

2023年个人实习计划表(实用6篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

个人实习计划表篇一

采编部虽然通过一个学期的摸索，但对于新诞生的部门来说很多方面还是很不完善的，小编为大家分享的客户档实习计划，希望的大家喜欢。

时光荏苒，如白驹过隙。转眼间新的学期又已拉开帷幕。而采编部也将有个新的开始。为了更好的将采编部的工作迈向一个新的阶段，我们部写了这份年度工作设想，以便往后工作顺利地开展。

一、工作目标

采编部虽然通过一个学期的摸索，但对于新诞生的部门来说很多方面还是很不完善的。因此，在做好部门本职工作的同时，规范部门建设，增强凝聚力，为采编部的发展奠定良好的基础，建立优良的传统。将上学期做得好的方面继续沿用到工作上去，吸取别的部门做得好的地方，反思欠缺的地方避免犯类似错误。另外，培训干事，让干事慢慢接手部门工作以便换届后工作也能顺利进行也是工作目标之一。

二、部门工作

采编部这学期的主要工作有关于庆祝建党__周年开展的“南粤校园党旗红”主题征文比赛。院内大小活动的报道工作、采访工作。

三、具体做法

然后再由我们三个部长审阅计划书把好的综合在一起拟成总策划书，策划书和经费预算出来后给辅导员和书记审批。审批出来后就要开始准备宣传单，然后在班长例会宣传后再利用早读课时间到各班宣传。有必要时还会委托宣传部出宣传海报贴于北一楼下的宣传栏，确保宣传到位。然后是收稿、审稿、买礼品、准备红榜等后期工作再选3篇优秀稿件送至学校参加决赛。因为，我们二级学院只举行初赛，所以这个征文活动大概计划就这样。实施时我们会根据具体情况灵活变动。

(2) 报道工作：这个学期学院的活动主要有考研学生的动员大会、文明教育月、科技文化节、环境周系列活动、五四团评、毕业生文明离校。对每一个活动我们都会去跟踪报道，通过一个学期的锻炼干事已经懂得了如何写新闻稿了。但还有一些上学期没做够的尽量在这个学期做好，比如活动后采访各层次的人通过他们的口中得出活动的不同意义。另外，我们还是很欠缺新闻人的敏锐眼光去观察挖掘身边的事物以致没写过聚焦稿这学期会鼓励干事多去挖掘身边的人和事，多写聚焦稿。这样工作做得也没那么乏味。

(3) 采访工作：我们部门虽然叫“采编部”但采访的工作却做得很少。上学期的工作计划要采访的次数也没做到。采访工作没做好学院的宣传工作效果就会减小很多的。所以这学期我们一定要变被动为主动，多方面搜集学院的优秀教师、学生等。

三、其它：

为了使以后工作更方便效率更高。通过商量，现在新闻中心记者站三个部门的人都分组工作。对于这个新的工作方法我们会尽快适应。另外，在换届之前了解干事的去留意向及激励干事积极参与竞选也是一项重要工作。

采编部是树立对外形象的窗口，对外宣传的纽带，且是一个注重文字功底、人际关系、语言表达、整体形象的综合性部门，希望我们能在这样好的一个平台上得到最大的锻炼让领导、同学了解学院动态，同时我部会积极配合新闻中心各部门的工作安排，积极记录本学院举办的活动。

以上为新闻采编部的本学期的工作设想，希望我部在站长的带领下和各成员团结进取之下蒸蒸日上，为学院今后的更好发展做出贡献。

个人实习计划表篇二

临床实习是护理教育的一个重要阶段，是护生将学校所学知识与临床实践有机结合，顺利走上工作岗位的必要途径，来制定实习计划吧！下面是本站小编收集整理关于护士个人实习计划的资料，希望大家喜欢。

结合本科室具体情况，我作为专业带教组长，对自己制定的带教计划如下：

1. 热情接待每一位新入科的护生，详细讲解科室带教规定，介绍科室的人文环境，使她们迅速进入角色。
2. 运用自己良好的职业道德，丰富的临床经验，熟练的操作技能、扎实的理论基础，严格执行带教制度，言传身教，放手不放眼，毫无保留的认真负责带教，做到既带技术又带作风，使她们既掌握临床护理的一般技能，又掌握老年科专科护理的特点，发挥作用我作为专科护士的特长。
3. 经常与护生进行沟通交流，了解其思想动态、学习情况和工作中存在的薄弱环节，希望学习哪些专科技术，以便有的放矢的开展带教工作。因为她们不少都是外地人，在关心她们的工作，学习，思想动态之于，还要关心她们的生活，解

决她们的一些实际问题，让她们有家的感觉。

4. 教会护生操作中如何评估，操作过程中如何体现以病人为中心，强调无菌技术原则，严格执行三查七对原则，严防差错事故的发生。

5. 每周认真阅读护生周记，对不正确之处及时指出并签名，对实习过程中出现的不规范现象及表现出色者及时与护士长交流，以便护长及时了解护生情况，对带教工作作出指导及评价。

6. 认真对专科理论知识带教讲座进行备课、熟记授课内容，结合临床实际病例，时间不少与30分钟，讲完后给出问题和提问时间，既有利于加深大家对讲课内容理解，又实现互动，调动大家积极性。

7. 认真完成对护生进行两项操作考核，尽量不与其他科室重复，并将成绩记录在实习生手册上，事实求是的写上出科评语与护理部护生反馈表，交由护士长审阅签名。

8. 着重加强护生对责任护理的学习，使护生掌握对病人身心健康，实施全面系统、整体的护理方法使护生了解和掌握一些新业务、新技术的操作和使用。通过实践，加强对学生的素质培养，提高护理技能，以达到德才兼备的护理人员的要求。

临床实习是护生顺利走上工作岗位的重要阶段。这个阶段是承前启后的阶段。通过临床实习，可提高护生的基础理论、基本知识、基本技能，为成为一名合格的白衣天使而奠定坚实的基础。

为了使护理专业学生把所学专业理论知识与临床护理实践相结合，真正掌握护理专业的基本理论、基本知识、基本技能，按照护理程序进行整体护理实践，并通过实践进一步巩固所

学理论知识，提高实践技能，培养实习生的政治、职业、心理等方面的素质，为社会培养合格的护理人才，特制定护理专业学生实习带教计划，内容如下：

一、 政治思想方面：

毕业实习阶段，我们要加强实习生的政治思想教育，培养护生德、智、体全面发展。在院领导下加强政治理论教育和进行思想教育、道德品质教育、纪律教育、医德医风教育，指导护生发扬艰苦朴素的作风，实行救死扶伤的革命人道主义精神，树立良好的医德医风，想病人所想，急病人所急，要求实习生积极参加医院各项政治活动，遵守各项规章制度，虚心向医护人员学习，热爱护理专业，热爱本职工作，努力提高职业素养。

二、 业务方面：

用人性化整体护理观指导护理实习，指导护生运用护理程序，对病人实行人性化整体护理，满足病人身心全方位护理需求。护理实习生应运用所学专业基本知识和技能、人文社会科学知识、初级卫生保健知识、医学知识，以及文化基础知识，分析和解决护理实践中的一般问题，具体如下：

1. 每年在实习生来院前，举办教学组长培训班，学习带教老师职责及管理条例、实习生管理条例、带教工作的检控方法等，并请优秀带教老师介绍带教的做法与体会，通过学习与交流，达到取长补短的目的。

2. 岗前培训可使护理实习生了解医院护理工作概况，明确实习目标，减少实习生无所适从感，在课堂和临床之间架起沟通的桥梁。我院在每批实习生来院之后，进入临床科室之前，均要举办岗前培训。培训主要内容有：护士的素质要求，医院概况、护理管理的有关制度，如实习生管理制度、交接班制度、三查七对制度、护理安全防范制度 等，护士礼仪、行

