# 精选大学生顶岗实习心得总结(精)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-09-11

*精选大学生顶岗实习心得总结(精)一乙方(用人单位)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_丙方(学生)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_为保证就业实习工作的顺利进行，保护学校、用人单位及学生的合法权益，甲乙丙三方本着自愿合作的原则，经慎重协商，甲乙丙三方承认...*

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)一**

乙方(用人单位)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

丙方(学生)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

为保证就业实习工作的顺利进行，保护学校、用人单位及学生的合法权益，甲乙丙三方本着自愿合作的原则，经慎重协商，甲乙丙三方承认《\_\_\_\_\_\_\_\_\_大学大学生就业实习管理规定》对三方均有的约束力，并达成如下就业实习协议：

一、工作内容：乙方要求甲方为其介绍丙方从事就业实习工作，丙方在乙方处主要从事\_\_\_\_\_\_\_\_\_工作岗位，具体工作内容是\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

二、工作时间：经甲方介绍，丙方自\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日起至\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日止在乙方处工作，共计\_\_\_\_\_\_\_\_\_天。

三、实习期待遇：

1、乙方依其规章制度对丙方的实习进行考核评价，丙方按照实习计划或乙方规定完成实习内容的，乙方给予丙方实习补贴，补贴标准为\_\_\_\_\_\_\_\_\_元/工作日，补贴发放在实习结束时发放。

2、丙方实习期间因从事实习范围内的工作发生的正常费用，经乙方认可后，可凭票据实报销。

3、在实习期间，丙方不享受乙方员工依据《劳动合同》和乙方规章制度所享受的福利待遇。考虑到实习生的实际经济状况，解决实习生的生活困难，乙方根据具体情况和现有资源，给予实习生住宿和生活方面的补贴。

四、其他费用：在办理实习信息登记时，乙方在就业实习报酬外应向甲方支付管理费用\_\_\_\_\_\_\_\_元(即按实际聘用人数，每人管理费\_\_\_\_\_\_\_\_\_元或按学生酬金的\_\_\_\_\_\_\_\_\_%计)。管理费用于为丙方购买人身保险等。

五、乙方在丙方实习期间，不得无故克扣丙方的劳动报酬。无论乙方辞退或丙方辞职，乙方均需付足学生自劳动开始之日至离开之日的全部报酬。乙方有权根据其用工需要而终止与丙方实习用工关系，乙方终止用工关系需提前10天通知甲方、丙方。如丙方因无故离职，或因表现不佳被辞退，学校将按考勤等校规处理。

六、乙方在\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日以前，将丙方的报酬付给甲方，统一由甲方发放，乙方不直接与丙方发生经济关系。

七、丙方就业实习依法享受劳动保护，乙方不得安排丙方从事易对人体造成伤害或危险的特殊行业或专业的劳动及违法活动;乙方应对丙方的人身安全提供保障，不得损害或变相损害丙方在劳动保护方面的合法权益。否则，造成的后果由乙方负责。但是，甲方应为丙方提供相应的医疗保障，乙方对丙方的医疗不承担责任。在工作期间，乙方对丙方的故意行为造成的自身人身伤害事故不负责任。有关劳动保护的其他内容参照劳动法的有关规定执行。

八、甲方是具体负责指导大学生就业实习的组织管理机构。在工作中甲方教育丙方遵纪守法，执行用人单位及学校的规章制度，履行就业实习协议中的各项义务，如乙方与丙方发生纠纷，甲方主持调解双方的争议。在调解前，乙方或丙方不可申请仲裁和诉讼。

九、乙方有权与丙方签定有关知识产权、保密义务等协议。甲方督促丙方执行上述协议。

十、本协议发生的争议适用中华人民共和国法律，由甲方所在地法院管辖。

十一、本协议一式三份，甲乙丙三方各执一份。

甲方(盖章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 乙方(盖章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 丙方(签字)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

负责人(签字)：\_\_\_\_\_\_\_ 负责人(签字)：\_\_\_\_\_\_\_ 班级：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日 \_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日 \_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

签订地点：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 签订地点：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 签订地点：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)二**

尊敬的老师：

我由于在考试的时候写答案给我别的同学，造成了作弊行为，当时监考老师对我进行了教育，但是本人还未认识到件事情的严重性，于是监考老师将此事告知系里，希望系里老师能教育我。在学校老师的教育和同学们的帮助下，我终于意识到自己犯的错误的严重性。

错误的性质是严重的。我在考试的时候写答案于小纸条上，并且试图将其传给其他的同学，这是有悖学生的行为，其结果损害了多方利益，在学校造成极坏的影响。这种行为，即使是并没有把答案传给别人，或者给别人答案 ，仍然是不对的，此举本身就是违背了做学生的原则。

我只是顾着自己的利益，和一时的想法，完全不理会监考老师的感受。这也是不对的，人是社会的人，大家不应该只是想着自己，我这么做，害的那个是那个同学，他期盼着我的答案，我这样做，看似在帮助他，实际上是在害他。而且，考试的时候作弊本身也是对监考老师的不尊重。所以，当监考老师把这件事情告知学校，也是为了让我深刻的认识到这点。

