# 最新大学生实习简历(汇总13篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-06-17

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。大...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学生实习简历篇一**

户口所在： 阳江 国 籍： 中国

婚姻状况： 未婚 民 族： 汉族

身 高： 172 cm 体 重： 80 kg

人才类型： 不限

应聘职位： 工程/机械绘图员，模具工程师，机械工程师

工作年限： 0 职 称：

求职类型： 实习 可到职日期： 一个星期

月薪要求： 1500～3499元 希望工作地区： 广州，南海区，深圳

达成联丰电子玩具有限公司 起止年月：20xx-07 ～ 20xx-08

公司性质： 民营企业 所属行业：家具/家电/工艺品/玩具/珠宝

担任职位： 注塑员

工作描述： 主要负责操作注塑机，并运送模具及货物的出仓

毕业院校： 仲恺农业工程学院

最高学历： 本科 获得学位: 毕业日期： 20xx-06

专 业 一： 机械电子工程 专 业 二：

起始年月 终止年月 学校(机构) 所学专业 获得证书 证书编号

外语： 英语 一般 粤语水平： 良好

其它外语能力：

国语水平： 良好

工作能力及其他专长

院实践部干事：学院迎新活动后勤，暑假三下乡的组织。

院青年志愿者协会副会长：管理青协日常事务，组织捐书捐衣物活动。

班长：班上日常管理，成功策划班级毕业游。

本人从小就是在深圳长大，在深圳读书。小学、初中、高中均是在深圳。在学校期间，品学兼优，没有不良表现。我现在是团员，思想觉悟高。大学期间，能够与室友和睦相处，认真学习专业知识，并且踊跃参与各种活动，担任着班上学院上的不同职务。

本人性格开朗、稳重、有活力，待人热情、真诚、大方，思维敏捷，逻辑分析能力强，工作认真、负责，自学能力强，个人简历 ，能吃苦耐劳，能承受一定工作压力;认真踏实负责，且具备优秀的表达能力，较强的动手实践能力和团体协作精神。专业素质良好, 思维敏捷，遇事沉着冷静，能理性的看待和解决问题;能从容调整来自各方面的压力。为人诚恳、热心，善于交流与沟通，能快速融入团队工作。具有较强的动力实践能力，勤于思考，立足创新，学习能力极强，悟性较高。

**大学生实习简历篇二**

实践经历很多地方也叫做工作经验，不少的应届毕业生不喜欢写实践经历部分，是因为应届毕业生在实践经历方面的优势比较少。其实实践经历的范围很广，不仅包括有在工作中所积累的经验，学校期间的一些活动组织，同样可以作为求职者的实践经历。而且，校园时期的实践经历可以追溯到高中、初中时期。

编写社会实践需要写那些东西呢?描述一个实践经历，首先要有具体的.时间，时间要以具体的数字来表达。其次是实践经历获得的单位或者是发生的地点，同样需要具体化。接下来是经历期间所担任的职位以及工作，最后要写通过实践活动获得哪些成就，并吸收到多少相关知识。

求职者在编写个人简历的实践经历时，需要讲究一定的标准。其一所选择的实践经历的必须要能凸显自己的个人优势，在个人简历中实践经历的篇幅最大，如果不能体现出个人优势，那么写在个人简历上就没有什么作用了。其二所写的实践经历要与所求职的职位公司相关，关联性越大越好。此外，编写实践经历的数量不能太多，尤其是工作经历的次数。

