# 如何写实习报告范文(七篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2025-05-15

*如何写实习报告范文一站在面前的就是那个向往已久的社会，使得刚在福州下了火车的我的一路疲惫很快就被即将实习的兴奋冲的无影无踪，因为最后能够在这个巨大的舞台上展现自我。为了更平稳的走上社会的大舞台，为适应今后的社会工作而奠定基础，同时完成大学教...*

**如何写实习报告范文一**

站在面前的就是那个向往已久的社会，使得刚在福州下了火车的我的一路疲惫很快就被即将实习的兴奋冲的无影无踪，因为最后能够在这个巨大的舞台上展现自我。为了更平稳的走上社会的大舞台，为适应今后的社会工作而奠定基础，同时完成大学教育的最后一个重要环节，也是出于对毕业后就业去向的思考，我合理利用自己的暑假时间，去了家乡的一家广告公司实习。因为平时就对广告比较感兴趣，并思考到毕业以后有可能从事这个行业，所以得知能够在广告公司实习后，我十分珍惜这个机会，并打算在有限的时间里加深对各种平面设计的了解及自己对广告的理性认识。这次实习的收获对我来说有不少，自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了长足进步，总体来说，这次是对我综合素质的培养，锻炼及提高。

汉唐是我初涉社会的开端，将从那里迈向完美的未来，我一向坚信自己的潜力，即使人生的道路很曲折，但我的目标是很明确的，那就是前进，永不言弃，永不退缩!实习中，我对广告日常管理工作有了进一步的了解，分析了公司业务开展的特点、方式、运作规律。同时，对公司的企业精神有了初步了解：以质量第一，信誉是生命的宗旨，并严守对每一个客户做出的承诺。作为一个中型广告公司，汉唐秉承“以人为本，以诚为基，服务精益，客户至上”为理念，在客户的企业形象包装、平面设计、广告、大型活动推广、直至市场营销，都倾注着汉唐职责的极至。我十分庆幸能够有在这样一个公司实习的机会，使我能真正的开阔了眼界。在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。那就是对企业管理有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以没有领会其精髓。但透过实习，加深了我对广告的理解，丰富了我的广告知识，使我对广告有了深层次的感性和理性认识。

万事开头难。第一天来公司，我不明白该做些什么，什么也插不上手，只是那里看看那里逛逛，最终还是公司里的同事给我指了路，提示我学习学习用

photoshop软件模仿教程做些简单图片。最后找到事情做了，我就认真做起图片处理。说实话，以前在学校也做过图片处理，但是通常状况下一遇到困难或不懂就放下了，而此刻当我有疑问的时候，身边都有同事能够指教，这使我受益匪浅。以前我总是盼望早点到社会参加工作，因为我总觉得工作是一件极其容易的事，但是当我离开学校，真的进入社会实习后，才体验到工作并不是我想象中那样，它不是一件容易的事。每一天早上都要按时起床，上班，到下午六点才能回家。在工作中也不能有丝毫的马虎，每一天都要打起精神工作。刚开始上班的时候，我的情绪激动、兴奋、期盼、喜悦。我相信，只有我认真学习，好好把握，做好每一件事，实习肯定会有成绩。但之后很多东西看着简单，其实要做好它很不容易。当然工作之余，实习生活更是丰富多彩。比如帮同事过生日，和同事吃午饭，

总是聊得很开心，或者在体育公园漫步，总是那么的惬意，当然最最令我难忘的是那次大家在目屿岛的野营，并且在那次野营中我有时间冷静下来，对在公司的实习心得进行整理，独自思考自己的将来，明白了自己的道路，自己的追求，不再盲目。

获得工作上的进步只是其中的一部分，更重要的是，能在尚未走出校园时就有独立的工作和生活体验也无疑是难得而珍贵的社会体验。感谢汉唐广告公司为我带给这样一个学习和交流机会。我不得不承认我的实习更接近于一次独立的学习，而不是一份真正的工作。1个月，虽然短，但是我想，对于我而言，是一个很重要的转折。

经过一个月的实习，我有以下体会：

首先，在还没有进公司之前就要认真了解公司的整体状况和工作制度，为以后的工作做准备，做起事来才能得心应手;其次，要学会与人相处、与人沟通。只有这样，才能有良好的人际关系，并在快乐的气氛下顺利的完成工作。与同事相处必须要礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互帮忙和相互体谅;再次，要学会严肃认真地工作。以前在学校，下课后只明白和同学玩耍，嘻嘻哈哈、大声谈笑。工作后可不能这样。因为，公司是工作的地方，是绝对不允许发生这样的事情。工作，来不得半点马虎，否则就会出错，工作出错就会给公司带来损失。于是，我意识到：自己绝不能再像以前那样，要学会像那里的同事一样严肃、认真、努力地工作;最后，要学会虚心。因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步得更快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。这样才少走很多弯路。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。在短暂的实习过程中，我深深感觉到自己所掌握的知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对工作感觉无从下手，茫然不知所措，这让我十分难过。在学校总以为自己学的不错，而一旦接触到实际，才发现自己明白的是多么的少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我个人想法，但是我们理解的教育和实践的确有很长一段距离。实习期间我也很努力的将在学校学的理论知识转向实践方面，尽力做到与实践相结合。

实习之后我最大的感想就是学校里面学的东西基本上是没什么实用性的。在实习的地方，什么都是从新开始。才实习一个多月，也很难说具体学到什么，但是有一点是肯定的，在公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象。而且，工作中很需要独立与人打交道的潜力。虽说一开始有人带，但困难天天会有，而且很多，因为是很实际的问题，很多时候也不得不茫然地应对。此刻，我觉得我已经能够独立处理一些问题，明白怎样解决某些困难，这就是一种遇到困难后怎样想办法解决的潜力，我觉得，这种潜力是很重要的。

短暂的实习生活过去了，情绪很复杂，能够说是喜悦加留恋。喜悦的是很快就要回到学校见到可爱的同学们，留恋是汉唐公司的同事和朋友们，还有公司门口的那桶矿泉水，我走后，谁帮他们倒水呀。

总得来说在实习期间，很辛苦，更受到了很大的启发。我明白，在今后的工作终还会遇到许多新的东西，这些东西往往会带给我新的体验和体会。因此，我坚信：只要用心发掘，勇敢地尝试，就必须会有更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多的知识和宝贵的经验。

最后，我想再次感谢汉唐的工作人员让我来到汉唐，这是一次很好的经历。很感谢汉唐公司的各位同事，我想这段经历必定会是我一生的财富。很感激他们

对我的照顾，给我的帮忙，谢谢。

实习早已结束，回顾实习生活，感触是很深层的，收获是丰硕的。回头总结我的实习报告，感到十分的欣慰。它使我在实践中了解了社会，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矗基本上到达了学校要求的实习目的。

**如何写实习报告范文二**

南京审计学院会计学院专业。

都梁税务师事务所实践时间：至共xxx天。

实习是一件很具意义的事情，在实习中能够学到书本上没有的知识，增加社会实践能力，我们必须在实践中来检验自己所学的知识，尽管有时候会认为，书本上的知识根本用不上，但是，具备了知识也就等于具备了学习的能力，所以，我想实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，为社会做出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更学好。

实践内容：短短一个月的实习生活就要结束了，回顾这段时间的点点滴滴，虽然不上激情澎湃，但是毕竟我们为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。在此，我就我们小组的六位组员对这一个月来的工作和学习做一个小小的总结，希望从中发现一些优点和缺点，为我们以后的学习和工作增加经验尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我们倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会。

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢医院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识在实习期间我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，团结同志，严格要求自己，努力做到了不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人和蔼可亲，态度良好，努力将所学理论知识和基本技能用于实践，在此过程中我不断总结学习方法和临床经验，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，冻断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德，经过十个月的实践我熟练掌握了病程记录、会诊记录、出院记录等医疗文件的书写；掌握了临床各科室的特点及各科室常见、多发病人的诊治;掌握了常见化验的正常值和临床意义及和各类危、重、急病人的初步处理。较好地完成了各科室的学习任务，未发生任何医疗差错和医疗事故。

在医院里，我看到了许多生老病死，也看到了许多癌症末期的病人不断的在与病魔缠斗，很多病人乐观的心情以及积极想要活下去的那股意志力令我动容，医院志工们对于病人的亲切服务也让我印象深刻。虽然很多人都觉得医院是一个哀伤、难过的地方，但是医院透过一些活动，例如爱心义卖会，让整个医院变的温馨有活力起来，让许多的病人及家属在这个医院看到更多向上的生命希望。

虽然实习时间持续较久，难免觉得疲累，但这段时间却给了我无比大的收获，除实务工作上的学习外，人际关系的拓展、职场文化的百态、还有一些活动的参与都让我获益良多，这样充实的生活，我想会是我人生中一段难忘的时光。

虽然在学校也有培养学生的团队协作精神，但是还是没有工作中体现的那么明显，在工作中团队精神尤其重要。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。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：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。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

经过一周的培训，我对医院的情况有了初步的了解，并且学到了好多新的知识。首先，医务处的于助理给我们讲了医院的发展历史及规模，让我了解到我们医院是有着悠久历史和光荣背景，以及发展潜力。同时，各科室代教老师在教学管理方面对我们也作了严格的管理规定，让我们一开始就树立严谨的作风和认真的工作态度，形成我们固定的思维方式，为将来参加工作打好基础。医德医风教育让我切实感觉到了作为一名医生的神圣和务实性，我们必须树立好自己的形象，做事坚持原则，才能更好地维护“白衣天使”的神圣职权，才能得到病人及同事的尊重。其次，关于临床上具体工作，如书写医疗文书，医疗知识和临床操作的讲座，让原本只具备理论知识的我们认识到了临床工作要干好是多么的不易，只靠掌握理论知识是不行的。同时，对正确的处理医患关系的问题上我们有了感性的认识。随着我对医学知识的认识逐步深入。我的实习生涯也即将结束。在我的实习生涯中，我深切地感到了做一名医生的不容易，想做一名好医生更是一件非常不容易的事情。实践出真知，实践长才干。

实践结果：短短一个月的时间与老师建立了良好的感情，让我离开真有点依依不舍的感觉。走进各科办公室，少了一份陌生，多了一份亲切；少了一份孤单，多了一份安慰；少了一份担心，多了一份真诚！在这里，我不仅真正学到了知识，还明白了一些道理：踏踏实实做人，认认真真工作！

实践总结或体会：通过学习使我意识到，社会主义市场经济体制的建立，度日益完善，人民群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意。

**如何写实习报告范文三**

通过几十天的学习编制记帐凭证工作，对于各个会计科目有了更加深刻而全面的了解，并且对于我把书本和实践的结合起到了很大的作用，除了学习编制记帐凭证外，还初步大概地了解到每一种原始凭证的样式以及用途。从制单到记帐整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下做账到底是怎么一回事。

除了学习以上知识外，我也粗略了解了出纳的工作，别人一提起出纳就想到是跑银行的，其实不然，这只是出纳的一项重要工作，出纳的业务比较繁琐，还要保管现金，支票和收据等等，所以需要非常细心。

是的，课本上学的只是都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变，如今有不少学生实践时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付瞬息万变的社会呢。

经过这次实践，虽然时间很短，可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的，相信人际关系也是现今不少大专生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实践时我便有意识觉察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也虚心求教，使得几十天的实习更加有意义，此次的实践为我们深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力，利用此次难得的机会，我努力工作，严格要求自己，虚心向财务人缘请教，认真学习会计理论，学习会计法律法规等知识，掌握一些基本的会计技能，从而意识到我以后还应该多学习什么，加剧了紧迫感，为真正跨入社会施展我们的工作，走上工作岗位打下基础。

这一次的实践虽然时间短暂，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，通过实践，我们能够更好了解自己的不足了解会计工作的本质，了解社会工作的方方面面，让我更早地为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

时间是很紧迫的，别看一天天过的很慢，可是真要是时间过去了，你就会感叹时间过的真的是很快的，相信每一个人都会有这样的感受的。

在我回到校园后，还是会想起这一次实习的，这次实习给了我巨大的启发和警示，在以后的学习中，我会具体的学习我的不足的，那是我以后的目标！

**如何写实习报告范文四**

生产实习是我们机械专业知识结构中不可缺少的组成部分，并作为一个独立的项目列入专业教学计划中的。其目的在于通过实习使学生获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面；同时专业实习又是锻炼和培养学生业务能力及素质的重要渠道，培养当代大学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法和技能；体验企业工作的内容和方法。这些实际知识，对我们学习后面的课程乃至以后的工作，都是十分必要的基础。

①掌握机械加工工艺方面的知识及方法

②了解切削刀具方面的知识，熟悉常用刀具的结构、选择、用途等

③了解机床和数控系统的知识，特别是加工中心等典型的数控设备

④了解企业生产管理模式，学习先进的管理方式方法

⑤熟悉、巩固铸造工艺及设备方面的知识

x公司是x汽车公司的控股子公司，也是x汽车公司在南方重要的载货汽车和轻型乘用汽车生产基地，国家大型一档企业。它还是国内第一家生产中型柴油载重汽车的企业，赢得了“柴油东风，x正宗”的美誉。

x年，x汽创出了“x”品牌并迅速形成市场知名度，奠定了“一门双杰，x”的产品格局。

自从x年成为国内最早通过iso9000质量认证的汽车生产企业之后，x的事业就上了一个台阶。x年，x公司更是推出面向公务、商务和休闲旅游用车市场的新一代多功能轻型车—x“风行”商旅车，吹响了进军国内高档轻型乘用车市场的号角。

目前，x汽已形成年产“x”和“x”商用车60000辆、“风行”乘用车30000辆的生产能力。

1、零件一般是由毛胚加工而成。在现有的生产条件下，毛胚主要有铸件，锻件和冲压件等几个种类。铸件是把熔化的金属液浇注到预先制作的铸型腔中，待其冷却凝固后获得的零件毛胚。在一般机械中，铸件的重量大都占总机重量的50%以上，它是零件毛胚的最主要来源。铸件的突出优点是它可以是各种形状复杂的零件毛胚，特别是具有复杂内腔的零件毛胚，此外，铸件成本低廉。其缺点是在其生产过程中，工序多，铸件质量难以控制，铸件机械性能较差，锻件是利用冲击力或压力使用，加热后的金属胚料产生塑性变形，从而获得的零件毛胚。锻件的结构复杂程度往往不及铸件。

2、但是，锻件具有良好的内部组织，从而具有良好的机械性能。所以用于做承受重载和冲击载荷的重要机器零件和工具的毛胚，冲压件是利用冲床和专用模具，使金属板料产生塑性变形或分离，从而获得的制体。冲压通常是在常温下进行，冲压件具有重量轻，刚性好，尺寸精度高等优点，在很多情况下冲压件可直接作为零件使用。选择毛胚还应该考虑的原因。

在这个科技时代中，高技术产品品种类繁多，生产工艺、生产流程也各不相同，但不管何种产品，从原料加工到制成产品都是遵循一定的生产原理，通过一些主要设备及工艺流程来完成的。因此，在专业实习过程中，首先要了解其生产原理，弄清生产的工艺流程和主要设备的构造及操作。其次，在专业人员指导下，通过实习过程见习产品的设计、生产及开发等环节，初步培养我们运用知识的能力。

**如何写实习报告范文五**

20xx年6月8日至6月21日

通过会计实训，使得学生较系统地练习企业会计核算的基本程序和具体方法，加强学生对所学专业理论知识的理解、实际操作的动手能力，提高运用会计基本技能的水平，也是对学生所学专业知识的一个检验。使每位学生掌握填制和审核原始凭证与记账凭证，登记账薄的会计工作技能和方法，而且能够切身的体会出纳员、材料核算员、记账员等会计工作岗位的具体工作，从而对所学理论有一个较系统、完整的认识，最终达到会计理论与会计实践相结合的目的。

以企业的实际经济业务为实训资料，运用会计工作中的证、账等对会计核算的各步骤进行系统操作实验，包括账薄建立和月初余额的填制、原始凭证、记账凭证的审核和填制，各种账薄的登记、对账、结账等。

两天的实训是在我们充实、奋斗的过程中完成的，记得实训的开始是那样的忙碌和疲惫，甚至是不知所措，只能依靠老师的引导和帮助。通过这十几天来的会计实训我深刻的体会到会计的客观性原则、实质重于形式原则、相关性原则、一贯性原则、可比性原则、及时性原则、明晰性原则、权责发生制原则、配比原则、历史成本原则、划分收益支出于资本性支出原则、谨慎性原则、重要性原则，和会计工作在企业的日常运转中的重要性，以及会计工作对我们会计从业人员的严格要求。让我掌握了记账的基本程序，锻炼了自己的动手操作能力，使我深一步了解到里面的乐趣，更重要的是发现了自己的不足之处，它使我全面系统地掌握会计操作一个完整的业务循环，即从期初建账，原始凭证和记账凭证的填制、审核，账簿的登记、核对，错账的更正，会计处理程序的运用到会计报表的编制，从而对企业会计核算形成一个完整的概念。也让我了解到这一年来到底学到了什么，使我更加爱好这个专业。

俗话说：“要想为事业多添一把火，自己就得多添一捆材”。此次实训，我深深体会到了积累知识的重要性。有些题目书本上没有提及，所以我就没有去研究过，做的时候突然间觉得自己真的有点无知，虽所现在去看依然可以解决问题，但还是浪费了许多时间，这一点是我必须在以后的学习中加以改进的。另外一点，也是在每次实训中必不可少的部分，就是同学之间的互相帮助，有些东西感觉自己做的是时候明明没什么错误，偏偏对账的时候就是有错误，让其同学帮忙看了一下，发现其实是个很小的错误。所以说，相互帮助是很重要的一点。这在以后的工作或生活中也很关键的。

1、两个星期的实训结束了，收获颇丰，总的来说我对这次实训还是比较满意的，它使我学到了很多东西，虽说很累，但是真的很感谢学校能够给学生这样实训的机会，尤其是会计专业，毕竟会计吃的是经验饭，只有多做帐，才能熟能生巧，才能游刃有余。我深刻理解了什么是会计，会计不仅仅是一份职业，更是一份细心+一份耐心+一份责任心=人生价值的诠释。同时我也认识到要做一个合格的会计工作者并非我以前想像的那么容易，最重要的还是细致严谨。社会是不会要一个一无是处的人，所以我们要更多更快得从一个学生向工作者转变。

2、21世纪的会计教育是终身教育。在知识经济时代，学校教育再也不是一次性为学生准备一切的教育，学习的社会化、社会化学习是教育更普遍的形式，终身教育是会计教育的主要目标，一个人只要有一、二个月不学习，就会落后，会计人员将不断回归教育，“活到老、学到老”正是为此需要做了很恰当的诠释。

3、21世纪的会计教育是创新教育。在知识经济时代，知识将不断创新，“不创新，就灭亡”，就会计教育而言，一方面，它要求培养的人才有独立思维的能力、分析和解决问题的能力、自我认识和评价的能力等；另一方面，它要求会计教育不断进行课程设置、教学内容、教学方法和师资队伍建设等方面的改革。

毕业实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过毕业实习是学生更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业会计的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的会计运营规律，特别是企业市场营销工作的基本规律；了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实习报告，使学生学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业市场营销问题的能力，并为撰写毕业（设计）论文做好准备。在一个月半的实习时间里，我在我的实习单位，了解和研究了企业主要的一些基本会计情况和问题，现作出以上报告。本次实习是我大学生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。首先，我可以将自己所学的知识应用于实际的工作中，理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，教学能力也得到了锻炼；其次，本次实习开阔了我的视野，使我对现在的企业会计，工作生活有所了解，我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进一步的掌握；此外，我还结交了许多朋友、师兄，我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

以上就是我的毕业实习报告书。在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。我知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地！

**如何写实习报告范文六**

通过对理论课的学习，我了解了人身保险的基本原理、各类保险产品种类和责任等相关知识。然而这只是停留在理论的层面，如何把它运用到实践中去就需要走向市场，就需要到保险公司、拜访客户等深入到保险业务的每一个环节。

为此，我和20多名本班同学准备去民生人寿保险股份有限公司洛阳分公司(以下简称“民生人寿”)和洛阳市区的居民小区进行实习。

首先我们确定了实习内容，包含以下几个方面

1、了解保险公司形成体制、公司文化与发展史。具体了解民生人寿内部的组织体系、管理体系，总公司、分公司、支公司、营销部之间管理与责权利的划分。

2、了解保险公司在展业、承保、理赔等业务流程和熟悉主要险种和相关单证。具体知道民生人寿在人寿保险、健康保险、意外伤害保险业务营销中的主要环节、主要险种。

3、进行市场调查，了解人们对保险的具体需求和认识，保险营销现状并交流心得。具体向居民介绍民生人寿产品并力促成交。

1、花费一周多一点的时间，去了解民生人寿尤其是洛阳分公司的情况、民生人寿的主流产品和业务流程。

2、安排一周时间做市场调查，了解居民的需求和认识。

3、再安排至少两周的时间做保险销售工作，进行实战演练。

在民生人寿实习的一个多月的时间内，我们做了如下工作：

民生人寿保险股份有限公司成立于xx年，总部位于北京，是由全国工商联牵头、21家企业发起设立，由中国保险监督管理委员会直接管理的七家全国性保险公司之一。截至xx年，民生人寿已先后在北京、河南和上海等省市设立了十家省级分公司，60多家地、市级中心支公司、支公司或中心营销服务部，近300家区、县级营销服务部，初步形成了重点市场的机构布局。现有股东22家，实收资本金27亿元人民币，资本实力大大增强，资本规模一跃坐稳全国寿险业第四位，同时也创造了中国寿险业股东增资额度的一个新纪录。

民生人寿的业务经营范围包括人寿保险、健康保险、意外伤害保险、上述保险业务的再保险业务和资金运用业务。险种包括：定期寿险、终身寿险、短期健康保险、长期健康保险、个人和团体意外伤害保险、两全保险和年金保险。具体了解了“合家欢”综合意外伤害保险，民生人寿《吉祥卡》保险，民生长乐保障保险等相关产品和其保障对象、保险责任、保单利益等知识。

首先，如果发生保险事故，客户应及时向保险公司报案，并将相关的资料由自己或委托他人送到保险公司。其次，保险公司理赔部接到材料后，会马上立案，如遇重大事故或有疑问的事故，会派专人进行调查。第三，调查员根据要求，展开调查。第四，理赔员对材料进行审核，确定事故是否属于保险责任范围，计算出赔付金额。如有疑问仍可派人调查。作出核赔结论。第五，理赔员将审核意见和结论上报，专人签批，签批同意后结案。第六，通知客户领取赔款或其他书面通知。

首先，我和同学制作了调查问卷，先后深入到了十几个居民小区进行调查，询问了他们的需求以及对保险的认识。其次，在调查中有针对性的向居民介绍民生人寿的产品。第三，对有需求且有感兴趣的准客户准备计划书，进行多次拜访力推产品并成交。

通过实习，我了解到我国保险业存在着不少问题。既有保险公司和保险代理人的问题，也有居民的经济购买力和意识的问题。

当前，我国保险市场十分混乱，代理手续费混乱，回扣，商业贿赂等在保险业内出现多，恶性竞争越来越突出，整个保险市场特别是代理人市场很乱，我国保险监管机构本身没有发挥出重大作用，监管很不到位，一是保监局人手少，管不过来，二来行业协会自律由于诸多原因落实很难，行业自律要发挥作用有待时日。

以前一直以为是保险营销员不诚信，其实这是少数，大多是一些高管不诚信，特别是基层保险公司高管，对保险代理人员的承诺不兑现，对保险公司员工不诚信，高管们今天吃开办费，明天换单位，有的人三年换四五个单位。对广大投保人的不诚信，主要表现在有些高管不承诺赔付,人情赔、惜赔很多，有部分公司高管们首先自己没有法律意识，对保险法尚不熟悉，就能做保险公司高管，真是笑话。

在理赔岗位遇到的一些问题可以看出我国保险条款十分多且混乱，有的保险条款出现了重大偏差，闭门造出的条款显示公平，有的条款对消费者十分不利，造成保险合同纠纷不断，成为消费者控诉的目标。

