

2023年室内设计专业实训报告总结(通用8篇)

整改报告是对我们工作中不足之处的一个反思和总结，可以帮助我们更好地提高。希望以下的竞聘报告范文能够帮助大家更好地理解 and 写作。

室内设计专业实训报告总结篇一

实习期间，我在李师傅的亲自教导之下，学会了汽车基本零部件的拆装(包括前保险杠、后保险杠、车门、裙板)、保险杠的修复、钣金修复机等各种汽车钣金工常用仪器的使用方法等。我觉得做钣金这一行必须从整车拆装开始学起。拆装是最基本的，如果连拆装都不会的话那无从谈修。拆装虽说不难，但是也有很多细节值得我们注意。俗话说，看花容易绣花难。的确，刚开始的时候，我心里觉得拆装实在是太简单了，可是等到我自己拆的时候，问题接踵而至。要么拆漏螺丝，要么不知道某些螺丝安装在什么位置，以致不能完全将某个零件拆下来。拆的时候一定要小心，不要强行蛮干，否则弄坏了客户的车子不仅给自己带来不必要的麻烦，而且影响到公司的形象和利益。遇到解决不了的问题，多向师傅请教。拆的时候还要掌握一定的技巧，要把各种塑料扣、弹簧锁夹的结构弄清楚，只有这样拆的时候你才会得心应手，否弄就算你把车子得遍体鳞伤也是无计于事的。装保险杠的时候，左右两边的灯不能装反了，否则线路插头朝向改变，很容易进水，直接导致电路烧毁。

拆装只是钣金最基本的，接下来就是车体校正。车体校正是在大梁校正仪上进行的，一般是针对车体变形严重的事故车。

接下来就是钣金件修复。实习期间做的最多的就是保险杠、翼子板、车门、箱盖的修复工作。对于保险杠的修理：如果只是发生凹陷或者突起变形，一般是先将该部位加热，新喷

然后校正，从新喷漆；如果发生破裂，则要先修理然后再喷漆。对于车门、翼子板的修复一般就是用钣金修复机一点一点的拉，拉的同时要仔细用眼睛去观察，用手摸，感觉平整了就差不多了，然后用切割机打磨、从新喷漆。对于钣金修复，究竟到恢复到什么程度，师傅们也没有用什么仪器去测量，完全凭自己的实际经验和直觉去判断。我感觉要成为一名优秀的钣金工人，除了需要一定的书本知识还需要一定的动手能力。

实习后，我还查阅了相关资料，了解了国内汽车钣金市场前景：目前，国内汽车钣金市场主要有两大方面：事故车维修和汽车改装。事故车维修传统上叫做钣金修理，工人只需用榔头、焊枪等工具对事故车辆进行简单的外形恢复。但随着汽车消费市场的日趋成熟，消费者对维修的要求也越来越高。而大部分维修企业都存在着两点问题：一，维修企业硬件设备不过硬，没有高标准的车身整形设备。二，缺乏专业的汽车整形技术人员。据统计，我国修复后的重大事故车一年内的二次以上事故率近百分之二十。现在的状况就是很多维修厂都能维修事故车，但是真正的技术人才并没有多少，存在安全隐患的同时往往维修质量也得不到消费者的认可。国内的汽车改装市场同样也存在很多问题。一面是政策管理细节与检测机构的缺失，相比国外成熟的汽车市场对汽车改装的细则标准，国内相关机构一直没有一个详细的政策法规出台，这直接导致了汽车改装市场的鱼龙混杂。另一面是专业技术人才的缺乏，据了解，当前国内的大部分改装厂都只是一些小维修厂和发烧友处于半“地下式”的状态。一位改装车的高手曾这样描述他所认知的改装：“外观是消费者最感兴趣的地方。但我要提醒众多改装玩家，车辆一旦经过改装，某一方面必定会有所损失。所以不要求完美，快乐的极致就是死亡。”显然，大部分改装者并没有这样深刻的认知，再加上专业技术人员的缺乏，可谓隐患不小。所以，不论是事故车维修市场还是改装市场，在期待相关政策法规的出台的同时对于专业汽车整形人才的需求也是极为巨大的。据了解在近年来50所高等院校新增的109个专业中便有汽车整形这一专

业。火爆的需求市场和专业的增设都反映了国内的汽车整形市场将逐步走上正规化，专业化的发展道路。

一个合格的汽车整形师要掌握汽车机械技术的相关理论知识如：汽车材料与热处理、汽车机械基础等汽车的基础知识，同样汽车英语阅读能力、计算机应用也是必不可少的。在掌握了相关理论知识并通过大量的实践积累了丰富的经验之后才算是一个合格的专业的汽车整形师。

