# 实习实训工作总结1000字

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2025-03-21

*实习实训工作总结1000字7篇大家认为实习实训工作总结要怎么写呢？实习能够锻炼学生的动手能力，把日常学习的理论知识用在实践里面，反过来能够检验书本上学到的理论的正确与否。下面是小编给大家带来的实习实训工作总结1000字，希望能够帮到你哟!实...*

实习实训工作总结1000字7篇

大家认为实习实训工作总结要怎么写呢？实习能够锻炼学生的动手能力，把日常学习的理论知识用在实践里面，反过来能够检验书本上学到的理论的正确与否。下面是小编给大家带来的实习实训工作总结1000字，希望能够帮到你哟!

**实习实训工作总结1000字（篇1）**

时间过的真快转眼间我期望已久的实训已经结束。经过这次实训练习让我学到了许多知识回头想想实训这几天我确实是有很大收获的。在老师的耐心指导和鼓励下，圆满完成了实习任务，从总体上达到了实习预期的目标和要求。这次总实习给了我一次全面的、系统的实践锻炼的机会，巩固了所学的理论知识，增强了我的实际操作能力，我进一步从实践中认识到数控实训对于我们机械制造与自动化专业的重要性。我以后在工作中光有理论知识是不够的，还要能把理论运用到实践中去才行。老师对我们的要求是:必须以认真、严谨的态度和高度负责的精神，完成全部实习环节。

第一天老师上到实训室就给我们讲纪律和实训中的相关事件老师开始给我们讲解了数控车床的基础知识以及数控车床的重要性.以便让我们在以后实训知道我们该怎样做的更好，老师特别强调了要我们在车、铣当中做纪录而且要求我们每天整理实训记录.在这次实训中，我学到了许多东西，比如耐心，我以前做事情总是急于求成，我们刚开始的时候都很积极，后来同样的动作多了就觉得有些枯燥了.后来我想想可能是我们刚开始觉得新鲜吧.于是我便耐心地实习，我们在对刀的时候，总是对不好后来就有火但是越火越是对不好.后来静下心来才把它对好.从这件事中我认识到了耐心的确很重要。

实训期间，我认为我也有很多不足的地方，比如工作态度不够积极，学习不够认真等等。我相信通过我的努力，我以后一定会改掉这些缺点的.我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。不经历风雨，怎能见彩虹!”我相信，自己坚定的信心及个人坚定的意志，一定会实现自己美好理想，走上自己的成功之路。

信心也很重要，没有信心就很难做成大事，名人说过，信心是通向成功的一把钥匙.我们数控维修专业不可能在学校学会将来遇到的故障或问题.我们只有大胆心细，在懂得原理的基础上大胆并满怀信心的去做才能取得成功。在这次实训中，让我体会最深的是理论联系实际，实践是检验真理的唯一标准。理论知识固然重要，可是无实践的理论就是空谈。真正做到理论与实践的相结合，将理论真正用到实践中去，才能更好的将自己的才华展现出来。我以前总以为看书看的明白，也理解就得了，经过这次的实训，我现在终于明白，没有实践所学的东西就不属于你的。俗话说：“尽信书则不如无书”我们要读好书，而不是读死书。现在的社会需要的是动手能力强的人，而不是理论好的人，对于我们大学生来说这更重要了，我们学校的目标就是培养一流的职能的人。通过这次实习我们了解了现代数控机床的生产方式和工艺过程。熟悉了一些材料的成形方法和主要机械加工方法及其所用主要设备的工作原理和典型结构、工夹量具的使用以及安全操作技术。了解了数控机床方面的知识和新工艺、新技术、新设备在机床生产上的应用。

这次实训使我们对数控机床进行零件加工的工艺过程有了更深入的理解。使用数控机床不能简单的把它看作仅仅是一台机床，而应把它看成一套设备，作为综合的使用设备来处理。因此，我们数控编程人员所掌握的知识要新，面要广，要远远超过普通的工艺人员，否者就无法胜任数控加工和程序编程工作。这次难忘的实训经历使我获益良多,对我将来的发展具有十分积极的作用。很快我们就要步入社会，面临就业了，就业单位不会像老师那样点点滴滴细致入微地把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。

**实习实训工作总结1000字（篇2）**

为期两周的证券投资就快要结束了，通过这一周的学习，不仅让我学到了关于证券投资一些理论上的东西，还运用华西证券交易软件，结合所学的专业知识，根据实际中大盘的走势，启动模拟资金，进行股票的操作，在各种技术指标的分析帮助下，熟悉了股票的操作流程。总的来说，通过这两周的实训让我收获不少。这次实训的重点除了模拟炒股之外，还有三个实验，实验的内容是选择一个行业，为了方便起见我们选择一个行业中的十家公司进行必要的行业财务数据分析和对其中的一家公司做一个综合评述。这次实训我选择的是煤炭行业，选择的十家公司分别是露天煤业、靖远煤电、四川盛大、新大洲A、平庄能源、神火股份、煤化气、冀中能源、西山煤电、郑州煤电。

必要的财务数据分析包括总资产、净利润、营业收入、净资产、总资产净利率、营业净利率、净资产报酬率。其中总资产净利率=净利润/总资产×100%、营业净利率=净利润/营业收入×100%、净资产报酬率=净利润/净资产×100%。在老师给的华西证券交易软件上很方便的就找到了公司总资产、净利润、营业收入等公司基本的财务信息。而对于总资产净利率、营业净利率、净资产报酬率的计算虽然不是特别的.复杂，就把相应的数据代进公式中计算即可，但由于数据都有点复杂，给计算带来了不小的麻烦。

然后就是分析公司的偿债能力，具体参考的数据有权益负债比率，即衡量公司偿债能力及分析资本结构的一项指标，公式为：所有者权益/负债总额权益负债率越高公司偿债能力越强，但有时这并不完全是好事，很有可能说明公司缺乏刺激业绩增长的扩张项目所以无需过多借款，或者公司行业地位较弱，无法过多占用供应商货款。具体权益负债率为多少属于正常在不同行业有不同标准，如资本密集型行业权益负债率达到2或2以上都属正常（有巨额固定资产保障），但对于一些轻资产加工制造和物流、商贸等第三产业，权益负债率为1就可能有不安全的嫌疑。流动比率,即流动比率是流动资产对流动负债的比率，用来衡量企业流动资产在短期债务到期以前，可以变为现金用于偿还负债的能力。应收账款周转率，即应收账款周转率公司的应收账款在流动资产中具有举足轻重的地位。公司的应收账款如能及时收回，公司的资金使用效率便能大幅提高。应收账款周转率就是反映公司应收账款周转速度的比率。它说明一定期间内公司应收账款转为现金的平均次数。用时间表示的应收账款周转速度为应收账款周转天数，也称平均应收账款回收期或平均收现期。它表示公司从获得应收账款的权利到收回款项、变成现金所需要的时间。最后我们还考察了公司的销售情况，具体考察的指标有销售增长率，即销售增长率是指企业本年销售增长额与上年销售额之间的比率，反映销售的增减变动情况，是评价企业成长状况和发展能力的重要指标。其计算公式为：销售增长率=本年销售增长额/上年销售额=（本年销售额-上年销售额）/上年销售额.销售增长率是衡量企业经营状况和市场占有能力、预测企业经营业务拓展趋势的重要指标，也是企业扩张增量资本和存量资本的重要前提。该指标越大，表明其增长速度越快，企业市场前景越好。

除了实验报告，还有模拟炒股，首先我们得到了10万块的启动资金，然后运用华西证券交易软件，结合所学的专业知识，根据实际中大盘的走势，进行股票的操作，在各种技术指标的分析帮助下知道了股票买卖的一些基本流程。由于年关将至，酒类的需求会得到很大的增长，进而可能会拉动酒类股票的增长，鉴于这个原因，我选择了古井贡酒这只股票买了20\_股。开始表现还不错，第一天收盘的时候，每股都长了将近5毛钱，这让我赚了差不多1000块钱。但到了第三天酒类股票大跌，每股不仅没赚，反而亏了2毛，在这个时候很多人都将酒类股票抛售，我觉得它一定会涨上来，就一直没卖，结果反而越陷越深。

这次模拟操作我学到了很多，首先在这个市场，我们一定要冷静，不能盲目的去惊讶于股市的大涨大跌，而失去思考能力，以至于做出错误的杀跌或追涨。如果没有树立良好的心态是无法承受由于亏损所带来的压力的同时亏损时很容易使我们丧失理智。难以做出明智的决策，难以在卖与留之间做出抉择。同样，在我们看到一只股票死命的涨，就是大盘跌，它也还是在涨，心里就忍不住了，也想着杀进去，杀进去是可以，但是要深思熟虑，仔细分析一下该只股票为何可以这样上涨，别糊里糊涂掉进庄家的陷阱，接了他们的盘，而不自知。然后再看这只股票，就是一个劲的补跌，好像永远熬不到头的样子。所以，我们在入市的时候，要时刻保留自我的思考，去客观的看待每只股票。而不是盲目的跟风。

其次，在模拟炒股时，一定要自己的选股思路，不要碰自己不怎么熟悉的股票，我们应该选择几只股票坚持每天观察其走势，关心该公司的一切公告信息，运用专业知识判断公司的生产经营状况以及发展前景，再决定是否买进。那样，我们的操作，才不至于出现失误，时刻关注那些上市公司的信息，会让我们把握住掘金的机会，行情的启动，或者扭转，可能就是那些利好、利空带来的，所以我们永远不能与市场脱节，关注行情才能让自己在投资上，获得盈利。

总之，这次实训，给了我不一般的体验，相信会对我以后的投资理念产生重大的影响。这次实训操作使我迈出了投资第一步，今后我会继续努力，在实践中总结经验，不断地提高自己。通过本次实训更是增加了我对金融业务的感性认识，培养我综合运用专业知识分析、解决实际问题的能力。我坚信通过以后的学习和实践，我会更好的融入这个领域。

