# 人力资源岗位认知实训

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2025-07-18

*第一篇：人力资源岗位认知实训人力资源岗位认知实训一、实习目的人力资源岗位认知实训让我对人力资源有了一定的认识，就业岗位有什么，就业前景怎么样等，以及该行业的专业要求，明确学习的方向。实训是将理论与实践相结合，将理论知识运用到实践当中，同时...*

**第一篇：人力资源岗位认知实训**

人力资源岗位认知实训

一、实习目的人力资源岗位认知实训让我对人力资源有了一定的认识，就业岗位有什么，就业前景怎么样等，以及该行业的专业要求，明确学习的方向。实训是将理论与实践相结合，将理论知识运用到实践当中，同时在实践中检验理论的正确性，邓小平说过“时间是检验真理的唯一标准”，这样更有利于知识与实践的融会贯通。同时，实训也开拓了我的视野，完善了知识结构，加强理论联系实际的能力，锻炼分析实际问题的能力，培养认真、严谨的工作作风，促进自身在学习专业课程时能结合实际和符合社会要求。让我们对该专业知识形成一个客观、理性的认识，从而不与社会现实相脱节，为就业和将来的工作提供一些宝贵的实践经验。

二、实习时间

2025年4月8日至2025年4月18日

三、实习地点

E106（班级教室）I403（实训室）

四、实习内容

人力资源岗位认知实训主要分为四个模块：

第一模块：人力资源管理通过对人力资源、人力资源管理、人力资源管理工作内容、人力资源管理岗位及工作内容（包括软件流程及部分上机认识）的了解，我对人力资源这一岗位有了初步认识，知道了人力资源对企业的运作和发展起着举足轻重的作用，并支持企业战略目标的最终实现。

第二模块：人力资源服务认知通过对人力资源服务、人力资源服务业态、人力资源服务职业的专业要求、人力资源服务的发展前景的了解与熟悉，我对人力资源服务有了新的认识，人力资源服务业在政策的鼓励和支持下，近年来实现了持续高速增长，成为“现代服务业”中发展焦点。进入21世纪后，出现了人力资源外包、劳务派遣等高端业务形态，已经基本形成多元化、多层次服务业态的人力资源配置体系。人力资源行业需要综合性人才，比如有计算机、信息管理、营销专业背景的，是该行业急需的人才，作为新一代大学生应该全面发展，人力资源的发展前景不可估量。

第三模块：认识人力资源服务中心通过人力资源服务中心建设背景，人力资源

服务中心功能、人力资源服务中心合作部门及实体企业的了解，中国是个人口大国，服务产业发展空间巨大，那人力资源产业空间无限，再加上国家对该行业的鼓励与支持，行业发展迅猛，规模也在不断扩大，无锡是打造“人才硅谷”急需人力资源服务业的支持。中国一直未解决的问题----就业难，人力资源服务中心就是为这些人创作就业平台，提供就业机会。

第四模块：人力资源服务中心工作体验通过上面的了解与认知，对人力资源有了一定的认识，能够灵活使用学到的知识，我们为无锡科院就业服务中心设计2025届毕业生秋季双选校园招聘会设计方案和为捷普公司设计无锡科院2025届毕业生校园招聘流程。

五、实习体会

一周的实训时间虽然短暂却让我受益匪浅。这一周让我学到了很多东西，看清很多东西，同时发现自己很多的不足之处。

一、理论和实践是有很大的差距，也许我们对学过的知识非常了解与熟悉，但是当我们去设计有关招聘会的方案时，就会觉得力不从心，很多东西都不知道从什么地方出发和考虑，同时又 要考虑那些事等，这些都是理论中接触不到的。对于这些，更重要的是能够根据外部环境的变化和企业实际把学到的知识具体化，更好的运用于企业的运作与发展。

二、学会自主学习，无论在学校还是在企业，我们都需要学会自己主动去学，学会整理反省，从中获得更多的知识；积极进取的工作态度，我们在学校也许工作都是分配下来的，但在企业没有积极的工作态度，可能就没有事情干，我们必须要主动争取多做事，从不断的工作中积累经验，为以后能够更好发展；团队精神，工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的，要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。

三、知识面窄，很多知识不知道，就不能够解决问题；缺乏工作经验，很多工作主次不分，反而导致工作效率低下；学习态度不够端正，很多知识不能准确把握，也不主动学习，知识出现盲点，却懒于弄清楚，这些都需要靠自己去解决。

**第二篇：人力资源岗位认知实训报告**

人力资源岗位认知实训报告

会计 王茹

实训目的：熟悉现实企业中人力资源管理的基本运作和管理流程，把课堂中所学理论知识应用于实际，锻炼社会实践能力，并在实训中学习新知识，对所学的知识进行总结提升，以指导未来的学习重点和发展方向。通过实习，让我们接触社会，认识社会，初步了解人力资源管理工作的实际，把所学的知识综合地运用于实践，使之在实践中得到检验并指导实践，从而培养我们独立从事人力资源管理工作的基本能力，为今后就业和从事人力资源管理工作奠定基础。

实训时间：4——5周实习地点：无锡科技职业技术学院1413实训室

实训内容：日常人事变动的手续办理、人员的招聘、网上筛选简历、电话预约面试、接待应聘者

一

时间如白驹过隙，不知不觉中，一学期又要过去了。对于未来我们信心满满，我们带着理想踏上社会。我们可以在这个巨大的舞台上展现自我，但我们还需要时间去了解这个社会。借着这次实训的机会，我对这个人力资源岗位有了初步的了解，并且对自己也有了进一步的认识。这次实训让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野、增长了见识，为我即将走向社会打下坚实的基础。我是十一月份参加实训的，当我第一次来到1413实训室，倍感兴奋。但是兴奋没有维持多久，因为我不知道自己到底要干什么，当时真的觉得好尴尬。庆幸的是，很快就有人给我分配了任务。一个实训星期之后，我基本上熟悉了我的工作内容及其流程。内容为招聘，流程如下：

1．网上筛选简历

合作企业捷普电子（无锡）有限公司招聘需求比较大，在前程无忧、安徽人才网和华聘网三个招聘网站上发布的招聘岗位和需求人数比较多，每天都会接收大量应聘者投递的简历（包括直接发到邮箱中的简历）。因此，筛选网上投递的简历也是一项关键重要的工作。筛选简历的标准主要是根据岗位的职责和任职要求，例如相关工作经验、年龄、专业及其他关键因素，初步筛选出比较符合要求的，然后再进一步的甄选、面试。

2．电话预约面试

在通过第一轮的网上筛选简历后，接下来一项重要的工作就是电话预约求职者做进一步的面谈。符合岗位要求的应聘者的简历需先下载打印、整理，然后根据主管的要求进行电话预约进行下一步的面谈。在电话沟通中主要是简单介绍公司现状、工作要求、薪资待遇、面谈时间地点及乘车路线等基本情况。

3．接待应聘者

接待工作主要是问清来访者的来历，同时提供相应的应聘登记表与应聘者，有学历要求较高的岗位须提供初试测试题做简单测试，并指导其如何填写表格，需要茶水的及时提供。有些需要现场考试的岗位或是来用人部门复试的，要带其去相关部门安排考核或复试。

三

“世事洞明皆学问，人情练达即文章。”通过实训的磨练，使我懂得了企业人力资源管理运作的基本流程，对招聘工作也有了一定的了解，锻炼了实际操作能力，对以后的学习和工作都有很大的帮助有句话说得好，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，书本学来的东西，终究是要经过实践的，实践才是检验真理的唯一标准。

刚实训的那几天，感觉一切都是陌生和全新的。在最初的几天里，复印机不会使用，工作流程不清楚，一切都是从零开始，然后就是不断的请教和问，拿不定的就去找老师。这段时间所做的事情虽小，但事无巨细，真正把每一件事情做好也不是想象中的那样容易。

经过这个实训期的检验，也发现自身还存在一定的不足，例如人力资源管理专业知识还不够扎实，实际操作能力还比较差，沟通协调能力需要进一步的提高，应对复杂的现实情况处理能力还很欠缺。当然，在工作期间也犯过错误，如对一些常用人事表格的填写检查不仔细造成后期工作的不便，录入人事报表的数据出现过误差，人事系统中员工的身份证号码和身份证地址等错输和漏输的也有过。总之，实训就是一个发掘问题、检验知识、锻炼能力的过程，关键是能找到问题的要点和解决办法，不断在错误中成长。

我想，一个人实训的目的无外乎两点：一个是感受公司，一个是认清自我。

在这两周的实训期间内，用心体会之后，我得到了自己该得到的，我的理论水平和实践水平都有所提高，在今后的工作中，本人将继续努力，牢记岗位职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为今后工作打下良好的基础。

二零一四年

**第三篇：饭店岗位认知实训报告[定稿]**

酒店管理专业

《饭店岗位认知》

实训总结

进入旅游学院将近一年了，也接触了酒店管理专业的基础课程，也了解了一些酒店知识。酒店行业是一个劳动密集型服务行业，属于第三产业。同时这也是一个朝阳性企业，充满机遇与挑战。

在5月22日，我们走进江鸿，开始了解江鸿国际大酒店。

江鸿国际大酒店是一个商务型酒店，虽然开业时将不长，但是却代表了永川地区在酒店业中的最高水平。首先映入眼帘是江鸿国际大酒店的凯旋门，这是代表了江鸿人对顾客的欢迎，寓意吉祥，旗开得胜，凯旋而归。

进入大堂，映入眼帘的是大堂的华丽，珍贵的巴西花梨木和一系列珍贵的雕塑。大堂的装饰华丽，体现了高端商务型人士的品位，彰显了他们的风格。在大堂的角落处是一个酒店的大堂吧，给客人提供闲适、静谧的悠闲生活。走上二楼，可以到达西餐的自助餐厅，可以为客人提供满足客人喜欢西餐。其中分别有三个包间，分别是北海道小包、东京大包，给客人提供安静、舒适的环境，适合情侣等。四楼：拥有各种各样的会议厅，宽阔的面积非常适合在这里举办宴会和会议。进入包房，有摆放整齐的餐具和鲜花，这些包间有不同的类型，装饰风格也不尽相同，实木家具、镀金器皿等体现身份的高贵。在客房区，在每一条走廊都有软质沙发可供客人短暂休息，缓解疲劳。在客房里，基本的家电设备配置齐全，宽敞华丽的房间布局，一张柔软的大床，还提供电脑上网服务，是商务人士不错的选择。

从在江鸿的参观来看，也可以感受一个地区性的酒店与大都市的同等级酒店的差距。在酒店的服务方面与当地的人口素质也很大的联系。服务水平和管理方式与国际标准还存在一定的差距。

在5月25日，我接触两江假日酒店，两江假日酒店位于重庆野生动物世界内部。拥有独特的设计风格，酒店本身就运用动物来凸显酒店的特

色，在大堂入口处及大堂内有长颈鹿等动物的雕塑，给客人一种欣喜和身临其境的感受。整个酒店充分依托地理环境，依据山地的起伏来修建酒店可以给客人提供良好的观景平台。酒店内部充满了观景、游玩的长廊等，流水流过，给客人美妙意境。酒店的客房都是独栋别墅，适合小家庭出外踏青、度假旅游，拥有充足的空间，并且提供管家式服务尽一切最大努力满足客人需要。独栋别墅拥有宁静等特点，适合客人在工作之余来放松疲惫的心情。在两江假日酒店度假可以增进家庭之间的和睦与成员之间的情感。提高生活的质量。

两江假日酒店的风格与江鸿有很大的不同。江鸿主要是服务于商务团体和个人，给客人提供高效、快捷的服务。而它主要服务于度假型客人，给客人提供疗养的生活环境。由于服务范围不同，所以酒店的地理位置和装修风格也就不同。江鸿位于城市中心地区，而假日酒店位于风景优美的野生世界。

酒店岗位认知实训心得体会

岗位认识

作为一名旅游方向酒店管理专业的本科生，对于今后我所要从事的岗位，在这两次的参观中有了一个大体而清晰的认识。旅游产业作为我国第三产业正在以不可估计的发展速度向前迈进，它与我国的经济增长，人民消费水平密切相关。而如今，前有国家法定节假日调整引来市场对旅游业的热议，后有奥运、亚运带来发展良机，再加上人民币升值和消费升级，旅游业的发展潜力深得市场推崇。行业将继续维持高度景气。同时，旅游产业内容广泛，这都为本专业的学生提供了良好的就业出路，以及发展前景。所以说，若想在这一行业有所发展，必定要提高专业知识，加强实践技能。当然培养良好的职业道德素质也是必不可少的。当然，酒店行业是我发展的主要方向，酒店文化多种多样，需要我们积累大量的专业与实践经验，促使我们在这一方面成为优秀的人才。

岗位能力要求

酒店行业是一个涉外政策性强的行业。作为酒店管理专业的学生，基本的英语能力是必不可少的，要具备基本的交际会话能力，能够准确、流利的利用英语表达个人观点，提高口头交流能力，进行大量的实践操作，强化语言的组织和表达能力，真正做到学以致用。能用英语进行流利对话，熟练应用多种表达方式。

在掌握一定的英语能力的同时，熟练掌握专业知识和专业技能，如：计算机预订操作管理系统等，拥有一定的创新意识，培养较好的职业道德素质，加强职业修养，良好的学习和生活的心态，以及实际生活中与人交

往的能力。

明确自己的职业定位，找到适合自己的就业与未来的发展目标，学会如何调整自己的心态，仔细的分析比较自己和职业要求的差距，根据自己的特点仔细的权衡选择不同目标的利弊是得失，还要根据自己的现实条件确定最终达到目标的方案。

