

最新个人实习总结 学生个人总结实习报告 (精选9篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

个人实习总结篇一

通过认识实习，使学生充分接触计算机，深入理解计算机系统，锻炼学生的实践技能，提高实践动手能力，将所学的专业知识与实际联系起来。同时可以检验教学效果，为进一步提高教育教学质量，培养合格人才积累经验。

xx年5月23日——xx年8月25日

武汉xxxx有限公司于xx年注册成立，一开始主要从事移动增值服务，抓住行业刚刚起步的机遇，顺利接入中国移动和中国电信的sp业务，获利颇丰。随着sp行业的逐渐规范以及中国移动smic平台的建成，作为中小企业的武汉**科技深感行业风险的巨大，于xx底开始寻找其他投资机会，经过周密的市场调查和分析，最终决定于xx年5月底正式进军数码行业，首先从mp3播放器入手。笔者正是此时加盟**，开始公司的二次创业。

本次实习共分三个阶段：高校促销活动期、柜台零售学习期和武昌市场开发期。

这一阶段我主要负责高校市场的开发和促销活动，包括前期的调研准备，中期的华农促销活动以及后期的活动总结。武

汉作为三大高校集中地，拥有高校60多所，在校学生四五十万，年消费额到达30亿，近年来越来越引的的商家垂涎。任何一个有战略眼光的企业都不应该对这么大的市场漠然处之。因为我有在校学生的优势，又曾经办过协会，搞过很多活动，所以公司希望通过我来先行试水，为日后抢夺高校市场做些有益的尝试。从我来说，首先我觉得高校市场的重要性毋庸置疑，尤其对数码行业来说，其产品的特殊性甚至要求企业决策者应该把高校市场提高到战略的高度来看待。但到底该以什么样的形式进入高校市场呢？许多公司秉着渠道为王的理念，疯狂地在高校做促销活动或建立直销网点。我很赞同渠道为王，但也应该具体问题具体分析。任何一个企业都应该对其目标消费者进行深刻的分析，才能做出科学的营销策略。高校学生作为我们的目标消费者，有着其自身的消费行为。突出表现在追求品牌，追求时尚，追求个性。消费场所一般选择在规模较大的mp3专卖店，如电脑城就是最佳选择。遵循这一习惯，我们的高校活动就应该在宣传上下功夫，让高校学生认知并接受我们的品牌和产品，才是高校活动的重点所在。所以我不赞成那些不计成本、不经调研分析的校园促销活动。后来在我们学校举行的为期一周的促销活动也证明收效不大。

一个老业务员对我说，一个优秀的业务员应该首先是个优秀的门市营业员，至少是非常了解门市销售。于是经老板安排，我在汉口中心电脑城的柜台“蹲点”了差不多一个月。虽然觉得公司如此安排让我很难接受，毕竟我一腔热血不是跑来站柜台的，我是来创造业绩的，我要证明自己的能力，我不能因为自己还是在校学生就理所当然比别人差。但当那位再次问我在门市有没有什么收获时，我真的仔细想了想。其实收获还是蛮大的。小小的柜台还真的不简单。首先可以了解顾客的喜好，什么机型、价位、功能以及品牌的mp3最受欢迎，这些是最权威的一手信息。比如以前我觉得小贝贝最不好卖，小月光应该最受欢迎，结果却恰恰相反。其次，在柜台还得经常去其他柜台和经销商处调货，这是以前没有经历过的。再次，柜台本身形象，货品的陈列等都是讲究艺

术性的。更好地了解了柜台，才能更好地了解经销商——我们的客户。在以后的武昌市场开发过程中，我经常是还没认识经销商就帮他们做起了生意，设身处地地替他们着想，终于赢得了他们的好感，也赢得了我们的市场。

终于有一天，老板对我说，准备派我独自去武昌开发市常武汉的数码市场主要分为武昌和汉口两个较集中的市场，其中又以武昌为主。武昌有南极电脑城、珞珈电脑城、电脑大世界、华中电脑城以及武汉电脑城，这些电脑城就构成了华中地区最大的电脑交易市场和数码市场。所谓得武昌者得武汉，得武汉这得华中，得华中者得天下。可见武昌的战略地位极其重要。所以，公司要想在数码行业立足并发展壮大，必须得拿下武昌。但我没想到的是，这么重要的任务，老板居然让我一个还没开始做过业务的人独自扛着。因为武昌这块，一开始有人来碰过，但效果都不是很好。因为我们公司在汉口，一些渠道关系也都在汉口，武昌是所谓的朝中无人，而我们的产品又是自己贴牌，大部分都是公模机，缺少广告支持，此时武昌市场上已经站住脚的mp3品牌不下几十种。那些经销商都不愿意和一个小公司的刚刚上市的没有名气在他们看来没有保障的品牌合作。因为这些原因，一段时间内公司一直没人提过武昌市常现在老板这么安排，让我有种不安。这么重要的市场，如果真的要进入的话，按理也应该是派出经验丰富的资深业务员才对。难道是在试探我？但我也管不了，一方面在门市呆的不耐烦了，另一方面我也急于证明自己。成则英雄，败也问题不大，毕竟我还是个没经验的在校学生。于是我壮志踌躇地答应了。从13日起，我开始了上午在武昌几个电脑城穿梭，下午回公司报告的颠簸生活。经过和经销商的交流得知，这些经销商也有自己的苦衷。现在做mp3的太多了，许多小品牌见别人赚钱，马上跑来凑热闹，见利润降低，就撒腿走人。而mp3属于易耗品，经常出毛病，所以售后很重要。那些上游厂家撤出后，售后的问题就全部留给经销商了，许多经销商因此损失惨重。所以在我们考察经销商的同时，这些经销商也在考察我们这些上游公司。

- 1、在武昌设立办事处，让客户放心，也方便与客户的沟通；
- 2、做好广宣，一方面提高品牌知名度，另一方面也向客户表明我们愿与他们长期合作共进退的诚心和决意。在我的努力下，办事处终于成立了，我也顺理成章地成了办事处负责人，另外，公司又给我派来两个帮手：一个协助我的工作，一个负责库存和财务。我也帮助公司初步打开了局面，到我离开时，已经有10个经销商在和我们合作。可惜的是，当我一手打开武昌市场，一手建起武昌办事处，一切步入正轨时，由于学习等原因，我却不得不离开了。

作为还没有踏入社会的大学生，面对自己未来的生活与工作，我们心中是有很多疑问的，我们特别需要到真正的工作环境中去感受一下自己几年后会从事的工作。这次实习中的参观学习不仅让我们对距离自己最近的工作有了详尽的了解，同时也让我们对自己接下来的学习有了进一步的规划。

学生个人顶岗实习报告

小学实习个人总结报告

关于实习总结的个人报告

实习教师报告个人总结

中专生实习个人报告总结

实习幼师的个人总结报告

学生毕业顶岗实习总结报告

大学生实习总结报告

个人实习总结篇二

实习是大学阶段很重要的一件事情。实习锻炼了我们的实践教学能力。提高了对教育工作的认识。在实践中体会了教书育人的重大责任。在这两个月的实习期间，我认真的向自己的指导老师学习。认真的听取老师们对我的评价和建议。认真的听好老师上的每一堂课，吸取老师的宝贵的教学方法。认真，充分准备每一堂课，听取老师的建议和教导。认真，仔细批改学生每天的作业，做好作业讲评工作。帮助作业中错误较多的学生进行个别讲解，尽全力做好一名有责任心的好老师。在班主任工作方面，观察学生的上课出勤情况。针对学生在学习和生活上存在的问题进行耐心的教导。同时在工作上也得到了其他老师们的帮助和关心。得到了学生的配合和支持。短短的两个月，给我留下了很多美好的回忆。这些都让我的实习生活变得难忘和丰富多彩。

通过这两个月的实习生活，我深深体会到了教师着职业的伟大和老师的艰辛。刚开始实习，我的主要任务是听课，听指导老师讲课，再回顾我的任课老师的授课方式，我从中吸取了许多宝贵的经验，发现了每个老师都会有不同的教学风格，或许这就是教无定论的真正含义。我深深佩服老师在课堂上的应对自如，他通过讲述他身边的故事和例子，加上幽默风趣的语言，课堂气氛非常的活跃。在听课过程中，我深感，教学是一门艺术，课堂语言是这种艺术的传达方式。听课的过程，是积累经验的过程。在了解教学流程的同时，也应注意教学方式和组织教学能力的积累。听了一周的课后，我开始走上讲台，开始慢慢适应课堂气场。由于经验不够，应变能力不强，这几堂课纯粹是灌输知识，毫无艺术感。认识了自己的不足，听课就有了针对性，可是当我上第一堂真正意义上的课时，还是出现了“上课重点不突出”、“讲课顺序不清楚”等问题。这时，指导老师要求我多听课。并且为我指出了教案的不足以及上课出现的缺点和不足。随着时间的推移，通过听课和实践，我开始有了一些进步。这时指导老师给了我多次机会，分不同层面锻炼和培养我的授课能力。

带给我最初、最大的感受是，讲台下坐着的不是自己的同学而是真正的学生。他们不会像自己的同学那样随意附和、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和等待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，或者干脆就趴在桌子上看书和睡觉。在上课的过程中，我也遇到了困难。如课堂秩序。正是这些小小的挫折，让我越战越勇，更让我懂得，作为一名教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系，而且教师要把自己当成活动中的一员、学生们的良师益友。教师既要讲授知识，又要管理课堂纪律，并且与学生进行个别交流。一些队员在刚开始时心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，教学思路不流畅，师生配合不够默契”等问题。针对出现的问题，科任指导老师要求这些队员多听课，多向经验丰富的教师学习，多研究教材和其他教学资料，并且面对面地指出课件的不足以及上课时存在的缺点。对于已经具备了一定程度自学能力，能够独立思考的学生，我的体会是要充分调动他们的主观能动性，将他们的学习兴趣利用起来，使他们在快乐中学习。我采用以学生为主，教师为辅的启发式教学，适当列出提纲，设置思考题，加以点拨。由此而来，他们学习的积极性和主动性开始发挥作用，由“要我学”的教学方式转化为了“我要学”的学习方式。让这群学生学的轻松快乐。之前大家可能有抱怨老师上课的种种。可是实习结束了，自己亲身经历了才知道其实上好一堂课不是一件很容易的事情。当老师没有以前自己想的那么简单。只有在穿上他的鞋走上一英里，才能真正的体会他人的经历。体验之后大家都对老师这个词有了自己的感悟，但相信有一件一定是一样的：要做好一名老师不容易。自己距离心目中的那个角色还有很多路要走。其实，教师是既伟大有很艰辛的职业。

但是在道德、情感方面还有待发展。也许我们的年龄与之相近，他们既把我们当作老师，还当作朋友，许多心里的问题都愿意与我们交流。学生已经有了自己的思想和逻辑，遇到问题有自己的思维方式和解决办法。他们已经不喜欢老师牵

着他们走，也不喜欢老师完全教他们怎么做。由于我年纪和他们差距不大，他们都很愿意和我讨论问题。这时我就以朋友的角色与之倾心交谈，适当的给他们建议。将他们的内心世界作为我的平台，将心比心，他们也就报以我同等的尊重。日复一日地监督早读、课间操、眼保健操和晚修，认真的班主任工作是很累人的事情。学校是一个规训的场所，学生接受的教育都是在控制之下和有目的的，目的是完善道德和形成良好的人格。班主任的素质主要体现在日常行为中。班主任要以作则。说到做到。班主任的一言一行学生都看在眼里，叫学生不要乱扔垃圾，自己就首先要做到不扔垃圾。班主任可以体现出班主任的性格、气质、能力等心理特征，班主任通过良好的素质征服学生，使学生对班主任产生爱，才能接受班主任的管理教育，班主任就通过自己良好的素质可以使学生受到潜移默化的教育作用。班主任健全的人格能感悟学生、感化学生、感染学生，使师生之间相互尊重、相互信任产生情感共鸣，班主任只有得到学生的信任和诚服，师生才能融洽交流。而为了让学生的思想向真善美的方向发生变化，班主任不知道要花费多少汗水和心血。回顾过去两多月的班主任工作，心中充满感激。我要感谢我的学生，是你们让我感受到在工作中不断成长的快乐和对自己逐步建立的自信，是你们让我找到作为教师进行专业发展的支撑点——基于实践的学习与反思，是你们给予了我很多关于教育、关于人生、关于学习、关于生活的思考的火花。我要感谢学校的老师们，是你们兢兢业业的认真负责的态度给了我榜样的力量，让我深深感受到班主任工作的重要与伟大。

学生个人顶岗实习报告

小学实习个人总结报告

关于实习总结的个人报告

实习教师报告个人总结

中专生实习个人报告总结

实习幼师的个人总结报告

大学生实习总结报告

学生毕业顶岗实习总结报告

个人实习总结篇三

地铁是在城市中修建的快速、大运量、用电力牵引的轨道交通，是路权专有的、无平交的。实习报告是把一个时间段的实习情况进行一次全面系统的总检查、总分析、总研究，分析成绩、不足、经验等。你是否在找正准备撰写“地铁实习报告个人总结”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

一、希望注重理论培训课件的系统性和实景为参照的结合力度。某些讲师所讲的还是不够系统性，只讲了重点的东西，使我们学员不能有机的系统的学习，还有就是有些知识点很笼统，最好能够与实景相结合的知识点，概念的东西，采取实景照片与理论知识叠加提问式授课，以增强学员们的记忆与理解。

二、合理的安排学员进行bom系统的实践操作。“一百次的空想，不如一次实干”，此言甚是经典，有些东西观看，不练，是不行的，很难扎实的掌握。望以后能够在小站，固定式的增设几个小时的bom系统的集中实操。

三、op103□op105报表的填写。对于报表的填写我深有体会，师傅说简单，自己一看也蛮简单，大致背记了一下，但是到考试的时候，有些懵，有点混淆了。主要还是没有进行逐个事务的报表的填写，虽然各地的格式不一样，但万变不离其

宗，望加强一下报表的填写。

通过学习，为了公司今后的日益发展，下面我想对公司的作以下几点小的建议：

首先，针对全国各地逃票、并闸出入行为的有效监管。很多站都存在逃票、并闸出入现象，不得不反思一下。

个人建议的措施：1、采取地铁内部电视和循环广播的宣传模式为主，报纸和电台定期宣传为次的模式进行思想教育，促进乘客自觉购票的意识。2、建立惩罚制度，应该比苏州地铁的力度更大些，如：罚款50。还有就是落实的问题，制度落实不到位将影响整个大局的未来发展走势。

其次，如何维护好车站员工的切身利益。作为服务行业，做好乘客的服务是无可厚非的，但是对于哪些无礼刁蛮的乘客的确会伤及我们员工安全的，由于涉及人证、物证等因素未能合理处置，有可能会伤及员工的内心，应做好员工的思想安抚工作。

八月，秋天还在到处寻匿夏天尾巴的时候，校园的稚气还未褪去的我，便开始自己的职业生涯，成为深圳地铁的一名新员工。易经有云“乾坤运势，元为大亨”，什么都没有的初始状态，它也是吉利的。正如一张白纸，它可以成为一幅名帖字画，或者仅仅只是一纸涂鸦，但是它拥有变化的机会。一个人或历磨难潜伏，或遇伯乐，但最幸运的是他还有机会，有一个实现抱负的平台。每个人都会对他用辛勤耕劳的事业充满期待，每个人都会对他用汗水润泽的地方充满感情。

八月军营生活试炼锋芒，一同袍泽便是生死与共的弟兄。古老的民谣：“赳赳老秦，共赴国难”，秦部落百年，一直是国难中求存的百年，古老的生存法则永远不会变更。今我同道同行的弟兄啊，以后就要共同承担责任了！多有波劫疲惫磨砺的人，便不再把难当做难。训练可以劳尽筋骨，但不可灭

我铿锵斗志，一吼敢教它地动山摇。

一起上班，一起下班，一个都不能少！安全，是我们时时刻刻的工作，安全，是对他人的最大关心，也是我们工作最起码的要求。九月份开始认认真真，细微细致的学习安全规章制度，工作现场克服不习惯，不畏惧繁琐，渐渐养成安全习惯。

唯有利剑，是你在战场最值的信赖的朋友；唯有知识、技术，是你在工作现场最值的信赖的朋友。沉默潜伏，星夜秉读，但求一把“利剑”，或车底俯伏，或车上溜爬，疑惑乎，背车靠而思，顿悟乎，席地坐而记。朝夕劳顿，累月，然后才识工程车纹理。终日乾乾，夕惕若，如临深渊，如履薄冰，始终保持担心自己做的还不够，学得还不够透彻的状态。

每天都像空篮子一般，把能装的都装进去，做最繁琐的统计，做最详尽的纪录，希望能从百花中提炼一滴香精。所有的努力都是有用的，一点一点的积累，渐渐开拓自己的思路，并形成自己的方法；所有的准备都会有不足，只有遇到实际问题时候，才能检验自身的思路的局限、方法的优劣。

在_____工作的这三个月时间内，我收获了很多。从一个刚毕业的大学生逐渐转变成一名职工，我认识到把知识从书本上转移到实际工作中并不容易，理论是灰色的，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验，才能继续丰富和发展理论，“三人行，必有我师”单位中的每一位同事都是我的老师，他们的丰富经验就是一笔宝贵的财富，就是我学习的源泉；不论大事小事，每多做一件事必然会多学到一些知识，必然会积累经验。心态上的转变也十分重要，我们肩负着保障地铁运行安全的责任，而不再只是为了自己的得失，所以在工作中一定要尽职尽责，一丝一毫也不能松懈。

作为_____的新员工，我在工作中还有很多不足，专业知识还有待于提高，经验还不够丰富。在今后的工作中，我会

严格遵守公司的规章制度积极，响应公司领导的决策，注意多向老师们请教工作技巧，自己也要多看、多学、多问，巩固自己的专业知识，多动脑筋，开阔思路，认真做好岗位工作，争取早日成为一名合格的地铁人。

以上是我对三个月来工作的总结，在今后工作中我将努力奋斗，克服自己的缺点，弥补不足，争取做的更好。

个人实习总结篇四

深入工地现场，与现场的工人和技术人员进行面对面的交流与指导，参与实践，全面系统的了解建筑工程的各项施工技术与施工工艺，以及各项管理措施。熟悉工程建设企业的性质、作业特点，以及生产管理的经营运作模式。在现场施工过程中结合所学专业知识与实际现场工作进行整合，强化专业知识和技巧的运用和实务工作的能力；增强理论联系实际的观念，培养分析问题和解决问题的能力，加强专业意识和职业责任感，为施工管理起到了实质性的指导作用，为以后的工作打下坚实的理论与实践基础。

施工员是基层的技术组织管理人员。主要工作内容是在项目经理领导下，深入施工现场，协助搞好施工监理，与施工队一起复核工程量，提供施工现场所需材料规格、型号和到场日期，做好现场材料的验收签证和管理，及时对隐蔽工程进行验收和工程量签证，协助项目经理做好工程的资料收集、保管和归档，对现场施工的进度和成本负有重要责任。

综合上的这些问题及处理方法使我深刻体会道理书本理论知识与实践的差距，书本上介绍的施工工艺以及施工管理方法与实际中有很多不尽相同，由于地理区域、人文、受教育程度及环境等的不同，使得工程管理过程中必须采用合理的方法和途径，灵活应用到具体管理中。建筑施工管理工作也是一个复杂多样、变化多端的工作，管理的好坏，直接关系到项

目的经济利益和社会效益。

在以后的工作中，我会更加努力地学习文化知识和专业知识，不断地把理论知识与实践经验结合起来，搞好本职工作，为社会多做一份贡献。

个人实习总结篇五

然而，作为一名医生，甚至说医学生而言，我怀着十分激动的心情进入临床实习。作为一名口腔医学生，与临床不同的是，口腔需要操作，所以，尽管是一名实习医生，然而，我们却可以在上级医生的指导下，单独从事医疗活动。在门诊的实习，每天我上班都十分开心，虽然有时会遇到不开心的事，可是我都会藏在心里。一个有城府的人，一个稳重的人，很多事是不会表现在脸上的。别人看我怎么每天都嘻嘻哈哈的，但是我知道，其实，我不是。我还记得20xx年春节我去高中看我的老师，她对我说“你变得成熟了”。其实现在想起来，那时的我还没有，因为很多事那时不懂，可现在，我懂，而且我很透彻。

不管是作为一名医生或是一名军人，像我们这样的，我觉得最好的方法，说的难听点，头二十年，夹起尾巴做人，这是两个职业的共同特点决定的。很多事，不管自己对不对，你错了是你错，你对了，别人说你错，你就得认为你是错得，尽管你是对。只有这样，我才能混下去。要想混得好，不要把自己当人看，至少在头十年内，不是人。

当然，现在看已经过去的1/2的实习历程。学习了很多。曾经我也曾纠结于是考研还是什么。很多人也问我，考研不。现在，或者考研报名的时候我可以很明确的.说，不考。由于身处环境的不同，我的情况比较复杂。在权衡各项利弊后，我很坦然的说，我实习我不考研。也许有人说，可以边考研边实习，可是我要说，我不是很聪明的人，我也没那么勤劳，我不想把自己搞得那么累，（好吧，我承认我懒）甚至我可

以说，为了实习，我可以放弃考研（鉴于考研背景考虑）。研随时可以考，可是，作为第四军医大学口腔医院的实习医生，我想无数人想破头都难以在这样好的条件下实习，也很难再有如此有利的条件系统的学习临床。在这，我受到很多名师的教导。门诊、住院部实习，我学到了很多。勤学多问，很多人都愿意教我，而这些却是书本上没有，考研也不是考点，可却是别人总结的宝贵经验。在住院部，我的身份只是一名实习医生，可是，我的上级，却是用住院总的标准培养我，从他身上，我学到了很多临床知识。作为颌外整形科的实习医生，我们的主任戏称我为“副总”。我想，可能以后我也不一定从事这一行，可至少现在我学到了作为一名医生该做哪些，一名医生的职责。尤其是跟着我们主任查房，看我们主任手术，从他身上看到一代大家的风范。他的很多细节都是我这种毛头小子所没有注意的，他的很多考虑也是我所没想到的。这就是经验，人家不会用嘴讲，但是却做出来了，能不能学到，就是各自的修行。譬如简单的查体，人家会把手搓热在查，这就是差距。这也就是为什么人家喜欢老医生看病。

当然，作为医生，有很多的无奈。患者一个比一个可怜。有的孩子因为唇腭裂而被抛弃，有的母亲难产去世可是孩子还是唇腭裂· · · · · 曾经有一位70多岁的老奶奶领养了一个唇腭裂的女孩，因为缺钱，孩子一直没看过病，直到现在才来做手术。免费的手术是做了，可是当我晚上值班查房时，看见老太太陪着她领养的孙女，老太太就靠着床边的木椅子睡着，她把床让给一个被人抛弃、她领养、与她没有任何血缘关系的孙女。孩子安静的睡着，老太太时不时还得半夜起来给孩子量体温。这位老太太还领养了一个，只不过是先把大点的先送来看病。可能作为医生，有人觉得应该铁血点。在临床中会遇到各种各样的病人，同情心可以有，有热血也可以撒在自己的工作上，可是时间会磨去你所有的想法，因为，医生的工作实在太特殊了。

文档为doc格式

个人实习总结篇六

今年__月份，我正式走进实习单位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，本身对具体实习科目和工作都知之很少，由老师傅们带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在老师傅们的热心指导下，我依次对公司的基本工程、工程结构、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理论知识对照实际工作，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。

在公司我主要的工作任务是现场勘察，计算工程量，制作工程施工计划，现场调研等，决定了公司工程的区域性分配情况，以及每个分公司能够完成工程等情况。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。

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以至用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。

实习收获，主要有3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一些宝贵的实践经验。
- 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。

通过实习，我对我国__行业品牌的发展有了大致的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作做好准备。思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈，思想有一个很大的进步。

从一开始赤__的来，到现在即将沉甸甸的回去，短短的两个月时间，就让我如此受益匪浅，如此感慨万分！

个人实习总结篇七

今年我到__公司开始实习，__公司是专业从事汽车门锁的民营企业，现已拥有一流的冷热成型加工、装配生产线等专业生产设备、检测设备数百台套，拥有各类生产用模具20__多付，具备年产30万车付系列汽车门锁的生产加工能力。企业主要生产车门锁体，分为冲压车间，模具车间，注塑车间，成装车间。本次生产实习的岗位有操作工，车工，磨工，线切割等。

经过这8周的生产实习，让我对学习与实践的有效结合这句话有了深刻的认识和理解。学校把生产实习作为一个重要的学习环节，其目的在于通过此次实习使我们获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面；同时生产实习又是锻炼和培养学生能力及素质的重要渠道，培养学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法和技能；体验企业工作的内容和方法。这些实际知识，对我们学习乃至以后的工作，都是十分必要的基础。所以我希望通过这次生产实习可以更多了解机电产品、设备，提高对机电工程制造技术的认识，加深机电在工业各领域应用的感性认识，开阔视野，了解相关设备及技术资料。

生产实习前先要进行安全教育。企业规定必须对新员工进行安全生产的入厂教育，车间教育，班组教育；对调新工种，采取新技术，新工艺，新设备，新材料的工人，必须进行新岗位，新操作方法的安全教育，实习者经考察合格后方可上岗操作。

我所实习的冲压二组是主要生产线之一，车间有二十台先进中型冲压机床，正式职工50余人。该线主要冲压本厂的冲压件，生产任务重，工作条件艰苦，噪音大，工人三班倒，周六周日经常加班。

冲床简单的说就是一种冲压的机床。它可以产生一个很强的冲击力，它要和模具配合使用。例如，我要在一批铁皮上做出同样的方孔或其它什么形状的孔，那最好就用冲床了。首先用硬度大的材料做出模具。将铁皮放在上下模之间冲床一冲击上模进入下模，铁皮就冲出你要的形状了。

回顾我在冲压车间的实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习中，我采用了学，看，问，想等方式，对车间的日常工作的和技术知识有了进一步的了解，协助了车间师傅完成锁体的模具设计任务书，和相关工序的cad画图再线设备检测，还帮助库房搬运零件，帮工人去毛刺修零件等工作。同时还向车间办公室其他师傅请教学习。车间开展座谈会，会上车间主任的讲话极具教育意义。每一名冲压车间员工都自觉站对进食堂，厂内走路走人行道，从小事无形中提高每名员工的素养。

个人实习总结篇八

我们的实习，在这周终于告一段落，这写日子以来我们的课程真的比较少，但是我个人觉得这些天却是异常的累，但有一句话是这么说的“累并快乐着”，虽然说很苦，但是这几天我过得很充实，而且我有机会将我在书本上学到的东西应用到实践中去，同时也学到了许多书本上学不到的东西。这

次实训也大大提高了我们班的凝聚力，让我们更加的注重的团队精神。

从我们确定主题、计划、与企业进行商讨、问卷设计与修改、整理分析数据和撰写调查报告、以及我们后期的策划方案。这一系列的活动过程都是以8人组成的团队进行的一次真正意义上的调查活动，充分发挥了我学习的主动性和积极性，锻炼了我的组织能力和实践能力。

虽然在实践的过程中碰到了很多钉子，对实践的内容没头绪，制作过程不知道该如何着手，同学及老师对我们的评价与批评?..种种的问题困扰我们，有时候的我甚至有点不知道所措，就在这时，我的团队他们来了，给我提供了灵感，从他们那里我看到了问题的另一面，当然，我相信其他的队员他们也是这样。切实的体会到了彼此的好。

当然我们队员间除了默契的配合外，当然也有一点的问题而吵得面红耳赤，总有那一股让对方理解自己的见解，并且同意。虽然对问题的看法有不同的观点，但是很快也能达成共识，为了这一份团体的作业，努力着。

另外我们还有与老师的交流，老师帮我们分析我们的情况，我们该怎么着手去做这些事，当然老师也是必须知道我们的我们的思路，看看我们的见地是怎样?加以分析与讲解，当然在这期间我们也是为了一个简单的问题争的是面红耳赤的。

除了我们团队本身带来的一些列困难，，我们还面临着消费群体的不理解，我记得我在发前几分问卷时，总是碰钉，他们都是以各式各样的理由拒绝我，可是后来慢慢的就算那些不大愿意填写问卷的人，我也能够在他们哪里得到我想要的问卷调查的结果。自己的问卷也是越来越顺畅，几乎再也没有碰壁的情况发生了。从这我知道了原来发问卷也是一门很深的学问，怎样才能让别人不拒绝你，是需要充分发挥你的应变能力和社交能力的。自己在这其中的社交能力也得到了

很大的提高。

这一切的一切都是我们在这次实训时面对的困难与问题，但是我们不但没有泄气，反而这更让我们振作精神对待问题。我明白老师和同学的评价和批评是为了让我们个更完美的实践调查。

外，我们还再一次的利用和分析了一下spss[]spss对我们大多数的人来说都已经变得很陌生了，不过这一次的利用，又让我们不少的人重新的学习和复习了一下我们上学期学的spss软件。这次的数据分析我们比以前变得更加的专业，我们也更加的知道该怎样的分析这些的数据表。大大的提高了自己在这方面的学习与应用，这样看来我们比上一次的应用是更加的准确与有方向感。知道该何去何从。

经过了前期的报告的分析与总结后，我们发现了市场是怎样的，我们对于我们所选的稀奇古怪店有了进一步的掌握，我们知道该从什么方面出发，我们从我们的问卷和市场报告，知道了我们的消费者的一些问题，当然也针对着一些列的问题进行了专门的研究与分析。后来，我们面对着一一些的问题，把我们的报告给我们的老师讲解。

后来，我们就进入了我们的关键的环节，也就是我们的方案的策划，当然这一工程不是我们一个两个就可以完成的，这时候我们的团队一起来努力，我们分工与综合。我们把这一方案的板块分下去，在我们团队的努力之下，我们的策划方案出来了，最后我们在一教室里进行集体的讲评与交流。

总之经过这次的实践，让我学到了很多以前从未学到过的知识。让我开动了脑筋并投入到此次调查活动中，积极发挥了我们的专业的优势，同时也大大的提高了自己个人方面的能力。实习虽苦，可是我乐在其中。

个人实习总结篇九

根据学校毕业实习要求，本人于____年2月底到4月底期间在中国农业银行____县支行城关分理处进行了为期8周的毕业实习。实习期间，在学校和单位指导老师的帮助下，我熟悉了金融机构的主要经济业务活动，系统地学习并较好掌握了银行会计实务工作，理论水平和实际工作能力均得到了锻炼和提高。现将毕业实习的具体情况及时体会作一系统的总结。

