

# 最新计生办工作总结 实习工作总结(汇总5篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 计生办工作总结篇一

时光如匆匆流水，细细算来，我自 20xx年7月5日来到公司至今已有半年时间了，根据公司的相关规定，现特此提出转正申请。

在实习期的这段短暂的日子里，我收获良多，我对公司的了解和认识更加全面和透彻，看到我们公司不断成长，规模不断扩大，公司制度不断完善，令我对于公司未来的发展产生无限期待。而且这将近半年的时间对于我来说有着不同寻常的意义。从学校到社会，从学生到职员，从学习到工作，环境有改变，身份有改变，职责也有改变。半年的时间，我努力适应并不断成长，我学以致用并积极学习，积累新知识、新经验。半年的时间，不管是在工作还是生活上，我都已经融入晋煤天庆这个大家庭。这段实习的过程是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。

回顾这半年的工作和学习，在各级领导的教导和培养下，在同事们的关心和帮助下，我自己的思想、工作、学习等各方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高，现将自己实习期间的工作学习情况总结如下：进入公司后的第一周，我们经历了为期七天的军训以及素质拓展训练，同时也详细学习了公司的企业文化以及公司的相关规章制度。军训，作为我们踏入职场的第一步，锻炼了我们吃苦耐劳、不畏艰辛的精神；素质拓展训练，信任被摔、毕业墙等一个

个小项目却蕴含着令人回味的大道理，这些看似游戏却又不是游戏的项目让我更加明白了团结就是力量、坚持就是胜利、做领导要敢于更要勇于承担责任等等，这些感悟相信一定会让我受益终生的。而对于公司企业文化的学习，使我们更加坚定了自己脚下的步伐，“事不避难，敢于承担，奋勇向前”的创业精神，“1334”工作法的企业理念，无不展现出了公司博大精深的企业文化内涵，我坚信在公司的带领下我们一定会一路向前、不断创新、继续进步的。因为工作的需要，在军训后我们马上来到了潞安煤基油公司，开始了我们的培训学习生涯。随后我们接受了三天的厂级教育以及两天的车间级教育，在这五天的学习中，培训老师给我们讲解了很多化工厂的事案例，小到安全帽没有规范佩戴而导致的碰伤等小事故，给我起到了极大的警示作用，也使我认识到了安全意识在化工企业中的重要性，坚定了要把“安全第一、预防为主、综合治理”这一面大旗像奥运圣火一样继续传送下去并且走的更高更远的决心。

经过两级安全教育后，我们进入到了各自的岗位上，而我也开始了在空分工段的正式培训学习。虽然曾经在化工企业实习过，但刚刚进入车间，对一切还是充满了好奇，面对dcs界面，内心有一种无法言语的情感。怀着无比激动的心情，从怎样打点巡检开始，我一遍一遍的走过整个车间，一个阀门一个管道的学习，慢慢地了解了巡检过程中需要检查的项目以及注意的问题，例如水泵油位是否合格，运行设备是否有漏油、漏水现象等等情况。同时对于理论的学习，我从认识简单的阀门、仪表位号等基本知识开始，在培训队领导和潞安煤基油师傅们的帮助下，以及同事的互帮互助下，逐步深入，并且也加强了理论与实际的结合，真正明白了“点滴皆学问，处处是知识”这句话的真正含义。

在这里，我将自己这半年所学到的知识总结如下：

首先，我从大体上了解了什么是空分，空气分离常用的几种方法，我公司以及潞安煤基油公司的空分系统的联系与区别。

其次，通过对总图的学习，以及在与师傅们的讨论中，我认识到了空分的六大系统，并且逐渐了解到了六大系统间的联系与作用。

再次，我开始了对各个系统的学习，从空气预冷系统开始，逐步深入到对空气纯化系统、空压机组系统、主换系统以及精馏系统等学习，并在学习空分车间所涉及的如节流制冷、冷热平衡等主要原理知识的过程中，加强了理论与实际的联系，对空分车间所涉及的主要化工设备的性能、构造、原理也都进行了了解学习，也对如何开停常温泵、油杯加油、换压力表等简单的操作有了一定的学习与掌握。

