

赴美带薪实习报告

在生活中，报告十分的重要，我们在写报告的时候要注意涵盖报告的基本要素。那么什么样的报告才是有效的呢？以下是小编帮大家整理的赴美带薪实习报告，欢迎阅读与收藏。

赴美带薪实习报告1

实习地点:美国纽约曼哈顿42街时代广场麦当劳

实习目的:通过参加赴美实习带薪实习旅游项目，一边通过实习工作赚取生活费用，一边可亲身经历体验美国式的生活，同时还可以与其他国家的学生一起工作交流，在真实的工作与社会环境中锻炼使用英语，开阔视野，增长知识。

实习时间:20xx年7月---20xx年12月

这个暑假我参加了学校组织的work&travelUSA赴美带薪实习旅游项目，参加这个项目是我自己的决定，而且我的父母也很给与了我最大的支持，当然还有一直帮助我们的许杰老师。做出这个决定是需要勇气的，因为毕竟我们是第一批出国实习的学生，这也是学校第一次组织这个项目，谁也没有经验，虽然受到很多人的质疑，但我们学校还是有60多个学生积极的参与了这个项目，我们系也有几名同学在其中。

首先，我要介绍一下赴美带薪实习这个项目：美国暑期带薪实习

旅游项目，是经美国政府核准的国际青年学生交流活动之一，专门为18岁至28岁的大学生及研究生设计。学生在美国实习期间

，可以从事短期性工作获取收入，来实践接触美国文化，学习语言，建立友谊等文化交流目标。在赚取薪资后，再用它支付到美国各地旅游所需的费用。参加带薪实习旅游的学生可以持J-1签证赴美，签证期为4个月，学生可以从事的短期性工作最长为3个月，工作完成后，尚拥有1个月的合法停留时间，可以在美国尽情观光旅游。上海出入境是我们这个项目在中国的中介组织，出入境的老师也一直帮助着我们准备签证的事项。准备签证的过程是繁琐的。有时候不得不立刻放下手中正在做的事情去完成那些要准备的资料，有时候不得不去完成那些自己还懵懂无知的事情，有时候还要面对一大堆全英的表格，一切都是为了签证成功，这是我们跨出国门最重要的一步，也是最紧要的关卡。

这次项目的目的和意义在于鼓励世界各地的大学生能利用暑假去美国观光游览，亲身体验美国文化，增进对美国社会的认识，并借此提升英语语言听说能力，建立与美国人民之间的友谊；同时也起到促进不同文化互相交流的作用。“美国带薪实习”项目，是外国学生利用寒假或暑假期间到美国去学习、工作和观光旅游的最佳方式。学生赴美国后，一边通过实习工作赚取生活费用，一边可亲身经历体验美国式的生活，同时还可以与其他国家的学生一起工作交流，在真实的工作与社会环境中锻炼使用英语，开阔视野，增长知识。

在此次活动中，我担任的工作是麦当劳的收银员，工作地点是称之为BigApple之称的纽约。三个月的时光匆匆流过，几个月前带着对独自踏出国门的不安和紧张，对未知事物的期待和想像，家人和朋友的祝福和不舍，踏上了这块陌生的土地。经历了初到时的惊喜与快乐，越过了工作中的困

难与压力，体会到了离别时的泪水与感动，也学到了另一种不同的文化，另一种不同的工作经验。以下我将分三个部分来说明我在美国情况：

一. 独自生活能力方面。

在生活方面，美国和中国差距还是很大的。比如美国人不喜欢买矿泉水，因为当地都是直饮水，喝水就找水龙头就可以了。还有热饮很少，除了咖啡还是咖啡。公交不是很便利，除了纽约市中心，其他地方公交线路很少，乘坐公交必须要看时间表，否则你很可能等上一个小时，车票也可以在当地吃一顿麦当劳了，但是这些状况没有对我造成什么影响。平时的生活中，工作单位可以提供中餐或晚餐，所以我要自己解决吃饭，通常都是自己去超市买材料，然后回房间自己做饭吃，之后自己刷碗。这在家里对于我来说是不可能的事情。上班时都要穿着工作装，每天下班都要洗衣服，因为没有人会帮你洗。没有人叫你起床，不起床只能迟到，没有人提醒你生活中的一些大事小事，都要靠你自己来思考，来解决。钱包空了，只有自己知道，肚子饿了，只有自己知道。经过三个月的独立生活，使我做事有条理了很多，考虑事情周到了很多，办事能力强了很多。除此之外，我还认识了一些美国的朋友，他们都很开朗，很热情，无拘无束，但是一开始我不敢与他们交流，怕说错，但是后来突破心理那扇门，还是厚着脸皮与他们交流，虽然有些说的不对，有语法错误，他。他们也都能听得懂，乐于跟我交流。他们的生活态度，活力触动了我，之后我也放开自己，开朗的与他们交流

二. 工作方面。

我工作的地方是纽约的42街，TimeSquare，这个区域是纽约剧院最密集的区域，附近聚集了近四十几家的商场和剧院，是繁盛的娱乐与购物中心。因此我们店的顾客很多，工作很忙。在工作方面最不适应的就是节奏太快，经理不会因为你是外国人而优待你，而是一视同仁的要求做事干净利落，不仅要速度还要质量。有时真觉得自己为什么那么笨手笨脚，很失落，第一周的时候，因为工作都是站着的，每天不停地学习一大堆东西，要站8个多小时，每天下班腿都很酸痛，心里总是抗拒去上班，甚至觉得来这里是一个错误，为什么要来这里受苦。但是一周之后。随着对工作的熟悉和对这个城市的逐步了解，开始慢慢的适应与我们迥然不同的国际重镇。

三. 学习方面。

在这短短的三个月时间里，在工作之余我跑遍了纽约各大博物馆，借此领略到了美国文化较中国文化地截然不同，让我深刻地体会到了读万卷书不如行万里路的道理。作为一个英语专业的学生，在此刻才发现只有真正的身处在西方社会，才能消化在课堂上老师所讲地每一个PPT，每一句话。来到这里，才发现自己英文的欠缺和知识的漏洞。

最后，我想对这次实习进行小结。通过这次为期三个月的赴美实习，使我比较全面地直观地了解了饮食行业的运营过程，认识到学习实践的重要性，这次赴美带薪实习的经验带给我非常深刻的记忆，也带给我很多快乐。同时，在实习的过程中，也结识了很多外国的同事和朋友，提高了自身的英文水平和视野。感谢院里组织的这个活动，让我真真正正的深入了解了我所学习的这个语言。

赴美带薪实习报告2

通过参加中外服赴美实习带薪实习旅游项目，一边通过实习工作赚取生活费用，一边可亲身经历体验美国式的生活，同时还可以与其他国家的学生一起工作交流，在真实的工作与社会环境中锻炼使用英语，开阔视野，增长知识。

赴美带薪实习项目,对于我来说,是人生中一份宝贵的经历,不仅锻炼了自己的身心,还结识了许多来自各国的新朋友,见识了各国的风情,增长了自己的见识。

赴美带薪实习生活报告

我所在的是马里兰州的一个海滨城市，特色各异的小层楼房，和让人向往的阳光沙滩。夏季是美国的旅游旺季，所以客人很多。超市的工作特别繁忙。美国人爱喝碳酸饮料。一次买几箱。在国内，是顾客自己搬运，美国可全是营业员搬的。对女孩来说工作强度较大，累。因为工作都是站着的，每天不停地学习一大堆东西，要站8个多小时，每天下班腿都很酸痛，心里总是抗拒去上班，原本想打第二份工的想法被打消了。每天回到住所，自己可以烧中国菜，然后大家一起吃。在异国他乡，感觉特别亲切，在这里交到的朋友，我们都很珍惜。饭后一起去海边旅游，惬意。

7月4日，美国独立日，美国的大街小巷插满了大大小小的国旗，见到你的每一个美国人都会向你打招呼，甚至牵起你的手，唱国歌。那天我们去了免税区买了好多东西。初到美国，第一印象就是美国人很友好很热心。无论走到哪，路人都会主动与你打招呼，要不就是会心一笑，让人感觉很舒服。当时我提着一大堆行李，一路上得到了不少热

心人的帮助。如果你问路，他们也不只是给你指引方向。有时他们会开车送你到目的地，让人感激不已。之后我们抽时间去了纽约世贸中心，国会大厦，白宫，去了洛杉矶，拉斯维加斯.....体会美国文化，生活。

赴美带薪实习工作实践报告

我真的幸运，在我打工的附近，我认识一位只会讲一口上海话的饭店老板。他是我父辈级的，他在上海的住所离我家很近。我们很投缘，于是我兼职了第二份工作，只有短短的1个月，虽然睡眠少了，但快乐极了。老板每天为我烧上海特色菜，吃了还要带，为我举行派对，让我认识他们家族其他成员。他把我看做是他自己的女儿聊天，讲故事.....体会在美国的家乡的生活。

通过4个月的赴美带薪实习工作和旅行，英语口语水平提高了，独立生活的能力增强了，还和来自不同文化背景的人们有了相当深入的接触，眼界得到了开阔，对自己的人生和未来的生活都有了新的理解和憧憬。赴美带薪实习成为了同学们四年大学生生活中不可磨灭的记忆。

现在回想起短暂的中外服美邦国际实习旅游项目，心里依然激动不已。

接下来介绍一下赴美带薪实习的生活。六月初，我怀着激动的忐忑不安的心情前往上海，准备出发去美国，记得当时差点没有赶上飞机，不过还好，一切都在按计划进行着。在历经20个小时左右的空中飞行后，我终于安全抵达南卡的默特尔比奇，这个接下来我即将工作的地方，一个美丽的海边小镇。

在那里，我遇到了许多的朋友，来自世界各地。先是和来自中国的小伙伴们一起经历了找房子的艰辛，后来我们又一起到了工作的地方，一个自助餐厅 Golden Corral。我在里面做过收银员和服务生。因为并不是每天都工作，所以闲暇时刻，我们一群小伙伴们便会到处逛逛，感受一下这座小镇的风土人情。当然，海边是我们一定会去的地方。

在这里，我认识了很多的新朋友，并且也了解到许多的异国文化，感受他们的热情，这令我非常的开心。我们住在一个西班牙老奶奶的家里，可她不会讲英语，所以我们之间的沟通全依靠她的孙子。在这的生活让我获益匪浅，同时也让我体验到了原汁原味的美国生活。至今都令我非常的怀念。

在工作结束后，我和我的小伙伴们便开始了我们的旅行。我们计划的第一站是华盛顿，但因中间出了点小差错，我们错过了去华盛顿的灰狗巴士，不得已我们便直接向纽约出发，去往那个永远走在时尚前沿的曼哈顿，见识到了美剧中的上东区，美丽的中央公园，繁华的第五大道，三圣一教堂，气派的华尔街，在夜晚登上了帝国大厦俯瞰整个纽约市，还有翘石之巅，布鲁克林大桥以及著名的自由女神。接着，我们去了波士顿，来到了世界学府哈弗大学，麻省理工，欣赏了查尔斯河的风景.....

这次的赴美带薪实习项目让我收获很多，能够更多的发现生活中的乐趣，并且让自己变得更加坚强。非常感谢父母的支持，还有中外服美邦国际给我这次赴美带薪实习的机会。

赴美带薪实习报告3

大家好，我是江西工程学院说7级会计与金融学院的陈亚玲，我通过国际合作与交流处参加了20xx年赴美带薪实习项目，在这个项目中非常感谢学校给了这样一次宝贵的机会锻炼。

时间过的真快，不觉来美已有一个多月了。从刚开始的不适应，想家，到现在的渐渐地爱上了这里。这个过程真的是一种很棒的体验。

刚落地时是在机场，那时候对周围的一切都是新鲜感满满，但也有很多无奈与自卑之处。因为同行的小伙伴比起来，自己的口语差了很多，出机场，转机，打Uber，check in等等都是其他小伙伴在开路。很多时候都听不懂他们在讲什么，自己的口语也难以开口，所以那时候的我特别自卑，也在心里暗想，这几个月一定要多记单词，多与人交谈，不断提高自己的口语能力。

从达拉斯转机到麦当劳上班之间有两天的时间，这几天我们5个小伙伴一直都在一起，那是非常快乐的几天。我们是一个游客，一个消费者，我们尽情地吃喝玩乐，体验着美国不同的风土人情。没有工作，没有压力的日子，总是那么让人倍感惬意。虽然偶尔会为一顿饭就要收20%的税而微微皱眉，但还是丝毫挡不住内心的喜悦。

在波兹曼住了一晚之后第二天雇主就带我们去办理了一些手续，然后还请我们大家吃了一顿麦当劳。从波兹曼来黄石小镇要两个多小时的车程，一路上我们一边欣赏沿途的风景，一边和雇主聊天，听着美国人和我们讲美国，感觉很棒。

到达黄石小镇之后雇主就把我们送到了麦当劳，经理给我们安排岗位和和工作时间之后，Greta就带我们去安排宿舍了。帮我们搬行李，拿住宿用品，挨个房间问我们还缺不缺东西，一整个下午都在陪着我们收拾房间，那天真的超级感动的。

等我们安定下来之后，第二天就开始陆陆续续工作了。大部分同学都是被安排在了白班，只有四个中国女孩被安排在了晚班。当时没上过晚班，也没什么经验，后来时间久了，有些小伙伴们都陆陆续续地找二工了，我才意识到，在这边晚班是比较难找到二工的。

我清楚地记得在寻找二工的那段时间，我每天早上八点多就起来出去找工作，一直到下午三点直接去麦当劳上晚班。那些店一般不是说满员了就是说只要晚班，当时那段时间心里压力特别大，眼看着时间一天天地溜走，心里很焦急。

我也主动找经理和雇主谈过，但他们都说需要一些时间才能换。刚开始的时候很着急，现在想想觉得找不找二工都没关系了，我们的主要目的是来体验生活，提高英语，所以钱赚多转少，都无所谓了。我要在接下来的日子里好好学习英语，多和当地人交流，休息的时候多和朋友出去玩玩，好好充实自己这三个月的美好时光。

赴美带薪实习报告4

赴美带薪实习报告

学院：

专业：

姓名:

学号:

电话:

目录

前言.....

.....

..... 2

1. 个人简介.....

.....

..... 2

2. 项目简介.....

.....

..... 2

3. 目的.....

.....

..... 2

一、工作篇.....

.....

..... 2

1. 工资待遇.....
.....
..... 2

2. 工作时间.....
.....
..... 3

3. 酒店概况.....
.....
..... 3

4. 员工故事.....
.....
..... 3

5. 工作小结
.....
..... 4

二. 生活篇.....
.....
..... 5

1 家庭成员介绍.....
.....
..... 6

2. 环境.....

.....
..... 7

3. 房子.....

.....
..... 7

4. 饮食.....

.....
..... 7

5. 婚姻.....

.....
..... 8

6. 葬礼.....

.....
..... 8

7. 社交.....

.....
..... 8

8. 小费.....

.....
..... 9

9. 交通.....
.....
..... 9

10. 娱乐.....
.....
..... 9

11. 黑人.....
.....
..... 10

12. 华人.....
.....
..... 10

13. 美国人.....
.....
..... 11

14. 生活小结.....
.....
..... 12

三、旅游篇.....
.....
..... 12

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要
下载或阅读全文，请访问：[https://d.book118.com/498045143043007
010](https://d.book118.com/498045143043007010)