

实训报告的和 实训报告总结(优质10篇)

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

实训报告的和篇一

我是学设计的，在书本上学过很多套经典设计方法，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，也许等到真正成为一个美工时，才会体会到难度有多大；我们在教师那里或书本上看到过很多精彩的设计案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自我本事的欠缺和知识的匮乏。实习这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是期望自我在工作中积累各方面的经验，为将来成为一名称职的美工做准备。

在实习期间，我认真的听从前辈的意见，虚心的像他们学习，不懂的地方就进取的去解决。性格比较开朗的我，能很好的跟同事沟通相处，培养了我良好的团队精神。

这段时间学到了不少学校里没有教的东西，感觉很不一样。也许这就是社会吧。给我感触最深的还是认真的态度。不管做什么事都要认真对待，否则一不细心就会出错。因为我马马虎虎的毛病，老是做错。也许此刻的错误看起来很小。可是如果不能改掉这个毛病的话，以后可能会给公司带来很大的损失。所以每一天都得自我总结一下，做了什么，做好了什么，还有什么缺憾。必须尽快改掉这样的习惯，做好一个社会工作者。

此刻的社会高速发展，竞争激烈程度不言而喻，而正是有了这样的竞争，优胜劣汰，适者生存，因为挑战所以存在，我相

信自我的实力，在未来的道理上创出自我的天空！

20-年七月我第一次真正的踏上社会，开始了两个月的工作实习体验生涯。时间不长，体会甚多。明白了那句读万里书，不如行万里路的深刻体会，也许在此时此刻的我，真实的将实习当做工作了吧。

本次实习的目的在于经过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自我的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的本事等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作本事，以便提高自我的实践本事和综合素质，期望能帮忙自我以后更加顺利地融入社会，投入到自我的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习本事和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务本事。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，经过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自我的适应本事、组织本事、协调本事和分析解决实际问题的本事。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自我在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，并且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学

生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的本事：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的！紧张的两个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每一天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自我的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事职责，凡事得谨慎细心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这两个月来，自我的工作情景，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。所以，更要及时强化自我的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自我还必须程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

作为一名销售人员，我们的首要目标就是架起一坐连接我们的商品与顾客的桥梁。为公司创造商业效绩。在这个方向的指导下，怎样用销售的技巧与语言来打动顾客的心，激发起购买欲望，就显得尤为重要。所以，在以后的销售工作中，我必须努力提高强化说服顾客，打动其购买心理的技巧。同时做到理论与实践相结合，不断为下一阶段工作积累宝贵经验。

其次，注意自我销售工作中的细节，谨记销售理论中顾客就是上帝这一至理名言。用自我真诚的微笑，清晰的语言，细致的推介，体贴的服务去征服和打动消费者的心。让所有来

到我们店的顾客都乘兴而来，满意而去。树立起我店工作人员的优质精神风貌，更树立起我们优质服务品牌。

再次，要深化自我的工作业务。熟悉每一款化妆品的货号，大小，颜色，价位。做到烂熟于心。学会应对不一样的顾客，采用不一样的推介技巧。力争让每一位顾客都能买到自我称心如意的商品，更力争增加销售数量，提高销售业绩。

最终，端正好自我心态。其心态的调整使我更加明白，不论做任何事，务必竭尽全力。这种精神的有无，能够决定一个人日后事业上的成功或失败，而我们的销售工作中更是如此。如果一个人领悟了经过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他就掌握了到达成功的原理。倘若能处处以主动，努力的精神来工作，那么无论在怎样的销售岗位上都很难有所建树。

实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。经过这次的实习，我对自我的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有必须距离的，并且需要进一步的再学习。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的二个月实习，我将受益终生。经过此次实习，不仅仅培养了我的实际动手本事，增加了实际的操作经验，缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离，对实际的工作的有了一个新的开始。实习是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实训报告的和篇二

在此次实习中，工作量比较大的应该是“xx部综合管理组管理人员工时调查”这个项目，这个项目我大概用了两个星期的时间去调查工时。我一开始并不认为这是一件很难做的事，

但事实并非如此，其中最难的一点是沟通问题，充分而有效的沟通在这个项目中显得特别重要，在听取了我校领导的一些指导性建议后，最终我还是拿到了自己想要的数据。

(1) 实习时间□xx□

(2) 实习地点□xx储运有限公司xx物流业务部。

(3) 实习性质：毕业实习。

xx有限公司是xx地区物流行业具有一定影响力的中日合资企业。公司于xx年xx月在xx注册经营，现有员工总数超过xx人。xx有限公司目前合资方及股比为□xx汽车集团商贸有限公司□xx%□□xx市xx实业发展有限公司□xx%□□xx捆包运输xx□xx%□□xx公司的物流配套公司□□xx株式会社□xx%□和xx运输株式会社□xx%□□

公司以汽车、摩托车工业为产业主体，以综合物流配送服务为经营主线，吸收和导入日本先进物流配送技术，以工业采购物流、生产物流、销售物流为主业经营，是一家综合实力雄厚，面向广大工业企业的物流配套公司。

公司目前的主要客户有□xx汽车有限公司□xx□xx□有限公司□xx□xx□汽车有限公司等。

企业宗旨：管理一流、技术一流、生产一流、服务一流，以低成本、高质效的综合物流模式，成为链接生产、销售与消费关系的纽带，为促进社会生产发展作出不懈努力。

实习期间，我在xx储运有限公司xx物流业务部业务管理科工作□xx物流业务部主要从事xx摩托□xx□有限公司的综合物流配送服务为经营主线；该部门共分为五个科室：业务管理科、捆包科、运送科、成品物流科和物流中心。我被安排在业务

管理科，该科室有部长助理（兼科长□xx名，系长xx名，组长xx人。

（1）了解过程。

一个期待已久的日子终于到来了□xx年xx月xx日，我很荣幸能加入xx公司，来到这里实习，心理充满了自信，希望自己有一天能留在xx□发挥自己的聪明才智，为公司出力，作贡献。

xx物流业务部实习的第一天，早上xx点xx分我们就到了业务管理科那里报到，然后我被分到了业务管理组，可能是第一天来到xx部，一开始有点不知所措，有些时候真的不知道做什么好。下班后，虽然觉得比较累，但还是蛮高兴的，因为我可以自己出来工作了，不再完全是学生身份，已经是半个社会人了。

实习的第二天，我的心情和今天的天气一样，很开心，也很明朗。还记得上一次过来xx部参观的时候，从进入厂区后，我对这里的人、事和物都很感兴趣（这里的人和物跟外面的有很明显的“区别”），这里的生产现场从始至终都贯穿着5s□整理、整顿、清扫、清洁和素养），从生产厂房到厂区干道，宿舍到饭堂，都很卫生，一切都井然有序，员工都很有礼貌，生活习惯也很好，饭堂里你不会看到插队打饭的人，餐桌上也很卫生，不会把吃剩的饭菜乱丢在餐桌上。

今天早上，我们组组长带我去了生产现场，了解采购系和仕样系的一些基本操作和基本流程，从采购回来的物流包装，如托盘（木制或铁制）到检验入库，保管等，托盘库存量一般为一个工作日的托盘用量；另外，在成品科那里，从xx的组装到成品车包装，有条不紊地进行着，分工明细，让我见到了先进的生产组装技术和捆包技术等。

第一个星期来到这里，我对公司周边的环境还是比较陌生。

（2）摸索过程。

经过一个星期的磨合，我对xx物流业务部门各科室的管理人员和周边环境都有了一定的了解。很记得第一个星期我所做的工作都是比较琐碎的，比如会议室的物品摆放、投影仪调设、帮同事带东西上a2或去周转区等，我很明白系长这样做的目的是让我快点熟悉xx物流业务部的环境，以便交任务给我。

在第二个星期，系长开始让我跟潘衡学习下如何制作后勤需求表和订加班车票，我觉得很快，这两件工作，我听了他讲了一篇然后记下操作的步骤，回到宿舍再看上几个小时，我就学会了。后来我发现了后勤需求表存在一些问题，excle表格太复杂，经过我的一番修改后，变得更加简洁，这让我们能更好地为其他科室服务。

第四个星期我和xx组织了一场部级篮球比赛，更让我认识了很多其他科室的同事，加深了我和他们的感情，这为我以后开展工作奠定了基础。

（3）实际作战。

不知不觉，实习已经过了一个月，我对xx个科室的基本运作流程一个较详细的了解对管理层人员都较熟悉了，系长这个星期安排了一个特别的项目给我——xx物流业务部综合管理组人员的工时调查。这是一个很特别的项目，有一定的保密性工作。系长在这个项目里给了我很多建议：比如项目推进的方法及如何进行可行性分析等。

做这个调查项目的时候，经常会出现一些问题，会遇到大大小小的困难，比如人家提供给我的工时不真实，或工时无法统计，或统计单位不一致等，这些都是小问题，我都能自己解决；但是让我头疼的是，有些管理人员不怎么配合我的工

作，也许是沟通方面还存在一些问题吧，这让人家很担心自己的工时不饱和，可能会被公司“炒鱿鱼”，其实他们这方面的担心是多余的，我们做这个调的目的并不是想辞退某些员工。

后来科长给了一些沟通方面的建议，这让我工作开展起来顺利了很多，我奔走于各个科室的办公室，象只辛勤的小蜜蜂，整天飞来飞去，跟综合管理组的人慢慢也熟悉了，他们不再象一开始那样拒绝我了，开始很积极回应我的提问，经过两个星期的奔波，最终我拿到了我要的数据。

拿到工时调查的数据后，我开始对数据进行分析，主要是对综合管理组人员进行纵向比较和横向比较：每个人的工时，除去午饭时间和小休时间（共xx分钟），对每个管理人员作出一个饼图（工时是否饱和）；再对每个管理组人员从不同科室作对比，同一样工作为什么所耗的工时不相同。最后作出决策，制作出ppt对各科室提出若干建议，比如把iso工作交给安全员，合并某些人的工作，增加某些人的工时等。

这个项目一共花了三个星期的时间去做，虽然用时比较长，但还是得到了系长的肯定。通过这两个月的实习，我发现自己还有很多的不足的地方，需要改正，还有很多技能需要自己去学习，以适应以后的工作和生活。

逝者如斯夫，不舍昼夜。不知不觉来到xx业务部实习已经接近两个月了，回首这段实习生活，我有渴望、有追求、有成功也有失败，我孜孜不倦，不断地挑战自我，充实自己；拓宽了自己的知识面，学习到了很多课堂以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。