其次，我考试作弊的行为也是一种对老师的工作不尊敬的表现。中国是一个礼仪之邦，自古 就讲究尊师重道，这是一种传统的美德，过去我一直忽视了它。抛开着一层面，不单单是老师，无论对任何人，都应该尊重他，尊重他的劳动，他的劳动成果。我这样做，直接造成了不尊重老师，不尊重他人，不尊重他人劳动的恶劣影响。作为一名当代大学生，一名正在接受高等教育的人来说，这种表现显然不符合社会对我们的要求。

再次，我这种行为还在学校同学间造成了及其坏的影响，破坏了学校的形象。同学之间本应该互相学习，互相促进，而我这种表现，给同学们带了一个坏头，不利于学校和院系的学风建设。同时，也对学校形象造成了一定损害，“x大学”在人们心目中一直是一个学术严谨的学校，我们应该去维护这个形象而不是去破坏它!虽然我在考试的时候写答案给别的同学，这是作弊行为，我和那个同学关系很好，他找我帮忙，当时不忍心和侥幸心理之下量成了现在的后果。

虽然助人为乐是中华民族的优良传统美德，是当代大学生理应具备的品质。现在我才深刻的意识到这不是助人为乐。我在考试的时候将答案写在小纸条上，还传给其他同学，这并不是真的在帮别人，同时也是在害自己和同学们，考试是用来平衡学生学习的好坏，不论是什么原因把答案传给别人，或者还没给别人 ，都是很不对的，违背了做学生的原则。当然，我不能说我是为了帮助别的同学取得好的成绩才作弊的，这是不能成为我作弊的理由。鲁迅先生说过：不友善的帮助就是恶意的伤害。

我只有认真反思，寻找错误后面的深刻根源，认清问题的本质，才能给集体和自己一个交待，从而得以进步。做为一名学生我没有做好自己的本职，本应该把正确的答案写在考卷上，而我却给了别人，辜负了老师平时对我的教育之恩，老师含辛茹苦的把知识教会我们，是想让我们做一个对社会有用的人，其实考试的目的只是检验我们学的如何，通过考试来看我们那里学的薄弱，而我却帮助他人欺骗把知识无私的教给我们的老师，我现在已经彻底认识到我的行为不仅没有起到帮助同学的目的，反而是害了他，也对老师是一种欺骗行为。

自从接受了老师对我的批评教育，我已经深刻认识到这件事情的严重性，老师教育我说明老师是非常的关心我，爱护我，所以我今后要听老师的话，充分领会理解老师对我们的要求，并保证不会在有类似的事情发生，如果在考试中别的同学不会，我不在 告诉他，而是在考完后主动的去教他，这样既可以帮助老师分优，有可以使不会的同学掌握了没有学会的同学，帮助老师给班里营造互帮互学的气氛。

望老师给我改过自新的机会.老师是希望我们成为社会的栋梁，所以我在今后学校的学习生活中更加的努力，不仅把老师教我们的知识学好，更要学好如何做人 ，做一个对社会有用的人，一个正直的人，使老师心慰的好学生，老师如同父母对我们的爱都是无私的，所以我 也要把老师对我们的无私精神去发扬，通过这件事情我深刻的感受到老师对我们那种恨铁不成钢的心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢老师对我的这次深刻的教育，它使我在今后的人生道路上找到了方向，对我的一生有无法用语言表达的作用.我所犯的错误的性质是严重的。

我在考试的时候作弊实际上就是做假骗人，其结果损害了多方利益，在班上和系里面造成极坏的影响。这种不择手段达到成功目的的行为，即使考试的老师允许，此举本身就是违背了学生的职业道德和专心治学的精神、违背了公平竞争的原则。这样一种极其错误的行为就是典型的锦标主义。

尤其是发生在我这样的二十一世纪的一代青年身上。弘扬x大学的拼搏精神，走顽强拼搏进取之路既是我的责任，也是我坚定不移的前进方向。然而，我的行为却背道而驰。一个优秀上进的大学生当然要努力争取好的成绩,但不能不顾一切、不择手段地去达到目的，这是一个关系到如何成人，如何成才的一个重大原则问题。一个人的成长和进步，不仅仅是学业上的提高，更重要的是思想、作风方面上的培养和锤炼。我忽视了这样一个重要的问题，为此而犯了方向性的错误。我所犯错误的影响是很坏的。

考试作弊写小纸条，在考场上就直接造成不尊重同学、不尊重老师、不尊重父母的恶劣影响。过去，中国地质大学在中国重点大学中不仅是成绩好、思想好，在精神风貌、队纪礼仪、学术建设等方面也享有较好的声誉，而由于我的错误，大大损害了中国地质大学的形象;本来，老师是对我很器重的，然而，我的错误深深地伤害了他们的心;我是一个老生，我所犯的错误，无疑产生了很大的负面影响，带了一个坏头;新的同学，她们年轻、有朝气、有潜力，在她们成长的过程中，由于我所犯错误，给她们带来了不应有的负面影响和不应承受的思想压力。

