

毕业生个人实习报告

一、实习目的

根据所学课程的理论知识，结合企业的运营实际，选定企业管理中的某一具体问题进行调查研究，并撰写调查报告，反映问题的具体表现，其中包含的企业管理理论，以及对问题的解决方案建议。使学生进一步熟悉企业运作实践和调查报告写作方法，同时提高观察问题、分析问题、解决问题的能力。

二、企业实习地点

xx 信息技术有限公司

三、实习时间

20xx 年 1 月 31 日——20xx 年 2 月 15 日

四、实习内容

1. 网站开发及建设
2. 电子商务的基础工作

五、实习总结

在 Internet 飞速发展的今天，互联网成为人们快速获取、发布和传递信息的重要渠道，它在人们政治、经济、生活等各个方面发挥着重要的作用。因此网站建设在 Internet 应用上的地位显而易见，它已成为 xx、企事业单位信息化建设中的重要组成部分，从而倍受人们的重视。

计算机将具备更多的智能成分，它将具有多种感知能力、一定的思考与判断能力及一定的自然语言能力。除了提供自然的输入手段(如语音输入、手写输入)外，让人能产生身临其境感觉的各种交互设备已经出现，虚拟现实技术是这一领域发展的集中体现。今天人们谈到计算机必然地和网络联系起来，一方面孤立的未加入网络的计算机越来越难以见到，另一方面计算机的概念也被网络所扩展。二十世纪九十年代兴起的 Internet 在过去如火如荼地发展，其影响之广、普及之快是前所未有的。从没有一种技术能像 Internet 一样，剧烈地改变着我们的学习、生活和习惯方式。全世界几乎所有国家都有计算机网络直接或间接地与 Internet 相连，使之成为一个全球范围的计算机互联网络。人们可以通过 Internet 与世界各地的其它用户自由地进行通信，可从 Internet 中获得各种信息。人们已充分领略到网络的魅力，Internet 大大缩小了时空界限，通过网络人们可以共享计算机硬件资源、软件资源和信息资源。”网络就是计算机”的概念被事实一再证明，被世人逐步接受。

(一) 实习过程遇到的困难

1. 为了以后我们能够在工作中顺利做事，辛苦的找来实习项目，这是一个建设门户网站的项目名称

是”网贸通”，网站分为近三十个板块，然后我们可以选择那些没有完成的项目来做，我们组选的是”在线管理子平台”这一块。由于不经常接触企业管理的内容，范围比较广而且内有多而杂，所以给我们的搜集带来很大的困难。

2. 在建设网站之前我们必须先要把我们的网站策划方案拿出来，所以实习的前两天我们一直在讨论关于网站策划的问题。讨论到网站主题色、网页布局、栏目分类等一些问题时大家都有不同的意见，所以我们是经过自信分析才决定下来网站的一些问题。

3. 在网站的建设当中大家会遇到一些想象不到的问题，例如：用 PS 技术美化图片文字时遇到的技术问题，用 Flash 做出来的动态广告不是我们想要达到的效果，有时网页之间链接不上，遇到这些技术上的问题

