# 顶岗实习工作总结3000(实用11篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2025-03-23

*顶岗实习工作总结30001半年的实习时间转眼间已过去了一大半，在过去的这段时间里有太多太多的记忆，有太多太多的幸福与\*\*。但那些已经过去，已经成为美好的回忆。实习是我们师范生即将踏上漫漫人生征途的标志，是人生的另一个起点，对我们未来的生涯规...*

**顶岗实习工作总结30001**

半年的实习时间转眼间已过去了一大半，在过去的这段时间里有太多太多的记忆，有太多太多的幸福与\*\*。但那些已经过去，已经成为美好的回忆。

实习是我们师范生即将踏上漫漫人生征途的标志，是人生的另一个起点，对我们未来的生涯规划起着至关重要的作用。所以，这次顶岗实习对我们来说有着特殊的意义。在没来实习之前，我们有憧憬，有期待，又有些迷茫，我们怀着一半欣喜一半忐忑的心情来到了实习学校——深州中学。

在过去的这段时间我们都收获了许多，现做出如下总结：

思想方面

在本次实习中，我们思想端正，热情努力，服从上级管理，办事认真负责，并在各方面严格要求自己，努力提高自己，以使自己更快的适应社会发展。我们热爱教育事业，把自己的精力全部投入教育，力求把工作做到最好。我们所作的一切都在不断锻炼自己，只为自己登上讲台不再吃力。

教学方面

备课：作为一名教师要求每节课都认真备课，实习学校也在时刻提醒我们一定要认真负责。按照学校的安排一步步进行，目前我们都能有效备课(备教材、备学生、备教学及学习方法)每个环节都认真对待。

听课：在听课这一环节，大家都很积极，常常去听一些有经验教师的示范课，从中学习教学方法、教学语言、教学内容，希望尽快提高自己的教学技能，使自己的课能够完美体现。

上课：上课这一环节尤为重要，每个老师都有自己的上课方式，我们在听完老师的课后，及时借鉴老师的可取之处，应用于自己的课堂。在上课时，要多方面考虑影响因素。要调动课堂活跃气氛还要观察学生的反应，以此控制课容量的多少和讲解的速度，最重要的是教学内容一定要准确。总之，一定要做到多观察、多总结、多针对、多运用。

管理方面

在管理方面主要体现在实习班主任以及年级部干事管理学生上。在学生管理方面我们发现问题很多，我们也学习到一些解决问题的方法。现在拒绝体罚学生，其实真的没必要去体罚学生，所谓“人非圣贤，孰能无过”，犯下错误知道改正才是目的。我们应该去开导学生，引导他们,在实习过程中我们也在极力追求这点。

建立班委小组，跟学生处理好关系，这些都是必须做到的，也是具有亲和力的体现。

作为实习班主任应该做到了解学生，了解每位学生的家庭情况、学习情况、班级融合度等等。可通过谈心、悉心观察、深入班级做到深层度了解学生。

宣传方面

在宣传方面，我们积极投稿，汇报我队所发生的一切，也同样将记录着我们走的每一步的日志发表到博客上。

活动方面

“五个一活动”我们完成了一部分，剩余的还在进行中。在实习学校，我们也积极参加学校组织的活动，运动会、动员大会、推普活动等一系列活动。在活动中，我们努力扮演好自己的角\*，积极配合，使活动完美落幕的同时也充实自己。

以上，便是我对过去这段实习生活的总结，再次感谢各位领导老师们的无私帮助与指导。通过实习，我学到了很多，虽然有些\*苦，但很充实，并且为以后的教学工作积累了经验，奠定了基础。

**顶岗实习工作总结30002**

经过了一个学期的紧张的学习，这学期期末我们进行了工地施工实习，也算是出去呼吸一下新鲜空气，放松一下。在着之前，老师给我们每人发了一个黄色的安全帽，带在头上顿时有了很多的安全感。我们主要去四个地方：--新修宿舍，--，--改建和--华都等，主要跟施工员下到现场参加施工，然后由其向我们讲解，让我们自己去体验建筑施工过程和构件等。

虽然参观实习只有5天，但是这5天绝对比闷在书本上5天有用。通过这几天的体验，我们真实的感受到了建筑生成的过程，把我们的理论常识和实践结合到了一起，对建筑工程的现场施工和管理有了更直观地认识，增强了对所学基础理论和专业知识的感性认识。

在第一天里，老师为我们简单介绍了一下去工地的注意事项，然后在他的带领下，我们来到了--正在修建的学生宿舍楼，进入内部，印入眼前的是粗糙的墙面和地面，空空的窗洞，和看上去危险至极的楼梯，一切都那么粗糙，难以想象在不久的将来，它会变成精美的宿舍楼，施工的过程是如此的奇妙。

印象最深的还要数--的建筑施工，不仅仅是因为它的名字好听，真正称奇的要数其大模板钢筋混凝土施工过程。

·工程总建筑面积：约43908·86平方米

·建筑层数：33层(一二层为商场及物业管理办公用房，三层以上为住宅，共33层;地下部分共三层，其中地下一、二层为车库和设备及辅助用房，地下三层为配电室及五级人防人员掩蔽室。)

·建筑层高：2800mm

·建筑结构：主体结构为简力墙结构，楼梯间为筒体结构

·墙体厚度：大部分为200mm、300mm少量为250mm

我们参观体验的是完成的主体框架部分和正在浇注的部分。因为我们去时地下部分的模板施工已经完成，正在浇注地上六层。当时，还处于结构施工期，到处布满铁管，地面与墙面也预留着许孔洞，楼梯间比较阴暗潮湿狭窄。

因为--是大模板钢筋混凝土施工，但对于大模板的概念以及施工注意事项，我是懵懵懂懂的，所以不得不回来翻阅资料，查找相关内容：

目前，大模板施工已成为高层和超高层剪力墙结构工业化施工的主导方法，由于大模板施工技术难度较大，稍有疏忽，便会导致重大安全事故。因此，大模板施工前和拆模前，现场施工负责人应向操作人员将大模板堆放、吊装、支设、拆除及运输保管过程中的每一步骤，每一细节进行具有时效性、针对性的安全技术交底。强化安全管理，确保施工安全。

大模板按其结构形式的不同可分为整体式、拼装式和模数式等，每种均由模板、支撑系统及操作平台组成。施工前，首先根据设计图纸绘制配板图进行模板设计，力求模板拼装和拆除的方便性，支撑的牢固性，同时保持较好的强度、刚度、稳定性及整体拼装后的平整度。并且，须对主要项目进行验算：①混凝土浇筑时的侧向张力;②穿墙螺栓的抗拉强度;③模板弹性模量的侧向变形和整体稳定性;④大模板的自重荷载及起吊、起装时对节点及支承点的强度、刚度要求。

