

# 大学生实践报告心得体会(大全12篇)

无论是在学校还是在工作场所，报告范文都是一种重要的交流方式，能够帮助我们更好地与他人沟通和协作。整改报告范文中的表述方式和语言技巧，值得我们学习和借鉴。

## 大学生实践报告心得体会篇一

一、实习时间：

20\_年\_月\_号——20\_年\_月\_号

二、实习单位：

\_\_一级代理商——\_\_有限公司

三、实习地点：

\_\_大厦6楼

四、职位：

外呼专员

五、实习目的：

我在大学学的全是理论知识，很少在社会上实践，只有亲身实践才能学以致用。在这里必须得提到的一点，公司所需的人才与学校培养的人才存在脱节，大学生在学校里学习的一些技能很难达到公司所要求的程度，而且学生也对公司的要求了解不是很深，所以在选学方面会出现一定的差错。

刚出来工作的大学生存在着一个严重的问题——那就是没有工作经验!公司的根本目的都是以利益为目的的，它不是慈善

机构，所以一般不会让你去它那里学习经验什么的。

我的专业是工商管理，毕业之后不可能一进公司就让你当管理者，必然是先从基层做起。我学过市场营销，对营销很感兴趣，而且营销和管理其实是有一定的联系，所以我想先从销售做起。

## 六、电话营销实习内容：

### 1) 培训：

第一天上上班的时候，我们知道了公司每天都会开早会，公司里的同事用pk来激发斗志、以玩游戏来放松心情，感觉上这家公司还不错的，这也许就是我们常说的企业文化吧！第一天上上班，公司里的宋主管来给我们培训，这个是工作之前一定要做的。不管是从事什么工作，公司里每个员工都必需清楚了解到自己公司的产品是什么？有什么作用？怎么去用？公司是怎么样的？等等一系列的问题。作为公司的一位员工，连自己公司是做什么的都不知道，他一定是不负责的人，也不会为公司带来多大的价值。

\_\_有限公司是\_\_的一级代理商，主要是负责通过电话营销来增加电信3g用户，拓展3g市场。宋主管给我们讲解了电信的350易通卡，950易通卡，1650易通卡和1000乐享3g卡的资费，并和\_\_的\_\_做了比较，指出我们\_\_卡的优势是什么。并讲解赠送的礼品和参数，以及如何搭配，价格是多少。

### 2) 上岗：

通过两天的培训，我正式上岗了。戴上耳麦，手拿写满手机号码的a4纸，按下了第一个号码，嘟嘟……嘟嘟……电话还没有接通，我的心跳加快，紧张的心都快跳到嗓子眼儿了。通了，“您好，这里是\_\_给您来电的，请问这个158的号码是您本人在使用吗？”

“我们中国电信3g推广部近期正在举办一个3g体验活动，有个优惠活动是要通知到您的，我可以简单给您介绍一下吗……”就这样，每天7.5个小时，全部是在打电话。每当顾客决定要礼包，我开单的时候是我最开心的时候。但是我们所有员工开的单，审核部都要再打电话确认一下，只有通过审核，开出的单才会派送。

但是即使公司快递人员派送出去，顾客收到了我们公司的礼包，感到不满意，拒签了，这个单就还是失败的。只有顾客签收了我的单，我开出的单才算成功。

### 3) 收获:

我做了一个月的电话营销，一共打了5600多个电话，平均每天打187个电话。我一个月一共开了40个单，平均一天开1-3个单。但是其中只有12个单是成功的。我的业绩算不上好，但也不算上差，只能算一般。

当然，我本人对我的业绩并不感到满意，虽然业绩并不是很好，但是我还是很开心的，因为我学到了很多的东西。

通过这次电话营销实习后，发现自己所存在的很多不足之处，而这些不足之处是我没去做电话营销实习就无法发现的，自身的整体能力不足，比如说沟通能力、一些销售技巧、与同事与领导相处的技巧，因为公司就是公司，不是学校，在学校里，同学与同学之间，同学与老师之间都是很好相处的，但是在外面的话就不一定了，你必须懂得一些相处的技巧。

专业技术：在学校里学校的专业知识都比较基础，要使这些知识用于公司还远远不够，不能满足公司的要求，所以还得自己去提升，继续去学习。

心理上的调整：现在的学生不再是以前的天之娇子了，不管是专科生还是本科生甚至是研究生社会上都一大把，不要以

为自己是个大学生就觉得所以快要毕业的同学们要调整心态，不要高不成低不就的。

## 大学生实践报告心得体会篇二

曾听过这样一个故事，从前有一个年轻人爱上了一位姑娘，想要娶她为妻，姑娘说：“如果你要娶我，就带着你母亲的心来见我。”年轻人就去要母亲的心，母亲什么也没说，挖出自己的心交给儿子，年轻人高兴地捧着母亲的心去见自己的心上人，路上不小心摔了一跤，这时，那颗还在滴着母亲鲜血的心连忙问：“孩子，你摔疼了吗？……”多少年来，当我想起这个故事，都会被这种母爱深深的感动，也正是因为这伟大的母爱和我对幼儿园这片净土的热爱，我选择了幼儿教师这一行。因为在我心里，我觉得无论是母亲对孩子的爱，还是作为一名幼儿教师对孩子的爱，都是无私而伟大的爱，所以，我立下了誓言——要把我全部的爱心奉献给每一个孩子。

我的教师生涯已经有五年了，这五年来，我幼教经历的风风雨雨，苦辣酸甜使我更明确的懂得，作为一名幼儿教师，仅有一定的知识和技能还是不够的，必须具有像妈妈一样的情怀和爱心。有了这种情怀和爱心，就能全身心投入，最大程度付出，让孩子们有一种安全感，信任感，就能对孩子们关爱、尊重、耐心，体贴入微，把他们教育好。

回想两年前，有一天，我发现我班的蔡一诺小朋友旷课了，然后几天都是爸爸来送，他绷着脸，瞪着眼独自站着，不玩耍，不游戏，就像一只受伤的羔羊。下午放学他爸爸带着不高兴的样子最后一个来接孩子，这时只见小小的蔡一诺张开双臂飞跑着发出一声高叫：“爸爸，我要妈妈，我要妈妈啊！”爸爸一下子把他抱起来脸贴着脸，哽咽着对我说：“老师，拜托了。我和诺诺的妈妈离婚了。”我眼前一愣，心想：他们夫妇感情不是很好吗？为什么？他继续说着，听完后我的

心酸酸的，一颗幼小的心灵受到如此大的创伤。面对这个事实，作为老师的我，应该用爱去温暖他，感化他，鼓励他，让他重新感受到爱的温暖。从此，我每天跟诺诺谈心，给他讲故事，帮他驱赶心灵上失去妈妈的孤独感。渐渐的诺诺的话多了。来园离园主动跟老师打招呼，又变得活泼了，我清晰地感觉到，只要把自己无私的爱奉献给孩子，那幼小心灵的花蕾一定会毫无顾忌的开放——开放。

最使我不能忘记的是去年六一期间，我收到一封来信，打开一看，是几年前我带班毕业的学生写来的，信上说：“敬爱的老师您好：我现在上二年级了，刚学会写信，老师让我们给最亲最敬佩的人写信，我首先想到您，刘老师，您现在还在那个幼儿园吧？我去奶奶家时找过您，可您总不在家。今年我参加双科竞赛了，全级第一名，您为我高兴吗？几年不见了，怕您不认识我了，给您寄去一张照片。……”我拿着孩子的信和照片看了又看，仿佛又回到了从前，浩浩刚上幼儿园，她姥姥送到小门，她已跑回到大门。哭着喊着不上幼儿园。看现在神奇、懂事的样子，让我高兴，孩子能想到的第一个就是我们幼儿园老师，这就是我们不辞辛苦的回报，是幼儿教师的光荣和自豪。

有时候孩子们会对我倾吐心中的秘密，有时候会把我的话当作圣旨，有时候他们会悄悄地在我耳边对我说：“老师，你好漂亮呀，”“老师，我好喜欢你啊”“老师，你好香啊”有时候他们会模仿我的一言一行给他们的爸爸妈妈看，正是这一点点地发现，才使我越来越喜欢我的孩子们，越来越爱孩子们，让我真正体会到幼师的伟大之处。

