# 印刷厂实践报告总结(九篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-08-18

*在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!印刷厂实践报告总结篇一我与20\_\_年3月6日至4月30日...*

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!

**印刷厂实践报告总结篇一**

我与20\_\_年3月6日至4月30日在郑州印务公司实习，在这段时间内我在精装车间工作，熟悉精装书的生产流程，同时也对印刷印前，印刷、印后加工工序有必须的了解。在期间使我学会了如何更好的与人相处，怎样才能使工作很好的完成。

二、公司概况

河南省印务股份有限公司是专业从事图书报刊、广告画册和包装装潢印刷的企业，透过了iso9001:20\_\_质量管理体系认证。公司建立于1983年10月，1998年1月改制为河南省印务股份有限公司并开始运作，成为河南省印刷行业中首家股份有限公司。仅股份制改造后至今，公司就已向国家缴纳各项税金超亿元，曾被国家税务总局列为全国印刷业纳税百强之一，目前下设有郑州包装印刷有限公司和郑州印刷物资有限公司两家子公司，初步构成了集团化发展的格局，为国家和地区经济发展做出了贡献。

公司拥有国际领先水平的ctp直接制版系统和数字化工作流程，进口多色胶印机、海德堡八色胶印机、日本小森等进口多色胶印机及八色胶印轮转机、骑马联动机、平装胶订自动线、全自动过油机、自动模切等完善的印前、印刷、印后加工设备。公司承印的教材、期刊等产品获“国优”和“省优”的有数千个品种，先后被授予“全国诚信印刷企业”、“全国诚信守法乡镇企业”、河南省“产品质量优、经营讲诚信”单位、“河南省优秀民营企业”、“河南省关爱员工先进企业”、“河南省最佳信用民营企业”、“郑州市百家重点非公有制企业”、郑州市“职业道德建设十佳单位”等荣誉称号。

应对企业发展中不断变化的新形势、新挑战，在“坦诚求实、协力创新”精神的激励下，公司以“发展印刷、传承礼貌”为已任，不断投资引进大批高端设备研发和应用印刷前沿新技术新工艺，在印刷技术“印前数字网络化、印刷多色高效化、印后多样自动化、器材高质系列化”方面始终走在省内印刷行业前列。专业的印前工艺、制版数字化工作流程、ctp直接制版系统，为客户带给精品和系统化服务打下坚实的基础;先进、精良的印刷设备为公司制作优异品质的产品带给无以伦比的设备保障;先进的骑订、平装、精装联动生产流水线，实现了印后的整体服务。精良的设备、高素质的员工队伍为向客户实现高效、精美的服务带给了强有力的设备保障和技术支持。

在不断引进高端设备的同时，还持续投入超多物力和财力，不断研发和采用新技术和新工艺，为客户产品获得良好的社会效益打下坚实的基础。自主工艺研究和开发水平也不断提升，自主工艺研究和开发水平也不断提升，近年来成功申报并与大专院校合作完成了新技术课题多项，同时自主研发并获得实用新型和外观设计专利40项。

三、实习状况

我在该公司实习时间为20\_\_年3月6日~20\_\_年5月1日。我在印务精装车间工作，主要学到了以下一些知识：

1、精装书

精装书是图书出版中较讲究的一种装订形式，与平装相比，精装具有用料考究、装订坚实、装潢美观、有利于长期保存等优点。其复杂的印后加工工序可为精装书增添多于20%的附加值。随着出版事业的发展，精装书突现出巨大的市场发展潜力。

2、精装书的加工工艺过程

⑴书芯的制作与加工：折页→配页→锁线→压平→刷胶烘干→三面裁切→扒圆、起脊→第二次刷胶→“三粘”(粘贴堵头布、粘贴纱布、粘贴书背纸);

⑵书封的制作：下料→刷胶→贴封面料→包边角→压平→烘干;

⑶书芯与书封壳的套合：套书壳→压槽→贴环衬→压平→定型，等等。

3、常见问题及解决方案

⑴折页常见问题

①折线位置与色彩分界线不重合：在设计折页产品时务必思考到纸张厚度对折页质量的影响。一般说来，在多重折页中，折在内部的页面的尺寸务必稍稍小于外部的页面，即设计部门务必就此给出必须的裁切补偿量，以增大实际的裁切量。如果补偿量过小。内部页面就会因尺寸过大而与其它页面发生干涉，页面之间相互挤撞使得外部页面呈拱形翘起，整个书贴平服程度较差。所以，对于多重折页，最好在设计环节中就明确给出补偿量。否则，一旦带有这种设计缺陷的文件被送出，作为最后一道防线的装订部门，就不得不在折页过程中对页面的裁切量进行补偿，这时，如果产品的折线位置刚好与色彩分界线重合，就会因为裁切补偿而造成实际上的不重合。②折角处纸张起皱：在多重垂直折页时.页面的折角处(折线的相交点附近)很容易起皱。要避免这类现象.就务必采取相应的预防措施。常见原因有：折页顺序不合理，使折叠压力过高，从而使折角处纸张起皱。折页工艺不合理。造成空气滞留在书贴内部，无法顺利排出，从而影响折页效果。比如，先对页面进行两次平行折，然后垂直方向再进行两次平行折，这种方案就很容易引起书贴内部的空气滞留。但如果将前面的两次平行折改成扇形折，即可摆脱困境。折页速度过高，使纸张在折页过程承受

