

暑期服装厂实践报告 大学生服装厂暑期 社会实践报告(优质5篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？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。

暑期服装厂实践报告篇一

实践报告是进行实践后的报告；是指有目的、有组织、有计划的深入实际、深入社会，对完成的社会实践活动的一个总结报告。下面小编整理的大学生服装厂暑期社会实践报告1500字，欢迎借鉴。

暑假伊始,带着兴奋的心情,回到了我那山青水秀的故乡。可那些美好的东西毕竟不可能一直陪着我!因为我要面对着现实社会!所以我得去工作--打暑假工!

通过他人介绍我进入了广东一个普通的外贸服装厂，刚一到厂的时候，身边接触的人也完全换了角色，没有了老师的指导，没有了同学的互助，一切都在上级的安排下和前辈的教导里，一切都处在巨大的转变中。

在到厂里的第一天我先是整体的参观了整个厂区布局，对公司整体的认识，工厂规模庞大却也并非所想象的那样，各个生产有条理的，安排的有的，是以后需要去的，毕竟学校的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业一目了然，才能从上服装行业的发展。

因为我是男(女)生，所以一开始给我分配的是缝纫，当时觉

得缝纫还好，毕竟在学校也学过一些，因该没什么大问题吧！可是当我踩了一天的缝纫机后，我有种想做缝纫机的感觉，让别人踩我吧！懒得动了！那腰真的是直不起来了！但我想到了以后的日子，还是挺了下来！再后来就好多了，没有第一天那么累了！

在经过一段时间的实践后，我渐渐的知道了一些在课堂上学不到的知识！国外服装与国内服装在板型尺寸上有大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖较长4在色彩的选择上以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色。与国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上上都有口袋，来说多，并且许多立体口袋。

在外贸服装企业，客户是要检查样品的，，邮寄的样品要符合其在样衣订单里的要求，才能下面的，过程是反复的，往往要几次甚至十几次修改才能最后的确认下生产订单。过长的反复，浪费了人力物力财力，更的是违背了 金钱 的现代市场准则，，这就要求部和技术、生产线各个环节的沟通协作，质量和；次一，还要考虑邮寄的和费用，降低成本。

工厂生产的需要，被调到后段工作了很长一段，后段在工厂里指的是锁钉、整烫、检验、包装等几个服装加工的后整理阶段。我待在检验的最长，体会也就最深：检验是质量控制必不可少的组成。的质量检验系统要质量是不的。质量检验与质量预防相比，说是落后了节拍，属于事后把关，把关毕竟仍是而的控制手段。预防看是可以不质量缺陷，那么检验的一面下次不再。要对所产品作 100% 的检查，返修或重新整理，会出运。

正如一位师傅所说的那样，一件衣服在工厂是百分、千分、万分，可是到了顾客手里，那百分之百！检验成衣，要仔细检查每一件成衣，污损、色差大、皱、破旧、抽纱等问题时，

贴上特殊的箭头小标签，按问题种类分挂在不同区域，然后送到的做。合格产品还要清理多余线头，粘除毛絮等，还要注意产品的组织结构、尺寸规格、颜色和文件应该，完全的合格。

在实习的期间，厂方还安排了经验的闫师傅给了四次理论课程的培训，这与在学理论课程是截然不同的，是以闫师傅二十多年的从业经验为基础的，以事例为范本，讲述服装加工工艺和管理，分别从样品试制、原材料的组织、工时定额、裁剪缝制织物密度、色差、缩率等等一一了详细的讲解，更与了现代服装企业的管理中的问题。使对实习更的体会。

开始时间: 20xx年 月 日

完成时间: 20xx年 月 日

实习单位介绍:

单位名称: 天津市尼彼欧制衣有限公司

(天津工业大学实习实训基地)

地址: 天津市东丽区空港物流加工区中心大道东九道8号

企业性质: 合资

主营: 自营和代理各类服装及技术的进出口业务

天津尼彼欧制衣有限公司成立于20xx年，由原天津服装四厂、服装五厂等老厂为基础组建而成，有着50多年的服装制造经验。是拥有上千人的大型国有企业。是天津市有关部门批准组建的以国有股为主体，吸纳社会法人和自然人入股的股份有限公司，，注册资本金6000万元，拥有60000多平方米的厂房，5000多人的劳动工人，拥有erp系统管理和先进的生产设

备。公司连续多年被评为全国出口最大500家企业和天津市出口50强企业之一，拥有时装、女装、休闲、裤业、运动等五个联系在一起的分公司。

主要经营服装出口加工生意，主要从事各类服装、服饰制品、纺织制成品的生产、销售和进出口业务。经营品种包括各种优质棉布、棉涤纶、毛呢、化纤、混纺织物、丝绸、裘皮等面料制成的70余个品种的服装以及床上用品、旅游用品及杂品等。市场遍及美国、加拿大、澳大利亚、日本、韩国、南美洲等国家。

实习目的

实习在于培养实践动手能力，使所学的专业理论知识与实践相结合，为更好的适应社会的需求打下良好的基础。通过到服装企业生产一线实践的方式，对服装生产从设计、裁剪、工艺制作到检验、整理、包装的整个过程中所需的专业技能与生产管理能力和得到系统的、强化的、实战的训练。

实习内容：

实习的主要内容是围绕服装专业高级技术岗位实用性人才所必备的基础技能制定的，分为四个部分：

1、服装顶岗实习cad包括效果图cad、纸样cad、放缩cad、排料cad

2、服装顶岗实习制板，包括服装制板(净样、里料、辅料、毛样)、工业制板

3、服装顶岗实习工艺，熟练掌握不同款式服装从准备工作开始到缝制的整个过程以及后整理的整个工艺流程的每一个环节的技术要求。

4、服装生产管理，做到了解整个企业的生产特点，生产线的组织，各个阶段质量的控制方法等等。

实习体会：

我们实习所在的工厂是尼彼欧制衣有限公司下属的时装分公司，具有所加工的产品种类繁多，变化快，且产品完成质量好，工艺规范等诸多优势，非常适合作为我们学习观摩的服装企业。这是我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，从学校到社会，环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之后完全不同，一切都处在巨大的转变中。

刚一到厂的时候，我们先是整体的参观了整个厂区布局，对公司有了一个整体的认识，工厂虽然规模庞大却也并不是我们所想象的那样复杂，各个生产部门都是有条理的，安排的方式都是有效率的，这些是我们以后需要去深入了解的，毕竟学校对于我们的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业做到一目了然，才能从根本上推动服装行业的发展。

我们的日程安排根据实习内容规定的四个方面，实行的是分组轮换制，每一个阶段约为四周左右，在第一阶段，我被分到了公司技术部的制板室，这让我心中一阵暗喜，我喜欢打板师这个职业，因为我喜欢思考，对数字敏感，对服装的变化好奇，制板这门技术把服装款式设计的感性思维上升到了理性分析的层次。

