

# 个人实习工作总结(通用5篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 个人实习工作总结篇一

### 幼师个人实习工作小结范文

随着时间的关系，我在贵定县机关幼儿园的实习生活也结束了。虽然只有一个月的时间，但却让我感受到了作为一名幼儿教师的不易，然而这次实习让我也受益颇丰。

万事开头难，刚进园实习初期，让我感到了很大的困难。毫无工作经验的我，面对新工作，面对性格各异的孩子，我觉得毫无头绪。不知道到底该从哪里入手，看着指导老师（班主任）轻轻松松的带着宝宝们开展各种活动，做着一个个游戏。看着孩子们一张张兴奋，热情高涨的小脸，我深深地被感染着。我努力地去学习，尝试独立带孩子。经过几次失败的打击之后，我的紧张心理才逐渐退去。在实习过程中，让我懂得了面对不同的幼儿要用不同的方法，每个孩子都有自己独特的内心世界。而作为他们的老师，要想真正走进孩子的内心世界不用心去发现他，捕捉他们的闪光点是不行的。每个孩子都有他的可爱之处及不足之处，要想帮助他们改正缺点，不仅要关心照顾幼儿，还要与幼儿家长沟通交流。在实习期间，我学着，试着与家长打交道，与他们交流幼儿在园及在家表现。这些，都是我在这段实习过程中所获得的最宝贵的东西。

在xx幼儿园的每个教师里都有幼儿一日，一周活动的生活常

规时间表。在实习期间，由于xx幼儿园缺少配班老师，我都是在做配班老师的工作。但我严格按照时间表，配合所在班主班老师认真做好一日常规工作。

首先，保教工作。

在保育工作中，使我第一次亲密接触了幼儿的方方面面。我虚心请教保育员，积极配合保育阿姨的工作。户外活动，我提醒幼儿注意安全，不追逐打闹。进餐时，帮助保育员为幼儿盛菜盛饭，提醒幼儿安静进餐，不挑食。睡觉时为年龄小还不能自理的幼儿脱-衣物，给幼儿盖好被子，小声告诉他们安静入睡，不能说话。尽自己最大的努力照顾好每个幼儿的生活。让孩子在幼儿园喜欢幼儿园充满爱心与童趣的气氛，在游戏中不断增长知识。

其次，教育工作。

面对上课，作为实现老师。心里真的有些恐慌，生怕自己讲不好影响幼儿对知识的掌握及对上课的兴趣。我从熟悉教材开始，因为只有一个月的时间，指导老师给我布置了七八节可得内容。我从教案到教具，一步一步的去准备，直到得到直到老师的认可，我才走上了“讲台”。但当面对幼儿上课时，还是那么的手足无措、由于对幼儿的不了解太少，对他们提出的问题难以回答，又没有整顿好课堂纪律。第一次正式上课没有成功。不过又一次的讲课中，我总结经验教训，就比第一次进步很多。随后慢慢的进入了老师的较色。

再次，家长工作。

作为教师，每天都要与家长打交道。家长工作也是幼儿教育工作中一项非常重要的内容。我们要虚心听取家长的合理化得的建议，同时对于家长的无理要求，妥善处理，友善的拒绝。幼儿在园表现要告知家长，取得家长信任。

经过这一月的实习，虽然时间很短，但我已深知要成为一名合格的幼儿教师实属不易。不但要具有深厚的教学经验，还要有良好的职业道德。幼儿教师不仅要有耐心、爱心、细心、更要有责任心。

总之，教师是一个崇高而神圣的职业，通过实习我也看到了自己的不足，社会的不断进步，使幼儿园对幼教的要求越来越高。这使我知道，必须要有过硬的专业知识和技能，才能在幼教之路上创造属于我的精彩人生。

## 个人实习工作总结篇二

转眼就要实习完毕，总结到了眼前。我知道，这是清点收获的时候，想想，哈哈，也还真不少：和学生接触多了，教学技巧进步了，处理问题的经验多了，心理素质强了，对为教育事业奋斗的理解深了，体会到教育现状了，感受到我们作为年轻教师的职责了，任重而道远，我清晰的知道，我们的时代需要我们的创造。

刚开始实习，怀了浪漫的梦生活，终于撞上了现实的碑，一度受伤和流血，差点要就地埋了自己，好在年轻就是会有为——不仅是自己，也有前辈长辈们的帮助和支持，还有朋友们的各种鼓励——你就找到了事做，在他们的指引下，你也就找到了正确的方向，慢慢的思考，慢慢的进步，突然有一天发现，自己还不错——这就是实习的第一步。

后面的日子，特别感谢指导老师以及一切给予我无私帮助的老师，是你们让我加快了成长的步伐，你们的力量推动着我，感受到你们的诚挚关怀，我歌且谣。学校也给予我们特别的关注，给予我们更多的锻炼机会，给予我们更多的肯定和鼓励，这一切都是我们实习生增长知识能力的基石。在桂东沅江第二完全小学——第一次在一个学校工作一学期，那里的尊敬的老师和可爱的学生以及学校的特色办学之路都给了我

很深刻的印象，那里是我的实习起点，在那段时间里，学习到很多宝贵的东西：务实了教学，了解了学生，学习了经验，甚至还有关于学校如何发展之类的方面。后面的实习虽然离开了二完小，[莲山课件]但是它在这几个月实习中的收获是很多很大的。

上个学期要结束的时候，我们知道要继续实习，在二完小实习了一学期了，我向教育局申请了下乡——如愿以偿，我到了现在的学校——流源中学小学——这是一个乡村小学，这是一个美丽的学校。

经过一两周的适应，我发现这里的管理很亲民，这里的教师很和蔼，这里的学生很懂事，这里的环境也很不错，令我更喜欢的是——这里的锻炼机会更多——这是我梦寐以求的，可以想象，我会在这里受到多少春风春雨的滋润。

首先是在教学上，真正的有系统的开始教学数学，处理各种问题，解决各种问题，思考各种没有解决的问题，总之，我有说不出的收获。

其次，在教学科学音乐美术体育上，有很大的发挥空间，有自由度，有创造性空间，正合我意。

最后，在向学校的学习上，特别是管理，学校里有一种服务型的管理，没有高压，没有强制，大家都愿意做应该做的，都愿意做可以做的，没有人说话，是和睦一家。

现在，实习不久就将结束，有不舍，也有激动——终于不少实习——是正式教师的日子越来越近了！

知道的越多，知道的漏洞也就越多。实习已久，我对自己的了解也上升了很多，知道自己的很多不足，知道自己要如何如何去努力，知道自己，努力就一定可以。

期待，接下来的生活，期待，下一个总结的时候。

br/>

## 个人实习工作总结篇三

大二暑假，经亲戚介绍有幸到新华设计有限公司实习。公司里的同事挺热心，对我的叨扰他们并不感到烦，教了我好多知识，我是在那里第一次作cad做了一张图。在实习的过程中赵工和他的同事耐心地给我讲解设计的流程和不同建筑种类的设计规范要求。首先，是对建筑的整个流程的了解。建筑物的形成、流程如下：投资商投资——国家审核批准——设计院做出建筑方案——中标——设计院进行建筑设计(包括建筑物正，立，剖面，水电，供暖的设计)——建设部审核批准——施工单位施工——监理进行审核——施工完成，交工——装潢公司进行装修——交工——由投资商和房产公司进行买卖。整个过程中，建筑的设计部分占了相当重要的位置。所以设计的时候，每一步都要按照规定，每一步都要谨慎。设计时也有它的过程：做方案(必须符合结构要求)——进行平面设计(设计的同时，由结构师就行调整，平面做法应符合结构要求，调整的同时，结构师进行结构设计，两者属于同步进行，同步完成)——立面，剖面设计——水电，供暖，电梯设计。

