# 大学生实习工作总结7篇

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-05-20

*大学生实习工作总结范文7篇总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可以使我们更有效率，让我们抽出时间写写总结吧。下面是小编为大家整理的大学生实习工作总结，希望能对大家有所帮助。大学生实习工作总结...*

大学生实习工作总结范文7篇

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可以使我们更有效率，让我们抽出时间写写总结吧。下面是小编为大家整理的大学生实习工作总结，希望能对大家有所帮助。

**大学生实习工作总结1**

在学校里面的时候我尚还不知道学校生活的珍贵，直到我参加了工作之后啊，我才悔恨自己在学校里面学的知识实在是太少了点，如果我能够多掌握一些知识和技能再去找工作的话，那真的就会变得简单方便不少，只不过留给我的时间也就这么几个月了，能在实习岗位上学习多少就算多少，也不能太过于挑剔了，毕竟我的基础条件确实不注意支撑我挑战更难的职位，所以我在进入了一家公司之后，也是老老实实地跟着自己的技术组长工作，顺便把以前落下的知识给找补一下，当然了，最主要的任务还是先适应公司里面的氛围和工作节奏，尽快让自己放下学生这个身份，成为一名满足要求的员工。

我知道现在找一份实习工作是十分困难的，我的许多同学甚至还在家里面等候着安排，所以我可不能让自己在工作的时候出现一些大毛病，不然要是被公司给开除的话那就真的是有点丢人了，所以我也是努力地在自己的岗位上给公司创造着一些业绩。公司对新来的实习生其实还是比较友善的，毕竟是经过挑选后才进入公司的，所以一般情况下只要不是表现太差了，那么在公司里还是能得到大家的帮助和指点的。就拿我的经历来说，我这个人本来就是比较羞涩且不擅长言语，所以在公司里我基本上都不会多嘴，严格按照领导们和老员工的指示办事情，遇到了问题就及时的找解决方法或者去寻求同事的帮助。

公司里面的工作还是比较轻松的，或许是因为我还是实习生吧，所以我在干活的时候倒也没有感觉到太多的压力和困扰，尤其是工作了这么几个月之后，我基本上遇到问题都能够自己独自去解决掉了，极少会再去打扰别人的工作，看着自己的效率越来越高后，我心里也是十分高兴的，这意味着我不太有可能会被公司在实习期内给开除掉了。这几个月里，我也看到了不少学生进入公司里当实习生，但是坚持下来的也不是很多，所以我觉得自己的意志力还是挺不错的，另外在公司里面也能做到不骄不躁，听从领导的安排和吩咐，哪怕被批评了也不会就此丧失对于工作的积极性，这就是实习带给我的改变，它改变了我的思想和言行，让我在前进的路上走得越来越稳当了!

**大学生实习工作总结2**

在这半年的实习中，,我不断地讲课听课，听课讲课，学习吸收其他老师的工作经验，尽量的找到适合自己也适合学生的好的教学方式。现在将自己这一学期的语文教学工作总结如下:

一、要提高业务素质

素质教育要求搞好教研教改。要求每一名教师都要不断提高业务素质。为此,我积极探索,大胆实践。我积极向教师们学习,努力实施创新教学,积极发挥每一名学生的积极性、主动性和创造性,让他们真正尝试到成功的喜悦。在教学中,我努力鼓励学生敢说敢为,引导学生能说会做,不断促进学生各方面素质的提高。

为了更好地促进教学,我认真备课、上课、辅导和批改作业。每一环节我都精心设计,力求做到学生自愿学。

二、依托语文实践活动教学,提高学生的知识积累

本学期的努力方向是学生的古文诵读。在教学中,针对我的学生的实际,充分激发他们的古诗文诵读积极性。

为了更好地培养学生的自学能力,我一直要求学生坚持积累背诵古诗句,并且鼓励学生大胆展示自己的阅读成果,通过手抄报等形式进行展示。

三、以学生为主体，充分调动学生积极性

教学中始终坚持以学生为主体,以教师为主导,教师的创新建立在此基础上。搞好创新,积极实施探究性学习方法的研究,让每个学生都成为探究性教学的主体。

积极创设情境,让学生在探究性学习中培养兴趣,激发好奇心和求知欲。我们使学生成为学习的主人。认真指导学生自主学习、独立思考,鼓励学生自主地发现问题,提出问题和解决问题。