可是在第一天的时候我就开始犯难了，一个难题摆在了我们的眼前，公司的制版方法与课堂上的理论有很大的差异：1公司比例制图方法与学校原型制图法的差别。2因为公司是以外贸服装加工为主，所以版型的设计是以客户订单和样衣为标准的，外贸服装严格的数据精确度如：前浪18.5，后浪30、袖笼高26.5……而且有许多专业名词使我们从未使用过的。3

订单上所提供的尺寸都是成衣尺寸，不需要再在考虑原型法里所说的放松量，4订单上所使用的尺寸都是以英寸为单位计算，等等。这就使得我们必须迅速地适应这一转变，换一种思维和方法制作出符合订单尺寸且外形美观的纸样。

其次，国外服装与国内服装在板型尺寸上有相当大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖普遍较长4在色彩的选择上一般以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色。与我们国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上基本上都有口袋，数量相对来说比较多，并且许多都是立体口袋。

在连续试打了两个款式的样衣板后，才慢慢琢磨出一些滋味，其实，在制板的时候无论“原型法”还是“比例法”，各有各的优势所在，要融会贯通综合运用，才能做出更精确，更美观的纸样。

在这期间，我们还参观了尼彼欧的cad中心，尼彼欧使用的法国进口的力克cad系统，在这里我第一次见到了完整地服装cad系统，真是大开眼界阿，在尼彼欧cad的使用主要用于放码的，师傅做好的母板，用扫描仪输入进电脑里，再进行号型放缩，大大提高了工作效率，以往用手工一两天才能完成的放码工作，用电脑几十分钟就可以完成，而且精确度还要优于手工。完成后的大货板(工业纸样)通过笔式绘图仪打印在麦架纸，而且绘图仪使用普通圆珠笔成本极低，一套完整的纸样只需几个小时就可以投入生产使用。

其次一般工厂都有纸样间用来保存纸样，多年来积存下来的纸样非常多，不但占用房间，保存困难，而且查询非常麻烦。使用cad以后让所有的纸样都成为数字，不管有多少纸样都可以保存在计算机里，每时每刻轻松查询。

不过可惜的是，因为设备昂贵，我们不能亲自上手体验一下，

只能期待以后的机会了。

在这时，担任我们指导的王师傅，感觉我们的基础实践知识的不扎实，提出要让我们到样衣生产线上去呆一段时间，详细地记录下每一道工序，从样衣制作的过程中去体会纸样。同时也是对下一个环节的学习。在外贸服装企业，客户是要检查样品的，因此，邮寄过去的样品一定要符合其在样衣订单里的要求，这样才能进行下面的步骤，但是这一过程是十分反复的，往往要经过几次甚至十几次修改才能做到最后的确认下生产订单。过长的时间的反复，不仅浪费了人力物力财力，更重要的是违背了“时间就是金钱”的现代市场准则，因此，这就要求业务部和技术、生产线各个环节更好的沟通协作，提高质量和效率；次一方面，还要考虑减少邮寄的时间和费用，降低成本。

因为工厂实际生产的需要，我们被调到后段工作了很长一段时间，后段在工厂里指的是锁钉、整烫、检验、包装等几个服装加工的后整理阶段。我待在检验的时间最长，体会也就最深：

检验是质量控制必不可少的重要组成部分。没有完善的质量检验系统要完成质量是不可能的。质量检验与质量预防相比，虽然说是落后了一个节拍，属于事后把关，但是把关毕竟仍是一种重要而有效的控制手段。如果预防看作为是可以不发生质量缺陷，那么检验的积极一面就是为了下次不再发生。因此要对所有的产品作 100% 的检查，如果返修或重新整理，会影响出运。

正如一位师傅所说的那样，“一件衣服在工厂可能是百分之一、千分之一、万分之一，可是到了顾客手里，那就是百分之百！”因此负责检验成衣，要仔细检查每一件成衣，发现污损、色差大、皱、破旧、抽纱等问题时，贴上特殊的箭头小标签，按问题种类分挂在不同区域，然后送到相应的部门做处理。对于合格产品还要负责清理多余线头，粘除毛絮等，

还要注意产品的组织结构、尺寸规格、颜色和文件应该全部准确，保证完全的合格。

在实习的期间，厂方还专门安排了经验丰富的闫师傅给我们进行了四次理论课程的培训，这与在学校的理论课程是截然不同的，是以闫师傅二十多年的从业经验为基础的，以真实事例为范本，讲述服装加工工艺和管理，分别从样品试制、原材料的组织、工时定额、裁剪缝制以及织物密度、色差、缩率等等一一进行了详细的讲解，更与我们讨论了现代服装企业的管理中的一些问题。使我们对实习有了更深刻的体会。

在与闫师傅的讨论中，我深深感觉外贸服装厂要适应市场发展的要求，必须重视运作管理。建立与市场环境相符合的生产体制，服装加工这一产业，是一个非常繁琐的行业，更是一个繁忙的行业。在需要的时候，按需要的数量及时间，提供需要的产品，就必须要让员工充分认识一秒钟的价值，将时间的浪费压缩到最低限度。可在现实的运作中，加班加点在人们得意识中已经成了正常现象，有时甚至会出现连续工作30小时以上不间断工作的现象，这一点在车缝着一环节表现得尤为明显。可是在分析客户从下订单到发货的过程时间规定时，却发现在时间上并不紧迫，这就说明在工作时，一定有浪费存在，因此排除浪费很重要。从工厂的运作来看，自客户下订单开始，技术部门开始工业板制作、工艺流程设计、流水线安排等事宜。采购部门开始组织加工所需原料、辅料，以及包装需要的商标，吊牌，包装袋，纸箱等物。而最大的问题就出在这里，材料组织时间越长，留给后面工序的时间也就越少，这就造成了上述现象的发生，而这一问题的解决，除了自身调整外，还要依赖大环境的发展，即整个纺织服装产业的发展，随着我们高新技术纺织工业园的发展，我相信这一难题会得到有效解决的。

此外现在服装企业的竞争力是靠按时交货、成本低、质量好来提高。尤其是在外贸服装企业大多数订单要求产量大，交货期又短，进行的贸易属于加工贸易里的来料加工，采用的

是定牌生产，企业利润的主体就是赚取加工费，可见服装贸易发展的艰难，“生产无缺陷”的产品才能最大限度的取得效益，因此进行整体质量管理活动显得尤为重要。而在工厂里不合格品往往是在最后工序发现的，且存在一定程度上的互相推卸责任，这样是非常不可取的。质量管理中重要的是防止失误再次发生，绝不能在同一块石头上绊倒两次。这就要求管理者、技术人员要做到亲临生产现场，实地观察，这样才能在操作现场及时发现问题，使问题在前工序排除。在生产现场发现异常，要马上想方设法解决，质量是各工序做出来的，而不是检查出来的。产品不管进行多少次检查，也不可能把不合格品检查成合格品。因此，预防是质量管理的关键。

