# 大学生暑期实践工作总结(14篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-06-03

*大学生暑期实践工作总结一首先，最大的变化是晒黑了。我是真的从来没有晒得这么黑过，可以说我很少出门，几乎就没这么暴晒过。虽然每天很累很晒，但还是挺开心的。再说了，我也不怕被晒黑，反而还希望晒黑点呢。每天按时起床，从公司坐车到项目部去，到了项目...*

**大学生暑期实践工作总结一**

首先，最大的变化是晒黑了。我是真的从来没有晒得这么黑过，可以说我很少出门，几乎就没这么暴晒过。虽然每天很累很晒，但还是挺开心的。再说了，我也不怕被晒黑，反而还希望晒黑点呢。每天按时起床，从公司坐车到项目部去，到了项目部就开始了一天的工作。周而复始，大家似乎有点乏了，但我总觉得每一天都是新鲜的，期待星期天都能加班。我和沙沙刚刚到这里来的时候，这个项目基本上就快结束了，我不希望它结束，是因为我不想回公司。与坐在办公室里工作相比，我更愿意住在活动板房里，和工人们一起吃饭、工作。可是，南新路的项目始终是结束了，我们几个人都回到了公司，这才在公司呆了一天而已，就像过了一年似的。。。。

不知是什么缘故，思绪万千，很乱。所有的心情可以用一句话概括：很傻，很天真，很可笑！真的.，我是觉得自己挺可笑的，我对他人真心实意，可到最后呢，他人的心里都在嘲笑我，笑我无知，说的好听一点叫做“单纯”，事实上，我很清楚自己的位置，我只是不想就这么放弃自己，我不想像那些人一样，我就是我，为什么要效仿他们，难道非如此不可吗？比如，我只不过是说了一句无关痛痒的话，大家都暗自笑我，是的，也许他们只是单纯的笑话我而已，因为他们已经习惯了以那样的思维去忖度别人的想法。我的话本没有那个意思，可在他们听来就是另外一个意思。施工老师曾说过一句话，他说：“你们还活在另一个世界！”是的，我们还活在另一个世界，一个不那么复杂的世界，一个天真的世界。

大家对我很好，这一点我不否认，可是……我不知道，真的不知道大家的心里是怎想的，真真假假，分不清，就算是那些看似对我很好的人，我也不懂。这人与人之间相处的潜规则，太让人心寒。对你好的人未必是对你好，当面说你万般好，背后还不知道怎么阴你。而我呢，我总相信人性本善，只要付出真诚，便会收获真诚。虽然看到周围的这些人，我很沮丧，但[ ]我不会就这么轻易的放弃，我依然会真诚待他人。他们肆意的笑话我，殊不知是他们在这个物欲横流的社会丢掉了自己罢了。很多东西都是虚的，生不带来，死不带去，用青哥的一句话说就是，“别整那些没用的，整点实在的！”别去想过去，过去已过去，别去想未来，未来还未来，活在当下才是最实在的。所以呢，我现在最实在的就是，开开心心，好好实习，珍惜身边人！

说到这里，可能又显得我有点天真，有点可笑了，可是没有办法，谁叫我是xx呢，这就是我当下最真实的想法。我只能说，真的很傻，很天真，很可笑！

**大学生暑期实践工作总结二**

我们实习的单位：xx泰国餐厅地处经济技术开发区黄金地带，交通十分便利。北京xx饮食有限公司占地面积近100平米，是开发区一家特别好的酒店。包间墙上的壁画具有独特的泰国风情，国际品质的家具，让您倍感温馨、舒适和便利。在可同时容纳300人用餐的宴会厅，或装修典雅的各类包厢，您可品尝到新派泰国风味菜肴，享受服务员的殷勤周到的服务。北京xx饮食有限公司否认员工们经验丰富，训练有素的会务团队还可为您的会议提供专业化的策划统筹和服务。

虽然我们只在酒店进行为期六个月的实习，但酒店还是按正规的实习生对我们进行了系统的培训，培训工作分为三大块：一是人事部的岗前培训，进行了四个课时的室内培训和游览培训，主要是介绍酒店的概况，同时也对我们进行了员工素养及酒店管理制度的培训，这让我们对工作有了大概的了解；第二是消防安全意识培训，酒店特别安排了工程部的经理助理为我们现场讲解授课，让我们对酒店安全和消防常识有了更深入系统的了解；第三是业务技能培训，这一培训贯穿着我们实习的一个月，由部门负责人员为我们进行不间断的技能指导，一个月的实习让我们对部门工作有了基本的了解，这也得益于酒店系统而全面的培训。这些培训对于我们以后的学习和工作都是非常有用的。餐厅主要承担的是团队客人和散的用餐，有时候也承办大型的宴会和其他活动，餐厅员工有将近20人，包括主管一名和若干领班及服务员数名，工作比较繁忙。

xx是酒店餐饮部门中最为辛苦的部门，因为酒店并没有给服务员们制定具体的岗位职责和工作描述，在刚刚走进工作岗位的几天，我们就像无头苍蝇，完全不能领会工作的流程和要领，只是听从领班和老员工的安排和他们手把手的教导。庆幸的是基本所有的老员工对我们都特别的友好，主管还专门为我们每人安排了两名师傅，负责引导我们的工作。在后面的日子里，我们基本都能熟练各项工作了。

我们的`工作除了迎宾、摆台、折口布、传菜、上菜、撤台外，也得兼职勤杂工，扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活。我们实习生的上班时间是8时工作制，一个月休息4天，主管根据我们的需要，为我们排了两头班，即上午上4小时和晚上4小时，这样我们中午就有了休息的时间。但往往下班的具体时间是不确定的，经常根据实际情况加班加点，但是加班时间都有记录，适当的时候会有补休，虽然没有加班费，但每个月都会有个中提成，我觉的这种制度还是很灵活合理的。

酒店员工都是穿着工作服的，由酒店统一发放换洗，但我认为酒店的服务员制服太过简单而且比较陈旧，常有破损的现象。不过令我欣慰的是：酒店的员工大都是热情友好的，不管哪个部门，他们并没有因为我们是实习生而对我们冷漠生硬；在劳累之余，同事们的一个甜美的微笑，一句再普通不过的辛苦了都会让人分外感动；在休息和饭堂进餐的时候，我们都会聚在一起聊天，分享彼此的感受，就像一家人；而管理层中的几位经理也很和蔼，没有

什么架子，但偶尔还的会对没有做好工作的下属发发脾气。

以上是我在实习过程中的一些感受，经营管理过程中出现的一些问题的个人看法：

1、各项规章制度落实不是特别到位。

所有酒店的管理制度其实是大同小异的，关键是要看谁落实的怎么样，效果怎样。北京xx饮食有限公司的各项规章制度也很完善，但我个人认为贯彻的就不是很好，毕竟北京xx饮食有限公司是一所全国连锁店，服务需要标准化，所以我觉得建立一套规范的服务执行和监督机制是酒店管理的一个当务之急。

2、加强对餐厅卫生的管理和监督。

曾经在网上看过一个调查，有70%的人对酒店的餐饮卫生不放心。在餐厅实习的一个月的时间里，通过自己的切身体会，也确实感受到了其中的问题。据我观察，餐饮部门并没有一个明确的对与员工个人卫生要求的条例，而且员工的卫生意识也并不是很强，如没有养成经常洗手的习惯。

