# 总装车间实习心得怎么写8篇

来源：网络 作者：雨声轻语 更新时间：2024-12-24

*大学之旅中，实习无疑是关键的重要一环。它宛如一座桥梁，连接着理论知识与现实应用。在实习过程中，学子们走出校园的象牙塔，投身于真实的工作场景。于实践里磨砺专业技能，在应对各种挑战时锻炼应变与解决问题的能力，更在与团队协作和社会交往中提升综合素...*

大学之旅中，实习无疑是关键的重要一环。它宛如一座桥梁，连接着理论知识与现实应用。在实习过程中，学子们走出校园的象牙塔，投身于真实的工作场景。于实践里磨砺专业技能，在应对各种挑战时锻炼应变与解决问题的能力，更在与团队协作和社会交往中提升综合素质，为未来踏入职场、融入社会筑牢坚实根基。下面是小编给大家分享的一些有关于的内容，希望能对大家有所帮助。

在总装车间实习的日子已经过去一周了，在过去的一周时间里，经历了高强度的装配工作，将这一周的所见所想写了下来：

一、感想和体会

1、态度决定一切。

工作时一定要一丝不苟，认真仔细，一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能老是出错,一定要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失.工作的时候我一直保持极大的工作热情，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽然工作中我也会犯一些错误，受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能让我能在以后的工作中谨慎小心，提高工作效率。在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。

2、勤于思考

在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率.车间的日常工作都会比较辛苦且繁琐，几天下来也会比较枯燥，这就需要我们多动脑筋，不断地想方设法改进自己的`工作方法，提高工作效率，减少工作所需时间

3、不断学习

要不断的向周围的老员工请教工作方法，学习他们的工作技巧并熟练运用。这会使我的工作更加得心应手。

二、工作成果与收获

主要负责奔奔后转向灯外壳和CX20后三角窗装饰件的涂胶工作，几天下来，对自己负责部分的操作要领完全掌握，并且保证零失误率，同时也总结出了自己高效快捷的工作方法。虽然工作很累，对整车的工艺没能够做到充分学习，但这种操作本身就是对自身耐心与毅力的一种考验，希望自己能够坚持完成总装实习。

时间飞逝，5个月的车间实习很快结束了。在刚过去的这段时间里，我学到了很多，成长了很多。可以说这短短的5个月，不仅仅是在工作上迈出的小步，更是我大学毕业踏入社会的一大步。

从炎热的夏天到寒冷的冬天，我在车间感受非凡;从冷轧工序的又累又脏到酸洗工序的刺鼻难闻，我深深感受公司员工的勤劳与辛苦;从根本不懂钢管生产工序的我到如今至少略懂一二的我，我深切感受公司领导的关怀以及各工序段员工的细心教导。这一切的一切都是激励我奋斗，使我进步的源泉。

各工序段的实习顺序差不多是跟着钢管的生产工序来安排的，具体是冷轧、冷拔--固溶--矫切--酸洗--成品检验。之间另外的一些工序(如：修磨等)也在空余时间向老员工学习，以解答心中疑问。

实习下来，也想谈谈自己的感受，以自己不完整的知识说说个人的一些想法。觉得荒管的质量、冷轧工序的好坏是决定做合格成品钢管的保证。荒管原料的质量好，说明各种金属材料的性质好，使冷轧工序便于加工。然后配以无损坏冷轧机的规范操作，就能轧出标准的外径、均匀的壁厚以及减少裂缝的产生率。 当然，也不是说其他工序不重要。要做出质量合格的成品管，也要配以其他各段工序的正确操作。例如，固溶处理的好坏决定着钢管的耐腐蚀程度，影响其使用年限;成品检验工作的\'仔细与细心程度，关系着是否有不合格品流出。考试大论坛

除此之外，最想说的是一个好的公司也要有良好的管理方法。我个人愚昧的想法：最好的管理方法是，拿你最希望别人管理你的方法，去管理你的下属。 最后我想说的还是那句话：谢谢所有关心的朋友们，我会努力的。

一个月的车间实习就此结束，心中的感慨万千，很开心也很荣幸能够来到xx集团的车辆事业部学习和工作。

由于自己一直学习的都是偏文科类的知识，所以对于制造型企业以及自产品相关方面，还有很多需要汲取的知识，这也是我主动提出在车间进行学习的原因，我觉得这段实习经历能让我在工作中更快的适应工作内容，并且能够找到合适的方法来提高工作效率。

