# 实习期个人工作总结范文

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-04-18

*实习期个人工作总结范文(5篇)始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。下面给大家带来一些关于实习期个人工作总结范文，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!1实习期个人...*

实习期个人工作总结范文(5篇)

始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。下面给大家带来一些关于实习期个人工作总结范文，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!

**1实习期个人工作总结范文**

时光荏苒，岁月如梭！转眼间，来到\_\_已经有一个多月了。回想起初进入公司时，恰逢秋收的季节，这似乎也在说明什么……很荣幸！承蒙领导的抬爱、提拔能有幸成为\_\_当中一员并且担任了水洗技术员一职。在此，深表感激！ 自十月中旬进入公司以来，从一开始的陌生到如今的融入，从一开始的被动到如今的主动，在这其中每天都学习到新的事物，也渐渐地使我认识到这一门技术并不是那么简单，而是包含了很多的心血、很多的学问。在此开拓了我的眼界，也使刚出大学校门的我觉得大学课本里学习到的知识实在是微乎其微！

在此，仅根据这一个多月以来的学习作如下总结：

一、工作的具体内容

前面10天的培训期，主要跟着前面的同事们熟悉了车间里的生产流程，并且跟着车间班长了解了一遍整个生产的名称及具体操作。后来跟着同事学习记忆处理在实验室里的操作，以及水洗的具体操作。还跟着学习了助剂的测试。

在这一个月内，承蒙领导的信任，使我负责水洗产品的工艺质量控制，包括水洗、烘干工艺，进而保证大货尺寸合格，并且结合车间的生产情况对水洗工艺配方以及操作进行完善和修订。在此过程中也研究了烘干过程中对于尺寸影响最大的因素——含潮对于尺寸的影响关系。但还需进一步深入研究。

二、工作的心得

在负责水洗的过程中，我发现含潮与尺寸的关系并不是成正比的，而是在烘干的过程中，随着含潮的下降，尺寸一开始还是稳定的，但是降低到一定程度时，尺寸随含潮的下降开始急剧下降。而最关键的就是最后快要烘干时的5-10分钟左右，这也是决定烘干尺寸的最重要环节。但是具体的关系是与款式与面料有关。这将在接下来的工作中不断充实。

转眼间，到公司已经一个月多了。非常感谢公司领导对我的信任，给予了我体现自我、提高自我的机会。在整个工作过程中，我认为自己工作比较认真、负责、细心，具有较强的责任心和进取心，坚持不懈，极富工作热情，能完成领导交付的工作。并积极学习新知识、新技能，来提高自己的综合素质，注重自身发展与进步。但也存在着许多缺点与不足：在日常工作中知识上面还有太多不明白，不够干练，且工作主动性发挥的还不够，对工作的预见性和创造性不够，离领导的要求还有一定的距离；对于专业知识的储备方面，感觉自己对有些知识还是有些溃缺。但这些缺点与不足，在以后的工作中，缺点加以注意和改正，不足的通过学习充实自己，不负领导们所给予的厚望！ 谢谢！

**2实习期个人工作总结范文**

不知不觉，进入到新的岗位工作已经快一年了。回想这一年来的点点滴滴，其中有收获也有缺失，但总的来说还是收获颇多。这一年里，在领导的悉心关心下，在同事的指导下，我从一个懵懵懂懂的新丁逐渐成长为一名合格的人民警察，在这一年的时间里，我学到了很多，也付出了很多，在各方面都取得了不小的进步。

一、坚持理论知识学习，明确工作的方法与职责。

不懂就学、就问，是一切进步取得的前提和基础。因为有以前教书的底子，使我学习过程中对各方面知识更为容易理解和掌握。在这一年里，我工作中时常遇到新的问题，请教老同志，不行就查阅相关资料，一个问题一个问题的解决，一个困难一个困难的克服，不仅能够将原有知识温习巩固，产生新的理解，而且学到很多新知识，有了许多新的认识。但某些认识都还是肤浅的，还需要我在实践当中去不断深入地理解。通过一年的不断学习，我对交通警察业务部分的理论都有所涉猎，在今后的工作学习中，我将结合实践，更进一步的理解和应用理论知识。

