

# 2023年大学生暑期实践工作总结(通用12篇)

个人总结需要站在客观的角度审视自己的表现，尽量客观地进行评价和分析。小编整理了一些精彩的少先队活动总结，供大家参考和学习。

## 大学生暑期实践工作总结篇一

刚放假的时候，游泳池的老板说放假了就过去帮忙，当时世界杯还在热播当中，还真有点舍不得放下四年一遇的足球盛宴跑去工作，不过最后我们还是依依不舍地踏上了开往参加暑假社会实践的列车。

带着满腔热情我们来到了揭阳市某小区，我们要在这个环境优美的小区的游泳池里过一个有意义的暑假，我们的工作就当游泳救生员、游泳教练员还有卫生清洁员，此外我们还要管我们自己的生活起居，也就是说游泳池里面的一切事物都是由我们来管、由我们来做。每天早上起床后，大家分工干活，有的要去打扫游泳池周围的卫生，打捞游泳池的脏物、落叶及漂浮物；有的要对游泳池进行清理、放水，对池水进行消毒清理、再把脏水放掉；有的负责游泳池入口处的洗脚水的清洗和洗手间、更衣室的卫生清洁；还有的人要去市场买早餐回来煮给大家吃。一时间，大家干得热火朝天、不亦乐乎。九点钟之后，我们又得进行重新分工，一部分人下水教学员学习，另一部分则当救生员。一天分早、中、晚三个培训班，大家轮流上班。没有工作安排的人则要为大家准备午餐。这样一天下来大家都有一定的时间可以休息，这就是我们一天的工作和生活。我们除了要工作之外，买菜煮饭洗衣都是自己的事，自己动手、丰衣足食。

我们就是这样乐此不疲的忙碌着，我们的辛苦别人看得见，但其中的喜悦只有我们自己能享受。当然我们处于一个全新

的集体里面，要处理好人际关系，学会服从工作上的安排，还要和老板、学员及学员家长搞好关系。在这个过程中和社会各年龄段人进行了交流，思想上的交流，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野，增长才干，使自己明白社会才是学习和受教育的大教堂，在那个广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现。

在游泳教学中，我们除了用上了自己学过的游泳知识外，还学到了一些在课堂上老师没有讲过的知识，小有体会。来游泳池学习的学员大多数是小学生和中学生，依照教学计划，我们先是教学员熟悉水性，在大学课堂上我们的老师是教我们学习水中行走、呼吸、浮体、滑行，但是学员年龄不一致，大多小学员怕水，站在那里半天都学不会闭气，所以学员的学习进度不一，给我们带来了很多麻烦。后来我们想到了分开来教，第一阶段的先熟悉水性，分为闭气和呼吸、浮体和滑行两个组，第二阶段学习手部、腿部动作及手脚配合练习，第三阶段则是完整动作练习。但是马上又出现了新问题，怕水的学员还是学不会，导致第一和第二阶段学员的断层，我们看在眼里急在心里，有些学员来了好几次依然是不敢下水，我们不断地反省是不是我们的教学方法出现了问题，后来我们耐心地做心理辅导，不断地鼓励他们学习，还让他们进行比赛，激起他们的竞争心理，此外我们还加了水中游戏，想激发他们学习的`激情。在整个教学当中，我们一边讲解动作技术要领一边做示范动作，在学员出现错误动作的时候，我们想尽方法去帮助他们学好动作，比如手脚配合练习的时候，学员虽然在动作分解教学中学得很好，能把动作做出来了，但是在水里练习的时候就忘得一干二净，这时候得有耐心，先让他们对动作印象深刻化，再把他们的动作加强化、机械化，而不是干着急，也不是对学员发火。此外遇到困难时，最好的方法就是大家教练员一起来探讨，寻找问题的根源并解决它，要让自己带着一种愉悦的心情去工作，教学培训工作才做得更妥当，更完美。

两个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生

活和这项工作，犯的错误也越来越少了，两个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，一个同学说看到自己培训出一群小青蛙，心里就暖暖的。

