

假期实践心得体会1500字 假期心得体会(优秀7篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

假期实践心得体会1500字篇一

为了保证孩子们过一个快乐的寒假充实的寒假，家长朋友们一定要监督孩子们的学习，让同学们多读书。

这个寒假并不冷，是个暖冬。所谓寒假应该是给学生一个疯玩的机会，而老师们并不以为然。所以就理所应当的留了一些附加作业，积少成多，聚沙成塔，几科的作业加起来就不是用十根小手指可以数得完的了。

写作业真的是一件很头痛的事情啊。我不说自己是好学生，因为我很懒得去动作业。但是又没办法啊，不写怎么办，毕竟总还得上交的呀。往往是在刚放假时计划在短时间内把所有作业全都搞定，但总是刚把作业开个头，就不知道又去干什么了。我给自己的评语是：对学习缺少毅力、定理、耐力。在新的学期里，一定要把那些好的学习方法运用到现实的学习生活中，不能再纸上谈兵了！

在放假期间，我和同学一起出去玩过好多次，玩的内容也很多，像什么：滑冰呀、打羽毛球呀、看电影呀等等等等。我们还去了乐园，由于去时已经放假很长时间了，所以没什么人，我们很顺利地玩了许多热门设施，还玩了许多以前不敢玩的东西。也许是在同学面前放不开面子，所以再怎么受不了的设施，下来都是一句话“我还以为多刺激呢，其实一点

也不刺激。”

在生活上，我经过千辛万苦的努力，终于克服了一些缺点，比如，吃饭时看电视，打电脑打的太长，不爱到外面玩，不爱做家务，晚睡晚起等等的坏习惯。这些习惯不是说改就能改，样样都用了九牛二虎之力。有时我会擦地，尽管不是自愿的；有时叠叠被子，尽管没有军训时叠得那样好；家里来客人了，我会给他端茶送水，尽管我知道他不会喝多少……就像大人们经常对我们说的那样：过了一年长大了一岁，应该比以前更懂事了。

一个寒假又快过去了。订了学习计划，但是那张可怜的纸，好似被人遗弃了似的放在桌子上，我的惰性又一次将它打败了。本来应该好好利用的假期又懒惰而浪费了。现在再为此而自责已是无济于事的了。新学期好好学习才是正经，在新的学期里我一定克服我在学习上的懒惰，是成绩有一个飞跃性的进步，尽管这些不大可能被实现，但是我要讲这作为我的努力目标不断的向其发展！

假期实践心得体会1500字篇二

xx年的冬天，这是我进入大学生活的第一个寒假，美丽的校园，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

看起来很简单护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

2月21日在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工

作的不易。

我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质：

1. 思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神；真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。
2. 专业素质：护理人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。
3. 科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

同样，即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到：

1. 医生是一个很平凡的职业，他的责任就是救死扶伤，挽救病人的生命。
2. 医生也同样应该具备一定的思想素质、专业素质和科学素质，要有一定的责任心，把病人的生命看作是自己的生命。
3. 医生要有创新和探索的能力，积极为医学的未来作出贡献。

新的学期开始了，新一轮对医学知识的吸收和总结也拉开序幕，我会投入百分之百的努力：加油——对所有的人说！

假期实践心得体会1500字篇三

20xx年x月至20xx年x月

山东省法院

任何理论知识，终究都要通过实践的检验。从考研起算，系统学习法律知识已有近三年的时间，在这期间法律基础知识进一步扎实、理论水平也有明显提高，但是对于实务接触甚少，所学理论知识无法在实践中得到验证，也就不能发现不足，反过来影响了理论水平的进一步提高。通过参加实习开阔眼界，处理好学校教育与社会实践的关系，以理论为基础，通过实践加深对法学理论的理解。力求实践内容与理论知识相结合，以期达到提高法律素养和实务水平的目的。

我的专业方向是刑法学，本次实习，我被安排在山东省法院刑事审判庭，主要的实习科目是刑法和刑事诉讼法。实习期间，我实际了解了大量案件从立案到结案的全过程，对法律的实际运作有了更深的理解。在实习中我的主要岗位是书记员和法官助理。具体工作内容是：办公室日常事务处理、参加案件合议、整理装订案卷、参加二审开庭、书写法律文书

