

# 实习生年度总结报告个人(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？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

## 实习生年度总结报告个人篇一

在酒店里所有的工作人员都是主人，所有的宾客来到酒店都会对酒店和酒店人产生或多或少的依赖，除了在接受服务的过程中接收文化或知识，他们还在遇到困难时向饭店人寻求帮助。因此，我们可以说，饭店是一个到处充斥着文化和知识的场所。

### 一、实习内容

在老师的介绍下我来到了五星级酒店，获得一次实习的机会。我很高兴很珍惜这样的机会，我学习了三年的'酒店管理，都没有怎么实践过，我想一切从头开始，这正是一个很好的机会，于是我怀着热情的心来到了这里学习，刚开始是学习酒店文化和理论课程，我很接受酒店的文化，我也很乐意成为一名酒店人，在十天理论课程完毕之后我迫不及待的怀着忐忑的心情正式开始工作。来的第一周我被分到了客房，自认为可以吃苦的我已经做好的充分的准备，来到客房，主要和客房大姐学习的就是房间的清扫和铺床工作，虽然已经做了充分的准备，但第一天还是累的只叫苦，甚至怀疑自己能不能坚持下来，在客房大姐的鼓励下我在心里暗下决心，鼓励自己一定要坚持，六天的客房学习中，我学会了打扫一个房间的流程，酒店内最基本的做床，卫生间清扫以及简单的客房服务方法，使我对酒店出售的基本商品有了初步的了解。第二周我被分到了餐厅，向资深的餐厅服务员学习了如何摆台、撤台、点菜、上菜，传菜等一系列基本的餐厅服务方法。

并对餐厅的服务流程有了进一步的了解。

第三周我被分到了前台，我很喜欢前台接待这个工作，但我很忐忑，我不知道我能否胜任这份工作，不过令我感到高兴的是，酒店的员工大都都是那样的热情友好，他们并没有因为我们是实习生而对我们冷漠生硬，在劳累之余，同事们的一个甜美的微笑，一句再普通不过的“辛苦了”都会让人感动，总台是一个酒店的门面，是客人对酒店形成第一印象的地方。总台的服务基本涵盖了酒店所能够提供的所有的服务项目，因此需要前台服务人员对酒店的各个部门都有足够的了解才能为客人提供满意周到的服务。在学习中，酒店客人如何登记入住和退房等的一些基本的前台日常操作有了深入的了解并进行了实际操作。

## 二、实习总结

实习的日子就这样一天天结束了，这些日子我确实学到了不少东西，除了学习到一些基本的技巧和服务常识之外，更学习到了做人，如何处理好自己的利益和酒店的利益、如何处理好同事之间的人际关系、如何调整自己的心态，更让我了解到的是作为一个服务员应该具有强烈的服务意识。

## 实习生年度总结报告个人篇二

随着个人素质的提升，我们都不可避免地要接触到报告，报告成为了一种新兴产业。一听到写报告马上头昏脑涨？下面是小编帮大家整理的顶岗实习生个人实习报告，仅供参考，希望能够帮助到大家。

时间飞逝，转眼之间已经进入实习的尾声。本以为漫长的顶岗实习，结果却在不知不觉中就结束了。在这实习的四个多月中，我们脱离了学校，我们实现了角色的转变，由学生转换成了老师，从单纯的学校环境进入了复杂的社会环境。在

这个期间，我学到了很多的东西，无论是在教学实践，还是在社会实践上。顶岗实习成为我人生中一笔重要的财富。

对于顶岗实习，有最初的悸动。起初实习对于我来说模糊的，似乎是披上了一层神秘的外纱，会忍不住的想去探索，揭开那层神秘的外纱。对于顶岗实习，也有中期的平淡。在接触到教学之后，新鲜感随着时间会越来越淡，逐渐变得懈怠，不会在花费大量的精力去研究教学，这时进入了实习的平淡期。对于顶岗实习，也有后期的懈怠。通过四个月的教学，我们已经能够完全了解教学实践，同时每个人也形成了一定的教学模式，然而在这个时候，我们通常是抱着得过且过的心态，不会再去花费精力创新，平淡无奇，个人重心也已经向其他方面转移，除了完成作业，就是期待实习的结束。

