# 大学应届生毕业实习总结

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2025-03-14

*大学应届生毕业实习工作总结7篇每一位应届大学毕业生都要十分重视实习，因为它将决定大家能否顺利地走向工作岗位。下面是小编给大家带来的大学应届生毕业实习工作总结7篇，欢迎大家阅读转发!1大学应届生毕业实习总结由于我是上的是师范类大学，毕业也免不...*

大学应届生毕业实习工作总结7篇

每一位应届大学毕业生都要十分重视实习，因为它将决定大家能否顺利地走向工作岗位。下面是小编给大家带来的大学应届生毕业实习工作总结7篇，欢迎大家阅读转发!

**1大学应届生毕业实习总结**

由于我是上的是师范类大学，毕业也免不了是一名人民教师，马上就要毕业了，我当然需要到学校去实习一下，感受一下当老师的感觉。要是不实习的话，以后走上了工作岗位还不知道要干嘛，那丢人就丢大发了，我不能做那样的人。

终于找到了实习的学校了，我怀着激动的心情来到了学校，开始了教授学生的生涯。

经历了一个月的实习生活，让我初尝了身为一名教师的酸甜苦辣。回顾和学生们一起走过的日子，不禁想起自己的中学时代，也深感如今的学生比我们过去多了一份顽皮，一份灵活，一份大胆。学生的能力一代比一代强，要求也越来越高。因此，要想在学生中树立起好老师的形象，还需要走一段不寻常的摸索之路。

在实习期间，我们的主要任务是班主任工作和教学工作。

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已的工作上台阶、上水平、上档次呢?实习期间担任班主任工作，我有这样一个认识，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，只有真正了解了学生的内心世界，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。下面谈谈自己切合学生心理实际进行思想教育工作的一些尝试下面谈谈本人在实习班级工作中的一点体会。

一、奖惩适当。

我知道一个优秀的班主任，时刻应该用“爱”去开启学生的心灵，很多时候我们的一个笑容，一个课余诚恳的交谈，有时是一个眼神，一句鼓励的话，都会对学生产生长久的影响，你爱的奉献会得到爱的回报，但我们细想一下，这样的学生有多少，真正能感悟到你老师的爱的学生，实习绝对孺子可教也。常有的是你对他的宽容增加了他的放纵，淡薄了纪律的约束，这在实习中我也是有所体会的。今天我们面对的不是几个学生，而是六十二人的班级没有严明的纪律，实习相关文章大全如何有良好的班风?在我们的教育工作中，惩罚也是教育的一种手段。当然，惩罚特别要慎重，我认为当我们惩罚学生时，应该注意以下几个方面：①首先一定要注意尊重学生的独立人格，保护好学生的自信心、自尊心，好的就是好的，错的就是错的，不要一错百错，全盘否定;②惩罚的目的是警示学生什么不可以做，做了会有什么后果，不是为惩罚而惩罚学生，而是为教育学生而惩罚学生，换句话说，惩罚是手段，教育才是目的;③谁都会犯错误，但不是谁都会改正错误，受惩罚不要紧，要紧的是改正错误，关键不是惩罚，关键是接受教训，改正错误。

二、主题班会

经过一个星期的准备，在第一周的周五我主持了新学期的第一次班会，这也是我主持的第一次班会。这次班会的主题是“安全教育与新学期新打算”。在班会上，同学们积极发言，让我深深的体会现在的中学生已经有了很丰富的安全常识。例如，上体育课的注意事项，交通安全，地震、台风来袭需要注意哪些等等，他们都回答的头头是道。班会的另一个要点是“新学期新打算”，让一些学生上讲台说出他们上学期的不足之处和这学期的计划。这不仅让学生自己找出自己的不足以便改正，更让学生在学期初就定下新学期的大体计划，更有目的地进行学习。这也培养了学生上讲台的心态。虽然没有每一个学生在班会上都发言，但是我坚信每一个学生都有了自己的新的计划、新的打算。实习每一个学生都对上台发言的同学都深有感受。

教学更是实习的重点，以下是我实习的一点心得。

三、组织开展活动的魅力。

良好班集体的建设必须依靠活动来实现，活动可以产生凝聚力，密切师生关系，使每个学生发挥主体的积极性，这时进行集体主义教育、健康的竞争心理教育是行之有效的;在我班，凡是学校组织的活动，班主任和我都给予高度的重视，如校运会的报名与训练班主任与我都亲身参与当中，开动员大会，一起与学生训练。告诉他们不用把名次的好坏，放在第一位，只要我们尽力了就行了。心理学等理论告诉我们：在竞赛活动中，一个人的目标期望水平不能过高，也不能过低，只有中等水平的期望值才能使参赛者保持最佳的竞技状态，对于我们每个同学来讲，活动的目的不是拿名次，而是看我们如何对待竞争，是否有参与意识，是否全身心投入了，是否能做到问心无愧。在活动中进行教育，同学们易于接受也能很快转化为行动。抓住“活动”这个最佳的教育时机，精心设计教育内容，就能收到意想不到的教育效果。

第一是预备阶段。先熟悉实习班级的情况，认识班上的每个学生以及他们学习情况(通过班主任或班委或直接交流)。然后，认真听指导老师上课。现在的听课的感觉和以前完全不一样：以前听课是为了学习知识;现在听课是学习教学方法。目的不一样，上课的注意点就不一样，现在注意的是指导老师的上课方式，上课的思想。接着，根据在大学所学的教育知识和在中学实习听课所学到的，自己在已有的基础上备课，试讲。做足了上讲台的准备。

在经过了前两周的听课、试讲后，第三周我正式走上讲台，实习第一次感觉自己所学的知识派上用场。作为一名教师，还有一个天职就是教书，无私地把知识传播给学生。这也是我们实习的重要内容——授课。我初次体会到当老师的辛苦。上一节课，要经过“备课(写教案)——上课——批改作业——接受学生反馈的信息——评讲、巩固练习”这样一个流水线。看起来简单，可其中每个环节又有很多小细节，最主要的是“上课”。这个环节，也就是我们一直在探讨的“课堂教学”。

近年来，我国数学课堂教学改革的浪潮此起彼伏，各种对提高数学教学质量具有指导意义的成果不断涌现.然而，这些成果大多着眼于如何使学生对数学知识与技能学得更多、更快、更好，如何促进与之相应的个体心理品质的形成与发展，却往往忽视了学生的个体社会化发展问题.也就是说，实习相关文章大全强调了课堂教学中以知识的传递和学习为基轴的教育过程，强调了以个体心理品质的训练与养成为主线的发展过程，却忽视了以人际互动为中心的社会过程。几乎所有的教学过程都发生在学生群体人际互动的环境之中，因此重视学生个体与学生群体的相互作用，加强和指导学生之间的合作学习就是一个很有意义的问题.所谓合作学习是一种教学组织形式，它要求学生们在一些由2—6人组成的异质性小组中一起从事学习活动，共同完成学习任务。

课堂教学作为一种系统，需要不断地进行反馈与矫正。实习在班级教学中，不同的学生有着不同的学习风格和矫正需要。尤其是在初中数学教学中，班级内学生数学水平差距甚大，设计适当的矫正活动需要大量的计划时间。如果教师是矫正活动的唯一帮助来源的话，那么管理上的困难将会拖延教师对学生的帮助，从而降低它的效能。如果运用合作学习，学生们则可以从同伴中迅速得到高质量的矫正活动的帮助，缩短了矫正时间，也就有更多的时间用于完成学习任务。小组中的合作学习还能为增强学生的学习动机提供诱因，并且能降低焦虑。经验显示，在同伴辅导的过程中，向其他同学提供帮助的小组成员得益最大。这即是说，学习困难学生的进步并不以牺牲优秀学生的发展为代价，相反，所有的学生都能在学习小组的同伴辅导中获益匪浅。

需要说明的是，并不是说建立起了学习小组，在课堂上进行了几次小组讨论学生就能进行真正意义上的合作学习，教师应对学生之间的合作学习作细致的组织工作，对学生的合作学习进行必要的指导，对小组之间的活动情况组织有效的交流，以此来提高小组活动的效率。当我们不断地有意识地培养学生之间的合作意识，使合作学习成为学生的自觉行为时，它所起的作用就会充分地显现出来。还应指出，强调合作学习并不意味着削弱学生的自主学习，事实上，合作学习的一个基本点就是强调个体责任。其出发点乃是强调在各种形式教学活动的互配实施中使学生得到全面发展。

以上介绍的合作学习的教学方法，我个人认为是可行的，实习能够培养学生的合作精神，又能调动他们的积极性，提高学习效率。

虽然才只实习了一个月，但是我感觉我已经学到了基本教授学生的真谛，那就是要努力工作，提高自己的自身素质和文化素质，提高自身的语言水平和表达能力。这样的话，相信学生会逐渐的接受我的。

做好一个好老师并不容易，可是做一个认真负责的老师就容易的多，我不敢确定我将来就是一个很好的老师。可是我却敢说我可以做一个认真负责的老师，我会做到的。

**2大学应届生毕业实习总结**

实习是一个走向社会的重要过程，通过实习，我们不仅可以接触到期待已久的社会环境，还能从实际的岗位和工作体会中认识自己未来的行业，让自己对未来做出真正的选择。

此次，作为应届大学生的我在\_\_工厂找到了自己人生中第一次的实习工作，并在接下来近三个多月的时间里，在工作中积极的体会并发展了自己。这段经历，让我有了很多的成长和收获，同时也感触良多。在此，我总结自己在\_\_工厂的实习工作情况如下：

工作刚开始的时候，我的内心感动十分的激动、紧张。面对陌生的环境、同事以及自己的负责工作。我一直害怕会不会因为自己的不足将工作搞砸，为此在工厂中小心翼翼，也不敢多做任何领导教导外的事情。

但俗话说的好“一回生，二回熟”，工作进行了一段时间后，我也渐渐放开了心思，将自己的精力和思想，都投入到了工作和学习中来。并积极的要求和管理自我，让自己能遵守工厂纪律，完成领导和师傅教导的任务。

在工作中，我的工作任务是作为\_\_岗位的学徒跟随\_\_师傅学习。起初的一段时间里过的真的很辛苦。每天都是搬运和检查，不仅和工作没有太大的关联，还十分劳累。但我并没有因此抱怨，反而默默的做好自己的工作任务，并跟随在师傅身边学习。因此，师傅也对我比较满意，总是在工作的时候耐心的教导我，并将一些细节和常见问题一一指点给我，让我对\_\_岗位的工作有了很多新的见解。

在学习中，我的能力慢慢得到了完善和认可。起初只能做一些体力活。但后来，师傅也开始分配给我一些复杂的任务。虽然一开始的时候这样的变化让我有些“手足无措”，但在冷静下来后，我也在师傅的指点中慢慢适应了这样的变化，并能紧跟发展，主动请教新知识，在工作外也能钻研并扩展自我。

此次的实习工作让我有了很大的成长，也了解到了工厂的环境和社会的人际关系。虽然我从这段经历中吃了不少的苦。但我也庆幸因此我才能收获到这么多的进步和体会。

如今，学习了这么多的工作经验后，我却越发的感到自我的不成熟。但我会继续努力下去，不辜负师傅和领导的指点，让自己能成为一名合格的\_\_工作者!

**3大学应届生毕业实习总结**

见习期的近一年来，我一向努力熟悉自己的岗位，做一个称职的体育老师。现对这近一年来的工作，进行以下总结：

一、师德方面

我遵守教师的道德规范，始终严格要求自己，身体力行，处处为学生着想。一方面，不断地提高师德素养和业务素质，用心参加县教育局的新教师培训，参加学校里继续教育和体育组老师群众备课，不断提高教育教学业务水平，使学生对我的课堂感兴趣，努力提高课堂的效率;另一方面，我不断的充实着自己的学科知识，透过同行的交流、网络的学习、走进体育学科的交流圈、图书的借阅、杂志的阅读等各方面学习。从教案走向课堂，用心训练自己的学科实践潜力，并将它准确的运用到课堂里，从而更好更快的提高自己驾驭课堂的潜力。

二、教学六认真工作

教学中认真贯彻新课程标准，规范教学常规;坚持二次备课，超前备课，课后反思;课堂上充分调动学生的用心性，激发学生的学习情绪，合理运用教学手段，以学生为主体、教师为主导、精讲多练为主线，探究式学习方式，创设教学情境，进行心里拓展的练习，提高四十分钟的课堂质量。课上对学生的学习状况进行有效的即时性评价和测试，透过及时反馈的形式，培养学生良好的学习习惯，体现以学生为主体的教学风范。各方面都能以学校工作为重，踏踏实实的上好每一节体育课。

三、我的教学模式

体育课我采用快乐任务式教学模式，即每一节课在快乐的氛围中完成一个教学任务。苏霍姆林斯基曾说过：孩子只有在游戏，童话，音乐幻想和创造的世界里，他的精神生活才会充实。正如体育游戏一样，它是一项综合性的体育活动，对锻炼身体、促进体力、发展智力、陶冶美的情操，培养群众主义意识和良好的思想品质具有特殊的作用。于是我根据儿童的心理特点，在课堂资料教学安排上尽量以游戏的形式进行。放松活动以身体运动配有音乐的形式进行，这样一来，不仅仅活跃了课堂的气氛，还大大提高了学生的用心性和运动参与潜力。

同时，课堂上我还采用了师生交换位置的方法，让学生当老师，老师做学生的练习方法，激发学生的参与兴趣，培养学生多方面的潜力，让学生成为真正的课堂的主人。奖励小红花的方法也是我平时多用的方法，如遵守纪律、单项测试成绩在班里前五名、具有较大的进步的同学，以发小红花的形式给予奖励，对学生给予激励和肯定。我觉得这一设计对学生各方面潜力的培养收到了必须的成效。但是在自己不断完善的过程中产生不少缺点：例如课堂的总体把握上有欠缺，但是透过听课学习，领导的指导，自己有了很大的进步;有的学生要求奖励的用心性过高，容易造成运动伤害等。这种教学模式受到了学生的喜欢，学生不仅仅喜欢体育，而且还喜欢上体育课，感觉是较成功的教学模式。

**4大学应届生毕业实习总结**

第一、我们要学会自己独立，不养成依靠的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们能够躲在温室里，能够依靠，也能够无条件地索取，一旦踏入社会，我们就务必让自己独立起来，要学会选取，学会自己作主，没有谁能够帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依靠的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，持续真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，应对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

中国台湾著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都就应有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊状况，我们能够一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们能够忍受，能够退避，但是，我们不能放下我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不必须就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动用心会给我们创造更好的环境和的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

**5大学应届生毕业实习总结**

进入贵公司工作已经实习快两个月了，在公司领导和广大同事的支持和帮忙及部门经理对我的正确指挥下，我坚持不断的学习行业理论知识、提炼以往工作经验、加强自身思想修养、严格遵守各种规章制度、提高综合业务素质。对自己的工作总结如下：

一、加强业务学习，提高业务素质

透过公司精心安排、组织的新员工培训，充分了解公司的基本状况。结合自己工作岗位，透过公司内部网、互联网以及领导、同事的介绍，学习相关行业知识、公司成功案例等，为以后的实际工作做准备。期间，在部门领导的指导下，编写了《浅议市场营销与管理咨询》，并作为项目组成员参与编写了《x公司管理咨询建设项目推荐书》、《x公司管理咨询建设项目调研方案及调研提纲》、《x公司企业文化建设项目调研报告提纲》等相关文件。

二、改变思想，转换主角，严于律己

一位优秀的管理咨询顾问，不仅仅要掌握各行各业丰富的理论知识和实战经验，还务必能从中提炼出其精华之所在，同时结合客户的实际状况，带给整体解决方案。从自身角度思考，一要改变思想，采取“空杯理论”的工作态度，不断提高;二要转换主角，尽快的进入工作状态;三要严于律己，不仅仅要遵守各种规章制度，也要把公司的企业精神、工作作风融入日常工作，并严格执行。

三、体会与感悟

公司从上到下全体员工的工作精神，使我感受颇深，正所谓：一言九鼎德胜天下。平时领导的指导与支持，方法方式独具匠心，恰到好处。给出了思路与方向，耐心观察，并及时指导，但不大包大揽，亲历亲为，培养后备人才。作为管理咨询顾问，对于客户企业，不是代替他们去做，而是引到思路，塑造其行为规范，并构成管理制度甚至员工习惯、企业精神。

总之，工作上虽有不足，但在公司领导及同事的关怀与呵护下，不断提高、成长。对于接下来的工作，充分信心!

**6大学应届生毕业实习总结**

时间稍纵就即逝了，半年的企业实习就结束了，我在大学最后一学期进入实习工作，进入到社会锻炼自己。在这半年的时间里，在企业里一直努力工作着，让自己的学到不少东西，也让自己真正的感受到社会的竞争。现在我将对自己到企业的实习进行以下的总结：

刚进入企业实习的时候，真的就是一个职场小白，什么都不会，纵使有着学校学到的东西，可是在无任何到社会上实践的经历，导致我在进入企业后，是我的主管一步步的带着我做的工作。否则我不可能在半年时间内就趁着那么多。实习的期间，我努力跟上主管的步伐，了解企业，跟着主管学习，把自己的工作一步一个脚印的做好。由于自己初入企业工作，所以是真的有很多不懂的东西，所以就一边学习，一边工作，每每遇到不懂和不能理解的问题，我会先自己寻找解答的方法，然后再去向主管或者同事请教，尽可能的及时把问题解决了，让自己的工作得以顺利进行下去。

整整半年的实习，让我明白工作有多辛苦，也让我明白进入社会要去学习的东西真的是很多的。工作中也出现过失误，同时也通过失误让自己受到了教训，吸取了经验，我就努力的争取在下次的时候不再犯同样的错误。现在回想半年的工作，辛苦又充实，没有让我觉得有遗憾的地方。在企业经过半年实习后，我对做事做人都懂了很多，尤其是做事更加的负责任了。思维也有了些改变，稍微开阔了很多，创新思维也得到加强，在实习的过程中，根据自己的理解和对事情的看法，我也向大家提出了很多的建议，帮助大家解决了一些小问题，很开心自己可以在工作上起到作用。

这半年里，整个人都发生了一些变化，人不再是幼稚的了，变得更成熟了。在工作中得到的成长，让自己对未来进入社会真正的工作不在感到恐慌，因为有了一段工作经历，所以我没有那么茫然，开始给自己定方向，把积累到的经验转为自己的工作能力，不断的在工作过程中去对自己的不足弥补起来。我知道将来我还要面对许多的挑战，但是眼前，我很自信自己可以战胜将面临到的挑战，我会一点点的去克服困难，努力让自己在成长起来，在未来做出自己的一番事业，取得更好的成功。

**7大学应届生毕业实习总结**

我是在校实习生，所以在他带我参观了x公司的很多地点，跟我讲述了很多工作的流程，我很感谢他对我关怀。固然只是在短短的实习，但是让我经验倍增。社会上的工作经验是难得的，是学校学不到的知识。工作以后，眼界更宽，看得更广，不再局限在小小的象牙塔里。

有一次，我遭到了业务主管的表扬，他说我仔细，能够及时发现文件中的错误，并提出建议，我很兴奋。为何我会仔细，是由于我在不断学习这些文字里面给我的知识。在文件中我看到了报表里面的重要数据，并学习了一些物流本钱、物流运输线路的知识。我觉得比在学校学习的那些算法更加方便快捷。这是公司内部制定的计算规律，我感受很深。觉得这类计算方法真的很好，可能这也是我们公司发展较好的缘由吧。固然没有太多的事情，但是我可以学习其他员工的工作经验，在这几周里面通过了解的同事那里学习到了很多知识。

这个职位，需要职员的\'仔细和保密精神。在文件里面有很多公司的机密，不能泄漏，这正是考验职业道德的一面。我固然只是在这个公司工作那末短的时间，但是我还是要忠于自己的公司，由于这个公司给了我一个尝试的机会，因此我要好好努力，最后来个完善的结束。

实习结束了，有点不舍，由于我将离开这个公司，但是欣慰的是，我可以拿到我的人生的第一份工资。在最后一周里，依然面对着电脑和文字。我认真仔细的将最后一段周时间的工作做好，给业务主管留个好印象，只希看以后还有机会能来这里上班。

身边同事的工作经验与人生经历让我见识很多，他们在这五周里面也给我带来了不一样的欢乐。由于有他们，我才能够在短时间里面善悉公司，熟悉公司的每一个部分，熟悉公司的制度。他们是我人生里面碰到带给我知识的人，是给了我学校学不到的知识的人，我感谢他们。

最后一天的我，在工作做完以后，我打开了我这五周所打印过的文件的复印件，看到了我的工作成果。有过错误，有过修改。这就是我五周所经历的。文员的工作很琐碎，但是只要有一定的条理，每一个工作都能有条不紊地进行。希看还有再次来公司工作的机会。再次看到那些让我熟习的面孔。第一次的工作经历很丰富，天天都过得很充实，让我学到了很多知识，感谢这样的工作机会。

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！