有一次，我感冒了。上课时，沙哑疼痛的喉咙让我时不时得清清嗓子，班里的几个小淘气在眉开眼笑，连平时乖巧听话的孩子也好奇的看着我发笑，我发现一时室内大乱，顿时无名火起，瞪着眼睛批评了一通，火发完了，我发现孩子们都坐在那儿一声不吭，眼中闪出丝丝惶恐，几个小淘气低下了头，我心头不禁一阵愧疚。第二天上午，我怀着复杂的心情

走进活动室，忽然平时不爱说话的林英芹小朋友走过来，说：“老师，你一直流鼻涕，这是我带给你的纸巾”。还有小淘气峰峰边跑边说“我带的是有香味的，给你，给你，给你”，最小的婉莹也跑过来，说：“老师，这是我叫我妈妈给你买喉咙疼的药，给你吃！”我双手捧过来，眼里含着泪花问，“都是给我的吗？”只见她们连连点头，我一时无语，默默地坐在那，看着一个个不谙世事的小孩，他们那一张张红扑扑的小脸蛋上写满了真诚，他们那一双双亮晶晶的大眼睛里荡漾着关爱。

那一刻，我的心中充满了关爱，那一刻我对昨天的失态感到万分后悔；那一刻，我觉得我是世界上最幸福的人，虽然我曾因为他们的娇气而抱怨过，也曾因为他们的淘气而生气过。可是，今天在他们面前，我感到自己以往的付出是多么微不足道，而回报确实如此的丰厚，那是一棵棵盛满关爱的童心啊。我将永远一心不改，为有所爱，为所有的爱，把我的爱洒向每一个孩子。由此，我感到无比的幸福和快乐。

“有一份耕耘，就有一份收获。”当刚入园的孩子没两天就不哭了，还吵着要来幼儿园的时候；当家长看着瘦弱的孩子，身体一天天健壮、对你不停地说“谢谢”的时候；当组织孩子们表演，获得一阵阵掌声的时候。我忘记了所有劳累，我体会到的是一种发自内心的幸福感。

幼教工作是极其平凡的，而要做好又是那么的不容易，回顾过去所走的路，我的心中漾起了由衷的幸福感和价值感。因为我把生命融入了这平凡而又富有挑战性的工作岗位上，我觉得这才是最有价值的人生。幼儿是祖国的未来，我们是幼儿的启蒙教师，只有将好的品质交给幼儿，才能使幼儿在今后的日子中越来越精彩。所以我必须端正自己的态度，充分发挥自己的想象，敢于创新，只有这样才能调动孩子们的主动性，创造性。培养孩子们的想象力，让孩子们在我的领导下，逐渐成为一个思维活跃，不墨守成规，大胆地发挥自己的想象力，敢于创新、冒险，有个性的孩子。我愿把爱无私

的奉献给孩子们，让他们在我的臂膀下快乐地成长。

工作总结心得体会(六)

## 大学生实践报告心得体会篇三

两个月的实习瞬息即过，本站为大家带来这篇实习，了自我表现，有欣慰也有不足，期望这篇大学生实习总结能够供大家作为参考范例。

认识并融入这个团队，一向是这两个月对自我的要求。学习是拉近距离、融入团队的办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自我的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来xx见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心;这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改善的地方。相信，透过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮忙下，自我会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自我的力量!和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势;养成个性谦虚才能不断提高，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。在人力资源部期间，与同事一齐完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作;在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一齐编写单元20xx年度战略规划。透过踏踏实实的`做事，让自我有了提高的机会，也让自我感受到自我的价值所在。

## 大学生实践报告心得体会篇四

到公司实习工作3个月以来，我在单位领导的培养和教导下，经过自身的不断努力，无论是思想上还胜作上都取得了较大的提高和收获，现将3个月的工作情景总结如下：

在实习期间我做到了遵守公司的规章制度，服从领导在工作中的安排，按时按质的完成了上级交给我的所有工作任务。在这3个月中，参与了1车间项目建设，了解了各个车间的设备使用情景，并完善建立相关设备的档案，整理修复了全厂所有内线电话以及解决了办公楼电脑网络不稳定问题。

工作3个月以来，学了很多、做了很多、思考了很多，在为自我的成长得到提高的同时，也明白自我身上还存在着许多的不足。

一、优点主要体此刻以下三个方面：

(一)工作充满活力。因为有活力，我敢于承担职责，极力追求完美。活力能帮忙我认真细致地工作，不断创新，不断追求完美，把工作做到最好。

(二)严格要求自我。无论胜作还是做人，我都时刻提醒自我要对自我有高的要求。要不断向其他优秀的同事学习，工作认真细致，不断提高自我的工作水平，力求能把负责的工作做到尽善尽美。

(三)厚德载物，宽以待人。平时我注意跟同事和谐相处，经常换位思考，体谅别人难处。

二、不足之处在于：

(一)专业技术水平有待进一步提高。所参与的项目涉及到诸多新技术、新产品、新工艺，要经过不断学习和工作实践加



以掌握。

(二)对公司的一些工作流程还是不太熟悉，以后要多向他人请教及阅读相关规定和制度。

(三)技术交流方面做的不够。技术方面的交流对于技术人员的成长大有裨益，在今后的工作中多与同事进行专业知识的相互交流，做到共同提高。

### 三、工作提议：

(一)车间维修工在维修设备后经常将维修工具留于车间，在此提议配备统一工具，并建立工具管理档案，施工完毕后进行维修工具的检验和检查，严禁将工具留在工作现场，以防其他岗位人员使用工具拆卸设备或者工具箱内螺丝遗漏混入产品内。

(二)建立的设备维护保养计划对于车间的设备和生产工作能够起到进取作用，期望在适宜的时间推行。

(三)公司配电箱安装不规范现象很多，由于长期缺失巡视和定期检查，开关螺丝松动导致发热存在安全隐患。提议采购一把测温，配电箱内建立巡查表，定期测温，防止隐患发生。

(四)公司维修人员技术有待提高，期望有多走出去学习的机会。

最终，我想说的是，3个月以来的收获与我毛司的领导和同事们的帮忙是分不开的，无论成绩也罢、不足也罢，都是自我职业生涯中的巨大财富。我将在今后的工作中不断完善自我，努力实现公司同自我的共同飞跃。

## 大学生实践报告心得体会篇五

会计电算化是现代经济管理活动的一个重要组成部分，是会计发展的一个历史性的飞跃，是以计算机替代人工记账、算账、报账以及对会计信息进行分析和利用的过程。它是管理现代化和会计自身改革以及发展的需要。近些年，会计电算化的推广与普及，大大减轻了财务人员的工作强度，提高了会计的工作效率与工作质量，但不容忽视的是它对传统的会计形式产生了巨大的影响。

由于会计电算化是以计算机以及数据传输和通讯设备作为数据处理系统的核心，完成从原始数据的搜集，以及经由记录、验证、分类、登记、计算、汇总、报告等一系列会计工作，所以，在此过程中，会计人员只进行一些辅助性的操作，即只需把会计数据以规定的要求输入处理系统，计算机即可按照事先编制好的程序，自动完成会计数据处理，并将最终结果——财务报告打印出来。会计电算化是把系统工程、电子计算机技术等科学与会计理论和方法融为一体，经过货币计量信息和其他有关信息的输入、存储、运算和输出，以现代机器工作代替手工操作，实现会计工作方式的变革和人的解放，供给计划和控制经济过程需要的会计信息。

会计电算化系统使得会计人员从财务账册中解放出来，但并未从根本上提高财务信息质量另外，系统的信息处理一般都是对手工会计职能的自动化，系统的结构是面向任务和职能的，这对满足会计核算的要求来说已经足够，但在业务流程的监控和与其他系统的集成性上还需要加以完善。当企业发生危机时，它又总是首先反映在财务危机上，不是缺少现金，就是缺乏持续经营所需的资本。在这种情景下，产生于上个世纪90年代的erp系统成了企业的一个新选择。

经过本次实践，我深刻体会到会计电算化是会计史上崭新的一页。电子计算机的应用，首先带来数据处理工具的改变，也带来了信息载体的变化，会计电算化后对传统会计方法、

会计理论都将发生巨大的影响，从而引起会计制度、会计工作管理制度的变革。会计电算化促进着会计信息的规范化、标准化、通用化，促进着管理的现代化。在本次的实践过程中，不仅仅培养了我实际的动手本事，增加了实际的财务工作的过程有了一个新的认识。并且充分认识到了自我的'不足。会计本来就是一项十分烦琐的工作，所以在实际操作过程中需百倍用心、细心。切忌：粗心大意、心浮气躁。

