

最新城市规划实践(通用6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

城市规划实践篇一

实习报告心得体会（内科）

第一段：引言

实习是大学生生活中非常重要的一部分，通过实习，我们能够将所学的理论知识应用到实践中，提升自己的实际能力。在这个学期的实习中，我有幸进入了一家知名综合医院的内科实习。在这段时间里，我不仅提升了专业技能，还收获了许多珍贵的经验。

第二段：熟悉工作环境

在进入实习前，我对医院的工作环境一无所知。但当我走进这个繁忙的医院大门时，我被病床前人们的焦虑表情和医生们高度紧张的工作状态所震撼。逐渐地，我开始适应这样的工作环境，与医生、护士和其他同事们建立起了良好的工作关系。他们热情地指导我，让我逐渐成长为一名合格的医学生。

第三段：专业知识实践

在实习的过程中，我站在了医生和患者之间的角度，亲身体会了医生的工作。我跟随医生进行查房、诊断和治疗，了解了内科疾病的常见症状及处理方法。通过实践，我更加深入地理解了书本中的理论知识，并学会了如何进行临床思维和

病情判断。在与患者沟通的过程中，我学会了倾听他们的需求和顾虑，给予他们最好的医疗建议。

第四段：团队合作与责任感

在内科实习中，团队合作非常重要。我与护士、实习医生以及其他同事们共同努力，共同解决病患的问题。在每天的工作中，我们互相配合、互相学习，并在繁忙的工作中不断提升自己的专业技能。在整个实习期间，我逐渐培养了一种责任感，明白了医生的天职是以患者的健康为首要任务。这种责任感将伴随着我未来的医学生涯。

第五段：收获与展望

通过这次内科实习，我不仅学到了丰富的专业知识，还意识到医生在临床实践中的重要性和不可替代性。我认识到自己还需要不断学习和提升自己，以更好地回馈社会，帮助更多的患者。同时，这段实习经历也让我更加坚定了从事医学研究的决心，我将努力考取研究生，并为进一步深造和实现自己的医学梦想而努力奋斗。

总结：

通过这次内科实习，我深刻认识到医生这个职业的神圣性和伟大性，也为自己的选择感到骄傲和自豪。这次实习让我深感医学是一门艺术，患者是我们最重要的艺术品。在以后的学习和工作中，我将不断学习、不断进步，努力成为一名优秀的医生，为社会健康事业做出自己的贡献。

城市规划实践篇二

作为土木工程专业的学生，实习是我们在大学期间必不可少的一环。在实习期间，我们有机会将课堂上学到的知识应用于实践中，锻炼自己的实际操作能力。本篇文章将回顾我在

土木实习中的所见所闻，总结心得体会。

第二段：实习内容

在实习过程中，我所参与的项目主要是市政道路的施工。这项工作需要在现场进行实地勘测，制定施工计划，并协助工程师进行施工监管。我还参与了一些地基处理的工程，学习了地基处理的基本原理和方法。另外，我还了解了一些常用的建筑材料和工程设备的使用。

第三段：实习收获

通过实习，我对土木工程的专业知识有了更深入的理解。以前，在课堂上学到的很多理论知识只是停留在书本上，但通过实习，我有机会亲自动手做，并且在现场解决实际问题。这种实际操作使我对理论知识有了更加清晰的认识，也提高了我的实际操作能力。另外，通过与工程师和其他施工人员的合作，我学到了团队合作的重要性。只有良好的团队合作才能顺利完成工程任务。

第四段：实习中的困难与挑战

在实习过程中，我也遇到了一些困难和挑战。首先，现场的工作环境相对恶劣，需要长时间在户外工作，面对高温、寒冷等不良天气条件。其次，现场工作需要高度的责任心和耐心，因为一些小的疏忽可能导致工程的失败。此外，还需要具备快速学习和解决问题的能力。

第五段：结语

通过这次实习，我深刻地感受到了土木工程的魅力，学到了很多知识，积累了实践经验。我认识到，作为一名合格的土木工程师，不仅要具备扎实的专业技能，还要具备良好的团队合作能力和解决问题的能力。今后，在求职和工作中，我

将努力将学到的知识与实践经验结合起来，为建设更美好的城市做出自己的贡献。

城市规划实践篇三

下面是本站小编为大家整理的2018旅游实习报告范文，欢迎大家阅读。更多精彩内容请关注本站实习总结栏目。

2018旅游实习报告范文

一、实习目的：

(2) 根据已学的知识，学会设计旅游路线；

(3) 练习导游词的写作方法；

(5) 理论与实践有机结合，更好的巩固所学的内容。

二、实习时间：

xx年xx月xx日—xx月xx日

三、实习地点：

xx市影视城

四、影视城所在地简介：

影视城所在地是xx市，xx市位于xx省西北部，北依太行，南临黄河，现辖4县2市5区，辖区面积4071平方公里，总人口330万人，城市人口72万人，是一座新兴的旅游城市。

xx市的山水风光秀美壮丽、如诗如画。太行山层峦叠嶂，母

亲河源远流长，大山大河造化了xx山水之大气，成就了xx旅游之大势。最能体现xx“山水”旅游特色的南太行五大著名景区中，云台山国家风景名胜区以山称奇，以水叫绝。青天河省级风景名胜区秀比江南，被誉为“北方小三峡”。神农山风景奇、绝、雄、险，被誉为“太行精粹”。青龙峡风景区是xx省唯一的峡谷型省级风景名胜区，享有“中原第一峡谷”的美誉。

