# 校外实习工作总结200字(精选24篇)

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2025-04-13

*校外实习工作总结200字1校外实习让我们学到了很多在课堂上学不到的知识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。实习就是把我们在学校所学的理论知识,运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践...*

**校外实习工作总结200字1**

校外实习让我们学到了很多在课堂上学不到的知识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。实习就是把我们在学校所学的理论知识,运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零，理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础，通过这段时间的实习,学到一些在学校里学不到的东西。首先很感谢公司能够提供这次机会让我能有幸和公司的同事们一起度过这段愉快、充实、真切、受益匪浅的实习时光。还要感谢公司的同事对我的关心与帮助，这一切都成为我实习工作中的源动力！当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题，就要不断提高思想认识和完善自我。短短一个月的实习，虽然时间短，但认识了许多朋友，学到了很多学校学不到的知识和道理。要在这个社会生活的很好必须付出最大的努力，每天混着日子是得不到回报的。这一个月没有白去，至少我曾努力过，也看到了自己的一些缺点，在学校学到的东西少，远远不够用，值得开心的是，我的表现得到了大家的认可。“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些为人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自师傅和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。实习已经结束了，我们将要面对的是更严峻的就业压力。不管选择什么样的路，到最后都需要我们自己去走，好好珍惜每一个学习的机会，让自己变的充实而有内涵。作为当代的一名大学生，我常常想要规划自己的未来，问自己如何才能把自己的本质工作做好，是一辈子为别人打工，还是要弄出点什么？我拿什么去拼搏？也许我将带着这些疑问去开始我的新生活，去寻找适合我的那份工作。

在实习期间通过理论联系实际，不断的学习和总结经验，巩固了所学的知识，提高了处理实际问题的能力，为毕业设计的顺利进行总结了经验。

在工作中要有良好的学习能力，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题，

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。和谐的人际关系，能为顺利工作创造了良好的人际氛围。

另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关技能知识的标准掌握等。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

通过这次实习，把自己在学校学习的到理论知识运用到社会的实践中去。一方面巩固所学知识，提高处理实际问题的能力。另一方面为顺利进行毕业设计做好准备，并为自己能顺利与社会接轨做好准备。实习是我们从学校走向社会的一个过渡，它为我们顺利的走出对自己的要求

经过过去一个月的实践和实习，我对未来充满了美好的憧憬，在未来的日子，我将努力做到继续学习，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。作为一名年轻人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、技能知识和社会知识，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。

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，彰现人的意志。

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。

一个月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，继续为社会创造更多的价值。

最后感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助，我会继续努力的。

**校外实习工作总结200字2**

>一、实习目的

电工电子实习的主要目的是培养学生的动手能力。对一些常用的电子设备有一个初步的了解，能够自己动手做出一个像样的东西来。电子技术的实习要求我们熟悉电子元器件、熟练掌握相关工具的操作以及电子设备的制作、装调的全过程，从而有助于我们对理论知识的理解，帮助我们学习专业的相关知识。培养理论联系实际的能力，提高分析解决问题能力的同时也培养同学之间的团队合作、共同探讨、共同前进的精神。

>二、实习器材

(1)电烙铁：由于焊接的元件多，所以使用的是外热式电烙铁，功率为30 w，烙铁头是铜制。

(2)螺丝刀、镊子等必备工具。

(3)锡丝：由于锡它的熔点低，焊接时，焊锡能迅速散步在金属表面焊接牢固，焊点光亮美观。

(4)两节5号电池。

(5)收音机(调频、调幅收音机实验套件及贴片调频收音机实验套件)。

>三、实习内容

第一部分：调频、调幅收音机的组装制作。电工电子实习报告

这是本次实习的主要环节。实习第一天拿到器材后我们并没有直接做。先是听指导老师详细讲解各器件的用途与组装方法以及实习中用到的工具的使用及安全知识教育。之后我们组成员就真正进入到电子技术实习的操作中去了，以前虽然接触过电烙铁，但毕竟没有实际操作过，总是怀有几分敬畏之心。而电子电路主要是基于电路板的，元器件的连接都需要焊接在电路板上，所以焊接质量的好坏直接关系到以后制作收音机的成败。因此对电烙铁这一关我们是不敢掉以轻心的。

元器件的识别：电路板上涉及到很多元件，二极管，三极管，电阻，电容(瓷片电容、电解电容)，变压器等等。电阻需要按色环来区别其电阻值，二极管，电解电容器的负极，三极管的三个引脚连接顺序等等有许多注意事项。瓷片电容两只引脚长度相等使用时不考虑正负极，其电容值标于电容器上。如果不细心辨别，很可能出现不必要的麻烦。好在我们组的都比较细心，在大家的合作下很快我们就有了一个初步的成果，远走在其他组的前面，这让我们很自豪。

总结起来我们的实习过程大概分为以下几个步骤：

(一)熟悉电路元件，掌握烙笔的使用方法

(二)发收音机装配零件，检查和熟悉各种零件

(三)熟悉收音机的装配图

(四)焊接各种零件及进行最后的组装。

印刷电路板：

电工电子实习报告

过程中也遇到了不少的问题。如何使得焊接既美观又牢固，这是我们讨论得重点，虽然我们最后还是没有做到很好，但是通过实习我们的认识更进一步了。如何安排元件装的顺序也是一大问题。装元件过程中切忌急于求成，要有序推进，按部就班，才不会忘装、漏装一些器件。

虽然我们的收音机由于种种原因没有收到预期的那种理想效果，但还是让我们比较满意，毕竟我们努力过，我们认真学了，因此我们不会后悔。

第二部分：贴片收音机的制作。

电工电子实习报告

电路工作的核心是单片收音机集成电路sc1088、它采用特殊的低中频技术，外围电路省去了中频变压器和陶瓷变压器，使电路简单可靠，调试方便。sc1088采用s0t16脚封装。

工作原理主要分为以下几部分：fm信号输入、本振调谐电路、中频放大、限幅与鉴频和耳机放大电路。

安装步骤及要求：1、技术准备：了解smt基本知识;实习产品简单原理;实习产品结构及安装要求。2、安装前的检查：smb检查;外壳及结构件;tht元件检测。3、贴片及焊接：丝印焊膏;按工序流程贴片;检查贴片数量及位置;用再流焊机焊接;检查焊接质量及修补。4、安装tht元器件。

实习产品安装流程如下：

元器件检测

smb检测

外壳与结构件检验

丝印焊膏

再流焊

tht元件装焊

检验、补焊

部件装配

检测、调试

总装、交验

我觉得本次实习让我收获最大的还是贴片收音机的制作。实验项目开始后，老师带我们到实验室让我们详细了解了收音机的整个制作的过程，以及要使用到的主要先进自动控制仪器。比如电路板的制作是经过打孔—-刮焊锡膏—-贴元器件—-高温烘烤这么一个过程。本次实习我们采用的是再流焊技术。我们在焊膏印刷机机上进行了焊膏在印刷板上的涂抹。在手工贴片工序，我们注意了电子元件的安放顺序和安放位置，特别注意了手不能接触印刷版。之后老师将印刷板放入台式自动再流焊机，进行焊接。与此同时，我们还了解到了电路的发展史。生动的真实的实物展现让我们看到科技进步所带来的无穷力量。

这个收音机的制作相对比较简单一点。待我们的电路板做好后，里面只有一些简单的元件，初步安装好后把它焊接好，接好线，就可以看到实际的效果了。

**校外实习工作总结200字3**

20xx年2月6号，我来到了公司技术科开始实习。xxx有限公司成立于20xx年4月30日，是xxx有限公司在南京投资建立的公司。公司总部坐落于南京市xxx工业园。公司在20xx年7月份正式投入生产后，目前已拥有员工xxx多名。公司主要业务是为xxx提供配套服务，主要包括总装零部件装配：发动机预装、后桥预装；后围总成、前底板总成焊接、车身四门两盖的焊接以及xx个小总成的焊接。公司工作场所分两大部分，一部分在位于xx公司内部，包括6000平方米车身四门两盖的焊接、发动机预装、后桥预装、后围及前底板焊接；另一部分在江宁开发区内的7000平方米的厂区内，主要进行77个车身零部件的冲压及点凸焊工作。我的工作就是负责这些焊机的正常工作。