总之，们为自己所犯的错误而带来的这一切而深感痛心和后悔。 我所犯的错误教训是深刻的。上级老师，同学都委以重任并寄予厚望，我自己也一直感到责任重大不敢苟且，认真学习，全力投入。但事实证明，仅仅是热情投入、刻苦努力、钻研学业是不够的，还要有清醒的政治头脑、大局意识和纪律观念，否则就会在学习上迷失方向，使国家和学校受损失。我知道，造成如此大的损失，我必须要承担尽管是承担不起的责任，尤其是作在重点高校接受教育的人，在此错误中应负不可推卸的主要责任。

因此，我真诚地接受批评，并愿意接受处理。对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，恳请老师相信我能够记取教训、改正错误，把今后的事情加倍努力干好。同时也真诚地希望老师能继续关心和支持我，并却对我的问题酌情处理。

检讨人：

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)三**

同学们：

站到台上来，面对你们“雪亮”的眼睛，虽然我的样子呆头呆脑，可是一点儿也没紧张。因为我知道，我不见得是最好的，但肯定与众不同!今天我演讲的题目就是―“你，与众不同!”

“你，与众不同”这话谁听了都觉着舒服。第一次听人这么说时，我眉飞色舞了好多天，差点儿就把自信膨胀成自负!今天我这么讲给你们听，我想除了得意之外，你肯定有那么点儿吃惊。一定有很久了，你躲在自己投有波折的日子里，将平庸美丽成平淡，将淡泊自足成安然;一定有很久了，你不再为自己的勇气感动，不再有厉兵袜马的兴奋。可是我们这么年轻，谁没有梦呢?

老早以前卢梭说：“上帝是用模型来造人的，他在塑造了我之后，就把那个模型捣碎了。”你看，在这个世界上，你是唯一的：你，与众不同!单凭这一点，就不该放任惰性滋长，只有傻瓜才胆小和自卑!

我当过傻瓜，曾经因为相貌相当沮丧。后来我想，没有人能替代我，我要是不自己出息自己，就不会有跟我一样的人有出息了。许多女作家丑起来和自己不相上下，说不定哪一天，一不小心咱也成了作家呢!后来我又找到一个丑才―艺术大师柯罗，因为他相貌平常，他的母亲几乎陷于绝望。然而柯罗以他独特、卓越的技巧，以他异常斯文、精致、复杂的画风超过了同时代的人。你猜他怎么对母亲说?他说：“您知道不知道，自打创世以来，世间一共只有三个智者：苏格拉底、耶稣基督和我?”人活着，就该有这份自信!

没有令人赏心悦目的外形，你可以有丰厚的精神积累;

没有左右逢源的性格优势，你可以有坚强的人格力量;

即便你无貌无才，不还可以有我们的传统美德“温柔敦厚”?

就算你不温柔不贤良爱发脾气，活泼起来吊儿郎当，我还可以说：“你这人特有个性!”

年年岁岁花相似，相似而已;

英雄所见略同，不还是略同?

你肯定有许多自己独有的宝贝，肯定在某些方面你能干得出色，任何人都没有理由妄自菲薄!当然，我不是鼓励你为了哗众取宠而身着奇装异服，为了标新立异而举止反常;不是说别人大乐你皱眉、别人上课你睡觉、别人说逗死了你说“真可笑”是与众不同。我所说的与众不同盆含一种向上的力量，它是与高尚的价值取向相应相和的出类拔萃。认识到自己与众不同，这仅仅是一个前提和基础，我们借此达到一种牢靠的平衡，接下来要做的是热情十足地挖掘潜能，坚韧不拔地优化劣势，以持之以恒的积累期待石破天惊的萌发，在适合你的那一方面迎接脱颖而出的时刻，完成一份接近完满的人生!

不要总是用别人的眼睛看待尚不起眼的自己，用你的明亮的、发展的目光远望未来，为你的明天大胆预言，用最终的成功惊醒旁人的忽略，你肯定能赢!

看看凡·高，他做过店员，学过牧师，当过福音传教士，27岁开始学画。从海牙到阿姆斯特丹，从巴黎到阿尔再到奥维尔，除了弟弟提奥，几乎所有的人都认为这个与众不同的“红头发疯子”一无是处一事无成。可是我们来看凡·高怎样看待自己，他说：“是的，在我的头脑里，在我大脑的墙背后，存在着巨大的事物，我将能够给世界某些东西，那也许会使人们关心一个世纪，也许需要一个世纪去思索。”在他诞生一百余年后，这高度自信的预言被公正地证实了!

同学们，我们年轻，没有资格轻视自己。我们都是大鸟，都可以飞离飞远。泰戈尔说过，天空没有留下翅膀的痕迹，而我已飞过。我们可以有不同的形式和方向，但不可以拒绝飞翔!来世间一回，如果什么也成就不了，我们将多不甘心!有人说大学是一生之中唯一一段可以最自由最尽兴最本色地生活的时光，真的，这是你最好的机会!请辨认出你最鲜亮的部分，抓住这最好的年华，建立你自己的特色。请记住翅膀属于天空，请记住年轻只这一次，请记住——你，与众不同!

