2023年岗位综合实训总结报告 综合实习心得综合实训的心得体会(精选5篇)

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，报告的格式和要求是什么样的呢？下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!

岗位综合实训总结报告篇一

考察时间：10月28日－－31日

考察目的和要求：

1，通过实习，使学生初步了解安顺主要地貌类型，基本特征及其分布规律，并分析其成因。了解地质、水文、气候、土壤与植被对地貌发育，地貌灾害与防治的影响。

3，通过实习，使学生将理论知识与实践相结合，培养学生实践能力。了解掌握有关一起和工具（罗盘，海拔仪等）的使用原理和方法。

考察内容；

（一），区域地貌观测实习

1，认识安顺主要的地貌类型及其特征。

2，通过对地形图地貌的判读，观察安顺地貌的分布规律。

3，认识地貌灾害（水土流失、土地荒漠化、滑坡等）及防治。

4，初步分析地貌对农业产业布局的影响。

（二），北盘江河流地貌观测实习

1，观测河流侵蚀地貌特征。

2，观测河流阶地地貌特征。

3，观测河流凹凸岸的流水作用特征。

4，观测河流干流交汇处的地貌特征。

（三），喀斯特地貌观测实习

1，观测地表喀斯特地貌特征和分布规律。

2，观测地下喀斯特地貌特征和分布规律。

3，观测喀斯特地貌对农业发展的影响。

实习心得：通过者一次的野外考察，同学们不仅讷讷挂钩亲自动手来操作实验，而且还置身于不同的地质，地貌类型之中使我们的理论知识与实际得到了联接，补充了我们平时在学校学习生活中的空缺。其次，通过这样的考察，提升了同学们的学习热情，不管杂实习前和考察后，我们的同学都认真的投入到准备资料和收集数据成果的过程中，学习气氛更加浓厚。第三，在考察过程中，同学们不仅能够互相帮助，而且还能在考察，实验中互相协作，这使得同学们之间的感情得到了增强，集体感更加强烈，对我们以后的学习和生活都是很好的帮助。

