# 毕业实习工作总结报告精选

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-05-27

*毕业实习工作总结报告精选20\_实习对大学生的就业有着很大的促进作用，是大学生成功就业的前提和基础。下面是小编为大家整理的毕业实习工作总结报告精选，仅供参考，喜欢可以收藏与分享哟!毕业实习工作总结报告1\_\_年\_\_月我第一次真正的踏上社会，开始...*

毕业实习工作总结报告精选20\_

实习对大学生的就业有着很大的促进作用，是大学生成功就业的前提和基础。下面是小编为大家整理的毕业实习工作总结报告精选，仅供参考，喜欢可以收藏与分享哟!

**毕业实习工作总结报告1**

\_\_年\_\_月我第一次真正的踏上社会，开始了两个月的工作实习体验生涯。时间不长，体会甚多。明白了那句读万里书，不如行万里路的深刻体会，也许在此时此刻的我，真实的将实习当做工作了吧。

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，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

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，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，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。

实习在帮助应届毕业生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。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适应期。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的!紧张的两个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

**毕业实习工作总结报告2**

我所带的20\_\_级学生在今年的2月18日，正式进入实习。经过历时十周的实习，于4月30日结束。对于我们师范专业的学生来说,教育实习是我们理论联系实际的一个学习过程，是学生将所学的教育理论知识转化为能力，向教师角色过渡的重要环节。由于校领导的高度重视、接收实习生学校的积极支持和实习师生的共同努力，我们在各所中小学的教学实习进行得很顺利，取得了较好的成绩，同时也反映出一些问题。现将实习情况总结如下：

一、实习总体情况介绍

我所带的学生中共有17名同学由学校统一安排在合川的几所中小学里，其余学生都是自己联系实习单位。集中实习安排的几所中小学，在合川区都有一定名气，师资力量雄厚，以蒙台梭利教学法为主，学习氛围浓厚，学生整体素质较高。实习中，各所学校都给予了大力的配合，提供了很多的讲课机会，平均每人讲了10节课，个别同学讲了十几节课。

二、实习表现与效果

这次实习达到了毕业实习的预期目的，为学校赢得了良好声誉。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。实习收获主要体现在两方面。

1、工作能力。在实习过程中，同学们都能积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动向老师学习，关心爱护学生，同时积极参加实习所在学校的各项教育教学活动。大部分学校的反馈情况表明，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的教学能力和沟通能力，普遍受到实习学校的好评。大多数学生能胜任指导教师所交给的工作，为今后的教学工作提供了宝贵的经验。

2、实习方式。实习学校指定了带班指导老师来指导学生的日常实习。学生在实习学校，以双重身份完成了学习与工作两重任务。和正式教师一样上下班，完成教学工作;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学校及其指导教师的一致好评。

三、实习收获

主要有三个方面。一是通过直接参与教学工作，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，圆满地完成了教育教学实践任务。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。三是学会了如何做人，如何关心照顾他人。

四、实习生活的感悟

通过近两个月的实习，使同学们的理论知识得到检验和应用，进一步完善和提高了教学技能，提高了自身素质，从指导老师身上学到了不少好的教学经验和方法，同时也感受了学校课堂教学和生活保育的实际状况。同学们和指导教师互敬互爱，经过这近两个月的实习，感情也愈加深厚。

五、实习中存在的问题与不足

本次实习进程基本、顺利，取得了一定成绩，但仍有一些不足值得我们重视，这主要表现在以下几个方面：

1、在讲课过程中，在对教材的挖掘程度上仍需努力，这反映出我们的理论水平还有待提高。

2、在驾驭和把握课堂教学的环节中，尚需积累更多经验，不断提升自身素质。

3、部分同学对家长和学生交流时措词不够准确，口语表达技巧还需要加强。

总的来说,通过这次实习，检查和巩固了同学们的教学理论，专业基础知识和基本技能，培养了我们独立从事教育和教学工作的能力。我认为本次实习达到了既定目的，锻炼了自己，收获了许多，取得了一定的成绩，但仍要针对实习中反映出的问题，在今后的学习生活中不断充实自己，提升理论水平，并进一步用新课改的教育理念武装自己，不断改进教学方法、提高教学水平，争取把这次实习所取得的经验都用在我们以后的学习和工作中，把我们的学习和工作做得更好!

