

## 关于寒假实习报告范文合集九篇

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1692550014610806.html>

范文网，为你加油喝彩！



读书就是将别人的思想变成  
一块块石头，然后建筑起自  
己的思想殿堂。

——培根

## 关于寒假实习报告范文合集九篇

### 关于寒假实习报告范文合集九篇

随着社会不断地进步，报告不再是罕见的东西，不同类型的报告具有不同的用途。一起来参考报告是怎么写的吧，下面是整理的寒假实习报告9篇，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

### 寒假实习报告 篇1

实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和潜力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一齐，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、潜力、智慧等因素融合成的综合素质和潜力，为自己事业的成功打下良好的基础

土木工程是建造各类工程设施的学科、技术和工程的总称。它既指与人类生活、生产活动有关的各种工程设施，如建筑工程、公路与城市道路工程、铁路工程、桥梁工程、隧道工程等，也指应用材料、设备在土地上进行勘测、设计、施工等工程技术活动。土木工程是和社会科技发展所需要的“衣、食、住、行”的先行官之一；它在任何一个国家的国民经济中都占有举足轻重的地位。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学院带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础，为今后书本与实践的结合打下基础。

紧张的两周的实习生活结束了，在这两周里我还是有不少的收获。实习结束后好好总结一下。在实习过程中我们共进行了七项工地参观，包括故宫博物院，首钢液压车间，学校实验楼留学生公寓，两处住宅小区工地，和丰台构件厂共七天的参观。在每次参观结束后我们都做了很认真的总结，把自己在参观时学到的，了解到的知识进行梳理，也同时为今后的学习打好基础，虽然我们不能完全明白老师讲解的所有知识，但终归是学习的过程，不同程度上都会有收获。而实习的好处也在于此。

首先，透过实习，透过实践，使我学到了很多实践知识。透过参观，使我近距离的观察了整个房屋的建造过程，厂房的结构，学到了很多很适用的具体的施工知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要、十分基础的知识。比如，钢筋的绑扎，底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外，接头要尽量放在受压区内。在砌墙的过程中，如遇到墙要转角或相交的时候，两墙要一齐砌起来，在留槎的过程中，能够留斜槎，如果要留直槎，则务必留阳槎，且要有拉结筋，不能留阴槎。在进行混凝土施工的过程中，要个性注意混凝土的配合比，在天热的时候要注意养护。其次我们还对一些细

部的作法有所认识，了解了设计与施工间是有距离的，要靠施工工程师在技术上给予合理设计才能保证施工的顺利和高质量。针对每次的参观我做了以下的总结。

对于像故宫一样古老的建筑在施工上能够算是大兴土木，但以后使用的机会较少，但针对对古建筑的修复这一需要，为保存祖国的文化，古国风貌，是不可或缺的。所以研究古建筑的构造是有必要的。对于厂房，我们今后会有单层厂房这门课程，以后走向社会我们或许现场房建设方面发展，而且本身各种建筑理论的基础知识本都是相通的，因此无论是为今后的学习还是以后投入社会的需要对厂房的认识都是必不可少的。厂房由山墙，梁，柱，屋盖，水平支撑，竖直支撑组成。整体是钢筋混凝土结构。

在梁上设有吊车的槽钢轨道，为了使整体结构稳定，在厂房的第一段，最后一段是有行家结构的水平支撑，在进深超过六十米时，中间的某一关也要加上水平支撑。竖直支撑则是在沉重的梁上起加固作用。而对于建筑工地，我的体会就更深了，无论是对施工过程还是对施工工艺我都产生了很大的兴趣。当今的不同建筑多采用橡胶混凝土的方式，结构杀害能够多为框架剪力墙。对于钢筋的使用有着严格的规范，从配筋到绑扎，到架模板，再到灌浆，这一系列的工作，一项都不能出错，小小的偏差可能会酿成无法收拾的严重后果。而在施工工艺方面，脚手架，模板，包括新材料的使用都更加直观的展示在我们面前。