的压力增大。一般说来。定量较重和较轻的纸都务必采用较低的折页速度。更换纸张类型有时也会收到较好的效果。比如，回收纸因为纤维短、强度低。折角处起皱的可能性更大，如果换成质量等级较好的纸张。即可大大改善折页效果。

⑵书芯的厚薄不一致

印完的样张还要进行多道的后序加工作业，折页机折成帖，经过配、锁之后直接上联动线。但上联动线的书芯有些比较松散，书芯厚薄不一致，而导致精装书后序加工出现质量问题，影响到书籍的外观质量。精装书的前口部位很容易出现明显的台阶;裁切时易出现刀口尺寸不一样，反映在书芯的切口部位，要么是上面大底下小，被切成马蹄形;要么是上面小底下大，被切成楔形。

解决方案：对书芯进行了三次压平。印刷完以后的书帖上压力机打捆，再配、锁，再经过联动线以外的一台压力机压紧，之后送入刷胶烘干机。烘干之前用联动线本身的压板压一次，烘干之后、三面刀裁切之前再压一次。或者在已经折好、码整齐的书帖上面搁一块多层板，再放上水泥条，这样存放必须时间，到达压平效果。

⑶书封壳翘曲

常见的书封壳是由硬质纸板、软质封面、中缝纸等加工而成。有的大张纸板在裁切成小料之后就弯曲变形;或者在过了一段时间就会出现书封壳翘曲、起拱等质量问题。这主要是纸板、胶黏剂、封面材料以及空气的潮湿度等多个因素共同作用的结果。

解决方案：①选取优质的纸板。一般进口纸板的质量都比较好，不容易产生变形，应作为首选，而很多国产纸板质量很差，容易脱层，裁切时，裁边很粗糙，能观察到掉纸粉现象，而且纸板的厚度也不均匀。为保证质量，必须要选用高质量的国产纸板。②热压烘干。加工前，先将原张纸板用热压烘干处理，使纸板的水分尽快蒸发，同时纸板表面的粗糙部分经过必须压力后，变得光滑平整。当书封壳糊制成后，还可再进行一次热压，排除胶黏剂的水分。这样经过两次热压(或不热的压力)，书封壳的表面平整压实，以防翘曲。③选用适当的胶黏剂。在糊封面时选用水分含量少、黏结力强的黏结剂。④处理好书壳封面与封里拉力。听别人介绍经验说，无论是糊制书封壳还是套合扫衬时，在加工时原则上封里的拉力要超过封面的拉力，使书封壳表面经套合加工后没有向上翘的力。一般能够采用封面和封里扫衬用同样的胶，然后在封里与衬纸之间再加一层里子纸，这样使封里部分多了层黏结剂，以便向里产生强拉力，控制封面向上翘的力量。在选裁封面材料时应以横纹为宜，横纹翘曲的可能性较少。

4、纸和纸板的印刷

纸和纸板的印刷，包含了受压(喷墨印刷等非接触式印刷厂除外)、着墨、吸墨、干燥等过程。纸张在这些过程中表现出的适合印刷条件的各种性能，即纸张的印刷适性，以及印刷油墨和印刷机械的性能，是决定纸张印刷质量的关键所在。

纸张的印刷适性主要包括：表面强度、油墨吸收性、平滑度、含水率、酸碱度、弹塑性、白度、尘埃度，等等。因纸张的印刷适性引起的印刷问题及其解决方案可概括如下：(1)纸张的表面强度太低，造成印刷过程中因油墨的粘附拉力作用而出现纸张表面拉毛和脱粉现象，印刷质量低劣。解决方案：使纸张具有较高的表面强度，才能获得较好的印刷质量。为了保证良好的印刷质量，采用表面强度较高的纸张，或适当降低印刷压力，或适当调整油墨的粘度。(2)纸张的油墨吸收性太强，造成印刷过程中纸张透印和光泽损失;或者由于纸张的油墨吸收性太弱，造成印刷过程中油墨粘附不牢和粘脏。解决方案：各种纸张按照实际需要，持续必须的油墨吸收性能。例如，涂布白纸板的油墨吸收性一般控制在15.0-30.0%。正确掌握纸张的油墨吸收性能，合理调配适合纸张的油墨，合理掌握印刷压力和压印时间，以确保提高印刷质量四、实习体会

