# 最新大学生毕业顶岗实习报告(13篇)

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-06-14

*随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。大学生毕业顶岗实习报告篇一作为...*

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

**大学生毕业顶岗实习报告篇一**

作为一名应届的专科大学毕业生，我从20xx年x月开始进入社会，并在至今的三个月里，履行了实习的任务，体会了社会的工作与生活。不得不说在，这次的经历，不仅仅让我在专业和工作和专业上有所收获，更让我对自己的人生和的未来都有了新的方向。在此，回首三个月的点点滴滴我对自己的实习经历做报告如下：

社会实习的目标正如起名，是我们这些大学生在经历了充分的知识累积之后，在社会中端锻炼实践的一次经历。我此行的主要目标，便是体会，并实践自己的能力，在社会的工作中取得的收获和成绩。

但就个人而言，对于这个陌生的社会，我也有自己的目标和想法。如：体会独立自主的生活感受，在社会中结交一些朋友，感受一些校园中没有的事物等等。这些大大小小的目标虽然并不一致，但在这次丰富的社会旅行上，却大多得到了实践，并使我更加深刻的认识了这个社会。

在工作方面，我原本以为自己来到社会的工作目的是为了实践我们的专业知识，但在真正的经历了才知晓，比起我们在校园中累积的“基础”和“皮毛”，在实际岗位中学习的，才是真正符合工作要求的“技巧”。

但过去的专业知识也并非毫无意义，在牢固的基础下，我在工作方面的学习和掌握速度都比其他同事快了不少，同时对与工作的处理能力也有了不少的优势。这让我在工作的学习上有了更多的收获，并能更好的完成自己的岗位任务，取得不错的成绩。

在社会生活中，我感受到了很多未曾体会的事情。过去我们来到社会的时候，只顾着一时的消费和享受，没有考虑长久的事情。如今，我真正的居住在社会后，考虑的事情也多了起来。从“衣食住行”到每天的消耗。这些体会和认识，让我更加了解生活，也逐步开始了对自己未来的打算。

这次实习的并不长，比起今后我们要在社会中经历的时间而言不过是一段短暂的经历。但通过这次的经历，我开始逐步了解曾经陌生的环境，开始认识这个社会。相信这次的经历所带来的认识一定会给我带来许多帮助，让我真正成为一名出色的社会人才，为社会做出更多有利的贡献!

**大学生毕业顶岗实习报告篇二**

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基矗通过这段时间的专业实践，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。这有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

2个多月在xx有限公司的社会实践已划上了圆满的句号，在培养了我能力的同时，也从中领悟到了很多能力以外的东西。

记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了专业方面的知识。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基矗

从起初对公司相关专业知识涉猎很少，变成一个既懂得各项知识，又懂得地道运用的青年。实习的收获是不能用语言一一所能描述的，总的来说有酸有甜、有苦有乐，苦的是让人记住那些我没有接触过的内容，还得理解如何去运用；快乐的是和同事的和睦相处、主管的风趣幽默，还有别人对自己付出的肯定与赞赏；最重要的是自己既充实又有滋有味的实习生活过程。其实专业实习的日子不是很长，当初的我不知道如何下手做好一个展会，甚至不知道展会是什么，不知道如何使用传真机，种种场景就像昨天才发生一样，是那么的叫人印象深刻。

在实践的这段时间内，让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，做久了真的觉得无聊，很辛苦。在那时，我才真真正正的明白，原来父母上班挣钱真的很不容易！

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！

在公司里边，有很多的主管，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有太多工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。

同时，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。

如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。别人给你的意见，你要听娶耐心、虚心地接受。

以前在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护，日子肯定过得无忧无虑了。但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立，凡事都要靠自已。现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立了。

在工作方面要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

社会实践使我找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，平时在学校只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过社会实践，可以紧密结合自身专业特色，让自己所学的专业理论知识在实际操作中得到巩固和提高。通过社会实践，可以检验自己的知识和水平，加深和巩固原来在理论上的模糊认识，使理论上的欠缺的在实践环节中得到补偿，从而加深了对基本原理和基本理论的理解和消化“千里之行，始于足下”，这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。另一方面，实践可为以后找工作打基矗通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

现在才明白，在校做一名学生，是多么的好啊！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

两个多月的实习期很快就过去了，美好的东西总是稍纵即失。“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识

是我一生中的一笔宝贵财富。事无大小，自己都倾力而为，在这过程中不仅培养了自己认真负责的工作态度，也培养了自己的耐心和韧劲。

我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习日子短的关系，但时通过实习，学到了新的知识的同事也加强了了我对自己本身能力的锻炼，丰富了我的用运能力，使我对日常管理工作有了一定的感性和理性认识。认识到要做好日常管理工作，既要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。

**大学生毕业顶岗实习报告篇三**

社会实习是我们在社会锻炼和体会的机会，对于学生，尤其是大学生而言，社会的环境总是充满了陌生和神秘。尽管这已经不是我第一次参加社会的实践工作了，但却是我第一次以一名社会“工作者”的心态，而不是一名大学“体验者”的身份来到社会。

毕业距离我们已经不远，为此我要尽可能的去了解社会，了解未来生活和工作的环境！为此，我将实习期间自己的经历和体会总结如下：

实习对我们而并不是简单的社会活动，在过去三个月的时间里，我体会了初次投递简历和面试工作辛苦，也在工作之后，为自己的能力不足产生过不少的烦恼。同时，作为一名在社会生活的应届实习生，我同时还要考虑生活，考虑资金……社会中有太多我没有经历和体会过的事情。但这些无论对于实习，还是今后的生活而言，都是必不可少的能力。通过实习的机会，我全面的在社会中锻炼了自己。

在实习工作中，我公司的新人，先是从领导的教导好好的学习并认识了xx岗位的工作和任务。虽然我不过是一名大学实习生，但领导并没有因此放松对我的要求。这也导致我在面对自己不熟悉的工作的时候，经常会被领导批评。

但每次的批评，都给我留下了十分深刻的印象，并积极的改进自己，提高自己的工作能力。有时候，我也同样会因此读工作感到失落。但又总是能在自我鼓励中出从新奋斗起来！

在工作方面，除了学习和努力完成工作任务之外，纪律和责任也是工作的重点，所谓：“没有规矩不成方圆”，没有一套严格的规定，又怎能支撑起整个公司的运转呢？在纪律方面，我一直还算是保持的不错，校园中经验让我在面对条例和规定的时候都能较好的自检自身，并严格的保持纪律，有条理的按照要求完成工作。

