# 实习第七周周记心得体会(优质8篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-12-18

*实习第七周周记心得体会一经过了又一周的实习，我对办公室的环境和人员有了进一步的熟悉.虽然我们的工作量不是很多，但是我一直保持着清醒的头脑，随时预备着学习。我开始认识到态度之于工作的重要性.无论从事什么性质的工作，认真，细心的工作态度都是必须...*

**实习第七周周记心得体会一**

经过了又一周的实习，我对办公室的环境和人员有了进一步的熟悉.虽然我们的工作量不是很多，但是我一直保持着清醒的头脑，随时预备着学习。我开始认识到态度之于工作的重要性.无论从事什么性质的工作，认真，细心的工作态度都是必须的，没有卑微的工作只有卑微的工作态度。如果我们不改变对工作的态度就会被工作牵着走。对于工作态度的认识，我总结如下：

一小事大做。对待工作，无论是多琐屑的工作，都要全神贯注，认真对待，不能马虎。因为越是细节，越是不会引起重视，就越容易出错。比如像我们做核对文件之类的工作，稍一不慎，就会遗漏，或者登记错误。所以说细心的工作态度是非常重要的。

二平和的处事态度。在工作中，浮躁是最要不得的。尽管每天面对的是简单的反复的工作，容易把我们对工作的热情消磨掉，因此人有可能懈怠下来。但是每一天的工作量视乎事情发展的需要都是不定的，工作的频率也是不固定的，因此需要保持平和的工作态度，调整自己的工作步伐，以便从容应对突发事件。

存在问题：工作技巧不够娴熟，不够细心，办事有点急进。

改进方案：在日常的生活，学习中严肃要求自己，养成认真，细心的好习惯，并把这些好习惯带到工作上。

一直认为，实习每周交的小结都是冠冕堂皇的华丽垃圾词藻，写在blog上的即使粗鄙才是自己最想说的话。

看到这里，似乎静配就是一个无聊的温床，但静配却是我待过最开心的地方，因为静配的人都很有意思。

人物一：金jj

很可惜，枉费我阅花无数，却实在想不出有比她更可爱的mm。金jj的可爱绝对是绿色环保路线，无添加剂无防腐剂无一丝人工的雕琢。最喜欢看到她拿着可口可乐或是被大家逼迫买东西的时候，那种笑的样子实在太可爱了。古龙说：会笑的女人生活总不会太惨。金j又那么善良，对我又那么照顾，嗯，期待你当上静配大姐头的日子。

人物二：邱伯伯

人物三：老王

老王是个女性，大约38岁吧，我猜。我自认为我算看电影看得多的人了，可和看片如呼吸的老王一比，我实在都不好意思和人说我喜欢看电影。老王属于博览群片型，主攻恐怖片，按照她的说法是至今没有一部恐怖片让她害怕。

老王还喜欢看小说月报，产哥虽然头天偷书看被骂，但也不得不在内心佩服下老王的强悍。在小说和电影方面，老王简直就是一部活的百科全书。

实习时候外表被老王称赞过一次，虽然内心知道自己也就中等相貌，但着实还是high了几十秒，至于内容，防止被好男儿fans团扁死，还是忽略吧。

静配的活真是无聊，静配的人真是绚丽，在静配没有一丝的无聊，因为静配的氛围就是那么可乐。

工作了一周，最大的改变就是身份的转换，从一个学生转变成一个职员，经历的是之前所没接触到的，不同之处不仅仅是知识上的不同，还有很多做人处事的原则也和学校的大不一样。毕竟是第一周，对现在的生活很充满新鲜感、期待和幻想，对自己很有信心，这也许是自己的另一片展示自己的天地，或许可以更好的认识自己。

在学校只学习了软件的各工具的使用，或是给一个图让你做，如今接触到的是给你一个要求，一个概念，你得按要求做出效果图，第一份作业就是文字排版，这个还算简单，在学校已经学了这个软件，只要细心就差不多没问题，唯一不同的是在工作中得考虑到材料问题，所以要考虑到实际进去图片大小的排版，这周还做了几个小画面，还初步了解了文泰刻绘这个软件。接触的东西越来越多，对自己很有信心。

时间过得真快，转眼第二周已经结束了，因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及，但是我并没有灰心，也没有觉得大材小用。我想只有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让老板放心，将来才能成就一番大事业。“不积跬步，无以致千里”，“江海不拒细流，方能成其大”“一屋不扫，何以扫天下？”说的就是这个道理。

