

# 最新大学生实习总结与计划(实用5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 大学生实习总结与计划篇一

从去年11月份进入公司实习，已经快4个月了，记得刚从校园走出来心中总是有或多多少少的彷徨感，但还是充满期待，向往着职业生活。

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以致用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。自走进罗蒙开始我本着积极肯干，虚心好学、工作认真负责的态度，积极主动的参与企业市场调查、产品跟踪、产品销售、以及对企业的各种产品的了解，对企业分公司的熟悉，让自己以最快的速度融入公司，发挥自己特长。同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，在实习期间反映出我具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，能很好的完成企业在实习期间给我布置的工作任务。

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，圆满地完成了本科教学的实践任务。

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。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业后的正式工作作好了准备。

四、实习后的转变总结创新。通过实习，我对我国服装行业品牌的发展有了大致的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作做好准备。思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈思想有一个很大的进步，人生的价值观。一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，几乎没有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢？要买房子，要买车子，要享受生活……记得在和公司领导的依次交谈中他说过这样一句话：“一个优秀的男人，所追求的就是房子这么简单？他所追求的是能呼风唤雨！”的确，一个优秀的男人所追求的就是表面上的东西吗？“钱多少无所谓，关键在于一个人的档次问题！”档次？什么是档次，就是你素养，你所懂得的，你所成就的……很多，这些才是真正的实力，这些才是一个优秀的男人的所要追求的，作为优秀的男人更多应该追求深层次的东西，一个人要有他自己的内涵！从一开始赤裸裸的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益非浅，如此感慨万分！就像我们罗蒙的一句广告词：细节中，见真章，的确罗蒙的成功并非偶然，能让我学习的东西远非两个月就可以的。毕业后我即将成为一个真正的罗蒙人，希望那时我能以实习所学，更好的融入公司的体系，为罗蒙的前进做出自己的贡献。

## 大学生实习总结与计划篇二

三年大学生活无声无息的过去了，眼看就要大学毕业了。回首这三年的大学校园生活，有期待，有迷茫，有欢笑，有悲伤，有成功，有失败。三年的大学生活让我在思想，还是学识上面都成长了很多。下面是我对大学生活的总结和对自我的鉴定。

经过三年的学习，在学校的指导、老师的教诲、同学的帮助下，通过不断地学习理论知识和参与社会实践，自觉自己的综合素质在很大程度上得到了提升，努力将自己塑造成一个专业功底扎实、知识结构完整、适应能力强、具有团体协作精神的青年。

思想方面，通过大学三年系统全面地学习了马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“\_\_\_\_”重要思想，学会用正确先进的理论武装自己的头脑，树立了正确的世界观、人生观、价值观。在日常的学习生活中，热爱祖国，遵纪守法，尊师敬长，团结同学；关注时政，通过了解和学习党的有关动态和精神，积极向党组织靠拢，经过在许昌学院党校第36期学习培训班的学习后，顺利通过党校考核，获得了党校结业证书。但是，由于种种客观条件的限制，我的思想理论学习和实践还相差得比较大，如何正确地运用马列主义的世界观和人生观去指导现实生活将是我将来努力的方向。

学习方面，我努力认真地学好每一门专业课，基本掌握了心理学方面的一些基础知识以及心理咨询方面的一些实用技巧与技术。在校期间，我非常注重英语和计算机方面能力的培养，通过了全国英语四级考试。同时，我还利用课余时间自学了现代办公所需要的各种软件工具，能够熟练运用office软件。三年的大学学习生活虽然即将结束，但并不意味着我的学习从此终止，在今后的学习中我将更加重视学习，将学习到的理论知识与实际工作相结合，从而达到学习与实践融为一体。

工作方面，我积极参加各种实践活动。大学三年中，我参加了不少的校内活动和社会实践活动。参加校内的活动可以认识更多的同学，增加了与其他同学交流和向其他同学学习的机会，锻炼了自己的交际能力。利用寒暑假和节假日，我参加了一些社会实践活动，做过志愿者、促销员、调查员等等。这些各式各样的社会实践活动锻炼了我的口才和交际能力，大大提高了我为人处世的能力和综合素质，为我今后的工作

打下了坚实的基础。我会继续努力学习，不断充实自己，完善自我。

身体和心理方面，在学校期间，我积极参加学校、系和班级里组织的各项体育活动，身体健康，体育合格标准达标。在心理方面，我锻炼自己坚强的意志品质，塑造健康人格，克服心理障碍，以适应社会发展需要。日常生活方面，我能够与同学和睦相处，互相学习，共同进步。

对于一个即将毕业的大学生来说，离开校园踏入社会就是人生的一个新旅程，走好这段人生新旅程的第一步也非常重要。通过对这大学四年学习生活的总结，我对自己有了一个更加系统地客观地认识，在以后的求职路上我会更加明确自己的职业目标，以全新的面貌面向社会、迎接未来，迈好人生新旅程的每一步。

作为新时代青年的我们，有理由对祖国的未来充满憧憬，对将来的工作满怀期盼！难忘而多姿的大学生活即将逝去，但我不会沉浸于过去的岁月，我将用全新的心态去拥抱新世纪的挑战！

