

洛阳实习心得体会(汇总8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

洛阳实习心得体会篇一

通过本次洛阳的生产实习，我体会很深，以前我总以为自己从书上所学到的知识可以对车间的生产情况有了比较深刻的了解，但是当我真正的看到机器和设备。下面是本站小编为大家收集整理的洛阳实习心得体会，欢迎大家阅读。

绪论

生产实习是大学实习的重要组成部分，学校很是重视，每年都批下大批资金安排各专业学生到各个工厂参观实习，增长学生的见识，巩固课本知识，让我们了解工厂的一些基本运作过程，为我们以后的学习和工作打下坚实的基础。

当然我们专业也不例外，本学期学校安排我们专业两个班的同学用两个星期的时间参加生产实习，于是我们70多人怀着激动的心情在刘道标主任及洪捐等其他两位老师的带领下，到了洛阳一拖分别参观实习，让我们学到了很多知识。

实习目的

分析问题以及搜集和整理技术资料等方面的能力。

实习内容

- (1) 了解工厂的生产过程、生产线布局、技术装备；
- (2) 记录零件设计和制造工艺及设备；
- (3) 掌握机械加工工艺方面的知识及方法；
- (4) 了解切削刀具方面的知识，熟悉常用刀具的结构、选择、用途等；
- (5) 了解机床和数控系统的知识，特别是加工中心等典型的数控设备；
- (6) 了解企业生产管理模式，学习先进的管理方式方法；
- (7) 熟悉、巩固铸造工艺及设备方面的知识巩固我们所学的理论知识，更加让我们学到了课本上所学不到的知识，增加我们的知识面，在实习中我们了解工厂的一些基本运作过程，对机床的结构和其加工方法以及控制方式有个初步的了解，对部分零件的加工工艺有个较详细的了解为今后工作岗位打下了良好的基础。

当然，我们更重要的是巩固我们平时所学的理论知识，了解自己真正学到了多少东西，从而弥补自己的不足。

实习单位介绍

1、总部座落于中国历史文化名城、九朝古都洛阳的中国一拖集团有限公司，一拖公司是中国内地在香港上市的唯一农机制造与销售企业。其前身第一拖拉机制造厂，是一家在国内外众多区域设有工厂、子公司和代表处，以机械制造为主的综合性公司。

1955年，作为新中国“一五”期间156项前苏联援建重点建设项目之一，经毛泽东主席批示，中国最大的拖拉机制造

厂——一拖在洛阳涧西原隋炀帝的皇家御苑破土动工。经过三年的建设完善，1958年7月20日，一拖第一辆拖拉机下线。1959年11月1日，一拖正式落成。1990年被国务院企业管理委员会评为“国家一级企业”，1997年，中国一拖集团将与拖拉机相关的业务、资产、负债人员重组后进行股份制改造，依法设立了第一拖拉机股份有限公司。之后，股份公司在境外发行h股股票，并于同年6月23日在香港上市。1999年“东方红”商标被国家工商行政管理局认定为中国驰名商标□20xx年“东方红”牌系列(履带、轮式)拖拉机和工业推土机、“洛阳”牌压路机三大系列产品荣获“河南省名牌产品”称号□20xx年1月公司整体通过iso9002□1994质量管理体系认证，并于20xx年5月整体通过iso9001□20xx质量管理体系认证。目前，公司为进一步满足生产及市场发展的需要，从20xx年起在公司范围内全面贯彻实施环境/职业健康安全管理体系标准，确保20xx年上半年通过第三方认证，建立起一个以iso9001质量管理体系为基础□iso9001与iso14001及ohsms管理体系有机结合，融为一体的有序、高效的管理平台，全面提升公司管理水平。

经过多年的发展，市场环境的变化，一拖也随之走上了产品多样化的发展道路，目前其产品主要有以下四类：

一、农业机械类：具有大马力轮式拖拉机、大马力履带式拖拉机、中小马力轮式拖拉联合收割机。

二、动力机械类：柴油发动机、压力机

三、工程机械类：压路机、工业推土机、叉车、挖土机、起重机械

2、中信重工机械股份有限公司(原洛阳矿山机器厂)，是我国第一个五年计划期间兴建的156项重点工程之一，著名物理学家钱伟长曾担任公司技术顾问，公司第一任厂长纪登奎曾任

国务院副，毛主席的好学生、县委书记的好榜样焦裕禄同志曾在公司担任一金工车间主任。1993年并入中信集团，更名为中信重型机械公司。20xx年元月，改制为中信重工机械股份有限公司。

历经半个世纪的建设与发展，目前已成为中国最大的矿山机械制造企业、中国最大的重型机械制造企业之一，是中国低速重载齿轮加工基地，中南地区铸锻和热处理中心，国家级理化检验认可单位和国家一级计量企业。公司通过iso9001:20xx质量体系认证、iso14001:20xx环境管理体系认证和gb/t28001-20xx职业健康安全管理体系认证。拥有甲级工程设计院，即洛阳矿山机械工程设计研究院，是国内最大的矿山机械综合性技术开发研究机构。经过50多年的发展，公司服务领域已从单一的矿山机械产品，扩展到煤炭、建材、冶金、有色、电力、化工、环保、(军工)等行业，产品遍及国内各地，远销欧、美、亚、非等国际市场。众多科研成果填补国内空白，达到国际先进水平。被誉为“中国工业的脊梁，重大装备的摇篮”。

采掘机械、破碎机械、粉磨机械、冶金机械、轧钢机械、工程机械、

轻工环保机械、选煤成套设备、建材水泥成套设备、石灰成套设备、

发电设备、大功率减速器、大型铸锻件和大型水工金属结构等，产品

远销亚、非、欧、美、澳等十七个国家和地区，在国内外市场占据较

大的市场份额。 实习历程

9月21日上午：入厂教育

所谓入厂教育主要是安全性教育，在我们参观前一拖就组织我们

进行安全性教育，一拖的工作人员给我们讲解入厂及安全教育。让我

们彻底的、真实的体验到了事故后面的一幕幕的血淋淋的惨剧，充分

的让我们了解到厂区内安全的重要性。其安全危害可分为六大类：

1. 机械性危害，主要以机械作用危害为主。
2. 化学物质危害，有气态和液态两种。
3. 燃烧、爆炸危害，其主要为机械、化学和热效应的联合作用。
4. 热危害。
5. 电器危害。
6. 其他危害。

而杜绝这些安全危害的唯一办法就是严格遵守工厂的安全要求，

其主要注意事项：

1. 在工厂内任何区域严格禁止吸烟；
2. 进入厂区以及分厂必须列队进入；
3. 不堵塞工厂的进出入口，不要站在工厂主干道上；

4. 保持厂区环境卫生禁止随地吐痰；
5. 厂区内严格禁止拍照；
6. 生产实习期间严格禁止酗酒；
8. 工厂属于生产机构，对于其中的各种机床严格遵守只看不动手；
9. 由于机床油润滑飞溅等，路面较滑，进入工厂内应注意防滑；
10. 注重自身和学校形象；

9月21日下午：一拖动力机械有限公司

一拖动力机械有限公司主导产品为Ytr105系列柴油机、东方红4125系列涡流室柴油机B4125j系列直喷柴油机Yt4130系列直喷柴油机及30~350kw发电机组。东方红Ytr105系列柴油机秉承一拖柴油机公司lr105系列柴油机的优点，采用英国里卡多最新技术，动力强劲，节能环保，使用可靠，是中型轮式拖拉机、叉车、挖掘机、装载机、农用运输车、轻卡、中巴等主机的理想配套动力；B4125Yt4130目前已经全面采用直接喷射燃烧技术，是东方红履带拖拉机、推土机理想的更新换代产品。

听厂里的老师傅介绍，里面分为6个车间：钢铁车间、缸盖车间、机加车间、零部件制造厂、装配车间、试验车间。我们还知道了缸盖车间里面大多采用S型生产流水线，包括有47道工序。里面的机器大多都是50年代前苏联的，也有一些新式的机器，不过老师傅特别强调，新式的机器效率还不如前苏联的机器高。

前言

一周的生产实习结束了，回想这一周，体会颇深。在生产实习的一周里，学习上我学到了很多；在生活上，苦过也甜过，总体而言我生活得很快乐。下面分别从学习和生活两个方面，谈一下我个人的实习体会。

学习方面

这次生产实习，我一共参观了六个工厂、一个工艺材料研究所，还听了一场很精彩的报告会。其实在实习之前也没怎么做好功课，没有太认真地看书，并没有带着问题去参观。但是我觉得收获还是很大的，在参观时，没看到一种工艺流程和设备，脑子里就能回想起书本上的理论知识和上课老师给我们看的图片、视频等。我清楚地记得，在参观冲压厂时，看到生产汽车覆盖件时，那个冲压设备在冲压时，我感觉特别强烈，真的比图片和视频给人的视觉冲击大。我看到那些，马上就想到了冲孔、落料、弯曲、拉深、翻边等等工艺。不过在冲压厂我看到的工艺，最多的是拉深和翻边。这种理论和实践结合给人带来的快感和成就感，真的很美妙。或许在别人看来这些都很普通，很简单嘛，没什么成就可言。但是我觉得只有有这种成就感，才能勾起你继续认真参观的欲望，人没有欲望，是不可能进步的。

