# 毕业大学生实习总结【五篇】

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2025-04-11

*大学生选择实习单位，应该根据自己的专业选择。专业毕竟是自己在大学所学的知识，自己有一定的基础。依据自己的专业来选择实习单位，这样对所学的专业也有一定的帮助。毕业以后找专业对口的工作会比较容易。以下是为大家整理的毕业大学生实习总结【五篇】，供...*

大学生选择实习单位，应该根据自己的专业选择。专业毕竟是自己在大学所学的知识，自己有一定的基础。依据自己的专业来选择实习单位，这样对所学的专业也有一定的帮助。毕业以后找专业对口的工作会比较容易。以下是为大家整理的毕业大学生实习总结【五篇】，供您学习借鉴！

>1.毕业大学生实习总结

　　作为一名毕业的大学生，我实习的目的很明确，就是获取工作经验，将理论与实际工作相结合，所以第一天我就下定决心要好好干。走进公司的那一时刻，我就感受到那种很强烈的工作氛围，无论是从墙上张贴的图片和标语以及各种报表和数据，都给我很大的新意，我想这也许就是我想要的生活，一种不断挑战自我，实现自我价值的工作。

　　由于刚刚从学校来到公司，作为一名新人，尽快熟悉岗位职责和业务流程是十分必要的，在这里我感受到自己的不足。因为学校学的是书本的知识，只是停留在理论上，但在平时的工作中，理论有时候是用不上的，所以处理好这样的转变是关键。

　　经过九天的实习，渐渐地我对公司运输生产的整个操作流程有了一个较完整的了解，尽管岗位职能与所学专业仍有较大的差距。

　　在实习的那段时间，也让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。每天较早就要上班工作，晚上按时下班回家，深感疲惫，很难再有精力静下心来看书。这让我更加珍惜在学校的时光。

　　实习工作已经划上了句号，但留在心中的回忆与感受却是久久难以忘怀的。在这九天中，我紧张过，努力过，开心过，醒悟过，自信过。这些从未有过的经历让我进步，成长了许多，学到了一些在学校未曾学过的东西。接下来需要做的就是调整心态，踏实勤奋地进入到自己的下一个角色，做好自己的阶段规划，树立远大的理想，并为之努力奋斗。

>2.毕业大学生实习总结

　　“十年树木，百年树人。”三年来，我以做一名高素质的优秀师范大学生为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。

　　三个月的实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，同时，它使我的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。三个月的实习，现在回想起来，短短的实习生活，感觉可以说不错，真的很不错。当我漫步在实习的校园里，那出自学生的一声声“老师好”、“老师好”的感觉真好，我有时觉得自己真的被叫上瘾了。

　　俗话说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”兴趣对于一个小学生来说是至关重要的。我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习，逐渐爱上学习。无论是上语文还是数学，我都采取以“学生为主，老师为辅”的教学方式，课堂只要是以学生的朗读和提问为主，然后让学生充当小老师的角色讲评，我再加以补充、纠正。因为课堂都是以学生讲为主，充分调动了他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式，激发了学生浓厚的学习兴趣。

>3.毕业大学生实习总结

　　20xx年9月份，我到xx市xx第五中学开始实习生活。时间过得很快，四个多月的实习生活快要结束了，在这段时间里，我经历了很多，发生了很大的变化，匆匆流逝的是时间，慢慢沉淀留下的是满满的回忆，最重要的是宝贵的经验和收获。对于我们大学生说，这次实习机会是十分珍贵的，也许一辈子只有这么一次，因此我十分珍惜这次机会，好好锻炼自己的各方面能力，为将正式参加工作夯实基础、积累经验。

　　在实习期间，我担任这个学校本学期高二年级音乐1班的班主任，我尽量抓住机会，从各方面锻炼自己，让自己从多方面成长，以更加适应将的正式工作。在实习学校，我们和正式教职工一样上下班和备讲。在各个方面都以一个正式老师要求自己，让自己在最短的时间内得到的成长。

　　为了改进自己的教学方法，我经常注意掌握学生的情况，并及时做后反思。我认识到教师既要讲授知识，又要管理好堂，堂上会出现很多突发事，教师要有应变能力，还要处理好师生间的关系，必要时与个别学生进行沟通交流，这有利于教学实施，师生配合也会变得默契。经过不断总结、反思、实践，我终于能够驾驭堂。虽然还有一些做的不完善的地方，但是我会更加努力提高自身的综合素质和教学水平。

　　总之，这里带给我很多收获，感谢实习。

>4.毕业大学生实习总结

　　我从来公司报到至今，参加了将近为期两个月的实习过度阶段，前一个月我经过了公司领导和师傅们进行了一系列的专业培训和现场报告，后一个月我主要在设计室进行了各种热工计算的接触。使得我更好的对本专业在公司的实际应用和操作过程，还进行了公司的发展慨况和各种相关的法律、法规等专场介绍。使得我更好的熟悉公司产品和工作环境，更使得我对公司的文化有了感性的认识，为我以后能够加快融入公司奠定了必要的基础。

　　经过了公司领导的精心安排和策划，安排了公司各个部门的主力人员进行了全面的专业培训，使得我对自我以前所学的专业知识又有了重新的认识，还指明了以后努力的发展方向，为此，我在以后的工作过程中会不顾一切为公司奋斗，利用自我的专业知识和公司的实际情况进行理性结合，争取能够尽快地适应工作环境，并能够按时完成工作任务。

　　我在车间实习的过程中，我充分利用了自我的专业知识和车间的现场图纸资料为指导思想，来分析认识各个实物的实际情景，真正意义上获得了理论与实际的完美结合，我在这xxxx个月的过程中，都是在寻找问题、发现问题、分析问题、最终解决问题的，基本都是把问题从设计室带到车间，或者从车间带回设计室，然后请教设计室的工程师和现场的工作人员进行讲解，并和共同的实习人员进行讨论和分析等，经过了全方位的请教和讨论、思考以后。使得我对公司产品有了质的了解。

　　经过了这次实习，我明白了自我在某些方面还有明显的不足之处，理论和实际的区别，我会努力好好去适应创新补充学习，努力去为公司而奋斗，既来之，则安之，我会以最快的速度融入公司的工作环境，充分挖掘自我的潜能。

>5.毕业大学生实习总结

　　为期xxxx周的实习生活弹指一挥间已经划上句号，在这期间我体会到了身为一名教师的酸甜苦辣，也让我体会到当一名教师的不容易与肩负的重任。如今，6个星期的实习工作已结束，我们8位实习生的收获，见证了我们的成长，为我们的实习画上一个完美的感叹号！在这一个多月中，我感觉我经历了许多，这些从未有过的经历让我不断进步、不断成长。从开始上课的羞涩拘谨到课堂上的谈吐自如，感觉自己在一天天的长大，一步步实现从学生到老师的角色转化。

　　时间如涓涓流水缓缓地流过，在这一个多月的时间里留下了许多美好的回忆，让我们细细品味。在xxxx中一个多月的实习生活过得很充实，很快乐，也让我充分感受到了人与人之间的温情与不尽的光怀。

　　在六周的实习时间里，我主要负责高二的政治课。高二不同于其它年级，它的教学工作复杂而又繁琐，而且还有面临升到高三的压力。在六周的实习阶段，我讲了四节课，在此感谢指导老师——xxxx老师。她为人亲切热情，她在教学工作方面提供给我的指导非常多，可以说“竭尽所能”，我非常感谢她！

　　做一名好的班主任的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。

　　在实习中，我也认识到自己在班主任工作方面的欠缺，但我以后一定会努力克服自己的缺点，争取成为一名优秀的班主任。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn