# 推荐大学生个人实习心得感受模板

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2024-06-18

*推荐大学生个人实习心得感受模板一学习计划的设计包括价值意义的认定、基本的设计方法和计划时间的安排三个方面的问题。一、价值意义这属于意识形态上的问题，即:为什么要制定学习计划?有无学习计划对大学生的人生发展会有什么影响?第一个问题的答案是:为...*

**推荐大学生个人实习心得感受模板一**

学习计划的设计包括价值意义的认定、基本的设计方法和计划时间的安排三个方面的问题。

一、价值意义这属于意识形态上的问题，即:为什么要制定学习计划?有无学习计划对大学生的人生发展会有什么影响?

第一个问题的答案是:为了实现自身的人生价值——具有广泛意义的人生理想目标。无论古今中外，对于人生有一个共同的度量标准:时间!任何人的人生都是可以用分分秒秒的时间来计算的，这对于每一个人来说都是绝对公平的，而且具有不可回溯的特性。所以有人讲，人生最大的资本是时间，人生最短缺的资源也是时间。在智力正常的前提下，每个人的人生成就的大小，人生价值能否实现，在很大程度上取决于其时间观念，以及对于时间的支配能力。所以，古往今来许多仁人志士往往感叹人生苦短，终生勤勉有加，才成就了记载青史的人生伟业。

正是由于时间对于人生如此重要的价值意义，所以人们对于时间的哲理性思考才从未有停止过。如:“时间就是生命”，这是人生哲学的命题;“时间就是金钱”，这是经营哲学的命题;“时间决定着成败”，这是成功学和失败学的共同命题。有了第一个问题的答案，则第二个问题的答案也就涵盖于其中了。有无学习计划，能否严格地执行即定的学习计划，对于未来的人生发展显然具有决定性的影响。可以认为，确立正确的时间观念，掌握计划时间的基本方法，科学的利用和支配宝贵的时间，是我们必修的第一课!有一门新兴学科就叫做“时间学”，这必须认真地学习研读才是。

二、学习计划的设计要点就是要解决好计划项与时间分配的问题。

计划项是指我们需要时间耗费的学习、生活的内容确定与划分，，可以概括为课业学习、课外阅读、课外活动和生活杂务等四项内容。课业是支撑未来人生职业发展最基本的基础性知识、技能体系，由一系列的课程所组成。课业学习是国家对大学生硬性规定的学习任务，有专业课与公共课之分，必修课与选修课之别。尽管课程的性质不同，对大学生的学习要求也有所不同，但课业学习是有规律可循的，即各门课程的学习均包括预习、听课、复习、练习和考试五个环节,学习计划设计的基本要求就是，要根据学习的进度，对每门课程的每个学习环节做出适合于自己的具体的时间分配，不得有遗漏。否则，就必然会出现一系列影响课业学习成效的问题，如偏科、学习效率低下、学习成绩不理想甚至不及格等等

课外阅读是现代高等院校重要的教育手段与途径，是知识经济时代基本的学习形式之一，在我们的素质养成过程中与课业学习具有同等重要的积极作用，对于掌握科学的学习方法，养成终生学习的良好习惯而言，其意义更大。课外阅读的计划项范围包括:专业核心读物、专业相关读物、新兴学科读物、兴趣爱好读物及完善知识、技能结构的其他学科读物等。阅读有一个“量”的问题，即读多少为好?理论上讲是开卷有益、多多益善。但受时间的限制，所以不可能是无限量的。我觉得每学期至少要精读40本书，即平均每周要读两本书，寒暑假要按一个学期的阅读量安排阅读计划，其中不包括报刊杂志的阅读量。如此算来，四年本科相当于16个学期，可阅读640本书，加上教材和其他读物，相当于1000本左右的读书量。这就是大学学习期间必须完成的最基本的知识积累。

当代大学生课外活动的形式是丰富多彩的，如各种社团活动，班级、系、院、团委、学生会组织的各类文体活动，还有自行安排的各种社会实践、兼职活动等，可以使我们学到许多从书本上和传统观念的课堂上学不到的丰富的知识技能，对于完善我们的知识结构和素质技能结构，积累职业生涯的宝贵经验，具有不可替代的积极作用，教育界、学术界把课外活动称之为“第二课堂”，是很有见地的。所以，参加课外活动也应该列入学习的计划之中。如有有时间应积极参加院、系、班组织的各种集体活动;参加一两个影响较大或者自己非常感兴趣的社团组织，认真地参入其各项活动，努力争取对其决策产生某种影响，努力进入其决策层，这样就可以通过社团活动比较全面地锻炼自己的才能，充分展示自己的抱负。

此外，从二年级开始，从事些社会兼职活动，如做家教，这样可以通过自己的实际职业性劳动体会劳动者的酸甜苦乐，领悟父母兄妹师长等劳动者的艰辛，培育劳动者的情感和敬业精神;还可以通过社会兼职增加一些收入，改善自己的经济状况，缓解家庭的经济负担，工作计划《大学学习计划书范文》。课外活动可以为我们脱掉“学生装”成为“社会人”提供先期的磨练机会。进年来高等院校为大学生提供的此类相关服务越来越全面，但基本的生活技能是任何他人所不可替代的，是必须由个人学习掌握的。所以，学习必要的生活技能，处理好自己的生活事务，应在学习计划之中，认真对待，不可敷衍草率。否则，或影响个人的美好形象，或有害于个人的身体健康，都是父母师长乃至个人非常不愿意发生的结果。

三、计划时间的安排

第一、按计划项的重要程度分配时间的原则。重要的计划项多分配些时间，反之则相对少分配些时间。

第二、计划可支配的时间，忽略不可支配的时间。

第三、连续累计满30分钟的时间，最好把它纳入计划之中。

第四、不要忽视零碎的短小时间，可将某些学习内容安排在这些零碎时间中解决，如背咏外语单词，思考问题等。我国古代先哲们在时间的利用上总结的“三上”即鞍上、枕上和厕上的著名经验，值得借鉴。

第五、留有余地的原则，就是不要把所有的时间都计划的丝丝相扣，每天都应有适当的机动时间，每周留有一段机动的时间，以处理预想不到的某些事务，才能更有益于保证计划的实施。

**推荐大学生个人实习心得感受模板二**

我步入大学已近一年，明年即将进入大二的学习，这是新的起点，也是新的挑战，一切将要从零开始。为此我应该结合自己的实际情况?制订一个合理的学习计划和对自己学习中的提出的要求，来完成我的学业。

一、学习目标要明确，做好切实可行的计划。

据学校要求，大概需要7个学期未完成学业。但还要考虑到找工作的原因，应该尽可能在第7学期前把能修的学分都学满。

二、合理安排时间，按时完成学习任务。

在学习课程中，精心地安排好每天的学习时间，抽出1小时去学习，循序渐进时过程完成学习任务。应该完成复习预习的学习计划，养成1小时学习的习惯。

三、养成做笔记的习惯。

在课前，做好预习，有针对性的划出重点和难点井加深对学习内容的理解和记忆，以便于以后查阅和复习。课上做好听课笔记，养成良好的学习习惯。

四、认真地完成布置的作业，养成自主的学习习惯。

跟据教学计划的要求，要按质按量的完成老师布置的作业和学习任务。还要培养良好的自主学习习惯，掌握必要的学习技能。

五、多向老师和同学请教。

遇到疑难问题，要及时向老师请教，或者通过电子邮件与老师同学联系，寻求辅导和帮助。

六、利用业余时间，通过计算机网络加强学习。

随着新技术、新媒体的发展，远程开放教育把先进的科学技术应用于教学中，我要利用业余时间，通过网络定期阅览，以便及时的调整自己学习进度和策略。通过网路网上课件和学习管理平台的学习，及电子邮件与老师同学联系，寻求辅导和帮助。

七、不断加强专业学习，确定补修专业。

为了加强综合素质，还需要在完成学业后，不断地加强与自己的专业相关课程的学习，来完善自我。吸纳新的技能和知识充实自己，提高分析和处理工作的能力，注重总结经验，完善自我。

八、利用课余时间兼职与自己专业相关的工作。

由于本身专业是师范类，需要大量的教学技能。可以在学习之余兼职家教，提高自身的教学能力，总结好教学过程中的经验，以应用于以后的工作。

总之，虽然客观制定了个人初步学习计划，但还存在许多不完善与不足之处，还需要今后根据自己的切实情况，在学习中不断地补充，加以改进、及时地总结经验，以合格的成辑来完成自己三年的学业。

**推荐大学生个人实习心得感受模板三**

长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。斗转星移，时间飞逝，不觉中\_大学第六届学生会在过去的一年里，在大学党委的亲切关怀下、在大学团委的正确指导下，在第六届学生会全体同学的通力配合下，秉承优良传统，本着“务实创新，锐意进取”的精神，圆满地完成了校园交予的各项工作任务。

这天，我荣幸地受第六届学生会委托，代表第六届学生会全体成员向大会做工作总结，现汇报如下：

一、夯实基础，完善规章制度，不断提高学生干部的思想认识和理论水平，切实加强学生干部的综合素质培养。

为了更好地管理学生会，经过主席团长时间的研究，结合学生会实际状况，重新起草了《\_大学学生会章程》，严格制定了学生会办公室各项规章制度，使我们的管理能够健康有序地进行。为了培养学生会干部的综合素质，提高理论学习水平，学生会定期开展了理论学习，使大家能够从全局观念上去把握工作，了解工作，并在正确的思想指导下开展工作。

二、拓宽渠道，立体宣传，建立了\_大学学生会独立的网站并修改出版了学生会自己的报纸，进一步推进了校园文化建设。

为了适应网络信息时代的要求，加大我校学生会的对外宣传力度，加强与各学院学生会和其他高校学生会的交流与合作，第六届学生会在大学团委的具体指导下，在学生会科技部全体同学的共同努力下，我们建立了\_大学学生会独立的网站。这一举措，使我校学生会的工作又迈上了一个新的台阶。在此基础上，我们又修改出版了《\_大学大学生报》，在报纸中我们能够及时了解大学的各项方针政策及有关学习的各种信息，并为广大同学带给了一个展示文采的机会。这份报纸不仅仅架起了大学学生会与各学院学生会之间交流的桥梁，而且还拉近了大学学生会与广大同学之间的距离，成为大学学生会对外宣传的一个重要渠道。

三、透过全校主席团会议的召开，我校各级学生组织的全局整体意识显著提高。

以前、我校学生总会与各学院学生会存在严重脱节现象，学院与学院之间缺少沟通，整体成绩成绩进展缓慢，为扭转各自为政的局面，加强交流与合作，第六届学生会从全校主席办公会议着手，加强联系，组织座谈，真正实现了与社团联合会的横向沟通，与各学院学生会的纵向交流的工作思路，最终迎来了相互借鉴，相互交流，共同提高的良好的工作氛围，为切实提高\_大校园园文化品位打下了坚实的基础。今年的校园科技文化艺术节系列活动就是透过各学院主席传达贯彻落实的，经过大家的努力圆满的完成了艺术节的各项任务。成绩显著，得到领导的首肯。

四、以全心全意为同学服务为宗旨，充分发挥学生会桥梁纽带作用，用心主动地代表和维护广大学生的利益。

1、开辟各种渠道，收集各方信息，架起校园与学生沟通的桥梁。

本届学生会自成立以来坚持维护学生利益，反映学生心声。怎样更好地维护学生利益一向是我们想的最多的事情，我们透过主席及部长例会、座谈会、调查问卷、学生会网站等形式，广泛收集同学们的意见和推荐，及时准确地获得信息，以做到工作有的放矢。本年度学生会共收发调查问卷一次，近8000份，组织全校主席交流会8次，全校部长级会议12次，收到了良好的效果。

2、想同学之所想、急同学之所急，组织开展与同学们学习生活息息相关的活动。

第六届学生会利用双休日组织了考研交流会和女生美容健身讲座，在学习上为同学们指明努力的方向，在生活上为同学们增添了用心向上的活力。

五、以重大节日为契机，思路开阔、方式新颖地开展丰富多彩的校园文化活动，进而推进校园文化建设进程。

分别从文艺、体育、科技、学习等方面入手，开展了大合唱、健美操、科技创新大赛、征文大赛、英语演讲大赛等一系列活动。尤其是在两次科技创新大赛中，充分的调动了广大同学主动参与到社会实践活动和科技创新活动中的热情，为营造校园良好的科研氛围起到了用心的丰富了校园生活，活跃了校园文化氛围，推进了校园文化进程。

