

# 毕业生毕业总结(优秀7篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。什么样的总结才是有效的呢？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。

## 毕业生毕业总结篇一

随着大学教育的不断普及，越来越多的大学毕业生选择考研深造。考研对于他们来说既是一个新的起点，也是一个全新的挑战。在这个过程中，他们不仅要面对繁重的学习任务，还要独立思考、明确目标、合理安排时间。作为一名即将步入考研大军的毕业生，我在备考过程中积累了一些心得体会，希望可以对其他希望考研的大学生有所帮助。

在考研的起步阶段，我第一步就是制定复习计划。复习计划的目的是使我的复习过程更加有序高效。在制定复习计划时，我首先根据不同学科的难易程度和内容复杂度，合理安排每个学科的复习时间。其次，我充分考虑到自身的学习习惯和节奏，在每天的学习计划中留了一些弹性，以兼顾休息和学习的平衡。最后，我在复习计划中设置了一些具体的目标，如每天完成一定量的习题或者阅读一定篇幅的论文，这样不仅可以检验自己的学习进度，还可以帮助我保持动力和积极性。

在备考过程中，我发现一定要保持良好的心态。备考不是一蹴而就的过程，其中自然会有很多挫折和困难。对于这些问题，我要学会冷静面对，不要一蹶不振。当遇到难题时，我会先找到原因，然后制定解决方案。例如，如果某一学科的复习进度太慢，我会调整复习计划，将更多的时间投入到这门学科的复习中。同时，我还会学会放松自己，通过锻炼身体

体、交流心得、听音乐等方式减压，保持良好的心态和精神状态。

备考期间，我发现交流合作是非常重要的。和其他考研的同学相互学习和合作可以拓宽视野、提高学习效果。我经常参加同学们组织的学习小组，借助小组的力量相互督促和激发学习兴趣。每当自己遇到问题时，我会积极寻求同学的帮助和意见，借鉴他们的学习方法和经验，以便更好地提升自己。同时，我也会把自己的学习成果分享给其他同学，与他们进行交流和讨论，互相借鉴督促进步。

考研是一个漫长而需要付出艰辛努力的过程，在此期间也一定要保持坚持和勇气。备考期间会出现反复、迷茫和动摇等问题，对此我决不能轻易动摇。我会坚定信念，相信自己的能力，坚持努力。在备考的过程中，我会不断总结经验，找到适合自己的学习方法和策略。我相信只要付出足够的努力，就一定会有收获。因此，我决心坚定地走下去，为自己的梦想努力奋斗！

考研是一场长跑，胜出的不仅仅是智商高的人，更重要的是坚持下来的人。只有付出努力并保持持续的动力，我们才能战胜困难，超越自我，实现自己的梦想。备考过程中，我们应该制定好计划、保持良好心态、与同学交流并坚持到底。相信只要我们充分发挥自己的潜能，用心去奋斗，就一定能够取得优异的成绩。毕业生考研不仅是我们对个人能力和素质的一次全面检验，更是对我们为之努力奋斗的梦想的一次追求和实现。让我们携起手来，共同迎接这个新的挑战，为自己的未来努力奋斗！

## 毕业生毕业总结篇二

### 一、引言（200字）

自古以来，教育被视为社会进步的引擎，而提高教育水平则

是实现个人自我价值的必经之路。在现代社会中，考研成为大学毕业生提升自身知识和技能的重要途径之一。毕业生考研不仅仅是为了追求更高的学历，更是为了进一步提升自己的综合素质和竞争力。而我作为一名考研成功的毕业生，在这一过程中积累了宝贵的经验和体会，现将其总结如下。

## 二、备考准备（200字）

成功的考研不是一蹴而就的，它需要充分的准备和规划。首先，明确自己的目标和动机，确定为何要考研，这将成为你坚持下去的动力。然后，合理安排时间，制定详细的备考计划，分解目标，并合理安排每天的学习任务。此外，选择适合自己的学习方法和技巧，高效学习是提高备考效率的关键。最后，与他人交流，寻求帮助和支持，毕竟团结的力量是无可估量的。

