# 精选毕业实习心得体会范文锦集9篇

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-06-12

*精选毕业实习心得体会范文锦集9篇 毕业实习心得体会 篇1 在学校工作的日子里，我深刻的明白自己的工作是需要做到“严，细，实”三点，下面我简单的谈谈。第一点“严”，就是要严肃认真，对待工作不能敷衍和马虎，特别是我们从事的电力行业，不严格要求自...*

精选毕业实习心得体会范文锦集9篇

毕业实习心得体会 篇1

在学校工作的日子里，我深刻的明白自己的工作是需要做到“严，细，实”三点，下面我简单的谈谈。

第一点“严”，就是要严肃认真，对待工作不能敷衍和马虎，特别是我们从事的电力行业，不严格要求自己，危险随时都会出现，是用无数血的教训写出来的，只有认真地把书面的知识运用到实践中去，正所为理论联系实际，一切安全事故都能避免，另外领导也要对下属严格要求，不能听之任之，更不能护短。

第二点“细”，主要是细心和细致，我们应细心地分析事故原因和细致地解决各种问题，努力地工作和改善自己的生活环境，在工作上尽量地做到循规蹈矩。

第三点“实”，我觉得对人要实在，不虚伪，对待工作，要实事求是，包括领导干部，能办的事就办。

每日的工作内容：

1、负责学校正常供电及各类供电设施的维护维修。

2、检查督促安全用电和节约用电制定的贯彻执行，定期检查学校供电系统，发现问题及时处理。

3、遵守电工安全操作规程，严禁违章作业，防止线路，设备和人身事故的发生。

4、保管好各类工具，节约用料，搞好废旧材料的回收利用。

5、改进服务态度，提高服务质量，及时处理用电过程中出现的问题。

6、服从主管领导，遵守劳动纪律。

7、完成领导交办的其他工作，有那些地面，地转坏了及时用水泥和硅胶修补好，学校开关也及时关好，等等。

毕业实习心得体会 篇2

（1）实习时间：20××年12月19日至20××年3月31日

（2）实习地点：

（3）实习性质：毕业实习

广东德豪润达电气股份有限公司（Elec—Tech International Co.Ltd）成立于1996年，是一家专业从事智能化家用电器产品开发、设计、制造和销售的企业。公司的产品全部销往美国、加拿大和欧洲等发达国家和地区，是珠海市最重要的出口创汇企业之一。 20××年6月25日，公司2600万A股在深交所成功上市（股票代码：002005），为公司长远健康发展提供了强大动力。作为行业内具有影响力的制造商，德豪润达拥有强大的研发能力、制造能力和全球营销能力，十余家下属工厂和控股子公司，现有员工23000余人。被广东省授予“优秀民营企业”和珠海市“优秀民营企业”称号，也是珠海市唯一获“广东省外向型民营先进企业突出贡献奖”的企业。20××年度在国家商务部公布的全国进出口额及出口额民营企业百强中，出口额名列全国第三十一位。

在日趋激烈的市场竞争中，公司坚持“以创新引导需求，以速度领先市场，以质量赢取信任，以成本推动发展”的经营理念。围绕科研创新能力、一体化的制造能力、成本控制能力和全球市场销售能力等四大核心竞争力，经过多年的不懈努力，德豪润达现已跻身于全球小家电主要供应商的前列。

我们的目标是“成为全球最具竞争力的智能型家用品供应商”。

我们秉承为用户“提供最优质产品，提供最优质服务”的经营宗旨，以强大的开发和制造能力服务于全球客户，与众多国际知名品牌、全球化公司形成了牢固的战略同盟。

我们尊重人、并为所有员工创造良好的工作和发展环境，为每一位员工提供良好的个人成长机会和空间。

实习期间，我在实习工厂的注塑车间（部门）工作，注塑部门主要从事于在生产第一线生产并简单加工产品。我被安排在该部门的一个小组工作，该部门有经理1名，主管1名，拉长2名。车间的各个生产小组有组长1名，技术员1名，加料员1名。每个生产小组有生产员工10多名左右。

