# 实习生工作总结报告5篇

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2025-05-02

*实习生工作总结报告范文5篇时间稍纵即逝，充满意义的实习生活结束了，大家有必要写一份实习总结报告，你知道怎么写吗？下面是小编为大家精心收集整理的实习生工作总结报告5篇，希望能够帮助到大家。实习生工作总结报告篇112月28日，我兴奋地开始了期待...*

实习生工作总结报告范文5篇

时间稍纵即逝，充满意义的实习生活结束了，大家有必要写一份实习总结报告，你知道怎么写吗？下面是小编为大家精心收集整理的实习生工作总结报告5篇，希望能够帮助到大家。

**实习生工作总结报告篇1**

12月28日，我兴奋地开始了期待已久的实习。从我上了离开学校的班车那一刻起，我就知道我会经历一段特殊的、不平凡的、有收获的人生旅程，这一定会在我的生命中写下一笔丰富多彩的笔触，在我的生命中留下丰富多彩的回忆，给我的生命带来无与伦比的财富。当时对自己的未来充满了希望，希望自己能在那里取得巨大的成就，实现自己的抱负。当时我想的那么好。直到现在，我都觉得自己好幼稚。刚出来什么都没有，你是不可能做好的。

蓦然回首，20\_\_年1月8日，我踏上了期待已久的实习之路。从我登上离开学校的班车那一刻起，我就知道我将经历一段特别而不平凡的充满收获的人生旅程。那段旅程一定会写下我人生中丰富多彩的一笔，一定会给我的人生留下丰富多彩的回忆，给我的人生带来无与伦比的财富。

没错，实习的生活充满了艰难的挑战，很多人后悔选择了实习，但我想说，这是我所期待的，也是我想要的，因为我知道人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志，我也知道“只有吃苦了，才能为人”的道理。自然，我还不是大师，但我相信，世界上每个人都渴望成功，渴望自己有限的生命创造无限的价值，渴望更多的人尽其所能，渴望后人看到你的生命无与伦比，我也不例外。我知道我的实习才刚刚开始，还有很多经历要经历，人生之路才刚刚开始。

航，所以我有信心去走以下的道路。

在这实习阶段，有酸甜也有苦辣，有辛酸也有快乐，虽然有时工作很忙碌，但是让我的生活过得很充实和有意义，一方面我可以减轻父母的负担，另一方面我可以自己养活自己了，在这实习期间，让我认识到很多的知心朋友，在我遇到困难的时候，有朋友的帮助，在我遇到挫折的时候，有朋友的支持和鼓励，在我心情不好的时候，有朋友的安慰，从而使我勇敢的去面对一切，在这深深的说声“朋友一路上有你们的同行，我真的很开心也很快乐!”

在这半年的实习中，让我成长了很多，真正的是长大了，学会了如何生活，如何和别人交往，如何解决问题，如何在逆境中长大，最让我刻骨铭心的就是：在任何情况下，只要你还没有放弃，你就没有失败，不要轻言放弃，否则对不起自己，遇到任何问题都不要怨天尤人，抱怨他人对你的不公平，自己付出的是那么多，因为我们现在付出的往往要大于收获的，如果一件事情你还没有做，就想去享受它绚丽多彩的果实，这怎么可能呢?现在我们还是刚刚步入社会，应该抱着学东西的心态，不要太计较个人的得失，多积累社会经验，和为人处事的方法，多培养我们的胸襟，以及扩大我们的知识面，我们应该用积极的心态和乐观的精神去面对，因为世上没有过不去的坎，只要把心态调整好，思想放端正，坚持下去，甜蜜美好的生活就属于我们。

在学校里学到的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少同学实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，不可能会有应付瞬息万变的社会的能力。经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就说如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也虚心求教，使得这期间的实习更加有意义。