个人信息

姓名：

性别：

出生日期：

现居住地：

工作年限：

电子邮件：

手机：

邮编：

地址：

户口所在：

自我评价

求职意向

工作性质：

希望行业：

期望薪水：

教育经历

所获奖项

社会经验

校内职务

语言能力

英语（良好）：

更多

**大学生实习简历篇三**

姓名：

性别 男

身高 xxcm

学校 xx学院

专业 广播电视新闻学

学历 本科 藉贯 临安

爱好 音乐 、策划、综艺

政治面貌 预备党员

手机 xxx

地址 浙江大

任职情况

(初高中)文艺委员、宣传委员

(大学) 学习委员、心理委员

校社会服务中心办公室干事

城院电视台制片人、新闻记者

专业技能

英语四级 上过半年的日语培训

计算机：二级

获奖情况

浙江大学优秀团员

城院优秀学生助管

优秀学生三等奖学金

城院多媒体大赛三等奖

城院新闻中心优秀工作者

未来职场之星评选优秀实习生

工作经验

进行过机械金工实习。熟悉实验室菌种培养，培养基配制、灭菌、接种以及微生物发酵，酶的提取等操作，并有一定的动手能力。

性格特点：为人诚实守信 ，做事认真负责、态度踏实，有较强的责任心。善于与人合作。

**大学生实习简历篇四**

姓名：

性别：男

毕业院校：\*\*大学

专业：电气工程及其自动化(辅修工商管理)本科

英语水平：cet6计算机水平：全国计算机等级考试二级

籍贯：湖北省广水市

联系方式：130xxxxxxxx(手机)|e-mail:

1、湖北省孝感市电力公司(20xx年6月-20xx年7月)

工作地点：孝感变电检修工区、孝感市汈东变电站

工作描述：了解电力公司各部的职责范围和组织架构;感性认识变电站各个工作岗位的工作流程及相关责任，包括运行人员和继保班;学习电力行业安全工作规程。

2、深圳华力特股份有限公司(20xx年7月-20xx年8月)

工作地点：深圳市南山区科技园

2.2、在高压推广部，了解接地电阻柜的相关计算过程，标书制作，销售的相关技巧;

2.3、接受商务礼仪、质量管理、人力资源管理类的相关培训。

3、课余时间做过许多简历工作，包括家教、推销、市场调查等，学习到与人沟通的技巧和坚强的意志的重要性。

武汉大学20xx年9月——20xx年7月

电气工程与自动化专业：电路，电机学，电路测试技术，工程电磁场，模拟电子技术，数字电子技术，模拟电子技术实验，电磁场仿真实践，电子设计自动化(eda模拟、数字)及其实践，电机及电力拖动实践，工程训练，电气工程基础，数字电子技术实验，电力电子技术，电力系统分析，自动控制原理，matlab语言的应用，继电保护原理，微机原理与接口技术，计算机测控技术。

工商管理(辅修)：市场营销学，微观经济学，管理学,统计学，人力资源管理，宏观经济学，物流管理，会计学，运营管理，战略管理，财务管理，管理信息系统，电子商务，组织行为学，国际企业管理。

1、了解电气工程与自动化专业和工商管理专业的理论知识;

2、熟练应用各种常用专业软件，如matlab,eda,cad;

3、有一定的创新意识，对数学建模有一定的应用。

1、喜欢和观念和物化材料打交道，研究具有复杂设计的各类机械设备及其原理。

2、好奇心很强，喜欢钻研，有锲而不舍的精神，喜欢创造性的工作。

3、善于在实际生活中发挥才干，乐于解决生活中的疑难问题。

4、执着，认真，宽容，有理性，有恒心，有责任感，真诚对待他人。

5、擅长篮球，喜欢体育活动并通过参与活动结交朋友，有一定的组织能力。

**大学生实习简历篇五**

姓名：

性别男

身高175cm

学校浙大城市学院

专业广播电视新闻学

学历本科藉贯临安

爱好音乐、策划、综艺

政治面貌预备党员

手机136\*\*\*\*\*\*xx

地址浙江大

任职情况

(初高中)文艺委员、宣传委员

(大学)学习委员、心理委员

校社会服务中心办公室干事

城院电视台制片人、新闻记者

专业技能

英语四级上过半年的日语培训

计算机:二级

获奖情况

浙江大学优秀团员

城院优秀学生助管

优秀学生三等奖学金

城院多媒体大赛三等奖

城院新闻中心优秀工作者

未来职场之星评选优秀实习生

工作经验

进行过机械金工实习。熟悉实验室菌种培养，培养基配制、灭菌、接种以及微生物发酵，酶的提取等操作，并有一定的动手能力。

性格特点：为人诚实守信，做事认真负责、态度踏实，有较强的责任心。善于与人合作。

**大学生实习简历篇六**

姓名：

性别：男

毕业院校：\*\*大学

专业：电气工程及其自动化（辅修工商管理）本科

英语水平：cet6计算机水平：全国计算机等级考试二级

籍贯：湖北省广水市

联系方式：130xxxxxxxx（手机）|e-mail:

实习经历

1、湖北省孝感市电力公司（20\*\*年6月-20\*\*年7月）

工作地点：孝感变电检修工区、孝感市舳变电站

工作描述：了解电力公司各部的职责范围和组织架构；感性认识变电站各个工作岗位的工作流程及相关责任，包括运行人员和继保班；学习电力行业安全工作规程。

2、深圳华力特股份有限公司（20\*\*年7月-20\*\*年8月）

工作地点：深圳市南山区科技园

工作描述：

2.2、在高压推广部，了解接地电阻柜的相关计算过程，标书制作，销售的相关技巧；

2.3、接受商务礼仪、质量管理、人力资源管理类的相关培训。

3、课余时间做过许多简历工作，包括家教、推销、市场调查等，学习到与人沟通的技巧和坚强的意志的重要性。

学士课程

武汉大学20\*\*年9月――20\*\*年7月

电气工程与自动化专业：电路，电机学，电路测试技术，工程电磁场，模拟电子技术，数字电子技术，模拟电子技术实验，电磁场仿真实践，电子设计自动化（eda模拟、数字）及其实践，电机及电力拖动实践，工程训练，电气工程基础，数字电子技术实验，电力电子技术，电力系统分析，自动控制原理，matlab语言的应用，继电保护原理，微机原理与接口技术，计算机测控技术。

工商管理（辅修）：市场营销学，微观经济学，管理学,统计学，人力资源管理，宏观经济学，物流管理，会计学，运营管理，战略管理，财务管理，管理信息系统，电子商务，组织行为学，国际企业管理。

主要技能

1、了解电气工程与自动化专业和工商管理专业的理论知识；

2、熟练应用各种常用专业软件，如matlab,eda,cad;

3、有一定的创新意识，对数学建模有一定的应用。

个人自我介绍

1、喜欢和观念和物化材料打交道，研究具有复杂设计的各类机械设备及其原理。

2、好奇心很强，喜欢钻研，有锲而不舍的精神，喜欢创造性的工作。

3、善于在实际生活中发挥才干，乐于解决生活中的疑难问题。

4、执着，认真，宽容，有理性，有恒心，有责任感，真诚对待他人。

5、擅长篮球，喜欢体育活动并通过参与活动结交朋友，有一定的组织能力。

1.网络实习大学生简历模板

2.医师实习简历模板

3.个人实习简历模板

实习的简历模板

实习简历模板

6.大学生通用简历模板

7.大学生毕业简历模板

8.2024大学生简历模板

9.大学生简历模板会计

10.应届大学生简历模板

**大学生实习简历篇七**

姓名：

xxx先生

国籍：

中国

无照片

目前所在地：

广州

民族：

汉族

户口所在地：

广东省

身材：

177cmkg

婚姻状况：

未婚

年龄：

22岁

求职意向及工作经历

人才类型：

应聘职位：

工作年限：

职称：

求职类型：

可到职日期：

月薪要求：

希望工作地区：

广东省

个人工作经历：

教育背景

毕业院校：

广东工业大学

最高学历：

本科

毕业日期：

所学专业一：

自动化

所学专业二：

受教育培训经历：

语言能力

外语：

英语优秀

国语水平：

良好

粤语水平：

一般

工作能力及其他专长

.

详细个人自传

**大学生实习简历篇八**

个人基本简历

简历编号：

更新日期：

姓名：

大学生个人简历

国籍：

暑假兼职简历表

目前所在地：

白云区

民族：

汉族

户口所在地：

汕头

身材：

168cm?52kg

婚姻状况：

未婚

年龄：

22岁

培训认证：

诚信徽章：

求职意向及工作经历

人才类型：

普通求职?

应聘职位：

工作年限：

职称：

无职称

求职类型：

全职

可到职日期：

随时

月薪要求：

--3500

希望工作地区：

广州广州广州

个人工作经历：

公司名称：

公司性质：

私营企业所属行业：服装/纺织/皮革/鞋业

担任职务：

跟单

工作描述：

负责区域客户营运管理做好配货，发货，调换货品，相关管理工作。销售输入，汇总销售数据，内部收支，往来账核对等账目处理，跟进客户售后服务与及跟进加工生产进度。

离职原因：

个人原因

公司名称：

公司性质：

私营企业所属行业：服装/纺织/皮革/鞋业

担任职务：

采购跟单

工作描述：

负责面辅料采购全程流程：物料报价、物料数据统计、物料下单、订单交期跟进、进出仓安排、库存数据统计、单据制作、供应商对账。熟悉中大市场。

离职原因：

个人原因

公司名称：

公司性质：

民营企业所属行业：造纸/印刷

担任职务：

跟单员

工作描述：

负责客户下单统计出货

离职原因：

教育背景

毕业院校：

汕头学校

最高学历：

中专获得学位:文秘

毕业日期：

所学专业一：

文秘

所学专业二：

受教育培训经历：

起始年月

终止年月

学校（机构）

专业

获得证书

证书编号

-07

汕头中训职业技术学校

文秘

文秘

语言能力

外语：

其他一般

国语水平：

精通

粤语水平：

良好

工作能力及其他专长

本人具有吃苦耐劳的\'精神,打字速度在70以上,能熟练运用办公软件word,excel与财务软件。

详细个人自传

近三年的工作经历锻炼了我敬业勤奋，诚信踏实的职业道德。善于与人合作，意志坚强，不畏困难，有强烈的责任心和进取精神；思维敏捷，适应力强。我肯盼您的考验和检验，以奋发向上的精神去迎接新的挑战！

个人联系方式

通讯地址：

联系电话：

家庭电话：

手机：

qq号码：

电子邮件：

个人主页：

**大学生实习简历篇九**

求职意向

人才类型：

应届

毕业生

应聘职位：

人事助理：，薪资福利专员/助理：

工作年限：

职称：

无职称

求职类型：

实习

可到职日期：

随时

月薪要求：

面议

希望工作地区：

天河区,白云区,

工作经历

华润万家生活超市

起止年月：2024-09-01 ～ 2024-11-01

公司性质：

国有企业所属行业：批发/零售

担任职位：

工作描述：

离职原因：

教育背景

毕业院校：

广东

交通职业技术学院

最高学历：

大专获得学位:

毕业日期：

2024-07-01

专 业 一：

人力资源管理

专 业 二：

起始年月

终止年月

学校（机构）

所学专业

获得证书

证书编号

语言能力

外语：

英语一般

粤语水平：

精通

其它外语能力：

国语水平：

精通

工作能力及其他专长

工作认真细心、能较快融入团队，注重团队精神，能熟悉运用办公软件，如\"0ffice、excel、powerpoint”。

**大学生实习简历篇十**

姓名:

性别:女

出生年月:

身高:

籍贯:

居住地:

民族:汉

政治面貌:党员

求职类型:应届毕业生

毕业院校:\_\_学院

专业:新闻采编与制作

移动电话:

家庭电话:

e\_mail:

求职意向

工作类型:全职

单位性质:不限

期望职位:编辑/记者、校对/录入

工作地点:不限

期望薪资:面议

工作实践经历

\_\_年暑假在\_\_大酒店兼职服务员

\_\_年暑假在《\_\_日报》\_\_报道组担任实习记者，采访报道关于“\_\_”一周年纪事

\_\_年暑假在《\_\_日报》\_\_报道组担任实习记者，主要从事采集新闻图片

技能水平

熟练掌握办公自动化，获得英语应用能力b级，能够使用英语进行简单的交流

培训经历

\_\_年9月至\_\_年6月就读于\_\_市\_\_小学

\_\_年9月至\_\_年6月就读于\_\_市\_\_中学

\_\_年9月至\_\_年6月就读于\_\_学院

自我评价

本人具有严谨认真的工作态度，能吃苦耐劳本人善于写作、绘画、摄影，在组织策划方面具有一定的能力，有工作经验，在\_\_日报和\_\_晨报以及各大小网站均有新闻作品，适应能力强，能够采写各种体裁的新闻报道，尤其是人物专访，广告软文和深度整版报道的采写。另外，我是一名党员兼优秀毕业生，有较强的思想政治素质。

文档为doc格式

**大学生实习简历篇十一**

简历编号：

更新日期：

无照片

姓名：

国籍：

中国

目前所在地：

民族：

汉族

户口所在地：

梅州

身材：

158cm?42kg

婚姻状况：

未婚

年龄：

20岁

培训认证：

诚信徽章：

求职意向及工作经历

人才类型：

普通求职?