**第四篇：重庆岗位认知实训报告**

赴重庆的岗位认知实训总结

一、岗位认知的主要感受

（一）对会展内涵的认识

1.会展是在一定的地域空间内，又多个人聚集在一起形成的，定期或不定期的集体性的物质、文化、信息交流活动。不管是这次对南坪会展中心，还是国博中心的考察，都有着本次展会的特定主体，南坪则是珠宝展，而国博会展中心则是十七届中国（重庆）国际投资暨全球采购会。两个展区总是围绕自己指定的目标议题进行讨论、交流。作为一个展会，是有着固定的时间和空间，会展活动通常都在特定会展场所的空间内，一般多在会展中心或展览馆内。集体性与交流时会展内涵的另外两个方面，如果本次渝洽会与南坪的珠宝展没有观众来参展，那么会展活动也就失去了它的价值与意义。

2．会展是由会议、展览、节事活动等组成，在会展活动中是很多活动的总和，就拿渝洽会来说，在就是展览与会议的一个组合体。会展经济已经成为一种综合经济。

（二）对会展特点的体会

1.综合性

会展活动广泛，活动的内容也十分丰富。在活动的目的和性质上，它涵盖了政治、经济、文化等社会范畴。从产业来说，一、二、三产业都有所涉及。本次渝洽会的综合性就体现在以上很多的方面，涉及地区具有的广泛性，不仅重庆的各大区县都有参展，连外省，国外也都来参展，展出的产品也是丰富多彩的。

2.创新性

新是现代会展的灵魂。一般会展活动是新产品、新技术、新信息在全国及至世界亮相的重要舞台。会展的创新性使会展活动成为了反应各行各业最新发展的镜子。这次如果拿渝洽会与珠宝展相比较的话就不难发现，渝洽会在创新方面远远大于珠宝展，所以也就导致渝洽会的影响是那么的深远广泛。而南坪珠宝展只能作为区域的展览活动，只能作为消费性的展览。

3.集中性

会展活动最突出的特点之一就是人流、物流、和信息的集中。会展活动将大量的人员、产品、技术和信息等在一定时间集中在某一特定的地域空间，这种生产要素的集中性使资源利用率提高，并由此产生成本的节约，收入或效用增加，形成集聚效应。从珠宝展还是渝洽会来说，人流量是极其巨大的，就连磁器口与湖广会馆和三峡博物馆等我们参加的地方人流量都很大。

4.艺术性

艺术性包括展台搭建艺术、展示艺术、现场观众吸引艺术。渝洽会中的特装展台本身就是一种艺术，我们走在展厅里就仿如走在艺术的殿堂。多媒体现场播放，互动体验活动等都吸引了大量的观众。我们考察的各个地方无不体现展览的艺术性。

（三）对会展作用的深层次了解

1.会展的经济作用

首先会展会产生巨大的直接经济效益。会展经济效益不仅体现在其庞大的得产值，更主要体现在它是一个高盈利市场。会展行业是典型的高收入、高利润的产业。究其原因是因为会展的消费水平高，会展团队规模大。会展场馆正常的运营，跟会展行业的高收益是离不开的。

2.会展会拉动相关产业发展，促进经贸合作，增加就业机会。

会展是关联度高的行业，会展不仅会带来直接的经济效益，同时还会刺激交通、住宿、餐饮、旅游、商业、贸易、广告、物流等相关产业的发展，给会展举办地带来更大的间接的经济效益。会展活动能有力的促进会展举办地的对外经济贸易交流与合作，并大大降低了贸易成本。据渝洽会组委会介绍，开幕首日集中签约73个项目，总金额2795.1亿元，包括合同项目35个，合同金额1355.1亿元；协议项目38个，协议金额1440亿元，涉及制造业、商贸物流、城市综合体打造、航线开拓、金融、旅游及文化创意等领域。其中，内资项目42个，签约总额1530.3亿元；外资项目26个，签约总额142.2亿美元；对外投资项目4个，投资总额1.8亿美元。由此可见会展的经济作用是多么的巨大。还能够增加就业就会，据测算，每增加1000平方米的展览面积，就可创造近百个就业机会。

3.会展具有的社会文化作用和环境作用

首先可以提高会展举办地的知名度和美誉度，还能促进信息交流和先进科技知识的传播，丰富文化生活，提高居民素质。一个成功的展览会,不仅可以展示人类在某一或者多个领域的成就,而且展会展出的展品都带有一定的社会目标,是展会组织者和展出者精神、理念和价值取向的一种展示,它对人的行为会产生一定的影响,进而塑造人们与社会主流秩序相适应的价值观念,对维护和调控社会秩序产生巨大的影响.本文从展品蕴含价值、展馆显示价值和会展形式价值等方面论述了会展的社会文化功能。重庆会展活动促进了重庆的基础设施建设，环境卫生的维护，大大改善了当地的居民生活环境。重庆的会展活动带动了周围的场馆建设，重庆人民也就对会战行业有了较深的理解，人们在经济发展趋势方面有了一些认识。

（四）重庆的会展行业

1.重庆会展行业概况（会展之都初具雏形）

重庆是长江上游地区的经济中心、国家历史文化名城。作为我国西部地区同时拥有水、陆、空三类交通设施的特大城市，重庆江海空联运运输便利，成本低廉。其物流、产业、市场等方面的巨大商机及其优惠政策是当地会展业发展的优势所在。已有建成了重庆国际会展中心、重庆国际博览中心、重庆展览中心等专业性会展场馆。

2.重庆会展的发展目标及趋势

2025年，基本建成上游会展之都，2025年，全面建成设施完善、品牌汇集、服务优质、管理规范的长江上游地区会展之都，区域商贸会展中心。向着一核心、三中心、六特色的趋势发展。一核心是以悦来会展城为核心，以南岸重庆国际会议展览中心、陈家坪重庆展览中心、白市驿重庆农业展览中心为依托，还在万州区、黔江区、涪陵区、大足县、荣昌县、璧山县新建六大特色展览中心。

（五）本次岗位认知的目的本次实训的目的主要是将理论知识用于实践工作，通过实践体会专业知识与课本理论的区别。提高与人沟通的能力，提高自己分析实际问题、解决问题的能力。同时可以明确自己的工作兴趣所在，最终给自己的未来发展方向定位。还有就是调研，更加深入的了解有关我们这个行业的一切，毕竟每个行业都有涉及到很广的领域，我们不只是参加展会，还要了解展示材料、展台的搭建、布置、设计等。

二、岗位认知的主要收获

（一）在重庆国际会展中心观察布展时，我观察到，搭建展台用了很多木工板，油漆，涂料还有灯管，桁架，这些是搭建特装展台所用的材料，而搭建标准展台就常用pvc展板，联板，八棱柱，八棱柱锁件。之前只是在书上看到搭建完成的展台，现在亲眼看见展台的搭建，感觉实实在在的，不过大部分是标准性的展位搭建，对标准展位有了更近一步的了解。

（二）在参观湖广会馆时，我发现湖广会馆十分突出招财的文化，比如招财缸，招财门，还有寓意这招财的神兽，这些都充分体现了，湖南和湖北人民对财富的渴望。在会馆里我们能够真切了解到当时移民的状况，通过展列的形式更加的真实更加深刻。

（三）在考察瓷器口时，瓷器口果然名副其实，里面店铺林立，一进到这些店里就看到琳琅满目的商品。这些店大多是卖特色小吃和工艺品，以及服装的。而且这些工艺品和服装大部分具有少数民族特色和古代明清时期的特色，有些店还买字画，刻章，玉石等东西。总的来说，瓷器口到处都充满着少数民族和古代艺术、文化的气息。让我佩服是它在旅游策划方面的成功，成功吸引着大批游客前来游玩。店铺及基础配套设施的规划更是体现了会展的智慧，观赏完之后收益颇多。在参观南山一棵树的时候，我对南山的那个观景台更加的感兴趣，可以毫不夸张的说那更像一个特装展台，以它建筑的艺术性，及其满足人们放松心情的心理需要吸引着大量的游客，从旅游方面来说多我们会展人还是有很大的启示。

（四）在参观“渝洽会”时，此次渝洽会的参展在国际博览中心开展，大部分展台都设有前台，展览区和洽谈区，特装展台的艺术设计让人目不暇接。前台有几个接待员，接待台上放着宣传本公司产品，形象的宣传册。展览区有序的陈列产品，洽谈区放着一些桌椅，供观众和负责人的洽谈而设。但是大部分参展商对于吸引观众不是很积极，而是消极的等待观众来询问，来参观，所以大部分展台比较冷清，所以在展会中如何吸引观众也是极其重要的。参展商主要是各个省市和重庆的各个地区的代表，他们来参展的主要目的是宣传自己本地区的文化，形象，特产，经济，继而招商引资，促进本地区经济的发展，还有一些海外来华投资洽谈的，足以见得渝洽会影响之大。这些展台有的是为了宣传本地区特色而设计的，有些是为了展现自己本地区的经济而设计的，各有特色。这种专业性的大型展览会给我们留下的影响是极为深刻的，对展会的流程，展会的本质有了更近一步的认识。对我们会展专业的同学来说这次岗位认知是难能可贵的一次机会。

（五）在参观重庆市规划展览馆、长江三峡博物馆、红岩魂之旅时。在这些展厅里，通过玻璃展柜、沙盘、实物、图片、文字和LED展现的印象和游戏互动展现各的风貌。给我印象最深刻的是，在这些展厅里，复原当时的生活场景，让我们身临其中仿佛自己穿越时空来到那个年代，真切感受当时的环境，当身处渣滓洞牢房我们更能感觉到历史的沉重感，知道革命的艰辛，现在幸福的来之不易。

（六）解放碑的商圈调研可谓是一件美的差事，先品尝一下当地的特色美食，待酒足饭饱之后我们变开始了正事，解放碑作为一个繁华的商业中心，是人们吃喝玩乐的首选之地，会展是跟现代经济紧密联系的行业，在调研过程中收获可是不少，店铺如何设计、商品如何摆放、怎样提高服务的质量、如何塑造组织企业文化、怎样树立品牌、如何提高购物玩乐的舒适度等等都是经营成功必须考虑的范畴。所有的努力只有经受住市场的考验才有它的价值，让我明白了市场对某些人来说是无情的额，对有眼光，有创意，有魄力的人来说便是一个有着巨额财富的提款机。

（七）短短的四天天实训，一眨眼的功夫就结束了。回想这几天，我们学习到了太多的东西，我对会展这个行业有了更深的了解，尤其是对展会，特别是大型的展会有了更深层次的认识，在以前我们也没有参加过大型的展会，这次实训使我自己的专业理论知识和实践充分地结合起来。在学校学会更多的书面知识，在实践中好好利用知识进行运作。接触、了解社会，才能从实践中检验自我，全面提高自己，直到成为一个优秀的会展人。

三、未来的工作及学习计划

此次外出岗位认知让我深刻的认识到，自己的浅薄无知，在象牙塔里埋头苦读，只是仅仅学习理论知识是不够的，不能坐井观天，要多出去走走，多与社会接触。以此用以下两方面来激励自己

（一）未来工作

1.明确未来就业方向。

2.时刻关注会展行业的动向、趋势。

3.努力汲取会展专业知识，为将来就业打下基础。

4.多参加社会实践活动，与社会接轨，提高自己的综合能力。

（二）学习计划

1.学好基础知识

书本上的知识是很重要的，只有学好了理论知识，在日后的社会实践与工作当中，我们才能把理论与实践相结合，所以理论知识必须要过关。

2.提高抗压能力

会展产业是现代经济的产物，是站在经济前沿的新兴产业，具有极强的竞争压力，为了将来有一个好的工作，提高抗压能力是必不可少的。

3.加强沟通能力

会展是一个信息交流平台，信息的有效沟通和传达，是展览成功举办的重要条件，所以做为一个会展专业的学子，必须加强自己的沟通能力。

4.强化执行能力

好的计划得不到实施，那这个计划就只能是一座空中楼阁，会展的举办是需要强有力 执行力的，所以在学习时也必须加强执行力的锻炼。

**第五篇：认知实训报告**

中南大学

认识实习报告

学院：材料科学与工程学院

专业班级：材料0705班 姓名：胡剑

学号：0603070514 指导老师：尹登峰

实习时间：2025年6月29日——2025年7月10日

实习地点：中南大学粉末冶金厂、中南大学粉末冶金研究院、中南大学金属研究所（非平衡厂）、中南大学材料厂、中南大学电子封装厂、长沙振升铝材有限公司、湖南金龙国际铜业有限公司 20009年7月10日

目录

一、实习的意义和目的二、实习要求

三、实习日程安排

四、实习地点

1、中南大学粉末冶金厂

2、中南大学粉末冶金研究院、3、中南大学金属研究所（非平衡厂）

4、中南大学材料厂

5、中南大学电子封装厂

6、长沙振升铝材有限公司

7、长沙金龙国际铜业有限公司

五、实习心得

认识实习报告

一、实习的意义和目的认识实习是教学计划主要部分，它是培养学生的实践等解决实际问题的第二课堂,它是专业知识培养的摇篮，也是对工业生产流水线的直接认识与认知。实习中应该深入实际，认真观察，获取直接经验知识，巩固所学基本理论，保质保量的完成指导老师所布置任务。学习工人师傅和工程技术人员的勤劳刻苦的优秀品质和敬业奉献的良好作风，培养我们的实践能力和创新能力，开拓我们的视野，培养生产实际中研究、观察、分析、解决问题的能力。

认识实习是我们工科学生的一门必修课，通过认知实习，我们要对材料科学与工程专业建立感性认识，并进一步了解本专业的学习实践环节。通过接触实际生产过程，一方面，达到对所学专业的性质、内容及其在工程技术领域中的地位有一定的认识，为了解和巩固专业思想创造条件，在实践中了解专业、熟悉专业、热爱专业。另一方面，巩固和加深理解在课堂所学的理论知识，让自己的理论知识更加扎实,专业技能更加过硬,更加善于理论联系实际。再有，通过到工厂去参观各种工艺流程，为进一步学习技术基础和专业课程奠定基础。具体，我们应该通过实习达到以下目的：了解本学院材料厂、非平衡所、电子封装厂、特冶楼等部门的实验、科研与教学设施；了解校内粉冶所、粉冶厂的主要产品、成果、设备及部门产品的生产工艺等；重点参观实习长沙振升铝材有限公司和长沙金龙国际铜业有限公司，了解工厂进行材料加工实际生产的设备、工艺、工模具、产品缺陷等技术问题，为以后的学习和科研积累感性认识。

二、实习要求

1、实习期间应该注意自己的着装，不能穿背心、短裤和拖鞋，以

免实习过程中机器运转所产生的高速高温物体对人身造成伤害；

2、实习期间一定要听从带队老师的指挥，不要擅自离队，更不要

随意触碰机器的按钮或开关。禁止触摸生产线上的物品以免烫伤；

3、不得迟到、早退、旷实习等，如因特殊原因不能按时到达或不

能去实习应向班长或带队老师请假；

4、实习期间仔细观察，认真听老师或师傅的讲解，遇到不懂得地

方可以提出来，随时做笔记；

5、实习期间要严肃认真，禁止喧哗打闹。

三、实习日程安排 篇二：认识实习报告模板\_\_可以借鉴一下

认知实习报告

一 实习目的及意义 从此次认知实习中，虽然只有短短的几天时间，但我们也了结了许多课本上无法学习和得到的知识与见识，让我们明白了：读书和工作实践中所需所用的的实践知识是完全不同的概念，同样了解了市场营销这个美丽而又充满挑战的职业在企业发展中的重要。我们作为社会的主力军，只有在学好课本知识的同时注重实践知识，了解社会所需人才，具有何样技能，才能为以后的工作生涯中打下一个良好的基础。

实习时间

2025年5月4日—5月7日

三实习任务

在短短的实习时间里，我们对市场营销这个阳关而又挑战的职业有了一些初步的了解，知道之中课本知识的同时不忘实践工作经验知识的重要，在工作中运用知识技能，为以后的工作生涯留下了美好的憧憬。

四 实习地点

郑州市三全食品股份有限公司；郑州太古可口可乐公司.五 实习企业概况

郑州市三全食品公司是一家以生产速冻食品为主的股份制企业。中国第一颗速冻汤圆和第一只速冻粽子都出自三全，三全公司现今拥有几十条现代化的生产线及几万吨低温冷库，员工2万多人。公司的主要产品以汤圆、水饺、粽子、面点、米饭为主的中式速冻及常温食品。目前在全国各地有35个营销分支机构和400多家经销商，形成密集和完善的营销网络。正是有利这样一个高效的营销网络，三圈的每一个新产品在七天之内就可以遍布全国各地的终端市场。凭借着先进的生产设备、一流的生产技术、规范科学的管理、过硬的产品质量，在全国速冻食品行业已连续年雄据市场占有率之榜首。被誉为国家重点企业。

郑州太古可口可乐饮料公司为美国可口可乐公司在河南的特学装瓶

厂，主要生产及分销可口可乐、健怡可口可乐、雪碧、芬达、醒目、酷儿、雀巢冰爽茶、水森活等12 种类型的饮料。公司注册资金为1800美元，于1996年7月8日正式投产。郑州太古可口可乐公司拥有完善的生产线和庞大的销售系统，以及一大批精干的销售人才。是郑州有名的快速消费品—饮料的龙头企业。

六 实习内容

（一）实习的具体内容 5月4号，有幸我们在老师的带领下来到了郑州市三全食品有限公司进行为期几天的短短的实习生活。来到了企业，一副欣欣向荣的景象，员工们都在百般忙碌的工作，我们有幸请来了销售总监进行一些深入的市场工作销售的交流，从他的坦诚相教中我们了接了一些初步的市场销售知识，面对很实际的销售问题进行详细的讲解，使我们那些可怜的书本知识表的那么可怜与渺小。了解了三全怎样从小到大，怎样从点到面，市场销售在企业的重要性，从而使我们对待市场销售这个充满挑战和阳光的职业有了一点初步的了解。

（二）实习中资料的收集与总结

这次认识实习过程中，我们与这些企业的营销主管人员进行了交流与探讨，了解了企业的一些基本工作情况和企业的发展，在社会经济的大发展上，企业要想做大做强，除了一些基本的企业文化需要和员工职能，知识是无限的，只有企业员工的知识丰富，对企业的未来发展要有明确的目标，在我们实习过程中我们从中了解到课本知识的局限，在社会大发展的情况下，我们要想做大做强，只有在实践生活中无时无刻的充实自身，创建自己的价值。

七 实习感想

时间很快在人们不知不觉中流逝了，短短的几天的认识实习很快结束了，在这期间，我了解了很多很多，哪些是你在课本学习中，在校园生活中，在大学身涯中所无法得到的。社会是在无时无刻的进步中，课本上那个的一些营销知识已经无法完全适应社会形势的发展和市场竞争的演变。这个社会是在发展的，而课本知识却是无法改变的。我要想跟上这个经济时代的脚步，我只有在课本知识的学展看的是产品。但一个企业能不能壮大看的是企业厂产品的销售—市场营销。就如三全营销总监所说：产品是基础，渠道是关键，品牌是拉动。这可以作为企

业刚刚发展要生存下去。搞的是产品发展，搞的是你的公司渠道的庞大，相反品牌而不被过多重之。然而企业只有按部就班的发展，总是可以壮大的，这句话就变成了：产品是基础，品牌是关键，渠道是拉动。同样不难理解，一个企业发展那会是多么庞大的数字，企业的最终发展靠的是品牌的价值。

通过这次认识实习，我发现作为新时代的大学生，我们所学习的课本中的知识是那么的短缺，也是那么的与实际不符，无法促就新世纪人才。同样课本注定是跟不上时代的发展，那些只是科学家们的心血经验，在如今社会中照样具有时代的意义。我们也只有不断牢记知识，同样注重实际实践的操作问题，运用知识与工作实践中，在实践中发挥知识技能的用处，我们应该明白知识来源于生活同样取源于生活。在实践工作中理论变得渺小，注重知识技能的提高，与实际工作经验的提升。这样我们才可以跟上时代的发展，适应形势的需求。篇三：认知实习报告

认识实习报告

学院： 电 气 信 息 学 院 专业： 自动化 班级： 1191 学号： 学生姓名： 指导教师姓名： 实习日期： 2025-3-11至2025-3-15 实习报告

一、实习目的和任务

认识实习是实践性教学环节中的重要组成部分，是实现本专业应用型人才培养的主要手段之一。通过实习使学生对工业企业生产过程和主要设备，以及自动控制在工业生产中的应用有一个全面、感性的认识，提高学习专业知识的积极性和主动性。

其任务是：通过参观了解工厂的生产概况及生产组织和管理的一般情况，了解自动控制在工业生产中的作用，了解工厂电气控制设备生产状况，了解电气控制技术的新工艺，新设备及电气控制的新方向，了解工程技术人员、生产管理人员在生产和试验过程中的作用和职责。

二、实习时间

2025-3-11至2025-2-15

三、实习地点

湘潭有关企业

四、实习内容

实习时间：2025年3月11日（星期一）

实习地点：湖南湘江液压件厂

具体过程与感受：

这一天上午由学校老师及班委组织动员大会，会上主要明确认知实习目的，时间人员安排，并特别强调实习纪律的重要性，下午我们两点五十在校门口集合，一起包车来到湖南湘江液压件厂，在老师和厂区工作人员的带领下，我们开始参观厂内的生产过程及产品。据厂区工作人员介绍，湖南省湘潭市湘江液压件制造有限公司是2025年从湘潭市高新液压技术研究所改制分立而成立的，是集科研、生产、销售于一体的股份制高新技术企业。主要生产各类液压油缸、钻机操纵阀和各类多路换向阀、平衡阀、双向锁、单向节流阀、液压系统等，与钻机、汽车起重机、随车吊、桩机、叉车、环卫车、工程机械配套，大型、精密结构件应用于冶金、水电等各行各业。公司建成了现代化的液压油缸和液压阀、结构件生产线，加工设备齐全，工艺纪律严格，检测手段完备，无论产品水平和产品质量均处于国内同行业领先地位，产品畅销全国各地，其中钻机液压件和随车吊液压件覆盖了国内80%以上的供货市场，并随各大主机厂远销海外，深受用户青睐。

工作人员想带我们去参观了零件生产车间，让我们认识了内置行程阀和顺序阀的多级伸缩缸、8-12吨随车吊用捆绑伸缩缸、全液压钻机系列油缸和专用多路阀、钻机液压件和随车吊液压件等等，随后便去参观了配件组装车间，看到了正在组装的铁履带的钻机等。但是作为零件生产车间，其内的环境自然给人一种难以忍受的感觉，嘈杂的声音，满是油渍，废水的地面，工作的单一与无聊，所以，当时就有一群学生便说，“这工作环境太差了，得努力啊，不然以后也得来这种地方了„„”，大家都是颇有感慨啊，不管怎样，这也算是对我们的一种激励吧。

实习时间：2025年3月12日（星期二）

实习地点：湘潭电机厂 具体内容与感受：

由于湘潭电机厂离我们学校很近，所以我们和老师毅然选择了步行前去参观。一路上一边分享昨天的心得，一边聊大家对湘电的初步认识。

众所周知，湘潭电机厂同湘钢，江路机械厂一样，都是湘潭具有悠久历史的企业。以下是对湘电的简单介绍，湘潭电机集团有限公司，创建于1936年，是我国电工行业的大型一档企业，跻身于中国的脊梁—国有企业500强。公司面向电力、能源、冶金、矿山、交通和国防，生产20大类，2600多个品种的产品，畅销全国各地和世界26个国家和地区。公司坚持“科技兴厂、质量立厂，从严治厂”的方针，先后从美、德、日、英等国引进20多项重大先进技术，产品上档次，上水平，创国优产品3项，部优和省优产品13项，研制开发100多项重大产品填补国内空白，成为名副其实的中国电工行业新产品开发试制基地和国家重大装备国产化基地。公司坚持以一流的产品，一流的质量、一流的服务，面向市场，服务社会，朝着把公司发展成为行业领先、世界知名的大型企业集团的目标而努力奋斗。公司生产20大类、2600多个品种的产品，大中型交直流电机、矿用和城市交通车辆、电气成套设备、军工产品四大主导产品。质量保证体系均通过第三方验证。1000万吨级及2025万吨级大型露天矿山主要开采设备—108吨、154吨电动轮自卸车和16立方米、23立方米电铲电控，城市地铁电机电控等均为国内独家生产；电站辅机电机国内市场占有率始终保持在25%以上；国外市场也正逐步拓展；公司继国内北京、天津地铁之后，向伊朗首都德黑兰地铁车辆提供全部电机电控和实验设备。公司形成了产品生产的完整工艺体系，拥有门类齐全的各种设备4110余台。80年代以来，引进现代化设备300多台（套），设备向专业化、自动化、高精度、高效率发展，为保证产品质量，加大新产品开发力度和快速扩展生产力提供了有力的保障。公司建立了专业齐全、层次分明的研究、开发、设计、试制科技工作体系，形成了一支高素质科技队伍。公司采用具有世界一流水平的计算机，普遍应用cad、capp和cam，加快了科技开发速度，提高了设计水平和工艺水平。近年来，公司每年都有20余中新产品问世。公司注重企业文化、精神文明建设不断得到加强，企业具有较强的凝聚力和向心力。

不得不说，湘潭电机在电机行业有着领头作用，带着这种“好想亲眼目睹湘电的强大”的期待，我们挂上湘电的临时通行证（好企业，正规企业就是不一样，要求格外严格啊）走进湘电的制造车间。

果然，在工作负责人的带领下，我们依次看到了巨型窝状发电设备（一开始误以为是信号接发射器），各种型号的电机，电机的模具制造，还有矿工交通车辆，更让人吃惊的是那几辆电动轮自卸车，就一轮胎都比两个人高，其载重更是让人叹为观止，108吨，甚至有的154吨，可想而知，其设计之难，制造之难，装配之难，运输之难„„没有先进的技术，没有严格的管理，是很难做出这样的开发的。

实习时间：2025年3月13日（星期三）

实习地点：湖南韶力电气有限公司

具体内容与感受：

同第一次一样，我们还是下午两点五十在校门口集合，还是集体包车，还是在老师和企业负责人的陪同与指导下走进了韶力电气的制造车间。

据公司纸质宣传，湖南韶力电气有限公司是国内知名的矿山设备研发、制造、服务于一体的综合型股份制企业，是全国煤炭行业机电设备、配件定点生产企业，生产的矿山运输装备都取得煤安证、防爆证和生产许可证。

在韶力的车间里，确实摆放了不同型号的井下移动式救生舱，固定式避难硐室，从外面看构造似乎很简单，就一个长方体铁外壳，可钻进一看，里面设施齐全，马桶、电话、氧气罐，还有压缩饼干等等，让陷入矿难的矿工们有一个正常的生活，以及具备足够的被营救时间，真也凸显出了韶力的品牌口号“打造矿山安全装备航母”，产品的质量证明，这句话是当之无愧的。对于矿难频发的国家来说，中国正需要这样的企业，让每一个矿工能有一个安全的工作环境。

实习时间：2025年3月14日（星期四）

实习地点：湖南海诺电梯有限公司

具体内容与感受：

还是和以前一样，我们下午两点五十在校门口集合，集体包车去海诺。只不过回来的时候，我们选择了步行回校。湖南海诺电梯公司是我们认知实习的公司当中唯一一个中外合资企业，确实在这里我们不仅感受到了中国制造的精密，同时也见识了德国技术的先进，这是让人大开眼界。

海诺电梯有限公司主要针对老年人和行动障碍人士设计的各种型号和规格的无障碍升降设备，以及无机房电梯、有机房电梯等，确实，当我们在参观并试用他们的产品时，从他的节能，实用，电梯上下楼的感觉，确能体会到海诺“用户至上，服务第一，持续创新，追求卓越”的经营方针。

据公司负责人介绍，目前海诺正在进行远程控制项目的研发，或许这对于我们是一个新的信息，也给我们提供了一个新的发展方向，这就是为什么我们应该走向一个有着发展空间的企业，因为在这我们能够学到很多，并且能够创造很多。篇四：企业认知实习报告

