# 实习报告本周工作总结(精选42篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2023-11-20

*实习报告本周工作总结1来学校实习的第三周已经结束了，由于学校要求严查学生宿舍的内务卫生情况。\_\_中学小分队积极响应校领导指示，配合学校完成工作。这一周，组内成员经过相互交流、探讨，分享教学经验，与指导老师沟通，并完成了本周的教学任务，本周与...*

**实习报告本周工作总结1**

来学校实习的第三周已经结束了，由于学校要求严查学生宿舍的内务卫生情况。\_\_中学小分队积极响应校领导指示，配合学校完成工作。

这一周，组内成员经过相互交流、探讨，分享教学经验，与指导老师沟通，并完成了本周的教学任务，本周与第二周相比，初上课堂时的青涩渐渐褪去，相对的，在课堂上我们收获了一定的自信。相信自己能够做的更好。

随着上课时间的逐渐增多，在获得收获的同时，所暴露的问题也逐渐被我们发现，比如自己上课前有哪些问题没有注意到，学生在学习过程中容易出现的细节性的问题，有的学生不认真听课等。对我们而言，无一不是一项亟待解决的挑战。

新的一周即将开始，我们需要做的是认真准备。全身心的投入到工作中去，与自己拼搏，与时间赛跑。青春是用来拼搏奋斗的。无奋斗，不青春。

明天就是教师节了，预祝所有的老师们节日快乐!

**实习报告本周工作总结2**

日是我实习的第一天，到现在已经一周了。因为自己是第二次进公司，所以在大环境上还算是熟悉，不过现在是新入职的岗位在新的部门，加入一个新的团队，因此对这个陌生的小环境也是需要时间去熟悉和了解的，通过这一周的相处和接触知道同事们都很友好，同事之间相处和睦，融洽，相信自己可以很快的融入这个群体。

在日下午质量管理中心针对3月份的重点工作和2月份工作总结召开了会议，会议上各部门针对2月份重点工作完成情况和3月份重点工作事项进行了汇报，最后由何总监做出了总结和提出了相关要求，其中一点提到2-3月份是做好相关基础工作的关键时期，通过对窗体底端

此次会议的参与，让我了解到了虽然我是新入职员工，但必须要求自己要有计划的学习和在计划规定的时间内按时完成学习任务，好让自己尽快地熟悉和了解本职工作。

这周主要是对相关报表进行了解和实习，其中包括了解OEM报表统计方式、五金外购品来料检验报表的统计方法(抽检、全检)、五金产品报表统计方法。通过对日报、周报、月报表制作的学习和了解，各类报表虽是大同小异，但各类报表的数据和信息是对不同类别产品在不同时间段不同的生产工序和加工工艺中的体现，直接反应出各批次产品在某时间段内的质量信息，所以各报表的数据都要求正确性和准确性。因此，报表制作时需要有认真仔细的态度，负责任的心以确保报表数据的客观性和代表性。

通过这周的学习也只是对工作的某些方面有了初步的了解，后续自己会再接再厉，在巩固已学内容的同时继续不断地学习。

**实习报告本周工作总结3**

行政一周工作范文

一、踏实的工作态度:一年来，我坚持工作踏实，任劳任怨，自觉维护公司企业形象，妥善地做好本职工作，尽量避免工作中出现任何纰漏。

行政文员是属于服务性质的工作，且比较繁杂。

(1)每天我都认真做好各项服务工作，以保障业务部、单证部、船务部、财务部及设计部门工作的正常开展。

(2)文员日常的工作内容比较琐碎，需要细心、谨慎，且不能疏忽大意，更不能马虎潦草。

在行政部经理MAY的指导下，建立当日备忘录。我将当天的工作列入到备忘录里，一项一项的去完成，以免出现遗漏现象。

二、尽心尽责，做好行政人事工作:认真做好本职工作和日常事务性工作，协助领导保持良好的工作秩序和工作环境，使各项档案管理日趋正规化、规范化。同时做好后勤服务工作，让领导和同事们避免后顾之忧，在部门经理的直接领导下，积极、主动的做好本部门日常内务工作。

1、日常接待工作:接打电话时，使用文明语言，说话和气、热情，礼貌地接待工厂及国外客户来访人员，对于遇到相关问题来咨询或者要求帮助的人员，我都会尽我所知给予解答或及时转达相关领导给予解决。

2、物资管理工作:制定公司日常办公用品购入和领用表，做好物资的领用管理，根据部门领用情况，进行领用登记。

3、文件管理工作:根据工作需要，随时制作各类表格、文档等，同时完成各部门交待打印、扫描、复印的文件等，对公司所发放的通知、文件做到及时上传下达。

4、人事档案管理工作:将在职员工和离职员工档案进行分类存档，并做扫描电子存档，新员工评定表按年度排序装订成册保存等。

5、招聘工作:查收邮件阅读简历，预约安排应聘人员进行经理面试以及总经理复试。

6、商务会议及展会行程安排工作:制定出差表，预订国内、国际机票和酒店，确保出差人员的行程正常进行。

7、财务工作:办公用品费用、快递费用的核对及，机票、酒店费用的`支付，确保及时支付相关合作公司的月结费用。

8、快递工作:做好国内国际寄件登记和签收递交工作，定期上DHL、ARAMEX网站跟踪查询客户签收情况，如发现有不正常的快件，及时反应到对外业务人员和相关领导。

9、协助工作:协助部门经理做好公司季度及年度活动的组织和安排工作，以及搞好公司企业文化的宣传活动。

**实习报告本周工作总结4**

珍贵的实习生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下实习的得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

实习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我刚刚实习时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快我就明白了，工作仍需努力认真的学习。看到周围的同学拼命的学习，我也打消了开始的想法，开始了努力学习的旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。只靠学习努力是完全不够的。这就要求在课余练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去网上查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考与学习相结合。做什么都勤于思考，遇到不懂的地方能勤于请教。时刻不忘警戒。随着学习的进步，我的心也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在实习知识这段时间里，我更与助教建立了浓厚的师生情谊。我主动承担职务，这使我体会了工作的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜拥有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在实习生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同事，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。我现在理解到，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。我很高兴能在同事有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在我有困难时我的同事们也无私的伸出了援助之手。对于领导和老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有领到与老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就要对社会负起一定的责任，义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。

我个人认为这个世界上并不存在完美的人，每个人都有自己的优点缺点，但关键是能否正视并利用它们。这段时间我不断的自我反省，归纳了一些自己的优缺点。我的优点是诚实，热情，性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成，我这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果，然而我自己认为最主要的一个优点就是，能够认识到自己的错误，并及时改正，我相信这一点可以让我终生受益。以上这些优点，是我今后立身处世的根本，我应该继续保持，并不断以此鞭策自己奋发向上。

我个人认为自己最大的缺点就是喜欢一心两用甚至多用。急功近利，喜欢一口气做许多东西，但是贪多嚼不烂，即使最后都能干完，也已经搞得自己很疲劳。如今想想，这样其实并不好，正所谓，贵在精而不在广。如果我一段时期内专注于一项工作，不求博但求精，相信一定能更好更精的完成。自从我发现自己有这个缺点和问题后，我常常警戒自己，步入社会后也不能一心两用。

通过实习生活，我学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多新同事和朋友，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社

会奠定基础。实习生活是我人生这条线上的一小段，是闪闪发光的一小段，它包含了汗水和收获，为我划平人生的线起着至关重要的作用。

**实习报告本周工作总结5**

在忙碌当中我们度过了来到x中的第三周，我感觉这一周过的比前几周都快，也许是因为比较忙碌的缘故吧。从这周一开始我们几个小伙伴几乎就是天天都有活干，上课，看自习，做表格，涉及范围比较广。

这一周学校的好多课程都是混乱的，我们的课也总是临时通知被改了，还真有点措手不及。只有周一的课程还是正常的，周二，我们之中的两个人去石家庄进行教师资格证的现场确认。课程都事先调好了，但还是给我们剩下的两个加了几节课，虽然说有点辛苦，不过进度提前了不少，也给他们复习提供了充分的时间。

十六号下午，吴老师跟张老师来到了我们学校，询问了我们的近况，了解了我们的方方面面，主要强调的还是安全问题，其次我们学校的问题就是给有的小伙伴分配的工作任务过大，还有我们四个人的吃饭问题。也是我们太年轻，并没有觉得身边会发生什么样的危险，中午吃饭为了省事就去旁边的超市去买点，对这一点两位老师们表示出了很大的不满，我们对此也表示理解，确实没有想到安全隐患，跟学校反映了情况之后，给我们配备了新的厨具，也承诺给我们报销购买食材的资金，我们就继续过上了自己动手丰衣足食的日子。

正如两位老师说的那样，顶岗这半年锻炼的不仅仅是讲课的技能，更锻炼到我们的生活技能，为人处世，沟通的技巧与办事能力。使我们在这半年里有一个全方位的锻炼和成熟，进行一次完美的蜕变。

