# 寒假实习总结评语怎么写(九篇)

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2025-02-22

*寒假实习总结评语怎么写一二、 期终考试，大多数同学的成绩都不尽人意，希望同学们能仔细分析试卷，查漏补缺，进行有针对性的复习。三、 身体是革命的本钱，每天坚持进行1小时的体育锻炼，不仅是为了4月底占70分的体育中考，更是为了我们自己的身体健康...*

**寒假实习总结评语怎么写一**

二、 期终考试，大多数同学的成绩都不尽人意，希望同学们能仔细分析试卷，查漏补缺，进行有针对性的复习。

三、 身体是革命的本钱，每天坚持进行1小时的体育锻炼，不仅是为了4月底占70分的体育中考，更是为了我们自己的身体健康。

四、 每日具体的作业安排，虽然安排有些紧张，繁杂但相信在家长的配合、监督下，同学们一定都能够按时按量完成。

语文

第一阶段：

1月22日

完成七年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月23日

完成七年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月24日

完成八年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月25日

完成八年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月26日

完成九年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月27日

完成九年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月28日

完成《西游记》的一部分读书笔记。

1月29——30日

完成《鲁滨孙漂流记》的两部分读书笔记。

2月1日

完成以《记住这一天》为题的记叙文。

2月2日——2月5日

自由安排

第二阶段：

2月6——7日

完成《水浒》的两部分读书笔记。

2月8日

完成以《成长无捷径》为题的议论文

2月9日

完成《繁星春水》的一部分读书笔记。

2月10——11日

完成《骆驼祥子》的两部分读书笔记。

2月12日

完成《海底两万里》的一部分读书笔记。

2月13——14日

完成《童年》的两部分读书笔记。

2月15日

完成《名人传》的一部分读书笔记。

2月16日

完成以《属于自己的天空》为题的文章。

第三阶段：

2月17日

复习七，八年级的所有内容。

2月18日

家长抽查七、八年纪的复习内容。

2月19日

复习读书笔记。

2月20日

对寒假所有复习内容进行梳理。检查作业。

数学

第一阶段：

1月22日

完成《全程导航》第一章的1.1

1月23日

完成《全程导航》第一章的1.2

1月24日

对第一章进行梳理。

1月25日

完成《全程导航》第二章的2.1

1月26日

完成《全程导航》第二章的2.2

1月27日

完成《全程导航》第二章的2.3

1月28日

完成《全程导航》第二章的2.4

1月29日

完成《全程导航》第二章的2.5

1月30日

对第二章进行梳理。

2月1日

完成《全程导航》第三章的3.1

2月2——5日

自由安排。

第二阶段：

2月6日

完成《全程导航》第三章的3.2

2月7日

完成《全程导航》第三章的3.3

2月8日

对第三章进行梳理。

2月9日

完成《全程导航》第四章的4.1

2月10日

完成《全程导航》第四章的4.2

2月11日

对第四章进行梳理。

2月12——13日

复习解直角三角形。

第三阶段：

2月14——16日

复习二次函数。

2月17——19日

复习圆。

2月20日

对寒假所有复习内容进行梳理。检查作业。

**寒假实习总结评语怎么写二**

大一的这个寒假，我过得挺充实的，同样它也是最有意义的，跨出学校的大门，融入社会，这是一个质的飞跃的过程，其中的辛酸苦楚只要自己体验过才知道。走进社会，需要一份勇气，需要一份睿智。

经历了艰辛的找工作的过程，我精疲力尽了，想放弃了，老板要么说没有工作经验，要么说暑期临时工不招收。折腾了好一阵子，我们附近一邮政银行招大堂经理的助手，我兴致勃勃地去应聘了。我把我个人的基本资料和在校的情况详细地向行长介绍了，或许是我运气好，或许是行长觉得我挺可靠的，我被录用了。那个开心劲儿，甭提了!工资待遇什么的，我都没什么要求，只要能录用我，给我一个锻炼能力的平台，我就心满意足了。

第二天我就开开心心地去上班了。早晨八点到了邮局，我就开始拖地，擦凳子，打扫打扫，好让整个大厅干干净净，给所有人一种舒适的感觉。邮局正式上班了，陆陆续续地有顾客来办理业务了。我满带着笑容迎接每一位顾客，让他们先坐下，然后等到叫了自己的号再去办理业务。在工作的过程中，也不是一帆风顺的，有时面带微笑询问顾客有什么需求时，顾客只顾一个劲儿的走上前台办理业务，也不搭理我。这时我只能耐心地和顾客讲解。有时我也有做的不周到的地方，有一次一位先生拿着自己的号到前台去了，我微笑着走过去，轻声说：“先生，不好意思，您前面还有一个人，下一位才是你。”他瞪着我，一脸不耐烦地说：“刚不是叫到我的号了吗?明明就是我!”我陪着礼：“对不起啊，叫到你的号了，我误会了。”这位先生又转身白了我一眼。

那种尴尬，那种滋味真的不好受呢。每天都会遇到形形色色的人，有的人看我像个学生，表现出赞赏的样子，能和我温和地交谈，有的人看我是个学生，对我的热心服务表现出满不在乎，无所谓的样子。不管怎么样，我都要求自己，我是服务大众的，我就是要磨练意志，锻炼能力，我要微笑待人!工作一整天下来，真的很累，站的腰酸背痛，晚上下班时，我还要再打扫一遍大厅，然后才回家，真的好累!

但是，我挺珍惜这份工作的，不仅仅因为得到这份工作实属不易，更多的是你我在工作中学到了很多东西，我提升了很多的能力。在邮局做大堂经理助手的一个月，我每天早出晚归，觉得还有节奏感，我过得很充实。在工作中，我运用我在学校已经掌握的电脑操作技能完成简单的邮局业务方面的操作，这就更好地将理论运用于实践了。在与顾客的接触中，我学会了笑以待人，热情地帮别人解答疑难问题，这很好的锻炼了我的胆量，使我的交际能力大有提升。在和邮局员工的相处中，我得到了叔叔阿姨的关心爱护，他们支持我，鼓励我使我对未来充满信心，带着一份信念踏上寻梦的征程。

这一个月来，我虽然过得比较辛苦，我也曾想放弃，就这样在家虚度光阴，但最终我还是振作起来了，我也想明白了很多。现在的应届毕业生就业形势那么的不容乐观，社会已经尽全力的缓解就业压力了，国家只能给予我们这么多，那么我们还能靠自己的实力、耐力在社会上打拼了。

大一晃眼间已悄然溜走了，不久的将来我们就要步入社会，我明白那份压力。现在的假期就是为未来做一个铺垫。多积累些社会经验，多增长些人生阅历，多丰富些专业知识，这对以后我们就业都是大有裨益的。还是那句话：一分耕耘一分收获。要想在这竞争激烈甚至残酷的社会中生存下来，唯靠自己!千军万马争过独木桥，只有让自己出类拔萃，方能闯出自己的一片天地!

这个寒假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到大二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行!正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来!

**寒假实习总结评语怎么写三**

寒假如期而至，这个寒假时我大学生活的第二个寒假，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，所以我决定利用寒假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近电脑配件柜台帮忙卖货。

这是我第一次经历社会实践。对于一个学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。

想通过,亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

学校是一个小社会，步入高中就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现高中生的自身价值。

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造了新的财富。

在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

本以为在这里打工是一件很容易的事情，但凡事想时容易，做时难。让我没有想到的是，刚去的第一天下午就犯错了，在帮顾客拿货时，不小心摔坏了一个耳机，我当时吓的不得了，刚好被领班发现。我什么也没有说，只是让我交120元的罚金。我心想怎么会是这样啊!刚来钱还没有挣到反而被罚了，心里很是不情愿，可是事实就摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓得我说不出话来，脸都通红，他们告诉我：“在工作中时容不得半点马虎的，在开始讲的很清楚，出现其他的事个人负责。”我也没办法狡辩，这确实也是由于我的不认真造成的，没办法，就交了120元罚款。哎!我想这是第一次做着工作了，也算120元买个教训吧!可是我的心里久久不能平静，总以为这些错不应该发生在我身上，可是又有太多的可是，从这件事中我深深体会到想干好一项工作很难，即使一件小事。心中总有一种想法不愿意从事简单繁琐的工作，可是“一屋不扫何以扫天下”的道理，我们都懂，我想万事开头难吗?在接下来的工作中我会认真。

由此我明白了一个事情在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

除此之外，我还学到很多东西，当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

**寒假实习总结评语怎么写四**

转瞬间，一个多月的外科寒假实习生活已告一段落，在实习过程中，自己严格遵照医院规章制度，当真实行实习护士职责，以马克思主义、严格要求自己，尊重师长，团结同学，关怀病人，不迟到，不迟到，踏实工作，尽力做到护理工作标准化，技能服务优质化，基础护理机动化，爱心运动常常化，将理论与实际相结合，并做到理论学习有打算，有重点，护理工作有办法、有记载。

实习期间，始终以“爱心、仔细、耐烦”为根本，努力做到“眼勤、手勤、脚勤、嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患者供给优质服务，建立了良好的医德医风。

在外科的实习工作中，本人严格遵守科室制度，按时参加护理查房，熟习病人病情。能正确答复带教老师发问，规范熟练进行各项基础护理操作及专科护理操作，准确执行医嘱，严格执行三查七对，及时完成交接班记录。能做好术前预备指导并完成术后护理及观察。

在工作中，发现问题能认真剖析，及时解决，能熟练进行各项护理操作，对科室的急、危、老、重患者，能敏捷熟悉病情并作出应答。

通过学习，本人理论水平和实践水平有所提高，在今后的工作中，本人将继承努力，牢记护士职责，不断加强思想与业务学习，全面提高自身综合水平，做一名合格的护士。

在普外科实习期间，使我全面了解了普外的护理工作。掌握了普外科常见的护理技术操作，如胃肠减压，留置导尿，外周留置静脉留置针，灌肠等。同时也学会了对阑尾炎，疝气，甲状腺这些普外常见病的术后护理。

掌握了大手术如胃癌，胆囊结石，结肠癌，直肠癌的术后应留神视察的内容。可以独立承当普外科常见的急腹症-阑尾炎，术前的筹备工作和术后的护理工作。这段实习期间，使我了解到，普外科是手术科室，要求护士具备短时间处理大批问题的应急能力及较强的技术水平。

通过半年多的实习，本人理论水温和实践水平都有所提高，在今后的工作中，本人将持续努力，牢记护士职责，不断增强思惟学习与业务学习，全面进步本身综合水平，为患者提供优质服务!

**寒假实习总结评语怎么写五**

期盼已久的寒假终于到来了，同学们一定都会有什么计划吧?当然，我也不例外，下面，就请听一下我的“趣味寒假”吧!

我的寒假主要分为2个大计划，第一个计划是这样的。首先要在过年之前把寒假作业统统写完!要怎么写呢?从1月15日开始到1月29日，才15天啊!没关系，看看我的小计划吧!

4天之内，把寒假作业本写完。每年假期不到5天我就写完作业本了，今年我要破纪录!

1天之内，把手抄报、画画、手工艺品做完。这个比较轻松。

5天之内，把作文写完。要知道，汉语和朝语总共14篇呢，虽然有点勉强，但我觉得还是可以完成的。

5天之内，把日记写完。日记嘛，总共才12篇，不多，不多!

这样，15天之内就完成作业了!

下面是第2大计划，请洗耳恭听!

我和我的好朋友小良(化名)要以老师教同学的方式互相交流文学，所以每个人必须准备教材。我负责音乐学，小良负责美术学。音乐学要交的是各种音乐家的身世、背景，还有作曲等。美术学要交的是画画、服装设计等。当然啦，课外阅读嘛，我们两个要准备几本好书，互相分解书主要写了什么，要强调什么。此外，我们还要在作文网内写一写作文，增强写作水平。

我的寒假计划不错吧?呵呵，这就是我的“趣味寒假”!

**寒假实习总结评语怎么写六**

我毕业于师范学校，临近毕业时我在一所私立幼儿园进行了实习工作。这是我的第一份工作，我会尽自己的能力把工作做好!虽然时间很短，但却收获甚多。

一、实习内容

在这一个月里，我学习到许多在学校学不到的东西，也感悟到了许多。从老师们身上，我看到了园丁们散发出的耀眼光芒，给了我在实习生活带来了许多启发性思维。在校期间总会认为当一名幼儿老师肯定很好玩，很轻松，但在这里我改变了这个想法，每上完一节课我都有的感触：想当好一名幼儿老师实在不易!我终于感觉到平时我们在校园上课的时候乱哄哄，老师站在讲台上面叫多少遍不要讲话，还是像市场卖菜似的!

刚开始听带课老师跟孩子们上课，认真学习她上课的方式和怎样管好课堂纪律。即使那样，我还是遇到了许多师范学校里没学过、事先也没有料到过的难题。毕竟试教的时候和正式去教室上课的时候的心态是很不一样的。同时也佩服老师对付这些孩子们的方法。用小组比赛来管他们的纪律，一来可以培养他们的团队精神。二来还为课堂带来一些活力。使课堂上不那么死板。听了几节之后我就开始试着讲课，一开始孩子们会乱成一团，不听你讲课，还会“欺负”我!我用了老师的那些方法，可是发现后来慢慢的，他们开始接受你还有喜欢你，这是实习期最有高兴的事。因为让小孩接受一个新老师是有一个过程的!现在他们也慢慢去接受我这个新来的老师。也让我更加有信息把这份工作做好!我们除了课堂教学之外还有班主任工作。也组织了一次主题班会活动。幼儿园艺术节，我帮着班里的小朋友们安排节目，帮两个班安排画版。使我在实习期忙碌但很充实。

二、实习总结

通过这段实习期，我明白做好老师除了要有丰富的专业知识之外，还要其他课外知识，这样才能让你的学生在和你打成一片之外还能尊敬你。这样忙碌的实习生活我进行了一个月，但是在这期间我学到了很多知识，认识到无论是做什么工作，都需要耐心和细心。实习中给了我的经验，也是最宝贵的。我将朝着“吃得苦中苦，方为人上人”的方向努力，并相信自己一定可以做到。

寒假实习报告总结篇五

寒假里，自从去到xx银行实习，在行领导、部门领导和各位同事的帮助下，在政治思想、业务工作方面都取得了较大的进步。在一开始我对这里的一切都是如此的陌生，要感谢各级领导的关心，以及同事们的帮助，我的进步才有了保证。在接触到一些不太熟悉的术语时，我就会在网上查找相关的解释，如果实在不明白，我就向同事们请教，大家也都不厌其烦地给我讲解，并且想方设法让我去接触更多我尚不熟悉的知识。经验收获如下：

1.在工作过程中我还会单独出去办事情，我认为这样对我的锻炼很大，特别是锻炼了自己与人交往的能力。对我来讲可以提高自己的表达能力，同样也可以锻炼自己的胆量。把握住这些机会，让自己变得更加成熟起来。

2.在这段时间中，我已经在这些方面有了比较大的进步，而且自己的心理状态已经完全从学生状态转变成一个社会人了。我想自己之所以能够比较快地完成这种转换，跟我们xx银行有着的良好的工作环境氛围是很分不开的。核销工作内容特别多，从刚刚业银行工作开始，我先后赶上了三次核销的工作，而且据说今年每一批的数量又特别大，这正好是我学习这个核销过程的大好机会，我通过了这几次的练习，自己已经逐步掌握了这个过程的要领。

3.我核销的过程中会有很多的步骤，首先就要印材料，还要从信贷系统里找出数字填写在相关的表格中，要知道核销报告如何来写，我也根据范本自己练习写过。我还要填写送审表，做核销材料的目录清单，包括装订材料，把核销材料包装好。反正感觉核销的整个过程是比较忙碌的，不过这让我更加高兴，因为只有这样的工作量，我才能得到更加好的锻炼，才会有更加大的进步的可能。

