方面的信息，比如说价格，一些常用的毛坯，怎么做起来才方便简洁，如何把他设计成又好又方便的产品。还要考虑在加工过程中出现的误差，还有一些热处理方面的知识等等。如果不想到这些结果会是难以想象的，浪费时间上其次的，最重要的是公司经济的损失。

经过一个多月的实习，虽然对公司不是那么的太了解，但是多少不等也有所了解。天天做着一样的事，感觉得无比的枯燥只有自己一个人坐在电脑面前一整天，只有电脑从早到晚的陪者我，觉得好孤独，没有了以前在学校的那种欢声笑语，没有在学校的那种轻松悠闲自在了，有的只是空虚和寂寞。

有些时候闲下来就坐在电脑面前发呆，不知道做什么。就这样一天一天的耗着，感觉除了工作以外，自己的生活中就没有其他的新鲜的事情，或者是值得人去回忆，留念的了，没有了色彩斑斓的生活，有的只是枯燥的工作有些时候都有点冲动想不干了，去换换别的工作，想给累积更多的社会知识和经验，但是想了想还没有那么的冲动，还是在原来的地方老实的呆着。

虽然时间是过的那么的艰苦，但是还是有快乐的时光的，那天我和师傅出去吃饭了，在饭桌上，师傅没有以前那一脸的严肃，让我感觉到自己和他们就象兄弟一样，并没有那么的陌生。在吃饭的时候叫我注意一些细节方面，并不象在学校大家在一起吃饭那么的随便，要有一定的规矩和礼数。

叫我如何去喝酒，虽然我不会喝，他们就让我少喝点，意思一下，叫怎么在这里结交新朋友，也好为自己以后在社会混多一条路，多见见世面。那天我们吃的很高兴，也很开心，我第一次感觉这样无拘无束。回到厂里的宿舍，呼吸着外面的空气，感觉到无比的舒畅，来到厂里终于有了一次真正的放松，心理觉得乐滋滋的。

经过了一段时间的工作，又开始踏上了新的征程，进行新的锻炼。经过一段时间的匆匆忙碌后，终于有了可以闲下来的一点时间。可以稍微的偷懒一下，好好的享受一下工作之余的快乐。

在这以后才上体验生活那种家庭生活的开始，开始我的新的工作：学习怎么做好日常生活中的细事，比如说说是挖排水沟，看似一件简单事，但是实际哂纳感做起来就显得的非常的棘手，对于我们刚步入社会的新大学生来说无疑是一个重大的考验，虽然我并不知道怎么去弄，更不知道如何弄好，但是我还是在其中努力的学习，领悟其中的心得。

这些活原来在家里并要自己去做，但我在这里能够亲身的体验到家人的辛苦与劳累。只有自己亲身经历，才能深刻体会。

上一周的劳累与辛苦使我牢记心理，不过这一周又学到新的东西，虽然简单但是也很容易出错，我和我一个师傅去浇水泥板，在浇焊一块铁架子，放在里面来增加的它的强度，以防被什么大型机器从上面走的时候压坏了，我看着师傅做，便好奇的问你为什么不做成和扳子一样大的架子呢?师傅起初并没有告诉我为什么这样做，我一直带着这样的疑问。

后来和他一起浇的时候才发现，如果和它弄成一样大的话结果就放不进去，或者说以后弄出来，边上就会不平齐，不仅外观上面不怎么好看，而且有些时候不注意的话，他人从它旁边经过的会弄伤其他人。这个虽然简单，也许在书上的时候大家都会说，但你一旦在真正实践的时候就会想不到，只有实践了，才能更深的体会。

共

2

页，当前第

1

页

1

2

**学生实训手册实训记录篇三**

金工实习是一门实践性的技术基础课，是机械类各专业学生学习机械制造的基本工艺方法，培养工程素质的重要必修课。金工实习以实践教学为主，学生必须进行独立操作，在保证贯彻教学基本要求的前提下，教学尽可能结合生产进行。

1.使学生了解机械制造的一般过程。熟习机械零件的常用加工方法、所用主要设备的工作原理和典型机构、工夹量具以及安全操作技能。了解机械制造的基本工艺知识和一些新工艺、新技术在机械制造中的应用。

2.完成工程基本训练，为学习后续课程及从事机械设计工作奠定一定的实践基础。同时对零件初步具有进行工艺分析和选择加工方法的能力。在主要工种上应具备有能独立完成简单零件加工制造的实践能力。

3.培养学生的劳动观点、创新精神和理论联系实际的科学作风。初步建立市场、信息、质量、成本、效益、安全、环保等工程意识。

二、金工实习的基本要求

1.基本知识要求

金工实习是重要实践教学环节，其基本要求是：按照教学大纲，完成车工、钳工和铸工及数控加工等各工种的基本操作和学习相关的金属工艺基础知识，使学生了解机械制造的一般过程，熟悉机械零件常用加工方法及所用设备结构原理，工卡量具的使用，具有独立完成简单零件加工能力;使学生通过简单零件加工，巩固和加深机械制图知识及其应用，学会对工艺过程的分析;培养学生的劳动观点，理论联系实际的工作作风和经济观点，实习总结、实习报告是金工实习质量考核的形式之一。

2.能力培养要求

加强对学生专业动手能力的培养;促使学生养成发现问题、分析问题、运用所学过的知识和技能解决问题的能力和习惯;鼓励并着重培养学生的创新意识和创新能力;结合教学内容，注重培养学生的工程意识、产品意识、质量意识，提高其工程素质。

3.安全操作要求

在金工实习全过程中，始终强调安全第一的观点，进行入厂安全教育，宣传安全生产规则，教育学生遵守劳动纪律和严格执行安全操作规程。

三、金工实习的主要内容

(一)铸造

1.基本知识

(1)熟悉铸造生产工艺过程、特点和应用。

(2)砂型铸造。

造型材料：了解型(芯)砂具备的主要性能(强度、透气性、耐火性、退让性等)及其对铸件质量的影响;型(芯)砂的主要组成(原砂、粘结剂、附加物)与性能关系以及型(芯)砂的配比、混制与造型等与性能的关系。