## 寒假实习报告 篇2

社会实践人：辽宁工业大学 软件工程XXXX年-2班 孙\*\*

实践地点：沈阳市皇姑区\*\*\*街道

实践时间：XXXX年2月1~5日

实践内容：走进社区，助理工作

实践目的：利用假期深入社会开展社区服务活动，帮助社会弱势群体，构建和谐社会，并且在实践中锻炼提高自己的社会适应能力，培养劳动观念和社会道德，增加大学生社会体验，提高自己的社会责任感，为社会做出贡献。

现将此次实践活动的有关情况报告于下：

社会实践是社会主义教育的一个不可缺少的组成部分，是培养四有新人的重要途径。近几年来，在校大学生走入社区越来越引起人们的重视，社会经验有了较大幅度的提高，大学生能力得到加强，有利地促进了社会主义一代新人的健康成长。所以，走入社区服务居民在深化教育改革，培养德、智、体、美、劳全面发展的建设者和接班人方面，具有重要的地位和作用。从第一天为居民服务到5日已经5天了，我从中学到了很多很多。无论是为人还是处事，我都感觉到这份工作教给我许多别人没有的东西。让我可以尽早学会一些社会上的东西。在这儿我要感谢社区给了我这次机会。在这5天的工作中，我主要负责社区的日常办公事务，辅助社区主任工作，以及承担社区的文字处理工作。在工作之中，一下几件事情记忆比较深刻，感受颇为丰富。

### 一、给社区内老人安装“援通”呼叫器

“援通”的全称是援通服务网络呼叫系统，是一种全新的社会保障服务网络平台，我所做的工作是入户给社区老人安装“援通”呼叫器，并为老人讲解“援通”的使用方法和注意事项。“援通”呼叫器只需连接到电话线上即可使用，上面有红、绿两个按键，在老人使用时特别方便。老人不用记任何电话号码，只要按下红色按键，即可获得紧急帮助，按下绿色按键时能获得一般帮助

。我给老人讲解的主要内容是：“援通”的安装和使用是免费的，在老人需要帮助时只要根据不同的情况选择红、绿按键，在按下红色按键后，“援通”网络服务平台会在第一时间将电话回拨到老人家中，话务员会细致询问老人遇到的紧急事件，包括急救、盗抢、消防等救助，并且在第一时间内通过老人登记的子女电话与其子女联系。安绿色按键后，话务员也会将电话回拨到老人家中，绿色按键主要是一般性的帮助，包括家电维修，代买购物，送货上门等日常问题。在我为老人安装“援通”呼叫器是充分体验到了老年人对社区工作的支持。

## 二、处理社区突发事件

在2月3日早晨，突然接到着去居民刘大爷的电话，不知是何原因，家中暖气管发生爆裂，由于是在早上，社区工作人员较少，我与另一工作人员前往现场处理，现场一片狼藉，暖气水顺着楼梯一直流到院内，我立即会到社区办公室，通过电话与供热公司联系，积极组织抢修，待处理人员到达现场时发现，该单元，入单元主管道也发生爆裂，楼前暖气井内全是热水，打开井盖，水汽冲天。我一边组织工作人员抽排井内积水，一边联系抽水泵，由于是室外抢修，水泵没有电源可用，我便主动与一楼住户联系沟通，一楼住户热情接待我们，并提供了自家电源供抽水泵使用，六楼住户也非常热情给我们总来了热茶，在抢修时有一个细节，就是排水时，工人很小心地将水排入下水道，这样就避免了积水遇冷后结冻成冰，影响居民通行。

## 三、辅助社区主任工作

做主任的助理，同时也承担社区的报告打印，表格制作等文秘工作，为社区板报收集素材也是我的工作之一，社区内工作相当细致，可以称得上是琐碎，有时忙的焦头烂额，但我从中体验到的更多的是快乐。