为规范以及文明用语，护理文件管理制度、护理差错事故的防范等。请医院优秀护士长及带教老师介绍亲身经历和临床事例，进行爱岗敬业教育，以巩固护生的专业思想，增强护生的职业自豪感，强化护生的制度意识和护理安全意识，并培养他们良好的服务意识。

3、每个病区负责一项技能操作的培训和考核，护生实习结束前，护理部组织一次全体实习生的技术操作培训。

4、大内科、大外科均在实习期间举办专科培训和业务讲座，内容包括专科疾病知识及护理、典型病例的教学查房、整体护理知识在专科实践中的应用、专科健康教育等，使护生将所学理论知识与临床实践相结合，提高对专科整体护理、专科技能的认识。

5、我院各病区每月举行一次护理查房，分别由各科护士长和教学组长组织。查房中由老师介绍某一专科疾病的病因病理、临床表现、病人的护理问题、护理措施及护理效果等，由其他老师和实习生进行评价，对正确的方面给予肯定和鼓励，指出不正确的地方及如何改进，并对专科知识点进行提问，启发带教老师和实习生思考，提高他们分析问题和解决问题的能力。

6、指导实习生以护理对象为中心，初步运用护理程序，收集病人资料，分析和诊断其存在的和潜在的护理问题，制定护理计划，实施护理措施，并进行效果评价。实习生在每病区实习期间至少要完成1份护理计划。

7、要求实习生掌握规范的基础护理，熟悉各科专科护理基本操作技能。护生在各病区实习，护理操作由护士长指定的带教老师带教，带教老师对本病区常用护理技能进行示范，并且每周为护生举办1~2次科内小讲课。

8、要求实习生掌握对常见病、多发病病情和常用药物疗效、

反应的观察监护能力。

1) 指导实习生积极主动参加各科室急危重症病人的抢救工作，学会初步的应急处理和配合抢救工作。

2) 要求实习生熟练掌握健康教育的常用方法与相关内容，针对不同病人的不同阶段健康问题进行健康教育，并能达到健康教育的效果。

3) 护理实习生应具备良好的 interpersonal 沟通能力，与病人及其家属、医院工作人员及同学保持良好的人际关系，并能团结协作。

4) 指导实习生初步运用护理管理知识，协助带教老师、护士长对病区进行相关的管理。

5) 实习生在实习期间要坚持自学，巩固已学的专业知识，并与临床实践相结合，同时不断学习掌握临床护理新知识、新技能。

6) 实习生应坚持锻炼身体，具有健康的体魄，培养良好的心理素质，做到身心健康，为顺利完成实习任务打下良好的基础。

共2页，当前第1页12

个人实习计划表篇三

(二) 加强学生的实践能力锻炼，提高学生的实际操作能力，缩小与企业实际需要的差距；

(四) 使学生逐步了解和熟悉社会，在社会实践中学会做事、学会做人，为走上社会、顺利实现就业做好充分的思想和心理准备，打下良好的基础。

(五)根据顶岗实习情况，在指导老师和企业专家的指导下，完成顶岗实习报告。

二、实习内容

(一)行业通用能力

熟悉专业岗位的操作流程;具有团队合作精神;具有自我学习、知识技能的更新、适应岗位变化及社交公关能力。

(二)关键岗位能力

培养各专业关键岗位所具备的能力。

(三)素质结构

培养良好的职业道德、较强的心理素质和优良的身体素质。

通过实习，了解不同类型的企、事业单位在国民经济中的地位、作用，所适应的国家方针政策、规章制度;适应市场经济要求的经营理念、经营策略;从事经济业务活动的内容、范围;单位内部机构及不同岗位的工作任务以及相关业务的具体操作技能。