这周慢慢的进入了状态，做的事多了，单子的类型也不一样了，上周的我只排些小画面，自己这关过了之后还得让老板定稿，原来很多事情做过了记住了下次就简单了，像是横幅的排版，只要记住字的排版格式和字高就可以了，所以第一次做了之后，以后就自己给自己定稿，然后直接发出去加工了，这就是一个跨步，我会努力的，相信自己会学到很多。也会严格的要求自己，争取更大的进步。

第一周：

通过紧张的面试，我终于如愿进入到xx有限公司出纳岗位实习，实习期为三个月。学财务近四载，但真正的接触实际的工作，这还是头一次，心里难免有些忐忑。好在单位给我安排的老师比较理解我现在的心情，马上带领我熟悉出纳的工作流程。xx有限公司是一家以服装生产加工销售为一体的中韩合资企业，往来款项主要以电汇和承兑汇票为主，现金的收付较少。但由于我初来乍到，对很多业务都不熟悉，老师给我讲的第一课便是现金收付时要需要注意的地方。比如收到现金要当面点清金额，还有学会辨别真币假-币，虽然单位有验钞机，但机器只是辅助工具，验钞机检验过后必须在清点一遍。点清金额后，便要开出收款收据，详细写明付款单位的名称、认证填写大小写金额等，在审核无误后在收款收据上签字以及加盖现金收讫章。这一周学的内容不是很多，最主要的还是尽快适应单位的节奏以及熟悉各个部门的工作，以便在工作中能很好的协作。

第二周：

通过第一周的环境适应阶段，我也基本上跟的上单位的节奏了。但仍是对出纳岗位的工作感念有些模糊，之前，我以为出纳只是跑一下银行，算一下现金，认为只不过是些简单而琐碎的工作。在实习过程中的探索和工作后，我改变了原来的看法，即使琐碎的工作也是很不简单的。

这一周我的主要学习任务是“跑银行”。单位收付业务主要是通过银行完成的，所以这一周我的工作量突增，几乎一半的时间是在各个银行之间穿梭。挂号、排队、填写汇款单、取款单。回到单位后，还要打出银行对帐单，然后填写收款收据，加盖银行收讫章。最后便运用到在学校学到的知识了，那便是登日记账。把每一笔款项仔细认真的登记在账簿上。

第三周：

这一周正好赶上月底，我在老师的带领下，对库存现金、银行对账单以及日记账进行了全面的清点，做出现金、银行存款月报表交到会计处。并除去企业必要的零星开支后的多余现金存到银行，当然这个任务一如既往的交到我手上。月初是财务科最忙的阶段，不但要结账还要填制凭证做出报表并缴纳税金，虽然我不是会计人员但也非常忙碌，要把收到的收据、电汇单据、增值税发票、车票等等一系列的单据分门别类后交到不同职责的会计处。虽然紧张忙碌但我也感觉到从没有过的充实，在所有人都忙碌的时候我也身在其中，这让我感觉到我终于成为财务科的一员。

第四周：

加上这一周，我在单位实习了差不多一月了，由于要写毕业设计的原因，我无时无刻盯紧财务科的一举一动，连套近乎带打听的，生怕哪些纰漏被忽视过去，被问起时也是含含糊糊一语带过。终于在老师的“逼”问下，我缴械投降道出实情。在老师的笑声中我有些尴尬。但老师还是帮我拟定题目并指出企业中存在的一些问题，但这些现象也是大多数单位常见的，虽然知道危害性但多数企业还是这么做，这也是不可避免的。这多数企业中自然也包括我在的单位。老师说着还拿出一个夹“白条”的文件夹给我看，文件夹中存放的都是被借用现金后打的白条。老师还开玩笑的说了一句，这正是体现了中国的国情，人情味儿浓重啊！面对老师话，我有些茫然，大的道理我也讲不出来，但总感觉有些气闷。

第五周：

老师马上就要被调到总公司了，我也即将上任，但心里还有有些不确定，不确定能否胜任这项工作，不确定是否和能同事相处愉快，但“师傅领进门，修行在个人。”即使再忐忑，也终需一个人面对。老师走之前嘱咐我，掌管钱不是小事情，所有与钱有关的东西都必须仔细认真，一旦发生无误损失的不单是公司，我们自己的损失更严重，以后有什么问题三思而后行，遇到不懂或是不确定的要及时打电话问我。原来，一个好老师并不只是教会你业务而是让你明白自己肩负的责任。

第六周：

老师走后，我便独立完成自己的工作。每天提前到单位，打扫完卫生，迎接一天的忙碌。单位的业务往来很频繁，所以即使的开出发票是必要的。进入发票管理系统，核实剩余发票张数，然后把购货方积攒的几笔销售认真核实后，开出发票。记得第一次开发票时，按照老师的要求先转换税额，把含税金额转换成不含税金额，输入购货方资料然后打上销售商品批号已经数量金额等，最后确定填制人审核人，完成这些后，拿出一张空白发票对齐，紧贴着打印机边缘放入。原本以为一切都很完美，谁知打出来后才发现打出的字体都不在本栏内，统一向上挪了一行。老师无奈，把这次的发票作废后又取出一张新的，并且很严肃的告诉我，这是本月作废的第三章发票了，这时我才知道一个月只能作废三张发票。现在自己开发票，依然如第一此时那般紧张，为了防止重蹈覆辙，我先把发票打印到一张废纸上，把发票那下一联附在上面，确认没问题后，才正式打印。现在想来无论何时，谨慎都是有必要的。

**实习第七周周记心得体会二**

会计实习中，我们学习的是如何将理论知识应用于实践，学习如何将工作做到尽善尽美。今天，我们是时候准备一下会计的实习周记了。你是否在找正准备撰写“会计实习周记第七周”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

学校为了加强我们对所学理论知识的理解和掌握，于大三第一学期末即200\_\_年\_\_月\_\_日至\_\_\_\_日安排了一项分散实习，有关会计岗位的实地实习。基于学校安排，在边丽洁老师的指导下顺利地完成实习。于200\_\_年元旦过后直接去唐山会计事务所实习。该事务所办公地点在唐山市路北区建华西道1号，实习期间先了解事务所的总体情况，然后跟着出纳学习，最后跟会计实习。实习的目的：把所学两年半的理论知识与实际操作结合起来，找出差距，看应如何处理所发现的问题。总结一下所学专业知识的不足之处，不扎实的地方，找出需要重新巩固的知识，学会了和同事沟通，以及在社会工作中应该如何为人处事。

实习的内容：先了解事务所的发展史以及各个机构的设置情况，事务所的规模、学习;最后是跟着会计实习，看会计如何处理业务。实习的心得体会：刚到单位时，感觉同事们都很随和，很好相处，感觉社会并不象别人所说的那么险恶，对社会又充满了信心。事务所的指导人给我耐心讲解了有关事务所的概况、规模、机构设置、人员配置等等，使我认识到对一个大事务所也只能是从整体上认识了解一下，至于内部具体的细节是怎么也弄不清楚的。先对事务所有个大概了解，再对自己的岗位工作有所认识，要知道事务所设那个岗位的目的，要达到预期的效果，才能保证事务所的正常运行。在财务部跟随出纳实习时，先了解事务所的财务制度，国家对库存现金的规定，以及收、付现金需要遵循的程序。看着出纳工作自己也很是高兴。出纳收到收到收款单据时审核手续是否齐全，然后收款，点两遍现金，然后向交款人说明金额，并分币种放好。若需要找零钱也需点两遍，然后在原始单据上盖现金收讫章，留下记账联，将其他的交给对方。然后编制现金收款凭证，登记现金日记账。这一程序和我们在学校学的理论一样，要分清责任，按规定处理业务。

实习期间没有涉及到有关报税的问题，如果涉及到了，应该能学到好多知识，毕竟以前的会计岗位角色模拟实验中没有涉及到太多的有关税的问题，而在事务所中，对会计而言，税是一个比较关键的问题。实习期间还是学了不少社会知识，要多感谢实习指导人、事务所出纳、会计的关照和帮助以及实习指导老师的细心教导，耐心讲解。发现的问题和建议：在此次会计理论与实际相结合的实习工作中，确实让我们学到了不少书本以外的知识，让我们对这两年半的会计学习有个总结，当然也发现了不少问题。出纳看似简单的工作若不细心还是不能胜任的。出纳的工作不难，但有些步骤是必须要遵守的，有时出纳为了省事就省略几步，在工作中这也是很常见的，看是否会影响责任分担以及业务处理是否顺利，若无影响的话，那样做还能提高效率的，若有影响，则需按部就班的一步步操作。