## 大学生实习总结与计划篇三

医院实习自我鉴定：虽然我的学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我考进卫校时，本来想解放一下自己的，但是很快我就明白了，卫校的学习是更需要努力认真的。看到周围的同学们拼命的学习，开始了卫校的学习旅程，觉得自己落后了。卫校的学习不象初中那样是填鸭式的，而是老师把课讲完，然后自己去看，去理解。这个时候自习能力和自制能力是很重要的。长期自习以来我知道了要想学好只埋头苦学是不行的，要学会做事情的方法。古人云：授之以鱼不如授之以渔我来这里的目就是要学会；渔做什么都勤于思考，遇到不懂的地方能勤于请教。在学习时，以独立思考；作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。在学习

知识这段时间里,我更与老师建立了浓厚的师生情谊.老师们的谆谆教导,使我体会了学习的乐趣.我与身边许多同学,也建立了良好的学习关系,互帮互助,克服难关.

学习护理单有理论是不行的,还要有良好的护理技术。所以在上实践课的时候我都会争取机会多操作几次,加上卫校本来就少学生可给学生用的空间可不少。所以我可以再趁放学时间多练习一下。

在卫校的第四年是我们到医院实习的时间,基本上一年都是呆在医院里学习。再这里我熟练我的护理操作技术,把理论和实践结合在一起,在带教老师的指导下用我全副的耐心和爱心护理病人,使病人得到良好的照顾,早日康复。到医院实习认识到许多也是学习护理的同学,也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会,锻炼了自己的交际能力,学到别人的长处,认清自己的短处.所以我喜欢实习。虽然有时会感到累些,但乐此不彼.

我个人认为自己最大的缺点就是喜欢一心两用甚至多用.急功近利,喜欢一口气学许多东西,但是贪多嚼不烂,即使最后都能学会,也已经搞得自己很疲劳.如今想想,这样其实并不好,正所谓,贵在精而不在广.如果我一段时期内专注于一种学问,不求博但求精,相信一定能更深刻的理解并掌握这门知识.自从我发现自己有这个缺点和问题后,我常常警戒自己,步入社会后也不能一心两用.

通过四年卫校生活,学到了很多知识,更重要的是掌握了护理操作技术.思想变成熟了许多,性格更坚毅了.认识了许多同学和老师,建立起友谊,并在与他们的交往中提升了自身素质,认清了自身的一些短处并尽力改正。

## 大学生实习总结与计划篇四

在实习中,你会遇到各种各样的情况,就像天气一样千变万

华。当遇到了自己喜欢的还是不喜欢的，容易完成的还是很难完成的，我们都要勇敢的面对。虽然我一开始的时候都会有顾忌去做，但是事实告诉我，应该对自己有信心，应有勇气去尝试。即使我在尝试中失败了，也能让自己成长，如果连锻炼的机会都没有的话，哪何来积累经验和成长呢？这么一想。这一切，只能靠自己去争取。如果我们只是在那里等待别人给你的机会，那我们只会在沉默中消亡，只有主动，才能为自己创造良机。实习，让我经受了挫折，也让我享受了快乐！

## 大学生实习总结与计划篇五

一、正确的教学方法是提起学生兴趣的关键。

跟学生建立良好的师生关系，是教学互动的基础。学生的内心世界是很复杂的，很需要教师帮助他们。正确的引导有利于他们能集中思想学习。

二、面对的将是一群陌生的面孔，是一个崭新的环境，就需要我们很好的去适应环境，做好自己的工作和职责。

当我走进学校的时候我就在想，现在的学生是不是和我们以前一样，还是改变了许多……种种问题在我的’脑海回荡。当我真正走进教室的时候，我才发现：现在的学生是那样的调皮，是那样的聪明。虽然这样，我还是做了一件事——去记住学生的名字和了解学生的内心世界。

三、要做好充分的心理准备，随时注意自己的言词和态度。

当我第一次真正走讲台的时候，我才发现：平时自信的我，居然有些紧张了，竟连一句：“同学好！”也说得不是很清楚。此时，我停顿了下来，缓解自己紧张的情绪，同时却有几十双眼睛看着我。突然，我想起了一句话：微笑可以缓解压力和情绪。我微笑着面对学生，果然收到了效果，同学们

也开始用微笑回应我，此时的课堂气氛缓解了许多。我开始上课，虽然此节课不是成功，但我学会了怎样去面对学生。师生是有情感的，不是冷漠的面对，更不是教师的独台戏。

四、由于经验的不足，面对突发事件的时候，往往会犯错误，这需要教师时刻保持一个冷静的头脑，在面对事件发生时而不至于慌慌张张，手足无措。

教育实习是大学毕业生必须完成的实践科目，具有很强的挑战性。在实习的过程中你将遇到你从未遇到的新问题和突发情况，这时将要充分利用理论知识结合现实情况来解决问题，做到全面具体————是一件很难的事。实习虽然是短暂的，但让我在其他教师的身上学会了很多，也经历了很多，为我们即将踏入社会增长知识，学会生活。

相信只要这样不断的努力下去，就会有更多的机会摆在我们面前，为更好的发展做出最好的未来。这才是我们一直都在认为的事情。努力不断的前进才是最好的，只有这样，不断的努力才可以做好。在不断的前进中，每一名大学生都要面临着很多的困难，不过我坚信那一天总会到来！