# 最新实习日记万能模板教师范本

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2025-01-20

*最新实习日记万能模板教师范本一实习日记(一)20\_\_年 9月8日 星期四实习第一天，新鲜感是有的，但没有想像中那样激动;只是突然就紧张忙碌起来了...看到校园里一张张或天真稚嫩或玩世不恭的面庞，让人不禁想到当年的自己。其实老成也不一定是装的...*

**最新实习日记万能模板教师范本一**

实习日记(一)20\_\_年 9月8日 星期四

实习第一天，新鲜感是有的，但没有想像中那样激动;只是突然就紧张忙碌起来了...

看到校园里一张张或天真稚嫩或玩世不恭的面庞，让人不禁想到当年的自己。其实老成也不一定是装的，到了某个年龄的人自然而然就有了些许俯视的姿态，但绝非傲慢。

之前听去郊区农村实习回来的朋友诉说条件的艰苦，再看看这里，很知足了。校园很干净，这是盘锦市唯一的学校，有朝中。还有朝小。因为我家就住这座城市。所以上下班很轻松，一切安顿停当，我们学校过来的主任、指导老师及实习生们和校长、各主任一起来了简短的座谈会，给我们讲了实习期间的安排以及对学校环境的介绍，都很热心。然后教务主任就要了份实习生名单要当场给我们分配班级，有些出乎我们指导老师的意料，因为既有即欧小学也有初中，指导老师本想根据我们个人的能力分配。因为我是日语专业所以分配到了初一二班。还给我们分了办公桌。

上午我代班级的班主任没来，下午课前我自己去找了。在1班教室门口，我跟班主任简单介绍了下，她就说那也跟同学们见见吧，我有些矜持走了进去，同学们之前应有所耳闻，给了我很热烈的掌声，问我姓什么教什么，看着下面期待好奇的那些脸庞我笑着一一答复。开场有些活跃我之前准备的几句漂亮的台词都没用上，还是自然些好呢!这样更真实也更容易接近。今天不是正式上课今天是开学第一天。明天开始正式上课，今天就是先熟悉一下学校环境和老师和同学。然后去了，初中办公室，我们都一起聊了聊。有两位老师都中年人看样子很有经验的样子，又是一阵窃喜，这样我能学到很多宝贵经验了，他们对我很热心。我主动找班主任要了份学生名单，手抄了份，这样先对名字有个大概印象再对号入座会更容易些。很佩服我的日语老师了，给我们教了两三天就都能叫出我们全班的名字很是厉害。就这样今天就回家，准备明天上战场。

实习日记(二) 9月9日 星期五

明天是教师节，首先想提前祝周老师教师节快乐。呵呵，自己现在是一名实习老师，那也祝自己教师节快乐吧!

根据学校安排，今天主要有两个会议：学校英语组每周星期五三四节教研活动和下午的教师节表彰大会，根据学校的要求我们实习生也参加会议。

上午的教研活动是由高老师主持的，高老师是英语教研组组长，在会上作了发言。会上，肯定了鲁巷中学英语组在全区的成绩，同时也对学校面临的挑战进行了分析，要求老师们再接再厉。另外，学校每年有主办英语优质课比赛，要求老师们也积极报名参加。在我们其中的一位实习生动听的英文歌声中会议结束了。

下午的教师节表彰大会是全校老师都参加，我们实习生也受邀参加。出席大会的领导有洪山区人大代表、洪山区教育局领导、鲁巷中学校长等领导。会议的主要内容有两个：一是表彰上年度优秀教师，二是祝全体老师教师节快乐。

作为一名实习生，首先很感谢学校对我们的重视，自己也深受会议的精神所鼓舞。

实习日记(三) 9月12日 星期一

不知不觉已经实习了一个星期了，自己已经习惯了每天的实习工作。

每天早上7：20我会到班，督促同学们及时交作业、做清洁，7：40早自习开始我才会回到自己的办公室。我会了解每天的英语课程安排，每天下第一节课我会主动去周老师办公室帮忙批改作业，他们的英语作业主要有字帖、抄写、听写、学练优和英语试卷。我主要是负责字帖、抄写本和学练优作业的批改，同时也会和周老师对学生作业存在的问题进行交流。周老师每天早上都会对前一天所学的内容进行听写，听写不过关的学生中午会被留学，要求学生错的单词每个抄写20遍句子每个抄写5遍然后中午放学找我和周老师重新默写，错的写对了才去吃饭。虽然留学不好，但是可以体会到周老师对学生的高要求。

