# 推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写(7篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-01-24

*推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写一自19xx年开始起步，随着我国改革开放的不断深入和交通事业的持续、快速发展，建设监理制度已成为我国公路、水运工程建设中不可缺少的重要环节，所起的作用也越来越明显。建设工程监理，即有资质...*

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写一**

自19xx年开始起步，随着我国改革开放的不断深入和交通事业的持续、快速发展，建设监理制度已成为我国公路、水运工程建设中不可缺少的重要环节，所起的作用也越来越明显。

建设工程监理，即有资质的监理单位接收业主的委托和授权，根据国家批准的工程项目文件、有关法律、法规和监理合同及其他建设合同进行的监理、管理活动。它由监理单位对承包单位在施工质量、建设工期和资金使用等方面，代表建设单位实施监督。监理单位即监理公司，是指具有法人资格、并取得交通主管部门颁发的公路工程施工监理资质证书，从事工程监理业务的经济组织。它是监理工程师的执业机构。监理工程师需经全国统一考试合格，取得《监理工程师资格证书》并经注册登记。他是代表业主监控工程质量，是业主和承包商之间的桥梁，这不仅要求执业者懂得工程技术知识、成本核算，还需要其非常清楚建筑法规。在监理工作进行时，还需总监理工程师一职，他由法定代表人书面授权，全面负责委托监理合同的履行，主持项目监理机构的监理工程师。此外，监理人员还包括专业监理工程师和监理员，但对于信息系统工程建设的全过程监理的质量，总监理工程师的作用至关重要。总监具体工程项目施工过程中，应做到诚信服务，事前予控，重视工程工地例会。

建设工程监理经招投标，签订合同同时任命总监、组成更建理班子，再由总监监理具体规划，并按施工要求建立建立实施细则，便能进行质量监控。在质量监控过程中，需做到精心策划，事前予控；认真履行事中检查验收；实事求是进行评定。建设工程监理的主要内容是：控制工程建设的投资控制、建设工期控制、工程质量控制；进行信息管理、工程建设合同管理、安全管理；协调有关单位之间的工作关系，即“三控、三管、一协调”。其主要建理制度包括：开工申请，图纸会审，材料报验，分项验收、屏蔽验收，会议制度，资料管理和开工停工令。同时，监理工作须具有服务性，独立性，公开性和独立性，以保证监理工作正常而高效的进行。

目前，虽然建设监理制度已经在全国范围内推行，但业主、施工单位和质量监督机构对实行工程监理的意义及其重要性还是缺乏认识，对监理人员的地位及与各方的关系也不甚了解。有些业主认为监理人员是自己的雇员，必须为自己的利益着想，按自己的要求办事。质量监督机构认为监理人员代替了自己的职能，因而忽视了对工程质量的监管。由于对监理人员工作的模糊认识，使工程建设各方在关系的协调上不顺畅，监理人员的决定不能实施，监理效果不够理想，工程质量监督工作出现漏洞。当工程出现质量问题时，还容易出现互相推诿扯皮的现象。

实行建设监理制度是我国建设领域的一项重大改革，是我国对外开放、国际交往日益扩大的结果。通过实行建设监理制度，我国建设工程的管理体制开始向社会化、专业化、规范化的先进管理模式转变。这种管理模式，在项目法人与承包商之间引入了建设监理单位作为中介服务的第三方，进而在项目法人与承包商、项目法人与监理单位之间形成了以经济合同为纽带，以提高工程质量和建设水平为目的的相互制约、相互协作、相互促进的一种新的建设项目管理运行机制。这种机制为提高建设工程的质量、节约建筑工程的投资、缩短建筑工程的工期创造了有利条件。

在接下来的实习中，我们对给水排水工程工程施工进行了学习。

总所周知，在任何工程项目中，设计与施工都是创造性的工作，两者相互配合，相辅相成。

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写二**

1、 实习目的：

1、1．实践是检验真理的唯一标准，响应学校号召，将学校所学知识与电厂实际应用联系起来

1、2．提高对电厂认识能力，理论运用能力。

1、3．锻炼自己的实际动手能力，为以后步入工作岗位积累经验。

1、4、 通过在电厂的实习，对电厂的生产过程及实际工作要求获得初步认识，结合所学专业知识，观察和了解电厂的运行特点、工作要求等，为进一步学习专业知识打下基础。

2、 实习要求：

2、1、 做好实习前准备工作，了解实习目的和任务，以提高实习效果；

2、2、 遵守实习纪律，服从实习安排，完成实习任务；

2、3、 与指导教师定期保持联系，汇报实习进展情况，接受指导教师的指导；

2、4、 实习结束，上交有关资料及实习日记与报告；

3、 实习场所：华能珞璜电厂

4、 实习起止时间：20xx年7月8日至20xx6年7月27日

1、实习单位全称：华能珞璜电厂

2、 地址：重庆江津区珞璜镇

3、 实习单位性质：国有电厂

4、 规模：一二期均为2\*360mw，三期2\*600mw。总装机容量为2640mw。

今年暑假通过二十多天的电厂实习，给了我们对火力发电的一些初步的认识，现场实习学到了很多课本上抽象而且不易理解的知识。下面我就从电厂的发电过程来总结一下这次实习的成果。

1、安规教育：

在电厂工作随时都可能出现危险，在锅炉上有可能发生高空坠落，在汽轮机旁可能会有高温高压的气体喷射导致烧伤，在电源箱旁可能因为电缆漏电而触电受伤，因此我们只有时刻将安规牢记心中才能避免威胁人身安全的情况发生。同时认真按照安规进行工作安排也可避免重大事故的发生。例如当锅炉例行停机检修时，如果不按照步骤停炉则可能会造成锅炉mft,造成严重后果。原因就在于我们对所学知识不扎实并且在不清楚的情况下擅自操作。从 7月 8号到，第二天我们就在实习带队老师丁老师的带领下开始学习电厂安全规则，通过丁老师的讲解与视屏相结合我们加深了对电厂安全规则的了解，并进行了考试，并顺利通过安规开始。通过对安规的学习，总结出事故原因大多是安全意识淡薄，安全责任心不强，现场设备不了解，通过学习我们对安规有了一个新的认识，对自己的行为规范有了更高的要求，在对我们的日常工作进行谨慎中认真遵守规章制度，认真按安规办事。

2、电厂实习内容：

2、1 电厂系统认识

通过在学校的学习在来电厂之前对电厂的基本知识有一个基本的认识，通过结合电厂实际情况对火力发电厂有一个更加清晰的认识:火力发电厂的原料就是原煤。原煤由火车运到电厂，再由输煤皮带输送到煤斗。然后由给煤机送入磨煤机磨成煤粉，并同时送入热空气来干燥和输送煤粉。形成的煤粉空气混合物经分离器分离后，合格的煤粉经过排粉机送入输粉管，通过燃烧器喷入锅炉的炉膛中燃烧。燃料燃烧所需要的热空气由送风机送入锅炉的空气预热器中加热，预热后的热空气，经过风道一部分送入磨煤机作干燥以及送粉之外，另一部分直接引至燃烧器进入炉膛。燃烧生成的高温烟气，在引风机的作用下先沿着锅炉的倒“u”形烟道依次流过炉膛，水冷壁管，过热器，省煤器，空气预热器，同时逐步将烟气的热能传给工质以及空气，自身变成低温烟气，经除尘器净化后的烟气由引风机抽出，经烟囱排入大气。锅炉给水先进入省煤器预热到接近饱和温度，后经蒸发器受热面加热为饱和蒸汽，再经过热器被加热为过热蒸汽，此蒸汽又称为主蒸汽。由锅炉过热气出来的主蒸汽经过主蒸汽管道进入汽轮机膨胀作功，冲转汽轮机，从而带动发电机发电。

2、2 火力发电厂主要系统有：

2、2、1汽水系统：

汽水系统由锅炉、汽轮机、凝汽器、加热器和给水泵等组成，它包括汽水循环、化学水处理和冷却水系统等。水在锅炉中被加热成蒸汽，经过过热器变成过热蒸汽再通过主蒸汽管道进入汽轮机。由于蒸汽不断膨胀，高速流动的蒸汽冲动汽轮机的叶片转动从而带动发电机发电。作功后的蒸汽温度和压力很低，被排入凝汽器冷却，凝结成水经过加热和除氧又经给泵打入高加进入锅炉。

2、2、2燃烧系统：燃烧系统由锅炉的燃烧部分、输煤部分和除灰部分组成。锅炉的燃料——煤，由皮带机输送到煤粉仓的煤斗内，经给煤机进入磨煤机磨成煤粉，风粉混合后经燃烧器进入炉膛燃烧，烟气经除尘器后排出，炉渣经碎渣机成为细灰排到储灰场。

2、2、3电气系统：发电机发出电，进变压器升高压电后通过高压配电装置和输电线路向外输送。有一部分厂内消耗。电气设备有：发电机、主变压器、厂用变压器、高压配电装置和厂用配电装置等。