1、认真做事情

透过这次的实习，让我了解到了公司的规模水平、印刷生产流程以及一些精装书产品的制作，在以后的工作中相信会有较大的帮忙，虽然在工作过程遇到许多困难，但是都一一解决，尽自己的最大的努力，做好每一件事，不管做什么样的事情，如果想做或乐意做，就把它做好，如果不愿意做，就不去做，我觉得一方面公司给我们工作的机会，另一方面也要用心配合公司，把双方的工作都做好。自己也还要不断的学习更多的知识，为公司贡献自己的力量，使公司获得更好的经济效益。

2、多微笑多开口

虽然我们在校园学了不少理论知识，但是我们缺乏实践经验。刚接触工作的我们依然是一无所知了，这就要我们多学习了，自然就要和同事处好关系，俗话说伸手不打笑脸人，而微笑就是我们最有利的法宝!当然也会有例外，因为有些人怕你替代了他的位置，现实和梦想还是有差距的，我们也不可能做到使每个人都对我们好，再说人与人交往的过程需要相互尊重谅解的，只要我们见人说话面带微笑，主动和他人打招呼，熟悉了以后，别人就会慢慢帮忙我们了!在公司工作那么久，校园学到的知识，在公司应用到的不到30%，虽然只是一小部分，但提高了我的身心和身体素质。

3、相信自己

在公司最难的不是工作，而是自己!我刚开始总会想自己从来没有做过这工作，要是做错了或是不会做怎样办，果然做的时候不能很好的完成工作，就会开始怀疑自己的潜力，晚上不能睡好，第二天工作难免也会受到影响。幸好自己是个乐观的人，很快就调整好自己的心态，相信自己能做好!对自己充满信心后，工作上遇到再难的事情，都能顺利的解决了。

4、学会总结

在实际工作中，好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们更要好好这个机会，认真的学习，学会不断总结。以使自己每一天都进步那么一点点。

5、实习感受

在校园的时光是最完美的时光，每一天除了上课就没有事做了，而且花父母的钱，此刻走上工作岗位，自己赚钱自己花，此时才明白赚钱真的不易，花钱也不再如从前那样如流水了，也更体会到了父母的辛苦!俗话说“吃的苦中苦，方做人上人”，不管在任何工作岗位，都务必从基层做起，“有一份耕耘，就有一份收获”。透过这次实习，还意识到我们在大学里所学的理论知识的重要性，理论联系实际，我还意识到实践的重要性!“读万卷书不如行万里路”，从实践中学习，才能真正学到属于自己的东西，从而才能在以后的人生道路上，走出一片属于自己的天空!

**印刷厂实践报告总结篇二**

在学校里原本以为学习理论知识就够了，可是在暑假期间经过十天的报社实习，才发觉了理论与实践是有代沟的。深深体会到将理论用于实践的重要性，而且还要知道自己所学的理论知识与实践是否相关，也只有真正在实践中知道所学习的是否实用。以下就是本人的实习工作自我鉴定。

在短暂的十天实习，我唯一的感觉：自己现在做的书本上都没有遇到过的。像我新闻传播专业最适合干报社的工作，这是我当初的观念。但是我进入报社实习的不是去采访，也不是写报道，而是报纸排版。这是一份比较烫手的工作，我刚开始还想以没有学过报纸编辑为理由拒绝实习。可是实习的机会是通过关系层才争取到的，怎么可以放弃呢?再者，不会的事情慢慢学就会了。于是我硬着头皮开始了自己的实习生涯。

实习的第一天，我满怀好心情去报社。走进编辑室，遇到的是一张张新面孔，我的难题来了：如何和同行相处融洽?幸好在学校期间，人际交往还算不错，懂得为人处世，待人接物原则。实习老师叫我熟悉环境，先把工作组的人交流交流。当然，我的实习一天，就在和报纸排版组的人员交谈中结束。我的收获就是，人际关系处理好的话，为我接下来的实习会带来方便。

实习的第二天，熟悉环境后，今天我就要真正进入排版工作。可是，实习老师又拿出一大堆的报纸和有好几本关于排版的书放在我面前，嘱托我半这些资料看了，不要那么心急做排版工作。看来我的工作量还是蛮大的，我也没有怪老师的理由，于是耐心地看起她所给我的资料。看完那么多的报纸，我才发觉原来排版并不是我想象中简单，这些都是一些排版出错的报纸，应该总结，避免历史性重复错误。关于排版的书我以前根本没有接触过，通过阅读初步了解排版的流程。

实习的第三天，我认为应该可以让实习老师让我操作排版的过程。老师布置我的任务是要我自己了解计算机排版的初步知识。令我可喜的是我业余所学的计算机知识终于派上用场了。所以今天任务提前完成，由于我对计算机的操作较熟练，老师非常欣赏我就把明天要我做的事情今天也做了。我耐心地看着我的老师和其它的工作组人员在计算机上精心的制作、排版，我如果不用心的话，明天自己上场会出丑的。时光在我看着他们不断地敲击键盘，移动鼠标中流逝，这天又过了。

实习的第四天，我才真正开始我的主旋律报纸的排版。我将自己近来几天所学的知识运用到今天的报纸排版中来。老师说我的统筹观念还是比较好，有一定审美情趣，尤其是对一篇文章的整个摆放结构有独特的视角。头版，第二版，第三版，……最后一版的内容报道也没有出现偏差。但是毛病也不少，图片与文字没有处理协调，对新闻稿的主次性没有很清楚。这一天我就在不断的改进中度过的。

实习的第五天，我看到了自己的成果，一份报纸是通过自己的手出来的，无比的喜悦。今天我的主动性也比昨天强了，在同一工作组的人员们也都特别照顾我，帮助我度过一些难关。今天的工作量明显要比昨天大，因为这是周末版特刊。我的工作不是占主要的，但是也是不可缺少的，我在一旁向他们讲讲我的意见与建议，而且有写时候计算机操作还需要我的光顾。整天下来，人比较累呀，可是学到了许多新知识，这是对我辛勤耕耘的回报。

短暂的十天实习，让我感觉到理论与实践会有代沟，怎么样才会让代沟越来越小呢?最好的办法在实践中不断对自己所学的知识进行更新，进行补充。

实习工作自我鉴定 篇6

在西药房里的几个月里使我学会了很多东西，增加好多医学上的知识。

现在我来说说我在西药房实习的情况吧!首先在药房其间我遵守药房的各项规章制度。做到上班不迟到，不早退，热爱自己的工作，关心病人，和同事相处得很好，他们也教会我很多知识。

其次我在西药房学习的知识：

1、学会了药物的摆放：同类药物放在一起，做到先进先出。

2、学会了看处方：首先看病号，再看年龄，最后看用法用量。

3、学会了拾处方，拾处方要认真、细心，要检查有没有药物配伍禁忌。

4、学会了处方的计价收费。

最后是我在西药方实习的感想：在这三个月真的学会了很多知识，老师有时会考一下我们，使我们增长很多知识。我运用在学校老师教我的知识加上实际鉴习学会很多药学上的知识!

**印刷厂实践报告总结篇三**

八月初我得到了一份超市临时促销员的工作，具体的工作就是为该著名品牌所属的一个营养品品牌做免费市场品尝试吃活动，让消费者感觉到这个产品值得他们去买，提高销售量。万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了在超市的工作之后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

实习目的：之所以选择一个能在超市的工作有两个原因：1、能够接触更多的人使自己的交际能力能更好一些!面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。2、我要看看我能否在忙碌的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存。同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。趁着暑假有这样一个机会，初步体验管理与被管理，服务与被服务之间的涵义。促销是企业推广新产品、提高品牌知名度、树立企业良好形象加强与顾客联系的重要措施。尤其是在超市里各种品牌对手集中竞争的地方，更是检验自己品牌实力和影响力的地方，这就要求促销要做到位要有效果。大多数企业都会花不少的财力、人力、物力在促销活动上，超市是直接接触最终顾客的最重要的场所，也是企业短兵相接的战场第一线。掌握如何让自己的品牌快速有效的深入人心，博得大众好感并且了解超市促销管理方法就是我要学习的实习时间：20\_\_年8月历时一个月

先来介绍一下工作环境，农工商超市它是一家大型超市。主要服务于周遍各区居民的日常生活需求，它的商场营销部门被分为好几个部分：副食食品科、饮料酒水科、生鲜食品科、服饰杂货科、日常百货科、家用电器科等等。我的工作日程是这样安排的：每天上午9:00上班--晚上8:30下班，每个礼拜的礼拜一到四休息，在岗时期要要参与超市盘点和入库整顿，那就要整个超市都留到两三点钟了。有空时帮理货员看看货架的排列是否整齐和清洁、货品的齐缺并且及时加货上架。在别人眼中，超市的兼职工作是相当轻松的，但他们又何尝知晓，超市的工作和他们说的却正好相反!每当超市大库来时，每个人都将变的更加忙碌，根本就没有休息的时间，哪怕是喝一口水……在那工作的一个月中，我就有那样的体会，从卸货到货物进仓往往要持续两个小时左右，累--成了每个人的写照!但当我们把货物全部进仓后，也不可能有什么时间去休息，工作中一直都是站着或是在奔跑的途中，有时因为业务的不熟悉我常常受到区域负责人和主管的奚落。每到要进行盘点的时候，就是我变成“牛”的时候。所谓盘点就是在那天下班后，等到最后一位顾客跨出大门后，锁门--交代各自所要盘点的货架--开始一一对应的数量、金额和品目盘点--各单位例行工作总结小会--次日有班的先回去，没班的留下打扫卫生，一般不到三点决不结束。