**实习实训工作总结1000字（篇3）**

20\_\_就要结束了，实训部在完成学期初制定的教学计划外，积极配合学校完成各种参观、考察活动，同时对学校组织的各种活动也积极准备，认真参加。努力完成学校交办的各项工作任务。工作中有收获，也有不足，下面就工作中存在的收获，和不足做一总结。为以后更好的工作提供依据。

一、本学期重点开展了工作：

1、教学工作是学校常规工作的一部分，为了学生在校期间能学到实用，常用的专业知识，和专业技能，学校增加投入，各专业购进各种实训、实习设备。特别是汽修专业，结合市场购进八辆整车，这些车辆在日常实习过程让学生充分使用，和企业日常工作零距离接触让学生真正的体会到企业工作情况。

2、专业技能对于技术人员来说是非常重要的，学校在对学生日常德育教育的同时，加强市场调研，对于现在用人企业常见的工作项目、常见的工作岗位认真，仔细研究。结合学校现有实习、实训设备，场地，重新调整实习专业，目的就是紧密的结合市场让学生学有所用。

3、结合目前各学生部，日常工作重，管理事情多，专业教师人员不足情况下，学校根据实训部，给各部上课的教师情况，把实训部内的专业课教师，分配到各学生部。来帮助学生提高专业知识，和配合学校对学生进行管理。

4、学生专业技能的熟练程度，直接影响将来到企业稳定情况，为了让学生在校期间提高学习兴趣，提高学生实践操作能力，和岗位竞争能力，以赛促教，以赛促学、实训部积极准备，各部门认真配合，根据各专业情况组织了十项技能比赛。在准备比赛过程中各学生部内学生状态空前高涨，非常认真的参加各比赛项目的培训，同学之间相互讨论，共同学习，达到了预期的目的。1

5、教师培训：结合目前实训部教师的整体情况，以大部分留校教师为主体，进行常规教学工作。由于老师们的专业知识，和实践经验都存在不足，平时上课时的效果很难体现出来。为了改变这种情况，实训部利用课余时间组织教师进行有针对性的专业技能培训。

培训时，让教学时间长，一线经验丰富的教师担任培训老师。对日常上课的项目逐一，统一培训加强教师上课的整体效果。为教师整体自学习能力，和自身教学水平的提高提供帮助。

6、加强设备维护：实习、实践过程中，设备是不可少的。使用过程中损坏，老化、磨损、不可避免，为了减少损坏，降低成本，部内按时进行设备维护，保养，最大限度的合理利用设备。使教学效果能得到提高。

二、目前存在的问题

1、实践课目前存在的问题：上课过程中教师组织欠缺，上课环节安排不到位，学生还是比较乱，教师无法把握课堂整体效果。车辆，设备不能很好的利用。学生学习积极性不高，没能自动自发的主动学习。

2、理论课堂教学过程中，上课环节比较枯燥，教师讲课水平不高，利用教具机率不多，大多数学生学习不感兴趣，老师教学过程中状态不好，没能把课堂上课重视。

3、教师管理：实训课上课教师都分到各学生部，在日常管理过程中，有好多工作不好协调，有时安排的工作不能完成，因为不是本部门的教师，在管理上不好执行。这样就对日常工作造成影响，同时教学效果，各种活动也不好组织。

2

4、教师状态：目前教师整体情况工作积极性不高，工作状态不佳，自学习意识不强，课余时间没能很好的利用。同事之间相互讨论问题的机率很低，上课准备不充分，对日常工作完成质量低。

5、学生状态：学生年龄小，对自己约束能力较差，学习不能主动，对自己的将来没有很好的计划，上课时不能很好的把握学习机会，不认真听讲，导致所学项目学不会，使学生厌学。

6、设备使用：日常使用的设备，由于老师监管不到位，学生操作不当，损坏的机率还很大。今后在设备使用过成中还需要加强管理。

三、下一步工作计划

1、管理方面

（1）人员管理：实训部的教师从年龄，工作时间上相差都很大。这样日常管理难度就可想而知了。为了使部内教师按照学校的要求去做，部内完善符合部内的规章制度，并严格执行。结合实训部的状态，准备下学期开学和进行严整，时间一个月，对教师的日常行为、工作纪律、教学过程、精神状态、工作责任等方面进行。以此结合教学项目内容的调整，使实训部在教学和精神状态整体上有一个大的提高。

（2）物品管理： 实训部所有场地、车辆、设备、器材落实到人，做到人人有事做，事事有人做，并制定相应的规章制度进行考核。

2、学习方面

（1）教师学习：加强教师专业技能的提高，就要多给教师提供培训机会。培训的重点、内容以上课时要讲的内容为主，让教师把自己要讲的内容，提前让经验丰富的教师帮助整理，把重点、难点，都明确清楚，当自己上课时就能够把课堂组织好，体现出上课效果。

3

（2）自己学习：自己在日常管理中还存在很多不足，管理工作还有待提高，多利用各种机会来加强学习，提高自己的管理能力，各部门的协调、合作能力。多学习了解专业的前沿知识，保持自己的清晰思路。 3、定期考核

在加强教师日常管理的同时，定期对教师进行专业技能考核，利用这种方式教师就会在业余时间里多学习专业知识，提高自己的专业知识和专业技能。以达到教学的需要。

4、购进新设备

为了让学生在实习过程中能够，了解零部件结构特点，最大限度的掌握专业知识，准备在购进新的器材，和恢复部分设备的功能。

5、招生工作是学校的重点，学校在招生工作中下的力度也非常大。同时招生工作是我们腾飞人每个人的工作。在下一步招生工作中一定配合学校完成招生工作。

20\_\_年的实训部，在学校大的方针政策带领下必将有一个新的面貌、新的状态来迎接部门工作。

实训部：刘贵金

20\_\_年12月20日

**实习实训工作总结1000字（篇4）**

本学期实训处在校领导的正确领导下，在有关部门的大力支持和帮助下，实训处规范和强化了实训室的内部管理措施，克服专业技能实训条件、 实训师资力量相对不足等不利因素，最大限度地服务专业教学，提高专业 教育教学质量，取得了一定的成绩，也存在不足之处。

一、本学期实训工作总结

1、加大对实训工作的督查力度，突出教学的过程管理，保质保量地完 成各专业技能实训任务。

加强专业教师教学理论的学习，掌握实验实训大 纲，明确落实好本学期的实验、实训内容和任务，明确了自己的职责要求， 增强责任意识和专业技能实训质量意识；解读专业课教材，依据教学大纲， 制订了本学期各专业课实施性实训大纲，落实好了本学期的实验、实训内 容和任务；专业教师都能按照学校要求，依据教学大纲、实施性实验实训 大纲，制定出详细的实验实训计划，填写好实验通知单，有计划、有程序 地完成好各自实验实训任务；而且每做一个实训项目都要求学生写好实训 报告，教师认真批改；每个实验实训项目都有实验实训成绩，期末上交实 训处存档；期末认真组织 11 级学生参加技能鉴定考核；这样提高了实验实 训课的质量，增强了学生学习专业技能的积极性。

2、高度重视安全教育和安全管理。

本学期各实习场所认真组织学生学 习安全、文明生产操作规程，加强用电和设备使用安全教育，发现安全隐 患及时处理、排除或上报，以确保师生安全。

3、 组织开展第四届技能节。

做好学生的专业技能大赛和教师技能大赛， 各部办务必认真搞好大赛的赛务。本学期组织 20\_\_ 级各专业班学生开展专业技能鉴定考核。以赛促训， 以考促训。通过竞赛和考核，对学生的技能训练和技能水平的提高将有一 个强有力的促进作用。

4、组队备战江苏省技能大赛。

紧紧围绕市专业技能竞赛的规程和评 分标准，开学初制订了详细的训练计划，组织了车工、钳工、电子、会计 实务、平面设计、旅游等项目的选手参加技能大赛。在 20\_\_ 年江苏省中等 职业教育技能大赛中，我校数控铣项目、加工中心项目、导游项目、种子 检验项目、插花项目，共派出 10 位选手，参加了五个大类，7 个组别的技 能竞赛。经过激烈的角逐，我校有 8 位选手获奖，其中 5 位教师选手，3 位 学生选手获奖，共获一等奖 1 个，二等奖 1 个，三等奖 6 个，其中尹艳雯 老师获导游一等奖，葛苏雅同学获艺术插花二等奖，王辉老师获数控铣工 三等奖，贡海旭老师获电子产品装配与调试三等奖，祁玉玲老师获插花三 等奖，姚友军 、王海龙获网络组建与管理三等奖，张雅健同学获艺术插花 三等奖，师陆陆同学获电子产品装配与调试三等奖。

5、编制实验室实训室使用规划，发挥实验室效益。

在实践教学中，针 对实习耗材大、设备陈旧易损坏、个别学生人为破坏等情况，组织计算机、 机电、电子等专业教师整理耗材，科学合理利用，及时维修和保养仪器设 备，最大限度减少损失。

6、完善实训财产管理制度。

加强实习、实验管理制度，做好定期检查、 安全防患工作，对各室公物管理责任到人，学期结束实训处根据帐单对帐，做到公物在室有登记，公物外出有借单，最大限度减少公物损失，建立完 善的实验实训设备台帐，收集和管理各项设备技术资料，确保实训设备正 常运行。

7、科学安排、严格管理，确保技能考试的通过率。

本年度参加中级工考核的学生技能鉴定学生达 1300 多人，创参加人数 和工种数之最，在南京市职业学校首先开展保育员的技能鉴定，20\_\_ 年度 总体合格率为 97.3%。在全市毕业证书验印工作中，我校鉴定所受到表扬。

8、在校长室指导下，创建机电省级品牌专业 1 个，创建两个省级职教 示范实训基地，参与智能化校园建设。

二、工作中存在的问题

1、实训教学的效果还有待于进一步加强和提高，学生对实际操作技能 的掌握情况与教学目标及职业能力的要求还有很大的差距，需要进一步加 强实际操作技能的训练。

2、实习指导教师队伍的力量薄弱，急需加强和补充。

3、对学生职业能力的评价体系还不完善，要结合学校的办学特色和学 生的特点尽快建立和完善。

4、学生技能素质较差，师生不够重视，学校投入不足，参加省市技能 竞赛获奖人数少、奖次低。

三、下学期工作思路

１、继续搞好学生实际操作技能比赛，举办一次校级技能竞赛活动， 活跃校园气氛，丰富校园文化。

2、根据职业技能鉴定的考核要求对各专业的技能训练课题进一步规范 和统一，加强技能鉴定考教分离的力度，对学生要求切实加强技能训练， 同时鼓励学生一专多能、多证进行技能培训来提高自身的操作技能。

3、探索有效的校企合作模式，坚持走“产学研”结合的路子，根据我 校办学的特色及专业优势和实际设备及教学情况，挑选有一定技术含量学 生，在教师指导下完成产品零件的加工，与企业合作加工，为企业生产服 务。这样既能满足教学要求，降低了实习成本，又可产生一定的经济效益。

4、加强对专业教师八种能力的培养：专业操作能力、理论实践一体化 教学能力、技术服务和咨询能力、专业研发和工程能力、实训设备的改造 和开发能力、实训室改造能力、专业开发能力、项目课程和教材开发能力、 企业工作和锻炼的经历； 提高专业教师的技能和教学水平， “双师型” 加强 、 “一体化”教师队伍建设。

5、积极投身以专业为主体的教学管理，充分发挥好实训处服务、管理 的职能，科学分工，明确职责，努力提高实训工作效率。

6、建设好省级示范实训基地，抓好四个专业工作室建设。20\_\_ 年 6 月 30 日4

**实习实训工作总结1000字（篇5）**

国际贸易是一个复杂的过程，涉及的部门多、环节多、范围广、手续繁琐，它要求对外贸易的从业人员不仅要熟练地掌握国家对外贸易政策和外贸专业知识，还应加强我们对外贸单证的了解和实际动手能力。

实训过程

首先，我们需要分别以进口商，出口商，工厂的名义成立公司，并填写企业信息。接下来进行商务流程。良好的销售业绩需要广告的力量来宣传。我们找到广告公司开始发布广告，发布产品信息，以吸引顾客的投资采购。接着，起草合同，确定所销售的商品。然后，进行邮件磋商，洽谈关于商品等的详细情况，国外买主与出口商经一番讨价还价后，就各项交易条件达成一致，正式签订外销合同。出口商企业只负责销售产品，所以产品需要从工厂购进。出口商企业与国内工厂根据客户需要购进产品。领核销单、然后填写核销单。接下来，申请信用证，开信用证、开证银行接受申请并根据申请书开立信用证，经返还进口商确认后，将信用证寄给出口地银行请其代为转送给出口商。然后，填制正确的信用证，核对无误后，将信用证通知出口商。接下来的工作是接受信用证、出口商收到通知银行送来的信用证后，经审核无误，接受信用证，即可开始备货、装船等事宜。如信用证有误，可要求进口商修改。货物出运，需要指定船公司，保证货物在约定期限到达目的地。货物准备好后，订舱、确定好船公司，出口商即应根据相应的船期，配合装运期限进行订舱，经船公司接受后发给配舱通知，凭以填制其他单据，办理出口报关及装运手续。接着，申请检验，取得检验证明、检验机构经对商品检验合格后，签发《出境货物通关单》。然后需要申请产地证，并出口商填妥相应的产地证明书向相关单位申请签发，签发产地证，办理保险。在取得保险公司承保后，签发《货物运输保险单》给出口商。接下来需要申领核销单，出口商在报关前，须到外汇管理局申领《出口收汇核销单》。然后核销备案，填妥核销单后，出口商即可凭以向海关申请核销备案。将货物送到指定地点，出口商办完以上各项手续后，将货物送抵指定的码头或地点，以便报关出口。报关送出货物后，出口商填妥《出口货物报关单》，并备齐相关文件(出口收汇核销单、商业发票、装箱单、出境货物通关单等)，向海关投单报关。办理出口通关手续、海关审核单据无误后即办理出口通关手续，签发加盖验讫章的核销单与报关单(出口退税联)给出口商，以便其办理核销与退税。必备的单据准备好之后，装船出运，通关手续完成后，货物即装上船，开航。从船公司取回提单(b/l)。及时发送装运通知。准备齐相关单据办理押汇。通知结汇，通知出口商可以结汇，同时收取一定押汇费用。核销，去海关领取出口退税。核销完成后，出口商再凭出口收汇核销单(第三联)、报关单(出口退税联)与商业发票前往国税局办理出口退税。议付后交单、押汇银行议付后，将押汇单据发送到国外开证银行，要求偿付押汇款。拨付货款、开证银行审单与信用证条款核对无误后，拨付押汇款(即承兑)给出口地银行。通知赎单、开证银行向进口商要求缴清货款。付款、进口商向开证银行缴清货款，同时需将之前领取的贸易进口付汇核销单交给银行审核。给付单据、进口商付款后，自开证银行取回所有单据(即出口商凭以押汇的文件)。到货通知。货物已运抵进口国的目的港，船公司通知进口商换取提货单。交提单，换取提货单。申请进口货物检验、所有文件向出入境检验检疫局申请进口检验。取得检验证明，检验机构经对商品检验合格后，签发《入境货物通关单》给进口商。接着进行报关，需要将所有文件向海关投单报关。缴税、进口商向海关缴清各项税款。办理进口通关手续、海关审单通过，办理进口通关手续。提货。海关放行后，进口商即可至码头或货物存放地提领货物。付汇核销、最后，进口商还要凭进口付汇到货核销表、进口货物报关单及进口付汇核销单到外汇管理局办理付汇核销。

