# 毕业生车间实习总结

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-08-29

*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...*

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。

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。

教育实习已经接近尾声，一切都基本尘埃落定。

下周，沙坪中学将利用3天时间进行期中考试，除了辅导学生复习和帮助老师完成考试工作外，我们实习生的工作已基本结束，想到前阵子忙于备课讲课，为学生琐碎事情而操劳的日子，终于可以轻轻地吁一口气。马上就要离开实习学校了，想到两个月以来在这里跟各式各样的学生打交道，教师轻松和谐打成一片的氛围，让人深感不舍。

沙坪中学时一所普通初级中学，生源是经过鹤山一中、鹤华、纪元、二中四所中学筛选后剩下的农村户口学生，学生大部分资质较差或未经正确开发，一部分学生无心向学，因此整体成绩较差。

我进入的是初一级组，用老师的话来说，在这个学校带初一比带初三毕业班还辛苦，初一来的都是刚从小学升上来的六年级生，本来小学升初中的适应性要求就比较大，加上生源质量低，大部分学生都要经过相当长的时间才能适应初中生活。所以，学校在初一级组都配有经验丰富、耐心爱心又有活力的教师陪伴学生走过这一段艰苦的岁月，他们各自都有自己的个性魅力与教学特色，乐意教授指正，敢于接受批评，大胆放手让我们接管教学工作，他们是我们在工作岗位上的第一位导师，我们将永远记住在大四的这一年里，这些老师让我们这些未来的教师充满了对未来教育事业的信心和坚持。

我的指导老师李国强老师既是作为初一（9）班的班主任，又兼有初一6个班的地理教学工作，每天2—3节课，不算很忙，但工作认真，非常辛苦。李老师原本是物理专业出身，但由于学校人手不足，曾把他调到历史、生物科组任教，现调到地理科组。虽然他非本专业出身，但教学准备工作仍非常专注，课本写得密密麻麻，连一些资历丰富的本专业教师也未必及得来。李老师还很年轻，话也不多，但看学生总是很细心，使位稳重踏实的好老师。跟着李老师实习，他不会一直跟我说要怎么做，他会让我自己考虑该怎么做，先做了再指导，他总是说每个人的思路都不一样，自己按自己的想法去做就好。我跟他的交流并不是很多，但是总能从旁学到很多他的发光之处。同时，他很少要求我帮忙上课和批改，总想让我有更多的时间完成自己的事，所以侧面培养了我主动要求工作的积极性，实习期间，我的人际交往又进了一大步，李老师的功劳不少。总感觉跟着李老师学习，就像酿酒一样，静静地等候，最终芳香四散。

我负责的地理教学工作主要是李老师带的其中三个班，其中一个是班主任实习所在班，为了尽快适应教学工作，在李老师的指导下，先对他教的班级有个率先的认识——从作业入手。在开始实习的第一周立，我帮助老师批改所有的作业和小测，了解到学生底子差，基础薄弱。见习期间，李老师向我展示了学校通用的洋思教学法——先学后教，注重练习。由于基于学情，学校为学生制订了讲学稿，把重要的知识点编成填空题，印成卷，再课堂前部花10分钟左右让他们自学完成填空，然后由老师检测学生自学情况，再进行教学。这种教学模式与我在学校训练时多变花巧的教学模式相去甚远，但经我观察，这里的学生似乎也不完全接受过于呆板的授课方式，所以我基于原授课先学后教的模式，改进了教授课文的内容编排顺序和讲解方式，采用更直接易懂的记忆法与直观的演示，并在课堂中利用了解知识部分加入更多更拓展视野的图片或简短的小知识介绍，提高学生学习的积极性，丰富课堂的趣味性。几节课下来，我基本形成了自己的教学风格，站在讲台上也不再紧张。

