# 大学生暑假实践总结报告(7篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-06-15

*报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助...*

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**大学生暑假实践总结报告篇一**

之所以会想在这个暑假去参与实习，主要是想将自己所学到的东西用到工作中去，从而了解自己的长短，对于该连续发扬的东西，我要好好地保持，对于学习中还没有涉及到，而工作中有需求的东西，我将在以后的学习过程中，将它弥补起来，为我以后出身工作，打好坚实的基础。

另一方面，关注、了解、投身，是我们高校生对应有的看法。作为即将毕业的高校生，我们对的了解还太少，也不够深化。而作为一名学问分子，用自己所学的东西，主动回报，是我们义不容辞的责任。这点作为高校生的我们做的也不够。利用这次暑假时间的机会，我想让自己与接轨，挑战一下自己的性格弱点。

二、实习内容

实习在我的高校生活中可算是重要的一部分了。从大一开头，我就主动查找各种机会熬炼自己。家教老师，服务生，推销员等都尝试过，也在这些角色中我也学到许多学问。

劳碌的考试周过去了，我和我的同学一起，拉着行李箱，就开头动身了。拖着重重的行李，兜兜转转，我们最终来到了解放军通讯学院，找到了接待我们的老师。领队老师向我们诉说了关于工作的种种详情，特殊交代我们，要对自己接触的新生负责究竟，负责从打电话，接待新生参观，还有电话回访，而且必需要至少做满一个月，这让我们几个立刻觉得，这也是一份责任，心里不敢小视这份工作。

学校要求我们对招生学校有细致的了解，学校的办学历程，师资力气，每个专业的特点，专业以后的进展趋势，毕业以后的就业状况等，甚至是学校的住宿状况，生活水平，校内环境，这对我们的电话招生特别有用，否则，我们的招生就会非常尴尬，拿起电话，你讲不知道你要说什么。例如，我曾经有一个同学，他对学校状况的询问精细到了一顿饭几荤几素多少钱，学校寝室有没有热水器，甚至是校内周边有什么好玩的地方都问了，假如我们之前没有做好充分的预备的话，将会被同学问得张口结舌。除了对校内的了解，我们还要学会说话上的技巧，打电话不是当面沟通，对方无法看到我们的肢体语言，面部表情，只能凭借声音来推断我们是否值得信任，所以我们打电话的时候，肯定要留意策略，要知道自己的优势是什么，劣势是什么，吸引人的地方是什么，怎样才能更好的劝说同学到该校来学校，这个学校比之其他学校有什么别出心裁的地方。

首先，拿起电话，你肯定要自报家门，说明来意，不要在跟人家说了几分钟过后，别人还不知道你究竟是谁，是干什么的，这样，许多时候，你会被别人当做骗子的。在与同学说话的时候，要尽量的将同学的思路往自己的方向引领，若是让同学把自己领向别的话题，那你就是一个失败的话务员了。在我们的团队里面，有一个队员就遇到这样的状况，当他与开心的和对方聊着时下的流行服饰的时候，他就是失败的，挂了电话，他才发觉，自己根本没有介绍学校，还好经过一段时间的训练后，我们大家都渐渐上路了。在通话过程中，要尽量做到语言简洁明白，有重点，信息齐全，抓住重点，突出重点。

电话招生并不只是在通话过程中做功夫，通话过后的总结工作也是必不行少的一个重要环节。打完电话后，我们可以将电话单里的同学进行一个分类，分出主要目标和次要目标，这样打电话的时候我们就不至于很茫然。详情上，我们还要留意对于一个同学，我们的通话到了什么程度，是他开头有意向了，还是想要看看学校了，还是就差最终一击了。切忌对于同一个人，每天多次的电话，那就不是电话招生，而是骚扰了。

关于看法，在这个暑假，我真心体会到了，看法打算一切。作为一个招生话务员，你自己想要吸引别的同学来到学校就读学习，你的语言就是学校形象的一个缩影，假如你的语言让对方觉得看法不好，那么，连带着，他对整个学校的印象就会在同时大打折扣。与同学沟通的时候，我们肯定要让同学感受到自己的热忱，用自己的热忱的看法去感染同学，让他觉得和你一起说话感觉很舒适，没有压迫感，不会受到冷淡的待遇。但是，凡事都有个度，热忱过度了，人家就会对你产生反感了，让别人觉得你很虚伪，我信任，只有真实的情感才能赢得对方的共鸣。另一点值得留意的是，说话的时候，机带有质疑的语言，话务员别别人误会是常有的事情，但是我们不能由于别人的质疑就去和人家理论，比如“你凭什么说我们学校不好?”“你为什么不喜爱这个专业?”“你凭什么说招生的都是骗子?”这样的语言，不但不能帮你赢得同学的信任，反而让同学家中对学校的偏见，更加不喜爱这个学校了。