企业活力对一个企业的重要性，由于尼彼欧是以有着悠久历史的老厂为基础发展而成，老员工比较多，几十年的工作积累，有很多宝贵的经验，但也同时存在许多难以纠正的弊病，企业缺少活力，这给年轻有志将来从事服装行业我们是很大的挑战，服装行业是一个有着很多零碎烦琐步骤的劳动密集型行业，是以人为本的企业，因此调动“人”的积极性，才是重中之重。比如说建议企业实行奖罚制度来提高积极性的同时，所有员工都要不断学习，在这之中更以中青年为主，培养高质量管理阶层，提高业务能力的同时，注意培养协作能力，形成团队力量。其次还应当重视对工人的培养，培训工人成为多面手，一专多能，鼓励工人用脑工作，参与生产管理，使工人成为现场的主人而不是一个单纯的机器操作员。使每个人都能感觉到今天比昨天有进步，明天会更好。这样，工厂的整体水平才会不断提高。

小结：

四个多月的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。那就是对服装企业有些工作的认识仅仅停留在表面，看人做，听人讲如何做多，亲身感受做具体处理一些工作少，还未能完全领会其精髓所

在，但也使我对服装企业生产有了深层次的感性和理性认识，对服装的流程有了更深了解。理论教学与实习教学紧密结合。传统教学模式的工艺课与实习课是分立的，这就导致在实习过程中出现了理论与实践相脱节的现象。因此在今后的学习中，可以根据不同内容，实习教学中具体情况，灵活采用更有效的方法。比如说可以先讲后练、先练后讲、边讲边练，或采用现场教学，让学生自学等多种形式进行。更完善我们“1+1”教学模式所提倡的学用一致，讲练结合，理论与实践紧密结合等原则。在此我还要感谢尼彼欧制衣有限公司给这一次实习学习的机会，更感谢领导关心和各位师傅对我们的倾囊相授，为我的将来走上服装这条路，开启一扇通往成功的大门。服装企业的发展虽然艰难，天地却是非常广阔的，它的发展也是永远没有止境。但是，服装市场竞争从根本上来说是创新能力的竞争，尤其是产品创新能力的竞争。外贸服装企业要发展下去，变“中国制造”为“中国创造”，就必须加强对服饰文化本质的把握和对其发展趋势预测能力的竞争，开展自主创新的发展，只有这样的竞争，才能形成良性循环，才能促进中国服装业的进步。

暑期服装厂实践报告篇二

在现实生活中，报告十分的重要，要注意报告在写作时具有一定的格式。写起报告来就毫无头绪？以下是小编收集整理服装厂暑期社会实践报告，希望能够帮助到大家。

开始时间□20xx年xx月xx日

完成时间□20xx年xx月xx日

实习单位介绍：

单位名称：天津市尼彼欧制衣有限公司

(天津工业大学实习实训基地)

地址：天津市东丽区空港物流加工区中心大道东九道8号

企业性质：合资

主营：自营和代理各类服装及技术的进出口业务

天津尼彼欧制衣有限公司成立于20xx年，由原天津服装四厂、服装五厂等老厂为基础组建而成，有着50多年的服装制造经验。是拥有上千人的大型国有企业。是天津市有关部门批准组建的以国有股为主体，吸纳社会法人和自然人入股的股份有限公司，，注册资本金6000万元，拥有60000多平方米的厂房，5000多人的劳动工人，拥有erp系统管理和先进的生产设备。公司连续多年被评为全国出口最大500家企业和天津市出口50强企业之一，拥有时装、女装、休闲、裤业、运动等五个联系在一起的分公司。

主要经营服装出口加工生意，主要从事各类服装、服饰制品、纺织制成品的生产、销售和进出口业务。经营品种包括各种优质棉布、棉涤纶、毛呢、化纤、混纺织物、丝绸、裘皮等面料制成的70余个品种的服装以及床上用品、旅游用品及杂品等。市场遍及美国、加拿大、澳大利亚、日本、韩国、南美洲等国家。

实习在于培养实践动手能力，使所学的专业理论知识与实践相结合，为更好的适应社会的需求打下良好的基础。通过到服装企业生产一线实践的方式，对服装生产从设计、裁剪、工艺制作到检验、整理、包装的整个过程中所需的专业技能与生产管理能力和得到系统的、强化的、实战的训练。

实习的主要内容是围绕服装专业高级技术岗位实用性人才所必备的基础技能制定的，分为四个部分：

1、服装顶岗实习cad包括效果图cad纸样cad放缩cad排料cad

2、服装顶岗实习制板，包括服装制板(净样、里料、辅料、毛样)、工业制板

3、服装顶岗实习工艺，熟练掌握不同款式服装从准备工作开始到缝制的整个过程以及后整理的整个工艺流程的每一个环节的技术要求。

4、服装生产管理，做到了解整个企业的生产特点，生产线的组织，各个阶段质量的控制方法等等。

实习体会：

我们实习所在的工厂是尼彼欧制衣有限公司下属的时装分公司，具有所加工的产品种类繁多，变化快，且产品完成质量好，工艺规范等诸多优势，非常适合作为我们学习观摩的服装企业。这是我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，从学校到社会，环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之后完全不同，一切都处在巨大的转变中。

刚到厂的时候，我们先是整体的参观了整个厂区布局，对公司有了一个整体的认识，工厂虽然规模庞大却也并不是我们所想象的那样复杂，各个生产部门都是有条理的，安排的方式都是有效率的，这些是我们以后需要去深入了解的，毕竟学校对于我们的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业做到一目了然，才能从根本上推动服装行业的发展。

我们的日程安排根据实习内容规定的四个方面，实行的是分组轮换制，每一个阶段约为四周左右，在第一阶段，我被分到了公司技术部的制板室，这让我心中一阵暗喜，我喜欢打

板师这个职业，因为我喜欢思考，对数字敏感，对服装的变化好奇，制板这门技术把服装款式设计的感性思维上升到了理性分析的层次。

可是在第一天的时候我就开始犯难了，一个难题摆在了我们的眼前，公司的制版方法与课堂上的理论有很大的差异：1公司比例制图方法与学校原型制图法的差别。2因为公司是以外贸服装加工为主，所以版型的设计是以客户订单和样衣为标准的，外贸服装严格的数据精确度如：前浪18.5，后浪30、袖笼高26.5……而且有许多专业名词使我们从未使用过的。3订单上所提供的尺寸都是成衣尺寸，不需要再在考虑原型法里所说的放松量，4订单上所使用的尺寸都是以英寸为单位计算，等等。这就使得我们必须迅速的适应这一转变，换一种思维和方法制作出符合订单尺寸且外形美观的纸样。

其次，国外服装与国内服装在板型尺寸上有相当大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖普遍较长4在色彩的选择上一般以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色。与我们国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上基本上都有口袋，数量相对来说比较多，并且许多都是立体口袋。

在连续试打了两个款式的样衣板后，才慢慢琢磨出一些滋味，其实，在制板的时候无论“原型法”还是“比例法”，各有各的优势所在，要融会贯通综合运用，才能做出更精确，更美观的纸样。

在这期间，我们还参观了尼彼欧的cad中心，尼彼欧使用的法国进口的力克cad系统，在这里我第一次见到了完整地服装cad系统，真是大开眼界阿，在尼彼欧cad的使用主要用于放码的，师傅做好的母板，用扫描仪输入进电脑里，再进行号型放缩，大大提高了工作效率，以往用手工一两天才能完成的放码工作，用电脑几十分钟就可以完成，而且精确度还

要优于手工。完成后的大货板(工业纸样)通过笔式绘图仪打印在麦架纸，而且绘图仪使用普通圆珠笔成本极低，一套完整的纸样只需几个小时就可以投入生产使用。

其次一般工厂都有纸样间用来保存纸样，多年来积存下来的纸样非常多，不但占用房间，保存困难，而且查询非常麻烦。使用cad以后让所有的纸样都成为数字，不管有多少纸样都可以保存在计算机里，每时每刻轻松查询。

不过可惜的是，因为设备昂贵，我们不能亲自上手体验一下，只能期待以后的机会了。

在这时，担任我们指导的王师傅，感觉我们的基础实践知识的不扎实，提出要让我们到样衣生产线上去呆一段时间，详细地记录下每一道工序，从样衣制作的过程中去体会纸样。同时也是对下一个环节的学习。在外贸服装企业，客户是要检查样品的，因此，邮寄过去的样品一定要符合其在样衣订单里的要求，这样才能进行下面的步骤，但是这一过程是十分反复的，往往要经过几次甚至十几次修改才能做到最后的确认下生产订单。过长的时间的反复，不仅浪费了人力物力财力，更重要的是违背了“时间就是金钱”的现代市场准则，因此，这就要求业务部和技术、生产线各个环节更好的沟通协作，提高质量和效率；次一方面，还要考虑减少邮寄的时间和费用，降低成本。

因为工厂实际生产的需要，我们被调到后段工作了很长一段时间，后段在工厂里指的是锁钉、整烫、检验、包装等几个服装加工的后整理阶段。我待在检验的时间最长，体会也就最深：

检验是质量控制必不可少的重要组成部分。没有完善的质量检验系统要完成质量是不可能的。质量检验与质量预防相比，虽然说是落后了一个节拍，属于事后把关，但是把关毕竟仍是一种重要而有效的控制手段。如果预防看作为是可以不发

生质量缺陷，那么检验的积极一面就是为了下次不再发生。因此要对所有的产品作100%的检查，如果返修或重新整理，会影响出运。

正如一位师傅所说的那样，“一件衣服在工厂可能是百分之一、千分之一、万分之一，可是到了顾客手里，那就是百分之百！”因此负责检验成衣，要仔细检查每一件成衣，发现污损、色差大、皱、破旧、抽纱等问题时，贴上特殊的箭头小标签，按问题种类分挂在不同区域，然后送到相应的部门做处理。对于合格产品还要负责清理多余线头，粘除毛絮等，还要注意产品的组织结构、尺寸规格、颜色和文件应该全部准确，保证完全的合格。

在实习的期间，厂方还专门安排了经验丰富的闫师傅给我们进行了四次理论课程的培训，这与在学校的理论课程是截然不同的，是以闫师傅二十多年的从业经验为基础的，以真实事例为范本，讲述服装加工工艺和管理，分别从样品试制、原材料的组织、工时定额、裁剪缝制以及织物密度、色差、缩率等等一一进行了详细的讲解，更与我们讨论了现代服装企业的管理中的一些问题。使我们对实习有了更深刻的体会。

在与闫师傅的讨论中，我深深感觉外贸服装厂要适应市场发展的要求，必须重视运作管理。建立与市场环境相符合的生产体制，服装加工这一产业，是一个非常繁琐的行业，更是一个繁忙的行业。在需要的时候，按需要的数量及时间，提供需要的产品，就必须要让员工充分认识一秒钟的价值，将时间的浪费压缩到最低限度。可在现实的运作中，加班加点在人们得意识中已经成了正常现象，有时甚至会出现连续工作30小时以上不间断工作的现象，这一点在车缝着一环节表现得尤为明显。可是在分析客户从下订单到发货的过程时间规定时，却发现在时间上并不紧迫，这就说明在工作时，一定有浪费存在，因此排除浪费很重要。从工厂的运作来看，自客户下订单开始，技术部门开始工业板制作、工艺流程设计、流水线安排等事宜。采购部门开始组织加工所需原料、

辅料，以及包装需要的商标，吊牌，包装袋，纸箱等物。而最大的问题就出在这里，材料组织时间越长，留给后面工序的时间也就越少，这就造成了上述现象的发生，而这一问题的解决，除了自身调整外，还要依赖大环境的发展，即整个纺织服装产业的发展，随着我们高新技术纺织工业园的发展，我相信这一难题会得到有效解决的。

此外现在服装企业的竞争力是靠按时交货、成本低、质量好来提高。尤其是在外贸服装企业大多数订单要求产量大，交货期又短，进行的贸易属于加工贸易里的来料加工，采用的是定牌生产，企业利润的主体就是赚取加工费，可见服装贸易发展的艰难，“生产无缺陷”的产品才能最大限度的取得效益，因此进行整体质量管理活动显得尤为重要。而在工厂里不合格品往往是在最后工序发现的，且存在一定程度上的互相推卸责任，这样是非常不可取的。质量管理中重要的是防止失误再次发生，绝不能在同一块石头上绊倒两次。这就要求管理者、技术人员要做到亲临生产现场，实地观察，这样才能在操作现场及时发现问题，使问题在前工序排除。在生产现场发现异常，要马上想方设法解决，质量是各工序做出来的，而不是检查出来的。产品不管进行多少次检查，也不可能把不合格品检查成合格品。因此，预防是质量管理的关键。

企业活力对一个企业的重要性，由于尼彼欧是以有着悠久历史的老厂为基础发展而成，老员工比较多，几十年的工作积累，有很多宝贵的经验，但也同时存在许多难以纠正的弊病，企业缺少活力，这给年轻有志将来从事服装行业我们是很大的挑战，服装行业是一个有着很多零碎烦琐步骤的劳动密集型行业，是以人为本的企业，因此调动“人”的积极性，才是重中之重。比如说建议企业实行奖罚制度来提高积极性的同时，所有员工都要不断学习，在这之中更以中青年为主，培养高质量管理阶层，提高业务能力的同时，注意培养协作能力，形成团队力量。其次还应当重视对工人的培养，培训工人成为多面手，一专多能，鼓励工人用脑工作，参与生产

管理，使工人成为现场的主人而不是一个单纯的机器操作员。使每个人都能感觉到今天比昨天有进步，明天会更好。这样，工厂的整体水平才会不断提高。

四个多月的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。那就是对服装企业有些工作的认识仅仅停留在表面，看人做，听人讲如何做多，亲身感受做具体处理一些工作少，还未能完全领会其精髓所在，但也使我对服装企业生产有了深层次的感性和理性认识，对服装的流程有了更深了解。理论教学与实习教学紧密结合。传统教学模式的工艺课与实习课是分立的，这就导致在实习过程中出现了理论与实践相脱节的现象。因此在今后的学习中，可以根据不同内容，实习教学中具体情况，灵活采用更有效的方法。比如说可以先讲后练、先练后讲、边讲边练，或采用现场教学，让学生自学等多种形式进行。更完善我们“1+1”教学模式所提倡的学用一致，讲练结合，理论与实践紧密结合等原则。在此我还要感谢尼彼欧制衣有限公司给这一次实习学习的机会，更感谢领导关心和各位师傅对我们的倾囊相授，为我的将来走上服装这条路，开启一扇通往成功的大门。服装企业的发展虽然艰难，天地却是非常广阔的，它的发展也是永远没有止境。但是，服装市场竞争从根本上来说是创新能力的竞争，尤其是产品创新能力的竞争。外贸服装企业要发展下去，变“中国制造”为“中国创造”，就必须加强对服饰文化本质的把握和对其发展趋势预测能力的竞争，开展自主创新的发展，只有这样的竞争，才能形成良性循环，才能促进中国服装业的进步。

暑期服装厂实践报告篇三

暑假伊始，带着兴奋的心情，回到了我那山青水秀的故乡。可那些美好的东西毕竟不可能一直陪着我！因为我要面对着现实社会！所以我得去工作——打暑假工！

通过他人介绍我进入了广东一个普通的外贸服装厂，刚一到厂的时候，身边接触的人也完全换了角色，没有了老师的指导，没有了同学的互助，一切都在上级的安排下和前辈的教导里，一切都处在巨大的转变中。

在到厂里的第一天我先是整体的参观了整个厂区布局，对公司整体的认识，工厂规模庞大却也并非所想象的那样，各个生产有条理的，安排的有的，是以后需要去的，毕竟学校的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业一目了然，才能从上服装行业的发展。

因为我是男(女)生，所以一开始给我分配的是缝纫，当时觉得缝纫还好，毕竟在学校也学过一些，因该没什么大问题吧！可是当我踩了一天的缝纫机后，我有种想做缝纫机的感觉，让别人踩我吧！懒得动了！那腰真的是直不起来了！但我想到了以后的日子，还是挺了下来！再后来就好多了，没有第一天那么累了！

在经过一段时间的实践后，我渐渐的知道了一些在课堂上学不到的知识！国外服装与国内服装在板型尺寸上有大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖较长4在色彩的选择上以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色。与国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上上都有口袋，来说多，并且许多立体口袋。

在外贸服装企业，客户是要检查样品的，，邮寄的样品要符合其在样衣订单里的要求，才能下面的，过程是反复的，往往要几次甚至十几次修改才能最后的确认下生产订单。过长的反复，浪费了人力物力财力，更的是违背了 金钱 的现代市场准则，，这就要求部和技术、生产线各个环节的沟通协作，质量和；次一，还要考虑邮寄的和费用，降低成本。

工厂生产的需要，被调到后段工作了很长一段，后段在工厂里指的是锁钉、整烫、检验、包装等几个服装加工的后整理阶段。我待在检验的最长，体会也就最深：检验是质量控制必不可少的组成。的质量检验系统要质量是不的。质量检验与质量预防相比，说是落后了节拍，属于事后把关，把关毕竟仍是而的控制手段。预防看是可以不质量缺陷，那么检验的一面下次不再。要对所产品作 100% 的检查，返修或重新整理，会出运。

正如一位师傅所说的那样，一件衣服在工厂是百分、千分、万分，可是到了顾客手里，那百分之百！检验成衣，要仔细检查每一件成衣，污损、色差大、皱、破旧、抽纱等问题时，贴上特殊的箭头小标签，按问题种类分挂在不同区域，然后送到的做。合格产品还要清理多余线头，粘除毛絮等，还要注意产品的组织结构、尺寸规格、颜色和文件应该，完全的合格。

在实习的期间，厂方还安排了经验的闫师傅给了四次理论课程的培训，这与在学理论课程是截然不同的，是以闫师傅二十多年的从业经验为基础的，以事例为范本，讲述服装加工工艺和管理，分别从样品试制、原材料的组织、工时定额、裁剪缝制织物密度、色差、缩率等等一一了详细的讲解，更与了现代服装企业的管理中的问题。使对实习更的体会。

暑期服装厂实践报告篇四

完成时间：20xx年x月x日

实习单位介绍：

单位名称：天津市尼彼欧制衣有限公司

(天津工业大学实习实训基地)

地址：天津市东丽区空港物流加工区中心大道东九道8号

企业性质：合资

主营：自营和代理各类服装及技术的进出口业务

天津尼彼欧制衣有限公司成立于20xx年，由原天津服装四厂、服装五厂等老厂为基础组建而成，有着50多年的服装制造经验。是拥有上千人的大型国有企业。是天津市有关部门批准组建的以国有股为主体，吸纳社会法人和自然人入股的股份有限公司，，注册资本金6000万元，拥有60000多平方米的厂房，5000多人的劳动工人，拥有erp系统管理和先进的生产设备。公司连续多年被评为全国出口最大500家企业和天津市出口50强企业之一，拥有时装、女装、休闲、裤业、运动等五个联系在一起的分公司。

主要经营服装出口加工生意，主要从事各类服装、服饰制品、纺织制成品的生产、销售和进出口业务。经营品种包括各种优质棉布、棉涤纶、毛呢、化纤、混纺织物、丝绸、裘皮等面料制成的70余个品种的服装以及床上用品、旅游用品及杂品等。市场遍及美国、加拿大、澳大利亚、日本、韩国、南美洲等国家。

实习目的：

实习在于培养实践动手能力，使所学的专业理论知识与实践相结合，为更好的适应社会的需求打下良好的基础。通过到服装企业生产一线实践的方式，对服装生产从设计、裁剪、工艺制作到检验、整理、包装的整个过程中所需的.专业技能与生产管理能力和得到系统的、强化的、实战的训练。

实习内容：

实习的主要内容是围绕服装专业高级技术岗位实用性人才所

必备的基础技能制定的，分为四个部分：

1、服装顶岗实习cad包括效果图cad、纸样cad、放缩cad、排料cad

2、服装顶岗实习制板，包括服装制板(净样、里料、辅料、毛样)、工业制板

3、服装顶岗实习工艺，熟练掌握不同款式服装从准备工作开始到缝制的整个过程以及后整理的整个工艺流程的每一个环节的技术要求。

4、服装生产管理，做到了解整个企业的生产特点，生产线的组织，各个阶段质量的控制方法等等。

实习体会：

我们实习所在的工厂是尼彼欧制衣有限公司下属的时装分公司，具有所加工的产品种类繁多，变化快，且产品完成质量好，工艺规范等诸多优势，非常适合作为我们学习观摩的服装企业。这是我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，从学校到社会，环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之后完全不同，一切都处在巨大的转变中。

