

2023年大学生实习报告填写(通用10篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家带来的报告优秀范文，希望大家可以喜欢。

大学生实习报告填写篇一

作为一名财务金融专业的大学生，我非常期待可以有机会进到银行、保险等著名的金融类公司去实习。这个期待已久的梦想终于在今年的暑假实现了：在中国银行城南支行、西大东支行进行暑假实习。虽然实习时间不长，但却是一堂意义深远的人生实践课。

这一次的中行暑假实习，短短一月之约，因服从组织的安排，我先后在西大东支行和城北支行实行。我和舍友于7月11日携简历到城北支行报道，被安排到个人金融部，陈主任给了我们三个选择，分别是助学贷款科、信贷部、商业证券部，次日，经过几番考虑，我们选择难度较低，比较适合自己的助学贷款科，说来也十分凑巧，实习地点即在我们宿舍楼下，平常都有些接触，非常方便。

本来我是被安排在助学贷款科实习的，但由于暑假中行与广西银行学校签订了相关协议，银行内部已经有不少该校实习生了，助学贷款科人手需求已经饱和。黄行长转将我们安排到大堂，跟随大堂经理学习，其实，大堂处人手也已经很足了，有大堂经理，银行学校的实习生，及保安。小小的弧形台，容纳了六人，这也是后来我们被调去城北支行的主要原因吧。虽然心中不免有些小小的失落，但好在之前了解银行时，就很清楚，初来银行，在大堂锻炼是很有必要的，所以

次日便换上职业装，面带微笑，开始了我们的实习生涯。

大堂经理的主要职责是主动询问顾客需办理何种业务，积极引导顾客填写相关单据；妥善处理顾客与银行工作人员或是顾客间的纷争，维持大堂秩序；适当向顾客推销中行的理财产品，拓展储蓄业务。

在这一周里，大堂经理梁姐比较忙，我主要是向助理和保安及那位早来的实习生学习，最基本是如何正确填写单据，单据不能有丁点的涂改，一途改就得作废重写，所以需要十足的细心。为了减少不必要的浪费，认真分析了银行单据填写的样板，我私下里把单据整理分类，写下注意事项和以往容易犯错地方，效果还可以，犯错的概率有可观的降低。这一周，恰逢中行广西区行系统升级，21日至23日，全广西的中行都不能办理相关业务，甚至不能取款。所以大堂的工作不可或缺的加上主动向顾客解释系统升级的问题，提醒顾客提前做好相关准备。若您这会儿来中行西大东支行，一定会看到有点羞涩的女孩，面带微笑，主动为您按号，微笑的询问您需要办理什么业务，若您要办理房贷还款、个人汇款、办理开户、外币兑换等业务。便引导你在前台填写拿出相应的单据，并微笑着和你解说关于银行系统升级的事宜。

关于中行的理财，其实，一直以来，虽然通过理论学习了解到银行的业务绝对不止于吸收存款，发放贷款，但真正了解却异常少，平常只是在atm机上或是网上银行即满足了存取款，电子转账，轻松实现网上支付，网上转账需求。比较少接触柜台。仔细观察，来中行办理理财业务的多是退休的教职员工，养老金数目可观。今年cpi一路走高，央行几次加息仍无法阻止存款“负利率”，银行传统储蓄吸收能力下降，理财产品这匹黑马异常受人青睐。年长的叔叔阿姨们纷纷把闲置的养老资金投资于保本收益的理财产。

由于上级的安排，7月19日，我和舍友收拾了心情，正装来到城北支行个人营业部。在个贷客户经理的安排下，前往零

贷*公室实习，主要业务是个人住房、汽车贷款。主要职责是协助客户经理和助理们新增贷款系统录入，扫描档案资料，制作保证合同，整理资料等。相比之前在大堂接待顾客，这里实际操作技能较强，我也是首次近距离接触中行内部系统。由于临近中行系统升级，旧贷款申请系统不宜再使用，所以前几天，实习工作还是蛮轻松的，大部分是在整理押品资料登记，填写三联单，盖章，整理档案。零贷*公室空间不是很大，我们没有固定的座位，但基本一天都是在空调房里坐着工作，不用一整天站着。较闲置的几天，我私下里观察了城北支行，办公室里的都是由人保、华安等公司驻派助理，四个都是很年轻的女孩子，或许是女孩子八卦的天性也或许是贷款工作比较繁琐，工作之余，她们谈吐都非常八卦，轻松，没有太多的职场争斗。各位姐姐都很好，没有距离感，很有耐心的教会我们基础知识，让我们更快的融入这个小小却又充满温馨的办公室。

之前很少接触到住房或是汽车贷款，新系统上线后，为此，我和舍友都自己准备一份“宝典”，时刻记录客户经理的忠告和建议。怎么说呢？系统升级本来是好事，但由于银行内部培训可能力度不够，新系统刚上线，大家似乎都是摸着石头过河，连客户经理们也不是十分清楚整个流程，只能一边摸索一边工作，尽量快点熟悉新系统的操作。经过两三天的不断探索，我的宝典上已经是黑压压的笔记了，记了太多细节的问题，基本会操作新系统，只是熟稔度有待提升。逻辑集中版新系统新增了很多信息，提高了录入难度，有些甚至借款人未提供，诸如工作年限，我们要自己推算，很多容易被忽略的信息却是必填选项，只有完整填写完，贷款申请才有机会顺利放款。一笔贷款的完整新增过程里，以个人住房贷款为例，有一整套固定流程。需要新增录入借款人资料，管理关系人，管理担保品，放款前提条件，扫描资料，签署意见，查看个人征信报告等，一个都不能少。我主要是系统新增信息及扫描资料，待客户经理核查无误后签署提交，等待放款。还记得第一次新手操作时，有兴奋，也有些许担心，个贷客户经理就在我旁边，看着我录入信息，我的心里总担

心犯错而紧张，注意力不集中，心里没底，打字速度也慢，结果录入文字、数字信息总会不经意间遗漏。其实，艳莉姐，并没有任何言语的苛责，只是我自己一个劲的瞎紧张。由于办公室电脑不够，我使用新系统新增贷款也有限，闲暇时就看看我的宝典，在心中默默记下那些细节。当艳莉姐新增贷款时，我便坐在电脑旁仔细观察，由于她熟悉业务，信息可以便捷的找到，提前复制，用时方可粘贴，不用再像我们一个一个打字。还有容易遗漏的信息，她总会一字不少的录入。看到我在一旁观看，她会时而告诉我一些小秘诀，如何快速高效输入信息。对于这些，我通常都会在宝典上留下红色印记，待中午休息时自己再仔细琢磨。

扫描，之前只是停留在认识扫描仪的程度，从来没有使用过，至于复印机之前在大堂实习时已学会使用了。扫描仪的使用倒是没有太大难度，关键是各种待扫描的资料经扫描后各自应存放在哪个目录，文件夹里有20几个目录，必须记住哪些资料应当存放在哪些相适应的目录，此外，这些目录都是无序的，咋一眼很难找到你需要的目录，要记得他们在哪个位置。再者，两位客户经理的档案袋里的文件有些是事先整理过的，同类型的文件放置在一起，便于扫描，可有些却是杂乱无章的，扫描之前必须整理，对于新手而言，前两天，完成一笔贷款真是既繁琐又累人，一整天不是对着电脑就是扫描仪，而且速度差不多算是龟速吧。然而，心中始终坚信孰能生巧，经过不断的努力，速度和质量有明显提升，依稀记得艳莉姐那句话，“你们办事，我放心。”简单的话语，却是给了我莫大的鼓励，虽然这些工作技术含量并不是很高，但自己的付出终究被认可了。私下的努力总算没有白费。由于先前积压了许多贷款，我们很长一段时间都是新增扫描，也加了两次班，忙碌而充实。