## 三、应对压力（200字）

备考考研不仅仅是一段轻松愉快的旅程，其中蕴含的压力也是不可忽视的。然而，如何应对考研压力成为许多毕业生的难题。在我看来，首先需要调整心态，明确压力的来源，并找出应对策略。其次，培养自己的兴趣爱好，转移关注点，以缓解压力。此外，合理安排休息和娱乐时间，保持身心平衡，以提高精力和效率。最重要的是，与身边的同学朋友分享经验和情感，互相支持和鼓励。

## 四、克服困难（200字）

备考考研的路上，困难和挑战无处不在，但只有坚持下去才能获得最终的成功。首先，要正确认识困难，把困难当做成长和进步的机遇，而不是退缩的理由。其次，找出问题所在，制定解决方案，并始终保持积极的学习态度。此外，及时寻求他人帮助和建议，不要独自承受困难。最后，坚持不懈、百折不挠，即便遇到失败和挫折，也要迎难而上、勇往直前。

## 五、总结成果（200字）

考研之路不仅是学习的过程，更是一次全面提升自我的机会。通过备考考研，我不仅提高了学术能力，也塑造了自信、自律和坚毅的品质。同时，我也结识了许多志同道合的朋友，他们的支持和鼓励使我走得更远。最终，我顺利考上了理想的研究生院校，为自己的努力和付出感到骄傲。考研虽然艰辛，但它带给我的收获和成长是无法言表的。因此，毕业生考研不仅是实现个人梦想的机会，更是为社会发展培养高素质人才的重要途径。我们应该珍惜这个机会，努力实现个人和社会的共同发展。

## 毕业生毕业总结篇三

今年\*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大麻烦，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。

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1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1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4个方面：

- 1、通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进1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1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。

“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!

实习生在实习期结束之后，一般都会写一份毕业实习报告。那么，实习报告怎么写呢?以下以医院专业的实习生为例，为大家提供一则大学生毕业实习总结。希望大家从中有所收获。

短短一年的实习生活就要结束了，回顾这段时间的点点滴滴，虽然说不上激情澎湃，但是毕竟我们为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。现在要离开带领我们踏入医生行列的老师，心中的确有万分的不舍，但天下无不散之筵席，此次的分别是为了下次更好的相聚。第一次作为医生的经历会让我们铭记一生。以下是我的毕业实习报告总结，希望从中发现一些优点和缺点，为我们以后的学习和工作增加经验。

临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对临床技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业岗前的最佳训练。尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我们倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会，珍惜与老师们这段难得的师徒之情毕业实习总结及体会。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于临床的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍各科室的情况，介绍一些规章制度、各级医师的职责等，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科临床

工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础技能操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种诊疗技能。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极主动的争取每一次的锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我们会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，病例讨论，这些培养了我们书写、组织、表达等各方面的能力。

在医院实习期间，我们所做的一切都以病人的身体健康，疾病转归为目的，我们严格遵守医院的各项规章制度，所有操作都严格遵循无菌原则。我们在内、外、妇、儿各个科室里，都是认真细心的做好各项工作，在带教老师的指导下，对各种常见病，多发病能较正确地进行预防、诊断和处理。比较熟练的掌握了临床常用诊疗技能。本着三基、三严的精神，培养和提高了我们独立思考和独立工作的能力中专毕业实习总结。

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢临沂市人民医院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床工作能力，对卫生事业尽心尽责！

# 毕业生毕业总结篇四

## 一、导言（大约200字）

毕业生考研是许多大学毕业生选择的一种继续深造的途径，而考研经历也是一段富有挑战性和收获的旅程。在这一过程中，我深刻认识到了自身的不足与潜力，通过努力和决心取得了令人满意的成果。在这篇文章中，我将总结和分享自己的考研心得体会，希望能对其他即将或已经步入考研道路的小伙伴们有所帮助。

## 二、备考规划（大约300字）

一份良好的备考规划对于考研成功至关重要。首先，明确自己的目标和动机，了解自己报考的专业和学校，明确未来的职业发展方向。其次，合理安排复习时间，分配科目和内容。制定周、月、季度的学习计划，并按计划执行。在备考期间，合理分配时间和精力，保持良好的作息习惯，注重身体的锻炼和休息，避免过度疲劳。此外，积极参与各种形式的模拟考试和讲座，培养应试技巧与提高专业素养。