作为刚到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面情况的了解都是比较陌生的，呈现在眼前的一幕幕有时难免有些茫然。一开始我对公司的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是了解，

通过公司的一些安全培训以及听组长的介绍，我对公司环境比较熟悉了。

自从对公司环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每天按时上班，系长或组长给我分配工作任务。另外在工作中，我遇到一些小的问题和困难时，先自己尝试着去解决，实在解决不了的，再向科室领导反映情况，请求他们帮助解决。在他们的帮助下，出现的问题很快就被解决了，我有时也学着运用他们的方法与技巧去处理些稍简单的问题，慢慢提高自己解决处理问题的能力。这样从而让我在工作时的自信心不断增强，对工作的积极性也有所提高。

通过此次实习，我学会了运用所学知识解决处理简单问题的方法与技巧，用得比较多的是excel(制作损益会资料)，也学会了与同事相处沟通的有效方法途径，积累了处理有关人际关系问题的经验方法。同时我感受到了社会工作的艰苦性。这让我在社会中磨练了下自己，也锻炼了下意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能。积累了社会工作的简单经验，为以后七月份继续留在xx工作打下了一点基础。

最后，非常感谢xx业务部业务管理科给了我这个难得实习的机会，让我接触了很多学校书本知识外的东西，也让我增长了见识。感谢我所在部门的所有同事，是你们的帮助让我能在这么快的时间内掌握工作技能，感谢业务管理科的领导们，帮助我解决处理相关问题，包容我的错误，让我不断进步。

实训报告的和篇三

实训是教学过程的重要组成部分，是使学生获取生产、经营实际知识和技能，巩固和加深对理论知识的理解，培养与提高能力的重要实践环节。通过本次实训，学生将进一步加深对计算机理论知识的理解，进一步熟悉计算机文员的相关

运作过程，为学生毕业后的实际工作打下良好基础。

一、实训过程

第一天，我们全班同学都准备文字录入的考核而努力练习打字。这一天，我基本都对着电脑练习五笔打字。上午四节课下来，我的打字速度由慢到快，由快到慢，练到最后，我只能机械地敲打键盘。到下午上课时间，我走到实训室的门口就头晕。正式进行文字录入的时候，我的手因为长时间的练字已经僵硬了，加上紧张，我发觉我敲打键盘的手像机器人的手一样，不受控制。值得我庆幸的是，两次的考核成绩都还算正常发挥。不过跟专业要求相比较，我的打字速度还没有过关。

第二天，我们正式小组为单位，在组长的领导下，我们组内成员按照实训要求，分工合作，写会议文稿。我的主要任务是负责写演讲稿，虽然以前也接触过言讲稿，但轮到自己亲自动笔写，还真有点不知所措。那天，电脑网速超慢，根本无法上网，也因此，我没有演讲稿的参考样本，我只能照着书本里提供的资料，边想内容边打字，打字速度不够快影响了工作进度。由于平时对各类文种掌握得不够透彻，在写作过程中，时常遇到写作格式不规范，写作内容不切实际等问题。我深刻体会到了利用计算机写作平台熟练地完成规定文种的写作任务，切实提高秘书写作技能和计算机操作能力的重要性。

第三天，我一走到实训室的门口就头晕得厉害，不过还是强迫自己进了实训室。今天我们仍旧是分工合作写会议文稿。这一天，我照旧对着电脑坐了6个课时。走出实训室的门口，我忽然发觉我对实训室不再有反感了，我已经适应了长时间坐在电脑面前，也初步适应了边想文件内容边打字这种工作方式，这对我以后从事秘书工作打下了一定的基础。晚上我们在教室里观看了成教班会议演示的tv□

第四天，我们到模拟办公室进行会议演示。上午观看其他小组的现场会议演示后，我们组重新分配了小组成员的演示角色，我的角色是扮演华夏公司的采购部经理。我于是利用午休时间收集了一些相关资料，重新写了一份发言稿。但是，令我很失望的是，整个会议过程，我组每个成员都发表了演讲，唯独我没有发言的机会。事后，我深刻地体会到了团队精神和合作能力的重要性，秘书要参与许多实际项目，需要收集信息，需要配合团队工作，团队合作能力是秘书必备的关键能力。缺乏交流，缺乏合作，那么个人再怎么努力，也是于事无补的。

第五天，这是我们实训的最后一天，我们先是在实训室写晚会策划，接着在实训室进行了秘书实务技能实训总结报告会。这次报告会由班长主持，各个小组长发表了各组的总结报告，徐__和余__两位指导老师发表了对本次实训的讲话，给我们此次的实训提出了宝贵的意见。

二、实训总结

这次实训虽然是我们的第一次，不过同学们表现不错，由此看来，我们在进入大学的这一年里或多或少学到了一些专业的东西，只是自己感觉不到而已。对于所学专业，我们不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己学习。

我把本次为期一周的秘书实训看作是“理论与实践相结合的桥梁”。通过这周的实训和学习，我知道了此次实训的目的，也清楚目前自己的不足，那就是缺乏相应的知识与经验，对所学的专业知识不能够很好地运用于实践操作。但是我也有许多收获，在这次实训中，我第一次体会到秘书工作是什么样子的，也发现了很多不曾注意到的细节，在实训会议的演示过程中，我对作为一名秘书人员应该注意的接待礼仪和穿着服饰也有了更多的了解。把职业能力训练与职业素质的训导有机结合起来。相信这对我接下来学习秘书专业知识会起到很有帮助，在接下来的两年里，我会以作为一名工作