刚到公司实习时，因为是新的环境所以开始还有些不适应，但公司里的人都很亲切，很快我就融入到了公司这个大氛围中。通过这近一个半月的实习让我学到了很多知识。首先我每天都和设备打交道，对设备的一些性能和工作原理有了初步的了解，学到了很多在学校学不到的知识。首先我们需要到现场去看设备，那是了解设备的第一步，只有熟悉了设备以后才会知道设备会出现什么故障。然后学习了调节设备的参数，焊接电流，焊接周期，焊接压力是焊接的三要素。这三者必须都在工艺范围内打出的零件才牢固才合格。然后就是去现场看设备的维修了，通过观察学习设备出现的各类问题并加以解决，这不仅锻炼了我们的.观察思考能力，更能锻炼一个人的动手能力。通过自己动手解决设备的故障，极大的增强了我的动手能力。

公司设备的程序和参数调整都需要自己输入的，这锻炼了我对可编程控制器的进一步认识，通过编程，我知道了机器运作的顺序和步奏，并且在设备出现问题时能通过程序及时方便的查出问题所在。查出问题以后具体问题具体分析，对症下药很快就可以解决问题，让设备投入运营。

通过一个多月的实习，我也认识到了自己的缺点和不足，自身素质迫切有待于提高。从我个人的理解来说，我认为提高自身素质主要应当从思想品德素质，科学文化素质，身体、心理素质这三个方面抓起。

>1、思想品德素质。

拥有责任感和吃苦奉献精神是我们新一带技术员的首选目标，同时要有较高的政治素质。政治素质不仅表现在政治立场、观念方面的远见和洞察力，还表现为对社会发展趋势的敏锐性，对国家宏观政策的预测把握能力及具有一定的政治理论修养，我们在日常工作中始终要有一个中心思想，那就是把国家和企业利益放在第一位。企业要求我们要有事业心、责任感，要爱岗敬业、乐于奉献。想做到就要把肩负的工作当作长期追求、投入的事业，要与企业同甘苦，共患难，荣辱与共，而不仅仅是赚钱谋生的职业和临时落脚点。艰苦奋斗精神和务实作风是我们这些青年管技应有的精神风貌，在我以后的工作中，会遇到无数的艰难险阻，这就需要我们始终保持昂扬的斗志和坚忍不拔的作风，坚定不移地朝着既定的奋斗目标前进。崇高的理想和信念是形成科学的世界观、人生观、价值观的基础，坚定的政治目标可以激发人无穷的奋斗精神，无私奉献是精神的最高形式。我们要从工作一点一点做起，把企业当成家，不仅索取，更在于付出。在思想上保持高度一致，制定奋斗目标。

>2、科学文化素质。

科学文化素质是我们技术员的代表特征，我们都是经过高等教育，掌握了很多深层次的理论知识的青年，拥有较高的文化素质。企业要求我们不仅要具备宽厚扎实的基础知识，还必须具有广博精深的专业知识和大容量的新知识储备。我们要多接触日常工作以外的知识，将掌握的知识进行合理组合、恰当调配、形成知识系统。我们要在生产工作，日常生活中不间断的学习，利用好每一分钟，时时刻刻不忘记学习，再巩固以往的知识，这样不停的给自己充电。更要有创新能力，创新意识、创新精神、创新能力更是衡量新型人才的重要标志，我们是企业活力的象征，我们的活力就要从创新中体现出来，从细节做起，不忽略生产中的每一个小问题，用最简洁的新方法解决。

>3、身体、心理素质。

良好的身体素质已成为人才竞争的物质资本。人们普遍认为德、才、学、识、体是人才的内在因素，而体是最基本的东西，是成长、成才的物质基础。身体是革命的本钱，没有一个良好的身体如何能胜任各项工作？我们应当经常保持锻炼，积极参加矿组织的活动。生活上保持良好的作风，努力克制自己。这不仅是为了自己，也是为了工作。为自己培养一个好身体，才能最有效地发挥自己的才能，在日常生产工作中做出相应的贡献。想要提高自身素质，身体素质是基础。在有了一个好身体的同时，我们必须加强心性修养，提高心理素质，要能正确评价自我，胸襟开阔、豁达大度、积极乐观；要正确对待挫折，克服期望值过高的心理，培养坚韧不拔的毅力；要克服自卑感，增强自信心，培养心理调试能力，以良好的心理素质去迎接挑战。事实证明，仅仅有一个好身体是不行的，良好的心理素质是必须要有的。没有良好的心理素质，遇见突发事件就慌了手脚，怎能谈的上处理；没有良好的心理素质，遇到些困难就愁眉不展，怎样克服困难；没有良好的心理素质，遇到长期的难题，怎么能坚持下去。我们要在工作生活中不断锻炼自己的身心素质，虚心学习，把自己培养成对企业有用的人才。

我还有许多不足之处，但我会将自己的不足变成进取的动力，不断的加以完善。对于未来我总是充满信心，在以后的工作岗位上我会不懈努力，踏踏实实，一步一个脚印的走下去，用我的努力赢得单位的认可。在自己的岗位上，立足本岗，不断地去实践、发现和解决问题，争取早日作出新的成绩，成为企业的栋梁之材，能够胜任本职，超越自我，努力成为一名合格的专业技术人员。

**校外实习工作总结200字4**

今天给我安排的任务是装订记账凭证，把打印好的记账凭证和原始凭证汇总表按照时间顺序放好，每一天的记账凭证下面都放一张当天的原始凭证汇总表，因为记账凭证式打印出来的，两张纸刚好一般大，所以放在一起也非常整齐。装订记账凭证时，可以先用打眼机打三个眼，然后用棉线穿起来。这穿线也是有学问的，用曲别针扭一个穿线针，把线双着从中间带过去，再分别从两边的眼中穿出来，与中间预留的双线汇合，打成结，正好可以把结压入中间的眼中，从外观上看，平平的，根本看不出打结的痕迹。再贴上凭证封面，非常整齐好看。

这些都是做会计的基本功，只有亲自做了以后才会知道其中的奥妙。下午xx姐将以前的收款凭证和付款凭证让我看，复习会计科目，不了解的明细科目就问，了解大概的会计科目有哪些。巩固了一下自己的会计基础知识。xx姐说这是个小企业，没有什么复杂的业务，以后如果到了大公司，会有很多现在公司根本不会涉及的会计科目和业务，到时候就得靠自己了。

**校外实习工作总结200字5**

本来预计了两个星期的校外实习，由于种种原因缩短到了5天，由于这次的实习时间较短，因而我们做的工作也不多，我们被分成几个小组，男生一般就去帮忙清洗设备、勾兑酒和酒的罐装，而女生则是去做一些比较轻松的工作，诸如挑青梅、贴标签和包装。

生产实习的第一天（6月21日），我被分到了去挑青梅，在发酵罐中浸泡了2年左右的青梅要转移到大缸中用50度左右的酒精浸泡，从大缸中将青梅捞出，把青梅的蒂摘掉并清除蒂把上不干净的东西，按照青梅的大、中、小和烂梅分别挑出来然后分装到不同的缸中。从中我了解到每个装青梅的大缸可以容纳1000斤的酒精和700斤左右的青梅，把梅按大小分出来后，经过严格的灭菌操作后就把大梅和中梅装入罐装750ml的瓶子中，把小梅装入罐装180ml的瓶子中。而烂梅则要去蒸煮后把残留在梅子中的酒精蒸馏出来。瓶子的清洗步骤是：用清水洗1次，用乳化剂-消毒剂按比例1:10的溶液进行清洗，用30度的酒精清洗装30度以下酒的瓶子，而装30度以上酒的瓶子用清水冲洗即可。

生产实习的第二天（6月22日），上午的工作还是挑青梅，而下午我则去了包装车间帮忙贴标签并装箱。工作是为已罐装好的，并且封好口的金士顿威士忌（500ml）分别贴上颈标、正标、背标和防伪标签，然后把贴好标签的威士忌装入箱中。下午的工作比较繁忙紧张，工作量较大，所以也辛苦了些，但还是坚持了下来。

生产实习的第三天（6月23日），我还是在包装车间帮忙贴标签跟包装，上午是为金士顿威士忌（500ml）贴标签跟装箱，而下午是为云纳斯威士忌（750ml）贴标签跟装箱。广州从化顺昌源绿色食品有限公司除了生产自己的特色产品外，还会帮其他公司加工一些诸如威士忌、伏加特和白兰地等，所以我们包装的这些威士忌就是公司为其他公司加工的。

**校外实习工作总结200字6**

时光匆匆，从九月中旬第一次踏入x外国语学校，到十二月中旬这短短三个月的时间，尽管时间并没有很长，但对于一名实习师范生而言，我感觉自己经历了很多，也成长了许多，收获颇丰。

首先是作为一名物理老师来说，刚来到学校的时候，真的是对教学思路毫无方向、毫无头绪，在大学学习到的理论知识非常充分，但总有种不知从何下手、不知所措的感觉;庆幸的是，x外国语初三科组长和老师们对我非常地有耐心和宽容，一开始的过渡周就不断地给我们复印相对应的课程练习，提醒我们哪节是新课，哪节是习题课，应该着重去听哪些课，某些课的讲课思路应该是怎样，都一一地交代得很清楚，因此我们在这个学校适应得非常快。对教学的理解更是进步飞快。

真正的教学不应该只是纸上谈兵，说得再多，最重要的还是应该要多方面考量学生们是否真正地理解了知识点并且形成比较强的知识点之间的联系，我们常用的方法就是根据一本重要的课外辅导练习册，比如教研室亲自撰写的《学习与评价》，教学目标、难点、重点以及配合教学过程所引导学生提出的问题都处理得非常好，对于初级的、没什么经验的老师，可以先跟着《学评》走，等形成了自己一定的教学风格了再自我调整。当然在跟学生们的交流中我也发现了学生们之间是存在着比较大的差异的，比如对物理的学习热情，学习能力，还有各方面综合能力，甚至是否学好数学都对物理的学习有一定的影响，因此，我们在教学过程中有时会进行更小的分班教学，比如成绩好的就更多地向他们布置适合他们做的练习题，基础较差的就会让他们先把《学评》基础知识点记牢，总之，教学不能太死板，和学生们的交流是不可缺少的一个环节。

除了承担物理老师和物理实验员的工作体验外，我还初步体验了做班主任等其他工作的试验，参与运动会、机器人比赛、纸桥比赛等一系列的活动，在跟学生们的接触当中我体会良多，初中是正值人生的一个成长期，自我意识正在飞速发展，最初接触时我有点不太适应，觉得孩子们有点闹，但慢慢地就发现了他们坚硬的外壳下包裹着的其实还是非常纯真善良而又柔弱敏感的内心，作为一名老师，不能总是以学习成绩、表现好坏来衡量一个学生的各个方面，我们应该多发现、多挖掘学生身上的优点，多点爱心，多点耐心。

很感谢大学四年的尾声中，有这个机会参与到这样有意义、有价值的实习中体验生活、锻炼自己，更感激在x外国语学校遇到的每一位老师、每一个同学，实习生涯也将告一段落了，但这段经历会一直成为我生命中闪闪发光的日子。

**校外实习工作总结200字7**

两个月，八周，在以前总觉得时间好长啊，什么时候能结束呢。但真正要结束的时候，却发现时间好短啊。就这么几周的时间。这两个月可以发生很多事，也足够时间去改变一个人。而这两个月对我来说，从最初的激情到厌烦到最后的反省，经历太多太多了。而这段时间，做为“财务经理”一职，让我明白了不少事，也让我从自身反省过错。毕竟在这中间，也有些是我的原因造成的。一切从头开始!

当初留下的目的是为了让自己有准备的走入这个社会，当时满怀激情接受这个的实训，也觉得这次肯定能学到很多。刚开始的几天，真的是让我学到了不少，也确实觉得这次的实训会更上一层楼。企业制度、电算化初始化设置，这些都是经过我们自己深思熟虑的。可是，除了这些之外，之后的东西对我来说，都是一些机械性工作。

那时，我对这次实训就没有多大的兴趣了，觉得一切都不是原先想的那么好的，也不像当初能让自己做好准备。当时的我真的很迷茫，对之后的实训也不知道该怎么办了。好像有种想逃避这种环境的感觉。人一旦厌烦一件事儿之后，就不会有什么好感了。当时，我也很清楚我这种状况，我也很明白我应该早点调整。而我没有做到，我让这种感觉一直蔓延，蔓延到我接受不了自己。

小组的记性也都停留在去年的实训上，我不知道是我们太念旧了还是我们没有去思考现有的问题。其实，在这中间并不是没有问题，只是我们把问题淡化了。对于太多问题，我们都只是按照去年的处理方式。虽然是没有错，但我们却连思考都成了不愿意。很多时候多问个为什么就完全不一样了，可是又有多少人能做到呢?有时，我只是为了完成这次的实训，已经没有去想那么的问题了。

记得那时，为了能早点让实训结束，连最后的本年利润留在贷方，也没有人去思考。一直是留在被审计，后来好像是被修改了。我不知道这样是不是反应出我们的专业只是还不扎实，可是这就意味着，我们没有多想。出现了重大问题，我们一直无动于衷，连到最后的提取盈余公积金都没有扣除以前年度的亏损。很少人能去注意到这个问题，也很少人查到这个问题。真的，虽然是手工，但是手工的基础也是理论啊。对于这些理论，我们并没有利用起来，对于这些知识，我们却不知道、

最让我感到失望的是，我们组在账务上出现了错误，也都知道错在哪里，却不愿意改回来。因为很多东西往往都是到了快结束的时候，出现的问题特别多。虽然我们那时都有种特别不想改的冲动了，要改我们就要改很多，不改那就是错的，可这样影响的并不仅仅是凭证、金额，影响更多后面处理。我可能是比较追求完美，不希望被发现的错误还存在。所以，在每次组员不改的情况下，我还是会去修改。因此，造成与她们的不同，有时候我是真的不知道该怎么执行 “财务经理”这个职责。

账务上的错误，我们可以通过巩固基础，增强理论来减少，可我们并不仅仅只是账务的错误。我当时留下来的还有一个原因是，想在最后的校园生活里，增长自己的处事能力以及人际交往，不想自己走入这个社会还是一无所知。就这两个月，就这么几周，就让我感受到了所谓的世态炎凉。这是大家最后相处的两个月，本该是和睦相处。可我们并没有做到，我们有的只是每天冷嘲热讽，针锋相对。原先一直认为我们这组是和谐的，不想其他组为一个小问题而争得不可交叉。我们对于问题，大家向来都会提出自己的意见，每一次我们都会很好的解决一个问题，也不会因此而造成我们之间的不愉快。

可时间一长，问题就越来越多了，我们越来越不和谐了。对于问题，我们不再拿出来相互讨论，对于意见的分歧也越来越大了。有时候我在想，这是不是我的错，如果不是我的错，我们还是很和谐的吧。我知道我在待人处事上还有很大的缺陷，可是很多时候，并不是我单方的原因，为什么不能置身处理的想想我的情况呢。知道是我没有合理安排过工作，可那时，虽然作为“财务经理”，但却没有办法安排。一是不听，二是不接受。对于我来说，我觉得我当这个经理当的好失败啊。

这两个月真的很快就过去了，在这两个月中，真的体会到很多了，无论是从知识方面还是从待人处事上，这一切真的让我成长了不长。而我似乎也开始担心，今后走上社会是不是比在学校更加复杂呢?似乎我在这次实训中，受到打击了。不过同时，也能给我一个反省的机会吧。希望自己能在这些有更好的进步!

**校外实习工作总结200字8**

教育实习是实践教学的重要环节，是师范生成长的必经之路，它关系到人才的培养规格和质量，在教学大纲中明确规定：占用8周的教学时间。过去我院教育实习工作由教务处统一安排在实习基地学校进行，整齐划一，便于管理，也取得了一定的成绩。随着毕业分配制度的取消，同时高校办学规模又在不断扩大，新的问题出现了，就业已成为高校乃至全社会关注的重

>一、大问题。

如何走出一条适应社会需求的毕业生就业之路是实践教学工作人员长期考虑的问题之一，将教育实习与学生就业紧密结合，开创新型教育实习模式的方案出台，标志着我院教学思路已与人才市场接轨。部分学生边实习边找工作单位，或者到用人单位（学校）实习，通过实习全方位展示了学生的综合素质，便于用人单位选拔人才。

>二、以人为本，精密组织，细致安排，提前做好本届教育实习准备工作

教育实习工作是一项头绪多、时间紧、任务重的工作，它的涉及面很广，并且和外单位的人打交道。这项工作要求有和谐的人际关系，善于沟通，谦虚谨慎，敬业奉献的优良品质。实习办同志本着对学校、对学生高度负责的精神，一丝不苟地完成了本职工作。

>1制定微格训练计划，组织学生进行教师职业技能训练

微格训练是教育实习的前奏。由于我校在两区办学，龙山校区微格训练设备尚未安装，该区学生训练时须到菱湖校区进行。实习办同志协调好各方面关系，安排交通车辆（或交通补助）等后勤工作，保证微格训练正常进行。该项工作历时两个月，教育技术系工作同志付出了辛勤劳动，做了大量工作。

>2．安排、落实集中实习生的实习学校

本届集中实习生共683人，现有的12所教育实习基地学校承担了大部分实习任务。实习办工作同志早在5月底就到各实习学校联系实习事宜，尽量要求给实习生多上课，让学生放手干。非实习基地中学也积极接收我校实习生，表现出对高等学校工作的大力支持，如安庆石化一中、安庆十七中、安庆九中等。

>3．本着改革的精神和对学生负责的态度，做好分散实习工作

分散实习的工作模式，目前我们还在摸索阶段，但必须从实际出发，要本着对学生高度负责的态度，认真做好本职工作。实习办同志严格按照工作要求和工作程度，把握好每个细节。如从学生的申请到辅导员意见，从实习学校的接收函到安全承诺书，每个环节都不能疏漏，否则分散实习就会走过场，流于形式。

>三、求真务实，真抓实干，确保实习质量

教育实习工作在各级领导的关心下，于20xx年的国评中取得了优秀成绩，实习办同志决心要乘着评估的东风，把实习工作做得更好。

>1．院党政领导亲临教育实习一线指导工作

实习期间，院领导赵晓和、汪青松、郭化兰、时新中、王海燕、殷红等在百忙之中抽时间亲临实习一线，先后到安庆一中等等学校看望实习师生，指导实习工作。校领导勉励同学们要努力学习，勤奋工作，为前进中的母校争光。广大师生表示不负重望，用实际行动自觉维护我校良好的社会声誉。

>2．院、系领导亲自挂帅，指导实习

各院、系十分重视教育实习工作，成立了实习领导小组，负责人亲自参加，指导院系学生实习。他们本身工作十分繁忙，有的课时多，有的行政事务重，有的还要给研究生上课，但都能克服困难，把实习工作作为重中之重，使得本届实习工作成绩显著，硕果累累。外国语学院陈光明书记、张杰院长坐阵石化一中指导实习，文学院罗国全副院长几次到枞阳中学听课、指导实习，教育科学与技术系曹长德副主任一人指导几个实习点的班级活动和教育调查。

>3．实习办同志兢兢业业，不辞劳苦，全心全意为广大师生服务

实习工作十分辛苦，实习办同志一丝不苟，任劳任怨。如做经费预算、联系实习单位、后勤保障、检查实习工作、协调学校与实习单位之间的关系、基地建设工作、收集实践教学材料、召开实践教学工作会议、总结实践教学工作等。我们决心在院、处领导的正确领导下，求真务实，锐意进取，以改革的姿态做好各项工作，迎接我院第二次评估，为开创我院的新局面而不懈努力。

**校外实习工作总结200字9**

通过这次实训，我收获了很多，一方面学习到了许多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提高了自己动手做项目的能力。本次实训，是对我能力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是非常有意义的。

在实训中我学到了许多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识运用于实践中的好机会，原来，学的时候感叹学的内容太难懂，现在想来，有些其实并不难，关键在于理解。

在这次实训中还锻炼了我其他方面的能力，提高了我的综合素质。首先，它锻炼了我做项目的能力，提高了独立思考问题、自己动手操作的能力，在工作的过程中，复习了以前学习过的知识，并掌握了一些应用知识的技巧等。其次，实训中的项目作业也使我更加有团队精神。

从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

>一、继续学习，不断提升理论涵养。

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。作为一名青年学子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，我会积极响应单位号召，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。

>二、努力实践，自觉进行角色转化。

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。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。

>三、提高工作积极性和主动性

实习，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，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你轻松找到工作，否则就难逃市场选择的厄运。我在该公司实习总结了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。

1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。

2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作而已。

在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

这次实习内容主要就是机器维修工作，但我获益不浅，感慨良多。我感受最深的，有如下几点：

其一，实习是个人综合能力的检验。要想优秀完成工作，除了办公室基础知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力，应付突发故障的能力，还要对办公室中常用软件都能熟练操作。作为一名工作人员，还要求有较强的表达能力，同时还要善于引导自己思考、调节与人相处的氛围等。另外，还必须有较强的应变能力、组织管理能力和坚强的毅力。

其二，此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。以往觉得很容易操作的office，但我的师父要求我完成某次产品统计的数据与记录时，我却一头雾水，感觉和平时计算机课堂中学的完全不一样，这也让我感到巨大的惭愧。因为以前的自己总以为这些东西学不学得好与专业没有多大联系，殊不知工作不是专攻一个方面，而是考察我们的综合知识水平。

此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。这次实习，我觉得我表现得还不错，许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质

可以说这次实训不仅使我学到了知识，丰富了经验。也帮助我缩小了实践和理论的差距。这次实训将会有利于我更好的适应以后的工作。我会把握和珍惜实训的机会，在未来的工作中我会把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中，为实现理想而努力。最后，我要感谢学院组织的这次十分有意义的实训，使我们学到了很多，也领悟了很多。

从8月10号我开始在已经20天了，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

其次，我要总结一下自己在实习期间的体会。

1、自主学习。工作后不再象在学校里学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。

2、积极进取的工作态度。在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

3、团队精神。工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

4、基本礼仪。步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。

5、为人处事。作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

一个月的时间说长不长，说短却也是一个足以让我改变不少的数字!

这个月里我感觉自，己成长了不少，从上学以来，学习是学生的职业，上大学我想以该记住并理解这句话。大学的学习其实“很像吃自助餐先把钱交了吃不吃在你学不学在你”!总结一句话就是态度问题!你一定要记住这句话，还要领会这句话的意思，这份职业同样需要有智慧、毅力和恒心。大学学习与中学学习截然不同的特点是依赖性的减少，代之以主动自觉地学习。因此，培养和提高自学能力，是大学生必须具备的本领。

大学的学习不能象中学那样完全依赖教师的计划和安排，学生不能只单纯地接受课堂上的教学内容，必须充分发挥主观能动性，发挥自己在学习中的潜力。这种充分体现自主性的学习方式，将贯穿于大学学习的全过程，并反映在大学生活的各个方面。我觉得大学生的首要任务还是学好文化知识，所以在学习上我踏踏实实，一点也不放松。我认为好的学习方法对学好知识很有帮助，所以在每次考试后，我都会总结一下学习经验。

一份耕耘一分收获，每每看到自己可喜的成绩，我就会感叹只要你有决心，没有什么事是不可能的。同时我也明白了一个道理——“山外有山、人外有人”，所以不能满足于现状，应该时刻鞭策自己努力奋进，不断学习新的知识，才不会故步自封。

上个月，虽然工作的不多，但见识增长了不少!

在公司时，我明白了什么是态度决定成败!一件事，只有你真正的用心对待，踏踏实实的走好每一步，才能把事做到最好!

一个称职的员工，不是看他的能力有多少，而是看他的责任心强不强!

一次精彩的开学典礼，第一次开课，又让我明白的团队合作的重要性!好比打水一样，一桶水能装多少不是决定于最高的木板，而是最低的那一块!只有做到整体的协调，才能将其的能力发挥到最大!

一个人的工作，一份精密的计划!——一趟完美的旅途需要一个完善的安排!想一步走一步的行程永远不可能是一条直线!

想办法制订每日工作流程表，没有工作目标和每天时间安排的人，总是很悠闲，而有了明确的目标，对自己每天时间安排得比较满的人，是没有空闲时间的，每一点时间都会过得很有意义很有价值。所以，我们要养成每天制订工作流程表的习惯。

珍惜现在我们所拥有的一点一滴。但是如果真的有再来一次的机会的话，我会去选择什么样的道路呢?在马路上奔跑中无助的呼喊;在雪地上漫步中怅然的埋头;盯着深邃的夜空企盼着的流星;看着翛然下落的落叶遮挡着的不断跳跃着的路灯的光芒。年轻时的我们是如何被这种复杂的情感充斥着的内心，到现在又是怎么慢慢的回归到平静与无奈。

但是未来，我们所不知道的未来，那也许充满光芒，也许也会有些许黑暗的未来，就在我们眼前。我们所能做的，就是张开双臂，迈开双腿迎接他的到来，并做好万全的准备，养成良好的习惯。习惯，总是在不经意间养成;习惯，不会在不经意间消逝。当耐得住寂寞成为一种习惯，才会在黑暗中面对那一点光而一路向前;当善良成为一种习惯，才会感觉到这个世界真真正正的充满爱;当幸福成为一种习惯，才会在生活的各个细节之处发现点滴的幸福;当期待成为一种习惯，才会一直奋勇向前去追求自己想要的明天。

**校外实习工作总结200字10**

今年十月份，我正式走进我的实习单位开始了自己人生中的第一份实习工作。

由于我是应届毕业生，本身对具体实习科目和工作都知之很少，由前辈带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在老师傅们的热心指导下，我依次对单位的基本工程、工程结构、信息化实施进行了了解，并积极参与相关工作，注意把书本上学到的规划理论知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证大学所学确实有用。以双重身份完成了学习与工作两重任务。跟公司同事一样上下班，协助同事完成部门工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能力和勤奋好学来适应工作，完成任务。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对单位概况和工程细节有了深层次的感性与理性的认识。对自己的要求，主要有以下几点：

>一、努力学习，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。我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、技能知识和社会知识，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。

>二、提高工作积极性和主动性实习期很快过去了，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，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，继续为社会创造更多的价值。感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助。

>三、努力实践，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，展现人的意志。

首先，我觉得学校和单位很大的一个不同点就是进入社会以后必须要有很强的责任心.在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，必须要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责.

如果没有完成当天应该完成的工作，那职员就必须得加班;这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度，这样才能在自己的岗位上有所发展.最后，我觉得到了实际工作中以后，学历虽然很重要，但个人的业务能力和交际能力更为重要.任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

在单位我主要的工作任务是现场勘察，对图纸进行审批，现场调研等都是单位的重要活动，决定了土地是否符合基本条件进行开发。由于缺乏经验，我在期间做数据统计的时间走了很多弯路，给同事的工作带来了很多麻烦，但是我们经理没批评我，而是让我继续认真的把事情做好，我很受鼓舞，同时也很努力的去把事情做好。

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以至用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会.自走进实习单位开始我本着积极肯干，虚心好学、工作认真负责的态度，积极主动的参与施工现场调查、质量跟踪、工程量计算、以及对企业的各种工程的了解，对企业分公司的熟悉，让自己以最快的速度融入单位，发挥自己特长.同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，在实习期间反映出我具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，能很好的完成企业在实习期间给我布置的工作任务。

**校外实习工作总结200字11**

一年的见习期很快的结束了，有收获也有不足，现在从以下两点进行自我总结。

一年的工作经历，让我深深体会到了转换工作思维和重新定位的重要性，从学生到职员，从学校到企业，从理论到实践就是一个既短暂又漫长的过程，身份可以从瞬间转换，但是思想要经过漫漫的洗礼，因此其过程也是不容易的，但是值得欣喜的是在领导、同事和朋友的指导、帮助和关心下工作已经入手，生活已经进入轨道。时时刻刻有一种温暖的感觉。

在基层项目上实习锻炼的8个月

中，自己能够做到很快融入到集体，工作中不懂就问，从不同角度换位思考问题，尽快熟悉办事流程，做好领导分配给的各项任务。做好自己工作的同时，主动要求和接触新工作，技能得到了锻炼，业务水平有了明显的进步。得到了领导的认可和同事的好评。由于我们建筑企业工作生活条件艰苦，但是并没有因为生活上的原因而影响工作，尽量克服自己在生活上遇到的困难，发扬二局人南征北战不畏困难的铁军精神，磨砺出了自己尽快适应艰苦环境，自我解决的问题的生活能力。

5月份回到局总部，开始配合同事做好831工作，在此之间，受到了领导、同事夜以继日、忘我工作精神的深刻影响，使自己很快进入到了新一轮的工作环节，学习到了更多的财务管理经验，进一步对工作技能得到了提高。

这一年里也有很多的不足，例如，对业务流程还不是太清晰，nc等系统还不是很了解，思想还有待于更深一步的

提高，理论联系实际不够紧密，不能够充分的运用到现实工作当中去。要做好做一天财务人员就要学习一辈子准备。在思想上，不能以一名\_员的标准来严格要求自己，这些不足我会在以后的工作生活中扬长避短，尽快完善自己。

以上就是我对自己一年来工作的总结，虽然成绩平平，不引人注意，但是尽心尽职，工作努力，思想进步，团结集体是我永恒的追求，希望今后在领导同事们的关心帮助下，能够取得不断进步。

**校外实习工作总结200字12**

为了顺应社会的要求，加强社会竞争力，实现高素质技能型专门人才的培养目标，在本学期初，我系根据专业培养目标和专业教学计划拟定了教学实习计划。要求学生运用所学习的专业知识来了解企事业会计的工作流程和工作内容，加深对会计工作的认识，将理论联系于实践，培养学生实际工作能力和分析解决问题的能力。20\_年9月至20\_年6月，在实践教学单位的大力支持下，学生的教学实习得以正常、有序地开展，达到了实习的目的和要求。现对实习情况总结如下：

一、明确实习目的

顶岗实习是学校教学的一个重要组成部分，学生社会实践虽然安排在一个完整的学期进行，但并不具有绝对独立的意义。它的一个重要功能，在于运用教学成果，检验学习效果。就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

1、培养学生的实际能力，而这种实际能力的培养单靠课堂教学是远远不够的，尤其是机械加工这门实践性很强的学科，必须从课堂走向工厂。近几年来，我校在教学实习单位的安排上侧重于对口实习工厂，目的就在于让学生通过亲身实践，了解实际的机械加工和工艺过程，熟悉工厂管理的基本环节，实际体会一个机械工人的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

2、预演和准备就业工作。通过实习，让学生找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理转型期。

二、毕业顶岗实习班级

参加本次毕业顶岗实习的班级是：15电会115人15工商行政管理班45人15市场营销班16人15文秘11人

三、实习管理

毕业顶岗实习的学生具有双重角色，他们既是学院派出的学生，又是实习单位的工作人员。鉴于此，我们对学生提出了以下要求：

1、以正式工作人员的身份进行实习。要求学生不因实习生身份而放松自己，要严格遵守实习单位的有关规章、制度和纪律，积极争取和努力完成领导交办的各项任务，从小事做起，向有经验的同志虚心求教，尽快适应环境，寻找自身差距，拓展知识面，培养实际工作能力。

2、以“旁观者”的身份实习。要求学生自觉服从实习单位的安排，与此同时，也要把眼光放高远，从工厂工作的全局出发，了解企业运行的基本规律、工人的基本心态、企业管理的原则等，这种观察和训练能够使学生在更广的层面熟悉工厂，增强适应能力。

3、以“研究者”的身份实习。要求学生在实习前通过“双向选择”(指定、自定)方式确定一些课题，积极探索理论与实践相结合的途径，利用实习机会深入基层，了解情况，认真总结，关注最新行业动态，有准备地进行1~2个专题的社会调研，实习结束时要完成实习报告，并作为实习成绩的重要组成部分。

4、安全第一，服从管理。在实习过程中，要求学生始终坚持安全第一的理念，绝对遵守实习单位的规章制度，服从实习老师的统一管理。

四、实习效果

1、顶岗实习达到了专业教学的预期目的。在一个学期的实习之后，学生普遍感到不仅实际工作能力有所提高，更重要的是有了感性认识，进一步激发了大家对专业知识的兴趣，并能够结合生产实际，在专业领域内进行更深入的学习。一些学生写出了质量较高的实习报告。

2、毕业顶岗实习促进了学生自身的发展。实习活动使学生初步接触社会，培养了他们的适应环境能力及发现问题、分析问题、解决问题的实际工作能力，为他们今后的发展打下了良好的基础。

3、毕业顶岗实习配合了所在单位的工作。参加实习的学生在各自的实习基地积极工作，从小事做起，成为一支富有朝气与活力的年轻队伍，实习学生的精神风貌及工作能力受到了公司领导与工作人员的普遍好评。

系主任及实习指导教师召开实习学生座谈会

五、存在的不足及解决办法

1、专业技能职业能力有待加强

学生的专业技能在某些程度上达不到用人单位的要求。学生虽然已经顺利进入顶岗实习，但我们从学生的就业单位上能够看出部分学生的就业岗位并不是很好，而影响这一点的问题所在多数是应为我们的学生在专业技能及专业知识上达不到用人单位的要求。

2、职业能力和责任心还有待加强

通过对用人单位的实际了解和用人单位对毕业生称职状况的调查，我们不难看出部分学生在工作态度方面、敬业精神方面上还有所欠缺。我们还需要进一步的加大力度对学生的不足之处进行指导、进行帮助，从而完善、提高学生在就业方面的综合素质。

总之，让学生与参与教学实习是要他们不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使他们在激烈的竞争中立于不败之地!在教学实习中让学生全面掌握专业技能，具备与实际工作岗位需求“零距离”的职业能力，做到

“就业能上岗，上岗能顶岗”，必须从整体出发，从实际出发，才能实现高素质技能型专门人才的培养目标。才能培养出适应市场需求的高质量会计人员。

**校外实习工作总结200字13**

在这里，我想对各位老师致以衷心的感谢。为了我们能顺利进入实习单位完成实习，各位老师做了大量准备工作。为了我们能真正学到知识，不辞辛苦的给我们联系对口的实习单位。

曾经心潮澎湃，曾经满怀激情等待这为期一年实习。这是我们人生中第一次进入社会实习，因此我们大家很认真也很重视的参加这一次实习。时间总是充足的，为期一年的实习已经将过一半，在这半年的时间里我们曾经徘徊过、失落过，但我们从不曾后退过，因为我们知道这对于我们来说是一种难得的历练，实习中我们学到了很多书本上学不到的知识，同时也更加深刻地感觉到了书本知识的重要性。实习中每一个人都有了自己的收获，收获了心中的那份经历、那份感受、那份回忆!

在实习的过程中，有些同学到丰田实习，有些到东航实习，被分配到不同的实习单位，面对陌生的环境，面对陌生的同事，面对高标准的要求，我们其中有些人徘徊了要放弃这次难得的实习机会，但在老师的鼓励与帮助下大家很快克服了困难，凭着自己勤快的劳动以及文明的举止赢得了用人单位的好评与学校的认可。

有些同学的实习单位离学校很远，他们每天需坐车一个多小时或者更长时间赶到实习单位，上个月我们结束了汽车中级工的考试，在考前培训的时候，每周二次，下班后我们都要去学校进行复习训练，整整三个月，虽然有些辛苦但是我们没有怨言对于我们来说是值得的。

在这次实习阶段，我以一名企业员工的身份去对待，遵守企业的规章制度，按时出勤，认真对待工作，其实，作为一名实习生被安排到各企业实习，并不是为了得到什么报酬，而是在实习中积累更多的经验，丰富自己的人生阅历，为将来走向社会寻找岗位作好准备!

关于我的实习单位(安吉斯巴鲁)，很感谢学校方面各位领导的着力安排，也很感谢实习单位对于我们这批\_初出茅庐\_学子的照顾，感谢那些夸奖我、骂我的领导或师傅，您夸我是给了我继续好好走下去的信心，而批评我的也是为我好，告诉我如何才能在这条道路上做的更好、走的更远。

**校外实习工作总结200字14**

实习是大学进入社会前理论与实际结合的最好的锻炼机会，也是大学生到从业者一个十分好的过渡阶段，更是大学生培养自身工作能力的磨刀石。

一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。

二是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系。

三是热爱实习岗位，积极承担岗位职责，不断提升实习效率。“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自我对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，积极承担岗位上的职责义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。一份劳作，一份收获，我坚信自我的努力一定会有回报，而我将会仍然继续努力。

**校外实习工作总结200字15**

12月31日，我进入了xx这个大家庭，开始了我的第一份工作。对于没有任何工作经验的我来说，一切都是新的，都要从头开始，因此，我决定今后不管做什么工作，都要尽力去做好。现在，我仍然坚持这种做法。

刚刚开始的一个星期，我从各种资料中来了解业务，每天看看文档，没有什么任务，很轻松但也觉得无聊，这些都太陌生，不知道跟工作有什么联系。后来接触到系统，知道自己的职责所在，才发现之前在文档中看不懂的，只有接触到系统后才会明白。只是单纯的看文档，目标太大了，要实际操作才能更好的掌握。当我开始像其他同事一样处理工单时，我的每一次回复，都要先给A看看，生怕有什么不妥。特别感谢A，在工作中给了我巨大的帮助，她总是不厌其烦的为我讲解。现在，我有什么疑问仍然向她请教，有时遇到大家都不懂的，也会向B和C求助，这些前辈都很有耐心，让我能更快的胜任工作。刚刚开始独立处理工单的那几天，对投诉的口径比较陌生，有时候也很难定位问题所在，一天只能处理几张几十张的工单。那时候看着工单总量不断增加，心里也十分着急，总希望能够提高自己的速度。

随着对业务的不断熟练，工作速度自然也有了提高，接触到的问题也越来越多。D姐也常常说要我们能够主动学习，有什么问题都要请教各位资历深的同事，因为我们几个新人总会出一些小差错，而又都在默默遇到问题逃避了。工作确实与学习不同，学习中遇到难题，可以慢慢来解决，工作就不一样了。就如上次冬敏姐指出我没有及时把不会处理的问题提出来，一直留在了最后。这可能是自己的一个不好的习惯，先把自己会的处理掉，然后再来攻克一个个难关。其实我也忽略了，有些问题我们也需要其他部门协助，应该早点提出来，其他同事就可以早点去处理，不至于造成重复投诉或者升级投诉。现在，我也正在努力改正这个缺点，有什么不懂的赶紧提出来。

还记得D姐在跟我说过，服务行业，工作要谨慎，不能让别人挑出毛病。回复工单的时候要看清楚别人的问题所在，做出最精准的答复。只有这样，别人才会信赖我们，对我们的工作满意。随着对业务的不断熟练，看问题的速度也越来越快，从十几张到一百多张的变化，也导致有些投诉问题被我忽视，没能很好的解决问题；有时候也会漏看或者答非所问，造成二次返单。我发现了自己这个坏习惯是不善于总结造成的。每天只是忙忙碌碌的处理工单，很少去关注日报和邮件，遇到什么问题就解决什么问题，没有遇到的也没去提前学习。现在明白了每天的总结是很重要的，有助于工作水平的提高，除了工作的量要提上去，质也是很重要的。

从工作中确实能够学到很多东西，同时发现自己的不足，希望我能在工作中不断完善自己，提高自己的水平，同时感谢所有同事对我的帮助，我会努力工作的！

20\_年3月4日，我怀着激动的心情踏上了期待已久的实习之路，当我离开学校的那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的并且布满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的记忆中留下绚烂多彩的回忆，而且会给我生命中带来无与伦比的财富。在这实习工作中，领导和同事们给了我许许多多的关心和指导，加上自身的不懈努力，使得我在各方面都取得了长足的进步。

实习的生活是布满艰辛与挑战的，但是我已经准备好了接受各种挑战。我知道人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志，我也知道吃得苦中苦，方为人上人的道理，每一个人都渴望成功，都渴望自己有限的生命能创造出无穷的价值，都渴望为更多的人做出自己能做的一切，我自然也比例外。我知道我的实习之路才刚刚开始，我要经历的还有很多。以后的人生之路还很漫长。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在实习过程中，我感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措。刚上班时公司刚完成搬迁，一些实验室和设备都没有完成检验和校准，所以暂时没有什么工作。首先接触的是如何融入工作，刚开始进行的是对实验室和仪器的熟悉了解，因为公司里的仪器大部分我们都没有接触过，这和学校的仪器有些区别，但是基本的原理还是一样的，因此这对我来说也没什么难度。

在这期间，我主要完成了这几方面的工作：工作室日常安全检查，熟悉工作中仪器设备的应用，设备的安装以及维护，协助技术人员完成仪器设备的检验校准等工作。

时间过的真快，转眼间，我在实习公司的实习马上要接近尾声了。通过这段时间的实习，我接触到了真正的工作，亲手进行了实际操作，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了工作处理的流程，从纯理性的知识上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己的能力是远远没有达到工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。电气学科作为一门与实际工作结合紧密的学科，实践是检验学校里的学习成果的最好的试金石。将所学知识转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。

**校外实习工作总结200字16**

毕业实习是每个大学本科毕业生必修的一门课程，也是十分重要的一门人生必修课。这短短的在天津可以实习的一个星期，我获益匪浅，也为毕业后正式走上工作岗位做了很好的准备。以下是我在公司实习报告和总结。

>一、关于实习公司

天津市科易电子科技有限公司是为电子产品专业生产加工的公司，拥有完整、科学的质量管理体系。天津市科易电子科技有限公司的诚信、实力和产品质量获得业界的认可。科易电子为电子产品加工型企业，现具备自动机插、自动贴片、手插、整机装配等各种加工生产能力，可承接各类电子产品的加工业务。公司安装有多台从日本和美国引进的高科技现代化生产设备，公司拥有贴片、手工插件、自动生产插件生产线多条，并拥有DVD视盘机，电视机总装生产线各一条，及多种配套生产及测试设备，具有大规模加工手段和具备插件、贴片、自插及整机总装生产的能力。可为电视机、DVD视盘机、手机、充电器、液晶显示器、电子琴、空调器、电表、电子镇流器、电源等多种电子产品提供PCB板加工及总装调试。主营产品有广洁蔬果机、空气净化剂、机顶盒主机板等等。

>二、实习报告总结

4月15日，我们通信工程专业3个班的几十名同学满怀好奇和期待随校车来到了位于天津市津南经济技术开发区的天津市科易电子科技有限公司。因为在此之前，只对该公司做了简单了解，所以路上一直在想，一直和同学讨论，这会是一家怎样的企业？公司规模如何？我们去了之后会分配什么工作？说实话，在到达目的地的那一刻，我们都有几分失望，公司的规模并没有期待的那样宏伟，不过布局简单整洁，让人感觉很舒服。紧接着，公司的刘科长给我们介绍了公司的规章制度。比如上班时不允许穿脱鞋进厂；进厂必须穿工作服；禁止在厂里吸烟；进厂后衣服不准敞开，外套不准乱挂在身上，不得背背包进厂；人在厂里不要成堆，不能打闹，不要站在生产主干道上，进出车间都要排队走好自成一列；在没有实习老师的允许情况下，不准乱按按扭、开关等等。培训过后我被分到了生产区成型车间，跟随实习老师进行实地的学习。对于生产来说，安全始终是重中之重，良好的安全意识是进行安全生产的首要前提。首先车间主任对我们进行了一些安全教育和以及在实习过程中的安全事项和需注意的项目。其中，实习老师再三强调的就是公司的5S制度：整理（sort），整顿（straighten），清扫（sweep），清洁（sanitary），素养（sentiment）。一个公司要想有好的发展前景，不仅要有机遇，还有有一套良好的管理体系，实习老师所说的5S制度是生产车间必不可少的，也是每个员工必须遵守的，尤其是我们不熟悉操作的实习学生。在带领我们了解了广洁蔬果机、空气净化剂、机顶盒主机板的生产原理和生产流程之后，就给我们分配了粘胶条和组装机顶盒的的任务。因为机顶盒主机板里面安装了很多精细的器件，而在生产运输过程中难免发生碰撞挤压，为了保证产品不被损坏，必须在边角处贴上一定厚度的塑料泡沫材质的胶条。这项工作由2个女生，2个男生来完成。刚开始，我们每个人单独工作，进度很慢，因为原始的胶条很长，我们必须剪成一段一段再粘贴，而剪刀只有两把，一个人剪的时候其他人必须等着，浪费了很多时间。而且贴在不同边角的胶条长短厚薄不一，一不小心就会贴错。后来，我提议这项工作由我们4人分工完成：1个人剪胶条，2个人粘，1个人组装，我的提议得到了大家的积极响应，我们迅速进行分工。工作进度果然提高不少，而且做起来也顺手很多。通过这项简单的工作，我体会到了团结与合作的力量。正谓人齐泰山移，众人划桨开大船。一个人的力量终究是忽微的，团队抱成一团的力量才是最强，团结起来才能够无坚不摧，共同成长共同进步。

除了这项工作外，我们还在做了几项其它的实习工作。各项工作都是十分简单，有人可能觉得让我们本科毕业生做这种琐碎活是低估我们的能力，因而并不认真对待。可我却不这样觉得。事实证明，我的踏实和努力让我受益匪浅。临走时，实习老师邵老师点名表扬了我。态度决定一切。你的态度，决定了你做事的结果。所以事无大小，凡事都要认真对待，保持良好积极的心态，才能够在激烈的竞争中得以脱颖。劳动光荣，勤奋的人最为值得尊重。只有比别人更加努力、更加勤奋，才能比别人走的更远成功的更快。

>三、实习心得

回顾实习生活，感触很深，收获颇丰。通过实习我更加认识到实践是检验真理的唯一标准，只学不实践，那么所学的就等于零，理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。我感觉实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己的各方面知识、能力、技术等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。至此感谢公司给了我这么好的实习机会，感谢指导老师给予的帮助。

**校外实习工作总结200字17**

本次实习为期近两个月(07、09、17――07、11、11)，听课节数大约为50节，新授课为6节(包括重复课)，练习课为12节，午休看班5次，班会课1次，开展课外活动15次，批改作业80次，共计约3760本次。虽然上课的次数不多，但却有了更多时间进行教学反思及班主任工作实习，感受颇丰。

>一、诚心待之，冰释隔膜。

刚开始去到附小，见班主任赵老师及数学指导老师肖老师时，感觉老师们比较冷淡，较难沟通。经我们实习生分析也许是心理因素在作怪，有陌生人介入自己的工作，总会让人感觉不是很舒服。后来赵跟我说了为什么刚来时她本不想理睬我的理由：附小没有重视，没有事先跟她们这些班主任说实习这件事。三年三班的实习生也遇到了冷淡的待遇。能怎么样呢?想起当初新生入学时，兼职班主任的一句话：吃亏就是占便宜。不管班主任如何不理睬我，该带操时跟操，带军训时跟军训，不断找话题请教跟老师搭话。刚好也有个机会让我当一回好人，第一天军训时，老师的脚被蚊子叮了好多个包，很痒，正好我带了风油精，给她及时擦涂。两天下来，见我如此诚心诚意，便亦诚心待我了。诚心待人，人亦诚心待之。

>二、“捧着一颗心来，不带走半根草”。

班主任工作又细又繁琐。实习的前阶段是见习，在此阶段基本上是深入班级，与原班主任沟通，了解学生的学习情况、性情，班级的总体情况，利用听课时老师点名回答的机会将学生与其名字对上号。记住一个人的名字，是对其最起码的尊重，学生一听到老师知道他的名字，就会觉得老师关注他，重视他，与老师产生一种亲近感。

实习期间，班主任日常工作为：

1、周一带学生举行升国旗仪式，组织学生窜座位。

2、整队做课间操，整队带去上音乐课、体育课、美术课、信息课等。

3、看班看午休，保证学生都能安静午睡。

4、开午会，看学生写字帖，批改字帖等。

5、协助开展课外活动，如：每周一、周三下午的军训;秋游活动;秋季运动会;讲故事活动;课文演读;上文体课、联欢会等等。

6、发放各类活动通知并回收回执条。

7、安排并检查学生打扫卫生。

8、个别教育学生，促其进步;解决学生间发生的小矛盾。

9、及时与家长沟通，共同促进学生改正坏的学习习惯及生活习惯。

由于平时跟学生走得比较近，对学生的了解也更多，感触也更多。教育真的是一件非常复杂的工作，无论是家庭还是学校还是学生个人，都必须付出一定的努力和使用一定的方法，才能培养出一个基本健康的学生，各方面素质都达标。附小有一定的特殊性，生源基本上是教师子女，或者来自非富即贵的家庭。学生生活的环境非常优越。但是，这也产生了很多的问题：A父母晚育，导致孩子生理上有所缺陷，多动症，自闭症或者阿斯博格症的孩子不在少数。B父母为了将孩子送来附小读，本身家里这比较远，只能将孩子从小寄养，很多又导致了孩子或者内向，不愿意沟通，或者注意力不集中。C父母在外忙碌，没时间看管孩子，辅导孩子学习，等于是孩子在家的教育约等于零，单靠老师在校的教育很难促使孩子全面发展。D优越的环境也容易导致孩子不懂得珍惜，不懂得关心别人，给予别人爱，不会合作。

**校外实习工作总结200字18**

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班;如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

**校外实习工作总结200字19**

这次的实习，让我从实践中去思考自己在课堂上学到的知识，也对于理论知识有了更深刻的认识。一个优秀的老师需要具备很多方面的素质：扎实的专业知识，娴熟的教学技能，正确的教学理念这次实习，对我来讲是上了一堂重要的社会课，只有坚持自我，不断努力，才会不断的完善自己，取得成功。教育实习使我增强了教学实践能力，认识到教育是一个互动的过程，老师只要认真投入教学，孩子就会积极配合。这种过程是很开心的！感受到学生们有说不完的心理话抒不完的心中情。作为学生这更需要老师们去开导他们，让他们树立正确的人生目标，努力进取！在这两个月中与学生一起生活、学习，我也尝到了当老师的酸甜苦辣，体会到了作为人民教师的乐趣和光荣，这更激励着我坚定了作一名光荣的人民教师的信念。

最后，我要感谢xx中学的各位领导，各位老师的照顾和教诲，感谢xx中学的领导们给予我一个这么好实习的平台，让我有机会体验在学校里无法体验的实习生活，在学校领导的精心安排下，我们受到了无微不至的关怀和照顾。虽然我们对学校实习开始信心不足，但是我的指导老师和班主任都很认真责任，把他们丰富的教学经验传授给我；我所带的班级也积极配合我的实习工作，表现了良好的精神面貌；让我对实习信心十足。

感谢xx中学给我们提供了锻炼自我的平台和展现自我的机会，我在这里再一次感谢贵校的校领导和老师们为我提供的一切。最后祝xx中学全体领导老师们身体健康、家庭幸福，我们衷心祝愿xx中学的教育事业百尺竿头，更进一步。

**校外实习工作总结200字20**

本人是xx大学地理专业的本科生，为了是自己所学课本知识应用到实践中，我运用暑期进行了两周学校教学实习。通过实习，初步了解了授课的基本流程，相信这次实习为我大三的专业课程学习会有一定的帮助，也为今后工作积累一点的经验。一下就是我的实习鉴定。

首先是教学前的备课。备课是一项艰巨复杂的工程。备课时不仅要对说讲述的内容熟悉掌握，而且要有主有次、重点突出。这样才能在有限的上课时间里，完成自己的授课任务，使学生更好地掌握所学知识。因为地理学科是自然科学和社会科学的边缘学科，和其它学科有很密切的联系。备课时不仅要注意对本学科知识的熟练掌握，还要注意其它学科的融会贯通。考虑到地理知识的理论性强，学生很难领会。同时备课还要考虑到教学仪器的应用，随着教学设备的现代化，多媒体技术在学校教学中越来越普及。在教学过程中，应充分应用新技术。由于本人计算机知识的缺乏和操作不熟练，为了不在教室上出差，这回我可把计算机知识恶补了一回。对地理模型的选用，也要注意大小，既要让全班同学都看得见、看得清，还要方便易拿，不给教学活动造成麻烦。

其次是教学过程的授课。站在讲台上和坐在下面感觉就是不一样。教室授课使一项组织性的工作。在教室上要适当地分配时间，对讲解内容有轻有重，既要面面俱到又要突出重点。不失适宜地展示一下教学模型、图片、视频等，不仅能缓解一下教室的紧张气氛，还能增强同学们的学习兴趣，加强对知识的理解。同时保持优良的教室纪律，优良的教室纪律是授课活动顺利进行的有力保障。

其次是教学后的学习总结。总结是对以前所学能容的重现与再认识。总结做得好，既有利于对所学知识的理解应用，还有利于对后续知识的学习掌握。教师在带领学生做学习总结时，还要引导学生对课外知识的拓展和与其它学科的联系，要把知识学活、用活，应用到实践中去。

本次实习，是我从一个学生到教师的身份的转变，是一次教室上学习不到的知识，对我来说真的受益匪浅。同时也让我感受到在以后的学习中，必须加强专业知识的学习。“书到用时方恨少”，对于地理专业的学生来说，虽然掌握了一定学科知识，但是面对学生们提出的问题和无限的想象力，也会感到迷惑不解，力不从心。因此要加强专业知识的学习，提高自己的学科知识，为将来走向教学岗位后，能更好地和学生交流。多参加实践活动。理论不等于实践，在真实的教室教学中，常会遇到一些突发事件，是课本知识所不能预料的。

**校外实习工作总结200字21**

我把要开会的内容好好地整理了下，希望明天别太紧张啊，毕竟也算是自己第一次在公司比较正式的会议了，老板一般不太会过来公司的，也是自己好好表现的时候了，在公司大家是一个团体，和在学校不一样，我必须把公司的利益当成自己的利益来看待，只有公司好了，我们底下的员工待遇也不会太差的。

今晚下班的时候，正好在路上碰见老板，他竟然叫我和同事一起去吃饭，所以我很有幸可以和我们的大老板一起共进晚餐，吃饭的时候，我都不敢正视他的脸和他说话，老板是xx人也不太会说普通话，我听不懂他们的白话，不过老板真的很帅气啦，一口流利的xx语，他那么年轻，就事业有成，我

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！