

# 2023年大学生实训总结 大学生实训总结 报告(优质5篇)

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学生实训总结篇一

经过一个星期的商务沟通实训课，我受益匪浅。我学到了许多东西，不但获得了许多实训经验，也学会许多为人处世的道理。为我步入社会得到了更多的锻炼。

第一次的实训课老师详细的给我们讲解了面试要注意的问题，特别强调了面试时候的穿着，老师的谆谆教导我都铭记在心，为我将来面试提供许多较好的参考。

第二次的实训课实践性较强，老师与班长等人模拟现场作为面试官，而我则作为一位面试人员，这是我人生第一次面试，我自认为我的逻辑能力和应变能力不高，心态也一直不够好，从小走着低调的路线，性格较内向，于是我踊跃参与这次面试，算是锻炼自己的一次机会。在面试过程中，考官的问题的确比较棘手，我的回答也是语无伦次。虽然我面试不怎么成功，但是我感到欣慰，因为我有勇气上去。

第三次的实训课老师提前让我们做好ppt次日展示并演讲。我的ppt我花了较多时间制作，当晚修改到2点才结束，也提前做好演讲草稿，但是次日我上台便脑子一片空白，没有很好的展示自己的ppt我希望经过这次的经历，在以后的生活

中，我能加强适应能力。

总之，这次的实训课我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。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。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，我有很多的缺陷和不足。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，在挫折面前我们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。用我演讲ppt的一句话总结：人生就如网购，大多数人看不到最真实的自己，就如网购商品的虚拟性。但是，只要你擦脸眼睛，打开心窗，做最真实的自己，那么，你的人生才会被大家给予更多的好评。当别人在寻找朋友或另一半时，在茫茫人群中搜索时，可能你就排在前面！

## 大学生实训总结篇二

创业并不是一朝一夕的事，必须具备丰富的创业经验和知识，以及对市场的洞察力，并且要有足够的资本、技术，同时必须要有良好的心态，因为做任何事情都会遇到挫折和困难，更何况创业也面临着倒闭的危险，所以我们必须做好面对这些的良好心态。总之，我们一定要把握好当前的机会，根据自身条件合理地为自己打造一片未来的天空。因为创业的话题是永恒的，但创业的选择须慎重。

## 大学生实训总结篇三

20\_\_年x月x日—\_\_日

(周一至周五)

## 二、培训目的

通过本课程的实训，可以更深入地了解大学生电子商务的现实意义，电子商务的现状和未来发展空间。通过了解本专业的社会发展，学生可以更好地了解自己的专业，将课堂知识与实际工作相结合，达到理论与实践相结合的目的，为步入社会做好准备，进行必要的热身和适应。

## 三、培训要求

- 1 • 让学生加深对电子商务基本理论和概念的理解。
- 2 • 培养学生解决实际问题的能力。
- 3 • 培养学生认真细致的态度和科学严谨的训练风格和习惯。
- 4 • 要求每个学生独立完成一份培训报告。

## 第四，培训安排

周一，训练前的准备

周二，训练动员会议

周三，参观无锡科技会展中心，感受科技

周四，参观博一教育

周五和\_\_学长学姐交流相关专业知识

## 实际培训经验

一周的训练不知不觉就过去了。我不敢说我在这里学到了很多，但我真的明白了很多。学校提供的培训是一个很好的学习机会，可以探索自己的兴趣和未来的发展方向，让自己提

前意识到自己想要什么，“我不知道，我先知道。”。两周的实习生活让我受益匪浅，实习经历历历在目。

电子商务实训课程是学生学习电子商务方法、掌握电子商务技能的重要渠道。

在实习的过程中，我们参观了无锡新区科技馆，感受了科技，普及了教育，让我认识到了科技和网络的重要性。电子商务依赖于计算机网络，网络的快速发展也使得电子商务发展迅速。在20\_\_年与学姐学长的交流中，我们也学到了很多在课堂上学不到的有价值的`知识。我相信这对我们今后的工作会有很大的帮助。通过这次培训，我认识到认真学习电子商务的重要性，注重理论与实践的结合。理论固然重要，但是训练操作可以让我们更快的掌握这些知识。

