

实习报告总结 学生实习总结(优秀7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？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

实习报告总结篇一

金工实习，大家都期盼着它的到来，期盼着学习，偷懒去享受一下工厂生活。然而，实习后，我觉得实习生活和以前想象的不一样了，实习不是一件简单的事，并不是我们的假期，不是一件轻松的事，而是一件劳心劳力的事。在这个短暂的xxxx个星期内，我学到许多在课堂里无法学到的东西，并在意志品质上得到了锻炼。

四个星期，短短四个星期，对我们这些非机械专业的工科学生来说，也是特别的宝贵。因为这是一次理论与实践相结合的绝好机会，又将全面地检验我们的知识水平。

在这个愉快的金工实习当中，我的收获不少，也给自己提升了一个高的层次，学到了许多在课本里学不到的东西：合作、耐心、严谨等。

感谢这二十八天的金工实习，因为它必在我以后的学习工作中起到一个指南针的作用！难忘啊，金工实习！

金工实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。金工实习更让我深深地体会到人生的意义。

实习报告总结篇二

两周的机械课程设计结束了，说是两周，其实是推迟到了三周，因为我有三门课要连续考试，所以没时间设计，而且这两周时间比较紧，晚上和周末还要抽时间继续设计，时间比较紧，比较满。

反复阅读机械设计书是必要的，也是必要的。我们做的是课程设计，不是美工设计。艺术家可以抛弃现实，在幻想世界中翱翔。我们是工程师，一切都要有证据。可以找到合理性。不切实际的想法只能是想法，永远无法升级为设计。

说实话，课程设计真的有点累。然而，当我着手清理自己的设计成果，重温三周的心路历程时，一种难得的成功喜悦瞬间让我的倦意消失。虽然这是我刚学会完成的第一步，但也是我人生中的一点小胜利。然而，它让我觉得自己成熟了很多，我又有了一个“我不知道春眠”那种感觉。

通过课程设计，我深深体会到，凡事都要耐心细致。在课程设计的过程中，很多计算有时会让我感到有些不安：因为我一不小心计算错了，只能重新开始而没有感觉。但想到老师孜孜不倦的教诲，想到自己未来的社会责任，想到一些小错误造成的世界震惊事故，不禁提醒自己，一定要培养一种高度的责任感。

这个课程设计给了我难得的工作作风训练。短短三周的课程设计，让我发现自己的知识真的很匮乏，对所学专业知识的综合运用能力是如此的不足。这几年学了这么多课程，才知道今天用不上。想到这，我真的很担心，但我并不气馁。我会继续努力，弥补以前的不足，不断完善自己。

最后，我要感谢我的老师。你的职业精神感动了我，你的教导激励了我。感谢同组的同学，你们教会了我团结。

实习报告总结篇三

不知不觉中从八月份入局到现在已经将近半年的时间了，回顾这次培训，让我对公司对输电专业有了深入的了解和认识，我感觉非常的充实。

在入局的20多天的培训中，我们参观了牛山，感受到了老一辈电力人吃苦耐劳，坚韧不拔的拓荒牛精神，学习了企业重事业、善协作、敢超越的文化精神，感受到了高效创新、敢为人先的行事风范，还记得从小受家庭影响进去超高压的李建国师傅，在岗位上贡献了52项国家专利，自主学习五笔打字，编程，创造了11分41秒的等电位作业的记录，在大余太镇抗洪抢险一线的李晓红处长，在危难关头把救生衣让给别人，安抚被困人员，分散被困人员的注意力，处处体现了超高压人的品德。三周的时间我们结识了新的朋友，学到了新的知识，三周所学到的安全知识教育，企业文化和职业生涯规划将成为我今后工作生活的一笔宝贵财富。

