# 大学暑期实践心得体会汇总(9篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-11-27

*大学暑期实践心得体会汇总一在今年的暑假来临之前，我答应姐姐在暑假的时候去帮她给2名初中生和5名小学生辅导一个月的英语。对于教人而言，我还完全是个生手，丝毫没有经验，不过这并没有影响我的信心，我要的是真正的让自己在工作中学到东西，而不仅仅是消...*

**大学暑期实践心得体会汇总一**

在今年的暑假来临之前，我答应姐姐在暑假的时候去帮她给2名初中生和5名小学生辅导一个月的英语。对于教人而言，我还完全是个生手，丝毫没有经验，不过这并没有影响我的信心，我要的是真正的让自己在工作中学到东西，而不仅仅是消磨时间。这便成了我对这份工作的最终目的。

下面我与大家分享一下自己在社会实践中的一些经历和感受。

先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多

记得第一天刚到补习班的时候，学生与我互相都有陌生感，学生对我存在排斥心理，并不能很快的接受我。我印象最深的就是有个初一的女孩儿不断地问我问题，一副“看你能把我怎么样”的表情，针对她不断的试探，我面不改色，给她耐心细致的讲解，并且不断地引导她，让她开动自己的脑筋。第一天结束之后就感觉自己“败下阵来”，因为刚刚开始的缘故，既没有经验，又对新环境、新学生的各种不适应，总是产生回家的念头，向往着家里的舒适生活。

有一句话说的好：忍耐并不是代表一种对所处环境的屈服，而是一种自身的修养。一个人素养的高低并非单纯靠学历来衡量的，而是体现在其对人对事的包容与大度。然而，我知道如果我现在连这样的小事情都无法学会忍耐，那么将来出去工作后，所面对的环境更加复杂，那时的我该怎么办呢?

正如人们喝咖啡时的感受：入口时有苦涩的味道，但苦过之后却回味无穷。我始终觉得先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多。所以，当你在决定放弃的时候能够选择坚持下来就是对自己的一种挑战、一种成长。

认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感，在没有开始工作之前，姐姐就已经告诉我会很累，但我想也许是她“危言耸听”，我在经历了晚上备课、课堂上的授课、解疑答惑、课后修改作业以及与学生的交流沟通等一系列事情之后，才真正从实践中感受到确实很累。但是当得到学生和家长的认可的时候，自己又显得特别开心，很有成就感。所以说是“累并快乐着”。

对待学生老师需要认真、严谨、细心、耐心、热心。其实，我们在干任何一件事情、一份工作的时候，都同样需要这样的素质。不管做什么事情都一定要认真仔细，不论是对别人、还是对自己都是一种负责任的表现。认真工作，把工作当作自己生活的一部分，这样我们的生活才会更加精彩。

我记得曾在一本书上看到这样一句话：一个人，如果能把手头上的平凡小事都有效完成了，那么他就是一个成功的人。确实，并非只有办大事的人才能体现自己的价值，才能说自己是成功的。实际上，只要认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感。

我会利用课间的10分钟休息时间，主动找学生聊天，及时的了解学生们的想法以及吸收的效果，并且这样能够拉近彼此之间的距离。他们向我提出意见，希望在我上课的过程中能够幽默风趣一点儿。根据学生的提议，我会在课下收集一些笑话之类的，或者是举例子的时候尽量形象生动、贴近生活，这样在课堂上气氛活跃起来了。我发现当我及时改进我授课的方式之后，学生能够轻松又愉快地接受我所讲授的知识。

细节决定成败

一件大的事情是由许多个小的事情堆砌起来的，尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。试想：如果我不注意观察学生上课的反应、不去与他们交流沟通，那么我想我会最终让学生失去学习的兴趣，最后的结果就是我的工作是失败的。

其实，人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

脚踏实地

社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，能让我们的人生价值得到体现。曾记得有一句广告语：心有多大，舞台就有多大。社会就是一个大舞台，他承载着我们无数人的梦想，然而任何梦想，都需要脚踏实地的去实现。脚踏实地走好每一天，每一个现在。我们说过的话，做过的事，走过的路，遇过的人，这些我们经历过的事情，是我们的“心”在社会这个大舞台不断成长的见证。只有让我们的心变强大了，我们的“职场世界”才会更广阔。

微笑

最后还想与大家分享一下我自己喜欢的一句话：始终拥有一种从容、淡定的笑脸，是一种内心的强大和自信。

微笑来源于成功，微笑取决于胜利。微笑蕴含着幸福，微笑饱含着生机。微笑中充满了永恒与希望，微笑里洋溢着美好与朝阳……你真正地看见过微笑吗?它也许不会喜形于色，而是埋藏心底，需要你去发现它，去挖掘它。微笑着走向成功。学会微笑是生活的艺术。

以上就是我在实践中的一些经历和感受，虽然没有什么轰轰咧咧的惊险万分，但也不是平淡无味，至少给我的身心带来了深深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。

陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”机会永远都是留给那些有准备的人的。

**大学暑期实践心得体会汇总二**

大学生打暑期工劳动合同5篇

作为出来社会打拼的劳动者，都要懂得写劳动合同。劳动合同是劳动关系的主要证明，若不签订劳动合同，劳动者难以证明劳动关系，没有保障。你是否在找正准备撰写“大学生打暑期工劳动合同”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

甲方(用人单位)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方(劳动者)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

性别：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

身份证号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

根据《劳动法》、《\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_省劳动合同条例》，经双方平等协商，自愿签订本合同。

一、甲方义务

(一)遵守国家及省、市的法律、法规和政策，保障乙方的合法权益;

(二)按时足额为乙方缴纳社会保险费;

(三)按时支付乙方的工资，不得克扣和无故拖欠;

(四)为乙方提供符合国家规定的劳动安全卫生条件和必要的劳动防护用品;

(五)依法对女职工和未成年工实行特殊保护;

(六)依法支持乙方参加合法的社会活动;

(七)保证乙方依法享受国家规定的有关休假待遇;

(八)乙方因工或非因工死亡，按国家规定支付丧葬费、抚恤费等;

(九)乙方因工负伤或患职业病，按国家有关规定办理。

二、乙方义务

(一)遵守国家及省、市的法律、法规和政策，维护甲方的合法权益;

(二)遵守甲方不违反法律、法规的规章制度，服从甲方的领导、教育和工作安排;

(三)认真履行岗位职责，严格遵守安全操作规程，完成甲方规定的生产(工作)数量、质量指标(要求);

(四)自愿委托甲方代为扣缴国家规定本人应缴纳的社会保险费;

(五)在本合同期内，保守甲方的商业秘密。

三、本合同期限、工时制度、工作内容、工资给付

(一)本合同期限选用\_\_\_\_：a(固定期限);b(无固定期限);c(以完成一定的工作为期限)。

a：本合同自\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日起生效，至\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日终止。其中生效后的前\_\_\_\_个月为试用期。

b：本合同自\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日起生效，至下列条件出现时终止，其中生效后的前\_\_\_\_个月为试用期。

c：本合同自\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日起生效，至\_\_\_\_\_\_\_\_工作(任务)完成日终止，其中生效后的前\_\_\_\_个月为试用期。

(二)本合同期内工时制度采用\_\_\_\_：a(定时工作制);b(不定时工作制);c(综合计算工时工作制)。

a：乙方每天为甲方工作不超过\_\_\_\_\_\_\_\_小时，平均每周工作不超过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_小时，每周至少休息\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_天。甲方因生产经营需要，经与工会和乙方协商后可适当安排乙方延长工作时间或在休息日、法定节假日加班。但延长工作时间每日不得超过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_小时，每月不得超过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_小时。

b：不定时工作制(按劳动保障行政部门批准的办法执行)。

c：综合计算工时工作制(按劳动保障行政部门批准的办法执行)。

(三)工作内容：乙方同意甲方安排其从事\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_工作。

(四)工资给付：

1.甲方以法定货币至少每月支付\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_次乙方工资。乙方提供了正常劳动的，甲方支付给乙方的工资不低于当地最低工资标准。甲方可根据其生产经营效益状况和职工生活费用价格指数变动情况，适时调整乙方工资。

2.非因乙方原因造成停工、停产在一个工资支付周期内的，甲方应支付乙方的正常工资;停工超过一个工资支付周期的，甲方每月按\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_标准发给生活费。

3.加班工资：

(1)甲方安排乙方延长工作时间，须按乙方小时工资标准\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_%支付工资;

(2)甲方安排乙方在休息日工作又不能安排补休的，须按乙方日工资标准的\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_%支付工资;

(3)甲方安排乙方在国家法定节假日工作，须按乙方日工资标准的\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_%支付工资。

四、劳动合同的终止、解除和续订

(一)经甲乙双方协商一致，本合同可以解除。

(二)乙方有下列情形之一的，甲方可以解除本合同(后四项甲方应提前\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_日以书面形式通知乙方)：

1.在试用期间被证明不符合录用条件的;

2.严重违反劳动织律或甲方规章制度的：

3.严重失职，营私舞弊，对甲方利益造成重大损害的;

4.被依法追究刑事责任及劳动教养的;

5.乙方患病或非因工负伤，医疗期满后不能从事原工作也不能从事由甲方另行安排的工作的;

6.乙方不能胜任工作，经甲方培训或者调整工作岗位，仍不能胜任工作的;

7.本合同订立时所依据的客观情况发生重大变化，致使本合同无法履行，甲、乙双方协商不能就变更本合同内容达成协议的;

8.甲方濒临破产进行法定整顿期间或生产经营状况发生严重困难，经报劳动保障行政部门确需裁减人员的。

(三)乙方有下列情形之一，又不存在上款第2、3、4项情况的，甲方不得解除本合同：

1.患职业病或者因工负伤并被确认丧失或者部分丧失劳动能力的;

2.患病或者负伤.在规定的医疗期内的;

3.女职工在孕期、产期、哺乳期内的;

4.法律、法规、规章规定的具他情形。

(四)有下列情形之一的，乙方可随时通知甲方解除本合同。

1.在试用期内的;

2.甲方以暴力、威胁或以非法限制人身自由的手段强迫乙方劳动的;

3.甲方不按本合同第三条第(四)款第1项约定支付工资的或经有关部门鉴定甲方未履行本合同第一条第(四)款义务的;

4.甲方强迫乙方集资、入股或者缴纳风险抵押性财物的;

5.甲方拒绝依法为乙方缴纳社会保险费的;

6.甲方低于当地人民政府规定的最低工资标准支付乙方工资报酬的。

(五)除上款外，乙方提出解除本合同应当提前\_\_\_\_\_\_\_\_日以书面形式与甲方协商。

(六)经协商一致同意续订劳动合同的，双方应在本合同期满前办理续订手续。

五、解除劳动合同的有关补偿

(一)甲方因本合同第四条第(一)款、第(二)款的第6项解除合同的，甲方按乙方在本单位工作年限每满\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年(不满\_\_\_\_\_\_\_\_年的按\_\_\_\_\_\_\_\_年计。下同)发给相当于\_\_\_\_\_\_\_\_个月工资的经济补偿金，但最多不超过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_个月。

(二)甲方根据本合同第四条第(二)款的第7、8项、乙方根据本合同第四条第(四)款的2、3项解除合同的以及甲方被撤销或者解散与乙方解除合同的，甲方按乙方在本单位工作年限每满\_\_\_\_\_\_\_\_年发给相当于\_\_\_\_\_\_\_\_个月工资的经济补偿金。

(三)甲方根据本合同第四条第(二)款第5项解除合同的，甲方除应按乙方在本单位工作年限每满\_\_\_\_\_\_\_\_年发给相当于\_\_\_\_\_\_\_\_个月工资的经济补偿金外，再发给乙方不低于\_\_\_\_\_\_\_\_个月工资的医疗补助费。如乙方属患重病或绝症的，甲方还须分别按照乙方应享受的医疗补助费的\_\_\_\_\_\_\_\_%或\_\_\_\_\_\_\_\_%增发医疗补助费。以上各款所称月工资，是指甲方正常生产经营情况下乙方解除合同前\_\_\_\_\_\_\_\_个月的平均工资，乙方月平均工资低于甲方月平均工资的，按甲方月平均工资标准计算。

六、医疗期及待遇

(一)乙方患病或非因工负伤，甲方应按国家规定给予医疗期。

(二)乙方在医疗期内停工医疗累计不超过\_\_\_\_\_\_\_\_天的，甲方发给乙方工资\_\_\_\_\_\_\_\_%的病假工资;超过\_\_\_\_\_\_\_\_天的，发给乙方工资\_\_\_\_\_\_\_\_%的疾病救济费。医疗待遇按照有关规定执行。

(三)乙方因故意自伤、打架斗殴、参与违法犯罪活动而致伤致病的，在医疗期间，甲方可停发乙方的工资和各种津贴、补贴。医疗费由乙方自理。

七、违约责任及其它约定事项

在本合同期间，任何一方违反本合同规定给对方造成经济损失的，应承担赔(补)偿责任。

(一)甲方克扣或者无故拖欠乙方工资以及拒不支付乙方加班工资的，除全额支付乙方工资报酬外，还须加发相当于工资报酬\_\_\_\_\_\_\_\_%的经济补偿金。

(二)甲方支付乙方工资报酬低于当地最低工资标准的，除补足低于标准部分外，还应给乙方加发相当于补足部分\_\_\_\_\_\_\_\_%的经济补偿金。

(三)甲方违反本合同第五条规定，除全额发给乙方经济补偿金外，还须加发该经济补偿金数额\_\_\_\_\_\_\_\_%的额外经济补偿金。

(四)乙方属甲方出资培训、招聘的，尚未达到双方约定的服务期而解除本合同的，应按有关规定或约定赔偿甲方为其实际支出的培训费用。

(五)双方约定：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

八、附则

(一)本合同一式\_\_\_\_\_\_\_\_份，甲乙双方各执\_\_\_\_\_\_\_\_份。

(二)甲乙双方因履行本合同发生争议，可在争议发生之日起\_\_\_\_\_\_\_\_日内到有管辖权的劳动争议仲裁委员会申请仲裁。

(三)本合同内容与国家规定不一致或本合同未尽事宜，按国家及省的相关规定执行。

(提示：合同双方应在了解本合同内容后，再决定是否签名。一经签订，须严格履行。本合同的乙方必须由本人签名，不得代签;甲方必须加盖法人印章并由法定代表人或其委托代理人签名盖章)

甲方(盖章)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方(签名)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

签订日期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

法定代表人或委托代理人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方地址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

性别：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

文化程度：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

出生日期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

居民身份证号码：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

参加本单位工作时间：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

邮政编码：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

家庭住址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

所属街道办事处：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

根据《中华人民共和国劳动法》，甲乙双方经平等协商同意，自愿签订本合同，共同遵守本合同所列条款。

一、劳动合同期限

第一条本合同期限类型为\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_期限合同。

本合同生效日期\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_日，其中试用期\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

本合同\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_终止。

二、工作内容

第二条乙方同意根据甲方工作需要，担任\_\_\_\_\_\_\_\_岗位(工种)工作。

第三条乙方应按照甲方的要求，按时完成规定的工作数量，达到规定的质量标准。

三、劳动保护和劳动条件

第四条甲方安排乙方执行\_\_\_\_\_\_\_\_工作制。

执行定时工作制的，甲方安排乙方每日工作时间不超过八小时，平均每周不超过四十四小时。甲方保证乙方每周至少休息一日，甲方由于工作需要，经与工会和乙方协商后可以延长工作时间，一般每日不得超过一小时，因特殊原因需要延长工作时间的，在保障乙方身体的条件下延长工作时间每日不得超过三小时，每月不得超过三十六小时。

执行综合计算工时工作制的，平均日和平均周工作时间不超过法定标准工作时间。

执行不定时工作制的，工作和休息休假乙方自行安排。

第五条甲方延长乙方工作时间，应安排乙方同等时间倒休或依法支付加班加点工资。

第六条甲方为乙方提供必要的劳动条件和劳动工具，建立健全生产工艺流程，制定操作规程、工作规范和劳动安全卫生制度及其标准。

甲方应按照国家或北京市有关部门的规定组织安排乙方进行健康检查。

第七条甲方负责对乙方进行政治思想、职业道德、业务技术、劳动安全卫生及有关规章制度的教育和培训。

四、劳动报酬

第八条甲方的工资分配应遵循按劳分配原则，实行同工同酬。

第九条执行定时工作制或综合计算工时工作制的，乙方完成规定的工作任务，甲方每月\_\_\_\_\_\_\_\_日以货币形式足额支付乙方工资，工资不低于\_\_\_\_\_\_\_\_元，其中试用期间工资为\_\_\_\_\_\_\_\_元。

执行不定时工作制的工资的\_\_\_\_\_\_\_\_元。

第十条甲方安排乙方加班或延长工作时间超过本合同第四条第2款规定的，按《劳动法》第四十四条支付工资报酬。

第十一条由于甲方生产任务不足，使乙方下岗待工的，甲方保证乙方的月生活费不低于\_\_\_\_\_\_\_\_元。

五、保险福利待遇

第十二条甲乙双方应按国家和北京市社会保险的有关规定交纳职工养老、失业和大病医疗统筹及其他社会保险费用。

甲方应为乙方填写《职工养老保险手册》。双方解除、终止劳动合同后，《职工养老保险手册》按有关规定转移。

第十三条乙方患病或非因工负伤，其病假工资、疾病救济费和医疗待遇按照\_\_\_\_\_\_\_\_执行。

第十四条乙方患职业病或因工负伤的工资和医疗保险待遇按国家和北京市有关规定执行。

第十五条甲方为乙方提供以下福利待遇\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

六、劳动纪律

第十六条乙方应遵守甲方依法制定的规章制度;严格遵守劳动安全卫生、生产工艺、操作规程和工作规范;爱护甲方的财产，遵守职业道德;积极参加甲方组织的培训，提高思想觉悟和职业技能。

第十七条乙方违反劳动纪律，甲方可依据本单位规章制度，给予纪律处分，直至解除本合同。

七、劳动合同的变更、解除、终止、续订

第十八条订立本合同所依据的法律、行政法规、规章发生变化，本合同应变更相关内容。

第十九条订立本合同所依据的客观情况发生重大变化，致使本合同无法履行的，经甲乙双方协商同意，可以变更本合同相关内容。

第二十条经甲乙双方协商一致，本合同可以解除。

第二十一条乙方有下列情形之一，甲方可以解除本合同：

1.在试用期间，被证明不符合录用条件的;

2.严重违反劳动纪律或甲方规章制度的;

3.严重失职、营私舞弊，对甲方利益造成重大损害的;

4.被依法追究刑事责任的。

第二十二条下列情形之一，甲方可以解除本合同，但应提前三十日以书面形式通知乙方：

1.乙方患病或非因工负伤，医疗期满后，不能从事原工作也不能从事甲方另行安排的工作的;

2.乙方不能胜任工作，经过培训或者调整工作岗位，仍不能胜任工作的;

3.双方不能依据本合同第十九条规定就变更合同达成协议的。

第二十三条甲方濒临破产进行法定整顿期间或者生产经营发生严重困难，经向工会或者全体职工说明情况，听取工会或者职工的意见，并向劳动行政部门报告后，可以解除本合同。

第二十四条乙方有下列情形之一，甲方不得依据本合同第二十二条、第二十三条终止、解除本合同：

1.患病或非因工负伤、在规定的医疗期内的;

2.女职工在孕期、产期、哺乳期内的;

3.复员退伍义务兵和建设征地农转工人员初次参加工作未满三年的;

4.义务服兵役期间的。

第二十五条乙方患职业病或因工负伤，医疗终结，经市、区、县劳动鉴定委员会确认完全或部分丧失劳动能力的，按\_\_\_\_\_\_\_\_办理，不得依据本合同第二十二条、第二十三条解除劳动合同。

第二十六条乙方解除劳动合同，应当提前三十日以书面形式通知甲方。

第二十七条有下列情形之一，乙方可以随时通知甲方解除本合同：

1.在试用期内的;

2.甲方以暴力、威胁、监禁或者非法限制人身自由的手段强迫劳动的;

3.甲方不能按照本合同规定支付劳动报酬或者提供劳动条件的。

第二十八条本合同期限届满，劳动合同即终止。双方当事人在本合同期满前\_\_\_\_\_\_\_\_天向对方表示续订意向。甲乙双方经协商同意，可以续订劳动合同。

第二十九条订立无固定期限劳动合同的，乙方达到法定退休年龄或甲乙双方约定的终止条件出现，本合同终止。

八、经济补偿与赔偿

第三十条下列情形之一，甲方违反和解除乙方劳动合同的，应按下列标准支付乙方经济补偿金：

1.甲方克扣或者无故拖欠乙方工资的，以及拒不支付乙方延长工作时间工资报酬的，除在规定的时间内全额支付乙方工资报酬外，还需加发相当于工资报酬百分之二十五的的经济补偿金;

2.甲方支付乙方的工资报酬低于本市取低工资标准的，要在补足低于标准部分的同时，另外支付相当于低于部分百分之二十五的经济补偿金。

第三十一条下列情形之一，甲方应根据乙方在甲方工作年限，每满一年发给相当于乙方解除本合同前十二个月平均工资一个月的经济补偿金，最多不超过十二个月：

1.经与乙方协商一致，甲方解除劳动合同的;

2.乙方不能胜任工作，经过培训或者调整工作岗位仍不能胜任工作，由甲方解除劳动合同的。

第三十二条下列情形之一，甲方应根据乙方在甲方工作年限，每满一年发给相当于本单位上年月平均工资一个月的经济补偿金：

1.乙方患病或者非因工负伤，经劳动鉴定委员会确认不能从事原工作，也不能从事甲方另行安排的工作而解除本合同的;

2.劳动合同订立时所依据的客观情况发生重大变化，致使本合同无法履行，经当事人协商不能就变更劳动合同达成协议，由甲方解除劳动合同的;

3.甲方濒临破产进行法定整顿期间或者生产经营状况发生严重困难，必须裁减人员的。

以上三种情况，如果乙方被解除本合同前十二个月的月平均工资高于本单位上年月平均工资的，按本人月平均工资计发。

第三十三条甲方解除本合同后，未按规定给予乙方经济补偿的，除全额发给经济补偿金外，还须按该经济补偿金数额的百分之五十支付额外经济补偿金。

第三十四条支付乙方经济补偿时，乙方在甲方工作时间不满一年的按一年的标准发给经济补偿金。

第三十五条乙方患病或者非因工负伤，经劳动鉴定委员会确认不能从事原工作，也不能从事甲方另行安排的工作而解除本合同的，甲方还应发给乙方不低于企业上年月人均工资六个月的医疗补助费。患重病和绝症的还应增加医疗补偿费，患重病的增加部分不低于医疗补助费的百分之五十，患绝症的增加部分不低于医疗补助费的百分之一百。

第三十六条甲方违反本合同约定的条件解除劳动合同或由于甲方原因订立的无效劳动合同，给乙方造成损害的，应按损失程度承担赔偿责任。

第三十七条乙方违反本合同约定的条件解除劳动合同或违反本合同约定的保守商业秘密事项，对甲方造成经济损失的，应按损失的程度依法承担赔偿责任。

第三十八条甲方解除本合同的，凡由甲方出资培训和招接收的人员，应向甲方偿付培训费和招接收费。其标准为：服务(工作)每满一年按培训费和招接收费总额的20%递减;服务(工作)满五年不再偿付。

九、劳动争议处理

第三十九条因履行本合同发生的劳动争议，当事人可以向本单位劳动争议调解委员会申请调解;调解不成，当事人一方要求仲裁的，应当自劳动争议发生之日起六十日内向\_\_\_\_\_\_\_\_劳动争议仲裁委员会申请仲裁。当事人一方也可以直接向劳动争议仲裁委员会申请仲裁。对裁决不服的，可以向人民法院提起诉讼。

十、其他

第四十条甲方以下规章制度\_\_\_\_\_\_\_\_作为本合同附件。

第四十一条本合同未尽事宜，或与今后国家、\_\_\_\_\_\_\_市有关规定相悖的，按有关规定执行。

第四十二条本合同一式两份，甲乙双方各执一份。

甲方(盖章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方(签章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

鉴证机关(盖章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

鉴证员(签章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_，身份证号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_，身份证号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方聘用乙方为试用期员工，试用期\_\_\_\_\_\_\_个月，自\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日起至\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日止。经双方平等协商，现就试用期间的有关事项订立以下条款，以共同遵守。

一、乙方的岗位(工种)为：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

在试用期间，根据工作需要和乙方能力，甲方有权对乙方的工作岗位进行调整。

二、在试用期间，乙方应保守甲方的商业秘密，严格遵守劳动纪律和甲方的各项治理规定及制度，并根据甲方工作安排，认真履行职责，维护甲方合法权益。

三、乙方试用期工资为\_\_\_\_\_\_\_\_\_元/月，甲方按\_\_\_\_\_\_发放。

四、乙方在试用期内，考勤均由甲方按实际出勤状况和公司考勤制度执行。

五、乙方在试用期内，除工资外，本公司的任何福利待遇均已包含在试用期工资内。

六、乙方每月工资由甲方自上班之日起的次月\_\_\_\_\_\_日左右发放，若乙方工作不足\_\_\_\_\_\_个月时，按月工资比例折合实际工作天数计算。若工资发放日恰逢周\_\_\_\_\_\_或\_\_\_\_\_\_，甲方结合公司实际情况逐日顺延发放。

七、在试用期内，乙方提出解除本合同时，须提前\_\_\_\_\_\_\_\_\_个工作日通知甲方，协商解决，否则，将根据公司制度，由公司按制度论处。

八、乙方如在报到后工作时间不满\_\_\_\_\_\_月主动提出辞职或者不能胜任工作被甲方解雇，甲方将扣除招聘、培训等费用后，按照\_\_\_\_\_\_\_\_\_元/月的标准发放报酬。

九、在试用期内，甲方如认为乙方不能胜任工作或发现乙方应聘材料弄虚作假，不符合录用条件的，可随时停止试用并予以解雇，工资按乙方实际考勤(或计件工资总额)，依据公司制度及本合同相关内容(条款)结算。

十、在试用期内，乙方严重违反劳动纪律或者甲方的治理规章制度的;或者故意或严重失职，给甲方利益造成损害的，甲方有权立即终止试用并予以解雇。乙方应对甲方造成的损失予以全额的赔偿责任。

十一、在试用期内，因乙方泄露甲方商业秘密，给甲方造成经济损失;或因乙方的故意或重大过失行为给甲方造成经济损失的，甲方有权向乙方进行追偿。

十二、试用期满或试用期内工作突出并经考核合格者，将在当月内与公司签订正式劳动合同，并且缴纳养老保险。考核不合格者，公司根据实际情况将予以解雇或延长试用期，但试用期最长不超过\_\_\_\_\_\_个月。延长期内仍不合格者，公司应予以辞退处理。

十三、乙方声明，乙方在签署本合同时，已知晓甲方的制度并愿意遵守各项事宜。

十四、本合同一式\_\_\_\_\_\_份，甲乙双方各执\_\_\_\_\_\_份，经双方签字后起生效。

十五、未尽事宜，甲、乙双方协商解决。

甲方(公章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方(签字)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_日

甲方(用人单位)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_法定代表人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方(劳动者)姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_身份证号码：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

根据《中华人民共和国劳动法》等有关法律规定，经甲乙双方平等自愿协商一致，同意订立本试用期合同。

一、合同期限

试用期自\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日起至\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日止。试用期为\_\_\_\_\_\_个月。

二、工作内容

甲方根据工作情况，循序渐进地安排试用员工的工作，在工作中细心指导、培训，发现问题及时指导讲解，对员工的问题细心解释释疑，以期试用期员工尽早熟悉工作程序，掌握工作技巧，尽早转正;乙方应按照甲方要求按时、按质、按量完成安排的工作任务;

三、劳动报酬

甲方按照公司试用期相关规章制度为准，确定试用期工资报酬及发薪时间，不得无故拖欠。

四、劳动纪律

1、乙方必须遵守甲方制订的各项规章制度和劳动纪律，有服从工作安排的义务，有找寻房源和客户的义务;

2、乙方应遵守职业道德，不得损害甲方或业主利益，不得泄露甲方的商业秘密和技术机密。

五、劳动合同的解除、变更、终止

1、乙方有下列情况之一的，甲方有权解除劳动合同。

(1)在试用期间被证明不符合录用条件的;

(2)假冒本公司名义向外招摇撞骗的;

(3)侵占挪用公款、公物或损坏公物，移交账款不清或弃职潜逃的;

(4)窃取公司任何技术性资料及商业性资料致使本公司蒙受损失的;

(5)严重失职、营私舞弊，对用人单位利益造成重大损害的;

(6)严重违反劳动纪律或者用人单位规章制度的;

(7)被依法追究经济责任和法律责任的。

注：违反上述(2)(3)(4)(5)条款的，公司有权对其进行追偿并将依法追究其法律责任。

2、具有下列情形之一的，乙方可以随时通知甲方解除本合同。

(1)在试用期内的;

(2)甲方以暴力、威胁或者非法限制人身自由的手段强迫劳动的;

(3)甲方未按照劳动合同约定支付劳动报酬的。

3、试用期满或双方约定的合同终止条件出现，由甲方评估乙方综合能力，决定转正、辞退还是延长试用期。

六、合同效力及文本

本合同文本一式\_\_\_\_\_\_份，双方各执\_\_\_\_\_\_份，本合同自双方签字后生效。

甲方(公章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方(签字)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_日

劳动合同编号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

有限公司

劳动合同书

甲方： 有限公司(以下称“甲方”) 通讯地址：

法定代表人或委托代理人：

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(以下称“乙方”) 身份证号码：□□□□□□□□□□□□□□□□□□

家庭住址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 户籍地址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 联系方式：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(固定电话)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(移动电话) 紧急联系人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 联系电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲、乙双方根据《中华人民共和国劳动法》、《江苏省劳动合同条例》及有关法律、法规规定，在平等自愿、公平公正、协商一致、诚实信用的基础上，签订本合同。

一、劳动合同期限

甲乙双方约定按下列 种方式确定“劳动合同期限”：

a 、有固定期限的劳动合同自 年 月 日起至年 月 日止，其中试用期自 年 月 日起至年 月 日止。

b、无固定期限的劳动合同自 年 月 日起，其中 试用期自 年 月 日起至 年 月 日止。

c、以完成 工作任务为劳动合同期限，自 年月 日起至完成本项工作任务之日 即为劳动合同终止日。

二、工作内容及要求

(一)乙方根据甲方要求，经过协商，从事 工作。甲方可根据工作需要和对乙方业绩的考核结果，按照合理诚信原则，变动乙方的工作岗位，乙方服从甲方的安排。

(二)甲方安排乙方所从事的工作内容及要求，应当符合甲方依法制订的并已公示的规章制度。乙方应当按照甲方安排的工作内容及要求履行劳动义务，按时完成规定的工作数量，达到规定的质量要求。

三、工作时间和休息休假

(一)甲乙双方在工作时间和休息方面协商一致选择确定 条款，平均每周工作四十小时：

a、甲方实行每天 小时工作制。

具体作息时间，甲方安排如下：每周周 至周 工作，上午 ，下午 。每周周 为休息日。

b、甲方实行三班制，安排乙方实行 班 运转工作制。

c、甲方安排乙方的 工作岗位，属于不定时工作制，双方依法执行不定时工作制规定。

d、甲方安排乙方的 工作岗位，属于综合计算工时制，双方依法执行综合计算工时工作制规定。

(二)甲方严格遵守法定的工作时间，控制加班加点，保证乙方的休息与身心健康，甲方因工作需要必须安排乙方加班加点的，应与工会和乙方协商同意，依法给予乙方补休或支付加班加点工资。

(三)甲方为乙方安排带薪年休假 。

四、劳动保护和劳动条件

(一)甲方对可能产生职业病危害的岗位，应当向乙方履行如实告知的义务，并对乙方进行劳动安全卫生教育，防止劳动过程中的事故，减少职业危害。

(二)甲方必须为乙方提供符合国家规定的劳动安全卫生条件和必要的劳动防护用品，安排乙方从事有职业危害作业的，应定期为乙方进行健康检查。

(三)乙方在劳动过程中必须严格遵守安全操作规程。乙方对甲方管理人员违章指挥、强令冒险作业，有权拒绝执行。

(四)甲方按照国家关于女职工、未成年工的特殊保护规定，对乙方提供保护。

(五)乙方患病或非因工负伤的，甲方应当执行国家关于医疗期的规定。

五、劳动报酬

甲方应当每月至少一次以货币形式支付乙方工资，不得克扣或者无故拖欠乙方的工资。乙方在法定工作时间内提供了正常劳动，甲方向乙方支付的工资不得低于当地最低工资标准。

(一)甲方承诺每月 日为发薪日。

(二)乙方在试用期内的工资为每月 元。

(三)经甲乙双方协商一致，对乙方的工资报酬选择确定 条款：

a、 乙方的工资报酬按照甲方依法制定的规章制度中的内部工资分配办法确定，根据乙方的工作岗位确定其每月工资为 元。

b、 甲方对乙方实行基本工资和绩效工资相结合的内部工资分配办法，乙方的基本工资确定为每月 元，以后根据内部工资分配办法调整其工资;绩效工资根据乙方的工作业绩、劳动成果和实际贡献按照内部分配办法考核确定。

c、 甲方实行计件工资制，确定乙方的劳动定额应当是本单位同岗位百分之九十以上劳动者在法定工作时间内能够完成的，乙方在法定工作时间内按质完成甲方定额，甲方应当按时足额支付乙方的工资报酬。

(四)甲方根据企业经营效益、当地政府公布的工资指导线、工资指导价位等，合理提高乙方工资。乙方的工资增长办法按照 (工资集体协商协议、内部工资正常增长办法)确定。

(五)乙方加班加点的工资，以双方经过协商确定的

工资为基数计算。

(六)乙方事假期间，甲方扣除工资的标准为 。

(七)乙方依法享有带薪假期(婚假、丧假、年休假、探亲假)期间的工资，按乙方的 工资支付。

六、社会保险和福利

(一)双方依法参加社会保险，按时缴纳各项社会保险费，其中依法应由乙方缴纳的部分，由甲方从乙方工资报酬中代扣代缴。

(二)甲方应当将为乙方缴纳各项社会保险费的情况公示，乙方有权向甲方查询其各项社会保险的缴费情况，甲方应当提供帮助。

(三)如乙方发生工伤事故，甲方应负责及时救治，并在规定时间内，向劳动保障行政部门提出工伤认定申请，为乙方依法办理劳动能力鉴定，并为享受工伤医疗待遇履行必要的义务。

(四)乙方依法享有国家规定的福利待遇，甲方应当执行。

七、劳动纪律

甲方制定的劳动纪律应当符合法律、法规、政策的规定，履行民主程序，并向乙方公示。乙方遵照执行。

八、协商条款

经甲乙双方协商一致，同意选择 条约定条款。

a、乙方工作涉及甲方商业秘密的，甲方应当事前与乙方依法协商约定保守商业秘密或竞业限制的事项，并签订保守商业秘密协议或竞业限制协议。

b、由甲方出资招用或培训乙方，并要求乙方履行服务期的，应当事前征得乙方同意，并签订协议，明确双方权利义务。

c、甲方出资为乙方提供其它特殊待遇，如 (住房、汽车等)，并要求乙方履行服务期的，应当事前征得乙方同意，并签订协议，明确双方权利义务。

d、甲方同意为乙方办理补充养老保险(年金)和补充医疗保险情况，具体标准为：

f、甲方同意为乙方提供如下福利待遇：

。

g、甲乙双方需要约定的其它事项：

九、劳动合同终止的条件

经甲乙双方协商约定，出现下列情形之一的，可以终止劳动合同：

1、劳动合同期满的;

2、 ;

3、 。

十、违反劳动合同的责任

(一) 劳动合同一经订立，即具有法律约束力，双方应当依法执行劳动合同的履行、变更、中止、解除、终止、续订以及解除劳动合同经济补偿金的规定。

(二)当事人一方故意或者过失违反劳动合同，致使劳动合同不能履行或者不能完全履行，并给另一方造成经济损失的，应当依规定或者约定承担赔偿责任。

十一、劳动争议处理

(一)甲乙双方因履行本合同发生劳动争议，可以协商解决。不愿协商或者协商不成的，可以向本单位劳动争议调解委员会申请调解;调解不成的，可以向劳动争议仲裁委员会申请仲裁。甲乙双方也可以直接向劳动争议仲裁委员会申请仲裁。提出仲裁要求的一方应当自劳动争议发生之日起六十日内向劳动争议仲裁委员会提出书面申请。对仲裁裁决不服的，可以自收到仲裁裁决书之日起十五日内向人民法院提起诉讼。

(二)甲方违反劳动法律、法规和规章，损害乙方合法权益的，乙方有权向劳动保障行政部门和有关部门举报。

十二、其他

(一)劳动合同期内，乙方户籍所在地址、现居住地址、联系方式等发生变化，应当及时告知甲方，以便于联系。

(二) 本合同未尽事宜，均按国家有关规定执行，国家没有规定的，通过双方平等协商解决。

(三)本合同不得涂改。

(四)本合同如需同时用中文、外文书写，内容不一致的，以中文文本为准。

(五)本合同一式两份，甲乙双方各执一份。

(六)本合同于 年 月 日生效。

法定代表人签名： 乙方签名：

或委托代理人签名：

甲方盖章：

签章日期： 签名日期：

甲乙双方自愿申请劳动合同鉴证的，应当在劳动合同签订之日起三十日内向劳动保障行政部门提出。

鉴证机构盖章： 鉴证人签名：

鉴证日期：

**大学暑期实践心得体会汇总三**

一、实习单位简介

中国工商银行实行总分行制，为一级法人，总行是全行经营决策、风险控制、内部监督、财务核算以及人力资源管理的中心。总级分支机构为非独立核算单位，在总行授权范围内开展其经营管理活动，对总行负责。中国工商银行大力实施人才强行战略，努力探索建立符合现代商业银行要求的人力资源激励与约束机制。高度重视人才的招聘，培养，选拔和应用，不断提高人力资源管理科学化，制度化和规范化水平。

中国工商银行正式启动人才培养工程以来，制定了人才培养工程五年规划，把建设“三支队伍”(经营管理，专业技术，岗位技能人才队伍)，培养“五类人才”(决策人才，管理人才，专业技术人才，市场营销人才，岗位操作人才)，作为全含人才队伍建设的重点。着力构建全员学习，全过程学习，终生学习的组织体系&管理制度，不断改善员工对于的整体素质和结构，努力建设学习型银行。高度重视员工培训工作，不断提高员工整体素质。在组织开展全员培训的基础上，重点抓好中高级管理人才培训&专业技术人才培训，全面完成高级管理人员emba核心课程培训，精心组织高级管理人员赴境外培训，通过各种途径丰富培训方式，提高培训质量，远程培训网络建设取得实质性进展。

二、实习经历及所学知识

20xx年7月10日到20xx年8月10日期间，我有幸进入中国工商银行兰州市广场支行实习，虽然实习的时间不长，我却在这宝贵的时间里学到了好多东西，丰富并实践了大学的理论知识，同时也深感自己知识面的匮乏，坚定了我积极学习的信念。在工作中，工作态度的转变是我学到的重要的一笔人生财富。“技术水平只能让你达到一定的层次，而为人处事的态度及对工作认真负责的态度才是提升你的真正法宝。在实习期间，我虚心学习，认真工作，认真完成工作任务，并与同事建立了良好的关系，得到了行里员工的一致认可。

经过在工行的1个月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是会计业务(对公业务)，储蓄业务、信用卡业务、贷款业务。 会计业务 对公业务的会计部门的核算(主要指票据业务)主要分为三个步骤，记帐、复核与出纳。这里所讲的票据业务主要是指支票，包括转帐支票与现金支票两种。对于办理现金支票业务，首先是要审核，看出票人的印鉴是否与银行预留印鉴相符，方式就是通过电脑验印，或者是手工核对;再看大小写金额是否一致，出票金额、出票日期、收款人要素等有无涂改，支票是否已经超过提示付款期限，支票是否透支，如果有背书，则背书人签章是否相符，值得注意的是大写金额到元为整，到分则不能在记整。对于现金支票，会计记帐员审核无误后记帐，然后传递给会计复核员，会计复核员确认为无误后，就传递给出纳，由出纳人员加盖现金付讫章，收款人就可出纳处领取现金(出纳与收款人口头对帐后)。转帐支票的审核内容同现金支票相同，在处理上是由会计记帐员审核记帐，会计复核员复核。这里需要说明的是一个入帐时间的问题。现金支票以及付款行为本行的转帐支票(如与储蓄所的内部往来，收付双方都是本行开户单位的)都是要直接入帐的。而对于收款人、出票人不在同一家行开户的情况下，如一些委托收款等的转帐支票，经过票据交换后才能入帐，由于县级支行未在当地人民银行开户，在会计账上就反映在“存放系统内款项”科目，而与央行直接接触的省级分行才使用“存放中央银行款项”科目。

而我们在学校里学习中比较了解的是后者。还有一些科目如“内部往来”，指会计部与储蓄部的资金划拨，如代企业发工资;“存放系统内款项”，指有隶属关系的下级行存放于上级行的清算备付金、调拨资金、存款准备金等。而我们熟知的是“存放中央银行款项”，则是与中央银行直接往来的省级分行所使用的会计科目。一些数额比较大的款项的支取(一般是大于或等于5万元)要登记大额款项登记表，并且该笔款项的支票也要由会计主管签字后，方可支取。

“一天之际在于晨”，会计部门也是如此。负责记帐的会计每天早上的工作就是对的帐务进行核对，如打印工前准备，科目日结单，日总帐表，对昨日发生的所有业务的记帐凭证进行平衡检查等，一一对应。然后才开始一天的日常业务，

主要有支票，电汇等。在中午之前，有票据交换提入，根据交换轧差单编制特种转帐借、贷方凭证等，检查是否有退票。将其他工作人员上门收款提入的支票进行审核，加盖“收妥抵用”章，交予复核员录入计算机交换系统。在本日业务结束后，进行日终处理，打印本日发生业务的所有相关凭证，对帐;打印。

**大学暑期实践心得体会汇总四**

暑假如期而至，这个暑假时我大学生活的第一个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在 学习的同时积极参加社会实践活动。这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在 人际交往等反方面也有 很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家就近的一家印刷厂打工进行社会实践。

我一开始去的那个车间是在 公司里面主要负责的是设计与排版的，虽然后来我也去过别的车间 学习，可是觉得还是在 这个地方更有‘价值’，他们所设计的是其实只是一些制品例如塑料标签 塑料制品等的大小 形状 颜色等，有 时甚至还要设计出大概的产品的成本与收益。

可是考虑到我本身学经济学的，对什么印刷专业知识一无所知，要让我先学会设计的话，由于时间的关系，可能是不 行的，又担心在 设计上有些问题，要明白对于印务公司来说，设计一错，后面的可就全完了，所以我的首先岗位是侧重的是排版。一般的工作过程是，客户发到我们部门，其产品的简单介绍和一些图片，然后排版工人就按照客户的要求精心排版。这种排版和报纸的排版区别还是很大，起码每一期的报纸在编排上都会有 突出主题和主流思想，而这些塑料类制品哪里有这些，都只是突出广告‘价值’。可是这些包装品的文字与图片所能呈现的空间要比报纸少的，更显出对于文字与图片审查的重要性。即使客户自己对于发过来的作品很满足，我们这里还是为了使得产品印刷出的更美丽更准确，还是要对作品检查和修改。回想当初刚来做这份工作时，可想而知所遇到的问题将是比别人要多的多，学历虽比人高，可经验哪里有人家的丰富。但这没什么，万事开头难，像那些图片怎么简单处理的，我也不 清晰。保持积极心态，我在 排版工人旁边协助边学习，帮助接受客户的文字和图片内容，并且对文字和图片内容进行检查。

这里的文字要求简短，格式样本样本统一，占用空间少，而图片的选取要就有 一定的广告的宣传效果。在 这里的边工作边学习，别人会搞的，我努力后也会弄的，时间一久，经过一段时间的练习与实践，慢慢对于这些的排版技能也多少累积了一点，自己也会慢慢的知道如何来解决和应对这些问题，相信也会有自己的一套道理的和做法，想想排版还是太过于轻松，当然只是从劳动强度上来说，要比生产车间里的人好一点。8月份刚到，公司生产任务好似多了 一点，于是我就来到了 有点不 愿意的生产车间帮忙。这个是做塑料包装品的车间，经过这段时间在 车间里的磨练，印刷工艺的生产流程各种塑料包装品的生产过程，见识到不 少只能在 书中的听闻到的机械实物，熟悉了 不 少新朋友，这三处是我认为的收获。当然辛劳是必定的，工作量大也是正常的，污染也是不 可避开。

其实我并不 胆怯辛劳，我知道在 这个社会赚钱是不 简单的。我真正在意是能否和同事和上级处理好关系，这将会是我们以后必须面对的实际问题之一，也是今后所对待比较重要的人际关系之一。在这里的经历，\_\_人多一点，的确就好处理的多，究竟四面都可以看成是自己人。在 实际生活中，可以通过一些细节体现，例如能够一上班，就能热情的微笑和其他同事打招呼;偶然无聊时还能谈谈心，说说话;没事时还能走在一起，边听潮剧，边喝功夫茶等，这些看是很寻常的举动是会有 良好的影响。当然人人都搞好关系是不 可能的，有 些同事就不太理解，似乎我们的实践是来抢他们的饭碗的，在 某些方面提出不 一样意见，但是这些人还是少数的。说到底他们都是在 为公司服务，也都是在辛劳的赚钱，为他们的理想而‘奋斗’，我也就不 去计较多少。方正我在 这里的时间又不 是很长，他们做法又不 够过分，只要能处理好大部分人的关系就好了，我就心满足足了 。

通过这次实践，初步知道印刷工艺 中的排版工艺，生产流程各种塑料包装品的生产过程，见识到不 少只能在 书 中的听闻到的机械实物。虽然时间不是很长，但还是要面对许多实际问题，主要的是生产上的问题，本身就对印刷专业知识一无所知，可想而知所遇到的问题将是比别人要多的多。但这没什么，万事开头难，像那些很一般塑料袋怎么弄来的，我也不知道。但我在 这里边工作边 学习，别人会搞的，我努力后也会弄的，时间一久，自己也会慢慢的知道如何来解决和应对这些问题，相信也会有自己的一套道理的和做法。坚信只要积极心态，尽自己的努力来做，有 恒心，有 毅力，没有 什么事是永恒办不 好的。

在 这里的长达一个多月的时间里，思想端正，道德高尚，对这里的工作也比较上心，表现良好。既没有 迟到拖拉现象，也没有缺勤早退，和他人相处良好，没冲突，也没吵架斗殴，尽量保持出一个大学生应该给人的那种好的印象。其实有时这个时间也是我最胆怯的时间，一开始是信心满满，渐渐的感觉是要失去信心。在 学校的时光其实是最美好的时光，可以上课，可以看书，可以上网，而不用担心经济来源，因为自己总是想当然的花父母的钱。如今通过自己这几天的切身的体验，接触到最基础 最平庸最坚苦的岗位，方能体会出赚钱的艰辛，更能体会得到为人父母的令人感动那种辛劳。

每当提起这一段印务公司的实践经历，我总是感悟良多，熟悉深刻，备受教育。在 还有 不 多的大学时光里，认真的 学习专业知识，掌握点实用专业技能，为不久之后走向社会做好打算。而未来不 管是处在 什么类型岗位，只要努力，肯刻苦，相信总会获得成功和收获的。

**大学暑期实践心得体会汇总五**

一个不一样的暑假在我的期盼之中到来了，没有了纷繁的作业任务，也没有了往日忙碌的补习课程一切显的是那么的悠闲。我突然想在这短短的2个月内也书写一些人生的美丽篇章，而不是那么惶惶忽忽地虚度。自从进了大学，一直想找机会证明一下自己的存在价值，我成人了，是应该独立地去面对一些事情，而不是一味地依靠与逃避。我想闯出属于自己的一片天空，组成天空的云朵就从这次的实践出发吧。满怀信心!整装待发!

我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始我期望很高，一心想怎么说，我也是个南邮的本科大学生，找个工作不在话下，一定要趁这个机会大捞一笔，但当我真正开始时，发现很多的工作都需要工作经验，那些端盘子，做促销的工作我又不想干，觉的不能真正地锻炼自己的能力，接触社会，每天都以失败告终，在无尽郁闷的同时我开始了自我反省。关键在于我没有正确地摆正自己的位子，放下一切，不在工资问题上纠结。以“我就是一位打工者的心态”重新开始。

总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置，我决定社会实践只要有工作，能供饭吃，试用的也可以干啊。于是我找到了中国联通宽带网络授权代理有限责任公司。经过面试经理同意试用一个月。当时我兴奋不已。第二天，我便开始了我的暑假假社会实践生活。虽然是试用，明知我只在公司干一个月，但我还是以饱满的工作态度来开始实践的每一天，谦虚向一些前辈请教，主动要求完成一些工作任务。有几个同事都没念过大学，他们对大学生活很有兴趣，我就饶有兴致地跟他们介绍我的大学生活，一切发生地是那么的轻松愉快。

但我的实践之路并不是只有这些元素的存在，它同时掺拌着艰辛与汗水。

我所在的部门是运行维护部主要是宽带网络售后服务，我们搞售后服务的最重要的是想方设法解决客户问题，在我们看来整个部门就是一个整体，如果客户上网有什么问题就是我们整个部门十多个人的事情。在这里我们追求的是团体效益，是协作。

虽然也是计算机学院的一名学生，但是毕竟刚读大一，只学过一些简单的计算机基础课程，所以在完成某些任务时就寸步难行，一直问前辈们又不好意思，他们的工作任务也非常繁重，于是我只能上网查找资料，一边学习消化一边处理工作，因此有时会耽误完成任务的时间，而遭到上级的批评。为此我也感到很委屈，觉的我只是来实践的，何必那么较真呢。而且我也在努力啊，又没偷懒，凭什么还要遭人骂呢?有一天我就找了同部门的一个年长的同事谈心，向他诉说了我心里的种.种，他说，“我刚来时也是这种情况，经常受到领导的指责，也觉的很委屈，但我觉的天道酬勤，只要不断的学习，积累，总有一天能很出色的担当这份工作，终于我熬过来了，有了今天的成绩。”我听后感到茅塞顿开，只要一心扑向工作，不去计较太多，总有展露微笑的一天的!

短暂的实践旅程很快就结束了，这里的一切并不只是回忆，更是一种收获。

在这里有很多东西是学校里边学不到的，公司的生活与学校最大的区别就是一切与工资挂钩：做好了有相应的奖金，做错了哪怕你是不小心也要扣工资。这让我很难适应，毕竟在学校的一切都是父母拿钱!没钱了只要一个电话父母就打过来，而出社会了呢?我想不可能一辈子都靠他们吧!在这里，在同事们的身上我看到了竞争的激励，看到了自立的艰辛以及需要的勇气、韧性。他们也是一样是大学毕业，有专科，也有本科毕业的，但大都是计算机专业。而工作呢?一个非专业的我都能胜任—可想而知工作对他们来说有多简单，更本就没有挑战性。我想这就是大学几年辛辛苦苦而干的事情吗?

最大的可以区别大学生的就是在与客户打交道时，很多同事为了更好的完成工作都把经历投向客户，毕竟交往也是一门学科吧!

“艰辛知人生，实践长才干”。通过此次社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，大学生只是起点比较高，其它的也并没有什么优势，我逐渐地发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力，这是难能可贵的一次收获。

我的第一次社会实践，饱涵了很多人生的哲理，这是成长过程的一次邂逅，虽然一切并不那么绮丽，但依旧美丽，它在无形之中点缀了我的人生，熠熠生辉。

**大学暑期实践心得体会汇总六**

在一个月的寒假打工生涯中，发此刻实际工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心细心一步一个脚印脚踏实际的去工作，惟独基本工作做的够好，才干赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。

同时我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压责备下级是不可避开的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，惟独这样才干表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才干在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的‘价值’。人往往是很执着的。可是假如你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道赋予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和四面的人沟通思想关怀别人支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。此刻想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的累积对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。寒假虽然惟独短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛劳，锻炼一下意志品质，同时累积一些社会经验和工作经验。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思量独立工作和独立解决问题能力。

通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。

面对日益严重的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把寒假打工作为挣钱或者是累积社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。此刻的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。

作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，期望没人能注重到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确赋予了我很多。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创新了新的财富。

**大学暑期实践心得体会汇总七**

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道 “两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。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，我来到了广东燕京啤酒有限公司，开始了我这个假期的社会实践。实践，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。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践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。要学会从实践中学习，从学习中实践。

在20xx年xx月xx日，我来到了xxxxxx啤酒有限公司。在负责招聘的陈小姐的安排下，我大概了解到自己的宿舍、工作地点、工作岗位等等。xx日。我和同学分别被领到不同的车间，分配到不同的生产班中。这一天也是我下车间的第一天，面对那各色各样的生产机器，我东张西望，心中充满好奇。我的工作岗位是三包车间人工验瓶，这是一项相对比较简单和轻松的工作。每位新来的员工都有自己的带教师傅，工作上的问题都有师傅的指导和帮助。人工验瓶岗位的主要工作就是检出不合格瓶子，并将不合格瓶子分类处理，此外，还要保持岗位卫生，确保微生物合格。人工验瓶这岗位的工作虽然简单，每天都是重复着同样的工作，但工作环境不是什么人都承受的了的。车间的一般温度在四五十度左右，湿度高达98%，而且车间是密闭的环境。那时候我真的想在这样的条件下我能坚持么，我的带教师傅告诉我“打工是苦是累的，还是学校轻松啊！你们有机会不要步入打工行列。不过来吃吃苦对你还是有利的……”。师傅说了好多，我也认真的听着她的劝戒，虽然都是已经烂熟于胸的道理，但是现在却别有一番深层含义。除了岗位上的工作外，我们还要定时参加一些培训，例如：安全培训、5s卫生培训、设备检修培训等等。遗憾的是我们实践的岗位与我在大学学习的专业完全不沾边。“人工验瓶”这岗位虽说也属于“检验类”，但是和我学习的“食品营养与检验”这专业的检验是完全两码事。人工验瓶是属于物理检验，但靠检验员的眼睛就可以检验出来了，而“食品营养与检测”则是化学检验，必须借助一些仪器，化学药品等才能检验出来。

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过两个月的实践期，回首这两个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。 这两个月，在磨砺自己的同时，我对自己的能力有了更深的了解，我深切意识到，生活在象牙塔里的大学生不要以单纯的想法去理解和认识社会，只纸上谈兵是远远不及的，而是要步入社会，进行深入地探索。在学校学会更多得书面知识，在实践中好好利用知识进行运作。接触、了解社会，从实践中检验自我。

我在实践中得到许多的感悟!

在xx啤酒厂的包装车间做一名普通的检验工，每天都要工作十二小时，还要日夜倒班。在实习的这两个月里，我感受最深的是：在xx啤酒厂，只有上下班之分，没有白天与黑夜之别的。白班是：早上7:00—晚上7:00，夜班是：晚上7：00---早上7:00。吃饭都是在车间吃的，每顿饭规定在半个小时内完成。我的工作是人工验瓶，岗位职责是检验出不合格的空啤酒瓶，每天大概会有四十万个瓶子在我眼前流过。在刚刚开始工作的第一个星期，是最辛苦的，不适应工作环境，不适应工作内容，看着那些空啤酒瓶在眼前流过，我感觉是在晕车似的，有要晕倒呕吐的感觉，那感觉真的很辛苦。每天在车间辛辛苦苦上班,天天面对的都是同一样事物,做的事情也是一样的，时间一长了，真的好无聊啊!然而，工作时间那么长，所的到的收入却不多，在这两个月我终于体会到父母的挣钱的艰辛。在以后我一定要在生活上节约用钱，好好的珍惜在学校念书的最后不多的日子。

在实习的这两个月，我最大的收获就是学会吃苦。首先，在车间工作的环境很辛苦。密闭的车间温度高达四五十度，湿度也高达98%。一进车间，汗就不停的流，衣服很快就会湿透的了。在这样的环境下工作，一天十二小时下来，整个人都会虚脱了。其次，就是工作强度大。在没出来实习前，我在家是“十指不沾阳春水”的，但是在燕京实习，我就跟男孩子一样，每天都要搬搬抬抬的。每天除了在验瓶，我还要处理那些不合格的瓶子。一箱箱的不合格瓶子要搬上车，又要一车车的拉到指定的地方。在这里实习，真的很辛苦，有些时候我真的以为自己坚持不下去了，很想要放弃。和我一起来实习的同学，有些已经坚持不下去，离开xx了。有时候我也想像他们一样，不再坚持下去了。很庆幸我没有像他们一样半途就离开了，我一直坚持到现在。在这两个月里， 日子虽然很苦，但是我坚持到现在了，在苦中寻找乐趣，我更懂得了，苦，是一剂催化剂。催化着我的心灵愈加坚实，催化着我积极奋斗的信心，催化着我人生的步伐更加稳健！学会吃苦，便是我面对考验继续坚持与努力的保证。

现在很多企业把“吃苦耐劳”明确的写进招聘要求，有点甚至还放在了第一条。我学会了吃苦，对我以后的应聘与就业都有很大的优势。我可以很骄傲的对企业说，我能吃苦耐劳，在xx那么苦的环境我都能承受，坚持到最后了，相比一些“瓷娃娃”的大学生，我更有能力去做的更好。

在车间是很考验一个人的耐性的地方，每天面对的人和事都一样的，时间长了就会感觉到乏味。刚到车间的时候，我的心很燥，做事和做人都不能够令人满意。但是现在我慢慢学会淡定了，在很多时候遇到问题都会很平静，都会先思考了再去决定怎样做。很开心，我能在车间里慢慢的成长，慢慢的沉淀自己！！“心态放平点，姿态放低点”，我想用这句话来总结我现在的状态。

在这次实践中,让我还很有感触的一点就人际交往方面, 大家都知道社会上人际交往非常复杂,但是具体多么复杂,我想也很难说清楚,只有经历了才能了解.才能有深刻的感受,大家为了工作走到一起, 每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧,就看你怎么把握了.我想说的一点就是,在交际中,我们不能改变他人，只有改变自己。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。我们虽然是个大学生，但是身边的每一个同事都有可能是你的老师，我们要把姿态放低一点，虚心请教他人。在人与人之间的交流，个人心态一定要放平。

在任何的企业都有管理者与被管理者，不想被管理，就要有能力去管理。但是想成为一名好的管理者,就必须要有好的管理方法。在xxxx啤酒有限公司里，有一套很好的管理方法，叫“绩效飞轮”。在没来实习前，我从来没有听过这个名词。“绩效飞轮” 是一套简单实用的绩效管理工具，企业达成绩效就象飞轮，要启动、推动、检修、加油、循环往复，直至自动运转，飞速前进；刚开始会不容易，一旦转动起来绩效飞轮将势不可挡。我觉得这套管理方法很适合目前企业。在以后我有机会做管理者的时候，可以借助这个工具，把企业和员工管理的更好。

xx是一个非常注重团队精神的企业，在这里，我能感受的什么是集体，什么是团队。在这里的团队很多，分小组，班组，生产线组，车间等等。每个人在这里的角色都不是个人，而是集体的一份子，都是先集体后个人的。集体的荣辱关系到个人的荣辱。在进车间的第一个月，车间的领导就组织我们观看《冲锋陷阵》这部电影，教会我们要有团队精神，让我懂得了团队在工作中的作用。

在xx实习的两个月，我在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。

这短暂的两个月，不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

**大学暑期实践心得体会汇总八**

作为同龄人的我们一路走来，有太多的感想需要诉说，面对这个话题首先我们去了常州市第十五中学找了相关部门进行了了解，但令人感到惋惜的是他们拒绝了我们，我们满怀希望就像是被冷水泼过了一样，多少有些失望。但是我们并没有因此而放弃。紧接着我们去了文化宫，两年前我在文化宫上过一个多月的课，没想到两年后的今天我会以不同的身份来这里进行调查，并认识到了教育参事徐琰先生。

我们大致的说了我们来的目的，他很热情的接待了我们，并对我们在暑假中参加这种活动表示支持并鼓励。经过半小时的交流，我们明确了目前需要做的工作。就是要在最短的时间内写好调查问题，我们才能做后面的工作，经过我们一组的共同的努力，在两天中就完成了这项任务，等待他们的答复，我们信心十足，但又一次的失望：调查问卷没有得到他们的批准，这等于在告诉我们这几天的努力都白费了，又必须重头开始。其实我很能理解他们，作为培训机构如果接受了我们对学生的调查，很容易影响到他们的教育、利润问题，这是非常现实的，这给我们的调查又增加了难度，我们不知道接下来应该怎么办?不知道是否能够继续坚持这个主题?

但是我们又非常想了解整个过程，想听听同龄人的新声。这不仅是学校让我们进行实践活动，更重要的这是我们想要的答案。小时候就听说过上海知青把庄稼地里的青青麦苗当作韭菜的笑话，因为生长在大都市初出校门的年轻人，他从来没有走过三月的麦地，所以他们不知道麦苗和韭菜的区别是情有可原的。由此我想到了一个非常现实的问题：一个能得到博士、硕士文凭的人，他们能通过各种考试，也许他们能把书上的东西倒背如流，无人能敌，但是他们未必能通过王小丫这一关。他们“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”，最后竟然在阴沟里翻了船。

现在的教育是不是一种误区呢?教育不仅要教给学生知识，更重要的是要让学生们体会到做人的道理。“诚实、聪明、勤奋”，如果给现在的学生选，我相信他们一定会选择“聪明”，他们认为现在的社会善人是做不得的;他们不懂什么叫做竞争，不知在竞争面前要叫一个条件：“公平、公正、公开”，如果没有这三点，就不叫竞争，叫“自私”。

其实我们的要求并不高我们需要空间;需要轻松的环境;需要一个属于自己的天空。现在父母总是帮助我们安排着一切，不去考虑我们愿不愿意，把我们自己心中的真实想法都掩藏起来，去让我们做自己不喜欢做的事，因此让我们叛逆心理越来越大、厌学的学生也越来越多。因为他们找不到自己想要的东西，他们没有明确自己的目标，所以他们的潜力没有爆发出来。记得正衡中学陈玉萍老师讲过这样一句话：每一个人的潜能都像一个无底洞，甚至自己都不知道有多大，只有自己知道下一步要做什么的时候，才是真正爆发实力的时候!作为学生的我们既不是老师也不是教育人事，我们无法改变这一状况，但是我们所能做的只有走出校园，走向社会，与大自然亲密接触，了解一些日常知识，增加自己的课外知识和内涵。

大学生暑期社会培训班实践报告1500字

每到快放假的前一个月，大家就开始忙活着张罗即将来临的社会实践。实践单位、实践地点、实践时间以及薪水、食宿还有面试等等，这些条件都在考虑范围之内。综合考虑之后，便有了去留的选择。

此次我的社会实践的地点是阳泉市，具体实践单位是平定县清华中小学文化课培训中心。简单地说，其实就是一个暑期培训班。我的实践身份就是辅导老师。7月6号考试一结束，便匆忙启程转战平定。7月7号备课一天。8号便正式开了课。

来了平定之后，我才知道一共有五位老师：俩个英语老师(包括我)，俩个数学老师还有一个物理老师。我们五个都是太原师范学院的学生，不同的是其中俩个已经考上了研究生，另外俩个也都已经毕业，只有我一个是大二学生。这样的身份也就奠定了日后被给予更多的照顾以及更多的叮嘱。和我一个寝室的是另外一个英语老师——张艳琴以及唯一的一个物理老师——王晓畅。后来渐渐了解到他们俩个一个考上了西南大学研究生一个考上了吉林大学研究生，心中敬佩之情不由而生。

开课第一天

我负责的年级主要是初一即初二，偶尔客串一下初三及高一。现在还清楚的记得第一天上课时的情况。那天我们提前一个小时就早早到了辅导中心之一——体育场。开了教室门，环视一周才发现教室好脏，很闷热，便开了窗户，清扫起教室。待到教室整理的差不多了，樊老师正好通知我们去教学楼下领学生。一下楼，哇，黑乎乎一片脑袋，满满一院子，老的少的，顿时杜撰了一句话“黑云压地地欲摧”。估计平均每个学生周围至少站着一个家长。由于初一有60多个学生，加上又是第一天开课;考虑到一方面老师紧张，另一方面孩子们也需要适应，所以初一暂时被分成俩个班，由我和张老师一起带。虽说在这之前樊老师(该辅导中心负责人)已经开会指导过如何讲课，讲课过程中该注意些什么，我课前也充分备了课;但一看到那么多家长站在门外，心里还是咚咚的跳得厉害。值得庆幸的是我的英语发音还不错，十几分钟后家长便纷纷满意地离开了。紧张而有序的第一天就这样结束了。

若干天后

开课第三天，初一俩个班60多名学生合到了一起。下午初二班也开了课。生活顿时忙碌了许多。早上六点多起床、洗涮、吃饭。七点二十出门。七点半到学校。八点半初一上课。中间这点时间留给早到的同学问问题。八点半至十一点半，共三节课。中午回家休息一会备会课，就得抓紧时间赶往初二上课地点——平定县招待所。下午三点至六点，也是共三节课。晚上七点左右回家，吃饭、备课、洗漱。十一点半睡觉。几乎每天樊老师都会给我们开将近一个小时的会，因为该培训中心有听课制度，所以每次听完樊老师都会指出每个人讲课有什么不足，有则改之无则加勉。

说到讲课，对于初一，前俩天的课上下来感觉还不错，此时在面临这么多学生时也便轻松了许多。只是樊老师一直叮嘱要管好纪律，不要笑，严严肃肃上课，课下也不要随便搭理学生。我很爱笑，又一直喜欢年轻、亲善的老师，所以也就稍稍偏驶了方向。课下的我很喜欢坐在教室跟孩子们聊聊天，看他们玩各种小游戏，那种感觉很温馨也很满足。后来，渐渐渐渐发现初一的孩子并不太喜欢跟老师聊天，似乎是惧怕老师，更多的只是同学之间互相打闹嬉戏。对于初二学生来说，这个问题就不存在。初二共28人，8女20男，比率严重失调，上起课来却轻松了许多。男生在课堂上很活泼主动，也很积极配合我的教学工作。在这样一群孩子面前严肃不起来也厉害不起来，所以在初二孩子们面前，我成了“微笑姐”。每次一下课他们便往办公室跑，天南海北，只要他们想到的，什么都敢问。我呢也尽量做出合理的回答。

**大学暑期实践心得体会汇总九**

作为一名新进员工，我是第二个以外部门员工的身份到书店进行实习的。这次实习为期一个月，每天实习时间为中午12点到下午5点，上午在图书部作协辅助工作，下午5点至6点继续完成当天辅助任务并作当天总结。在这一个月的时间里，我对书店的工作、流程有了一定的了解和认识。

未去书店之前就对这份实习满怀期待。之前去书店都是以顾客的身份，这次角色要作彻底地转变。xx月xx日下午一点，我开始了在书店的实习。按照计划，店长徐严军老师将对我进行20个工作日的培训，在这20天里，每天都将有一个专门的培训内容。徐老师向我简单介绍了书店实习时的一些任务，并着重强调了对图书的记忆和相关卖点的掌握。望着那一排排、一架架的图书，想着要一个个地去记忆还真的有些畏惧，不过在之后日子里的导购过程中，我才体会到了这样要求的必要和深意。

作为大愚的窗口，书店直接面向着广大的读者人群，在书店的图书展架中，新东方自己的图书占了较大的比例，toefl，gre，ielts，gmat等专架上的图书每天的需求都很大，新概念系列作为新东方学校一直以来基础英语课程的教材，也是书店卖得最好的品种之一，这样，对这些图书的导购便是重中之重，在之后的学习的过程中，对这些系列的图书的掌握也成为了我学习的重点。下面是店内工作的大概流程与主要工作内容：

据说，没有经历过暑期班的（大愚）店员，不算真正的（大愚）店员。虽然受到奥运的影响，但是暑期

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！