做事情要善于沟通、要有耐心和热情、要勤劳。我意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做；刚开始也不大会和学员家长交流，觉得没什么话题等等，这些将是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

## 大学生暑期实践工作总结篇二

今年这个暑假是一个既特殊又有意义的暑假，因为我有一个美好的假期。这个假期不是因为我到过那个名胜古迹，而是因为我做了一份兼职，而给我这个机会的公司给了我深刻的印象，它既充实了我的假期，也把公司浓厚的文化氛围传播给了我。这个公司就是\_\_一\_\_公司。下面我来谈谈下自己2个月暑假实习工作总结。

说起这个公司，可能有很多人还不大了解。是的，这个很正常，因为我们公司是零九年刚成立的，到今年有三个年头了。但是我们公司发展很快，每年的销售量都在急剧上升呢，这个是毋庸置疑的！现在我们公司坐落在高新区新泺大街银河大厦，公司的环境也很好，设置的非常人性化，有供员工休闲娱乐的健身房，有增长人们智慧的图书馆，员工可以随时过去看书，更重要的是，公司里的老总，经理，还有其他干部都非常关心员工，这一点在我刚去公司培训的时候就感觉到了，这也是我在这一个月能好好工作的不竭动力。

虽然我只是一个暑假兼职的，虽然我仅仅在公司工作了一个月，但是公司还是把我们这一群特殊的员工照顾的非常好：每天出去搞活动都会给我们带上矿泉水；有时候天热了，还会给我们每人发一个西瓜。到了下午都会有就餐补贴；工作结束我们离开公司返校之前，公司老板还请我们吃饭……一点一滴中无不透露着领导对我们的关心。

公司在照顾我们的同时，也让我学到了不少东西。我们每天出去搞活动，宣传我们公司的产品。在不同组长的带领下，我们学会了不同的交际方法，比如说如果客户说话很干脆利落，就要语速稍快尽量清晰，如果客户说话很慢，就要说的慢点儿，而且不管跟什么样的客户说话都要时刻注意客户语气的变化和一些行为举止，当然有一点是不用改变的，就是要对我们的产品有信心，说话有底气，只有这样客户才能信得过我们！

工作中，在活动现场，怎样把我们公司的产品介绍出去，让更多的人了解我们公司的产品，并且去接受购买我们的产品，这个问题是我们每个工作人员都需要考虑的。即使达不到现场的开单，也要起到一个极佳的宣传作用。因此，在平时的跟客户交流中，我对公司的产品知识巩固的也越来越好甚至感觉这个产品就是我主打的！

我们只在一个地方待几天的时间，因此我也去了好多以前没去过的地方，基本了解了济南的周边环境和住宿水平，同时也感觉到了毕业的一些恐慌，想想还有一年就要正式走上社会了，还真有点儿胆怯。不过我还是相信我一定能找到工作，并且认认真真的做好工作的。

工作之余，我还认识到了好多朋友，他们都是跟我一块儿来做暑假兼职的，有济南上学的，也有不是济南的，当然也有已经毕业的，我们彼此留下了联系方式，有缘再见，将来可能还会在同一个公司上班呢，总之，工作中我们有彼此的陪伴，使我们在工作中更加开心，暑假更加充实！

感谢公司给予了我这个机会，感谢曾经带着我的组长们，等我毕业了倘若公司还需要人，我一定要来面试，成为公司的一名正式员工，兢兢业业，与公司命运共进退！

## 大学生暑期实践工作总结篇三

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况进行分析研究，做出带有规律性结论的书面材料，它可以有效锻炼我们的语言组织能力，因此我们需要回头归纳，写一份总结了。总结怎么写才是正确的呢？以下是小编精心整理的暑期实习个人工作总结，仅供参考，大家一起来看看吧。

对一些学生来说，假期是一种远离课业负担的轻松与惬意，但无所事事的光阴中，也会带有了一丝无聊的失落与遗憾。我很荣幸的到了电信分公司实习，在一个月的实习期里，我初步接触到电信公司的一些运作，积累了一定的社会经验。