在社会里，除了工作，生活也同样十分的重要。从校园生活走进社会生活。不仅仅是环境变的复杂，在社会的多样化之下，我们的生活也变得的多姿多彩起来。

这段生活体验中，我学会了更好的独立自主，了解了怎么去办置家居用品，更重要的是，我学会了下厨，能更好的照顾自己的生活。

这次的实习，不仅仅是让我体会到了辛苦的社会工作，更让我看到了一个多样化的社会生活。我会继续努力，让自己更加适应这里，在未来取得更好的成绩！

**大学生毕业顶岗实习报告篇四**

这次实习我被安排到了xx集团的xx服饰意大利精品线上进行这次的主要实习场所，我们都是在一线生产的地方进行学习，这里是生产男西服为主要的生产力量远销海外，这里面给人感触最深的就是严格的管理制度和先进的生产设备。以下是我的毕业实习报告：

服装缝制生产过程的合理组织是提高服装生产的重要保证，其目的是使产品在缝制生产过程中的工艺路线最短，加工时间最省，耗费最小，生产出满足客户要求的产品。所以要做好工艺设计，也即把人，设备和空间合理地组合起来。第一步就要做好车缝上线准备工作：设定好工段人机布置图，由段长根据目标产量，对工段均衡生产做好人员分配，上交ie人员然后我跟先前那位员工断料。不断重复上述的工序，一匹布拉完后，如果面料的正反面差别不明显，则要铺上隔层纸，再拉另一匹布，以防止色差疵点的产生。如果面料的正反面差别明显，则不需要隔层纸，只要接匹时把面料反过来铺就行。重复上述的工序，铺到工艺所需的层数为止。

拉完布后，铺上排料图，开始裁剪。扎单的作用：便于缝纫，用于算数量便于结算工资。为了防止色差疵点的产生要进行编号。最后把裁片送到车缝车间。

通过亲身参与，不仅深刻了解了裁床的工作，而且对排料图的纸质，隔层纸和底纸的作用，线段长如何安排工作等等都有了深刻了解。

我在样品组认识了很多布料，像涤纶消光塔丝绒，尼龙半光尼丝纺等面料，及色彩丰富的涤纶半光塔夫绸等里料。还有总类繁多的辅料，包括拉链(是否特指，如ykk，ycc，sbs)、绳、扣、风眼、花边、松紧带、主标、水洗标、吊牌、装饰牌等。

样品组相当于一个浓缩的生产部门，它贯穿裁剪，车缝，检验，包装整个生产过程。在样品组的车工要有很高的车缝技术，他们中很多都有七八年的工作经验，除了车缝技术高，他们还要有看懂样品需求表的能力。

我跟定一位员工，看他裁好衣片，然后配好相应的辅料，然后车双针，刷画粉，接下来的操作跟车缝车间一样。只不过车缝车间每个员工只负责几道工序，而样品组独立完成一件衣服的全部制作。我帮他剪线头，一边看他如何做前片，后片，里布，最后缝合成一件。

我也参与了品质检验和后整包装。品质检验包括尺寸测量和外观质量检查。有代用罗纹或下兰的，做储存时一定要预估罗纹或下兰的弹力，做好后一定要区别尺寸要求。外观质量检查就是看有没口袋爆口，欠里，浮线，针洞，扣子不良没打枣，跳线，掉色等等。然后把质量过关的服装按客户的要求进行包装，这是做为大货生产的服装。而作为样衣的服装则送到车缝车间做样衣。

在后整包装我做清剪线头，把脏污，画粉清洗干净，并在做这些的时候把出现爆口，断线，没扣子，欠拉绊，无吊钟，破洞等不良现象的服装挑出来及挂吊牌、备用扣、放眼镜布和折叠衣服，还有根据装箱分配表填写外箱单。外箱单包括款式，颜色，尺码，每箱数量，订单号，箱号。在后整包装要注意的`事情还是很多的、

做为总检组的员工，一定要对服装检验知识非常了解。我以总检组两天的实习经历对她们的工作要求做了实习报告总结。他们这是很重要的环节，因为他们差不多就是相当于客户的要求。

以上是我的实习报告，在实习过程中，我学会了很多，在以后的实际工作中，我会加倍努力，使自己的工作做到更好。

**大学生毕业顶岗实习报告篇五**

我校机电xx班、模具xx班和文秘xx班被安排到xx市xx区xx食品发展有限公司进行为期四个星期的顶岗实习，从x月x日到x月x日，x个星期，共x天。我与另两位班主任xx、xx负责本次的带队管理工作，现对本次的顶岗实习工作总结如下：

本次的顶岗实习已经是本校第x年进行这样的顶岗了，上个月也有一批隔壁班的学生刚刚实习完，所以对实习的流程和实习里较易出现的问题，我们都有了一定的思想认识，在来前对学生进行了大量的思想教育，引导学生充分认识到顶岗实习的重要性，。xx食品厂已经跟学校合作较久了，本班许多学生曾经来过这个厂勤工俭学，做暑假、寒假工等。对此，我专门统计过本班曾经去过该厂上班的学生，让这些学生现身说法，让其他同学对该企业有一些初步了解，特别是管理上的一些规定，许多学生是从同学之间了解到，避免了后面在上班期间的犯错。

实习前一个星期x，我们有一个任务是让学生先自行到厂学习厂规等，以利于星期一正式上班。这天令我没想到的是，所有同学都按时自行到厂里，并按要求到厂里集合点集合。可能是第一天来，同学们比较兴奋，或者是环境和设备限制，那天的学习效果并不是太理想，尤其是文秘班的女生相当活跃。这天的总结我觉得，那些学生对于略带本地口音的普通话很难听懂，这也是学生应该要提高的一项能力。同时，学生的集会习惯，还得加强教育。

在这个厂里实习，最常见的问题就是学生怕辛苦，怕辛苦就会衍生各种各样的问题。第一天，安排工作任务的时候，有喜的自然也有不高兴的，因为大多来过的同学知道那些岗位轻松一点、那些较乏味，还好安排完后没人要求换岗位的。但第一天下，就开始有同学开始要求换岗位，大多理由是辛苦、不适应，这部分同学都是以前没来过的。其实经过了解，这里的每一个岗位都是蛮轻松的，没有很重的活、也没有危险的活。我跟他们说，这些岗位女生都能干，你还干不了？还有就是换，我就换另外一些更差的，但再也不能换第二次了。而且给他们一个难题，厂里都是一个萝卜一个坑，除非有同学换，换了别后悔。这样子，同学基本能稳定下来，适应后，就再也没换岗位的要求了。