在接下来电校的培训中我们接受了军训的洗礼，六个星期的专业培训，包括铝包带的缠绕，导线的修复，防振锤的安装，金具绝缘子的组装，攀登杆塔等，让我对输电专业有了更加深刻的理解与认识，懂得了输电人的辛苦与不易。通过与其他同学的比较才知道自己的不足，老师的指点让我懂得过硬的本领需要一点一滴的积累，还有不停的实践，找差距，弥不足，做会一件事简单，但做好就绝非易事。实操培训中，虽然天气寒冷，但是人们都积极踊跃的参与到其中，大家一起学习，一起进步。

刚到处里的第一课就是处里的领导为我们介绍了处里的，并对我们提出了培训要求，通过领导的发言让我们感受到了处里对此次培训的关注和重视。

接下来我们都到了各自的班组里，安规考试合格后我有幸跟班长一起出去巡线，班长耐心的教我各种塔型的作用，金具

绝缘子的类别，以及巡视的要求及内容，巡视周期和巡视注意事项，一天下来，我收获满满，在野外工作也并不是特别枯燥，总体来说有苦有乐，让我对以后的工作也有了一些期待。

安全是始终贯穿整个培训的一个问题，电力事故不仅会影响企业的形象，更会给企业造成重大的经济损失，因此安规的学习是非常重要的，不但要了解掌握，更应该从思想上认识它的重要性，也是对我们每个人生命的负责。

在学习中，我深深体会到人与人之间的沟通，同事之间的相互支持，和团队的协作精神是我们工作取胜的关键。要不断学习新知识、新理念和新方法。平时要及时反思自己在工作过程当中存在的题目，努力进步自己各方面的能力，从而能更好的适应自己的工作岗位，充分发挥自己的主动性。要加强自己对专业知识的把握。 作为一位电力工作者，把握电力方面的专业知识是我们工作的基础。只有加强对专业知识的把握，才能更好的做好工作。

这次培训让我意识到对于我们这些刚毕业的新员工来说，一切必须从零开始，我们都必须接受实际工作的检验，并且根据自身情况做出调整，同时我也认识到自身的不足，并且在今后的工作中，诚恳的向身边的前辈学习，以前辈们的标准来要求自己，衡量自己，进一步提高自己的思想认识思想觉悟。以更饱满的精神状态，更务实的工作态度，扎扎实实做好自己的本职工作，在平凡的岗位上创造出自身的人生价值。

这次培训让我对输电专业有了深入的了解和认识，我感觉非常的充实，自己要学的东西还很多，要走的路还很长。

实习报告总结篇四

参加实习的一个半月时间里，我收获得不仅仅是工作经验，还有许多的朋友和更多宝贵的人生财富。

第一、我们要学会自己独立，不养成依赖的习惯

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，保持真我，坚持做自己。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

第五、自己为自己的行为负责，要做一个敢于承担责任的人。

第六、试着与同事分享自己的工作心得，分享工作成就，分享工作的快乐。

第七、要对自己有信心，相信别人能做的，自己经过努力也能做得到，要勇敢。

第八、凡事要忍耐，不要意气用事，要让自己磨练得更加坚强。

实习报告总结篇五

狂年月份，我正式走进罗蒙公司开始了自己人生中的第一份实习工作。由于我是应届毕业生，本身对企业的经营方式等都很陌生，公司让我们的北方区经理刘总带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在刘总的热心指导下，我依次对公司的基本产品、产业结构、信息化实施进行了了解，并积极参与相关工作，注意把书本上学到的管理理论知识以及信息管理的相关知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证大学所学确实有用。以双重身份完成了学习与工作两重任务。跟公司同事一样上下班，协助同事完成部门工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能

力和勤奋好学来适应公司的工作，完成公司的任务。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对宁波服装企业的生产、管理工作以及发展前景有了深层次的感性与理性的认识。

在公司我主要的工作任务是与华北区分公司的联系，统计每周的销售情况，还有参与了公司春夏、秋冬产品的发布、订货会。罗蒙的春夏、秋冬产品订货会是公司的重要活动，决定了公司春夏、秋冬产品的区域性分配情况，以及每个分公司能够上架的物品情况。为了扩大公司对分公司的控制力，公司将每年的订货生产发货机制改为了，市场调研生产分配机制，加强了公司对终端市场卖场的控制力。由于缺乏经验，我在期间做数据统计的时间走了很多弯路，给同事的工作带来了很多麻烦，但是我们经理没批评我，而是让我继续认真的把事情做好，我很受鼓舞，同时也很努力的去把事情做好。

实习收获，主要有4个方面：

- 1、通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。
- 2、提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了1些宝贵的实践经验。
- 3、学生在实习单位受到认可并促成就业。并为毕业后的正式工作进行了良好的准备。

实习报告总结篇六

在亲身经历劳动的时候，进一步整合了这句话的精髓。劳动确实辛苦，但苦中带甜。劳动的感觉，累了出汗的感觉。这些都是从我们正常的学习生活中无法触及的。这种感觉是作为劳动者最普通最特别的感觉。

这一天去居委会做了一个上午的工作，居委会负责人让我在小区里刮小广告。我高兴的答应了，心想，做个小广告不容易，撕了也不容易啊！于是我拿着负责人放心给我的铲子和水桶就走了。谁知道事实和想象是有差距的，而且差距不小。

我第一次发现地上贴了一个小广告，好像真的很难拿到。用铲子刮了很久也没什么效果。

我想放弃，做点别的，但是我不屈不挠的性格让我觉得还没有什么能打败我。然后，想了想，突然想起了一个雨天我走在路上的场景。被水冲过的地上的小广告很容易掉下来，我就想到给小广告放水，等了2、3分钟。果然，很轻松。

看到自己以为的方法取得了效果，很兴奋，于是更加自信的去上班了！

嗯...经过一番努力，我打扫的地方看起来真的很干净整洁。我觉得，通过自己的劳动，用自己的双手和大脑解决问题是我最大的收获，学习也是！而且，北京奥运会开始举办了。作为一个北京人，我愿意尽自己的一份力量来美化北京的环境。一切都要从小事做起。绿色奥运，科技奥运，人文奥运。我们将努力实现这一理念，并以实际行动表达我们对奥运会成功的真实感受。

通过这次实践，我留下了深刻的体会。当你做一件事的时候，不管你愿不愿意，你都要有勇气去面对，去尝试。是的，你是一个难相处的领导者；不做，就是困难的囚徒；在实践中收获颇多的同时，也发现了自己的很多不足。所以我以后会更加努力的学习，不断的充实和提高自己！

实习报告总结篇七

时光如梭！六个月的顶岗实习快结束了，当我坐上离开学校的的班车那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的

并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，并定会给我带来生命中无与伦比的财富。

是的，顶岗实习的生活是充满艰辛的挑战的。刚开始去公司实习的时候，我的心里充满了激动、兴奋、期盼、喜悦。我相信，只要我认真学习，好好把握，做好每一件事，实习肯定会有成绩。但后来很多东西看似简单，其实要做好它很不容易。通过实践我深有感触，当我们来到实习点面对简陋的生活环境时，很多人后悔为什么当初选择了这里，但是我想说，这是我所预料到的，这也是我能接受的，因为我知道人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志。我相信在这个世界上每一个人都渴望成功，都渴望自己有限的生命能创造出无限的价值，都渴望为更多的人做出自己能做的一切，都渴望在后世看来你的生命无可比拟，我自然也比例外。我知道我的实习之路还刚刚开始，我要经历的还有很多。

我的工作场所是一个很大的注塑车间，一台台注塑机不停的运转着，而我的工作却不是和这些注塑机打交道。我在这里的职位是品管，是负责对一个组织的系统与生产现场等各个部门的运作进行监控、监督、抽查、抽检及有效性的稽核确认与持续改善以预防为主从而使品质不断提升，使客户和老板满意。

当我跨入注塑车间的时候，我突然感觉原来想象的工业化就是如此的接近，大型的注塑机台不断吐出产品，机械手臂伸展自如，也许，这些后来才知道被称为素材的产品就这样生产出来了，这个过程，称为注塑，原理是通过加热使注塑原料熔融注入模具型腔然后冷却成型，最后脱出产品。在这个过程中，好的模具起着非常重要的作用，我们也有看到有的产品在刚打素材的时候就有一穴固定不良，还得需要人去手工去剪，既浪费原材料，又浪费人力，所以，要求工程在转生产时有一个好的模具是必须的。在前期工作做好了，后续上会省好多资源，有形的和无形的。进料的质量控制也是出

好素材的前提，尤其是透明料和浅色料，素材上有黑点就足使产品报废，所以加强对进料的检验是对整个生产前段的负责。

我们公司产品的不良率实在太高了，每天都要报废很多产品，其实这并不是公司的技术含量不行，而是管理实在太差劲了，这就是人的观念不同吧。作为模具专业的学生，我清楚很多因素都能造成产品的不良。比如：作业员、材料、机器、环境还有管理。所以我要是想把质量管控好，就必须从这些方面入手就。可现实不像你想的那样，其中有太多的波折。在我们公司里制造部和品管部很明显是对立的，制造要的是产量，而我们要的是质量，我们之间上演着小偷和警察的斗争。就这一点我清楚的认识的公司的效益不会有多大提升的，观念和目的都不一样怎么能有好的成绩呢。这就是公司的管理存在很大问题，只靠我们这些“警察”那是远远不够的。

为了更好的管理好品质，我还利用空闲的时间对注塑机成型进行了一些学习，虚心的向技术人员请教，毕竟我学的专业是模具吧，况且这样自己就能分析产品不良的原因。我的行为得到了部门的认可和倡导，现在我们的品质管控又上了一个台阶，更加专业化。

六个月的实习期虽然很短，却使我懂得了很多。不仅是进行了一次良好的校外实习，还学会了在工作中如何与人相处，知道干什么，怎么干，按照规定的程序来完成工作任务。同时对品管和模具这两门专业也有了实际操作和了解，为我以后更好的发展奠定了基础。对一个企业而言，得控则强，失控则弱，无控则乱。企业经营好比一湖清水，管理规范好比千里长堤。水从堤转，才能因而得福，如果大堤本身千疮百孔，水就会破堤而出为祸一方。军中无法，等于自败，企业无规，等于自乱。经过这几个月实习下来，使我受益良多，具体的实践体会如下：

- 1、是要有坚定的信念。不管到那家公司，一开始都不会立刻

给工作我们实习生实际操作，一般都是先让我们看，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很多人会觉得无聊，没事可做，便产生离开的想法，在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。

2、要认真了解公司的整体情况和工作制度。只有这样，工作起来才能得心应手。

3、要学会怎样与人相处和与人沟通。只有这样，才能有良好的人际关系。工作起来得心应手。与同事相处一定要礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互帮忙和相互体谅。

4、要学会怎样严肃认真地工作。以前在学校，下课后就知道和同学玩耍，嘻嘻哈哈、大声谈笑。在这里，可不能这样，因为，这里是公司，是工作的地方，是绝对不允许发生这样的事情的。工作，来不得半点马虎，否则就会出错，工作出错就会给公司带来损失。所以，绝不能再像以前那样，要学会像这里的同事一样严肃、认真、努力地工作。

5、要多听、多看、多想、多做。到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

6、要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。

总得来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。我明白，今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会。因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会能更大的收获和启发的。

在学校里学到的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少同学实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，不可能会有应付瞬息万变的社会的能力。经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就说如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也虚心求教，使得这期间的实习更加有意义。

此次的毕业实习为我深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力。利用此次难得的机会，我努力工作，严格要求自己，虚心向他人学习，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的技能，从而意识到我以后还应该多学些什么，为真正跨入社会施展我们的才华、走上工作岗位打下了基础，也为自己以后的工作和生活积累了更多丰富的知识和宝贵的经验。

7、致谢

之所以能学到课内无法获得的知识，能够顺利的完成这次的实习工作，都要感谢贵老师给我这次实习的机会，以及在校期间的耐心教导，感谢之至。