实训收获

这次实训收获是很大的。实训中的各类单证如信用证、汇票、海运提单、商业发票等等都是我们专业知识的凝聚和承载。努力完成实训，不仅有利于我们巩固本学期所学到的国际贸易实务和国际结算的专业知识，更利于我们预先观察日后工作中的主要内容、方法以及各种困难，利于我们察觉到自身存在的不足和缺陷，以便我们更好地进行学习和工作，利于我们更快地把所思所学转化为实践动手的能力，把专业知识和技能转变成工作能力和实际经验。

个人总结

通过这一学期对外贸单证实训这门课程的学习，我了解到外贸业务中各项单证的意义和作用，基本能够填制各种外贸单证。此次实训课的开展，提高我们了制作常用外贸易业务单证和熟悉进出口业务一般流程识别和加强单证业务操作能力。在实训过程中，发现自己在理论知识和操作技能方面还是存在不足的地方的。首先发现自己以为掌握的知识，在真正做单证的时候才发现、只是一知半解，知道有这么个事但是没能详细的掌握。在做单证的时候就会遇到很多困难。其次，就是掌握英语的重要性，国贸专业的英语水平本来就要求比较高，在单证实习中遇到的大多数单证都是由英语书写的，这就要求我们必须具有更高的英语的书写和阅读能力，这方面是以后必须要加强的，还有在单证填写过程中最重要的就是“细心”二字，在单证制作过程中细心沉着是一项非常重要的素质，在单证处理中必须要注意到每一个细节。很多错误一旦犯了，就可能需要你花几倍的时间去更正。所以在单证制作中一定要细心。

通过这次实训，我获得的经验、心得会促进我在以后的学习、工作中寻找到合理的方法和正确的方向。

**实习实训工作总结1000字（篇6）**

半年来，实训中心在学院的领导下，坚持“解放思想，抢抓机遇，科学发展，越位赶超”的战略思想，在院内相关部门的支持下，经过本中心全体同志的共同努力，较好地完成上半年的工作任务，现总结如下：

一、完成工作情况

(一)完成校内基地建设、生产和实训情况

1、教学实训茶(厂)场在做好茶园常规管理的同时，共采收茶青1248公斤、收购茶青202公斤;加工绿茶163公斤，乌龙茶12公斤、红茶80公斤。发放公务茶33.5公斤。

2、协同农科系完成11、12级茶叶班及培训班，进行红茶技能实训22批次、绿茶技能实训10批次、乌龙茶技能实训2批次、白茶初制技能实训2批次，共计370人次。

3、配合总务处平整了茶树品种园5亩和生产茶园20亩，并进行品种园和生产园的品种布局规划，茶树品种园现已种植省内外茶树优良品种102个，并做好种后管理工作。

4、配合各系积极申报央财和省财支持基地建设项目，到目前为止，茶叶生产加工技术、机械制造与自动化、计算机应用技术等3个专业被评为20\_\_年福建省级示范专业;茶叶生产加工技术专业实训基地被评为20\_\_年福建省高等职业教育生产性实训基地，并通过专家评审被推荐为20\_\_年中央财政支持建设的职业教育国家级实训基地。

(二)完成校外实训基地建设情况

配合各系在去年建立69个校外实训基地的基础上，根据教学需要，又新建了校外实训基地20个，其中农科系增加3个、计算机系增加4个、人文系增加5个、财经系增加2个、机电系增加6个，新增率为29%。同时根据校外实训基地的使用情况，淘汰了4个规模小、项目少、技术含量低的校外实训基地。到目前为止校外共建实训基地85个。此外，不断开发校外实训基地的实习项目，做到了校外基地数与毕业生人数比在1:5.5，实习岗位数与毕业生人数比为3:1。

(三)开展校企深度合作情况

1、农科系与福安市农垦茶业有限公司进一步合作，探讨在院内共建茶叶生产性实训基地达成协议。学院提供厂房和现有设备，农垦公司提供生产茶青和技术以及部分设备，共同组织坦洋工夫红茶生产，学生参与生产全程技能实训。公司还同意提供其现有品牌商标、茶叶包装等资源与学院共享，每年按成本价为学院提供共同生产的高级红茶150公斤。

