# 2024年学生实训报告个人总结500字(二十篇)

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-07-23

*在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!学生实训报告个人总结500字篇一一、实习过程开始实习之前，我...*

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

**学生实训报告个人总结500字篇一**

一、实习过程

开始实习之前，我多少有些心虚。因为我的许多朋友都有过假期打工的经历。而作为一名英语专业的学生，这次的实习却是我的第一次工作经历。从工作那天开始，我过着与以往完全不一样的生活，每一天在规定的时光上下班，上班期间要认真准时地完成自我的工作任务，不能草率敷衍了事，我们肩上扛着的职责，不再只是对自我了，而是对一个公司，所以凡是都要留意谨慎。

学校换成了公司，同学换成了同事，不再有自由支配的时光，一切来得那么无情，但是去务必适应。其实我的工作就是、做些翻译、收发信函、报价、传真和邮件、绘制表格等。每一天重复着这些烦琐的工作，时光久了容易厌倦，但是工作烦琐也不能马虎，一个小小的错误不但会给自我带来麻烦，更会给公司带来巨大的损失，而像公司的业务员每一天都得到处奔波，他们务必具备坚韧不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放下，犯错时遭到领导责骂还不能赌气就此辞职，每次看到他们我就会充满干劲。

踏上了社会我们开始与形形色色的人打交道，由于存在着利益关系，很多时刻同事不会像同学一样嘘寒问暖，有时候我会很矫情的想起安妮宝贝说过的，纯粹的东西总是死的很快，而此刻所能做的，只有在怀念中适应变化的一切。

二、实习感悟

“在大学里学的不是知识而是一种叫自学的潜力。”当我真正走上工作岗位时才深刻的体会到这句话的含义，除了英语和计算机操作外，课本上学的理论用的很少，我担任的助理一职平时做些接待客户、处理文件，有时觉得没有太多挑战性，而同公司的网站开发人员就大部一样了，计算机知识日新月异，他们不得不以自学尽快掌握新知识，迎接一个一个新的挑战，如果他们之靠在学校中学到的知识肯定是不行的。我们务必工作中勤于动手，不断学习新知识积累经验，没有自学潜力的人迟早会被企业和社会淘汰。

我最大的感悟就是真诚所至，金石为开。不管多难做，做好自我的那一份，总有一天会有收获，只是时光的问题。但如果你不去做，这一天永远不会像天上掉馅饼那样到来。就像士兵突击中的许三多，从泥巴到尖子只是做与不做的区别。

另外，人际关系的处理也很关键，虽说在工作中潜力务必有，但如果没有同事的合作与包容，你可能什么都做不了。以前可能是因为电视剧看的太多的原因，我总是感觉职场上充满了明争暗斗，要处事圆滑甚至耍些小聪明才能生存。但在与同事相处的过程中，我觉得更重要的是放大别人的优点，缩小别人的缺点。多站在别人的立场上想问题。。

还有就是坚持的重要性。也许是受阿甘正传和士兵突击两部影视作品的影响。再加上实习中自我的感悟。我觉得，整个人生有因就有果。只有做好身边的每一件小事，才能得到所谓的善果。针对大学生眼高手低的特点更应重视坚持的重要性。也许我们所不在意的一件小事，就是我们的一个机会。要想长成参天大树就要靠坚持靠积累。

针对助理的职业特点，具体遇到挫折时不妨从调整心态来疏解压力，并进行冷静复习，从客观、主观、目标、环境、条件等方面找出受挫的原因，总之，透过这些感悟，我不仅仅明了我会在以后的工作中做得更好，更会学会珍惜，珍惜父母的每一分辛苦转赚来的钱，珍惜每一次工作机会因为懂得了它们的重要性，以后我会更加珍惜。

三、实习总结

首先，是推荐方面的。期望以后学校能够增加实践环节以增加学生们的工作潜力，并以社会需求为导向调整课程设置，毕竟，我们改变不了招聘条件，职能使自我成为人才，这就要求学校加大教学改革力度以适应社会需求。

其次，是我在本次实习表现的总结。透过这次实习，我收获了工作和为人处事方面的经验，但是也有一些遗憾，也许因为实习日子短的关系，我对助理工作的认识还仅仅停留在表面，未能具体处理全部工作，虽然有了必须的理论上的认识但仍缺乏实践。针对以上总结，在今后的学习和工作中我要做到以下五点：

