

# 关于学生的实习报告集锦5篇

在我们平凡的日常里，我们使用报告的情况越来越多，报告具有语言陈述性的特点。相信许多人会觉得报告很难写吧，下面是小编帮大家整理的学生的实习报告5篇，欢迎大家分享。

## 学生的实习报告 篇1

### 工作的第一天

因为昨天晚上兴奋过度，导致失眠，但也并没有影响我上班的时间，7点准时起床，洗刷完毕后就在外面随便吃了点早餐，因为第一天给别人一个好点的印象，早上的工作就是择菜，扫地，拖地，擦桌子。我首先是扫地，把屋内外全部扫完后，就拖起了地板，刚开始拖得时候还蛮兴奋的，只是拖了两间屋后就觉的很吃力了，拖完后就累的上气不接下气了。小喝几口水后，便开始择菜，因为在家择菜少，有的菜我还不会择，还好老板好，教了我一些择菜的方法，不一会各试各样的菜都被我择好了！哇，没想到择菜完了还归我洗，没办法也只有认了，在学校洗衣服有时还用热水洗衣服，可现在不可能用热水洗菜吧！水真是刺骨啊！终于明白了妈妈洗衣服的辛苦了，妈妈真是伟大，以前总是她一个人洗家里一大群人的衣服，在冰冷的水中一洗就是几个小时，从来没有半句怨言，等我回家了一定不让妈妈那么的辛苦了！菜终于洗完了，可是我的手却似乎没有了感觉，但也不能休息，地已经干了，还得去擦桌子，一会还有人来吃饭，如果看到桌子不干净，别人又怎么会吃的香了。中午时间快到了就看见有很多的客人纷纷的来到酒楼，看到来了客人老板让我们领他们去几号餐厅坐下，

还得倒水端茶他们喝，还得一直的站在该号餐厅房的外面等待着被叫喊，有什么需要马上去办。不灵活还得被老板说，等客人吃完走后，留下的残局也得我们收干净。第一天上班，上天既然这样的照顾我。听老板说今天客人最多，今天跑去跑来估计也有好几十趟了，等我把碗洗好后，已经是下午3点了，在看看被搞脏的地面，又在自己的范围之内，只得拿起扫把，拖把把它弄干净，还要我半个小时就搞定了！还有大概2个小时的时间可以休息。在学校2个小时感觉好长好难过啊，一是没事做，又不想出去，在寝室里这边转，那边又转这边，好无聊，如今的2个小时是那么的短暂，还没来得急休息好就过去了，又是客人来吃饭的时间了，又是引导客人们去几号餐厅房。这次有个很挑的客人，他不是说这个菜没炒熟就是那个菜太淡了，是不是没放盐，我都快被他搞的生气了，可是老板却还是面带笑容的帮他换，真搞不懂，等到晚上快没客人来吃饭的时间，我的工作才算是完成了。完成了工作，老板还要开会，也不算开会，只是跟我一个人说，他说：“工作的还不错，要继续坚持，适当的时候要灵活，还有遇到很挑的客人不能发脾气，需要明白顾客是上帝，还要注意以微笑待人，不能摆张臭脸，不然客人还以为就像是非来你这不可一样，别人又怎么会吃的高兴！吃的不高兴下次怎么会再来了？所以以后要记得微笑待人！”一天的工作终于完了，回到家以是晚上10点了，看着家里人做再那里看着自己的电视，好羡慕，累了一天的我，躺再床上，想想今天的一切也觉的有点自豪，因为我做到了，我坚持住了！

## 工作第二天

今天早上就比昨天起来的晚一点，我舍不得我暖暖的被子，就多睡了一会，赶到的时候刚好8点。开始工作，和昨天的一样开

始了我第二天的工作，重复的拖着我的地，没有了昨天的兴奋，但是还是拿出了我不怕吃苦的精神，干完了拖地的工作。然后开始择菜，问问择菜的小王在这里干了多久，哇，已经干了两年了，厉害真的很勤劳，她的精神真是值得我学习。由于昨天第一天来上班不好意思和别人说话，今天就主动搭话了，问了一下其他人才知道她是干的最长的，也是最能干的，什么都会做，而且也是做的的，在这工资，我昨天干了一天，就尝到了这种工作的辛苦，她能干这么长时间真是让人佩服，看着她那样执着，我也从中学到了一点东西，不要懒惰，要手快，眼快，看到什么要做就马上行动，不要总等这别人来说，来叫你，这样就会有效率，客人也就会越喜欢，喜欢了就会经常来这里吃饭！今天我学到了要处事灵活。

### 工作第三天

说实话，经过两天的累真的有点受不了这样的生活，但也没有半法，不能说就这样不做跑了吧，那我不是太失败了吗！我不能做逃兵，我要坚持我的工作。于是我在扫地，拖地中找到了自己的快乐，我可以把每天的扫地，拖地当成自己在做某种运动，即完成了工作身体也可以得到锻炼，何乐而不违了。我学会了从劳动中找到自己的快乐，并努力的朝着胜利的方向前行！

### 工作最后的四天

前三天还做着自己该做的事和自己力所能及的事，一切都是那样的平淡，那么的累，但也从中慢慢体验着父母的艰辛，体验着生活的酸甜苦辣，明白了很多，也懂事了很多。最后一天做完工作，酒楼也开始停业了，准备着过大年了，最后一天要把所有的椅子，桌子全给洗一下，也过一个干净

的年，当事情都搞完时，老板给了我这几天的工作的工资，虽然不是很多，但是看着自己挣来的第一份工资心里无比的高兴和喜悦，还有老板的那句“你真行”让我兴奋了好几天，我终于完成了我的工作，我坚持下来了。爸爸妈妈也为我能坚持下来而高兴的不得了！说：“说这姑娘长大了！”

虽然只有短短的七天，但是从中体会到了一个找工作到得到自己应该得到的快乐与经历是多么的艰辛，体会到读书的可贵。我们都应该珍惜现在的幸福生活，不要迷茫在人生的十字路口！我们应该孜孜不倦地追求，追求甘露可滋润那干枯的心灵，追求清风能鼓起偃息的生活翅膀，对理想和事业的追求，使人青春常在，而那旺盛的精力如研峰吐翠，催人自强不息！澎湃的生活似大江奔流，我们要选择好的生活追求，不应该是损人利己，唯利是图，不应该是贪图安逸，祈求神灵，不应是沉醉酒色，寻找刺激而应是在拼搏，进取，创造中生根，是在求真，至善生活中成熟，它萌动于求知人心中茁壮于跋涉者足下，它激励你攻占知识的高地，从汗水中获取欢乐的报酬，召唤你征服科学的峰巅。大步挺进新兴学科的羊肠小道间，酷爱真理，无所畏惧让阳光与幸福并肩携手，憧憬未来，让我们把历史的使命担在肩头使追求的乐章扬声高奏，让我们把时代的彩笔握在手，使明天的宏图一片锦绣，虽然这次短暂的寒假实践没能让我学到还没有学到的东西，但是我会努力的去学习，不在那么的迷茫，那么的虚度光阴，我们每个人都应该正视自己的人生，从现在开始做一个求真，至善的人！

## 学生的实习报告 篇2

### 一、东滩湿地公园

## 1、概述

东滩湿地公园毗邻东滩鸟类自然保护区，也是国内唯一一处与候鸟保护区相邻的湿地公园。建成的湿地公园二期草木丰茂，引来了不少珍稀鸟类。湿地公园二期专设了一个水涉禽招引区，园内种植了大量崇明当地土生土长的植被，如竹子、赤槐、乌桕、水葱、菖蒲等，这不仅形成了错落有致的景观，也为鸟儿带来了栖息的佳地。从最新的监测情况来看，目前湿地公园内已经发现了112种野生鸟类，包括国家二级保护动物小鸦鹃、白胸苦恶鸟、黑水鸡等，数量也很大。

湿地公园还将建设一个面积为6.3万平方米的光滩，并在光滩上投放大量螃蟹等底栖动物，以吸引涉禽来此栖息和觅食，把湿地公园打造成一个鸟儿的天堂。

## 2、动植物群落

东滩湿地植被属于滨海盐生植被类型，以芦苇群落为主的禾草沼泽是生物量最大的植物群落。在沼泽向草甸过渡的植被一侧，常有鸭跖草、马兰、茭白、空心链子草等杂草伴生其间。在群落的低潮位，群落交错区，常见蔗草、海三菱蔗草、水莎草、糙叶苔草等植物混生。芦苇植被呈斑块状分布。随着东滩向外滋长，芦苇群落亦有向外扩展成带的趋势。

## 3、游憩功能

公园内设有影剧院、会议室、餐厅、茶室、咖吧、农特产超市、科普展馆和科研实验室等场馆设施，可为广大企业

客户提供包括游园、休闲、餐饮、会务、

企业活动日、员工素质拓展和科普学习等在内的诸多服务项目，更是实现企业履行社会责任，承担环境保护责任的首选场所。

## 二、西沙湿地公园

### 1、概述

西沙湿地公园于20xx年9月19日成立，位于崇明岛西南端，绿华镇桃源水乡与明珠湖大堤外侧，总面积4500亩。它是崇明岛国家地质公园的核心组成部分、崇明岛国家地质公园纪念碑所在地，也是上海目前唯一具有自然潮汐现象和成片滩涂林地的自然湿地，还是上海市科委立项的湿地生态修复实验基地。

### 2、湿地植物

西沙湿地的地质遗迹和景观主要有“河口潮滩地貌地质遗迹”、“湿地地貌地质遗迹”及湿地植被、鸟类、底栖动物等。园内主要保存着两大类十七种典型的地质遗迹，展示着世界第一大河口冲积岛沧海桑田的地质景观及人与自然和谐相处的生态文明。

西沙湿地与东滩湿地不同，周而复始的潮汐现象，是西沙湿地赖以生存的重要条件。

潮水一涨一落的时间平均为12小时24分钟。因为潮汐，这里形成了丰富的地形地貌，湿地中港汊纵横，具有湖泊、泥滩、内河、芦苇丛、沼泽

等不同的湿地形态。另外，潮汐的涨落还孕育了湿地里多样性的动物，比如迁徙到来的候鸟和随着潮汐而来的沙蟹。

### 3、湿地生物

西沙湿地有着丰富的动植物资源。湿地共有种子植物46种，植物优势种有芦苇、野茭白、荻草、马兰、糙叶苔草以及人工种植的旱柳、落羽杉等，水塘中主要为狐尾藻、巩草等沉水植物，边缘为芦苇、狭叶香蒲等挺水植物。

西沙滩涂湿地和植物资源地吸引了大量的鸟类，使其成为许多候鸟重要的越冬栖息地。目前记录到的鸟类有26种，其中林灌丛活动鸟类14种，湿地环境活动鸟类11种，最为常见的有大白鹭、绿头鸭、震旦雅雀等。

湿地的底栖动物高潮带主要为无齿相手蟹和红螯相手蟹，池塘中主要为梨形环棱螺、中华圆田螺与中国圆田螺。中潮带区域以谭氏泥蟹、布氏类麋眼螺为优势种。低潮带区域以河蚬为优势种，偶见齿吻沙蚕。

## 三、梦清园

### 1、概述

梦清园依偎着苏州河，位于昌化路桥和江宁路桥之间，分为大鱼岛、人工湿地和梦清馆三大部分。梦清馆共有三层。第一层介绍苏州河的地理位置以及上海的水利系统；第二层介绍古代和近代苏州河的污染和对人类的危害；第三层介绍苏州河的治理过程以及目前的状况。

大鱼岛是苏州河第一大岛。岛上有个观景阁，其形状为上海市花白玉兰，所以也叫玉兰阁。登上玉兰阁，苏州河的美景就尽收眼底了。

人工湿地好比一个大自然的过滤器，苏州河的水就是从这里流进梦清园后，进行全面水质改造的。整个湿地系统的能源全部来自太阳能和风力发电机，十分绿色环保。园内的植物也值得一观，熏衣草、龙舌兰、蝴蝶兰、夹竹桃、莲花、翠竹、葡萄等。这些美丽的花草树木不但养眼，它们其实也是整个生态系统的一环。

梦清园中还有不少雕塑作品。比如入口处的“鱼儿穿梭海浪间”，寓意梦想。公园内，连水管都被设计成为艺术作品。

## 2、水系分析

最近十年，作为一种成熟的水处理技术，人工湿地被全球各个不同发展状况的国家采用，其中欧美国家由于起步早，处于领先水平。1990年，我国第一个人工湿地污水处理系统即白泥坑人工湿地处理系统建成，目前运行状况良好。人工湿地建设在我国正处于加速期，其发展是和经济社会发展相关联的。国家统计局于4月28日公布的第六次全国人口普查数据显示我国城镇化率接近50%，高速的城镇化所引发的环境问题也更加尖锐，其中就包括小城镇的污水处理问题，而人工湿地能很好地满足小城镇污水处理的特定要求。结合实际情况和发展趋势，人工湿地在生活污水处理方面将有广阔的发展前景。此外，最近发达国家已经将重点转移到利用人工湿地处理特殊工业废水方面。我国也有一些专家学者在利用人工湿地控制农业面源污染和城区区域雨水管理等方面做了相应研究，目前我国人工湿地工艺的作用及发展趋势主要集中在以下几个：①城市人工湿地生态公园；②小型人工湿地分散式污水处理；③非点源污染处理，其中又细分为农业面源污

染、城区湖泊径流、城市内河治理和工矿废水处理等。在未来的污水处理事业中，人工湿地将逐渐承担起重要的角色。

人工湿地技术是一种新型生态工程技术，近年来在我国各地的生活污水处理和水体生态修复领域中得到了广泛的推广应用。人工湿地技术的构成要素包括基质、植物、动物、微生物和水，通过强化生物对污染物的降解作用，来达到净化污水的目的。与传统的污水处理工艺相比，其建设费用低，维护管理相对简单，运行管理费用较低，对氮、磷等污染物的处理效果显著，景观美化作用明显。

上海梦清园位于上海市苏州河畔，占地面积8.6公顷，是20xx年完成的苏州河综合整治工程一期重点项目，园内引入苏州河水，通过人工湿地生态系统对其完成净化，再向外排出。上海梦清园也是一个比较好的人工湿地处理污水的实例。

梦清园做到了多目标结合，不仅侧重于污水处理功能，还兼顾湿地系统的其他生态作用，能与景观设计、园林绿化相结合，则能更为充分地发挥人工湿地系统的综合功能，使污水处理工程成为景观的一部分，使水资源得到更为充分的利用。

## 四、世博后滩公园

### 1、概述

世博后滩公园为上海世博园的核心绿地景观之一，位于“20xx上海世博园”区之西端，位于黄浦江之东岸之与浦明路之间，南临园区新建浦明路，西至倪家浜，北望卢浦大桥，占地18公顷。20xx年初开始，由北京大学教授俞孔坚领衔“土人设计”团队设计，20xx年10月建成。设计者倡导足下文化与野草之美的环境伦理与新美学思想，用当代景观设计手法，显现了场地的四层历史与文明属性：黄浦江滩的回归，农业文明的回味，工业文明的记忆和后工业生态文明的展望。最终在垃圾遍地、污染严重的原工业棕地上，建成了具有水体净化和雨洪调蓄、生物生产、生物多样性保育、和审美启智等综合生态服务功能的城市公园。后滩公园不但建立了一个可以复制得生态净化水系统模式，同时创立了新的公园管理模式，它建成后不再需要大量人力物力去维护，而是让自然自我循环净化，让自然做功，为解决当下中国和世界的环境问题提供一个成功的样板。

公园保留并改善了场地中黄浦边的原有4公顷江滩湿地，在此基础上对原沿江水泥护岸和码头进行生态化改造，恢复自然植被。同时，整个公园的植被选用适应于江滩的乡土物种，芦笛翻飞，乌桕成林，更有群鱼游憩，白鹭照水，一派生机勃勃，实现了“滩”的回归。

## 2、湿地净化系统

这里的水是从黄浦江引入的劣五类水，在不利用化学制剂或特殊设备加工过滤的前提下，经过由水生植物及动物等生物群落组成的不同净化系统，将黄浦江劣五类水净化为三类水。如：菖蒲、水芹、水葱、茭白、水稻、芦苇、千屈菜等。

除了轮叶黑藻、苦草、眼子菜、聚草、菹草、伊乐藻等沉水植物，后滩公园的水系中还有挺水植物、湿生植物和浮叶植物，构成了一个完整的水生态系统。来自黄浦江的劣五类的水，从取水口流经引水渠，到达公园里的滴瀑墙。随即江水沿着滴瀑墙缓缓流下，在墙上微生物膜的作用下得到初步净化，最终，通过水生态系统的逐级净化变成三类水。

## 3、布局结构

在江滩的自然基底上，选用了江南四季作物，并运用梯田营造和灌溉技术解决高差和满足蓄水净化之功效，营造都市田园。

在自然江滩与都市田园的基础上，保留、再用和再生了原场地作为钢铁厂的记忆。巨大的工业厂房之钢构得以保留，并演绎为立体花园和酒吧游憩之所；原临江码头被保留，并设计成生态化的水上花园和

观景台，遥望浦西高楼林立，  
仿佛置身尘外世界；一条由钢  
板折叠而成的锈色长卷，写就  
无数沧桑记忆。它隐约起伏，  
漂游于水岸平台之上，或蛰伏

于地面而成为铺地，逶迤而远去，或翘首于空中而成为雨棚、景窗，  
巧取园中美景。

作为工业时代生态文明的展望和实验，公园的核心是一条带状、具有水净化功能人工湿地系统，它将来自黄浦江的劣五类水，通过沉淀池、叠瀑墙、梯田、不同深度和不同群落的湿地净化区，经过长达1公里的流程，而成为三类净水，日净化量为每天2400立方。净化后的三类水不仅可以提供给世博公园做水景循环用水，还能满足世博公园与后滩公园自身的绿化灌溉及道路冲洗等需要。除大量使用乡土物种以及水体净化等生态措施外，设计充分利用旧材料、节约造价、倡导低成本维护等生态理念，包括旧砖瓦的再用，黄浦江护岸的生态友好型设计、建筑物的节能设计，以及可降解竹材作为会时大面积铺地，以满足同时考虑赛时和赛后的人流需要，等等。

### **学生的实习报告 篇3**

#### **1实习概况：**

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/918103110110007  
002](https://d.book118.com/918103110110007002)