

# 学生顶岗个人总结200字(锦集6篇)

作者：春暖花开 来源：ECMS帝国之家 zhann.cn

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/shuxin/211602.html>

## ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

学生一般指正在学校、学堂或其他学习地方受教育的人，而在研究机构或工作单位(如医院、研究所)学习的人也称学生，根据学习不同阶段，我们可以把学生分为：幼儿园学生、小学生、中学生、高等院校学生(大学生、硕士研究生、博士研究生)等等。学生是一种身份的名词，具有学籍的人都统称学生。下面是小编为大家整理的学生顶岗个人总结200字(锦集6篇)，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

### 第1篇: 学生顶岗个人总结200字

时间过的真快，中专的日子就快要结束了。十二年的学习生涯，正在远离我的身旁，变成了我身后的影子，而它留给我的只有年少的懵懂。到底该是喜悦，还是悲伤，似乎都已经不那么重要了，眼前的未来才是最重要的。

转眼间，我已经在这里工作了一个月，也许是自己太年轻了，完全不知道自己该怎样确定自己的位置，不知道以后会怎样。我想参加了实习的同学都会有这样的体会吧!一个月的时间说长不长，说短也不短，但我知道这些日子对我很重要。我必须坚持做好自己的工作，为我将来的发展打下坚实的基础。

我参加实习的单位是\_\_材料有限公司，主要是做检测方面的工作。其实，我很庆幸自己就能拥有这份工作，但就是不知道为何总也提不起精神。刚刚来到公司的那几天感觉一切都是那么的美好，但几天下来才发现事情不是那么简单。

现在来说说我的检测工作吧。公司主要是生产胶料、涂料之类的合成产品，我需要检测的就是这一系列的粘粘的东西了。不要以为检测的东西就那么几样，其实有很多，而且都很复杂，但分配给我的也就几种过程。说说检测表干吧，这个是很容易的，所以我记得很清楚，就是看着一些胶料表明的风干时间，至于什么制片、测黏度、强度之类的方法，都很专业了，我就不一一例举了。

反正不管怎么说，坚持、坚持、再坚持!万事开头难嘛，我相信在经过这段时间后，一切都会变好的。

### 第2篇: 学生顶岗个人总结200字

顶岗实习是培养学生综合运用所学知识，发现，提出，分析和解决实际问题，锻炼实践能力的重要

要环节，是对学生实际工作能力的具体训练和考察过程。xxx年7月我进入深圳市\*\*\*工程造价咨询公司，开始了我的实习生涯。

## 一、实习公司基本情况

深圳市\*\*\*工程造价咨询有限公司于20xx年成立，注册资金\*\*\*\*万人民币，是从事过程建设招标代理、工程造价咨询的专业过程咨询公司，现具有招标代理乙级资质、工程造价咨询乙级资质，能够为工程项目建设业主提供企业过程、全方位工程建设咨询服务于工程项目管理服务。

## 二、实习过程

对于一个刚离开学校开始跨进社会的学生来说，工作经验无从谈起，面对期待已久的工作既开心又紧张。为了让我们尽快的熟悉公司的流程和快速上手的工作，在公司实习的过程中大概可以分为三个阶段，即：刚来公司的前期，对公司工作流程熟悉了了的实习中期，快要结束的实习后期。三个阶段的实习工作内容如下：

所说的实习前期是指我们刚进公司的第一天，公司为我们拟定了一个为期两个星期的培训计划。培训形式为，印发资料自己学习为主，公司主管人员讲解为辅的培训方式。前期培训的主要内容有：招标代理机构的资格认定管理办法、和工程造价机构资格认定管理办法；代理服务费用管理办法和造价服务费管理办法；招投标法、招投标条例及招投标管理办法；招标公布发布管理办法和中标结果公示制度；建设项目招标范围和规模标准；各个区县的办事流程；建委和发改委抽取专家表的设置和抽取办法；标准的施工招标文件和施工审查文件的编制；工程量清单计价规则和安全文明施工措施费用计取及使用管理规定。

当我们对招标代理工作的相关知识了解得差不多的时候我们也开始投入到各个项目中去了，也就是我们实习阶段中最重要的实习中期。我们开始跟着他们一起去参加各种形式的开标会议，以及到各个部门去办理相关手续。慢慢的我们开始接收招标文件以及开发票并协助唱标人开启各投标单位的投标文件，在评标室里协助评标专家评标，开标结束后整理投标资料编写情况报告。当我们熟悉了这些工作流程后就开始唱标，去建委或者采购中心专家信息库去抽取评标专家，到各个区县去报名，到各个区县建委或者发改委报建等工作。

## 三、收获与体会

### （一）思想收获

通过这次毕业实习，我发现了自己许多不足的地方，做事不够细心，就拿上次的情况报告一下吧，做好了个标段后其他标段根据工程本身的特点来修改就可以了，最后交上去的时候很多地方都没有改到，这个事自己太粗心了，以后做事一定要小心谨慎，做好了一定得好好的检查。工作时一定要认真准时的完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。时刻要想到我们的肩上开始扛着责任了，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张道歉书所能解决的。

在实习过程中我也收获了很多书本上学不到的知识。总体上来说主要收获有做事一定要细心仔细，在工作中面对各种情况要灵活面对，遇到自己拿不准的事情一定要及时汇总领导，作为服务行业的一定要在态度上温和面对其他人，面对业主或者监督部门时即使有很多不满

意的时候也要控制自己的情绪。

## （二）工作收获

在这短暂的几个月实习中，我也收获了不少。现将这几个月的收获总结如下：

编制情况报告：各种不同招标方式的项目所需要的资料个和各个月报送单位是不一样的，一定要先与业主或相关部门衔接好。确定要那些资料，然后才开始编制。在编制过程中要做到细心仔细。

项目招标报建：首先要明确这个项目属于哪个部门管，是建委还是发改委管，然后根据项目的招标方式前期报建需要资料和流程。

发招标公告：根据项目具体的情况与业主商定好招标范围，投标单位的资质要求与业绩要求等重要信息。把编制好的招标公告和招标文件报相关单位进行审核。合格之后到信息中心发布网上公告，有时候同时卖招标文件。

开标过程：开标会议开始后，需要一个人主持开标会议，还有一个人操作电脑，一个人唱标，一般情况下，开标至少要3个人。主持会议一般按照招标文件规定的程序进行，一般没有特别要求，要注意的是要灵活应对各种突发情况。唱标时要注意的问题是，根据招标文件规定的程序随机开启各投标单位的投标资料，首先要检查是否密封完好，其次是看是否签字印章齐全，如果其中一个不满足即为废标，在唱标报价的时候还要注意有些单位的大写金额与小写金额不一样时，一定要宣布出来，然后以大写的金额为最后的报价。

专家评标：开标休会时要把各投标单位的投标资料报评标室请专家评选，我们要为专家们解答一些关于招标文件规定的一些内容，以及一些突发情况。然后及时汇总评标专家的评审结果。在这里可以了解到专家评语的全过程以及如何评分的。

通过这次毕业实习，我对招标代理有了新的认识和理解。在课堂上学习招投标知识时，在老师讲解下似乎轻而易举，当自己亲临其境或亲自上阵时才知道难度、才意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。

通过毕业实习，我觉得理论知识的学习是必要的，学好理论知识，才可以更好的适应工作。这几个月的实习期间，体会到了古人曾说过的一句话“疏导用时方恨少”。可是世上是没有卖后悔药的。我只能不断学习，吃苦耐劳，踏实工作，拓宽视野增长见识，积极面对每一天的挑战，体会社会竞争的残酷。明确今后人生生涯中应该发展的方向，在工作中积累丰富的知识和宝贵的经验，为将来自己走创业之路做好准备。

