

最新大学生外出实践报告(优秀5篇)

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。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。

大学生外出实践报告篇一

人生总有许多第一次，而初为人师，对于师范生的我而言却是件极具挑战、颇具诱惑的事情。20xx年2月，我怀着兴奋的心情和队友来到临城镇中学，开始了为期一学期的教育实习，实习期间的点点滴滴、酸甜苦辣，让我体验到太阳底下最光荣事业的崇高和艰辛。

在实习学校有关领导和指导老师的悉心指导下，我时刻牢记“为人师表，严谨治学”的校训，充分发挥主观能动性，把在大学课堂上所学的理论知识和实际教学相结合，在实践中学，在学中实践，认真开展教学工作和班主任实习工作，认认真真、踏踏实实、勤勤恳恳、任劳任怨，我付出了很多，但也收获了很多。在整个实习阶段，我从一个只会“纸上谈教”的大学生到一个能在课堂上“讲课自如”的准老师；从一个没有经验的大学生到一个对平行班有一定处理能力的班主任，这一切无不见证着我所付出的每一分耕耘所得到的收获。这次的个人总结，就作为一名在这实习语文的师范生——我自己来谈谈我在语文教学这个方面最深的体会，这些将引导我更好地步入以后的教坛的难得的人生财富。现将总结报告如下。

一、教学工作方面

在听课过程中，我受益良多。在这期间我做到了保证每天都在教室听本组成员的语文试课，以及其他班的老师或学生的

语文课，并且对一些比较优秀的课堂进行记录。在听课前，我会事先了解这堂课的教材主要内容，并且和任课老师交流这堂课她的思路。听课时，认真记好课堂的大致流程，同时注意老师的上课采取了哪些我没有运用的教学方式，关注学生在课堂的反应，对比别的班级学生和自己班级学生有什么样的不同，最后再课外关于这堂课的一些意见和建议写在听课记录旁，并且同任课老师和小组成员进行交流。学校给我们安排的课不是很多，这使我有充分的时间细心琢磨教材，详细写教案，上课之前都能听从任课老师的指导，认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了又改，并在交予指导老师审阅后进行试讲。

二、班主任工作方面

班主任的职责是管理班级日常工作，在班主任日常管理中，积极负责，认真到位，事事留心。从早晨的早自习，卫生监督，仪表检查，作业上交，早读到课间纪律，课间操，课堂纪律，午休管理，眼保健操，等等，每样事物都负责到底，细致监督。每天到班视察学生的上课情况，并且及时处理突发事件，有创造性的开展班集体的活动，定期找一些学生进行谈心了解。班主任是班级工作的组织者、管理者和策划者，也是学校管理的中间力量和骨干分子，对良好班风和校风的形成起到举足轻重的作用。

实习期间担任班主任工作，我有这样一个认识，班主任对学生的思想教育工作，实质上是一个与学生实行心理沟通的过程，只有真正了解了学生的内心世界，做到有的放矢，方法得当，才能达到教师对学生的成长提供帮助指导、学生对教师的工作给予配合支持的目的，从而收到好的教育效果。

三、教育调查方面

此次教育调查主要是学习压力作业方面，完成了问卷派发与

回收，数据统计与分析，访谈及访谈整理与分析，最终顺利整理成文，完成调查报告的撰写。在中学实习，调查的对象都是初中八年级学生。了解到，大多数学生对回家作业的量觉得较多，但也能够及时完成，不过总是有少部分学生因为种种原因，迟交或不写作业。可是他们普遍都认为作业较多，导致他们没时间玩耍或者做其他事情。每天早上来光是收作业的时间就要10分钟左右，多的时候会有七八本练习要交。如语文学科：作业主要集中在字帖练习、两本练习册、抄写、订正作业、每周一篇的作文等。

在班主任实习工作中，我学会了制定班级的班规纪律，学会了如何调动班干部，学会了维持班级纪律，学会对学生进行个别教育，学会写班主任工作计划，学会怎样开好主题班会，学会这一切都是我班主任工作实习进步的真实写照。

