

最新实习生每周工作总结报告(模板7篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

实习生每周工作总结报告篇一

本人从去年暑假到现在一直都在肯德基百花餐厅做兼职。对于百花肯德基的生产运作比较了解。所以我针对肯德基的生产运作组织方式，生产运做流程，工作设计做详细分析。

肯德基拥有汉堡，鸡肉卷，炸鸡翅，新奥尔良烤翅等十多种食品。那他的生产设备是采取何种生产运作组织方式呢？肯德基采用的是工艺对象专业化的组织方式。下面我以香辣鸡翅、薯条和新奥尔良烤翅为例。

其实，肯德基的油炸机有几个功能键。你可以根据你所要炸的食品选择功能键，机器会自动调试合适的温度和时间。可以说肯德基所有的油炸食品都要通过油炸机。而且像香辣鸡翅，新奥尔良烤翅等食品都要事先在腌制房解冻，清洗，腌制。这些布置是很明显的工艺对象专业化。这样的一物多用对产品的变化有较好的适应性；有利充分利用设备和员工的工作时间；便于进行工艺管理。不利之处是有时几种产品都缺时，特别是正餐高峰期，就会同时争夺有限的资源。

虽然肯德基的设备利用比较合理，但是某些产品仍然出现瓶颈的问题。例如墨西哥鸡肉卷在每周的午餐、晚餐时段都会供不应求。一方面因为肯德基的食品实行保鲜原则，货架上的食品超过一定的时间就全部废弃。而墨西哥鸡肉卷的保存时间最短，只有十分钟。超过十分钟，鸡肉卷的外面的那层薄饼就变得硬，影响口感。为了给顾客最美味的食品，这

些“过期食品”都要废弃。肯德基为了减少浪费和节约成本，在制订鸡肉卷的生产计划比较谨慎。

从另一方面来说，墨西哥鸡肉卷的生产流程的产出节拍取决于几个工序中最慢的节拍油炸(7分钟)。即是说油炸这一工序就是瓶颈所在了。也许你会以为7分钟是一个很短的时间，但这已足以降低顾客的满意度。作为顾客，当然是想随到随有又新鲜。但是由于墨西哥鸡肉卷并不像薯条一样普遍受到每个顾客的欢迎，所以一般是现做现卖。但是往往在就餐高峰期，属于生产工艺对象化的油炸机就出现被争夺资源的情况。也就是说当要炸鸡肉条时，都需要等油炸机的空位。针对这个问题，肯德基的餐厅经理必须了解每个星期的人流量和关注是否有大型活动在百花广场附近举行，或到一些节日都要改变生产计划，增加供应。所以开始对油炸鸡肉条时间的预测就显得十分关键。一般在周末的早上8:00—10:00时段，货架上上不超过2条鸡肉卷。到11:00—14:00和17:00—19:00货架上保持5条的供应量。因为既要考虑新鲜又要保证不废弃，况且顾客的口味比较难琢磨。所以对于瓶颈问题，只能说是缓解，而不能得到根本上的解决。正如曾教授所说的：“课本上完美的计算到了实践中就行不通啊，因为要考虑的因素实在是太多了”。

任何一个生产系统都包括设备，技术，组织方式和人的因素等，所以我这次就把肯德基的生产组织方式和人的工作设计结合起来讲。

在肯德基，标准高于一切。员工的工作有高度的标准化和专业化。所谓工作标准化是指一个训练有素的人员完成一定的工作所需的时间，他完成这样工作应该预先设定好方法，用其正常的努力程度和正常的技能，所以也叫时间标准。肯德基对不同岗位的员工都有不同的标准。例如考核一位墨西哥鸡肉卷的制作人的工作是否合格，只要根据他的制作速度，工作步骤是否正确，在酱料和蔬菜的搭配上是否适量。然后把这些标准全部量化(优秀3分，好2分，合格1分，不合格0)。

在每个月的月初，餐厅经理就会根据他的考核表评估其工作绩效的好坏。

这样标准化和专业化的优点是：

- 1、工作人员只需较少的时间就可以掌握工作方法和步骤。
- 2、工作速度较快，产出高。
- 3、对工作人员的技能 and 受到教育的程度要求较低。因此人员来源充分，工资水平也不高。那就是肯德基支付3.5元/时的原因了。