3、建立一套公开透明的激励机制和晋升制度。

据我了解，很多老员工工作的时间已经很长了，个人服务意识和技能也达到了非常高的水平，但是由于酒店的相关机制的限制，他们并没有获得什么激励和晋升，而个别员工表现的并不是很好却能依旧留在原职；另外酒店的激励机制中也过多的注重于物质上的激励（最多也只是发钱），事实上，除了传统的奖惩激励外，还有很多的激励方式值得我们管理者借鉴。

4、树立一种能够凝聚人心的精神性的企业文化。

一个民族有它自己的民族文化，一个企业同样也需要有它自己的企业文化。在一个月的实习过程中，我发现泉州太子酒店似乎并没有一个深入人心的文化核心（可能是我工作的时间太短了），即员工在里面没有一个统一的坚定的信念，似乎很多员工纯粹是为了自己的生活而工作，工作的积极性不够，而且工作缺少创造性。

酒店实习的日子结束了，这次酒店实习也是本人的第一次专业见习。总的来说，在这些日子里自己确学到了不少的东西：除了了解到餐饮的服务程序和技巧，也学会了如何调整自己的心态，如何处理好自己的利益和酒店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何与顾客打交道；同时，更让我认识到作为一个服务员应该具有强烈的服务意识；更为重要的是，在一个月的工作中，我深刻地体会到了酒店行业的艰辛，也看到酒店发展的前景，更加明白了自己以后学习的方向和侧重点。最后，感谢酒店能提供这样的实习机会，在此祝愿酒店能够越办越好。

以上就是我此次暑期社会实践的一些感受和想法，请领导审阅。

**大学生暑期实践工作总结三**

我们实习的单位：\*\*泰国餐厅地处经济技术开发区黄金地带，交通十分便利。北京\*\*饮食有限公司占地面积近100平米，是开发区一家特别好的酒店。包间墙上的壁画具有独特的泰国风情，国际品质的家具，让您倍感温馨、舒适和便利。在可同时容纳300人用餐的宴会厅，或装修典雅的各类包厢，您可品尝到新派泰国风味菜肴，享受服务员的殷勤周到的服务。北京\*\*饮食有限公司否认员工们经验丰富，训练有素的会务团队还可为您的会议提供专业化的策划统筹和服务。

一、准备工作

虽然我们只在酒店进行为期六个月的实习，但酒店还是按正规的实习生对我们进行了系统的>培训，培训工作分为三大块：一是人事部的岗前培训，进行了四个课时的室内培训和游览培训，主要是介绍酒店的概况，同时也对我们进行了员工素养及酒店管理制度的培训，这让我们对工作有了大概的了解；第二是消防安全意识培训，酒店特别安排了工程部的经理助理为我们现场讲解授课，让我们对酒店安全和消防常识有了更深入系统的了解；第三是业务技能培训，这一培训贯穿着我们实习的一个月，由部门负责人员为我们进行不间断的技能指导，一个月的实习让我们对部门工作有了基本的了解，这也得益于酒店系统而全面的培训。这些培训对于我们以后的学习和工作都是非常有用的。餐厅主要承担的是团队客人和散的用餐，有时候也承办大型的宴会和其他活动，餐厅员工有将近20人，包括主管一名和若干领班及服务员数名，工作比较繁忙。

二、实习过程

\*\*是酒店餐饮部门中最为辛苦的部门，因为酒店并没有给服务员们制定具体的岗位职责和工作描述，在刚刚走进工作岗位的几天，我们就像无头苍蝇，完全不能领会工作的流程和要领，只是听从领班和老员工的安排和他们手把手的教导。庆幸的是基本所有的老员工对我们都特别的友好，主管还专门为我们每人安排了两名师傅，负责引导我们的工作。在后面的日子里，我们基本都能熟练各项工作了。

我们的工作除了迎宾、摆台、折口布、传菜、上菜、撤台外，也得兼职勤杂工，扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活。我们实习生的上班时间是8时工作制，一个月休息4天，主管根据我们的需要，为我们排了两头班，即上午上4小时和晚上4小时，这样我们中午就有了休息的时间。但往往下班的具体时间是不确定的，经常根据实际情况加班加点，但是加班时间都有记录，适当的时候会有补休，虽然没有加班费，但每个月都会有个中提成，我觉的这种制度还是很灵活合理的。

酒店员工都是穿着工作服的，由酒店统一发放换洗，但我认为酒店的服务员制服太过简单而且比较陈旧，常有破损的现象。不过令我欣慰的是：酒店的员工大都是热情友好的，不管哪个部门，他们并没有因为我们是实习生而对我们冷漠生硬；在劳累之余，同事们的一个甜美的微笑，一句再普通不过的辛苦了都会让人分外感动；在休息和饭堂进餐的时候，我们都会聚在一起聊天，分享彼此的感受，就像一家人；而管理层中的几位经理也很和蔼，没有

什么架子，但偶尔还的会对没有做好工作的下属发发脾气。

三、心得看法

以上是我在实习过程中的一些感受，经营管理过程中出现的一些问题的个人看法：

一、各项>规章制度落实不是特别到位。

所有酒店的管理制度其实是大同小异的，关键是要看谁落实的怎么样，效果怎样。 北京\*\*饮食有限公司的各项规章制度也很完善，但我个人认为贯彻的就不是很好，毕竟北京\*\*饮食有限公司是一所全国连锁店，服务需要标准化，所以我觉得建立一套规范的服务执行和监督机制是酒店管理的一个当务之急。

二、加强对餐厅卫生的管理和监督。

曾经在网上看过一个调查，有70%的人对酒店的餐饮卫生不放心。在餐厅实习的一个月的时间里，通过自己的切身体会，也确实感受到了其中的问题。据我观察，餐饮部门并没有一个明确的对与员工个人卫生要求的条例，而且员工的卫生意识也并不是很强，如没有养成经常洗手的习惯。

三、建立一套公开透明的.激励机制和晋升制度。

据我了解，很多老员工工作的时间已经很长了，个人服务意识和技能也达到了非常高的水平，但是由于酒店的相关机制的限制，他们并没有获得什么激励和晋升，而个别员工表现的并不是很好却能依旧留在原职；另外酒店的激励机制中也过多的注重于物质上的激励（最多也只是发钱），事实上，除了传统的奖惩激励外，还有很多的激励方式值得我们管理者借鉴。

四、树立一种能够凝聚人心的精神性的>企业文化。

一个民族有它自己的民族文化，一个企业同样也需要有它自己的企业文化。在一个月的实习过程中，我发现泉州太子酒店似乎并没有一个深入人心的文化核心（可能是我工作的时间太短了），即员工在里面没有一个统一的坚定的信念，似乎很多员工纯粹是为了自己的生活而工作，工作的积极性不够，而且工作缺少创造性。

四、总结

酒店实习的日子结束了，这次酒店实习也是本人的第一次专业见习。总的来说，在这些日子里自己确学到了不少的东西：除了了解到餐饮的服务程序和技巧，也学会了如何调整自己的心态，如何处理好自己的利益和酒店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何与顾客打交道；同时，更让我认识到作为一个服务员应该具有强烈的服务意识；更为重要的是，在一个月的工作中，我深刻地体会到了酒店行业的艰辛，也看到酒店发展的前景，更加明白了自己以后学习的方向和侧重点。最后，感谢酒店能提供这样的实习机会，在此祝愿酒店能够越办越好。