大道理谁都会说，大家都知道实习可以把理论和实践相结合，可是这不是重点，我认为重点应该是参观后，你把理论与实践结合之后自己对某个知识点的重新认识与思考体会。也就是说，理论与实践结合之后，你能从中学到新的东西，这才是最重要的。我想这个应该才是生产实习的真谛吧。

除此之外，这次生产实习中，我觉得集体团队精神也得到升华。我们每次去参观，进出工厂大门时都必须列队整齐出入，否则门卫不让进。要是还像在学校那样稀稀拉拉的，恐怕要被拒之门外喽。一拖虽然是个大企业，但是一拖的工作环境和工资待遇也并不是我们认为的那么理想，但是工人师傅们的吃苦耐劳和敬业奉献的精神着实令我钦佩。实习过程中，

我的群众性观点、劳动观点、工程观点和建设有中国特色社会主义事业的责任心和使命感都相对上了一个台阶。

通过生产实习，我全面了解拖拉机、推土机、挖掘机等从原材料到成品批量生产的全过程以及生产组织管理等知识，在心中树立了理论联系实际的工作作风，以及生产现场中将科学的理论知识加以验证、深化、巩固和充实。并且提升了进行调查、研究、分析和解决工程实际问题的能力，为后继专业课的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。通过生产实习，拓宽我的知识面，增加感性认识，把所学知识条理化系统化，学到从书本学不到的专业知识，并获得本专业国内、外科技发展现状的最新信息，激发了我向实践学习和探索的积极性，为今后的学习和将从事的技术工作奠定了基础。

生活方面

其实我们的适应能力还是蛮强的嘛。

其次说一下最重要的“吃”吧，民以食为天，到一个陌生的地方，二话不说先填饱肚子再说。

洛阳地处盆地，四季分明，气候温和。洛河、伊河、瀍河、涧河交织其间；南部有伏牛山区，北存邙山、黄河，四郊土地肥沃。优越的地理环境和气候条件，使这一地区五谷杂粮、四季果蔬应有尽有，盛产鱼、虾、蟹、蚌；山鸡、野兔、猴头、木耳、鹿茸、甲鱼、红果、银耳及各种药材十分丰富，这些丰盛的烹饪原料，为河洛烹饪业的形成和发展提供了得天独厚的自然条件。

洛阳为天下之中，洛菜为百菜之母。洛阳饮食的这种核心地位，可以归纳为四个方面的特点。第一，河洛饮食来源的丰富性。第二，河洛饮食体现了传统文化的深刻性。第三，河洛饮食群体的多样性。第四，河洛饮食传播幅度和范围的广

泛性。

洛阳的饮食习惯和芜湖相差甚远，北方以面食为主，面条啊，包子饺子馒头啊，满大街小巷都是。下面简单介绍一下洛阳的面条。

面条是洛阳人除馍之外的另一大主食，平时每天至少吃一顿。面条的制作方法，因季节的更替不断变化。

冬季天气寒冷，人们多吃汤面条、拉面条、烩面条，里面放些干菜、酸菜或新鲜青菜。有些地方的人爱吃清水面条，有些地方的人常在面条汤内搅入面糊，这种带糊的面条，人们俗称为“糊汤面条”。

春秋季节人们多吃卤面、烩面等。到了蒜苔和豆角收获的季节，家家户户都喜欢用蒜苔和豆角做卤面。因为这些菜是做卤面的固定菜，所以蒜苔和豆角上市的时候，也是人们吃面条最多的时候，平时三两天里最少要吃一顿卤面。

夏季人们多吃捞面条，面条煮熟后捞出，放在凉水或阴阳水(开水掺凉水)中拔一下，拌以蒜汁、苋菜、荆芥和黄瓜丝，吃时清凉利口，防暑降温。

提到洛阳的面食，就不得不提及洛阳著名的“水席”了。洛阳水席是河洛饮食文化发展的基础上产生的，但它的历史并不长。概括而言是“千年的基因，百年的历史”。下面简单介绍一下“洛阳水席”。

一、洛阳水席的取材多为本地特产，如小麦面粉、玉米面粉、豆制品、红薯、山药、萝卜、粉条等。其中，假海参、蜜汁红薯等，主要用红薯。红薯、玉米，原产美洲，明后期传入南方，明末传入北方，但种植不普遍，康熙年间开始较普遍种植(但是，红薯、玉米的大规模种植是从1949年以后开始的)，清代乾隆《洛阳县志》第一次在洛阳地方文献中出现红

薯、玉米。但把它们引入菜，会经历一段历史。因此，水席出现在洛阳，是清后期的事。

二、水席的第一道菜“燕菜”传说出于唐代，有东关下园出了大萝卜之说，也是不确的。因为东关下园，在唐代属城市区内，有菜园的可能性极小。“东关下园”这一地名的出现，不会早于金朝。有文献可查的“下园”之名，也是从清代乾隆年间开始的。

洛阳水席，最初来自农村。从民国时期，洛阳附近周边诸县开始盛行筵宴采用洛阳水席的风俗，如北面的孟津；西边的新安、澠池、陕县等；东边的偃师、巩义部分乡村；南边的伊川、宜阳、汝阳、嵩县、栾川，等。这些城乡的百姓，在婚丧、嫁娶或朋友聚会、喝满月酒时，多选择吃水席。

虽然如此，洛阳水席保留了洛阳历史饮食的基因。有些菜，比如红烧鲤鱼，这个菜起源比较早。也就是说，水席在成型中，吸纳了古代洛阳菜的很多特长。

水席独特风味就在于它菜菜带汤，而又汤汤不同，可谓变换有方，雅趣无穷。

但是，水席的汤虽然汤汤不同，但是除甜品外，侧重以酸、辣之味为主，这不是洛阳唐宋时期的风味，这从唐宋的《烧尾食单》等菜谱可以证明。同时，明代洛阳的市肆菜，也不是以酸、辣为主。

水席的汤以酸、辣之味为主，这与盐的变化有关。明代以前，洛阳用海盐，少量用潞盐(山西解州池盐)。清代时期，全部改用潞盐。潞盐味苦，必须加醋、辣味中和，这引起清代洛阳菜味的变化。但由于洛阳菜馆为保持菜的纯正，仍从行销海盐的开封地区购盐，故此，市肆菜的风味仍不以酸、辣为主。到清晚期，海盐价格甚高，洛阳菜馆开始全部用潞盐。用潞盐，则炒菜失去原有风味，只有采取民间做法，水席也

自然走到市肆中，经过改进，洛阳水席开始定型。

关于洛阳的饮食，我还有一点要提一下。我发现洛阳人真的很热情很实在，每次去吃面食，那个碗真的好大好大，满满的一大碗，好像生怕你吃不饱一样。记得有一次晚上，我们宿舍6个人一起去吃泡馍，那天我很饿，我怕小碗的吃不饱，就点了一个大碗的。等服务员端上来，差点吓死我了，大碗就比小碗贵一块钱，可是大碗有小碗两个大。而且那个小碗它根本就“不小”，小碗的都能把我撑死！那顿饭结果可想而知，我们寝室只有一个哥们把小碗的泡馍吃完了，前提是他那一天早饭和午饭只吃了几个包子。我在洛阳的一周，发现洛阳的吃的东西真的比芜湖便宜很多。

最后说一下洛阳好玩的吧。洛阳的牡丹花红遍全国，可惜我们来得太晚了，牡丹花都已经凋谢了。洛阳的唐三彩也很有名，而且价格也很合理，所以我们这次实习回来的老师和学生都满载而归。洛阳有很多好玩的景点，比较著名的有龙门石窟、白马寺等，其实我觉得王城公园和西关的老街也很棒的，至少比芜湖的赭山公园和步行街好很多倍了。让我印象最深刻的就是老街的琳琅满目的工艺品和满街的烧烤，竟然还有“一块钱八串”的烤肉，真是太诱人了！

5月21日是我们自由活动的时间，我们寝室6个人一起去了白马寺。下面简单介绍一下白马寺。

华夏文明第一次大规模吸纳外来文化，是佛教的传入。公元64年，汉明帝刘庄夜梦金人，遣使西域拜求佛法。于是，中国历史上第一次有了西天取经的故事。三年后，汉使同印度高僧用白马驮载佛经、佛像返回洛阳，汉明帝亲自迎接。第二年，在洛阳西雍门外建起了寺院，为铭记白马驮经之功故名白马寺。从此，在东土大地、洛河之滨、天子脚下，便有了中国最早的佛寺，它是佛教在中华大地上赖以发荣滋长的第一座菩提道场，历来被佛教界尊称为“释源、祖庭”。白马寺内宝塔高耸，殿阁峥嵘，长林古木，肃然幽静，寺内

的主要建筑分布在由南向北的中轴线上，前后五座大殿错落有致，严谨有序。大雄殿内的23尊元代“夹苎干漆”造像，形态各异，栩栩如生。他们全都是由丝、麻制成，每尊重量仅有3到5公斤，从元代至今700多年来未经修缮，仍然色彩如新，是国内罕见的稀世珍品，也是白马寺的镇寺之宝。中国第一座古刹是洛阳白马寺，中国第一座古塔是白马寺内的齐云塔，中原第一座比丘尼道场是白马寺内的齐云塔院，最早来华的印度僧人禅居于白马寺，最早传入的梵文佛经收藏于白马寺，他是中国最早的译经道场，中国的第一个汉人和尚在这里受戒，正是这些第一使得白马寺能够稳居中国伽蓝之首座，而永远彪炳于中国佛教史册之卷首。时至今日，每年元旦，中外朋友都要聚集于白马寺来聆听“马寺钟声”，用108下钟声消除心中一切烦恼。

在白马寺我们拍了很多照片，买了很多纪念品，开过光的佛珠、桃木剑、桃木梳、唐三彩的“对马驼”、牡丹花种子等等，我们开心地度过了一天。

好了，以上就是我这次生产实习的简单体会。总结一下，很简单一句话，“学好了，更玩好了”。最后，感谢学校给我们这次宝贵的实习机会，当然也要感谢老师们不辞辛苦地带领我们去洛阳，为我们操心一周。

自评成绩：

生产实习期间，我遵守纪律，专心参观，积极提问题，课后认真完成实习笔记。我给自己打“良好”。

7月1日，我们系开始了为期两周的洛阳一拖参观实习。对于我们机械专业的学生来说，课本上的知识是远远不够了，只有理论加实践才能真正的把学到的知识加以应用。因此我非常珍惜这次难得的机会，并积极努力的让自己的知识得到充实。

实习目的

实习是每一个大学毕业生的必修课，它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。通过生产实习使我更深入地接触专业知识，进一步了解生产工作的实际，了解生产过程中存在的问题和理论和实际相冲突的难点问题，并通过撰写实习报告，使我学会综合应用所学知识，提高分析和解决专业问题的能力。通过实习使我们获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面；同时专业实习又是锻炼和培养学生业务能力及素质的重要渠道，培养当代大学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法和技能，体验企业工作的内容和方法。

3号下午，一拖的老师就组织我们进行了安全性教育，为我们讲解了入厂应注意的一些事项。每一个注意事项都是有根据的，每一个注意事项后都有一个血淋淋的教训。

参观第一装配厂：

7月4号我们参观了一装厂。中国第一拖拉机股份有限公司第一装配厂是中国农机行业最大的农业履带拖拉机制造基地。工厂始建于1956年，占地面积5.58万平方米，建筑面积3.66万平方米，是中国第一个五年计划期间156项重点工程之一第一拖拉机制造厂的骨干专业厂。该厂拥有各类现代化设备近千台，包括加工中心柔性加工线、气体保护焊、进口重型立式拉床、多轴自动立式车床、微机控制的多功能可控气氛多用炉、光亮淬火、数控感应加热处理及全套齿轮件、轴齿件等热处理设备，并有壳体类、拨叉类、轴类零件的专用生产线、静电涂装线。第一装配厂除作为第一拖拉机股份有限公司履带拖拉机、推土机变型产品的主机生产专业厂外，还具

备各种拖拉机变型新产品的改进、开发、销售能力;近年来已先后自行开发研制履拖系列、液压挖掘机系列、运输及农用车轮拖系列及特殊用途履带机械产品等数十种变型产品，深受广大用户欢迎。

参观动力机械厂：

7月5号我们参观了动力机械厂。动力机械厂的前身为第一拖拉机股份有限公司第一发动机厂，主要生产发动机及其零部件，产品有三种：1、105柴油机主要用于农用机械，工程机械；2、4125系列柴油机；3、发动机组。厂内的机加车间主要生产零件，缸盖，缸体，有多条生产线。

参观热处理厂：

7月6号上午我们参观了热处理厂。热处理厂是整合一拖公司热处理资源基础上组建的专业厂，在对各种成品零件的渗碳、渗氮、碳氮共渗、感应淬火、调质、正火、退火等热处理工序生产上以及表面氧化、磷化、电镀等处理工艺方面均具有丰富成熟的技术管理经验，总体年生产加工处理能力在2万吨以上。其设备及功能为双排炉，主要用于渗碳、淬火。辅助材料甲醇是种渗碳剂，丙酮为一种保护气体，喷丸机主要用来提高零件表面压应力和改善产品表面质量，校直机主要用来校正零件因热处理和喷丸时产生的变形。

下午我们去参观了机械工厂，该厂前身为机械工业部的重型军工企业，生产规模宏大，技术力量雄厚。九三年成立合资公司以来，凭军工技术的科研能力，不断开发出符合国情和市场需求的高性能价格比的工程机械产品。其主要产品有轮式装载机、工业推土机、振动压路机三大系列数十个型号产品。公司拥有国内外著名企业制造的大型、精密、稀有的先进设备50余台，主要加工设备400余台，如数控气割机、辊压机、点焊机、翻转机、单臂刨床等大型机床。

参观齿轮厂：

7月7号我们参观了齿轮厂。齿轮厂的主要设备有摇臂钻床，台式钻床、立式升降台铣床、半自动花键轴铣床、滚齿机、卧式矩台平面磨床、多刀车床、直齿锥齿刨齿机、电气控制柜等各式机床，弧齿大轮精切机、机床自动排屑机、插床。这里各种各样的齿轮应有尽有，我看到了许多书上看不到的齿轮，并对齿轮的加工及功用有了更加全面的认识 and 了解。经过工人师傅的讲解，我总结出了齿轮加工工艺过程：车削--齿轮成型加工--热处理--精加工磨削，车削外圆--铣齿轮--磨削--去毛刺。

磨齿加工工艺：磨齿工艺是硬齿面齿轮的精加工工艺，也是精密齿轮的主要加工工艺。磨去余量的大小应以出去齿面缺陷层，消除渗碳淬火变形，保证渗碳层规定厚度要求，达到齿轮磨齿精度的最小余量为准，磨齿余量的均匀性对保证齿面质量十分重要，磨齿余量不均匀性受以下三个因素的影响：

- (1) 齿轮的预加工滚齿精度
- (2) 渗碳、淬火的热处理变形
- (3) 热处理后修正基准加工中产生的误差。

参观工程材料研究所：

第四装配厂，参观福莱格公司，福莱格车身有限公司是于20xx年2月在原中国一拖集团有限公司冲压厂的基础上改制而成的有限责任公司，始建于1956年。福莱格公司承继了原冲压厂的主要业务，致力于汽车、农业机械和工程机械的覆盖件、结构件、驾驶室、油箱等产品的制造、销售以及通用机械产品的冲压、焊接、涂装和机械加工。壁零件的一般生产流程就是这样的，游戏零件还需要进过一些机械加工才能达到我们的设计和使用要求，对于这些零件还需要怎加一些

机加的步骤。在每一道工序的内部，我们也需要按照加工要求设计一个比较合理的加工步骤，像这些薄壁件一般都是通过膜锻来提高生产效率和精度的；所以在冷锻造的过程中设计一个好的模具是很重要的，在后续的加工中，需要对这些薄壁件固定和定位，为了达到更高的加工效率我们需要设计一个好的夹具。

参观锻造厂：

7月11号上午我们参观了锻造厂。该厂1959年建成投产，锻件年生产能力35000吨，品种800余个。设备齐全，现有大型锻件生产线三条，小型曲轴生产线一条，建造了具有国内先进水平的悬挂式热处理调质线，可为用户提供优质的农业机械、工程机械、动力机械、军工外贸等各种类型的锻件。近年引进日本先进技术，开发出多种曲轴系列锻件，尤其是锤上模锻大型复杂曲轴工艺水平及锻件质量均居全国领先水平。主要设备是热处理炉，锻件冷校正设备和锻件清理设备。我们参观了第二铸铁厂。

从事铸铁件生产的第一铸铁厂在“”期间进行了较大规模技术改造。造型工部引进了先进的静压造型线，该线是目前国内最大的铸铁件潮模砂生产线；砂处理工部引进混砂机、冷却器、水分自动控制等主要设备；熔化工部引进美国无芯变频感应电炉，与冲天炉实现双联熔炼。目前可以生产单件重50-500kg的各类汽车和拖拉机灰铸铁及球墨铸铁件，已形成年产35000吨的生产能力。产品除与中国一拖的产品实现配套外，柴油机四、六缸缸体，汽车及柴油机其它零部件还与国内几家知名汽车生产商、柴油机生产厂实现了配套。