四、收获与不足

在实习期间，我也有了一些收获。通过一次次的讲课，我在台上也变得很从容，不再会结结巴巴的打乱流程，而且还可以在课堂上给学生用幽默的语言讲故事，玩游戏。在平时我还发现，在课前课后多与指导老师进行交流，她们也给予了很多教学上的意见和建议。只要自己勤奋一点，多多去观察学习其他同学，只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。虽然实习的这段日子用“苦累酸疼”来形容都不为过，每天早起晚睡，但是却觉得很充实。通过实习，对中学的现状有个更为感性的认识，对学生的学习有个更为恰当的了解，对教师的工作有个更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境。我还掌握了一些基本的教学方法和师范技能，提高了教学效果和教学水平，通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。

在实习中，也发现了一些不足，首先在教学过程中，语调和在表扬学生的语言和方式多样性都不够。周老师也说了，这是一个漫长的过程，在以后的教学生涯中也要注意这些问题，

经验都是一次次的失败积累出来的，但是一定不能气馁思考是一件幸福的事，懂思考的人会从中调解自己，让自己更好的生活、工作。善于思考的人，往往是善于发现的人，他们不会盲目的跟风追逐，他们会思考、发现自己的需要，从而完善自己。

实习期间，在不断的成长中，我们经验丰富了许多，教学技巧和班级管理理念成熟了许多。五个月的实习生活已经结束了，回顾这段时间来的一切，我们在许多方面都是崭新的，也使我们的教育实习工作圆满结束。这次顶岗实习，在我们的人生经历中添加上了难以铭灭的启示。

大学生外出实践报告篇二

这次，我有幸成为到x公司实习生的一员。之前两次实习，因为各种因素影响没有到大凌丰公司进行实习。这次，我必定尽力把自己的设计做得更好。

初到公司，秀姐和公司其他同事热情的接待我们。简单地收拾下行李，安顿下来就正式工作了。先进行工作车间的参观，主要是让我们更好地了解不锈钢产品的生产流程与工艺。这一部分对于我们日后设计有很大帮助。首先，这样能更好地确定设计方案能否适合生产；其次，能否有效地，控制生产成本的关键所在，譬如钢板冲压成型的配件成是铸钢成型配件的成本数倍；最后，虽然了解的不锈钢的加工工艺，其实大部分的五金工艺都大致可行，可以让自己在工艺认识上有所获益。

虽然未正式的公布设计具体内容。但问题已经出现了，重点是伙食问题。大概，因为广州地区与浮云的饮食习惯有所不同，饭堂的菜色，大家都似乎都不太满意。另外，午饭时间常常需要长时间排队取饭，一排起码半个钟。这样对中午休息的时间受到一定程度的影响。可喜是公司的努力，饭堂为我们15名实习生另外烧一桌饭菜，并开设小房间给我们用午

饭。感谢公司对我们的支持，并经过实习期间观察，公司对我们实习生的确是优待的很。很多正式入职的文员，其实也是每天在饭堂打饭吃的，一样要排半个小时的队。

实习期间正式的设计内容公布了，中式炒锅和汤锅。这个设计题目的确很难，正如秀姐和钟sir所说，在凌丰生产的所有不锈钢产品中，最难设计的就是这两样了。这两样是中国家庭必备的，功能基本、而且单一，可以设计和改进的一般只有把手的配件。但是正是这样难设计才要更卖力地去设计，因为这样的市场是最大的。秀姐还希望我们能在各种条条框框下进行突破，带来更多功能上的创新。我们也知道任务很艰巨，来得这里实习，就必须迎难而上，对公司负责、对学校负责、对自己负责。

每天朝八晚六地工作着，数日过去，大家似乎一筹莫展。不知不觉中期汇总的时间越来越迫近。作为一个大三的实习生，其实我自己感觉到压力其实很大的。这次实习一行15人，还有一部份是08级的师弟师妹和09级的两个师弟。作为实习团队中设计经验相对比较丰富的一员，一要瞻前，做的方案要比其他人好、多；又要顾后，不能多于天马行空，要符合用户需要、符合生产要求。说真的，实在忙不过来。无奈之下，只能放弃功能上的突破，在造型上下工夫，设计一系列的炒锅与汤锅。

还遇上另外的问题就是分组问题了，一方面大家缺少以小组形式做设计，所以造成许多沟通上的阻隔。在整个设计过程中，小组讨论和分析归纳做得太少，结果造成大家各做各的。我这组的指导设计师是星哥，大家又因为对工作氛围的不习惯，根本不敢去找设计师讨论，担心对设计师工作有影响。这一方面的问题在中期汇总，得到有效改善了。

