# 关于实习报告范文1000字

来源：网络 作者：浅语风铃 更新时间：2024-02-01

*关于实习报告范文1000字（精选17篇）关于实习报告范文1000字 篇1 实习结束了，原本迷茫与无知，现如今满载而归。因而十分感谢一附院给我们提供了这样好的实习环境和各种优越条件，感谢所有的带教老师对我们的辛勤教导，让我们在踏上岗位之前拥有...*

关于实习报告范文1000字（精选17篇）

关于实习报告范文1000字 篇1

实习结束了，原本迷茫与无知，现如今满载而归。因而十分感谢一附院给我们提供了这样好的实习环境和各种优越条件，感谢所有的带教老师对我们的辛勤教导，让我们在踏上岗位之前拥有了如此良好的实践机会。

临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对护理技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业岗前的最佳训练。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，珍惜与老师们这段难得的师徒之情。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍病房结构，介绍各班工作，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科护理工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打定了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的第一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

护士的工作是非常繁重与杂乱的，尽管在未入临床之前也有所感悟，但是真正进入病房后，感触又更深了。的确，护士的活很零碎，很杂乱，还可以说是很低微，可是透过多数人的不理解，我们发现，护士有着其独特的魅力。医院不可能没有护士，这就说明了护士的重要性。医生离不开护士，病人离不开护士，整个环境都离不开护士。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础护理操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种护理工作能力。所以在带教老师 放手不放眼，放眼不放心 的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，如导尿术、插胃管、床上洗头、床上檫浴、口腔护理、自动洗胃法、静脉输液、各种灌肠法等各种基础护理操作。同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我们会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。一附院实习科室多数是整体病房，我们所跟的多是主管护士，跟随老师分管病人的同时，我们会加强病情观察，增进对病人疾病的了解，同时对病人进行各项健康知识宣教，这样能锻炼我们所学知识的应用能力。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，讲小课等，这些培养了我们书写、组织、表达等方面的能力。整体上说，实习期间的第三个收获，也是最庞大的收获：护理操作技能提高了，疾病认识水平上升，各项护理工作逐渐熟练，在培养优秀的职业技能水平同时也培养了一种良好的学习习惯，通过思考，举一反三。

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。总之在感谢一附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，走上各自的工作岗位，提高临床护理工作能力，对护理事业尽心尽责!

在各科室的实习工作中，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，并做好病人出入院评估护理和健康宣教，能做好各科常规病，多发病的护理。所以，在带教老师放手不放眼，放眼不放心的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会。通过学习，对整体护理技术与病房管理知识有了更全面的认识和了解。

在工作中我努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础狐狸灵活化，爱心活动化，将理论与实践想结合，并做到理论学习有计划，有重点。护理工作有措施，有记录。有时候可以伪装自己的面孔自己的心，但绝不可以忽略爱心、细心、耐心在工作期间始终以爱心、细心、耐心为基础。努力做到眼勤、手勤、脚勤、嘴勤，想想病人之所想，急病人之所急全心全意为患者提供服务，树立良好的医德医风，严格遵守科室及医院制度，认真履行护士职责，尊敬领导，团结同学，关心病人，不迟到，不旷工，塌实工作。按时参加护理查访，熟悉病人病情，能正确看待问题，规范进行各项基础护理操作及专科护理操作，正确执行医嘱，严格按照无菌技术，三查七对操作。

八个月的实习期很快就过去了，美好的东西总是稍纵即失，在这期间我也意识到了我的不足之处和存在的缺点，不过，我有信心一定改掉坏习惯，我会在以后的工作中不断努力的学习，以不断提高自身的业务能力，从而使自己的理论知识及操作技能更上一个台阶，以便能更好的服务于患者，争取做一名优秀的护理人员，以无愧于白衣天使的光荣称号!!

关于实习报告范文1000字 篇2

在一个多月的暑假生活中，为了更好的了解社会，响应 大学生生涯教育 的号召;也为了给个人今后发展奠定坚实的基础。我利用三十天的时间组织了一项名为 爱心辅导 的社会实习活动。现在活动已经圆满结束，我在此做一个总结，作为大学一年级暑假的社会实习报告。

活动的动机

在权衡了各项大学生可能参与的社会实习活动之后，我认为：家教是一份切实、有价值的方案。作为一名师范学院的学生，尽管我本身属于非师范类专业，但 为人师表 这个千年的古训却永远牢记在我的心中。我觉得，做一个好老师是非常具有挑战性的;同时，如何出色的胜任老师的工作，对我也是一个很大的磨练。所以本着这样一个向往，我选择了组织家教这项社会实习活动。

活动的准备

为了能够增加此项活动的 含金量 。我为活动订立了 自己组织，自己分配，自己招生，自己工作 的基本宗旨。其中这里的 自己 实际上指的是一个群体：即所有参与到我组织的这项活动中来的和我具有同等学历的朋友们。他们分别是：万健(南京邮电大学信息工程与自动化管理系)、施政(南通大学数学系)、蒋舒(南京工程学院光电工程系)、贾楠(盐城工学院经济管理学院)等。在组织好人员之后，我于17号晚迅速草拟了两份材料。即： 爱心辅导介绍 广告和 爱心辅导活动会员条例 。(材料见附页)

活动的实施

在1月19号散发了 爱心辅导介绍 广告之后，我们很快接到了许多家长的询问，并陆续登记好姓名和联系方式。1月21号上午结束招生后我组织分配了各个参与同学的任务，其中我具体负责了一名四年级学生的语文及英语辅导工作。会议结束前我们再次学习了 爱心辅导活动会员条例 。下午同学们开始各自与负责的孩子家长联系，商定具体的实施细节。

22号活动正式开始，在辅导孩子的过程中，我始终遵守条例中的规定，牢记认真负责的态度，以学生为本，礼貌、耐心、亲切的完成辅导任务。同时，我尊敬学生家长，礼貌用词，耐心听从家长的建议。在具体学科指导中，我发现：这个孩子存在着偷懒和粗心的坏习惯。我针对这一点提出了狠抓辅导效率，减少学习持续时间但增大学习频率的方法，为这个孩子的提高作出了一定的贡献。活动结束时，在我和孩子家长共同组织的测验中，他取得了全优的好成绩。

在完成自己任务的同时我还统筹着全局，每天与其他四位同学保持密切的联系，时刻提醒他们牢记活动条例并注意自己的安全。保证活动的正常进行。

活动的总结

经过全体同学的努力，我们于2月22号下午圆满的结束了为期一个月的家教活动。活动结束后我组织召开总结会议，同学们交流了各自的感想。其中万健同学的感想值得大家学习，他认为： 通过这项活动，我意识到了钱财的来之不易，那么这个意识将给我今后形成正确的理财观打下一个深厚的基础。同时在辅导过程中，我逐渐形成了一个耐心、机智的处事习惯，敢于提出自己的意见并结合他人的建议把工作做得更好，这一点是我走向社会前所接受的最有效的磨练

我个人认为：首先，这个活动是十分具有意义和价值的。当今大学生虚度光阴的现象十分严重，我们组织并参与这样的活动是对自己的一个锻炼，正如条例中所说的 生活在严格教育体系下的我们，对于社会、责任、实习，甚至对于报酬是怎样得来的，还一无所知 发起这项活动。既贡献了自己身上的一份余热，也提高了自己的人生阅历。 其次，通过活动我们也很好的实习了 大学生职业生涯教育 中提倡的激发大学生自我实现的需要，培养积极上进的人生观;促进大学生树立明确的职业目标和职业理想以及增强大学生在就业中的核心竞争力的号召。为我们今后的发展提供了很大的帮助。在活动中我再次认可了老师的教育，即人的职业发展是一个持续的发展过程，大学生就业准备绝不仅仅是最后半年或一年才需面对和投入的任务，而应该是贯穿在我们生活过程中的一件大事。通过组织和参与 爱心辅导 活动，我个人对于社会的理解以及就业的估计有了更多的认识，而在组织管理能力上更是得到了很大的进步。尽管不是真正的就业，但是体验到了一种在校园里和课堂上无法体验到的带有一定压力的就业氛围，给自己为人生发展而做出的准备提供了帮助。

暑假即将结束，组织并参与 爱心辅导 活动使我的暑假生活变得充实而有意义。尽管在这次 爱心辅导 活动中我们取得的经济报酬是微薄的，但是我们收获的精神食粮却非常丰富。因为它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，能力有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开 扎实、勤奋、虚心 这样的立身之本。

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

关于实习报告范文1000字 篇3

按照学校与学院的有关要求和指示，文学院新闻采编与制作的我按照自己的选择和决定来到浠水白莲镇中学进行为期6周的教育实习活动。实习期间，在学校各位领导和有关老师以及学校其他相关人员的帮助、指导下，我顺利地完成了教育实习任务。下面，就此期间自己在教学实习等方面的工作做一个简单的自我鉴定：

一、教学工作见习。这是首要的任务，目的是熟悉实习学校、班级的基本情况，接受指导老师的点拨，并随班听课，作好听课笔记，积累教学经验，为日后几周打下良好的基础。另外，在原任课老师的帮助下，熟悉教材、大纲，写出详细而完整的教案，经审阅、批核并达到要求后，正式授课。

二、教学工作实习。这是重中之重的任务，经学校教导主任安排我负责七(3)班的语文教学，内容为人教版《语文》的第1、2单元。总体看来，我能做到认真备课，努力搜集教学素材，所设计的教案规范内容准确。板书工整，教态自然，课堂教学效果良好;教学基本符合新课标要求;教学语言表达清楚，普通话顺畅;课外辅导耐心细致，负责到底，答疑解惑比较正确而有启发性，批改作业仔细正确，注重评点与鼓励相结合。并且时常与一些老师进行交流听取他们的看法和建议汲取他们的资深经验，更好地提高自己的教学素养等。

三、他方面的工作实习。在原班主任的指引下，我较快地熟悉全班学生姓名、个性、兴趣爱好深入了解班级特点，工作积极主动，认真负责，常到教室、宿舍与学生沟通，做思想辅导工作，解决他们学习、生活中的问题。处理日常事务尽量讲究效率，基本做到有计划进行各项班务工作。积极发动班委的策划、组织能力，在相关领导、班主任的批准下带领一群学生进行了一次春游活动 爬斗方山;参与 三八 学校组织的女教师乒乓球羽毛球比赛，取得乒乓球第三名;参加学校全体教师会议，积极融入学教师队伍中，全方面的了解熟知教育相关工作事项。

四、教育实习总结工作。最后做一次公开课的讲演，根据自己的笔记、工作记录以及其他相关资料，完成教育实习调查报告、实习工作总结、教案整理等总结性文章，为实习作一个详细而全面的总结。

简短的6周的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多，让我得到了一次全面而系统的锻炼，学到了许多书本上没有的知识和技能，有机会将理论与实践有机结合，受益匪浅。在看到优点之余，我还存在着一些不足，主要是上课声音不够洪亮，时间上把握不很准，表达上还需加强。通过实习，使我在思想上有了很大的转变，此时我是学生的老师，且是老师的学生。而做事做人的态度上，都应该积极向上，认真对待。通过实习，使我对中学教学工作有了深层次的感性和理性的认识。

关于实习报告范文1000字 篇4

本人在两周的时间内在学科老师的要求下\*的完成了学校规定的实习工作.我是在医药有限公司财务部实习的，实习时间是两周。医药有限公司是一个集团公司属下的全资子公司，是一家以医药经营为龙头,科研生产为基础的产,供,销\*的现代化企业.公司依托北京政治,经济,文化中心的强大地域优势,依靠集团公司雄厚的实力支持,秉承济民惠民,信待天下的经营理念,以务实,诚信,客户至上的宗旨立足和服务于北京医药市场。

我在这家公司的财务部主要的实习内容包括出纳工作和会计工作,其中有记账凭证的制作,记账凭证的钉制,银行电汇单的填写,对银行对账单的记录,计算印花税等等。

记账凭证是由会计人员对审核无误的原始凭证或汇总原始凭证,按其经济业务的内容加以归类整理,作为登记账簿依据的会计凭证.记账凭证按其反映的经济业务内容或者按其反映的内容是否与货币资金有关可分为收款凭证,付款凭证和转账凭证.会计人员填制记账凭证要严格按照规定的格式和内容进行,除必须做到记录真实,内容完整,填制及时,书写清楚之外,还必须符合下列要求:摘要栏是对经济业务内容的简要说明,要求文字说明要简炼,概括,以满足登记账簿的要求,应当根据经济业务的内容,按照会计制度的规定,确定应借应贷的科目.科目使用必须正确,不得任意改变,简化会计科目的名称,有关的二级或明细科目要填写齐全,记账凭证中,应借,应贷的账户必须保持清晰的对应关系,一张记账凭证填制完毕,应按所使用的记账方法,加计合计数,以检查对应账户的平衡关系,记账凭证必须连续编号,以便考查且避免凭证散失,每张记账凭证都要注明附件张数,以便于日后查对.这家公司用的财务软件是用友财务软件,所以日常凭证的制作都是用电脑完成的,具体操作方法如下：

1、记账凭证的摘要栏是对经济业务的简要说明,又是登记账簿的重要依据,必须针对不同性质的经济业务的特点,考虑到登记账簿的需要,正确填写,不可漏填或错填.

2、必须按照会计制度统一规定的会计科目,根据经济业务的性质,编制会计分录,填入借方科目和贷方科目栏,二级或明细科目是指一级科目所属的二级或明细科目,不需要进行明细核算的一级科目,也可以不填二级或明细科目栏.

3、金额栏登记的金额应和借方科目或贷方科目相对应或与一级科目,二级或明细科目分别对应.

4、过账符号栏,是在根据该记账凭证登记有关账簿以后,在该栏注明所记账簿的页数或划,表示已经登记入账,避免重记,漏记,在没有登账之前,该栏没有记录.

5、凭证编号栏.记账凭证在一个月内应当连续编号,以便查核.收款,付款和转账凭证分别编号,对于收,付款凭证还要根据收付的现金或银行存款分别编号,如银收字第号,现付字第号,转字第号.一笔经济业务需要编制多张记账凭证时,可采用分数编号法.

6、记账凭证的日期.收付款凭证应按货币资金收付的日期填写;转账凭证原则上应按收到原始凭证的日期填写,也可按填制记账凭证的日期填写.

7、记账凭证右边附件张,是指该记账凭证所附的原始凭证的张数,在凭证上必须注明,以便查核.如果根据同一原始凭证填制数张记账凭证时,则应在未附原始凭证的记账凭证上注明附件张,见第号记账凭证,如果原始凭证需要另行保管时则应在附件栏目内加以注明.

8、对于收款凭证或付款凭证左上方的应借科目或应贷科目,必须是现金或银行存款,不能是其他会计科目.凭证里面的应借科目或应贷科目是与现金或银行存款分别对应的科目.

9、记账凭证填写完毕应进行复核与检查,并按所使用的记账方法进行试算平衡.有关人员,均要签名盖章,出纳人员根据收款凭证收款,或根据付款凭证付款时,要在凭证上加盖收讫或付讫的戳记,以免重收重付,防止差错.制作完记账凭证以后还要必须把凭证一一的打印出来,然后把对应的相关票据贴在打印后的凭证后面,具体的操作如下:胶水抹在凭证背面的右上角以便贴凭证相应的票据,贴完票据后如果票据比凭证要大的话应按凭证的大小把票据整齐的叠好便与以后的装订,之后要按凭证业务号的大小有序的把凭证排列整齐,这样如果以后要查找也方便许多。

以上是我在这家公司实习两周的全部工作内容.在两个月的实习工作中我大概掌握了基本的财务实际操作工作,了解了公司的财务工作流程.这些财务工作虽不是很难,但是需要认真的工作态度,严谨的工作作风,稍有不慎就会为公司带来不可弥补的巨大损失.这两周的实习过程让我得到了前所未有的宝贵的财务实践经验,得到了在课堂上所得不到的许多实践知识,让我受益非浅,也为我以后的工作打下了坚实的实践基础。

关于实习报告范文1000字 篇5

经历了将近一周的学校实训,我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会，大学生社会实践心得体会。

千里之行，始于足下 ，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。

做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓 三人行，必有我师 ，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中

关于实习报告范文1000字 篇6

机加工首先是要安装刀具，安装刀具应该注意的是:

1)刀尖对准尾座顶尖，确保刀尖与车轴线等高。刀杆应该与工作轴线垂直。

2)刀头伸出长度小于刀具厚度的两倍，防止车削时振动。

3)刀具应该垫好、放正、夹牢。

4)装好工件和刀具后，检查加工极限位置是否干涉、碰撞。

5)拆卸刀具和切削加工时，切记先锁紧方刀架。安装完刀并对好刀后，就开始进行车削加工了。

车端面的时候，应当检查车刀、方刀架及床鞍锁紧在床身上，用小滑板调整背吃刀量，以免端面出现外凸内凹的情况。由于在端面上，由外至中心直径逐渐减小，切削速度也逐渐减小，粗糙度值较大。所以由中心向外切削。

最后，便是将工件进行切断了。切断工件一般要注意的是:

1)工件一般装夹于卡盘上，切断处尽量靠近卡盘

2)安装时，刀尖与工件轴心线等高，经免切断处剩有凸台，切断刀伸出刀架的长度应该尽量的短，

3)尽量减小滑板各活动部分间隙，提高刀架刚性，使工件的变形和振动减小。

4)手动进给要缓慢均匀，切削速度要低。

今天是第三天，我们不再在学校的金工实习基地联系，早上八点左右，我们一道乘坐学校的校车，开往公馆的机械加工厂，这次是真的去工厂实战了。在路上，我们看到一家工厂前面有个很大很累人的标语:进入工厂意味着放弃一切自由。大家看到后，不约而同地笑了。也许这个标语是雷人了点，但的的确确强调了一点，我们要遵守规则，安全操作。

走进工厂，看到很多以前没见过的大小型机械设备，老师一一给我们耐心地讲解，但由于时间有限，只对部分机器开动演示给我们看。然后我们分别学习了电焊，气焊，和切割。跟我们讲热加工在现代工业中的重要性和其不可估量的核心地位、电焊和气焊各有什么优缺点，各有什么异同，老师的耐心讲解，加上我们的认真听讲，使整个实习操作过程进展的相当顺利，在短短的几个小时内，我们就懂得了热加工的一些基本知识，并且初步学会了怎样操作，这使得我们对我们这个专业有了更为具体的了解，也使得我们更爱我们这个专业。

时间如白驹过隙，一周的时间就在各种机器轰鸣声中划上了一个恋恋不舍的句号。之所以觉得恋恋不舍，其原因是时间太短暂了，这是本次实习的遗憾。真的希望学校能多给我们实习的时间。虽然有些累，但我们痛并快乐着。因为我们学习到了很多有用的只是。俗话说的好，实践是检验真理的标准。通过一个礼拜的金工实习，我了解到很多工作常识，也得到意志上锻炼，有辛酸也有快乐，这是我大学生活中的又一笔宝贵的财富，注定对我以后的学习和工作将有很大的影响。

很快我们就要走出校园，进入社会，面临就业了，我想用人单位不会像老师那样点点滴滴细致入微地地手把手地引导我们怎样去做，更多的是需要我们自己去观察、学习，不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学发展的日新月异和新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。就像我们接触到的机加工和热加工，虽然危险性较大，但是要求每个同学都要去操作而且要做出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气。一周的金工实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自身情况去感悟，去思考，这才是本次实习的根本目的。

感谢金工实习给我这次机会!

关于实习报告范文1000字 篇7

不知不觉已经工作快三个月了.在这三个月里，我和公司的职工以及领导都相处得很是融洽，大家对我也关怀备至，时常给我鼓励和帮助。下面，我将实习三个月的工作总结如下：

1、态度决定一切。

工作是要什么事都认真去做.去对待.一丝不苟.尤其是在餐饮行业.不容出一点小差错.刚开始的时间总会弄错些事,不过到后来慢慢的熟练了很多.了解了公司的企业文化、生产模式和质量体系管理等经验，这对我来说是很宝贵的。

2、勤于思考

工作中经常会遇到高峰时期.那时客人很多.出产品要快.不能让客人等太久.不然会激怒客人,引来不必要的投诉.所以要便于思考.就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，提高工作效率，减少工作所需时间.

3、不断学习

人一辈子都是在学习.不同的事会让我们学到不同的知识与技巧.在工作要经常听取同事的心得和管理组的建议这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识有所熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练掌握，这样才算是一位工作人员。

4、工作成果与收获

在这三个月的工作时间里.学到了很多在学校学不到的知识.也懂了很多不懂的事.同事们的热情让我觉得大家是一家人.在工作中我们互相帮忙.去解决问题.一间公司好像一只篮球队伍.单单靠一个人的单打独斗是不行的.要大家团结,同心协力.我将在未来继续多学，多思、多试努力把工作做的更好。

接下来的路还会很长...我会努力去奋斗、好好工作。

关于实习报告范文1000字 篇8

这次的寒假实习我选择了一家装潢设计公司，因为平时在学校从事编辑排版工作很想有机会到外面类似的公司里面实习一下，使自己的基础更牢固，技术更全面，实习的内容是学习平面设计(Photoshop和CorelDraw的使用)。

因为考虑到以后毕业有可能从事这个行业的工作，因此我非常珍惜这次实习的机会，在有限的时间里加深对各种平面设计的了解，找出自身的不足。这次实习的收获对我来说有不少，我自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了不少的收获。总体来说这次是对我的综合素质的培养，锻炼和提高。

第一天来到公司，不知道该做些什么，什么也插不上手，只是这里看看，那里逛逛，最终还是公司里的老师给我指了条路，让我用Photoshop和CorelDraw软件模仿教程做一些简单的图片，终于找到事情做了，于是我就乖乖的做起了图片。说实话我以前在学校的时候也这样做过，不过效果没有这么好，因为以前一遇到难的或不懂的就停下来不做了，而现在有老师在旁边，有不懂的就问，这使我受益非浅。

假如在作图的过程中如果使用几个小技巧，确实可以达到事半功倍的效果。

一、photoshop小技巧

1.制作圆角矩形方块

首先在photoshop中建立一个新文件，在文件上用矩形选取工具画一个矩形框，接着选择选单select→feather，输入半径值，数值越大则圆角矩形的半径越大。在选取区中填入颜色后，取消选取范围。选取选单image→adjust→threshold，由调整threshold level来改变大小，如此就会产生您想要的圆角矩形大小。若要产生圆角矩形的选取区，可以在选取区作用的环境下，切换到快速遮罩模式，同样执行threshold以获得您想要的遮罩。

2.高解析制作

在用photoshop制作网页图形的时候，许多朋友为了快速的操作，都会把图选择低解析度进行制作，但是有些滤镜会因为图形解析度的不足，而无法处理，最后出来的效果也很差。所以建议大家在处理类似情形时，可以先在高解析度下完成绘制、影像编辑等工作，然后再向下取样，将影像缩成最后的大小。

3.保留选取范围大小

当您在photoshop中使用image size或cancas size改变影像大小时，原本在影像中选取的范围也会跟着改变，如果想要保留原本的选取范围，可以先切换到快速遮罩模式下(按下键盘上的q键)，然后再选择“image size”或“canvas size”。使用image size指令会将影像与选取范围一同缩小;若使用canvassize指令则只会将影像缩小，而选取范围仍保持原有的大小。记着再将快速遮罩模式切换成标准模式。

4.快速隐藏图层

如果您在photoshop中只想要显示某一层图层的影像，是不是得一一将其他图层隐藏起来呢?这里有一个既快速又方便的作法：只要在图层面版上同时按住ctrl+alt以鼠标点选欲显示的图层的眼球图示，就可以将其他图层通通藏起来。另外也可以用ctrl+alt+快速键调整图层的前后次序。

二、coreldraw小技巧

1.擦去错误线条

如果您使用coreldraw中的手绘铅笔工具，不小心把线条画歪了或画错了，您不必急着将线条删除，只要立刻按下shift键，然后反向擦去即可。

2.动尺规

在coreldraw中事实上是可以让您自由移动尺规的位置，只要在尺规上按住shift键以鼠标拖移，就可以将尺规移动。如果您想将尺规放回原位，则只要在尺规上按住shift键迅速按鼠标键两下，就会立即归位。

3.利用coreldraw制作动画gif文件

事实上利用coreldraw也可以用来制作动画gif文件，您可以将coreldraw中的图层当成动画中一个个的影格，然后逐一输出成gif文件(其他图层上的影像必须先关闭)。再利用photo-paint的movie功能，先选择creat from document将第一张gif文件制成movie，再陆续将转好的gif文件以“insert fromfile”插进来，选择“储存成…”动画gif的格式，于对话框中设定延迟的时间和位置，如此就算大功告

4.同时旋转与缩放

如果您在coreldraw中，拖拉物件的旋转把手时，同时也按住shift键，那么将可以同时旋转与缩放物件;若是按住alt键，将可以同时旋转与变形倾斜物件。

经过几天的基础训练，老师终于让我参与他们的策划，刚开始有点紧张，后来就慢慢熟悉了策划和后期制作的整个过程。慢慢地老师也把一些比较重要的交给我处理。这使我对这个行业认识就更加深了一步。

通过这次实习，在设计方面我感觉自己有了一定的收获。这次实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的老师也给了我很多机会参与他们的设计是我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事设计工作所要面对的问题，如：前期的策划和后期的制作等等。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

关于实习报告范文1000字 篇9

实习真的很快，现在回想起来好像昨天还在报社里。还记得我第一天去的样子，好不容易找到了去的路线，好不容易挤上了拥挤的公交车，好不容易找到了报社，又好不容易得找到了老师，不过一切都是顺利的。

这可以说是我第一次真正的进入社会，当我走进办公室的时候真的很紧张。大家都做自己的事情，当我进去的时候只是礼貌性得看我一眼，好一点的给我一个微笑。我不尴不尬得走到老师面前等候发落。不出意外得第一天的任务就是看报纸。

第二天我有了自己的办公桌，我以为我也正式成为他们中的一员了，可是我想错了。一连几天我都是在无所事事中度过的，偶尔老师给我一个任务，哪怕是很小的任务我都大动干戈，搞的发生什么重大事件一样。

第一个星期真的如噩梦一般。在办公室里你会感觉自己完全是多余的，没有人会理你。而且老师们在你面前侃侃而谈，但是任是没有你插嘴的份，第一个星期就在这么浑浑噩噩中度过，当时我唯一的想法就是：完了!完了!这个暑假完了，难道每天在这里做空气。那还不如回家。说真的，我真的有想过不干了，回家算了。

但是所谓绝处逢生，坏到了极点就不可能再坏下去。第二个星期因为报社的活动较多，慢慢得和老师们熟络起来，但是一般来说我还是大气不敢出的那种。说到我的老师那可不得了啊，在我进去以后不久她们三个就组成了太太理财团，有了一档专栏叫太太理财经。在这么强大的老师团里沃的压力可想而知啊。最后还是小l老师开口了：你多看看基金的东西啊。熟了以后可以帮我写基金的文章。听到这个消息真的是煎熬了多年的农民听到了解放的消息般振奋人心啊。我终于可以有事情做了!

但是天下哪有天上掉馅饼的美事啊。要写文章可以，那必须了解基金的基本常识啊。我这个人没有什么耐心，而且那些名词解释解释得又老长老长的。现在我懂了以后看，我觉得它们讲的很多都是废话，明明很简单的意思被他们解释得像爱因斯坦的相对论。那几天那个痛苦不是用语言可以说明的，天天我看得是云里雾里啊。

忽然有一天，老师问我看得怎么样了啊。我这个人胆子也大了，说：看懂了。结果老师就说：今天要写重点啊，你看看有什么好的题材没有?像我这种对概念都一知半解的人，还让我选题材，一听到老师的问题我就蒙了。我当时说：我们可以写写投资者的后市的操作。现在想起来我一个汗啊。这么烂的题材。楼老师也没有多说我，只是笑了笑说：你跟我来的时候一样一点都不懂。你现在还是要多看看，不要急。那时候我就觉得真的要做好一行真的不容易，真的是活到老学到老。

因为那天其他老师也不在，我就和楼老师聊了起来。聊天后我才知道原来楼老师也是城院毕业的，而且她通过自己的努力考到了浙大的研究生。经过那个下午的聊天我和楼老师也渐渐熟了起来。我也暗暗下决心一定要把基金的知识学好，至少不能给城院的人丢脸。经过不懈的努力，还有一些讲座，对基金的大概有了一个把握。至少基金有哪些分类，不同基金之间有哪些区别，我都搞清楚了。

后面几个星期，我不仅完成了学校布置的任务。老师更是把写封底报道这种重大任务交给我。说你慢慢写写看，写得好写不好都没事，我会帮你修改的。第一次写的时候当然是力不从心，非常想写好但是知识面不够。而且整个流程也不清楚，到最后写得我累死但是出来的效果还是不行。我非常不好意思得交给老师，老师看过以后没有批评我，只是说这个重点已经抓的非常好了，就是你的新闻结构和欣慰措辞还有很大的不足，总体来说写得不错。当时我那个开心啊!没想到我这个没有什么文采的人也受到了表扬。

以后的每个周五我都会写封底报道，而且越写到后面我越驾轻就熟。收盘后看各个财经网站的收评，然后打电话给各大证券机构采访相关人士关于大盘走势的分析，还有对后世的预测和操作建议。老师也是一次比一次满意。

这次的实习经历让我收获了很多，不仅是新闻写作上的经验，还有如何与人沟通的能力上，而且还收获了几个很好的老师能为我以后的新闻写作提出建议。这个暑假的实习真的过的很有意义。

关于实习报告范文1000字 篇10

实习时间：20xx年6月24日 20xx年6月28日 实习地点：新华人寿保险公司双阳支公司

实习目的：一是通过实习将书本上的知识真正应用到实践中去，巩固自己的保险专业知识，同时在实习中进一步了解保险公司的具体情况，并对自己的职业进行合理规划;二是为了增加自己在实际工作中的经验，锻炼和提升自己的能力，为以后的就业打下良好的基础。

一、实习单位介绍

介绍新华人寿保险公司的概况

二、实习内容及过程

(一)人寿保险公司的主要产品

(二)人寿保险公司的业务管理

(三)保险行业的发展前景及趋势

三、实习总结及体会

(一)实习总结

本次实习我所在的岗位是建行的信贷部门，主要学习的是个人商业住房贷款方面的知识，协助客户经理处理资料、对客户上交材料进行审查等工作。通过对具体业务的操练，我对于相关信贷业务的工作有了更加深入的了解。银行信贷业务是银行最基本、最重要的资产业务，通过发放银行贷款收回本金和利息，扣除成本后获得利润。一般来说，银行信贷业务是银行赢利的重要手段，所以很多银行都推出了很多新的业务来满足更多人士的贷款需求。从银行信贷业务的分类来说，可以分为法人信贷业务、个人信贷业务。其中法人信贷业务包括项目贷款、流动资金贷款、小企业贷款、房地产企业贷款等;个人信贷业务包括个人住房贷款、个人消费贷款、个人经营贷款等。

(二)实习体会

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。 在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己的能力是远远没有达到工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多。实际的工作能力是书本没有办法教授给大家的，必须要通过实际工作来积累与强化。会计学作为一门与实际工作结合紧密的学科，实习是检验学校里的教学成果的最好的试金石。学校中所有学到的知识都要转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。我觉得实习可以让我们更实际的机了解和熟悉工作实际的机会，只有在实际工作中，我们才可以知道工作到底是怎么一回事、自己更适合做什么、哪些知识是有用的、对自己的知识结构做哪些补充和调整、如何处理工作中的人际关系等等，这将有助于我们更全面地认识自己和了解职业，并据此科学地设计自己的职业生涯。我首先要充分认识自己，进而不断地去改造自己;善于发挥自己的长处，敢于接受批评，弥补不足------这就是我对自己实习的态度。很感谢学校和吉林土木风建筑工程设计有限公司给了这样一个实习的机会，也要特别感谢我的指导教师高老师。

其次，通过实习，我了解了人情冷暖，在实习中也交到了很多朋友，最初的害怕和担心都被同事的温暖关照消弭，在工作中真实的感受到了人性的光辉，所以在以后的工作中我也不会再抱着那种怯懦的心态去面对了，而是用一种更积极的态度去面对新生活，新工作，新人生。

再次，实习让我学习到了很多相关的专业知识，对以后的工作有的重大的帮助，而最重要的是我认识到了不管在工作中遇到怎样的问题和困难，都不应逃避和胆怯，应当迎难而上，积极解决。

最后，实习告诉我们一个亘古不变的道理，那就是只要你有心，用心，耐心的去努力，不管是什么工作什么问题都会被顺利解决，没有完成不了的难题。这将是我日后工作中的座右铭，鼓励我不断进步。

说明：正文一律宋体小四，固定值20磅;一级标题宋体小三加粗，上下各空一行，序号用 一、 二、 三、 二级标题宋体四号，上下各空一行，序号用 (一) (二) (三) 三级标题及内容宋体小四号，序号用 1. 2. 3. 。要求字数不少于3000字，注意根据字数相应修改页码。保证封面、正文的格式准确，出现雷同报告，相关同学的成绩均不及格。

关于实习报告范文1000字 篇11

实习概况

1. 实习目的：通过自己的所见所闻，以及同当地居民或公园游客的交流， 增进我们对于城市生态系统的基本要素、城市人与环境关系的认识，以及了解人们对于环境的真正需求。

2. 实习路线及内容：20xx年4月5日，早八点，在北大逸夫二楼前集合出发，经图书馆至燕南园，停留进行观察调查;经静园至翻尾石鱼;从北大西门出至蔚秀园及承泽园，解散进行调查;在海淀公园调查后，经六郎庄、北京城市绿化隔离带、京密引水渠，从南如意门进入颐和园，沿昆明湖南岸、颐和园北岸、万寿山北坡一路观察，听取老师讲解;约14：30实习结束。

实习记录

1. 逸夫二楼经图书馆至燕南园途中：

不能说这条路上完全没有绿色，还有一片草坪。关于它我问了问周围的同学，有的说没什么感觉，有的说它晚上还不错，还有的说刚来的时候觉得绿油油的挺好，后来就没注意了。我觉得这和人的心情有关，刚入学当然觉得什么都好，后来也就没心情注意了，还是 低头疾走 要紧。晚上其实是草坪里的灯好看。这么说来它存在的意义似乎不大，不如种些树，因为在地学楼前，我觉得弄成一个小型的实习场地，大家可以分辨分辨岩石，认识认识植物，比在屋子里印象要深刻。

老师还提到如何设计这条路以配合图书馆及周围景物的问题。

2. 世外桃源 燕南园：

(1)老师在园内一片草地中讲解：

了解并认识了一些植物，如耐践踏的车前草，开着紫色小花的二月兰，堇菜和蒲公英等。这些野生的植物不需要人们特殊的照顾，自生自灭，但是生生不息，二月兰谢了，三月兰花开，种类更加丰富。

(2)自己在园中的观察：

与园外相比，园中的人工雕琢很少。墙角，路边都长着野花。注意到园中很少有铁栅栏，草地的边界都是由一种植物，再在上面简单的架一根竹竿组成的。植物都是活的，长叶开花后应该很漂亮。我想这个效果是铁栅栏无法拥有的。在里面还看到三只野猫，两白一黄。

(3)同园内居民的交流：

有一位40多岁的叔叔在自家门前的地里给玉簪花分株，访问中他说这一小片地里的植物都是他种的。问他住在这里同住在楼房哪个好，他说当然是这里好，因为这里人的密度小，活动空间大，还可以种花草。

在询问一位住在园中30多年的老大爷时，他指着园中的一个花坛说，那里以前是一个游乐场，现在修了反而少了个娱乐的地方。

在问及住在此处还有什么不如意的时候，被访的人一致对园内的公厕表示不满，说不仅环境差了，而且人也杂了。有一位50年代就居住在这里的老奶奶说这里的植被乱七八糟的，自己想种点花，又会被人折走。

3.静园：

据老师介绍，这里以前是一片苹果树林，但为修草坪被砍掉了。静园的草坪可以任人践踏，目前黄绿相间，野草为绿。

有一个插曲令我印象深刻。一个人正在湖边的长椅上看书，突然身边开始喷水，吓的差点跳起来，原来是给草坪浇水的时间到了。我觉得这是设计的一大失败。设计要处处为处在其中的人着想，也许坐椅与喷头不是一起建的，但后来添加的应考虑到整体，不能将一个一个设施隔离起来。

5.蔚秀园：

主要是同居民进行交流。大家似乎还是抱怨的比较多，都反映小区中的一个死水沟蚊蝇滋生，臭气熏天，垃圾成堆。据了解，这个水沟以前水是清的，水源是地下的自来井，居民也不多，后来盖房子，把水填了，把山推了，自来井不出水了，活水变成死水了，清水自然也混了，臭了。当问及对小区内的植物有何看法的时候，大家的意见也是出奇的一致，说现在太乱，草乱七八糟的，还是要搞搞绿化，弄利落点好。问她们野花难道不好吗，回答是花期太短，不象种的花那样开的长，也没有那么多种类，而且也没有种的花花朵大，好看。

居民的观点似乎与老师自然即是美的观点有些矛盾，这种情况在燕南园中也有发生，人们还是需要整齐的草坪和人工栽种的花朵。是因为我们访问的都是些老人家，她们见了太多的荒芜与嘈杂，现在渴望一种整齐的美吗?

6.海淀公园：

还是以自己观察和同别人的交流为主。在公园中没呆多久就感到很晒，问在公园中健身的人，也反映这里的树阴太少了，夏天只能很早或傍晚来。一个看着孩子玩耍的阿姨说，这里虽说很晒，但离家比较近，有一些健身设施，孩子也爱到这里玩，有总比没有要好。

我观察到，这里树少，天空比较空旷，反而成了放风筝的好地方，公园也因地制宜，门口就有卖风筝的。其实没树也有别样的乐趣。

公园中有残疾人康复区，儿童区和老年人健身区，区内都有适合不同人群的健身设施。而且每区的地都是用橡胶铺的，软而不滑，这是在很多小区或公园里面被忽视掉的。

7.去往颐和园的路上：

在万泉河边，被眼前景象惊呆，河床中已没有水，只有一层散发恶臭的淤泥。固化的河道，水的匮乏，使其没有了生机。

经老师讲解，路上那些穿着 铠甲 的树木是皮很名贵的杜仲。我不明白为什么要把这种树种在路边，给树木的养护添加麻烦。是为了让路人认识新植物吗?树上没有挂牌，而且让人认识到它的珍贵之处，树就更危险了。是它适合种在此处，或是它长成后别有一番景象吗?

到了所谓的绿化隔离带，是将 京西稻田 除掉后的产物，觉得还没有路边的树多，土倒是不少。老师介绍一种名为灰藜的一年生植物，该种先锋植物，无人管理，也可茁壮成长。

关于实习报告范文1000字 篇12

摘要：

恰逢一年一度的元宵节，在20xx年2月14日，完美邂逅西方情人节，一方面，为了了解和丰富人们的文化生活;另一方面，也为了锻炼自己的社会实践能力，我联合了一些同样为大学生的朋友和同学，组织筹办了一场 玫瑰彩灯 的售卖和赠送活动。

在本次活动中，我们一边向行人们讲述着玫瑰情缘，一边感受着小城 闹元宵 的热闹氛围，我们问候了一张张热情洋溢的笑脸，也目睹了这座小城的沧桑巨变，如今，人们的生活水平提高了，文化生活也越来越丰富精彩，此间，我们切身体会到了中西方多元文化的碰撞与融合的精妙之处，这是一次非常有意义的实践活动。

活动目的：

1.了解和丰富人们的文化生活

2.锻炼自己的社会实践能力

3.为家乡的文化建设和发展作出实践上的探索

活动背景：

中方元宵节与西方情人节于20xx年2月14日重合，随着时代的发展，中西文化的相互渗透，人们也渐渐地对某些西方节日表现出极大的热情，同时也赋予了古老中国文化新的意义和向往，在这种背景下，积极了解群众的思想动态，宣扬不同文化的不同理念，并尝试着促进多远文化的和谐交流，无疑是当代大学生应当积极探索的事情。

活动策划：

3000字实习报告三篇1.购进商品。为实现中国元宵节的灯会和西方情人节的玫瑰两大象征性事物的有机融合，我们专门挑选了极具特色的 玫瑰彩灯 ，既热闹又浪漫，购货渠道来源于网上批发商城。

2.选择场地。在向有关部门咨询之后得知我们的 玫瑰彩灯 可以在街上进行售卖和赠送，只是需要给行人留出道路，在指定的地方展开活动。

3.召集 人马 。货物回来之后，需要尽快联系更多的人参与进活动中来，好在朋友们听说我的设想后表现出了极大的热情，我获得了很多朋友和同学们的支持。

4.开展活动。初步预测后，我决定在人流量较大的几个场所，譬如街心公园，唐河公园等人群聚集地，分别安排3到5人开展活动，由于彩灯的特殊性，活动在夜晚进行更有效果，故我们把时间定在元宵节下午5点到11点的区间之内，让人们在享受元宵节喜庆热闹的同时也领略到来自西方玫瑰的浪漫气息。

此外，活动结束后售卖玫瑰彩灯所赚得的资金，除去活动本身的开销以后，我们将拿出一部分捐献给县城里由百度贴吧吧友组织的 为白血病患者捐赠爱心 栏目，其余资金作为下一次实践活动的储备资金。

活动总结：

通过本次活动，我粗浅地了解了家乡人民的文化生活理念和水平，对小城人们的文化生活发现也有着自己的一些拙见，同时活动中的很多细节也使我受益匪浅，现从以下两方面作出阐述：

1.人们不再是只求温饱的理念，而是追求更好的心灵体验和享受，并且这种趋势已经潜移默化的改变着人们的生活，由容易接受新兴事物的青年团体逐步向中老年和儿童扩散。以这种 玫瑰彩灯 为例，青年团体对于中西方文化较为熟知，也愿意去购买这种创意产品为元宵节和情人节的相遇而贺喜，相对青年团体而言，中老年团体对西方文化了解有限，但受到青年团体的影响，对这一新兴事物也充满了好奇，经过活动的讲解，他们更喜欢有一次这样别样的浪漫蕴藏在元宵佳节的喜庆之中;儿童们经由父母的言传身教，对本该当做玩具的玫瑰彩灯也有了新的认识：这其中所蕴藏着的，更是一种文化。由此可见，人们已经有了追求文化生活的的能力和欲望，只是有限的文化生活方式不能满足大众多样化的需求罢了，文化生活将是又一个有着巨大生命力的市场，在推进城乡一体化进程中，文化生活显然是一个很好的纽带，城市有着农村难以追赶的便利，而农村有着城市不敢想象的安逸，这一点，或许可以成为联结城市和农村互动的又一个契机吧。

2.活动过程中，也有一些做的不到位的地方，比如订货时间安排，在统筹的过程中漏算了春节期间快递业的歇业问题，致使货物差点没有在元宵节当天回来，好在经多方协商和督促，才及时取到货物;此外，在人员安排上出现了冗杂的尴尬情况，多人扎堆在一个地方进行售卖宣传活动，导致很多人无事可做，而很多人又忙不过来，好在朋友们不辞劳苦的帮忙，在此特别感谢那些支持和陪伴我的同学朋友们。今后再做此类活动时一定要多加留意这几方面的问题，争取一次比一次更完美。

特别鸣谢：等同学。

也感谢xx县有关部门的帮助以及学校老师所给予的机会。

关于实习报告范文1000字 篇13

一、实习目的(宋体四号加粗/单倍行距/正式填写时删去所有说明)

填写说明(仅供参考，宋体小四号/单倍行距/正式填写时删去所有说明)：本栏目可以电脑输入，版面不够时可以扩充。

1. 了解和掌握所学专业在生产经营实践(说明具体行业)中的运用，增强学生对本专业学科知识的感性认识 应该结合专业和具体的实习岗位来写。

2.(专业实习的同学填写) 为学年论文的写作进行哪些方面的准备(如搜集那些资料，进行何种调研、做那些实验，或者取得哪些数据，发现那些问题等等。

3. 其它

二、实习任务(具体做过的实习岗位职责描述)

填写说明(仅供参考，宋体小四号/单倍行距/正式填写时删去所有说明)：本栏目可以电脑输入，版面不够时可以扩充。

结合实际的实习工作岗位内容填写，也可参考下列内容填写，如：我在某某单位从事的工作主要是初中二年级的外语教学 我在某某单位从事的工作主要是外贸制单、跟单、导游文秘、外事接待、商务谈判、新闻编辑排版、实用软件编程等等。注意所从事的岗位应与本专业和所写论文相关。

三、实习单位简介(排版同上标题/正式填写时删去所有说明)

填写说明(仅供参考，宋体小四号/单倍行距/正式填写时删去所有说明)：本栏目可以电脑输入，版面不够时可以扩充。

实习单位的名称、地点、所处行业、职工人数、法人姓名、基本组织结构、主要经营范围、经营业绩等，不要求面面俱到，请结合与本专业实习相关的重点方面介绍即可。

四、实习体会与小结(800字以上)

填写说明(仅供参考，宋体小四号/单倍行距/正式填写时删去所有说明)：本栏目可以电脑输入，版面不够时可以扩充。

1.对实习过程的回顾

2.专业知识、技能在实习过程中的应用 3.对用人单位岗位需求的适应过程 4.实习过程中的体会与认识

关于实习报告范文1000字 篇14

习，对于专业知识浅见寡闻的大一、大二来说或许还显稚嫩;对于面对升学就业任务繁重的大三下期来说或许会措手不及;而对于有一定专业知识储备且有相对宽松时间的大三上期来说或许正恰到适中。大三上学期处在大学过度转折的这个关键时期，走进电视台实习必会让我们更加了解电视台的工作环境和流程，更加清楚自己的专业及需求，更加明晰自己今后的发展方向。

20xx年的寒假通过自己的努力幸运获得了攀枝花电视台实习的机会，在其民生新闻《新闻天天看》栏目做配音工作，辅助做了新闻采访和编辑的实习。见闻、见识开阔不少，收获、受益颇多，现将总结如下：

(一)、电视栏目的复杂生产线不仅要个人精益求精还要团队完美协作

《新闻天天看》是一档贴近百姓、贴近生活的杂志类民生新闻栏目，主要覆盖全攀枝花市、凉山州、云南的丽江市楚雄州。《新闻天天看》由《天天说新闻》、《天天关注》、《天天读报》、《天天资讯》、《天天心里话》等多个新闻资讯小版块组成。旨在以平民的视角看社会，关注民生，服务百姓生活。民生情怀，百姓视角。《新闻天天看》——关注您身边的新闻。

作为日播节目，每天的工作量较大，配合需默契，效率要求较高。通过热线爆料、长期合作职能部门提供新闻线索以及当前热点实事新闻策划等途径，每天上午分派记者出去采访。一组记者一般2—3人，有时需一个人完成一个采访任务。记者采访回来将根据同期录像写新闻稿，完稿后交由执行制片人审编，审编后送到演播室对解说部分配音。同时将到初编机房导出原始新闻素材并进行初编，初编工作完成后存入系统工程到后期编辑处做细致编辑制作。此时，后期编辑就将根据初编影像和配音做成一条完整的新闻。

一条条新闻做好后，再由执行制片人进行一天一档节目的编排串联。这时主持人就要根据串联单录制报头主持整档节目。但是为了提高效率，一般不必等整个串联单出来后再录制，可以做好一个版块录制一个版块，最终都再交由后期编辑做整档节目的串联编辑。编好后，就等着台长来审片。无纰漏后传送到播出机房同时做好备播带等待准点播出。

这是电视栏目的一条复杂生产线，当中环环相扣，每个环节都很重要。若有一环节出了问题，整个链条就会断裂。而且只有相互默契配合，前期照顾到后期配音编辑，后期配好编好前期的核心，才能共同完成一条高质量的好新闻。这就不得不提到团队的合作，俗话说，人心齐，泰山移。在未来的职场中，团结协作的能力显得尤为重要。

关于实习报告范文1000字 篇15

大学的第一个寒假到来了，应学校的建议和社会对大学生的要求，我参加了寒假社会实践活动。在这次的活动中，我学到了很多，也感悟了很多。下面就我这次寒假社会实践的心得做一次总结。

寒假社会实践是我们大学生充分利用寒假的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极的参加社会实践活动能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济何时会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立征求的世界观、人生观和价值观。大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节;是适应新世纪社会发展要求、培养全面发展型人才的需要;是加强集体主义、爱国主义、社会主义教育，升华思想的有效途径。积极投身社会实践、深入群众、了解社会、增长才干是青年学生成才的正确道路，是青年学生有用所学知识技能，发挥聪明才智，积极为社会作贡献的重要途径。

寒假社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。利用假期参加有意义的社会实践活动，接促社会，了解社会，从社会实践中检验自我。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这将为我们以后走进社会打下坚实的基础。

年轻，是我们值得骄傲的资本，这个时代注定要我们去开拓!我们年轻而勇敢。我们都想成为在天空展翅翱翔的雄鹰，去搏击浩瀚的蓝天;我们都想成为在草原自由驰骋的奔马，来一个惊天动地的嘶鸣;我们都想成为在史册著名的伟人，在人生的图画上路下光彩的一笔!我们好想用自己的行动开拓一片完全属于自己的天宇、成为瞬间飞逝的流星，把短暂的生命定格为永恒。而这一切的一切，需要我们用行动吧空想变成现实，用实际行动证明!

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼?谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园、踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷?

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践活动作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直以来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。署假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有利于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形势。

步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能承受风吹雨打的花朵。通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富，社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会、了解社会、服务社会，投身到社会实践中去，才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成才，并有效地为社会服务，体现的学生的自身价值。今后的工作是在过去社会实践活动经验的基础上不断拓展社会实践的范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情、服务社会相结合，为地方经济的发展贡献力量，为社会创造了新的财富。

在寒假时候我在家乡饭店找到一份服务员的工作，每天七八个小时的工作时间虽然不算很长但是特别辛苦，有时候从上午十一点一直忙到下午三点多，还要收拾东西打扫卫生，等到没人的时候才有时间吃饭。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常工作中上级欺压下级、责备下级是不可避免的，虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。他让我明白到别人批评你或是你听取别人的意见时，一定要心平气和，是有这样才能表示你在诚信听他说话。虽然被批评很难受，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所该做的。

我也从工作中学到了人际交往和待人处世的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获那么你一定会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做真么事情，都必须主动性和积极性，对成功要有信心。要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

没有实践，就没有发言权 ，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。其实学校要却我们参加社会实践，无非想让我们提前接触社会、了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心。

感谢学校给我们这次把自己推向社会的机会，也感谢在实践中那些给予我们无私帮助的人。我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

关于实习报告范文1000字 篇16

读了三年的大学，然而大多数人对本专业的认识还是寥寥无几，在测控技术与仪器周围缠绕不定，在大二期末学院曾为我们组织了一个星期的见习，但由于当时所学知识涉及本专业知识不多，所看到的东西与本专业根本就很难联系起来，在很多同学心里面对于本专业一直很茫然。

今年暑假，学院本来是组织我们去上海实习，但由于突如其来的非典型疫症，使得全盘计划不得不重新来定。经过学院的努力，最终选择了顺德作为我们的实习基地。

什么是测控技术与仪器?本专业适合干哪方面的工作?本专业前途如何?带着这些问题，我们参加了这次的生产实习。

本次生产实习由查晓春、黄爱华和黎勉三个老师带领，测控专业总共四个班，150几人参加实习。6月30日出发去顺德，安住在顺德大良风城中学。

三年来第一次来到一个陌生的地方，真是一件令人兴奋的事情，我们住的中学环境很好，由于这是一所中学，又遇暑假，这里很静，真是学习的好地方，本人正好想在实习之余顺便的进行自己的网络工程师计划，这样可以让时间滴水不漏了。

本次实习预定是三个星期，但由于出现些预想不到的事情，最终把行程缩短为两个星期，而本次生产实习在教学计划是四个星期，所以剩下的两个星期必须在下学期补回!

两个星期的生产实习，我们去过了申菱空调设备有限公司、顺特电气有限公司、美的洗碗机公司、联塑科技实业有限公司、广东泓利机器有限公司、顺德科威电子有限公司、广东锻压机床厂等大型工厂，了解这些工厂的生产情况，与本专业有关的各种知识，各厂工人的工作情况等等。第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，传感器在空调设备的应用了，电子技术在电子工业的应用了，精密机械制造在机器制造的应用了，等等理论与实际的相结合，让我们大开眼界。也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，在短短的两个星期中让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发!

顺德是个美丽的地方，这里的交通路线四通八达,或许这就是顺德为什么一直保持全国百强县之首的原因吧!当然还有其体制是否健全原因,社会保障是否完善原因!这里也是我们初涉社会的开端，迈向美好而残酷的未来，我一直坚信自己的能力，即使人生路如顺德四通八达的公路,但方向只有一个,那就是前进,永不言弃,永不退缩!

申菱空调设备有限公司

7月1日，这是我们实习的第一天，我们来到了申菱，这是一家生产中央空调的厂家。来到该厂，该厂负责人首先介绍了一下申菱的一些生产情况。

了解到，广东申菱空调设备有限公司于1992年正式建成投产，是

集科研、生产、检测、销售、工程服务于一体的现代化企业，是中国500家最大电气机械器材制造企业之一。专业生产 申菱 牌大、中型水冷、风冷单元式空调机，洁净式空调机，恒温恒湿型机房专用空调机，屋顶式空调机，高温环境特种空调机，除湿机，冷水机组成风机盘管、柜式风机盘管和组合式空气处理机等末端设备。其中单元式空调机和洁净式空调机包括冷风型、冷风电热型、热泵型、恒温恒湿型等多个系列和品种。

接着将我们分成五组对其生产车间进行参观。

我们首先来到钣金车间。从车间的定置管理图中，可了解到该车间的生产过程是：

下料区 --》 冲压成型区--》 焊料一库 --》 焊料二库 --》 冲压转型区 --》 散件特检点 --》 铝合金加工区 --》 钣金半成品周转区 --》 焊接 --》 喷涂 --》 成品。

在钣金车间，观看了各种机器的生产情况。有M-20xx剪板机、J23-25冲床、J23-40冲床、J23-60冲床、J23-80冲床、J28-500四柱油压机、CSW-250冲角床、TA-60T弯板机、RG-80弯板机等等，各种我们熟悉和陌生的机器。

接着是两器车间。

在两器车间，我们观看了压力容器用钻床、翅片冲床的生产过程，以及一些已经记不清名字的机器的生产。

关于实习报告范文1000字 篇17

在学校，我努力学好专业知识，我的专业是数控机床，这个专业学好了将来是一个很好的职业，学不好了以后什么都不是，为了更好的学习，特参加了学校组织的实习，现对此次实习做一个总结。

这次数控中级培训，主要是对pa系统的学习，内容有车床，铣床。暑假之前主要练习数控编程，而这个学期偏向于机床操作。通过电脑编程模拟和下车床操作，以及加工零件。我对数控中级的学习有了一定的掌握。

对于刚开始的编程理解，我个人还是比较感兴趣，从当初的一知半解到现在熟悉运用每个命令，并理解其含义，都是自己每天不断的摸索和老师耐心的教导息息相关。主要总结以下几点：

一、 对数控编程和模拟的理解和运用

我很荣幸能有这么好的老师来教我们数控编程，其实学习最主要的还是靠自己去多练，但关键的时候有老师指导，这样还是进步快点。特别是刚开始接触编程和机械加工的时候，有老师指导进步特别快。记得8月9日那天，老师开始讲编程的过程，特别对经常使用的代码给介绍出来，然后对点位的理解和计算。对模拟好的零件进行模拟加工。通过这些知识点的学习，我才渐渐的理解数控编程的一些基本要领。机床上对刀是我之前遇到的最大难题，这是由于命令使用不习惯，和基本感念理解不够透彻，不过通过后面的反复练习，现在已经熟悉掌握了模拟系统。如今已经能够看懂图，知道走刀路线。以及涉及到的点位能够进行换算。

二、 实际加工的学习方法和掌握程度。

对于机床的操作，我总感觉自己练习不够，特别是对零件加工花的时间比较多，还有实际对刀也掌握不够好，虽然现在已经能把零件给加工出来，而且尺寸也把握得当，但时间控制方面还是不够好。这主要还是自己的操作熟练程度不够。

车床上，对刀和加工现在我已经能够在规定的时间内完成了，并且尺寸也能达到所要求，但我认为还是因为自己花在车床的时间多点。而铣床，相对来说，熟练程度不够好，尽管知道怎么去加工，但尺寸的控制和时间的把握不够好。不过在后面的不断实践和练习中，我得到了很好的提升，能够进行零件的加工，对机床出现的小问题也会去解决。特别是在最后那段时间，我已经能够加工零件。而且尺寸已能把握好，达到了图纸上的要求。

三、理论知识的学习和理解

对于老师发的资料，我已经认真的去学习，当然，相对要记住每个知识点，还是有一定的差距，但我有信心能把理论知识学习好。我认为最主要的是去理解每个知识点，而不是死记硬背，因为许多的理论知识都会在实际操作中用到，而且必须掌握。只有完全的理解理论上的知识，才能更好的去完成实际的操作。比如机床上的按钮，走刀路线，刀补等。都涉及到许多理论知识。只有把理论知识吃透了，才能在加工过程中认真的去遵守规则，更安全的完成零件的加工。

四、最大的收获

对于数控编程和加工学习的这段时间里，我认为最大的并不是自己所学到的知识，而是学习的方法，很荣幸得到老师的帮助，在我学习感到困惑和吃力的时候，他们能更好的与我沟通，当他们对我讲到学习这门课程的用处，以及以后工作的方向时，我感到非常值得。进入大学后，已不再是高中时代的应试教育。每个人都应该找到适合于自己学习方法。只有掌握好的学习方法，才能够学好自己的课程。而在数控学习的这段时间里，我也不断的去摸索，感觉收获不少。

五、存在的不足以及个人期望

虽然如今已经掌握了数控中级的知识，能够进行零件的加工。掌握了相关理论知识和操作技能。但是，具体到一些特别的零件，还要花时间去思考加工路线等。长时间不去编程和下机床，也会把原来的知识给淡忘掉。所以我将在今后的日子里，珍惜每次操作的机会。把握时机，更好的运用自己所学到的知识。相对数控知识的海洋，我只是学到了冰山一角，我知道我要学的还有很多知识。我将在原有的基础上，努力去学习数控这门知识。能够从事机械加工行业，能学友所有，学友所获。希望能更好的运用相关知识来服务于这个社会。同时我希望通过自己的努力，以及老师的教导，使自己学到的专业知识。

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！