改革教法,注重学法。变满堂问式教学为学生自由发展式教学。教师加强学法指导,给学生学习充足的时间与空间,让学生充分体验学习的艰辛与喜悦。教师适时加以点拨,迸发学生好学的火花。

总之,经过一学期的语文教学工作,我的教育理论水平有了进步,课堂教学能力也有了提高。但也存在不足,今后会立足实际,开拓进取,不断前进。感谢这半年的实习机会，使我学到很多课堂上学不到的东西。

珍惜接下来的三周的时间，不忘初心方得始终。

**大学生实习工作总结3**

我在银行来实习的日子也是要结束了，回顾在这段时间银行的实习工作，也是感受很深刻，我也是知道银行的工作是如何去做的，自己也是懂得自己要学，要进步的地方还有很多，进入社会，我也是没有了当初的那种紧张，也是更加的有信心在岗位上去做好我自己该做的工作，对于在这次银行的一个实习，我也是要来做一个工作总结。

刚实习的时候，我对于工作并不了解，但领导也是清楚我们的情况，毕竟之前没有做过这份工作，所以也是有人带着我们培训，告诉我们工作的一个流程，事情又是该如何的去做，在培训之中，也是给我们模拟如何的去操作，经过数周的培训，我也是懂得了，要在岗位上去做好事情，并不容易，不过我也是有信心去做好，在开始工作的时候，同事带着我一件件事情的做，开始还是会出一些差错，一些步骤忘记，一些操作遗漏了，不过经过了一段时间，我也是掌握了该如何的去做，并且也是做好了，在工作之中慢慢的学习，成长，也发现了自己挺多方面的确是不足，虽然在学校是学了很多的理论，而且也是做了实训，但是和真正意义的工作相比，差距还是蛮大的，毕竟时代是在变化的，工作之中的情况也是不断的在发生着改变。

工作之中，我认真的去做事情，不懂的地方及时地去问同事，我没有什么经验，做事情的效率也不是那么的高，但是我还是认真的一件件做好，不会贪图快，而把事情做得糟糕了，只有自己把每一件事情做好了，那么也是能积累经验，如果只是为了完成事情，提高效率，而不考虑做得好不好，那么这样做的事情，其实也是没有什么太大意义的，而且我们实习期间，领导也是不要求我们一定要有多高的效率，主要还是要学会如何的去做事情，我也是做好事情的基础上，不断的去反思，考虑如何的去提高效率，通过自己的努力，我也是感觉到了，自己的效率也是不断的去提升着，事情也是做得更加的好了。

而今实习结束，我也是还有一些方面是不足的，不过我想，只要我努力的去提升，去改变，还是可以让自己的能力变得更好，在岗位上去作出成绩的，实习的结束并不意味着我就学到了，其实还有挺多的方面还要学的，也是需要我继续努力的去提高。

**大学生实习工作总结4**

在这次教育实习中，我们这些实习老师都非常幸运地赶上了两个大型的活动。一个是全校的课间操比赛，我经常带领自己的班级利用中午休息时间和晚上放学时间练操，同学们都做出了很大的努力，最后在比赛中获得了第三名，并且还获得了全校的精神文明奖。另外一个比较大型的活动就是“五一”大型庆祝活动。同学们在观看演出后都写了自己的感想，表达了自己努力学习的决心。在这两次大型活动中，我的组织、协调能力都得到了锻炼，得到了提高。另外在学校的篮球比赛中，全班竟然只有寥寥无几几个同学参赛或是组成啦啦队。在课下我找了一些同学谈话，解释对于班级的篮球比赛也代表了我们的班，代表了一个集体。不管结果怎样，都是与每一个同学息息相关的，而后，我带头让所有的同学都必须去为班级的比赛加油助威。作后没让我失望，82班赢得了比赛冠军。班里所有的同学为此都很高兴且自豪地向别人说：“我们班得了篮球比赛的冠军。