周老师工作做得很细，每项学习安排都有一张对应的表格。听写、背诵、考试成绩都有相对应的表格，详细地记录了学生的分数和完成情况并根据这些表格及时指导学生改正、提高。

每天的第八节课后放学时间是学生们最激动地时刻，都迫不及待的想回家，教室乱哄哄，周老师总会来到教室提醒学生各科作业，安排好值日最后放学。

实习日记(四) 9月14日 星期三

今天的英语课分别是第二节和第六节，周老师的安排是第二节讲新课“starter unit 3 what color is it? ”和第六节复习“starter unit 1-3 ”。

根据课本首先代入了what color is it? — it’s，将不同颜色的单词red、yellow、green、blue、black、white、grey、pink、orange、purple代换练习。注重对单词发音规则的理解，引导学生准确发音。第二步听录音，跟读录音。第二部分是对英语字母s—z的学习。听课小结：不断在课堂上发现学生的不良习惯，及时纠正，注意学生发音嘴型，发现学生发音错误要正确地进行引导，鼓励学生不仅在课堂上还是生活中都要大胆、大声说英语，注重课本知识在实际生活中的应用。

早上，我与晓维帮曾老师发放校服。站在讲台上，我念名字让学生上来拿。结果，我出丑了。有些学生的名字我实在没办法用潮汕话讲出来，讲错了就用普通话，学生在下面哄堂大笑，我窘得不行。幸好，我的脸皮比较厚，学生的笑声也是善意，我镇定地坚持下去，总算圆满地完成任务。之后，我一直都在帮杨老师改作文。其实我挺激动的，在苏霍姆林斯基的《给教师的建议》中讲过，通过学生的练习本，你可以看到这班学生的学习状况。我深以为意，坐定办公室之内，我认真地批改作文，总结经验。

下午第三节，信息技术的老师有事不能上课，于是将这节自习课托付给我们。我们在课室里转来转去，以便学生提问请教。令我失望的是，即使我们两个实习老师就站在那里，但课室里依然乱哄哄的。我站在讲台上观察他们，我发现，学生们大约分为两种群体，一种是抓着课本讲话，一种是埋头不闻身边事。对于那种身处乱境却依然勤学不辍的学生，我暗暗赞赏。之后，主任来了，晓维见状赶紧让学生收敛，可惜还是乱糟糟一片。不开心的事终于发生了，主任责骂他们，然后他们的班主任——曾老师也发怒了，我们两个挺尴尬的，毕竟因为是在我们的管教不当下造成的。我们之前的心理是什么呢?第一，我们不想在第一天就得罪学生，免得以后的教学工作无法顺利进展;第二，主任站在那里，我们觉得越俎代庖去教训学生有点不妥。所以，学生在吵闹，我们却沉默了。

放学后，我一直在反思，结论只有两个字：后悔。其实，学校领导肯定希望学生的纪律抓得好，也我们能够约束他们尽到责任，我们没做到，主任一定不满，当时我至少要警告一下学生。不过，没关系，这也算买了一个教训了，以后我会学着好好控制那个尺度的。

**最新实习日记万能模板教师范本二**

医院儿科实习反思日记4篇

写一份医院相关的实习日记不难，让我们也来写写。众所周知，医院实习生实习期间需要按要求根据科室老师的安排参加科室小讲课及出科理论考试，不得无故缺席。你是否在找正准备撰写“医院儿科实习反思日记”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

2个月实习的时间转眼过去了，记得一开始我按照实习轮转的安排各就各位，是以积极的心态准备迎接每一轮的工作，大学生医院实习总结与体会。在刚刚结束的实习期里，我们严格遵守该院的劳动纪律和一切工作管理制度，严格要求约束自己，不畏酷暑，认真工作，基本做到了无差错事故，积极维护了医院的良好形象;并且理论联系实际，不怕出错、虚心请教，同带教老师共同商量处方方面的问题，进行处方分析，大大扩展了自己的知识面，丰富了思维方法，切实体会到了实习的真正意义;不仅如此，我更是认真规范操作技术、熟练应用在平常实验课中学到的操作方法和流程，积极同带教老师相配合，尽量完善日常实习工作，给各带教老师留下了深刻的印象，并通过实习笔记的方式记录自己在工作中的点点心得，得到众多老师的交口称赞。

通过这段时间的实习，我对各个药房的工作有了进一步的认识，进一步了解了药库和制剂室的工作任务，在实习过程中我以踏实的工作作风，勤奋好学的工作态度，虚心向上的学习精神得到了带教老师的一致好评，为今后的工作打下了更加坚实的基础。

