# 实习日记400字范文【5篇】

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-01-05

*实习的意义是在其他企业实习相当于在学校上了一些实践课，也是丰富经验的好方法。相信这段时间你会收获很多。提前了解职场，正确认知职场。以下是为大家整理的实习日记400字范文【5篇】，供大家参考学习。实习日记400字范文1　　今天，我深深体会到了...*

实习的意义是在其他企业实习相当于在学校上了一些实践课，也是丰富经验的好方法。相信这段时间你会收获很多。提前了解职场，正确认知职场。以下是为大家整理的实习日记400字范文【5篇】，供大家参考学习。

**实习日记400字范文1**

　　今天，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。这次实习，我们教的是信息技术和选修课Photoshop等，虽有课本作参考，但学生常常问及课文以外的知识，有的还问到计算机在网络方面的最近技术发展的一些情况，确实够我折腾了的。晚自习下班辅导时，我们简直没有离开教室的机会，因为学生都一直问问题。另外，我还组织了一次主题班会——感谢您！老师，祝福您！母校班会活动，课后得到了指导老师和班主任的赞赏，同学们在活动中更是表现得异常活跃。

　　这次实习，我班同学表现得都不错，听说我们班是学校的提前特招班。许多同学都认为，自己当个高中老师是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。自己有了能力，到时候才会是“车到山前必有路”。

**实习日记400字范文2**

　　第xxxx天，老师要给我们讲理论知识和安全项目。等老师讲解完毕就到了我们实践的时候。每个工种都是一样的流程，老师教导你方法然后我们自己动手，到最后让老师检验我们的成果。我记得第一天我学习的工种是铸造，铸造成型，一开始我就感觉很是亲切，可以说完全是对小时候玩泥沙的回味。不过这次除了那份冲动的心外，更需要的要算是细心加耐心了。老师给我们讲解的基本就是四个步骤：造下沙型，造上沙型，打通气孔，开箱起模与合型。铸造是一点也不能粗心啊！这可不是小时候玩沙子，需要有耐心和细心。早上的时候老师手把手的教会我们每个步骤，等到下午给了我们一个类似圆柱型的工件要我们铸模。我们就非常兴奋的开始了，不知道的时候可以互相问问同学。最后一个标准的铸模终于成型了。几个小时的不停的动手压土啊，翻土啊。很累的，一整天下来尽管我们都给累得腰酸背疼，但是看到我们的辛苦换来的成果，心里有的只是兴奋，只是得意的看着自己的还算精致的作品。

**实习日记400字范文3**

　　今天上课的时候老师傅们给我们讲了很多现在正在船厂使用的方法和工具。就拿把钢板弯曲成我们需要的形状这样一个看似简单的问题，其实根据不同船型和船的不同部位以及曲率的不同，其弯曲方法各异，简单的来说分机械成型和热力成型，机械又分很多种，不同的钢板。不一样的曲率起设备也不一样，机械成型的主要设备是滚弯机，用来加工板的筒形或锥形曲面；压弯机，用来弯板、折边或轿车；弯曲机，用来加工横梁、肋骨等。而热力成型则是利用化学原理来使板在不同的受热情况下弯曲成我们想要的形状。这些设备我们在车间都见到了，师傅们的操作也使我们认识到了现在的技术，对于一些书本上没有的东西，比如某些符号啊什么的现场师傅们也对我们进行了讲解，可以说收获颇多啊。

　　作为一个即将走进工作岗位的大四学生来说，能有这么一个参观实习的机会是很难得的。毕竟我们毕业以后进到工厂里面都要从头开始。或许我们有那么点知识，但是要是我们没能了解船厂的工作模式和现在的造船流程，进去以后无疑是要落后的。这次实习使我们了解了现在船厂的造船模式和管理模式，也通过参观知道了其实车间的工作才是我们的老师。

**实习日记400字范文4**

　　随着同事们和领导耐心的指导与提醒，我的动手能力在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作内容，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的责任感。我的每一步都必须从小事开始，从细节起。刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自己的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心接受和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的进步。

　　这一切的工作内容与工作氛围，促使我更加的不怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。然而实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自己的特长做到，那么人生的目标，也只不过是离我们一步之遥。

**实习日记400字范文5**

　　今天，一开始，我们都不知道怎么听课，刚开始听课，也不知道怎么听课，不知道从什么方面着手，只是傻傻的把老师上课的内容给抄下来，就像回到了当初的高中时候的学习。每个老师都有自己的上课风格，不知道如何去评价。后来和老师交流，发现原来听课要这样听，要听老师如何突破本节课的重难点，要听老师上课的语言，要听老师的问题设置，也要看学生听课的一个状态以及老师的教态。课堂不是老师在上面的表演，而是学生和老师一种互动，一种知识火花的碰撞。在整个实习过程中我们基本上能够做到以下几点：

　　1、认真钻研教材，深入细致备好每节课。坚持“三备”，确定教学目标、重难点，写出详细教案，请教指导老师。虚心听取指导老师的意见和建议，修改教案，进行试讲。每位队员都能积极参加听课，给予队友中肯的意见，共同修改和补充教案，完善教学设计。

　　2、认真上好每节课。上课时，精心组织课堂教学，注重发挥学生的主动性，充分利用40分钟的课堂时间，保证每节课的质量。

　　3、坚持互相听课和评议制度，认真做好听课和评议记录。

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！