# 毕业生实习总结的范文

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-11-26

*关于毕业生实习总结的范文7篇毕业生通过实习，能够培养合作精神，能够树立群体意识，从中最大限度地发挥自身作用。下面是小编给大家带来的关于毕业生实习总结的范文7篇，欢迎大家阅读转发!1毕业生实习总结的范文短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实...*

关于毕业生实习总结的范文7篇

毕业生通过实习，能够培养合作精神，能够树立群体意识，从中最大限度地发挥自身作用。下面是小编给大家带来的关于毕业生实习总结的范文7篇，欢迎大家阅读转发!

**1毕业生实习总结的范文**

短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实习过程中，在实习工地的现场技术员、工程师的帮忙下，我对实习过程出现的专业知识困惑和问题，虚心向他们请教和学习，透过这次实习，我受益匪浅，不仅仅学到了许多专业知识，而且还从建筑工人师傅老前辈那学到了许多做人处世的道理。

认真做事，踏实做人，透过这次实习，让我了解了公司的规模，管理体制，运营模式，以及人才的培养。勘察设计的施工作业队伍的水平，懂得了很多分项工程的注意事项，尤其是灌注桩的浇捣过程以及塔座钢筋的下料和绑扎。在以后的工作中相信会有较大的帮忙，尽自己的努力做好每件事，自己要不断的学习更多的知识，为公司贡献自己的力量，使公司获得更好的效益。同时与同事和谐相处，多关心人，帮忙人，做到不失信于人！虚心向别人学习！

在实际工作中好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由不断实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们务必抓住这个机会，认真的学习，不断地自我总结，自我完善，从而全面的提高自己。

路桥施工管理要思考的资料多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。印象最深刻的路桥工程，所以工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到，而项目工程负责人则在工地现场指导。因此各项工作都在计划进行中。

毕业实习很快就告一段落了，但透过这次短短的实习，我学到了许多以前在课本上难以学到的知识，这些新的收获，将对我们正在进行的毕业设计准备工作和即将走上岗位的工作具有更实际的指导好处。

**2毕业生实习总结的范文**

经验都是需要积累的，教学经验的积累不是一蹴而就的过程，而实习正是我积累教学经验的好机会。

作为实习生我没有面对学生上课的经验，但凡事总有第一次，记得我上完第一次课，指导老师给我指出了一些问题，都是我原来没有注意到的，比如对课堂情景教学的方式,根据学生的身心需要、与学生提出有价值意义的问题进行教学,上课时的激情等，这些问题都是我需要改进的。

现在已临近期末考试了,20\_\_年12月20号下午,我们语文实习老师与指导老师进行了开会,会议的内容:如何辅导学生期末考试。大家都分享了自己的复习方法,指导老师也一一提出我们需要在哪些方面的问题,例如课文的重点词语,句段,每个单元语文园地的内容,以及教他们解题的方法,尤其是如何转化作文。我们进行长达两个钟头的会议。“去的尽管去了，来的尽管来着;去来的中间，又怎样地匆匆呢?”

回想朱自清先生的《匆匆》，我现在有了深刻的体会。

时光总是匆匆的流逝，“燕子去了，有再来的时候;杨柳枯了，有再青的时候;桃花谢了，有再开的时候。但是，聪明的，你告诉我，我们的日子为什么一去不复返呢?——是有人偷了他们罢：那是谁?又藏在何处呢?是他们自己逃走了罢：现在又到了哪里呢?”

你知道的，我知道的：人应该在有限的时间里创造无限的潜能，勇敢的飞向心里的梦想。

在\_\_小学，我与老师们一起工作，一起住校，一起生活。在办公室里，每一天都有新鲜的话题，我们一起讨论学生的学习情况(优等生、中等生、后进生)有的学生成绩优良，但是在性格、生活方面存在问题;有的学生成绩总是提不上来，喜欢做小动作，迟到，不按时交作业;有的学生爱打架，欺负同学，“惹是生非”……而作为老师的我们该怎样解决这些问题，采取哪些合适的方法来帮助他们。在处理这些问题当中，我看到了老师们都是有针对性的进行教育学生。

在处理学生问题中，我觉得\_\_小学的一位老师处理最好。一发现学生存在不良的行为，总能找到合适的方法来解决问题，并且能让学生知错能改，心服口服。她是六年级的班主任、\_\_小学的主任，小学语文高级教师。我真的很佩服这位老师，果然是名不虚传!在工作上严肃认真，在备课中求真务实，在上课时采取多媒体教学，能开阔学生的视野。在闲暇的时候，蒙老师也给我了指导，作为“预备教师”的我该在哪下工夫，该具备什么样的知识，我在上课哪方面不够好，她也一一的指导。我深深体会到：作为一位老师，要有渊博的知识，才能算得上真正意义上老师。

12月已经进入期末考试了，\_\_小学已在紧张的进行教学：上课、测验、复习。虽然现在已经在提倡素质教育，分数已不是唯一衡量学生的标准，但还是要通过分数来检验学生掌握知识的能力。自然而然，考试的分数是学校、教师、学生关心的结果。相信，在这个时候，每一个学校都在安排复习备考。

时间如流水转瞬即逝，3个月的顶岗实习在忙碌的生活中悄然而去。回首那些与学生相处的日子真是令人难忘，虽然有过快乐与疲惫，有过彷徨与失落，当我要离开他们的时候内心又是那么的不舍，在\_\_实习的这3个月将会成为我人生中最有收获的岁月及快乐的成长!

**3毕业生实习总结的范文**

刚来到学校，首先是对实习学校有初步的了解，对学校的基本情况和基本作息有所了解；其次是对所带班级的学生进行初步了解，认识班上的每个学生以及他们的学习情况，主要是掌握他们对学习的态度；然后，认真听指导老师上课。现在的听课目的不一样，上课的注意点就不一样，现在注意的是观察老师怎样讲课，学习如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制授课时间，作好听课记录，多学习老师的教学方法和经验。

上台讲课，便进入了课堂教学实践。根据在大学所学的教育知识和在中学实习听课所学到的，再根据具体的教学目的和学生的学习程度备课，试讲，在活动室试讲给老师看，并接纳他的很多意见，比如，如何引入得更好，如何讲得更清楚，哪些该板书。上课期间，我出现了紧张现象。毕竟是自己第一次走上讲台讲课，不过也顺利完成。课后学生、队友们对我的反馈还不错。我坚持每次都认真备课，试讲虚心请教老师，听取老师的意见，努力改进不足，认真上好每一节课。我认真批改学生作业。并注评语，批改试卷，将学生作业中的问题和试卷的问题及时的反映给指导老师，协作老师作分析总结。看哪些方面需要讲或强调。并且课后经常深入到学生中去，了解他们的掌握情况，积极、耐心的辅导学生。我一直注重加强了课后辅导工作，问题总是问不完的。

通过他们的问题，我可以了解到他们的思路和薄弱方面。我在课中着重抓基础训练，并根据各自的性格特点和掌握基础的层次不同而采用多种训练方法，尽能使他们感觉到在快乐的学习中掌握技术和技能。我想只有你对学生付出真爱，你才能取得学生对你的尊重和信任。

**4毕业生实习总结的范文**

来到杭州太虚湖假日酒店不知不觉地已经过去了12天了，这些日子里，我和来自马鞍山师范专科学校、河南洛阳师范学院的48为同学一起经历了他们的人力资源部的集中培训，现在又在我的请求下，跟随同学们一起到餐饮部参加集中培训。分到餐饮部的同学一共有30位同学，其中有宿州学院的14为同学。现在把餐饮部两天来的培训情况做一下简单的总结，因为时间比较紧，下午5点钟还得进行晚餐的宴会服务。这几天比较忙，都没有来得及将写在笔记上的实习感受与报道打进电脑，留待后期有时间才与大家一起分享吧。