最后，在冬季到来后，对空分工段的防冻等安全措施有了更深的理解和认识，同时也加深了对安全、消防知识等的学习，如安全理论知识、消防和防护器材的使用等等。

在半年的学习过程中，从平时的巡检和操作中，我看到了师傅们的一丝不苟，兢兢业业，严肃认真，以及他们渊博的理论知识、实际的运行经验和对安全理念的认真贯彻，这些都给我心灵以极大的震撼和感动，让我看到了自己的不足，同时也明确了以后自己要努力的方向。在今后的工作和学习中，我会进一步严格要求自己，虚心向其他领导、同事学习，我相信凭着自己高度的责任心和自信心，一定会在各方面取得更大的进步。

这段时间来我学到了很多，感悟了很多，看到公司的迅速发展，我深深地感到骄傲和自豪，也更加迫切的希望以一名正式员工的身份在这里工作，实现自己的奋斗目标，体现自己的人生价值，和公司一起成长。在以后的工作中，我会用谦虚的态度和饱满的热情做好我的本职工作，为公司创造价值，与公司一起展望美好的未来！

## 计生办工作总结篇二

我于20xx年xx月xx日成为公司的试用员工。在这近三个月的时间里，我学到了很多确实可行的管理经验及新的施工方法，丰富了业务知识，这些主要得益于领导的培养和同事们热心帮助。静心回顾，在这短短的两个多月的时间里，我已适应了目前的工作环境，也逐渐进入了状态。在了解公司的制度和工作流程基础下，逐步开展了具体的工作。再此我将近三个月的工作情况做如下总结：

一、通过向xx项目老同事的学习，知道了做为一个内业新人的基本要求：不仅要负责本项目的各种内勤工作，并且要积极配合工程师，做好各项本职工作。

二、协助各工程师完成变更洽商的申报及具体核查工作，使我进一步了解了工程洽商签证、收方工作及付款模式，公司的整套完整控制体系，不但保证了变更工程数量的准确性，又有效的控制了成本，为后期结算提供了详尽的依据。

三、配合项目经理完成公司和项目上安排的各项工作，以及收集整理与金科廊桥水岸项目有业务关系往来的各相关单位的文件，避免发生扯皮，维护公司的集体利益。

四、及时传达集团以及公司的各种通知及活动安排，督促及协助各工程师合理安排各项工作事宜，圆满完成各项目工作任务。

以上是我工作这一段时间的心得和体会，衷心的感谢公司给予的我这次试用的机会。在整个工作过程中，我认为自己工作比较认真、负责、细心，具有较强的责任心和进取心；能积极学习新知识、新技能，来提高自己的综合素质，注重自身发展与进步。但也存在着许多缺点与不足，与公司的要求和期望相比还存在一些问题和差距；对工作的预见性和创造性不够；具体的经验仍不是很丰富，在日后的工作中仍需要

持续学习，不断完善、不断提高。

为此，我特向公司申请：希望能根据我的工作能力、态度及表现给出合格评价，使我转为正式员工。

今后，我仍会用谦虚、谨慎的态度和饱满的热情投入到我的工作当中，为公司创造价值，同公司一起展望美好的未来！

## 计生办工作总结篇三

20xx年医院共带教护理实习生21人，其中宁夏医科大学大专9人，外校大专8，中专4人。护理部根据宁夏医学院教务处关于20xx年护理实习生实习大纲的要求制定护理教研室带教计划，各科室根据各专科特点进行具体带教计划的制定。为了进一步加强临床实习教学环节的管理，护理部从多年的带教经验中不断总结完善，确保了带教工作质量的不断提高。具体做法如下：

- 1、护理部合理安排实习科室，专人负责实习带教工作，结合实习大纲要求制定详细的实习带教工作规定、实习带教计划、实习轮转表及实习生业务讲座安排。
- 2、护理部统一组织对实习生进行为期3天的院级岗前教育，内容包括医院概况、医德医风、护士素质、规章制度、实习安全、劳动纪律等；入科第一天由护士长或带教老师进行科室岗前教育，内容包括护理工作制度、病区的环境、专科特点等。
- 3、护理部每两周组织专题讲座1次，内容为专科护理知识，要求实习生认真做好学习笔记；各护理单元每周组织护理查房、小讲课1次。
- 4、护理部不定期检查学生的实习情况，同时检查带教计划的落实情况，做到层层落实，使教与学达到和谐、一致，保证