请假，是最主要的问题。很多学生稍有点不舒服，就会让父母请假，由于父母的溺爱，大多家长都会出面给学生请假。甚至有些学生家长不明白为什么让学生进这些食品厂实习，不是进行专业实习。为此，我们这次的实习成功与否还有一个关键是家长。为此，我们三位班主任经常交流怎样“教育”请假的家长。把好每一位学生的请假关，有非常特别的事要请假，还得限定他们补回相关的工时，病假一定要医生证明，有一些小病让他们在厂里稍作休息。学生在知道请假麻烦后，基本上就杜绝了随便请假的念头。而且厂方在这方面也做了很大改进，就是对于每周能不迟到、不请假的学生，奖现金xx元，不迟到但请假的奖x元，另外每班选最优x人奖xx元。这一措施大大促进了学生的自觉性，迟到、请假等问题也得到有效的改进。另外有些学生对迟到被扣钱等持无所谓的心态，对这部分学生我是加强教育的，因为往往处理不好，这些典型学生会带动许多学生，毕竟一小就xx元，他们觉得你爱扣就扣吧。对于这部分学生我主要从对顶岗实习的认识跟他们谈，顶岗实习主要目的就是磨练你们的心志，锻炼自己的吃苦精神，体会企业的管理。简单来说，这关过不了，就不是一个合格的职中生，就不能毕业。另外还与家长进行必要的沟通，小孩能否吃苦，家长也要监管。

这次顶岗实习，给我的触动很大，我觉得学生应该会有很大的进步。经历过这样顶岗实习，学生了解到企业的管理与学校管理的不同，明白了自已与企业要求的差距。例如，很多学生平时时间观念淡薄，回校迟到或者迟到一点觉得没所谓。来到这里，迟到一分钟就会被扣掉一个小时的工作时间，他们终于明白平时老师对他们要求是正确的。在第一周许多同学还因为平时习惯不好，例如：乱放工衣、工帽，穿便鞋踩木地板，产品掉地上等等，导致好多同学被扣工时，而且扣得很重，每项扣x小时。这下他们才真正紧张起来，在后段时间基本再没发生过。我觉得这些就是最好的教育，虽然他们不一定很在乎那几块钱，但人往往都会这样，本来是属于自己的或者说已经付出了，却得不到相应的报酬时，都觉得蛮郁闷。开始还很多同学抱怨，说厂太黑了，动不动就扣钱。我跟他们说，其实每个厂都一样，要靠管理，换你做老板也是一样的。反正你做好了，他不会扣你的。经过一轮的典型教训和老师的引导，他们也懂得不能让自己的辛苦劳动白费了。同时，在教育上，也跟他们算了一笔帐，赚钱不容易呀，要多理解父母。能理解了，才会懂得珍惜，才会去发奋。

由于这里是食品厂关系，学生进入车间后，我们就较少机会跟他们接触，就算我们进入车间，他们每个都包裹着工衣、工帽，也很难认出哪个是我们学生，基本的问题只有等车间的班组长反馈回来。问题出现后，我们不能像有些实习点那样，可以经常集合开个短会什么的，因为学生都分散到各个车间，上下班时间都不一样，要全部都集合，是很麻烦的，一般x星期我们只能集合x次，所以我们只能利用中午短暂的时间跟他们沟通。及时发现问题，还有一些学生思想情绪等等。例如有些问题就是学生对班组长的管理有意见。对此，我们几个班主任基本上达成的共识就是我们这些xx后的学生，平时太娇生惯养，班组长稍稍多说他们几句，就觉得很委屈。所以基本上我们都可以肯定主要问题还是学生，找对了根源，我们就好办了。天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……。出来顶岗实习，就是要经历这些，这些其实就是一门社会关系学，在任何的企业都会遇到这样的情况。学生理解后，这些问题也少了许多。

在整个实习阶段，我班涌现出一批积极分子。其中xx、xxx、几乎天天加班，甚至星期天也没休息，他们的工时遥遥领先于其他同学。在x月份工时统计还差x天才全部结束的时候，他们就已经达到xx多的工时，分别处于总工时第二、三、四名。最终除了一位同学没拿到厂里满xx小时奖xx元外，全都拿到这个奖。其中有相当一部分同学进步很大，他们的工作积极性跟在教室里学习的积极性完全不同，其中表现变化较大的有xx、xxx等。在此我曾经有过想法，以后在学校车间实习的时候，对那部分不想动手的学生，是否可以让他顶岗实习去(个人想法)。

实习结束了，我觉得这次的实习对我们学生的影响相当大的。首先我觉得本班的学生经历了在一起的日子，他们团结了许多，特别是每天我看到我班很多同学都能留在厂里吃饭，吃完饭，有些一起继续加班，一些一起回家，他们没有过多的怨饭菜不好，反而觉得在一起好开心。在这个过程里，我也锻炼了班干部的一些组织工作能力。其中班长，xx连续三周获得最佳员工奖。回学校后，我想应该就此次实习多开展一些相关教育，让学生进行深刻的总结，不要停留在只是打一个月的临工的层次。

**大学生毕业顶岗实习报告篇六**

我第一次真正的踏上社会，开始了两个月的工作实习体验生涯。时间不长，体会甚多。明白了那句读万里书，不如行万里路的深刻体会，也许在此时此刻的我，真实的将实习当做工作了吧。

本次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

实习在帮助从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。通过实习，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的!紧张的两个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，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。

回顾这两个月来，自己的工作情况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自己还一定程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

作为一名销售人员，我们的首要目标就是架起一坐连接我们的商品与顾客的桥梁。为公司创造商业效绩。在这个方向的指导下，怎样用销售的技巧与语言来打动顾客的心，激发起购买欲望，就显得尤为重要。因此，在以后的销售工作中，我必须努力提高强化说服顾客，打动其购买心理的技巧。同时做到理论与实践相结合，不断为下一阶段工作积累宝贵经验。

其次，注意自己销售工作中的细节，谨记销售理论中顾客就是上帝这一至理名言。用自己真诚的微笑，清晰的语言，细致的推介，体贴的服务去征服和打动消费者的心。让所有来到我们店的顾客都乘兴而来，满意而去。树立起我店工作人员的优质精神风貌，更树立起我们优质服务品牌。

再次，要深化自己的工作业务。熟悉每一款化妆品的货号，大小，颜色，价位。做到烂熟于心。学会面对不同的顾客，采用不同的推介技巧。力争让每一位顾客都能买到自己称心如意的商品，更力争增加销售数量，提高销售业绩。

最后，端正好自己心态。其心态的调整使我更加明白，不论做任何事，务必竭尽全力。这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功或失败，而我们的销售工作中更是如此。如果一个人领悟了通过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他就掌握了达到成功的原理。倘若能处处以主动，努力的精神来工作，那么无论在怎样的销售岗位上都很难有所建树。

实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。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

**大学生毕业顶岗实习报告篇七**

顶岗实习的目的和意义：通过实习将书本上的理论知识运用到实际当中，提前与实习单位对接，为实习单位提供对口的技能人才。通过写实习报告，总结这一年实习的经历，回望来时路，总结经验教训，进一步提升自己，为以后的工作打下良好的基础，为走上社会奠定基础。

1. 实习时间：xx年3月29日至今。

2. 实习地点: xxxxxxx

3. 实习性质：毕业顶岗实习。

（一）单位介绍

（二）工程介绍

建设中的xx项目是xx工程

（一）实习过程

刚开始的前几天，按照公司要求，先对新工作人员介绍xx公司的企业文化，学习了大约有一个周的时间，正式走上实习岗位。我还有其他5名同学被分到了古镇口。我们来到的第一天，队长带领大家转了一圈工地，让我们知道起重工在这个工程中主要负责的工作。

下面来介绍我这三个月来的实习经历。

来工地的第一天是我印象最深的一天，这是第一次真正从校门走上岗位，从理论走上实习的日子，所以心情还是蛮激动的，全身心觉得很轻松，也许再也不用坐在教室一坐就是一上午，一坐就是45分钟定时定课的时候（现在想想当时自己挺幼稚的）。第一次看到起重船，第一次看吊机，看到了课本上讲到的扭王块体。下午徐师傅（他是我们的企业指导老师）带着我们去工地转了转，给我们讲解了工地布置，让我们从整体上有了认识。第一次看到了预制扭王块体，及浇注工艺。当时正赶上浇注块体，所以理解起来非常简单，听现场施工师傅讲解的更加具体详细。知道了起重船常用的种类。师傅着重讲了在工地上的安全问题，在工地上要注意的事项。再三强调海上作业不同与陆地，一不小心就会掉进海里，如果没有人在现场的话，有可能会有生命危险。现在工地不算很忙，主要等待潮水。

四月下旬，师傅带领我们出沉箱，第一次在海上呕吐，真正感觉到作为一名注港工人的辛苦与责任，由于一些施工工艺，施工参数不能向外传播，故不做过多描述。

（二）工作小结

就我个人理解，下面简单说一下古镇口工程沉箱出运的过程。

1、方驳定位：在安装沉箱的基床位置下四颗锚将方驳定好位，并在方驳上安排好起重工等待给沉箱系缆；

2、沉箱就位：用港作拖轮将沉箱拖、顶到方驳附近，通过撇缆从沉箱上拿下两颗缆系在方驳的大桩上，使沉箱靠向方驳就位；

3、起重船就位挂钩：起重船在沉箱靠方驳之前先就好位，再将起重船移开100米，等沉箱就位后，起重船再慢慢靠近沉箱，等大钩对准沉箱中心时。绞紧各缆，定好位置，落下大钩。挂上沉箱吊索，准备安装沉箱；

4、灌水下沉安装沉箱：根据流速、流向和潮水位置，一般在接近低潮时进行灌水，灌水时所有单元的阀门同时开启，等沉箱接近基床顶面即停止灌水，通过测量定位使沉箱基本就好位，开启阀门向沉箱再灌少量水，并用起重船吊安沉箱；

5、安装收尾工作：沉箱安好后应尽快灌满水并随时检查测量沉箱位置有无变化，当沉箱舱格灌满水后，即将封仓盖板拆下吊到定位方驳上，运回码头。

这对于我是一次特殊的实习，脱离了课本的实习，心中不免有些压力。但好的机会，要大胆的尝试，才会得到有效的锻炼。我怀着满腔热情和对工作的美好憧憬，来到了古镇口工程。实习工作中，虽然我占有一定专业优势（毕竟与学的专业知识相关），开始只是简单的听了师傅，觉得和课本上讲得差不多，但是随着日子慢慢的过去，心里感觉综合性的实习工作有太大的压力。因为真正的实体工程不像学校、课本上的理论知识，他们都是在一个相对理想化的条件下提及的；与学校不同的另一方面，在学校我们做自己需要的事情，做好做不好只关系个人利益，而实体工程反映其真实性，要切实观察，真正做到与实习相结合，工程需要什么，我们就按照要求去做，做到真正了解工程、关心工程、帮助工程、更要提高对工程的那份责任心。

有压力才有动力，压力促使我们不断学习、不断努力、不断进步，提高自身综合素质，为踏上社会，面临独立生活打下牢固的基础。作为在校生，我无悔自己的选择，作为工程的一员应发扬不怕苦、不怕累的精神，心甘情愿为工地服务。实习过程中曾多次跟随师傅冒大风、雨天起重，吊模板，用热情的工作态度，完成了一道道施工工序，在实习中遇到不懂的专业问题，积极主动地请教现场有经验的老师傅们，每次都有不同的收获。使我不断的得到进步，这次实习不仅仅是工作的平台，同样是学习的好环境。

短短实习，是一次我们可以直接面对和接触现实社会的机会。这个机会很难得，它会让我们一直习惯于书本的眼睛和大脑发生一些细微的变化，也许应接不暇的“怪现象”会扑面而来，充斥我们的眼睛和大脑，但是我们必须经受这样的冲击。就像我们国家的发展一样，要实行市场经济，就应该培育和锻炼市场经济主体应对激烈竞争，适应多变市场，分散风险的这样一种能力，不适应的就应该被淘汰，最后留下的是质量优良的社会资产和适应能力强的经济主体。