应聘职位：

工作年限：

职称：

无职称

求职类型：

全职

可到职日期：

随时

月薪要求：

--3500

希望工作地区：

海珠区天河区越秀区

个人工作经历：

公司名称：

公司性质：

所属行业：

担任职务：

品质控制员

工作描述：

控制生产关键控制点与生产和仓库等部门协调,在工作上得到领导的.一致好评。

离职原因：

公司名称：

公司性质：

所属行业：

担任职务：

办公室文员

工作描述：

整理文件，负责招聘各个职位，与客户交谈。

离职原因：

公司名称：

公司性质：

所属行业：

担任职务：

实习生

工作描述：

对医药器具有一定的了解，定期回访客户，了解客户需求。

离职原因：

公司名称：

公司性质：

所属行业：

担任职务：

实习生

工作描述：

先后在中心药房药库，临床，采购等部门轮流实习，掌握了对各种药物的作用，熟悉药房等业务，与同事相处融洽，得到实习单位好评。

离职原因：

教育背景

毕业院校：

嘉应学院医学院

最高学历：

中专

毕业日期：

所学专业一：

药剂

所学专业二：

受教育培训经历：

起始年月

终止年月

学校（机构）

专业

获得证书

证书编号

-09

嘉应学院医学院

药剂

语言能力

外语：

英语一般

国语水平：

良好

粤语水平：

良好

工作能力及其他专长

本人在校期间，先后担任学习，总宿长等职务，与同学相处融洽，乐于助人，有一定的组织能力。

在实习与工作中，1、热情开朗，能够吃苦耐劳，勤奋好学，在工作中不断成长

2、形象气质较好，善于沟通，协调能力，应变能力强

3、有一定的接受能力和理解。

**大学生实习简历篇十二**

大学生能够积累实践经验,增加社会阅历,提早适应社会生活,为以后就业增加机会,也便于将在校学习和就业顺利衔接起来。通过为此本站小编为大家整理了大学生简历实习经历，欢迎参阅。

时光荏苒，转眼间为期四年的大学生涯就马上结束了，随着大四学习任务的结束，学校的毕业实习，随着寒冷冬日的到来，接踵而至! 在本科的教育工作中，毕业实习是一个重要的实践性教学环节，它对于提高和锻炼大学生的社会适应能力、工作能力都非常的重要。今天这个社会，用人单位都倾向于有一定工作经验的人才，以致能尽可能快的上岗工作。但是，在这个已经多元化全球化的社会，竞争是那样的激烈，一个只懂理论只会纸上谈兵的人显然是很难立足的，更不要说有好的个人发展前景了。所以为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触和交流，了解社会，增加自己的资本，以便以后毕业后快速融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理各种问题，我便必须得把自己置身于真正的工作环境当中去了，这不仅是为了完成学校的教学要求，更重要的是不要让自己成为一个书呆子，因为大学并不是一个只是完全求知的地方。

毕业实习和之前的专业实习并不一样，因为专业实习必须要做和自己所学专业相关的工作而且学校各分院都会预先为学生安排几个合适的公司做选择，而这一次的实习却是自己把握，去什么样的公司工作是自己决定的，所以相对上一次的实习来讲，这一次的选择范围和灵活性都要大很多。

寒假还没到来之前，学校举办了很多场招聘会，虽然我是信管专业，但是由于自身的喜好，我已转向了会计方向。因此，适合我本身所学专业的招聘会我并没有参加，而是参加一些与会计相关的，其中让我印象最深刻的就是立信会计师事务所的招聘会，提供有审计员、税审员、评估员、咨询助理和咨询顾问等职位。

