

# 最新实习工作总结 大学生暑期社会实践 报告论文(汇总8篇)

制作保险工作总结有助于提高保险从业人员的工作质量和效率。以下是小编为大家整理的党委党支部建设方案，欢迎大家一起学习交流。

## 实习工作总结篇一

让我怎样感谢你？当我走向你的时候，我原想收获一缕春风，你却给了我整个春天。让我怎样感谢你？当我走向你的时候，我原想捧起一簇浪花，你却给了我整个海洋。让我怎样感谢你？当我走向你的时候，我原想撷取一枚红叶，你却给了我整个枫林。

心怀忐忑的走进户县二中的那一刻，提醒自己已经不再是学生，在当天下午的实习生与指导教师见面会上，指导教师用淳朴、和蔼的态度打消了我们所有的担忧，他们用老师的角色指导我们，以同事的身份鼓励我们，甚至像家人一样时刻关心我们的生活起居，事无巨细。于是，慢慢的我们开始适应这里，爱上这里。看到这些老师和学生，忽然想起高中时的我们，想起过去的诸位恩师。曾经，你们也严厉的批评我们所犯的错误，悉心的照料生病的学生，认真的上好每一节课。那时候，对老师有崇敬，有畏惧，更多的时候是羡慕，总想着有一天，自己也可以站在三尺讲台上，看这台下渴求知识的学生，授业、传道、解惑。如今，手里拿着课本和教案走在校园中，学生一声声的“老师好”让我意识到自己已经是一名老师了，站在三尺讲台上，看这一个个调皮又可爱的学生，我终于明白了为什么我的老师们选择“教师”这个职业，而且一干就是一辈子，因为即便起早贪黑，即便有学生惹人生气，即便工资不高，但总有一个非留下来不可的理由，那就是——爱！爱自己的职业，爱自己的学生。

现在的我深深的体会到了这份深沉的爱，我的老师们，现在的我如你们，爱着自己的学生，爱着自己的职业。现在的我也从事着曾经羡慕向往的职业，成为了曾经尊敬崇拜的“老师”，实践着自己当年纯真的理想。长大了，我便成了您！

## 实习工作总结篇二

我是淮安信息的一名学子，作为一名当代大学生，我们所面临的社会压力是很大的！尤其是对即将毕业走上社会的我们。在大一时我已经经历南京苏宁配送中心的奖金一个月的实习，大二时我们又踏上了去上海苏宁云商的一个多月的客服实习。这些实习都让我受益匪浅，我深信只有将我们毕生所学的知识与企业工作相结合才能有所业绩。在2014年的这年寒假，为了再次锻炼我的个人实践能力，我们学校的教育领导让我们结合所学专业，以职场体验、职业调查为主题，开展就业市场现状调查，科学分析，准确定位，提前规划，为自己顺利就业创造条件，并撰写调查分析报告。于是我再次踏上了短期工的这行列来了。

由于寒假的假期短，我经亲戚的介绍来到了淮安创世纪服饰有限公司。在这里——制衣业，我成为制造业地其中一员，浓缩了制造业地普遍特点：以产品为中心来组织运作，而且更兼具了劳动密集型工业地生产运作方式，工人的劳动是价值地来源。淮安创世纪服饰有限公司主要经营服装/纺织/皮革。一进他们的生产车间环境就特别的舒适，每道工序都分工有序，共分为裁断车间、缝纫车间、整理打包车间三个大车间。每个车间都有一个主管及好几个组长，便于管理和分配，现今工作的机器都是电动缝纫机。

公司是外商独资的。公司规模达1000人以上。本公司成立于2004年12月，在淮安市涟水县经济开发区有多个分厂，注册资本为30万美金，固定资产投资已达3500万人民币，占地总面积125亩，建筑面积2万平方米。现配备有各类绣花、锁眼、缝纫、整烫等先进设备2000多台。2007年销售额达3亿元，

利税1500万元。目前公司拥有员工2000人，其中大中专院校生300余人，中层以上管理人员150余人。

## 实习工作总结篇三

社会实践活动是提高课堂教学质量，实现培养目标的需要，是有效提升个人能力的最好方式。今天小编在这分享一些大学生暑期社会实践报告论文给大家，欢迎大家阅读！

我是淮安信息的一名学子，作为一名当代大学生，我们所面临的社会压力是很大的！尤其是对即将毕业走上社会的我们。在大一时我已经经历南京苏宁配送中心的奖金一个月的实习，大二时我们又踏上了去上海苏宁云商的一个多月的客服实习。这些实习都让我受益匪浅，我深信只有将我们毕生所学的知识与企业工作相结合才能有所业绩。在20xx年的这年寒假，为了再次锻炼我的个人实践能力，我们学校的教育领导让我们结合所学专业，以职场体验、职业调查为主题，开展就业市场现状调查，科学分析，准确定位，提前规划，为自己顺利就业创造条件，并撰写调查分析报告。于是我再次踏上了短期工的这行列来了。