六、团结协作，内引外联，节假日用心开展大学生深入社区和儿童福利院献爱心活动，广泛参与社会实践活动。

今年5月份，学生会与\_大学新华社区联合举办了一场文艺演出。我们的同学用歌声和舞姿表达了对社区人们的完美祝愿。

6月份，我们深入到佳市儿童福利院，对社会广泛关注的弱势群体进行了慰问演出，将大学生的一片爱心献给孩子们。透过广泛的社会实践，丰富了广大同学的课外文化生活，增强了同学们的社会职责感。、大胆选拔干部，唯才是举，任人唯贤，“不拘一格降人才。”

“长江后浪推前浪，江山代有才人出”。为了挖掘真正的人才，第六届学生会一改往日的用人制度，“不拘一格降人才。”采取学院推荐和学生自荐的方式，把思想用心，要求进步，潜力突出，对学生工作具有极高热情的优秀同学选拔上来为广大同学服务。新成员的加入必将为这个组织注入新的活力，为大学学生会的发展增添了新鲜的血液。

七、重要时刻，能够顾全大局，迎难而上，及时高效的完成大学交给的各项工作任务

去年盛夏我校成功举办了\_省第13届大学生运动会，这是我校独立承办的盛会，是\_大学综合实力的体现，对\_大学而言这是一次机遇同时也是挑战，事实也雄辩的证明了崛起中的\_大学综合潜力显著提高，能够组织开展各项活动。当时虽然工作繁多，任务较重，但是我们能够深刻领会本次活动的重大好处，所以能够全力的、用心地配合校园尽善尽美的完成大运会在筹备召开及善后的各项工作，给其他各级院校乃至世人以礼貌，进步，自强，秀美的佳大形象。尤其当时的青年志愿者服务工作成为大运会上的一道亮丽的风景线。

同时第六届学生会又经历了应评阶段工坐失我们和校园的老师一样战斗在迎评第一线上，而且在书记、校长\_作完迎评动员报告大会后，学生会立刻向全校同学发出倡议，期望我们的同学能够以“校兴我荣，校衰我耻”为标准，为争良保优做出自己的应有贡献。

回首一年的历程，我们第六届学生会虽然取得了累累硕果，但是也存在必须的不足，诸如团结同学不够普遍，制度不够完善、管理不是十分到位，没有充分调动大家的用心性，致使出现等、推、靠的工作现象。工作开展不是十分创新。

因此衷心期望第七届学生会能够完善各项规章制度，加大考核力度，真正实现“能者上，平者让，庸者下”的工作方法，以广大同学切身利益为出发点开展各项工作。将\_大学第七届学生会工作推上新台阶。各位同学，我们是新世纪的开拓者，让我们用聪明和智慧勾画出祖国完美的未来!

**推荐大学生个人实习心得感受模板四**

一：主要目标

争取获得优良成绩，能切实在大学里学到丰富的专业知识和基础常识。增加文化素养，提升自身能力，端正学习态度，培养积极勤奋的学风。做学习计划来自我敦促，自我勉励。

二：具体安排

1. 坚持预习，坚持在上课前先预习一遍课文，在上课之前对所上的内容有所了解，能提高听课效率。并且在老师上完一章的内容后，能够主动复习。温故而知新。

2. 每周抽一天时间早起背诵英语课文。

3. 每周坚持到校晚自习

4. 坚持去校图书馆借书阅书，坚持超额完成老师布置的读书任务，并且做好读书笔记。

5. 对于课程知识，要多想多问，并且把其中有收货的部分记入笔记之中。

6. 每个月进行一次学习清算，反思自己这个月是否达成了学习计划，有哪一些做得不足的地方，下个月要注意改进。

7. 订阅英语辅导报，自学报纸上出现的一些英语单词，并且完成报纸上的练习题。

8. 身为一个汉语言文学专业的学生，对于文字的敏感和写作能力是非常重要的，所以应该坚持在平时多写一些练笔。

9. 多学习一些例如《文心雕龙》，《易经》之类的中国古文化典籍。

10. 争取利用周末时间多学一门外语。

**推荐大学生个人实习心得感受模板五**

一、前言

时光飞逝，转眼大学四年的时间过去了，我们也不得不走上社会。毕业前锻炼好自己是必不可少的，也是学业的必修课。再三考虑，现在是市场经济时代，现在的市场经济已经转向买方市场。如何理解顾客，将生产出的产品销售给顾客，让顾客满意，是目前最必要的工作。因此，目前销售工作是不可或缺的非常重要的工作。另一方面，在现在的世界里，各种各样的产品飞来飞去，让顾客选择自己的产品也是一件很辛苦的工作，销售工作也是非常锻炼的工作。销售不仅需要良好的口才，还需要周密的思考，理解顾客的思想。

