# 实习万能总结模板

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-06-20

*顶岗实习万能总结模板7篇走出校园实习，大家不再是一名大学生了，而是过渡成为一名公司企业职工。下面是小编给大家带来的顶岗实习万能总结模板7篇，欢迎大家阅读转发!1实习万能总结模板通过本次实习也让我深深明白了，在工作中与同事处理好关系也是非常重...*

顶岗实习万能总结模板7篇

走出校园实习，大家不再是一名大学生了，而是过渡成为一名公司企业职工。下面是小编给大家带来的顶岗实习万能总结模板7篇，欢迎大家阅读转发!

**1实习万能总结模板**

通过本次实习也让我深深明白了，在工作中与同事处理好关系也是非常重要的。做事首先做人，这是最基本的道理，而如何与人相处也是一个生活技巧。我们作为当代大学生，要通过各种渠道和手段不断地改掉自己的缺点，将自己慢慢变得成熟起来，尽早适应这个社会，沟通和相互学习是最基本的，在这次实习中就体现的淋漓尽致，比如一些实习学生跟老师就像是朋友一样相处，学生有什么疑难问题直接找老师询问，老师耐心指导，老师有什么需要我们帮忙的也很爽快的找我们帮忙，有什么好机会也首先想到我们，在这样的轻松环境里相互帮忙，相互合作，充实的生活油然展开，并没有会去想他们有什么后台或者关系，朋友就是朋友，坦诚相待，能帮的就尽量帮。另一个方面，我觉得就是要多去了解信息，多掌握技能，这样就可以帮助更多的人，帮助别人多了，不但别人也会帮助你，同时你的综合素质也潜意识的提升了，各方面的人脉也打开了，人际面广了，无论做什么事也就顺心多了，形成的是一个良性循环，久而久之，收获的也多了。

对于专业方面，在实习期间有了更为详尽而深刻的了解，也算是对大学里所学专业知识的一个巩固和提高，体会到实际的工作与书本上的知识还是存在一定的差距，需要我进一步的再学习，不断思考问题，虽然这次实习并未涉及很深的专业知识，只是在前台等了解了一下基本业务，但是对于一些专有名词等具体内涵还是模棱两可，基础知识不扎实，同时，通过接触基础业务，让我感觉到这不仅局限于课本上的知识，更使我有了一个比较全面的认识。

千里之行始于足下。我知道我了解的或者说我学到的还远远不够，在当前紧张的就业形势下，我们必须明确自己的目标，正确定位好自己，在接下来的学习生活中，一方面充实自己的专业知识，在实习期间遇到的疑问争取从课本上明确出来，找到根据，对于课外知识多加涉及，另一方面，时刻保持清醒头脑，坚持有原则的做事情，不随波逐流，将自己的素质从思想上提升上来。

**2实习万能总结模板**

三个月的实习很快过去了，我从一个学生开始，真正接触社会，领略了一些社会上的生存规则，也很幸运地把课堂上的专业知识用到了实践之中。

我做的工作主要是外贸业务员的接单工作，平时主要负责阿里巴巴的操作，用阿里巴巴发布产品，接受询盘，报价，后期联系客户。这期间学会了如何分析询盘，报价，如何维护客户。我参加了阿里巴巴的培训，学到了很多有用的知识。另外在一些免费网站上注册产品。在熟悉了产品之后，我自己在网上寻找客户邮件，发了很多开发信。另外做接听外国客户电话，帮助公司翻译文件之类的工作。

在实习中，我主要总结出以下几点做外贸业务员的经验：

首先，对于自己的产品要有非常专业的了解。

有时候，老外指着一个产品问我材料、压力、通径大小等性能的时候，我通常不能回答，因此他们会觉得我不够professional，从而会转向其他的外贸业务员。

其次，要有非常强烈的时间观念。

如果老外要形式发票，需要一些单证，在可以的情况下要尽快赶出来，千万不可以拖延。

第三，精通基本的office软件以及其他技能。

虽然我从计算机一级考到了三级，但是一些基本的office软件我并不能做得很好。在工作中，要用word做漂亮的报价单，以及用excel做形式发票等，刚开始我完全不知道如何着手，在指导师傅的耐心教导下，才能够自己做一些。觉得很汗颜。另外我发现掌握一些基础的photoshop操作技巧，对于b2b操作非常有利。