本次实践已到达了预期目的，很多的会计专业知识与社会知识相结合，既巩固了专业知识，又学到了社会知识，对我今后的就业有极大的帮忙。经过这次暑期社会实践我对记账的会计岗位有了一个深层次的认识。我找到了专业知识的漏洞，对好多基础性知识还不是很肯定，需要重新回顾学习。对会计岗位人员要求的细致、耐心有了切实的体会，明确自我需要努力的方向。在会计实务的操作过程中企业的财会人员均认真执行《会计法》进一步加强财务基础工作的指导，规范记帐凭证的编制，严格对原始凭证的合理性、合法性进行审核，强化会计档案的保管工作。社会实践是挑战也是机遇，仅有很好的把握才能体现它的意义。这次会计实践工作中，我可谓受益匪浅，它为我步入社会奠定了基础，为我以后的就业找工作指明了方向。

卡耐基说：“成功毫无技巧可言，我一向只对工作尽力而为而已。巨大的成功也不会一蹴而就，我们需要一步一步地提高。”诚然，短暂而又充实的暑期社会实践就这样结束了，其中汗水很多，知识技能很多，感慨充实的回忆也很多。

## 大学生实践报告心得体会篇六

一张白纸，只有通过实习才能体味社会和人生，在前台这个不起眼的岗位，我能够感受到社会上的人情事理，我在一点点的积累社会经验和学习处世之道，了解人际关系的复杂，这是整个实习过程中最宝贵的一部分。整个实习历程，我不仅看到自己好的一面，也将我在各方面的缺点与不足毫无保

留的放大出来，从而让我关注到自己从不曾注意的东西。

显而易见，前台的工作量是很大的，而且，当酒店接待重要的客人时，通常是经理会千叮咛万嘱咐甚至亲自处理，丝毫不允许疏忽。不得不说，耐心和细心是酒店每个员工都必须具备的东西。虽说酒店里的工作每天都是千篇一律、周而复始的，但是，由于接待的客人大多都是从全国各地前来观光旅游的，因而，可以感受不同的地域有着不同的文化气息，当然，来临安的多是国内游客，所以异国气息甚少。

也许，在外人看来，前台的工作很简单，事实上，这工作的程序复杂繁多，在这说长不长说短不短的三个月里，我发现要做好一项工作，心态必须调整好，无论工作是繁重还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是去抱怨；当你犯错的时候，要想尽一切办法去弥补你的过失，而不是逃避。要说的是，现在酒店的前台的薪水一般都是底薪加提成的，也就是说，入住的客人多，自己的工资也高，这算是鼓励大家埋头苦干，加班加点也愿意坚持的动力所在。

作为一个初出茅庐的新人，我在工作中难免会有犯错的时候，好在经理和同事也没有很责怪，反而给我安慰和鼓励，这让我非常感动，遇到这样开明的上司和同事，可是不容易的啊。感谢一位年长的同事告诉我，不管在何种环境，都要记住三点：一、勤快，二、忍，三、不耻下问，我会一直牢记在心的。

实习现在已经结束了，这是一段令人难忘的日子，有欣喜、有汗水、有苦涩，很难用一言两语说清楚。这三个月的时间是短暂的，但过程却是漫长的，我要好好地总结归纳一下，将自己的不足之处进行加强，重新整理自己的信心，迎接新的开端。通过这次实习，我真的学到了很多实际的东西，而这些恰恰是在课堂上所学不到的。

以后的两年，我还将继续在学校中学习，因为下一阶段的学

习也跟这份实习工作相关，所以，也为我日后的学习奠定了一定的基础。最后，感谢酒店的所有的同事和经理，谢谢你们对我这两个月的实习期间的关心和照顾，从你们身上，我学到了很多，也希望酒店能够越来越好！

## 大学生实践报告心得体会篇七

三个月物流专业的实习,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.

在此实习中充分了解物流企业相关的运营操作程序，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论知识了解运作方式，将我们所学到的专业知识和具体实践相结合，以提高我们的专业综合素质和能力，当然也为了让我们对物流公司的运营状况有一个整体的了解，对中国物流行业的发展状况有一个比较全面的认识，增强我们对所学专业的认识，提高学习专业知识的兴趣，切身体会到工作中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，对针对这些操作每天都有不同的心得体会，而且发现了不同的问题，使我们在实习中充分发挥主观能动性，真正理解并吸收课堂中所学到的知识，为将来走上工作岗位打下良好基础。

以往对于物流管理概念的认识，仅仅是停留在浅显的书本知识。对于物流的本身感到很神秘，难以想象现实中的物流业和心目中的物流业有那些不同之处。对于物流，知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但在实际操作中却没有想象的那么的简单。通过这几天上机实习的简单了解，使我对于物流企业运营管理有了更加深刻的认识。突破于书本上固定的理论知识充分认识到实际操作中的繁琐步骤，一个企业的运营所包含的诸多部门和所发挥的职能作用之间相互紧密联系着。

作为物流管理专业的学生，在就业竞争与学习中我们应该多

学学以致用服务于社会。平常我们在学习中更多的是学习和专业有关的理论知识，然而今天在经济全球化的形势下，特别的今年的金融危机在就业形式极具尖锐的时期，我们不仅要学会课本上的理论知识，更多的是要把理论与实践相结合，掌握更多的经验，不至于到以后才感叹“书到用时方恨少”。

今天我们有机会在实训课上接处了浙科软件，它把我们日常学习的与专业有关的知识紧密的接合了起来，这让我们深刻明白学习是一个环环相扣的环节。以便即将迈入社会的我们能够更好的适应以后的学习和工作。

## 大学生实践报告心得体会篇八

这次的训练从一开始的面试就开始了，学校老师为我们联系了一些酒店来给我们自己去面试，也可以让我们提前熟悉面试的程序和测试自己的能力。经过面试，我们学校有2名同学成功进入中裕世纪大酒店。由于我们身材大致相同，我们被分到了同一部门，开始了我们的实习。

在这刚开始工作的那三天确实令人叫苦不迭啊，每天除了干活还是干活，最受委屈得要算是脚了，每天9小时的站立使得双脚产生了严重抗议，下班的第一件事就是想找个地方坐下了休息一下。令人向往的人性化管理和残酷的实际之间的差距由此可见一斑。

几天里，我深深体会到：像军训时一样，领班说什么就是什么，彻底服从；要认真揣摩领悟主管传授的技术要领，在主管传授技巧的时候千万不要自我表现打断主管的讲话。如果那样就是自寻没趣。

过了适应阶段后，我了解了自己该做什么：时间到了就去工作，擦桌子，擦(洗)杯子，拖地或是下去一楼大堂吧帮忙。有是没事都要给自己找事情做，宁可站着也不要坐着。宁可把东西再擦一次，也不要光傻站着。劳动才有收获。动手了

才能丰衣足食。

在服务过程中，我们接触到了形形色色的客人，由于中裕世纪大酒店是一个四星级酒店，而且在广交会期间也拥有极为丰富的海外客源，而来的客人几乎都是外国人，在服务的过程中，我们提高了英语口语水平，增长了见识，开阔了视野。在工作中既受到过客人的嘉奖，也曾招受客人的投诉，客人的嘉奖让我们觉得一天的劳累都不算什么。而客人的投诉也让我学到了很多东西，我告诉自己：犯错并不可耻，但，如果我害怕犯错而不去尝试的话，这才可耻。

不过令我感到高兴的是，酒店的员工大都都是那样的热情友好，他们并没有因为我们是实习生而对我们冷漠生硬，在劳累之余，同事们的一个甜美的微笑，一句再普通不过的“辛苦了”都会让人感动，看来还是员工自己最能够了解大家的心情，因为他们能站在员工自己角度来看问题，因为他们讲述的是“老百姓的心里话。”这也是酒店上层领导所最缺乏的素质之一！

## 二、我的心得和感受：

1 一定不能和领班产生任何语言冲突。踏上社会的感觉真的很奇妙，学校里我们从未不敢发表自己的意见，老师有时候错了我们也都会挑出来。可是在外面，上级永远是对的。这样真的很需要我们适应。

2. 每个饭店注重的企业文化都不样，而这些知识正是我们从书本中难以得到的。

3 初步的掌握了一些酒店行业方面的知识，拓展了个人的知识面，增强了个人在应对酒店内人际交往方面的能力，也将我们在书本上学到的东西和实际操作联系起来。这点给我的最大体会是在与人的交流上。有时候那些老员工去为外国人服务时，当我发现他们之间有点沟通问题时，我就会上前