我工作的首个任务是打电话，对使用宽带的潜在市场进行调查，打的第一个话，自己心里很紧张，说话语无伦次的，而且是位老阿姨接的，我刚说两话，她听的不耐烦一下就把电话挂了。当时心里有一种突然的失落感，但我很快的调整心态，等自己心情稳定下来又打了下一个电话，终于没有出现错误的地方。

在与客户的对话中，慢慢的学会怎样客户沟通，琢磨沟通的技巧，总结经验，就这样过了两三天，感觉在与客户的对话中，自己的话语流畅多了，而且也使自己的语言更生动，客户听了心里很高兴而不是急着挂电话，这样客户就多一点购买我们产品的意愿，从而提高我的业绩。

在电信实习期间，我体会到态度认真与不认真所得到的待遇差别。其实，在公司里最关键的态度应该要认真踏实，面对

任何事情任何工作的时候，要有一个稳健的心态和端正的态度，这样才会被认可，自己也才会进步。作为实习生，看似我没有工作压力，但是在处理事情，工作时候的'态度也是要将自己看成是这个大家庭的一员，努力让自己的工作绩效提高，而不是简单完成任务就好。尤其与同事接触过程中，他们严谨而虔诚的工作态度给我留下深刻的印象。

在电信实习时间不算长，所以对于公司里的人际交往感受不是特别强烈，但还是有些觉悟。人与人之间要坦诚相待，和睦共处。在电信工作，为人处事也是一门艺术，它的能动性很大，而且反映一个人的素质或能力。它不仅仅是涉及公司内部氛围，而且也体现在对待客户上。

得到了实际工作中以后，用实践来检验真理，具备较强的处理基本实务的能力，与比较系统的专业知识，这才是我实习的真正目的。

## 大学生暑期实践工作总结篇四

一转眼大学就已经过去了3年，为了提早适应步入社会后的生存，学校在今年夏天组织了暑期实习，以下是个人的实习经历报告。

首先是在实习期间，我接触了一些办公用品，如传真机、碎纸机、打印机、扫描仪等，掌握了这些机器的基本操作，了解了办公室工作的环境氛围和为人处事。开始实习时，刚进入陌生的环境难免会有些紧张，不知道该怎么办。是同事们友善的微笑缓解我的尴尬。大家都很有礼貌，不管大事小事都要说声谢谢。对于我这个很少跟生人打交道的学生来说，是给我上了一堂礼仪课。

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了

学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做的事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的办公室工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

实习期间，我从未出现无故缺勤。我勤奋好学，谦虚谨慎，认真听取同事的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取。并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知识应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。

感谢同事们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。

本次实习使我次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧！这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益非浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。

(1)加强专业知识的学习及运用：对于做销售的人员而言，不仅要掌握够硬的专业知识，而且还必须会用语言与客户交流、谈判及写传真、书信。如果专业知识掌握不好，就很难胜任工作，甚至会影响业务的顺利进行。因此，在实习中要求我们加强个人文化的学习，掌握与人交流的基础。

(2)要有坚持不懈的精神：作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会给我们布置过多的工作任务，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头。在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

再者，在外工作不比在家里或者学校，做的不好挨批是正常的事，承受能力差的同学很容易放弃。这时我们要直面问题，如果是自己的失误，一定要改正错误，吸取经验，争取不再犯。

(3)坚持学以致用：通过与公司业务员的交流，无论做啥业务，都要对流程有一定的了解。经过在综合部一段时间的工作，我渐渐明白有时实际要比理论简单直接的多，但大多数情况下实际操作还是比理论要复杂、间接，通常是我在别人的实际操作中领会到了自己所学理论的重点及要旨。

值得庆幸的是在两个月的时间里，公司的同事领导给予了我



热情的指导和帮助，而我也虚心向他们请教学习，在理论运用于实践的同时，也在实践中更加深刻地理解了以前没有理解透彻的知识。

(4) 自学能力，提高工作水平：“在大学里学的不只是知识，还有一种叫做自学能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识虽然罗列齐全，但平时我们只是草率应付考试，所以对于基本的操作我还是感到无从下手。

