

暑假工作总结(优质6篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

暑假工作总结篇一

根据教育局20xx年暑假工作意见，我校高度重视暑期工作，详细制定了暑假个人计划，成立了假期工作领导小组，安排好值班工作，编排了假期值班安排表，保证电话畅通，保证学校财产安全。下面将我校本次暑假工作做以下简要总结。

放假前，我校通过召开全校家长会和学期休业式等形式，对全体学生进行了法制安全常识教育，尤其强化了学生在游泳、交通、食品等方面的安全教育工作，并请家长参与共同做好学生的安全防范和管理工作的，使学生牢固树立了守法意识和安全意识，用法律法规来约束自己的行动。假期期间学校也加大了对学校内部的安全保卫工作，加强了有关值班人员的管理，明确责任，定时巡逻，严格进出校园人员的管理，假期值班绝大多数教师按时正点，并做了详细记录，有事及时汇报；由于学校领导重视，预防工作细致，各种措施到位，今年暑假没有发生任何安全事故。

开展家校联系和家访活动。重视经济困难家庭子女、流动人口子女、单亲家庭子女。不管是班主任老师还是科任老师都充分利用暑假休息时间进行了家访活动，有的通过电话或网络等方法进行了家访工作。暑假中全体教师共家访学生100多人次。

1、参加“区学生体育大联赛“阳光伙伴”集体跑比赛□20xx

年6月26日上海市金山区学生体育大联赛“阳光伙伴”集体跑比赛在我校隆重举行。我们兴塔小学的“阳光伙伴”队员们在教练的精心指导下，一鼓作气，团结合作，奋勇拼搏，跑出了967的最佳成绩，获得了这次比赛的第一名。并将代表金山区参加上海市学生体育大联赛“阳光伙伴”集体跑比赛，获二等奖。

2、参加区小学生足球联赛。6月29日到7月2日为期四天的区小学生足球联赛在我校隆重举行。经过四天的激烈角逐，我校女子足球队获得第一名，男子足球队获第四名。

3、举办20xx暑期队干部培训。为进一步提高我校少先队队干部的思想素质和管理能力素质，熟悉和掌握少先队工作方法和自己的工作职责，提高少先队工作水平，我校于20xx年6月30至7月4日五个半天进行了“20xx暑期队干部培训”活动。来自二、三、四年级的大、中队干部41人参加了学习培训活动。本次培训活动内容丰富多彩：少先队基本知识的学习；队干部的工作方法、为人民服务的思想和意识等方面的指导；十分钟队会开展；模拟红领巾广播演播；自建小队、自取队名口号、自设队标；参观旧校址；黑板报的设计、小样的制作、分栏的方法、绘图文字的技巧等等。队干部们学得很认真，每位参加队长学校学习的队长们将设计一张以“雏鹰练翅”为主题包括五大涉及培训内容在内的类似黑板报小样作为学习的成果在7月20日返校时上交。相信在新的学期，同学们一定会学以致用，以满怀的热情为广大兴小少先队员服务。

4、举行黑板报知识专题培训。黑板报是少先队工作的一个重要阵地，它以新颖的版面，快捷的报道，灵动的视角，折射出社会万花筒，对少先队员进行着形式多样的教育。为使各中队的黑板报更上一台阶，7月4日，我校少先队大队部邀请了校美术教师曹冬根老师为队干部们进行“如何出好黑板报”技能和技巧培训。曹老师利用多媒体生动的演示，深入浅出的讲解，使队干部们对黑板报主题的选择，素材的收集，版面的设计，色彩的运用，刊头、刊尾、版面设计、字体、

插图的要求等等有了新的认识。

5、鼓号队培训。七月七日至十一日，烈日当空，骄阳似火，但是我们学校二年级的二十六位新鼓号队员却热情高涨，他们发扬不怕热不怕苦不怕累的精神，跟着老师和老队员，动作规范，整齐划一，个个精神抖擞，认认真真地正在进行鼓号队训练。

暑假工作总结篇二

紧张而又充实的暑假已经结束了，为了加强学生的思想教育，深化素质教育，根据上级市、区教育局对暑假工作要求及本校的实际情况，我们立足学校，依托社区，依靠家长，引导学生开展形式多样的实践活动，利用假期休息时间读书、看报、开展兴趣活动，培养学生爱国、爱科学的`优秀品质、培养学生自立、自主、自强的品质，树立为人民、为社会奉献的人生观、价值观、世界观，强化安全意识，法制观念，真正发挥假期工作承上启下的作用时，在社会上做个好公民，在家庭中做个好孩子，在学校中做个好学生，使学生过一个“健康、有益的、愉快、充实、安全”有意义的假期。回顾暑期工作，我们引以为豪。

1、学校假前召开行政会议，商讨暑期有关工作，建立了以李校长为组长的假期工作领导小组，认真制定了工作计划，先后组织召开了班主任会议，教职工大会，家长会等提高对假期工作的认识，落实好假期工作任务。

2、依托家长开展学生的假期活动，学校给每位学生家长发一封，让每位家长了解学校对学生假期生活的要求及安排。

3、要求班主任利用假期做好家访工作，特别对特困生、单亲、孤儿及离异家庭的学生做到必访，并填写暑假家访记录表。

1、利用返校及放假前班级工作安排的时机对全校学生进行国

情教育、行为规范、遵纪守法、安全等教育，提高学生自我保护意识，预防食物中毒，煤气中毒、触电及交通事故和溺水事件的发生，把安全放在首位，倡导学生搞文明活动不要参加各种形式的活动和封建迷信活动，不看不健康的内容的书刊、杂志、录像，不进三室一厅和网吧，倡导学生文明过假期。

2、学校对全体教师进行安全、文明、遵纪守法教育，杜绝教师以个人名义办班补课。

3、假期学校做好对各种设施的安全检查工作及落实到行政人员的安排。

1、在学习方面深化一助一、多助一、互结对子”活动。

2、每班建立了一份活动进步档案。每班班委会、团支部组织团员、积极分子帮助班级里的单亲生、特困生、后进生；制定计划，定期落实计划，建立档案。

3、以班级为单位，与社区建立联系，开展与家长“小手拉大手”活动，讲文明，争做“三好”互帮互促监督小组，此项活动得到了家长的支持，纷纷写来评语和感想。

4、参加有益的社会实践活动。以班委会、团支部为单位，组织学生到工厂、商店、农村、部队，企事业单位参加社会实践活动，体会社会工作的服务性及奉献精神。

5、读一本好书、观看两部有意义的影片活动。用楷模英雄的精神激励学生，约束学生，同学们写了许多读后感、观后感。公务之家。

6、写一手好字、打一手快微机、锻炼一手好技能。

7、每周记一条重要新闻。

8、每班撰写了以“情系奥运，我看家乡新变化”的社会实践调查报告，并提出合理化建议。

1、假日里，以班委会、团支部名义组织学生拜访老干部、孤老、退休教师，五保户及特困生等，为他们打扫卫生，送礼物，受到居民的一致称赞。

2、我爱社区。组织学生到社区进行护绿、保洁、环保宣传和反邪教宣传。

1、优秀班级及优秀学生的表彰。

2、利用广播和《二中人》校报和学校宣传橱窗总结暑假工作，表彰暑期中的好人好事和典型事例。

我校暑期工作取得了可喜成绩、得到了社会的赞誉，我们会一如既往、不断发展，相信第二中学明天会更加灿烂！

暑假工作总结篇三

根据国家项目办和省项目办关于20xx年暑期开展教师培训的计划和要求，8月1日至6日，我县结合实际，将县级专家由26人扩大至49人，在昆明接受省级培训，并按计划有效开展各项工作。

（一）自学阶段情况□20xx年6月至8月，按省项目办印发的《培训实施指南》《培训者用书》《参训教师用书》（电子版）分别在拟开展培训的xx6个乡镇中小学校参训教师中开展自学阶段的自学。各乡镇学校有效组织教师按培训专题的要求，结合教学实际对教材上的内容进行系统学习。各中学和中心校还组织骨干教师深入村校和校点对自学阶段的学习情况进行跟踪指导□xx等乡镇中小学还利用教研活动、研讨课和教学竞赛等方式将自学的情况进行成果展示，多数教师能采用参与式设计教案，并按照参与式教学的理念组织课堂教学，

受到学生的欢迎和教师的认可。

（二）集中培训情况。县教育局成立了以局长为组长的县级培训领导小组，及时召开会议，明确教学管理、后勤保障、安全卫生、技术支持、信息采集、监测服务等方面的人员。各乡镇成立了以中学校长为组长的培训领导小组，加强对培训工作的管理，按时开展各个环节的工作。培训点各个班级分别设立1名班主任和1名联络员，制订了班规和考勤制度，加强对参训教师的管理。8月8日至9日，县教育局组织49位县级专家在县二中多媒体教室，采取研讨、说课、互评等方式进行备课准备，6位省级专家现场进行监测与指导。县项目办按要求印制培训资料，下发各种信息表，并从县一中和县二小抽调2名技术人员到培训点服务，确保培训期间的技术支持。集中培训分2期进行。

第一期从8月11日至17日，一个培训点设在文屏镇中学，对文屏镇、桃源乡514名中小学教师进行培训；另一个培训点设在水磨中学，对水磨镇229名中小学教师进行培训。

第二期从8月18日至24日，一个培训点设在龙泉中学，对龙头山镇309名中小学教师进行培训；另一个培训点设在龙树中学，对龙树乡、新街乡377名中小学教师进行培训。20xx年计划培训教师1426人，实际培训教师1429人。其中，男教师838人、女教师591人，汉族1076人、其它民族353人，初中教师337人，中心校教师227人、村小教师866人，教学点教师5人。除文屏镇外，其余乡镇均属贫困乡镇。两期共设置29个教学班，覆盖5所初中、5所中心校、57所村小、4个教学点，占乡镇学校的50%。共出动培训者150人次，参加培训的培训者119人，其中直接执教的培训者50人。县项目办对整个培训进行全程监测与评估，并收集相关数据信息。4个培训点共收回评学员评估表3552份、培训者行为观察与反馈表174份、课节计划87份、培训者信息表50份、县级培训者问卷调查50份、学员问卷调查240份。两期共租借24台投影仪，收集活动照片100余幅，参训教师教学设计1429篇，经综合评定，302篇为优，638篇

为良，488篇为合格，1篇为不合格。

通过培训，95%的教师认为参与式教学是一种全新的教学理念，非常适应当前农村的教改和实施素质教育的需求，有效地实施参与式教学既全面发展了学生，又提高了教学质量。少数教师对参与式教学表示怀疑，认为面对农村大班额而又无教学设备的情况很难实施。

（一）推进情况

按照逻辑框架，项目设计初我县有教师3342人，其中，在职中学教师852人，在职小学教师2412人，代课教师583人。截至目前，全县12个乡镇已有桃源等6个乡镇的1662名教师（初中教师407人，小学教师1255人）接受了“参与式教学”和“教育公平”2个模块的培训，覆盖6个乡镇中学、6所中心校、61个村完小、5个教学点，占全县乡镇学校的50%。

（二）培训质量

1. 教师反馈。一是丰富了教师的教育理论，提高了教学技能和教育科研能力；二是使教师逐渐养成了自我反思和评估的习惯；三是教师在交流互动中逐渐形成团队精神与合作能力，增强了教师和学校研究、解决实际问题的能力；四是使教师改善了心智模式，提高了职业敏感性，从“要我学”转变为“我要学”，形成了自主实现专业发展的动力。培训过程中，各培训点的教师对参与式教学表现出了极大的热情，95%以上的教师掌握了参与式教学理念和技能，能用参与式教学设计教案，体现了教育的公平。

作风优良，工作严谨，有着丰富的从教经验，其中62%的培训者来自农村中小学，覆盖全县12个乡镇。因县级培训者队伍扩大，我县于8月1日至6日将49名县级培训者送至昆明接受省级培训。8月8日至9日，将新补充的培训者与原来的培训者组织在县二中多媒体教室集中备课、研讨。县项目办对承担培

训任务的县级培训者实行严格的考勤制度，省项目办先后派出6位省级专家进行监测与指导，提高了备课质量。培训过程中，各专题教师还紧密结合学科特点和新课程改革的需求，重点培训参与式教学的操作（教学设计）能力，并以交流互动等方式进行成果展示。培训内容与试验乡比较，更能体现学科特点和符合农村教学的实际。从4个培训点收到的2141份《学员评估表》和48份《培训课节观察与反馈表》可以看出，85%的县级培训者培训计划清晰，教学功底扎实，各项活动有条不紊，教师参与的积极性高，培训者的公平意识强，当地培训者有能力完成本项教师培训。

一是注重培训者队伍建设，加强管理，强化责任，做到既有分工又有合作，并补充县教育局教研室和县教师进修学校和部门农村中小学教师到县级专家队伍中，采取送到省上培训和在县内集中培训，加强业务能力训练。

二是注重参训教师的选定，关注贫困山区学校的教学。除文屏镇经济条件稍好外，其余乡镇均属山区贫困乡镇。

三是注重集中阶段的培训，加强监督管理。开班仪式上，县教育局主要领导亲自到培训点对项目作介绍，并对培训期间教学、管理、后勤、监测等各个环节的工作作了严格要求。各培训点采用广播、标语、传单、座谈会等形式对项目进行宣传，让参训教师人人知晓项目实施的背景、目的和意义，极大地调动了参训教师学习的积极性，有效地提高了培训质量。

四是县教育局成立了县级专家技术服务组，定期到乡镇、村校开展服务，各乡镇相应成立了技术服务小组，定期对各村校和教学点开展服务，参训教师的培训情况与年终考核挂钩。

4、培训质量。改变了以传授理论知识为主的办法，转向以提高教学技能的培训。在遵循省项目办教学计划的前提下，以探究教师的教学需求，特别是农村学校的教学需求为中心，

将学习理论、探究问题、设计教学紧密结合，更新了教学评价标准。培训前采用多媒体进行教学演示，对教学计划反复修订。各专题的培训，派出1至3名助理进行观察，及时记录和反馈。第一期培训结束，又根据学员、县级培训者和省级专家提出的意见和建议，再次对各专题的教学计划作了修改。集中培训结束，严格按省项目办的要求，对学员出勤天数、专题作业、教学设计三项综合考核学员成绩，按时完成了培训任务，有效提高了培训质量。县级专家队伍中，少数培训者因上有毕业班，加重了培训者的负担，造成一定的工学矛盾；少部分新补充年轻培训者，未从事过教师培训工作，培训经验不足。目前，县级培训者基本满足教师培训的需求，但随着今后参训教师数量的增加，县级培训者有待补充和加强业务和技能等方面的培训。

（三）实践阶段的工作。

1、实验乡培训情况。试验乡集中培训结束，以桃源乡为重点，对县一小、县二小、文屏镇中心校等学校开展了培训活动。桃源中心校成立了乡级专家技术服务组，采取随机听课、检查教案、社区调查、评价学生成绩、召开座谈会等方式对233名接受过试验乡培训过的教师每月进行跟踪服务一次，定期举办教学竞赛进行成果展示。通过一系列的活动，试验乡95%以上的教师能采用参与式教学设计教案，并结合新课改中的教学需求，有效组织课堂教学，学生的学习积极性大大提高，教师的教学质量得到大幅度提升。

文屏镇中心校按试验乡的培训模式举办了培训，全镇260余名教师参加了培训，县级专家李玉琼、马召义对参训教师进行理论培训，马艳华、蔡琼两位老师作了示范教学，该镇还结合教师们自学的情况举办中青年教师教学竞赛，县一小、县二小、茨院小学、水磨小学等学校参加了观摩，龙头山、水磨、龙树等一些乡镇学校也开展了活动，参训教师不仅掌握了参与式教学的基本原理，而且能把参与式教学理念较好地融入教学实践中。县二小、文屏镇中心校、茨院中心校等学

校还利用校刊校报《雏鹰》《砚池学刊》《野石山》《茨小校刊》和省、市级刊物（如《昭通教育》《学生新报》）刊载教师的教学心得和学生的作品进行广泛交流。通过在试验乡的培训，我们深知加强领导、强化责任是做好培训的基础；优化管理、完善制度是搞好培训的保障；科学规划，搞好监测是实施培训的关键；扎实工作、与时俱进是培训的不懈动力。

2、实践阶段安排。今年暑期开展的培训，我们结合试验乡培训的经验 and 省项目办的要求，进一步拓宽培训思路，注重培训的针对性和实效性，充分发挥培训乡镇的示范作用。本次集中培训结束，县项目办对4个培训点实践阶段的校本研修作了详细安排：一是参训教师必须使用参与式教学设计教案，用参与式理念组织课堂教学，充分体现教育公平。县级专家服务组将组织县级专家于今年10月底和12月初分别到文屏、桃源、水磨、龙头山、龙树、新街6个乡镇，采取检查教案、随机听课、召开座谈会、进行社区访问和检查学生学习情况等形式，综合评价各乡镇使用参与式教学的情况。各乡镇按要求成立乡级专家技术服务小组，每月深入村完小和教学点开展1至2次服务。各乡镇、村校领导对实施参与式教学表现出了极大的热情，表示将全程参与到实践阶段的培训中，认真搞好监测与服务，进一步转变教师的教学观念，有效提高教育教学质量。

3、教育行政部门对参与式教学的推动。根据目前实施培训的情况，县教育局将继续按照国家项目办和省项目的要求，加大县级专家队伍建设，不断加强项目管理，以试验乡和今年开展的文屏等6个乡镇的培训作为龙头，结合农村学校实施素质教育的需求带动全县培训工作的有序开展，采取“手拉手”和“请进来、送出去”等形式，搞好教师培训工作，开发地方教学资源，做好监测与服务，有效提高教学质量。

节的培训工作，完成了既定的教学目标，参训教师初步掌握了参与式教学理念和技能，并能设计有效的参与式课堂教学，

对参与式教学的进一步深化和熟练运用，有待实践阶段的校本研修。

（一）队伍建设。随着培训教师数量的增加，需进一步补充县级专家。一些新补充的教师由于培训时间短，教学经验少，对参与式教学理解不够深入、透彻，对一些技巧的把握不是很娴熟，需经过多轮省级培训。