肯德基这种工作方法和工作设计的思想主要是向技术侧面出发，有一定的局限性。这些局限性体现在：

- 1、像这样将工作细化，单纯化，标准化，往往容易产生单调感，它导致人对工作变得淡漠，对于一些工作问题可能会习以为常或视而不见。
- 2、只注重个人的效率，强调个人工作方法的改善和最优而忽略团队工作的重要性。导致工序之间的分离，对提高整体效率很不利。

所以我认为：肯德基在拥有先进设备，优化的生产组织方式的情况下，在工作设计方面应该人性化些，激发员工的工作热情。如果员工有很高的工作积极性，他根据经验和向上层领导反映情况甚至会尽最大的努力改进或协助改革。对于瓶颈问题或其他问题都能得到更好的解决，因为在生产运作管理中，人的因素是十分关键的。

通过《生产运营管理》课程的学习和在肯德基的实践，我了解到了肯德基在生产运营方面的优势和缺陷，也得到启示，真是受益良多。

实习生每周工作总结报告篇二

七天的社会实践，我从初期准备阶段满怀憧憬的开始，到实践期间亲身经历的深刻体会，再到临行时依依不舍的结束，实践的每一天都让我感慨万分，收获良多。在暑期社会实践活动筹备阶段之前，我就经常听师兄说起过。每次听完师兄师姐们讲起社会实践时，那份快乐幸福总是洋溢在脸上。于是我决定要参与到暑期社会实践活动，我一定要亲身的去感受那份快乐。通过社会实践我可以趁此机会锻炼自己，提高各方面的能力；同时我也可以收获真挚的友情，建立真正的好长久友谊。还有就是想借此机会提前接触社会，向当地的居民带去我们点滴的爱心，向社会奉献我们大学生应有的微薄力量。

从报名参与这次暑期社会实践活动开始，我就做好吃苦耐劳的准备，为了这次期盼已久的实践，就算再苦再累我都要坚持。现在实践结束了，整个实践的过程中，虽然有时我觉得自己做得不是很优秀，但我对自己的表现还是满意的。

吃苦耐劳的思想准备是真正投入到暑期社会实践活动的基本前提。所以，实践团组织为让大家做好思想方面的准备，从模拟阶段开始就对队员们严格要求，并对纪律方面制定了严格的规章制度。由于我是被分配到调研小组，其工作的主要职责是通过调查问卷的形式了解当地的一些教育情况，这是这次实践活动其中的一大项目。要进行调研，光靠我们调研组的几名成员是远远不够的，我们还需要大家每一名实践队员的帮忙。由于在惠城那边是由我来负责这里的调研工作，我尽量根据大家各自工作之余的时间来安排调研的人员。七月的天气烈日炎炎，大家都是浸泡在汗水中工作的，但大家还是任劳任怨。我想，大家的努力是我们模拟调研能够取得成功的一大因素。当然，团长的调配以及之前的模拟调研都使我们工作起来又减少了许多麻烦。还有就是大家的积极服从安排很大的促进了这次的调研成功。所以说，一个组织如果没有了纪律，就如一盘散沙没有了水，怎样都捏不成一

团泥。

就这样，模拟阶段严格的. 团队纪律制度让我们从思想上做好了吃苦耐劳的准备，为真正的暑期社会实践活动打好思想基础。

历经一周的模拟社会实践之后才开始我们真正的暑期社会实践活动。铁定的纪律是团长们组织领导好所有成员的坚强后盾，所有纪律中强调最多的是要与团队集体活动，严禁单独行动并且要注意形象。从头到尾，他们给大家灌输这种大局观念，渐渐地让我们形成了强烈的意识。毋庸置疑，这给我们真正的暑期社会实践活动做好了思想的准备。

工作开展之后，我们赴惠来实践服务团的惠城小分队主要的工作职责有：项目调研和义教活动。为了能使大家参与到每个活动中，团长在每天晚上的小会议后总是重新安排人员的工作，让大家都能尽可能的参加各项工作，得到不同方面的锻炼，提高全方面的能力。

义教活动，是我们小分队本次活动的主要工作之一。由于大家都是第一次踏上讲台为小朋友们授课，经验不足让我们显得捉襟见肘。一是不知怎么办。于是我们只能通过花多一点时间在备课上来弥补我们经验的不足。但是时间也就只能在休息时间中争取了。于是这个星期里在深夜依然有同学在积极努力的备课。除了经验不足，另外一个难题是我们每次的授课对象都在变动，因为我们是上的补习班，班上的同学年龄大小不一，学的进度参差不齐，这更是给我们备课增加了不少难度。所以，平时的那种系统的教学形式已经不可能适用了。由此，我们只能确定每次上课的主题，然后围绕主题来进行备课。就这样，每次上课都让我们积累不同的经验。到了后面两天，经验积累多了，我们在备课上所消耗的精力和时间也就慢慢减少了。

这对我来说是一个挑战，但是，当我走进教室站在讲台上，

台下的所有的渴望的眼睛都望着我，脸上流露出开心的笑容，注视着我的一举一动，我心里久久震撼不静，备课时所有的疲倦和抱怨也便烟消云散了。是孩子们的活泼可爱让我忘记了辛劳疲惫，是孩子们的天真好学让我克服重重障碍，也是孩子们对我的尊重让我意识到我的存在。

虽然，我们不能给孩子们很短的时间内灌输许多的知识，不能真正的提高他们的知识水平，但是只要我们能引起他们学习的兴趣也便足够了。经过社会实践之后才知道，原来我们这样的付出也能给孩子们带去爱心和希望。爱，平凡而不平庸，有了爱就会有希望，我们的不经意的爱心就带给了小朋友对学习对大学的期望。

实习生每周工作总结报告篇三

认识并融入这个团队，学习是拉近距离、融入团队的最好办法，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

大学生实习自我鉴定模板：在这三个月实习里面，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向同事请教经验，传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处。

实习期间我认真刻苦、吃苦耐劳，有上进心。为人诚恳、虚心好学、能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想积极上进，接受能力和独立能力强，有很强的团队精神和集体荣誉感。做事认真负责，有很强的责任心。有强烈的上进心、事业心，有很强的对环境的适应能力，能很快融入集体。

在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量

完成工作任务。同时，我严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象。我脚踏实地的工作，努力做到最好，工作始终以“热心、细心”为准则。遇到不懂的问题，积极问同事，在同事的热心帮助下，问题很快就解决了，这简短的实习生活，虽然紧张，收获也很多。但给我的仅仅是初步的经验累积，对于往后迈出社会还是不够的。

通过实习我明白到：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，我牢记一个规则：我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。

我相信通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

一岁一枯荣，一朝一暮，大学四年就如白驹过隙，蓦然回首，大学四年的过往深深地烙在我这颗心上。以下是我为了证明这四年不虚此行作出的自我评价。

本人热爱祖国，拥护中国共产党，坚持四项基本原则，坚持改革开放，思想上严格要求自己，不断思想觉悟，积极向党组织靠拢。

大学四年，我的学习成绩一直保持优秀，工作或生活上都本着

“团结、奋进、求实、创新、”的校训，时刻严格要求自己，鼓励自己勇往直前，不怕艰辛不怕困苦，向自己的成功彼岸迈进。特别在体育专业上具备牢固的专业理论知识。尤其在田径、篮球、足球等方面更为突出，是一个全面发展的学生。曾三次代表班际篮球联赛，并取得的第一名、第二名、第三名，代表系参加校篮球联赛、游泳比赛并获得第一名，第二名。此外我还积极参加篮球、田径、游泳、乒乓球等各种裁判工作，并获得“优秀裁判员”称号。作为体育教育专业的学生，本人把“教育”作为人生的目标，并具备强烈的事业心和责任感。本人还热心于社会实践，曾多次参加社会实践工作，具有较强的组织能力。本人自尊自爱，尊敬师长，团结同学，很好的人际关系，对人诚实，可胜任中、小学体育教育工作。我成功过，失败过，但每次跌倒我又顽强奋起，因为我相信它只是我前进路上的基石。展望新世纪，我充满信心，我将以满腔热情迎接挑战，充分展示一名跨世纪大学生的英姿，争做一名优秀的“人类灵魂工程师”。当我将这几年的酸、甜、苦、辣浓缩在此网页时，我想了很多，这么多年的风风雨雨再一次涌上心头。我本是平凡人，却在不平坦的道路上得到了那么多人的教诲，鼓舞与帮助。因此，在进入社会之后，我始终会以一颗谦卑、热情而又执着的心来对待我的事业和我的朋友，始终以朴实的性格，实干的作风，豁达的态度，乐观的精神去诚诚恳恳地工作，踏踏实实地走好人生路！

大学四年生活，虽然短暂，但我过得充实而快乐。在以后的学习与生活中，我将更加努力地做好我自己，脚踏实地地去走好以后的人生路。

我从2月底到5月底在公司试用，现已期满三个月，现在此对自己的各项成绩做一个自我评价，恳请领导给予转正。

在试用期期间，在和同事接触的过程中使我的思想觉悟有了一定的提高，与在学校时相比跨入了一个新阶段。在此过程中我感到了公司是个温暖的大家庭，同事就如同自己的兄弟姐妹，我工作生活在这个温暖的大家庭中，这使我对工作及

工作态度有了新的认识。使我懂得在思想上要求积极上进，我准备申请加入中国共产党。

在公司领导和同事的热心指导和帮助下我很快熟悉了公司的基本情况，并掌握了xx厂各种设备的基本操作规程和了解了其基本运行原理，为以后的工作打下了良好的基础。使我的知识面得到了拓宽，能力得到了锻炼，综合素质得到较大提高，同时也学到了一定的工作经验，适应了这个工作岗位。

从试用开始我已经完全进入了工作角色，真正站上了这个工作岗位。在此期间我有机会利用所学到的知识去解决问题，也有机会发现不足，获取新的营养。促使我将书本上的知识与实践相结合，加深了对理论的理解与掌握，将各种理论知识具体化。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在工作过程中，我深深的感到自己所学知识和实际运用需要的知识之间的距离。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己需要学的东西还有很多，这时才真正领悟到了“学无止境”的含义。这需要在工作中不断的了解，不断的学习，才能做好每件事。

以前在学校的时候，做什么事情都不做过多的考虑，都是一把抓，缺乏条理性，做事情没有什么太大的收获。但自从进了公司，通过各种实践，发现以前那样做是不正确的。各个方面都要做很细致的考虑，一点点的失误，都可能对公司造成很大的损失。我现在已经能对我要做的事情做很细致的考虑和计划，这对我以后的工作是很重要的，同时这也培养了我的责任心。“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的价值，也只有将理论付诸于实践才能得到检验。征占地过程中，以前都是对着图纸算面积，这次去实地测量才发现以前算的只是一个最理想化的理论值，只有去现场看一下才能知道管线沿途的实际情况和存在的一些问题。同样，只有通过实践才能锻炼人的品质，体现人的意志。经过这段时间的工作，发现了一些存在的问题：工作中还有很多东西需要学习，需要不断的充实自己、完善自己，

不断进步。有时候看问题看的不够透彻，容易把问题理想化，容易导致和实际情况产生一些偏差。在今后的工作和学习中我会时刻注意自身的不足，努力克服不足，改正缺点，虚心请教，加强自身综合素质的修养，不断提高自身工作能力，圆满地完成工程部以及公司其他的各项任务。

在这次的试用期当中，我学习到了学校课本上所学不到的东西，今后我将更加加强自身实践性的学习，尽快让自己成长起来，独当一面地去为单位做出应有的贡献。

短暂而充满意义的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。随着师傅与同班同志耐心的指导与提醒，我的操作能力在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作内容，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的责任感。我的每一步都必须从小事开始，从细节起。步，刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自己的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心接受和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的进步。

努力总会得到果实，在这一个月的工作里，使我在此岗位上操作的内容有了不小的成就。在班里常受到班长与师傅的表扬。每一次的收发油中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解油品的流程和每个阀门所管辖的范围及通过油品流量的大小。特别是在每一次的储油时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一种牌号油的特点及怎样通过看，闻，摸，测等方法验证油品的质量，然后测出密度。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作内容与工作氛围，促使我更加的怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。

一、坚持专业知识指导实践，努力学习各项hse管理规章制度，

认真履行hse岗位职责，提高hse意识，严格执行本岗位的操作规程，遵守工艺操作纪律，积极参加各项hse活动，岗位技术兵和事故预案演练。熟练正确的使用各种防护装备和消防器材，努力做到安全文明生产。

二、积极参加公司举办的各项活动，充分的锻炼自己，磨练自己，充实自己，使自己的特长得到展现和升华。

三、保持谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取建议，以最大的努力去工作，以最大热情去学习。把规章牢记心中，虚心接受与采纳每一位同志的提议，累积经验，以便更快的完善自己，充分的发挥一个员工的责任，为自己的前程打下一个牢固的基础，从而实现自己的人生价值。

实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自己的特长做到最好，那么人生的目标，也只不过是离我们一步之遥。

虽然我目前还缺乏经验，缺乏在艰难局面中独立开展工作的能力，但我相信年轻就是本钱，我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展现自己的才能，我不会满足现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高。因此我一定会把所有的时间和精力放在我的工作上，积极投入到工作中，为实现自己的人生价值拼拼！

篇四：大学生实习自我鉴定

两个月瞬息即过，总结自己表现，有欣慰也有不足。

认识并融入这个团队，一直是这两个月对自己的要求。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，认识到自己的弱处

两个月瞬息即过，总结自己表现，有欣慰也有不足。

认识并融入这个团队，一直是这两个月对自己的要求。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，认识到自己的弱处和不足，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进步，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，与同事一起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，并与同事一起编写单元2007年度战略规划。通过踏踏实实的做事，让自己有了进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

来xx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，并不断努力改进的地方。相信，通过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮助下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量！

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进步，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，与同事一起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，并与同事一起编写单元2007年度战略规划。通过踏踏实实的做事，让自己有了进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

来xx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，并不断努力改进的地方。相信，通

过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮助下，自己会在xx得到很好的成长，也会为大xx的发展贡献自己的力量！

实习生每周工作总结报告篇四

一、实习时间：

二、实习地点：

三、作业指导：

四、实习目的：通过实习,较为全面地了解企业的经营环境,经营特点,市场范围,了解企业各项职能管理的特点和在企业经营中的作用,了解学习企业成功的管理经验等,为进一步学习专业课程打下定的基础.同时通过对企业实际的调查,研究,初步培养自己的理论联系实际的能力和分析问题与解决问题的能力。

五、实习内容：主要学习的是质量检测与管理量具、刀具

1、第一个星期是认识期，基本上没有什么事情做。这一周的时间由师傅带我。在这一周的时间里我基本上就没有什么事情做，天天在各种机床旁看别人加工物品，有时也帮他们做一些我力所能及的事情。在我来的同时检验室的江师即将辞职离去，因此我就接下了她的工作.....

实习生每周工作总结报告篇五

实习工作职责：做些简单的文件整理和文件收发工作，帮助处理系部的学生档案管理的基础部分。整理、传递、接收材料，打印、复印资料等。

实习情况分析

法律一系办公室的工作是对全系的学生进行系统全面的警务化制度管理。在这里两个多月，虽然是临时的，但我十分珍惜这次实习的机会，毕竟这是我有生以来的第一份工作。刚开始还怕自己没有相关的工作经验，对电脑软件也不太会用，但真正的工作以后才发现工作的内容没有想象的那样难，只要你肯努力，没有什么办不了的事情。

开始的时候，做文件整理工作。文件收集整理起来很枯燥，而且整理好的资料还要分门别类存放，挺麻烦的，但是练习总是有必要的，而且总是能学到不少东西。然后是针对性的练习文件的收发和传递，先从文件收录练习开始，打打字，制作表格什么的。文件的正规收录和相关资料的存档练习也同步开始，准备了些简单的系部宣传资料。从网上找了套文件资料整理归类技巧，懂的不多，慢慢仔细琢磨了琢磨。到以后我在整理的过程中学会了使用几个小技巧，确实可以达到事半功倍的效果。经过几天的基础训练，我参与了他们的实际整理工作，刚开始有点紧张，后来就慢慢熟悉了整理和存档的整个过程。