“书到用时方恨少”这句话用来形容现在的我真的十分恰当。名义上我是担任助理，平时工作都是做些琐碎的工作，打印、复印文件，。如果现在仅仅用所学的知识要完成一份演讲稿或是一份文件也许我还做不到，因为有许多文件的格式我还不清楚怎么运用，打印出来符合标准。所以，我必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，然而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

(5) 与人相处，创造和谐工作环境：怎么说我还是一名实习生，有许多事情都不懂。古语有云：不耻下问。但在当今时代这似乎已经没有可耻不可耻的说法了。踏上了社会，我们与形形色色的人打交道，由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像老师、同学一样对你嘘寒问暖，可以帮助你解决问题。环境往往会影响一个人的工作态度，一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。

他们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人，但是偶尔为同事搞一个生日party，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境，心情好，大家工作开心，有利于办公室的和谐工作。在电视上不止一次的看到职场的险恶，办公室里的是非，能做的就是“多工作，少闲话”，而且在实习期间还曾与领导有交谈，

所以不但要学会怎么与同事相处，更需要学会如何与领导交谈，谨慎行事路才能走得更长远。

[点击下一页继续阅读暑期个人实习工作总结](#)

## 大学生暑期实践工作总结篇五

第一天上班的感觉特别的兴奋，觉得自己终于告别学生时代走上社会，可以花自己挣的钱了，心里有一种期待自由的感觉，七点半就到了单位。我的工作虽然比较复杂，但是刚感觉很舒服，整个上午都在有空调的房间里跑来跑去，一点都不热，心情很愉快。

可能是新鲜的感觉过去的缘故，刚过了一个星期就觉得工作好累。刚开始工作那几天因为一直下雨，上班的路上感觉不热，可是过了一段时间之后不下雨，上下班路上的滋味不好受了。尤其是中午下班和下午上班的时候，外面的温度37℃左右，即使在宿舍里也感觉很热。到我了单位，基本上是一身的汗，然后整个下午就感觉浑身粘粘的。

因为是协助计调的工作，每天都是整理材料，接听客户电话等工作，而且不能放错任何一份材料，因为不同性质的材料都有固定的位置，这样找起来就方便，如果计调因为找不到材料而找到你时你就应该意识到自己的'工作有出错的地方了。虽然他们不会说什么，但是我觉得一个大学生做这的工作都会出错，就觉得很内疚。当然，在这里的一个月时间对我来说还是学会了很多在学校里学不到的东西。就比如说在学校里如果感觉这节课兴趣不大，上课就会开小差。但上班了就不能因为不想上班而选择逃避，而且绝对不能迟到早退。因为这是我的工作，做好它是我应该尽的义务。因此，实际的工作中一定要有坚强的工作毅力。

从这一个月实习中我深深感觉到资源的优化配置以及协调工作在经济生活中的作用。旅行社的计调人员，一般都是从具有丰富的旅游经验的人员中挑选，能够面对和处理任何团队的事务。因为从边际成本角度考虑，随着对工作熟悉程度的加深，计调的工作效率会进一步的提高，这样在单位时间内所提供的服务的数量与质量都会有很大的提高。

另外，随着工作效率的上升，计调的工作量增加的情况下，他所付出的成本将会减少。这样对于做到各项费用支出合理，提高对顾客的服务质量都有很大的帮助。因此对于计调人员来说必须具有较高的业务素质；必须特别熟悉旅游业务操作程序；必须能拿到最佳的旅游费用和价格；必须体现旅行社的全面细致的旅游活动；这样，在单位时间内他们的工作成果会大大的增加。

## 大学生暑期实践工作总结篇六

对一些学生来说，假期是一种远离课业负担的轻松与惬意，但无所事事的光阴中，也会带有了一丝无聊的失落与遗憾，暑期实习个人工作总结。我很荣幸的到了电信分公司实习，在一个月实习期里，我初步接触到电信公司的一些运作，积累了一定的社会经验。

我工作的首个任务是打电话，对使用宽带的潜在市场进行调查，打的第一个话，自己心里很紧张，说话语无伦次的，而且是位老阿姨接的，我刚说两话，她听的不耐烦一下就把电话挂了。当时心里有一种突然的失落感，但我很快的调整心态，等自己心情稳定下来又打了下一个电话，终于没有出现错误的地方。