最终一点，也是非常重要的一点，就是耐烦和抗压力量。大家都知道，话务员这份工作是非常枯燥的，每天的工作就是打电话，和不同的人，却要说着相同的话。拿起电话，自报家门，然后说明目的，然后就开头向同学介绍学校的状况，劝说他来学校就读。做过话务员的同学都知道，话务员打过去的许多电话，通话都不超过一分钟就被坚决切掉。你甚至都没来得及说点什么，对方就挂掉电话了，遇到脾气坏点的，无论接电话的同学或者同学家长看法如何地恶劣，我们都要掌握好自己的心情，不要义气用事，与对方发生冲突。对方的看法恶劣是对方的素养问题，没必要为不值得的人而生气，更别遗忘此刻自己的身份是代表中国电信，而非你自己。对你进行污辱也是常有的。这个时候，你的耐烦，你的抗压力量就派上了用场。

的确，每天早上起来，观察早晨的阳完，优势美妙的一天，而你却和都长在别人的粗暴打断中结束通话，要不了几天，你就会崩溃。对着长长地电话单，一点打了那么多电话，能说的上话的却寥寥无几，没有足够的抗压力量，几乎就是一件不行能完成的事情。

三、实习结果

经过一个多月时间的招生话务员工作的实习，我虽然打了那么多的电话，却只招来了其中很小的一部分同学，但是，我觉得这也是一种收获，这是自己通过实实在在的努力得来的，我为自己的坚持感到骄傲。我甚至还和其中的一名学成结下了深厚的友情，现在也在联系。

在这里工作，我也熟悉了许多伴侣，都是和我年龄差不多的同学。我们虽然来自不同的学校，但我们有着相同的初衷，我们都想在这一次的暑期实习中让自己得到熬炼与成长，靠自己的努力赚取生活费，为家里减轻些许经济上的负担。同时我学到了许多课堂上根本学不到的东西，让我深深地体会到，人与人之间的沟通是多么的重要，也是多么的富有哲理，他是需要技巧的，需要长时间的熬炼，才能达到一个高度的。我信任这世界上有嘴笨的人，但我不信任这世界上有始终嘴笨的人。这次暑假让我给我接下来的学习生活定下了一个任重道远的目标，那就是好好学习语言艺术。

四、实习总结

在这酷热的暑假，我和我的队员们，带着初来乍到时的奇怪与兴奋，带着初次受挫的不甘和委屈，带着越来越成熟的工作阅历，最终完成了为期一个月的实习，我们收获了许多东西，也了解到了自己的不足之处，信任这次的实习，会给我以后的学习生活带来很大的影响，我想在以后的学习成活中，有意识的学习与人沟通的技巧，信任假如有下一次的话务员实习机会，我会做得更好。

**大学生暑假实践总结报告篇二**

一、实习目的

1、加强和巩固理论知识，发现问题并运用所学知识分析问题和解决问题的能力。

2、锻炼自己的实习工作能力，适应社会能力和自我管理的能力。

3、通过毕业实习接触认识社会，提高社会交往能力，学习优秀员工的优秀品质和敬业精神，培养素质，明确自己的社会责任。

二、公司概况

\_\_科技有限公司位于\_\_\_市高新区，专业研究、制造、组装、销售计算机整机及其周边产品，代理批发电脑组装所需各种硬件及配件、公司成立于1999年，员工120余人，代理品牌电脑销售，批发零售华硕和盈通主板及ati和nvidia各系列显卡，公司荣获\"石家庄市优秀单位\"，\"\_\_市aaa级信用单位\"等荣誉称号。

三、实习内容

我在\_\_公司做电脑组装及销售工作，通过培训及亲身实践学习熟悉业务、公司首先对我们进行基本的电脑销售培训，同时也教我们去组装电脑、负责培训的工作人员首先给我们讲解大概的电脑安装顺序，电脑安装主要是主机的安装，各个部件的安装也是要求顺序，这样电脑组装起来才不会有所损坏，而且组装起来更加迅速、经过几次真正实践，我熟悉了硬件组装过程、装好电脑，接好线后，就是要装电脑操作系统，这个虽然简单，但也有细节要注意的，尤其是电脑显示器的屏幕测试，一定要够细心才可以、经过几次动手，终于掌握了基本的电脑组装、接下来要学的，就是要记住一些部件的型号、功能、价格等方面的信息、现代科学发展进步飞快，软硬件更新速度日新月异，面对一大堆电脑部件的信息，要想很快记住还是有一定难度的、整个培训虽然简单，但整个流程下来还是很费心的，我也深深体会到工作和上学的不同、培训之后，正式开始接触销售了、通过不断地向顾客介绍推销过程中，让我懂得销售员是需要高度的激情和恒心的，这些天的销售工作提高我的交际能力，能锻炼我们的口才、在这一个多月的实习当中我接待了很多客户，也不断的积累着自己的销售经验和技巧、从刚开始觉得销售只是运气使然，没什么技术含量，到后来真的认识到了销售其实真的是一门伟大的艺术、我也深深体会到销售行业必须遵循的第一原则，那就是顾客就是上帝，无论顾客多么刁钻，要求多高，都要尽量满足顾客、在实习的过程中，态度要求也很高，首先就是自己的仪表必须要整洁，给人一种干净的感觉，其次就是要有礼貌，脸上要尽量带着微笑，这样就保证了员工的基本素质，同时也是给顾客留下一个良好的印象、这也让我深刻的了解到，无论在何处工作，细节都是必须要注意的，因为细节决定成败。