关于制作保证合同，是后期的业务，其实，难度不大，主要是在模板中更改借款人相关信息，诸如合同编号，姓名、身份证号码、住址、购买的住房信息等。然后打印，装订成册，再整理。二十几天里，其实琐碎的工作还有很多，每一个环

节都是绝对不能出错的，错了，就意味着带给自己麻烦，甚至带给客户麻烦，而银行的事，似乎是永远也做不完的。回想短短的一月之约，自己似乎做了许多事，虽然有些事情比较轻微。其他人看来，似乎没有用上理论知识，其实，我还是很知足了的，毕竟只有一个月，等到你办业务有些熟悉却又抽身离去了，银行不会发太多心思来培养你，真的很感谢银行里的各位哥哥姐姐们——何哥，小兵姐，小梁姐，艳莉姐等给予的帮助，这一段路程，自己收获良多，太多心得体会，不止于实际技能，更多是为人处世的方式！

银行的工作主要是和钱打交道，比较繁琐，需要很细心。每一份单据，都不能出错，尤其是柜员的工作，填错了要自己负责，倒贴工资。总之，一出错，不仅是给自己添麻烦，也给客户、银行添麻烦；目前，我国的银行业的发展程度比较低，银行的工作其实没有太大的技术难度，只是很反复，需要很有耐心。很多时候，每天赶早到银行上班，然后开始重复着昨天的生活，久而久之，生活越来越单调、枯燥，必须耐得住寂寞，耐心应对每一天；浓烈的服务心。银行隶属于服务行业，工作人员作为银行的代言人服务礼仪尤为重要，良好的服务态度会给人留下深刻印象，吸引客户。银行正是服务性要求很高的行业。说实话，在银行实习的这段时间里，经常会遇到客户在银行里“大吵大闹”，自己亲眼目睹了顾客要投诉一位实习生的场景，有时候，确实是有些客户的要求太过分了，毕竟，银行作为公共服务行业，许多私人化的要求是很难满足的。可，转念又想，整个工作里，其实还是存在不少问题的，顾客才会有借口有理由争执，无论是办理业务效率，内部人员肆意插队现象，银行的服务确实还有提升的空间。

由于自己是实习生，工作时间还比较轻松，早上九点上班，傍晚六点下班，上班并没有太多额外的事情，不想正式员工那样，也没有什么任务指标等。即使这样，每天回到宿舍，来回奔波，心还是很疲倦。平常我们看到的银行都是早上9点开门下午5点半关门，其实不然，银行的工作人员每天早上8

点半就要到单位指纹签到，然后开会或进行班前准备，开门后一直上班，中午一个小时吃饭，下午关门后继续处理业务或是开会培训，至少要6点半才能离开。每周名义上休两天假，实际上各种培训，发展客户总会占用可怜的假日，法定假日也是不放假，当然是有补贴的；银行的业务繁而多，不同职员肩负不同任务指标，这些指标直接与工资挂钩，奖励少，扣款多。一般柜员一年拉存款100万，这是额外的，凭借你的人脉关系拉存款。客户经理，更是要拉1000万存款。由于自己一直想进银行工作，闲暇之余，都习惯搜集一些这方面的资料，虽然心里知道有这回事，可真正听到他们私下里这种说法，确实打破了我之前的认知，只能说确实很累很累。

我国的银行业还没有发展到国外那种高知识含量、高专业性的地步，不管是国有商业银行还是股份制商业银行，很多领导方式上会存在惯性误差，大部分业务都是靠人情公关获得的，尤其是对公业务，银行要大发精力向国家行政部门“示好”，想方设法留住自己手中的中高级顾客。这个关系网密密麻麻，网住了我们，应酬不可少，心思不可缺。那么，如果家境有优势，银行又何乐而不取之呢？也许，这是一条银行业发展的必经之路，忽视了技术进步带来产品革新吸引顾客的方式，而是凭借手中的人脉锁住客户，考虑经济学上的理性人假设，这种方式很具风险性，当立场改变，当利益改变，客户潇潇洒洒离去，任是你们“私交”再好，也许还是难以挽留。或许，这不仅是银行这个行业的专属特性，这可以说是这个时代的禁锢，处处讲人情化，有背景，有私交抵过多少背后的努力。不管继“我爸是李刚”事件还是其他不胜枚举的类似事件，这个世界虽然很精彩，却有时总有无奈，为了生活，我们学会了圆滑，学会了“高端”的为人处事，一步步走进了这张网中，密密麻麻的相互缠绕，牵绊着你我他。

至于，对银行发展的个人见解，想来，自己的发言还是为时过早，只有亲身经历过，才具有发言权。在此，便不累赘了。或许，银行就像一座围城，外面的人对围墙深处充满了美好的向往，里面的人却苦于高墙深处阻断了道路，有人想方设

法进去，也有人千方百计出来。

最后，关于实习的思考其实也蛮多了，一个月来，每天都是很有规律的生活。一言以蔽之，开篇很戏剧性，过程很充实，结局很淡然，感悟却有些压抑，总体经历很宝贵，值得回味！这次实习工作是我人生第一次真正意义上踏进社会，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”许多事情并不像我们想象的那么简单，再微小的事情也有它的合理处事规则，我们能做的是积极主动认识这些规则，应用这些规则，向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，一切从“心”开始，化压力为动力，在实际生活中不断提高自我素质，提升对客观环境的适应能力。想来，应该是真正领悟到“学无止境”的含义了。因为，一年365个小日子，生活总有她的办法让你发现问题，思索问题，解决问题。

大学生实习报告填写篇二

经过一学期《物流基础》的学习，对物流的定义、基本功能、各个作业流程有了一定的理论基础，通过实习将这些理论与实际的操作相结合，在实践中提高运用知识的能力。

了解第三方物流服务的特点、主要设备和作业流程，对其进行分析，并结合所学的理论提出改进意见。

访问法、资料收集法。

资料收集的方法：网上收集。

1、基本情况：上海商业物流中心位于曹杨路1500号，交于铜川路，比邻武宁路，交通便捷，与上海西站及其铁路沿线仅一步之遥；地处内环线与外环线之间，距离内环线1.5公里，外环线3.5公里，并且距离沪宁和沪嘉高速公路出口处分别仅为1.5公里和4公里。物流中心占地面积为26万平方米，各类仓库10万平方米，拥有4条铁路专用线和40辆箱式货车。

2、公司简介：上海商业物流中心系上海商业储运有限公司的子公司，隶属上海一百集团有限公司。中心始建于1952年，是全国商业系统大型的社会化第三方物流企业。xx年初被国家经贸委确定为全国发展商品配送重点单位。

3、主要设施：

铲车，中心拥有1.5吨至3吨的汽、柴油叉车和干充式电瓶叉车以及前移式高位货架库专用干充式电瓶叉车多辆。

手推平板车，拥有多辆手推平板车，手推液压车和登高车6辆，以及国际标准1m*1.2m地台板。

运输车辆，中心拥有多辆10吨全封闭厢型货车，8吨全封闭厢型货车，5吨全封闭厢型货车，及2吨以下的厢型货车。同时拥有2个联盟型车队，可调动车辆近百辆。

铁路专用线，拥有4条共计长度为1654米铁路专用线，是目前上海商业系统内唯一拥有铁路专用线的专业物流企业，具有100万吨的铁路运输发运能力，以方便客户的产品运输方式有多种选择余地。