2、2、4化学制水系统：除盐水系统流程：清水→清水泵→阳双室双层床→除碳器→中间水箱→阴浮床→混床→除盐水箱→除盐水泵→凝结水箱

2、2、5除灰除渣系统：灰浆泵、灰渣泵、振动筛、浓缩池、柱塞泵、程排灰管

2、2、6燃料及输煤系统：火车/汽车运煤－煤沟－给煤机－皮带－原煤仓；煤场－滚轮机－皮带－原煤仓

2、3 对发电机和电气设备的认识

通过安规考试之后我们在电厂师傅的带领下，我们参观了主控制室。发电厂的主控制中心设在主控制室，又称中央控制室。对大中型的发电厂采用对机、炉、电统一调度的单元监控单元控制方式。当电厂容量大、机组台数、接线复杂、出现回路数较多时，还设有网络控制室，简称“网控”。电厂在电厂电气设备控制系统集控室内有六台监控用的电脑，由于火电站内条件恶劣，各类干扰信号多，集中控制系统六台电脑采用光缆连接共享。工作人员可通过电脑crt 监控画面直观的了解到机组各个部分的运行情况及技术参数。监视包括曲线画面（趋势画面）、参数画面等，可以使电厂的全程运行全部在工作人员的监控中。六台监控电脑之外还有两台电脑，一台用于历史数据备份，另外一台作为 dcs 系统的工程师站，能够修改 dcs 程序，改变系统运行模式。电气主接线是电厂的的主系统，反映着发电厂的总装机容量，台数及主要电气设备的数量、布局、技术规范、连接形式及各回路间的关系。接线的基本形式可归纳为母线制形式如：单母线、双母线，一个半断路器接线等和无母线制接在发电厂中变压器可用作电压升高或降低，将电能传送给用户或电力系统，通常称为主变压器，用于不同的升高电压系统之间，作为相互能量转移的变压器，通常称为联络变压器。供给发电厂本身用电的变压器称为厂用变压器。厂用电系统是发电厂不可缺少的一部分，其接线形式多为单母线或单母分段式。在大中型火力发电厂多采用：按炉分段原则。且以 6kv 高压和 380/220v 低压两种电压等级供电；而水电厂则多采用 380/220v 一种厂用电压等级，对坝区水利枢纽用电则有变压器供给。厂用低压开关设备广为采用的有闸刀开关、接触器磁力启动器、自动空气开关等。为了对高压电气设备进行测量保护，需要借助仪用互感器，把高电压变为 100v 的低电压，把强电流变为 5a 的弱电流。不仅可以使高电压与低电压分离，有利于人身和设备的安全，而且使二次侧仪表、继电器等自动化元件标准化，小型化，有利于系列生产。仪用互感器包括：电压互感器和电流互感器。其工作原理都是根据变压器原理构成的其工作原理是根据变压器原理构成的。采用适当的一、二次绕组的闸数，来满足二次侧的要求。电流互感器 n1《n2 原边接于主电路，副边的仪表及继电器等负荷均串接，为了安全二次绕组必须接地并在运行中严禁二次侧开路。发电厂为保证安全运行，对各主要的电器设备都采用纪电保护装置，并分别由几种保护构成主保护和后备保护。相互配合反映其事故与异常。例如利用电路在发生短路故障时，会出现电流增大的特点，通过继电器及辅助设备构成过电流保护装置，利用比较被保护设备各端的电流大小和相位差别，用继电器构成差动保护装置等。近年来计算机在发电厂的广泛运用已经逐渐深入并拓宽了应用面。除了新型大容量机组现代化的新建电厂，都使用了计算机检测与控制外老厂亦随微机的发展而逐步实现单项自动化的技术改造。大气过电压对发电厂的配电装置及建筑物构成了威胁。为防范雷击常采用避雷针；防止感应雷和行波的侵入而采用避雷器。发电厂为了人身和设备的安全，必须对设备进行接地和接零。接地一般分为工作接地、保护接地和防雷接地。对电厂汽轮机和锅炉更加明确的认识：汽轮机和锅炉更加明确的认识

2、4 对电厂汽轮机和锅炉更加明确的认识

2、4、1汽轮机

2、5 对电器知识的认识学习：

2、5、1高压断路器：高压断路器是发电厂中一种重要的控制、保护设备，正常运行时可以用它来倒换运行方式、把设备或线路接入电路或退出运行，起者控制作用。当设备或线路发生故障时能快速切除，保证无故障正常运行。其保护作用。断路器的最主要的特点是能断开电路中的负荷电流和故障电流的能力，特别市断开比正常电流大很多倍的故障电流，，是断路器最严重的任务。因此，必须有专门的灭弧装置。，采用各种措施，使电弧迅速熄灭

2、5、2隔离开关隔离开关是隔开或切断电路，特别是在电路检修或停运时，隔离开关将不带电不分与带电的部分隔开，造成明显的空气绝缘间隙，以保证检修工作安全的进行，隔离开关有时也可以用来接通或断开电流不大的电路。隔离开关因没有灭弧装置，在电路中不能断开负荷电流和短路电流，也就是常说的不能带负荷拉闸，所以，必须与断路器串联使用，隔离开关断路器在操作时必须有一定的操作顺序：电路投入运行时，应先合上隔离开关，在合上断路器；电路退出运行时应先拉开断路器，再拉开隔离开关。如果操作顺序颠倒，就会造成人身和设备的安全。为此，在隔离开关与断路器之间，，一般设有电器或机械的连锁装置。以防止误动作。

2、5、3熔断器熔断器是一种最简单的保护设备，串接于电路中，在短路或过负荷时用来保护电器设备它具有结构简单、体积小、重量轻，使用维护方便等特点。在功率较小或保护性能要求不高的地方，可以与铡刀开关配合代替自动空气开关。或与负荷开关配合代替高压短路器，在 1kv 以下的电路中广为采用，在电压 3~35kv 电路中，熔断器主要被用作小功率馈线或小容量设备的保护馈线，如电压互感器。

2、5、4电抗器电抗器使用来在事故的情况下限制短路电流，因为在大型的发电厂中 6~20kv 母线上发生短路时，短路电流如果不加以限制，可能达到很大的数值，如以次短路电流来选择电器设备，不仅使电器设备和材料偏大造成不经济，甚至使设备的选择成为不可能。如高压熔断器的开断电流不够等，在这种情况下，通常采用电抗器把短路电流限制在某一允许的范围内，从而可以采用较轻型的高压电器，并且在短路的瞬间可以维持母线上一定的电压，常称为残压，时其他的设备能维持正常的工作，在发电厂中通常只在电缆的出线上才装设电抗器。，而对架空线因为它本身具有很大的电抗，线路上的电抗远远大于电缆的电抗值，只要有几十公里的线路，就相当于电抗器的限流效果，所以一般在架空线路上不装设电抗器。串接在电缆线路上的电抗器，通常称为出线电抗器。串联母线中间的电抗器，被称作母线电抗器或分段电抗器，此外，在电抗器中心设有抽头的则称为分裂电抗器。

2、5、5闸刀开关闸刀开关是一种最简单的低压开关，额定电流可达到1500a，它只能手动操作，所以闸刀开关必须于熔断器串联使用，以便在短路或过负荷时能自动切断电路。

2、5、6接触器接触器又称电磁开关，适用于电压在 500v 以下的交直流电动机或其他操作频繁的电路中，作为远距离操作及自动控制，但不能切断短路电流和过负荷电流，因此不能用来保护电器设备，接触器种类繁多，其结构大同小异，主要由吸持电磁铁、主触头、辅助触点及灭弧栅构成，利用电磁铁的吸力控制活动触头，使之切断或接通主电路。

2、5、7磁力启动器磁力启动器在发电厂中，一般用于 40kw 以下中小型的电动机作为启动和保护装置。启动器内装有接触器和热继电器，能利用控制按钮在远方控制。当发生过负荷式，热继电器依据过电流的数值的大小，在限定的时间内将电流切断。热继电器是把两种膨胀系数不同的片状金属材料复合在一起。构成双金属片，利用热胀冷缩原理，当双金属片受热以后，由于两种金属片膨胀的程度不同而发生弯曲。通过杠杆机械传动机构，使常闭触点断开，对电路起到保护作用。

2、5、8低压短路器低压短路器又称自动开关，它既能带负荷通断电流，又能在短路、过负荷，和失压时自动跳闸、 2、6 脱硫：火电厂脱硫技术在大部分的火电厂得到广泛的应用，在烟气进入吸收塔之前，为了增加烟气的压力，使得烟气有足够的压力在吸收塔内进行反应，得到良好的脱硫效果而采用了增压风机。增压风机的投运和退出都要具备一定的条件，在适当的条件下面运行，并且在必要的时候自动退出，保护人身和设备的安全。

2、7 除尘：除尘器主要由上箱体、中箱体、灰斗、进风均流管、支架滤袋及喷吹装置卸灰装置等组成。含尘气体从除尘器的进风均流管进入各分室灰斗，并在灰斗导流装置的导流下，大颗粒的粉尘被分离，直接落入灰斗，而较细粉尘均匀地进入中部箱体而吸附在滤袋的外表面上，干净气体透过滤袋进入上箱体，并经各离线阀和排风管排入大气。随着过滤工况的进行，滤袋上的粉尘越积越多，当设备阻力达到限定的阻力值时，由清灰控制装置按清灰时间设定值自动关闭一室离线阀后，按设定程序打开电控脉冲阀，进行停风喷吹，利用压缩空气瞬间喷吹使滤袋内压力聚增，将滤袋上的粉尘进行抖落。

3、体会与心得

通过这一次的实习，自己学到了许多原先在课本上学不到的东西，而且可以使自己更进一步接近社会，体会到市场跳动的脉搏，在市场的竞争受市场竞争规则的约束，从采购、生产到销售都与市场有着千丝万缕的联系，如何规避风险，如何开拓市场，如何保证企业的生存发展，这一切的一切都是那么的现实。于是理性的判断就显得重要了。

在企业的实习过程中，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。我还了解了发电厂的总体布置，三大设备以及那永恒不变的安全方针“安全第一，预防为主，综合治理”。了解控制屏、保护屏的布置情况及主控室的总体布置情。在电厂工作，安全是最重要的一件事，所以我们牢记“安全第一、预防为主”的实习方针，加强《安规》学习，提高安全意识，更是我们的必修课。“电厂安全无小事”已在每个同学的心中打上深深的烙印。在这二十多天的实习中，我认识到要做好电厂工作，开始，首先要做的是熟悉工作环境和维护的设备，这是展开工作的基础。熟悉锅炉，通过观察锅炉侧各种各样的设备，增加自己对锅炉的感性认识，初步了解各设备的功能和作用，单元的师傅都对自己管辖的设备比较熟悉，对常见故障比较了解，我也得到了他们的悉心指导。每天跟着师傅一起学习，面对房外的灰飞烟绕，机器的轰轰隆隆，外面的酷热，看着师傅一丝不苟地检查设备，处理缺陷，使现场的我深深感受到运行人艰苦奋斗、爱岗敬业的精神，我也非常认真负责的完成师傅的各项任务。

以前在学校只是听说过很多设备的名词，跟着师傅检查设备的时候，这些当时陌生的新鲜事物都一下子蹦进眼里，师傅有问必答，对我源源不断的问题耐心解答。在熟悉了锅炉的环境和设备后，重点就是通过查阅相关的资料，进一步深入了解各设备的操作、原理、常见故障现象。其次，学习值班员岗位职责、安全职责、值班制度和交接班制度，培养正确的劳动观、人生观、价值观，为以后确保所从事工作岗位的安全生产奠定思想和理论基础。我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，对实际操作有了更多的了解，增强了专业知识的感性面及认识面对所学的专业有了新的认识。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的技能是不能在书本上彻底理解的。两个多月的实习时间结束了，我觉得在这些日子里过得充实，学到了东西，虽然说有甜有苦，但是我想甜的要比苦的多。刚进厂时既兴奋又害怕，实习结束后使我对电厂有了初步的了解。这是我们走入电力系统的第一个驿站，能够来到这儿，我们深感自豪。这次实习中，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，使一个大学生生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们学习与实习的真正目的。

这是一次意义重大而又丰富有趣的实习。

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写三**

大学所学的专业是通信工程，平时自己对通信行业的发展也有些关注，希望毕业时能投身通信行业，但由于专业知识不够精通并缺乏实践，所看到的东西与本专业就很难联系起来，一月份在计划外出找实习单位时，后备军官学院下达了命令“实习不能影响日常训练”，就一直比较茫然，幸好计算机学院提供了xx个实习岗位，从xx月1号我便开始了在机房的实习。

初到计算机学院实验中心的时候，我们对这里的环境还很陌生，实验中心xx主任亲切的接见了我们，并给我们上了生动一课。他详细介绍了实验中心的实验室情况和实验中心职责。并给我们讲了一下整个计算机学院的网络布局和各个机房网络布线情况。

我们在机房实习主要内容为：自主上机学习，同时协助老师完成各项工作，如系统安装，软件整理，卫生打扫等。

主要承担程序设计技术（c语言）、java程序设计、数据结构、数据库系统及应用、操作系统、编译原理、计算机图形学、软件工程、算法分析与设计、计算机科学导论、可视化程序设计基础等近三十门课程的实验教学任务。计算机实验室采用自行研制的机房管理系统，安装有多种应用软件，全天候提供上机服务，为学生上机提供了方便，作为科研平台，承担并完成了国家、省部级多项科研任务并获得奖励。

计算机实验室今后将不断适应计算机技术发展的形势，适应社会对人才培养中计算机能力的要求，配合专业教学改革，重点加强学生

计算机应用能力的训练和培养，真正成为学校培养二十一世纪信息技术人才的一个重要基地。

1、学习使用visio绘制计算机学院实验中心的网络结构图。

为了完成这项任务，我们首先学习了visio相关的知识，xx是微软公司出品的一款的软件，它有助于it和商务专业人员轻松地可视化、分析和交流复杂信息。它能够将难以理解的复杂文本和表格转换为一目了然的visio图表。该软件通过创建与数据相关的visio图表（而不使用静态图片）来显示数据，这些图表易于刷新，并能够显著提高生产率。

实习快结束时，赵老师又亲自给我们介绍了一下计算机学院各楼层及各机房内部的网络布局。

2、学习安装操作系统

安装系统不同，安装盘不同，安装方法有些差别。

3电脑硬件知识的了解

由于计算机实验中心有个别机房建立较早，机器已略显陈旧，不再符合当今上机实验一些软件对硬件的要求，所以更新换代是情理之中。但是老机器的存放仓库在六楼，所以我们要把这些机器都拆解，各个部件归类之后搬到六楼，由于机器众多而且老机器有很笨重，所以我们搬了一趟之后已是大汗淋漓。但我们发扬不怕苦不怕累的精神，在最短的时间里完成了任务，第二天又把老机房打扫一新。虽然我们做的是简单的体力活，但是却有其重要的意义，同时在我们参与

机器的更新换代过程中又了解不少电脑硬件知识。我们也为我院机房建设尽了自己的一份力。

四．实习收获及存在不足

通过这次实习，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责任。实习的日子里也加深了同学友谊，锻炼了团队精神。现将实习的个人感想如下：

指导老师们在整个实习过程中尽职尽责，对保证实习质量起到了重要作用。实习开始时，老师们深入学生的生活和学习环境，阐明实习大纲及实习计划内容，明确实习目的和要求。实习过程中，帮助学生学会具体地分析问题、解决问题，指导学生做好具体工作；督促学生认真完成实习报告。实习单位的指导老师认真负责。

在此次实习过程中，我们每天坚持按时上下班，合理的安排自己的工作时间，在指导老师的安排下尽量做到劳逸结合，时而利用局域网玩些游戏放松我们自己的大脑，随后便尽快让大脑做到高速运转。

最后总结一下我在此次实习过程中的收获主要有四个方面：一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了此次实习的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习过程中成立一个小团队，彼此之间互相沟通，互相帮助，为了我们的目标而努力，让我看到了大家对于工作的热情，还有每个人的工作能力。四是为毕业论文积累了素材和资料。

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写四**

为增强校园网络安全意识，提高网络安全防护技能，按照中央网信办、教育部等6部委联合制定的《国家网络安全宣传周活动方案》（中网办发文〔20xx〕2号）及省委高校工委相关通知要求，特制定出我院校园网络安全宣传周活动方案：

一、活动主题

网络安全为人民，网络安全靠人民

二、活动时间

9月19—25日，其中9月20日为教育主题日。

三、活动安排

（一）举办全校大学生网络安全知识竞赛

9月9日至10月31日，各系组织学生参加“全国大学生网络安全知识竞赛”，通过网络答题方式普及网络安全知识。激发学生学习网络安全知识兴趣，提升网络安全防护技能。

竞赛网址：

任务单位：院团委

（二）开展网络安全教育专题活动

1、网站宣传

在学院网站首页开辟网络安全专题，发布相关安全知识、法律法规及学院相关活动，并组织相关资料供广大师生下载学习使用。

负责部门：党委宣传部

2、设计网络安全宣传橱窗、电子标语及摆放宣传板

在学校xx区设计放置宣传橱窗，xx区主干道及学生主要活动区域发送电子宣传标语、摆放宣传板，积极营造网络安全文化氛围。

任务部门：党委宣传部

3、微信推送

通过学校公众号面向全校师生进行网络安全信息推送。

任务部门：党委宣传部

4、校园广播宣传

活动期间，校园广播站广播有关网络安全的常识，提高师生网络安全意识。

任务部门：党委宣传部

5、团日主题班会

各系部根据实际情况，组织开展“网络安全宣传周”团日教育活动，以视频、实例、线上线下互动交流等方式，组织学生学习网络安全知识，提升网络安全意识。

任务部门：学生处、院团委

四、工作要求

1、高度重视，加强组织领导。举办网络安全周活动是贯彻落实中央关于网络安全和信息化战略部署的重要举措，各系部要高度重视，组织师生积极参与宣传教育活动，充分调动学生的积极性、主动性和创造性，推动活动形成声势。

2、突出主题，注重工作实效。要紧紧围绕活动主题，将网络安全教育与学生思想政治教育、文明校园建设、维护校园稳定等工作有机结合，提升工作的针对性与实效性，营造校园安全上网、依法上网的良好氛围。

3、加强协作，建立长效机制。以安全周为契机，探索建立青少年学生网络安全教育长效机制。推动相关内容纳入新生教育、课程教育、团日活动和课外实践活动，完善网络安全教育工作体系，切实增强教育实效。

4、严守规定，务实高效。要坚决贯彻执行中央八项规定有关要求，严格按照勤俭节约、务实高效原则，着力在提高活动实效上下功夫，严禁铺张浪费、大讲排场和各种形式主义。

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写五**

x个月的实习已经结束了不管过程如何在实习的这两个月中真的学到了好多东西,学到了好多课堂上学不到的东西,这次实习时间虽短暂,但收获颇多。

按照老师的安排,我制定了相应的实习计划.注重在实习阶段对所学知识的巩固和提高,以期达到根据理论知识,指导日常的工作实践的目的.收到了较好的效果.主要实习情况报告如下:

不同的职位具有不同的工作和不同的职责范围。而作为一个专门做外贸的公司，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，我主要的工作是文秘工作及其公司的网络管理和编辑。

文秘工作是办公室的主体工作，领导要做到决策科学化，离不开秘书人员的协助。因为秘书人员一方面处理着大量的日常事务工作，另外，还能发挥他们了解全面情况，掌握多方面信息的优势，辅助领导决策，提供合理的建议。秘书工作头绪多，任务重，但必须抓好以下几个方面：

第一，主动做好领导之间、同事之间的协调工作，帮助领导有计划、有步骤、有重点的抓好各项工作，做到忙而不乱。并从过去偏重办文办事，转变到既办文办事，又出谋划策。

第二、开展调查研究，了解基层同事的学习、思想、工作、生活情况，及时向领导反映，并提出合理的建议。对一些急需解决的问题，应及时与有关部门协商解决。

第三、组织起草本单位产品的报价,报备,客户售后服务,合同等协议。

第四、由于实习期间公司有展会,负责跟客户与公司的良好,及时的沟通.解释相关产品的性能,规格几价格。

文秘人员除了需要具备以上工作人员的基本条件外，还应有自己特殊的知识修养、技能修养、品德修养、作风修养。因此，做好文秘人员就要自觉、全面地加强这四个方面的修养，努力把自己造就成为德才兼备，既合格又称职的工作人员。并注重掌握以下原则。

1、要有充分的政策依据和事实依据。

2、要有准确性。

3、要雷厉风行。

4、严守纪律，保守机密。

同时我还负责公司的网站管理工作。

第一、运用photoshop处理公司的产品图片.我们公司产品的图片是用手机及数码照相机拍摄的,而我们公司的网站对上传的图片大小有要求,所以我要把它们处理成相应的大小并且保持图片不失真。

第二、完善公司的网站.由于公司最近新更新了一个网站,我负责把公司产品中缺少的上传.

第三、做好公司网络的加密工作.由于公司对手较多,为了避免公司信息的外漏,对公司电脑进行了加密工作,并加强管理公司的防火墙。

第四、客户信息的管理.实习期间正好遇到一个展会, 做各种电子表格,统计并完善了客户的信息。

这是与自己所学专业有密切联系的,所以自己在这方面格外侧重并作的很用功.希望能够加强自己的专业知识.

大学生活让我对计算机理论知识有了一定的了解,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。经过过去两个月的实习，我对自己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。

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。现在通过实习总感觉自己学的不够，要用到知识时总感觉脑袋是空白的。很后悔自己当时在学校为什么不多学一点，多练习一点。总在后悔也没有用，只能自己去努力学习。为了能更好的适应工作，我利用自己空闲时间去附近的书店去看书，希望能弥补不足。

2．加强信心，坚持下去

虽然在这个公司自己可能是学历水平是最高的，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，总感觉自己做不好。大家说我很内向，其实只是自己有点自卑，不敢去表达。或许还需要一段时间的磨练吧。只有自己的知识和能力都在提升，相信自己总有一天会很勇敢的表现自己。

上学的时候大家都说，能珍惜现在的日子就好好珍惜。等工作了才真的领悟这句话。每天起早贪黑，忙忙碌碌，做了第一天就想回到学校接着做学生。感觉学生时代真是最美好的时间。可是既然踏出来了就要继续走下去，因为这一天也终究要来到。

对给自己点信心，多给自己点赞赏，多给自己鼓鼓劲。相信总会走出一条宽敞大道的。

3、同事相处

感觉学生时代很美好，不仅仅是不需要去努力工作，而是在学生时代你可以有很好的同学，很好的朋友，大家相互嘘寒问暖，不必勾心斗角。我感觉这里才真的有纯洁的友谊。可踏上了社会，于存在着利益关系，又工作繁忙，就多了份人情世故。老板对你的颐指气使，同事对你的多加防范，就更加想念自己的同学。可能自己还不能适应这样的环境吧。但还是希望以后自己去努力，希望自己可以有个好朋友，希望自己可以有个团结的环境。

实习，是大学生活的结束，也是自己步入社会努力工作的开始。在这短暂的实习期间，我深深感到了自己的不足，专业理论知识和实践应用上的差距。在以后的工作学习中，我会更加努力，取长补短，虚心求教，不断提升自我，在社会上贡献出自己的一份力量。将来无论在什么岗位上，都会努力上进，都会做一个对自己，对工作负责任的人!

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写六**

为响应落实国家关于加强学校网络安全使用的管理办法，同时增强全校教职员工的网络安全意识，提高网络安全防护技能，按照网络安全的要求，并结合康乐燕宝学校的实际情况，特制定学校网络安全活动实施方案：

为深入贯彻落实党的十九大和十九届四中、五中全会精神，贯彻习近平总书记关于网络安全和信息化系列重要讲话精神，增强广大师生的网络安全意识，提高自我保护意识，维护国家网络安全。

“网络安全知识进校园”

11月20日至12月20日

采用多种形式进行网络安全宣传，普及基本的网络安全知识，使教师、学生增强网络安全防范意识，具备识别和应对网络危险的能力。

本次网络安全宣传周活动拟采取以下形式开展：

(一)悬挂网络安全宣传横幅。在学校门口悬挂内容为“共建网络安全，共享网络文明”的横幅。

(二)开办网络安全宣传专栏。11月10日在学校宣传报栏、电子屏、微信公众号上开辟网络安全宣传专栏，以宣传该活动的主题、方案、计划等相关资料，以及宣传活动所取得的成果。