造型工艺：熟悉砂型的结构，分型面的选择;掌握整体模、分离模、挖沙、活块等造型的工艺过程、特点及应用。了解三箱造型及刮板造型的特点及应用。

型芯制造：了解型芯的作用，提高型芯强度及透气性所采用的措施。了解整体、对开及可拆卸型芯盒制芯过程。了解型芯头及型芯座;型芯在简化外形及分型面的应用。

浇注系统：掌握浇注系统的作用及组成;典型浇注系统的组成及其主要作用;内浇口开设要点。

铸造工艺图：掌握浇注位置、分型面位置、拔模斜度、机械加工余量、铸造圆角、型芯头和型芯座以及收缩率的确定及其表示方法。了解木模、铸件及零件的主要区别。

铸造合金的熔炼：了解熔炼设备的结构及铸铁、铝合金的熔炼工艺过程;熔炼用的炉料、作用及其要求。

铸件的浇注：了解浇注用量、浇注温度、浇注速度和浇注方法及安全。

铸件的落砂及清理：了解铸件落砂及清理工件的意义、落砂时间、清理内容及方法。

铸件的缺陷：了解铸件常见缺陷(气孔、砂眼、缩孔、偏心、错箱、粘砂、浇不足、裂纹等)的特征，产生原因及防止方法。

(3)特种铸造：了解熔模铸造、金属模铸造、压力铸造及离心铸造的方法、特点及应用。

(4)了解铸造生产安全技术、环境保护，并能进行简单的经济分析。

2.基本技能

(1)掌握手工两箱造型(整模、分模、挖砂等)的操作技能。

(2)在金工实习指导教师指导下，能制造较复杂、小型零件的砂型，并能合理的选择分型面、设置浇注系统和具有一定的修型能力。

(3)完成金工实习产品的砂型制造，并能对铸件进行初步的工艺分析。

(二)锻压

1.基本知识

(1)了解锻压生产的过程、特点和应用。

(2)自由锻造：了解坯料加热，非合金钢的锻造温度范围。了解空气锤的结构、工作原理及基本动作。了解轴类和盘类零件的自由锻造工艺过程。了解锻件的冷却及常见锻造缺陷。

(3)胎模锻造：了解胎模锻造的特点;胎模结构及其制造生产过程。

(4)板料冲压：了解板料冲压基本工序(落料、冲孔、弯曲、拉伸)及冲压件的冲压过程。

(5)了解锻压生产安全技术、环境保护，并能进行简单经济分析。

2.基本技能

初步掌握自由锻的操作技能，并能对自由锻件进行初步工艺分析。

(三)焊接

1.基本知识

(1)熟悉焊接生产工艺过程、特点及应用。

(2)焊条电弧焊。

熟悉焊条电弧焊对电源设备(电焊机)的要求。了解焊条电弧焊机的种类和焊条的主要技术参数。了解电焊条及其作用;电焊条的分类及其表示方法;酸性和碱性焊条的特点和应用。熟悉焊接工艺参数及其对焊接质量的影响。了解常见焊接缺陷。了解常见焊接头(对接、搭接、角接、t字接)和坡口形式、以及焊缝所处的不同的空间位置的焊接特点。

(3)气焊

了解气焊原理、特点及应用;气焊用设备的简单工作原理及操作。了解气焊火焰的构造、种类、调节及应用;气焊用焊丝和焊粉的作用及选用;气焊规范(焊丝直径、焊矩型号焊嘴的大小、焊嘴倾角的选择。

(4)气割

了解氧气切割原理、过程及金属气割条件。了解等离子弧焊接与切割的特点和应用。

(5)其他焊接方法了解埋弧自动焊、气体保护焊、电阻焊、氩弧焊等焊接方法的特点及应用。

(6)了解焊接生产安全技术、环境保护，并能进行简单经济分析。

2.基本技能

正确操作交流弧焊机或直流弧焊机，能正确选择焊接电流及调整火焰。熟悉起弧的两种方法，掌握焊条电弧焊、气焊的平焊操作。能够分辨焊接表面可见缺陷(气孔、未焊透、咬边、夹渣、热裂纹等)。

1.实习目的和任务

2.会计实习目的和任务

3.毕业实习目的和任务

4.金工实习目的和意义

5.精选金工实习目的和意义参考

6.金工实习目的和意义范文

7.大学生毕业实习目的和任务

8.毕业实习目的及任务

9.实习目的与任务

10.毕业实习目的与任务

**学生实训手册实训记录篇四**

就读于山西财经大学的我在学习了3年多的理论知识后,终于有踏上社会进行实习的机会了。在寻觅中,思考后,我找到了山西大酒店,这个让我仰慕以久的四星级豪华涉外酒店。经过初试后,我得到了面试的通知,我4月13进入山西大酒店,在销售部预订中心的一个多月里我深入学习了山西大酒店营销手册,员工手册,并对预订工作进行了实践。所谓实习就是实践中学习,虽然在大酒店只呆了短短的一个多月,却学到了好多在课堂在学校所不能顾全的一些知识。下面一些是我对短暂实习的感受:

一、山西大酒店概况

山西大酒店于1989年5月8日开业,至今已经有20xx年的历史了,酒店在1994年评为全国三星级酒店,1997年2月通过四星级酒店的验收。大酒店始终领先山西酒店通行,创新是酒店永保青春的灵魂,酒店先后在1995-1996,进行了2次大的装修。 山西大酒店是山西省首家四星级豪华型涉外饭店，地处太原市迎泽大街和新建南路交汇处，交通方便，地理位置优越。飞机场有专车接预订客人。酒店设有客房166套，其中有豪华四套间，豪华双套间，商务标间，普通标准间,设有先进的电话通讯设备idd，ddd程控系统，科学高效的语音信箱系统和中央空调以及免费宽带(30兆)上网。商务楼层豪华方便舒适，与其配套的有：全天24小时服务的中，西餐厅，大堂酒吧，欧美风格的中世纪酒吧高雅温馨，设备先进的商务中心可为您代理复印，传真，电传，打字及文秘业务。中西餐厅和卡拉ok包间是您享受世界名吃，国内佳肴和浪漫情怀的好去处，而具有多功能的锦绣厅和翠岩厅是您举办宴会及大型自助餐会的理想场所。酒店内有先进组合音箱的迪斯科舞厅，乒乓球俱乐部，标准英式台球室，丰富多彩的娱乐设施为您的旅居生活增添情趣。室内游泳池，健身房，按摩室，桑拿浴室，美容室将使您拥有健康的体魄和青春焕发的容颜。购物中心为您提供日用百货，工艺品，丝织品，食品烟酒等。 在山西大酒店的历史上有许多荣耀：1995年获全国百家优秀星级饭店称号;1996年获全国星级饭店五十佳称号;1997年，获西班牙世界商贸企业最佳形象奖。山西大酒店在发展历程中创造了许多个第一：它是山西第一家四星级饭店;山西第一家使用计算机网络进行经营管理的饭店;中国第一批旅游标志性饭店之一;他们在山西饭店中第一家编撰出版了饭店管理书籍《山西大酒店管理模式与务实》;他们第一家创办了企业刊物《山西大酒店报》。