在经过了两周的公司集中培训后，对xx和xx人又饿了更深层次的了解，并于xxx日起，开始了我的车间现场实习阶段。

x月xx号、xx号全天和xx号的上午，我们在xx和x课长的带领下，实地了解了车间的工作流程以及在车间工作时的注意事项，他们着重强调了安全生产，一切都要在安全的基础上来完成生产任务。俗话说的好，“没有规矩，不成方圆”，在任何地方工作，都要遵守其指定的规范纪律。相关规定要求更好的促进了工作效率和减少了冲突。

全部学习完毕后，我们被分配到了相应的工段，我被分配到总装车间中内饰xxx班。

在分配到具体工位后，班长首先讲解前门锁的物料分装，然后又教导如何帮忙拿物料放入车中，以提升相关岗位的节拍。由于我本身对汽车制造板块比较陌生，班长也没有让我马上进入生产线的相关岗位中，而是进行一些辅助性工作，然后慢慢地去了解工作内容，了解团队的\'分工。一周后我逐渐融入了内饰一段二班的团队中，与他们交流、配合工作，在他们需要帮忙时做一些力所能及的事。

实习期间，在与三个班长的交流中，也明白了为什么当班长的人是他们，而不是工段的其他人。三个人中，有一个熟悉环境、熟悉手下的人;有一个随叫随到，任劳任怨;还有一个能说会道，左右逢源。

在学校学习某个专业的学生变为了未知领域的白纸实习生，生活了四年的校园也变成了陌生的公司企业，身边接触的人们也变成了领导、同事，相处的方式也大有不同。适应新的环境肯定是需要时间的，公司就给了我们这样一个车间实习的时间段来适应新的环境，以便我们之后能更快地投入到部门工作中。在这一个月的实习过程中，我深刻认识到自己并无不同，甚至要学习的东西还有很多，不管是工作还是为人，都需要保持一种空杯心态，发现别人的闪光点。

对于x课长，我觉得他的“双面性”保持得很到位，在车间里面对员工和在办公室面对实习生们是完全不同的性格特点，或者说，这就是他的职业武器。他将自己锻造为这把武器，开辟出自己的道路。我不喜欢他身上的一个点，可能是将自己的某个看法传递到不适合的人身上。比如说某次开会时，x课说到让我们在线上走起来，不要太在意别人的看法。其实这话本身无错，人生在世，何必在意他人看法。但大多数人的一辈子都无法做到这件事。他却将这话传递给现在二十多岁的我们，让我们无须在意，我自认是做不到的，至少在xx岁前，我都无法做到。他说出的这句话，我认为是有条件的，需要自身有足够的资本和能力，才能做到何必在意。

再说到我的工段长，刘段长。初到工段，只听旁边的人都评价他很温柔，脾气很好，别的就没了。经过我一月有余的观察和与周边人的交谈，我个人认为他对于团队的凝聚和管理方法还需要加强，给我的感觉是该工段中每个班组相对独立，没有凝聚在一起，对于工段上的人员也没有太好的管理方法，让人感觉心不齐。当然，这些都只是我自己的一点愚见，相信他自己也在慢慢调整。

在为期一个月的实习工作中，更重要的是我从大学生的身份过渡为社会职业人，每天的早起集合、中午休息、下午下班，都让我渐渐将自己的身份进行了转变，也逐步习惯了这种作息，从自己内心深处接受并享受这个身份。

在实习过程中，我认为对待工作的态度十分重要，无论自己对其是知晓一二或是一无所知，抱着一颗学习的心总是对的，特别是在实习过程中，我看到车间工人们对工作认真负责，对质量高度重视的精神，也对我感染了很多。这期间，体验着劳动的汗水和艰辛，在这里我学到了我离开校园后的第一笔知识，从体验公司文化到亲身接触公司的人员，或者是从公司的整体面貌上，我认为xx是在向前发展的，是在向理想状态发展的，必将成为一个值得信赖并受人尊重的企业。

在未进入车间时，对车间的预估只觉得很枯燥、很劳累，但真正工作这么一个月下来后，我更多体会到的是坚持的可贵和团队的重要性。在条件艰苦的地方实习，可能会有人产生很多消极情绪来让自己变得难受，我认为自己在实习期间都保持了较为积极的情绪，上班时都保持了工作的热情。