二、加强思想政治学习，提高自身的思想素养。

一直以来，我积极参加单位组织的各种政治思想学习活动，时刻以优秀模范为榜样来要求自己。通过不断学习，使自身的思想理论素养得到了进一步的完善，思想上牢固树立了全心全意为人民服务的人生观、价值观。 勤勉的精神和爱岗敬业的职业道德素质是每一项工作顺利开展并最终取得成功的保障。一年以来，我用满腔热情积极、认真、细致地完成好每一项任务，严格遵守各项规章制度，认真履行职责，自觉按规范操作；平时生活中团结同志、尊敬领导，不参与违法乱纪活动，自觉抵制各种不良风气的侵蚀。

三、通过实践成长，促进业务技能提高。

刚开始工作时，我几乎是从零开始，一边是领导、同事们的悉心指导，一边是自己对着书本反复琢磨。几个月下来，已经能比较熟练地掌握基本的工作方法，在过去的这段时间里，我通过实践，是自己解决实际问题的能力得到了很好的锻炼。每次我有了问题，都会向身边的师傅请教，力争下次碰到同样的情形能独立应付。到如今，从路面纠违到事故现场到无证驾驶的拘留案件，我都能比较自如地独立完成下来，受到领导与同事的一致好评。

在完成各项工作的同时，我还存在着以下几点的不足：一是工作中有时自信心不足，反而出现低级错误；二是在处理一些事情时有时显得较为急躁，不能冷静细致地处理；三是对一些业务技能特别是处理事故的流程还不够熟悉。

在今后的工作中，我将发扬自身的优势，克服不足，朝着以下几个方向努力：

1、学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应不断变化的交通形势。

2、熟练的掌握各种业务技能才能更好的投入工作，我将通过多看、多学、多练、多问来不断的提高自己的各项业务技能。 “业精于勤而荒于嬉”，实践是不断取得进步的基础。我要通过实践不断的总结经验，提高自己解决实际问题的能力，并在实践的过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情的对待每一件工作。

总之，短短的一年见习期，是我人生角色转换的一年，是我不断成长的一年，也是我对交通管理工作由陌生进而熟悉一年。今后我将更加努力工作，为自己所从事的事业默默奉献终身。

**3实习期个人工作总结范文**

经过这段时间的实习，我们逐渐地揭开了银行工作认识上的那层神秘的面纱，取而代之的是对各个部门工作的理性化认识，这样的实习为我们职业发展的方向的选择提供了有力依据，也为我们今后的工作打下了很好的人际基础。这段时间的生活是充实的，每天我都在学习着银行业务知识，做人做事方法;这段时间的生活是丰富多彩的，因为我学到了各种各样的，不同条线的知识，结识了许多良师益友。实习的生活虽然短暂，学习到的业务虽然也很浅显，但是我相信在各部门的耳濡目染，潜移默化中养成了我们许多职业素养，也许会让我们受益终身。

我这次的实习先后经历了营业部、公司业务部、个人金融部、风险管理部和国际结算部这几个部门在工作性质、组织文化上有着很大的区别，我们也学到了老员工的许多优秀的品质。

营业部是我实习的第一个部门，也是省行最直接面对客户的部门。这里工作的特点是业务量大，客户质量参差不齐。所以这里的老员工都是业务上的能手、点钞、速录、小键盘等各种技能着实让我们这些信任艳羡了一把。在面对客户刁难时，老员工的大度，耐心的工作态度也为我们树立了良好的榜样。营业部一个工作上的特点是每天早上的晨会，这个晨会不仅要布置当天的工作任务、总结前天的工作还能起到振奋精神，提升工作效率的作用。虽然我们今后的工作可能接触不到晨会。不过我想，我们每个人每天都对自己的工作有所安排有所总结，肯定大有裨益。

公司业务部重点学习的是贷款的流程和客户经理的工作。在这里的实习我懂得了贷款的发起、审批、贷后管理的整个流程，也看到了一个项目的评审报告，知道了做一个项目需要考虑的风险点等等。客户经理如何工作一直是我们感兴趣的话题，经过和客户经理的接触我也明白了营销不单单是吃吃饭、喝喝酒那么简单的事情、客户经理需要了解客户、了解客户的需求，同时也要了解公司的信贷产品，了解国际结算、银行卡、电子银行等各种产品、为客户设计出综合的金融解决方案。客户经理在做好外部营销的同时还要做好内部行销，以利于工作的顺利开展。