记得曾经有一个长辈就跟我说：不过做什么要多做事，少说话!话虽简单，但真正做起来就不简单了。要在众多同事、干部甚至于顾客眼里一开始就留下一个好的印像可不是一件简单的事情，而且我要在同类品牌的平等竞争下让销售量来说明我工作的努力，击败对手，这的确有难度。我至今还记得我第一天将台子摆出，开始招揽生意的那一刻我极度期待下班回家和难以面对大众的羞涩心情，喊话器毫不留情的将我是个生手的秘密公之于众。还有周围和我一样在做促销的那些老手们的好奇与嘲笑，好在超市的厂方专职促销员大姐很照顾我，她仔细地给我讲解了有关具体的事项和要注意的重点，比如说我决不能破坏超市的规矩。俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。不管是谁，随喊随到。在超市做促销员，有时还是很忙的。特别是周末，很多的供货商都在周五送货以便应付周末的客流量，然后顺便结帐。有时候，一连几家供货商送货来，这时候就忙了，有很多货物卸在收货处。仅有几个人在收货处是忙不过来的。既要验货又要把货装走。于是，他们就需要人来帮忙了。我是刚来的，对仓库的布局不了解，好多次帮倒忙被领导骂。并且去了普通员工不该进去的机房重地被给予了严重警告。我要把各个柜台的货物分开，并分别送到各个货架附近，如果是一般的货物倒是没什么，但有时候有的商家送的是饮料、酱油、食用油之类的货物就很重了。超市进货都是几千箱饮料、几百箱酒的，每卸一次都特别累，但是谁叫我是新来的，虽然是女的也还是难逃新人受欺负的厄运，只有这样才能相安无事，大姐她当初也是这样过来的。

当然在没有货要上的话一定要找点事情做。“上货”,说通俗点，就是“补货”.货架上的货物被顾客买走了，货架就空了不仅影响了排面还会影响销售，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。等到货架上的货物都补齐了，就站在排面前吸引顾客对你的产品产生兴趣，我拿着托盘拦住路过的客人让他们品尝，并且重复我已经重复了几百遍的解说台词。如果没有什么顾客，也没有货要补，那就抹货架。货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。这样不但给顾客流下了个坏印象，而且货物就卖不出去了。谁也不希望我们的东西卖不出去的。其实，抹货架还有个好处：可以坐下来!这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊?所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架

要在超市这个鱼龙混杂的\'环境里顺利生存我还总结了一个经验：巴结上司拉拢同事，间歇施点小恩小惠。馋嘴的员工的谗言也特别多，所以当他们厚着脸皮向你讨食的时候，原则上你是不应该给他们偷吃的，如果偷吃的员工被抓负责该产品试吃的促销员将一起受罚。但是如果你要清高而坚持自己的原则而拒绝他们，接下来你的路程将很难走下去。当领导来视察或者是暗访的时候，有些话是不能说的而有些话是要放宽尺度去说，领导的脸皮三分薄，如果你把过底的销量告诉他，则他面子挂不住，但是你虚报的数量过多，等到月终审核的时候就有苦头吃了。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。和以往的实践不一样，这次的我真的看到了自己的不足和优势，当我认真工作起来就会很投入但是当我遇到挫折的时候我就会手足无措，毕竟还是学校里养着的学生，做起事情来一点也不老道，这是我父母给我的评价，我自己也是这么认为的，原来社会实践的作用就是让我提前知道自己的缺点，让我们在一次一次锻炼中学会客观的看自己不要把自己看得比天还要高，以免以后毕业了择业眼高手低，到头来一事无成。我想这一次的打工，会永远记在我的心里，毕竟那是我第一次感到：无论什么事都不能靠别人，只有靠自己!但--首先，是要拥有知识、能力还要有持之以恒的决心。没有足够的知识、能力是根本无法在社会上立足的而没有决心，你的一切都是徒劳，都只是纸上谈兵。因此，我要更加努力，争取成为社会的栋梁。

**印刷厂实践报告总结篇四**

在大学四年的学习，准备毕业之际，为了更好地巩固已有知识，学习技能，我到xx有限公司办事处进行实习，在办公室担任助理的工作，在此我对我的实习工作做一个自我评价。

开始实习时，刚进入陌生的环境难免会有些紧张，不知道该怎么办。是同事们友善的微笑缓解我的尴尬。大家都很有礼貌，不管大事小事都要说声谢谢。对于我这个很少跟生人打交道的学生来说，是给我上了一堂礼仪课。在实习期间，我接触了一些办公用品，如传真机、碎纸机、打印机、扫描仪等，掌握了这些机器的基本操作，了解了公司办公的基本情况。同时在此期间我也学到了许多更有用的东西。