帮忙。

4. 在其位，谋其职。在自己的工作岗位上，就要好好努力工作，只有你爱你的工作，对它付出了。你才能有收获。

5我觉中裕世纪大酒店的工作效率和某些员工的工作素质需要改进。据我观察，餐饮部门并没有一个明确的对与员工个人卫生要求的条例，而且员工的卫生意识也并不是很强，如没有养成经常洗手的习惯。另外，当客人点餐之后，餐点总是姗姗来迟，让客人很不耐烦。

6错了就要认，认了就要改。

7. 学习和工作真的很不一样。得慎重对待。

### 三、总结

酒店实习的日子结束了，这次酒店实习也是本人的第一次专业见习。总的来说，在这些日子里自己确学到了不少的东西：除了了解到餐饮的服务程序和技巧，也学会了如何调整自己的心态，如何处理好自己的利益和酒店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何与顾客打交道；同时，更让我认识到作为一个服务员应该具有强烈的服务意识；更为重要的是，在一个月的工作中，我深刻地体会到了酒店行业的艰辛，也看到酒店发展的前景，更加明白了自己以后学习的方向和侧重点。

大学生酒店实习报告心得体会2

## 大学生实践报告心得体会篇九

在熟悉了校园环境和住宿环境之后，我们开始融入到教学环



境之中。早起起来我们就一同来到主管教学的主任办公室，听主任给我们简单介绍了学校的教学环境以及教学任务之后，我们分别找到了自己的指导教师。老师们见到我们十分热情，让我感受到了家跟集体的温暖。

第一次以老师的身份坐在办公室的椅子上，心情既激动又很忐忑，深知自己肩上的责任以更重了一些。我翻看了学生们的寒假作业，才发现自己与那个时代已经离的很远了，有一种既陌生又熟悉的感觉。熟悉的是自己曾经经历过那个年纪，往事都历历在目；陌生的是时间过去了那么久，如今又以另外一种身份重新看待这份东西，自然而然的产生一种距离感。

我的指导教师告诉了我讲课的进度，让我提前做个准备，看一看书，然后跟着她去听课，第一节课听的是《登高》这篇课文。我跟随着指导教师进入班级，当时心情十分紧张，但是令我意外的是推门进去的那一刹那，学生们给我的反应十分欣喜和欢迎，让我有一点“受宠若惊”的感觉，也让我心里的一块大石头沉了下来。我的指导教师讲课特别细致，每一个知识点都讲得通透、易懂，使用的教学方法主要采用传统的教学模式，十分经典，学生们“消化”起来也比较容易，这一点值得我去好好学习、好好钻研。这里的学生刚入学时的基础稍稍薄弱一点，所以讲课的进度要稍微慢一点，以便学生们更准确的理解分析手法；朗读并且背诵全诗；把这首诗的四联分别翻译并且分析意象、意境、作者所表达的情感等等；重点分析关键字词，包括含义和特殊用法；整体概况全诗，通过写某种意象，表达了作者某种情感。这些讲授的内容让学生们对这首诗掌握的更加全面和准确，也引导学生们学会如何分析一首诗歌，为将来的诗歌鉴赏奠定基础。

通过这节课的听课经验，我主要学习掌握到了一首诗歌的讲授方法以及大致的流程思路，为我以后的诗歌教学提供了一个学习的典范。同时我也近距离的接触到了学生们，了解到他们上课的一个大概的状态，让自己有一个心理准备。实战前的理论学习让我受益匪浅！

## 大学生实践报告心得体会篇十

告别多年的学校生活，我开始了踏入社会的第一步，也就是实习。很小的时候，我就盼望着快点长大，希望早日实现独立，这是我期待已久的事情。终于要成真了。在去实习公司的路上，我的心不断的跳动。

实习开始后，我的感受略有不同。我开始体会到父母的辛苦。虽然这次实习和我想象的有些出入，但总体来说还是很满意的。的。经过一个多月的实习，我学到了很多。起初，我很不确定自己能否融入这个陌生的环境，也有点担心自己能否胜任这份工作。但让我放心的是，公司里的人都很好，很照顾我，对我不断的`提问也很有耐心，这让我的心稍微平静了一些。

虽然实习收获很多，但更多的是在工作中。实习的主要目的是将在学校学到的知识应用到实践中，将理论知识应用在脑海中，实际操作中。一起加入并在实践中提升自己。这个月我学到了很多东西，但同时也让我觉得有点累。毕竟理论的东西和实际的东西相去甚远，在公司学习和在学校学习是有很大区别的。在学校会有老师照顾你。但公司不会。在公司能学到多少，看你自己的了，什么都需要自己学，但只要你想学，机会还是很多的，在公司前辈的指导下，你可以少走一点。車輛改道。

通过这次实习，我觉得工作态度也很重要。如果工作态度不好，很容易在很多事情上犯错，每天上班就像吃苦头一样。我在这家公司有一个实习生，是我大学的同学。我们有幸在同一家公司，但经过这段实习期，她似乎不太喜欢这份工作。每天上班时，她都感到很情绪化。变得很郁闷，整个人显得很平淡。她在工作中不时犯错，因此经常受到领导的批评。没过多久，她就辞职离开了。这让我意识到工作态度的重要性。如果不能激励自己，保持良好的心态，很容易像朋友一样，最后只能辞职离开。这个活动让我在工作中更加积极。

这段时间，有辛勤的工作和欢笑。虽然和我想象的有点不一样，但总的来说还是很满意的。有了这次愉快的学习经历，相信在未来的工作中，我也会有积极的心态，对未来的日子充满信心。

## 大学生实践报告心得体会篇十一

报告必须写自己的实习经历，可参考别人的资料，但不能抄袭，一旦发现一律作为零分处理。报告都有基本的格式，就像政府工作报告，主要表述这一年或这一段时间的工作，计划实施情况，就是一种公布式的报告，让别人知道你在这一段时间的情况。下面给大家分享一些关于大学生参观实习报告心得体会5篇，供大家参考。

在大学的的学习生活中，实习是不可缺少的一部分。在实习期间可以把在学校学到的专业知识应用到实际当中。在理论与实践相结合的时候，能够更快更好的体会到理论的精髓所在，体会到理论与实践的区别。从而巩固自己所学的知识，增强发现问题、分析问题、解决问题的能力。从而做到理论与实际的融会贯通。实习是每一个大学毕业生的必修课，它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。

已经读了两年的大学然而自己对本专业的认识掌握的还是寥寥无几，对自己在学校学到的东西以及在今后走向工作岗位有何具体作用一知半解。对于本专业到底适合什么职业，能干那方面工作，将来前途如何等这些问题心里面一直很茫然。在满怀期待的心情下，带着这些问题我参加了这次参观实习。本次实习在带队老师的带领下我系60余名参加了这次工厂参观实习。我们实习目的地总共有两站站分别是烟台万华聚氨酯股份有限公司，以及烟台首钢集团公司。实习参观的时间虽短，我的收获却不小。下面我简要说一下我的参观过程及

其中的心得体会。

7月17早上我们一行人乘车到了参观的第一站烟台万华聚氨酯股份有限公司。烟台万华聚氨酯股份有限公司(烟台万华)成立于1998年12月20日，是山东省第一家先改制后上市的股份制公司。

首先我们在领导的带领下，参观烟台万华八角工业园的一个展厅，在领导的详细介绍下，我们了解了万华第一阶段的求生存，到第二阶段的再发展，到第三阶段的续辉煌，我们看到了一个企业是如何在冲破一切阻碍，开始不断发展，继而创造属于自己的辉煌的。烟台万华主要是一个化工公司，之前主打的主要是聚氨酯，之后拓展了自己的渠道，开始也生产一些其他的化学物质，通过对展厅的参观，我们还发现原来化学无处不在，从衣服到生活用品都离不开化学物质，展厅里有很多与其有关的东西，有平常用的箱子，床，椅子等等，还有防弹玻璃，而且航天业也离不开它。

