# 实习工作手册教案范文(优选21篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-02-05

*实习工作手册教案范文 第一篇一、实习目的了解和认识服务行业的基本情况，掌握从事服务工作所需的一些具体操作技能。掌握各岗位的工作内容、工作职责、工作流程以及各岗位之间的配合与协助。培养自己的职业精神和职业素质以及对工作的激情和责任心。为今后的...*

**实习工作手册教案范文 第一篇**

一、实习目的

了解和认识服务行业的基本情况，掌握从事服务工作所需的一些具体操作技能。掌握各岗位的工作内容、工作职责、工作流程以及各岗位之间的配合与协助。培养自己的职业精神和职业素质以及对工作的激情和责任心。为今后的职业打下一定的基础。

二、实习时间

20xx年7月5号——20xx年1月5号

三、实习单位概况

四、实习岗位

用餐区服务

五、实习过程和内容

首先是人事部对我们实习生及新来员工进行培训，培训的主要内容是1基本概况以及企业文化。通过培训我们懂得了1的历史与未来的愿景，懂得了1是一家什么样的店，以及想成为一家什么样的店。培训结束之后就是直接去部门报到。

主要的任务是负责餐厅酒水的储存、领取、供给服务员。之后由于一些原因我从吧台的岗位转换成看自助餐，我觉得看自助餐这份工作是一项技术性较低的工作，但是工作量比较大。工作的主要任务是负责自助餐台的清洁和餐台上面物料的及时供给。我大部分是早上五点上班，把早餐的档开好。一开始每天都是一种逃避的心态来面对工作，责任感也是极其的缺乏。咖啡厅的对于酒店来说其任务就是承担酒店住店客人的早餐和酒店的西餐服务。早餐时以自助餐的形式进行的，除了咖啡和茶之外其它的饮料和食物基本上是客人自取的。我们的工作主要就是为客人倒上咖啡或者茶和帮助客人把吃完食物后所空下来的盘子收走。这样的工作每天重复着，我们工作的兴趣与激情跟重复的次数成反比。

六、实习经历与收获

我之前选了旅游管理这个专业很大一部分是由于影视剧的原因，看着电影里面帅哥和美女在豪华的五星级酒店出入，他们是那么的迷人，生活是那么的富有激情。酒店豪华的硬件设施以及大量社会上层名流出入，这一切都吸引着我。我就想以后有机会一定要去五星级酒店工作。然后进入学校学习一段时间之后，发现繁琐的课程、生硬的理论、毫无激情的学习环境，使得恰同学少年的我，日益的消沉。对于学习完全失去了激情，对于未来充满着迷茫。自我价值已经完全的否定了，上课睡觉回到寝室也是睡觉，这一天基本上是睡觉度过。自己虽然知道自己这样去度过大学的四年求学生涯，等到毕业之后从学校里带走的除了遗憾和后悔自己将一无所有。每天都想着，我从明天开始一定好好学习，每天充满着活力去过好每一天。然而到了明天发现自己很失望，每天都在想自己为什么改变不了这种状态。现在想来原因就是缺乏行动和不自信。不自信自己的努力真的会带来改变，不相信自己通过努力就会比别人优秀。

我在浦西洲际酒店实习有一段让我很不愉快的经历。但是这段经历却是宝贵的，这段经历让我认识了自我，这段经历让我变的成熟起来，这段经历让我对于未来更加充满了一份信心。我觉得原因是很多的，首先我把在学校对于课程的不感兴趣转移到工作上来。在学校时因为对于课程没有兴趣所以就想以后不从事酒店业，一开始心态就不对，认为实习只是学校课程设计的一个环节而已。我所实习的目的只是为了能够顺利及时的拿到一个毕业证而已，然而我本身并不是一个看重毕业证的一个人，所以就想怎么能够把这六个月舒服的“混”过去。感谢上天让我来到了ecco，这是一个不允许任何员工在工作期间“混”的部门。也是这个“混”的念头让我有这段不愉快经历的一个主要原因。每天脑袋想的是怎么找个时间去偷懒，怎么偷懒不会被发觉。殊不知我们部门的人个个是精英，根本不会让我有任何偷懒的机会。我记得每天经理来上班就会问ricky(谭佩)在哪里，我还记得我们部门的hostess经常把我从pantry里面叫回吧台。我逃离吧台一部分原因是有混的思想在作祟，另一部分的原因是我的个性还没有从学生时代装换成一个职场人员的性格。学生时代喜欢特立独行，不喜欢别人对自己过多的干预。所以一开始很不适应，比如自己做错事了，经理或者老员工的脸就像包公一样，说话的语气也很不友好，然而在家里或者是学校做错了事情，不会有人这般来对我，觉得自己特委屈，所以和他们的距离在心里已经排到很远了。所以不想和他们接触，不想和他们说话。自己幼稚的想着为什么他们会那么的凶。后来这样进行了恶性循环。工作完全失去了激情，真的到了上班的心情比上坟的心情还沉重的状态，一上班就想着要下班，这样一个我在同事眼中和经理眼中的印象估计每个人都可以知道这会是怎么样一个印象。在一次餐厅的盘点上，由于我做事的方法和态度让我犯了一个错误。这个错误在经理眼中是不可原谅了。也是这个错误让经理对我基本上是彻底的失望了，我的工作岗位也因为这一次从酒吧服务员转到了看自助餐。我记得经理在这次事情之后也对我讲了他对我的看法或者是经验之谈吧，他说：“一个人在别人眼中的看法是从你所说出来的话和你所做出来的事而得出来的，我觉得你说话过于自信，这跟你的能力很不相符。希望你以后说话之前先想一下自己的能力，要说出和自己能力相符的话。”

幸运的是我从酒吧服务员转到自助餐服务员，是一个特别严厉的员工来教我。我是不能在他面前做错一点事的，否则就会挨骂。刚开始经常被他骂，心里会有一点不好受。由于前车之鉴，我并没有由于挨骂而变得很消沉，而是将他骂我当作一种鞭策。他除了骂我，还会教我下次怎么做，或者告诉我的缺点在哪里。和他日益的接触我从他身上学到了很多好的东西，比如他做事的认真、做事的执着等，也看到了很多不好的东西。好的我东西我做到见贤思齐，坏的东西自身对比一下，有着改之无则加勉。随着时间的拉长，我学的东西越来越多，我对于自己的本职工作基本上可以做到应付自如。我在同事的眼中和经理的眼中的形象慢慢地转为正面。我得感谢部门所有的人，感谢他们使ricky变得成熟，是ricky变得比刚来的那个ricky更加优秀。同时我也得感谢自己，感谢自己能够坚持，感谢自己能够正确的认识别人对我的看法，感谢自己能够以更加成熟的心态来面对工作中别人对我的指责。

半年的实习画上句号，这段的实习，我得到了的锻炼，实习的过程也使我从学生到在迈出社会时历经的过渡，为了自身的独立，为了知识的运用能力，为以后正式踏出社会奠定结实的基础。

在实习的日子我的确学到了不少的东西：除了能学到餐饮的服务程序和技巧、一些菜的特点和种类等课堂上所能学到的东西外，更能学到课堂上很难学到的东西：如何平衡好客人的利益和酒店的利益、如何处好同事之间的人际关系、如何调整工作的心态，更让我有了服务员应该有的强烈服务意识。在一次与某经理聊天时，该经理提到了服务意识，我非常赞同他的观点：“服务意识要求服务员有着向客人优质服务的观念和愿望，应该对的同事也同样的意识。”是啊，这才是“服务意识”的真正的含义，这才是服务员真正的素质的体现。使得我从初出茅庐的学生，逐渐的熟悉了酒店的组织结构、人事关系、企业文化，也使我慢慢地社会。

我以能够以做一名服务人员而骄傲，每天都在帮助别人，而客人在这里得到的是惊喜，而也在客人的惊喜中找到了财富人生。未必会有大笔的金钱，但也不会贫穷，富有智慧、富有信息，富有责任感，富有助人的精神，富有忠诚和信誉，当然还有富有爱的家庭，所有的这一切才构成了我将来的生活。其实，富有的人生不难找，它就在为别人带来的每一份惊喜当中。

实习是结束了，虽然我今后不一定还会从事酒店业，但是在浦西洲际酒店的实习将是我人生中的一笔宝贵的财富。现在想来经理和老员工的包公脸和严厉到没有人情的话语是对的，在上海这么一个竞争如此激烈的环境，只有绝对的优秀才能有立足之地，想要优秀你必须不能犯错误。一烦错误你就可能被淘汰出局。这段经历是值得我去回味的，为我今后的工作将能带来很大的帮助。

**实习工作手册教案范文 第二篇**

一、总经理岗位责任

1、对公司保健食品的经营负全面责任，保证公司执行国家有关保健食品的法律、法规和行政规章。

2、对公司经营保健食品的质量和质量管理体系的建立和运行负全面领导责任。

3、负责签发保健食品质量管理制度及其他质量文件，负责处理重大质量事故。

二、保健食品安全负责人岗位责任

1、负责公司质量管理方针和质量目标的落实和实施。

2、负责有关保健食品的法律法规及各项政策在公司内部的贯彻实施，负责质量管理制度及其他质量文件的制定。

3、负责定期组织对质量管理制度的执行情况进行考核。

4、负责对保健食品首营企业和首营品种的审批，对公司购进的保健食品质量有裁决权。5、负责公司员工的质量教育和培训工作。

三、保健食品安全管理员岗位责任

1、保健食品安全管理员应认真学习和贯彻执行国家有关保健食品的法律、法规和行政规章，严格遵守公司的质量和卫生管理的规章制度，承担保健食品质量管理方面的具体工作，并对保健食品安全管理工作负直接责任。