由于我首先在餐饮部进行培训和锻炼，所以以下的部门培训主要有感于餐饮部的集中培训，客房部和餐厅的培训留待其他同学进行总结和报道吧。

一是餐饮部的部门培训的内容要比人力资源部的集中培训多得多。或许由于不同类型的培训的原因吧，当然人力资源部的培训内容已经很多了，同学们都有点受不了，称之为魔鬼训练。但是到了餐饮部的培训更是魔鬼式的培训，把餐饮服务的基本技能逐一进行考核、再强化，比如托盘持重两瓶5升的可乐，五分钟端托，同学们纷纷都累得不行，只有个别女同学和有些男同学可以符合要求。由此可以看出来，基本身体素质对于酒店行业的从业人员来说是很重要的。餐饮部胡经理说必须有这些基本功才可以成为优秀员工的，每一天可以锻炼，让大家健美一点。每一天的培训内容都排的慢慢的。对于学生的要求还是比较低一点的，据介绍原来对于新员工的托盘训练都是沿着太虚湖假日酒店文化长廊进行端托训练的。培训内容涉及到餐饮从业人员的基本要求、餐饮业的基本发展状态、餐饮部的应知应会、餐饮服务基本技能、餐饮的各个服务部门及其基本要求、餐饮服务方法与技巧、餐饮服务中常见问题及其处理、近期重大的餐饮vip接待等等。

二是培训内容具体得多。以上培训内容事无巨细，基本上是全实践的操作与处理方式。很多都具体到每一个字和每一句话。而且基本都培训者的具体示范和同学们的发言，同时从今天上午开始，是一边理论和基本操作规范的讲解与讨论，一边是到相应的部门和餐厅进行实际的对客服务，正所谓“理论联系实际”。从领用物品、摆台、传菜、值台服务，到餐后服务与处理，从迎宾到送客，从基本的菜点知识到具体服务问题的处理，从基本服务到基本服务管理。事无巨细，同学们问的多、听的多、看的多、做的多、想的多。餐饮部胡经理是手把手进行教授，对同学们进行具体的指导。

三是培训要求更加严格，对于一些基本的知识内容必须记住，为对客服务提供条件。服务意识、服务形象、服务技巧与技能、服务方法、服务理念等都必须过关。特别是对于实习(工作)的艰辛与劳累要做好心理准备。基本的感受是这一段时间的培训才像四星级酒店的培训，通过与相关培训领导的沟通，了解到他们对于我们这些从院校走出来的学生培训，无论是内容，还是要求都比一般的新入职员工要少得多，因为我们更有优势和一定的基础。

四是培训更加深入，对于一些问题的讨论愈来愈充分、越来越深入。不仅有基本的理论上的讨论，也有实践的操作。但是也感到对于一些问题的看法，是否太过于关注基本操作和实践，而没有进一步地向更高标准和目标去探索。当然，通过今天午餐宴会的实训，可以看出来要超越基本操作现实去讨论所谓的优质和高标准，说实在的真的太难了。

五是培训越来越具有实践操作性，每一个科目集中培训完了以后都要进行实践的操作，而且是对客服务的实践。今天午餐的实践中就有一位同学在处理团体餐时将客人安排错了，吃错了饭。面对这样的突发事件幸亏有餐饮部经理在，才及时给予解决。

六是餐饮部培训更让大家结束了前一段不紧不慢但是非常关键、重要的集中培训，人力资源部进行的集中培训是优质服务的基础和前提，但是大家却悠哉以对。而餐饮部的培训是如此地真实和具体、艰辛和劳累。一次对客服务的实训下来，很多人无精打采，开始想象大学生活的优越来了。但是却能在艰辛服务的背后，学习到很多东西。而且这些东西对于大家来说无论是否从事酒店这个行业，也会对大家产生积极的作用，甚至终身难忘和受用。我不知道同学们如何来看待这些问题的。

