# 大学生实习总结与体会四篇范文

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-01-01

*实习就是实际的操作。这里的操作，不仅仅是行为的，也可以是思维的，一切需要应用的知识，都需要一个操作的过程。小编整理了大学生实习总结与体会范文【四篇】，希望能帮助到您。大学生实习总结与体会范文一随着社会的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的...*

实习就是实际的操作。这里的操作，不仅仅是行为的，也可以是思维的，一切需要应用的知识，都需要一个操作的过程。小编整理了大学生实习总结与体会范文【四篇】，希望能帮助到您。

**大学生实习总结与体会范文一**

随着社会的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，我系同学各自开展了顶岗实习活动。此次实习，我是有限公司的储备干部，从找工作到找到工作到工作的过程中发生的点滴给我留下了深刻的印象，也让我学到了许多知识，体会到很多，相信此次经历多我而言是一笔宝贵的财富。

一、实习目的

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到限公司，在这里进行我的毕业实习。

二、实习单位及岗位介绍

公司年成立，地处城市经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。公司多年来集中有限资源、充分挖掘出了自身的比较竞争优势，通过观念创新、技术创新、服务创新来保证企业高速发展。

开发项目：各种定时器系列，漏电保护器，过压保护器，插座和调光插座，宠物用品，灯具等。公司宗旨：科技创造价值、质量赢得市场、诚信铸造品牌、服务成就未来。

三、实习内容及过程

为了达到毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个的实习工程中，我总共做了以下的一些工作，同时自己的能力也得到了相应的提高

1、工作能力。在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2.实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3.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。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

四、实习总结及体会

我怀着美好的期盼来到有限公司开始为期几个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调，有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。刚开始几天的维修工作让我对电子产品有了初步的了解，正式开始后，有一位师傅带着我教我怎样维修。我的师傅是一个很开朗的人，跟着她随时会被她的开心所感染，她说要开心地工作，工作得开心，只有这样才能做到更好。我也觉得做任何事情都一样，只有开心地去做才能把事情做好。

总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

**大学生实习总结与体会范文二**

首先，我非常感谢部里领导给我这次企业实习的体会，说实在的，这是我19年大学毕业后第一次外出企业实习，由于毕业后一直在学校当老师，从未在中实践过。故此，授课时总觉得缺少素材，对目前企业会计现状也缺乏了解，所以教学时总觉得略欠空洞，不够理论联系实际，所以，对于这次外出企业实习机会，我非常珍惜。

本次外出实习，部里安排我到会计师事务所实习，主要任务是协助各注册会计师到各街道进行查账，主要工作有编制工作底稿，查阅凭证，帐簿，报表发现问题，提出审计意见，进行现金盘点，资产清查，编制审计报告等。

本次外出实习，我感觉收获特别大。

第一：收集了很多教学素材案例，在审计过程中，一旦我发现有对我以后教学有用的东西，我都会用笔记本记录下来。故此，这次外出企业实习，我做的笔记就有3本。我相信这些素材将会对我以，后教学提供很多帮助。本学期我讲授企业单项实训课程，在授课时就经常顺手拈来我外出审计中碰到的很多案例感觉教学效果很好。

第二：了解目前企业会计现状以及他们在做帐过程中存在的各种问题及种种舞弊现象。

第三：向注册会计师学习了很多知识，对于我在审计过程中碰到的各种问题，我都会虚心地向会计师事务所的老师询问，对于我提出的各种轰炸式提问，他们都很耐心地给予回答。

第四：近距离接触，真正了解到对会计人员各方面素质及要求，为我以后在讲授课程时对于授课内容如何有所侧重更有帮助。本次发言，张部长主要让我谈一谈目前企业对会计人员要求，我们在教学中应注重培养学生哪些方面知识。我以为主要有以下几方面：

一、会计电算化知识

本次外出企业查帐，我发现大部分企业已实现用电脑做帐，而且大部分企业公司都是采用金蝶财务软件做帐，少部分采用用友软件做帐。故此，我们应重点加强这方面知识讲授，让每位同学都能达到熟练运用这2个财务软件。既然是用电脑做帐，对打字速度有一定要求，一般要求学生每分钟要达到40-50个字左右。

二、税务知识

本次外出企业查帐，我发现很多公司因为规模较小，只设有一名会计人员，会计人员可以说是一名多面手、做帐、报税等均是他的工作。所以，我们以后应加强税务知识讲授，尤其是税务实务操作练习，教会每会学生如何申请报税、计税、缴税、尤其是几个主要税种，如个人所得税、企业所得税、营业税、房产税等更要重点讲授。

