大学生实习总结范文 大学生实习总结范文(18 篇）

“高校生实习总结范文”这个词的意思是：一篇由高校生写的总结性的文章，该文章主要内容是关于高校生在实习期间的工作经受、学习收获、阅历教训等方面的总结。通常这种总结是为了回顾自己在实习过程中的收获和不足，以便于以后更好地应对类似的工作环境，同时也是为了向实习单位表达自己的感谢之情。以下是有关于高校生实习总结范文的有关内容，欢迎大家阅读！

高校生实习总结范文 1

现在的高校生大部分都会出去实习，为期 30 天的社会实践圆满的结束了，为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作状况，登记这次社会实践的感悟，记录这 30 天里的一点一滴……

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开头做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏肯定不会难倒我。可是并没想象的简洁。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的急躁，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很简单清洁净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简洁的事。从清屏上我感觉到了一个人的急躁需要多大才可以清出来那么洁净的一块小小的手机屏。

假如问一个高校生走出校门开头到社会中工作首先要做的第一件事是什么?我的回答就是工作中要先去掉“同学味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是高校生”并不能作为工作中消失错误的借口，别认为犯错是理所当然的，由于此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校内中的“随便性”决不能带有。从我入职开头的不久，就转入外观。我又有了一个师傅，这是始终到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做什么工作都要有责任。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力并不等于全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不仅仅是个人的利益。”

工作虽然简洁甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，或许是在无尘室清过屏的原因吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开头师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，间或会由于我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃胜利之母。而我却觉得，检讨才是胜利之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么?”我不语。我只在心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很仔细的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你把握好了再提速也不迟。我很仔细的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的力量不断提高，我师父每天都很快乐，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着快乐下班。

态度打算一切，在学校部门工作，会很随便，一旦走出校内，假如还不能立刻以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，由于一个公司需要的是有生产力的员工。每天提示自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不行少的。

许多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书;而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学学问，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力气，我们应当在今日努力把握专业学问，明天才能更好地为社会服务。值钱的高校生刚要求了我们扎实把握专业学问还有社会实践力量与阅历。

这个寒假我利用这段珍贵的时间参与有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不行缺少的好多：

一、在社会上要擅长与别人沟通。经过一段时间的工作让我熟悉更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟

通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。被人给你的看法，你要听取、急躁、虚心的接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的力量作出确定。你没有社会阅历没关系。重要的是你的力量不比别人差。社会工作阅历也是积累出来的，没有第一次又何来的其次、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己害怕的心态。开头放假的时候，知道要打寒假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些可怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会阅历等种.种缘由使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教育虚心接受，不要不当回事。战胜自我，只有制服自己才能制服世界。有士气面对是关键，如某个名人所说：“士气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富学问。学问如同人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了学问，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜爱：“胜利的人不在于你熟悉了多少人，而在于多少人熟悉了你。”努力地去熟悉他人，也是让他们熟悉你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的寒假工能学到什么呢?就熬炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体验实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会阅历比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，许多的话当着同班级的同学说还好，在她们面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经受的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，担当起该有的责任。

这一次我到工厂去参与实践活动，我学到了许多东西，这个寒假，见识了许多事，熟悉了许多人，收获了许多，许多。在以后的工作生活中，我肯定会记住现在的实践体会，这是一笔巨大的财宝，我的将来式由我做主，我的将来只要在我努力下肯定会更美妙的。

Tommorrowwillbebetter!

高校生实习总结范文 2

毕业季来临，刚刚实习完的你，要写实习工作总结了，这不仅是学校给的任务，更是你对自己过去日子实习工作的梳理，总结不足，励志，予以改进，真正工作以后就不会很惊慌，在银行实习的你也是一样的。

时间清浅，如流水一泻而过，从 X 月 XX 号开头在银行实习至今，每天都活得充实而有意思，从最初的生疏到现在的熟识，在这个过程，XX 银行的领导以及各位同事给了我很大的支持与鼓舞，在他们的关心下，我才得以不断进步。