立信会计师事务所是由中国会计泰斗潘序伦博士于1920xx年在上海创建的，是中国最早建立、最有影响和最具规模的会计师事务所之一。经过多年的奋斗和努力，立信已经构筑了\"审计、评估、税务、管理咨询和工程造价、会计服务\"等全方位的服务体系，积累了最齐全的执业资质，包括美国pcaob资格认证和20xx年首家获取从事h股企业审计业务资质。立信在业务规模、执业质量、技术标准和社会形象等方面都取得了国内领先的地位，成为注册会计师行业中的领头羊。20xx年立信加盟bdo国际会计师事务所集团，成为全球第五大国际会计所的成员所，以实现民族优秀品牌\"立信\"的国际化战略。\"信以立志、信以守身、信以处事、信以待人\"是立信一贯坚守的准则，独立、公正、客观是立信一贯秉持的原则，立信坚守职业道德，重视执业质量，旨在发展成为最具有国际竞争力的中国民族品牌的事务所。

正是由于这样的品牌效应，我和我同学们都对它格外关注，想到能到这么大的一家事务所工作真是一件很体面的事情，因此，这家公司就成了我们几个志同道

合同

学找工作的中心。按照它的招聘流程，我们先是网上投递简历，公司对简历进行筛选之后邮件通知入试者并要求在规定的时间内下载打印好准考证以参加考试。由于我在学校已经考取了会计从业资格证和acca的前四门课程，所以对自己抱有很大的期望。经过一次次心跳加速的煎熬，最终我们几个都顺利的通过了面试进入招聘流程的实习阶段，职位是审计助理。

期末考试结束以后，收到通知让我们收拾好行李随时候命出差，因为从来都是听别人出差，也不知道出差到底是怎样一种感觉，会不会很辛苦，会不会很轻松等一大串的问题就充斥着整个大脑，总的来说，出差对于我，犹如小孩穿新衣服一样新鲜和高兴，我像要出嫁的姑娘天天盼着那一天的到来。终于，公司给我了我们一个确切的时间，1月4号出差。那天早上，我和同学早早的起床收拾好去了公司，在行政办公室填好我们的个人资料以后，所长就带我们去了他办公室，然后便逐一的给我们分配各自要跟的带队老师。结果，我很幸运地被分去了我自己的家乡——开阳出差，我的同学一个去了水城，一个去了金沙，就这样，我们同行的三个人被拆散了。

实习的第一周就这样开始了，我们审计的是一家民爆经营公司和一家物资公司。由于我完全没有工作经验，于是同行的老师就让我先熟悉这两家公司的科目余额表，看看他们家的账目，然后就是帮助她填一些简单的数据、翻阅凭证、复印收集资料等工作。在老师工作闲暇之时，她也教我一些审计的实质性工作内容，比如不同的科目应该查的内容和方向、还有立信的e申通的用法，甚至在excel的使用上都有教我。人家都说出来工作同事都不是那么热心肠，我运气好，遇到这位同校同专业的学姐老师，对我特别的照顾，有她在，我在实习的路上少走了很多弯路。虽然老师很细心，但是我发现自己懂的东西实在太少了，现在才明白“书到用时方恨少”这句话啊!

实习生活在起早贪黑的忙碌中已过去了一周，这一周我们的战线上转移到了息烽。说到息烽，大家应该就会联想到温泉，集中营，辣子鸡等吃的玩的和红色旅游景点，但是工作太忙，这一切都只能与我无缘了。这次的被审计单位是赫赫有名的开磷集团，总共有好几家公司，因此这次的队伍明显庞大了好多，同行的一共七八人。但是我们并不是几家公司的审计工作同时开展，而是本着“擒贼先擒王”的原则先做产业最庞大的一家公司。在这里，我们住的是集团旗下物业公司的招待所，吃的是食堂，工作的地方就是公司财务所在的办公区。有趣的是，这三个地方都是紧挨着，而且还两两联通，因此我们活动的范围小之又小，但这里最大的优点就是吃饭特别节省时间，午休的时间就会比在其他家公司长。我在这家公司主要的工作就是做很多科目的凭证测试和资料复印，工作听起来虽然简单，但却非常繁琐，因为这家公司的凭证有好几百本并且足够厚，特别考验了我的耐性。

实习第三个周，也是放春节回来的第一周，由于假期给人的松懈，回来对工作有了抵触情绪，整个人完全不在状态，都是放假惹的祸啊。按照原来才行程，我和老师应该继续到开磷集团做其他家公司的审计工作，由于公司临时插入的新业务，老师被分去了遵义站，自然而然我也就去了。但是这一次的工作不是审计而是尽职调查，比审计程序简单。对于我来说这是件特别高兴的事情，因为我还没有去过这个地方，想着借此机会终于可以一睹它的芳容，谁知高兴太早了，根本没有时间去满足自己的好奇心。驱车到了遵义在在酒店放好行李，我们被带去了煤矿山上，一路的颠簸加摆渡才到了目的地，一下车就马上开展工作查看这个煤矿的账目情况，还把所有的凭证和账簿给搬回了酒店。由于是手工账，我就得一笔一笔的录入我们所需要的数据，还得仔细检查以免出错，每天都加班到深夜，很辛苦。工作虽然很累，但是发现自己确实学到了不少东西，至少锻炼了excel的实际操作能力，很有收获呀!

接下来的这周，带我的老师由于生病她留在了贵阳工作，我就和新来的实习生两个人去了息烽开磷集团。而在开磷那边，也没有一个带队的老师，陪同我们的只有一个正式做审计助理职位的员工。老师根据我们每个人的能力给我们分配了难度适中的会计科目，我做了六个相对简单的科目，做完以后我就辅助另外两人做事，给她们复印资料，做凭证测试之类的工作，其实我的工作称不上有难度，只是量大繁琐而已。

这次的

实习周记

只需要写四个周，但是我的感想和体会远远不是这四个周能表达得穷尽的。不过总结下来就是，我学到了很多东西，大致了解了审计程序。

千里之行，始于足下”，这两个月短暂而又充实的实践，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，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。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。这次实践也让我深刻了解到，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”。

说优势之前，先看看应届生有哪些职场劣势：缺乏实际工作经验，不能马上进入高效率、和谐的工作状态;没有经历过求职挫折，眼高手低、心态浮躁;对其培训需要花费人力物力，且培训过后容易跳槽。以上任何一条，都很容易让公司对应届生敬而远之，我擅长换位思考，对这些很能理解，换作是我，在有很多选择的时候，也不愿在这样一个不再追捧纯真的年代里冒险录用一个目光澄澈的应届生。

在我求职的两个月中，对以上几点深有体会，反复几次，不禁黯然。但细细想来，凡事都有两面性，应届生缺点不容忽视，优点同样不可小觑：

首先，初出校门的大学生对工作的热情和忠诚是很多工作多年的人比不上的，对我来说，第一份工作有着很重要的意义，它对我有知遇之恩，也是我向社会证明自己的能力的第一个舞台，努力再努力，用心再用心的工作是我回报它的所有心情。

其次，工作经验越丰富，开出的薪水要求就越高，而新人们的薪水要求相对比较低，这也是一个竞争优势，工作是为了赚取工资，但并不只为了工资，初入职场，从基层做起，磨练心态，做好职业生涯规划才是最重要的。

最后，缺乏经验从另一个角度看也就是思维还没有定式，培训固然有成本，但招来的有经验的职员怎么会有自己培训出来的更合适和顺手呢，而且培训的成本完全可以从应届生与非应届生的工资差价中得到补偿。

至于跳槽的问题，应该没有人拿它当乐趣，对如何挽留人才，公司肯定有自己的制度和方案，人是有感情的动物，心比天高也会受到情感和道德的制约，典型如《士兵突击》中的成才，志比鲲鹏，心无旁骛，只求上进，飞的最高也摔的最重，但他最终也幡然悔悟，明白生命中还有其他。我想这点，公司大可放心，电视剧般的情节并不会经常上演，而且有阅人无数、目光如炬的面试官把关，一定不会有错。

转眼间，三年大学生活已经接近尾声，毕业的钟声将要敲响。将课堂所学知识运用于实践成为毕业生们必经的道路。带着老师的忠告，20xx年10月15日我有幸来到合肥华胜泡沫包装有限公司行政办公室实习。

