# 校外实习基地工作总结(通用49篇)

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-08-17

*校外实习基地工作总结1三周的生产实习已经告一段落，回顾这些天的经历，确实学到了许多实在的东西，也思考了许多问题。此次在施工现场实习，能亲眼看到各个班组的施工过程，能亲耳听到技术人员针对某某问题的讨论，能亲自看到各种施工图纸，这些使自我对于房...*

**校外实习基地工作总结1**

三周的生产实习已经告一段落，回顾这些天的经历，确实学到了许多实在的东西，也思考了许多问题。此次在施工现场实习，能亲眼看到各个班组的施工过程，能亲耳听到技术人员针对某某问题的讨论，能亲自看到各种施工图纸，这些使自我对于房屋建筑工程施工基本状况有了感性的认识，也为立刻大三课程学习带给了参考方向。以下就为这次实习的一些收获总结：

1、透过这次实习，书本上的知识在实习过程中得以消化，对于一些专业术语、具体的施工程序都有了深入的了解，巩固了理论知识。比如说对于钢筋加工的过程，构造柱钢筋的绑扎，从前只是听教师讲解和书本上学习，但对于具体操作并不清楚。这次在现场亲眼看到了以后，将理论同实际联系起来就很直观，印象个性深刻。

2、在施工过程中，很多时候实际施工操作与书本上的理论知识并不必须相贴合。比如：一根宽300的梁其下部钢筋为6φ2533，在理论上要求保证钢筋间的最小间距>25，但在实际操作时是正因某处钢筋太多而往往办不到。这就需要多年的施工经验积累同理论知识相结合，做出适当的变通。我们务必学好扎实的理论知识，很多东西虽然说都在课堂上学过，可我们还没有学精，没有将其转化为自我的资本，不能够学以致用。不管将来从事施工或者设计，都需要我们平时多留心，多观察，多发问，需要我们不断的积累和广泛收集信息。我们生活的四周，许多东西都是值得去学习去思考的。所以，我们需要打下扎实的基本功，牢固掌握专业知识，培养自我运用理论知识解决实际问题的潜质，这样才能在自我的工作领域上站稳脚跟。

3、目前，我国建筑市场的发展还不是很完善，信息缺乏，管理力度不够，建筑规范和相关法律法规没有彻底的贯彻和执行。在实习现场，同样存在着许多问题。比如施工准备不足，道路以及临时设施都没有到达规范要求，没有采取雨季施工措施，钢筋不注意保养，浪费严重等等。坚信随着制度的发展完善，各种问题都就应会解决和避免的。

4、当今社会竞争激烈，作为刚毕业入行的新人，我们就应端正自我的态度，给自我作一个好的定位，不好自恃甚高也不就应妄自菲薄。对每项工作都要认真踏实，创造出价值才有所收获。对人就应热忱，处理好周边的关联。所谓“先做人后做事”，在建筑行业这个大圈子里尤其需要为人处世的潜质。并且我们还要学会虚心向他人学习，不懂就问，态度要诚恳，让别人愿意将自身的积累传授于你。这样一点一滴地积累才能是自我不断发展。

实习结束了，虽然过程是辛苦的，但确是充实而欢乐的。提前感受了工作中的酸甜苦辣，使我对未来的生活有了心理准备也充满了向往和自信。在实习过程中，十分感激其他8位同学的帮忙与照顾，也十分感激吴剑锋教师三周来不辞辛苦的来回奔波在施工现场答疑和指导!

**校外实习基地工作总结2**

通过这次实训，我收获了很多，一方面学习到了许多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提高了自己动手做项目的能力。本次实训，是对我能力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是非常有意义的。

在实训中我学到了许多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识运用于实践中的好机会，原来，学的时候感叹学的内容太难懂，现在想来，有些其实并不难，关键在于理解。

在这次实训中还锻炼了我其他方面的能力，提高了我的综合素质。首先，它锻炼了我做项目的能力，提高了独立思考问题、自己动手操作的能力，在工作的过程中，复习了以前学习过的知识，并掌握了一些应用知识的技巧等。其次，实训中的项目作业也使我更加有团队精神。

从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

>一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

>二、努力实践，自觉进行角色转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

>三、提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你轻松找到工作，否则就难逃市场选择的厄运。我在该公司实习总结了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。

1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。

2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作而已。

在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

这次实习内容主要就是机器维修工作，但我获益不浅，感慨良多。我感受最深的，有如下几点：

其一，实习是个人综合能力的检验。要想优秀完成工作，除了办公室基础知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力，应付突发故障的能力，还要对办公室中常用软件都能熟练操作。作为一名工作人员，还要求有较强的表达能力，同时还要善于引导自己思考、调节与人相处的氛围等。另外，还必须有较强的应变能力、组织管理能力和坚强的毅力。

其二，此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。以往觉得很容易操作的office，但我的师父要求我完成某次产品统计的数据与记录时，我却一头雾水，感觉和平时计算机课堂中学的完全不一样，这也让我感到巨大的惭愧。因为以前的自己总以为这些东西学不学得好与专业没有多大联系，殊不知工作不是专攻一个方面，而是考察我们的综合知识水平。

此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。这次实习，我觉得我表现得还不错，许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质

可以说这次实训不仅使我学到了知识，丰富了经验。也帮助我缩小了实践和理论的差距。这次实训将会有利于我更好的适应以后的工作。我会把握和珍惜实训的机会，在未来的工作中我会把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中，为实现理想而努力。最后，我要感谢学院组织的这次十分有意义的实训，使我们学到了很多，也领悟了很多。

从8月10号我开始在已经20天了，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

其次，我要总结一下自己在实习期间的体会。

1、自主学习。工作后不再象在学校里学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。

2、积极进取的工作态度。在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

3、团队精神。工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

4、基本礼仪。步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。

5、为人处事。作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

一个月的时间说长不长，说短却也是一个足以让我改变不少的数字!

这个月里我感觉自，己成长了不少，从上学以来，学习是学生的职业，上大学我想以该记住并理解这句话。大学的学习其实“很像吃自助餐先把钱交了吃不吃在你学不学在你”!总结一句话就是态度问题!你一定要记住这句话，还要领会这句话的意思，这份职业同样需要有智慧、毅力和恒心。大学学习与中学学习截然不同的特点是依赖性的减少，代之以主动自觉地学习。因此，培养和提高自学能力，是大学生必须具备的本领。

大学的学习不能象中学那样完全依赖教师的计划和安排，学生不能只单纯地接受课堂上的教学内容，必须充分发挥主观能动性，发挥自己在学习中的潜力。这种充分体现自主性的学习方式，将贯穿于大学学习的全过程，并反映在大学生活的各个方面。我觉得大学生的首要任务还是学好文化知识，所以在学习上我踏踏实实，一点也不放松。我认为好的学习方法对学好知识很有帮助，所以在每次考试后，我都会总结一下学习经验。

一份耕耘一分收获，每每看到自己可喜的成绩，我就会感叹只要你有决心，没有什么事是不可能的。同时我也明白了一个道理——“山外有山、人外有人”，所以不能满足于现状，应该时刻鞭策自己努力奋进，不断学习新的知识，才不会故步自封。

上个月，虽然工作的不多，但见识增长了不少!

在公司时，我明白了什么是态度决定成败!一件事，只有你真正的用心对待，踏踏实实的走好每一步，才能把事做到最好!

一个称职的员工，不是看他的能力有多少，而是看他的责任心强不强!

一次精彩的开学典礼，第一次开课，又让我明白的团队合作的重要性!好比打水一样，一桶水能装多少不是决定于最高的木板，而是最低的那一块!只有做到整体的协调，才能将其的能力发挥到最大!

一个人的工作，一份精密的计划!——一趟完美的旅途需要一个完善的安排!想一步走一步的行程永远不可能是一条直线!