参观建筑工程机械厂

年代末，公司引进了德国宝马公司的ca141ad□bw217d□bw213d等振动压路机制造技术，经过消化、吸收和创新，对压路机产品进行了换代，推出了lsd系

列全液压单钢轮振动压路机□lss系列单钢轮振动压路机□ldd系列全液压双钢轮振动压路机□lgu系列三轮静碾压路机□lrs系列轮胎压路机□20xx年以来，又相继推出了py系列平地机□hbt系列砼拖式泵等高技术产品。

自我总结

通过本次生产实习，我体会很深，以前我总以为自己从书上所学到的知识可以对车间的生产情况有了比较深刻的了解，但是当我真正的看到机器和设备时，我才意识到自己知道的只是些机械设计制造方面的皮毛。通过本次洛拖实习，很大程度上提高了我对自己专业的兴趣。作为一名机械类学生，我们有责任改进我们国家机械行业落后的局面，我们应该运用创新精神来承担起复兴我国机械行业的重担。

也因为这次实习，让我有机会和同学们更加近距离的接触，这是我大学里唯一一次和同学们一起实习的机会，我很珍惜，我会永远记得，在我的家乡，和他们有过美好的回忆！

洛阳实习心得体会篇二

洛阳是我大学生涯的第一站，也是我第一次真正踏入社会实践的城市。在这个古都和繁华都市的交汇之处，我收获了许多珍贵的经验和感悟。以下是我关于洛阳实习的心得体会。

第一段：对洛阳的第一印象

刚到洛阳的时候，我被这座城市的古朴与现代的交错所震撼。走在市区的街头巷尾，历史的氛围扑面而来。我有幸在一家文化机构实习，通过各种培训和文化遗产活动，我对洛阳这座历史名城有了更深的认识。无论是汉代洛阳城遗址还是龙门石窟，都向我们展示了这座城市独特的文化底蕴和辉煌的历史。

第二段：实习的得与失

在洛阳的实习过程中，我经历了许多困难和挑战。最初的几个星期，我对工作的要求和工作内容都感到十分困惑。由于缺乏工作经验，我犯了很多错误，有时甚至感到很无助。但随着时间的推移，通过不断的学习和努力，我逐渐适应了繁忙的工作节奏，并且在同事和上司的帮助下取得了一些成绩。实习让我更加明确了自己的职业发展方向，也培养了我的团队合作能力和独立思考能力。

第三段：洛阳人的热情与友善

洛阳人以其热情好客而著名。在这里的实习过程中，我遇到了很多乐于助人的洛阳人。无论是在工作中还是生活中，他们总是乐意为我解答问题，分享经验，给予我鼓励与支持。在这个陌生的城市里，我真正感受到了人与人之间的温暖和真诚。这种友善和热情不仅让我在工作中得到了很多帮助，也让我对这座城市充满了感激之情。

第四段：洛阳实习的启示与反思

通过洛阳的实习，我意识到自身的不足和不足之处。在与其他实习生的交流中，我看到了他们的学识和能力，明白了自己的不足。这让我意识到，学无止境，要不断钻研，提高自己的专业能力。同时，实习也让我认识到职业的重要性，准确把握自己的兴趣和人生目标，并为之努力奋斗。洛阳的实习经历也教会了我如何与他人相处，如何处理人际关系，这对我未来的发展至关重要。

第五段：感谢洛阳的实习经历

回顾洛阳的实习经历，我不禁感慨万分。我从这座城市和这段实习中收获了远超出预期的收获。在这里，我不仅学到了专业知识和实践经验，也得到了很多人生智慧和成长。洛阳

是一座独特的城市，它为我提供了一个全新的学习和成长的平台。我将永远感激和珍爱这段宝贵的经历，并将其融入到我的职业生涯和人生之中。

总结：洛阳实习心得体会

通过洛阳的实习经历，我不仅明确了自己的职业发展方向，也学到了很多实用的技能和知识。在这里，我遇到了热情友善的洛阳人，也认识到了自身的不足和需要提高的地方。洛阳的实习经历不仅对我个人的发展有重要意义，也为我打下了坚实的基础。我将用所学与所获，为自己的未来努力奋斗。洛阳，谢谢你给予我的一切。

洛阳实习心得体会篇三

作为一个商学院的学生，实习是我大学生活中不可或缺的一部分。今年暑假，我有幸选择在洛阳一家大型企业进行实习。在这段时间里，我不仅体验到了职场的真实工作环境，还学到了很多宝贵的经验和知识。下面我将通过五段式的文章，向大家分享我在洛阳实习期间的心得体会。

第一段：实习的目的和选择

在介绍我在洛阳实习期间的心得体会之前，我想先谈谈我为什么选择到洛阳实习。首先，洛阳作为我心目中的一个历史文化名城，一直是我向往的地方。我希望通过实习，深入了解洛阳的文化底蕴，并感受这座城市的独特魅力。其次，洛阳的发展前景十分广阔，有很多发展中的企业，这意味着实习机会多、任务多、挑战多，这对于我来说是一个很好的锻炼机会。最后，洛阳的企业环境相对宜居，交通方便，生活成本低，这使得我可以全身心地专注于实习工作，提高自己的能力。

第二段：工作内容与任务

在实习期间，我被分配到洛阳一家知名企业的市场部门，负责市场调研和竞争分析等工作。刚开始，我对自己的工作感到有些迷茫，因为临危受命的实习感觉总是有些压力。然而，通过和同事的合作和学习，我逐渐熟悉了工作流程和操作技巧。我学会了如何使用数据分析软件，进行市场调研和数据统计。在每天的工作中，我还学习如何与客户进行有效沟通，并根据市场变化及时调整市场策略。这段实习期间的工作经历不仅让我对市场营销有了更深刻的了解，还培养了我的团队合作和解决问题的能力。

第三段：人际关系的重要性

在洛阳实习期间，我意识到了人际关系在职场中的重要性。在工作中，我遇到了各种各样的同事，有乐于助人的，也有各自为战的。通过与团队成员的相互配合和交流，我学到了很多与人沟通的技巧，并逐渐建立了良好的人际关系。我发现，与他人保持良好的沟通和合作，可以更好地完成工作任务，也能提高自己的工作效率。此外，我还结交了一些志同道合的朋友，他们在我实习期间给予了我很多帮助和支持。这次实习让我认识到，人际关系的建立和维护是职场生涯中至关重要的一部分。

第四段：自我提升与职业规划

洛阳实习期间，我也有意识地进行了一些自我提升和职业规划。我参加了一些企业内部的培训课程和讲座，学习了一些专业知识和实用技能。我还利用工作之余的时间，自学了一门新的专业课程，并获得了相关的证书。通过不断学习和提升，我意识到职业规划的重要性。我开始思考自己的长远职业目标，并制定了一些短期和中期的职业规划。我相信这些努力和计划会为我未来的职业生涯带来更好的发展。

第五段：实习心得总结

通过在洛阳的实习经历，我收获了很多。首先，我了解到了市场营销的重要性，学会了如何分析市场和制定市场策略。其次，我认识到了人际关系的重要性，并尝试建立了良好的人际关系。第三，我通过自我提升和职业规划提高了自己的能力和竞争力。最后，我深深感受到了洛阳这座城市的魅力和发展潜力，为我未来的发展打下了良好的基础。在未来的职业生涯中，我会继续努力学习和提升自己，不断适应和应对职场的挑战，为自己的梦想不懈努力。

洛阳实习心得体会篇四

一周的生产实习结束了，回想这一周，体会颇深。在生产实习的一周里，学习上我学到了很多；在生活上，苦过也甜过，总体而言我生活得很快乐。下面分别从学习和生活两个方面，谈一下我个人的实习体会。

学习方面

这次生产实习，我一共参观了六个工厂、一个工艺材料研究所，还听了一场很精彩的报告会。其实在实习之前也没怎么做好功课，没有太认真地看书，并没有带着问题去参观。但是我觉得收获还是很大的，在参观时，没看到一种工艺流程和设备，脑子里就能回想起书本上的理论知识和上课老师给我们看的图片、视频等。我清楚得记得，在参观冲压厂时，看到生产汽车覆盖件时，那个冲压设备在冲压时，我感觉特别强烈，真的比图片和视频给人的视觉冲击大。我看到那些，马上就想到了冲孔、落料、弯曲、拉深、翻边等等工艺。不过在冲压厂我看到的工艺，最多的是拉深和翻边。这种理论和实践结合给人带来的快感和成就感，真的很美妙。或许在别人看来这些都很普通，很简单嘛，没什么成就可言。但是我觉得只有有这种成就感，才能勾起你继续认真参观的欲望，人没有欲望，是不可能进步的。

大道理谁都会说，大家都知道实习可以把理论和实践相结合，

可是这不是重点，我认为重点应该是参观后，你把理论与实践结合之后自己对某个知识点的重新认识与思考体会。也就是说，理论与实践结合之后，你能从中学到新的东西，这才是最重要的。我想这个应该才是生产实习的真谛吧。