通过这三个月的实习，我对书中的外贸理论知识有了一个更直接的了解，也真正知道了什么叫做“做外贸”。作为一个职场新人，我们就像一张白纸，需要社会上的不断的磨砺和着色才会变得更加多姿。这段实习给我的职业生涯打下了一个好的开端，帮助我在外贸道路上走得更深更远。

以上就是我在做外贸业务员实习工作期间的心得体会了，也许见识还比较浅薄，希望各位前辈能多多指点！

**3实习万能总结模板**

马上顶岗实习第二周就要结束了，感觉时间逝去如白驹过隙，非常快。同时也在问自己：时间一天天的过着，你收获了多少？又进步了多少？

为此，对第二周的表现进行了回顾反思。感觉第二周总体比第一周有进步，比如更入状态了，无论是班主任管理方面还是授方面。但感觉进步还是不够大，自己对此也是不太满意。

在班主任管理方面。说实话，刚去的时候根本一点也不知道咋管理。一是从未想过以后当班主任，感觉自己根本不太适合当班主任吧，也是不太感兴趣。所以以前也从未做过相关的准备。二是刚去的时候自己都比较懵，不太清楚学校的规定及安排。三是自己性格使然吧，不是急性子，是慢性子。也不会训人。老是想着体谅学生，但是在实际情况中，作为一个班主任，就该严格要求学生。岗友们也善意的给我提醒，说平日里要严肃一些，对学生严格一些，严厉一些。说的也很有道理。通过一周的努力，明显有进步些，比如时常在班里会教育学生，遇到相应情况，也会做些简单的处理。我感觉做的还远远不够。对学生还是比较宽松，不能及时发现问题等，希望能处理好宽严相济这个问题吧。

**4实习万能总结模板**

在手忙脚乱中就度过了顶岗实习的第一周，这一周好像过得很慢，又好像过得很快。尽管在之前就已经在学长学姐们的经验中做好了心理准备。但是，当自己切身体验时，还是受到了一定的冲击。

我们是开学第一天到学的，刚好是周一，原本以为会有一直两周的培训、听的学习时间。但情况大出所料，学校太缺老师，校长安排我们直接上任，中午领到本，下午竟就开始教学了！在一天内，角色突然真的由学生变成了老师，内心既激动又有些惶恐。

我一直认为第一堂很重要，第一堂奠定的是我今后的教学风格、学生对我的态度。所以第一堂我并没有直接开始程，而是跟学生“立规矩”。我按照之前设计好的，跟学生宣布本学期的语将实行我个人设计的“综合表现积分制度”，这个制度将从堂表现、作业、考试、以及外活动四个方面进行加分或者扣分。并且跟学生定下堂纪律，强调清楚，为日后的管理做好基础。

第一堂完成得很顺利，基本在我的预料之中。有了第一节的基础，后面两天的，我尽量的让同学们熟悉我上的规矩和习惯以及气氛。但是在周五这天，可能临近放假，同学们心情比较激动，有了一点纪律散漫的现象。我发现后，通过严肃批评的方式进行及时调整，有所改善。不知下周情况又会有什么不同，还需细心观察才是。

学生的整体语成绩虽待提高，但是不至于到很差。希望本学期我能带领着他们得到一些收获吧。

**5实习万能总结模板**

时间过得真是飞快，顶岗实习已经接近尾声了。在这中间有苦，有甜，有累，有快乐。实习期间真是感慨万千，总是有说不完的事，道不完的情，怎么说也说不完，每天虽然都是我们这几个人但是，总会有不同的事在我们身边发生。经验总是藏在这些平常的事中，需要我们去发现，把它挖出来，化成自己的经验，只有这样不断的积累，不断的学习，才能拥有更多，更好的宝贵的经验。

快要结束了，我也有点不舍。我一个在外边奋斗，生活也是不容易。俗话说的好在家靠家人，出门靠朋友。出来交朋友是非常重要的，而看准人，看好人，交好人是更重要的，在结交新朋友之前要考虑好这个人是否值得自己去交，看准人是交朋友的一个重要条件，看好人则是交朋友的一个中心环节，交好人则是最简单的了。

