

# 2023年养蚕工培训教材 专业实习工作总结 (优秀10篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇一

今天我们第一次来到了工地，师傅并没有马上让我们下工地，而是对我们进行了安全卫生教育。安全生产关系到企业的声誉和效益，同时也关系到千家万户的生活。因此在施工生产中必须贯彻“安全第一、预防为主”的安全方针，坚持“管生产必须管安全”的安全生产原则。

我知道了老师讲的“三保、四口、五邻边”

凡进入施工现场人员，必须正确佩戴安全帽。安全帽要经常检查，不符合要求的坚决报废。

凡在2m及2m以上高处作业，必须系好安全带。安全带上的各种部件不得任意拆掉和随意更换。

安全网的规格、材质必须符合国家标准，使用前要认真检验。该工程外侧及龙门架外侧均使用密目式安全网全封闭，安全网支设完毕，经过检查验收后方可使用。

a)该工程的楼梯口、电梯口、通道口、预留洞口均需进行安全防护。

b)楼梯踏步拆模后，沿楼梯设1.2m高双层护身栏杆。

c)在该工程的東西兩側各設一個通道口，並搭設防護棚。棚的寬度大於出入口，長度不小於3m，棚頂用5cm厚木板鋪滿，其餘暫不通行的單元入口臨時封閉，封閉要牢固嚴密。

d)予留洞口要用蓋板蓋嚴，固定牢固。

e)通道口、樓梯口要有醒目的示警標志，夜間掛紅燈示警。

a)基坑四周設置防護欄杆，夜間掛紅燈示警。

b)通往屋面周邊、一層框架周邊、斜馬道兩側邊、卸料平台兩側邊都必須設置1.2m高的雙層護欄，並掛安全網。

c)電梯口和樓梯側邊必須安裝臨時防護欄杆，在安裝正式欄杆前，不得拆除。

d)上料平台除兩側設防護欄杆外，平台口還應設置安全門或活動防護欄杆。

e)各種臨近防護必須安裝牢固，經檢查驗收後方可使用，任何人都無權私自隨意挪動和拆除施工現場的各種防護裝置，防護設施和安全標志。

施工雖然重要，但沒有一個好的環境，也不是一個好的工程，所以還要做到“三清六好”保護作業場地清潔衛生。

三清：下工活底清；料具底數清；工完場地清。

六好：施工準備好；設備管理好；工程質量好；安全生產好；完成進度好；生活管理好。

年7月18日晴識圖、了解工程概況

1. 本工程為張家口方正房地產開發有限責任公司委託設計的

张家口容辰庄园商业街。工程地点位于张家口市河东区胜利南路。场地地貌属于七里山山前坡洪积裙和清水河二级阶地交互地带，场地不平坦，由北向南呈坡度走势。

2. 张家口市属于干旱-半干旱气候，其气候特征为多风少雨，降雨不均，昼夜温差大。年均降水量为400毫米，无霜期为140天，雨季主要集中在7-9月份，约占全年降雨量的70%以上，本地区地下水埋深约为35米，水位年度最大变幅为1.5米，本地区标准冻结深度为1.4米。

3. 本工程为多层商业建筑，耐火等级为二级，抗震设防烈度为7度，建筑耐久年限为50年。

4. 结构类型分为两种：框架剪力墙结构及框架结构。

5. 主要技术指标如下：

(米) 建筑面积(平方米) 停车数量

地下地上地下地上合计地下地上

年7月19日晴识图、了解工程概况

今天了解有关细部的概况。(重要或易错部位摘抄)

1. 隔墙：地下室非承重隔墙采用加气混凝土砌块墙，用m5水泥砂浆砌筑。

地上非承重隔墙采用加气混凝土砌块墙，用m5水泥砂浆砌筑。

2. 外墙做法表

选用88j1-1工程做法□88j1-3工程做法

部位做法编号保温层厚度备注

混凝土墙梁柱板(有保温)外墙57(挂贴花岗岩)70厚挤塑聚苯板

300厚加气混凝土墙(无保温)外墙31c改(挂贴花岗岩)竖向龙骨与加气混凝土墙横向混凝土带锚固。

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇二

### 一、关于实习公司

我所实习的罗蒙集团股份有限公司简称罗蒙集团，始创于1984年，是国家工商总局核准的全国性、无区域、跨行业、现代化的著名大型服装企业集团。主导产品罗蒙西服年销量居全国第一。西服国内市场综合占有率排名第二，公司通过iso9002国际质量体系认证和iso14001国际环境管理体系认证。“罗蒙”现为美国、法国、意大利、俄罗斯、日本等20多个国家的注册商标，为中国驰名商标、中国名牌。集团旗下已有品牌：“罗蒙(男装)”“romon”(女装)“luoguan”(罗冠)“xlms”罗蒙集团通过罗蒙品牌oem模式与国际大企业强强合作，加快国际化步伐，进而成为跻身世界著名服装品牌企业的行列。

### 二、实习的内容

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学来适应公司的工作，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。

### 三、实习的提高与收获

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以至用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。自走进罗蒙开始我本着积极肯干，虚心好学、工作认真负责的态度，积极主动的参与企业市场调查、产品跟踪、产品销售、以及对企业的各种产品的了解，对企业分公司的熟悉，让自己以最快的速度融入公司，发挥自己特长。同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，在实习期间反映出我具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，能很好的完

成企业在实习期间给我布置的工作任务。

实习收获。主要有四个方面。一是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。二是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。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业后的正式工作作好了准备。

#### 四、实习后的转变总结创新。

通过实习，我对我国服装行业品牌的发展有了大致的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作做好准备。思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈思想有一个很大的进步，人生的价值观。一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，几乎没有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢？要买房子，要买车子，要享受生活……记得在和公司领导的依次交谈中他说过这样一句话：“一个优秀的男人，所追求的就是房子这么简单？他所追求的是能呼风唤雨！”的确，一个优秀的男人所追求的就是表面上的东西吗？“钱多少无所谓，关键在于一个人的档次问题！”档次？什么是档次，就是你素养，你所懂得的，你所成就的……很多，这些才是真正的实力，这些才是一个优秀的男人的所要追求的，作为优秀的男人更多应该追求深层次的东西，一个人要有他自己的内涵！从一开始赤裸裸的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益非浅，如此感慨万分！就像我们罗蒙的一句广告词：细节中，见真章，的确罗蒙的成功并非偶然，能让我学习的东西远非两个月就可以的。毕业后我即将成为一个真正的罗蒙人，希望那时我能以实习所学，更好的融入公司的体系，为罗蒙的前进做出自己的贡献。

# 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇三

能够坚持四项基本原则，思想上与党中央保持高度一致。能够认真学习我国三代领导人特别是\*xxx关于理想信念、宗旨观念、“三个代表”重要思想，树立起了正确的人生观和价值观，做到了遵纪守法、勤奋敬业、团结同志。能够时时处处严格要求自己，在档案管理与业务指导繁杂琐碎的工作中，做到了任劳任怨、埋头实干时时处处以工作为重，培养起了良好的职业道德。

## 开创档案工作新局面

### 一、主要做法

（一）构建档案管理的组织架构。综合档案室归口综合处管理。成立之初即制定了档案工作规划，确定了档案工作年度目标和任务，并设置了专、兼职档案工作岗位，在各部门建立了档案工作网络，实现了统一领导、集中管理的原则，建立、健全了档案管理机制。

（二）建立档案管理规章制度。在工作以来，先后制定了《档案工作人员职责》、《档案借阅制度》、《档案保密制度》、《档案利用制度》、《档案统计制度》、《库房管理制度》与《档案鉴定与销毁制度》等档案管理制度，对文书档案、科技档案、照片档案、实物档案、基建档案等各门类档案的制作、整理和归档进行了完善和规范，使档案工作有法可依、有章可循。同时还制定了各门类档案的分类方案和保管期限表，使公司档案管理工作基本实现了档案管理工作制度化、规范化、标准化。

（三）加强档案基础设施建设。公司档案室自成立后，实行档案库房、档案办公室、阅档室三分离。先后配置了电脑、打印机、电动缝纫、装订机等专用设备；安装了密集架、防盗门锁、遮光布等安全设施，并添置灭火器等配套设施，使

档案保管达到了防光、防潮、防尘、防盗、防高温、防霉等“八防”要求。

（四）重视档案业务培训。为提高自身的职业素养，提高档案管理水平，外出学习先进单位的工作方法与经验，内容涉及档案规范化管理、档案登记规范要求、电子文件归档管理等，使业务素质和专业技能得到了明显提高。

（五）注重档案编研工作。为促进档案工作更好地为企业服务，根据实际需要，编制了各类档案的检索体系，如归档文件目录、照片档案目录、科技档案目录、基建档案目录等；编写了档案管理制度汇编、档案岗位职责汇编等，大大提高了档案利用的价值。

1、加强对文件的收发与管理。首先加强对移交文件的登记与管理，每份文件都经过认真登记编号，然后分门别类、装订保管。

2、加强档案资料的整理。

（1）、在接入库前，对各部门的档案进行案卷质量检查，对不符合入库要求的，按《档号编制规则》，指导并帮助进行整理。

（2）、对卷基建档案进行了整理归档。

3、档案资料的统计。

负责档案资料的登记与统计工作。建立了各种登记统计簿册，并及时进行登记统计，并按上级要求及时报送有关数据。

4、做好了服务利用工作。

400余次。



5、促进档案的管理与达标。根据《档案法》和《档案管理条例》，紧密结合《电力企业各类档案归档范围及保管期限的规定》和档案管理达标要求等，共装订档案件4000余件，其中永久、长期保存的为2400余件，所有档案从收集、整理、分类、编号、装订、打印目录都在今年完成，使公司档案管理从收集、保管、检索、利用等各个方面都有了进一步的加强与完善，并且完善了20xx年以来各种未整理档案，目前档案工作正在为“档案管理达省二级标准”继续整理之中，力争创优。

总之，公司档案管理和档案利用工作都有了一定的发展，但与高标准相比之下还差在着很大的差距，今后我会更加努力学习各方面知识，继续完善企业档案管理工作，提高档案管理水平，力争将档案管理工作做到更好。

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇四

### 一、政治思想方面：

坚持以病人为中心，以质量为核心的护理服务理念，适应新的护理模式，社会发展的新形势，积极参加一切政治活动，以服务病人奉献社会为宗旨，以病人满意为标准，全心全意为病人服务。

### 二、增强法律意识：

认真学习《护士法》及其法律法规，让我意识到，法律制度的日益完善，法制观念的不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识。现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，这就要求我丰富法律知识，增强安全保护意识，使护理人员懂法、用法，依法减少医疗事故的发生。

### 三、工作学习方面

在工作中，严格遵守医院和科室的各项规章制度，严格执行查对制度及护理操作规程，落实制度，减少差错事故的发生，严格执行无菌操作，保证孕产妇以及新生儿的安全。贯彻以病人为中心，以质量为核心的服务理念，文明礼貌服务，坚持文明用语，落实到工作中的每个岗位，工作时间仪表端庄、着装整洁、礼貌待患、态度和蔼、语言规范。

对年轻护士认真传、帮、带，做好护师职责，努力提高护理病历书写质量及护理表格合格率；对出现的缺点、差错，认真总结、分析、查找工作隐患，防患于未然。

在工作过程中，我深深感到自身不足，对于各种传染病知识了解很少，明显感到加强自身学习、提高自身素质的紧迫性。一是向书本学习，坚持每天挤出一定的时间不断充实自己，广泛汲取各种营养；二是向周围的同事学习，始终保持谦虚谨慎、虚心求教的态度，主动向同事请教，参加医院和科室组织的各种传染病知识\*；三是在实践中学习，把所学的知识运用于实际工作中，在实践中检验所学知识，查找不足，提高自己，防止和克服浅尝辄止、一知半解的倾向。

我时刻提醒自己，要不断加强自身思想道德的修养和人格品质的锻炼，增强奉献意识，把无私忘我做为人格修养的重点。不受社会上一些不良风气的影响，从一点一滴的小事做起；工作中严以律己，忠于职守，防微杜渐，牢固树立全心全意为病人服务的宗旨。

作为新时代的护士，作为医务人员中的一员，我一定顺应时代的要求，坚持不懈的努力，为塑造医务人员新形象贡献一份力量，为提升医务人员整体形象建设增光添彩，紧跟卫生改革发展的步代，为实现在中部地区崛起的宏伟大业而努力奋斗。

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇五

电力企业是一个特殊的行业，它需要职工有良好的自身能力和心理素质，因此我不断学习各种技能，努力学习和掌握电力系统运行方式及其特点，了解全地区的配电网运行情况，同时能根据各类电气设备的需要，掌握相关的电工基础、电工材料、高压工程技术专业知识，能根据现场电气设备运行情况选择最佳运行方式及经济运行方法，根据实际运行经验，正确处理电气系统的设备故障以及系统突发性事故，初步了解班组管理和生产技术管理的基本常识，进一步加强自己的业务水平。

### 一、学习生产运行专业知识，提高岗位劳动技能

从20--年参加工作，领导为了让我尽快转变角色，熟悉工作环境，适应生产要求，我先后被分配至电力实业公司的线路班和变电班从事线路架设、电缆敷设、高压试验、继保及变电检修等工作。

工作伊始，我发现学校里学到的专业知识同生产实际有很大的不同和差距。为此我努力学习生产运行专业知识，努力提高自己的岗位劳动技能，在短短的一年内，我主动吸收老师傅们的工作经验，虚心向他们请教工作中的技术问题，并通过自己的努力，迅速掌握了线路和变电运行的生产程序及各种一、二次设备的规范、参数。

20--年年底，我被分配到电力实业公司生技股，主要负责输配电线路的设计和施工。此时，正是农网改造初期，工作量十分大，在时间紧任务重的形势下，我边工作边学习，很快就步入了正规。

首先跟随老师傅们勤下现场，并对照自己原有的各项知识使自己的理论知识和实践更好的结合，一方面放弃休息时间利用各种资料进行专业学习，有针对性地强化自己的专业知识

储备;另一方面对自己不清楚的问题向老师傅求教,勤思、多做、苦学、牢记。利用较短的时间学会了各种线路的技术要求和参数,弄清楚各个设备的运行原理和铭牌参数,并利用配网调度图分析线路的运行情况,给自己增添了许多工作信心,丰富了自己的实践经验。我参加了庞家堡镇17个村的高低电压农网改造工程,我主要负责线路的设计、施工图的绘制与修改、线路资料的整理。且丰富了公司的线路资料。我还参加了小吾营—龙关110kv二回线路改造工程,线路全长24.5公里,且大部分是山区,并且是冬季施工。我主要负责线路的复测、熟悉设计图纸并与施工现场比较、计算线路的各种技术参数。经过7个月的努力终于圆满完成了工作,最后我又把工程验收资料进行整理上报监理和运行维护部门。

其次,将先进科技手段应用到实际工作中去,同时应用autocad绘制了线路走向图、相序图,交跨图。做到及时更新线路图纸资料,并将新旧图纸进行衔接、更新,使图纸资料与现场相符,与设备相符,进一步完善了线路资料,保证了数据真实性,为真正指导生产管理和逐步实现线路的状态维护奠定了基础。提高了工作效率和管理水平。

我还参加了新安规和工作票的培训。今年我又被定为线路的工作票签发人,这使我身上的担子更重了。因为工作票签发人的安全责任很大,他的一点疏忽可能就会造成很严重的后果,他不仅要保证工作的必要性和安全性,还要看工作票上所填安全措施是否完备,更要保证所派工作负责人和工作班成员是否适当和充足。于是我开始勤下小现场,积极熟悉城区的各条街道名称结合配网图,了解了城区范围内的高低电压线路的运行情况,认真学习《电力工业技术管理规定》、《电业安全工作规程》和《电业生产事故调查规程》,熟练填写各种工作票和措施票,并进行危险点控制与分析,为工作票的正确签发奠定了坚实的基础。

### 三、努力学习新知识,用知识武装自己

在完成好本职工作的同时，我还不断学习新知识，努力丰富自己。20\_\_年底我参加了二级建造师的考试，并以优异的成绩取得了国家二级建造师的证书。为了更好的完成这项工作，我重新学习了各种规程、标准、施工和验收规范，按时圆满完成各项工作的同时充实了自己。

总的说来，在这几年来的电力管理工作中，自己利用所学的专业知识应用到生产实践中去，并取得了一些成效，具备了一定的技术工作能力，但是仍然存在着许多不足，还有待提高。在今后的的工作中，自己要加强学习、克服缺点，力争自己的专业技术水平能够不断提高。更能适应现代化电力建设的需求。

以上就是我从事生产运行工作五年多以来的专业小结。总结是为了去弊存精，一方面通过技术总结，在肯定自己工作的同时又可以看到自己的不足和缺点，在以后的生产和工作中加以改进和提高，精益求精，不断创造自身的专业技术价值，另一方面，通过这次资格评审，从另一侧面看到别人对自己的专业技术水平的评价，从而促使自己更加从严要求自己，不断提升知识水平和劳动技能水平。三人行必有我师，我坚信在日常的工作中相互学习、相互请教，自己的业务水平必定能更好。活到老，学到老，知识无限的，学习是不可停止的。在今后的的工作中，我将以饱满的热情投入到本职工作之中去，更好在电力建设行业中发挥自己的技术专长，为企业创造更高的经济效益为企业、为国家做出更大的贡献。

## **养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇六**

从20\_\_年参加工作，领导为了让我尽快转变角色，熟悉工作环境，适应生产要求，我先后被分配至电力实业公司的线路班和变电班从事线路架设、电缆敷设、高压试验、继保及变电检修等工作。

工作伊始，我发现学校里学到的专业知识同生产实际有很大

的不同和差距。为此我努力学习生产运行专业知识，努力提高自己的岗位劳动技能，在短短的一年内，我主动吸收老师傅们的工作经验，虚心向他们请教工作中的技术问题，并通过自己的努力，迅速掌握了线路和变电运行的生产程序及各种一、二次设备的规范、参数。

20\_\_年年底，我被分配到电力实业公司生技股，主要负责输配电线路的设计和施工。此时，正是农网改造初期，工作量十分大，在时间紧任务重的形势下，我边工作边学习，很快就步入了正规。

首先跟随老师傅们勤下现场，并对照自己原有的各项知识使自己的理论知识和实践更好的结合，一方面放弃休息时间利用各种资料进行专业学习，有针对性地强化自己的专业知识储备；另一方面对自己不清楚的问题向老师傅求教，勤思、多做、苦学、牢记。利用较短的时间学会了各种线路的技术要求和参数，弄清楚各个设备的运行原理和铭牌参数，并利用配网调度图分析线路的运行情况，给自己增添了许多工作信心，丰富了自己的实践经验。我参加了庞家堡镇17个村的高低电压农网改造工程，我主要负责线路的设计、施工图的绘制与修改、线路资料的整理。且丰富了公司的线路资料。我还参加了小吾营—龙关110kv二回线路改造工程，线路全长24公里，且大部分是山区，并且是冬季施工。我主要负责线路的复测、熟悉设计图纸并与施工现场比较、计算线路的各种技术参数。经过7个月的努力终于圆满完成了工作，最后我又把工程验收资料进行整理上报监理和运行维护部门。

