# 有关顶岗实习自我鉴定范文(精)(4篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2024-02-08

*有关顶岗实习自我鉴定范文(精)一随着人类文明的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，我系同学开展了顶岗实习...*

**有关顶岗实习自我鉴定范文(精)一**

随着人类文明的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，我系同学开展了顶岗实习活动。

顶岗实习是我们大学期间的最重要的一门课程，不知不觉我们已经走过大半大学时光，在这个时候，我们非常希望通过实践来检验自己掌握知识的正确性。

xx公司，地处xx经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。

1、工作能力：在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2、实习方式：在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3、实习收获：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，圆满完成了教学的实践任务。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。

我怀着美好的期盼来到xx公司开始为期两个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调，有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。

实习是大学进入社会前理论与实际结合的的锻炼机会，也是大学生到从业者一个非常好的过渡阶段，更是大学生培养自身工作能力的磨刀石，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习内容，培养好工作能力，显的尤为重要。

一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。

思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。我对实习有了更为深层次的理解，更明确了我的工作目标，在思想上使我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

二是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系，因此，实习中，我们在重温课本上知识的同时，将书本中的理论与实际生产部件相对应，将课上公式与实际生产数据相对应，这样不仅可以使理论知识记得更为牢固，还可以在本质上理解生产上各设备、器件的作用、原理，为今后工作中的技术革新，改进发明打下了良好的基础。

三是热爱实习岗位，积极承担岗位职责，不断提升实习效率。

“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自己对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，积极承担岗位上的责任义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。

以上是我的顶岗实习报告。总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

**有关顶岗实习自我鉴定范文(精)二**

我于20xx年x月x日至20xx年x月x日在x市第二幼儿园进行了一个学期得顶岗实习。x个月的实习生涯转瞬即逝，现在回想起x个月生活的点点滴滴有些不舍、有些留念。昨日还为在一个陌生的地方，面对着陌生的人，强迫自己适应着陌生的饮食及行为习惯而苦恼;今天却要为离开这可爱的孩子，可亲的老师，及可敬的家乡文化而伤感。x这个地方充满了我这个顶岗实习生的欢乐与泪水，沙x二幼这所幼儿园饱含了我这个顶岗生的艰难与困苦，同时也见证了我的成长与收获。

为期x个月的实习生活，我已经体验到了当一名幼儿教师的酸甜苦辣，也更让我体会到当一名教师所肩负的责任。作为一名实习教师，我深感自己的责任重大。因此脚踏实地，虚心学习，提高自身素质，不断完善自我和超越自我便成为了我实习生活的主旋律。我能以教师身份严格要求自己，为人师表，处处注意自己言行和仪表，爱护实习学校的学生，本着对学生负责的态度尽全力做好带班老师及教学的每一项工作。同时作为一名实习生，严格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。积极的参加实习学校组织的各项活动，很好的塑造了我们河北师范大学学前教育专业的形象，给实习学校留下很好的印象。

20xx年x月x日我们顶着黑胧胧的雾霾坐上x分队的客车历经3小时来到x，实习学校的领导把我们安排好之后请我们吃了一顿饭，我们倍感领导的关怀和重视。第二天我们三个实习生便被分到了不同的指导教师班级。我被安排到了大五班x老师的班级，第一次看到我的指导老师有一种似曾相识的感觉。早晨的第一缕阳光迎来了我实习期间的第一批孩子，他们看看我，我看看他们，感觉都很陌生。给孩子们介绍完自己，从此便有了新的称呼“x老师”。孩子们每天来到幼儿园都不会忘记说一声“x老师好”“x老师，再见”。这种充满幸福感的声音还没有被我这个稚嫩的老师享受完，就被园长的一声通知调到了大七班。我在大五班只有四天的实习生活，第五天就被调到了大七班，剩下的实习日子便是在大七班度过的。因此，我又有了新的指导老师x老师。x老师非常的热情，在教学方面给了我很多的指导与帮助。在这里我要向我的指导老师说一声“谢谢”。谢谢您帮助我将理论与实践相结合，在教学工作上自己有了新的提高和上升。