(二) 如何解决问题

在遇到这些问题是我们都感觉太累太复杂了，所以也有想过放弃，想过只不过是一个作业，想办法完成就可以了。可是再看看我们为

了这份作业忙了这么些日子也应该要一些更多的收获，这才在老师和同学的帮助下完成了此次实习任务。

在实习的过程中我们也体会到了，不应该为完成作业而去做作业，应该把它当做自己的工作，自己有义务去完成它，在完成工作的过程中真真正的学到一些东西，才是最主要的。

通过学习实践和公司技术人员的指导，我真正对所学的软件融会贯通，熟练在手。制作网页用的软件是 Dreamweaver, Fireworks, Flash 软件。Dreamweaver 大大加速了网络时代电子交易应用中的项目交付。它提供了网页和表单的动态生成到企业级的解决方案，如电子商店，库存管理系统和企业内部局域网的数据库应用等功能。Fireworks 是目前最流行的网页图象制作软件。只要将 Dreamweaver 的默认图象编辑器设为 Fireworks，那么在 Fireworks 中制作完成网页图象后将其输出就会立即在 Dreamweaver 中更新。Fireworks 还可以安装使用所有的 Photoshop 滤镜，并且可以直接导入 PSD 格式图象。更方便的是它不仅结合了 Photoshop 位图功能以及 CoreIDRAW 矢量图的功能，而且提供了大量的网页图象模板供用户使用，例如，网页上很流行的阴影和立体按钮等效果，只需单击一下就可以制作完成。当然，其最方便之处是，它可以将图象切割，图象映射，悬停按钮，图象翻转等效果直接生成 HTML 代码，或者嵌入到现有的网页中，或者作为单独的网页出现。Flash 是目前最流行的矢量动画制作软件，与其他 Web 动画软件相比，它具有很多优点。制作的是矢量图形。只要用少量矢量数据就可以描述一个复杂的对象，而占用的储存空间只是位图的几千分之一，非常适合在网格上使用。同时，矢量图象不会随浏览器窗口大小的改变而改变画面质量。使用插件方式工作。用户只需安装一次插件，以后就可以快速启动并观看动画，而不比像 Java 那样每次都要启动虚拟机。Flash 插件也不大，只有 170KB 左右，很容易下载并安装。还提供其他一些增强功能。例如，支持位图，声音，渐变色和 Alpha 透明等。拥有了这些功能，用户就完全可以建立一个全部由 Flash 制作的站点。Flash 影片也是一种流式文件。这就是说，浏览者在观看一个大动画时，可以不必等到影片全部下载到本地再观看，而是可以随时观看，即使后面的内容还没有完全下载，也可以开始欣赏动画。主图是一个网页的门面，它能体现出这个网页的整体风格。

六、实习心得

经过为期半个月的专业实习，令我更深一步的了解和学习了网站设计。在实习当中我们进行分工作业，大家团结起来一起完成实习任务。实习当中我们的意见产生过分歧，制作当中遇到过技术上的问题，可是大家共同面对困难，一起解决问题，所以我们要相信团队的力量啊。

我们组做的是”网贸通”中的在线管理子平台，刚开始接到任务时就感觉这个板块不好做，因为大家对办事这块不太了解，而且这一块要涉及到各个方面的内容，范围比较广，收集内容时工作量较大。特别是有一个便民提示，要收集到大家生活中的热点话题，然后在解决问题，任务量比较大。所以刚开始大家都摸不着头绪，后来大家一起讨论，在老师的帮助下完成了任务。

这次实习，是进行实战性工作，所以大家都在努力的做，也希望能够对以后的生活和工作有所帮助。感谢老师给我们这次实习的机会，让我们深刻的了解到做好一个网站不是一朝一夕就能完成的，它要求有很大的耐性和较强的创新能力。所以在以后的学习工作中我们要加强自己各方面知识和能力的培养，做好每一件事。毕业生个人实习报告 2

时间总是走的那么匆忙，真的是让人连感慨的时间都没有，转眼之间就是 2019 年的暑假了，而我也步入了到医院实习的时间了。而对于这一段我即将要应对的实习，我是紧张的，可是同时也是期待的，期待我接下来要应对的。

医院是一个很神圣的地方，医生和护士们是那里的白衣天使，他们救死扶伤，和死神抢人，他们的工作需要他们细致以及严谨，不容许他们有半点的马虎。而我这一次实习的时候，也要和他们一样，细致而有严谨，并且遵守职业道德，不做违背道德是任何事情。

带着紧张而又很期待的心境，我来到了我要实习的__医院，而身份也在这一刻被转换，从一名__学校的医科大学生转变成为了__医院的实习医生，接触的对象也在这一刻发生了一些转变，可是不变的还是那一颗治病救人的初心！

刚开始到医院的时候，我是跟着前辈看他们怎样工作的，而在实习期间所发生的一切我都是历历在目的，回想在医院实习的这一段时期里面，我第一次进行了和病患的交流，第一次给病人开医嘱，第一次给病人做检查等等，那么多的第一次，而这一些第一次却都是我永生难忘记忆。

在实习的这一段时期里面，我倒也有许多的心得体会。我实习期间的所有的工作其实也都是对我在学校所学的理论方面的知识做一个加固，并且提升我的实践本事。同时也是提前的来到医院感受一下医院的氛围，适应医生的作息。说真的，做为医生真的是很累的，不仅仅假期少，甚至有些时候你还需要是随叫随到的那一种，并且你还要担心医患家属的一些不理智行为，甚至是不能好好的吃上一顿饭的。可是做为医生却也有好的地方，那就是你必须能够在这个岗位上头觉得自我的价值被充分的体现，并且还会有一丝丝的成就感以及被需要的感觉。这是一个很好的感觉，可是“欲戴皇冠，必承其重”这一点是要明白的，尽管医生在表面看起来是很好的，可是肩膀上头的担子却并不是简便的。