三、实习要求

(一)实习期间，学生必须严格遵守实习场地的规章制度，坚决杜绝一切可能危及安全的事件发生。

(二)实习期间，严格考勤。学生必须每天按时参加实习，不准无故缺勤、迟到、早退。在实习期间严重违反规章制度的学生，将暂停或取消实习资格。

(三)实习期间，学生必须整理当天的实习笔记、心得、体会，进而积累更多的实践经验，收集有关资料，为今后的学习与

工作做好充分准备。

(四)做好实习总结，写出实习报告。

个人实习计划表篇四

20xx年9月至10月，我将在xxxx附中进行为期8周的计算机学科目的教育实习，根据《xxxx大学教育实习工作条例》的要求，特别制定如下计划：

- 1、通过教育实习，使我们(实习生)基本熟悉《中学信息技术》教学工作的各个环节，掌握一堂课的教学环节、教学环境、教学技巧，初步具有中学相应的教学工作能力。
- 2、通过教育实习，提高师范生综合运用所学的专业知识、教育理论知识完成基本的教学工作。
- 3、通过教育实习，使师范生全面了解中学教育的现状，根据现状让我们能有针对性的进行教育教学。
- 4、通过教育实习，最关键的是进一步树立人民教师的责任感是使命感，锻炼学生独立工作的能力。

我对自己的要求：

- 1、必须尊重实习学校的领导和教师的指导、
- 2、必须遵守实习学校的各项规章制度，自觉地遵守纪律。
- 3、要接近、关心、热爱学生，对学生要有耐心，热情帮助。
- 4、要按时作息、上课、听课、开会不迟到不早退。时刻注意自己的言行举止，力求成为学生的表率。

(一)、教学工作实习

根据相关的课程标准，开展教材研究、备课、编写教案、说课、试讲、上课、评课、课外辅导、批改作业等各个环节的教学工作。

实习期间，必须坚持互相听课和参加教学评议。

(1)、听课

听课不少于10节，做好听课记录，实习结束要上交听课笔记，以备检查。

(2)、参加教学评议1-2次。

个人实习计划表篇五

写好了工作计划，就能在工作上减轻了不少，能够合理安排工作时间和工作内容，不仅事半功倍还能省出不少的时间。以下是由小编为大家推荐的学生个人实习计划范文，希望大家能够喜欢。

根据学校对本科生的毕业实习要求，我在山东省xx县农村信用合作社联合社进行了为期4周的毕业实习。毕业实习的目的是：接触实际，了解社会，增强劳动观点和社会主义事业心、责任感；学习业务知识和管理知识，巩固所学理论，获取本专业的实际知识，培养初步的实际工作能力和专业技能。具体要求如下：

培养从事信用社前台工作的业务能力。了解并熟悉储蓄前台人员的日常业务和 workflows，学会进行工作。

理论联系实际，学会运用所学的基础理论、基本知识和基本

技能去参与到具体的前台工作中。

培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。

预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备。

我于20xx年2月1号到3月1号在山东省农村信用合作社联合社进行了为期4周实习。

3.1单位地址与规模

山东省农村信用合作社联合社位于沂水镇南环路，法人高传发，电话0539-2231240。农村信用社拥有258名信合员工，辖12个信用社、1个营业部、73名客户经理，345个协贷站。

3.2实习单位主要业务

办理存款、贷款、票据贴现、国内结算业务；办理个人储蓄业务；代理其他行的金融业务；代理收付款项及受托办保险业务；买卖政府债券；代理发行、代理兑付、承销政府债券。

3.3实习单位的历史与发展

2月1日，我开始了我的农村信用社实习的过程。早上8点半，伴随着信用社大门的打开，大厅不一会就人来人往。大家都忙碌着，我无所事事着。主任说这样吧，这个月的第一期黑板报就你负责。总算有事做了，说干就干。高中的时候担任过出黑板报，还好基础不至于太差。其实也没写几个字，关于“信用社预防职务犯罪教育”的普法知识，却忙碌了大半天。不过效果还是不错的，有顾客谈起来，心中也是很高兴的。

下午，我在实习指导老师的指导下首先学习信用社工作必需的基本技能，包括点钞、捆钞、珠算、五笔字型输入法、数字小键盘使用等。这似乎给了我一个难题，本来自以为信用社业务相当的简单，却未发现我原来有这么多基本的技能不会操作。看着同事熟练的点钞，真是很羡慕，而我只能从一张一张数起。还时不时的出错。对于珠算，刚开始我一直无法理解为什么不用计算器，这不是更方便吗？后来慢慢才了解，原来信用社柜员经常需要查点现金，看是否能账实相符，而人民币有多种卷别，在点钞时需要累加，这时使用算盘就要比计算器方便，因为计算器显示的结果超过一定时间便会消失。

这次实习，除了让我对农村信用社的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的毕业实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先感谢信用社给我这个机会让我来到这个集体，在联社为期一个多月的实习是我走出校门，踏入社会的第一步，这个阶段是我从学生步入职场的重要的过渡，对我来说有很大帮助，为我将来走上工作岗位打下坚实的基础。通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。

其次，我觉得工作后任何人都必须要坚守自己的职业道德并努力提高自己的职业素养，做一行就要懂这一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会，比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。

最后，在信用社里每一位员工都是我的老师。我虚心学习经验，将所学的知识与实践结合起来，多思考，多总结，多请教，充分发挥自己的工作积极性。我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得是最重要的，主要看的是个人的业务能力和交际能力。我深刻的体会了这一点。学历只是一张证书、只是代表你接受的文化教育的程度，但并不能完全的展现个人。以实际说话，也许你能说出很多新兴词汇，可是顾客不懂，那你就算不上是个优秀的员工。实习的时间虽然只有短短的一个多月，但是我感觉我的收获还是很大的。我要感谢我的信用社的老师，当我在业务上遇到什么不懂的问题请教他们时，他们都会悉心帮我解答，使我大大提高了对信用社的熟悉程度，这对我的实习经历来说是十分重要的。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，使一个本科生具备较强的处理实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

1、较全面、深入地了解相关工作的关系及重要作用，熟悉现行管理体制及实务操作技能，使学生对所学专业有更为全面的认识。

2、帮助学生进一步消化、补充和巩固已学到的专业理论知识。通过实践环节，检查学生对所学知识的理解程度、掌握程度和实际应用能力。

3、有针对性地锻炼学生观察问题、分析问题和解决问题的能力，促进学生将所学理论与实践相结合，培养他们脚踏实地、扎扎实实的工作作风，为今后较顺利地走上工作岗位打下一定的基础。

二、将有那些实习内容，学生通过一段时间在相关岗位上的具体操作练习，应了解实际工作中具体作业流程及不同模式，从而使已学过的专业知识与实践相结合。本实习原则上应选择与市场营销专业知识相关的部门进行，内容包括商品销售、

市场调查研究、生产与供应、开拓市场等。毕业实习的基本内容：

- 1、收集实习岗位相关资料，了解实习单位的组织机构，尤其是旅游企业管理组织机构的设立及其职责权限的划分情况。
- 2、参与实习单位的工作过程。
- 3、观摹实习单位的工作活动。包括：商品销售、市场调查研究、生产与供应、开拓市场等。
- 4、在实习报告中分析评价实习单位管理制度的制定和执行情况与不足，并提出合理化改进意见。

通过毕业实习，进一步掌握本专业的基本理论与技能，在实践中印证自己所学的知识。作为一个实践型专业的毕业生，更要在实习中善于发现问题，并培养分析问题、解决问题的能力，为撰写实践报告和走上工作岗位打下基础。