对于一个非银行业相关专业毕业的求职者来说，能够有这样一个机

会进入银行工作，对我来说既是机遇又是挑战。诚然，对于一个对银行业务不甚了解的门外汉来说，在银行这样的单位里，在完全生疏的领域中，我必需从头学起。在我刚进银行的几天里，熟悉这里的同事，以及熟识这里的工作环境对我来说是首先需要解决的问题。在很短的时间里，我就已经熟悉了大家，慢慢开头熟识了这里的一切……

为了熟识银行的各种业务和基本学问，我看了不少如柜台、信贷、稽核、会计准则、财务等方面的业务书籍，在接触到一些不太熟识的术语以及科目时，我就会在网上查找相关的解释，假如实在不明白，我就向同事们请教，大家也都不厌其烦地给我讲解，并且想方设法让我去接触更多我尚不熟识的学问。

在上柜台实际操作的这段日子里，由开头时的紧急与生涩到现在的淡定与娴熟，虽有自己的努力，更多的是与各位同事的鼓舞与支持离不开的，在我做的好的时候，他们给与了我确定，在我出错的时候，没有了责骂，而是理解与教育，他们用过来人的身份传授给我切身阅历，这样的好同事，怎能不让我加倍努力呢?

有了业务学问还不够，还得过硬的业务素养和道德素养，通过学习职业道德规范读本以及信社定期开展的案件防控专项整治工作以及会议精神，我深知作为农信员工，肯定得经得起考验，经得起诱惑，做到莲花般的纯净，微笑服务，举止文明，切实做到“手握手的承诺，心贴心的服务”。

在同事们需要的状况下，我也会尽自己所能去给大家供应便利，每天我都准时上下班，回到营业厅时做好各种开展业务前的预备工作，如泡茶、开电脑或者是下班前的清洁……尽管这都算不上什么大事，只是我的举手之劳,不过我觉得正是这样一个良好和谐的办公室气氛，使我在一个祥和的环境中可以把工作做得最好。

对于我这样一个从高校走出来时间还不算长的新人来讲，在工作中还是会遇到不少这样那样的问题，包括工作方式以及与人交际方面的，在这段时间中，我已经在这些方面有了长足的进步，而且自己的心理状态已经完全从同学状态转变成一个社会人了。我想自己之所以能够比较快地完成这种转换，跟我们筠洲信社有着的良好的工作环境氛围是很分不开的，在这样一种和谐气氛中，我还有什么理由不在这里取得进步和提高吗?

总结这两个多月来的日子，我自我认为取得了很大进步，学到了许多，虽然也犯了不少错。在此真诚感谢银行领导的关怀与个同事的教育，试用期的结束，并不是真的结束，而是新的开头，是对我更严峻的考验，我将加倍努力，用青春的汗水去浇灌农信社这颗健壮成长的大树!

高校生实习总结范文 3

在工作中少问为什么，少些借口，少些埋怨，多做事少说话，多为公司的利益着想，不要为了蝇头小利而丢掉做事的原则！

在新的工作环境下工作十几天里，学到了许多，知道了许多不足，知道了还需要学习许多东西。知道了为人处事之道，学习了人际交往的技能，更重要的是，经受这些自己又长大了，又向前迈进了坚实的一大步！

每天后我的同事做资料整理，资料分析，有时还跟他们一起出去送取相关的文件，感觉很累很疲乏。但过得还挺充实，有自己合理的方案，每天下班后都是按方案做着，每天过得累但欢乐着。

这是正式的.工作，给我的学习时间很少，我必需在最短的时间里学会一些必需把握的东西。同事们做事的态度很是激励我，他们很有专业素养，他们对工作兢兢业业，有很强的敬业精神。

工作需要学习，工作也是学习，工作和学习本领一体，没了谁都不会过得很好。向同事们学习，他们有许多值得我们学习的地方。这这里你需要学习的东西实在是太多了。生活也是学习，学习好了生活也就会好。