实习班主任工作带的是初一（9）班，该班级学生人数共54人，普遍学习水平中等，全班的感觉比较沉闷，较怕事，看起来聪明好学的学生几乎没有，但是比较听话，没有特别爱惹事的学生。可能是我的教学方式比较独立，自从我带班以后，我着重培养他们独立处事的能力，平时多给他们机会自由抒发见解，与学生的交流更多地是平等的层面入手，我传达的是“学归学，玩归玩”的理念，做事不专注要批评，多给予鼓励，少吓唬。两个月以来，学生活泼了不少，但顽皮的本性逐步形成，也出现了一小部分学生搞小团体现象。我积极与学生交流，了解他们的真实想法，他们也很乐意与我交换看法，我尽量在微处影响他们，在适当时机给他们忠告。个别后进生我也尝试从不同角度去帮扶他们，深感班主任工作的不易。这里的班主任都十分辛苦，每天早上从6：50分开始跟班早读，一直到晚修9：10下课，中午要看管学生在教室午休没得休息，一天下来脸色非常憔悴。所以当一个好老师难，当一个好的班主任更难。现在即将离开，我较少跟学生接触了，我不希望我的离开像转学生一样突然消失在他们的生活中，毕竟他们接下来的路要继续在这个学校里走，他们将重新回到他们的班主任手中，我希望我只是一名能影响过他们对人生看法的导师。

为了丰富其学习生活，我们各个队员都绞尽脑汁，想方设法进行特色班会与第二课堂，由于学生学习生活非常紧凑，平时的课程排得满满的，要各科老师协调好时间非常困难。我和生物、历史科组的茂辉和春玲联合在我们班举行了一次史地生趣味知识竞赛，反映空前热烈，学生的兴奋度虽然已经在我们的估计之内，但仍然很难控制。活动过后三名队员一齐反思活动的过程，由于教学方式的不一有了很不同的看法。春玲（历史）认为纪律太差，导致活动难以顺利进行，所以她的活动中两次打断进程训斥学生，而学生则显得有点害怕而并非真正接受；而作为主持人的我和茂辉（生物）则认为原来的学习生活已经够枯燥了，好不容易有一次活动就该让学生彻底地放松一下，纪律已经不是主要问题，关键是参与的过程。经过总结性交流后，我们的教学手法有了一次质的飞跃，我们希望通过不同房时之间的相互补充，相互促进，实现共同的提高。

2024年我们公安法制一区按照学校指示在山东省诸城市进行为期两个月的见习，刚到诸城市的晚上便受到当地公安局的热情款待，大家一起品尝了令人啧啧称赞的诸城美食后，便乘车到了住处早早休息了。第二天早上我们整装参加会议，诸城市公安局政委赵玉德同志热情洋溢地给大家讲了诸城市的地理历史、风土人情，接着便分配了具体见习单位。我和陈捷同学分到了开发区派出所见习，李教导员干事精炼，立即把我们带回所里，由王所长亲自分配到具体师傅，见面简单寒暄之后便跟随师傅出警了，紧张而又简单的见习工作就这样开始了。

一 参观机关 熟悉工作

下午我征求师傅同意翻阅了一些已经处理完毕的案例，懂得了办案的一般程序：首先传唤罪犯，分为口头传唤（出示警察证）和书面传唤（出示《传唤令》），第二带回所里做笔录，有一个公安笔录软件上面有做笔录的模版和常用固定语句，非常方便，接着核查笔录，让罪犯签字按手印确认笔录与其所说相符，最后依据法律或《治安管理处罚条例》对其作出裁决，出具《拘留书》或《逮捕证》，在送往执行之前还要体检，身体健康者才能执行判决。

二 晚会安保 积累经验

2024年7月7日 正值中国诸城大舜文化节开幕，晚上央视《欢乐中国行》到诸城市新落成的博物馆前广场助兴演出，很好很幸运，说实话我出生以来还没有亲历过诸如《同一首歌》、《欢乐中国行》等大型演出，这次真是一个千载难逢的好机会：一来可以增长见识，历练自己，学习处理大型活动的安保工作；二来能够看到诸多明星大饱眼福愉悦身心，享受一场真正的文艺大餐。