另外我还作了教育调查工作，通过对这里的学生，教师，家长，学校及当地风俗文化等各方面情况的调查研究，了解到了本地农村教育最真实的情况，找到了制约发展农村教育的因素。以景毛教育为例，具体表现在：

1、学生思想观念落后，闭塞，学习态度不端正，目标不明确，学习不努力，组织纪律涣散;

2、学校管理存在漏洞，师资力量不强，教育设施不全;

3、家长思想观念落后，并且存在着读书无用的错误认识。

针对这种情况，我认为应该从以下几方面去努力提高农村教育：

1、加强管理，强化校风，班风和学风;

2、提高教学质量和水平，完善师资队伍，健全教学设施;

3、提高农民和学生的认识，改变他们对教育的错误认识，从思想观念上下手使其真正明白教育的重要意义。

同时也对七年级学生英语教材和相关资料使用情况的调查合作设计问卷;问卷发放，统计，及完成一份相关的教育调查报告。在这次教育调查中，我调查了学生学习英语的积极性，对学习英语积极性的程度以及学生对英语的认识进行了分析。提出了怎样提高中学生英语水平的措施，也提出了怎样培养中学生学习英语兴趣的建议。

这次实习令我感受颇多。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读;另一方面我也深深地体会到教学相长的深刻内涵。备课、上课、改作业……日复一日，无数琐碎平凡的事构成我实习生涯的主旋律。在教学过程中，真正体会到教师蜡烛般的奉献和教师蜜蜂般的辛劳。虽然以前曾多少尝试过当教师，但从未如此彻底的体会过，备课，上课，改作业，访谈，开会，太多琐碎却又必不可少的细事让我刚开始时忙得不可开交，理不清头绪，后来当我习惯这样的忙碌，而又不得不离开。

**大学生实习工作总结5**

两个月工作的时间就这样过去了，作为一名大学生我很感激公司给予我的机会，在实习生活中我学习到了很多在学校没有学习的知识，但是在社会工作中相当有用处。回顾这段时间的实习，我对自己的专业知识有了更深刻的理解，对完成学业后踏上社会寻找工作有了信心。

刚刚进入公司时，我不了解一切工作，不了解自己该做什么，如何去做。但是在领导的关怀下，让我先跟随一位经验丰富的老师傅打下手，再在师傅的指导下完成工作流程中的一部分。在这里，每一寸地面都浸透着我的汗水，时间见证了我的成长。

在刚开始，我还在慢慢适应环境，但是有些制度要求就要一步到位，我觉得自己做不到，结果几天之后就开始跟着老师傅喝酒聊天，听他们讲工厂中的往事，工作中的趣事，以及蕴含在其中的工作经验与为人处世。由此看，人还是要强压一下自己才能爆发出更大的潜力，无论是工作、生活还是学习。

在学校中我觉得自己对知识的掌握与了解已经足够深入，每次老师的提问都会认真思考给出答案，期末考试也有优秀的成绩，就算是实验课也没有请求他人的帮助，自己一个人完成的较好。但是真正到了工作时，我才意识到自己的浅薄，对专业知识还停留在学校教的那些，这种基础的理论知识根本派不上用场，而实际操作与实验器具练习更是难以相比较。

通过这段时间的实习，我对理论知识的理解更上一个台阶，尤其是同事给予的书单，对我深入学习专业知识有很大的积极意义。但是我觉得两个月的实习真的太短了，因为在平时工作中对设备要足够的了解，严谨对待工作的制度是我还只能停留在打下手，偶尔有一些小的任务，对工作的流程较为熟悉，但是因为没有上手做导致不能体会到精髓，这是我一个小小的遗憾。

在实习中从学校到社会环境的转变，我感受到其中巨大的差异，在学校的我们没有什么大的挫折，老师与家长将前路铺成一片坦途，而在社会中没有人在会在意你委屈与埋怨，只能勇敢地向前行。

**大学生实习工作总结6**

暑假第一次留在武汉进行练习，有幸可以来到\_\_公司承受了一个月的磨炼，直接深化到社会职场中，与客户面临面的接触与交流，一方面把本人所学知识与理论直接相结合，另一方面又学到了很多学校里所学不到的经历与经验，然后使本人对本人有了愈加具体的调查，由于本人学的是金融进入保险有些不情愿，然则一个暑假的练习完毕，本人感觉其实如许的阅历才是本人最想要的!