其次，将先进科技手段应用到实际工作中去，同时应用autocad绘制了线路走向图、相序图，交跨图。做到及时更新线路图纸资料，并将新旧图纸进行衔接、更新，使图纸资料与现场相符，与设备相符，进一步完善了线路资料，保证了数据真实性，为真正指导生产管理和逐步实现线路的状态维护奠定了基础。提高了工作效率和管理水平。

我还参加了新安规和工作票的培训。今年我又被定为线路的工作票签发人，这使我身上的担子更重了。因为工作票签发人的安全责任很大，他的一点疏忽可能就会造成很严重的后果，他不仅要保证工作的必要性和安全性，还要看工作票上所填安全措施是否完备，更要保证所派工作负责人和工作班成员是否适当和充足。于是我开始勤下小现场，积极熟悉城区的各条街道名称结合配网图，了解了城区范围内的高低压线路的运行情况，认真学习《电力工业技术管理规定》、《电业安全工作规程》和《电业生产事故调查规程》，熟练填写各种工作票和措施票，并进行危险点控制与分析，为工作票的正确签发奠定了坚实的基础。

在完成好本职工作的同时，我还不断学习新知识，努力丰富自己。20\_\_年底我参加了二级建造师的考试，并以优异的成绩取得了国家二级建造师的证书。为了更好的完成这项工作，我重新学习了各种规程、标准、施工和验收规范，按时圆满完成各项工作的同时充实了自己。

总的说来，在这几年来的电力管理工作中，自己利用所学的专业知识应用到生产实践中去，并取得了一些成效，具备了一定的技术工作能力，但是仍然存在着许多不足，还有待提高。在今后的的工作中，自己要加强学习、克服缺点，力争自己的专业技术水平能够不断提高。更能适应现代化电力建设的需求。

以上就是我从事生产运行工作五年多以来的专业小结。总结是为了去弊存精，一方面通过技术总结，在肯定自己工作的同时又可以看到自己的不足和缺点，在以后的生产和工作中加以改进和提高，精益求精，不断创造自身的专业技术价值，另一方面，通过这次资格评审，从另一侧面看到别人对自己的专业技术水平的评价，从而促使自己更加从严要求自己，不断提升知识水平和劳动技能水平。三人行必有我师，我坚信在日常的工作中相互学习、相互请教，自己的业务水平必定能更好。活到老，学到老，知识无限的，学习是不可停止

的。在今后的工作中，我将以饱满的热情投入到本职工作之中去，更好在电力建设行业中发挥自己的技术专长，为企业创造更高的经济效益为企业、为国家做出更大的贡献。

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇七

从我第一次走上讲台初为人师到此刻，已经一个学年过去了。回首这一个学年的教学工作，我成长了不少，受益匪浅。作为一名刚踏上工作岗位的青年新教师，一开始我心中不禁有些忐忑。幸运的是，学校各位领导和许多教师对我的工作给予很多的关心和帮忙，而我本人也倍加努力，本学年我的各项工作都有条不紊的开展，顺利完成了学校的各项教学任务和教学目标。同时，经过一个学年的实践，我获取了很多宝贵的工作经验。以下是我在本学年的工作情景总结。

1、必须以新理念指导教育教学。充分备课，吃透课标和教材，力求每节课，突出重点，突破难点，排除疑点，根据新教师的校本培训计划，做到“一课一备”。认真参与团体备课，精益求精，多参加听课评课活动，虚心向老前辈老教师学习，取长补短，不断提高教学水平。

2、认真学习新课标理论，做到学会每一种教学模式，不断模仿创新提高，从而构成自我的讲课风格，认为七年级刚接触到地理课，对地理的知识了解不是很多，所以采取自主学习模式，部分资料能够用探究式和创新教学模式，做到灵活变动，经过课本知识资料，在基础上扩展开来。每周写总结并做好下周的计划。

3、抓好常规地理课堂教学。认真备好每一节课，努力讲好每一节课；根据资料的安排，上课讲的时间不超过半个小时，保障每节有十分钟课堂练习。作业安排方面，在非周末时候学生作业时间安排在20分钟以上，作业以基础知识点为主，适当安排一些创新题目或者趣味地理题目，扩展学生思维。最终，及时批改学生作业，找出存在问题，进行评讲，巩固学