（1）了解过程

起初，刚进入车间的时候，车间里的一切对我来说都是陌生的。车间里的工作环境也不怎么好，呈现在眼前的一幕幕让人的心中不免有些茫然，即将在这较艰苦的环境中工作3个月。第一天进入车间开始工作时，所在小组的组长、技术员给我安排工作任务，实习总结 分配给我的任务是简单加工一种名叫黑色套管的产品，我按照技术员教我的方法，运用操作工具开始慢慢学着加工该产品，在加工的同时注意操作流程及有关注意事项等。毕业实习的第一天，我就在这初次的工作岗位上加工产品，体验首次在社会上工作的感觉。在工作的同时慢慢熟悉车间的工作环境。

作为初次到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面情况的了解都是甚少陌生的。一开始我对车间里的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是很了解，于是我便阅读实习单位下发给我们的员工手册，向小组里的员工同事请教了解工作的相关事项，通过他们的帮助，我对车间的情况及开机生产产品、加工产品等有了一定的了解。车间的工作实行两班制（A、B班），两班的工作时间段为：早上8：30至晚上8：30；晚上8：30至早上8：30。车间的所有员工都必须遵守该上、下班制度。

（2）摸索过程

对车间里的环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每天按时到厂上班，上班工作之前先到指定地点等待小组组长集合员工开会强调工作中的有关事项，同时给我们分配工作任务。明确工作任务后，则要做一下工作前的准备工作，于是我便到我们小组的工具存放区找来一些工作中需要用到的相关用具（比如：胶料袋子、脱模剂、产品标识单等）。在机台位置上根据员工作业指导书上的操作流程进行正常作业，我运用工作所需的用具将机器生产出的产品加工包装好，并将加工包装好的产品贴好产品标识单存放在指定的位置。另外在工作中，机器生产出的产品有时会出现异常（比如：产品出现缺胶、料花、气纹、色差等）。出现上述情况时，要及时告知小组组长、技术员，让他们帮助解决出现的问题，小组长、技术员通过对机器的调节让生产出的产品恢复正常，符合检验的要求。

以上是我的实习报告总结。在工作期间有些产品的加工难度较大，刚开始加工起来还真棘手的，加工效率不高，加工出来的产品质量也不怎么的。让人苦恼的，于是我便向小组里的员工同事交流，向他们请教简单快速的加工方法与技巧。运用他们介绍的操作方法技巧慢慢学着加工这有难度的产品，从中体会加工产品的效果。同时在加工中选择适合的加工工具，也有利于提高工作的效率。在平时工作过程中也要不断摸索出生产、加工产品的有效方法和技巧。有时在开关机生产、加工产品时，对产品应该怎样包装不明白，此时，我便向员工同事学习，向他们请教正确的加工包装方式，另外也可以询问评管（质检员），按评管提供的要求进行生产、加工包装产品。

毕业实习心得体会 篇3

我在学期初进行了具有本专业——车辆工程特色的实习课程——汽车驾驶。当我得知这个消息的时候，内心很是激动，兴奋之情溢于言表。坐在空旷的自习室，一个人经常幻想着驾驶的乐趣与快感，幻想着“快如疾风，顺如闪电”的激情，幻想着加速瞬间身体后倾的愉悦；也许耳边还会有呼呼的风声，也许头发会恨帅的飞舞，这一切令我神往和充满期待……

然而，当我真的迫不及待的踏入这一天——3月24号，我很理性的收回了我的浪漫。从老师的训话中，我得知汽车驾驶容不得半点马虎，也必须脚踏实地，因为这绝非儿戏！我深深吸了一口气，暗暗告诉自己：加油！

3月24日上午，实习正式开始。上午属于认识实习，老师很耐心得向我们讲解了必要的理论知识，包括汽车构造概述（重点是发动机）、如何启动、换档以及行车时应注意的一些基本问题。而后大家很踊跃地回答了老师的问题，我也积极得向老师提出了自己内心的疑问，老师很耐心也很热情地做了解答。在老师的要求下，我们很快分好组，然后在老师地指导下进行换档练习。我们的驾驶用车是大众桑踏纳，古董一级，据老师说年龄比我们要大！我很认真得按老师的教导练习着：松油门，踩离合到底，右手换档（整个过程目视前方），缓慢松离合，加油。主要是练习手感，培养“无意识换档”操作。下午，我们学习转方向盘，即双手呈“十”字状交叉换位转动方向盘至卡死（练习用车已悬空）。第一天很轻松，但我觉得很充实，因我我又学会了很多……

3月25日上午，我很早来到场地，继续练习和巩固昨天老师教导的基本技能。我知道万丈大厦平地起，没有深厚的功底，谈不上进步更无从飞跃！经过一上午的练习，我已颇具手感。下午，老师说“实战演练”，我再次狂热起来，因为我等待了很久，期待了很久。驱车半小时，我们来到南郊三环附近一新修路段特偏僻处练车。我自告奋勇第一个练，虽说已练了一天半了，但那毕竟是“死车”啊。点火之后，我开始狂紧张，离合松不到位，车也卡死两次，总感觉双腿在颤，但绝非车身摇晃所致，操作方向盘也不像练习时那么简单，车不走直线，拐弯时甚至转不动……在老师的指点下才勉强过关。当然我的表现不算太坏，毕竟是第一个，开到这份上也比较满意。另一个组员就比较惊险了，点火之后，他加油过大，方向盘也没抓紧（也许是抓得太紧），竟一直冲出人行道，最终车冲过石阶，卡死在花坛中。坐在车中的我惊出一身冷汗！通过这次实战检验，我清楚地看到了自己的缺点和不足，晚上躺在床上，我深刻地检讨着自己的表现，吸取教训，争取明天的进步。

毕业实习心得体会 篇4

土木工程测量作为专业的一项基本功，是我们学习土木专业学生必须很好掌握的一项技能。为了提高我们的测绘能力，能更好的把实践和理论联系起来，城市建设系为我们开展了为期十天的工程测量实习。

没有理论基础，我们就不能正确地分析问题，解决问题。所以我们进行测量实习前，这学期张老师经过对理论知识精细的讲解，我们踏踏实实的学习态度，致使我们很好地掌握了理论知识。对于学习建筑工程技术这一专业的学生，我们不仅要有丰富的专业理论知识，而且更应当有过硬的实践操作能力。

无人不知“实践是检查真理的唯一标准。”所以在掌握理论知识的基础上就是实践。《建筑工程测量》是这样，其它的还是如此。我们不能纸上谈兵，必须树立起理论是基础，实践是根本这一理念。只有这样我们才能真正做到学以致用，为建设中国特色社会主义而奉献自己的微薄之力。

没有航向的船，永远也无法到达成功的彼岸。当然，没有目标的工作，永远也无法品尝成功的喜悦，所以我们这次测量实习首先明确了我们的目标。我们这次为期十天的测量实习的内容主要有三项，地形图测绘、建筑物放样、道路圆曲线测设。明确了目标，就应当为之拼搏。我们可不能盲目地拼搏，因为“凡事预则立，不预则废。”，所以我们在进行测量实习初就对测量实习的进程做了相关计划。终于让我们少走了许多曲折之路。比如，我们每天实习都有不同的内容和任务，那么我们准备仪器时就只带需要的仪器，而并非劳神、费力全都带到实习场地。虽然这是在实习期间的亲身体验，我们却对此受益终生。

我们《建筑工程测量》实习并非单枪匹马就能完成任务，必须由大家共同努力才能完成。比如，在进行碎部点的测量时，在同一时间我们需要立尺人员立足、观测人员读取数据、记录人员记录数据、绘图人员绘制草图等。为此，我们需要让组员们树立起团结协作的认识，早日圆满完成实习任务。由此，我真的领悟到了“人心齐，泰山移。”的内涵了，正如抗日战争时期，没有国、共两党的合作，没有统一战线的形成，也许抗日战争将会持续更长时间。如果我们这次测量实习没有组员齐心协力地奋进，我们也根本不可能按时、按质、按量地完成实习任务。因此，团结协作是我们必然要做出的选择。

我们在实际操作过程中，离不开同学们的相互学习和探讨，更离不开张老师顶着烈日不畏艰辛仔细、耐心给我们的正确指导。让我们才茅塞顿开，思维也更加开阔，最终取得优异的成绩。

大家都明白一点，我们学习建筑工程技术专业的学生以后的工作地方一般大多是室外露天工作，遇到风吹日晒是再所难免。正如我们这次测量实习一样，由于时间是夏季，所以天气炎热。于是我们许多时候都是利用早、晚的这一段时间工作，这就要求我们早出晚归。虽然不习惯，但这是我们必然的选择。选择吃苦耐劳，选择自强不息。终于一份耕耘，一份收获，我们组员用十天辛勤的汉水换回了实习工作的圆满结束。

一个测量工作是这样，其它的还是要求我们这样做啊!因为如此，才有新的希望。一场突如其来的特大汶川地震的降临，没有压到我们。这归功于党和国家的科学发展，更是我们拥有吃苦耐劳的品质和自强不息的精神为我们打下了坚定的信念——中国加油，中国雄起!

没有规矩，不成方圆。我们在进行仪器操作时，务必按照正规的操作进行测量实习。我们实习相关内容时，也务必按照一定的\'程序进行。否则，我们将走许多曲折之路。这就告诉我们必须将时代性与规律性相结合，运用创造性思维思考问题，解决问题。当然，我们在严格要求的同时还应求真务实地不断进取。

我们这些天的实习取得可喜可贺的成绩，但还是存在一些问题。因为我们是团队工作，所以在组织协调人员任务时还有少许不足。有些仪器操作生疏，测量误差大等问题。有问题不可怕，可怕的是不去解决问题。那么，解决问题，首先就要熟练牢固地掌握理论知识，用理论指导实践。其次是保持优良的心态，在不断总结中前进，达到熟能生巧，为我所用的目的。最后要树立起失败乃成功之母的观念，不耻下问，虚心学习。

为期十天的建筑工程测量实习，不仅是我们对这学期所学知识的综合运用，更是在无形地教导我们如何做人。我坚信学会做人更重于学会做事。这次实习将时刻铭记心底，将我的心得运用于今后的人生道路上。

毕业实习心得体会 篇5

短暂的三个星期的实习很快就结束了实习中的所见、所感铭刻于心。在老师与响水矿领导的安排下，我们体验了煤矿人的生活，他们对生活坚定不移的追逐令我们心生敬意，他们吃苦耐劳、拼搏进取的创业精神是我们学习的榜样。 实习的过程就是不断吸收经验，联系生产实际的过程。我们的实习分为两个部分，课堂讲授、现场教学。真正走到了实习现场，听着矿上领导的耐心讲授，我才发现自己懂的东西太少了。以前的“优越感”一下消失，我开始沉思了，在学校里学习的知识到了现场变得扑朔迷离。我的脑海里一下涌现出了很多的问题。此刻我才真正体会到实习的意义。

本次实习使在校里的最后一次，在实习之前我就有作好了 认真收集资料，向矿上员工认真学习的准备。我们实习的单位使位于六盘水的响水煤矿。在这年产量1000万吨的大型煤矿生产企业里，广泛聚集了采矿行业的工程技术精英。作为采矿专业的学生，进入里面学习无疑会有了归属的感觉，我们会收益匪浅。

在响水矿的实习中我发现，单位都有严格的规章制度，“无以规矩，不成方圆”，不管是单位还是机关，没有科学的组织管理，企业使不能正常运作的。作为一名采矿专业的大学生，将来都要从事技术管理工作，因此，科学的技术管理，良好的专业素质必不可少。所以，在实习的过程中，所有的同学都自觉遵守纪律，听从老师和矿上领导的安排，我们的实习才得到了圆满的完成。

本次实习也是在收集资料，为毕业设计作好素材的过程。生产用图纸、技术文件、实习笔记的收集必不可少。这一次的实习与前面的认识、生产实习有很大的不同，以前的实习中，我们的资料主要是老师们与矿上领导联系收集，我们只有依赖老师，没有做到独立。我们即将走上工作岗位，就应该自己去解决问题，以后我们的任务将由学习转为工作。所以，我们自己去找矿上领导，技术人员收集资料，交流专业心得，锻炼了自我，处理问题的能力和素质得到了检验与 提高。

参观、做实习笔记使我们实习的主要内容。真正走到了现场，才发现我们的所知的确很贫乏。现场的一切事物比起书本上的知识要复杂很多。所以，理论联系实际，还要有必要的学习和实践。鉴于此，我们根本缺乏的工作经验使我们必须虚心向工程技术人员学习，并要认真总结。我相信这将为以后的毕业设计以及工作、学习带来更多的裨益。