2、机电系与福安健龙汽车配件有限公司签订补充协议，加强合作，共同建立汽车配件加工中心，学院将钳工实训室搬回校内，把新校区厂房提供给健龙公司，健龙公司进行添置设备，提供生产材料和技术，共同组织汽车零配件生产，学生参与生产全程技能实训。机电系还与福安精诚模具有限公司达成共建模具生产性实训基地协议，由学院提供场所，精诚模具公司建设厂房、投入设备、提供技术，共同组织模具生产。

3、计算机系与福安方与圆文化传媒有限公司就共同建立“创新项目工作室”达成协议，由学院提供实训室，双方共同投入设备。主要开展：①科技项目开发、设计与成果推广;②软件实验与技术研究;③人才需求调研、专业设置、培养方案制订;④企业职工继续教育与培训、(执)职业资格鉴定和“双师型”教师培养;⑤安排学生顶岗实习等全方位合作。此外，计算机系还与厦门联合优创网络科技有限公司合作签订共建数字媒体实训基地协议，厦门联合优创网络公司向学院捐献动漫创作优创和优绘教学软件各50套，价值20万元，双方共同开展项目研发和技术攻关。

4、人文系与福安开心游旅行社签订《合作协议》，建立“福安开心游旅行社宁德职业技术学院经营部”，学院提供经营场所，开心旅行社负责店面装修和提供办公设备，独立经营，自负盈亏。学生结合课程学习，在专业老师的指导下参与旅行社的管理和经营，全面训练学生旅游经营、管理、开发等技能。

(四)开展学院顶岗实习检查情况

为加强学生顶岗实习管理，掌握实习学生顶岗工作、学习和生活动态，加深与企业间的相互了解和交流。4月19-30日，傅高升院长、叶木全副院长带领高绍良、钟灼仔、潘玉成、汤临锋等，重点走访了福安大金龙电机有限公司、安波电机(宁德)有限公司、浙江和能现代物流有限公司、福建盛辉物流有限公司、福建利农科技有限公司、福建冠福家用股份有限公司、福建高建发茶业有限公司、厦门华祥苑茶业有限公司、厦门鑫八马茶业有限公司、厦门宏发电声股份有限公司等十多个企业，并检查了机电系、农科系、财经系10级学生顶岗实习情况。

傅院长一行每到一处，都要深入生产车间、田间地头、经营门市、就餐食堂、宿舍卧室等一线，与顶岗实习学生面对面交谈，并召开顶岗实习学生和企业管理人员座谈会，全面了解学生的工作、学习、生活情况，听取了企业对我院教学工作的意见和建议以及对学生实习情况的评价，同时也了解了学生在实习过程中的困难和问题。最后，傅院长等反复要求学生在实习中一定要虚心向工人师傅学习，学会做人、学会做事;要能吃苦，乐于奉献，注意安全;要遵守企业规章制度，踏实工作，做好每一件事;要认真总结经验，消化吸收所学知识，不断提高自身的就业能力、创业能力和创新能力，圆满完成顶岗实习任务。傅院长等还要求教务处、实训中心和教学系要认真听取企业的意见和建议，不断分析问题，总结经验，完善人才培养方案，深化校企合作，满足企业对人才的需求。

在顶岗实习检查过程中，企业对我院学生实习均给予了很高评价，认为我院学生理论功底扎实，做事认真、能吃苦，守纪律。实习企业都把我院学生作为企业的中层骨干来培养，有的学生在实习期间，企业就给予了准员工待遇，大部分实习学生打算实习结束后，就留在其实习的企业继续工作。此外，实习企业对我院前去检查学生顶岗实习工作也给予了大力支持和高度赞誉，认为我院对学生高度负责，注重校企合作，并热切希望我院能为企业输送更多优秀毕业生。参加顶岗实习的学生也深切感受到学院领导及老师对他们的关心和爱护，都表示要好好学习、认真工作，为学院争光。

(五)完成制度建设情况

1、制定并颁布了《宁德职业技术学院学生实习实训安全管理规定》和《宁德职业技术学院实习实训学生安全及突发事件应急处置预案》，进一步完善学生实习实训安全管理和责任分工，明确各自职责，确保教学安全万无一失。

2、制定并颁布了《宁德职业技术学院引企入校合作共建项目管理规定》，本规定进一步明确了合作双方责、权、利，以及合作方式、合作条件、项目管理、合同管理、资产与财务管理、年度效益评估和考核等。使得学院引企入校合作共建项目管理有章可循，有法可依。

二、存在问题

(一)校内实训基地建设方面。工科类实训基地场所太小，起不到规模效应，职场氛围不够浓;个别系实训室比较分散，难以协调管理;有的实训室场所不适用，对仪器设备损害较大。校内生产性实训基地建设工作滞后，尚未做到“教、学、做”一体化，与示范性高职院校相比，差距还很大。

(二)校外基地建设方面。虽然有一定数量，但有些基地规模小，科技含量不高，提供给学生实习的岗位数偏少;有的基地效益不好，学生实习补贴较低;有的基地对学生实习不够重视，实习效果不理想。

