# 个人实习简要总结范文

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-01-26

*总结，可以把零散的、肤浅的感性认识上升为系统、深刻的理性认识，从而得出科学的结论.工作总结也是如此,帮我们整理过去的优缺点,促进我们接下来更好的工作.为帮助大家学习方便，小编收集整理了个人实习简要总结5篇，希望可以帮助您，欢迎借鉴学习!个人...*

总结，可以把零散的、肤浅的感性认识上升为系统、深刻的理性认识，从而得出科学的结论.工作总结也是如此,帮我们整理过去的优缺点,促进我们接下来更好的工作.为帮助大家学习方便，小编收集整理了个人实习简要总结5篇，希望可以帮助您，欢迎借鉴学习!

**个人实习简要总结1**

20\_年\_月\_日，我来到公司实习，至今工作已三个月有余。经过三个月的学习与工作，我对自我的工作认真思考并记录下来，以作为自我工作的一个阶段性总结，同时向公司领导汇报我的工作，请领导审查并给予同意我的转正申请。

首先感激部门领导Colin、杨总以及公司人力资源部的认可、招聘我加入公司，并对我全方面的培训，给予我在公司发展的机会。感激公司领导和同事给予我的培训、教导与帮忙，使我在短短的三个月时间里能学到最多的知识和信息，并得以提高。由于我之前并没有相关行业的经验，我深知自我的欠缺是对我公司、行业及产品系统知识的掌握。

1、认真学习公司共享文件中对公司历史、制度等的介绍，对公司深厚的历史底蕴、严谨的工作氛围、科学的管理制度的了解，增强了我在公司这块沃土上潜心学习、扎根发展、努力发挥的信念，相信随着公司的发展，自我也必须会有大的提高。

2、在短时间内掌握更多的行业知识，并且在后期的工作中随时学习补充行业知识的学习。不仅仅在学习期间努力学习行业知识，为自我尽快进入工作主角而准备，并且要想将业务工作做的更加出色突出，融入到这个行业中来，经过社交网站Linkedin结交更多的国外朋友，学习行业知识，在业务工作中，互通信息，互相学习，为在这个行业中长期发展而努力。

3、认真学习了商务知识。杨总对业务人员的培训不仅仅重视业务知识，对商务知识的培训也丝毫没有松懈。而相比课堂式的理论灌输，杨总更多地是经过接待客户的实战方式，来让我们新人对公司、产品及商务知识有更好的认知和掌握，也使得我们在业务工作与人沟通中细节上的胜出增加一筹。使我们增强了成功的信心。

工作表现——态度与感悟

1、勤奋是业务工作的首要前提。在学习和准备期间，勤奋学习产品知识，认真学习公司组织的各类培训，并做好学习笔记、工作日记，及时向公司技术部及本部门的同事请教。项目信息是业务工作的前提条件，勤奋查找项目信息，总结、交流查找项目的心得，使得自我能更好更多地得到项目信息，更大几率地取得成功。工作过程中，勤奋努力总结工作中的经验教训，大胆尝试自我的想法与心得。

2、善于学习和总结。“学而不思则罔，思而不学则殆”，在工作过程中要于对工作过程的事物进行总结思考，对项目信息总结思考，对工作方法总结思考，对业态总结思考，都是工作并能取得提高的条件，如果一个人只是机械地工作而不去总结和思考，那他是不会提高的。而总结思考之后不去实践自我的想法，那也是无济于事，于事无补的，等于空想，也不会取得提高。

3、工作提高是要讲求方法的。方法是在工作一段时间后，回顾前期的工作之后，总结出来，并予以践行的。工作方法的改善，是一个循序渐进的工作，是一个长期的过程，并且更是一个不断总结不断改善的过程。在今后的工作中，我会不断地坚持改善工作方式方法，虚心学习并不断提高，为公司创造相应的效益。

**个人实习简要总结2**

今年，我在\_中学进行为期一个学期的实习教学工作，任务主要包括语文教学工作和协助学校的一些其他工作。在\_中学的领导以及各位老师的帮助下，尤其是在我的指导老师的倾囊教导下，我觉得自己有了很大的收获，下面是我的实习总结报告。

来到\_中学之后，才知道自已是要教初二年级的语文。第一天，校长就给给我找了一个很好的指导老师。不过我也是后来才知道我的指导老师原来是\_中学语文科组的备课组长，所以，在平时我更加是注意观察老师的一言一行，希望自己能从老师身上真正地学到东西。

由于是在初二年级实习教学，因此之前准备的初一年级资料都用不上了!当时真的是十分紧张，因为初二\_班是特长重点班，成绩十分好，几乎每科都是名列前茅的，这给我的压力很大。怎样上好一节语文课，怎样和学生沟通，怎样处理突发问题等等，刚开始时这些问题一直在困扰着我。后来，经过思考，我决定从我的指导老师身上入手。

所以，在一开始的听课阶段，我十分注意指导老师上课的每个细节，听课笔记做得十分详细，力求把老师的每一句话都写下来。而且，在指导老师上新课之前，我都会自己先备课，听课之后，我会看着自己的教案，然后和指导老师的相比较，对比之下，我就会慢慢发现自己的不足!自己不明白的，虚心向老师请教，而指导老师也十分热情耐心，我的问题她都一一详细地回答，从中，也使我获益匪浅!

我每上完一节课，指导老师都十分认真地给我点评。她针对我上课的每一个步骤，每一个细节，教案，学生的反应，老师上课时应怎样做等等方面都给我了很多的指导!而且我在上完课后，都会做一个自我反思和自我总结!

由于初二年级的语文老师陆续有人请假，所以我也一直在代课。因此，初二年级一共有十三个班，有九个班我是上过语文课的。当然因为每个班的情况都不一样，有纪律很好的，有语文基础差的，有活泼的，我感觉自己好像是把\_中学的初二年级都踏遍了。所以，我也有了机会接触到不同类型的班，同时我也锻炼了我能力!例如说，上课的突发问题的处理;上课气氛的处理;教法的调整等。

在这半个学期中，我从一开始上课的紧张，到现在的自如;从一开始的思路不清晰，到现在的有条理;从一开始的毫无衔接到现在的过度自如。我觉得自己的教学能力有了很大的提高，对教材的把握也有了一定程度上的进步。

但是，我觉得自己有还有很多需要学习和改正的地方。就像我知道自己一直存在一个大问题，这主要反映在备课上!在备课的过程中，我经常是对课文的一些内容无法取舍，总是想着把全部的内容都讲给学生听，总是觉得这个是重点，那个也是重点，所以导致我在备课上花费很多的时间。

另外一个问题就是，我把学生想得太好了，总是以为自己在课堂上讲过的知识，学生就会记住，而不需要我重复讲。而且我也总是会以我的思维去想问题以及和学生解释问题，有时课堂上举的例子可能就不能够很好地贴切学生的实际。所以也导致有些学生在可能对某些问题的理解上有一定的难度。

针对这些问题，我也请教了指导老师，指导老师也给了我很多的建议。其实这些最本质的就是我对一篇课文的重点难点还不能够完全地掌握或者是理解，所以也导致了我在备课过程中对课文的内容把握上存在问题。

虽然在最近的教学过程中，我在这方面有了一定的进步，但是，我会更加努力，克服这些困难，提高自己的教学水平。

套用一位老师的话说，我在\_中学，其实也就相当于一位在职的老师了。因为我是担任两个班的语文教学工作，平时，通过和学生的聊天中，我更加了解他们，所以也知道了面对不同学生的时候，应该用什么方法，正所谓“对症下药”。因此，在和学生相处上，我觉得还自己还是做得挺好的。

在语文教师工作上，我觉得的问题还是管学生纪律。这也是我最为头痛的，上课时课堂我还可以控制，但是到了他们的自习课，我觉得控制他们有一定的难度。

半个学期以来，虽然很累，一天的睡觉时间不超过7个小时，而且每天都有改不完的作业，备不完的课，但是，累，却享受着。

这半个学期，学到了很多东西，也知道理论并非总是能够运用于实践中。在接下来的实习中，我会努力改正自己的不足，尽自己的努力做好每一件事情!

**个人实习简要总结3**

时光飞逝，转眼间我的工作试用期已接近尾声。这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而完美的回忆。在这段时间里大家给予了我足够的宽容、支持、鼓励和帮忙，让我充分感受到了领导们坚定的信念，和同事们用心乐观的精神。在对大家肃然起敬的同时，也为我有机会成为公司正式员工而感到光荣和兴奋。

在这一个多月的时间里，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，透过自身的不懈努力，各方面均取得了必须的进步。

记得初到公司时，我对公司的了解仅仅局限于公司网站的简单介绍，除此之外，便一无所知了。所以，试用期中如何去认识、了解并熟悉自己所从事的行业，便成了我的当务之急。

到公司的一天，我有幸参加了公司召开的工作会议，受益匪浅，感觉这是一份关荣而附有挑战的工作。学习是取得一切进步的前提和基础。在这段时间里我认真学习了公司各相关资料，并从网络上摄取了超多的有用素材，日常工作的积累使我对公司有了较为深刻的认识，也意识到了公司的壮大对中国的互联网电子商务所起到的重大作用。

在这一个多月的时间里，兢兢业业做好本职业工作，不迟到不早退，并用心自觉利用节假日参与公司的加班工作。严格遵守公司的各项规章制度，认真履行岗位职责。

认真学习岗位职能，工作潜力得到了必须的提高。

我所在的技术部是一个充满激情和挑战的部门，我要认真学习岗位职能，做好自己的本职工作，努力完成好各项工作任务。

在今后的工作中，我将努力提高业务水平，克服不足，朝着以下几个方向努力：

1、在以后的工作中不断学习业务知识，透过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

2、提高自己解决实际问题的潜力，并在工作过程中慢慢克服急躁情绪，用心、热情、细致地的对待每一项工作。

**个人实习简要总结4**

炎热的六月末，我们终于开始了盼望已久的实践。想着终于有机会走进检验科，可以从实践中理解自己所学的专业，心中便充满了期待。由于初次接触检验科的工作，我们又是第一批开始实践的同学，心中难免很既兴奋又紧张。老师介绍的每一个操作要点、注意事项，我们都会牢记在心。短短十天亲眼目睹了三个科室——生化，免疫，临检的忙碌，发现了原来工作和学习是有着天壤之别的。

第一是生化，这里的工作基本都是流水线，在这里，不仅要对专业知识充分掌握，还要对检验仪器具有一定的知晓，因为不知道什么时候仪器就会出故障，这个时候还需要懂得如何修理机器。在这里需要人工操作的就不得不说回血了。这是为了方便病人或者医生对报告有所疑问时，来重新检验时使用的。不仅是为了对病人负责，也是自己作为医护人员的一个责任。

第二个科室就是免疫，与生化不同的是，免疫需要的是大量的手工操作。由于很多是微量试验，就会差之毫厘，失之千里。老师也不敢轻易让我们来操作。很多时候就是做一些简单的实验，在老师的旁边听一些实验的讲解。有了这种直观的学习方法，使我们在课堂上苍白的理论和单纯的图文变得具体、形象起来。

第三个科室便是临检了，其实也是分为血液和体液的。在血液临检，看着自动做分析的流式细胞仪，再回想老师课堂上所讲解的内容，又有了更深的理解。而在体液临检，老师经常会让我们来看看样本。在临检呆的这几天，又对刚刚结束的临床检验基础学有了进一步的认识，看到了更多的样本，而这些来自不同人的、或阳性或阴性的样本才是我们今后所要面对的。

都说现在的医患关系紧张，在这里实践时，也有幸在咨询台站过。与患者打交道更多的是需要耐心，多说一个您好，或许就会拉近医生与患者的距离，少了一份猜疑，多了一份信任。

曾经有人说，检验科的工作三个月就可以轻松上手，很简单。然而，真正来到这里体验过之后，就会发现检验工作并不是想象中那么的简单。就好像病人手中一张张的报告，看似简单，其实这是经过一位位老师的质控、实验、检测、审查、复核，这一步步谨慎操作得出的，每一步都马虎不得。虽然在外人看来检验人员每天都做着相同的工作，但是当意外或者特殊症状出现时，才能发现日复一日的积累是有意义的，这就是为什么检验人员不仅仅要求对专业知识牢记在心，也更需要大量的实际操作经验。

此次实践，虽然只有短短的两个星期，可是却使我了解了很多关于检验科工作的情况，认识了很多老师。对于这个专业和自己的未来又有了一些新的认识，更加明确了将来的目标。总之，这次实践收获颇丰。真的非常感谢学校和医院的老师们给了我们这么好的一个机会让我们对自己所学的专业有了充分的认识。

**个人实习简要总结5**

我们这次实习的目的是将在学校所学的专业知识与设计实际和生产实际相结合，进一步巩固、充实和拓展专业知识，为今后的专业课程及其产品设计打下坚实的基础。

本次专业实习应达到以下几个要求：

1、通过接触设计和生产实际，加深学生对所学专业在企业和设计公司中所出的地位和作用的认识，巩固专业思想，激发我们勤奋学习的热情，并增强我们的群众观点、劳动观点和对社会的责任心和使命感。同时了解和体会设计师和工程技术人员认真勤奋工作的态度和对事业的责任心和使命感。

2、在专业实习过程中，我们通过观察和分析，一些实际设计案例，深入了解设计程序与方法。进一步拓宽我们所学的专业知识和视野，所到了很多在学校和书本上学不到的知识。

3、通过实际设计，以及设计师的介绍与讲解，做到理论联系实际，把所学知识条理化、系统化，使所学过的理论知识得到印证、深化、巩固、充实。培养我们分析、解决设计中遇到的实际问题的能力。了解并收集设计案例。培养独立观察、调研、分析和解决实际设计问题的综合能力。

4、专业实习不仅仅是将我们的专业知识加以巩固，同时也培养了我们与他人的沟通的能力，向他人表达我们设计思想的能力，此外还端正了我们做事的认真态度和看待问题的方式。

在实习中，我还能体会到，与别人的沟通能力与表达自己设计想法的能力也很重要，这是我们大家比较缺乏的，我认为这是我们大家将要努力提高的一个方面;正所谓，态度决定一切，如果我们有一个好的学习态度与认真做事情的心态，我们可以解决很多不必要的麻烦。我们大家都没有认识到这一点，也都忽视了这一点。

最后，很感谢老师给我们这次实习机会，让我们大家切身的体会了工作的辛苦与劳累，也算是人生初体验，对我们的以后的工作、学习将有很大的帮助。

style=\"color:#FF0000\">个人实习简要总结

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！