讲了那么多实习好的一面，难免有点不太现实。实习过程中有快乐也有忧愁。

我觉得我以前很浮躁，对待一些人和事的态度有问题，太过于片面地去评判一个人和一件事的对与错，其实这就是不够成熟的表现。当然我们没有办法做的尽善尽美，甚至有时候还会运用虚伪和欺骗这些伎俩，但是只要我们心中有那么一盏灯，一盏指示我们应该如何前进的灯，我们就会朝着正确的方向发展。我在书上曾经看到：遇到弱者，或许我们无能为力，但是一个关切的眼神说不定会让他（她）燃起对生活的信心。以前我很怕见陌生人，总感觉不自在，但是有一次我生病了，坐公交的时候，旁边一个陌生人见我脸色不对，就问我“怎么了？”就三个字，让我觉得我似乎和他认识，或者是好朋友。 每天心里默默告诉自己三遍：世界很美好，也许一天的心情会很好，对自己充满信心。其实每天都是美好，只是我们对待的态度不同。

**大学生毕业顶岗实习报告篇八**

短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实习过程中，在实习工地的现场技术员、工程师的帮助下，我对实习过程出现的专业知识困惑和问题，虚心向他们请教和学习，通过这次实习，我收益匪浅，不仅学到了许多专业知识，而且还从建筑工人师傅老前辈那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会总结如下：

认真做事，踏实做人 通过这次实习，让我了\*\*秦泰公司的规模，管理体制，运营模式，以及人才的培养。勘察设计的施工作业队伍的水平，懂得了很多分项工程的注意事项，尤其是灌注桩的浇捣过程以及塔座钢筋的下料和绑扎。在以后的工作中相信会有较大的帮助，尽自己最大的努力做好每件事，自己要不断的学习更多的知识，为公司贡献

自己的力量，使公司获得更好的效益。同时与同事和谐相处，多关心人，帮助人，做到不失信于人！虚心向别人学习！

在实际工作中好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由不断实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们必须抓住这个机会，认真的学习，不断地自我总结，自我完善，从而全面的提高自己。

首先，通过这次毕业实习，使我更深刻地了我们路桥专业知识。大学四年在学完专业基础课和专业课后，逐步具有了较扎实的专业知识，但在校期间所学的内容都是理论知识，除上课程认知识习和假期专业实习外，在实践中学习和运用已学理论知识还远不够。通过这次实习，我对以前学习和实习中存在的问题和不足有了正确的认识。

以前课本上学的知识都是最基础的内容，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题？我想，那便是运用我们所学的知识和原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和、工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

“学以致用”的另一方面是“ 以小见大”。许多知识、原理往往是解决问题的关键。其次，通过这次毕业实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应该注重提高施工管理效率。这次毕业实习的几处工程单位，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习。尤其是在莆田的工程实习时，给我的感受最深刻。

路桥施工管理要考虑的内容多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。印象最深刻的路桥工程，所以工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到最佳，而项目工程负责人则在工地现场指导。因此各项工作都在计划进行中。

另外，施工管理还包含员工的技能培训，在莆田的仙港大道工程中实习，通过这些引入先进管理模式和科学管理方法，施工效率有了很大提高，这样十分有助于施工的连续性和可续性。

最后，通过这次毕业实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。其实，在这么短暂的毕业实习中真的很难学到更多的知识和技能。但是，在这几天的毕业实习中我从更全面的角度认清了今后所从事路桥工程工作所需努力的方向。正如在实习中许多老师和工人师傅们所说：“毕业后从事路桥工程工作，需要的是谦虚和学习”。

的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。因此，面对那么多长期从事路桥工程的同行前辈，他们工作经验比我们丰富，知识学的比我们扎实，学识比我们渊博，我们只有耐下心来，虚心向他们请教学习，我们才会有更大的进步，我们也才会在土木工程这一艰苦而又充满挑战的工作领域取得更大的收获。

另外，在这次毕业实习环节中，我也发现自己存在的一些不足和缺点，主要有以下三点：

一、专业知识掌握的不够全面。尽管大学四年中认真学习了专业知识，但是当前所掌握的知识面不够广，尚不能轻松胜任土木工程工作，因此，尽管即将走上工作岗位，但我应该将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实践中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

二、专业实践阅历远不够丰富。由于以前专业实习时间较少，因此很难将所学知识运用与实践中去，通过实践所获取的阅历更是很短缺。所以，今后我们在工作岗位上，一定要抓住机会，多向路桥工程工人师傅学习，同时要转换学习方法和态度，改变以往过于依赖老师的被动吸收学习方式，应主动积极向他人学习和请教，同时加强自学能力和驾驭解决难题的本领。

三、专业知识在工程中运用不够灵活。通过这次毕业实习，我切实感受到以前所学的专业知识运用欠灵活。这主要是对所学的知识没有形成一套完整的体系，这些零散的知识点运用起来很困难，因此，今后在学习和实践中应该重视积累和运用，使所学的知识由量变到质变，发挥更大的指导作用。

毕业实习很快就告一段落了，但通过这次短短的实习，我从只学到了许多以前在课本上难以学到的知识，这些新的收获，将对我们正在进行的毕业设计准备工作和即将走上岗位的工作具有更实际的指导意义。

**大学生毕业顶岗实习报告篇九**

毕业顶岗实习，是每一个大学生必须拥有的一段经历，它让我们在实践中了解社会，让我们学到许多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，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基础。在即将毕业的几个月，我是在xx市xx不锈钢销售部实习的，下面我将一一陈述本次顶岗实习的认知和经验。

xx县xx不锈钢器材有限公司，创建于19xx年，经过二十多年拼搏进取，如今已发展成为一家拥有数百余名职工，有一定生产能力的大型机械设备制造企业。拥有一支技术精堪、敬业爱岗的科技队伍和管理生产队伍，悉心致力于产品的开发、生产和运用。本公司专业生产不锈钢压花纹板，不锈钢穿梭门花。本公司有一总公司，两个分公司，公司总部在xx，主要生产不锈钢板材，为子公司提供产品;xx分公司是xx实习集团旗下的公司，主要是经营销售各类装饰门，防盗门等产品的，而xx分机构是xx市xx不锈钢销售部，主要是销售经营不锈钢板材等各类不锈钢产品的。

我顶岗实习的是xx市xx不锈钢销售部。

xxxx年的x月x日，我通过了xx市xx不锈钢销售部的面试，于xxxx年x月x日，我第一天上班。xxxx年x月x日，我在写这份实习报告。回顾这段时间的实习，有过欢笑有过泪水，酸甜苦辣尽在心头。在这三个月脱离学校的锻炼中，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

