# 2024年大三暑假实习总结精选三篇

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2024-09-06

*总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。2024年大三暑假实习总结精选三篇...*

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**2024年大三暑假实习总结精选三篇一**

大学最后一个暑假，真正走在了人生的十字路口，向左向右到了选择的时候。为了心中那个一直不愿放弃的理想，不愿再红灯面前就停住脚步，我选择了暂放复习公务员的时间，毅然进公司实习，体验一直在脑海中想象的那种拼搏，那种为了事业而打拼的场面。带着学习、体验、见识的目的，7月22日，我进了浙江汉力电缆有限公司。这是一家专业生产电视电缆及特种电缆的企业。据了解企业经营的不错，业绩也很好，更重要的是还有一位极其能干的老总，他是“创业之星”“创业导师”。正是因为这样我决定留下来。虽然没有那种大规模的、部门齐全的结构，没有我一直想学的正规的人力资源部门。但同样我很好奇，既然公司没有那么大的管理团队光靠老总老板娘管理，企业的发展却非常好。所以我觉得这也许是一种不一样的公司管理体制，一定有它的特别之处。

实习的头两天安排我去了玲珑的分公司，刚建立的公司给我的第一印象就是那三层的办公楼：简单而不能再简单。这里最大的收获是知道了跟老总交流是一种怎样的感受。直接体验到一个公司从无到有那是一种什么样的历程。短短两天我看到的是公司的什么都没有，但以后呢、、、、、、这样的过程我想是我以后要走的路吧。（我渐渐感受到一个老总需要具备的是什么）。

两天后我选择回公司总部，因为我明白一个月意味着什么，我能学到什么，我有自己的目标。在接下来的20多天里值得回忆的有很多：

20多天真正具体的工作其实不多，总结起来就三件事：

一、大学生见习补贴申请登记。这是我在公司做的第一件真正的工作，这是一份简单的工作，但从中我也明白了在一个企业里收集资料需要注意什么，怎么做才更有效率，如何跟员工交流，怎样整理才不会遗漏。总得来说第一件事还算顺利吧。

二、优秀见习基地申请材料制作整理。这里要求收集的材料很多，怎样确保每个人及时而又一样不少的上交材料是关键，这里可以创新的地方就是如何使通知更有效。我建议公司建立员工qq群，多一种有效的下达通知途径，对实习生特别有用。除了收集材料还要写一份公司情况简介。这是一次对笔头的考验，没有范本，靠自己创作。经过老姐的修改自己还算满意，从中我也看到了老姐对工作的态度，一丝不苟，看到了老姐的严厉，连一个标点符号都要求精确。这是一种态度，是一种精神。是我需要学习的地方。一次写作，我也清楚了自己的笔头功到底是一个怎样的水平，实践是最好的检验。

三、公司五年的“xx普法”工作材料的制作、整理。从根本不知道什么叫“xx普法”到最后的几百页资料，这是一个创造的过程，我完成了从无到有的创造。奋战一个星期看到最后的成果，第一次看到自己亲手创造的价值，明白这是怎样的一个过程，什么叫合作，什么叫任务分配，什么叫工作计划，什么叫执行计划。通过一件事我明白了：我可以不懂，甚至什么都不懂，但不能放弃，不懂到懂只是一个过程，只要接受挑战，成功并不是奇迹，是必然！！！

三件工作，三种不一样的收获，就像在走台阶，123一直往上数，做的事不在多，在于对自己做的事的总结，明白有效的在哪里，不完美的有缺陷的在哪里。做一件事区别于其他人的效果就是你的把握度跟效率值！20多天做了三件事，但这只是动手做的部分，除了做，通过问、闻、望、说、感。用尽身上所有的器官去吸收学习值得自己拥有的一点一滴。从第一天开始，从毛姐到章姐、吕姐、徐姐、陶姐、桃桃姐再到厂长等等，几乎每一个人我都问遍，每一个不懂得我都问。(不知道她们有没被我烦到啊)。走进车间，参观生产线，询问生产程序；追到仓库，了解盘货、发货，体验40度高温在仓库的感受。在办公室跟同事们沟通交流，从中学到很多有效信息。每天在不经意间对我来说可能都是收获。从工作中的收获是最直接也是最真实的！

**2024年大三暑假实习总结精选三篇二**

现在大学生几乎都有过出去实习过的经历，实习就像我们大一时的军训一样，是每个人必须都要有的经历，这就说明了实习的重要性，所以我也非常重视实习。

终于找到可以实习的机会了，是在一家公司实习，这已经是令我很欣喜了，毕竟这样的实习机会不是很好找的。我就走上了实习的岗位。

大三结束的时候，心里多少有些惆怅。一晃眼，三年就过去了，而初中高中习惯了的三年周期也让我对于自己的大学生活有了行将就木的感觉。想当初，刚踏进大学校门，意气风发，生气蓬勃，结果在大学的悠闲时光中晃荡了两年，基础课是很不被重视的，我的想法是到了专业的时候再用点心。事实上，要转换过来是很不容易的，大三用了一年时间才把态度转变过来，但是这个时候有些残酷的事实已经铸成了。

所以在大三暑假将要开始实习的时候，很茫然，没有越学越明智，反而对于未来感到特别的迷惑，未来，究竟是要往哪个方向开始？

说起前景，使我困惑的不仅仅是自身的原因。我们的这个专业在外人看来总是呈现出一种超乎寻常的繁荣，并且给人的超乎寻常的羡慕让我们可以生活在一种浮夸的优越感之中。事实又是怎样的呢？对于这点我还是有很清楚的认识。在北京上海等大城市，当然很发达，而且潜力和机会也很多，但是我不得不想到自己一个外地人的身份，没有任何的依靠，甚至还有很大的劣势。生活成本的高昂和竞争压力的巨大使得我对于毕业起步的前景从来不敢乐观。但是生活

还是要继续的，不是名校毕业，没有优异的成绩，也不像别人一样口袋里揣着一大堆的证，还有父母亲朋好友的提携，甚至在毕业这个问题上，还有着不小的障碍阻碍着我，这些都可以成为让我在非常低的起点开始职业生涯的原因。 实习可以说是在未来突然降临之前的缓冲地带。经验积累当然是重要的，而且必须。在这个过程中我从来没有蒙混过去的念头，我抱着还算虔诚的心态将一只脚迈进社会之中探试水的深浅。这只是浅尝辄止的，丝毫没有风险的探试。即便是这样，我也在当中发现了许多社会的残酷。同事们对于现状的无奈，他们并不只是对于目前工作的，相反工作还很充实，虽然在很大程度上忙活了半天，结果总是不尽如人意，而这些令人失望的结果又完全不能归咎于他们的不努力，相反他们在紧张的忙碌中还时时刻刻为了效率和效益殚精竭虑。这样的工作状态无疑是让人疲惫的，使人的心理疲惫，而更让他们失落的是，对于并不像我们这样漫无目的的未来，他们也觉得非常狭窄。由于年纪，家庭等等诸多原因，基本上稳定的工作就是最大的福音了。但人总还是有上进心和更高追求的，在为了这些进行探索的时候，却处处制肘，从而使自己处于一种走投无路只有安于现状的状态。

实习学到的东西是：一定要勤快，尤其是在一些老资历的人面前，如果你是个努力的家伙，那么他会很热心的教你一些有用的东西，特别是他经历过的失败教训，弥足珍贵阿。其次就是少说话多办事，话多的年轻人，而且是在干工作的时候，话太密给人的感觉就很不好。但是如果涉及到了具体的工作步骤，那就要问清楚了，否则很容易造成工作上的失误，初来乍到业务不熟悉，出错在所难免，所以要格外留心。对于工作上的问题，前辈们总是不吝赐教的。最后就是要在繁忙的工作中留一个心眼，所谓透过现象看本质嘛。业务上的事情总

是可以看出大体的操作流程，这个可是没有人来教你的，如果想真正学到点东西，那就要自己看，实习人员一般接触到的工作都是很初始的，要把行业的门道摸出来，就必须步步留心，时时在意。

写了这么多，才发现实习总结原来只要1500字就够了。算上标点，我也算是大功告成。只是不知道到了大四开始正经实习的时候，心态又会有怎样的变化，毕竟那个时候未来的大门就要打开了。

佛曰一切皆为虚妄。人心中没有那些复杂的念头，人生就会很简单，我如今是多么渴望简单的人生啊，虽然是可望不可即，身不由己的就随着潮流走进去了。说起实习，其实也没有太多能对我产生影响的东西留下来，短时间过去的，一半是收获，一半是迷惑。

生活继续的动力在于我的人生的存在，他是无法被忽略的，起码对于自己是一个实体，我可以看着别人成功，可以羡慕别人的幸福甜蜜，也可对于自己的过错懊丧，但是我有什么办法避免自己去想这些问题么？没有，我想到了这些，全部都是因为它们给了我的人生以刺激，我虽然有种种的不如意，但是仍然有自己的未来可以被创造，永远不会消失的总是希望。生活的无奈无边无际，也许有一天我会学会不去对它们翻来覆去的思索，我可以放弃别人的看法，把外界的影响力减小到最低，那个时候仍然会有失败等着我，所以，想这许多都是徒劳。然而现实逼着我去想，我无法抵抗的被同化着，某些时刻，总是被颓丧的感觉吞没。

在今后的工作中，我将发扬成绩，克服不足，坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应行业发展的需要；熟练的掌握各种业务技

能才能更好的投入工作，我将通过多看、多学、多问、多练来不断的提高自己的各项业务技能；通过实践不断的总结经验，提高自己解决实际问题的能力，并在实践的过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情的对待每一件工作。

**2024年大三暑假实习总结精选三篇三**

大学生活总是在转瞬即逝，转眼，大二生活也结束了。这是大学中的第二个暑假，从刚进大学校门的不适应，到慢慢适应再至如今的熟悉，我想面对这个长达两个月的假期，大家都有不同的\'想法。或许经过这个假期，同学们会有不同的感想和想法了。

同学中有的在这个假期去了XXX实习，有的回家找了工作历练自己，也有同学去了很多地方旅游，增长见识，还有的回家参加学习班提高自己……我在这个假期中到了重庆大足县服装城进行了社会实践，在这次社会实践当中，我接触了社会，做了服务人员，了解到服务行业的种种规矩与其中的艰辛，我的专业是酒店管理，也是第三产业服务行业，这次暑期实践让我对服务行业有了更深刻的认识与了解，相信对我以后的工作会有很大的帮助。

（实习地点简介）

在暑假实践这段时间，我是服装城里面的导购员，该店一共有12名服务员，每名导购员负责几排衣物，每个人都有自己的区域，衣物都由自己保管归类，衣物遗失也由自己负责赔偿。作为一名导购员，每天早上是八点半上班然后在自己打扫自己区域的清洁，拖地，抹灰，擦衣架等等。晚上九点半下班，时间很长，不过该服装城的管理体制是三天休息一天，然后每名服务员轮流到各个卖点。在实践期间，我最怕的是收钱，有时候很可能收到jia钱或者给别人返错钱，这些都是自己负责赔偿的。该店有几名管理人员，负责看守货物和兑换零钱，如果电力人员特别多的话，他们还会帮忙买衣服。总的来说，该点的管理和体制都还好，不过也存在很多缺陷需要改进，以下是我自己的看法：

第一：该店应当装修适宜，门面太过老旧。在步行街，服装城共三家，其余两家装修都很好，空调设备很齐全，而本店则没有。本店的顾客对象主要在普通大众，所以每天都有很多人来店里试穿衣服，而店里又没有空调，就会导致很多顾客试穿衣服的情绪烦躁，这就不利于买卖成功，而且其余两家服装城的优势就会更加突出。从成本问题来看，电风扇与空调，从长远的说，这种改进都是利大于弊的。

第二：该店应该设置收银台。对于这样大型的商城来说，收银台似乎是必要的，让店员负责不同区域的衣物，一面要收钱，一面要警惕小偷，还要热情的面对顾客，这对于服务员来说似乎有困难，难免会发生错误，或者导致服务员顾此失彼，不能很好的面对顾客，对服装城来说也是不利的。

第三：该店的管理体制应当修改。例如工作时间太长了，虽然是三天休息一天，但是一天超过八小时的工作，再加上挂货，排货等工作，都对服务员来说很是严峻，我觉得该店应该采取两班倒的工作制度，并且采取一定的奖惩制度，比如说每个月的总收入达到两万就奖励五十块钱，在每组当中选取一名组长，有组长管理她的三名服务员，她来分货，排货等等，这样让服务员有更好的工作环境也能更加激励服务员的工作积极性，并且也减少了管理上的难度，让管理人员能更好的对店里的运作进行了解和处理。

第四：该店应该提高对服务人员的素质要求。大足是世界闻名的石刻之乡，当地有很多国外游客回来观光游览，也会进行购物，该店地理位置很好，很多外国游客都来过，可是店里的服务人员素质都不是很高，学历最高的是高中生，而且店里的服务人员年龄偏大，应当对他们进行培训，要求会基本的英语问答。除此之外很多服务人员的工作态度也很是不好，经常出现辱骂别人的现象，或者不积极给顾客推销等现象。

第五：该店应该推出一些促销策略。为了在三家服装城中进行竞争，获取顾客的好评，我觉得必要的促销是有积极作用的。比如说可以采取有学生证的学生可以打折出售，九折什么的。对于节假日也可以相应的进行促销，该店以往的经营方式是定价销售，不打折不议价，但是对于其他潜在的消费者，我们可以通过促销的方式吸引他们，从而比其他两家服装城就有了一定的竞争优势，赢得顾客的青睐。

【2024年大三暑假实习总结精选三篇】相关推荐文章:

2024年大三学生暑假实习总结范文

大三暑假服务员实习心得

大三学生实习总结（精选4篇）

【精选】教育实习实习总结三篇

【精选】毕业生实习总结三篇

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