二、预订中心工作内容简介

客房销售是酒店销售工作的中心。客房收入的多少,客房出租率的高低是评判一个星级饭店效益的重要指标。预订工作是酒店销售客房的主要途径。在山西大酒店预订中心的日子里,我系统的学习了预订的程序,预订中心的工作项目,主要有下面几个方面: (一) 预订客房 客房的预订工作主要可以分为散客预订,团体预订。散客是高价格人群,客房价格较高,团体客人是酒店与旅行社或者公司签订协议后设置的团队,团队客人是好多酒店的主要收入来源,但是团队价格相对较低。山西大酒店客房有166间(套),山西大酒店瞄准的是散客商务客人,客人档次相对高。预订工作针对商务客人要做的工作很多,特别是针对回头的商务客人,好多客人的喜好,来店次数都是需要统计的。针对新的商务散客做的工作就是要注意如何推荐客人使用商务客房,让他们感受房间,让他们有深临其境的感觉。 (二) 预订会议 会议的预订也是当今酒店一大业务。山西大酒店有各种会议室,有大的多功能厅,可以接120-150人的大型会议,也有圆桌型的三楼会议室,同时还有适合商务客人的商务洽谈间。会议的预定主要探清客人的意图,人数,以及他们所要的价位。 (三) 票务预订商务客人有好多在到酒店后就开始对自己的行程做安排,要求购买预订下一站的机票,火车票。在做预订的时候主要要对客人航班,时间,姓名等弄个清楚,要经过客人的确认方可出票。对客人购票的单据现金要妥善保管。 (四) 旅游咨询? 旅游团队特别是外宾在山西大酒店的团队客人中占了大多数。外宾对中国,对山西兴趣浓厚,\"地上文物看山西,地下文物看陕西\",外国客人对旅游的途径,安排经常是筹划的特别精确,因此经常会看见外宾拿着一大堆资料来到预订,对自己的旅游做个规划,叫个懂旅游的给他做个安排。旅游咨询做好了对客人提高对酒店的好感有着至关重要的影响。

三、山西大酒店永保青春的优势

做了一个多月的预订工作,我对酒店的客房,餐饮,娱乐都有了了解,对大酒店的规章制度,管理模式也有了感性认识,我从一个预订员角度来看大酒店的资本优势;(一)永远做创新者,做领头羊? 在大力推行创新的年代,无论做什么行会什么工作,创新始终是灵魂。酒店工作更要作好创新工作,不能一味的学习别人,模仿别人,要从自己与别人的不同点充分挖掘自己的优势,这样才能立于不败之地。山西大酒店是山西首个四星级涉外豪华型酒店,年接待外宾的数量占全省60%以上,山西大酒店有自己的资本,但是大酒店从来没有只靠这些。创新无处不在,在1997年后,太原高星级酒店一个接一个出现,大酒店创新提出创造商务客人优良港湾的目标,并朝着这个目标前进。xx年,山西大酒店领导经过深思熟虑,决定利用xx年春季,旅游市场相对淡的时机,进行规模较大的主楼改造工程,经过两个多月的紧张工作,修葺完善大酒店终于迎来新妆面容,此举象征着山西大酒店即将引来它的\"第二春\"。这次装修主要是把以往的普通标间,10层以下的商务间做了大规模的整改,装修以后大幅度增加了商务大床间,这就意味着山西大酒店又向商务客人发出了信号,没有最好,只有更好。17寸液晶电脑,30兆的的免费上网适合了商务客人的胃口。从5月以来,这些客房得到了客人的好评。

(二)始终如一坚持\"客人永远是对的\"的方针 客人是酒店业的灵魂,没客人那么酒店就不会存在了。“客人永远是对的”这句话向服务人员提出了什么样的要求呢?简单的说，就是作为服务人员应该记住，不要说客人“不对”。即使事实上客人是不对的，你也不要说客人“不对”。客人是来“花钱买享受”的，是来接受服务的，而不是来接受批评的。如果服务人员批评客人，说客人“不对”，客人就会认为这是把“花钱买享受”变成了“花钱买气受”所以服务人员不应该批评客人，说客人“不对”。在一个多月的实习中,我没见过一次山西大酒店人与客人斗气,挣输赢的事件。 (三)员工的服务意识强? 酒店员工是直接提给客人提供服务的,员工每天会接触不同档次,不同籍贯的人,针对不同对象进行个性化服务是酒店提高服务质量的根本。以预订部员工为例,员工虽然很少见客人面,但是从声音来辨别出客人是谁,然后进行预订登记,然后记下他来店次数,以及客人爱好等等,这些无不体现了服务意识。前几天有个中国台湾客人发出了山西大酒店是全球最好的酒店的心声。 (四)各部门联系紧密 山西大酒店作为一个四星级酒店,包括销售部,餐饮部,客房部,保安部,工程部,人力部财务部等部门。各部门的联系无处不在。比如预订下的各种单子好多都是跨部门的,比如团队餐单,行李单,果蓝单,定餐单,还有订房中心过来的返佣单,这些都需要与各大部门合作,协调,员工之间的包容,谅解要做的很好,哪个部门出了错误过失,其他部门要给予改正指出。山西大酒店人始终以酒店为大家,以部门为小家。不记个人得失,为酒店谋利益为目标。(五)员工的基本素质强,专业素养高. 员工的培训工作是一项重要工作。对酒店新员工的封闭式军训不仅练就了员工的意志,而且员工学习了岗位的基本业务技能,使他们进入岗位后能快速的融入酒店的氛围中。预订中心员工英语口语水平一流,能处理各种事件,能正确的运用推销技巧推销房间,这些都是专业素养高的体现。正因为有上述这么多优势,山西大酒店才能在山西省酒店行业中独树一帜。 (六)酒店文化氛围浓厚这里，处处有文化的渗透，处处有文化的表现，处处可以品味文化。酒店里，管理文化、装饰文化、服务文化、餐饮文化、休闲文化、环境文化，到处都能感受到文化的感染与熏陶。在室内外装修中，他特别追求绿色面积的增多与适度，同时重视文化氛围的营造和高档次、合理性。动用资金千万元美化庭院，使布局更加合理。