以上就是我此次暑期社会实践的一些感受和想法，请领导审阅。

**大学生暑期实践工作总结四**

时间总是在不经意间悄悄溜走，转眼间，来到cc市工程咨询院实习已经有一个月了。回想起来，在这一个月的时间里，我正逐步实现由象牙塔中的大学生到初出茅庐的职场新人的转变。在此期间，我的思维、视野、能力有一定提升，同时发现了自身的很多问题，现在对我实习期间的工作和学习情况做出总结。

经过这一个月的实习，在领导的悉心指点和自己的不懈努力下，我学习了一些专业知识，提升了待人接物的能力。知识方面，我通过查阅资料、听取录音，了解了鱼台县开发区发展背景及其发展机遇、国内外大米制品产业及其深加工技术、大型沼气工程实施方案、新旧动能转换促进产业升级、供热管网管径选择等方面的内容。人际沟通方面，我通过帮助客户联系合适的危废处理企业，积累了与企业负责人电话联系的经验，包括通话内容和通话礼仪两方面；同时积累了与客户用微信来对接工作的经验。在日常的工作中，学会了自如地应对来拜访领导的客户，积累了招待客人的经验。

在这一个月的工作学习中，我也有一些自己的心得感悟。其中最重要的一点，是认识到大学四年中学到的知识并不能直接运用到实际工作中，但之前学习过程中积累的学习方法和能力，会帮助我尽快学习从未接触过的新鲜知识。因此之后还应当不断改进提升自己的学习方法和能力，以便更快更好地适应新知识体系。还有，除了自己摸索方法和向前辈探讨之外，仔细观察同事、领导甚至客户的工作方法、表达方式、工作习惯等等也能学到很多。有些不足之处可能平时自己感觉不到，但看别人表现出来就分外明显，此时要及时反思自己是否有类似的不足，有则改之，无则加勉。相反，对于资历很深的前辈们的长处，自己也应记在心里，时刻学习，争取以后也能向他们一样优秀。

当然，在这段实习期间，也发现了自身存在的许多问题。刚刚从学校踏入社会，每天面对的资料、项目、接待等等几乎所有问题都是从未接触过的，面对未知的挑战，经常会有些手无足措甚至恐慌，导致出岔子或者拖延了完成任务的时间。同时，查询资料时面对互联网纷乱复杂良莠不齐的海量信息，会不知从何下手，或者看了很多资料都找不到想要的内容，无形中也延缓了工作进度。在待人接物时也有些稚嫩，缺乏职场人应有的落落大方和处变不惊。很多时候思考问题时思维存在局限性，不能快速找到正确的`切入点，或者思考问题不够全面深刻

我深知，实习的过程就是发现问题、解决问题、提升自我的过程。因而针对前面提到的问题，我想到了以下几个改进方向。首先，面对未知的挑战，要保持头脑冷静，快速思考解决方案，无论处理结果是好是坏，都记录下来，形成应急知识库，之后遇到类似的问题能够给出更快更好的方案。其次，查询资料时应最先考虑权威的信息渠道，官方的编制依据、设计规范等，不要在来历不明的资料上浪费时间；同时，每项新任务都设定一个完成时限，提升思考紧迫感，排除外界一切干扰，提高学习工作效率。最后，善于学习，凡事抱着请教学习的心态，向同事领导学习、向书中的经验学习，多看多学多思考，慢慢开拓自己的思维，提升自己的能力。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。走向社会的职场进阶之路刚刚开始，还有很多未知的领域等待我去探索。在此期间，务必怀揣一颗爱岗爱业、服务大众、奉献社会的赤子之心，不断突破自我、勇敢创新，在提升自我的同时为咨询院贡献出自己的一份力量。

20xx大学生暑假实习工作总结

实习前我没有任何直接的教学经验，所有关于教学的间接经验都是来自课本知识和观察其他老师授课。这种间接的经验确实能给我的实际教学提供一些理论的指导，但并不是所有理论都能够在实践中发挥它的作用，每个理论都有它所适用的条件，如果条件不允许，即使理论再正确，它也不能在实践中发挥巨大的作用。要知道所有的理论经验都是从具体的案例中发现，再经过反复修改最终总结出来的，它可以适用于对应的情况。而自己的教学经验还是要靠个人感悟和总结反思，起初可能什么都不知道，但慢慢的就会在教学中摸索总结出一些个人的经验，这些经验十分宝贵，因为是针对自己的具体情况总结出来的，所以最适用于自己的教学。

这半年里感悟最深的就是要备好课，如果备课不够充分，讲起课来总会感到底气不足，遇到一些问题难免会感到慌张，因为之前没有考虑到这些内容，只有在匆忙之中想出个答案来回复学生，借以保全老师的颜面。课本中有些内容自己很熟悉，它们从知识层面上看并不难，但首次作为老师讲给学生总会感到有些生疏。问题就在于准备的不够充分，有些内容老师早就应该熟记在心，讲课时不用书本就能脱口而出，而实际情况是有时老师照着课本读句子也会出错，这是老师自己不负责任的结果。备课不考虑学生实际情况也会出很大的问题，内容设置过难，高于学生学习水平，学生的听讲状况可能会不如以前；内容设置太简单，学生学习起来没有动力，渐渐他们的注意力就会转移到其他事情上。只有内容难度合适，让学生学起来有一定难度，但又不至于太困难，这时学生才更愿意去听讲，跟老师一起分析文章解决问题。备课更离不开备教法，针对不同的课型和内容，老师需要灵活选择教学方法，有的文章适合让学生分组合作解决问题，另外一些文章难度较大，可能并不适合学生独立分析解决，这时需要老师要带着学生一起分析理解。

接下来我要说一说我所使用的这套教材，这套人教版新目标英语与我在中学时学习的冀教版英语教材有很大不同，人教版每个单元都是一个独立的话题，根据话题延伸出相关的词汇，短语，句型，对话和文章。每个单元的内容设置都大致相同，听力，阅读，写作，对话各项内容都有涉及，培养发展学生的四项英语技能。而且不同于冀教版教材，人教版教材更重视课堂上练习讲解，学习了一部分内容后马上就进行针对训练，要求学生快速掌握知识并能学以致用。重要的语法内容会用两个单元讲解，相对简单的语法点则只出现在一个单元。每个单元分成a和b两部分，a部分内容不难，主要是对单元内容的引入，让学生熟悉本单元的一些重点单词和词汇。接下来，语法部分是单元的重点内容，需要重点讲解让学生加深记忆。再之后是b部分，这一部分会再讲些新的词汇和短语，重要的是后面更长的一篇短文，相当于一篇阅读理解题。一个单元正常情况下需要四节课讲完，其中还需要拿些时间讲解练习册，这样算下来，课时还是有些紧张的。光讲不练学生学到的知识得不到巩固，光练不讲学生的问题会越积越多，影响后来的学习。用于讲解和练习的时间要把握好，让学生从中得到锻炼和提高。

实习这半年是我在大学里最好的历练，它让我清楚的认识到自己的不足，找到今后仍需努力的方向，这是在大学学习任何课程都达不到的效果，实习已经接近尾声，我会好好总结经验，努力提升自己，向着更高的目标迈进。

**大学生暑期实践工作总结五**

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了常州金联金属制品有限公司，开始了我这个假期的社会实习。实习，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实习，那么所学的就等于零。理论应该与实习相结合。另一方面，实习可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实习中学习，从学习中实习。

1、接待实习，第一印象服务的实习前台最能表现公司的形象，由于客户对公司第一印象非要求前台工作人员必须面带微笑，让客户常重要，怎样给客户美好的第一印象呢？一看到你就感觉亲切和热情，有种宾至如归的感觉！其实我认为这个并不是很困难，因为笑想想开心的事情就能笑了，但是要一整天都保持这样的微笑就不是一件易事了。记得我刚入职实习的时候笑容非常的不自然，用我同事的话讲就是把嘴角的肉拼命地往两边扯，是扯皮而不是笑。为此我向店里的微笑天使请教了。她告诉我笑得自然、灿烂是需要技巧的。首先要自信，只有自信你的笑容才能透出阳光的味道，才能自然。其次，想象。可以想想自己开心的事情。

2、电话与客户交流，在21世纪，只有深具服务精神的企业才能生存。如何完成优质服务具服务精神的个人才能成功。如何完成优质的服务，铸造个人的成功呢？

（1）要有甘做仆人的心态。人都习惯于以自我为中心，然而，当你面对客户的时候，你必须从自我为中心的位子上走下来，多一点仆人的`意识，这是优质服务的前提。尤其是我们这些天之骄子，只有把自己的架子放下才能往上爬。当然这里的“仆人”是要做一位自信的仆人，而不是萎萎缩缩的感觉低人一等的传统仆人。

（2）热情接待你的客户，服务是面对面与客户交往的过程，需要热情周到。热情是自我形象的推销，表现出对客户态度的尊重，是一种最直接的感染力。

（3）个性化服务个性化服务最能打动客户。

3、产品销售在这期间，我深深了解到，一个产品的质量对于销售是多么的重要。好的产品可以吸引回头客，在令使用者满意的同时，也能让厂家具有成就感，而劣质产品不但不能赢得尊重，反而会让厂家销售越来越低，最终举步维艰。

在实习的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实习中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

**大学生暑期实践工作总结六**

转眼，新一轮的暑假再次到来了。但相比往年，这次的暑假我可的不打算就这样在家里躺一个夏天！

为了能做好对社会的了解以及对今后毕业的准备，我在暑假期间来到了xxx公司的xxx岗位实习。尽管一开始只是抱着尝试的心态去面试，但能在暑假找到这样一个出色的公司体验实习工作实在是我所没有想到的！但为了能抓住这次的机会，我也在工作中认真的面对每一天的工作要求，并在自己的岗位上努力的吸收了xxx这份工作的经验。

这个暑假我负责的岗位是xxx，作为一名xxx专业的学生，xxx的岗位对我来说的可谓是再适合不过了。通过在xxx岗位的工作，我不仅在实践中大大的锻炼了自己的专业知识，还通过这份工作学习到了更多使用的经验和技巧。让我在专业能力上有了极大的提升。

此外，我还赶上机会参加了好几次公司的培训，不仅在专业上加强了自身的能力，更让我对作为一名员工的责任有了很多的了解。此次的工作，不仅收获了经验和知识，更让我体会到了社会和公司的氛围，让作为大学生的我大大的开过了自己的眼界。

作为一名实习生，我的工作起初非常的简单。即使是还没有毕业的我，做起来都只是学校中的练习一样。可在公司的工作却不必练习，练习可以犯错改正，但工作却必须严谨小心！为此，在工作中我面对自己的每一分任务都小心谨慎，严格的对待自己的工作。因此，在工作中也有了很多的新的发现和认识。

而到了后来，随着我能力的提升，我工作的要求也在不断的增强。如今，在最后的一段时间里，我的工作要求已经基本上与普通的员工无异。但相比起其他经验丰富的\'同事，我在工作能力上还有一些不足。

但我通过在工作后的交流，认识到了不少的前辈，他们在工作中给了我很多的帮助和提点，让我掌握了很多的工作方面的技巧和知识，大大的提升了我对xxx这份工作的了解。

如今，实习已经结束了。从整体上来说，这个暑假里我收获了很多，而且非常的丰富。不仅仅是工作和专业能力方面有了很大的进步，对于社会，对于人际交流，我都体会深刻！

但相对的，我也发现了自己和真正的工作者之间的差距。这也不仅仅是在经验上的差距，还有不少在人情世故，以及思想上的距离！为此，我要在今后的学习中更加积极的锻炼自己，让自己能在工作中获得更大的进步！

**大学生暑期实践工作总结七**

主要是从7月10日至7月14日，这一阶段工作主要为认识并迅速熟悉各位学生，并掌握各位同学的学习情况以及学习能力高低。

我被分到的是学前综合班，学生为学前以及小学一二年级的学生，教学主要内容为语文、英语、数学。学生年龄普遍为5—8岁，英语学习都没有任何基础。

开始这几天，我主要是通过统一讲授的方式来讲课，然后在规定的时间内检查每个同学的学习接受情况。

每天上课安排主要为：上午语文、英语，下午为数学、英语。语文课主要是讲诗，第一节课的时候我挑了一首五言绝句，难度中等，较适合初学诗者，学习后发现，班级内有五名学生接受的非常快，在很短的时间内已经可以将诗熟背并默写，有2名学生能够在规定的时间内读熟，但不会背也不会写，剩余的7名学生则不会读。其中这5名学生为二年级学生，2名学生为一年级学生，7名学生为幼儿园学生。英语课时，因所有学生都没有学习基础，所以教学从最简单的26个英语字母开始。开始几个字母大家学的很快，但是后来就越来越困难。

下午课则是尤为困难的，通过上午对学生的了解，知道他们在学习上的程度是极为参差不齐的，因此，下午课的时候，我并没有急于开新课，而是分别给学前、一、二年级的学生出了一部分题，让他们练习，并以此来了解他们的学习成绩情况，后来，经过了解发现，二年级的学生已经基本上掌握了一位数与一位数的乘法与除法，但仍不能熟练运用，较为生疏，一旦出现乘法和加法同时可用的情况时，他们往往不会运用乘法;而一年级的学生则会计算两位数的加减法，但对乘除法尚未入门;学前的学生则大多尚停留在用手查数的程度上。 除了上述所出现的程度差异较大及入门困难的情况外，由于七岁以下小孩较多，他们中的大部分人注意力不能集中，上课时对老师所讲完全不知所言，所以大统一式的黑板教学显然对他们行不通。其中一些小孩甚至无法在凳子上安安静静的坐上3分钟，小孩子贪玩的天性使得古板统一的讲课方式难以在此大行其道。