2、负责保健食品首营企业和首营品种的初审及安全信息的收集。

3、负责督导验收员按法定标准和合同规定的质量条款对保健食品的购进、销售退回进行逐批进行验收。

4、负责督查营业场所和仓库的清洁卫生工作，保持内外环境整洁，保证各种设施、设备安全有效，做好在库品种的养护与保管工作，发现可能影响保健食品质量的问题时应立即解决，或向保健食品安全负责人报告。

5、负责会同办公室每年安排公司全体人员的健康体检工作。

6、负责会同系统管理员保证公司微机管理系统的稳定运行。

四、保健食品购销人员岗位责任

1、严格遵守国家有关保健食品的法律法规和各项政策，遵守公司各项质量管理的规章制度。

2、采购人员应根据公司的计划按需进货、择优采购，严禁从证照不全的公司或厂家进货。

3、对购进的保健食品应按照合同规定的质量条款，认真检查供货单位的《卫生许可证》或《食品流通许可证》、《营业执照》，保健食品生产企业还应提供《保健品GMP》，保健食品的《批准证书》、《检验报告书》和《合格证》;

4、销售人员应确保所售出的保健食品在保质期内，负责收集保健食品在销售中的质量信息，发现不良反应，应立即停止销售，同时向保健食品安全负责人报告。

5、销售保健食品时应正确介绍保健作用、适宜人群、使用方法、食用量、储存方法和注意事项等内容，不得夸大宣传保健作用，严禁宣传疗效或利用封建迷信进行保健食品的宣传。

6、应保持保健食品区清洁卫生，严格按照保健食品的理化性质及储藏条件进行养护、储藏，做好保健食品储藏场所的温湿度检测和记录，定期检查在库保健食品的外观性状，如发现问题立即停止出售，同时向保健食品安全管理员报告。

7、购销人员做好出售和到货检查，严格按照保健食品外包装上的储运要求进行运输，注意运输过程中的温湿度变化，保证运输过程中保健食品的质量安全。

**实习工作手册教案范文 第三篇**

专业实习是高等学校人才培养的重要实践教学环节，是培养学生的创新能力和敬业、创业精神，提高学生的就业、创业能力的重要途径。为加强对专业实习工作的管理，使其更为规范化和科学化，结合我校实际，特制定本办法。

一、实习总体要求

1、各学院要成立实习领导小组，按学校有关要求，切实做好专业实习基地的建设、带队教师的选派、实习动员、实习指导、实习成绩评定和实习总结等各项工作。

2、实习期间，各学院要组织相关人员对实习情况进行检查，凡发现带队教师工作不负责、实习生无故不参加实习或违犯实习纪律者，视其情节轻重，按我校纪律严肃处理。

二、实习准备工作

1、各学院实习工作领导小组要提前做好与实习基地的前期联系工作，落实基地接纳学生人数、实习岗位安排事宜;召开专业实习动员会，做好校内指导教师的选派和实习学生的分配工作;学校原则上要求所有学生进入实习基地进行集中实习，并由校内教师进行指导。

2、各学院要根据《许昌学院专业实习工作暂行办法》有关要求和上报的20xx-20xx-1学期教学计划，制定详尽具体的《专业实习方案》，并填写《许昌学院专业实习情况统计表》和《许昌学院专业实习指导(带队)教师统计表》，在实习工作开始前一周内将上述材料的纸质文档(加盖公章)和电子文档报送教务处实践教学科审核备案。

三、实习过程管理

1、实习期间，各学院要加强对学生的思想政治和安全教育工作，要求学生严格执行《许昌学院专业实习工作暂行办法》，遵守实习单位的工作纪律，并在实习期间深入实习基地检查实习生的实习情况。

2、指导教师在实习期间，要加强对实习生的指导，定期对实习生的《专业实习手册》的填写进行检查、督促;及时了解和掌握学生的思想、实习状况，关心实习生的生活、健康和安全问题，处理实习过程中的突发事件。

3、对于进行分散实习的实习生，各学院应要求学生在实习开始一周内向本学院邮寄《许昌学院本科生“分散实习计划”回执》，同时要采用不同方式，加强与实习生和实习生所在实习单位的联系，及时了解实习进展情况，掌握实习生动态。

四、实习后期工作

1、实习结束前，各学院要依照《许昌学院教师实践教学质量评价办法》之有关规定，对指导教师的实习教学质量进行评定，并填写《许昌学院实习指导教师教学质量评价成绩汇总表》;要根据《许昌学院专业实习工作暂行办法》对实习生的实习成绩进行评定，并在《专业实习手册》、《专业实习鉴定表》相应栏内加盖实习单位公章。

2、学生返校后，各学院对实习生的《专业实习手册》、《专业实习鉴定表》进行评阅，评定实习总评成绩，填写《专业实习成绩统计表》;结合对实习生的实习评定成绩，按实习生5%的名额推荐优秀实习生，并填写《许昌学院专业实习优秀实习生登记表》。

3、实习结束一周内，各学院将《专业实习鉴定表》、《许昌学院实习指导教师教学质量评价成绩汇总表》、《专业实习成绩统计表》、《许昌学院专业实习优秀实习生登记表交送实践教学科。

**实习工作手册教案范文 第四篇**

>一、教学设计背景

中班幼儿在各方面都有一定的发展，但他们的动作协调性以及灵活性都还需要加强锻炼。本班个别幼儿在平时的教学中不合群，性格比较孤僻。为了锻炼幼儿的动作灵活性和协调性，引导离群幼儿参与到教学中来设计了本次教学。

>二、教学目标

１.用做游戏的方法，锻炼学生的教学灵敏度与思维应变能力。

２.通过教师的讲解、示范，教学生学会一种新的幼儿游戏。

３.让学生理解：游戏应当遵守一些规则。

４.在教学中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。

５.通过教学幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。

>三、教学重点、难点

１.学生对游戏规则的理解和游戏行动。

２.学生之间的相互配合以及遵守规则。

>四、教学准备

空场地一块，手绢一条，音箱，磁带，歌曲 《丢手绢》。

>五、教学过程

1.示意学生手拉手站成一圈，问学生：我们以前学过那些游戏呢？小朋友们能说出它们的名字吗？

2.师：小朋友，今天老师要给大家教一个新的游戏，大家想不想学呢？注意，老师手里拿着一条手绢，等一会儿老师看哪个小朋友最乖，就让他小朋友先玩。

3.讲游戏规则：

⑴拿手绢的小朋友，在圈外沿老师刚示范的方向，边跑边和所有的小朋友一起唱《丢手绢》，看哪个小朋友不注意时，就把手绢悄悄地丢在他的身后，然后快速地跑开。

⑵如果身后有手绢的小朋友没发现，让丢手绢的小朋友抓住了就表演一个节目。

⑶如果身后有手绢的小朋友发现了，那么赶紧拿起手绢去追丢了手绢的小朋友。在他跑到你的位置前如果追上了，他就表演节目；如果追不上，那么拿手绢的小朋友继续丢手绢。

4.教师示范表演，边讲解给学生。

5.学生做游戏开始，选刚才听得最认真的学生先丢手绢，教师也参与其中。

>六、教学反思

学生在每次教学开始的时候教学积极，兴趣很高，但是这种兴趣很快消失，乱跑乱闹。学生乱跑的时候安全得不到保证，在以后的教学时要尽可能的提高学生的兴趣。

**实习工作手册教案范文 第五篇**

>活动目的：

1、通过学习，使学生知道应该笑着面对生活中的不如意，做一个快乐的人。

2、学会如何控制自己的情绪。

>活动重点：

引导学生通过观察体验别人的快乐与烦恼，找到快乐的真谛。

（一）教师：

1、了解学生的心理情绪。

2、引导学生通过观察体验别人的快乐与烦恼，找到快乐的真谛。

（二）学生：

1、通过学习，使学生知道应该笑着面对生活中的不如意，做一个快乐的人。

2、学会如何控制自己的情绪。

3、通过观察体验别人的快乐与烦恼，找到快乐的真谛。 活动方式：

1、心理游戏。

2、观察图。

3、讨论：怎么才能做快乐的人呢？

4、测测你。

>活动前准备：

多媒体、白纸、水彩笔等。

活动步骤：

（一）导入：心理体验游戏

1、教师开门见山，问学生：你快乐吗？你今天快乐吗？你现在快乐吗？如果你快乐，请在白纸上画个笑脸;如果不快乐请在白纸上画个气脸。

2、学生动手操作，让十几个学生说说自己的心情，激发学习兴趣。

板书： 快 乐

烦恼的心情 快乐的心情

3、引出并说明主题。

愉快的心情让人精神振奋，身体健康，学习的效率高;那么不愉快的心情会给我们带来什么影响呢？

（二）、新课

1、观察图。

（1）、出示图片。

看图片上愁眉苦脸的孩子怎么了？每个人都有自己的烦恼，你看小丽嫌自己胖，小东嫌自己瘦，小芳担心得不了第一，小军担心能不能及格，小群嫌妈妈什么都管他，而小宁伤心父母吵架没人管她，教师带学生看图，体验书中人物的苦恼。

（2）、生活中你遇到过类似的情况吗？请在小组中说一说你有什么烦恼？（可说可不说）

（3）、学生说完烦恼之后，情绪较低落，开展呼吸训练，调节学生心情。

（4）、教师小结：生活中难免会遇到不顺心的事，关键看你如何去面对。

2、讨论：怎么才能做快乐的人呢？

（1）、出示名人名言。

“生活好比一面镜子，你对它笑，它也对你笑;你对它哭，它也对你哭。”

这是英国著名作家萨克雷的一段名言。据悉\_希尔顿在发迹之前是一个穷汉，母亲仅仅给他五千美元去经营旅馆。几年后，希尔顿成了商界巨子，当希尔顿的母亲问他是怎样克服烦恼的，希尔顿回答说：“微笑”。原来，他每次遇到挫折和不合理的事时，他就马上到卫生间或一个角落拿出镜子练习微笑。

（2）、教师：人人都有心情不好的时候，不快乐的情绪容易造成学习效果差，生活不愉快。当你不快乐时，你用什么方法改善，请选择：

A 听音乐 B 吃东西 C 睡一觉

D 踢足球 E 收拾屋子 F 看课外书

G 找同学玩 H 对着镜子笑 I 回忆过去快乐的事情 J 做深呼吸 K 看电视 L 其它

（3）、检查、统计学生选择情况。

（4）你认为下面的做法有什么不对？

A、发脾气，找茬撒气

B、生闷气，问什么也不说

C、摔东西（撕、剪东西）

D、打人

E、离家出走

让学生在平静的状态下分析这些过激行为，认清其可能出现的不良后果，予以警示。

3、测测你

※ 妈妈不给你买你特别想要的复读机，你怎么办？

※ 老师选班干，你很想当，可老师找了别的同学，你怎么办？ ※ 在过道上走着，一不小心被一名同学碰到，很痛，怎么办？ ※ 上课时你没说话，而是前面同学问你，老师批评你，你很委屈，怎么办？

4、以小组为单位，根据所提示的内容，排演心理情境剧。请表演好的组上台给大家表演。

5。问：参加今天的活动，你有什么收获？

（三）教师总结

今天我们这节课同学们学习了做个快乐人的方法，希望你们在平常生活中经常运用这些方法，真正做个快乐的人。最后我送大家一名话：“天空虽有乌云，但在乌云的上面，永远有太阳在照耀。”让阳光永远照耀着我们的心灵，让快乐永远伴着你愉快的生活。

**实习工作手册教案范文 第六篇**

教育实习是师范生大学期间很重要的一门功课，是学生理论联系实际、提高综合素质的重要指向，同时也为未来的教师生涯奠定基础。

下面我主要从教学和班主任工作两个方面对这段实习期间进行总结。

一、教学方面

听课：学校给我们安排的实践活动是丰富多彩的，考虑到高一年级学生的特点，一开始的一两周时间也即是国庆前我主要以听课为主。在这期间，我听了不同老师的课，我感受到了每个老师都或多或少有自己的一套，即有属于自己的教学特色：，杨老师上课的时候重难点分明，教学逻辑性很强，尤其板书这方面写得很好，绝大多数学生都能很积极地去听课做笔记思考等。而跟杨老师略有不同，胡老师上课富有幽默感，他是更偏向于让学生思考的那一类老师。她提出一个问题一般并不急于说出答案，而是慢慢引导学生一步步寻找出正确的答案。他能把探究式教学无形地呈现在课堂上。再到陈老师，他的教学经验丰富，虽没有过多的运用多媒体等教学软件，仍能把一节课讲得清晰明了。我们这些毫无教学经验的实习生，真的是惭愧啊。

老师们教学的睿智展示了他们的风采，让听课的我感叹，听课真是一种享受，在他们身上学到了很多。听不同老师的课，及时进行分析总结，我也可以从中探寻出一套能够为自己将来教学所用的教学方法。

上课：听课是一个铺垫，一个向他人学习、模仿的过程。关键还是如何把从别人身上学到的东西转化为自己的东西。国庆回来后开始上课，且上课量逐渐增加，首先当然是要自己构思教学设计，制作多媒体课件。

我的第一次上课是讲第二章第一节《物质的分类》，当自己站在讲台上的时候，还是会有局促不安的感觉，但得到学生与老师的鼓励，逐渐熟悉并顺其自然去讲课。有时一位老师上课，同伴进行听课，课后，我们组内的其他学员各抒己见，毫无保留地指出了我这堂课的不足之处，切中要害地点评。从讲课声音与语速、讲课方法、教学思路、课堂纪律的管理各个方面进行教诲。在教态方面的小毛病，也被一一指出，这让我们这些学员感到教师工作的确是一件非常细致的工作，教经验丰富的老师的悉心指导成为了我们进行教学实习工作信心的来源。

记得有一次与胡老师交谈时，老师这样说，“我们老师往往担心学生会不懂，所以在课堂上不断地说。可是，我们说的学生又会记住多少呢?所以我们还是应该放手让学生自己多说，多做。”胡老师的这些话既委婉地指出了实习老师存在普遍的不足，又是那样地精辟而又实用，使我们深受启发。接下来我认真进行课后反思，完成自我诊断分析报告，并根据这些意见修改诊断课的教学设计，为下次课做好准备。通过诊断——提高这样的过程，我的教学水平得到了一定的提高。

通过备课，上课，评课，改作业和试卷，再上课，我学到了好多。在教学心态上，能否取得较好的教学效果，其关键在于认真与爱心。有了认真的教学态度，才能严谨仔细地准备教学内容，多方寻求资料和理论依据予以佐证。有了对课题的兴趣和对学生的爱心，才能根据自己的特长寻求最为合适的教学切入点，收集资料，钻研教材，力图使课堂异彩纷呈。

一般每次课上完后，我都会仔细分析了取得较好教学效果和反响的部分，总结出了以下教学方法：

1、创设情景，激发兴趣。情景再现、传媒环境的图片资料，让大家直观形象地感受。

2、突出悬念，加强互动。悬念感对于学习兴趣的调动具有非常重要的作用，引起了学生很高的兴趣。

3、对比之中见真知。对比的教学方法往往会使比较双方的特征更为突出，进而得出更为令人信服的结论。

4、多媒体辅助教学。图文并茂，声画交融，为教学提供大量多媒体实景资料，直观生动。

二、班主任工作

我的班主任工作主要是监督早读、晚自修和值日情况，并进行一些主题班会的教育。

早读：实习时，我每天都是六点钟左右起床，七点钟准时出现在高一的教学楼，学生早读时间是七点十五分，所以我总是提前了，就是为了以身作则，但是还是经常有学生不早读，或偷偷讲话，或在补作业，这时要和科代表一起，带动学生早读，并多一些巡视。

晚自修：学校统一要求学生要在7:00回到班级晚修的。高一七班的晚修情况一般都是挺不错的，所以我可以有时间进行自己的备课。

值日：开始一段日子里我们班的地面总是让人感觉脏兮兮，班主任於老师说过很多次，但学生对此无动于衷。许多学生值日并不认真，所以卫生工作总是没做好，为此经常被扣分。我有时候会自己动手拾起一些垃圾，后来於老师说其实对于不认真值日，如不经常倒垃圾，讲台经常没有及时清理干净的情况，有时候会好好教育一下学生，但是要求他们自己动手做好，而不是总帮助他们，这样有助于培养他们的主动性。

主题班会：进行一些主题教育，或是在校运会前的一些动员，或是有时候班风不好的教育，也包括对表现突出的同学的表扬，通过主题班会，提升了自己对学生思想教育工作重要性的理解，也锻炼了自己的语言表达能力。

三、实习建议

1、同学们普遍感到应加强师范生的信念教育，让他们树立更加明确的目标，为师范生以后的教学工作做准备。

2、到实习学校后，争取多观摩优秀教师授课，吸取在职老师的教学优点，为自己的课堂授课添加优质元素。

3、实习期间应多争取班主任工作，跟原任班主任学习如何管理学生、如何做学生和家长的思想工作，为以后的班主任工作做准备。

两个月的实习工作虽然短暂，却给我们留下了美好、深刻的回忆。对每个组员来说，这都是一个提高自己、检验所学的过程。两个月里，同学们在教学认识、教学水平、教学技能、学生管理水平以及为人处世等方面都受到了很好的锻炼，为日后走上工作岗位打下了良好的基础。通过实习，同学们也增强了信心，坚定了信念，向一名合格的人民教师又迈进了一步!走入社会，需要学习的东西还很多。只有坚持自我，不断努力，才会不断的完善自己，取得成功。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，我相信在未来的路上我会做的更好!