总结这么长时间的工作，我体会到了很多，但最主要的一点是“热情”。这两个字在工作实质和工作态度上都有体现。“如果你不积极主动用热情的心去帮助别人，你就永远不能真正的体会到社会的温暖”。在工作中要积极，而不要盲目的去工作，学会“用真诚的心对待每一个人”，要细心体会居民们的需求，尽最大努力去帮助需要帮助的人，要时刻为居民着想。不要让居民们烦心，更不能伤害那些有困难的居民们。

我以前没有真正的接触过社会，所以这次实践给了我一次尝试的机会，可以从这里学会如何帮助他人，如何为他人着想。“一个人的心谛决定了一个人工作成就”这是我的座右铭!做事要用善心。要做好领导安排的每件事。要理性，用理性的观点去看待事情，去做事情，去改变事情。不能感性，因为自己要更成熟就必须理性，这也是我在帮助别人的过程中学到的。

最后要学会自信，礼貌，沟通。每个人都要自信，我在工作中学得更自信，要坚强，不要畏惧任何事情。要礼貌待人，这是人一生要学的，每个时期，每个场合，有不同的礼貌方式，从这里我也学会了许多。其实我在工作中也犯了不少错误，但我觉得自己错过了就要记住，避免类似错误发生。但我不畏惧犯错误，我要避免错误，使自己更加优秀。在假期的工作中我认识到劳动的辛苦和快乐，所以我更加珍惜这次宝贵的经历!帮助他人为社会做出自己应尽的责任，热情服务每一个人，努力提高自身的素质。

这次实践使我对社区工作有了新的了解。使我在深入社会、了解社会、服务社会的过程中受教育、长才干。总之，社会实践在培育大学生中，有着十分重要的地位和作用。

## 寒假实习报告 篇3

寒假期间，我在临沂市中裕燃气公司进行了实习。时间是XX年年2月1日至2月28日。实习期间努力将自己在学校所学到的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间不迟到、早退，认真完成领导和同事们交办的工作，得到领导和同事们的肯定，同时也发现了自己的许多不足之处。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。作为一名助理，我的主要工作具体方面包括文件发送，电话记录，指令下达，传真以及信件收发等。由于这项工作便于对企业整体运作模式的观察，因此担任此项实习工作更能够将学过的专业知识与实际相对比。

刚开始去的时候，还真的有点不适应，感觉自己什么都不会做，还好后来在老师的鼓励和帮助下，我也开始有了点感觉，对公司环境开始渐渐适应了。由于以前在学校里的时候条件的限制，我对日常办公自动化和工具维护这两个方面接触的比较少。虽然大的服务器、激光打印机、传真等我都见过，但是都没有具体的操作和维护过，所以对这方面我都只有一个大概的印象而已。不过后来在老师的一一介绍下，我对一般的打印机和传真等方面都有了一定的了解。在开始的工作中，由于对人员和工作环境还不太熟悉，因此工作效率比较低，也出现了一些错误，比如发错报价单、文件指令下达效率低等，但是经过后来的弥补，没有造成经济损失，同时总结经验教训并且努力在与员工沟通和协调方面下功夫，了解人员关系，适应企业环境，渐渐比较熟悉的掌握了业务技能，后面的类似工作便能应付得比较得心应手。由于业务方面的熟练，企业领导对我提高了信任程度，并且交给了我一些较为复杂的工作。

在这里通过协助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基础。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，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，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，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

千里之行，始于足下”，这近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，可以避免我毕业后的眼高手低现象。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领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

在此次的实习工作中，我严守职业道德规范，认真完成了领导交给的各项任务，利用学习到的理论知识投入到现实的工作中，利用自己学到的知识解决现实中发生的问题，利用自己的特长为企业提高效率。做好了自己的本职工作的同时，带头做出了一些如打扫卫生等各个方面的义务劳动

，利用自己的组织协调能力，使得自己和员工之间的工作配合默契，提高工作效率，受到领导和员工的好评。

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来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，并且需要进一步的再学习。虽然这次实习并没有真正接触到企业的高层管理，业务有的与企业管理联系并不是太紧密。但是，这帮助我更深层次地理解企业运行的模式，对专业学习和今后的工作提供了极大的帮助，使我在企业管理专业方面，不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的业务往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的实务尤其显得重要，特别是目前的就业形势下所反映的拥有实践的工作经验的竞争力要远远大于仅仅局限于理论知识。从这次实习中，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，用我们的实际动手操作在真正理解和学习我们学习过的理论知识，这才是我们学习与实习的真正目的。

社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

很快，一个寒假又过去了，面对最后半年的校园生活，想着刚刚过去的最后一个寒假，紧张沉默之后更多的是感慨，印在脑海里的每一个足迹都是那么的深，真的说不出是什么感觉，伴着时间，就像是在和自己的影子赛跑，不可能从真实的两面去看清它，只是经意不经意的感受着有种东西在过去，也许更适合的只有那句话：时不待我，怎可驻足。一个月，短短的一个月，说不上是每一份经过都会成为内存，但紧张沉默之后更多的确实是感慨。

最后，十分感谢临沂市中裕燃气公司给我这样一个宝贵的实习机会，让我对社会、对工作、对学习都有了更深一步的理解和认识，为我即将走上工作岗位增添了信心，让我在大学生活中留下了美好的一页！

## 寒假实习报告 篇4

第一部分：

系部名称：专业：\_\_\_\_\_

年级\_\_\_\_\_ 班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 学号：\_\_\_\_\_

实习单位：xxxx有限公司

实习时间：20xx年——月——日至20xx年——月——日共——天

第二部分：实习报告正文

一、实习目的：介绍实习的目的，意义，实习单位或部门的概况及发展情况，实习要求等内容。这部分内容通常以前言或引言形式，不单列标题及序号。

二、实习内容：先介绍实习安排概况，包括时间，内容，地点等，然后按照安排顺序逐项介绍具

体实习流程与实习工作内容、专业知识与专业技能在实习过程中的应用。以记叙或白描手法为基调，在完整介绍实习内容基础上，对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍，其它一般内容则简述。

三、实习结果：围绕实习目的要求，重点介绍对实习中发现的问题的分析，思考，提出解决问题的对策、建议等。分析讨论及对策建议要有依据，有参考文献，并在正文后附录。分析讨论的内容及推理过程是实习报告的重要内容之一，包括所提出的对策建议，是反映或评价实习报告水平的重要依据。

四、实习总结或体会：用自己的语言对实习的效果进行评价，着重介绍自己的收获体会，内容较多时可列出小标题，逐一汇报。总结或体会的最后部分，应针对实习中发现的自身不足之处，简要地提出今后学习，锻炼的努力方向。

五、正文字体：宋体小四号字。字数：3000字左右。

## 寒假实习报告 篇5

今年寒假我来到了中学参加教育实习，这是我一直以来都在争取的实习，寒假学生教育实习报告。毕竟在学校和课堂中学习到的知识得不到实践，就得不到更好的进步。学习是一回事，实践是另一回事，这是我所坚持和认为的。在实践教学中，与学生面对面的交流，是我一直以来都认为的最好的提高自己教学能力的一种方式。

基本情况：我和我的一些同学7月15日来到安徽池州xx县xx中学，到8月15日实习结束。我被分到高一（1）班进行实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学和班主任工作，基本情况如下：

1、课堂教学：完成教案数为六份，试讲次数为六次，上课节数为六节；批改作业五次；监考十场；自习辅导十二课时。

2、班主任工作：组织一次主题为“网络的利与弊”的班会；组织本班学生与实习老师之间的篮球赛两次；找学生单独谈心、了解情况十一人次。这次实习令我感受颇多。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读；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。每上完一节课后我最大的感受就是：当好一名老师真不容易啊！试教工作开始以后，我每天的工作就是听优秀化学教师的课——写教案——试教——修改——试教，这样反复练习，完善。直到把一节课要讲的内容练到烂熟于心为止。即使这样，在我第一次深入课堂时，我还是遇到了许多师范学校里没学过、事先也没有料到过的难题。毕竟试教的时候和正式去教室上课的时候的心态是很不一样的教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。

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。这一点我深有体会，比如有一次我分析基础训练的时候，有一个题目是说“往饱和的碳酸钠溶液里通入二氧化碳气体时会有什么现象发生？”此题只要知道了碳酸氢钠的溶解度比碳酸钠的小，就能得出“可见到有白色晶体析出”的结论，实习报告《寒假学生教育实习报告》。由于事先我觉得此题很简单，也就没有深入地思考。出乎我意料的是，无论我怎么讲，同学们也无法理解为什么碳酸氢钠的溶解度比碳酸钠的小就会有晶体析出。后来只好向他们的原

任课老师请教此处该如何表达。通过这次的经验，我深感不能以自己的思维来揣度学生的思维，自己认为很简单的问题，对于刚刚涉及这一知识的学生来说很可能就会是一个无法理解的地方，这时候，我们以何种方式将此知识点向他们表达清楚就显得尤为重要了。于是，在以后的备课过程中，我就不在象以前一样只要自己弄清楚了就了事，而是更加侧重于如何将知识的来龙去脉向学生表达清楚。我的这一举措果然收到了良好的效果，学生听完课后普遍都说我讲得较清楚。这让我感到很欣慰。在当实习班主任的过程中，我从他们原班主任那里学到了很多关于班级管理方面的经验，确实让我受益不少。

比如如何与学生谈心，如何帮助后进生转化成为先进生等等。虽然这些经验都是非常宝贵的，但是我也没有完全照搬，第一是我觉得我的身份毕竟与他们原班主任不同。第二是我觉得我与学生年纪相仿，不象原班主任一样与他们或多或少地存在一些代沟，这是我的优势所在，应当加以利用。所以，在与学生的长期交往中，我渐渐形成了一套既有自己风格，又吸收了原有宝贵经验的行事方法，而且还收到了较好的效果。比如说我和我们班上一位同学谈心的时候，她告诉我她读初中时成绩很好，几乎每次考试都是班上的第一名，数学成绩尤为突出，用她自己的话说就是“那时候学数学简直就是一种乐趣”，但是现在情况就完全不同了，不仅整体成绩直线下降，就连自己的强项数学也到了岌岌可危的地步。当我问及其中的原因时，她告诉我，由于中考的失误，进入高中以后她就失去了信心，再加上高中的课程本身就比初中的要难，使她的成绩更加后退了，以至于现在对读书失去了信心，想一心从事自己的爱好去学声乐算了。而这些她都没有和原班主任说过，原因是班主任“太凶了”。我听了之后并没有直接反对她的观点，而是从客观条件、学习条件以及以后的前途等方面和她分析了她的这种想法，使她明白了学习和爱好之间谁轻谁重，并引导她自觉得把心思放到了学习上来。

教学实习的基本目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便把学生培养成为能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的高素质复合型人才。具体表现在三个方面：

1、运用和检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识，尝试性地应用于实际工作，并从理论的高度对教育教学工作的现代化提出一些有针对性的建议和设想。检验教学成果，就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

## 寒假实习报告 篇6

今年寒假有幸到家乡的高碑店市北一铸造模具有限责任公司实习，从1月15号到2月11号，此次是我第一次深入企业内部实践，这是一个新鲜而又陌生的空间，除了“高碑店”三个字我几乎一无所知，一切都是新手上路，一切都在摸索中前行，也许是出生牛犊不怕虎，在这里不仅丰富了我的专业知识，提高了我的英语水平，增加了我的社会经验，更在这里肯定了我两年前的选择——我爱国际贸易。

### （一）公司简介

1. 北一铸造模具有限责任公司是从二十多年前一个家庭作坊式的木模型车间逐步发展到今天拥有职工240余人，固定资产3000多万规模的企业，尤其是近年在北京第一机床厂的帮助下，发展更为迅速，业务已扩展到木模型，铸造，加工，铆焊等多个领域，其产品主要销网国内的首钢，北京机床厂，北重阿尔思通，赛威（sew）等著名国有和外资机械单位，且从去年起，还远销芬兰，意大利，德国，日本等海外企业。现在正处于快速发展阶段，正逐步成为家乡的纳税大户和

铸造模型界的泰斗和领\*\*\*企业。

## （二）我的工作内容和体会

由于在业务内的良好口碑和高质量的产品，良好的信誉及业务的不断扩大，去年开始接国外的定单，一直由进出口公司代理，到今年初顺利通过进出口权的审批，在六月份成立了贸易部，为我提供了一个良好的实习环境和难得的实习机会，实习过程分三个阶段：

### 1. 翻译阶段（发盘、还盘阶段offercounter-off）

当时主要是出口芬兰的定单，从翻译定单开始（purchaseorder）做起，由于我们提前寄出样品，所以价格（unitprice）已确定，把其中的付款方式(payment)，交易方式(termsofdelivery)，保险(insurance)，包装(packing)等细节译给销售主管，再把销售主管的修改和补充条款译给外方的supplydepartmentmanagerorderingdepartmentmanager和中间人，这样通过e-mail、fax循环反复，达成最终的合同。

一切都是从零做起，大概两周的时间我通读了对外经贸大学出版的《国际贸易实务与操作教程》《进出口业务中的常见问题》两本书，参考了网上关于贸易和铸造术语，还针对payment咨询了我的财务会计王佩老师和我的师兄田海杰，对进出口业务流程有了大概的框架。在此阶段也经历了初到陌生环境的烦躁不安和工作压力，但很快这个局面被同事的信任和学习的乐趣扭转了，我也象正式的员工一样有了自己的电脑和办公桌。

### 2. 单证的制作阶段

确定了合同，接着就要备货，且由于我们是第一次出口，要做大量的准备工作，得到相关部门的批准，如在海关备案，领取法人卡和操作员卡，在外汇局领取核销单，同时在网上电子口岸登陆备案，在商检部门凭我们所做的合同箱单发票取得厂检单，最后得到出口芬兰的产地证，与此同时，由于我们还没有专业的报关员，还要把所有的证件备齐（生产经营许可证，法人身份证，自理报关证书，连同合同，箱单，发票等）联系报关行。在这个阶段主要了解了出口所需要单证及流程，跟公司去了多次海关，外汇局，商检局，税务局，银行等国家机关，虽有些劳累，辛苦，但兴趣却越来越浓。

### 3. 报关订舱阶段

取得所有证件且备货完毕后，交货日期日益临近，由于交易方式采用fob价天津，由外方指定船运代理，但外方公司休年假，迟迟没有对方船运代理的消息，直至外方公司上班之日起，他的代理人——德讯船运公司（全球最大的船运公司之一）才与我们取得联系，根据我们制好的箱单，填写外运公司的托运单，对方根据我方的交货日期签发送货单，由于外方要求一个集装箱，我们必须把七个铁托装进去，现场出现了很多问题，最终通过我公司，振华物流，德讯三方努力才得到解决，这一系列过程都是通过邮件，传真，电话联系完成的，直至26日实习最后一天，货物已按时离港。

## （三）实践收获

通过一整单出口业务的结束，对我而言相当于对国际贸易实务进行了一次真实的练兵，在此过程中，我不仅收获了很多专业方面的知识，认识了很多相关人员，参观了很多地方（如海关，外企

，港口码头等）更多的了解了国际贸易的含义，让我带着问题和兴趣投入到以后的学习中，此次实践，感谢北一铸造为我提供了这样一个难得的机会，同事们给与了我无限的关怀和信任，让我第一仗打得很完满，迈出了坚实的第一步。

## 寒假实习报告 篇7

20xx年2月14日，情人节。早上9:32，我们一行人出现在郑州紫金山公园，目的有二。其一，我们带了几个小朋友，带他们到公园走走、玩玩。其二，我们自己除了陪伴小朋友的任务，还有几人背着背包，里面全是塑料袋。

这几位小朋友都是我们这些同学家附近的，他们的共同点就是父母忙于工作，对其照顾甚少，碰上寒假，更是无暇顾及。几位女同学负责照看他们，带着他们吃小吃、坐小车、捏泥巴。我们几个男生便背起背包，开始为保护环境做些贡献。

时值中午，我们清点一下成果，收获颇丰。感谢那些情人节在公园散步的男女老少。随后我们分成三路，一路送小朋友们回家，一路处理那些收获，一路来到二七广场。我们班委几人找到在做收银的那位同学，一番交流，思绪顿开。然后我们在那里多留了一会，看看他的工作状态，工作节奏。虽然略有生疏，但已经很不错了，值得我们欣赏与认可。

紧接着，几人又来到前进路一家饭店，馍菜汤。有两位同学在做传菜员。略作等待，他们终于出现在眼前。说笑声中，交流彼此的想法。由于工作要求，我们没有聊太多，更多只是看着他们忙碌的身影。

至此，我略作总结：这个社会从不缺消费者，当我们尝试消费者以外的身份时，才可能真正体会到，那份不同，尤其是做一回服务大众的默默无闻者。当我们带着小朋友们出现在热闹的公园，我们是类似保姆或者长辈的身份，我们要尽量以他们为中心，要以合适的方式保护他们，关爱他们。那句养儿方知父母恩不是白说的。

当我们提着袋子，走在众人中，随手捡起所谓的垃圾，我们就是环保卫士。我们只是坚持了几个小时，想到有那样一些职业，只要睁开眼就开始坚持，直到被允许闭上眼。没有什么是注定的，有人用，就有人造。同时就会有人回收，这就是社会。

当我们奔波在路上，如同大多数奔波于‘路上’的人们一样，一心想着尽快到达目的地，却忽略了沿途的风景。当我们看到忙于工作的同学们，虽然很不愿意，但不得不说，我们曾这样想过，何止千遍万遍。单只有他们勇敢地踏出了这一步，这、值得我们学习与发扬。

大多数时候，我们作为被服务的对象，安逸着。当有一天，我们抛开这一身份限制，而去服务大家，那种奇妙的感觉似乎有点意外。他们有目的、有组织、有计划的深入实际、深入社会，了解一系列的有关经济、生活、教育的方针、\*\*\*策等，然后付诸行动，这一切，让得他们增强社会责任感，参与到社会各种活动，增加社会阅历、职业阅历，并提高就业竞争能力，接触社会，了解实际职业需求。受教育、长才干、做贡献。完美的循环。

自己需要学的还很多，其实社会就是这么复杂，形形色色的人，各种各样的事情都有，为了了解更多，增加自己的人生阅历，我们必须学着尝试。行动之后，学到了书本上没有的知识，增加了个人阅历。相信这个开始会成为人生中的美好回忆，他也会时刻的鼓励我们不断前进在人生的旅途中越走越远。

## 寒假实习报告 篇8

激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我讲，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。

在一些具体的工作当中也是这样的：记得刚来公司实习的时候老板安排我学习安装winXP操作系统，我本想这应该是非常简单的事，可没想到出现了很多问题，还是在师傅一步一步的教导下，直到最后才把系统安装成功，用了整整两天的时。通过自己的摸索，调试，自此，我算是真正的弄明白了计算机的硬件安装，维护和更新。后来我又进行了各种计算机操作系统的反复安装调试，一遍又一遍的调试安装，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于硬件故障的经验，比如说：我们可以在电脑启动的时候就可以通过声音来判断故障：1短:启动正常，2短:非致命错误，1长1短:显示错误，1长2短:键盘错误；

计算机蓝屏的原因有：

- 一、系统重要文件损坏或丢失引起的 (包括病毒所致)，
- 二、内存超频或不稳定造成的蓝屏，
- 三、硬件的兼容性不好引起的蓝屏，
- 四、硬件散热引起的“蓝屏”故障；

计算机经常死机的原因有：

- 1、系统出现错误包括病毒所致，
- 2、主板的芯片或者其他的零部件损坏，
- 3、显卡接触不良，
- 4、内存接触不良，
- 5、CPU风扇散热不良，
- 6、计算机的电源有问题，
- 7、硬盘出现故障等；

计算机黑屏的原因：

- 一、显示器断电，或显示器数据线接触不良；
- 二、主板没有供电；

- 三、显卡接触不良或损坏；
- 四、CPU 接触不良；
- 五、内存条接触不良；
- 六、机器感染 CIH 病毒，BIOS 被破坏性刷新等等。

因为我师傅是硬件方面的工程师，对软件了解可能比较少吧，所以在软件方面的故障我接触的比较少，大多客户都是中病毒引起的，直接重装系统就解决问题了。但是我觉得重装系统实在是耗费太多的时间了，所以我就自学了很多软件方面的知识以完备自己。在公司里我问师傅，查资料，一个个问题迎刃而解，自己在这方面的知识得到了充实。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

## 寒假实习报告 篇9

光阴似箭，转眼间我们的实习生活结束了，回顾这段时间的经历，真是感想颇多。短暂的工作时日不仅磨练了我的意志，也使我对今后的人生道路有了真确的方向。

教育实习对一个师范生来说是相当重要的，在校师范生平时所学的无非是一些理论性知识，大部分知识都无法直接与教育实际相关联，久而久之，我们就养成了一种眼高手低的坏习惯，看待事情往往过于简单，缺乏深刻见解，思考大于行动。因此，要想把所学的东西切实的、合理的运用起来，就必须付诸于实践，因为实践是检验真理的唯一标准。实习就是一个很好的机会，它使理论体系已基本完备的我们得到了真实的尝试，在这个过程中，我们也能够找出自己的不足之处，从而努力完善自己。

经过这段时间的实习，我觉得我更加成熟了，认识到了理论与实践相结合的重要性。教师是一个很特别的职业，肩负着传承人类文明的重任，是人类的文化桥梁。对于即将走出大学校门，成为这支光荣队伍一员的我来说，责任更是重大，只有拥有过硬的本领，才能更好地接过这副重担，否则只会误人子弟。随着思想境界的提升，我也切实体会到了实习的重大意义。作为语文老师，我更要加倍努力，不断扩充自己的专业知识，广泛阅读，多思考，多钻研，革新观念，使自己成为一名经得起大风大浪考验的饱学之士，实实在在地为传播人类文明贡献出一份绵薄之力。

实习期间，我积极主动向指导老师请教有关教育方面的问题，听课与讲课相结合，每天兢兢业业，丝毫不敢怠慢。良好的敬业态度赢得了老师们的一致好评，始终坚持在自己工作岗位上的坚韧毅力也深深打动着组里的每个成员，他们也乐于将自己多年的教学经验拿出来与我分享，因而，我学到了许多实用的技能，认识到了能够把自己既有的知识轻松的传授给学生，而学生又乐于接受，这才是一名优秀的教师。传授一种切合实际的知识技能，对学生来说是相当有用的，所以课堂的授课方式也是不容忽视的，它直接影响着一个老师的教学成果。教学的目的是让学生掌握老师传授的知识，学生是教学的对象，所以，我们不能只为了讲而讲，应该更注重学的结果，应以学生为中心。

更多 实用文体 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发