生基础知识。

4、对于学生课外阅读方面，推荐学生阅读有名的地理书籍，主要是《中国国家地理》系列、房龙写的《人类的家园》、《地理未解之谜》这三本书，都守于地理的，讲述的都是世界地理、中国地理的概况和国家风俗习惯等，地理未解之谜则是让学生视野开阔，培养对地理科学现象的探索、思考，增加兴趣。

5、拟好复习计划，制定复习提纲，认真组织复习，做好配套练习。坚持按照每周的限时测试以及每月月考要求，提高学生做题本事。周测是每隔两周一次，每月月考，题目安排是所学的资料，难度比例为3：5：2，做到所有知识点都考到，并有适当的创造性思维题目。在平时还能够经过引发一些题目资料发给学生课余时间练习。每次单元考试后，全面做好每个学生，每个班级的质量分析。注意发现教学和学生学习中存在的问题并及时解决。

6、要对地理科的尖子生进行辅导，加强他们的基础的同时，对一些难题或者知识点，做充分的辅导，另外加强他们的课外阅读量，经常组织他们进行谈话，及时了解他们的学习进度和状况；对于学困生，这部分对七年级来说，估计要到其中考试后进行，观察学困生的状况，进行个别的辅导，引发一些他们觉得有困难的知识点，或者是题目，进行专项训练，各个击破。以争取赶上其他学生的进度。要做到不能忽略任何一个学生，要平等对待，学习不好的，只是暂时的，稍加引导，能够在下次考试弥补回来。争取所有学困生成绩都在及格以上，甚至上到中等以上水平。

7、根据学生的兴趣，组织建立好地理学科兴趣小组。经过兴趣小组，加强辅导他们更广阔的地理知识，以及经过一些竞赛题目，培养参加青少年科技创新大赛的人才，以及地理小博士竞赛，还有我校的地理活动周。这些，都将经过地理活动兴趣小组来牵头。

作为一名新教师，我对自我严格要求，积极学习了解国家的教育改革方针，自觉学习政治理论，尤其注重对“三个代表”重要思想的学习，努力提高自我的政治理论修养，努力实践“三个代表”重要思想，思想上行动上同党中央保持一致。具有较强的大局意识和组织观念，工作上以教学事业为重，把学生的学习发展放在首位。在工作中做到公平公正、公道正派，具有较强的敬业精神和奉献精神，工作中吃苦耐劳，积极主动，作风踏实，不推诿扯皮，讲求效率。同时注重教师职业道德的修养，遵守学校的各项管理事项，严格要求自我。

作为刚进入教师行业的我，为了更好地适应当前的教学工作，在努力做好本职工作的同时。我十分注重继续再教育学习，积极参加学校组织的新教师继续教育的技术培训，并顺利完成各项学习任务，取得专业合格证书。同时，利用课余时间，积极学习有关地理专业方面的知识，加强提高自我的知识范畴和自我的专业技术水平。此外，多次参加学校组织的外出听课学习，听取经验丰富的教师讲课精华，不断改善自我，提高自我。

自参加工作一年以来，本人积极组织学生参加有关中学地理知识竞赛，在第六届全国地理小博士知识竞赛中，辅导的学生取得优异的成绩，自我也被评为“优秀科技辅导教师”称号。同时，积极撰写有关本专业的教学论文《浅谈初中地理教学中的趣味导入》，以更好的指导自我今后的教学任务，提高教学水平。

以上是我一年以来主要工作的情景，经过从书本上学习、从实践中学习、从他人那里学习，再加之自我的分析和思考，确实有了较大的收获和提高。由于教学时间短，经验不足，所以成绩和不足是同时存在的，经验和教训也是相伴而行。我将继续努力，克服不足，总结经验，吸取教训，把自我的工作做的更好。

