# 推荐顶岗实习格式与范文怎么写

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-12-27

*推荐顶岗实习格式与范文怎么写一通过实习我深刻地体会到了社会与校园的区别。在走出学校课本知识的局限的基础上，学会在工作中运用课本知识，体验做一个社会人的责任和义务。在顶岗实习中不断充实自己，锻炼自身各方面能力，进而逐步融入社会，开始从校园生活...*

**推荐顶岗实习格式与范文怎么写一**

通过实习我深刻地体会到了社会与校园的区别。在走出学校课本知识的局限的基础上，学会在工作中运用课本知识，体验做一个社会人的责任和义务。在顶岗实习中不断充实自己，锻炼自身各方面能力，进而逐步融入社会，开始从校园生活进入社会生活，更好更快地适应岗位要求，做好从学生族到上班族的过渡，为彻底成为一名社会人打好基础。

xx工业区

20xx年x月x日至20xx年x月xx日

xx中心

xx专员

xx公司是一家中外合资并且是国内集生产制造与营销导向于一体的综合性体育用品企业，从20xx年开始，xx迈出了决定性的一步，即产品的多元化和品牌的国际化。开始跨向运动服、配件等服饰系列产品领域，这意味着xx已经从单一的运动鞋向综合体育用品品牌过渡。

当今世界电子技术迅猛发展，我们大学生只沉思在理论的世界，实践与理论有些脱节，而实习，顾名思义，在实践中学习。经过在学校中学习了理论知识后，我们需要了解自己的所学应当如何应用在实践中。在xx公司实习了几个月里深刻感受到这一点，之前我刚到公司时，我的导师带我首先就是调试一部灼热丝试验机，听他说这部是最简单的一部试验机。调试试验机，首先便要看电路原理图，我拿着灼热丝试验机的原理图，对着试验机却是一片茫然，因为我不知该如何下手，该从何开始调试。通过我半个月的实习，我便大概总结出整机调试的以下过程：

1、观察

首先对要被检查电路表面状况进行直接观察，从而发现问题，找到故障点。

a、对于新安装的电路，首先要在不通电情况下，认真检查电路是否有元件用错、元件引脚接错、元器件损坏、掉线、断线，有没有接触不良等现象。查找时可借助万用表进行。

b、若在不通电观察时示发现问题，则可进通电观察。此时采取看、听、摸、摇的方法进行查找。

2、测试分析与判断故障

通过观察可能直接找出故障点，但有多故障点却隐藏着深一层的原因，必须根据故障现象，结合原理图进行仔细分析和测试再分析，才能找出故障的根本原因和真正的故障点。

3、排除故障

故障原因和故障的部位找到后，就要排除故障了。排除故障不能只求功能恢复，还要求全部的性能都达到技术要求，更不能不加分析。故障的根源和真正的部位都找后，应根据故障原因，采取适当的方法，进行修补。如：补焊不良焊点，更换已损坏的元器件，调整电路参数，接线错位进行更改等。

从学生到实习工程师，短短几个月的工作过程使我受益匪浅。不仅是在专业知识方面，最主要是在为人处事方面。社会在加速度地发生变化，对人才的要求也越来越高，要用发展的眼光看问题，得不断提高思想认识，完善自己。

第一、是要真诚：你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天到公司时，心里不可避免的有些疑惑。踏进公司大门，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：“早上好”，那是我心底真诚的问候。

第二、是沟通：要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟导师及同事们有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到公司时，大家并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做那些工作，不清楚你想了解的知识，所以跟同事们很好的沟通是很必要的。

第三、是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在实习这段时间，导师就跟我说，想做好电子这一行业，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的更新，这就需要你有激情，耐心的去不断的学习，提高自己的专业水平。

整个的实习过程是紧张而愉快的，我的工作态度和成效已得到了领导和同事们的认可。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在工作中取得新的突破。

**推荐顶岗实习格式与范文怎么写二**

为了巩固专业理论和强化实践技能，使学生实地接触本专业一线工作，培养学生责任感和事业心，提高学生综合运用所学知识、技能，实地分析解决问题能力，为增强学生就业竞争力，同时检验教育教学质量，发挥校外实训基地教学作用，按照学院《淄博职业学院实践教学工作规范》等要求，制定p09会计1-12班;d09会计1-3;w07会计1-2班;d10会计3(预科生学插大二)。顶岗实习计划如下：