我虽然不是销售专业，但是数学的基础出身，我有着周密的思考，平时经常思考，所以我认为销售工作有一定的优势。另外，销售也是锻炼人的地位。在这方面做得好，对未来的发展有很大好处。于是我于20\_\_年\_\_月22日进入\_\_汽车销售服务有限公司实习。

二、实习目的和要求

了解汽车销售模式和流程，普及平时不足的汽车知识。同时，将理论知识应用于社会实践，挑战自己的工作和实习能力，养成良好的工作习惯，积累工作经验，接受社会检验，使自己早日适应这个日新月异的社会。

另外，加强自己的劳动观点和社会主义的工作心、责任感也是我这次实习的目的。同时，要强化自己的素质，学习更多的销售技术，学习与顾客接触和交流，了解销售公司的管理模式，进一步加深对书本知识的理解，加深自己对汽车在理论和技能实践中应用的国民生活中的地位和作用的认识，巩固思想，激发热情。

具体要求是：

1、培养从事汽车销售员工作的业务能力，了解汽车销售中的日常业务和工作流程，学习如何做好员工，学习如何与同事交往。联系实际，运用平时培养的素养解决工作实践中的具体问题。

2、虚心学习，全面提高个人综合素质。在实习中谦虚地与广大工作人员商量，谦虚地学习他们的良好品质和良好工作态度，提高自己的综合素质，培养自己为优秀销售人员。

3、培养艰苦的创业精神和社会责任感，形成爱岗敬业，形成热爱劳动的良好人品。

4、为就业做铺垫，找到自己的素质和社会实践的差距，在今后的学习期间补充自己，武装自己，为求职和将来的工作做足够的知识积累和能力储备。

三、实习内容和过程

20\_\_年2月22日开始在\_\_汽车销售服务有限公司进行实习。我是信息和计算科学的专业，和汽车没有任何关系，刚刚开始，现在公司正在进行简单的训练。调查了\_\_汽车和本公司的发展历史。同时，要了解车型的性能、优缺点。在销售经理王总经理的指导下，逐渐加深了对\_\_汽车的理解。此外，通过在售后服务部门的实习参观，对\_\_汽车的内部部件和结构有了更深入的认识。通过第一周的学习和实践，我从对汽车一无所知的外行变成了有一定基础的销售员。

学习了汽车销售的8个流程，汽车销售流程图：

接待——商谈——车辆介绍——试乘试乘——报价谈判——合同成立——交通——售后服务。

前期公司的简单培训和老员工的参观、自己的实践、师傅王总经理的教导，使我对汽车销售流程有了基本的了解。之后，在任何阶段我都会自己参与进来，明确过程的基本形式、目的和要求。

(1)接待：接待客人一般说的是陈列室接待，有两种情况。一个完全陌生的客户访问，预约的客户访问。对陌生客户的访问，重视第一印象。为客户树立良好的第一印象，客户总是对购车经验有负面的想法，礼貌的专家接待消除客户的负面情绪，在购车过程中营造愉快的和谐氛围。第二，预订的客人只要顺流而下即可。当然，在接待过程中也要呈现出专业礼貌的精神。

(2)咨询：咨询的目的是收集客户需求的信息。销售员应尽可能多收集顾客的所有信息，充分发掘和理解顾客购车的正确需求。营业员咨询要有耐心和友好性，在这个阶段关键在于适度和信赖。销售人员在回答顾客咨询时要充分把握服务适度，不要服务不足，不要过度服务。在此阶段，客户可以自由发表意见，认真倾听，了解客户的需求和要求，并在下一阶段更有效地销售。而且，销售员应该在开始接待之后拿着相应的宣传资料让客户进行调查。

(3)车辆介绍：要点是介绍客户的个人需求，取得客户的信赖。销售员必须向顾客传达与需求相关的产品特性，使顾客能够理解公司产品是如何满足需求的。这样，只有顾客才能认识到产品的价值。在销售员得到顾客的认可后选择了同意的车之前，这个步骤没有完成。

(4)试乘试乘驾驶：这是客户获得第一批汽车材料的绝好机会。在试车过程中，销售人员应集中精神对客户进行车辆健康检查，避免过度发言。销售负责人必须说明顾客的需求和购买动机，确立顾客的信赖感。

(5)报价谈判：为了在谈判阶段不引起顾客的不安，对销售员来说重要的是，能够理解顾客需要的全部信息，让顾客感觉到控制着这个重要的步骤。销售人员在价格和其他条件下明确顾客的要求并提出销售方案，顾客会感到与诚实可靠的销售人员交易，全面考虑财务需求和关注的问题。

(6)合同成立：成交阶段没有催促的倾向，应该给顾客更多的时间作出决定，销售员应该巧妙地增强顾客对购买产品的信心。在处理有关文件时，销售员应努力营造简单的合同氛围。

(7)交通工具：交通程序是客户兴奋的瞬间，客户有愉快的交通体验，为长期关系奠定了积极的基础。在这个阶段，我们的宗旨和目标是在约定的时间内交付清洁无瑕的汽车，使顾客满意，加强对销售店的信赖。重要的是，要注意这个时候客户出车的时间是有限的，应该赶紧回答任何问题。

(8)售后服务：最重要的是认识到，对于购买新车的客户来说，首次修理服务是体验经销商服务流程的首次机会。追踪程序的要点是，持续促进客户购买新车和第一次维护服务之间的双方关系，保证客户返回经销商进行第一次维护。由于新车销售后客户的跟踪是客户与服务部门之间的桥梁，因此该跟踪动作非常重要，这是服务部门的责任。

四、实习心得和收获

实习在我的家乡，在乡下，用一个半小时的车把我送到了这个社会旅行开始的地方。曾经的期待，曾经的恐惧，在这一瞬间消失，迎接我的是本月的锻炼。

除了基本的礼仪，我几乎不知道汽车销售的相关知识。但是，同事和师傅都希望能够帮助我，我在学习中不断地完美自己。这里虽然不是学校里的轻松环境，但是这样紧张的环境燃起了我的热情。我希望不断学习，不断进步。在这里我被分配给了师傅。王经理，其实这里每个人都是我的师傅。每天，王老师的话不仅教，而且自己思考，不听，只有这样才能学到更多的知识。在这一个月里，我基本上每天白天都要在师傅后面学习与客户的交流，让客户满意，哪个阶段可以引导客户的订单……到了晚上就要记住资料。白天学习不够，要牢牢地加深。

通过本月的实习，收获的不仅仅是汽车销售知识，还是对学习的新觉悟和对社会的体验。在社会上学习，学习快，考试不是另一份答案，而是真正的成果。社会学习也不再是一个人的学习，大家一起学习，谁都可能是自己的老师。在这里要感谢实习期间的师傅和同事们，感谢他们的关怀和指导。未来的我不一定从事汽车销售工作，但我相信在这里一个月获得的知识对我一生都有帮助。

**推荐大学生个人实习心得感受模板六**

大学成长阶段具体目标如下：

思想政治与道德素养目标

学习党、团的有关知识，积极向党团组织靠拢(实际上，我在上个学期时就已经参加了党校培训，并结业)。参加各类思想政治、意识形态、道德修养领域的主题教育活动和各类爱国主义等具有积极意义的主题征文活动。培养和树立法律意识、诚信意识、创新意识和竞争意识，增强组织纪律性、社会责任感和集体主义、注重基本道德素质的自我培养。课程学习目标

认真学习好专业课程;通过国家英语等级考试四级;通过国家计算机等级考试二级;毕业设计及毕业论文取得都取得优秀的成绩。除课本知识外，准备在计算机方面发展，并拿到第二学位!