刚走进大七班心情是非常低落的，因为我已经熟悉了大五班的学生和环境，再者是因为大七班的环境很差。幼儿园后院有三个班级分别是大七班、中三班、小班，我们三个称之为“冷宫”。因为这三个班级与前院与世隔绝，还有就是环境差，我所在的大七班一个大讲台、一块大黑板、40个孩子，教室非常的小，座位完全是小学模式。这就是这个班级的大概布局和设施，完全不像幼儿园的教室。当时心情非常的低落，环境不能改变你但是你可以试着去创设新的环境，想明白后，立马改变了这种消极的态度，以积极的心态迎接我新的一批孩子。x月x日我便接手了x老师的班，开始自己去组织管理课堂。但是在我刚带班时，一个孩子便出了事故。因为我的一些做法都是模仿这个班的老师做的，中午孩子吃完饭就让他们出去玩，自己在屋里收拾卫生。没想到孩子在自由状态下，一个女孩摔倒了，这件事情对我的触动非常深。让我对幼儿教师这个职业又有了新的认识，同时，在那一瞬间感觉自己成长了!也要感谢x老师的一句话：作为新教师自己带班责任非常重，但是你要有一个“闯”劲，就会做得很成功。一个“闯”字让我学会了面对班里发生的一切问题，没有退缩，重新又开始了我的带班生涯。总结失败的教训和经验，最后直到实习结束一切都很成功和顺利。我想这就是一种成长，这就是实习的一种收获。

在教学方面，刚开始认真听园里骨干老师讲课，吸取经验。之后在x月下旬就开始自己备课，修改教案，确保教案教学课件规范，内容准确。积极了解幼儿的个性差异，针对幼儿的年龄特点进行教学。课堂上积极面对，教学语言表达清晰流畅，虚心听取指导老师的意见，弥补自己在教学工作的不足。有错必改，自我进步。

给幼儿上好一节课，导入非常重要，为了吸取幼儿的注意力，我经常采用的方法有，视频、头饰、图画等。导入成功这节课便成功了一半。在教学过程中，始终体现以幼儿为主体的教学模式，尊重幼儿的个性发展，培养幼儿的创造力和想象力。教育无处不在，对幼儿的教育更贯穿的日常生活中。观察幼儿的行为习惯使幼儿养成良好的常规。幼儿园工作虽然繁琐但是在教学与日常管理中严格要求自己，同时也要求幼儿做一名懂礼貌、爱学习的好孩子。真正履行做一名实习教师的职责。

在服务幼儿园方面，我们积极配合幼儿园参加一类园评比活动。每个班级都要创设区域角，而我们大七班，地方非常狭小，什么材料也没有，因此创设起来非常的困难。我们三个老师在思索之后，创设了图书吧、娃娃家、美工区、自然角。所需要的图书架、美工区的小桌子、自然角的花盆全是我们自己动手做的，正所谓“自己动手，丰衣足食”。创设完成后自己感觉到非常的有成就感。这些都是在学校未接触到的，在这里学习到了环境创设和区角创设的经验，这又是一种成长，一种收获。

在实习学校工作方面，积极努力的投入到实习学校的各项工作中，充分利用实习的机会，参加学校的各项活动，使自己更加的完善起来。不光只要求自己完成就好，应当更加出色的完成高质量的工作，这样才能更好的锻炼自己。在幼儿园除了教学工作外，我们还参加幼儿园的“教研活动”、“优质课比赛活动”、“案例课题研究活动”、“幼儿运动会”、“组织大班考试”、“师德师风演讲比赛”、“六一儿童节表演活动”、“主题课活动”、“简笔画比赛活动”……积极参加学校组织的一切活动，并且还得到校领导的多次表扬，荣誉证书便是对自己的鼓励。这也是一种成长，一种收获。

在团队工作方面，我们三个实习生都是来自同一个班级，因此比较认识和了解。在生活和工作方面都相互理解、相互帮助。而我作为实习小组长负责通知他们学校里分配的各项任务，组织大家积极完成工作。听从x老师的安排，积极配合，完成任务。注重团队合作，相互学习，不管是生活上还是工作上都不能出现分歧，即使有意见应该提出来，大家一起分析解决问题，保证团队了的和谐和高质量完成任务。这更是一种成长一种收获。

为期x个月的实习生活快要结束了，最后我要对自己说一声谢谢。谢谢自己的努力，谢谢自己的勇敢，使我最后满载而归。相信这x个月的挑战生活对自己未来工作和生活都将会影响至深。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”在幼儿教师这条道路上我还有很多路要走，但不管怎样，我都将虚心求教，勇敢的尝试，因为我始终相信“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来!”

**有关顶岗实习自我鉴定范文(精)三**

此刻即将面临毕业了，实习对我们来说十分重要。因为实习是为我们进入社会做准备，是为了让我们毕业后能更好的去适应社会和工作岗位。此刻正在进行的这段实习时间能够说是我大学三年来最辛苦也是最充实的一段时间。辛苦是因为刚踏上工作岗位，有很多方面不能很快适应；而充实则是在这段时间里，我学到在学校无法学到的知识和技能，更提高了自我各方面的素质。

同时实习也给了我必须的工作经验。为将来谋求一份好职业打下了基础。此刻我真正明白了实践是检验真理的标准，理论的知识来源于现实生活，学习了理论后没有应用于实际中，那就等于没有学，再好的理论知识没有应用于实际，只能是纸上谈兵，所以要付诸实践来检验所学，再辛苦也是值得的。此刻我为期两个月的实习结束了，我在这两个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，我在晋江安踏（福建）鞋业有限公司总工厂鞋业运营中心主要的职务是稽核专员。那此刻我将就对这两个月的实习做一个工作小结。

经过实习我深刻地体会到了社会与学校的区别。在走出学校课本知识的局限的基础上，学会在工作中运用课本知识，体验做一个社会人的职责和义务。在顶岗实习中不断充实自我，锻炼自身各方面本事，进而逐步融入社会，开始从学校生活进入社会生活，更好更快地适应岗位要求，做好从学生族到上班族的过渡，为彻底成为一名社会人打好基础。争取做好社会的一份子，为建设社会尽一份力量。

20xx年x月x日至20xx年x月xx日

总工厂鞋业运营中心稽核专员

安踏（中国）有限公司是一家中外合资并且是国内的集生产制造与营销导向于一体的综合性体育用品企业，由安踏（福建）鞋业有限公司、北京安踏东方体育用品有限公司、安踏（香港）国际投资公司和安踏鞋业总厂等组成。集团公司的前身安踏（福建）鞋业有限公司创立于1991年，地处中国三大鞋都之首福建晋江市。

十多年来，安踏集团已从一个地区性的运动鞋生产型企业，发展成为全国性的营销导向型的综合体育用品企业集团。目前安踏集团拥有员工5000多人，厂房建筑面积达12多万平方米，全部实行电脑化管理的六条现代化流水线，年生产各类休闲运动鞋达500多万双（套）。

一个占地面积达100余亩、具备10条现代化生产线的花园式工业园坐落在美丽的侨乡晋江市。这10条全部实行电脑化管理的生产线，从xx年1月开始全面投入使用以来，使安踏高端产品的研发、生产、配送得到了突飞猛进的提高。

从xx年开始，安踏迈出了决定性的一步，即产品的多元化和品牌的国际化大学生工作岗位毕业顶岗实习报告。开始跨向运动服、配件等服饰系列产品领域，这意味着安踏已经从单一的运动鞋向综合体育用品品牌过渡。

同时，中国商业联合会、中华全国商业信息中心的统计数据证明：安踏运动鞋1999年至xx年连续三年市场综合占有率位居全国同类产品第一位，已成为众多消费者，尤其是广大青少年喜爱和追逐的时尚运动品牌。xx年荣获中国体育用品界运动鞋类民营企业第一个中国驰名商标。

当今世界电子技术迅猛发展，我们大学生只沉思在理论的世界，实践与理论有些脱节，而实习，顾名思义，在实践中学习。经过在学校中学习了理论知识后，我们需要了解自我的所学需要或应当如何应用在实践中。在安踏（福建）鞋业有限公司实习了几个月里深刻感受到这一点，之前我刚到公司时，我的导师带我首先就是调试一部灼热丝试验机，听他说这部是最简单的一部试验机。

调试试验机，首先便要看电路原理图，我拿着灼热丝试验机的原理图，对着试验机却是一片茫然，因为我不知该如何下手，该从何开始调试。以前在学校里，我看的电路图都比较简单，所以分析起来比较容易，然而应对好几张连在一齐的电路图，我真的一头雾水，有好些元器件都没用过，也不知它的用途。

更夸张的是，我竟然连数字万用表都不会用，不会用二极管档检测电路的导通、数码管的好坏。可是功夫不负有心人，经过我的慢慢研究，以及我向同事们请教，我基本了解了这部试验仪的工作原理。看懂了原理图，明白了它的工作原理，对于调试这部试验仪，还是远远不够的。

经过我半个月的实习，我便大概总结出整机调试的以下过程：

1、观察

首先对要被检查电路表面状况进行直接观察，从而发现问题，找到故障点。

a、对于新安装的电路，首先要在不通电情景下，认真检查电路是否有元件用错、元件引脚接错、元器件损坏、掉线、断线，有没有接触不良等现象。查找时可借助万用表进行。

b、若在不通电观察时示发现问题，则可进通电观察。此时采取看、听、摸、摇的方法进行查找。

2、测试分析与确定故障

经过观察可能直接找出故障点，但有多故障点却隐藏着深一层的原因，必须根据故障现象，结合原理图进行仔细分析和测试再分析，才能找出故障的根本原因和真正的故障点。

3、排除故障

故障原因和故障的部位找到后，就要排除故障了。排除故障不能只求功能恢复，还要求全部的性能都到达技术要求，更不能不加分析。故障的根源和真正的部位都找后，应根

据故障原因，采取适当的方法，进行修补，如：补焊不良焊点，更换已损坏的元器件，调整电路参数，接线错位进行更改等。

4、功能和性能检测

故障排除后，必须要对其各项功能和性能进行全部的检验。主要是对该试验仪器所要要求的参数进行较验，然后调试。再对各功能键进行测试，看能否实现所要求的功能。

检验完一部试验机之后，还要对这部试验机的性能等进行记录，然后交给检验员进行检验、老化。

从学生到实习工程师，短短几个月的工作过程使我受益匪浅。不仅仅是在专业知识方面，最主要是在为人处事方面。社会在加速度地发生变化，对人才的要求也越来越高，要用发展的眼光看问题，得不断提高思想认识，完善自我。作为一名稽核专员，所受的厂里压力确实很大，不仅仅要充实自我的理论知识，学会分析电路及改善电路，并且要学会适应社会的需求，追求创新。

在单位里，小到维修电路板，大到改善电路板，都需要一个人了独立完成。能够说，近两个月的工作使我成长了不少，从中有不少感悟，下头就是我的一点心得：

第一、是要真诚：

你能够伪装你的面孔你的心，但绝不能够忽略真诚的力量。第一天到公司时，心里不可避免的有些疑惑：不明白教师怎样样，应当去怎样做啊，要去干些什么呢等等吧！踏进公司大门，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声：早上好，那是我心底真诚的问候。之后，同样别的同事们也会给我回报，自然与大家一齐熟悉起来。

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尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和教师们打成一片，很好的跟他们交流沟通学习，我想，应当是我的真诚，换得了导师的信任。他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

第二、是沟通：

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟导师及同事们有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到公司时，大家并不了解你的工作学习本事，不清楚你会做那些工作，不清楚你想了解的知识，所以跟同事们很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可缺少的钥匙。

经过沟通了解，导师也对我有了大体了解，边有针对性的教我一些知识，我对调试这一项能够说根本没什么经验，及动手本事相当薄弱，所以导师会针对这些方应对我进行指导，让我独立进行操作，他在旁边进行指导，如一些操作错误，立刻进行指点改正。

第三、是x与耐心：

x与耐心，就像火与冰，看似两种完全不一样的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在实习这段时间，导师就跟我说，想做好电子这一行业，x与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的更新，这就需要你有x，耐心的去不断的学习，提高自我的专业水平。

像这些工作我熬深深地感觉到每有x与耐心是做不好的。

第四、是细心负责和基本的专业素养：

细心负责是做好每一件事情所必备的基本素质，基本的专业素养是前提。实习期间，我有一次因为没细心负责，竟然没有给真空继电器打个704硅胶，最终因为高压，使其x露出的线与机箱盖碰在一齐使其打火，最一烧掉整部电器，我给我很深刻的教训

这也是作为我门专业学生应当具有的基本本事之一，我们都应当明白这关于电的基本常识，而我却因为没细心造成大错。在公司工作，一个小小的螺母可能会影响公司的形象，而我们是否有自我的专业素养在公司的时候经常有同事都会告诉我，做事应当认真负责，做每一件事，不做就不做，但你要做，就要做好他，这才是真的有专业素养！

第五、是主动出击：

当你能够选择的时候，把主动权握在自我手中。在公司主动打扫卫生，主动地帮同事做一些力所能及的事情，并会进取地寻找适宜的时间，向同事们请教问题，跟同事们像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，经过这些我就和同事走的更近，在实习当中，，同事就会更愿意更多的指导我。获得更大的收获。记得当时生产线上电路有问题的时候，我主地去检没及维修好它，最终还得到大家的认同。因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了大家的认可。

第六是讲究条理：

如果你不想让自我在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。做什么事情都要有条理，这是我导师给我的一大忠告。在调试过程中，可能会遇到很多难以理解的问题或是突发问题，应注意把工具有条理的整理好，以免用的时候翻箱倒柜的去找，耽搁时间，浪费精力，误了事情。所以，效率也提高了。所以说：养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

整个的实习过程是紧张而愉快的，我得工作态度和成效已得到了领导和同事们的认可。今后，我将继续坚持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自我，争取在工作中取得新的突破。

**有关顶岗实习自我鉴定范文(精)四**

实习期，对我们来说来的太晚了，如果能在我们大二的时候让我们出来实习，对我们来说收获一定比现在要大得多。因为实习对我们来说有很多意义，当我们参加过社会实践之后就会更加珍惜学习的机会。

然而现在得顶岗实习却给我们留下了不好的印象，我们都一致认为这是学校给学生推向社会的举动，名义上是让学生去参加顶岗实习，参加社会实践，去社会大课堂中去学习，有利于学生以后的发展，实则不是这样，是让学生自生自灭。师者，传道、解惑、授业也。现在得学校对這几字已经忘记的差不多了。我不知道老师看见了我得这片报告会作何感想，但事实去不可否认。我们来外面实习名义上有实践指导老师，然而我们却不知道谁是我们得指导老师，我们有了疑惑去和谁说呢。不知道老师有没有给其他同学打电话，问过其中一些同学在社会实践中所遇到的疑惑。

这几个月，自己去了两家公司。一家是xx机械有限公司，一家是xx模具有限公司。

xx机械有限公司，是一家专业从事空调压缩机内的主轴，汽缸，曲轴的机械加工公司，目前有三大事业部，精通、匹思通、精铸。员工人数不定，走动较大。到这家公司，对于自己专业上的知识并没有怎么提高，但是我看到了流水线生产中的优缺点以及生产中的管理问题。

在流水线生产环节中我们要想办法节约时间，时间节约分两种。一种是机器中，一种是机器外。首先我们想到的应当是机器中，因为机器外一般都是人在工加工，二人工存在两大问题，不稳定和不安全。机器上我们从工序，程序，夹具，刀 具上入手。而机器外我们责要鼓励员工提建议，并对具有可行性的方法进行奖励，所谓“重金之下必有勇夫”。

首先要保证员工的人数稳定，不能有太大跃动。因为每个人所负责的工位是不相同的，一旦人数少下来，整条线就会停下来。其次是基层管理员应当为人亲和，善于交谈。其次管理员要学会关心员工，主动与员工交谈，这样有利于拉近相互之间的关系。然后再不影响生产的情况下让员工们相互交换岗位工作，这样一来可以缓解一下单一工作说带来的乏味枯燥，又可以知道哪个员工适合哪个职位。

对于我们而言，现在的身份是基层员工，所以我们要学会维护，保障自己的权益。公司在不同时期对公司的策略都不相同，一般在初期都会对基层员工进行压榨，有的在成立后相当长的时间内都是如此，所以保障自己的权益非常重要。保障权益的方法不是偷懒，和公司对着干，或是辞职。我们应当学会团结，因为个人的力量是有限的，只有大家团结在一起，一起来偷懒，一起来和公司对抗，才能达到目的。

在外打拼，要学会建立自己的人脉圈，和社会各界人士都要打得通，同时要注意一个利益共享，身份同等的原则。对于比自己地位高的人我们的学会用策略去向他们走进。

由于匹思通里面不公正的待遇，学习去里面的八十多个学生基本上已经离开。而我的离开这是一是由于公司对自己的培养目标和自己要去的不同，自己想要做技术岗位，为公司却给我向管理方面培养。二是由于自己有个浮躁的心，三者是在里面学习不到什么知识。离开那里，我进过别人介绍来到东莞长安，就是现在的群英模具有限公司做学徒。这是一家台资企业，做镜片模具的加工。加工等级达到0.001。所以自己决定在里面学习工作一段时间。

其实留在里面并不是自己特别想要的，自己真正想要的是一份机械设计类的工作，但是由于自己的知识，资历等问题，好几家公司都拒聘我，因此我便想以这家公司为切入口，一是打听一下机加工行业的现在情况，二是利用加工的空余时间学习。但是现在，自己有开始迷茫，开始动摇。原因是自己逐渐的了解了机械加工行业。

实习期虽然很短，却使我懂得了很多。不仅是进行了一次良好的校外实习，还学会了在工作中如何与人相处，知道干什么，怎么干，按照规定的程序来完成工作任务。同时对冰箱这方面也有了实际操作和了解，为我以后更好的发展奠定了基础。并且在那里经过半个月的培训让我知道对一个企业而言，得控则强，失控则弱，无控则乱。企业经营好比一湖清水，管理规范好比千里长堤。水从堤转，才能因而得福，如果大堤本身千疮百孔，水就会破堤而出为祸一方。军中无法，等于自败，企业无规，等于自乱。经过这几个月实习下来，使我受益良多，具体的实践体会如下：

1、是要有坚定的信念。不管到那家公司，一开始都不会立刻给工作我们实习生实际操作，一般都是先让我们看，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便产生离开的想法，在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。其实对于些困难我们要端正心态，对于我们前进道路中的困难，取决于我们踏脚的位置，那样困难也能变成我们飞速成长的跳板。

2、要认真了解公司的整体情况和工作制度。只有这样，工作起来才能得心应手。

3、要学会怎样与人相处和与人沟通。只有这样，才能有良好的人际关系。工作起来得心应手。与同事相处一定要礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互帮忙和相互体谅。

4、要学会怎样严肃认真地工作。以前在学校，下课后就知道和同学玩耍，嘻嘻哈哈、大声谈笑。在这里，可不能这样，因为，这里是公司，是工作的地方，是绝对不允许发生这样的事情的。工作，来不得半点马虎，否则就会出错，工作出错就会给公司带来损失。所以，绝不能再像以前那样，要学会像这里的同事一样严肃、认真、努力地工作。

5、要多听、多看、多想、多做。到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，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，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

6、要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。

总得来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。我明白，今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会。因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会能更大的收获和启发。

在学校里学到的知识都是最 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。如今有不少同学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，不可能会有应付瞬息万变的社会的能力。经过这次实践，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。就说如何与同事们相处，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，使得这期间的实习更加有意义。

此次的毕业实习为我深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我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。为以后自己的奠定了坚实的基础。

这次工作，使我看到了社会的复杂，了解到为事的不易，更加坚定了我为自己的目标不断努力奋斗的决心与信心。我充分意识到只有不断充实自己，才能有强大的竞争力，才能塑造理想中的自己，教我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。在他们身边，使我增长了许多见识，也懂得了许多做人的道理，也是我更清楚的认识到自己的不足和缺点。所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努力学好自己的专业技能。

要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。同时我也深切地感受到“知识无限，能力有限”的涵义。我也体会到了工作的快乐，同时也感到了所学知识的不足，在以后的日子里必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在以后的日子里，不可避免的，我还将面对更多的问题，将承担更大的责任，并在其中更加成熟和真正走入社会。而这次工作，就算是我走向社会的第一步吧。

通过这次实习，使我对普通车床操作的基本运用有了更深深刻的了解，也对普通车床造作有了更大的了解，对我们所学的专业知识有了更清楚的认识，使我不知不觉的喜欢上了我们的专业。现在我可以说，我完全可以单独完成一个复杂零件产品的加工。在这里我也深刻的知道，我在实践方面是很不够的，这将在以后的工作中慢慢领悟、学习。

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！