这周的工作很好，老板也知道我的实习时间快到了，就让我放松一下，以充沛的精力去答辩。这周虽然我没有很多任务，不过我还是自己主动做了很多事情，自己拆装了一台传真机，虽然不是非常的快，不过总归是我自己完成的。这样我又学会了一样。每天还帮助老板接待来买电脑的顾客，帮助顾客解决一些他们不是很懂的问题，助他们买一个合适的电脑，然后由我给他们组装，装系统、软件等等。另外也跟着师兄们出去工作，现在工作的时间长了，跟他们相处的都不错，现在上下班都和他们一起。一个人在外面就应该多交朋友，我觉得经过这次的实习让我改变了很多。让我不再是以前的腼腆男孩，我在慢慢的变得成熟起来。

工作了这么长时间有的时候真的就明白只有技术没有协调交流沟通是白费的每个人都希望有一个开心的工作环境有一个和谐的舒畅的环境，而这样一个环境就得靠与周围人的和谐而获得，不要把关系搞僵，不要让所有人在尴尬的不快乐的环境中工作，那样都不会开心而工作有时候也不能很好的进行。有时候终于就明白很多事情都需要沟通需要协调，当然一个人有超强的技术更容易更能够获得市场，更简单的被别人认可，也可以说被别人佩服，更有一种震撼力有一种说服力，只有一个人有了超强的技术才能够引导别人或者说是让别人信服你，总之，工作的过程让我明白该怎么发展，不只是技术的进步学习，更是一种关系的协调，一种思想的进步，一种超强的理解。

**6实习万能总结模板**

8月16日我们一行九人，在\_\_中学校领导和带队柴老师的陪同下，来到了顶岗实习单位——\_\_中学，开始了角色的转变；踏进校门的那一刻我们都在心底暗暗下定决心，一定要打好这第一仗。

我们知道教学工作是件非常不易的事情，作为还未踏出校门的我们，一定要做好身体和心理上的双重准备。身体上包括：初到异地的适应，饮食还有天气的变化等，总之，有个好的身体是我们开展工作和学习的前提和保证；心理上我们要做好充分的准备，大家不要在同学面前摆架子，不要在老师领导面前抱怨及表现出不满，我们来到了这里是锻炼和丰富我们的好机会。相信大家都能做好！

这半个月来的经历，让我们成长了很多。整理书籍，接新生，带班军训，礼仪讲解，出操拉练，全天值班等等。这半个月所做的事情充实了我们的生活，丰富了我们的阅历，增长了我们的见识。也叫我们懂得了要有一种不怕苦，不怕累，不抛弃，不放弃的精神。

对于我们的团队最重要的是合作和团结，只有互相协作，互相帮助，才能更顺利的完成我们的工作。在队里难免有些小摩擦和不和，但是大家要记住我们是一个团体，舍小家而为团队才应该是我们的准则！

看着那一双双渴望知识的眼睛，一种责任感立刻涌上心头，未来的日子里我们需要做的是备好课，教好书，做好人，办好事。我们有信心，有决心，讲方法，求效率，一定完成学校给我们的任务，给我们，给栾中，给师大献上一份满意的答卷！

**7实习万能总结模板**

时光荏苒，匆匆流逝，不知不觉顶岗实习已经接近尾声了。这次实习给我带的体会有很多。

在教学理论上渐渐地有自己的一些心得和体会，我觉得作为一名人民教师需要具备以下几方面的技能与理念：

首先，做好一名教师，人格以及德育工作是摆在第一位的；其次，良好的师生关系，较强的沟通能力是一名成功老师必要的技能；再次，掌握先进的教学设备和创新教学理念也是非常重要的；第四，教学过程中应着重强调学生的主动性，转变教育模式，完成从老师教到学成主动学的转化；第五，多听，多交流，多思考，多询问，多学习；最后，在学校内需要掌握一些突发事的处理办法。

我性格内向温和，在与学生沟通方面还有些拘谨。我明白，教导学生不仅要耐心引导，更应该适时地严肃大方，而我缺少的正是这样的一种精气神儿，也许在心里我还没有摆脱自己本就是一名学生的影子吧，在这些日子里，其实我已经渐渐地把自己放在一名人民教师的高度，因为在与学生的交流中，是这些可爱的孩子把我举到了这样的一个位置，也许我应该更加精神抖擞，学生们真正喜欢的或者说崇敬的还是一个充满自信的老师。

一点一滴的积累吧，距离成为一名合格的老师，我还有很长的路要走，不过我坚信每一天都会有所收获，每一天都会有所进步！一点点的收获，一次次的经历，一站站的停靠，人生就是一场旅途，需要不断向前，感受风景，才有精彩。

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！