想办法制订每日工作流程表，没有工作目标和每天时间安排的人，总是很悠闲，而有了明确的目标，对自己每天时间安排得比较满的人，是没有空闲时间的，每一点时间都会过得很有意义很有价值。所以，我们要养成每天制订工作流程表的习惯。

珍惜现在我们所拥有的一点一滴。但是如果真的有再来一次的机会的话，我会去选择什么样的道路呢?在马路上奔跑中无助的呼喊;在雪地上漫步中怅然的埋头;盯着深邃的夜空企盼着的流星;看着翛然下落的落叶遮挡着的不断跳跃着的路灯的光芒。年轻时的我们是如何被这种复杂的情感充斥着的内心，到现在又是怎么慢慢的回归到平静与无奈。

但是未来，我们所不知道的未来，那也许充满光芒，也许也会有些许黑暗的未来，就在我们眼前。我们所能做的，就是张开双臂，迈开双腿迎接他的到来，并做好万全的准备，养成良好的习惯。习惯，总是在不经意间养成;习惯，不会在不经意间消逝。当耐得住寂寞成为一种习惯，才会在黑暗中面对那一点光而一路向前;当善良成为一种习惯，才会感觉到这个世界真真正正的充满爱;当幸福成为一种习惯，才会在生活的各个细节之处发现点滴的幸福;当期待成为一种习惯，才会一直奋勇向前去追求自己想要的明天。

**校外实习基地工作总结3**

12月31日，我进入了xx这个大家庭，开始了我的第一份工作。对于没有任何工作经验的我来说，一切都是新的，都要从头开始，因此，我决定今后不管做什么工作，都要尽力去做好。现在，我仍然坚持这种做法。

刚刚开始的一个星期，我从各种资料中来了解业务，每天看看文档，没有什么任务，很轻松但也觉得无聊，这些都太陌生，不知道跟工作有什么联系。后来接触到系统，知道自己的职责所在，才发现之前在文档中看不懂的，只有接触到系统后才会明白。只是单纯的看文档，目标太大了，要实际操作才能更好的掌握。当我开始像其他同事一样处理工单时，我的每一次回复，都要先给A看看，生怕有什么不妥。特别感谢A，在工作中给了我巨大的帮助，她总是不厌其烦的为我讲解。现在，我有什么疑问仍然向她请教，有时遇到大家都不懂的，也会向B和C求助，这些前辈都很有耐心，让我能更快的胜任工作。刚刚开始独立处理工单的那几天，对投诉的口径比较陌生，有时候也很难定位问题所在，一天只能处理几张几十张的工单。那时候看着工单总量不断增加，心里也十分着急，总希望能够提高自己的速度。

随着对业务的不断熟练，工作速度自然也有了提高，接触到的问题也越来越多。D姐也常常说要我们能够主动学习，有什么问题都要请教各位资历深的同事，因为我们几个新人总会出一些小差错，而又都在默默遇到问题逃避了。工作确实与学习不同，学习中遇到难题，可以慢慢来解决，工作就不一样了。就如上次冬敏姐指出我没有及时把不会处理的问题提出来，一直留在了最后。这可能是自己的一个不好的习惯，先把自己会的处理掉，然后再来攻克一个个难关。其实我也忽略了，有些问题我们也需要其他部门协助，应该早点提出来，其他同事就可以早点去处理，不至于造成重复投诉或者升级投诉。现在，我也正在努力改正这个缺点，有什么不懂的赶紧提出来。

还记得D姐在跟我说过，服务行业，工作要谨慎，不能让别人挑出毛病。回复工单的时候要看清楚别人的问题所在，做出最精准的答复。只有这样，别人才会信赖我们，对我们的工作满意。随着对业务的不断熟练，看问题的速度也越来越快，从十几张到一百多张的变化，也导致有些投诉问题被我忽视，没能很好的解决问题；有时候也会漏看或者答非所问，造成二次返单。我发现了自己这个坏习惯是不善于总结造成的。每天只是忙忙碌碌的处理工单，很少去关注日报和邮件，遇到什么问题就解决什么问题，没有遇到的也没去提前学习。现在明白了每天的总结是很重要的，有助于工作水平的提高，除了工作的量要提上去，质也是很重要的。

从工作中确实能够学到很多东西，同时发现自己的不足，希望我能在工作中不断完善自己，提高自己的水平，同时感谢所有同事对我的帮助，我会努力工作的！

20\_年3月4日，我怀着激动的心情踏上了期待已久的实习之路，当我离开学校的那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的并且布满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的记忆中留下绚烂多彩的回忆，而且会给我生命中带来无与伦比的财富。在这实习工作中，领导和同事们给了我许许多多的关心和指导，加上自身的不懈努力，使得我在各方面都取得了长足的进步。

实习的生活是布满艰辛与挑战的，但是我已经准备好了接受各种挑战。我知道人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志，我也知道吃得苦中苦，方为人上人的道理，每一个人都渴望成功，都渴望自己有限的生命能创造出无穷的价值，都渴望为更多的人做出自己能做的一切，我自然也比例外。我知道我的实习之路才刚刚开始，我要经历的还有很多。以后的人生之路还很漫长。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在实习过程中，我感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措。刚上班时公司刚完成搬迁，一些实验室和设备都没有完成检验和校准，所以暂时没有什么工作。首先接触的是如何融入工作，刚开始进行的是对实验室和仪器的熟悉了解，因为公司里的仪器大部分我们都没有接触过，这和学校的仪器有些区别，但是基本的原理还是一样的，因此这对我来说也没什么难度。

在这期间，我主要完成了这几方面的工作：工作室日常安全检查，熟悉工作中仪器设备的应用，设备的安装以及维护，协助技术人员完成仪器设备的检验校准等工作。

时间过的真快，转眼间，我在实习公司的实习马上要接近尾声了。通过这段时间的实习，我接触到了真正的工作，亲手进行了实际操作，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了工作处理的流程，从纯理性的知识上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己的能力是远远没有达到工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。电气学科作为一门与实际工作结合紧密的学科，实践是检验学校里的学习成果的最好的试金石。将所学知识转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。

**校外实习基地工作总结4**

6月份的天气，酷热加暴雨。实习就在这样的天气下，不知不觉进入了第二阶段，也不知不觉地结束。在这段实习的时间中，少了第一阶段(六月份)的好奇、新鲜、胆怯与谨慎，取而代之的是对法院工作的熟稔、心情的稳重、以及对这些工作多了份思考。我将自己的毕业实习报告总结如下：

实习内容：

在六月份的提到的对卷宗的排序、送达、对判决书的校对、宣判等一些零散而琐碎的工作每天都在继续着，充实着实习的每一天，但在这个月的实习中对这些工作不是为做而做，而是有了进一步的认识和了解，有了一个整体的把握：

在立案庭立案后，会把案子随机地分到每一个法官手中(注：我所在的民二庭是经济庭，专门负责审理经济案件)，于是每个被受理的案子开始了它在法院的历程：

首先，第一步是联系被告(因为虽然立案要求是要有明确的被告，但对这一“明确”的审查，一般原告能够提供被告的身份证复印件，如果是企业、单位的话，则提供营业执照，立案庭一般都是予于立案的，但这并不意味着被告能够联系得上或者是被找到)。联系被告是审理案子前首先要做的第一步，需要告知被告被起诉这件事情(送达起诉状以及原告在立案时提交的证据材料)，告知开庭时间以及相应的诉讼权利但要完成这一步却一点也不简单：首先，是要求原告提供能够联系得上被告的联系方式;如通过电话没能联系得上被告，则通过邮寄的方式按照身份证上的地址邮寄送达，如无人签收或被退回，则就需要派车出去亲自送达，如送达不成功，剩下的就是联系途径是公告送达。(关于送达，在六月份的实习报告中已有涉及，故在此不累述)。——这通常都是很令人头疼的事情。

其次，在联系上被告后，法院要做的是根据双方提交的各项新的证据、事实材料负责送达对方，以便质证。同时，在这过程中，即开庭前(撤诉的除外)，双方有可能提出管辖权异议，或是财产担保请求，或是要求法院调查取证，或是延期审理等事项请求，这时就要根据当事人的请求依照法定程序进行的活动。法官在这过程一般都还要主持当事人的调解。(如调解成功，就无需开庭，可依据当事人的和解协议制作调解书，或是依原告的申请撤诉作出撤诉裁定)

接下来的是开庭。如果是普通程序，则还需要约人民陪审员开庭，这项工作也是法院中一项必不可少的却又很重要的工作。

然后，接下来的是法官写判决书的工作。在一份判决书写出来后的工作便是校对判决书(因为判决书作为对当事人均有约束力的法律文书以及象征着法院的威性，是不可马虎的)，校对的内容很繁琐，要注意到每一个细节，包括判决书的格式、判决书所涉及到当事人身份、诉讼请求、所引用的证据材料是否和原件相符等等，甚至包括到标点符号。一般的校对都是要两遍以上的，不能不说是个大工程。在确保判决书准确无误后(当然不是指法官所作的判决绝对地公正、正确，这是无法校对的)，便是对当事人的宣判。

在对当事人进行宣判或送达判决书后，接下来的工作便是卷宗的归档工作：

归档的工作也很琐碎，一般包括排序、装订、查漏补缺(主要是检查看哪些笔录漏了签名，比如告知笔录、开庭笔录、宣判笔录上审判长或是陪审员的签名，漏签的就需要逐个找到本人补签回来)，写皮(包括软皮和硬皮)，盖好签名印章以及短期章后，便可以把卷宗移送当档案储存室保存(如果是上诉的话，则要移送给中院)。

以上便是我的实习工作总结。这段实习经验使我明白，一个案子在走完了上述程序后，便终结了它在法院的历程。所以，案子卷宗是工作的核心，一切工作都围着它展开。正如我们庭的书记员陈宇所说的：“卷宗是我们工作的生命”。

**校外实习基地工作总结5**

时光匆匆，转眼实习已经快半年了，回顾其中的点点滴滴，让我亲身体验到社会真的是一所大学，工作中既有成功后的欣喜和激动，也有挫败后的失落和无奈。在师傅们的谆谆教导下，我在收获业务技能的同时，内心也经历着微妙的成长。

因为机缘巧合，我很顺利的进入了一家玩具公司，成为一名行政人事文员。我的工作主要包括处理每天的考勤、接待求职员工并进行解说，及员工入职、请假、辞职手续的办理、人事档案的整理、保管、用工合同的签订等。在工作的过程中，既有收获的喜悦，也有失败的遗憾。

由于我是新来的人员，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。前几天就是整理一些简单的资料，填写一些劳动合同。刚步入工作岗位，才发现自己有很多都不懂的地方，于是我就向我同一个办公室的女孩学习一些办公知识，她是一位老员工，工作的时间比较久，所以她对公司里的事情都比较了解。作为行政人事文员，所做的事情比较琐碎繁杂，指导我的同事教我，做事情要分主次、有条理，有耐心。说着容易，做着难。每天要处理考勤、办理入职和辞职人员的手续、填写用工合同、整理废旧纸张再利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好，这样就不会乱。一段时间之后我对工作上的事情逐渐熟悉起来，我从处理考勤开始。虽然看似一个简单的动作就能处理完整的流程，但实际操作起来却并不是行云流水般流畅的，这其中所抱露的细节问题也决不是可以草草了之的。每天面对着考勤里面那么多的数字，需要一个一个检查，眼睛是很容易看花的，一不小就会漏查的。刚开始处理考勤经常出错，然后也会被领导批评，感觉做的很吃力，心情自然也不会高兴，但是渐渐的在同事的帮助和指导下，随着自己熟练程度的增加，我已经慢慢从常犯错，减轻到少犯错，犯小错，并争取不犯错。错误减少了，领导也不会再批评了，从中也得出了自己的心得，做起事情来也没那么大的压力了，心情也就轻松多了。正如我们领导说的：\_做考勤需要的不是超凡的智力，而是一份细心和耐心。\_确实如此，处理考勤的工作是一项看似简单但精密度很高的工作，它需要的是更多的耐心和细心，所以我一直都在培养自己这方面的能力。我把每次犯错都做为对自己的一次警示，更是做为自己迈向成功的一道道关卡，人生不拒绝犯错，重要的是看待错误的正确态度和之后的自省。正好最近公司快要验厂了，要做的事情很多。要\_分主次，有条理\_是做好事情的关键，我时刻牢记着这句话。

我的工作关键是要细心，还有学习对人怎么说话、态度及其处事。特别是在公共场合时要注意内外有别，把握分寸，对什么应该说什么不应该说要心中有数。由于经验少，我现在这方面还有欠缺。有时难免会出现一些我处理不好的事情，然后那个教我的同事或是主管就会帮忙解决。看到他们处理事情的方法我才明白只有经历的多了，磨练的多了才会有经验。

我现在上班近五个月了，在这几个多月中，有时心情不好的时候就会想辞职不做了，想着在校做一名学生是多么的好啊，为什么要来工作要来受别人的气，也许我是刚开始工作，有时受不了领导给的\_气\_，加上厂里又在验厂压力又大，所以自己心里很不舒服，就想辞职再重新换个工作得了。但静下心来仔细想想，再换个工作也是的，在别人手底下工作不都是这样么?刚开始，就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会就要从各方面锻炼自己，不然以后干什么都会干不好的先就业，后择业。我现在要好好锻炼自己。再好好学习，之后相信自己通过努力一定会找个好工作来回报父母及其所有的老师的。别的没有什么奢求的，现在当然是把磨练自己放在第一位。在这几个月中，我学到了一些在学校学不到的东西，即使都明白的事，可是刚开始有时还做不好。但静心一想我们早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。

**校外实习基地工作总结6**

通过这一个多月以来的校外实习，我改变了许多以往对公务员这一职业的看法。在此之前，不仅仅是我，身边的许多同学对这一职业的看法大都是：工作轻松、待遇优厚、关系决定一切。然而，通过此次的暑期实习我发现了很多想法上的偏差。同时，也意识到了作为一名国家公职人员所应具备的各项素质。下面我想用平实的语言记录下我在本次实习中的经历和感受。

我的实习单位是潍坊市工商局滨海经济开发区分局。刚到实习单位不久，便认识了同我年龄相仿的几位工作人员，他们大多是参加工作不久的大学生。他们在介绍单位总体情况和部署工作任务的同时，也会亲切地诉说自己的公考经历。他们大多没有显赫家庭背景和丰富的人脉关系，有的只是考前专注的复习和认真的钻研总结。用他们的话说，如今的公务员选拔越来越公开透明了，可钻的空子越来越少了，任何一名符合报考条件的毕业生只要肯下功夫钻下去复习，不怕没有机会实现自己成为一名公务员的梦想。

由于实习的时间较短，实习单位安排给我的工作并不复杂，前期主要负责会议记录、材料撰写以及相关通知的传达。亲切的局领导对学校能为我们在校学生提供校外实习的机会表示了赞赏和肯定，并希望我在此次的实习中能够多学、多看、多听、多想。

刚刚开始的一个星期中，通过观察，我发现公务员的工作并非像有人认为的那样轻松。在办公室里，我看到的不是一杯茶，一份报消遣时间的工作人员，而是忙于接听电话，进进出出或是在电脑前专心整理文件和数据的身影。这所有的见闻告诉我：这份职业不仅不可以悠闲度日，反而比其他的职业多了一份严肃，多了一份责任。

一开始的实习工作并不顺利，毕竟刚刚来到新的环境对很多事物还都不了解、不熟悉。让我印象最深的两件事要数复印文件和资料查找。虽然这些都是不起眼的小事，但是却常常要遇到，因此一开始的笨拙让我不免有些尴尬。之前在实验室和家里用到的打印机比较简易，操作起来也十分方便。当我第一次看到按键众多的打印机，面对复杂的打印要求时，不禁有些手足无措。另外，查找资料也让我头疼了好一阵，面对一格格的归类资料、一个个的档案盒，要快速找到所需要的文件资料还真不是件容易的事情。

针对打印机的操作问题，我虚心向办公室的前辈请教，熟悉每一个操作方法并记录重要的操作步骤。然而，仅仅这样还不够，比较急用的资料通常要在规定的时间前送到各个部门，为此我采取了一边复印，一边装订的方式，但过程并非像我想象得那么简单。一开始，一边复印，一边装订，常常出现装订错误，也常常由于匆忙大意被打印纸划破手指。复印工作比较重的时候，掌心常常由于频繁使用订书机而出现酸疼的现象。这让我深刻得体会到工作中那些原本看起来不起眼的小事情，要真真正正做得好、做得有效率并不容易，这些小事情同样需要用心去学，细心去做。

此外，为了能够快速地查找到需要的资料，我也下了一番功夫。利用中午的空闲时间，我把资料柜中的资料按照分类画成了示意图，每一类中大概有哪些重要的文件夹也在图中做出了标注。一有时间，拿出本子反复看、反复记，最终做到了熟记于心。在此之后的实习工作中，也遇到了许多类似这样的问题，渐渐明白了有些事情除了用心去做，也要讲求方式、方法。

经过一个阶段对环境的熟悉，我被派到了分局内设的“两协”中的“消协”继续实习。进入消协的第一天，部门的领导便告诉我，从事消费维权工作必须要有高度的责任心，认真并且耐心地对待每一项投诉。很多投诉可能都是些常人看来鸡毛蒜皮的小事儿，但是却关系着公众的日常生活与健康。同时，消协也是工商行政管理局的一扇窗口，消协工作做好了，也是给工商部门树立了良好的形象。一番谈话结束后，我充分认识到了做好消费者权益保护工作的重要性。

在消协实习第一天就接到不少消费者打来的投诉电话，虽然之前已经有了一定的心理准备，但是现实情况常常更为复杂多变，尴尬的情况也时有发生。有时投诉的消费者由于情绪激动说不清情况，导致无法记录投诉的;有时投诉方是老年人，讲话不免有些含糊不清;有时接到外地人的投诉，却听不太懂方言……当然投诉的内容也十分多样：有住房投诉(预付款已交，但实物与图纸不符)、私家车质量投诉(变速箱进水)、用餐卫生投诉、通讯工具投诉(居多)、衣物鞋帽投诉等等。

此外，接待上门投诉的群众也不如想象中那般简单。消协的调解室内投诉方和被投诉方往往情绪都较为激动，经过一番调解劝说，双方都不肯退让的情况也时有发生。因此遇到这种双方无法达成协议，无法落实赔偿金额的情况，往往采取技术鉴定的方式平息纠纷。日常的工作虽然繁琐、辛苦，但部门的每一位工作人员都十分有耐心地调解每一项纠纷，将消费者的合法权益真正摆在了第一位。随着身边发生的案例不断增多，我慢慢学会了一些处理相关纠纷的常用方法，这些方法的基础是《\_消费者权益保护法》和有关的规定，同时也要在处理具体纠纷的时候以情感人，以理服人，具体问题具体分析。

通过一个多月以来的实习，我改变了许多先前浅薄的看法，对相应部门的工作内容有了进一步的了解。也意识到刚开始从事一项工作或许会不太顺利，或许会手足无措，但是只要本着虚心肯学、认真负责的态度，就没有克服不了的困难。最后，要再次感谢学校能为我们提供这样一次实践和锻炼的机会，相信此次的实习将成为我们十分难忘的宝贵经历!

**校外实习基地工作总结7**

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位一步，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习资料，培养好工作本事，显的尤为重要。半年里，我严格按照单位人事部下发的实习大纲，认真研读，逐一学习，在思想行动上，努力做到“想实习，会实习，实好习”，把培养工作本事，提高自身素质作为己任，圆满的完成了本阶段实习任务。

>一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。

思想是人的灵魂，是人的.内在力量，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。领导十分重视大学生成长，为此特地为我们制定了“双导师实习制度”。双导师，顾名思义，就是两位导师，技术导师是教授工作技术的，而领导导师是在思想上引领大学生，为其排忧解难，指引方向的。在此优势下，我主动与领导进行了沟通，在领导的谆谆教导下，我对实习有了更深层次的理解，更明确了我的工作目标，在思想上我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

>二是注重理论联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，可是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识本事的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同时，人的认识本事也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表此刻认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，可是认识一经产生就具有相对独立性，能够对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自我所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等零。理论应当与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基矗经过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不一样，接触的人与事不一样，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

>三是热爱实习岗位，进取承担岗位职责，不断提升实习效率。

“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自我对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，进取承担岗位上的职责义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对

岗位技能知识做到“懂，会，做”。一份劳作，一份》收获，我坚信自我的努力必须会有回报，而我将会仍然继续热爱自我的工作。

20\_年2月16日，我怀着激动的心境踏上了期待已久的顶岗实习之路，当我坐上离开学校的的班车那一刻起，我就明白我将经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，并定会给我带来生命中无与伦比的财富。

是的，顶岗实习的生活是充满艰辛的挑战的。当我们来到实习点应对一间间小平房而不是高楼大厦时，很多人后悔为什么当初选择了顶岗实习，可是我想说，这是我所预料到的，这也是我想要的，因为我明白人仅有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志，我也明白吃得苦中苦，方为人上认得道理，我自然还不是人上人，可是我相信在这个世界上每一个人都渴望成功，都渴望自我有限的生命能创造出无限的价值，都渴望为更多的人做出自我能做的一切，都渴望在后世看来你的生命无可比拟，我自然也比例外。我明白我的实习之路还刚刚开始，我要经历的还有很多。来到实习学校之后尽管很快的解决了食宿问题，但生活水平与师大不可同日而语，来到那里吃的第一顿饭是白菜馒头。我自然感觉这对我没有什么我很适应，我也是步行上中小学，吃粗粮长大的，这点苦还不及我儿时的十分之一。

教学当教师是我在那里生活的主旋律。在那里我学会了如何做一个受学生理解和欢迎的教师，学会了如何去关心学生，最重要的学会了作为一名教师应当具备的教学方法，养成了良好的教学习惯。我个人认为那里面主要包括学习基础，学习方法和学习习惯。要提高学生的基础，就要求教师在教学中重视双击的教学，做好教学》工作计划，把夯实基础放在至关重要的位置上，向学生强调基础知识的重要性。学习方法无疑在学习中起着举足轻重的作用，一个掌握了优秀的适合自我的学习方法的人就等于掌握了开启知识与智慧之门的钥匙。所以，我们强调，国家全面发展的教学理念是绝对的真理，教师在教学中除了传授知识外，还应当注重学生德智体的全面发展，重视学生心理素质和身体素质的培养，重视》思想政治教育和世界观人生观价值观以及梦想教育，爱国主义教育等，唯有如此，才能培养出祖国需要的人才。

顶岗实习的生活是温馨和》幸福的。那里充满着浓浓的乡情，那里的教师们对我们关心有加，他们明白我们远道而来，并且不适应那里的生活，他们经常会把他们那里最好的吃的东西拿给我们吃，还和我们一齐包饺子，偶尔遇到周末同时又是男教师值班的时候，他们经常会叫我们改善一顿。最让我喜又让我忧的是那些和我朝夕相处的学生，他们不仅仅年轻天真纯朴可爱坚韧进取，并且那幼小的心灵就会体贴人和关心人，每逢节日，我不只一次的收到他们送来的土特产外加一些蔬菜什么的，其实这是比什么都珍贵了，也许我们并不在乎这些物质的东西，有这颗心足够了，作为教师，没有什么比这更让人幸福了。他们会以心灵上的沟通让你感到幸福和欢喜。可是每到考试的时候，总有些同学让你忧心忡忡，这种感情是每一位教师感同身受的。

以上是我的实习总结，这是一段充满艰辛和收获的经历，这是一段充满幸福和欢乐的旅程，这是一段充满》挫折与反思的人生，这是一件我们一生用心珍藏的》礼物，这是一个不老的》故事，是教师和学生用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。

**校外实习基地工作总结8**

实习是我们对社会的重要接触环节，不仅让我们接触了社会的生活，更是锻炼了我们的工作能力，累积了对工作的经验！如今，经历了长达三个月的校外实习后，我在工作中已经充分的掌握了xx岗位的基础工作能力。虽然还有许多需要改进的地方，但我对自己的专业和岗位都有了更多的了解。在此，我总结自身实习的情况如下：

>一、思想和责任的转变

实习期间，当我从学校走向社会，来到公司之后，我在这些地方看到了很多的事情，也深受环境影响的改变。通过对这些经历和体会，我的思想也逐渐变得成熟，能够开始注重那些我不增重视的事情。

在思想上，我在实习中学会了正确对待的工作和生活的态度，能在工作上严格的自我管理，有较强的责任心和较好的工作态度，在工作期间能较好的管理自己，积极完成实习工作的要求和目标。

>二、工作的情况

在实习工作中，因为缺少实战经验，一开始面对真正工作岗位的时候，我也十分的紧张，十分的不安。但我的领导却在工作中指点了我，并教导我很多关于xx专业的知识。

在实习期间，我一边学习领导的教导，提升自我的专业能力。一边通过在岗位上的锻炼，大大提升了自身的实战经验。边学边做，不仅让我较快的掌握了工作方法，更能让我深刻体会到过去在学习中个人的不足和问题。借此我也更好的完善了自己，并在工作中取得了更大的进步。

>三、自我的反思

通过这次的实习，我在实习工作中收获的不仅仅是经验和能力成长。通过在工作岗位上的眺望，我开阔了自己的视野，认识了自己在能力和想法上的不足。更了解到社会这条道路是多么的宽广。

通过对自我的总结和反思，我认识到自己在专业能力上还需要更多的锻炼和进步。同时，自身也要改进在工作中不仔细的毛病，改正自己在工作中容易马虎的不足。这些都是我在实际工作中认识到的不足和问题。想要在工作中继续提升一步，我必须先将这些基本的错误改进，让自己的工作更加完善。

如今，实习也已经结束。但我不会放松自己，社会中还有许多我没有学习的知识和经验，我会继续勉励自己，努力工作，勤奋学习！在工作中取得更大的成绩！

**校外实习基地工作总结9**

时光如梭，转眼即逝。当毕业在即，回首三年学习生活历历在目。职高学习生活是我一生中最重要的阶段。三年不仅是我不断增长知识、开拓眼界的三年，更是我在思想、文化上不断认识，学会做人的三年。我也逐渐成为一名有理想、有道德、有文化、有纪律的合格职高生。

生活上，我拥有严谨认真的作风，为人朴实真诚，勤俭节约，生活独立性强。我热爱集体，尊敬师长，团结同学，对班级交给的任务都能认真及时完成。

学习上，我从刚跨入职高时的失落与迷茫，到现在即将毕业的从容、坦然。我知道，这是我人生中的一大挑战——角色的转换。这除了有较强的适应能力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于职高三年的学习积累和技能的培养。我自认为无愧于职高三年，刚入学时：我曾为职高生而懊丧过。但很快，我选择了坦然面对。因为我深信：是金子在任何地方都会发光。所以，我确信，职高生的前途也会有光明、辉煌的一天。通过三年的学习，我懂得了很多。从刚步入立信分部那天真幼稚的我，经过三年那人生的挫折和坎坷，到现在成熟、稳重的我。使我明白了一个道理：人生中不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个驿站。当然，三年中的我曾也悲伤过、失落过、苦恼过，这缘由我的不足和缺陷。但我及时反省了，这只是上天给予的一种考验，我是不能够被打倒的。作为职高生的我应该善用扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。职高三年生活使我清醒地认识到自己的不足之处，如：有时学习时间抓不紧、各科学习时间安排不尽合理。因此，我将加倍努力，不断改正缺点，挖掘潜力，以开拓进取、热情务实的精神面貌来迎接未来的挑战!

学期末，我去单位进行了为期一个月的实习。这次实习经历让我获益匪浅。以下是我从个人实习意义及对会计工作的认识和总结：

1.作为一个会计人员，工作中一定需具备良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员必须要有极高的素质要求。

2.作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门精准的工作，要求会计要准确的核算每一项指标，牢记每条税法，正确使用每个公式。会计不是一项具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以，从事会计工作的人员必须要加强对数字的敏感度，及时发现问题、解决问题、及时弥补漏洞。

3.作为会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门。对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众、政府部门搞好关系。在各个部门、各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互之间的工作关系。工作最重要具备：正确的心态和良好的心理素质。

这次的实习时间虽然很短暂，接触到的虽然只是整个会计部门的工作流程，工作很浅。但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是无法从书本上得来的。通过实习，我能够更好地了解自己的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的层面，能够让我更早地为自己做好职业规划，设定人生目标。处在这个与时俱进的经济大潮时代，作为一名财会专业的学员，在大浪淘沙中能够找到自己的屹立之地，让自己所学为社会经济做出自己应有的贡献!

**校外实习基地工作总结10**

实习是每一个毕业生必经的一段经历，它使我们在实践中了解社会，巩固知识，实习又是对每一位毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们真正走向社会打下了坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

一、综述

实习单位基本状况：

实习岗位描述：

二、主体

实习过程介绍：

(1)了解过程

起初，刚进入车间的时候，车间里的一切对我来说都是陌生的。车间里的工作环境也不怎样好，呈此刻眼前的一幕幕让人的心中不免有些茫然，即将在这较艰苦的环境中工作3个月。第一天进入车间开始工作时，所在小组的组长、技术员给我安排工作任务，分配给我的任务是简单加工一种名叫黑色套管的产品，我按照技术员教我的方法，运用操作工具开始慢慢学着加工该产品，在加工的同时注意操作流程及有关注意事项等。毕业实习的第一天，我就在这初次的工作岗位上加工产品，体验首次在社会上工作的感觉。在工作的同时慢慢熟悉车间的工作环境。

作为初次到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面状况的了解都是甚少陌生的。一开始我对车间里的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是很了解，于是我便阅读实习单位下发给我们的员工手册，向小组里的员工同事请教了解工作的相关事项，透过他们的帮忙，我对车间的状况及开机生产产品、加工产品等有了必须的了解。车间的工作实行两班制(a、b班)，两班的工作时间段为：早上8：30至晚上8：30;晚上8：30至早上8：30。车间的所有员工都务必遵守该上、下班制度。

(2)摸索过程

对车间里的环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每一天按时到厂上班，上班工作之前先到指定地点等待小组组长集合员工开会强调工作中的有关事项，同时给我们分配工作任务。明确工作任务后，则要做一下工作前的准备工作，于是我便到我们小组的工具存放区找来一些工作中需要用到的相关用具(比如：胶料袋子、脱模剂、产品标识单等)。在机台位置上根据员工作业指导书上的操作流程进行正常作业，我运用工作所需的用具将机器生产出的产品加工包装好，并将加工包装好的产品贴好产品标识单存放在指定的位置。另外在工作中，机器生产出的产品有时会出现异常(比如：产品出现缺胶、料花、气纹、色差等)。出现上述状况时，要及时告知小组组长、技术员，让他们帮忙解决出现的问题，小组长、技术员透过对机器的调节让生产出的产品恢复正常，贴合检验的要求。

在工作期间有些产品的加工难度较大。刚开始加工起来还真棘手的，加工效率不高，加工出来的产品质量也不怎样的。让人苦恼的，于是我便向小组里的员工同事交流，向他们请教简单快速的加工方法与技巧。运用他们介绍的操作方法技巧慢慢学着加工这有难度的产品，从中体会加工产品的效果。同时在加工中选取适合的加工工具，也有利于提高工作的效率。在平时工作过程中也要不断摸索出生产、加工产品的有效方法和技巧。有时在开关机生产、加工产品时，对产品就应怎样包装不明白，此时，我便向员工同事学习，向他们请教正确的加工包装方式，另外也能够询问评管(质检员)，按评管带给的要求进行生产、加工包装产品。

(3)实际操作

经过一段时间开机生产、加工包装产品的学习，我对车间产品的生产、加工包装的整个流程已有了一个较详细的了解与熟悉。对有些常加工的产品也比较熟悉了，对不良产品的识别力也有所提高了，生产、加工产品的效率也在不断提高。上班期间，听从小组长的安排，理解小组长分配的工作任务，在自我的工作区认真地进行作业。当出现一些小的问题和困难时，先自我尝试着去解决，而当问题较大自我独自难以解决时，则向小组长、技术员反映状况，请求他们帮忙解决。在他们的帮忙下，出现的问题很快就被解决了，我有时也学着运用他们的方法与技巧去处理些稍简单的问题，慢慢提高自我解决处理问题的潜力。在解决处理问题的过程中也不断摸索出解决机器小故障的方法途径。这样从而让我在工作时的自信心不断增强，对工作的用心性也有所提高。

在所开的机器不出现大的故障的状况下，在确保产品质量的基础上尽自我的努力提高工作的效率。尽量让生产出的产品数量到达班产要求的数量，以便完成生产任务。每次下班之前，将自我工作区域内的卫生打扫干净，垃圾放入垃圾袋中并放到相应的位置，把工作桌面和地面上的物品用具收拾摆放好。就这样一天的全部工作资料也就完成了，这工作任务也较艰巨的啊!

实习体会：

在实习过程中，我充分的了解到实践的重要性。透过学习，对自我专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对学校所学知识的巩固与运用。从这次实践中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有必须距离的，并且需要进一步的学习。仅有把学到的理论知识和具体的实践工作相结合，我们才能更好的为公司乃至社会服务。

对学校开设课程的推荐：

在校学生往往重视理论课的学习，而忽视实际动手操作潜力的培养，学校应加强各种实验课，实践课，增强学生的实际操作潜力。

三、总结

对学校现行的教法、课程、管理的评价

学校的教育，对理论知识的教育是很丰富和完善的，但在实践操作方面，则缺乏深入，系统的教育，使得学生的动手潜力不是很强，学校应在这方面完善。

实习收获：

实习期间，我对实习工厂的注塑车间(部门)生产、加工包装产品的整个操作流程有一个较完整的了解和熟悉。实习中，我拓宽了自我的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。我学会了运用所学的知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性，透过实习，让我在社会中磨练了自我，也锻炼了意志力，训练了自我的动手操作潜力，提升了自我的实践技能，积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

**校外实习基地工作总结11**

实习是大学生走向社会的平台,是每个大学生都必须经历的阶段。今年夏天，我在上海联洋片区世纪公园组的中原物业顾问有限公司进行了为期两周的实习，在这段时间里，我了解了作为一名地产业务员所必须知道的一些基本知识以及技能，两个星期的实习生活,让我对上海联洋片区的房地产行业有了一个较新的认识，也更加深的了解了当前社会的形式,更明白了作为一名应届生走上社会所必须面临的压力。

本周是进入中原的第一周，什么都不懂，所以要从最基本的开始做起，由于公司是一个房屋的中介机构，这就首要要求公司的员工对所在地区的房地产情况要比较熟悉，这是为以后陪客户看房以及及时了解判断房源信息做准备的。要了解联洋片区，首先就必须对他有个整体的概念，而这最好的办法就是看地图，说实话，联洋片区真的很大，街道纵横，要将大至杨高路等重要路段，小至长柳路等社区街道都有一个系统的了解的确比较困难。有句话叫做理论必须结合实际才能具有说服力，这一周就必须实地的到各个街道去了解，毕竟的图上有的大都是具有一定特色及人流量的，而实际上还有很多的街道是地图说不能显示的，而作为一个地产中介公司，要想在当地取得较好的发展，就必须对一些细小的地方有足够的了解，所以，刚开始的两天我的内容就是“扫街”，美其名曰“逛街”。首先要知道各个小区所在的具体位置，有几个进出口，小区里面有多少栋楼，每栋楼的具体位置和楼层数，小区里面的配套措施等等。这样才能能够更为专业地向客户介绍房屋情况，满足他们对于住房的不同需求。

接下来我开始了解用电话来询问房源信息，中原给每一位员工配置了一台电脑，上面可以登陆中原三级市场的平台，平台上可以找到附近小区的户主信息。经理告诉我们这两周主要是户主询问是否要出租或者出售房屋，若果有，心理价位是多少，房子的具体情况以及何时可以预约看房等等，如果没有，那是否有意愿在进行投资商铺和房产等。经理又给了我们好几个商铺、公寓和别墅的具体信息，如单价、面积、地段等。

当我开始打电话时，我发现我最大的问题是很难跟客户交流，在电话接通后，我就开始不自觉地紧张，声音也开始发抖。我想其他正式员工询问了一下，他们告诉我这是正常现象，多经历一下就行了。在进行了近两周的电话询问后，我能够与客户很愉快地交谈，并且对于他们提出的一些问题，也能够很快地反映过来。对于客户有时恶意相向时，也不会像刚开时那样手足无措，觉得很委屈了，反而可以淡定地向他们解释。在长时间的电话询问后，我发现电话询问的一大缺点。由于联洋片区的房地产中介公司有近二十家，每天都会向附近的近十个小区进行电话询问，毫无疑问，户主会被经常性地打扰，在接到电话时，自然不会有好心情听我们询问和介绍，更有甚者，会将电话设置成无人接听、空号、外地手机等等。这样有效盘的数量就只剩两成左右，这对电话询问的效果就大大降低了。

在第二周的星期三，中原对我们实习生进行了税费培训，教我们对于普通住房和非普通住房在不同情况下的税费计算，然后又向我们详细介绍了地产中介的交易流程。让我们对中介这一行业又了更深层次地了解。

实习的生活似乎是在一转眼间过去的，两周短暂而又充实的实习，让我深刻体会到在社会上工作的压力，在这之前，一直不知道走上社会会是什么感觉，如今体验过了，它让我明白了许多道理，向他人虚心求教，遵守组织纪律和公司的各项规章制度,对从事的工作负责作为一名工作人员所必须遵守的职业道德在这次实习中让我有了深刻的体会。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的，做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处，是现代社会做人的一个最基本的问题，对于一个即将毕业踏入社会的人来说，需要学习的东西还很多，他们就是最好的老师。总结来说，这次实践让我更深入的了解了我们的社会，让我获得了工作的经验，它将会是我这一生的宝贵财富。

**校外实习基地工作总结12**

实习是土木工程专业教学计划中必不可少的实践教学环节，它是所学理论知识与工程实践的统一。在实习过程中，我以技术员的身份深入到建筑施工单位，以一个高层住宅小区为实习场所，在项目部技术室主任的指导下，参加工程施工工作，顺利完成了将近四周的实习任务。同时，也为即将大学毕业从事工程打下良好基础。

经过将近四周的毕业实习，感受深刻。在施工技术上，实际操作以理论知识为基础，但又比理论知识更具有灵活性和可操作性，这需要学好专业知识的同时在工作中用心思考，灵活应用，培养自己的思维创新与独立解决问题的潜力。同时，利用这次实习机会接触社会，得到很好的锻炼，明确了今后生活中就应发展的方向，个性是需要锻炼语言交流与沟通潜力，努力学习，踏实工作，用心应对每一次挑战。

图纸是建筑工程不可缺少的重要技术资料，所有从事工程技术的人员，都务必掌握制图技能。不会读图，就无法理解别人的设计意图;不会画图，就无法表达自己的构思。因此，图纸被称为工程界的共同的语言。可见图纸的重要性非同一般。基于此，孔老师认真详细地拿出具体图纸给我们讲解图纸型，绘制图纸的步骤，格式，注意事项等。另外又详细地给我们介绍图纸的流程(设计-校对--审核修改等)，一套完整的图纸就应包括：图纸目录，图纸总说明及标准，建筑施工图(总平面图，平面图，立面图，剖面图，详图等)，结构施工图(地基平面图，基础平面图，各层结构平面图等)，设备施工图，电算图等。别外老师还分别讲了各种图纸的适用范围。最后老师拿出毕业设计让我们观看，并给我们讲解在做毕业设计时所就应注意的问题。最后给我们提出了忠告，要我们平时学好专业知识，这样才能较好地完成毕业设计。

在公司实习四周的期间里，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技术员。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。”

短短四周的实习生活中，让我学会了不少东西，原先的那种心高气傲没有了，取而代之的是脚踏实地的努力工作学习。当我摆正自己的心态，从初涉社会工作的被动状态转变到开始适应社会的主动状态，以放松的情绪，充沛的精力重新回到紧张的学习工作当中时，我忽然有种这样的感受：短短一个月，仿佛思想又得到了一次升华，心中又多了一份人生感悟。

这是一个艰苦的行业，所以，我们应端正思想，屏弃享乐主义，耐得艰辛，才能更好的为祖国的四化建设服务。我还要感谢辛劳为我们指导的老师们，还有工地上无私为我们传授经验的技术人员，你们的教诲让我们受益非浅。请允许我在实习报告的最后向老师们表示最真诚的谢意。

**校外实习基地工作总结13**

实习是大学进入社会前理论与实际结合的最好的锻炼机会，也是大学生到从业者一个十分好的过渡阶段，更是大学生培养自身工作能力的磨刀石。

一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。

二是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系。

三是热爱实习岗位，积极承担岗位职责，不断提升实习效率。“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自我对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，积极承担岗位上的职责义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。一份劳作，一份收获，我坚信自我的努力一定会有回报，而我将会仍然继续努力。

**校外实习基地工作总结14**

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，透过实习在实践报告中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向工作岗位打下坚实的基础。

作为学生的我，开始了我的第一份煤矿实习工作，如今，半年的实习生活已经结束了，回顾实习生活，感触很深，收获颇多。

第一天去上班的时候，刚开始我还觉得蛮紧张的，再和他们的交流之后，我渐渐的放松了自我。我每一天都坚持提前上班，能够在其他人到来之前，把每个办公桌收拾整齐，这样办公室的人一到来就能够立刻投入工作。其实，我一向认为每个人都有他自我的优点，并且都有发挥它的地方，而我的实习经历正应了我的想法。当然，由于刚到矿办公室，对工作惯例不熟悉，有些事情我也处理得不是很恰当，但我勤于向他们请教，慢慢地也熟悉了单位的办公。我明白第一次出错并不可怕，可怕的是一错再错。在平时，我仔细地观察办公室人员的办公方式，期望能够精益求精，更好地完成。

在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我明白，这不仅仅要打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的状况下，我能够完成接待任务。

刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自我学的不错，一旦接触到实际，才发现自我明白的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事持续良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟教师像朋友一样相处，教师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮忙别人的地方也多，帮忙别人多了，别人也愿意帮忙你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就构成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自我再不能处于独处的状态了。

独来独往，别人不主动自我也不理会。把自我个在自我自我的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

**校外实习基地工作总结15**

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，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。

年后开学的第二天，我就到了我们附近的初中实习。我相信每个人都对实习充满了期待的心情，也许会兴奋，也许会紧张，应该是百感交集的吧，我也不例外，对老师的职业还是充满了期待，总会幻想在课堂上的表现，或者想着自己会教哪个年级，什么样的一个班。来到实习学校，见到穿着统一的学生，特别是第一天就听到一句很真挚的“老师好”，我的心里已平稳了许多，很自然的，接受了另一个身份。也开始了这不同寻常的有着双重身份的学习生活。

兴趣孕育着愿望，兴趣溢生动力。那么如何才能激发学生的学习兴趣呢?其实这不只是学生的问题，老师也要有激情与耐心，这是做位一名老师应该具备的。激情和耐心都是不可或缺的。

在这次实习中，得到了学校指导老师、原班主任的认真指导，我学会了作为一名老师的基本规范，树立良好师德，处处为人师表，学会了做差生的个别转化工作，培养了独立从事班主任工作的能力。人无完人，在这次实习工作中，还是存在着不足。比如与指导老师、原班、学生的沟通与交流还不够多。

因为难更加我们增强了我们将来投身于教育事业的信心，更加我们坚定了将来投身于教育事业的信念。

**校外实习基地工作总结16**

在这里，我想对各位老师致以衷心的感谢。为了我们能顺利进入实习单位完成实习，各位老师做了大量准备工作。为了我们能真正学到知识，不辞辛苦的给我们联系对口的实习单位。

曾经心潮澎湃，曾经满怀激情等待这为期一年实习。这是我们人生中第一次进入社会实习，因此我们大家很认真也很重视的参加这一次实习。时间总是充足的，为期一年的实习已经将过一半，在这半年的时间里我们曾经徘徊过、失落过，但我们从不曾后退过，因为我们知道这对于我们来说是一种难得的历练，实习中我们学到了很多书本上学不到的知识，同时也更加深刻地感觉到了书本知识的重要性。实习中每一个人都有了自己的收获，收获了心中的那份经历、那份感受、那份回忆!

在实习的过程中，有些同学到丰田实习，有些到东航实习，被分配到不同的实习单位，面对陌生的环境，面对陌生的同事，面对高标准的要求，我们其中有些人徘徊了要放弃这次难得的实习机会，但在老师的鼓励与帮助下大家很快克服了困难，凭着自己勤快的劳动以及文明的举止赢得了用人单位的好评与学校的认可。

有些同学的实习单位离学校很远，他们每天需坐车一个多小时或者更长时间赶到实习单位，上个月我们结束了汽车中级工的考试，在考前培训的时候，每周二次，下班后我们都要去学校进行复习训练，整整三个月，虽然有些辛苦但是我们没有怨言对于我们来说是值得的。

在这次实习阶段，我以一名企业员工的身份去对待，遵守企业的规章制度，按时出勤，认真对待工作，其实，作为一名实习生被安排到各企业实习，并不是为了得到什么报酬，而是在实习中积累更多的经验，丰富自己的人生阅历，为将来走向社会寻找岗位作好准备!

关于我的实习单位(安吉斯巴鲁)，很感谢学校方面各位领导的着力安排，也很感谢实习单位对于我们这批\_初出茅庐\_学子的照顾，感谢那些夸奖我、骂我的领导或师傅，您夸我是给了我继续好好走下去的信心，而批评我的也是为我好，告诉我如何才能在这条道路上做的更好、走的更远。

**校外实习基地工作总结17**

两个月的实习瞬息即过，为大家带来这篇实习，了自我表现，有欣慰也有不足，期望这篇大学生实习总结能够供大家作为参考范例。

认识并融入这个团队，一向是这两个月对自我的要求。学习是拉近距离、融入团队的最好办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自我的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来\_\_见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心;这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改善的地方。相信，透过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮忙下，自我会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自我的力量!和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势;养成个性谦虚才能不断提高，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。在人力资源部期间，与同事一齐完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作;在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一齐编写单元20\_\_年度战略规划。透过踏踏实实的做事，让自我有了提高的机会，也让自我感受到自我的价值所在。

**校外实习基地工作总结18**

教育实习是实践教学的重要环节，是师范生成长的必经之路，它关系到人才的培养规格和质量，在教学大纲中明确规定：占用8周的教学时间。过去我院教育实习工作由教务处统一安排在实习基地学校进行，整齐划一，便于管理，也取得了一定的成绩。随着毕业分配制度的取消，同时高校办学规模又在不断扩大，新的问题出现了，就业已成为高校乃至全社会关注的重

>一、大问题。

如何走出一条适应社会需求的毕业生就业之路是实践教学工作人员长期考虑的问题之一，将教育实习与学生就业紧密结合，开创新型教育实习模式的方案出台，标志着我院教学思路已与人才市场接轨。部分学生边实习边找工作单位，或者到用人单位（学校）实习，通过实习全方位展示了学生的综合素质，便于用人单位选拔人才。

>二、以人为本，精密组织，细致安排，提前做好本届教育实习准备工作

教育实习工作是一项头绪多、时间紧、任务重的工作，它的涉及面很广，并且和外单位的人打交道。这项工作要求有和谐的人际关系，善于沟通，谦虚谨慎，敬业奉献的优良品质。实习办同志本着对学校、对学生高度负责的精神，一丝不苟地完成了本职工作。

>1制定微格训练计划，组织学生进行教师职业技能训练

微格训练是教育实习的前奏。由于我校在两区办学，龙山校区微格训练设备尚未安装，该区学生训练时须到菱湖校区进行。实习办同志协调好各方面关系，安排交通车辆（或交通补助）等后勤工作，保证微格训练正常进行。该项工作历时两个月，教育技术系工作同志付出了辛勤劳动，做了大量工作。

>2．安排、落实集中实习生的实习学校

本届集中实习生共683人，现有的12所教育实习基地学校承担了大部分实习任务。实习办工作同志早在5月底就到各实习学校联系实习事宜，尽量要求给实习生多上课，让学生放手干。非实习基地中学也积极接收我校实习生，表现出对高等学校工作的大力支持，如安庆石化一中、安庆十七中、安庆九中等。

>3．本着改革的精神和对学生负责的态度，做好分散实习工作

分散实习的工作模式，目前我们还在摸索阶段，但必须从实际出发，要本着对学生高度负责的态度，认真做好本职工作。实习办同志严格按照工作要求和工作程度，把握好每个细节。如从学生的申请到辅导员意见，从实习学校的接收函到安全承诺书，每个环节都不能疏漏，否则分散实习就会走过场，流于形式。

>三、求真务实，真抓实干，确保实习质量

教育实习工作在各级领导的关心下，于20xx年的国评中取得了优秀成绩，实习办同志决心要乘着评估的东风，把实习工作做得更好。

>1．院党政领导亲临教育实习一线指导工作

实习期间，院领导赵晓和、汪青松、郭化兰、时新中、王海燕、殷红等在百忙之中抽时间亲临实习一线，先后到安庆一中等等学校看望实习师生，指导实习工作。校领导勉励同学们要努力学习，勤奋工作，为前进中的母校争光。广大师生表示不负重望，用实际行动自觉维护我校良好的社会声誉。

>2．院、系领导亲自挂帅，指导实习

各院、系十分重视教育实习工作，成立了实习领导小组，负责人亲自参加，指导院系学生实习。他们本身工作十分繁忙，有的课时多，有的行政事务重，有的还要给研究生上课，但都能克服困难，把实习工作作为重中之重，使得本届实习工作成绩显著，硕果累累。外国语学院陈光明书记、张杰院长坐阵石化一中指导实习，文学院罗国全副院长几次到枞阳中学听课、指导实习，教育科学与技术系曹长德副主任一人指导几个实习点的班级活动和教育调查。

>3．实习办同志兢兢业业，不辞劳苦，全心全意为广大师生服务

实习工作十分辛苦，实习办同志一丝不苟，任劳任怨。如做经费预算、联系实习单位、后勤保障、检查实习工作、协调学校与实习单位之间的关系、基地建设工作、收集实践教学材料、召开实践教学工作会议、总结实践教学工作等。我们决心在院、处领导的正确领导下，求真务实，锐意进取，以改革的姿态做好各项工作，迎接我院第二次评估，为开创我院的新局面而不懈努力。

**校外实习基地工作总结19**

在泰日升实习将近3个月，真正的体会到学校和企业的差别。学校对我们太温柔，以致我们有点“养尊处优”，对于环境的要求太高，而自己克服困难的能力却太低。做事总喜欢找借口，喜欢避重就轻，每每以我不能来自居。懒是人的共性，但能克服懒，那才是真男人。

刚去泰日升的时候，我总是以我是实习生自居，自认为还没有真正的参加工作，我可以懒，可以避。但这在组长和工厂领导看来，我们是真的懒，是颓，是眼高手低的自大者。我们在入厂学习时，经理助理就说了一句话：“我小学没毕业，在这里做了5年，自学了软件。现在，不管你们和我比操作，还是软件，如果你能赢我，你这3个月可以不做事。”浅浅的一句话，竟没人能反驳，是没底气，至少我承认，我是没底气。人要有自知，我们目前还只是理想的状况，在理想的状况下学习，练习。而在工厂，靠的是经验和能力。能力我们都有，可是，经验你有??你有??

工厂的奖罚机制是与金钱直接联系，在学校所谓的扣分。在大家的眼里从来就没重视过。可当什么事情能够与钱挂上钩时，人就会上心。人为财死，鸟为食亡。迟到会罚钱，报废会罚钱。

人只有在有和自身有利益的事物间做角逐，才会显示孰轻孰重，才回去比较，去珍惜。

通过这次实习，学会很多，了解很多。

**校外实习基地工作总结20**

“光阴似箭催人老，光阴如骏赶少年”，转眼之间，我一年的实习期即将结束，岁月的年轮又将往前滚动了一齿，我不禁感叹起时光，不禁感叹起我在实习期度过的日子过的如此迅速。回顾过去一年，我以一名实习老师的身份在x学校里完成了我两个学期的教学任务，完成了我从一名大学生向社会人士的转变，还完成了一段自我成长的历练。展望未来的日子，还有很多未达成的成就和使命在等着我。因此我要在这里，为我过去一年的实习期做一个工作总结，以此来让我更好的迈向我未来的日子。

20xx年x月x日，是我作为一名实习教师第一次迈进x学校的日子，带着些许的紧张，带着满心欢喜的期待，我走进了x学校语文教师的办公室。在办公室里，各位老师都热情的跟我打招呼，热心的跟我介绍办公室里的环境，并且还安慰我不要紧张，也跟我交流了很多关于学校里面的情况，包括制度方面，包括班级年级排名，包括各班老师和班主任的信息，特别是我即将要接手的x班级里的信息情况，他们都有跟我详细的说到。我一直很感激在当时，x语文办公室的老师给我带来的温暖和鼓励，时隔了一年，我也依然对当时的场面记忆深刻。

接下来就是我给x班级上的第一堂课，在这堂课里，我对x班级同学的第一印象就是十分的乖巧和听话，他们听着我的自我介绍和略带紧张的教学过程，既不吵闹也没有出现违反纪律的情况，反而是相当的认真和配合。一堂课下来，反倒是我自己紧张出了一身汗。到了后来，慢慢的和x班级的同学熟悉了以后，也慢慢的适应了教学的工作之后，我才讲课讲的不那么紧张，只是到了有其他老师过来听课的时候，我又会变得紧张起来。再后来，经过自我调整和多加模拟和练习之后，我才能够表现的出完全放松的状态。这也要感谢x班级的班主任对我工作的支持和配合。

两个学期下来，我和x班级里的同学都相处的十分友好和与愉快。在我和他们的共同努力下，不仅他们的语文成绩得到了稳步的上升和进步，我的教学能力和知识水平得到了提升和增长。感谢x学校给我的这次实习机会，感谢x班级的同学、老师和家长愿意信任我，我会心存感恩，带着一份责任和爱在教学的职业道上一路走下去。

**校外实习基地工作总结21**

今年十月份，我正式走进我的实习单位开始了自己人生中的第一份实习工作。

由于我是应届毕业生，本身对具体实习科目和工作都知之很少，由前辈带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在老师傅们的热心指导下，我依次对单位的基本工程、工程结构、信息化实施进行了了解，并积极参与相关工作，注意把书本上学到的规划理论知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证大学所学确实有用。以双重身份完成了学习与工作两重任务。跟公司同事一样上下班，协助同事完成部门工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能力和勤奋好学来适应工作，完成任务。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对单位概况和工程细节有了深层次的感性与理性的认识。对自己的要求，主要有以下几点：

>一、努力学习，不断提升理论素养。在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、技能知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

>二、提高工作积极性和主动性实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为社会创造更多的价值。感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助。

>三、努力实践，进行角色转化。 “理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值.也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，展现人的意志。

首先，我觉得学校和单位很大的一个不同点就是

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找