集装箱场地，拥有1万平方米集装箱场地，龙门吊负载能力为10吨至20吨，适合金属类商品以及集装箱储存业务。

4、仓库类型：

高平台彩钢板结构仓库。拥有高平台彩钢板结构仓库计24621平方米，可利用空间高度为7-8米，1700平方米的仓库已安装了高位货架，该类型仓库的优点是建筑结构合理，面积利用率高，防汛、防潮、隔热性能良好，全部有雨棚和外平台，库外周转场地大，便于商品装卸及进出仓。

高平台铝合金结构仓库。拥有高平台铝合金结构仓库计16800

平方米，可利用空间高度为6.5米，该类型的仓库的优点是防汛、防潮性能良好，库外周转场地大，特别适合于进出仓频繁的大宗商品的储存。

楼层恒温库。拥有楼层恒温库10100平方米，可利用空间高度为5米，该类型仓库的建筑条件为满足某些产品在温度控制上的不同要求提供了先决条件。

铝合金结构平房库。拥有铝合金板平房库5700平方米，可利用空间高度为6米，该类型仓库的优点是库外周转场地大，特别适合于进出仓频繁的大宗商品的储存。

易燃品仓库。拥有可储存易燃品仓库1000平方米，该类型仓库能提供属于易燃危险品类的特殊商品储存。

其它库房40000平方米，该类型仓库多数属于砖木结构，单幢仓库面积小于上述仓库类型，具有冬暖夏凉的自然调节功能。

5、仓储系统服务：

市内/国内配送，单品/综合配送，常温/冷藏配送。备有各式车型，承运商品包括：百货用品、冷藏保温、特殊商品。

贵重物品配送。提供门到门的服务，确保商品的安全抵达用户手中。

隔日零担配送。对于零担配送，公司承诺货物隔日上车、发车。

上架陈列。对于市内各大商场、各类超市、连锁网点的配送服务，公司还提供协助客户商品上架陈列的服务。

6、仓储系统服务：

常温/恒温仓库储存，高层/堆垛货架储存。

存货即时控制。有效的货卡登记制度,可随时了解库存商品的数量。确保商品质量,随时检查,出现质量问题及时上报、调整。定时观察库房条件,确保库房内温湿度不超标。

加工整理。提供完善的分拣、换包装等加工服务,物流中心内还设有专门的包装加工单位,可随时满足客户的各种要求。

订单处理。对订单处理要求做到及时、准确、高效,并承诺:单据收到15分钟内,操作人员到达现场,可开始收发货。

退货处理。全力协助货主公司进行退货收货作业,并且填写收货单和进仓单,并及时反馈货主公司,以便货主公司尽快对退货做出处理决定。退货收货时,对于原封箱之产品如无货主公司特别指令,即可作为商品入库处理。非原封箱退货按货主公司指令要求,做到清点、分类、整理后方能入库。

7、信息系统服务:

物流信息系统设计。分析客户物流流程,提供物流系统设计,系统咨询。

仓储管理系统设计。依据客户对仓储条件的要求和储存商品特点,进行仓储管理系统的个性化设计。

运输配送管理系统设计。针对大企业配送系统,专门设计了一套配送订单管理系统,实现单证处理的通用化,以适应各种客户对配送的要求。

销售供货分析。从客户利益出发,进行常规供货、出货、流通周转、及安全库存的定量分析,替客户计算出最经济的租仓面积。

其他信息管理需求。秉承客户至上的服务理念,提供全方位的信息服务:通过wms,tms系统与客商电脑联网及通过公司

内部局域网的架设，实现各仓间库存信息及时反馈，控制。客户公司可通过电话拨号上网连接我公司局域网，实现客户实时查阅商品库存的信息。

8、作业流程(以中国物流公司为例)：

进仓：乙方提前一天将《入库通知单》传真给甲方确认；甲方收货时根据《入库通知单》上的内容逐项核对，（如货损，货差，货单不符将记入《进仓单》）；二小时内甲方将《进仓单》传真回乙方后归档，月底制定报表。

出仓：乙方提前一天将《提货通知单》传真给甲方，写明出货的时间，车队名和所提货品的货号、数量；当天车队携带正本《提货单》到相应的货仓，甲方根据乙方签字样本，《提货通知单》与正本《提货单》核对《出仓单》，并由提货方在《提货单》和《出仓单》上签字；完毕后甲方立即把已签字的《提货单》传真回乙方，并把《提货单》、《出仓单》归档。

1□swot分析

优势：企业长期从事物流服务业务，拥有一支物流管理及实际操作经验丰富的专业队伍，能为客户提供各项物流服务；仓库类型齐全；作业场地宽敞。

劣势：人员配置不尽合理，员工人数过于庞大，影响企业效益；信息系统未能得到充分的利用；货仓的出租形式过于单一、死板，租金较高。

机遇：申博的成功必将给上海物流业带来前所未有的发展良机，许多的跨国厂商商品的周转必定要依托本地的物流企业。

挑战：物流企业间的竞争日趋激烈，如何优化自身的作业流程，充分利用企业已有的设备设施降低成本。

2、企业仍然依照老旧的仓库出租模式收取租金，以至于使得仓库的利用率浪费，造成客户的流失，可根据仓库的实际加大空间利用率，根据仓库的实际利用情况进行收费，这样既提高了仓库的使用率又间接的降低了租金，争取到了更多的客户。

3、铁路专用线的使用效率不高，只要少数客户选择这一运输方式，其实铁路运输在我国现阶段的长距离、高密度的运输中，仍然有着其不可替代的作用，特别是这种门到门的运输，更可以降低企业的物流成本，提高商品的流通速度，企业应主动寻找适合的客户推销这一特色服务。

4、企业虽然已建立了一套较为完善的信息系统，可以将一系列的商品信息、仓库状态、作业流程、养护情况及业务合同记入其中，但在实际操作中这一系统并没有得到充分的利用，企业往往仍然依靠传统的人工方法和票据进行作业及信息传递。应尽快在企业中提倡信息化的作业方法，使每名员工都能使用信息系统进行操作与管理。

5、健全物流加工服务，流通加工也是物流的一项重要功能，作为第三方物流企业应该重视流通加工，将其同其他服务一起视作一个重要的利润来源，提高服务的档次与水平，重点抓住有高附加值的商品进行加工整理，吸引住长期客户。

1. 企业要发展，企业形象至关重要，因此每个企业都十分注重自己的企业形象，宁可花多点的钱去租用昂贵的美观的现代化仓库，也不愿去租用那些老式破旧的仓库，因此可以花费点资金整修老式的仓库，使企业自己本身的形象提高，这样客户会更加愿意来租用仓库了。

2. 进货堆放货物时不能只顾着一时的方便，应该考虑到出货时的方便，不能耽误客户的时间，因此要按照标准把货物堆起，堆放要整齐合理，以免倒塌。

3. 要严格按照仓储管理的要求，对于过期的货物要及时与厂家联系，并得到应允后及时销毁，不要堆积在仓库中，浪费仓库容积，更不要和正常的商品同放一起，带给人一种杂乱无章的感觉。应该另外准备一间仓库，使那些一时无法销毁的商品有地方储存。

4. 商品的大类要分清楚，如食品归食品储存，生活用品归生活用品储存。若把食品与化妆品放置在一起，化妆品包装如若破裂，其化学物质会污染到食品的卫生。

5. 应注重运用现代化技术，把计算机应用作为一项系统工程来抓，实现与工厂、销售计算机信息的联网，以及以上海市市区配送为主辐射华东地区的运输配送网络。

6. 应多重视专业人才的培养，提高员工的综合能力及素质。应多学习和借鉴国外的先进技术，使企业更好地向前发展。

目前物流中心正面临许多问题，批次越来越多而批量却越来越小，造成物流管理上的一个难点。产前物流、企业内部物流、销售物流，在供应链的管理上如何把握住这三块之间的关系。国内的'物流利润太低，仅占5%，如何把利润搞上去。面临一系列的难题，物流中心还得多借鉴国外的物流策略，提高自己企业的效益。

大学生实习报告填写篇三

转眼间□xx年9月13日至11月5日这一段我在顺德xx中学为期近两个月的实习就要过去了，这才觉得这段艰苦而又幸福的实习生活多么短暂。回想三年来持之不断地学习学科教育知识和一般性的教育学、心理学知识，除了了解“教育是什么、学生怎么学习”这些根本问题外，还在有限的时间内尽力提高自身的师范技能。然而，这些来自文本阅读、个人思辨和微格培训的教育信条、意识取向和行为习惯，在面对真实的教学场景中能够适用吗？我们难道真的明白什么是教育吗？

这些问题通过这次实习才真真切切面临在我们面前，才有机会让我们锻炼自我，提升自我。

这段时间，实习的基本内容包括两部分：班主任工作、课堂教学。我所带的班级是高一（10）班，而授课班级跨度尖子班普通班共5个班。在原任班主任林老师和原任地理老师叶老师的帮助下，我较好地完成了教育实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。在一个多月的实习生活里，我一直以教师身份严格要求自己，处处注意言行和仪表，热心爱护实习学校和班级学生，本着对学生负责的态度尽力做好实习工作；同时，作为实习生一员，一直紧记实习守则，遵守实习学校的规章制度，尊重学校领导和老师，虚心听取他们的意见，学习他们的经验，主动完成实习学校布置的任务，塑造了良好的形象，给实习学校的领导、老师和学生都留下了好的印象，得到学校领导和老师的一致好评，对此，本人甚感欣慰。

怎样上好每一节课，是整个实习过程的重点。刚开始的两个礼拜的任务是听课和自己进行备课和试讲工作。听课方面，在这期间我听了3个课任老师共36节课。在听课前，认真阅读了教材中的相关章节，如果是习题课，则事前认真做完题目，把做题的思路简单记下，并内心盘算自己讲的话会怎样讲。听课时，认真记好笔记，重点注意老师的上课方式，上课思想及与自己思路不同的部分，同时注意学生的反应，吸收老师的优点。同时简单记下自己的疑惑，想老师为什么这样讲。在备课方面，我首先通过科任老师和自己的观察了解了学生的基础水平和听课习惯，了解一节课允许讲解的范围，然后认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，在不是很自信的章节中，力争把教案详细到老师的每一句话和学生可能的每一种反应，以及老师要怎样应对这种反应。在课件上真正做到简洁清晰。在备课期间，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，然后将课件和教案交给老师修改完善，并在交予指导老师审阅后进行试讲。在此期间，在制作课件到把握课堂时间到掌握课堂气氛各方面我都提前做了到了很多准备。

他们不会像自己的同学那样随意附和、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和等待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，或者干脆就趴在桌子上看书和睡觉。这些那些我们从未面临过的突发状况都会接踵而来。但是我不觉得紧张，可能是前几周的感情基础，使我在他们面前有一种莫名的放松和自然，我觉得这是一个好的条件，可以减少不少不必要的失误，然而第一节课我最大的不足就是时间把握不好，40分钟的课堂我只用了30分钟，然后有点不知所措，于是我下课就赶紧找了科任老师，我了解到自己的语速过快，有些ppt放映太快，学生没来得及做笔记，还有，以后面对这种情况，可以适当让学生做练习然后进行讲解，这样就节省了下节课的习题讲解时间。我一一记下笔记，恍然大悟获益匪浅。后来的一节课，我成功的把握了时间问题，在语速方面都得到提高，叶老师给了我很多赞扬的话，我觉得有很大的成就感。然后慢慢的，叶老师可以放心的把几个班的课交给我，我觉得这种信任也是对我师范技能的肯定，我还是会经常找老师去听我的课，给我提出一些不足，偶尔碰到比较难讲的章节时，我会选择先让老师讲，我去听，学习一些讲解技巧后然后再自己上课。此外，课堂上若学生对我的提问有所反应的话，就是对我最大的回报。因此，在课堂上必须注意学生的反应。我认为，要随时掌握学生的学习情况，分析原因，从而改进自己的教学方法和确立教学内容。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习地理的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。从学生的`问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，答疑时，我会让学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。课堂教学中，我的指导思想是不不断给学生纠正错误，完善缺点的机会会会，身为教育工作

者，必须要用足够的耐心和毅力去爱护每一个学生。

我担任的是高一（10）班的班主任，第一次见面介绍完后，就下到班级跟同学生们进行交流，这样能给学生亲切感，也拉近了我与学生的距离。每天早上会准时到班查看学生出勤情况，检查监督卫生，及时了解学生前晚的状况，课间操时维持秩序，监督到位。平时我耐心地做学生的思想工作，了解不同学生的具体情况，很快，根据情况制定了工作计划，交由班主任陈老师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。首先是常规工作方面，每天早起检查出勤，督促学生按时打扫卫生，早读，下第二节课后监督学生站队做广播操，中午检查学生出勤，第九节课到班里进行辅导，下午监督学生打扫卫生，平时找值日班长和学习委员了解作业的上交情况等等。同时，也进行一些答疑辅导，晚自修按时到班里辅导。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢我这个实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。学生的纪律方面，学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就可以正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那几个学生的一些情况，如学习情况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。在实习期间，正好碰见学校举行的红歌比赛和体艺节以及广播操比赛，对此我会及时到班里对学生进行训练，跟着学生一起上体育课，监督他们进行广播操练习，结果我们班在红歌比赛中拿到第一名，在广播操比赛中拿到二等奖，尽管期间我偶尔严格，但是看到我们一起努力的成果，看到大家对我自豪开心地笑，我知道，大家接受了我，大家认可了我，在学生们推举下，我有幸将两张奖状贴上白白的墙上，累并开心着。

实习期间，我展开了“我的大学我的梦”主题班会，向大家展示大学生活，让大家对未来充满期待，确定目标，从而有了动力来为目标奋斗，在其中放映一些励志视频，让大家知道，有目标，有努力，不管我们有多差都会有希望！

除此之外，我还跟着班主任家访了部分学生，深入到他们的生活中，了解家庭状况，从中我学习到很多班主任和家长的沟通技巧，来达到家校联合促进学生进步的目的。同此目标的还有家长会，我从前期工作到迎接家长到家长会召开都积极参与。

总之，通过实习，不论是在教学工作方面还是在班主任工作方面，我都受益匪浅。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；从一个毫无班级管理经验的的大学生到一个对班级管理有一定处理能力的班主任。通过实习，我更加明白要成为一名好的老师应该要怎样去努力，走入社会，需要学习的东西还很多。我相信，通过不断地努力，不断地完善自我，未来的路上，我会做到更好。

大学生实习报告填写篇四

在即将毕业的这几个月里，我主要负责的工作内容是办公室文秘。在这一过程中，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文秘工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响最大的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将首先在报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。下面是我的实习工作总结，敬请各位提供宝贵意见。

毕业实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实习中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我们以后