xx的人文景观星光灿烂，多姿多彩。xx古为怀庆府所在地，是中华民族的发祥地之一，有着深厚的历史文化底蕴和丰富的文化内涵。女娲补天，黄帝祈天、神农尝百草等美丽传说源于此地；韩愈、李商隐、司马懿、许衡、朱载堉等历史名人诞生在这里；武王伐纣遗址、山阳城遗址、古羊肠坂道（曹操北上壶关讨伐高干曾路经此地，写下名篇《苦寒行》）、汉献帝陵、竹林七贤遗址等古迹犹存。

xx温县陈家沟为中华太极拳发祥地，是中外太极拳爱好者向往的太极圣地，全国有代表性的杨、武、吴、孙等诸多太极拳流派皆源于此。太极拳历经300多年的沧桑变幻，目前已成为人类共同参与的、人数最多的世界第一武术运动，堪称中华民族武术奇葩和世界文化瑰宝。这里还有中央电视台外景拍摄基地——xx影视城、现代高科技水上乐园——龙源湖乐园、城市森林动物园等旅游项目。

xx是xx省交通发达地区之一，焦新、焦枝、焦太铁路过境而过，东接京广，南连陇海，北至太原；焦郑、焦晋高速公路和xx黄河公路大桥与国道融会贯通，与地方路网纵横交错，与省会郑州、中岳嵩山、古都开封、洛阳、山西晋城之间的行程均在一百公里以内。xx旅游接待设施完备，服务上乘，现有涉外星级宾馆15家，旅行社33家，旅游汽车公司4家，旅游从业人员3万人，已推出的xx山水风光游、历史文化游、休闲娱乐游等精品线路，深受游客青睐。

五、导游词

游客朋友们：

大家好，首先欢迎各位来到影视城参观游览。我是你们的导游员，大家可以叫我小吴，在接下来将由我为大家服务。在此，预祝各位可以在影视城玩得开心。

在进影视城前，我来给大家简要的介绍一下影视城。中国十大影视城——xx影视城、是中原地区唯一著名的影视基地，为xx市十大景点之首。占地面积2.5平方公里，建筑面积40万平方米，是以春秋战国、秦汉、三国时期文化为背景的仿古建筑群。宏大的基地规模以及丰富的拍摄场景，吸引了国内影视导演们纷纷率剧组前来xx影视城取景拍戏。自建成以来，迄今为止已接待了《东周列国》、《屈原》、《洛神》、《秦始皇》、《卧薪尝胆》、《马鸣风萧萧》等国内外近百部影视剧的。

好啦请大家跟我进来吧。

游客朋友们，在正式的参观游览前，大家先跟我来看看旁边这个导游图。我给大实简单的讲一下我们今天参观影视城的路线。大家可以看到，影视城分为六大区，有我们现在所在的文化广场、周王宫、市井一条街、琵琶湖、楚王宫和圣佛寺。那么，我们首先从这里，文化广场出发，再到我们正对着的周王宫，在周王宫看一场表演，从周王宫的后门出去就向市井一条街前进，穿过市井一条街后到达的就是楚王宫，参观完楚王宫后，我就让大家自由活动，活动期间，大家如果不累的话呢，还可以自己去参观一下圣佛寺。在参观的过程中，请大家认真的听我的讲解，这里面可是有很多有趣的故事哦，同时希望大家爱护这里的一草一物。

请大家环顾一下四周，这里就是文化广场区，这时是影视城在二期工程主要部分，它包括三皇像、六哲人、四神兽、司

母戊大方鼎、仿古舞台、古钱币状大门、大型浮雕等雕塑和建筑。

大家来看，这个仿古，它是影视文化活动的主要场所，每年的黄金周、春节以及重大节日，这里都有丰富多彩的大型文艺表演。去年著名相声演员冯巩、李金斗就在这里做过精彩的表演。

请大家抬起头来看看这舞台上有个大鼎。大家知道它叫什么吗？对了，这就是世界上最大的青铜器——司母戊鼎。不过，我们眼前这个鼎是仿造的。我来给大家讲讲有关这个大鼎的来历吧。司母戊鼎是中国商代后期王室祭祀用的青铜方鼎，1939年3月19日在xx省安阳市出土，因它的腹部著有“司母戊”三字而得名，现藏中国国家博物馆。司母戊鼎器型高大厚重，又称司母戊大方鼎，高133厘米、口长110厘米、口宽79厘米、重832.84千克，鼎腹成长方形，上竖两只直耳，不过发现时仅剩一耳，另一耳是后来据另一耳复制补上的，下有四根圆柱形鼎足，是中国目前已发现的最重的青铜器。该鼎是商王祖庚或祖甲为祭祀他的母亲所铸造的。

大家听说过问鼎中原的故事吗？早在东周时期，周天子的中央政权日益衰落，各诸侯国纷纷觊觎王权，位于南方的楚国更是野心勃勃，一次楚庄王正在会见周朝使者王孙满时，故意问：“你可知道周朝九鼎的大小和重量？”表明他藐视王权，意欲夺权的野心，后来楚庄王成了“春秋五霸”之一。

请大家转过头来，顺眼看去，有一座三人雕像，这就是三皇像，他们分别是黄帝、炎帝和伏羲，传说中黄帝与炎帝是同父异母的兄弟，分管两大部落，黄帝征服了炎帝统一了华夏，被尊为中华民族的始祖。伏羲最早教人结网捕鱼、驯养牲畜，制定了婚嫁制度，创造了人类文明。伏羲还是创世之神，相传远古时期人类遭遇洪水而灭绝，只剩下伏羲与女娲兄妹二人，二人不得不成婚繁衍人类，因此，伏羲是中华民族的人文始祖，我们大家共同的老祖宗啊！

请大家跟我从这边去，大家看到了，沿着这条路前行，展现在我们右手边的是四只神兽，大家知道它们分别是什么吗？不知道也不要焦急哦，我来给大家说说吧。它们呢，由近及远会别是朱雀神、白虎神、青龙神、玄武神，是我国传说中令妖邪胆战心惊且法力无边的四方之神，分别镇守南、西、东、北四个方位，维护着四方平安的。