跟随会计实习，需要提出一点，事务所员工也代表事务所的形象，以人为本，在做好自己的本职工作外还要处理好同事间的关系，营造一个紧张而温馨的工作环境，工作起来才会比较愉快，效率才会有所提高。还要给实习生以及外界人员留一个好印象，对事务所的顺利发展应该会很有利的。我们还未步入社会，好多事情尤其是工作上的事没有具体处理过，不知会不会做好，能不能圆满完成任务，这就要求我们对自己要足够了解，要有深层次的认识，有的工作可以直接说我可以做到、可以做好，但有的工作心里不是很有底时就要好好客观衡量自己，看能否完成，不可夸下海口也不可低估自己的能力，埋没自己。综上所述，在这次实习期间达到了预定的目的，大量的会计专业知识与社会知识相结合，既巩固了专业知识，又学会了社会知识，对我们不久的就业很有帮助。

通过这次实习，对出纳、会计等岗位有了一个深层次的认识。我找到了自己专业知识的漏洞，对好多基础性的知识不是很肯定，需要重新回顾、学习。对会计岗位人员要求的耐心、细致有了切实的体会，对于自己浮躁的心里也需要调整，把心态整理好，对自己有正确的认识与评价才能清楚自己适合什么样的工作，明白自己需要努力的方向。学会了人与人沟通需要一定的技巧。这次实习为我们步入社会奠下了基础，为我们就业找工作指明了方向。

我的大学生活已接近尾声，回顾大学三年所走过的路一种莫名感慨油然而起。大学三年中在良师的精心指导下我刻苦努力，不断充实自我为我踏入社会打下了坚实的基矗。

在校学习成绩虽然不是非常好，但我能够端正了学习态度，认真对待学习。通过大学三年努力学习《基础会计学》、《中级财务会计》、《会计电算化》、《成本会计》、《管理会计》等各门课程我系统地掌握了本专业所必需的基本理论、基本知识、技能和方法。在此基础上，结合专业特点及工作实际，加强了会计、计算机应用能力的锻炼，能够熟悉运用会计电算化软件(如用友、金碟)，并能熟练操作windows系列操作系统和office系列办公软件(如word、excel)。

在思想道德上，我能够友爱同学，尊师重道，乐于助人。生活很简单，你尊重别人，别人也会尊重你;你帮助别人，别人也会帮助你。这是我的信条，因此，在我遇到困难时，老师同学们都给予我一些帮助。

我的性格：温和、谦虚、谨慎、开朗，缺乏冒险精神。由于性格特点，我不能是孤胆英雄，而是团队的小兵。我相信个人的力量远不如团队力量，一个人能力是有限的只有在团队里，他才能发挥无限的潜能。

“逝者如斯夫”大学生活纵然是美好，但我的未来不在这。大学是我学业的一个终点，也是我人生的另一条起跑线，所以我以饱满的热情、坚定的信心迎接更好的明天。

**实习第七周周记心得体会三**

第一段：引言（150字）

实习第七周即将结束，回顾这一周的实习经历，我既有了新的收获，也遇到了新的挑战。在这段时间里，我感受到了职场的压力和竞争，但也学会了如何与同事合作、解决问题。通过这一周的实践，我更加坚定了自己在这个行业发展的决心。

第二段：进一步分析实习的经验（300字）

在这一周的实习中，我参与了一个大项目的策划和执行工作。由于该项目的复杂性和紧迫性，我不得不在有限的时间内高效完成任务。虽然一开始遇到了一些困难和挑战，但在同事们的帮助下，我逐渐融入了团队，并且提高了工作效率。我学会了如何与团队合作，分配任务，及时沟通和反馈。我还发现了自身在项目策划和执行中的不足之处，例如缺乏全局观念和时间管理能力。这些经验让我明白了在职场上，除了专业知识，还需要具备重要的综合能力。

第三段：解决问题的探索（300字）

在实习期间，我遇到了许多问题，挑战了自己的思维方式和解决问题的能力。例如，项目中遇到了一些技术性难题，需要我利用已有的知识和经验去解决。在解决问题的过程中，我不断尝试不同的方法，与同事们进行讨论和交流，最终找到了有效的解决方案。通过这个过程，我认识到解决问题需要注重细节和团队协作，同时也需要主动学习，保持持续的质疑精神。

第四段：职场体验的反思（300字）

在这一周实习中，我深刻体会到了职场的竞争性和挑战性。与同事们的交流，我了解到每个人都在不断努力提升自己的能力和价值。这让我认识到自己在职场中不能懈怠，只有不断学习和成长，才能在激烈的竞争中脱颖而出。同时，我也开始思考自己的职业规划和目标，希望能够在这个行业中有更大的发展空间。

第五段：总结与展望（250字）

通过实习第七周的经历，我学到了许多宝贵的经验和教训。我意识到要在职场中取得成功，除了需要具备专业知识外，还需要不断提升自己的综合素质和解决问题的能力。同时，我也明确了自己的职业规划和目标，希望能够在这个行业中发展出属于自己的一片天地。在接下来的实习中，我会更加注重团队协作和沟通能力的培养，不断提高自己的综合能力，为自己的未来打下坚实的基础。

总而言之，实习第七周的经历让我深刻认识到职场的挑战和竞争，也让我明白到自己在这个行业中的不足之处。通过解决问题和与同事们的合作，我逐渐成长为一名专业人士。我相信，在未来的实习中，我会继续努力，不断提高自己的能力和素质，为自己的职业生涯奠定坚实的基础。

**实习第七周周记心得体会四**

本文是关于关于实习周记心得体会，仅供参考，希望对您有所帮助。

从学校到社会环境的转变，身边接触的人也完全变了，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我开始的时候有些彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。可是在与同事的相处中，这种感觉就渐渐消失了，我也很快地融入到了集体中，与人的关系越来越融洽，通过这次的实习我学会了如何与人相处，我相信这对我以后的工作会有很大的帮助的。

我在书本上学过专业知识，似乎已经很好地掌握了，但从未付诸实践过，在实习的过程中，才会体会到自己还有许多的不足，知识与实际的结合做得不好，有许多的地方不懂，这是只要前辈不忙，我就会去向他们请教，他们也总是会耐心的解答，这让我获益匪浅，实习这几个月时间，虽然只是做些力所能及的工作，但我却会认真地完成，并得到领导和前辈的肯定，为公司贡献一点自己力量。

通过这次实习，我学会了许多书本上没有的东西，懂得怎样与人相处，并使我得到了锻炼，拓宽了视野，增长了业务知识，而更多的是在工作中积累各方面的经验，为将来自己要走的路做准备。

今年暑假，怀着期待的心情到我们市里的报社实习，在这宝贵的一个月的时间里，通过老师的帮助，我不仅对专业知识有了更为深刻地了解，同时也学到课本外的实践经验。这些收获对我今后的学习和工作都起到了很大的指导作用，使我受益匪浅。

第一天到日报要闻部报到时，心里有点忐忑不安，看到编辑记者来来去去的忙碌身影，不知该从哪里入手。随手在桌上拿了份报纸看起来。可是报纸总有看完的时候，无聊加透顶。指导我的老师可能因为有点亲戚的关系对我还是比较热情的，对我的鼓励和帮助。可能是因为自己性格的原因，没有跟其他老师进行很好的交流，其他老师的不冷不热让我有些压不过气来。在这方面，回家后我有过深刻的反省，但总好像走不出这个关卡。

从自身方面，首先，实习不是被动的学习，在实习岗位锻炼自己的实践能力，同时也要注意创造性的发挥，和实习单位多多交流，成功转换角色的方法。二是要给自己定好位，在态度上要把自己当成学生，虚心求教;在新闻采访时要把自己当成一个工作人员，爱岗敬业，严于律己，争取多写新闻，多发新闻，维护新闻的客观、公正。三是要多动手写，做记者必须腿勤，笔勤，一个新闻要跑上大半天，和不同的人打交道，然后组织稿件，同时自己要主动动键盘写稿。四是工作要认真扎实，做要做到最好，让读者能够更快更易得到最新的消息。

从新闻专业知识方面，我有几点感触：

一、对于新闻的敏感性

对于地方媒体记者而言，生活，在绝大多数情况下是风平浪静的，缺乏冲突的，在平常甚至庸常的生活中去做新闻，似乎是很多记者不得不面对的现实。在这种情况下，记者的新闻敏感性、新闻发现力、判断力显得特别重要。

新闻源于“发现”，“发现”源于“敏感”，没有敏感，一切将无从谈起。新闻敏感从何而来呢?一要提高理论水平和政策水平，掌握各方面的丰富知识;二要广泛接触实际，了解实际工作中的情况;三要学会比较，有鉴别才有发现;四要随时随地处于采访状态之中。

二、关于新闻题目

简练而贴切，要出彩。题目是新闻的脸面，倘若下一番功夫斟酌，推敲出一个精彩的题目，新闻将会更吸引人，更加具有传播效果，每次写完通讯、消息，最头疼的一件事就是写标题。总是想写出一个出彩的标题，以至于很多时候普通的题目也在思维之外。遇到这样的麻烦，总是会把问题丢给老师。尽管已学过新闻标题的写法。

为此，我查了一下网上的资料，标题的要求第一个是准确，第二个是简约，如何做到新闻标题的准确与简约呢?现在一般性的标题，消息标题主要是以主题和辅题。为了方便现在繁忙的人群，消息的主题一般以实题为主，让读者能够很快的了解消息的主要信息。假若主题为虚题，也会加上个辅题，以提高消息标题的准确性。对于通讯一般也以实题为主，有时也会以虚题为主题。

三、关于通讯与消息的区别

在写人物通讯周汉高时，经老师指点在通讯的开头部分犯了一个严重的错误，误将消息的导语强加到通讯上，写成既不像通讯也不像消息的样式，使得通讯的特点完全没有突出出来。通讯不需要把它的每个点都举出例子，要抓住重点来写例子，例子要简短而有力，将通讯的点归纳起来，抓住重点，将不重要的点结合到其他点上，事例要有针对性，且将事例简要归纳，有些事例可以一笔带过，有些事例用典型事例来写。

四、关于会议新闻

会议新闻把握重点，首先将会议内容重点讲一下，接着是主要领导的讲话，再其次人员的讲话。主要领导的讲话要比其次人员的讲话详细，突出重点。其次再会议内容方面，讲清楚会议要求、会议目的。另外，关于会议的参与人员，如果是市领导，要讲清楚召开会议的人员，如果不是市领导，可以一笔代过，甚至省略不写，只要将出席人员、出席部门讲清楚。

对于地方报纸报道省级电视电话会议，首先记录的时候要抓住重点，谁的话比较重要就要主要记谁的话，对讲话也要技巧性地记录，抓住它的核心词、关键词。在写作的时候，要把地方的内容突出出来，省级不必重点写。

记者跑会议是不可避免的，但“泡会议”只能的来呆板的书面材料，“赶场子”也只能是蜻蜓点水，浮光掠影。拿来材料，鼠标一点，新闻一篇，大名一签，读者爱看不看丢在一边，有人形容这样的记者为“会议记者”、“材料记者”，会议报道再多，也出不了精品杰作来。

**实习第七周周记心得体会五**

军训是新生入学的第一课，是一堂综合素质的提高课。教官每天都准时精神抖擞地出现在我们同学的面前。他们展现了新时代军人的风采，也用自己的行动无声的教育着每一位同学。这一次的军训有着更特殊的意义，通过军训，我们进一步强化了国防意识，增强了爱国热情。

军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进；军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为；军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。军训，让同学们普遍增强了体质，磨练了意志，培养了团结协作的精神，形成了良好的纪律观念，增进了师生之间的了解和情感的沟通，为较快地形成一种积极向上的良好班风和班级凝聚力奠定了基础。

这次军训得到了学校的高度重视，学校制订了严密的活动方案，组织有序，分工合理；学校领导经常到场关心指导工作；提供了矿泉水，让中途休息的同学随时有水喝；医务室全天开放，随时做好医疗服务保障。全体班主任全程跟班，兢兢业业，一丝不苟，全身心投入，与同学们同甘共苦。这些，都是本次军训顺利开展并取得成功的有力保证。

七天的军训虽然结束了，但留给我们的是永远美好的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的理想。经过七天的训练，我们相信，这七天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，挥之不去，我们一定会把在军训中形成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我们的整个人生。

我会珍惜这次军训的经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守信，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进，做一个＂讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好＂的合格的大学生。

军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，我们一定会珍惜这七天的宝贵时间，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，为今后的学习和生活打下良好的思想基础。军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台，让我们做好一切准备，为圆满完成本届军训工作而付出我们所有的努力。

在军训生活中，可以锻炼我们的意志，让我们更加坚强，人生之路非坎坷，所以我须以坚强的意志来踏平这通往幸福之路。所以，我会和同学们一起努力，互相帮助，互相关心，做一个全面发展的人才！

**实习第七周周记心得体会六**

为期七天的军训即将结束了，七天来，各位教官和各位班主任通力合作，全体同学奋力拼搏，取得了圆满成功。在此，我代表学校，对邵阳市武警部队的27位官兵所付出的辛勤劳动表示诚挚的谢意! 向圆满完成此次军训任务的全体高一班主任、新同学表示衷心的祝贺!

同学们,七天以前，你们承诺了，七天以来，你们做到了。同学们以实际行动证明了你们是从众多考生中脱颖而出的精英!在七天的军训中，你们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。训练中，骄阳烈日，晕倒了，稍作休息，立即归队;队伍集合，动作敏捷;站军姿，满身大汗，纹丝不动;队列操练，停止间、行进间，动作、步伐规范;内务整理，被子叠得像豆腐块，鞋子、桶子等生活用具摆放整齐，不光养成了良好的生活习惯，还体验到了作为军人一丝不苟的作风;野营拉练，同学们真正做到了“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”

刚才成功的军训汇报表演就给我们留下了深刻的印象，同学们整齐的步伐、嘹亮的口号、规范的动作、昂扬的斗志，让我们为之振奋、为之喝彩。这是同学们七天以来艰苦训练的成果，是全体承训官兵七天以来辛勤付出的收获。为此，请大家把掌声留给自己，用最热烈的掌声给自己在这次军训活动中所取得的优异成绩表示祝贺!

军训虽已结束，但它的影响是深远的。在高中三年学习生活中，希望同学们以这次军训为新的起点，做到以下三点：

1、认真总结、巩固军训成果，把军训中养成的坚强意志品质、良好的文明礼仪、严格的组织纪律性、集体荣誉观和生活规范保持下去。做文明学生，创文明寝室，争文明班级，建文明和谐校园。

2、养育人性，提高素养。希望同学们高标准，严要求，规范自己的言行，砥砺自己的品格，严格遵守中学生日常行为规范，遵守学校的各项规章制度，养成良好的行为习惯和高尚的道德情操，胸怀祖国，胸怀他人，学会求知，学会做人，学会健体，做一个对社会、对祖国有用的人。

3、珍惜高中三年的学习生活，珍惜青春飞扬的黄金时期，把军训中所表现出来的严格规范、知难而上、百折不回，勤学苦练的精神运用到学习中去，学好科学文化知识，认真落实我校“厚德、砺志、博学、卓越”的校训，以自己的实际行动实现人生梦想!

最后，让我们再次以热烈的掌声对邵阳市武警部队官兵，向为完成好军训任务付出艰辛劳动的各位领导、教官、老师以及全体工作人员致以真诚的感谢!

**实习第七周周记心得体会七**

怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次‘洗礼’完成半个月的校园军训；亲身体验一次军人生活的艰辛。 是同一个梦想让我们走进同一个校园，是嘹亮的‘立正’声让我们来到同一个训练场，我相信同学们和我一样，增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格青年学生。

大家都知道入校前参加校园军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课；它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感；它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上 一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的.基础。

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城；只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚：无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗？还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗？那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神；还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中———“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历……我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀！军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中回荡，动人的旋律从口中有节律的蹦出陶醉着整个操场，回荡在每个角角落落，大家更是用震天的掌声，欢乐的笑语对“歌星”抱于衷心的感谢和真诚的祝福。

欢乐的笑声覆盖了训练的苦累，美好的祝福送给我们尊敬的老师，和辛勤的教官，留给自己是一份回味，一份责任一个个崭新的挑战，一种不懈的努力。

无论怎样的风浪，无论怎样的艰辛，只要我们拥有一种力量一种不屈不挠的精神，我坚信大家一定会步步高升，只要把这种精神贯穿于学习中，相互学习，共同进步，自觉遵守校规校纪，增强集体荣誉感，努力营造一个美好的环境，创造和谐校园做一名遵规守纪的文明的学生，成一个对社会有用的人。

**实习第七周周记心得体会八**

第一周：

通过紧张的面试，我终于如愿进入到\_\_有限公司出纳岗位实习，实习期为三个月。学财务近四载，但真正的接触实际的工作，这还是头一次，心里难免有些忐忑。好在单位给我安排的老师比较理解我现在的心情，马上带领我熟悉出纳的工作流程。\_\_有限公司是一家以服装生产加工销售为一体的中韩合资企业，往来款项主要以电汇和承兑汇票为主，现金的收付较少。但由于我初来乍到，对很多业务都不熟悉，老师给我讲的第一课便是现金收付时要需要注意的地方。比如收到现金要当面点清金额，还有学会辨别真币假-币，虽然单位有验钞机，但机器只是辅助工具，验钞机检验过后必须在清点一遍。点清金额后，便要开出收款收据，详细写明付款单位的名称、认证填写大小写金额等，在审核无误后在收款收据上签字以及加盖现金收讫章。这一周学的内容不是很多，最主要的还是尽快适应单位的节奏以及熟悉各个部门的工作，以便在工作中能很好的协作。

第二周：

通过第一周的环境适应阶段，我也基本上跟的上单位的节奏了。但仍是对出纳岗位的工作感念有些模糊，之前，我以为出纳只是跑一下银行，算一下现金，认为只不过是些简单而琐碎的工作。在实习过程中的探索和工作后，我改变了原来的看法，即使琐碎的工作也是很不简单的。

这一周我的主要学习任务是“跑银行”。单位收付业务主要是通过银行完成的，所以这一周我的工作量突增，几乎一半的时间是在各个银行之间穿梭。挂号、排队、填写汇款单、取款单。回到单位后，还要打出银行对帐单，然后填写收款收据，加盖银行收讫章。最后便运用到在学校学到的知识了，那便是登日记账。把每一笔款项仔细认真的登记在账簿上。

第三周：

这一周正好赶上月底，我在老师的带领下，对库存现金、银行对账单以及日记账进行了全面的清点，做出现金、银行存款月报表交到会计处。并除去企业必要的零星开支后的多余现金存到银行，当然这个任务一如既往的交到我手上。月初是财务科最忙的阶段，不但要结账还要填制凭证做出报表并缴纳税金，虽然我不是会计人员但也非常忙碌，要把收到的收据、电汇单据、增值税发票、车票等等一系列的单据分门别类后交到不同职责的会计处。虽然紧张忙碌但我也感觉到从没有过的充实，在所有人都忙碌的时候我也身在其中，这让我感觉到我终于成为财务科的一员。

第四周：

加上这一周，我在单位实习了差不多一月了，由于要写毕业设计的原因，我无时无刻盯紧财务科的一举一动，连套近乎带打听的，生怕哪些纰漏被忽视过去，被问起时也是含含糊糊一语带过。终于在老师的“逼”问下，我缴械投降道出实情。在老师的笑声中我有些尴尬。但老师还是帮我拟定题目并指出企业中存在的一些问题，但这些现象也是大多数单位常见的，虽然知道危害性但多数企业还是这么做，这也是不可避免的。这多数企业中自然也包括我在的单位。老师说着还拿出一个夹“白条”的文件夹给我看，文件夹中存放的都是被借用现金后打的白条。老师还开玩笑的说了一句，这正是体现了中国的国情，人情味儿浓重啊!面对老师话，我有些茫然，大的道理我也讲不出来，但总感觉有些气闷。

第五周：

老师马上就要被调到总公司了，我也即将上任，但心里还有有些不确定，不确定能否胜任这项工作，不确定是否和能同事相处愉快，但“师傅领进门，修行在个人。”即使再忐忑，也终需一个人面对。老师走之前嘱咐我，掌管钱不是小事情，所有与钱有关的东西都必须仔细认真，一旦发生无误损失的不单是公司，我们自己的损失更严重，以后有什么问题三思而后行，遇到不懂或是不确定的要及时打电话问我。原来，一个好老师并不只是教会你业务而是让你明白自己肩负的责任。

第六周：

老师走后，我便独立完成自己的工作。每天提前到单位，打扫完卫生，迎接一天的忙碌。单位的业务往来很频繁，所以即使的开出发票是必要的。进入发票管理系统，核实剩余发票张数，然后把购货方积攒的几笔销售认真核实后，开出发票。记得第一次开发票时，按照老师的要求先转换税额，把含税金额转换成不含税金额，输入购货方资料然后打上销售商品批号已经数量金额等，最后确定填制人审核人，完成这些后，拿出一张空白发票对齐，紧贴着打印机边缘放入。原本以为一切都很完美，谁知打出来后才发现打出的字体都不在本栏内，统一向上挪了一行。老师无奈，把这次的发票作废后又取出一张新的，并且很严肃的告诉我，这是本月作废的第三章发票了，这时我才知道一个月只能作废三张发票。现在自己开发票，依然如第一此时那般紧张，为了防止重蹈覆辙，我先把发票打印到一张废纸上，把发票那下一联附在上面，确认没问题后，才正式打印。现在想来无论何时，谨慎都是有必要的。

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！