(三)校企合作方面。校企合作还停留在初浅层次，校企合作订单培养尚不完善;校企合作共建实训基地，双方投入不对等，效益分配不平衡;社会捐献工作起步较晚，获得社会捐献数额较少。总而言之，尚未做到校企深度合作，合作办学、合作育人、合作就业、合作发展工作还而坚持不懈努力。

三、下半年工作计划

继续认真贯彻落实学院“解放思想，抢抓机遇，科学发展，越位赶超”的战略思想，按照年初既定计划，不折不扣，主动作为，完成各项工作任务。

(一)校内实训基地建设

1、建好电机与电器专业国家级实训基地和茶叶生产加工技术省级生产性实训基地，提升专业服务产业发展能力。

2、加强茶叶生产加工技术、机械制造与自动化、计算机应用技术等3个专业实训基地装备建设，完善管理机制，真正起到专业示范作用。

3、做好学前、茶艺、会计等8个新专业校内实训基地建设，满足新设专业教学需要。

(二)校外实训基地建设

1、根据新设专业教学需要，通过调研、考察、协商，尽快建立校外所需基地，满足教学需要。

2、继续收集企业信息，选择更好的企业建立校外实训基地，关闭一些规模小、技术含量低、实习岗位少、企业热情度不高的校外实训基地。

(三)校企合作建设

1、加强校企勾通和协调工作，解决校企合作之间存在的一些问题，促进合作企业对学院教学的支持，提高教学质量。

2、配合学院就业中心向合作企业推荐优秀毕业生，鼓励毕业生到合作企业就业，努力做到校企“合作办学、合作育人、合作就业、合作发展”，促进校企互惠共赢。

**实习实训工作总结1000字（篇7）**

博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。近水楼台先得月，向阳花木易为春。五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。不见年年辽海上，文章何处哭秋风。吾不能变心以从俗兮，故将愁苦而终穷。

在实习过程中，我能够感受到公司“以人为本”的管理思想，始终把顾客的需要放在第一位，这是作为一间公司逐渐构成了良好的企业文化，也就是说，公司已经具备了足够的亲和力和一个良好的工作环境。在我的意识中，我觉得一个好的品牌首先是有好的质量和信誉，其次就是有足够大的知名度。我觉得做大牌，就应把公司的整体形象给宣传出去，让这个品牌深入人心，不仅仅要利用传统的广告媒体，同时也要利用现代的网络技术，在短短的一个月左右的时间里，我学到了很多以前从未涉足的事物，如果不是公司给了我一次深刻的体现机会，可能我此刻还只是一个只会拿书本的书生，要所最深刻的事，当然就是跟踪客户了，以前认为只是去客户那里单纯的了解一下状况就能够了，可是却没有想象中那么简单。例如有时候想了解一下客户的打印量的状况，客户却让你自我搞，可是自我却连按哪个键都不明白，那怎样了解呢到最终，还是要客户自我动手。这时候，我只能呆呆地站在那里，心里很不是滋味。由于对业务的不精通，遇到这样的事也是必然的。所以，我对自我说，无论你拿着本书说的怎样厉害都好，轮到你要实际操作的时候，你只能无奈地站在那里，“纸上谈兵”在这个年代是行不通的。这同时又证明了要做好一份工作，不仅仅要了解

相关的理论知识，还要了解实际操作。

透过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐的我喜欢上这个全新的专业，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每一天都有很多的新的体会，新的相反，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：

1、坚持

我们不管到那家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们看，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便产生离开的想法，在这个时候我们必须要坚持，轻易放下只会让自我后悔。

2、勤打杂

我们到公司去实习，公司多数是把我们当学生看待。公司在这个其间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，所以，我们就应主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也仅有打杂。这样公司同事才会更快的理解你领导才会喜欢你，接下来才会让你做一些重要的工作。

3、多听、多看、多想、多做、少说

我们到公司工作以后，要明白自我能否胜任这份工作，关键是看你自我对待工作的态度，态度对了，即使自我以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自我有知识基础也不会把工作做好，四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自我就应怎样做，然后自我亲自动手去多做，最终在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自我也能够完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自我的态度，这样才能把事情做好。

4、少埋怨

有的人会觉得公司那里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自我的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自我的压力，所以，我们就应少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题就应想办法去解决而不是去埋怨，这样才能持续工作的活力。

5、虚心学习

在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也就应虚心的理解，不要认为自我懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

6、错不可怕，就怕一错再错

每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你，但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的待遇了。

经过这次实习，我从中学到了很多课本没有的东西，在就业心态上我也有很大改变，以前我总想找一份适合自我爱好，专业对口的工作，可此刻我明白找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我此刻不能再像以前那样等待更好机会的到来，要建立起先就业再择业的就业观。应尽快丢掉对学校的依靠心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自我能够在社会上快速成长。相顾无相识，长歌怀采薇。草枯鹰眼疾，雪尽马蹄轻。受任于败军之际，奉命于危难之间。天下兴亡，匹夫有责。同是天涯沦落人，相逢何必曾相识。

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！