通过这几个月的学习和锻炼，我已经初步了解了本部门的业务知识，已经基本能够单独处理核销所具备的技能。从对银行业务知识的陌生到现在，我知道自己已经取得了一定的进步，希望在今后能够有更多的时间去努力学习，可以参加一些相关专业的辅导班，并且参加一些银行业务知识方面的考试。积极提高业务水平，从而完全达到能胜任这份工作的能力。

**寒假实习总结评语怎么写七**

很多时候，我总是想着：再等会吧，再等等，等我准备好了就开始！

可是，实习的过程中却完全不这么回事。接热线的时候，人往那一坐，电话一响，哪还顾得上思考，边听边记录、完了还得给市民提供自己知道的信息。刚开始的时候，总是会忘记询问些基本的东西，甚至会遗漏新闻六要素：不是忘了问打电话人的姓名，就是忘记留他们的联系方式……幸亏熟能生巧这一定律。

第一次看到报纸上自己的名字时，开心得以为：假以时日，我就会世人皆知！可是慢慢得就有点麻木了。甚至会想，这又不是我写的，我只不过是给老师查查错字，完全不跟新闻打交道。耐着性子等了几天，终于，老师放开手让我干了！又开心的跟个什么似的。我第一次单独行动，是：去长途汽车站拍几张照片，以及询问春运票价上浮的程度。我拿着相机，兴冲冲的出门，对着站牌照，对着路人也照；等到了车站，也是对着候车室的乘客站、对着滚动条照，依然没个中心。走哪照哪。等到猛然发现快6点，才惊觉：怎么我照的，一张都不适合放新闻旁边呢？这时才慌了神，赶紧给刘老师打电话，避重就轻得说照了些照片。正好这时又堵车，等到回报社也将近7点。结果是误了点不提，事也没办好。

有了第一次的失策，我出门前都会问老师：稿子内容侧重在什么？老师也会指导我照片基本构图——它有自己的思想。

实习过程中，我感觉到了：自己作为一个新闻工作者，太感性，容易落入“公说公有理，婆说婆有理”的套子。常常甲方诉说时，我会觉得：对啊，对啊，乙方怎么能这样啊，太不应该了。然后轮到乙方，我又会感觉：是啊，是啊。甲方才不该呢，做人太不厚道。而且我写出的东西，总是会有倾向性，会被诉说的主人公影响到。轮到刘老师改稿，看到她刷刷的改几下，稿子就变成了篇——既反映事实、又不带个人倾向的新闻了。鉴于这一点，我也很有必要再实习，单书本内容还很孤立的。

确切地说，这次实习在技术上学到的不多。因为实际上，除去双休日，我就去了十来天。但是，其中一次，去市委大楼拿记者证，却大大地刺激及激励了我一把。我本以为拿完记者证，就可以回去，没想到，在里面值班的叔叔也是大学教师。后来，那位也是新闻系老师的叔叔，拉着我一块聊天。虽然有些紧张，但想想，不就是聊天吗，有什么大不了的！老师询问了我些新闻写作的知识，问我消息的几种结构。在脑子里搜索，却发现居然不知道！这下更紧张了，得给财大新闻丢脸了……于是摇头请教老师，原来就是写作里讲的“金字塔、倒金子塔”等等。恍然大悟，这些我都是知道的，只是对不上号……

通过和市委的老师聊天，我更加确定自己的专业知识的浅薄。一个学新闻的人连消息、通讯都掂不清；面对一个新闻事件，做不到“写起来不假思索”，还算什么学过新闻！你出去后，能力都没，又何来竞争力！

现在觉得，新闻哪里无学了。新闻大大的讲究，在学校得好好训练，能够以后看到事情就有想法、提起笔来就能写。如果有些专业是培养专才，那我们新闻肯定是培养既博闻强识、又对“新闻学”这一专业有深刻认识的人才——也就是传说中的“丁字”型人才。

还记得喻老师那天带我们去江西日报社办理寒假实习手续，我看到平日里形象那么高大的老师给报社的主任点烟，心里怪不是滋味的。我还真的天真地以为：只要喻老师一句话，咱想去哪实习就去哪！原来老师在背后给我们攻关，没我想象的那么轻松。老师，辛苦了！谢老师。