**实习工作手册教案范文 第七篇**

第1周：

通过紧张的面试，我终于如愿进入到xx有限公司出纳岗位实习，实习期为三个月。学财务近四载，但真正的接触实际的工作，这还是头一次，心里难免有些忐忑。好在单位给我安排的老师比较理解我现在的心情，马上带领我熟悉出纳的工作流程。xx有限公司是一家以服装生产加工销售为一体的中韩合资企业，往来款项主要以电汇和承兑汇票为主，现金的收付较少。但由于我初来乍到，对很多业务都不熟悉，老师给我讲的第一课便是现金收付时要需要注意的地方。比如收到现金要当面点清金额，还有学会辨别真币假-币，虽然单位有验钞机，但机器只是辅助工具，验钞机检验过后必须在清点一遍。点清金额后，便要开出收款收据，详细写明付款单位的名称、认证填写大小写金额等，在审核无误后在收款收据上签字以及加盖现金收讫章。这一周学的内容不是很多，最主要的还是尽快适应单位的节奏以及熟悉各个部门的工作，以便在工作中能很好的协作。

第2周：

通过第一周的环境适应阶段，我也基本上跟的上单位的节奏了。但仍是对出纳岗位的工作感念有些模糊，之前，我以为出纳只是跑一下银行，算一下现金，认为只不过是些简单而琐碎的工作。在实习过程中的探索和工作后，我改变了原来的看法，即使琐碎的工作也是很不简单的。

这一周我的主要学习任务是“跑银行”。单位收付业务主要是通过银行完成的，所以这一周我的工作量突增，几乎一半的时间是在各个银行之间穿梭。挂号、排队、填写汇款单、取款单。回到单位后，还要打出银行对帐单，然后填写收款收据，加盖银行收讫章。最后便运用到在学校学到的知识了，那便是登日记账。把每一笔款项仔细认真的登记在账簿上。

第3周：

这一周正好赶上月底，我在老师的带领下，对库存现金、银行对账单以及日记账进行了全面的清点，做出现金、银行存款月报表交到会计处。并除去企业必要的零星开支后的多余现金存到银行，当然这个任务一如既往的交到我手上。月初是财务科最忙的阶段，不但要结账还要填制凭证做出报表并缴纳税金，虽然我不是会计人员但也非常忙碌，要把收到的收据、电汇单据、增值税发票、车票等等一系列的单据分门别类后交到不同职责的会计处。虽然紧张忙碌但我也感觉到从没有过的充实，在所有人都忙碌的时候我也身在其中，这让我感觉到我终于成为财务科的一员。

第4周：

加上这一周，我在单位实习了差不多一月了，由于要写毕业设计的原因，我无时无刻盯紧财务科的一举一动，连套近乎带打听的，生怕哪些纰漏被忽视过去，被问起时也是含含糊糊一语带过。终于在老师的“逼”问下，我缴械投降道出实情。在老师的笑声中我有些尴尬。但老师还是帮我拟定题目并指出企业中存在的一些问题，但这些现象也是大多数单位常见的，虽然知道危害性但多数企业还是这么做，这也是不可避免的。这多数企业中自然也包括我在的单位。老师说着还拿出一个夹“白条”的文件夹给我看，文件夹中存放的都是被借用现金后打的白条。老师还开玩笑的说了一句，这正是体现了中国的国情，人情味儿浓重啊!面对老师话，我有些茫然，大的道理我也讲不出来，但总感觉有些气闷。

第5周：

老师马上就要被调到总公司了，我也即将上任，但心里还有有些不确定，不确定能否胜任这项工作，不确定是否和能同事相处愉快，但“师傅领进门，修行在个人。”即使再忐忑，也终需一个人面对。老师走之前嘱咐我，掌管钱不是小事情，所有与钱有关的东西都必须仔细认真，一旦发生无误损失的不单是公司，我们自己的损失更严重，以后有什么问题三思而后行，遇到不懂或是不确定的要及时打电话问我。原来，一个好老师并不只是教会你业务而是让你明白自己肩负的责任。

第6周：

老师走后，我便独立完成自己的工作。每天提前到单位，打扫完卫生，迎接一天的忙碌。单位的业务往来很频繁，所以即使的开出发票是必要的。进入发票管理系统，核实剩余发票张数，然后把购货方积攒的几笔销售认真核实后，开出发票。记得第一次开发票时，按照老师的要求先转换税额，把含税金额转换成不含税金额，输入购货方资料然后打上销售商品批号已经数量金额等，最后确定填制人审核人，完成这些后，拿出一张空白发票对齐，紧贴着打印机边缘放入。原本以为一切都很完美，谁知打出来后才发现打出的字体都不在本栏内，统一向上挪了一行。老师无奈，把这次的发票作废后又取出一张新的，并且很严肃的告诉我，这是本月作废的第三章发票了，这时我才知道一个月只能作废三张发票。现在自己开发票，依然如第一此时那般紧张，为了防止重蹈覆辙，我先把发票打印到一张废纸上，把发票那下一联附在上面，确认没问题后，才正式打印。现在想来无论何时，谨慎都是有必要的。

第7周：

工作一如既往的进行着，除了每天完成自己的工作外，让我感触最深的便是接听公司的电话。刚开始接听电话时，单位的人都不认识，关于单位业务往来的事情也不熟悉，接起电话来问的第一句便是：你好，你找哪位?第二句是对着财务处的人员说：那位是啊，有人找。还好经过时间的磨练，再接电话时已经没那么发怵了，但还是重复重复再重复的说：哦，这个事情我不清楚，您稍等，我帮您联系一下。

第8周：

这一周过的挺愉快的，原因就是马上要发工资了。虽然只有很少的几百块，但对我来说还是很激动的。由于xx有限公司主要是生产服装生产业务，所以工作人员工资分成两部分来核算。第一部分是车间工人的工资，第二部分是管理人员工资。不知什么原因，大概是会计们太忙了，所以核算职工工资的任务也落到我的身上。领导对我还是不太放心，在核算完毕后，让我交给会计部的老师们核实一下，结果证明领导还是很有先见之明的，有几人的工资我果然算错了。教训啊...不过经过工资核算我发现，原来传达室的大爷也是管理部门的。

第9周：

工作中，挨批是难免的，很不幸的是我在领导极度郁闷且无处发泄的时候去撞了枪口。这件事件的起因是一张传真件，在一般情况下，购货传真理应是传到销售部门的，但不知为何，这份资料传到了财务部。在收到传真后，财务部领导让我跑跑腿给销售部送过去，但当时我手上还有一件紧急的事情处理结果就把这件事给忘了，直到销售部接到购货方的急电风风火火的赶过来，我才记起还有这么件事。由于我的疏忽，导致货物晚发了一天。事情有多严重我是不知道，但看领导的脸色，我知道有我好看了。解释就是找理由，而对领导解释就是找死，所以我选择沉默。由于此事件，我深刻认识到自身的不足且积极的改过自新，以后遇到应急的事先找个便签记录下来。很多时候笔记比脑子管用。

第10周：

工作照常进行中，还好上个星期的错误并没有在领导给领导留下深刻印象，见了面照常是和蔼可亲的笑笑。身在财务部，忙里偷闲的时候还是有的，只有不被领导看见就可以了，偶尔几个要好的同事还可以边工作边聊天，侃侃事实，聊聊八卦，什么富-士-康的“七连-跳”啦，什么山木的头头辞职了，哪里哪里发生杀小孩事件啦，然后各抒己见统统发表感慨。这也使我感觉很放松，偶尔也跟着起起哄。我知道，我堕落了。

第11周：

第一次一个人进行月底盘点，第一次一个人打现金、银行存款月报表。人生的很多第一次都会是终身难忘的。虽然跟老师月底盘点过一次，但当自己亲自干的时候还是有些没头绪。赶紧给老师打了个电话，详细询问可一下流程，然后就开始实干了。一般情况下，一个月的最后一天只要把自己掌管的现金跟日记账对起来就可以了，等月初的时候再跟专管账务往来的会计对回款总额和现金银行存款总账就可以了。账务跟现金的盘点比较好做，只要数额对起来就可以了，当然我是会把那些让我尴尬的“白条”作为现金之一的，没办法，总不能让我把这些欠款补上吧。我自己的帐是对起来了，可跟总账却怎么也对不起来了。无奈，我跟会计翻出这个月的单据，把所有关于现金收支的部分找出来，一张一张的核对，结果发现少了一张收款收据。我跟那位老会计急急忙忙的满世界找，我办公桌地下的犄角旮旯都没放过，结果还是没有。最后那张单据竟诡异的出现在老会计上个月的凭证中。对于这个结果，我只能依然保持沉默了。

第12周：

这个月的凭证已经制完，并打印了出来，虽然我只是出纳，并不能参与到会计们的工作中，但作为一个有理想的出纳，我在帮忙打印凭证的时候仍不放弃学习的机会，一边整理刚打出来的凭证一边看上边的分录。言归正传，说到学习我是有切身体会的，学东西只有在工作中或是用到的时候才学的比较快，原因无他，随时用到的东西总是记得最牢固的。

第13周：

到单位已经有一段时间了，但对单位的了解紧是片面，我本是个不善于交际的人，说的通俗一些就是闷骚，这也一直是我的障碍。所以我到单位这么长时间了，交际圈只限于财务部，出了财务部的门我就基本上不说话了，即使遇上面熟的同事也只是偶尔打个招呼，并不是我不想改善现下的状况，只是不知该如何开口，而且我也做过这方面的努力，只是效果不佳。比如：在下班后我走在回家的路上，偶遇一面熟同事，但是是那种从没说过话的。同事之间碰到了，总不好扭头装作不认识走掉吧，所以我鼓起勇气冲他笑笑，结果他不知所以的愣了。为此我纠结了好长时间，该不会是他压根就不认识我这人?!

第14周：

时间过的很快，刚闭眼就觉的天亮了，直到被清晨的凉风一吹，我才觉出我是醒着的。这种状态一直持续了很长时间。公司里是经常受到承兑汇票的，记得上课时老师将关于承兑汇票的内容，我怎么都不明白背书转让是怎么回事，可到实际中，不用仔细学就知道这些专用名词以及它代表的意义，这也正是理论与实践的差距，就好像我刚来单位时拿着电汇单都不知道这东西是什么。

第15周：

实习真的是一种经历，一种磨练，只有亲身体验才知其中滋味。课本上学的知识都是最基本的知识，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。这一句是抄的，我认为很不错就搬过来用了。终于写到最后一周了，该写的不该写的都写了，在学校时听“过来人”说过，还是在学校好啊，到了社会上就明白在学校的好处了。现在我也终于体会到这句话的真谛：在学校迟到是要扣分的，可在公司迟到是真扣钱啊!

第16周：

时间过得真快，转眼第十六周已经结束了，深刻体会到“不积跬步，无以致千里”，“江海不拒细流，方能成其大”，“一屋不扫，何以扫天下”的深刻道理。早上，我基本能保证提前到公司，在开始工作的前一段时间，帮老师的桌子收拾一下，然后再拖一下办公室，让老师工作得更舒适，心情更愉快，也能多教我一些东西啊。

中午的时候，我会帮同事一起订饭，按他们各自的口味叫了不同的饭菜，同事也对我订的饭菜挺满意。下午，公司有快递发的时候，我会负责联系快递，并填写快递单后及时发件，受到了领导的好评。

这一周基本是在忙碌和琐碎中度过的，不过虽然是一些琐碎的小事，却和学校里一直和书打交道很不一样，我感觉有一种新鲜感，每一件小事都需要我亲历亲为，通过付出自己的劳动换来的成果很有价值，也很值得。

第17周：

现在，我对公司的环境已经基本熟悉，同事的名字我也基本能叫上来了，我的办事效率也因此提高了不少，因为去一个地方找一样东西不用再东找西找东问西问了，看来融入环境对干好工作是很有帮助的。

这一周我的工作和前两周没什么太大的变化。虽然工作内容没有太大变化，但工作效率却比以前提高了不少，带我的老师也教了我一些新的东西，比如去银行要填哪些单子，填写的规范等等，这一周每一天我都过得很充实，因为我接触的人和事都是学校里未能接触过的，我也深深体会到把书本上的知识转化到实践中去的重要性。只有理论和实践相结合了，所学来的知识才不是纸上谈兵。我相信下一周我会过得更充实，也更有意义。

第18周：

在慢慢的学习与进步中，我的实习周期慢慢接近尾声了。在这一周里，我收获颇丰，不但把以前所干的事情干得越来越好，越来越熟练，和同事之间的关系也相处的越来越融洽了。为公司提高了办事效率，也受到了公司同事的赞许。总之，这一周又是这么快过去了，每天忙忙碌碌却很开心。大家各忙各的，互相合作，每一个都是不可缺少的，各司其职，各尽其责，相处得也很融洽，我觉得很有收获。

第19周：

又到了我记下我一周心得体会的时候了，到今天已经是第十九周了，还有一周就得结束了，真的是弹指一挥间。这周还是做现金帐，银行日记账。虽然看似简单，但真正操作起来还是遇到了不少麻烦。比如要注意借方，贷方的登记方向，要注意\_0\_的个数，要注意小数点的位数等等。刚开始的时候，我由于不熟练，经常填错小数位，所以借方，贷方一直不平，我只好用红字更正法，但有时候红字更正法更正的次数太多，已经无法继续做账了，只好重做一张。但相比之前，已经进步不少了，还是很开心的。

第20周：

越是临近实习期结束，越会觉得时间过得飞快，但不得不对这里说再见。通过此次实习，将学校所学的会计理论知识与实际想结合起来，对整个会计核算流程有了详细的认识，熟悉了会计核算工作对象，利用真实的会计凭证、对一定期的经济业务进行了会计核算，认识并掌握了会计账簿登记的基本原理，并且认识到了自己的优势和不足，知道自己要的生活是怎么样的了。

**实习工作手册教案范文 第八篇**

员工手册制度之考勤制度

一、公司每周工作日为五天，星期六、日休息，国家法定节假日依照国家有关规定执行。

二、员工每天工作时间为：

上午： 9：00—12：00

午休：12：00—13：00

下午：13：00—17：30

三、公司对考勤管理实行打卡制，员工上下班均需指纹打卡，如有特殊情况未能打卡，需提供相关证明，否则以旷工论处。

四、非特殊原因(如：班车堵塞、因公事无法及时赶回、手指裂口无法打卡等情况)，上午9：00前未打卡视为迟到，下午17：30前打卡视为早退，迟到、早退超过1小时视为旷工。

五、未经请假离岗或虽请假但未获批准离岗及假期已满擅自不到岗者视为旷工。

六、员工工作时间内因公外出需获部门经理或经理、副经理同意，并到行政部办理《员工因公外出单》，特殊情况经部门经理或公司主要领导同意后可先行办理事项。

七、处罚规定：

迟到：30分钟以内，扣当月全勤奖的1/30，当月不得累计超过5次，超过5次扣除当月全部全勤奖;迟到超过30分钟，应及时向部门主管口头请假，事后说明原因。迟到超30分钟扣当月全勤奖的1/10，当月不得累计超过3次，超过3次扣除当月全部全勤奖。

早退：处理办法同迟到。

旷工：旷工一天扣其日薪资2倍，无故旷工连续3日或一月内累计达10日者公司将予以辞退。

八、考勤由行政部安排专人负责，月底汇总各部门员工的出勤情况，报财务部核发工资及备案。

九、加、值班的规定

由公司安排在休息日加、值班的员工，可在正常工作日申请同等时间的补休;由公司安排在法定假日工作的员工，在得到主管领导批准后，按日薪资标准的200%计发加、值班工资。

十、销售部考勤由该部门自行核定。

**实习工作手册教案范文 第九篇**

>一、 活动目标：

1. 使幼儿体验到相互合作的快乐，感受到齐心协力的力量大于一切;

2. 让幼儿能了解到布袋的多种用法;巩固合跳、跨跳、四散跑的能力;

3. 幼儿能够听懂音乐，发挥想象感受到不同的情节性音乐，并通过游戏充分的表现音乐。

>二、 活动准备：

1. 每人布袋各一个，老狼头饰一个，小兔头饰与幼儿人数一致;

2. 完整情节的录音音乐磁带一盘;

>三、 活动过程：

(一)开始部分：

热身运动：小兔子们跟兔妈妈做起床操。(教师带领幼儿做准备活动)

(二)基本部分：(教师带领幼儿一起听音乐做情境游戏)

1、“寻找食物”：幼儿一个接着一个套着布袋蹦脚前进跳;

2、“吃完东西回家”：在草地上吃东西，吃后扛着袋子回家。

(1) 教师带领幼儿一个接一个并脚跳，不套布袋;

(2) 听到了河流声，小兔们过独木桥：幼儿把袋子扑成一条木桥，然后小兔过桥;(教师引导作用)

a. 一个跟着一个并拢双脚跳一次

b. 一个跟着一个跨跳一次

(3) 收拾布袋，套着布袋跳回家

3、 “大灰狼捉小白兔”：

a.大灰狼来了，幼儿躲避大灰狼四散跑(恐怖的音乐响起，另一老师扮演大灰狼进场);

b.小白兔藏进布袋里，大灰狼在周围巡视;

c.发现一小兔被抓，所有小兔拿起布袋当棍子打狼，最后胜利了，高高兴兴地回家了。

>活动结束：

小白兔们高高兴兴随着胜利的音乐走出场.

**实习工作手册教案范文 第十篇**

欢迎您加入\*有限公司机械动力分公司!

当您拿到这份手册的同时，意味着您已经成为了机动分公司的一名员工。

在您开始工作之前我们有责任和义务对您的权利和义务进行告知。为此，我们以摘要的形式编写了这本《新员工手册》。需要声明的是，因篇幅所限，我们只对目前跟您直接相关的一些内容作了说明，力求使您用最短的时间了解最多的信息。在阅读过之后，希望能加深您对企业的了解，明确您的权力和义务，加快您融入企业的步伐。

本手册仅适用于与公司签订劳动合同的员工。劳务大专生可参照相关条款执行，具体实施细则参见相关文件。

本手册仅为参考性文本，不具法律效力。如本手册内容与相关文件有所出入，按文件规定执行。一、上海宝冶建设有限公司简介(略)

二、企业文化

1.企业精神—超越自我，创造卓越。

2.企业宗旨—立足市场、公平竞争、面向社会、诚实信用。

3.企业价值观—以人为本，人生价值、企业价值、社会价值三统一。

4.企业道德—以集体主义为原则，以爱祖国、爱人民、爱科学、爱社会主义为基本要求。

5.企业道德—崇尚社会公德、职业道德、家庭美德。

三、企业图形标志释义(略)

四、员工权利和义务摘要

1.劳动合同

见习期制度

根据(号)第四条“关于见习期与试用期。大中专、技校毕业生新分配到用人单位工作的，仍应按原规定执行为期一年的见习期制度，见习期内可以约定不超过半年的试用期。”的规定，公司对新进大中专、技校毕业生实行为期一年的见习期制度，对研究生实行为期半年的见习期制度。对劳动合同中另有约定的按约定执行。

劳动合同的解除(略)

2.工作时间和休息假期摘要

劳动时间(略)

加班及加班工资(略)