七是培训越来越累和辛苦。想一想也是的，做酒店就是艰辛。面对备餐间40多度的高温(尽管有降温设备，给我的感觉还是有四十度，或许自己夸大了点)，甭说劳动了，就是不动也会大汗淋漓的。一双双稚嫩的手，托起沉重的菜肴那种沉重是我可以想象地到和感受得到的，因为我和他们一起托盘、摆台、做卫生。一个人要传两桌的菜，从厨房到值台大概有30米的距离，而且还要把餐后的盘子再托回洗碗间，劳累可想而知的。从11：30站到1：30才把团队客人等来，在期间大家始终站着，因为在约定的候客期间，很多人的脚都站麻木了。客人要冰块，必须在最短的时间内从厨房拿出;客人要开水，给了冰块又得到开水;饮料、撤换餐盘、餐巾。。哪一样都少不了，大家忙得脚不沾地。

**5毕业生实习总结的范文**

于即将毕业的我来说，实习是势在必行的一件事情了。我所学的专业是市场销售，这个专业是我比较感兴趣的。我是一个标准的电脑控，生活很难离开电脑，所以我选择的实习工作也没有离开电脑，那就是淘宝的客服工作。

有很多的人认为，淘宝客服只是回答你咨询的问题，并不和销售有关的。其实这是错误的理解。在我11月份期间的实习时间来看，这个淘宝客服的工作，不仅仅只是解答顾客咨询的问题，还包括查看销售记录、下订单等等各方面的工作。可以说是集销售与服务为一体的一条完整的销售模式。

20\_\_年11月的某一天，我刚到实习地点准备实习时，才发现我对这行的了解真的仅限于表面。在指导老师的帮助指导下，我开始了我的淘宝客服实习工作。她先教我申请了一个淘宝帐号，再把后台的链接都发给了我。再教我怎么使用后台，怎么查询资讯等。等我熟悉了这些东西之后，就给我介绍了每个我们需要销售的商品，包括质地，种类，每款有什么样的颜色等等。有时候我也会出现错误，但是她都很耐心的指导我，就这样我慢慢的熟悉起来了。对于这些业务的熟悉程度加强之后，我开始慢慢接触销售方面的业务了。对于销售，我还是比较有想法的，但是想法不代表能够真实的做起来，我也是在这次的淘宝客服实习工作中才发现的，想法与现实还是存在着很大的差距的。

实习淘宝客服，也是要懂得销售的，首先要懂得怎么去宣传我们的店铺和产品，只有让更多的顾客知道我们的店铺，知道我们店铺卖的商品，才会有人来购买，才能够提高浏览量和销售量。所以，作为淘宝客服来说，只是给顾客解答疑问是仅仅不够的。还有很多销售的技巧包含在里面，而这些销售的技巧的需要淘宝客服们自己的去思考，去钻研的。我实习的这家店铺已经走上了正轨，所以每天的询问量很高，有好说话的顾客，也有特别让人伤神的顾客，但是我们对待顾客的态度必须是一样的，所以，在面对很难说话的顾客时候，我们也必须用我们的耐心和销售技巧去向他们介绍和推销产品。

通过20\_\_年11月淘宝客服实习，我才真正明白了淘宝客服的工作内容，才明白了淘宝客服的工作不是那么的简单，同时也丰富了我的社会阅历，懂得了和人沟通交流的技巧，是一次难忘的实习经历。

**6毕业生实习总结的范文**

此次实习在车间待得时间相对较长，而在一车间又是最长的，因为一车间的进行的工作是原药材的加工处理，也是目前为止在学校理论中接触最多的一部分，原药材的提取浓缩质量直接关系到最终药物制成品的质量。而在二车间，三车间则主要接触的是中药常见剂型的制备工艺，对不一样剂型的制备工艺有了一个全面而直观的认识。总结下来，在车间学到的主要资料有：