顺着这个楼梯往上走，大家来看看前面这六尊石雕像，大家可以看出来他们是谁吗？他们就是中国古时候的六位哲人，从右向左分别是孔子、孟子、老子、孙子、张衡和韩非子。孔子，大家读书以来应该学过他不少的文章了吧，他是伟大的思想家，教育家，创立了儒家学说。孟子是儒家学派的代表人物，他的学说与孔子学说合称“孔孟之道”。

老子是中国道家学说的创始人，主张“无为而治”，在神话传说中就是天上的太上老君。孙子是春秋时期著名军事家，大家知道他的名著叫什么吗？对了很聪明，就是《孙子兵法》，这是世界上最早的兵书，所以也叫做兵家鼻祖。张衡，大家应该很熟悉了，他是东汉时期的著名科学家，也是世界科学的先驱，由于在天文学上的巨大贡献，被世界公认为“东方的哥白尼”，他发明的地动仪、浑天仪到今仍能发挥它的测量作用。那么最后一个韩非子则是中国古代法家学派的创始人，他的思想为历代封建君主所用的。好了，我们马上就要参观周王宫了，在参观前，让我们先在这个放映厅观看一场表演。

城市规划实践篇四

张慧超 二零零四年五月二日

一、走近你，让我充满向往 当我在毕业生人才交流会上向海程邦达国际货运代理有限公司投出我的求职简历时，我并不知

道,这一份简历会把我带进一个怎样的世界,我将走上一条怎样的路。心底的自信强溢在脸上,又带着那样的迷惑,不安和好奇,参加过三次面试,见到的始终是充满干劲的脸。我获得了参加公司培训的机会。也曾有过很多故事,但命运还是让我走近了你,海程邦达,走近了你,也更让我充满了向往和渴望。短短的五天培训,像一个小小的切口,通过它,我看到了什么是优秀,什么是爱岗敬业,什么是邦达的好员工。五天里,从海运到空运,从报关到报检,那么多优秀的主管熟练地讲着自己工作中的经验。谈到公司,谈到工作,他(她)们眼睛里闪烁着自信的光芒;谈起未来,谈起我们,他(她)们言语里尽是关照。从1993年的仅4名员工到今天的500多人,这样传奇的创业经历,怎能不让我这样即将走出校门、踏进社会的的学生心生敬佩呢!十年啊,短短的十年,从4人到500多人,再到组织机构健全、社会口碑良好的公司,这一切就像一块磁石一样紧紧的吸引了我。是的,就是这样,仅仅三次面试,五天的培训,就让我对你充满了向往,邦达,你是好样的!

二、走进你,让我斗志昂扬 4月12日,星期一,我来到公司开始实习,实习部门是海运部。带着些许敬畏和几缕惊慌,我踏进了海运部的'办公区域。第一站,4月12日至4月17日上午,定舱部;第二站,4月19日至24日上午,拼箱部之美西航线;第三站,4月26日至28日,美加整柜;第四站,4月29日、30日,美东、加拿大拼箱

a 一步一步走向前专业技能的学习 作为一个即将毕业的的大学生,我很清楚的知道,眼高手低是我们的通病。所以,在自己动手能力还很弱的情况下,我更乐意从最基本的东西学起、做起,比如发发传真,接接电话什么的。4月12日,实习的第一天,我就在从座位到传真机,从传真机到座位的脚步中度过了。但是我的心很平静,尽管头上一直冒着冷汗,但那是怕耽误师傅们工作的谨慎。从4月13日,也就是实习的第二天到4月17日上午,我在定舱部实习。这条代号为06的航线工作主要是从接受定舱委托书开始的。大致流程为:接受定舱委托后向船公司定舱,主要是通过传真、电话或者edi等途径。然后等船公司回传定舱确认书,收到船公司的确认后,给客户发入舱通知。这期间要

注意船公司的舱位以及运价情况。4月19日到24日上午和4月29、30日，我是在美西拼箱及美东、加拿大拼箱实习的。在这两条航线上实习，主要是学习了如何准备报关资料，打印下货纸4-6联；怎样检查shipping2000里已输入的资料，特别注意货物的件、重、尺，然后给客户发提单确认；制作入仓通知、国内账单、预配单及舱单等等。应该说在这两条航线上我动手实际操作的机会最多，当然出错的时候也不少啊。4月26日到28日，实习范围是美加整柜。这条航线上需要发的传真比较多，但是我学会了不少东西。比如，我学会了写派车单，还知道写派车单时，“装货时间”一栏一定要写明白什么时间到什么地点，是工厂还是贸易公司。我还学会了定舱单的制作和更改的书写，留底文件的整理、归档等等。

总之，在上述四条航线上的实习，基本上完成了“实习指导书”里应该实习的10条内容，像了解航线基本情况，接受与审核委托书，缮制下货纸，制作集卡联系单等。我就是这样一点一点地学习和请教，一步一步地向前走的。本着积极上进的态度，认真、努力地学习了海运出口操作的一些最基本的常识和技能，并且理论结合实际，锻炼了自己的动手能力。

城市规划实践篇五

以下是本站小编收集整理的关于金工实习报告的内容，供大家浏览参考。更多相关信息请关注本站实习报告栏目。

篇一：金工实习报告

我们在学校校工厂进行了为期x天的金工实习。期间，我们接触了车、钳、铣、三个工种。每一天，大家都要学习一项新的技能。三天内完成从对各项工种的一无所知到作出一件成品的过程。在师傅们耐心细致地讲授和在我们的积极的配合下，我们没有发生一例伤害事故，基本达到了预期的实习要

求，圆满地完成了金工实习。

“金工实习”是一门实践性的技术基础课，是高等院校工科学生学习机械制造的基本工艺方法和技术，完成工程基本训练的重要必修课。它不仅可以让们获得了机械制造的基础知识，了解了机械制造的一般操作，提高了自己的操作技能和动手能力，而且加强了理论联系实际的锻炼，提高了工程实践能力，培养了工程素质。这是一次我们学习，锻炼的好机会！通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多。转眼间，为期两周的金工实习已经结束，回想两周以来，有过汗水，有过失败，有过伤痛，有过微笑。正是在这汗水、失败、伤痛和微笑中让我学到了很多有用的知识，我也深深地体会到工人们的辛苦和伟大，虽然实训期只有短短的两周，在我们大学生活中它只是小小的一部分，却是十分重要的一部分，对我们来说，它是很难忘记的，毕竟是一次真正的体验社会、体验生活。

从安全教育，动作要领和工具的使用到拿起锉刀等工具的实际操作，这无疑是一个理论与实际相结合的过程。有些东西是要自己去摸索的，有些东西是要从理论中去发现用于实际。从开始的打磨平面，就让我学到了要想做好一件事并不是那么的简单，要用实际去证实它。眼见的不一定真实，这让我想到了学校为什么要我们来这里实习，是要我们懂得学习的可贵，学习和打磨平面一样要有一丝不苟的精神才能做到最好，同时还要让我们认识到动手的重要性。只是一味的学习理论，那也是远远不够的，没有实际的体验，发现不了自己的动手能力，这都需要理论与实际相结合。更需要头脑和双手的配合。

在钳工实训中，我了解了钳工的方要内容是为划线、錾削、锉削、研磨、钻孔、扩孔、铰孔、攻螺纹等等。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。

在搓削上，老师重点讲解了搓削姿势，搓削方法和质量检测。

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。老师在生动的给我们演示了如何使用锉刀和如何使用锯，之后在指定的各自位置后，开始了我们的任务——完成一个小锤子。

在制作这个工件时，首先我们运用手锯把一根铁棍锯切成接近工件的尺寸。大约是23mm锯切时，要右手握稳手柄，左手扶住手锯的前端。起锯时，起锯角约为十五度。锯切时要右手施力，左手扶正锯弓，一定要将锯条摆正否则便会锯歪，锯切速度不宜过快，约20—40次每分，在切掉气割面之后我们还剩下大约19mm□

接下来的工作我们需要按照老师要求把这个长方体表面按照尺寸搓削成平面。搓平的过程说起来简单但是做起来就不是那么简单了，比如，用锉刀搓表面时很是枯燥可能半天总是机械的重复着一个工作，一开始我们需要用大搓进行打磨，之后便是中搓，最后用小搓来把它搓平搓细。一直重复着搓的过程，最后终于把这根粗糙的铁棍磨的好看了。

接下来的工作就是把下根长方形的铁棍锯成一个锤子的形状。根据图形，把它锯割下来一个三角形的铁块，这样，就完成了锤子的基本形状，在进一步搓削、研磨之后，就可以打孔了。

在打孔之前，先划线，确定孔的中心，在孔中心先用锤头打出一个较大的中心眼，钻孔时先钻一个浅坑，以判断是否对中。当孔快要钻通时，进刀量就要减小了，避免钻头在钻穿时发生抖动。在套螺纹时先用手掌按住板牙中心，缓慢转动。在转动过程中，每转一周要倒回四分之一周，以便断屑、排屑，而且要加入机油润滑。

一个工件做完了虽然不是特别的标准，但那确实用我们的汗水换来的，那其中凝满了我们的用心与期望，看着自己的第一件劳动成果满心的欢喜难以言表。

接下来的两天我们学习了车工，车工不是由数控来完成的，它要求较高的手工操作能力。

首先老师叫我们边看书边看车床熟悉车床的各个组成部分，车床主要由变速箱、主轴箱、挂轮箱、进给箱、溜板箱、刀架、尾座、床身、丝杠、光杠和操纵杆组成。车床是通过各个手柄来进行操作的，老师又向我们讲解了各个手柄的作用，然后就让我们加工一个主轴两个小轮和两个大轮。老师先初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车床加工中一个很重要的方面就是要选择正确的刀，一开始我们要把所给圆柱的直径由28mm车到26mm，然后换刀用两轮网纹滚花刀把圆柱的表面压花，最后要换用切槽刀切把圆柱截断。

随即，我们每组都领到了一个毛胚圆柱棒，这就是我们要加工的材料。加紧时夹得不得太长，一般为工件的三分之一并在主轴孔内卡紧。然后调速(一般在140-180r/min)打开开关，将刀架移到合适的位置，在打开开合螺母，搬动主轴正反转手柄开始车手柄。先车手柄的外圆，再往下车手柄的弧度，最后用砂纸将手柄的面打平。打平后再把手柄车断，一个手柄就基本成型了。

经过了半天的练习，一个成品终于出来了，这使我们更有信心了，我们开始轮流操作，经过我们六个齐心协力的工作，终于车好了六个手柄。

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。金工实习给了我们一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨

的环境，我们感受到了车间中的气氛。同学们眼中好学的目光，与指导教师认真、耐心的操作，构成了车间中常见的风景。久在课堂中的我们感受到了动手能力重要性，只凭着脑子的思考、捉摸是不能完成实际的工作的，只有在拥有科学知识体系的同时，熟练掌握实际能力，包括机械的操作和经验的不断积累，才能把知识灵活、有效的运用到实际工作中。我国现行的教育体制，使得通过高考而进入大学的大学生的动手实践能力比较薄弱。因此，处于学校和社会过渡阶段的大学就承担了培养学生实践能力的任务。金工实习就是培养学生实践能力的有效途径。基于此，同学们必须给予这门课以足够的重视，充分的利用这一个月的时间，好好的提高一下自己的动手能力。这里是另外一种学习课堂。通过我们动手，对掌握的理论知识进行补充与质疑。这与传统的课堂教育正好相反。这两种学习方法相辅相成，互相补充，能填补其中的空白，弥补其中一种的一些盲点。通过金工实习，整体感觉实际生产方式还是相对落后，书本中介绍的先进设备我们还是无法实际操作，实习中的设备往往以劳动强度大为主要特征，科技含量较低，但还是有一些基本知识能够在实践中得到了应用。

实习期间，通过学习车工，铣工，钳工。我们作出了自己的工艺品，铣工和车工的实习每人都能按照老师的要求学到铣床的最根本的知识；最辛苦的要数车工和钳工，车工的危险性最高，在一天中同学们先要掌握开车床的要领，所有工种中，钳工是最费体力的，通过锉刀、钢锯等工具，手工将一个铁块磨成六角螺母，再经过打孔、攻螺纹等步骤最终作成一個精美的螺母。几天下来虽然很多同学的手上都磨出了水泡，浑身酸痛，但是看到自己平生第一次在工厂中作出的成品，大家都喜不自禁，感到很有成就感。我对自己的本次实习总结了两部分，实习部分和感想部分。

实习部分：

1. 通过这次实习我们了解了现代机械制造工业的生产方式和

工艺过程。熟悉工程材料主要成形方法和主要机械加工方法及其所用主要设备的工作原理和典型结构、工夹量具的使用以及安全操作技术。了解机械制造工艺知识和新工艺、新技术、新设备在机械制造中的应用。

2. 在工程材料主要成形加工方法和主要机械加工方法上，具有初步的独立操作技能。

3. 在了解、熟悉和掌握一定的工程基础知识和操作技能过程中，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。

4. 培养和锻炼了劳动观点、质量和经济观念，强化遵守劳动纪律、遵守安全技术规则和爱护国家财产的自觉性，提高了我们的整体综合素质。

5. 在整个实习过程中，对我们的纪律要求非常严格，制订了学生实习守则，同时加强对填写实习报告、清理机床场地、遵守各工种的安全操作规程等要求，对学生的综合工程素质培养起到了较好的促进作用。

6. 工厂师傅对我们做的. 工件打分，使我们对自己的产品的得分有明确认识，对于提高我们的质量意识观念有一定作用。

7. 同学之间的相互帮助才得以完成任务，使我们对团队的概念有了更深层的理解，也使我们明白了团队精神的重要性！

感想部分：

1. 金工实习是培养学生实践能力的有效途径。又是我们大学生、工科类的大学生，非常重要的也特别有意义的实习课。金工实习又是我们的一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们会感受到车间的气氛。同时也更加感受到了当一名工人的心情，使我们更加清醒地认识到肩负的责任。

有人跟我说我们不是机械专业的学生学习这个没有什么用，我带着怀疑的态度参加了这个实习，但是最后的结论是我对此否认了，它交给我的不只是机械专业的知识，而是一种能力，创造力以及适应力。

2. 劳动不仅对自然世界进行改造，也对一个人的思想进行改造。经过这周的金工实习，在这方面我也深有体会。

1) 、 劳动是最光荣的，只去实践才能体会劳动的辛酸和乐趣。

2) 、 坚持不懈，仔细耐心。

3) 、 认真负责，注意安全。

4) 、 只要付出就会有收获。

3. 实习带给我们的不仅仅是经验，它还培养了我们吃苦的精神和严谨认真的作风。我们学到了很多书中无法学到的东西。它使我们懂得观察生活，勇于探究生活，也为我们多方面去认识和了解生活提供了一个契机。它是生活的一种动力，促进我们知、情、意、行的形成和协调的发展，帮助自我完善。此时，我还在怀念充满成就感的金工实习，它充实了我们的知识，使我们更加体会到这样一句话：“纸上得来终觉浅，绝知此事须躬行。”实践是真理的检验标准，通10天的金工实习，我了解到很多工作常识，也得到意志上锻炼，有辛酸也有快乐，这是我大学生活中的又一笔宝贵的财富，对我以后的学习和工作将有很大的影响。

两年后我们就业的时候，就业单位不会像老师一样点点滴滴细致入微的把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。

就像我们接触到的车工，虽然它的危险性很大，但是要求每个同学都要去操作而且要作出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气。另外像铸工和看似简单的拆装，都需要我们细心观察，反复实践，失败了就从头再来，培养了我们一种挫折感等等。x天的金工实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，因此实习报告和日记的任务都给我们提供了这个机会，而最后的创新设计也对我们的创新能力进行检验和新的提高！

结束语：眼睛是会骗人的看似简单的东西并不一定能够做好，只有亲身实践才知其奥妙，才会做出理想的产品，实践是学习的真理！如果再有会我还会参加这样的实习，还会去用实践来完善自己的知识面和自己的各项能力，以求在走出校园的时候有适应社会的更高的能力。感谢学校和老师给我们这个磨练自己和完善自己的机会金工实习有苦也有乐。“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，方成大任也！”这句古人的话用来形容我们的金工实习是再好不过了！经过了车工，钳工等工种的磨练，我们终于完成了这门让人欢喜让人忧的金工实习课程。

