

## 大学生实习心得体会锦集 ( 33 篇 )

### 大学生实习心得体会锦集 篇 1

第一周的实习生活很快就结束了，这一周的实习生活确实是我们实习生活中最重要的一个星期，这周我们实现了从学生的角色开始向一个老师开始转变，这个过程可以说很煎熬，从第一次在班主任王老师的带领下在学生的面前做自我介绍的紧张到话都说不出，第一节的小心翼翼和摸不着头绪，到这周结束十二节，一节纪律组织班会之后的自如应对。可以说实习的第一周是我们教学生活的一个重大的跨越，也是我们在往后实习生活能够顺利进行的一个重要的保证。

这一周我逐渐的和我的学生们建立的基础的感情基础，也开始和家长建立起了基本的联系，班主任王老师告诉我，大胆的去整顿班集体，他也放心的把班集体的一些日常工作交给我。这一周的班级工作管理过程，让我信心倍增，也逐渐摸清了一点班集体中学生的整体状况，也开始有了自己的一系列属于自己的班集体管理办法。

蔚县一中的学生的整体学习成绩比较差，所以在备的过程中，我尽可能的用最通俗的语言去讲解一些知识点，比如我用印度的人口问题和日本的人口问题去让学生们学会去分析他们的不同的人口增长模式。在第一节的时候我告诉学生们学会用生活中的一些基础的生活知识，和学习过的地理和其他学科的知识去解决他们在学习的'过程中遇到的一些地理问题。为此我举例了张家口和北京的人口数量的不同让学生知道，张家口市的人口的数量和北京市人口的数量不同分析，北京人口比张家口多，必然有他人口多的原因，和比张家口市更加有利于人口聚集的条，这些条可以从政治，经济，交通，化等方面去分析。一些地理问题的产生必然有他的内部肌理，要学会从我们的日常生活中去寻找地理问题的答案。这样才能更好的掌握地理知识的学习方法，尤其是我们这学期学习的主要内容都属于人地理的范畴，所以更加注重问题的分析和问题的。

第一周在蔚县的顶岗实习生活很快的就过去了，这一周可以说很累，每天都有很多的工作甚至休息的时间都严重不足，但是这一周的实习过后我也逐渐掌握了实习的节奏，也开始逐渐的融入了当地老师的实习生活。和老师们打成一片。尤其是刚刚开始接手工作的时候，对于我们这些从没有上过4分钟程的新老师说备的过程尤为重要，在备的过程中我们的指导老师李老师和蔺老师对我们的问题知无不言言无不尽，让我们在备的过程中能够很好的分清楚知识的条理和知识的结构，这对于我们能否上一堂成功的说尤为重要。

一周的时间匆匆而逝，这一周也拉开了我在蔚县一中的实习生活，在未来的学习生活中我想我一定能收获很多，得到很多。

### 大学生实习心得体会锦集 篇2

大学结束前的教育实习必将成为大学生活的一个醒目注脚。

我被分到了二中，分工后，我们便去见实习指导老师，然后认班、听课。听了两节课后，指导老师便让我准备讲小小说《窗》，她要我在星期五“开讲”。接下来便开始了认真备课：分析作品、查找资料，准备教案、设计教学步骤呀什么的。先前的失落被紧张赶得无影无踪。

不管我的意愿如何，星期五还是如期地到来了。早上我特地起个大早，早早地赶到学校，认真地重温那几张看了不知多少遍的教案。预备铃响了，我拿起准备好的材料，迈着似乎失去任何感觉的步子，推开了(3)班教室的门。刚进门，我就被学生们新奇的目光看得浑身发毛，总有一种被人偷窥了隐私的那种感觉。我根本没功夫或者更准确地说不敢看清每一张学生的脸。

我终于喊出了我坐在下面听了十五、六年的两个字——上课。接下来我便开始了正常的课堂教学过程：检查预习、分析讲解课文、布置作业。很显然我的语速因我的紧张也不由得跟着快了起来。我准备的材料还没上完40分钟就被讲完了，幸亏课后练习帮我解了围。课后指导老师指导我，说我上课大方、自然，就是我讲得太多了，没有充分地将学生调动起来。后来，我在另一个班上的时候就轻松自如了，我认真的讲解，耐心地开导；学生们也认真地听讲，仔细地思考。

通过实习生活，我深深地感到：教与学的关系真如《礼记》里所讲的那样，即“学然后知不足，教然后知困，知不足然后能自反也；知困然后能自强也。故曰教学相长也。”本以为取到“真经”的我们上节课，一篇小小说，简直就是小菜一碟，想不到一节课，一篇小说有那么多需要我们去细心研究、认真揣摩的地方：哪儿该如剥竹笋一样层层剥开，哪儿可如蜻蜓点水一带而过，哪儿应举一反三，哪儿，哪儿……真是不登台，不知登台之难也。本以为语言水平不错的我上了台才知道自己的语言是多么地笨拙，多么地贫脊。相同的意思不同的表达，就会起到截然不同的效果；同一个问题，用不同的语言，不同的方法也会有不同的结果。“书到用时方恨少”时时侵袭着我，在那一刻，我真想把所有流逝的时光都拽回来，同时也更希望自己不要再虚度以后的时光。

实习生活虽然每天早出晚归很苦，每次上完课后很累，每回批改完作业很倦。但当我看着那一双双求知的眼睛，一张张含笑的脸蛋，一股股朝气便会慢慢地传到我的身上，注入我的体内，我会忍不住喊出声：“值！”

### 大学生实习心得体会锦集 篇3

大学生的第一个暑假，当然，也是我第经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从“融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求精“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎样生存。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入

社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在实践的这段时间内，我帮忙打包装，计算电子产品出货数量，整理待出产品等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去完成，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会让自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同

时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

大学生实习心得体会锦集 篇 4

会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。

通过三年的学习，可以说，所有的有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，认为在实际操作中，自己只要理论运用到实践，就会信手拈来，一气呵成。经过两个月的实习，我才意识到，自己的想法过于天真，真正的会计工作，是不可能用书本知识来衡量操作的，终于体会到了，实践胜于理论这个道理是如此深刻。没有实践，或者我永远都不会以为会计工作是如此的严谨认真，也不会以为作为一名会计人员，需要比其他工作更多的细心与耐心。

在摸索中，为期2个月的顶岗实习结束了。我虚心听取老师和同学的意见，尽我最大的努力认真做好每一件事。我很庆幸我和同事们的关系很融洽。同时我在实习中也发现自己很多的不足。这次实习对我的社会经验、人际关系也有很大的帮助。在短短的2个月里，我学到了很多的东西。这比在学校这么长的时间里学到的更精彩、更丰富。但同时也让我感到自己以前学习得不够认真等一些的问题，这次实习使我加深了对会计工作的认识 and 了解，进一步巩固与发展了专业理论知识，培养了独立从事会计工作的能力，坚定了我从事会计工作的理念。

通过这段时间会计实务的实践学习，我对会计工作中必不可少的基本流程有了不小程度的了解：

- 1、根据经济业务填制原始凭证和记账凭证；
- 2、根据会计凭证登记日记帐；
- 3、根据记账凭证及所附的原始凭证登记明细帐；
- 4、根据记账凭证及明细帐计算产品成本；
- 5、根据记帐凭证及明细帐用逐步结算法中的综合结转法计算出产品的成本。据记账凭证编科目汇总表；
- 6、根据科目汇总表登记总帐；

7、对帐(编试算平衡表);

8、根据给出的相关内容编制本月的负债表和利润表; 9、记账的规则和方法。

同时我更加深刻的认识到作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以我们一定要加强自己对数字的敏感度，及时发现问题解决问题弥补漏洞。

会计工作是比较繁琐而细微的，面对的不是深刻的文字，而是反复出现的阿拉伯数字，很容易产生疲倦的感觉。一旦注意力不集中，就会导致账目记录、登录错误，计算的错误等问题。只有静下心来，认真的做，才不会出现差错。因此，工作的时候，绝对的高度集中注意力，不能分心，不能心浮气躁。不然，效率极低，而且错漏百出。

良好的专业素质、认真的敬业精神、严谨的工作态度、清廉的道德修养，都是对会计人要的基本要求，此外，作为会计人员，对外的沟通力与交际能力，也是要求颇高的。一个会计的综合素质，体现了一个公司的整体水平。

经过这段时间的实践操作学习，我对出纳、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。与此同时，我对会计工作的认识有了更多的提升。会计工作也如同一门艺术一样，要潜心修炼，提高自身，才能得到更多的肯定与承认。仅仅有着专业知识，是无法胜任会计工作的，还必须有着综合素质的修养，才是一名合格的会计人员。只有认识到自身的不足，与会计工作的重要性，才能让自己更了解自己的位置，肩负的责任，与工作的真实意义。也只有坚持不懈，精益求精，才能成为一名优秀的专业会计人。

实习真的是一种经历，只有亲身体会才知其中滋味。课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如果没有学过系统的会计理论知识，不懂得那些专业的财务词汇，要想完成会计工作，是相当的困难。所以在学校的

时候一定要把会计的基本知识学好，出来工作了才能“十拿九稳”。

大学生实习心得体会锦集 篇5

去年夏天，我实习刚刚开始就遇到了厂里的一次锅炉检修。别人都忙的满头大汗，我心里却偷着乐，这可是千载难逢的学习机会啊！

炎炎烈日，谁看见太阳都害怕，可是作为检修工人的却不能因为这些就放弃检修，厂里的生产离不开他们，肩膀上的责任更是提醒着他们。虽然锅炉早已停炉许久，可是炉膛内部仍然炙人。为了学到知识，更好的了解炉膛的结构，我还是硬着头皮钻进了火焰山似的锅炉。锅炉内，检修师傅们汗流浹背，但是他们的干劲却热火朝天，叮叮当当的声音不绝于耳，他们的笑声也阵阵不断。

在锅炉里帮师傅们敲了几十个风帽，我便累的腰酸背痛了，只好出来了。外面真凉快，风吹在脸上，像美丽的姑娘轻轻的吻，那么惬意。可是他们在锅炉里的检修工人呢，谁又能给他们“美丽的吻”呢？我不想做个逃兵，于是又钻进了锅炉一直干到收工。

见到我进来，他们就笑着对我说：“你说你怎么进来了，大学生还用学这个吗？”我看着他们辛苦的样子心里想：检修工人真辛苦啊，他们就是我们工作中最可爱的人！我笑了笑：“师傅您不能这么说啊，大学生更应该从基础学起，只有这样才能学好啊！”

锅炉检修好了，我也累倒了，修了一天班，在床上趴了一天，还阵阵的酸痛，真是想不到，那些可爱的检修工人怎么就能不怕累呢？有那么一首歌，其中唱到“泥巴裹满裤腿，汗水湿透衣背，我不知道你是谁，我却知道你为了谁，为了谁”不是为了咱们的企业更美，我们的员工更富裕吗？“谁最累，谁最美...”我想，在我们厂检修工人最累也最美。

#### 大学生实习心得体会锦集 篇6

我从小梦想就是当一名护士，这一年我怀揣的我小时候的梦想来到了一家医院实习，还记得刚刚踏进医院的那种兴奋和紧张的心情，我终于以一名护士的身份走进了医院，我又怕我做不好，所以又觉得紧张，还好护士长一直在鼓励我，我把全身心都投入在了工作上，虽然在这里实习只有短短的5个月，但是我真的学到了很多，我总结了以下几点：

一、理论知识的问题：以前当的一直是学生，学校是以学生为中心的。而中国式的教育一向是填鸭式的：被动地接受那么多的知识，虽然考试考了那么多次，但现在我的知识在脑海中似乎没了踪迹，只好不断翻书。当在老师的提问下一次次哑口无言时，才认识到自己记的粗浅，没有时间经过的记忆犹如沙滩上的足迹，当时似乎深刻明显，却耐不住时光的清洗。

二、角色转化问题。实习刚开始，很多东西都不了解，虽然以前也曾见习过，但真正的要实际操作了，我仍觉得底气不足。我会不会弄错了，万一弄错了怎么办。干事情总是缩手缩脚，加上跟我一块实习的同学表现都很好，我觉得老师都喜欢她们，事情似乎也轮不到我头上，每天盲目跟着做基础护理，跟着操作。本想说“让我也试一下”，但又不敢。因此，我觉得角色转化是个坎，我一定要努力克服这一点。方法主要是靠主动吧，我发现，只要主动提问，主动提出操作的要求，老师都是很乐意教的。不能再像在学校里那样等着老师要求干什么了。

三、胆魄的`锻炼。面对病人，特别是外科的病人，见到血是经常的，看到病人痛苦地呻吟，特别在操作的时候，心总会提到嗓子眼，因此而小心翼翼，束手束脚，反而会给病人造成更大的痛苦。因此，胆魄得锻炼得大一点，再大一点。胆大心细是我追求的目标，只有准确迅速才能早点解决病人的痛苦。

四、无菌观念和规范化操作。在外科实习这段时间，每个老师都强调无菌观念，因次，我深刻认识了无菌观念，操作中便不自觉地去遵守。而规范化操作也实在是个很保守和安全的做法！至于新办法，创新思维，那也得熟悉情况了再说吧。

五、微笑服务：在这里，我看到的是笑容可掬的脸孔，也都觉得特别地漂亮与可爱，让我有种感觉，如果我是一位病人，我会毫不犹豫地选择住在这里。因此我也要求自己不把情绪带到工作中，每天保持阳光灿烂的笑容，让病人感到温暖！

总的来说，我实现了我小时候的梦想，但是我现在有更大的梦想，我要成为一名优秀的白衣天使，这个梦想还有很长一段路要走，需要坚强的意志和耐心，但是我相信我一定能都做到。