刚到厂的时候，我们先是整体的参观了整个厂区布局，对公司有了一个整体的认识，工厂虽然规模庞大却也并不是我们所想象的那样复杂，各个生产部门都是有条理的，安排的方式都是有效率的，这些是我们以后需要去深入了解的，毕竟学校对于我们的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业做到一目了然，才能从根本上推动服装行业的发展。

我们的日程安排根据实习内容规定的四个方面，实行的是分

组轮换制，每一个阶段约为四周左右，在第一阶段，我被分到了公司技术部的制板室，这让我心中一阵暗喜，我喜欢打板师这个职业，因为我喜欢思考，对数字敏感，对服装的变化好奇，制板这门技术把服装款式设计的感性思维上升到了理性分析的层次。

可是在第一天的时候我就开始犯难了，一个难题摆在了我们的眼前，公司的制版方法与课堂上的理论有很大的差异：1公司比例制图方法与学校原型制图法的差别。2因为公司是以外贸服装加工为主，所以版型的设计是以客户订单和样衣为标准的，外贸服装严格的数据精确度如：前浪18.5，后浪30、袖笼高26.5……而且有许多专业名词使我们从未使用过的。3订单上所提供的尺寸都是成衣尺寸，不需要再在考虑原型法里所说的放松量，4订单上所使用的尺寸都是以英寸为单位计算，等等。这就使得我们必须迅速适应这一转变，换一种思维和方法制作出符合订单尺寸且外形美观的纸样。

其次，国外服装与国内服装在板型尺寸上有相当大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖普遍较长4在色彩的选择上一般以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色。与我们国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上基本上都有口袋，数量相对来说比较多，并且许多都是立体口袋。

在连续试打了两个款式的样衣板后，才慢慢琢磨出一些滋味，其实，在制板的时候无论“原型法”还是“比例法”，各有各的优势所在，要融会贯通综合运用，才能做出更精确，更美观的纸样。

在这期间，我们还参观了尼彼欧的cad中心，尼彼欧使用的法国进口的力克cad系统，在这里我第一次见到了完整地服装cad系统，真是大开眼界阿，在尼彼欧cad的使用主要用于放码的，师傅做好的母板，用扫描仪输入进电脑里，再进行

号型放缩，大大提高了工作效率，以往用手工一两天才能完成的放码工作，用电脑几十分钟就可以完成，而且精确度还要优于手工。完成后的大货板(工业纸样)通过笔式绘图仪打印在麦架纸，而且绘图仪使用普通圆珠笔成本极低，一套完整的纸样只需几个小时就可以投入生产使用。

其次一般工厂都有纸样间用来保存纸样，多年来积存下来的纸样非常多，不但占用房间，保存困难，而且查询非常麻烦。使用cad以后让所有的纸样都成为数字，不管有多少纸样都可以保存在计算机里，每时每刻轻松查询。

不过可惜的是，因为设备昂贵，我们不能亲自上手体验一下，只能期待以后的机会了。

在这时，担任我们指导的王师傅，感觉我们的基础实践知识的不扎实，提出要让我们到样衣生产线上去呆一段时间，详细地记录下每一道工序，从样衣制作的过程中去体会纸样。同时也是对下一个环节的学习。在外贸服装企业，客户是要检查样品的，因此，邮寄过去的样品一定要符合其在样衣订单里的要求，这样才能进行下面的步骤，但是这一过程是十分反复的，往往要经过几次甚至十几次修改才能做到最后的确认下生产订单。过长的时间的反复，不仅浪费了人力物力财力，更重要的是违背了“时间就是金钱”的现代市场准则，因此，这就要求业务部和技术、生产线各个环节更好的沟通协作，提高质量和效率；次一方面，还要考虑减少邮寄的时间和费用，降低成本。

因为工厂实际生产的需要，我们被调到后段工作了很长一段时间，后段在工厂里指的是锁钉、整烫、检验、包装等几个服装加工的后整理阶段。我待在检验的时间最长，体会也就最深：

检验是质量控制必不可少的重要组成部分。没有完善的质量检验系统要完成质量是不可能的。质量检验与质量预防相比，

虽然说是落后了一个节拍，属于事后把关，但是把关毕竟仍是一种重要而有效的控制手段。如果预防看作为是可以不发生质量缺陷，那么检验的积极一面就是为了下次不再发生。因此要对所有的产品作100%的检查，如果返修或重新整理，会影响出运。

正如一位师傅所说的那样，“一件衣服在工厂可能是百分之一、千分之一、万分之一，可是到了顾客手里，那就是百分之百！”因此负责检验成衣，要仔细检查每一件成衣，发现污损、色差大、皱、破旧、抽纱等问题时，贴上特殊的箭头小标签，按问题种类分挂在不同区域，然后送到相应的部门做处理。对于合格产品还要负责清理多余线头，粘除毛絮等，还要注意产品的组织结构、尺寸规格、颜色和文件应该全部准确，保证完全的合格。

在实习的期间，厂方还专门安排了经验丰富的闫师傅给我们进行了四次理论课程的培训，这与在学校的理论课程是截然不同的，是以闫师傅二十多年的从业经验为基础的，以真实事例为范本，讲述服装加工工艺和管理，分别从样品试制、原材料的组织、工时定额、裁剪缝制以及织物密度、色差、缩率等等一一进行了详细的讲解，更与我们讨论了现代服装企业的管理中的一些问题。使我们对实习有了更深刻的体会。

在与闫师傅的讨论中，我深深感觉外贸服装厂要适应市场发展的要求，必须重视运作管理。建立与市场环境相符合的生产体制，服装加工这一产业，是一个非常繁琐的行业，更是一个繁忙的行业。在需要的时候，按需要的数量及时间，提供需要的产品，就必须要让员工充分认识一秒钟的价值，将时间的浪费压缩到最低限度。可在现实的运作中，加班加点在人们得意识中已经成了正常现象，有时甚至会出现连续工作30小时以上不间断工作的现象，这一点在车缝着一环节表现得尤为明显。可是在分析客户从下订单到发货的过程时间规定时，却发现在时间上并不紧迫，这就说明在工作时，一定有浪费存在，因此排除浪费很重要。从工厂的运作来看，

自客户下订单开始，技术部门开始工业板制作、工艺流程设计、流水线安排等事宜。采购部门开始组织加工所需原料、辅料，以及包装需要的商标，吊牌，包装袋，纸箱等物。而最大的问题就出在这里，材料组织时间越长，留给后面工序的时间也就越少，这就造成了上述现象的发生，而这一问题的解决，除了自身调整外，还要依赖大环境的发展，即整个纺织服装产业的发展，随着我们高新技术纺织工业园的发展，我相信这一难题会得到有效解决的。

