# 实习工作总结4500字(热门12篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-03-09

*实习工作总结4500字1>一、测区状况本次测量实习范围位于学校，控制点共设8个。测绘经过的地形有平地、坡地。本次采用闭合路线。>二、仪器的使用1.仪器的借用本次测量实习共借仪器：水准仪、经纬仪、全站仪各1台。配套设施完善。2.仪器的安装及使...*

**实习工作总结4500字1**

>一、测区状况

本次测量实习范围位于学校，控制点共设8个。测绘经过的地形有平地、坡地。本次采用闭合路线。

>二、仪器的使用

1.仪器的借用

本次测量实习共借仪器：水准仪、经纬仪、全站仪各1台。配套设施完善。

2.仪器的安装及使用水准仪的安装与使用：在测站的地方，打开三角架，将仪器安置在三角架上，扭紧中心螺旋。仪器安装高度要适中，三角架大致水平，并将三角架的脚压紧，后瞄准水准尺调节焦距，将十字丝调清晰。开始测量，首先瞄准后视尺黑面，读数（上、中、下三丝）瞄准前视尺黑面，读数（上、中、下）；根据前后视读数上丝下丝=视距（前后视距差小于5米，如大于5米需调整仪器）。视距调整后，照上读数，开始检验视距差符不符合要求，符合要求开始读后视尺红面，读中丝；然后读前视尺红面读数。然后把前后尺黑面中丝相减，前后尺红面中丝相减比较两数差值，不得相差大于3毫米。（如不符合需调整仪器）

经纬仪的安装与使用：打开三角架，调整好架子长度，使三角架适合观测者高度，张开三角架，将其放置在测站上，使架体大致水平，将仪器取出架至三角架上，对中整平。立好花杆，然后开始测量，首先，测左盘，将方向盘瞄准所在站点的前视站点，将读盘数置零，而后旋转读盘至后视站点，读取数据。将读盘旋转180度，换成右盘，读取读盘数据，旋转望远镜至前视站点，读取数值。

全站仪的安装及使用：全站仪的安装方法与经纬仪安装方法一样，它的用途是测量站点之间的距离，首先将仪器对中整平，架好棱镜，然后旋转读盘，对准棱镜中心，读取读盘读数。每个站点各测一遍，即可复核。

通过这次实习，学到了测量的实际能力，更有面对困难的忍耐力；也学到了小组之间的团结、默契，更锻炼了自己很多测绘的能力。

一、除了熟悉了仪器的使用和明白了误差的来源和减少措施，还应掌握一套科学的测量方法，在测量中要遵循一定的测量原则，如：“从整体到局部”、“先控制后碎部”、“由高级到低级”的工作原则，并做到“步步有检核”。这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高测量的效率。通过实践，真正学到了很多实实在在的东西，比如对测量仪器的操作、整平更加熟练，学会了数字化地形图的绘制和碎部的测量等课堂上无法做到的东西，很大程度上提高了动手和动脑的能力。

二、是熟悉了水准仪、经纬仪的用途，熟练了水准仪、经纬仪的各种

使用方法，掌握了仪器的检验和校正方法。

三、在对数据的检查和矫正的过程中，明白了各种测量误差的来源，其主要有三个方面：仪器误差，观测误差（由于人员的技术水平而造成，属于主观误差来源）、外界影响误差（受到如温度、大气折射等外界因素的影响而这些因素又时时处于变动中而难以控制，属于可变动误差来源）。了解了如何避免测量结果错误，最大限度的减少测量误差的方法，即要作到：

（1）在仪器选择上要选择精度较高的合适仪器。

（2）提高自身的测量水平，降低误差水平。

（3）通过各种处理数据的数学方法如：距离测量中的温度改正、尺长改正，多次测量取平均值等来减少误差。

这一次实习给我的总体感觉很好，因为我学到了很多的东西。无论是什么样的实习，只要自己能够找到不同的学习方法和实习之路，在实习的过程中不断的努力，那么学到的东西肯定会有很多，我相信我是能够做好这样的。其实实习真的很好，可惜很多人并没有意识到其中的好处，还是在不断的玩乐之中，我很遗憾。这次的测量实训，主要考验了我们组员的团结协调能力，特别是测量中组员分工合作的能力，锻炼了我们对课本知识的具体化和实践两方面的能力。

**实习工作总结4500字2**

时光荏苒，xx个月的实习期很快就要过去了，回首过去的三个月，内心不禁感慨万千……

回顾即将过去的三个月，在部门经理的正确领导下，本人的工作着重于公司的经营方针、宗旨和效益目标上，紧紧围绕重点展开工作，紧跟公司各项工作部署，在核算、管理方面做了应尽的职责。为了总结经验，发扬成绩，克服不足，以及集团行政部的要求，现将三个月的工作做如下简要回顾和总结。

实习期的工作能够分以下三个方面：

>一、费用成本、客户往来方面的管理

1规范了低值易耗品的核算管理，全面建立低值易耗品台帐，从易耗品的购买、领用全面跟踪，方便企业更全面的了解这些价值较低物资的分布状况，加强管理。

2在集团财务制度的基础上规范了xx成本费用的管理，明确了成本费用的分类，重新整理了科目，为加强了项目管理，分门别类的计算实际消耗的费用项目，真实反映当期的成本。

3规范商业公司财务帐套布局设置，根据商业公司特点，设置相应帐套，通过辅助帐中客户、仓库模块的核算使xx软件充分发挥出作用，能够及时有效的反映财务数据，满足未来经营管理的需要。

>二、会计基础工作

(1)认真执行《会计法》，进一步加强财务基础工作的指导，规范记账凭证的编制，严格对原始凭证的合理性进行审核，强化会计档案的管理等。

(2)根据集团的指示，对xx公司会计电算化状况进行了备案，使财务工作贴合财政部的需要，更加规范化，为不断提高财务工作质量而努力。

(3)按规定编制本公司及集团公司需要的各种类型的财务报表，及时申报各项税金。

>三、财务核算与管理工作

(1)按公司要求对商业公司包租的商业地产进行登记、分析，对各项收入监督、审核，制定相应的财务制度。统一核算口径，日常工作中，及时沟通、密切联系并注意对他们的工作提出些指导性的意见，与各分公司、集团财务管理部建立了良好的合作关系。

(2)正确计算各项税款及个人所得税，及时、足额地缴纳税款，积极配合税务部门新的税收申报要求，及时发现违背税务法规的问题并予以改正，保持与税务部门的沟通与联系，取得他们的支持与指导。

(3)在紧张的工作之余，加强财务部团队建设，打造一个业务全面，工作热情高涨的团队。作为一个基层财务工作管理者，注意充分发挥财务部其他员工的主观能动性及工作积极性。提高团队的整体素质，树立起开拓创新、务实高效的部门新形象。

新的工作岗位意味着新的起点、新的机遇、新的挑战，本人决心再接再厉，更上一层楼。在今后的日子里我们将向财务精细化管理进军，这样，就足以对公司的财务管理做精做细。要以“细”为起点，做到细致入微，对每一岗位、部门的每一项具体的业务，都建立起一套相应的成本归集。并将财务管理的触角延伸到公司的各个经营领域，通过行使财务监督职能，拓展财务管理与服务职能，实现财务管理“零”死角，挖掘财务活动的潜在价值。虽然，精细化财务管理是件极为复杂的事情，其实正所谓“天下难事始于易，天下大事始于细”。

**实习工作总结4500字3**

如果拿教学工作和班主任工作做比较，我觉得我在班主任工作管理上锻炼的多了，收获也多了。

>1.班主任的日常工作

至于班主任的工作，可以说第一天是试用期，也可以算是直接入职，因为班主任在班里带领我们“自我介绍”之后，花了我们两个小时告诉我们作为班主任需要做的各种日常工作要求，然后最后解释说“好了，需要做的日常工作都是这些， 你以后会按照这些要求，慢慢熟悉，不了解就问我”，然后我就和搭档在一起了。

比如早读前要去教室监督学生的清洁卫生，上课要监督学生的阅读，课间练习、眼保健操、跑操要监督检查，班主任要监督检查志愿者活动。第一天主管老师日常工作被绊了一下，第二天就能顺利上手，应该算是适应能力和接受度不错了。综上所述，班主任的工作虽然轻松，但是极其繁琐，简单的重复很容易导致烦躁。不过这一个月来，我一直以认真的态度做着各种工作，不无聊，不敷衍。

>2.班主任工作经验交流

当我完成班主任的工作，没有政治课的时候，我通常会去班主任办公室帮助班主任做一些我能做的事情，同时，我也会利用这段时间和班主任一起工作向她学习，比如如何建设好班干部队伍，如何制定健全有效的班规制度，如何发挥班组长制度，如何处理好班主任和学生的关系，如何有效加强对学生的管理等等。

班主任工作的指导老师也很热心的解答我们的疑惑，和我们分享她的班级建设经验。从我们的交流中，我至少间接地积累了很多班主任工作的知识和经验。希望自己在未来班主任的岗位上能少走很多弯路，也希望自己以后能继续努力成为一名优秀的班主任。

>3.处理好与学生的关系

为了加强班级的管理，我必须赢得学生的爱和信任。所以我经常有意无意的求助于课堂，偶尔会借一些话题和个别同学交流。首先我要获得个别同学的深深信任，然后通过这个别的同学了解班上其他同学的各种情况。结合我平时对他们的观察，我会慢慢把交流的范围扩大到班里其他同学。时间久了，信任增加了，感情来了。在我实习将近半年的时候，班上一半的男生女生我都很熟悉，这也是我后来给他们上政治课的时候班级活跃的因素之一。

正好我们实习的第二周是考试的开始。为了让学生学习更认真，我们还增加了课时，给一些学生指出了一些应试技巧和我认为考试中应该复习的内容。俗话说“患难见真情”。他们最怕考试。我在考试前帮助他们。他们自然欣赏我，改变对我冷淡的态度，变得更加热情。这也是增进班主任和学生之间感情和信任的有效途径。然后就证明了我的方法确实有效。

实习真的是去岗位教书育人当老师。这次实习真的给了我们很多锻炼。如果可能的话，我希望学校能给我们提供更多的实践平台，让我们有更多的实习机会登上中学平台来检验和提高自己的能力，积累更多的经验，努力成为未来优秀的老师和班主任。

**实习工作总结4500字4**

本次实习地点是XXXXXXXXXXXXXXX，开始时间20xx年XX月X日，结束时间是20xx年XX月XX日。

我是一名中专生，专业是工民建，刚从学校出来，以前也没有接触过装修工程，所以这次实习是一次新的尝试。

刚到工地上面的时候有很多东西都不知道，连吊顶、格栅的作用都不知道。后来经过问工人、经理，对装修所需的物品也有了很多的了解。在学校我就已经开始想象等到我出学校了以后一定要怎样大展拳脚，等到自己真正出去实习了才发现自己是多么天真，没了学校与老师的庇护。我们根本什么都不是，无论是工作能力还是经验都无法和别人相比，所以我们要收起自己的天真与骄傲，不要眼高手低，踏踏实实的努力实习并从找到自己的不足，完善自己，在施工中要善于发现问题并解决问题。在实践中运用自己所学的知识，以便能够拓展自身的知识面，扩大自身与社会的接触面，为将来立足社会做好准备

这次工程本来时间定的是一个月完工，可是最后却用了50多天的时间，在施工的时候一次一次的遇到难题，其他做土建的公司又没有能够及时完成前置工作，导致了我们的施工队不能作业。我们公司的设计人员再遇到问题的时候又没有能够及时到达施工地点进行施工方案的制定。在施工队，泥工铺的地砖没有能够铺设的很平整；油漆工在进行喷漆的时候没有进行物品的保护，如窗户，玻璃，配电箱，导致了喷完以后还得再进行清理，二次作业浪费了时间，增加了施工时间。还有在外墙进行喷真石漆的时候，最后的侧面的墙，居然颜色不一致了，后来又进行的再一次喷漆。在本次的工程中，作为一个管理人员，我觉得我做的不尽职，因为在遇到了问题的时候，有工人问我，很多的我都不能解决，为了能让自己的实习生活条理而有序我给自己制定了任务。要求自己通过实习了解装饰的施工工艺，对材料的价格明朗，了解新型材料的施工工艺，完成公司分配的任务，把学校学习的理论知识运用到实际的社会实践中，进一步提高自己的综合能力同时提高自己的沟通能力，提高自己的团队协作能力，并作出自己应有的责任。

我是第一次在浩望建筑工程有限公司进行实习，因为我们实习的地点离公司有点远，我在工地的时候要打印点资料都没有打印机。我们浩望建筑公司是刚成立的，项目经理也不是很多，应该在多的进行项目经理的招募，在工程遇到困难的时候可以一起解决问题。公司也应该及时的给项目上的提供帮助，以至于跟好更快的完成工程。

通过这次的实习，我学到了很多实用的东西，这些在课堂上是学不到的，那就是工作经验、待人处事之道等等，拥有了这些，我相信在以后的人生、工作道路上我会越走越远，这次的实习为我以后的工作打下了坚实的基础。这次的实习对我的帮助真的很大。

实习生：XXXXXX

日期：20xx年XX月XX日星期XX

**实习工作总结4500字5**

不知不觉，一个月的社会实践活动结束了，有点不舍，在这次活动体验到了很多，真希望还有这样的活动。

接着，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我和志愿者去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活！

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们女生比男生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请男同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的东升村的工厂里和到县里的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动----第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了？因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以付，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。现在，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊！也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊！

为期一个月的时间活动结束了，我的学习能力也提高了，在交际方面也进步了。很庆幸参加了这个活动，有实践才有进步。

**实习工作总结4500字6**

在7月份杭州高级人才交流会上认识了杜总，我拿到的第一份资料就是介绍新厂画册，当时只是觉得企业规模很大，和杜总交谈后，感觉老板很平易近人。对其它方面就不太知道了，特别是对化纤行业几乎一无所知。通过三个月的亲身体会，对化纤行业和公司有了一定了解。公司的理念被杜总通俗的解释为五个发，确实是很恰当，本人对这一理念非常认同。公司发展不忘回报社会的壮举，令人敬佩。公司以人为本、尊重人才的思想在实际工作中贯彻，这是大发能发展壮大的重要原因。在十一年时间实现跨越发展的确很不容易，争做全球第一是大发的雄心壮志，也是凝聚人才的核心动力。现在\*\*在涤纶短纤行业起到了举足轻重的地位，今后还将更加辉煌。

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。在这三个月的时间里，我能遵守公司的各项规章制度，兢兢业业做好本职业工作，三个月从未迟到早退，用满腔热情积极、认真地完成好每一项任务，认真履行岗位职责，平时生活中团结同事、不断提升自己的团队合作精神。一本《细节决定成败》让我豪情万丈，一种积极豁达的心态、一种良好的习惯、一份计划并按时完成竟是如此重要，并最终决定一个的人成败。这本书让我对自己的人生有了进一步的认识，渴望有所突破的我，将会在以后的工作和生活中时时提醒自己，以便自己以后的人生道路越走越精彩。

根据目前工作分工，我的主要工作任务是

（1）负责公司培训工作；

（2）负责工伤工作；

（3）办公室部分写作和临时工作。通过完成上述工作，使我认识到一个称职的管理人员应当具有良好的语言表达能力、流畅的文字写作能力、较强的组织领导能力、灵活的处理问题能力、有效的对外联系能力、大型活动的策划及筹备能力。在原来的公司里，很多工作我只是管

理层要改变老观念，要从实干型向管理型转变。领导层定期学习和交流，这样可可以开阔视野、学习管理理论。其次，公司要健全管理制度、明确岗位职权、建立激励机制、完善考核方式。好的制度可以改变人的行为，好的制度可以激励员工，好的制度可以强化管理。

第三，要做好后继人才的培养工作。从现在起，要做好老同志的传帮带工作，把他们的好做法传下来，永远留在。

第四，既要引进人才，还要用好人才，特别是要挖掘公司内部现有人才，最大限度发挥各类人才的作用。部分工作是手下人在做，现在亲手做，发现很多看似简单的工作，其实里面还有很多技巧。

虽然到来了近三个月，对生产工艺还不太了解，到生产现场时间不多，人员熟悉程度也不够，对分工的工作还没有形成系统的计划和长远规划。随着对公司和工作的进一步熟悉，我也希望领导今后多分配一些工作，我觉得多做一些工作更能体现自己的人生价值。“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中我要不断学习业务知识，通过多看、多问、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。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知识，并用于指导实践。在今后工作中，要努力当好领导的参谋助手，把自己的工作创造性做好做扎实，为的发展贡献自己的力量。

公司正处于企业转型期，是一个非常关键的时期，这一时期应该从管理上下功夫，企业管理的好坏，会决定企业转型的成败。首先，要加强思想观念的转变，加大培训力度，特别是管

**实习工作总结4500字7**

大专的课程已经结束了，我选择继续接本学习。和实习的学生相比我们似乎比较轻松，没有加班、有的是足够的休息时间。但是，我认为自己没有浪费这些时间，接本课程之余我选择看一些计算机，以及金融方面的书，大大丰富了课余生活。另外我也花了一部分时间做毕业设计，对于毕业设计，它就好比一门综合的教程，让我们把所学有所思。

本次设计的课题卫生筷子盒设计设计。从一开始确定课题我就发现毕业设计不是件简单的事情，不同于往常的课程设计。本次设计的所有数据计算等都要由自己一个人独立完成且量比较大。

目前市场上对卫生筷子盒的需求主要来自学校、军队、企业、机关等的食堂以及餐饮业和家庭用户。无论在食堂还是在餐厅进餐拿筷子时，食客们都有这样的担心：筷子消毒是否充分？许多筷子放在一个快筒里被不同的人碰触，是否存在卫生隐患？

由于筷子的卫生情况备受人们的关注，所以我确定了我的毕业设计课题是卫生筷子盒设计。

确定了课题就要开始着手设计了，当时我真的有些茫然了，不知如何下手。不过，在指导老师的细心指导下，终于使我对自己的工作方向和方法有了掌握。对于设计来说更是茫然。后来在图书馆找到了一些设计方面的书，通过查找资料和指导老师的指导，经过几个月的努力，我的毕业设计终于完成了，设计的卫生筷子盒相较于与其他的消毒装置具有以下特点：

首先，我设计的筷子盒在盒盖处加了密封圈，密封效果良好，有效了避免了与空气的直接接触，好大程度上消除了由于接触空气而导致的污染，由此，使筷子盒对使用场所得卫生环境要求降低。

其次，本产品在筷子盒中采用了紫外线消毒装置，由其安放位置决定了它消毒的负担并不大，故所需的功率并不大，因此更加节能省电，同时由于一定时期内只消毒一定数量的筷子，灭菌效果更加理想；

毕业设计使我学到了不少新知识和研究方法，完善了知识结构，它使我在大学里所学的基础理论知识、专业技术知识得到了融会贯通。通过做卫生筷子盒设计设备，使我增强了解决实际生产问题的能力。同时，我也懂的很多，明白了世上无难事只怕有心人的道理。脚踏实地，认真严谨，实事求是的学习态度；不怕困难、坚持不懈、吃苦耐劳精神。我想这是一次意志的`磨练。

毕业设计是我们大学三年来所学知识的一次总结和运用，是对我们自身能力的一次检验，通过这次检验，能让我们知道自己的不足，在以后的工作中，不断地改进学习，以提高自己的综合实力。

3年的大学生活，我们对专业知识进行了系统的学习，在学完一门专业课后也进行了课程设计。但是各学科之间的联系较少，不能充分利用我们学科间的知识补充。本次设计，让我们对三年的知识有了总体的运用，提高了我们的综合能力和灵活运用所学基础知识的能力，各科之间的联系有了更加深的认识。

机械专业虽然是一门很成熟的专业，然而对我来说，我掌握的机械方面的知识还是很有限的，所以这方便有所提高，我们还需在基础理论上下功夫，以理论联系实际，才能使我们的知识有一个量变到质变的飞跃，才能勇登科学的高峰。

在这次毕业设计中，由于首次接触产品的生产过程较少，加上课题的设计资料的不足，时间的紧迫，在设计中可能出现的错误和问题，尽管指导老师全力指导，错误还是再所难免，请老师加以指正。

接下来，我还要完成毕业设计的答辩，在此更要感谢我的导师和专业老师，是你们的细心指导和关怀，使我能够顺利完成毕业设计。在此我要向我的指导老师高老师致以最衷心的感谢和深深的敬意。

**实习工作总结4500字8**

随着社会的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自我步入社会打下坚实的基础，我系同学各自开展了顶岗实习活动。此次实习，我是xx有限公司的储备干部，从找工作到找到工作到工作的过程中发生的点滴给我留下了深刻的印象，也让我学到了许多知识，体会到很多，相信此次经历多我而言是一笔宝贵的财富。

>一、实习目的：

毕业实习是我们大学期间的最终一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们十分期望经过实践来检验自我掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到xx限公司，在那里进行我的毕业实习。

>二、实习单位及岗位介绍：

公司于一九九三年成立，地处长江三角洲沪杭甬城市经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。公司多年来集中有限资源、充分挖掘出了自身的比较竞争优势，经过观念创新、技术创新、服务创新来保证企业高速发展。

开发项目：各种定时器系列，漏电保护器，过压保护器，插座和调光插座，宠物用品，灯具等。公司宗旨：科技创造价值、质量赢得市场、诚信铸造品牌、服务成就未来。

>三、实习资料及过程

为了到达毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自我、对工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个的实习工程中，我总共做了以下的一些工作，同时自我的本事也得到了相应的提高

1、工作本事。在实习过程中，进取肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化提议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2。实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3。实习收获。主要有四个方面。一是经过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一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，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作本事，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

>四、实习总结及体会：

我怀着完美的期盼来到xx有限公司开始为期几个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调，有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。刚开始几天的维修工作让我对电子产品有了初步的了解，正式开始后，有一位师傅带着我教我怎样维修。我的师傅是一个很开朗的人，跟着她随时会被她的开心所感染，她说要开心地工作，工作得开心，仅有这样才能做到更好。我也觉得做任何事情都一样，仅有开心地去做才能把事情做好。

总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

**实习工作总结4500字9**

我在学校呆了一整天，终于尝到了生活的现实和艰难。也许，这次真实的经历是我最珍贵的收获。实习期间，我利用这个难得的机会努力工作，严格要求自己。我体会到了工作的艰辛和不易，终于意识到社会真的很残酷，很现实。唯一让我高兴的是，我还是一名在校学生。只有真正学好自己的技能，以后真正步入社会才不会那么不知所措。

这次参加社会实践，我明白了大学生社会实践是引导我们学生走出学校，走进社会，接触社会，了解社会，投身社会的一种很好的形式；它是大学生将所学技能和科学知识融入社会生产活动和劳动活动，为人民服务，培养锻炼能力的良好渠道。参加社会实践活动有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。社会实践拉近了我与社会的距离，也开阔了我的视野，增长了我的社会实践才能。一个星期的社会实践就这么过去了，但我从中学到了很多，这些东西会让我受益终生。在这次社会实践中，我选择体验作为“森林战士”的日常工作，以护林员的身份开展这次实践活动。以下是我工作的一些例子：

于是对于我这样一个没有任何经验的学生来说，林场的工作人员特意安排我和同学们在周一上午对《森林法》、《森林法实施条例》、《森林防火条例》进行了简单的学习。工作人员为我们详细讲解了典型涉林案件、护林员职责、加强森林防火等一些基本知识。经过一上午的简单训练，下午我们被车带到了我们所管辖的林地。当我们看到面前的大森林时，我们立即感到在这样一片绿色的海洋面前我们是多么渺小。当我们进入森林内部时，我们发现这里的树木非常挺拔，所有的树木排列整齐。可以很明显的看到每一棵树都经过了严格的设计和规划，这里的空氛围非常清新，令人心旷神怡。而且，每一棵树都郁郁葱葱，枝繁叶茂。同时，这里的树种也很多。当我询问林场的工作人员时，我了解到不同的树种是根据不同的生长需要、土壤养分和阳光的分布等来安排的。得到这样的回答，我很无奈，也很惊讶。在两万多亩的林地面积里，科学合理地规划和分配种植树木，需要多少经验和知识。这是经过多少代护林员的辛勤劳动而获得的宝贵经验，同时也需要多少知识作为指导力量。这里的每一片林地都像护林员的孩子，他们的生活习性和成长问题都记在护林员的心里。

经过一天简单的熟悉和了解，第二天，我们被分配到两个护林员小组，去不同地点的林区进行实践活动。我被直接带到了昨天的林地，我跟着老护林员来到了造林区。今天的工作是检查、测量和记录幼苗的生长情况，测量和记录幼树的生长情况。经过半天的逐一检查和记录调查，我们做了表格汇总，得到了哪些区域的苗长势好，发病情况。在接下来的日子里，我被安排记录树木的生长情况、病虫害和冻伤情况，清除树木的侧枝和枯枝，测量并记录树木被雷电或强风击倒的原因，清除倒塌树木的根部。经过一周的实践活动，我对护林员的工作有了很大的了解，同时也对护林员的工作有了进一步的认识。我体会到了护林员的艰辛，体会到了他们为这片绿色海洋付出的巨大努力。经过一周的体验工作，我由衷的佩服他们。他们是伟大的森林卫士，他们是森林的守护者。

经过这一周的工作生活，我觉得游侠这个职业可以说是一个或大或小的职业。说游侠是一个很大的职业领域并不为过，因为游侠可以分为自然村游侠、行政村游侠、森林游侠和国际职业游侠。把它描述成一个非常小的职业也是非常恰当和一致的，因为这个职业通常是在森林里发现的，他们的工作就在那里，甚至他们的生活就在他们负责的林地里。他们不断地检查树木的生长情况，森林中的环境条件以及这个森林中所有相关的事情。他们用自己的心和青春保护着每一片森林。护林员这个职业并不是很多人想的那样。他们不是生活在森林里的怪人，是一群工作辛苦，生活简单，知识匮乏的普通人。相反，他们用全心全意的热情呵护着这片森林。他们有着丰富的造林护林经验、知识和技能，有着常人所不具备的耐心和敬业精神。

作为护林员，要求他们不仅要身体健康，还要经过长时间的专业知识培训和专业的法律法规培训。同时要求他们有一些农村工作的基本管理经验，因为护林员负责向人民群众宣传林业法律法规和林业政策，及时防止破坏森林资源。他们应具有相当的森林防火和安全方面的专业知识，并具有一定的事业心和责任感，因为护林员的工作直接关系到其管护范围内森林资源的安全。以上是我经过一周的实际工作和学习后的理解和感悟。我认为成为一名游侠是光荣而令人钦佩的。向他们致敬！

**实习工作总结4500字10**

我应聘的岗位是会计，被建业公司安置到了xxx置业有现公司。xxx公司的财务部并没有太多人，设有一名财务经理，两名出纳，两名会计。此次负责我的是公司出纳—刘爱丽，刘姐根据我的时间，主要是让我了解财务软件的使用和会计处理的流程，并做一些会计凭证。公司采用的是金碟财务软件，从编制记账凭证到记账、编制会计报表、结帐都是通过财务软件完成。我认真学习了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程，掌握了金蝶财务软件的操作。

开始单位不会让我干什么，观察我是否有耐性全身心的投入本行业。然后是大批量的工作，数量和难度都很大但是要求不高，这是考察我的能力，也让我找到自己的位置。单位里完全按能力来分配待遇，而不是学历。社会的准则就是不能劳动的人就是废物，即便你是大学生、文化高、素质高、说话有水平、气质高、斯文做作等等。山外有山，人外有人，虚心向他人学习有真材实学才是当务之急。

作为学习了这么长时间会计的我们，可以说对会计基本上能耳目能熟了。有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我们都基本掌握。通过了解到，这些似乎只是纸上谈兵。倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我们也会是无从下手，一窍不通。下面就是我通过这次会计中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的特点和积累，以及题外的很多道理。

以前，我总以为自己的会计理论知识还算扎实，正如所有工作一样，掌握了规律，照芦葫画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，应该没问题了。现在才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和性。离开操作和，其它一切都为零！会计就是实际中学会做账。

在中我也发现，会计具有很强的连通性、逻辑性和规范性。其一，每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。其二，会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。其三，在会计的中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。体现了会计的规范性。

在登帐过程中，首先，要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记帐凭证。然后，根据记帐凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

在期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”，会计本来就是烦琐的工作。不过慢慢觉得只要你用心地做，反而又会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。清朝改良派代表梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！

总之，在这次会计中，我努力将自己在学校所学的理论知识向方面转化，尽量做到理论与相结合。在期间我遵守了工作纪律，不迟到、不早退，认真完成领导交办的工作。我可谓受益非浅。

同时，在和建业人交往过程中，我总能学到不少东西，但也看到自己的差距和不足。主要如下：

1、知识量少搭不上话。

2、知识结合实际工作慢跟不上。

3、在校所学知识老化、单一、片面、虚无。

4、房地产企业方面的知识很少。

5、财务管理、财务处理之知识肤浅。

6、税法税务实务纯粹纸上谈兵。

7、核对文件效率低下。

8、加强对excel、用友、数据库等专业知识的学习。

9、帐务处理还要细化学习。

10、工作能力低下，不得法。

11、加强金融知识的学习。

14、及时对新会计准则学习。

怎么弥补不足呢？首先，结束每项工作要及时。其次，工作中碰上问题要及时请教他人并作做好笔记。最后，在工作中不知足地学习。说说简单做起来难，不过我相信我肯定会改变一些的。

**实习工作总结4500字11**

实习让我熟悉和适应了储蓄的一些基本流程和业务操作环节，了解了什么是工作，工作是怎么一回事，怎么样的工作适合自己，以及如何处理复杂而微妙的社会人际关系。通过实习，让我又全面的了解了自己一次，对自己的职业生涯有了设计、补充和调整。

实习期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业之路做准备。

在储蓄柜台一个月的实习，我最大的体会就是个人的发展和能力的进步不仅需要高超的技能，更需要对工作的忠诚和以工作为中心的职业精神，即做事能沉得下心。这主要体现在日常工作的许多小事上，从细节处入手。在金融市场激烈竞争的今天，除了要加强自己的理论素质和专业水平外，更应该加强自己的业务技能水平，这样我们以后才能在工作中得心应手，更好的为广大客户提供方便、快捷、准确的服务。在这个信息发达的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。我要在以后的工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。 其实实际的工作与书本上的知识是有一定距离的。。虽然这次实习的业务多集中于比较简单的前台储蓄业务，但是，这帮助我在银行的基础业务方面有了一个比较全面的了解。在业务中一分钱都要算清楚，不能因为钱少就忽略不计，避免错帐。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的业务往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的实务尤其显得重要。如果将我在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使自己具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识。

实习期间的工作是忙碌的，也是充实的。生活的空间，须因清理修减而留出，心灵的空间，则经思考领悟而扩展。当我转身面向阳光时，发现天空云卷云舒，我是快乐的。自己不再陷身在阴影里，叹花开花谢。我开始学着从工作中寻找快乐。工作后我一定要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规，努力学习业务知识，为邮储银行明天更美好而做出自己最大的努力。

随后由于业务发展需要及人员短缺，我被调离到信贷业务部，刚去的第一天师傅让我先熟悉和了解信贷的流程，让我先从整理资料开始，通过师傅的指点和帮助，进入信贷员这个角色很快，师傅对我很有信心，慢慢的`通过一个月的整理资料让我对所开办的信贷业务从理论到实际都有了一定的了解。随后让我学习信贷业务的规章制度和信贷业务知识，几天的学习让我对信贷业务知识有了更深的了解和系统的掌握，首先介绍一下小额信用贷款业务，目前，信贷业务主要办理“小额信贷；即贷款人不需以自己的固定资产作抵押，而是以个人用贷款业务”的营业执照和两个自己寻找的保证人作为个人贷款的抵押；或是如果有三家都想贷款的个体商户的话那么就可以组成一个联保小组，相互担保，这样就无需再去找其他保证人。贷款是否可发放以及贷款限额都需要信贷员根据客户的实际经济状况、经营能力及还款意愿，并且按照规定流程办理授信调查，最后由主管和上级领导审批是否通过并根据调查的真实情况来限定贷款额，小额信用贷款业务的主要特点在于不需要抵押质押，放款速度快；并且，这种小额信贷的性质对于经营相对稳定的工商户用于进货、资金周转或扩大经营来说提供了很大的投资帮助；但同时它的弊端也有不少，特别是预期风险是最难控制的，而且就算贷前调查时，被调查客户的经营情况与净利润都是优良反映，但也不可避免许许多多的意外有可能导致贷款者还贷能力下降甚至丧失。小额信用贷款申请、审核、审批和发放流程

2、小额信用贷款资格初步审核流程：信贷员收到客户提交的申请表和相关申请材料后，应对申请人和保证人的主体资格，及申请人提交资料的完整性与规范性进行审核。根据获得的信息对客户的信用状况与偿还能力作出初步的受理意见，将有关材料提交给小额贷款营业机构业务主管。业务主管对信贷员提交的，通过资格初审的贷款申请材料进行复核，复核通过的，由其安排信贷员进行贷款调查。接到分配的调查任务后，信贷员应分析客户受理信息登记表、贷款申请表、个人信用报告等资料，了解客户的行业特点、经营状况以及主要经营风险，事先准备好调查的提纲，以及需要核实的关键问题。业务实行现场实地调查制度，信贷员必须到申请人的家庭和经营场所进行调查。调查结束之后，信贷员应根据调查获得的信息，从客户的还款意愿、贷款用途和还款能力三个方面初步判断客户是否满足贷款的要求。对于初评结果通过的贷款客户，信贷员应根据实地调查所获取的各类信息进行整理分析。对于符合条件的客户，管户信贷员应将调查报告等信息在系统内提交至小额贷款营业机构业务主管。业务主管复核确认没有信息错误或遗漏后，即提交一级支行审查岗审查。

3、小额信用贷款资格再次审核流程：小额贷款营业机构小额贷款业务主管在信贷系统将贷款提交给审查岗审查时，审查岗对资料的合规性、真实性和完整性进行审查，并对每笔贷款应通过电话就贷款申请和调查信息至少与借款人、保证人中的一人进行核实。审查完成后，审查岗须在贷款审查意见表上就贷款申请材料的合规性、真实性和完整性，以及电话核实结果，签署审查意见。对于符合条件的业务，即可以提交审批。

4、小额信用贷款发放流程：对经审批同意发放的贷款，信贷员应及时联系贷款申请人，告知审批结果，请客户携带身份证件，按约定的时间和地点到我行签署借款合同或协议、办理相关手续。信贷员在签约前，应根据贷款审批表和系统内的协议或合同编号填写贷款合同、手工借据。在签署借款及保证合同时，要求经办人员与借款人、保证人合影，影像以电子文件的形式归入客户档案。借款合同签署以后，方可进行系统借据生成及贷款发放操作。整个贷款从申请到发放的流程就是这样了，贷前、贷中我具体的按步骤描述，不过贷后处理其实是最麻烦的了，而且这个阶段问题也是最多的但是由于贷后主要任务是逾期催收和检查贷款回收情况，这个流程是没有什么特定的步骤，毕竟每个人的情况不同。所以，我就自己来说说自己对此的认识。首先，贷前的风险控制就是一个十分头痛的问题，如何将风险降到最低成为信贷员在业务办理中所面临的关键，因此在调查过程中，信贷员就会注意从多方面、多渠道获取客户的个人信息、经营信息和家庭信息等信息，并通过多方进行相互验证和交叉检查，并且想尽一切办法通过这些信息清算贷款人的资产、负债、固定支出和收入等等；判断客户的还款意识是否健康；预测其未来的经营环境和情况，就算一切都通过上级审批予以放款，信贷员也还是要求客户购买贷款保险，以防止客户由于意外事故等等不可预知的情况，而使得还款能力下降甚至丧失出现的逾期，这样保险公司就可以根据具体情况帮贷款人还清一部分的欠款，这项政策大大的减低了放贷风险。

之后由于业务发展的需要，我被派到邮储银行玉树支行信贷业务部工作，通过自己的努力和各部门的配合，信贷业务发展较快，在信贷业务部实习的时间较长，同时我特别喜欢这个职业，经过一年的实习，自己的体会真是不少，我总结为四点：

一、学习是个循序渐进的过程。任何企业公司的发展都是从小到大、从不熟到熟悉 这次实习也了解到了以前只存不贷的邮政储蓄如今发展成即存又贷的邮政储蓄银行这个演变的过程和我们学习的过程都是同样的道理学习没有任何捷径可走，更不能存在侥幸心理；必须脚踏实地、一步一个脚印的。

二、细节决定成败。整个业务办理的过程中最突出的一个词就是仔细，所以其中有很多次的审查、审批。银行是一个注重细节的企业，所以出现那怕一点小小的错误，就可能导致整个业务的失败。小额信贷业务最重要的就是讲究核实证件的有效性和授信调查的准确性，决不能因为贷款额度小就马虎大意。假如忽视了无数笔小额贷款，这就将造成一笔无限大的贷款的损失。

因此，无论在学习或是生活中，我们都不能忽视细节的重要性，别让细节毁了自己！

三、理论实际的结合是分析、解决问题的关键。在授信调查的过程中，如何运用自己的知识和交谈能力与客户沟通是业务是否成功的关键。不可避免的是一些比较保守的客户不愿意透露自己具体的经济状况，这时就需要信贷员凭借自己所知道的知识与拥有的能力来分析、解决问题。如果一个信贷员的知识面不广，对于客户所经营的行业只是一知半解的话，那么就很难判断客户是否拥有贷款的条件。所以说，了解各方面的知识并且能结合实际操作就显得尤为重要，自己如何将所学的知识与实际问题相联系将成为以后学习的一个重要项目，正所谓学以致用。如果无法将学到的知识运用到分析、解决问题当中，那么问题何以解决。

四、学习永无止尽。任何事物的发展都是持续不断的，我们的学习更是如此。并且这次通过实习之后入职新员工几天培训，首先是拓展训练，之后又是理论知识讲解，让我们每个人真正的了结了各业务部之间的联系和职责，同时这次的集体培训让我们树立了团队精神的重要性，让我们在以后的工作中时刻想着团队，也让我们从学校到社会的过程有了更深的理解，并且让我们每个人从心态上有了很大的变化，所以这次的实习为我以后的职业定向起到了明示作用，并让我了解到了进入社会工作以后将面临的种种问题以及各级之间关系该如何处理。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的业务往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的实务尤其显得重要，因此，我现在需要学习的东西还有很多，虽然只有那么短短的半个月，但学到的东西却是一生受用的，为我未来的“目的地”提供了指路标。

**实习工作总结4500字12**

>第一，扎实的理论知识是前提。

在实习之前，我们一直认为，经过三年的学习，我们的会计理论知识已经很扎实了，只要掌握了规律，就不会有问题。但是在实习过程中，我们发现平时学到的东西远远不够，在细节上犯了很多错误。另外，根据相关的实习资料，我们在填制原始凭证、记账、编制各种账目时，经常会被堵。回过头来看原因，大部分都是因为平时理论知识不扎实，经不起实战的考验，这也是我们这次实习学到的重要一课。

>第二，理论联系实际是关键。

通过这次实习，我们也发现熟练的理论知识对我们来说是不够的。我们学了这么久，可以说基本掌握了会计的专业基础知识、基础理论、基本方法和结构体系。但在这个实践中还是很难，这是因为我们意识到，会计理论离开了实践过程，就全是零，实用性和实践性对会计人员来说很重要，离开了实践环节的理论只是纸上谈兵。

>第三，足够的耐心和细心是保证。

会计是一项繁琐的工作，我们在这次实习中深刻体会到了这一点。刚开始实习的时候，一天到晚无聊的账目和数字让我烦透了，以至于单纯填制凭证记账会让试算不均匀。犯错越多越浮躁，犯错越多，从而形成恶性循环。后来我们意识到这个不足之后，小心翼翼的填补，既加快了速度，又提高了效率，事半功倍。因此，在会计工作中，我们不应该粗心、粗心和浮躁。其实做什么都一样，需要有一颗平常心。

通过这次实习，我增强了自己的实践能力。做事的态度也有所改善。只在学校实习一个月，就受益终身！

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！