后来自己去报社实习的时候，才发现，很多学校新闻学生，都是大三、大四才出来实习，于是又开心了。还是我们老师好啊，未雨绸缪。哈哈。但同时也后悔，我大一干什么去了。

现在想想，我好像还写不出像样的新闻稿……只是，老师现在不教我们了，所以，今后我只能参考书本和主动请教班里同学了。实习报告酝酿了一个星期，发现还是想不出个样子来！就应了心得里的那句“等等吧，等我准备好了就开始！”很后悔，老师教时，我没好好学以及主动问。不过，还好，现在会努力的。

一块实习时，杨x给了我挺大启迪：平日里一个小姑娘，但一拿起电话，立刻感觉到她那种绷紧了的专业精神。总是听说，每一大事件的完成，总是由平日里，那些看似无关联又细微的末节促成的。20xx年的寒假实习，对于我，很有可能就是如此的末节。

**寒假实习总结评语怎么写八**

今年寒假我没有回家，而是以一名理货员的身分在超市做了一个月的实习。超市是知名企业，是全球零售业排名第一位的公司，是跨国公司中的巨头。因此，能有幸到这样的单位参加社会实践，我觉得很自豪。

成为实习生参加社会实践的道路并不是一帆风顺的。首先要联系人力资源部并与其进行协商，确定其招聘意向和要求工作的时间。经多次协商后确定时间去参加面试。时值考试周，一方面要准备考试，一方面又要为参加社会实践而奔走，弄得我真是有些疲惫了。

入职的第一天，我正式参加了入职培训。在短短四个小时的培训中，我学习了公司的历史发展、公司文化、政策制度等基本情况，对公司的运营制度有了大概的了解。剩下的具体东西就只能在具体工作中去学习和体会了。培训结束后，我正式与公司签订了劳动合同，并领取了工作服装。那是一件红色上一加一条深蓝色牛仔裤。红色的上衣代表全体员工为顾客服务的一片火热的心，牛仔裤肥大而结实，几乎适合各种工作条件，为实际的工作提供了方便。这一套工作服看似简单却别具匠心，既体现了公司形象，又简单实用，难怪几乎公司所有员工都穿这样的统一服装，连店总等领导层人物也不例外。

第二天上午我到人力资源部领取了工卡，又办了工资卡。至此我正式开始了一个月的工作生涯。实际的工作条件比想象中更加艰难，工作内容比预想中更加艰辛复杂。所谓的理货员几乎是全店最基层的员工，且不说薪酬多少，单说工作内容几乎百分之八十以上全是体力劳动，只有不足百分之二十的脑力劳动。具体的工作内容分以下几个方面：面位补货；促销位补货；更换、运送堆头陈列；做破损；备大单；顾客服务；其他临时性的工作。

因为临近春节，店内工作十分忙碌。在开始工作的前两天，我只要是随主管和老员工们作一些打下手的工作内容。当然体力劳动的份量相当大，而且都是些最基本的工作。我总算咬紧牙关坚持了下来。两天过后，随着我对工作内容的逐渐熟悉，便开始随促销员去做一些独立性较强的工作。就这样又过去了两三天，我对工作内容很熟悉了，便真正独立开来，作为一名合格的员工进行正常的工作内容。

这四五天的转变过程看似简单却是十分艰难。第一天的工作就给了我一个下马威。虽然早知道工作内容不会轻松，但一天下来的体力劳动着实令毫无经验的我精疲力竭。而且陌生的工作环境也令我很不适应。是老员工们的悉心指导和促销员们的鼓励使我鼓足了勇气去坚持。我相信只要坚持下去就一定会适应，而且会在工作中学到很多东西。

接下来的工作中，我不断的观察、学习，并且积极向老员工们请教。对于每一细小的工作内容都努力去弄清楚其工作流程、工作标准，并抓住机会询问一些其他部门乃至其它店的运营状况，以了解更多知识。就这样，我一步步努力着，一步步进步着，向着做一名合格的乃至卓越的员工而努力。

