

2023年寒假大学生实践总结 大学生的寒假实习总结(优质8篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

寒假大学生实践总结篇一

我已经回家一个月了，如今，三月即到，所有的中小学及大学都逐渐忙碌起来，新的学习开了，他们都在为自己新的学习任务定下了强有力的计划，都不愿意落后于别人。而我呢，也不例外，我是一名将要大学毕业的学生，已经顺利的完成了在校的所有任务，接下来就是要在校外的顶岗实习——毕业之前的最后一次校外考核。我当然不想虚度这三个月，由于我在学校所签的船厂要求我们7月报到，所以在这之前我决定去找个机械厂完成顶岗实习。我不想出门太远，所以联系在当地的一家知名企业里完成最后的考核，要去这个企业实习的确有点困难，因为他们基本不需要实习生，我向他们如实说明了具体情况，希望他们能够帮助我和协同学校共同完成这个任务，为我们学生创造基本的工作需求。

我原以为可能会进不了这个机械公司，因为他们对技工类员工要求相当严格，何况我还是个实习生。我在家里敬盼佳音，很焦急也很彷徨，就这样过了一段时间，终于在最后我接到他们的电话，他们同意帮我完成这个实习科目，并希望我能尽快上岗，我很兴奋的答应他们22号上岗。

我终于进入了这个知名企业——__有限公司。我对这个企业稍有了解，这是全国前10强的砖机企业，创建于__年，是集科研、生产、营销、售后服务于一体的高新技术企业集团。

我在有关负责人的带领下对这个企业厂房、工作环境及其他方面有了较深而广泛的了解，感觉基本上符合我的工作需求。

最后，我被介绍并认识了该企业的核心制造环节机加工车间主任——__师傅，也是我在这个企业期内的技术指导老师(师傅)。我和他初次交谈时，就发现这个人在机械理论和实践经验上很娴熟，技术也应当精湛。

他对我说进入任何企业，包括以后我进入工作岗位，重中之重就是人身安全，始终记牢“科学谨慎，安全生产”。于是刚去的第一周，我就接受他们的较为全面的安全生产知识培训，对我来说的确获益匪浅，不仅仅是我一个人，而是车间的所有员工，要求所有员工都做到科学谨慎，安全生产，我深信张师傅的教导对我以后的工作工作有很大的帮助。

二、熟悉企业，从小做起

我所进入的这个企业核心品牌产品是各类挤砖设备，销售全国各地，并远销周边多国，所以我就要熟悉产品的生产流程。在安全培训期间，我详细地请教张师傅一些关于砖机生产的不解之问，大致对整个砖机设备的生产过程有了初步的了解，其中部分设备生产车间的工艺方法有了较大的改善，初步实现了光控自动化生产方式，这大大改善了工人的劳动强度，同时提高了企业的生产效益，但我也看到大多数生产车间依然保留着传统的生产方式，这与企业目前的发展状况有关，实现完全自动化还要很长的路要走。__有限公司(以下简称“__”)是国家及地方重点企业，有着很强的创新和研制砖机的能力，其生产环节大致分为：研发设计环节，冶炼环节，生产加工环节以及组装环节。

_师傅对我说，即使你很清楚这些砖机生产过程，也会在实际中遇到复杂的问题。任何员工要能自己解决所面临的困难，从实际中的基础做起是关键，逐渐积累和丰富自己的工作经验。我也深知这一点，所以在以后安排工作上，我不能有任

何挑剔。我可能被张师傅会安排和环境较差的一线去工作，这个我也会欣然接受，不管做什么事情都要一步一步、踏踏实实的干，从点滴出发，这也对我以后人生道路有很大的磨砺，我很高兴，这也能使我能熟练和掌握最基本的操作技能，加强锻炼自己的实践能力。我看到很多生产车间日夜兼程地无休止的工作，其中的艰辛疲惫只有他们能感受到，我也做好了充分的心理准备，以饱满的精神状态迎战这次难得的实习机会。