## 三、科目筹备（大约300字）

考研科目繁多，每个科目都需要付出相应的努力。对于语数外这三大基础科目来说，需要扎实掌握基本的知识点和解题方法，通过大量刷题来提高做题速度和准确度。并且，每门学科都有自己的特点和要求，选择适合自己的教材和辅导材料进行阅读和学习。此外，做好笔记是非常重要的，可以帮助加深记忆和提高复习效率。对于专业课来说，需要系统学习和深入理解各个知识领域，积极参加学术讨论和实践活动，提高专业素养和解决实际问题的能力。

## 四、心态调整（大约200字）



备考阶段是一个长时间的紧张和压力过程，必要的心态调整对于保持良好的学习状态和应对各种考试问题至关重要。首先，时刻保持积极乐观的心态，相信自己的能力和努力一定会取得成果。其次，正确认识考研的意义，将其作为实现个人价值和未来发展的路径，并能够克服困难和挫折，坚持到最后。同时，与同学、家人和朋友保持良好的沟通和支持，在困惑和低谷的时候能够得到帮助和鼓励。

## 五、总结与展望（大约200字）

考研经历是我人生中一次非常宝贵的经历，通过这段时间的努力和坚持，我无论是在学业还是个人成长方面都取得了长足的进步。在备考规划、科目筹备和心态调整的过程中，我收获了许多宝贵的经验和教训，积累了一些有效的备考方法和技巧。然而，备考只是开启了我的学习和成长之路，我也认识到自己仍然有很多需要努力和改进的地方。未来，我将继续保持学习的热情和进取的精神，在接下来的学习和工作中，继续追求更高的目标和更大的进步。

以上就是我对毕业生考研心得体会的总结。在这个过程中，我付出了很多努力和汗水，但也收获了很多宝贵的经验和成长。我希望通过我的分享，能够对其他即将步入考研道路的同学提供一些帮助和启发，让他们在考研的道路上更加顺利和成功。

## 毕业生毕业总结篇五

四年的大学生生活似弹指一挥间，从刚跨入中专时的失落和迷茫，到现在即将走上工作岗位的从容、坦然。我知道，这又是我们人生中的一大挑战，角色的转换。这除了有较强的适应力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于大学四年的学习积累和技能的培养。时间如此的短暂，四年的大学学习生活就要告别了，毕业之即，对自己四年来的大学校园生涯作

一个鉴定。

一、在思想品德上，本人有良好的道德修养，坚定的政治方向。品行关系到能否形成正确的人生观和世界观，所以我很注重自己的品行，坚持着自我反省且努力完善自己的人格，所以无论在什么情况下，都一品德至上来要求自己，严于律己，友爱同学，乐于助人。

二、在学习方面上，能按照学校的有关规定，利用业余时间自学各门课程，积极参加集中串讲，按时完成各项作业。通过四年学习，现已掌握了所学知识，并通过了有关课程考核。在学习期间，我能自觉将所学知识用于实践当中，以“独立思考”作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。勤俭朴素，热爱集体，以诚待人，关心同学，乐于助人，有较强的时间观念。性格乐观开朗， 并始终保持良好的心态。

三、在工作上，我积极参加学校学生工作和社会实践工作。工作计划详细分明，协助老师和同学。做好班集体工作。积极参与学校勤工俭学等活动，还有自己到校外投身相关专业兼职工作。在这些过程中我认真负责，极大地锻炼了我的工作能力和积累了许多宝贵的实践经验。

这是我四年学习以来的个人总结，毕业了，我会更加迫切要求自己充实再充实，完善自我的未来目标，我将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感投入到新的生活环境中，去迎接新的挑战，攀登新的高峰，更好地实现自身人生价值。

时间真的过的很快，马上就要毕业了，不经感叹时间流逝飞逝，回头看看，有酸有甜，有收获的，有喜悦的，但是得到更多的是使自身的成熟和自己的成长。

思想上，积极向党组织靠拢，在第一学期就向党组织提交了入党申请，现在是一名正式党员，在校期间，我在党组织的严格要求下，积极参加每一次的党课学习，在党组织的培养

教育下，在支部党员的帮助下，我积极参加理论学习和党内活动，在此期间，不断充实自己、提高自己，通过一系列的理論学习和党内活动，我的政治、思想水平都有了很大的提高，党性有了极大的提高，我进一步认识到做一名合格的共产党员不仅要解决组织上入党的问题，更重要的是思想上入党。总之，认真学习党的理论，贵在实践，我在自己的实际工作认真践行党全心全意为人民服务的宗旨，时刻以一名党员的标准来严格要求自己。

在学习上，作为一名学生，深知自己学习的使命。大一的学年里我设定好自己的学习计划，按着自己的目标迈进，上课期间，遵守课堂纪律，做到上课集中精力，努力扎实的学习专业知识，课余时间我经常去图书馆学习有关专业的书籍，以及其他相关专业的书籍来充实自己。三年的学习让我学会了很多，过得也很充实，我一直坚信，努力就会有收获，一分耕耘一分收获。因此在不懈的努力和坚持下，学习成绩一直名列前茅。凭借着坚定的毅力，在入校后优秀表现中也获得学院的一等奖学金、国家励志奖学金等荣誉称号，当然荣获奖学金并不是我的最终目标，相反，那只是我继续前进的又一个起点，我会更加努力向前把这些作为我前进的动力。

工作上，在校期间担任班学习委员一职，我一直都尽自己最大的努力做好本质工作，尽自己最大的努力帮助同学。平常也会协助班委把其他的工作做好，还会积极参加各种活动包括演讲、知识竞赛等活动，团结全班同学，积极为班级荣誉争光。做到工作积极负责，上做好老师的助手，下联系团结好同学，待人热情诚恳，乐于助人，有很高的集体荣誉感，所以和同学们都相处的非常好，在大一下学期被评为了“优秀团员”。担任学习委员让我锻炼了不少也让我懂得了很多，工作上一定要秉着认真，负责，务实的态度，积极努力去把每一件事都做好，让我明白了，如何的去为自己的事情负责，如何的去做好每一件事，虽然说我不是最好的但我能通过自己的努力能做到更好。

生活中，我一直都用一名优秀大学生的标准来严格要求自己，诚实守信，性格开朗，待人热心，有着良好的生活习惯。乐观积极的性子常常带动着周围的气氛也活跃起来，并且平易近人，所以一直都和身边的人相处融洽，有广泛的群众基础；课堂之外，广交良朋，相互鼓励，相互帮助；生活中，和寝室密友关系融洽，在大家的共同努力下，我们寝室也先后获得了两次“温馨之家”的荣誉。另一方面，我积极参加学校、系、班级各项活动，尽自己所能，为同学服务。。各方面尽可能的起模范带头作用，维护班级荣誉，维护班风、学风上发挥了积极的作用，为同学们树立良好的榜样。为此，我先后被评为院级优秀信息员和优秀三好学生。

就要离开学校了，我总结我自己在这几年里还是成长和收获了不少，大学就是一个充满机遇的地方，当机会来了，我们唯有把握住机会，认真付出、努力去做，我们一定能从中获益。经过近三年的历练，我也逐渐成长为一名自信、坚强、踏实、认真、严谨的大学毕业生。

## 毕业生毕业总结篇六

实习地点：实训中心机房420

实习时间：2012年9月16日——9月20日

实习人：

一. 实习内容：

1. 设定日期，录入账套信息，设置分类编码，建立账套，按实习要求增加三名操作员并设置权限，账套数据的引入和输出。设置基础档案，设置结算方式，并在老师的教导下学习了增加修改会计科目，设置项目大类，并录入期初余额进行试算平衡。设置凭证类别，进行数据备份。

2. 总账系统的主要业务操作和流程：首先设置常用摘要，以便填写凭证。其次掌握了凭证的填制、出纳签字、审核，修改、作废、红字冲销、删除、记账等业务处理。应用总账系统对凭证进行记账，录入银行对账单，查询日记账，进行银行对账。在期末业务中，调整税金，结转损益，定义转账分录，对机制凭证进行审核、记账，最后结账。

3在总账系统的基础上进行固定资产的设置，启用并初始化固定资产，在选项中进行选项设置、部门档案、部门对应折旧科目、资产类别等。录入原始卡片，输入固定资产变动，在月末计提固定资产折旧，进行固定资产减少处理，批量制单。进行对账和结账。

4. 进入ufo报表，对表行高、列宽、表格线等进行设定，自动生成模板，并运用到了单元组合等知识，设置了利润表的关键字，填写公式。并通过公式进行计算。

5. 薪资管理中，首先进行薪资系统的初始设置，在选项下录入工资项目及工资计算方法，录入部门和职员档案，输入工资数据基本资料，其次进行结转工资费用，生成凭证，进行审核和签字及对账，最后结账。

## 二、学习中遇到的困难及解决方法：

1、会计科目设置这是一步关键的设置，也是容易忽略的地方。刚填制的几张凭证，到了账套主管审核那里就会出现“没有符合的凭证”，出现这样的凭证难道就是这些凭证不需要审核？但是凭证又不能记账。其实这就是没有指定会计科目的原因，将现金总账科目中的待选科目中的现金转到已选科目中，再将银行总账科目中的银行存款选到已选科目中，问题就可以解决了。

2、凭证类别设置。在填制凭证中会出现“不符合凭证”等现象，处理此现象的方法在于凭证类别的设置。

3、固定资产看似简单，其实还是有点难度的。有了工资管理的教训，现在就不会盲目勒到处找了。首先先启动固定资产系统。固定资产原始卡片已经录入，但在与总账系统进行对账时会出现一信息提示框，无法实现对账？解决方法：在进行录入固定资产数据时，有些卡片项目需要直接手动录入，有些则可以进行选择。原始卡片录入并保存后就可以与总账系统进行对账。但如果出现以上提到情况时，用户就必须返回检查，在进行账套参数设置时，用户是否选择了“与账套系统进行对账”的选项，只有选择了此项，系统的“对账”功能才能使用。通过对原始卡片的录入，可实现与总账系统的对账，从而很清楚的检查出对账是否平衡，进而决定固定资产是否在月末进行结账。

### 三、实习心得：

做实训是为了让我们对平时学习的理论知识与实际操作相结合，在理论和实训教学基础上进一步巩固已学基本理论及应用知识并加以综合提高，学会将知识应用于实际的方法，提高分析和解决问题的能力。

计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。针对于此，通过对会计学等科目的学习，可以说对会计已经是耳目能熟了，所有的有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些似乎只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。于是在坚信“实践是检验真理的唯一标准”下，认为只有把从书本上学到的理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能真

正掌握这门知识。

## 毕业生毕业总结篇七

一共十二天的金工实习结束了，在短短的时间内那么完整的体验到当今工业界普遍所应用的方法，总的来说这次实习活动是一次有趣且必将影响今后学习和工作的重要实践经验。

在这短短的几个星期内，大家每天都要学习一项新的技术，并在很短的实习时间里，完成从对各项工种的一无所知到制作出一件成品的过程，我们在老师们耐心细致地指导下，很顺利的完成各自的实习内容，并且基本上都达到了老师预期的实习要求，圆满地完成了实习。在实习期间，通过学习车工、钳工的操作，我们做出了自己的工件，虽然这几个星期的金工实习是对我们的一个很大的考验，但是看到自己平生第一次在车间中做出的工件，我们都喜不自禁，感到很有成就感。

在金工实习中，安全是第一位，这是每个老师给我们的第一忠告。金工实习是培养学生实践能力的有效途径，又是我们工科类大学生非常重要的也特别有意义的实习课，也是我们一次，离开课堂严谨的环境，感受到车间的气氛，亲手掌握知识的机会。

### 1、铸造实习

第一天的金工实习是挖砂铸造成型，铸造成型就是将液态金属浇注到铸型中待金属冷却、凝固后获得铸件的.生产方法。这可是个不轻松的活，要把那些特殊的砂子变成我们想要的模具，要我们好好动一动脑子的，它需要的不仅是我们的体力，更需要我们的耐心和细心，来不得半点马虎。

