# 推荐大学生暑期实践心得体会通用

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-10-15

*推荐大学生暑期实践心得体会通用一作为一个土木工程管理专业的本科生，时间对我们来说很重要，实习可以说是大学教学活动的一个重要环节，它是不单是给我们一个磨练的机会，更是对我们段所学知识系统性的一次综合运用，让我们更高层次的了解知识与实践相结合的...*

**推荐大学生暑期实践心得体会通用一**

作为一个土木工程管理专业的本科生，时间对我们来说很重要，实习可以说是大学教学活动的一个重要环节，它是不单是给我们一个磨练的机会，更是对我们段所学知识系统性的一次综合运用，让我们更高层次的了解知识与实践相结合的必要性。通过实习，使我们能够了解施工的全过程，培养我们独立分析解决问题的能力及灵活运用能力，让我们对以后的学习目标有了整体的了解和规划，对毕业以后的就业有着重要的指导性作用。

通过实地工作，提高了我对建筑施工方面的认识，工程不单单是哪一门学科就能解决的问题，所以我们应扩大我们的知识面，了解专业需求以及对个人的素质要求，加强对学好本专业知识的必要性认识。利用所学的知识解决实习中遇到的问题。

而且通过亲身参与施工过程及阅读施工图纸，进行现场比较，进一步培养我们的空间想象能力，提高识读工程图的能力。

同时，根据实习期间对本专业的了解及认识，确定自己以后的从业方向。

设计单位：安徽华盛国际建筑设计工程咨询有限公司

建设单位：合肥环湖家具有限公司

施工单位：安徽东华建设有限公司

监理单位：安徽省中灏工程咨询有限公司

勘察单位：安徽省地矿岩土建筑设计院

我实习的工地为合肥环湖家具城七号厂房施工现场，位于阜阳路上，建筑面积27028㎡；本工程地上3层局部5层，耐火等级：二级，抗震设防烈度：七度，建筑工程等级：二级，抗震设防类别：丙类，使用功能：两类厂房、局部办公，结构形式：混凝土框架结构，设计使用年限：50年，建筑高度23．4米。本工程采用独立基础，基础梁最大截面积为700×300，框架梁最大截面700×300；主体框架柱最大截面为650×650。本工程支模模板均采用1．8cm厚压缩胶合板模板，支撑采用钢管支撑。

第一天刚到工地上，师傅给我一个安全帽，然后就带着我到工地熟悉了一下，他说“我们这里采用的是独立基础，还向我介绍一些其他形式的基础”然后登上了二楼，。因为正在上三层，头顶钢管架非常多，所以在上二楼的同时反复叮嘱我：不管什么时候，只要是在工地上就要把安全帽戴着，接着师傅就带我在楼上转了一会，因为他是总监比较忙，一会就离开了。

接下来的一个星期，我在监理室开始了实习，看图、看书、查规范是我在这一个星期里所做的全部事情，虽然有一个旁站监理在那指导我，我还是感觉空虚。之后我就来到项目部跟在一些技术员后面，慢慢地我开始现场施工作业……

我到的时候，主体结构部分已经做到二层，至于基础什么的，当时脑子里根本没有这个概念，所以也不知道当时具体做法层。

在工地最基本的就是弹线，所以我的任务很多就是跟着师兄弹线。用墨斗弹线，看到墨斗我就有一种熟悉感，小时候经常看到爷爷用，可是这种熟悉感并没有让我对弹线真正的熟悉。每次出发我们总是提着一个桶，里面是用来盛放弹线测量工具的，第一次弹的线是基础梁上的轴线他用来控制刚加的支撑和上层梁板的位置，在做内架支撑时，控制好钢管的摆放位置，模板的搭建首先是完成梁的搭建，根据轴线利用铅垂悬吊法准确固定梁模板，后来弹的叫水平线，（地坪浇筑完成后，浇筑面到墙上弹的一米线的距离为一米，所以也叫做一米线，一米线也是室内装修，安装门窗的重要标准线）。由于没有扫平仪，这个工作有点辛苦，临走前弹得是三层的轴线，首先是引线，然后根据主控制线依次尺量弹线，并在尺量过程中核查，再此过程中首次接触到了全站仪，并有了初步的认识。弹线时要拉紧，去除线下杂物，尺量也是有讲究的，并非想象的简单。

简单地说就是找个水平面，控制标高。这里抄平所抄的是结构一米线，主要是用于浇筑混凝土用的。这也是唯一一个需要加班的工作，因为它最好在傍晚上抄，白天的话，红外线照射在钢筋上看不清楚，晚上可以很清楚地看到，也可以减小误差。框架柱的检测：有铅锤和卷尺进行检测，多次量取，误差不允许大于1cm。

后来的实习中有一项非常重要的内容就是检查板柱筋。曾几度冒着酷暑来到楼顶，四十多度的天气，汗如雨下，时不时的需要来到顶部检查，检查哪里有梁哪里没梁（钢筋的绑扎首先由班组长或带班在模板上标注好其数量和型号，计算其箍筋数，然后搬运钢筋绑扎），梁筋的型号尺寸，其中错误频繁出现的就是腰筋，钢筋和箍筋绑扎都是非常重要的，不能少，这项工作是钢筋工承包的，如果不检查，他们会偷工减料，再出现一些别的错误，将严重影响建筑质量。在浇构梁板混凝土之前，要做好验收工作，检查保护层，梁板筋等，浇筑前提醒工人清理模板，然后用清水冲洗，最后在模板上涂上一层油膜面，然后浇筑。根据预先在柱筋上水平线，均匀浇筑，边浇边振捣，然后压平收光。浇筑期间还要进行现场做试块，规格采用150x150x150。试件分3组（标养、同条件、拆模各组，每组3块）；后交与检测机构检测。

实习期间了解各工种的施工工艺，其中包括木工、钢筋工、瓦工。同时配合安全员负责施工安全和三级教育等内容。积极参加所有项目部会议，了解施工过程中存在的问题。最后一段期间负责其后部分模板的初步核查工作和柱模的检测，掌握了钢筋的焊接要求和操作方法，能够顺利完成制定工作。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。将近两个月的实习生活，让我接触到建筑第一线，不仅让我了解到了建筑工地形形色色的施工技术，而且还认识了各种各样的技术人员，学到了一些社会经验和一些在书本上所没有的知识，见识到了一栋建筑是怎样建成的。从基础到一层，二层到三层，施工的各个环节多少都有所参与，了解施工顺序和施工方法。，也认识了形形色色的人和事，总的来说，收获良多。在此感谢那些陪伴我的人们，我相信这次实践会像一块基石，让我跳得更远。

1、工程施工安排：

1．人员安排

工程项目部负责现场劳动力调配、进度管理、机械使用和施工安全等工作，并保存相关记录。

项目经理：项目经理负责每周主持召开一次工程例会，总结上周的工程进度情况，找出工程实际进展同计划之间的差距，安排本周的工作。

施工负责人：在项目经理的领导下展开一系列工作包括安全，现场管理，人员调度等技术负责人：项目技术负责人负责落实技术岗位责任制和技术交xx，每道工序前必须进行技术交底并填写“技术交底记录”。

安全员：安全员负责安全教育，文明施工教育，催促现场人员安全，保证作业规范。材料员：负责材料的验收和发放，清点材料的剩余并库存存档。

施工人员：负责在施工现场解决问题关系，施工设计中的东西要靠施工员在现场监督，测量，还要编写施工日志，上报施工进度，质量。

施工班组：钢筋工、水电工、木工、瓦工、架子工

2．设备厂地安排

工程主要设备：各种测绘仪器，塔吊、搅拌机、机电设备等场地安排：储藏室，配电室，钢筋堆放地等

3．施工进程安排：根据实况制定计划进度表，依照进度表组建各施工队，然后进行施工。

2、施工方案（略）

3、施工顺序

遵守四先四后的原则（“先地下后地上”，“先结构后装饰”），装饰先外墙后内墙；先顶棚后地面；先湿装、后干装。全部工程划分为四个施工阶段，即：基础施工阶段、主体结构阶段、内外装修阶段、竣工收尾阶段。

主体结构施工时，先由施工员放好线，抄好一米水平线，然后外架工负责内家外加的同时安装，，然后再由木工支、固模板，架设安全网，之后在板上标出钢筋型号、数量、位置，然后钢筋工绑扎钢筋，做好后由施工员验收并做好各种放线工作。最后清理模板浇筑混凝土并保养，后来就是拆模板，然后重复上面工作继续下一层。在浇筑混凝土前，水电工都需要及时安装好管道，架设水管。

我没有参加二次结构施工，但听说也是先由施工员放好线，然后支模、浇混凝土、砌墙等一系列工作。

下面混凝体工程为为例介绍具体施工方案：

浇筑混凝土前对已经安装好的模板、钢筋和预埋管线、预留孔洞等进行检查和隐蔽验收，确保合格。之后，清理模内杂物、积水等，对木模先进行浇水湿润。浇筑时根据水平线做均匀浇筑，过程操作要规范，机械振捣均匀，防止蜂窝出现，压平时查找漏筋并更正，收光，后续做好验收等工作。

整个施工过程中，施工员都要进行核查工作，同时，甲方及监理方也要及时检查，以便发现不合格的地方及时采取补救措施。

在这次实习中，我发现自己存在的一些不足和缺点，主要有以下三点：

一、专业知识掌握的不够全面。不是单一的学科或方法就能解决问题，要全面学习了解与该专业相关的学科，更要在实践中学习，掌握更多专业知识和技能。

二、专业实践阅历远不够丰富。专业实习时间较少，通过实践所获取的阅历更是很短缺。所以，今后一定要抓住机会，多参加社会实习，同时要转换学习方法和态度，积极主动向他人请教，同时加强自我学习能力。

三、专业知识在工程中运用不够灵活。通过这次专业实习，我感受到以前所学的专业知识运用欠灵活。这主要是对所学的知识没有形成一套完整认识，在今后学习中应该重视积累和运用，使所学的知识由量变到质变，发挥更大的指导作用。

两个月的实习生活，看到了很多，学到了很多，也悟到了很多。真正的接触到社会才知道，一切都跟想象中的很不同，现在实习还体现不出来，因为毕竟和几个比我大几岁的工友在一起，总有点惺惺相惜的感觉，他也会尽力去帮助你。一旦真正走上工作岗位，一切就又不同了，因为所有人都是你的竞争对手，最可怕的是所有人都会把你看做他们的竞争对手。

在工地上也有很多比较无奈的事，比如说，最常见也是最致命的：语言障碍。工地上的工人基本上都不会说普通话，而听不懂他们所说的话则成为沟通的最大障碍，所以我在那，工人们跟我说话我基本上都一头雾水，边听边思考，后来听着听着就能听懂了。

在工地实习了一段时间，再回头看看那些曾经上过的课本，突然有一种豁然开朗的感觉，很多以前上课都听不懂的东西，现在一看，居然都能看明白了．这应该就是传说中理论与实际相结合后所产生的效果吧！看来理论知识非常重要，以后一定要打好基础．

我第一次跟着师兄去检查板筋的时候，就让我见识到了检查的必要性。有的里面只放了两根主筋没放箍筋，有的放了箍筋没扎扎丝的，有的扎了扎丝没垫保护层的，各种问题都有，而且你已说他，他还顶嘴，还老是自言自语，看上去管理也存在问题。可以说我对这个钢筋工的印象分几乎为零，但是随着接触次数的逐渐增多，也慢慢理解了，那段时间天气炎热，好几个工种都停了工，只剩下钢筋工了，心里烦躁也难免，再加上很多模板都已经支好了，又赶工期，扎钢筋也比较麻烦，才出现了那么多问题。之后项目部发放冰饮，却没见钢筋工老板做表示。如果老板做表示也不会这样了，工人也会因感激之情多干活，这样也是两全其美啊。通过这个事件让我认识到了沟通和理解的重要性。正如前面所说的，工程管理专业的学生要成为一个高级人才很难很难，因为这不仅涉及到专业方面的知识，更多的是人际交往方面等的软实力。

总的来说，近两个月的实习让我学到了很多有知识，有友情，有为人处事方面的认识，有专业知识的累积。可能这些相对于那些很擅于自我展现，在工地上学到更多的人来说不值一提，可是对于我来说，是第一次真正接触社会，所以这是一份很宝贵的社会经验．同时，还要再次感谢那些给与我帮助的人。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用二**

自从xxxx年9月份党组织吸收我为预备党员以来，我一直认真履行工作职责，努力学习，不断进取，积极参加党支部和党小组组织的各项政治学习，学习党的基本理论、基本知识，认真贯彻落实党的xx大精神精神，也认真学习“会议”的重要内容。同时认真学习党章，自觉遵守党章，切实贯彻党章，坚决维护党章，用xxxx”重要思想武装头脑，不断提高政治理论水平和党性修养。充分发挥了作为一名党员模范带头作用，努力完成了各项工作任务。现将近期的学习和工作简要总结如下：

一、加强学习，不断提高自身综合素质

这短时间以来，我主动加强对政治理论知识的学习，主要包括学习hjt总书记在中国共产党第十七次全国代表大会上所作的题为《高举中国特色社会主义伟大旗帜 为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗》报告和新的《中国共产党章程》，积极配合支部的组织生活计划，切实地提高了自己的思想认识，同时注重加强对外界时政的了解，通过学习，提高了自己的政治敏锐性和鉴别能力，坚定了立场，坚定了信念，在大是大非问题面前，能够始终保持清醒的头脑。不断改造自己的世界观、人生观和价值观，树立坚定的共产主义信念，使自己在思想上、行动上和党组织保持高度一致。在政治思想上，坚持四项基本原则，与党中央在政治上、思想上、行动上保持高度一致，拥护党的路线、方针、政策，坚定对共产主义的信仰，坚决抵制违背科学发展观的错误行为，认真落实“八个坚持、八个反对”的要求。

二、忠于职守，以党员标准严格要求自己

工作上，本人时刻牢记自己是一名共产党员，用“一滴水可以折射出太阳的光辉”来警醒自己，踏实进取认真谨慎，忠于职守、尽职尽责，遵纪守法、廉洁自律，努力发挥党员的先锋模范作用，以吃苦在前、享乐在后和对自己负责、对班级负责、对党负责的态度对待每一项工作，树立大局意识、服务意识、使命意识，努力把“全心全意为人民服务”的宗旨体现在每个细节中;以改进工作作风、讲求工作方法、注重工作效率、提高工作质量为目标，积极努力地完成各项工作任务。在做好本职工作的同时，对学院开展的工作，总是想方设法出色完成。前短时间，学院组织各班开展“百日三无”主题活动，为了配合学院工作，我组织班级开展了“迎奥运，争做合格大学生!”的主题班会活动，邀请了04级我们专业的学长来为我们谈谈就业方面的经验，同时让同学们从自我谈起，让大家明白怎么才能让社会更好的接纳我们，怎么才能做一名合格的大学生!在去年的担任班级团支书以来，我班先后在“诚信”教育主题活动中获系“优秀班集体”、院“优秀班级”称号，在 “勤奋求学，文明修身”活动中获系“优秀班级”称号，并评为xx～xx学年荣获“优秀班集体”、“五四红旗团支部”称号。

三、勤勤恳恳，努力学好专业文化知识

作为21世纪的大学生，作为祖国未来的人才，我觉得身上的担子确实不轻。现在我们大三的课程学习任务并不很重，但都学的是自己的专科课程以及如今就业的压力对我们来说就像是无形的压力。所感觉自己好像有好多东西需要学习，我不敢放松学习，希望在有限的学生生涯中更多地学到点东西,为将来能更好地为人民服务作准备。为给将来就业和继续深造打下坚实的基础，我广泛涉猎各类知识，培养自己广泛的学习兴趣。在上一年的学习中，我又有了很大的提高，平均成绩达到85分以上，并获得一等奖学金、单项一等奖学金，并被评为“三好学生”、“优秀学生干部”、“优秀团干”，在暑期“三下乡”社会实践活动中获校级“先进个人”称号，同时我还通过了全过英语四级考试和全国计算机等级考试二级c语言考试。在课余时间，我也不忘加强体育锻炼，积极报名参加了四系共同举办的羽毛球赛，在这次活动中，我不但认识了不少同学，也给了我一个锻炼自己交际能力的场所，增加了自己的群众基础。自己从这次活动中收获不少，就是从这次活动中，我知道了，只要有决心，没有做不到的事。

四、严于律己，争做一名优秀的党员

进入大学的学习和生活，相对来说环境比较宽松，刚开始也放松了对自己的要求，导致大一上学期高等数学考试不及格，就因为这门考试不及格，所有一切评优评先都和我无关，还导致不能参加校党校培训，后来我对自己狠下决心，一定要好好学习，我想有了自我监督机制，每天都会想想今天还有什么没有干好，或是还有什么原定计划没有完成。我深刻地感到，一个好习惯一生受益。注意将工作、学习、娱乐、休息有机的结合起来，养成良好的生活习惯。做到每天早晨坚持早点到，从来不旷。

五、总结自己，以作为党员而骄傲

回顾自己一年来学习和工作，对照党员标准和评议标准要求，我感到，尽管自己还有许多的不足之处，有些方面还将有待于进一步提高，但自己的精神状态应该说是良好的，工作作风应该说是务实的，思想观念应该说是能够与时俱进的，在过去的一年我在行动上有改进、工作上有提高。

第一，我觉得我与新时期党员的标准之间还存在有一定的差距。还需要更多的学习理论知识，深入领会，并坚持作到身体力行。以更加饱满的学习热情，以更加积极的精神面貌，开展工作学习;还需要进一步加大对思想政治理论的学习，不断提高个人的思想理论水平。不断加强对人生观、世界观、价值观的改造，争取成为一名优秀的共产党员。

第二，我觉得我在交际能力还有要更进一步的提高。我知道，一个人有能力确实不错，但是作为新世纪的人才，还必须具备交际能力强的，不然就可能会不被伯乐所看重。

综上所述，一年来，尽管自己还存在不少缺点和不足，但我认为，自己这些缺点和不足通过我的努力一定能够克服和改正。因此党员评议要求，我认为自己基本属于合格党员。

忍耐和坚持虽是痛苦的事情，但却能渐渐地为你带来好处。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用三**

一、认真学习党的基本知识，学习科学、文化和业务知识，努力进步为人民服务的本领。

上学期，学校开设了《毛泽东思想概论》；这学期前8周，我又认真学习了《马克思主义政治经济学原理》，并受到了党校的培训以及考试。通过对《毛泽东思想概论》的学习，我对毛泽东同志的思想以及中国共产党创建的背景有了一定程度的了解；而《马克思主义政治经济学原理》让我明白了资本主义制度下的资本家对劳动者剥削的本质，从而更加深信只有社会主义制度下，广大的人民才能真正得到同等公正的对待；党校的培训则使我懂得了党的有关知识，由此我立志要成为党的一员，来为党的终极目标努力！

对我们党指导思想的学习并没有完成。这些课程我将会在下面的几个学期中进行学习。固然现在身为年级的干部，但我深知自己为人民服务的本领还有待进步，比如会由于繁忙而导致工作做得不及时，这点我定会再今后的日子中安排好时间，改善现状。

二、贯彻执行党的基本路线和各项方针、政策，带头参加改革开放和社会主义现代化建设，带动群众为经济发展和社会进步艰苦奋斗，在生产、工作、学习和社会生活中起先锋模范作用。

由于自己还是一名大学生，还没有完全走进社会生活，这使我在贯彻执行党的有关决议时存在局限性，但是我已经意识到应该从学习和生活上带头，做每件事情都紧记自己是个预备党员，言行都要起先锋模范作用。事实上，我已在不挂科的条件下尽力使自己的各科成绩向高分迈进；而言行举止方面，我也表现良好。在以后的生活中，我定要坚持下往，并努力做得更好。

三、坚持党和人民的利益高于一切，个人利益服从党和人民的利益，吃苦在前，享受在后，克己奉公，多做贡献。

回顾自己一年来所做的工作，对照党员标准和评议标准要求，我感到，尽管自己还有很多的不足之处，有些方面还将有待于进一步进步，但自己的精神状态应该说是良好的，工作作风应该说是务实的，思想观念应该说是能够与时俱进的。反思自己一年来的工作，我感到自己主要在以下几个方面还存在不足：一是尽管一年来忙忙碌碌，但未能公道安排好时间，加强对党的基础理论知识的深进学习和系统学习；二是把握全局整体工作的能力仍有待于进一步进步；三是对年轻同道的关心和帮助还有待于进一步深进。剖析产生上述不足的原因，我感到主要还是自己平时留意加强学习不够，工作上或多或少的仍然存在畏难情绪。

综上所述，一年来，尽管自己还存在这样或那样的缺点和不足，但我以为，自己的思想本质是好的，缺点和不足通过自己的努力也是一定能够克服和改正的。因此，根据四对照四看的评议要求，我以为自己基本属于合格党员。真诚希看得到大家的帮助和指导！

**推荐大学生暑期实践心得体会通用四**

作为一个新时代的大学生，社会实践是我们在大学期间必须的训练，大学生活已经匆匆过了两年，是时候该想想步入社会该作何打算。所以今年暑假便想提前体验一下作为一个社会人的感受，，我毅然决定去当暑期工，为自己将来进入社会打下基础，虽然只是在普通的工厂工作，亦令我收获良多。

大学教育现在已经由最初的精英教育转化成现在的素质教育，这种变化，让我们不得不让我们重新认识自己的大学生的社会位置。从而学会从容的面对在就业生涯之中残酷的竞争。学会处理在就业过程之中自身素质与眼高手低之间出现的冲突。不能总是梦想着一步登天，生活里还真没有童话！

有人说生活很简单，但生存很难，因为生存需要你去创造，并不是说随便就能够过一天，其实时间真的过得很快，不知不觉中两年就过去，每个人都知道时间是不会等人的，更加不可能将它捉住，今年的暑假真的令我感慨良多，艰苦的日子总会令人有所感悟。

假期我来到一间普通的塑料手套厂工作，看似简单的工作却都必不可少，从原料搅拌到准备框子，拉料混色，风干冷却。只是简单几个步骤就能够确定成品的质量，亲身的经历令我知道一点点的细节也不能丢，例如在混色方面只要有少量调色剂的出错，就会使造出来的颜色与实际有很大的差别，这批成品就会变成次品。又例如，冷却时把握不好就会把手套粘成一快，就必须重新把塑胶融化，再造，成本就大大增加。

看似简单的工作就蕴含着这样的哲理，多少人的一生都是细节决定成败，细节实际上是一种长期的准备，从而获得的一种机遇。细节是一种习惯，是一种积累，也是一种眼光，一种智慧。只有保持这样的工作标准，你才能注意到问题的细节，你才能做到为使学习工作达到预期的目标而思考细节，才不会为了细节而细节。否则，再注重细节也是精心导演了一幕让别人看得过得去的演戏。无论做人，做事，都要注意细节，。有些人奉行做大事，认为自己高人一等，胜人一筹，从而忽视小节，结果不但没有提升自己，反而更加失败。因为他们不明白，浩瀚的大海是由一滴滴水融会而成，茂盛的森林是千百棵树连接而成，骄人的战绩更是无数细小的成功凝聚而成。让我们把握生命中的细节，酝酿过程中的细节之美。

很简单是这两个字就是在告诉我们生活中的点点滴滴需要我们满满去体会，不能急于求成，要从细微处积累，方能成就大事业。

在工作的过程中也不是称心如意，第一天上班，带我的师傅一步一步演示着工作的内容：准备框子——拉料——风干吹凉——上货。准备框子就是到二楼三楼的包装组把框子通过电梯运送到我们的工作车间一楼，再把原有的标签型号撕下，贴上自己所拉手套的型号和标签。拉料就是到生产车间把装有手套的框子运回自己的工作车间，生产车间的人会把手套从手模上扒下放到框子里，所以去拉料时要带空框子过去交换，他们才有框子装手套。吹凉风干就是把拉回来的高温手套掏进一个吹凉机台里等手套凉后再取出。

第二天师傅就开始叫我自己工作，我就这样一趟一趟的拉料，一趟一趟的拉框子？？带走了时间，也给我带来了身心疲惫，等到晚上休息才真正舒一口气，感叹艰苦之于真无话可说了，想到自己的将来有坚持下去了，再想想就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实践旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，

而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实践期，回首这一个月的实践期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

本来很简单的工作其实可以使人有不寻常的收获，例如身边工作的工友中的交往，与上级领导的谈话其实也获益良多，有时候别人的一番教导就足够你一生受用。在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。

“一分耕耘一分收获，不辛苦哪得世间财”，这是我父母教给我的做人道理，自小在农村长大其实早已明白这番道理，父母天天面朝黄土背朝天的日子历历在目，没个人都有不同的人生，所以他们一直鼓励我多加努力，有机会就多锻炼，走出自己不一样的道路。所以我决定去锻炼自己，即使艰苦，我认为这是值得的。没有所谓的好与坏，只要你心中的那团火在燃烧，那么将来就会发光发亮。

总的来说，这次工作机会带给我很多思考，也使我学会了很多很多。

1，交际能力的增强。在工厂，我遇到的不在仅仅是学生，而是各个阶段的人们，那么，就要我们用不同的方式去和他么交流。学生之外也有外省来的工人，看到他们努力工作的样子不禁令人感触，来到异乡工作赚钱，过着常人不能想象的艰苦日子，为的就是家乡的家人生活能过得更加好，自幼受到良好教育熏陶的我在于他们交往使才能从实际中了解他们的艰辛，他们的确为祖国建设留下了不少汗水。

2，临时处理问题的能力得到了加强。如果其他同事总是与你不善，这个时候，就是看你临场应变能力了。在这个时候遇到这种问题，总比以后参加工作了遇到要好，经过几次的锻炼，自己的临场应变能力也逐渐的加强了。有时候多一份谅解就多一个朋友，生活中就需要这样的人，有一份与人为善的心，才能够得到别人的肯定，才能够在工作上更加顺利3，锻炼了自己的毅力。每天虽然说是工作8个小时，但是，这8个小时，都是站着的，没有机会坐着，每天要坚持站8个小时，对于一个经常坐着的人来说，无疑是一个挑战，但是，我做到了！所以，很明显的提高了自己的毅力。可能有人会觉得这很简单，到真正做的时候你就会发现，只有坚定的意志力才可以完成这种工作。

4，此次的社会实践，也有不足之处，比如，有时候，没有处理好和同事的关系，导致产品做得不好。处理问题太过仓促，遇到问题，时间又很紧，这个时候处理的问题就有点仓促，所以，以后，应该先就考虑到 可能会发生的问题，考虑到了这一点，如真的遇到了这样的事情，那么，处理起来，就会没那么仓促了，而是会处理得更加完美些。

5，明确了我的锻炼方向。以后要多学学人际交流方面的东西。多学学处理问题的方法。只有从实践中不断提高，不断完善，我相信对我的将来会有很大的帮助。无论是在学习还是工作，都需要勇敢承担，勇于创新，在经历中提高自己的能力才是生活必须的。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用五**

我学的专业是会计，为了加强自身的素质，培养较强的会计工作的操作潜力，20xx.2.20-5.20这段期间我在太原一家公司进行了专业实习。实习期间要努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导交办的工作等。在实习的这段时间也是我大学里生活很充实的日子，每一天挤公交车到高新开发区西口，然后还要走一段路程才能够到单位，工作吃饭休息工作下班，生活很有规律。它检验了我在三年来的理论知识，同时也让我接触了社会的各种状况，学会了怎样分析社会的很多状况，让我更快的融入社会，适应社会起了很大的触进作用。

我所在的公司叫山西彤辉科贸有限公司，它是一家自然人投资或控股的有限职责公司，其经营范围是家具及木器制品的设计、生产及销售;家具设计及室内装横;软件开发及应用;数码产品、五金交电、家电、针纺织品、化工产品(不含危险品)、煤制品、生铁、钢材的批发零售;酒店管理咨询服务;机械设备的销售及租赁。财务室设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而教导我的是老会计李会计。

刚到会计部李会计就叫我先看他们以往所制的会计凭证。总以为凭着记忆加上大学里学的理论对于区区原始凭证能够熟练掌握，也正是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石――会计分录，以至于之后李会计让我尝试制单的良苦用心。于是实习时只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上能够学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。

制好凭证就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有必须的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上职责人的章，才能作废。对于数字的书写也有严格要求，字迹必须要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。

从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎样一回事。李会计很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

此外还认真学习了《公司法》、《税法》《会计法》，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致的了解了本单位会计工作的全过程，认真学习了各类学校经济业务的会计处理，并掌握了三门财务软件的使用实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，虚心向财务人员请教，认真学习会计理论，学习会计法律、法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本资料以外的相关知识，掌握了一些基本的会计技能，具体包括了以下几点：

1、原始凭证的审核方法及要点;

2、记账凭证的填写及审核要点;

3、明细账、总账的登记及对账;

4、财务报表及纳税申报表的编制与申报;

5、会计档案的装订及保管常识。从而进一步巩固自己所学到的知识，为以后真正走上工作岗位打下基础。

更让我感到感动的是，领导让公司的前辈教会我处理公司的综合事物。例如营业执照的办理。税务登记的有关事项。一般纳税人的申请。以及如何进行企业合法节税的运用。等等。在这个学习和联系的过程中。我发现会计是一门实务与理论结合性很强的学科，尽管我学过这门课，但是当我第一次和公司的同事操作具体业务时，觉得又和书上有些不同，实际工作中的事务是细而杂的，只有多加练习才能牢牢掌握。

这次实习最主要的目的也是想看看我们所学的理论知识与公司实际操作的实务区别在哪里，相同的地方在哪里，内部控制如何执行，如何贯彻新的会计政策，新旧政策如何过渡，一些特殊的帐户如何会计处理等等。带着这些问题，我在这几个月里用眼睛看，不懂的请教领导同事，让我对这些问题有了必须的解答，到达了这次实习的目的。除了与我专业相关的知识外，我还看到许多在课堂上学不到的东西。公司是如何运做的，员工之间的团队合作精神，处理业务的过程，规章制度执行状况，企业的管理等等。另外我也看到公司存在的一些漏洞，例如内部控制状况，其中主要包括现金收支制度执行状况，公司在执行国家政策规定方面也不容乐观。然而在现实的小规模私营企业这种状况可能普遍存在。作为一名会计实务人员，透过这次实习也更加让我看清自己今后的努力方向。例如：实务潜力，应变潜力，心理素质，适应潜力等等。

这次实习让我明白进取心是十分重要的。在工作中仅靠我们课堂上学习到的知识远远不够，因此我们要在其他时间多给自己充电，在扎实本专业的基础上也要拓宽学习领域。同时在实际的工作中遇到问题时要多向他人请教。人际沟通也是十分重要的一点，如何与人打交道是一门艺术，也是一种本领，在今后的工作中也是不能忽视的。立刻就要进入社会的我们也要面临正式的实习了，我想每一次的经历都是一种积累，而这种积累正是日后的财富。在工作上，在学习上，我们要让这些宝贵的财富发挥它的作用，从而到达事半功倍的效果。在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程努力。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用六**

首先，我想向所有为我的实习提供帮助和指导的四平市中级人民法院的工作人员和我的指导老师致谢,感谢你们为我的顺利实习所作的帮助和努力。

我的实习是由南开大学法律系和四平市中院共同安排的。通过实习，我在我的第二专业法学领域获得了实际的工作经验，巩固并检验了自己两年本科学习的知识水平。实习期间，我了解并参与了大量民事诉讼的庭审过程,在一些案件的审理中还担任了书记员的工作,并且对部分参与案件提出了自己的想法。在此期间，我进一步学习了民法及民事诉讼法,对程序问题有了更深的理解,将理论与实践有机结合起来。我的工作得到了实习单位充分的肯定和较好的评价。

实习期间我主要对关于郭继魁与四平市中兴经贸有限公司、四平市中兴建筑公司、四平市中兴房地产开发公司及尹杰买卖合同纠纷一案进行了深入的研究，参加了案件审理的全过程，并被特许参加合议庭评议。案件具体情况如下：

郭继魁与中兴经贸有限公司、中兴建筑公司、中兴房地产开发公司及尹杰买卖合同纠纷一案由四平市铁西区人民法院20xx年4月29日作出(20xx)四西民二初字第349号民事判决。宣判后，郭继魁不服，提出上诉，四平市中院于20xx年7月4日立案，并依法组成合议庭，公开开庭进行了审理，上诉人郭继魁、委托代理人盖如涛，被上诉人四平市中兴经贸有限公司(以下简称经贸公司)委托代理人胡振儒，被上诉人四平市中兴建筑公司(以下简称建筑公司)委托代理人苏军，被上诉人四平市中兴房地产开发公司(以下简称开发公司)委托代理人付佳宾，被上诉人尹杰、委托代理人窦树法到庭参加诉讼，本案现已审理终结。

上诉人(原审原告)：郭继魁

委托代理人：盖如涛。

被上诉人(原审被告)：中兴经贸有限公司。

法定代表人：刘连贵

委托代理人：胡振儒

被上诉人(原审被告)：中兴建筑公司

法定代表人：刘连贵

委托代理人：苏 军，

被上诉人(原审被告)：中兴房地产开发公司

法定代表人：吴孝贵

委托代理人：付佳宾，

被上诉人(原审第三人)尹 杰，

委托代理人：窦树法

原告郭继魁诉称：1999年6月7日原告与被告四平市中兴建筑公司签订商品房出售协议书，将中兴二期工程⑥-⑦ ，2/0 - b轴约86平方米商网出售给原告，原告按合同约定交房款30万元，后又于1999年9月26日、9月30日分两笔交增面积款13万元。但被告四平市中兴经贸有限公司至今未履行合同，交付房屋。此房于20xx年5月被被告四平市中兴房地产开发公司卖给第三人尹杰，是重复买卖，这种行为是无效的。现原告诉至法院，要求被告四平市中兴经贸有限公司履行合同交付房屋，并承担诉讼费。

被告四平市中兴经贸有限公司(以下简称经贸公司)辩称：原告所述无异议。被告四平市中兴建筑公司与原告所签的合同是受经贸公司的委托，是合法有效的，原告是初始买受人，交付了全部房款，应予以保护。第三人与四平市中兴房地产开发公司所签购房合同是重复买卖行为，开发公司发现重复出售后，已通知第三人解除合同，且第三人的房款未全部支付现金，是用一辆车折抵了20万元房款，是无效合同，经贸公司可以按照规定赔偿第三人损失。

被告四平市中兴建筑公司(以下简称建筑公司)辩称：被告建筑公司与原告签订的购房合同合法有效，原告已按合同约定交纳了全部房款，第三人与四平市中兴房地产开发公司签订了购房合同属于重复买卖，是无效合同，不应支持。

被告四平市中兴房地产开发公司(以下简称开发公司)在法定期限内未做答辩。

第三人尹杰诉称：第三人于20xx年4月6日与被告开发公司签订商品房销售合同是合法有效的，且被告经贸公司已确认了第三人的买卖关系;他们之间是恶意串通，损害了第三人的利益。

原审法院认为：与原告签合同的被告建筑公司不具有销售房屋主体资格，与第三人签合同的被告开发公司具有销售房屋的主体资格，虽然原告购房时间早于第三人买房时间，但原告与第三人的各自买受行为不是建立在同等条件之上，故不存在初始买受权问题，原告与被告建筑公司签订的《购房协议书》无效。但被告建筑公司明知不具有预售商品房条件就与原告签订了商品房买卖合同，且受益人被告经贸公司在同意此房卖给原告之前，就已给第三人换了房款收据，因此二被告的行为对原告是一种欺诈行为。被告经贸公司以持有《商品房出售许可证》为由，愿将争议房屋卖给原告，但《许可证》是在20xx年7月取得的，不能对抗以前的买卖行为。被告开发公司发现该商网重复出售后，于20xx年9月6日向第三人发出通知，因无权出售此房，要求解除合同。但被告经贸公司于20xx年5月17日给第三人更换了交付房款的收据，换收据的行为就是被告中兴经贸公司同意将此房出售给第三人的意思表示，解除合同是单方行为，是无效的。因此，第三人与被告开发公司所签购房合同是合法有效的。依照《中华人民共和国合同法》第六十条、《中华人民共和国消费者权益保护法》第五十九条之规定，判决：被告四平市中兴房地产开发公司与第三人尹杰签订的合同合法有效，其买卖关系成立;被告四平市中兴建筑公司与原告郭继魁签订的合同无效，被告四平市中兴建筑公司于本判决发生法律效力之日起立即返还原告郭继魁购房款43万元，并给予房款43万元一倍的赔偿损失，两项合计86万元。被告四平市中兴经贸有限公司承担连带责任。

上诉人郭继魁请求撤销原审法院判决，依法重新判决郭继魁与建筑公司买卖商品房合同合法有效，保护上诉人的初始买受权。其理由概括为：建筑公司是该房屋的施工单位，出卖此房是该楼房投资人经贸公司委托同意的，卖房款由经贸公司用于支付工程款。此后经贸公司于20xx年7月取得《商品房销(预)售许可证》后，又对建筑公司买房行为再次予以确认。郭继魁买房是1999年6月7日，尹杰重复买该房合同是二年后的20xx年5月，同尹杰算帐“换据”是20xx年6月，均在经贸公司20xx年7月取得《商品房销(预)售许可证》之前。但尹杰的购房合同，此前卖房人已声明废止，而对上诉人购房协议，卖房人在取得《商品房销(预)售许可证》后又予确认。据此应认定初始购房合同有效，此后重复购房合同无效。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用七**

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。

**推荐大学生暑期实践心得体会通用八**

今年的暑假是我过的最有意义的暑假，因为这个暑假是我自己靠自己的劳动来养自己，独立的过了一个暑假。因为我在暑假有了一个打工的机会--在\_\_做服务生。

第一次参加社会实践，我明白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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务我们要走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，要好好锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力!

在实践中我明白了人际关系有多么的复杂，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了.我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。更重要的是我在社会实践中学会了自强自立!凡事都要靠自已!

现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立。

在这次社会实践中，除了培养出了我各种能力之外，还让我了解到一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!

这次实践让我知道，社会和学校是不一样的。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，以提高自已的能力!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。接受各种的挑战而令自己变得更加强大!

通过社会实践的磨练，我深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。虽然现在的我还没有能力做的更好，但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力交往能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

社会虽然比学校要复杂很多，但是社会上有课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己明年就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实习就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提高自己，实现自己的理想。

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