室内设计专业实训报告总结篇二

本人于20__年x月毕业于__建设职业技术学院城镇规划专业；经过这几年的努力工作，在所从事的建筑设计、工程施工、技术业务实践方面取得了长足发展和提高，先后参与或负责完成了近十万平方米使用功能各异、不一样结构形式的工程项目设计与建设，并在多个项目中担任负责人的职务。就这一阶段的专业技术工作作一小结：

一、思想和态度

任现职以来，我热爱祖国，拥护中国共产党的领导，坚持四项基本原则。遵纪守法，服从领导安排，忠于职守，团结同事。先学会做人才能学会做事。我抱着谦虚学习的态度，从做好本职工作和日常工作入手，从小事做起。我热爱自我本职工作，能够正确认真对待每一项工作，工作投入，按时出勤，有效利用工作时间，在设计任务紧的情景下，能放弃休息时间，加班加点，按时按质的完成各项任务，表现出设计人员的职责心，发扬了吃苦耐劳的精神。

二、钻研业务、解决施工技术难题方面

本人从事设计工作以来，不断学习各项施工规范、规定，接触新技术、新工艺，参加技术培训，不断积累经验，提高技术业务水平。工作过程中，本人尽职尽责，一方面做到采取

措施，防止出现问题，另一方面做到发现问题进取提来源理方案和提议。现简单对自我的技术工作作一些介绍：

（一）建筑结构计算部分：

1、确定适宜的结构体系多、高层结构计算首先要根据具体建筑的高度和高宽比、抗震设防类别、抗震设防烈度、场地类别、结构材料和施工技术条件等因素研究其适宜的结构体系。

2、确定合理的结构计算参数

1) 结构计算参数有时根据不一样的建筑部位计算结果的需要进行选定。如在活荷载的折减选择上，在进行墙柱设计时：活荷载不折减；
在进行基础设计时：传给基础的活荷载折减。

2) 结构计算参数有时根据结构体系的复杂程度进行选定。

在高层复杂不规则结构计算时，要研究结构的偶然偏心与双向地震任用；

在高层简单规则的结构计算时，能够不研究结构的偶然偏心只研究双向地震作用。

3、核查计算结果输出文件

结构计算完成以后，要对计算结果输出文件核查，异常是仔细核查周期、位移和内力输出文件。结构位移比越大，结构扭转越大，控制位移比就能控制结构扭转。所以要把位移比控制在规范的要求范围内。

所以在进行结构布置时，要想很好的控制结构的扭转效应，就要注意以下几个方面：

1、质量和刚度要均匀分布；

在总体的刚度上□a.削弱；
b.补弱。

2、抗侧力构件布置要求□a.平面均称性；
b.加强外圈刚度。

（二）地基基础部分

1、确定适宜的基础形式

应根据岩土工程勘察资料，综合研究上部结构的类型及使用要求材料情景与施工条件等因素，精心设计，做到安全适用、技术先进、经济合理、确保质量、保护环境。进行选择适宜的地基基础形式。