通过这次培训，我们对电子商务的特点和应用领域有了更深入的了解，学习和体会到了电子商务的核心思想。在实训的过程中，我学会了，也提高了自己。在现代信息时代，许多交易都是通过网络实现的。所以掌握这方面的知识越来越重要，这次培训是我们对电子商务有更深入了解的一个非常好的机会。其次，我们也感受到了电子商务的优越性，不禁对自己当时的选择窃喜。

有人说训练很辛苦，但我觉得训练是一件很有意义的事情。在这次培训中我接触到了很多新的东西，给我带来了新的体验，新的体验。学校给了我们这次培训的机会，为我们的学习和未来的工作铺平了美好的场景。所以我坚信，只要用心探索，勇敢尝试，就会有更大的收获和启发。也许只有这样，我才能为以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验，获得更大的收获！

## 大学生实训总结篇四

大学生通过实习实训，深入职业岗位，能进一步认识自己、认识职业生涯、认识社会，提前适应社会生活。本站小编为你整理了大学生实训个人总结范文，希望可以帮到您。

我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生!

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查;七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了!”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见

管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的意义。实习是一种对用人单位和实

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。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。一是自主学习——工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，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升自己，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。在我们实习的单位里，我就遇见了几个非常和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原来理论跟实际是有很大的差距的。二是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，更需要通过多做多问来积累经验。特别是我们的工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，只是自由观摩，如果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。三是基本礼仪——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。四是为人处事——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。

我想，通过这次实习让我认清了自己的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

扎实的专业知识是提高工作水平的坚实基础. 在学校学习专业知识时, 可能感觉枯燥无味, 但当工作以后, 才会发现专业知识是多么的重要. 如我学的电控技术. 机械原理, 液压与制动, 汽车构造这些是必须知道的, 因为在日常工作中要处处用到. 但我要想提高我的工作效率, 工作质量, 这些知识只是知道是远远不行的, 而是要精通. 做为生产技术, 在汽车行业来说就是设备方面的权威, 若没有扎实的机械知识, 在这方面你怎能服人那? 遇到设备问题怎能快速有效的解决呢? 工作中不但要有良好的工作态度, 而且还要有很好的表现力. 中国有句俗语: "踏踏



实实做人,老老实实做事。”在今天,只是老老实实,勤勤恳恳做事是不够的,你还要学会适时地,恰当地表现自己.让老板知道你做了什么,让老板知道你的存在是必要的!这样你才有发展的可能,别人才会认可你,承认你!团结协作,善于沟通.团结协作指的是部门内部.你这个部门肯定不止你一个人,作为部门担当,你若想把本部门的事做的出色,那你必须把部门成员团结起来,发挥集体的力量,那样才能事半功倍!虽然我们这次的实习没有考虑这些,但我想这些都是在今后的工作学习中都非常必要的。善于沟通是指部门之间.任何一个公司都是由众多部门组成的.部门之间的沟通是必要的也是必须的.总之,用知识武装起自己来,学会做人,学会做事。你才能成功!

## 一、此阶段的思想工作汇报

(一)在思想上,不断加强思想政治修养锻炼,加强理论学习,增强党性,提高政治素质。

自工作以来,我坚持学习毛泽东思想、理论和“三个代表”重要思想、党的以及xx届三中全会等重要会议精神,并且有计划地阅读有关党建、党史及党员先进事迹的书籍和报刊等,不断加强对党的路线、方针政策的认识和理解,从根本上提高政治素质,尽快适应乡镇各项工作的需要。尽管自己在母校南开的四年里曾经系统地学习了很理论知识,但到了基层乡镇,我将面临一个全新的领域和天地,所以要保持一个选调生党员干部的先进性,就必须不断地加强自我学习。