1、在车间期间，了解了不一样车间布局及其工作类型和性质。

2、解制药企业的行为规范及GMP要求同时熟悉不一样药品质量控制规范。

3、对车间质管员的工作性质和方式有一个总体的认识，并协助其对部分批生产记录进行了审查。

4、对于不一样中药成分的提取有了更加直观的印象，理论联系实际，发现并认识到实验室提取与实际生产中的异同点。

5、熟悉不一样中药及其饮片的炮制方法，认识并熟悉了药品片剂，胶囊剂以及蜜丸，水丸的制备过程，了解了中药不一样剂型的质量控制因素。

6、实际参与了某些工序的进行，如微波干燥工序，制粒，压片以及瓶装等工序。并熟悉了中药生产的基本工艺工序。

经过这段时间的生产中学习，从无知到认识，到深入了解了公司和社会，从开始的磕磕碰碰到之后的工作起来还算能够。在整个实习过程中，我每一天都有很多新的体会，想说的很多：

经过这次实习，在生产和质检方面我感觉自我有了必须的收获。这次实习主要是为了我们今后在工作及业务上本事的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位也给了我很多机会参与他们的生产和质检使我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事生产和质检工作所要应对的问题，如：前期的生产和后期的质检等等。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有必须的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这几月的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自我的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

相比较而言，在质检中心待的时间就要少了，因为此次总的实习时间就十分有限，虽然实习时间少但并不意味着学到的东西就少，就不重要。在质检中心所做的关系到从原料入厂到产品出厂的方方面面。直接关系到企业的长久生存。质检中心所做的能够总结为：

1、严把质量关。认真负责，坚持原则，对生产的半成品、成品及进厂的原辅料仔细化验，及时准确的发出检验报告。加强抽检力度，对一些含杂质、水分高的药材，按本公司内控标准严格扣罚；对进厂包装材料认真检查仔细审核，根据包材的质量与标准规定的偏离程度，进行相应的销毁、扣罚、警告等处理。多次检验出不合格的进厂原辅料，避免了将不合格的半成品进入下道工序，保证了产品质量。

2、严把产品质量出厂关，密切配合生产，及时发出检验报告单并送达有关部门。

3、密切协助、配合公司研发部门的产品开发。除了正常的质检工作外，尽可能地挤出时间或加班加点为上报质量标准的复核进行一系列的分析化验工作。对上报的产品质量标准，认真复核，严格把关。

4、负责公司质检中心重要精密仪器的使用和维护。能够熟练使用紫外分光光度计、薄层扫描仪、高效液相色谱仪、气相色谱仪，蒸发光散射检测器。对出现的一些小故障能及时排除，并注意保养和维护，使之处于良好的运行状态，确保分析结果的准确性。

**7毕业生实习总结的范文**

今年x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1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1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.自走进罗蒙开始我本着积极肯干，虚心好学、工作认真负责的态度，积极主动的参与企业市场调查、产品跟踪、产品销售、以及对企业的各种产品的了解，对企业分公司的熟悉，让自己以最快的速度融入公司，发挥自己特长.同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，在实习期间反映出我具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，能很好的完成企业在实习期间给我布置的工作任务。

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1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。

通过实习，我对我国服装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，为正式工作准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，人生的价值观。我一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，几乎没有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢？要买房子，要买车子，要享受生活……记得在和公司领导的依次交谈中他说过这样1句话：“一个优秀的男人，所追求的就是房子这么简单？他所追求的是能呼风唤雨！”的确，一个优秀的男人所追求的就是表面上的东西吗？“钱多少无所谓，关键在于一个人的档次问题！”档次？什么是档次，就是你素养，你所懂得的，你所成就的……很多，这些才是真正的实力，这些才是一个优秀的男人的所要追求的，作为优秀的男人更多应该追求深层次的东西，一个人要有他自己的内涵！从一开始赤裸裸的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益非浅，如此感慨万分！

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！