# 推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)(六篇)

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2024-12-09

*推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)一您好！今向贵单位推荐我系毕业生xx同学。xx同学在高考时时以xx分的优秀成绩，升入xx大学。大学四年，他不仅学习成绩始终名列前茅，而且积极参加学校各项活动，品德优秀，是本年级学生中的佼佼者。他掌握了较...*

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)一**

您好！今向贵单位推荐我系毕业生xx同学。

xx同学在高考时时以xx分的优秀成绩，升入xx大学。大学四年，他不仅学习成绩始终名列前茅，而且积极参加学校各项活动，品德优秀，是本年级学生中的佼佼者。他掌握了较强的专业知识，并把理论知识运用到实践中去，期末总评成绩名列年级前茅，获得优秀学生奖学金x等、x等各x次，荣获x级xx学生称号。

他兴趣广泛，爱好多样，积极参与校内外活动。他能写一笔好字，获过xx书法比赛x等奖。他爱好美术，他的画在校内校外都获过奖，体现出他超强的想象力。他爱好体育，羽毛球、足球，游泳。他有良好的读书习惯，文学名著、杂志、报纸他都有阅览，有自觉读书的习惯。课外知识丰富。因为爱好，所以全面，因为厚积，所以才华出众。

他很谦虚，不张扬，始终默默地努力，脚踏实地学习，一丝不苟。平日言语不多，但课堂上与老师互动，非常主动，探讨问题，发表见解，语惊四座。他心地善良，不自私，善解人意，同学关系好。

学校组织义工活动、赈灾等活动，他表现优秀，有强烈的社会责任感。他虽然年纪轻轻，但他的为人处世，踏实作风，淡薄名利，显现出他很成熟。

也许该同学并不是最优秀的，但他会是最努力的！我深信他会在最短的时间内为贵公司创造最大的效益。

推荐人：xxx

xxxx年xx月xx日

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)二**

尊敬的各位老师，各位家长，各位来宾，

亲爱的20xx届毕业生同学们：

大家好!对各位即将离开校园的毕业生而言，今天的毕业典礼，是你们人生中的一个重要时刻。在你们完成学业、整装待发之际，我代表学校向你们表示衷心的祝贺!向悉心培育你们成长成才的老师和家长们致以诚挚的敬意!

同学们，毕业季的校园总是亮点不断、惊喜连连：你们用400多人集体拼出的“i ? sufe”，表达了对母校最深情的告白;你们用串联起校园地标的“毕业跑”，重温了大学生活最生动的记忆。今天，当离歌唱罢，拨穗礼成，你们就将奔赴人生的下一站。此时此刻，相信大家都已经为自己的梦想收拾好了行囊。在未来的日子里，无论你想成为怎样的人，无论你想过怎样的生活，都希望你能坚定地追随自己的内心，任何时候都不放弃梦想。

谈及梦想，有人说，这是一个梦想泛滥的时代，每个人对此都能如数家珍，滔滔不绝;也有人说，这是一个梦想缺失的时代，多数人缺乏应有的坚持，总是流于想法、沉于安逸，甚至堕于苟且。那么，作为新一代“上财人”，大家究竟该如何看待和追求自己的梦想?又该在梦想起航前怎样做好心理建设?借这堂“最后一课”，我想与大家分享自己的看法。

首先，寻梦须有志，梦想的“称重机”是责任与情怀。

歌德说:“不要怀有渺小的梦想，它们无法打动人心”;爱尔兰人也有句格言：“伴随着梦想而来的是责任”。人的一生中责任无处不在，小至对家庭、亲朋，大至对社会、国家。百年中国，从“站起来”，到“富起来”，再到“强起来”，展现了几代人为民族复兴顽强奋斗的艰辛历程。作为将参与和见证百年中国梦最终实现的年轻建设者，你们生逢其时、重任在肩，你们的个人梦想天然地、历史地与“中国梦”紧密联系在一起。

回首我校近百年的办学历程，一代代上财人以国家民族的兴衰为己任，以经济之学服务社会、匡助社稷，在振兴中华的伟大实践中成就自己的梦想。我校1954级校友、校董会名誉主席、原新疆生产建设兵团司令员金云辉就是一个很好的典范。大学毕业时，他带头响应“到艰苦的地方去，到祖国最需要的地方去”的号召，坚决要求赴大西北支援边疆建设。