四、实习总结和收获

在实习过程中我也遇到各种不同的顾客，他们会用各种各样的态度来对待你，这就要求你有很强的应变能力、实习中不仅要面对顾客，还要搞好和同事与上级的关系，要自己自动自觉的去做事，才能得到大家的肯定、一个多月来，我在公司部门领导和同事们的热心帮助及关爱下取得了一定的进步，综合看来，我觉得自己还有以下的不足之处：

1、思想上个人主义较强，随意性较大;

2、有时候办事不够干练;

3、工作主动性发挥的还是不够，对工作的预见性和创造性不够;

4、业务知识方面特别是与客户接触沟通方面没有足够的经验，所掌握的沟通技巧还不够扎实等等、

由于公司规模较小，正处于发展阶段，我也发现了公司存在的一些问题如：员工管理上较为混乱，职责不够明确，公司没有一个有效地激励机制，造成一些员工的工作积极性和效率不高、工作公司产品库存繁杂，很多配件没有明确的数据，更没有销售预测和较为合理的库存管理，这也造成大量的产品积压和库存成本，由于电子产品更新较快，一些产品甚至积压后成为淘汰品，造成大量的资金浪费，公司应该在库存管理方面，应该用较为明确合理的库存管理，精确记录每件产品和配件，包括产品的品种、数量和日期，形成完整的库存现状，这也省去繁杂的人工作业，节省人力，提高效率，也降低库存风险和库存成本、

在短短一个多月的实习中，确实让自己成长了许多、在实习期间，我学到了许多东西，遇到了一些困难，也看到了自己本身存在着许多问题、虽然开始认为电脑的组装和销售不是一个太难的职业，但是亲临其境才意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏、实习期间，我拓宽了视野，增长了见识，也体验到社会竞争的残酷、实习，是大学生活的结束，也是自己步入社会努力工作的开始、在这短暂的实习期间，我深深感到了自己的不足，专业理论知识和实践应用上的差距、在以后的工作学习中，我会更加努力，取长补短，虚心求教，不断提升自己，在社会上贡献出自己的一份力量、将来无论在什么岗位上，都会努力上进，都会做一个对自己，对工作负责任的人!

**大学生暑假实践总结报告篇三**

转眼间,在深圳大学已经一年了,大学是步入社会的第一步，在这一年里对社会有了一定的感受，加上在学生会做事，有了更进一步的了解。但是自己在社会中却没有参加过任何实践。从小到大自己所花的钱都是父母给的，乘着这个暑假时间很长，而且又不回家，在这个基础上，想参加一些社会实践活动锻炼自己，并获得一些收入。

经同学介绍很快找到了一份美术家教，费用虽很低，但作为一种尝试，一种锻炼就接了这份家教，

对方家离学校很近，来回非常.本文.由方案.范文库;为您搜;集\'整理^方便。于是在当天考完试的下午就去了他们家。在与他们家人第一次的交谈中，我得知他们一个是博士生，一个是大学本科。给孩子创造的各种条件还是很不错的。孩子现在刚上完小学一年级，由于他们工作太忙，没有太多的时间去管孩子，导致孩子养成了很不好的学习习惯。而且他们孩子非常.本文.由方案.范文库;为您搜;集\'整理^调皮，不听话。不爱学习，只是对画画还有一些兴趣。希望我在假期的培养中能提高孩子画画水平，并且抽空陪他做作暑假作业，让他能对学习产生一些兴趣。这不仅让我感觉到了不小的压力。不过听一些师兄说教小孩画画很容易的，自己可以很随意，小孩的想象力大，容易画出一些很有意思的作品。

过了两天，便是自己的第一次家教了。虽然没有什么经验，但在这两天听了一些同学的意见，也做了充分的准备，还是比较有自信心的。刚开始可能是由于之间不熟悉，小孩还是很听话的，做什么都很认真，有耐心。没过多就，之间的说笑增多时，他也就表现出调皮相，在画画过程中还能认真坚持一会，完成的也比较好。到做作业是就坐不住了，没几分钟就休息。家人布置的一点点作业也只是勉强完成，更不愿意多听我讲，休息时的大量时间里都用来玩电脑游戏。让我惊讶的是他毕竟才是一个刚刚小学二年级的学生啊，对电脑游戏就这么着迷，而且一玩不可收拾，叫好几遍才过来学习，不过值得我庆幸的是他家人布置的作业在我的督促下终于完成了。没想到交一个小学一年级的孩子都搞得我手忙脚乱的，一下午下来可把我累个半死。家人下班回来看到他的学习成果，虽然夸我做的比较好，但是从他们的话中感觉到对我教的画画不太满意。回到宿舍后，总结今天家教的经验教训，觉得真有些失败，可能是没有得到家长真正的认可，可能是小孩没有和自己好好配合方1案 8范.文库4欢 迎您采,集，没有做好这天的家教，小孩子的调皮、贪玩在这个年龄阶段是不可避免的，大多原因在于自己的教学方法的不正确性，没有适应孩子心理的发展。使小孩对自己产生一种排斥心理。应该多用引导的方式来教他，比如在教画画方面，都是练习着画了一些，基本上是草稿。没有真正的一幅正式一些的作品，这样可能让小孩更快的进步，但会让孩子失去成功的喜悦，使孩子丧失信心。而且很容易引起那些注重结果的家长的一些看法。

转眼间，就是第二次家教了，这次就比上次好多了，毕竟一回生、二回熟嘛，在教孩子的过程中多了表扬和鼓励，找到孩子的优点，激发他对学习的兴趣，小孩在画画过程中显得比较有兴趣，把他对电脑的兴趣作为奖励方式，在做好作业的同时教他一些很有趣的电脑软件。这样劳逸结合，等到快结束时，不单学会了一些电脑知识，画出来的几幅画中有一幅也很有创意的，孩子显得也很激动。他们家人因为看到了孩子的进步也比较满意。在后来的几次中，我也不断的总结经验，并向同学请教一些方法，在家教结束时也取的了比较满意的效果。

真是万事开头难啊，假期的家教，使我有了很大的收获，不少的感慨!

真正做好一件事可真是不易啊，在家教的过程中，虽然每次都觉得很累，但最后还是做的令自己比较满意，看着辛辛苦苦的来的那些家教费，我真是深深的体会到，父母赚的每一分钱都来之不易。我们应该好好珍惜父母的血汗钱，珍惜现有的生活~本文由.方案范-文库\'为您;搜}集整-理#条件，体谅他们的辛苦劳动，在家的时候，多帮父母做些事，关心父母、孝敬父母。现在毕竟上学在外，能做的只有好好读书，这是对父母对孩子最大的期望，也是我们现阶段给予父母最大的回报。

在假期剩余的那些天，又参加了一些社会实践活动，使我一向沉默的性格也有了一定的改变，也使我渐渐走向成熟。

**大学生暑假实践总结报告篇四**

\_\_\_年\_\_月到\_\_月，我在东风日产\_\_专营店进行维修实践活动。在这三个月的时间里，我对汽车4s店的整车销售、售后服务、维修、信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。

东风日产\_\_专营店是一个拥有东风日产车定点、配套、直接提供的一流维修设备：举升机、轮胎动平衡机、车身校正架、烤漆房、四轮定位仪等，还拥有先进的进口检测仪器：nissan电脑检测仪、点火测试仪、雪种机等，及使用于维修业务的计算机网络。宽敞、整洁的业务接待大厅和服务周到的客户休息室为客户提供舒适的环境，宽敞的维修车间，设置十几个标准工位充分满足维修作业的需要。规格齐全，优质纯正的配件是日产系列车辆运行的安全保证。该店是一个大型的4s店，销售服务的车型有：天籁、颐达、骐达、帕拉丁、轩逸、骊威、骏逸等几种车型。

这家店不但拥有一批高素质、高技能的汽车维修技术人员，而且从国内、外购进一批先进的汽车维修检测设备。例如：电脑检测分析仪、喷油清洗分析仪、四轮定位仪、atf自动循环清洗……等等。使得该厂软、硬件兼备且完善。

在这三个月的实践中，我对汽车的保养以及保养的必要性有了深刻的理解。

汽车保养是很重要的，买了一辆新车，首先要懂得如何保养。汽车保养需要做的几项工作：

1、清洁汽车外表，检查门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与升降器手摇柄是否齐全有效。检查散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是否符合要求。检查喇叭、灯光是否齐全、有效，安装是否牢固。检查转向机构各连接部位是否松旷，安装是否牢固。检查轮胎气压是否充足，并清除胎间及胎纹间杂物。检查转向盘的游动间隙是否符合标准;轮毂轴承、转向节主销是否松动。检查离合器和制动踏板的自由行程是否符合规定。

2、检查轮胎螺母、半轴螺栓、钢板弹簧骑马螺栓和u形螺栓是否牢固可靠。起动发动机后，察看仪表工作是否正常，倾听发动机有无异响。检查车辆有无漏水、漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。检查拖挂装置工作是否可靠。