个人金融部也是一个重要的部门。记得曾有人说：拿身份证的办的业务是个人金融业务拿营业执照办的都是公司金融业务。这个说法很形象的概括了个人金融部的业务领域。我们实习的部门主要是三级财富管理体系中的私人银行和理财中心。我行的三级财富管理体系是对客户进行细分的典范，让不同层次客户体验不同的服务。三级财富体系中理财中心提供标准化的服务，财富管理中心提供顾问式的服务、私人银行提供专家式的服务。个人金融部的学习中我最大的收获是一种理念，即要想自己盈利首先要学习会于客户共赢，在为客户提供各种增值服务的过程中实现银行利益的最大化。

风险管理部负责全辖公司业务条线的贷款审批，风险管理部对于本部门的风险管控就进行了严格的设计，实行了三位一体的贷款审批机制。风险管理部对员工的专业性要求极强，专业审批人更是行业研究的专家、这里的专业性、严谨的工作作风是我选择该部门的主要原因。

国际结算部的学习是在会议室进行的。给我的感觉更像是一个开放式的课堂，大家一起讨论如何审阅信用证，一起学习国际结算的各种产品，又想回到了大学的课堂。国际结算业务是中行的优势业务，是我们最具有创新的团队，在这里我懂得了金融创新的重要性。

虽然半年的实习生活结束了，但是我的工作才刚刚开始，好的开始是成功的一半。在学习从如何成为一名好员工的过程中，我从前辈的经验中学习到做一名好的员工要有四个方面的要素，分别是过硬的业务本领，良好的职业操守、和谐的人际关系、清醒的自我认识这四个方面的还可以细化到许多方面，我今后会脚踏实地、铭记老员工的交回、诚实做人，踏实做事、努力成为一名好员工。

**4实习期个人工作总结范文**

时间如流水，转眼间，三个月顶岗实习已经顺利结束了，小学实习个人小结。这三个月的实习经历将在我的大学生涯中写下不平凡的一页，在这三个月的时间里我曾经徘徊过、失落过、也空虚过，却从不曾后退过，因为我知道这对于我们来说是一种难得的磨练，实习中每一个人都有自己的收获、收获心中的那份经历、那份感受、那份回忆！

\_\_年9月5日至12月1日。我在贵溪市象山场小学进行了为期三个月的实习。这三个多月的实习，令我感触颇多。我实习的五年级的语文教学和班主任工作。一大群十一、二岁的小孩子，既活泼可爱，又调皮好动。记得在我第一次踏进教室的那一刻，我感觉到了他们用热情目光注视着我，经过指导班主任老师的介绍，他们便报以热情的掌声以示欢迎，下课后，就有同学围过来和我聊天。这让我很是受宠若惊。回想起那一幕幕，真是觉得又可爱，又亲切。

学高为师，身正为范，在这三个月里，作为一名实习教师，我坚持以教师的身份严格要求自己，处处注意自己的言行和仪表，热心爱护实习学校学生，本着对学生负责的态度尽力做好班主任及教学的每一项工作；同时作为一名实习生能够遵守实习学校的规章制度。尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，积极地完成了当地学校交给的各项活动，让他们看到了江西师范大学学生的能力。在象山场小学实习我有一种体验是客服种种困难幸福的实习，在实习中思考，在实习中尝试困难的阻挠。

下面我对我的实习工作做一下总结，具体情况如下：

一、课堂教学

作为未曾站在讲台上的大四学生，前三年的大学理论学习，各种各样的教育理论冲击着我的脑袋，我曾经感到迷茫和无助，但通过这次的顶岗实习，很好的将在课堂上学到的理论运用在实践中，在实践中筛选、磨砺出适合自己的理论指导，给我以后的教学工作指明方向。