**毕业实习工作总结报告3**

10月10日至11月18日是我们实习生远行的日子，我被分到咸阳市礼泉二中，也就是咸阳市礼泉县的一所高中，同行的有哲学系、数学系、美术系、物理系的实习生。带队教师的是张公社老师，小队组长是长孙大盟。

10月10日下午到达礼泉二中，当时下着小雨，心里头还挺担心的，害怕一会儿雨大着，我的行李被淋湿，东西太多了，令人不免心寒，毕竟长途于此，所有人的住宿都是在学生公寓，晚上还没有电，经大盟组长的反映，才解了照明的危急，铺盖铺好了，人倒也放松了点，然而心一直悬着，外面小雨似乎越下越大，第二天下午才开会，分到了指导班主任和指导老师，和两位不同面孔的老师握完手后，觉得挺亲切的，这就开始了为期近40天的上岗工作，蛮好奇而又不失认真。

我的指导班主任是刘勇老师，他本人带高二七班班主任，也就是说我是高二七班的代理班主任，是他的外援。10月12日是星期三，我在刘老师的带领下，来到我们班，刘老师热情地叫大家欢迎我，征求我向同学自我价绍，我点头同意，以代理班主任的身份向大家作以简介。

我系统而简明扼要的介绍了自己，了解到在礼泉二中学校实习的每年的学生不只有咱们文理学院学生，还有渭南师范和咸阳师范的学生，包括为期三个月实习的陕西师范院校的实习生。我也了解到高二七班是一个普通班，非重点班，知道自己身上的重任，士不可以不弘毅，任重而道远。在未来的数天里，要紧跟班级，不可擅自离岗，或迟到，要以身作则。我给大家讲了我在文理学院四年的大学生活，大学学习，大学的娱乐活动，生动形象而不失简洁模式，只听见同学们不停地鼓掌，很热情，也很好奇，至少比我的好奇心还强烈。最后我诚恳地希望大家配合我的实习工作，希望大家珍惜眼前的，大胆设想未来的，疏浚思路，明白今天路在何方，树立好伟大的志向，走好人生的过程，在同学们的掌声中结束了这第一次小型的班会。

我的指导老师是张老师，叫张思民，是一位快退休的、有着长期工龄，经验丰富的老教师，他本人已从事教书35载，主要教思想政治，为人和蔼可亲。因为年龄交叉的缘故，我们谈得很投机，谈了他们那个时候缺粮缺钱的年代，而刚好也是我最感兴趣的话题，在家里常听爷爷奶奶说起以前的苦日子，那个时代最苦，成就一个人的机会太少了，张老师家里目前情况还行，一儿一女，儿女都已工作，且已成家立业，他本人的手续也算交代了，这可谓是一般人想都不敢想，让我本人领悟到的是：人生是带着苦难而来的

张老师见我性情也稳重，也很关心，在接下来的日子里，我就忙于听课，我们是一群没有实战教学经验的实习生，只能先靠听课，去总结别人的科目老师的上课经验，来提高自己。紧张的备课工作也在继续着

在多次听课的基础下，我获益匪浅。每天坚持6点起床，跟班时间是6：30~7：20，高二没有安排上操，所以我跟班的任务基本是陪学生上早读，给他们领读英语单词。因为我本人四级英语过了，六级考了两次都差分，下来考第三次，自己的英语水平还行，可以给学生提供更多的帮助，也有利于交流互动，和同学们做得最好的就是交流，把我所知道的，蜻蜓点水，慢慢的绽放给他们。

我在多次听课的基础下，积累的经验也有很大的空间资料，完全够我上课所用。我讲的是思想政治第十章，最后一章，因为马上高二高一要期中考试，所以我利用听课以外的时间将本章的教案整理出来，分六个课时完成，每个课时45分钟，第一节课时，张老师听课，我当然也很紧张，但走上讲台以后，所有的紧张感都不复存在，先复习了上一节，“文化发展中，社会主义核心价值体系的基本内容”，然后慢慢地请同学回答，再导入新课，让同学先浏览课文，再回答我所提出的问题，就这样一总一结，多次互动完成了本节课的教学内容。课后我也长吁了一口气。

课后与张老师的交流中，他本人很赞成，也许是年龄大的问题，他口里一直不停的说，好，时间也把握的好。实质上，我上课之前，将时间已分段，我把45分钟，分为三段，前七分钟复习上一节内容，中间三十分钟上新课，后八分钟做本节课的总结，手机就放在课桌上，以供我看时方便。接下来的课就上得很顺利，但有一点不满意的是，课一旦重复讲，人就烦了，在这个班讲，又要在那个班重复，人就失去了原有的热情，令人很烦，也令人很头疼，尤其是干一件重复的事，好的是，坚持到底。

终于三十多天的时间已过完，很充实，很有成就感，尤其是与同学们打成了一片，期间，班里有的同学给我送来了礼泉县自己家里的苹果，让人很感动，礼泉县本来就是一个苹果乡，主要的产品是苹果。在这即将离开的几天里，我都感觉到我本人皮肤都好多了，因为这些同学热心送的苹果，想念的，永远是逝去的时间，高中，我的高中，那个时候，我的一片硝烟。

这就是这四十天我实习所得的实实在在的东西，很有实战经验，在临走时，同学们来送我们上车，还真有点留恋，舍不得走了，就永远走了，带着40天地实习经验所得，我相信，在即将面临的工作中，我会做得很好，只要我们相信，我们的信心，我们的所得。

很感谢学校，也很感谢带队的老师，更感谢这次实习活动中所得到的东西，我相信，我以后会做得更好。

**毕业实习工作总结报告4**

常言到：有总结才有进步与提高。工作中总有这样或那样的不足。反思20\_\_工作中的不足。

一、实习目的

1、了解室内设计的市场现状及前景。

2、进一步掌握CAD，PS等设计软件的运用。

3、初探做好室内设计师的方法，熟悉室内设计的方法和程序步骤。

4、培养人际交往与社交能力，为成为室内设计师作准备。

二、实习体验与心得

1、有全面的综合素质：室内设计师除了专业知识和技能外，要不断提升审美能力，要具备广博的\'知识和阅历，才可能创造出感动人的空间。

2、有敏锐的洞察力：不管是在跟客户交谈从交谈中得知客户的需求还是在做方案的时候都是对时尚敏锐的观察能力和预见性是设计师自我培养的一种基本能力。

3、细致入微的追求：室内设计师所面临的是环境中各个不同的细节，对细节的处理，关系到整个室内空间设计的成败，越是简约的设计，细节越重要，要注意室内外空间角色的互换。

4、有很强的表现能力及丰富的表现手段：设计师要清晰准确地表达自己的设计意图和思想，让业主能够很容易接受。

三、个人总结

我有幸被公司于12月7日录用于次日正式上班，这是我职业生涯第一份工作，在室内设计这方面我是个新手，从画户型到实际量房再到做方案很多时候，日常的工作是琐碎的，我们只有自己从中找到乐趣，才不会觉得枯燥，我深知自己在工作中上还存在很多幼稚和不成熟的地方，当然也有收获。通过对这些不足与收获的总结，我坚信在以后的工作中一定能取得更大的进步。我也深知自己工作状态不是很好，可能也是专业知识不够，导致不够自信，不够激情，我个人也不喜欢好逸恶劳，但这一个月也确实是比较盲目。我也需要自我调节工作状态和心态，要达到熟练软件熟悉设计方案施工图我还有很长一段路还要坚持走。

四、与同事相处

到了\_\_一个多月接触到了公司老老少少的同事，但是大家都很和善幽默，没有压抑的工作氛围，首先感谢公司老总给我这个平台与大家相处的机会，感谢马总领我入行传授知识，感谢丽姐檬姐传授的亲身经验，大家在一起很温馨感觉就像家一样。感谢每一个人对我的帮助和支持。

五、与客户沟通

作为来公司实习的学生，很多时间都在学习，学习观察设计师与客户沟通的技巧，这一个多月也见过很多不同需求的客户，正如\_总说的：80%的人是满足基本需求;60%的人是要求质量;20%的人是要求美感出彩。顺应客户需求，配合施工人员，要准备充分，多种方案一起给客户选择及讲解。我们要坚

持工作原则，本着一言一行对客户负责的心态。

六、工作态度

\_总说过：360行干一行就要爱一行，如果都抱着散漫的态度去工作，社会不就乱套了嘛，态度最重要，态度决定一切。一个人的工作态度折射着一个人的人生态度，而一个人的人生态度又决定一个人一生的成就。一个天性乐观，对工作充满热忱的人，无论他眼下是在洗马桶、挖土方，或者是在经营着一家大公司，都会认为自己的工作是一项神圣的天职。我对自己的工作热情也不够满意但是我相信我会慢慢的进入工作状态。

七、建议

1、首先我觉得公司管理运营的很好，很有条理。设计师的专业水平程度高，特别是公司的年会活动让我们基层员工感觉特别温馨，激昂。

2、我个人觉得公司可以考虑给我们多点专业性的培训，就拿我们设计部来说，可以找一些在设计方面比较厉害的人给我们培训，增加我们的专业技能。

3、还有一点，我觉得我们可以每天或者每周一次早晨搞一次晨会分享，专业培训其实挺好的，每次都能学到东西，这样能迅速提升我们的专业技能，有时候就是一些小小的技巧，却可以在工作中很大程度的提高工作效率。

以上就是我工作一个多月来的总结。新的一年我为自己制定了新的目标，那就是要加紧学习，更好的充实自己，以饱满

的精神状态来迎接新一年工作的挑战。我心里在暗暗的为自己鼓劲。要在工作中站稳脚步，踏踏实实，多向其他同事学习，取长补短，相互交流好的工作经验，共同进步，争取更好的工作成绩。

**毕业实习工作总结报告5**

这次实习给我很大的触动，这是我第一次真正的走向幼师这个岗位，一开始也些害怕遇上这样实习，因为我自己在内心其实也还没有做好准备，更不知道该怎么运用自己学过的知识，但实习几经来了，我也该是往前走了，不能再回头了。就这样，我带着自己这几年所学的知识，就这样的走进了这个岗位。

让我印象最深刻的是我第一天上课的时候，当时候我是教一个小班，据我所知，小班的孩子都比较的闹腾，也不太听话，但我一走进去他们立马停了下来，然后看向我，紧接着安安静静的回到了自己的座位。我假装镇定的自我介绍了一下，没想到孩子们还给我鼓掌起来，有的小孩还向我高兴的说了一声老师你好。那个场面或许是我职业生涯中最美好的一次开始了，我也放下了一些防备心，对自己也更加自信了一些。

其实孩子们并没有我们想象中的那样难以沟通，他们可爱，有趣，并且有时候会给予我们一些小惊喜。比如有一次我肚子疼得厉害，上课的时候可能表情上有一点难看，有的学生发现了就问我“老师，你是哪里不舒服吗?”，然后接着就有学生开始安慰我，让我先休息一下没关系的。我当时心里很暖，非常感动，看着这一个个年纪小却十分懂事的孩子们，我对这份事业的热爱又一步提升了。我也下定了决心，把自己的青春和勇敢以及热爱全部奉献与这份事业中，不辜负这份事业所赐予我的力量和责任，我也应该更加端正自己的态度，勇敢去面对人生中的每一次挑战。

和孩子们相处的过程中，让我也明白了这份事业最终的核心，那就是为孩子们开启一段更好的学习之旅，幼儿园是孩子们学习和思想启蒙的地方，而作为一名幼儿教师，我也理当以身示范，不管什么时候什么地点，都让自己作为一个标杆，引导着学生们前进。在关注孩子们成长的同时，也要多关注他们的思想动向，做出一个正确的引导。

幼儿园孩子们的年纪虽然比较小，但是思想方面进步是非常快的，每当他们有所成就的时候，对于我们教师，对于家长来说，就是一个个小的惊喜，也是让我们感到欣慰和自豪的地方。未来时光漫长，我也想带着自己的这份勇气，向更前方走去!

愉快的实习生活过去了，使我更深刻地了解到了一个幼儿教师的工作;更深刻地了解和掌握了中班这一年龄阶段的幼儿的身心发展特点及其在保教工作方面与大班、小班幼儿的区别;同时也认识到了作为一个幼儿教师，除了做好幼儿的教育工作外，如何做好与保育员、其他教师及家长的合作、协调工作也具有同样重要的地位。以前我比较注重于对有关幼儿身心发展特点及国内外幼儿教育研究的理论学习，常常忽略了对幼儿生活常规的关注。这次在幼儿园实习第一次完整地观察了幼儿园一日的生活，发现其实训练幼儿的生活常规，培养他们的行为习惯及自理能力也是一项重要的任务，一门值得重视的学问。陈向群老师很会利用机会对幼儿进行随机教育，把有计划的教育和随机教育相结合。如我们班有两个小朋友浪费洗手液，陈老师就会跟小朋友说明我们幼儿园的洗手液是怎么来的，不能浪费，并要求他们两人带一瓶回来作为赔偿。这些日常生活突发的事件都成为教师培养幼儿良好行为习惯的机会。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找