此次的毕业实习为我深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力。为以后自己的奠定啦坚实的基础。

**实习生工作总结报告篇2**

时光飞逝，我们的实习生活转眼间就结束了。回顾这段时间的经历，真的感触良多。短短的几天工作，不仅磨练了我的意志，也给了我未来人生的真正方向。

教育实习对于一个师范生来说非常重要。师范生平时学的无非是一些理论知识，大部分与教育实践不能直接相关。久而久之，我们养成了高人一等的坏习惯。看到的东西往往过于简单，缺乏深刻的感悟，思考比行动更重要。所以，要想实事求是，合理运用所学，就必须付诸实践，因为实践是检验真理的唯一标准。实习是一个很好的机会，它使理论体系基本完善，我们得到了真正的尝试。在这个过程中，我们可以发现自己的不足，努力提高自己。

经过这一段时间的实践，我觉得自己更加成熟了，也意识到了理论与实践相结合的重要性。教师是一个非常特殊的职业，肩负着传承人类文明、充当人类文化桥梁的重任。对于即将离开大学，成为这个光荣团队一员的我来说，责任更重要。只有技能过硬，才能更好的接过这个包袱，否则只会导致错误。随着思想境界的提高，我也意识到了实习的重大意义。作为一名语文教师，我应该加倍努力，扩大自己的专业知识，广泛阅读，多思考，多学习，创新思想，这样才能成为经得起风浪考验的学者，真正为传播人类文明做出贡献。

实习期间，我主动向导师请教教育方面的问题。每天听课努力，不敢怠慢。良好的专业态度赢得了老师的赞誉，在自己工作岗位上的毅力深深打动了小组的每一个成员。他们也愿意和我分享他们多年的教学经验。所以我学到了很多实用的技能，意识到我可以很容易的把我现有的知识传授给学生，学生也愿意接受。这是一个优秀的。

教师。传授一种切合实际的知识技能，对学生来说是相当有用的，所以课堂的授课方式也是不容忽视的，它直接影响着一个老师的教学成果。教学的目的是让学生掌握老师传授的知识，学生是教学的对象，所以，我们不能只为了讲而讲，应该更注重学的结果，应以学生为中心。

实习是一次锻炼的机会，它教会了我许许多多大道理，把我从幻想中一下子带到了现实的生活中，弄清楚了自己所处的社会大环境和位置所在，是这样样的真实，触手可及。经过几次试讲，我认识到了良好的教态和课前充分备课的重要作用，老师能否发挥自如，能否和学生们进行有效的互动，都有赖于这些方面的知识。真实的感受，切实的体会，我找出了自己平时很少注意的细节问题，这些问题的发现，对我来说意义非凡，对我今后的工作也有很大的帮助，取长补短，这样才能不断进步，没有人一生下来就能做好一切，每个人都是在不断的学习中慢慢成长，最后成熟的。

细细想来，我觉得我的收获有知识方面的，也有为人处事能力方面的提高。总之，这是一个充满了机遇和挑战的现代化社会，我觉得不但要把自己的工作做好，还要与人和谐共事，搞好团结，真心对待别人，才能换来别人的尊敬。这些都是我在实习后悟出来的，也是我受益终生的道理。

**实习生工作总结报告篇3**

短暂而充满好处的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。随着师傅与同班同志耐心的指导与提醒，我的操作潜力在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作资料，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的职责感。我的每一步都务必从小事开始，从细节起。步，刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自己的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心理解和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的进步。

努力总会得到果实，在这一个月的工作里，使我在此岗位上操作的资料有了不小的成就。在班里常受到班长与师傅的表扬。每一次的收发油中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解油品的流程和每个阀门所管辖的范围及透过油品流量的大小。个性是在每一次的储油时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一种牌号油的特点及怎样透过看，闻，摸，测等方法验证油品的质量，然后测出密度。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作资料与工作氛围，促使我更加的不怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。

一、坚持专业知识指导实践，努力学习各项HSE管理规章制度，认真履行HSE岗位职责，提高HSE意识，严格执行本岗位的操作规程，遵守工艺操作纪律，用心参加各项HSE活动，岗位技术兵和事故预案演练。熟练正确的使用各种防护装备和消防器材，努力做到安全礼貌生产。

二、用心参加公司举办的各项活动，充分的锻炼自己，磨练自己，充实自己，使自己的特长得到展现和升华。

三、持续谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取推荐，以的努力去工作，以热情去学习。把规章牢记心中，虚心理解与采纳每一位同志的提议，累积经验，以便更快的完善自己，充分的发挥一个员工的职责，为自己的前程打下一个牢固的基础，从而实现自己的人生价值。

实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自己的特长做到，那么人生的目标，也只但是是离我们一步之遥。

虽然我目前还缺乏经验，缺乏在艰难局面中独立开展工作的潜力，但我相信年轻就是本钱，我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展现自己的才能，我不会满足现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高。因此我必须会把所有的时间和精力放在我的工作上，用心投入到工作中，为实现自己的人生价值拼拼!

**实习生工作总结报告篇4**

实习小结回首展望，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措。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。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!

1、自身能力：通过这次实习后，发现自己所存在的很多不足之处，而这些不足之处是你没去实习就无法发现的，自身的整体能力不足，比如说沟通能力、与同事与领导相处的技巧，因为公司就是公司，不是学校，在学校里，同学与同学之间同学与老师之间都是很好相处的，但是在外面的话就不一定了，你必须懂得一些相处的技巧。

2、专业技术：在学校里学校的专业知识都比较基础，要使这些知识用于公司还远远不够，不能满足公司的要求，所以还得自己去提升，继续去学习。还有学校里学的东西有时在外面不一定可以用得上，这要求我们自己去留意社会上的需求，因为学校学的东西与社会上需求的东西有个时间差在里面。学校里学的东西也不会去针对某某个公司来开设课程，所以每个公司都有自己的实际情况，要根据自已公司的要求来提高自己。

3、心理上的调整：现在的学生不再是以前的天之娇子了，不管是专科生还是本科生甚至是研究生社会上都一大把，不要以为自己读那么一点读就觉得自己很了不起的样子，其实一个有高文凭有时还比不上一个有经验的人，所以快要毕业的同学们要调整心态，不要高不成低不就的。新的工作岗位意味着新的起点、新的机遇、新的挑战，我决心再接再厉，更上一层楼。以上是自己实习期的工作总结，望阅。

**实习生工作总结报告篇5**

在实习期间，毕竟是第一次工作，所以起初做起来笨手笨脚的，也挺辛苦的，不过在同事和同学的的关心和帮助下不断进步和成长，也充分感受到公司这个大家庭的团结和温暖，于是我决定就算再苦再累我也要坚持下去，所以工作起来反而觉得轻松了许多。更是通过虚心请教，在师傅的指导帮忙协助下，我很快的适应了这份工作，经过这几天的过渡，我已经初步掌握了步骤和一些基本注意事项。不过对于相关的专业知识我知道甚少，于是我虚心请教师傅同时自己也阅读相关的书籍，并细心专研，最终问题得到很好解决。

在实习的这段时间，虽然有时候工作很苦很累，但是，我从中体会到了实践中的专业技术，不断积累实践技术经验。生产实习是学院为培养高素质人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们通过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为骨干打下良好基础。在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。总之，在过去的一年里，我在老师和同事的关怀与培养下，认真学习、努力工作，能力有了很大的提高，个人综合素质也有了全面的发展，但我知道还存在着一些缺点和不足。在今后的工作和学习中，我还要更进一步严格要求自己，虚心向优秀的同事学习，继续努力改正自己的缺点和不足，争取在思想、工作、学习和生活等方面有更大的进步。

以上是我对已经过去实习工作的总结，总结是为了寻找差距、修订目标，是为了今后更好的提高。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

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！