三、出纳方面知识

由于我们的学生学历较低，很多同学毕业后只能担任出纳，故此，对于出纳工作主要职责(如登记现金日记帐、银行存款日记帐、保管库存现金、有价证券、空白发票、支票印章)以及应具备技能(如点钞、计算器、辩别真假钞票)等应让学生熟练掌握。

四、财会法规知识

本次外出审计，我发现目前很多企业会计人员素质较低，尤其是财会法规知识淡薄，没有严格执行款项收付审批权限的有关规定，对不符合财经法规，财务制度的收付业务没有拒绝办理。做帐时存在很多问题，比如很多单位业务招待费严重超支，《企业会计制度》规定，企业经营收入超过1，500万元以上，用于业务招待的费用不得超过其收入的5‰，经营收入低于1，500万元的不得超过其收入的3‰。但很多会计人员却不知道这一规定，甚至有一个单位主营业务收入为200多万元，当年支付业务招待费却为30多万元，占该年经营收入的的117‰，而当年的营业利润却为-30多万元。很多单位存在大额现金支付的情况，违反了《中华人民共和国现金管理暂行条例》关于单位间的各项经济往来应当通过开户银行转帐结算开户银行支付给个人款项，超过使用现金限额的部分，应当以支票或者银行本票支付，确需全额支付现金的，经开户银行审核后，予以支付现金等有关规定。

还有很多单位存在白条抵库问题，我到一个单位查帐，出纳有一张借条，金额为32万元，只有董事长一人签字同意，没有写明借款理由，时间已长达5年，严重违反财经法规关于不能白条抵库等明文规定。再比如现金盘点，很多出纳人员对于我们提出现金盘点，非常不配合，竟然说出“多了也是我自已的，少了也是我往里贴。”这样的话来，竟然把单位现金与自已钱包混在一起严重违反财会法规的行为来，有些固定资产业务没有工程合同，有些记帐凭证没有附原始凭证。比如我查到有一笔购买食品的费用7万多元，既无食品名称也无食品去向，无法证实该费用的真实性。所以，我们以后应加强这门课程讲授，让学生从现在起就树立起法律意识，熟练掌握《企业会计制度》、《现金管理条例》等有关规定。

五、会计基础知识

本次外出查帐，我还发现很多企业会计人员会计科目使用极为混乱。比如固定资产记入管理费用，银行利息记入营业外收入，交纳的印花税和税务罚款全部记入营业税金及附加，收到的押金记入应付帐款等，低值易耗品与固定资产混淆不分，甚至现金和银行存款不分，对固定资产多年不计提折旧，真是让你看了哭笑不得。故此，我们以后应加强基础会计教学。

作为专业教师，外出企业实习是非常有必要的。不仅对学校发展还是个人发展都是非常有利的，本学期我校正大张旗鼓开展教学改革，我以为教学改革的一个主要内容就是教学内容的改革，我们老师只有走出去，才能了解到对本专业学生有哪些知识能力要求，才能在教学时真正做到有的放失，让学生学到真正有用，实用的知识。让我们的学生能真正达到零距离就业，一毕业就能适应工作需要，不需要经过再培训才能上岗，希望我部领导以后能坚持把这项举措坚持下去，让更多的老师获益，从而最终学校获益，学生获益。

**大学生实习总结与体会范文三**

一、思想品德方面

在一年的教育教学工作中我能认真学习国家的有关教育方针，认真学习党的先进理论知识以及党的十七大会议精神，自觉践行“三个代表”精神，热爱教育事业，始终不忘人民教师职责，爱学校、爱学生。作为一名教师，我从自身严格要求自己，通过政治思想、学识水平、教育教学能力等方面的不断提高来塑造自己的行为。使自己在教育行业中不断成长，为社会培养出优秀的人才，打下坚实的基础。

二、教育教学方面

一年来我一直担任高年级的语文学科，在工作中严格要求自己，刻苦钻研业务，不断提高业务水平，不断学习新知识，探索教育教学规律，改进教育教学方法。

1、尊重学生是以学生为主的关键。

在教学中，深刻体会到要以学生为主个人工作总结，以学生的发展为主。首先，必须尊重学生。尊重学生的思考权，尊重学生的发言权，尊重学生探究精神个人工作总结，尊重学生的思维成果。做到这些，才能够放手让学生去思考，让学生探究。