前期所出现的一系列问题，正是对学生一步步深入了解的结果，也是对下一步工作的要求，以及做好学生工作的方向与目标。

7月15日至8月3日，这一时期是教学工作开展的重要时期，也是工作方法不断调整，不断改正，不断完善的`时期。

通过上一个阶段对学生的了解，以及根据部分学生的要求，我对课程做了如下一些调整。 课程安排仍然和以前一样，上午语文、英语，下午数学、英语，但是在上课方式上进行了一些改变，比如语文课，以诗为主，但根据他们程度的差异，将每天一首诗改为每天两首，一首七言，一首五言，一首二年级学，一首一年级及学前班学。这样就解决了在语文即识字方面他们之间巨大的差距;英语课上，上课方式基本与以前相同，这一阶段主要还是教他们26个英文字母，以及一些简单的数字和问候语。课堂上反复领着他们读，等到一定时间，为了激发他们共同学习的兴趣，就让那些接受能力强的人，领着全班同学读，这样不仅可以使那些已经会的人有事可做，而且可以激发其他同学竞争的意识，从而加速学习进程;数学课，开始的时候，我本想采取和语文、英语相同的教课方式，但由于其学科特殊性，相对于语文、英语而言略为枯燥，学前班的学生很难将注意力集中在黑板上，因此，数学，我采取的是二年级学生的课，即三年级数学在黑板上统一讲授，然后在他们练习习题的时候对学前班的学习各个辅导，并切实了解到每一个学生的具体情况。

但是，这种情况它的方法缺陷很快也暴露了出来，因为，基本上，这整套教学方法它管

住的是高年级的学生，但是却不能充分调动那些低年级学生的学习兴趣，也不能切实有效的将所教的知识灌输到他们的头脑里。这套方法仍然需要改进，在想不出办法的情况下，我和另外几位老师进行了交流，并得到了很多启发，后来，我就将方法进行了进一步的调整。 首先，班里学生分布特点为6名一、二年级学生，8名学前班的学生，因此，可以采用大帮小的学习方法，因为一、二年级学生相对学习能力较强，学东西较快，为避免一二年级学生学完后无事可做，扰乱课堂秩序，以及将大量时间用在学前班学生身上，影响教学进程，必须实行大帮小的方法。我将座位进行了大幅度调整，使每一位一二年级学生身边都有一位低年级的学生，这样做的效果很快就显现了出来。

以前上课时总出现的高年级学生无所事事，低年级学生不知所云的尴尬状况立刻得到了改变。比如，语文课上，我首先教二年级学生一首诗，然后让他们抄下来，趁这个机会我可以教低年级一首诗，这首诗尽量是二年级学生已经学过的。等二年级自己把诗背会、默写之后，这时低年级的学生一定还是对诗完全不懂的情况，就可以让二年级学生一个领一个的教他们读，这样我就可以空出时间来维持纪律，同?，也一个一个的检查辅导情况，帮主他们辅导那些进程极慢的学生，这样做的另外一个好处就是使学生不再觉得课堂枯燥无趣，而是自己有了一种责任感与荣誉感，一旦他们把小朋友教会，那么就更会有一种成就感。这几种感觉推动了他们学习的进步，以及课堂的活跃而井然有序。

英语学习方面，尽管高年级的学生入门较快，但毕竟是一个从未接触过的东西，所以他们也只能算是勉强自保，而并不能像语文那样“大帮小”，鉴于他们学习需一定的时间，对高年级的学生仍是采取黑板教学，令他们反复诵读，以达到记忆的效果，对低年级的学生则采取逐个单独辅导的方法，在高年级学生反复诵读的时间，我走下讲台，单独辅导那些学习进程慢的学生。比如：教26个英文字母时，他们一下子记不住26个，我就让他们一个一个的记，首先给他们写一个字母，然后教他们读，让他们自己一边写一边读，这样反复诵读，边读边写的方式不仅使得他们把注意力集中在课本上，维持了较好的课堂秩序，而且取得了不错的教学成果，他们的英语基本全部成功入门。

数学方面，仍然采取以前的方法，但将重点放在了高年级学生身上，这是学生学习的要求，也是对他们学习能力评估后的结果。同时，并不放松对一年级及学前班的辅导，基本目标就是使他们尽快摆脱用手算数的时代，而学会记忆结果，学会简单的列算式计算两位数与两位数的相加减。经过这一时期的学习，他们在数学学习上都有了很大的进步，尤其是二年级学生，三年级的课程上册他们基本都已经学习完毕，而学前班进步程度不一，最明显的表现在刘柏青、廖乾文以及答涵茹三位同学身上，他们摆脱了过去的手头计算，甚至学会了简单的进位加法与退位减法，进步非常之大。

语文的教学成果也主要表现为二年级的学生，他们学会了简单的作文，从此前的不足50字到了150字，其中何海澳进步最大，他写的作文已经相当通顺，而且重点突出，详略得当。一年级、学前班的学生除个别学生外，基本上都学会了5—8首诗，其中张子臻表现最为突出，她不仅将学前班的五言诗全部背会，二年级的七言诗也会背一半多。

英语方面，全班同学基本都已学会了26个英文字母以及1-20英文单词的读法，二年级学生则学会默写26个英文字母，1-10英文单词，会背1-99英文单词及10句问候语，其中刘晨雨表现最为突出。

这一时期出了一系列问题，而教学正是在矛盾的不断解决中前进的，只要解决好了这一阶段的种种矛盾，就能使教学变成一件简单而快乐的事情。

**大学生暑期实践工作总结八**

暑假第一次留在武汉进行练习，有幸可以来到xxx公司承受了一个月的磨炼，直接深化到社会职场中，与客户面临面的接触与交流，一方面把本人所学知识与理论直接相结合，另一方面又学到了很多学校里所学不到的经历与经验，然后使本人对本人有了愈加具体的调查，由于本人学的是金融进入保险有些不情愿，然则一个暑假的练习完毕，本人感觉其实如许的阅历才是本人最想要的!

7月13号正式来到xxx，老总热情的招待我们，然后我就被布置到了卡单部练习，”卡单”这个概念是第一次接触，其实就是短期不测险的另一种说法，这是最先让我感觉新颖的器械。然后开端进修若何填写保单，第一天就填错了几张保单，发现本人原来是这么大意，好在公司对我们都十分宽容，让我十分打动。这时清楚了什么是宽容!

接下来的几天我就不断在卡单部练习，天天要背卡单产物的信息，哪家保险公司有哪些产物，保证额度多少，合适哪些职业品种，合适那些人群，有哪些是拒保的职业…...一会儿记这么多器械，觉得头都有点大，然则要招待客户的话，必需要记住，所以天天都通知本人要加油!这时清楚了要永远对本人有决心!

在卡单最紧张的一天是第一次坐到前台正式招待客户，登帐、填票据、收费每一步都要仔细仔细，然则当天客户来的十分多，对还不纯熟的我来说，几乎有点无能为力，虽然很仔细的去做，照样出了很多错误，幸而有师傅帮助善后，才不致于有太大损失，这一天让我深入的觉得到业务纯熟的需要性和主要性!稳重的主要性从这里开端开掘!

每一天都在接触着五花八门的客户，他们中的大多数都是热情而且宽容的，然则也有一些要求十分严厉甚至是苛刻的客户，他们要求特殊苛刻，一不小心就把他们的冒犯了，这些人真是让人疲于应付，然则你照样要抑制本人的心情，持续为他们耐性效劳，这种状况照样为我们上了实真实在的一堂余人交流课!交流真的是一门艺术，幸而本人清楚的不是太晚!

