# 1000字实习工作总结(汇总44篇)

来源：网友投稿 作者：浅语风铃 更新时间：2024-09-13

*1000字实习工作总结1五月，在校内工程实训基地进行了为期一周的金工实习，以制作一把小锤子作为任务。期间，我们接触了锯、锉、钻、车、铣、刨等工种，还简单地了解数控机床加工技术。每天，大家都要学习一项新的技术，完成从对各项工种的一无所知到制作...*

**1000字实习工作总结1**

五月，在校内工程实训基地进行了为期一周的金工实习，以制作一把小锤子作为任务。期间，我们接触了锯、锉、钻、车、铣、刨等工种，还简单地了解数控机床加工技术。每天，大家都要学习一项新的技术，完成从对各项工种的一无所知到制作出一件成品的过程。在老师们耐心细致地讲授和在我们的积极的配合下，我们没有发生一例伤害事故，基本达到了预期的实习要求，圆满地完成了一周的认知实习。

金工实习作为一门实践必修课程，它包括、车床、铣床、钳工、电焊、数控车床和数控洗车等，它对于培养动手能力有很大的意义，而且可以了解传统的机械制造工艺和现代机械制造技术。增强了我们的动手能力，可以说是劳逸结合。让我们在学校学习理论文化的同时进行金工实习锻炼我们的实践动手能力。了解实践，感受书本与实践的差异，增强动手能力，开拓视野，让我们对生活和工作有个深的理解，也对他们之间的联系有了进一步的了解，明白理论和实践是不能脱离的，一切理论知识必须建立在实践上才有意义。

在进行金工实习之前我们进行了金工实习的安全教育，实习中心的主任老师用了三个小时来教导我们在金工实习期间应当遵守的规定和需要注意的安全事项，这让我们对金工实习的安全有了更多的了解，这能让我们更放心和更安全的去实习和学习。

我们第一二天进行的是钳工磨工的实习，钳工是以手工操作为主，使用各种工具来完成零件的加工、装配和修理等工作。与机械加工相比，劳动强度大、生产效率低，但是可以完成机械加工不便加工或难以完的工作。

第三四天的进行的是车床的实习，通过这次的车床的实习，让我们对机械加工有了一个新的认识，老师给我讲解了车床的结构原理，又教我们操作，让我们见识了数控车床的现代化。

第五天的实习是塑形加工，把锤子的边角打磨，进行一些必要的修饰，最后成品就完工了，整个实习是比较简单的，没有太大的难度。

金工实习就这样结束了，五天的时间，金工实习这个动手实操特点极强的一门学习课程很大程度地增强了我的动手能力。现在不仅能听到老师深刻的讲解，还能够亲手去触摸，去操作。同时金工实习加强了我对机械制造专业方面的学习，这会提高我对我自己的工科专业的学习兴趣和能力。最重要的是金工实习还训练了我们做事情了原则性和规范性，做事情不能有差不多的想法，一个差不多，很多的个差不多在一起的时候就是差很多，差很多就会出现问题，一个问题可能不被重视，但是多个问题出现那就是事故。我想说，金工实习不仅让我学会了很多课堂上无法学到的知识，还让我对自己，对学习有了重新的思考和新的认识。

谢谢金工实习的各位师傅，也谢谢学校给我们提供了这么有用的实习机会！

**1000字实习工作总结2**

回顾这三个月的工作，感触很深，收获颇丰。这三个月在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的经验和社会见识，下面我将从以下几个方面总结这段时间自己的感受。

一、努力学习，注重实践，不断提高自身素养和工作能力。

始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。所以在这一个月的实习工作中给我的感触就是我们在学校学到了很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向。同时在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落后。通过这三个月的实习，并结合吉凤街道的实际情况，认真学习园区的各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

二、围绕中心，突出重点，尽心尽力履行职责。

在各项工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在执法大队找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向街道的领导、同事请教使自己对园区、街道的情况有了一个比较全面、系统的认识和了解。

三、以极大的热情投入到工作中。

刚步入工作岗位我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。

四、在较好完成本职工作的同时积极帮助公司其他同事。

自从进入执法大队以后，我一方面努力做好自己的本职工作，另一方面积极配合吉凤街道办事处同事们的工作，在同事们工作忙碌的时候主动帮助，尽自己的能力为同事们分忧解难。

五、存在的问题。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离办事处领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对新的工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职。

针对以上存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补工作中的不足：

1、做好实习期工作计划，继续加强对公司各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解公司的各种制度和业务。

2、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

3、踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有只有更好”。

4、继续在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作为公司做出应有的贡献。

**1000字实习工作总结3**

为期四个星期的金工实习已宣告结束，回首那段日子，才发觉那是大学生活一段难能可贵的经历。付出与收获并存，汗水与笑颜同在，确实受益匪浅。“金工实习”是一门实践性的技术基础课，是高等院校工科学生学习机械制造的基本工艺方法和技术，完成工程基本训练的重要必修课。它不仅可以让我们获得了机械制造的基础知识，了解了机械制造的一般操作，提高了自己的操作技能和动手能力，而且加强了理论联系实际的锻炼，提高了工程实践能力，培养了工程素质。对我们来说，金工实习是一次很好的学习、锻炼的机会，甚至是我们生活态度的教育的一次机会！

时光如流水，四周时间转眼即逝，为期四周的金工实习给我们的体会是：

①通过这次实习我们了解了现代机械制造工业的生产方式和工艺过程。熟悉工程材料主要成形方法和主要机械加工方法及其所用主要设备的工作原理和典型结构、工夹量具的使用以及安全操作技术。了解机械制造工艺知识和新工艺、新技术、新设备在机械制造中的应用。

②在工程材料主要成形加工方法和主要机械加工方法上，具有初步的独立操作技能。

③在了解、熟悉和掌握一定的工程基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。

④这次实习，让我们明白做事要认真小心细致，不得有半点马虎。同时也培养了我们坚强不屈的本质，不到最后一秒决不放弃的毅力！

⑤培养和锻炼了劳动观点、质量和经济观念，强化遵守劳动纪律、遵守安全技术规则和爱护国家财产的自觉性，提高了我们的整体综合素质。

⑥在整个实习过程中，老师对我们的纪律要求非常严格，制订了学生实习守则，同时加强清理机床场地、遵守各工种的安全操作规程等要求，对学生的综合工程素质培养起到了较好的促进作用。

很快我们就要步入社会，面临就业了，就业单位不会像老师那样点点滴滴细致入微地把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。就像我们接触到的车工，虽然它的危险性很大，但是要求每个同学都要去操作而且要作出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气。三周的金工实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的。

**1000字实习工作总结4**

时光飞逝，转眼间为期xxxx个月的实习生活在不知不觉中落下了帷幕。

在这段时间里，我学到了很多在大学课堂里根本学不到的东西，也体验到了很多人生中从未有过的经历。回首这两个月以来，真的是酸甜苦辣什么滋味都有，而正是这些滋味见证了自己一点点的进步。实习开始，我的心情和所有参加实习的同学一样，心中充满了兴奋与憧憬，想象着在实习学校大显身手，大展宏图。这段时间里，我的情绪波动也是挺大的。由开始的担心到后面的不舍，在和老师学生了解后，觉得很舍不得那些可爱的学生，以及热情帮助我的指导老师。

回顾两个月的实习生活自己学到了很多东西，我的心中充满了成就感，记得上第一节课时，我当时特别紧张，带着羞涩与忐忑匆忙地走上了讲台，尽管我做了许多准备工作，当我面对那么多双眼睛时，我不由的紧张了，但我在最难的时刻内努力使自己平静下来，要理顺思路开始上第一堂课，由于学生都很配合，所以整堂课还是挺顺利地完成了教学任务。课后我走到学生中间去，问他们是否听得懂，有没有什么疑问，有没有什么意见或建议。

以后的每次上课，我都会备好课：备教材，备课标，备学生。我先自己写好教案，写好teaching plan，与其他组员再一起讨论，试讲。同时，在临睡前，第二天在去实习学校的公交车上，以及上课前15分钟，我都会在脑子里回顾下将要上的课的基本教学步骤。到实习学校，我都会将要上的课的教学目标，教学重难点，以及教学步骤和导师说下，让导师给我意见和建议。我觉得这点是很重要的。特别是我们对学生已有的认知水平不了解。这个时候张老师就会告诉我，这个知识点学生已学过了，只要复习下即可，或对学生还是新知识，需要详细讲。同时导师们都比较有经验，他们了解学生，知道什么样的方式学生易于接受。所以我每次上课前，都会先请教导师然后才上讲台。上完课，我都会与导师，与其他实习生交流，让他们给我评价。在回学校的车上，我也会反思下今天的教学以及和导师，和学生的相处情况，回到宿舍，写下反思日志，反思并总结一天的情况。反思自己课上做得好的地方以及不足之处并想出解决办法。