水文学

沿贯城河考察：

地点：玉碗村污水处理厂宁谷

水温：15.05度15.73度15.64度

ph值：888

透明度：22.2厘米28厘米26厘米

经过分析此水为劣五类水，造成贯城河污染的原因有：

(1)大气降水

(2)农田排水

(3)城市生活污水

(4)工业废水

(5)工业废渣和城市垃圾淋溶水

龙宫风景区

测水深：用一根绳子吊一个大石头沉入水流底部，然后读取数据

测透明度：先套上盘子再吊上石头沉入水中直到看不到盘子为止

第7小组测量结果：水深2米，透明度1.17米

岗位综合实训总结报告篇二

试验方法：罗盘的使用方法

罗盘的使用主要是中央的磁针，天池外的内盘是钢制的，天池底色一般是白色

的，底部划有一红色直线，有一端是有两个红点在红线的左右，红线是以南北定位

的，有红点的一方是子方(正北方)，另一端是午方(正南方)，上面有一根很灵

敏的磁针，磁针有一端是有一个小孔的。

使用罗盘时，双手分左右把持着外盘，双脚略为分开，将罗盘放在胸腹之间的

位置上，保持罗盘水平状态，不要左高右低，或者前高后低。然后以你的背靠为坐

，面对为向，开始立向。

这个时候，罗盘上的十字鱼丝线应该与屋的正前、正后、正左、正右的四正位

重合，如果十字线立的向不准，那么，所测的坐向就会出现偏差的了。

固定了十字鱼丝的位置之后，用双手的大拇指动内盘，当内盘转动时，天池会

随之而转动。一直将内盘转动至磁针静止下来，与天池内的红线重叠在一起为止。

有一点是非常重要的，就是磁针有小孔的一端必须与红线上的两个小红点重合，

位置不能互掉。这时显示坐向方的鱼丝线(是横的那一条)与内盘各层相交。我们

要找寻的各种数据和资料，就显示在这条鱼丝线所穿越和涵

盖的区域上。

然而，罗盘上有十多二十层，究竟那一层才是坐向呢?就是二十四山那一层了。

它就在天池附近。鱼线向方上的那一个“山”，我们用它表示向，鱼丝坐方上的那

一个“山”，我们用它表示坐。

譬如说，向山是子，坐山是午，我们便称之为坐午向子。

知道自己宅中的坐向后，将罗盘放在全屋的中心点，便可以由坐向求出全屋的

方位(或宫位)。

关岭国家地质公园：

关岭国家地质公园位于安顺以西100公里，花江大峡谷北岸新铺乡，是世界上第一个以展示2.2亿年前(晚三叠世)海生爬行动物和海百合化石为特色的国家地质公园。200多平方公里范围内普遍出露的三叠纪海相地层中，埋藏有2.2亿年前古生物海百合、菊石、蚌类、海龙、鱼龙□j齿龙等化石，共同构成了极其丰富、美妙的古深海系统。出土化石的种类多而且数量大，体形完整，形态精美，具有极其重要的科研价值和观赏价值。龙化石经专家研究，首次用“中国龙”、“关岭鱼龙”、“瓦窑龙”、“新铺鱼龙”、“贵州鱼龙”等地名命名龙的种属。

实习心得：通过学习我了解到，产生地质作用的力。来自地球内部的称为内能，主要有地内热能、重力能、地球旋转能、化学能和结晶能。来自地球外部的称为外能，主要有太阳辐射热、位能、潮汐能和生物能等。

更重要的是罗盘的使用方法，为以后的实习打好了基础。

岗位综合实训总结报告篇三

电工实习是一门教我们电子线路设计与制作的基本技能的课程，老师的谆谆教导，同学的融洽合作，以及这门课程自身所散发出的强大的实践性与趣味性一下子就深深的吸引住了我。第一颗圆滑漂亮的焊点，第一张自行设计的pcb版图，以及生平第一次作出了可以用于日常生活的充电器，好奇，兴奋，强烈的成就感，真的不知道该用什么来形容了。虽然说电工实习一搞就是一天，辛苦那是必然的，可是正所谓乐在其中，每一次的实习都像在玩游戏一样极具有挑战性，再苦也是值得的。

说起那个充电器，真的就是激动啊！记得小时侯我可是一个分裂份子，家里上上下下的电子器品没有什么能逃脱我的魔抓的，但可惜的是它们只能有分离而没有团聚的那一天。通过实习，我发现自己开始摸索到了一点门路。第一次如此清晰的了解组装一个电器的全部过程，对整个充电器内部又有了一个新的认识，原来无论哪都存有人类的汗水啊！

几周的电工实习，让我难忘的莫过于印刷板的手工设计，这东东如果没有一定的耐心还真是棘手。就一个简单的1：1图，大小不到200平方厘米。不仅要考虑元器件的位置，还要计算导线的设计，不能有平行，不能有锐角，不能是直角，不能飞来飞去。整个图片要求简洁明了，不枉我画了四幅以上。“冲动是魔鬼！”试试画下这个图就知道，这就话真对啊！

总的来说，我对这门课是热情高涨的。第一，通过实践真正觉得自己可以做些什么了有点存在的小成就感；第二，通过电工实习，加强了我们的动手实践能力和设计创新精神，。作为信息时代的大学生基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件。第三，在电工实习的这些日子里，大家的

团队精神得到了很大的加强。我们不再是单体而是一个整体。大家都深深的感受到军训时所唱的“团结就是力量”不再是一句空话，我们是实体，通过团结合作完成了任务！

因为电工实习，我们学到了知识；因为电工实习，我们开始做事了；因为电工实习，我们长大，成熟了.....

岗位综合实训总结报告篇四

综合实习是大学生在校期间的一项重要任务，是将理论与实践相结合的重要途径。在实习之前，我深入了解了实习的目标和要求，对实习岗位进行了全面的了解和分析，明确自己的实习目标和职责，为实习做好充分准备。同时，我也通过查阅相关资料，补充自己的专业知识，提高自己的实践能力，以更好地适应实习环境。

二、实习中的工作经验

在实习中，我不仅仅是一个学习者，更是一个务实的实践者。通过实习，我充分认识到实践远比理论重要。在实习期间，我积极主动地沟通与学习，与同事们保持良好的交流，虚心请教他们的经验和见解。我深感实践是提高自己能力的最佳途径，只有不断实践，才能更好地应对工作中的问题，提升自身的专业技能。

三、实习中的困难与挑战

实习并非一帆风顺，其中不可避免地会遇到一些困难与挑战。在实习过程中，我遇到了许多难题，如工作中的紧迫性和高强度、与同事之间的沟通协调、工作效率等等。然而，正是通过面对这些困难和挑战，我逐渐意识到实习中的困难并非不可克服，只要保持积极的态度，寻找解决问题的方法，勇于接受挑战，我就能从中收获成长和进步。

四、实习中的收获与成长

通过实习，我不仅在实践技能上有了很大的提高，还锻炼了解决问题和处理人际关系的能力。实习期间，我学会了如何与团队合作，学会了如何分配工作，还学会了如何与同事进行有效的沟通和协作。同时，在实习中，我也不断发现自己的不足和不合理的地方，通过反思和总结，我找到了改进自己的方法，提高了自身的学习和工作能力。

五、对未来的规划和展望

通过这次综合实习，我更加明确了自己未来的发展方向和目标。我将不断努力提高自己的专业技能和实践能力，积极参与到各种实践活动中，拓宽自己的知识面和实践经验。同时，我还将继续保持积极进取的工作态度，勇于接受各种挑战和困难，努力成为一名优秀的工作人员。

总结而言，这次综合实习为我提供了一个实践学习的机会，让我深入了解并体验了真实的工作环境。通过实习，我明白了理论知识与实践的结合是实现个人职业目标的关键。在实习中，我在与团队合作、问题解决和人际交往等方面都有了不小的提升。同时，在实习中遇到的种种困难和挑战也让我更加明确了未来的方向和规划，我将努力提升自己，迎接各种挑战，为自己的职业生涯奠定坚实的基础。

岗位综合实训总结报告篇五

综合实习是大学生在校期间的一项重要实践活动，通过参与实习，学生可以将所学理论知识运用到实际工作中去，提升自己的实践能力和综合素质。在实习的过程中，我深感这是一次非常宝贵的机会，不仅能够提升自己的专业能力，还能够锻炼自己的人际交往和解决问题的能力。在这篇综合实习报告心得体会中，我将分享自己在实习期间的收获和感悟。

第二段：专业能力的提升

通过实习，我深切体验到了理论知识与实践应用的差异。在实习岗位上，我不仅需要运用所学专业知识，还需要学习和掌握更多的实际操作技能。通过和同事们的交流和互助，我积累了许多实践经验，不仅有效地提升了自己的专业水平，还更好地了解了相关行业的实际情况，为自己的未来发展打下了坚实的基础。

第三段：人际交往的能力提升

实习期间我参与了许多小组活动和项目，与不同背景的同事们进行了合作。这为我提供了很好的锻炼机会，让我更加了解团队合作的重要性和团队合作中的沟通技巧。在小组讨论的过程中，我学会了倾听和尊重他人观点的重要性，并逐渐掌握了如何给予同事和团队成员正面的反馈与激励。这也使我在团队中更加融洽，提升了自己的人际交往能力。

第四段：问题解决能力的提升

在实习过程中，我遇到了许多问题和困难，这要求我积极主动地寻找解决办法。通过请教同事和老师，我逐渐学会了独立思考和解决问题的能力。同时，我也发现了许多问题的解决不仅仅是单纯依靠个人的努力，还需要团队的合作和资源的整合。因此，我更加重视与他人的合作，学会了善于寻求帮助和共同解决问题的能力。

第五段：心态的成长和未来的规划

通过这段时间的实习学习，我真切体会到了职场的严谨和复杂。我认识到自己在专业知识和实践技能方面的不足之处，并且明白了自己还需要不断学习和提升。实习经历让我更有信心面对未来的工作挑战，也让我明确了自己职业发展方向。在未来，我将进一步提升个人专业能力和综合素质，不断追

求自我价值的实现，并为社会做出更大的贡献。

总结

综合实习是大学生成长的重要一环，通过实践锻炼和体验，学生可以获得更多的宝贵经验和技能。通过这篇综合实习报告心得体会，我认识到了实习的重要性，深刻体会到了实习中的成长和收获。在今后的工作和学习中，我将继续保持积极的态度和团队精神，不断提升自己的实践能力和专业素质，为实现个人价值和社会发展做出更大的贡献。