参加工作后才能深刻体会“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”这句话的含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少。我除了参与办事员的文件收发工作，还担任文员一职，偶尔打打电话处理文件，几乎没用上自己所学的专业知识。而系部办公室里的老师们就不一样了。在一个办公室中，他们经常被要求在很短的时间内学会用一种新的方式，他们只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握知识。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

我从刚参加工作时的激动和盲目到以后能够主动合理的安排自己的各项工作进程了。感觉自己成长了很多，更重要的是学会了很多新的知识和一些处世的道理。走到了工作岗位，走向了纷杂的社会，好比是从一所大学迈进了另外一所更大的大学。人生就是这个样子，一个人的一生好比是一个求学的过程，从一个学校走向另外一个学校，我们只有努力的学习、虚心求教，到最后才能获得一份合格的毕业证书，去微笑的面对自己的生活。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

实习收获与感想

(一)工作不容易

由于对电子文件的内容都是进行一些细节的处理，必须要很认真，一不留神就容易出错，而且要在规定的时间内把分配给你的任务完成，不影响别人的工作进度，你的工作效率要高，由于要长时间的敲击键盘和点击鼠标，有时候感觉手都麻木了。工作都是一些重复性，机械性的，坐在椅子上时间长了总感觉累得很。每天早上要七点多钟起床，如果你想多睡一会是不可能的。

(二)在工作生活中，人际关系很重要

在大学里大家都是三年的同学，彼此都很熟悉，关系也都很好。但你一旦从事工作后，要与同事相处、与许多陌生的人打交道，如果处理不好，将不利于你工作的开展。在我们工作组里由于大都早早地踏入了社会，社会经验丰富，有的人都已成家了，有时候想的可能和我们刚踏入社会的人不太一样，有代沟，大家在聊天时可能会缺少共同的话题。在工作中，要尽量地融入到别人的圈子里去，要不然你就会边缘化了。还有就是有什么集体活动大家最好是一起参加，加强互相的了解。平时有什么事情，你可以抢着做，给别人留下一个好印象，不要为了一点小事斤斤计较，让别人觉得你这个

人很小气。在工作中有什么问题，别人也乐于给你解答，给你帮助。

(三) 在工作生涯中要不断的学习，与时俱进

时代是向前发展的，各方面的技术也是在日新月异的，如果你不想被淘汰，就要不断的学习，给自己充电。在我刚刚开始工作的时候，对工作的很多方面都不懂，经过别人的教授，我很快地掌握了工作的基本方法。但有时相关细节处理时，别人的方法和自己的不太一样，别人经过几个简单的步骤就可以完成了，而自己采用的方法却又复杂又繁琐，效率很低。有时候要自己摸索一些规律一些简单的方法。以前在学校里学到的一些知识可能也不太适合工作的需要，我们就要虚心的向别人学习，以别人的长处来弥补自己的不足，不要老是抱着旧的知识，而不愿学习新的知识新的方法，否则你就会被社会竞争所淘汰。以后不管你从事什么工作，你所学的知识越多越广泛对你的帮助就会越大，如我自学的ps技术，很多同事都不懂，他们照的很多相片都不太好看，因为我懂他们都让我帮他们进行处理一下，这也就无形中为自己增添了自信。

(四) 自己要努力

在工作中，不要总想着偷懒。在工作中，分配的每个任务其实都是差不多的。如果你总是做事拖拖拉拉的，你的进度就会很慢，有时少做一点可能没有什么，但反映你这个人做事的态度不端正，一个人在别人眼中工作态度是很重要的。如果你不积极，别人虽然嘴上不说，但在心里肯定会有意见的。但如果你任务完成的又快又好，别人肯定高兴。在工作中不要经常请假，不要迟到早退，对工作要负责，一个做事认真负责的员工才是受雇主欢迎的员工。

实习总结

社会是个大舞台，每个人都在这个舞台上扮演着自己的角色，如何扮演好自己的角色实在是一门学问。通过一个月的实习工作着实让我学到了很多，巩固了专业知识，提高了实际运用能力，社会经验也增加了，也有为人处事的道理。发现自己身上有明显的长处，同时也存在着很多不足，以后要努力的弥补这些不足。实习也让自己慢慢地成熟起来，自己告诉自己已不再是一个学生了，要适应社会。这次实习有效的把书本上的相关理论知识应用到工作实践中，用理论加深对实践的认识，给了自己一个很好的锻炼机会，为毕业后踏入社会工作打下了坚实的基础。

实习生每周工作总结报告篇六

收银员指超市，商场，宾馆，酒店等经营场所给顾客结账的雇员。以下是小编收集的收银工作实习报告总结，欢迎查看！

光阴如梭，高中生活即将结束，对于即将毕业的我们，相较于前两年的理论学习，毕业实习则是我们高中生涯的最后一门实践课程，在此期间，我们每个人都迫切希望能够通过个人的亲身实践来检验一下自己在高中生涯中所学知识的实际应用的针对性和相应掌握的程度如何。20**年1月17日，我来到杭州银泰百货武林店，开始了我的实习生活。

杭州银泰百货武林店成立于1998年11月16日。是一家以“年轻、时尚”为定位的百货公司。它涵盖了百货、娱乐、休闲等多方面的购物体验。我担任的职务是收银员，虽然期间经过了部门的调动，但对于收银这一职位我还是做到了从无差错，认真负责并且有始有终。我觉得收银员这个岗位有着一定的重要性和危险性但同时也是一门技术活。

为了能将所学知识与实践应用更好地结合起来，在由学生变成工作者的转型期，承前启后是实习所要把握的必要环节，虚以好学方自强。对于开始的适应阶段，每位同学对自己对

他人和对工作都必须做好一定的主观和客观的认识及评价。

我所负责的主要是收银工作，是对所有来银泰购物的顾客一种零距离服务。几个月的实习生涯虽然很短，但是我却在短短的时间里学到并掌握了不少收银、服务、人际交往等方面的技术，将学校所学理论知识与相关工作有机融合在了一起。所以总的来说，这几个月不仅是一种收获，也算是出身社会后的一种成长和磨练。转眼间我们的实习生活就要结束了，在写实习报告时，回头看看这些日子的工作日志和个人总结，感觉不是莫须有的空虚，而是实实在在的充实。

1、工作能力。在实习期间，我认真地做好本职工作，能够虚以求学，同时还对每一天的工作记录、工作项目、工作动态有次序的整理起来，写成工作日记，以备以后参考学习。期间，能主动地向老员工请教，借鉴其经验，取其长补己短，虽是初入社会，却很快地适应了这种实习工作。一段时间后的单位反馈情况表明，我们的学生基本上都具有较强的工作适应能力，并且具备了一定的组织能力和与人沟通能力，受到实习单位的一致好评，我觉得很开心，我知道，这不仅是个人的荣耀，也是学校的荣耀，因为我们都是开元商贸职业学校培养出来的好学生。虽然在学校学的是企业管理专业，但通过在校期间学的其他方面的知识（如中级营业员、电子商务师等），让我们能较快适应并胜任单位所交待的相关工作，在这一点要感谢学校给我们提供pos机房以及多次指导练习机会。正是有了之前那些知识作为如今实习的平台，我们每位学生才能更广泛更全面地涉猎到更多的知识，也为如今的工作打下了一定的基础。实习期间，作为一名实习生，我们在完成本职工作期间，也帮公司做了许多其他方面的实际工作，为企业的效益和发展做出了一定的贡献。

2、实习方式。进入实习岗位，实习单位考虑到我们都是实习生等因素，便指定安排相关人员采用师傅带徒弟的形式对我们进行培训，通过必要的工作前培训来提高日后所需工作的相应技能。在工作中，我们实习生们都能够严以自律，遵守

实习单位的规章制度，按时上下班，认认真真完成实习单位所交付的任务。虚心向学，提高个人的工作技能，努力加强实践知识，力求在实习单位做出自己更大的贡献。我们实习生虚心好学的工作态度，自奋自律的工作原则均受到了实习单位及其指导师傅良好的评价。