我坚信在以后学习的日子里我会再接再厉，以更加饱满的热情和更加踏实的态度对待每次工作，决不辜负医院各领导老师对我的教导和期望。

虽然公司刚成立很久，但是很多规章制度都不够健全，最主要的是公司的一系列资料都还没有出来，因此有些工作都无法按计划进行，所以市场部的人都应学会怎么推销自己。

一个企业要想在市场竞争中立于不败之地，就必须创造多方面的优势。那就是：价格优势、服务优势。

同时，我体会最深的就是，在社会上和在学校可不一样，想打造自己的一片天地就必须要有手段。在学校里似乎都有个度来衡量，像英语等级有没有过\"级\"，考试有没有被\"关\"，但在公司里，那根明线没有了，取而代之的是那件事你有没有办成，有没有做好。而且，学也绕着\"用\"这一轴心，维系起过去之所学，以及尚未但是需要之所学。就中药来说，没有人来考核这味中药的性味功效，但是要看懂一叠叠专业资料，才能在顾客对这味中药有疑问的时候进行解答，实习总结《大学生医院实习总结与体会》\"学以致用\"，很浅显的道理现在才有些体会。

技术上的不足可以通过书本的学习解决，但是工作中的人际关系的把握，没有教科书的白纸黑字能教我们，我想，更多地来自亲身体验和积累。

通过这次实习我是学会了不少东西尤其是为人处事方面更是破有感受呀，开始我进入这个公司的时候是个什么都不懂的孩子，但是仅仅过了一个月在各位前辈的指导下我变了，从一个认为社会是个大家庭的思想中彻底解脱出来了，他们说在社会和学校完全不同的。当时我还不明白现在我终于明白他们和我说的话的意思了。真的是应了那句老话呀。\"画猫画虎难画骨，知人知面不知心\"呀。有的人表面对你好其实他是想利用你，因为她抓住了你是一个新步入社会的新人这一个至命的弱点从而达到自己的目的。而有的人似乎处处难为你但其实那是对你的要求严格。这次实习达到了毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。原则上以就业实习为主，同时与毕业论文选题相结合。本届实习的单位覆盖面很广，企业总体水平也比较高。

1.工作能力。在实习过程中，我努力做到积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动参与企业市场调查、产品销售、行政管理、财务管理、生产运作管理、人力资源管理等工作，同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，我们同时也具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，普遍受到实习单位的好评。单位交给我们的大多数工作我们都能胜任。在实习的时候我们提出了许多合理化建议，做了许多实际工作，为企业的效益和发展做出了贡献。

2.实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了学校的实习任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是我们在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

本人自药房实习以来，在领导和同事的关怀下，通过自身的努力和经验的积累，知识不断拓宽，职业素质有了很大提高。在实习期间内，本人把专业课本《药事管理学》、《中医药学概论》等课本带在身边，理论联系实际，更好的作用于自己的工作中。把全心全意为人名服务牢记心中，以礼待人，热情服务，耐心解答问题，为患者提供一些用药的保健知识，在不断的实践中提高自身素质和工作水准，让患者能够用到安全有效、稳定的药品而不断努力。

当患者取药时，我们应以礼貌热心的态度接受患者咨询，了解患者的身体状况，同时向患者详细讲解药物的性味、功效、用途、用法用量、注意事项及副作用，以便患者能够放心使用。在配药过程中，不能依据个人主见随意更改用药剂量，有些要含有重金属，如长期使用会留下后遗症和不良反应，要保证患者用药和身体安全。

在西药房实习期间内，我在领导和几位老师的带领下，从片剂方面开始实习，之后是针剂、精麻药一一实习，刚进去的时候因为不熟悉，会有不知所措之感，时间一长就轻车熟路了，检查药方，估价，取药。审药，发药，每个步骤都能一丝不苟的进行，坚决拒绝出现错误，得到了领导和带教老师的一致好评。

在西药房实习之后，我又来到了中药房，和西药房的感觉一样，刚开始很生疏，熟悉后就不会了。在中药方实习期间，主要是掌握中药材的性能和鉴别方法，以便于取药的准确性高。常用的鉴别方法有基源鉴别法，性状，显微镜和理论鉴别法，有经验鉴别法比较简便易行(眼看、手摸、鼻闻、品尝和水试、火试)一种药性状鉴别法为例，如何鉴别茎木类中药：包括药用木本植物的茎火仅用其木材部分已极少数草本植物的茎藤。