此外现在服装企业的竞争力是靠按时交货、成本低、质量好来提高。尤其是在外贸服装企业大多数订单要求产量大，交货期又短，进行的贸易属于加工贸易里的来料加工，采用的是定牌生产，企业利润的主体就是赚取加工费，可见服装贸易发展的艰难，“生产无缺陷”的产品才能最大限度的取得效益，因此进行整体质量管理活动显得尤为重要。而在工厂里不合格品往往是在最后工序发现的，且存在一定程度上的互相推卸责任，这样是非常不可取的。质量管理中重要的是防止失误再次发生，绝不能在同一块石头上绊倒两次。这就要求管理者、技术人员要做到亲临生产现场，实地观察，这样才能在操作现场及时发现问题，使问题在前工序排除。在生产现场发现异常，要马上想方设法解决，质量是各工序做出来的，而不是检查出来的。产品不管进行多少次检查，也不可能把不合格品检查成合格品。因此，预防是质量管理的关键。

企业活力对一个企业的重要性，由于尼彼欧是以有着悠久历史的老厂为基础发展而成，老员工比较多，几十年的工作积累，有很多宝贵的经验，但也同时存在许多难以纠正的弊病，企业缺少活力，这给年轻有志将来从事服装行业我们是很大的挑战，服装行业是一个有着很多零碎烦琐步骤的劳动密集型行业，是以人为本的企业，因此调动“人”的积极性，才是重中之重。比如说建议企业实行奖罚制度来提高积极性的同时，所有员工都要不断学习，在这之中更以中青年为主，培养高质量管理阶层，提高业务能力的同时，注意培养协作

能力，形成团队力量。其次还应当重视对工人的培养，培训工人成为多面手，一专多能，鼓励工人用脑工作，参与生产管理，使工人成为现场的主人而不是一个单纯的机器操作员。使每个人都能感觉到今天比昨天有进步，明天会更好。这样，工厂的整体水平才会不断提高。

小结：

四个多月的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。那就是对服装企业有些工作的认识仅仅停留在表面，看人做，听人讲如何做多，亲身感受做具体处理一些工作少，还未能完全领会其精髓所在，但也使我对服装企业生产有了深层次的感性和理性认识，对服装的流程有了更深了解。理论教学与实习教学紧密结合。传统教学模式的工艺课与实习课是分立的，这就导致在实习过程中出现了理论与实践相脱节的现象。因此在今后的学习中，可以根据不同内容，实习教学中具体情况，灵活采用更有效的方法。比如说可以先讲后练、先练后讲、边讲边练，或采用现场教学，让学生自学等多种形式进行。更完善我们“1+1”教学模式所提倡的学用一致，讲练结合，理论与实践紧密结合等原则。在此我还要感谢尼彼欧制衣有限公司给这一次实习学习的机会，更感谢领导关心和各位师傅对我们的倾囊相授，为我的将来走上服装这条路，开启一扇通往成功的大门。服装企业的发展虽然艰难，天地却是非常广阔的，它的发展也是永远没有止境。但是，服装市场竞争从根本上来说是创新能力的竞争，尤其是产品创新能力的竞争。外贸服装企业要发展下去，变“中国制造”为“中国创造”，就必须加强对服饰文化本质的把握和对其发展趋势预测能力的竞争，开展自主创新的发展，只有这样的竞争，才能形成良性循环，才能促进中国服装业的进步。

暑期服装厂实践报告篇五

信息学院 103班 潘红

正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天地举行……

校门打下一个良好的基础。

翻翻日历，实践的日子已渐渐地离我远去了，但实践的点点滴滴在我脑海中依然清晰如在昨日。从第一天面对数据的无可奈何，到之后挂吊牌的手足无措，再到后来绣花的熟能生巧，每一天都在接触新鲜的事物，每一天都在迎接新的挑战，一天天，一点点的在进步，慢慢的步入正轨。虽然曾经累到不行，虽然曾经想过放弃，虽然曾经不断的在抱怨，但庆幸的是我熬过来了，这也让我真正的体会了坚持的重要。

社会主义高校是以培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人为根本目标的。因此，各高校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会。在亲身经历了大一及今年的暑期社会实践后，对于社会实践多了一份自己的感想，多了一份收获，明白了许多书本上没有的东西：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，愿意在工作中教我，让我能尽快的融入环境。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。只有善于表达自己的想法，才能更好的与同事和领导互动，让他们尽快熟悉了解自己。

三、要有热情，耐心和信心

不管在哪个行业，热情，耐心和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精；信心让我们相信自己，相信伙伴，共同努力，积极进取。激情，耐心和信心相互促进，不断碰撞出最美丽的火花，使工作充满欢乐，也提高了工作的效率。

四、要主动出击

我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，但在领导给我考验的时候，一定要主动出击，把握好每一次的机会。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好

习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国

电视领域颇有成就的成功人士讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

的确，在社会实践中，我们学到了很多新的东西。这也让我明白大学生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是顺顺利利的，要应付各种各样的状况，除了自身的能力以外，还要借助社会的磨练。

在走进大学的同时，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，而如今的招聘会上的公司做的招聘要求都写着“有经验者优先”。而暑期社会实践，则正好给了我们这样一个机会。拓展了自身的知识面，扩大了与社会的接触面，增加了自己的工作经验，锻炼和提高了自己的能力，在离开校园前能够融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

会，献出自己的一份力量而努力，努力掌握专业知识，今后更好地为社会服务。

正值这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天地举行……这是我大学的第三个暑假，也是我第三次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然再次踏上了社会实践的道路，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；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从“融”，

外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求精“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生存。

我来到金坛衣诺服装有限公司进行社会实践。对于从小在父母的庇护下长大的我来说，是一次难得的经历。短短的一个月时间，感受了劳动的艰辛，也产生了很多感想。虽然金坛衣诺有限公司在我们金坛市只是一间小型的民营企业，但其工作强度和工作时间却和其他一些大型的服装厂是相同的。在今年一个月暑期社会实践中，从最初的核对数据，到后来的挂吊牌，到最后的绣花，每一样对我而言都是陌生的，充满挑战的，因此我必须把握好这次难得的实践机会，让自己能从中获益。在此期间，我一边学习，一边工作，虽然是累了一些，但是感觉挺充实的，回忆起来充满了欢乐，当然这也是自己的一次宝贵的经验。在实践的间隙，我和一些公司里的同事们交流沟通，从他们那知道了工作的不易，外出打工的艰辛，也知道掌握一门技术在如今的社会是多么的重要。相对其他而言最重要的还是责任感，在学校的学生会，社团工作时已深有体会，对于每一个活动都要尽心尽责，而在实践中，责任心则变得更加重要，特别体现在赶货的那两天，当交到你手上的货物不能及时交货时，你就有可能影响整批货物的出货时间，会给公司带来难以预计的损失，可谓是责任重大。虽然现在我还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事负起责任，才能为自己在两年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