我们小组负责t型舞台右侧q区。主要职责有三方面：一、演出前引导观众有序对号入座；二、演出中保持区域内秩序；三、演出毕组织观众有序离场。我这才发现原来q区四周的座位全部安排的是警察，不禁为诸城市公安局的独具匠心所折服，或许这早已是此类活动安保的惯例，但我实为第一次见到，不禁赞叹，真妙真是好方法：一来将观众包围，起到警示作用；二来保证警察第一时间遇到紧急情况进行处置或汇报；三来布阵巧妙节省警力。这次晚会现场执勤让我直接与群众打交道，获益匪浅，学会一些大型活动布置警力的应用技术，给以后参与此类安保积累下宝贵经验。

三 出警抓捕 气势夺人

2024年7月18日 接到群众报警，在我们辖区的舜王街办有人聚众打架，师傅立即带领我们出警赶至事发现场，原来是由一场交通事故引起的聚众打架斗殴事件，一位老人躺在地上哭叫，一辆电动车倒在地上，蔬菜洒落一地，围观了很多人，现场十分混乱。我立刻傻了眼不知所措，只见师傅不慌不忙一个箭步跳下警车，手持木棒（基层贫困没有警棍），高喊一声“住手！”，凭借着威猛的气势迅速镇压住现场混乱局面，几个打架的人躲躲闪闪悄悄往路旁的树后移动，师傅目光一扫，然后用木棍指着闹事者，指挥我和另外一人抓人，我们很快抓了八人将警车塞得满满的，现场也不再混乱交通也逐渐恢复了。

对于这次抓捕行动我一直铭记在心，公安作为维护国家安全稳定的执法机关，威猛的气势庄严的形象必不可少，警车警服本就是一种标志，代表着公安机关的震慑力，再加上警察高大威武的身躯，义正言辞的执法，才使那些不法分子乖乖束手就擒，接受法律的制裁，倘若在执法过程中嬉笑玩耍、肆意打闹，怎么能抓捕不法分子？所以这就要求我们时时刻刻注意自己的言行，尤其是在身穿这身国际篮的时候，一定要保证头脑清醒，警戒自己，维护人民警察光辉形象。

四 夜间巡逻 火眼金睛

2024年7月30日 晚上恰好我们值班，听师傅说这些天辖区发生多起盗窃事件，今天接到市局通知要进行夜间巡逻，我毛遂自荐请求师傅参与巡逻，师傅欣然答应。

巡逻最好三、四人结伴而行，以防遇见突发情况相互协作，还应带上手电筒、手铐、木棒等工具。师傅告诉我辖区巡逻主要以潍河两边为主，尤其在十一点左右易发案，这就是所谓的频繁发案时间和地点，还有打开车窗探出头仔细观察周围情况，而我事先并不知道这些，眼睛只顾看手机电子书。在潍河桥边我们发现停着几辆摩托车，我们下车一看，原来人在桥一侧钓鱼，师傅喊上来一询问便走了，我不解，师傅告诉我他眼睛一瞧，就知道那人没有问题，看来警察要有像鹰一样锐利的眼睛，明察秋毫，但是并非一朝一夕就有这种意识，得经过长时间的历练。

五 凌晨出动 制止上访

2024年8月10日 现在的一些公安机关，已经成了政府御用力量，制止上访、保障拆迁这些事情我们也要“奉旨”阻拦，这次凌晨出动制止群众上访事件，我们携带了盾牌、防暴头盔，俨然处理一起群体性事件的规模装备。

可是到了事发现场，只有三个上访的女人而已，但还是狠下心来把她们撵走了，之后我们就一直镇守在政府门前直到中午，从组员和进进出出的人、保安聊天的情况来看，这项工作已经开展很久了，事先集体学习的应对群体性事件要是面对这些人，我宁可不学了，政府面对媒体说欢迎信访，等到群众真正上访的时候却一百八十度大转弯，拒之于千里之外。我觉得我们与其浪费警力在那里白站一上午，还不如回到所里值班接警。

这次数控中级培训，主要是对pa系统的学习，内容有车床，铣床。暑假之前主要练习数控编程，而这个学期偏向于机床操作。通过电脑编程模拟和下车床操作，以及加工零件。我对数控中级的学习有了一定的掌握。