实习结束了，我也时常想起很多问题。比如说:工作、学习，以及以后怎样走出校园，步入社会。在矿上实习期间，我们真正体会到了矿上职工们的生活，跟着他们进行井下、地面参观，听他们谈起工作中的琐事，或激情高昂，或冷静沉思。我想：我们以后的生活也应当使这样吧!每当讲到我们现在的生活时，他们总是劝导我们要珍惜现在的读书时光，还要我们努力提高自身素质，学会做人、学会做事。是的，在实习中我才发现自己的不足，专业素养的贫乏使我想起了在学校里时我们其实可以在努力一些，把更多的知识溶入脑海。另外，就本人而言，还存在很多的不足，在实习期间的我与矿上职工、领导交流不够。人要立足与社会，拥有良好的生活、工作空间，就需要有沟通、交流。在工作单位需要把握与上级、同事的关系，团结一致，才能如期圆满完成工作任务；在家里也需要和睦相处，让每一个人都和谐美满。生活时常赐予我们机会，认识到自己的不足当然要改正，我会不断总结自我，弥补缺陷，力争毕业后早日实现由学生到矿上员工的转型。

实习任务已基本完成，我觉得每一个人都应认真总结，我们会发现收益颇多。实习中，我们收集了既符合情况又经过分析的实际活资料，为毕业设计的构思打

下了坚定的基础。更重要的是，我们又收获了学习与生活的点点滴滴，相信这将以后工作和学习增添新鲜的动力。

最后，我由衷感谢学校及矿上领导对我们实习工作的大力支持，感谢老师们的殷切指导及关怀，我会努力塑造自我，争取在毕业之前取得最大的进步，在平凡的岗位干出不平凡的事来！

毕业实习心得体会 篇6

时间过的真快，转眼间，在佳程科技有限公司的实习马上要接近尾声了。

在这半年多的时间，我学到了很多东西，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。

在佳程公司为期5个月的实习生活，对我而言有着十分重要的意义。它不仅使我在理论上对电子信息技术这个领域有了全新的认识，而且在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用。总之，这次实习的意义，对我来说已不再是完成毕业实习的任务，而是在开启“生命之旅”大门的过程中迈出了第一步。

在佳程科技有限公司我不仅学到了许多关于专业的知识，最重要的是进一步体会到了做人的原则，佳程公司的宗旨是：规规矩矩做人、规规矩矩做事。在去公司的第一天，老师们就教导我们做人一定要正直、要实事求是，诚以待人，人品对一个人来说非常重要的。我充分的体验到了你如何待人，他人也会如是回报。总之，5个月来，我们脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，还学习到了不少为人处是的方法。

三年的学生生活，即将划上一个句号。在佳程科公司实习的这段时间，我懂了不少东西。以前作为一名学生，主要的工作是学习；原在即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，原在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这5个月，就好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。原在发原了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己一定能做出一份事业来。

毕业实习心得体会 篇7

实习：顾名思义，就是在实践中学习。在经过一段时间的学习之后，我们需要了解自己的所学需要或应当如何应用在实践中。因为任何知识源于实践，归于实践。所以要付诸实践来检验所学。认知实习是我们工科学生的一门必修课，通过机械认知实习，要初步了解常用的机械加工设备的结构、各主要部件的功能，掌握设备的操作方法，实践演练机械中常见加工工艺刨、车、铣、磨和钻(钳)的产品加工过程，了解设备的受力特点和常见的运动原理，了解产品图纸与设备加工的关系，从而为日后的专业课学习提供感性的认识和实践的基础。同时，实习的目的还在于开拓我们的视野，培养生产实际中研究、观察、分析、和解决问题的能力。加强我们对机械制造专业感性的认识，并进一步了解本专业的学习实践环节。通过实习中接触实际的加工过程，从而达到对所学专业的性质、内容及其机械设备，加工工艺有更多的更具体的认识，为了解和工作专业思想创造条件，在实践中了解专业、熟悉专业、热爱专业。通过实习，让我们能在学习与实践中巩固和加深理解在课堂所学的理论知识，让自己的理论知识更加扎实，为成为一个专业技能更加过硬，更加善于理论联系实际，更符合一个当代大学生的技术及理论的要求的工程技术人员奠定必要基础。

在本次机械认知共有五个工位，分组轮换，每个工位上都有一位指导老师。实习中，经指导老师的详细讲解使我们初步了解常用的机械加工设备的结构、各主要部件的功能。在老师规范的示范操作以及在操作过程中的讲解，是我们掌握设备的操作方法，同时在老师指导之下，实践演练机械中常见加工工艺刨、车、铣、磨和钻(钳)的产品加工过程，从而更直观了解设备的受力特点和常见的运动原理。在操作过程中了解产品图纸与设备加工的关系。由此在实习中应能深入实际，认真观察，获取直接经验知识，巩固所学基本理论，保质保量的完成指导老师所布置的任务。本次实习包括五道工序，具体如下：