作助理，任务比较琐碎繁杂，指导我的老师教我，做事情要分主次、有条理。说着容易，做着难。每天要发传真、收信件、整理废旧纸张在利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好。这样就不会乱。正好最近公司要进行培训，需要复印资料。一共17份，每份里又有十余份不同的资料共百余页，这时候就需要有条理，每份资料分别印刷，清点数量，一张都不能错漏。这时候就要慢慢来，一点点完成。保证每份资料的完整和质量。

“分主次，有条理”是做好事情的关键，这次实习让我更加深了对这句话的理解。我所在的部门是这家公司的数据处理中心，全部资料、文件、电脑软件均是英文，除此以外还有一些外籍员工。在这里的工作让我认识的我还有很多东西需要学习，加强自己的能力。在此期间，我也旁听了几次面试。让我了解了面试官需要了解得东西，和我欠缺的地方，为我以后的面试做好准备。这些就是我实习最宝贵的收获。

实习是我步入社会前的第一课，教会我怎么待人接物，如何处理各种事情。虽然在短短的一个月里看到的只能是工作的一个侧面，学习的只能是一些初步的方法，但这些对于我是非常重要的。

通过这次的实习，让我了解到，在社会这个大学堂里我还是一个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚谨慎的态度，无论大小认真踏实的完成每一件事，走好每一步。我有信心，未来的路我能更好地走下去!

**印刷厂实践报告总结篇五**

今年的暑假，比以往的每一个暑假都要过得充实，因为利用这个时间，我去到了成都市金堂县广播电视台实习。

在这次的实习中，我学到了很多的东西，因为在金堂电视台，只要你有能力，他们会让你独立的去完成。我非常有幸的跟了很多负责不同节目的老师去学习，从主持，摄像，和后期制作，都得到了一定的锻炼。

通过一年的播音主持专业化学习，能够有一次上镜的机会是非常难得的，更重要的是你主持的节目会通过电视播出让更多的人看到你的节目，你主持的好与坏最主要还是要通过在学校的学习和积累。在大一上学期，我们学习《普通话语音和播音发声》这门课程，正确的掌握播音发声要领，规范的说好标准的普通话，这是做主持人最基本的前提。在下学期我们学习了《语言表达》，更加清楚拿到一篇稿子该做什么样的处理，传递给我们得受众时，他们会清楚明了的接收。甚至以后要学习的更专业的知识，只有学好了，面对镜头，面对观众才不会那么胆怯。

在大一下学期，我们开设了电视摄像课，过通老师的讲解，我们对摄像机和拍摄有一定的了解，并且平时在上课会亲自拿摄像机拍摄作业，还有就是通过参加老师组织的平乐实践拍摄，学到了很多的东西。去到电视台，拿着老师所讲的专业知识，直接拍摄采访，看着自己拍摄的新闻播出的时候，并且下面打着记者是你的名字，真的非常欣慰。

在学校里，我们就要好好掌握老师所讲的理论知识，因为老师讲的就是我们以后从事这个职业需要的东西，在现在打基础的时候，就要踏踏实实的，一步一个脚印走好每一步。出去实习的时候，不管是省市级大电视台，还是在小小的县级电视台，都要积极的去请教里面的专业老师。我觉得刚刚大一，去一个县级电视台实习是最好的选择，因为县级电视台很缺人，只要你有能力，你就可以参加的节目中去，不管是前期，主持，后期方面，你都可以胜任。因为在成都理工广播影视学院，我们学校的教学理念就是一专多能，采编播为一体，现在的电视台最需要的就是这种人才。现在还在学校，努力学习，以后真

正工作的时候，用到专业知识的时候就游刃有余了。作为学生的我们，临渊羡鱼，不如退而结网。

**印刷厂实践报告总结篇六**

实习已接近尾声，以下是我对本学期实习的自我鉴定。

我在初二年级任实习英语教师一职，学校则为我们实习生安排了指导教师，我的指导教师是初二四班的班主任，在半年的实习生活中，我随老师一起跟班教学，向老师学习班级管理以及英语教学技巧。在这半年里，在老师的指导下，我曾为初二3班、4班授课五节左右，课前，独立制作课件以及导学案;课中，老师进行现场指导;课后，老师指出问题并提出解决方法。

除了在初中的教学工作。我们还在高一年级担任了一个月的见习班主任工作，以辅导晚自习形式参与班级管理。因指导教师是班主任，所以我有幸参与了班级布置工作，陪学生参加情景剧比赛，以及社会实践活动。还在初二年级担任活动课教师，带学生参加课下业余活动。