(一)实习岗位：外贸业务员

(二)实习内容：

1、学习产品知识：包括不锈钢板材的产品常识，行业行情等。但是不锈钢却是一个比较复杂的产品，由于，矿产资源的不断减少，行情每一天都在改变，因此，不锈钢价格都是每天变化。故此，要一时半刻就学全学会产品知识是不可能的，我需要每天都不断完善自己的产品知识，遇到不懂的地方就请教同事，请教上司。

2、xx国际站的后台管理：产品的发布，信息的更新，橱窗的设置，展厅的装修，询盘的回复与管理等。

3、企业邮 箱的管理：通过企业邮 箱维护老客户，与开发新客户。

4、接待客户：这属于比较被动的，一般都是客户主动来我们门市的，我不能大海捞针的盲目找客户。所以我现场招待外国客户的机会比较少，实习两个月以来，也就招待过几个外国客户。

5、网络营销：通过阿里旺旺、msn、qq、b2b平台等网络工具开发新客户，与一些意向高的客户进行沟通，洽谈交易各项事宜。这方面的主要是一些想要赚取中间差价或佣金的进出口公司、外贸人员、和其他一些有在网络上交易习惯的买家。

6、国内业务：管理公司xx国内站，同样包括发布产品，更新产品信息，管理平台后台，在平台上接待来访客户，充当公司网络客户等工作。维护公司在“我的钢铁网”上开通的网页，与一些公司的网站维护服务商沟通等。

7、参加一些xx举行的培训：包括现场培训和网络培训，主要都是一些电子商务平台推广秘籍，接待外国客户，询盘回复技巧等方面的内容。

(三)实习中印象深刻的人——我的上司

我的上司虽然不是什么高学历的人，但是她却是个很有智慧的女性。在工作中，她不但懂得如何引导下属全身心的对待工作，树立良好的工作氛围，而且在生活上，她知道如何与同事们相处，如何在工作与家庭中平衡。我的上司告诉我，无论你做什么工作、面对的工作环境是松散还是严格，你都应该认真工作，不要老板一转身就开始偷闲，没有监督就没有工作。只有在工作中锻炼自己的能力，使自己不断提高，加薪升职的事才能落到你的头上。认真工作的员工不会为自己的前途操心，因为他们已经养成良好的习惯，到任何公司都会受到欢迎。在丽新两个月的实习，让我深刻的认识到：现在的努力并不是为了现在的回报，而是为了未来;艰难的任务能锻炼我们的意志，新的工作能拓展我们的才能，与同事的合作能培养我们的人格，与客户的交流能训练我们的品性。人生并不是只有现在，而是有更长远的未来。

有一句是这样说的，在大公司实习是学做人，在小公司实习是学做事。这正是我本次顶岗实习的比喻。因为是小公司，没有太多的人际关系纠纷，更多的是需要学会去做事情。因为小公司分工并不是很明确的，所以每一个岗位，事无论大小，都有可能接触到，所以学会工作的每一个流程是很重要的。正所谓，执行第一，理论第二!这样的优点是更能锻炼一个人的实践动手能力，但是却不能像大公司一般有一套很完善的管理制度和团队理念。

曾经想过放弃这份工作，想过逃回学校温暖的怀抱，但是从来没有真正的放弃。我每天都告诉自己，我要勇敢一点，我要独立的去面对我人生中的第一份工作，我要相信自己是秀的。在不断的煎熬与努力中，在与人为善的心态下，我终于融入到工作的氛围里。在工作中，我不但需要做自己的本职工作，而且需要协助前台的一些细小的工作。比如，整理会议室，收拾好展柜，补充新的产品样板。或许，很多人都认为，这些与自己的本职没有关系的工作可以随便的应付。但是，我上司的用意是，连一些细小的事情都做不好的人，如何能够成大业。她的目的是，让我在细小的事情中培养做事情的耐心。在与同事的和谐相处，上司的不断教导下，我在新的工作中日渐完善自己的不足。

出来社会大半年，已经是半个社会人了。不能再像学生时代那样，某些时候可以随心随意。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好的把理论应用于实践，在实践中领悟理论，更可以学习到很多书本上学习不到的、甚至比理论知识更实用的业务知识。而且，这些实习经验，无疑是我们毕业后就业的一大筹码，我们与其他应届毕业生相比，就赢在了起点上!作为一个成年人，作为一个社会职业人，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。经历了2份不同的工作，我渐渐的认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

这份工作，让我深刻的认识到：如何做好自我管理，这对于一个刚刚出来社会的学生是很重要的。自我管理做的好，对于自己的心态和对待工作的热情是很有帮助。自己是自己的敌人，自己也是成功的绊脚石。做好时间管理，要保留独处思考的时间。好让自己有足够的时间做思考反省或沉淀消化的时机，然后又是新的一天开始。其次，做好情绪管理，不要老是感情用事。在工作中，要控制好自己的情绪，不要太过于夸张，大起大落的情绪总是惹人烦的。任何事情都要有稳定的情绪。再次，做好学习管理。学会认知、学会做事、学会与他人相处、学会发展。做好学习管理，是迈向成功的必经之道。

最后，感谢这一段曲折的时光，感谢我所在的企业，感谢企业领导以及上司对我的重视和栽培，感谢我所遇到的同事们，你们一路给我帮助和支持，让我在前进的路上充满着激情和勇气!让我在短短的两个月时间里认识到很多的良师益友，让我在知识的海洋中不断吸取知识不断的完善自己，让我有机会将自己所学的知识充分的运用到实践中并在实践中检验所学的真理。同时，我也要感谢各位辅导老师的辛勤!