但是从我一个多月的观察,我也发现山西大酒店在一些小方面还是存在一些需要改进的地方。

四、山西大酒店存在问题分析

(一)转正前员工的待遇问题

酒店每次招收的新员工都需要6个月以上的转正时间。我觉得想在这个酒店长期做的员工肯定会更快更好的融入酒店的大集体中。但是没转正的员工无论从物质上还是精神上都与正式员工有所出入,从工资上来看,工资连正式员工的一半都没有,好多员工都认为太低。工资与正式员工有区别可以原谅,但是员工的就餐补助也只有一半,那么员工就觉得做的太没意义了,同样是为酒店谋效益差距太大一点。新员工不仅给酒店带来效益,而且给酒店增添了活力。所以我觉得应该有所改善。

(二)酒店应该成立自己的票务中心

山西大酒店是以商务酒店为目标的,所谓商务客人也就是从事商业活动叫多的客人,这种客人可能长住酒店但也可能住一天就走,长住的也有可能中途哪一天会出差几天,这也就涉及到了票务问题,成立票务中心可以减少预订部员工烦琐的算钱,记帐工作,还可以体现商务酒店的特色。

(三)传菜员带口罩是好还是坏 我在预定中心的时候时常见到传菜员从门口经过,但奇怪的是他们带个白口罩。经询问才知道这个习惯是从非典的时候开始的,大家都认为这是留下来的好习惯,但我却不认为。酒店员工服务中微笑服务是必须的,员工漂亮的微笑会为给客人增加对酒店的好感,增加对食品的兴趣。员工带上口罩以后有多重不好的影响:第一,对微笑产生了一些影响。其次,员工带上口罩很难跟客人沟通,缺少沟通客人会觉得是对自己的不尊重。第三,口罩一般都是医院的护士带的,传菜员带上口罩,让客人看见会觉得很别扭,\"我是来酒店了还是来医院了”这种想法可能会在客人脑海中浮现。

(四)提升客房一次性用品的档次 偶然间去客房看见了一块香皂,一盒火柴,这些都是酒店客房所用的一次性用品。一次性用品是酒店每位客人所需要的,如牙膏,牙刷等,一次性用品也是酒店成本的一大块。但是山西大酒店接待的是以商务客人为主要目标群的酒店,接待档次高,要求也相应有所增加 。正如那位中国台湾客人说的那样,是时候提高一次性用品档次的时候了。

(七)大厅客用厕所问题? 厕所问题历来都不是等闲小事。相反，在越来越关注生活质素的今天，它反而一跃而成头一等的大事。有人不是说了嘛：考察一国的文明程度，不用看这看那，单查查那里的“厕所文化”，也就昭昭然可下断语了。考察一个酒店同样要关注厕所问题,在山西大酒店经常发现客人开了房间就探着头在我们预定门口转悠,\"请问厕所怎么走?\"这句话经常从客人嘴里冒出,然后pa或者是行李员带着客人去厕所。厕所设置的不规范,或者说没指示牌这问题已经显现出来。

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。 山西大酒店人将并州城的灵气与隽永,丝丝融进对您细致入微,周到热忱的服务中,用文化理念,特色服务诚邀五湖四海的嘉宾!

**学生实训手册实训记录篇五**

上一周的劳累与辛苦使我牢记心理，不过这一周又学到新的东西，虽然简单但是也很容易出错，我和我一个师傅去浇水泥板，在浇焊一块铁架子，放在里面来增加的它的强度，以防被什么大型机器从上面走的时候压坏了，我看着师傅做，便好奇的问你为什么不做成和扳子一样大的架子呢?师傅起初并没有告诉我为什么这样做，我一直带着这样的疑问。

后来和他一起浇的时候才发现，如果和它弄成一样大的话结果就放不进去，或者说以后弄出来，边上就会不平齐，不仅外观上面不怎么好看，而且有些时候不注意的话，他人从它旁边经过的会弄伤其他人。这个虽然简单，也许在书上的时候大家都会说，但你一旦在真正实践的时候就会想不到，只有实践了，才能更深的体会。

**学生实训手册实训记录篇六**

这周是实习的第一周，主要任务做好生产实习的准备工作!我首先联系了生产实习的指导老师。了解了一下今天电厂的基本情况以及运营范围。并且到其厂子的现场进行参观。并且见到许多电源、变压器及互感器、电器成套装置、大开关电器、塑壳开关、控制仪表、线缆及敷设、用电设备等西多实际的东西。现场指导教师先大致的向我介绍了一下这些电气设备及器件的功能等，说以后再慢慢学会去深入的了解它们和使用它们!指导老师说，让我在实习的这几天，多掌握电力系统的基本知识，电力负荷计算及无功功率补偿，三相短路分析、计算及效应，变配电所及其一次系统，电气设备的选择与校验，电力线路，供配电系统的继电保护，变电所二次回路及自动装置，电气安全、防雷和接地，电气照明，供配电系统的运行和管理等。在学习知识的同时，理论联系实际，以得到更加深入的学习。