本次实习，学生要自主选择一个具体领域，深入到其内部进行实践，将所掌握的旅游管理专业的综合知识运用到该行业中，提高在相关领域的实际技术水平，并初步培养动手能力，为毕业时顺利走向工作岗位打下良好基础。其基本目的是了解所在地区、所在行业部门的一般概况，所在单位的性质、职能，经营、管理水平，特点与创新，发现存在的问题，运用相关知识进行原因分析，提出相应的办法与策略等。

个人实习计划表篇六

“学问未必全在书本上。”学好书本上的东西是远远不够的。在我的思维中，学历与能力并重。所以，我很注重在全方位锻炼自己。入学四年来，我先后担任了共青团湖南省水利水电学校委员会东院团总支宣传委员，湖南女大、中南工大、

有色职专、湖南水校四校广播联站副站长、校团委委员、计算机学生会宣传部长、班级团支部书记等学生干部职务。在任职期间，对待工作，一丝不苟；对待同学，尽力帮助。做到公廉明，积极发挥桥梁作用。每周星期二下午的政治学习，班会，大都是由我主持。此外，我曾多次组织同学们进行课外公益活动。如在20xx年三月份开展的学雷锋倡议活动，打扫七里庙、黄土岭居委会街道卫生等。这些活动的实施，使我积累了许多宝贵的办事经验，从而大大提高了我的组织能力、协调能力、交际能力和处事应变能力。

在这些过程中，我的思想发生了大的改变，这一点是不言而喻的。我开始学会正确地评估自己，学会一分为二看待问题，学会定义自己的人生目标。1999年5月，我参加了学校团委举行的第四期团干培训班，在班上我阐明了自己的观点(怎样才能当好一个班干部?)获得了学员们的认可。20xx年5月，我参加了学校业余党校第四期培训班，系统地学习了中国共产党的章程。20xx年3月，我参加了校团委举办的首届学生干部培训营。团委举行了全校性质的整风运动，在这项活动中，我开展了批评和自我批评，接受了来自同学们对我的教育。

为了提高自己的综合素质，我阅读了许多名人传记，从伟人的经历中获取养分，更进一步地充实自己。我阅读了大量的文学作品，提高了自己鉴赏水平。我又学习了为人处世伦理哲学，以提高自己的道德修养。所有这些，使我越来越深刻地感觉到人生追求的意义。

我的中专生涯就要结束了，感觉到自己做得还不够，在以后的日子中，我一定得更加严格要求自己，改正缺点，不断努力，不断进步。

一、实习目的

(二)加强学生的实践能力锻炼，提高学生的实际操作能力，缩小与企业实际需要的差距；

(四)使学生逐步了解和熟悉社会，在社会实践中学会做事、学会作人，为走上社会、顺利实现就业做好充分的思想和心理准备，打下良好的基础。

(五)根据顶岗实习情况，在指导老师和企业专家的指导下，完成顶岗实习报告□

二、实习内容

(一)行业通用能力

熟悉专业岗位的操作流程;具有团队合作精神;具有自我学习、知识技能的更新、适应岗位变化及社交公关能力。

(二)关键岗位能力

培养各专业关键岗位所具备的能力。

(三)素质结构

培养良好的职业道德、较强的心理素质和优良的身体素质。

通过实习，了解不同类型的企、事业单位在国民经济中的地位、作用，所适应的国家方针政策、规章制度;适应市场经济要求的经营理念、经营策略;从事经济业务活动的内容、范围;单位内部机构及不同岗位的工作任务以及相关业务的具体操作技能。

三、实习要求

(一)实习期间，学生必须严格遵守实习场地的规章制度，坚决杜绝一切可能危及安全的事件发生。

(二)实习期间，严格考勤。学生必须每天按时参加实习，不

准无故缺勤、迟到、早退。在实习期间严重违反规章制度的学生，将暂停或取消实习资格。

(三)实习期间，学生必须整理当天的实习笔记、心得、体会，进而积累更多的实践经验，收集有关资料，为今后的学习与工作做好充分准备。

(四)做好实习总结，写出实习报告。

共2页，当前第2页12