

# 男生毕业了 大学毕业实习工作总结(大全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。那么，我们该怎么写总结呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 男生毕业了 大学毕业实习工作总结篇一

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，实习不仅仅重要更有其独特性，正是透过实习，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，用心主动去执行；

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，承担职责去执行；

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，不养成依靠的习惯

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，我们能够躲在温室里，能够依靠，也能够无条件地索取，一旦踏入社会，我们就务必让自己独立起来，要学会选取，学会自己作主，没有谁能够帮谁一辈子，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，我们要学会摆脱依靠的心理，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，持续真我，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，应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。

一位著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都就应有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊状况，我们能够一退再退，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，我们能够忍受，能够退避，但是，我们不能放下我们自己的原则，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，我们又都只是初出茅庐，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必须就是自己吃亏了，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。

我们的主动用心会给我们创造更好的环境和的机会，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。

## **男生毕业了 大学毕业实习工作总结篇二**

实习二个月多月了。这是我人生中弥足珍贵的一段经历。在这段时间里各级领导在工作上给予了我极大的帮助，在生活上给予了我极大的关照。领导们对工作的踏实、认真，深深震撼了我，让我懂得了何谓“宝剑锋从磨砺出”。在对领导肃然起敬的同时，也为我的毛躁和急功近利感到惭愧。

一、通过学习和日常工作积累使我对资料整理和收发有了一定的认识。

收集保存好指挥部、及相关部门下发的文件和会议文件工作，并把原来没有具体整理的文件按类别整理好放入文件盒内。

做好各类文件、图纸的下发、传阅及传递工作并将文件原件存档。根据项目部规定，对文件进行相关部门的下发、传阅、传递，接收部门在文件原件上进行签字确认，并将文件原件

存档。工程资料应认真填写，字迹工整，装订整齐，一看一目了然，以便以后检查及归档带来方便。

为了不使自己工作少项、漏项，我总结了一个文件填写流程：

1. 通读文件，了解大致内容。
2. 填写相应文件夹中的收文本。
3. 打印、填写面单并写好有效清单。
4. 请示崔姐，完成面单。
5. 呈交领导阅示，等待回复。
6. 填写相应的文件盒内卷内目录，收纳好原件
7. 按领导要求下发文件，认真填写好发文本。

整个工序完成有一定的间隔时段，期间要知道文件的去处，保证原件的回收工作。

二、遵守各项规章制度，认真工作，使自己素养不断得到提高。

爱岗敬业的职业道德素质是每一项工作顺利开展并最终取得成功的保障。在这二个月的时间里，我遵守公司的各项规章制度，努力做好本职业工作，认真地完成好领导交与的每一项任务，认真履行职责，平时工作中不断提升自己的团队合作精神，和业务素质。

三、认真学习岗位职能知识，勤学勤问。

初出学校的我，对工作的认识是狭隘的。有很多工作是之前完全没有接触过的，需要我去不断地学习与磨练，同时也要

快速的适应项目部的工作方式和工作节奏。自己不懂的问提和拿不准的事情，一定要的勤学、勤问，尽快的了解掌握相关的知识和标准。

四、认真听取指导改进不足。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”初读此句时了解的不过是它的字面意思，然而就在这补偿的实习后我不仅真正的明白了它的意义，更深切体会到它的内涵。虽然来到项目部近二个月，但对整个工程的了解还不透彻，到施工现场的机会不多，对各项的分工工作还没有形成系统的、完整的认识。随着对项目部和工作的进一步熟悉，我也希望领导今后多指派我更多的工作，我觉得多做一些工作更能体现自己的人生价值。“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中我要不断学习业务知识，通过多看、多问、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种知识，并用于指导实践。

感谢和项目部领导给了我这次实习机会，通过这次实习使我的理论知识与实践相结合，从根本上提高了综合素质，不再是纸上谈兵。同时我的人生观和价值观也发生了一些变化，渐进成熟。感谢领导对我的关照与爱护，使我更好的融入了项目部这个大家庭，更快的适应了工作。感谢所有同事，你们的兢兢业业、认真踏实是我的学习的榜样，能与大家共事是我莫大的荣幸!在今后工作中，要努力当好领导的左膀右臂，把自己的工作做的更加的扎实，为的发展贡献自己的一份力量!

## 男生毕业了 大学毕业实习工作总结篇三

回首这一学期的教学工作，感受颇多。作为一名资质颇浅的新老师，刚好又赶上新教材的推广使用，感觉挑战更大。对于新教材，大家都处于摸索探究阶段，但于此同时也让我看

到了许多前辈教师丰富资深的经验。新教材内容丰富，理念新颖，针对的是有一定英语基础的学生，同时该教材营造了一个倾向本土化语言的环境，教材起点高，坡度大，提倡“用到即学”。但作为我们的学生来讲，他们大多只学过2年英语，才初步入门。在这样情况下，感觉上课难度更大。