第二天我们参观了烟台首钢丰田工业空调压缩机有限公司。烟台首钢丰田工业空调压缩机有限公司是由首钢总公司(出资40)同电装(中国)投资有限公司(出资31)、株式会社丰田自动织机(出资25)、丰田通商株式会社(出资4)共同组建的合资经营企业。我们在工作人员的带领下，进入了首钢的工作车间，首先工作人员向我们简单介绍了首钢的一些企业性质，工作环境，而且一再向我们强掉，必须要注意安全，我们参观时走得是蓝色的安全通道，严格有序地进行参观。参观时，工作人员向我们介绍了一些生产工序，令我印象深刻的是生产一个零件时，自动化的应用，利用机器人有序地将零件放到传送带上，然后传到工作人员处。整个过程十分有序，不需要人工参与，自动化程度很高。感触较深的是产量的记录，先在一块板上写着各机种的名称，然后标明最低产量和产量，继而调节生产的节奏，让我惊叹的是各机种下面都插着一些牌子，标明现在的产量，这个产量是与实际的产量框里的数目相一致，让人对产量一目了然，这里用到了我们所学的运

筹学知识，让我们不只从课本上对运筹学有所了解，更让我们看到了运筹学在生产生活中的运用，我觉得受益匪浅。我们还去了仓库，之前上物流课的时候一直有讲到仓储，今天一看就有了一个更清楚的认识，看到产品的摆放，仓储。最后环节我们还亲自参与了活动，有锻炼人灵活度的一个游戏，还有一个锻炼人细心度的，同学们也都挺积极，大家玩得都很愉快。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的浅薄让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这不是我一个人的感觉。经过短暂的参观实习使我获益不浅。第一，使我深刻地体会到，无论我们在学校所学到的书面知识多么深厚，理论掌握的多么牢固，最重要的还是要联系操作联系生产实际，需要有一定的实践动手能力，操作能力，同时还需要有发现问题、分析和解决实际问题的能力，这样才能适应生产发展的需要；第二，使我积累了一定的生产工作经验，认清了就业方向及就业特点；第三，通过这次生产实习，使自己认识到我自身的不足，争取在未来通过努力学习，是自己各方面的能力得到提高，进一步完善自己提高自身素质；第四，通过这次生产实习，使我眼界得到了拓宽，学会了很多课本外的知识。希望以后还能有更多的生产实习机会，让我们更好地锻炼自己，在实践中提高自己的能力。

作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献几天的实习期很快就过去了，美好的东西总是稍纵即逝。在此，我要感谢所有为我的实习提供帮助和指导的领导老师们，感谢你们这么多天的照顾和帮助。相信这次珍贵的实习经历会一直伴随着我以后的工作生活。千里之行，始于足下，我会通过这次实习，更加懂得知识和实践的积累，不断充实自己。

## 一、实习单位简介

### (一) 实习目的与意义

在本学期开学前两周，我们工业工程专业50余名学生来到位于西永的重庆富士康公司参观。我们工业工程专业是一个从事生产现场管理的专业学科，不深入现场，就无法做出正确的判断，也无法做出优化和改进。这次到富士康公司参观，我们将第一次接触到生产现场，也第一次接触真正实践应用中的工业工程。在此次的参观中，我们不仅认识到平时所学的理论与社会实践的差距，更是深入了解了富士康企业的发展结构、生产模式及企业文化，在观摩与实践中寻找自身的不足之处，巩固自身在理论方面的学习，为以后的生活与工作奠定好的基础，在实践中不断地吸取经验，历练自己，能让自己在毕业之后更好、更快的融入到社会 and 工作中，为祖国的和谐发展填砖加瓦，尽自己的一份力量。

### (二) 实习单位

重庆富士康园区是下属于富士康科技集团的一个工业园区，富士康科技集团是专业从事电脑、通讯、消费电子、数位内容、汽车零组件、通路等6c产业的高新科技企业。凭借扎根科技、专业制造和前瞻决策，自1974年在台湾肇基，特别是1988年在深圳地区建厂以来，富士康迅速发展壮大，拥有100余万员工及全球顶尖it客户群，为全球的电子产业专业制造商。连续9年雄居大陆出口200强榜首；2011年跃居《财富》全球企业500强第60位。富士康在中国大陆、台湾、日本、东南亚及美洲、欧洲等地拥有上百家子公司和派驻机构，全球布局策略为“两地研发、三区设计制造、全球组装交货”。

富士康持续提升研发设计和工程技术服务能力，逐步建立起以中国大陆为中心，延伸发展至世界各地的国际化版图，在持续增强精密模具、关键零组件、机电整合模组等产品既有技术优势的同时，富士康积极推动跨领域科技整合，在纳米

科技、精密光学、环保照明、平面显示、自动化、热声磁、工业量测、半导体设备等领域均取得累累硕果。与此同时，富士康还长期致力于公共慈善事业，善尽社会责任。

### (三) 实习内容

星期二早上，我们来到了重庆富士康工业园区。我们首先进入的是重庆富士康的培训教室。在那里，有一位讲师为我们详细的讲解了重庆富士康工业园区的情况。我了解到，富士康在很多方面都在为员工考虑。在富士康工业园区的工作区和生活区之间有一条长廊连接，目的就是保证员工的上下班安全。厂区内还设置了不少的休闲娱乐设施，经常会组织员工进行文体活动。富士康还有自己的心理咨询站和情绪宣泄室来减轻员工的心理负担。从这里，我看到富富士康企业文化的核心价值观“三心”，即爱心、信心、决心。“爱心”要求富士康的领导层要懂得关心员工，体谅员工，同时也要求员工要懂得感恩于回馈，而不是一味的索取。“信心”要求富士康整个企业要敢于拼搏，敢于和外国企业开展合作与竞争，敢于承担社会责任。“决心”要求企业的每一个员工每时每刻都要保持一颗追求卓越的心。

富士康有着一套完整的管理系统。富士康用七大标准来选择员工：个性与内在特质，工作意愿，“三心”，努力程度，工作历练，专业技能，教育背景。用四大系统：经管系统、工管系统、生管系统、品管系统来保证产品质量和生产效率。它采用了“两地研发、三区设计制造，全球组装交货”的发展战略。“两地研发”是指以大中华区与美国为两大重要战略支点，组建研发团队和研究开发实验室，掌握科技脉动，配合集团产品发展策略和全球重要策略客户产品发展所需，进行新产品研发，创造全球市场新增长点；三区设计制造充分使得人力资源得到了充分的利用，在亚太工作区进入夜晚后，工作人员就将还未完成的设计任务发到已经是白天的美洲工作区，美洲工作区的人员就能继续进行设计，这极大地缩短了设计时间。在生产实践中广泛应用了ie的基本理论，降低

了成本，提高了效率。

讲师接着介绍了ie在富士康的应用，让我们对怎样将ie运用到实际当中去有了一些初步了解。ie的三大功能：成本、绩效的有效掌控，价值工程的开创，资源的分配与有效利用。讲了一些专案推动手法，一个不忘：不忘动作经济原则；二大支柱：jit自动化；三即三现：现场、现物、现况；四大原则：取消、运输、重排、简化；五项作业：操作、运输、储存、检验、等待；六大提问：what/who/when/where/why/how；七大手法：动改法、防错法、五五法、双手法、人机法、流程法、抽样法，还有八个s：整理、整顿、清扫、清洁、素养、安全、节约、保密；解决问题的九大步骤：发现问题、选定题目、追查原因、分析资料、提出办法、选择对策、法案实施、成果比较、标准化。这些工业工程的成功应用让我们在以后的学习中不再迷茫，而是有目的，有重点，有针对性的学习工业工程。

待讲师讲完，我们便分成三个组进入车间进行参观。参观时我们看到的车间中，机器摆放整齐，做到了既节省车间空间，又不影响操作人员对机器的操作。机器之间特意留有物流通道，需要加工的本体通过物流人员直接送到机器旁，操作人员顺手即可拿到本体，省去操机人员拿物料的时间，提高生产效率，使加工方便、易行。

参观过程中给我印象最深的就是在笔记本总装车间看到的流水线。我们进入车间首先看到的是组装流水线。工人们一丝不苟的在装配笔记本。接着看到了runin部分。就是下载一些软件来测试笔记本的性能，这一部分是100%检测。旁边还有员工在手动抽检笔记本。应该说，富士康对于产品质量的要求是相当高的。最后一部份就是总装及运输了。