老师讲解完一些基本操作后，让我们自己动手操作，我们从

最基本的模型开始练习，在最基本的练习中我们学会铸造的基本工序和基本方法，为我们以后做更复杂的铸型打下了良好的基础。看起来挖砂铸造成型就是简单的四步：造下沙型、造上沙型、打通气孔、开箱起模与合型，但是要想做出让大家叹为观止的模具来，不通过反反复复地修整是不可能得到的。撒分型砂后，不能低头用口去吹走分型砂，以免砂尘入眼，已翻转后的上砂型应按统一规定位置放好，以免顶裂或碰坏，将模型埋入砂型时，不能用铁锤猛击，以免损坏模样，在制作木模时要考虑起模斜度、加工余量、收缩余量、分型面及浇注系统等技术要求。在实践中任何一点小错误都有可能出现残次品，造成了极大的浪费。有时候因为你的一点点修补会让你前功尽弃，懊悔不已。

## 2、了解机械设备

第二天实习老师只是让我们熟悉一下车工、锻工、磨工，铣工等机械设备的构造、工作原理、基本操作和基本功能，等以后实习的时候再让我们实际操作。通过老师的讲解，我们熟悉了普通车刀的组成、安装与刃磨，了解了车刀的主要角度及作用，刀具切削部分材料的性能和要求以及常用刀具材料，车削时常用的工件装夹方法、特点和应用，常用量具的种类和方法，了解了车外圆、车端面、车内孔、钻孔、车螺纹以及车槽、车断、车圆锥面、车成形面的车削方法和测量方法，了解了常用铣床、刨床、磨床的加工方法和测量方法。

通过社会实践，大学生能提前了解社会、认知自我、准确定位。以下是两篇关于“大学生实习总结”，供大家参考，希望对大家有所帮助。

短短的会计实习终于结束了，从走出课堂到一只脚踏进社会，这次的会计实习工作让我越来越清楚自己工作的职责，越来越清楚如何做好一份会计工作，越来越期待一个新的开始。

结束这段会计实习，接下来就是真正的离开学校，踏入社会，



学校里的快乐也离开了我们，成群结队的玩耍，无所顾忌的欢笑，亲密无间的旅行也不再有了。一段结束就意味着一段开始，对学生这段最美好的时光，除了我们对她最真心的怀想，我们更应该有一个全新的开始，开启下一段人生的美好时光。

做为一个专接本的学生，本该两年前就该进入社会，但出于对知识的追求，在学习的道路上，我和大家一样又奔跑了两年，我不敢说这两年我有什么更大的进步，但至少我选择了自己的方向，至少我对于未来有了一份更美好的期望。相较于我的工作的同学，也许我是幸运的，可以不必那么早进入社会，但即使我在校园里待得再久也是要面对社会，工作才是我们未来的方向。

和我工作的同学聊天，我听到的最多的是工作的压力，职场的压力，未来的点点迷茫，还有对学生时代的无限怀想。进入社会，开始工作的同时，我们丢掉了学习的义务，但也背起了对未来的责任，压力、茫然像潮水一般向我们涌来，有的人在惊涛骇浪里扬起了自己的风帆，还有的人在潮水里淹没了自已，丢了原始的梦想。当我们怀着无限的憧憬开启一段全新的旅程时，你当然在这段旅程里会经历迷茫、困惑，只是能不能到达终点，就看你是否还在坚持自己心底的理想。理想在我们这个社会确实太奢侈了，还记得我们儿时可以毫不犹豫的大声说出自己的理想，等长大了才发现起初的理想是那么的遥远，等我们成家立业，结婚生子，只能苦苦的自嘲，是时候把自己没有完成的任务交给下一代了。

一句工作不同于学生，把自己对于未来的追求完全抛到脑后，但那不是我们放弃的理由。

短短一个月的实习马上就要结束了，我也可以静下心来好好的完成本次的实习总结了，这次实习真的让我学到了很多学校里学不到的东西，我懂得了很多为人处事的道理，也懂得了很多工作上的规则。这次实习的心得体会会有很多，下面我

做一下总结。

明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的文秘工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习期间，我从未出现无故缺勤。我勤奋好学，谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取。并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。