进一步走向社会打下坚实的基础。由于我所在的公司是北京驻乌的一个办事处，是一家私企，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。只是每天都要守在电话和传真机旁。很耗时间，第一天就因为坐了一天腰酸背痛的。

刚开始就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。不然，想念以后干什么都会干不好的。我目前的工作，相比其他人来说待遇挺不错的了，也不是和其他人比，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习对人怎么说话、态度及其处事。由于经验少，我在这方面还有欠缺。现在才明白，在校做一名学生，是多么的好啊！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

再说回来，在工作中，互相谅解使我很感激他们。有时同事有事要晚来一点，就要我一个人在办公室办公，偶尔我也会的，大家相处的很好，没有什么隔合。有几次要回学校办点事，去向经理请几小时的假，经理也都很体谅，直接就给批假了。这个时候心里很开心；遇到一个如此好说话的经理。所以，感觉目前的工作还是挺不错的，最重要的事就是周围的同事都很不错的。心里上没有什么额外的，不必要的压力，可以好好工作，学习。先就业，后择业。

我现在要好好锻炼自己。再好好学习，之后相信自己通过努力一定会找个好工作来回报父母及其所有的老师的。别的没有什么奢求的，现在当然是把磨练自己放在第一位，更何况目前的待遇还不错。在这一个多月里，我学到了一些在学校学不到的东西，即使都明白的事，可是刚开始有时还做不好。现在做事，不仅要持有需心求教的态度，还要懂得取长补短，最重要的一点就是“忍”了也就是坚持不懈。现在，我工作的时间虽然不久，可是我发现自己真的变了点，会比以前为人处事了。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。在秘书这个职位上，技术性的劳动并不多，大多是些琐碎重复的工作，因而秘书在工作中所会遇到的挫折主要可能发生在：与上司沟通不好；上司给的某份工作感觉吃力，难以胜任；对琐碎重复的工作感到怨烦；与上司发生争执；情感方面。

针对文员这个职位的特点，具体到挫折时，不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折。古曰“天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，增益其所不能。”遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。复印、传真、公文处理等文秘工作我都基本熟练。文秘管理要制发文件，处理文件和管理文件。

在各种文件中，大部分具有不同程度的保密性，而且各级秘书人员经常接近领导，看一些重要文件，参加一些重要会议，所以，秘书人员在公共场合活动时要注意内外有别，把握分寸，对什么应该说什么不应该说要心中有数。准确，是对工作质量的要求。文秘管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的'准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习日子短和我并非文秘专业的关系，对文秘有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。但时通过实习，加深了我对文秘基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文秘管理工作有了一定的感性和理性认识。认识到要做好日常企业文秘管理工作，既要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实习与理论两者紧密相结合。

大学生实习报告填写篇五

短暂而充满意义的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。随着师傅与同班同志耐心的指导与提醒，我的操作能力在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作内容，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的责任感。我的每一步都必须从小事开始，从细节起。步，刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自己的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心接受和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的进步。

努力总会得到果实，在这一个月的工作里，使我在此岗位上操作的内容有了不小的成就。在班里常受到班长与师傅的表扬。每一次的收发油中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解油品的流程和每个阀门所管辖的范围及通过油品流量的大小。特别是在每一次的储油时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一种牌号油的特点及怎样通过看，闻，摸，测等方法验证油品的质量，然后测出密度。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作内容与工作氛围，促使我更加的怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。

一、坚持专业知识指导实践，努力学习各项hse管理规章制度，认真履行hse岗位职责，提高hse意识，严格执行本岗位的操作规程，遵守工艺操作纪律，积极参加各项hse活动，岗位技术兵和事故预案演练。熟练正确的使用各种防护装备和消防器材，努力做到安全文明生产。

二、积极参加公司举办的各项活动，充分的锻炼自己，磨练自己，充实自己，使自己的特长得到展现和升华。

三、保持谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取建议，以最大的努力去工作，以最大热情去学习。把规章牢记心中，虚心接受与采纳每一位同志的提议，累积经验，以便更快的完善自己，充分的发挥一个员工的责任，为自己的前程打下一个牢固的基础，从而实现自己的人生价值。

实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自己的特长做到最好，那么人生的目标，也只不过是离我们一步之遥。

虽然我目前还缺乏经验，缺乏在艰难局面中独立开展工作的能力，但我相信年轻就是本钱，我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展现自己的才能，我不会满足现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高。因此我一定会把所有的时间和精力放在我的工作上，积极投入到工作中，为实现自己的人生价值拼拼！

编辑部的工作者们每天都要争分夺秒地修改、编辑，还要经常加班，有时每天只能睡四、五个小时。但我从来没从他们的脸上看到疲惫和厌烦，他们总是精神饱满地投身于自己的工作中。我想，正是这份对工作的激情支持着他们。如果没有激情，他们不可能为此付出如此巨大的精力。

激情让我们对工作充满热情，愿意为共同的目标而奋斗；耐心

又让我们细致地对待工作，力求做好每个细节；细心让我们严把每一份稿件，做到精益求精。

编辑部的工作既繁琐又枯燥无味，无论严寒酷暑，他们都得静下心来慢慢地阅读稿件。如果没有耐心，他们不可能坐在办公室不厌其烦地工作着。细心同样很重要，因为这关系到新闻播出效果的好坏。哪怕一个字，一个小小的标点符号，都会影响到新闻播出的质量。所以，即便他们再累也得提起精神，仔细检查，宁可多看几遍，也不愿意放过一个错误。如果细心。他们不可能做出如此高质量的新闻节目。

在编辑部工作也有很闲的时候。没稿件的时候，编辑们都会看看杂志和报纸打发时间，或是聊聊天，说说笑。而此时，我总会很自觉的地抓紧时间多看看些新闻编辑的书记或是拿出之前改好的稿件，学习和总结一些常见的稿件错误。

总之，编辑部是一个既充满欢乐气氛又可以学习和拓展知识面的地方。

实习让我收获了很多，无论是理论上的知识，还是实际生活中的知识，这些知识都让我受益非浅。我认识到在学校学好本专业知识的时，还应该多参加些社会实践，拓展自己知识面，提高自己的综合素质，不断学习，多思考，多练习，多听多看。同时要学会与人相处和沟通，处理好人际关系。

任何事情都要对自己有信心。相信在我们的努力下，“有志者事竟成”。

大学生实习报告填写篇六

20xx年2月12日到4月28日，大四下学期开学，我在广州阿菲卡鞋业有限公司外实习。经过为期两个月多月的实习，我渐渐明白有时实际要比理论简单直接的多，但大多数情况下实际操作还是比理论要复杂。通常是我在别人的实际操作中领

会到了自己所学理论的重点及要旨。

值得庆幸的是在这一个月的时间里，公司的同事给予了我热情的指导和帮助，而我也虚心向他们请教学习，把大学所学的知识加以运用，在理论运用于实践的同时，也在实践中更加深刻地理解了以前没有理解透彻的知识。经过这些天的实习，我对贸易公司也有了更深刻的了解，也初步熟悉了进口业务的实际操作。更重要的是，这是我踏入社会的第一步，虽然只有两个多月的时间，但是也让我看到了自己的很多欠缺，让我深知，在社会上我还需要很多学校里学不到的能力，年少的我们，还应该更加努力。这次实习给了我一次成长的机会，让我受益匪浅。以下是对自己在实习期间的简单汇报：