通过拜访，很多居民表示保费偏高，与收入不对等。广大人民群众要保险，没有能力

**如何写实习报告范文七**

(一)通过这次实习，使我在实践中了解到了我们身边存在的企业的情况、在实践中巩固知识，将所学知识理论与实践相结合，亲身检测理论的合理性。

(二)以后励志当一名教师，通过这次实习积累教学经验，发现和了解教师职业中的难点和问题，在教学中锻炼台风，为以后招教面试做准备。

从6月30日到8月19日

郑州市金水区21世纪社区

志远数理化是一个成立五年之久的教育辅导机构，辅导课程涉及高中、中学、小学课程和小学奥数，其中奥数学员中有几个在省级和国家级奥数比赛中获得金奖。志愿数理化在福彩路、21世纪、柳林共有三个校区，其中柳林校区是它的总部。

(一)发传单

由于不是师范专业,没有任何教学经验.领导让我们先发传单,但并没有说发多久,也许一周,也许一个月.正值酷暑炎热时期,炎炎夏日,烈日当头,热的都不想动.还不知要发多长时间,也许一个月都要被晒,心情十分郁闷,特别有种想放弃的感觉.但一方面又想到没有教学经验,又不是师范专业,在专业知识上不如对口学生,如果不再积累点教学经验,根本都不用谈进入教师行业的事了.正是由于这点所以我下决心不管多苦多累都要在这里坚持下去.

我们发单时间是每天上午八点到十一点,中午吃完饭再去柳林总部待着,干点杂活,到下午四点开始发到晚上七点.发单区域在总部附近的道路交叉口.发单人群主要是家长.如果家长有感兴趣的问相关问题的,可以帮他解答,与此同时也锻炼自己与家长沟通的能力,有意向报名的,带他们到总部报名.干每一份工作都有它的意义,通过七天的发传单,我由原先跟家长谈话紧张的语无伦次,慢慢变的不紧张,能跟家长流畅的沟通,这对于天生内向害羞的我已经是很大的进步.

(二)教学

从第二周开始,由于21世纪校区缺老师我被调到场21世纪当老师,从此我的教学生涯开始了.

众所周知,要想教好课,备课是关键.讲课之前我先把课程的主要内容整理下来数学每节课不超过五个知识点,但是数学重在理解，怎样让孩子理解掌握举一反三，是一个难题。而且我带的是小学一年级升二年级的小孩,让他们乖乖在教室待一个半小时是不可能的,所以怎样调动他们的课堂积极性,是一大难题。三人行必有我师,我虚心向其他老师请教并去他们课堂后面听课学习他们教学上课技巧。

第一次讲课之前非常紧张,结果出乎我以外的是我精心准备的课他们竟然学过了,因为他们跟着其他老师上过两节,此情况弄的我措手不及，都怪我没有多备一节课,只能让学生做些练习题,也借此看下他们的数学基础,为以后讲课做准备.

为了调动一升二小朋友的课堂积极性,我可谓煞费苦心苦心.除了备课充分以外,我还在网上搜集数学游戏,让孩子在玩中学,比如背乘法口诀表时,先在黑板上画几条路线,设立各个站点,答对往后移动,然后往后面移动,看谁跑的最远,就是小冠军.如此以来孩子们都积极被乘法口诀表,学习效率有了很大提高.不仅如此,我还在游戏中培养孩子合作精神.比如回答问题时,两两分组,两个人一起回答,一个不会可以向另一个求助,比赛胜利取决于两个人共同努力,而且两个人必须商量好,因为只有一次答题机会.通过这些游戏,不仅提高学习效率,而且培养孩子竞争和合作的能力.

教英语的时候,由于我对学生掌握的基础不了解,讲的内容太多他们都接受不了,所以我又根据他们的情况放慢速度,从最基础讲起.由于我的英语发音不标准,让孩子们一头雾水,说明白后原来是最简单的单词发音错误,被学生们嘲笑,我十分难堪.为了减少这种低级错误,我课前把单词发音都查一边以免出错,误人子弟.

(三)前台咨询服务

上课以外,利用没课的时间,我还要在前台服务,其他老师上课时如果有学生没来,要及时通知家长,以防孩子耽误上课,或出现其他情况.另外在前台还要接待来访家长,回答他们的提问,多跟他们谈孩子近况,以增进与家长的感情.

(四)打扫卫生

打扫卫生也是很重要的一份工作,每次上完课,都需要及时打扫,方便下一个教师上课,尤其是来试听的家长,干净的教室会增大他们给孩子报名的可能性.

六、实习工作总结和体会

(一)实习工作总结

1.在教学方面：

记得上第一节课的那天早上醒来，未起床就开始紧张，紧张到全身发抖。当真正站上讲台的时候，没有意料中的紧张，很快由紧张过渡到自然。虽然不会紧张，但由于没有经验，没法控制好课堂纪律，纪律不好，课自然不能按照计划的那么顺利，感觉比较乱，指令也不够清晰。不过时间控制的还可以，能将准备的内容都讲授完毕，但还是在内容难度方面欠考虑，应该多从学生的角度考虑，把握好课堂内容的难度。第一节课后总的体会是：平时太缺乏实践，实际的课堂才是我们学习的最前线!当老师难，路漫漫其修远兮!

面对学生们，面对混乱的课堂纪律，作为实习老师，我们不知所措，无所适从。我们试着开始去了解他们，与学生交流，与老师交流，慢慢地发现部分学生还是想好好学习的，但是自控能力太差，上课极易受人影响，要在短时间内改变还是比较困难的。作为老师，特别是面对这些叛逆期的学生，应该经常和他们交流，多了解他们的心理，对症下药。教育与教学是一体的，教育好学生能使老师更好地教学，两者不可分。

另外，板书速度慢且凌乱;考虑到学生水平，没有能够多使用英语授课;没能很好地处理突发情况。关于教学，多听取老师及其他实习老师的意见，能做到每节课前都试讲几遍，尽量把课堂可能出现的状况都考虑进去，效果会更好。

很大一部分学生经常不交作业，这也是个很大的问题，暂时用的办法是公布欠交作业名单，放学后留下来完成，但效果不明显，学生这方面的抵抗力太强，起不了多大作用，仍出现下一次作业未交的情况。至于采用什么办法更有效，仍值得探讨。个人认为根本的办法还是要提高学生学习的兴趣，让他们自觉去学，而不是被强制去学。但很多学生基础不好，有兴趣也跟不上去学，这也是问题之一。如果这兴趣与基础两者都抓好了，交作业的问题也就不存在了。

2.行为习惯教育方面

在教学中行为习惯的教育尤为重要,我们应该注重学生知,情,意,行的培养与实习工作体会收获,在三维目标中,情感态度价值观的培养尤为重要,养成一个好习惯,收获一个好人生,学生的学习一方面,而品质的也尤为重要,其身正不令而行,教师的示范作用,就是一个很好的例子,我们应该注意自己的行为,端正自己的品行,做好表率作用.

(二)个人心得体会

1.通过这次实习,让我们深刻体会到不论那种工作都有它的意义,就像一开始的发传单,切不可认为它毫无意义,它也能锻炼你言语表达能力,切不可心高气傲,看不起那些不起眼的工作,做每一件工作,都要好好去做,你就会有不一样的收获.

2.为人师表,不允许犯任何错误,也许会被学生指出,被学生嘲笑,或者学生不知道而误导他们,这两种情况都是不愿意出现的.要想把工作做好，就必须要充实自己，具有一定的知识储备和技能储备，遇到工作才能游刃有余。

3通过这次实习，我深刻体会到不让情绪影响到工作，时刻保持良好心态，把自己的工作做好，只有这样才能一步步有更好的发展。

4.发现理论与实践相差甚远，只有课堂才是我们学习的第一线。当好老师这一角色是条艰难而漫长的道路，需要我们不断努力，反思和总结，争取做到更好!

5.教育是一个互动的过程，不单老师要认真投入教学，还需要学生的积极配合，才能达到做老师的目的—把知识真正传给学生。这种过程是很开心的，也是辛苦的，但要做个知识的传播者—人民教师，我要努力学习，将来当一个出色的老师。

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！