在生活方面，学校除了每月的生活补贴外，为照顾我们实习生的特殊情况，一日三餐免费。住宿和其他教师一样，住在教师公寓，电器齐全。教师公寓的其他教师也对我们非常友好;在工作方面，实习学校领导给予了一定的关注。

总而言之，此次实习是有收获的，在工作上，了解到了当前英语教育的形式，同时接触到了之前从未接触的高效课堂教学模式;在课堂教学上，我明白了运用多种教学方法的重要性，灵活处理课堂问题，得体的课堂用语，对学生适当地鼓励与惩罚，这些都是影响我们课堂教学的重要因素。

此外，课前准备以及课后反馈也是至关重要，课前准备也就是备课，备课是一个漫长的过程，我们要准备充分，才能上好一堂课，提前备好教学内容、备好学生，做出情境预设，而我存在的问题就在备课上，我总是在情境预设上存在不足，内容准备了很多，而学生却根本没有做出我想要的反映，有时总是高估学生们的水平，导致这一堂课无法正常进行下去，事后指导教师对我说是我对学生们的水平了解不够，所以后期我多与学生接触，基本掌握了学生们的知识储备量，现在我的课堂已经可以顺畅进行。

在实习中也切实感受到自己还存在很多不足，在工作上，知识的积累还学要加强，在课堂上，存在自信心不足，语言有欠缺等问题。在生活上，初入社会的我们还不能达到自立生活的能力。不过经过半年的生活历练，我们也有所成长。此次的实习让我收获到了很多，不仅是对于课堂教学的有了深入了解，而且收获了与学生们、老师们的深厚情谊。半年的实习在我的脑海里留下了深深的印记，为我留下了美好的回忆。希望帮助过我的教师以后工作顺利。

**印刷厂实践报告总结篇七**

一年来，在院领导的正确领导下，医院各科室的支持帮助下，我科同志齐心协力，在工作上积极主动，不断解放思想，更新观念，树立高度的事业心，围绕科室工作性质，围绕医院中心工作，求真务实，踏实苦干，较好地完成了本科的各项任务，现就我科室工作开展情况一系统回顾。

在本年度内，能学习和执行医疗卫生管理法律和规章，健全各项规章制度和岗位责任制度，较好完成全年的各项体检、义诊任务。严格执行仪器操作和超声临床技术操作规范;医德医风建设好，能以病人为中心;提高医疗服务质量水平，能够改善服务态度。努力提高自身的服务质量，热情接待患者。虽然我科各岗位每天担负着繁重的接待工作，但我们都能够想患者所想，急患者所急，耐心细致地做解释，想方设法为患者解决困难。为方便检查，在科室张贴醒目表示，简化工作流程，提醒患者所要找的窗口和检查室的方位，使其能便捷地达到目的地。患者做b超检查坚持做到不积压、不预约。

抓好了新设备的使用培训工作，提高诊断质量，缩短等待时间。质量就是生命，准确的临床诊断很大程度上依赖于放射科的影像诊断。如何缩短检查时间，使患者能够得到及时的诊治一直是院领导所关心的，院领导我科所急，在他们的关心和支持下，我科新近增加了心脏彩超，可以更细致的开展各项检查项目，这样既提高了诊断的准确性又缩短了患者检查时间，进一步提高了工作效率，使患者的流通量大大提高。

报告单基本做到规范合格，字迹工整，清晰，易于识认，不应潦草和涂改，避免错别字，一般超声检查出具报告单时间做到小于或等于半小时。劳务分配执行按劳取酬、多劳多得;通过节约用水用电，节约纸张等，减少开支;年度完成b超检查近5000例。

积极配合医院的各项义务活动，努力把我院的惠民政策落实到实处，扩大社会效益，提高人民群众对卫生服务的满意度。

迈入20\_\_年，b超室将在20\_\_年健康发展的基础上，采取一系列有效的措施，不断提高诊断技术，确保b超室的发展创新高。

1、强化规范操作，由于超声影像检查是动态过程，执业人员的个人水平，临床经验，细心程度及解释病情的差异，对每位就诊患者的检查结果迥然不一。20\_\_年b超室将强化依法行医，规范行医，严格执行操作过程及各项诊疗常规，使超声检查更加规范化。

2、加强学习，科室定期举行专题讲座和病例讨论，加强b超室医师诊断经验的交流，要打好基础。针对超声科3—4年成才，6—8年成为主力的成长特点，加强人才梯队建设，培养年轻医生良好的工作作风。

3、加强疑难病例讨论，进一步坚定和强化各级医师会诊制度。加强与各影像科间的联系，不断地充实和拓展思维模式和思维方法，不断地完善随访制度，加强与临床的合作与沟通，了解临床科室的对超声诊断的新的要求，向临床介绍新的超声技术，为临床不断提供诊断支持。