(二)在工作上,脚踏实地,安于本分,严于律己,严肃认真,谦虚谨慎,完成领导交办的每一件事情。

自从从事党政办、组织办、团委的工作以来,为了能更好地胜任这项工作,一来,深入农村,了解农民生产、生活情况,弄清楚当前农村工作的热点、难点问题,抓紧时间加紧学习业务知识,努力提高理论修养、写作水平,与同事一道认真做好上传下达、文件收发、文件管理等各项日常工作,热情

接待来访群众，能力范围内及时为他们办妥各种事情。作为党政办公室的工作人员，我严格要求自己，注意言行举止，做到不亢不卑，树立良好的办公室人员形象，与同事和睦相处，注意做好团结工作，团结同事，协调好各方面的关系，创造良好的工作环境；二来，作为组织干事，我积极配合组织委员做好党委的各项组织工作，同时根据上级要求完成各项组工任务；三来，作为团委书记，我积极筹备共青团高陂镇第十二次代表大会，并顺利地完成了新一届团委委员和出席县第十八次团代会代表的选举工作，超额完成团县委下达的20xx年度重点团报团刊的征订任务以及团费的收缴上交任务，工作过程中的积极表现受到了领导和同事的一致好评。在包村工作中，我认真地做好计生、新农合、非法煤窑和森林防火巡查的相关工作。

(三)在学习上，坚持做到边工作边学习，终身学习。当今社会处于一个以信息作为重要生产力的时代，谁掌握的知识，谁就拥有了进步的阶梯。更何况我作为一名选调生党员干部，更需要善于学习，向书本学习，向实践学习，向群众学习，谦虚好学，多请教领导和同事，学习他们科学的工作方法、优良的工作作风和高超的人际协调技巧。我记得，龙岩市人事局领导在08选调生报到会上的讲话：“到了基层乡镇，你要忘记自己曾经是多么的优秀，忘记选调生头顶上的光环，一切要从头开始，虚心学习各种农村工作的方法和知识，尽早融入到基层工作队伍中。”因此，在基层工作中选调生党员干部更需要不断地扩大自己的知识面，提高自己在所在岗位上的认知水平。

在取得工作成绩的同时，我深知成绩的取得和党委、政府的领导和支持是紧密关联的，我也明白自己身上还有很多不足，如理论水平不足，公文写作水平有待提高，工作经验有待丰富，组织协调能力有待增强。因此，我一定会在今后的学习、工作和生活中扬长避短，使自己政治上更成熟，学习上更进步，言行上更符合一个选调生党员干部的标准。

## 二、基层工作面临的五个困境。

### (一)困境之选调生在管理上没有明确的制度。

没有明确的管理办法和实施方案，使选调生对自己的奋斗目标没有足够的认识，找不到奋斗方向，从而影响工作热情。希望组织部门能够为选调生制定科学的管理制度。

### (二)困境之城乡生活差距大。

刚走出“象牙塔”，过惯了城市生活和校园生活，刚来到农村，首先要面对的是艰苦的生活条件，可能出现吃不香、睡不好、住不惯等问题，特别是农村基层各方面的设施跟大城市无法比拟，道路、商店、就医等各方面在规模、档次上都有差距。曾经的霓虹灯不再闪烁，象牙塔的日子成为了永久的回忆，眼前只有几幢破旧不堪的老房屋，简陋的办公桌椅……因此，我们要及时调整自己的心态，加快适应基层生活的步伐，实现从“城市”到“农村”，从“学校”到“社会”的转变。

(三)困境之语言交流困难。选调生里面有相当一部分未按照生源地分配，由于工作所在地的本地人习惯讲本地话，并且选调生在农村基层工作，接触的基本上是基层干部群众，许多群众的讲话中还带有浓厚的地方方言，用普通话和基层群众打交道，无形中有一种距离感，我记得有一次用电话通知流出的计生对象落实“双查”任务，对方一听到我用普通话说自己是镇上的包村计生干部，就“哐当”把电话给挂了。因此，选调生到农村工作，语言障碍将成为制约选调生工作生活的一个重要因素。因此，我们到基层后，要尽早脱离身上的“书生气”，大胆地、真诚地与基层干部群众打交道，尽快了解和熟悉当地地方语言，多结识朋友，在交往中了解基层、增长见识、学习经验，使自己迅速完成由“大学生”向“基层干部”（小学生）的转变。

(四)困境之精神寂寞。基层工作，离开了繁华和热闹的城市，夜晚也没有什么娱乐设施和场所，而乡镇干部晚上的娱乐方式大多是喝酒，而偏偏自己的酒量太差，又会过敏。在一个人生地不熟的地方，除了同期来的一个选聘生和两个“三支一扶”的同龄人，能够说上话的人没有几个，出现短暂时期的精神寂寞空虚在所难免。因此，选调生要有充分的思想准备，工作中多和基层干部交流学习，生活中多看书看报，努力从寂寞空虚的生活中走出来，学会用工作和学习的办法充实自己的生活。

共2页，当前第1页12

## 大学生实训总结篇五

两周的实训在今天画上了圆满的句号。实训让我们对平时学习的理论知识与实际操作相结合，在理论和实训教学基础上进一步巩固已学基本理论及应用知识并加以综合提高，学会将知识应用于实际的方法，提高分析和解决问题的能力。

我们以\*\*公司为实训资料，通过用友软件建立一套系统管理，对总账系统、固定资产系统、工资管理系统以及其他子系统有了一个比较全面的认识。之前的《会计电算化》课程都是跟着老师一步一个脚印地做，会与不会连自己都评判不了，而这次实训则截然不同。打开《会计电算化实训教程》，目录的上篇就是用友软件的的实训部分，也就是我们要求实训的内容。总观目录，其内容分为十六个部分，如管理系统、基础设置、总账初始化、凭证处理等。凭着这些文字及其解释，我们开始了自己的工作。

不做不知道，一做吓一跳。单枪匹马上阵还真是为难，错误百出。首先，是会计科目。开始时根据资料增加和修改会计科目，等到填制凭证时才发现要新增会计科目，更换操作员再进入“基础数据”，然后更改。增加的明细科目，会把总账科目的金额过渡到明细科目中。第二，在录入凭证时，有的关系到应付账款、应付票据、应收账款、应收票据的会计

科目的使用，则会出现该“科目系统受控不能应用”。这时我们应该调出会计科目然后找到该科目修改此科目把受控系统去掉，这时就能使用了。出纳签字时没有符合条件的凭证，凭证审核后，进行出纳签字时出现了“没有符合条件的凭证”，原来是因为在定义凭证时没有设置该项内容。第三，输入银行对账单时，日期不是超出范围就不符合要求，经过老师指点才发现，进入时没有选对日期，所以银行对账单总是出问题。最后，在生成报表时遇到的问题更多，很多数都不平，我们只好逐笔查找错误并对正明细账，发现确实错了后不得不进行反记账、取消审核取、消出纳签字进行修改。然后再出纳签字、审核、记账。再查看报表中的数据是否正确。

“实践是检验真理的标准”。通过自身实践，重新过滤了一遍所学知识，让我学到了很多在课堂上根本不会体验到的知识。并且，经过自己的研究和老师的指导后，也打开了视野，增长了见识，收获颇丰。同时对于一向都比较粗心的我来说，也更深刻的认识到要做一个合格的会计工作者并非我以前想的那么容易，最重要的还是细致严谨。

总之，此次实训，我深刻体会到了跟紧科技步伐的重要性。作为新一代会计人员，不仅要求手工记账，还要求掌握会计电算化，并能很好地运用到实际工作中。实训培养了我们分析经济业务，并根据经济业务进行会计电算化制单、记账、成本核算、报账的能力；提高了我们电算化会计实务处理能力；加强了我们的分析经济业务并进行正确核算、成本计算等实际会计操作能力。使我们真正具备会计岗位所应具备的分析、判断和操作能力，为走上工作岗位打下坚实的基础。

会计实训总结1000字大学生会计实训总结3000字