到了十七号左右，两个小伙伴也陆续平安归队了，一切生活又步入了正轨。x中也渐渐把我们几个的教学能力考察提上了日程，分别听了语文课，生物课与美术课。对我们几个年轻老师不放心的地方主要还是上课管理学生不太严格，纪律抓的不够紧，校长强调说之后主要看的`也是我们上课的纪律。

应该说我们还是太年轻，经验不足，在这一周里我们成长的应该说是最快的，得到了自己指导老师的点评，也得到了校长对我们的指导。使我们在接下来的一段时间里有了明确的方向。

在九月的这几天里我们要准备自己的录课，更加努力的进行备课，为了自己也为了能给孩子们的一面，给予他们更多的知识。

**实习报告本周工作总结6**

经过了又一周的实习，我对办公室的环境和人员有了进一步的熟悉。虽然我们的工作量不是很多，但是我一直保持着清醒的头脑，随时预备着学习。我开始认识到态度之于工作的重要性。无论从事什么性质的工作，认真，细心的工作态度都是必须的，没有卑微的工作只有卑微的工作态度。如果我们不改变对工作的态度就会被工作牵着走。对于工作态度的认识，我总结如下：

对待工作，无论是多琐屑的工作，都要全神贯注，认真对待，不能马虎。因为越是细节，越是不会引起重视，就越容易出错。比如像我们做核对文件之类的工作，稍一不慎，就会遗漏，或者登记错误。所以说细心的工作态度是非常重要的。

在工作中，浮躁是最要不得的。尽管每天面对的是简单的反复的工作，容易把我们对工作的热情消磨掉，因此人有可能懈怠下来。但是每一天的工作量视乎事情发展的需要都是不定的，工作的频率也是不固定的，因此需要保持平和的工作态度，调整自己的工作步伐，以便从容应对突发事件。

存在问题：工作技巧不够娴熟，不够细心，办事有点急进。

改进方案：在日常的生活，学习中严肃要求自己，养成认真，细心的好习惯，并把这些好习惯带到工作上。

**实习报告本周工作总结7**

在忙碌当中我们度过了来到x中的第三周，我感觉这一周过的比前几周都快，也许是因为比较忙碌的缘故吧。从这周一开始我们几个小伙伴几乎就是天天都有活干，上课，看自习，做表格，涉及范围比较广。

这一周学校的好多课程都是混乱的，我们的课也总是临时通知被改了，还真有点措手不及。只有周一的课程还是正常的，周二，我们之中的两个人去石家庄进行教师资格证的现场确认。课程都事先调好了，但还是给我们剩下的两个加了几节课，虽然说有点辛苦，不过进度提前了不少，也给他们复习提供了充分的时间。

十六号下午，吴老师跟张老师来到了我们学校，询问了我们的近况，了解了我们的方方面面，主要强调的还是安全问题，其次我们学校的问题就是给有的小伙伴分配的工作任务过大，还有我们四个人的吃饭问题。也是我们太年轻，并没有觉得身边会发生什么样的危险，中午吃饭为了省事就去旁边的超市去买点，对这一点两位老师们表示出了很大的不满，我们对此也表示理解，确实没有想到安全隐患，跟学校反映了情况之后，给我们配备了新的厨具，也承诺给我们报销购买食材的资金，我们就继续过上了自己动手丰衣足食的日子。

正如两位老师说的那样，顶岗这半年锻炼的不仅仅是讲课的技能，更锻炼到我们的生活技能，为人处世，沟通的技巧与办事能力。使我们在这半年里有一个全方位的锻炼和成熟，进行一次完美的蜕变。

到了十七号左右，两个小伙伴也陆续平安归队了，一切生活又步入了正轨。x中也渐渐把我们几个的教学能力考察提上了日程，分别听了语文课，生物课与美术课。对我们几个年轻老师不放心的地方主要还是上课管理学生不太严格，纪律抓的不够紧，校长强调说之后主要看的也是我们上课的纪律。

应该说我们还是太年轻，经验不足，在这一周里我们成长的应该说是最快的，得到了自己指导老师的点评，也得到了校长对我们的指导。使我们在接下来的一段时间里有了明确的方向。

在九月的这几天里我们要准备自己的录课，更加努力的进行备课，为了自己也为了能给孩子们的一面，给予他们更多的知识。

**实习报告本周工作总结8**

通过这一年的电气技术实习，我个人收获颇丰，这些都是平时在课堂理论学习中无法学到的。

第一次在公司认识实习，刚去到公司的时候觉得很陌生，不知道怎样去观察和记录。经过一段时间的工作实习后发现，实习并不难。因为当我遇到不明白的地方时，我就可以多问，在问的同时，就增添了我和工程师交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入集体氛围当中。

这次的期末认识实习带给我不仅仅是一种社会经验，更是我人生的一笔财富。更可喜的是我在实习期间还认识了一些工程师和施工员，他们给予我不少的帮助，让我的认识实习更加的有意义。俗语说：纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的。当今大学教育是以理论为主，在大三的时候就能有机会走进实习单位认识实习，对我来说是受益匪浅的。我们还要在以后的工作中不断的学习，还要学很多理论知识，相信这次认识实习对我日后参加工作有很大的帮助。

通过这次实习，在自己热爱的专业知识方面我感觉有了一定的收获。实习对我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的在工作上的竞争力，为我们能在以后建筑行业激烈竞争下立足增添了一块基石。实习单位的工程师也给了我很多机会参观他们的设计，使我懂得了很多以前不会解决的问题和将来从事建筑电气设计工作所要面对的问题。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这一年的工作实习是远远不够的，还需要我在平时的学习和在以后的工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。我相信通过这一年时间的工作实习，在工作的过程中所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证。在今后，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作去，充分展示自我的个人价值和人生价值。

当我们背着行囊来到万安水电站的时候。我远远地就看到了5个老大的发电机整齐的横排在在xx上做起来的一个大坝上，听着隆隆的水声。

(一)真正体验到工作并不是想象中的那样，它不是一件容易的事。

(二)以前觉得书本上很空洞的东西现在清楚明了了许多，我真正的感到了“实践出真知”这句话的内涵，自己亲身实践的东西是自己永生难忘的，这也是人类得以生活得更好的根本原因;

(三)深切体会到了学好专业学好知识的重要性，因为我们所学的是建筑电气，和电息息相关，若不小心，小的方面会危及生命，大的方面会给国家造成巨大的损失;

(四)要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。

总得来说这次到x供热公司实习，我不敢说我懂了电气控制的点点滴滴，但是我所学到的和感受到的是我终生受用一笔财富。

**实习报告本周工作总结9**

来到了机房，看着轰轰直响的机器，真的不知该从何做起，更气人的是那技术员怎么也联系不上。没办法，只好自己试着一切的可能性去设置，重启了一台服务器后发现服务器上的IP地址都是可以处于激活状态的，问题在与硬盘，不管怎么重启，硬盘始终连接不上，也就是存储。打开存储一看，发现存储并非在正常启动状态，而是出现很多的英文提示状态。当按提示让机器运行后在重新热启动一次后，服务器可以找到硬盘了，但是很郁闷的是只有一台服务器可以正常查看网站，若切换另一台机器时，网站就打不开了。

后来终于技术员打电话过来了，于是将问题告诉了他，他让我看看在IIS信息管理中是否把web服务于ftp启用，打开那台无法显示网站的服务器一看，确实如此，原来当服务器断电时间过长，或是突然断电时，IIS有时也会封闭自身的web服务。真的是一点点的细节也不可忽视啊。

**实习报告本周工作总结10**

实习第一周转瞬即逝，在这一周里，中学实习队的队员们忙碌而充实。

作为实习数学老师，我们积极听课，综合各个老师的讲课特色，有选择性地吸收，并且做好批改作业、试卷，检查改错的工作。作为实习班主任，每位队员都认真履行着检查早操、管理几率、中午以及晚上的查寝、关注重点问题学生等职责。

队会是一个队伍顺利开展工作的基础，我们在几次队会上讲解了实习队注意事项，听课笔记的记录方法等，并且对实习工作进行了动员。

好看的黑板字是一名成功老师的敲门砖，利用空闲时间，实习老师们积极地充实、提高自己，相信努力一定会带来收获!

3月16日下午一点，指导老师何老师来到江北中学，检查了各位同学的听课笔记，为大家解疑答惑。同时，于下午两点进行了新课试讲，当场对三位同学进行点评，分别从课堂导入，语言衔接，内容安排，板书要求等方面进行了点评，并且强调了大家一定要珍惜时间，抓住机会，不断提高自己。

第一周的实习工作忙碌，实习教师们带着些许迷茫，依旧十二万分地投入热情与努力，相信努力会开出最灿烂的花!

**实习报告本周工作总结11**

大专的课程已经结束了，我选择继续接本学习。和实习的学生相比我们似乎比较轻松，没有加班、有的是足够的休息时间。但是，我认为自己没有浪费这些时间，接本课程之余我选择看一些计算机，以及金融方面的书，大大丰富了课余生活。另外我也花了一部分时间做毕业设计，对于毕业设计，它就好比一门综合的教程，让我们把所学有所思。

本次设计的课题卫生筷子盒设计设计。从一开始确定课题我就发现毕业设计不是件简单的事情，不同于往常的课程设计。本次设计的所有数据计算等都要由自己一个人独立完成且量比较大。

我记得在确定课题那会，天天去图书馆找课题，但不管怎么找，就是找不到能做课题的内容，后来，通过浏览网页和社会调查，我发现目前人们对筷子的卫生情况越来越重视，但筷子的消毒的方面不尽人意，所以我就有突发对筷子盒设计的想法，通过进一步的市场调研我发现了很多问题。

目前市场上对卫生筷子盒的需求主要来自学校、军队、企业、机关等的食堂以及餐饮业和家庭用户。无论在食堂还是在餐厅进餐拿筷子时，食客们都有这样的担心：筷子消毒是否充分?许多筷子放在一个快筒里被不同的人碰触，是否存在卫生隐患?

由于筷子的卫生情况备受人们的关注，所以我确定了我的毕业设计课题是卫生筷子盒设计。

确定了课题就要开始着手设计了，当时我真的有些茫然了，不知如何下手。不过，在指导老师的细心指导下，终于使我对自己的工作方向和方法有了掌握。对于设计来说更是茫然。后来在图书馆找到了一些设计方面的书，通过查找资料和指导老师的指导，经过几个月的努力，我的毕业设计终于完成了，设计的卫生筷子盒相较于与其他的消毒装置具有以下特点：

首先，我设计的筷子盒在盒盖处加了密封圈，密封效果良好，有效了避免了与空气的直接接触，好大程度上消除了由于接触空气而导致的污染，由此，使筷子盒对使用场所得卫生环境要求降低。

其次，本产品在筷子盒中采用了紫外线消毒装置，由其安放位置决定了它消毒的负担并不大，故所需的功率并不大，因此更加节能省电，同时由于一定时期内只消毒一定数量的筷子，灭菌效果更加理想;

毕业设计使我学到了不少新知识和研究方法，完善了知识结构，它使我在大学里所学的基础理论知识、专业技术知识得到了融会贯通。通过做卫生筷子盒设计设备，使我增强了解决实际生产问题的能力。同时，我也懂的很多，明白了世上无难事只怕有心人的道理。脚踏实地，认真严谨，实事求是的学习态度;不怕困难、坚持不懈、吃苦耐劳精神。我想这是一次意志的磨练。

毕业设计是我们大学三年来所学知识的一次总结和运用，是对我们自身能力的一次检验，通过这次检验，能让我们知道自己的不足，在以后的工作中，不断地改进学习，以提高自己的综合实力。

3年的大学生活，我们对专业知识进行了系统的学习，在学完一门专业课后也进行了课程设计。但是各学科之间的联系较少，不能充分利用我们学科间的知识补充。本次设计，让我们对三年的知识有了总体的运用，提高了我们的综合能力和灵活运用所学基础知识的能力，各科之间的联系有了更加深的认识。

机械专业虽然是一门很成熟的专业，然而对我来说，我掌握的机械方面的知识还是很有限的，所以这方便有所提高，我们还需在基础理论上下功夫，以理论联系实际，才能使我们的知识有一个量变到质变的飞跃，才能勇登科学的高峰。

在这次毕业设计中，由于首次接触产品的生产过程较少，加上课题的设计资料的不足，时间的紧迫，在设计中可能出现的错误和问题，尽管指导老师全力指导，错误还是再所难免，请老师加以指正。

接下来，我还要完成毕业设计的答辩，在此更要感谢我的导师和专业老师，是你们的细心指导和关怀，使我能够顺利完成毕业设计。在此我要向我的指导老师高老师致以最衷心的感谢和深深的敬意。

**实习报告本周工作总结12**

转眼间，我进入公司实习已经有一周多了，在这一周多的时间里，我先了解了拉头模具的制作过程和拉片压铸生产的主要流程，然后先从模具车间的精雕工序开始具体的实习。我实习一周以来，具体的工作总结如下几点：

一，进入车间的第一天，模具车间和压铸车间的主任分别给我介绍了各自车间的生产设备和生产流程，让我对拉头生产线有了直观具体的认识，我就结合我在车间实习的情况，说一下我对拉头生产线流程的认识：拉头生产线主要由拉头模具制作和压铸生产两部分组成。

A. 模具制作的具体流程：绘图——开模——精雕——铜工——电火花——抛光——研磨——手工雕——开料口。

⑴ 绘图人员绘制符合客户要求的拉片图稿；

⑵ 开模师傅接到图稿后，进行模具型腔和浇道的设计； ⑶ 钳工组根据要求准备相应的模具毛坯；

⑷ 精雕人员根据图稿或样品进行三维实体造型，并且编制精雕刀具加工路线文件，然后将程序输入到精雕机器中，开始精雕加工电极；

⑸ 开模师傅将精雕合格的电极按照图稿及样品进行仔细修整； ⑹ 电脉冲人员根据工艺要求用加工合格的电极在准备好的模块上进行电火花加工型腔；

⑺ 抛光人员将电火花加工完的模具进行型腔底面和侧面的抛光； ⑻ 磨床人员进行模具的研磨以及抽芯模具抽芯的加工；

⑼ 手工雕人员进行图案和字体的雕刻；

⑽ 开模师傅根据产品的形状进行开料口；

⑾ 加工完成的模具交给压铸车间进行模具实验，合格后模具入库。

B．压铸生产的具体流程：准备原料——准备模具——压铸生产——拉片分离——拉片抛光——检验

将原料进行融化，并分配到每个机器中；根据生产要求将相应的模具安装在压铸机器中，并进行压铸生产；将拉片和料头余料等分离开，料头余料重新利用；将拉片和抛光材料混合在一起，加在抛光机中进行抛光研磨，研磨后将拉片和研磨材料分离；检验经过研磨的拉片是否符合要求。

二，通过对现场模具的观察，对模具车间的模具类型、尺寸、型腔布局有了详细的了解。模具车间的模具主要有压铸模具和塑料模具两种类型，压铸模具分为50\*70和70\*70两种规格，根据产品形状的不同，部分模具是侧抽芯的，一般是一模3— 4腔，主浇道分布在上模上，下模只有横浇道和型腔；塑料模具分为90\*120、70\*130两种，90\*120为单分型面模具，也是比较常用的，按照产品的不同，一般一模4— 8腔。70\*130为侧抽芯模具。

**实习报告本周工作总结13**

这次的实习让我体会良多，知道了许多只有在实践中才能学会的知识，也遇上了很多人，总之，收获颇丰。

20xx年x月x日我按照学校要求进行定岗实习，实习单位是由x公司承建的x并网光伏电站中广核一期工程。来到工地，遵守实习单位和学校的安全规章制度，出勤率高，用心向工人师傅请教善于发现问题，并运用所学的理论知识，在工地技术员的帮忙下解决问题。对钢筋工程、模板工程、混凝土工程等有了很具体的了解，同时对部分工程进行实践操作。

实习的第一天十分兴奋、十分紧张，但过后，感到更多的是彷徨和无助。尽管学习成绩不错，但在单位真正工作的时候，能够说对专业课能够说是一无所知，一问三不知。当被问到能否熟练操作photoshop、excel的时候，才发现自己掌握的技能实在太少。由于很多东西都不会，看着其他人忙着赶项目，我们也只有坐着在那看。在我的争取下，他们把比较简单的一部分工作分给我们，就是计算a区一期配电房，楼地面和墙柱抹灰的工程量。但是拿到图纸以后，一个十分严重的问题出现了，就是我根本就看不懂图纸，更别说懂得计算规则了。一个人算了一个下午，都没有弄出一个头绪，而其他同事已经把配筋全算完了。我此时真正体会到书到用时方恨少的感觉。由于什么都不懂，只有看标书，但由于好处不大，我向项目经理申请去工地现场。

于是我亲自接触了加测量工程、钢筋工程、模板工程、混凝土工程、砌筑工程施工全过程的操作实习，学习每个工种的施工技术和施工组织管理方法，学习和应用有关工程施程序。

一、施工过程中的学习

作为一名施工技术员我亲自接触了测量工程、钢筋工程、模板工程、混凝土工程、砌筑工程施工全过程的操作实习，学习每个工种的施工技术和施工组织管理方法，学习和应用有关工程施程序。钢筋工程钢筋使用务必坚持先检查后使用的原则;钢筋务必有出厂合格证和检验报告，按国家规范进行复检合格后方可用于工程中，钢筋在现场加工，制作加工工序为：

1、钢筋机械安装→钢筋对焊→锥螺纹加工→弯曲成型→钢筋绑扎。

2、模板工程模板及其支架应根据工程结构形式、荷载大小、地基土类别、施工设备和材料供应等条件进行设计。模板及其支架应具有足够的承载潜力、刚度和稳定性，能可靠地承受浇筑混凝土的重量、侧压力以及施工荷载。浇筑混凝土时模板及支架在混凝土重力、侧压力及施工荷载等作用下胀模(变形)、跑模(位移)甚至坍塌的状况时有发生。为避免事故，保证工程质量和施工安全，提出了对模板及其支架进行观察、维护和发生异常状况时进行处理的要求。

透过接触和参加实际工作，充实和扩大自己的知识面，培养综合应用的潜力，为以后走上工作岗位打下基础，这次实习对我来讲是一个理论与实际相结合的过程，在工地现场施工员、技术负责人的指导之下，以及自已的努力用心参与工作，让自己对整个基础的做法，标准层的施工有了深入的了解与掌握。而且对整个土木工程的各个方面也有了深刻的理解和认识，并且巩固了书本上的知识，将理论运用到实际中去，从实际施工中丰富自已的理论知识。整个实习的过程时间虽短，但让自己明白了如何当一名好的施工员。整个实习的过程也让自己发现了自己理论知识上的不足，也让自己为以后的学习充满了动力。工地虽说是苦了点，但也让自己明白了一句话：“吃得苦中苦，方为人上人。”。

**实习报告本周工作总结14**

初来乍到，初为人师，初出茅庐，这一切都可以用一个“初”来作为诠释，第一周的工作与生活一切都还显得那样的陌生而又熟悉，陌生在于这里的老师，这里的同学，这里的环境都是不熟悉的；熟悉在于曾经年少的我们也曾经走过这样的孩童时代。所有的都会从这里走出我们的味道，我们的奋斗历程，我们的酸甜苦辣。

在工作上，三人组合的我们很幸运，因为我们都有专业课来教授，也有自己的指导教师，每天我们都很忙碌。每天去学校的.门口接送学生，然后去上或者看早自习，备课，听课，讲课，这些成了我们生活的主旋律，穿梭在办公室，教室和校园当中，累过，痛过，但是我们再坚持着，因为我们已经做好了吃苦的准备，做好了练就本领的准备，做好了接受挫折的准备。我们的美术老师，精心的准备着每节课，看到精心准备的手工品，品味着课堂带来的各种各样的新问题，我们的音乐老师，每天都在练习歌曲和乐理知识，有时在宿舍，有时在琴房，我们的英语老师，认真的练习着课堂英语用语，一遍一遍的听着光盘跟读，大家都在认真的做着课堂准备。大家一起讨论方法，说说各个班级的情况，然后说说怎样来解决课堂上出现的问题，虽都是一些小的问题，但是对于我们来讲这些都是大问题，我们必须要认真而且严肃的对待每一个课堂上的不同状况，因班而异，因人而异，因时而异，因地而异。我们在进步的路上奔跑着！

在口音上，我们的声音都沙哑了，这样高强度的说话，我们都还不适应，加上小孩子在课上需要来维持一下纪律，每天的“高谈阔论”使得我们在课余显得有些沉默寡言，金嗓子在这个时候真的派上了用场，一周的时间让我们将库存消灭干净了。两腮微显胀痛，但是依旧在每天“喋喋不休”的任双唇开合不断。

在生活上，我们的饮食相对比较规律，早饭自己解决，午饭在餐厅，晚饭我们大家一起动手做饭，享受着做饭带来的乐趣。学校准备的炊具比较齐全，做饭的必用品也安排妥当，三个孩子一样的老师，一起吃着香香的晚饭，然后开个小会，随之就各回寝室了。

三个人，三个学科，三种容颜，但是拥有共同的一个目标-将顶岗实习进行到底！

**实习报告本周工作总结15**

在这一周内，虽然过得有些乏味，生活很现实，不可能每天都像电视剧一样进入公司，过的还比较轻松，主要进行的是培训公司的企业文化，规章制度，到下周即将开始的与xx公司的合作的项目内容，都详细的学习了解。对于网络客服的接电礼仪，表达话术也都进行了周密的培训。

在这段实习期间，遇到了好多以前从未见过的问题，如难缠的客户，不过我还是耐心的一个一个解决了，相信只要有耐心，一切都不是问题。

对工作流程和工作中所遇到的问题一一记录，对工作中出现的问题进行总结研究，丰富自己的工作经验。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，相信做起事情也会越来越顺手的。一方面要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。另一方面，要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥的效能。

第xx周的我，真正融入了这个集体，我看了集体的协调过程，需要同事们的互相沟通，也需要领导与下属良好的关系，才能够将自己的事情做得更好。

**实习报告本周工作总结16**

今天是周末了，回顾本周的工作与生活，与之前又有了新的收获与成长。

周一在周末的良好休整之后，以最佳的精神状态来迎接我们的孩子们。不管是因早到而异常兴奋的宝贝，还是因没睡醒而呆呆发愣的宝贝，就连不愿和妈妈分开而闹着小脾气的宝贝，这些在我们眼中都显得格外清新。上午为实习生们开了个小会，介绍了一下学校各个岗位上的园长和主任们，又让我们自我介绍了一下，作为师大的一名学生，作为小组长，真得很自豪我们的小实习生“老师”们的朝气与自信。当然，我坚定地相信我们自身对待工作都是相当负责任的。

周二下午进行了下午和主班老师们进行了教研活动，在观看完孙瑞雪老师对于“细小事物，玩水玩沙敏感期”、“模仿敏感期”和“语言敏感期”的相关视频后，小中大班的老师们进入了紧张而有序的讨论当中。老师们的讨论带给了我很多反思与收获。相信我们在这样一个有着浓厚的严谨而热情的探究环境下进行学习实践，定会稳步前进，飞速成长。

周三是让大家心中压抑而劳累的一天，因为每班都新进了2个孩子。新入园的孩子哭闹、不听话与已经有过半年学习的孩子们的自主而又有秩序感形成了强烈的对比。为了不让新孩子扰乱有序的教学活动，所以爱哭闹的新孩子基本上交给了我们来“专职”照看......一天下来，真的疲惫不堪，对比之下才真正发现孩子们在幼儿园中的半年学习真的是能有相当大的不同，无论是生活自理能力还是自主探究学习能力。给我的反思，幼儿教育真的很重要，让孩子适龄入园非常重要，落下半年的学习，赶上真的很不容易，甚至有可能会让孩子有恐惧不知所措的感觉。看到文章的家长或是未来家长们，请一定要注意这样的问题呦。

周四周五大家在期待家度过，盼望着周末的再次到来，期待着精心制造的小惊喜。期间除了日让教学活动外，周四下午进行了一次保育工作培训。让大家更加明确的幼儿园中的一日生活流程以及什么时间点应该做什么。一周的工作有时候觉得又漫长又短暂，在一天天的辛苦中收获幸福快乐，一眨眼的功夫就要迎来了周末。

周六是田雪同学的生日，除她外的`我们五个人很早就在计划为她准备个小惊喜了。上午大家买了蔬菜，开开心心去做饭，午饭期间唱歌端出蛋糕，简单却温馨的生日，祝田老师快乐，祝我们都简单快乐!下午进行了第一次临时团小组的团日活动――狮城公园踏青。周日的此时，大家在做休整，写博文、做活动设计、背单词......总之，期待我们的第三周!

充实而有意义的一周，简单而快乐的一群人，温暖而充满激情的实习生活，加油!

**实习报告本周工作总结17**

总的来说，这周似乎还挺顺利，一切都在按部就班的进行着。一些事可能接近尾声了。虽然我不能做核心，不过帮帮其它的忙倒是可以。说实话，这里的业务量超大，有时候会忙不过来。就算是快下班了，手头上还有一大堆的东西还等着处理。这也是我的机会，如果在一个很清闲的地方实习，你能帮得上忙的机会就变得很少，这也意味你能去亲手实践的机会就大大减少。

人是个矛盾体。每当工作至星期四时，倦怠之意便犹然而生，脑子中便产生排斥上班的想法，要跟朋友们那样到处去游玩。然而一但休息日停下来时，又会觉得生活没有目标，来的空洞，不踏实。有时想想这也许是每个职场新人都会经历的心态吧。

**实习报告本周工作总结18**

最值得说的应该是下午第二节课的作课。准备了两周，终于轮到我作课，说实话我准备得特别地充足，从PPT到导学案，都是一张一张，一个字一个字地亲手做出来的，各种课堂设计环节也挺有新意的。

作课当天，全校25位老师和领导，去听我的课的有18个老师，意思就是除了和我的课冲突的老师没有去，其他老师和领导几乎全都去了，我自己也有点紧张，提前跟学生打招呼说今天在他们班作课，让他们好好配合我一下，所以知道上课之前都很胸有成竹的。

开始上课，我给大家放了一个关于节奏的视频，为这节课的教学内容---节奏，做一个铺垫，看完以后我问大家这让大家想到了什么或者说这些是什么，大家有些答不上来，还好有的同学看到我打开的PPT，随即说出了是节奏。后来就开始教大家各种简谱里的节奏型，我把各种节奏型与我们平时说的话相联系，一个字的，两个字的，三个字的，四个字的。并且还拿了他们学习过的课文朱自清的《春》做例子，让大家能够在我们的生活中找到节奏。

这些节奏型大多数前两节课都给大家讲过了，但是作课的时候大家的反应并不那么热烈，和平时的上课状态相差甚远，甚至我都有些失望了，后来当我讲到一条节奏让大家念的时候，大家竟然都不会念，还念得乱七八糟，让他们单独打，也没人举手，无奈之下我只好带领大家打，但是我带领着大家打，大家完成得都很好，所以我在想是不是因为听课的老师真的太多了，大家害怕，紧张。课还是继续，但是开始的时候被卡住了，课程有些进行不下去，所以后面的环节我几乎都是带领大家完成的，我一开始设计的都是学生自发地学会，但学生都没有太大反应，我只好带领，可是一带领，就会有一种知识的灌输性，学生就很被动了，所以我觉得这一点特别不好。

后来的各个环节，我都尽量让自己在台上表现得自如一些，没有因为学生的反应不强烈就继续不下去，台下的老师也都明白这种现象，知道学生们也都紧张，有的老师在上课过程中都被我带领得一起打起节奏，课下交流中也有很多老师说以后要多听我的音乐课，多学音乐知识，说让我别在意，学生们也是紧张。

其实刚上完课，学生就跟我说了，问我是不是作课失败了，我说没事挺好的，我怕说别的打击他们的信心，学生们就说听课的老师太多了，他们害怕，我说不用怕，他们只是来听课的，下次就当他们不存在好了。其实觉得是自己做的还不够好，好多环节上没能更好地引导学生，让他们自如地学会。

我的指导老师对我的帮助很大，她给我提了好多的意见，某个细小的细节，她都注意到了，让我下次注意，在教学上也对我帮助很大，过后也鼓励我，让我别灰心，还有机会。真的特别欣慰，指导老师对我这么尽心，所以我也一直在反思自己的教学过程，希望从中更加改进，能上出更好的音乐课。

这周还听了同行实习老师李xx和刘xx的课，刘xx老师也是在这周作的课，觉得她作课那班的学生特别配合，给她的课也私下做了评价，提了一些建议和意见，希望我们的生活能够一直这么和谐，我很喜欢她们的陪伴。

**实习报告本周工作总结19**

一年来，我坚持工作踏实，任劳任怨，自觉维护公司企业形象，妥善地做好本职工作，尽量避免工作中出现任何纰漏。

行政文员是属于服务性质的工作，且比较繁杂。

(1)每天我都认真做好各项服务工作，以保障业务部、单证部、船务部、财务部及设计部门工作的正常开展。

(2)文员日常的工作内容比较琐碎，需要细心、谨慎，且不能疏忽大意，更不能马虎潦草。

在行政部经理MAY的指导下，建立当日备忘录。我将当天的工作列入到备忘录里，一项一项的去完成，以免出现遗漏现象。

认真做好本职工作和日常事务性工作，协助领导保持良好的工作秩序和工作环境，使各项档案管理日趋正规化、规范化。同时做好后勤服务工作，让领导和同事们避免后顾之忧，在部门经理的直接领导下，积极、主动的做好本部门日常内务工作。

1、日常接待工作:接打电话时，使用文明语言，说话和气、热情，礼貌地接待工厂及国外客户来访人员，对于遇到相关问题来咨询或者要求帮助的人员，我都会尽我所知给予解答或及时转达相关领导给予解决。

2、物资管理工作:制定公司日常办公用品购入和领用表，做好物资的领用管理，根据部门领用情况，进行领用登记。

3、文件管理工作:根据工作需要，随时制作各类表格、文档等，同时完成各部门交待打印、扫描、复印的文件等，对公司所发放的通知、文件做到及时上传下达。

4、人事档案管理工作:将在职员工和离职员工档案进行分类存档，并做扫描电子存档，新员工评定表按年度排序装订成册保存等。

5、招聘工作:查收邮件阅读简历，预约安排应聘人员进行经理面试以及总经理复试。

6、商务会议及展会行程安排工作:制定出差表，预订国内、国际机票和酒店，确保出差人员的行程正常进行。

7、财务工作:办公用品费用、快递费用的核对及，机票、酒店费用的支付，确保及时支付相关合作公司的月结费用。

8、快递工作:做好国内国际寄件登记和签收递交工作，定期上DHL、ARAME\_网站跟踪查询客户签收情况，如发现有不正常的快件，及时反应到对外业务人员和相关领导。

9、协助工作:协助部门经理做好公司季度及年度活动的组织和安排工作，以及搞好公司企业文化的宣传活动。

**实习报告本周工作总结20**

在这次实习的时间，我学到了很多东西，不仅仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。

作为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。但是，在同事的帮忙下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是十分有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。

实习是每一个大学毕业生务必拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。实习的这段时间，我懂了不少东西。

大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，此刻我最后亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习。此刻即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，此刻我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。

这三个月，好比是一个过渡期，从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作状况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。此刻发现了这个不足之处，就应还算是及时吧，因为我明白了何谓。

在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益匪浅。不要怕困难，做了也许没机会，但没做肯定没机会。“以前真的想过放下了，但是最后我还是咬牙挺过来了。他们不也在拼搏工。我想我的工作还没什么起色，这么走了丢人是小，可我心有不甘却是真的，我不想就这么走了，虽然是个实习的大学生，但也要对得起自己的工作，在其位谋其政嘛!别就这么稀里糊涂地浪费了这次实习的机会。”透过那一次下定决心，我又回到工作间开始了自己的工作。

我在实习的时间里懂得了怎样于同事相处与怎样样工作，这对我以后的工作中会有很大的帮忙，现也就谈谈我的见解：

1、与同事相处的第一步便是平等。不管你是职高一等的老手还是新近入行的新手，都应绝对摈弃不平等的关系，心存自大或心存自卑都是同事间相处的大忌。

2、和谐的同事关系对你的工作不无裨益，不妨将同事看作工作上的伴侣、生活中的朋友，千万别在办公室中板着一张脸，让人们觉得你自命清高，不屑于和大家共处。

3、应对共同的工作，尤其是遇到晋升、加薪等问题时，同事间的关系就会变得尤为脆弱。此时，你就应抛开杂念，专心投入工作中，不耍手段、不玩技巧，但决不放下与同事公平竞争的机会。

4、当你苦于难以和上司及同事相处时，殊不知你的上司或同事可能也正在为此焦虑不堪。相处中你要学会真诚待人，遇到问题时必须要先站在别人的立场上为对方想一想，这样一来，常常能够将争执湮灭在摇篮中。

5、世间会有君子就必须会有小人，所以我们所说的真诚并不等于完全无所保留、和盘托出。尤其是对于你并不十分了解的同事，还是有所保留，切勿把自己所有的私生活都告诉对方。

6、最后再提醒你一句：同事间相处的境界是永远把别人当作好人，但却永远记得每个人不可能都是好人。

在我的努力下，我取得了成绩，其实这些比给多少报酬还叫人高兴!不要怕困难，做了也许没机会，但没做肯定没机会，所以我还是坚持做了。我始终相信是这次的实习给了我很多感悟，虽然艰辛，但收获颇丰，甚至认为对他以后的道路都有很深远的影响，因为我在实习时学会了坚强和坚持。

这次实习顺利结束了，但我明白：今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会，因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，必须会有更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

**实习报告本周工作总结21**

中国农业银行是四大国有银行之一，是中国金融体系的重要组成部分。中国农业银行网点遍布城乡，资金实力雄厚，服务功能齐全。中国农业银行五角场支行是坐落在五角场商业区的一个支行，领导杨浦区的各个营业网点。

经过在农行的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是第三方存管业务，其他一般了解的有储蓄业务、信用卡业务。工作包括最先简单的录入、统计和后来的前台营销、接待工作。

在实习的前两个星期，我在五角场支行的电子产品部学习银行的最基本工作，如录入、统计、制表、复核等。通过这些简单的工作，我了解了银行卡业务的基本操作流程，未接触银行工作前看似简单的一张信用卡，是必须经过评估、审核、录入、复核、存档、编制、打印等一系列完整严密的手续才能完成的。当中任何一个环节出了差错，都会带来繁琐的纠正工作。刚开始认为对于简单的电脑操作完全可以胜任的我，慢慢明白，最重要的不是快，而是准。除了银行卡的操作流程，在做一些杂事，如电话联络各所业务人员、大堂经理等工作时，我也深刻体会到银行不是简单的存款取款的渠道，而是一个具有权威性的完整的金融机构。银行的后台业务也包罗万象，每个部门都有自己工作的操作流程，而我这次接触的是电子产品部，主要学习的是第三方存管业务。

经过两个星期的学习，我有幸有机会被分配到黄兴所营业网点进行前台的第三方存管业务处理。每天我和一名银行操作人员还有三名实习生一组人来到营口路上的中心建投证券所，推广第三方存管业务。“第三方存管”是指证券公司客户证券交易结算资金交由银行存管，由存管银行按照法律、法规的要求，负责客户资金的存取与资金交收，证券交易操作保持不变。对于这个国家刚出台的新型业务，我们要做好介绍和营销工作。在证券所，接触到的大部分人都是退休离职人员，年长的不在少数。我们除了需要耐心讲解外，还会根据他们的需要为他们提供各种便利。

转眼间，我们的学校生活已经接近尾声了。同学们都在为自己的实习到处奔波，我也不例外。以前，我总是盼望早点到社会参加工作，因为我总觉得工作是一件很容易的事。可是当我离开校园，真的进入社会实习后，才真正体验到工作，并不是想象中的那样又苦又累，可不是一件容易的事。因为，从学校到社会的大环境的转变，从教钱学习到收工资做事的地位转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同，在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。

**实习报告本周工作总结22**

所以我到单位这么长时间了，交际圈只限于我们部门，对于部门的同事也是了解得甚少，由于平时的生活除了上班和下班没有多大的交集，因此每次一下班之后和同事之间也就没有了什么交流。

我努力尝试要改变这样的状态，但是即使遇上面熟的同事也只是偶尔打个招呼，有时候我只是不知该如何开口，我做过很多这方面的努力，只是效果不佳。我希望在接下来的实习日子里这种状态会有所改变。我也会更加努力的融合进这个部门。

**实习报告本周工作总结23**

今天已经是第xx周了，我对公司的环境已经基本熟悉，同事的名字我也基本能叫上来了，我的办事效率也因此提高了不少，因为去一个地方找一样东西不用再东找西找东问西问了，看来融入环境对干好工作是很有帮助的。这一周的主要工作是学接电话和其他公司进行业务上的沟通。

周四下午，部门经理说要给我们培训，我以为是给我们讲一些关于酒店方面的知识，但她说的第一句话就否定了我当初的猜测。她说，只是想以聊天的形式，谈一下我们对未来的规划，并给出她个人对我们的一些建议。部门经理在酒店工作了五、六年，可以说是非常有经验了。她对人生有着独到的见解，用自身的经验现身说法。她告诉我们一定要重视对英语的学习，哪怕是应聘和我们专业不对口的工作，即使专业性的知识并不很了解，但英语的听说能力强还是很有可能找到好工作的。

因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及。我想只有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让领导和同事放心，将来才能成就一番大事业。

这一周基本是在忙碌和琐碎中度过的，不过虽然是一些琐碎的小事，却和学校里很不一样，我感觉，每一件小事都需要我亲历亲为，通过付出自己的劳动换来的成果很有价值，也很值得。

**实习报告本周工作总结24**

这个星期，可以说我上了自己真正意义上的一节课。由于之前有了上历史课的经验，我上课不再那么紧张，能够更自如地表达我自己。但是，即使是这样，还是暴露了我自己的一些问题。首先，根据听我课的老师反映，我的讲课声音比较小，坐在后面的同学可能会听得比较吃力，甚至是听不到，所以上课的时候坐最后面的同学就有向我反映是听不到的。我就要思考到底我的下节课是用麦克风还是继续不用但是更加大声地讲课。然后就是老问题了，我对上课的内容还不够熟悉，有时会出现掉链子，就是不知道下个内容说什么的时候，也会有一些事例忘记讲的状况。这是一直以来都有的问题，可是我还是不够重视，由于这些知识我都是第一次讲，所以我还是要在上课前好好地练习一下，把知识点都搞到非常地熟悉，才可以更好地进行讲课。最后，就是我上课的事例没有很好地和知识点联系起来，也就是说我对知识点还有事例都不够熟悉，这样子的话学生就无法更好地理解我说的内容。这些只是一些问题，还有其他需要我继续思考。

另外，我还听课一节初一的实习老师的课，我发现她十分能镇得住场面，她的课上少有学生讲话的，叫他们做笔记也是乖乖地做，也没有什么怨言。她上课的时候比较严肃，但是她说课后会和学生开玩笑，也就是她把上课和课后分得很清楚，上课的时候就该有上课的样子，课堂上必须安静，下课就可以说说笑笑。这种上课的强大的气场是我目前所欠缺的，在我的课堂上学生还是会讲话，很少能真正地安静下来的，有时甚至管纪律就会消耗我不少的`上课时间。所以，我以后也要学会让学生知道上课时间和下课时间要分开，不过方法我仍在摸索中。

最后，这个星期五，初三进行了年级的拓展训练。这次训练让他们在繁忙的初三学习中放松一下，也可以让他们学习一些课堂上学不到的。最让我印象深刻的就是他们要扎马步扎三十分钟，虽然一开始就说坚持不住就停下来。不过在教练激昂的讲话和鼓舞人心的音乐中，他们似乎真正能明白教练所说的坚持，很多同学从一开始不愿意带上眼罩到后来在烈日下留着汗、流着泪也要坚持下去，到最后摘下眼罩，听着教练的解说，他们开始为自己以前的不坚持和不懂得珍惜别人对自己的好而留下后悔的眼泪，纷纷开始反思，最后感谢曾经帮助过自己的人。经过这一次，相信他们一定会更加懂得珍惜，珍惜自己的时间不轻易放弃，珍惜在乎自己的人不随便怨恨。

**实习报告本周工作总结25**

来到好百客超市已经一周时间，在此期间我实习的岗位是食品股运营助理一职。在一个星期的实习工作当中使我受益匪浅，也使我对好百客超市的理念、经营模式、定位、管理模式有了一个更深层次的认识与了解。以下是我对于一周当中的工作总结：

1、熟悉卖场的整体布局，商品大致的陈列位置。按照商品的品类及分类牌，对卖场商品进行认识，大致知道商品的陈列位置。能根据商品的国际码分清进口商品与国产商品。在此期间凭借自己对卖场的了解，能帮助顾客找到所需商品。

2、与员工进行交流，进一步熟悉卖场的各项流程。保持虚心的态度，能与各组员工进行沟通学习，其中主要的了解的内容大致是，商品陈列的相关原则、商品补货的流程、报损的流程、以及商品的相关知识。

3、熟悉卖场员工管理手册，对于具体内容的熟记与理解。了解员工手册的内容，熟悉规范文明用语。明确相应的卖场规范，并且对照相关条款进行实践。

4、明确运营助理一职的岗位职责。熟记助理一职的相关职责，按照相关的事项进行逐步的探索。

5、在进口食品区参与盘点工作。了解盘点工作的大致流程，熟悉其中的相关注意事项，例如出盘的准确性、库房整理的规范、出盘之前大致的时间点的控制、了解到盘点工作的需要细心、不断的探索出更好更快捷的盘点方法。

一周以来对于实际的工作，我只是进行简单的了解与认识，了解到其中的艰辛与复杂性。有了一定的大致了解，但是也有很多不足之处。

1、缺乏基本的办公知识，在具体开展工作时，常常表现生涩，有时候还不知所措。

2、对好百客其它各部门的工作情况缺乏全面具体的了解，导致现在只是片面了解本股的工作大致情况。

3、工作时细心度不够。例如对于排面的整理，对于出现的价签不齐、商品日期的注意

4、自己的办公水平还不太适应现在工作环境，不过我会不断使自己适应与提高，尽快使自己融入好百客这个集体当中。

1、进一步熟悉与实践岗位职责，把现有所了解的知识进一步加深做细致。例如：熟悉卖场卖场管理规定、商品结构与品类分布、卖场服务标准、商品的陈列管理、商品的品质与物价管理、这五项工作职责。

2、多在客流密集的地区为顾客进行服务。不断规范自我的服务意识，加深对于管理规范的了解。

3、进一步融入工作当中，了解员工的负责区域、姓名、负责销售的商品。

总体来说这一周对于我自己来说还是有收获，我会踏踏实实的虚心学习，做到多看、多问、多记、多总结。在好百客的经营理念之下，也使我自己不断对于超市有了更深层次的了解与认知。我也为自己是其中一员感到荣幸。在今后的工作中要更加努力认真。

**实习报告本周工作总结26**

第一篇

今日把厦门市环岛路(集美大桥~鳌山路)道路工程(路面、交通工程、供电照明)这标段完成了。

早上我把定额的工程量计算方式一个一个核对。之前的投标价格大大超过控制价的范围，师傅就让我把每个量都检查，昨日我检查了几遍，可是没发现个所以来，于是今日就再检查一遍。有些单位不一样的地方要进行换算，小数点在哪都要很仔细的检查。最近都比较忙，接的标比较多并且都是在这几天要开标，师傅最施工组织设计都有点忙可是来让我自我检查。说实在的，我的心里都没个底。我不是很清楚也没有个方向，价格差了两千多万，这可不是小数目啊。我真是怕自我做不好。

不管怎样我都要硬着头皮做下去，就在我检查量的过程中，我总结了自我一些不足的地方：不够细心，量的换算不够完整;不够耐心，想一下就把这事弄完。可是事实证明，越是这样，错的地方就越离谱。为此我也深刻的反省自我，警醒自我不要重蹈覆辙。此刻又人带错了有人指导，那以后呢，什么都要自我来，谁来教我呢!仅有自我真正的学会了，脚踏实地的去做，才能让自我能有所提高。

第二篇

时间过的真的很快啊，我来到xx有限公司都一个多月了。在这段时间里，曾闲时过，也曾忙绿过，曾迷茫过，也曾充实过。可是，此刻我想说的是，我尽量让自我每一天都过的充实又丰富精彩。机会是给有准备的人，不要傻傻的等着别人给你事情做才去做，那样的话，我们生活就太别动了，失去了自我主导的本事。要学会自我给自我找事做，想学东西就更要学会主动学习，在这点上，我一向觉得自做的不够好还要继续努力。

我对此刻的工作也渐渐熟悉起来，期望自我每一天都在提高。

第三篇

忙碌的`一天开始了。

明天就要外出投标，25号才能回来。小郑师傅上礼拜五晚上交个我两份有关桥的施工设计图，分别是：武平县中赤乡石壁潭中桥和武平县岩前镇福隆桥共程。在明天去之前我就要把这两份的预算书做出来。大前天有来公司加班先做了部分，今日就简便多了，稍微努力下就能按时完成任务。

这次的预算不仅仅能巩固我之前在桥梁套价的基础，还能让我加深对这方面套价的本事，我是很认真很认真的对待。并且，也能对我以前所学的桥梁的知识有了更深的认识。从一个什么都不懂的到渐渐了解、熟悉的过程。我至少还明白了建造一座桥里面包括了那些工程量。比如：挖基坑、扩大基础、钻孔、灌注桩、桥墩等等很多资料，这些只是工程的项目名称还有很多细节的活，可谓是获益匪浅啊!

眼看着这时间一天天的过去，我要加倍努力学习，才能学到更多的知识。

第四篇

在我手上负责着漳州云霄青径作业区至h屿疏港公路(漳州沿海大通道漳州核电段)(yk126+～yk128+142)的预算。到此刻为止，我是把能做的先做，还有一部分不会先停住，把做过的自我检查下。做这个要很有耐心，把每一字每一句话都要看清楚了，不能操之过急，不然很容易出现低智商的错误。在这我要好好学习，有时候就急了点，也犯过不下类似的低智商的错误，比如单位换算。一切都要自我认真的，对自我负责也是对工程负责。此刻渐渐好了，这种错误发生的机会也少了。

经过这次套价，明显看出在隧道这块知识还是很薄弱的，在套定额的时候很吃力，也需要加强练习。我去找了一些之前做过的标，给自我当练习来用，以此巩固套隧道定额这方面的的本事。

第五篇

总体来说，公司最近是比较忙的，不到半个已经接了8个标，大多在二十几号开标，当然我们也就跟着忙起来啊。之前有做过几个标，可是还是存在很多不足的地方需要改善，在那里很感激我的一位同事，小邹，她也是我的学姐，她给了我很大的帮忙，在帮我改着预算书，指导着我该怎样做比较合理。

此刻我要负责一个是对我来说遇到的比较大资金的一个公路标，金额在七千万元左右。那里面不仅仅有路基、路面、桥梁涵洞、安全设施及预埋管线，还多了一个隧道，这也是我接触过的。目前，我应经完成了路基、路面、桥梁涵洞，接下来就是要做隧道。

看着图纸，我还是那句话，书到用时方恨少。虽然有上过隧道的课可是在看图纸上的量，还是很吃力，并不是那么一帆风顺的。小邹发给我一些材料，是以前工程里面套过的，我就拿来学习下，我相信只要我想把事情做好的，我就会认真的去把这些事情都给做好，克服一切难题。先写到这，我还要去算下隧道的造价。

**实习报告本周工作总结27**

20xx年9月20日——20xx年9月26日，我作为中国移动通信集团云南有限公司大理分公司的一名新员工，继续在大理市公司营销中心大客户服务部进行第二周的实习。下面，我将分几个部分，对我这一周的实习情况做出总结。

大理市公司位于苍山路与兴盛路交叉路口旁，共六层。其中，一层是苍山路沟通100营业厅，二层是营销中心大客户服务部，六层是10088外呼组，其余为库房和办公室。

营销中心大客户服务部分为两个片区：泰安路片区和人民街片区，它们以大理市中心的泰安路为界限，向东西两边划分而成。我所在的是泰安路片区，在集团客户经理姗姗姐的带领下实习。

这一周的情况比较特殊，因为22日--24日是中秋节假日，所以这周的工作大致分为两个部分：节前的冲刺工作和节后的收尾工作。

1、利用经分系统分析报表

在经分系统中，我们可以明确地查到客户经理们的集团成员保有率，我分别提取了高价值政企集团和普通政企集团的成员离网数，找出其中欠费预销号的人员，对他们进行复机处理，并将名单提供给他们的客户经理，然后上报给片区主管或高级客户经理。

2、为VIP客户赠送生日礼品和中秋礼品

在节前的工作当中，我仍然负责一部分客户的礼品赠送工作，其中大部分是客户来到公司领取，多是老人手机，我需要为他们试机，引导他们签字，并说明他们即将需要办理的家庭合帐业务，其余的需要我亲自送上门，对客户做拜访。

3、处理日常文档和其他临时性工作

在中秋节后的几天里，我更多的是将赠送礼品时手写的表格录入成电子版，并且去BOSS系统里查询相关的信息，标注出哪些是已经在系统里办理的，哪些是还没办理的，以此来跟踪每一个老人手机或者赠送话费的去向。

4、听贵宾客户组的负责人介绍相关工作

节后客户经理这边工作不是很繁忙的时候，我去到了贵宾中心的贵宾客户组负责人王伟平处听他介绍了相关方面的工作。他以一个季度为例，分别介绍了季度初期的任务分配、季度中期的任务执行以及季度末期的任务收尾工作。在他的带领下，我进一步熟悉了经分系统的一些常用模块。此外，他还向我介绍了第三季度139工程的各项考核指标。

5、领取下个月的生日礼品

临近月末，客户经理们都开始统计自己下个月过生日的客户，来一对一地领取相应的礼品，我负责的工作是统计这些礼品的数量、搬运货物、清点货物并且分发礼品。

这一周由于遇到了中秋假日，所以工作的时间比较少，但节前节后正是客户的繁忙期，所以还是有很多收获。

1、成功来自细心

在这一周的工作当中，我已经基本能够顺利使用数字键盘盲打，所以输入数字的速度快了很多，但是有时候往往过分相信自己，有些掉以轻心，等一张表上的数据都录入完毕，再来检查的时候才发现，原来从当中的某一个数字开始就已经出错了，导致我不得不返工。由此可见细心的必要性，在工作当中应当多积累，不浮躁，培养自己缜密细致的工作态度。

2、当客户来访时以先向客户发出问候为佳

节前的那几天，我们给客户打了大量的电话，告诉他们可以来领取中秋节的礼品，同时，我们也接到很多客户打来的电话，并且要接待很多客户的来访。这时候我注意到，姗姗姐往往是在来电的时候先查一下客户的姓名再接听，这样就能以主动的方式对客户发出问候，客户来领取礼品的时候，姗姗姐也往往是尽力回想客户的名字来称呼客户，实在想不起来的时候，会致以歉意，这样一来，所来的每一位客户都有了很好的感知，自然而然地配合我们的工作，顺利办理了合帐业务。

这一点是极需要我们学习的，有些人往往不善于记他人的名字，再次见到的时候，只能以\_唉\_、\_喂\_、\_你\_等称呼对方，显得不雅，若我们在第一次交往的时候就能用心记住他人的名字，在日后一定能给人以良好的感知。

3、到一线实习的必要性

加上在营业厅的时间，我的实习生涯已过了三周。这个时候，我越发体会到来一线实习的必要性。在某一天的聊天当中，我听一位客户经理说，有时候上级指定的一个活动方案只是他们的臆想，并非是真正了解市场的人作出的决策，所以导致可执行性不是很好。对于我来说，以后可能会接触到一部分的管理工作，所以有必要来市场一线实习，熟悉工作流程以及一般会遇到的问题，这样我们以后工作起来心中就能有个很好的把握。

由于在客户经理这边的两周实习工作中已经基本熟悉了工作流程和职责，所以在接下来的日子里，我有如下计划：

第一，去贵宾客户中心的外呼组实习，了解他们的工作流程，学习一些业务操作的技巧；

第二，跟随渠道经理实习，学习一些渠道方面的知识以及与客户沟通的技巧；

第三，在闲暇的时候多和其他同事交流，听他们讲述他们的工作经验和经历，并请他们为自己的工作提意见和建议，以期改进一些自己无法意识到的问题。

衷心地感谢各位同事对我的帮助和指导，我自认为运气很好，因为遇到了中秋节这个繁忙的时期，这对于我来说是一个很大的促进。在接下来的工作当中，我将以更加饱满的姿态来迎接工作。

**实习报告本周工作总结28**

这是我第一次真正意义上的踏入社会，能够在社会上找到适宜自我的位置，难以抑制心中的喜悦。但同时，也意识到了自我肩上的职责，凡事都要谨慎细心。刚到那里同事们都很照顾我，消除了以往对于想象中的陌生社会的恐惧。

来那里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也简便，只是学着认识图纸，虽然也实习过很多次，对工地的环境有必须的了解，但真正在那里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的状态似乎有些差距。

生活还在慢慢的适应，每一天按部就班的工作。学习认识图纸，师-父不在，暂时只能自我钻研了，可是好在有很多资料能够查，不懂时就查查资料，也培养了自学本事，同时了解许多相关的知识，一举多得。

不明白是福是祸，来的时候公司刚刚将上一个工程收尾，这段时间一向没有新工程。说它是福，是因为我能够利用这段时间慢慢适应，包括生活，工作，环境，对于从未接触过的知识我能够慢慢消化;说它是祸，是因为有时觉得实践才是锻炼人的最佳途径，从实践中的到的经验才是最可靠的。很期待，有一个实践的机会。

几天前，看到书架上有许多定额，这些都是在学校很难看到的书，与图纸结合起来读，既有助于读图，又有助于记忆列项规则，为将来做预算打下基础。还有一些相关的施工技术，和图集，这些书对于我了解施工工艺，和施工流程都有很大帮忙，但这么多东西，要掌握起来应当需要一段时间，还要好好努力啊!

秋高气爽的秋天，对于施工单位或许是最好的季节了吧，可是新的工程还是没有下来。没办法到现场，我只能继续在办公室研究图纸和那些定额和书籍，努力学习，记忆理论知识，为将来能够熟练工作打下坚实的基础。

今日最终有任务了，经理要我作一份投标书，虽然在学校也学过投标书的组成，但真正做起来还是觉得有点难，好在有同事的指点，又有过去的投标书做范本，完整的做一份投标书还是能够的，从这件事上也使我认识到实践，亲力亲为的必要性。

下雪了，工程就更没有着落了吧，这几天我看了前几个工程的一些图片资料，预算资料，计量支付资料等，如财务支付月表，清单支付报表等相关表格，还经过图片资料认识了许多从前不明白的机械设备，了解了许多施工过程和施工工艺，这些旧资料加深了我对预算的理解，为将来自我从事这份工作增加了自信。

生活还是一如既往，每一天读图，看书，整理资料，还能够练习软件，以往学过广联达软件，所以虽然没学过公司的软件，但其和广联达相似，有了广联达的基础学起来还是挺容易的。

10、

转眼两个多月了，虽然也有收获，但离自我的目标还是相差很远，学到的仍然是一些空空的理论知识，虽然也能查一些旧的参考资料，但那些工程毕竟自我没有亲身经历，还是很期待能有一个自我经手全过程的工程经历。

11月27日回到学校复习功课，准备考试。

11、

这是我第一次真正意义上的踏入社会，能够在社会上找到适宜自我的位置，难以抑制心中的喜悦。但同时，也意识到了自我肩上的职责，凡事都要谨慎细心。刚到那里同事们都很照顾我，消除了以往对于想象中的陌生社会的恐惧。

12、

来那里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也简便，只是学着认识图纸，虽然也实习过很多次，对工地的环境有必须的了解，但真正在那里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的状态似乎有些差距。

13、

生活还在慢慢的适应，每一天按部就班的工作。学习认识图纸，师-父不在，暂时只能自我钻研了，可是好在有很多资料能够查，不懂时就查查资料，也培养了自学本事，同时了解许多相关的知识，一举多得。

14、

不明白是福是祸，来的时候公司刚刚将上一个工程收尾，这段时间一向没有新工程。说它是福，是因为我能够利用这段时间慢慢适应，包括生活，工作，环境，对于从未接触过的知识我能够慢慢消化;说它是祸，是因为有时觉得实践才是锻炼人的最佳途径，从实践中的到的经验才是最可靠的。很期待，有一个实践的机会。

15、

几天前，看到书架上有许多定额，这些都是在学校很难看到的书，与图纸结合起来读，既有助于读图，又有助于记忆列项规则，为将来做预算打下基础。还有一些相关的施工技术，和图集，这些书对于我了解施工工艺，和施工流程都有很大帮忙，但这么多东西，要掌握起来应当需要一段时间，还要好好努力啊!

16、

秋高气爽的秋天，对于施工单位或许是最好的季节了吧，可是新的工程还是没有下来。没办法到现场，我只能继续在办公室研究图纸和那些定额和书籍，努力学习，记忆理论知识，为将来能够熟练工作打下坚实的基础。

17、

今日最终有任务了，经理要我作一份投标书，虽然在学校也学过投标书的组成，但真正做起来还是觉得有点难，好在有同事的指点，又有过去的投标书做范本，完整的做一份投标书还是能够的，从这件事上也使我认识到实践，亲力亲为的必要性。

18、

下雪了，工程就更没有着落了吧，这几天我看了前几个工程的一些图片资料，预算资料，计量支付资料等，如财务支付月表，清单支付报表等相关表格，还经过图片资料认识了许多从前不明白的机械设备，了解了许多施工过程和施工工艺，这些旧资料加深了我对预算的理解，为将来自我从事这份工作增加了自信。

19、

生活还是一如既往，每一天读图，看书，整理资料，还能够练习软件，以往学过广联达软件，所以虽然没学过公司的软件，但其和广联达相似，有了广联达的基础学起来还是挺容易的。

20、

转眼两个多月了，虽然也有收获，但离自我的目标还是相差很远，学到的仍然是一些空空的理论知识，虽然也能查一些旧的参考资料，但那些工程毕竟自我没有亲身经历，还是很期待能有一个自我经手全过程的工程经历。

11月27日回到学校复习功课，准备考试。

21、

这是我第一次真正意义上的踏入社会，能够在社会上找到适宜自我的位置，难以抑制心中的喜悦。但同时，也意识到了自我肩上的职责，凡事都要谨慎细心。刚到那里同事们都很照顾我，消除了以往对于想象中的陌生社会的恐惧。

22、

来那里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也简便，只是学着认识图纸，虽然也实习过很多次，对工地的环境有必须的了解，但真正在那里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的状态似乎有些差距。

23、

生活还在慢慢的适应，每一天按部就班的工作。学习认识图纸，师-父不在，暂时只能自我钻研了，可是好在有很多资料能够查，不懂时就查查资料，也培养了自学本事，同时了解许多相关的知识，一举多得。

24、

不明白是福是祸，来的时候公司刚刚将上一个工程收尾，这段时间一向没有新工程。说它是福，是因为我能够利用这段时间慢慢适应，包括生活，工作，环境，对于从未接触过的知识我能够慢慢消化;说它是祸，是因为有时觉得实践才是锻炼人的最佳途径，从实践中的到的`经验才是最可靠的。很期待，有一个实践的机会。

25、

几天前，看到书架上有许多定额，这些都是在学校很难看到的书，与图纸结合起来读，既有助于读图，又有助于记忆列项规则，为将来做预算打下基础。还有一些相关的施工技术，和图集，这些书对于我了解施工工艺，和施工流程都有很大帮忙，但这么多东西，要掌握起来应当需要一段时间，还要好好努力啊!

26、

秋高气爽的秋天，对于施工单位或许是最好的季节了吧，可是新的工程还是没有下来。没办法到现场，我只能继续在办公室研究图纸和那些定额和书籍，努力学习，记忆理论知识，为将来能够熟练工作打下坚实的基础。

27、

今日最终有任务了，经理要我作一份投标书，虽然在学校也学过投标书的组成，但真正做起来还是觉得有点难，好在有同事的指点，又有过去的投标书做范本，完整的做一份投标书还是能够的，从这件事上也使我认识到实践，亲力亲为的必要性。

28、

下雪了，工程就更没有着落了吧，这几天我看了前几个工程的一些图片资料，预算资料，计量支付资料等，如财务支付月表，清单支付报表等相关表格，还经过图片资料认识了许多从前不明白的机械设备，了解了许多施工过程和施工工艺，这些旧资料加深了我对预算的理解，为将来自我从事这份工作增加了自信。

29、

生活还是一如既往，每一天读图，看书，整理资料，还能够练习软件，以往学过广联达软件，所以虽然没学过公司的软件，但其和广联达相似，有了广联达的基础学起来还是挺容易的。

30、

转眼两个多月了，虽然也有收获，但离自我的目标还是相差很远，学到的仍然是一些空空的理论知识，虽然也能查一些旧的参考资料，但那些工程毕竟自我没有亲身经历，还是很期待能有一个自我经手全过程的工程经历。

**实习报告本周工作总结29**

来到文田的第三周星期一，我第一次以老师的身份，站上讲台讲课。我讲的课文是《爱莲说》，基本上用了一天到两天的时间备课，主要是在原有的导学案、课件基础上再搜罗一些背景资料、添加一些自己认为重要的生字词，以及在网上看了一些名师教学实录视频，学习名师的教学方法等等。在这些准备的过程中对课文也更加熟悉了，于是站到讲台上也没有特别紧张，最大的问题就是时间的掌控还是不到家，要讲的东西太多，对于学生反应所作的判断也不够迅速，导致课堂节奏比较拖沓，但总体来说效果理想。其他听课的伙伴都说我讲得不错，这也给了我很大的动力，4班学生活跃的反应也给课堂增色不少。真正站上讲台才体会到了教师的感觉，跟之前所试过的家教、小班教学感觉很不一样，真正的学校课堂需要高度的集中力、果敢的判断力以及掌握全局的控制力，缺少一样都

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