由于寒假的假期短，我经亲戚的介绍来到了淮安创世纪服饰有限公司。在这里——制衣业，我成为制造业地其中一员，浓缩了制造业地普遍特点：以产品为中心来组织运作，而且更兼具了劳动密集型工业地生产运作方式，工人的劳动是价值地来源。淮安创世纪服饰有限公司主要经营服装/纺织/皮革。一进他们的生产车间环境就特别的舒适，每道工序都分工有序，共分为裁断车间、缝纫车间、整理打包车间三个大车间。每个车间都有一个主管及好几个组长，便于管理和分配，现今工作的机器都是电动缝纫机。

公司是外商独资的。公司规模达1000人以上。本公司成立于20xx年12月，在淮安市涟水县经济开发区有多个分厂，注

册资本为30万美金，固定资产投资已达3500万人民币，占地总面积125亩，建筑面积 2万平方米。现配备有各类绣花、锁眼、缝纫、整烫等先进设备20xx多台□20xx年销售额 达3亿元，利税 1500万元。目前公司拥有员工20xx人，其中大中专院校生 300 余人，中层以上管理人员 150余人。

具体地介绍一下生产流程：首先是接订单。然后技术科的师傅会根据客户带来地衣服样版，用电脑排版(考虑该如何制衣样，用料才最少)，试制一件，根据试制过程中得出地方法结论，制出工艺技术图，以该图与客人商量、协商修改，当客人满意后，这份工艺技术图就定下来，不许再变动。接着就根据要求采购材料，材料五花八门，大至布匹，小至小配饰(如钉状地纽扣).布匹运来后就要验布，然后合格布匹送到裁断车间用机械进行牵布，一般都是几百层，然后再把从技术科送来的样板让画皮的师傅画出来铺在弄好的几百层布上，接着用电动剪刀根据衣样剪裁成衣服不同部分，再对这些“细块“打号进行对色，每件衣服到时候诶小片上的号一样。这样就可以送到缝纫车间进行缝制了，缝制车间还有一个班的人是专门进行剪线、整烫。最后送到整理打包车间进行包装工，合格地就进仓库，等待客户派人到厂进行最后验货。验货合格地，就可以签放行条，运输，交货。

所有的工序当中技术科那边的绘图特别重要，就在我在那里的那段时间，技术科的由于疏忽把衣服的正反两面都弄成了正面，幸好是有质检人员发觉的早，不然那损失就不可估量了。当然缝纫车间的工序也很重要，他们将缝纫的工序按不同衣服分成了很多道工序，出了问题都可以找到人，而且由于是出口商品，质量要求特别高，所以哪里应该缝几针就要求得清清楚楚。

该公司主要出现的问题有:人手不足，常常就有人辞职，导致公司流失一些人才;该公司接的基本是外国的大订单，故夏天的生意很好，因为恰恰外国好多国家都是冬季;管理有漏洞，经常会出现一批衣服做完总会有丢失的，公司会有一定的资

金损失。想解决这些问题也不难，加强员工间的互相学习，管理制度更加严谨，那样我想会更好，公司收入也会更上一层楼。短短半个月的整理和打包工作，累而充实，但更多的是欣慰，因为我感觉到自己的成长。用实际行动赢得了厂里各个员工以及领导的好评，这次亲身体验让我有了更深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

亲切的阿姨、热情的组长、好心的姐姐、可爱的弟弟、严厉又幽默的主管还有和我一样一起打工的学长、学妹，惹人生气却要时时看见而又拿着就让人见血的小枪、长得丑却天天要加班做的帽子、衣服会给人带来瞬间凉意的刺枪、容易弄混的价格牌、标签、小巧锋利的剪刀。就在20xx年2月11号这一天，我将要与他们离别。我会记住你们的！

实践感受：我明白，要在实践中认识社会、增长才干、提高自身素质，为日后真正走进社会铺定基石。我也明白学院为什么一直强调加强我们社会实践能力。在那里，我学到许多书本上所没有的社会实践知识，了解了要想把帽子做好就必须全身心的投入做帽子的机器上，一时都不能分心，体会到了工作的一些难处，领导的指挥让我很不舒服，有时里面的个别老员工做错事情了却推脱到我暑假工的身上，但是我学会了忍让，也学会了如何处世，总的来说他们很受欢迎。实践中我也清楚了自身的不足更明确了以后要怎样努力去完善自己，为毕业后走上工作岗位而奠定基础最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多赚钱的机会，只要有知识和能力，智慧，我们就可以找到好的工作。

没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，

但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。其实在我的这份工作中没有多少地方用到专业知识，更多的反而是用到了我的细心，耐心脚踏实地的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得别人的信赖，才有机会展示更多的才华。我会在今后的实践中更努力的学习一些书本上所没有的知识，这次暑假我受益匪浅，我会再接再厉的。

总的来说，寒假社会实践让我受益匪浅。我会再接再厉的好好利用一切锻炼自己的机会去学习更多。

摘要：大学生社会实践活动是引导学生走出校门、接触社会，使理论与实践相结合，培养学生分析问题与解决问题能力的重要途径。通过社会实践活动，既锻炼了他们的社会活动能力、人际交往能力、创新能办与组织能力，也提高了大学生的思想觉悟，增强了大学生服务社会的意识，促进了大学生的健康成长。同时对于帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观也有重要的现实意义。

关键词：大学生；社会实践活动

学校课堂教育和社会实践活动教育是高校教育系统中的两个基本组成部分。课堂教育是主体，在培养大学生的过程中起着核心作用，而社会实践活动则是课堂教育的有益补充和必要延伸，起着十分重要的辅助作用。社会实践活动体现了作为一种教育活动所具备的社会价值，是提高课堂教学质量，实现培养目标的需要。作为新时代的大学生，积极参加社会实践活动是非常有必要也是非常有意义的。随着社会的发展，一个只有满腹经纶，却没有实际经验的人，会逐渐被社会淘汰。我们应该在掌握理论知识的基础上，真正地走上社会，将所学应用于其中。

一、有利于帮助大学生了解社会、了解国情。增强社会责任感和历史使命感

现代大学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少。而社会的复杂程度，远不是仅凭读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的。社会实践则为他们打开一扇了解社会的窗口。大学生走向社会参加实践，亲身体会生活，看到城乡差别，感受贫富差距，在与人们的接触、了解、交流中受到真切地感染和体验。从活生生的事例中受到深刻的教育和启发，在改革开放和社会主义现代化建设的伟大实践中进一步了解国情，亲身感受改革开放以来各项事业取得的重大成就，使思想得到升华，增强社会责任感和历史使命感，同时对于全面提高大学生的自身素质发挥了积极的作用。

## 二、有利于大学生更好地把理论知识与实际相结合

学习理论的目的贵在学以致用，要达到这个目的。就必须根据不断变化的社会现实进行思想政治教育，否则就很难使学生真正在“知”的基础上达到“信”，更难以保证“行”的实践。书本知识最终还是要运用到实践中去。社会实践可以把理论运用于实际。事实上，大学里不可能把所有的知识都学到，重要的是学会获取知识的能力，而这种能力的培养离不开社会实践，实践不仅可以更好地锻炼自己，认识自己，调整自己，而且可以增强专业思想。大学生只有在社会实践中充分发现社会需要，才能在未来把所学的知识形成的能力有效地运用到社会建设的事业中，利用知识服务社会。逐渐把社会的价值尺度内化为个人的价值尺度。

## 三、有利于增强大学生实践和培养创新能力

目前各高校所开展的社会实践活动，除了学校相关部门的指导外，主要由学生自我组织、自我管理、自我实施。在实践中，同学们学会了团结和协作，加深了大学生的自我追求、自我发展、自我实现的新认识，学会了调整自我，修正自我，充实自我，完善自我。社会实践可以锻炼学生各方面的能力，如分析和解决社会现实问题的能力，组织协调能力和团队合

作能力，社会交际能力、表达能力等等。社会实践提高了学生的社交能力，从而缩短了大学生走向社会后的适应期，对于大学生就业也有着很重要的指导意义。

#### 四、有利于大学生进行正确的自我定位和合理的职业生涯规划

社会实践活动对大学生自我定位的作用可以从以下三个方面考查：

1. 性格和职业匹配。职业规划需要考虑与职业选择相关的性格特征。社会实践可以让大学生在活动中对自己的性格有更进一步了解。

2. 兴趣和职业的匹配。根据霍兰德的“类型论”，大多数人可以被分为六种人格类型：实用型、研究型、艺术型、社会型、企业型、事务型。只有在社会实践活动中，才能确切地知道你自己兴趣类型。

3. 能力和职业的匹配。职业选择与人的能力、特长息息相关。能力是可以在社会实践中培养的。所以高校社会实践活动要针对性地进行，以增强学生对环境的适应。通过自我性格、兴趣、能力等三方面的定位，明白两个问题：我想往哪方面发展；我可以往哪些方面发展。

大学生职业生涯规划需要审视自己，认识自己。自我评估要求个人遵循“深入”“客观”两个原则对自己进行全面的剖析：弄清自己为人处世所遵循的价值观念，明确自己为人处世的基本原则和追求的价值目标；熟悉自己掌握的知识和技能；剖析自己的性格特征、兴趣等个人情况。通过在实践中跟老师、同学、朋友等的接触，可以从他人对自己的评价中，对自己的优点和缺点有更切合实际的判断。这种全面的自我认识是职业规划的基本前提。



参考文献：

[1]赵振华，大学生社会实践的现状及其路径探析，教育探索□20xx.

[2]董秀娜，大学生社会实践基地建设新论，理论界□20xx.

[3]胡昕蕾，对大学生社会实践活动的思考，辽宁行政学院学报□20xx.

[4]刘军，陈刚，罗伟明，社会实践对大学生社会化的影响，中国高教研究□20xx.

## 实习工作总结篇四

当我刚从学校毕业走向社会时，心里充满了迷茫，不知道今后的路将走向何方？一个偶然的机：我在\_\_年12月底参加\_\_有限公司的招聘考试，通过考试来到\_\_有限公司，在领导关心和帮助下，于1月4日到\_\_有限公司实习三个月，经过这三个月的实习，让我对五金这个大家庭有了初步的了解，也对自己有了深刻的认识。

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。

在半年的实习生活以来。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，在挫折面前我应该善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。

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，因此我要努力获取更多的经验和实践能力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

## 一、个人表现。

1、严格遵守单位各项规章制度。上班伊始，我认真学习《办公室人员日常行为规范》等各项规章制度，并牢记于心，时刻提醒自己严格遵守单位各项规章制度。如坚持每天上班提早到单位，打扫办公室卫生，为同时创造一个干净的工作环境。

2、认真学习有关专业知识。我在制造二部办公室经常看一些关于写作的书籍，参考一些机关文件及以往的资料，试着写一些心得体会，并向前辈老师请教写作相关的知识。

3、主动与同事交流，了解单位情况，听取同事对自己的批评和建议。

4、积极参加单位组织的活动，如去产线支援的义务劳动。

## 二、个人收获。

首先，心态的转变。要知道作为一个已经毕业的大学生，通常对自己的今后，感到很迷茫，而且有一种眼高手低的通病。

经过这三个月的实习锻炼，让我认清了自己，并改掉眼高手低的毛病，真正地从基础做起，从小事做起。

其次、对自己的岗位有了初步的认识。办公室作为一个综合性地科室，担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作，处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是公司的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和指挥中心。做为办公室的一员，不是简单的往凳子上一坐，听听电话，发发文件，需要的是眼活手快、会写能跑。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

第三、适应新的工作环境。以往自己总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事一定会“船到桥头自然直”，因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮助，自己渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识——与同事相处的方法和积极地工作态度。

### 三、认识自己的不足。

经过三个月的实习，收获良多，同时也认识到自己的不足。在工作上，有时比较粗心大意，不够细心，干事谨慎有余，以至于缩手缩脚；在生活上，对于自己要求不太严格，在学校的一些坏毛病没有彻底改正，自己做错事时，带有一种得过且过的心态；在写作上，基础比较薄弱，脑子里装的东西少，写东西时需要辅助工具，比如电脑等，不能独立的完成写作。

### 四、今后努力的方向。

- 1、加强相关业务知识的学习，提高写作能力。多看有关写作方面的书籍，经常阅读文件，了解公司发展历史、人文文化、人际交往等，充实自己的写作素材。

- 2、积极参加自学考试，从中提高自己的认知水平，改变心态。

### 3、爱岗敬业。

每个大学生在真正进入社会之前都应该拥有一段实习经历，它使我们在实践中了解社会，了解职场。让我们学到了很多在课堂上、书本上根本就学不到的知识。在这个过程中，使我增长了见识，同时也开拓了我的视野，也深深的体会到了竞争的残酷。通过这次实习，我意识到，不光要在实际操作中培养我们的工作素养，锻炼自己的工作能力，提高自己的工作智商。同时也要与自己的工作伙伴建立良好的情感，提高自己的工作情商。这一点真的很重要，没有任何一个人可以脱离工作伙伴而单独的把工作完成好。任何时候都不要忽略人的因素。一个多月的时间转瞬即逝，但是它留给我的决不仅仅是业务技能的提高，更多是一种精神的同化和感召。实习的结束同时又是一个新的开始，在新的起点上，我将重新审视自己，不断提高自己的能力，重视充实自己薄弱的地方，为真正踏入社会做好充分的准备。

## 实习工作总结篇五

### 文员毕业实习范文

不知不觉中，我已经在社会岗位上度过了六个月的时间，这六个月的日子是我从青葱校园走向复合型社会的过渡期，也是我人生历程中很重要的一个转折点。

作为大学生涯的最后一课，实习不仅重要更有其独特性，正是通过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

站在时间的这一端倒回去看，五个月的实习经历教会我许许多多的东西，无论是对我以后的职业生涯还是对于我的人生来说，都是有益的。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。

用姜汝祥博士的话来说就是：

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行；从服从型向主动型转变，积极主动去执行；从个体型向团队型转变，协同一致去执行；从避责型向守责型转变，承担责任去执行；从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自己独立，不养成依赖的习惯社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们可以躲在温室里，可以依赖，也可以无条件地索取，一旦踏入社会，我们就必须让自己独立起来，要学会选择，学会自己作主，没有谁可以帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依赖的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，保持真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，面对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

台湾著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都应该有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊情况，我们可以一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们可以忍受，可以退避，但是，我们不能放弃我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不一定就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动积极会给我们创造更好的环境和更多的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

俗话说，朋友多了路好走。你对别人怎么样，别人也是同等地回应你的。你对别人好，只要是会感恩的人，都会记在心里的。

我们无论身处在怎样的环境里，我们都应该和身边的人搞好关系，不轻易交恶，但要真诚地待人。敌人是很容易树立的，朋友也是要诚心才能相交的。在工作中，我们会遇到很多的人，也许，某些人只是公司合作的来往伙伴，也许，某些人只是走走过场，但是，无论，我们面对什么样的人，微笑，真诚，是留给别人最好的印象。

而且，同在一个办公环境里，和同事相处得融洽，会让自己的工作发挥得更出色。

一个人的力量无论再怎么强大，终究还是有限的，然而一个团队的力量却可以无限量的大，在这个团队里，我们每个人都可以有自己的主见，而能使这些主见变成现实的则是我们的团体。凡是强大的团体，都是个体牺牲后能够得回报的团体。身为团队的一员，我们更要团结，互帮互助。

当我们拥有良好的人际关系网，那么，许多的事情处理起来会相对容易的多，即使是自己一个人的独立工作，也会有很多人愿意帮助你协助你，这会让我们的工作做得更加出色，同时也在这个团队里共同成长。

第五、自己为自己的行为负责，要做一个敢于承担责任的人。

没有谁必须要为我们自己的行为负责，能为我们自己行为负责的人，只有我们自己。很多的时候，我们难免会犯错误，遇到这种情况的时候，我们要做的，不是逃避，也不是搪塞，而是主动站起来承担。在努力改正这个错误的同时，自己为自己负起责任来。

自己为自己负责，才是一个担当者真正该做的事。

要知道，人都会无可避免得要犯错误，更何况作为新入职场的新人，没有工作经验，犯错误更是家常便饭的事，做错了，不要试图掩盖，那只会让你错得更彻底。公司的前辈们会容许我们犯这样那样的错误，但绝对不容许我们为了这个错误做出更错误的决定。

一旦错误已经发生，不要惊慌，静下心来想想怎样去补救，把损失尽量减少到最低，并且，要主动承担责任。

第六、试着与同事分享自己的工作心得，分享工作成就，分享工作的快乐。

一起工作的时候，不要计较着个人的利益得失，我们所处的，

是一个团队，我们所做的，都是为了更好的服务这个团队，所有为了工作收集的信息，我们都可以互相聊一聊，取长补短。

我们要有分享的意识，更要有共同分担的自觉。

这样，工作会带给我们许许多多的快乐。

第七、要对自己有信心，相信别人能做的，自己经过努力也能做得到，要勇敢。

为什么别人能做到的事情，我们不能呢？只要我们够努力，别人能做到，我们也可以做得到，甚至可能会做得更好。因为，我们并不比任何人差！

在工作中，一定不要失去信心，尽管我们的能力还很弱，但是，我们还可以做更多的事，所以，在争取一份工作机会的时候，要勇敢一点，给自己机会证明自己做得到。

当然，如果结果并不如人意，也不要灰心。要知道，一个坏的结果，总比没有结果强。

也许，我们需要的，还有时间。

第八、凡事要忍耐，不要意气用事，要让自己磨练得更加坚强。

身在职场中，我们或许会遭遇到不公平的指责，会遭受排挤，会受委屈，会经历太多过去没有经历过的事情，这时候，我们更要冷静。

忍一时风平浪静，退一步海阔天空。在遭遇不公平现象的时候，只要不触及到原则问题，能忍则忍，不要冲动，更不要意气用事。如果这样的不公平是常久以来就存在的，就凭借



我们的力量想要去改变，那是不太可能的。莽撞只会带来更大的麻烦。

职场自有职场的规矩，新人难免受委屈，受委屈不要紧，就当做是对自己的磨练，在这种磨练中，把自己培养成为坚强的人。

在此感谢广西经贸职业技术学院文传系的老师们，感谢我工作过的南宁广缘汽车销售服务有限公司，感谢东风日产分公司的所有同事，感谢所有帮助过我的人们，我成长的每一步，都离不开他们的关心与扶持，谢谢他们。

这一段难忘的实习时光，将会永远铭记在我的心里。成为我一辈子的永恒的记忆。

## 实习工作总结篇六

天，好冷，班主任实习工作总结。

灰暗的天空下，零星的小雨在飘着。

呼啸的寒风割在脸上，感觉，好疼……

破旧的汽车在蜿蜒的山路上颠簸着，缓缓地前进，仿佛看透了我们的心事。然而，不管有多么不舍，该走的时候还是要走的。

### 背景

9月20日和平中学实习队一行人浩浩荡荡地来到了河源市和平县和平中学。我们每个人都信心满满地来到这里，颇有一番干大事业的感觉。和平中学位于和平县城，是一间拥有90年

悠久历史的县重点中学。历年来成绩都不错，是当地颇有口碑的中学。但由于近年来连续扩招，而且还多了一所各方面实力都相当雄厚的福和中学与其争生源，故其生源质量越来越差。尤其是今年招的高一新生，与上几届的水平确实是相去甚远。所幸的是，和平中学有着严密、科学的管理体系和严谨、朴素的校风。普通班的学生学业水平虽然很低，但其思想素质还是很高的。