我注意到在每个流水线上都有一块led显示屏。上面用不同的颜色标出了一些数据。我们可以很直观的看到这个小组的



工作情况。当我问到领队时，他说是目视管理。还给我们详细的解释了这种管理。通过目视管理，可以使管理形象直观，有利于提高管理效率；可以使管理透明化，便于现场人员互相监督，发挥激励作用；可以延伸管理者的能力和范围，降低成本，增加经济效益。也就是说用直观的方法，让现场状况正常与否一目了然，把工厂潜在的大多数异常、管理状况与作业方法显示化，变成谁都一看就明白的事实。我觉得目视管理不失为现场管理的一种好方法。我还了解到，在富士康，每个员工都在做着工业工程的事情。他们发现生产工程中存在的不足，然后报告给管理层进行优化。这就是富士康的激励体制在起作用了。在富士康，你发现生产中的问题并上报就会得到不等的奖励。现场是问题萌芽产生的场所，现场是企业活动的第一线，大多数问题，都是直接或间接来自现场，出现问题时如不及时采取对应的措施，放任自流而任其发展，就会给企业带来很严重的后果。这样，富士康人人做ie□事事做ie□保证了生产效率始终在一个很高的水平。

## 二、感想与反思

这次的参观让我意识到了自己在很多地方还不足，还有许多需要完善的地方。我们和企业中的ie工作者们还有很大差距。不过我们还有时间，还来得及去追赶，我相信，通过接下来三年的努力奋斗，我们和他们的差距会越来越小。我们终会为社会做出我们自己的贡献。最后，感谢学校还有富士康，给了我们这么宝贵的一个机会，让我们第一次真正意义上的走出校园，看到外面的世界。也让我们在今后的学习中更有动力。

\_\_年x月x日，我们参观了\_\_有限公司。经过对工厂、车间的亲身走访，我对所学的专业有了进一步的了解；使我初步了解印染厂加工的常见纺织品；同时，我们的领队老师也给我们讲解了许多染整加工中的工艺流程及特定过程中所需的工艺条件、基本设备。通过这次使我不但增强了理论水平，还要提

高了我运用理论知识去解决实际的生产的问题的能力。

实习完毕后，我又搜索和查阅了相关的资料，加深了对专业知识的了解，并具体了解了几类纺织品的染整工艺加工过程，初步理解了轧染的基本工艺流程。下面我就举棉织物的轧染和丝绸的印花加工两例进行分析。

## 织物染色基本工艺

织物的染色方法主要分浸染和轧染。浸染是将织物浸渍于染液中，而使染料逐渐上染织物的方法，它适用于小批量多品种染色。绳状染色、卷染都属于此范畴。轧染是先把织物浸渍于染液中，然后使织物通过轧辊，把染液均匀轧入织物内部，再经汽蒸或热熔等处理的染色方法，它适用于大批量织物的染色。染色是在一定温度、时间、pH值和所需染色助剂等条件下进行的。用于棉织物染色的染料主要有直接染料、活性染料，还原染料、可溶性还原染料、不溶性偶氮染料、硫化染料等。

绍兴志仁印染厂主要是对棉麻、粘胶织物的染色以轧染为主，而杭州华泰丝绸印染集团主要是对真丝织物的印花为主。

## 棉织物的轧染加工和丝绸的印花加工

连续轧染一般分为练漂、染色、印花、整装四个，主要生产车间。

### 一、基本设备：

练漂设备(前处理)：烧毛机(气体烧毛机、铜板烧毛机)、煮练机(平幅、绳状)、氧漂机、氯漂机、丝光机。

染色设备：热熔染色机、卷染机、红外打底机、显色皂洗机。

印花设备：平网印花、圆网印花、滚筒印花、转移印花、数码印花。

整装设备：定型机、拉幅机、磨毛机、压光机、预缩机、码剪机。

## 二、工艺流程：

1、棉织物原布检验——翻布打印——缝头——烧毛——(退浆——)煮练——漂白——丝光——烘干)。

烧毛：烧毛的目的在于烧去布面上的绒毛，使布面光洁美观，并防止在染色、印花时因绒毛存在而产生染色不匀及印花疵病。织物烧毛是将织物平幅快速通过高温火焰，或擦过赤热的金属表面，这时布面上存在的绒毛很快升温，并发生燃烧，而布身比较紧密，升温较慢，在未升到着火点时，即已离开了火焰或赤热的金属表面，从而达到烧去绒毛，又不操作织物的目的。

退浆：纺织厂为了顺利的织布，往往对经纱上浆以提高强力和耐磨性。棉织物上的浆料可采用碱退浆、酶退浆、酸退浆和氧化剂退浆等方法，将其从织物上退除。

煮练：棉织物经退浆后，大部分浆料及部分天然杂质已被去除，但还有少量的浆料以及大部分天然杂质还残留在织物上。煮练是利用烧碱和其他煮练助剂与果胶质、蜡状物质、含氮物质、棉籽壳发生化学降解反应或乳化作用、膨化作用等，经水洗后使杂质从织物上退除。

漂白：棉织物经煮练后，由于纤维上还有天然色素存在，其外观不够洁白，用以染色或印花，会影响色泽的鲜艳度。漂白的目的就在于去除色素，赋予织物必要的和稳定的白度，而纤维本身则不受显著的损伤。棉织物常用的漂白方法有次氯酸钠法、双氧水法和亚氯酸钠法。

丝光：丝光是指棉织物在室温或低温下，在经纬方向上都受到张力的情况下，用浓的烧碱溶液处理，以改善织物性能的加工过程。棉织物经过丝光后，由于纤维膨化，纤维纵向天然扭转消失，横截面成椭圆形，对光的反射更有规律，因而增进了光泽。

染色：染色是借染料与纤维发生物理或化学的结合，或用化学方法在纤维上生成颜料，使整个纺织品具有一定色泽的加工过程。染色是在一定温度、时间、pH值和所需染色助剂等条件下进行的。染色产品应色泽均匀，还需要具有良好的染色牢度。

整理：棉织物整理包括机械和化学两个方面。前者有拉幅、轧光、电光、轧纹以及机械预缩整理等。后者有柔软整理，硬挺整理、增白整理以及防缩防缩整理等。

## 感想和体会

当我参观完绍兴志仁印染厂、杭州华泰丝绸印染有限公司，不但深化了课堂知识，还得到了许多课堂上学不到的东西。在学习了染整工艺过程后，参观了工厂的染整的整个过程，熟悉了基本工艺过程和染整设备，对今后的学习和工作肯定会有很大的帮助。心理感觉压力很大的，离找工作的日子越来越近了，虽然那些公司的环境不是很好，但体验到了工作的生活，发现自己今后要学习的东西还很多，我会在以后的学习中更加努力，学到更多的知识，然后努力工作，展开自己新的生活旅程！

## 一、实习目的

参观实习是建筑专业基础必修的实践性教学环节。通过实地参观，我们对建筑工程的施工现场和施工方式有了更进一步的了解。开拓了我们在实际工程方面的知识面，并且激发我们对本专业后续课程知识的求知欲。为今后的课程学习打下

了良好的基矗使我们更加了解建筑学专业，培养对专业的热爱，增加学习本专业的自信心。

## 二、实习内容

认识建筑结构，建筑材料，建筑机械。了解某些结构的施工工艺。结合结构课上学习的知识，使理论与实际结合起来。

## 三、实习时间

2019年\_\_月\_\_日

## 四、实习地点

\_\_人民路建筑工地

## 五、实习概况

我参观的是一个大厦的施工现场，这座大厦叫安商大厦，我参观时建筑工地上正在建造。目前裙楼已经完成五层，塔楼完成了八层，可以说工程的进程还是比较快的。

筑混凝土的以及如何搭建和拆除脚手架的。

我去的时候，工人们刚刚绑扎好了钢筋，准备支起模板来浇筑混凝土。工人首先检查模板支撑的稳定情况，特别注意检查用斜撑支撑的悬臂构件。先把模板湿润，然后开始浇筑。而且还要边放料边振捣，振捣要及时密实，千万不能漏振，否则会出现质量问题。比如蜂窝、麻面等外观质量问题。

浇筑完混凝土，接下来就是养护了。养护的意义在于提供水泥水化作用必须的适当的温度，湿度条件，以保证正常的水化作用。混凝土养护不及时，不充分，易产生收缩裂缝、降低强度，而且影响混凝土的耐久性和其它各种性能。养护方法按其养护工艺分为自然养护和蒸汽养护两大类。自然养护

又分为浇水养护，带膜养护，太阳能养护。在混凝土养护过程中，如果发现遮盖不好、浇水不足、以致表面泛白或出现干缩细小裂缝时，要立即仔细加以覆盖，加强养护工作，充分浇水，并延长浇水日期，加以补救。因为现在是冬季，在养护混凝土时还要注意保温，所以工人们还在浇筑好的混凝土上盖上了草帘。