苏州城就是个很不错的地方，那里的优秀的现代建筑和古典建筑很多。比如位于西湖南线南山路西侧的博物馆，建筑用地 23889平方米，建筑面积控制在8000平方米。以现代建筑造型手法塑造出具有现代气息的博物馆形象，结构新颖，是一个建筑典范。因处在西湖景区中心，所以整个建筑以考古发掘探沟和探方的形态，将大部分建筑置在地下，地上建筑面积控制在xx平方米，以进入地下部分的探沟为界，划分左右两大功能区。这一设计构想源于对块环境的解读，以及对博物馆本身意向的表达。通过建筑造型，采用内部空间非等高的竖向设计，有助于展示不同内容的需要，满足不同的.陈

列方式，利于现代展示空间布局。作为建筑物本身，上部框架和探沟内部所呈现的现代钢结构，幕墙玻璃、花岗岩铺饰，与建筑外立面的磨砖对缝清水砖墙面，恰是建筑表达现代人文气息与传统历史文化的契和之处。我看到的主要是梁与板的钢筋绑扎。

(1)纵向受力钢筋出现双层或多层排列时，两排钢筋之间应垫以直径15mm的短钢筋，如纵向钢筋直径大于25mm时，短钢筋直径规格与纵向钢筋相同规格。(2)箍筋的接头应交错设置，并与两根架立筋绑扎，悬臂挑梁则箍筋接头在下，其余做法与柱相同。梁主筋外角处与箍筋应满扎，其余可梅花点绑扎。(3)双向板钢筋交叉点应满绑。应注意板上部的负钢筋(面加筋)要防止被踩下。

(4)框架梁节点处钢筋穿插十分稠密时，应注意梁顶面主筋间的净间距要有留有30mm以利灌注混凝土之需要。不只这些，还有不少的规定和要求我只能自己去查资料了，何工一时也讲不完的。他还有提到钢筋的绑扎接头的搭接长度在末端距钢筋弯折处，不得小于钢筋直径的10倍，接头最好不要在构件最大弯矩处。

这段时间的实习工作让我学到了很多，希望在以后的工作生活中能够更好的学习成长。这一次实习给我的感受就是我一直以来不断的进步，一直以来发现自己的不足，一直以来在不断的改正。可是时间是短暂的，只要自己不断的努力，就会有进步。这一次实习是我对自己专业学习的一次重大的提升，我会将我全部的能力用在以后的学习中的。我会在今后的工作生活学习中做到最好的!

## 个人实习工作总结篇四

实习对我来讲是一个非常大的提高，大学期间的点点滴滴中，我也一直都在端正好自己的心态，这次让我感觉很有意义，

虽然只有三个月的实习，可是我一直感觉非常的充实，这对我而言也是有着非常好方向，在工作当中，我按时的完成好自己的工作，也是需要去专注自己的工作能力，对于这一阶段的工作我需要做好总结。

这段时间以来的实习，我还是应该要不断的反思的，大学期间我还是应该要做的更加细心一点，工作当中，我可以认真的维持一个好的态度，这对我的影响还是比较大的，也和周围的同事相处的很好，这样下去还是很不错的，以后在学习期间我会做出好的成绩来，所以我还是应该要认清楚自己的方向，作为一名大学生，我非常注重自己的专业能力，所以在实习当中，我也还是掌握了非常多的东西，在实习方面我能够维持好的态度，工作方面我还是需要去做的更加认真一点，遇到自己不懂的知识，我都会虚心的请教，这让我也是反思了很久。

大学期间，我从来都不会忽视对自己提高，这顿时间虽然短暂，可是我从来都不会对自己抱有什么侥幸心理，这对我工作的提高，还是很大的，我也知道了在学校所掌握的知识，运用到工作当中，还是稍显吃力的，所以这一点是毋庸置疑的，我相信这对我的影响还是比较大的，只有虚心的去学习这样才能够有更多的进步，希望以后可以做的更加认真一点，这是我觉得非常有意义的一点，实习不仅仅是一次考验，更加是对自身工作的一个考验，是我需要反思清楚的，大学阶段我还是觉得非常充实的，认真思考自己工作的同时我也能够去积累经验。