和中的学习、生活时间安排非常紧凑。早上6点起床闹铃准时响起，7点是早餐时间，接着7点25分早读预备铃响，上午四节课一直上到12点10分。午饭、午睡的时间也是有安排的，而且，比大学的充足多了。下午2点半上课预备铃响。五、六节是正课，第七节基本上每天都有不同安排。5点放学后事住宿生的打仗时间——吃饭、洗澡！晚上6点50分，又要开始准备晚读了。9点45分，充实的一天即将结束，忙碌了一天的学生终于解放了！刚开始看到这样的作息表，我和队友们都在惊叹，不过回想一下，当初我们不也是这么过来的么？和在时间安排上有一个特色，就是早、午、晚正式上课前都有十分钟的预备时间。很多学生都喜欢掐准时间进教室，所以当他们急忙赶进教室后，必然不会立刻安静下来，而是会有一阵子的躁动。下午上课，很多学生也是眯着眼睛进的，一副还没睡醒的样子。预备10分钟在这里起了非常重要的作用，保证了课堂效果。

和中严谨的管理的一个重要体现和手段就是严格对学生进行德育量化考核。学校制定了一些比较重要和大体上的纪律、德育要求和奖惩制度。各班在此基础上制定了相应的、详细的班规，并附有详细的奖惩细节和扣加分制度。整个德育考核就是通过考核分的形式进行的，该考核占有一个学分。每个学生一个学期的量化基础分是80分，从开学开始累积到学期结束。每个月初，班主任负责将每个学生的量化分统计并上报到政教情况后，开展工作就顺利多了，工作总结《班主任实习工作总结》。

## 班主任工作——恩威并重

[小学班主任实习工作总结]

### 实习工作总结篇七

为期八个星期的教育实习即将结束，我的实习班主任工作也接近尾声了。两个月的实习生活，让我初尝了作为一名教师的酸甜苦辣，也更让我体会到当一名教师所肩负的责任。

#### 一、熟悉班级情况

9月18日下午，校方为我们召开了导师与实习生的见面会。在会上我见到了我的指导老师——龚老师。龚老师是个很随和的人，她的平易近人消释了我初来乍到的窘迫。开完会后，龚老师就把我领到了她的办公室。在办公室里，她非常热情的给我介绍了她所带的班级也就是我将要接触的班级高一(2)班的基本情况。从老师口中，我了解到2班是个美术班，学生都是很有个性，而且班上还有几个十分突出的问题学生。突然，我感觉我的班主任工作肯定是个很有挑战性。龚老师让我深入学生，好好观察，不要因为她的看法而给学生定型。我想这也是很有道理，我不能给学生定型，他们每一个人对于我来说都是一张白纸。那天龚老师给了我班级的花名册。晚上没什么事，我就拿起花名册来背，发现熟悉名字也不容易。第二天，龚老师就把我介绍给学生，我在作自我介绍时，只是简单的说了名字，之前准备的台词几乎没用上。接下来的日子，我积极巡班，尽可能的多找机会和学生接触。所以，我很快地熟悉和掌握本班的情况。

#### 二、班级常规管理方面

班级常规管理，是班主任工作的一项最基本的职责，这是所有的班主任都必须完成的基本任务，又是班主任工作的重要任务。在班级日常管理方面，我更多的是监督学生学习、纪

律和卫生。在监督的同时，不忘给他们灌输一些道理，能结合他们的年龄特点进行思想道德教育。我带的班是美术班，学生的文化课成绩不好，学习氛围也不浓，平常早晚读很少人读书，读书声音又小，尤其是都英语。我私下了调查，发现了学生英语早晚读声音小的原因有几个，一是英语课代表的领读声音太小，很多同学都不知道读书的内容；二是很多同学都不懂英语，不会读；三是同学们自尊心很强，不敢读大声，怕读错了给同学笑话；四是部分同学很想大声读书，大全班的整体读书声很小，所以也压抑着自己的读书声。为了解决问题，我找来课代表和其他班干讨论这问题，在讨论问题的过程中让他们发现方法。最后，课代表表示在以后的领读中一定做到大声领读，如果没做到的话，就可以撤销她的职务。同时，领读前，要明确告诉同学是要读的内容的具体位置，对于新课的英语单词，课代表会播放音频让学生跟着mp3读。此外，班干部也表示在读书当中要起模仿作用。后来，经我观察发现，学生的读书声比以前响亮很多。本来，我看到学生不读书就很不开心，暗自抱怨课代表没起表率作用，我原打算换一个课代表的。我将我的想法和龚老师说了，她的话语使我放弃了原有的念头。我觉得我不能这样对班干，班干为班里做事，尽管他们存在很多问题，但也不能一下子把他们撤了，而是应该给他们改进的机会。当然，找学生谈话一定要注意艺术。

实习期间，我们高一召开了一次全年级的家长会。通过家长会，我也学到了些关于班主任如何召开家长会注意的事项。家长都希望在家长会上听到自己的孩子被肯定，被表扬的，那么班主任最好尽可能发现学生的亮点，可在家长会上表扬下学生，让家长也能肯定孩子，这样是有利于学生的成长的。虽然，班上有很多家庭是非富即贵的。但作为班主任要公正，大胆，不能表现出畏惧权贵。只有这样家长才会信服班主任。还有，龚老师教会我，每逢放假，放假前一定要给学生强调安全问题。这安全包括人身安全、财产安全、食物安全等等。这工作一方面是提醒学生要主义安全，尽可能降低事故的发生率；另一方面，这也是班主任工作自我保护的一个做法。当

班主任一定要学会保护自己，如果因为方式不对或步尽责而使自己陷于困境，那就不好了。

在实习期间内，在龚老师的指导下，我和另一个实习班主任林波一起成功搞了两次主题班会和两次第二课堂。第一次主题班会由学生主持，方案是很好的，但由于过于信赖学生，弱化了老师的指导作用，对于第一次班会，个人觉得不是很满意。第二次主题班会主要是林波主持，效果比较好，因为很多同学都被此次班会触动了。第二课堂是给他们观看国际大专辩论会大决赛《金钱是不是万恶之源》，让学生领略辩论的魅力，思维得到锻炼，同时在对金钱的认识上，这场辩论赛具有思想教育的功效，引导学生形成正确的金钱观。

### 三、班级特殊管理

在一个班集体里，最让班主任伤透脑筋费尽精力的不是大多数普通学生，而是极少数特殊学生、问题学生。对这类学生，班级常规管理是不奏效的，只有采取班级特殊管理办法才会有教育效果。

我们班很多女生都过于在乎自己的形象，表现在爱照镜子。女孩子爱照镜子本无可厚非，但这也要分场合。还有，班上有部分同学有早恋倾向。针对这现象，龚老师召开了2班的女生会议，我也去旁听了。龚老师开女生会议是以一种聊天的方式进行，也没有明确要求学生一定不能早恋，但却让同学明白早恋的坏处。龚老师都是用她自身的故事和身边熟悉的人的事例来当观点的佐证，学生也非常爱听。我觉得以后也可以采用这样的形式和学生谈话。

我们班上还有几个较为突出的问题学生，针对问题学生，我采取的是重点辅导的措施。现在的学生知识面比较广，也很有个性，传统的权力管理和泛道德主义对问题学生是不奏效的。而我是在几个方面做好重点辅导的：尊重学生，给予足够的关心和爱护；了解学生各方面的现实情况；讲究智慧与科

学，谈话注重艺术。虽然这工作取得的成效不是很明显，但是那几个问题学生的确有进步的，这是需要肯定的。我认为对于问题学生的辅导不能急于求成，首先，辅导的时间本来就不够长；其次，学生的完全转变是需要时间的。

除了对个别学生进行特殊管理外，对整个集体的一些情况，我们也需要采取一些有针对性的措施。2班的美术班，隔壁3班也是美术班。但我发现两个班同样是美术班，3班的相对来说内敛一点，我们2班就更有个性点，这本来也没什么不好。3班在某些方面比我们2班做得要好，譬如说，3班可以拿到三星级的流动红旗，我们2班不仅连一星级的流动红旗都拿不到，而且还是倒数。作为实习班主任，我觉得我有责任让2班称为一个凝聚力强的上进的班级。首先，我找来长班长和副班长就班里存在的问题展开讨论。我发现班的竞争意识不够强，团队意识也不够强，责任意识也是不够的。我深知道要有一个好的班级就必须要有个强的班级管理团体，也就是强的班委。所以，我决定完善我们的班委建设。后来，我召开了班委会议。我重点给他们灌输四个意识：团队意识——班集体就像一个家庭，全体同学和老师要共同维护家庭的形象和利益，有了团队意识，班集体就会产生凝聚力。班干部就是这个团队的核心力量，所以班委们一定要有强烈的团队意识，班干部之间要沟通好，和做好；责任意识——学生在学校，学习是一种责任，做人也是一种责任，当班干部也是一种责任，有了责任意识，学生自然会遵守规范。每个班干都应负有相应的责任，都有责任把本班建设好，在应负责任的地方不要推却责任；竞争意识——没有竞争就没有进步，有了竞争意识就有了班集体进步的动力。一定要和3班竞争，当然这是良性竞争。班委会上，同学重获信心，表决一定要努力把2班建设好。班干部会议的内容还包括关于班歌事情的商讨，和班委制度的完善。鉴于班委职责分工不是很明确，我决定把班干部职责分工条文化，还建议班长每两个星期召开一次班委会，就班上存在问题进行探讨和解决。我认为一个好的集体它的凝聚力必定是非常强大的，那么对一个班集体可以起到凝聚的作用的东西有很多，譬如班歌。我们班本来是没