认知实习报告

学 院： 计算机科学与工程学院 专 业：

班 级：

姓 名：

学 号：

认知实习心得体会

一、前言

认知实习是大学生涯中的一个重要的学习环节，它是在正式学习专业基础课程和专业课之前，是学生深入到自己专业对口的企业、事业单位进行参观、学习，理论与实践相结合的进行专业范围、专业环节、专业目标、专业思想的教育。同时，深入生产第一线进行观察和调查研究，使学生较全面地了解产品企业的生产组织 及生产过程，了解和掌握本专业基本的生产实际知识，了解参观企业的生产、管理过程，对主要的设备和产品、机构设置、人员分工等企业概况有一个感性的认识，为以后学好专业基础知识打好基础，使学生进一步接触社会、认识社会，提高社会交往能力，明确自身的学习方向，学习工程是如何团队完成的，学习工程技术人员的勤劳刻苦的优秀品质和敬业奉献的精神，培养理论联系实际能力，开拓我们的视野，培养实际中研究、观察、分析和解决问题的能力。

二、实习内容

作为即将踏入大三的我们，开始了三次的企业认知实习。这是有史以来与自身专业挂钩与企业近距离接触的一次认识，认知实习我们总共参观了桂林瀚特信息产业有限公司、桂林优利特电子集团有限公司以及广西临界动漫有限公司。

1、参观桂林瀚特信息产业有限公司

桂林瀚特信息产业有限公司将坚持“科技瀚海、独特领先”的信念，以自有品牌的产品、专业的技术优势、雄厚的开发力量以及卓越的售后服务，与客户共同发展，为中国信息产业创造更加美好的明天。参观桂林瀚特信息产业有限公司时，公司老总给我们介绍了他们公司的商标的含义、公司的文化，公司的规模还有目标等等，在的演讲中，让我感到了自己是多么的渺小，是多么的迷茫，在问道一些先进的技术时很多都不知道，顿时感到了是不是自己学的东西太少了还是我们的知识面太窄了。在他的讲话中有种力量在告诉我们，我们该试着去改变自己，该去努力了。在接下来我们参观了桂林瀚特信息产业有限公司的展厅，在他们的展厅中，看到和接触到了以前从未接触过的一些新技术，还有技术的应用领域，介绍了一件产品是怎样从零开始被设计出来的。

2、桂林优利特电子集团有限公司

第二次认知实习，我们参观了桂林优利特电子集团有限公司，优利特集团是中国一流的医学诊断产品制造商、供应商和服务商，国家高新技术企业、全国cad(计算机辅助设计)应用工程示范企业，主要是从事生产医疗器械方面的。虽然跟我们所学的专业有点小偏差，但在认知实习过程中，我们也学到了很多我们在学校里没有接触过的东西。总经理用ppt给我们展示了每个人每个阶段的成长，每个阶段需要着些什么东西，如何做一个“正常的人”，如何让自己适应这变化的世界等等。还给我们分享了他是成长经历，如何做到这么年轻就能做到这么高的位置。其中说到了一句“也做自己喜欢的东西”，做自己喜欢的事从事自己喜欢的职业真的很重要，当我们选择适合我们自己的那一方面时，面对困难时我们无所畏惧，还有就是要坚持，选择了合适的方向了就要坚持的做下去。在报告听完之后，前台小姐带领我们参观了优利特电子集团有限公司的一些先进的医疗设备，给我们讲述了设备的用途，采用了了哪一些技术去制造的，最后参观了优利特电子集团有限公司的生产车间，让我们懂得了一个浮渣的器械设备、药用设备是如何从设计到批量生产的过程。

3、广西临界动漫有限公司

第三次认知实习，我们参观了广西临界动漫有限公司，广西临界动漫有限公司是专门从事建筑动画、环幕电影、3d立体电影、影视动画、cg动画、广告动画、园林景观表现、建筑表现为一体的专业数码动画公司。为客户提供专业的数字图 像技术解决方案，用专业的态度和优质的服务成为客户最值得信赖的数字图像技术合作伙伴，为全国同行十强企业。高水平的动画源于高素质的人才，制作的表现效 果来自于专业的服务，动画艺术源自于独特的技术，公司的每一幅作品，每一个细节，都源于专业的服务意识指导下的设计与制作。我们参观了他们的研发工作室，在参观时，临界动漫有限公司的动漫制作人员给我们演示了各类做过的成品，让我们对动漫制作有了全新的认识，一个动漫产品，如何从剧本采集、模型制作到渲染后到后期修改等流程，以后我们也观看了一些公司优秀的作品，一些经典的高尚的现代家居影视以及3d电影。在最后能够跟经理近距离的交谈关于公司的文化技术各方面的知识，给我们讲述了一个公司的大体架构，有哪些部门，每个部门专门去做什么事，如何分配安排人员去制作产品等等，同学们也问了好多好多的问题，在最后经理也给我们讲述他的一些人生的经理，从一个毕业后的大学生开始找工作，不断的往上爬的经历。同时她也说道了要明确自己喜欢的方向，然后朝着自己选择的方向去努力去坚持，这样才会能够走得更舒畅走得更远。

三、心得体会

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。读万卷书，行万里路。我们应当抓住一切机会锻炼自己，在实践中去感受，体会，理解和运用所学知识。进行了三次的认识实习，思考良多、感触良多、收获良多，在很多方面都有很大的收获。此次认知实习老师邀请了公司的最高领导为我们做了讲座，同时，我们也对桂林瀚特信息产业有限公司、桂林优利特电子集团有限公司、广西临界动漫有限公司进行了参观，在这短短的时间里，我们不仅在认识上更上一层楼，而且在知识上也有一定的提高，同时让我们看到了差距，冷却了我们学习知识的浮躁心理，提高了我们的学习热情。相信这次实习给我们带来的经历一定可以为我们将来的学习和生活提供很大的帮助。首先是讲座，他给了我们很多的建议，我想我会应用到以后的学习与生活当中去。比如说：他告诉我们应当如何过一个有意义的大学，怎样才能不虚度，我认为这个很必要。因为在初入大学时，大家都很迷茫，现在的我们仍然需要一些建议。听取了他的建议之后，我想我会多做一些有意义的事情，让我接下来的大学生活更加充实、有意义。同时他还告知我们要做好自己的职业生涯规划，自己要有一个长远、清晰的目标，并为之不断的努力，那将会获得成功。比如说，我们对自己的专业以后的发展方向很模糊，他们会告诉我们应该根据自己的兴趣来选择，因为范围很广。不要拘泥于几个局限性的方向，只要自己想，那就一定能行。在讲座之后，我们专业的老师又让我们好好的去思考，我们究竟要成为怎样的人到底我们要学些什么东西、明确自己的方向后该如何去学习，要去努力学习，这样让我们对自己的专业有了更好的了解，也让我们提前考虑一下自己以后应该往哪个方向发展，并朝着自己的目标不停的努力。

我们来到桂林瀚特信息产业有限公司进行参观实习。通过了解我发现若想要在软件公司工作，我们就必须要有专业技术。随后我们又对该公司进行了参观，看到员工的工作状态之后，我感触很多，发现做任何一项工作都不容易，即使是在我们大家眼里看起来很轻松的办公室工作，依然需要付出很多的努力，现在自己还几乎完全处于无知状态，这也许就是差距，感觉自己在这茫茫的世界里自己是多么的渺小，多么的好不起眼。所以我们要反思自己，有的时候真的要逼自己一把，这样我们就进步了。实现梦想的前提是实践，需要有足够的经验才会在以后的工作中运用自如。所以我们还要付出更多更多的努力，为了自己今后有一个

更好的发展。

我认为，通过这次认知实习，使自己对所学专业的认识更加明确，学习方向与奋斗目标更加清晰，学习态度更加端正。在日常学习中主要还要靠自己用心去学，不懂的主动问，不要等别人来教你，还有自己诚心一点，人家自然会愿意教的。我想在我以后有机会进入公司实习的时候一定要用心的去学，绝对不能浪费宝贵的机会。刚刚进入企业的大学生，可能会不适应企业的有些地方，特别是有些大学生总是想去改变什么。但这个时候我们是没有发言权的，公司也不会去听取一个新来的大学生的意见。很多大学生会因此而跳槽，到头来没有固定工作也没有积累经验。刚刚进入公司的三年一定要沉住气，潜心学习，向老师傅们学习技能，掌握方法，要刻意的去锻炼自己的写作能力，多写少说。对于自己不适应的要努力去适应它。我们这个专业目前的就业形势，很多人都认为我们这个专业目前就业前景很好，如果我们必学好专业知识，就能脱颖而出。反之，也不用太过悲观，毕竟专业的好坏对于未来的工作而言只是起点低了一点而已，到时候只要自己用心学，也不会比别人差，尽管，刚出来工作的基本上还是先靠技术的。我们也讨论了在应聘的时候，公司看重的是什么。对于公司来说，当然希望找一些能够为公司带来利益的人才，对于公司，学历并不一定代表一切，能力才是最重要的，比如说自己做成了一个案例，这比学历更有说服力。同样的，公司的经理也让我们多注意运动兴趣的培养，因为未来的工作环境可能很枯燥，有些公司也会举办运动上的比赛。

我觉得学会合理安排自己时间很重要，人若不会理安排自己的时间,便不会很好的休息和学习。这样在该学习的时候会想休息，在休息的时候会想着学习，周而复始便会使人处于一种注意力涣散的矛盾状态。无论学习还是休息都不能专心致志，总会有各种各样的杂念在困扰他们，因此有组织有计划合理安排自己的时间是克服的有效方法之一。大学的生活多姿多彩，我们要合理安排好课余活动与学习之间的关系，在保证学习的前提下，有效地利用自己的时间，积累一些生活经验，为我们走向社会做好基础。

本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧!这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益菲浅。在短短的几周里，让我初步让理性回到感性的重新认 识，也让我初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。

我想我是一个有目标的人，我会把这此实习作为我人生的起点，在以后的工作学习中不断要求自己，完善自己，让自己做的更好，我会为了可以拥有它而付出汗水，会为了达到那样的生活而不辞辛苦，为了达到目标我会很努力很努力的。经历了两年多的大学生活，学到的知识很多，我会更好的利用剩下的一年时间，让自己不仅在认识上更上一层楼，而且在知识上也有一定的提高，努力缩小与其他人的差距，为自己的未来而努力。篇五：认知认识实习报告 认识实习报告

一、实习的意义和目的认识实习是教学计划主要部分，它是培养学生的实践等解决实际问题的第二课堂,它是专业知识培养的摇篮，也是对工业生产流水线的直接认识与认知。实习中应该深入实际，认真观察，获取直接经验知识，巩固所学基本理论，保质保量的完成指导老师所布置任务。学习工人师傅和工程技术人员的勤劳刻苦的优秀品质和敬业奉献的良好作风，培养我们的实践能力和创新能力，开拓我们的视野，培养生产实际中研究、观察、分析、解决问题的能力。认识实习是我们工科学生的一门必修课，通过认知实习，我们要对材料科学与工程专业建立感性认识，并进一步了解本专业的学习实践环节。通过接触实际生产过程，一方面，达到对所学专业的性质、内容及其在工程技术领域中的地位有一定的认识，为了解和巩固专业思想创造条件，在实践中了解专业、熟悉专业、热爱专业。另一方面，巩固和加深理解在课堂所学的理论知识，让自己的理论知识更加扎实,专业技能更加过硬,更加善于理论联系实际。再有，通过到工厂去参观各种工艺流程，为进一步学习技术基础和专业课程奠定基础。

二、实习要求

1、实习期间应该注意自己的着装，不能穿背心、短裤和拖鞋，以 免实习过程中机器运转所产生的高速高温物体对人身造成伤害；

2、实习期间一定要听从带队老师的指挥，不要擅自离队，更不要 随意触碰机器的按钮或开关。禁止触摸生产线上的物品以免烫伤；

3、不得迟到、早退、旷实习等，如因特殊原因不能按时到达或不 能去实习应向班长或带队老师请假；

4、实习期间仔细观察，认真听老师或师傅的讲解，遇到不懂得地

方可以提出来，随时做笔记；

5、实习期间要严肃认真，禁止喧哗打闹。

三、实习日程安排及内容

设艺学院展室：我们参观了设艺展室，看到了我校学生们自己设计的各种产品包装，服装设计，以及各种新奇的产品制作。

上图为对产品的包装与保存。

我们看见了同学们的各种制作：

专业介绍

1、我校包装专业历史

1985年，开设国家级双语示范课程 2025年被评为陕西省名牌专业 2025年获普通高等学校教学团队称号 2025年被评为陕西省特色专业 2025年被评为国家级特色专业

2、包装实验室

包装实验室包括：包装测试实验室、包装工艺实验室、包装结构实验室、软包装测试实验室

以及介绍了包装工程的发展趋势

（1）参观实验室，了解了运输包装过程，该实验室主要是模拟产品在运输受时

所能承受的最大振幅和频率，以设计相应的包装来保护产品。

还有冲击试验，模拟外冲，确定产品的最大承受冲力。（2）跌落试验 主要是软包装测试

（3）测纸板耐折度试验、压缩强度试验来测纸板的耐破度以及纸板的耐戳穿程度（4）摆锤冲击试验（5）测摩擦系数试验

（6）拉力试验 测包装材料的延展性及压缩强度（7）热封仪 保证产品密封性（8）耐压试验机 检验是否密封完全（9）透湿度试验 测薄膜的透湿度

（10）落镖试验 镖必须要一次冲破薄膜,测薄膜的强度

3、结构实验室

该实验室可对纸箱或纸盒打样（即进行样品生产、小批量产品生产）

威仁物流

一：在管理人员的带领下，我们参观了

（1）立体停车库：完全是自动化的操作，将车停在一个立体的空间，小小的面积可以停更多的车辆，采用立体的结构，充分利用了空间，将有限的资源充分利用。

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！