者的身份在这几个方面要求自己，严格自我，向专业秘书人员靠近。同时这也让我提前体会了企业的开会议式。

本次实训，我最深的感觉就是累，我想这就是秘书人员的工作。我也体会到秘书成功地写出一篇文章，成功地完成一个任务的那种兴奋，那种小有成就的感觉是只有置身其中的人才能体会的。

总之，这次实训为我提供了与众不同的学习方法和学习体会，从书本中面对现实，为我将来走上社会打下了扎实的基础。从实践操作中，我总结出一些属于自己的实践经验，社会是不会要一个一无是处的人的。作为在校秘书专业的大专生，现在我能做的就是吸取知识，提高自身的综合素质，提高自己的表达能力、写作能力和合作能力，自己有了能力，到时候才会是“车到山前必有路”。我相信在不久的未来，会有属于我自己的一片天空！

实训报告的和篇四

要用最简练的语言反映实训的内容。如验证某程序、定律、算法，可写成“验证×××”；分析×××。

(二) 所属课程名称

(三) 学生姓名、学号、合作者及指导教师

(四) 实训日期和地点（年、月、日）

(五) 实训目的

目的要明确，在理论上验证定理、公式、算法，并使实验者获得深刻和系统的理解，在实践上，掌握使用实验设备的技能技巧和程序的调试方法。一般需说明是验证型实验还是设计型实验，是创新型实验还是综合型实验。

(六) 实训原理

述实训相关的主要原理。

(七) 实训内容

这是实训报告极其重要的内容。要抓住重点，可以从理论和实践两个方面考虑。这部分要写明依据何种原理、定律算法、或操作方法进行实验。详细理论计算过程。

(八) 实训环境和器材

实训用的软硬件环境（配置和器材）。

(九) 实验步骤

只写主要操作步骤，不要照抄实习指导，要简明扼要。还应该画出实验流程图（实验装置的结构示意图），再配以相应的文字说明，这样既可以节省许多文字说明，又能使实验报告简明扼要，清楚明白。

(十) 实验结果

实验现象的描述，实验数据的处理等。原始资料应附在本次实验主要操作者的实验报告上，同组的合作者要复制原始资料。

对于实训结果的表述，一般有三种方法：

1. 文字叙述：根据实训目的将原始资料系统化、条理化，用准确的专业术语客观地描述实验现象和结果，要有时间顺序以及各项指标在时间上的关系。
2. 图表：用表格或坐标图的方式使实验结果突出、清晰，便于相互比较，尤其适合于分组较多，且各组观察指标一致的

实验，使组间异同一目了然。每一图表应有表目和计量单位，应说明一定的中心问题。

3. 曲线图

常见的曲线图

应用记录仪器描记出的曲线图，这些指标的变化趋势形象生动、直观明了。

在实训报告中，可任选其中一种或几种方法并用，以获得最佳效果。

(十一) 实训总结

实训总结是对实训所能验证的概念、原则或理论，以及实训过程的简明总结，也可以对本次实训提出一些问题或建议等。

实训报告的和篇五

总的来说本次实习的主要目的可以分为四块：(1)、了解了般民用建筑施工前的准备工作和整个施工过程；(2)理论联系实际，巩固和深入理解了已学的理论知识(如测量、建筑材料、建筑学、建筑结构等)，并为后续课程的学习积累感性知识和初步的认识；(3)、通过亲身参观施工实践，培养了分析问题和解决问题的独立工作能力，为将来参加工作打下基础；(4)、通过亲身观察施工现场的工作和劳动，向老师和工地工作人员学习请教，了解房屋施工的基本生产中的生产技术技能。

二、实习内容

1、看图识图：我们看图的图纸的项目为萧山恒逸金桐湾24号楼，架空一层为自行车库，地上六层，结构总高度18.150米，建筑表面积为3815.97平方米，总体积为8586.29米。其为结

构等级二级，耐火等级二级的民用建筑物，设计使用期限50年。图纸主要包括他的结构图，单体图，单体大详图和节能专篇及设计说明。

2、工地参观学习：本次工地实习主要参观的是宋都阳光国际和校医院。宋都阳光国际位于城市东部杭州发展潜力的区域及钱江新城二期东扩地带江干区九堡南片区，地块北临杨公路，西接圆梦园别墅区，东为规划房产项目，南面钱塘江，沿江面视线非常好，具有极佳的一线江景资源。宋都阳光国际总体定位高端，整体设计融人文环境和自然生态于一体，通过完善的配套、便捷的交通、超前的生活理念打造一个集亲水性、园林化、生态式、标志性的滨江高品质生活高尚住宅区。而校医院也是我们学校最近在建的一个新工程，由浙江省省直建筑设计院负责设计，由浙江建安实业集团股份有限公司负责施工，将在今年的10月份左右完工。

本次参与实习的是我们大三工程管理专业的，专业知识和各方面的阅历并不丰富，所以这次的实习对我们来说更重要的是一个向别人学习的机会。在本次为期一个月的实习过程中，不仅学到许多书上没涉及到的知识，还了解了本专业以后所要工作的内容，以及我们应该注意的知识的积累和加深，这才是同学们的收获。实习是我们接触社会的试脚石，是我们在大学学习中不可或缺的一个环节。这十天的实习并没有浪费。我们从一个仅仅对课本有所了解到理论结合实际，对工程施工的流程有了大致的了解，对工作人员施工条件的艰苦有了深刻的体会。而去了工地也发现了许多不足。从开始，脑子中想把自己学的理论知识与现实结合起来可怎么也办不到。连基本的知识都搞混了。于是，在实习的过程中，从零开始，不懂就问，不明白就接着问。实习的许多时间都是在看图纸的过程中度过的，通过对图纸的多看，能够多了解一下这个工程的内容以及对看图纸这项本领的掌握。而去工地参观的过程中，也发现了许多自身存在的问题，无法把学到的东西充分的应用到实际。通过逐渐的接触，终于了解了许多建筑方面的基础知识。比如为什么打桩要在开挖之前1，

先开挖的话，要开挖的面积要比后开挖大的多，因为打桩机开下去需要坡度，停放打桩机也需要位置，经济上不划算；2，先开挖的话，所需要的防水工程量大，一下雨就要做好大量的防水和排水工程，即麻烦又不经济。在这实习的过程中，也让我们了解到怎么样才能更好的跟别人打交道。工地的工作人员很关心晚辈，从一开始就提醒我们工地上要注意的安全问题，然后询问我们自己所想了解 and 欠缺的东西，接着就在之后的参观中经指出那些是实际中需要特别注意的问题，让同学们也感觉到了以前学校里平时理论学习中基本不太重视，比较忽视却其实很重要的东西。通过一段时间的实习工作与学习，我们学到了很多，同时认识到自身的不足和今后努力的方向，取得了长足的进步。那些工作人员身上也有好多优点，这些优点都值得他们学习。同时他们对待工作的认真仔细、严谨的工作态度也让同学们对他们充满了敬佩，从他们身上学到了许多宝贵的东西。

三、实习感受与心得体会

俗语说：纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的。当今大学教育是以理论为主，能有机会走进工地实习，对我来说是受益非浅的。实习不仅为我们今后在工作上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。经过这次实习工作的经验，才发现大学学习生活相对轻松太多了。实习期间规律很多，每天早上8点半就要集合，突然发现这样规律的生活其实很好，实习不仅让同学们学到了很多，间接性的也养成了一个规律的生活习惯。对于在实习中还存在的不足，很明显的就是自身知识的局限性，本以为几年的学习已经掌握了很多，其实在实际应用中才发现自己的能力是那么的捉襟见肘。所以，在进一步的实习提高中，还需要加强自身知识的扩充和项目现场的经验。通过这次实习，同学们才渐渐明白理论与实践相结合才能有所作为的道理。以前在学校里学的都是理论知识，只知道纸上谈兵，而真正去做的时候就不知所措了。就像课程设计一样，虽然很多学过了，但是没有了模板，我们

做的就不是很理想，模板就像实践，虽然理论知识同学们已经具备了，但缺了模板，那么做每件事都不会顺心顺意，总会碰到钉子。然而实践好成绩不是那么容易取得的，这需要时间的积累，丰富的经验是在不断的工作中培养出来的。

实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。这次次实习让同学们深刻体会到读书固然是增长知识开阔眼界的途径，但是多一些实践，徜徉于实践当中接触实际的工作，触摸一下社会的脉搏，给自己定个位，也是一种绝好的提高自身综合素质的选择。在以后的学习当中，我们更应该重视实践，为我们以后的学习，更是为我们将来的工作打好坚实的基础。

实训报告的和篇六

刚得知要进行成本会计实训，我自己一点概念都没有，直到我们去上课时，老师教会我们如何去操作软件，然后就让我们自己进行操作。刚开始操作的时候超晕的，不知道该怎么计算，该怎么填制，弄了一个早上也才弄了三四个分配表。到了下午，看着别的同学做的那么快，想着直接看别人的答案算了。那时老师告诉我们要自己做，即使速度很慢，你自己搞懂一题算一题，你自己懂了就是你自己的，没必要去抄答案！听到老师这样说，我告诉自己自己要自己完成这次的实训。

经过这一周的实训，让我真正体会到成本会计工作的收获体会。课堂上我们有题目本身提供给我们做习题的各种成文的资料，根本不知道取得原始凭证的流程以及在取得过程的艰辛。而在模拟的课程实习中，我们根据教学软件提供的背景资料或其他会计资料来发现数据的来源，并得不厌其烦的进

行多次的填写某些数据，才能编制成一张完整正确的费用汇总表。然而正是由于体验到了成本会计工作的各种繁琐的细节，我才在此次的课程实习中才收获了不少的东西。

虽然我们己经学习了不少的会计专业课程，或者说课堂上的知识也掌握的挺不错的，但是实务毕竟是实务，让你一下子就去接触实务的各种资料，你肯定是跟无头的苍蝇到处乱撞。这次会计实验室的建成对我来说提供了一个很好的实践平台。在实习过程中也让我不断复习以前所学的知识点。

当然成本会计的知识并不是会计实习收获与体会存在的，还与基础会计、财务会计等紧密联系，在材料费用的归集和分配过程中，本软件提供的厦门明光机械厂进行外购材料的经济业务，填制的记账凭证时我采用借记“物资采购”这个科目，经同学的提醒，才求职简历范文财务会计中有关的知识点，即若要求要计划成本入账，采用借记“材料采购”的会计体会。

在实训中我也发现了自身存在着许多的不足。

实习过程中不够细心谨慎。做为未来会计人员的我们必须连一个小数点的差错都要弄明白，不能因为只是0.01的尾差而小视，有可能会引起成本试算平衡表不平衡。不过在刚开始的开设基本生产成本明细账和产品成本计算单时，我却忘了登记期初余额，导致返工现象的发生，想想要是能细心一点就不用做重复的工作了。最重要的在产品成本计算及费用的归集与分配的过程中我并没有按步骤实施，导致后面的工作进行的不顺利且经常进行返工现象。

缺乏独立思考的能力，过于频繁发问。由于并没有完全掌握成本会计的知识，加上有涉及到比较多的财务会计的内容，不懂的加上忘了的知识点，还有首次接触成本会计的软件，无法一下子把理论的知识与实务训练联系起来的缘故，导致我过于频繁的提问，浪费了同学的不少时间。虽然说最快捷

解决问题的办法是发问，但是如果一遇到问题就提问，自己缺乏思考的能力，只会产生过于依赖别人的心理，对自己的专业技能也只会形成阻碍。解决此类问题的瓶颈在于要熟练掌握专业知识，不仅增强自身的思考能力，还进一步提高专业技能。

总之，经过这一周的成本会计的实训，让我掌握了成本会计工作从理论到实践的转化过程；将会计专业理论知识与专业实践，很好的结合了起来，不仅增进了我们对企业实际工作以及运作情况的认识，也让我们看清自己在会计工作方面的优点和不足。相信这次实训会对我以后的学习产生很大的作用。

实训报告的和篇七

做为钳工通过几年的学习工作我感锻炼了我们感觉，提高了我的整体综合素质，使我们不但对钳工实习的重要意义有了深刻的认识，而且提高了我们的实践动手能力，使我们更好的将理论与实际相结合。

钳工，看似简单的工种，但是有着丰富的内涵，有着“车工是伟大的，钳工是万能”的说法。它不是简单的磨和锉，这只是基本功，它更可以锻炼我们的意志。任何一个小小的技术都是一门学问，都要经过不断的学习和细致的研究，看似简单的磨钻头，也是需要下苦功来研究的。要把钳工做好首先必须有足够的耐心，再有充足的体力，最后是要有灵活的头脑。因为钳工是以手工作为主要加工，劳动强度高，生产效率低，操作手艺要求较高的工种。他使用的工具简单，加工多样矫健，适应性强，能完成某些加工中不能或难以进行的工作，在当今加工业发达的时代，虽然落后也取代不了的工种。

钳工看似简单，但实训起来很枯燥，保持一个动作站就是一天，而且保持一个验动作，拉锯或推锉，这就要求像马一样的脚力，干一整天下来腰酸背痛，可能一件活都没干完，可

能还会有报废的可能，要不想有报废的可能就要做得很细心，就得反复的测量，反复验证。做到心细还是远远不够的，还要胆大干活，就像做工件，如果下料锯时不尽量留小余量，推锉时就费上一倍或几倍的时间和精力才能把工件做好，所以作为一名合格的钳工必须具备“胆大心细”。

一提到钳工许多人都会认为，没有什么用，什么时代了谁还会学那东西，又脏又累，还不如学数控`加工中心等；我刚开始学得时候弯着腰躬着背累得满头大汗，不时地手上还会出现一些红色的“图案”，想把料锯成一条直线竟然崩断好几条锯片，并且歪歪得不成样，不受自己控制，怎么端都端不平锉刀，往往都是一边高一边低，把一边锉下去，另一边尺寸又小了；好不容易都把尺寸搞好，表面粗糙度又不行了；回头看看自己的劳动成果，则感觉与自己的付出不成正比，就感觉越来越烦躁。经过师傅的讲解，才知道自己的加工的姿势和部位均有错误之处。经过调整以后才算慢慢进入了状态。但还是漏洞百出，一会儿忘记尺寸公差的控制，一会儿又忘记了平面度、垂直度的协调。最后经过师傅不停的指导和分析和自己的练习琢磨，把一个符合图纸要求的工件做出来时，感觉付出的汗水是值得的。

在科学日益发展的今天，企业之间的竞争就是人才的竞争，只有不断地培养技术人才，提高员工队伍的技术水平，才能更加适应当前企业的发展需要。

实训报告的和篇八

本次会计实习模拟训练共进行两周，从20__年12月19日至20__年12月31日，本次会计模拟主要以长春万隆股份有限公司所发生的经济业务为依据。本公司以1000万元人民币为注册资金，该公司生产两种产品即风机——100x和风机——200x□以其登入各种明细账，日记账，总账及财务分析报告。

一、实习目的及时间安排

（一）实习目的；

会计模拟实训的目的是培养学生的实践操作能力。会计综合模拟实训，能够使学生系统、全面地掌握企业会计核算的基本程序和方法，加强学生对会计基本理论的理解，将会计理论知识和会计实务工作有机地结合在一起。会计模拟实训的内容包括从账簿建立、原始凭证的填制与审核、记账凭证的编制到总账和明细账的登记，从日常会计核算、成本计算、期末结账到会计报表的编制，能使学生对所学会计知识进行一次综合检验，对培养职业意识、提高职业素质和工作能力具有重要意义。

