# 2024字的实习总结

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-05-06

*20\_字的实习总结(精选8篇)20\_字的实习总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的20\_字的实习总结样本能让你事半功倍，下面分享【20\_字的实习总结(精选8篇)】，供你选择借鉴。>20\_字的实习总结篇1回首自己走过的...*

20\_字的实习总结(精选8篇)

20\_字的实习总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的20\_字的实习总结样本能让你事半功倍，下面分享【20\_字的实习总结(精选8篇)】，供你选择借鉴。

>20\_字的实习总结篇1

回首自己走过的这么多年，我感慨良多，自己之前都是在校园中度过，至今十几年的寒窗苦读，我除了学习读书之外，就没有什么特别的特长了，我相信自己能够做的更好，只是现在我还有着更多的顾虑。在毕业之后走上社会，我可以做好吗，我对社会知之甚少，我要做的还有很多，我相信我会在前进中会跌倒很多次，我想如何才能够少跌倒，我能够做到的就是必须要参加实习了。

古人曾说：读万卷书，不如行万里路，行万里路，不如阅人无数。虽然说只是短暂的一个月的实习时间，但走出象牙塔，第一次放开局限的视野，接触到更多形色的人，也可以算是初踏社会了。在学校的时间里，一直很迷茫。同学之间从小生活环境的不同导致价值观、世界观认识的偏差。所以很长一段时间里，会对自己坚持的方向有所动摇。是那种不清楚自己所坚持的是否是一个正确的想法，不确信自己所执意的是否是一条对的道路的心情。而这一切，即使与理解自己的人交谈，即使得到了肯定与支持，也还是不能够完全放开心去实行。也许这就是潜移默化的作用，大家一起长时间的相处，慢慢的就会失去正确的分辨能力。

而这一次实习，却从大家的眼中感受到了那个不同以往的自己，是一个自己都没有发现的另一面。与每个人的交谈，听大家说自己不同的经历与经验，都是学习。很愿意听胡总告诉我做人做生意的道理，知道无论我们在干些什么，立身之本还是品格，也许身边会有品行不端之人逞一时之快，但毕竟立不住做人的根。也很欣赏迪总对朋友的真诚与仗义，知道在现在这样一个社会，认识一个真正的朋友有多难。而更重要的是，这些认识都在一次次的校正自己的观念，因为亲生经历过，所以明确了坚定了信念，不会再动摇以后日子的方向。学会了坦然面对自己知识的匮乏，经历的单薄。明白与人交往，要多听少说，多看多问，多问多想。只有通过这样的方式才能快速学习迅速成熟。但很多经验不是通过别人的教导就能指导于自己的生活运用的游刃有余的。所以更要懂得敢去追逐自己想要的东西，敢放手去做，试问就算做错又有什么关系呢?要想进步，就必须吸取教训。我们可以通过他人的事例去总结，也必须通过自己的失败去反思。不管别人怎么想怎么说，明确什么对自己最重要，自己想要的生活到底是什么?无论环境如何，不管流言蜚语，要内心坚定目标明确。

浅尝社会，了解到世事的复杂多变，知道做人要懂得把持。这个世界没有免费的午餐，永远不要走捷径!梦想的实现的确不易，也许历经千辛到头来也还是破灭，但无论怎样，任何一件事情都需要我们一步一个台阶稳妥的走好。其实有些事情，路过了，也就不谈后悔。从来都是这样，告诉自己，做人要踏踏实实，要能屈能伸，而非寻找所谓的捷径，妄想着一步登曾听到过这样一句话：一个年轻人，如果三年的时间里，没有任何想法，他这一生，就基本这个样子，没有多大改变了。现在社会竞争是那么激烈，而时间永远走在人的前面，所以必须要更好的规划自己的未来，给自己定一个目标，然后，把它分解成一年一年，半年半年的，三个月的，一个月的。这样，你才能找到自己的方向，你才知道自己真正想要的是什么，才可以在这样的一个社会里用最短的时间学到最多的东西，更快速的成长。但同时，自省是十分必要的，时常反省，去改变那个不太好的自己，能少走弯路，提高效率。

也看到了自己很多的不足。要学会克制自己，无论何时都要客观理性的分析问题，不让情绪左右自己的意志，而做出错误的判断;要学会感激一切的挫折，那些给予我们磨难的人，因为明白苦难都是难能可贵的财富，都将为我们奠定未来道路更稳健的基石;更要学会严格与不强求，对自己必须有原则，有底线，对承诺过的事情要完成要兑现。而面对那些无法支配的东西，努力过就不必后悔，放弃与坦然的释怀也是成熟的表现。

这一个月的时间里，学到了很多，因此压力更大。倘若此刻的我已离开老师与父母的保护，需要独立的为自己去奔波去谋一个出路，我拿什么自信比得过别人?很多领域是在象牙塔中长大的自己不曾涉及的，但社会就是这样，没有人会认为你还是个孩子，允许你的懵懂。这个社会竞争太激烈了，中国20\_\_\_\_底，有一百多万大学生找不到工作!不学习，就会被淘汰。竞争这么激烈，所以，我必须改变一个思想观念：大学毕业了，不是学习的结束，而是学习的开始。也许时间短暂没法让我感悟得更深切，但我相信我这一个月的感受会更好的指导于我往后的大学生活，因为此刻我已感觉到自己又站在了一个更高更开阔的平台上。

以后的道路，我要做好的还有很多，我对前景突然有了那么一点忧伤，因为自己还是有很多的路要走，不过之前的路我已经走好，以后的路还要靠自己努力，我相信我可以做好的。这次实习时我人生路上的一次宝贵的财富，我会一直努力下去，通过自己的努力，我相信自己会在最终的道路上去的更大的成功!

>20\_字的实习总结篇2

一、实习单位简介

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日至\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日，我在\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_进行了\_\_\_\_天

的实习。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(公司简介) 二、实习内容 1.生产工艺流程及说明 1.1八连杯灌装车间工艺流程：

说明：班长、品控员对产品质量负责，其他人员按岗位承担相应责任。 1.2瓶装酸奶灌装生产工艺流程：

说明：1. 班长、品控员对产品质量负责，其他人员按岗位承担相应责任。

2.瓶装其他瓶中牛奶，除去添加菌种和发酵剂。 1.3袋奶灌装生产工艺流程：

说明：班长、品控员对产品质量负责，其他人员按岗位承担相应责任。

1.4屋顶包灌装生产工艺流程：

说明：班长、品控员对产品质量负责，其他人员按岗位承担相应责任。

2.注意事项(个人总结)

2.1八连杯生产线

2.1.1垫板出现碎、少、脏;

2.1.2吸管：脏、裂开一部分不够数、异味;

2.1.3日期：未有或不清楚，可能是机器未放好或堵了;

2.1.4封膜时未把膜封好;

2.1.5奶质量不好或奶未配好，发酵不好，口感不好;

2.1.6由于未调试好，热收缩膜未把奶杯封好。

2.2超高温生产线

2.2.1日期对错;

2.2.2密封性的好坏，是否漏奶;

2.2.3数量是否对;

2.2.4奶重量是否在规定范围内;

2.2.5奶的感官以及一些成分含量;

2.2.6每车要留两袋样品。

2.3瓶装生产线

2.3.1瓶是否冲洗干净;

2.3.2瓶是否弄错(酸奶和鲜奶);

2.3.3瓶盖是否封好;

2.3.4瓶内奶是否够量;

2.3.5盛瓶箱子是否冲洗过，是否干净;

2.3.6瓶子是否破损;

2.3.7奶是否合格。

2.4塑桶生产线

2.4.1奶是否够量;

2.4.2桶是否干净，桶内外是否有异物;

2.4.3桶是否密封好;

2.4.4封膜是否把桶封好;

2.4.5日期是否正确;

2.4.6奶感官及成分含量。

2.5屋顶包生产线

2.5.1日期是否正确;

2.5.2数量是否够数;

2.5.3奶的感官及成分含量;

2.5.4包装是否严密，有无漏奶;

2.5.5重量是否在规定范围内;

2.5.6留样：每种每日两个;

2.5.7250ml的勿忘加吸管;

2.5.8注意日期，勿装错箱子。

2.6新鲜杯生产线

2.6.1日期是否正确;

2.6.2箱上应印的是否印上;

2.6.3数量是否够数;

2.6.4是否装对箱子;

2.6.5感官评定及成分含量;

2.6.6是否漏奶;

2.6.7装箱及装筐勿混;

2.6.8留样。

三、工厂中存在的问题及意见

通过在\_\_\_\_的实习，我发现车间存在一些不足，主要有以下几点：

1. 风淋间基本未用过，前处理的工人很少那里走过，我认为一个正规的企业不应该只是为了应付才上项目;

2. 入口处的消毒程序，可以说没几个工人知道，不知道培训人员是如何培训的;

3. 在车间里的墙上贴着“禁止用水冲洗地面与机器”的标示，可是在打扫卫生时一直用水冲洗地面与机器，要求与实际操作不一样;

4. 车间内偷喝奶现象严重;

5. 紫外灯对人体危害大，可还有工人在紫外灯开时进入车间，应加强安全教育;

6. 工厂车间设计未按要求来，还有一些地面破损，不仅运输不便，而且不卫生;