除此之外，这次生产实习中，我觉得集体团队精神也得到升华。我们每次去参观，进出工厂大门时都必须列队整齐出入，否则门卫不让进。要是还像在学校那样稀稀拉拉的，恐怕要被拒之门外喽。一拖虽然是个大企业，但是一拖的工作环境和工资待遇也并不是我们认为的那么理想，但是工人师傅们的吃苦耐劳和敬业奉献的精神着实令我钦佩。实习过程中，我的群众性观点、劳动观点、工程观点和建设有中国特色社会主义事业的责任心和使命感都相对上了一个台阶。

通过生产实习，我全面了解拖拉机、推土机、挖掘机等从原材料到成品批量生产的全过程以及生产组织管理等知识，在心中树立了理论联系实际的工作作风，以及生产现场中将科学的理论知识加以验证、深化、巩固和充实。并且提升了进行调查、研究、分析和解决工程实际问题的能力，为后继专业课的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。通过生产实习，拓宽我的知识面，增加感性认识，把所学知识条理化系统化，学到从书本学不到的专业知识，并获得本专业国内、外科技发展现状的最新信息，激发了我向实践学习和探索的积极性，为今后的学习和将从事的技术工作奠定了基础。

生活方面

其实我们的适应能力还是蛮强的嘛。

其次说一下最重要的“吃”吧，民以食为天，到一个陌生的地方，二话不说先填饱肚子再说。

洛阳地处盆地，四季分明，气候温和。洛河、伊河、瀍河、

涧河交织其间;南部有伏牛山区，北存邙山、黄河，四郊土地肥沃。优越的地理环境和气候条件，使这一地区五谷杂粮、四季果蔬应有尽有，盛产鱼、虾、蟹、蚌;山鸡、野兔、猴头、木耳、鹿茸、甲鱼、红果、银耳及各种药材十分丰富，这些丰盛的烹饪原料，为河洛烹饪业的形成和发展提供了得天独厚的自然条件。

洛阳为天下之中，洛菜为百菜之母。洛阳饮食的这种核心地位，可以归纳为四个方面的特点。第一，河洛饮食来源的丰富性。第二，河洛饮食体现了传统文化的深刻性。第三，河洛饮食群体的多样性。第四，河洛饮食传播幅度和范围的广泛性。

洛阳的饮食习惯和芜湖相差甚远，北方以面食为主，面条啊，包子饺子馒头啊，满大街小巷都是。下面简单介绍一下洛阳的面条。

面条是洛阳人除馍之外的另一大主食，平时每天至少吃一顿。面条的制作方法，因季节的更替不断变化。

冬季天气寒冷，人们多吃汤面条、拉面条、烩面条，里面放些干菜、酸菜或新鲜青菜。有些地方的人爱吃清水面条，有些地方的人常在面条汤内搅入面糊，这种带糊的面条，人们俗称为“糊汤面条”。

春秋季人们多吃卤面、烩面等。到了蒜苔和豆角收获的季节，家家户户都喜欢用蒜苔和豆角做卤面。因为这些菜是做卤面的固定菜，所以蒜苔和豆角上市的时候，也是人们吃面条最多的时候，平时三两天里最少要吃一顿卤面。

夏季人们多吃捞面条，面条煮熟后捞出，放在凉水或阴阳水(开水掺凉水)中拔一下，拌以蒜汁、苋菜、荆芥和黄瓜丝，吃时清凉利口，防暑降温。

提到洛阳的面食，就不得不提及洛阳著名的“水席”了。洛阳水席是河洛饮食文化发展的基础上产生的，但它的历史并不长。概括而言是“千年的基因，百年的历史”。下面简单介绍一下“洛阳水席”。

一、洛阳水席的取材多为本地特产，如小麦面粉、玉米面粉、豆制品、红薯、山药、萝卜、粉条等。其中，假海参、蜜汁红薯等，主要用红薯。红薯、玉米，原产美洲，明后期传入南方，明末传入北方，但种植不普遍，康熙年间开始较普遍种植(但是，红薯、玉米的大规模种植是从1949年以后开始的)，清代乾隆《洛阳县志》第一次在洛阳地方文献中出现红薯、玉米。但把它们引入菜，会经历一段历史。因此，水席出现在洛阳，是清后期的事。

二、水席的第一道菜“燕菜”传说出于唐代，有东关下园出了大萝卜之说，也是不确的。因为东关下园，在唐代属城市区内，有菜园的可能性极小。“东关下园”这一地名的出现，不会早于金朝。有文献可查的“下园”之名，也是从清代乾隆年间开始的。

洛阳水席，最初来自农村。从民国时期，洛阳附近周边诸县开始盛行筵宴采用洛阳水席的风俗，如北面的孟津；西边的新安、渑池、陕县等；东边的偃师、巩义部分乡村；南边的伊川、宜阳、汝阳、嵩县、栾川，等。这些城乡的百姓，在婚丧、嫁娶或朋友聚会、喝满月酒时，多选择吃水席。

虽然如此，洛阳水席保留了洛阳历史饮食的基因。有些菜，比如红烧鲤鱼，这个菜起源比较早。也就是说，水席在成型中，吸纳了古代洛阳菜的很多特长。

水席独特风味就在于它菜菜带汤，而又汤汤不同，可谓变换有方，雅趣无穷。

但是，水席的汤虽然汤汤不同，但是除甜品外，侧重以酸、辣之味为主，这不是洛阳唐宋时期的风味，这从唐宋的《烧尾食单》等菜谱可以证明。同时，明代洛阳的市肆菜，也不是以酸、辣为主。

水席的汤以酸、辣之味为主，这与盐的变化有关。明代以前，洛阳用海盐，少量用潞盐(山西解州池盐)。清代时期，全部改用潞盐。潞盐味苦，必须加醋、辣味中和，这引起清代洛阳菜味的变化。但由于洛阳菜馆为保持菜的纯正，仍从行销海盐的开封地区购盐，故此，市肆菜的风味仍不以酸、辣为主。到清晚期，海盐价格甚高，洛阳菜馆开始全部用潞盐。用潞盐，则炒菜失去原有风味，只有采取民间做法，水席也自然走到市肆中，经过改进，洛阳水席开始定型。

关于洛阳的饮食，我还有一点要提一下。我发现洛阳人真的很热情很实在，每次去吃面食，那个碗真的好大好大，满满的一大碗，好像生怕你吃不饱一样。记得有一次晚上，我们宿舍6个人一起去吃泡馍，那天我很饿，我怕小碗的吃不饱，就点了一个大碗的。等服务员端上来，差点吓死我了，大碗就比小碗贵一块钱，可是大碗有小碗两个大。而且那个小碗它根本就“不小”，小碗的都能把我撑死!那顿饭结果可想而知，我们寝室只有一个哥们把小碗的泡馍吃完了，前提是他那一天早饭和午饭只吃了几个包子。我在洛阳的一周，发现洛阳的吃的东西真的比芜湖便宜很多。

最后说一下洛阳好玩的吧。洛阳的牡丹花红遍全国，可惜我们来得太晚了，牡丹花都已经凋谢了。洛阳的唐三彩也很有名，而且价格也很合理，所以我们这次实习回来的老师和学生都满载而归。洛阳有很多好玩的景点，比较著名的有龙门石窟、白马寺等，其实我觉得王城公园和西关的老街也很棒的，至少比芜湖的赭山公园和步行街好很多倍了。让我印象最深刻的就是老街的琳琅满目的工艺品和满街的烧烤，竟然还有“一块钱八串”的烤肉，真是太诱人了!

5月21日是我们自由活动的时间，我们寝室6个人一起去了白马寺。下面简单介绍一下白马寺。

华夏文明第一次大规模吸纳外来文化，是佛教的传入。公元64年，汉明帝刘庄夜梦金人，遣使西域拜求佛法。于是，中国历史上第一次有了西天取经的故事。三年后，汉使同印度高僧用白马驮载佛经、佛像返回洛阳，汉明帝亲自迎接。第二年，在洛阳西雍门外建起了寺院，为铭记白马驮经之功故名白马寺。从此，在东土大地、洛河之滨、天子脚下，便有了中国最早的佛寺，它是佛教在中华大地上赖以发荣滋长的第一座菩提道场，历来被佛教界尊称为“释源、祖庭”。白马寺内宝塔高耸，殿阁峥嵘，长林古木，肃然幽静，寺内的主要建筑分布在由南向北的中轴线上，前后五座大殿错落有致，严谨有序。大雄殿内的23尊元代“夹苎干漆”造像，形态各异，栩栩如生。他们全都是由丝、麻制成，每尊重量仅有3到5公斤，从元代至今700多年来未经修缮，仍然色彩如新，是国内罕见的稀世珍品，也是白马寺的镇寺之宝。中国第一座古刹是洛阳白马寺，中国第一座古塔是白马寺内的齐云塔，中原第一座比丘尼道场是白马寺内的齐云塔院，最早来华的印度僧人禅居于白马寺，最早传入的梵文佛经收藏于白马寺，他是中国最早的译经道场，中国的第一个汉人和尚在这里受戒，正是这些第一使得白马寺能够稳居中国伽蓝之首座，而永远彪炳于中国佛教史册之卷首。时至今日，每年元旦，中外朋友都要聚集于白马寺来聆听“马寺钟声”，用108下钟声消除心中一切烦恼。