其中，茎累中药药用部位为木本植物茎藤的，如鬼见羽;药用为茎髓部的，如灯山草，通草等。木类中药药用部位木本植物茎形成层以内各部分，如苏木、沉香、树脂、挥发油等。鉴别根茎的横断面是区分双子叶植物根茎和单子叶植物根茎的重点，双子叶植物根茎外表常有木栓层、维管束环状排列，幕布有明显的放射状纹理，中央有明显的髓部，如苍术、白术等。单子叶植物外表无木栓层或仅具较薄的栓化组织，通常可见内皮层环纹，皮层及中柱均有维管束小点散步，无髓部，如黄精、玉竹等。另外还有皮类中药，叶类中药，花类中药，果实及种子中药，全草类中药，澡菌地依类中药，树脂类中药和矿物，动物类中药的性状鉴别。

再者就是中药的炮制加工等技术。例如：通过炮制可增强药疗效，改变和缓解药物的性能，降低或消除药物的毒性或副作用，改变或增强药物作用的部位和趋向，便于调剂和制剂，增强药物疗效。改变可缓解药物的性能：不同的药物各有不同的性能，其寒、热、温、凉的性味偏盛的药物在临床上应用会有副作用，有的药物疗效较好，但有太大的毒性和副作用，临床上应用不安全，如果通过炮制便能降低毒性或副作用，如草乌，川乌，附子用浸、漂、蒸，煮加辅料等方法可降低毒性;商陆，相思子用炮制可降低毒性;相子仁用于宁心安神是如没通过去油制霜便会产生滑肠通便止泻的作用。

实习的时间转眼过去了,记得一开始我按照实习轮转的安排各就各位，是以积极的心态准备迎接每一轮的工作。

在刚刚结束的实习期里，我们严格遵守该院的劳动纪律和一切工作管理制度，严格要求约束自己，不畏酷暑，认真工作，基本做到了无差错事故，积极维护了医院的良好形象;并且理论联系实际，不怕出错、虚心请教，同带教老师共同商量处方方面的问题，进行处方分析，大大扩展了自己的知识面，丰富了思维方法，切实体会到了实习的真正意义;不仅如此，我更是认真规范操作技术、熟练应用在平常实验课中学到的操作方法和流程，积极同带教老师相配合，尽量完善日常实习工作，给各带教老师留下了深刻的印象，并通过实习笔记的方式记录自己在工作中的点点心得，得到众多老师的交口称赞。

通过这段时间的实习，我对各个药房的工作有了进一步的认识，进一步了解了药库和制剂室的工作任务，在实习过程中我以踏实的工作作风，勤奋好学的工作态度，虚心向上的学习精神得到了带教老师的一致好评，为今后的工作打下了更加坚实的基础。 我坚信在以后学习的日子里我会再接再厉，以更加饱满的热情和更加踏实的态度对待每次工作，决不辜负医院各领导老师对我的教导和期望。

经过两年纸上谈兵式的理论学习，终于盼来了上战场一展拳脚的机会。两个多月的见习下来，所获颇丰，心得体会也不少。现就在医院如何学习这方面拣一两点本人感触较深的来谈谈。

一、与带教老师的沟通与交流

相信每个到过医院见习的同学都知道在医院与带教老师的关系非常重要。这一点在到医院之前，上至谭书记，下至师兄师姐也都反复提醒我们这一点。可真正到了医院后，才发现这其实是一门很大的学问。我在省中医见习，门诊的医生一天要看几十个病人，病房的医生一天也得分管十几张病床，一天下来，带教老师忙得根本没有时间同你“神侃”。

几周以后，我发现，其实天无绝人之路。只要老师认为你是块“可造之材”，他们就会很乐意教你。关键是我们在每个科都只有一周的时间，怎样让老师在最短的时间内发现你这块“和氏璧”呢?就我自己个人经验来说，方法有二。

