

最新实训个人总结万能版(模板5篇)

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

实训个人总结万能版篇一

经过4个礼拜的实训，让我受益匪浅，给我收获最大的是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单挑又重复，但这是磨练意志最有效的方法，我告诫自己要认真完成，对每项实训任务都要看成是对自己的一次考核，做到每一件事的过程中遇到困难，一定要争取不抛弃，不放弃，坚持“战斗”，只要希望还在，胜利一定属于我们。

我们这次实训的内容是“学生成绩管理系统”，首先要感谢陪伴我们4个礼拜对我们精心指导的老师，帮助我们在实训过程中解决了很多我们解决不了的问题，让我们能继续的完成接下来的内容和让我们的实训成果有了圆满的成功。在学习的过程中并不是一帆风顺的，在这之中，因为要操作的东西很多，有时错一步，后面的结果就无法显示，而自己的计算机又太差，根本检查不出来是哪出了错！这时候，老师都会耐心的过来帮助我，我很感谢老师也很感谢学校能安排这么优秀的老师来教我们！还有就是团队的力量，对于一个大的软件系统，不是一个人就能完成的，他需要小组成员之间的团结协作，尽管一开始我们小组之间团员的意见不是很统一，但大家各抒己见，把自己的想法提出来，然后集思广益，把大家认为最好的意见说出来，最后终于完成了“学生成绩管理系统”的实训。

在这次实训过程中，老师还在期间让我们小组各自展示我们的实训成果，由其他小组提出意见，取长补短，对于别的小组做的比我们好的地方，我们要虚心学习，不好的地方我们会一起想解决问题的办法。这对于我们未来走向社会具有一定的锻炼性质。

作为学生，我们更多的是课本的知识的理解，理论的优势是我们的特色，但是怎样将理论结合实际却是摆在我们面前的难题。有些知识虽然我们学过，但是要把它运用到系统中的过程中还出现了很多问题，比如对于控件listview和datagridview的使用，在基于多表查询的时候，使用datagridview这个控件就难以实现在数据库里的多张表的更新，后来我们还是选择了listview这个控件。从这里让我知道了，只是的学习是没有止境的，我们只有在不断的学习中了解更多，并且能够把所学的知识举一反三，这样我们才能更好的吧实训项目做得更好。我觉得学习了这个，对我参加工作后制表、创建查询、数据分析和材料演示都有很大的作用，这样，我们能更清楚的了解信息并进行分析。

当然实习中还有着更多的感触，包括学习，生活各个方面。就学习而言，专业实训它更偏重于应用，更加细致，要求也更加严格。在实际中实现自己的理想，必需不断的增加自己的能力，做事情更加专注。就生活而言，专业学习展示给我们看各个不同的小组的实训结果，让我们知道了要善于学习他人的优点。

上面的认识都是正面的，也是自己受益的主要部分，但就个人而言，本次的专业实训更多的

是让自己认识到自己的不足。通过此次的实训，更多的是对大二一学期的回顾和反省。总的来说，我们这一次实习是比较成功的，大家都能学习到了很多在校园、在课堂上、课本上学不到的东西，也了解很多和懂得了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。

做软件这个东西不能着急，越是着急对我们的学习就越是不利。把心态摆平稳，从简单做起，不能急于求成。在学习过程中会有很多时候心情很郁闷，是在学不下去了，不过坚持一下就好了，重在坚持嘛，没有什么不可能过去的。还有就是平时要注意多积累这样在以后用知识的时候就不愁没有资源了。

四个星期的实训课很快结束了，我发现我对计算机有了新的认识，以前只知道玩游戏、娱乐和简单的应用。通过这次的实训，我了解到，要真真正正的掌握计算机程序还不是一件简单容易的事儿，但真正掌握后，它带个我们的将是无穷的便捷与科技，我喜欢高端便捷的生活。我希望我能做计算机这个万能机器人的主人而不是奴隶，我会努力加油的!感谢学校，感谢老师给我的帮助，让我的思想、技能又上了一个台阶!感谢!加油!