1、铣床加工

经指导老师的讲解，我们对铣床X5032的结构及个主要部件的功能有了大致的了解。铣床是一种以铣刀旋转运动为主运动的用铣刀在工件上加工各种表面切削的机床。操作前首先要进行检查，再装夹工件、刀具，选择合适的各参数。对刀后进行切削，结束后关闭电源。

2、刨床加工

刨床是用刨刀对工件的平面、沟槽或成形表面进行刨削的机床。他利用刀具和工件之间产生相对的直线往复运动来达到刨削的目的。本次我们所了解的刨床型号是B6050。实习过程中首先检查检查设备，进行安全和润滑检查。检查安全过后，夹装工件以及刀具。在规定范围内进行切削，切削过程中保持清洁，不能终止。老师用诙谐幽默的方式为我们讲解，让我们能够在娱乐中学习，在学习中得到快乐。在讲解过操作方法及注意事项后，在一旁指导我们动手操作，亲身体会操作刨床的加工，加深学习的记忆。

3、磨床加工

磨床加工工艺的实习 主要以听讲、观察为主，认识设备各个部件，了解加工原理及受力特点，认真观察老师的操作，听取老师的讲解。

4、钻(钳)加工

钻床是具有非常广泛用途的通用性机床，我们在老师指导下对工件钻孔。钻孔后，对孔进行攻丝。同时，练习对工件划线，沿着画好的线用钢锯锯开，制作鸭嘴锤零件。

5、车床加工

我们要了解的车床型号是沈阳机床CA6140。这是机械制造和修配工厂中使用最广的一类机床。指导老师为我们讲解机床结构、运动原理及操作方法，为我们规范地示范操作了机床，加工完成鸭嘴锤的杆部分零件。另外车床加工是本次实习的最后一道工序，何老师十分重视，他为我们讲了许多关于安全问题的事例，在操作前尤其地强调了安全问题，再三嘱咐我们要注意安全。 五道工序结束后，实习要求加工工件鸭嘴锤也顺利完成了。本次实习就此告一段落。

周末的认知实习很快就要结束了，我觉得这种形式的认知实习非常有意义，我在本次实习中也受益颇多。由于这比坐在课堂里听课更加实际、直观，通过实地参观和亲身操作，我对进行实际生产的设备、工艺以及生产的各个环节也有了一定的认识。我们在实习中认真听学习指导老师的讲解，仔细观察老师的规范操作示范以及总结分析自己在学习中的实践操作存在的问题。我感动自己真的学到了很多知识，这不仅仅是讲义上的理论知识，更重要的是我或多或少了解了的与机械设备操作专业相关的知识，提高了在生产实践中认知和分析问题的能力。 这次认知实习过程中，给我印象最深的是在加工现场各种车、 铣、刨、磨、钻等各种机床加工过程中指导老师们的操作以及他诙谐幽默的讲解下，让我们能在娱乐中学习，在学习中得到快乐。老师们在操作过程中都非常认真仔细，他们做事的有条不紊，细微谨慎让我深感敬佩。一个优秀的技术工程人员，不仅要有过硬的技术水平，还要有做事认真谨慎的态度。这样才能在保证产品质量的同时保证自己的人身安全。所谓安全第一，如果连自身安全都不能保证，还谈何生产，谈何工艺?所以在走入车间之前就应该做好准备，以防人身伤害。

身为当代的大学生应该树立严谨的工程思想，在技术方面做到精细与高效，因为细节决定水准的高低。同时我们要注重平日学习的积累，注重基础知识的学习，做一个仔细入微、认真负责的人，为日后发展奠定基础。

在现场要注意场地的整理、整顿、清扫、清洁、素养、安全。这也是实习时给我上的一堂课。如果我们只注重机械生产而不注意场地卫生，那么生产效率将会有所降低，同时工厂风貌也会很不好，尤其是器械厂里，每天都会有很多铁屑，需要及时清理。卫生清洁的才能保证安全第一。同一件产品的生产或许是有多种工艺流程的，也可能有多种加工方法，我们应该综合考虑各种方法，并做综合比较，得到最优的工艺。比如实习中加工的鸭嘴锤可通过铣床加工完成，也可经划线锯子切削完成，两者通过比较需选择较优加工方法。 其实，实习过程中很多值得我们去学习与思考，在思考中我能逐渐成长。