公司座落于得天独厚的站西路西域大酒店鞋业批发市场内，公司占建筑面积300多平方米。公司拥有一支高素质的员工队伍，而公司内部也建立了严密的科学管理体系，明确的操作程序，严格的质量管理制度，并实行岗位制及定期员工培训制度。公司在信息与开发方面特别加强力度，在销售方面，公司是以“欢迎您，世界的朋友”为主体，力求满足世界各地之朋友及客商的需求。

该公司是出口鞋类产品为主的国际贸易公司，主要产销国是欧洲、中东、非洲等国家，该公司有一个业务部，一个财务部还有一个质检部组成了贸易主体。

我是在业务部门进行实习，业务部主要负责进口鞋子跟单的进口工作。在实习期间，我了解了基本的贸易业务知识，熟练运用办公软件，学会了电脑制作外贸销售合同，以及按信用证要求制作商检、报关、压汇及交单单据，还有提供给客户的出货清单、对帐单等，熟悉了客户通电和业务人员按工厂要求对外报价，了解了很多关于制鞋方面的知识。同时了解了专业外贸公司目前的现状，感受了外贸业务的艰难。

第一天去公司实习，我怀着惴惴不安的心情，踏进办公室，

只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我担心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

作为一名实习生初涉社会，进入一个陌生的机构，接受一份新的工作，面对一些完全不熟悉的人和事，要想应付得体绝非易事。无论在学校取得了多么大的辉煌，到了一个新的环境中，你都是一个新手，除了自己的努力外，还需要周围人的帮助。想得到领导的赏识、同事的首肯，要有勤奋学习、虚心好问的精神。不懂装懂是最要不得。我很庆幸自己到了一个比较好的环境，遇到了一个比较好的老师，无论我有什么问题（当然是工作上的），只要我提出，周围的人都会耐心地向我解释。

实习了两个多月，虽然工作很辛苦很累，但我感觉很快乐，心里很满足。因为我从和同事的相处中发现不管在哪个行业，对待工作的激情和耐心都是不可或缺的。激情让我们对工作充满热情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

时间流逝，我的实习将要结束，最先，我抱着学习和锻炼的精神来到这里，实习充实了我的学习生活，我学到了许多书本上无法体验的知识。通过实习，我感触颇多，得到许多新的认识，对许多问题多了深一层次的思考。经过两个多月的实习，使我对工作，生活都有了一个全新的体验。以后就是社会上的一份子了，责任也将越来越重。我是在一家外贸公司实习，我在公司主要工作是熟悉外贸流程以及做业务，对

一些新客户的发展和老客户的维护。首先我介绍一下我在公司所要做的事情：

- 1、客户询盘：一般在客户下订单之前，都会有相关的order inquiry给我们业务部，做一些细节上的了解。
- 2、报价：我们业务部及时回复客人查询，确定货物品名，型号，生产厂家，数量，交货期，付款方式，包装规格及柜型等，并做好performa invoice给客户做正式报价。
- 3、得到订单：经过洽谈，收到客户正式的订单purchase order□
- 4、下生产订单：得到客人的订单确认后，把订单转做成内部订单给采购部让她给工厂下订单，安排生产计划。
- 5、业务审批：业务部收到订单后，首先做出业务审核表。按出口合同审核表的项目如实填写，尽可能将各种预计费用都列明。合同审批需附上客人订单传真件，与工厂的收购合同。审核表要由业务员签名，部门经理审批，再交管理部人员审核后才能执行。如金额较大的，或有预付款和佣金等条款的，要经公司总经理审批才行。合同审批之后，制成销售订单，交给部门进程员跟进。
- 6、下达生产通知：业务部在确定交货期后，满足下列情况可下达生产通知，通知工厂按时生产：如果是t/t付款的客户，要确认定金已经到账。如果是西联付款的客户，要先确定付款是否已经到达本地的西联。
- 7、验货：在工厂把货物生产好，并发货到公司之后，要对所定货物进行查验，是否能用，质量是否过关，这些是必须要进行验证的，是基本原则，因为要想稳定客户资源，这一部分就一定要做好的。

8、制备基本文件。工厂提供的装箱资料，制作出口合同，出口商业发票，装箱单等文件。

9、发货：通知货代来公司收货。并且把所以必备的单据叫给货代。

10、确认收货：在发货后要通知客户已发货，并且一个星期左右要询问客户是否收到货物。

选择进入公司自然少不了要办公，办公相对来说是比较程序化和正式化的。首先，要遵守的就是时间，准时上下班，对于在大学比较自由的我们来说要锻炼“坐”功。我们每天都是坐在电脑前面，一坐就是好几个小时。其次，要适应办公的氛围，基本上办公的时候还是很严肃的，在紧张的工作重要懂得调节。第三，就涉及到现代办公工具的使用，复印，打印，传真没有想象的容易。对于我们外贸业务员还要能够通过电话和邮件中跟外国客户沟通好。熟悉sales confirmation□commercial invoice等各种单据是基本的。通过对商务文件的翻译发现也没有想象的难，只要将中文意思能够用简单的文字表达清楚就行。

信念，坚持到底是获得成功的最主要条件。

成功的业务员是先和客户当朋友再谈生意。开始的一段时间我都主动在电话里以及网上和客户打招呼问好，后来慢慢的我的客户都会开始主动跟我打招呼。有时还会有客户主动打电话过来问候聊天，这样就增进了我与客户之间的交谈及友谊，让客户对我有个好的印象，对业务员来说，这些客户资源是日后最大的潜在力。

假期结束之后，我就要是大四的学生了。在大学的最后一个暑假，我想参加到社会实践中来，毕竟这是最后一次机会了，我不能错过，我应该在最后的暑假进行一次很好的锻炼，让自己在最后的大学一年得到更好的能力。今年暑假，我就

在这种思想下，度过饿了我的暑假，我也参加了两个月的社会实践。

大学生实习报告填写篇七

大三还都还没有开始，刚刚结束大二的七月，没有暑假的休息和调整，我开始了我的顶岗实习工作。通过之前学校里的面试，我很荣幸的加入了上海广域装饰工程有限公司这个大家庭。上海xxx建筑装饰工程有限公司成立于20xx年，注册资金5080万元，现为经国家建设部批准的建筑装饰设计甲级、施工一级资质企业，并通过了质量管理、环境管理、职业健康安全管理体系认证。公司同时具有机电设备安装工程二级、智能化工程二级、钢结构工程二级、建筑幕墙工程二级等施工资质。

实习是大学生从学校到社会的一个过渡，我们可以通过这次实习，去提升自己、锻炼自己。在实习中我们可以运用自己所学知识，并继续拓展自身的知识面。扩大自身与社会的接触面，为将来自己立足于这个行业和社会做好准备。

7月初，我一开始被分到了第一个项目，是上海的xx药厂办公楼改造，但是因为一些原因工地暂停施工了。于是我就被分到了另一个项目，苏州的龙湖狮山原著一标段公共区域精装修工程。

刚来到工地的我是比较迷茫的，也不知道要干些什么，从哪里开始学习，如何去学习都不太清楚。幸好领导让一个施工员带着我学习，从一点的开始学习，主要是学习施工员这方面的知识。

这个项目主要分为别墅和高层，我们负责的部分有23栋别墅和8个高层，高层有3个18层的高层和5个12层的跃层，其中高层42号楼的一到三楼是物业用房，物业用房内所有的部分都是由我们负责的。其他地方我们是负责公共区域的精装，包

括大堂、楼梯、电梯厅、地下室包含的所有墙砖、地砖、不锈钢扶手、铝扣板吊顶、木工吊顶、电梯门套等等.....我每天的任务基本就是在现场检查班组们每天的施工进度和安全文明施工情况，后期还排查了问题，并一个个列出表格发给所有相关班组维修整改。因为工地有多家单位一起交叉施工，有时候也会遇到许多问题，我也会做联系单发给甲方和监理以便让他们通知相关单位整改，避免对我们造成不必要的损失。偶尔缺人手的时候和大家一起做做小工，打扫卫生、清理垃圾，做一些小事。

在实习中碰到了许多工种，有瓦工、木工、水电工、油漆工等等.....我也从观察他们工作和干活中学习到了不少知识。总结一下，比如瓦工，贴瓷砖的施工工艺与流程还有注意事项：地砖一般板厚20毫米左右，每块大小为800×800毫米。使用1：2水泥砂浆铺贴。要先清扫整理基层地面，接着水泥砂浆找平，定标高、弹线，然后把提前浸水湿润的瓷砖从水里捞出来，安装标准块，摊铺水泥砂浆，铺贴瓷砖，最后就灌缝、清洁、养护交工就行。过几天我们会检查空鼓情况，如果出现一块砖有一半到四分之三以上空鼓，必须返工。又比如油漆工，涂刷乳胶漆工艺流程要先清扫基层；填补腻子，局部刮腻子，磨平；满刮腻子磨平要两遍，涂刷封固底漆；涂刷第一遍涂料；复补腻子，磨平，涂刷第二遍涂料，最后磨光交活。施工要点基层处理是保证施工质量的关键环节，其中保证墙体完全干透是最基本条件。这些也仅仅是一些皮毛而已，我要学习的还很多。

这些也仅仅是皮毛而已，纸上得来终觉浅，只实习了几个月的我还有很多知识等着我去吮吸，除了学习，还有人际方面，每天除了自己公司的领导同事交流还会和甲方、监理、总包以及其他单位的打交道，在这个社会上做人非常重要，有一句话说得好，“先做人，后做事”，我认为是非常有道理的。等到自己真正踏入了这个社会才能发现自己有多少不足，没了学校和老师的庇护，我根本什么都不是，无论是工作能力还是实践的经验，我和别人比起来就是一张白纸，所以我应

该要收起自己的天真烂漫，好好去努力实习，完善自己，不能眼高手低。感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在那里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，移提高自己的潜力。记得老师以前说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，学生还终归持续着学生的身份，而走进企业，接触各个的业主，同事，领导等等，关系复杂。得去应对从未应对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的状况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢这是社会与学校脱轨了吗也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，就应懂得与社会上各方面的人交往，处理社会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。毕竟，3年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

所以我的总结差不多就是这样，最后我总结了两句对我来说很重要的话：一是在不知道做什么的时候，最好的方法就是虚心请教别人怎么做而不是盲目的自我探索；二是没有经验的累积是做不好很多事情的’。认清自己，继续努力！

大学生实习报告填写篇八

本学期的暑期实践要求我们针对某一建筑或某类建筑进行调查分析，研究从前期策划到设计的全过程。在我看来如果将

目光仅仅集中在某一建筑上，未免有一定的局限性，不能客观、深刻的理解和剖析这类建筑的特性。因此我选取了我们当地几个比较有特点的建筑从建筑的前期策划，建筑设计，建筑施工这三个方面来对公共建筑进行研究。

1、前期策划：研究该建筑前期策划的人文因素、环境因素、文化因素、技术因素、时间因素、经济因素、美学因素、安全因素等设计因素，通过文献调查与研究、诊断式观测与访谈、场地分析等途径对该前期策划进行评价分析，分析其合理性，并发现问题。

2、建筑设计：研究该建筑的设计方案，结合前文所述各因素分析方案。通过图文并茂的方式指出设计方案的合理与不足，并提出自己的设想。

3、建筑施工：了解该建筑施工的过程，综合运用所掌握的建筑技术知识谈谈自己的体会，巩固与深化原有的知识。

暑期实践的目的在于通过参观公共建筑方面的典型建筑，建筑工地，使我们对所学知识有一个感性认识，对本专业的概貌有一个系统全面的了解，增强我们学习建筑学的兴趣。如何开始本学期的暑期实践呢，首先要选取本地几个比较有特点的公共建筑进行研究。公共建筑比较有代表性的又以学校建筑为主。因此我选取了金华本地的浙江师范大学进行研究和分析。调查研究主要分为以下四个方面：

1、根据所学知识，对所参观建筑组群的总平面布局的合理性或不合理性进行分析。

2、参观建筑物外观及内部，了解各层平面布局及房间布置，观察建筑外观特点。运用所学知识分析该建筑平面布局、空间造型和立面处理方法。

3、分析建筑的防火与安全疏散设计是否符合要求。

- 1、了解该建筑物的结构形式、构造特点、建筑作法、承重方式、施工方式、抗震等级等；
- 2、了解该建筑物的地基及基础类型、构造形式及施工方法；
- 3、了解该建筑物的墙体类型、结构布置、细部构造及施工特点；
- 5、了解该建筑的楼梯、阳台等的详细构造；
- 6、了解建筑物的建筑装修构造。

通过去建筑工地和工厂实地参观，了解以下内容：

- 1、了解水泥、砖、砂子、石子、钢筋等主要材料的规格、标号、特性及使用要求；
- 2、了解混凝土、砂浆的配合比、标号、生产工艺所用设备以及养护要求；
- 3、了解各种钢筋加工情况；
- 4、了解火电厂发电的工艺流程

通过去施工现场参观，要求了解以下内容：

- 1、了解各施工工种的工艺流程，生产特点以及各工种之间的配合及穿插作业情况；
- 2、砖混结构施工工序，现浇构件的施工工序；
- 3、建筑工程与安装工程的施工配合及工序要求；

(一)通过调查研究发现浙师大校园的总体布局

采用有利于学科交叉、资源共享的细胞模式系统化布局。各建筑组团有序发展，各组团都有自己的中心，并有便捷的步行系统于相邻组团联系，形成多个独立高效运作的系统。同时也改善各专业封闭独立的传统布局，以整体集中、个性独立的方式既满足学科交叉、高效便捷的要求，又满足各局部功能相对独立的要求。新校区规划以生态环保意识为指导，人与自然共存。充分利用现有地形、地貌营造高雅而有活力的校园文化氛围，并在单体布局中尽可能满足节能通风和环保的要求。充分利用基地现有自然条件，因地制宜。规划不仅对原有环境进行保护，使人工环境与自然环境相互融合，突出筑群布置的层次感，同时加强校园环境景观的配套设计，还注意从更高层次来创造一种学府氛围，把人文环境的营造与自然环境的保护结合起来。

(二) 校园的规划除了生态环境方面的考虑，还体现在不用尽现有资源，为将来发展留有余地。采用动态发展的原理进行规划，制定利于扩展、具有弹性的校园总体规划，不仅考虑分期建设的可行性，整合新建筑与现有校舍的功能布局，做到远近期结合，注重节约用地，给远期发展留有足够余地，实现校园建设的可持续发展。

(三) 建筑构造及施工

除了参观浙江师范大学的规划和布局之外，我还选取了浙师大内部正在施工的学生宿舍楼进行分析和研究，因为宿舍楼还属于施工阶段，因此给了我到施工现场学习和研究的机会。刚到施工现场，给我的感觉就是凌乱。在主体建筑前有一个小型的广场，这个场地是堆放建筑材料用的，可以看到所堆放的建材主要是钢筋，有水泥、砂、石之类的建材，我们跟着现场管理员上了楼，我们踏上用钢管和铁网搭接成的梯子，开始觉得很危险，四周都有伸出来的钢管或铁条。二三楼的模板和支架已经拆了，我们可以清楚地看到支撑上部重量的柱子很大，大到使我们都觉得层高变小了。在承重柱的四周有很多构造柱，它们是用来加大墙的强度的，以避免意外。