翻翻日历，实践的日子已渐渐地离我远去了，但实践的点点滴滴在我脑海中依然清晰如在昨日。从第一天面对数据的无可奈何，到之后挂吊牌的手足无措，再到后来绣花的熟能生巧，每一天都在接触新鲜的事物，每一天都在迎接新的挑战，一天天，一点点的在进步，慢慢的步入正轨。虽然曾经累到不行，虽然曾经想过放弃，虽然曾经不断的在抱怨，但庆幸的是我熬过来了，这也让我真正的体会了坚持的重要。

社会主义高校是以培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人为根本目标的。因此，各高校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会。在亲身经历了大一及今年的暑期社会实践后，对于社会实践多了一份自己的感想，多了一份收获，明白了许多书本上没有的东西：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，愿意在工作中教我，让我能尽快的融入环境。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。只有善于表达自己的想法，才能更好的与同事和领导互动，让他们尽快熟悉了解自己。

三、要有热情，耐心和信心

不管在哪个行业，热情，耐心和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精；信心让我们相信自己，相信伙伴，共同努力，积极进取。激情，耐心和信心相互促进，不断碰撞出最美丽的火花，使工作充满欢乐，也提高了工作的效率。

四、要主动出击

我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似的“杂活”，或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，但在领导给我考验的时候，一定要主动出击，把握好每一次的机会。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为我赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的成功人士讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理性的好习惯，能让我们在在工作中受益匪浅。

六、在社会中要克服自己胆怯的心态

开始放假的时候，知道要打暑期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。在工作上还要有自信。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。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一

切就变得容易解决了。

在工作上还要有自信。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。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某位名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

的确，在社会实践中，我们学到了很多新的东西。这也让我明白大学生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是顺顺利利的，要应付各种各样的状况，除了自身的能力以外，还要借助社会的磨练。在走进大学的同时，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，而如今的招聘会上的公司做的招聘要求都写着“有经验者优先”。暑期社会实践，则正好给了我们这样一个机会。拓展了自身的知识面，扩大了与社会的接触面，增加了自己的工作经验，锻炼和提高了自己的能力，在离开校园前能够融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

为将来走进社会，献出自己的一份力量而努力，努力掌握专业知识，今后更好地为社会服务。

正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天地举行??

大学的最后一个暑假，2015年7月14日至8月14日，我来到家乡的共青城忠君服饰有限公司进行社会实践。因为我的家乡羽绒厂众多，也就采取就近原则。虽与所学专业无关，但社会实践与书本所学还是有很大不同的，也是一次难得的经历。短短的一个月时间，我感受了劳动的艰辛，也产生了很多感想。

在今年一个月暑期社会实践中，从最初的核对数据，到后来的挂吊牌，到最后的绣花，每一样对我而言都是陌生的，充满挑战的，因此我必须把握好这次难得的实践机会，让自己能从中获益，不浪费大学的最后一个暑假。在此期间，我一边学习，一边工作，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，回忆起来还是充满了欢乐，当然这也是自己的一次宝贵的经验。在实践的间隙，我和一些公司里的同事们交流沟通，从他们那知道了工作的不易，外出打工的艰辛，也知道掌握一门技术在如今的社会是多么的重要。相对其他而言最重要的还是责任感，在学校的学生会，社团工作时已深有体会，对于每一个活动都要尽心尽责，而在实践中，责任心则变得更加重要，特别体现在赶货的那两天，当交到你手上的货物不能及时交货时，你就有可能影响整批货物的出货时间，会给公司带来难以预计的损失，可谓是责任重大。而责任心在教育行业乃至任何行业都是不可或缺的，是做好一件工作的保证。

正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天地举行中……

2012年7月3日到2012年8月28日，我来到我们村的天虎服装厂进行社会实践。对于从小在父母的庇护下长大的我来说，是一次难得的经历。在近两个月时间，感受了劳动的艰辛，也产生了很多感想。虽然天虎服装厂只是一间小型服装代加工点，但其工作强度和工作时间却和其他一些大型的服装厂是相同的。在今年近两个月暑期社会实践中，从最初的拉布裁剪，到后来的挂吊牌，到最后的开车送货，每一样对我而言都是陌生的，充满挑战的，因此我必须把握好这次难得的实

践机会，让自己能从中获益。在此期间，我一边学习，一边工作，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，回忆起来还是充满了欢乐，当然这也是自己的一次宝贵的经验。在实践的间隙，我和一些工厂里的同事们交流沟通，从他们那知道了工作的不易，外出打工的艰辛，也知道掌握一门技术在如今的社会是多么的重要。相对其他而言最重要的还是责任感，在学校的校红十字会，社团工作时已深有体会，对于每一个活动都要尽心尽责，而在实践中，责任心则变得更加重要，特别体现在赶货的那两天，当交到你手上的货物不能及时交货时，你就有可能影响整批货物的出货时间，会给工厂带来难以预计的损失，可谓是责任重大。虽然现在我还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事负起责任，才能为自己在1年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

翻翻日历，实践的日子已渐渐地离我远去了，但实践的点点滴滴在我脑海中依然清晰如在昨日。从第一天面对拉布裁剪的无可奈何，到之后挂吊牌的手足无措，再到后来开车的熟练，每一天都在接触新鲜的事物，每一天都在迎接新的挑战，一天天，一点点的在进步，慢慢的步入正轨。虽然曾经累到不行，虽然曾经想过放弃，虽然曾经不断的在抱怨，但庆幸的是我熬过来了，这也让我真正的体会了坚持的重要。

机械工程学院 测仪092班 蔡伟

实践多了一份自己的感想，多了一份收获，明白了许多书本上没有的东西：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人

感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，愿意在工作中教我，让我能尽快的融入环境。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。只有善于表达自己的想法，才能更好的与同事和领导互动，让他们尽快熟悉了解自己。

三、要有热情，耐心和信心

不管在哪个行业，热情，耐心和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精；信心让我们相信自己，相信伙伴，共同努力，积极进取。激情，耐心和信心相互促进，不断碰撞出最美丽的火花，使工作充满欢乐，也提高了工作的效率。

四、要主动出击

我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打印的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，但在领导给我考验的时候，一定要主动出击，把握好每一次的机会。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为我赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

机械工程学院 测仪092班 蔡伟

序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。因此，养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

的确，在社会实践中，我们学到了很多新的东西。这也让我明白大学生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是顺顺利利的，要应付各种各样的状况，除了自身的能力以外，还要借助社会的磨练。

在走进大学的同时，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，而如今的招聘会上的工厂做的招聘要求都写着“有经验者优先”。而暑期社会实践，则正好给了我们这样一个机会。拓展了自身的知识面，扩大了与社会的接触面，增加了自己的工作经验，锻炼和提高了自己的能力，在离开校园前能够融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

通过这近两个月的实践，让我学到了不少，学会了做人，学了技术等，在这里还要感谢在工厂里给予我帮助的人。新的一学期开始了，我想我将会付出更多的努力把专业知识学好，为将来走进社会，献出自己的一份力量而努力，努力掌握专业知识，今后更好地为社会服务。

机械工程学院

测仪092班

蔡伟

2012年8月31日