在与客户的对话中，慢慢的学会怎样客户沟通，琢磨沟通的技巧，总结经验，就这样过了两三天，感觉在与客户的对话

中，自己的话语流畅多了，而且也使自己的语言更生动，客户听了心里很高兴而不是急着挂电话，这样客户就多一点购买我们产品的意愿，从而提高我的业绩。

在电信实习期间，我体会到态度认真与不认真所得到的待遇差别。其实，在公司里最关键的态度应该要认真踏实，面对任何事情任何工作的时候，要有一个稳健的心态和端正的态度，这样才会被认可，自己也才会进步。作为实习生，看似我没有工作压力，但是在处理事情，工作时候的态度也是要将自己看成是这个大家庭的一员，努力让自己的工作绩效提高，而不是简单完成任务就好。尤其与同事接触过程中，他们严谨而虔诚的工作态度给我留下深刻的印象。

在电信实习时间不算长，所以对于公司里的人际交往感受不是特别强烈，但还是有些觉悟。人与人之间要坦诚相待，和睦共处。在电信工作，为人处事也是一门艺术，它的能动性很大，而且反映一个人的素质或能力。它不仅仅是涉及公司内部氛围，而且也体现在对待客户上。

得到了实际工作中以后，用实践来检验真理，具备较强的处理基本实务的能力，与比较系统的专业知识，这才是我实习的真正目的。

## 大学生暑期实践工作总结篇七

（一）实习目的 安排教学实习的基本目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便把学生培养成为能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质复合型人才，暑期实习工作总结。具体表现在三个方面：1、运用和检验教学成果。作为整个教学体系的有机组成部分，学生社会实践虽然安排在一个完整的学期进行，但并不具有绝对独立的意义。它的一个重要功能，在

于运用教学成果，检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识，尝试性地应用于实际管理工作，并从理论的高度对管理工作的现代化提出一些有针对性的建议和设想。检验教学成果，就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

2、了解和熟悉机关运行。对行政管理学专业的本科生来说，实际能力的培养至关重要，而这种实际能力的培养单靠课堂教学是远远不够的，必须从课堂走向社会。近几年来，我系在教学实习单位的安排上侧重于政府机关，目的就在于让学生通过亲身实践，了解实际的行政管理运作状况，熟悉机关管理的基本节，实际体会一般行政人员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

3、预演和准备就业工作。通过实习，让学生找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理转型期。

（一）实习的时间安排教学实习的具体时间安排经过了一次调整。1995年以前，严格按照3+0.5+0.5模式要求，安排在四年级上学期；后来发现这段时间与学生日益强烈的考研兴趣相冲突，尤其是在取消国家统一安排就业后，它还与各地人才市场的时间安排相冲突，在征求广大同学的意见后，调整为三年级下学期。一方面，该阶段学生已掌握了相应的专业知识；另一方面，通过半年的教学实习，学生会发觉所学知识与社会需求之间的距离，迫切需要有一段时间对知识结构进行调整与充实，系里可利用四年级上学期进行某些课程的设置与调整，以满足学生四年级下学期完成毕业论文及找工作的需要。

（二）实习基地的选取为适应专业方向与培养目标的需要，教学实习基地多选取省内各地各级党政机关。具体如下：

时 间 人 数 实 习 单 位 分 布 90 年（87 级） 30 人 南 京、南 通、扬 州 党 政 机 关 91 年（88 级） 30 人 南 京 市 江 宁 县 党 政 机 关 92 年（89 级） 15 人 无 锡 市 郊 区 各 党 政 机 关 93 年（90 级） 30 人 南 京 市 浦 口 区 党 政 机 关 94 年（91 级） 30 人 南 京 市 各 区 级 党 政 机 关 您 现 在 阅 览 的 是，谢 谢 您 的 支 持 和 鼓 励 95 年（92 级） 20 人 南 京 市 各 区 级 党 政 机 关 96 年（93 级） 20 人 南 京 市、区 级 党 政 机 关 97 年（94 级） 28 人 南 京 市、区 级 党 政 机 关 98 年（95 级） 23 人 南 京 市、区 级 党 政 机 关 1995 年 以 前，实 习 学 生 全 部 离 开 学 校，住 在 实 习 单 位 安 排 的 集 体 宿 舍，真 实 地 融 入 机 关 生 活 中；而 近 几 届 学 生 多 数 都 要 在 晚 上 副 修 其 它 专 业，不 能 离 开 学 校，因 此，实 习 基 地 逐 渐 固 定 在 南 京 市 区，学 生 住 在 学 校，早 出 晚 归，尽 可 能 地 做 到 实 习、学 习 两 不 误。（三）实 习 前 的 准 备 1、作 好 实 习 前 的 指 导 工 作。请 熟 悉 机 关 工 作 的 教 师 作 讲 座 或 报 告，明 确 角 色 转 换 的 诸 多 要 求 和 注 意 事 项。2、要 求 学 生 做 好 相 应 的 知 识 准 备 和 心 理 准 备。知 识 准 备 包 括：了 解 机 关 工 作 的 工 作 纪 律 和 工 作 程 序；掌 握 社 会 调 查 理 论 与 方 法；选 定 社 会 调 研 的 系 列 课 题 等 等。心 理 准 备 主 要 是 注 意 角 色 转 换，形 成 必 要 的 心 理 预 期，并 根 据 具 体 情 况 随 时 做 出 适 应 性 调 整，力 求 以 一 个 正 式 工 作 人 员 的 身 份 投 入 实 习 过 程。

## 大学生暑期实践工作总结篇八

首先非常荣幸能够参加xx区团委组织的“xx计划”实习活动。不知不觉已经在区科协见习一个多周了，通过这一周的实习我也比较清楚的认识到了科协的工作职责和范围。在这一周的时间里也与办公室的领导和同事逐渐的熟悉起来，自己也从最初的无所事事和什么都不了解到现在的能够做好领导安排的任务和对金宏网的逐渐熟悉。从办公室领导和同事之间对工作认真和严谨的态度，也让我有了很大的感触，我也认识到了自己以后应该具有的工作态度。

在今后的实习中，我会继续努力工作，坚持认真负责的工作态度，提升自己的思想觉悟，进一步完善和充实自我。在以

后的学习中进一步完善自我，在以后的实践中能够更好的运用，为建设家乡能够贡献出自己的一份力量。

## 大学生暑期实践工作总结篇九

非常感谢能有本次实习机会，经过一个多星期的实习我学到了很多。在xx区人民法院。我认识到了很多优秀的同学以及优秀的法官、书记员。在工作当中他们教会我很多新的实践方式，让我更加清晰的明白书中知识与实务之间的联系以及区别。

在这一段时间内，我参与了庭审以及诉前调解，对于诉讼实体以及程序有一个更深入的了解。也参与了诉讼文书的寄送，对于寄送文书的书写，法官对我进行了详细的讲解教导。通过与法官交谈，我更加明白了，作为一个法律人，司法人所能承担的责任以及所应贯彻的严于律己、公正司法的精神。

通过本次实习，我也更加明确了自己未来的方向以及目标，也会更加努力认真的学习书本知识，为以后参加工作夯实基础，为司法事业作出一份贡献。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content\_2());

## 大学生暑期实践工作总结篇十

首先，第一个星期，追随原班主任也许了解班主任每天要做的事。在原班主任的指导下，依据本班学生的环境，制订出切实可行的班主任工作实习计划。有计划地开展各类工作，体现出工作的层次性。其次，依照原班主任一贯的加分制度，制订奖惩分明的班规，实行评分制，在班上形成良性竞争，相互匆匆进。再次，健全班委会，明确分工，施展小干部的

作用，进步学生的自我治理才能，师生配合治理班级。最后，组织指导本班学生参加学校组织的各项运动，使学生在运动中受到教导。下面说一下这一个多月具体做的事。

在担负实习班主任期间，我为他们开展了4次主题班会，内容分是：建立学习目标、校运会开幕训练、平安教导、学习交流。找了5个学生作为重点了解工具，有较深入的交流的学生有9个；除了日常的班务治理，如考勤、督匆匆早读、落班巡视、值周支配、每周升旗追随并在场等；我还替班主任进行了晚修坐班工作、校运会开幕式训练、监督校园值周工作、协助改英语期中试卷、课间指点数学作业、还协助监考期中考试2次等，还介入了校运管帐时员工作，期中考后学生的年级大会，协助主持本班的家长会，向各家长陈诉请示了本班的环境。

与学生相处方面，充分应用所学的心理、教育学方面的知识，处置惩罚好各类各样的学生问题。如有学生因考试考差而伤心呜咽，就对他们进行安慰以及指点，同学之间相处有矛盾，就实时了解环境并且从旁帮忙办理；初中生正处于一个对照敏感的年龄阶段，因此与学生攀谈时要分外注意语言表达的艺术。表扬也好，批评也好，都要把握必然的度，注意语言的分寸，设身处地地斟酌学生的心理感想感染。尤其是体现出“一碗水端平”的平等主义，不偏爱任一方的学生。同时，依据这间学校的特性，知道这间学校的学生造诣和素质都较差，因此，我应用课余的光阴对他们进行个别指导、交心，给予他们赞助、勉励，加强他们的自信心，以打消他们可能产生的心理压力。因课下与学生交流较多，而且年龄差距不大，所以学生都很愿意找我聊天，跟我说一下本身的小机密，或者说一放工里的环境，这样子对我来说，我就更好的治理班级。所以在班级治理方面，班主任对我是相当满意的，也深得学生的喜欢。

怎样上好每一节课，是整个实习历程的重点。刚开始的一个礼拜的任务是听课和本身进行试讲工作。在这期间我听了4个



初一级语文先生授课，共8节课。在整个实习期间，我一共听了28节课；在听课前，认真阅读了课本中的相关章节，如果是习题课，则事前认真做完标题，把做题的思路简单记下，并内心打算本身讲的话会怎样讲。听课时，认真记好笔记，重点注意先生的上课方法，上课思想及与本身思路不合的部分，同时注意学生的反映，接受先生的长处。同时简单记下本身的怀疑，想先生为什么这样讲。

一周光阴转眼即逝，在科任指导先生的支配下，我们开始进行备课与试讲。备课不是简单地看课本，而是认真地梳理课本的内容和久有存心地用本身的语言表述出来。而且这里的学生根基差，在备课历程中还要斟酌他们的接收才能。要用严谨但通俗易懂的语言来描述一些死板的语文知识，颇让我感觉头痛。

对付先生而言，最大的怀疑应该是“教师要教到什么水平”。以前作为学生听课，目的是学习知识；现在作为教师上课，是为了学生学习。目的不一样，我们的注意点就不一样。刚看课本的时候，感觉40分钟怎么就说一页书；后来备课，发明要解说的问题许多，一节课能说完几页书就已经很不错了。或许是知之越多，越是感觉难以动手。由于短缺经验，在学校的时候也短缺需要的训练，我们对课本的处置惩罚、对讲授内容的把握做得并不到位。对付科任指导先生苏先生，因为他对照忙，给予我的指导对照少。所以在这里我要分外感谢身边的同学，在我遇到不懂或者说不知如何解说的地方时，要讲授同一篇课文的同学都邑协助。试讲环节令我们知道本身授课的不够、差错之处，所以我们在每次授课前都邑相互听试讲，在这样一个筹备中，人人都等候真正上课那一刻的到来。

我一共上了18节语文课，在开始的3个星期，我是和谭先生交叉上课，在他停止实习离开后，所有的语文课都由我一人负责。在这期间，我上了9节正课，分手是2节《伤仲永》，3节《木兰诗》，2节《春》，2节《济南的冬天》，还有3节作文

课，1节温习课，2节试卷讲评课，4节演习讲评课。介入了语文期中试卷改卷，平时批改的语文试卷和作业共有15次。

印象最深刻的当然是第一节。那是10月13日，实习的第二个星期，按要求，我们应该是还要进行听课的，但那节课是因为原任语文先生苏先生要开会，突然看护要上的。在这天的前一晚，我刚好进行了试讲，所以我也就对照宁神的上讲台了。除了义教外，这是一次最正式的上课，虽说本身是实习先生，但在这节课，我感到本身便是一个真正的先生，由于光阴慌忙，也没来得及看护其他先生或者同学来听课。我讲的是《伤仲永》第一个课时，原来因为是文言文，我很担心讲堂会死板无味，所以我就用师生互动的这样一个上课方法，趁便可以认识学生，这节课带给我最大的感想感染是，讲台坐着的不再是与我们一起在微格课堂训练的同学，而是真正的学生。他们不会像本身的同学那样随意赞同、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和期待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，或者爽性就趴在桌子上看书和睡觉。

## 大学生暑期实践工作总结篇十一

总结在一个时期、一个年度、一个阶段对学习和工作生活等情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能使我们及时找出错误并改正，让我们一起来学习写总结吧。那么总结应该包括什么内容呢？下面是小编收集整理的大学生暑期行政实习工作总结，希望能够帮助到大家。

为期两个月的暑期行政实习，就这么不知不觉的过去了，但仔细想想还真学到了不少东西，许多大大小小的行政事务，从整理众多应征教师书面资料的电脑建档、学生成绩单的计算及誊写、奖状的制作、学籍卡的纪录、联招所有相关事项流程的资料统整、图书室的清点、琴房表的制作、琴房配备总检、音乐相关名片整理…等都是亲身参与了之后才了解

到原来一个行政单位她每天所要处理的事情是如此地繁杂却又是那么地重要，除了不断而来的新工作外，还有许多旧有资料的整理，可别小看这些整理工作，不仅毕竟整理的越有系统，之后再接触到也就越能省下许多不必要的困扰，增加工作效率。

除了学习上述这些行政事务以外，我们还支援了一些学校的活动，如国一新生的入学报到及智力测验、新生训练、以及令我印象最深刻的教师征选工作。老实说，那一整天我真的是大开眼界，也令我深深佩服那些所有想当老师的人，因为每个人真的都是使出了浑身解数，十八般武艺尽出，而且许多人都表现的很出色，难分轩轻，真没想到现在的`教师征选竟然会激烈到如此地步，唉！真的是老师难为啊！

之后学校还趁开学前办了为期一周的研习，其中我最喜欢辅导室所办的“新教育?由心出发”研习，整天的活动进行的都很愉快但又不失其教育性，且富有感受性，老师总是引导的恰到好处，真的是让你从头到尾都有很深的另类不同观点的感受，同时也分享到了许多其他人的不同看法，我觉得是非常成功的一次研习，而且据说他们筹备小组为了这次活动，整整开会了5次之多，其他准备更是不遑多提，因此，除了感谢他们的用心之外，也让我见识到我们学校其他处室的实习老师们优秀的办事能力。

总而言之，暑期实习让我获益良多，现在开学了，陆陆续续看到了一些班级上课的情形，也已经开始了部分的导师见习，相信接下来的实习生活绝对能更有所期待！

## 大学生暑期实践工作总结篇十二

我深感荣幸能够进入xx区人民法院进行暑假实习。在过去的一周里，我主要跟随民一庭的法官老师们学习了法律文书的写作与送达和案卷的整理等知识，感觉受益良多。

将课堂教学与司法实践二者相较，我发现两者在侧重点上存在较大区别。前者侧重抽象理论的讲解，乃司法实践之基础；后者需要根据个案具体情形进行法条的选择适用，更加具有难度。在实习过程中，通过具体的案例，我对之前学过的专业知识有了进一步的了解与巩固。当遇到不懂的法律问题时，法官老师们会耐心专业地纠正我的错误、解答我的困惑，并将他们在工作中所总结出来的宝贵经验传授给我，使我收获很多。

“星光不问赶路人，时光不负有心人。”之后的两个半周，我将更加努力工作，争取不断提升自我，使自己的能力在本次实习活动中得到锻炼。