对于刚开始的编程理解，我个人还是比较感兴趣，从当初的一知半解到现在熟悉运用每个命令，并理解其含义，都是自己每天不断的摸索和老师耐心的教导息息相关。主要总结以下几点：

一、 对数控编程和模拟的理解和运用

我很荣幸能有这么好的老师来教我们数控编程，其实学习最主要的还是靠自己去多练，但关键的时候有老师指导，这样还是进步快点。特别是刚开始接触编程和机械加工的时候，有老师指导进步特别快。记得8月9日那天，老师开始讲编程的过程，特别对经常使用的代码给介绍出来，然后对点位的理解和计算。对模拟好的零件进行模拟加工。通过这些知识点的学习，我才渐渐的理解数控编程的一些基本要领。机床上对刀是我之前遇到的最大难题，这是由于命令使用不习惯，和基本感念理解不够透彻，不过通过后面的反复练习，现在已经熟悉掌握了模拟系统。如今已经能够看懂图，知道走刀路线。以及涉及到的点位能够进行换算。

二、 实际加工的学习方法和掌握程度。

对于机床的操作，我总感觉自己练习不够，特别是对零件加工花的时间比较多，还有实际对刀也掌握不够好，虽然现在已经能把零件给加工出来，而且尺寸也把握得当，但时间控制方面还是不够好。这主要还是自己的操作熟练程度不够。

车床上，对刀和加工现在我已经能够在规定的时间内完成了，并且尺寸也能达到所要求，但我认为还是因为自己花在车床的时间多点。而铣床，相对来说，熟练程度不够好，尽管知道怎么去加工，但尺寸的控制和时间的把握不够好。不过在后面的不断实践和练习中，我得到了很好的提升，能够进行零件的加工，对机床出现的小问题也会去解决。特别是在最后那段时间，我已经能够加工零件。而且尺寸已能把握好，达到了图纸上的要求。

三、理论知识的学习和理解

对于老师发的资料，我已经认真的去学习，当然，相对要记住每个知识点，还是有一定的差距，但我有信心能把理论知识学习好。我认为最主要的是去理解每个知识点，而不是死记硬背，因为许多的理论知识都会在实际操作中用到，而且必须掌握。只有完全的理解理论上的知识，才能更好的去完成实际的操作。比如机床上的按钮，走刀路线，刀补等。都涉及到许多理论知识。只有把理论知识吃透了，才能在加工过程中认真的去遵守规则，更安全的完成零件的加工。

四、最大的收获

对于数控编程和加工学习的这段时间里，我认为最大的并不是自己所学到的知识，而是学习的方法，很荣幸得到老师的帮助，在我学习感到困惑和吃力的时候，他们能更好的与我沟通，当他们对我讲到学习这门课程的用处，以及以后工作的方向时，我感到非常值得。进入大学后，已不再是高中时代的应试教育。每个人都应该找到适合于自己学习方法。只有掌握好的学习方法，才能够学好自己的课程。而在数控学习的这段时间里，我也不断的去摸索，感觉收获不少。

金工实习是一门基础课程，主要是对机械设计，机械工程学生是一门必不可少的选修课程，针对于我们安全工程系的学生来讲，了解机械的运动，工作基本原理，才能很好地对工作环境的安全状况更好地分析，对安全的鉴别，安全评价更有指导意义。

短短的金工实习过程结束，这次不仅是简单的技能实践，让我真正体验了b.p.skinner的名言，“如果我们将我们学过的东西忘得一干二净，最后剩下的东西就是教育的本质了，”让我体验了，邓小平爷爷所说“实践是检验真理的唯一标准。” 让我真正体验到“纸上得来终觉浅，欲知此事需躬行。”让我真正体会“我听到的我会忘掉，我看到的我能记住，我做过的才真正明白。我每次实习结束后，都根据自己的情况去感悟，去反思，我实习的学得了什么呢？