2、分层合作，是实现合作、自主、探究的学习模式必由之路。

学生的层次不同，思考的效率不同，往往会造成一些学生怕于思考，懒于探索个人工作总结，依赖别人的思想。教学中如果让好中差混成一个小组，这样好的学生永远成为领头人，成为代言人，而差生永远就在小组中得不到重视。要解决这个问题必须实行分层分小组合作的方法，在课堂上，根据不同的情况给不同小组以不同层次的任务，学生在层次相同，能力相同的情况下有了思考问题的时间，这样就达到了分层次合作的目的，也使得不同层次的学生有不同的挑战性任务。

3、明确学习目标

语文教学最忌千篇一律，容易使学生厌烦。如果千篇一律地字词教学，课文分析，归纳总结，这样既费时又费力，学生学习完一篇课文也不知自己这堂课进步了多少。五年级的学生，字词教学完全可以放手让他们自己完成。他们有这个能力而且有各自独特的方法。在教学中个人工作总结，我一般字词教学只作为一个检查过程。课文分析看是那一类文体，新的文体传授给新的方法。然后，让学生依据方法自我解决。最主要的是根据教材学生明白这节课要达到什么样的水平，解决哪些疑难问题，穴道哪些解决问题的方法。这样课堂才能实效高效。

4、规范作业

学生学习新课和知识的系统化、条理化，要靠一定的作业来巩固提高。通过规范化的作业使学生的思路明晰，条理清楚。养成良好的学习习惯。这是新课程标准里的一个鲜明观点，而规范化的作业可以使学生的习惯得以形成。养成学生良好的学习习惯。

5、多开展语文实践活动

利用课堂课余及班队活动，进行一系列的实践活动是本学期语文教学饿一个重要方面。在主题班会上，进行说“新学期的打算”、“时时刻刻注意安全”、“我爱学校”，如何利用制作等一系列活动，锻炼学生的胆量和表达能力都有显着提高，不管是谁站起来都能说上一会儿。

6、制定帮教

对个别的差生，能悉心辅导，经常面批作业，找出知识的薄弱环节，及时进行补漏。例如，自己经常利用课余时间，落班辅导学生，有针对性地制定帮教，有目的有地做好后进生的转化工作。在课堂上，采用多提问，多检查，及时疏导，及时反馈的形式，努力提高后进生的文化基础知识。同时，在班级中开展互帮互学小组，进行一帮一的学习活动，使学生端正思想，互相学习，互想促进，形成你追我赶的良好学习氛围。平时，自己还注意“两手抓”:一方面培养好尖子生，一方面通过尖子生辅导后进生，以先进帮助后进，以好带差，促进双赢效果。

三、课题研究工作

在课题研究工作中我所做的工作有:

1、提高课前准备工作有效性。

(1)提高备课的有效性。

我在备课时独立钻研，自主备课，自主备课时不但备教材、备学生、备资料、备重点难点训练点，备思路，备教学策略，切实提高备课的质量。

(2)提高学生预习的有效性。

一是教给学生一些预习的方法，并通过课堂训练提高预习质量的达成度;二是有针对性地提出某些预习题，以教促学;三是进一步重视预习的课堂检查，教学即可以从预习入手，以学定教。

2、对课堂操作的有效性的研究

(1)教学目标:首先，我有预设的课堂教学目标，目标根据教材、课时、班级学情正确定位，三维一体的目标落实到课堂有所侧重;其次，我根据课堂的动态发展恰当地调整预设目标和生成新的目标，预设目标和生成目标也有所侧重;再次，我主动对目标的达成度自我评估。

(2)师生角色:学生是课堂学习的主体，教师是学生学习的促进者，同时教师也是自我专业成长的主体。没有教师的专业成长，就难有学生的自主发展，课堂中双主体在不同层面上不断协调和共同发展。课堂中我正确地定位自己的角色，并努力促进学生形成正确的角色感。

四、教学结构

1、堂中凸现课堂中师生的交往互动，凸现课程资源的创生开发及教学目标的动态生成，它包括教师教的方式与学生学的方式。

2、在教学时根据不同文章的特点来选择教学方式。比较理性的文章，较适于对文章作粗线条的处理的课文我多采用问题导引法，对比较感性的文章，对文章的精彩细部时我则采用以研促读，重视学生的自读自悟。

教学资源:教学资源包括文本资源(教材资源与扩展阅读资源)、媒体资源以及人的资源(主要指师生的资源)。教学过程是师生共同开发课程资源的过程。课堂中教师应重视师生共有资源的开发，更重视开发我自身的资源。