作为一名医生，要时刻坚持清醒的状态，因为你不能迷糊，更是因为你的工作是事关人命的，你也要时刻的注意病人，因为很多时候细节上头的问题也很重要，所以作为一名医生，首先的是神经紧绷的。而我在实习的期间，对这种感觉也是深有体会的，并且你还需要时刻的把病人放在第一位，而我们所做的一切也是为这个病人好的。

可是尽管实习的这段时间是很累的，可是我却是幸福的，想想看，你用你的医生拯救了一个人，这真的是一件很有成就感的事情的，并且医院的病人们对医生也是有着一一种异常的信任，应对这样的一份信任，你能说是不幸福的吗？当然，我选择做一名医生，也并不是因为这种成就感，而是因为我想要为这个社会做些什么，而最好的则就是医生。

虽然实习的时间是是很快就过去了，可是在实习的这一段时期里面，我的收获还是很多的，不仅仅是医术上头得到了提升，对于医生的定位也是有了一个更加深层次的一个认识。而在经历这一次的医院实习之后，我也更加的坚定了我的医学道路，我将来必须要成为一名很好的医生，拯救更多的病人。毕业生个人实习报告 3

一、实习的目的与意义

在本科专业教育中，实习是一个重要的实习性教学环节。通过实习，可以使我们熟悉外贸实务的具体操作流程，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论和办法，提高发现问题、分析问题以及解决问题的本事。下面，我将实习工作总结如下，敬请各位提出宝贵意见。

在公司具体实习过程中，能够接触国际货物买卖实务的具体操作，进出口的成本核算、询盘、发盘与还盘等各种基本技巧，还能对某一行业深入彻底的了解并能切身体会到国际贸易中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，接触公司制定的各种战略以实现跨国经营和良好的市场运作；认识供求平衡、竞争等宏观经济现象，能够接触真实的商务实战，了解自身存在的不足，并积累一定的经验，为将来走上工作岗位打下良好基础。

二、实习内容

20xx 年 12 月末，我开始了校外实习生活，初次来到上海，在陌生与盲目中寻找实习单位，又在努力和热情中寻找希望，终于在 1 月里唯一的一次晴天中来到了震旦（国际）集团，在 HR 的介绍下，了解到震旦集团创立于 1965 年，以销售 AMANO 品牌打卡钟起家，如今企业版图涵盖办公设备（OA）、家具、通讯商品等领域，公司遍布台湾、大陆、日本、美国及新加坡等地；商品阵容包括办公室自动化设备、办公家具、手机门号以及资讯软体等。

在台湾，震旦的 OA 事业稳健发展，年年取得 60% 以上的市场占有率；办公家具事业更以市场领导之姿，推出全台首创的“家具租赁”专案；而在行动通讯领域，震旦拥有二百多家连锁通讯门市，目前也整合资源，朝最大的专业手机通路迈进。震旦有四十年丰厚的实战经验，在台湾俨然成为最具特色的综合性行销集团。在新加坡，公司以销售各类型事务用计算器、办公室用碎纸机、护贝机为主，亦针对 SOHO 族提供事务用品、耗材的销售，在新加坡也成功进入市场并迅速建立了品牌声望。在日本，震旦公司成立于 1976 年，总部设立在日本东京，立志于开发世界科技经济实力第二大的日本市场，不断运用其强大的销售通路与合作力量，以合理的价格和高品质的服务来满足世界上最为苛刻的市场标准。同时通过近 30 年的日本市场运作经验，使“AURORA”产品在日本的品牌价值得以不断的提升，来实现震旦集团在日本的深远发展，作为一家大型跨国公司，震旦凭借高素质的员工队伍、雄厚的实力、丰富的经验、良好的信誉、先进的技术及精良的设备，可为各种规模的公司、企业提供办公设备和专业的技术保障。公司总经理对行业和企业优势进行评价，并且向我们介绍了集团跨国经营策略和对市场分析，让我们受益非浅，之后，在一名同仁带领下，我分别拜访了集团大陆事业部的成功客户，有汇丰基金、上海通用、花期银行和百思买国际等等国际上声名显赫的大公司，在与这些顾客进行简单的攀谈

中，体会到震旦公司的经营理念和发晨规模，并丰富了我对公司的认知。

在随后的一周里，我来到集团的 OA 公司，进行真正是实习过程，刚到公司的时候，助理拿了许多关于公司和产品的资料让我详细阅览，资料中多次提及公司的经营理念和产品的专业术语，大多是英文和日语，由于刚刚走出校园，懒散的心态使我并没有认真的去学习和体会，以至于在后来的实际操作中出现了严重失误。在公司的实习过程中，还接触到了大型公司的 ERP 系统，每位员工都能够通过 ERP 系统进行日常的作业，集团可以通过 ERP 系统，对供应链实行有效的管控。集团的供应链管理在业界享有很高的知名度，正是如此，公司在跨国发展中实习了有效的成本管控和生产经营。

接下来的日子里，我在同仁的带领下不断的学习和实习。经过一阵时间的产品资料的熟悉，经理让我们实际的操作，在学校里我们学到里很多理论知识，什么外贸术语，寻发盘、商务谈判等等，但是真让我一个人开始操作，真就不知道如何起步，因为我不知道该如何开发客户，如何进行有效的沟通，因为我们是专门的销售公司，负责对内和对外产品销售工作，因此并不涉及产品的生产研发，这是其他分公司的事，所以我们日常的工作很大一部分都是用来进行开拓市场和联系客户，因为是实习生，公司对我们并没有十分严格的要求，我们在老员工的指导下，学习怎么有效的进行市场开拓，起初对于开发客户很胆怯，国内的还好点，国外的由于英语水平的限制，通过电话根本不能进行有效沟通，只能通过 E-MAIL 套用教材中的例子，这样才得到了一些有效的信息。

在一次与外国公司驻中国办事处的沟通中，因为对公司的认知和我对产品优势的大致阐述终于激发了对方的采购欲望，在第 3 天的有效沟通中，对方提及了一个相当专业的问题，问到我们产品的墨粉规格和机器预热和输出最快时间差，这样的问题对于外商，你必须给予准确到位的回答，因为这是顾客的购买点，由于之前的大意，我遗憾的失去了一次非常好的机会，随后的时间里，逐步加强了对产品详细的了解和说明，为应对客户的各种问题做充分的准备，进一步准备之后，又重新进入了实际操作，开始联系客户，报价，谈判等等

因为公司经常有产品发出，因此也接触到了相关的合同、发票和其他的单据，之前的这些单证在上课时都接触过，但是理论和实习不同，实际操作起来才发现这些单证的重要性，一点疏忽就能造成不必要麻烦，这些单据大大加强了我们的实习操作能力，也让我们对如何填写这类单据有了进一步的认识。总之，凡事都需要虚心用心的学习，这样才能够掌握实习的操作。

在公司实习的过程中，有幸参加了一次集团一年一度的过关斩将活动，活动是在公司位于上海嘉定区的培训基地举行的，主要目的是锻炼和提高业务水平，分为4关，建立有效客户，产品展示，议价，交易。在各个环节都有经验十分丰富的经理把关，我们实习生作为观摩，学习实际工作中的技巧和积累经验，在活动结束后，公司的崔处长进行了总结，并对所有同仁给予殷切的期望。

在公司最后的几天里，我们来到了公司的博物馆，来切身感受公司的文化，仔细聆听公司工作人员的介绍，对震旦集团创立以来的文化和理念有了更深层次的认识，在他们的眼中企业是一个团队，讲求团队力量的发挥；经营更是一项长期竞赛，要发挥“众人同心，其利断金”的加乘力量，企业才能持续成长。震旦现阶段在务实与创新的行动纲领下，未来的经营策略仍将积极开创，确实掌握产业趋势，延伸核心事业和相关产业的发展。展现震旦集团自创品牌国际化的自信心与企图心。鲜明的红色标志，象征震旦集团如旭日东升般，散发着光明与活力；同时在内涵上，秉持着稳健踏实的一贯经营风格，蕴含创新突破的经营魄力。shixi..com

三、收获与感想

以上是我的毕业实习报告。在成功结束实习后，仔细总结，发现不同于前几次实习，这次校外实习充分认识了从学校走向社会我们存在的不足和缺少工作经验。

自身定位，加强外语学习。在所有的工作和活动中无一例外的涉及到外语，外语是我们对外交流的桥梁，因此在以后的学习中必须加强对外语的学习，同时加强口语的练习，这是我们搞外贸的基础，因此必须掌握好这门工具。不断强化自身，并充分认识自己，避免眼高手低，增加实际动手能力，在社会这个大学校园里，不断完善和学习。

工作总结，认识自身不足。通过实习我发现贸易这专业是门实习性很强的专业，它不光要求我们有扎实的理论知识而且必须具有很强的动手操作能力，更重要的是学会如何与人沟通，怎么建立商业关系，这些是课本中学不到的，只有融入社会的大舞台并不断的历练才能得到提高，还有加强各方面素质的提高。贸易工作同时是一个涉外行业，因此对各方面的要求都很高，对外代表的不仅仅是个人形象，甚至是国家形象，因此必须加强自己各方面素质的修炼，如礼仪等。熟练掌握好本专业的知识。专业知识是我们从事贸易工作

的基础，贸易工作的高风险要求我们必须熟练地掌握好专业知识。

毕业生个人实习报告 4

20xx 年 8 月 31 日去齐市 xx 区 xx 院报到，先找到了刘新磊法官，她是我的现场指导教师，我被分在了民二庭。我的实习生涯开始了。刘法官带我去黄庭长的办公室，向她介绍了我，然后就到了她的办公室，我向其他的法官也做了简单的自我介绍。办公室里有一张空闲的办公桌，刘法官说暂时让我用着，那是专门为实习生准备的。

在民二庭实习的一个月里，我主要做了以下一些事情。

整理卷宗。

帮助刘法官整理卷宗很多份，都记不清有多少了。首先要整理材料，差材料的全部要补齐；其次整理卷宗目录，目录内容包括立案管理信息表、立案审批表、民事诉状、受理文书及回证、诉讼费收据、应诉文书及回证、原、被告身份资料、授权委托书、证据材料、传票及公告、庭审笔录、民事调解(或判决或裁定)书、送达回证；再次编写页码、折卷宗壳，卷宗包括正、副两卷(合议庭的案件才有副卷)，分别填写原被告的名称、宣民一初字的案号、立案与结案的时间、一审 xx 院归档的时间，订卷宗时如何订、装、串线的技巧。

边整理边看，在这些已经审结的案件中有很多典型案例，其中涉及到事实的认定，证据的收集，责任的认定等等，在整理卷宗过程中，对民事案件从立案到审结的程序，各种该归档的文书的分类有了详细的了解。这个是我在以前的学习中没有接触过的，因为这些卷宗将成为永久性的档案，所以在整理前我都问得很仔细。

旁听案件。

xxxx 院管辖人口多，是齐市人口最多的区，民庭的事是最多最杂的，刚开始的一周里几乎每天都有开庭。这对我来说是一件好事，可以听的案子就很多，就和看网上的庭审差不多了。大二的时候学校系里组织了一次到起齐齐哈尔中院旁听的活动中我们听的案子都比较注重程序，法庭审理比较严肃，但在听了这里的民事审判后觉得庭审很随便，在办公室里就能开，法官审案子就像聊天一样，特别是简易程序时，没有中院那么严格。

离婚案件一般是不公开审理的，但有几起案件是在办公室里审理的，理所当然的我也以 xx 院工作人员的身份旁听了。通过很多次的旁听，我对民事的审判特点和程序有了初步的了解，懂得了审理民事案件关键在于化解当事人之间的矛盾和纠纷，我觉得民事案件理想状态应是让双方当事人共赢而又不失法律的尊严，这一点就对法官的个人素质要求很高，这个素质不仅仅是法律方面的知识渊博，更重要的是懂得替当事人着想，尽量减少当事人的诉讼成本，后来我发现在刘法官审理案件的时候，能调节的尽量调节，甚至撤诉，那样的话诉讼费就会减半收取，确实为当事人减少了诉讼负担。

做庭审笔录。

这一般都是在刘法官的指导下，而且是简易程序，案件比较简单。我在庭审过程中试着过几起案件评议时的记录，由于刘法官们在讨论案子时很忙，有时顾及不到我，在记录的时候不能把当事人说的话全

面的记录下来，只能记住一些重点和大概，后来多写了几次，就感觉到能记下很多东西了，比刚开始的时候游客很大的进步。

平时我们在速记这方面锻炼较少，也没有搞过模拟庭审，我觉得我们的教学活动中应该增加速记这方面的培训。虽然现在 xx 院都有电脑速记，但是在询问当事人或证人，在开合议庭评议这样的临时会议的时候还是用的手工记录，并不是每个场合都能用得上电脑，还有就是经费条件的问题，不可能是每个审判庭都具备电脑，像有些贫困地区的地方，所以我觉得有必要开这门课至少应该是选修吧。

写一些法律文书。

在实习期间，曾帮办公室的法官草拟了几份民事裁定书，写过两分公告启示，虽然写的都是一些比较简单的文书，还是照着模板写的，并且有法官的现场指导，但还是出了不少错误，记得写的第一份裁定书是一方当事人撤诉，基本格式就是先介绍当事人情况，原告，原告代理人，被告，被告代理人，案由，撤诉的理由，然后是经本院审理，认为原告的请求是其真实意思表示，且不损害国家集体和第三人利益，准予起撤回起诉，诉讼费用减半由原告承担，就这么简单的一份裁定书我写了四遍才合格！原因就在于措辞不严谨，刘法官让我改了三次才送给黄庭长签字，真是惭愧！真是应征了那句古话，纸上得来终觉浅，觉知此事须深行。

送达法律文书。

跟随一位姓李的法官到一个保洁公司送达法律文书。原先总以为送达文书是一件很简单的事情，现在才知道不是那么回事，每件事都有它的难处和方法，一份传票送给被告有时要送很多次被告才肯接受，就是签收个送达回证就要给他们解释半天，因为在那些不懂法的人眼里，签字是件很慎重的事情，他们心里在想，这签了字是不是就判了啊，会不会对自己不利，有人甚至把门关起来故意不让我们进去，给他耐心的解释半天，给他说明送达回证签收只是表明你收到传票和开庭通知了。这里面还有很多技巧，比如要给某个房地产商送达，一般情况下他是不会轻易见你的，但只要你说你是买房子的，他马上就会出来见你的，我暗暗为法官积累起来的经验高兴，真是道高一尺魔高一丈。

民二庭永远是忙碌的，自从实习开始以后，我就没感觉到闲是什么，听着中院和 xx 院实习的同学是那么的闲甚至都不去，但从开始慢慢就融入了 xx 院的上班的节奏当中去了，也慢慢习惯了。我在 xx 院的定位，不是什么实习文员、更不是什么实习审判员，我想应该是 xx 院最基层的书记员的助手，哪里需要我就去哪里。书记员中的一些经常自嘲他们书记员其实就是做体力的。

我却并不这么简单地认为，我在 xx 院需要作开庭的时候，可以去作书记员；在需要复印文书、送递开庭传票、送达法律文书时又要去完成这些事情。我个人认为正是这些事情的顺利完成才保证了 xx 院正常办案、审理工作得以顺利进行。书记员的工作看似单调重复，但却最基础，也最重要。

我的忙碌在持续的时间在继续，每天也都是在重复，重复着我开始就学会的东西，在别人看着机械、单调而乏味的同时。我有时也会感觉到一点点的无聊，当然上班的时候是没有时间无聊的，可是下班的时候，我回家的路上就会在想，我今天干了哪些新的事情呢？

我今天有学到什么新的技能吗？可我在领悟了以上我对书记员工作的定义之后，我就觉得工作都是在重复的，关键是在重复的同时，是否可以把事情做得越来越好呢？重复的同时其实是给自己再学习的机会，

是给自己对自己所从事的工作的再热爱的机会，正是因为有了这样的机会，我们可以再反复的从事的过程中不断地改进自己的工作方式，改进工作方法。

在这里我要特别感谢 xx 区 xx 院给我提供实习的机会，刘鑫磊法官等给予我的现场指导，使我了解了 xx 院的工作流程和具体的工作细节，使我学到了书本上学不到的也是最重要的法律操作技能。

通过实习，对我自己以前对 xx 院的认识有一个 xx，对法官认识也是一个新的认识。我更加全面地掌握了法律在现实中的运用，了解了《民事诉讼法》在实际操作中的流程，也锻炼了自己的个人能力。

这次实习是我大学生活中不可缺少的重要经历，其收获和意义可见一斑。我将自己所学的知识应用于实际的工作中。理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，解决问题的能力也受到了锻炼；本次实习开阔了我的视野，使我对法律在现实中的运作有所了解，也对专业用语有了进一步的掌握。人生因为经历而美丽，我想在 xx 区 xx 院实习的这段工作经历将永远成为我记忆中一抹靓丽的色彩。毕业生个人实习报告 5

1、实习目的

本次实习的目的主要是熟悉空管工作岗位的工作情况，通过实习将个人在学校所学的知识联系实践，在实际的工作观摩中进一步扩张专业知识面，进一步加强专业知识的巩固。了解深圳机场的本场规则，观摩管制员的指挥工作，建立对深圳机场管制工作的整体概念和初步了解深圳报告室的业务情况。在实习结束后，总结出个人的实习感想心得。

2、实习内容和体会

2 月 16 日，我们开始了维持四周的实习生活，这四周的学习和生活是我们对工作单位的初步认识 and 了解对我们未来的尝试性接触。深圳空管站给我们的第一感觉就是家一般的感觉，领导们对我们的照顾虽不能说是无微不至，但照顾都非常周到，其他前辈对我们也相当热情。在第一天里，综合业务室的罗主任就对我们强调了深圳空管站的人文精神“协作、奉献、严谨、创新”，刚开始还不能领悟这八字箴言的涵义，通过在这里四周的实习生活，从观摩和学习中我们充分体验到了一位管制员的责任和使命。

我们的实习生活分为了两个阶段，第一阶段是塔台实习，第二阶段是报告室实习，每个阶段时间为两周。

2、深圳塔台

按照分配，我们首先开始了塔台实习。第一次上塔台的感觉很奇妙，充满好奇却又小心翼翼。充满好奇是因为一直对这个神圣地方的向往，小心翼翼是因为怕干扰了前辈们的工作。塔台顶层是管制员工作的地方，四面环绕着落地玻璃，对附近的所有一切一目了然，能见度好的时候更是能看到好几公里外的地方。梁主任给我们做了有关塔台的简单介绍，并交待下了接下来两周的任务。在这两周内，我们对塔台各个席位进行了解，观摩管制员的指挥工作，初步了解深圳机场的本场概况，并且接受三天的模拟机培训。

深圳空管塔台高约七十六米，这个高度在全国的塔台中来说并不算高，但深圳塔台的设备十分先进，据我了解，还是目前全国为数不多应用电子进程单的空管单位，这样的高端科技有助于提高管制员的工作效率，使空域的使用更接近最优化。另外，电子进程单使用方便，通过一段时间的观摩，我们都学会了简单的操作。塔台的主要工作席位有三个，放行席、地面席和塔台席，另外还有一个监控席是由带班主任出任的。虽然塔台的工作不如进近或者区调的工作繁忙，但重要性却不比进近或者区调的要轻。放行席、地面席和塔台席三个席位各行所责，每个席位都是不可缺少的环节，固然是可以合并席位，但一般只会深夜航班少的时候才会合并席位，席位的分工能够有效地减缓管制员的压力，提高工作效率。在岗的前辈们都能很好地发挥协作精神，使每天的航班有条不紊地进场离场，体现协作精神在工作的协调和合作上的重要性。

深圳塔台目前每天指挥的航班量约为 570 架次，在全国排列第四，另外，还有每天来往澳门深圳之间而且必须穿越跑道的直升机航班，如此多繁重的流量对管制员来说是重大的任务。尽管如此，这里的管制员都是出类拔萃的精英，对付这繁重的任务起来游刃有余，在应付特情的时候也沉着稳定，及时果断地作出妥当的决定。这里我从心底羡慕和佩服这些前辈们，希望自己能尽快投入工作岗位进行学习工作，有一天达到他们的管制水平。前辈们的英语水平在全国管制员中都是拔尖的，深圳空管站的专业英语通过率在全国排名最高，本来以为自己的英语水平已经足够，但通过对比后就觉得自己是多么渺小，继续学习和进步是我的目标。

八字箴言的精神时时刻刻在管制员的工作中体现，深圳是经常会有雷雨天气的地方，这种情况下，备降、复飞等各种特情最容易发生，经常管制员就得目不转睛地盯着场面的飞机运行情况，果断地做出各种判断和决定，在处理完各项工作之后通常都已经是深夜三四点钟，压力之大显然可见，但他们对这些劳累的工作却没有一丝埋怨，因为他们都知道这是他们的职责。在观摩之余，我们还进行了对本场规则的学习，主要是对场面滑行道和停机位的熟悉。这个看似简单的任务，但只有站在管制席位旁边通过亲身体会才能更加有效地增加记忆。

在最后三天里，我们被安排了与几个前辈一起进行地面席的模拟机培训，这是一套单位自己研制开发的培训软件，虽然我们只是辅助前辈们进行培训，但从与前辈们进行的陆空通话中，我们就意识到我们还有很多有待改进的地方，学习和积累将会是我们首要的任务。

短短两周的塔台实习，令我受益匪浅。本以为个人的基础知识已经比较扎实，但通过对实践的观摩，才发现自己离有能力拿话筒这一步还遥远。在学校的塔台模拟管制和实际的管制虽有大同之处，但实际中的工作更需要的是工作经验的积累，更多的问题要在实践中才能提出和解决，知识运用于实践从而再得出更多的认识。毕业生个人实习报告 6

一、实习目的

生产实习是我们电气专业知识结构中不可缺少的组成部分，并作为一个独立的项目列入专业教学计划中的。其目的在于通过实习使学生获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面。

生产实习也是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能最大限度地发挥作用。

同时专业实习又是锻炼和培养学生业务能力及素质的重要渠道，培养当代大学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法

和技能；体验企业工作的内容和方法。这些实际知识，对我们学习后面的课程乃至以后的工作，都是十分必要的基础。

通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用。

二、实习时间

三、实习地点

四、实习单位介绍

山西戴德测控技术有限公司是太原市高新技术开发区的入区企业，集研发、生产、制造、销售为一体的高新技术企业，是国内“输送带在线检测”领域的技术领导者。

公司先后被认定为国家级高新技术企业、太原市市级企业技术中心、山西省专精特新中小企业等荣誉资质。公司现拥有 1 项软件著作权专利权，10 项国家专利技术证书。所有产品均为自主研发，拥有多项自主知识产权，技术水平始终保持行业领先的地位，国内市场占有率稳居第一。

公司的主要产品——“钢绳芯输送带防横断在线检测系统”已通过国家科学技术成果鉴定，鉴定结果为国际先进，并获得中国煤炭工业科学技术三等奖。产品先后入选国家安监局“安全生产千项新型实用产品名录”、山西省煤监局“安全生产先进适用技术新型实用产品指导目录”，20xx 年成功获得国家创新基金项目立项。

“输送带防纵撕识别装置”成功入选 xx 年度山西省科技计划项目，并入选国家安监总局《安全生产重大事故防治关键技术科技项目》

五、实习安排

（一）入场教育实习单位指派人员向我们介绍单位情况与实习注意事项，进行安全保密教育等。

（二）组织参观组织我们对单位进行参观，以便了解其概况。在实习期间，我们还到其它有关车间去进行专业性的参观，获得了更加广泛的生产实践知识，和更加准确理解了工厂的运作模式。

（三）车间实习我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在指定的车间进行实习，通过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习内容。

六、实习过程及内容

（一）入场教育

xx 年 7 月 2 日我们开始了在山西戴德测控技术有限公司为期一个月的实习。首先由公司的领导给我们简介了公司并进行了安全教育：要保持秩序；注意不能扔纸屑，保持好卫生；在车间要注意安全，不要随意拨动机器或者开关按钮等等。然后由公司的专业人员给我们简单介绍公司的主要产品以及各个产品的生产流程等。

（二）进厂参观

在听完专业人员的讲解之后，我们对公司有了一个大致认识，带着好奇我们由公司指定负责人带领进入了工厂参观。

（三）车间实习

参观完公司先进工艺方法、先进工装、先进设备之后，工作人员安排我们穿上工作服开始真正的动手操作，我被分配到安装组。我的任务是在前面一位员工把焊接引线剥线以后，我将焊接引线绕在一起，然后把它焊在一起。虽然是很简单的工作，但仍然要求我们仔细认真，本着戴德“产品体现人品、人品决定产品”的宗旨，认真完成我们的工作！装配过程中很多东西我们没有接触过，都会积极地向工作人员询问，我的工作还比较得心应手，因为在这之前我们参加了金工实习，对于焊接有过一定的练习。

七、实习感悟

通过生产实习，使我们了解和掌握了输送带检测系统的工作流程已经 PLC 可编程控制器在工业中的应用。为进一步学好专业课，从事这方面的研制、设计等打下良好的基础。

在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，更重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

通过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了自动控制仪表制造过程知识及在学校无法学到的实践知识。在向工人学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的。

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/908013030103007027>