我不能保证我实习的每一个工种我都学会，但我学会思考，学会学习，对我来讲，如果把我所没有实习过的任何一个工种给我，我会看说明书，查阅资料，能独立完成每种技能。清华大学的师傅们耐心地从原理给我们讲解每一个工种的基本原理，给我们讲解适用范围，然后给我们演示，让我们知道每一工种“知其然，而知其所以然”，让我们理论到实际，在铸造实习期间，实习的每一步都是那么简单，但是我有的看师傅演示后，自己操作是还是不会，师傅会给我耐心的提示，让我亲自领会要点，如果我会了，师傅会给我其他问题，让我开阔视野，在铸造期间，师傅讲解整模造型，让我们练习一会后，就给我们一个挖沙造型，让我们先做完的同学自己做，自己思考，后来师傅在给我们讲解挖沙造型，师傅们这种让我们思考的方式，让我体会了李开复老师所说的那句话，“我不敢保证你们在大学能学得任何技能，但我敢保证你们学完大学以后，将会自己思考，并掌握学习方法，无论你今后遇见什么新技能，新工艺，你都能游刃有余”。

在弧焊过程中，师傅让我们了解了弧焊的基本原理，详细介绍焊接的相关操作和一些注意事项，焊接所产生的气味和刺眼的光对人体都是有害的，我们在操作时要懂得保护自己和保护他人，让我们练习几次，甚至几十次，这对于我们安全工程的学生来讲，无疑又极其重要。

在车工实习过程中，我没有注意内圆不规则，没有开车对刀，导致刀具损坏，师傅让我想一下，给我换了一把刀，没有批评我，只是提醒我下次小心，师傅的宽容让我体会清华师傅的宽恕人之心，在数控机床是，老师先给我们讲解原理，教我们编程，让我们自己按照图纸编程，让我学会了简单的编程，在冼工中，师傅让我实习了平面，此轮加工，一不小心，此轮加工坏了，师傅没有说：“没有关系，你们在实习，在学习，你闷在练习，就把它加工完”，在钳工实习，用那锉刀在工件上来回几百次，甚至上千次，让我体会到了我父母每天在家劳动的辛苦。

这次实习，我学得不少金工实习的技能，我真正心得体会不是技能的掌握，技能的练习，而是师傅教给我的自学能力，独自思考能力，在此感谢清华师傅们在短短的10此课程给我技能，培养我思考能力，自学能力。

实习即将结束，静下心来回想，虽然日子忙碌，但在自己的努力实践中和指导老师帮助下我觉得在实习过程中受益匪浅。

教育实习是我们师范生即将踏上漫漫人生征途的标志，对我们的生涯规划有着重要的意义。短短六个礼拜的实习生活转瞬即逝，在这收获的季节里，取得了意想不到的成绩，获得了宝贵的经验，由于经验不足，实习过程中也存在一些问题，现就本次实习总结如下：

教学方面，先听两周的课，第三周开始正式上课，在听课过程中，我不再是听老师讲了些什么，为什么，而是听他如何讲解如何分析，以及这样安排教学内容等。我还积极去听学校其他老师的课，如本实习队所有数学实习老师，还有斗中最为有名气的老师的课都一有空就争取去听，做好听课记录，和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

正式上课期间，每节课都能听从任课老师的指导，认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，并在交予指导老师审阅后进行试讲。学校给我们安排的课不是很多，共十二节，这使我有充分的时间细心琢磨教材，与队友组成的数学备课组一起讨论教法、例题、习题设计等内容，进行集体备课，详细写教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了有改，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率达到最高。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。同时，在评卷中，学会了如何酌情给分。此外还参与了一次大型的月考和期中考试的评卷、统卷工作，学会了如何使用软件进行统计、排名。

为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习数学的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。经常在一个班一答疑就是一节课，根本抽不了空到另一个班去。为了公平，只能一节课去一个班。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，如不等式最值问题，至今仍有好一部分学生是不懂的。学习方式也存在较大问题，没有养成课后及时复习的习惯，该记的公式、定理、知识点还没记好就做作业。“巧妇难为无米之炊”，导致作业无从下手或乱造公式。一节课甚至整个晚自修就做几道数学作业题，学习效率非常低。针对这个问题，答疑时，我会让这种类型的学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。

班主任工作实习方面，我担任高二理科5班的班主任，首先我通过指导老师较快地了解了整个班的情况特点和个别好动生的基本情况，同时了解班级地一些日常工作。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。