首先，是一语惊人法。如果你能积极的就本科的某种常见病阐述你自己的认识和见解，虽然很难讲得很透彻、深入、准确;又如果你能及时而正确地回答出老师在查房时提出的问题，即使分析得不够全面，也都会让老师觉得你是个会思考的学生，老师通常会比较愿意给这种学生讲课。这一点我有着切身体会。我在针灸病房的时候，我的带教老师带有一个研究生，一个七年制的同学，还有两个二院实习的师兄师姐和我一个见习生。刚开始的时候，我真的很被动，因为是第一个科，所以也不知所措。机会来得很偶然，有一天主任查房时，主任突然提问“腰四穴”是什么?这可难倒众人。刚好我在之前看过司徒铃教授的书，凭记忆答对了。并且，主任接下来的几个问题我都正确回答了。自那天后，我的老师就深刻地记得有我这个见习生的存在了。上一个方法也许不好掌握，它除了要求要有扎实而广泛的知识作为基础外，多少还有点运气成分的存在。接下来的这个方法则是每个人都能做的到的，就是勤快。俗语说：勤能补拙。每个老师都会喜欢勤奋实干的学生。我第一天到按摩科的时候，带我的老师满腹牢骚，毫不给面子地说我们针推学院的学生是最没素质的，弄得我又委屈又生气。后来才了解到原来在我之前我们学院有个师兄跟着他实习，但整天都偷懒，有时甚至都没去上班。那时我就暗下决心，一定要用一周的时间改变老师对我们的看法。所以每天我都提前了半个小时到诊室，把老师上班前的所有准备工作都做好，老师一到诊室就可以开工。老师忙的时候，我就用在病房学到的医院常规帮他接诊部分病人，这在一定程度上减轻了老师的工作量。一周不到，老师就已经改变了他对我们看法，那天他高兴的说我们一点都不比实习生差，后来遇到典型的病例他甚至会主动叫我过去看、给我讲。

当然以上两种方法能奏效的前提是你必需打从心里尊重带教老师，遵守纪律，热爱学习。

二、自己把握机会，积极主动学习

这是非常重要的。在医院里，进修生、博士生、研究生、国内外的实习生、见习生都很多，若你自己不积极主动地争取机会，根本就什么都学不到。当然，这也是有窍门的。

首先你可以主动要求跟老师值夜班。因为老师在晚上通常会比较有空，可以有时间给你开小课;若遇到有病人需要抢救的时候，你还可以看老师在紧急情况下采取何种措施、怎样用药，这些都是多科知识的综合运用，这对每个医学生来说都是宝贵的学习机会。当然，值夜班还有许多好处，这就需要你们自己去慢慢发掘了。

其次，如果你的带教老师实在忙不过来，就别什么问题都找老师。其实在病房还有很多很好的老师，就是那些博士、研究生。我在心脏内科见习的时候，就有两个研究生“老师”，他们的基础知识都很扎实，动手能力也很强，更重要的是，他们有时间、有耐心、也愿意给你讲课。在那段时间，我得到了很大的启发。

三、学习内容的把握

在病房见习时到底要学些什么呢?相信现在还有很多人都不清楚。我自己当时也是混混沌沌，到了肿瘤科以后，带我的老师才一语点醒梦中人。他告诉我其实在病房除了多见些病种外，还要学习老师的医嘱、化验单如何开，甚至只是记记药名等都对我们有很大帮助。我才如梦方醒发现，在那之前，我除了动手能力有所进步外，这方面掌握的确实不多。还有，在病房，一个病人身上往往都综合了几种疾病，只要你能好好把握，认真复习，就能学到知识。我在内六的时候，就有个小孩是因腮腺炎并发睾丸炎、病毒性心肌炎而入院的，仅收他一个病人，我就掌握了这三种病常见体征，并且由于有理论与实践的结合，印象非常深刻。这是以前在学校单纯的理论学习所不能比拟的。类似的例子举不胜举。只要你懂得把握，在医院处处都有学问，处处都有学习的机会。

**最新实习日记万能模板教师范本三**

今天是星期三，我也开始了我的实习生涯。经过了车间主任的介绍，我也对这个公司进行了一定的了解。平高集团有限公司是中国电力技术装备有限公司的全资子公司，前身是成立于1970年的平顶山高压开关厂。是我国高压、超高压、特高压开关重大装备研发制造基地，是国家电工行业重大技术装备支柱企业，国家大型一类企业。公司的业务范围涵盖输配电设备研发、设计、制造、销售、检测、相关设备成套、服务与工程承包，核心业务为高压、超高压及特高压交直流开关设备制造、研发、销售和服务。产品共分为七大类十六个系列一百二十多个品种，主要产品有：40.5kv-1100kv封闭式组合电器、40.5kv-1100kv sf6断路器、40.5kv-1100kv隔离开关和接地开关、40.5kv-252kv敞开式组合电器、10kv- 40.5kv真空断路器、成套电气设备、铁道电气化用开关设备，及互感器，避雷器、液压机构及弹簧机构、复合绝缘子、sf6气体回收充放装置等。公司产品广泛应用于我国重点电力工程，曾先后为我国第一条550kv高压交流输电工程，第一条750kv超高压交流输电工程，第一个电压等级最高的智能化示范工程变电站—750kv延安变以及“西电东送”等国家重点工程项目提供了输配电设备。平高集团还在国内率先进行了交流1100kv特高压产品的研发，为国家百万伏交流试验示范工程“晋东南-南阳-荆门”提供了1000kvgis产品。