3、习评价

a、学习评价应是完整的评价，包括激励和批评

b、学习评价应是针对性的评价，既要避免空洞，又要避免机械频繁地评价

c、学习评价应是发展的评价，发挥评价的激励和指导作用，不伤害学生的自尊

五、对课后反思有效性的研究

一方面个人勤思考、勤动笔，养成习惯。另一方面加强反思的交流与研讨，从反思中得到启迪和升华，取得进步。

六、遵守纪律方面

本人严格遵守学校的各项规章制度，不迟到、不早退、有事主动请假。在工作中，尊敬领导、团结同事，能正确处理好与领导同事之间的关系。平时，勤俭节约、任劳任怨、对人真诚、热爱学生、人际关系和谐融洽，从不闹无原则的纠纷，处处以一名人民教师的要求来规范自己的言行，毫不松懈地培养自己的综合素质和能力。

七、工作业绩方面

随着新课程改革对教师业务能力要求的提高，本人在教学之余，还挤时间自学教育教学理论并积极进行各类现代教育技术培训，掌握了多媒体课件制作的一些方法。上学期我应上级的号召，积极到边远学校支教，在支教学校发挥自己的光和热，受到支教学校领导的一致好评。被评为市级支教先进个人。这学期，五星学校承担了课题研究的工作，在此项工作中，我先后承担了课题研究展示课的任务，并受到领导的好评，经过学校评价组评比为一等奖。而且自己对自己所研究的关于“自主学习的有效性”也有了一定的理解。在学校组织的青年教师课件比赛中被评为二等奖。

**大学生实习总结与体会范文四**

作为一名即将毕业踏入社会的大学生，这次实习就像是上台前的最后一次彩排，当我走进公司时那种激动而又紧张的情绪不言而喻。生怕会在工作中出现差错，然而此刻看来所有在实习中出现的困难，都是一笔珍贵的财富，警示着我在今后的工作中做得更好。

一、实习过程

开始实习之前，我多少有些心虚。因为我的许多朋友都有过假期打工的经历。而作为一名英语专业的学生，这次的实习却是我的第一次工作经历。从工作那天开始，我过着与以往完全不一样的生活，每一天在规定的时光上下班，上班期间要认真准时地完成自我的工作任务，不能草率敷衍了事，我们肩上扛着的职责，不再只是对自我了，而是对一个公司，所以凡是都要留意谨慎。

学校换成了公司，同学换成了同事，不再有自由支配的时光，一切来得那么无情，但是去务必适应。其实我的工作就是、做些翻译、收发信函、报价、传真和邮件、绘制表格等。每一天重复着这些烦琐的工作，时光久了容易厌倦，但是工作烦琐也不能马虎，一个小小的错误不但会给自我带来麻烦，更会给公司带来巨大的损失，而像公司的业务员每一天都得到处奔波，他们务必具备坚韧不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放下，犯错时遭到领导责骂还不能赌气就此辞职，每次看到他们我就会充满干劲。

踏上了社会我们开始与形形色色的人打交道，由于存在着利益关系，很多时刻同事不会像同学一样嘘寒问暖，有时候我会很矫情的想起安妮宝贝说过的，纯粹的东西总是死的很快，而此刻所能做的，只有在怀念中适应变化的一切。

二、实习感悟

“在大学里学的不是知识而是一种叫自学的潜力。”当我真正走上工作岗位时才深刻的体会到这句话的含义，除了英语和计算机操作外，课本上学的理论用的很少，我担任的助理一职平时做些接待客户、处理文件，有时觉得没有太多挑战性，而同公司的网站开发人员就大部一样了，计算机知识日新月异，他们不得不以自学尽快掌握新知识，迎接一个一个新的挑战，如果他们之靠在学校中学到的知识肯定是不行的。我们务必工作中勤于动手，不断学习新知识积累经验，没有自学潜力的人迟早会被企业和社会淘汰。

我的感悟就是真诚所至，金石为开。不管多难做，做好自我的那一份，总有一天会有收获，只是时光的问题。但如果你不去做，这一天永远不会像天上掉馅饼那样到来。就像士兵突击中的许三多，从泥巴到尖子只是做与不做的区别。

另外，人际关系的处理也很关键，虽说在工作中潜力务必有，但如果没有同事的合作与包容，你可能什么都做不了。以前可能是因为电视剧看的太多的原因，我总是感觉职场上充满了明争暗斗，要处事圆滑甚至耍些小聪明才能生存。但在与同事相处的过程中，我觉得更重要的是放大别人的优点，缩小别人的缺点。多站在别人的立场上想问题。。

