# 实习报告范文5000字【精选五篇】

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-01-13

*实习是大学生毕业必须经历的过程，它也是你能力的一个证明，尤其是进入大企业实习，可以充分发挥和展示你的才华和在学校里学到的专业技能，加深对职业的了解，确认喜欢或擅长的行业。以下是为大家整理的实习报告范文5000字【精选五篇】，供大家参考学习。...*

实习是大学生毕业必须经历的过程，它也是你能力的一个证明，尤其是进入大企业实习，可以充分发挥和展示你的才华和在学校里学到的专业技能，加深对职业的了解，确认喜欢或擅长的行业。以下是为大家整理的实习报告范文5000字【精选五篇】，供大家参考学习。

>1.实习报告范文5000字精选

　　转眼间，三年的大学生活已经接近尾声，毕业的钟声即将敲响。我们也开始了将课堂知识用于实际的实习生活。

　　毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以至用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。

　　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，茫然不知所措。刚上班时公司已报完4月份税，暂时没有什么工作。几天后知道自己的工作主要是业绩总结，顺带做一些小事情，并每天写工作总结和erp数据导入。平时就是到网站发博客、论坛，感觉和自己的专业有些出入。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能力和勤奋好学来适应公司的工作，完成公司的任务。

　　刚开始进行的是完成培训的工作。由于感觉和专业不怎么对口，所以对于培训便没有在意，总以为这些工作很简单，但是这种浮躁的态度让我忽视了实习的目的接触和融入社会，以至于后来考核时有点手足无措。虽说发博客和论坛看上去有点像小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。从此以后，我每天埋头于博客和论坛中了。

　　在这次实习中，给我收获的是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效的方法，我告诫自己要认真完成，对每项工作都要他看成是公司对自己的一次考核，做到每一件事的过程中遇到困难，一定要争取不抛弃，不放弃，坚持“战斗”，只要希望还在，胜利一定属于我们。

　　看着那些员工忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站得正。相对于经验和技术而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟的，但是否能有正确的态度却是因人而异的，有的人永远让人感觉不认同。我从来没有把现在的工作当作实习，我就是认定我是在工作，而不是来学习东西的。我是为工作而学习，学习是为了把工作做得更好。

　　时间过的真快，转眼间，实习马上就要接近尾声了。通过这两个多月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了简单业务单子的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实业务处理的流程，认真观摩了专家们针对具体seo的处理，使我对网站编辑的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。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，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。会计学科作为一门与实际工作结合紧密的学科，实践是检验学校里的学习成果的的试金石。将所学知识转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。

　　在为期两个多月简短的实习生活中，我学到了人生难得的经验和社会见识，既紧张，又新奇，收获也很多。

　　下面我将从以下几个方面总结这段时间自己的感受。

　　一、努力学习，注重实践，不断提高自身素养和工作能力

　　在信息时代，学习是不断地汲取新信息、新知识，获得事业进步的动力。我们作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势；养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。

　　我始终把学习作为获得新知、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，在工作中做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。在思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，也只有在实践中才能检验知识的有用性和自己的学习成果。所以在这两个多月的实习工作中给我的感触就是我们在学校学到了很多的理论知识，而这些理论知识在社会实践中很少应用，并且很多事情是理论所涉及不到的，理论和实践的大脱节使得我们在以后的学习和生活中找不到方向，经常会很迷茫。同时在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。社会在变化，人也在变化，所以我们每天都要提高自己，你一天不学习，别人就会赶上你，而你就会落后。通过这段时间对这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，对公司的业务也有了更深的认识，可以求真务实的开展各项工作。

　　二、以极大的热情投入到工作中，提高工作的积极性和主动性

　　实习，是开端也是结束。展现在自己面的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的生活和工作中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

　　刚步入工作岗位时，我有些难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向，甚至很迷茫。但我还是尽量保持当初的那份热情，本着勤奋做事的态度，不断的做好上级交代的每一件事情，同时也经常协助同事做好各项工作，慢慢的就进入到了自己的角色，明白自己该干什么，自己的本职工作是什么。这就是一个热情的问题，只要我一直保持极大的热情，相信自己一定会得到认可。其实在工作中，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。

　　三、围绕中心，突出重点，尽心尽力履行职责，自觉进行角色转换只有把理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来体现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人得意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉进行这种角色的转换。

　　在各项工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在这里找不到自己想做的事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和前辈交流，认识到自己的不足，做自己力所能及的事情。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，并对公司各方面的工作有一定了解；另一方面我虚心向上级的的领导、同事请教使自己对公司的情况有了一个比较全面、系统的认识和了解。

　　四、存在的问题

　　两个月多来，我虽然努力做了一些工作，但距离办事处领导的要求还有不小差距，就像理论水平、工作能力等，在这些方面还有待进一步提高，对新的工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职。

　　针对以上存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补工作中的不足：

　　1、做好实习期的工作计划，继续加强对公司各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解公司的各种制度和业务。

　　2、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

　　3、踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有只有更好”。

　　4、继续在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作，为公司做出应有的贡献。

　　在实习中，我也总结了五个攻略，只有智勇双全，才能在这个社会中出人头地。

　　1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，都要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。

　　2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人；同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

　　3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

　　4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

　　5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验；与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

　　实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作。通过实习，我对电子产品的销售流程有了一定的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作准好准备思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈思想有一个很大的进步，人生的价值观。

　　在工作之余，我还经常出到外面去看看，也算是一种见识，西安是一个发展快速的城市，在这种地方，看得到更多的机会，更多的挑战，有时会把自己与那些出入写字楼的同样年轻的人比较，心里真的感受到那很明显的差距，当然，这种差距并不是一时一日而起，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

　　因而，结束实习工作的时侯，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人，更多的时侯是社会，职业选择自己，面是不是更多的自己去选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧。

　　我一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，很少有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢？要买房子，要买车子，要享受生活……记得在和公司领导的一次交谈中他说过这样一句话：“一个优秀的人，所追求的就是房子这么简单？他所追求的是能呼风唤雨！”的确，难道一个优秀的人所追求的就是表面上的东西吗？“钱多少无所谓，关键在于一个人的档次问题！”档次？什么是档次，就是你的素养，你所懂得的，你所成就的……很多，这些才是真正的实力，这些才是一个优秀的人的所要追求的，作为优秀的人更多应该追求深层次的东西，一个人要有他自己的内涵！

　　从一开始赤 \* \*的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益非浅，如此感慨万分！

　　走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博得社会知识拓展视野。在未来的工作中，我会根据今后的工作任务和要求，吸取前一时期工作的经验和教训，明确努力方向，提出改进措施等。

>2.实习报告范文5000字精选

　　作为一名合格的人民教师，必须德才兼备，既要有丰富的学科知识和扎实的专业基础，还必须具备综合运用并发展这些知识的能力；既要有精湛的教学技能，又应该有高尚的道德情操与优良的品质修养。

　　因此我认为，教育实习的目的在于使我们师范生将所学的教育科学理论、专业知识和基本技能，综合运用于教学实践活动，从而培养我们从事中学教育、教学工作的能力，巩固我们的专业思想和从事教育事业的光荣感及责任心，为将来尽快成为一名合格的教师奠定基础。

　　教育实习是一门体现师范教育特点的专业实践课，是师范院校教学计划的重要组成部分，也是整个师范教育结构体系的重要支柱。教育实习同时可以加深和巩固大学学到的理论知识，激发我们对教育科学领域的科学研究工作的兴趣，也能够为撰写课程论文或毕业论文搜集资料、进行实验等等。

　　我于20xx年xx月10日至20xx年xx月27日在xx中学进行了为期xx周的教育实习工作，这次实习的主要内容分别是班级管理和课堂教学两个方面。

　　1、班级管理

　　班级管理是实习期间接手的第一项工作，我来到xx中学的第一天，刚好是教师节，真是有意义的一天。而这天恰好也是高一级班会课，于是我在原任班主任的引导下在高一1班的班会上简单地做了自我介绍。

　　高一1班是学校高一级两个重点班之一，班上共有62名同学，其中男生24人，女生38人。从我第一次走进高一1班的教室开始，我就觉得这个班级很活泼好动，在接下来的相处中，果然印证了我的这一看法。

　　我在原任班主任马老师的指导下，完成了我实习中的班主任工作这一部分，而我也对班级管理工作做了详细的记录，使自己在实习过程中能够全面地了解班级管理工作的核心。首先，我的日常班级管理工作主要是监督高一1班的早读午写以及眼保健操、广播操的纪律。虽然这个班很好动，有时候也会有些吵闹，但只要老师或我在场，他们都会安静下来，还算比较乖。在这一个多月的时间里，我努力做好班主任日常工作，按时到位管理班级纪律。高一1班也在我实习结束之前，取得全校广播操比赛三等奖。

　　接着，刚到高一1班时，我已经发现学生们在学习方面缺乏自觉性，作业常常会拖欠。从几个科目的单元测试看出，两个重点班之间有一定的差距，高一2班的学生明显数理化方面的成绩要略胜于高一1班。针对这些情况，我除了反映给科任老师和原任班主任以外，我也有私下找班长和学习委员探讨同学们学习习惯的问题，并制定了早读要如何进行的计划。对于一些学习不认真的学生，我也私底下会找他们谈话，希望他们端正学习态度。原任班主任马老师是优秀的班主任，有着丰富的班级管理经验，在他的指导下，我学到了很多关于管理一个班集体的技巧。

　　再接着，我在原任班主任马老师的带领下，对高一1班的两名学生进行家访。这次家访的这两名学生都是因为家距离学校比较远的，所以他们都选择了在校外租房子住。我和马老师分别来到这两个学生住的地方，嘱咐他们要注意门户安全和饮食安全，也希望他们能够认真努力学习，我也和他们分享了到目前为止的高中生活。虽然他们住的地方都显得比较简陋，但我却看出了他们的坚强，相信他们一定会克服困难获得最后的成功的。

　　2、课堂教学

　　这次实习的课堂教学的任务主要是高一1班和高一2班的数学课进行听课、备课、讲课、课后指导以及批改作业等。

　　在听课方面，这次实习期间，我一共听了将近40个课时的数学课，其中绝大部分是原任数学老师郭老师的课。郭老师是学校的老教师，也是数学教研组组长，他上课风趣幽默，总能把学生认为枯燥的数学课讲得生动有趣，同时又能够把握住重点难点并且做出适当地开拓，让我获益匪浅。与此同时，在指导老师没课的情况下，我也积极地听取学校其他老师的数学课，认真做好听课笔记并思考不同老师的教法的不同，对于课堂有疑惑的时候我也会课下请教任课老师。其实任课老师上课各有特点，有的亲和力强课堂气氛活跃，有的讲课精彩绝伦学生津津有味，我也从这些老师身上看到了作为一个老师应该具备的责任心和教学热情，我想从老师们身上学来的东西，足以让我受益终生。

　　在讲课方面，我这次实习一共讲了大约二十节课，其中有十节是新课，十节是习题课或复习课。在每次修改完备课案之后，我便会自己试讲，训练说话流利之余也可以控制上课时间。每一次讲课的时候，郭老师都会来听课并在课后对我提出宝贵的意见和鼓励我继续努力。而我也在一次又一次的课堂实践中渐渐把握住上课的节奏和适合这两个班的教学方式，现在高一的学生对学习数学还停留在初中填鸭式的教学方式，还不能够适应高中数学这种具有较高开拓性的教学模式，所以我将两种教学方式进行了综合，给多些具体的实例让学生们容易理解之余，也会适当提高一些例题或作业题的难度训练他们对知识的展开有更好的认识。在实习的过程中，我真正体会到了教学相长的含义，也对课堂教学有了更深刻的认识。

　　在课后辅导和批改作业方面，我这一次也学到了很多。由于学校高一级没有自习课，所以课后辅导主要是学生主动来找我的，从一些学生来问我的问题可以看得出，学生们还是不习惯高中数学学习的开拓性，他们常常觉得数学题就该局限在定义概念上，而不懂得从概念定义上延伸出去来分析题目。我想这应该也是很多学生的弊病，要解决这一现象，必须要让学生明确一点，高中数学不同于初中数学，高中数学更需要学生学习的自觉性以及思维的发散性。而在批改作业上，我觉得是最能够看得出学生学习得如何的地方。有的时候课堂上你以为学生懂了，他们也真的在点头回答懂了，但实际上做起作业来却有时会做错。这应该是很多学生的通病，而作业正好让我们看到学生在学习上最真实的一面，每一次改作业我都会在他们的做错的题目旁边写上备注，知识性错误的我会要求他们重写。而每次改完作业后，我都会做一次统计，哪道题错得最多，为什么写错，等等汇报给原任数学老师，有时老师会上课重新强调这个知识点，有时是我在早读午写时间来给他们评讲。

　　实习是我们师范生必须经历的一个过程，它可以让我们看到目前学生的状况之外，还能够让我们把大学里学到的理论与实际联系起来。这一个多月的实习，带我的感受和体会确实很多。

　　首先，实习的过程让我明白一个道理：学海无涯。不是大学生就一定能够解决高一生的数学问题，俗话说的好，“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。我曾自信得以为，高一的知识我在高三的时候就已经学得滚瓜烂熟，要解决他们的习题简直易如反掌。可是，有一次我却遇到我解出来的题目，看着学生期待我的解答的眼神，我忽然间才发现，这世上学习是无止境的，我必须要充实自己才有能力帮学生解决问题。于是我和学生们一样，买了一本数学的练习册自己做，把很多过去遗忘的知识点捡回来的同时，也可以在做题的过程中总结出思路和经验留待下次与学生们讲授和分享。

　　接着，在另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。正如，上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且平时学生也会提一些书上没有涉及到的知识，这时候你不仅要自己对这些知识点有所了解，而且更为重要的是你要能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出来。这次实习过程中，从听原任数学老师的课可以看出来，老师的知识丰富以外，讲课的时候也很风趣幽默，形成自己的风格之余也容易使学生气氛轻松而且理解和接受新知识。反观自己，虽然只有第一次上课时说话不怎么流利，其余的课都讲得还好，但是就是教学过程过于一板一眼，学生们的反应也有些沉闷，有些学生在写给班主任的周记里也提到说不大喜欢我讲的课，这曾经一度使我很苦恼，心情也有些低落。虽然指导老师常老师对我说，没有一个老师能够让所有学生都喜欢，正如没有一个人能够让所有人都满意。但是我还是希望自己能够尽量减少学生对我的不满，后来原任老师教我，上课的时候不要老想着自己高高在上，现在的课堂已经不是单单以老师为中心了，而是以学生为中心，多试着与他们在课堂上互动，课下与他们交流，这样上起课来气氛会轻松很多。我尝试着按郭老师的指导做，效果果然很好，学生们在课堂上也踊跃地发言，互动之中大家都学到了新的知识。

　　而在教态方面，衣着谈吐上我可以做到一个教师的仪态，但是有时候往往一些细小的动作或是习惯会破坏你作为一个教师的仪态。在这次实习过程中，我的一个不好的小习惯就凸显出来了。我喜欢在没事的时候拨动一下额头前的刘海，这已经成为一个我没留意的小习惯，如果不是原任数学老师提出来，我也没有意识到。讲课的时候，手指难免会沾到粉笔沫，此时弄头发的话会让头发也沾上白色的粉笔灰。同时，我还有另一个不好的习惯，就是讲课的时候，常常把三角板抱在身前，原任数学老师郭老师对我说，这些小动作虽然不会影响你的课堂进程甚至不会影响你讲课，但作为教师就该有教态，这些小动作都会破坏你的教态，也会令一些老师认为你还不够专业。所以，在这次实习中，我努力地改掉自己这些小动作小习惯，争取做一个教态满分的准教师。

　　紧接着，在班级管理方面，我一直都以为，要管理一班学生，只要够严肃，学生怕你就可以了。但这次实习，我在原任班主任马老师身上学到了很多，明白到要管理一群人，首先要收服学生们的心。比如，要多留意班里面比较安静内向的学生，找机会和他们谈心，或是安排他们做班干部或负责班里的一些事务等等。我领悟到，要做好班主任要了解学生、爱学生、信任学生，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，班主任要把自己当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，同时也必须在学生之间建立适当的威严。为了努力做好班主任工作，我首先就是把班里每个学生的`名字记住，人和人的沟通的开始，总是从打招呼喊名字开始的，我认为一个能在最短的时间里记住全班的面孔和名字的班主任，不一定是优秀的班主任，但一定是用心为学生的班主任。接下来我就开始留意学生们各自的性格个性，并根据他们个性的不同采取不同的交流方法，有些学生比较内向，需要你从关心他的内心出发；有些学生比较外向开朗，则可以从与他开玩笑聊起；一些有自己想法的学生，则可以从他关心或感兴趣的话题出发等等。在我和他们建立起友谊的同时，我也不会忘记自己是老师的身份，在讲课和班级管理工作上，一旦出现纪律问题，我还是会严肃的对待。这样子双重的身份让我觉得要做一个好的班主任确实不容易，但越难做到的事情就越考验一个人的能力，我相信我会努力做好的。

　　最后，在这次实习中，我还发现了，有些东西虽然我们不能选择，有些东西我们却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。回顾这一个多月的时间，虽然我不一定是成功的，但我一定是用心的。

　　在这一整个实习的过程中，让我明白到，“纸上得来终觉浅，须知此事要躬行”的道理，理论总是要联系实际才能够得到真理，同时我也明白到要成为一名优秀的老师我还需要进行怎样的努力，因为我从原任老师的指导下看到了自己的不足和缺点。这次实习的收获，离不开指导老师和原任老师的帮助，也离不开这一群活泼开朗的学生，我想在实习中我付出的远远多于我得到的。实习，不仅是我人生中一段珍贵的记忆，更是我另一段人生的起点。虽然实习生活已经结束，但我发现我已深深爱上了教师这样一份光荣的职业，我也会带着在实习中学到的知识和精神，向着未来的路走去，应用到未来的工作岗位上，争取做一名优秀的人民教师。

>3.实习报告范文5000字精选

　　一开始到这工地我们被分到放线组，放线是建筑的基础，对于我们初学者是必要的。在此期间，我对水准仪、经纬仪有了更好的了解，更熟悉的操作了测量仪器，更让我在工地上实践了仪器的观测，使我适应了在不同条件下操作仪器。

　　上夜班是一种让我们在更恶劣的条件下适应实地操作的技能，要适应最恶劣的环境才能更好的锻炼自己，让我们学到更多更坚实。现在初春的夜晚是寒冷的，在困乏和寒冷的交加中，还要完成测量任务，这是一个对于我们刚实习的大学生是一种挑战，也是一个体现我们适应能力的考验。伴随测量工作的同时，我们也要做一些其他事情，充实我们的实习生活。挖土、挖石子、搬砖……是锻炼我们的意志。虽然我们对于这些锻炼效果不佳，但在此同时也磨练了我们，让我们体会到社会的味道，让我们知道工作的辛苦的，我们要慢慢适应工地生活。

　　经过这次实习活动，让我从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业的学习打下坚实的基础。它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。

　　通过实习使我更深入地接触专业知识，进一步了解合理控制建筑工程成本重要性，了解工程施工管理过程中存在的问题和理论和实际相冲突的难点问题，并通过撰写实习报告，使我学会综合应用所学知识，提高了分析和解决专业问题的能力。通过这次实习使我学到了很多知识：

　　一、测量放线

　　在工程开工前，建筑物位置的确定也是很重要的，在从事测量的工作中，我了解到为确定建筑物的位置首先应根据规划院给定的建筑物坐标点及坐标线、建筑红线进行定位测量，确定它的位置。

　　二、混凝土工程

　　混凝土质量的好坏，既对结构物的安全，也对结构物的造价有很大影响，因此在施工中我们必须对混凝土的施工质量有足够的重视。

　　浇筑前应对模板内的垃圾、泥土等杂物及钢筋上的\'油污清除干净，并经检查钢筋的水泥垫块是否垫好。如果使用木模板时应浇水使模板湿润，柱子模板的清扫口高水平在清除杂物后再封。

　　混凝土早期养护

　　实践证明，混凝土常见的裂缝，大多数是不同深度的表面裂缝，其主要原因是温度梯度造成寒冷地区的温度骤降也容易形成裂缝。因此说混凝土的保温对防止表面早期裂缝尤其重要。

　　混凝土早期养护，要目的在于保持适宜的温湿条件，以达到两个方面的效果：一方面使混凝土免受不利温、湿度变形的侵袭，防止有害的冷缩和干缩。另一方面使水泥水化作用顺利进行，以期达到设计的强度和抗裂能力。

　　从理论上分析，新浇混凝土中所含水分完全可以满足水泥水化的要求而有余。但由于蒸发等原因常引起水分损失，从而推迟或防碍水泥的水化，表面混凝土最容易而且直接受到这种不利影响。因此混凝土浇筑后的最初几天是养护的关键时期，在施工中应切实重视起来。所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。

　　这些问题都是在施工事要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有混泥土的早期保养。

　　通过参加图纸会审，我明白了图纸会审主要内容。

　　一般工程开工前，业主、设计单位、承建单位和质量监督单位等都要参加图纸会审，以发现并解决设计中存在的差错、矛盾及易在施工中产生模糊概念及在将来施工中可能存在的困难等问题，以避免施工中造成不必要的损失。

　　实结：这次实习让我深刻体会到读书固然是增长知识开阔眼界的途径，但是多一些实践，畅徉于实事当中，触摸一下社会的脉搏，给自己定个位，也是一种绝好的提高自身综合素质的选择。我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

>4.实习报告范文5000字精选

　　前言

　　随着人类文明的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，我系同学开展了顶岗实习活动。此次实习，我作为一名xx公司员工，从学习工作技能到掌握工作流程到熟练完成工作的过程中发生的点滴给我留下了深刻的印象，让我从中学习到了许多知识，体会到很多在校园中体会不到的东西，相信此次经历对我而言是人生中一个重要的转折点。

　　一、实习目的：

　　顶岗实习是我们大学期间的最重要的一门课程，不知不觉我们已经走过大半大学时光，在这个时候，我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到xx公司，在这里进行我的顶岗实习。

　　二、实习单位及岗位介绍：

　　xx公司，地处xx区经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。公司多年来集中有限资源、充分挖掘出了自身的比较竞争优势，通过观念创新、技术创新、服务创新来保证企业高速发展。主要生产电子零部件、计算机外围设备、电子机械设备，音频调谐器、视频调谐器、调制解调器、电源器件、发送接收模块、光盘驱动器等。主要产品全部出口，为xx市优秀外商投资企业。

　　三、实习内容及过程

　　为了达到毕业实习的预期目的，在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。以下是我的毕业实习报告总结：

　　1、工作能力：在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

　　2.实习方式：在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

　　3.实习收获：一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

　　四、实习总结及体会：

　　我怀着美好的期盼来到xx公司开始为期两个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调，有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。刚开始几天的电子校验工作让我对电子产品有了初步的了解。随着工作不断地复杂化，我不断从老员工身上学习工作技巧，并用于实践。通过两个月的顶岗实习我深刻体会到创新在工作中的巨大作用，一味的蛮干是行不通的，有时稍加思考会使工作更具效率。

　　实习是大学进入社会前理论与实际结合的的锻炼机会，也是大学生到从业者一个非常好的过度阶段，更是大学生培养自身工作能力的磨刀石，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习内容，培养好工作能力，显的尤为重要。半年里，我严格按照厂人事部下发的顶岗实习大纲，认真研读，逐一学习，在思想行动上，努力做到“想实习，会实习，实好习”，把培养工作能力，提高自身素质作为己任，圆满的完成了本阶段实习任务。

　　一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。

　　思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。领导十分重视大学生成长，为此特地为我们制定了“双导师实习制度”。双导师，顾名思义，就是两位导师，工人导师是教授生产技术的，而领导导师是在思想上引领大学生，为其排忧解疑，指引方向的。在此优势下，我主动与领导进行了沟通，在领导的尊尊教导下，我对实习有了更为深层次的理解，更明确了我的工作目标，在思想上使我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

　　二是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

　　在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际，但它们之间却又存在着联系，因此，实习中，我们在重温课本上知识同时，将书本中的理论与实际生产部件相对应，将课上公式与实际生产数据相对应，这样不仅可以使理论知识记得更为牢固，还可以在本质上理解生产上各设备、器件的作用、原理，为今后工作中的技术革新，改进发明打下了良好的基础，极大的提高了实习质量。

　　三是热爱实习岗位，积极承担岗位职责，不断提升实习效率。

　　“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自己对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，积极承担岗位上的责任义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。

　　付出一分汗水，就有一分收获，我坚信自己的努力一定会有回报，所以我不会停止前进的步伐。

　　以上是我的顶岗实习报告书。总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

>5.实习报告范文5000字精选

　　我在酷热中迎来了作为大学生的第一个暑假，也满怀激情地参加了暑期社会实践活动。作为一个大学生有别于中学生就在于更重视培养学生的实践能力，在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

　　实习是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们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，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。而会计是指对具体事物进行计算、记录、收集他们的有关数据资料，通过加工处理转换为用户决策有用的财务信息。会计作为一门应用性的学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。

　　随着会计制度的日臻完善，社会对会计人员的高度重视和严格要求，我们作为未来社会的会计专业人员，为了顺应社会的要求，加强社会竞争力，也应该严于自身的素质，培养较强的会计工作的操作能力。于是，这个暑假，我到xx医院的财务部参加了社会实践，看他们如何工作，做一些力所能及的事情。

　　从xx月5日到xx月3日，虽然是短短的十天，我学到了不少课本里学不到的知识。我初步了解了财务的使用和会计处理的流程，并做一些简单的会计凭证。

　　我认真学习了正规而标准的医院会计流程，真正从课本走到现实中，细致地了解了医院会计工作的全部过程。实践期间我努力将自己在学校里所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实践期间我遵守了工作纪律，不迟到，不早退，刚到财务部会计室，先看她们以往所制的会计凭证和附在会计凭证上的原始凭证，由于以前在学校学过会计凭证，借贷等知识，所以对会计凭证不是太陌生，因此借着记忆加上学校里所学过的理论对于区区会计凭证完全可以熟练掌握，但是这种浮躁的态度让我忽略了会计循环的基石。

　　会计分录在书本上可以学习，可一些医院帐单、收据、收费清单、汇票等就要靠实践时才能真正接触，从而有了更深刻的印象，别以为光是认识就行了，还要把所有的按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为编制会计凭证做好准备。

　　这一天，我看会计王师傅审核原始凭证，她根据原始凭证所必需的要素认认真真审核了原始凭证后，进入录入记帐凭证的界面，先按此笔业务录入简明而清楚的摘要，然后按会计分录选会计科目，并在相应的会计科目的借方和贷方录入金额，在这里我学到了课本里学不到的知识，如一些医院专用的会计科目，如应收医疗款/门诊医保，预收医疗费/门诊病人预交款，医疗收入包括门诊收入、挂号收入、检查收入、治疗收入等，药品进销差价等。

　　通过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学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xx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。

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！