在选择专业的时候我就听说，工科的专业学习起来相对比较辛苦，因而并不是很适合女生学。在本次实习过程中，让我多少感受到了女生学习机械的某些劣势。比如，在老师讲解某些大型的设备的时候，由于我的身高有限，我不能看清设备的结构部件;某些设备的操作需要较大的体力支出，女生力量不够，体力不足。但我相信女生还是存在优势的。这次的实习让我体会到注重基础知识以及平日学习的积累的重要性。虽然我们学的知识可能与实际有些脱节，但是不注重基础知识的学习是无法深入了解机械的。

大学生需要走进企业，通过认知实习以具体主观的方式了解设备是非常有必要的。但是如果只是停留在参观参观的层面，那认知实习的价值就大打折扣了。其实我觉得感受到这种氛围，对我们来说就有很大的意义。

我们通过到实习了解工艺流程，从而进一步的学习技术基础和专业课程。如果条件允许的话，我希望能够有更多的机会自己动手去操作一下，去体验一下实际生产的流程;也希望能给同学们留出专门自由提问的时间，同时非常感谢指导老师的讲解示范以及对我们的照顾，大家都辛苦了

毕业实习心得体会 篇8

短短四周的实习就要结束了，时间虽短，但却让我获得了一些难忘的印象和体验，对电力系统的施工部门也有了初步了解，为以后的的工作和学习打下了一定的基础。我实习的部门是电力工程部，承担xx电网建设、改造的施工单位，主要承建220kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。工程部的工作辛苦，对技术性要求较强，而且是xx供电公司电力专业覆盖面最广的部门，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的四周时间里，在工程部领导的教育和培养下，在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。我被分配到变电工程部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。

通过在天河机场变电站、江夏东一园变电站施工现场的观摩学习，我对变电二次班组从电缆放线、接线、对线到线路调试与检测工作的基本流程有了一定了解，知道了变电站的基本构造、变电站建设的基本过程以及各种设备的主要用途。虽然在端子箱和控制室里接电缆线这样的工作没有让我们尝试，但我还是力所能及地做好扎线、刀闸分合测试等工作，增加了自己的实际工作经验。在被调到总经理工作部帮忙的几天时间里，我也认真做好领导交给我的每一项任务，得到了大家的好评。在实习期间，我时刻严格要求自己，自觉遵守工程部的各项规章制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。

实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。工程部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。

作为新人，目前我所能做的就是认真工作、努力学习，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到的锻炼。在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一两个月。他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人！此外，在工作中我还充分认识到了安全生产的重要性。从进电力工程部的第一天起，我们就开始进行安全教育。通过学习安全规程和安全事故通报，知道了有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作责任人现场查勘不到位。通过学习，强化了我的安全生产意识。在后来的实习过程中，我严格遵守在施工现场穿工作服、戴安全帽的规定，把“安全第一，预防为主”的思想落实到日常工作的每一个小细节中去。我想，这也是我在以后的工作中要充分注意的。

毕业实习心得体会 篇9

经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一，要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

第二，要勤劳，任劳任怨

我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们应该自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有这样。

第三，要虚心学习，不耻下问

在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心地接受。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

第四，要确立明确的目标，并端正自己的态度

平时，我们不管做什么事，都要明确自己的目标，就像我们到公司工作以后，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。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中一定要多看别人怎样做，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。只有这样我们才能把事情做好。

通过本次的实习，我还发现自己以前学习中所出现的一些薄弱环节，并为今后的学习指明了方向，同时也会为将来的工作打下一个良好的基础。，但这次的实习为我们提供了一个很好的锻炼机会，使我们及早了解一些相关知识以便以后运用到以后的业务中去。通过这次的实习，我熟练地掌握英语口语，能够自如地与外国人交流，同时让我懂得英语真的很重要，我知道只有通过刻苦的学习，加强对业务知识的熟练掌握程度，在现实的工作中才会得心应手，应对自如。

总体来说，这次实习不仅仅是锻炼了我在贸易操作方面的一些技能，同时，经过这次实习，我还从中学到了很多课本上所没有提及的知识，还有就是在就业心态上我也有很大的改变，以前我总想找一份适合自己爱好，并且专业对口的工作。可现在我们都知道找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我现在要建立起先就业再择业的就业观。应尽快学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。总的来说，作为一个快要毕业的大学生，无论是在今后的工作或是生活中，实习都将成为我人生中一笔重要的资本。

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