

## 专升本跟岗实习报告

一段辛苦的实习生活已经告一段落了，相信你积累了不少实习心得，需要好好地写一封实习报告总结一下。千万不能认为实习报告随便应付就可以，下面是店铺收集整理专升本跟岗实习报告，仅供参考，希望能够帮助到大家。

### 专升本跟岗实习报告 篇1

时光如梭，如白驹过隙，转眼间大学生涯将尽尾声，在理论知识积累之后，要有一个踏入社会进行实践的过程，也就是理论与实践的结合。特别是对与建筑这种实践性能非常强的一门学科更要强调实际操作技能的培养。而且这门学科在很大程度上与书本有一定程度的差异。很幸运，我于20xx年x月在xxxxx公司造价部实习。以下是我的实习报告。

#### 一、实习目的

通过多次实战练习以及领导、同事们的关爱与帮助，耐心的指导获得提升。实习能使我所掌握的理论知识得以升华，把理论与实践找到一个的切入点，为我所用。所以就要有一个将理论与实践相融合的机会。在实习中可以得到一些只有实践中才能得到的技术，为我以后参加工作打好基础，这就是我这次实习的目的所在。

#### 二、实习内容

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不同的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。公司领导常跟我说，你所做的东西对你而言只是数字而已，但到别人那就是真金白银，所以做事一定要小心谨慎，遇到不懂或不确定的东西要多问。

我们顶岗实习的目标和要求是在造价岗位，以准员工的身份参与建筑工程的计量与计价工作。通过顶岗实习，能全面、准确理解施工图的全部内容，掌握一般工业与民用建筑的结构构造及结构特点，能

熟练识读建筑施工图和结构施工图。熟悉各种定额性质和组成，掌握一般建筑物的工程量计算规则，掌握一般建筑物的计价方案。在实习中，要多深入工地参与工程施工实践，积累工程施工经验，为以后从事造价工作打基础。

在实习期间，我接触最多的就是软件了，钢筋算量软件是统计建筑中钢筋的量，图形算量软件是统计混凝土，砖等除了钢筋的其他所有量，而计价软件是把所有的量都套上价，所以每个环节都是必不可少的。我作图的顺序是先做钢筋算量软件然后导入图形算量最后导入计价软件中。

钢筋工程结束后汇总计算把工程的钢筋都计算出来。然后把所有工程导入图形算量中。在图形算量软件中主要任务是把所有构件都套定额。在这一环节要求我们熟练掌握定额。套完定额后在转到计价软件中，在计价软件中主要是套价，在软件中价一般都是统一的价，而每个地区都有自己的价，所以需要调市场价。调完价后工程的整个价就出来了。最后看报表，报表中的价包括了所有土建、措施、装饰的量和价，也包括了管理费利润。

### 三、实习体会

进入公司后，给我的感触就是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，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许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，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的默默关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。

在社会中，对于工作方面只能靠自己的能力来做事情，别人是帮不了自己的。因为每个人都要生存，每个人都要工作，每个人都是为了自己的生活而努力工作，是没有时间也没有义务去别人做事的，因此出来实习，我的大部分时间是自己在学习研究的，只有确实没有

办法做出结果或是完全不懂得时候去请教别人，而且讲解的时间是非常短暂的。而在学校大家可以互帮互助的，在遇到困难的时候可以向别人请教或者是大家一起讨论，像以前的这种思想，在我实习的这个阶段让我完全的改变了。

现在让我更加深刻的理解了“人要靠自己”这句话。从生活方面让我感觉不变的就是家人的关心，虽然在工作的时候别人也会关系你的生活问题，但是是很少的一部分。自己遇到的问题不能像以前一样向同学、向朋友倾诉，只能自己慢慢的解决消化。同事之间并不是无话不谈，而是有话少谈。即使是聊天、谈话也是关于工作方面，很少涉及到自己的私人情感，家庭矛盾或者是目前处于的困境无法解脱。

刚入公司做好本职工作并不是一件容易的事情。刚入单位，为了了解一下我的工作能力，领导很快的布置了一项我以前没有做的任务给我，要求我在一个星期之内完成。完成这个任务是要使用鲁班钢筋算量的软件的，但是这个软件是我从来没有接触的，因此我要一边学习软件的使用，一边完成我的任务。幸运的是在软件学习方面给我安排了一位老师教我使用，在拿到任务后的两天里，我学习了软件的操作及要点，接下来就是在似懂非懂的状态下来完成吩咐给我的任务。

在做的过程中遇到不会的立刻向那位老师请教，在别人下班的时候我留下来加班，害怕自己完成不了任务。连续的加班 3 天，最终完成了此项任务，做完后请那位老师帮我检查一下，最后也没有太大的问题。土建预算做了几个工程后又进行了安装预算编制的学习，虽然没进行标底编制，但还是着手做了一个工程练习练习。以前在校老师教育我们“在学校里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。

随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现、预算软件的不断更新等，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力

的人迟早要被企业和社会所淘汰。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，而且工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬。有的时候自己没有事情做的时候，想让别人分一部分任务给自己做，估计是因为涉及到业务提成问题，从来没有人会有多余的事情来让我做的，除了公司领导吩咐说这个工程让我来做，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。

环境往往会影响一个人的工作态度，让人不断的认识社会，了解社会，熟悉社会，最后融入社会。所以我们以后有可能会像别人一样冷漠，也有可能像我们在校时候天真，热情。当然我还是希望我们在以后还是会像在学校那样学会资源共享，互帮互助，相互学习。

从自身的能力来看，我感觉要学习的东西太多了，如最基本的为人处事方面，欠缺的太多，人家的一言一行都有不同的含义，人家的一言一行都有全方位的考虑，但是我刚入社会，考虑的东西很不齐全，所以有些时候说的话做的事情也不是很妥当。再如工作能力，工程造价涉及的内容比较多，范围比较广，而且要了解施工工艺，了解重要部位的做法，了解价格材料等等，因此我们需要非常丰富的工程经验才能做好工程造价。

像我们这样刚出校门的大学生来说，我们做任务的时候也是在学习的时候，做的任务越多积累经验也就越多，往往因为我们是刚出校门的原因，有很多工程是我们不能做的，所以可以做的内容也非常有限，因此从工作能力来说我也是有待提高的。工作中我们常常要与别人配合完成一项任务，在这个过程中也是我们学习的时候，比如说别人交代你的东西你可以很好完成的话，别人也愿意教你一些东西，如果说完成的不是很好的话，很有可能被别人认为你不会做事，比较笨，在以后的工作中有问题请教别人的话，别人也不一定愿意教你。所以在与别人配合的时候，也要头脑灵活，这样才能被别人认同。

#### 四、实习总结

通过这实习，给我的感触也颇多，学到的东西也非常的多，为我

以后的工作打下了坚实的基础，同时也非常感谢学校老师给我们这次实习的机会。这次实习是给我们一次理论与实践相结合的机会，我们只要把握住这次机会，我们就可以很快的融入社会，立足于社会。

我非常的珍惜此次实习，利用好实习的每一分钟来充实自己，让自己很快的成长起来。当然在这段时间里，我也得到了公司领导的认可，这也是我值得骄傲的事情，同时我也知道有这么一句话：“骄兵必败”，因此我会脚踏实地的加倍努力工作，谱写以后的美好人生。

## 专升本跟岗实习报告 篇2

### 实习目的

通过在技术开发部门的学习了解公司主要开展的业务情况，了解工作流程。毕业实习是教学过程中一个重要的实践性教学环节，是一次综合性实习。通过实习加深对专业理论知识的理解，培养和提高实践操作问题、分析问题、解决问题的能力，使综合运用所学理论知识与编程实践紧密结合，为毕业后从事计算机工作打下良好的基础。实习要达到以下目标：

①在实习过程中了解自己的主要工作职责和任务，学会以各种方式学习，提高岗位的适应能力和综合素质。

②将在校所学的知识运用到实践岗位中，提高观察问题、发现问题、分析问题、解决问题的能力，提高计算机专业水平。

③在规范有序的实际工作中培养吃苦耐劳、努力钻研的精神。

### 实习要求：

1、要求学生在实习过程中认真学习技术知识，积极与指导老师和同学配合；

2、在前期，按时到勤，认真学习。积极做好实习日志，能够理解当天的内容。对技术的理论知识要及时实践；在后期，积极与同学沟通，认真完成项目要求的内容。在这个过程中要与老师同学多做沟通，通过探讨项目的解决方案以及进展。

### 实习时间：

20xx年11月5日到20xx年4月25日。

### 实习过程

刚开始实习，因为我在学校学的是 java 语言，而游戏开发的客户端所需语言是 AS3。因此，开始的第一个星期是刻苦地自学 AS3 语言基础，并逐个逐个地完成主管所安排的学习任务。因为在校期间，我认真学习，打好了良好的软件工程专业知识基础和面向对象语言编程基础，于是 3 天时间就掌握了这门新语言，并开始通过一些小功能来实践，同时也逐渐地为团队分担任务和压力。

经过了半个月的自学、请教和摸索，充分上手了游戏客户端开发。开始接手一些完整的功能，比如“好友祝福”、“门派任务”等，遇到问题，首先是自己思考和查找资料，因为过了学习期，不能再像以前那样经常请教前辈，前辈也有很多任务和工作，要学会独立完成功能。尽管刚开始阻力挺大，但凭借我过人的毅力坚持过去后，开始独立实现功能，团队开始认同我这个实习生。

实习三个月后，分配给我的功能和任务越来越多和庞大，我这个小小的实习生开始与正式工“平起平坐”，有些功能也和几个前辈合作，他们也开始和我平等地讨论交流解决方案，有时候我的方案比他们的要好，最后决定采用我的。开始被主管和团队认同和赞赏。

实习四个月后，有其他的新人进来实习，我开始做小导师，指导新人如何上手游戏的开发。学会了把一些知识点整理总结成一句或一段话，或者通过一个生动形象的例子来说明一个问题，自己也提升了不少。

#### 主要成果

这半年来，我一直积极学习，刻苦敬业，与团队合作交流，使我们项目组如期地完成了网页游戏《xxx》的内测版、公测版。

#### 实习总结

态度决定一切，当有一份新的任务给你时要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度。态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，实习项目刚开始时，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校所学的 java 语言没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多

想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

在这次实习过程中，我碰到很多问题，有的是我懂得的，也有很多是我不懂的，不懂的东西我要虚心向老师同学请教，当别人教我们知识的时候，我也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

回首整个实习过程，我每天都有很多新的体会，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：

### 1、团队意识是完成项目的必要保证

在这个网页游戏开发的过程中，我充分体会到了团队合作的重要性。特别是在自己虽然是实习生，但负担的是工作量甚至超过了很多正式员工，很难想象如果我进度拖慢或者是大家不团结一致的结果。期间通过大家的团队合作，项目组高效且快速的完成的项目，当然最重要的是我得到了很多实战的机会。

### 2、熟练的专业技能

提供最佳的解决方案是我们努力的方向。网页游戏的开发思想就是实现玩家的游戏娱乐需求，我们在梳理了游戏的各项功能之后，需要做的是提供一个最佳的解决方案，来帮助企业实现更加有效的管理，我们要熟悉网页游戏玩家的需求，掌握行业专业知识，更要能融入最适宜的游戏理念，这对实习生而言，无非是一个很高的要求，需要我们不断地学习，不断的在一个个项目中去积累经验，但这也正是我们为之奋斗的目标。

### 3、加强信心，坚持下去

虽然感觉自己学的还可以，但真的工作起来却感觉力不从心。有时候遇到事情总会着急，慌张。平常信心不足，总感觉自己做不好。或许还需要一段时间的磨练吧。只有自己的知识和能力都在提升，相信自己总有一天会很勇敢的表现自己。

总之，在整个实习过程中，我有许多的收获和欢乐，但也有苦涩

和教训，这些成功的经验将激励我在以后的人生路上取得更大的成绩，失败的经历将使我努力去改变需要改变的地方，可以是我更快的成长，让自己以后的日子做的更好。这些宝贵的人生经历激励我在以后的人生道路上勇于实践，敢于创新，为人生的辉煌奠定坚实的基础，成为我受益终身的宝贵财富。

#### 4、良好的沟通协调能力

在培训的一开始，我被要求在一个星期内熟悉 `as3` 语言，幸好我在学校学习 `java` 语言打好了良好的面向对象编程基础，结果 3 天时间就完成了所有的学习任务熟悉掌握了 `as3` 语言。于是开始通过做一些小功能来实战。因为以前在校实战的都是软件系统项目，现在开发游戏，感觉很陌生。期间与同事积极沟通交流，了解了游戏开发的框架、常见问题等，然后自己找资料独立实现自己的功能。有时候进入一个新的领域，很多经验心得是书上很难学到的，要多与前辈老手交流，因而在这期间良好的沟通协调能力也是必不可少的。

这 6 个月的工作生活是充实且富有乐趣的，结识了很多同事和朋友，公司的氛围是非常轻松愉快的。感谢 6 个月来谢主管的关心，感谢部门前辈的悉心指导，感谢公司各位同事的热心帮助，感谢能给我提供这次难得的实习机会，在这里，我走出了从学生到职场人生的第一步，是迈向社会的重要的一步。通过这次游戏开发实习，我学到了很多书本上学不到的东西，也有了从无知到认知，到深入了解公司和社会，从开始的磕磕碰到后来的工作还算顺利的转变。在这里要特别感谢的是 `xx` 网络科技有限公司，正是御剑给我提供了良好的实习环境，使我实习有了明显的效果，还有其各位老师对我们专业技能上的指导，使我的技术有了很大的提高。

除此之外，还要感谢我的项目团队成员，正是因为有大家的相互帮助和学习，共同解决遇到的问题共同挑战困难我们的实习过程才能够顺利完成，我更加认识到了团队精神的可贵，同时也收获了最真挚的友谊。

### 专升本跟岗实习报告 篇 3

#### 一、实习基本情况



20xx年4月14日到20xx年5月9日是我的整个实习期。14号那一天，怀着紧张而又兴奋更有些许期待的心情跟随着黄老师（带队实习老师）一起来到了xx中学，这个我即将与这里的师生度过一个月的学校。

xx中学，xxxx。

而我所带的班级是高一（3）班，一个总体学生成绩一般也可以说是较差的班级，但是从班主任工作指导老师介绍中得知，虽然咱们班的学生成绩平平，但是各方面都很优秀，很多学生有自己的特长，而且性格活泼可爱，心地纯朴善良，就是略微调皮捣蛋，不过总的来说，挺不错的一群“大小孩”。后来在一个月的相处中，我也看到了他们的闪光点，慢慢地爱上了这群活泼的“大小孩”。

## 二、实习主要内容

作为一名实习生，虽然从学校要求的角度看，我们是需要到xx中对教学工作、班主任工作进行学习，让理论联系实际，把我们在学校学习的理论知识、教学技能付诸于实践，在实践中积累经验。但是在我认为，在xx中所需要学习和改进的不只是教学工作、班主任工作，还有的就是学习如何为人处事。

### （一）为人处事方面

因为，对所带班级的学生来说，我是一名实习老师，但是更多时候我的身份就是一名学习者，我需要从教学指导老师和班主任工作指导老师处学习技巧、积累经验知识，因此，在学校中我需要学会去处理与这两位老师的关系，还需要处理好与学生的关系，作为学习者的我则必须要学会谦逊，学会放低姿态、虚心求教。首先，我能做到从思想上改进自己，以一种端正的思想态度来对待我的实习工作，不管在实习期间遇到任何困难与挫折以及委屈，我都会保持积极乐观的心态，用宽容的心来包容一切。其次，我是一名教学工作的实习老师，我坚持与时俱进的思想，严格要求自己不断进取，在教育教学改革过程中贯彻新观念、新方法，不做传统的“教书匠”。最后，作为班主任工作实习老师，我秉承关爱学生、发展学生的理念，不因学生成绩差而厌烦学生，而是用发展的眼光看待他们，努力挖掘他们的闪光点，

者”。

从纪律上来说，对于 xx 中，我是一名“客人”，我需要“对主人”尊敬，所以对于 xx 中的一切校纪校规及各种要求我表示绝对的遵从，从不迟到早退，待人有礼，并且也注意各种言行举止，避免产生对学生的不良影响。在与班主任指导老师及教学指导老师的相处中，我是一位学习中，所以我会遵从两位指导老师的一切安排，一切工作和活动必须向老师请示，得到老师的同意之后才可以开展，对于班级中出现的问题，必须及时向班主任汇报，向班主任请示解决方案，也可以与班主任交流沟通各种解决方案，而唯独不能做的就是独断专行，擅自做主处理各种问题。有了这样的思想纪律意识，所以在一个月的与老师相处过程中，我没有出现任何的违纪行为，也不曾出现过任何的越级行为，与两位老师相处甚好。生活就是这样，你尊重别人，别人同样会尊重你，只有建立在互相尊重的基础上建立的关系，才能维持融洽和长久。

一个人的思想和纪律表现则是体现一个人怎么样的为人处事的方式，之前作为一名“纯正”学生的我，并不知道如何更好地为人处事，而进入了 xx 中之后，拥有“老师”和“学生”双重身份的我，学会了如何恰当地处理这两者的关系，懂得该怎么样更好地为人、怎么样更好地处事。所以，实习的生活仿佛进入了社会，社会才是能让人更快成长的环境。

## （二）教学工作方面

虽然为人处事需要学习，但是教学工作和班主任工作的学习才是本次实习的主要任务，所以我都是以十分认真的态度来对待这两件事情。

在教学工作上，由于在学校主要是以学习理论知识为主，但是有时候理论与现实总是脱轨，所以通过实习的机会让我们真正体验给中学生上课的感觉，让我们能在实践中检验理论知识的正确与否，在实践中改进教学方式，积累经验为后期的学习提供改进和提升发展的方向。在教学工作实习计划中，我们要求必须给学生上课，但是要上好

种努力。

首先，要加强对本班学生的生情的了解，如学生的知识水平状况、接受知识的能力状况、学生的性格状况、上课状态等等，都必须要进行非常细致的了解，这是上好一节课的基础。因此，在来到 xx 中的第一周，我一看有政治课的班级我都会积极地跟老师沟通，去听苏老师和欧老师的课，向她们“取经”，在听课的过程中，我收获了很多，从教态、板书、教法、重难点突出到课堂气氛的调动，都使我受益匪浅，也更使我了解这个学校以及我所带班级的学生特点。因此，在相对了解的基础上，我着手准备我所要教授的课程。

其次，在备课方面，我认真备课，不但备生情而且备教材备教法，根据教材的内容及学生的实际，设计类型，拟定采用的教学方法，在知识安排上努力尝试突破知识重难点。因为学生是高一学生，性格比较活泼，但是知识基础薄弱，对课堂知识的接受能力较弱，且由于政治课一直都是枯燥无味的，因此，为了能有效达成我的教学目标，更为了能使学生真正地懂得和掌握知识，我努力改善我的课件，用漫画、图片、视频来引出各种知识点，让学生能直观地了解知识，更能引起学生的兴趣，调动课堂气氛，使学生学有所获。

总的来说，这课上得不错，这也让我懂得了只有贴近生活、贴近实际、贴近学生这“三贴近”的重要性，也让我学会去重视问题引导的教学方法，同时也发现了问题引导法成功与否重点在于提问是否得当且具有针对性，而这些就是提问的艺术和技巧，也是在未来的`教学中我需要不断地去把握和总结的，这需要一定的经验积累。

#### 篇 4

实习目的：

为了将知识与实际很好的联系起来，体会所学知识的内涵，将自我的理论知识与实践融合，进一步巩固、深化已经学过的理论知识，提高综合运用所学过的知识，并且培养自我发现问题、解决问题的本事，锻炼自我各方面本事，提升各方面素质，更广泛的直接接触社会，了解社会需要，加深对社会的认识，增强对社会的适应性，将自我融

工作人员之间的思想与业务距离。为以后进一步走向社会打下坚实的基础，成为社会需要的人才。

实习单位及岗位：

实习单位：

xx 会计师事务所。

实习资料及过程：

实习期间按照要求和公司安排主要完成以下实习工作任务：

- 1、了解会计师事务所机构组成，人员职责，基本业务。
- 2、分别熟悉事物所各种会计业务的操作流程，行业规范，协助注册会计师和审计员完成各类业务。
- 3、配合工作人员完成各种办公室日常工作。

工作具体资料是经过执行事务所制定的精密科学的审计流程来对企业的财务进行审查，发现问题及不足，进行沟通及纠正、提议。而日常工作主要是对审计底稿的填写，我的任务随着实习时间的延长而增多。

注册会计师事务所从每年的十一二月份直到来年的三四月份，都是其业务的高峰期，对工作人员的需求十分急切，因而这时候他们通常都愿意接纳较很多的应届毕业生作为实习生来补充原本所内编制工作人员的不足。这样我们应届毕业生与会计师事务所各取所需，达到双赢的效果。而我正是在这个时候来到 xx 会计师事务所的。对于我们应届毕业生来说能够增加工作经验，以便更好地应对将来的工作。

参加实习前有个实习培训。为期一周，主要是事务所给我们介绍工作资料及工作安排，给我们拷贝了事务所专业的审计工作底稿，各位讲解教师们都很细心认真，讲了许多工作中注意的方方面面，我们先熟悉工作流程，然后熟悉底稿的填制。当然还有工作外生活上的注意事项。

第一个项目出勤一周。在塔电的工作我刚开始入手就觉得自我 Office 软件应用的很不好，主要是 excel 软件，工具很重要，尤其是之后熟悉后，发现以往几个小时做的能够在十几分钟之内搞定。因为工

在塔电工作为期一周，我做了几个较为简单的科目，主要是损益类的，还涉及了一两个循环。被审公司较有规模，无论是账目、流程、内部控制、管理制度都很规范，各财务人员及其他相关人员都很配合。好几个科室的人员及工作都会被咨询及沟通了解，从中能感受到他们工作的态度很认真，从而感受到一个企业规范的制度对于企业的重要性。除了填制底稿，文印、抽查凭证之类协助事务也主要由我来完成，这使我也学会了用较为高级的复印机，抽查翻阅公司的会计凭证，我也留心了公司主要的业务及账务处理，企业安排的宾馆离公司较远，每一天要车接车送，来回就要 2 个小时，在这期间，经理就与司机聊一些与公司有关的工作的事，这也属于侧面了解的一个途径，当然我们还聊及一些风土人情。

经过一个星期的努力，我们初步结束了塔电的审计工作。这工作期间，我渐渐发现一些问题，然后虚心请教，逐步解决。然后开始第二个项目，转战到临汾。

在临汾我们的任务很多，xx 及下属 7 个矿都需要我们进行审计，可是年末正是事务所最忙的时候，所以事务所也抽不出其他组来协助我们，所以我们的工作较紧，任务较多。xx 属于资源整合矿，问题较多，虽然有两个基建矿较简单，但其中也有少许问题存在，其他的则由于行业状况、政策形势、领导层压力使这几个生产矿问题较多，底稿填制的问题我们能够解决，但在需要调整事项上与领导层沟通并不是很顺利，当然苦的是经理，我只能做好我的本职工作，打好下手，不要让经理在我的小工作上烦恼。

就这样我成功完成了人生中较长的一次实习。

实习总结及体会：

在这次实习中，我收获不少，并赚到了一些工资，感受到自食其力的滋味。

我的本专业是经济学，辅修的才是会计学，而实习工作找的则属于管理类中的审计，可是经济学是无处不在的，在实习期间，我用两种思维观察和分析工作中遇到的事情。企业在发展时必须研究宏观经

进而才能在管理上上下下功夫，使目标达成。所以经济、管理其实是相互辅助的。实习时发现许多只是都蕴含在其中，经济学果真是无处不在的。使我认识到我的经济学素养还是太低，要深化学习以往学习的知识，并进一步拓展，并尝试分析应用到现实问题及工作中。

实习还让我初步接触到社会，感受到工作、人际等等。工作并不像想象中容易。实践，工作，仅有真正接触才会发现其中的问题，才能明白自我几斤几两，才能有所提高，对自我有更深入的认识，才能更好的把握自我，充实自我。当然，作为实习生的我还是菜鸟一枚，我的任务在正常工作时间就可完成，几乎没有加班。可是经理大约工作到 12 点，较为辛苦。从李姐身上我学到许多与专业知识有关的东西以及解决问题的思维及方法，第一次实习工作就能跟着这样一个优秀的领导我感到很是荣幸。而难得的是我们组的人都很好，经理很有本事，脾气人品也是很好的，两个助理也是很平易近人的，十分乐意帮忙我，当然，我也是很认真很虚心做事的。在工作中遇到的客户中的相关人员也是十分热心，他们也是工作很严谨，对我们的工作很配合的，我们也互相体谅工作的难处。而与领导的沟通，这虽然不是我的事，但我也留心观察经理是怎样做的。由于项目属于同煤集团，接触到的许多人都是大同人，对大同和大同人有了许多好印象，大同的饭也是我实习的收获，做的很好吃。就像他们的人一样，很厚道，很有味。

毕业实习是一次成长的经历，从学生转变成社会的一员，学校则变成了社会大学堂，放大胆子走出去，走进去，用心做事，真心做人，才能有丰富的经历与回报，这是大学给予的勇气与能力。

## 篇 5

为了通过实习更好的实现理论与实践相结合，使学生毕业前巩固和校验学过的理论知识、锻炼和提高学生的实践技能、提高分析和解决实际问题的能力，同时要为毕业设计搜集所需资料、数据，做好毕业设计准备工作。我来到了 xx 公司进行实习，以下是我的工程造价实习报告。

毕业实习是毕业设计前重要的实践性教学环节，具有较强的实践性、社会性，可以广泛接触社会、认识社会、了解社会、适应社会，提高学生对专业现状及未来的认识，增强个人在社会是哪个的生存能力，为毕业后参加工作，能更好的完成各项实际工作，实现自我价值，打下一个良好的基础。

## 二、实习要求

遵纪守法，学习态度认真，充分重视，珍惜学习机会；实习过程中仔细观察，多问多思考，勤于记录，积极主动虚心；结合设计项目情况对重点、难点知识内容充分理解和掌握；熟悉建筑工程项目预算编制情况、工程量清单使用情况，工程量计算规则。了解不同情况、不同地区建筑工程的取费标准，知道如何取费。熟悉施工图纸，施工组织设计方法、施工机械使用情况、施工现场情况。

## 三、熟悉施工现场的情况

为编制出符合施工实际情况的施工组织设计和施工图预算，必须全面掌握施工现场情况：现场的地质情况勘察资料；现场气象资料；水利、水文情况资料；障碍物拆除情况；场地平整情况；土方开挖和基础施工状况情况；现场施工条件，施工方法和技术组织状况。

## 四、熟悉预算定额

定额项目的划分；工程量计算规则；如何正确使用换算定额；掌握各定额项目的工作内容，施工方法，质量要求和计量单位等；工程量清单的计价的具体方法；预算软件的正确使用投标报价的策略等。

## 五、实习过程

我在实习过程中有不少的收获。作为一名刚刚从学校出来的学生来说这次实习活动让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业知识的学习打下坚实的基础。

这次实习任务主要来说就是学会看图纸、做些简单的造价和下工地等一些实践。首先对看图纸而言，为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的定额和图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，在这个过程中还提出了很多问题，我和大家也进行了激烈的讨

论，争取把每处不明白的地方都弄明白。因为在这次实习过后就要投入到工作去了，看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图对我们说确实很重要。

实习期间我也下工地进行了实践，看了基础桩的制作、检验、接桩、绑钢筋和混凝土的浇筑等。我观看了基础桩检验的整个过程，工地上对基础桩的检验的仪器是比较先进的，能够检验出大部分不合格的基础桩，其中主要是断桩和上部桩含泥量过大。断桩的形成主要是由于混凝土凝固后不连续，中间被冲洗液等疏松体及泥土填充形成。防治措施主要是混凝土浇注过程中，应随时控制混凝土面的标高，提升要准确可靠，并严格遵守操作规程。

严格确定混凝土的配合比，混凝土应有良好的和易性和流动性，坍落度损失应满足灌注要求。灌注混凝土要求灌注过程连续、快速，准备灌注的混凝土要足量。泥桩的形成主要是由于机器在接近地面的时候，机器内混凝土大部分被注入到土层内，导致混凝土对下部桩的重压力变小，从而引起土杂质进入混凝土中，导致桩的承载力严重下降，必须予以处理。对泥桩的处理比较简单，基本上都是挖掉上面的一部分，大概有一米，然后再上面进行接桩，接桩的过程就是桩的混凝土浇注过程。

接桩也不是很简单的，由于接桩的部位施工排水面下面，所以接桩时要人工把接桩处的桩坑内的水排放干净，这个过程既费人力又费工时，有待于技术的革新。其实早已经有了更简单方便的施工方法，只是由于还不很经济，所以得不到广泛的应用，那就是预制混凝土桩。预制混凝土桩根据图纸要求在工厂里面加工，对桩的质量把关比较严，所以桩的质量有可靠的保证。

预制混凝土桩在打桩过程中主要根据贯入度和尖端摩擦承载力来判断桩的入土深度是否合理，不足时可以接桩，非常方便。我还看了一下现场混凝土的浇筑，混凝土在运送过来的过程中是一直都在搅拌，到了工地就用泵车把混凝土输送到要浇筑的地方，十分的方便不，像以前那样现场搅拌混凝土。因此现在商用混凝土使用的十分的广泛。

绑扎钢筋我也专门看了一下，以前只是老师说钢筋在一个工程中



占据的费用很大，现在亲眼所见，果不其然，在文化楼施工现场，放眼望去整个工地都被钢筋所覆盖了，工人们正在忙碌的绑钢筋，大家分工明确，都很认真。我也前去绑扎了点点钢筋，加工处理了一些箍筋，但是最后还是有很多不合格，最后还是现场的师傅给我讲解了一些原理后我才自己动手加工出来看几个合格箍筋。其实我觉得我们能动手操作就是我们最大的进步，在学校我根本就不能把书本上的东西用于实践中去，这次我就好好的实践了一番，可以说是受益匪浅。

## 六、实习心得体会

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。开始我来到这个办公室的时候很多人都不是很熟悉，我有点彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我也许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。很多时候觉得自己没有受到同事或者师傅的关心，所干的只是一些无聊的事情。而在学校，有同学老师的默默关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。一个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，学习知识。

由于现在在学校附近实习，所以每天 7 点半不到就得起床坐公交上班，就算再差的天气，周末都得去上班，有时候项目部事情繁忙，我们必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。像我就是每天就是坐着对着电脑打打字，拿着笔算工程量，显得枯燥乏味。但是工作简单枯燥也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。一直以来，我们都是靠父母的收入，工作以后让我们体会到父母挣钱的来之不易，开始有意识地培养自己的理财能力，虽然工资不高，但是我们要合理的支配手中来之不易的钱。

我们在学校里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。我实习的是预算员，随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的

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/936015013111011003>