3、发动机油的更换。发动机机油的作用主要是对发动机进行润滑、冷却、密封、清洁、防锈、防腐……若没有机油，汽车的心脏就不能正常运转。使用矿物油，一般5000公里换一次机油。4、汽车制动液检查与更换：汽车行驶一定的时间就要检查制动液，必要时需更换。制动液在使用一定时间后，会出现沸点降低、污染及不同程度的氧化变质，所以应根据气候、环境条件、季节变化及工况等及时检查其质量性能，做到及时更换。普通工况下，制动液在使用2年或5万公里后就应更换。原则上，不同型号的制动液不能混用，以免相互间产生化学反应，影响制动效果。不同车型，使用的制动液也往往不同。制动液有矿物油型制动液、合成型制动液等类型。

然而，给我印象最深的不单单是专业的实践，还包括实践的一些体会。

找实践工作的认识：

大学生实践活动是一个从大学生活到社会工作的一个过渡阶段。学校和社会的差别很大，有些同学在学校时，对自己以后工作的事情考虑得少，准备得少，一旦步入社会，自己心理上就一片空白。在踏入社会时，对于自己到底要干什么工作，自己有什么技能，是什么料，都不是很有把握。因此，实践就显得尤为重要。

实践和正常上班没有什么两样。如果实践时就没有方向，那么，以后工作了，想找到方向就可能会走弯路。还有，对于许多同学来说，先就业再择业是最好的。毕竟自己在学校里接触社会少，专业实际操作和运用能力与实际工作要求还是有一定的差距。不要一开始就想着自己要找到一份好工作，自己专业内的工作，自己喜欢的工作，这样是不够切合实际的。

工作总结：

1.最好每天都能做工作日记，早上上班前写好自己在这一天的工作目标，工作中应该注意的重点问题，有那些事情是要问清楚的等。然后在每天下班前再看一下自己在当天做了那些工作，那些工作目标没有完成，为什么没有完成，自己在以后的工作中应该注意那些问题……这样将是很重要的，经常看看会有很大进步的。

2.在工作时，如果遇到一些不是很清楚的地方，一定要向上级或师傅问清楚，不能乱凭空想象，乱做，这样做出来的东西很有可能会返工。

3.在实践工作中，很有可能会碰到和你的顶头上司发生矛盾的事。如果已经发生了，你要思考为什么会发生这样的事，事情能不能避免，如果能避免，自己在以后的工作中就要注意些。

4.在讨论问题时，要有自己的见解，不能人云亦云，没有见解。

5.工作中要踏踏实实，人人真真做，要多总结，多交流。

虽然我在这家公司实践的时间不长也不短，但是我在这家公司却学到了很多我们想学习到的知识，使我对汽车行业有了更进一步的了解。我深知自己在学校学到的东西很有限，还有很多知识是我不知道的。在实践期间我认真跟师傅们学习汽车方面的知识，积极动手，培养了我吃苦耐劳的精神，认真了解车身的构造。完成了汽车有关零部件拆装的目的，达到了实践的要求，也使我在企业里，了解到了企业文化和企业管理体制。使我不仅在自己的专业有了突破，也使我学习到关于企业管理方面的知识。总的来说，我成功的完成了这次实践，为我以后的工作道路起着很重要的作用。

**大学生暑假实践总结报告篇五**

在本学期暑假中，我们进行了一次以\"\_\_市卫生和环境状况\"为主题的社会实践。通过这次的社会实践活动，我们走访了相关的单位和部门，搜集到了我们自己认为较为真实的资料。这不仅仅对于社会实践活动有一定的帮助，对于我们自己来说也是收益非浅。这次活动之中，虽然我们竭尽全力的搜集我们所能找的的资料，但是对于这次的活动也仅仅是让我们基本满意。

这次社会实践活动的小组成员是由我和留宇慧同学组成，当然人员是很有限的，也就对我们的社会实践调查有一定的限制，我们所调查的一些资料基本上仅限于我们的居住地，延庆县和海淀区和丰台区，自然就缺乏了一定的代表性，但是我们的数据和资料是亲力亲为的相信可以弥补这些缺陷的。

本次社会调查实践活动内容主要有三项内容：

一 \_\_市卫生建设调查

二 公民综合卫生素质调查

三 \_\_市防疫工作

在这三大项的调查工作中，我们竭尽全力，遇到了不少的困难，当然也就克服了不少的困难，让我们收益非浅。

在\_\_市卫生建设调查中，为了了解\_\_市近五年来的卫生发展状况，我和刘宇慧同学相继走访了\_\_市延庆县石合营社区居委会，和\_\_市丰台区人民政府卢沟桥街道办事处，及一些餐厅，如新城服务楼。天外天烤鸭店等一些相关的单位和社区。通过这些单位和社区的走访，我们已经调查了居民健康教育状况，城区除四害，及爱国卫生运动的实施状况，餐饮业的卫生状况。

在这一项调查工作中还是比较顺利的，基本上我和刘宇慧同学都没有受到太大的阻力，大多说情况都能顺利的了解我们所需要的情况，我想也是因为我们选择的单位大多数均为我们所熟悉的吧。