另外，我发现学生对老师的评语其实是很重视的。而我发现自己在课上只会说：very good，good，excellent这种评价学生根本不知道自己的优点在哪里，甚至有可能对老师的表扬产生听觉疲劳，“麻木不仁”，久而久之，也就不当回事了。因此每一次表扬一定要从具体的一点出发，确确实实地抓住学生的闪光点进行表扬。因此我就尽量用各种方式表扬学生。如批改作业时，有进步的学生，我会给他们一个笑脸，或写：有进步哦，继续努力！无论如何，我都会尽量想办法找出他们的优点，给予及时表扬，并对错误进行正面反思。为了使学生学到的知识得到巩固；在不增加学生负担的情况下，精心设计一些合理的作业，难易程度适中；向学生提出明确的质量要求和书写规格。做到全批全改，适当批些鼓励的评语，并且分析研究学生完成本次作业的优缺点，做到作业点评详细。在这次实习后，我学到很多知识，不仅仅是教师的技能；还有做一名合格老师应具备的基本素质，以前的我是紧张恐惧，而现在是从容大方，自信成熟，实习生活现在已画上了一个圆满的句号，但我们的教师还得继续努力，有句话说“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。我将带着满怀的希望去追求人生道路的目标。无愧教师这个职业。这在教学过程中是十分重要的。

**1000字实习工作总结5**

在经过三个月的学习和工作，我认真思考了自己的工作，并记录下来作为对工作的阶段性总结。 同时，我向公司领导汇报了我的工作，并要求领导审查和批准我的就业申请。

首先，我感谢科林、杨总以及公司的部门领导和人力资源部对我的认可、招聘、各方面的培训以及给我在公司发展的机会。感谢公司领导和同事对我的培训、指导和帮助，让我能在短短三个月内学到最多的知识和信息，并加以改进。由于我之前没有相关行业的经验，我知道我的不足是掌握我的公司、行业和产品体系知识。

1.仔细研究公司共享文件中的公司历史和制度，了解公司深厚的历史背景、严谨的工作氛围和科学的管理体系，坚定了我在公司沃土上努力学习、扎根、努力发展的信念。我相信随着公司的发展，我也一定会大大提高自己。

2.短时间内掌握更多的行业知识，在以后的工作中随时学习补充行业知识。你不仅在学习期间努力学习行业知识，为自己尽快成为工作主角做好准备，还可以通过Linkedin结交更多的外国朋友，在业务工作中学习行业知识，交流信息，相互学习，争取在这个行业长期发展。

3.认真学习了商业知识。杨总不仅重视商业知识，而且重视商业知识培训。与课堂式的理论灌输相比，杨总有更多实用的方式来接待客户，让我们这些新人更好地了解和掌握公司、产品和业务知识，也让我们在业务工作和沟通的细节上赢得更多。它增强了我们对成功的信心。

对工作表现的态度和看法：

1.勤奋是商务工作的第一前提。在学习准备期间，勤奋学习产品知识，认真学习公司组织的各种培训，做好学习笔记和工作日记，及时询问公司技术部和部门同事。项目信息是业务工作的前提。勤于搜索项目信息，总结和交流搜索项目的经验，能让我更好的获得更多的项目信息，成功的几率更大。在工作过程中，勤于总结工作中的经验教训，大胆尝试自己的想法和经验。

2.善于学习和总结。“学而不思则罔，思而不学则殆。”在工作过程中，要对工作过程中的事情、项目信息、工作方法、业务形式进行总结和思考，这些都是工作和改进的条件。如果一个人只是机械地工作，没有总结和思考，他就不会进步。但是，如果你在总结了自己的思路之后，不去实践自己的思路，那是没有帮助的，没有帮助的，是幻想的，也不会有所改善的。

3.工作改进就是讲究方法。该方法是在工作一段时间并回顾了以前的工作后总结和实践的。工作方法的改进是一项循序渐进的工作，是一个长期的过程，是一个不断总结、不断改进的过程。在今后的工作中，我会不断坚持改进工作方法，虚心学习，不断提高，为公司创造相应的效益。

**1000字实习工作总结6**

当你专心注重一件事的时候，你就会发现你的时间过得非常之快。几乎就在眨眼之间，三个月的实习期就已经度过。虽然这三个月没有做出什么轰轰烈烈的事情，但是作为一名公司财务，我还是尽好了财务应该做的事情。

从大学一年级开始，我就在不断地联系财务报告，为的就是要在工作中可以有更强的竞争力。下面我就对自己这三个月的财务实习作出一个总结。

刚刚走进公司实习的时候，什么都不知道，如果不行小心又谨慎地寻找的话，我可能都找不到我应该去的办公室。因为公司是处在某栋大楼的13至18层，其中的各大部门分布我也并不太清楚，这大概是我这次面试成功之后去参加实习的最后悔的事情了。如果我面试通过就好好了解一下公司的话，我一定可以以最快地速度来到办公室的。

虽然只是一名实习生，但是因为公司年前还有部分财务工作已经没有全部完成，所以作为一名实习生我照样也获得了一名正职员工应有的工作内容。虽然刚刚开始的是时候，我都是跟着别人一起做，甚至连那些基本的财务软件都不太会使用，所以工作第一天我就有了一种“或许公司现在不应该将这么重要的工作交给我了，我如果多和别人学学再实践操作的话，工作效率应该会更高”的想法，但是最后我还是认为这是公司领导对我个人能力的信任，如果我无法解决这些问题的话，这表示我还无法胜任这次的工作，我绝对不能做自我否定的事情，所以当时我就下定决心想要好好努力一番了。

此外，还有一件比较有趣的事情就是给公司所有员工算个人所得税的税款了，每一次看到身处不同职位的人的工资的时候，我就会拿他们的工资和自己或者自己身边的人来比，相比的过程中也许最开始你还被那高出很多倍的工资所震撼，但是当你事后对当事人有了一定了解之后你就会发现一个又一个传奇的故事曾经就在这家公司里发生，这是一种奇妙的过程，也让我更有激情去按照相关的税法为同事们做好税款总结，在积极配合税务机关工作的同时也维护好和同事处好关系。

就这样，三个月一下子就过去了，但是这三个月我学到的东西却足抵我在学校里念大半年的书了，所以非常感谢这次财务实习工作。

**1000字实习工作总结7**

毕业了，大学四年的生活结束了，我的工作生涯也正式的开启了，虽然之前在学校里的寒暑假里面有出来兼职，但那都是短暂的，并且没有太过职业规划的，而今在xx公司虽然只是实习的工作，可是也即将面临转正，从而成为xx公司一名正式的员工。在这实习的四个月里，从一开始的完全懵懂到后面的渐渐熟悉，再到如今能够跟着主管完成工作任务，我感到很自豪，因为我没有辜负大学四年所学，也没有辜负当初主管把我招聘进来对我的信任。

后面我在主管的带领下，开始学怎样做数据的分析，广告的投放，关键词的获取，产品页面的优化，这些基础的运营知识的学习下来，我渐渐在运营助理的岗位上彻底的站稳了，运营助理的工作也得到了主管的肯定，并告知了人事部，从一名实习生到正式员工，我用了四个月的时间，可是这四个月的学习，却是让我很有收获，在运营的工作上头，我掌握了很多，即使偶尔主管去开会，或者请假，我也能独自把工作做好，把店铺运营好。

当然工作中也会有不足的地方，如果工作量一下来多了起来，就容易忙中出错，或者分不清轻重缓急，可是主管并不担心，每次指出我的错误，都没有严厉的批评，只是说我工作的时间太短，还没有彻底的熟悉和把控好工作的节奏，我相信我在今后的工作中，即使再繁忙，也要先冷静下来，分清主次，认真对待，忙中不出错，好好的把工作完成。

**1000字实习工作总结8**

实习小结回首展望，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的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。不过慢慢觉得只要你用心地做，反而又会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。清朝改良派代表梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!

1、自身能力：通过这次实习后，发现自己所存在的很多不足之处，而这些不足之处是你没去实习就无法发现的，自身的整体能力不足，比如说沟通能力、与同事与领导相处的技巧，因为公司就是公司，不是学校，在学校里，同学与同学之间同学与老师之间都是很好相处的，但是在外面的话就不一定了，你必须懂得一些相处的技巧。

2、专业技术：在学校里学校的专业知识都比较基础，要使这些知识用于公司还远远不够，不能满足公司的要求，所以还得自己去提升，继续去学习。还有学校里学的东西有时在外面不一定可以用得上，这要求我们自己去留意社会上的需求，因为学校学的东西与社会上需求的东西有个时间差在里面。学校里学的东西也不会去针对某某个公司来开设课程，所以每个公司都有自己的实际情况，要根据自已公司的要求来提高自己。

3、心理上的调整：现在的学生不再是以前的天之娇子了，不管是专科生还是本科生甚至是研究生社会上都一大把，不要以为自己读那么一点读就觉得自己很了不起的样子，其实一个有高文凭有时还比不上一个有经验的人，所以快要毕业的同学们要调整心态，不要高不成低不就的。新的工作岗位意味着新的起点、新的机遇、新的挑战，我决心再接再厉，更上一层楼。以上是自己实习期的工作总结，望阅。实习小结在实习期间，毕竟是第一次工作，所以起初做起来笨手笨脚的，也挺辛苦的，不过在同事和同学的的关心和帮助下不断进步和成长，也充分感受到公司这个大家庭的团结和温暖，于是我决定就算再苦再累我也要坚持下去，所以工作起来反而觉得轻松了许多。更是通过虚心请教，在师傅的指导帮忙协助下，我很快的适应了这份工作，经过这几天的过渡，我已经初步掌握了步骤和一些基本注意事项。不过对于相关的专业知识我知道甚少，于是我虚心请教师傅同时自己也阅读相关的书籍，并细心专研，最终问题得到很好解决。

在实习的这段时间，虽然有时候工作很苦很累，但是，我从中体会到了实践中的专业技术，不断积累实践技术经验。生产实习是学院为培养高素质人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们通过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为骨干打下良好基础。在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。总之，在过去的一年里，我在老师和同事的关怀与培养下，认真学习、努力工作，能力有了很大的提高，个人综合素质也有了全面的发展，但我知道还存在着一些缺点和不足。在今后的工作和学习中，我还要更进一步严格要求自己，虚心向优秀的同事学习，继续努力改正自己的缺点和不足，争取在思想、工作、学习和生活等方面有更大的进步。

以上是我对已经过去实习工作的总结，总结是为了寻找差距、修订目标，是为了今后更好的提高。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

**1000字实习工作总结9**

大学三年转眼就要过了，曾经，我们在想，三年这么长的时间我们要怎么过呀，然而，我们现在我们在珍惜着我们在大学所剩无几的生活。如今我们已经进入了实习阶段。三周的实习，我选择在中国平安保险公司实习。

在保险行业实习，我是没有想到过的。以前听过很多关于保险的就是学校每年都买的意外保险，还有人说保险是骗人的，但是，亲身接触之后，就有了很大的理解，感觉做平安保险这一行的也挺不错的。

工作期间有三个时间段是让我觉得平安保险公司有着它独有的活力在保险市场里屹立不倒。

第一时间段是早上8：30到8：45的平安颂和公司训导。“诚实、信任、进取、成就，我们的信念永远不变和平、友爱、幸福、欢乐，人类走向灿烂明天”，这首歌是每一个平安人，都用自己最响亮的声音唱出这首旋律慷慨激昂的歌。平安颂之后，是公司训导。这个时间段我在第一天上班的时候，真的给我一种震慑力，一个企业只有这么有纪律有思想的领导才会成长，才能给社会带来贡献。第二个时间段是8：50之后的各科主任的一小段训导和公司各成员在各小组主任的指导下完成每天的工作日志，对昨天的工作做一下总结，对今天的工作计划做下安排，这个小小的环节告诉我们，做任何事情都要有计划，有目的的进行。

第三个时间段是每天轮流的各小组的二早。这个时间段是给我最深的印象，因为从这些主任身上我学到了很多我从来不知道的与人相处的道理和做好保险应该具备的理念和能力。

到公司的第一第二天是进行培训的时间，期间我们认识到了保险行业的“蛋糕”是有多大的，透视中国保险市场的现状，并且在培训中我认识了保险市场寿险的意义和功用。

三周的早会里，我认识了保险的产品“吉星盈瑞”，其包含了：责任、利益分析、保障、本金返还。除此之外，是个“你的平安，我的承诺。”的产品。

实习期间的下午阶段，我们是跟随我们的师傅石彬彬到外面陌拜的，我们主要是收集客户的车险信息，以及推销保险，贷款，信用卡方面的信息。期间我从一开始得不怎么会表达，到最后的可以主动上去和人家交谈，再也不会说不知道说什么了。

三周的实习里，有苦有甜，并非一无所获，其中我帮忙收集到了客户的信息，磨练了自己。这次实习，与我而言是受益匪浅的，它不仅使我认识到自己的缺陷所在及以后的奋斗目标，更可贵的是我学习到了很多东西，对我今后人生的影响是举足轻重的。但“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，在未来的日子里，我定会通过更多的渠道来锻炼自己。多读书，多学习，多求经验才是前途的保障。在此，特别感谢中国平安保险三周来的栽培。

**1000字实习工作总结10**

20\_\_年9月1日至10月22日，我在鞍山市东方中学进行了为期近两个月的实习。在指导老师的帮忙下，我较好地完成了教育实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。在此期间，我看到了一片未曾接触的新天地，触及了未曾涉及的新领域;在此期间，做好每一件事都是我的信念，完成每一项任务都是我的执着;在此期间，竭尽我的心智，细细思考，认真品味，找寻着我的每一份感想，每一份领悟，思索着我的得与失，进行着成长自我的每一步。回味这短暂而充实快乐的日子，我只是觉得日子真如白驹过隙一般，匆匆滑过指尖，不容我挽留，而我唯一能够做的，唯一能够挽留的是这段日子以来，我心灵的感悟，思想上迈出的几大步。

我于9月1日到东方中学报到，正式开始了实习生活，实习年级为八年级。在近两个月的实习生活中，作为一名实习老师，我以一名正式教师的标准严格要求自己，以高度的职责心、用心的态度投入到课堂教学中。

班主任工作实习方面，我担任的是八年级3班的班主任，第一次见面介绍完后，就下到班级跟同学生们进行交流，这样能给学生亲切感，也拉近了我与学生的距离。每一天课间操时维持秩序，监督到位。平时我耐心地做学生的思想工作，了解不同学生的具体状况，很快，根据状况制定了工作计划，交由班主任陈老师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。首先是常规工作方面，每一天早起督促学生按时早读，下第二节课后监督学生站队做广播操，下午监督学生打扫卫生，平时找值日班长和学习委员了解作业的上交状况等等。同时，也进行一些答疑辅导。其次，我透过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的状况。每一天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班群众。学生也很喜欢我这个实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得十分融洽。学生的纪律方面，学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就能够正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那几个学生的一些状况，如学习状况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。男学生较喜欢踢足球，在实习期间，很庆幸在操场上有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对足球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，心思都放在足球赛的组织和开展上了，很难投入到学习，老师对踢足球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来。

在实习期间，我也有了一些收获。透过实习，对中学的现状有个更为感性的认识，对学生的学习有个更为恰当的了解，对教师的工作有个更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境。我还掌握了一些基本的教学方法和师范技能，提高了教学效果和教学水平，透过实习，增强了教师的职责感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，每当上课时，这些都是激励自己上好每节课的前提。我用心的心态让我的思维很活跃，周围的新鲜事物也无时无刻不在刺激着我的大脑，我每一天都在总结自己，不跟别人比，就跟自己比，总结着自己的不足，积累着一点一点的经验，用每一天小改变来让自己成长，左边是收获，右边是不足。在实习中，也发现了一些不足，在上室内课时，应对学生时却口不顺心，有时难以表达透彻，应对学生“打破沙锅问到底”却无法从容应付，这些让我看到了自己的不足，在今后的学习中，更要加强这方面的学习。思考是一件幸福的事，懂的思考人会从中调解自己，让自己更好的生活、工作。善于思考的人，往往是善于发现的人，他们不会盲目的跟风追逐，他们会思考、发现自己的需要，从而完善自己。从生活中思考，如何让自己的心境更开阔，感受身边的快乐幸福，增加自己的情商，把在自己的快乐带给身边的人;从工作中思考，如何能更快更好的完成任务，如何提高自己的办事潜力，看到自己的不足，反复思考，反复学习，让自己的潜力得到提升，充实自己。

总之，我在实习的短短一个多月中，任劳任怨，为人师表，教书育人。同时得到了学校领导的培养，使我在各方面得到了锻炼，我相信透过我的努力，在以后的工作中会做得更好。此次实习虽已结束，时间也不长，但却有重大的好处。我会在今后的工作中不断咀嚼、去回味、去的探索，更能够去发现。这些第一次将是我人生中的一次伟大的经历，它将为我的人生起航，为我的梦想插上翅膀，我会带着这些经验心得起帆、振翅。我相信自己将成为一名优秀的人民教师!

**1000字实习工作总结11**

下面我从几个方面简要总结一下我的实习经历：

1、第一周:金一车间实习，机械滑台粗加工车间。首先听取了车间刘主任的讲解，介绍了车间的大概情况，在现场的观察中见到了保定市为数不多的八米龙门刨床，六米龙门刨床，还有我们厂曾经自造的T68和T612卧式镗床，在这要提出的是车间北排挨着大门的两个小型立式车床目前精度很差，工作台表面已有很多破损，噪音也很大，需要进行设备维修。金一车间主要是大型设备，目前主要是完成大型的铸件粗加工和一些外协活的加工，

2、第二周:金二车间实习，机械滑台传动箱零件，镗铣动力头零件，钻削动力头零件，齿轮，涡轮蜗杆等小零件的粗精加工车间。在此车间看到了保定为数不多的赫赫有名的瑞士产卧式坐标镗和它的工作过程，目前它的加工精度在，全部采用液压传动。不过我觉得这样精密的机床所在的工作环境有些恶劣，应该放在恒温室里。还有一台英国NEWALL立式坐标镗，内部采用齿轮传动，除了这些设备还有精密平面磨床，精密万能磨床，铣齿机，20xx年新买的T611，各种车床铣床，拉床等等，在这个车间了解了各种小零件的工艺和加工过程。

3、第三，第四周:装配车间实习，各种规格机械滑台，镗铣钻动力头，液压滑台，传动箱等的装配车间。装配车间是我厂产品成型的最后一站，也是关键的一站，车间张建明主任给我耐心讲解组合机床的装配过程以及遇到的问题。张主任说HJ50滑台的传动箱内有个行星轮机构，工人在装配的时候很困难很费时，让我好好想想有没有其他的解决办法，我经过一天的思考提出了一个装配方法，但暂时还没有得到应验。

通过这些日子的实习使我更加体会到这样一句话：“纸上得来终觉浅，绝知此事须躬行。”实践是真理的检验标准，了解到很多工作常识，也得到意志上锻炼，对我以后的学习和工作将有很大的影响。

机床设计人才聘用和高端软件应用同等重要。本厂最近几年才开始应用电子图版，这在软件应用方面是比较落后的，电子图版只是手工制图的替代品，三维实体设计才是真正意义上的设计，企业要想存活，要想有更好的发展，赶上甚至超过同行业其他厂家就必须与时俱进，不断创新！

眼睛是会骗人的看似简单的东西并不一定能够做好，只有亲身实践才知其奥妙，才会做出理想的产品，实践是学习的真理！至此感谢邹永红总工程师及其他领导给了我这么好的实习机会，这对我的一生来说是非常重要的，是一笔宝贵的财富，在车间实习期间向各车间技术员询问了很多问题，得到了技术员的耐心讲解，在此一并表示感谢！

**1000字实习工作总结12**

时间飞逝，不知不觉中，两个多月的时间就过去了。回想起这段时间，虽然之前有了和孩子们相处的经验可之前的实习内容是保育实习和这次有很大的不同,所以刚开始来的时候觉得很紧张，生怕还没有学习怎么讲课的我影响幼儿掌握知识，来到这里听着幼儿园老师给他们讲的课我深深的感觉到自己许多的不足,不知道该干什么,没有头绪!和孩子在一起时间久了和幼儿园的老师们多交流了以后才觉得有了头绪!知道自己该干什么,才真正体会到万事开头难!

我被分配到了中二班，那是我上次实习的小二班的小朋友们，没进班里之前我就想他们一定不认识我了，听说小孩的记忆很短暂呢，进去的时候他们先是一愣然后大声地说：“王老师好”我当时就愣住了，他们还记得我，太棒了!可高兴的时间不长我就又开始烦恼了，到这里要干什么啊，后来我就问了老师她说我们是教学实习就好好听她们讲课吧。就这样我迷迷糊糊的过了一个星期。后来因为我们班有被分配到小班的几个同学要去北戴河实习，所以我被调到了小二班，开始了我最开心收获最多的实习生活。

记得我第一次讲的课是语言课，主要是教小朋友们认识大、小、上、中、下、多、少这几个字。我根据书上的参考教案，组织游戏，激发兴趣。引出主意，出示卡片。浏览字卡。玩游戏，进行综合潜能开发。一节课下来虽然使小朋友们认识了这几个字可是却总觉得有哪里不对可有说不上来。第二天小羽姐给我评了一下课，她说这节课主要是教小朋友识字，可我却在叫他们识字是主要强调颜色，弄得跑了题。听了以后我才恍然大悟，原来我错在这里啦，看来我回到学校以后要更用心的学识讲课这方面的知识了，省得以后犯同样的错误。

还有就是在组织小朋友们活动时我看到了自己的一些不足，如：我不够吸引小朋友，表情、动作不丰富，不够感染小朋友，可能是因为自己放不开，没有做到适度的夸，语言过少，太宽泛，不丰富，不具有针对性。最主要的是不会照顾到每个孩子，由于不太了解班上的幼儿，因而没有很好的做到因材施教。对于幼儿的意外答案和突发行为和语言，不能迅速地灵活地应答和处理。说出了自己的不足，我也问过老师，得出结论是大部分都是因为我们是新手老师造成的。慢慢的磨练会让我们这些不足得到改进。我会努力的!

次的实习，有苦有甜，有高兴也有悲伤，看着孩子们因兴奋而通红的笑脸，想着他们闯祸时默默低下的小脑袋………就要离开了真的好舍不得他们，希望他们在以后的成长生活里可以开心快乐。

实习，不仅是我人生中一段珍贵的记忆，更是我另一段人生的起点，我相信在未来的路上我会做的更好。

**1000字实习工作总结13**

外科；本人通过半年多的护理工作实习，在带教老师的悉心指导与耐心带教下，认真学习《处理条例》及其法律法规，并积极参加医院组织的护理条例培训。多次参加护理人员学习，通过学习使我意识到，法律制度日益完善，人民群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，并且可以使护理人员懂法、用法、依法减少的发生。理论水平与实践水平有了一定提高，在实习过程中，本人严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作，努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵活化，爱心活动经常化，将理论与实践相结合，并做到理论学习有计划，有重点，护理工作有措施，有记录，实习期间，始终以”爱心，细心，耐心”为基本，努力做到”眼勤，手勤，脚勤，嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患都提供优质服务，树立了良好的医德医风。

在各科室的实习工作中，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，并做好病人出入院评估护理和健康宣教，能做好各科常见病，多发病的护理工作。认真执行无菌操作规程，能做好术前准备指导，并完成术中，术后护理及观察，在工作中，发现问题能认真分析，及时解决，能熟练进行内，外，妇儿及重症监护等各项护理操作，严格执行三查七对，同时，本人积极参加各类病例讨论和学术讲座，不断丰富自己的业务知识，通过学习，对整体护理技术与病房管理知识有了更全面的认识和了解。

通过半年多的实习，本人理论水平和实践水平都有所提高，在今后的工作中，本人将继续努力，牢记护士职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为患者提供优质服务。

**1000字实习工作总结14**

当我还在学校里面拼命学习的时候，就有人告诉我大多数的东西都是在实际的工作中才学到了，在学校里面学的东西一点用处没有。虽然经过一番思考之后我还是觉得这位同学说的话还是具备一定的参考价值，但是现在是在学校里面，如果我连学校里面要学习的一些知识都无法搞定的话，那社会中那些问题我又该怎么解决，又怎么可以快速地学习到社会上那么多的知识呢？

所以当学校说我们需要去实习的时候，我早已经准备并对实习生活充满了兴趣。由于本身在学校里面参加不少实践活动，成绩也不错，所以实习工作分配的时候我成为了一名店长。

下面我就谈谈我对这次店长实习的一些感受。

首先我觉得当一名长期在家里和学校里面生活的学生走入现实中的工作的时候，我们需要将自己的人物角色进行一定的转换，也就是我们常说的观念转换。但是这个转换的过程比较麻烦，我足足花了一个星期的时间才彻底地将自己从原来的学生身份转变到了社会工作人员的身份。其实这个身份的转换就只是意味着我们需要承担更多的责任。

作为店长，如果我不能以自己作为表率，早到晚退，工作有热情的话，其他的店员们又怎么会更努力的工作呢？我们都希望跟着大家的步伐走，所以为了提高我们店里所有人员的工作效率，我每天几乎都是在超负荷的工作，虽然比起在学校里面的生活要艰难数倍，但是在不断的工作中我也不断地和人打交道，拥有了很多和各种不同人大交道的经验，这对于我日后我工作也将提供很大的帮助，所以我觉得这样一点也不亏。

有一点就是需要把握细节，有时候新进产品或者送产品到客户提供的地址的时候，店员有可能会有所疏忽，为了以身作则，让每个店员都拥有细心检查，尽量不给客户带来可避免的麻烦的意识，我如果在店内的话，基本上都会亲自和其他年龄和我相仿或者比我稍微年长一点点的店员们一起做，这样不仅可以培养我们个人的关系，也还真的提高了我们的工作效率。也许是以前在学校里面学到理论知识比较多吧，我也运用了一下管理小技巧让和我一起工作的店员可以发现一些细节上的错误，并深刻的记得然后解决他。

最后一点就是需要去倾听别人的意见，一个不会倾听他人意见的人往往难以找到最合适的方法处理事情，因为他始终都是一个人在战斗，如果可以吸纳其他人的意见，整合起来找出方法的话，那这个方法将更有可行性。

现在又回到了学校，毕业论文对我来说已经不再是问题，只要细细回顾一下这次店长实习经历，我就可以给这次实习交出一份满意答卷的同时完成毕业论文了，所以我相信这次实习将会给我未来的职场生活带来很多的方便。

**1000字实习工作总结15**

首先能得到去某市人民检察院实习的机会，我得感谢学院及唐老师，正是他们的积极争取才使我们有此机会。同时我也在此感谢某市人民检察院，正是他们的接纳，才使我在此期间了解到很多检察院的实务操作，积累了不少实务经验。

正式前往某市人民检察院实习，我被分配到某市人民检察院反贪污贿赂局的侦查三处，这是一个特殊的机构。一开始我便被告知，由于部门的特殊，之前此部门是不招实习生的，只是随着时间的推移，领导思维的变迁，这个部门才从前几年开始接收实习生。但是限于部门的特殊性，我们必须按照要求遵守保密守则。在实习期间，我始终把处长的话记在心里，保守秘密，努力做到自己所能做的最好。

鉴于我所实习部门的保密性，因此在这里我只能写些不涉及秘密的经历及感悟。

我想先谈谈我个人的态度及出勤上的表现。在实习期间，我本人从未迟到与早退过，总是提前到达办公地点。在工作过程中，即使是干一些琐碎的事情，我也从来没有懈怠过，总是兢兢业业。因为得到这样一个去某市人民检察院的机会不大容易，同时我个人办事的原则就是认真，尽自己最大努力去办。

现在我来谈谈在实习期间干过的一些事情及我个人的感悟。

一、填写法律文书，我觉得这应该是实习期间最常干也是最基本干的事情。我填写的法律文书包括查询银行流水线文书和查询身份证件文书。

二、外出调查，其实这是与上一个事件相连的，填完法律文书后，自然而然就是跟随检察官外出调查取证。

三、清点与登记赃物。扣留嫌疑人的赃物自然要清点并且登记以便清楚的知道嫌疑人的财产的种类与多少，方便案件的调查。

四、参加案件进展的讨论会。当然我们只是来旁听的，但是这对我们也是非常重要的，这样我们可以亲身经历案件的讨论，清楚案件的发生与过程，接近案件的核心操作。

五、接送文件，这也是实习期间很基本的事情，也就是把文件从办公地点转送到另外的人员手中。

六、查看卷宗，检察院内部有大量的卷宗，不过我们只能看那些已经解密了的。

七、协同外市检察官调查取证。外市检察官来本地调查是一定要当地市的协助调查的。

以上七类事情基本上就是我本次寒假在某市人民检察院实习过程中遇过并办过的事情。由于我在检察院实习的时间不是很长，因此上面这些只是很琐碎很表面的事情。但是不可否认的是，即使如此，我还是从本次寒假的实习的过程中学到很多与法律有关的知识，积累了不少的经验。我相信这是一笔财富，它们将对我以后的生活与学习起到重要的作用。在此，我再次感谢学院、唐老师及某市人民检察院。

**1000字实习工作总结16**

暑假第一次留在武汉进行实习，有幸能够来到世纪联众保险代理公司接受了一个月的锻炼，直接深入到社会职场中，与客户面对面的接触与交流，一方面把自己所学知识与实践直接相结合，另一方面又学到了许多学校里所学不到的经验与教训，从而使自己对自己有了更加全面的了解，因为自己学的是金融进入保险有些不情愿，但是一个暑假的实习结束，自己觉得其实这样的经历才是自己最想要的!

7月13号正式来到汉口世纪联众，老总热情的接待我们，然后我就被安排到了卡单部实习，”卡单”这个概念是第一次接触，其实就是短期意外险的另一种说法，这是最先让我觉得新鲜的东西。

然后开始学习如何填写保单，第一天就填错了几张保单，发现自己原来是这么粗心，好在公司对我们都非常宽容，让我非常感动。

这时明白了什么是宽容!

接下来的几天我就一直在卡单部实习，每天每天要背卡单产品的信息，哪家保险公司有哪些产品，保障额度多少，适合哪些职业种类，适合那些人群，有哪些是拒保的职业…...一下子记这么多东西，感觉头都有点大，但是要接待客户的话，必须要记住，所以每天都告诉自己要加油!这时明白了要永远对自己有信心!

在卡单最紧张的一天是第一次坐到前台正式接待客户，登帐、填单子、收费每一步都要认真细致，但是当天客户来的非常多，对还不熟练的我来说，简直有点力不从心，虽然很认真的去做，还是出了好多错误，幸亏有师傅帮忙善后，才不致于有太大损失，这一天让我深刻的感觉到业务熟练的必要性和重要性!稳重的重要性从这里开始发掘!

每一天都在接触着形形色色的客户，他们中的大多数都是热情而且宽容的，但是也有一些要求非常严格甚至是苛刻的客户，他们要求特别苛刻，一不小心就把他们的得罪了，这些人真是让人疲于应付，但是你还是要克制自己的情绪，继续为他们耐心服务，这种情况还是为我们上了实实在在的一堂余人交流课!交流真的是一门艺术，幸亏自己明白的不是太晚!

再后来到车险部进行实习，幸运的是刚好赶上公司培训新的员工，我就跟他们一起学起了车险算费，这里的学习不像在学校里的学习一样理论性那么强，这里注重的是实际操作能力，这里面有很多都是公司的老员工通过长期工作总结下来的经验，在实际工作中非常有用，因此感觉特别宝贵!等我们“黄浦三期”学员毕业时，公司朱总专门给我们讲了一下午的保险市场的发展现状及公司准则和公司的未来发展等，为我们描绘了一个美好的愿景，让我们在以后的工作中既不至于太盲目，也不至于没有动力!

**1000字实习工作总结17**

一周的生产实习对我来说，意义颇深！使我不仅仅熟悉了公司产品的生产流程，更让我体验到现代化作业的高效、快捷，尤其是公司良好的工作氛围，对我的人生观、价值观都产生了必须影响。在这短短地紧张而又繁忙的一周里，我学会了许多从未接触过的东西，受益匪浅！

>一、现代化作业手段

一台台包装好了的产品不断的向外运送，送去的不单单是经过了千万道工序以后的产品，更是一种现代科技力量的凝练！从材料的采购、检验、测试，再到产品的装配、加工，到最终的整机调试、包装等，每一个环节都做的滴水不漏，不光有严密、科学的工艺流程，更有技艺精湛的技术人员的操作，不论是硬件的设施、设备，还是软件的技术力量，都体现了信息时代下的现代化作业的方式、方法，给企业带来了前所未有的经济效益。

>二、对产品的深刻认识

虽然穿梭于繁忙而有序的生产车间的时间不是很长，但经过自我的多问、多动手、亲体验，在短短的一周里，使自我对公司的产品有了质的认识。不仅仅明白了产品的分类、系列、规格型号、作用特点及广泛的应用领域，并且掌握了变频器、起动器的工艺流程，还亲自操作了变频器的整个成产过程，加深了对产品的进一步的理解和认识。

>三、良好的工作氛围

走进车间的那一刻，我被整个工作的场面震撼了，眼前的一切并非我想像的那样糟糕，整洁的工作环境；井然有序的设施、设备；忙碌而又节奏的身影，这一切使我摒弃了以前对车间那种凌乱不堪的印象。人与人配合的那种默契，并非每个公司都会具有的；人们之间团结协作的精神，使工作顺利的进展；互帮互助的良好作风，使人感到工作的简便和愉快。在那里，我学会了与人合作，工作要认真细心、负职责。

>四、自我认识的改变

在装配过程中，小到拧紧每一个螺丝钉，大到整台机器的组装，每一个小细节的不慎都可能会造成最终调试的不成功，即就是产品不合格。这就要求我们每一个操作人员在工作中必须坚持清醒的头脑，注意力高度集中，并且细心谨慎地做好每项工作，方能使大家的心血不付诸东流，不合格的产品进行返工胜过再次生产机器的功夫，所以，必须保证每个细节尽量完美无缺陷，否则，会给公司的经济效益造成必须影响。所以，我明白了，凡事都要心细，尽职尽责，尽善尽美。没有最好，但求更好，无论是在生活还是工作中，我们都要脚踏实际，一步一个脚印，稳扎稳打，不要眼高手低，好高骛远，否则，即使象上螺丝钉这么个小事，也未必做的漂亮。其实，人的一生也像一台机器的生成一样，人生的每一个阶段都要用心去经营，一招不慎，步步错，要想拥有一个成功的，有为的人生，就要像组装一台机器那样，认真、踏实、大胆、执着。

**1000字实习工作总结18**

实习是大学学习和生活中的最后一门学科，也是理论联系实际的过程。当我们即将离开象牙塔时，我们应该随时准备面对社会和我们的工作。之所以选择在律师事务所执业，是因为律师事务所是律师的执业机构。律师接受刑事案件、民事案件、行政案件当事人的委托，参与诉讼和非诉讼业务时，所涉及的法律范围广，实用性强。但是在律师事务所执业，经历一些法律实务，学习一些办案经验，既可以弥补知识的不足，又可以增加一些新的知识。抱着这种心态，我来了律师事务所。

你在线吗？在律师事务所，我也得到了很多领导和律师的帮助。在校期间学习法律基础理论和法律的具体规定，在法律实践中对我来说很陌生。律师的帮助对我的实习起到了至关重要的作用，我在这里非常感谢她。前段时间我几乎什么都不会，但是她耐心的一点一点教我。在她的帮助下，我学到了很多。整个月都在跟踪实习？律师，到现在，我们成了好朋友。当然我也协助其他律师取证，准备开庭。

通过实践，我对法律专业知识和律师执业经验，尤其是律师执业有了更好的理解和掌握。以前我们在学校主要是理论学习法律，在实践中运用法律解决实际问题的机会很少。在律所实习工作是不一样的。它直接走在法律工作的最前沿，每天用法律解决实际问题，解答法律咨询，审阅修改合同，起草申诉、诉状、代表发言、出席庭审等。并学习了大量的律师执业经验和技巧。我之前研究过法律文书的撰写，也知道诉状的格式，但如果真的应用到具体案件中，就要仔细思考如何准确简洁地撰写主张，才能在一定程度上保护当事人的利益，如何把事实和理由写清楚，让法官一目了然。

实习期间，发现通过看案例可以学到很多东西。因为案件种类繁多，包括刑事案件、民事案件、社会经济案件等。它们涉及面很广，所以我们应该重新组织以前学过的知识，回顾过去，学习新的东西。一般档案都明确了怎么判，为什么要判这样的刑。但是有些同学不够深入，理解不了全部，办公室厚厚的一堆书就派上用场了，把一些法律术语和已经忘记的法律术语记录的比较清楚，根据自己的理解把案件记在卷宗里，用自己的理解解释分析整个案件，获得锻炼和学习办案的机会。同时，我发现做任何事情都有自己的优势。做任何事情，都要慢慢学，都要用善于发现的眼光去感受。与其把自己比作海绵，不如把自己比作植物，慢慢吸收养分，进行光合作用和呼吸，慢慢成长。面对生活，我们总是抱着谦虚的态度去尝试，取长补短，这样我们的知识才会像生活一样不断茁壮成长，我们的修养才会不断提高，我们的个人价值才会与日俱增。

**1000字实习工作总结19**

为期六周周的实习生活弹指一挥间已经划上句号，在这期间我体会到了身为一名教师的酸甜苦辣，也让我体会到当一名教师的不容易与肩负的重任。回想起4月16日当天，年轻的我们捧着一颗颗热情、兴奋而充满期盼的心来到钢城十四中，激动不安之情油然而升。一个个沉甸甸的问号，在我脑中盘旋。我不断自问：作为一个实习生，我能做好吗，我能给学生带来一点进步吗？如今，6个星期的实习工作已结束，我们8位实习生的收获，见证了我们的成长，为我们的实习画上一个完美的感叹号！在这一个多月中，我感觉我经历了许多，这些从未有过的经历让我不断进步、不断成长。从开始上课的羞涩拘谨到课堂上的谈吐自如，感觉自己在一天天的长大，一步步实现从学生到老师的角色转化。钢城十四中给与我太多的第一次：第一次真正站在讲台上面对着五十五张天真的面孔、第一次与学生面对面的探讨问题、谈心、第一次以老师的角色进行监考、第一次与多位资深老师讨论交流，共同探讨教学中所遇到的问题……现在，现将这六周来的收获与感受和大家分享如下：

>一、生活篇

时间如涓涓流水缓缓地流过，在这一个多月的时间里留下了许多美好的回忆，让我们细细品味。在钢城十四中一个多月的实习生活过得很充实，很快乐，也让我充分感受到了人与人之间的温情与不尽的光怀。尽管我们八个人来自同班的不同寝室，在实习前我们也不是非常熟悉，但在六个星期的实习期间，我们几乎每天早晨一起等车，一起去学校，一起放学，一起吃中饭，在此期间，我们感觉我们各自的了解逐渐加深。刚到实习学校时，我们一起打扫收拾我们的办公室，讲一个本来混乱的化学实验室整理成了一个干净整洁的办公室，这里记录了我们的欢笑，我们的忙碌，我们的进步与成熟等等。

我们的组长宋乐乐非常的认真负责，在实习期间，她带领我们一起备课，一起听试讲，一起讨论问题，在我们遇到难题的时候总是想办法一起解决，而且她也能够以身作则，做好自己的工作，甚至到后来身体不舒服的情况下依然坚持工作，直到最后一天生病一人赶到学校，她的工作精神真的让我很钦佩，她不愧是一位认真负责的好组长，其他的组员还有\_、张文俐、陈静文、张莉、胡恋、张萍。我们一起度过了非常难忘的六周，留下了非常美好的回忆。不管是我们一起备课讨论，还是一起听课评价，一起讨论各自带的班级，一起在休息时的欢声笑语等，这些都让人感觉我们真的是一个温馨团结的集体！

我们实习队员从一开始的不熟悉到逐渐的了解，再到现在建立起深厚的友谊，这一切永远都会尘封在我记忆的深处！很感谢各位队友与我一起度过这六周的时光，其中的点点滴滴都铭记于心。实习结束意味着大家要接受另一番现实的考验，希望每一位队友都能坦然地面对，找到一份好的工作或者考研顺利。

我们的指导老师是黄显林老师，班主任是费运良老师，黄老师对人很热心，对于我们的教学总是给我们很认真的指导，并将他的一些教学经验传授给我们；费老师将班主任工作的方法、管理班级的方法、经验都很详细传授给我们，老师们都很热情负责，对我们的工作也很配合，生活上给予关心，工作上给予指导，我们的成长与进步离不开老师们的帮助，在此特别要感谢老师们，祝愿老师能够工作顺利，事事如意。

>二、教学实习篇

在六周的实习时间里，我主要负责高二的政治课。高二不同于其它年级，它的教学工作复杂而又繁琐，而且还有面临升到高三的压力。在六周的实习阶段，我讲了四节课，在此感谢指导老师——陈慧老师。她为人亲切热情，她在教学工作方面提供给我的指导非常多，可以说“竭尽所能”，我非常感谢她！刚来钢城十四中，她就详细地讲解他们学校学生的学习习惯及学习水平，还告诉我上课应该注意的事情。在听课中，我个人体会很深。因为陈老师共教2个班级，学生的基础、课堂的气氛等都有很大的区别，所以在听课的同时，我注意到各个班里学生的不同反应，作好记录，思考以后我该以怎样的形式在不同班级上课才能达到良好的效果。这种听课和我们以往的听课不一样，它并不仅仅为了学习老师所讲的知识，还要去学习老师怎么样讲课，学习如何传授知识，如何控制课堂气氛，如何把握授课时间，好好驾驭整个班级教学等。听课的时候，我会认真做好听课笔记，听课的重点是注意科任老师讲解过程中与自己思路不同的部分，以吸收老师的优点。每个老师各有特点，都有值得我学习的地方。

难以忘记第一节课，刚好是周一的第三节课，由于第一次上讲台，虽然课前准备得比较充分，但是还是很紧张，所以感觉还是很紧，非常感谢同学们的配合，让我最后顺利的讲下来这节课。课后黄老师和陈老师认真的给我评课，让我知道了哪些不足，并在以后的讲课过程中注意这些问题。

虽然第一节课讲下来了，但我总担心自己做得不好。接下来的时间，我准备好后，讲课给老师听。指导老师听过以后，很认真的为我指出讲课中的缺陷，还有一些要注意的问题及建议，对我的讲课给以了很高的评价并鼓励我，这让我很欣慰。从那之后，我就开始以平常的心态去备课、上课，不再紧张了。

教学工作中，我个人觉得要注意如下几点：

1、认真备课：在备课中，认真研究教材，力求准确把握重难点，并注重参阅各种资料，制定符合学生认知规律的教学方法。教案编写详细具体，从复习提问、新课引入到讲授都精心设计，并不断归纳借鉴优秀老师的经验。在教学中，做到重点突出。

2、试讲：在每次正式上课之前，我都会先进行试讲，让指导老师听课并评课，纠正不足之处。然后修改教案再进行试讲，主要把握时间的安排，提高教学质量。

3、注重学生能力的培养：上课时注重与学生为主，重视发挥学生的积极性以及综合能力的培养，有意识地培养学生思维的严谨性、逻辑性和相互协作的能力。

4、认真及时批改作业：布置作业力求做到精练，有针对性，有层次性。同时对学生的作业及时而认真地批改，给以及时的反馈。

5、做好课后辅导工作：课余时间与学生交流并帮助答疑，有助于他们对当天所学知识的掌握和巩固，弥补课堂时间仓促等不足。

>三，班主任工作篇

做一名好的班主任的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。

**1000字实习工作总结20**

在实习中，我担任了班的实习班主任。担任班主任工作虽然非常辛苦，但却也是受益匪浅。下面我将实习期间担任班主任工作的情况全面进行一下总结。

开始我非常担心自己不能胜任这个班的老师，我一个未毕业的实习老师怎么能在他们那里建立威信呢？但是经过一段时间的相处后，我发觉自己的担忧是多余的。因为全班学生都非常地自觉，总把我当成大哥哥来看待，除了尊敬之外还多了一份亲切，和他们在一起，我学习到了很多东西。

>1、了解学生，沟通交流

作为班主任，必须要了解学生的个性特点和学习情况和思想情况，才能“因材施教”有的不矢地开展教育活动。实习期间，我积极主动地向原班主任了解班集体的基本情况，并通过数学老师的介绍初步了解学生的整体情况。在整体了解的基础上，再通过细心的观察，熟悉每个学生的姓名，了解学生的个性特点和思想情况。每天提前到学校，监督学生做操、晨读，确保班秩序有条不紊地进行。通过修改学生的作业、试卷和课间跟学生的交流，我了解了学生的心理问题和成绩情况，并及时对他们进行悉心指导，引导他们积极健康地成长。通过和学生的交流，我的实习班主任工作开展得很好，深得学生的喜爱和原班主任的赞扬。

>2、尊重学生，一视同仁

在实习期间，我和学生建立了良好的师生感情。我很尊重他们，对他们一视同仁。学生都是勤奋好学的好学生，虽然有个别同学的成绩不够好，有时也不按时交作业，但是我能够发现他们的亮点，对他们进行表扬，重拾他们的自信心。学生都喜欢老师的表扬，毕竟他们还是个孩子，适时的赞扬能够激励他们向前走。由于我对他们一视同仁，很多学生对我都爱戴有加，他们都喜欢向我倾吐他们的苦闷，希望得到我的鼓励。从学生的诉说中，我懂得了教师不但要充当指导者、领导者的身份，也要充当他们的朋友，扮演父母的角色。要成为优秀的班主任，就要尊重学生，维护他们的人格，成为他们的良师益友。

>3、主题班会

主题班会是班主任的一项重要工作。在最后一周的实习中，我和其他实习老师一起筹划了“我的梦想”的主题班会。通过这次班会，使学生更加明确了自己的奋斗目标。他们对这个主题班会很感兴趣，积极地展开了梦想告白和梦想策划，我觉得这次主题班会是很成功的，至少对学生起了激励的作用。但愿他们努力朝着自己的梦想奋勇前进！

一个多月的实习生活虽然短暂，但是我得到了一次全面、系统的锻炼机会。作为实习班主任，我认识到了班主任对一个班级的重要性。班主任是一个班集体的领导核心，必须为学生营造一个健康的成长环境，使学生能够健康快乐地成长。在实习中，我也认识到自己在班主任工作方面的欠缺，但我以后一定会努力克服自己的缺点，争取成为一名优秀的班主任。

**1000字实习工作总结21**

金工实习是机械类各专业学生必修的实践性很强的技术基础课，是培养学生实践能力的有效途径。我们作为物理研究性学科学生，没有要求具备很强的机械操作能力，但也需要对普通常见的器械具备一定的学习能力和基础知识，以求在社会实践活动中实现全面平衡的发展，也为我们理科学生打下一定的实践操作基础。

在这次为期5天的实习中，学生要求在金工实习过程中通过独立地实践操作，熟悉有关机械制造的基本工艺知识、基本工艺方法和基本操作等，要初步了解并掌握要求的6个工种各种操作的要领，以及独立制作简单零部件能力。实习安排与对应的6个工种分别为第一天早上铸工，下午钳工，第二天车工，第三天铣工，第四天数控车床，第五天焊工。

第一天的2个工种可以说是最累的活儿了。对于平时只在教室，宿舍活动，最累也只有打球的时候的大学生来说，铸工和钳工可不是那么简单的了。它们需要的不仅是我们的体力，还要我们的耐心。

早上铸工，我们的任务是将略微有点潮的沙子搅拌，并铸造成炼钢厂所要求的带漏斗的模具。首先老师给我们讲解了很多铸造方面的基础知识，以及铸造和其他工种之间的联系和区别，还有操作需要注意的安全事宜和铸造时要掌握的动作要领。虽然看起来简单，听着老师的讲解，看着老师的示范操作，似乎也不需要很多技术要领，可是做起来却不得有半点马虎。每一步都需要严格按照老师的标准做，尤其是力气要用到位，用得均匀，并且最后要经过反复的修整才能得到最终要求的模具。经过一个多小时的捣弄，我们全部按照要求完成任务，虽然累得手脚发软，但是看着自己认真仔细做出来的模具还是感到欣慰。

在钳工实训中，我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线;了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。首先要正确的握锉刀，锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键，锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时，前手压力逐渐减小后手压力大则后小，锉刀推到中间位置时，两手压力相同，继续推进锉刀时，前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。同时我也知道了钳工的安全技术为：

1，钳台要放在便于工作和光线适宜的地方;钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。

2，使用机床、工具(如钻床、砂轮、手电钻等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。3，台虎钳夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。

**1000字实习工作总结22**

不禁感叹岁月匆匆，在日复一日的有序的工作节奏陪伴下，于邯郸销区的实习期已尽三个月，在这三个月中，感触很深，明白了许多，懂得了许多，也成长了许多，真可谓，岁月使甘愿沉沦者继续沉沦，使勇于挑战者超越自我！

\_万事开头难\_，古人这一句言件意赅的真理被生活的点点滴滴诠释着，这一次正式上岗前的实习，让我更深有体会，严格的说这本就属于正式工作，。在同事的带领下来到了所要实习的品牌店面--法恩莎专卖店，这座华丽的店堂坐落于被公认为邯郸第一家居城的东信家园。东信里面的走廊错纵复杂，再加上我本身就是一个路痴，方向感很差劲，因此记路成了我的一个难题。记得第一次被同事委托到另一个店面办事就给迷路了，返回时在走廊里绕来绕去就是找不到自家店面，呵呵，最后幸好同事从玻璃看到我困窘的现状，敲打玻璃指引我回到了店里，但现在看来那所谓的问题都不算什么问题。除此之外，当时让我感到迷惘的就是看着同事们各尽其职的忙碌着，自己除了帮着打扫卫生以外其它的什么都帮不上，感觉像个闲人，因此心里有些找急，但当过了一段时间后，熟悉了工作流程和工作内容，突然感觉工作很有序，生活也很充实。所以要坚持，也要把心态放正，万事开头难，勿急勿躁。

俗话说的好，\_师傅领进门，修行在个人\_，我个人也十分信服这句古人之云。就拿导购这个职业来说吧，就我个人观点的认识来说，根本没什么可教的，完全在于个人学习、领悟、研究，产品知识多看些资料，熟能生巧因此也就记住了，这对任何人来说只要你想干这行，这就不算什么问题，最主要的就是销售技巧的掌握，因此要多留意观察老员工是如何完成整个销售过程的，吸取精华，然后结合自身特点来达到销售成功的目的。亦要且记销售的5S原则\_微笑、迅速、诚恳、灵巧、研究\_，并在此基础上要实现自我升华。总之一个\_悟\_字，蕴含了许许多多深刻而又浅而易懂的道理。

何校长寄语中谈到\_活到老，学到老，干中学，学中干\_，此道理在我的工作中也体现的淋漓尽致。导购员要不断拓展自己的知识面，接触新的知识，严格要求自己做到面面具到，行业专家，非本行业亦是专家，因为看的多了，学的多了，了解的多了也就懂得多了，因此和顾客也就除了单调的产品介绍外有话题可聊，拉近于顾客的距离，突破其心理防线，真正做到朋友亲人式导购，正如推销产品的首要任务是先把自己推销出去。何为\_干中学，学中干呢?\_，就拿工作中的简单事例举例来说吧，我们每天打开店面的第一件事就是打扫卫生，擦拭洁具，但这决不是纯属的劳动，因为在擦拭洁具的过程中就在逐步了解产品的型号、规格、结构和一些性能，熟悉产品的摆放位置，进而做到快速引导客户。另一方面来说，我们要把了解到的一些东西运用到与顾客实际的面对面交流上，快速促成交易。

最后我想说，一个成功的职业人，首先是把自己真正当做一个职场人来认识和对待，其次是具有高度的工作热情和工作态度，那么你就成功了90%，最后是是在遇到决择和困难时要这样问自己，我想不想…，而不是我能不能…，因为想就一定可以做到，做好！

**1000字实习工作总结23**

大二了，给人最深刻、最有意义的课就是工程训练为期一学期的十个工程训练结束了，还有些恋恋不舍的感觉，工程训练实习总结报告。总之，在这个学期的实习中，感觉很充实，学到了很多的东西。

工程训练的实习我认识到未来工业制造的前景和面临的挑战，因为一个工厂、企业最重要的就是产品质量和生产效率，因此提高改善生产设备很重要，特别是高科技生产流程的控制。这门课程与其他课程最大的不同是，这门课程更注重的是实践于创新，除了第一节理论课以外，其他的都是老师开始讲一会儿，让我对车床有一个大致的了解，实习的过程中应注意什么问题，以及遇到突发情况怎么处理，在做任何实习的时候老师都是把学生的安全放在第一位，老师讲感觉是那么一回事儿，但做出来的结果就可能是千差万别，这是体验我动手能力的时候，所以微小的差别就可能产生很大的差距。工程实践概论就是对我们训练项目的具体介绍，规定上工程训练课的具体要求，在实习的过程中安全很重要，例如在一些机床上，特别是车床、磨床等高速旋转的机床上，绝对不能戴手套，因为这些机床都要做高速旋转运动。必须穿军训服，还有女同学必须得戴帽子，防止头发夹到机器里面

我首先训练了焊接、铸造、这2种工种。我主要实习了电弧焊。我穿上军训服，戴上面罩和袖套，一手拿焊帽，一手拿焊枪，俨然一副焊接工人的模样，开始的时候，总是被工件吸住焊条，左右摇晃后，才可以取下来。老师说为了保护眼睛和皮肤，焊接时不能取下面罩，透过黑漆漆的眼睛，我还是能看到闪烁的电光，像放烟花一样。铸造就是制造铸型，熔炼金属，并将熔化金属浇入铸型，凝固后获得一定形状和性能铸件的成型方法。接下来的我练了数控机床工种。数控加工是根据零件图及工艺要求等原始资料来编制零件数控加工程序，再将程序输入到数控系统，从而控制数控机床中刀具与工件相对运动，来实现对零件的加工。老师给了我编程代码，我亲自输入到了数控机床中的数控系统中，再放置一根铝棒，不到2分钟就加工出跟我设计的图形一模一样的工件，很有成就感。然后是车削和钳工，以工件旋转为主运动，车刀在平面内作直线运动或曲线移动位进给运动，从而改变毛坯形状和尺寸的一种切削加工方法。

将近一个学期的工程技能训练结束了，学习到了很多知识。但是金工实习带给我的不仅仅是那么多的技能，就像老师说的，一个学期把这么多的工种学习好，是不可能的。仅仅一个钳工就必须得学习三年。工程训练更多地带给我的是一种态度：细心观察，反复实践，失败了重新再来。

**1000字实习工作总结24**

突然，三个月的试用期就要过去了。回顾与展望，虽然没有轰轰烈烈的结果，却经历了不平凡的考验与磨砺。以下是我对过去三个月工作的总结：

>实习可以分为以下三个方面：

>一、费用和成本管理及客户联系

1规范低值易耗品的会计管理，全面建立低值易耗品的会计核算，全面跟踪低值易耗品的采购和领用，便于企业对这些低值易耗品的发放有更全面的了解，加强管理。

2在集团财务制度的基础上，规范了中国产品的成本管理，明确了成本和费用的分类，并对科目进行了重组。为了加强项目管理，对实际支出项目进行了不同类别的计算，以真实反映当期成本。为绩效管理提供参考。

3规范商业公司财务账套的布局，根据商业公司的特点设置相应的账套，通过辅助账户中客户和仓库模块的核算，使博科软件能够充分发挥作用，及时有效地反映财务数据，满足未来运营管理的需要。

>二、会计基础工作

（1）认真贯彻《会计法》，进一步加强对财务基础工作的指导，规范会计凭证的编制，严格审核原始凭证的合理性，加强会计档案管理。

（2）根据集团的指示，华品公司的会计电算化已经入账，财务工作符合财政部的需要，更加规范，努力不断提高财务工作质量。

（3）按规定时间编制公司和集团公司要求的各种财务报表，及时申报各项税金。

>三财务会计和管理

（1）根据公司要求，对商业公司承包的商业地产进行登记和分析，对收入进行监督和审计，制定相应的财务制度。统一核算口径，及时沟通，保持密切联系，注意在日常工作中对其工作给予一定的指导意见，与各分行、集团财务管理部门建立良好的合作关系。

（2）正确计算各项税收和个人所得税，及时足额缴纳税款，积极配合税务机关新的纳税申报要求，及时发现和纠正违反税收法律法规的问题，与税务机关保持沟通和联系，获得其支持和指导。

（3）在紧张的工作之外，加强财务部的团队建设，打造一支业务全面、工作热情高的团队。作为基层财务工作经理，要注意充分发挥财务部其他员工的主观能动性和工作积极性。提高团队整体素质，树立开拓、创新、务实、高效的部门新形象。

（4）作为一名基层管理者，我充分认识到自己不仅是管理者，更是执行者，是集团财务管理部门的窗口。想做好财务，除了熟悉业务，还需要负责具体的工作和业务。第一，你要以身作则，这样才能保证在目前的情况下，大家都能主动承担工作。

新的工作意味着新的起点、新的机遇和新的挑战。我决心再接再厉，上一段楼梯。未来几天，我们将步入精细化财务管理，这需要“保证营运资金的畅通”、“保证投资效益”、“优化财务管理手段”等。从而使公司的财务管理更加精确。

要以“细节”为出发点，一丝不苟，针对每个岗位、每个部门的每一项具体业务，建立一套相应的成本归集。财务管理的触角伸了出来

在近十二周的实习中，我努力将理论知识与实践相结合，增加了我的实际工作经验，巩固了我在校期间的书本知识。在工作中，我认真按照师傅的要求工作，努力学习师傅在会计工作中的经验和技巧，借鉴前辈的经验，提高自己的能力。在工作中，越来越觉得在学校学到的知识远远不够。更多的内容需要在实践中通过努力慢慢积累，更高的能力需要在工作中不断锻炼和提高。

刚来公司实习的时候，前辈把我之前的业务拿出来，让我根据单据写凭证。因为基础不是很扎实，经常回家补课，认真看公司用的比较多的会计业务。会计分录毕竟是可以在账本上学会的，但是有些银行汇票，汇票，发票复印件等。只有实习才能真正接触，从而获得更深的印象。不要以为互相了解就够了，还要把所有的文件按月按日分类，把每笔业务的文件整理好，用图钉装订好，为记账做准备。

凭证一旦准备好，就进入记账程序。虽然记账看起来有点像小学生能做的，但是没有一定的耐心和细心，是很难做这么大量可重复的工作的。因为一个错误不是随便用笔或者橡皮画出来的，会计制度每一步都有严格的要求。比如写错了号码，一定要用红笔划掉，然后加盖责任人印章。如果写错了总结栏，可以用蓝笔画横线，在旁边写正确的总结。平时写的时候总觉得写中心点好，总结不好。我们必须在左边写，没有空格。这是为了防止摘要列被任意篡改。

对数字的书写也有严格的要求。字迹一定要清晰细腻，要按格填写，不能交错。而且记账的时候要知道每个明细分录和总账的名称，不能乱写，否则，

**1000字实习工作总结25**

转眼间，两个半月的实习生活已经画上圆满的句号。在实习的过程中，我发现了自己的很多不足需要改正，也在这短短的两个半月的实习中，我收获了许多。

刚开始时候很不习惯实习的工作，一天要站八个小时，嘴巴还经常要给顾客做翻译或介绍商品。每天下班回来脚都痛得几乎走不了路，嗓子也沙哑了。还有就是我的英语不是很好，顾客说英语的时候我们经常听不懂，有时候遇到不好的顾客就会被指责。记得那是刚开始实习没几天，我在机场西区的化妆品大店上班，遇到一个大概四五十岁的西方顾客，她说着一口很流利的、似乎又夹带方言的英语，她跟我说了很多，但我一句都没有听懂她说什么，于是我就叫专门负责商品的销售员过来，但是那销售员也听得不是很清楚，所以不能很快地准确地回答她的问题。最后顾客不耐烦地说了一句话“你们应该会学校重新学习了”。顾客说的那句话是后来那个销售员跟我说的，当时听了心里很难受。也从那一刻开始，我真是体会到了知识的重要，英语的重要！值得高兴的就是：实习期间，我的口语（英、泰）有了极大的提高，明显地比以前好了很多。这些成功的经验讲激励我在以后的人生路上取得更大成绩，失败的经历将会促使我努力去改变自己不完美的地方，让自己在往后的日子做得更好，这一切讲成为我生命中最宝贵的财富之一。

快乐不仅仅这些，让我觉得最幸福的事情是：实习期间，我又认识了很多新的朋友，有中国人，也有泰国人，我们来自不同的大学。比如有来自：泰国碧武里皇家师范大学、泰国东方大学，泰国曼谷北部大学，泰国华侨崇圣大学……我们每天一起上下班，在车上有说有笑！记得有一次一个泰国朋友生日，我们在车上一起为那泰国朋友唱生日歌，那一刻，我们真的很开心很幸福……还有实习期间，认识了很多在xx公司上班的他们对我都挺好的。今天最后一天上班，我收到了很多来自xx们的祝福和礼物，心里很开心！

实习圆满结束了，但它带给我的思考却刚刚开始，引导我到一个更高更新的高度。我们还在继续的成长，不管未来的路程是平坦的还是曲直的，我都会坚持勇敢走下去。或许自己要面对的困难不是一点点，而是非常多，但是我相信经过自己的不懈努力，我最终还是会战胜困难，实现自己的人生价值，在不断的前进中得到更好的发展，相信自己一定能够做好。

最后，我要衷心地感谢xx\_给予我这次宝贵的实习机会，希望xx\_的发展蒸蒸日上。同时，也非常感谢我的实习指导老师——啊占doctor，是她为我争取在泰国皇权公司实习的机会。此时此刻，我只能用“感谢”一词表达我内心的感想，感谢所有帮助过我的，给予我快乐的人……

**1000字实习工作总结26**

我是xx届护理系的应届毕业生xxx，通过四年的理论知识学习之后，根据学习的需要，学校为我们安排了为期1年的临床实践学习。我们于20xx年1月份进入海安人民医院进行了为期1年的临床护理实践。临床的实习是对理论学习阶段的巩固和加强，也是对护理技能操作的培养与锻炼，同时也是我们就业前的最佳锻炼的机会。实习快接近尾声，原来的我迷茫与无知，现如今满载而归。在这里我们要感谢海安人民医院给我们提供了这样好的实习环境和各种优越的实习条件，在医院实习的这段时间里，根据护理部的精心安排，我们把所有科室都轮流进行了熟悉。也要感谢所有的带教老师对我们的悉心指导和耐心带教，让我们能在踏上工作岗位之前拥有如此好的锻炼自己的机会。

在忙碌而充实的实习生活中，时间总是过的特别快。带着一份希望和一份茫然来到了海安人民医院，开始了我们的实习生活。我们的身份从一名学生转变为一名实习护士，生活的环境也从学校转变为医院，接触的对象从老师、同学转变为医生、护士和病人。虽然在实习前学校已经召开了动员大会及培训，老师对我们也是千叮咛万嘱咐，但是对于如何适应这三大转变，做一名合格的实习护士，我们心里仍是忐忑不安。刚进入病房，总要一种茫然的感觉，

对于护理的工作我们处于比较陌生的状态。庆幸的是，有老师为我们介绍各班工作，让我们可以较快地适应医院各科室的护理工作，能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这也算是实习阶段的第一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

随着时间的脚步，环境已熟悉，学习也逐渐进入正规轨道，在各个科室的病房实习阶段，了解最多的是各种疾病及其常用的治疗药物，如药物的用法及用量。掌握各项护理的基本操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种护理的工作能力。所以在带教老师放手不放眼，放眼不放心的带教原则下，我们积极努力的争取每一次

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