# 最新实训总结计算机专业(5篇)

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-09-29

*总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。实训总...*

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**实训总结计算机专业篇一**

我开始到青岛计算机有限公司郑州办事处技术服务部实习。在部门领导和同事的指导帮助下，我慢慢了解了公司的组织机构、经营状况及管理体制，以及技术服务部的基本业务，并学到了许多计算机维护知识。

集团是以集团公司为投资母体组建的国内大型专业电子信息产业集团。创业三十多年，从最初的青岛无线电二厂，到青岛电视机厂、电器公司，发展成为国内的大型高新技术企业集团。

在设有计算机维修服务站的地区实行三日内修复的服务。

1、全国联保，计算机出现故障时，用户可凭《品质保证书》在最近的公司最近的各级维修部以及各个授权维修中心获得维护服务。

2、终身维护，为彻底解决顾客的后顾之忧，对于超过保修期的计算机，由用户和任何一家维修中心（站）签订协议，则可享受终生维护。

3、免费维修，在计算机不见保修期内且在正常使用下的故障，免收部件的成本费用和维修费用，超过保修期，免收服务费，只收成本费。

4、保修期的第一年内，正常使用过程中的计算机出现故障时，只需播打计算机公司设在该区的服务热线，即可预约时间，并且在预约时间享受免费上门服务。

刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机维护的公司的规章制度，

让我对公司运营情况和计算机维护——特别是系统维护有了一定的认识，真正体会到了一个重量级企业单位对人事的重视，理解了我技术服务部的电脑维护工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市民心目中的形象，关系到企业参与全国范围的计算机销售竞争的魄力及品牌亲和力。

在这一段时间里，我不仅很好地运用了所学的专业知识，而且还学到了很多在学校学不到的实用的待人处世之道，阔大了知识面，也丰富了社会实践经历，为我即将踏入社会奠定了很好的基础。

十分感谢青岛计算机公司，感谢技术服务部给我这样一个宝贵的实习机会，在我完成这个计算机实习报告的同时，也让我对社会、对工作、对学习都有了更深一步的理解和认识，为我即将走上工作岗位增添了信心，让我在大学生活中留下了美好一页！

在不断的成长中，我相信我可以做的更好，只是时间的关系，我还没有得到更多的经历来参加实习，我相信在不远的将来，我就可以做的更好，这是毋庸置疑的。一直以来我都十分的努力，现在我的实践才开始上路，我相信在不远的将来，我就可以做的更好了，我会一直不断的努力下去的！

**实训总结计算机专业篇二**

计算机将具备更多的智能成分，它将具有多种感知潜力、必须的思考与决定潜力及必须的自然语言潜力。除了带给自然的输入手段(如语音输入、手写输入)外，让人能产生身临其境感觉的各种交互设备已经出现，虚拟现实技术是这一领域发展的集中体现。这天人们谈到计算机必然地和网络联系起来，一方面孤立的未加入网络的计算机越来越难以见到，另一方面计算机的概念也被网络所扩展。二十世纪九十年代兴起的internet在过去如火如荼地发展，其影响之广、普及之快是前所未有的。从没有一种技术能像internet一样，剧烈地改变着我们的学习、生活和习惯方式。全世界几乎所有国家都有计算机网络直接或间接地与internet相连，使之成为一个全球范围的计算机互联网络。人们能够透过internet与世界各地的其它用户自由地进行通信，可从internet中获得各种信息。人们已充分领略到网络的魅力，internet大大缩小了时空界限，透过网络人们能够共享计算机硬件资源、软件资源和信息资源。“网络就是计算机”的概念被事实一再证明，被世人逐步理解。

为了掌握一些计算机的软，硬件知识，为今后学习计算机原理，计算机网络课打下良好的基础，由学校统一组织，我们进行了为期一周的计算机组网与网络技术实习。

实习步骤:

第一步是拆机。首先将机箱背面的各连线拔下。打开机箱后，先拔下硬盘和光驱的电源线，数据线，然后依次拔下网卡，显卡，内存条，最后留意拔出cpu。拆完电脑后，我认真研究了一下各个硬件:网卡很好认，即使不看它的d-link标志，看一下它附带水晶头的插口即知;内存条也很好辨认，是直尺大小的一个绿色长条;鼠标是双飞燕的双键鼠标，手感自然比不上三键鼠标;光驱是nec的vcd光驱;硬盘是madein马来西亚的西部数据;至于机箱，我们的是卧式的，还有一些是立式的。

第二步进行装机实习。先安装amd的cpu。将零插拔力的插口的横杆拉起，然后将cpu无针的三角对准插口无孔的三角处放下去拉下横杆即告完成。接下来是装风扇——将风扇基座的簧片卡住cpu插口侧端亦固定完毕。只是由于供我们拆装的机子是较早前的电脑，其风扇接线并不是像常规的接法一样接在主板上，而是接在电源线上，这让我略微思考了一会。很简单地将显卡和网卡插在(白色的)pci插槽上，内存条插在黑色的插槽后，便要开始数据线的安装了。软驱的数据线最为明显，是分叉的，不用费劲就能够找出并装好。接下来是光驱，硬盘的数据线，因为我在家中安装过刻录机，安装它们自然不在话下。当然，那里有一个诀窍:将数据线的红色边缘朝向电源线接口那一方就不会接错了。另外，接鼠标的和键盘时发现其接口不是主流机箱接口中的绿色接口和紫色接口。

第三步是进行安装系统的实习。由于机子本身已经装有windows98系统，我们打算格式化系统盘后重新安装。先是直接在c盘下输入以下命令:formatc:/q，即快速格式化c盘。格式化完毕重启电脑，按del键进入bios设置界面，将启动顺序设置为cd-rom优先。保存设置退出后再次重启电脑，在光驱中放入win98安装盘，光盘引导后选取startwithcd-rom。一项，片刻后即进入win98安装界面。设置后便进入30来分钟的系统安装过程。安装过程进行到某一阶段后，系统会重启。重启三次后，win98操作系统便基本安装完毕。

第四步是安装硬件驱动程序。由于不熟悉各驱动安装盘的资料，又没有说明书可供参考，所以几乎是挨个尝试着安装的，而且失败了多次。其中有一次网卡的驱动程序安装完毕后无故障和冲突，但却无法正常使用网卡。之后找到了d-link的驱动重装了一遍才算安装成功。

第五步是练习分区。那里要用到dos的fdisk命令。在安装盘的win98目录下调用该命令后即进入分区菜单。首先是删除分区。选取第三项即是删除分区功能。新的菜单里又有子菜单供你选取，依次是删除基本分区，删除扩展分区和删除逻辑分区。需要注意的是，删除分区时务必先删除逻辑分区，再删除扩展分区，最后才删除基本分区，否则系统会提示删除分区无效。删除完分区后，就该回到主菜单选第一项建立分区。建立分区的顺序正好和删除分区的顺序相反。即先建立基本分区，再建立扩展分区，最后建立逻辑分区。值得注意的是，建立基本分区时系统会提示你是否将所有空间分配到该分区，那里选否，然后就能够自我定义分区的空间大小。另外在建立分区时不要设置卷标，否则系统可能会不识别分区。万一不留意设置了卷标也不要紧，再格式化一遍设置了卷标的分区，然后在系统提示是否清楚卷标时选取是即可。建立完全部分区后，就需要选取主菜单的第二项把基本分区设置成活动分区，最后退出fdisk的菜单，用format命令依次把各分区格式化一遍即可。

第六步是制作网线。网线的制作方法比较独特，先是用特制的钳子在网线的外皮上轻划一圈，即可用手把外皮剥掉。接下来是分线，剥离外皮的网线会露出八条小线，白色和彩色的小线两两绕在一齐。只需将八条小线从左到右按以下顺序分好即可:白，橙，白，蓝，白，绿，白，棕(没错，白线总是在左边)。最后，将蓝线和绿线左边的白线交换一下位置，一根网线就分好线了。分好线以后就能够安装水晶头了，将分好线的一头插入水晶头里，然后用刚才划外皮的特制钳子加紧水晶头即可。安装水晶头前必须要注意将八根小线弄平弄齐，否则装入水晶头时可能会出现个别小线套不上水晶头里的金属触片的状况，从而导致整根网线作废(只能剪掉水晶头重装)。

第七步是连接局域网。这一步倒没有什么太难的地方，只但是需要反复调试。可先在开始-运行里输入cmd进入命令提示符，然后输入ipconfig查看本机或是其它机子的ip地址。然后在网上邻居里设置好网关，子网掩码和ip地址就能够尝试着连接目标计算机了。如果连接不上能够思考在命令提示符里ping一下，看是否网络连接通畅。如果第四步和第六步工作没做好的话，都有可能导致这一步无法完成。

第八步是网上冲浪。进入这一步就相对简单多了。很多同学都对在线电影感兴趣，只是不明白免费在线电影网站的网址，我告诉他们网站的网址，又帮他们下载并安装好realplayer10，就能够在线观看电影了。但是有一点值得注意，机房的电脑都安装了还原精灵，一重启就会自动还原系统盘，所以我下载的软件一律放在d盘。与别人不一样的是，我并不着急网上冲浪，而是先下载一个叫maxthon(即遨游)的浏览器。众所周知，ie浏览器本身太耗资源，反应速度慢，且极易出现停止响应的现象，而遨游就快捷多了。下载好浏览器后，我之后下载紫光拼音输入法3。0，它相对于微软拼音和智能abc要好用得多。安装完紫光拼音后，我才正是开始网上冲浪。想去的网站太多，但是没记住它们的网址怎样办好在我有一个随叫随到的收藏夹，那就是我的网站。先在我的网站里进入千龙新闻网，看看当天有什么值得关注的新闻。之后进入全球中文论坛网，看看当日有什么精彩的帖子，然后就在博客中国里看看有哪些值得学习的知识。最之后到音乐网站听听的歌曲，来到flash网站看看flash新作，来到中国声音网听听曲艺，相声，用龙卷风收音机听听广播电台，不由感到畅快无比。简单之余，忽然想学些技术，于是看看手机有人网的手机资讯，看看京东多媒

体论坛的时尚数码，看看豆豆技术网里的电脑技术。最后是维护自我的网站。先回复留言本里的留言，更新一下建站日志，然后用写字板写下一篇已经构思好的文章，在网上发布。

不知不觉，一周的计算机实习结束了。这次实习就像一次简单愉快的旅行，开拓了我的视野，提升了我的技能，也加强了我的动手潜力，让我与电脑进行了一次零距离接触。

**实训总结计算机专业篇三**

时光荏苒，转眼间来xx实习已经五个月了，短暂的实习生活，在这行政助理实习报告中，除了工作经验和知识上的丰硕外，最大的收获莫过于“转变”二字——从校园思维模式到职场思维模式的转变，为今后尽快适应融入职场生涯奠定了基础。说到从校园思维模式到职场思维模式的转变，就不得不提到角色定位。从进入公司伊始，就要求自己以职场人员的标准要求自己，不能将学生行为带到工作环境中，但是在学习新的问题时依旧要像学生那样保持谦虚的态度。

一路走来，从开始的懵懵懂懂，到逐渐理出思路，目标逐步明朗。期间不仅熟悉了工作环境以及公司运作基本流程，更是学到了很多专业技能。

初始接触的是某移动传媒公司的项目。该项目主要分为两部分，一是制作公司制度全案;一是制作公司人力资源管理制度及体系，包括薪酬制度方案，绩效管理手册。

(一)在制作绩效管理手册中绩效考评指标一部分时，前期准备需要做到以下三点：

1、对媒体行业概况及公司的背景信息做详细深入的调查

2、熟练掌握绩效管理制度及绩效考核指标体系的方法论

3、熟悉公司的基本工作流程及组织结构

(二)在制作绩效考核指标中也遇到了很多难题：

1、制定部门kpi时，部门负责人的对抗，基于此我们与其上级领导进行沟通，使考核指标与目标值的确定更加趋于客观化合理化。

2、由于对工作流程不熟悉，影响kpi推导过程的准确把握。对此我通过各种途径熟悉理解各部门工作的内涵和流程。例如像财务部门，综合处的工作内容和流程同其他行业有很多共性，所以学习起来难度相对小些，对于业务部门有其独特性，则需要认真分析总结。

3、由于媒介工作的特殊属性，使得对节目制作编播人员的考核成为难点。对此我们将节目编播制作人员的绩效考核指标分为定性指标和定量指标，定性指标另行订立奖惩办法进行考核，这样就避免了一些影响较大的指标设置到kpi中分得的权重较小，体现不出激励作用。

“工欲善其事，必先利其器”培训课程就是培训师手中的利器，因此培训课程的设计成为整个培训系统的关键环节之一。在培训课件制作过程中，我逐步总结出其基本流程。

1、前期准备。

在制作课件前首先要调研客户需求，即要弄清楚学员是谁;他们需要什么;希望通过此次培训达到什么样的目的;解决什么问题等，弄清这些问题才能做到有的放失。

了解以上信息后就需要确定培训的主题。

2、设计具体内容。

首先搭建课程框架，然后填充内容，最后对课程润色，最后形成标准化课程。

3、注意事项。

前期准备工作中要尽量使自己关于某方面的知识完善，形成逻辑严密的系统;课件制作中的案例要丰富，多增加互动游戏，使课程不枯燥，生动有趣，生活中很多例子都可以成为素材，例如三鹿可以成为危机公关很好的案例;注意整个ppt的格式统一和标题美化。如客户开发换成客户开发的七大武器更加夺人眼球。

在公司实习期间除了工作内容的学习外，我还掌握了几点工作的方法，以此来提高工作质量和增加工作效率。

如联想三问(why、what、how)，即领导分派任务时要充分了解领导的目的，了解的越详细，工作实施起来才会更加到位和顺利。明白了为什么之后在做一个详尽规划，最后才去实施。这样就可以避免很很多无效劳动和重复工作。

二八原则：80%的产出来自20%最至关重要的行动，所以每天首先要做的就是当日工作计划，哪些工作是重要紧急的，哪些是重要不紧急的，先做什么后做什么，合理安排时间。

会议的基本程序：open(开场白)clarify(澄清观点)develop(展开讨论)facilitate(推动达成一致)close(总结)

要勇于承担工作任务，不懂得地方尽快学习，边工作边学习，不断的遇到新问题去面对和解决，才会迅速成长。

还有很多工作的方式和方法自己做的都不够到位，比如如何与上级汇报工作和沟通等，在今后的工作中我将继续努力学习，力求做到更好。

尽管在几个月的实习中我收获了很多，但是还是非常不成熟，需要继续在今后的工作中慢慢磨练。由于选择了跨专业的方向，所以还要补充大量的专业知识，除了人力资源的3p核心要拓实基础外，由于人力资源管理是管理学的分支，所以管理学的知识不得不学，还要注意管理思维的培养;其次由于人力资源管理作为一门以“人”和“群体”为对象的学科，那么研究人和群体心理行为的组织行为学心理学也要学好;对于组织的其他功能如市场营销生产管理组织结构的设计流程功能等都要深入了解，只有如此才能在今后的工作中“不畏浮云遮望眼”，才能做到目标明确。

**实训总结计算机专业篇四**

时间过的真快，在这过去一个3个月时间里，我在\_\_科技有限公司实习从事linu运维工作。在公司实习的这段时间，我主要和其他的实习生一起负责公司刚开发的xx系统的部署、更新。

这三月的时间，在同事和项目经理的帮助之下，成功完成了本次的生产实习的任务。以下是我这些天的工作总结：

1、在职业方面，敬业爱岗，具有强烈的责任感和事业心，和积极主动的学习专业知识，工作态度端正，认真负责。

2、顶岗实习工作总结在专业知识，工作能力方面，在这3个月的实习时间里，我努力的学习软件开发的技术和架构知识，阅读大量资料，对软件开发技术有了一定的了解，可以开发小型的管理系统等软件，工作能力也有了很大的提高，使自己能够在激烈的竞争中保持自己的优势。

3、工作态度和勤奋敬业方面，热爱自己的本职工作，能够正确认真的对待没一项工作，工作投入，热心为大家服务，按时出勤，工作能够按时完成。

4、工作质量成绩，效益和贡献方面，在开展工作前做好个人计划，有主次先后及时的完成各项任务，达到预期的效果，质量完成任务，工作效率高，同时在工作中学习很多东西，也全锻炼了自己，经过了不懈的努力，使工作水平，专业知识，都有了长足的进步。

回顾这段时间的实习生活，受益匪浅，特别是在人际交流当中的解决问题的能力有了较大进步，在这里我是感谢在工作上帮助过我以及教育我如何待人处世的同事。

我会好好利用这段时间学到的这些知识和经验，应用到我以后的工作和学习当中，我还会继续累积更多的知识和经验为今后踏入社会做好充分的准备。

为了加强自己的动手能力，让理论结合实践，我来到\_\_股份公司为期一个月的实习。因为和专业相关，所以我被安排到技术客服部，主要是电脑维修服务工作。一个月的时间很快就过去了，回顾这段时间，虽然比较辛苦，但也充分感受到工作的乐趣以及在课堂上学到的东西在实际中的结合，可谓收获颇丰，下面就是自己的实习鉴定。

这次实习主要是专业实习教学环节，把原来的认识实习、生产实习和毕业实习集中到一起，为了加强和巩固理论知识，发现问题并运用所学知识分析问题和解决问题的能力，锻炼自己的实习工作能力，了解实习单位的计算机技术的应用情况。而我所在的部门正好是要求动手能力比较强的一个技术性部门，所以针对性是比较强的。

虽然我学的是计算机硬件专业，但在电脑维修服务方面的知识还是很缺乏的，所以一切都要从零学起。刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机的公司的规章制度，让我对公司运营情况和计算机，特别是系统有了一定的认识，理解了我技术服务部的电脑工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市目中的形象，经常领着我去进行顾客回访、产品市场调查；后来，又让我参与了一些具体的工作，比如约定顾客、维修单开立、对外宣传以及。在部门领导及全体同事的帮助指导下，经过这么多天的学习、工作，我已熟悉整个电脑服务的流程，可以、熟练地比较准确地报出各种电脑故障问题。

在实习期间，我深切地感受到，技术服务部是一个团结、上进、充满活力的集体。每天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，刚开始的时候有点手忙脚乱，不是这边搞错就是那边忘了，都是同事帮我纠正。由于后来心态的调整和熟练了，慢慢地学得差不多了，过了两个星期左右，由于原来只有我的同事一个人上白班忙不过来，就把我和她安排在一起，从晚上八点到第二天八点！真累啊！

实习时短暂的，影响却是长远的。由对一窍不通到现在对它的原理和生产流程都有所了解，虽然这是一些简简单的基本操作，但是只要我们的记录不正确和安排的疏忽都会影响到公司的声誉和给客户造成不利影响。工作中不但要细心，勤奋，而且还要团结，沟通，处理事情才会更加的有效率。

**实训总结计算机专业篇五**

实习，是开端也是结束。展此刻自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也感受到了沉甸甸的职责。

通过毕业前的实习巩固自己在大学期间所学的相关知识，锻炼自己实际的工作经验，熟悉linu运维相关知识。锻炼自己在工作中的人际关系。让自己在毕业之后能尽快实现从学校到社会的转变。

1、巩固大学期间所学的知识。

2、学习互联网企业的运营模式。

3、延伸linu的应用，学习实现系统运维。

4、了解服务器的相关知识，为系统运维打下坚实基础。

1、学习redhatlinu服务器平台的安装与搭建，并将其应用到现实的工作中，能独立完成批量服务器系统的安装。

2、熟悉公司所用服务器的各个型号，了解服务器的架构知识，学习raid和远程管理卡的相关知识，并能够在服务器中部署。学习磁盘阵列的设置及其部署知识。

3、在linu下熟悉应用项目的部署，包括apache、tomcat、ngin等服务器的部署，并且把应用项目成功部署在tomcat服务器。

4、熟悉应用项目的负载均衡配置、日志切割、数据备份等一些服务器优化软件和工具，为应用项目做好各个方面的优化。

5、熟悉oracle数据库，了解应用项目所需的oracle数据库，可以在项目中正确部署oracle数据库。

6、深入学习linu系统知识，了解工作的基本原理与工作之中常见的问题，做好系统的运维工作。

经过在广州市文渊信息科技有限公司三个月的实习，使我真正认识了什么是linu运维。学到了大学期间没法学到的知识，并且巩固了大学期间所学的知识。除此之外，我还了解了it企业的运营模式。

能够从事linu运维工作，我感到非常开心，我也非常珍惜这个来之不易的机会，在这段实习期间我学到了很多东西，也见识了很多从来没有见过的企业级的网络设备和服务器。从企业级服务器，交换机，路由到磁盘阵列和负载均衡设备。实习的时间虽然不长但是我的收获是无限的。相信实习的经历必将对我未来的工作产生深远的影响。我从以下几个方面来分析和总结这段时间的工作：

（一）、入职公司。

我进这公司，是我的一个同学介绍的，他介绍我到那公司去面试，结果通过了。第二周就可以到公司上班了，是从事linu运维工作。

第一天去公司上班心情非常激动。我是到公司的工程部，职位是系统工程师，这个职位我很喜欢。我心底里想，我一定要以出色的工作来报答这个职位，要做一位出色的系统工程师。

当我在实习劳务合同上签下自己名字的那一刻我对自己说，我的职场生活从这里开始了。我的实习生会在这些配置下正式开始了。

（二）、工作性质。

来到一家公司就等于自己已经踏入了社会，我们再也不能像在学生时

代那样随意和散漫了。我们要按时的完成自己的工作，我们要在工作中不断的去学习区超越。

来到公司的第一天，我就要对我们这个工程部有个全面的认识，我们负责公司家校通项目服务器的运维工作。听到我们的工作我被震撼了，原来我们这个部门这么重要，我们是整个公司运作的基础，我们工作的好坏直接关系到公司服务是否正常。

（三）、工作的态度

人性总是有一些弱点，公司太一帆风顺时会觉得工作乏味没有挑战性；工作太有挑战性时，觉得自己没有那么强的能力去把他做好，因为满眼的都是困难、措折、痛苦和压力。人们最喜欢那种事情在自己的掌控当中，又有一些可以创新的工作和小的挑战，我就是那种人。但是在现实生活中，很难碰到适合自己味口的工作。前段时间工作积极性特别的高涨，但是在写这篇报告时，心情却沉入了低谷，所以言词可能比较消极。在做一件事前，我就在想“要么不做，要做就做到”，所以我会尽一切努力去把它们做好。在遇到困难时，想想为什么会出现这种问题，有什么解决方法，哪些是我可以做到的，哪些是需要别人帮助才能完成的。“罗马不是一天可以建成的”，要每天多学一点，长久后才可以成长起来。人总是在与自己搏奕，有时赢了有时输了，人的心理在不断的辗转。

在工作时需要注意以下几点：

1、上班就得专心做公司的事，下班时一定要完成自己手中的工作，不要把工作留在第二天。同时更重要的是我们要多学些东西，多想自己的事情，要明白什么是自己真正想要的，努力提升自己在工作中所欠缺的各种知识和技能。

2、在对公司各种设备的应用熟悉的请框下，我们还要学习相关的原理知识，因为我们在未来的工作中海会遇到各种未见过的问题，这不仅需要我们的经验，更需要我们队设备原理的理解。

3、当我们的工作与其他发生冲突的时候，我们要保证重要的。例如在工作中我们遇到故障，我们应首先保证服务，我们要先让服务跑起来，让客户能正常的访问我们的网站。至于我们的故障我们可以等服务保证了在解决。有些提案发生矛盾是我们应分清轻重，例如管理员要做raid又要保留硬盘的数据。我们应该先于其联系，确定工作后才实施。

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