## 六、实习心得

通过这次实习，我增强了实践能力。离开了书本，切身来到工地才真正感受到实习的必要性，也使我认识到基础知识的不扎实。实习中我看到了建筑材料的不必要浪费，这一方面与工人的节约意识有关，一方面也与监管人员的统筹管理有关。如果能够有效的节约资源，那么或许可以产生更多的经济利益。另外，施工现场内外堆放着一些建筑垃圾，这些建筑垃圾的堆放既不美观又污染环境。能否将这些建筑垃圾回收利用，变废为宝也是我们可研究的一个问题。总之，目前，我认为很多工程在施工管理中海存在很多不足。我也希望自己能在未来的学习中探索出更多更好更有效的组织管理方法，工作后将其运用进去，做出优良的工程。

我带着激动的心情、略显紧张一路来到险峰机床厂，险峰机床厂位于惠水县高镇，1958年建厂，1965年正式改名为险峰机床厂，属于市有企业，企业经营的范围是机床，但是主要是生产各种各样的磨床，例如：高速无心磨床、轧辊磨床、导轮磨床、精密无心磨床等，险峰机床现有员工两千多人，规模很大。

我们进入公司的场地后师傅强调最多的就是安全问题，不允许我们接触任何开关和触摸任何机械设备，不允许同学们在里面打闹，也不允许影响工人的生产，不允许在里面抽烟，在师傅一阵苦口婆心之后，我们才跟他进入车间，听他一路讲解。

我们第一个参观的是铸造车间，里面全是重型设备，7吨的冲天炉，10吨的保温瓶，20吨重的移动式混砂机，里面的砂纸用的全是树脂砂，砂型沙箱都很特别，一般砂型加工好后冷却半小时可以取模，但是选择砂型风干的话，水伤的会产生气孔，而决解的办法就是焊补来解决，正常情况下再制造砂型的时候要加工冒口。

接下来我们参观的是二楼的数控加工车间，金二加工车间加工的都是些小零件，所用的加工设备为vmc1650a的加工中心□vmc100c的铣床□cak632850c的车床□m714\_16的卧轴钜台平磨床等，机械设备都很大，加工中心能一次性装24把刀，穿过过道来到金一加工车间，相对于金二加工车间来说，金二车间加工的都是大零件，里面的龙门式铣床产于北京第一机床厂，镗床产于济南第二机床厂龙门刨床主要加工大平面。来介绍一下加工的成品，险峰机床厂生产的磨床有24米得，也有18米的等等，轧辊磨床皮带可达23根，险峰机床厂的的航车可达75吨，机床精度可达111000mm,可在生产好的机床上刷上一层油漆有利于防锈，包装箱可达84125\_60，但是这里包装的只是某一部分，险峰是聚集所有流程于一身的生产企业，备料、生产、加工、包装、成品出售都在险峰机床厂完成。

险峰机床厂的下一步规划：在贵阳孟关建基地，估计今年年年底就建成，厂房建成后，作为险峰的厂区重心专研精加工，而惠水险峰专研粗加工。现在的制造业正从降低劳动成本、产品成本来提高企业整体效率和质量的竞争。知识—技术—产品的升级的周期越来越短，对技能、质量的要求更高更精，同时社会中对环境的保护、绿色制造的意识不断增强，险峰的制造技术为自己的企业赢得了竞争的重要途径。而磨床相对于车床、铣床等采用数控系统的时间较晚，因为它对数控系统有特殊的要求。进来，借助wnc技术，磨床上砂轮的连续修整，自动补偿，自动交换砂轮，多台工作，自动传动和装夹工件等各种操作都得以实现。因为wc与制造自动化技术

的联系越来越紧密，作为自动化柔性生产的重要基础的数控机床在机床中占的比例越来越多，应市场对磨床的特别需求，磨床的生产具有很广阔的前景，而无心磨床的前景更美好，它主要用于加工很细很长的零件，加工出来的零件精度很高，如果一个零件全部加工好就差磨削了，采用外圆磨削就会出现刮伤，精度等系列问题，而无心磨削就可以达到这种加工所需要的结果。所以险峰是一个有着美好前景的企业。

我们乘着一路快吧来到高峰石油机械厂，位于贵州省金阳开发区，建厂于1971年，原名为贵州高峰机械厂，隶属于中国兵器装备集团公司，主要从事以石油钻采机为主的民品生产，是中国钻采机的核心企业之一，经过努力，高峰具有很强的自主设计能力，锻铸，热表，机械加工等能力达到行业的先进水平，车间里具有先进的加工设备，工艺齐全，能够生产包括钻井震击，打捞工具与固井工具，钻井工具，钻采设备地面钻具维修设备以及采油测试工具在内的众多的品种以及规格的石油钻采机产品能够满足油田的钻采作业，特别是处理钻井事故的各种需要。

有了前次去险峰的经验，老师和其他人也不再强调很多关于安全的问题，跟着师傅听他讲解，车间的环境很好，绿色的走道，黄线以内为生产范围，里面的设备、毛坯、工件摆放有序，比起以前的那些机械厂环境好多了，见不到一点油污，而且里面的工作人员大多很年轻，高峰石油机械厂金阳厂区主要是车外圆和打内孔以及改螺纹，车间里有手动机床也有自动cnc系统机床，而且cnc系统机床占大多数，看着工作人员在操作加工的大部分是大零件，用吊车装夹。车间里的师傅带了一圈后，让我们在不影响生产的情况下自我观察一下车间里的设备和其它的东西，在里面加工的东西我们重观了轴，而且同学们一起讨论了一会儿，所谓的石油机械，所用的零件应该大部分是通孔的，现在钻井工程技术也越来越高，所以石油机械设备也越来越先进，把加工了的轴与不曾加工的毛坯零件相比，不禁而感叹科技水时代的进步速度，以前老师在讲台上讲得龙飞凤舞不如来此一见，所谓百闻不



如一见应该就是这样吧，亲自操作过但那是实训。并没有真正的生产来得正是。

就高峰石油机械厂的管理模式制度，每个员工都可以批评别人与自我批评，而且采取罚款制度，我在车间宣传栏上看到一些罚单，都是因为违反了厂里的规章制度所造成的，还有一些员工的检讨以及员工的考情表，应该做到公平公正了，车间里的卫生以及很多东西都做的很好，所以应该无论任何地方都是一样的，有一定的规章制度是好的，所谓无规矩不成方圆，因该正是这个道理。

我国现阶段的石油事业不是很发达，石油勘探尚处在中等的成熟阶段，而且石油是种重要的资源，可以说是现代经济的血液，石油工业作为一种基础工业需要大量的技术人才，石油生产领域具有科技含量高，技术性强等特点，而资源事业就得着眼于未来，采用先进的科学技术，例如石油钻井，高峰生产的是的是液压式震击器，利用液压油在细小流道内运动的阻尼作用锁紧机构，利用流道突然变化所应起的释放，在震机器所产生打击从而在钻柱内形成震动，液压式液压式震击器由于其紧锁机构工作原理的限制，只能在单一方向产生震击，一般为向上震击，由于具有优越于机械式震机器的长延时功能，其震击力大小可依靠钻的操作任意调节，但由于液压介质、密封材料、密封结构等容易受到磨损，井温等因素受到影响，产品的寿命、适应性、可靠性都不稳定。显然对密封机构和密封材料的选用以及对零件加工精度的要求都十分严格，正确的选择和使用震击器产品就能发挥其应有的效应，为钻井工业带来更大的效益，高峰生产的设备都是很先进的，这与机械式脱不开关系的。

总结：参观实习与实训对于机械制造与自动化专业来说是一个很重要的过程，机械是集力学、机械工程、机械设计等学科为一体的专业，对于马上要进行实习的我们来说，这两次的参观实习更是锦上添花，让一颗悬着的心终于放下来了，平静下来了，机械这一专业所学的课程比较多，制图、计算、

编程这些都是必须的，如果学好了这一专业，就业前景是非常广阔的，具备一定的机械制造基础知识与运用能力，在生产第一线工作，机床的操作是要很细心的，具备有空开发数控能力的人员与人才将成为企业真多的目标，机械制造自动化专业人才近年来在企业中处于供不应求的状态，这就要求我们要严格要求自己，养成良好的生活习惯，达到国家规定的学生体质健康标准，健康的体魄和良好的心理素质，具有解决专业知识的实际问题的能力，懂得一些生产管理知识，了解本专业科学技术的新成就和新开发的趋势，借助工具书阅读和学习本专业的资料，有一定的自学能力，本专业的我们具备专业知识和能力是很多的，要具备扎实的自然科学基础，能正确的利用和读懂本专业的专业术语，具备本专业的制图、计算、测试等工艺操作基本技能等等，只要学好专业知识，走到哪里都是人才。

这两次的参观实习让我收获很多，也了解很多关于机械专业的工作环境，虽然时间很短暂，接触到的是整个工作流程，但是也学到了很多知识和经验，这些是无法从书本上学到的，这样的参观实习让我更好的了解自己的不足，让我们更好的设定人生目标，这两次的参观实习让我受益匪浅。

## 大学生实践报告心得体会篇十二

会计是一个非常讲究实际经验和专业技巧的职业，它的入职门槛相对比较低，难就难在以后的发展。下面给大家分享一些关于大学生会计专业实习报告心得体会，供大家参考。

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

认识并融入这个团队，一向是这两个月对自己的要求。学习是拉近距离、融入团队的最好办法，两个月的时间里，在领

导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

要真诚：你能够伪装自己的面孔，但绝不能够忽略真诚的力量。记得第一天来那里时，心里不可避免的有些疑惑：不明白老板怎样样，就应去怎样做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声好。

主动出击：当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中，在实习中，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找适宜的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，透过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎样做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获而且和他们相处的很愉快。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。在短暂的实习过程中，我深深的感到自己所学的知识肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，才发现自己明白的是多么少，这是真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生务必拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

在本次实习过程中，我系统掌握了填制和审核原始凭证与记账凭证、登记账簿、以及编制报表的会计工作技能和方，而且对所学理论有一个较系统、完整的认识，透过此次实习，

我们将会计理论和会计实践相结合，并有以下深刻体会。

扎实的理论知识是前提。在实习以前，我总以为通过学习，自身所学的会计理论知识已经扎实，主观认为所有的工作都一样，只要掌握了规律就没什么问题。但是实际过程中我才发现，我们平时所学的远远不够，在细节方面更是错误百出，比如我们书写的技能，如金额的大小写、日期书写的规范性等等。此外，我们根据相关的实习数据资料，在填写原始凭证、记账、编制各种账表时屡屡受阻，回想原因，大多都因为平时理论知识不够扎实，经不住实战的考验，这也是我在本次实习过程中得到的一个重要教训。

足够的耐心、细心是保障。会计工作本来就是繁琐的工作，在这次实习的过程中我们深刻体会到了一点。在开始的实习过程中，整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于简单的填写凭证、记账都会错漏百出，试算不平。出错越多，越是心浮气躁，越是心浮气躁，出错就越多，形成恶性循环。到后来，我认识到了这一不足之处之后，就静下心来，仔细研究分析，不但速度加快了，效率也提高了，起到了事半功倍的效果。

理论联系实际是关键。通过此次的实习过程我还发现，仅仅有熟练的理论知识对于我们会计人员来说是远远不够的，我们已经学习了这么长时间的会计，可以说基本上对会计已经耳目能熟了，有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我们都基本掌握。但是在本次实习过程中仍然很吃力，这使我认识到会计理论如果离开实践过程皆为零，实际操作对于会计人员来说至关重要，离开实践环节的会计理论只是纸上谈兵，在财会人员的工作中行不通。

因此，在财会工作中切忌粗心大意，马虎了事，心浮气躁。其实做任何事都一样，都需要有一颗平常心。

经过一个多学期的学习，我们在老师的指导下进行了两个星

期的会计手工实习。我们按手工记账的程序和方法进行了全方位，全仿真性的了解。

实训中，我们组织三人一组。由一个组长带领两名组员组织和指挥实验小组会计模拟实验的操作。

首先，我们根据实验资料中的经济业务摘要编制会计分录。然后设置t字账，编制科目汇总表、开设总账、登记期初余额、且根据科目汇总表登记总帐并结账，最后根据总账及其他有关资料编制资产负债表、利润表和现金流量表。

在我所在的小组中，我担任写分录、根据科目汇总表登记总账、登记记账凭证的工作。在登记记账凭证时，我自以为对单据等并不陌生，但是在实际操作时还是出错了，例如，借方科目的金额写到贷方科目去了。存根联忘写日期等等，还有在写分录的过程中，感觉都是在学习理论知识见过的，看起来比较简单，但是真正轮到自我做的时候，却是错误百出。有时看错了金额栏的位置，明明是在千位却写到了万位，导致数字错误，有时忘写会计科目的明细账，有时没注销空白的金额栏等。有时候登账时个性是三栏明细账，由于明细项目太多，金额栏紧凑一不留意就会把数字填错。但是在经过几天的熟悉过程之后，错误就慢慢的减少了，而且手工操作的速度也有提高。虽然实训这几个星期每一天都生活在忙碌之中，但每一天都过得很充实。

心得体会：透过本次模拟实验，培养了我们的实际动手潜力，缩短了课本知识与实际工作的距离。且理解到会计人员最重要的一点就是细心。对于每一天和一大堆数字打交道，绝不能出一点点错，要明白失之毫厘，差之千里，零点零几的差别，有可能造成与实际很大的距离。会计人员还要时刻注意了解会计准则，会计法规的变动状况，对于税率，比例，国家政策的变动必须要明确的认识，在工作中要严格要求自我。

另外，我认为如果在今后的实训中，如小组中三人可由出纳、

会计、会计主管组成。实行轮岗制，每个星期更换一个岗位，而且有模拟的银行、公司、税务部门…等等。可能会更生动些、更现实些。

透过这次的实训，学到了许多的知识。期望透过这次的学习能为以后实际工作中得心应手。

下方我从个人实习好处及对会计工作的认识作以下总结：

一、作为一个会计人员，工作中必须要就具有良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，必须要有很高的素质要求。

(1)从知识上讲，会计工作是一门专业性很强的工作，从业人员只有不断地学习才能跟上企业发展的步伐，要不断地充实自我，掌握最新的会计准则，税法细则，法律知识及攻关经济动态。这样才能精通自我的工作资料，对企业的发展方向做出正确的决定，给企业的生产与流通制定出良好的财务计划，为企业和社会创造更多的财富。

(2)从道德素质讲，会计工作的特殊性使其可接触到超多的共有财产，所以作为会计人员必须要把握好自我办事的尺度，首先自我要做到安分守己，其次对于他人的威胁，诱惑，和指使要做到坚决不从。如何挽救道德的缺失，将个人素质提高到一个新的层面上来，是每一个会计人员都要努力思考的问题。只有会计人员自身的道德素质提高，才能够走好职业生业的每一步，只有会计人员全体道德素质提高，会计行业才能够得到更深的发展，市场经济的优势才能够发挥得更好。

二、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以我们必须要加强自我对数字的敏感度，及时发现问

题解决问题弥补漏洞。

三、作为一名会计人员要具备良好的人际交往潜力。会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。在于各个部门各种人员打交道时必须要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。工作重要具备正确的心态和良好的心理素质。记住一句话叫“做事高三级，做人低三分。”

四、作为一个即将工作或刚迈入社会的新人，也要注意以下几点：

1、有吃苦的决心，平和的心态和不耻下问的精神。作为一个新人，平和的心态很重要，做事不要太过急功近利，表现得再好别人都看得到，当然表现得不好别人眼里也不会融进沙子。

2、工作中要多看，多观察，多听，少讲，不要说与工作无关的资料，多学习别人的艺术语言，和办事方法。

3、除努力工作具有职责心外，要善于经常做工作总结。每一天坚持写工作日记，每周做一次工作总结。主要是记录，计划，和总结错误。工作中坚决不犯同样的错误，对于工作要未雨绸缪，努力做到更好。

4、善于把握机会。如果上级把一件超出自我潜力范围或工作范围的事情交给自我做，必须不要抱怨并努力完成，因为这也许是上级对自我的潜力考验或是一次展示自我工作潜力的机会。

5、坚持学习。不要只学习和会计有关的知识，还要学习与经济相关的知识。因为现代企业的发展不仅仅在于内部的运作，还要靠外部的推动。要按经济规律和法律规定办事。有一位教育学家说过，当我们把学过的知识忘得一干二净时，最后

剩下来的就是教育的本质了。那里我把“教育”改成“知识”，我们在大学里学习的知识也许会被淘汰，但那些最基本的学习方法永远是我们掌握最新知识的法宝。

这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。透过实习，我们能够更好的了解自我的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的方方面面，能够让我更早的为自我做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

仅仅的一个多月实习，感受颇多，将受益终生！