(精品)大学生实习心得体会范文

大学生实习心得体会范文1

博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。近水楼台先得月，向阳花木易为春。五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。不见年年辽海上，文章何处哭秋风。吾不能变心以从俗兮，故将愁苦而终穷。

在实习过程中，我可以感受到公司“以人为本”

的管理思想，始终把顾客的需要放在第一位，这是作为一间公司逐渐形成了良好的企业文化，也就是说，公司已经具备了足够的亲和力和一个良好的工作环境。在我的意识中，我觉得一个好的品牌首先是有好的质量和信誉，其次就是有足够大的知名度。我觉得做大牌，应该把公司的整体形象给宣传出去，让这个品牌深入人心，不仅要利用传统的广告媒体，同时也要利用现代的网络技术，在短短的一个月左右的时间里，我学到了很多以前从未涉足的事物，如果不是公司给了我一次深刻的体现机会，可能我现在还只是一个只会拿书本的书生，要所最深刻的事，当然就是跟踪客户了，以前认为只是去客户那里单纯的了解一下情况就可以了，可是却没有想象中那么简单。例如有时候想了解一下客户的打印量的情况，客户却让你自己搞，可是自己却连按哪个键都不知道，那怎样了解呢？到最后，还是要客户自己动手。这时候，我只能呆呆地站在那里，心里很不是滋味。由于对业务的不精通，遇到这样的事也是必然的。因此，我对自己说，无论你拿着本书说的怎样厉害都好，轮到你要实际操作的时候，你只能无奈地站在那里，“纸上谈兵”在这个年代是行不通的。这同时又证明了要做好一份工作，不仅要了解相关的理论知识，还要了解实际操作。

通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐的我喜欢上这个全新的专业，让我深刻的体会到学习的过

程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的'新的体会，新的相反，想说的很多，我总结下来主要有以下几点:

1、坚持

我们不管到那家公司,一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们看，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便产生离开的想法，在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。

2、勤打杂

我们到公司去实习，公司多数是把我们当学生看待。公司在这个其间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，我们应该主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有打杂。这样公司同事才会更快的接受你领导才会喜欢你，接下来才会让你做一些重要的工作。

3、多听、多看、多想、多做、少说

我们到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好,四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

4、少埋怨

有的人会觉得公司这里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自己的压力，所以，我们应该少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应该想办法去解决而不是去埋怨，这样才能保持工作的激情。

5、虚心学习

在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

6、错不可怕，就怕一错再错

每一个人都有犯错的时候,工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你，但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的待遇了。

经过这次实习，我从中学到了很多课本没有的东西，在就业心态上我也有很大改变，以前我总想找一份适合自己爱好，专业对口的工作，可现在我知道找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我现在不能再像以前那样等待更好机会的到来，要建立起先就业再择业的就业观。应尽快丢掉对学校的依赖心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。相顾无相识，长歌怀采薇。草枯鹰眼疾，雪尽马蹄轻。受任于败军之际，奉命于危难之间。天下兴亡，匹夫有责。同是天涯沦落人，相逢何必曾相识。

大学生实习心得体会范文 2

为期一周的幼儿园见习结束了。这是学习本专业以来的第一次下幼儿园见习。或许是因为有以前大专三年的经验和老师的上课时的教导和交代，虽然是第一次到幼儿园见习，可是有目的性。所以，回顾这一周的见习，学到了很多在课本上、课堂上学不到的东西，收获颇丰。

这次见习的幼儿园是我们学院学前教育系教育基地——xxx 实验幼儿园。幼儿园的每个班都是“两教一保”

，教师学历合格率100%，他们的专业技能和教学方法都值得我们学习。保教员都有着丰富的保育经验，他们耐心细心的态度也值得我们效仿。

这次见习深入的了解了幼儿园一日生活常规。每天早上每一个入园的小朋友只能凭专门的卡刷磁才能进园，有专门的卫生员或者医生给来园的小朋友进行晨检，检查他们的健康状况、考勤情况以及身上是否有携带异物进园。幼儿园有专门的炊事员和营养师，合理地分配一周的食物，保证小朋友的食物搭配合理，营养均衡，并在幼儿园的入门处张贴了一周的食谱，让家长随时的了解孩子的餐点情况。这是我见到的幼儿园的基本管理情况。

这次的见习我被分配在大（三）班，进入班级就真的好像进到了幼儿的世界一样，有各种小朋友喜欢的装饰配有钢琴。班级还分了很多区域，有阅读区，作品展示区，生活区等,教室外还贴有小朋友的画作还有小朋友参加活动的照片。利用两天叫出班里每一个小朋友的名字,拉近和他们的距离，通过和他们一起上课，做游戏，交流等很快的和小朋友熟悉起来，各个小朋友的特点也都显示了出来。在这几天通过帮助老师组织和指导孩子做游戏，维护秩序，协助老师做各种教具;跟着保育员一起盛饭，组织幼儿睡觉，起床，盥洗等，对幼儿园的一日生活常规，制度有了比较详细的了解。