（二）培训方式。目前开展的培训，以集中培训为主，培训方式显得单调，建议省项目办除了集中培训，还应开展一些教学观摩活动。

（三）组织管理。本次培训人多面大，涉及乡镇多为贫困乡镇，交通不便，教学条件简陋，加之县级专家数量不足，每期同时启动2个培训点，开设班级多（如文屏镇10个班，龙树乡8个班），各培训点尽管设置了1至2名管理员，这些管理员因初次接触参与式教学，加之收集的数据和表册较多，给培训管理工作带来一定难度。除了龙树乡开办集体伙食外，其它乡镇食宿均由学员自行安排。

（一）主要经验。始终强化质量意识和责任意识，在拟订计划、选择课程、实施培训、后勤保障、监测评估等各个环节严格把关，实现了培训的两个转变：一是在教学重点的确定上，由知识教学向能力教学转变，以参与式教学为中心，将学习理论和教学技能紧密结合。二是在教学模式的建立上，由接受式培训向参与式培训转变。采取课堂研讨、案例分析、交流互动、实践操作等方式，真正使参训教师成为学习的主体，大大提高了培训质量。

（二）意见与建议。

1. 培训内容有些单调，建议今后的培训应针对学科特点，在开设必修课的基础上，就选修课开发相应的培训内容，实现参与式教学培训与新课改的整合，满足农村教学的实际需求。

2. 为使培训与教学有机结合，建议省项目办在集中培训的基础上，有效组织一些实地考察活动（如教学观摩、示范课），深化对参与式教学的理解和运用。
3. 省级培训者大都从实教学科研工作，建议省项目办应该多补充一些一线教师，丰富培训内容，这样更能结合基层教学的实际开展培训。
4. 随着培训教师数量的增加，县级专家队伍将进一步扩大，建议省项目办加强对县级培训者的培训。
5. 整个培训需要技术设备和费用支持，建议省项目办培训前将所需费用及时拨付到位，否则，县教育部门无法垫付这笔资金。同时，配齐所需教学设备，加强对基层人员的技术培训。
6. 为使培训工作按计划有条不紊地开展，建议省项目办今后的培训将审定好的培训资料和信息采集表提前印发，确保培训工作如期开展。

暑假工作总结篇四

- 1、认真做好招生宣传工作。我校针对20xx年的招生形势，提前准备招生宣传工作。学校在20xx年初就召开了专题会议;20xx年5月，学校将招生工作人员分成若干小组，随后，由校领导带领，分赴各小学进行宣传;20xx年6月，校长亲自带领各小组人员到各小学开展招生宣传工作。
- 2、积极配合中心校做好招生录取工作。今年我校招收初一新生应为176人，我校立即组织人员填写了通知书并组织人员亲自送到各小学。开学后，实际报到的学生有179名新生，有4人未报到，有7人转学入本校。
- 3、亮点：本地大部分生源保留在本校就读，学校的出色的教

学成绩吸引随父母外出就读的学生回乡读书，也吸引一些外地学生慕名来读书。

1、招收人数达到179人，比分配指标多收了3人。

2、招生过程中，由于新生陆续前来报到，故新生数据未能及时统计上报。

3、由于不良的招生竞争，致使我校已录取的部分学生流失。

1、进一步领会上级文件精神，加强招生工作，成立招生领导小组。明确分工，责任到人，各司其职，各负其责，确保招生工作的有序进行。

2、继续严格执行“三限制”政策。严格把好学籍保留关。

3、加强和上级领导部门的联系，掌握招生中的最新动态。

4、随时和招办联系，核实录取新生的数据，在规定时间内完成了新生学籍的注册和上报。

5、加强与xx镇各小学的联系，积极做好招生宣传动员工作。进一步加大招生宣传力度，进一步完善奖励制度，吸引优质生源。特别要加强对已发放通知书的新生的宣传动员工作，使新生能及时报到注册。

6、进一步增强招生工作人员的责任心，做到规范操作，精心组织，认真实施。

暑假工作总结篇五

在与家长面对面的交谈中，我们虚心听取了家长的意见、希望。在学习方面，家长反映最多的是，学生在家有的内容家长辅导不了，尤其是现在教材的改革，有些家长不知如何下

手，其他书写的作业能主动完成，但很少看课外书，但有的学生比较缺乏自觉性，明明作业没做还骗家长做完。在生活方面家长反映有的同学贪玩，每天要对着电视看很久。低年级学生也是比较缺乏自制力的。在与家长、学生的交流中，我了解了学生家里的家庭环境，孩子的成长环境不同，他们的兴趣、爱好，性格脾气都各不相同。有些孩子活泼、大方、整洁，十分有礼貌，能够认真听家长和老师说话；有些孩子则羞怯、紧张，也有的很贪玩，一会也静不下来，爸爸妈妈的话不太听。

同时，本着礼和真的指导思想，我们有礼节、有分寸地向家长反映学生在校的表现，以肯定学生的优点为主，主要从以下方面入手：学生的学习态度、学习成绩、完成作业和特长情况，参与课外活动情况，团结同学、尊敬老师情况，生活自理能力等方面。对一些文化水平较低的家长，耐心地传授家庭教育的方法，让家长知道学生的健康成长不仅是学校的责任，也是家庭的责任，提醒家长不仅要关心学生的学习、生活、安全，更要关心学生的情感与品德。特别是平时我们关注不够的学生，更是让他们觉得温暖，倍感兴奋：原来自己也并不是一个被遗忘的角落，自己在教师的心中也不是可有可无的，老师还是注视和关心着自己。同时我向家长们提出，让孩子暑假期间践行弟子规，懂得孝敬父母，帮父母做事，听父母的话。家长们都说这主意好，孩子平日都能把弟子规背得很熟。家长正好可以利用暑假让孩子在家孝敬父母，学习并发扬《弟子规》的精神，养成好的生活和学习工作习惯。家长们都欣然接受。

暑假工作总结篇六

暑期和往年一样如期而至，面对两个多月的空闲时间，我并没有显得不知所措，相反的我在假期来临前就已经做好了打算。想到假期过后就要进入大三了，心中不免会对未来进入社会和就业产生危机感，所以进行暑期社会实践显得十分重

要。

今年暑期我计划到一个现代化的、生活节奏快的城市找实习工作，于是我将目标定在了上海。上海对于我来说其实并不陌生，因为我的小学时光是在这里度过的。即使如此，上次来上海与此次来已然相距有六七年的时间了，不禁感叹作为国际大都市的上海变化可谓日新月异。当然，我要记住此次来到上海是有目的的，我要找到工作在这里实习两个月。

利用这宝贵的暑期时间在自己的专业得到一些实习锻炼，于是在上海中宇金业实习了半个多月后我就请辞了。在此期间我的收获是丰厚的，对于金融、投资、理财等方面都有了一些了解，这显然是一笔重要的人生财富。

在这之后，我最具内涵的暑期实习工作才算真正开始了。在家人的介绍和安排下，我走进了上海宝钢集团旗下的宝信软件公司进行实习，作为一家国企上市企业宝信软件给我的第一感觉就是正规专业有实力。而后我很高兴能被安排在电气工程部门，因为这样我就可以学有所用。作为一名短期实习生，刚开始，主任将我安排到了办公室让我感受企业的文化氛围与熟悉工作流程。刚进去的几天我大多时间都是在办公室看一些电气方面的书籍，还有上网阅览一些关于电气类的期刊文献。偶尔师傅会带我到操作车间实地的看一些电气设备（如pcc□mcc□plc之类的），并跟我讲解一些专业的操作知识，还会领着我熟悉车间的整个工作流程，第一个星期我大多数的时间都是在观看学习并没有动手去做什么。

我能感受到理论与实际操作之间还是有很大的差异的，动手操作需要很大的耐心和不怕累、肯吃苦的精神。尽管车间里空调的温度已经打的很低，但每次操作完成时都会发现工作服都汗湿了，所以国企工作也没有我以前想象的那样轻松。在实习的后半段时间里，随着我对操作过程的日渐熟练，我也可以独立的完成一些设备的调试工作了。能够接触到不同的电气设备让我感到很兴奋，所以我的工作积极性一直很高，

我每天都能感觉到自己在成长、在进步、在收获。

然而时间却如一支离弦的箭，走得太快以至于我还没有察觉时，暑期就已经濒临结束了。在宝信实习了仅一个月的时候我就不得不请辞了，对此我感到非常的不舍。我非常的感谢他们能给我这么好的实习机会，让我能够对自己所学习的专业进行深层次的了解，也能对自己以后的学习和工作产生极大的帮助。

现在暑期已经结束了，当我静下心的坐在这里写下这份总结材料时，我觉得是那样的充实快乐。

XXX

电气103班 2012年

作为一名大学生，不仅要学好专业知识，社会知识也是必不可少的。因此，每年一度的暑期社会实践便成了我们学习社会知识的一个很好的机会。在社会实践中，主要可以学习一些人际交往、处人处事以及做事应变、执行力上的知识与能力。

在本暑假中，为了能够得到更多的锻炼，学习更多的社会知识，也响应院校的号召积极的参与了社会实践的大军之中。虽然没有别人参与的那么与自己的专业对口，也没有那么的轻松实践活动。只是在一家农家乐做杂工。每天8：30上班，中午一点半下班，再到下午的4点上班，晚上8点半下班。每天早上到饭店后首先打扫卫生，包括摆餐具、扫地、拖地、打开水等等。到10:00吃饭，吃完饭收拾好后开始站岗，迎客。“欢迎光临”“请问几号包厢”“请问几位”“这边请”之类的话开始在菜馆里四处飞扬。加茶、拿饮料、倒酒、上菜、打饭紧接着而来，完全可以让你忙得焦头烂额。特别是当你一个人看几个桌子时，若几桌人同时叫服务员，你会觉得特别痛苦，然后就是忙上忙下，跑进跑出。让你再一次明白什

么才叫真正的“供不应求”，是呀，这里的服务员真的不多了，所以在职的便特别辛苦。

“您请慢走”“欢迎下次再来”“请带好随身物品”送走了一批客人，然后收拾残局。到一点半后如果没有客人就可以回家休息了。下午4:00准时上班，吃完员工餐，开始做准备工作。做好准备工作后又开始重复上午的工作，站门、迎客、送客、收拾，到8点半下班。但值班人员要等所有的顾客走完，才可以离开。

这就是我们服务员一天的工作行程，不是夸张，是事实，特别是有时遇到故意刁难或是蛮不讲理的顾客，你这一天过得更是“凄惨”：一，你不能得罪顾客，因为他是上帝；二，你不能坏菜馆的声誉，因为你还想在那里工作下去；三，所有的错都是服务员的错，即使那错是因为别人而犯或是本身就是别人犯的，只要关系到顾客，你就得认栽；四，做的好，没奖；犯点小错，就要罚！ 罚！

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。”我现在才深刻体会到这句话的含义，在现实中课本上学的理论知识用到得很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯，很多东西都不懂，幸好有同事的耐心帮助、老板老板娘的耐心教诲，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，更重要的就是使我在待人接物，如何处理人际关系等方面有了很大的进步。

社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

现在我知道了，只顾着学习是没用的，有用的是要学以致用，理论和实践相结合，这样我们学到的才会更多，实践可以让我们事半功倍，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高。

1、在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前的我并不善于与人沟通特别是初次见面的人场，通过这次的实践我这方面的能力有了河大的提高。人都要学会融入社会这个团体中，人与人之间齐心协力，才能使做事的过程更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要认真听取，虚心地接受。

2、在工作上要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出的肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，一切就变得容易解决了。

必须学会相关方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

面。

一、实践安排

(一)、时间：2015.07.01—2015.08.20

(二)、地点：中国上海市虹口区万安路

(三)、方式：在85度c万安店做饮料位服务员 二、课题目录

(三)、实践历程

(四)、公司发展历程与方向

(五)、自我检查与感悟

三、实践历程

转眼之间，暑假到了，我想总要做点事，不能让这个暑假被我白白浪费掉。于是就去了我梦想的城市——上海，找一份工作来充实自己。我有一个梦想——做一名美食家，所以向着餐饮方面的工作需找，恰好上海万安店85度c在招聘店员，于是就我去应聘了，很幸运被选上了。

煮茶（红茶、绿茶、奶茶、珍珠等）以及煮茶区、面包去、外场（客人就餐的地方）的卫生。还有点心师傅，面包师傅等职位，但不是直接面向招聘的，要经过考核才能胜任。

我被经理分在了饮料位，由倪俊带训员和凌云带训员教我。

开始以为做饮料并不难（因为有现成制作方法），在两位带训员指导下开始了上班生活。刚开始他们先教我将他们做好的饮料出单（餐），将饮料拿到饮料出单（餐）台，按客人的买单号码大声的喊出，让宾客拿着饮料单来取。当人流高峰过去后，带训员开始教我做饮料了。

第一杯饮料——大杯一颗柠檬（正常） 取一只700cc的饮料杯 取一颗柠檬放入杯中用木杵将其捣出汁，接着加冰至杯子的9分线，再加20cc的果糖，最后倒入煮好的红茶用封膜机封膜，将杯子倒置摇晃10-15下即可出单（餐）。做完后立即整理饮料区物品和打扫卫生。经理告诉我，饮料区最重要的是卫生，只要有一点空闲时间就要把卫生做好，要保持到饮料区每时每刻都要干净整洁。

在店里的每一位店员都要会四句话“咖啡现磨超好喝，新鲜面包出炉，新鲜蛋糕上市，欢迎光临85度c”这四句话每位员工都要熟记于心。

在这里我遇到我认为比较难做的一种饮料，做错了好多次，被带训员和经理训过多次。芒果酸奶（正常）：取一只500cc

的饮料杯，冰至9分线，加入15cc果糖，加入50cc绿茶，再加入一大平勺芒果果露，然后用500cc的量杯量取50cc的热水向其中加入一小勺咖啡奶精粉并搅匀倒入饮料杯中，再加入50cc原味酸奶，若饮料杯未满用绿茶加满，最后封膜摇均出单（餐）。

在刚刚开始的前5天里做得很不好，一直有饮料做错——放错了糖、加错了冰、水的多少、混乱了做工顺序、遗漏了清理地点。几位师傅不断在提醒，不断在示范，有时经理亲自教学，但效果仍不好，我自己都感到了深深的羞愧。第六天我请了假，回家将要在饮料区做的事一遍又遍的在脑海中演示，一遍一遍背着工作流程，第七天我再次来到了店里，发现原来多次多错的饮料也不过如此，虽然做的不快但很少犯错了。这件事让我知道，一份工作并不是那么容就可以做好的，想要得到回报就要付出努力。在做每一件事的时候都要用心去做，我前6天所取得的成果，也许在2-3天就可以完成。

在这不短不长的50天里，我学到了很多。在经理和几位师傅的指导下我感觉到了我的成长，我不再是一个一直躲在父母羽翼下的雏鹰，我正在展开我的翅膀尝试飞翔。那飘着白云蔚蓝的天空才是我的世界，我的翅膀在逐渐变得健壮而有力，我努力让我自己飞出一片天空。

四、公司发展历程与方向

85度c台湾时尚餐饮公司

的精神，也期待消费者到85

度c消费都能感受到品牌所

带给的甜蜜幸福感动。

五年前创办人吴政学

以开设茶坊起家，至今85

度c已经超过星巴克成为全

台最大的咖啡连锁店；目前

台湾共有340多家分店，并

且正扩展到大陆、澳洲及美

国。为了寻找品质良好的咖啡豆，他先找到星巴克2004年最受欢迎咖啡豆在瓜地马拉的供应商，并说服供应商提供所有的阿拉比卡咖啡豆。他同时聘请五星级饭店的主厨来制卡咖啡豆。他同时聘请五星级饭店的主厨来制出美味的饮品及甜点，并以比低於新星巴克一半的价格销售[1]。

85度c成立之初便是希望以五星级的产品、平价化的价格，普及世界各角落，用高级的原料与技术，呈现出精美、平价的 商品，让人人都能享有五星级的待遇与五星级的感受。

2004年创立85度c[®]是一家以咖啡蛋糕、蛋糕烘培为主的专卖店，其中“凯撒大帝”面包是其招牌。现在，85度c从零开始做到台湾地区340多家门店，全年营业收入逾15亿元人民币的连锁企业，超越了在台湾地区有200多家门店的星巴克。

85度c现在已经开店国家和地区有中国台湾地区，中国北京、上海、天津，杭州，福州，南京，苏州，常州，宁波，无锡，美国，澳洲。

消费经济实惠无负担：注重食材的挑选，坚持选择最好的，价钱方面，比较平民。 最合乎大众口味的茶饮：茶饮方面，以梅子绿为例，采用最具本土特色的南投梅子，经过腌制而成，绝对合乎大众口味。

合乎市场主流经营趋势：满足消费者需求，兼顾美味以及健康的趋势。

最具特色的经营模式：二四小时经营模式，更可满足消费者各类的需求。

不足之处：

85度c在大陆地区市场非常微小，仅仅在北京、上海、南京、无锡、常州、苏州、杭州等地有分店，且经营战略尚未展开。

分布在上海苏州两地，原因是那里的台商比较多。

另外，在咖啡的品味和价格上，85度c做的不错。貌似在蛋糕上，价格稍微贵了些。85度c已经2015年11月在台湾上市，届时将把中国大陆、中国台湾、美国、澳大利亚等国家和地区的连锁店都打包在一起上市。目前，85度c开始了雄心勃勃的大陆发展计划，并与多家国际知名风险投资机构接触，拟以约10%的股权作价引入资本。

五、自我检查与感悟

这份工给了我很多感触，首先我应该批评自己。刚开始工作，不懂得脚踏实地，想投机取巧，不仅仅浪费了自己的时间，而且辜负了经理的期望和给店里造成了不必要的损失。做事要用心，做人要严谨谦虚。后面我给自己一点小小的鼓励，因为在后期我得到了全店认可，可以一个人在饮料位上独当一面了。