**大学生毕业顶岗实习报告篇十**

金工实习是金属工艺学课程的重要组成部分，金属工艺学是以生产实践和科学实验为基础，科学地总结了生产活动中的客观规律，并上升为理论。通过金工实习的教学，配合金属工艺学课程的学习，使学生初步的了解加工不同的工件所选取相应的工艺、加工相同的零件可选取不同的工艺以及使用所需要的机床设备的操作技术。

本次实习的重点在于金属切削工艺，以及对切削加工的设备和使用方法的了解，另外在钳工实习方面侧重于钳工工作中所需用的各类工具。成果是用所给材料结合各种工艺做出实验室专用实验桌。

1、钳工实习

因为此次的实习成果是做团队做一个实验室的大铁桌，而以往的学长们则做的是一个锤子，或许这两个物件的工艺流程也不一样吧，指导老师对我们的讲解格外详细，最重要的是在安全方面的知识。第一天老师首先把实习期间的安全问题以及操作注意事项给我们说了一下，接着把钳工实习所涉及的所有理论知识告诉了我们。最后，我们就进行了简单的工具使用练习。

钳工实习所要用的工具有：大锉刀、中锉刀、小锉刀、手锯、钢尺、游标卡尺、垂直度测量仪。由于在理论知识讲解过程中老师就详细的给我们讲了锉刀如何使用，手如何放置，身体如何站立，包括与工作台的距离、角度等，还有手锯的如何使用，左右手放在什么位置，如何用力等知识，所以我们操作起来就觉得很省力、很自在。

在钳工工作中，涉及到英制单位及于公制单位的换算：1英寸约等于25.4毫米，1英尺为12英寸，1英寸为8英分，1英分为4角。

2、车工实习

车加工所用的机器就是车床，所以，讲的理论主要内容就是车床各部分的使用。由于是机器操作，所以，效率较高，工件加工需要时间很短。所以，老师将大部分时间都放在了理论知识的讲解上。车床由床身、床头箱、挂轮架、进给箱、光杠、丝杠、溜板箱、方刀架、卡盘、尾座、中心架、跟刀架等组成。

在讲到车刀时，老师将所有的车刀形状和名称告诉了我们。车削加工x，分别为45°刀，90°刀，尖刀，方刀，内孔刀，根据加工工件的要求不同对x的主视图如下：

3、铣工实习

铣床的种类很多，有卧式铣床、立式铣床、工具铣床、龙门铣床、数控铣床，铣床的特点是要使被加工部位靠近夹具。在加工过程中，为延长进行加水降温。

4、焊接实习

手工电弧焊设备主要是由弧焊变压器和弧焊整流器组成，电弧焊又分为涂料焊条焊、埋弧焊和气体保护焊等。在焊接中使用的电弧焊机有三相，两相，单相输入;直流和交流两种输出。焊接时电弧产生在工件和焊条间的温度可高达6000°c以上，所以对身体和眼睛的保护工作很重要。

氧气焊是乙炔气和氧气分别通过管道输送到焊炬在焊咀咀进行混合燃烧，使工件焊接处熔化在一起，也可以在焊缝处熔化铜，银等其它金属，使工件进行焊接。

氩弧焊是正负极之间产生高频，高频电弧燃烧金属。氩气保护焊接金属不被氧化。氩气是惰气中较多的，相比成本低一点，焊接时熔化的焊剂与母材熔合时，为防止超高温状态下熔剂被氧化，采用惰气(氩气)进行隔离空气，保护焊点，保持化学成分，从而保护其机械性能。

短短两周的实习生活结束了，我们的蓝领之行也画上了一个圆满的句号，感谢学校为我们提供这样的机会，同时更要深深感谢我们的实习老师，从他们的言传身教中我们受益匪浅，从刚开始的什么都不懂，到现在对一些机器有着深刻的认识，并掌握一些基本操作。

在我看来，金工实习是一门实践基础课，它对于培养我们的动手能力有很大的意义。作为机械设计的一名学生，学好理论知识固然重要，但动手能力也是至关重要，现在的很多大学生，特别平时不注重实践的同学，自己动手的机会少，动手的能力差，很难适应以后社会对全面人才的需求。而金工实习课程为我们这些学生带来了实际锻炼的机会，让我们走出课堂，自己动手，亲身体验，这些对我们的帮助是巨大的。

在实习期间，我先后参加了钳工，车工，铣工，焊接，从中我学到了很多宝贵的东西，它让我学到了书本上学不到的东西，增强自己的动手能力。金工实习带给我们的，不仅仅是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟、去反思，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的。

**大学生毕业顶岗实习报告篇十一**

1、通过在学校所学习知识理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高自己的思想觉悟、教学水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力；

2、不断锻炼自己的能力，把自己培养成为一名优秀的老师；

3、提高自己在教学方面的技能，汲取更多的教学经验；

4、根据自己所在的实习岗位，指定相应的实习计划和目标。

顶岗实习。

（一）实习任务：教学

1．智力障碍儿童的日常教学；

2．配合班主任及学校认真组织和参与各项活动，完成学校安排的各项工作；

3．参加部门、教研组的所有会议；

4．积极主动向各位老师学习，做好听课笔记；

5、每天看一点专业书籍，不断完善自己的专业知识，让自己能更好的去教育学生。

（二）工作措施：

1．认真备好每一堂课，做好课前的一切准备；

2．上完每堂课以后，反省这堂课的优缺点，及时做好笔记，再根据学生的接受效果及上课表现制定相应的教学计划；

3．加强与家长沟通交流，充分发挥家长的作用。

4．在每天下午的教研会上积极提出自己的困惑，向有经验的各位老师学习；

1、牢记“安全第一”，必须严格遵守实习单位安全管理规定，遵守交通规则，避免安全事故发生；

2．认真做好岗位本职工作，培养独立工作能力，在顶岗实习的实践中努力完成专业技能的学习任务；

3．听从领导的分配，不做有损实习单位以及学院声誉的事情；

4．保持与学校的联系（指导老师），每周按时上交顶岗实习周记，汇报情况；

5．随时关注学院教务处在网上公布的与毕业有关的信息，保持电话通畅。

**大学生毕业顶岗实习报告篇十二**

时间如流水转瞬即逝，半年的顶岗实习在忙碌的生活中悄然而去，回首那些与同士相处的日子真是令人难忘，虽然有过伤痛与疲惫，有过彷徨与失落，在xx堪测设计研究院实习的这半年将会成为我人生中最有收获的岁月。

青春似岁月，在人生的岔口徘徊，想搭上青春的最后一班列车。回首平庸的过往动觉惭愧不堪，大学三年的生活已经过半，记忆中还是一无所留，生活中的时候是一潭死水，每一天生活只是对前一天的不断的无止境的复制真的不想如此般度过剩下的二分之一的时光，想要些特别的经历想让生命更厚重些，想让青春更绚丽些。大三的上半学期知道学校有顶岗实习活动，也知道这个是学习知识的最好时机，所以我毅然地选择了顶岗。

