

# 简短的广发银行实习周记

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/qiuzhi/5835.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

[引言]顶岗实习个人工作报告为飞速范文网的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。

## 顶岗实习个人工作报告1

时间如流水，转瞬即逝，半年的顶岗实习生活在忙碌中悄然而去，回首难忘那些与学生相处的日子，虽然有过伤痛与疲惫，有过彷徨与失落，但当我要离开他们的时候内心又是那么地不舍，在广宗二中实习的这半年将会成为我人生中最有收获的岁月。

回想刚到学校时内心的欢喜、激动，第一次备课时的仔细与认真，第一次登上讲台的忐忑不安，第一次孩子们称呼为“老师”的快乐，第一次.....那么多的第一次都是在实习中经历。虽然顶岗实习之前，在学校做过各种各样的培训，自己也做过许多假设，但是真的接触起来却不是之前不可以预想的。可以说，顶岗实习让我变得坚强，学会成长。

四个半的时间，一直担任八年级两个班的历史教学工作，直到十月份才有机会教授我的专业课——语文。期间还代任两个班的班主任工作，虽然班主任担任的时间不是很长，但我从中也学到了不少东西。后三个月是我的“忙碌期”，忙起来的时候都忘了一天几个小时。每天批作业虽然批到很晚，但我不觉得辛苦。我一直信奉着一个信念：既然我选择了顶岗，就一定要把工作做好，哪怕我自己再苦再累。历史，虽然不是我的专业，但既然学校安排了我的课，就是对我的信任，我必须把课上好。刚开始的那段时间，备课相当吃力，每天“啃”教材，钻研教案，成了我必修的功课。通过一段时间的教学，我渐渐喜欢上了历史，“以史为鉴、面向未来”是从中体会最多，感触最深的一点。历史上许多爱国志士曾为了挽救中国民族的危亡而付出了艰辛的努力，这也让我明白了今天生活得来之不易，他们那种敢为人先的精神值得后人一辈子敬仰。很荣幸我讲了近代史，让我对那段经历的理解更加深了一层。

能教上我的专业课，是我意料之外的。记得第一节语文课，我准备了很长时间，恐怕哪里出什么错，何况是毕业班的孩子，因此觉得肩上的担子格外重。第一节课很顺利，但毕竟语文和历史学科特点是不一样的，因此，教学的方法和内容也不相同。我就渐渐地琢磨如何上好每一节课，有不懂的请教其他语文老师，同时，结合同学们的特点和我以前上学的经历，想好每篇课文该怎么设计，每道题该怎么讲。教学的过程中，虽然出过小小的差错，但是孩子们能很包容地理解我，我想，以后我会多看书，把基础专业知识巩固好。

教课的对象不同，上课的感觉也不一样。八年级的孩子活泼、爱动、他们对新鲜事物充满了好奇；九年级的孩子相对比较成熟，什么事都懂，对一些东西看淡了许多，他们的想法比较多，会很

真诚地和你聊天。这两个阶段的孩子，像是两个国度。从每个班级那里，我都可以学到很多，反思很多。通过这几个月的课堂实践，自己从开始懵懂到现在的熟练，不仅是在管理上还是教学上都有很大的进步。

实习期间，积极配合学校各种教研活动，集体备课、公开汇报课、观摩课等等各种教研讨论交流的活动，让我从中获益匪浅。集体备课，是同课异构的集中体现，不同的思想交流碰撞，可以闪出更亮的火花;公开课让我既看到了其他老师教学的优点和自己需要反思的地方;汇报课，锻炼了我的能力和思维，使我认识到自己应改正的地方，从而使我朝着更好的方向迈进了一大步。教案每周必教，书写教案也是备课很重要的一环，它可以帮你理清思路，熟悉理解文章内容，为上好每一节课打下了基础。另外，听课也是很好的学习途径。多听有经验、优秀老师的课，不同学科的课程也可以获得很多启发。

在二中的这段生活，深深体会到了领导对我们的重视与关怀。刚到学校的小型“欢迎会”、教师节共度美好时光、带领我们参观广宗县著名景点。尤其难忘的是周末带我们顶岗实习生去云梦山爬山，那段经历，我会永远记得。二中领导处处为我们着想，体现着人文关怀。期间，师大领导的慰问、视察，都深深让我感动。顶岗实习基地虽然众多，但实习生们永远是学院的牵挂。相信我们会努力交一份满意的答卷，不会让他们失望。

实习期间，收获的不仅仅是教学的进步。和19个兄弟姐妹一起策划、举办了大大小小的活动也是很精彩的一笔。一起包饺子、中秋节去敬老院慰问、帮助二中整理图书馆、实验室及各种活动、配合学校组织拔河比赛、感恩节活动及筹办策划元旦联欢等等。参与每个活动的过程都是一种快乐的体验，即使开始的工作有些繁琐，但是最终成功的结局会给自己带来无限的成就感和满足感。每次策划活动，队员们分工负责，团结互助，体现了整个团队的凝聚力和战斗力。从开始到最后一刻，为二中服务，为团队服务的信念始终都没有放弃过。几个月的时间，让我们的心紧紧凝聚在了一起，收获了幸福，收获了友谊。

实习，我虽然哭过，最艰难的时候也想过放弃，但最终还是坚持地走完了整个过程。回望整个阶段，我收获了很多，学到了很多。孩子们可爱的笑脸、纯洁的心灵，我会永远记得。看到他们进步，哪怕是一点点的进步，我都会很欣慰。感谢顶岗实习，让我变得成熟而坚强;感谢这段生活，让我的生命又多了一份精彩!

## 顶岗实习个人工作报告2

还记得在-县林业局顶岗实习的那份充实，还记得参加-县林业局工作招聘会时的那份期盼，还记得参加为期五个月的毕业顶岗实习的那份收获。

思考是永恒的主题。五个月的顶岗实习说长不长说短不短，细细回味起来却实在有许多值得思考值得总结的地方。下面我将从内业和外业两个方面简单地介绍一下我的-县林业局实习生活：

### 内业审核

档案审核拉开了我-县林业局实习生活的序幕。我的日常工作是审核各乡镇送上来的林改档案材料。工作任务看似简单却包含了许多技巧与学问，更包括了许许多多做人做事的道理。大概能够从以下几点总结自己的实习所得：

一、实习中首先要找准正确的自我定位。实习的目的主要是开拓视野，锻炼实践操作技能，了解

一线的生产流程，熟悉一线的生产环节，而不是单纯机械化地完成任任务。

二、完善主角大转换，学会适应环境，营造和谐融洽的实习分氛围。每个单位对于没个人来说都是陌生的，要学会让自己应对新的环境向着利于自身发展的方向改善。想要很好地融入一个新的环境，首先要具备良好的沟通潜力，沟通中要做到主动、真诚，讲究沟通技巧;其次要放低姿态，注重细节。人和人的相处都是在心态、地位平等的基础上的，只有放低姿态，才能与同事融洽相处，只有在细微处表达对同事的关怀，在细节上体现出对单位的关心，才能让关系变得融洽;要学会换位思考、理解、包容、不要总是抱怨领导对实习生的不公，要学会理解单位的难处，要做到虚心询问，认真请教，真诚地和人心对心新交流。

三、实习中学到的工作技术与专业素质。实习中，我们不但巩固了专业知识，切身体会到了专业技能在林改工作的重要性与实用性。还学到了许多档案管理的学问与技能，其中包括档案材料的陈列、档案的出、入库登记、材料审核中的时间逻辑推理等方面的技巧。对于内业审核这一工作，看似简单，却包含了许多的技巧与学问，但最重要的就是要认真细致、核对时间、逻辑关系是否正确，图表是否一致，上交材料是否完善、有效。材料审核最基本的要求就是准确性与时效性。所以做为日常工作，必须要注意审查上交材料的时间逻辑问题。这就要求在审核的过程中要熟悉时间逻辑推理、材料要求，掌握简便方法，从而提高工作效率。在生产一线工作必须要能吃苦耐劳，有耐心、恒心，还要细心，坚持激情与职责并重的工作作风。对工作负责，对单位负责，更要对人民群众负责。

四、透过横向比较其他实习生的竞争与差异，总结工作经验，发表自己对改善工作的一些观点推荐，找出自己的缺点不足，发挥自身的特长优势。单位应加强对职工的专业知识、业务技能等方面的培训，才能进一步增强职工的归属感与工作热情。

档案审核结束后，一个多月的外业核界工作接踵而至。外业核图是一份十分辛苦但却是林业工作中十分核心的工作。这次我代表的是县林业局对藤南的三个重点乡镇进行纠错自检。接触最多的就是各乡镇林业站的技术骨干，以及群众。想要工作顺利开展，与乡镇骨干、群众持续良好的沟通很重要。首先要知己知彼，建立自信。作为实习生，从前很少与他们打交道，社会经验也极其匮乏，要想自己在沟通中如鱼得水，游刃有余，就务必建立自信。让群众指清楚界线，认真回答群众提出的问题，让林改工作深入人心，对于边界有争议的林地，不能自作主张。同时要虚心向老专家老技术员请教、学习，尊重他们的意见。做到核界清楚，权属明析。

在实习中，印象最深刻的就是和几位大哥大姐的亲切交流，从他们身上学到了许多能指引人生航向的精髓。

莲姐是我在实习中的引路人。在她身上总是洋溢着自信，潇洒与活力。她让我明白了，工作除了激情与职责，还就应具有简单活泼的心态。这样才能让工作时刻充满着幸福的味道。同时，要想取得成功，良好的人际关系是必不可少的。

杨老师、邱姐让我了解了职场的黄金定律，踏实认真地做好工作+建立和谐融洽的人际关系=成功。

谢哥让我懂得了八面玲珑的沟通处事技巧，扬长避短，真实的凸显自己的核心竞争力，最终必将能够得到领导的赏识。

李-老站长过硬、扎实的专业技能让我懂得了不要让学历束缚手脚，首先要明确自己将来从事那

一行，然后一步步坚定不移的走下去，让自己在所选取的行业中越做越专，成功便是如此简单，在工作中思考自己的个性与职位是否匹配，要学会清晰的认识自我，不断提高自我。每个人做工作都要有一个负负责的态度，要重原则，学会透过现象分析本质，绝对不能片面地看问题。大学生初出社会更是切忌眼高手低，要有傲骨，同时更要有谦卑的心态。

时至今日，实习结束已经整整一个星期。最近，一向在思考，在梳理要怎样书写这一份实习总结，心中有太多的感慨，有太多的收获想跃上纸上，有太多的人和事值得怀念，那里就不一一阐述了，因为我会将这些可爱的人和可爱的事永远藏在心间。我相信这份实习总结能让自己的-县林业局毕业顶岗实习，画上一个圆满的句号。

### 顶岗实习个人工作报告3

经过了一段时间的长途奔袭，我们到了矿区中学，在这里我们即将开展的是为期一学期的实习。

很开心自己能有一个顶岗实习的机会，在这里能让我体会到许多平时在学校体会不到的体验，我也很珍惜自己的实习机会，一定要多去学习一些知识和教学的技巧。

第一周到这里来多少还是有一些不太适应，但是随着这几天的自我调整和努力，渐渐的适应了新的学习和在工作环境，在一起工作的伙伴们之间也比较和谐，大家有什么事情都互相帮助。谁有什么困难都会互相的协调去解决，感觉这样的生活是比较有意思的。

由于专业的不同，上课的时间也会不太相同，由于体育学科需要带队跑操，所以每天早上都要在5点30左右起床。一开始的时候自己十分的不适应，由于假期的不良作息时间的的影响，自己的生物钟在开始的几天无法适应这种生活，不过渐渐的适应之后，感觉自己每天适应了早睡早起的生活以后自己的身体比假期熬夜的时候好了很多。

由于开学第一周的体育课都是用理论的形式进行的，所以在这一周并没有什么课程。从下周开始，我就要跟着自己的指导老师听课了，一定抓住这个机会认真的学习一些教学的技巧，因为我们的指导教师都是一些非常有经验的教师，和他们在一起工作可以很好的学习到一些教学方面的经验。

同时作为一名年轻的经验较少的实习教师，我们在学习老教师的经验的同时也应该自己总结研究出来一些新鲜的教学方法，让我们的教学方法更加的科学化，让学什么可以在快乐中学习一些知识，这样的教学才是现在社会需要的方式和方法。

作为一名实习老师我们应该在和学生搞好关系的同时也要把握好和学生关系的度，关系不能太好也不能太疏远，这样才是最好的。应该让学生们在课上的时候对我们的要求做到言听计从，在课下可以和学生们像朋友一般的交流。

第一周到学校可能还有一些的不适应，但是渐渐的我们会适应这样的生活，从中得到一些乐趣，这对我们来说是十分宝贵的机会，同时也是我们人生中的一种不可多得回忆，刚刚来可能体会还不是很多，慢慢的在一点点的写出来吧。

### 顶岗实习个人工作报告4

20-年2月1日，我开始了人生中的第一次实习工作，在宁德市天源水电开发有限公司做一个实

习会计。我在写这份实习报告时，回顾了这些实习日子，有过欢笑有过痛苦，酸甜苦辣尽在心头。在这些日子里，离开了学校的教育环境，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

## 实习任务

每天，我要负责上司文件的接收和整理分档，做好相关数据的记录与相应的跟进，我要写些记录档案等，还要将材料和各个企业的数分发到各个部门，以及将各个部门所做好的数据进行整理归档。从完全不熟悉到灵活应用，经历了挺长一段时间。

想起当初什么都不懂，而上司又没有多少时间来教导我，对于周围的一切都是陌生的，甚至有些配合的同事对自己有异议，自己的内心一下子就觉得沉重。曾经想过放弃这份工作，想过逃回学校温暖的怀抱，但是从来没有真正的放弃。我每天都告诉自己，我要勇敢一点，我要独自去面对我人生中的第一份工作，我要相信自己是最优秀的。在不断的煎熬与努力中，在与人为善的心态下，我终于融入到工作的氛围里。在工作中，我不但需要做自己的本职工作，而且需要协助其他同事的一些小细节的工作。我也觉得这样挺好的，如果一个人连一些小的事情都做不好，如何能够成大业。这样既可以培养与同事之间的感情交流，也可以培养自己的耐心。最后在师傅的指导下，大大的提升了我各个方面的能力以及经验，让我开始看到自己的进步。同时，让我懂得一个人所拥有的能力，无论是创造能力、决定能力还是敏锐的洞察力，绝非一开始就拥有，也不算一蹴而就，而是长期工作中积累和学习得到的。

## 实习体会

这份工作，虽然学到的不多，但是师傅教会了我很多创业的必备条件与行业的门道。这就为我今后自己的创业打下了良好的知识基础。这份工作，让我深刻的认识到：如何做好自我管理，这对于像我这样一个刚刚出来见识社会的菜鸟是很重要的。自我方面管理做的好，对于自己的心态和对待工作的热情是很有帮助。人生中最大的敌人就是自己，自己也是成功中一个绊脚石。如何做好时间管理。这就要保留独立思考的时间。好让自己有足够的时间做思考反省和消化的时机，接着又是一个崭新的开始。再一个是做好情绪管理，不要老是感情用事。在工作中，要控制好自己的情绪，不要太过于夸张，大起大落的情绪总是很烦人的。不管任何事情都要有稳定的情绪。最后，做好学习管理。学习理论知识是实践中的指导地位，学好理论知识是很有必要的，才能让实践有一个明确的方向。要学习的东西很多，要学习做事，学习做人，学习与他人相处。做好学习管理，是迈向成功的必经之道。

在这些实习的日子里，我深刻的认识到，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。我也渐渐认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中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、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

## 顶岗实习个人工作报告5

实习是一个检验个人在学校的理论知识学的如何，以及所学的理论是否与实践有冲突。更为重要的是在社会中学习知识，不仅仅能学到知识，更能学习到在学校中所不能学到的知识。

我怀着美好的期盼来到宁德市天源水电开发有限公司实习已经有挺长的一段时间了，在这些日子里，我学到了很多，包括做人和做事。虽然一开始有些单调和无聊，但毕竟这是一个过程，一个能让我成长的过程。

刚开始的实习工作确实让我有点不适应，但我为人乐观，积极向上，我不会为这点困难而气馁。更何况有位很好的师傅在带我，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，她说要开心的工作，工作的开心，只有这样才能做的更好。我也觉得做任何事情都一样，只有开心地区做才能把事情做好。

### 实习中的不足

在实习的过程中，我发现了我自己的一些不足。一是耐心不够。做会计这种职业最需要的就是一种耐心，如果没有耐心，做任何事情都只是三天打鱼两天晒网，这样根本不会做好事情，而且还拖泥带水的。二是知识不够。在实习的过程中，我发现我在学校所学习的知识在实践中的应用总是不够，或者是不懂的东西太多，常常有种让自己感觉手足无措的。而且实践与理论之间也是有很大的差距的，是我认识的还不够深刻。理论是实践的指导方向，实践是理论的检验标准。三是交际能力不够。进入社会，开始工作，交际能力是必不可少的一个能力。因为一个企业的运作，不可能单单靠一个人的力量，而且需要一个多人团队一起协作，集众人之长消艰难之困。

### 实习中不足的改善

一个人知道了自己的不足之后就要及时的去改善和解决问题，不然让问题一味的存在，最后失败的还是自己，更有可能伤害到别人。

因此，针对我自己的不足，我应该：好好的学习课本上的知识，知识是以后工作的指导方向，一个没有方向的工作是苦干，没有创新意识的。只有让知识与实践的结合才能提现出自己个人价值。我还应该好好的培养自己的耐心，不能让情绪左右我，不能让一件烦心事就打乱我的工作。工作是外在的、客观的，情绪是自己身上的、主观的，在主观与客观有冲突时，我要做好调谐工作，不能让有害的主观去破坏正在进行的客观，不然将会导致主客观都不利。接着，我还应该加强和提高自己的交际能力。一个人能否成功，就要看他的交际能力是否厉害。交际能力好的他的交友范围就广，这样可以帮助你的朋友就多，这样对自己的事业是很有帮助的。

你也可以在飞速范文网搜索更多本站小编为你整理的其他顶岗实习个人工作报告范文。

更多 求职文档 请访问 <https://xiaorob.com/fanwen/qiuzhi/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发