经过这次实习，我学到了很多在大学课堂上学不到的知识，收获颇丰。

首先是团结合作。一个人的力量毕竟是有限的，团结起来工作才做的更好，比如在弯道推T5系列，还有社会实践能力和沟通能力，这些都是课堂上教不了的，这些对于我们以后的工作和生活都有着很大的帮助。

其次是激情与耐心。要有激情，耐心的去不断的学习，提高自己的专业水平。这项工作我深深地感觉到没有激情与耐心是做不好的。

最后是在就业心态上，我也有了很大的改变，我觉得应该要建立起自己的就业观。要尽快地学会在社会上独立面对，敢于参加与社会的竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。我很深刻的体会到，学无止境。我们要想在这个社会上很好的立足是需要不断的学习，用知识来武装自己，不断的充实自己才行的。否则，在当今竞争如此激烈的社会，我们就将被社会所淘汰。在成长路上也要保持一颗思考、学习的心。

在大学学习期间，实习是一个极其重要的环节。检修实习是我大学期间的一次难忘的经历。这次实习的目的是为了让我们学生在实践中加强对机电设备的了解，进一步提高实践能力和综合素质。本文将介绍我的\'检修实习心得体会，包括我在实习期间所面临的挑战，我如何克服它们并且我的成长和收获。

当我第一天进入实习场所时，我感到非常激动和兴奋。但是一开始接触和修理机电设备对我来说是一种挑战。不同的机器需要不同的修理方法，而且每个机器都有独特的故障。这是一种前所未有的体验，让我感到有点压力。但是，我意识到这是一次学习机会，并且乐意接受这种挑战。

虽然我的心态是正面的，但是在实习的过程中我遇到了一些困难。我不断与同事们交流和请教，尝试和失败，逐渐地摸索出了解决这些问题的方法。我学会了仔细观察故障现象和运用理论去解决问题。通过实践，我掌握了不同机器的缺陷和修理方法。每一次成功的修理都给了我很大的信心和动力。

在实习中，我不仅学习了技能和方法，也增强了沟通和合作的能力。每一个组成员之间相互配合，互相帮助，鼓励。通过共同的努力完成了检修目标，也建立起了友谊。我感到自己在实习中得到了不少的成长。我学会了如何应对挫折和困难，以及如何迎接新的挑战并解决它们。这次实习也让我更加坚定了我的职业选择，让我看到了未来的发展方向。

总的来说，我的检修实习经历是一次难得的学习机会，让我更加了解和熟悉了机电设备。我克服了一些困难，在实践中体验了成长和成功的喜悦。我也意识到自己在实习中的不足之处，并会努力改进。我相信这次实习收获的经验和知识定将会伴随我走过未来的职业道路。

这次去到工厂实习，我感受许多，在这毕业之际，有许多许多事情等待着我去完成实习，算得上是毕业之前最终一堂课吧!虽然说只有短短三个月的实习，但是在这三个月的时间当中，我经受了许多，有许多在学校没有学习过的学问席当中，我都进一步的接触，这对我来讲在力量跟见识上面都增长了许多，三个月的实习，我也有了一些心得。

首先在实习当中，我觉得自己能够进一步的去接触这些专业学问，对于我来讲，是一个特别不错的锻炼时机，有许多时候我都常常会去思索一些问题，我认为自己没有到达我的心目当中那个要求，然后在这个过程当中，我积存了，我努力了，我成长了，许多时候不是说做一件事情需要一步一步来，需要循序慢进，我觉得更加重要的是在工作的过程当中，能够领悟一些道理，通过实习，我对自己的力量有了一个新的看法，有的时候觉得自己在细节方面做的缺乏，就要订正的.时候就肯定不要疑心，要英勇正确的去面对这些才是特别乐观的一个态度，也是对自己学习的一个负责。

再有就是在个人思想觉悟方面，在毕业之前，我觉得自己都是处在一个成长阶段，实习的时候，我认为有些事情都需要用一个积极客观的心态去对待它，实习虽然说没有多久，但是从这个过程当中，我依旧对自己有了许多许多的信念，无论是生活还是学习，无论是工作还是工作阅历，对于我来讲都至关重要，在将来的工作当中，我需要进一步的加强自己，这次的实习仅仅是一个开头，虽然说是毕业的最终一堂课，可是我依旧保持着积极乐观的心态，把自己应当做好的事情做到最好。