(三)开展《网络安全使用知识》培训。11月12日召开全体教师培训会，集中培训《网络安全防范知识》，引导教师要主动学习网络安全知识，加强网络安全自我保护意识。对参与积极，网络安全知识丰富的位个人给予适当的奖品奖励。

(四)召开网络安全知识主题班会。11月16日由德育处组织在全校各班进行召开“共建网络安全共享网络文明”主题班会，讨论宣传网络安全知识，提高学生网络安全意识，增强识别和应对网络危险的能力。同时在教室播放以下国家网络安全周公益短片的功能。提供班队会如下选题：《电脑病毒?要防范!》、《自主密码国之重器》、《网络文明行》、《网络安全你知道吗》、《网络安全靠大家》、《个人信息泄露?要防范!》、《全民参与网络更安全》等。

(五)发放网络安全宣传单。11月23日后勤处制作电子版网络安全宣传单，发送到学校各版微信群，同时印刷纸质版网络安全宣传单，向同学家长发放。

1.学校本次活动中统一使用“网络安全知识”标识，突出宣传主题;

2.坚决执行中央“八项规定”有关要求，严格按照勤俭节约、务实高效原则，着力在提高活动实效上下功夫，严禁铺张浪费、大讲排场;

3.各班级利用好班级多媒体，及时将过程材料收集整理，于12月20日报送学校信息技术室。

**推荐学生信息安全意识培养的活动方案及活动简报范文怎么写七**

通过开展信息道德教育活动，广泛宣传国家互联网管理、使用、网络安全等法律法规，营造文明健康的网络环境，倡导文明上网，引导学生健康上网，自觉抵制网络不良信息，促进青少年学生健康成长。

。

1、广泛深入的宣传。班级结合实际，充分利用周会升旗、道法课、信息课、黑板报、班队会等广泛宣传动员，让学生充分认识信息道德教育的必要性和重要性。

2.努力创造健康的网络信息环境。计算机应安装绿色互联网过滤软件，利用技术手段及时发现和处理网络不良信息，确保绿色校园网络环境的建设。密切联系社区和家庭，通过家长会、手机短信(家校通)、给家长一封信等方式，争取社会和家庭的广泛支持，努力营造关心和支持学生信息道德教育的良好氛围。

3.加强信息法制和道德教育。认真落实《中小学法制教育指导纲要》，引导学生自觉践行《全国青少年网络文明公约》，树立网络信息责任感和道德意识，自觉抵制网络不良行为。将网络信息法制教育和网络信息道德教育纳入学校德育和安全教育，制定工作计划，有目的、有步骤地开展良好的活动。

4、突出重点。根据各年龄段学生的身心特点和学习需求，开展教育活动，特别是重点关注和引导农民工子女和留守儿童等重点群体，使学生形成对网络信息道德的正确认识，增强道德判断能力，自觉形成文明上网的良好习惯。

5.注重总结，形成班级管理的长效机制。及时总结班级教育活动中存在的问题和成果，注意树立典型，促进发展，增强网络道德教育的有效性，逐步建立和完善相关规章制度，形成网络道德教育的班级长效机制。

1.积极开展文明在线主题团队会议。通过灵活多样的形式，引导学生文明上网，形成正确的网络理解观，享受网络带来的便利，严厉批评沉迷网络、浏览不良信息等现象。

2.在《全国青少年网络文明公约》的基础上，全面开展网络法制教育。通过讲座和主题讨论，学生可以深刻理解网络不良信息的存在和危害，敲响警钟，引起学生警惕，产生内在免疫力，自觉远离网络垃圾，抵制不良网络行为。

3、开展文明上网网络征文等活动，依托吸引人、参与性强的娱乐和益智活动，以健康向上的校园网络活动丰富学生的课外生活。

4.通过给父母的一封信，我们努力有效地监控和引导学生正确使用互联网和手机，倡导父母合理地引导和约束孩子上网。

通过开展信息道德教育活动，广泛宣传国家互联网管理、使用、网络安全等法律法规，营造文明健康的网络环境，倡导文明上网，引导学生健康上网，自觉抵制网络不良信息，促进青少年学生健康成长。为此，102班开展了以下活动。

1.积极开展文明在线主题团队会议。通过灵活多样的形式，引导学生文明上网，形成正确的网络理解观，享受网络带来的便利，严厉批评沉迷网络、浏览不良信息等现象。

2.在《全国青少年网络文明公约》的基础上，全面开展网络法制教育。通过讲座和主题讨论，学生可以深刻理解网络不良信息的存在和危害，敲响警钟，引起学生警惕，产生内在免疫力，自觉远离网络垃圾，抵制不良网络行为。

3、开展文明上网网络征文等活动，依托吸引人、参与性强的娱乐和益智活动，以健康向上的校园网络活动丰富学生的课外生活。

4.通过给父母的一封信，我们努力有效地监控和引导学生正确使用互联网和手机，倡导父母合理地引导和约束孩子上网。

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！