三、安排工作，服从管理

这个周一早上我像往常按时上班，突然接到_师傅的电话，他急促的说尽快去他的办公室，给我安排岗位，这周双休日取消。我一头雾水，什么事这么急，还取消双休日，但还是硬着头皮以最快的速度赶往_师傅的办公室，想问明白出了什么情况。后来我才知道，原来__最近接到一大批订单，要在规定的时间内完成硕大的任务，势必要增加工人的劳动强度和劳动时间，本周双休日取消，我也不例外的和他们一起工作。刚开始，我有点不情愿，毕竟我的顶岗实习刚刚步入正轨，张师傅就让我去加班，让我很难接受事实。

我可能习惯学校有规律，比较自由的生活。即将毕业之前，我第一次真实的接触人流不息、错综复杂的社会，所见所想与理想形成强烈的反差，这让我深深的领悟到自己对社会广泛了解的严重不足，缺乏工作和生活阅历。我想了很久，还是按_师傅的要求去做吧，双休日就不休了，初到__，必须要有良好的员工素质，服从管理分配，还有就是这对我自己也不是没有好处，趁早学会基本的操作技能和严谨的科学方法，对以后的发展展垫下扎实的基础。

通过对__多半个月的学习和了解，我基本上清楚__的核心产品和重要的工艺流程，同时也给其他老员帮过微不足道的小忙。_师傅终于给我安排了具体工作，把我安排在组装车间。在组装车间干了一周，感觉很累，但是让我看到工人灵活的

手法和精湛的技术，顿时无比高兴，同几名老员工负责组装设备的一个构件，最后由多个工人通过起吊架把许多构件吊装成一个完整的设备。我只能在其中为他们拿些专业的安装工具协助工作，对于组装中遇到一些不解的技术问题只能保留，在空闲的时间去请教这些老师傅们。虽然在组装车间我只能算上小小的技术工，但是我坚信每个熟练的员工的第一步都同我一样从最基层、最基本的岗位做起，一步一步走向成功。

四、不惧辛苦，勤奋工作

在这里实习接近一个月，我也逐渐习惯了辛苦劳累的工作，我也不知道自己在荒废还是在充实。我每天上班、下班，混在车水马龙的大道上，看着别人，有的看起来紧张忙碌的样子，有的看起来快乐自由无比兴奋的样子，也有的看起来灰心丧气，很沮丧的样子，好像有什么事击碎了他的心……我自己觉得所做的一切很盲目，虽然我明白从基础做起，从最基本的岗位做起，只要坚持不懈，定能步步走向成功，但是真正做起来很艰难的，付出的努力与艰辛只有自己知道，而别人全然不知，更别说有你的工作会得到认可或者你会得到什么鼓励的话。

寒假大学生实践总结篇二

本人通过1个月的护理实习，在带教老师的悉心指导与耐心带教下，认真学习各项管理制度和《医疗事故处理条例》及其相关的法律法规，多次参加护理人员学习，通过学习使我意识到现代护理质量观念是全方位全过程的让病人满意，努力把理论知识和临床实践有机的结合在一起，思想认识水平也有了一定的提高。

在实习期间严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，严格要求自己尊敬师长，团结同学，不迟到不早退，踏实工作努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵

活化，并做到理论学习有计划有重点，护理工作有措施有记录。实习期间始终以“爱心，细心，耐心”为基本，努力做到“眼勤，手勤，脚勤，嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患者提供优质服务，树立良好的医德医风。

在科室实习中，我严格遵守科室制度，按时参加护理查房，熟悉病人病情，能正确回答带教老师的提问，规范熟悉进行各项专科操作及基础操作，严格执行三查八对，在工作中严格执行无菌操作，发现问题能认真分析及时解决，在抢救工作中一丝不苟，有条不紊，得到老师的认可患者的信赖和好评。

同时本人还参加了医疗机构的下乡体检活动，不断丰富自己的业务知识。通过实习本人理论和实践水平都有所提高，在今后的的工作中我将继续努力，牢记护士职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为患者提供优质服务。

在这里我衷心的感谢每位老师对我的支持，使我圆满地完成我的实习计划。

大学生寒假实习总结范文

。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。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，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大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢朔黄铁路原平分公司给我提供实习机会！

大学生寒假实习总结精选

首先能得到去极乐市人民检察院实习的机会，我得感谢学院及唐老师，正是他们的积极争取才使我们有此机会，大学生寒假实习报告。同时我也在此感谢极乐市人民检察院，正是他们的接纳，才使我在此期间了解到很多检察院的实务操作，积累了不少实务经验。

由于我们年级考试直到1月22日才结束，所以我们直到1月25日星期一才正式前往极乐市人民检察院实习。我被分配到极乐市人民检察*院反贪污贿赂局的侦查三处，这是一个特殊的机构。一开始我便被告知，由于部门的特殊，之前此部门是不招实习生的，只是随着时间的推移，领导思维的变迁，这个部门才从前几年开始接收实习生。但是限于部门的特殊性，本文来自小草本站我们必须按照要求遵守保密守则。在实习期间，我始终把处长的话记在心里，保守秘密，努力做到自己所能做的。

鉴于我所实习部门的保密性，因此在这里我只能写些不涉及秘密的经历及感悟。

我想先谈谈我个人的态度及出勤上的表现。在实习期间，我本人从未迟到与早退过，总是提前到达办公地点。在工作过程中，即使是干一些琐碎的事情，我也从来没有懈怠过，总是兢兢业业。因为得到这样一个去极乐市人民检察院的机会不大容易，同时我个人办事的原则就是认真，尽自己努力去

办。

现在我来谈谈在实习期间干过的一些事情及我个人的感悟。

一、填写法律文书，我觉得这应该是实习期间最常干也是最基本干的事情。我填写的法律文书包括查询银行流水线文书和查询身份证件文书。

二、外出调查，其实这是与上一个事件相连的，填完法律文书后，自然而然就是跟随检察官外出调查取证。

三、清点与登记赃物。扣留嫌疑人的赃物自然要清点并且登记以便清楚的知道嫌疑人的财产的种类与多少，方便案件的调查。

四、参加案件进展的讨论会。当然我们只是来旁听的，但是这对我们也是非常重要的，这样我们可以亲身经历案件的讨论，本文来自小草本站清楚案件的发生与过程，接近案件的核心操作。

五、接送文件，这也是实习期间很基本的事情，也就是把文件从办公地点转送到另外的人员手中。

六、查看卷宗，检察院内部有大量的卷宗，不过我们只能看那些已经解密了的。

七、协同外市检察官调查取证。外市检察官来本地调查是一定要当地市的协助调查的。

以上七类事情基本上就是我本次寒假在极乐市人民检察院实习过程中遇过并办过的事情。由于我在检察院实习的时间不是很长，因此上面这些只是*很琐碎很表面的事情。但是不可否认的是，即使如此，我还是从本次寒假的实习的过程中学到很多与法律有关的知识，积累了不少的经验。我相信这是

一笔财富，它们将对我以后的生活与学习起到重要的作用。在此，我再次感谢学院、唐老师及极乐市人民检察院。

我所实习的朔黄铁路原平分公司是朔黄铁路有限公司的一家子公司，隶属于神华集团公司，是以能源、交通为主业，即煤炭、电厂、铁路、港口、煤液化、航运为一体的企业集团。我所在的朔黄铁路原平分公司拥有员工近1400人，分布在从山西神池到河北西柏坡全长248km的铁路线上。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在分公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。在这里通过帮助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基础。令我触动最深的是，同神池南工务工队的兄弟们一起到线路上检查线路，神池南的气温相当低，再加上现在正是腊月，在这样的条件下，我们的铁路工人不畏严寒、毫无怨言、认真巡视线路、详实的作着记录，生怕有疏忽。“不屈不挠”这个词，我在小学就学过，这么多年来这个词也频频出现在我的文章里，但我对这个词并不了解，直到我和工人们去线路上巡查，冬天的神池南冰天雪地，走在铁路沿线上，两边是茫茫的白雪，眼前是一眼望不到边的、冰冷的铁轨，他们裸露着双手，我这道尺测量着、记录着，我记得他们说最多的一句话就是“苦干不能苦熬”，我才真正体会到了这个词背后隐藏着的是苦干、是实干，是一种敬业精神。这种精神会在我今后的生活历程中激励我克服一切困难。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，

茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

“千里之行，始于足下”，这近半个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。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。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，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大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是我的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢朔黄铁路原平分公司给我提供实习机会！

大学生实习工作总结相关

寒假大学生实践总结篇三

理论与实践相结合，才能达到最终目的。没有实践只有理论，

就是纸上谈兵，只有实践没有理论，就会盲目行事，在大学里，学到的只是书本上的知识，但是工作上用到的却很少，因为书本上的只是沧海一粟，而真正伴随我们的确是社会的现实。

这次的实习是一个开始，也是一个完结。开始是我将通过这个起点踏上工作之路，当然这也就是一个铺垫，我会好好的运用这次实习经验。回到学校，找到不足之处努力改正。完结就是我要舍弃以前错误的想法，幼稚的观念，从新将自己打造成为新型人类，适应社会的变迁，适应时代的改变，适应公司的文化理念，当然还有永远都不会放弃的是那份执著和梦想。真心的谢谢每一位同事，上级，是你们的循循善诱，悉心指导，因为你们的支持，我对未来满怀憧憬，对未来更加期待了。我相信我会慢慢成长，早晚会飞上云霄，实现自己的理想的。

寒假大学生实践总结篇四

今年的寒假跟往年不太一样，因为今年我是一名大学生了，我应该更独立些了，以前从没出去打过暑假或寒假工，今年学校布置了一项任务——出去社会实践，并且要写一份实践报告。

我今年是第一次参加社会实践，这次的经历给了我很多的感触，让我懂得了很多很多。我在深圳市一家购物广场的营运部实践，这个部门是最需要与顾客打交道的，这让我学到了很多为人处事的道理以及在学校学不到的知识。

在今天，很多人都知道服务态度越来越重要，现在的市场不比以前了，以前是需求大，属于卖方市场，而现在是商品多，属于买方市场。可以说现在是谁的服务态度好谁就占领了一大半市场了，因为顾客只会光顾那些服务态度好的店家，所以说一个好的商家必须要有好的服务态度。我在那里是销售糕点的，因此会比较多人，老少都有，现在也正逢寒假，小

朋友也就多了。每天都有很多小朋友过来买这些糖啊、饼干之类的，其实现在有很多商家是不太理会小孩子的，因为他们认为小孩子纯粹是来玩的，不是真的要来买商品的，跟他们是浪费时间，可我却不是这样认为的。我细心地询问小孩需要什么，并跟他们说哪些不能吃太多，哪些对身体有害，始终微笑地跟孩子介绍着。让我意外的是后面站着几位家长正微笑地看着我，他们都夸我服务态度好，并且说就冲着我的服务态度也要买些商品回去。此后，我看到他们经常都来光顾，这让我意识到一个商家的服务态度是多么的重要，它可以带来那么好的效应，也就是我们所说的会有很多回头客。

寒假大学生实践总结篇五

我已经回家一个月了，如今，三月即到，所有的中小学及大学都逐渐忙碌起来，新的学习开了，他们都在为自己新的学习任务定下了强有力的计划，都不愿意落后于别人。而我呢，也不例外，我是一名将要大学毕业的学生，已经顺利的完成了在校的所有任务，接下来就是要在校外的顶岗实习——毕业之前的最后一次校外考核。我当然不想虚度这三个月，由于我在学校所签的船厂要求我们7月报到，所以在这之前我决定去找个机械厂完成顶岗实习。我不想出门太远，所以联系在当地的一家知名企业里完成最后的考核，要去这个企业实习的确有点困难，因为他们基本不需要实习生，我向他们如实说明了具体情况，希望他们能够帮助我和协同学校共同完成这个任务，为我们学生创造基本的工作需求。

我原以为可能会进不了这个机械公司，因为他们对技工类员工要求相当严格，何况我还是个实习生。我在家里敬盼佳音，很焦急也很彷徨，就这样过了一段时间，终于在最后我接到他们的电话，他们同意帮我完成这个实习科目，并希望我能尽快上岗，我很兴奋的答应他们22号上岗。

我终于进入了这个知名企业——__有限公司。我对这个企业稍有了解，这是全国前10强的砖机企业，创建于____年，是

集科研、生产、营销、售后服务于一体的高新技术企业集团。我在有关负责人的带领下对这个企业厂房、工作环境及其他方面有了较深而广泛的了解，感觉基本上符合我的工作需求。

最后，我被介绍并认识了该企业的核心制造环节机加工车间主任——__师傅，也是我在这个企业期内的技术指导老师(师傅)。我和他初次交谈时，就发现这个人在机械理论和实践经验上很娴熟，技术也应当精湛。

他对我说进入任何企业，包括以后我进入工作岗位，重中之重就是人身安全，始终记牢“科学谨慎，安全生产”。于是刚去的第一周，我就接受他们的较为全面的安全生产知识培训，对我来说的确获益匪浅，不仅仅是我一个人，而是车间的所有员工，要求所有员工都做到科学谨慎，安全生产，我深信张师傅的教导对我以后的工作工作有很大的帮助。

二、熟悉企业，从小做起

我所进入的这个企业核心品牌产品是各类挤砖设备，销售全国各地，并远销周边多国，所以我就要熟悉产品的生产流程。在安全培训期间，我详细地请教张师傅一些关于砖机生产的不解之问，大致对整个砖机设备的生产过程有了初步的了解，其中部分设备生产车间的工艺方法有了较大的改善，初步实现了光控自动化生产方式，这大大改善了工人的劳动强度，同时提高了企业的生产效益，但我也看到大多数生产车间依然保留着传统的生产方式，这与企业目前的发展状况有关，实现完全自动化还要很长的路要走。__有限公司(以下简称“__”)是国家及地方重点企业，有着很强的创新和研制砖机的能力，其生产环节大致分为：研发设计环节，冶炼环节，生产加工环节以及组装环节。

_师傅对我说，即使你很清楚这些砖机生产过程，也会在实际中遇到复杂的问题。任何员工要能自己解决所面临的困难，从实际中的基础做起是关键，逐渐积累和丰富自己的工作经

验。我也深知这一点，所以在以后安排工作上，我不能有任何挑剔。我可能被张师傅会安排和环境较差的一线去工作，这个我也会欣然接受，不管做什么事情都要一步一步、踏踏实实的干，从点滴出发，这也对我以后人生道路有很大的磨砺，我很高兴，这也能使我能熟练和掌握最基本的操作技能，加强锻炼自己的实践能力。我看到很多生产车间日夜兼程地无休止的工作，其中的艰辛疲惫只有他们能感受到，我也做好了充分的心理准备，以饱满的精神状态迎战这次难得的实习机会。

三、安排工作，服从管理

这个周一早上我像往常按时上班，突然接到_师傅的电话，他急促的说尽快去他的办公室，给我安排岗位，这周双休日取消。我一头雾水，什么事这么急，还取消双休日，但还是硬着头皮以最快的速度赶往_师傅的办公室，想问明白出了什么情况。后来我才知道，原来__最近接到一大批订单，要在规定的时间内完成硕大的任务，势必要增加工人的劳动强度和劳动时间，本周双休日取消，我也不例外的和他们一起工作。刚开始，我有点不情愿，毕竟我的顶岗实习刚刚步入正轨，张师傅就让我去加班，让我很难接受事实。

我可能习惯学校有规律，比较自由的生活。即将毕业之前，我第一次真实的接触人流不息、错综复杂的社会，所见所想与理想形成强烈的反差，这让我深深的领悟到自己对社会广泛了解的严重不足，缺乏工作和生活阅历。我想了很久，还是按_师傅的要求去做吧，双休日就不休了，初到__，必须要有良好的员工素质，服从管理分配，还有就是这对我自己也不是没有好处，趁早学会基本的操作技能和严谨的科学方法，对以后的发展展垫下扎实的基础。

通过对__多半个月的学习和了解，我基本上清楚__的核心产品和重要的工艺流程，同时也给其他老员帮过微不足道的小忙。_师傅终于给我安排了具体工作，把我安排在组装车间。

在组装车间干了一周，感觉很累，但是让我看到工人灵活的手法和精湛的技术，顿时无比高兴，同几名老员工负责组装设备的一个构件，最后由多个工人通过起吊架把许多构件吊装成一个完整的设备。我只能在其中为他们拿些专业的安装工具协助工作，对于组装中遇到一些不解的技术问题只能保留，在空闲的时间去请教这些老师傅们。虽然在组装车间我只能算上小小的技术工，但是我坚信每个熟练的员工的第一步都同我一样从最基层、最基本的岗位做起，一步一步走向成功。

四、不惧辛苦，勤奋工作

在这里实习接近一个月，我也逐渐习惯了辛苦劳累的工作，我也不知道自己在荒废还是在充实。我每天上班、下班，混在车水马龙的大道上，看着别人，有的看起来紧张忙碌的样子，有的看起来快乐自由无比兴奋的样子，也有的看起来灰心丧气，很沮丧的样子，好像有什么事击碎了他的心……我自己觉得所做的一切很盲目，虽然我明白从基础做起，从最基本的岗位做起，只要坚持不懈，定能步步走向成功，但是真正做起来很艰难的，付出的努力与艰辛只有自己知道，而别人全然不知，更别说有你的工作会得到认可或者你会得到什么鼓励的话。

文档为doc格式

寒假大学生实践总结篇六

今年寒假，我在xx广告公司里实习了两个星期，金融风暴波及全世界，对我们的生活产生了巨大影响，日益严峻的就业形势，对我们面临毕业的大学生是一个巨大的挑战，也是一个很大的压力。

这次寒假实习，我把精力主要集中于与广告有关的工具软件上，因为在学校，老师不止一次对我们强调实践的重要性、

强调技能的重要性。在当今社会形势下，学历并不能作为评价一个人的唯一标准，而当今社会更加注重人们的技能与能力。所以，我对photoshop、3dmax、adobe等系列软件有了一个初探，熟悉这些与广告制作有关的软件，亲自动手参与到公司的广告制作上，给了我很大的锻炼。同时，不光是学习制作，我还承担起了帮助公司给客户交送广告作品的任务，主要是一些平面广告作品，例如海报、横幅、大型背景、灯箱等等，与工人们一起组装大型的灯箱和广告牌。学到了学校不能给予的知识的的同时，又增添了我的社会实践经验，这些都给予了我很大的帮助，为我今后步入社会增加了许多经验。

接下来的几天，我在师傅身旁跟着他学习制作广告作品，每天一大早，师傅就拿着工作单查看今天的工作任务，在制作的过程中还不时地与客户保持电话联系，师傅和我说，制作一件广告平面作品，自己的创意和兴趣固然很重要，但是一定要在客户的指定范围内，切不可随心所欲的按自己的喜好来制作，一切要以客户的利益为准，“客户要我们怎么做，我们就怎么做”。不过在制作过程中还要随机应变，根据具体情况与客户协商作品的风格、样式、表现手法等，这是一整套看似简单，但操作起来复杂的工作流程。听了师傅的这番讲解，我初步了解了广告作品从设计到完成的一系列过程，也加深了对广告行业的认识，虽然只是一个小小的广告公司，却给我好好上了一课。

跟着师傅几天了，终于能让我自己独立练习了，先是模仿师傅以前的历史作品，然后是制作些简单的作品，例如铜牌、横幅、简单的海报，不过别看这些东西简单，其实制作都是有严格规定的，长、宽、高、规格、比例、字体等，一样都不得有偏差，这项任务既考验耐心又锻炼技术。实习的时间过得真的很快，转眼一个星期过去了，第二个星期的星期一，我终于可以正式为客户制作广告作品了，这让我激动不已。任务是：制作一张婚宴座次排放表，样式没有特别的要求，喜庆吉祥就行。于是，我上网下了好几个婚庆模板，选择了

一个最好的开始修改制作，利用photoshop做出花纹图案和桌子的简图，再将桌子按顺序一一排好，点缀上吉祥漂亮的花纹，再将背景修改一下，打上文字，最后就完工了。送交到师傅那，他看了看，对我说还有很多错误，我很惊讶，明明我很努力认真的制作，怎么还有瑕疵？师傅对疑惑的我指出了几点错误。首先，最大的. 错误就是婚宴桌子的排放，我对婚宴啊什么的，这些风俗和讲究不是很熟悉，桌子的排放应该按照主桌、家人、亲戚、朋友等依次排列，要有先后和尊卑，朝向和桌子的摆放组合也很有讲究，朝向就是要选个吉利的方向，桌子的摆放有很多组合，要根据主办方的要求和桌子的数目，进行精致的组合摆放。第二，就是我的海报做的还是不够精纯，有些地方不够仔细美观，而且没有标注桌子的序号，也没有加上酒店的标识，这些都是要注意的。经过师傅的指点，大改了一番后，终于完成了。这件事也让我知道，光是学好广告的专业知识是远远不够的，广告是涉及社会各个方面的社会科学，包括了很多专业以外的知识，例如经济、营销等，在学好专业知识的基础上，还要扩展自己的社会经验和各方面的知识，把知识学杂了，成为一个“杂家”，对今后的工作是很有帮助的。

寒假大学生实践总结篇七

今天天气特别晴朗，所以心情也变得特别好。心情虽好，但是离别的日子也正在一步步逼近，平常自己的感觉并不深，但是一个人静下来，细细地想来，突然间离开他们，心里也有些落寞。今天也将是我第一次开一个正式的班会，而且周老师也会在场，我希望我做的一切可以让周老师满意，也让孩子们玩的开心。班会的主题是《我的童年，我做主》，是为了迎接即将到来的六一。

这一次班会我也准备了挺久的，毕竟除了为了在周老师面前展示自己，更重要的是让每一个孩子都乐在其中，享受每一年的六一儿童节，毕竟这是童年期间最重要的节日。这几天周老师不在，什么事情又都是我自己来，除了要上课、管纪

律，还要排练节目，一天下来都没有自己的时间。

中午我没有午睡，依旧给孩子们排练节目，孩子们也很兴奋，参与的热情很高，我相信今天下午的表演一定会很精彩。下午第三节课是班会课，顺序照常进行：出旗、唱队歌、宣布主题班会开始、节目表演、辅导员致词、退旗、结束，整个流程非常顺利。但其中也有让我惊喜的环节，周老师在最后的环节为我和我们班的另外一位老师举行了简短的欢送会。

这个欢送会是提前的，因为星期五学校要举行园游会，所以那时是没有时间为我们举行欢送会的，这也算周老师的良苦用心。孩子们最后捧着花向我鞠躬，然后把花献上的时候，我的心中涌起了浓浓的感动。

最后全班同学起立，向我深深一鞠躬，全班齐喊：“老师您辛苦了！谢谢您！”那时候，我觉得一切的辛苦都是值得的，说真的，我的眼泪都快要涌出来了。

寒假大学生实践总结篇八

拿计算机来说，接触了uml之后，我就发现我已经过了一个阶段了，真正的学习和挑战刚刚到来，所以态度十分端正，哪怕学习的时间长一点也要弄明白。后面的c#我以为会很难，但是当我接触之后，我发现“哇塞，好简单”。之所以简单，是因为大米时代的人觉得简单，让学校的随便一个人来学，他不会觉得有这么简单的，因为他没有经历过“重复”vb是我们的第一个项目，谁知道在这里还能看到它的身影，这真的让我很震惊，果然，学习c#的时候觉得轻松不少，换汤不换药嘛！但是说实话，我还是想试一下如果没有接触vb直接上手c#会是什么样的感觉。

英语啊，我是始终要学的，原因就是单纯的热爱！除了培养计划的安排，我还会给自己安排一些学习的内容，从寒假到

现在，我几乎每天都会读一遍晓瑞给我的那100句常用英文短语，现在基本上已经印在自己的脑海当中了。对于百词斩，如果利用的好那就是神器，积累词汇量不说，还能锻炼思维闪现。英语这东西不是说花时间在上面就能学好了，每天早上都去晨读，但是没有目的的去读，读再久效果也是不明显的。

自考，身为组长，我感觉压力有点大，因为谁都不想带着自己队伍打败仗嘛。第一次当组长，的确没有什么经验，只有向他人学习，目前我们采用的学习方法就是不断地重复，粗算下来，我们操作系统差不多要看5遍。组员都不错，但是也会有不听话的，如果我的组员你在看这篇博客，那你就进行反思并且给小组买点吃的表达你的歉意。

除了进度上心之外，我们宿舍也挺不错的。我和佳宝会进行健身，我也会在空间晒照，多有成就感。争取在本学期结束之前练出一个倒三角的大概样子。手动@梁家宝。

后天就开学了，新的学期，新的开始。总结并未结束，不断收获中。