不知道顶岗的生活会是怎样，单位怎么样，同士好不好处，会是收获满满还是不如不曾经历过，一切都充满疑惑。问了一下师姐师哥，答案却是相差甚大，一切都是未知数。虽然对自己不是很有信心，但我相信应该有所收获，想锻炼一下自己，早晚都要面对就业还不如尽早地适应环境，有什么不足的地方还有办法弥补。两年的大学生活都是我忘记了自己与别人相差很大，日子过得很安逸都有些乐不思蜀了。我不想走平常路，想在年轻的时候多经历一些，只有经历过风雨才能见到彩虹，有一颗不自信但坚定的心最终我成为我们学校顶岗实习的一人。

在学校的时候也在为顶岗实习做准备，去了做什么、怎么做、如何处理偶发事件等等，为将来的自己生涯添一些胜利的砝码。在学校的时候就知道有的单位条件好还有生活补助有的单位什么都没有，真想去一个好单位，但能有机会锻炼一下就不苛求太多了。在应聘中我才知道自己被xx堪测设计研究院所聘了去，我们实习点有五个女生我一个男生，带着一个个疑惑来到了作为第一次当设计员的地方——01月04日来到xx堪测设计研究院工程院。

从学校出发，路上行驶半个多小时就可到单位，单位很是安静，比我想象的要好得多。因为还没有分配任务所以我前几天主要是看书，日子过得很轻松！

早就知道我们会被分到室，结果我被分到厂房三室，并且我也是我们之中唯一一个和我的同学同时分到厂房3室之人，真是有些担忧，让我惊喜的是领导对我是特别的关心和照顾，这对我来说真是个意外，真真正正地感觉到了领导对我的信任。

我所画的图还算可以，画图速度还可以，真怕把图画不好，自己压力很大。刚进室我就发现室里只有两个室主任（我们分别叫他杨总和曾总），杨总让周工带我，与他（她）们相处了四个多月，我感觉自己过的很快乐，因为他（她）们都比较关心我。

①我的第一份作品。1月10日同领导带我的师傅一起出差来到湖北江坪河水电站设代处，我便接到领导任务画一套“江坪河水电站检修排水廊道钢筋图。”这对他们来说是再简单不过了，而我是第一次接触，想不错都难。就这样糊里糊涂地3天画了出来，图大体是画对了一半，另一半是有一个非常严重的错误 ，那就是钢筋编号问题。我编的号老是有几个牛头不对马嘴。真不知道自己那时是怎么编的。最后在带领师傅和杨总的悉心指导下，才勉强正确完成。从此以后我对画钢筋图大体有了认识。也为我的以后画钢筋图垫定了基矗

② 实习期间我画的图：一套”检修排水廊道钢筋图”、一套”主厂房底板钢筋图”、 一套“t3楼梯井钢筋图”、一套“①机上游高程283。8m以下外侧及左端高程291。5m以下大体积外侧钢筋图”、一套“fan中控板梁柱钢筋图”、一套“开关站电缆沟布置及结构图”、一套“上游副厂房墙体钢筋图”等。

以上是我的顶岗实习工作报告，这是一段充满艰辛和收获的经历，这是一段充满幸福和快乐的旅程，这是一段充满挫折与反思的人生，这是一件我们一生用心珍藏的礼物，这是一个不老的故事，是我和厂三人用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。

在这次实习中取得了一些成绩，得到了许多宝贵的经验，但我深知千万不能满足现状，这才是万里长征刚迈出第一步，我还要不断努力，发扬成绩，用于拼搏，争取更大的进步！当然在厂三工作的日子里，我发现自己有很多不足之处，感到自己以前学习得不够认真、还是比较幼稚等一些问题，结束后一定要认真总结为以后的学习和工作做一个系统而缜密的计划和安排。

总之这半年的实习生活使我收获了太多太多。使我从稚嫩走向成熟；从犹豫走向果断；从瞻前顾后走向干脆干练；由一个处世尚浅的少男变成了经验丰富的“老者”。使得自己在不断的提高与完善。这些都为我今后的奋斗打下了坚实的基矗

最后，我在这里感谢xx堪测设计院为我们提供的顶岗实习平台，感谢工程院的院长，感谢办公室的领导，感谢我的领导，感谢带我的周姐，感谢关心我的所有人！

谢谢你们！

**大学生毕业顶岗实习报告篇十三**

时间总是在不断的前进，而在大学这条道路上，经过三个月来的努力奋斗，我们也顺利的结束了对社会实习的挑战。

作为一名应届实习生，回顾此次的实习情况。在复杂的社会环境中，我体会了很多在校园中没有的事情和生活经历。在工作中更是深刻的感受到了努力和拼搏的辛苦。但这些，都在实习的最后成为了我成长的养料，让我适应了新的环境，并认识到自己过去的不足。

如今，实习已经走向了结束，虽然还有很多的没能处理好的事情，虽然还有许多需要锻炼的能力。但此次实习给我留下的回忆和经验却已经让我有了出色的成长！以下是我的实习报告：

其实实习给我带来的思想改变，在真正开始实习之前就已经开始了。还记得在面试的那段时间里，因为自身的不重视，导致在接连几次的面试中都碰壁失败。这是我走出校园后的第一份挑战，但却连连失败，给我带来了很大的打击。

但在认真反省过去的失败后，我也认识到正是自己的不重视才导致了这样的结果。为此，我开始真正严谨的对待实习，对待在社会中的每一件事！这也才有了我后来能进入xxx公司的经历。

在实习中，我的思想得到了进一步的成长，不仅改进了过去作为大学毕业生的自大，更学会了谦虚、谨慎的对待社会中的事情。

在开始了真正的工作后，我的时间也开始忙碌了起来。不仅每天都要按时起床上班，更要认真严谨的对待工作的任务，处理好自己负责的岗位职责。

在这份工作上，起初我也有很多不懂的地方。但我也清楚的认识到了这点，并在领导的指点下认真的学习，扩展自己的认识。并在后来的工作中认真的锻炼，几个月的实际工作提高了我的专业能力，并较好的掌握了工作的基础技巧，能优秀的完成工作的任务。

社会的生活虽然和学校只有一墙之隔，但实际上却有许多要操心和管理的地方。这个新的环境中，不仅所有的东西都要我亲自去处理，还要为今后的发展不断的思想和准备。

但同时，我也在这个环境中认识了很多同事、朋友，扩展了自己的人际圈子，让自己的社会生活变的更加丰富多彩。

实习虽然辛苦，但却让我收获的了许多宝贵的经验和人际关系。但我不会因此就松懈自己，我会更加努力，让今后的社会道路变的更加宽阔！

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