再后来到车险部进行练习，侥幸的是刚好赶上公司培训新的员工，我就跟他们一同学起了车险算费，这里的进修不像在学校里的进修一样理论性那么强，这里注重的是实践操作才能，这里面有很多都是公司的老员工经过长时间任务总结下来的经历，在实践任务中十分有效，因而觉得特殊珍贵!等我们“黄浦三期”学员卒业时，公司朱总专门给我们讲了一下昼的保险市场的开展近况及公司原则和公司的将来开展等，为我们描画了一个美妙的愿景，让我们在以后的任务中既不至于太盲目，也不至于没有动力!

公司目前与中国石化协作在很多加油站点开了一些车险的直销网点，这在全国甚至全世界都是一个创新，而且在公司优越的治理方法的运作下，正在有条不紊的展开，让人觉得到创新的力气!真的十分佩服老总的思想!这在我们以前接触保险的时分基本就没有想过的工作，想不到居然在市场上悄然萌生，并展示出强壮的生命力，真是震撼在以后的进修中通知本人一定要懂得活学活用，读死书，死念书竟会变得没有将来!

本人活在xxx的每一天更多的是在发现本人，加速本人的生长，然则这种磨炼也是要支付价值的，本人天天早上挤公交从武昌到汉口，下昼在从武昌到汉口，天天这么轮回!搞到本人目前看到汽车都有点晕，好在还晓得对峙!对峙去发现美妙的器械，进修有效的知识，虽然有点苦，然则痛并高兴着!

在这里进修练习虽然有时本人也在埋怨，然则有两点让我感应收获最多：

一是干事要严谨。以前历来不晓得本人原来是这么的大意，填写报单的时分任何一个数字，任何一个汉字都不能写错，一错就得作废，而且一天要填写上百张报单，这是细心，耐性等要求就来了。更甚的时分，柜台前忽然就来一大堆业务员，各个急着出单，这是就要在保证精确的前提下，坚持有条不紊的任务形态，而且要还积极与业务员交流，让本人的立场去传染他们，而不能让他们把本人搞到手忙脚乱。

第二个就是要学会对峙。就象前面说的本人天天武昌汉口两头跑，下班也很晚，一天的任务更是紧张而繁忙，认为本人会很刚强，然则照样脑海中照样不时的`冲进要抛弃的念头，本人有时也在笑本人的傻，然则骨子里照样时辰的鼓舞本人去对峙，是的，我对峙了下来，一同去的四个同窗中就只要我完好的依照开端的方案做了下来，这是我的收获也是我的自豪，我不逃避!

经过进修与磨炼让本人认识到了学校光阴的珍贵，晓得了任务的辛劳，晓得了若何学会抑制本人，学会了若何积极的去与人打交道，若何全身心的投入到任务中，更主要的是经过不时的食物与成功让本人愈加清楚的看法到本人的优势与缺乏，可以有一个愈加明白的目的去面临将来!

我想，xxx练习的这段光阴将是我永远顾惜的珍贵阅历!

**大学生暑期实践工作总结九**

在暑期，我进入了xx公司做一名前台，作为人力资源专业的学生，我找的暑假实习工作都是和我专业相关的，这次也是，虽然职称上头是前台，可是却是要做和人事相关的一些工作，不仅仅只是在前台迎来送往就行了的。

刚实习的时候，我跟着同事熟悉公司的环境，了解公司的制度，差不多两天的时间，我就开始上岗了，没有经过异常多的培训。公司也是属于小型的公司，一个人经常要做很多的事情，我虽然是前台，可是却没有主管，直接听老板的指挥，日常的第一个工作便是做好招聘的事情，之前我是没做过这件事情的，进过两天的熟悉，我也明白了原先有那么多的招聘网站能够投递简历，并且也能够在上头找到公司需要的人才。

按照老板的要求，我开始在网站上头寻找适宜的人员，然后给他们打电话，联系他们过来面试。虽然这件事情很简单，可是我还是学到了很多，看了很多的简历，我发现我自我的简历还是做得不好，以后还需要继续的优化，而面试的电话沟通也让我明白，虽然有我们看中的人才，可是人家却不必须看中我们的公司，并且即使同意了邀约，可是可能第二天他并不会来面试，有些是觉得不适宜，口头答应而已，还有的找到了工作了的，各种原因都有，没来面试的我都会进行回访，询问具体的原因，有些我们公司的问题，如果能够在招聘广告上修改的，我也是会改好，这样能够吸引更多的人才来我们公司。

作为前台，招待来访的人员也是我的基本工作，除了安排面试的人员进行面试，和新入职的同事处理入职的手续，还有一些拜访的人员我也是要进行沟通处理的，刚开始的\'时候我也不懂哪些是有事情要办的，有些只是上门推销的，之后有一次推销的被我放进去了公司到了老板的办公室，之后老板教了我如何辨认以及确认来来访的来意，我在这块也能很好的婉拒推销的一些人员拜访了。

一个多月的实习工作，我除了接待，招聘，和日常帮同事处理打印，复印，等等事情，我也学习到了很多以前不了解或者在课本上没讲过的知识，能够说这个暑假的社会实践，过得很充实，也学到了很多东西。在今后的学习中，我也能够更好的贴近社会，了解我学的东西应当如何的去运用，下次的社会实践，我想我的简历必须能够做得再漂亮一些，当然也是要在新的学期认真学好理论专业知识。

**大学生暑期实践工作总结篇十**

虽然说我经常能够从辅导员口中听到关于自我以后进行实习诸多事项，可是实际上自我这么多年以来的社会实践经验从某种程度上来讲并不算是很多，所以在暑假之前我便在纠结如何提升自我的社会实践经验来为将来的实习与正式工作做好准备，之后我在一名学长的介绍下利用暑假的时间来到xx学院旁的一家公司做前台工作。

其实当我自我真正融入这份社会实践之中才能够明显感受到所谓的前台与自我印象中坐着打电话的工作完全不一样，或者说以往我对这份职业的认识仅仅只是局限于其中所占比例不大的一部分而已。最初的时候作为一名新晋员工的我是无法让老员工将前台的工作全部放心交由自我的，所以刚开始的时候我仅仅是在一旁负责帮忙前台的其他工作人员进行电话信息的记录与登记，实际上由于自我在记录信息的时候往往会因为贪心的缘故导致所记录的大多都是一些没什么太多用处的废话，之后在老员工的帮忙下我才明白自我只需要负责记录电话拜访人员一些比较基础的信息以及拜访日期便行。

之后的我在经历了最初负责进行登记的阶段之后最终能够开始了自我第二阶段比较繁琐的进程，也就是协助人事部门进行考勤记录的统计工作以及对部分文件的打印与办理，实际上这个时期的\'自我还是因为没能够及时调整好作为一名职场人员的心态导致做事的时候容易畏畏缩缩，异常是当带我的前辈将手头工作逐渐交给我的时候更是让我对工作中的一些职能有些确定不清，这就导致了虽然我能够踏实肯干地完成领导交由的任务却总是喜欢问一些比较基础的问题。

实际上当我正式理解前台的电话接待工作的时候还跟着老员工做过一些所谓的培训，其实也就是不断纠正自我普通话的发音以及相互之间进行客户的模拟对话罢了，当自我正式接手属于前台工作的所有资料之后便能够感觉到自我在社会实践期间有着飞速的提高，最为明显的就是我在和其他人进行对话的时候总能够利用自我敏捷的思维来确定对方接下来可能会说什么，异常是在这种程序式的对话之中我能够保证自我结束一天的工作之后依旧能够回忆起其中的重要资料、

