

实习总结范文1000字10篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/278983.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

工作总结是对一定时期的工作进行总结、分析和研究，肯定成绩，发现问题，吸取教训，探索事物发展规律的书面文体，用于指导下一阶段的工作。它要解决和回答的中心问题，不是在一定时期内做什么，怎么做，做到什么程度，而是对某项工作实施结果的总体评价和结论，是对以往工作实践的理性认识。《实习总结范文1000字》是为大家准备的，希望对大家有帮助。

>1.实习总结范文1000字

在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会，xx汽车销售服务有限公司是一个拥有丰田定点、配套、直接提供的一流维修设备。

我在公司先是从事汽车漆面保养工作，如抛光、封釉、镀膜等，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中好多问题都不会处理，后来在同时的帮助下慢慢的进步懂得了其中的使用技巧。工作中就显得轻松多了。其实汽车维修是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。

我对汽车美容工实行了以下几点原则：

- 1、耐心细致：汽车美容是精细工作，类似工艺品的加工制作，我必须有耐心，精益求精。粗心大意容易出错，稍有疏忽就会留下边边角角的污点。
- 2、求稳避灾：车漆美容时，一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当出现难题时我停下来，规划好后再继续操作。
- 3、取轻避重：进行美容作业时，应根据部位及材料选用产品，并作好试验、试用工作。优先选用柔和型、稀释型或微切型的产品。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。
- 4、先试后用：为了保证作业要求，我在全面作业之前，在隐蔽处小范围内进行试验，以便掌握情况正确使用产品和优化操作方法。

通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，我把所学的理论知识巩固和充实，培养分析、解决实际问题的能在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。xx汽车销售服务有限公司是一个拥有丰田定点、配套、直接提供的一流维修设备，我在公司先是从事汽车漆面保养工作，如抛光、封釉、镀膜等，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中好多问题都不会处理，后来在同时的帮助下慢慢的进步懂得了其中的使用技巧。工作中就显得轻松多了。其实汽车维修是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。

我对汽车美容工实行了以下几点原则：

- 1、耐心细致：汽车美容是精细工作，类似工艺品的加工制作，我必须有耐心，精益求精。粗心大意容易出错，稍有疏忽就会留下(2、求稳避灾：车漆美容时，一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当

出现难题时我停下来，规划好后再继续操作。

3、取轻避重：进行美容作业时，应根据部位及材料选用产品，并作好试验、试用工作。优先选用柔和型、稀释型或微切型的产品。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。

>2.实习总结范文1000字

“光阴似箭催人老，光阴如骏赶少年”，转眼之间，我一年的实习期即将结束，岁月的年轮又将往前滚动了一齿，我不禁感叹起时光，不禁感叹起我在实习期度过的日子过的如此迅速。回顾过去一年，我以一名实习老师的身份在xx学校里完成了我两个学期的教学任务，完成了我从一名大学生向社会人士的转变，还完成了一段自我成长的历练。展望未来的日子，还有很多未达成的成就和使命在等着我。因此我要在这里，为我过去一年的实习期做一个工作总结，以此来让我更好的迈向我未来的日子。

20xx年xx月xx日，是我作为一名实习教师第一次迈进xx学校的日子，带着些许的紧张，带着满心欢喜的期待，我走进了xx学校语文教师的办公室。在办公室里，各位老师都热情的跟我打招呼，热心的跟我介绍办公室里的环境，并且还安慰我不要紧张，也跟我交流了很多关于学校里面的情况，包括制度方面，包括班级年级排名，包括各班老师和班主任的信息，特别是我即将要接手的xx班级里的信息情况，他们都有跟我详细的说到。我一直很感激在当时，xx语文办公室的老师给我带来的温暖和鼓励，时隔了一年，我也依然对当时的场面记忆深刻。

接下来就是我给xx班级上的第一堂课，在这堂课里，我对xx班级同学的第一印象就是十分的乖巧和听话，他们听着我的自我介绍和略带紧张的教学过程，既不吵闹也没有出现违反纪律的情况，反而是相当的认真和配合。一堂课下来，反倒是我自己紧张出了一身汗。到了后来，慢慢的和xx班级的同学熟悉了以后，也慢慢的适应了教学的工作之后，我才讲课讲的不那么紧张，只是到了有其他老师过来听课的时候，我又会变得紧张起来。再后来，经过自我调整和多加模拟和练习之后，我才能够表现的出完全放松的状态。这也要感谢xx班级的班主任对我工作的支持和配合。

两个学期下来，我和xx班级里的同学都相处的十分友好和与愉快。在我和他们的共同努力下，不仅他们的语文成绩得到了稳步的上升和进步，我的教学能力和知识水平得到了提升和增长。感谢xx学校给我的这次实习机会，感谢xx班级的同学、老师和家长愿意信任我，我会心存感恩，带着一份责任和爱在教学的职业道上一路走下去。

>3.实习总结范文1000字

从20xx年9月来到太极绵阳药业集团，我就到质检部担任了一名质检员，至今已有一年时间。回顾这段时间的点点滴滴，让我感触良多并学到了许多书本以外的知识，不仅使我认识到了与人沟通的重要性，锻炼并提高了自己的交流能力，也清楚地意识到身上所肩负的重任。现将我的实习工作情况、现阶段所负责的工作作如下总结：

(一)原药材的抽检

20xx年9月-20xx年4月本人在中药饮片厂任职一名质检员，主要负责原药材的抽检、水分测定、检验报告、台帐登记等等。因为我个人所学专业是中药，对中药本身有几分了解。在抽取样品时样品抽取在质检员杨华斌及其他仓库人员的带领下按照药典抽检要求完成每次的抽取，每次听闻着熟悉的药材名都会特别亲切的，感觉把书本上的东西学以致用了。在水分测定中每一味药材都有它自己的规定时间来烘干测定，每次测定都要严格把关，确定水分测定准确性。

这六个多月的药材检验中我熟悉了中药材的检验过程以及认识了更多中药。

(二)GMP资料准备

5月-8月因为公司需要，我暂时离开了检验工作岗位，调往太极制药厂做GMP资料。中药知识加中药检验经验让我更加了解检验操作方法和流程。而中药质量标准和中药检验SOP是我的现目前的工作任务(质量标准：是国家对药品质量、规格及检验方法所作的技术规定;是药品生产、供应、使用、检验和药政管理部门共同遵循的法定依据;标准操作规程：是各种标准化管理认证和产品认证的重要内容，有明确的管理规范和认证体系)我们更是认真规范操作技术。在这几个月期间，每天面对着很多要修改或重做的资料，虽然有时有一点枯燥乏味，但我却深刻体会到了细心、责任心、耐心的重要性。

- (1)虚心学习，不懂得及时向同事、领导请教。
- (2)熟练的掌握中药相关知识，例如中国药典、中药炮制规范等等。
- (3)认真、按时、高效率地做好各级领导交办的工作。

通过实习，我对中药检验、生产的工作有了进一步的认识，进一步了解了中药的药品生产和管理，大大扩展了自己的知识面，丰富了思维方法，使自己将理论与实际相结合，真正做到了学以致用，有效的锻炼了自己，增长了见识，开拓了视野。通过这次实习，我发现了不少问题，自己的缺点、不足，早该摒弃的陋习，逐渐被自己所认知，自己所学知识的肤浅，专业知识在实际运用中的匮乏让我明白我需要学习的太多，使我熟悉到必须让自己了解更多才能在当今竞争激烈的社会中拥有一席之地。

>4.实习总结范文1000字

20xx年十月二十七日，我在xxxx药业开始了生涯，在生产车间，化验室的岗位学习了各种实践知识，八个月的实习生涯转瞬即逝，在实习期间，我认真刻苦，积极向上的工作，并严格要求自己，做好每一项工作。并将理论与实践相结合，虚心向和同事前辈学习，认真努力的提高自己的技能，下面我来总结一下实习期间工作。

一、药业企业概况

通化xxxx药业股份有限公司前身系通化白山制药八厂，始建于19xxxx年，厂区座落在风景秀丽、群山环抱的长白山脚下——吉林省通化县黎明工业园区。公司占地面积5万平方米，建筑面积2万平方米拥有中药前处理提取、片剂、胶囊剂、颗粒剂等等四条生产线和设施齐全、仪器先进的质量检验中心。

公司现有员工560人，其中专业技术人员128人，具有中级以上各类专业技术职称人员占职工总数比例30%。xxxx药业现已成为集科研、开发、生产、销售于一体的现代化制药企业。

经营理念：集中所有资源，在相关领域深入研究、专业创新、专业服务。

二、实习任务

刚刚开始是在生产车间，然后被调换到化验室，主要学习如何鉴别药品，检验药品的合格与否，以及微生物限度检查。

三、实习内容

- 1、制备硅胶板，将一份固定相和三份水在研钵中研磨混匀，倒入涂布器上，在玻璃板上平稳的移动涂布器进行涂布，晒干，在105%活化30分钟，备用。
- 2、测定药品的干燥失重称取药品1克，置于称量瓶中，在105摄氏度干燥至恒重，减失的重量不得超过10%。
- 3、使用崩解仪测定药品的崩解时限，电子天平等。
- 4、微生物限度检查

(1)对所有器具进行消毒，将吸管，平皿用牛皮纸包好，在165摄氏度，高温灭菌4小时，取出，备用。

(2)做实验之前，应用苏尔消毒液对操作台进行消毒，通风，紫外灭菌，用洗手液洗手后，将所需物品通过传递窗放进菌检室，进行实验，操作时要穿洁净服，戴口罩及手套，每个样品至少制备两个平皿以上。

(3)制备供试样PH7.0氯化钠—蛋白胨缓冲液，取磷酸氢二钾，磷酸氢二钠，氯化钠，蛋白胨，液体样需90毫升固体样需100毫升。培养基，营养琼脂培养基，虎红琼脂培养基，每个平皿约放入15毫升。当配置完成后，将其放入灭菌器中，进行灭菌，121摄氏度，15分钟。放入冰箱中，冷冻保存。

(4)含动物组织的药材，应做沙门菌检查，将10克药粉倒入200毫升营养肉汤培养基中，摇匀，放入细菌培养箱中，18

至24小时，取出，吸出一毫升，放入亮绿中，培养，次日，将其取出，用接种环接种在胆盐硫乳，麦康凯琼脂培养基中，培养一天，看结果。

(5)学习如何测定及使用悬浮粒子尘埃测定器，以及纯化水的测定。

四、实习感悟

在此实习期间，我充分的运用了学校中所学习的知识，提高了自身的技能，刚刚毕业的学生与在岗就业许多年的老职员相比，无论是在技能上，还是在经验上都远远逊色于他们，我认为，书本上的知识固然重要，但学校应该让学生多接触一些实践，这样，在实习时才能给公司留下很好的印象，这样，我们长白山职业技术学院才能更好的发展起来。

但此次实习也是有许多不足之处，例如，学生在学校时的生活环境，生活方式及理念，都与社会大大的不同，而这仅仅八个月的实习不能彻底的将我们改造成一个正真的工作人员，所以今后，无论在何地工作，都要将身心都融入这个社会，与之完全融合，成为社会中的一员。

五、实习建议

对于学校的师弟师妹要实习时，学校应和公司谈谈换岗就业实习，这样我相信，学生会学到更多的知识，会更好的融入这个社会。

刚刚进入实习单位，建议各位一定要挑选适合自己的岗位，例如，有的同学在学校，中药材验证的好，或者化验学的不错，那就应该选择去化验室，有的喜欢显微鉴别，就应该学理化，口才比较不错的，就应该尝试一下营销专业，想要历练的同学，自然要去车间走一遭，真的让人受益匪浅。

此次实习，在此便圆满结束了，感谢学校然我们有了这次实习的平台，感谢学校让我们懂得了工作的艰辛，让我们从学生过渡到了职员。

>5.实习总结范文1000字

经过近半年的实习，我从中收获了很多，感觉自己也成长了很多。在实习期间，我不断将在学校学到的书本知识与药厂的实际运营场景相结合，既巩固了在学校学到的知识，也让自己努力去理解一些以前不懂的知识。到现在，我还清楚地记得我进厂的第一天。公司要求所有参加实习的应届毕业生在会议室进行相关入职培训。首先，他们向我们介绍了企业文化，并让我们初步了解了工厂。然后，让我们了解制药厂和车间的布局，熟悉相关的原理，向我们介绍各个车间生产的药品和车间领导。然后，各个部门的经理给我们讲解了车间的技术、安全、消防知识，让我们熟悉了药品的生产流程，从原料到中间体到最终产品。首先，我们学习了各个车间的物流，加强了对GMP知识和安全知识的学习，要求我们理论联系实际。

经过一周的培训，我们被分配到各个车间开始车间实习，我有幸被分配到实验室，然后开始了一系列的学习和工作。我还和我们学校环境系一个工业分析班的学生一起在实验室实习过。我们两个互相帮助，商量着下一次实习怎么做好。这是我在社会上的第一份正式工作。从来嘉尔克的那一天起，我开始了一种与过去完全不同的生活。每天在指定的时间上班，准时打卡上班。工作时间内，你要认真按时完成自己的任务，和师傅们一步一步学习基本操作，然后总结开始独立操作，对自己做过的检查结果进行总结并负责。

是的，我们有一种责任，这需要我们小心谨慎，认真做好每一件事。测试每个项目本身可能是一件小事，但对于这个产品的生产过程来说却是一个大问题。如果因为我们的疏忽，没有检测到一些问题，进入下一道工序，那么下一次的损失就不会像我们想象的那么简单，会给一个工厂损坏一台锅炉。所以凡事一定要谨慎，否则随时可能要为一个小错误和严重后果付出巨大代价，而不是靠一句道歉和道歉就能解决的。嘉尔克药业集团是一家生产类固醇激素的药厂，有严格的要求，要求员工在进入车间前要换好衣服和鞋子。一般生产区域的工作鞋、工作服、帽子需要更换。进入不同级别的清洁区域时，应更换不同清洁度的工作鞋、工作服和口罩，并必须进行手部消毒。此外，在生产车间遇到有毒有害物质时，必须佩戴防毒面具。那里安全永远是最重要的问题。要注意预防事故，明火避免爆炸事故。在嘉尔克，我始终以进取、好学、认真负责的态度，积极参与公司的各项活动，配合师傅完成工作，发挥自我价值。

在那里，我认真完成了实习周笔记，工作做得很好，也在那里和我一起工作的校友交流思想，互相学习。在这段

时间里，我也征求了实验室同事对我这半年实习工作的一些意见和看法。他们对我的表现表示了一定的肯定，说我很努力，愿意学习，脾气好，真诚，容易与人相处，期待我再接再厉。当然，有很多不好的事情要做。我需要不断学习对方的长处来提升自己，学习是永远的。我很高兴能在嘉尔克实习。在这么有限的时间内，我在这么和谐的氛围中工作学习，和同事一起工作交流，分享很多有趣的事情。在实验室里，我们的领导蔡主任也很和蔼。他很关心我们。我们可以放心地告诉他任何问题。不用太担心。很多时候，他在我不明白的时候尽力帮助我，教给我相关的知识，耐心解答我的困惑，让我知道是什么。

在六个月的实习期间，我们的每个实习生和在那里工作的其他员工一样，都有自己的就业证和工作证。这次实习之后，感觉自己已经不是学生了，和其他正式员工一样上班了。我每天6：20左右起床，7：00去公司食堂吃早饭，然后7：25准时打卡进入工作状态。就算7：25以后我迟到了，那之后，准时去实验室，换好工作服，开始工作。首先，你需要清理一下。每个人都有一个包干面积。大家来的第一件事就是清理自己的包干区，然后开始一天的准备工作。收到检验单后，取样。从车间取样后，您应该开始测量各项指标是否符合要求。然后，开一个报告告诉车间生产结果。车间根据检查结果看能不能进。现阶段实习期间，遵守公司各项制度，不睡觉，不支持，不冲，不旷工，无违法行为。我虚心向有经验的老师学习，认真完成主任交给我的任务，并将大学学到的专业知识运用到工作中。

>6.实习总结范文1000字

三年来持之不断地学习学科教育知识和一般性的教育学、心理学知识，除了了解“教育是什么、学生怎么学习”这些根本问题外，还在有限的时间内尽力提高自身的师范技能。然而，这些来自文本阅读、个人思辨和微格培训的教育信条、意识取向和行为习惯，在面对真能否适用，我是否有作为一名教师的资格？以往或许只是凭借年少轻狂而努力拼搏，但是在这个夏末初秋也该真的为自己日后的人生路途做好筹谋。通过介绍推荐我在蒙自市第三中学进行教育实习。

一、实习学校

蒙自三中前身是始建于1974年9月的蒙自六中，1988年9月更为现名。原址位于县城镇暑街9号，占地仅4.4亩，是一所地处闹市区的“袖珍”学校。在红河哈尼族彝族自治州首府迁移蒙自、滇南中心城市建设战略实施、蒙自市致力打造“魅力州府。精彩蒙自”以及云南省实施全面推进教育综合改革工程等历史背景下，蒙自市切实抓住这一大好形势和几大发展机遇，高起点、高标准、高效率、高水平、大手笔的规划、建设与发展社会各项事业。作为奠基工程的教育事业得到了优先迅猛发展，教育资源得到全面优化与整合，办学条件得到极大改善。20xx年8月，由蒙自三中、红寨中学合并重组并扩建的新蒙自三中迁于现址。

蒙自三中荟萃了一支精英教师团队，这支队伍现有181名成员，专任教师166人。其中，中学高级教师42人，中学壹级教师90人；州级骨干教师3人，县级学科带头人1人，县级骨干教师6人。4名现任校级领导及4个职能部门主管领导全部为大学本科学历和中学高级教师职称。在这样一支团结务实、廉洁公正、锐意进取、富于创新的领导班子的团结和带领下，全体教职员把个体的智慧凝聚为群体的力量，以百倍的信心和热情，致力提高教学质量，提升办学效益。

二、教学工作方面

1、听课

刚来的两周我主要进行听课学校老师的上课风格并了解这里学生的学习程度。在此之前自己也认真研究了教材做好听课记录对各位老师的授课进行分析各位老师的讲课各有千秋但在对比之后也更能突出各位老师的过人之处取其精华去其糟粕努力吸取好的东西。听课后帮指导老师进行作业的批改以了解学生掌握的情况。

2、备课

开学一星期后我开始备课，备课的时候我们首先通过指导老师了解哪些内容是学生必须掌握的再认真地梳理教材的内容和想方设法地用自己的语言表述出来。一开始我理清自己讲课的思路后参考了网上的教案特别是蒙自三中原来老师的教案尽可能让自己的课更贴近这里学生的真实情况。备课后我们又把自己的教案交给科任老师在老师的指导下再进行修改。因为其他老师做的教案自己还不能很熟悉也不是自己的风格讲起来也不是很顺畅。这一教训也让我们深有体会。

3、上课

课件和教案在指导老师的审核通过后我站上了讲台这才是真正的锻炼。这是66个十多岁的孩子，他们很有自己的思想又观察入微，经常会在课堂上提出一些我想不到的问题。这时才知道自己备课的不充分没考虑到学生的反应。同时还要了解学生已掌握的知识有些东西他们学过但不一定掌握了。所以在备课的时候备学生是非常重要的环节。

老师对课堂的掌控也是很重要的，当学生纠结某个问题特别是钻牛角尖时该想方设法把学生的注意力拉回课堂上。我觉得自己在上课的过程中比较大的问题就是语速偏快，有时学生还没反应过来我已经开始下个知识点。课堂上的时间分布也要控制好，这是重难点的一个体现。

上完课后布置作业也是一门学问。要布置哪些内容的习题题量怎样难度如何同时还要设计题目的阶梯性等等要怎样去批改作业各个老师都有自己的想法我的指导老师是鼓励型的她每次作业都会很仔细的批改并给予鼓励的评语。有些老师是采取互评的方式。我觉得要是两者结合会更好。

三、班主任工作方面

在班主任日常管理工作中，积极负责，认真到位，事事留心。从早晨的卫生监督，仪表检查，作业上交，早读到课间纪律，课间操，课堂纪律，午休管理，眼保健操，自习课，夜晚查寝，每样事物都负责到底，细致监督。当然，在监督他们的同时不忘结合他们的个性特点进行思想道德教育，以培养他们正确的学习目标，积极向上的乐观人生态度和正确的人生价值观。班主任是班级工作的组织者、管理者和策划者，也是学校管理的中间力量和骨干分子，对良好班风和校风的形成起到举足轻重的作用。

作为一个班主任又怎样使自己的工作目标能得以实现？实习期间担任班主任工作，我明白，班主任对学生的思想教育工作，实质上是一个与学生实行心理沟通的过程，了解学生的内心世界，做到有的放矢，方法得当，才能达到教师对学生的成长提供帮助指导、学生对教师的工作给予配合支持的目的，从而收到好的教育效果。就此，我所实习期间对我班主任工作进行一次总结。

>7.实习总结范文1000字

短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实习过程中，在实习工地的现场技术员、工程师的帮忙下，我对实习过程出现的专业知识困惑和问题，虚心向他们请教和学习，透过这次实习，我受益匪浅，不仅仅学到了许多专业知识，并且还从建筑工人师傅老前辈那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会总结如下：

认真做事，踏实做人透过这次实习，让我了渭南秦泰公司的规模，管理体制，运营模式，以及人才的培养。勘察设计的施工作业队伍的水平，懂得了很多分项工程的注意事项，尤其是灌注桩的浇筑过程以及塔座钢筋的下料和绑扎。在以后的工作中相信会有较大的帮忙，尽自我的努力做好每件事，自我要不断的学习更多的知识，为公司贡献自我的力量，使公司获得更好的效益。同时与同事和谐相处，多关心人，帮忙人，做到不失信于人！虚心向别人学习！

在实际工作中好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由不断实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们务必抓住这个机会，认真的学习，不断地自我总结，自我完善，从而全面的提高自我。

首先，透过这次毕业实习，使我更深刻地了我们的路桥专业知识。大学四年在学完专业基础课和专业课后，逐步具有了较扎实的专业知识，但在校期间所学的资料都是理论知识，除上课程认知识习和假期专业实习外，在实践中学习和运用已学理论知识还远不够。透过这次实习，我对以前学习和实习中存在的问题和不足有了正确的认识。

以前课本上学的知识都是最基础的资料，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题？我想，那便是运用我们所学的知识原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

“学以致用”的另一面是“以小见大”。许多知识、原理往往是解决问题的关键。其次，透过这次毕业实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都就应注重提高施工管理效率。这次毕业实习的几处工程单位，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习。尤其是在莆田的工程实习时，给我的感受最深刻。

路桥施工管理要思考的资料多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。印象最深刻的路桥工程，所以工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到，而项目工程负责人则在工地现场指导。所以各项工作都在计划进行中。

另外，施工管理还包含员工的技能培训，在莆田的仙港大道工程中实习，透过这些引入先进管理模式和科学管理方法，施工效率有了很大提高，这样十分有助于施工的连续性和可持续性。

最终，透过这次毕业实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。其实，在这么短暂的毕业实习中真的很难学到更多的知识和技能。可是，在这几天的毕业实习中我从更全面的角度认清了今后所从事路桥工程工作所需努力的方向。正如在实习中许多教师和工人师傅们所说：“毕业后从事路桥工程工作，需要的是谦虚和学习”。的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。所以，应对那么多长期从事路桥工程的同行前辈，他们工作经验比我们丰富，知识学的比我们扎实，学识比我们渊博，我们仅有耐下心来，虚心向他们请教学习，我们才会有更大的提高，我们也才会在土木工程这一艰苦而又充满挑战的工作领域取得更大的收获。

>8.实习总结范文1000字

我对我这次生产实习谈谈自己的感悟，经过过去一段时间的实践和实习，我深刻体会到了以下几点：

- 1.在处理突发事件的过程中，千万不能与消费者发生冲突，因为与消费者发生冲突再怎么有力也会变成无理，处理不好反而会影响公司形象。
- 2.针对自己的商品首先消费群体要定位好，并且要能适当的采取一些销售手段和促销活动。
- 3.不论是做什么活动，一定要对活动的效果进行评估，做活动我们是投入资金的，如果活动做出来了却没有任何效果，那么这个活动不如不去做，对活动效果进行评估有利于分析消费者的心理，同时还能够察觉活动执行的不足，以便在下次活动执行是及时改正。
- 4.一个人的能力再强也是弱小的，只有充分发挥好团队每个人的力量才能把公司经营好。
- 5.再小的生意也是生意，不能因为它小就忽视，有时候小生意总能给人带来意想不到的收获。

在未来的日子，我将努力做到以下几点：

第一继续学习，不断提升理论素养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名年轻同志更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

第二努力实践，自觉进行角色转化。

“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

第三提高工作积极性和主动性

三周的实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为中心创造更多的价值。

>9.实习总结范文1000字

回顾这三个月的工作，感触很深，收获颇丰。这三个月在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的经验和社会见识，下面我将从以下几个方面总结这段时间自己的感受。

一、努力学习，注重实践，不断提高自身素养和工作能力。

始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。所以在这一个月的实习工作中给我的感触就是我们在学校学到了很多理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向。同时在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落后。通过这三个月的实习，并结合吉凤街道的实际情况，认真学习园区的各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实地开展各项工作。

二、围绕中心，突出重点，尽心尽力履行职责。

在各项工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在执法大队找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向街道的领导、同事请教使自己对园区、街道的情况有了一个比较全面、系统的认识和了解。

三、以极大的热情投入到工作中。

刚步入工作岗位我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热心的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。

四、在较好完成本职工作的同时积极帮助公司其他同事。

自从进入执法大队以后，我一方面努力做好自己的本职工作，另一方面积极配合吉凤街道办事处同事们的工作，在同事们工作忙碌的时候主动帮助，尽自己的能力为同事们分忧解难。

五、存在的问题。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离办事处领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对新的工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职。

针对以上存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补工作中的不足：

- 1、做好实习期工作计划，继续加强对公司各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解公司的各种制度和业务。
- 2、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。
- 3、踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有只有更好”。
- 4、继续在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作为公司做出应有的贡献。

>10.实习总结范文1000字

时间过得很快，为期六个星期的教育教学实习工作已经接近尾声。在这次实习中，我再次体验到为人师的滋味，真正体会到处于教育第一线的酸甜苦辣。很难说，我能做出怎样的成绩。不过，我收获很多。这对于我的学习和将来的工作来说是如此的重要。我们的实习主要包括教育工作和教学工作这两项，在这两个方面我都获益良多。其中，班主任教育实习工作主要是贯穿于主题班会来进行。也就是说我们通过组织主题班会来进行教育实习工作。就在班会筹备和组织中，我深深体会到以下几点……

一、在班会过程中，培养学生的素质

教育工作主要目标是什么呢?我想很多教育工作者都会有这样一个理想——培养学生的能力。这也就有了所谓的“素质教育”之提法。在这一点上，我们主要的问题在于把学生素质的培养过于形式化。组织学生在活动里唱唱歌，跳跳舞，表演一下，有时甚至只在上级领导巡查时才草草作个样子。认为这就代表“素质教育”的成果。明显这种做法是欠妥的。

我们这次的教育实习同样进行班会活动。在活动组织、筹备、演出的整个过程中，我们就很注重对学生实际能力的培养。

首先，我们的管理实施学生自我管理，从良好的效果来看，锻炼了学生的组织管理能力。

其次，学生上台表演，心理承受能力得到了一次锻炼。就有这样一个女学生。她平时性格内向，缺乏自信。令人想不到的是，她争取了这次班会的机会，担当了班会一舞台剧的主要角色，而且，演出也得到其他同学的'好评。

再次，在班会活动中发挥学生的才能。其实班会的雏形很不成熟，内容也显得有点与班里同学的特点不相符。但由于学生的积极参与，很多有才能的学生为班会出谋划策，主动为班会编排节目，从而充实了整个班会的内容，为班会的举行作好了铺垫。其中有一个女同学热心地向我们提出为班会编写一个舞台剧，结果写了一个长达21页剧本，为班会填充上了一份重要的内容，同时也把她的才能淋漓尽致地表现出来。

最后，我们深入到学生中间，成为学生的“导师”和“朋友”。学生的很多心声都向我们倾诉，我们可以尽我们的能力帮助学生解决心理问题，对待困难，对他们的心理素质提高起到了一定的引导作用。

二、现代教育需要家庭与学校有机的结合

我们的主题班会主要是针对家长与子女之间的相互理解日渐削减这一现象而提出来的。我们为亲子之间的交流与沟通敲响了警钟。同时在完成了班会后，我们深深地意识到，学校应该为亲子之间的交流多尽一分力。班会中，我们倾听到了学生的真切心声，所以，更加坚定了我们搞好这个班会的决心。结果，我们为很多父母提供了机会来聆听学生的心里话。我想这在一定程度上拉近了亲子间的距离。有一个母亲在会后，热泪满腔地拉着女儿、原班主任进行更深的对话。这是我们所期待的，我想也是我们学校教育所能所希望做到的。

总之，通过实习的一个多月时间，我学到了很多，同时也发觉到自己的不足。可以说我们的实习只不过是是我们以后教育工作的一种开端。它对我们以后的学习、工作有着重要的启发作用。

更多 总结范文 请访问 <https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发