3、实习收获。服务知识和技术在实践中有了很大提高，理论知识与实践能力均已熟练掌握；提高了与人交往方面语言沟通表达能力，学会不少做人方面的道理；汲取了一定的工作经验，为以后再就业和个人能力再提升打下了坚实的基础，就顺利毕业做好了充分的准备。

4、领导关注。在实习期间，对于在岗实习生，学校相关领导都在不同时间、不同周期进行了追踪查看，及时了解实习生的最新近况和最新动态，对大多数适应力强的学生给予了肯定，针对部分尚未完全脱离象牙塔生活的实习生进行了引导工作，不同层次地做了相关的思想教育。实习学生都能积极配合企业管理工作，在相关工作岗位上起到了良好的促进作用。普遍得到了实习单位的首肯。

想起刚做实习收银员时，面对问题总是手忙脚乱，现在却已渐渐熟悉并独立完成公司所交任务，感觉真是一种收获、一种个人能力的提升。但我明白，实际操作其实远远要比理论知识复杂的多。所以必须经常加强理论知识学习，增加实践能力和认知度。时时严格要求自己，在摸索中了解更广、熟识更多，将所学理论与实践有机结合，从而进一步提高自己的技术能力和服务能力，以便在日后的工作中能够达到得心应手。我们的实习生活很快就要结束，实习时间虽然很短，却学到了不少课本没有的知识和技能。我相信，凭着自己在学校期间所掌握的知识和自己以后不断的努力，一定会做好并且做的更好。不管以后将会从事何种方面的工作，对我而言这段实习生活都永远是我成长历程的一个转折点，也是我从一个即将毕业的学生向“工作者”迈出的新起点。

我是一名入职不久的新员工，但在公司也将近有几个月的时间了。在这几个月的时间里，我不但学到了很多专业知识，同时也学会了人与人之间的交往，这对我来说是十分宝贵的。同时也是自己取得的巨大进步。

商场的工作大家或许会觉得是一件很轻松的事。收银员只负责收银，其他员工各司其职，不会有什么难的。我以前也是这么认为的，可是现在看来，才感觉到其中很多的困难，并不是想象中那么简单，没有一项工作是简单易做的，只有努力才能做好！

通过几个月的工作和学习，卖场的工作我可以应付自如了。这几个月的时间里，我一直保持着热情、平和的心态。虽然自己做收银工作时间不是太长，自身的专业素质和业务水平还待提高，但我觉得只要用心去做，努力去学习，就能够克服困难。这是公司的需要更是自己工作的需要。

时光飞逝，虽然自己在这份岗位中只工作了短短几个月时间，但给自己的感受却很深。只有做好做精自己的工作才会有美好的明天。努力吧！

实习生每周工作总结报告篇七

选择顶岗实习是我从上大一就决定了的事情，如今实习已经结束，回想这四个多月的经历发现自己收获了很多。顶岗生活丰富多彩也充满了酸甜苦辣。但是选择它我无悔。下面我对自己的顶岗生活进行一个小小的总结。

一、自信登讲台，紧张不再来

清楚地记得初登讲台是面对80多双眼睛自己内心的忐忑不安，当时感觉自己做自我介绍是声音都在打颤，后来不断给自己加油打气，慢慢的可以自信的站在讲台上，自然流畅地给他

们上每一节课。我想这是每一位初登讲台者必然要经历的一个过程。在这一过程中我由一名学生转变为一名教师，开始肩负更多的责任。

二、掌握重难点，清晰理思路

一直都听说讲课是一门艺术，老师是演员，他们在课堂上扮演形形色色的角色。初登讲台的我们对教材不熟悉，不能够很好的掌握每课的重点难点，为了更好的掌握教材我不断的向指导老师请教，刚开始每将一节课之前我都会问指导老师自己备课是否合适，听他的意见。还经常邀请指导老师听我讲课，让他给我指出自己讲课过程中的缺点和不足，刚开始的时候老师的最多的一点就是每节课重点不突出，在经过一次次的锻炼后老师对我说现在已经能很好的把握一节课的重点难点了。听了这些话我明白自己有进步了一点.....