在六周的时间里，我更多的是抓学生的学习，纪律和卫生，每天早上都很早到教室，巡视早读情况，监督打瞌睡，发呆或赶写前天晚上作业的同学，提高早度效率。登记好迟到的同学，进行时间观念教育。

学生的纪律方面，理科8班的学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就可以正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那几个学生的一些情况，如学习情况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。

个别教育时，首先让他们作自我评价，看他们那是否认识到自己的缺点和不足。学生对自己的缺点还是有一定认识的，有些还是清楚地认识到，但约束不了自己去改正。认识得不到位的，我再以“老师发现，老师觉得……你觉得是不是呢？”这种方式与学生对话，给学生辩解的机会，避免对学生的片面了解而伤了学生的自尊，甚至造成逆反心理。学生虽然很调皮，但他们都有一个共同特点，就是服理、重事实，容不得老师半点夸大；但，是就是，能勇敢承认。这时，再对他们进行指导教育，学生才能放下防备武器，真正从心里接受老师的教育，认真思考老师的教诲，真正去努力改进。

学生较喜欢踢足球，在实习期间，很庆幸在阳光体育活动上有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对篮球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，组织班赛过于频繁，心思都放在足球赛的组织和开展上了，很难投入到学习，老师对踢足球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来，顺利完成初中到高中的转变。

一、 数学教学工作

先听两周的课，第三周开始正式上课，在听课过程中，我不再是听老师讲了些什么，为什么，而是听他如何讲解如何分析，以及这样安排教学内容等。我还积极去听学校其他老师的课，如本实习队所有数学实习老师，还有斗中最为有名气的老师的课都一有空就争取去听，做好听课记录，和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

我教的是高二理科7班和8班的数学，经过向老师了解和几天的答疑情况，我发现这个班的数学基础还不错，但由于高中新知识的跨度相当大，大部分学生对前段时间的数学学习存在较大的困难。课下聊天时，都纷纷向我诉苦：“老师，数学好难啊！”我一边以坚定的语气鼓励他们：“不怕，万事开头难，高中知识相对初中知识可以说在难度上是一个质的飞跃，但只要你们咬牙坚持，不断地在平时学习的碰壁中摸索高中的学习规律，找到适合自己的学习方法，就会慢慢地找到学数学的感觉了。”给他们学好数学的信心，一边在心里苦苦思索着如何去帮助他们尽快地把学习方式从初中转变到高中来，适应难度较大的高中数学学习。

我主要通过培养他们的数学思维能力和解题能力来提高他们的数学学习能力。体现在平时上课和答疑时对他们的思路引导和方法总结上，基于初中知识与高中知识脱节较严重的状况，给他们那进行了相关知识的补充，如十字相乘法、二次函数最值问题求解、二次不等式的求解等内容。同时，注意培养学生学习数学的兴趣，上课时注意学生情绪的调动，利用学生的好强心理激发学生的学习动力。

为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习数学的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。经常在一个班一答疑就是一节课，根本抽不了空到另一个班去。为了公平，只能一节课去一个班。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，如不等式最值问题，至今仍有好一部分学生是不懂的。学习方式也存在较大问题，没有养成课后及时复习的习惯，该记的公式、定理、知识点还没记好就做作业。“巧妇难为无米之炊”，导致作业无从下手或乱造公式。一节课甚至整个晚自修就做几道数学作业题，学习效率非常低。针对这个问题，答疑时，我会让这种类型的学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。同时，在评卷中，学会了如何酌情给分。此外还参与了一次大型的月考和期中考试的评卷、统卷工作，学会了如何使用软件进行统计、排名。

上课阶段，学校给我们安排的课不是很多，共十二节，这使我有充分的时间细心琢磨教材，与队友组成的数学备课组一起讨论教法、例题、习题设计等内容，进行集体备课，详细写教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了有改，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率达到最高。然后才交给知道老师审批，在指导老师地批改和建议下再做修改，并且在上课前进行试讲。