大三班的老师都很有带班经验，每一次上课我都喜欢记录老师用来表扬或组织秩序用到的小儿歌，我觉得这可以让我在以后的带班过程中模仿运用。比如老师说“谁的眼睛没有我，我的眼睛没有谁”的意思就是小朋友认真看老师了。“一二三，坐坐好”就是要小朋友们坐好了。老师还会用钢琴音乐来组织班级秩序，这样的儿歌和钢琴音乐可以使教学更加生动，也锻炼了小朋友的记忆表达能力，也促进了他们课堂上的积极性等。通过观察学到了很深刻的一点，就是需要给小朋友自由，但不是无限制的自由。

在这次见习中，我印象最深的是周二的语言活动——快乐的音乐会和周三的艺术活动——库企企（音乐）。周二的语言活动让我印象深刻的是小朋友们的记忆力。每一样小动物都有一个物品,每一样的乐器都要由这些相似的物品变成。在这个活动中等于每一位小朋友不仅要懂得每一样乐器还有和乐器相似的物品，还有记得活动中出现的动物。我本来以为小朋友应该记不住这么多，因为我自己也是记在本子上才记起来的。个人简历可是出乎我的意料的是几乎每一位小朋友都记得。这说明了平时老师训练孩子记忆力方面下了很大的功夫。这是我以后在教学过程中需要学习的'地方。在周三的艺术活动中，虽然是艺术活动，可是老师结合了音乐，游戏，语言等，让我印象深刻。没有死板的教学，只有结合小朋友们的兴趣教学才是最合适的教学。

在这次的见习过程中也体会了当幼儿园老师必须所具备的专业技能和素质。幼儿园的小朋友们都喜欢听故事，如果老师没有一定的专业积累，就不能给小朋们更多的知识。还有小朋友都有很多问题，会问许多稀奇古怪的问题，只有具备一定的专业素养才能及时的解答幼儿的问题。

通过这次见习，在一定程度真正的了解了幼儿。因为只有认识了解了幼儿才能知道他们的需要，学习才有目的。幼儿的心灵是纯洁无暇的,当他们接受了你就会真心的喜欢你，崇拜你，信任你。孩子的爱是最纯真，最真实的。当看着孩子天真烂漫的笑脸对着你时会觉得自己真的选对了专业。

这一次的见习收获是巨大的。从一开始对幼儿园的神往到自己亲身感受近距离体验，使自己明白了一个道理，那就是自己想要当一名合格的幼师的，欠缺的东西还很多。比如还有继续深造自己的基本功技能和专业理论的强化等等。这些都需要我在接下来的学习中重视和提高。

大学生实习心得体会范文 3

那个下午突降太阳雨，那时我们刚刚花了半个小时全站仪的摸索，开始了第一个点的测量。下大雨，为了不让仪器淋湿，我们用自己的身体护着仪器，把仪器都移到了，图书馆下面。很多组那时都放弃了这个下午的任务，我们一直在那里面等着，整理仪器和数据。等到雨停了，我们继续距离的测量。那天我们完成了，高程，水平角，水平距离的测量，虽然搞的很晚，我们组是进度最快的。后来的几天，我们有些放松了，对自己的要求，开始有点所谓的打酱油。就像在龟兔赛跑的兔子，开始在前面领先很多，后来被赶上来了，有两天我们的工作时间很短。后来到了碎步测量，绘图的时候，我们发现了，很多测量都出现了错误，然后在烈日下，我们又开始了我们的弥补测量。那时发现别人赶上我们了，我们也有点急。有一次碎部点时，就因为，碰了一下脚架，导致所有的点都要重测。

后来，我们的图形，慢慢的画成了，看见我们的`图跟中区图书馆差不多的时候，我感觉很欣慰，那是我们团队的结晶，真的是我们汗水换来的。五天的实习，大家都晒黑了，女生特别在意，我们不能说已经很会测量了，但是我们已经懂了测量。要当一名测绘工作者，我深深理解他们工作的辛苦，为了国家社会的建设，不论严寒酷暑,不论什么地形他们都要测量的精确。短短的五天实习，我们远远没有体会到测量的精髓，既然我们坚持下来我们就已经有了测绘工作的

那点范。我们这组是个很优秀的团队，不管别人怎么评价我们的成果，我们都认为我们是成功的。

大学生实习心得体会范文 4

两个月的实习瞬息即过，认识并融入这个团队，一向是这两个月对自己的要求。学习是拉近距离、融入团队的办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来 xx 见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心；这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改善的地方。相信，透过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮忙下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量！和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的.专业规律，任何人都有其独特比较优势；养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。在人力资源部期间，与同事一齐完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作；在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一齐编写单元 20xx 年度战略规划。透过踏踏实实的做事，让自己有了进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

大学生实习心得体会范文 5

转眼之间，两个月的实习期即将结束，回顾这两个月的

实习工作，感触很深，收获颇丰。这两个月，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的工作经验和社会见识。我将从以下几个方面总结学前教育岗位工作实习这段时间自己体会和心得：

一、努力学习，理论结合实践，不断提高自身工作能力。

在学前教育岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识。掌握方法。提高能力。解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑。指导实践。推动工作。思想上积极进取,积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时,在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实习，并结合学前教育岗位工作的实际情况，认真学习的学前教育岗位工作各项政策制度。管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

二、围绕工作，突出重点，尽心尽力履行职责。

在学前教育岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在学前教育岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的'角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导。同事请教使自己对学前教育岗位工作的情况有了一个比较系统。全面的认知和了解。根据学前教育岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点，尽心尽力完成学前教育岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

三、转变角色，以极大的热情投入到工作中。

从大学校门跨入到学前教育岗位工作岗位，一开始我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人

员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

四、发扬团队精神，在完成本职工作的同时协同其他同事。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息。观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

五、存在的问题。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平。工作能力上还有待进一步提高，对学前教育岗位工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职工作。

针对实习期工作存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补自己工作中的不足：

1、做好实习期工作计划，继续加强对学前教育岗位工作岗位各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解各种制度和业务。

2、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。

在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

3、踏实做好本职工作。

在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有最好只有更好”。

4、继续在做好本职工作的同时，为单位做一些力所能及的工作，为单位做出自己应有的贡献。

大学生实习心得体会范文6

实习的时间过得也真快，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足，实习让我感觉受益匪浅。现将实习心得体会汇报如下：

首先对于实习的认识。实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习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。所以我们想要更清楚的认清自己，认清自己的方向，实习就是非常有必要的一段过程。

对于我们学生，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，获取在社会上生存的能力。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，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习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。

从小学到大学，每个不同的阶段，我们所扮演的角色就会不一样，虽然我们一直都在不断的成长。工作后不再像在学校里学习那样，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。只有有了方向,我们人生的那搜船才能顺利的到达成功的彼岸。

工作并不是一个人的事情,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。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。

人生是一场负重的奔跑，需要在很多岔路口作出选择，这次的实习，让我体会到选择人生方向的重要性，还有团队合作精神和个人的上进心也是非常重要的。

大学生实习心得体会范文 7

我是一个目标较明确、做事持之以恒的人，在上大二的时候，我选择了酒店业，决意要在酒店这个服务行业中创造与实现自己的人生价值，希望有朝一日能在酒店大堂以管理者的身份接待我的客人，我的 vip。刚开始的时候，我还是挺犹豫不决的，但最终我还是坚持了下来，并且在这两年里陆续实践着我的酒店梦。

任何给过你机会成长的人或事物，你都应该感激他（它），所以，我现在很感激聚龙湾，让我成为客房部其中一员，为我搭建了展现技能与素养的一个平台。在几个同班同学选择餐饮的时候，我毅然选择了客房，当时很多人不理解，做***客房很累，又孤独，而且刷杯子，洗马桶、拖地板这些琐事一个大学生怎么能吃得消？的确，很多人都不愿意去做客房，而对于我来说，这早已不稀奇，我把这一切当作自己学习的过程，是为我实现自己梦想的`一步棋子，正所谓：三十六行，行行出状元，在酒店里，只要你用心学好技能，任何一个岗位都有实现你理想的机会，也同样值得为自己喝彩，在前段时间来度假村巡回演示的全国旅游饭店服务技术能手，两位客房服务员出色的做床表演博得了阵阵欢呼，这不也正说明了做客房也可以大有作为的吗？做客房的确很累，但是做酒店这一行业哪有不累的呢？每个岗位都会累，只有我们摆正心态才能在岗位中做得开心，做得成功。

做客房，很多时间都是单岗，所以，会有点孤独，即使比较闷，令人难以忍受，可对于我来说，这刚好是一种锻炼，做客房让人学会忍耐，学会独立处理一些事情，应对一些突发情况，忍耐，这不单是一种职业能力更是一种人生态度，忍耐叫人慢慢去等待，不要急功近利，当你每天都不停地做房，很累的时候，依然能坚持自己的信念，心平气和去做平凡，在别人看来根本不起眼工作，这不是每个人都能做到的，

这需要时间去磨练,做客房让我从中得到实际的锻炼与成长，并从中找到真正的快乐，我根本不需要自怨自艾。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

https://d.book118.com/867156114066006060