（二）实习安排；

第一天，建明细账，总账，共2小时

第二天，登记记账凭证，及各种明细账，共用4小时

第三天，完成丁字帐，及登记各种总账，及明细账，共3小时

第四天，完成所有业务的经济业务的记账凭证，共2小时

第五天，完成丁字帐及明细账，总帐，并进行对账。

第六天，完成相应记录的结账，对账工作

第七天，编制资产负债表及利润表。

第八天，装订凭证

第九天，完成实习报告，答辩。

二、实习内容

（一）建账

- 1、根据建账资料进行建总账
- 2、建明细账是要把借贷方向写清楚，要写余额
- 3、建银行存款明细账及库存现金日记账现金、银行存款明细账都为日记账，要日结月清。

（二）填制原始凭证

填制原始凭证要注意字的大小写，记录信息要真实，清楚，内容要完整，书写规范，要保持原始凭证的正确性。

（三）填制记账凭证

填制记账凭证要根与审核无误的原始凭证进行填制，填制时要规范，经济业务要清楚，注意大小写，而且标号要连续。

（四）登帐

根据记账凭证和审核无误的原始凭证进行登记明细账，日记账以及总账，在登记日记账时，要日结月清，登记时要认真。

（五）结账与对账

月终要结出日记账，明细账，总账的余额，并进行核对，做到帐实相符。

（六）编制报表

登记各种日记账，明细账，总账之后，要根据账户来登记资产负债表及利润表。并根据会计财务报表进行分析。

（七）企业财务状况，经营成果分析

1、财务状况

该企业为一家中型的企业，现有资产总计23861307.34元，其流动资产占六成，非流动资产占四成。而且该企业的偿还能力也比较好，总体财务状况较好。

2、经营成果

本月份该公司共获净利润655912.02元，全年累计获利6559120.21元，作为一个中型企业，此次成果让人喜悦，在本月的销售业绩中，风机--100x的销售量比风机——200x的销售数量多，而且获得的利润比较丰厚。所以，该公司应该加强对风机--100x的生产与销售。建议企业，加大对风机--200x的研究，降低生产成本，以便扩大市场占有率。

三、实习体会

本次实习是对这学期对会计理论知识的一次综合性的运用，激发了同学们学习会计的热情，开阔了同学们的会计视野，学到了课本外的会计学知识。本次实习是对会计学知识的一种深化，加深了我们对会计学知识的巩固。通过本次实习我受益匪浅。

1、细心决定成败

在本次实习中，我在登记明细账时，把金额写错了，借贷方向写反了，老师说在登记账户时要细心，从而在本次实习中，发现了自己的缺点。所以，在今后的实习中我要多注意此点。

2、平和心态是成功的关键点

在本次实习中，我是一个会计学初学者，很多会计流程与程序都不太了解。所以，在遇到一些困难或者是问题时我都不知所措。但，我并没有放弃一个小细节，认真审核与登帐，

检查一些小的毛病。一笔一笔的计算与检查，虽然很麻烦，但是，考验我的耐心与坚持不懈的精神。在本次实习中，我学会了如何以一个平和心态去面对生活中的困难。

3、坚持不懈

在本次实习中，我们会遇到很多的问题与困难，比如，记账不准确，登帐不细心等等一些问题，但，这不是我们放弃的原因，我们要有一种坚持不懈的精神，做什么事情我都要不怕困难，坚持不懈的做好，做得更完美。通过本次实习，我明白，什么是坚持不懈，这是我们在以后的会计实习中需要注意的一项。

4、团队合作

在本次实习中，我们要学会团队合作，可以说，团队合作是一个企业成功的关键因素，社会是一个大家庭，谁也离不开社会单独的一个人的生活。

通过本次实习，我明白了团队合作的重要性，只有团队合作，才能解决重要问题，只有团队合作，才能做事更高效，只有团队合作，才能树立大家的信心。所以说，团队合作决定成功。我受益很大。

四、建议

（一） 时间要合理化

我觉得本次实习的时间不合理，实习的时间真的太仓促了，没有足够的时间去准备，而且计算量太大，所费时间的太多，不仅浪费人力，还浪费精力。希望下次实习有所改进。

（二） 实习资料要更加明确

本次实习中，实习资料出现了很多的金额错误，这给我们在会计核算

时，增加了很多不必要的麻烦，虽然错误很小，但足以证明，在选资料时，有很多缺点与疏忽。望改正，使实习资料变得更加完善。

（三）实习教师应该固定

在本次实习中，实习老师不固定，这给我们实习者带来了不必要的麻烦，实习老师到处溜达，这给我们询问老师的途径不太宽泛，望实习组老师改正。

五、总结

通过本次的会计实习，我学会了很多课外的知识，开拓了我的会计学知识的事业，学会了与同学进行团队合作共同解决问题的精神，学会了如何面对，结局困难的途径，学会了如何与人交流。通过本次的实习激起了我学好会计的必胜信心，希望这种机会能多一些！

实训报告的和篇九

20xx年x月x日——20xx年x月x日

二、实训地点

教学楼3#302

三、指导老师

肖汉群

四、实训目的

透过实训，综合复习与巩固成本会计课程所学的理论知识，做到理论联系实际，培养和提高会计核算的实际操作潜力。加深对成本会计核算过程以及核算方法的理解和掌握，为毕业后从事会计工作打下坚实基础。

五、实训资料

材料消耗定额或材料定额费用分配，从而计入各产品成本；人工费用方面，应按成本项目进行归集，生产工人的计入生产成本，车间管理人员的计入制造费用，厂部管理部门的计入管理费用等，若生产多种产品，应按必须的方法如实际工时进行分配后分别计入各成本项目；制造费用的分配方面，将在生产环节发生的制造费用按必须的方法如工时比例、定额材料比例，分配计入各有关产品的基本生产成本项目中；完工产品和在产品成本的计算是很重要的部分，实训中我们主要用约当产量法，定额成本法和定额费用分配法来做。各种产品成本计算方法综合运用主要有品种法、分批法和分步法。其中品种法是最基本的方法；而分批法是按批别作为计算对象，是一种订单生产，成本计算期与核算报告期不一致，一般不思考在产品 and 完工产品的分配问题；分步法是以生产步骤作为计算对象，适用于超多大批生产，分步法分为逐步结转分步法和平行结转分步法，分步法实际是品种法的多次应用，最难的部分是要成本还原，学习了这些方法后老师带着我们对这些方法分别做了综合训练。

六、实训收获

1. 经过一周的实习，让我真正体会到成本会计是一项复杂的工作，它最考验一个人的耐心与细心，每一个过程都是十分的复杂与繁琐，所以必须要细心做事。
2. 较全面、系统的了解和熟悉了成本会计核算各个环节的基

本

资料，加深了我对成本会计核算基本原则和方法的理解，使我对成本会计操作的基本技能更加熟练，为我们以后的学习和工作打下了坚实的基础。

3. 以前没有学懂的一些东西，在这个实习过程中我基本把它们弄懂了，能够说这是对我所学知识的复习和深化。

实训报告的和篇十

一、实习时间：

20__年x月2日至x月6日

二、实习地点：

__学院机械实习工厂

三、实习单位：

电气工程系__电气工程及其自动化

四、实习目的：

此次金工实习可使学生理论联系实际，学以致用，使学生在金工具体操作过程中，对机械制造过程有一个完整的感性认识，为学习有关的后续课程和将来从事相关的技术工作，打下一定的实践基础。

五、实习过程概述；

在七里坪校区的校工场里，我们进行了为期一周的金工实习。在实习期间，我们接触并学习了车、铣、磨、四个工种的操

作要领。每天，大家有会有新的收获，都能接触到平常在书本上接触不到的知识，在八个小时的实习时间里老师耐心且详细的教授与指导，我们能够很快掌握每个工序的操作要领。在整个实习过程中没有出现过一次伤害事故，每个人都完成了自己的作品。虽说质量不尽人意，但是它其中凝结的汗水值得我们欣慰。总的来说这次实习活动是一次有趣而且必将影响今后学习和工作的重要实践经验。

六、主要实习岗位和实习内容；

1、车工实习

有通过亲身参加实习才能感受得到身为大学生的我们经历了十几年的理论学习不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的但我们一直没有把这句话当真也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。理论归理论实践才是真目的才能练出真本领。此阶段实习给我最大的感受还是必须要亲自动手操作不动手不知道怎么操作不动手不知道哪里有错不动手就不知道错了以后该如何改正。实践出真知实践使人的进步更快收获更多适应社会能力更强。

车床运转时，不能用手去摸工件表面，严禁用棉纱擦抹转动的工件，更不能用手去刹住转动的卡盘。当用顶尖装夹工件时，顶尖与中心孔应完全一致，不能用破损或歪斜的顶尖，使用前应将顶尖和中心孔擦净，后尾座顶尖要顶牢，用砂布打磨工件表面时，应把刀具移动到安全位置，不要让衣服和手接触工件表面。加工内孔时，不可用手指支持砂布，应用木棍代替，同时速度不宜太快。禁止把工具、夹具或工件放直接在车床床身上和主轴变速箱上。工作时，必须集中精力，注意头、手、身体和衣服不能靠近正在旋转的机件，如工件、带轮、皮带、齿轮等。

我们做的作业是一个类似螺丝的零件，用车床可以很快车出基本形状，最大的难题是要保证尺寸，特别是车外圆的时候，

要特别小心，按照计算慢慢车，先是粗加工，然后是精加工，分几次来做。有时候车得时候如果进太多的话，超过误差范围，那么按照老师的话，就是废品了，切断后重新做过。实习老师也是在我们身边是不是的指导我们，虽然做了很多废品，但最后我们还是都做出了合格的作业。

通过车工实习，我们熟悉了有关车工及车工工艺方面的基本知识，掌握了一定的基本操作技能，已经会初步正确使用和操作车床，而且还增强我们的实践动手能力，以及分析问题和解决问题的能力。

2、刨工和铣工实习

在车工的实习过程后，我们还花了一天的时间练习了刨床和铣床。实习老师只是让我们熟悉一下刨工，在钳工实训中我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。首先要正确的握锉刀锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时前手压力逐渐减小后手压力大则后小锉刀推到中间位置时两手压力相同继续推进锉刀时前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。同时我也知道了钳工的安全技术为钳台要放在便于工作和光线适宜的地方钻床和砂轮一般应放在场地的边缘以保证安全。使用机床、工具如钻床、砂轮、手电钻等要经常检查发现损坏不得使用需要修好再用。3台虎钳夹持工具时得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔、攻螺纹等。虽然不是标准但却是我们汗水的结晶是我们两天来奋斗的结果。