在白马寺我们拍了很多照片，买了很多纪念品，开过光的佛珠、桃木剑、桃木梳、唐三彩的“对马驼”、牡丹花种子等等，我们开心地度过了一天。

好了，以上就是我这次生产实习的简单体会。总结一下，很简单一句话，“学好了，更玩好了”。最后，感谢学校给我们这次宝贵的实习机会，当然也要感谢老师们不辞辛苦地带领我们去洛阳，为我们操心一周。

自评成绩:

生产实习期间,我遵守纪律,专心参观,积极提问题,课后认真完成实习笔记。我给自己打“良好”。

作为一名21世纪的大学生,不但要有丰富的知识,而且要把知识与生产实际相结合。生产实习是大学实习的重要组成部分,学校很是重视,每年都批下大批资金安排学生到各个工厂生产实习,增长学生的见识,巩固课本知识,让我们了解工厂的一些基本运作过程,为我们以后的学习和工作打下坚实的基础。于是乎大学生生产实习变成了必修的一门课程。

知识是人类进步的阶梯,而学习知识不仅仅靠从书本上获取,而重要的是在于体验。理论知识往往过于标准化,仅仅靠掌握理论,一点实际操作经验都没有的话,事实上是没有实际效应的,现实中的事情往往是千变万化的,运用起来解决具体情况多半是教条的。无数事实证明:只有将理论知识与实践很好的结合起来,才能将知识运用到最高境界,为了学有所长,学有所用,为了将知识转化为自己所真正拥有的能力,面对充满竞争与压力的社会环境,结合自己所学的专业知识,学校为我们同学们提供了很多的实习单位来锻炼我们而我作为一名普通的学生对这难得的学习机会自然不愿错过,甚至有狂喜的成分在。我们要去的地方是千年帝都—洛阳,而坐落在洛阳的第一拖拉机厂就是我们要实习的场所。这让我们了解工厂的一些基本运作过程,为我们以后的学习和工作打下坚实的基础。

开学9-10周学校就安排我们专业的同学参加生产实习,于是我们三个班200来人怀着激动的心情在高文海老师、卢东,郭丽娟老师的带领下,到了洛阳一拖分别参观实习,让我们学到了很多知识。

通过这次参观实习,查找各种图书资料以及到网上搜寻相关资料,使我们的知识得以巩固和完善。我很感谢学校安排的

这次实习活动，怀着的一颗感恩的心，我写下了这篇实习报告。

第一部分：实习目的

很多人问我这实习的目的何在。我想我可以很明确的告诉你——学习，学习，还是学习。对，你没有看错，为什么要再三强调学习。主要是因为有些同学是抱着去洛阳游玩的心态去的。这是十分不可取的，这就是主次不分。不明白为什么这么好的学习机会却要浪费，真有点说不过去。游玩是可以的，但不能把正业给荒废了，这必须做到。

我们是来学习的，所以此次实习我们要达到以下几点：

- 1：通过下厂生产实习，深入生产第一线进行观察和调查研究，获取必须的感性知识和使学生较全面地了解机械制造厂的生产组织及生产过程，了解和掌握本专业基础的生产实际知识，巩固和加深已学过的理论知识，并为后续专业课的教学，课程设计，毕业设计打下基础。
- 2：在实习期间，通过对典型零件机械加工工艺的分析，以及零件加工过程中所用的机床，夹具量具等工艺装备，把理论知识和实践相结合起来，分析和解决问题的能力。
- 3：通过实习，广泛接触工人和听工人技术人员的专题报告，学习他们的生产经验，技术革新和科研成果，学习他们在四化建设中的贡献精神。
- 4：通过参观有关工厂，掌握一台机器从毛坯到产品的整个生产过程，组织管理，设备选择和车间布置等方面的知识，扩大知识面。
- 5：通过记实习日记，写实习报告，锻炼与培养我们的观察，分析问题以及搜集和整理技术资料等方面的能力。

当然，我们更重要的是巩固我们平时所学的理论知识，了解自己真正学到了多少东西，从而弥补自己的不足。

6. 实习内容

(1) 了解工厂的生产过程、生产线布局、技术装备；

(2) 记录零件设计和制造工艺及设备；

(3) 掌握机械加工工艺方面的知识及方法

(4) 了解切削刀具方面的知识，熟悉常用刀具的结构、选择、用途等

(5) 了解机床和数控系统的知识，特别是加工中心等典型的数控设备

(6) 了解企业生产管理模式，学习先进的管理方式方法

(7) 熟悉、巩固铸造工艺及设备方面的知识巩固我们所学的理论知识，更加让我们学到了课本上所学不到的知识，增加我们的知识面，在实习中我们了解工厂的一些基本运作过程，对机床的结构和其加工方法以及控制方式有个初步的了解，对部分零件的加工工艺有个较详细的了解为今后工作岗位打下了良好的基础。当然，我们更重要的是巩固我们平时所学的理论知识，了解自己真正学到了多少东西，从而弥补自己的不足。

第二部分：实习单位介绍

对于我们要去的洛阳一拖，我是有些了解的。它是我国第一个拖拉机厂，总部坐落于中国历史文化名城、九朝古都洛阳的中国一拖集团有限公司，一拖公司是中国内地在香港上市的唯一农机制造与销售企业。其前身第一拖拉机制造厂，是

一家在国内众多区域设有工厂、子公司和代表处，以机械制造为主的综合性公司。

1955年，作为新中国“一五”期间156项前苏联援建重点建设项目之一，经毛泽东主席批示，中国最大的拖拉机制造厂——一拖在洛阳涧西原隋炀帝的皇家御苑破土动工。

洛阳实习心得体会篇五

第一段：介绍洛阳实习的背景和目的（约200字）

洛阳，古都之一，拥有着丰厚的历史文化底蕴。今年暑假，我有幸到洛阳进行实习。实习的目的是增加自己对古都文化的了解，提升自己的专业技能，并提供一个机会来提升自己的实践能力和团队合作能力。

第二段：实习中的收获（约200字）

在洛阳的实习经历中，我受益匪浅。首先，我参观了洛阳的众多文化遗址，如龙门石窟、白马寺等等。这些古老而珍贵的建筑和艺术作品使我更加深入地了解了中国古代文化。其次，我得到了来自实习单位的指导和支持，在实践中不断提升了自己的专业技能，特别是在团队合作和沟通方面。最后，与当地人民接触，了解了他们的生活方式和思维方式，拓宽了自己的视野。

第三段：实习中的困难和挑战（约200字）

在实习期间，我也遇到了一些困难和挑战。首先，由于对洛阳的了解不够深入，我在参观古迹时常常感到迷失和无所适从。其次，由于实习单位的安排较紧张，我常常需要加班完成任务，对自己的时间安排造成了一定困扰。最后，由于洛阳气候炎热，加之实习的紧张程度，使得我在精神和体力上都感到一定的压力。

第四段：解决问题的方法和经验（约300字）

为了克服困难和挑战，我采取了一些措施。首先，我利用个人时间研究了洛阳的历史文化，并提前了解了各个古迹的背景和重要性，这样在参观时更加游刃有余。其次，我学会了合理安排时间，并与同伴们互相合作，分享工作任务和信息，帮助彼此共同解决了工作任务中的困难。最后，为了应对高温天气，我尽量避免在炎热的时段外出，调整作息时间来保持良好的身体状态。

第五段：实习后的收获和体会（约300字）

通过洛阳的实习经历，我不仅增加了对古都文化的了解，还提升了自己的专业技能和实践能力。我深刻体会到，实习不仅是理论知识的延伸，更是一个锻炼自身能力和适应环境能力的过程。在实习中，我充分体验了团队合作的重要性，明白了团队协作所带来的巨大效益。同时，实习也让我意识到了自己的不足之处，为自己今后的发展提供了进一步的改进方向。

总结：通过洛阳的实习，我不仅增长了见识，提升了自己的专业能力，还结交了许多优秀的同行。洛阳实习让我明白了实践的重要性，为我今后的发展奠定了良好的基础。我将继续努力学习，不断提升自己的能力，为实现个人的职业目标做好充分准备。

洛阳实习心得体会篇六

作为一名21世纪的大学生，不但要有丰富的知识，而且要把知识与生产实际相结合。于是乎大学生生产实习变成了必修的一门课程。我作为一名普通的学生对这难得的学习机会自然不愿错过，甚至有狂喜的成分在。我们要去的地方是千年帝都——洛阳，而坐落在洛阳的第一拖拉机厂就是我们要实习的场所。这让我们了解工厂的一些基本运作过程，为我们