实习当中，我也有些做的缺乏的地方，不过大学三年来对对专业学问的了解，我认为还是需要进一步的加强，我在专业学问力量方面确定不是最优秀的，但是我有一颗究竟努力的心态，能够正确的去对待四周的一切事情，能够把自己的缺点公布出来，能够让自己朝着一个方向去努力，将来还长，我肯定更加专心。

虽然说是三个月的实习，但是相比在学校三年来的专业学习，其实是不遑多让，理论与实践的结合，才能发挥出更大的效应，还是需要有肯定的实践，才能够让自己成长的更快，才能够让自己在这条路上走着越远，这三个月来的实习，让我懂得了许多，也让我更加珍惜自己现在的条件，让我肯定能够在接下来的职业生涯当中，有肯定的阅历，能够妥当的处理好身边的一些工作问题。

近期，我有幸参加了一次实习车间的活动，这是为期一周的实践学习，旨在让我们不仅能够拓宽专业知识，也能体会到实际工作中的挑战与乐趣。这次实习车间安排了多个岗位，让我们能够轮流参与并发挥自己的特长。我所选择的实习岗位是车间调度管理，因为我对生产流程和组织规划方面有着浓厚的兴趣。

在实习车间的一周里，我深刻感受到了生产环境中的困难与挑战。首先，我学习到了产品生产流程的规范管理，通过与工人和技术人员的交流，我了解到了不同环节的协同配合对于提高生产效率的重要性。同时，我也意识到了车间调度的复杂性，需要综合各种因素进行合理安排，以及及时修正因素变化带来的影响。此外，我还学习到了如何合理设置生产指标与考核标准，以激励员工积极工作，同时保持良好的质量和效率。

通过这次实习，我不仅学习到了专业知识，也获得了宝贵的实践经验和职业素养的提升。首先，我意识到了团队合作的重要性，只有与其他岗位的人员密切配合，才能确保生产正常进行。此外，我学会了如何调整自己的心态，遇到问题时不慌不乱，而是冷静分析和解决。同时，我也深刻体会到了工作中细致入微的重要性，因为一点小小的疏忽可能导致整个生产环节的问题。最重要的是，实习期间充分锻炼了我的管理能力，让我更加理解团队管理的艰辛，提高了自己的组织和协调能力。

在实习车间的过程中，我遇到了一些问题，比如如何与工人们建立良好的沟通和合作关系，以及如何在紧张的时间内完成调度工作。针对这些问题，我采取了主动沟通和耐心倾听的方式，与工人们建立了良好的关系，不断了解他们的需求和困难。同时，我也学会了合理规划和安排时间，通过有效的调度和应对突发情况，完成了车间任务。

这次实习车间不仅让我对自己所学专业有了更深刻的理解，也为我今后的职业规划提供了重要启示。通过与车间的对接和学习，我对生产调度与管理方面产生了浓厚的兴趣，并决定将来朝这个方向进一步发展。我计划在工作之余，继续深入学习相关的`知识，并争取能够在未来找到一个与之相关的实习或工作机会，进一步提升自己和拓宽职业前景。

通过这一周的实习，我不仅获得了专业知识和实践经验，更重要的是激发了自己的学习热情和对未来职业发展的向往。实习车间让我更加了解自己的优势和不足，有助于我在今后的学习和工作中更好地提升自己。我会将实习车间的所学所感铭记于心，用于今后的职业发展中，为实现个人价值和社会贡献而不断努力。

实习期间我被安排在车间实习，生产一些电子零件，我是机械专业，对于这方面多少有些了解，所以进入到车间，比一些在社会中没有相关经验的人有基础。

到了岗位上，不能够骄傲，因为工作一旦骄傲就犯错，尤其是在生产车间内，每一个细小的部件都需要细致入微的做好，这是一份精细活，不但要有耐心，更要细心。毕竟我们是靠数量来决定最后的业绩的。所以要做好工作，不但要把数量提升来，更要提高生产的效率，工作从来不看学历，因为岗位上需要的是能够创造价值的人才，尤其是我们这行，你做的比其他人好，才能够比他人更有优势，一张嘴说得再好，可是不是销售行业也没用。

流水线生产，每个人负责不同的组件，当流水线上的组件从上面流到你面前，必须要在组件流到下一个人手上之前，完成好，速度和效率不能慢，一旦慢了就影响到了整个流水线的生产。所以岗位上需要熟练技艺，提升自己的能力而且还要在完成工作前，做好自己的任务，只有所有人完成了当天的生产量，我们才能够下班，提前完成，我们就可以做更多的产品，但是如果没有在正常上班时间完成，就需要加班才能够做完工作。

工作很累，虽然是坐在流水线上，但是却需要动手，比在学校学习可是要辛苦多了没有休息时间，而且我们实习生的收入非常低，只有保底工资，没有绩效工资，想要获得更多不但要完成当天的任务，更需要经过几个月的实习考核后才能够转正成为公司的一员，所以宁可多做也不能少做。在车间的任何表现，都会记录在你的工作档案上面，影响转正的时间，做的好，业绩高能够更快得到转正，但是如果业绩不高做的不好实习完了也就没有继续在公司工作的可能了。

公司的竞争压力很大，我们一批新人，有三十多人，最终留下的只有三分之一，取最优秀的人。想要继续在岗位上工作就需要逼迫自己，超越其中大多数人，这样才能够继续留在岗位上工作，还有需要加大对自己的锻炼，能够吃得苦。工作没有轻松，想要养活自己很简单，但是想要做好，就需要吃比别人更多的.苦于累，这就是工作。和学校不同，如果在学校你成绩不要还有人来催促你，但是到这里，做的不好只可能辞退，不会让你留下，想要不被辞退就只有比其他人更优秀，做的更好，成为公司拔尖的那一批人才行。

走到工作岗位这是不可避免的事情，因为我们毕竟要面对这样的人生，实习也只是工作的实验阶段，让我们做好适应工作的准备，只要抓紧工作做好任务，工作就不难。

我来到公司已经一月有余，在此期间我从一个心高气傲的学生成为了一个基本上称职的电解工，从对铝业一知半解到熟悉电解的操作流程然后具体操作，每天的工作经历都让我感觉生活的很充实，一月的磨练虽短暂，但已坚定了我一直走下去的信念。对前一月的工作及生活我也颇有感触，总结为以下几点：

一、 提高了我对铝业这个行业的认识。

作为重工业的一种，它的重要性是不言而喻的，而作为铝业冶炼的源头，我们的工作也是很重要的。从熔炼成铝水再铸成铝锭，虽然技术含量不是太高，但每一个环节都要注意到，稍有不慎就会出现问题，甚至出现事故。我们只有不断的学习电解的知识，熟练掌握电解的操作流程，才能避免意外的发生，也才能更好的实践公司“节能挖潜，提效增值”的精神。

二、 让我认识到安全生产的重要性。

“宁可少赚一个亿，不可工亡一个人”是我们的追求;质量为本，安全为天是我们的信念。安全生产向来是公司一再强调的，但安全是需要全体鑫丰人共同努力，时刻装着安全生产的意识的\'，所谓“安全来自长期防范，事故源于瞬间麻痹”，这提醒我们要注意每个细节，首先在上班前检查自己的劳保用品是否配备齐全，然后在工作时充分考虑哪些环节容易出事，提前做好预防，下班前仔细检查设备是否运行正常并做下记录，在交班时安排到下个班组。

三、 让我更加成熟，这点我感觉是对我最重要的。

总所周知电解车间的工作环境是很恶劣的：高温、高强度并且很脏。如论是换极，还是清理电解槽都要认真并且很有耐心完成。有时从上班到下班一直要忙个不停。但所谓苦难是人生最好的老师，正是从这种劳累中，体会到我的价值，也只是在这种磨练后，完整了我的性格。寒霜忝异类，卓然见高枝，对于工作我从未埋怨过，我也深知一个人要想成功，必须有一个坚强的心理素质。而在电解车间的工作正是给了我这个磨练自己的机会，我会好好的把握的。

实习才刚过一个月，以后的路还很长，再次感谢班长以及领导们作为我的师傅将我领进了门，并给予我那么多支持和帮助，让我在迷失中找到了方向，失落后却未言放弃。最后我想用前人的一席话作为我努力的方向并以自勉：吃自己的饭，流自己的汗，自己的事情自己办，靠天靠地靠父母，不算是好汉。

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！