作为一个新教师，要学习和掌握的知识和技能很多。一学期下来，我觉得备课和听课尤为重要。教学中，备课是一个十分重要的环节，因为教学就是教与学，两者是相互联系，不可分割的，有教者就必然有学者。以前学的基本上是纯理论的知识，只知道学生是主体，但如何落实呢？最初接触教学的时候，我还不懂得了解学生对教学的重要性，只是专心研究书本，教材，想方设法令课堂生动，使学生易接受。我以为这样学生会很好的理解我讲过的内容，但事实并非如此，以我的思维来考虑问题，有时会高估他们的水平，想不到他们可能会出的错误。听过许多老师的课，不管是公开课还是常态课，他们总是把学生的思维慢慢引出来，循序渐进的，一切都好象是水到渠成的，这还需要我一段时间去学习。课堂上还有一点很重就是驾驭课堂的能力，因为学生在课堂上一举一动直接影响教学，但当有学生因课程难而无心向学，违反纪律时，我的情绪易受影响，把他带入教学中，让原本正常的讲课受到冲击，影响教学效果，我以后必须采取有效方法克服。

备学生同时也要备教法，一堂准备充分的课，令学生和老师获益匪浅，列如unit7,这单元主题是学习衣服，单词多，如果一个个教授单词，枯燥乏味，为此我准备自己的衣服，并让学生也带来自己的衣服，学习词汇就较生动形象，又可模拟商场购物，这样学生就积极参与，并且很快能将售货员与顾客间对话背出来。

听课也是提高自身教学能力的一个好方法，新老师只有多听课才能够逐渐积累经验。所以对每一次听课的机会我都十分珍惜。听课的主要对象是师父和英语组其他老师的课，同年龄段居多。本学期，我听了二十多节课，收获很大，逐步掌握了一些驾驭课堂的技巧。听完课之后，把教师们上课时讲到

的记在听课记录上，然后对我自己的备课教案进行修改，将他们很多优点和长处应用到我的课堂教学当中去，取得了较好的效果。

除此之外，平时我也经常向师父及其老师请教教学上的问题，老师们都非常热情帮我解答，获益匪浅，从中明白了知识和经验不会从天上掉下来，必须发扬勤学好问的精神，把自己当成学生一样，积极吸取周围其他老师一切先进东西，才能提高自己的水平。

学习英语仅靠课堂时间是不够的，必须课后辅导，在督促学习方面，还要多努力，抓得不够实，比如说，对中等生把关不严，英语强化小组没有完全做起来等。

## 男生毕业了 大学毕业实习工作总结篇四

人生如水，水如人生~！

1. 愿此去前程似锦，愿以梦为马
2. 希望天南海北的我们，都能万事顺意
3. 愿此去繁花似锦，归来仍是少年 ！
4. 我们兵分几路 山顶上见
5. 我们的征途是星辰大海。
6. 我们以一二一开始，用三二一结束。
7. 在夏天遇见的就在夏天告别吧
8. 我们 在更高处见

9. 既要今朝醉，也要万年长。
10. 聚是一团火，散是满天星
11. 约定吧，一起绽放。
12. 一晃两三年，匆匆又夏天
13. 散伙的是这场盛夏 而不是我们
14. 予我遗憾亦赠我惊喜 予我万千风景
15. 青涩不及当初 聚散不依你我
16. 毕业在兵荒马乱中如期而至 青春在跌跌撞撞中戛然而止
17. 就此告别吧就算留恋也不要回头看
18. 开始于××××年初秋，结束于××××年盛夏
19. 凡是过往，皆为续章。 庆幸相遇，无憾别离。
20. 共祝我们拥有长久的欢喜与美梦
21. 愿此去前程似锦，再相逢依然如故
22. 今朝常相伴，明日去蹭饭
23. 愿你以渺小启程，以远大结束
24. 我会牢牢记住你的脸，也会珍惜你给的思念
25. 你看这年复一年 春光不必趁早 冬霜不会迟到 相聚别离都是刚刚好。



26. 希望下一次再见，可以鲜活又明亮

27. 昨日的晴空随少年挥手消失在人海之中

28. 今天天气很好，下午没有课，以后也不会有课了

## 男生毕业了 大学毕业实习工作总结篇五

今年6月份，我正式走进罗蒙公司开始了自己人生中的第一份实习工作。由于我是应届毕业生，本身对企业的经营方式等都很陌生，公司让我们的北方区经理刘总带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在刘总的热心指导下，我依次对公司的基本产品、产业结构、信息化实施进行了了解，并积极参与相关工作，注意把书本上学到的管理理论知识以及信息管理的相关知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证大学所学确实有用。以双重身份完成了学习与工作两重任务。跟公司同事一样上下班，协助同事完成部门工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能力和勤奋好学好来适应公司的工作，完成公司的任务。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对宁波服装企业的生产、管理工作以及发展前景有了深层次的感性与理性的认识。

在公司我主要的工作任务是与华北区分公司的联系，统计每周的销售情况，还有参与了公司春夏、秋冬产品的发布、订货会。罗蒙的春夏、秋冬产品订货会是公司的重要活动，决定了公司春夏、秋冬产品的区域性分配情况，以及每个分公司能够上架的物品情况。为了扩大公司对分公司的控制力，公司将每年的订货——生产——发货机制改为了，市场调研——生产——分配机制，加强了公司对终端市场卖场的控制力。由于缺乏经验，我在期间做数据统计的时间走了很多弯路，给同事的工作带来了很多麻烦，但是我们经理没批

评我，而是让我继续认真的把事情做好，我很受鼓舞，同时也很努力的去把事情做好。

1、通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。

2、提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。

3、学生在实习单位受到认可并促成就业。并为毕业后的正式工作进行了良好的准备。