感激这次实习的进步，我每天和周围的同事和睦相处，虽然在这方面还是存在一些问题，但是我还是应该要认真去落实好，大学的点点滴滴中，我应该要合理的去调整，对于接下来的工作，我应该要对自己更加的认真，在工作当中我应该要合理的去调整，这段时间以来我更加是能够得到足够多的提升，尽管有些事情还是应该要虚心，所以在这方面我是对自己比较认真的，感激实习当中的这段经历，我接触到了全

新的环境，所以在这一点上面我应该要去做好，实习的过程中确实是需要维持做好自己的事情。

## 个人实习工作总结篇五

实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。今天，本站小编为大家带来了个人实习工作小结范文，希望大家喜欢！

在月底作月度报表是我接到的第一个工作任务。虽然通过这几个月来的不断学习，大部分的工作现在已经能够做到自己完成了，但是面对庞大的数据还是会感觉紧张，因为多一个0和少一个0就是天壤之别。但是越急躁就越容易出错，想快点完成工作的心理也是导致计算错误频频出现的原因。在年度总结里再次提到在试用期总结中已经提过的这个问题，我自己实在觉得很不好意思也很愧疚。在今后的我会继续向老员工们学习，认真负责，戒骄戒躁，尤其是对数据的统计上，应细心的进行检查，哪怕多算一次也要保证其正确性。

为迎接总公司的秋查工作，我作为资料员和同事一起完成了对资料室的档案和文件分类整理、编目、装订、补充、更换装具、标签，并输入微机的工作。虽然期间也很努力，但是在事实面前我不能不承认自己的工作做的很不到位，质量不高。这和我平时对资料室的文档和资料的了解不够细，不够实，不够充分有直接的原因。在今后对资料室的工作中我一定端正态度，认真对待，加强主动性，通过对各类文档、资料多加熟悉，使档案工作纳入公司要求的规范化和精细化轨道，同时也方便同事们查阅。

除此之外，配合同事工作、认真完成交办的各项任务也是我的主要工作之一。虽然工作很琐碎，但我仍会以积极的心态去对待，力所能及的去完成。

四个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到现在走上工作岗位的从容，坦然。我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换。

实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应能力和积极向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的学习积累和技能的培养。

实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。“吃的苦中苦，方为人上人”，我要恪守吃苦精神。因此，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

刚进入市统计局的时候，很茫然，不知道要做些什么，领导叫做什么，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水……这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，老师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，但是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每天都很忙，也不是每天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。后来慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位同学被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每天都非常的忙碌，一个月后，回到市统计局。

通过三个月的工作，我发现了自身存在的很多缺点与不足。例如与同事们沟通少，学习工作的主动性不强，工作时缺乏思考，也不注意总结，尤其是在工作中细心不够，又容易急躁，在很多事情的处理上都不成熟，做不到统筹规划。这些都是导致工作出现错误、给同事带来麻烦的主要原因。在今

后工作中，除了一如既往地听从各级领导安排，虚心向各位领导和同事学习他们对待工作的认真态度和强烈的责任心外，也应该加强与同事之间的沟通交流，通过不断学习和总结增加自己的知识面，逐步加强和丰富自己的业务知识的学习，努力提高工作水平，以至把每一项工作都做到位、做好。同时更应该加强个人修养，修正自己的行为，自觉加强学习。也希望大家在我做的不好的地方及时的加以纠正和批评，我都会虚心的接受并改正。

在新旧交替的时刻作以上的总结，是对自己过去的自省也是对今后生活工作的激励。展望邻近的20xx年，我意识到，只有行动上有方向，工作上有目标，心中才能真正有底，才能够做到忙而不乱，紧而不散，条理清楚，事事分明，逐步摆脱刚参加工作时只顾埋头干，不知思考总结的现象。面对现今就业难的大局，能够成为公司的一员，并且能够结识这么多真诚、热心的同事，我一直都倍感珍惜，也心怀感激。在这个团队中，我时刻都在感受着她的活力与激情。朱总在带领着前辈们用汗水铸就了公司荣耀的同时，也为公司的发展铺就了前进的道路。我们要继承好这个团队的优良传统和作风，更要通过自身的努力为她增色添彩，成就公司美好篇章。