一、实习单位简介

中国农业银行是四大国有银行之一，是中国金融体系的重要组成部分，总行设在北京。在国内，中国农业银行网点遍布城乡，资金实力雄厚，服务功能齐全，不仅为广大客户所信赖，已成为中国最大的银行之一。在海外，农业银行同样通过自己的努力赢得了良好的信誉，被《财富》评为世界500强企业之一。中国农业银行宁海县支行城关分理处是宁海县支行直属的一个营业网点，一直鼎力支持宁海经济的发展，在地方经济建设中发挥着极其重要的作用，以优美的环境，丰富的金融产品，竭诚为各类企事业单位和城镇个人客户提供安全、快捷的全方位优质金融服务。

实习过程

此次实习的目的在于通过在农业银行的实习，掌握银行业务的基本技能，熟悉银行日常业务的操作流程以及工作制度等。实习过程主要包括以下几个阶段：

(一)了解实习单位基本情况和机构设置，人员配备等。

(二)学习银行的基本业务流程与交易代码，主要包括以下方面：银行业务基本技能训练，如点钞，珠算，五笔字型输入，捆扎等；银行的储蓄业务，如活期存款，整存整取，定活两便等；银行的对公业务，如受理现金支票，签发银行汇票等；银

行的信用卡业务，如贷记卡的开户，销户，现金存取等。

(三)了解银行会计核算方法，科目设置与账户设置，记账方法的确定等. 区别与比较银行会计科目账户与企业的异同。

(四)总结实习经过，并完成实习手册，实习报告。

三，实习内容

在正式学习银行业务前，我在实习指导老师的指导下首先学习银行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. 这似乎给了我一个下马威，本来自以为银行业务相当的简单，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，真是又佩服又羡慕，而我只能笨拙的从一张一张数起. 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，原来银行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。

经过一个星期的“苦练”，我虽然还不能熟练操作银行的基本技能，但大致也掌握了其中的技巧，所谓熟能生巧，主要是靠以后勤加练习了. 于是接下来，实习指导老师便让我学习储蓄业务. 该分理处的储蓄业务实行的是柜员负责制，就是每个柜员都可以办理所有的储蓄业务，即开户，存取现金，挂失，解挂，大小钞兑换，受理中间业务等. 对于每一笔业务，我都学习了其abis系统的交易代码和操作流程，业务主要可分为单折子系统和信用卡字系统两类. 此外我还学习了营业终了时需要进行的abis轧账和中间业务轧账，学习如何打印流水，平账报告表，重要空白凭证销号表，重要空白凭证细核对表，审查传票号是否连续，金额是否准确，凭证要素是否齐全等。

在银行实习，学习柜员间每天交接工作时的对账是必不可少

的，对账时除了要核对现金账实是否相符外，还要查看重要空白凭证是否缺失，传票是否连续等等。而柜员间对账也是很有程序的，一般先清点现金，然后再是清点重要空白凭证如存折，银行卡，存单等。

经过一段时间的学习并背记储蓄业务的交易代码和操作流程后，我开始学习银行的会计业务，即针对企业的业务。对公业务的会计部门的核算(主要指票据业务)主要分为三个步骤，记账，复核与出纳。城关分理处的票据业务主要是指支票，包括转账支票与现金支票两种。对于办理现金支票业务，首先是要审核，看出票人的印鉴是否与银行预留印鉴相符，方式就是通过电脑验印，或者是手工核对；再看大小写金额是否一致，出票金额，出票日期，收款人要素等有无涂改，支票是否已经超过提示付款期限，支票是否透支，如果有背书，则背书人签章是否相符，值得注意的是大写金额到元为整，到分则不能在记整。对于现金支票，会计记账员审核无误后记账，然后传递给会计复核员，会计复核员确认为无误后，就传递给出纳，由出纳人员加盖现金付讫章，收款人就可出纳处领取现金(出纳与收款人口头对账后)。转账支票的审核内容同现金支票相同，在处理上是由会计记账员审核记账，会计复核员复核。

四，实习收获与体会

这次实习，除了让我对农业银行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，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班；如果

是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那也必须由经办人负责赔偿。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。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。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。在我实习快要结束时，基本业务流程我也算是掌握的差不多了，所以偶尔在空闲时指导老师让我上岗操作。没想到，看似简单的业务处理，当真正上岗时却有这么多的细节需要注意，比如：对待客户的态度，首先是要用敬语，如“您好，请签字，请慢走”；其次与客户传递资料时必须起立并且双手接送，最后对于客户的一些问题和咨询必须要耐心的解答。这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度，这样才能在自己的岗位上有所发展。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。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，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本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。