等。这一系列的工作让我感受颇深，开阔了眼界，收获了许多课本上没有的知识。

首先，翻阅和整理案卷。案卷整理工作具有重要意义，每个审结的案件都要及时订卷归档，以备日后查阅。刚开始整理的时候比较生疏，时有差错，后来通过向书记员请教，我很好地掌握了整个卷宗整理和装订过程，能够独立完成案卷装订工作。整理案卷也为我提供了接触各类案件的机会，当我认真查阅和整理浓缩了多方工作流程的卷宗之后，我逐步了解到一个案件从公安机关立案侦查到检察院审查起诉再到一审法院审理判决的具体工作程序，并从中体会到案件审理的基本思路。每个案件审理终结后的退卷工作和向最高人民法院寄送关于死刑复核的案件材料，又让我对二审案件的整个审理过程有了清楚的认知。

其次，参加案件旁听。在实习期间，每次开庭我都会坐在旁听席，认真旁听、记录。在旁听过程中，我感受到了审判人员公正、中立的审案态度，以及公诉人和辩护人激烈的辩论。庄严的法庭、严格的程序，无不折射出法律的严肃和公正。从审判人员对被告的发问中，能体会到审判人员对于整个案件审理思路的把握，更好地了解案件事实。而在公诉人和辩护人的争论中，我又能了解到案件争议的焦点。观摩法庭庭审还让我对刑事案件庭审的整个过程有了更加直观生动的了解，比起书本上枯燥的文字表述，庭审让诉讼程序更形象具体，记忆深刻。

最后，书写法律文书。其中以记录合议庭笔录为主。做笔录要求具有很快的打字速度，还要求具备相当好的归纳和判断能力，要抓住会议的重点，准确地运用法律专业术语，从某种意义上讲也是对自己理论知识的检验。通过记录合议庭笔录，我了解到主审法官对于案件的处理意见，以及相关审判人员的建议，有些重要的案件还会让庭长参加合议，这些都是做出最后公正、合法的判决所必不可少的前提条件。法律文书不仅格式要规范，内容更要合法、合理、合情。书写判

判决书的过程中要查阅一审提供的卷宗、二审的庭审笔录、合议庭笔录、公诉人意见书、辩护人辩护词等材料，在整体上把握案件的事实和案情关键，针对被告和辩护人的上诉理由进行充分合理的驳回或者对于那些事实不清，证据不足的案件说明理由发回一审法院重审。虽然在校期间已经学习了法律文书的写作，对法律文书也有了一定的了解，但是在写判决书的过程中，我深切地感受到法律要想运用的好、有说服力，光靠书本上的知识是不够的，一定要多进行实务锻炼。

(一)对法院工作有了更加直观深入的了解。

实习之前，对法院及法官的认识仅限于书本知识和一些影视作品中的形象，印象比较模糊而且带有明显的模式性。真正接触之后才发现实际的法院工作跟想象的相差巨大。

1. 法院工作的重要性。法院工作直接关系到社会公平正义的实现。在刑庭实习，接触到的都是一些恶性刑事案件，每一个案件的处理都关系到诸多人的切身利益，所以每个案件都需要以公正客观的心态对待，确保受害人利益得到切实保障，被告人得到应有惩罚，正义得到伸张。

2. 法院工作的复杂性和严谨性。在实习过程中，接触到的案件跟书本上学的案例相差悬殊。教材中的案例都是经过反复推敲筛选、确定没有争议之后才被选入的。但是实践中的案例很少具有这样的典型性，案件事实具有诸多模糊之处，而且还有许多其他的因素需要考虑，每个案件都需要法官耗费大量的心血反复推敲、斟酌，有的甚至通过数次合议仍不能达成统一意见。在这种情况下，并不是简单的以少数服从多数，而是允许保留少数人意见，并随合议庭笔录一并提交审判委员会定夺。

3. 法官工作的艰辛。真实的法官工作远没有电视上写的那样轻松惬意。恰恰相反，法官工作实属不易。不仅要面对案件双方的双重压力，还要抵御来自不同方面的拉拢诱惑。每个

案件，法官们都会尽心调解，以求被害人能够得到最大限度的补偿，被告人能够得到一定的宽恕；每个案件，法官们都会反复斟酌，以求客观公正；每次二审开庭，法官们都是周密安排、紧凑高效。但是法官们的努力却常常得不到理解。实习期间，经常遇到群众上访、静坐，甚至冲击法院，法官的工作环境需要更加切实的保障。

(二)法律普及的重要性。虽然我们的普法工作始终未间断，但是现实情况却极不乐观。尤其是针对未成年人的法律宣传，显然还有许多需要改进、加强之处。我们合议庭审理的案件中，未成年人犯罪案件占有相当比例。犯罪年龄的低龄化、犯罪手段的残忍、对生命的漠视以及对法律的无所畏惧，让具有多年审判经验的法官们都心悸不已。被告大多都是80后甚至90后的孩子，他们在作案的时候没有基本的法律常识，不计后果，图一时之快而走上犯罪的道路，给自己、家人以及整个社会造成巨大的伤害。看着他们在庭审时的忏悔，父母在旁听席上默默地流泪，以及被害人亲属的悲痛欲绝，我的心里十分难过，每个案件背后都是两个甚至更多家庭的灾难。对于未成年犯罪社会具有不可推卸的责任，在这个物欲横流的社会，我们更要做好法制宣传与教育工作，从娃娃抓起，避免他们染上社会的不良风气，走上不归路。

(三)要时刻注意加强学习。

首先，向周围具有丰富法律实践经验的人学习，学习别人优秀的的能力，优良的工作习惯和思维技巧。法官们都具有长期司法审判工作经验，他们学识渊博、执法如山，合议案件时能迅速抓住案件的关键点进行剖析，庭审时对庭上情况的发展具有很强的掌控能力，他们的言传身教让我获益良多。通过与他们的接触和交流让我对法官这个神圣的职业更加的向往。对于我这样一个即将步入社会的学生而言，需要学习的东西很多，周围的同事就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，可以向他们学习很多知识、道理，博采众家之长，以人之长补己之短。

其次，不断加强法律知识的学习。随着社会环境的巨大变化以及我国法治的逐渐完善，每年有许多部法律法规出台。如果满足于现状，你会发现你所掌握的法律知识很快就会过时。作为一名法律人，必须有足够强的学习能力，时刻注意把握法律的最新动向。在实习时我发现，每名审判人员的书架上都有着数量众多的法律专著及经典案例汇编，在审判工作之余，他们都非常注意法律知识的更新。总而言之，作为一名法律人，学习无处不在，法律工作本身就是一个不断学习的过程。

很多事情，你只有深入其中才能够真正的了解，通过其他途径得到的难免会有偏差。法学是一门实践性很强的学科，法学的发展是在实践中完成的。通过实习，我开阔了视野，熟悉了法院的工作流程，掌握了一些基本的法律技能，同时还培养了自己的团队合作精神和独立工作能力。此外，我还结交了许多朋友，我们相互交流，相互促进，直到现在还保持着密切的联系。从他们身上我不仅学到了法律知识，还学到为人处事的方法，这些都是我将来走上工作岗位的宝贵财富。在此我由衷地向为我提供帮助和指导的老师们表示感谢，是你们给了我这样一个难得的机会，我会铭记在心。

假期实践心得体会1500字篇四

20xx年11月7日，我以临时工的身份进入了广东东莞信盛纸品有限公司，开始了我的假期实习生活。在这寒冷冬季，作为一名即将步入社会的大学生，我找到了一种充实自己的方式，为日后毕业，正式踏上社会，参加工作积累下了宝贵的经验。

我所在的信盛纸品有限公司属于私人企业，位于东莞长安增田，主要经营经营纸板、纸箱，公司的写字楼与车间是相连的，内设营业部、生产部、纸箱部、质检部、财务部、人事部等部门，我被安排在了纸箱部，工作是随时应需要调动的，基本上介于写字楼办公室与生产车间的活动范围，总而言之是哪里有需要就往哪里去。

刚上班的第一天，我的工作主要是贴湿水纸改箱，即把印刷过后出现的错误纸箱唛头进行返工更正，然后就是插刀咭，感觉跟平时玩的拼图有点神似，挺有趣的。在哪里，也有跟我一样打临工的学生，大家很快就混得脸熟了，彼此有说有笑，边交谈边工作，时间过得蛮快的。

从那些老员工口中，我很快大概了解了生产纸箱的工序，最先的工序应该是由坑机组开始，由坑机造出纸板，然后进行分纸、印刷、开槽、打角、粘箱、打钉、包装等等。每道工序都会有质检员进行监督完成，途中如果发现产品质量不符或不达标，就会立即进行返工处理。在包装成品的时候，都要根据生产单夹成品标签，写成品单入库，还要写相关的日常生产报表，听起来程序繁琐，但是实际操作却是挺简单的，稍微细心一点就可以顺利完成任务。