2、在岩溶发育地区的桩基础要异常注意超前钻资料

1) 冲孔桩桩长的确定

对冲孔桩进行一桩一孔的超前钻探，根据超前钻资料进行桩长的计算，对于可能性出现溶沟的复杂地质情景或出现地质情景异常的地方要补勘超前钻，再确定桩长。

2) 冲孔桩桩身配筋率

3、画桩位图时，应将轴力图放在一齐，并且永久保留，以便日后校核。

4、桩的种类（直径）不宜过多，无论是预制桩还是钻孔桩，否则给施工和设计都带来很大的麻烦。相对来讲，钻孔桩能够各类多些，预制桩不宜超过两种。

（三）上部结构部分

1、设计坡屋顶时，梁配筋后，必须自校梁底标高，算出其净高，看是否满足要求，异常是楼梯等入口处。

2、写字楼、商场等8m跨梁，取300×800的梁不好，应取350×700，对于一些大跨度的建筑物，梁宽应适当加大，应取300以上，取350、400，因为：

a.梁宽加宽，抗剪有利，贴合“强剪弱弯”的原则。

b.350宽的梁，用四肢箍能够使箍筋直径减小。

c.主梁加宽，有利于次梁钢筋的锚固。

3、对于高层建筑，顶层板研究到刚度突变很大，宜加厚到150mm□应充分分析计算结果，确定结构类型。

4、梁配筋时，应注意腰筋的设置，单侧腰筋应大于0.1%bh_w□

5、柱配筋时，应同时满足配筋率、箍筋、主筋、角筋、最小体积配筋率的要求。

6、当框支梁上的弯矩和剪力很大时，宜在框支梁下加腋处理。

7、在写字楼、商场等存在很多大跨度梁的结构平面上，梁纵筋的强度等级宜采用hrb400□能够适当降低建筑成本。

三、困难和挑战

取得的业绩和成果是建立在所经历的困难和挑战上的□_x自治区统战部市场运作住宅项目是我设计的第一个高层建筑设计项目，此项目总层数为28层，一层架空，二层、三层停车库，其中设置转换层位于三层。这对我来说是个巨大的挑战。因为学校所学的专业知识都是最基础的，而到了实际工作当中又是另一个层次，它所要求的有很大的不一样。首先，我

从熟悉各种设计规范和法律法规入手，以确保设计的产品在质量安全方面得到的保障。之后，我虚心向单位里资深的前辈请教学习，做到不耻下问，把心中的疑难问题一一解决。经过学习他人的设计构思，仔细研究揣摩，取长补短。最终，才根据项目的要求、实际情景。一步一步地将自我的设计理念和思路在作图中体现出来。这个过程是漫长而曲折的，同时，它也为我以后的设计工作迈出了坚实的一步。

在完成新项目设计工作的同时，我还要开展许多设计的后续工作。比如要对审图公司的审查意见逐一答复；对于施工队伍在项目施工过程中遇到的各种实际问题，及时处理，以保证项目的建设顺利进行。整个项目设计过程中面临着巨大的挑战和压力。为了不影响正常运转，我不畏困难，不断努力提高自我的工作效率，意和同事加强沟通、协调，合理安排工作时间，制定出项目的出图时间表，按时按质地完成了各项设计任务，得到了领导、同事以及建设单位的赞扬和肯定。

四、学习和创新

战胜困难和理解挑战的勇气和决心来自于不断地学习。在学习方面，我相信收获与付出是成正比的，所以我一向注重业务专业知识的学习，坚持把学习作为自我完善和提高的重要途径，经过理论与实践相结合，使业务水平得到进一步的提高。

建筑行业是一个高速发展的行业，建筑材料技术更是日新月异的发展。所以，为了适应社会的发展，时代的提高，我一向都在不断加强理论学习，拓展知识领域，进行知识更新。经过几年来的学习和实践，不仅仅专业知识得到了必须的拓展，并且利用专业知识解决实际问题的本事也得到了进一步的提高。我将在今后的工作中加强理论学习，不断充实及加固自我专业技术知识，更充分了解和掌握多元化的专业理论，丰富了自我的知识面。

室内设计专业实训报告总结篇三

一、实习目的(重要性)

会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就顯得越重要。

针对于此，在进行了三年的大专学习生活之后，通过对基础会计学、财务会计学、管理会计、成本会计及会计理论的学习，可以说对会计已经是耳目能熟了，所有的有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些似乎只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。于是在坚信“实践是检验真理的唯一标准”下，认为只有把从书本上学到的理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能真正掌握这门知识。因此，我作为一名会计专业的学生，在xxxx年，有幸参加了为期近半年的专业实习。

二、实习单位情况

xxxx是xx省企业有史以来第一家在美国上市的企业，是中国新能源领域最大的一次ipo□xx塞维ipo融资额高达4.69亿美元，成为继无锡尚德之后中国太阳能产业的又一巨头。

xxxxxx太阳能高科技有限公司是目前亚洲规模最大的太阳能多晶硅片生产企业。工厂坐落于xx省新余市经济开发区，专注于太阳能多晶硅铸锭及多晶硅片研发、生产、销售为一体

的高新技术光伏企业，拥有国际最先进的生产技术和设备。公司注册资金11095万美元，总投资近3亿美元□xx年4月份投产，7月份产能达到100兆瓦，8月份入选“redherring亚洲百强企业”，10月份产能达到200兆瓦，被国际专业人士称为“xx速度奇迹”。荣获“xx年中国新材料产业最具成长性企业”称号。目前公司正致力于发展成为一个“世界级光伏企业”。

[经营情况]

全球光伏发电产业增长迅猛，平均增长40%，未来发展空间十分巨大。德国、美国、日本的光伏产业政策催生了光伏发电行业的高景气。我国光伏发电产业呈现出较为明显的生产能力巨大、但市场容量较小的特点，多晶硅原料90%依赖进口，太阳能电池90%以上出口。