这周最主要的任务就是认识去好哈的使用和了解电源，原以为，电源是个很简单的东西，就是提供电源嘛!但是远不是我想的那么简单。

比如说，今天指导老师向我介绍了三项应急电源(eps)。称为emergency(紧急)power(电力)supply(供给)，是当今重要建筑物中为了电力保障和消防安全而采用的一种应急电源。它主要由输入输出单元、充电模块、电池组、逆变器、监控器、输出切换装置等部分组成。其原理为：在市电正常时，由市电经过输出切换装置给重要负荷供电，同时充电器为蓄电池进行充电或浮充;当市电断电后或电压超出供电范围，控制器启动逆变器，同时输出切换装置将市电供电状态立即切换到逆变器供电，为负荷设备提供应急供电;当市电恢复时，应急电源将恢复为市电供电。eps是以解决应急照明、事故照明、消防设施等一级负荷供电设备为主要目标，提供一种符合消防规范的具有独立回路的应急供电系统，该系统能够在应急状态下提供紧急供电，用来解决照明用电或只有一路市电缺少第二路电源，或代替发电机组构成第二电源，或做为需要第三电源的场合使用。广泛适用于市电中断时各类一级和特别重要负荷的交流应急供电，如各类重要计算机系统的供电;各类建筑的工作供电和消防供电;医院安全供电;交通系统高速公路、隧道、地铁、轻轨、民用机场的供电;电力系统的供电;各类不能断电的生产、实验设备的供电。是设备要求纯净正弦波高质量供电电源。真的很没想到，一个电源，竟然会有这么多知识在里面。

本周最主要的任务是学习和认识变压器及互感器。

首先是变压器，现场指导老师主要向我介绍了怎样判别电源变压器参数：电源变压器标称功率、电压、电流等参数的标记，日久会脱落或消失。有的市售变压器根本不标注任何参数。这给使用带来极大不便。下面介绍无标记电源变压器参数的判别方法。此方法对选购电源变压器也有参考价值。

1、从外形识别常用电源变压器的铁芯有e形和c形两种。e形铁芯变压器呈壳式结构(铁芯包裹线圈)，采用d41、d42优质硅钢片作铁芯，应用广泛。c形铁芯变压器用冷轧硅钢带作铁芯，磁漏小，体积小，呈芯式结构(线圈包裹铁芯)。

2、从绕组引出端子数识别电源变压器常见的有两个绕组，即一个初级和一个次级绕组，因此有四个引出端。有的电源变压器为防止交流声及其他干扰，初、次级绕组间往往加一屏蔽层，其屏蔽层是接地端。因此，电源变压器接线端子至少是4个。

3、从硅钢片的叠片方式识别e形电源变压器的硅钢片是交插入的，e片和i片间不留空气隙，整个铁芯严丝合缝。音频输入、输出。

这周参观和学习了电器成套装置。主要有高压屏、低压屏、控制箱、动力箱、照明箱等。如图一所示：在火灾自动报警系统中，当接收到来自触发器件的火灾报警消防控制中心信号后，能自动或手动启动相关消防设备并显示其状态的设备，称为消防控制设备。主要包括火灾报警控制器，自动灭火系统的控制装置，室内消火栓系统的控制装置，防烟排烟系统及空调通风系统的控制装置，常开防火门、防火卷帘的控制装置，电梯回降控制装置，以及火灾应急广播、火灾警报装置、消防通信设备、火灾应急照明与疏散指示标志的控制装置等十类控制装置中的部分或全部。消防控制设备一般设置在消防控制中心，以便于实行集中统一控制，也有的消防控制设备设置在被控消防设备所在现场(如消防电梯控制按钮)，但其动作信号则必须返回消防控制室，实行集中与分散相结合的控制方式。

这周的主要任务是学习大开关电器。主要有少油断路器、真空断路器、空气断路器、sf6断路器、智能断路器、转换开关、开关附件等。

“真空断路器”因其灭弧介质和灭弧后触头间隙的绝缘介质都是高真空而得名;其具有体积小、重量轻、适用于频繁操作、灭弧不用检修的优点，在配电网中应用较为普及。

转换开关又称组合开关，与刀开关的操作不同，它是左右旋转的平面操作。转换开关具有多触点、多转换开关位置、体积小、性能可靠、操作方便、安装灵活等优点，多用于机床电气控制线路中电源的引入开关，起着隔离电源作用，还可作为直接控制小容量异步电动机不频繁起动和停止的控制开关。转换开关同样也有单极、双极和三极。

空气断路器(自动开关)：断路器的一种。绝缘介质为空气。是用手动(或电动)合闸，用锁扣保持合闸位置，由脱扣机构作用于跳闸并具有灭弧装置的低压开关，目前被广泛用于500v以下的交、直流装置中，在电路中作接通、分断和承载额定工作电流和短路、过载等故障电流。当电路内发生过负荷、短路、电压降低或消失时，能自动切断电路，进行可靠的保护。断路器的动、静触头及触杆设计型式多样，但提高断路器的分断能力是主要目的。目前，利用一定的触头结构，限制分断时短路电流峰值的限流原理，对提高断路器的分断能力有明显的作用，而被广泛采用。

本周所了解和和学习的是塑壳开关。塑壳断路器能够自动切断电流在电流超过跳脱设定后。塑壳指的是用塑料绝缘体来作为装置的外壳，用来隔离导体之间以及接地金属部分。塑壳断路器通常含有热磁跳脱单元，而大型号的塑壳断路器会配备固态跳脱传感器。

这周我看到了现场的好多主接线图。变电所的电气主接线是由电力变压器、各种开关电器、电流互感器、电压互感器、母线、电力电缆或导线、移相电容器、避雷器等电气设备以一定次序相连接的接受和分配电能的电路。

这周实习内容是电机控制，通过一个继电器和两个开关控制电机的启动和退出。

老师首先讲解了空气开关、继电器及常开、常闭开关的构造、用途及接线方式，然后就整个接线原理图的工作方式进行了详细的阐述。通过继电器内的电磁线圈的通电与否控制发电机极端的开关的闭合与打开，从而实现电机的启动与停机。

分好组后，我们先画了接线图。由于要求两个开关控制一个灯，我们想了一会儿才画出符合要求的电路图。然后我们将各个接线处与实际器件进行了对照，并弄清了图与实物的对照关系，才开始接线。