7. 工人在吃饭和上洗手间时经常穿着工作服，未按要求来。

四、实习总结

通过在\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_的\_\_\_\_天的实习，有了很多的感触与收获。从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，在这巨大的转变中，有着彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。\_\_\_\_天的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义，课本上学的理论知识用到的很少很少。但我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

就算再寒冷再差的天气，只要未安排休息，都得去上班，有时候订单大，晚上得加班，那留给个人支配的时间更少，这时必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来。每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦，犯错遭领导责骂时不能赌气就辞职。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。

也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己的理财能力，我们刚毕业，工资水平普遍不高，除掉房租餐费和日常的开支，有时候寄点钱给父母补贴家用，我们常常所剩无几，一不留神可能就入不敷出成为月光一族，但此时我们再也不好意思伸手向父母要，因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔少的可怜的钱。

踏上社会，与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖，因此刚出校门的很多时候无法适应。在离毕业走人仅剩的几个月，更加应该珍惜与同学之间的相处。

>20\_字的实习总结篇3

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习中，我采用了看、问等方式，对\_\_花园管理处的物业管理工作的开展有了进一步的了解，分析了管理处开展物业管理有关工作的特点、方式、运作规律。同时，对管理处的设施管理、事务管理、保安管理有了初步了解。

一、加强人力资源管理，创“学习型、创新型”企业

1、严把员工招聘关。\_\_物业在招聘管理人员须毕业于物业管理专业;招聘维修人员须具备相关技术条件的多面手，并持有《上岗证》;招聘安保人员须属退伍军人，对其身高、体能、知识、品格、心理素质等都进行严格考核挑选。

2、做好员工的入职、在职培训工作。\_\_物业对新招聘的员工进行上岗前的相关培训工作，使员工对小区的基本情况、应开展的工作心中有数，减少盲目性;随着市场竞争激烈，知识、技能的不断更新，对在职员工提供各类专业性的培训机会。\_\_物业提倡“工作就是学习，工作就是创新”，每位员工都争做“学习型、创新型”员工，员工中形成了一种积极向上的比帮赶超的竞争氛围。从而，使员工个人素质得以提高，管理处的管理服务水平和管理效益得以提高，树立了良好的企业形象。

3、从实际出发，管理处严格参照\_\_\_质量体系运作，制定了严格的规章制度和岗位规程、工作标准、考核标准。管理处根据员工的工作职责，制定全方位的上级、平级、下级的360度考核办法;制定量化考核标准，实行定性和定量考核相结合，增强了考核的可操作性，减少考核时人为因素的影响;建立完善考核机制，实行末位淘汰制，避免了考核走过场的现象，通过考核机制的建立，增强了员工的危机感、紧迫感，促使员工不断提高自身素质。

二、培育自身核心专长，创特色服务，提升核心竞争力

在实习中，我看到一套由\_\_物业合作自行设计开发的“一站式物业管理资迅系统”物业管理服务软件。该软件包括：“一站式客户服务、一站式资迅管理、一站式数码社区”三大体系，是一个利用网络、电子商务、科技手段来提高物业管理水平和服务质量，有效地开发、整合、利用客户资源的资迅系统。管理处全面提倡“一站式服务”、“保安”的特色管理服务。从而，实现了高效的管理运作，解决了业主的奔波之苦，创造了一种无微不至、无所不在的服务，提升了服务效率，提高了业主满意度，提升了物业管理服务的水平和服务质量，最终提升了公司在激烈的市场竞争中的核心竞争力。

三、推行“顾客互动年”，促进公司与业主之间的良性互动

\_\_物业在与业主关系管理方面，在实习中我了解到，在20\_\_年\_\_重点开展了“顾客互动年”活动。成立了\_\_俱乐部，设立新生活服务中心，开通客户服务热线，及根据小区居住的业主不同的年龄、不同的爱好与兴趣、不同的层次等，有针对性地开展日常的社区活动与主题活动。如：三月份，开展了学雷锋义务服务活动;“六一”儿童节，与幼儿园联谊开展游戏活动;十月份，组织小区业主观看露天电影;十二月份，圣诞节由圣诞老人派发圣诞礼物……通过开展各类丰富多彩的互动活动，加强了公司与业主、业主与业主之间的沟通交流，创建了互动的顾客关系，营造了浓厚的社区氛围和良好的居住环境。

四、重视物业管理的重要基础工作——设备管理

对于设备管理，我在实习中看到，管理处着重建立和完善设备管理制度;对各类设备都建立设备卡片;做好设备的日常检查巡视，定期进行检查、保养、维修、清洁，并认真作好记录，发现问题及时解决。如对水池、水箱半年清洗消毒一次，进行水质化验，以保证水质符合国家标准;发电机每月试运行一次;消防泵每月点动一次，以确保发生火灾险情时，消防泵能正常使用。等等。

五、管理处一道亮丽的风景线——安保队伍

管理处的保安管理设大堂岗、巡逻岗、监控岗、指挥岗，岗与岗之间密切联系，对小区实行24小时的安全保卫。建立并完善各项治安管理规章制度;对新招聘的安保员进行上岗前岗位的基本知识和操作技能培训，加大对在职安保员的培训力度，注重岗位形象、礼节礼貌、应急处理能力等培训，从而增强安保员的工作责任心和整体素质;强化服务意识，树立“友善与威严共存、服务与警卫并在”的服务职责，安保人员在做好治安管理职能外，还为业主提供各种服务，形成了管理处一道亮丽的风景线。

短暂的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。通过实习，加深了我对物业管理知识的理解，丰富了我的物业管理知识，使我对物业管理工作有了深层次的感性和理性认识。同时，由于时间短暂，感到有一些遗憾。对物业管理有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。

通过实习，我认识到要做好物业管理工作，既要注重物业管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。物业管理作为微利性服务行业，它所提供的产品是无形的服务，物业管理是一种全方位、多功能的管理，同时也是一种平凡、琐碎、辛苦的服务性工作。

>20\_字的实习总结篇4

记得上月末，上级通知我们，2月份转正考试前，每个试用期员工上交工作总结一篇，两千左右，心中徒增了件事情。感叹，时光荏苒，稍纵即逝，短短的三个月实习期转眼结束，在天子湖工地与公司办公室之间忙忙碌碌、来来回回，接触不太熟悉的燃气设备，学习不太明白的专业词汇，感触很深，收获颇丰。

俨然，适应全新的工作，适应全新的生活，决不是件简单轻松的事情，而是需要我们时刻留心学习，尽快掌握专业知识并进入工作角色。实践是检验真理的唯一标准，实习过程中，大部分时间需要我们在施工场地上观察、提问、接触，原先文上学习到的点滴，只有通过工作环境中的检验，才能胜任以后工作中细致入微的运用。从书面的理论知识到工作中的实际操作，从最直观的视觉感触到大脑中的认识成熟，其实，像这般锻炼、进步的过程中，收获最大的是很多工作需要自己去摸索和探讨。三个月的时间，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，可以说，安吉管道燃气公司这个优秀的平台给予了我们新进员工完备的系统，让我们深入了解了公司的企业文化、组织结构、管理方式，让我们清楚体会了人生难得的经验和道理，学习到了很多只有在工作和实践中才能领悟的知识。

11月19日那天，我非常荣幸得加入到安吉管道燃气有限公司这个大家庭，“安管燃气”分属于“浙江城燃”，作为安吉天燃气事业的领军者，“安管燃气”有着朝阳般的精神，有着广阔的发展前景。刚进公司，我们试用期员工最先做的是学习燃气相关的专业知识，之后是三级教育、燃气基础知识的培训和考试。我个人是首次近距离接触城市燃气这个既陌生又熟悉的行业，陌生是因为以前没有真正接触过他，只是看过相关的介绍，熟悉是因为他在我们日常的生活中越来越重要，与我们的联系也愈来愈紧密。近年来，随着社会对清洁能源需求不断扩大，天然气经济、清洁、环保的特点逐渐突出，在得到了人们青睐的同时也得到了极大的推广。专家指出，当前对于城市燃气而言是一个很有意义的时期，天然气领域拥有巨大的市场前景，恰恰城市燃气就是天然气消费领域的重要部分，而国家提出的“\_\_”规划更是推波助澜，起到了极好地促进作用。随着天然气走进工厂企业，走进千家万户，城镇的用气量必定将有一定程度的上升，“安管燃气”在\_\_年完成天燃气置换后迅速发展，引来越来越多的有识之士瞩目，未来能有幸成为一个正式的“安管燃气”员工，这些是我感到骄傲、自豪的！

当然，能量越大责任越大，记得公司对我们进行安全和消防知识培训的时候，我便清晰的认识到公司对于安全生产的重视程度，管道燃气运行时要面对安全方面的问题有很多种，例如：地震、火灾、腐蚀漏气、违章施工等，所谓“安全就是生命”，同样的，安全更是企业生存的重要需求。从公司的角度来讲，在施工质量保证，日常维护得当的前提下，天然气的安全与正常供应离不开员工们的兢兢业业，离不开员工们对安全认真负责的态度。从我个人的角度来讲，从走进公司的第一天起，我便被告知今后工作的责任之重。的确，天子湖门站日常安全运行责任重大，我绝不能忘记安全这一关键，必须时刻培养自己的使命感、责任感还有危机感，重实效、抓细节，如若由于一时疏忽而造成不可挽回的损失，结果必定是不堪设想的。公司安排我们每天在天子湖门站建设的工地上学习，记下管线走向，也是希望我们将施工过程中隐藏着的许多可能导致事故发生的危险因素及时发现和上报，把安全落实到每个现实工作的环节里。

截止春节前夕，天子湖工业园区内以pe250管为主，共铺设管线4000多米，门站内房屋基础、水泥道路亦基本完成。我相信，未来天子湖门站的竣工验收，为周围几十家企业提供清洁、便利的天然气的同时，也会实实在在提高“安管燃气”的经济效益。在公司不断发展、人员不断增加、管理不断细化的大环境下，每一个工作人员都应该具备和本岗位专业技能相匹配的专业知识，其实，论专业知识和技能，我有太多太多需要学习，需要实践的地方，问起一些问题还是处于略懂或不懂的状态，而前辈常常教育我们：做事如做人。做好专业知识这门功课，不单是要落实在思想认识上，更是要平时多努力工作多看书阅读，同事之间多互帮互学，不断改造自己提高自己，争取在平凡的岗位上做出优异的成绩，实现人的个人的价值和社会价值。

公司领导一直高度重视我们新进员工的培训与培养，目前，我们为期三个月的试用期即将结束，随之而来的将是部门负责人对我们的教育和考核，离开了实习期较为宽松的环境，我们会感受到正式工作的严谨氛围，会更加清醒地认识到肩负的责任。毕竟，作为新人，我们还有很长的路要走，还有许多不足之处，我会在以后的工作中多留心，多请教，多专研，做好自己本职工作的情况下，按照公司的标准和要求，努力向上积极争取，力求早日成为一个合格的“安管燃气”员工。

最后，感谢公司的各位领导，感谢公司的各位同事在这几个月的工作和学习中，给予了我们那么多无私的帮助，一个优秀集体所拥有的价值，不仅体现在安全管理、高效运营、经营服务上，还体现在同事之间的热情和体贴，新的一年，让我们齐心协力，共创美好灿烂的明天！

>20\_字的实习总结篇5

第一次参加社会实践，我明白中学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。透过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

一:挣钱的辛苦整天在公司辛辛苦苦上班，天天应对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原先父母在外打工挣钱真的很不容易!

二:人际关系

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都明白社会上人际交往十分复杂，可是具体多么复杂，我想也很难说清楚，仅有经历了才能了解.才能有深刻的感受，大家为了工作走到一齐，每一个人都有自我的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎样把握了.我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的提高。同时在这次实践中使我深深体会到我们务必在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自我先想方设法解决，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学潜力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

三:管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就务必要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学，要用到不一样的管理方法，意思就是说:在管理时，要因人而异!

四:自强自立

俗话说:\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说:在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，可是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!此刻，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

五:认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，可是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识潜力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识潜力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表此刻认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，可是认识一经产生就具有相对独立性，能够对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自我所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等零。理论就应与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。透过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不一样，接触的人与事不一样，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

六:专业的重要性

选取了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自我在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是教师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自我对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践就应能够应付得来，可是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就能够交上去了，但在工厂里，数字绝对不能够出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时持续着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但那里更需要的是与实际相结合，仅有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以必须要个性留意谨慎，并且一旦出错并不是像在学校里一样教师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上职责的，这关乎工厂的利益损失。

>20\_字的实习总结篇6

瑞仪光电(苏州)有限公司于20\_年2月成立，总厂设于台湾，占地31600平方公尺，建筑面积5200平方公尺，主要以液晶显示器光电元件为主，如背光板模组(b/l)、精密光电导光板(lgp)、膜片的组立，裁切。公司总投资金额计美金3580万元，注册资本额1500万美元。公司位于江苏省吴江松陵镇经济开发区江兴东路1621号。公司的主要客户有:友达光电、松下电器、三星等等。公司品质政策:注意源头、关心过程、追求卓越。公司的经营理念:一流的员工、一流的产品、一流的设备。公司产品的进出口都按照国家有关规定进行办理，在税收方面做到，不偷税、不漏税，严格按照财政有关政策进行纳税。

在20\_年5月19日至20\_年9月15日，我院组织我们进行了顶岗实习。实习单位:瑞仪光电(苏州)有限公司，本次实习主要有两个方面:

一、参观实习并从基层做起、

二、锻炼在工作中不怕苦、不怕累的精神及坚强的意志，坚持不懈的工作风貌。

这段时间，我经过顶岗实习这段过程，我收获颇多，为了给自己的工作做一个交待，也为了给日后写实习报告提供素材。我将顶岗实习报告写下，敬请各位老师及同学提出宝贵意见。

二、实习目的:

生产实习是教学与生产相结合的重要实践性环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实践学习的能力和方法为目标。培养我们的团队合作精神、牢固树立群体意识，及个人智慧只有在融入团体中才能最大限度的发挥作用。

1、通过这次生产实习，使我在生产实际中学到了背光板模组的全部操作流程以及技术管理知识，背光板模组的组装过程知识是我们在学校无法学到的实践知识。

在向老员工学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风，谦虚谨慎的工作态度。在生产实践中体会到了严格遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的。从而进一步的提高了我们的组织观念。

2、通过这次生产实习，对我们巩固和加深所学的理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观念起了重要作用。

三、实习任务:

1、较全面、综合的了解企业的生产过程和生产技术，较深入、详细的了解生产的设备、工艺、产品等相关知识，了解了企业的组织管理、企业文化与销售等方面的知识和运作过程。

2、在实习过程中，积累了一定的工作经验和社会经验，在职业道德、职业素质、劳动观念、工作能力等方面都有所提高。

逐步掌握了从学生到员工的角色转换，为毕业后的就业打下良好的基础，提高就业竞争力。

四、实习的基本要求:

1、在实习期间我们严格遵守企业的各种规章制度和相应的劳动纪律，不能无故请假和擅自离岗，有特殊情况需向我们的直接领导人请假或是获得指导老师的一致同意。

2、在实习期间我们严格遵守岗位操作流程和安全管理制度，严防工作责任事故和人身安全事故的发生。

3、必须遵纪守法，不违反厂纪厂规、校纪校规所不允许的各种活动。

4、努力工作，积极完成领导所安排下来的任务，虚心主动的向他人学习、全身心的投入到工作中去。

5、和领导及员工之间多进行沟通，沟通才能理解，使全体员工意识到沟通的重要性。

通过在瑞仪的四个月的实习过程中，我收获颇多，虽说是很苦很累，但最终还是受益匪浅。

实习期间我操作的具体工作是确认四角，看我们所做的产品是否合格，看panel是否完全卡入到mf中，同时特别注意我们的产品有无欠品，看panel有没有broken、crack、chipping，这些知识对以后的作业有很大的指导意义，在日常生活中有着更现实的意义。然后这次实习对自己的动手能力是个很大的锻炼，实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的，没有足够的动手能力就没有未来的科研成就，在实习中，我锻炼了自己的动手能力及技巧，提高了自己解决问题的能力。

五、实习感悟:

我出来学校的四个月，已经是半个社会人了，不能再像学生那样，某些时候可以随心所欲。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好地把理论应用于实践，在实践中领悟理论。在实习过程中，我渐渐的认识到，每一份工作或是每一个工作环境都无法尽善尽美，但每份工作都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴等等。这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。在工作中每天始终怀着一颗感恩的心，你一定会收获颇多，同时你还会发现自己已经在锻炼中变得勇敢、坚强、豁达。这样的你已是不断前进在成功的路上了。

最后感谢这一段曲折的时光;感谢企业对我们的重视和培养;感谢我们所遇到的同事们的一路支持和帮助，让我们在前进的道路上充满了激情和勇气;感谢渝州科技学院，让我们在大学生涯中结识到很多良师益友，让我们在知识的海洋里不断吸取知识和完善自己;感谢我的指导老师动的辛勤付出与教导，给我们无微不至的呵护，让我们在工作中振作起来并找到了迷茫的出口。最后，我要感谢我的父母，是他们给予我生命并竭尽全力给予我接受教育的机会，养育之恩没齿难忘!

>20\_字的实习总结篇7

20\_\_年，在各级党委、政府的正确领导下，在各级领导和同志们的帮助支持下，我以“服从领导、团结同志、认真学习、扎实工作”为准则，牢记组织和领导的重托，始终坚持高标准、严要求，立足基层、磨炼意志，扎扎实实做事、干干净净为人，勤奋敬业、锐意进取，自身的政治素养、业务水平和综合能力等都有了很大提高，树立了选调生的良好形象，较好地完成了领导安排的各项工作任务，得到了领导和同志们的充分肯定和好评。现将一年来的工作总结如下：

一、加强学习，注重政治素质和工作能力提高。坚持认真学习邓小平理论和“三个代表”重要思想，用马列主义武装自己的头脑，不断加强自身世界观、人生观和价值观的改造，提高自身的政治理论水平和工作能力。认真学习深刻领会上级工作会议精神，在实际工作中认真加以贯彻，保证党和国家路线方针政策的执行。一年来，共写、学习笔记累计10000余字。通过扎实的思想政治理论学习，为自己开展各项工作提供了强大的思想武器，在日常工作中注重学以致用，取得了明显效果。在加强理论学习的同时，注重更新知识结构，重点加强业务和政策法规知识的学习，努力做到在工作中学习，在学习中工作，精益求精，不断探索，使自己更加胜任本职工作。

二、身体力行，深入细致地作好本职工作。根据组织与单位领导的安排，一年来，我时时严格要求自己，较好的完成了以下几项工作：一是镇办公室工作。作为乡镇党委秘书，在工作中我端正态度，积极主动，无论是接听一个电话、传达一个指示，还是撰写核对一篇文稿、汇报一项工作，都力求做到准确无误，较好地完成上传下达工作，充分发挥了办公室的纽带作用、窗口作用。二是包村工作，去年初，根据镇工作的需要，我负责\_镇西南片工作。在工作中，我放弃了许多休息时间，深入群众，深入基层，经常走村串户，与村民聊天，拉家常，了解农村工作的实际，立足本职，发挥自身优势，创造性地开展工作，圆满完成了种粮直补、农业税征收、“两工”和基层稳定等重要工作。三是县委调研室工作，去年12月份，经组织考察推荐，我调入县委办公室工作，面对新的工作环境，我一切从头做起，认真钻研业务知识，不断学习经济、法律、人文、计算机等方面的知识，注重积累，学以致用。立足于办公室工作，用心观察，用心思考，用心研究，积极开拓创新，及时准确认真完成领导交办的各项工作任务。对自身严格要求，严格遵守办公室各项规章制度，尊重领导，团结同志，谦虚谨慎，平易近人。综合表现得到了县委办公室领导的充分认可与肯定，受到办公室各位同志的一致好评。

三、坚持严于律己，努力做好表率。一年来我不断加强思想作风建设。始终把耐得平淡、舍得付出、默默无闻作为自己的准则;始终把增强公仆意识、服务意识作为一切工作的基础;始终把作风建设的重点放在严谨、细致、扎实、求实上，脚踏实地埋头苦干;始终保持青年干部的蓬勃朝气、昂扬锐气和浩然正气，努力成为其他同志的楷模。

通过一年来的工作实践，我深深体会到：作为一名选调生、一名年轻干部，基层的锻炼是一笔宝贵的财富。要想在政治上靠得住、有本事，应具有“三心”。

一是崇高的事业心。事业心是成功者的基石，胜利的源泉。在基层工作的我们由于工作对象的特定性及工作环境的艰巨性与复杂性，需要我们有强烈的责任感和使命感。只有这样，人生才会显得充实，精神才会有所寄托，困难才能得以克服。

二是爱心。爱心的具体表现形式本人认为应是以人为本，坚持实事求是的工作作风。实事求是是马克思主义、毛泽东思想活的灵魂，是邓小平理论的精髓。作为一名干部应有一种视人民为父母，时刻关心人民冷暖的爱心，以一种实事求是的态度发现问题、研究问题、解决问题，以一种主人翁的态度创造性的开展工作。

三是进取心。作为一名干部应该通晓马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论、三个代表重要思想，要掌握党的路线、方针、政策;对一般的社会科学和自然科学有一定的了解;对社会生活的实际知识需进一步掌握;与此同时，知识更新的速度不断加快，这就必然要求我们挤出时间充实自己，继续接受教育，勤奋刻苦地学习新知识，新技能。既要向书本学习，又要向他人学习，向社会学习。

总之，一年来，我在工作上取得了一定成绩，理论水平、工作能力和自身修养有了一定提高。但距领导和同志们的要求还有不少的差距：一是政治理论学习的系统性和深度还不够，特别是具体事务性工作多的时候，对自己在理论提高方面要求的标准不够高;二是工作中有时有急躁情绪，工作方式方法有时不太细，需要进一步改进。三是如何在岗位工作中坚持与时俱进、大胆创新做的有欠缺，意识还不够强。在今后的工作中，我将发扬成绩，克服不足，以对工作、对事业高度负责的精神，脚踏实地，兢兢业业，尽职尽责地做好各项工作，努力做一名优秀的选调生，做一名优秀的年轻干部，不辜负党和组织对我的期望。

>20\_字的实习总结篇8

我作为一名光荣的顶岗实习生已经两个多月了，随着实习的深入，我们各位同学对顶岗过程中的甘苦之乐，得失之别有了更清楚的了解，对于教师这个光荣的职业和顶岗工程的意义有了更深刻得认识，下面，我作为二中顶岗同学的代表介绍一下我们的实习情况。

一、总体情况

临城二中是临城县重点初中，无论是基础设施还是师资配备都属一流，全校共有两个校区，初一初二在北院，而初三毕业生在南院，共有教职工100余人，学生近\_\_多人、现在在耳中顶岗共3人，一人为中文、其余两人为英语。我们居住在南院，而教学活动均在北院，在教学上均已安排了指导老师，其中中文系已独自带班，其余两人也早已开始承担部分教学任务，在生活生也已配备上了电饭锅等生活设施，在政治生活上也坚持每周开例会，小组成员互相交流心得，完善知识结构，提高教学技能，目前团支部也已经进行了一次征文活动与师大得社会调查任务，一切都在正规有序的发展。

二、月考分析

教学成绩是衡量我们顶岗得重要标准，在九月底时学校组织了一次月考，下面我将结合考试成绩进行一个分析。我是独自带七年级九、十班语文。在全年级10各班排名中，9班以73、56分排名第7位，与第一名拉差3、6分。10班平均分71、4分，拉差5、6分，排名第9位。其中前二十名即优秀生排名，9班为82、3分，排名第7、10班83、6分排名第4，从数据上看，9班与年级第一差距不大，属于正常水平范围内，而10班拉差过大超过5分，分析原因：9班的中等生过于少，多集中于70左右、75分较少。而10班则是差生太多，共有11人不及格，着极大的影响了平均分;从前20名看，9班的问题在于优秀生较少，中等生基数大。10班则分布较为平均。从考后分析反馈来看，校方对于刚执教半个月语文的我还是较为认可。

总体上看，9班得问题在于优等生不足，但整体水平较高，10班在于差生太多，整体水平偏低。与指导老师相比，我的指导老师两班均为第一与第二，其他老师的差距也十分的小，大部分在3分左右，因此尚需下大工夫、大力气。

三、问题及不足

在课下与组员内部交流中，总结有以下这几方面的不足：

一是课堂纪律要加强课堂的效率是学习的重要保证，我们很容易与学生打成一片，但对课堂应该毫不放松，课堂上必须该说得说，该罚的罚，敬畏从来都是一体的，如果不畏你，那么师道尊严无法体现，效果也就无法保证，成绩自然下降。

二是课堂重点要突出，有棱有角。刚刚从大学课堂出来的我们肯定是想展现我们的才华，但课堂教学有时会漫无边际，重点不突出，无法做到老是明确、学生清楚，该讲的丝毫不能放，一定要强调在强调，要放的开、收的拢。

三是符合教学实际、加强管理。以二中为例，二中有很多外县如隆尧等地的学生，基础较差，有的同学甚至连拼音都拼不对，这个事实让我很是头疼，于是每上一节课便从本课拼音入手。利用下午第4节课进行讲评，时间一长效果就比较好了。另外对于整个班级要加强管理，有些同学习惯不好，不交作业或是应付了事，我便对这部分的学生进行统一检查、笔记、日记等天天上课检查，时间一长，习惯就养成了。以后也不用费力去催讨作业了，作为实习生的我们威严不够，那么就要从小处着眼，自己费心只要效果好也是值得的。

四、我们的优势

我们的经验不够丰富，但我们也有自己的优势：

首先，我们有热情。很多老师说十年把热情用完了，但我们没有，我们希望大展拳脚，有动力去干些琐碎的事情。我们不会嫌苦嫌累，因为收获才是最重要的。

其次，我们有时间。我们没有其他老师们家庭得困扰，我们的生活够简单，所以我们有时间去一个个的管，只要针对教学，成绩会有提高的。

最后，我们的知识结构较新，可以交给他们更多的新东西。作为师范大学的学生，我们是较为专业得，我们可以运用自己的新理念去实践、去帮助学生们让他们进步。

五、今后工作计划

细细算来，我们的顶岗已经进行了一半，如果说前段时间在摸索，那么后半程则是真正提高自己了，为了让我们在二中顶岗得同学继续进步，也为了顶岗工称的有利进行，在剩下的时间里将实行以下计划：

1、小结工作，继续提高。来到二中实习已经两个多月，我们小组将会趁此机会总结得失;为以后工作地进行打下良好的基础，在不断的交流当中吸取经验，巩固提高，让自己进一步向优秀教师靠拢。

2、加强管理，迎战月考。在剩下的时间里还有3次考试，必须全力以赴做到。对于课堂纪律与班级管理更要狠下功夫，必须花大量时间与精力去管理学生，不能放松，对于每一次的月考都要重视，认真分析，总结提高，不断完善教学技能提高自己的业务水平。

3、加强团支部建设、坚持团员学习。虽然人少，但这不能成为不进行团员活动的理由。以后仍然坚持每周开一次例会，认真填写会议记录，互相交流心得体会，并准备开展一系列的活动，以顺利完成师大对于团支部的要求。

顶岗过程是一种巨大的锻炼，这对于我们来说既是挑战也是机遇，虽不是一路彩虹但却是一路收获。日日夜夜都辛苦，点点滴滴为教育。“落红不是无情物，化作春泥更护花”，愿与君共勉，共为顶岗创下一片蓝天!

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！