大学生实习报告填写篇九

今年7月20日开始，我在曲阜市龙虎小区物业进行了物业管理实习工作。在实习期间，我依次对设施管理、事务管理、保安管理进行了实习。在实习中，我在管理处指导老师的热心指导下，积极参与物业管理相关工作，注意把书本上学到的物业管理理论知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证所学的物业管理理论，探求物业管理工作的本质与规律。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对物业管理工有了深层次的感性认识与理性的认识。

我所实习的海纳物业管理有限公司，目前，该公司拥有员工近1500人，管理面积约300万平方米，管理项目类别有大型住宅区、高层商住大厦、商场、公寓、别墅、酒店、高等院校等物业。伟柏花园是其所管辖的物业管理项目之一。市直第四生活小区由2栋19层高的塔楼组合而成，小区面积约29000平方米，居住270户，居住人口近一千人，管理处员工26人，其中：管理人员6人。回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习中，我采用了看、问等方式，对伟柏花园管理处的物业管理工作的开展有了进一步的了解，分析了管理处开展物业管理有关工作的特点、方式、运作规律。同时，对管理处的设施管理、事务管理、保安管理有了初步了解。

严把员工招聘关。海纳物业在招聘管理人员须毕业于物业管理专业；招聘维修人员须具备相关技术条件的多面手，并持有《上岗证》；招聘安保人员，对其身高、体能、知识、品格、心理素质等都进行严格考核挑选。

做好员工的入职、在职培训工作。海纳物业对新招聘的员工进行上岗前的相关培训工作，使员工对小区的基本情况、应开展的工作心中有数，减少盲目性；随着市场竞争激烈，知识、技能的不断更新，对在职员工提供各类专业性的培训机会。海纳物业提倡“工作就是学习，工作就是创新”，每位

员工都争做“学习型、创新型”员工，员工中形成了一种积极向上的比帮赶超的竞争氛围。从而，使员工个人素质得以提高，管理处管理服务水平和效益得以提高，树立了良好的企业形象。

对于设备管理，我在实习中看到，管理处着重建立和完善设备管理制度；对各类设备都建立设备卡片；做好设备的日常检查巡视，定期进行检查、保养、维修、清洁，并认真作好记录，发现问题及时解决。如对水池、水箱半年清洗消毒一次，进行水质化验，以保证水质符合国家标准；发电机每月试运行一次；消防泵每月点动一次，以确保发生火灾险情时，消防泵能正常使用。当然，在物业管理中还存在着很多不完善，不健全的地方。比如说：

（1）物业人员的形象不规范。（2）规章制度不健全。（3）物业管理工作宣传不到位。（4）服务人员的人性化意识不强。（5）、物业经营收入单一，难以摆脱亏损的局面。

通过在实习中理论的研究和实践的磨合，我认为这些基本的问题已经成为物业走向品牌化、从分散型经营到集约化发展的制约因素。如何解决这些问题，规范物业项目的运作，树立物业的品牌形象。通过近段时间的实习，提出自己的几点建议和方法：

建立规范、高效、专业化的队伍，作好基础管理是关键。优秀的基础管理是作好物业工作的基点而员工素质则是优质服务的决定性因素，也是一个物业企业能否持续发展的壮大的关键。（1）规范服务人员形象，加大企业宣传力度。规范形象包括仪表、语言、行为三个方面，仪表规范要求我们的服务人员要持证上岗，统一着装，佩带明显的标志，所使用的工具要印有企业的标识。语言形象要求服务接待人员要讲普通话，由于在公司的项目上买房的大多是外地人，所以这一点显的很重要。物业是一种服务行业，其行为其实就是一个服务的过程，即服务传递过程。表情愉悦的工作人员可以平

息由于服务缺陷给业主带来的不满和怨言。（2）健全与物业有关的规范规章及各种档案保持制度。完善的规范规章可以规范员工的行为，有利于整个服务流程的再造，有利于提升企业的外部形象。并要做到“事事有人管、人人都管事”，使每一个责任事故的发生都能找出相应的责任人，并能配合相应的奖罚激励措施。（3）充分重视业主大会和业主委员会的作用，使之成为物业与业主沟通的桥梁。全体业主是整个小区物业的所有权人，而业主大会和业主委员会则是他们的代表机构和代表，也是小区重大决策的拥有者，所以物业管理人员要充分重视其作用，处理好与他们的关系。在日常的管理服务中，要定期或不定期的召开与业主委员会或业主代表的座谈会，以征询在平时管理中的不足和缺陷，来完善自己，同时也要把对业主的合理要求和一些个别业主的不配合现象对业主委员会给予明示，必要时达成书面协议。2、服务管理要以专业化方向、寓法制化于其中，走程序化的道路。

短暂的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。通过实习，加深了我对物业管理知识的理解，丰富了我的物业管理知识，使我对物业管理的工作有了深层次的感性和理性认识。同时，由于时间短暂，感到有一些遗憾。对物业管理有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。总之，经过此次实践，我得到了真正的切实的实践经验，综合所学的理论知识，这将会为我走进并做好物业管理奠定了坚实的基础。我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的`应用到实际工作中来，充分展示我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程而努力。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

大学生实习报告填写篇十

大学的生活虽然有趣，但毕竟社会才是我们人生真正的开端！如今，临近毕业，为能在毕业之前给自己做好更加充分的准备，且也是为了学校的毕业任务。我与20xx年x月开始了自己的实习之旅，并在同月，有幸加入了xxx公司，负责xxx岗位的顶岗实习工作！

现经历了长达三个月的实习之后，我对自己在本次实习中的所学所做，总结实习报告如下：

此次实习，除了最基础完成自身毕业任务之外，最主要的目的是让自身能在社会的实践中了解这个复杂的社会，并能在工作中取得一定的经验和基础能力，且加强自我在社会中的独立能力和交际能力。

总而言之，就是提前试水，让自己能提前感受社会的气氛，并做好相应的准备。为此，我在这次的实习前也积极做好了自我的准备和计划。

在xxx公司的工作中，因为是顶岗实习人员，所以我在一开始由xx前辈负责带领和教导。在前辈和领导等众人的指点下，我学习了不少xxx岗位的工作知识和经验，并通过实际的锻炼掌握了基础的工作技能和要求。

在工作当中，我以实践为主，除了在空闲时间多多收集工作的资料和技巧，其他时间我都在努力通过实践来锻炼自己，并通过实际的工作来掌握自己的所学。仅仅几周的时间里，我几乎将学校中所学的经验知识用尽！这让我不仅认识到自己目前知识的浅薄，也不得不在这个新的环境中边学习，边锻炼，通过自己的行动去学习新的知识。

在工作期间，我也严格的要求着自己。我熟记了公司的要求，能在工作中严格的按照工作要求办事，认真遵守领导和前辈

的教导，并在工作中努力完成自己负责的任务。

在这次的实习中，我认识到了社会和学校环境的不同。也感受到了工作和学习的差距！即使是对于现在的我来说，目前所掌握的能力也还是太过薄弱，不仅需要专业的知识上提升自己，还需要尽可能的在各个方面去完善自己。

此外，经过了独立的社会生活，我自身的独立能力也得到了很大的完善，并能在生活中较好的照顾自己。相信这段时间的所学所得都能在今后真正的社会工作中帮到我，我也一定会更加努力，在今后取得更好的`发展！