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)四**

通过公司各处的实习，我对各处的物业管理情况有了初步的了解，大学生物业公司实习报告。在这一过程中，我学到了物业管理工作中的具体业务知识，丰富了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础。在实习期间，我深深体会到了海纳物业的优势，以及在日照的影响地位。虽然海纳物业仅经过了短短几年的发展，却取得了如此大的成绩，这与海纳人辛勤工作勇于创新，敢于挑战的精神是分不开的。

但在看到成绩的同时，我也发现了这其中存在的一些影响海纳物业发展的问题，现总结整理如下。

第一，内部管理不规范。首先，海纳物业受日照整个物业管理发展的影响，几处的物业管理差不多都沿袭了旧有的管理模式。部门分工不够明确，制度不健全，少有程序化、规范化的工作流程，大部分进行着简单粗放的的管理。其次，由于物业管理牵扯到的问题众多，各处体制不健全，各种关系错综复杂，需要协调、处理的关系众多，使得各物业处把大量的精力放在处理各种关系上，包括处理物业处与集团公司之间的关系，物业与行政部门的关系，与有关业主之间的关系。处理好这些关系当然有利与物业管理的发展，但当因此而忽视了内部管理与对外服务时，就难免本末倒置了。这样就影响了物业管理的健康发展。

第二，责权利不明。责权利不明，是影响企业发展的主要障碍。这包括两个方面，一方面是各物业处与总公司之间。由于我公司物业管理的特殊性，各处的物业管理，均是由作为开发商的总公司筹备建立的，物业管理人员，大部分是由集团公司从各岗位调配的人员，这就导致了建设与管理不分的局面，无形之中增加了物业管理的难度。虽然，这种建管一家的局面，也曾给物业管理带来过一定的好处，例如，一些房屋维修问题、设备设施配备问题，都可以较好的协商解决。但更多的却是使物业管理工作无法独立开展。许多问题都需要层层审批，造成了多头管理，影响了物业管理的服务质量的提高和物业管理企业的健康发展。另一方面，是各物业管理处内部、各岗位之间权责不明，岗位职责分工不合理，人员配备不科学，造成了工作效率低下，人员富余，工作链断档，工作流程不顺畅，使一些工作不能正常、快捷有效的完成，大大影响了服务水平的提高。

第三，基础薄弱，正常运行困难。首先由于部分物业开发较早，设备、设施老化，使维修难度加大，维修成本高，给各方面工作带来了很大压力。其次，前期遗留问题较多，物业管理仅凭自己的力量难以解决。物业管理与开发商之间，与建设单位之间，与业主之间矛盾重重，物业管理收入微薄，使物业管理收入不抵支出难以正常运行，企业举步维艰。这就使得物业管理难以改进设备，改善服务，导致了服务水平低，业主投诉率居高不下，对服务不满意，进而导致部分业主拒交物业管理费。这样就使得物业管理陷入了恶性循环之中。

第四，缺乏专业的管理人员。由于企业从业人员，相对缺少专业知识，大部分是中途搞物业管理，尽管经验相对丰富，但缺乏系统的理论知识。并且由于观念、资金等问题，企业很少引进专业的管理人员，这就导致了，服务意识较差，观念创新匮乏，使得物业管理难以进入良性发展的轨道。

这些问题，影响着海纳物业的发展，为改善我公司的物业管理状况，树立公司物业管理品牌，不妨采取以下措施，以促进企业快速、健康发展。

1.明晰权力和责任。海纳物业欲走品牌之路，就必须走独立发展之路，明确与总公司之间的关系，分清责任界限，享受独立开展各项工作的权利，承担其作为物业管理企业应负的责任。另外，各物业处也应加强自身的管理，合理划分部门，科学安排岗位，规范各部门的职责，做到“人人有事关，事事有人关”理顺物业管理流程，明确各部门员工的职责与权利。

2.建立、健全规章、制度。一个成功的企业一定要有一套科学、合理、适合本企业特点的规

章、制度，来规范员工的行为。要树立海纳物业品牌，必须要健全规章、制度作为保障。这包括制订质量保证制度、收费管理制度、财务制度、岗位考核制度等一整套必备的制度，还包括物业管理服务工作流程、投诉受理程序、报修维修程序、紧急事故处理程序等一系列程序化的规范。只有健全这些规章、制度，并积极落实，才能打造一个成功的企业，才能树立海纳物业品牌。

3.改善物业管理环境。改善管理环境，就要理顺各方面的关系，使得各部门可以协调配合。减少在不必要的环节上的开支，用于改善设备、设施。在资金有限的情况下，最大限度的提供优质服务，尽最大努力满足业主的合理要求，以提高收费率，增加企业收入，使企业走上良性循环的道路，能够独立正常运作。

4.提高员工素质。只有提高员工整体素质，才能形成优秀的团队，才能打造成功的企业，才可以树立海纳物业品牌。提高员工素质可以从以下几个方面入手，一方面，内部培训。经常开展业务知识、专业知识、服务意识学习活动，整体提高员工的业务水平和服务意识；另一方面，就是从优秀的物业公司，请专业知识渊博，实践经验丰富的专家，进行培训，学习优秀物业管理企业的成功经验；最后，引进人才。企业应引进部分专业知识丰富的优秀人才，以补充新鲜血液，提高企业的活力和创新力，促进企业的发展和品牌的树立。

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)五**

寒假的一个多月就这样匆匆结束了，第一次的社会实践，让整日呆在象牙塔中的我，尝到了社会生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获吧。

基本情况：

早饭吃过接着就是我工作的开始，经理见了我之后：“说小伙子过年不回家出来锻炼锻炼自己，好样的。”我没说什么。

第一天穿上工装你别看还真有些员工的样，经理让我当传菜的兼传单的了，也就是把菜从后厨端到前厅指定的桌位就可以，如果前厅有客人点菜，然后把菜单带到后厨。想想是再简单不过的事情。渐渐地我步入了正轨，也慢慢的适应了我的本职工作，可时间过的很快，29天的实践工作即将结束，经理在我们走前告诉我们：“小伙子，社会是一个大舞台，我们这里只是他的一个角落，还有很多东西在你们大学里是学习不到的，有机会去其他的地方也锻炼一下，会对你们有很多的帮助。一个人在他的学生时代最重要的是学习东本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用假期时间参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识。赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会。也希望你们常到我们店里玩，当然你们还得以学习为主，大学里你们学习的东西很多，不要错过这个机会哦。祝你们学业有成。”

经理让我们留下了联系方式，说有机会我们可能要合作的。2月14号我的工作正式下岗了，因为我们要开学了。

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考……

这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。尤其是在清扫客人走后的卫生，这时我才知道，不能留有任何的死角或者没有清理的汤、菜。这让我学会不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

一、让我明白了大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

二、社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。

三、社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“ 盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以上就是我在寒假的一些经历和感受，没有什么轰轰咧咧的惊险万分，但也不是平淡无味，至少给我的身心带来了深深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)六**

在20xx年度里，我总务科工作以坚持“强化素质、完善管理，物尽其用、服务临床、保障后勤”的原则，紧紧围绕我院总体发展构想，全面落实我院年度工作计划提出的工作目标，结合我科室工作人员少、任务繁重的实际情况，能认真完成院领导下达的各项工作任务，热情服务于全院各个部门。在新的形势下，立足本职工作，提高认识、转变观念，牢记总务围着临床转的原则，积极主动与相关人员到各科室做好服务工作。以确保我院医疗、保健、教学工作的顺利进行。现就一年来的工作总结如下：

作为一个从小生长在县城里的孩子，虽没有大城市孩子条件的优越，却也不能体会农家孩子的纯朴与原始，以及那土地赋予他们的勤劳与踏实，节俭与朴素，只是在记忆深处还残留着童年时老家院子里飘来奶奶摊煎饼的香气，以及淹没在玉米地里的童年的阵阵笑声……

其实真正身体力行地接触百姓，还是在劳作中。挑水推水，打核桃，对于在城里长大的我来说是不可多得的新鲜活动。在简单沉重的劳动中我却找到了乐趣。其实生活中处处都是乐趣和知识，只是平时忽略了它们，当人真正发现它们的时候，就会体会到生命和生活的意义。于是颓废，痛苦，忧虑……都远离了我，充实的过好每一天成为我的目标。

从意义上来说，这时我们成长了。一次敬老院的慰问，使我们跨越时间和空间的局限访问了那些老人年轻时的点点滴滴。我想那就是生命所创造的财富，异常珍贵。

暑假期间，为积极响应学校和学院的号召，我利用回乡过年的机会，积极参与到“全国大学生回乡调查大型社会实践活动”中，在我的家乡——山东省青州市东坝街道杨姑桥村进行了社会实践调查。实践期间，我对农村生活进行了调查和体验，了解了当地农业的发展状况，通过走访和实地调查了解到了中央政府和地方政府在农村最新的政策及其落实情况，了解到群众对党的农村政策的意见，认识到了社会主义新农村建设运动的进行情况。

我所调查的杨姑桥村在山东省的中部，处于山东的平原地带，是以东坝街道东坝村为中心辐射出的几个村庄之一。村庄的早期历史已经很难考察，在现在的村委会大门前立有一石碑，正面写着“杨姑桥”三个字，背面写着“杨姑桥村：西距益都镇九公里，元至正二年，在村西建桥，杨姓尼姑以化缘所得资助而建，故称杨姑桥，后村以桥名。近村处有龙山及商周古文化遗址。民国时属益都县第一区建关乡，一九四八年解放后属二区东坝乡，特产弥河银瓜。——1988年元月”从这块石碑，便可以粗略的了解一下杨姑桥村的历史了。

其次，就是会计的连通性、逻辑性和规范性。每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，逐一登记进记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。这为其一。会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性，这为其二。在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不答应随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为条件、为基础。体现了会计的规范性，这为其三。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，

杨姑桥村现有人口2346人，860户，在山东地区是属于规模中上水平的村庄。村中的主要姓氏有尚、许、左等,较大的姓氏在村中居住分布比较集中。村中有10个村民小组，约有劳力1400人，其中年龄处于20-40岁之间的精壮劳力有近一半，约600人外出打工。村庄所属的耕地有1900余亩，村集体经营面积200亩，全部耕地为旱地。粮食作物为小麦和玉米轮作。

党的十六届五中全会提出建设社会主义新农村的重大历史任务后，东坝杨姑桥村也进入了一个崭新的建设时期，这还应该从东坝街道说起。东坝街道原为东坝镇，xx年因青州市整体规划的需要，将东坝镇确立为东坝街道，东坝街道位于青州市城区东部，总面积36平方公里，辖36个行政村，8100户，3.2万人，耕地面积2.8万亩。民营经济是经济发展的主导力量，目前全街道个体工商户已发展到xx多户，民营企业400家，从业人员1.8万人，民营经济专业村达半数以上。xx年，全街道完成工业销售收入27亿元，完成财政总收入4280万元，农民人均纯收入4850元。xx年，青州市委、市政府做出了城区东扩、建设城市新区的科学决策，这为东坝街道新农村建设提供了良好的机遇。根据城市建设总体规划，街道按照“工业向园区集中，居住向社区集中”的发展思路，对全街道的36个村庄进行建设整合，统一拆迁改造、规划建设居住社区，实现城市建设和新农村建设的有机结合。到目前，市城市新区建设指挥部已经开始运作，城市新区建设的各项工作全面启动。这次实践中，我看到公路两旁的房屋正在做着拆迁准备，有的已经被夷为平地。我所调查的杨姑桥村按照计划还只是在拆迁准备阶段，预计明年拆迁工作会真正开展开来。

而在距杨姑桥村仅四公里远的东坝街道政府所在地——东坝村，新村建设已经初见端倪。我们或许可以通过了解东坝新村的建设情况来展望杨姑桥村的明天。东坝村的新村建设是从xx年开始的，新村总占地380亩，计划总投资1亿元，将建设别墅楼580栋，公寓楼4幢，配套建设学校、办公楼、休闲娱乐等设施。到目前已实际投入资金1亿多元，工程已进入四期建设，有160多户群众先期喜迁新居，新村建设预计到20xx年将全面竣工。

但我们也不能把东坝新村照搬到杨姑桥。因为东坝村之所以有能力建设新村，靠的是强大的工业经济基础。东坝村一直坚持走工业立村、工业强村的发展道路，到目前，全村各类企业已发展到80余家，其中，年销售收入过5000万元的5家，过5亿元的1家，xx年完成工业销售收入9.2亿元，实现利税8000多万元，上缴税金2600多万元，这对于全村实际全年总收入只有东坝村九分之一的杨姑桥村来说，还有一个短期内难以企及的规模。因此我认为杨姑桥村的新农村建设在服从政府统一规划的基础上，还需因地制宜，另辟新径。

弥河发源沂蒙山区，来到潍坊平原地区，水面宽阔，流速平缓，又一路蜿蜒曲折，浩浩荡荡向东北方向流入渤海湾。从冶源水库→临朐→青州→寿光→(渤海湾的)新港已开发成诱人的风光带。

初来乍到，我这一介书生顿显窘迫，紧张地有点说不出话来，含糊其词地把自己的大学生活、学习情况作了一个汇报，然后就是沉默不语。公司经理看出我的局促感，于是打破僵局说：“小伙子，长得蛮帅气的嘛!”一句不经意的夸赞顿时消除了我心中的紧张情绪，我笑了笑说：“多谢经理夸奖!以后有许多向经理您学习的地方，还请赐教。”的一位负责人过来，我坐在经理的办公室等着。一会儿，来了一位中年人，经理介绍说这是公司财务部的王会计，你以后就跟着他学习吧。我连忙起身，与他握手致意，并把自己此次的一些实习情况又说了一下。王会计点点头，笑着说：“好好干!”就这样，我的实习开始了。

杨姑桥村所在的青州市打破区域限制，整合全市旅游资源，分别形成以名人文化、历史文物为核心的古城文化旅游区，以生态文化为核心的西南山区旅游区，以民俗、书法文化为核心的玲珑山旅游区，以花卉文化为核心的弥河、黄楼、谭坊农家乐观光旅游区，以河文化为核心的南阳河、弥河旅游区。其中弥河旅游区是xx年青州市确立的重要开发项目。坐落于弥河西畔的杨姑桥村，自然也把弥河旅游开发作为新农村的特色建设之一，连续投入弥河大坝建设，先后建成香蕉坝、石头坝，用于调节周边的地下水位及后续旅游资源的开发，力争在20xx年前把弥河沿岸建设成为水上旅游公园。

暑假回家后，我找了一份工作，做促销员。挂着实习生的牌子站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可好长一段时间站在那一声不吭的。但慢慢地放开胆去尝试，其实这种交流比想象的容易多了。

弥河银瓜是甜瓜的一个品种，有“瓜中佳品”的美称，因皮色银白而得名。弥河银瓜呈长圆筒形，柄部稍长，长六寸左右，果面有纵沟，中部凸起成棱，脐部稍大。成熟时瓜皮略呈乳黄色，瓜肉白嫩，含糖量一般在8—15%。相传，在清朝初期，有一次弥河涨大水，有人从河水里捞出一个白皮甜瓜，食之味美可口，便留种精心栽培，逐渐成此优良品种。此瓜盛名已久，在清朝乾隆年间，就被列为进奉皇帝的“贡品”。

在弥河滩种植银瓜，昼夜温差大，糖份积累快，含糖量高，生产的银瓜具有香、脆、甜的特点。近年来，杨姑桥村依靠科技，不断提高银瓜产品质量，先后通过了省级无公害绿色食品认证。平均每年种植100亩年产30万斤的优质银瓜，销往全国各地，并有逐年增加的发展趋势。成为新农村建设的又一特色。

虽然这份工作，偶尔会觉得乏味，但是我始终相信没有小事情，只有把每一件小事都做好，才能更好的成就大事。在这个实践的过程中，我也发现了自己很多的不足，比如，与人沟通的能力还不是很强，不能很好的处理一些突发的状况，不能很好的与同事之间快速的协作磨合。这就要求我，还要更加努力的学习，还要不断的增强自己的综合能力，还要不断的学会协同合作，不断锻炼自己的口头表达能力，交际能力。

近几年来，青州市把花卉作为农业四大支柱产业来抓，花卉产业发展迅速。目前，花木栽培面积5万亩，已成为江北重要的花卉生产、销售、集散中心。青州市先后投资1亿多元，在万红会展中心建有占地20万平方米的花卉批发交易市场，10万平方米的花卉展览、交易大厅，展览、交易厅面积居全国花卉市场之首。先后有韩国中花园艺、大汉园景、浙江森禾等20余家国内外知名花卉企业在会区周边落户。全市形成了黄楼、东高、城区三大花卉基地，花卉生产专业户1万多家。从xx年起，每年举办一届花卉博览交易会，连续六届花博会的召开，取得了良好的社会效益和经济效益。

杨姑桥村与花卉基地黄楼镇仅一河(弥河)之隔，距万红会展中心也只有10分钟的车程，居于这样的区位优势下，许多村民，建起了大棚，种起了杜鹃等花卉，不仅解决了村民的就业问题，更成为杨姑桥村农民增值创收的又一途径。

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)七**

在即将结束的大三学习中，我终于迎来了本专业第一次实习。实习之中，学院为我们这次实习能胜利圆满的完成指导员老师和院领导交代了注意事项。第一重要的还是安全。毕竟安全第一！而实习也是大学生活的第二课堂,是知识发展的源泉,是检验真理的试金石,也是锻炼成长的有效途径。一个人的.知识和能力只有在实习中才能发挥作用,才能得到丰富、完善和发展。由于这次实习的时候锦江佳苑3栋才刚刚做完基础，所以没有参与基础工程实习。以下是我通过这次实习的认识和收获。

自19xx年开始起步，随着我国改革开放的不断深入和交通事业的持续、快速发展，建设监理制度已成为我国公路、水运工程建设中不可缺少的重要环节，所起的作用也越来越明显。

建设工程监理，即有资质的监理单位接收业主的委托和授权，根据国家批准的工程项目文件、有关法律、法规和监理合同及其他建设合同进行的监理、管理活动。它由监理单位对承包单位在施工质量、建设工期和资金使用等方面，代表建设单位实施监督。监理单位即监理公司，是指具有法人资格、并取得交通主管部门颁发的公路工程施工监理资质证书，从事工程监理业务的经济组织。它是监理工程师的执业机构。监理工程师需经全国统一考试合格，取得《监理工程师资格证书》并经注册登记。他是代表业主监控工程质量，是业主和承包商之间的桥梁，这不仅要求执业者懂得工程技术知识、成本核算，还需要其非常清楚建筑法规。在监理工作进行时，还需总监理工程师一职，他由法定代表人书面授权，全面负责委托监理合同的履行，主持项目监理机构的监理工程师。此外，监理人员还包括专业监理工程师和监理员，但对于信息系统工程建设的全过程监理的质量，总监理工程师的作用至关重要。总监具体工程项目施工过程中，应做到诚信服务，事前予控，重视工程工地例会。

建设工程监理经招投标，签订合同同时任命总监、组成更建理班子，再由总监监理具体规划，并按施工要求建立建立实施细则，便能进行质量监控。在质量监控过程中，需做到精心策划，事前予控；认真履行事中检查验收；实事求是进行评定。建设工程监理的主要内容是：控制工程建设的投资控制、建设工期控制、工程质量控制；进行信息管理、工程建设合同管理、安全管理；协调有关单位之间的工作关系，即“三控、三管、一协调”。其主要建理制度包括：开工申请，图纸会审，材料报验，分项验收、屏蔽验收，会议制度，资料管理和开工停工令。同时，监理工作须具有服务性，独立性，公开性和独立性，以保证监理工作正常而高效的进行。

目前，虽然建设监理制度已经在全国范围内推行，但业主、施工单位和质量监督机构对实行工程监理的意义及其重要性还是缺乏认识，对监理人员的地位及与各方的关系也不甚了解。有些业主认为监理人员是自己的雇员，必须为自己的利益着想，按自己的要求办事。质量监督机构认为监理人员代替了自己的职能，因而忽视了对工程质量的监管。由于对监理人员工作的模糊认识，使工程建设各方在关系的协调上不顺畅，监理人员的决定不能实施，监理效果不够理想，工程质量监督工作出现漏洞。当工程出现质量问题时，还容易出现互相推诿扯皮的现象。

实行建设监理制度是我国建设领域的一项重大改革，是我国对外开放、国际交往日益扩大的结果。通过实行建设监理制度，我国建设工程的管理体制开始向社会化、专业化、规范化的先进管理模式转变。这种管理模式，在项目法人与承包商之间引入了建设监理单位作为中介服务的第三方，进而在项目法人与承包商、项目法人与监理单位之间形成了以经济合同为纽带，以提高工程质量和建设水平为目的的相互制约、相互协作、相互促进的一种新的建设项目管理运行机制。这种机制为提高建设工程的质量、节约建筑工程的投资、缩短建筑工程的工期创造了有利条件。

在接下来的实习中，我们对给水排水工程工程施工进行了学习。

总所周知，在任何工程项目中，设计与施工都是创造性的工作，两者相互配合，相辅相成。

**精选大学生顶岗实习心得总结(精)八**

像很多中国的娃娃们，我们都有一种经历叫高考。而我上了个毫不起眼的二本学院。想想当时得知被这所大学录取时，我淡定的令人不可思议。把握儿地被第一志愿的学校录取，把握儿地被第一专业录取，但自我明白，那与西外擦肩而过的痛苦，叫后悔莫及。记得当时大大小小我共有7个包包，除了务必的衣服鞋子之外，零零散散的还有些自我难舍的小东西。毕竟第一次出远门，第一次跨两个直辖市，四个省去读书。

我们提前4天就到了学校。站在即将成为我学习生活的学校中，我心灰意冷。破旧的教学楼，落后的硬件设备，完全与我心目中的大学形象背道而驰。复读涌现脑中，但爸妈立即打消了我的这个念头，他们不断的鼓励我“英雄不问来源!”就这样，我注册了。

为期12天的军训，除了到部队打了5发子弹，让我很满意，其余的简直令我不能忍受。懒懒散散的学生，好不严肃的教官，不时的让我陷入痛苦的回忆，想起当时报考的失误。开学典礼的时候，按流程新生都要进行入学宣誓，不外乎就是什么要坚持这个，不做那个的，但当读到，我是\_\_的学生时，我的眼泪瞬间流了出来。那是种付出了，却与梦想遥隔千里的凄凉之感。在那里想告诫学弟学妹，想要让自我不后悔，拼分数是很最关键的，报考时不仅仅需要谨慎也需要勇气，因为分数线的不确定性，要求在估准分数的前提下，坚持自我的梦想学校，防止放榜时后悔。

随后，社团，学生会等等五花八门的学生自治组织招新，冲淡了满是悔恨的日子，渐渐让我发现大学其实挺丰富多彩的。经过层层面试，以及考核，很荣幸地加入了俩个声誉比较不错的，自我喜欢的组织。经过我半年的体会，想告诉将要上大学的学弟学妹们，学生组织，就像是一个丰富生活的业余爱好，但没有足够的热情和兴趣，还是不要盲目报名。因为在美其名曰锻炼自我的背后，它也在毫不留情的剥夺你的自由时间。

半年的大学生活，享乐和内心的挣扎一样，一向没有间断过。由于没有很好的理财，和较高的自制力，半年花了家里不少钱。除了必要的一日三餐，每一天零食不断，买衣服，其余的花销就是和朋友混。在外国语学院，什么都缺，就是不缺女生。因为我参见的活动相比较较多，认识了几个聊得来的男生朋友，这点让我的室友很是羡慕。没课或放假，我们就会找各种理由，逃离学校，看电影，逛超市，压马路，吃饭，到游戏厅...

因为身边除了舍友外，朋友多是男生，在获得友情的同时，不免有时也想入非非。记得当时我和这个男生刚认识的时候，我没有什么好感。但他却处处表现出对我很热情，给我讲他的情史，还说他单身。有事没事就要请我吃饭，当然我不一样意。然后他就拜托我事情，再请。渐渐的我们的联系多了起来，透过相处，我发现他很全能，体育很强，也有一些我不具备的品质。他没有直接说过喜欢我，但我隐隐约约的感觉，我仿佛喜欢他了。很多次，都想告诉他，因为女生的矜持，之后还是没有开口。原因是我发现他其实与他的女友还联系，我最不能容忍这种男生，所以什么都免谈。

大学生活不是没有压力，但这种压力不是外人给你的，而是你就应自我去寻找的。浑浑噩噩的过了近一个学期，期末考仿佛像所有第一次一样，不期而遇。备考周，没有疯狂的备考，只是在睡的头昏脑胀的时候，随便抓起一本书，看几眼，摇摇头，继续乎觉，重复七天七夜。可是之后的成绩，令我们无语。惭愧的说，我们宿舍四个人，俩个人有挂科的。而我，自我明白，有一科也是在挂与不挂的边缘，是教师给我了我改造的机会。记得当时教师在qq上是这么和我说的：只是不用补考那么麻烦了。

大一，生活真的很丰富。搞小买卖(赔了)，拉赞助，组织联谊，邻城游玩，坐过山车，选课，泡图书馆，交朋友，或是点儿背挂科，等等在别的地方无法经历的事情，在大学，都会经历。但要明白在经历这些的同时，我们也在经历着我们的青春。玩能够改天，吃能够改天，可是青春却不能改天，改天就是老去。身处人生中最完美的时段，在体验祖父辈乃至祖辈没有体验到的多彩生活的同时，我们就应思考，明天是什么。我不想自我因为没做什么而后悔，经历了这么多，我明白自我该坚持什么，该放弃什么;该看清什么，该不谈什么。最终送自我，也送给正在像我一样混大学的朋友们一句话：自我把握。

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！