## 大学生实习心得体会锦集 篇7

光阴似箭，日月如梭，转眼间，大学两年的时间以匆匆流逝。现在我已到广宗一中当老师，我们经历了从学生到教师的角色转换。我已经在这里有一周的时间，在这一周里，我对教案的准备，在堂的布置上，在时的掌握上，都有了很大的提高。这一个星期的时间并不长，但是我的感觉颇多。我在学校里也有过代的实践，刚到这的时候我听说让我教的是高中，我心里还是没底的，因为总觉得高中的学生都大了，都有自己的想法，比较难管。在学校的第二天我就拿到了教科书，因为第二天就要给学生上，所以我要赶快把我的教案写整理出，在整理教案的过程中我还思考到如何让学生在快乐的同时把重点知识还都掌握了。这就要求了我们要改变传统而又枯燥的教学模式，大胆创新，不要老是束缚于老的教学方法中，在教学中要有自己独到之处，有新意。在上周五的时候，校领导对我们全体实习生进行了开会，传授我们教学经验，告诉我们要热爱事业，只有自己热爱事业，我们才能把教好。在堂上我们要调动学生的积极性，我们身为老师，自己的一举一动都在影响着学生的身心。所以我尽量做到为人师表。投入到教育实习中，从学生转变为实习老师，这之间需要付出一定的努力。

为了上好第一堂，我深钻教材，备好第一堂，勇于创新，但这同时，尽量让每位同学都能理解教材的重难点，让每位同学都融入堂上。在实习中，我们和学生的关系即是师生关系又是学生的知心朋友。但是杨校长在给我们开会的时候提到两者之间的距离也要有个度，老师和学生还是要适当保持一定的距离的，要在学生面前树立威信，该严厉的时候还是要严厉的，否则我们在教学过程中就很难进行了。做老师容易，做好老师的确很难，教学工作复杂而繁琐，一个班级有七十多名学生，要想顾及到每位学生还是有难度的，要想提高每位同学的学习水平还是需要一个过程的。在这个过程中，我觉得我们首先要了解每位同学的性格，要多关心学生，留意学生，经常与学生进行交流，给予学生帮助，做学生学习上的良师，生活中的益友。我知道我离一名好的老师改，很远，我要通过自己的努力和日积月累的教学经验让自己离好老师越越近。

大学生实习心得体会锦集 篇8

认识实习是工程管理专业教学计划中重要的教学环节，是学生在 校学习期间理论联系实际、增长实践知识的重要手段和方法之一。认识实习主要对工地进行参观，了解工程施工和管理的主要流程。为了让我们对这门自己即将从事的专业获得一个感性的认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础，我们院的老师带领我们进行了为期 2 个礼拜的认识实习。在实习过程中，我们以老师帮我们找的建筑工地及讲座为主，我们对工地进行了参观，了解了工程施工和管理的主要流程，认识建筑材料，建筑机械，施工技术并且熟悉工程管理制度，为将来从事工程施工和管理打下实践基础。现将实习成果汇报

实习第一天老师为我们播放了安全施工的视频，为同学们讲解安全施工的重要性，并要求同学们在进入施工现场后要有较强的自我保护意识。提到安全文明施工，我在学校的工地看到了很多的不足之处。

整个施工现场，安全文明施工标语少得可怜；大门上虽写着“施工重地，闲人免进”，但字迹早已不清晰，一般很难看到；施工现场内各工作区分隔不明确；施工材料似乎是随意堆放，拆卸掉的脚手架杂乱的堆在场内，未能及时清理出场；有很大一部分施工人员未戴安全帽，有些施工人员工作时很随意，工作态度不严谨。有一次进工地时我居然还在正在施工的楼层看到了无人看管，到处乱跑的四五岁大的孩子。以上所列各项足以说明该工地的安全员相当失职。一项工程本应是服务于人，惠及于人的，如果由于有关人员及部分监管人员的监管不力使一项工程成为索取人们姓名的黑手，那么我们宁愿舍弃这项工程而保留宝贵的生命。企业的安全工作来不得半点侥幸心理，安全生产是企业最大的效益，是企业生存的保障。加大对安全的投入，也许有人会认为增加了企业的成本，减少了收入和利润。这一种极不负责任的观点，安全投入不应是企业的负担，它所产生的也绝不是一种负效益。我承认，安全生产的投入最直接的表现就是成本的增加。但是，究其本质，安全投入应算是一种特殊的投资，对安全生产的投入所产生的效益并不像其它投入那样直接反映在产品的数量和质量上的改进上，而是体现在生产过程中，保证生产的正常和持续地进行。这种投入的直接结果是企业不发生或减少发生事故和职业病，而这个结果是企业持续生产、保证正常效益的必要条件。简言之，安全效益之间是一种相互依存、相互促进的关系。我认为工地上的每一位负责人都应该在其位，司其职，真正将自己肩上的责任担起来，绝不应该玩忽职守。当然，我知道，课本与现实是有差距的，课本中所写的各种规范，规则在实际操作中有很多都被埋没了，可是我总觉得我们不仅要对一项工程负责，更要对正在施工的人员和将来使用的业主的生命财产负责。这应该是我们建筑业最基本的职业道德。暂且不说我们的前辈们是如何工作的，至少我们新一代的大学生应该努力缩小这个差距，秉承严谨的工作作风，做出优良的工程。我，就是这么想的。