中期汇总会议上，秀姐与钟sir明确地指出，可以自由地让自己寻找适合自己的设计方法，工作时间可以随意地去与设计师们沟通、交流。秀姐并对设计内容进行修正，可以任意设

计以不锈钢为主要材料的产品。在这里不得不说下[]x公司的企业文化，在会议上与日常工作，大家都叫秀姐、源哥、钟sir[]我们只知道秀姐是产品开发与检测部的主管、钟sir是设计主管、源哥是检测的主管，他们的具体职位和职称实在不知道。不过的确整个公司的企业文化很浓厚，没有什么上级对下级摆架子的情况，工作上大家都以轻松愉快的心情去完成。尽管中期我们交出来的方案并不是太理想，但会议中我们对公司企业文化有新的认识，更大胆地去想去设计了。

大学生外出实践报告篇三

为了顺利完成即将参加的大学生校外实习工作，提高安全防范能力，确保自身的人身及财产安全，及时完成在校期间的各项学习任务，顺利毕业，本人承诺做到以下事项：

- 1、不参与任何危害社会秩序的活动；不从事非法传销活动；不参加国内外非法宗教组织和活动。
- 2、通过合法可靠中介机构寻求就业单位，不轻信各种用工启事、电话信息；不从事高空、污染、危险性大的工作；不从事与大学生身份不符的工作；不推销假冒伪劣和“三无”产品；不盲目向用工单位交纳报名费或押金。
- 3、维护公共秩序。不打架斗殴，不酗酒，远离黄、赌、毒；不盗窃公私财物；不观看、传播反动、淫秽、不健康书刊和声像制品。
- 4、注意日常生活安全。不擅自外出游泳；遇事冷静，通过正常渠道解决；保管好个人财物防止失盗。正确处理男女同学关系，女同学洁身自好，不发生未婚先孕等破坏社会风气，影响本人、家庭及学校的不良事件，违者后果自负。
- 5、遵守法律法规，遵守实习单位各项规章制度和劳动纪律，努力完成实习任务。若发生违纪情况，同意用人单位按职工

管理办法处。

承诺人□xuexila

日期□xx年xx月xx日

大学生外出实践报告篇四

在学院领导的安排下，在赵颜老师的带领下，我们一行人去了美丽的海滨城市—威海。坐落在威海市环翠区的海都大酒店，将是我们这三个月努力奋斗的地方。根据酒店的安排，我们被分到了不同的部门，有的同学去了前厅部，有的去了客房部，大部分同学去了餐饮部，而我就是其中的一员。许多人都说餐饮部是最辛苦的，不能否认的是确实如此，但这辛苦中也有快乐。

在酒店内部流传着这样一句话：“女人当男人用，男人当超人用”，我觉着这句话用在餐饮部再合适不过了。通过三个月的实习，让我对服务员的岗位职责和工作描述有了新的定义，那就是“服务员什么都能干！”摆台，折扣布，上菜，餐中服务，收拾包厢等本职工作外还兼职勤杂工，什么搬桌子，椅子，铺地毯等一些工作都是服务员们承包了。

一起实习的同胞们一定忘不了忙碌的七月份吧？忘不了那一次次的婚宴，一次次的会议，反反复复奔跑于二楼餐厅与会议室之间。每一次接待婚宴，我都有一种打战争的感觉，无数个杯子、筷子、小勺要刷又要擦，满地的酒瓶、垃圾，一张张满是油腻的桌子……在这种混乱的情况下，员工们还是可以有序不乱的收拾，积极的配合，一切的一切都使棘手的事变成了“这都不是事”。

让我最忘不掉的是7月29日的98桌婚宴，这是海都大酒店从开业以来接受的最大挑战，对我们餐饮部来说，更是一次前所未有的挑战。在安排工作中，首当其冲要解决的是“在哪里

吃”的问题，所以在不知不觉中，大、小会议室，贵宾楼、小洋楼都成了我们餐饮部的地盘；其次，要解决的是“服务人员的问题”，所以无论是餐饮部、客房部、前厅部、工程部、营销部，大家都齐心协力的完成了此次挑战。在酒店所有领导的周密部署下，所有员工都出色的完成了任务。

通过这次挑战，使我看到了一个酒店的出色运行离不开全体员工的努力，离不开领导们的积极带领，更让我感受到了员工之间强烈的核心凝聚力，和让人惊讶的工作积极性。这件事让我学到了很多。

实习的日子就这样一天天过去了，我很庆幸能有这么一个好的实习机会。在这里，不仅学到了值台人员的服务程序和技巧，更学到了一些课堂上难学到的知识。

我把它归纳为以下三点：

一、对工作一定要热情，要面带微笑。作为服务行业的工作者是不可以把情绪带到工作中的，对待工作一定要认真。

二、要处理好上级和同事的关系，既不能阿谀奉承，也不能不闻不问，最重要的是做好自己分内的事。

三、对待工作要勤奋。俗语说得好：天道酬勤。只要你付出了，认真的去做了，别人都会看在眼里，记在心里，机遇始终是留给做准备的人。

这三个月的顶岗实习，是我踏入社会的第一步。我小心翼翼的进去，微笑着出来，然后发现社会环境并没有多么可怕。重要的是要有一个好的心态，多多自我开导，自我鼓励。

实习的体会，不是几页纸就能说清楚的，只有亲身实践过，个中的喜怒哀乐，酸甜苦辣才能进一步了解。总的来说，它确实为我以后的工作积累了经验，打下了基础。

感谢学院领导的关怀培养和老师们的悉心教导;感谢我们一起实习的同学一路风雨同舟;感谢海都大酒店教会我们的一切一切。

大学生外出实践报告篇五

通过一个星期的实训学习,我觉得自己在以下几个方面与有收获:

一、实训时间

20__年__月__日——20__年__月__日。

二、实训地点

__实训基地

三、实训内容

在这次为期一周的电工实训,我从感性上学到了很多东西,使我更深刻地了解到了实践的重要性。只具有理论知识是不行的,更要有动手能力。通过实习我们更加体会到了“学以致用”这句话中蕴涵的深刻道理。本次实习的目的主要是使我们对电工工具、电器元件及线路安装有一定的感性和理性认识;了解一些线路原理以及通过线路图安装、调试、维修的方法;对电工技术等方面的专业知识做初步的理解;培养和锻炼我们的实际动手能力,使我们的理论知识与实践充分地结合,作到不仅具有专业知识,而且还具有较强的实践动手能力,能分析问题和解决问题的高素质人才。

以前我们学的都是一些理论知识,比较注重理论性,而较少注重我们的动手锻炼,而这一次的实习有不少的东西要我们去想,同时有更多的是要我们去做,好多东西看起来十分简单,但没有亲自去做,就不会懂理论与实践是有很大的区别的,

很多简单的东西在实际操作中就是有许多要注意的地方，也与我们的想象不一样，这次的实训就是要我们跨过这道实际和理论之间的鸿沟。理论说的在好，如果不付诸于实际，那一切都是空谈。只有应用与实际中，我们才能了解到两者之间的巨大差异。开始的时候，老师对电路进行介绍，我还以为电工实习非常简单，直至自己动手时才发现，看时容易作时难，人不能轻视任何事。连每一根电线，都得对机器，对工作，对人负责。这也培养了我们的责任感。

四、实训感想

这次实训很累，在安装过程中我们都遇到了不少困难，理论与实践是有很大的区别的，许多事情需要自己去想，只有付出了，才会得到，有思考，就有收获，就意味着有提高，就增强了实践能力和思维能力。

通过这一个星期的电工实训，我得到了很大的收获，这些都是平时在课堂理论学习中无法学到的，我主要的收获有以下几点：

3、本次实习增强了我们的团队合作精神，培养了我们的动手实践能力和细心严谨的作风。

实训结束了，我学到了许多课堂上学不到的东西，增长了许多学识和见识，受益匪浅。通过实践，深化了一些课本上的知识，获得了许多实践经验，另外也认识到了自己部分知识的缺乏和浅显，激励自己以后更好的学习，并把握好方向。也知道了作为信息时代的大学生，作为国家重点培育的高技能人才，仅会操作鼠标是不够的，基本的动手能力是一切工作和创造的基础和必要条件。而且，现在严峻的就业形势让我认识到，只有不断增加自身能力，具有十分丰富的知识才能不会在将来的竞争中被淘汰。总而言之，这次实习锻炼了自己，为自己人生的道路上增添了不少新鲜的活力！特别感谢在实习过程中所有帮助过我的老师和同学。

五、实训总结

这半年多的时间，我学到了很多的东西，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。做为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在领导和师傅的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实训是每一个大学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，也打开了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。