大模板的存放尤为重要，这影响着后期的施工。--的大模板全放在施工建筑后的一块空地上，便于清洗，刷隔离剂等一些施工前的一些准备。

大模板安装操作人员应严格按照模板设计和工序要求进行施工。作业前，施工负责人应做好专项安全技术交底和安全教育工作。检查吊索、卡具及每块模板上的吊环是否有效，并设专人指挥。统一信号，密切配合。做到稳起稳落，就位准确。

将一个施工流水段的正号大模板吊至安装位置，初步就位后用撬棍按照墙体位置线，调整大模板位置，对称调整大模板的一对地脚螺栓，使其地面位置偏差符合规范要求。再安装反号大模板，校正垂直后，用穿墙螺栓将正反两块大模板锁紧。大模板没有固定前，不得进行下道工序施工。

大模板安装完毕，由施工负责人按照设计要求对模板工程进行详细检查。对检查出的问题，施工班组应逐条整改，报请施工负责人复检，确保模板工程符合混凝土质量要求及施工安全要求后，施工负责人签字认可，方可进行混凝土浇筑。

接下来去的--改建和--华都，老师和讲解员也都为我们做了耐心的讲解，在本次实习中我对建筑工程的各方责任和角色有了更切实际的了解，深刻体会到了工程建设中所包含的种种矛盾、种种限制、种种实际问题。亲眼所见建筑工人的辛苦以及他们在实际施工中各种手法的巧妙性和实用性，比如钢筋的绑扎。底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外接头要尽量放在受压区内。在砌墙的过程中，如遇到墙要转角或相交的时候，两墙要一起砌起来，在留槎的过程中可留斜槎;如果要留直槎，则必须留阳槎，且要有拉结筋，不能留阴槎。在进行砼施工的过程中，要特别注意砼的配合比，在天热的时候要注意养护等等。

这几天在工地上的所见所闻，更加激发了我对本专业的热爱和憧憬，也深深体会到要在建筑行业中有所作为必须付出更多的努力，不仅仅是在理论上，更是在实际的应用中。与此同时，我也深深地体会到了一份责任，希望能够通过自己的努力，为祖国的大建筑添砖瓦，实现自身的价值。

**顶岗实习工作总结30003**

在儿科一个多月的实习中，除了做好日常的临床工作外，还有各项体检工作等等，有些工作我以前没做过，做起来有一定的困难，如新生儿工作，我以前就没做过，但为了搞好工作，服从领导安排，我不怕麻烦，向老师请教、学习、自己摸索实践，在老师的耐心指导下，在护士长的教育下，在很短的时间内便比较熟悉了新生儿科的工作，明确了工作的程序、方向，提高了工作能力。

在儿科开展整体护理，就是以满足患儿的各种需要为目的开展的优质护理。在儿科，护理对象是0—14岁的儿童。以马斯洛的需要层次理论来看，这五种需要在儿童身上均有不同程度的体现；为满足这些需要，心理护理是非常重要的手段和方法。但是在儿童，由于语言表达能力及理解能力有限，进行心理护理非常困难，很难达到预计的效果和目的，甚至还会达到相反的结果。当前现实生活中的儿童大都是独生子女，一旦发病，父母格外紧张、焦虑，他们大都过分照顾，夸大病情，对医护人员提出过高要求。大家本着“把工作做的更好”这样一个目标，开拓创新意识，积极圆满的完成各项工作：

（1）认真接待每一们病人，把每一位病人都当成自己的亲人。

曾经有一个15岁的女病人由于腹胀且腹部触之较硬，曾到条件较好的医院（三甲医院）做过检查，钱也花了不少，就是没诊断明白是什么病，病人及家属都很着急，通过老师们和医生仔细的询问病史及过细的体检，病人原来就是常见肠结核，诊断清楚了病人及家属都很满意。

（2）认真做好医疗文书的书写工作，以带教老师为模板认真负责，态度端正、头脑清晰。

为了科室的各项工作能顺利进行，我看到每一位护士和医生团结协作精神，不管是上班还是休息，只要有事，保证了随叫随到没有因是休息而耽误工作。利用有限的时间不遗余力的鼓励患儿，耐心的帮他们了解疾病、建立战胜疾病的信心，默默地祈祷他们早日康复。真正体现了良好的医风和医德。使每一位来实习的医生和护士都感同深受，具有很好的教育意义。

我在实习中学习了很多东西，也锻炼了自己，经过不懈的努力，使工作水平有了很大的进步，开创了工作的新局面，也受到老师的表扬。

>

20xx年暑假

长安“加达汽修厂”

实践开始在我踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。在我第一次从办公室踏出，走到维修组车间里时，一阵阵汽油味迎面而来，当时我还问身边的杨老板：“杨老板那里来的汽油味啊！是不是那里出了问题？”杨老板就说：“没有，你来到这里就是这样，老实说如果你顶不住现在都可以走了”。些时我内心涌现了家人和亲戚对我期望和关心。我对杨老板说了：“我不能用家人和亲戚对我的希望，去换取失望的结果。我一定能做到最后，做到最好。”就这样我给自己下定了很大的决心。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的。机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

同样地开始时我每天都做着给维修师傅拿拿工具打打开关，时间过去了我和维修师傅们产生了朋友般的友情。在与师傅们深入交谈中发现他们文化水平不高，但他们对学习的热情却很高。在与万师傅聊天时他曾说过：“假如给我再回到十年前，我一定会好认真去地读书。小刘啊，你们现在读书真的好幸福。”这个时候我不感再正面望向万师傅，我为我以前浪费的时间后悔。同时我受到了启发，我应在以后每天都要认真去学习认真去做实事。初初我认为当一辆汽车车身掉漆了，进到维修厂里把漆简简单单涂上去就可以了，但实际与想法总会有差异的，涂就是涂了但是要经过十三个工序才可以算完成，在做每一个工序都要认认真真地打磨，无令在那个工序都不能马虎，那个工序都不能打乱，要不是前面所做的工作都白费。

在这个月里，我听师傅说视为简单车辆破损修复方法有

1、应先清洁受损部位，利用修补漆进行填补。为增强附着效果，可以先用高目砂纸打磨一下。

2、如果砸痕处金属外露，喷漆前还要涂抹具有防锈效果的氧化中和剂，待中和剂彻底干透后再喷涂底油，并重复喷漆、晾干、打磨的过程。

3、补漆最忌讳一次喷涂较厚的漆层，既费工费时，又难以控制补漆效果，容易出现气泡、流挂。有耐心、细心的车主可买一些工具自己动手修补，能节约不少费用。但如果自己没有把握，最好送到专业快修店修补。

4、如果暂时没时间去维修站修车，可以先在被剐的部位涂一层指甲油，防止氧化生锈。一些专业汽车装饰店也有漆面快烤急修业务，使用进口敷料、漆料可以在两三个小时内完成，如车门的修复工作。

当初我认为维修厂当车主不在时都会给客户换上旧的部件，但在我每天的观察中发现每个维修人员都没有做这样的行为，还记得肖师傅和李师傅都说过：“我们不能只是为了争钱就对车主的人身安全不负责任，不是出了我们这个门口就和我们没有关系。”确实是的。

在这次短暂的暑期社会实践活动中我学到了书本上看不到的知识，学校里体现不到的教育。我从实践中明白到“三人行必有我师”的古训；启发了我小事成就大事，细节成就完美；更深刻地给我展示了什么叫做“诚信价更高”的实例。

**顶岗实习工作总结30004**

我于20\_\_年8月29日起于都匀市民族中学开始了为期一个半月的教学实习工作，光阴飞快如白驹过隙，转眼间教学实习已经结束了，这期间我经历了许许多多的事，从实习前的期盼、不安、向往到结束后的收获、思考、展望，每一步都令我记忆犹新，同时也切身体会到了人民教师的艰辛、快乐，以及教师肩上承担的重担。现将我的实习情况总结如下：

一、实习准备阶段

(一)见习阶段：实习前期，学院为了让我们了解新课程教学改革的精神理念，教学技能及技巧，体验整个教学过程。组织我们到贵阳市第六中学进行为期一个星期的见习。在见习期间，我看到了教为主导、学为主体的教学课堂，学生自主探究式的教学模式以及在这样的教学环境下学生们积极参与到轻松愉快的课堂中，获取知识的过程，让我对如何组织教学，控制课堂有了大致的了解，为实习工作奠定了良好的基础。

(二)试讲阶段：见习回来不久，学院将我们班分成几个大组，同时派有丰富教学经验的教师来指导我们：如何去教学?教学过程中应该注意什么?在老师的教导下，我们小组成员一一进行了试讲(内容为必修一)。试讲让我们发现了自身存在的不足，同时通过小组成员间的相互交流，课堂里学习的教学过程、方法、技巧得到了进一步的实践，为即将到来的教学实习工作做了良好的铺垫。

二、实习阶段

(一)听课阶段：刚进都匀市民族中学的一段时间，我首先听了任课教师的课。在听课期间，我认真听好每一节课，注意老师针对不同的教学要求，如何采用不同的方法，特别是对于教材中的难点，重点的处理，以及如何阐述。对于难点知识，采取什么样的方法才能让学生听得懂，听得进去，而且又符合教学要求。对于重点知识，如何认真的讲清每个细节，如何熟练而又灵活地运用知识等。听完每一节课之后，我都会及时总结教师如何处理教材中重、难点的方法，怎样去调动学生参与到课堂中来，如何使课堂严谨有序等，慢慢仔细地回味老师上课的精彩之处，力争做到每听一节课都有新感受、新收获。

除此之外，为了更快地进入教师角色，做好以后的教学工作，我还认真帮助指导老师批改作业、平时小测验，因为作业是一种很直接的反馈形式，从中可以看出学生的知识能力水平，让我初步了解学生的情况，为后面的教学工作做好准备。总的来说，我一共听了三十多节课，其中包括高二化学、高一化学及其他实习教师的四节课，通过听课，我了解了即将任教班级学生(高一6班)的相关情况，同时也发现同一个知识点，针对不同班级的特点，也需要采用不同的教学方法。但尽管方法不同，知识点是不变的，教师上课要达到的效果是让学生掌握知识点，并能熟练地应用到日常的学习和生活中。这就要求教师在对知识点毫无含糊的条件下阐述不要太繁杂，但也不能太简单，也就是教师运用教学技巧和自身知识丰富程度的问题。

(二)备课上课阶段：进学校的第二个星期，在任课教师的安排下，我开始了自己的上课历程。每次在上课之前，我都会认真专研教材，掌握相关知识点的重、难点，参考教师用书的一些建议，并根据高一(6)班学生，刚进校，对高中的学习环境，学习方法，新课程知识点陌生，初中阶段化学基础知识差的特点，制定了教案，并交给任课教师批阅，认真汲取任课教师的建议，进行进一步的修改，修改完之后，再找个空教室练习。

做了充分的准备之后，我自信地走向了讲台，第一次面对五十多个学生，看着他们一双双和善、陌生、好奇，渴求知识的眼睛，我开始还是有些放不开，但是当自我介绍完之后，彻底忘记自己是一个实习生的角色，热情地投入到了课程之中，采用各种方法调动学生学习的积极性，如：点名让学生回答问题，让学生到黑板上做题，讲一些化学在实际生活中应用的例子等，讲练结合，结束之前和学生一起对今天所学的知识点进行总结等。课后询问学生是否有不懂之处，并与学生交流，了解学生的需求。通过上课我有了以下四点体会：

1、作为一个教师，面对学生时一定要充满自信，自信的前提是对所教授的知识点不能有一点的含糊，因此也要求我们必须熟悉教材，仔细专研教材多做练习并根据所教学生的特点，制定合理的教案。

2、写教案时，应根据班级学生的特点，考虑上课时学生也许会问到的问题，多采用一些调动学生积极性的方法，尤其是课堂引入部分，课堂引入是否恰当是一节课成功与否的关键之一，因此备课时应多看一些资料书，了解相关的知识。

3、上课时，应该多与学生进行眼神交流，了解他们的掌握情况，以便进行进一步的教学。下课时也应与学生进行情感交流，减少学生对教师的陌生感，从而拉近教师与学生的距离，建立良师益友的关系。

4、知识不变，但教法是不断改变的，因此，在今后的学习与生活中，我应该更加注重自身的专业素养，培养多方面的兴趣爱好，为自己今后的教学之路做好充分地准备。

三、班主任阶段

在学校的安排下，我当了高二(5)一个星期的班主任，我深知班主任是班级工作的组织者、管理者和策划者对良好班风和校风的形成起到举足轻重的作用。班主任工作的主要任务是班级管理，其中包含了方方面面的事情。在担任班主任之期即将来临之际，首先：我主动与该班班主任联系，了解学生的情况，并拿到点名册，在开始的第一天早上，快下早读之前，得到当天带早读的教师同意之后，进行自我介绍，并点名。通过点名，我对学生有了大致的印象，为以后的工作做了很好的铺垫。其次：我主动的找班干了解班级的一些情况，并要求班干在学习生活中必须做好榜样，管理好班级的纪律问题，配合老师的工作。再次：主动找一些成绩好的学生交谈，鼓励他们再接再厉，要求他们帮助成绩差的同学，随后与学习差的学生交流，鼓励他们不要泄气，继续努力等。一个星期时间虽然很短暂，我体会到了当班主任的辛苦，即：每天必须7：10之前到学校，监督学生早自习，打扫卫生，晚上与学生一起上晚自习，直到9：30才回去，同时也收获了很多的快乐，如：与学生一起完成了国庆节的板报，在了解学生早自习易迟到之后，实行了签到制，学生们严格遵守制度，迟到现象减少了，班级的班风得到了进一步的改善等。

总之在这一个半月的实习期间，我学到了很多，同时也收获了许多，体会到工作真的太需要“认真”、“激情”、“主动”、“善于发现”、“自信”、“勇于承担”了，通过这次的教学实习，我对班主任工作也有了大致的了解，为我今后要从事教学工作做了很好的准备，在此首先，我要感谢都匀民族中学及任课教师给了我一次实践的机会，提供给我良好的教育平台，并且教导我很多的方法;其次，我要感谢贵州师范大学让我们走向中学的课堂，亲自任教;最后，我还要感谢贵州师范大学化学与材料科学学院的各位领导，老师们，因为你们辛勤的教导，才让我们掌握了课程改革的相关知识，教学方法，技能技巧，因为你们辛苦的准备工作，才让我们如此安心地去接受这份挑战，在此我要再一次谢谢你们，你们辛苦了!在今后的学习和工作中，我会吸取这次实习的经验，再接再厉，做一个感恩，贡献社会的人。

**顶岗实习工作总结30005**

一路走来，现在已经是20\_\_年7月24日了，距离我回家已经仅仅剩下了4个小时了，对于我初来乍到实习了刚刚一个月的小屁孩来说，实习中有太多的激动与喜悦，不论是从工作上来说，还是生活上，我都有一种质的变化。为此，我将这一个月时间实习的基本情况和反思总结如下，以供以后学习使用。

一、实习以来的主要工作介绍及其工作情况汇总

20\_\_年7月11日下午，在带队老师的带领下来到第一个实习点——\_公司报到。第一天给我们分配的办公桌，马上就是周末，因此我们也放了第一个实习期间的周末，周六和星期天还有端午节这三天时间，我们四个人并没有因为节日的原因而好好休息，而是利用这三天时间在班上的仔细的研究iface信息搜索平台的使用方法，因为是技术资料，所以一点一点的分析，一点一点的探索和摸索。在6月25日正式上班时候，我们在没有老师带领的条件下顺利的做出了第一个信息源的配置，这第一个信息源的成功配置也就是标志着我们信息源配置实习工作的正式开始。

在此期间我还参观了江西日报社的社史展览，当一组数据出现在我的面前时我惊呆了，20\_\_年江西日报社的总资产达到了14。9亿元。是一个相当庞大的数字，这样的数字在江西的报业中还是少见，其次还参观了报社记者的光荣足迹，一代新闻先辈留下的光辉一笔。

二、总结与反思

1、要想学习就得主动出击在这样的一个实习单位里面，只要自己喜欢，那么就主动积极的去学习，不要管什么单位给我安排什么不安排什么，给我安排什么我就做什么，这样被动的去实习和工作，在里面是学不到东西的，只有自己认真的去学习以外，认真的去工作以外，更重要的就是自己创造机会主动地去学习。不要等别人给你安排，自己去争取，这才是好样的。

2、要学习就得肯下功夫在大学学习总觉得什么东西在实际的工作中很难用得到，所以学习起来就心不在焉，好想可学可不学一样，完全不拿基础性学习当回事儿，所以在实习的时候才知道“早知如此何必当初呢”这句话原来说的那么有内涵。

3、积极主动去学习才能学到真东西其实，学习与人的态度有很大的关系，积极心态的人总能从失败中看到彩虹，而悲观消极的人可能还会在困难中止步不前。这就是差距，也正是因为如此，所以有的人成功了，有的人失败了。

不论是在一个什么样子的公司或是企业实习上班，你总会碰到这样那样的不顺你心意的工作，但是这份工作或是任务你不得不去做，在这个时候，拥有一个良好的心态就显得尤为重要了。如果你不喜欢这份工作，其实你完全可以拒绝，但是为了学习，你又必须要去做，积极主动出击远比被动接受强得多。

4、拥有一个良好的心态不管是在生活中还是在工作中，我们都应该拥有一个良好的心态，要有一种“我要做”的心态，不要让别人为我支配任务，“要我做”，而是我自己要去做，而是主动地去做。这样才是明智之举。

5、随时保持一颗“年轻的心”不管怎样，有的同学刚刚进入实习单位的时候总有一种新鲜感，但是几天之后，在这里每天做着一份同样的工作，像一个机器人一样的重复着一样的操作。久而久之下来就变得漫不经心，好想看上去在做，但是就是没有效率。原因何在?就在于自己的心态，自己的心态在慢慢老化了。这时候，自己需要做的就是要马上调整心态，在枯燥无味的工作中找到乐趣，在乐趣中快乐工作。

6、坚持下去就是胜利在暑假实习的确是一件痛苦的事情，别的同学都可以回家和亲人团聚，一家人在一起逛街购物，在一起谈天说地其乐融融，自己却自费午餐在一个不提供任何补助的公司义务劳动，心理上很难平衡，这是，我们又怀着一颗赤诚的心，为了自己的梦想打拼，享受着“零待遇”的清闲生活。在这时候，我们需要的并不是一份工资，而是真真正正的技术和工作的经验。别人选择了坚持下去，别人可以完成，我自然也可以完成，因为我会选择坚持下去。用我的毅力和耐力战胜我的惰性。每天在潜意识里告诫自己，不要浮华，只要朴实，不要虚伪，只要真实。

不论是在自古以来的那场战争，决定胜负的并不仅仅是哪军的人多势众，关键在于最后的几分钟，在你最难的时候也是敌人最难得时候，只要在最后几分钟坚持下去了，自然胜利就是属于坚持下去的一方了。所以坚持下去就是的选择。

7、给自己一个目标让自己每天过的充实目标对于一个即将进入工作岗位的人来说，就是即将驶出航线的轮船，远处的一个坐标就是最终的终点，目标就是前进的动力。因此，必须要有自己的目标，否则，将失败而归还不知道败在什么地方。

8、放低身价，虚心讨教，不卑不亢，沉着应对人外有人天外有天，不论在什么时候都会出现比你更强或是更弱的人，在这个时候，不管是面对你的强者还是你的弱智，都应该虚心求教认真学习，面对自己的强者，在心里上要有一种李云龙的“亮剑精神”，不卑不亢，将自己有利的一面展示出来，亮出自己的长处和优点，取长补短，积极进取。面对别人对你的挑战，不惊不慌是的心态，唯有沉着应对才是上上之策。

**顶岗实习工作总结30006**

写了太多次的实习总结，以至于想了很久都不知道该怎么下笔，既然不知道从哪里说起，那就想到哪里写到哪里吧。大学里的最后一次实习，从态度上来讲自己还是挺重视的。记得实习的第一天，我的实习老师问我有没有什么想法，我一脸茫然的说没有，但如今，如果再有人问起我对拍照有什么想法，我大概会说出很多想法给他听，也许这就是晨报带给我的进步吧。遗憾的是，想法与实现之间还有两个字“做到”，有很多想法都还处在酝酿阶段，或是时间不足，或是技术不够，或是可行性有待讨论。倘若还有充足的时间留给我，我想自己还是愿意把这些想法一一付诸实践的。

实习的时间不长，从一开始不知道拍什么?怎么拍?到后来一步步有意识的锻炼自己对新闻现场的预判能力，这一步其实迈得还是挺艰难的。记得第一天实习时，自己曾经问老师：我们都拍什么?他回答：什么都拍。当时感觉这个回答模棱两可，令人一头雾水，如今，实习结束，别人如果问我你都拍了什么，我大概也会回答他这四个字吧。95天里，10516次快门，116个不同类型的题材，人物、动物、景物、大到天灾人祸，小到家常里短，只有想不到，没有拍不到。95天里，韶山南路258号，是自己每天都要光临的地方，从陌生到熟悉，每一天都是过程中不可或缺的一步。

我想自己的实习生活大概是由一个一个的故事穿起来的，每一天过的都是那样的真实，以至于如果拿出其中任意一张照片，我都可以讲出那天发生了些什么。从第一次和老师出去时候的手足无措，到可以独立被安排出去拍照，从每每到新闻现场的一脸茫然，到后来的随机应变从容不迫。从一开始拍不到就想要放弃，到最后对每一个题的执着与坚持，这其中每一点变化都让我历久弥新。

记得第一次自己出去拍新闻的时候是拍一场火灾，到了现场，我愣愣的久久不知道该干什么，等到文字记者采访结束了，问我拍好了没有的时候，我才发觉自己还没有按一次快门，她惊讶的问我刚刚在干什么?不知道该怎么回答她，便草草的回答了两个字：思考。她看出了我的不知所措，就开始告诉我该拍些什么，回去怎么写图说，就这样，第一次干活竟然是在文字记者的指导下完成的。

我从来都觉得自己是一个做事就算达不到专注，也算的上是认真的人，可实习时，我却发现原来在自己身边还有更认真，更专注的人能把“敬业”两个字演绎到极致。也正是老师做事的态度在不同程度上影响到了自己。实习第三天，和老师一起去拍袁家岭立交桥下的彩绘柱子，其实当时自己心里还是觉得这种题材挺无聊的，老师跑前跑后拍了一个多钟头，回来的路上，他突然问我像这种柱子晚上拍会不会更好看?我以为他只是开玩笑说说而已，不想第二天在图库里，我真的发现了他当晚折返回现场拍到的夜景图。可能之后的实习时间里还有很多类似的故事，可唯独这件事对我的影响尤为深远，之后实习时，每每遇到麻烦一些的新闻题材，或是需要补拍的照片，我总会想起那天的故事，总会反问自己，前辈都可以做到如此态度，自己才刚刚实习又有什么理由因为怕麻烦而做不到呢?

让我不能忘记的第二个故事大概就是去医院拍那个被马咬伤的学生。当时和文字记者下午4点就出发去了医院，不想文字记者却两次搞错了医院的位置，最终他决定自己先回报社电话采访，让我去医院拍现场照片回来。打车到医院时已经接近晚上8点，一进门，受伤的那名学生就一脸愤怒的看着我，责怪我比约定的时间晚来了这么久，我不住的说着对不起，打算开始拍照，而她却表示自己伤的地方太痛，不能挪动配合我拍，只能提供手机里的照片，见伤者如此态度，我只能坐在床边陪她聊天，谈谈事情经过，给她剥几根香蕉，递几杯饮料，不时的也跟她讲讲我也要完成任务的无奈。可能她被我的一句“我们学生何苦为难学生”的话说动了吧，终于答应了配合我拍，当时刚刚实习不久，一切都还不太熟练，拍了许久后，伤者的同学开始质问起来：

“你到底会不会拍啊?要这么久，没看她都这么难受了吗?”

“你们报社记者都去哪了?说好过来的为什么只有你一个实习生来啊?”

“你能不能想好了拍什么再折腾她啊?”

“这要是一会儿伤口再撕开了你负责啊?”

一时间，自己仿佛成了众矢之的，除了道歉，说对不起，好像当时并不知道该怎么办。实习了这么久，也只有那天在病房里，简直委屈的想哭。回来的公交车上，在心里无数次的安慰自己，还是有收获的，毕竟拍到了伤者的照片，这就足矣了。不过在那之后，面对医院里的患者时我开始有意识的加快拍照进度，将心比心，我也希望自己完成工作的同时不给他人带来不必要的麻烦。

让我难忘的第三个故事是实习快要结束的时候发生的，当时是去拍一个因中暑死亡的卸货工人，接到线索的时候距离事件发生已经过去一天了，又恰逢周末，本想也许拍拍现场还在工作的搬运工，或者家属的愤怒之态也就完成任务了吧。可到了现场，仿佛事态并非自己想的那样，家属把尸体搬到了厂房，死者的女儿跪在地上哭个不停，看到记者来了，死者的家属索性打开了原本就不密封的棺材盖，顿时一股恶臭扑面而来。实习这么久，icu里去世的病人也是偶有遇见的，可死相如此难堪的画面却还是第一次见到，死者51岁了，老人在家里闲不住想补贴些家用就来长沙打工，搬运每吨货只有10元的报酬，没有任何的额外补贴，头三个月试用期不发工资。工友感叹这种累活年轻人是不肯干的，老陈还算勤勉，下周就是结算工资的日子了，可他再也拿不到工资了。

他们汗流浃背，光着的黝黑的上身像是刚刚淋过水，简陋的住宿房间里没有空调和电扇，只有一桶挨着一桶工人们自己泡的解暑茶。厂房里，一边是铁路上满载的货物，一边是家属抬过来的棺材和尸体，遍地的纸钱，花烛，单据。尸体边上的绢花映衬着腐烂的尸体让自己的心格外的刺痛，死者的女儿哭着喊她的爸爸，一声声，一句句都是她撕心裂肺的哭诉，我不知道自己被什么感染了，或者自己本来就是那种代入感十分强烈的人，想到了无数个这样含辛茹苦的父亲，想到了这个家庭无法抹去的痛，想到了老人也许还有未尽的遗愿……

几乎在现场是含着泪拍完的照片，家属以为我被吓到了，安慰我说“小姑娘，你放心拍，我家老爷子不会来找你的。”其实在家属说这句话之前，我还只是莫名的伤感，说过之后，却又感觉背后一阵凉意。我不是一个迷信的人，却对死者总是怀有深深地介怀。这种场面，自己以前大概是连远眺都不敢的，也不知道那天怎么就有那么大的勇气走近去拍，可能是现场没有别人可以帮自己，也可能是内心里自己有意逼自己的杰作吧。也许那天的照片拍的并不出彩，但在我的心里，那天的经历于自己而言已经是很大的突破了，恐惧已经不再是自己面前的拦路虎。那天是我实习以来第一次感受到突破自己的快感。

想到曾经自己的班主任毕业前跟我最后一次谈话时说：没有一蹴而就，没有一步登天，认真走好你脚下的路就够了，总有一天你会发现这条路的终点就是你想去的目的地。也许实习的这段日子真正有意义的并非仅仅是专业技能上的提升，更让我受用的是做事时用心的态度，是在现场时执着的坚持，是面对受访者时从容不迫的自信，是一个人面对困难时内心的勇气，也是冷静过后的理性观察与思考。拥有这些，我足以自信的交出自己实习期间的答卷，更有信心面对未来充满未知的挑战与生活。

**顶岗实习工作总结30007**

通过这次实习，我觉得我收获很大，这次实习使我明白走向社会工作是一件多么不容易的事。在以后的工作中，我一定会珍惜机会，争取将工作做得更好。以下是我的毕业实习个人总结：

首先我在这次任务中担任检验员，虽然任务算是最轻的，但重要是熟悉各个部门操作流程.主要方面有①各岗位车间的标准程序规章②设备仪器工具的使用③原料辅料检验入库发放记录④关键工序主要瓶颈⑤不同环境下生产产品的检验⑥检验记录。其次这次实习，帮助我树立药品生产反应是中心、工艺是主体、设备是环境、检验是条件的思想，使我认识到药品生产是按工艺和检测两大主线来实施的。通过这种普遍联系的整体—部分—整体的思维方法和认识过程，使我学到一套科学的训练方法。提高动手、观察、分析、综合等四种能力，促使生产能力的提高落到实处：动手能力是收集毕业设计资料与素材的首要能力。观察能力是生产能力强弱的直接体现。分析能力是前两种能力的发展。综合能力是前三种能力的总括和提高.通过认识实习——生产实习——毕业实习在时间和空间上形成一个实践链，这个链的高端环节毕业实习—毕业设计(论文)将使学生的四年学习的庞杂而繁多的知识和理论得到一次新的全面的“装配”与升华。

我这次毕业实习的题目是《青霉素的工业生产及相关影响检测》.青霉素由真菌产黄青霉产生的。青霉素的生产目前主要用微生物发酵法进行生物合成。很少数亦可用化学合成法生产。此外还可将生物合成法制得的青霉素用化学或生化方法进行分子结构改造而制成各种衍生物，绝大多数青霉素是针对新药物开发的,因此人们总希望在发酵过程或其后的工艺过程中努力提高其产率.本研究旨在探讨不同发酵条件对青霉素发酵的影响,为调控生产青霉素提供的发酵条件，和缩短生产周期，提高产量提供科学依据

实习的开始通过对青霉素生产工艺的文献检索，对整理资料的认真学习和分析，掌握了青霉素的一般生产工艺流程，并有针对性的了解了青霉素的生产环境，生产状况有了实质性的认识。通过实习期间对不同ph值温度最适时间生产的青霉素进行管碟法检测.而系统的认识到了青霉素质量检验.通过不同环境生产青霉素为调控生产青霉素提供的发酵条件，和缩短生产周期，提高产量提供科学依据.最后查阅青霉素的主要用途。(研究和医药方面)了解到临床上主要用于革兰阳性球菌例如链球菌、肺炎球菌、敏感的葡萄球菌等的感染。和用于分子生物学研究

以上也算是我的实习工作总结，最后，我感谢学校给我这次实习的机会以及精心指导和鼓励我实习的马金柱老师致以诚挚的谢意和崇高的敬意。

**顶岗实习工作总结30008**

刚开学我就接手体育教学，每星期8节体育课，至今共上课100余节。从开始的教新的广播体操到比赛，到跳进基本知识的讲授，后面还有体育游戏的开展，跆拳道太极一章，太极二章的教学。学生们也没让我失望，体操比赛中四个班第一，一个第二。成绩很好!

对于这几个月班主任的实习工作，我总结了几点：

第一：要正确处理好与知道老师的关系，与学生的关系。在做任何事情和任何决定之前一定要征求知道老师的统一和意见，这是起码的尊重和礼貌，同样只有博得了指导老师的支持，你有了坚强的后盾，你的工作才能够更顺利地开展。正确处理与学生的关系，不能够在学生面前，没有教师的威严，以至于以后的教学、班级管理工作难以开展，这些都是我必须注意的。

第二：要正确对待学生：严爱“优等生”，偏爱“后进生”，关爱“中等生”。对于那些暂时落后的学生一定要以耐心的态度去了解去关爱他们，每个孩子落后的背后都会有比较复杂的心理原因，首先作为班主任，在心里上不能够忽视他们。

对于那些暂时落后的学生，我都会在他们休息的时候，去询问他们的学习情况，用一种关爱的态度去了解，去和他们谈心，了解他们的心理动态。每天早上我经过教室的时候，我都会主动跟那些平时落后，在家里缺少关爱的学生沟通，让他们感受温暖，感受老师对他们的关怀对他们的爱是真实的。

有些时候就算你不和他们说话，他们也能听懂你的语言，其实每个孩子都是天使，你对他们好他们都懂，有些时候他们只是一时自制力不够，才会犯错。我一直记得张老师跟我说过，你不能够只看孩子的缺点一定多看他们的优点，心得体会他们是孩子，没有成年人的自制力和是非判断能力，一定要以宽容的态度去对待每一个学生。这些话都成为每天工作的警训。

第三：和“问题学生”学生做朋友。其实没有特别品质坏的学生，这些学生都是有很多因素造成的，比如缺少父母之爱，家庭暴力，父母离异等等，首先父母放弃了他们，他们也就放弃了自己，导致他们破罐子破摔的现象，对其他人没有很多感情，脾气暴躁，品行不断恶劣。

**顶岗实习工作总结30009**

一、实习目的和意义

通过协助快递仓管员实习，我了解快递企业仓库管理流程及相关工作情况，并在这基础上把所学的专业理论知识与实践紧密结合起来，培养仓管员岗位的实际工作能力与分析能力，以达到学以致用的目的。

二、实习内容

在顺丰公司，我的工作主要是协助仓管员，主要负责内容：在顺丰公司规定的时效性内，负责快件的出入库操作及仓管的管理工作;辅助工的作有：接受客户的电话服务;客户上门收取快件处理;及时有效的处理电脑的内部人员邮件信息处理;对上一天业务员的业务量进行核对与整理;扫描当天正常收派的运单;准确无误地完成上级下发的相关规定及异常情况处理。为了规范仓库工作，确保工作有序进行，提高工作效率，我作为一名仓管员，要按规定流程做事。快件到达仓库后，要对快件进行入库操作，快件入库操作要求准确有效，不容丝毫马虎，入库后仓管员要及时对入库的快件量与出库件量进行对比，以确认是否一致，如不一致应利用顺丰内部系统进行查询。快件的收件流程与派件流程刚好相反，再此不与叙述。

在实习中，我在部门领导同事的热心指导下，积极参与部门的工作，用理论知识加深对实际工作的认识。通过实习，使我对物流工作有了深层次的感受和理性的认识。刚开始，师傅就是让我明确哪些是我们的权利和义务，哪些责任我们必须担当，还要具备哪些能力。这些在日后的实习阶段中起了很大的作用。例如：由客户故意投诉我们的产品有问题应如何处理，如何进行简单的出入库操作，内部工单及信息如何处理等等问题。这些事情虽小，但想做的完美不容易。

其次，最重要的是明确交接与责任。在这次实习中收获最大的就是会明确各岗位责任，做好各类负责的交接表。因为公司有规定本着“多劳多得”的理念，每个员工都是公司的股东，要让所有的员工看到当天的日报表，从而激励每个人为公司奉献力量，更重要的是为自己。这一点让我永远不会忘记。

**顶岗实习工作总结300010**

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果能够更好的总结和应用这些实践经验，将会使我在以后的人生道路中受益匪浅。

第一：在与别人打交道时必须要积极主动。我自己本身是个比较内向的人，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足和缺点。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生。起初和公司的几位同事打过招呼后就没在说什么了，下班后也是一个人玩手机，没有主动和大家进行沟通。由于和他们年龄有较大差距，怕跟他们交流不来，也因为不了解工作环境和工作流程不能很好的交流和沟通。我也认识到了自己沟通上的不足，应对沉默不语的尴尬，自己有职责和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来是很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就就应主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。在之后的实习中慢慢的在一齐时间久了，大家也就对彼此多少有些熟悉了，渐渐地能和大家一齐愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还务必去帮忙别人或是理解别人的帮忙以完成工作，因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮忙。虽然此次我是来实习的，由于开始对生产的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作。就比如在实习中，在我提前完成领导分配的任务后，我就常主动询问周围的员工有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样不仅仅锻炼了自己，帮忙了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

第二：工作时必须要一丝不苟，认真仔细。一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内必须要留意谨慎，一丝不苟，不能总是出错。有时候一个失误不仅仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人的工作，化工生产的任何一个环节出错就会影响下面的工作，严重点就会造成很大的经济损失。老板也会批评责备甚至处罚，因此认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。为了不使自己的努力前功尽弃，我们在刚开始工作的时候必须要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，工作结束后必须要检验自己的工作结果，以确保自己所做的万无一失，时常就应反省自己最近一段时间的工作状况。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。虽然如此，也不能骄傲，不能对自己有所懈怠，还是要对自己的工作认真对待，以免造成失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，虽然多数不是很严重的错误。比如说领导交给我的生产任务，我在流程中添加固化剂时未等温度降至60℃以下就加入，导致白乳胶浓度不足。领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次是将两种原材料顺序加反，还好是两个辅助材料对产品质量影响不大，都是自己大意所造成的。这次的失误又一次给我敲醒了警钟，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

第三：在工作岗位上必须要勤于思考，不断改善工作方法，提高工作效率。公司的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改善自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。

我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。就比如我在实习的时候，第二个反应釜升温时，以前做法是升温锅炉能加满冷水重头开始烧水至沸腾，再利用蒸汽加热反应釜。对加热过程进行了优化，提高了工作效率，减少了工作时间。同时我也充分使用时间差来提高自己的工作效率，使工作进程提高很多，减少近一个小时的工作时间。

第四：要有丰富而扎实的专业知识和专业技能，这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，必须要对自己职业的专业知识十分熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练的掌握，这样你才算是一位合格的工作人员。在工作的时候，拥有丰富专业知识和较高业务水平的你将会发现自己在工作时左右逢源，在处理各种难题和困难都能迎刃而解。

在经历了大学三年的学习后，我自信自己已掌握了必须化工专业的知识，但是到了公司实习后，我才发现自己离专业工作还有一些距离，且不说自己所学的都是些基础、皮毛，就是在应用方面，飞速发展的科技已经把很早之前的理论给湮没了。当发现自己的知识已不能做为自己的资本时，我更深刻体会到专业知识和技能在工作中的重要性。

同时在工作中公司还会经常进行操作技巧交流等，就像在我实习过程中就有客户来公司提货或者询问一些困难的解决办法。客户提出的看似普通的问题，实际上是操作人员经常遇到而且很重要的资料，甚至是一些日常工作的死角，务必掌握了业务知识才能顺利回答这些问题。一个人的内在素质在工作中是十分重要的。

在xxxx个月的实习我还了解和总结了一些关于公司管理的小经验，对于小公司的类似家庭作坊的，管理不是最重要的，重要的是给员工合理分配任务，而不是规定性的死任务。让员工能够靠团队合作完成生产。对于正规化的大公司管理就务必明确，规章制度要约束到每个员工，让大家能在一个良好的环境下积极主动的工作。对于一个企业来说员工是企业的灵魂，因为所有的产品都出自员工之手，所以作为管理者不要总是忽略了企业的灵魂。对员工要多奖励，少惩罚；多关心，少冷漠；多体谅，少埋怨，多鼓励，少责骂。让员工每一天都以一个良好的精神状态去工作，这样员工有才能更加认真负责的圆满完成任务。

此次实习体会很深，不管是对专业知识、实际操作技能、人际交流、企业管理等等方面都学到了许多。从中了解了很多道理，也总结了很多小经验，这些都是在学校无法学到、看到、体会到的。虽然实习结束了，但这仅仅是我的社会生涯的开始，我会从此次实习中吸取经验教训，认真规划我的人生，让我在将来的人生道路上越走越好。

**顶岗实习工作总结300011**

一、实习成果数据统计

收到个实习点每个点一份实习鉴定(实习单位盖章有效)。鉴定对每个实习学生做出了评价，名学生单位实习鉴定成绩全部合格。

收到学生实习报告份。其中毕业实习学生每人一份，共份;毕业设计每组份，共份。实习报告全部合格。

收到实习教师每人一份实习总结报告，共份。报告内容包括三部分。

一是对学生在实习过程中的表现、能力、纪律情况和基础知识掌握程度的评价。

二是结合实习单位的意见，对自己指导的每个学生给出综合实习成绩。

三是就毕业实习过程中反映出来的教学存在的问题提出改进意见或建议等。全体学生综合实习成绩全部合格。

二、实习表现与效果

达到了毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。本次实习采取分散形式。原则上以就业实习为主，同时与毕业论文选题相结合。本届实习的单位覆盖面很广，企业总体水平也比较高。实习收获主要体现在两方面。

工作能力。在实习过程中，绝大多数同学积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动参与企业市场调查、产品销售、外贸谈判、行政管理、财务管理、生产运作管理、人力资源管理等工作，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，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，普遍受到实习单位的好评。大多数学生能胜任单位所交给的工作。在毕业设计单位和有些企业，实习学生提出了许多合理化建议，做了许多实际工作，为企业的效益和发展做出了贡献。

实习方式。实习单位指定指导人员师傅带徒弟式的带学生，指导学生的日常实习。学生在实习单位，以双重身份完成了学习与工作两重任务。他们向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。同学们认真的工作态度、较强的工作能力和勤奋好学的精神受到了实习单位及其指导人员的一致好评。

实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

组织管理。实习领导小组成员亲自到实习单位，检查和指导实习工作，协调解决实习中遇到的问题，总结、交流工作经验。

指导老师们在整个实习过程中尽职尽责，对保证实习质量起到了重要作用。实习开始时，老师们深入学生和实习单位，阐明实习大纲及实习计划内容，明确实习目的和要求。实习过程中，结合实习单位的具体情况，帮助学生学会具体地分析问题、解决问题，学会深化专业知识，用专业知识指导实践，指导学生做好具体工作;在业务不多的实习点，引导学生“找事做”，挖掘他们的实践经验;检查学生实习工作日记，掌握实习情况，指导工作及时有效;督促学生认真完成实习报告。实习结束后，老师们认真做好学生的实习成绩考核及评定工作，参加实习交流会，完成实习总结报告。指导老师平均每周与每个学生交流一次。指导方式有电话、电子邮件、下点、面谈等。基本达到了及时发现问题，解决问题，提高实习质量的目的。

实习单位的指导老师认真负责。不仅指导具体工作，还无私的介绍自己的工作与社会经验。

校企关系。实习前后系领导带领实习老师专门拜访、答谢实习单位，实习结束时系里向实习单位发出统一格式的感谢信。实习学生积极配合企业工作，他们的精神风貌和实际工作绩效对企业工作起到了良好的促进作用。使校企关系得到了进一步巩固和发展。

总结交流。返校后召开了各种形式的交流会，内容丰富、气氛热烈，同学们积极发言谈经历，谈体会，谈感想，论题丰富，论据翔实。实习指导老师亲临交流会，既肯定了同学们的成绩，又指出了实习中的不足，并对同学们的观点或体会进行了点评。对就业应聘以及将来工作具有很大的指导意义。

三、实习改进建议

增加实践环节。学生们共同的体会之一是“书到用时方恨少”。从销售终端的商品管理、价格确定，到渠道控制、广告投放、新品开发及至市场调研，都需要宽泛的理论知识支撑。有的单位工作专业性较强，学生下班回来找书找老师求教，其他实习点的同学也主动参与出谋划策。极大的激发了大家的学习积极性，许多同学遗憾学习时不够努力刻苦。一个普遍反映的问题是同学们希望都能参加一次实际营销策划活动，以系统地了解企业运作过程，增强实践能力。在我们的教学计划中，虽然有二年级的社会调查实习，但专业性不强，投入不足。如果三年级设一次短期专业性社会实践，会促进学生学习，进一步增加实践知识。如果增加实际营销策划内容，会加大教师工作量。但是，增加社会实践环节，确实是实现营销专业人才培养目标的重要途径，尤其有助于学生就业。我们初步计划增加营销策划实践工作项目，使目前学生的参与人数从增加到。建议学校把专业性社会实践纳入教学计划。

承认教师指导社会实践的工作量。目前教师指导社会调查实习、毕业实习都没有计入教学工作量，所以不能调动教师积极性，也出现了上面三番五次强调但总是难以见效的实际情况。包括毕业论文也存在这样的问题。指导社会实践和毕业论文需要教师投入一定的时间和精力，才能收到效果。总结经验可知，无论社会调查实习、毕业论文的撰写，还是策划活动，每个好成绩的取得，都投入了指导教师大量的工作甚至个人的研究成果。所以，在进一步规范社会实践和毕业论文的同时，应该肯定教师的工作量，才能激励教师投入，才不会流于形式，真正达到实践目的。而承认教师工作量最有效和透明的办法之一就是把指导社会实践和毕业论文工作计入教学工作量。

加大教学改革力度。以社会需求为导向，调整课程设置。实习中了解到，目前社会需要大量的市场营销人才，可是，我们的学生却难以找到合适的岗位。客观表现为企业一般招聘有几年工作经验的人。其实企业的真正需要的是人才，这里折射出来的是：应届毕业生不算是人才。我们不能改变招聘条件，只能使自己成为人才。学生怎样才能成为人才，是我们面临的迫切问题。首先，要研究营销人才的内涵，然后以此调整培养目标、课程设置、教学目标、教学计划、学生知识和素质要求等。要加强就业指导工作，重视就业率，就业率是学院生存的重要基础。

毕业实习规范化。以规范实习材料为重点，在实习大纲中明确要求，实习总结中落实到位。以严格实习成绩为切入点，强化实习效果。以计入教学工作量为动力，激励教师投入实习工作。

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！