在顶岗实习的初期，更多的是激动，因为自己终于可以正式地站在讲台上了。然而令人想不到的是在实习初期，我所教的科目是七年级生物，对于一个文科生来说确实有些难度，为了把课讲好，就需要我课下多做准备，经常去听课，学习其他老师的教学方法，有时是上网搜集资料，往往一节课需要准备多半天的时间，花费了许多精力，虽然比较累，但是这样的实习生活让我感到很充实。在这个期间，我大部分时间用来讲课和听课，就是为了充实自己的知识，以便提高自身的实践能力。

在顶岗实习的中期，我如愿以偿的教上了英语。虽然只有短短的两个星期，但还是得到了锻炼的机会。由于自己的专业就是英语，加之初中英语非常简单，因此备课不需要花费太多的时间，这就为我节省了大量的时间去做其他事情。英语不比其他科目，是我们平时所不接触的，初中生作为英语的初学者，就需要花费更多的时间去研究和探索。在英语教学实践的过程中，我发现了许多问题，比如说学生英语基础普遍不牢固，许多学生对最基础的知识都是一知半解，更有甚者，连几个单词都记不住，其中出现问题最多的就是英语语法，许多学生连英语最基本的句型都不知道是什么，许多语

法重复讲解，仍然没有什么效果。还有就是大部分学生自制力比较差，没有自主学习的意识，同样地，学生对待学习的态度也很消极，在平时学习中很懈怠。这些问题都是多方面因素造成的，要想根除，必须经过多方面的努力，不能只靠学校一方面的努力。

在顶岗实习的后期，我相对比比较悠闲，没有什么教学任务，只是作为候补，给其他老师做助手，同时还帮班主任处理一些琐事。在这个期间，我没有什么实质性的工作，大多数时间用来完成顶岗办所布置的作业。虽没有什么重要的事可做，但琐碎之事还是比较多的。例如在家长会前期，帮助班主任准备一些事宜，同样在也教导处帮忙，给初三年级的学生整理打印模拟卷，还有就是给扫描一些东西。在做这些事情的过程中，我也学到了许多实用的技能，比如对photoshop软件的使用，以及对扫描机的使用，这些技能都是在现实生活中比较实用的。从实习的后期的情况，我感悟到生活中到处都充满了知识，只要我们努力地去发现，用心地去学习，即使是一件小事，我们也能从中学到很多知识。

通过这四个多月的实习，我们学到了很多知识，能够将我们所学的知识应用到现实生活中，由理论转化为实践。在这个期间，我们每一个实习生都经过了完美的蜕化，由一个学生成功地转化成为一名合格的教师。

虽然任课时间不长，但在教学方面，我确实有所领悟。首先是在教学的组织方面，经过了四个多月的实习，我可以很好地组织学生进行活动，在活动中让学生充分发挥自身的特长，各显其能。同样地，在课堂教学方面也有所进步。每节课都会经过精心的组织，目的就是让学生能够在快乐中学习，调动学生的学习兴趣 and 积极性，活跃课堂氛围，以达到教学目的，在课堂上，我对学生一直是一视同仁，争取给每位同学均等的机会，不会厚此薄彼，不会用他们的学习成绩的好坏来作为评价他们的标准。在课后监督方面，我以往做得不足，从指导老师身上，我学到了一些有用的方法，例如把全班学

生分成一定数量的小组，并且选一位负责人的小组长，由小组长对组员进行检查，老师只对小组长进行检查，这样的权力下放，既可以减轻教师的工作量，还可以更好的督促学生，虽然方法比较简单，但老师在其中扮演一个非常重要的角色，老师要严厉对待。

同样地，在为人处事方面也有一些心得。在实习学校，对于其他教师的要求，我们在自己力所能及的情况下都会尽力去帮忙，在与他人的相处中，不要有太多的计较，凡事都应该有一颗宽广的胸怀，坦然对待生活。

作为一名实习生，我非常感谢学校能为我们提供这样一个平台，让我们将理论与实践相结合，让所学得到实际应用。同样地，也非常感谢实习学校领导的信任，让我有机会登上讲台去实践，当然也要感谢学校的其他老师，给我们提供了许多帮助，指导老师不厌其烦地给我进行指导，让我学到了不少东西，总之，实习成为我人生中一笔重要的财富，通过顶岗实习，我受益匪浅。

## 实习生年度总结报告个人篇三

我在\_\_公司实习，我是做的一名人事文员工作，在这份人事文员工作上实习快一年了，也收获了蛮多的。

### 一、实习内容和方法

在公司实习期间，我从事的是人事文员工作，主要负责：接听、转接电话；接待来访人员；负责总经理办公室的清洁卫生；做好会议纪要；负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送等工作。

在做以上的工作的时候，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文秘工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业

知识。我每次都是虚心向办公室的其他同事请教，学习，根据公司的规定，结合自己的理论基础、专业知识，争取有所创新，认真做好每一份工作。在实习完后，我不管是理论基础方面，还是实际工作能力方面，都有了很大的提升，为以后正式参加工作奠定了坚实的基础。

我从事的是人事文员的工作，主要负责以下一些工作：接听、转接电话；接待来访人员；统计每周考勤并交财务做账，留底；负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送做好会议纪要；负责传真件的收发工作；管理好员工人事档案材料，建立、完善员工人事档案的管理；做好公司宣传专栏的组稿管理办公各种财产，合理使用并提高财产的使用效率，提倡节俭；接受其他临时工作。

## 二、实习总结

在这段实习的时间里，得到了领导和老员工的亲切关怀与照顾，从而让我更快地在\_\_这个大家庭里成长。由于我刚跨出校门，在社会阅历和工作经验上还较欠缺，还需要得到各位前辈的指点和自己勤学多问的学习。对于我们这些百卉含英的新人来说既是机遇也是挑战。这就要求我以主人翁的心态积极思考我们的优势和不足，在发展整体态势下，定位自己的目标，发掘个人潜力。作为新员工，我对自己的未来充满信心！

## 实习生年度总结报告个人篇四

时间如流水转眼即逝，很快已经顶岗实习了大半年了。蓦然回首这段实习的日子真是令人难忘，虽然有过伤痛与疲惫，有过彷徨与失落，但还是感觉过的很充实。在岗位实习的这段时间将是我人生中最有收获的岁月。

这次的顶岗实习可以说是对我的一次磨练。在这短短半年中，在公司各领导及同事的帮助带领下，我按照岗位职责要求和

行为规范，努力做好本职工作，认真完成了领导所交给的各项工作，在思想觉悟及工作能力方面有了很大的提高。

在思想上积极向上，能够认真贯彻党的基本方针政策，积极学习政治理论，坚持四项基本原则，遵纪守法，爱岗敬业，具有强烈的责任感和事业心。积极主动学习专业知识，工作态度端正，认真负责，具有良好的思想政治素质、思想品质和职业道德。

在工作态度和勤奋敬业方面，热爱本职工作，能够正确认真的对待每一项工作，能够主动寻找自己的不足并及时学习补充。在生活中发扬艰苦朴素、勤俭耐劳、乐于助人的优良传统，始终做到老老实实做人，勤勤恳恳做事，团结同事、务实求实、乐观上进，始终保持严谨认真的工作态度和一丝不苟的工作作风。

## 实习生年度总结报告个人篇五

20xx年7月14日——20xx年8月13日

广西xx市中国银行xx支行

- 1、进入网点，作为大堂经理助理，协助其完成顾客的接待与填单，并适当学习营销银行各类金融产品。学习大堂经理的职责，了解中行的主要业务与产品。
- 2、作为神秘顾客，用心体会中行的服务，对xx支行所管辖的15个网点的服务等进行调查与总结，并提出整改措施。
- 3、进社区宣传，作为中行的一员，深入到顾客群中，与顾客及潜在客户面对面交流，对中行的产品与服务进行宣传，并解答顾客的各种疑问。

4、开展办信用卡及网银业务，在网点作为大堂经理助理除了学习理论知识外，要实践相结合，开展信用卡和网银的办理业务，切身体会一个中行办理业务的各项过程。

5、素质拓展与排球赛以及颁奖典礼，通过这样的团队活动，锻炼中行人的团队合作力，并认识更多的朋友，以求以更好的状态投入到工作与挑战中。

## 1、大堂经理助理

在近一个月的实习中，我在朝阳桥实习了7天，在这段时间里除了学习到大堂经理助理的职责外，更重要的体会到作为一个中行人所应该拥有的素质与心态。具体如下：

1) 作为大堂经理，首先，必须对各项业务非常熟悉，因为大堂经理是顾客进入网点办理业务接触的第一人，必须引导顾客填单，解答顾客的一些疑问，如果大堂做的好，做的到位，顾客办理业务的时间将大大缩短，银行的办事效率即会大大提高。举一个简单的例子，一顾客进入网点要汇款，且要汇到外地的存折上，如果大堂经理做的不到位，没有引导顾客填单，当顾客被叫到号时，顾客到了柜台才知道要填单，如此会浪费很多时间，并且降低顾客对银行的满意度。

2) 其次，必须要发自内心的热情，在大堂站久了，难免会觉得累，觉得烦，如果你对工作的热情度不是发自内心，你就很难坚持。如果你对自己的工作有很强的责任感，对中行有归属感，对自己的工作喜爱，热情周到的服务就不是问题了。如及时安抚等待已久的顾客，为上了年纪的顾客主动开门并送别，让顾客觉得很温馨很满意。一次两次容易做到，但如果长久这样做，我们都会觉得有难度，但是归属感与责任感培养起来了，这些就不难做到了。

3) 最后，学会主动营销，除了完成自己的主要职责外，也要主动出击，向适当的客户群推销我们中行的产品，让更多



的顾客了解我们的理财产品，办理我们中行的信用卡。这些都可以在顾客等待办理业务与办理业务后走出大堂前完成。说到这，我想到8月9日我接到的一个电话，是一位中行的顾客打来的电话，问我在不在网点，他要办信用卡。我和他解释说自己已经实习结束了，叫他带好材料直接过朝阳桥就可以了。他是我在实习时我主动介绍过信用卡办理的一位顾客。我通过观察，发现他这次在中行直接存款几万，当这位顾客准备离开时，我主动向他介绍我们中行的信用卡，一聊得知他是xx市人，是一家商店的店主，存款已经有几十万了，在我的营销下，他应允要办一张中行的信用卡。我告诉了他办卡需要的材料，虽然已经过了实习办理信用卡任务的时间，但我仍觉得非常高兴，为自己的努力而骄傲。

在大堂实习时，也遇到了一些意外情况，大堂经理也必须要冷静与恰当的处理这些例外情况。我也会很认真的观察柜员的服务，我发现真正能对每个顾客做到招手礼与微笑服务很难，但是我所在的朝阳桥支行的'小曹却基本做到位了，我非常佩服他，并下定决心向他学习，以后自己在职场中，也要尽职尽责，用自己最好的服务达到顾客满意，树立自己所在的企业形象，把工作不仅当成工作，它更是一种乐趣。

## 2、神秘顾客的调查

我们十个实习生被分为了两个队，进行了两次调查。两个队间是有竞争的，因为最后要评选其中一组的调查报告为最优，并发给15个网点参考。虽然在第一次的报告评选中，我们第二组输了，但是我们这个团队真的尽力了。第二次，我们总结第一次失败的教训，吸取第一组的经验，我们很认真的完成了任务。

1) 作为神秘顾客，站在顾客的角度考虑问题，对中行的营业环境与服务做出公正的评价。在这个过程中，我们第二组的成员通过团队协作，仔细并认真的检查完了15个网点。最大的困难在于统计数据并做出一份完美详实的ppt第一次，

我们输在了ppt没有第二组的详细，但是我们的ppt是更为专业的。在学校上课时，老师会布置任务要我们自己做ppt讲课，我有过很多次经验，所以做一份合适的ppt于我而言不难，再加上我们的团队合作，我们在实习期间完成了两份较好的ppt。虽然它并不完美，但是这项业务，让我们五个队员变成了无话不谈的好朋友，我为自己能结交到这样优秀的朋友而高兴自豪。他们中有善于交流外向的，有埋头苦干的，也有在其中起润滑作用的，我从我的队友身上学到了很多，责任心也极大提高。

2) 通过调查与总结，使我对于银行的各项业务与服务标准有了有了更清晰的了解，对于自己以后要从事银行工作有极大的益处，同时也让我对中行现在的服务存在的缺陷有了了解，通过学习了解与思考，能够提出一些有益的意见。也锻炼了自己发现问题并解决问题的能力。如，做ppt时，我们要考虑这份ppt看的对象是谁，从而制作一份更适合的，这个过程体现的就是专业。

3) 在调查的过程中，一定要据标准仔细调查，不能以自己的标准来评判，要确保公正性与准确度，这样才是尽职尽责。

中行给我们的实习安排非常合适，第一次调查是我们在大堂实习了三天后，通过调查与总结，我们对于标准的服务有了清晰的了解，然后我们再次进入网点实习，带着标准与建议，这样就可以督促网点改正已存在的问题，改善环境，提高服务效率与质量。第二次的调查是我们第二次在网点实习了四天后，有了这样一个提高的过程，我们都发现在我们第二次的调查中，所有的网点服务都大大提高了。

### 3、进社区

在我们的实习中，有两次进社区的体验。虽然时间加起来才一天半而已，但是我却学到了很多。

1) 我们代表的是中行，我们的表现代表了中行的形象。印象较深的是在高新支行进社区的那一次，那天小区的人特别多，加上我们宣传时说发礼品，所以来咨询的人特别多。我发现很多上了一定年纪的大婶都是冲着礼品来的，但是我们仍然仔细耐心的宣传我们中行与保险公司新推出的产品。有很多大婶原来只想领取礼品券而已，但在我们的营销下，都主动表示要去支行里面去详细了解，我们的努力没有白费。如果在这个过程中，我们没有耐心介绍，我相信顾客会觉得中行对他们不重视，所以我们工作人员代表的就是中行的形象，我们要时时告诉于提醒自己，这样在工作的过程中，责任心就会更强。

2) 团队学习与合作。由于我们十个实习生都是刚刚学习中行的这些新产品，虽然进社区前，已经接受过短暂的培训，但还是不够。所以这就要我们互相学习与合作，如，有的顾客问到一些专业性的问题，我的专业是管理，对于一些专业性强的金融词汇不是很了解，我的伙伴们就会帮我解答。而对于一些数据的问题，我记得很清楚，也很会算，当顾客问到这方面的问题时，我会主动解答。通过团队的相互学习与合作，我们顺利的完成了宣传任务。

在两次的进社区中都是骄阳似火，但在这个过程中，我们都很开心，不仅仅可以面对面与顾客交流，同时也可以从已在中行工作的前辈身上学到很多，从而在很多方面都有方向去改进，去努力了。

#### 4、办理信用卡与网银

截止8月5日，我上交的任务业绩中，有三张信用卡与六张网银，虽然我的成果不好，在我们第二小组中名列最后，甚至在我们十个人中也是排名垫底的，但是我不难过，不失落，因为自己尽力了。但还有一个原因是，自己时间把握的不好，我们都考虑除了在网点营销外，还要联系自己的朋友和老师。我把可以联系的老师都联系了，我的运气真的非常不好，

也许这是借口，但是我的老师都在外地旅游，一时半会根本不可能赶回来。因此情况，我在大堂实习期间，就很努力的营销信用卡和网银，虽然效果不是很好，但是还是有顾客表示愿意办理，就像我在8月9日接到的电话一样，我的努力还是有效果的，只是时间滞后罢了。我要对自己说，我很棒，我努力去争取了！同时我学到了很多。

1) 建立人脉。在日常的生活中，要建立人脉，在很多不确定的时候，我们极有可能需要他人的帮助。所以在平常的生活交际中要与人真诚交流相处，建立人脉，不要到朋友用时方恨少。

2) 团队鼓励。在这个过程中，我们都会感到受挫，遇到困难。但是我们互相打气，互相支持，交流经验，一切就不是问题了。

任务提交的时间提前了，我祝贺比我业绩更好的`伙伴们，同时也要为自己鼓掌！

## 5、素质拓展与排球赛

我们非常幸运，赶上了中行的素质拓展。印象最深的是每个人都说“我们行，我们中行”不知不觉，被中行的前辈感染了，自己也全身心的投入到了各类游戏与活动中了，那天的素质拓展，是自己长这么大第一次可以那样放开的玩，放开的呐喊与开心！

不得不要提起那次参加的颁奖典礼，原以为只是普通的会议，后来发现自己错了，到现在我还记得那十位优秀的前辈的事迹与慷慨激昂的话语，还有行长的点评！在会场时，自己记了很多笔记，我决心向他们学习，向更高的高度发起挑战，干一行爱一行，不断学习，不断提高自己！

非常感谢中行与学校给我的这个机会，我强烈的感受到了中

行在用心培养我们，我也深深的体会到了中行的文化。对于这次的实习，近一个月的时间快如马奔，在自己的不舍中结束了。很充实，很开心，成长了，我相信自己有了这次中行的实习经历后，比其他的同学有了一个更高的起点，我也会从严要求自己，做一个更优秀的自己！