## 第3篇: 学生顶岗个人总结200字

工程造价专业学生的生产实习必须与工程实践紧密结合在一起。在实习过程中，运用所学的专业知识，解决工程实际问题，检验并提高学生的实践动手能力和技能水平，加深对所学专业课程的理解，增强综合运用专业知识的能力，同时，在生产实习中学习掌握新技术、新设备、新材料、新工艺和新方法等方面的新知识，提高运用理论知识解决实际问题的能力，为毕业后从事专业工作打下基础。

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。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，绝不草率敷衍了事。对自己，对工作，对老师，对学校的声誉负责。实习中我主要做了看图纸、熟悉规范·定额，做简单的造价，预算，标书和在施工现场做材料员等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。首先我简单的汇报一下，刚进公司对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，编写了一份标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻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。

实习期间我们也下工地进行了实践，看了基础桩的检验、接桩、绑钢筋等。我们观看了基础桩检验的整个过程，对基础桩的验的仪器还是比较先进的，能够检验出大部分不合格的基础桩，其中主要是断桩和上部桩含泥量过大（泥桩）。断桩的形成主要是由于混凝土凝固后不连续，中间被冲洗液等疏松体及泥土填充形成。防治措施主要是混凝土浇注过程中，应随时控制混凝土面的标高，提升要准确可靠，并严格遵守操作规程。严格确定混凝土的配合比，混凝土应有良好的和易性和流动性，坍落度损失应满足灌注要求。灌注混凝土要求灌注过程连续、快速，准备灌注的混凝土要足量。泥桩的形成主要是由于机器在接近地面的时候，机器内混凝土大部分被注入到土层内，导致混凝土对下部桩的重压力变小，从而引起土杂质进入混凝土中，导致桩的承载力严重下降，必须予以处理。对泥桩的处理比较简单，基本上都是挖掉上面的一部分，大概有一米，然后再上面进行接桩，接桩的过程就是桩的混凝土浇注过程，没有太多的技术含量。但是接桩也不是很简单的，由于接桩的部位低于施工排水面，所以接桩时要人工把接桩处的桩坑内的水排放干净，这个过程既费人力又费工时，有待于技术的革新。其实早已经有了更简单方便的施工方法，只是由于还不很经济，所以得不到广泛的应用，那就是预制混凝土桩。预制混凝土桩根据图纸要求在工厂里面加工，对桩的质量把关比较严，所以桩的质量有可靠的保证，而且预制混凝土桩在打桩过程中主要根据贯入度和尖端摩擦承载力来判断桩的入土深度是否合理，不足时可以接桩，非常方便。实习使我的知识水平有了显著提高。实习是一个让我们把书本上的理论知识运用于实践中的好机会。造价的有些知识相当抽象，空纸上谈兵是理解不了的。通过实习，我不仅加深了对已掌握知识的理解，还解决了困惑我许久的一些似懂非懂的知识。以前常感叹造价的内容太抽象，现在想来，其实一点都不难，关键在于理解，而实践则是帮助理解的最好老师。

实习是连接学校和社会的桥梁，我们可能具有扎实的理论功底，但实践和理论有一定差距，学校不是实践的场所，实习帮助我们缩小差距，让我们了解实践，以便实现学校到社会的重要过渡，是教学必须的、重要的环节，是对的、有意义的做法，我们应该把握和珍惜实习的机会。

时光如梭短短两个月的实习，在不知不觉中结束了。我认为从事造价工作的人员应注意的一个原则就是：不能只依文字上的介绍来进行概预算编制，还应考虑施工现场的情况，深入工地进行调查了解后再进行编制否则在决算时承包方和发包方会出现纠纷，为了尽可能的减少这种情况的发生，造价工作人员必须做好本职工作。工程造价是指进行某项工程建设所花费的全部费用，根据图纸、定额以及清单规范，计算出工程中所包含的直接费、间接费、规费及税金等。但工程造价比较繁琐，一定程度上要求比较精准，所以工程造价实习很重要。我很幸运公司给我这次机会让我学到了不少在课本中学不到的东西，这是一次理论与实际的结合，还进一步拓展了自身综合能力，尤其是如何处理好人际关系，这是何等的重要！同时我也看到了自己的不足，对工作一定要

认真扎实；一定要有吃苦耐劳的精神；一定要有责任感和使命感，还要不断的扩展自己的知识面。实习是踏向社会的一个关键时期，我们在学校学到的知识较零散，实习将知识系统化。俗话说：活到老学到老。要不断学习经验、积累知识朝着这个方向努力。一份耕耘一份收获，一个人成功与否取决于个人努力，我们年轻而富有朝气，实习是未来职业生涯的开始，实习的经历会成为永远难忘的回忆。

## 第4篇: 学生顶岗个人总结200字

从我踏进实习单位的那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，必定会给我带来生命中无与伦比的财富。

### 一、实习目的：

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识正确性。在这个时候，我来到\_\_生物科技股份有限公司在这里进行我的毕业实习。

### 二、实习内容及过程：

为了达到毕业实习的预期目的，在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个的实习工程中，我总共做了以下的一些工作，同时自己的能力也得到了相应的提高。

- 1、工作能力。在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。
- 2、实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。
- 3、实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是毕业论文积累了素材和资料。

### 三、实习总结及体会：

在摸索中，为期一个月的顶岗实习结束了。带给了我太多的回忆与反思。我虚心听取老师和同学的意见，尽我最大的努力认真做好每一件事。我很庆幸我和同事们的关系很融洽。同时我在实习中也发现自己很多的不足。这次实习对我的社会经验、人际关系也有很大的帮助。

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，是教师和学生用情感书写的传奇，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。

## 第5篇: 学生顶岗个人总结200字

顶岗实习是\_\_大学的一项重大举措，对我们师范类学生来说是一个很好的锻炼机会，也是很好的体现自身价值的机会。我们可以通过顶岗实习给自己一个明确的定位。在实践中接触与本专业相关的实际工作，增强了专业技能，锻炼我们综合运用所学的基础理论去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来提高实践动手能力，为以后走上社会打下了一定基础。

通过实习我们可以把实习中遇到的问题、困难和自身的不足在以后的学习中有针对性地解决。我想这就是学校安排我们大三实习的目的，我很幸运成为\_\_大学顶岗实习大军中的一份子!

实习的两个月很快接过去了，回忆实习过程我的心情此起彼伏，总结如下：

在教学方面：在教法上注重启发学生，培养学生思维的发散性，提高学生的想象力，丰富学生的知识，培养学生的创新的精神。在教课过程中抓好课堂纪律，加强对纪律和组织性较差的学生的教育等。

在生活方面：我们几个人在一起吃饭、打饭、打水……我从来没有想到虽然几个不认识的人在这么短的时间里能熟识到这种程度。我们经常在一起说笑，谈谈在学校的时候的事情，说我们第一次见面时的印象等。

在学习方面：我的课程安排地较满，每天都要给学生上课，尤其是初三的毕业生。他们面临的是人生的一次转折，这需要提高绘画技能。

在短短的两个多月里，我学到了很多。这比在学校这么长的时间里学到的更精彩、更丰富。但同时也让我感到自己以前学习得不够认真等一些问题，回校后一定要认真总结为以后的学习做一个系统而缜密的计划和安排。这次实习使我加深了对教师工作的认识 and 了解，进一步巩固与发展了专业理论知识，培养了独立从事美术教学及教育研究工作的能力，坚定了我从事教育工作的理念。

总之，要给我们实践的机会，我会在接下来的时间里认真总结，为将自己塑造成一个符合时代要求的教师而不懈努力!

## 第6篇: 学生顶岗个人总结200字

前一段时间我们去永坪炼油厂顶岗实习，感触良多。石油是我们国家的命脉，石油加工工业更是国民经济的基础工业之一，我们在工厂里看到了很多先进的石油炼制设备和石油加工方法，感觉到我们在学校学习到的知识还是非常有限，远远达不到工厂的要求，这就要求我们在学习上还要多吸收一些课本以外的知识，多去工厂参观和实习，这样我们毕业以后才能更好、更快地达到工厂的要求。

陕西延长石油(集团)有限责任公司永坪炼油厂位于延安市宝塔区以北七十公里处的延川县永坪镇。其前身是1907年创办的“延长石油官厂炼油房”。在历史上不仅开辟了中国陆上石油炼制工业的先河，而且还为中国革命的胜利做出过重要的贡献。

长期以来，永坪炼油厂始终坚持“科技兴厂”的办厂方针，狠抓炼油规模生产，不断提高科技含

量，先后进行了数十项技术改造，使永坪炼油厂从一个小型炼油厂发展成为一个拥有400万吨/年常压蒸馏装置，170万吨/年同轴式全重油催化裂化装置，15万吨/年催化重整装置，20万吨/年柴油加氢-临氢降凝装置，以及配套的风、水、电、汽、储运、产品精制、消防等设施，主要生产“三延牌”90#、93#、95#车用无铅汽油、石脑油，-20#、-15#、-10#、-5#、0#、5#、10#轻柴油、煤油，油漆工业用溶剂油、三线馏分油、常压重油、催化重油和液化石油气产品，固定资产达18.2亿元的现代化中型石油炼制企业，轻质油收率、单位利税、单位加工费、产销率等主要技术经济指标在全国同类炼油厂中名列前茅。

通过本次顶岗实习使我们了解现代工厂、车间、岗位的三级安全制度和相应的各种安全措施和注意事项;了解实习单位的主、副原料和辅助原料的性质、规格、质量指标，了解主要产品或半成品的名称、质量要求;了解实习岗位所采用的生产方法、基本原理、工艺主流程;了解实习岗位的主要设备名称、型号、规格和作用;了解实习岗位的操作规程、控制指标和主要工艺影响因素等。

实习虽然只有十周的时间，但是在带队老师的精心安排下，我们每人由一个师傅负责，跟师傅学习本岗位的相关知识。闲暇之际又轮串了其他车间，同时我们还有机会锻炼自己，自己做讲解员给其他组的同学们讲解自己所在的车间。我们在自己的车间中，通过请教技术员，自己研究，与同组同学讨论等方式，我对我自己所在的车间--常压蒸馏 车间有了深入的了解，同时也对《化工原理》、《石油加工工艺》、《化工工艺学》、《化工设备》、《化工腐蚀与防护》等课堂上所学的书本知识有了更加实际的理解，把书本上的知识主动的应用到实际生产当中去，学习到了不少实际生产知识。也认识到了书本上所学的知识与实际生产是有差距的。

十个周顶岗实习工作的磨练，培养了我良好的工作作风和埋头苦干的求实精神，树立了强烈的责任心，高度的责任感和团队精神。生产实践让我学会脱离浮躁和不切实际，心理上更加成熟坚定。为走向工作岗位做好充分准备，在今后的工作中，我将继承和发扬自己的优势，学习改进不足。适应企业发展要求，努力把自己的工作做的更好!

短短的十周时间，我学到了很多知识。在这里我要感谢我们学院的领导老师们的精心安排，感谢车间里的工程师技术员的耐心指导，感谢我同组的同学们的相互帮助。特别指出的是，感谢二位带队老师与我们同甘共苦，使我们对生活和学习都充满信心!

通过这次实习，让我对炼油厂有了更加全面的了解，为日后的实际工作打下了基础，同时使我更加热爱石油化工这个行业，在今后的日子里，我会更加努力学习专业知识，为我国的石化事业贡献出自己的力量。

更多书信范文 请访问 <https://xiaorob.com/fanwen/shuxin/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发