

# 【推荐】大学生实习报告集合九篇

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1692665704621523.html>

范文网，为你加油喝彩！



【推荐】大学生实习报告集合九篇

## 【推荐】大学生实习报告集合九篇

在人们越来越注重自身素养的今天，需要使用报告的情况越来越多，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。写起报告来就毫无头绪？下面是帮大家整理的大学生实习报告9篇，仅供参考，一起来看看吧。

### 大学生实习报告 篇1

光阴似箭，转眼间已是大二寒假了，我们的大学生活多彩而充实，可都局限于校内，我们对外界的了解很少，而假期便是个好机会让我提前涉足于社会，去触摸书本中没有的东西。今年寒假，我有幸能再次参加广西关爱女孩青年志愿者行动，并且受益匪浅。

xx月xx号，我们广西共有四个高等院校集中在南宁计生委办公厅参加了xx年广西关爱女孩青年志愿者行动动员会及相关培训。通过这个会，我们了解到“关爱女孩”活动的内容，目的，意义及相关注意事项，为我们接下来的工作方案的大体模式指出了指导方向。今年“关爱女孩”青年志愿者行动致力于考察调研社会性别平等，以及人口性别比偏高等方面。而调研目的则是重点了解考察我区部分地区农村村规民约中体现性别平等的现状，缺陷及可能干预途径，提出改进的建议，为开展“关爱女孩”行动综合治理出生人口性别比偏高的问题，促进男女平等和社会和谐发展提供有参考价值的对策和建议。

调研时间：xx.xx.10 ——xx.xx.19

调研地点：广西来宾武宣县

调研对象：来宾市武宣县人民，包括县计生局，教育局，民\*\*\*局，妇联，乡镇计生部门

调研人员：蒋艳萍老师 王芳 林荣 李辉 朱广超 王莹 苏婉蓉 卢雪婷 谢向锌 隆艳芳 潘小池

调研形式：以走访调查为主，为了便于搜索整理信息，我们还以调查问卷作为辅助调研工具。走访为我们的调研报告提供了充实的实例材料，而调查问卷则有利于我们对所得的资料进行定量处理和数据分析。

调研方法：选定一些乡镇及村落，走访镇\*\*\*府，了解该镇的人经济，教育，卫生等方面的基本情况，然后下乡入户，与当地村民进行深度访谈，了解当地的风土人情;经济发展与新农村建设情况;村民对社会性别平等的态度;人口计生部门\*\*\*策宣传及工作落实情况;人口性别比偏差情况。而我们这次调研的主题重点在教育这方面，即农村女孩受教育现状及影响因素。

xx月9号下午我们出发前往来宾武宣，车外的秀丽风景拼命的往后退，我们在好奇与兴奋中前进。正如我们在准备阶段所了解到的，武宣县是一个人杰地灵的县城。这里有以山峻、水秀、石奇、林幽着称的百崖大峡谷，是难得的旅游、休闲避暑胜地;还有坐落在高出地面100米的八座山峰中终年旱不涸，雨不溢，水甘可饮，水色依时变幻，四面青山挺拔秀丽，自成一景的自治区级风景名胜区八仙天池;文庙——广西最大、现存较好的文庙之一，自治区级重点文物保护单位。从进入武宣县我们便感叹真是名不虚传。

而时下恰是“双忙”时节，路边金灿灿的稻田里，农名朋友们正辛苦劳作着。我们到达目的地后安顿好后便马上开了一个小的会议，就当地情况讨论，将工作方案在修改完善。我们采点的是黄茆镇和东乡镇，以东乡镇为例。

从我们收集到的资料情况看，东乡镇教育状况不是很乐观，在走访中我们发现村里大多数都是六七十岁的老人和几岁的小孩在家。了解才知道，大部分年轻人都出外地去打工了，而且好多本应该在教堂里的孩子们也早早的加入打工队伍的行列。走访了两天，才好不容易见到一户人家里有一个1xx岁的女孩子。她向我们介绍说，她小学我毕业就不读书了，周边的同学也有部分也是这种情况的，也有初中毕业就不读书了的，上高中的寥寥无几，而能上大学的，更是凤毛麟角。他们小学毕业后就在家务农一两年，然后就跟着年长一点的亲朋好友出去打工。和走访的其他十几户人家了解到的情况差不多，当地年轻人接受教育的程度普遍不高。

特别是到了合群村，这里都是很零散的几户人家组成的小村落扎在山脚，山山相连，经济作物就是人均不到三四分的田地，经济水平落后。我们走访中有一户人家，主人是一位将要退休的小学

教师，黄老师。他向我介绍当地的一些情况。他说，现在村里人最揪心的事是，为了减少资源浪费，县里出一条关于合并学校的\*\*\*策。河马乡以前有xx所小学，现合并为1个——河马中心小学。初中也合并学校。而问题在于这一地段多以山区为主，村落之间又遥远，以前有xx所小学，学生可以自己到较近的小学上学，而合并学校后，由于路程遥远，家长不放心，而且中心小学只开设三年级以上的宿舍楼，宿舍少，设施简陋。而且现在像这种贫困山区小学最缺的还是老师，一些老师因为各种原因不肯留下来，新招的老师也不够调配上课，师资力量薄弱，教学设施差。黄老师说，以前还有好多小孩可以读完小学的，现在部分同学都面临辍学问题了，真希望\*\*\*府出台一些合理有效的措施。我们的走访收集资料和调查统计的结果分析，102份东乡镇调查问卷，其中有34.3%认为“重男轻女”仍是本地的传统思想，50%认为女孩上学也是非常重要的，22.2%的人认为当地辍学女孩还是比较多的，而24.5%认为她们辍学的原因是个人意愿，只有15.7%认为是因为家庭困难而辍学。61.xx%家庭收入的主要支出方向是供孩子读书，35.3%认为当地有较多未成年女性外出打工。

由上统计分析影响当地教育状况的因素可有以下几点：

**家庭因素**：由于家庭困难而辍学的也占15.7%，东乡镇主要以农业为经济，而这里山多地少，人均年收入才1xx00，生活都是问题了。我们走访时遇到一位五十岁左右的大伯，他有一个今年读初三的女儿，他打算不供她读高中了，因为家里有年老多病的\*\*\*亲，妻子是卧病在床的残疾人，家庭经济十分困难，只能委屈女儿了。类似情况的不止他一户人家，我们看了也挺心酸的。

**学校因素**：学校合并，的确省了不少资源，提高综合教学力。然而，愿意支援西部教育的老师太少了，而且国家投了一定资金用于西部教育，可真正到了当地\*\*\*府用到教育的就不敢恭维了。正如合群村小学的老师们集体向国家申请《xx年二等偏远山区教职员每月工资多增100元》这一项目，经过半年才终于被通过审核并实施了。师资力量薄弱，教学设施跟不上，也会影响教育状况的因素。

**社会因素**：调差统计分析，当地还是存在部分人认为读书只要能识字就可以了。打工仔出去两年不照样回来盖大楼了，大学生多花几万块钱，等到毕业也不一样难找到稳定像样的工作。这些话不是没有依据，现在社会竞争大，大学毕业生就业难就是一个严峻的问题。然而，受到更高的教育不是给我们储备了更多的知识吗？当地的流动人口已超过半数，青少年怎不会受影响？

## 大学生实习报告 篇2

3月23日，我来到特区报业大厦的35层，前来《XX特区报》商贸组报到。

接待我的是一名女记者，名叫潘未末，知性达雅，浑身散发着一种特有的活力气质。她告诉我，她毕业于中国农业大学，来XX特区报已经有好几年了，从在老报社上班到在新的特区报业大厦上班，一路走过来的。

看起来她是个能干精练的女记者，而且经验十足，做事很干脆，我知道，未来的两个月我将从她那里学到许多东西。第一天，3月24日，这是正式实习的第一天，我和谁都不认识，只认识潘未末记者。

我以为她马上就能给我什么采访任务和写稿任务，所以我就坐在商贸组的大沙发上等，结果她也没有怎么理我，只随便交代了我几句，就让我认真看《XX特区报》，因为她看起来也是很忙的样子，一会儿打电话，一会儿匆忙写稿……我再也坐不下去了，就直接上前，“潘姐，我今天该

去采访什么？”

她抬眼看看我，没有多说什么，就拿起手头的初稿，让我把它整理成一篇800字的消息。我欣然受命，施展自己在学校期间学习的书本知识，“标题——导语——正文——结尾”“倒金字塔”我在心里对自己嘱咐道，不到一会儿，我就把那800字的消息完成了。“这么快”潘记者很诧异地说。我很自豪的对她说，“这种小稿件写的太多了，所以很快”，很自鸣得意的样子~

几分钟以后，我才意识到我的轻狂和错误。我的稿件被“\*\*\*毙”了，因为风格问题，也因为脉络问题，这个时候我才了解到潘记者让我认真阅读特区报的用心了。随后，潘记者把她写在特区报发表的稿件集册拿给我看，让我认真体会一下，还特别叮咛说，一定要仔细地看，最好能随时做个笔记。

我没有说什么话，从那以后我不再以为坐着看报纸是一件无聊的事情，也认识到了一个浅显的道理：凡事还是从小事做起啊。

几天以后，我终于适应了特区报的风格并能正式开始展开工作了，潘记者也没有对我客气，一件件的采访任务和写作任务就交到我手里。虽然在此过程中我不断地犯了错误，但同时也不断地在学习，在改进；商贸组的其他记者也渐渐地混得熟了，也开始和他们后面跑跑展会、公司、酒店和\*\*\*府机关等，有时候他们不方便去的时候，他们就让我独身前去。

感觉在XX，记者还是比较吃得开的，比较受人尊重，比较受人看重，到哪里去采访都能赢得不少方便。不过，XX终究是个商业化比较浓厚的城市，为什么呢~我记得有几次应邀去采访，采访完了以后他们居然掏出好几百块钱，说是让我坐车回报社。鬼才相信他们呢，XX的公交车费、打的费用虽然比全国其他地方高，可也不至于要那么多钱吧！我死活不要，他们也死活不放过我，没有办法，最后我只拿了100块钱，打的回报社去了。

每个做记者的人在自己的采访经历中都能遇到最最激动人心的事情，我最有印象的是采访XX最大的临时人员安置地黄木岗又一村，那是中国最大的临时人员安置地，大约2、3个平方公里的地方却住进了十万人之多，他们都是全国各地来XX混生活的外地打工者，里面鱼龙混杂，什么人都有，不过总算秩序井然。黄木岗我去了两次。

第一次是查抄“黑”网吧，所谓“黑”就是因为它没有执照和经营许可证，那次是接到行\*\*\*\*\*局的要求我作为实习记者身份去的，一家名叫“云天”的网吧，72台电脑主机和相关配件，6个网吧工作人员。据城管部门的同志说，这家网吧的老板惨了，二三十万的投资全投水缸里去了。我采访那网吧老板的时候，他对偶简直就是声泪泣下，看得出了，都是新机器啊，就这样被全部没收了。

我知道，现在全国上下都在整治网吧，它只不过诸多被取缔的千万网吧之一而已，但从现场观看的诸多临时住居人员的同情和愤怒的目光中，我看得出来，他们很不高兴，偌大的黄木岗，能够上网的地方不多，而这家“云天”网吧收费低廉设施齐全，正好满足了他们的生活要求……那次采访虽然很成功，但总也感觉不痛快。

实习的日子是很痛苦的：每天6、7点就要去挤公交车，有时候人太多，竟然连公交车的门都挤不进，时常还要被别人看白眼；加班是平常事情，有时候晚上8点钟还有采访任务；实习的日子同样也是快乐的：让我见识了不少的东西，让我第一次去五星级宾馆里吃了一顿，让我学习了不少事情，让我体味了不少感情，让我结识了一些朋友。

## 大学生实习报告 篇3

回想自己这两个月所走过的路，所经历的事，没有太多的感慨，没有太多的惊喜，多了一份镇定、从容的心态。

两个月的实习，对一个缺乏社会经验的大学生而言，从中学到了学校里学不到的知识，在这段时间里，领导同事给了我足够的宽容，支持和帮助，让我感受到了“海纳百川”的胸襟。

首先得感谢公司给我们提供工作条件和生活环境以及有经验的上级给我们指导，带着我们前进。他们的实战经验让我们终身受益，从他们身上学到的不仅是做事的方法，更重要的是做人的道理，做人是做事的前提和基础。

从2月11日开始进入公司，不知不觉中，两个月的时间一晃而过，在这段时间里，我学会了好多，无论是专业知识还是社交，现在，还未完成职业角色的转换。其实从一个学生一下子转变成一个职业人，真的有点不习惯。到目前为止，我看上去还是像一个学生，根本就不像是工作的人，包括谈吐举止方面。

刚刚涉足社会，每个人都需要学会适应，不断锻炼自己，熟悉公司的操作模式，在工作中，我接触到了很多以前从未碰到过的人和事。在这段时间里，我明白了自己的不足之处，特别是要加强专业知识的熟练与运用。

为期两个月的实习生活弹指一挥间已经接近了尾声，在这期间我体会到了身为一名鲁泰员工的酸甜苦辣，也让我体会到当一名员工的不容易与肩负的重任。回想起2月11日当天，年轻的我们捧着一颗颗热情、兴奋而充满期盼的心来到鲁泰纺织股份公司，激动不安之情油然而升。一个个沉甸甸的问号，在我脑中盘旋。我不断自问：作为一个实习生，我能做好吗，我能给学生带来一点进步吗？如今，两个月的生活见证了我的成长，为我的实习画上一个完美的感叹号！

回顾实习生活中的点点滴滴，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些悲苦。那就是对公司的一些工作流程的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。但是通过实习，加深了我对基本知识的理解，丰富了我的实际操作知识，使我对日常工作有了深层次的感性和理性认识。

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，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。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。发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。

另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮助别人的地方也多，帮助别人多了，别人也愿意帮助你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就形成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己关在自己自己的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

人都说不经历风雨，怎能见彩虹？也许像我们这些刚从象牙塔出来的初生牛犊，只有多历练一下，才会体验到什么叫苦，什么叫人生???

在染色中检上学了两个月，终于在5月28号我顶岗了，以前，跟着师傅学习的时候，从来不知道这份活这么难做，真正自己做的时候才发觉一切都沒那么简单，根据运转卡找布，拉卷，缝头，包卷，这些看似简单的事情，真正操作起来却显得那样难???

也许任何事情都是从不会到会，从会到熟练，苦与难都是必经之路。刚开始顶岗的那几天，我真的有点干不来，无论自己怎么努力，可怎么都做不好，那会是多么烦气啊。可是慢慢的，慢慢的，发现自己已经在不知不觉中熟练了，会用包缝机缝一个又直又齐的缝头了，知道如何取样了，懂得如何调卷了，明白如何避免起折了???

虽然中检上的杂活会比较多，但是我不回因此退却，我会把它当成锻炼自己的一个机会，好好努力……

从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我感到了彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。也许自己会看不惯企业之间残酷的竞争无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候可能会觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活。而在学校，有同学老师的关心和支持，每只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。在学校时，老师总强调我们要培养自己的自学能力，参加工作后才能深刻体会到老师的良苦用心。无论怎样，自己都要坚持！

在以后的工作过程中，心里上不要有什么额外的想法，不必要的压力，要好好工作，好好学习。先就业，后择业。我现在要好好锻炼自己。再好好学习，之后相信自己通过努力一定会找个好工作来回报父母及其所有的老师的。别的没有什么奢求的，现在当然是把磨练自己放在第一位。

在学校，我们只走的平路，上不得陡岭，更过不得险滩，以后步入了复杂的社会，作为一名小实习生，在学习的过程中，肯定会有委屈，会有埋怨，无论遇到什么困难，都不能轻言放弃，更不能自甘沉沦，要知道，人生有起伏才有真趣，有波折才有韵味。以后的道路还很长，要加油!Fighting!

## 大学生实习报告 篇4

实习是大学生向社会必经之路，因此这次实习我非常的重视，并且这段时间的实习，让我受益匪浅，以下是我这次德邦物流实习的总结

20xx年2月15日，作为学校“方太模式”寒假实习的团队之一，我们从兰州大学本部出发，前往广州。2月17日中午，我们到了目的地。对于广州，一直觉得陌生和新奇。走出大西北，我走进了完全与众不同的一个世界，这里有我不了解的人和事，好多好多，有许多“门”，通往不同的生活境地，等着我去敲门。

经过一下午的调整，2月18日，我们正式走进德邦。上午我们在人力资源部刘先生的安排下，参加了公司的培训。记得我们五个人穿着正装，胸前佩戴着兰州大学校徽，走进培训室的那一刻，我的心情很复杂。其实，相信我们每个人心里都明白，我们走出来，走进德邦，代表的是兰大人。培训课在很轻松的气氛中开始了，鹿宁老师以幽默自如的口吻开始了讲课，主题是调整心态。

学员都做了自我介绍，鹿老师先做了示范，首先，我是×××，我有3个优点……，2个缺点……，最后总结。课堂上，我了解到，参加培训的人都是在公司工作了两年以下的年轻员工。鹿老师把所有学员按精英德邦人分成了5队，每队选出一名队长，并为大家做风采展示。之后老师让我们5个人也分别做了自我介绍。在课上，鹿老师讲了25种让你快乐的方法和18种保持良好心态的方法。他以自己渊博的知识给学员带来一个个生动的小故事和富于哲理的话语，这激励着、感染着我们每一个人。第二堂课的时候我们还做了游戏——“人椅”，结束后，学员都各自谈了感想。我想，其实每一位刚刚走进公司的人，都应该接受这样一些培训，因为它是在传达一种理念、一种文化。让每一位员工去认同德邦，认同它的一点一滴，才会用心去工作。老师的每一句话，都传达着一种思想。很喜欢这样一句：献身于你的工作，但别变成它的奴隶。之所以选择这句话，是因为，我觉得自己一直是一个太好强的人，无论是工作，还是学习、生活，我都会尽最大努力去做到最好，不会吝惜时间和精力，像一匹永不知疲惫的马，被驱使着似乎永远都不知道休息。只是，那一刻，我懂了，以后的日子，我依然会好好工作，但绝不是一台机器。我知道，有一天，我会变成他们的主宰。

2月18日下午，在人力资源部何涛先生的带领下，我们参观了公司总部，办公楼、营业部、汽运偏线、汽运统计部、外场等。下午3点左右，我们对鹿宁老师进行了个人专访。从何涛先生口中，我们还得知了，鹿宁老师是公司的金牌讲师。鹿老师，很和蔼，非常健谈，这是我对我鹿老师的第一印象。在谈话中，我们得知，鹿老师从来没有进入过大学校门。用他的话来说，进入德邦是个误会，在德邦的发展是个奇迹。他高中毕业后，便进入国企当了工人，一干便是16年，那个年纪，别人还在吃喝玩乐，无所事事的时候，他在读书。实战营销18年，在自己奋斗的那段日子里，他依然坚持着读书的习惯，并且所有的工资都用来买书，文学的，管理的，哲学的，历史的，心态的，涉猎了很多，而且喜欢写东西，曾经的一篇文章获得了国际征文奖。他说，他当时只是想，只要能留下一本书，怎么样都无所谓。也许这个想法听起来很简单、很幼稚，但却非常朴实。知道现在，他仍然每天都坚持读一点东西。我想，一个人，好的习惯容易养成，但坚持下去恐怕是件难事。后来，抱着到沿海地区闯一闯的心态，他来到了广州，来到了德邦的招聘现场，最后成了德邦的一名员工。初进德邦时，他是一名普通的营业员，但是就是凭着自己的努力和多年的营销经验，业绩不断提高，3个月后，他成了经理，以后几乎平均每个月都为公司盈利300万元。但是他没有止步，公司开办培训班的时候，他报名参加，并主动要求让他试一试，给大家讲课。我想他是很感谢那次机会的，因为那一次，他一炮打响，也从此走上了自己的培训生涯。如今，他已经在德邦有5个年头了，他实现了自己的目标，08年全国巡回演讲。如今的他是德邦的高级培训师，享受着高级待遇，是受人尊敬的鹿老师，现在，他还是公司的一个小股东。他感谢德邦给了他这一切。我们也相信，鹿老师的路没有尽头，因为他用行动践行着一切。

在鹿老师那里，我们也了解到，德邦在08年被一家非常著名的培训机构评为最具学习力的公司，公司近年来一直致力于实行人性化管理，越来越关注员工的生活和福利。09年，公司总部将要进\*\*\*上海，驰骋长三角，打造受人尊敬的企业，成为中国物流企业的领头羊。访谈的最后，鹿老师也对我们提出了建议：作为大学生，很重要的是坚持，要不怕失败，不要在乎待遇，少说话、多听、多做事，多与人沟通和交流，也要关注自己的口才。以后走上工作岗位，做人要诚实，做事，不能怕、更不能后悔，犯了错误，敢于承认，更要勇于改正，最重要的是要有高度的执行力。访谈结束了，相信每个人都感触很多，我想，当时，每个人都在想着不同却又相同的事。

2月18日，我们正式开始了在德邦的实习。我和程远强学长被分派到东平营业部，马雪被分在广州汽运偏线，马骁学长在人力资源部，谢子恕在广州汽运统计部。

第一次走进营业部大厅，首先就会看到写着“全程呵护，放心托付”的德邦物流的标志。在柜台上，摆着价格表，另一面便是德邦的长青法则：我们的使命——为中国提速；我们的愿景——成

为中国人首选的国内物流运营商;我们的'核心价值观：成就客户——竭尽所能满足客户;卓越运作——没有好的运作，一切都是白费;创新发展——要做创新的人，不做教条的猪;长远视角——30年后成功才算成功;激情进取——绝不被淘汰。在每一台工作的电脑屏幕上，都有标准服务用语：业务咨询：您好，德邦物流。请问您贵姓，有什么可以帮到您?可以留下您的联系方式吗?感谢您的来电，再见，祝您心情愉快……每一位员工，从经理、主管、到普通营业员，都穿着齐整的工装。这一切都体现着德邦人在追求着更好的服务。

由于第一次接触，我们两个对所有的工作都很陌生，不知道该做些什么，也不知道怎么做。整个一上午，都处在无所事事的状态中。还发生了一件很尴尬的事，由于其他人都在忙着开单发货，我们两个便坐在一个椅子上挤在一台电脑前，浏览一些公司的相关资料，这时，发货部的一个姐姐过来提醒我们，这样坐不得，我们两个才意识到，这是在公司，不是在学校，而且是在面对客户的第一线。部门不一样，工作性质也不一样，在营业部，要注意自己的一举一动，随时保持最佳的形象。下午上班后，经理找我们谈了话，让我触动很大，当时的原话已经记不清了，但是，我明白他的意思。他说，两年前，我也和你们一样，有着大学生在校园里养成的固有的清高和对踏入社会的不适应，你们很单纯，但是既然来到这里，就要把自己融入这个集体，把自己变成局内人。在这里，没有人应该或者必须去帮助你，告诉你该做什么，需要你主动地去问别人，寻求帮助，获得真正有用的东西。原来一上午的“不理不睬”是在观察我们。下午的工作变得轻松了一些，引导客户填单发货，为客户倒水，引导客户去外场，在电脑前看营业员如何开货单，这看起来很简单，因为有专门的金蝶EAS系统，只需工作人员将所有数据填上，打印出来即可，货单一式五联，第三联是交给客户的。然而其中有好多要注意的地方，每张货单都有不同的单号，货物的始发站和目的站，走货方式，包括空运和汽运，提货方式，包括送货上门、自提等，包装情况，是纸袋、纤袋，还是木架等，其中还有发货人和收货人的姓名及联系方式，货物保价，发货时间等很多细节。不同的目的地，不同的运输方式，不同的提货方式，发货价格是不同的。

两天的实习，我们还参加了部门的一个会议，终于对整个流程有了一个比较清晰的了解。我也深深体会到，一个不小心的错误，一个微妙的环节出错，都会产生不必要的麻烦，甚至会给公司带来巨大的损失。开单的时候，要对送货的货物非常留意，如果电话号码写错，地址不问明白，该加收的不加收等等，都会严重影响派送时效，不仅会使到达部门很为难，甚至会引起顾客的投诉，到达部门的差错率也会非常高。自提货物的地点也不能马虎，要注意哪些部门不能到达，开哪个营业部方便顾客提货。价格方面，各个专线和偏线的底价，外发公司的要价等等都要记住，对待不同的客户要有不同的方法，当然最好的是参照标准价格表。要从客户的角度出发，采用哪种运货方式、提货方式最省钱、省时，久而久之，赢得客户的信赖，公司的利益也可以最大化。还有标签，如果写错，可能导致走错货，三两件的货物最好用大笔清晰地描出来。

我所在的营业部是24小时营业，工作人员采用三班倒的上班制度，员工平时吃饭都很简单，一般没有休息。而其他部门正常工作时间是上午8：00—12：00，下午1：30—5：30。大家经常加班，很少按时下班，似乎已经成了习惯。客户比较少的时候，我们会登陆员工的OA系统，上面信息量很大，分了好多版块，可以看到公司各个部门近期动态。我们看到很多员工发的帖子，内容包括方方面面，有正面的，也有负面的，很高兴网站上有这么一个公开的地方能让员工畅所欲言。这些也从一个侧面反映出，自从03年“分家事件”以后，德邦员工从上到下对金大和新邦(分出去的两家物流公司)一直很敏感，力争在各方面做到最好，尤其是对员工的管理。

平时，在和员工的聊天过程中，我们也了解到，德邦的员工都很年轻，他们中有很多人也是大学生，有本科生、研究生，也有硕士生、博士生，但没有几个真正是物流专业毕业的。员工在一个部门工作的时间不会很长，一般不会超过两年，然后就会被调到其它部门。当然，这与公司的管理制度有着必然联系。另一方面，员工的晋升速度也很快，一般3~4个月或7~8个月就可以做到

部门经理，然后到大区经理，再到部门总监。过快的晋升速度，必然会产生一些问题。部门经理作为一个管理者，缺少扎实的、必备的管理知识和管理思想，缺乏过硬的管理素质。实习期间，也发生了一次客户上门质问索赔的事件，具体经过我没有完全了解，因为当时客户很多，但是，后来了解到是因为客户的货物发生大量破损，而这边又不知道是哪个环节出了问题，到底该谁负责，。而当时，客户态度很强势，经理似乎一时也不知该怎么办，显得有些急躁，不停地打电话，幸亏当时主管及时出面与客户好言协商，客户的情绪才慢慢稳定下来，经过一个多小时，事件才平息。站在客观的角度看，这种情况是不可避免会发生的，而作为部门的主要负责人，遇到紧急情况，更应该沉稳，万不可急躁，否则会适得其反。

与此同时，我们也了解到，公司相关部门也在各方面加强管理，做到专业合理。近年来，公司也一直致力于人性化管理，如实施6S，发放小孩补助，组织旅游，集体婚礼，开晨会等。公司部门间、岗位间、员工间的专业性不是很强，相关的责任到职能部门、运作部门、经营部门，到营业部、柜台和外场，没有绝对明显的界定。公司营业部很多柜台员工经常帮助外场搬货，这一方面可以说是员工的奉献，体现了“责任无边界”的心态，同时也从一个侧面反映出德邦员工的辛苦。

三天的参观实习确实很短，我很庆幸自己还学到了一些皮毛。真正走进了一个企业，你才会切身体会到它内在的一些东西。如果还有时间、有机会，我一定要挖掘出德邦更多的东西，和大家一起分享。一句句朴实的祝福，带着沉甸甸的希望，我们踏上了返校的旅程。

## 大学生实习报告 篇5

现在的我已经毕业了很长的时间了，工作了一段时间后，我发现我在所在的公司没有前途，得不到重视，能力也没有发挥的平台和空间，只好辞职不干了。

不过生活还要继续，我必须要有新的工作来维持生活。不过还不错，辞职后不久，我就找到了新的公司工作。新公司很好，乐事我没有任何的公司专业知识方面的经验，只好先在公司的电子商务中心实习，实习结束后再工作。

短暂的轮岗接近尾声，我非常感谢部门领导用心地给我们安排了这次轮岗锻炼，同时同事们的热情帮带让我在思想认识和业务上有了深刻细致的体会。

### 一 初来乍到，快乐入职

在进入电子商务中心以前，我们这批新人早已通过与领导们的短暂接触带着强烈的期待在猜想这是怎样的一个部门？报到第一天，我们被划分到各个中心岗位，参与轮岗。我的第一站是外网编辑室，这个科室主要承担国外网站上的销售、数据整理和网站编辑、维护，以及产品的开发和推广等一系列任务。我们三个新人刚坐正，老总便和气地过来和我们几个新人打招呼，惊得我们连声称应。接下来，同事们相互打趣地向我们介绍科室的职能和一周的工作，新人的紧张一扫而光。几天工作下来，我发现，这里的工作气氛是相当的轻松，老员工带新人是相当的负责任。

当然，往后我更加确信这一点，大家在讨论事情的时候就事论事，抛除了上下级关系，上个星期信息支持室为电子商务中心广告宣传片的头脑风暴讨论会就是最好的佐证。

### 二 成长于斯

静下来想想自己最近半个月干的事，我可以开出一份长长的单子，这让我非常自豪，在短短的时间内，在大家的帮带下，我可以做一些得到认同的事情，让我感觉非常快乐。

9507\*\*\*和\*\*\*的实习让我印象非常深刻。他们工作琐碎，经常面对旅客查、值机等简单重复的问题，有些工作环节比如帮助旅客定票成功又没有相应的经济奖励，但是他们都能按照公司操作程序做好本职工作，这样的工作态度不得不让我时刻检视自己的行为，我是否可以象他们那样，在面对机械和高强度的工作时，依然能不打折扣地完成本职工作。在与师傅的学习过程中，我发现，广东和深圳的旅客占了\*\*\*的大部分，他们的预期服务质量相对要高很多；与此同时很多旅客并不是通过\*\*\*电子客票网站直接登陆，而是通过百度知道、去哪里等第三方进入。一方面我感受到了公司前辈们在宣传渠道上做的苦工；另一方面，我也在思考怎么把\*\*\*网站的名誉度做得更好。这一系列问题都是我需要在以后的日常工作中摸索和体味的。

我不得不说的是第一份excel清单。虽然只是普通的excel表格，但是做起来也有很多生疏的地方，毕竟以前在学校，用得机会也不多。再加上要配合公司里的呈报要求，开始工作效率也不高，还弄得满脑子都是数字，遇到的问题是一个接一个，举步维艰，一个一个的审核。

网站积分策划初稿是我做的最有成就感的事了。当我们轮岗到电子业务推广室的时候，我有幸参与到了一个大项目中，并得到了具体的工作安排。在制作策划时，我学习到了很多知识，怎么打电话，发邮件，做成本核算，市场分析等等，受益非浅。对于电子商务中心来说的眼前重要任务就是收益怎么上去、成本怎么降下来，这个策划教会我了解收益需要调查市场容量、消费者偏好、与竞争者相比的优势和劣势，以及计算各种可能的投入、净现值，回收期等等，我不得不感慨，要想做好市场策划，实现公司利润增长真是一个庞大的工程啊！

在充实深刻的轮岗期间，我对各个科室的职能和工作思路有了大致地了解，得到了大家温暖的支持，完成了职业人的蜕变。

### 三 告未来

轮岗一直在教我怎么适应工作，而我也在思考，什么能让人生更有意义？是现在的这份工作吗？而若干年后当我已不在年轻，回首往事时，能否想起今天的一朝一夕？我在写这篇心得的时候，我已经明白每天的成长为我的生活填加了五颜六色，充实着我人生的意义！多彩的生活包含了成长中的喜悦和痛楚，若干年后，我不能记住在电子商务中心的每天，那我又能记住什么呢？我更加坚定：从今天开始，从小事开始，未来，我来！

实习结束了，我又要开始全新的生活了，这是我所期盼的，大展宏\*\*\*的时刻就在我的面前，一定要把握住机会。以前的公司我老抱怨没机会，现在公司会给我很大的空间让我发挥，我一定不会辜负领导对我的信任的，我对自己的能力很自信。

如果我做的不好的话，这只能说明我不够努力，以前的我做事一直很成功的，相信以后也会这样的。虽然人生路上有很多失败，我也会有失败，我会在失败的路上改正自我，实现自己的人生价值！

## 大学生实习报告篇6

暑假期间，我在中国人民银行江苏省常州市中心支行参加了为期一个月的实习。通过这次实习，我对人民银行地方中心支行的工作内容有了比较清楚的认识，区分了中央人民银行与地方中支的

职责划分。

中国人民银行江苏省常州市中心支行有信贷管理科、调查统计科、国际收支、外汇管理、会计、人事等部门组成。与普通商业银行相比，在这里工作的职员主要局限于完成自己的工作任务，没有额外的业务指标，工作相对轻松与模式化。他们时有在职资格考试，但这也是在类似国家机关工作的特点。

我被安排在信贷管理科实习，这个科室有两个科长，三个科员（原来有四个，有一个生病休假了）。由于人员少，每个科员要承担不少的工作任务，而由于他们要负责地方货币信贷月报、季报、年报的呈报，所以在月中与月末时工作繁忙，而月初又很空闲。这也就导致一个月的事常常要集中在半个月的时间内完成。科长形象地说，在工作最繁重的那段时间，他们忙得抬不起头来。

刚到信贷管理科时，一个同事拿了一些他们以前做好的材料给我看，有常州市金融运行报告，金融统计月报，货币\*\*\*策执行报告等等，通过这些资料的阅读，我对信贷管理科的工作内容有了一个大概的印象，同时也了解了家乡的金融运行情况。

过了几天之后，王科长向我介绍了常州市中心支行信贷管理科的主要任务，集中在三方面：

一、执行货币\*\*\*策（只有中央有制定货币\*\*\*策的权力，从省一级往下就只是执行货币\*\*\*策。国家人民银行的货币\*\*\*策针对的总量的控制，而信贷管理负责的是结构的调控，\*款在哪些领域鼓励投入，在哪些领域有限制）；

二、金融市场监控（地方银监局主要监管金融市场中的各个主体，而市中心支行主要监管金融市场中跨区域的领域，如果经济运行中的一片区域都出现了问题，这是需要他们负责的）；

三、确保金融稳定。由于权限有限，他们的工作做的不可能很深入，往往是表面文章。实际上他们工作的主要任务是分析地方\*府的经济\*\*\*策，还有分析监控地方金融运行情况和货币\*\*\*策执行情况。另外，还有一个“2+1”2指学生助学\*款和下岗工人\*款，但这两项的不良\*款比例很高，后者高达20%，前者更高，目前还没有统计数字。1指房地产\*款。

我在看了一星期的材料之后，科长逐渐安排一些工作让我做，比如制作简单的报表，绘制\*\*\*表，统计汇总等，在这个过程中，我体会到书本上的知识在实际工作中不一定用的到，而且在绝大部分时候是用不到的，但知识作为一种储备又是必不可少的，因为它会在潜移默化中影响一个人的思维，思考的方式，决定一个人能否高效、创造性地完成自己的工作。工作与学习不同，学习需要一个人专心致志做好自己的事，而工作除此之外，还需承担应尽的责任，有的时候甚至不是自己的责任，因为工作大多数情况下不是一个人就能完成的，工作中存在分工，大家各司其职，工作中的上下游各环节只有确保准确无误的完成，整个工作链才能环环相扣，井然有序。记得有一次，我在做金融市场业务情况的汇总报表，资料来自各国有银行、地方银行发来的填报报表。我只顾把数据汇总，却忽略了对报上的数据进行最简单的逻辑分析。因而在有经验的科员检查时，就发现了好几处问题，比如有银行在发生笔数一栏填写了1.5，这显然是在填报时出现了差错，还有银行在同一栏目的“发生笔数”未做填写，在“发生金额”下却填有数据，这可能是该银行无法准确统计，因而空缺该栏的结果。这样最后汇总出的该栏目发生笔数和发生金额是不匹配的，没有统计的意义。

实际统计工作中，会出现数字资料缺漏的情况，需要一个细心的统计员及时发现，核实数据的准确性，对数字资料做出处理。尽管这可能并非一个统计员的责任，但为了使自己的工作有意义，

能正确的反映问题，发现别人的错误，并令其及时改正，也是对自己职责的履行。另外，工作中常会出现一些突发状况，需要职员有较好的应变能力，恰当处理问题，并在此过程中逐渐积累经验。工作中工序的安排也是门大学问，恰当安排，会使工效大大提高，时间得到极大地节约。

## 大学生实习报告 篇7

基本情况：办公实习

实习目的：通过办公实习了解保险行业及其营销运作状况，在此基础上把所学的商务和营销理论知识与工作实践密切联系起来，培养实际工作操作能力与分析思考能力，以达到学以致用，并积累一定的社会处世经验。

实习时间：20xx.7.10---20xx. 8。 20

实习地点：保险股份有限公司支公司

总结报告：

今年暑假,我有幸到中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司进行了为期40天的实习，在这一个多月的实习中我学到了很多在课堂上和书本上根本就学不到的知识,受益匪浅。现在我就对这40天的实习做一个工作小结。

首先介绍一下我的实习单位：中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司。中国人寿保险股份有限公司前身是1949年随国建立的中国第一家保险公司，几经演变后，现公司于XX年6月30日根据《中华人民共和国公司法》注册成立，并于XX年12月17日、18日及XX年1月9日分别在美国纽约、中国香港和上海三地上市。公司名列我国最具价值品牌前十名，是我国保险行业第一品牌；市场份额将近全国的1/2，拥有最多的全国客户群体和独一无二的全国性多渠道分销网络以及遍布全国的客户服务支持，是中国寿险市场的领导者；随着资产的不断提高，公司已通过其控股的中国最大的保险资产管理者----中国人寿资产管理公司建立了稳健的投资管理风险管控体系；其经验丰富的管理团队将中国人寿在世界500强企业中的排名不断提高，11年跃居159位，堪称行业老大。中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司是荣昌县所辖地区拥有客户最多和最具实力价值的保险公司。

在中国人寿荣昌支公司，我先后接受了保险业基本理论和中国人寿新推出的险种——万能险的基本条款及规定的培训，参加了了关销售万能险的产品发布会和不同形式的客户联谊会参与听讲新人培训会与每周例行的大小型晨会，参与保险代理人换签合同的各项流程处理事宜，接待保险业务员及为其制作、打印各种险种利益的演示表格，辅助个险销售部及组训室的其他同事解决工作上的问题等。通过这些各种形式的工作参与，我学到了很多宝贵的实际知识，主要是：

（1）保险方面的理论和知识以及保险行业的现状，使我对保险有了一个更客观、全面的认识，理智的判断，也激发了我对金融学的深化了解和欲学以致用的兴趣。

（2）通过对已知资料的分析和与同事们的交流，提高了自我的思考认知能力，通过对保险业的现状的研究和前景的科学预测，进一步引发了我对职业取向的思虑，帮助了我在大学期间进行的职业规划和职业生涯设计。

(3) 对职场有了初步、真实、贴切的认识，明确了努力和改善方向，通过与同事们和众多的业务员的交往、接触，学到了珍贵的人际交往技巧和处世经验，交到了几位可以虚心请教的长辈朋友，感谢他们对我的指导、教育和思想启迪。

(4) 电脑办公的实用知识与软件应用技巧，以及处理问题的能力和经验，强化了我对扩展知识和提高能力的学习欲望。

(5) 勤奋、踏实、认真、负责任做事风格的重要性，只有这样，才能得到认可，才能真正有所收获。

当然，以我个人之见也发现了一些小的问题，如保险代理人考核制度不够健全，保险业务员职业素质参差不齐，出勤制度不够完善，分工不定期不够明确等需要改善。

## 大学生实习报告 篇8

车工车工时间：10月8日到9日，共2天。早上8：30——11：45；下午2：30——4：45在车间实习过程点点滴滴：车工是我们实习中最先接触的一个工种，车工要求我们要掌握的知识和操作还是很多的。从踏入车间的那一刻开始，我们就要有严谨的实习态度，要严密地听从老师的指导，一丝不苟地操作，毕竟那是放置了机器的车间，不是堆满课本的课室。

我们在师兄，老师的带领下先参观了整个车工的车间，通过仔细观察，先在视觉上对车工有了初步的理论认识。卧式车床的型号：我们这次车工实习的车型是卧式车床，型号为cz6232a，其中c——机床分类号，表示车床类机床；62——组系代号，表示卧式。其他表示车床的有关参数和改进号，如cz6232a型卧式车床中，“32”表示主要参数代号（最大车削直径为320mm），“a”表示重大改进序号（第一次重大改进）。车床各部分的名称和用途：变速箱，是用来改变主轴的转速的。主要由传动轴和齿轮组成。三爪卡盘，是用来夹持工件的，以便车床加工。刀架，是用来夹持车刀并使其作纵向、横向或斜向进给运动的。手柄，是车床控制机构，操作人员可以很方便地操纵手柄以控制车床主轴正转、反转或停车。

我们通过仔细观察，了解了卧式车床型号、组成、用途和传动系统，或许有同学认为这是不必要的，认为金工实习就是要学动手操作能力和技巧，把这些理论知识置之度外，不用心去学，这种想法态度是非常错误的。我们虽然是在实习，实际操作能力当然是要重点提高的，有动手能力却没有理论知识，这是我们工科学生的弱点。众所周知，我们要做的是一个全面发展的工科大学生，不论是动手能力，还是理论知识我们都要“二者得兼”。在实习之前我们只是可以在书上学到理论知识，专业名词，根本没有机会可以实际做到实际与理论结合起来，现在有金工实习这个机会使得我可以把那些抽象的专业名词，理论知识应用到实际生产中，有一种真正感受到机械味道的感觉。

2. 老师一边讲解一边给我们示范操作，我们都聚精会神地听讲。我们再结合老师的操作演示自己独个子进行机床调整，空车操作。机床调整主要是让我们学生自己先去接触机床，了解机床各个部件的操作，以便让我们可以在接下来的日子里可以更熟练地进行加工操作，按时完成要求的产品。空车操作：该操作主要是让我们学生先对卧式车床的运动和操作有一个初步的操作认识，以便我们在正式加工时能熟练地操作进行加工，以免发生安全事故。空车操作时，我们学习生应掌握好各个手柄不同方向旋转时其所带动部件的运动方向；要关注一些细节问题，例如，在操作时，倘若我们打开了自动手柄开关进行了切削，则一定要先把自动手柄的开关给关上，再手动关总手柄的开关，以确保操作正确，以免损坏机器。再有的就是我们实习生要学会自己进行调速

操作，调速有三个档位，空车操作时，要转换到不同的速度档位进行操作，以便我们更深刻地体会到机床在各个不同速度档位下的运动快慢情况。第一次独自操控整部机床，心中不免有既兴奋又紧张的情绪，不过在师兄的指导下，慢慢地熟练了操作，紧张的心情也消失得无影无踪了。

3。老师分配给我们的任务是每位实习生要在规定的时间内完成精加工产品。我们要把直径为25mm，长为85mm的圆钢柱毛胚加工成一个精手锤，这不是一个容易完成的任务，不过我还是充满信心地认真地去做。在加工的过程中，有很多细节是要注意到的，比如在车端面时，90度偏刀的底座要留出10~15mm的；双比如在每次加工完毕后，用游标卡尺度量时，一定要读准数据，如果数据读错了，直接影响到下一步工序的精确完成的，进而会造成产品误差很大。

钳工钳工时间：10月11日到13日，共3天。早上8：30—11：45，下午2：30—4：45在钳工实习车间里的点点滴滴：钳工可以说是我们实习的十一个工种最累的一个吧。不过我们不会因为累而逃避，草率对待的。相反，经过三天的钳工实习，我们很深刻地体会到了累的意义，累是有回报的，我们在累中学到了很多……钳工是主要以手持工具对金属进行切削加工的方法，主要是在钳工台和虎钳上进行。我们学过的基本操作有如下种类：锯削，划线，錾削，锉削，攻螺纹，套螺纹等。通过讲解，示范了解钳工各种类型的操作及使用。

锯是由锯弓和锯条构成的，在锯削练习中，我们主要是锯削一根半径为25mm的圆钢柱。在锯削的时候手抓锯柄的姿势要正确才可以省力，省时。我们都知道一个产品从设计到生产是要经过很多程序的，其中一个工序就是划线。划线的工具有：划针，划规，划卡，划针盘样冲。每种工具都有它一定的使用要求，比如在使用样冲的时候，要把样冲倾斜45度左右慢慢放入，再竖直起来，用手锤轻轻敲打样冲头就可以在工件上面留有一个浅孔了。锉削是工件表面加工方法之一，是用锉刀进行的。普通锉刀有平锉，方锉，三角锉，半圆锉，圆锉。用锉刀进行锉削平面的时候，要锉出平直的平面，必须使锉刀的运动保持水平。平直是靠在锉削过程是逐渐调整两手的压力来达到的。外圆弧面锉削一定要注意自己手势的摆动，同平锉不同，外圆锉要求在运动过程中进行一个弧线运动的，不是平直运动的。我们还学会了用台式钻床进行钻孔，这要求我们女生要带帽子，确保安全。我们这次用的钻头是麻花钻头。我们知道在进行钻孔之前一定要用样冲在工件上打样冲眼，在钻孔过程中要加切削液，钻孔完毕后要清扫干净钻床面。我们还学会了攻螺纹和套螺纹，这两个操作均要保持铰杠和板牙架的两边受力平衡。

综合练习：我们在钳工实习的最后一天中，做了一个综合练习——做一个110mm\*190mm的书立。这个练习使得我们把所学的钳工操作真真正正地运用到实际中去，加深了我们对钳工操作的印象，提高了我们的创新意识。

铸造、机械拆装铸造、机械拆装10月14日—15日，2天。早上8：30—11：45，下午2：30—4：45在铸造中，我们了解了铸造生产的基本原理，工艺过程等内容。铸造有很多种，我们实习的是砂型铸造。砂型铸造的典型工艺过程包括模样和芯盒的制作，型砂和芯砂配制，造型制芯，合箱，熔炼金属，浇注，落砂，清理及检验。我们实习的工件是手轮的砂型铸造。我们最先是要把型砂打成很细，不可以有砂粒，这样才可以确保铸件的表面精度。接着就是整模，再接着就是分模，分模完成后就是做三箱，最后是活块。

在机械拆装中，我们要求学会拆画汽车的减速器。先把减速器各个零件拆除下来，分析内部结构，画草\*\*\*，再在草\*\*\*的基础上画装配\*\*\*。我们6个人一小组，组员们都很团结合作，大家分工合作，有的测量尺寸，有的画草\*\*\*，有的记录数据……到最后我们每人画一张装配\*\*\*上交给老师。在这次的机械拆装中，我感受到了团结的力量，明白了做事应有的态度：一丝不苟，步步严谨，特别是我们读机械专业的同学，只有严谨的做事态度，才可以使得我们在以后所从事的工作

中减少产品误差，生产更精确的产品。

在做机械拆装的时候，如果可以再细分小组就好多了，这样我们就可以有的机会自己拆装机器了，这才叫真正的实习。

刨削、磨削加工刨削，磨削加工时间：10月18日，早上8：30—11：45，下午2：30—4：45在刨床上用刨刀加工工件的方法叫做刨削。在这次的刨削加工中我们用的是b6065型牛头刨床。在听完老师的讲解后，我们11个人为一小组，把一根圆柱毛胚刨削成一个长方体，在每次的刨削过程中其刨削厚度是有极限的，每次最多只能刨1mm，因而我们也有机会轮换着进行操作了。在操作过程中我们最主要的是控制好进给速度。

在磨床上我们用的是平圆磨床，实习内容是把我们在刨床上做好的长方体进行磨削。我们必须少量地去磨，而且要注意进给速度和转向。

刨削和磨削都是一样的，非常考验我们的耐心，经过这个工种的实习，我们学到的不仅是机械操作上面的技能，还提高了自身的耐心。

数控加工数控加工时间：10月19日—20日，2天。早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45数控即为数控制（numerical control）是用数化信号对机床的运动及其加工过程进行控制的一种方法，简称数控（nc）。数控机床，就是采用了数控技术的机床，或者说是装备了数控系统的机床。

通过这两天的数控加工实习，我们对数控加工有了初步的认识，数控加工中编程是关键。第一天，我们到数控电脑房去上机学习，学习用电脑进行编程。首先是学习一些基本的程序语句，熟悉掌握各个代码所表示的意思。接着我们就是看编程序的视频，目的是让我们熟悉数控编程的步骤：（1）零件\*\*\*工艺分析，（2）数学计算，（3）编写零件加工程序：（4）输入，模拟程序：（5）装夹刀具，工件，对刀：（6）零件的试切和加工。第二天，我们进行的是实机操作，我们先分为两小组，一小组在机房进行模拟操作，另一小组在数控车床上进行实机操作，做完后，我们再对换。

其实数控加工是现代工业中一个非常重要的技术，运用数控可以加工一些更加复杂的曲面或曲线。而且还可以省时省力，加工出来的产品精度又高，而机床只可以切削一些简简单单的线型或曲面，而且加工的时间又长，精度又不高。经过这短短的两天实习，我对数控产生了很多的兴趣，下决心要利用课余时间去自学，争取把数控学得更加深入。

铣铣加工时间：10月21日，早上8：30—11：45，下午2：30—4：45。

在铣床上用铣刀进行切削加工的方法称为铣削加工。我们实习用的是立式（万能）铣床，其主轴为垂直设置。立式铣床的床身无顶部导轨，也无横梁，而是在前上部有一个立铣头，其作用是安装主轴和铣刀。通常立式铣床在床身与立铣头之间还有转盘，可使主轴倾斜成一定角度，用来铣削斜面。

与前面的工种一样，我们先是看老师的示范演示，自己再动手操作。首先我们是装铣刀，不同规格的铣刀用不同规格的刀套，把刀套装在主轴里，再用扳手把主轴上的螺母拧紧。其次在工件的安装上也有一定的要求，小型和形状规则的工件多用“平口钳”安装法，除此之外还有“压板安装”，“夹具安装”，我们操作的主要是“平口钳”安装法。在铣床上可以铣削多种典型的表面，如平面、沟槽、成型面、螺旋槽、钻孔和镗孔等，我们实习操作是铣平面、垂直面和斜面。

数控车数控车时间：10月22日，25日，共两天。早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45数控车床是数程序控制车床的简称，它集通用性好的万能型车床、加工精度高的精密型车床和加工效率高的专用型普通车床的特点于一身，是国内使用量最大、覆盖面最广东的一种数控机床，占数控机床总数的25%左右（不包括技术改造而成的车床）。

数控车同之前学的数控加工大同小异的，在控制车床之前要把所要加工零件的程序代码编好，再进行加工。我深深的感受到了数化控制的方便、准确、快捷，只要输入正确的程序，车床就会执行相应的操作。数车编程的要求是非常高的，编错一个就会导致数控车运行的错误。不过也不用那么紧张的，如果你的编程有误，数控系统会自动进行报警的，显示屏上还会显示是哪一行出错，这样我们很容易进行修改。在运行机床后，我们要把数控车的门给关上，以免废铁屑或塑料屑飞出来伤到人。在这次的数控车实习中，我们练习了三个小零件，全都是我们自己进行编程后再生产的。开始的时候觉得无所适从，根本就无从下手。对数控面板上的按键又不熟练，按键所表示的意思又不懂……后来在老师的指导下，我们都可以很熟练地进行编程和用数控车进行生产了，在后半天，我们还发挥自己的想象力，加上我们的创新思维，自己设计，自己用数控车进行了生产，事实证明我们是最棒的。我们需要的就是这样子的锻炼，通过这样的实习，我相信我们的学习和工作态度会更端正，心会更加的仔细。吃一“种”，长一智。

经过再次与数控接触，再一次深深地感受到了数控的高科技，高效率，省时又省力还省钱，这才叫现代工业。如果可以普及数控进行生产的话，肯定可以为社会创造的财富。我们是祖国的新一代，很有责任去研究更先进的技术，支持国家的工业发展。虽然我们实习的时间相对来说是少了一点，可我们不在乎学习时间的长短，只在乎实习的效率和收获。正所谓：“不在乎天长地久，只在乎曾经学过。”，人生得一“学”足矣。

电加工电加工时间：10月26日，早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45电加工（electrical discharge machining，简称edm）又称电火花或电蚀加工，它与金属切削加工的原理完全不同，它是在加工过程中通过工具电极和工件电极间脉冲放电时的时腐蚀作用进行加工的一种工艺方法。

实习时面对着这电加工的机器，我们又一次不知所措了，全都是用操作面板进行操作的。看着老师操作时那从容的动作，我们真的是自惭不如。首先学的是练习操作，我们分为三个小组，分别操作不同的机器，再互相交换着去操作，力求使得我们每位同学都有机会去自己动手操作，这是一个锻炼自己的很好的机会。一开始我还真的不知怎样去做，看着那火花都吓得后退了好几步，更不用说操作了。后来经过同学的鼓励还的老师的帮助，我终于鼓起了勇气，放心去操作了，在我学会了电加工操作的那一刻，我是非常地激动，非常地感谢老师的帮助和同学们的鼓励。

激光加工激光加工时间：10月27日，早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45。

激光加工是指利用激光束投射到材料表面产生的热效应来完成加工过程，包括激光焊接、激光切割、表面改性、激光打标、激光钻孔和微加工等。激光加工系统组成激光器、光路系统、加工机。

激光加工的优点：范围广泛：几乎可对任何材料进行雕刻切割。安全可靠：采用非接触式加工，不会对材料造成机械挤压或机械应力。精确细致：加工精度可达到0.1mm效果一致：保证同一批次的加工效果完全一致。高速快捷：可立即根据电脑输出的\*\*\*样进行高速雕刻和切割，且激光切割的速度与线切割的速度相比要快很多。成本低廉：不受加工数量的限制，对于小批量加工服务，激光加工更加便宜。切割缝细小：激光切割的割缝一般在0.1—0.2mm。切割面光滑：激光切割的切割面无毛刺。适合大件产品的加工：大件产品的模具制造费用很高，激光加工不需

任何模具制造，而且激光加工完全避免材料冲剪时形成的塌边，可以大幅度地降低企业的生产成本提高产品的档次。

在这次的实习中我们练习的作品是自己用激光机做任何一个\*\*\*案来做纪念，我做了我们机械学院的院徽来做一个永远的纪念。通过老师的讲解，我们对激光加工在现实生活中的应用也有了一定的了解，我们真的不可以不感慨高新技术的方便。其实激光加工的操作是十分简单的，又省力省时。在那么多的工种中我们最爱的就是这个工种了。

塑料成型与锻压塑料成型与锻压时间：10月28日，早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45。

我们这一次主要学的是注塑吹塑。注塑吹塑是一种用注塑和吹塑成型相结合生产中空制品的一种成型方法。这是从一个注射阶段转到一个吹塑阶段的成型过程。它先是用注塑机成型型坯，然后将型芯连同型坯从凹模中拔出，转入吹塑成型模体内，最后吹入压缩空气使之冷却成型。注塑的主要过程是，注射，塑化。

我们练习的是做一个衣架，材料为pet。老师先给我们讲解并演示其成型操作，我们都一丝不苟地听讲，生怕听漏了一个。操作虽然简单，可是有很多细节是需要注意的。比如，我们在进模的时候一定要充分地进到底，不然会产生废品。

焊接焊接时间：10月29早上8：30—11：45，下午：2：30—4：45。

焊接是我们维持一个月的金工实习的最后一天，也是我们女生最怕的一个工种，不过我们女生是不会逃避现实的，相反地我们会勇敢地面对，相信我们是最棒的。刚开始看着那些火花觉得很真的很害怕的，不过后来自己接触了，就不会觉得可怕了。

还是老样子，我们最先做的是做一下练习，练习焊接两条钢条，等到我们熟练了，就要以小组为单位做一个作品出来，这样才可以考验我们所学的知识是不是真的学以致用了。

## 大学生实习报告 篇9

### 一、 实习目的

- 1、 加强和巩固理论知识，发现问题并运用所学知识分析问题和解决问题的能力。
- 2、 锻炼自己的实习工作能力，适应社会能力和自我管理的能力。
- 3、 通过毕业实习接触认识社会，提高社会交往能力，学习优秀员工的优秀品质和敬业精神，培养素质，明确自己的社会责任。

### 二、 公司概况

惠宝电脑科技有限公司位于石家庄市高新区，专业研究、制造、组装、销售计算机整机及其周边产品，代理批发电脑组装所需各种硬件及配件。公司成立于1999年，员工120余人，代理七喜品牌电脑销售，批发零售华硕和盈通主板及ATI和NVIDIA各系列显卡。公司荣获“石家庄市优秀单位”，“石家庄市AAA级信用单位”等荣誉称号。

### 三、实习内容

我在惠宝电脑科技公司做电脑组装及销售工作，通过培训及亲身实践学习熟悉业务。公司首先对我们进行基本的电脑销售培训，同时也教我们去组装电脑。负责培训的工作人员首先给我们讲解大概的电脑安装顺序，电脑安装主要是主机的安装，各个部件的安装也是要求顺序，这样电脑组装起来才不会有所损坏，而且组装起来更加迅速。经过几次真正实践，我熟悉了硬件组装过程。装好电脑，接好线后，就是要装电脑操作系统，这个虽然简单，但也有细节要注意的，尤其是电脑显示器的屏幕测试，一定要够细心才可以。经过几次动手，终于掌握了基本的电脑组装。接下来要学的，就是要记住一些部件的型号、功能、价格等方面的信息。现代科学发展进步飞快，软硬件更新速度日新月异，面对一大堆电脑部件的信息，要想很快记住还是有一定难度的。整个培训虽然简单，但整个流程下来还是很费心的，我也深深体会到工作和上学的不同。

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