以后的学习和工作打下坚实的基础。

开学13—14周学校就安排我们专业的同学参加生产实习，我们怀着激动的心情在老师的带领下，到了洛阳参观实习，让我们学到了很多知识。

通过这次参观实习，查找各种图书资料以及到网上搜寻相关资料，使我们的知识得以巩固和完善。我很感谢学校安排的这次实习活动，怀着一颗感恩的心，我写下了这篇实习报告。

第一部分：实习目的

很多人问我这实习的目的何在。我想我可以很明确的告诉你——学习，学习，还是学习。对，你没有看错，为什么要再三强调学习。主要是因为有些同学是抱着去洛阳游玩的心态去的。这是十分不可取的，这就是主次不分。不明白为什么这么好的学习机会却要浪费，真有点说不过去。游玩是可以的，但不能把正业给荒废了，这必须做到。

我们是来学习的，所以此次实习我们要达到以下几点：

及生产过程，了解和掌握本专业基础的生产实际知识，巩固和加深已

学过的理论知识，并为后续专业课的教学，课程设计，毕业设计打下

基础。

2：在实习期间，通过对典型零件机械加工工艺的分析，以及零

件加工过程中所用的机床，夹具量具等工艺装备，把理论知

识和实践

相结合起来，分析和解决问题的能力。

的贡献精神。

4: 通过参观有关工厂，掌握一台机器从毛坯到产品的整个生产

及搜集和整理技术资料等方面的能力。

第二部分：实习的内容

(1) 了解工厂的生产过程、生产线布局、技术装备；

(2) 记录零件设计和制造工艺及设备；

(3) 掌握机械加工工艺方面的知识及方法；

(4) 了解切削刀具方面的知识，熟悉常用刀具的结构、选择、用途等；

(5) 了解机床和数控系统的知识，特别是加工中心等典型的数控设备；

(6) 了解企业生产管理模式，学习先进的管理方式方法；

(7) 熟悉、巩固铸造工艺及设备方面的知识巩固我们所学的理论知识，更加让我们学到了课本上所学不到的知识，增加我们的知识面，在实习中我们了解工厂的一些基本运作过程，对机床的结构和其加工方法以及控制方式有个初步的了解，对部分零件的加工工艺有个较详细的了解为今后工作岗位打下了良好的基础。

当然，我们更重要的是巩固我们平时所学的理论知识，了解自己真正学到了多少东西，从而弥补自己的不足。

第三部分：实习单位介绍

一拖(yto)简介：

对于我们要去的洛阳一拖，我是有些了解的。它是我国第一个拖拉机厂，总部座落于中国历史文化名城、九朝古都洛阳的中国一拖集团有限公司，一拖公司是中国内地在香港上市的唯一农机制造与销售企业。其前身第一拖拉机制造厂，是一家在国内外众多区域设有工厂、子公司和代表处，以机械制造为主的综合性公司。

19__年，中国一拖集团将与拖拉机相关的业务、资产、负债人员重组后进行股份制改造，依法设立了第一拖拉机股份有限公司。之后，股份公司在境外发行h股股票，并于同年6月23日在香港上市。19__年“东方红”商标被国家工商行政管理局认定为中国驰名商标，20__年“东方红”牌系列(履带、轮式)拖拉机和工业推土机、“洛阳”牌压路机三大系列产品荣获“河南省名牌产品”称号。

经过多年的发展，市场环境的变化，一拖也随之走上了产品多样化的发展道路，目前其产品主要有以下四类：

一、农业机械类：具有大马力轮式拖拉机、大马力履带式拖拉机、中小马力轮式拖拉联合收割机。

二、动力机械类：柴油发动机、压力机

三、工程机械类：压路机、工业推土机、叉车、挖土机、起重机械

四、汽车类：各式卡车、运输车、洒水车等产品。

现在，一拖从机制、体制入手，积极建立现代企业制度。通过采用合资经营、股份制改造、租赁承包和放开经营等方式，积极探索资本经营，努力向着跨行业、跨地区、跨所有制和跨国经营的现代化企业集团迈进，逐步建立起适应。

洛阳轴承有限公司lyc简介：

洛阳lyc轴承有限公司是河南煤业化工集团装备制造骨干企业，其前身是国家“一五”期间156个重点建设项目——洛阳轴承厂，是中国轴承行业规模最大的综合性轴承制造企业之一。20__年“lyc”品牌被国家商务部评为“中国最具市场竞争力轴承品牌”；公司连续四年被认定为“中国工业行业排头兵企业”。目前lyc公司已在国内30多个城市设有销售代表处，在中国香港、美国旧金山、巴西圣保罗、意大利、罗马等地建有完善的销售服务网络，产品出口70多个国家和地区。

中信重工机械股份有限公司简介

中信重工机械股份有限公司(原洛阳矿山机器厂)，公司主要产品有：采掘机械、提升机械、选煤机械、破碎与粉磨机械、水泥机械、冶金轧钢机械、环保机械、发电设备、大功率减速器、大型铸锻件等。可为矿山、建材、冶金、有色、电力、化工、环保和其他基础工业领域提供成套重大技术装备、工程成套服务。产品远销亚、非、欧、美、澳等国家和地区，在国内外占据较大的市场份额。

实习历程

第一部分：入厂安全教育

我们是20__年6月4日下午到达洛阳一拖实习接待部的，第二天上午我们进行了进厂安全教育。接待我们的是一位头发花白的老师，他给我们讲述了一些厂内安全注意事项。对于从小学开始每次出行老师都会强调的安全教育，学生向来是不

予理会的，除非老师主动干预，不过这次一拖的工作人员让我们彻底的、真实的体验到了事故后面的一幕幕的血淋淋的惨剧，充分的让我们了解到厂区内安全的重要性。尤其是看到那个西安交大的毕业生摔死那一篇，真是扼腕叹息。还有那个被7吨重的木材砸死的青年工人，真是连饭都吃不下。这位可敬的老人给我们讲安全危害可分为六大类：

1. 机械性危害，主要以机械作用危害为主。
2. 化学物质危害，有气态和液态两种。
3. 燃烧、爆炸危害，其主要为机械、化学和热效应的联合作用。
4. 热危害。
5. 电器危害。
6. 其他危害。

而杜绝这些安全危害的唯一办法就是严格遵守工厂的安全要求，其主要注意事项：

1. 在工厂内任何区域严格禁止吸烟；
2. 进入厂区以及分厂必须列队进入；
3. 禁止在广场上集结；
4. 保护园林，爱护花草；
5. 不堵塞工厂的进出入口，不要站在工厂主干道上；
6. 保持厂区环境卫生；

7. 厂区内严格禁止拍照；

8. 生产实习期间严格禁止酗酒；

10. 工厂属于生产机构，对于其中的各种机床严格遵守只看不动手；

11. 由于机床油润滑飞溅等，路面较滑，进入工厂内应注意防滑；

12. 入厂后禁止边听mp3边走路参观；

13. 注重自身和学校形象；

14. 禁止随地吐痰；

第二部分：实习足迹

一、参观工程机械有限公司

1、公司简介

该公司是中国第一拖拉机股份有限公司与华晨中国机械控股公司合资经营的大型企业。公司占地面积14万平方米，建筑面积9.8万平方米。公司始建于七十年代，前身为机械工业部的重型军工企业，生产规模宏大，技术力量雄厚。九三年成立合资公司以来，凭军工技术的科研能力，不断开发出符合国情和市场需求的高性能价格比的工程机械产品。

2、主要产品：

先后推向市场的有：轮式装载机、工业推土机、振动压路机三大系列数十个型号产品，其中东方红t100工业推土机被评为省优质产品。从军工生产转为工程机械制造，开发出：轮

式装载机、履带推土机和振动压路机三大系列产品。

3、主要设备：

公司不仅拥有国内外著名企业制造的大型、精密、稀有的先进设备50余台，主要加工设备400余台，如数控气割机、辊压机、点焊机、翻转机、双联剪床、镗床、龙门刨床、立式车床、单臂刨床等大型机床。此外在计量、检测方面拥有国际先进水平的检测仪器。

4、车间介绍：

车间一、结构车间，主要负责下料；

车间二、铆接车间，主要用于各零件的焊接；

车间三、机加式车间，主要用于零件的加工；

车间四、涂装车间，主要用于产品的喷涂处理；

车间五、组装车间，主要用来装配；

5、零件油漆处理工艺流程：

二、参观冲压厂

1、公司简介

福莱格车身有限公司是于20__年2月在原中国一拖集团有限公司冲压厂的基础上改制而成的有限责任公司，始建于19__年。福莱格公司承继了原冲压厂的主要业务，致力于汽车、农业机械和工程机械的覆盖件、结构件、驾驶室、油箱等产品的制造、销售以及通用机械产品的冲压、焊接、涂装和机械加工。壁零件的一般生产流程就是这样的，游戏零件还需要进过一些机械加工才能达到我们的设计和使用要求，对于这些

零件还需要怎加一些机加的步骤。在每一道工序的内部，我们也需要按照加工要求设计一个比较合理的加工步骤，像这些薄壁件一般都是通过膜锻来提高生产效率和精度的；所以在冷锻造的过程中设计一个好的模具是很重要的，在后续的加工中，需要对这些薄壁件固定和定位，为了达到更高的加工效率我们需要设计一个好的夹具，对于夹具我将在后面具体分析。

洛阳生产实习心得

洛阳实习心得体会篇七

我对我这次生产实习谈谈自我的感悟，经过过去一段时刻的实践和实习，我深刻体会到了以下几点：

1. 在处理突发事件的过程中，千万不能与消费者发生冲突，正因与消费者发生冲突再怎样有力也会变成无理，处理不好反而会影响公司形象。
2. 针对自我的商品首先消费群体要定位好，并且要能适当的采取一些销售手段和促销活动。
3. 不论是做什么活动，必须要对活动的效果进行评估，做活动咱们是投入资金的，如果活动做出来了却没有任何效果，那么这个活动不如不去做，对活动效果进行评估有利于分析消费者的心理，同时还能够察觉活动执行的不足，以便在下次活动执行是及时改正。
4. 一个人的潜质再强也是弱小的，只有充分发挥好团队每个人的力量才能把公司经营好。
5. 再小的生意也是生意，不能正因它小就忽视，有时候小生意总能给人带来意想不到的收获。

在未来的日子，我将发奋做到以下几点：

第一继续领悟，不断提升理论素养。

在信息时代，领悟是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名年轻同志更就应把领悟作为持续工作用心性的重要途径。走上工作岗位后，我用心响应单位号召，结合工作实际，不断领悟理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升潜质，以广博的社会知识拓展视野。

第二发奋实践，自觉进行主角转化。

“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是透过实践活动来实现的，也只有透过实践才能锻炼人的品质，彰现人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是主角转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，务必认识到二者的社会主角之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的领悟知识，而社会实践则意味着继续领悟，并将知识应用于实践，学生时代能够自我选取交往的对象，而社会人则更多地被他人所选取。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是务必在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种主角的转换。

第三提高工作用心性和主动性

三周的实习期很快过去了，是开端也是结束。展此刻自我面前的是一片任自我驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的职责。在今后的工作和生活中，我将继续领悟，深入实践，不断提升自我，发奋创造业绩，继续为中心创造更多的价值。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

洛阳实习心得体会篇八

一周的生产实习结束了，回想这一周，体会颇深。在生产实习的一周里，学习上我学到了很多；在生活上，苦过也甜过，总体而言我生活得很快乐。下面分别从学习和生活两个方面，谈一下我个人的实习体会。

学习方面

这次生产实习，我一共参观了六个工厂、一个工艺材料研究所，还听了一场很精彩的报告会。其实在实习之前也没怎么做好功课，没有太认真地看书，并没有带着问题去参观。但是我觉得收获还是很大的，在参观时，没看到一种工艺流程和设备，脑子里就能回想起书本上的理论知识和上课老师给我们看的图片、视频等。我清楚地记得，在参观冲压厂时，看到生产汽车覆盖件时，那个冲压设备在冲压时，我感觉特别强烈，真的比图片和视频给人的视觉冲击大。我看到那些，马上就想到了冲孔、落料、弯曲、拉深、翻边等等工艺。不过在冲压厂我看到的工艺，最多的是拉深和翻边。这种理论和实践结合给人带来的快感和成就感，真的很美妙。或许在

别人看来这些都很普通，很简单嘛，没什么成就可言。但是我觉得只有有这种成就感，才能勾起你继续认真参观的欲望，人没有欲望，是不可能进步的。

大道理谁都会说，大家都知道实习可以把理论和实践相结合，可是这不是重点，我认为重点应该是参观后，你把理论与实践结合之后自己对某个知识点的重新认识与思考体会。也就是说，理论与实践结合之后，你能从中学到新的东西，这才是最重要的。我想这个应该才是生产实习的真谛吧。

除此之外，这次生产实习中，我觉得集体团队精神也得到升华。我们每次去参观，进出工厂大门时都必须列队整齐出入，否则门卫不让进。要是还像在学校那样稀稀拉拉的，恐怕要被拒之门外喽。一拖虽然是个大企业，但是一拖的工作环境和工资待遇也并不是我们认为的那么理想，但是工人师傅们的吃苦耐劳和敬业奉献的精神着实令我钦佩。实习过程中，我的群众性观点、劳动观点、工程观点和建设有中国特色社会主义事业的责任心和使命感都相对上了一个台阶。

通过生产实习，我全面了解拖拉机、推土机、挖掘机等从原材料到成品批量生产的全过程以及生产组织管理等知识，在心中树立了理论联系实际的工作作风，以及生产现场中将科学的理论知识加以验证、深化、巩固和充实。并且提升了进行调查、研究、分析和解决工程实际问题的能力，为后继专业课的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。通过生产实习，拓宽我的知识面，增加感性认识，把所学知识条理化系统化，学到从书本学不到的专业知识，并获得本专业国内、外科技发展现状的最新信息，激发了我向实践学习和探索的积极性，为今后的学习和将从事的技术工作奠定了基础。

生活方面

其实我们的适应能力还是蛮强的嘛。

其次说一下最重要的“吃”吧，民以食为天，到一个陌生的地方，二话不说先填饱肚子再说。

洛阳地处盆地，四季分明，气候温和。洛河、伊河、瀍河、涧河交织其间；南部有伏牛山区，北存邙山、黄河，四郊土地肥沃。优越的地理环境和气候条件，使这一地区五谷杂粮、四季果蔬应有尽有，盛产鱼、虾、蟹、蚌；山鸡、野兔、猴头、木耳、鹿茸、甲鱼、红果、银耳及各种药材十分丰富，这些丰盛的烹饪原料，为河洛烹饪业的形成和发展提供了得天独厚的自然条件。

洛阳为天下之中，洛菜为百菜之母。洛阳饮食的这种核心地位，可以归纳为四个方面的特点。第一，河洛饮食来源的丰富性。第二，河洛饮食体现了传统文化的深刻性。第三，河洛饮食群体的多样性。第四，河洛饮食传播幅度和范围的广泛性。

洛阳的饮食习惯和芜湖相差甚远，北方以面食为主，面条啊，包子饺子馒头啊，满大街小巷都是。下面简单介绍一下洛阳的面条。

面条是洛阳人除馍之外的另一大主食，平时每天至少吃一顿。面条的制作方法，因季节的更替不断变化。

冬季天气寒冷，人们多吃汤面条、拉面条、烩面条，里面放些干菜、酸菜或新鲜青菜。有些地方的人爱吃清水面条，有些地方的人常在面条汤内搅入面糊，这种带糊的面条，人们俗称为“糊汤面条”。

春秋季人们多吃卤面、烩面等。到了蒜苔和豆角收获的季节，家家户户都喜欢用蒜苔和豆角做卤面。因为这些菜是做卤面的固定菜，所以蒜苔和豆角上市的时候，也是人们吃面条最多的时候，平时三两天里最少要吃一顿卤面。

夏季人们多吃捞面条，面条煮熟后捞出，放在凉水或阴阳水(开水掺凉水)中拔一下，拌以蒜汁、苋菜、荆芥和黄瓜丝，吃时清凉利口，防暑降温。

提到洛阳的面食，就不得不提及洛阳著名的“水席”了。洛阳水席是河洛饮食文化发展的基础上产生的，但它的历史并不长。概括而言是“千年的基因，百年的历史”。下面简单介绍一下“洛阳水席”。

一、洛阳水席的取材多为本地特产，如小麦面粉、玉米面粉、豆制品、红薯、山药、萝卜、粉条等。其中，假海参、蜜汁红薯等，主要用红薯。红薯、玉米，原产美洲，明后期传入南方，明末传入北方，但种植不普遍，康熙年间开始较普遍种植(但是，红薯、玉米的大规模种植是从1949年以后开始的)，清代乾隆《洛阳县志》第一次在洛阳地方文献中出现红薯、玉米。但把它们引入菜，会经历一段历史。因此，水席出现在洛阳，是清后期的事。

二、水席的第一道菜“燕菜”传说出于唐代，有东关下园出了大萝卜之说，也是不确的。因为东关下园，在唐代属城市区内，有菜园的可能性极小。“东关下园”这一地名的出现，不会早于金朝。有文献可查的“下园”之名，也是从清代乾隆年间开始的。

洛阳水席，最初来自农村。从民国时期，洛阳附近周边诸县开始盛行筵宴采用洛阳水席的风俗，如北面的孟津；西边的新安、渑池、陕县等；东边的偃师、巩义部分乡村；南边的伊川、宜阳、汝阳、嵩县、栾川，等。这些城乡的百姓，在婚丧、嫁娶或朋友聚会、喝满月酒时，多选择吃水席。

虽然如此，洛阳水席保留了洛阳历史饮食的基因。有些菜，比如红烧鲤鱼，这个菜起源比较早。也就是说，水席在成型中，吸纳了古代洛阳菜的很多特长。

水席独特风味就在于它菜菜带汤，而又汤汤不同，可谓变换有方，雅趣无穷。