## 养蚕工培训教材 专业实习工作总结篇八

20\_\_的暑假，我收获了很多。这是我第一次要和社会面对面的接触，心心相印的交流。我深有感触。我实习的地方是我家辛辛苦苦找的单位\_\_有限公司我入职的第一天就和经理进行了简单的面试，但是没有给我留下太多的任务。让我熟悉一下环境，了解一下公司的情况，包括规模，部门，人员划分。我的部门是公司的策划团队，主要负责稿件整理、协调和杂务。

一个月的时间短是因为要学的细节太多，长是因为可能是实习生的原因。这个月，更多的时间浪费在了琐事上，没有参与一个完整的广告策划和实施过程，难免会产生一些遗憾。基于这一个月的实习经历，我来说说我深感或受益的几点。

第一，进公司后发现之前坚持的所谓利益第一、效率第一，都是不切实际的幼稚想法。一味追求理性梦幻的工作状态，却忽略了办公室无处不在的潜规则和现实中无奈却快乐的状态。虽然广告业是创意产业，应该鼓励自由大胆的创意和风格，但在等级制度和薪酬制度下，创意灵感的所有活力都被扼杀了。你的想法必须迎合客户特定的个人喜好，你的创意必须迎合导演的个人喜好。因此，很多好的想法可能会在摇篮里就被扼杀了，而没有等到机会浮出水面。对于我这个实习生来说，思想难免不成熟；对于正式员工来说，想法其实只是相当于交换薪水，更何况对艺术创意本身的理解是见仁见智。与其追求一厢情愿的艺术高标准，不如追求全方位的客户餐饮。衡量创意的标准是，顾客的满意是艺术创作在走出市场之前的胜利。

第二，我是三分钟热度的人，所以做事要看效率。在学校，今天完成事情也是一种习惯。有灵感就永远完美。但是，在社会实践阶段，当你有效率的时候，你就会陷入困境。因为对于刚进来的新人来说，办公室里几个大官或者小兵就像抓杂工一样兴奋，把鸡毛蒜皮的小事都扔给你。其实这个我早

就准备好了，也明白了大事由小事积累的道理。但是，我没有意识到，做得又快又好的客观结果是，好像每天总是闲着，一不小心就被经理抓了。他不会知道你做了什么，也不会当面指出，只会误会我懒，闲。吃了个亏，慢慢适应了有序得体的做事方式。但是这种做法有一个致命的缺点，会让我养成不上进，习惯懒惰的坏习惯。其实我最怕我是这种状态。所以我目前想出的办法就是在上班时多看看公司的有价值的信息，占点水的便宜，补补平时疲劳的时间。第三，我是一个看似浮躁的人。在公司的几天可能和介绍家庭关系的优越感有关。一方面，我总是对被分配到一份看起来简单又低能的工作感到痛苦。另一方面，办公室里烦闷的空气让我窒息，所以导演不在的时候，我偶尔会在qq上聊天，看网络电视。谁知道我以为自己很忙，却早就在脑海里看到了？所以，我意识到：自我永远不会。

如果你能再次做到这一点，你应该学会像你在那里的同事一样认真、认真、努力地工作；要学会虚心，身边的同事都是很好的榜样，不管他们看起来多愤世嫉俗，多桀骜不驯。因为只有虚心才能真正学到东西，也只有虚心才能更快地提升自己。我们应该向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和原则。这样可以少走很多弯路。

最后我觉得一定要充电，不仅要多看，还要多思考，多体验，积累足够的感性经验和理性知识。“写在纸上总是很浅，所以你永远不会知道。”在短暂的实习中，我深深感受到自己知识的肤浅，以及在实际应用中专业知识的匮乏。在开始的一段时间里，我觉得无法开始工作，不知所措，这让我很难过。在学校，我一直以为自己学得很好，但是一旦接触到现实，我才意识到自己对自己的了解是多么的少，然后才真正体会到“学无止境”的意义。这可能是我个人的看法，但是教育和实践之间有很大的距离。实习期间也努力把理论知识从学校转到实践中，努力把理论知识和实践结合起来。