<

实训个人总结万能版篇二

本次实训的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

实训在帮助应届毕业生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。通过实训，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实训机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实训期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实训对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实训，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的！紧张的两个星期的实训生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实训结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这两个月来，自己的工作情况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自己还一定程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

作为一名销售人员，我们的首要目标就是架起一坐连接我们的商品与顾客的桥梁。为公司创造商业效绩。在这个方向的指导下，怎样用销售的技巧与语言来打动顾客的心，激发起购买欲望，就显得尤为重要。因此，在以后的销售工作中，我必须努力提高强化说服顾客，打动其购买心理的技巧。同时做到理论与实践相结合，不断为下一阶段工作积累宝贵经验。

其次，注意自己销售工作中的细节，谨记销售理论中顾客就是上帝这一至理名言。用自己真诚的微笑，清晰的语言，细致的推介，体贴的服务去征服和打动消费者的心。让所有来到我们店的顾客都乘兴而来，满意而去。树立起我店工作人员的优质精神风貌，更树立起我们优质服务品牌。

再次，要深化自己的工作业务。熟悉每一款化妆品的货号，大小，颜色，价位。做到烂熟于心。学会面对不同的顾客，采用不同的推介技巧。力争让每一位顾客都能买到自己称心如意的商品，更力争增加销售数量，提高销售业绩。

最后，端正好自己心态。其心态的调整使我更加明白，不论做任何事，务必竭尽全力。这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功或失败，而我们的销售工作中更是如此。如果一个人领悟了通过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他就掌握了达到成功的原理。倘若能处处以主动，努力的精神来工作，那么无论在怎样的销售岗位上都很难有所建树。

实训是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过这次的实训，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来大学里所学知识的巩固与运用。从这次实训中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。在这次会计实训中，我可谓受益非浅。仅仅的二个月实训，我将受益终生。通过此次实训，不仅培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离，对实际的工作的有了一个的开始。实训是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

<

实训个人总结万能版篇三

为了更好的适应以后的学习和工作，在本学期14-18周的周五上午，由学校安排在实训计算机试进行物流上机实操。在这期间里我们可以通过使用物流管理软件来学习、掌握整个物流管理作业的基本环节及流程。这让我们学到了物流管理作业流程的新知识，让我们为以后的学习和工作打下坚实的基础。

在没有实训之前，我们仅仅从课本上了解了一些关于物流管理的基本知识，并没有对其有很深印象，至于物流管理作业的基本环节及流程的概念，仅仅是停留在浅显的书本知识。自从上了实训课，我就深刻地认识到物流管理实际上是一门实操行性很大的课程。在实际工作中，它就是实操工作。因此我们必须要好好利用这次实操机会真正掌握物流作业流程的具体操作，扩大我们的知识面和提高我们实际操作能力。

在这次实训中，我学到了仓库、库位、库区基本信息的查询、新增和修改；客户、受货人货物基本信息的查询、新增和修

改;收入支出合同受理的流程;库位调整、产品等级转换和计量单位转换等等。理论是实践的基础,但理论的最终价值是要在实践中体现。从这次实践中,我更深刻地体会了物流管理作业流程的价值及意义,加深了对物流管理的理解。

本以为仅仅是照着书上写的流程一步一步操作下去就行了,谁知实际操作并没有想象的那么简单,即使是按部就班,其中还是出现许多问题。由于流程是一步一步来的,所以只要其中错了一步就做不下去。有时因为几个步骤影响了接连几个相关联的流程。就比如在操作到库位分配与预入库清单打印这一系列流程时,在库位分配这边遇到了问题,有可能缺少一些关键数据,就无法做这一流程,就连接下来的一系列关于预入库的流程也无法做下去。可我们并不懂这些流程到底哪里出错,问老师也找不出答案。此时我想,学校应该再配备一个专业的物流管理实操的老师给我们,让我们在实训时遇到的问题可以一一解决,增大我们的实训效果。

虽然在实训中遇到了一些小问题,但并不影响这次实训的效果。毋庸置疑的是,我学到不仅仅是仓库新增、查询和收入合同受理等等这么简单。

实训个人总结万能版篇四

为期一周的实训即将结束,通过这次的实训使我们学到了很多,同时也让我们所有同学意识到我们要学的还有更多。本次实训的项目是为了让同学们能结合本期所学的书面知识,再加上实际动手操作能力,以便可以更好的可以实际与理论相结合,使同学们能更深切的体会到不仅要有理论知识也要有实际操作能力,能灵活的学以致用。

本次有5个题目任由同学们选择,而我选择做“学生管理系统”程序的设计,主要是几个用户模块的程序设计。而我们这次课程设计主要是老师为了让我们学习完visualbasic程序

设计》课程后，能进行的一次全面的综合训练，其目的在于加深对可视化编程技术基本知识的理解，掌握运用vb开发应用程序的基本方法及基本技巧。从程序的需求分析、可行性分析、设计到编写、调试、修改、完善、到最后的实训报告，我们每个人都付出了时间和精力去做好自己的任务并努力地去完善它。

所有同学都倍感压力、不懂就互相请教，算是团结协作了，可即使这样我们还是经常出现了错误，我们的程序在编写上存在一些漏洞，导致调试时不能正常运行，后经过老师的指导、我们相互的帮助，细心的调整，终于算是可以正常的运行了，但其中还有些许的不完善，但我们在之后的几天实训中，不停的精益求精，以达到最好的状态，做出最简单方便的程序。

我做了5个模块分为学籍信息输入、学籍信息管理、学籍信息查询和统计查询以及用户登录5个模块的内容。学生数据录入管理中又包括用户的查询、添加、修改以及删除功能，它是只有具有管理员权限的情况下才能进入操作，而登入用户就只能修改自己的登录密码。在实训过程中我们也认识了一些新的老师，他们对我们亲切认真负责，很有耐心地对我们进行讲解并指导我们解决遇到的难题。老师们交会了我们很多简单实用的技巧。也让我们意识到了要想全面完整地地完成一个模块，首先要进行程序的设计，全面分析会用到的东西以及考虑可能会出现的情况，理清思绪、写出大致的要点后再上机编写程序以及操作。否则像一开始的我们马上上机编写、想到什么就补什么，不仅浪费时间也乱了之前写好的一些程序。系统分析越准确，设计的系统越精确，可以大大减少后期的修改、维护工作。当然做好做对一个项目固然重要，同时美观程度也是必不可少的，无论是从参观者的角度还是自己看的角度都很重要。

实训个人总结万能版篇五

当我还在直达的快速列车上的时候，脑海中就在勾勒的样子。时隔五年之后我又一次与重逢，神圣而又神秘的海淀医院将要伸出她的双臂把我揽入怀中。在我的人生历程中，我将此次之行作为我的一个重要的转折。

从下车见到严谨而又平易近人的马主任与黄大夫时，您二位就让我心里有股暖流在涌动，有一种家的感觉，在这样的现代化大都市中没有一丝漂泊的感觉。随后医院又为我们安排了内容详实的岗前培训，让我们对马上要投入的临床实习工作有了大致的了解和心理准备。各主要科室主任百忙抽出一忙对我们实习中可能遇到的各种问题进行了较为详尽的阐述，使我们受益匪浅。培训中，每个领导与主任都能深入浅出跟我们讲解有关注意事项，气氛也很活跃，我们并未有丝毫的拘束，院领导们的谈笑风生与平易近人给我们留下了非常深刻的印象，他们每个人都散发着一独特的人格魅力，是我们今后学习和工作的榜样。特别是我们可爱的马老师与黄老师从我们踏上的那一刻起就对我们的方方面面进行了无微不至的关怀与照顾，让我们有种宾至如归的感觉，医院给予了我们大家高规格的接待，我们都很感激，有医院的大力支持，我们理应加倍努力积极配合医院在自己岗位上好好做好自己的工作，让海淀医院以我们为自豪，让母校以我们为荣耀。

无论怎么说，行动都将证明一切，事实将决定一切，通过今后我们大家在各自岗位上的表现，相信我们会得到医院的肯定的，不会让医院和母校失望。培训中，我们对医疗过程中会遇到的各种情况，尤其是医院纠纷方面，真的让我们有了很真切的感受，也给了我们很强震撼，我们强烈意识到要面临的压力与挑战，深深体会到医学的确是一门艺术。俗话说压力产生动力，虽然我们面临的挑战是巨大的，但这些绝不能成为阻碍我们提升自己能力的绊脚石，知难而进是我们唯一的选择，我们会做好时刻与困难相斗争的准备，视挑战为快乐，就像马主任那样将医学提升到一个高的境界，视它为

一门艺术，就会其乐无穷。在实习生活中，我们也会积极发展和提升其他相关的素质能力，加强人文修养，并使之融入我们的工作生活的理念中，必须有一个高的目标，才会有个高的成绩，严格律己，方能取得成功。

我相信经过在海淀医院的实习生活，我的各方面素质将会得到提高。我会在各科室老师与马主任、黄大夫的指导和帮助下，积极挖掘能力，拓宽视野，圆满完成实习事务，给医院给母校一份满意的答卷。

最后我想说的是，我们作为一个团队，现在要融入海淀医院，将来给自己和医院争光。我们会好好珍惜在海淀医院的宝贵实习机会，给自己的人生写上光辉的一页，相信海淀医院将会给我们带来受益终生的回忆，海淀医院选择我们是正确的，也衷心祝愿海淀医院和我们都更上一层楼。