这时的我历经十多天的工作后，对各项工作也已经了如指掌了。在我们所有员工的一致努力下，全店的销售额每天都超过了去年同期水平，也超过了今年的预计值。我也明显感觉到这几天出的大单越来越多，礼盒销售也是供不应求。同事店里还装扮了年货街，年味十足的购物环境更增加了顾客购买欲望，同时店里推出的打折、特价商品和层出不穷的买赠活动更是加大了顾客购买量。前台收银台前排起了长龙，购物车和购物篮供不应求。我全心地投入到工作中去。随着一天天的过去，每天的我都是一样的筋疲力尽，而每天的我又都可以学到不同的东西。公司的经营理念经营原则公司标准公司文化深入到了工作的每一个细节，我在每一个细微工作中尽情体验和学习经营的大智慧。

一个月的时光一晃而逝。转眼间到了结束的时候了。假期实践不仅使我体验了生活，更使我学会了生活，理解了生活。在这一个月的社会实践中我受益匪浅。如果还有这样的机会我还会积极参加，努力去学习更多，体验更多。

**寒假实习总结评语怎么写九**

一、同学们可以根据自己的实际情况，选择一些辅导班来提高自己的弱势学科，巩固自己的优势学科。上高中后，英语的学习需要更多的词汇量等，所以建议同学们抓住机会，利用这个寒假好好为自己充充电。

二、 期终考试，大多数同学的成绩都不尽人意，希望同学们能仔细分析试卷，查漏补缺，进行有针对性的复习。

三、 身体是革命的本钱，每天坚持进行1小时的体育锻炼，不仅是为了4月底占70分的体育中考，更是为了我们自己的身体健康。

四、 每日具体的作业安排，虽然安排有些紧张，繁杂但相信在家长的配合、监督下，同学们一定都能够按时按量完成。

语文

第一阶段：

1月22日

完成七年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月23日

完成七年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月24日

完成八年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月25日

完成八年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月26日

完成九年级上册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月27日

完成九年级下册复习的全部内容。(课内外古诗及生字词)

1月28日

完成《西游记》的一部分读书笔记。

1月29——30日

完成《鲁滨孙漂流记》的两部分读书笔记。

2月1日

完成以《记住这一天》为题的记叙文。

2月2日——2月5日

自由安排

第二阶段：

2月6——7日

完成《水浒》的两部分读书笔记。

2月8日

完成以《成长无捷径》为题的议论文

2月9日

完成《繁星春水》的一部分读书笔记。

2月10——11日

完成《骆驼祥子》的两部分读书笔记。

2月12日

完成《海底两万里》的一部分读书笔记。

2月13——14日

完成《童年》的两部分读书笔记。

2月15日

完成《名人传》的一部分读书笔记。

2月16日

完成以《属于自己的天空》为题的文章。

第三阶段：

2月17日

复习七，八年级的所有内容。

2月18日

家长抽查七、八年纪的复习内容。

2月19日

复习读书笔记。

2月20日

对寒假所有复习内容进行梳理。检查作业。

数学

第一阶段：

1月22日

完成《全程导航》第一章的1.1

1月23日

完成《全程导航》第一章的1.2

1月24日

对第一章进行梳理。

1月25日

完成《全程导航》第二章的2.1

1月26日

完成《全程导航》第二章的2.2

1月27日

完成《全程导航》第二章的2.3

1月28日

完成《全程导航》第二章的2.4

1月29日

完成《全程导航》第二章的2.5

1月30日

对第二章进行梳理。

2月1日

完成《全程导航》第三章的3.1

2月2——5日

自由安排。

第二阶段：

2月6日

完成《全程导航》第三章的3.2

2月7日

完成《全程导航》第三章的3.3

2月8日

对第三章进行梳理。

2月9日

完成《全程导航》第四章的4.1

2月10日

完成《全程导航》第四章的4.2

2月11日

对第四章进行梳理。

2月12——13日

复习解直角三角形。

第三阶段：

2月14——16日

复习二次函数。

2月17——19日

复习圆。

2月20日

对寒假所有复习内容进行梳理。检查作业。

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！