# 个人的工作实习总结范文

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2024-07-04

*实习的时间快而又短暂，不知不觉实习的时间很快就过去了。回想这段日子，我真的有很失落过，也有很认真过，很高兴过，而现在就是很珍惜这段经验。马上就要回学校了，还有很多事情等着我去做，现在重要的就是要对这段实习时间做个报告，也是对自己实习的鉴定。...*

实习的时间快而又短暂，不知不觉实习的时间很快就过去了。回想这段日子，我真的有很失落过，也有很认真过，很高兴过，而现在就是很珍惜这段经验。马上就要回学校了，还有很多事情等着我去做，现在重要的就是要对这段实习时间做个报告，也是对自己实习的鉴定。

在半年的学习生活以来。我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾半年以来，从那天真的我直接到经历了生活中的挫折和失败，到现在稳重和冷静的我，使我明白了一个道理：人生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挫折和失败，才能通往自己的罗马大道。在这半年里，我有失落过，烦恼过，悲伤过。有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走，可能是或者我的缺陷和不足。但我知道这是上天对我的一个考验，但在每次失落的时候我都会反省过来，告诉自己清楚自己应该做的是什么，在挫折面前我們应该善用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。在学习方面虽然自己普通平凡，但是我会努力提高，做到最好，不管遇到什么困扰我都不会跌倒，我会不懈努力。从以前学习情况中，我觉得自己更应该发奋学习。 我知道，在这又是我人生中的一大挑战，角色的转换，这除了有较强的适应力和乐观的生活态度外，更重要的是得益一年的学习积累和技能的培养。在这里我知道我的将来会有光辉灿烂的一天。

在半年的锻炼里，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的，所以在学习生活除外，在假日我会积极参加社会各种实践活动，获取更多学习的经验和社会实践能力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

因此，面对过去，我无怨无悔，面对现在，我努力拼搏，面对将来，我期待更多的挑战，战胜困难，抓住每一个机遇，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。在今后的学习生活里，我会继续努力，做好社会主义的接班人，在生活上自觉从严要求自己，艰苦朴素，遵纪守法，作风正派，各方面表现良好。为社会主义现代化建设，贡献自己的力量！

转眼间，半年的实习工作已成为历史，在这半年的时间里，通过学习工作，与其他员工的相互沟通，我已逐渐溶入了这个大集体当中。

俗话说：“隔行如隔山”。我的专业是\*\*\*\*\*\*，以前从来没有接触过房地产开发这个行业，说实话心里没底。领导给我安排到了办公室工作，可能这是出于对我的照顾，起初真有点不适应，不从何处下手。在这里我认识了\*\*和\*\*，他俩给了我很大帮助，有什么不明白的，我就去请教他俩。办公室的工作是很琐碎的，但又是不可缺少的重要部门。他要领会上级领导的意思，向下传达文件;同时又要汇总其他部门员工的总结和合理化建议，向上级领导反应。在这半年时间里，我勤勤恳恳，扎扎实实，脚踏实地地做好一个办公室人员的本职工作，认真完成上级领导交给我的任务，虚心向其他员工学习先进的工作经验，并注意不断阅读有关房地产理理论和实践的书籍，以充实自己。

现在我就以下几个方面对这半年来的个人工作情况做一个简单的个人总结：

1. 公司领导让我发挥计算机的特长，为“\*\*\*\*项目分析报告”制作了一个幻灯片，受到了一致好评。

2. 加强了公司的计算机管理，日常对计算机的软件、硬件进行升级与维护，对其他员工按不同水平进行了计算机知识辅导，使公司整体计算机水平有所提高。

3. 一段时间，在销售部协助\*\*办理合同的备案工作，参加了两次销售部门的周工作总结会议。从中我学到了一些房屋买卖合同、房屋契税的一些知识，并对房屋销售环节有了一定的认识。

4. 做了一段时间的周工作计划汇总，在每月例会上向领导作了总结报告，为年底个人总评提供了依据，并为公司做好工作周报、月报提供了相应的资料。

5. 在\*\*\*\*的帮助下，我学到了一些劳资方面的知识，对计算工资所得税有了一些了解。我同时在公司资质年检工作上，协助\*\*\*\*做了些工作。

6. 日常为公司添置办公用品，详细记录物品使用收支情况，有效地对公司办公用品进行了管理。

7. 地板采暖工程拍摄照片，以记录工程过程中的违纪作业及工程漏洞。从中学到了相关知识。

8. 为公司新的办公地点添置了新家具，遇到临时特殊情况加班加点，多次与物业联系，为公司入住新的办公环境提供了条件。

9. 对公司部门计算机进行了网络连接，加强了计算机网络管理。为财务人员上网报税以及查阅资料提供了方便;其它部门也可以共享文件、打印机，使各部门间有了互通性，大大提高了公司的工作效率。

10. 为公司组织了几次活动，如：游泳、台球比赛，文体活动，公司聚餐等等，丰富了员工的娱乐生活，使公司充满活力。

11. 参加了公司关于“\*\*\*\*\*\*\*\*”，对会议内容进行了简单记录，学到了房地产开发及划化设计的一些知识，并认识到公司的未来意向，发展方向。

俗话说：“活到老，学到老”，本人一直在各方面严格要求自己，努力地提高自己，以便使自己更快地适应社会发展的形势。通过阅读大量的专业书籍，勇于解剖自己，分析自己，

正视自己，去其糟粕，取其精华，不断提高自身素质。

以上是我一年来的简单总结，在今后的学习和工作中，我要更进一步的严格要求自己，虚心学习，争取在各个方面取得更大的进步。

通过钣金实习，我知道了：钣金是机械领域不可替代的，钣金具有重量轻、强度高、成本低、大规模量产性能好等特点，目前在航空，电子电器、通信、汽车工业、医疗器械等领域得到了广泛应用。我们作为钣金的加工者，也承担着重要的责任，保证零件质量，降低报废率，是我们主要学习的方面。钣金加工，基本都属于一次性成型，不可二次成型，所以一旦不合适就不能再次利用生产制作该项零件。虽然这次实习只有很短的一个上午，给我们的实习方面也不是特别的高深，主要是给我们一个简单体验钣金手工加工的技巧，同时熟悉操作一些常用钣金下料和加工处理的几台机械设备。下料常常使用特殊的剪刀，将大块的板料剪切为产品所需尺寸。通过调节可以获得不同角度的折弯零件。同时我个人对手工加工简单的弯曲面，也有了一定的能力。

接下来是机电一体化实习训练，通过学习，我知道了机电一体化又称机械电子工程，是机械工程与自动化的一种。机电一体化最早出现在1971年日本杂志《机械设计》的副刊上，随着机电一体化技术的快速发展，机电一体化的概念被我们广泛接受和普遍应用。随着计算机技术的迅猛发展和广泛应用，机电一体化技术获得前所未有的发展。现在的机电一体化技术，是机械和微电子技术紧密集合的一门技术，他的发展使冷冰冰的机器有了人性化，智能化。

通过能源综合实习训练，我了解和熟悉了主要发电方式的生产过程与主要设备以及电厂金属材料、电厂水处理和电厂环保方面的相关知识，知道了不同能源的优缺点。

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