有班歌的，后来通过号召学生拟定班歌，学生对此表现出很大的热情，最终班歌确定为《奔跑》。这首歌确实很适合当班歌，旋律比较轻快，歌词又很激励性，很适合学生唱。

在前面，我说过2班是没有拿过流动红旗的。后来龚老师鼓励大家一定要团结起来，争取在下次拿到文明班级的流动红旗。而我们做实习班主任的也找班干部谈话，给他们灌输几个意识，并且对他们给予信任和期待。后来，真是功夫不负有心人，我们2班确实拿到了流动红旗。其实，拿不拿到流动红旗，这不重要，重要的是班级在不断的一点一点地进步。

#### 四、收获与反思

两个月的实习，我从指导老师身上和我自身的观察摸索中收获了很多。要当一个好的老师，就必须：

1. 要尊重学生，老师和学生在人格上是平等的。不管学生犯什么错误，我们都要尊重学生，而且对学生一视同仁，那么学生就会尊重你。

2. 在批评学生的时候，要注意技巧和艺术，要寻循序渐进，譬如先肯定一下学生的优点，当然这不能盲目肯定，待学生接受了再给学生提出批评。还在有找学生谈话前，一定要做足功夫，免得学生回你两句就无话可说了。

3. 班级管理需要爱心和智慧。要爱学生，但不能泛道德主义。不要以为给学生足够的爱，学生就一定很听话。

4. 在班级管理中，要注重分析现象的原因，别想当然地给现象定下原因。譬如，今天，班上某个学生上课睡觉了，我们不能想当然地认为那学生就是不好学，不爱学习的。因为导致他上课睡觉的原因有很多，这个一定要调查清楚才能解决问题。如果不调查就兴师问罪，很容易造成师生之间的误会，这是不利于班级管理，也不利于学生的成长。

5. 当老师要保护好自己，老师爱学生没错，但也要爱自己。爱自己就必须懂得保护自己。我们知道，一种米养百种人，森林大了什么鸟都有，所以，我们不能保证我们遇到的人都是在我们的想象范围之内。所以在班级管理中，我们言行举止都要非常慎重，不要因为一句话就给学生或学生的家长告上法庭。

6. 要重视班干部的作用，不用事事亲历所为，要适当放权，既可锻炼学生的领导能力，又可以减轻工作负担。一个好的班主任不会把自己弄得好累。

## 实习工作总结篇八

### 小学实习班主任工作总结

西仰陵魏晓亚

班主任是班级的组织者和教育管理者，是学生健康成长的引路人，是联系各任课教师的纽带。班主任在一个学校是起支柱作用的，无论是办公、后勤、生活……各种各样的事情都会找到班主任的头上，校长对班主任的要求是，做领导的好助手，做学生的好老师，做家长的好朋友。对于班主任的工作要求既要有质量，又要有份量。可见，班主任的工作之重要。

在这四个月的顶岗实习中，虽然没有独自一人带领一个班，但通过向有经验的班主任请教、通过对他们日常工作的观察对班主任的工作也有了一定的了解。作为班主任：一、要关心爱护每一位学生。作为老师既要关爱班中的优等生，也要关心爱护班中的后进生。不要带着有色眼睛看待学生。对待班中的后进生需要更多的耐心和细心，要多跟这些学生交谈，让他们体会到老师是在乎他们的，从而树立一定的自信心。力争在学习中不让任何一个学生掉队。二、制定班规，班级目标。俗话说“没有规矩，不成方圆”。作为班主任要让同



学们对照校规一点点发现自己存在的问题，紧接着从纪律、学习、卫生、仪容仪表等方面跟学生一起商讨制定班规。这一点，在我们学校一年级张杏娟老师做的很细心，去一年级上课和去别的班上课有一个区别就是：打了上课铃声后，学生会异口同声的说出他们班的规章制度：上课铃声响，快速做好，静等老师来上课。简简单单的几句话就能让孩子们养成一个良好的习惯。我们学校打预备后，孩子们要朗读，站在校园里你就能听到一年级朗朗的.读书声，这是你一定会认为有老师在班中，但事实是一年级班中并无老师。这一点一年级学生做的很棒。三、认真选拔班干部，同时精心培养。班干部是班主任的左右手。所以在班主任工作中选拔班干部也是很重要的。一个班集体面貌如何，很大程度上是由小干部决定的，所以要慎重选拔和培养干部队伍，这样班主任工作才能逐渐从繁重走向简单与轻松。四、作为班主任要精心的设计每一次的主题班会，一个班风的形成，需要一点一滴的积累，需要班主任的细心引导，需要班干部的团结协作来带领整个班集体。所以每一次班会都尽量让学生从心中感受到这个大家庭的温暖。使每个学生都尽自己的力量来为班级建设做出贡献。五、要加强与家长的沟通交流。孩子的成长离不开家长的教导，做好班主任工作离不开家长的辅助。加强与家长的沟通交流，才能让家长及时了解孩子在学校的情况，同时也能让老师更清楚每个孩子的个性，针对孩子的问题与家长共同解决。校讯通很好的让老师和家长进行了沟通。

这几个月的实习从各任课老师和班主任身上学到了很多书本上没有的经验，这为我以后工作生涯奠定了坚实的基础。