休假

休假期限：本单位工龄1-20xx年，休4天;本单位工龄11-20xx年，休7天;本单位工龄21-30年及以上，休10天。

日期计算：包括每周的公休日，不包括法定节假日。

休假待遇：“员工休假期间工资收入按出勤处理。实行计件工资制的员工，按休假前十二个月平均工资收入计发;实行岗位绩效工资制的员工，绩效工资按所在单位同岗位平均水平计发。”;“员工休假期间，根据本单位工作年限每满一年给予50元年休假补贴，但最低不少于200元，最高不超过1500元。”;“公司引进的各类高级人才，其外单位工作年限按50%计入本单位工作年限，并作为计算休假期限和补贴的依据。外单位工作年限由公司人力资源部审核确认。”

探亲假

探亲假期限：探配偶每年一次30天，探父母已婚职工每4年1次20天，未婚职工每年1次20天;家住江苏、浙江一带，其境距离上海300公里以内,符合享受一年一次探亲假的职工，经单位领导批准，可将探亲假期每年分为3至4次使用。

日期计算：公休、法定节假日应计算在内。

3.薪酬福利摘要

工资

新员工见习期内实行固定工资制度，本科毕业生前半年1800元/月，后半年2250元/月;研究生2700元/月。合同另有约定的按合同执行。

应发工资=岗位工资+绩效工资实发工资=应发工资–社会保险个人缴费金额–个人所得税

个人所得税计算方法：

个人所得税=(工资–社会保险个人缴费金额–1600)\*扣税比率

1-500元，扣税比率为5%;

500-20xx元，扣税比率为10%;

20xx-5000元，扣率比率为15%

5000-20xx0元，扣率比率为20%

工资发放日期：每个月18日，如逢18日为休息日将提前发放。工资发放直接划入员工建行帐户。

福利

通勤补贴：130元/月(但享受私车公用补贴的员工及乘坐通勤车的员工除外)

住勤补贴：每月工作餐按100元标准发放，不享受住勤补贴。

住宿：两人间或三人间，见习期满向行政事务部申请外宿可享受住宿补贴300元/月(仅针对未婚员工)

4.社会保险

对与公司签订劳动合同的员工，公司交纳“五险一金”，即养老保险、失业保险、医疗保险、工伤保险、生育保险、住房公积金。保险交纳从员工取得居住证后下一个月开始，在此之前交纳综合保险。

**实习工作手册教案范文 第十一篇**

>学习阶段：

水平二

>学习目标：

进行各种运球练习，并对自己的表现感到满意。

>学习内容：

各种运球练习

>重点：

掌握各种运球的方法和要领。

>难点：

在练习中发扬坚忍不拔的良好品质。

>学习步骤：

自主活动、活跃情绪

>教师活动：

1、组织学生有秩序地进行拿球。

2、集合队伍，讲解该课的学习内容和要达到的目标。

3、带领学生进行胸前、头上点拨球练习和头部、腰部、跨下绕球练习，熟悉球性，激发起学生的练习兴趣。

>学生活动：

1、能够有秩序地进行拿球，表现出积极进取的精神。

2、细心聆听观察老师的讲解示范，对老师的动作有一种欲望，并能积极进行模仿练习，在练习中能够严格要求自己，做到尽量不掉球。

>组织：

四列横队

>合作探究、掌握技能

>重点：

掌握各种运球的方法和要领。

>难点：

在练习中发扬坚忍不拔的良好品质。

>教师活动：

1、由于学生拿到球后，比较兴奋，老师先做几个比较难的动作示范，再组织学生自由模仿练习。

2、老师总结，万事开头难，鼓舞学生的斗志，激发学生学习的欲望，再讲解示范简单的动作方法，组织学生练习。（原地左、右手变向运球练习，原地左、右手高、低运球练习，原地左右手交替运球练习。）

3、讲解示范运球急停急起练习，组织学生进行尝试，体验运动中运动和静止的变化，应如何做才能较好控制好自己的球。

>学生活动：

1.细心观察聆听老师的讲解示范，积极进行模仿练习。

2.通过老师的讲解，对篮球练习充满细心，斗志昂扬。

3.练习中能够相互观察比较，坚持不懈，认真积极完成老师交代的任务，并且对自己的练习表现感到满意。

>教师活动：

总评此次课上学生的练习情况，对表现突出的同学进行表扬和鼓励。

>学生活动：

总结自己的得失，对自己的表现和进步感到愉悦。

>组织：

原地运球时队列同上，行进间绕篮球场进行。

>创新延伸、展示技能

>教师活动：

组织学生进行短绳练习，并回收器材

>学生活动：

认真完成短绳的练习，积极回收器材。

>场地器材：

篮球场一片、篮球36个、短绳36根

>课后小结：

学生在篮球活动中，都基本上能够按照老师的要求，相互观察模仿，比较，表现出了良好的上进心。并且在练习中学生能够克服酸痛的困难，坚持到底完成学习目标，获得了极大的快乐。

**实习工作手册教案范文 第十二篇**

>学习目标：

1. 本课借助小垫子，主要发展学生的走、滚动、柔韧以及身体协调能力的基础运动能力。

2. 通过游戏，发展学生的爬行以及平衡能力，培养学生克服困难、勇敢向前、团结一致的意志品质，充分享受游戏带来的快乐。

>学习重难点：

重点：发展学生的基础运动能力难点：滚动协调

>教具准备：

1.小垫子40块

2.录音机一台

3.实心球4个

>教学过程：

>一．课堂常规

1.整队，师生问好

2.老师提出本课学习内容

3.队列练习

①稍息

②立正

③向左右转原地踏步走

教师以谈话方式导入新课：借助小垫子做一些非常有趣的活动。

教师带领学生进入角色，准备好上课。

教师进行队列练习，下达正确口令。

>二．走一走，蛇形走

1.教师讲解活动方法及要求。借助小垫子当标志物，穿过小垫子走蛇形。在走的过程中听哨声摆动物造型。

3. 教师组织学生集体练习走蛇形。

>三．模仿操（协调能力）

1.教师谈话式导入准备活动。

2.教师播放音乐，活跃课堂气氛，带领学生进入角色。

4.教师带领学生配合音乐进行模仿，适时表扬与鼓励优秀生。

>四．垫上运动

1. 垫上柔韧训练：横、纵叉、仰卧推半桥。

2.垫上滚动

1. 垫上柔韧训练：教师分别示范横、纵叉、仰卧推起半桥。讲解动作要求。

2. 教师带领学生练习并请优秀生表演。

3. 教师引导学生看见过什么样的滚动，并示范。

4. 教师组织学生练习球和小木棒的滚动。

5. 教师组织学生摆好垫子并做连续滚动。

6. 教师提醒学生注意安全

>五．游戏：过河取把宝

1．教师导语引出游戏。

2．教师讲解游戏方法并请学生一起做示范。

3．教师讲解游戏规则。

5. 教师带领学生集体游戏，提醒注意安全。

>六．结束部分

1.教师带领学生做放松活动。

2.教师带领学生进行本课小结。

**实习工作手册教案范文 第十三篇**

>活动目标

1.激发幼儿参与体育活动的兴趣，培养幼儿遵守规则的习惯。

2.提高幼儿解决问题的能力，发展平衡力和动作的灵活性。

3.指导幼儿练习双脚在有间隔的物体上移动踏板交替前进。

>活动准备

1.音乐：《在美丽的蓝色的多瑙河畔》

2.每人2块塑胶垫。

>活动进程

一、导入

以郊游形式引入课题，激发活动兴趣。

做准备活动，活动幼儿身体各个部位。

二、展开

1.引发幼儿探索过小河的方法。

（1）幼儿讨论过小河的方法。

根据生活经验讨论讲述。

（2）提出条件，尝试探索在现有条件下过河的方法。

只有两块砖的时候，你怎样过河才不会把鞋踩湿呢？

幼儿尝试，教师观察。

（3）请个别幼儿示范过河方法，比较多种方法的优缺点。

2.练习过小河的方法，掌握双脚在有间隔的物体上交替前进的方法。

（1）幼儿自由练习。

怎样才会有快又稳？（侧身移砖）

（2）请过河快的幼儿进行示范，引导幼儿发现奥秘：

侧身、间隔适合自己迈步的最大距离。

（3）集体比赛的形式练习交替移动。

3.游戏过小河

介绍游戏名称

讲解游戏玩法和规则

幼儿在音乐声中，有趣的进行游戏。

三、结束

1.席地而坐做放松活动，拍肩、捶腿。

2.教师讲评活动。

**实习工作手册教案范文 第十四篇**

1、上班时间为：19：30---02：00(前提是自己订的房台已走)

2、每晚19：30分集中四楼会议室开部门班前会议，迟到扣罚30元/次，由值班总监统一点名并作当晚工作布置，对当晚休息的同事由各组别内部做好传达

3、新入职人员必须在三天内熟记公司的酒水销售价，房间低消，任饮房等情况，及熟记大厅的台号，以便第一时间能够对客人做好业务推销

4、所有休息人员必须提前一天申请(特殊情况除外)，否则当旷工处理，将扣罚四天工资，旷工三天当自动离职

5、中途外出必须写放行条并由直属上司审批，否则当离岗处理，扣罚100元/次

6、班前做好仪容仪表的自检，坚持健康良好的个人形象，营业中正确佩带工作牌，见到客人上司问好，坚持“三米阳光”的礼貌工作

7、营业中招呼客人要主动热情、活跃，搞好现场气氛和配合好房间的服务工作，如因服务态度不好引起客人投诉的扣罚100元/次

8、遵守企业的规章制度，爱护公司财物，不能有偷窃行为，否则将作出严重处罚，情况恶劣者转交公安机关处理

9、遵守公司的订房订台制度，不能与咨客台争吵或有作假现象，以及出现卖房现象，否则取消当月业绩并作相应扣罚。

10、有团结意识维护公司形象，与同事之间和蔼友好相处，相互配合做好推销工作。不能带个人情绪上班，因态度不好顶撞上司的，或有暴力行为与他人发生冲突的扣罚300---500元/次，引起打架斗殴事件的扣罚500---1000元/次，情节严重的作无薪解雇处理。

11、做到洁身自爱，不能涉及\_，不能变卖存酒卡收取客人现金，否则一经发现无薪解雇并交公安机关处理

12、订到房可补签，订台不可以，订房取消的及未回参加班前会议的作50元/次扣罚

13、公司的效益来自我们的一房一台，所以我们要提高服务质量，推销自我，创造更好业绩，报答公司，成为一个真正营业高手!

**实习工作手册教案范文 第十五篇**

餐厅奖惩制度

一.服务员的岗位职责与奖罚制度

1、 上班必须按规定着工作服，工作帽，统一发型。

2、 女服务员：上班不准浓妆艳抹，长发要盘起，短发不过肩，留海不超过眼睛，不准梳过于夸张的发型

3、 男服务员：头发不准染发，不留胡须，勤修面。

4、 不准留长指甲，不得涂有色指甲油。不准用刺激性很强的香水。

5、 上班时间不准戴手镯、耳环、项链等饰物。

6、 工作服要整洁，无油渍、无皱痕。

7、 上班前不准吃大蒜，大葱，槟榔等刺激性，带异味的食品，不能吃酒精含量过高的食物，饮料。

8、 不能当着客人的面做不雅观的动作，如抓痒，抠鼻子，挖耳朵，梳头发，剔牙，大呵欠等，打喷涕应适当遮掩。

9、 检查仪容，仪表应到卫生间或客人看不到的偏僻处。

10、 凡违反以上规定一次扣款5元，再次扣半天休，三次扣一天休。

二.卫生工作制度

A、 个人卫生

1、 勤洗澡、勤换衣、勤洗头发、不能有头屑、身体不能有异味。

2、 工作服要勤洗、勤换、不得有油渍、皱痕和异味。

3、 大、小便后手要洗净、擦干。

B、 区域卫生

1、 地面无杂物、桌椅按要求摆放整齐美观。

2、 桌面无油渍、无尘灰，餐盘无破损、无油渍、无灰尘、无水滴、无茶渍，餐具必须清洁。

3、 工作台要干净、整齐、物品按要求摆放一致，托盘要干净、无污渍。

4、 不准乱扔果皮纸屑，不能随地吐痰。要随手捡拾地面杂物，讲究公共卫生。

**实习工作手册教案范文 第十六篇**

为保证公平、公正、合理，参加评选人选为店方经理、大堂经理、领班、服务员代表，评选时间为每周一次。

一、奖励制度：(每一分按2元计算)

1、受客人表扬，服务态度好。(加1分)

2、主动热情服务突出者。(加1分)

3、拾到顾客丢失的物品主动交吧台或失主。得4分

5、能承受重大委屈。得2分

6、对公司(餐厅)提出好的建议,经采纳后对提出者。给4-6分.

7、办事认真负责，工作积极，乐于助人者。得2分

二、惩罚制度：(每一分按2元计算)

1、迟到、早退者，第一次扣除当月全勤奖，每分钟扣1分，超过10分钟按50元/次罚款，累计四次以上者辞退。

2、衣着不整，修饰不当，个人卫生习惯不良。扣1分

3、摆台不规范，卫生不彻底，值台检查不仔细。扣1分

4.服务操作不规范。扣1分

5.不服从安排，消极怠工。扣1分

6.故意损坏餐具物品，照价赔偿。

7.服务出差错，打翻食品及洒水，弄脏顾客衣服，扣2分

8.私自打吧台电话，私用餐厅公物，扣2分

9.站台不规范，吹牛聊天，扣1分

10.顾客投诉服务不周，扣1分

11.行为不端，偷窃他人物品，扣10分

12.对糊锅现象，发现一次扣6分

13.上班时间在餐厅内私自吃东西，扣2分

14.故意浪费造成餐厅损失，扣2分

15.利用工作之便谋取个人利益，扣6分

16.上班时间打架起哄，扣20分

17.因个人原因造成工作失误或餐厅损失，扣2-10分

18.买错单，买漏单，跑单，由自己负责。

**实习工作手册教案范文 第十七篇**

在我们接触市场营销专业课之前，我们专业特别的进行了这次专业认识的实习。这次实习从XX年8月22日到9月9日，历时达三周之久。主要通过同学们在查看资料的前提下自行到社会上找实习单位的方式来进行的。效果很不错。这次专业认识的实习，是为了让我们对营销专业有一个初步的感性认识和了解，同时也对自己有一个清晰的认识，以便在以后的学习中能够扬长补短。通过这次实习，也使我们初步培养了专业兴趣，初步设想了未来发展的方向，为今后的专业学习及就业打下了良好的基础。通过这三周的实习，我们基本上达到了初步学会发现营销问题并尝试用理论分析营销问题，收集、整理与分析资料，书写实习报告等专业认识的目的。这次实习在老师的指导和同学们的努力下，最终取得了圆满的成功。

一、商业企业的实习过程

(一) 实习单位简介我们实习的单位是郑州盛煌经贸有限公司，我们的实习主要是在它的营销部进行的。在人们消费水平逐渐提高，生活质量要求越来越高的今天，装修污染(装修污染的相关材料见附录一)却困扰着人们。而这家公司正是以改善人类居室环境为己任，为消费者提供有效的空气治理方案，以优秀的产品、专业的施工、合理的价位，为消费者打造一个无污染的家。治理装修污染是这家公司的主要工作，其主打产品是光触媒。

(三) 我们的实习内容我们组的实习内容主要是在围绕专业认识主题的前提下参加郑州盛煌经贸有限公司的业务经营工作。我们在接触顾客时，主要了解顾客的消费需求及消费心理;在与业务员相处时，主要学习其洽谈业务的语言和技巧;同时，我们也注意观察周围的一切，进一步了解我们的营销环境。我们以营销人的身份去参加真枪实弹的演练，在这个过程中，我们初步对营销专业有了感性的认识，同时也培养了我们的专业兴趣。

二、商业企业的营销特点及分析

(一)盛煌经贸有限公司的营销环境营销环境是存在于企业营销部门外部的不可控制的因素和力量，这些因素和力量是影响企业营销活动及其目标实现的外部条件。任何企业的营销活动都不可能脱离周围的环境而孤立存在进行。所以任何一次的企业活动都要以环境为依据，主动地去适应环境，同时透过营销努力去影响外部环境，使环境有利于企业的生存和发展，有利于提高企业营销活动的有效性。

1.该企业的宏观营销环境分析宏观环境是指影响微观环境的一系列巨大的社会力量，主要有:人口、经济、政治、法律、科学技术、社会文化及自然生态等因素。宏观环境一般以微观环境为媒介去影响和制约企业的营销活动，在特定场合，也会直接影响企业的营销活动。该企业位于郑州市区，郑州市是一个省会城市，人口集中，政治法律等都比较完善，但该企业面对的一个瓶劲问题是无法生产及引进真正能够消除污染的产品与设备，这也是目前的科技所不能达到的，这直接关系公司的营销策略。不完美的产品，肯定得不到顾客的十分满意，从而影响企业的销售额。

2.该企业的微观环境分析微观环境是指与企业紧密相连，直接影响企业营销能力的各种参与者，包括企业本身、市场营销渠道企业、顾客、竞争者以及社会公众。微观环境直接影响与制约企业的营销活动，多半与企业具有或多或少的经济关系。该企业的微观环境对企业本身的发展有很多不利。企业本身实力不强，资金不富，影响力不强，这直接影响其营销策略和营销投入。该企业的顾客却是那些有钱的主，因此这一点对公司来说是有利的营销环境。该企业的竞争对手很多，但这是无法改变的市场竞争规律。企业所面对的社会公众都是一群思想观念落后的中国人，使其很难在社会公众中树立良好的形象。这些微观环境直接影响企业的营销活动。

(二)该企业的营销特点及分析该企业采取的营销路子是绿色营销和体验营销，同时以推销策略为主攻力。

1。绿色营销绿色营销，广义的解释，指企业营销活动中体现的社会价值观、伦理道德观，充分考虑社会效益，既自觉维护自然生态平衡，更自觉抵制各种有害营销。因此，广义的绿色营销，也称伦理营销。狭义的绿色营销，主要指企业在营销活动中，谋求消费者利益、企业利益与环境利益的协调，既要充分满足消费者的需求，实现企业利润目标，也要充分注意自然生态平衡，实现经济与市场可持续发展。

因此，狭义的绿色营销，也称生态营销或环境营销。绿色营销与传统营销相比有着更为突出的特征:

(1)绿色消费是开展绿色营销的前提;

(2)绿色体制是绿色营销的法制保障;

(3)绿色观念是绿色营销的指导思想;

(4)绿色科技是绿色营销的物质保证。郑州盛煌经贸有限公司，其行的就是绿色营销，在人们生活质量逐渐提高的今天，各种装修污染已经严重影响到人们的身体健康与生命安全，而该公司致力改善人类居室环境，降低装修污染对人们的危害。这种营销的出发点就是以满足绿色需求为中心，并以提升人们的生活质量为已任，着眼未来，追求技术进步，促进绿色产品的发展。当然这家公司也是“环保回归”热潮的附属品。

**实习工作手册教案范文 第十八篇**

20xx年2月我开始了在图书馆实习生涯，历时两个多月。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认…

20xx年2月我开始了在图书馆实习生涯，历时两个多月。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。

我的专业是行政管理，在图书馆工作也多少算是专业对口。“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。

我的工作都是些类似文员的工作，平时就是处理各种文件和接听电话，大多的时间是配合着我们部门的工作任务进行的，最初的两到三周都是在 整理20xx年我们部门的档案，这是一个十分需要细心的工作，要严格按照独墅湖图书馆的档案整理规则进行。每一卷档案的封面上的名称、封面及卷内备考表的 页眉和页脚都要和档案盒上的名称一致，这是一个小细节，但也正是因为没有注意到这个小细节，才导致我要把已经整理好的档案都要重新改过。起初，我觉得没有 必要改，但是突然想到上课的时候老师讲过的，档案的保存之所以要严格按照规定，是因为在以后的工作中便于人们查阅，于是，我静下心来改正了所有的错误。同 时，通过对我们部门档案的整理，我也基本了解了我们部门的各项工作的流程和工作任务，使我对图书馆的工作有了一个全新的认识。

然后是参与了我们部门的活动，之前在整理我们部门档案的时候我就初步了解了举办一个活动的流程，现在参与进来，才发现有许多都不是表面 上看起来那么容易得。从做预决算到发送邀请函到布置会场再到工作收尾写新闻稿，每一个分支都渗透着我们部门每一个人的汗水。整个活动举办地非常成功，大多 参加的人员都反应很好。我也从中学到了许多关于举办活动的知识和经验，这些和在学校里举办活动是完全不同的。

最后，在对人事局会员的电话反馈的工作中我也认识到了自己工作的不足，没有充分了解工作所需要的背景知识，以致许多用户的提问我要请其 他人来回答，这些都是要在以后的工作中需要改进的，这也告诉我，无论以后做什么工作，都要有充分的准备才能胜任，绝不能有半点侥幸心理。

总的来说，在实习的这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业做准备。

**实习工作手册教案范文 第十九篇**

十一个月的时间好快，真的好快，一晃就过去了，我们告别了我们的护士实习生活，也永远告别了我们的学生时代，在这一年时间了，我们收获了好多，收获了知识，技术，友情，经验……

那一天我们穿上洁白的护士服进入医院的时候，心情是多么的激动，那一刻告诉我们——保护生命、减轻痛苦、增进健康是我们护士的职责，作为一名实习护士，我们应该在医院认真努力学习，使自己获得扎实的专业理论知识和娴熟的护理操作技能，这样才能为我们以后成为一名合格的护士垫下基础!

实习伊始，我们几个小护士总是跟在带教老师的屁股后面，不放过老师的每一个操作细节，有的还做了小笔记，遇到不懂的我们都及时地向老师询问，老师总能给我们细细解答，虽然有的老师态度不是很好，但是我们都能理解的，护士工作确实非常的繁杂，老师要做好自己本分的工作还要负起带教的责任。就这样刚开始我们做了几个礼拜的见习护士，渐渐的我们开始尝试操作，而老师只放手不放眼，让我们安心地去操作，给我们了一个很好的饿锻炼机会，也许只是尝试，而那一刻我们要拿出自己的勇气，战胜自己的心理。

与病人相处时，我总是用一颗真诚的心尽我所能地与他们交流、沟通。用我的心去感受他们的病痛，体味他们的需求，并给予力所能及的护理与帮助。只有良好的沟通，才能建立良好的护患关系，才能充分获得患者的信任。只有在信任的基础上，患者才会充分表达自己的所思所想，只有这样，护士才能充分了解病人，给予到位的护理。

短短几个月实习过去了，在医院的走廊里，已经能看到我们忙碌的身影，我们不停地穿梭在病房之间，我们很累，但应该值得高兴，因为我们终于能胜任老师交给我们的任务，我们可以自己去独立完成护理工作，这为我们的未来踏出了一大步，我们应该值得庆贺。在实习当中我们不忘充实自己的理论知识，按时参加科室和医院护理部开展的各种护理知识讲座和教学查房，这样才能不断地把自己所学的理论知识充分地应用到实践当中去，做到理论与实践相结合，实习就应该是这样的。

在实习当中我意识到要做一名护士很不容易，一名合格优秀，具备有良好素质的护士更不容易。随着当今社会物质文明和精神文明的不断进步，人们对护理人员的素质和服务水平的需求也不断提高，护士具有良好的素质显得越来越重要，不但要良好的心理方面，专业技术方面，职业道德方面，身体方面的素质，还要有文化仪表方面的素质。

在实习当中我学会了以良好的品德去对待每一位病人，护士是白衣天使，救死扶伤是我们工作职责，因此应具有良好的职业道德。我们与患者是两个地位平等的个体，只是社会分工的不同，对患者应象对待朋友亲人一样，为其创造整洁、舒适、安全、有序的诊疗环境，及时热情地接待患者，用同情和体恤的心去倾听他们的诉说，并尽量满足其提出的合理要求，施予人性化的医疗服务。

护理工作是一个特殊的职业，是体力与脑力劳动相结合的工作，且服务对象是人，关系到人的生命，工作中稍有不慎就会断送一条生命，因而工作时精神高度集中，因此要求我们要有健康的身体，精力的充沛才能保证顺利地工作。

随着医学的飞速发展，对护理工作的理论和技术也在不断提出新的要求，对我们的要求也不断提高，为了适应新护理工作的要求，我们应不断进取，提高自身的修养，才能做一名人民心目中的合格护士。

实习结束了，意味着我们即将踏上工作岗位，相信经历这一年的锻炼我们更加成熟，更加稳重，更能担起作为一名护士的责任，相信我们一定能继承南丁格尔的崇高精神，以爱心、耐心、细心和责任心去对待每一位病人，全心全意为病人服务。

**实习工作手册教案范文 第二十篇**

>学习阶段：

水平三

>学习目标：

在游戏比赛中发展跑的能力。

>学习内容：

蹲踞式起跑、快速跑

>学习步骤：

>一、快乐游戏，活跃情绪

教师活动：1、组织学生常规训练

2、组织学生游戏：抢位子

3、组织学生复习基本体操。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、在体育委员的指挥下进行常规和队列训练。

3、在教师的提示下进行奔跑游戏：抢位子

4、两人一组，随意选择三到四节基本体操进行复习，动作到位、有力。

组织：四列横队、小组分散

>二、积极游戏，你追我赶

重点：蹲踞式起跑动作和轻松自然的快速跑动作。

难点：蹲踞式起跑时的蹬地有力，起动快速；快速跑时动作轻

松协调。

教师活动：

1、提示学生复习蹲踞式起跑动作。

2、组织学生起跑游戏：看谁反应快

3、采用多种游戏、比赛方式组织学生进行快速跑练习。

4、及时鼓励和小结各项游戏。

5、组织学生欢庆胜利。

学生活动：

1、两人一组借助教师的提示和报纸进行蹲踞式起跑练习，着重体验起跑时的蹬地动作。

2、积极参与游戏，和伙伴比一比谁的反应快

3、游戏：龟兔赛跑（同一起跑线）

4、游戏：你追我赶（追逐跑）

5、团结力量大：分成六小组，每组六人，小组商量，根据每人的体力分配不同的距离，接力赛跑，进行集体力量的展示。

6、手舞足蹈欢庆胜利。

组织：

>场地器材：

操场、录音机、每人一张报纸

**实习工作手册教案范文 第二十一篇**

一、实习目的

1熟悉汽车修理环境、修理工具。为将来工作打下基础。

2.通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，把所学的理论知识加以印证、深化、巩固和充实，培养分析、解决工程实际问题的能力，为后继专业知识的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。

3维修实习是对学生的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动学生的主观能动性，深入细致地认真观察、实践，使自己的动手能力得到提高。

二、实习内容：

这家公司不但拥有一批高素质、高技能的汽车维修技术人员，而且从国内、外购进一批先进的汽车维修检测设备。例如：电脑检测分析仪、喷油清洗分析仪、四轮定位仪、atf自动循环清洗……等等。使得该厂软、硬件兼备且完善。

拥有完善的维修服务流程，流程如下：

1、汽车保养

汽车保养是很重要的，买的一辆新车，首先要懂得如何保养。汽车保养需要做的几项工作：

清洁汽车外表，检查门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与升降器手摇柄是否齐全有效。检查散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是否符合要求。检查喇叭、灯光是否齐全、有效，安装是否牢固。检查转向机构各连接部位是否松旷，安装是否牢固。检查轮胎气压是否充足，并清除胎间及胎纹间杂物。检查转向盘的游动间隙是否符合标准;轮毂轴承、转向节主销是否松动。检查离合器和制动踏板的自由行程是否符合规定。

检查轮胎螺母、半轴螺栓是否牢固可靠。起动发动机后，察看仪表工作是否正常，倾听发动机有无异响。检查车辆有无漏水、漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。检查拖挂装置工作是否可靠。

机油的作用主要是对发

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！