首先，认真在备课。我在实习期间。熟读教材、尊重教材，将教材中透漏出的信息传递给学生。备课的时结合学生的认知水平将教学重点和难点用教材语言用学生能读懂的\'语言简明扼要地呈现给学生。同时上可前熟悉教案，反复试讲，理顺教学思路，从整体上把握教学设计的框架，提高教学的条件性和逻辑感染力，此外也确定教学细节。

其次，课堂上要“一心两用”。我每次上课，除了要用心将知识传授给学生，还要细心观察学生的课堂表现，注重调动学生的注意力，尤其是在讲重难点的时候。有时候由于经验不足，课堂上的调控和应变能力还欠缺，我应该朝着这个目标不断努力。

再次，要做好教学反思与总结。做好课后的反思总结，在实践中发现自己的不足，纠正错误，完善自己，才会得到发展

最后，认真对待批改作业。批改作业，有利于我们了解学生的学习情况，和我的教学情况并及时给予纠正。发现学生作业完成情况不理想，我就会在课余和课后找他们补习。身为实习老师，就要有这样的耐心，才能把学生纠正过来。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行！”通过在象山场小学班这次真枪实战的课堂教学，我更加看清了自己，看清了未来的路。

伴随着时间的脚步，我已经不是当初那个羞涩的小老师了，现在的我更加自信了。教学水平较之最初有了很大的提高。我尽最大努力每天认真备课，每次备好课后，我都要拿给我的指导老师审阅，以此来使自己的课更加完备。另外，课前我都会再花半个钟头的时间去熟悉教材、教案，让学生相信我有足够的知识储备来教好他们，从而更好、更快的让学生对我产生信任。此外，我想尽办法搞活课堂气氛，在教学方法上采取灵活多变的方式，最大限度的吸引学生的注意力。同时，课下深入辅导，与学生进行沟通交流，希望能了解每一个学生，照顾到每一个同学。另外，我也经常听指导老师的课，每次听课都让我受益匪浅。

**5实习期个人工作总结范文**

这段时间的实习已经结束了，虽然有些方面自己还是存在着一些问题，但是我一直都在保持好的态度，这对我来讲一直都是很有必要的，大学期间我对自己专业知识的掌握还是有些不足，我认为自己所缺乏的正是实践能力和经验，这也是未来我应该要去做好的，这对我工作而言也是一个非常大的提高，这段时间以来我也一直都在思考自身各方面应该还要做好哪些，对于近期的工作我也需要总结一下。

首先我觉得这次的实习是对我的一个磨砺，我很在乎接下来自己需要维持一个好的状态，在这方面我也需要端正好自己的心态，实习方面我也一直都在思考自身需要去做好的事情，我和周围的同事一直都相处的很好，因为我刚刚出来工作，第一次步入工作岗位确实有很多需要学习的地方，我不会骄傲自满，在学校的时候虽然说成绩还算优秀，可是在工作方面我就是从零开始，这一点是毋庸置疑的，我希望自己能够在这方面做出更多的调整，总结了自己在学校的时候的经验，现在我就更加清楚这些了，希望在未来的工作当中，能够去做出更好的成绩来。

实习的时间虽然只有三个月，可是哦这三个月的时间，我还是能够正确的看待自身，身为一名学生，我确实应该要认清楚自己的方向，学习这个专业我一直都觉得是非常深刻的，我清楚的认识到了自身能力的提高，这让我也是感触良多，身为一名会计专业的学生，我也庆幸自己能够在专业对口的岗位上面实习，确实三个月的时间下来，我进步了不少，对于过去在学校没有了解到的一些知识也有了自己的看法，这方面我觉得还是非常的有动力的，近期在工作当中，我一直都在思考接下来应该要努力的方向，所以我还是要认清楚自身存在哪些问题，这对我今后的职业生涯也是很宝贵的经验。

很感激这段时间以来的实习，我相信未来可以做的更好一点，一定不会辜负了学校的期望，并且在这次实习结束之后，让自己可以有更多的进步，感激同事的认可，也感激周围领导的关照，实习于我而言是一次历练，也是一次工作上面的升华，我愿意去掌握更多的东西，也渴望在这样的环境下面得到更多的进步，这次真的非常的有意义，我相信是我今后职业生涯至关重要的一段。

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！