学术科技和创新创业目标

参加“挑战杯”大学生课外学术科技作品竞赛和创业设计大赛。参加电子制作大赛、数学建模大赛等各类学科竞赛。参加学校或系里面开展的科普活动(报告会、学术交流等)或科技类学生团体活动。

社会实践与志愿服务活动

积极参加学校或院系组织的各类实践活动;参加各类社会实践、社会调查活动，并完成相应的实践论文;参加各类志愿服务活动或各类社会公益活动;为班级、学院或学校集体完成某项服务活动。

求职准备

正确评价自己，制定就业目标;拓展学习范围和就业机会，熟练掌握就业政策;积极做好求职就业的知识、心理和技巧等方面的准备。

具体成长规划及行动：

大一：

初步了解职业，提高人际沟通能力。主要内容有：和师哥师姐们进行交流，询问就业情况;参加学校活动，增加交流技巧;学习计算机知识，辅助自己的学习。

大二：

提高基本素质。主要的内容有：通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的各种能力;主要尝试兼职、社会实践活动;提高自己的责任感、主动性和受挫能力;英语口语能力增强，计算机应用能力增强。

大三：

提高求职技能，搜集公司信息。主要的内容有：撰写专业学术文章，提出自己的见解;参加和专业有关的暑期工作，多和同学交流求职工作、心得体会;掌握简历、求职信的写法及其技巧;了解并搜集工作信息的渠道，并积极尝试。

大四：

工作申请，争取就业。主要的内容有：对前三年的准备做一个总结。然后，开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备;预习或模拟面试、参加面试等;积极利用学校提供的条件，强化求职技巧、进行模拟面试等训练。

结束语：

来桂林工学院已经有差不多一年了，在这一年中，我学到了不少的东西。无论在学习上，还是在其它各方面，对我来说都有了很大的进步;同时，大学生活也让我对我自己有了一个全新的认识，我相信在以后的三年大学生活里，我一定会收获更多!

**推荐大学生个人实习心得感受模板七**

尊敬的校领导：

您好！

感谢您阅读我的自荐材料，我是东北师范大学外语学院英语系97级的学生，将于20xx年7月毕业，我有志于在教育战线上发挥自己的光和热。

家庭的熏陶，形成了我吃苦耐劳的精神，多年的磨炼铸成了我意志坚强的性格，学校的教育使我具备了我胜任未来教育工作的专业文化素质。

大学四年，我日趋成熟，师大的人文学术气氛培养了我的道德情操、养成了我独到的一套学习方法，我时时严格要求自己，事事严格要求自己，使我在多个方面都有了飞跃的进步。

在学习上，我深知学习是学生的天职，如果不努力学习将不能胜任未来工作的挑战。本人除努力学习自己的专业英语外，还积极的拓展知识面，在各阶段考试中，已良好的成绩全都通过，在校期间，曾获得三等奖学金，除此之外，为了适应日新月异的新时代的发展的需要，再加上自身的兴趣，大一期间，参加了系里的计算机培训，掌握了基本操作，大二，大三期间，在吉林工业大学辅修计算机专业，并以优异的成绩结业。

在工作方面，我已初步显示了自己在协调学生工作方面的才能。从大一开始，我一直担任寝室长之职，积极配合系里的辅导员作好学生工作。

敬业方面，在东北师大附中实习期间，我不断向老师们虚心请教，认真工作，获得了老师和同学们的好评，取得了“优”的成绩。三年中我未间断过家教工作，我教过各个年龄段的学生，从中获益匪浅，一方面，我了解了不同学生的心理发展及学习上的要求，另一方面，对初、高中的课本有所初步掌握，这对未来的教育事业，会有很大帮助。

在文娱体育方面，我积极参加体育锻炼，三年中，体育成绩一直是优等，曾任班级中的体育委员。不仅如此，我对舞蹈有着浓厚的兴趣，并自学多年，积极参加学校的文娱活动，另外，我还擅长于绘画，为班级出墙报、板报。

在思想道德方面，对教育事业，我充满热情，深知“十年树木，百年树人”的道理，教育事业的兴衰成败关系到一个国家、一个民族的兴衰成败，我愿在教育事业中尽一份绵薄之力。而且，我信奉师大附中校训中的一句话：要做教育家，而不仅仅是教书匠。所以，在未来的教育工作中，我会不断地为此努力。

贵校在教学上严谨求实的风格吸引了我，我很希望我能有幸的成为贵校中的一员，我会为贵校的教育发展而努力，我相信，我会成为一名合格的教师。最后，恳请贵校给我一个机会来证明自己的能力。

下页附求职简历，盼面谈！祝贵校事业蒸蒸日上，百尺竿头更进一步。

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