我们公司生产的纸箱几乎都是用于进出口贸易装箱的，跟我在学校学的外贸单证关系极为密切，尤其是近似于装箱单。纸箱上印刷的唛头，要求很严格，细致到小标点符号，都不能有任何的差错，否则将会被客户拒收，造成大的损失。这样我意识到，单证的严谨性和绝对性，在制单审单时必须保持高度清醒的头脑，做到精确。特别是审单环节，更是要细心，不然在制单时出现的错误没有得到及时更正而遗留到下面的生产环节，成品出来后才发现错误，将会造成各种不必要的人力、物力以及资金的损失。

公司的车间和写字楼相近，为工作省去了不少的麻烦，下单和生产，两者之间出现问题可以及时沟通协商调整，提高了办事的效率。本人在写字楼上班时，体验到了办公室职员办事的快节奏，跟生产车间有不同的区别。我记得，在写字楼打印物料标签，那些天此起彼伏的电话声，快让我神经不自觉地绷紧了。

假期实践心得体会1500字篇五

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但这种真实而新鲜的`体验还是使我颇感兴奋。在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，像这样把自己所掌握的知识正确有用地运用到真实的工作当中是第一次。这让我感到在学校学习的那些书本上的知识也是鲜活而生动的，不单单是枯燥无味用来考试的知识点。

可在实践中我也遇到了一些没有想到的困难。学校学习的专业知识我已经较为全面地掌握，本以为到了单位能够应付得来，但是却没有想象中的那么容易。平时在学校里做作业时数字错了改一改就可以，但在实际工作中，数字错了是要承担责任的。计算的准确是作为一名会计人员的最基本要求，数字的准确直接影响到会计工作的质量。在岗位上，个人的工作成果汇总起来就是整个单位的工作成果。一个单位的工作成果和绩效关系到单位的荣誉和今后的发展。质量是企业的生命，质量不行，一切都是空谈，企业也会在竞争的浪潮中失败。会计工作是同样的道理，工作失去了准确，脱离了真实，即使拥有再高的能力再渊博的会计知识也是没有用的。因此，在工作中，每一个环节都不能出错。这种要求的严谨性和必要性是我在课堂上感受不到的。这种出自内心的体会，这种发自内心面对一份工作的真诚和严谨只有在真正参与工作的过程中才可以体会到。

招聘会上，总可以看到“有经验者优先”的鲜明字眼，现在看来，这些要求是不无道理的。有着丰富工作经验的公司领导者们对进入公司工作的人才提出这样的要求不单单是希望招聘到的人才可以立即有效地投入工作，更在于有了一定工作经验的员工在工作时会更加懂得为公司工作的含义和责任。初生牛犊不怕虎，精神固然可贵，但这“老虎”也不是随随便便惹着玩儿的，一个人的失败可以用爬起来从头再来进行补救，甚至多了一份经验，长了个记性，对自身反倒有不少的好处。可单位与个人不同，单位作为一个机构，一个需要

不断发展的团体，与“老虎”进行较量的经验是多余的，因为一次错误而错过了公司发展的大好时机，再想补救，为时晚矣。领导者提出这样的要求来选拔人才是有道理的。

为了达到这样的要求，学生就要在学校得到更好更有效的培养。有了这样的认识，我也对自己专业知识的学习有了更清晰明确的方向。在学习中更注重准确，不轻视，不儿戏，不仅仅把它作为练习来练习，在学习的过程中想想在实际工作中的相似情形，让学习的内容变的深刻，变的鲜活。

实践过程中我也认识到了在学校学习的不全面。学校的教学内容是有限的，不可能把在实际工作中会遇到的情形全部包括。这就要求我们在学习时注意知识的延伸和拓展，不仅要深，还要全。要多做实例练习，尽量扩大自己的视野，不做知识界的井底之蛙。

事务所的办公室里我也见识了许多新奇的事情，虽然简单，但若没有亲眼见识和学习凭想象是无法了解的。例如在对做好的凭证进行整理时稍大的原始凭证其边缘需要折叠才能整理存放，这样可以在存放的过程中避免不必要的磨损和破坏；小而且多的凭证可以排好顺序并且依次错开粘贴在一张与封皮同样大小的白纸上或者一张无用的空白凭证的背面。这些都是在实际工作中应该掌握的技巧。

实践中，工作任务以外的道理我也懂得了许多。走进单位，接触各种各样的客户、同事、上司领导等等，关系复杂，在单位工作，面对的不只有凭证和数据，还需要处理好与同事与领导以及与客户的关系。书本上没有这样的知识，这需要自己认真地观察和学习。通过我的观察，我发现要学会这些也并不难，社会上的人并不是独立于我们之外的，我们也没有被社会独立出去，学生也是社会的一份子，学校也是社会的一部分。在学校中学会与他人的相处，处理好与同学老师朋友的关系，在相处的过程中体会生活在集体中的感觉，体会团结带来的力量和温暖。在学校生活中，与他人的良好相

处能够使我们感受到真诚，友爱，互助，宽容等等美德，而这些在工作的集体中是同样的道理，学校的小社会与工作单位的大社会虽有差别，但人们的情感是相通的，感情是相似的。在学校与他人的良好相处有利于我们将来在社会上立足。

回想起这些，回想起在事务所工作中的点点滴滴，我的心中多的不是为遇到挫折而增添的烦恼，多的是发自内心的喜悦与感动。

在办公室没少干了清洁工作，细想想，也是一份独特的体会。没有这些看起来毫不起眼的工作，哪来清洁的工作环境。更重要的是它使我懂得每个人根据自己的能力找准自己的位置才能使整个团体的工作更有效率。想要从事更高层的工作就要有高层的实力和能力，作为大学生就要在学校汲取更多的知识，丰富自己的头脑，提升自身的含金量，不断地向高层发展，成为一个高层次的人才，才能从事高层的工作，为社会做出更多的贡献，使人生实现的价值更大。

在学习的过程中要注意提升计算和判断分析问题的准确度，对课本上前辈总结的经验要认真地理解，深刻地领会，不能只作为口中的一句空话考试的一件工具硬生生地记录在脑中就算大功告成，记住它们可以在以后的工作中避免很多无谓的错误，使我们少走一些弯路，少做一些无谓的“牺牲”，多一些谨慎，多一些警醒。

学校不只是知识的殿堂，也是我们在正式进入社会之前要一步一步稳重踏过的红地毯。在这个过程中，我们调整好呼吸，整理好仪表，做好登台前的所有准备，面对未知的社会，我们充满了热忱，也将真诚的笑容挂在脸上。在学校我们学会与他人相处的种种美德，相信在未来的工作中我们将会把这些美德延续，带给同事，带给社会，感染我们周围的每一个人。

火热的七月，社会实践带给我的不仅是能力的提升，还有更

多在书本上读不到的道理。知识没有高低，工作不分贵贱。实现人生价值，回报社会，需要做出切实的努力。实践出真知，理论的全面掌握也同样重要。汲取知识，提升能力，健康而全面地发展，这是一名大学生在进入社会前所要做的。

假期实践心得体会1500字篇六

20xx年7月7日，我以临时工的身份进入了广东东莞信盛纸品有限公司，开始了我的假期实习生活，假期临时工实习报告。在这炎炎夏日，作为一名即将步入社会的大学生，我找到了一种充实自己的方式，为日后毕业，正式踏上社会，参加工作积累下了宝贵的经验。

我所在的信盛纸品有限公司属于私人企业，位于东莞长安增田，主要经营纸板、纸箱，公司的写字楼与车间是相连的，内设营业部、生产部、纸箱部、质检部、财务部、人事部等部门，我被安排在了纸箱部，工作是随时应需要调动的，基本上介于写字楼办公室与生产车间的活动范围，总而言之是哪里有需要就往哪里去。

刚上班的第一天，我的工作主要是贴湿水纸改箱，即把印刷过后出现的错误纸箱唛头进行返工更正，然后就是插刀咭，感觉跟平时玩的拼图有点神似，挺有趣的。在哪里，也有跟我一样打临工的学生，大家很快就混得脸熟了，彼此有说有笑，边交谈边工作，时间过得蛮快的。

从那些老员工口中，我很快大概了解了生产纸箱的工序，最先的工序应该是由坑机组开始，由坑机造出纸板，然后进行分纸、印刷、开槽、打角、粘箱、打钉、包装等等。每道工序都会有质检员进行监督完成，途中如果发现产品质量不符或不达标，就会立即进行返工处理。在包装成品的时候，都要根据生产单夹成品标签，写成品单入库，还要写相关的日常生产报表，听起来程序繁琐，但是实际操作却是挺简单的，稍微细心一点就可以顺利完成任务。

我们公司生产的纸箱几乎都是用于进出口贸易装箱的，跟我在学校学的外贸单证关系极为密切，尤其是近似于装箱单。纸箱上印刷的唛头，要求很严格，细致到小标点符号，都不能有任何的差错，否则将会被客户拒收，造成大的损失。这样我意识到，单证的严谨性和绝对性，在制单审单时必须保持高度清醒的头脑，做到精确。特别是审单环节，更是要细心，不然在制单时出现的错误没有得到及时更正而遗留到下面的生产环节，成品出来后才发现错误，将会造成各种不必要的人力、物力以及资金的损失。

公司的车间和写字楼相近，为工作省去了不少的麻烦，下单和生产，两者之间出现问题可以及时沟通协商调整，提高了办事的效率。本人在写字楼上班时，体验到了办公室职员办事的快节奏，跟生产车间有不同的区别。我记得，在写字楼打印物料标签，那些天此起彼伏的电话声，快让我神经不自觉地绷紧了。空气中弥漫着浓郁的办公室气氛，与车间的机器轰隆转动的躁动不同，那里处处显得小心翼翼，或许是跟办公室领导高层密集有关。每天就是光听着那些经理文员的对话，也能够增长不少见识，他们拉业务，跑生产，耍的虽说是嘴皮子，但不得不承认他们的口才，他们靠的都是实力。不过，我还是喜欢办公室的生活的，虽然忙碌，却也充实，还可以学到许多实用的东西，比起车间里稍显乏味的工作，更富有挑战性。

处理的生产单、成品单、物料标签、成品标签多了，观察久了，自我感觉，我自己发现的问题还挺多的。因为多次跟负责送票的文员接触，我发现他办事存在的问题颇为典型。很多时候，他打的票跟实物不符，比如大的纸箱只能打十个一扎，他会经常性达成几十个甚至几百个一扎，而小纸箱本该几十、几百个一扎的，他却反而弄成几个一扎，让操作人员不得不经常性改票，浪费时间。另外，他打票时对每款货貌似没什么概念，总会多打好多张票，长期以往，会造成对纸张的严重浪费，增加生产成本，与公司节约高效的生产方针相悖而行。我在想，作为一个合格的成品票务文员，应该适

当了解自己所制成品票与实际货物的相关信息，不能光凭理论行事。俗话说：实践是检验真理的唯一标准。我们应当把实践与理论相结合，这样办事才能完善，不至于与实际相差太远而让人看笑话。

假期实践心得体会1500字篇七

实习单位：中国银行。

实习部门：营业部

实习时间[20xx]7月

由于在学校的专业课程学习中较多地接触了金融方面的知识，同时出于修金融双专业的缘由，因此，本着一种希望能将课本与实践相结合的思想以及一种曾经想以后在银行工作的憧憬，本人开始了在银行的实习生活。

实习第一天，内心怀着忐忑与新奇，以一身干净的着装踏入了银行，然而却在服装上被老师提出了严重的批评。作为银行工作人员，要求有统一的着装，即上身需穿白色衬衫，下着西装黑裤外加黑色皮鞋。男性需带领带，而女性的皮鞋要求前不露脚趾，后不露跟。简而言之，需保持一种干练，整洁的形态。作为实习生，虽不具有完全一致的服饰，但也需要穿跟行业服装颜色相近的衣服，以保持银行的整体形象。在受到熏陶后，下午变换上了一身职业装回到银行，在外在上俨然有了点工作的样子。

纵观整个实习生活，我的实习工作可被分成两部分，即：担任临时客服经理及学习对公业务。

客服经理工作

原以为客服经理只是一种引导作用，然而事实不然。它所涵

盖的工作可以涉及到营业部里大大小小各个方面，即需要了解所有业务的情况，包括普通的对公对私业务的存取款、贷款的办理及还贷、理财业务的部分指导等，要有一种处理全局，解决突发状况的头脑以及良好的交流能力。

以一个下午的时间学习了银行客服经理准则以及厅堂服务标准，接触了各种表格的填写、帮助还贷、网上银行开通及使用、查询机的使用等。每日准时上班，一天一站就是6个多小时。

心得体会

它与其他小银行如宁波银行，光大银行等方面有一定的优惠政策，即：由于它们之间运用的是银联清算系统(大银行之间使用的为人民币支付清算系统)，在银行存取在宁波银行卡上的钱时无需交手续费，此费用由银行替客户进行支付。此外，同城转账若转到5大国有银行，则需填写同城通存通兑单(但现今银行没有通兑业务);若为异地转账，则需填写异地转账单;同为银行间转账则无需填写表格。至于其他，如借记卡办理业务，密码挂失及解锁等均需填写相关表格。而指导客户填写表格以及帮客户取号成了我工作组成的一部分。

网上银行业务的开通及使用对于一个不曾接触过的我来说起初有点困难。需教客户如何操作，并需要进行相关演示。要回答客户u宝和浏览器证书的区别以及网银申请时对单笔和累计额度的限制等问题。

此外，由于理财经理在我实习的该周请假休息，因而，我也担任起了介绍理财业务的重任。虽然显得有些粗略，很多东西还要请老师帮忙，但逐渐地也越来越能熟练应对了。如：办理“钱生钱”业务可以选择1天或7天，适用于那些需要使用活期存款且存款数量较大，但使用时间不定的客户。其底线要求为：在柜台上办理，需5万元以上，而在网上银行办理，则需5万2千元以上。同时，目前的理财业务为：将客户的钱

集中后主要投资于国库券以及票据(主要指银行承兑汇票),因而能降低一定的风险。另外,也了解了“申购”与“认购”的区别等等涉及各方面的知识。

在实习期间也发生了一定的突发状况,比如,在7月23日停电一天,险些造成银行备用电供应不足。在这种尽量关闭电脑,节省电量使用的情况下也就对办理业务的速度产生了很大的影响,同时也导致取号机器难以使用。在此情况下如何稳定客户在等待中不厌烦的情绪,合理地进行解释并保持一定的等待顺序成了我遇到的一个问题。但凭借着之前学生工作的经验,让我很好地对此进行了处理,也使银行内其他人员比较满意。

对公业务的学习

柜台方面主要包括对私业务以及对公业务,对私业务主要涉及现金,而对公则主要涉及各类票据。

由于在学校学习过银行会计的课程,同时接触过清算系统的实践操作,因而在本人的申请下,由临时客服经理工作转到对公业务的学习。

在此期间,首先了解了点钞的规范动作。起初有些生硬,还险些拿不稳一捆,速度缓慢。在不断地训练下,由原来的一捆需1分钟左右到最后一捆40秒左右,让我感到缓慢的进步。在询问优秀的标准后,我得知,在10分钟内要数出16捆(每捆100张)。在练习期间,也看到了对几位已毕业的大四实习生的考核,颇有一定的压力。

当然,最主要的还是对于票据的学习。在本人的要求下,向老师要了一份全国票据法进行学习,同时也跟在会计各位老师后面见习了各种票据的处理过程,从一天最初的打印人行往来回单、小额支付系统回单开始,工作也就拉开了序幕。开户的处理、支票的检验,影印的上传以及往来账户的操作

等等都让我有了更深入的了解。比如，在开户前需要检查是否已开基本账户，是在哪家银行，是否属于空头支票黑名单户，此外还要验证身份等等。这不仅使我对银行会计课程的内容有了回顾，同时也接触到了些更为实际的操作。

出于想在尽量短的时间内了解更多的银行业务，我开始每晚回家背五笔字字根，练习五笔字，希望对以后能有所准备。

总之，在银行实习的半个月时间里，让我保持着一种规律的上下班生活，不断地了解着工作的意义，思考着那个曾经想以后要在银行工作的想法。同时，也让我明白，在实习期间一定要保持一种虚心求教的心态以及不耻下问的勇气，主动争取自己想要学习的东西，才能获得更多的收获。

ps:就这么洋洋洒洒地打出一堆文字，感觉写的好官方呀~哎哎，反正是要上交去的，只能写官方点啦~我记得去年实习没交实习报告，今年杂要交了捏?哎，反正就是打字，一堆的文字。。。

不过说实话，原先是出于想让自己想清楚地目的，可是，我依旧没想清楚，而且貌似畏惧工作了有点。感觉还是读书好啊。