# 202\_年实习报告202\_字例文

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2024-01-12

*对实习过程、结果以及体会用书面文字写出来的材料就是实习报告。这篇“20\_年实习报告20\_字例文”来自，查看更多相关内容 ，请访问实习报告频道。 篇一 　　今年XX月XX日，我到XXX办事处实习。在这一个月的实习里，我的主要任务是协助公司销售...*

对实习过程、结果以及体会用书面文字写出来的材料就是实习报告。这篇“20\_年实习报告20\_字例文”来自，查看更多相关内容 ，请访问实习报告频道。

篇一

　　今年XX月XX日，我到XXX办事处实习。在这一个月的实习里，我的主要任务是协助公司销售部各职员的工作，具体包括打印、复印、传真、查账、对帐、统计数据、上网推广，网络销售，联系客户，介绍产品等等。这段时间的经历，让我亲身经历了公司的生活，不仅熟悉了销售业务，更看到了公司销售过程中的许多内容，理论上实践上都有了较大的飞跃。

　　通过此次实习，我进一步的了解电子商务，更深的理解所学的基本理论，基本知识和基本技能，联系了社会，结合了实践，锻炼和提高理论联系实际的能力，分析问题解决问题的能力和社会工作能力也有所提高。

　　通过这次实习我更加了解并熟悉了B2B及B2C的流程,收获很多。下面先阐述一下我对电子商务优劣势的认识:

　　(1)使买卖双方信息交流低廉、快捷。信息交流是买卖双方实现交易的基础。传统商务活动的信息交流是通过电话、电报或传真等工具，这与Internet信息是以web超文本传输不可同日而语。

　　(2)降低企业间的交易成本。首先对于卖方而言，电子商务可以降低企业的促销成本。即通过Internet发布企业相关信息和宣传企业形象，与按传统的电视、报纸广告相比，可以更省钱，更有效。因为在网上提供企业的照片、产品档案等多媒体信息有时胜过传统媒体的千言万语。据IDC调查，在Internet上做广告促销，可以提高销售数量10倍，而费用只是传统广告的1/10。其次对于买方而言，电子商务可以降低采购成本。

　　传统的原材料采购是一个程序繁锁的过程。而利用Internet，企业可以加强与主要供应商之间的协作，将原材料采购和产品制造过程两者有机地结合起来，形成一体化的信息传递和处理系统。据通用电气公司的报告称：它们利用电子商务采购系统，可以节约采购费用30%，其中人工成本降低20%，材料成本降低10%。另外，借助Internet，企业还可以在全球市场上寻求价格的供应商，而不是只局限于原有的几个商家。

　　(3)减少企业的库存。企业为应付变化莫测的市场需求，通常需保持一定的库存量。但企业高库存政策将增加资金占用成本，且不一定能保证产品或材料是适销货品;而企业低库存政策，可能使生产计划受阻，交货延期。因此寻求库存控制是企业管理的一个目标之一。以信息技术为基础的电子商务则可以改变企业决策中信息不确切和不及时问题。通过Internet可以将市场需求信息传递给企业决策生产，同时也把需求信息及时传递给供应商而适时得到补充供给，从而实现零库存管理。

　　(4)缩短企业生产周期。一个产品的生产是许多企业相互协作的结果，因此产品的设计开发和生产销最可能涉及许多关联企业，通过电子商务可以改变过去由于信息封闭而无谓等待的现象。

　　(5)24小时无间断运作，增加了商机。传统的交易受到时间和空间的限制,而基于Internet的电子商务则是一周7天、一天24小时无间断运作，网上的业务可以开展到传统营销人员和广告促销所达不到的市场范围。

　　通过这次实习我对自己的专业也有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。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，并且需要进一步的学习。这个实习这帮助我更深层次地理解现在的网络营销。不再局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。实践暴露了我许多知识上的不足，也是对理论知识的一种补足。此外，我还结交了许多朋友、老师，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生活和工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。在这次的社会实践中，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,打开了视野，增长了见识，也改掉了很多毛病。知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变。而为了适应社会，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。

　　通过这次实习，我还知道，如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。做什么事情都要有条理，这是公司里面一个姐姐给我的忠告。耽搁时间，浪费精力，误了事情。所以每个职员的桌子都是收拾得井井有条。这一点对我感触很深。

　　以上是我的一点体会，千里之行，始于足下，这一个月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，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自公司的职员和领导，这是我一生中的一笔宝贵财富。

篇二

　　理论是灰色的，生活之树常青!将理论付诸实践，让他在自己该在的地方，他才能发光，更好的得到检验!抱着这样的认识，我来到了南汇区人民法院。

　　一、初到法院满腔\*

　　20xx年7月15日，我们来到南汇区人民法院，法院政治部的领导接待了我们，对我们表示了热烈的欢迎，并提出了一些希望和要求，实习生们认真听取了领导们的讲话，个个充满热情。

　　我被分配到了速裁组。速裁组?第一次听到这个名字哎!这是我当时的第一反应。不过没关系，我敢于挑战新鲜事物，就这样，我满怀\*，正式开始了在南汇法院的实习生活会议结束后，同学们都跟着各自庭的庭长去熟悉了工作环境。我被带到了速裁组办公室，与我的指导老师审判员张老师，书记员童老师见了面。

　　第一天的工作由此拉开了午间休息时，还在想着速裁组这三字，突然脑子里闪过民事速裁，这不就是吗!民事速裁程序是将当事人之间的诉讼契约予以法律保护，并赋予该契约以国家强制力。民事速裁程序自始至终均反映着当事人的意思自治，而法院在速裁程序中仅仅扮演一个引导者、询问者角色。在引导过程中，尽量通过协调，达成双方当事人在实体权利以及诉讼权利方面的各种合意，从而突破民事诉讼法普通程序、简易程序规定的答辩期间等诉讼期间的硬性规定，灵活有效地解决当事人之间的诉讼纠纷，缩短了诉讼周期，提高了诉讼效率，降低了诉讼成本，有效地保护了当事人的合法权益，将案件各方当事人的损失降到了最低程度。

　　想通了，感觉人也舒畅了，接下去的日子，不再茫然!

　　二、结案日的来临

　　实习的这一个月正好赶上南汇法院的结案日，加之下个月是南汇法院并入浦东法院，所以好多的交接工作，案件特别多。

　　排序、敲章、敲页码、打目录、电脑结案、打印卷宗封面、装定卷宗、涂浆糊、贴封条到最后的归档，一份看似薄薄的简单的卷宗，却经过了那么多的程序，足见其严谨性，却也是一件机械化的工作，在机械中寻找快乐，在装定了几份卷宗后，根据其每个步骤的特点，想了个好听的名字给它们，如，我把敲章、敲页码称之为内装修，把涂浆糊、贴封条称之为烤鸡翅等等。

　　结案日的来临，就是我们每天都面对着堆积如山的案件，为忙碌的工作添加点乐趣，解除点无聊，这就是我面对忙碌的态度。忙碌中，我们寻找娱乐，实习的一个月，正值上海的酷暑，法院有时到下午2：30才上班，所以，约上三五好友及其他庭的同学，书记员姐姐请我们唱ktv。我们忙碌并快乐着

　　三、离开时的不舍

　　即使很短暂，但是已经相处的有感情了!

　　一个月，很快!实习就这样结束了，离开的时候很不舍!这一个月，通过实习，我了解了大量庭审案件从立案到结案的全过程，进一步学习了相关法律知识,对立案的程序有了更深的理解,同时注意在此过程中将自己所学理论与实习实践有机结合起来。实习结束时，我的工作得到了实习单位充分的肯定和较高的评价。

　　一个月的实习，其中，有困惑，有感动，有迷茫也有反思。对一些现实中的案件与所学东西有较大的出入时，会困惑;面对平易近人的法院的同事，面对每一个质朴渴望得到帮助的群众，会感动;遇到社会上的一些不好的风气，实实在在的去面对一些暴力案件，离婚案件时，心里有一种说不出的难受和迷茫;而对于在实习期间关于纯粹的法学理论及法律事务方面的问题，我又会积极的反思和总结。

　　作为一个将来的法律人，看着现实中的境况似乎也看到了自己将来的路，一方面，看着人们越来越强烈的法律意识甚至用法律来替代道德层面的问题，我很开心，而另一方面，我更痛苦。法律只是法律，在现实中很多问题还是要通过道德来约束，这样可以让当事人少受伤害，也可避免资源浪费。

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！