虽然说自我在暑假之中所从事的社会实践工作与我本身的专业并没有太多的联系，但也或许因为门槛比较低的缘故才会让自我本次所学能够适用到任何场景之中，至少我觉得不管是什么工作岗位都不可能缺少良好口才本事的辅助。

**大学生暑期实践工作总结篇十一**

这次的暑期实践带给我不仅仅是一堂有意义的人生课程，一次社会经验,更是我人生的一笔财富。同时也让我领悟到挣钱真的不容易。

ｘｘ市ｘｘ灯饰有限公司是ｘｘ市ｘｘ灯饰有限公司在ｘｘ新建分厂，公司占地面积4000多平方米，是一家集开发、生产、销售于一体的灯饰及配件专业企业。公司拥有先进的生产设备，高素质的技术工人，成熟的管理模式，产品已获ce及3c质量认证。秉承开拓进取的精神，产品不断创新创优。公司坚持“以人为本、以诚待客”的经营理念，已经拓展国内、外市场。

在实践期间，我扮演的是一名刚出社会的女孩子，就像很多刚从农村出来的打工妹一样，正满怀希望慢慢走向社会。每天按时上下班，车间、食堂、宿舍，三点一线，和在学校时差不多，就是在车间里学的东西跟在教室学的东西不一样。撕布边，涂胶水，包边，擦胶水，打包装，贴标签、标价，装货等一系列的工作看似简单，但是要真正的做好就得靠悟性（在学会后，不断地实践中发现不足，并加以改正，直到做到让老板挑不出毛病）。虽然有时候加班有些累，但想到爸妈在外工作了那么多年都不嫌累，不嫌苦，我就觉得自己这点累不算什么了。正所谓吃得苦中苦，方为人上人。

对我们学生而言，实践可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实践来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实践工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

其次，我要总结一下自己在实践期间的体会。

自主学习。工作后不再象在学校里学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。

积极进取的工作态度。在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实践工作并不像老员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

团队精神。工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

为人处事。作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、还是和同事接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

最后，我至少还有以下问题需要解决。

1、缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清

主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实践工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。

2、工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，

在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。

通过这次实践，在放线面我感觉自己有了一定的收获。实践主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实践单位的`经理给我提供了很多解决工作中遇到的问题的建议，让我领悟出出解决问题的方法。这次实践丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实践是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。我坚信通过这一段时间的实践，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实践中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。

**大学生暑期实践工作总结篇十二**

20xx年的暑假对我来说，是我有生以来度过的最有意义的一个暑假！在之前的将近一个月的时间里，我到公司参加社会实习，在实习中我学到了很多，暑假大学生不过给我印象最深的就是我以后再也不怕任何形式的工作了，因为这一次工作给我的感受就是，我能够做好任何工作！

工作中学习，从知识到态度转变。报到那天，我有幸参与了三个员工评价的会议，在他们的汇报中我对公司有了立体的认识。在之后的工作中，无论是信息部、能源部、还是办公室的轮岗，我都以一个正式员工的身份要求自己，让自己踏踏实实，不求回报，只是从实践中学习经验。我认为，对于我——一个出国留学又渴望回国效力的学生来说，需要合中西之长，用这个平台更好的完善自己。公司作为我步入社会的起点，使我清晰地理解什么是工作，并尝试融入一个社会型的氛围。在短短三周中，我学会了很多知识类的能力，且更重要是一种面对忙碌面对困难的成熟态度。

实习期间，我的所掌握的知识及其体系得到了提高，这是一个发现问题并完善的过程。本以为英语对留学的我不算什么，为公司翻译网页时候才发现，从科学术语的词汇到方位地点的用法并不熟知；为此我向经理申请了相关书籍，对照附录的术语逐词查找。关于地形图等高线的勾画，我曾信誓旦旦的以为高中学过此类知识，一定会圆满完成任务；谁知道正是这样的大意为我的工作增加了难度：我曾描串线，也曾设错地形高度值，于是校对变得异常复杂；然而“错误”却让我更加熟练地掌握了地图制作的软件——于是我为自己制订了两个工作准则，要心细认真，也要不怕错误，因为错误可以暴露问题，使我有意外的进步。在闲暇时间，我认真学习了可研报告的写作模式，同时也具体了解了风力发电场所涉及到的相关专业及内容——这是一个推动思考的学习，它教给我认识新事物的调研方法——思考若干专业的涉及其实就是促进思维全面性的过程，在翻阅了若干可研、预可研之后，我可以迅速查找出风电场工程所需的各类数据，这对于指向性查找能力是一次难得的训练。

我在不断学习和吸纳中寻找自己最佳的工作状态状态，这使我为整理能源部可研报告材料时让工作效率和质量有所突破。我开始规划我的工作，我的工作目标，目标可分为多少小环节，每个环节怎么做才可以更高效，包括怎样做可以相对劳逸结合。

在办公室，我拥有忙碌而充实的一周。在罗主任对我的员工培训时，我曾询问一个企业希望得到一个怎样的员工。主任回答，如果是办公室招新员工，首先先要能记住所有的内勤事物和员工守则，同时能够在有效地时间处理繁杂的办公“杂事”。其实这些事情在我看来虽然琐碎却并非杂物，因为我可以从小事落实，稳扎稳打的为自己奠基工作能力。我学会了：如何打印复印，如何收发传真，如何文件归档，如何使文本资料更加规范全面，如何全面的整理一间偌大的会议室，如何订飞机火车票，甚至在心里谱一份各仓库的地图——做到各种用品心中有数，当然最重要的是处理问题的`思路以及在众多事务中找到重点和头绪的方法。我为自己鼓掌，因为我已基本按照自己每天的工作规划逐一落实，没有手忙脚乱，也就是“在计划之中”工作。并且出乎我的预料，下班后的工作延时我依然富有工作热情，在思考总结后我认为这是源于“新鲜感”，一种从小事中也可以学到东西的快乐，同时我知道这些细小工作落实后留给我的经验是弥足珍贵的财富。

计鹏告诉我一个人的意义在于喜爱自己，心存感激，最终回报社会。我用最踏实最上进的心态面对工作，就算翻译了太多网页宣传难句，就算画了太多眼花缭乱的等高线图，就算跑东跑西只为了整理各种会议室的杂物，也都是信心满满，因为我相信只要心意到位，做的事就会让别人满意。所以，所有大大小小的工作把我从象牙塔的高傲上“救”下来，让我从一个眼高手低的学生步入一个事事有落实的轨道。

我感谢计鹏，因为它使我从心底成长，它严格的制度规划了我的行为，从而为为我更新了责任感的人的心灵和操守，这一切都是我每一步正规踏入社会的基石。我感谢领导、同事每一次交给我的任务，因为它使我倍感信任；我感谢每一次批评，因为这都为我直接的指明了正确的方向；我依然感谢每一次的鼓励，因为这些加倍了我热爱计鹏的心，它让我有所收获，于是我更加为它奋斗。

努力，人生就是在于努力，只要自己努力了，即使争取不到，也能够做好这一切，我相信这就是我一直以来想要做好的事情，现实中很多的情况也许会左右着你，但是这些都不是决定因素，最重要的还是自己，我相信在以后的岁月中，我会一直做下去的，我相信我会做的更好！

**大学生暑期实践工作总结篇十三**

今年暑假期间，我从到食品有限公司财务部进行了为期两周的专业实习。

课本上学到的知识是最基础的知识。无论实际情况如何变化，掌握最基本的知识，都可以让每一次变化都带着相同。如今，许多学生觉得他们不能使用课堂上学到的知识，这使他们感到沮丧。但我觉得，如果没有书本知识做铺垫，我们怎么应对瞬息万变的社会？经过这样的练习，虽然时间很短。但是我学到的东西是我在学校一个学期都无法理解的。比如如何与同事相处，我相信人际关系是很多大学生刚走出社会的大问题，所以我在实习期间有意观察了前辈们与同事和上级的相处，也虚心求教，让两周的实习更有意义。

这次实习给我们提供了一个难得的机会，让我们深入社会，体验生活，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存应该具备的各种能力。利用这次难得的机会，我努力工作，对自己提出了严格的要求，虚心请教财务人员，认真学习会计理论、会计法律法规等知识，利用业余时间认真学习了一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的会计技能，从而认识到自己以后应该多学些什么，增强了自己的紧迫感，也为真正步入社会施展才华、去工作打下了基础！

以下是这次实习的一些体会：

(一)会计作为一门应用学科，是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，越是经济发展，会计工作就越重要。

会计在企业经营管理中对改善经济起着重要作用，其发展势头来自两个方面：一是社会经济环境的变化；二是会计信息使用者信息需求的变化。前者是根本动力，决定了对会计信息数量和质量的需求。本世纪中叶以来，以计算机技术为代表的\'信息技术革命对人类社会的发展产生了深远的影响，信息时代成为我们时代的恰当写照。

(二)在这个与时俱进的时代，社会经济环境和信息用户的信息需求都在发生深刻变化。会计经历了前所未有的变化，主要体现在两个方面：一是会计技术手段和方法不断更新，会计电算化已经取代或正在取代手工记账，在企业建立内部网的情况下，实时报告成为可能。二是会计的应用范围不断扩大。会计的变化源于企业制造环境的变化和管理理论与方法的创新，后两者是由外部环境的变化引起的。

(四)会计电算化是会计史上全新的一页。电子计算机的应用带来了数据处理工具和信息载体的变化。会计电算化后，将对传统的会计方法和会计理论产生重大影响，从而引起会计制度和会计管理制度的变革。会计电算化促进了会计的规范化、标准化，通用化促进了管理的现代化。

实习单位采用半手工半手工的方式进行核算

(5)通过这次实习，我不仅培养了自己的实践能力，还增加了实践经验，缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离，为金融实务工作开了一个新的头。并且充分意识到自己的不足，因为电算化不能在每个单位普及，现在我国很多会计科目都是半手工半电算化地进行会计核算，所以同时自学学校没有学过的算盘知识。

在这个与时俱进的经济浪潮时代，作为会计专业的学生，在学习过程中要更好地学习会计专业的专业知识，打好理论基础；在财务实务中，要按要求参加每一次实习机会，总结实际操作中的经验，积累自己学习中的不足，密切关注和了解会计工作的最新动态，为以后从事会计工作打下坚实的基础。当我们去工作的时候，我们可以让自己成为一名真正的会计专业人员，在波涛汹涌的大海中找到自己的位置，为社会经济做出应有的贡献。

**大学生暑期实践工作总结篇十四**

短短的时间，结束了我们第一次的实践之旅。今年的暑假，在我镇的暑期社会实践活动中，我参加了大学生就业培训班，设置商业摊位，大学生自主决定营销方案的工商模拟市场。这次实践的所见所闻，真是一件令人感到新鲜的事情，让我们从中体验到什么是实践，投身于社会，体验生活，充实自己，也使我增进了好多关于这方面的知识，还体会到劳动的艰辛，积累了许多经验，将来也更容易让自己接触社会，实现自身的价值。

曾经，也许很多人，和大多数人一样，不知道自己能做什么，自己想干什么，一片迷茫。不过，在这精彩的课堂上，有两位专业的指导讲师专门为我们大学生上了一次培训课，和这么多的大学生共同学习交流之下，享受就业经验，学到了许多书本上学不到的知识，带领我们从新的角度去看问题，思考问题，重新深入认识社会、踏入社会，期间让我深深感受到这社会竞争激烈，同时清醒地意识到自身的许多不足。在这次的就业培训中，虽然我还没有毕业，但这已使我对社会有了一个初步的认识，从中也认清了自己的位置。通过这个就业培训，我学到了很多，感触很多。不知不觉中，有所体验、有反思、有感悟、有成长，使我受益很深，为自己今后的工作生活打下了良好的基础。在以后的学习生活中有了更加明确的方向和目标，更加要继续努力，不断向着那个目标前进，不断提升自己，在以后的人生道路上，做得更好。

炎炎夏日，大家都不怕苦、不怕累，每个人都带着自己的热情与激情走进了那个“自主经营”的小生活，我们大学生都想要为了充实一下自己的假期生活，积极地当起了“小老板”，学会做生意，赚取人生的.“第一桶金”。面对这样的实践，我有着不一样的亲身感受，不过还是感觉蛮值得的，这让我得到了很好的锻炼机会，所以就该好好学习、实践。机会，为我提供了一个社会实践的锻炼自己的平台，学到了很多大学书本学不到的知识，也让我了解到以前从未接触过的事情，提高大学生创业能力，可以使自己更进一步接近社会。第一次做老板，第一次赚取我的“第一桶金”，第一次……太多的第一次了，虽然，一开始，感觉自己不知所措，手忙脚乱的，不知从哪开始。但是经过人与人之间相处，要用心去沟通，去感触，原来合作做事，在做事过程中变得更加融洽，自然容易事半功倍了。而且，更要尽自己最大的努力做到最好，虽然三天的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西，成功的背后，是需要付出很大努力，要在短短三天的创业实践中，靠自己的能力和自己的双手去赚取金钱，真的一点都不容易。在付出后收获喜悦，感觉很奇妙，很真实。而且，在这次创业实践活动，使我增长见识，锻炼自己，体会到了其中的苦与乐，并对生活、对社会有了更深的了解。

这次暑期实践，已经让我受益匪浅，收获了许多，最大的收获就是认识了自己所学的和实际的应用，以后在学习或工作过程中会更加注重与实际的结合，更能体现到我们大学生的适应能力，在实践中增长见识，还意识到实践的重要性，对实践有深刻的体会。从实践中学习，才能真正学到属于自己有用的东西。通过实践，我又一次感受充实，感受着成长，许多东西给了我人生启迪，。在未来的道路，不管是学什么做什么，都要实现自己的价值。如今，身为大学生的我们，又站到了人生的十字路口，因此，有了梦想，有了目标，就要朝着不它断努力，在磨练的同时让自己认识更多，接触更多。我相信：只要积极乐观主动地去学习，我的付出，一定会收获不少。

虽然，努力不一定成功，但放弃一定会失败。不过我觉得，一个人，若要获得成功，就必须有勇气，不断去尝试，付出，努力拼搏，才有机会成功。所以，要不断朝着那个方向、目标努力向前迈进。我相信，只要肯努力，没有什么是不可能的。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！