通过本次实习，我们对继电器的构造与工作原理有了更深入的认识，同时提高了动手能力。在接线中遇到有分歧的地方，我们还耐心的交流沟通，培养了良好的团队合作精神。

本周学习安全知识中的触电急救。

触电急救分为三个部分。首先是用电常识，人体可承受的最大安全电流是100ma。然后是急救知识的理论学习，人工呼吸要用2s的时间渡气，3s的时间让触电者放松。心肺复苏要按心脏的位置、频率大概分为一分钟60下。第三部分是演示及练习，老师首先示范，然后由自己练习体验，老师在一旁做指导和讲解。

为期两个多月的实习马上就要结束了，这周主要是对之前所学知识的一个回顾和梳理，加强实际操作，为将来的工作打下基础，也感谢用人单位领导和同事的细心指导。

**学生实训手册实训记录篇七**

学生通过参加顶岗实习，能够加强理论学习与实际的结合，有助于加深了解社会对本专业的需要。今天本站小编给大家为您整理了学生顶岗实习手册个人总结，希望对大家有所帮助。

时间飞逝，离校实习已经有半年的时间了，也算是初步踏入社会。静下心来回想这次实习真是感受颇深。我们知道实习是大学教育中一个极为重要的实践性环节，通过实习，可以使我们在实践中接触与本专业相关的一些实际工作，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，把理论和实践结合起来，提高我们的实际动手能力，为将来我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础。

通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐地我喜欢上这个专业，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法。

回顾我的实习生活，感触是很深的，收获也是丰硕的。这次的实习，所在公司主要是机械制造，而我负责的是关于机械加工图纸的整改和绘制。这次的实习经历我对设计这个专业有了更加理性的认识和更深刻的体会。

通过这次的实习，我由第一天的拘谨，对什么事情都充满着好奇，转而逐渐适应了这样的生活，做事情按部就班，循序渐进。这次的实习，让我懂得了许多，知道了许多，大学文凭其实只是一块敲门砖。进入工作单位后，大家都是从头开始，凡事都要自己去摸索，没有人会手把手教你。

所以，我们有必要培养主动学习能力和创新能力，必须努力提高自身的综合素质，适应时代的需要。虽说大学文凭只是一块敲门砖，但是个人的综合素质却仍是你就业时的重要筹码。首先是学习成绩，用人单位认为成绩的好坏从一定程度上说明了你学习能力的强弱，所以，学习成绩是他们非常看重的一点。因此，我们首先要学好自己的专业知识。其次，他们看重的就是就是我们的社会实践能力。这一点就要看我们平时的实际动手及操作能力。

经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一，要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

第二，要勤劳，任劳任怨

我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们应该自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有这样。

第三，要虚心学习，

在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心地接受。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

第四，要确立明确的目标，并端正自己的态度

也可以在工作中逐渐的掌握。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中一定要多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做。只有这样我们才能把事情做好。

通过本次的实习，我还发现自己以前学习中所出现的一些薄弱环节，并为今后的学习指明了方向，同时也会为将来的工作打下一个良好的基础。，但这次的实习为我们提供了一个很好的锻炼机会，使我们及早了解一些相关知识以便以后运用到以后的工作中去。

总体来说，这次实习不仅仅是锻炼了我在设计软件操作方面的一些技能，同时，经过这次实习，我还从中学到了很多课本上所没有提及的知识，还有就是在就业心态上我也有很大的改变，以前我总想找一份适合自己爱好，并且专业对口的工作。

可现在我们都知道找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我现在要建立起先就业再择业的就业观。应尽快学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。总的来说，作为一个快要毕业的大学生，无论是在今后的工作或是生活中，实习都将成为我人生中一笔重要的资本。

一转眼实习生活过去了，回首最大的感受 ： 收获 + 喜悦 。 这短短的实习给我留下的不仅仅是回忆，因为他们使我的自身价值得到了提高。

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度。

要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的文秘工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

以下就是我这几个月在公司

心得体会

：

1、在工作过程中我们必须要学会自主学习

工作后不再象在学校里学习那样，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，你所要作的只是区别哪些是你需要了解的，哪些你工作中所应该做的事。

2、我们必须拥有一颗能让自己积极进取工作心。

在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象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。在实习过程，我们实习生并不像工作很久了的老员工那样熟悉作为收派员的一切流程。在实际工作中，作为实习生的我，难免会遇上这样那样的工作麻烦。

比如说不清楚什么是航空违禁品、什么地方是不收送范围、什么是异地收送等等一切问题。在面临这些问题时，我必须主动的像老员工询问，这样才能解决工作的问题。避免自己给公司带来不必要是损失。

3、我们必须学会在社会上的为人处事

作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

在这次实践的日子里，有了很多在学校里根本不可能有的感受;如在学校我们每天都享受着老师对我们的谆谆教诲，老师会不厌其烦的告诉我们该怎么做。而我们因为读了这么多年的书也早已经习以为常。但是在实践中，将不会有人告诉你这些，你必须知道自己应该做什么，要学会自己主动的去做，而且尽量要求自己做到最好。学校，毕竟是学习的场所，没有在社会中这么多的尔虞我诈。

而在工作中，你就必须要努力学会更多的知识，同时更要学会怎样去做一个人。我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身收益并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中，把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示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而努力。

实习目的

通过顶岗实习，加强理论学习与实际的结合，验证和巩固充实所学理论知识，加深对相关专业内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解社会对本专业的需要，将所学专业知识与生产实际相结合。同时，加强和实习单位各层次员工沟通和交流，学习其优秀品质和新型技术，提高对现实问题的认识，逐步提高社会交往能力和应变能力，了解实习单位的各项

规章制度

，增强组织性和纪律性，认识自身不足，严于律已，提高自身综合素质和能力。再次，培养学习、团队合作和解决问题的能力，并开阔眼界及思路，为今后步入社会积累经验，尽快成为生产、建设、管理和服务第一线的高技能人才。

实习时间：

实习地点：

带队老师：

公司简介 深圳x科技有限公司是一家集研发、设计、制造、销售、服务于一体的专业锂电池自动化设备制造商，属高新科技民营企业。公司坐落于美丽的海滨之畔深圳市龙华大浪龙富工业园。公司主要为各类锂离子电池生产企业提供化成、分容、ocv/ir检测、拣选配组等自动、半自动系列生产和实验型设备。产品具有精度高、稳定性好、性价比高等特点。

实习内容 这次实习，我的工作内容随职位的变化分阶段有所不同，现分段报告如下：

最开始去的是宏图高能的老公司天宏图，在那个公司，我们置身于流水线，和那些阿姨和一些弟弟妹妹们一起压锂电池盖帽，一天比一天产量高，在班长的催促下我们的一周都感觉度日如年。也许因为从初中开始就在外实习，对这种模式化生活和机械化管理早已习惯自如，看着一起来的同学不断地叹气和怨言甚至咒骂，只能在一旁劝说安慰。刚过一个周的时候，由于平时通过班长一个老乡和班长认识了，并慢慢熟悉，这才安排了一个轻松的工作给我。毕竟这是大学安排的第一次顶岗实习，只希望以后的日子会好过一点。

两个多星期过去，迎来了新公司宏图高能的建成，我们发电专业的几个学生幸运的被安排到了新的公司。这也预示着一个美好的开始即将到来。初期，我们整日在车间打扫卫生、贴警示线、给电工帮忙...都是一些或轻或重很杂乱的活儿，这段时间是很充实和开心的，在公司落成典礼的日子后，公司的一切才一步步走入正轨。

在过后的将近两个月里，一开始是跟着吴师傅一起学做工具分类整理和管理以及技术的提升，慢慢的到了一个多星期后开始正式接手调试组的管理，不过有着一个月的试用期。公司二车间从焊接到组装再到调试，三个组之间衔接很紧，我们组的效绩也关乎到出货的品质和时间观。每一批的订单我们三个组都需要齐心协力，这之间的合作付出与快乐不计其数。在不断对技术和管理层次学习、自我完善提高的同时，也经常去网吧看一些管理学和工作相关的文字视频，这也是离开公司前最充实的日子。

感悟 虽说在学校学了两年多的专业理论知识，毕竟那只是死死的概念。刚来公司我带着迷茫的希望和新鲜的惊奇，面对整个陌生的人群和陌生的操作方式，在这熟悉又陌生的城市里都显得有点唐突。一开始让人喘不过气来的流水线和之后又给我断断续续希望的新公司...公司的前辈们都很照顾新人，接受新人的一无所知，耐心地指导着我们。特别是张工和师傅的言传身教，带着我们很舒心地去接受生活环境和公司的作业流程。

回首那些日子，还记得我们和领导一起布置车间的一切...一起拖地，一起贴警示线，一起钻研机柜的布线，一起研究工装，一起出去玩...一起...记忆太多，满满的回忆起来是那么的充实和开心。还记得当时和副经理一起打球的那般孩子劲儿，酒桌上和领导们一起开的玩笑，啤酒肚和扎啤妹...喝醉酒之后的可爱和放松，已经全然没有了工作的劳累和严肃，这些记忆总是呢么温馨和高兴。

那些日子以来，学到的东西也着实不少。开始在老公司的时间里，把我在大学里有点松懈的耐心再次调整回来。在新公司里，一开始短期的打杂让我明白了细心还是有很多好处，不过更让我明白的是，对待不同的事和不同的人，细心度也要随之改变，有些事该细的细，细的有分寸的东西还是不要让领导难堪，当然有些事做到细是需要耐心和缜密心思的。之后那段和吴师傅在一起学习工作的日子里，师傅的技术和为人都让人敬佩。也许因为性格的相似，平日的工作中合作的很愉快，相处的也融融乐乐。年龄相仿的师傅虽不善交际，但平时对我们一向很好，二楼的员工对师傅也一向尊重。出门在外，切记低调行事，要在能展现自己能力同时能提高自己发展平台的时候高调一下。做事方面，刘备的“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”所言甚好!

时间过得真快，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

其次，我介绍一下我实习所做的工作。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。

1、自主学习

工作后不再象在学校里学习那样，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，象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象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。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。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。

4、基本礼仪

步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。

5、为人处事

作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

最后，我至少还有以下问题需要解决。

1、缺乏工作经验

因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。

2、工作态度仍不够积极

在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。

3、工作时仍需追求完美

在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。

4、学术上不够钻研

这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是硕士研究生，需要作一些技术的研究工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。李广成总裁，也是我的导师，在百忙之中都会抽出时间作研究工作并指导我的学习，我的时间比他充裕的多，也应该可以多关注科研技术的进展。

我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示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而努力。

以上是我对已经过去实习工作的总结，总结是为了寻找差距、修订目标，是为了今后更好的提高。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

**学生实训手册实训记录篇八**

通过熟人介绍在\_\_县供销合作社实习，每一天在规定的时光上下班，上班期间要认真准时地完成自我的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事职责，凡事得谨慎留意，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

我这天6点半就早早的就起床了，吃了早饭就去上班了，第一个到达办公室，由于还没有钥匙就在外面等了一会。这天没有开展工作，主要的就是熟悉一下公司的环境。

“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不一样。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法立刻适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自我没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自我的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很简单。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。四个月的实习时光虽然不长，但是我觉得从中能学到了很多知识，了解到关于做人处事的学问。

**学生实训手册实训记录篇九**

经过大学三年专业系统的学习，我对市场的相关理论与知识有了一定的认知。但是这种认知大部分仅仅停留在理论的水平，为了使我们学到的这些理论与实际相结合，系里安排了这次为期八月的认识实习。实习的第一道坎就是找单位，怀着忐忑不安的心情，我开始寻找实习单位。我把目标锁定在国贸路，这集中了大量的公司、企业，在这找实习单位也一定比较容易。

在这一周的找实习单位中我既品尝了收获的喜悦，也咀嚼了挫折的滋味，学到了很多在课堂上学不到的知识，真可谓上了非常珍贵的一课，受益匪浅。通过这次，我也对今后自己的学习、发展方向有了更进一步的认识：学习不仅仅是学习课本知识，还要也是更重要的是学习如何将学到的知识应用于实践。

今天非常的开心，因为经系安排到昌导汽车租赁企业下通知：今天是九月十日。我工作实习的第一天，我怀着惴惴不安的心情，之前听过很多关于实习生的传闻，说他们在单位要么被当成透明人，要么就净干些杂活，于是有点担心自己会和他们一样。

踏进办公室，只见几个陌生的面孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我担心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

所以待人一定要“真诚”，做事也要“真诚”。做事必需按部就班，不能说是死板那是做事的程序必须遵守。事实是怎样就怎样，不要不懂装懂，这不同于作业错了可以一改再改！这就是我第一个星期的收获。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。

做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运，有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。如：当有企业人员来核销、或者来办理新合同的。我一有空就跑过去看看、并找适当的时机有问题的就问同事。这样慢慢自己的经验多了，也就知道该怎样处理了。

**学生实训手册实训记录篇十**

为贯彻落实学校安全管理的有关规定，强化学生遵纪守法观念，提高安全防范能力，保障人身财产安全，根据国家有关法律、法规和教育部、公安部及学校的相关文件，顶岗实习学生特签订如下安全承诺书：

1、顶岗实习期间，自觉遵守国家法纪，遵守学校《学生手册》各项规定，遵守用人单位的各项规章制度、操作规程、劳动纪律和安全要求，认真参加公司提供的培训，认真完成顶岗实习规定的各项内容。

2、必须随时与所在系保持联系，必须服从学校关于毕业实习和毕业设计（论文）的安排。必须为系部留下真实、有效的通讯联系方式。遇到问题及时向辅导员或系部有关领导及指导老师汇报。

3、注意日常生活安全。不擅自外出游泳；不擅自到水库、悬崖等危险地带游玩；遵守交通规则，不乘坐无营运执照车辆、船只；不到无营业执照和卫生许可证的摊点就餐；提高警惕，遇事冷静，通过正常渠道解决问题，以防上当受骗；杜绝一切危险活动，以防意外事故发生；保管好个人财物，防止失盗。

4、顶岗实习期间，不得擅自单方撕毁就业协议，离开用人单位。如有特殊原因确需中途离开用人单位或终止工作，应遵守就业承诺，提前向用人单位提出并办理相关手续，经批准后方可离开；同时学生原未经考试而已认定的课程成绩作废，学生必须及时返校，不得在校外长期逗留，否则按旷课处理。

本人熟知并全面执行以上条款，接受用人单位、系部检查、监督。如违反上述承诺，所造成的后果和任何损失（包括人身伤害事故），均由学生本人自行承担负责。

本协议一式两份，由学生本人签字保存一份，系部保留一份。

本承诺自签字之日起生效。

承诺人（签字）：xxx

xx年xx月xx日

用人单位联系人：xxx

联系电话：xxxxxxxxx

实习学生家庭联系人：xxx

联系电话：xxxxxxxx

**学生实训手册实训记录篇十一**

顶岗实习这项工作已基本上进入尾声,这也意味着我在澄迈黄竹小学为期2个月的实习生涯将要随之结束,这在2个月的实习生活是辛苦的,然而又是一次重要而有意义的社会实践.在实习过程中我们取得了意想不到的成绩,获得了宝贵的实践经验.这也将成为我人生中一笔宝贵的财富!

在这2个月里我们本应该是坐在教室了听老师讲课的,因为有个顶岗实习这一项目,我们有幸提前到小学实习.我本人也非常感谢学校给我们提供这些一个提前实习的机会,让我们提前感受小学课堂,这有利于下学期我们在学习的过程中明确目标,知道自己教学还存在哪些不足,我们还需要掌握哪些知识等,对于我们来说是个不可多得的机会.在经过近1个月的魔鬼训练,于201x年10月19日我们开始前往实习小学.

我们的实习小学时澄迈美亭的一所农村小学---黄竹小学.在澄迈的农村小学中可是数一数二的学校.确实,经过这2个月的实习,我们也深刻的感受到了这所学校还真是不错.它没有高大的教学楼,也没有多么齐全的教学设备,不过它的校园环境十分优美,这不仅是绿化环境好,校园更是难得到干净,教师的学习氛围也很浓厚,学校的管理规章制度也非常人性化,在这里学生由于学校从低年级就开始重视学生行为习惯的养成,所以学生都非常的有礼貌,见到老师都会主动问好!除此之外校长还是个特级教师,为人耿直,尽职尽责,完全没有校长的架子.这个学校的老师很多也是骨干教师,在这样的教学环境下,使我们的实习教学工作顺利的进行着......

本人在黄竹小学实习2个月,担任五年级二班数学老师和实习班主任工作,在实习期间,我共听课20节,上课65节,公开课2课时,参加教研组活动9次.在2个月的实习生活中,作为一名实习老师,我仍以一名正式教师的标准严格要求自己,以高度的责任心、处处注意自己言行和仪表,热心爱护实习学校的学生,本着对学生负责的态度尽全力做好班主任及教学的每一项工作;同时作为一名实习生,能够遵守实习学校的规章制度,尊重实习学校领导和老师,虚心听取他们的指导意见,并且和其他实习生一起团结协作完成实习学校布置给我们的任务,很好的塑造了很好的形象,给实习学校留下好的印象.

在实习期间,我们的主要任务是教学工作、班主任工作和教育调查.

一、教学工作

(一)、教学工作

作为一名教师,首先上好课是最基本的要求.在实习前也有过一些试教活动,但真正的小学教学对我来说还是第一次.从学生转变为老师,这之间需要付诸很多的努力.首先在第一、二周,我听了指导老师的课.在听课前,我认真阅读了教材中的相关章节,并且自觉的备好课,如果是习题课,我则会事先认真把题目做一遍,想一下如果是我来讲我会怎么讲.到了听课时,我会认真做好听课笔记,听课的重点是注意科任老师讲解过程中与自己思路不同的部分,以吸收老师的优点.同时简单记下自己的疑惑,想老师为什么会这样讲.同时,我也在老师的指导下会注意学生的表情反应,而思考以后我要以怎样的形式去上课才能达到良好的效果,也就是“备学生”.在此期间还与学生建立了良好的师生关系.每当上完一节课,指导老师都会告诉我们,这节课的难点与重点是什么,以及应该怎样突出重点和难点,才会让学生更明白.

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn