# 2024年大学生个人暑假实践报告(九篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-10-02

*随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。大学生个人暑假实践报告篇一作为一名当代的大...*

随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学生个人暑假实践报告篇一**

作为一名当代的大学生来说，我在专业课程学习之余，舍弃暑假生活，利用这些时间，参加一些实践，让我们从实践中对我们的学习或者是说将来的从业一个感性认识，为今后的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识发展的源泉，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。

之所以选择沃尔玛，是因为这所全球性的大企业的成功令人叹服,经过四十多年的发展，沃尔玛公司已经成为美国最大的私人雇主和世界上最大的连锁零售企业。目前，沃尔玛在全球15个国家开设了超过8,000家商场，下设53个品牌，员工总数210多万人，每周光临沃尔玛的顾客2亿人次。

初进沃尔玛，对该企业也有一些比较浅的认识，进入企业的前两天，对每位入职员工都要进行员工培训，培训的内容包括企业的文化，企业的管理，企业的营运，企业的发展史等等，我们进入沃尔玛以后也能深深的感受到企业对员工平时的培训也体现在一些员工通道中，企业也注重各部门的竞争，平时举办活动，增加员工在工作中的趣味性，各部门也会不定期的出门游玩。

该企业能够发展成今天这个样子，有一个环节在企业发展中起着非常重要的作用，节约，我进入企业工作，能够深深体会到，对成本的节约使我叹服，常常在工作中，各个部门对每天的损耗都要进行精准的记录，对电，水，各种用品都要进行节约，当然在我们暑假工上面也能节约一大批成本，沃尔玛通过跟学校签订协议，让实习生在这里进行实习，可以减少很多成本，也许我们在里面的工作体验是，最资本的原始剥削。

对我们学生而言，实习可以使我们有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历。作为一名学生，我想学习的目的不在于通过各种考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出大学校园步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

来到这里，我也能更加体会到一些平时很难体会到的东西或者是人生哲理吧，一个是自主学习--工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，

**大学生个人暑假实践报告篇二**

曾经为建设祖国而作出的努力没有白费。我们每天早早的到了工作地点，打扫、收拾、整理等，这些活干完以后就进入了最主要的工作，其实老人啊，不是需要多么丰富的物质、多么舒服的享受，他们想要的是能够受到别人的尊敬，能够有人与他们交流，没有那种人到老年就有的那种日落西山的寂寞、失落感，所以多与他们聊聊天，反而是给予他们最大的关怀。所以我很多时间都用在了与老人们拉家常上了。不要这很无聊，老人们都是阅历无数、博闻强知的，我们与他们的谈话中能学习到很多知识经验，还能听闻许多名人趣事。

活动的第二阶段是我们用我们学习的知识辅助那些人仍在高中考学习前线上的学弟学妹们。我们实施承包责任制，每个人负责一名同学，也就是一个辅导员要对其辅导的学生的成绩负责。这样每个人都有一种强大的压力感和责任感，这样迫使我们认真负责我们的工作，从而也在我们志愿者之间也形成一种竞争，让我们不断提高自己的能力。这次辅导学生我是第一次，没有任何经验只有靠自己去摸索，当然，在这样的摸索过程中，又不免在犯错误的同时被有些有经验的志愿者嘲笑稚嫩，或是在众人场面下不留情面的喝斥批评，但当自己决心要学有所成的时候，再困难再丢面子的错误都要不弃不馁，毕竟，有过失败才能尝到成功的甘甜。第一周下来考试的时候，我辅导的学生的成绩不怎么理想，这让我很有一种挫折感和失败感，但很快我就认识到：人总是在挫折中不断进步的，不能就此堕落下去，要有一种在哪里跌倒就要在哪里站起来的精神，正因如此，我才有强大的精神动力，不断的奋进。先我想了想问题出在哪里，为什么我会得到那样的结果，而别人却取得很好的成绩，我自己的问题吗？虽然辅导员个人能力有高有低但也不会有那么大的差距啊，何况我不觉得我的学习能力有任何问题，那是什么问题呢！后来我请教了我的高中老师，她一句话惊醒梦中人：我们不能强迫学生学习，要让他们自己主动去学习，这就少不了沟通。问题就出在这沟通上，从而我认识到：把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下。后来在我的主动沟通下我们成为很好的朋友，因此关系得到了改变，我教他也教的得心应手了，最后的考试他取得了不错的成绩，我也因自己的努力感到高兴，经过这么多的波折也让我格外的珍惜自己的成功。

一次宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁，当我们还躲藏在家长老师的庇护之下对未来感到渺茫的时候，倒不如鼓起勇气勇敢的踏出第一步，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静，还有慌乱整理错误的时间，千万不要忽视每一件细微之处，因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我们的生活变的多姿，实践让我们的人生变得多彩。

一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。

看到在土地上耕种的农民，在工地上挥汗的工人，在边防上守卫的战士，我明白了书桌的分量，一种强烈的责任感油然而生，是人民哺育了我，是国家陪养了我，给了我知识和一切。作为一名大学生，在祖国需要的时候，我会无条件地把所学的知识和一切奉献给祖国和人民。

让我深刻体味了一下生活的酸甜苦辣咸，为以后出了社会后将所面对的现实作好了心理准备，是自己到时候不在迷茫、不在彷徨。

走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看！在实践中我们才能真正的知道自己有几斤几两，不要以为自己是大学生就很了不起，我们需要学习的东西还多着呢。我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

在成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，工作以外的人生经历，却又是一份不可多得宝贵财富。过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作找不到自我的平衡点，错失了不少成功的机遇。经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。我自己刚开始辅导实践的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于辅导工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。正是这样，导致我和学生之间不能充分了解对方，因而耽误了工作。所以，当我们在抱怨别人不主动与你交流的时候，为什么不先检讨一下自己的惰性呢？工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且应该学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅能使自己尽早地进入工作状态，也可以避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，实习过程难免有忽略的时候，但这时的我们应该抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值和意义。

总之这次实践让我学会了很多东西，给予我了很多启发。但实践也只是个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断的进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大的贡献。

**大学生个人暑假实践报告篇三**

我的暑期社会实践活动在今天圆满结束了。为期一周的社会实践让我获益匪浅，感受颇多，这些经验相信是我人生中一笔珍贵的财富。

我们都俗称大学为“小社会”，我们作为一名大学生，更作为一名成人，提前在大学生涯里感受到社会的气息，这里有竞争，这里有进步，这里也有名利追逐？然而，我们终究是要奔向未来的大社会，我们要在这个真正的大社会里生存，我们要真正学会在大社会的生存之道，我们就有必要提前进行社会实践，来模拟未来的社会生活。

通过这一周的社会实践，我意识到，我不再是象牙塔里的花朵，我不再逃避风吹雨打，社会磨砺了我，锻炼了我，让我懂得社会的现实与理想的差距，但这并意味着我对社会的失望，反而更加增加了我对将来拼搏的信心。我们都是社会的一份子，我们都离不开社会，社会也不可缺少我们。正因为如此，我们要与社会和谐相处，积极投身于社会的建设，献出我们自己的绵薄之力。正如古话所说，一滴水只有放进大海里才永远不会干涸，一个人只有当他把自己和集体事业融合在一起的时候才能最有力量。

在一周的工作中，我也认识到自己的不足，但是我会努力改变自己，将来踏入社会时，我会比现在更加积极负责，认真完成一天的工作量，努力赢得上

上司的信赖，不让领导与家人失望，坚持不放弃。

社会实践是大学里最重要的一课，它是我们迈出大学校门走入大社会最重要的一步，我们每个大学生都应该正视社会实践。都说劳动最光荣，只有用自己双手创造出的合理合法的财富，我们才是学校的骄傲，父母的骄傲，是我们自己的骄傲。虽然短短一周的时间，只让我看到了社会的冰山一角，但我相信我的努力可以在未来看到更广阔的世界；虽然只付出了一点点的劳动，但我不会停止我的双手，我要创造出更多的经验来丰富我的人生。每个人都是在生活学习里不断地成长，人生之路还有很长，我们在一生中不能碌碌无为，不能安于现状。上帝为我们创造了双手，我们就要用双手创造未来。虽然一路有或多或少的坎坷，但是车到山前必有路，最重要的是坚定自己最初的信念。我们不能一辈子困在书里，我们要把书上学到的知识合理地运用到生活，让理论变成实践，让文字变成经验。谢谢。

**大学生个人暑假实践报告篇四**

20xx年xx月xx日

主要有三个方面：一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务;二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验;三是为毕业论文积累了素材和资料。

以下我暑假期间对于实践生活的总结，在这里记录下来，以期看到自己的进步，实践虽然短暂，但收获良多，所谓“总结”，也只是从繁杂思绪中选择了感触较深的方面来谈谈自己的一些不是很成熟的看法，草草为文，有什么不对的地方，望领导、老师们批评指正。

站在面前的就是那个向往已久的社会，使得刚在福州下了火车的我的一路疲惫很快就被即将实践的兴奋冲的无影无踪，因为终于可以在这个巨大的舞台上展现自我。为了更平稳的走上社会的大舞台，为适应今后的社会工作而奠定基础，同时完成大学教育的最后一个重要环节，也是出于对毕业后就业去向的考虑，我合理利用自己的暑假时间，去了家乡的一家广告公司实践。因为平时就对广告比较感兴趣，并考虑到毕业以后有可能从事这个行业，所以得知能够在广告公司实践后，我非常珍惜这个机会，并打算在有限的时间里加深对各种平面设计的了解及自己对广告的理性认识。这次实践的收获对我来说有不少，自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了长足进步，总体来说，这次是对我综合素质的培养，锻炼及提高。

汉唐是我初涉社会的开端，将从这里迈向美好的未来，我一直坚信自己的能力，即使人生的道路很曲折,但我的目标是很明确的,那就是前进,永不言弃,永不退缩!实践中，我对广告日常管理工作有了进一步的了解，分析了公司业务开展的特点、方式、运作规律。同时，对公司的企业精神有了初步了解：以质量第一，信誉是生命的宗旨，并严守对每一个客户做出的承诺。作为一个中型广告公司，汉唐秉承“以人为本，以诚为基，服务精益，客户至上”为理念，在客户的企业形象包装、平面设计、广告、大型活动推广、直至市场营销，都倾注着汉唐责任的极至。我十分庆幸能够有在这样一个公司实践的机会，使我能真正的开阔了眼界。在实践的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。那就是对企业管理有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以没有领会其精髓。但通过实践，加深了我对广告的理解，丰富了我的广告知识，使我对广告有了深层次的感性和理性认识。

万事开头难。第一天来公司，我不知道该做些什么，什么也插不上手，只是这里看看那里逛逛，最终还是公司里的同事给我指了路，提示我学习学习用photoshop软件模仿教程做些简单图片。终于找到事情做了，我就认真做起图片处理。说实话，以前在学校也做过图片处理，不过通常情况下一遇到困难或不懂就放弃了，而现在当我有疑问的时候，身边都有同事可以指教，这使我受益匪浅。

以前我总是盼望早点到社会参加工作，因为我总觉得工作是一件极其容易的事，可是当我离开学校，真的进入社会实践后，才体验到工作并不是我想象中那样，它不是一件容易的事。每天早上都要按时起床，上班，到下午六点才能回家。在工作中也不能有丝毫的马虎，每天都要打起精神工作。刚开始上班的时候，我的心情激动、兴奋、期盼、喜悦。我相信，只有我认真学习，好好把握，做好每一件事，实践肯定会有成绩。但后来很多东西看着简单，其实要做好它很不容易。

当然工作之余，实践生活更是丰富多彩。比如帮同事过生日，和同事吃午饭，总是聊得很开心，或者在体育公园漫步，总是那么的惬意，当然最最令我难忘的是那次大家在目屿岛的野营，并且在那次野营中我有时间冷静下来，对在公司的实践心得进行整理，独自思考自己的将来，明白了自己的道路，自己的追求，不再盲目。

获得工作上的进步只是其中的一部分，更重要的是，能在尚未走出校园时就有独立的工作和生活体验也无疑是难得而珍贵的社会体验。感谢汉唐广告公司为我提供这样一个学习和交流机会。我不得不承认我的实践更接近于一次独立的学习，而不是一份真正的工作。1个月，虽然短，但是我想，对于我而言，是一个很重要的转折。

首先，在还没有进公司之前就要认真了解公司的整体情况和工作制度，为以后的工作做准备，做起事来才能得心应手;其次，要学会与人相处、与人沟通。只有这样，才能有良好的人际关系，并在快乐的气氛下顺利的完成工作。与同事相处一定要礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互帮忙和相互体谅;再次，要学会严肃认真地工作。以前在学校，下课后只知道和同学玩耍，嘻嘻哈哈、大声谈笑。工作后可不能这样。因为为，公司是工作的地方，是绝对不允许发生这样的事情。工作，来不得半点马虎，否则就会出错，工作出错就会给公司带来损失。于是，我意识到：自己绝不能再像以前那样，要学会像这里的同事一样严肃、认真、努力地工作;最后，要学会虚心。因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步得更快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。这样才少走很多弯路。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。在短暂的实践过程中，我深深感觉到自己所掌握的知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对工作感觉无从下手，茫然不知所措，这让我非常难过。在学校总以为自己学的不错，而一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么的少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我个人想法，不过我们接受的教育和实践的确有很长一段距离。实践期间我也很努力的将在学校学的理论知识转向实践方面，尽力做到与实践相结合。

实践之后我最大的感想就是学校里面学的东西基本上是没什么实用性的。在实践的地方，什么都是从新开始。才实践一个多月，也很难说具体学到什么，但是有一点是肯定的，在公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象。而且，工作中很需要独立与人打交道的能力。虽说一开始有人带，但困难天天会有，而且很多，因为是很实际的问题，很多时候也不得不茫然地面对。现在，我觉得我已经能够独立处理一些问题，知道怎么解决某些困难，这就是一种遇到困难后怎么想办法解决的能力，我觉得，这种能力是很重要的。

**大学生个人暑假实践报告篇五**

尝试经商的滋味，增加自己的阅历，早日步入社会，体验工作的艰辛与乐趣，了解更多社会知识。

20xx年7月13日——20xx年9月20日

xx药店

我的社会实践调查报告是在暑假中拉开序幕的，刚过暑假的我们还沉浸在可以吃喝玩乐的悠闲中，父母又早已踏上了挣钱的路，由于家在农村，父母挣钱不容易，每天早起晚归，除了田间劳作，还要找点额外的工作以维持生计，供我们上学，于是我想利用假期，借这次实践活动的机会，找个工作做。

20xx年7月9日，我便带着希望与渴望，开始了我找工作的历程。艰辛的找寻并没有使我如愿以偿，很多地方的招聘都是有工作经验的优先，一听我说没有经验就跟我说：“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的话我们回同志你的。”经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因，主要是因为自己没有很好的定位，没有找准自己的位置。

第二天，总结失败的教训，白正自己的位置，我来到了xx药店，向主管说明自己的来意，并承诺一定好好表现，主管见我恳求热切，就将我留了下来，并同意我第二天可以来上班了。

第二天，带着简单的行李去上班。一开始，主管把我叫到一个女孩的跟前，要我跟着她学。看着她不停的拿着商品看来看去，我也拿着商品看，见到有顾客来，她就拿着商品竭力的推销，而我只是站在旁边，试着说“好，很好”之类的话，满以为这样可以卖掉，可顾客却不屑一顾，走了。我站在那里，望着女孩，她并没觉得委屈，依旧看着商品，依旧推销着。也许在人生旅途中，会遇到许多的失败或挫折，只要用一颗平常心来对待，生活就没了压力。当我环视别的员工时，也是在认真负责的推销着商品。

第一次站在柜台前，望着琳琅满目的商品，望着眼前的人们，听着这杂乱的脚步声，我心乱如麻，眼前的人们牵引着我的目光，看着他们远去的背影，心里又少了几分紧张。刚开始，面对顾客，不知要说什么才好，只是被动地把顾客提到的药品拿到他们手中，然后在一一把它们放回。日子一天天的过着，我也一天天的磨练着自己。面对顾客，我能轻松自如的向他们介绍商品的种类，用途等等，见到熟识的顾客，也能主动的热情的打招呼，聊家常。

在一个似大似小的空间，有着我的快乐与欢笑，也有着我的烦恼与忧愁。有时，也会遇到一些胡搅蛮缠的顾客，会因看上一个商品问了又问，心里十二分的不耐烦，脸上还要露着笑容，嘴上还要向他们介绍着，解释着，而最终却又没买，有时，也会遇到年老的顾客，说上一大通，他们也不解其意，只是呆呆的望着你，呆呆的站在那里。但不管怎样，我们这一代人对长辈应是毕恭毕敬，对小朋友应是热情友好。“顾客是上帝”是服务行业的宗旨。

打工期间，我还从那里了解到一些有关xx的知识。xx的药材，务求齐全，即使一些偏僻不常用的药，也要准备一点，避免不能按方配齐，使顾客失望。有的药如附片之类，有特殊的烹制方法，则店伙计必定反复交代，特别说明。xx还在药方上每一味药下面都注明价码，不论是名贵的参茸燕窝，还是几分钱的甘草都是如此，真正做到言不二价，童叟无欺。xx成名的秘诀，就在于它一直认真按照门联所写的两条中药加工的传统标准去做，坚持百年不懈。xx的饮片，从选料开始就非常认真，宁可出较高的价钱进上等好货，决不贱价买次货;加工时讲究工艺，注重质量，所以看样很好，极少灰碎，药性足。店伙计大都经验丰富，熟谙中药药理讲究的“寒、热、温、凉”四气和“辛、甘、酸、苦、成”五味，能根据药物的形色、气味、味道来辨别真伪优劣。他们按方抓药时多半都是一抓即合分量，极少有添减的时候，但仍然要用小戥子称一称，操作认真，决不马虎。多年以来，xx配制的成药逐渐形成了自己的特殊风格，很得病家喜爱，盛名历久不衰。

总的来说，在药店大工是绝对有收获的，我提前进入了社会，力偶了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就可以少走弯路。着就是我这个假期的收获。

**大学生个人暑假实践报告篇六**

xx文化传播有限公司位于广东省，在经营实践中秉承着“专业为本、服务至上”的宗旨，“辅助企业、共塑品牌”的使命，将恪守“诚信为本、厚德成事”为企业宗旨;推行“快捷、高效、专业、细心”的服务;潜心为企业及产品提供品牌创建、推广、应用维护等个性化、务实化、市场化，充分发挥自身的技术与艺术相结合的优势，以现代的理念，全新的视角，一流的设计为客户提供全面而卓越的服务，不断创新发展。经营项目涵括为企业提供形象整合设计、企业品牌整合传播、企业营销整合策划、企业宣传画册、企业形象vi设计、品牌logo设计、促销活动、产品卖点定位等营销策划。

1、过程

大学三年了，我们都将要走出校园，走向社会，把自己大学三年所学的知识应用于实践，通过大学三年扎实的专业知识和理论的学习，我深信大学三年我的努力没有白费，相信自己有能力把自己所学的知识用到我喜欢的工作上。

为了让自己更能适应社会，更为了让自己能在今后的事业和前途充满信心和资本，我加入了xx文化传播有限公司这个大集体，进行为期四个月的实习，任职文案策划。

公司属于典型本地小公司，小规模，多业务，从我1月上旬应聘进入公司至今，公司员工稳定在30人以内，公司有两个经理，分别带领两个小组，各组下设策划总监，客户总监，文案策划，美术指导，设计，业务，以及另外单独有一个媒介小组，负责小组的媒介投放。

因为公司规模不大，内部员工可以灵活的交叉运作，我也得以参与数个客户的文案、创意、客服等方面的开发和交流，获得很多难得的学习和锻炼的机会，奏响了美妙的实习旋律。

2、实习前奏

在刚刚开始工作的时候，因为对公司工作都不熟悉，所以我们经理安排我协助

同事完成工作任务。当时，主要是协助业务部经理朱先生搜索信息;协助客服部接听客户反馈的建议和意见，并把所接听的信息记录下来，及时向客服部传达信息;由于设计部的人手不够，因此，我也兼任设计助理，协助设计师，运行photoshop进行简单的操作;由于公司刚成立不久，员工入职手册尚未健全，出自于本职工作，对员工入职手册进行完善，期间，也对公司的规章制度，有了更为全面的了解。在工作中，我学到了很多，工作中的电话交流，了解了接听电话的交谈技巧，学会了有礼貌和客户交流，也在工作中学会了细心和责任。

3、广告词创作的间奏

在工作了一个星期后，经理开始让我着手文案策划的工作。由于公司刚成立不久，目前还没有属于自己的广告词，因此，广告语设计的任务便落在我的身上了。当时，我拿到了这个任务时，既兴奋不已又忐忑不安。兴奋不已的是，终于轮到我大展身手的时候了;忐忑不安的是，我刚踏入社会，从未接触过广告界，更没有为公司起广告词的经验，完全属于菜鸟级别，对公司的运作也不是很熟悉，怎么办?我赶紧从公司的书库借了几本关于广告词的书籍，并从网上搜索广告词的创作，还查看了关于广告词的经典案例。

在这次广告词创作中，我深刻地体会到，广告词是一门大学问。广告词在表现方式上，是六个了或七个字，这六个字中必须有一个动词，一个名词，发音是升调。整条广告词所主张，承诺，倡导的东西务必是肯定的，正面的，包含品牌价值的;在音节上的讲究对仗和压韵，容易阅读和传播。而起一个优秀的广告词，考虑的方方面面，更加首先要切合品牌或企业所要传播的定位，其次，广告词必须要有冲击力和感染力，这样，才能打动消费者，并且易于传播。因此，在掌握广告词的要点和阅读书籍的基本上，再结合了公司的经营运作，起了将近二十个广告词，幸存下来的广告词即是，点缀品牌，领航未来。品牌，是一个象征，一个方向，一个标识，独树一帜，标新立异。点缀品牌涵盖着两层寓意：1为企业设计包装，提升品牌溢价;2为企业塑造品牌形象规划推广，实施点金之术，提高企业竞争力，起画龙点晴之效。领航未来，与xx文化传播的logo相呼应，旨在具备超前的思维，细致的洞察，敏锐的嗅觉，能够担任舵手，掌舵方向，领航企业未来，开拓广阔的蓝海。

经理对我第一次起的广告词颇为认可，便让我为某茶具公司所属产品，旅行茶具想个广告词。有了第一次写广告词的经验之后，我不再像急得像热锅上的蚂蚁，

而是，静下心来，认真分析旅行茶具的特征，而经理从某茶具公司带来了实物，这让我能更好地了解产品。仔细端祥着，旅行茶具有别于家居茶具，就是小巧玲珑，而且，拿起来时，显得格外的轻松，因为它的材质是铁，重量较为轻，瞬间，灵感眷顾于我，广告词也因此诞生，轻便茶具，轻松旅行。由八个字组成，展示了商品的特征，同时也突出了卖点，而在发音上，好读易记，有利于传播。以“轻便”二字，体现旅行茶具的特点，外观轻巧，方便携带。“轻松旅行”，暗示带上茶具，也能给旅行带来轻松自在的闲致。

4、软文撰写的伴奏

现在对于广告词的把握总算有感觉，正当沾沾自喜的时候，经理又分配了工作任务了，为客户的冬季童装写软文。软文的撰写也是这次实习中，挫折感的一个项目。写了五六次软文，都被老板一一否决。曾经一度心灰意冷，但想到既然选择了，就要坚持。于是，重新振作，并在写软文中，慢慢摸索着，体会到了，软文要以记者的口吻，不露痕迹的，抓住消费者的关注点，进行广告推广，而且在表达中需要含蓄，透出一丝丝文化气息，信息的传达不是大声的叫卖，而是静静的以自己的品位去感召每一个受众，让受众在欣赏广告的文字中知道商品的展示。但切忌，不是卖弄创意，炫耀文字。广告不是我们最初想像的那么单纯的一件事情，它是以客户的自身利益为出发点，它是沟通，讲究沟通能力，在这场磨合当中，客户的意见与消费者的反馈一样，对于一个广告公司至关重要。最后，我以银装素裹的冬季为背景，通过轻舞飞扬的雪花，与孩子们天真的阳光笑脸想结合，营造着愉悦的氛围为主题，写了一篇软文，经理看了，也点了点头，示意通过。

5、营销策划的副歌

在这次实习中，让我印象深刻的是，市场策划，这也是我们市场营销专业学生的优势。我们公司接到的项目是，某品牌鹰嘴豆奶粉的营销策划。首先，我消化了上司的提醒，然后通过网络等二手资料了解豆奶粉的市场需求变化，市场竞争现状和消费者的消费心理，并且运用在学校所学的知识，进行swot的分析和cis的整合营销，通过了整体市场的了解后，进行透彻的分析，而这一过程也是极为重要，不能马虎的，因为它与营销的制定是紧密地联系在一起的。只有好的营销策略，才能提高产品的销售额，进而提升企业形象，提高品牌溢价能力和自身竞争力。通过这次鹰嘴豆奶粉的市场营销策划，我才领悟到，策略不是凭空想像而制定出来的，而是通过宏观和微观的市场分析，而制定出具有可执行性的策略，如果不通过分析而制定出来的策略也只是纸上谈兵。

6、感悟

在这四个月的实习期，我学到了从课本上学不到的知识，也体会到了，做一个文案策划，知识面越广阔，越能做得得心应手。当然，在工作中，我学到的不仅仅是对工作的熟悉，更为重要的是，我学会了如何和同事相处交流，怎么把工作做得更好。我想，通过这次实习，我已经成长起来了，也更加的有信心投入工作中，学校的专业系统学习，给了我成长的根基，而xx文化传播有限公司，给了我施展才能的空间。

**大学生个人暑假实践报告篇七**

今年暑假期间，我们赴xxxx进行了为期两个月的实习，在这两个月中，我们经历了在校园中没有经历的生活，感受到了以前从未品尝过的酸甜苦辣，也学到了很多课堂中难以学到的东西。为期两个月的实习已经结束，在这短短两个月的实习期，不论是人生阅历还是处世态度，我都有了很大的收获。原来一个人只要用心，就可以在很短的时间内成长起来，对于在xx的经历，至今仍然记忆犹新。

经过几天的培训，我们进入xx的生产车间。进到车间给我的感觉像是进入了军营，四周贴满了注意事项。我是ccpbg成型部match全检员，全检是一个很有压力的工站，之所以说它有压力是因为这是一条线赖以生存的条件，只有全检把好关，产品才会出来，第一天下来感觉自己体力已到达极限，连走路的力气都没有了。后来的几天里我始终重复着一样的工作，熟练了，也习惯了。日子就从车间—餐厅—宿舍—车间这样循环的过着，这其中有喜也有忧，虽然单调，但也很充实。

对于一直在学校里读书的学生来讲，工作是一种陌生的概念，又是未来必将面临的课题。我们在实习期间，虽说是实习的身份，但xx将我们完全接纳到一个真正的工作环境，这让我们体验到了真正的工作环境是怎样的，给了我们一个详实的印象。这两个月的实习生活，也算是对我们走出校园，走上工作岗位的新生活的提前适应。通过这次的实习才发现自己懂得好少，学的好少。觉得在学校的时候学得好少，工作了想看书的时间都没有多少了。且这不是学校，现实了很多。工作了，就不像学校那样，老师会全心全意教学生了，很多东西要靠自己去学。而且工作了做人比做事更重要。

从原来一个什么都不会到现在，大多数时候能做到独当一面。因为经历的事多了，处理的事也多了，我学会了很多，不管是技术还是做人。

在xx实习的这段时间里，我体会到了他严格的规章制度，体会到了军事化的管理，使我进一步加深纪律的重要概念，我将永远铭记我们部门的口号“品质第一，效率第一，精神第一，我要加油！”“零件不落地，半成品不落地，成品不落地，垃圾不落地，品质落地生根！”

在这工作的这段时间里，感触比较深的是工作让我总是在极限中超越自我。如果一开始就让我做这么多工作，我肯定做不下来。但从最开始的少量的工作到逐量的增加，让我接手工作就没有这么困难了。在这里我体会到了一个大公司的规模。xx是一个好学习的地方。首先，他有一套完善的培训系统。其次，xx公司本身就是一个学习的好素材。长期、稳定、发展、科技、国际是企业定位；其文化特征：辛勤工作的文化、负责任的文化、团结合作且资源共享的文化、有贡献就有所得的文化；核心竞争力：速度、品质、技术、弹性、成本；经营理念：爱心、信心、决心。从业精神：融合、责任、进步。这就是xx为什么能立足于世界五百强的商林之中！

xx从选址，到经营理念，到全球布局都投射出他的长远目光，这是值得我们学习的。在实习期间，我了解到一个公司的企业文化是很重要的。他可以让我们了解到一个公司的成功与否与他的企业文化是分不开的。鸿飞千里，富士则康。xx将一如既往地传承爱心文化，善尽社会责任，培育科技人才，创新发展模式，挑战科技创新和产业转型的更高目标，缔造“长期、稳定、发展、科技、国际”之一流公司的长青伟业！

通过这次的实习，让自己了解了企业生产，在实践中增长见识，锻炼了自己的才能，培养自己的刻苦耐劳的习惯，更重要的是发现了自己的不足之处，同时也学到了在学校永远学不到的知识和经验。这样使我认识到社会实践和生产实习是大学生活必不可少的一部分。工作不只是做事，更重要的是与人相处，我发现，如果不与自己的同事交流，那么有些工作就很难做好，如果不和上级交流，永远也不会有深造和发展的机会。但，只要多问、多与同事沟通，就能学到更多的知识，就能与同事更加接近，更好的相处。只要和上司多沟通、多交流就能使他更多地了解自己的长处与不足，使他们更好地安排自己工作，更好地帮自己弥补不足和发挥长处。使我们更好地安排自己工作，更好地帮自己弥补不足和发挥长处，在这里我学到了很多，这将是我以后真正踏入社会的宝贵基础！现在的我满怀激情，充满了对美好人生的向往，相信凭借我的吃苦耐劳和顽强拼搏的精神，我一定会闯出自己的一片天地！努力，加油，拼搏！

**大学生个人暑假实践报告篇八**

今年暑假我一开始，我开始了紧张的暑假实践，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能。。当我告诉父母说要去打工时,他们都感到惊讶：在他们眼中我还是孩子，平时又不太爱说话，况且我还没有出过什么远门，还能一个人出去打工?肯定吃不了苦,干不了几天就会回家。我也没想到自己在他们眼中居然是这个样子。没办法只得在我家附近找一份合适的工作。

“没有实践，就没有发言权”,只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的暑假和去年有所不同。其实学校要求我们积极参加社会实践,无非是想让我们提前接触社会,了解社会,这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心,于是我才决定今年要真正的去接触社会,品尝社会的酸甜苦辣。

经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了钦州远洋国际建筑公司工作。钦州远洋国际建筑公司在钦州港建八栋商业住宅楼。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。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。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

现在想来，暑假的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。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暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月，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。

**大学生个人暑假实践报告篇九**

全球性经济危机的直接影响就是给大学毕业生的就业问题雪上加霜，为适应不久将来的工作竞争压力，这个暑假我来到了国际化大都市xx，希望在那里见识一下。在亲人的介绍下我进入xxxx焊割机械有限公司的生产线上工作。在这里体验了一个月左右的工厂生产学习，学到了许多在学校没有学到的东西，增强了自身综合素质的培养，锻炼了自身意志同时也体验到了劳动带来的快乐!

xxxx焊割机械有限公司位于xx市xx区xx镇，闻名全国的同济大学就在其附近。公司生产各型焊接机、切割机，并且远销欧洲数个国家!

初次来到xx人事部时我并没有道明真正来意，而是以应聘的身份和xx签订了就业合同，并被安排到二楼钳工组装区工作。每天跟着工人师傅们刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线等。我进厂的那些天恰逢公司举办展销会，领导要求我所待得车间赶制出一批用于展销的产品其中重点是仿形这类切割机!由于在学校金工实习期间并没有真正掌握钳工生产要领，加之没有任何生产操作经验，因此常常会感到手足无措。

庆幸的是车间的师傅们看我刚从校门走出，知道我没有什么工作经验，虽然上面交代的任务比较紧去仍然花很长时间细心的来教我如何组装手轮、如何正确使用钻床并使钻出的孔符合生产尺寸、如何调试机器等。在学校实习的时候就领略到了钳工的辛苦，所以在工厂生产线上更不用提了，印象最深的就是7月8号那天，我想都不敢想自己是怎么坚持下去的，师傅们让我给他们弯钢构，全是那种20～30公分长的短钢筋条，一天时间加上晚上加班一刻不休愣是把一口袋的钢条弯完了，晚上回去之后才发现两个手掌心都磨破了。虽然心里知道自己不是真正准备在这里长期待下去，也产生过放弃的念头，但每次看到师傅们对手头工作的那种专注之情时，我还是咬牙坚持着，并且告诉自己能行!

后来，不知道是怎么回事，厂里领导竟然找到我跟我说要调我到一个比较舒服一点的车间，随后将我安排到另外一个生产车间并告诉车间带班的李师傅好好教我。

在接下来的一段时间里，在李师傅的细心教导下，掌握了xx一些产品如cg2-30滑轮式焊接小车、马鞍形切割机、hk-103等的组装、调试。并且了解到了xx所生产的部分产品的型号、工作原理等。期间xx老总也找我谈了一次话，那是刚调进李师傅车间的第二天，我正在做着李师傅交代的事，老总走到我面前跟我寒暄了一会后便开始问我一些电工专业类的东西，而且告诉我任何成功的企业老板开始都是再生产一线锻炼出来的，所以要我重视眼前的事，虽小却有很多锻炼的机会!有跟我说了他创业时的故事。那个下午我真得觉得好激动,没想到一个企业老总会和我说这些，他的和蔼也鼓舞着我在接下来的工作学习。

在短暂的实习过程中，我和其他工人一样每天上班打卡、下班吃饭，体验着工人们的辛苦。我采用了看、问，亲自动手等方式,发现自己存在的问题纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

理论偏离或联系不上实习是摆在我们面前的最大问题。我们的教育应该与社会实习更多得结合起来,采用理论和实习的办学模式,做到课堂教育与社会实习的关系，暑期实习与平时实习的关系，社会实习广度与深度的关系，分别同过课堂,暑期和实习把我们所学的和运用想结合起来,才能更完全的掌握.

千里之行，始于足下，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个非常重要作用，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。更重要的是要向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。领导和同事们的经验,好的习惯和他们的知识也会是我们人生中的一大宝贵的财富.这次实习更让我肯定了做事先做人的道理,要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓三人行，必有我师，我们可以向他们学习很多知识、道理。

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