合肥华胜包装有限公司始建于1994年，注册资金达到500万，占地面积16000平方米，年产值可达3000万。是生产聚苯乙烯泡沫定型产品和泡沫板材的专业生产厂家。目前这家公司已经拥有员工100多人，采用先进的大规模生产设备，这家公司自成立以来始终致力于聚苯乙烯泡沫的推广，拥有各式成型机，可以满足不同客户的要求。这家公司主要生产各种电动车电池，酒水食品，海鲜类保险箱，医用针剂，机械零件等各种包装。这家公司还生产不同尺寸规格，不同密度的泡沫板材。而且还可以根据客户要求，大小厚薄任意切割。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。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，上班第一天领导就派给我个师父，让他对我的实习进行全程指导。刚上班时让我熟悉公司生产已经销售的流程，暂时没有分配什么工作给我。而我身为一个文员实习者，首先接触的应该是如何融入工作，该公司处理基本工作业务的流程是：首先由销售人员去各个有需要潜力的公司进行业务洽谈，然后签订生产合同。之后便是业务单位根据自己的日期需要提前对产品下订单，然后交由仓库进行已有货物和差额的统计，再将数据交给车间进行生产，仓库再按照指定日期安排货车送货。几天后知道自己的工作主要是产品数量统计这块儿，并每天写

工作总结

。平时也到网站发博客、论坛，感觉和自己的专业有些出入。

刚开始进行的是完成培训的工作。由于感觉和专业不怎么对口，所以对于培训便没有在意，总以为这些工作很简单，但是这种浮躁的态度让我忽视了实习的目的——接触和融入社会，以至于后来考核时有点手足无措。虽说发博客和论坛看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。从此以后，我每天埋头于博客和论坛中了。平时与同事相处中，虽然年龄差距大，好在有师傅温和地指导，我发觉和各位长辈们相处也并不是很难，他们善于处事，有很大的包容心，我也慢慢融入这个大家庭，这得感谢给位前辈的淳淳教育。

时间过的真快，转眼间，在华胜包装有限公司的实习马上要接近尾声了。通过这三个月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了简业务单子的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实业务处理的流程，认真观摩了专家们针对公司各项业务的处理，使我对一个公司的运行模式的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的是中文，和实际很脱轨，但是在四年大学生活中学到的点点滴滴很多都能代入工作过程中。譬如如何与人相处、真诚对人，譬如不论干什么都需要本着踏实的态度不断学习，此刻在实习中我才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。

三个月实习满后，我带着学满的知识离开了合肥华胜包装有限公司。从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

二、努力实践，自觉进行角色转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

三、提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你轻松找到工作，否则就难逃市场选择的厄运。我在该公司

实习总结

了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。

1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。

2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作而已。 在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

现在，实习已经结束，这次实习内容主要就是文员工作，时间虽然只有三个月，但我获益不浅，感慨良多。我感受最深的，有如下几点：

其一，实习是个人综合能力的检验。要想优秀完成工作，除了办公室基础知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力，应付突发故障的能力，还要对办公室中常用软件都能熟练操作。作为一名工作人员，还要求有较强的表达能力，同时还要善于引导自己思考、调节与人相处的氛围等。另外，还必须有较强的应变能力、组织管理能力和坚强的毅力。

其二，此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。以往觉得很容易操作的office，但我的师父要求我完成某次产品统计的数据与记录时，我却一头雾水，感觉和平时计算机课堂中学的完全不一样，这也让我感到巨大的惭愧。因为以前的自己总以为这些东西学不学得好与专业没有多大联系，殊不知工作不是专攻一个方面，而是考察我们的综合知识水平。

再次，此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。这次实习，我觉得我表现得还不错，许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。

这就是我本次实习的所感所想,再次合肥华胜包装有限公司以及学校老师对我们人生路上的帮助。

**大学生实习简历篇十三**

在求职时个人简历一定要针对求职意向而写个人简历请参照个人简历模板。下面一篇是为个人简历范文参考。大学生个人简历网为求职者推荐这份为写个人简历作参照模板，更多的\'专业简历与求职信在大学生个人简历网。

志愿者经历

本人性格开朗，兴趣广泛，工作踏实，忠诚可靠，遵守纪律；自我控制能力强；喜欢有秩序的、安稳的生活；做事有计划，讲求精确，喜欢从事高度有序的工作；习惯接受他人指挥和领导，愿意执行上级命令，通常不习惯于自己对事情做出判断和决策；有时候可能会显得有些保守。现在想找一些具有挑战性点的工作，发掘一下自己的潜力，争创更好。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn