# 最新假期金工实习心得体会怎么写(七篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-09-09

*最新假期金工实习心得体会怎么写一寒假即将开始，为使你们能在健康、快乐、祥和、文明的氛围中欢度寒假生活，特将提出假期校外生活的注意事项和几项要求：牢固树立安全第一的思想，做到：关注安全，关爱生命，我要安全，我懂安全，人人讲安全，事事讲安全，时...*

**最新假期金工实习心得体会怎么写一**

寒假即将开始，为使你们能在健康、快乐、祥和、文明的氛围中欢度寒假生活，特将提出假期校外生活的注意事项和几项要求：

牢固树立安全第一的思想，做到：关注安全，关爱生命，我要安全，我懂安全，人人讲安全，事事讲安全，时时讲安全，保证人人安全，过一个安全详和的春节。

1、防交通事故。春节是同学们走亲访友的高峰期，也是各类交通安全事故多发阶段，希望同学们在寒假期间能够遵守交通法规，注意乘车安全，没有春运证的车不要乘;无牌无照的车不要乘;拥挤的车不要乘。

2、防烟花爆竹。接近年关，烟花爆竹大量上市，不提倡燃放烟花爆竹，若燃放必须由家长陪同。

3、防火、防气、防盗、防电。在生活中要注意消除水、火、气等存在的隐患，做到用气安全，防煤气中毒、防火灾等。

4、出门必须和家长打招呼，不准夜间9点以后在外玩耍，严禁在外过夜彻夜不归。

1、每天利用一定的时间温习功课，完成作业。

2、同学们要养成良好的卫生习惯，饭前便后要洗手，不买三无食品，多锻炼，生活要有规律，提高身体素质。

3、同学们在家要帮助父母做家务和参加有益的社会实践活动，要多读书，读好书。

4、网络世界对青少年具有强烈的诱惑力，长时间沉溺会导致人际交往、社会适应能力的下降，会情绪低落、思维迟缓、孤独焦虑、食欲不振、神经功能紊乱、睡眠障碍，甚至犯罪或消极自杀。所以希望同学们要远离网吧，不要到营业性电子游戏室、卡啦ok室、录象室、歌舞厅，不登录不健康的网站，不参加不健康的娱乐活动。

第一学期就要结束了，全体师生更要强化安全意识，提高防范能力，时时刻刻都要注意自身以及周围人群的安全，防止安全事故的发生就是为家庭为社会节约了宝贵的财富，就是为自己未来的幸福生活做准备。春节即将来临，希望全体师生在假期里生命至上，安全第一，过一个欢乐祥和的节日。最后祝全体教师身体健康，全家幸福，预祝同学们度过一个愉快的寒假。

**最新假期金工实习心得体会怎么写二**

不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身潜力的机会。许多校园也用心鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面能够把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的潜力;另一方面能够积累工作经验对日后的就业大有裨益。当代大学生对社会实践的看法以及透析大学生生活实践状况，从而结合马克思主义哲学分析大学生社会实践所存在的问题以及提出解决方法，使大学生能正确对待社会实践，在实践中见真知。

在往后实践中能更好地接触社会、实践自己的专业技能，寻找发展的机会，许多大学生都认为兼职是大学生的第二个“课堂”，透过兼职能够学到许多宝贵的东西。“存在就是合理”，职业没有高低之分，无论什么职业都有其可取与不可取之处，就看自己的需求。不少大学生觉得只要是能够赚钱的工作，就能够去试一试，品牌代理，促销等以前不会是大学生从事的工作，此刻都成为了大学生们能够理解的工作。

该公司主营茶品，并且兼售烟酒，未来我国茶产业的增长潜力巨大。因为国内外市场需求稳定增长。茶是世界三大饮料之一，而中国是世界茶产量第一大国、茶出口第二大国。从国内来看，喝茶已成为多数中国人的一种生活习惯，茶已成为社会生活中不可缺少的健康饮品和精神饮品，而且，随着人们健康消费观念的普及，茶正在被越来越多的人理解、喜爱和追求。从国际需求来看，中国茶出口一向持续稳定增长态势。

另外中国茶产业已得到当地政府的大力支持与扶持，也得到投资者的关注，茶产业开始走向规模化、现代化、正规化，未来增长潜力很大。浙江、江苏、福建等产茶地区已经把茶产业作为重要的扶持产业，茶产业基地蓬勃兴起。制造茶的工艺技术开始从手工化向机械化、自动化、现代化过渡，制造企业也加强了茶品牌的建设。

我们分两个班倒一替一天倒，早班八点--晚六点，晚班十点--晚八点，我在首山分部主要负责销售，从点滴小事做起熟记产品报价对每一种茶叶的功效都能熟知。刚开始工作的艰辛与不易是不能言喻，对烟酒茶一窍不懂的我，开始像模像样的对客人进行介绍，摆在我面前的第一个问题就是张不开嘴不知怎样跟客人攀谈，但是强大的内动力推动着我，我想真诚的笑容也许是打动客人最好的方法，第二个问题就是‘站不住’，每一天回家腿都疼、在柜台前也要将重心不断的更换觉得腿仿佛粗了，但是认为一切都是值得的。并且我此刻也深知挣钱打工的不易，以后花父母的没一分钱都就应仔细，把钱花在刀刃上。

我在售茶的同时也学会了一些选购茶叶的常识，茶叶的选购不是易事，要想得到好茶叶，需要掌握超多的知识，如各类茶叶的.等级标准，价格与行情，以及茶叶的审评、检验方法等。茶叶的好坏，主要从色、香、味、形四个方面鉴别，但是对于普通饮茶之人，购买茶叶时，一般只能观看干茶的外形和色泽，闻干香，使得决定茶叶的品质更加不易。那里粗略介绍一下鉴别干茶的方法。干茶的外形，主要从五个方面来看，即嫩度、条索、色泽、整碎和净度。

另外，没有人选取反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验能够为以后的工作打基础。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢所以大家认为大学生务必投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高潜力。

可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建。

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践潜力，尤其在注重素质教育的这天，社会实践活动一向被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是校园教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践潜力，尤其在注重素质教育的这天，社会实践活动一向被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

寒假社会实践活动是校园教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会;同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

透过这次社会实践，我提高了社会适应潜力和运用知识解决实际问题的潜力，增强了社会职责感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践潜力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有好处的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。

如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。

在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的潜力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但之后是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以就应尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要简单应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。

在实践中，我也深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，期望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。这次社会实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的。我透过用心参加社会实践活动，认识了社会，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，真正到达了受教育，长才干，作贡献的目的。

**最新假期金工实习心得体会怎么写三**

各位家长：

你们好!

按照国家规定，每两周放假一次，8号下午至10号为学校的放假时间，根据当地人生活习俗，为了让大家过好传统节日二月二，学校适当调整到11号下午至14号，15号上午照常上课。下次放假到清明节，以后按照每两周一次放假。请各位家长配合学校，做好学生放假期间的安全防范工作，特别注意以下事项：

一、按时接送孩子上下学，遵守交通规则，路上注意安全。

二、早春天气，天干物燥，教育孩子不乱放火，杜绝火灾隐患。

三、家长要积极配合学校，督促孩子按时完成各科作业。 放假期间学生安全有家长负责，如发生安全意外，学校不负任何责任。

大有九年制学校

20\_年3月11日

**最新假期金工实习心得体会怎么写四**

再过几天就要放寒假了，为了同学们能安全度过寒假，希望同学们在假期中做到“五要”、“八不准”，时时处处注意安全问题，严防各种事故的发生。并积极参加各项有益的社会实践活动，在校做个好学生，在家做个好孩子，在社会做个优秀的小公民。

1、每天利用一定的时间温习功课，完成作业；

2、每天看一本有益的课外书；

3、每天写一篇日记（三年级以上）；

4、每天至少帮家里做一件家务事；

5、放假期间至少学雷锋做一件好事。

1、不准玩火，不准私自外出，不接触易燃易爆物品，不随便燃放烟花、爆竹。

2、不准在危险地带玩耍，不做危险游戏。不准攀爬电杆、树木、楼房栏杆、不翻越围墙、不上楼顶嘻闹；不准进行不安全的戏闹，如抛石头、土粒、杂物，拿弹弓、木棍、铁器、刀具等追逐打闹。不准到施工场地或危险楼房、地段、桥梁游玩、逗留。

3、自觉遵守交通规则，不准骑自行车上路，不攀爬车辆，不乘坐无牌照的营运车，不准在公路上嬉戏。

4、不随便接触电源和带电电器。

5、不准参与非法组织活动，不准参与赌博活动，不偷不抢不骗，不打架斗殴，不酗酒闹事。

6、不准未告知家长私自外出、外宿和远游，防止被绑架、拐骗或走失。

7、不准随便吃零食、野果，不吃过期和霉烂变质的食品，注意饮食卫生。

8、不准私自到学校嬉闹，不准破坏公共财产。

最后,祝同学们过个快乐，有意义的寒假!

**最新假期金工实习心得体会怎么写五**

每天早上7;30-8:00，早读英语(单词、作文、词汇)星期一、三、五，语文(诗词、作文、好词好句)星期二、四，政治、历史、(提纲、错题)星期六日。

早上9:00-10:30，物理(课本例题，练习题)，11:00-12:00，语文(作文、阅读) 下午2：30-3:30，数学(课本例题，练习题)，4:00-5:30，英语(作文、阅读)

晚上7:30-10:30，政治+生物/历史+化学/地理，随自己喜欢搭配复习。

星期六日，除了早读和复习错题，就不要做题了，放松心情，出去玩一下~

最重要的是每次复习发现的错题、不懂得知识点，都要写在错题本，复习就会方便。

每天给自己计划做多少片阅读、复习第几个单元，一定要看自己实际情况而定，不能太多，睡眠要足够，才有精神应对复习。

1、物理，不知道现在的初中物理跟我当年初中时候学习的物理有多大差别，个人意见，初中物理还是有很多知识点要背诵的，所以，最好也是放到周一到周五的上午来学习物理。

2、作文，作文也是在于平时的积累吧，一蹴而就是不可能的，还有一个学期就要中考，作文急也急不来，慢慢地读一些老师上课讲的范文，积累作文书中的优秀的例句;

3、晚上，最好看多点中央新闻，或者国际新闻，或凤凰台，我个人比较喜欢他的评论，对政治分析题、语文作文都有很大帮助。

4、如果对历史比较有兴趣的话，除了学习外，介绍几本书吧《上下五千年》、《流血的仕途》、《明朝那些事儿》提高自己历史学识，故事比较风趣，很好看的。

5、地理，买一些中国、世界、地形、气候地图，每天晚上看看，比较容易中国地图，在地图上标记(地形、山脉、气候、河流、矿产、农作业、科技、自然灾害等)平时看多一些旅游游记、《世界未解之谜》增加课外知识、理解世界各地文化,。充实一下寒假假期吧.

6、当你静不下心来的时候就动手写吧，像早上记忆英语单词的时候，还有看作文的时候，作文你可以专门找一本笔记本，把你认为比较好的作文的开头、结尾还有优秀的段落都统统记下来，这样子，到开学以后，你就基本上积累了不少素材啦……

**最新假期金工实习心得体会怎么写六**

一个快乐而短暂的寒假悄悄地从我们的身边溜走，我们又迎来了一个新的学期，发生在寒假的趣事就像天空中的星星，数不胜数，是我心头不可抹杀的一件件往事。每一颗星星都闪闪发亮，每一件往事都刻骨铭心。

一、看云、看水、看梯田，人间仙境南尖岩

朋友曾经告诉我，丽水范围内的经典景点，在南尖岩都可以看到，那里简直就是丽水风光的集锦。果真如此?

在这个寒假，终于让我有机会仔细地品味了南尖岩。

云海是一特色，极为壮观。海拔1400多米，要看云海不须再登山，只需耐心地等待。这里的云雾来无影去无踪，千变万化，让人难以捉摸。山顶染上一层霞光，山腰绕着片片白云，真是天上人间，如入仙境。当太阳将要升起的一刹那，天空忽然染上一层红霞，只持续了几秒钟，我赶快揿下了相机的快门。不久云海慢慢退去，远处的山上现出几幢房子——便应了“白云生处有人家”的意境。值得一提的是这里的竹海也很有特色。数千亩延绵不断的竹林，既青翠单纯，又多姿多彩。只要你注意观察，一年四季都有好景色。

这里还有块高山湿地，里面有个小小的高山湖，有个很好听的名字叫“瑶池”，不知有什么来历和传说。瑶池的奇妙处在于水中长了许多树木，还有碧绿的水草。这种奇观好像在九寨沟才能看到吧。难怪两位上海来的摄影家，架起相机迟迟不肯走，连夸这里是丽水的九寨沟。

这里的梯田也确实值得一看。主要还在于这里的农民特别善于精耕细作，早早地开始备耕犁田，水面如镜，田埂似绳，是诗还是画?是水墨、木刻、油画还是水彩?

二、与猫同乐

从前，我养过一只小兔子，可是没过多久，就死了，后来，我便没敢养会令人生感情的动物，因为我怕它受伤，怕它生病，更怕它离开我……

但半年前，妈妈抱来一只好可爱的小猫，它的毛黄白相间，显得颇有层次感，还有那炯炯双目，怎能让人不喜欢?因为对它的喜爱，超过了害怕，于是我养了它。

听说它最喜欢玩毛线球，于是有一天我把家翻了个遍，找到了一小卷，逗它玩。我总会把毛线球举得很高，然后左右不停地晃动，它就跳得老高，用爪子去拨弄毛线。它乐，我也与其同乐。

不知为什么，它总爱闯到屋子里来，院子那么大，还不够它玩。它不停用它的爪子，推着玻璃门，可惜，力不从心啊!

几天前，我们都出去了，恰巧风挺大。门给吹开了。小猫便把整个屋子玩遍，当我们到家时，发现它坐在沙发上睡得正香呢!

寒假趣事，真是举不胜举。总之，这是一个欢乐的假期。

**最新假期金工实习心得体会怎么写七**

每天日程安排：

8:00~8;30起床(刷牙洗脸吃饭)

8:30~9:00做布置的作业

9:00~10:00做课外作业

10:00~13:00玩

13:00~14:00做课外作业

14:00~15:00玩

15:00~16:00做课外作业

16:00~21:00玩

从另一个角度写的:

1.帮妈妈做力所能及的家务劳动....

2.做有意义的公益劳动......

3.学会一项家务技术或其他的小技术...

4.改掉一个坏毛病、缺点..

5.读一部好书，写出....

6.根据身边的事物写一些文章,并选出一篇自己认为好的文章，锻炼自己的写作能力....

7.看一部好的电影,试着写出观后感...

8.学一首好歌....

9.试着克服一个自己曾经不敢/会做的(好)事

10.完成假期作业,并努力做到最好...

11. 要注意完成学校布置的所有作业,不要漏做或偷工减料.字体要工整.

12. 一个星期至少一次到图书馆看小学生课外读物,或者自己家里有课外书的把它看完.最好看一些第三, 每天要做适量的运动,不要因为天气寒冷躲13.  天天看电视报道,知多点国家大事,知多点交通防范安全,知多点走歪道的后果.

14.多帮妈妈分担力所能及的家务活,多向妈妈学习做饭炒菜等的生存技能.

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找