在未来的几天我们观看了一次视频，进了三次工地。

还记得第一次进工地时我就感觉自己学到了很多书本上没有的知识。第一次进工地老师就带我们区别了男女厕所。说来似乎有点可笑，但就是可以通过地上洞口的个数，大小来区别出男女厕所。这让

我想起徐工。徐工将我带到六楼时就给我指着地面，告诉我这一块是卧室，这一块是卫生间，这一块是厨房，我当时特别佩服徐工，同时也特别纳闷，为什么他看着地面就能把各个房间区别出来，而我怎么看都只看到地面。后来徐工才告诉我通过地面上预留的管线和洞口就可以区别了，现在想想，其实和我们区别男女厕所用的是同一种方法。一幢幢的房屋似乎也没那么神秘，只要细心观察，用心思考，就可以知道每一个构造为什么会出现在那个位置。在出厕所门口时，来时又让我们观察了一下门口的处理。在砖缝中我们看到有几个很小的木楔，老实说这是在安装木门框时固定门框用的。因为木头的拔钉性比水泥和砖石的好，有利于门框的稳定。外墙面镶贴瓷砖时，外墙上有许多用细线布设的网格，这样就可以保证瓷砖能被整齐的镶贴。后来老师又简单的向我们介绍了一下梁的分类。梁按其在结构中的位置可分为主梁、次梁、连梁、圈梁、过梁等。门窗洞口上的横梁，支撑洞口上部砌体传来的荷载；传递荷载的窗间墙。常用形式：砖砌过梁，钢筋砖过梁和钢筋混凝土过梁。圈梁：砌体结构房屋中，在砌体内沿水平方向设置封闭的钢筋砼梁。

在砌体结构房屋中设置圈梁可以增强房屋的整体和空间刚度，防止由于地基不均匀沉降或较大振动荷载。在地震区，圈梁的主要作用有：增强纵、横墙的连接，提高房屋整体性；作为楼盖的边缘构件，提高楼盖的水平刚度；减小墙的自由长度，提高墙体的稳定性；限制墙体斜裂缝的开展和延伸，提高墙体的抗剪强度；减轻地震时地基不均匀沉降对房屋的影响。实习中我们看到的墙体大部分都是用空心砌块砌成的，推行使用空心砖是国家的方针政策，也是工程中的需要，空心砖有隔热、隔声、质量轻、可以节省材料等优点。

第二次上工地时，我们主要学习了防水的做法。在楼顶我们看到了 SBS 改性沥青防水卷材和冷底子油。这些材料的气味很难闻，我们一上楼顶就感觉不舒服。刚上去时看见工人师傅正在铺贴防水卷材，他们一边铺贴一边烘烤。我们之前曾看过有关做防水的视频，老师也讲过用火烘烤卷材可以使卷材与楼面紧密结合，防止卷材鼓胀影响防水效果。在铺贴防水卷材时还需上翻 250mm 或 300mm，这样可以使雨水顺着天沟拍到排水管道中，防止雨水顺着接缝回流到卷材下面。这也就是我们在《房屋建筑学》中学的泛水。在讲解屋面防水的过程中老师还提到了后浇带的概念。后浇带是在建筑施工中为防止现浇钢筋混凝土结构由于温度、收缩不均可能产生的有害裂缝，按照设计或施工规范要求，在基础底板、墙、梁相应位置留设临时施工缝，将结构暂时划分为若干部分，经过构件内部收缩，在若干时间后再浇捣该施工缝混凝土，将结构连成整体。

实习期间老师还带着我们观看了基坑壁支护过程的视频。在视频中我们看到了处理基坑壁的全过程。工人师傅先在基坑壁上钻孔，用洛阳铲将空洞中的泥土掏空，再将混凝土灌入洞中。然后在基坑壁的外侧布设钢丝网格，将基坑壁覆盖，并向钢丝网格上喷射水泥砂浆。就是用这种方法加固基坑壁，防止四周土体垮塌。我想这种方法应该多用于地下水位较高，地质结构较不稳定的地区，我们家乡那种沙石地质状况很少对基坑进行支护。

整个实习过程持续了近两周，收获是不少的，自己的所学和今后的工作实际还是有差距的。这次实习虽然时间不长，但是接触到了许多之前不曾了解的东西。许多知识都是以前在书本上所学不到的。通过这次实习，我增强了实践能力，离开了书本，切身来到工地才真正感受到实习的必要性，也使我认识到基础知识的不扎实。在实习过程中我发现我们这个专业很有探索发展的余地。实习中我看到了建筑材料的不必要浪费，这一方面与工人的节约意识有关，一方面也与监管人员的统筹管理有关，如果能够有效的节约资源，那么或许可以产生的经济利益。另外，施工现场内外堆放着一些建筑垃圾，这些建筑垃圾的堆放既不美观又污染环境，能否将这些建筑垃圾回收利用，变废为宝也是我们可研究的一个问题。总之，目前，我认为很多工程在施工管理中还存在很多不足，我也希望自己能在今后的学习中探索出更好更有效的组织管理方法，工作后将其运用进去，做出优良的工程。

在此感谢辛劳为我们指导的老师們。

大学生实习心得体会锦集 篇9

两个月的实习瞬息即过，对于自己表现，有欣慰也有不足。

认识并融入这个团队，一直是这两个月对自己的要求。学习是拉近距离、融入团队的最好办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心；这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改进的地方。相信，通过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮助下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量！和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势；养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。

在人力资源部期间，与同事一起完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作；在小麦加工事业部期间，负责文件

取放，并与同事一起编写单元 202X 度战略规划。通过踏踏实实的做事，让自己有了进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

大学生实习心得体会锦集 篇 10

不知不觉，来到四中已经过去三月有余，“既来之，则安之”，按照学校相关规定，每周都会有老师安排公开课，各任课老师均有参加。今天下午我在高三（2）班听齐老师的公开课，受益非浅，使我受到了许多启发，我的心情很不平静，感受颇深，主要有下面几个方面。“孝敬父母是中华民族的美德，和优良的传统。”以前父母都是夹菜给我吃，我却连一声谢谢都不说，虽然看见父母脸上挂着笑容，其实心里是有一点点伤感，觉得我们还没长大，还不懂事，会使他们伤心，不能让他们再费心思了，我以前每次看见父母回家，就让他们急急忙忙的做饭，盛饭，在吃饭的时候还说这个不好吃，那个不咋地，让父母伤心。到现在才明白父母工作是繁忙的，当我们远离家乡，奔赴大学，父母是非常不舍，而学生在学校接受教育，与老师接触的时间最长，可塑性非常强，受教师的影响也最大。只有教师具有良好的法律素养，才能培养出具有法制观念和法律意识的合格人才。因此就需要教师要及时调整和改革课程体系结构、内容、建立和更新教学内容，培养学生实际操作能力，运用现代化教育技术手段，提高课堂教学质量，把教书育人渗透到课外活动和社会实践中去。只有教学的形式表现而无实质性交往发生的“教学”是假教学。把教学本质定位为交往，是对教学过程的正本清源。它是对“把教学看成是教师有目的、有计划、有组织地向学生传授知识、训练技能。发展智力、培养能力、陶冶品德的过程”这一传统观点的重大突破。

在传统的教学中，教师负责教，学生负责学，教学就是教师对学生单向的“培养”活动，它表现为：一是以教为中心，学围绕教转。教师是知识的占有者和传授者，对于求知的学生来说，教师就是知识宝库，是活的教科书，是有学问的人，没有教师对知识的传授，学生就无法学到知识，所以教师是课堂的主宰者，尽心尽力为祖国的花朵——学生服务每一天。

#### 大学生实习心得体会锦集 篇 11

为期半年实习生活结束了，在这半年的学习中我学到了在课堂上根本就学不到的知识，受益非浅。以下是我的毕业实习报告总结。

随着市场经济的高速发展，会计成为了公司的重要组成部分。这给我们会计专业造就了前所未有的机遇，同时也给我们带来了新的的

挑战，作为一名刚走出学校大门的大学生，提高自身素质，增强专业技能并且能够把课本上的知识转化为自身的能力，就成为了我目前的迫切任务。会计实习是我从大学校园走入社会的第一个舞台。为了将有关会计的专业知识、基本理论、基本方法及结构体系变为自身的职业素质，避免纸上谈兵。因此实习为走向工作岗位打下坚实基础。

我实习的公司是一家房地产开发公司。我公司注重软、硬件建设,拥有各种必备的办公设施,使用正版财务软件为客户提供服务,全面实行会计电算化。本公司制定有规范的代理合同、严格的管理制度,依据《会计法》、《税收征收管理法》、财政部《代理记账管理办法》等规定从事代理记账和纳税申报服务,不。为客户把握财税政策,帮助企业做好合理税务筹划,规避财务风险,合理合法的企业谋求最大的经济利益,促进企业的发展。

我所学的是针对于公司制增值税一般纳税人、小规模纳税人、个体户一般纳税人和小规模纳税人的账务处理以及提供每月抄税、报税、纳税服务,和会计咨询以及一些代办业务。

对于现代企业来说,会计工作是一项重要的管理制度,是要为实现企业的经营目标服务。因此,可以认为,实现企业的经营目标是企业会计的根本目标。带着这个目标,我开始了在我所在的实习企业进行了有目的实习。在此之前,我认真学习了《会计法》以及财政颁布的《企业会计准则》、《企业财务通则》等作为过渡的新的行业会计制度和财务制度,因为这些大学法规我国会计制度改革进程中的一重大举措。

## 大学生实习心得体会锦集 篇 12

### 一、关于工作

#### 1. 自学能力

“在大学里学的不是知识,而是一种叫做自学的能力”。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用到的很少很少。我担任的是文员一职,平时在工作只是打打电话处理文件,几乎没用上自己所学的专业知识。而同公司的网站开发人员就大不一样了。计算机知识日新月异,在一个项目中,他们经常被要求在很短的时间内学会用一种新的计算机语言进行开发设计,他们只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握知识。在这个信息爆炸的时代,知识更新太快,靠原有的一点知识肯定是不行的。我们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,而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

## 2. 工作辛苦

由于现在还住校，所以每天7点不到就得起床去挤公交车，就算再寒冷再差的天气，只要不是周末，都得去上班，有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，那留给个人支配的时间更少。我们必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。象我就是每天就是坐着对着电脑打打字，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。而象同公司的网络推广员每天得打电话，口干舌燥先不说，还要受气，忍受一些电话接听者不友好的语气有些甚至说要投诉。如果哪家公司有意向的还得到处奔波去商谈。而事实上所有的业务并不是一次就能交易成功的，他们必须具备坚忍不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错遭领导责骂时不能赌气就辞职。而网站开发人员就经常得喝咖啡熬夜赶项目。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己的理财能力，我们刚毕业，工资水平普遍不高，除掉房租餐费和日常的开支，有时候寄点钱给父母补贴家用，我们常常所剩无几，一不留神可能就入不敷出成为月光一族，但此时我们再也不好意思伸手向父母要，因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔少的可怜的钱。

## 3. 同事相处

踏上社会，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，很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。比如我们公司做网络推广的同事，他们很注意对自己客户资料的保密，以防被同事抢去自己的业绩，因而关系显得有点淡漠。但是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。而偶尔的为同事搞一个生日 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，有利于公司的发展。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是“多工作，少闲话”。且在离毕业走人仅剩的几个月，更加珍惜与同学之间的相处。

## 二、总结

我是学管理的，在书本上学过很多套经典管理理论，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，也许等到真正管理一个公司时，才会体会到难度有多大；我们在老师那里或书本上看到过很多精彩的谈判案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。实习这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业之路做准备。

### 大学生实习心得体会锦集 篇 13

实习，是一种期待，是对自己成长的期待，是对自己角色开始转换的期待，更是对自己梦想的期待；学习，也有一份惶恐，有对自己缺乏信心的不安，有对自己无法适应新环境的担忧，更有怕自己会无所适从的焦虑。

带着一份希冀和一份茫然来到了 xx 医院，开始了我的实习生涯。从此，我的身份将从一个学生变为了一个实习护士，生活环境将从学校转为医院，接触的对象将从老师、同学转变为医生、护士、病人。对于这三大转变，对于如何做一个合格的实习护士，虽说老师对我们已是千叮咛万嘱咐，可我心里还是忐忑不安的，怪不适应，怕被带教老师骂，害怕自己做得比别人差怕，自己不知从何入手……

第一个轮转科室是 icu，我的带教老师是 xx 老师，她是院里的操作能手，干活麻利，动作漂亮，操作规范，这无形中给了我很大压力。实习生活的开始就让我有种挫败感，在老师面前感觉自己很渺小，甚至于工作都不带脑子，只机械的执行任务，每次只想把工作做好，可越想先做好它越出错，越错越害怕，越怕越错，这就形成了一个恶性循环。以至于我都不敢主动要求做操作，可这样老师又觉得我干活不主动，有时候觉得委屈了就自己大哭一场。每天面对着老师如鱼得水忙碌的身影，我心里只有怨叹，怨自己无法将理论应用于实践，怨自己在以前见习时没有好好学，愿自己笨手笨脚。可能是我适应能力差，又不会与老师沟通，进了 ccu 还是处在彷徨中，但我也很感谢我的带教老师，对我很耐心，也很关心我。到了手术室 xx 老师每天都能看到我的进步，即使是一点点她也鼓励我，即使我很笨犯了错她也会给我讲原理，让我知道错误的根源而不是训斥。它起到了一个引导的作用，我开始有了自己的思路，又重新有了工作的激情，不管多苦多累只要心里舒服，我就可以开心度过每一天！

现在我进入了第四个轮转科室骨三。本以为可以很快适应，但现实确泼了我一头冷水，感觉自己变得更傻了，不知该干什么，而老师也觉得我们实习了这么长时间，又是本科生，做起事来应得心应手才是，面对老师的无奈我真无地自容！我又一次陷入了低谷，又回到了没脑子的生活，做事一点条理也没有。然而 xx 老师知道了我由于自卑、不主动而没有得到操作锻炼时，她就给我讲操作技术的重要性，并帮我寻找锻炼机会。是老师又一次激发我的热情，真的很感谢老师对我的关怀，我也会加倍努力，不辜负老师对我的期望！

现在对于“实习”，我还是又憧憬又惶恐的。憧憬是因为实习是一次理论联系实际的机会，将学了四年的理论去应用于临床，实在是非常新鲜而有意思。然后，要在病人身上操作，要想真正地透过症状看到疾病本质，心中却没底，便难免惶恐了起来。也曾问过不少实习同学，各说纷纭。总之是“如人饮水，冷暖自知”。但有一点是明确的使用懂得知识的真正掌握是把它用于实践，用实践来验证及巩固所学。学会如何与病人、老师交流很重要！不善于与人接触是我的一大弱点，那种胆怯与不自然会使我失去很多的学习机会，所以我觉得沟

通也是一门艺术，学好了将使你受益匪浅。经过这近五个月的实习，我也有了这层体会。在此，我总结了以下几点：

一、

理论知识的问题：以前当的一直是学生，学校是以学生为中心的。而中国式的教育一向是填鸭式的：被动地接受那么多的知识，虽然考试考了那么多次，但现在我的知识在脑海中似乎没了踪迹，只好不断翻书。当在老师的提问下一次次哑口无言时，才认识到自己记的粗浅，没有时间经过的记忆犹如沙滩上的足迹，当时似乎深刻明显，却耐不住时光的清洗。

二、角色转化问题。实习刚开始，很多东西都不了解，虽然以前也曾见习过，但真正的要实际操作了，我仍觉得底气不足。我会不会弄错了，万一弄错了怎么办。干事情总是缩手缩脚，加上跟我一块实习的同学表现都很好，我觉得老师都喜欢她们，事情似乎也轮不到我头上，每天盲目跟着做基础护理，跟着操作。本想说“让我也试一下”，但又不敢。因此，我觉得角色转化是个坎，我一定要努力克服这一点。方法主要是靠主动吧，我发现，只要主动提问，主动提出操作的要求，老师都是很乐意教的。不能再像在学校里那样等着老师要求干什么了。

三、胆魄的锻炼。面对病人，特别是外科的病人，见到血是经常的，看到病人痛苦地呻吟，特别在操作的时候，心总会提到嗓子眼，因此而小心翼翼，束手束脚，反而会给病人造成更大的痛苦。因此，胆魄得锻炼得大一点，再大一点。胆大心细是我追求的目标，只有准确迅速才能早点解决病人的痛苦。

四、无菌观念和规范化操作。在外科实习这段时间，每个老师都强调无菌观念，因次，我深刻认识了无菌观念，操作中便不自觉地去遵守。而规范化操作也实在是个很保守和安全的做法！至于新办法，创新思维，那也得熟悉情况了再说吧。

五、微笑服务：在这里，我看到的是笑容可掬的脸孔，也都觉得特别地漂亮与可爱，让我有种感觉，如果我是一位病人，我会毫不犹豫地选择住在这里。因此我也要求自己不把情绪带到工作中，每天保持阳光灿烂的笑容，让病人感到温暖！

总而言之，这五个月，是适应的过程，很多不足之处需要改进，这是学习的过程，很多观念得到修正，虽然辛苦疲惫，但是我相信自己肯定能克服的。这只是实习之初，今后还需要不断地摸索，同时必

须对自己有所要求，才会有所收获。我想接下来的实习是一个挑战，也是一种机遇，我一定要好好把握这个机遇。

大学生实习心得体会锦集 篇 14

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 202Xxx 月 xx 日至 xx 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 202X 元旦过后直接去唐山钢铁设计研究院有限公司实习。该公司办公地点在唐山市路北区建华西道 1 号，实习期间先了解公司的总体情况，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：

先了解公司的发展史以及各个机构的设置情况，公司的规模、经济类型、人员数量等，做一些力所能及的工作，帮忙清洁卫生，做一些后勤工作；再了解公司的文化历史，认识了一些同事，公司给安排了一个特定的指导人；然后在财政部看财务人员工作，看会计人员如何做，看了一下公司的总帐以及各明细帐、记账凭证、原始凭证和上期的会计报表（主要是资产负债表和利润表）：之后安排我跟着公司的出纳学习；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。公司的指导人给我耐心讲解了有关公司的概况、规模、机构设置、人员配置等等，使我认识到对一个大公司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。先对公司有个大概了解，再对自己的岗位工作有所认识，要知道公司设那个岗位的目的，要达到预期的效果，才能保证公司的正常运行。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/618110113140006064>