

Personal Resume

# 个人简历

姓 名：郎帅

电 话：17611662601

毕业院校：承德市石油高等专科学校

专 业：焊接技术及自动化

## 基本资料

姓 名：郎 帅  
民 族：汉  
籍 贯：河北省承德市  
电 话：17611662601  
邮 箱：953954051@qq.com

性 别：男  
年 龄：27 岁  
政治面貌：团员  
个人爱好：运动、读书



## 技能掌握

熟练应用 Word、CAD 软件  
普通话二级乙等  
计算机一级

## 教育过程

2012 年-2015 年 6 月 承德艺术八中（美术）  
2015 年 09 月—2018 年 9 月 承德市石油高等专科学校 焊接技术及自动化  
（主修课程：主修焊接技术，机械制图，工程力学，机械设计基础，金工实习）

## 在校经历

暑假在机械工厂实习，具有一定的实习经验，在实习中表现突出，荣获“优秀实习生”称号。  
在校期间参加实训，金工实习，在此期间表现良好。  
在校期间自己成立家政服务，并且一个月内完成 100 余户成绩。  
在校期间经历多个兼职，同时进行宣传广告承接外包工作，促成多个合作交流。

## 工作经历

2018.7-2020.2 北京伏牛堂餐饮文化有限公司 储备干部-副经理  
2020.3-2022.5 北京永震兄弟服务有限公司 消防中控  
2022. 5-2023.11 北京福惠教育有限公司 销售专员

## 自我评价

本人性格热情开朗，待人友好，为人真诚谦虚，能吃苦耐劳，尽职尽责，有耐心，学习刻苦认真，成绩优秀，品学兼优。为人诚恳好学，脚踏实地，积极进取，勇于挑战，有较强的团队精神，工作积极，勤奋刻苦，态度认真，抗压能力和强烈的责任感。



# 自荐书

尊敬的领导：

您好！

首先感谢您抽出时间阅读我的自荐信！

对您百忙之中抽出宝贵的时间阅览我的自荐信，对此表示由衷地感激，希望它与您手中若干份求职材料不相雷同，同时也希望它能够有助您在高校毕业生的求职浪潮之中寻求到令您满意的人才。

在大学里，我依然相信知识最重要的，大学科班学习是获取各学科基础知识和专业知识最好的方式。庆幸自己身处综合型大学可以徜徉于知识的海洋，汲取不尽的养份，使自己的学识之树能茁壮健康成长。

大学是衔接社会的平台，除了学习之外，还有很多我们大学生应该具备的能力需要培养。从大一进校开始，我就把大量课余时间投入到了社会实践、社会工作，在那里的锻炼中获益良多，不仅是个人能力的培养，更多的是服务意识、团队合作意识、社会责任感。

影响一个人工作能力和成就一个人事业还有其他因素，比如举止、性格、兴趣、爱好。我在平常生活中注意自己的谈吐、举止，积累与他人沟通的经验，争取做到：今天的我比昨天的我做得好！

还有友善真诚是我待人态度，顾全大局是我处世风格，乐观豁达是我个性特征，且重视团队意识和服务意识。

平时我喜欢运动、旅游和看书，虽然大学生活中学习、社会工作占了很大部份，但是时间还是靠自己挤出来的，尤其是在课余时间不可能忽略自己的兴趣。我觉得运动能够锻炼身体、增强体魄；旅游和交友可以让我们开眼看世界；而书本，特别是历史的书、文学的书、科普的书、名家的杂谈还有国内外关于法律的书，既可以增长知识，又可以陶冶情操。用一只眼睛观察周围的世界，用另一只眼睛审视自己！

请相信：您会体会到一份平凡的惊喜。你得到的不只是一份简单的承诺，而是一份用智慧和青春真诚谱写的篇章！

衷心地祝贵公司宏业兴盛。

此致

敬礼！

自荐人：郎帅

The background of the entire page is a complex, abstract geometric pattern. It consists of a network of thin, dark gray lines that intersect at various points, creating a series of interconnected triangles and polygons of different sizes. At several of these intersection points, there are small, solid dark gray circles, which act as nodes in the network. The overall effect is a sense of dynamic structure and connectivity.

勤奋做人创新做事

Industrious personhood innovation work

**Personal**

R e s u m e