我的每节课指导老师都会非常负责地坚持去听，做出全面细致地评价，细心地指出我上课过程中所存在的缺点与不足及有效的实际教学建议，并且肯定了我的亮点，鼓励我形成具有自己个人特色的教学风格。在老师的悉心指导下，我的教态、语言、板书、提问技巧、与学生互动、对学生的思路引导各方面都有了明显的提高。我认为自己也还存在不少缺陷，如课堂时间掌控得不是很好，语速稍快，有时希望多给学生讲点，忽略了给学生思考得时间。

二、 班主任工作

（1） 在工作准备方面

我担任高二理科8班的班主任，首先我通过指导老师较快地了解了整个班的情况特点和个别好动生的基本情况，同时了解班级地一些日常工作。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。

尽管听了无数次“老师好”，但每每回应的时候我依然带着欣喜的笑容。每当站在讲台上，被一双双纯净的眼睛聚精会神地望着时，作为一名教师的价值感和成就感就油然而生了。这一个月的时间里，我并没有做到一名好老师，也不可能让所有的学生都喜欢我，但只要有一名学生记住我，那么我的实习生涯就有了难以泯灭的闪光点。

时光荏苒，转眼间我的实习生活已接近尾声。回顾这三个月的时间，既短暂又漫长。因为相对于未来漫长的工作生涯，三个月时间转瞬即逝，而以后工作中又能有多少个这样的三个月，能有多少个这样的实习机会那，所以它短暂而又珍贵。而细数这三个月的经历，从一个幼稚的学生转变为社会人，从一无所知到逐渐了解工作内容，经历了激情，迷茫，忍耐与坦然，所有这些变化都是第一次经历。而如此丰富的收获如何不让这三个月显得漫长而厚重。

刚来到车间实习，第一份工作是拧螺丝。我找不到合适的平垫，弹垫，螺母，就只好让同事帮着找好，我再拧上。至于它们的尺寸，配套性等一概不知。“读万卷书，不如行万里路。”大学里的理论知识在实践面前竟显得如此苍白无力，挫败感也油然而生。接着安排我做电控箱接线工作。一张接线图，就成了我工作的全部。下线，打线号，号线，固定，安装，每一步都需要认真，细心。而如何将线接得整齐漂亮是需要时间磨练的。看着师傅们熟练地接线，仿佛在完成一件艺术品般全神贯注。我想一个真正合格产品的完成是需要细腻的心思和艺术家的眼光的。

可惜接线工作只有短短一个星期的时间，我又被安排做领料工作。物料，是整个车间装配的基础，是工作管理的核心。大概是7月10号开始，也是我刚来领料的时间，公司就全面推出了k3系统。以前如逛超市般简单的领料工作变革了。任何物料的出库都需要一套完整的工序。需要技术下发的物料清单，需要领料员的领料单，需要库房专门法了人员出库。任何环节的拖延都有可能影响物料领出的效率。而这一切又需要k3这一软件的支持。初上该系统时，因为历史数据繁多杂乱，领料经常出现问题，不仅没有效率，而且领料员在库房和车间之间协调沟通，身心俱疲。车间急需，库房又不给，就是中间的领料工作有问题。很长时间，我心理压力特别大，不仅如此，经常加班也消耗着刚来时的热情，但我没有抱怨。这是刚工作的我们都得走得一条路，也是唯一的一条路。刚来时激情洋溢，到后来迷茫，困惑到最后淡定冷静。我都挺过来了。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”巨大的心理变化锻炼了我的心理承受能力和意志力，让我更坚强，更从容地面对以后工作中遇到的困难。一个人的快速成长就是在困苦磨难中锻炼起来的。我成长了，因为我收获了自信，直面困难的信心和决心。

工作之余，公司为我们安排的各种培训也让我收获了很多。各部门的培训，让我对公司有了整体的认识。无论这些培训内容是不是与以后工作有关，但我相信知识都是相通的，艺多不压身，以后肯定有用得着的地方。protele培训为我提供了一个了解机械的机会，而且我自认为机械是一门实用但不失趣味的学科。在这里感谢人力资源及其各部门领导为我们做的精心安排，这些培训让我们受益匪浅。所有这些经历中，印象最为深刻的就是在野外拓展训练中我的断桥之旅。在4米多高的断桥上，经历了许多心理变化，从胆怯，退缩到冷静，成功跳跃，也完成了一次对自我的挑战。在这次拓展训练中，我深刻地明白了一个道理，当你面对困难的时候，首先要有敢于面对它的勇气，冷静思考，才能采取措施，才有可能成功。即便失败，也无悔于当时的选择。

我和姚老师在学校的安排下到国茂减速机集团进行为期一个月的见习锻炼。国泰减速机集团大门虽然很小，可越往里走就越觉得别有洞天。它一共有五个制造部组成，有近1500名员工，共生产bx系列、zdy系列、zlyj系列、dby系列、gr、gs、gk、gf系列、pv系列等十几个系列上百个品种的减速机。年产约40万台。他拥有各种国产、进口普通加工机床、数控加工机械、加工中心等，固定资产达4.5亿元。在国内减速机行业中享有极佳的声誉。

我俩在厂方的安排下，分别到每个制造部进行一周左右的见习。

第一天上班的早晨，我俩就因为没有按要求穿上工作服进厂门，被门卫拦住并“狠狠”地教训了一顿，我俩连忙保证今后不再重犯，赶紧换上了宽大的工作服。这让我们感到了厂纪厂规的严明：工人每天上下班必须穿工作服，进出厂门要刷卡，严格作息时间，工作时间必须在岗，迟到一分钟都将扣工资，严重的还要写检查。所以，我们能一直按照工厂的规定上下班，从不迟到、早退。有事及时请假，不随便旷工。

在国茂的一个月里，我们了解到了各种系列类型减速机零件的加工工艺过程，包括传动轴、各类齿轮、摆片、针轮、箱体等，还有整机的装配工艺过程，工量具的使用、机床夹具的结构等。遇到不懂的问题及时请教厂里的师傅。积累了一定的感性认识，再结合平时的理论，觉得自己确实受益良多，将更利于今后的教学工作。

今年的国茂似乎一点儿也没有受到金融危机的影响，各个制造部的订单一张连着一张，工人早的五点多就开始干活，加班到晚上九点，更别说有节假日休息了，可还是有来不及交货的现象，制造五部的部长甚至要求所有的车间主任每天下午必须到装配车间劳动。看到厂里的员工在这么闷热的车间里挥汗如雨、不辞辛苦地劳作，我们也积极地投入到劳动中。虽然我们不太会做大件的装配、不太会调齿轮和轴承的间隙，但还是尽力帮他们搬工件、拧螺栓，插柱销、安装一些简单的零部件，虽然汗水不停地从额头流下来，但和工人们一起劳动，不时地互相交谈，保持轻松的气氛，倒也其乐融融。时间在这过程中一分一秒地过去，经常是一看表，居然快到下班时间了。看到自己的劳动成果，我们也充分地感受到了劳动的快乐！

在国泰减速机集团，我们接触了厂里的一些员工，包括实习生、普通工人、车间主任、制造部部长、总监等。和他们进行了一些交流，从交流中我们得到了很多的信息，也产生了很多的感想。

该厂行政总监兼工会周主席的一席话给我留下了很深的印象，他们厂里有好些来自我校、常高技、常州技术师范学院和大学城等学校的毕业生。技校的学生行为习惯普遍差，怕吃苦、没有良好的就业心态，相对而言，倒是外地来的打工者虽然上学时间少，却吃苦耐劳，肯专研。这说明了什么呢？我们学校的管理确实也把学生的行为习惯作为班级管理的重点来抓，可为什么收效却不佳呢？

我们还认识了几个来自不同大学的毕业生，其中不乏高材生。有几个已经换到第二个单位了。他们大多是销售部或市场部的，也要求在上岗前到各个车间见习，他们很少是学机械专业的，现在却不得不转行。他们对减速机结构、原理一窍不通，知道我们就是相关专业的教师后，十分诚恳地向我们请教，甚至要求我们像对学生一样地去指导他们。这使我们感觉到现在大学生就业的困难，一个良好的就业心态是多么重要！

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