7月13号正式来到\_\_，老总热情的招待我们，然后我就被布置到了卡单部练习，”卡单”这个概念是第一次接触，其实就是短期不测险的另一种说法，这是最先让我感觉新颖的器械。然后开端进修若何填写保单，第一天就填错了几张保单，发现本人原来是这么大意，好在公司对我们都十分宽容，让我十分打动。这时清楚了什么是宽容!

接下来的几天我就不断在卡单部练习，天天要背卡单产物的信息，哪家保险公司有哪些产物，保证额度多少，合适哪些职业品种，合适那些人群，有哪些是拒保的职业…...一会儿记这么多器械，觉得头都有点大，然则要招待客户的话，必需要记住，所以天天都通知本人要加油!这时清楚了要永远对本人有决心!

在卡单最紧张的一天是第一次坐到前台正式招待客户，登帐、填票据、收费每一步都要仔细仔细，然则当天客户来的十分多，对还不纯熟的我来说，几乎有点无能为力，虽然很仔细的去做，照样出了很多错误，幸而有师傅帮助善后，才不致于有太大损失，这一天让我深入的觉得到业务纯熟的需要性和主要性!稳重的主要性从这里开端开掘!

每一天都在接触着五花八门的客户，他们中的大多数都是热情而且宽容的，然则也有一些要求十分严厉甚至是苛刻的客户，他们要求特殊苛刻，一不小心就把他们的冒犯了，这些人真是让人疲于应付，然则你照样要抑制本人的心情，持续为他们耐性效劳，这种状况照样为我们上了实真实在的一堂余人交流课!交流真的是一门艺术，幸而本人清楚的不是太晚!

再后来到车险部进行练习，侥幸的是刚好赶上公司培训新的员工，我就跟他们一同学起了车险算费，这里的进修不像在学校里的进修一样理论性那么强，这里注重的是实践操作才能，这里面有很多都是公司的老员工经过长时间任务总结下来的经历，在实践任务中十分有效，因而觉得特殊珍贵!等我们“黄浦三期”学员卒业时，公司朱总专门给我们讲了一下昼的保险市场的开展近况及公司原则和公司的将来开展等，为我们描画了一个美妙的愿景，让我们在以后的任务中既不至于太盲目，也不至于没有动力!

公司目前与中国石化协作在很多加油站点开了一些车险的直销网点，这在全国甚至全世界都是一个创新，而且在公司优越的治理方法的运作下，正在有条不紊的展开，让人觉得到创新的力气!真的十分佩服老总的思想!这在我们以前接触保险的时分基本就没有想过的工作，想不到居然在市场上悄然萌生，并展示出强壮的生命力，真是震撼在以后的进修中通知本人一定要懂得活学活用，读死书，死念书竟会变得没有将来!

本人活在\_\_的每一天更多的是在发现本人，加速本人的生长，然则这种磨炼也是要支付价值的，本人天天早上挤公交从武昌到汉口，下昼在从武昌到汉口，天天这么轮回!搞到本人目前看到汽车都有点晕，好在还晓得对峙!对峙去发现美妙的器械，进修有效的知识，虽然有点苦，然则痛并高兴着!