这份工作需要的是细心，每时每刻我都得必需留意细节问题。工作学习生活之中不断的培育自己细腻的心。

每天都有阳光，阳光自己可以拥有，微笑就是最好的阳光，每天对自己笑笑，给自己加油。

高校生实习总结范文 4

通过实习，我对老师职业有了更为感性和理性的熟悉，提高了教学力量，娴熟把握了一些教学基本技能，并且向实习学校展现了科高校子良好的精神风貌，受到了实习学校老师的全都确定。下面对本次实习进行总结。

1、教学内容

教学更是实习的重点，以下是我实习的一点心得。

第一是预备阶段。先熟识实习班级的状况，熟悉班上的每个同学以及他们学习状况(通过班主任或班委或直接沟通)。然后，仔细听指导老师上课。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学问;现在听课是学习教学方法。目的不一样，上课的留意点就不一样，现在留意的是指导老师的上课方式，上课的思想。接着，依据在高校所学的教育学问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。做足了上讲台的预备。在经过了前一周的听课、试讲后，其次周我正式走上讲台，第一次感觉自己所学的学问派上用场。作为一名老师，还有一个天职就是教书，无私地把学问传播给同学。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——接受同学反馈的信息——评讲、巩固练习”这样一个流水线。看起来简洁，可其中每个环节又有许多小细节，最主要的是“上课”。这个环节，也就是我们始终在探讨的“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同学对数学学问与技能学得更多、更快、更好，如何促进与之相应的个体心理品质的形成与进展，却往往忽视了同学的个体社会化进展问题.也就是说，强调了课堂教学中以学问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进展过程，却忽视了以人际互动为中心的社会过程。几乎全部的教学过程都发生在同学群体人际互动的环境之中，因此重视同学个体与同学群体的相

互作用，加强和指导同学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，它要求同学们在一些由 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。在班级教学中，不同的同学有着不同的学习风格和矫正需要。尤其是在高数学教学中，班级内同学数学水平差距甚大，设计适当的矫正活动需要大量的方案时间。假如老师是矫正活动的唯一关心来源的话，那么管理上的困难将会拖延老师对同学的关心，从而降低它的效能。假如运用合作学习，同学们则可以从同伴中快速得到高质量的矫正活动的关心，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加同学的学习动机供应诱因，并且能降低焦虑。阅历显示，在同伴辅导的过程中，向其他同学供应关心的小组成员得益最大。这即是说，学习困难同学的进步并不以牺牲优秀同学的进展为代价，相反，全部的同学都能在学习小组的同伴辅导中获益非浅。

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争论同学就能进行真正意义上的合作学习，老师应对同学之间的合作学习作细致的组织工作，对同学的合作学习进行必要的指导，对小组之间的活动状况组织有效的沟通，以此来提高小组活动的效率。当我们不断地有意识地培育同学之间的合作意识，使合作学习成为同学的自觉行为时，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减弱同学的自主学习，事实上，合作学习的一个基本点就是强调个体责任。其动身点乃是强调在各种形式教学活动的互配实施中使同学得到全面进展。

以上介绍的合作学习的教学方法，我个人认为是可行的，能够培育同学的合作精神，又能调动他们的乐观性，提高学习效率。

2、班主任实习

班主任工作方面，尽快熟识每一个同学是必要的，这样才能更好的与同学沟通沟通，从而进行班级管理。花了一个星期登记每一个同学的名字，并对他们有了一些基本了解。每天早上中午晚上去教室和同学沟通一下他们的想法，对学习、对生活等方面的看法，鼓舞他们往好的、乐观的方面进展，树立自我信念。每个同学都有自己的共性，尤其是他们作为90后的一代，只有对同学充分了解后，施以正确的方法管理加以引导，才能使他们突显自我优点，在班级管理上才能达到预期的效果。班主任工作繁琐却意义重大，关系到每一个同学的成长。作为班主任，要公平对待每一个同学，要有足够的急躁去教育同学，去引导他们走向正确的人生轨道。这些方面，我们都有幸从班主任那里得到教导并学习到，这都将成为我们以后老师道路上的一笔珍贵财宝。

在教学和班主任工作上，虽然得到了教学指导老师和班主任老师的确定，但仍存在不足之处。比如教学上对时间的把握方面还有待加强，班主任工作上还要更乐观主动接近同学等等。

3、实习态度

应当说，同学们对实习的态度是仔细和严谨的。这包括，严格遵守学校对实习生的纪律规定，不擅自离开实习学校;自觉以老师身份要求自己，遵守实习学校的校纪校规;敬重师长，敬重同学，虚心向指导老师请教;仔细备课，反复修改教案;与共同实习的同学和谐相处，互帮互助等。特殊是实习期间，未发生一起平安事故，未发生一起纠纷，全部的这些都体现了科大是数科院学子良好的素养与仔细严谨的

态度，也得到了学校领导老师及同学的全都欣赏。

4、与指导老师的关系

同学们在实习期间，非常敬重指导老师，虚心向他们请教，并就教学问题进行了有益的探讨，从他们身上学到了不少学问及教学方法，建立了深厚的友情。

5、与母校保持亲密联系

在实习期间，同学们通过网络、电话等方式时刻保持着与母校的亲密联系。辅导员老师准时通过这些方式把学校的各种信息通知给大家。指导老师也常常上网，在论坛上回答大家提出的问题，虽然本次实习我校没有带队老师，但通过这些现代化通讯方式很好地解决了这个问题。

6、生活

由于实习的中学遍布全省，有的在大都市，有的则在乡村，但生活的迥异，并未打搅同学们正常的生活。有句话叫“年青的人在一起比什么都欢乐。”同学们通过仔细教学，与同实习小组的同学和谐相处，互帮互助，建立起深厚的友情。许多同学早上七点去班级督读，晚上有时九点多才回来，是大家都以一种老师的责任感和荣誉感作为行为支柱，不叫苦，不叫累，顺当地完成了任务。

7、实习心得

首先，我深感学问、学问浩如烟海，使我不得不刻苦钻研。假如我们仅懂得书本上的学问的话，那是远远不够的。俗话说得好：“要给同学一杯水，自己就要有一桶水。”上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且同学在平常也会提到一些书本上没有涉及到的学问，所以自己的学问面肯定要广。当然，探究是艰苦的，但是，在这种富有成效的实践中，老师的内心深处布满了喜悦、欢快和幸福。由于在老师胜利的同时，老师自身渴望成就事业的精神需要也得到了满意。

其次，我深刻地体会到，要想成为一名优秀的老师，不仅要学识渊博，其他各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。上完一节课后，我最大的感受是：当好一名老师真不简单啊!在以后的教育生涯中，我将更加努力地完善自己，争取做一名真正的优秀的人民老师。

再次，一个同学就是一个世界。老师所面对的不只是一个世界，而是几十个，甚至上百个世界。每个同学都有自己的特性。这就打算了老师的教育不能像流水线上的工人生产物质产品那样，可以根据固定的工艺流程，有统一的型号，用一个模子，而必需依据每个同学的不怜悯况，加以教育。有学者很形象地把同学比作大理石，把老师比作雕刻家。作为雕刻家，要雕出好的作品，就要依据大理石的外形、质地、色泽等不同条件，通过精细的加工，把它们雕刻成各不相同、各具特色的工艺品。这个过程是一种制造的过程，也是很艰苦的探究。还有，古人云：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”爱好对于一个同学的学习来说是一个至关重要的条件。爱好是学习入门的阶梯，

它孕育着愿望，溢生动力。作为教育工，就要想方设法地创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立公平的师生关系。而且，老师要把自己当成活动中的一员，是同学活动的组织者、参加者、引发者，是同学的学习伙伴、知心伴侣。

教育实习虽短，却给每一位参与实习的同学都留下了美妙的回忆。对每个同学来说，这都是一个提高的过程。同学们在教学熟悉、教学水平、教学技能以及为人处世等方面都受到了很好的熬炼，向社会展现了福师学子的良好素养，也为自身今后的参加工作打下了良好的基础。通过实习，同学们也增加了自信，坚决了信念，大家的一个共同愿望就是：成为一名合格的人民老师，为祖国的建设添砖加瓦!

高校生实习总结范文 5

这是我经受平生第一次实习，是那么难忘。它将全面检验我各方面的力量：学习、生活、心理、身体、思想等等，检验我能否将所学理论学问用到实践中去。关系到我将来能否顺当的立足于这个布满挑战的社会，也是我建立信念的关键所在，所以，我对它的投入也是的！充实的实习生活结束了，在这次实习中我还是有不少的收获。

一、工程概况：

C-17 地块住宅及配套工程为 5 栋高层住宅建筑、地下一层，以及 A、B、C 三区地下车库。占地面积 2.01 万 m2，总建筑面积 107022m2，建筑高度 98.90 米设计结构采纳框剪结构，本建筑物合理使用年限为__年，本建筑物抗震设防烈度为 6 度，建筑结构平安等级二级，耐火等级一级，地下防水等级二级。桩基设计等级甲级，高层为钻孔灌注桩，车库为钢筋砼灌桩。本工程施工图设计内容包括建筑、结构、给排水、电气、暖通、不包括特别装修。施工时，相关专业如水电、暖、燃气、设备安装和土建的施工程序紧密协作，认真核对预留孔，预埋件的位置和标高。

二、实习目的及内容：

在专业比较对口的实习岗位上，努力将所学的理论学问与实际工作亲密结合，并能敏捷应用，使自己的专业学问、专业技能及工程实践力量均得到一次全面的提升。积累肯定的工作阅历和社会阅历，在职业道德、职业素养、劳动观念、工作力量等方面都有明显的提高，逐步把握从只会在教室里读书的同学到服务员工的角色转换，为我们将来走上岗位有很大的关心。

实习岗位：资料员。资料员岗位职责：项目经理的领导下，负责对项目形成的各类不同档案资料进行收集、鉴定、保管、利用等工作;依据有关规定进行档案资料的收集、整理、编目、统计、借阅和保管工作;严格履行档案借阅手续，做好“八防”工作，对破损或变质的档案准时修补;准时收集整理及鉴定，帮助技术科其他人员整理本工程一系列技术文件及内业资料管理，并时常去现场了解工程进度状况，规范与现场相协作学习，整理上报和下发资料和文件;项目竣工后档案归档，并准时移交公司档案室。

三、工作状况：

只做施工资料，包括基础、地下室、主体、屋面、抹灰等;收集整理各个专业的技术员质检员测量员各自做好的自己的部分资料;用软件的时候特别多，施工到哪步，就得做相应的检验批等资料，并填写好(包括监理资料)及盖章报送监理签字盖章，收回整理。做好每次验收所需资料，协作项目部验收工作;竣工后进行不同的归档整理，分别移交档案馆、业主、公司;负责一部分文件的收发。

高校生实习总结范文 6

时间匆忙，转瞬间x个月的实习生活也画上了句号。回首过去x个月里在x集团的点点滴滴的生活我有很多感受，虽然我做的是流水线的工作，但是从中学到的学问不仅仅是那么点反复无常的操作“学习后工作，工作中学习”这是我最喜爱富士康的地方。在学校的时候总是盼望去工作，而工作后又盼望自己回到同学时代，这是每一个人都会有的体会。

从一开头就被公司爱心、信念、决心的经营理念及胸怀千万里、心思细如丝的成长秘诀所吸引，在其后的学习和工作过程中，深深体会到这些字句的意义，获益匪浅。公司完善的教育训练制度及其系统是我们成长的重要途径，这在其他公司是无法想象的。军事化的管理更是在维护集团利益、制度及秩序方面功不行没。几个月来我无论在生活、学习还是工作上所取得的进步无一不是得益于如此健全、严谨的管理体制及相关管理人员的共同努力。

刚到公司的前x天，我们并没有马上进入车间上班，而是进行了基本学问的培训，这些学问包括公司的一些规章制度、车间作业平安学问。这些学问对于我们刚出校门的同学来说真是耳目一新，我们对这些学习的都很仔细，原来在学校的时候对这些学问根本不会在意。关于公司的规章制度感觉好多规定其实就和在学校时的学校的一些规章制度大同小异，但也有一些是公司企业所特有的，典型的就是公司的一些资讯平安方面的。

培训结束我们就开头进车间正式上班了，然后是岗位的安排，我被安排到x成型印刷部门，面对一个又一个生疏的脸孔我知道这里是考验我耐的地方，我得坚持，我得学会与人相处。这里的工作不外乎对从注塑机出来的各种各样的产品进行品检及进行加工或者再加工。进车间第一天，在里面我看到了以前从来都没有看到过的生产设备。注塑机生产设备是一种科技含量相当搞的机器，其职能化程度相当的高，刚开头来到生产车间的时候我们每个实习生都很奇怪　　，常常不经意的凝视着注塑机机械手的每个动作。印刷部门就是印刷面板，主要任务就是将所要印刷的字体经制版、施墨、加压等工序，使油墨转移到面板上，然后经过一段时间的烘烤，再进行的终检。

我们一起安排到印刷部门的`有四个，线长说女孩子全检和终检两个岗位都必需学会，刚到车间的前三天，我们并没有直接上岗工作，而是在那里先学习全检，其实全检的工作蛮轻松的，只需检查面板上所印的字体有没有抹花、黑点、针孔等不良。全检学会之后就学习终检岗位，终检的工作要比全检繁忙一些，需要检查面板的来料和制程两大不良，经过x个星期的学习，然后算是正式上岗工作了，渐渐地，我工作上的乐观表现我就以娴熟的作业手法完成线长交给的每一项工作。在这里工作的日子里，线组长跟同事们都很照看我们，有不懂得地方就向他们请教，他们都是具体的给我们解说。就这样，我圆满地完成了实习任务实习期间，我努力将自己在学校所学的理论学问与实践相结合，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间能够遵守工作纪律，不迟到、不早退，仔细参加工作，刻苦学习，虚心求教，利用

空余时间仔细学习一些课本内容以外的相关学问，更重要的是我发觉了自己的很多不足之处，有太多以前学习的学问被遗忘，发觉自己的不足使自己能够得到更全面的进步和进展。

在这里我体会到了一个大公司的规模。富士康是一个好学习的地方。首先，他有一套完善的培训系统。其次，富士康公司本身就是一个学习的好素材。在富士康参观实习的时间里，我体会到了他严格的规章制度，体会到了军事化的管理。在实习期间，我了解到一个公司的企业文化是很重要的。他可以让我们了解到一个公司的胜利与否与他的企业文化是分不开的。

高校生实习总结范文 7

实习是每一个合格的高校生必需拥有的一段经受，它使我们在实践中了解社会，让我们学到许多在课堂上根本就学不到的学问，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下基础。

作为一名冶金专业的同学，选择市场营销对我来说是一种挑战。一切从零开头，证明自己有在社会上生存下去的力量，为将来的事业打下坚实的基础。

一、实习目的

本次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培育自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的力量等，尤其是观看、分析和解决问题的实际工作力量，以便提高自己的实践力量和综合素养，盼望能关心自己以后更加顺当地融入社会，投入到自己的工作中。冶金专业毕业生实习报告

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培育同学的学习力量和专业技能，社会主要专注于员工的专业学问和业务力量。对于我理论学问把握不多来说是一个好的方面，我可以快速的了解把握理论学问，进而进行实践，现学现卖不失是种好方法，而且理论学问把握的更深刻，

实习在关心应届毕业生从校内走向社会起到了特别重要的作用，因此要赐予高度的重视。通过实习，让自己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准时补充相关学问，为求职与正式工作做好充分的学问、力量预备，从而缩短从校内走向社会的心理适应期。作为一名外专业的实习生，我必需更多的时间和精力投入到工作中去，学习和把握相关学问，实现实习的真正意义是对自己磨练或者说一次历练，由于当代社会是一个布满憧憬和残酷竞争的社会，每天都上演着没有硝烟的为争夺市场的战斗。因此我们要加大实习力度，培育自己的实际工作力量。

二、实习内容

我的第一个市场是泰安，由于是第一个市场我很卖力，每天的报销金额为四十元包括住宿一日三餐，根本不够，的确不简单，有时候为了省钱徒步去查找客户，尽量削减买水次数，早饭不吃，甚至睡网吧。刚开头踏入社会就遭受一个重大难题，工作期间的工资收入竟抵不过花销支出很明显在花销支出里还有一部分时出差费用，但我一点都没动摇，我知道不经风雨怎见彩虹，事情并没想的那样好，而且很糟糕，我们的板材在泰安找不到市场，不但没有优势，而且市场运营模式不符合这个市场。出柜台面有很许多种，主要是人造石和石英石，石英石是比较前卫的一种，市场价格相对较高，是市场进展的趋势潮流。但在泰安却让仍旧是人造是的天下，而且价格低质量差的板材统治着大半个市场，还零裁(是一张板材可以裁成两半或者更多来销售)

四、实习总结及体会

通过一段时间的市场营销专业实习，使我受益匪浅，在销售方面我不敢说有了深刻的了解，但通过学习使我理清了思路，市场营销对于原本的我既生疏又熟识。所谓生疏，是在这之前我从没有真正意义上学习和讨论过它，对它的熟悉仅仅是表面而已;所谓熟识，是说市场营销从来都始终伴随在我们身边，例如最简洁的例子，我们去超市购物，去逛街，去商店的遇到它，市场营销消失在我们生活的各个角落。这次的实训，把书面上的学问与实际相结合，这样不仅加深我们对营销的理解，巩固了所学的理论学问，而且增加了我们的营销力量。

营销是一个很重视实践的专业，所以，如果我们只会空谈学问，哪怕是再精妙的言论唯恐到了实际中也只是“空谈”。。我们要重视对于

任何营销的实践，总结阅历，不断地提高自己。

在这次实习过程中，我有如下深刻的体会：首先，营销的本质是人的营销。在与促销沟通的过程中，发觉许多时候，同样的产品和价格，但是不同的人去操作，方法和结果往往是不同的，许多做的好的促销就是依靠自己的人格魅力去打动消费者的。要想让别人接受你的产品，第一步是要让他接受你这个人。其次，做好销售必需把每件事情落到实处，并且不断跟踪更进。做好销售是一件系统工程，对于每一个环节来说，都特别重要，任何一个环节操作不好，都难以达成销售的目标。

对于我们这样的同学来说，虽然销售这工作看似简洁，其实却没方法很好的掌控，由于我们缺乏足够的阅历。销售非常依靠于销售人员的个人魅力，另外，团队精神也非常重要，销售不是自己一个人的工作，而是整个团队共同的目标，只有做到团结在一起，发扬每个人的优势，才能高质量地完成任务。

这次实习，我还总结出要做好销售就应当做好如下预备：第一，精神状态的预备。在销售的过程中，假如销售人员有一个好的精神状态，就会给顾客一种乐观的、有活力的、上进的氛围，那么这种乐观的上进的心情总会影响到他人，由于在看产品的时候，我们的销售人员就是直接体现我们品牌形象的，所以销售人员素养的提也是产品提升的一个重要标志。精神状态好的销售人员，成交的机会也会比较大。其次，专业学问的预备。在接待顾客的时候，由于我对产品的学问的不熟识，在顾客询问性能和产品的有关事项时我总是不能很好的介绍，就是这么一点小小的产品学问，你不懂，顾客就不会买你的产品。第三，对顾客的预备。当我们了解了相关的产品学问的时候，就是我们把握销售的第一步，精神状态的表现还从我们的仪容仪表表现出来，具备肯定礼仪学问的销售人员，才能让顾客感觉到自己的销售业绩提升还需要我们了解顾客的，只有我们对顾客把握的越多，我们就能更能把握顾客的心理，和顾客建立一种和谐的关系，制造一种轻松休闲的购物环境，擅长倾听顾客的每一句话，然后分析顾客是否有购买的意向，推举适合它的产品。冶金专业毕业生实习报告

在这段时间里我的感受颇深。以前总将自己的眼光局限在很小的空间里，现在才知道自己是多么的短浅，总认为市场营销就是将产品推销出去，从来没有去想推销的方法与策略，使我深深明白到销售的重要性和困难性，根本不是想象的那样简洁。它使我深刻体会到在学校学好专业学问当然很重要，但更重要的是把学到的学问敏捷运用到实践中去。更重要的是，它使我们初步培育了专业爱好，初步设想了将来进展的方向，为今后的专业学习及就业打下了良好的基础。

总之这次实习使我受益匪浅，让我看到了自己的不足和特长，并熬炼了我各方面的力量，吃了许多苦,亦学到了许多书本上学不到的学问,熟悉了更多的人.全部这些都将在我的人生中起到乐观的作用。虽然说我学的有限，但起码我对于销售这个行业还是有了更进一步的了解和熟悉。这对于我今后的学习和工作将产生乐观的影响。通过这次实习增加了我毕业就业的信念和士气。现在，我意识到必需要做的就是多吸取学问，提高自身的综合素养，不断丰富自己的工作阅历。同时,注意专业学问的学习。这样才能使自己有扎实的文化基础,迎接以后就业中各种严峻的挑战。

虽然这次实习很让我满足，但是我还是觉得这次实习有值得改进的地方，以下是我的几点建议：

3 在实习的过程中，在艰苦的环境下，有时候难以适应这种环境，克服大方的心理，没有深化的与顾客沟通，以至于销售业绩不是太抱负。所以在今后我要加强适应环境的力量和人际交往力量。同时，良好的服务态度至关重要要，我们要想顾客之所想，急顾客之所急，提

高服务质量语言、热忱周到，尽可能满意顾客的要求。最终我们还得具备良好的心态，由于要常常面对拒绝。

高校生实习总结范文 8

实习是高校生进入社会前理论与实际结合的最好的熬炼机会，也是高校生到从业者一个特别好的过度阶段。接下来我为你带来高校生实习总结报告，盼望对你有关心。

实习，就是把我们在学校所学的理论学问，运用到客观实际中去，是自己所学到的理论学问有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。理论就应与时间相结合。

另一方面，实践卡能够为以后找工作打基础。透过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。由于环境不同，接触的人与事不同，从中学到的东西自然就不一样。要学会从实践中学习，从学习中时间。而且中国的紧急飞速进展，在拥有越来越多的机会的同是，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学号学校所学到的学问，好药不断充生活中，实践中学其他学问，不断从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

第一要真诚：你能够伪装自己的面孔，但绝不能够忽视真诚的力气。记得第一天来那里时，心里不行避开的有些怀疑：不明白老板怎样样，就应去怎样做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个生疏的人用莫名而怀疑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声好。

其次是激情与急躁：激情与急躁，就像火与冰，看是两种完全不同的东西，却能碰撞出最漂亮的火法。

第三是主动出击：当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的查找相宜的时间跟他们沟通。谈生活学习以及将来的工作，透过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎样做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了许多收获而且和他们相处的很开心。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，究竟学校是学习的场所，每一个同学都在为取得更高的成果而努力。在那里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的酬劳而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，提高自己的潜力。

记得老师以前说过高校是一个小社会，但我总觉得校内里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，同学还终归持续着同学的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系简单。得去应对从未应对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的状况。或许工作中运用到的只是很简洁的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简洁，但为什么书本上的学问让人学的这么吃力呢。

这是社会与学校脱轨了吗或许老是是正确的。虽然高校生生活不像踏入社会，但终于是社会的一部分，这是不行佛人的事实。作为一个新世纪的高校生，就应懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着高校生要留意到社会实践，社会实践必不行少。究竟，四年高校念完后，我已经不再是一名高校生，是社会中的一份子了。要与社会沟通。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了熬炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感受是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学的学问的肤浅和在实践运用中学问的匮乏，刚开头的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难受。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，菜发觉自己明白的是多么少，这是菜真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个高校生务必拥有的一段经受，他是我在实践中了解社会，让我学到了许多课堂上根本就学不到的学问，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

高校生实习总结范文 9

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

https://d.book118.com/445200043221011223