4、加强与其它医院的学习与交流，送出去与请进来相结合，学习其它医院的先进的管理方法和措施，结合我院及科室的实际情况，不断完善各项规章制度，用制度管理人，用制度激励人，用制度凝聚人，让超声在临床中发挥更大的作用。在院领导的关心下，在全院各个科室的支持下，通过以上一系列措施的落实，将会确保我院b超室20\_\_年有好又快的发展，取得更大的成绩。我科将继续发扬成绩，坚持全心全意为患者服务的宗旨，配合临床科室作好各项工作，为医院的发展贡献力量。

**印刷厂实践报告总结篇八**

我不断地挑战自我，充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。在师友的帮助下，我具备了扎实的专业基础知识，系统地掌握了医学专业课程。同时，在不满足于学好理论课的同时也注重于对各种相关医学知识的学习。

我热爱医学事业，并立志献身于医学事业!。我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉，救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终身。

进入大学一直是我的梦想，但真正的大学生活并不是我所想象的那样，在进入大学前，脑子中想的是自由了，可以从紧张的学习中解放出来了，但我很快就明白了，大学更要努力学习，面对周围更多，更优秀的同学，我打消了以前的念头，开始了进入大学后各课程的学习。

大学四年中，我参加了不少的校内活动和做过一些社会实践。参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。

除本临床医学专业外无特别专长但爱好比较广泛，绘画唱歌跳舞写作等，对于一切未知的富有挑战的健康的爱好都充满兴趣。

学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度，在学习中也逐渐学会更合理的分配自己的时间，最重要的是在学习中同他人建立了良好的学习关系。这一点是我收获最大的。

在临床课的实习中，我对内科，外科，妇产科，儿科等专业课的学习努力，重点掌握了疾病的诊断和治疗，对一些常见病的特点，诊断，鉴别及治疗原则等更为重视，但从中也知道了还有许多疾病我们人类是无法克服的，所以，我更加知道自己肩上责任，还要在以后的工作中刻苦努力，注重理论与实践的结合

在这一年基础课的学习中，我对医学知识有了更大更浓厚的兴趣，我逐渐了解了人体的结构，生理特点，病理过程等，为自己第二的临床课打下了坚实的基础，同时在这一年的基础课学习过程中也遇到了许多困难，但是在老师和同学的帮助下，自己都逐一克服了，另外我也总结了学多科学的学习方法，并在自己的实际学习生活中得到了扎实的运用。通过这一年的理论学习，我自己坚信但是的选择是没错的，今后我还要继续努力，为下一步的学习和生活铺平道路。

**印刷厂实践报告总结篇九**

今年，我在贵阳\_\_中学进行教育实习，我实习的科目是信息技术。在这段时间的实习过程中，在各方面我都取得了很大的进步。

以前只知道自己学，然而作为一个老师，不仅自己要懂，同时在讲课时逻辑必须很清晰，最重要的是要能让学生听得懂，还要能愿意接受!要能和学生拉近距离!不能远离学生。学生不听一门课很重要的一个原因是：老师讲课不能吸引学生!我在第一次试讲的时候我就犯了这样的错误，只顾自己在讲台上讲，没有交流的环节，同时感觉自己有很多话想说但是无法表达。结果试讲很失败!因此老师提出了很多对自己有帮助的意见。在后来的教学中我注意了和学生的交流!有的课还以课堂活动的形式开展，这样就增加了老师和学生之间的互动!课堂气氛和教学效果也有了很大的提高!

在实习过程中我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难!需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧!同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料。并全部交给指导老师修改。

并且我都对每次课的内容进行试讲，在试讲过程中，老师提出了很多宝贵的意见：语速不要太快、放松，不要紧张、声音还应响亮、注意上课的教态!还应考虑到在教学中的可能产生的各种情况。指导老师告诉我：如果在教学中遇到学生提出的刁钻的问题，要冷静的思考。要能缓和课堂气氛!在和指导老师的

交流以及在实际的教学过程中，我明白了教授知识不能局限于书本，一定要有很广的知识面，更重要的是把书上知识与实际生活联系起来!要让学生很容易的接受、清楚的明白!

这期间，我除了教学。为了让学生有良好的学习环境，我积极参加了学校机房的维护和管理。虽然实习的时间很短，在老师的耐心指导和帮助下，我收获了很多，得到了一次较全面的、系统的锻炼，学到了很多新的知识和技能!与以前相比，在很多时候，考虑问题比较全面，做事比较稳重、有了很强的耐心。也知道了作为一个老师如何处理师生关系以及教学的方法和技巧!并且对很多事情有了很多新的、不同的看法、理解和认识。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找