现在想想过去的这段难忘时光，其中滋味，只有亲身经历的人才能体会得到。通过学习各种工种，我们了解了许多金工操作的原理和过程，大致掌握了一些操作工艺与方法，还有以前的那些陌生的专业名词现在听来都是那么熟悉亲切！虽然我们中的大多数人将来不会从事这些工作，甚至连接触它们的可能性都没有，但是金工实习给我们带来的那些经验与感想，却是对我们每一个人的工作学习生活来说都是一笔价值连城的财富。金工实习的作用与影响，就象《美国丽人》里男主人公最后说的话那样“有些东西你可能现在没有感觉到它的价值，但最后还是会的，每个人都有这样一个过程！”

一起实习的同学也让我受益非浅。毫无私心的帮助，真诚的

相互鼓励加油，一切分担工作的压力，更一起分享成功带来的喜悦，金工实习更象是一个集体活动，拉近我们彼此的距离，填补了曾经存在的隔阂，集体主义的魅力得到了彻彻底底的展现！大学里连同班同学相处的机会都很少，感谢金工实习给了我们这样一个机会。这样的活动值得教育部门的借鉴。

短短的x天时间，我们在实习中充实地度过了，我们学习的知识虽然不是很多，但通过这次让我们明白了我们需要实际学习掌握的技能还很多。如果我们不经常参加这方面的实习，我们这些大学生将来恐怕只能是赵括“纸上谈兵”。社会需要人才，社会需要的是有能力的人才。我们新世纪的大学只有多参加实践，才能保证在未来的社会竞争中有自己的位置。真的多谢金工实习，我还想再有一次。

篇二：金工实习报告

短短两周的金工实习到11月25号就结束了。记得曾经有人告诉我，金工实习是没有意义的，我们不是机械类的学生，参与了金工实习也学不到什么。于是我就带着这个疑问走过了这次实习。果然，这样一个短期的金工实习，不能让我真正学会任何一样工艺的制作，但是，它却给了我一个机会去体验一种不同的生活，并且我了解到了各种工艺的制作要领和基本技能等，在实习中还可以将旧知识具体化，形象化，加深了对它的进一步理解和记忆，除此之外，我们还可以从工人师傅那里学到课本中学不到的知识。

参加金工实习的第一天，我们观看了安全生产教育片，里面描述了各种不注意操作规范而造成伤害的情况。看完以后，大家心理都对接下来将要经历的两个星期有点担心了，害怕自己不小心而造成事故。但事实打消了我们的恐惧的念头，尤其是第一天要进行的钳工，连老师都笑称这个可能金工实习里相对最简单的一类工种了。虽然这么说，但钳工无疑是整个金工实习其间最累人的一项工作了。由于我们只有半天

的上班時間，所以按要Ⓗ求，我們在10到12點之間磨制三根長85mm上下底面光滑的圓柱體工件下料。我一开始就吃了个大亏，选了根两个底面都很不平整的长铁柱来做原料，所以为了磨平一个底面，就花去我近45分钟，磨完以后手已经酸软了。而此时身边其他同学都已经开始制作第二根圆柱了。我这时候才急急忙忙地开始量度适当长度，再用锯子开始截圆柱。相对与用挫刀磨平底面来说，锯铁柱可以算比较轻松工作了，因为此时只需一只手用力，另一只手则是负责扶住锯子的。大概用了10分钟，我的第一个工件下料就出来了。再用挫刀打磨光滑。如此重复，到了11点40分，我才完成两个工件下料，而我们的任务是三个，我为此急得不行，拼了命开始第三个工件的制作。可是这时，人已经累得不行了，手拿挫刀一前一后地打磨长铁柱底面的时候，已经几乎没有力气了，每挫一下的效果可能只有开始时候的一半。距离下班的时候越来越短了，我的第三个工件直到11点52分才开始锯，明显，时间已经不够了，而且力气不足锯下去效果非常小。到了下班时间，我只好拿着仅有的两个“作品”去交给老师。老师反而笑着安慰我说：没关系，只要尽力只要努力过就可以了。看着老师的微笑，我的渐渐放松了下来。看看身边的同学，虽然也是冬天，可是几乎每个人都挂着汗水，看来都是很用功去完成自己的工作的。再看他们的作品，有一些相当的好，加工面的平整光滑度很高，而且挫后的工件的长度也相当符合要求，真是厉害啊。

在我们所参与过的实习课程中，比较危险的可以算是车工了。面对着这样一个工件高速转动，同时带有利刀的机器，要不断地防止铁屑飞溅到脸上，还要注意观察工件的车制情况，同时要切记衣服或者其他身上的东西不能缠绕到工作的机器上，实在是有一定的难度。当然老师也提醒我们要带上眼镜或者面罩来保护自己。我们车工的任务还是比较简单的，只需要把已经制作好的圆柱工件下料的一头按要Ⓗ求车制成一个带槽的球体。刚开始的时候，要先制作推刀槽，只需要计算好刀的进退距离，然后按照计算的结果推进刀就可以了。但接下来的切削球体就很让人痛苦了。要求左手控制纵向推进，

右手负责横向推进，又要注意两手的速度不能一样，要按位置变换，还要注意要分别匀速。由于我是新手，对机器的操作不熟悉，两手的配合也不够好，我在切削球体的时候，几次切削深度过大，差点造成了工件的损坏。上午的学习内容基本是练习使用机器，尽量熟悉工序手势。到下午上班的时候大家才开始正式地投入到工作中去。虽然我做得很不顺利，但最后还是把第一个球体切削出来了，只是表面的粗糙度很大，而且切削纹很不均匀，偏移很大。我很不满意，而对于工作的熟悉度又增大了，时间也还有很多，于是开始第二个球体的制作。在制作这个的时候，手的配合程度加强了，对工件的把握也高了，虽然用的时间比前一次要短，但是出来的成品明显比前一个好。我的心里倒是相当高兴。通过前两天的工作，我倒是体会到了金工实习的一个重要感受：累。钳工都是手工的，所以我是整个手臂包括手指都酸软疼痛；而车工的时候，全天都是站姿，由于担心随便移动会控制不好机器，而造成加工工件的损坏，所以无论是上午还是下午，只要我是站在开动的机床旁边，基本都是一个站姿保持到底一动不动的，一天下来，脚都肿了，走路的时候一踮一踮的。但在最后看到自己一天的劳动成果时，又会觉得很满足。虽说过程很累，但是却让我受到了一种锻炼，一种考验。锻炼的是自己的身体，考验的是自己的意志力，不管怎么说，通过这些劳累练习，我反而感到自己正经历着什么变化。虽然上大学以来我一直都在变化，但这一次是我真真正正感受到的，辛苦和劳累，汗水与欢笑，一切都那么真实那么丝丝入扣的撩拨我的记忆，让我真的为拥有这些经历感到深深的骄傲和满足。

相对来说，我自己比较喜欢的就是学习模具cam制作软件。看着那些线条在自己的操作下，通过软件的预定程序不断地由线条生成固体，再经过修改，生成曲面，最后通过模拟生产过程，把它在加工中的全过程播放出来，看着它由一个模块，在铣刀的切割下，一点一点地变成一个模具，心理很是有种满足感。想起一个工件的制作在实际中可能需要经过很多工序，并且由于其中某部分的形状比较奇特很难制作而使

制作出来的成品不合要求。而通过电脑的模拟程序，就会更容易更直观地看到整个生产过程，同时对于工件在制作中可能遇到的情况都可以进行模拟，人们就更容易掌握制作时要注意的情况，进行相应的修改，使最后的成品更尽善尽美。我就很为科技的发达带来的好处而感叹。因为对这个软件的使用很感兴趣，下班后我还留在了电脑室里，请老师教我应用软件制作了一个巧克力常用的半球柱的模形。看到自己亲手设计的模形，我心里美滋滋的。

很快地两周的金工实习就过去了，在这个实习过程里我还得到了一个小小的纪念品——我在注塑挤塑的实习的时候制作的两个小小的塑料杯。物体虽小，也不比得其他同学化学加工时得到的自己设计加工的小工艺板有趣，但毕竟是自己的劳动结果，也算是可以给这次实习一个很好的回忆。

同时，通过一个金工实习，也让我理解了做很多工作是需要技巧的，并不是想当然地去做就会成功的。看着熟悉的东西，看着熟悉的工作过程，由于自己没有这方面的技能，便无法完成工作了，而由于没有相关的练习，还可能在工作过程中对自己或者他人造成伤害。而类似的这些事情我们在平常的新闻报道中已经屡见不鲜了，很值得提起人们的高度注意。

我们在整个金工实习的过程中所学习到的知识虽然不是很多，但通过这次让我们明白了我们需要实践学习和掌握的技能还很多，如果我们不经常参加这方面的实习，我们这些大学生将来恐怕只能是“纸上谈兵”。社会需要人才，社会需要的是有能力的人才，我们新世纪的大学生只有多参加实践，才能保证在未来的社会竞争中有自己的位置，真的很多谢这次金工实习，虽然有些辛苦，但如果能再来一次的话，我也还是十分乐意参加的。

最后值得一提的是工作环境。其中一些工种是属于比较危险的工种，我们是在专用的实习场地进行实习，所以实习的环境还算好，但是很自然地让人想到，那些一般的工人肯定没

有我们这么好的待遇，他们的工作环境之差，不是我们可以想象的，而那么差的环境，对他们的身体所造成的危害是可想而知。他们的情况，一部分是由于工作的单位负责人为了自己赚钱而不管工人的死活而造成的，对于这些人我们应当谴责并想办法帮助这些困难的工人；而另一部分是由于管理人员不懂得安全工作环境的要求而引起的，对于这些则需要更多高素质的管理人员参与其中，尽力改善工人的工作环境。当然，我们这些大学生也是应当努力朝着这一方面学习发展的。

城市规划实践篇六

对实习过程、结果以及体会用书面文字写出来的材料就是实习报告。

从开始实习的那天起就要注意广泛收集资料，并以各种形式记录下来(如写工作日记等)。丰富的资料是写好实习报告的基础。主要收集这样一些资料：

1. 在社会实践工作中党的路线方针政策是如何在工作中贯彻执行的。比如单位组织学习，内容是什么、什么学习方式、学习后的效果如何，对自己和同志们的思想有否提高。
2. 专业知识在工作中如何灵活运用。结合所学的知识将理论与实践有机结合起来。
3. 观察周围同事如何处理问题、解决矛盾的。实习是观察体验社会生活，将学习到的理论转化为实践技能的过程，所以既要体验还要观察。从同事、前辈的言行中去学习，观察别人的成绩和缺点，以此作为自己行为的参照。观察别人来启发自己也实习的一种收获。

(一)封面；

(二)正文：

实习报告正文内容必须包含下面五个方面：

1. 以实习时间、地点、任务作为引子，或把几个月的实践感受、结果，用高度概括的语言概括出来以引出报告的内容。

2. 实习目的：言简意赅，点明主题。

3. 实习单位及岗位介绍：要求详略得当、重点突出，重点应放在实习岗位的介绍。

4. 实习安排：简单介绍整个实习过程的总体安排。

5. 实习内容及过程：这是重点，篇幅不少于xx字。要求内容详实、层次清楚；侧重实际动手能力和技能的培养、锻炼和提高，但切忌日记或记帐式的简单罗列。实习过程(实习内容、环节、做法)

(1)将学校里学到的理论、方式方法变成实践的行为；

(2)观察体验在学校没有接触的东西，他们是以什么样的面目、方式方法，以怎样的形态或面貌出现的。比如，部门职能，原先你不了解，后从工作中由什么样的问题，引发了你对职能部门的了解。再比如人际协调方法，工作中的人际协调和你学的公关理论与实务有什么样的差异，你怎样体会公关理论等。

6. 实习总结及体会：这是精华，篇幅不少于500字。要求条理清楚、逻辑性强；着重写出对实习内容的总结、体会和感受，特别是自己所学的专业理论与实践的差距和今后应努力的方向。

体育游戏课应该说是上大学里特别受欢迎的，就算是老鹰捉小鸡这样比较小孩的游戏大家也会玩得比较疯狂。在我的实习课上，我也采用了体育游戏，可是让我意想不到的，他们的积极性特别不高，表现的很冷漠，有的学生还对我说：“老师，这样的游戏好幼稚啊！”他们的态度让我的心里很不舒服，因为我们这些自称大人的大学生还在玩他们认为很幼稚的游戏，而且我们还玩的很开心。

课后我认真总结了一下，90几个人的一个班，要组织出一个体育游戏确实特别难，而且要使这样的游戏符合大众的口味就更难啦！像这样多人数的班，我一般采用的是接力性的游戏，理由是便于组织，而且适合集体参与，可是学生参与积极性仍然不高。这里就存在着一个问题，学生的竞争意识。

由于学生的竞争意识不够强，因此在整个游戏过程中，学生只是被动的做游戏，而不是积极主动的参与游戏，这样让学生感觉到的仍是一种任务的完成，而不是以一种愉悦的心情玩游戏。所以这就是为什么大家对游戏表现冷淡的原因之一。另外一方面就是各个班所表现的氛围不同，对于同一个游戏不同的班也有不同的表现，所以针对各个班的特点，应有不同的游戏设置，绝不能一劳永逸。

我想其中最重要的原因就是，他们并不是体育生，体育生一般都性格开朗些，而且对于体育活动的参与也是万丈热情，所以在面对这此是体育生的学生时，我们体育老师应该认清这一点，不能将我们对体育的热爱理所当然成为他们的热爱，只有认清这一点我们才可能更好的摆正自己的心态，更好的组织我们的课堂教学。

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的

跨世纪优秀人才的重要途径。

暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。

它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

放暑假的第二天，也就是2016年7月19日，我就跟随同学来到了她的老家—河北省衡水市的一个农村小镇，在当地做了半个月的小学老师。实习的项目是作为小学数学老师给20个小学生讲课讲课期间我感觉学到了很多东西下面我就介绍一下我这半个月的经历。

我是七月20号去的到八月六号结束。讲课的内容是数学教科书及其教辅资料指导。在这次实习中我第一次懂得了理解、喜欢孩子，要有很多很多的耐心、细心和爱心，这正是我们学习和努力的方向。我在实习中增长了见识，我才知道，做老师难；也知道了自己的不足。

每个孩子都有自己的内心世界，他们好比一把把锁，老师就是开启那把锁的主人。真正走进孩子的世界，去发现他们，改变他们，教育他们，这个世界就是天才的世界。

跟孩子们在一起挺有意思的，还真想他们。咱也当了一回王老师呢！经过实习，我才发现，要想当一名真正合格的教师还真不容易，光靠校园知识是远远不够的。

和孩子们在一起的喜怒哀乐，现在回想起来就象一串串冰糖葫芦，紧紧的串在一起，甜甜的。

我愿用我的热心，换取孩子们的安心；我愿用我的真心，换取孩

孩子们的开心;我愿用我的实心,换取所有人的认同。

初为人师,欣喜中有困惑,欢乐中有感悟。孩子的教育和成长,都掌握在老师的手中,我真正感受到这份职业的神圣!

只有不好的老师,没有不好的孩子。小学教师本来就是一门需要具有爱心的专业。面对一个个天真的孩子,我们更应该用母亲般的心去呵护他们。虽然这次的实习与我的专业并不相关,但我仍然得到了很多在校园了无法学到的知识和难得的体会。以下是我在教课期间做出的教课经验。

清楚地记得初登讲台是面对20双眼睛自己内心的忐忑不安,当时感觉自己做自我介绍是声音都在打颤,后来不断给自己加油打气,慢慢的可以自信的站在讲台上,自然流畅地给他们上每一节课。我想这是每一位初登讲台者必然要经历的一个过程。在这一过程中我由一名学生转变为一名教师,开始肩负更多的责任。

一直都听说讲课是一门艺术,老师是演员,他们在课堂上扮演形形色色的角色。初登讲台的我们对教材不熟悉,不能够很好的掌握每课的重点难点,为了更好的掌握教材我不断的向指导老师请教,刚开始每将一节课之前我都会问指导老师自己备课是否合适,听她的意见。

还经常邀请指导老师听我讲课,让她给我指出自己讲课过程中的缺点和不足,刚开始的时候老师的最多的一点就是每节课重点不突出,在经过一次次的锻炼后老师对我说现在已经能很好的把握一节课的重点难点了。听了这些话我明白自己有进步了一点。

上课的过程中板书是不可或缺的,由于在实习之前我没有很好的练板书以至于刚开始时都搞不清楚该往黑板的什么地方写什么内容,后来经过不断地看其它老师的板书设计以及向其它老师请教,现在自己已经轻松的掌握了板书书写规则,

能够把清晰整齐的板书展示在学生面前了。

这是一个实习课程，更是一段让我体会教育工作以及思考自己人生定位的经历。当然，现实的很多因素不得不让自己改变初衷，所以，以后走这一条路的可能性或许很小。但是，在实习日子里学到的，感受到的，都将是一种财富。

实习虽然很辛苦忙碌，但对我们来说是都一次非常有益的磨练和尝试。最后我想衷心感谢兰山焦庄小学让我拥有这样一段实习经历，同时也衷心感谢我的指导老师冯老师。