

精选认识与实习报告集合5篇

在我们平凡的日常里，接触并使用报告的人越来越多，不同种类的报告具有不同的用途。那么大家知道标准正式的报告格式吗？以下是小编帮大家整理的认识与实习报告5篇，希望对大家有所帮助。

认识与实习报告 篇1

实习开始时间： 20xx 年 xx 月 xx 日

实习结束时间： 20xx 年 xx 月 xx 日

实习地点：江苏xx律师事务所 地址：江苏省xxx

指导律师：xxx

以下是我的实习感言，我是淮阴师范学院文通学院 05 级法学 1 班李瑞，经过大学近四年的法学本科学习，在大四学年时有幸参加了全面的系统的毕业实习，以考察检验我们四年的法学学习，也为我们这些学生毕业后是否从事司法之路指明了方向，因为实践是检验知识的最好的办法。通过近 2 个月的实习，我的想法很多，现作以下感言。

首先声明，我对于此次毕业实习是非常的重视，因为通过高中辛勤的学习顺利进入大学选择了自己的专业，并且在大学期间确立了自己的职业规划与以后的工作定向，在这样一种形式下我不得不认真对待我的毕业实习。

其次，我的实习感言是确切真实的，不包含任何虚假色彩，申明：如有雷同纯属本人版权遭受不法侵权。

有的人会认为实习，糊弄糊弄就过去了没怎么放在心上，有的人认为这个是检验自己所学习知识并且得到别人肯定以及指出不足的最好时期。因此对待实习的态度就决定着一个人走向社会走向事业的高度不一样。刚刚进入实习的事务所时，感觉很新鲜很好奇，经过一段时间的实习，我度过了好奇心新鲜感，由实习转向了实质性的事务。（我参加了顶岗）。

转型的这段时间思想斗争非常痛苦，总觉得自己还是个在校园里的学生，工作还离自己很远。看不到生活的本质，没有压力感。工作没有动力。当指导律师让我独立去做事的时候，才发现自己很眼高手低，开始的时候连在别人看来再简单不过的装订卷宗都不会，以至于每装订一本心里都没底，深怕哪个顺序错了还要重新来。

当我自己做事情在别人看来是很简单的，而我却很愚蠢的按照我的想法去做了，结论是我的想法是失败的。当我提出出问题时，在别人的眼光里会觉得我很嫩。工作的环境和大家对我的看法以及对我成长的关注，让我感觉到从未有过的压力，这种压力对我却有种特别的使命感，促使我不断的成长。当你没有能力去跟别人谈条件的时候，那么你就应该努力的提高自己，努力地迫使自己勤奋地学习理论知识，使得理论跟上实践。努力的提高自己的专业水平、提高自己的应变能力、提高自己的阅历。

我从一个学生转变成为社会上的工作一族，也许在别人看来会去羡慕我已经工作了，或者相对于那些还在拿着简历到处投，希望别人能够把他留住，或者我相对于后者我是有点幸福。但是你要清楚的知道，在目前全球经济不景气的大环境下，大企业在裁员，小公司则面临着倒闭破产清算的困境，你有没有想象过你有什么能力或者才华让别人来接纳你呢？你是否

这个时候应该好好的对自己的未来有个打算或者来个计划呢?这些问题我都想过并且有所实施。

有的人会觉得我以后工作了靠家里哪个亲戚，或者自己的父母，也许你的所谓的亲戚或者你的父母的确可以帮你安排一个很好的工作，但是你有考虑过你的能力才是决定你以后是否可以立足于这个社会的根本呢?不要有这种逃避现实的想法来拿自己的前途做赌注，父母不会帮你一辈子的，父母能帮你的只是一时。人不能无大志的生活着，这样的话我们就是社会的寄生虫，终究会被这个残酷现实的社会所淘汰掉的。

工作思想的转变其实是非常痛苦的一件事情，以至于会让你思想混乱，我经历过并且还在经历，我相信我会很快度过这段艰苦的思想挣扎。全身心的投入到我的工作当中去，崭露头角奋勇向前，不断学习、不断进取、不断给自己订立更高更远的目标，俗话说的是心有多大舞台就有多大。

经过一番思想的斗争以及工作过程中的打击，我就已经有了一些对待工作的清醒的认识，这对于我今后的工作奠定了很好的思想基础。首先实习中有很多东西值得我们去学习，长辈们的言语与做事方式都是我们值得虚心学习的宝贵财富。其次，师傅让你做的每件事情，我们都要去努力认真的完成，遇到不明白的要记在纸上先自己去搞懂，不明白的再一个一个的问，直至明白为止，要吃得了苦中苦。方式跟方法很重要，态度也很重要，有时候态度决定你的成败，细节也是需要考虑到的。

以下我谈我在实习中让我自己学到的东西，举例说明：

刚刚进事务所的时候我什么都不懂，毛毛草草的小伙子，很嫩，穿着言谈举止都很嫩，经过时间的熏陶我就知道我得更成熟点，不能让别人觉

得我很稚嫩，不然别人都会觉得你是小孩子，有什么问题根本就不把你带上，不是别人故意的，是你给别人这样的感觉了一个字导致的嫩，所以我就会让自己在工作的时候成熟点稳重点。(关于怎么改变自己)

跟所里(单位)的每一个人要建立一个很好的关系基础，至少见面了要学会客气寒暄，不带任何目的的假客气，最基本的基于礼貌上的招呼，这个是中国礼仪所在。这样会为你以后的工作交流减少陌生感，产生好的协作。(关于怎么对待别人)

实践是检验真理的唯一标准。这句话太伟大了，经历了时代以及时间的考验，还是那么的保值。在工作中我一直坚持着实践，那就是法律知识的程序应用，对于这些我学到的比我在学校 1 年甚至 2 年 3 年学到的还要多的多，不是说大学的只是白学了，只是更加验证了我学习的知识发展升值的空间都是很大的。只要自己努力虚心的学，你会发现其实自己知道的学到的都只是皮毛而已，知识是海洋，我们只是里面的水滴。(对于实践的看法)

没有人愿意总是停留在低的层次，通过努力，大家都有提升的机会和可能。心态和作为决定着你的层级。在我实习这段时间，我做大的收获，首先是结实了很多认可我的领导、事务所的师傅、朋友和企业的老总，他们是我人生成长中的长者以及财富。其次是经历了一些也许并不是多么重要的时间，但是他们的存在使我更快的成熟。(对于努力的想法)

每次与师傅去开庭，参加真实的法庭辩论我会有深刻的体会，我可以学到真实的法庭庭审的程序，知道这个案件的始末，比如怎么立案，怎么

写民事上诉状，委托合同是什么东西，委托授权书又是什么，什么叫做提出管辖异议，为什么要提出等等。

不光是知道，也要学会在什么样的情况下，该怎么运用法律法规。再比如在劳动争议案件中，怎么为你的顾问单位进行最好的维护利益，或者怎么去更好的维护你当事人的利益，这些不仅仅是需要法律为你建立结构，更重要的是你该怎么去运用你的观点去让法官认可你的辩论，这个就上升到律师的职业技能方面了。

认识与实习报告 篇2

一、实习目的

20xx年8月28日到20xx年9月3日，我们车辆工程专业在五位教师的带领下前往河北定州长安汽车厂进行了为期6天的实习。认识实习是学习与生产实际相结合的重要实践性环节。在认识实习过程中，我们细致的参观了长安汽车厂各个车间和生产环节，对汽车的设计研发制造有了全新的认识。通过这次实习，培养了我们观察问题、解决问题的能力和向生产实际学习的能力，同时培养了我们的团结合作精神，树立了我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能最大程度地发挥作用。通过认识实习，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。

河北长安汽车有限公司成立于20xx年7月8日，是长安汽车实施“北上战略”的重要窗口企业，公司连续多年荣获“全国重质量，守信誉诚信联盟单位”、“河北省诚信企业”、

“河北省文明单位”等荣誉称号。从成立至今，河北长安已累计产销汽车突破100万辆，是河北省产销量最大的整车生产企业，微型货车市场占有率多年雄居全国第一，对当地制造业、服务业起到了重要拉动作用。

9月6日，我们又去了太原长安重型汽车有限公司，太原长安重型汽车有限公司（原为太原南方重型汽车有限公司，20xx年10月份更为现名），是中国长安汽车集团股份有限公司于20xx年在重组山西省汽车工业集团有限责任公司的基础上设立的全资子公司，集研发、生产和销售于一体，主要产品为各类自卸车、牵引车、公路运输车、燃气车、专用车等。新基地座落于太原市经济技术开发区最南端，总占地面积750亩，是山西最大的商用车生产基地。

太原长安重型汽车有限公司设备先进，四大工艺布局齐全，拥有目前国内较大规模的重车总装车间。全部使用智能化、信息化管理，全线产能达5万台。

长安重汽拥有与清华大学联合设立的北京研发中心和位于太原的省级研发中心，已顺利通过国家ISO9001-

20xx质量体系认证，营销网络遍布全国，并已实现了多个国家的出口。

二、实习内容

1、安全教育。29号上午，实习开始时，长安公司委派专业人士对我们进行了安全教育，讲解了安全问题的重要性和在实习中所要遇到的种种危险和潜在的危险等等。通过安全教育，我们知道了要正确地按客观规律办

事，严格执行安全操作规程，认识和掌握不安全，并及时发现和消除隐患，把事故消灭在萌芽状态，保证安全生产。

2、总装车间实习。从当天下午开始，我们正式开始了车间实习过程。我们组被分到总装二车间，这个车间是长安集团比较先进的一个车间，生产过程基本实现了自动化。进入总装车间，首先的印象是这个厂房很大，一切生产设施布置得很合理，没有想象中生产厂房的杂乱无章，相当干净。据师傅介绍，这个车间有两万多平方米，现在在流水线上等待加工的是长安新研发的微型客车——

长安星光4500。车间流水节拍为90至150秒。没来之前，我想象中整条装配线是直线形的，拉得很长，从头走到尾要花很长时间。而实际上，车间生产线是折叠起来的。这样一来，从车间一个地方到车间任何一个地方都相对比较短，发现问题能够得到及时反映。车间运输通道比较多，东西方向四条，南北方向两条，零部件运输方便快捷，杜绝了交通堵塞的现象。

车间的每条线上分类摆放的装配件整齐而科学。装配件离装配车位的距离既能节约来回拿件的时间，又不会妨碍工人在车辆周围工作。车间地面很少能看到垃圾，每天早晚清洁和拖地，这不仅给人带来一种清爽的感觉，同时也减少了空气的浮沉量，对一线员工的健康是有利的。

我们组共四十余人，每5人一组分组后跟班到车间内暂时有空的各生产段长。我们的段长是一个年轻的小伙子，他给我们详细介绍了车间内各个工位的工作。整个车间被分为总装车间的布局从头至尾分别是内饰工段、综合工段、底盘工段、发动机工段和检测工段。其中发动机工段最终汇入底盘工段，而底盘工段和内饰工段最终汇入综合工段。

内饰工段，汽车的内饰是要被装配到车身上的，内饰是一切的基础，那么内饰开始的地方必须离车身的来源非常近。而内饰工段的开始处正好安排在涂装车

间的出口处。这个工段主要完成了车锁、车门开关、内壁、内顶盖、迎风玻璃等的安装。

综合工段，任务是把汽车底盘和车身装配成整车，那么综合开始的地方必须同时离内饰工段和底盘工段的末尾最近。而综合工段的开始处正好安排在内饰工段与底盘工段的会聚处。这个工段上完成了中控仪表台以及制动油泵等零部件的安装。

底盘工段最重要的是发动机工段，发动机和变速箱的重量是比较大的，这个工段自动化的程度比较高，工人将安装好的发动机和离合器总成用机械吊手放置到一台全自动的小车上，这台小车依靠路面铺设的磁性轨道实现自动行驶，到预定安装地点后小车将发动机总成举起，位置恰好为车辆悬停处，工人只需在此处将总成固定即可，不用费神费力，也实现了较为精确的安装。此外还安装了前后制动器，变速器、油箱、消声器等。

检测工段，车辆已经安装成型，经过一轮质量检查后开始安装前保险杠和汽车电瓶。到轮胎总成安装区，车体放下到循环地板，开始安装侧窗、全车座椅，最后加注各种车用液体，调整车门及各部件间隙。而后质检员开始了针对车辆各部件是否安装到位，车身喷漆是否有划痕，车灯仪表是否能按需工作的各项检查。随后车辆接受淋水检测，以检查车窗有无漏水情况。最后车辆由厂里专门验车员开到车辆检测场地，车辆在S路，起伏路，坡道等各种复杂路况接受全面检验。

3、CPS学习。1号下午，我们在总装二车间学习室学习了长安生产系统（Changan Production System，简称CPS）的相关知识。CPS是将长安公司与生产管理相关

的若干子系统进行资源集成化、管理IT化、考核规范化的一种推进及整改活动。其内涵是将ERP等IT系统作为支撑手段，采用小组化工作方式，通过建立一套覆盖生产经营管理全过程的基础管理体系和科学有效的绩效考核指标体系，把与生产管理系统相关的各种资源（人、机、料、流程、标准、制度）和各个环节（开发、质量、物流、销售、售后）进行系统地集成，在生产管理中全面、全程地贯彻精益管理的思想，最大程度地消除一切浪费，以最好的质量、最低的成本、最短的时间提供市场最需要的产品。

CPS同时是一种先进的企业管理文化体系。首先它体现了对整个企业生产经营活动进行精益化管理的思想；其次体现了对生产经营管理的物质文明和企业文化建设的精神文明活动相结合的思想；最后它充分体现了事前预防、事中控制和事后分析的全过程控制的思想。CPS作为一种管理学理论，融合了丰田的JIT思想，实在博大精深，一时我们还是无法理解其要旨，但最重要的一点，就是消除浪费，这是我们机械学科中最需要重视的一点。

而车身等薄板金属材料的焊接大部分是使用点焊，不过同时还使用了氩弧焊或混合气体保护焊。

由于电焊过程较为危险，焊装车间采取了很多安全措施，带队师傅给我们介绍了一台红外线测控仪，在焊装进行时，工人师傅在流水线外，依靠各种点焊或喷焊工具完成工作，一旦身体进入危险区域，就会遮挡红外线的传输，此时红外检测设备动作，电焊工具停止工作，保障工人的生命

安全。由于时间也不甚充足，又加上停工的关系，我们对焊装车间的认识较少，算是长安之行的一个遗憾。

5、长安重汽实习过程。9月7号上午，我们又在教师的带领下去了位于太原高新开发区的长安重汽，与定州的长安商用不同，这里生产的是用于运输货物的重型卡车。这样一来，所有的生产设备与长安商用相比都大了不止一倍。进入生产车间，可以看到，由于车辆体积和重量的成倍增长，流水线的布置和之前的也不太一样。首先来说，车辆不能悬空在那么高的位置，否则工人加工不方便，也会把较多的能量浪费在车辆的升降上。

车辆的较大体积还带来一个问题，车辆的几根轴不能从底部向上安装，于是我们看到，车辆在安装车轴的这个工位之前一直是倒着的，待车轴安装完毕后，再将车翻到正面，进行下一步的工作。轮胎的安装也有很大变化，重量很大的轮胎经自动运输机运至安装工位，工人用机械夹具将轮胎定位后用机器旋装螺丝固定。

从总装车间出来后，我们到了涂装车间，这个车间面积也较大，涂装车间最重要的设备是中间相互连接的大池子，从涂料池顶部的走过，可以看到操控涂料池的各种电器设备，而各涂料池里有不同颜色的水，据介绍，每次车的每次喷涂都用不同的化学制剂，所以涂料颜色五花八门，但這些化学制剂确实没有刺鼻的味道，看来现在的涂料已经不像我们过去想象中那么落后了。

认识与实习报告 篇3

一、实习目的：

认识实习是学生大学学习很重要的实践环节、实习是每一个大学生的必修课，它不仅能让我们学到很多在课堂上根本就学不到的知识，还

能使我们开阔视野，增长见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础、

学习环境工程专业快一年了，但对于这个专业将来所从事的工作却还十分模糊，通过这次认识实习，使我已经对这个专业所从事的工作有了一个大致地了解、

二、实习的具体内容：

（一）长江水利委员会长江三峡水文水资源勘测局

实习时间：20xx年6月20日上午

1、概况：

长江三峡水文水资源勘测局是国家二级监测站，共监测30个项目，同等级别的监测站整个长江干流共有7个，主要负责水文水资源勘测、干流及主要支流水文、河道、泥沙、水质基本资料收集，在水文水资源监测与评价、水资源论证、水环境监测、水质分析、水量计算、水文气象预报、水文分析计算、防洪等方面，技术设备先进，实力雄厚、

2、处理工艺：

该监测站拥有较多实验室，根据其功能不同可分为：生化室，无菌室，质控室，消解室，天平室，仪器一，二，三室，原子荧光室，原子吸收室，气象色谱室，泥沙分析室，泥沙天平室、每个实验室配有相关的仪器、

其中日常监测项目包括常规五参数（水温，ph，溶解氧，电导率，浊度），氨氮，化学需氧量，高锰酸盐指数，总有机碳（toc），总氮，总

磷，硝酸盐氮，磷酸盐，氰化物，氟化物，氯化物，酚类，油类，汞等的重金属，粪大肠杆菌，细菌总数、

而且该监测站设备齐全，比如说有gm—0、35隔膜真空泵，pxd—12数字式离子计，aa—400原子吸收仪，afs—900原子荧光分光光度计，气相色谱仪，测汞仪，测油仪，dds—380电导率仪，phsj—4a7ph计，离子色谱仪，uv—754紫外可见分光光度计，7—225型可见分光光度计，ae200电子天平，gpi—2气体净化仪，ldzx—40bi立式自动电热压力蒸汽器，yxz型自动恒温水浴锅，psh525生化培养箱，tg16—ws高速离心机，bod5恒温培养箱，摩尔元素系列超纯水机，bod—220b快速测仪，z—XX原子吸收仪等一系列高级仪器、据高站长说，其中价值在百万以上的仪器不在少数、

3、监测站工作流程：

质量体系运行 → 业务合同受理 → 编制计划、程序 → 环境设施确认 → 仪器设备确认保证在有效期内使用 → 人员确认 → 采样送样 → 样品接收、处理 → 领出样品，按标准（作用指导书）检测 → 数据、记录控制 → 报告编制 → 服务客户

（二）宜昌水文站

实习时间：20xx年6月20日上午

1、

概况：

宜昌水文站坐落在长江边，它被誉为国家一级水文站，世界教科文组织一级站，在世界上也占有相当重要的地位，同时它悠久的历史也为自身增添了不小的魅力、该站始建于民国时期，是我国最早的，同时也是最重要的几个水文站之一，并且在1998年抗洪期间发挥了极其重要的作用、该站从运行之日起，就开始在水文方面发挥重要作用，至今已为我们留下了许多宝贵的数据、比如：

1153年7月31日 59、5m 1227年8月1日 58、47 m

1560年8月25日 58、45 m 1788年7月23日 57、5 m

1796年7月18日 56、81 m 1613年7月18日 56、67 m

1860年7月18日 58、32 m 1870年7月20日 59、5 m

1896年9月4日 55、92 m 19XX年8月14日 55、14 m

1921年7月17日 55、33 m 1931年8月10日 55、02 m

1945年9月6日 55、71 m 1954年8月7日 55、73 m

水文站是观测及搜集河流、湖泊、水库等水体的水文、气象资料的基层水文机构、水文站观测的水文要素包括水位、流速、流向、波浪、含沙量、水温、冰情、地下水、水质等；气象要素包括降水量、蒸发量、气温、湿度、气压和风等、按测验项目分为观测水位、流量或兼测其他项目的水文站；只观测水位，或兼测降水量的水位站；只观测降水量的雨量站；只测水质的水质站；只测地下水的地下水井观测站；测量河流泥沙的泥沙站；观测水面蒸发和陆面蒸发的蒸发站、中国把水文站按性质分为基本站和专用站、前者的任务是收集实测资料，提供探索基本水文规律的资料，

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/915312242302011
303](https://d.book118.com/915312242302011303)