教学质量，防止差错出现。

5、实习期间定期征求带教老师、实习学生的意见，双向反馈，以便不断改进工作，提高带教工作质量。

6、实习结束时，各护理单元由护士长及带教老师对实习学生组织考核，记录成绩并作出鉴定，完成教学手册；同时护理部进行护理基础知识等内容的考核，记录成绩并存档，合格者，出具实习鉴定。

在本年度带教过程中，各带教科室认真履行带教职责，对实习生可以做到专门带教，认真、细致的讲解、示教，给学生创造多动手的机会，并做到放手不放眼。对学生进行随机提问与出科考试相结合的方式参加考试，努力提高实习生的学习效果。各教研室的带教老师不断学习各专科知识，特别是学习讲课、带教的技巧，在讲清楚的前提下，力求提高学生的学习兴趣，让学生主动、感兴趣的学习。

20xx年带教工作已进行完毕，新的一届学生即将到来，对于下一届的教学工作，护理教研室将会在学习中不断加强。

20xx年5月

## 计生办工作总结篇四

### （一）酒店餐饮服务

1、迎宾、问候客人：当一切准备工作全部就绪后，要在预订前的15—30分钟站在包房门口迎接宾客的到来。当客人来到时，要微笑地问候客人，明白客人名字的要叫姓名去称呼客人。

2、拉椅让座：当客人进入房间后，要主动为客人拉椅让座。不用为全部的客人都拉椅让座，但必须要为女士或者是被邀

请的贵宾服务。有小孩子的，要主动询问是否需要婴儿椅。

3、派送香巾：将已折好的香巾放入香巾托，服务于客人的左手边。并说：“对不起打扰一下。…请用香巾”。如明白客人姓名，要说：“王总，请用香巾！”

4、服务茶水：将口布折成正方形放于一骨碟中，将茶壶放到口布上，拇指扣于壶把上，其它四指接于骨碟盘底，站在客人右手边一只手为客人倒茶，并说：“对不起打扰一下。…请用茶”。如明白客人的姓名，要说：“王总，请用茶”。在倒茶之前必须要先说“对不起打扰一下”来引起客人的注意，否则客人不留意会碰到茶壶造成烫伤。

5、呈递菜单并点菜及酒水：询问客人是否能够点菜，并将菜单交于主人。向客人主动推荐特色菜或者是当天的厨师精选。推销各种酒水及向女士儿童推荐软饮。询问是否能够起菜：对于集团内部宴请或者是常客，可能会早已透过电话预订的形式提前制订了宴会菜单，所以能够直接向主人询问是否能够通知厨房开始做菜，如有VVIP同时要问主人是否要求分餐；如要求，有果盘的话，要通知厨房按人数准备“个吃”。同样要向主人推荐各种酒水及饮品。

6、下点菜单及酒水单：将客人所点的菜品和酒水项目分别开在点菜单上（酒水一份，菜品一份）。每份一式四联，一联交厨房或者吧台（菜品交厨房，酒水交吧台），一联交前台，一联交传菜，一联自己留底备查。

7、服务酒水：如客人有特殊要求的话，按照客人的意思分先后顺序斟倒。如客人没有要求，则按照先女士儿童、主宾、后主人的顺序顺时针斟倒。倒酒时酒瓶要有余底，不要全部连底倒完。

8、上菜服务（分餐）：上菜时，要在客人比较稀疏的地方上菜，或者选取不重要客人的位置；上汤时，将汤上到桌上后，

要向主人询问是否需要分汤；对于分餐的客人，每次要将菜品上桌后报菜名，给客人做一个展示，按人数将其用骨碟分餐。给每人上菜时再次报菜名，并请客人慢用。所有菜品全部出完后，要向客人说明：“您的菜已经全部上齐了，请慢用！”

9、餐间服务（更换烟缸、骨碟、倒酒）：烟缸里每两个烟头就更换一次；及时续倒茶水；客人吃完带骨或皮壳较多的食物后就更换一次骨碟；上果盘之前更换一次；客人举杯喝酒时，要立刻手持酒瓶准备续斟；有vip客人且人数较多的时候，包间至少要有两个服务员在服务；如果所点的酒水已喝完或立刻喝完，要立刻问主人是否要再加。

10、结帐：集团内部高层可到前台签单，但要注意提醒；正常客人结帐，到前台拿帐单到主人面前，不要当着众人面大声报价格。寻找适当的机会向客人询问用餐满意度，将客人意见及时反馈给服务经理。

11、拉椅送客：客人起身要离开时，要立刻上前帮女士或贵宾拉椅，然后到包间门口送别客人，并感谢客人的光临。然后以最快的速度检查一遍桌面上是否有客人落下的物品。

12. 餐后整理工作：归整坐椅，清洁地面卫生；收台：先收口布、香巾等布草制品，再收酒杯等玻璃制品，最后收瓷器制品，将垃圾各脏餐具运送至洗碗间，将玻璃转盘从桌上搬下清洁，收掉脏台布。

工作是一种美丽，也是一种快乐。当我为客人呈上热情的微笑，听到客人的道谢；当我为客人拿上针线包钉上掉落的纽扣，客人露出满意的微笑；当我们的服务获得客人对酒店的赞许和称道。我的内心仿佛吹过春天的和风，温暖惬意。我们的工作是一项美丽的事业，在工作中收获快乐，在微笑中赢得尊重，在实习中体验生活。



## （一）实习收获

### 1、服务意识的提高

对于酒店等服务行业来讲，服务质量无疑是企业的核心竞争力之一，是企业的生命线。高水平的服务质量不仅仅能够为顾客留下深刻的印象，为其再次光临打下基础。而且能够使顾客倍感尊荣，为企业树立良好的品牌和形象。透过酒店组织的培训和平时部门的强化练习，锻炼了我的服务意识，养成了应对客人泛出微笑的好习惯；学会了用标准的礼仪礼貌待客；明白了学好外语的重要性。

### 2、服务水平的提高

经过了六个多月的酒店实习，使我们对酒店的基本业务和操作有了必须的了解，礼貌是一个人综合素质的集中反映，酒店更加如此，要敢于开口向人问好，在向人问好的过程中还要做到三到：口到，眼到，神到，一项都不能少。对于客人的要求，要尽全力去满足，尽管有些不是我们职责范围的事情，也要尽力帮其转达；尽管有些要求不合理的不能办到，都要用委婉的语气拒绝，帮他寻求其他解决方法。印象最深的是为酒店的日本客人（大多数是来自酒店大客户——本田公司的）服务，他们通常是不太会说英语的，所以，我们要从他们的动作和片言只句中猜到他想要做什么并快速帮他办好。例如：当客人用蹩脚的英语说airport时，就要猜到他是想到机场，要我们安排免费的送机服务，接下来就要为他们带给乘车预约表并理解他的信息再交由主管排车了。

## 计生办工作总结篇五

20xx年3月9日至4月9日，我在安顺市第六中学七（2）班进行了为期近两个月的实习。实习的基本资料包括两部分：课堂教学、班主任工作。在原任指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武老师的指导和支持下，我总计听了8节课，上了32节课。教学实习中，总的来说，我能认真备课，所设计的教案规范准确。课堂教学中，教学效果好，教学内容能当堂消化、巩固，教学重点突出，明确，能够顺利地完成任务。同时，课外辅导耐心细致，批改作业仔细认真，还经常请武老师指出缺点和不足，以不断地提升自己。在实习过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难！需要下很大的工夫。大学生实习月工作总结大学生实习月工作总结。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧！同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料，并全部交给指导老师修改。

实习期间，作为实习班主任，每天课间操时维持秩序，监督到位，耐心地做学生的思想工作。教师节期间，我在班主任孙老师的指导支持以及学生的积极配合下，筹办了以“尊师重教”为主题的班刊展览活动，得到了老师和学生的极大肯定。

在整个实习生涯中，我本着对学生负责的态度尽心尽力做好每一件事情。自己在实践活动中得到了极大的提升，学到了许多书本上根本学不到的东西，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的教学经验。

但是，在教学过程中，时间把握不当，不能在有限的45分钟内完成教学目标任务，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自己以后两个月的实习不断地努力实践，追求进步。在此，我要向指导和勉励我的孙老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！