一、实习目的

通过顶岗实习，进一步提高学生的专业实践技能，增强社会适应能力，就业能力，了解社会，熟悉企业生产经营活动业务全过程，增强对职业岗位认识，为顶岗从事专业工作奠定坚实的基础。

二、实习内容

1、根据各实习单位实际，熟悉本单位业务范围以及生产经营的全过程。

2、企业财会部门岗位设置、各个岗位的职责。

3、会计处理程序与方法。包括企业内部原始凭证的传递程序及填制要求，记账凭证的填制及传递、装订、保管，各种账簿的开设登记方法，会计报表的编制与分析。

4、会计电算化处理程序与方法，各种财务软件的使用与操作。

5、资金筹集、运用、管理、分配等环节的管理方法。

6、商品营销的基本程序、方法及营销有关的知识能力和技能。

7、职业道德、服务观念、劳动意识、健康心智的塑造与培养。

8、按照实习单位要求，完成本单位安排的其它各项任务。

三、实习时间和方式

1、实习时间：20xx.12.05—20xx.06.30

2、实习班级：p09会计1-12班;d09会计1-3;w07会计1-2班;d10会计3(预科生学插大二)

3、实习方式：采取学生自主联系实习单位和会计学院统一安排相结合，学生自己联系实习单位，须有实习单位盖章的实习协议证明，由会计学院进行安排的实习必需服从会计学院的安排，服从统一要求，学生在实习单位有关负责人员和指导教师共同指导下，完成顶岗实习。

四、实习组织管理

会计学院实习领导小组负责总的协调和管理，教研室和实习指导教师具体负责学生顶岗实习的指导与管理。实习指导教师由会计学院老师和单位实习指导教师组成。自主联系实习的学生，企业实习指导教师按照有专业知识，有实践经验的企业管理人员要求自主确定，校内指导老师按照“三位一体”指导体系，会计学院统一安排，由负责带队教师和实习单位委派专业人员共同指导管理。会计学院领导小组和专业教研室对实习工作进行不定期日常或重点检查。

顶岗实习前，以相应形式组织召开顶岗实习动员会，明确实习目的、计划、任务和要求，加强纪律、安全意识教育，职业道德和团队精神教育，同时，公布实习报告及毕业论文撰写等相关要求。

五、对实习学生具体要求

1、服从安排。实习学生必须服从实习单位的各项制度和领导、实习指导教师的管理，接受校内指导教师的指导与管理，认真做好各项工作，完成实习任务。

2、切实履行自己的岗位职责，自觉遵守劳动纪律，严格遵守请假制度，不得擅自脱离实习岗位。

3、安全第一。实习学生要注意工作安全和交通安全，遵守实习单位的各项规章制度，严以律己，若因违反实习纪律和安全工作要求造成自身伤害者，由学生本人负责。

4、保守秘密。听从实习单位财务人员的安排，遵守财务会计的各项制度，不外传实习单位财务会计等信息。

5、虚心请教，团结协作。虚心向实习单位指导老师请教，尊敬指导老师，讲究文明礼貌，爱护实习单位财物，积极主动参加一些力所能及的劳动，与实习单位搞好团结。

6、勤于思考，不断总结。实习结束，学生本人应写出不少于20xx字的实习总结，与实习鉴定意见表一起交校内指导老师。

六、毕业顶岗实习需上交材料

1、《淄博职业学院会计学院学生顶岗实习安全协议书》(见附件)实习单位盖章、学生及学生家长签字。

2、《淄博职业学院学生顶岗实习联系函回执》(见附件)由接收单位盖章、家长签字。

3、《毕业生灵活方式就业证明》由接收单位盖章、学生签字。

材料1、2、3于实习开始后二周之内(即3月10号前)，学生面交或邮寄辅导员。

4、《学生顶岗实习周记》(见附件)——每周1次，要求手写，校外指导教师签字。

5、《淄博职业学院学生顶岗实习考核表》(见附件)由接收单位盖章，校外实习指导教师签字。

6、《淄博职业学院学生顶岗实习学院指导教师考核表》(见附件)由接收单位盖章。

7、顶岗实习报告(手写，20xx字左右)，写作要求见附件。

材料4、5、7、7于毕业设计答辩时交校内指导教师。

七、实习成绩评定

由企业指导教师、校内指导教师对学生共同进行，根据学生对待实习的态度，完成实习大纲要求的程度，实习中反映出的能力和水平，实习报告质量等几个方面的情况，对学生进行综合考核,按优秀(90—100),良好(75—89)，及格(60—74)，不及格(59分以下)评定。

1、优秀

实习态度端正，无缺勤和违纪行为，工作刻苦勤奋，积极主动，全面完成大纲要求;实际操作能力强，理论联系实际好，能独立承担任务，实习单位评价高;实习报告全面反映实习业务，内容充实，语言简练，条理清楚，能总结处理某些问题或有一定创新。

2、良好

实习态度端正，无违纪现象，工作积极主动，较好地完成大纲要求，有一定的实际操作能力，能理论联系实际，实习报告全面系统，较好反映实习内容，条理清晰，实习单位评价良好。

3、及格

实习态度基本端正，能达到实习大纲的基本要求，能完成实习报告，内容基本正确，对实习业务基本了解。

4、不及格

未达到实习大纲中的基本要求，不交实习报告，或实习报告有原则性错误，实习中出现连续旷工，严重违反实习单位的规章制度，或实习单位评价差。

凡实习成绩不合格者，按实习单位和学院有关规定进行处理。

**推荐顶岗实习格式与范文怎么写三**

毕业顶岗实习，是每一个大学生必须拥有的一段经历，它让我们在实践中了解社会，让我们学到许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基础。在即将毕业的几个月，我是在xx市xx销售部实习的。

xx有限公司，创建于xx年，经过二十多年拼搏进取，如今已发展成为一家拥有数百余名职工，有一定生产能力的大型机械设备制造企业。拥有一支技术精堪、敬业爱岗的科技队伍和管理生产队伍，悉心致力于产品的开发、生产和运用。

我顶岗实习的是xx市xx销售部。

二、实习过程：

xx年的xx月xx日，我通过了xx市xx销售部的面试，于xx年xx月xx日，我第一天上班。xx年xx月xx日，我在写这份实习报告。回顾这将近一年的实习，有过欢笑有过泪水，酸甜苦辣尽在心头。在这三个月脱离学校的锻炼中，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

（一）实习岗位：

外贸业务员

（二）实习内容：

1、学习产品知识：包括不锈钢板材的产品常识，行业行情等。但是不锈钢却是一个比较复杂的产品，由于矿产资源的不断减少，行情每一天都在改变，因此，不锈钢价格都是每天变化。故此，要一时半刻就学全学会产品知识是不可能的，我需要每天都不断完善自己的产品知识，遇到不懂的地方就请教同事，请教上司。

2、xx的后台管理：产品的发布，信息的更新，橱窗的设置，展厅的装修，询盘的回复与管理等。

3、企业邮箱的管理：通过企业邮箱维护老客户，与开发新客户。

4、接待客户：这属于比较被动的，一般都是客户主动来我们门市的，我不能大海捞针的盲目找客户。所以我现场招待外国客户的机会比较少，实习两个月以来，也就招待过几个外国客户。

5、网络营销：通过xx平台等网络工具开发新客户，与一些意向高的客户进行沟通，洽谈交易各项事宜。这方面的主要是一些想要赚取中间差价或佣金的进出口公司、外贸人员、和其他一些有在网络上交易习惯的买家。

（三）实习中印象深刻的人——我的上司

我的上司虽然不是什么高学历的人，但是她却是个很有智慧的女性。在工作中，她不但懂得如何引导下属全身心的对待工作，树立良好的工作氛围，而且在生活上，她知道如何与同事们相处，如何在工作与家庭中平衡。我的上司告诉我，无论你做什么工作、面对的工作环境是松散还是严格，你都应该认真工作，不要老板一转身就开始偷闲，没有监督就没有工作。只有在工作中锻炼自己的能力，使自己不断提高，加薪升职的事才能落到你的头上。

有一句是这样说的，在大公司实习是学做人，在小公司实习是学做事。这正是我本次顶岗实习的比喻。因为是小公司，没有太多的人际关系纠纷，更多的是需要学会去做事情。因为小公司分工并不是很明确的，所以每一个岗位，事无论大小，都有可能接触到，所以学会工作的每一个流程是很重要的。正所谓，执行第一，理论第二！这样的优点是更能锻炼一个人的实践动手能力，但是却不能像大公司一般有一套很完善的管理制度和团队理念。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！