在这里进修练习虽然有时本人也在埋怨，然则有两点让我感应收获最多：

一是干事要严谨。以前历来不晓得本人原来是这么的大意，填写报单的时分任何一个数字，任何一个汉字都不能写错，一错就得作废，而且一天要填写上百张报单，这是细心，耐性等要求就来了。更甚的时分，柜台前忽然就来一大堆业务员，各个急着出单，这是就要在保证精确的前提下，坚持有条不紊的任务形态，而且要还积极与业务员交流，让本人的立场去传染他们，而不能让他们把本人搞到手忙脚乱。

第二个就是要学会对峙。就象前面说的本人天天武昌汉口两头跑，下班也很晚，一天的任务更是紧张而繁忙，认为本人会很刚强，然则照样脑海中照样不时的冲进要抛弃的念头，本人有时也在笑本人的傻，然则骨子里照样时辰的鼓舞本人去对峙，是的，我对峙了下来，一同去的四个同窗中就只要我完好的依照开端的方案做了下来，这是我的收获也是我的自豪，我不逃避!

经过进修与磨炼让本人认识到了学校光阴的珍贵，晓得了任务的辛劳，晓得了若何学会抑制本人，学会了若何积极的去与人打交道，若何全身心的投入到任务中，更主要的是经过不时的食物与成功让本人愈加清楚的看法到本人的优势与缺乏，可以有一个愈加明白的目的去面临将来!

我想，\_\_练习的这段光阴将是我永远顾惜的珍贵阅历!

**大学生实习工作总结7**

这一次的实习对于我来讲收获很大很大，别之际我也有认真的去回顾一下过去在学校的学习经历，我认为自己还有很多要成长的地方，还有很多要去学习的地方，实习就是一次很好机会，全方面的打磨自己，提高自己，锻炼自己，让自己处在一个积极乐观的状态下面，我也非常愿意努力的去保持好自己的状态，有什么事情就认真的去做好，这是一定的，实习当中，我也做了很多工作，现在也总结一番。

首先是在个人能力上面，我感觉自己打磨了很多，我现在也非常相信我能够保持好状态，能够让自己时刻的处一个好的工作状态，下面有着这么一个环境，我认为自己能够做到越来越好，实习对我来讲就是一门课程，而且这么课程也非常的重要，现在回不起来，更加如此，最好自己的本职工作，让自己时刻处在积极乐观的状态，上面留着一个轻松的工作环境，比什么都重要，在能力上面，我一直认为自己还有很多需要提高的地方，在学校学习的一些专业知识都是比较理论的，只有结合实践，才能够得到相应的落实，才能一些证实理论知识，永远都是理论知识，但实习过程当中，这些知识得到运用，才能够发挥价值，现在我真的很感激这次实习机会，让我能够通过这次实习机会，让自己强大起来，让自己锻炼自己，把一些好的东西去落实到位，让学习，让工作都进一步得到发挥。

在实习工作当中，我一直本着虚心的态度向周围的同事学习，我作为一名实习生，本身就有着很多需要提高的地方，特别是在自己专业知识上面，来到公司之后，我就积极认真的去处理好自己身上的一些缺点，在实习当中，从来都不会觉得自己很厉害，从来都不会有什么骄傲的心理，我认为在这个过程当中，我应该认真学习才是向领导请教，向同事们请教，这才是对自己的一个重大的，肯定相信自己能够通过这次实习学习到更多的知识，这是毋庸置疑的，我一直都是自己有着一个严格的态度，在实习过程当中，无论自己学习到了多少知识，都应该虚心的去处理，应该虚心的接受请教座位的同事是一个非常关键的事情，这次的实习已经结束了，但是我现在已经非常非常的渴望投入到工作当中，用自己所学习到的专业知识去做好自己的工作，执行好这些之后，我才认为自己能够休息，有的时候我也非常相信自己能够进一步的处理好相关的知识，有着一个严格的态度，严谨的方式用比较好的心态去处理好相关规划，这些比较重要。

现在我回顾自己这几个月来的实习，真的收获了很多很多，我真的很感激周围的每一名同事，我也很感激公司能够给我这个机会，感激学校让我成长了，这么多让我记得的这么多，我一定会在未来的生活当中更加用心，在职业生涯当中迈出自己的第一步，务实好基础，走好自己人生的每一步。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！