还有就是坚持的重要性。也许是受阿甘正传和士兵突击两部影视作品的影响。再加上实习中自我的感悟。我觉得，整个人生有因就有果。只有做好身边的每一件小事，才能得到所谓的善果。针对大学生眼高手低的特点更应重视坚持的重要性。也许我们所不在意的一件小事，就是我们的一个机会。要想长成参天大树就要靠坚持靠积累。

针对助理的职业特点，具体遇到挫折时不妨从调整心态来疏解压力，并进行冷静复习，从客观、主观、目标、环境、条件等方面找出受挫的原因，总之，透过这些感悟，我不仅仅明了我会在以后的工作中做得更好，更会学会珍惜，珍惜父母的每一分辛苦转赚来的钱，珍惜每一次工作机会??因为懂得了它们的重要性，以后我会更加珍惜。

三、实习总结

首先，是推荐方面的。期望以后学校能够增加实践环节以增加学生们的工作潜力，并以社会需求为导向调整课程设置，毕竟，我们改变不了招聘条件，职能使自我成为人才，这就要求学校加大教学改革力度以适应社会需求。

其次，是我在本次实习表现的总结。透过这次实习，我收获了工作和为人处事方面的经验，但是也有一些遗憾，也许因为实习日子短的关系，我对助理工作的认识还仅仅停留在表面，未能具体处理全部工作，虽然有了必须的理论上的认识但仍缺乏实践。针对以上总结，在今后的学习和工作中我要做到以下五点：

其一是加强英语的学习。对于助理这一职务虽然频繁的应用英语，但作为自我的专业却能够成为我的优势。但是，在实习的过程中这个优势却并不怎样突出，这是由于我对英语还处于会而不精的原因。所以，在以后的学习中我要透过扩大词汇量和增大阅读面来提高自我的英语水平，使自我的优势更加突出。

其二是加强沟通潜力。透过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通潜力是让别人发现自我潜力的前提，对于助理这个职位来说，沟通潜力更是包括了一个人从穿衣打扮到言谈举止等一切行为的潜力。透过在日后的交际中来提高我的沟通潜力必须会在我以后找工作的过程中起到事半功倍的作用。

其三增强前提是奉献的意识。因为是突出个性自我的关系，在这一方面我做得很不够。我们虽然一在日常的工作和生活中理解了团结合作的重要性，停留在这个大家都认同的概念中，可能会进一个误区，理论正确行动却没有效果，这就要求我们每个人增加奉献精神，一个人若不懂得在团队中主动奉献，潜力再好也会变成可有可无的主角。就应把自我所拥有的知识潜力奉献出来才能促进团队的进步，并使自我的潜力得到认同。

其四是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人能够无条件的理解你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要持续宽容的心态，在风平浪静时海阔天空处才能更好的获得成功，处理好一切关系。

其五是要做好身边的每一件事。此刻我的人生观和过去有些不一样，以前年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。此刻，在我心中定义的美跟以前不一样，得到的方式也不一样。此刻的美是一种踏实的感觉。而且是透过自我的坚持不懈的努力得来的。

实习是每一个大学毕业生务必拥有的一段宝贵经历，而这次实习的好处，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是我们真正在实践中开始接触社会、了解社会的一次重要机会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，增长了见识，开阔了视野，为我以后走上工作岗位打下了坚实的基础。。

虽然我们即将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年轻人，几乎没有任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们能够体会到人际关系、机会、评价、竞争、成功、失败等各种我们在今后经常会遇到的事件，相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要基石。而在这剩下的半年中，我们能再学些什么，再做些什么，这短短的实习经历能给我们很好的启示。

在这短短的2个多月中，我除了学会了一些工作的基本技能外，也学到了做人做事的道理，更让自我浮躁的心平静了下来，看清了自我的潜力，明白了自我究竟想要的是什么。这些都是在学校中所学不到的宝贵的东西，更让我看到了这个社会竞争的残酷，所以只有持续进取心才能使自我不被淘汰实习结束之后，当初对自我适合什么样的工作什么岗位的迷茫已渐渐消失，心理最后有了些轮廓，在现实生活中，走好人生第一步是重要性不言而喻，它会影响我们今后的道路，我会带着在实习中的收获，去争取去努力，把握好人生中的每一个机会，找到自我想要的生活。

最后要感谢我的母校——大庆师范学院，一向以来对我的培养，感谢全体老师的栽培，感谢四年来我身边的良师益友。是你们在我身边帮忙我成长，多谢你们。

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！