在《国家卫生城市标准》实施具体实施情况的调查中，我走访了海淀区卫生局了解情况，但在调查初步就被相关人员以\"这一情况归环卫局管\"的理由拒绝了我的调查，因为只有一份介绍信，当我再去环卫局时又被以证件不符合标准的理由没能进行调查，而且态度很不好，让我十分反感。我只得回到所在地区的居委会搜集了这方面的一些资料汇总了一份调查报告。除此之外，这一项工作的调查都是我们这几年的所见所闻所感，如此而已。

公民综合卫生素质调查中，主要是以问卷调查方式，向城市居民发放《综合卫生素质调查表》，发放调查表对象主要是以我们熟悉的地区为主，比如说我的调查表主要发放在所居住的青塔小区及附近的研究所单位里的人员所填写的，而刘宇慧同学的调查表主要是以她高中的同学及父母的单位的人为主，这样做的最大的好处就是我们所发放的调查表都可以收来，但是这样做也有一定的弊端，就是人员集中，不能有很好的代表性，因此我和刘宇慧同学也在不熟悉的人群中间发放调查表，以求我们的数据更准确，更具有代表性。但是所能收回来的调查表是有限的，有相当一部分的人并不愿意配合我们的工作。这就进一步增加了我所调查的难度，但是我们还是竭尽全力的收回了我们所能收回的调查表，因为我们希望我们可以更好的完成这一项工作。

在\_\_市防疫工作的调查中，主要包括非典时期城市防疫工作，及其他疾病的防疫工作。

在非点时期城市防疫工作的调查中，我们走访了相关的社区，了解了社区居委会在非点时期的为防疫工作所做的努力，在调查过程中，我们发现社区防疫工作人员是相当辛苦的，他们所做的工作为抗击非点胜利做出了重大的贡献，正是因为有了这么多的社区工作人员，才减少了非点在社区的传播。另外我们还走访了总参第六十一研究所，了解基层单位在抗击非点所起的重要作用，关于学校我们调查的是\_\_市育英中学，我们看到了老师不仅仅是传道，受业，解惑，他们在抗击非点的过程中，尽力保护学生不受非点病毒的侵袭所做的努力是让人感动的。 我想这次实践调查活动中最为困难的可能就是海淀区防疫站和海淀区环保局的走访了，因为这一环节我们碰了不少的钉子，对于我的走访他们表示了不十分的，于是加大了我们工作的难度，虽然是这样的情况，但是我们仍然尽力搜索所需要的资料，真是十分的不易。

我想这就是我们在这次实践过程中的经历，虽然很是普通，寻常和一般，但是我们却是在认真的去做，竭尽全力的去调查去走访，也许结果会不那么让我们自己满意，但是我们相信这一调查的经历却让我们难忘，让我们收益非浅。

**大学生暑假实践总结报告篇六**

一、综述：

以及每天发布宣传稿，通过与市教育台联系。扩大此次社会实践活动的影响力，加大了对学校的宣传力度。

石油大学石工院赴县乡“心随我动”暑期社会实践团队一行11人，年7月12日—7月18日。前往省市县乡进行暑期社会实践考察。短短的7天里，省市县乡与当地政府人员、当地村民进行了面对面的交流，并到乡下实地考察，与书房村、古佛村、插旗村等村领导进行了座谈交流，并到县农业局、农机局，与相关领导进行了交流，解了县整体的农业情况。本次活动受到县广播局、农业局、农机局、市教育局以及乡乡政府和当地村民的大力支持。通过此次活动，同学们

体验生活，1深入农村。解农民生活状况，围绕本次实践活动主题展开了一系列调查活动。

以促进生产，2调查了解当地农民的生产积极性;调查了解了当地各种农业产品在金融危机下的影响差异;解了当地农民对于目前粮食生产状况的看法;对当地农民提出了合理化意见。减少金融危机对农业生产的影响;解外了出打工人员数量的变化;解了政府对农业生产政策的变化。

发扬\"为祖国加油，3展现了新时代大学生的良好精神风貌和综合素质。为民族争气\"石油大学精神，宣传我校、院丰富多彩的学生生活。

提高了自身素质;增强了团体协作精神和团队意识，4锻炼了自身的实践能力、创造能力和沟通能力。积累了丰富的活动策划和实施经验。

积累了社会经验，5丰富了暑期生活。认清了自己的社会角色与地位;推动我校学生的自觉参加社会实践活动，进一步影响我校学生的精神面貌，使之更贴近现实，更接近社会，更具有人文情怀。

二、总结：

a、策划：综合考虑交流沟通不断完善苦尽甘来

(一)前期策划：梦想----设想----开始策划----有目的有步骤的进行

结合中宣部教育部和团中央关于大学生暑期\"三下乡\"通知，6月初。考虑到系专业特点和其他相关条件，把实践单位选定在省市县乡，并且与当地乡政府取得了联系。与他联系中，解到省市县乡整体的农业情况。准备从当地农民的生产积极性，当地各种农业产品在金融危机下的影响差异，当地农民对于目前粮食生产状况的看法，外出打工人员数量的变化，政府对农业生产政策的变化展开调查工作。

石油大学石油工程学院20\_\_级希望参加09暑期社会实践活动，从4月上旬开始。并希望把此次暑期社会实践活动办好，积极联系实践单位。联系过程中，不断的与辅导员、院学生会相关负责人交换意见，并最终把目标锁定在\"粮食安全，社会主义新农村建设\"方面。

**大学生暑假实践总结报告篇七**

本人系韶关学院20\_\_级旅游管理专业实习生，在学校安排下在惠州市惠东县巽寮湾金银滩度假酒店实习半年。半年实习时间，颇有感触，受益匪浅。以下是我的实习报告内容。

金秋贺喜，实习亦丰收，半年时光飞逝而去，在本酒店的实习，我懂得了很多在学校无法体会到的人生哲理，在实习中经历了许多艰辛和挫折之后，让我越挫越勇。在实习中经历了许多成功和喜悦之后，让我越来越自信。半年的实习，使我们在课堂上的书本理论知识充分运用到实习工作中去，对社会具有了一定的了解，体会到了社会的残酷与现实的无奈，我学会了如何做人做事，尤其在即将毕业的时光里让我清楚了目标，明确了方向，赢得了动力，找到了不足，看到了差距，坚定了信心。在那里我们养成了吃苦耐劳的习惯，更坚定了自己以后工作不怕苦不怕累的信念，也使我们重返校园后，更加珍惜学习的每一分钟，加倍努力学习，为以后适应工作打下坚实的基础。这半年实习经历将是我人生的一大笔财富!

一、 实习目的

从目前就业难社会形势看，培养具有一定实际操作的应用型社会人才是我学院对我们旅游管理专业的教学方向，学院安排我们在金银滩度假酒店实习半年主要是让我们正式踏入社会轨道去了解酒店的生产经营状况，酒店的组织与管理，酒店文化，酒店服务技能，加强理论知识与社会实践相结合，培养我们的服务意识和吃苦耐劳的习惯为以后工作奠定基础。

二、 实习内容

(一)实习单位概括

1.金银滩度假酒店简介

位于惠东县巽寮滨海旅游度假区，坐落在绵延十几公里的银色海滩的黄金地段上，拥有面积一万多平方米的沙滩，以及两万平方米的天然海水浴场，酒店按四星级标准规划兴建，建有豪华别墅海景房和园林房，特色亲海小屋、海泉阁、套房共291间，同时拥有360度全海景餐厅，夏威夷海上酒吧，私人海滨浴场和五星级沐浴阁，以及巽寮标志性建筑——欧式灯塔，并拥有多个不同规格的豪华会议室(最大可容300人)，是一家集休闲度假、会议培训、餐饮住宿、康体娱乐于一体的综合型度假酒店。

2.实习部门

酒店所分部门有：人力资源部、销售部、前厅部、客房部、保安部、海上康乐酒吧部、沙滩综合娱乐部。酒店人力资源部根据酒店的实际经营需要，结合我们班人员总数，分别把我们安排到前厅部、客房部、保安部、海上康乐酒吧部、沙滩综合娱乐部实习。为了能使我们全面的接触酒店的各个部门的工作，在为期六个月的实习时间里，酒店还安排了我们为期二个月的轮岗制度，让我们充分了解酒店各部门的工作。

(二)实习过程

1.岗前培训

在还没分派岗位之前，酒店派其行政助理和其他部长对我们班为期3天的酒店上岗前培训，共把我们班分为4个小组。培训内容包括酒店管理理论、酒店文化知识、酒店服务技能，开展一些具有团队精神的小游戏，消防现场演练，通过这些培训看出同学们的表现来安排同学们的实习岗位。

2.上岗实习

我实习的部门先后是沙滩娱乐部和客房部

(1)沙滩娱乐部

一开始我被安排在沙滩娱乐部实习，由于酒店有淡旺季之分，实习结束后沙滩娱乐部(沐浴阁)就基本不营业了需等下一年实习生到来才营业，而这一段时间正属于淡季，所以不营业，在这一段时间里沐浴阁已经变成了一个堆各种杂物的大仓库，我们部门的同学在五一黄金周前主要的任务是把对沐浴阁进行大清洁，将里面的所有物品翻洗一遍并且要整理好，并且需要我们6个同学讨论出经营管理方式、工作流程、确定物价等等，五一劳动节正式营业。从4月24到4月30日这7天我们都非常幸苦，干的是又脏又累的基层活，但是我们部门的关系融洽，民主意识强，大家很自觉地拿起活就干，百忙之际也渗透满快乐融洽气氛。

我所在沙滩娱乐部主要工作是租赁海上娱乐用品、买水票、验票、提供烧烤和篝火前准备、清洁沐浴阁卫生、清洁酒店沙滩的垃圾。在这沙滩部两个多月的工作里，我们几个同学一起努力经营起沐浴阁，一起努力创建高服务高效率的服务团队，其间有过许多艰辛与挫折，有过成功与失败，有过快乐与失落，我们不怕苦累脏，勤奋尽职，面对形形色色的客人我们依然微笑面对服务，镇定自如地去解决所出现问题。

(2)客服部

最后的两次轮岗我被分到客服部实习，后四个月的实习时间我在客服部度过，7月份开始正值于旺季，酒店入住率很高，所以我去到客服前几天是边工作边培训，客房部人手不够，后来加上暑假工还好一点，天天汗颊背流，满头大汗，真正体会到钱的来之不易。

客服部的主要工作是做房、保洁、和对客服务。每一件工作都要非常仔细认真去完成，否则将出现服务破绽，给入住客人留下不好印象，有损酒店良好形象。一般主管或领班安排我们2个人一栋楼共有20间房左右，天天铺床、洗厕所、拖地、搞清洁、配一次性用具、保洁、对客服务，天天重复同样的工作，正是因为如此，才锻炼了我吃苦耐劳和注重细节的性格。面对客人的百般刁难我并没有退缩，而是主动地微笑着耐心跟客人解释清楚。面对客人的要求，我尽可能去满足。面对好心客人对你(服务员)的关怀，我感动至极。面对主管或领班的工作细微要求，我尽自己最大的努力去完成。由于我班男生少，在我完成自己任务的同时我也常去帮助女生，工作作风尚且等到了酒店上级的赞可，让我欣慰。

三、实习效果、实习体会

在六个月的实习时间里，我各获得了酒店颁发的6月份和8月份优秀实习生荣誉称号，工作得到了认可，颇感欣慰。我从一个大学生转换到社会工作人员的角色大转变，半年的磨练使得我的适应能力大大提高，体验到社会竞争的残酷，现实的无奈。学会了如何处理复杂的社会人际关系，更重要的是懂得该如何去做人做事，得到了很多宝贵的社会经验财富，认识到了自己的不足，总结了经验和教训，在以后的学习工作中我将不断增值自己，为以后自己的创业之路做好准备。

四、对实习的意见和建议

(一) 对学院的建议

1.应该详细介绍实习前准备事宜

在这次的实习当中，实习前的实习动员大会院系只讲了些大概况，我认为有必要向同学们讲清楚该带的哪些物品，此次因为不知道那里的气候，去到实习单位后才真正发现海边晚上比较凉快，常吹海风，不带外套去实习的话容易着凉感冒，有些同学因为不知情没带外套，刚去就水土不服感冒了一两个星期，严重影响了良好的实习状态。

2.实习班主任的效果不明显

实习班主任余老师每隔一个月来酒店一次，在那边实习，一个月会发生许多事，出现许多问题，老师一来累积了一个月的实习状况同学们或许会有许多都忘了，问题得不到及时解决，导致同学们情绪波动很大，做出一些极端行为。建议实习班主任来酒店的次数多点，时间间隔短点，根据老师的实际情况安排在比较合理的范围内。

3.提高实习生的生活补贴

如今的社会形势，人民币小幅升值，物价上涨，反而工资不涨，钱越不值钱了。在酒店里的加班费确实偏低了，辛苦付出的回报才得到2.5元(前三个月)或2.9元(后三个月)一个钟，导致有些同学不愿意加班，工作进程延误。建议学校跟酒店商讨适当提高实习生的生活补贴，增加加班费。

(二) 对酒店的建议

1. 酒店的工程问题

酒店常有些工程问题出现，常有客人抱怨和投诉，问题是酒店设备逐渐老化和工程部工作人员少，建议酒店逐渐更新陈旧老化的设备及物品，多聘个工程部技能熟练的工作人员。

2. 酒店里的正式员工问题

酒店的个别正式员工常有不尊重不关心实习生的行为举此，男生宿舍电视房经常是正式员工霸占着且音量大阻碍我们实习生的正常休息，导致我们实习生比较少看电视。有时候我们工作累到极困的时候得到的是冷漠，却得不到关心与尊重。建议酒店应该常教育正式员工作为培训员工素质的一部分，酒店应更加关心和尊重我们实习生。

3. 实习生换岗应公正公开透明

在这次的实习中，三次换岗机会，同学们都有些情绪波动，我认为是不够公开透明，建议酒店在换岗之前应召集各部门负责人开个会议说明些本次换岗的一些情况，让同学们有心理准备。

4. 实习生评奖制度不够公平公正

在这次实习中，我们当中有许多实习生获得了酒店评的优秀实习生、优秀员工……等等奖章，但是我们实习生都不知情是怎样评出来的?有些获奖的同学我们实习生竟有过半的同学不满意，有些同学勤奋努力付出却一无所获。所以建议酒店评奖应该采用管理层考评和实习生投票相结合的形式，做到公平公正透明，让实习生实习得更有激情更有意义。

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