在疆期间，他曾做过财务、当过秘书，通过从基层做起，向实践学习，终究找到了广阔的用武之地。他曾这样写道，“虽然那里当前的经济还不够发达，生活还不够富裕，但我们热爱它、建设它、保卫它的意志和信念没有动摇过”。正是在这样的梦想与使命指引下，他克服了初到边疆时“十年才能回家探亲一次”的思乡情绪，抵御了改革开放后大批支边人员“孔雀东南飞”的浪潮影响，用数十年如一日的坚守与行动，将自己的青春和热血全部奉献给了边疆建设事业，也由此成就了自己充实而灿烂的人生。今天，我们欣喜地看到，在你们当中，也不乏有梦想、有担当、有情怀的上财人——他们在艰苦而充实的军旅生活里铸就青春无悔，在“暖冬计划”“爱在财大”“一米阳光”等志愿服务中书写大爱无疆。

心有多大，舞台就有多大;梦有多远，人生就有多远。情怀入梦、家国在心，把自我人生价值的实现同国家的前途命运紧密联系起来，这才是个人梦想的“试金石”和“称重机”。“上财”二字赋予你们的，不仅是深厚扎实的专业素养，更是“经济匡时”的抱负与情怀。正所谓“得其大者可以兼其小”，希望你们敢于立大志、善于做小事，眼前做减法，长远做加法，在广阔的人生舞台上演绎自己的精彩!

其次，逐梦须有行，梦想等不来，只能靠脚踏实地干出来。

寓言大师克雷洛夫说过，“现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，行动则是架在河上的桥梁”。在我们身边，有的人经常抱怨却不曾谋求改变，有的人总在等待时机成熟却永远也等不来。于是，很多人带着梦想活了一辈子，却终究只是纸上谈兵、画饼充饥，甚至主张“梦想不是用来实现的”。殊不知，实现梦想的关键正在于果断行动，让梦想像种子，萌芽生长，伸出地面，寻找阳光。

我校公管学院20xx级博士生田志伟正是一位踏实的“行动派”。在校期间，他参加了7项省部级及以上课题的研究，发表了15篇高质量论文，主编或参编8本学术著作，还获得各类奖项14项。由他创建和指导的“公共政策与治理研究院学生创新团队”，先后摘得全国大学生挑战杯竞赛一等奖、德勤税务精英大奖赛论文一等奖等桂冠。这张“高颜值”成绩单的背后，是田志伟对于学术梦想的执着深耕和不懈追求。

用他自己的话说，学术思考犹如空气，每天都得有。为此，他总是在图书馆一呆就是一整天，常常与同学讨论到面红耳赤、忘了时间。正是有了这份“每天一点小进步”的行动与坚持，才使得他的学术素养和科研能力在积淀中不断提升。他还通过组建和引领团队攻坚创新，实现了以行动带动行动、以梦想唤醒梦想。这让我们更加相信，在实现梦想的道路上，一个人的努力，是加法效应;一个团队的努力，是乘法效应。

空谈误国，实干兴邦。梦想唯有被付诸行动，才有价值。身为年轻人，与其羡慕别人的成功，不如为了自己的梦想奋力一搏。正如徐特立先生所言，“台阶是一层一层筑起的，目前的现实是未来理想的基础。只想将来，不从近处现实着手，就没有基础，就会流于幻想”。为此，希望你们做思想的巨人，更要做行动的强者，一步一个脚印地向着梦想前行。

最后，圆梦须有恒，梦想的实现从来不会一帆风顺，不要让你的梦想死在成功的前一天晚上。

圆梦之路并不平坦，往往布满荆棘险阻，也充满引人放弃的各种诱惑。面对困难和挫折，很多人恒立志，却难以立恒志。如雨果所言，“世人缺乏的是毅力，而非气力”。为此，凡成大事者都有超乎常人的意志力和忍耐力。今天的每一位“人生赢家”，都曾饱尝过奋斗岁月的酸甜苦辣。

我校1988级贸易经济系校友、珠海健帆生物科技有限公司董事长兼总经理董凡的创业经历，便是最好的印证。二十多年前，他大学毕业，进入当时的知名药企珠海丽珠公司。十几年前，他倾其所有，带领60余名职工出资买下了严重亏损的丽珠医用生物材料厂，全力开拓医药行业的新产品血液灌流器市场。

今天，他领导的健帆生物已成为产品市场占有率超过80%的“中国血液灌流”之王，并于今年春季成功上市。然而，在改制之初，企业曾连续5年亏损，董凡承受了贷款发放工资的压力，经历了借钱还债的窘迫，也体验过寄人篱下的苦涩。但他始终坚定信念，奋力前行，凭借着坚忍不拔的毅力和自主创新的执着，改写了中国在这一领域远远落后于发达国家的历史,开创了挽救生命、造福后人的事业，成为了“百折不挠的草根创业英雄”。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。成功从来都不是一蹴而就。梦想唯有经历坎坷，才更加接近成功;人生唯有经历打磨，才更加具有意义。正所谓“行百里者半九十”，不管生活将以怎样的方式去考验你们的意志、稀释你们的梦想，都希望你们内心强大，迎难而上，百折不挠，向失败讨经验，不断开拓人生的新境界。

同学们，青春不散场，梦想正远航。希望大家以敢想敢做不怕输的勇气，去享受追求梦想的过程，不忘初心，不负此生。我期待着你们通过不懈努力，站在离梦想更近的地方，去续写百年来上财人“寻梦有志，逐梦有行，圆梦有恒”的动人故事，去唱响属于自己的欢乐颂!

生活不只是眼前的苟且，还有诗和远方。请记得，在追逐梦想的路上，母校永远是你们的心灵驿站和精神家园!欢迎大家常回家看看!

谢谢!

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)三**

各位领导、老师们、同学们：

大家上午好!今天是个特殊的日子，我们相聚在这里，为即将离校的20xxx届毕业生举行隆重的毕业典礼;今天也是个值得庆祝的日子，它意味着同学们大学生活的结束，昭示着新的人生历程的开始。

此时此刻，在对你们表示祝贺的同时，我最想表达的是诚挚的谢意：感谢你们当初的选择与加入，让学校更具活力;感谢你们的勤勉和朝气，令学校更添魅力;感谢你们的付出和成绩，使学校更富实力。希望你们永远珍藏大学生活的难忘时光，珍惜彼此结下的深情厚谊，用青春的激情、执着的信念、过硬的本领，开创更加绚丽的人生。

首先我介绍一下参加今天毕业典礼的各位领导xx他们是你们毕业仪式的见证人，也是你们美好明天的祝福者，请大家以热烈的掌声欢迎他们的到来。

毕业，是当我们以后孤寂时候，带着微笑和遗憾去回想时的副词;毕业，是我们夜半梦醒，触碰不到而无限感伤的虚词。若干年后，假如我们还能够想起那段时光，也许这不属于难忘，也不属于永远，而仅仅是一段记录了成长经历的回忆。下面有请xxx为毕业晚会致辞，掌声欢迎!

xxx的讲话让我们收获颇多，下面请观看下一个节目：大一[开场舞：西班牙斗牛士]

那年的夏天，阳光已经打在毕业的脸庞上，白桦林的微风告诉我们，这已是该说再见的时候。请欣赏歌曲连唱《那年夏天》。

同学们，毕业晚会到这已接近尾声了，我在此衷心地祝愿所有同学拥有一个美好的未来!

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)四**

各位亲爱的同学、尊敬的老师们：

大家好!

我们大学成功地培养出第一批本科生，并将在此给你们颁发我校的第一批本科学业证书。在此，我谨向我校的第一批本科生，和本届毕业的其他毕业升，表示最真诚的感谢和最诚挚的祝贺。同时，谨向培育你们成长、成才的各位老师和广大亲友，表示最崇高的敬意和祝愿，向长期关注、关心、支持我们学校跨越发展的社会各界朋友，表示最衷心的感谢!

此时此刻，作为年轻的你们，自然有毕业典礼上的发言的惬意，作为年轻的大学，也有着“择天下英才而教之、不亦乐乎”的喜悦，在这“惬意”和“喜悦”交汇融合之后，就有了我们今天的隆重聚会。

同学们，当你们告别大学生涯，激情满怀地走向社会之际，我们的心头都有这无限的感慨。在这临别之际，我谨赠送你们三句话。

第一句：天道酬勤。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。

东汉时的孙敬，年轻时勤奋好学，每天从早到晚读书，疲倦得直打瞌睡，他怕影响自己的读书学习，就想出了一个特别的办法。找一根绳子，一头牢牢的绑在房梁上，当他读书疲劳时打盹了，头一低，绳子就会牵住头发在毕业典礼上的讲话稿，这样会把头皮扯痛了，马上就清醒了，再继续读书学习。还有有一个人名叫苏秦，年轻时，由于学问不多不深，曾遭到别人的嘲笑，于是下决心，发奋读书。他常常读书到深夜，他也想出了一个对付打盹的方法，准备一把锥子，一打瞌睡，就用锥子往自己的大腿上刺一下。这样，猛然间感到疼痛，使自己清醒起来，再坚持读书。相信大家都很熟悉，这便是悬梁刺股故事，天道酬勤，孙敬和苏秦都成为当时有名的政治家。

几年来，教室里琅琅的读书声，树阴下苦背英语单词的背影，曾给我留下了很深的印象，今天，令人羡慕的学士服证实了“一分耕耘一分收获”的真谛。当然，昨天的一切辉煌以骄傲，都已成为尘封的过去，已不能代表你未来的任何因素。你们唯一的选择，只有依靠几年的学习生涯中，增长的见识、锤炼的品格，陶冶的情操，作为你们今天展翅飞翔的基础，在新的起点上，脚踏实地地敢闯敢干，阔步走向社会，接受社会这个检验人才基地的检验，才会取得你未来人生中真正的成功和辉煌。

第二句：学无止境。从今天开始，你们以前的所知所学所长，也许将成为你们未来人生道路的助跑器，但也许你们曾经引以为傲的专业只是将在工作中没有施展之地。我也有很多出色的学生，他们的出色不仅表现在学校期间的认真学习和出色的考试成绩，更为重要的是他们有学无止境的学习精神，踏上社会后依然不忘学习，现在他们都已成为各条战线上的顶梁柱。阿基米德说过：“给我一个支点，我将撬起整个地球。”心有多远，天就有多高。只要我们志存高远，勇攀高峰，只要我们始终保持一颗学习的心，我们就一定能在自己的职业领域里取得令人瞩目的成就。在未来的职业之路上，我们只要仍然坚持学无止境的原则，不断探索、不断学习，我们就一定能取得成功与辉煌。

第三句：竞争无情。有这样一个故事：一只野狗在追一只小兔，最终野狗也没追上小兔。小兔回到家对妈妈说：“今天有一只野狗追我。”妈妈问“追上了吗?”小兔回答：“肯定没追上了，它怎么能追上我呢?那只狗只是为了一顿饭在追我，而我却是为了一条命在跑啊。”是的，在这个社会里，每个人每天都要面对着很多的竞争，承受着很多压力。社会对于任何一个人都时公平的，但同时也都是无情的，想在竞争中生存，你就得有一种比别人更强烈的竞争意识和危机感，能够承受着更大压力。

在社会上，我们绝不能怨天尤人，也不能坐等天救。我们唯一能做的，就是在无数次成功和失败面前，学会如何向社会推销自己，如何在纷繁的社会竞争中扬长避短，使自己处于不败之地，让自己拥有一个施展才能、大展宏图的平台。祝愿你们在这们没有老师指导的课程中，仍然和以往的其他课程一样，取得优异的成绩。

唯楚有才，于斯为盛。同学们，宏图已绘就，号角已吹响，壮志藏心头，扬鞭在脚下。奋斗改变命运，奋斗让我们与众不同，奋斗让我们梦想成真。祝愿同学们，秉持“厚德载物，经世致用”的精神，此去扬帆济沧海，他日把酒共辉煌!

很多人在大学毕业之后就踏上了社会的旅程，大学的时光让人怀念，如何在毕业典礼上不留遗憾?以下是小编为大家搜集整理的大学毕业典礼上的讲话，希望大家喜欢。

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)五**

尊敬的领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家上午好!

今天是一个值得庆祝和纪念的日子，也是一个值得在座所有毕业生永远铭记的日子。我很荣幸又能够在四年后的今天重新站在这里，作为\_\_届毕业生发言!在此，首先请允许我代表所有\_\_届全体毕业生，向辛勤培育我们的各位领导、老师致以最衷心的感谢和最崇高的敬意!感谢你们给予了我们美好的大学时光。

毕业了!从初入校门时“一日看尽长安花”的青涩与开怀，到今天“蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”的喜悦与沉淀。正是在

“博学弘德，自强不息”的校训熏陶下，我们一点点发现着自己的内心，也一点点书写着自己的人生。这里，铭刻着我们青春的记忆;这里，铸就我们未来的动力。

每一年，学校里都有这么几天，伴着酷夏的燥热，校园里处处充满了离别的伤愁。睡在上铺的兄弟，你为他找到理想的工作而高兴，可他明天就要奔赴远方;隔壁班暗恋了许久的女生，终于跟她拍了一张合照，可以后还能见到那一抹笑颜吗?还有许多我们经常亲切称呼的老师，昨天还是那么真实地存在，今天过后很快就会变成回忆了。

这段时间,我最喜欢做的事情就是坐在树下的长椅上与朋友聊聊这四年来的种种。第一次走进校园的欣喜，第一次住进宿舍的无眠，第一次独立处理那么多问题的紧张和解决问题后的兴奋……这些都让我愈发感到对母校深深的热爱和眷恋。曾经，我们抱怨过学校的种种：四十四亩地太小、教学楼太破、夏日燥热的宿舍难以入眠。可是，当这所有的一切都即将成为过去。心中留下更多却是丝丝的遗憾，遗憾没时间多去感受焕然一新的校园，没时间坐在校园的长椅多去聊一聊梦想，没时间多享受一下宿舍崭新的空调。四年的大学时光已逝，马上我们就要挥别母校踏入社会，而校园中所有的一切一切都将与自己最美好的青春一起凝结成一段化不开的回忆。今后，当你与朋友再说起大学时，说到的一定是四十四亩地中无尽的温馨，是缤纷多彩的校园活动，是老师课下与我们的闲谈，是同学每天的玩笑和鼓励。

脑海中还清晰的记得开学典礼上,那时我青涩的发言。转眼间，我们中已有不少人准备好背上行李，去追寻自己的梦想。也许你还没有从学生的身份中转换过来，咬咬牙以一个新的身份去处理问题;也许你会唠叨生活条件还不如大学，想一想只有艰辛的路途才会深深的脚印;也许你会讨厌与他人之间复杂的关系，回头看依然会有旧日的同学和你聊天解闷…太多的也许，但请别太多地抱怨，成功永远不会属于抱怨的人，而是属于那些去克服种种抱怨的人。

最后，我想要告诉学弟学妹们，你们是幸运的,你们拥有比我们更好的校园环境.请一定要珍惜，学好专业知识，纵然专业没有学好，也一定要有一技之长，不要抱着无所谓的态度，永远都要懂得自己该做什么，永远都要明白自己在做什么，永远都要清楚自己做了什么，在青春最好的年华里做让自己无悔的有意义的事情。再见，尊敬的领导和老师;再见，亲爱的兄弟和姐妹;再见，我的母校，我的大学!

最后，我谨代表全体毕业生衷心祝愿：

祝愿我们的母校在新的时代蒸蒸日上，再铸辉煌!

祝愿我们的各位领导和老师们身体健康，工作顺利!

祝愿学弟学妹们的青春时光精彩绚烂，大学生涯繁花似锦!

祝愿\_\_届的毕业生们“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里

**推荐大学毕业生实习心得体会范文(推荐)六**

尊敬的领导：

您好！

我是xx大学xx系的一名学生，即将面临毕业。以下是我的个人自我介绍：

xx大学是我国xx人才的重点培养基地，具有悠久的历史和优良的传统，并且素以治学严谨、育人有方而著称；中山x大学中山x系则是全国xx学科基地之一。在这样的学习环境下，无论是在知识能力，还是在个人素质修养方面，我都四年来，在师友的严格教益及个人的努力下，我具备了扎实的专业基础知识，系统地掌握了xx、xx等有关理论；熟悉涉外工作常用礼仪；具备较好的英语听、说、读、写、译等能力；能熟练操作计算机办公软件。同时，我利用课余时间广泛地涉猎了大量书籍，不但充实了自己，也培养了自己多方面的技能。更重要的是，严谨的学风和端正的学习态度塑造了我朴实、稳重、创新的性格特点。

此外，我还积极地参加各种社会活动，抓住每一个机会，锻炼自己。大学四年，我深深地感受到，与优秀学生共事，使我在竞争中获益；向实际困难挑战，让我在挫折中成长。祖辈们教我勤奋、尽责、善良、正直；中国人民大学培养了我实事求是、开拓进取的作风。我热爱贵单位所从事的事业，殷切地期望能够在您的领导下，为这一光荣的事业添砖加瓦；并且在实践中不断学习、进步。

收笔之际，郑重地提一个小小的要求：无论您是否选择我，尊敬的领导，希望您能够接受我诚恳的谢意！

下页附上我的求职简历及学历证书，盼面谈！祝愿贵单位事业蒸蒸日上！

此致

敬礼！

求职人:

日期：

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！