预计xxxx年、xxxx年多晶硅供需较为紧张□xxxx年有平衡的迹象，但由于大量的产能的释放存在较多的不确定性□xxxx年的多晶硅产需平衡仍较为脆弱。

在太阳能开发方面□xxxx和无锡尚德两家公司走在了前面。

xxxx目前是亚洲最大的太阳能多晶硅片生产企业，目前共有涉及16个省市33个多晶硅投资项目，总投资在1000亿元以上，投资的产能达到15万吨。

xx太阳能xxxx年4月3日宣布：公司已签署一项10年合约，向印度的moserbaer光电公司提供640兆瓦的‘多晶硅太阳能晶片，协议生效始于xxxx年中期，到止；moserbaer表示将根据合约价值给予xx预付款项。

4月16日，全球最大的工程建设企业之一美国福陆公司(fluor)宣布，它赢得了xxxxxx太阳能高科技有限公司的一份合同，

价值10亿美元;该多晶硅项目xx年8月开始建设, 预计第一条制造生产线将在xxxx年12月31日实现机械竣工;按照计划, 三条生产线将在xxxx年7月全部完工, 预计此项目建成后, 每年将生产1.5万吨多晶硅和9万吨三氯硅烷。xx4月10日表示, 将发行3亿美元兑现券来为其多晶硅项目建设及产能扩大融资。xx也将从此项融资中抽取部分来进入长期合约从其美国存托股份中回购价值1.5亿美元的股份。

三、实习内容:

我所在的实习单位是xxxxxx太阳能高科技有限公司, 实习期间, 我主要是了解公司正在使用的财务软件系统的使用和会计处理的流程, 并做一些简单的会计凭证。公司采用的是用友软件的erp系统财务软件, 从编制记账凭证到记账、编制会计报表、结帐都是通过财务软件完成。我认真学习了正规而标准的公司会计流程, 真正从课本中走到了现实中, 细致地了解了公司会计工作的全部过程, 掌握了用友软件的erp系统财务软件的操作。实习期间我努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化, 尽量做到理论与实践相结合。在实习期间我遵守了工作纪律, 不迟到、不早退, 认真完成领导交办的记账工作。在这次实习中不仅让我深刻的感受到手工记账到会计电算化及erp系统的使用对会计工作的重大意义还让我知道了会计电算化的必要性。以下是我的实习体会望老师予以指正错误之处。

四、实习体会

(一)、会计电算化的定义及其特点

室内设计专业实训报告总结篇四

经过一个多学期的理论知识学习后, 我们迎来了大学生活以

来第一个专业实训周——电子商务认知实习。这为期一周的实训给了我很大的收获但也给了我一个很深的感触，科技的力量不可小视，it技术的飞速发展给我们的生活与工作带来了便捷。

20xx年5月9日—13号

(星期一至星期五)

通过本课程的实训，更深入的了解大学生电子商务的实训意义，电子商务发展现状及未来发展空间。而通过对此专业社会发展的了解让学生可以更好的认识自己的专业，将课堂知识与现实工作进行结合，达到理论与实践相结合目的，为即将进入社会做好准备和进行必要的热身及适应。

1. 使学生加深对电子商务基本理论与概念的理解。
2. 培养学生解决实际操作问题的能力。
3. 培养学生认真细致的态度及科学严谨的实训作风与习惯。
4. 要求每位同学独立完成一篇实训报告。

周一、实训前准备

周二、实训动员会

周三、参观无锡科技展示中心、感知科技

周四、参观博宜教育

周五、和08届学长、学姐交流相关专业知识

一个星期的实训不知不觉的就这样过去了，在这里不敢说自

已学到很多的东西，但我真的在其中明白了很多。学校给我们提供的这次实训，是一个很好的学习机会，可以摸索自己的兴趣和以后发展的方向，可以让自己提前认识到自己想得到的东西是什么，“不知不知，先行后知”。两个星期的实习生活，使我受益匪浅，回味无穷，实习所感历历在目。

电子商务的实训课程是学生学习电子商务方法、掌握电子商务技能的重要渠道。

在实训的过程中，我们参观了无锡新区科技展示中、感知科技、博宜教育，让我认识到了科技、网络的重要性。而电子商务则依托于计算机网络，网络的迅速发展也使电子商务得到了迅猛的发展。而与08届学姐、学长的交流中我们也学到了许多课堂上学不到的宝贵知识，相信这对我们以后的工作会有很大的帮助。通过这次实训，我认识到了认真学习电子商务的重要性，要注重理论和实践相结合，理论固然重要，但实训操作才能使我们更快的掌握这些知识。

通过这次实训，让我们更深刻地认识到电子商务的特点和应用领域，学习和体会到了电子商务的核心思想。在实训的过程中学习和提高了自己。在现代的信息时代中，多种交易都是通过网络实现的，因此，掌握这方面的知识越来越重要了，而此次实训是一次非常好的机会，让我们对电子商务的更进一步的了解，二我们也感觉到了电子商务的优越性，不禁为我们当时的选择而感到窃喜。

有的人说实训很辛苦，而我觉得实训是一件非常有意义的事情。这次实训我接触到了很多新的东西，这些东西给我带来新的体验和新的体会。学校给我们这次实训的机会，为我们的学习和以后的工作铺垫了精彩的一幕，因此，我坚信，只要我用心去发掘，勇敢的去尝试，一定会有更大的收获和启发，也许只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多的丰富的知识和宝贵的经验，获得更大的收获！

室内设计专业实训报告总结篇五

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙；也意识到自己在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把e_cel□word□outlook□powerpoint等操作的很好了！此刻我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一向忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但透过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远！据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不同了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习；听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎！和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

透过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作潜力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，务必有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓！所以我明白了，书本上的知识只提供方法，在实践中自己必须摸索出适合具体工作的方法，这一切都需要我们的不断钻研和勤学好问。

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自己错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是

应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时间长了不用也就忘记了。而这次培训的资料最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习资料与以前操作不规范或不熟练的地方进行比较，感觉学习效果很好，受益匪浅。个性是e_cel的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对e_cel的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。透过次培训，使我的e_cil的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原先从没有制作过，透过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。此刻想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自己也不再年轻了，还学什么啊得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。透过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自己的工作潜力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

这段时间，我也看到了自身存在的许多问题，也遇到了这样那样的问题，不学到一定的深度和广度是难以在实际工作中应付自如的。因此反映出学习的还不够，缺点疏漏，动手能力太差，需再加以学习和练习，扩充自己的知识储备，增强实践操作技能，为以后的工作存储更多的能力。实习带给我收获还是很多的，经过这次实习使得我所学的理论在实践的工作中得到了运用，并获得了宝贵的工作经验还让自己在有限的时间里掌握了更多的专业知识，使自己在以后的工作中有更多的筹码。这段经历让我提前进入准职场状态，提前体会工作了的生活，提前从学生向职场人的转型。开阔了视

野，明确了方向，学习了技术，为以后的职场生活铺好了道路。

总的来说，这次实训对我很有帮助，让我获益匪浅，使我在这方面的知识有了不小的提高。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，学会了接受别人更好的观点，如何更好地去陈述自己的观点，让别人认同自己的观点。

社会的竞争是激烈的，我想我们就应好好把握住大学学习的时间，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人！

室内设计专业实训报告总结篇六

已经是将近快三个月的时光了，这周除了跟以往的一样，做些琐碎的事情，更多的是以现场跟班生产实习为主，更多的了解公司的产品，生产实习是学习的一项重要环节，通过此次实习，我学到了很多课本上学不到的知识，使我更深刻地了解了外贸业务流程等知识。这周，我感到满足和充实感，因为老板开始让我真正的接触业务了，美国一位客户通过邮箱向我询问了产品，并向我索要样品。在这过程中，我们起初是用邮箱一问一答，后来对方提出用msn联系，显然这样方便多了，但在询问中我也遇到了点问题，因为她问我的产品，其实我也不是很清楚，因为公司的一些塑料制品很多是用自己的编号的，跟她所提供的型号，编号什么的都对不上，但我对产品熟练度又不够，所以都会询问下老板是否有此类产品。但最后，我成功的完成了个开头，按对方要求寄样品(样品运费是有她出)，她也希望与我方有进一步的业务来往。虽说不知果会怎么样，但还是个好的开头。

室内设计专业实训报告总结篇七

透过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的潜力，了解设计专题的主要资料，为毕业设计的顺利进行做

好充分的准备，并为自我能顺利与社会环境接轨做准备。

实习资料：

20__年8月27日下午，我们来到了位于西安出口加工区内的行知汇元软件培训学校。首先校方为我们举行了开学典礼，说明此次生产实习的资料、时光、课程安排以及注意事项等等。本次生产实习共计十天，最终将由5人组成的小组共同完成一个项目，并最终在项目答辩中展现。生产实习环节包括：开学典礼、班会、理论课、职业素质课、项目答辩和毕业典礼。

不一样的职位具有不一样的工作和不一样的职责范围。而作为一个专门做软件开发相关方面的公司，具有较强的综合性，工作范围大，任务也比较繁杂。在实习阶段，我主要的工作是带领组员在十天时光里完成《学生成绩管理系统》的开发工作。

实习体会：

实习是大学进入社会前理论与实际结合的最好的锻炼机会，也是大学生到从业者一个十分好的过度阶段，更是大学生培养自身工作潜力的磨刀石，作为一名大学生，能否在实习过程中掌握好实习资料，培养好工作潜力，显的尤为重要。一年的大学生生活让我对计算机理论知识有了必须的了解，但真正操作起来就没有那么容易。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。经过过去10天的实习，我对自我有了新的认识及前进的方向。

1. 继续学习，不断提升理论素养与思想认识。在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。此刻透过实习总感觉自我学的不够，要用到知识时总感觉脑袋是空白的。很后悔自我在上学年为什么不多学一点，多练习一点。总在后悔也没有用，只能自我去努力学习。为了能更好的适应工作，我将利用自我空闲时光去图书馆去看书，期望能弥

补不足。思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。在此优势下，我主动与老师进行了沟通，在老师的尊尊教导下，我对实习有了更为深层次的理解，更明确了我的目标，在思想上使我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

2. 加强信心，坚持下去

虽然在这个小组中大家的水平差不多，但真的工作起来我的起点却很低。有时候遇到事情总会着急，慌张。平常信心不足，总感觉自我做不好。大家说我很内向，其实只是自我有点自卑，不敢去表达。或许还需要一段时光的磨练吧。只有自我的知识和潜力都在提升，相信自我总有一天会很勇敢的表现自我。对给自我点信心，多给自我点赞赏，多给自我鼓鼓劲。相信总会走出一条宽敞大道的。

3. 是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系。因此，实习中，我们在重温课本上知识同时，将书本中的理论与实际相对应，将课上知识与实际操作过程相对应，这样不仅仅能够使理论知识记得更为牢固，还能够在本质上理解课本中的每一个细节地方，为今后工作中的技术革新打下了良好的基础，极大的提高了实习质量。实习，是开端也是结束。在书本上学过很多理论，但从未付诸实践过，也许等到真正运用时，才会体会到难度有多大。实习的同时也让我了解到了自我的不足，我会继续努力，完善自我。

实习总结：

革命中立于不败这地。在20__年7月27日到8月7日期间，顺利的完成了生产实习，深刻的认识到网络知识与软件知识从理

论转折到实践的重要性。虽然已经经过一年的大学学习，然而大多数人对本专业的认识还是寥寥无几，在编程与软件开发以及网络工程，在很多同学心里应对于本专业一向很茫然。透过这次实习，我对计算机专业在行业实践中的工作对象、透过这次实习，我对计算机专业在行业实践中的工作对象、面临问题及解决办法有了一个较为全面的理解。巩固专业知识的同时也增加了行业职责感，实习的日子里也加深了同学友谊，锻炼了团队精神我真正学到了计算机教科书上所没有或者真正用到了课本上的知识，经过现场的实训，让我更好的将学习到的理论知识和实际应用结合起来了。更加深刻的理解，了通信方面的专业知识，认识到理论学习的重要性，当然也发现要结合实际运用的必要性。我推荐学校就应多多安排这样的实习，提高实验室的利用率，最好是能够让学生亲手去设计去操作去创新，让我们更多的理论联系实际，这样更能够培养我们的潜力提高我们的素质。使我们对自我所学的知识更感兴趣，从而使我们以更高的热情去学习去探究。一份劳作，一份收获，我坚信自我的努力必须会有回报，而我将会仍然继续努力。

室内设计专业实训报告总结篇八

现在在办公室，有闲的时候就会看一些会计方面的书，虽然自己所学的专业在此时没有派上什么用场，但我觉得应该多学点，有几个技能在以后找工作也可以给自己几个选择。我现在上班近两个月了，在这短短一个多月中，曾几次想过干完一个月不干了。也许我是刚开始工作，有时受不了经理给的“气”，自己心里很不舒服，就想辞职再重新换个工作得了。但静下心来仔细想想，再换个工作也是的，在别人手底下工作不都是这样么？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。我现在的工作，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。