今天还是对开关柜的了解，但是今天主要了解的是它的性能特点以及内部的构造，为以后的研发打下基础。性能特点：

① kyn28-12型中置式金属铠装封闭高压开关柜，柜体采用优质覆铝锌钢板经数控机械加工成型，并经固定，隔室间防护等级为ip20，外壳防护等级达到ip40，开关柜分为母线室、电缆室、手车室、仪表控制室。

②主断路器配置vs1,vd4等国内外优质真空断路器。

③具备完善的五防联锁，操作安全简便，二次显示完整齐全④根据设计可配置综合或分离元件保护，并实现联锁备自投功能。

⑤电缆室具有足够空间，可同时端接几路电缆，常规下进下出，也可按设计上进上出。

⑥根据设计组成进线、计量、pt、联络、出线等多功能柜，开关手车具有互换性，检修维护十分方便。开关柜主要由母线，母线隔离开关，少油断路器，电流互感器，线路隔离开关，电缆头，仪表继电器屏等构成。

今天经理带我参观了研发部门，因为我以后也想在这一部门就业，所以也就特别的认真。我看到很多进去实习的学生都在看图纸，我也顺便把图纸拿过来看看，有种似懂非懂的感觉，电路图上的器件大多数都认识，但是却不知道整个电路图所起的作用。电路图主要用到的知识有《建筑供配电》。《电气控制与plc应用》。在办公室，看一位老师傅在编plc程序的时候十分熟练，想到自己平时学习的东西确实比较空洞，希望在这次实习中能将理论与实践结合起来，达到初期的效果。

今天师傅讲给我听开关柜的接线方法，接线是最重要的，稍有错误，就会造成很大的损失。以下是师傅提出的要求：

1、适应范围：适用于各种成套开关设备产品的二次线配制。

2、材料：

①导线一律采用绝缘铜线，按图纸要求或电流选择其截面积，其最小截面积单股铜线为1.5mm平方和多股1mm平方，连接电子器件的小电流，低电平电路允许采用更小截面积的导线，颜色一般用黑色。

②塑料走线槽一般采用π3015-22、π3025-22、π3050-20三等规格。

3、工具：斜口钳、剥线钳、压线钳、扳手、剪刀等。

4、工艺要求：

①配线应排列整齐，接线正确，牢固美观。

②跨门线一律采用多股软铜线，线长以使门开启致电极限位置及关闭时不受其拉力的影响而松动，拉伸或损伤绝缘为原则，并和附近的元器件保持安全距离。根据走线方位或弯成v型或s型。

③同一接点用螺钉连接时最多允许接入两根导线，与端子连接时，一般只允许接一根导线。

④导线穿过金属底板时，底板上应加装橡胶垫圈或者其它绝缘套管。

今天是被经理安排到了车间去，虽然心里有点不愿意，但是还是去了，车间并不像别的车间那样脏。今天主要的任务就是学着布线。在看了几遍师傅布线后，我也想试试，却发现布的线没有他们布的直和好看，而且在一些细节的部分还做的不够好，一不小心手就被划了一小块皮，才想起来实习过程中安全是最重要的。虽然我知道以后我不一定会让我亲自布线，但是我想多学一门手艺也是好事，所以今天一天都在车间布线，等到了晚上，线布的也算基本满意。

今天参加了公司的安全教育会议，现在所有的公司都在做安全教育。公司生产，安全是最重要的，简单的说影响到了公司的生产效率，严重的还会危及到人身安全，造成巨大的经济损失。会议持续的时间也比较长。下午在办公室看图纸，还把以前学的《建筑供配电》一起看了一遍，这次看书的感觉和第一次学的时候感觉明显不一样，对书中提到的各种器件有了更深的了解，不再是那么的单调，但是图纸还是有部分不懂。正好师傅下午不是很忙，然后他就把我讲通了。

下午在办公室看图纸，已经基本上能读懂电路图的原理，后来公司接到通知，有一家公司的开关柜出现故障，我也就有幸陪同师傅一起去看看。那个公司离我们公司只有十分钟的车程，到了那儿后师傅拿出各种仪表进行测试，但是线很多，想要一下子找到故障点确实很难，要有耐心，检测大约进行了半个多小时，终于故障点被查出来了，但是师傅还是在一条线一条线的检测，我就很疑问的问师傅为什么故障找出来了还要继续找，师傅笑了笑说，难道你就确定别的地方没有故障，我恍然大悟，果不其然，整个开关柜有三个故障点，都被排查出来了，机器也可以正常工作了。今天的收获很多，知道做我们这行的一定要有耐心，同时，细心也是很重要的。

今天是新的一周的第一天，这周我的任务就是完成一个开关柜的安装和接线，并且调试正常工作。师傅和我讲了下要求，具体如下：

20\_生产实习日记（4）|返回目录

6月17日星期一天气晴

今天阳光灿烂，使整个城市显得热气腾腾，生机盎然。上午去公司报到后，公司组织人事部门约我下午与总经理见面。

下午2时，我准时到达公司接待室，陈总经理和组织人事处王处长接待了我。陈总经理首先代表公司对我应聘到他们公司工作表示欢迎，他简要介绍了公司情况。陈总经理人很年轻，他自我介绍也是工民建专业本科毕业生，今年35岁，已在公司工作，从助理施工员、施工员、副总经理直至去年担任总经理职务。他最后征求我对工作安排的意见，大学生毕业设计，我说我要求到基层施工第一线去工作，我不怕苦，想尽量多接触一些实际知识，并希望能安排一名老工程师作为我的业务导师。陈总经理很赞成我的要求，他说原想让我留在公司机关工作，因我自己有这个要求，就同意安排到公司第八项目部去工作。陈总经理还说：“四年大学生活应该说学到了系统的基础理论知识，但还缺乏实践知识，从知识的完整性和人才培养来讲，先到施工第一线去工作锻炼是好的，只有理论与实践很好结合，才能在实际工作中不断增长才干。”

6月19日星期三天气晴

昨晚回宿舍后学习图纸，一直看到11点多钟，上床后满脑子尽是图纸在打架。这是一个技改扩建项目，主要内容为建设一个工厂自备热电站和碱回收工程，大小单位工程36个，主厂房将锅炉房、常用配电室、汽轮机房合为一体，并与煤廊、烟囱连接，结构复杂，难度高，是整个工程项目的核心部分。建设项目中，也有结构极为简单的平房，如砖砌体结构的仪器维修车间和钢结构的干煤棚。还有多个地下钢筋混凝土水池和两个45m （高的烟囱）一个是钢筋混凝土的，另一个是砖烟囱\*。赵工程师说，这个工程要力争中标。我想中标后参加该工程施工，对我是一个极好的学习和锻炼的机会。想着想着，我成了一个头戴安全帽、身穿工作服、站在高高的脚手架上、进行质量检查的实习施工员，我心旷神怡地向着远方眺望，突然吹来一阵大风，脚手架摇晃了几下后把我抛到了空中，我大叫了一声醒了，原来是一个梦，只觉得背上全是冷汗。

6月21日星期五天气阴

上午和赵工程师去造纸厂工地进行实地考察。赵工程师说，在编制施工组织设计（方案）前，大学生职业规划，一定要到现场进行实地考察，千万不能想当然地闭门造车。只有详细了解了现场的具体情况后，编制的施工组织设计（方案）才有针对性，也才有较好的实用价值。临行前，赵工程师要我了解以下一些主要内容：

1、现场供电情况（线路、容量等）；

2、现场供水、排水情况（线路、容量等）；

3、现场道路畅通情况；

4、现场可供利用的建筑物情况；

5、现场已有地下管线情况；

6、现场周围城市测量控制点情况等。

赵工程师说，如果是外地工地，还应了解当地施工期间的气温、降雨量、风力、风向以及地震烈度、地方资源、地方交通运输、地方施工协作单位以及当地建设行政主管部门的有关建筑市场的管理文件等。

下午，赵工程师主持召开技术工作会议，大学生校园新闻稿，讨论造纸厂投标工程施工组织设计编制要点，要求项目部有关人员提出意见和建议。大家从进度、质量、安全、成本等多方面提出了各自的意见，我听了很受启发。我最后一个发言，根据设计图纸和上午了解的现场情况，提出了三个方面的建议。

第一，建议本工程以主厂房为主线编制施工进度网络图。为便于锅炉房和汽轮机房的屋架制作和屋面吊装工作，建议两车间中的楼层部分在屋面吊装结束后再施工，这样可大大加快主厂房的施工进度。

第二，现场可供利用的原有建筑物不多，如果全部搭建临时用房，成本较高。建议将两栋结构简单的平房———砖混结构的仪器维修车间和钢结构的干煤棚开工时抢建后（干煤棚的钢柱、钢屋架提前在综合厂预制好），作为工地办公用房、工具用房和工地搅拌站用房，以节约搭设临时设施的费用。

第三，本项目单位工程较多，建议在干煤棚内设砂浆、混凝土集中搅拌供应站，既有利于砂浆、混凝土质量的控制，也有利于现场文明施工，同时还可减少浪费、降低成本。

赵工程师最后总结时，对我所提的三点建议作了肯定，决定采纳。他还表扬我考虑问题比较细致。

6月22日星期六天气阴

上午不休息，赵工程师带我到项目部一个在建工地去检查工作。这是一个宿舍工程，一到大门口，赵工程师就赞扬门口挂的一块安全警示牌：进入施工现场，请戴好安全帽。其中“戴好”两用红漆描写，特别醒目，旁边还画一幅正在戴安全帽的头像，双手正在系结安全帽带子。工地负责人王队长介绍说，这是针对有些人戴安全帽马虎提出的。虽然只多了一个“好”，但其安全要求却深化了很多。

王队长陪我们楼上楼下看了一圈。今天正在砌筑顶层砖墙，外墙面的铝合金窗框和内墙的木门框正在安装。检查后赵工程师发现了两个问题，要他们立即加以纠正。我真佩服赵工程师的施工经验，王队长称他火眼金睛”。事情虽小，但确实影响施工质量，现记录如下。

1、少数铝合金窗框下面紧贴砖墙，预留空隙偏小，如图1所示，窗台抹灰后，抹面高于窗框底面，易与窗框之间产生裂缝，造成日后下雨时窗台渗水、墙面受潮。正确的作法如图2所示，窗框比窗台砖墙面高20~30mm，待窗台抹好后，以低于窗框底面10mm为宜，这样雨水就能顺利向外流淌，杜绝了窗台处裂缝渗水的质量通病。

2、少数木门框的上面和两侧与砖墙贴得太紧，如图3所示。将来抹灰后，抹灰层盖住门框太多，影响美观。正确作法如图4所示，木门框与砖墙之间应留10~15mm空隙，待抹灰完成后，抹灰层盖住门框5~8mm较为美观。

6月23日星期日雷阵雨

午饭后正想休息，突然接到赵工程师电话，说天气预报下午有雷阵雨，风力有6级或7级，阵风8级。我们几个人分头到工地去检查、落实有关质量、安全措施，叫我到昨天上午去的宿舍工地。赵工程师在电话中说，干我们建筑施工这一行业，要十分注意天气变化情况，气温的高低变化，刮风下雨、下雪、下霜等都有可能对施工质量、安全生产造成影响。赵工程师关照我上工地注意以下几方面事宜：

1、昨天刚砌的顶层砖墙，因檐口圈梁混凝土还未浇筑，应做好防风、稳固措施；

2、检查井架缆风绳锚固是否稳妥；

3、检查工地电动机等电器设备的防雨措施是否完好；

4、检查脚手架上是否有零星木板、砖块，防止大风刮下伤人；

5、检查工地水泥仓库屋面是否渗漏、地面是否垫高？

6、检查堆放待用的屋面多孔楼板，堆放场地是否坚实，防止雨后土层下陷，楼板倒塌断裂损坏；

10、关照工地值班人员，待雷阵雨过后进行一次全面检查，并及时与项目经理部电话汇报情况。

6月24日星期一阴转多云

前几天，赵工程师建议我准备一个笔记本，随时记载从书报、杂志上或参观学习时或日常工作中碰到的一些点滴业务知识，这对自己知识的积累和技术水平的提高将有很大帮助。赵工程师说这是他自己几十年的经验总结。他还打了一个很精彩的比喻，他说平时收集的点滴资料尽管只言片语，但他把它们看成是一颗颗珍珠。单颗珍珠也许显不出它有多大价值，但珍珠多了，串起来就是一条项链，就成了一件艺术品，就有一定的价值了。他说他写过好多篇有影响的技术论文，这些平时不起眼的点滴资料起了很大的作用。我感谢赵工程师对我的真诚帮助，我在笔记本的扉页上写了两句我国伟大的数学家华罗庚先生的话：天才在于勤奋，知识在于积累。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！