其一是加强英语的学习。对于助理这一职务虽然频繁的应用英语，但作为自我的专业却能够成为我的优势。但是，在实习的过程中这个优势却并不怎样突出，这是由于我对英语还处于会而不精的原因。所以，在以后的学习中我要透过扩大词汇量和增大阅读面来提高自我的英语水平，使自我的优势更加突出。

其二是加强沟通潜力。透过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通潜力是让别人发现自我潜力的前提，对于助理这个职位来说，沟通潜力更是包括了一个人从穿衣打扮到言谈举止等一切行为的潜力。透过在日后的交际中来提高我的沟通潜力必须会在我以后找工作的过程中起到事半功倍的作用。

其三增强前提是奉献的意识。因为是突出个性自我的关系，在这一方面我做得很不够。我们虽然一在日常的工作和生活中理解了团结合作的重要性，停留在这个大家都认同的概念中，可能会进一个误区，理论正确行动却没有效果，这就要求我们每个人增加奉献精神，一个人若不懂得在团队中主动奉献，潜力再好也会变成可有可无的主角。就应把自我所拥有的知识潜力奉献出来才能促进团队的进步，并使自我的潜力得到认同。

其四是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人能够无条件的理解你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要持续宽容的心态，在风平浪静时海阔天空处才能更好的获得成功，处理好一切关系。

其五是要做好身边的每一件事。此刻我的人生观和过去有些不一样，以前年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。此刻，在我心中定义的美跟以前不一样，得到的方式也不一样。此刻的美是一种踏实的感觉。而且是透过自我的坚持不懈的努力得来的。

实习是每一个大学毕业生务必拥有的一段宝贵经历，而这次实习的好处，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是我们真正在实践中开始接触社会、了解社会的一次重要机会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，增长了见识，开阔了视野，为我以后走上工作岗位打下了坚实的基础。。

虽然我们即将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年轻人，几乎没有任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们能够体会到人际关系、机会、评价、竞争、成功、失败等各种我们在今后经常会遇到的事件，相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要基石。而在这剩下的半年中，我们能再学些什么，再做些什么，这短短的实习经历能给我们很好的启示。

在这短短的2个多月中，我除了学会了一些工作的基本技能外，也学到了做人做事的道理，更让自我浮躁的心平静了下来，看清了自我的潜力，明白了自我究竟想要的是什么。这些都是在学校中所学不到的宝贵的东西，更让我看到了这个社会竞争的残酷，所以只有持续进取心才能使自我不被淘汰实习结束之后，当初对自我适合什么样的工作什么岗位的迷茫已渐渐消失，心理最后有了些轮廓，在现实生活中，走好人生第一步是重要性不言而喻，它会影响我们今后的道路，我会带着在实习中的收获，去争取去努力，把握好人生中的每一个机会，找到自我想要的生活。

最后要感谢我的母校——大庆师范学院，一向以来对

**学生实训报告个人总结500字篇二**

时间过的真快，不经意间大学四年就这样匆匆结束。回首这四年的校园生涯和社会实践生活，有太多的回忆。在这四年里我不断的挑战自我、充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。

还记得刚踏入这所大学校园，对一切都充满新奇。积极参加各项活动，加入社团，尽情地体验这种渴望已久的生活，充满着活力。带着这份激情与活力我度过了大学四年。大学自由的生活方式和高中填鸭式的生活方式有着很大的区别，大多数的时间都需要自己去安排，这也需要自己用一段时间去适应。大学四年里，我合理地安排自己的生活，并且注重自己各方面的发展。

在思想品德上，有着良好道德修养，坚定的政治方向，并且积极地向党组织靠拢，参加了入党积极分子的培训，且取得了结业证书。我积极要求上进，主动投身于理论文件讲话的学习，时刻以一名党员的标准来要求和衡量自己。在平时的学习中，我深深地体会到，\*人生观、世界观、价值观的确立和坚持不是一朝一夕的事情，也不是一劳永逸的事情，而是一个长期坚持不懈的艰苦努力的过程。惟有不断地学习，用理论来武装头脑，努力在掌握理论科学体系上下功夫，在用理论来指导实际上下功夫，在改造客观世界的同时注意改造自己的主观世界。我遵纪守法，爱护公共财产，关心和帮助他人，并以务实求真的精神热心参与学校的公益宣传和爱国活动。并且认真学习马列主义，毛泽东思想和邓小平理论以及三个代表重要思想，体味其内涵。

在学习上，我从不放弃自己的专业知识。认真学习计算机的理论知识，并且注重培养自己的动手操作能力。能够懂得c、java等一些编程语言，并能进行基本的编程;熟练掌握office办公软件，并且经常帮助老师处理材料;能够巧妙地利用ppt制作精美的课件和演示文稿;也利用业余时间学习了一些应用软件，photoshop 、dream weaver等，并能制作简单网页。经过自己的刻苦学习，获得了“计算机三级”证书和“网络管理员”证书。每学期都获得了专业奖学金，并且获得“系三好学生”的荣誉称号。对于其它科目的学习也从不放弃，平时注重英语口语的练习，并取得大学英语六级420分的成绩。在学习专业知识之余我也喜欢欣赏文学作品，我会在忙碌的生活中看一些名人名著和杂志书刊来缓解压力，并且提高自己的文化素养。偶尔还会发表一些网络文学作品。

在生活上，我最大的特点是诚实守信，热心待人,勇于挑战自我,时间观念强，有着良好的生活习惯和正派作风。我喜欢真诚、友好地对待每个人，微笑着度过生活的每一天。因为我相信付出了多少就会得到多少，人是感情动物，人与人的相处是相互的。所以一直以来与同学的相处都非常融洽。四年中我积极参加学校组织的活动，踊跃参与社会实践活动，并在实践中学到了一些课本上学不到的知识，在生活上我勤俭节约，并主动帮助身边有困难的同学。由于我出生农村家庭，因此更懂得珍惜生活。我会利用业余时间勤工助学来填补自己的生活费用。我曾在学校电教中心勤工助学，不仅学到了好多数码知识而且也锻炼了我的协作能力;利用五一、国庆长假帮助中学生辅导功课;星期天还在学校机房帮助学弟、学妹解决计算机方面的一些疑难问题。

在工作上，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他同学出色完成各项工作，得到了大家的一致好评。曾在“听雨轩”文学社担任编辑，和其它同学一起出版了听雨轩文学刊物，并且还会组织一些活动。在学校电教中心工作期间，踏踏实实，勤勤恳恳，出色地完成工作，并且和老师、同学建立了深厚的感情。

我相信“没有目标就等于失去了方向”。特别是在大学这样自主性非常强的生活中，这种计划性显得尤为重要。我是一个计划性比较强的人，在每一阶段我会给自己定一个目标，并且一定会朝着这个目标努力奋斗，最终实现，那么这时也便尝到成功的喜悦。在每一个目标完成之后，我会适时地给自己一点小小的奖励。买一件渴望已久的东西，或者是和几个同学到饭店去吃一顿。因为当老师是曾经的一个梦想，所以为了实现它也为了增加就业的渠道，我开始考教师资格证书：从考普通话到培训教育学和心理学，并且通过考试，再到通过说课，这是一个长期的过程，因为心中有了这个目标，我努力奋斗，终于一步步顺利通过。

大学是人生当中的一个转折点，经过大学四年的生活，我变的更加成熟更加睿智，大学生活培养了我的互助合作的能力，锻炼了我的意志，也陶冶了我的情操。大学这四年是充实的四年，我想这在我以后的工作生活中，一定是一笔宝贵的财富，我会美美地珍藏着。

毕业在即，回首四年的学习生活，我也深深地体会到了学院老师、领导为我们的成材所付出的艰辛劳动，在此我要向他们表示深深的谢意和崇高的敬意.

**学生实训报告个人总结500字篇三**

短暂的毕业实习很快便结束了，在这次毕业实习过程中，在实习工地的现场技术员、工程师的帮助下，我对实习过程出现的专业知识困惑和问题，虚心向他们请教和学习，通过这次实习，我收益匪浅，不仅学到了许多专业知识，而且还从建筑工人师傅老前辈那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会总结如下：

认真做事，踏实做人 通过这次实习，让我了渭南秦泰公司的规模，管理体制，运营模式，以及人才的培养。勘察设计的施工作业队伍的水平，懂得了很多分项工程的注意事项，尤其是灌注桩的浇捣过程以及塔座钢筋的下料和绑扎。在以后的工作中相信会有较大的帮助，尽自己最大的努力做好每件事，自己要不断的学习更多的知识，为公司贡献 自己的力量，使公司获得更好的效益。同时与同事和谐相处，多关心人，帮助人，做到不失信于人!虚心向别人学习!

在实际工作中好多东西都是我们在课本上学不到的，都是由不断实践中得来的，由经验得来的。从别人身上学习来的，我们必须抓住这个机会，认真的学习，不断地自我总结，自我完善，从而全面的提高自己。

首先，通过这次毕业实习，使我更深刻地了我们路桥专业知识。大学四年在学完专业基础课和专业课后，逐步具有了较扎实的专业知识，但在校期间所学的内容都是理论知识，除上课程认知识习和假期专业实习外，在实践中学习和运用已学理论知识还远不够。通过这次实习，我对以前学习和实习中存在的问题和不足有了正确的认识。

以前课本上学的知识都是最基础的内容，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题?我想，那便是运用我们所学的知识和原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和、工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

“学以致用”的另一方面是“ 以小见大”。许多知识、原理往往是解决问题的关键。其次，通过这次毕业实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应该注重提高施工管理效率。这次毕业实习的几处工程单位，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习。尤其是在莆田的工程实习时，给我的感受最深刻。

路桥施工管理要考虑的内容多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到土建工程的进度和效率。印象最深刻的路桥工程，所以工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到最佳，而项目工程负责人则在工地现场指导。因此各项工作都在计划进行中。

另外，施工管理还包含员工的技能培训，在莆田的仙港大道工程中实习，通过这些引入先进管理模式和科学管理方法，施工效率有了很大提高，这样十分有助于施工的连续性和可续性。

最后，通过这次毕业实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。其实，在这么短暂的毕业实习中真的很难学到更多的知识和技能。但是，在这几天的毕业实习中我从更全面的角度认清了今后所从事路桥工程工作所需努力的方向。正如在实习中许多老师和工人师傅们所说：“毕业后从事路桥工程工作，需要的是谦虚和学习”。 的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。因此，面对那么多长期从事路桥工程的同行前辈，他们工作经验比我们丰富，知识学的比我们扎实，学识比我们渊博，我们只有耐下心来，虚心向他们请教学习，我们才会有更大的进步，我们也才会在土木工程这一艰苦而又充满挑战的工作领域取得更大的收获。

另外，在这次毕业实习环节中，我也发现自己存在的一些不足和缺点，主要有以下三点：

一、专业知识掌握的不够全面。尽管大学四年中认真学习了专业知识，但是当前所掌握的知识面不够广，尚不能轻松胜任土木工程工作，因此，尽管即将走上工作岗位，但我应该将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实践中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

二、专业实践阅历远不够丰富。由于以前专业实习时间较少，因此很难将所学知识运用与实践中去，通过实践所获取的阅历更是很短缺。所以，今后我们在工作岗位上，一定要抓住机会，多向路桥工程工人师傅学习，同时要转换学习方法和态度，改变以往过于依赖老师的被动吸收学习方式，应主动积极向他人学习和请教，同时加强自学能力和驾驭解决难题的本领。

三、专业知识在工程中运用不够灵活。通过这次毕业实习，我切实感受到以前所学的专业知识运用欠灵活。这主要是对所学的知识没有形成一套完整的体系，这些零散的知识点运用起来很困难，因此，今后在学习和实践中应该重视积累和运用，使所学的知识由量变到质变，发挥更大的指导作用。

毕业实习很快就告一段落了，但通过这次短短的实习，我从只学到了许多以前在课本上难以学到的知识，这些新的收获，将对我们正在进行的毕业设计准备工作和即将走上岗位的工作具有更实际的指导意义。

**学生实训报告个人总结500字篇四**

我实习所在学校是从化中学，实习基本内容包括三部分：课堂教学、班主任工作和教育调查。基本情况如下：

1、课堂教学：完成教案数8份，上课数16份，其中8节重复课。

2、班主任工作：负责管理班级日常事务和组织班级活动。

3、教育报告：完成一份教育调查报告经历了八个星期的实习生活，让我尝试了身为一名教师的苦与乐，更让我体会到当一名教师所肩负的责任，在这两个月里，我能以教师的身份严格要求自己，为人师表，处处注意自己的言行和仪表，关爱学生，本着对学生负责的态度尽全力做好教学及班主任的每一项工作;同时，作为一名实习生，能够遵守实习学校的规章制度，尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，完成我们的实习任务。

一、数学教学工作

我教的是高一(7)班和(8)班两个班的数学，经过向老师了解和几天的答疑情况，我发现两个班的数学基础很不是扎实，由于初高中知识的跨度相当大，大部分学生对前段时间的数学学习存在较大的困难。课下聊天时，都纷纷向我诉苦：“老师，数学好难啊!”我一边以坚定的语气鼓励他们：“不怕，万事开头难，高中知识相对初中知识可以说在难度上是一个质的飞跃，但只要你们咬牙坚持，不断地在平时学习的碰壁中摸索高中的学习规律，找到适合自己的学习方法，就会慢慢地找到学数学的感觉了。”给他们学好数学的信心，一边在心里苦苦思索着如何去帮助他们尽快地把学习方式从初中转变到高中来，适应难度较大的高中数学学习。

我主要通过培养他们的数学思维能力和解题能力来提高他们的数学学习能力。体现在平时上课和答疑时对他们的思路引导和方法总结上，基于初中知识与高中知识脱节较严重的状况，给他们那进行了相关知识的补充，如十字相乘法、二次函数最值问题求解、二次不等式的求解等内容。同时，注意培养学生学习数学的兴趣，上课时注意学生情绪的调动，利用学生的好强心理激发学生的学习动力。

为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习数学的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。经常在一个班一答疑就是一节课，根本抽不了空到另一个班去。为了公平，只能一节课去一个班。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，如二次函数最值问题，至今仍有好一部分学生是不懂的。学习方式也存在较大问题，没有养成课后及时复习的习惯，该记的公式、定理、知识点还没记好就做作业。“巧妇难为无米之炊”，导致作业无从下手或乱造公式。一节课甚至整个晚自修就做几道数学作业题，学习效率非常低。针对这个问题，答疑时，我会让这种类型的学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。同时，在评卷中，学会了如何酌情给分。此外还参与了一次大型的月考和期中考试的评卷、统卷工作，学会了如何使用excle软件进行统计、排名。

上课阶段，学校给我们安排的课不是很多，共八节，而且给我们安排的课时间间隔较长，这使我有充分的时间细心琢磨教材，与队友组成的数学备课组一起讨论教法、例2题、习题设计等内容，进行集体备课，详细写教案，做课件，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了有改，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率达到最高。然后才交给知道老师审批，在指导老师地批改和建议下再做修改，并且在上课前进行试讲。

我的每节课指导老师都会非常负责地坚持去听，做出全面细致地评价，细心地指出我上课过程中所存在的缺点与不足及有效的实际教学建议，并且肯定了我的亮点，鼓励我形成具有自己个人特色的教学风格。在老师的悉心指导下，我的教态、语言、板书、提问技巧、与学生互动、对学生的思路引导各方面都有了明显的提高。我认为自己也还存在不少缺陷，如课堂时间掌控得不是很好，语速稍快，有时希望多给学生讲点，忽略了给学生思考得时间。

上课之余，我还积极去听学校其他老师的课，如本实习队所有数学指导老师，带火箭班的余老师，高三级一位很有经验的老师，还有本年级唯一的特级教师杨主任的课都一有空就争取去听，做好听课记录，和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

二、班主任工作

(1)在工作准备方面我担任高一(7)班的班主任，首先我通过指导老师较快地了解了整个班的情况特点和个别好动生的基本情况，同时了解班级地一些日常工作。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天早读和晚修我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢实习老师，能像朋友一样和我聊天、诉苦，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。

(2)在班级日常管理方面在八周的时间里，我更多的是抓学生的学习，纪律和卫生，每天早上都很早到课室提醒科代表带读，巡视早读情况，监督打瞌睡，发呆或赶写前天晚上作业的同学，提高早度效率。登记好迟到的同学，进行时间观念教育。

学生的纪律方面，7班的学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，偶尔有看课外杂志的，课前课后五分钟较吵，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那三四个学生身上，只要管理好那三四个学生，整个班就可以正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那四个学生的一些情况，如学习情况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。

个别教育时，首先让他们作自我评价，看他们那是否认识到自己的缺点和不足。学生对自己的缺点还是有一定认识的，有些还是清楚地认识到，但约束不了自己去改正。认识得不到位的，我再以“老师发现，老师觉得……你觉得是不是呢?”这种方式与学生对话，给学生辩解的机会，避免对学生的片面了解而伤了学生的自尊，甚至造成逆反心理。学生虽然很调皮，但他们都有一个共同特点，就是服理、重事实，容不得老师半点夸大;但，是就是，能勇敢承认。这时，再对他们进行指导教育，学生才能放下防备武器，真正从心里接受老师的教育，认真思考老师的教诲，真正去努力改进。

此外，是对班干的培养，留心值日班干的工作，强调他们要严格要求自己，要管好别人，要先管好自己，这样同学们才会服从班干的管理。对于新班干，强调他们一开始就一定要严管，才能在同学中树立威信，有利于接下来的工作。

在协助指导老师进行周记的批改中，了解到的学生心理问题，学习困惑，我都一一做了记录，为个别教育之用，并在周记的评语中写下对他们得鼓励和最适合他们的方法指导。

对活跃的学生，班级纪律难管理，宿舍纪律同样难管理。针对晚休特别吵的问题，再三批评教育都没有效果，但班主任指导老师采取“自动退宿”的措施后，宿舍纪录就一直风平浪静到现在。看来对于顽皮得学生还应适当采取些硬办法。

学校每周二下午是劳动课，女生普遍比较负责，有部分男生偷懒，拖拖拉拉。工作马马虎虎，对于这些学生，就给他们分配明确的任务，完成后接受检查，合格后才能离开。让学生体会到自己是班集体得一员，要积极配合班里的各项活动及做事认真的态度。

(3)在班级活动方面学生较喜欢打篮球，在实习期间，很庆幸有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对篮球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，组织班赛过于频繁，心思都放在篮球赛的组织和开展上了，很难投入到学习中来。因此，我们老师对打篮球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来，顺利完成初中到高中的转变。

x月份，在学校举行的趣味运动会中，我给学生拍照，与学生玩在一起，拉近了师生间的距离。

期间，为了转变学生一直较松懈懒散的学习态度，召开了“乘奥运精神，激情奔梦”主题班会。通过模拟采访，观看冠军访谈视频，让学生深入了解奥运冠军艰苦训练的故事中，学习奥运冠军坚持不懈、努力拼搏、挑战自我、超越自我地精神，引导学生树立远大理想，端正学习态度，以积极的心态为实现自己的理想而努力奋斗。

a)互相关心，相互学习实习期间，与队友团结合作完成的任务，相互帮忙，集体备课，相互听课、评课，互相借鉴经验。从不同队友身上学到很多不同的教学风格，班主任工作技巧。

四、教育调查

我们实习队的调研课题是《从化中学高二学生文理分科选择》，分别对未分科的学生、已分科学生、学校的领导老师进行了问卷和访谈调查。队友们积极配合，分工合作，共同完成了问卷派发与回收，数据统计与分析，访谈及访谈整理与分析，最终顺利整理成文，完成调查报告的撰写。

五、结语本次教育实习，顺利完成了检查、实践、提高的实习目标，为以后的学习工作积累了宝贵的一线教学和班主任工作的经验。并且体会到了“爱心”在师生中的关键作用，只有对学生真心付出，才能取得学生的尊重和信任。但我还没有做到“爱”和“严”的很好结合，还要注意对学生的爱要有个度，不能过分迁就，一定要和严结合，而且还要学习更多好的教育方法、教育机智，才能高效率地管理好、教育好学生。总的来说，本次教育实习是一次成功的实习。

**学生实训报告个人总结500字篇五**

xx年xx月开始，我在物业经营有限公司综合管理办公室进行实习工作。在实习过程中，我在单位领导的热心指导和同事的大力帮助下，积极参加与日常业务相关的各项工作，并且注意把书本上学到的工商管理理论知识与实际工作相联系，力求在实践中提升自己的能力，升华自己的理论水平。简短的实习生活，使我对日常行政管理工作有了深层次的感性与理性的认识，让我体会到了作为一个社会人和学生的区别，收获颇多。

我所实习的物业经营有限公司，成立于xx年，隶属于xx集团总部，是xx省首批荣获国家一级资质的专业物业管理企业，中国物业管理协会常务理事单位、xx省物业管理专家委员会副主任单位，aaa质量信誉企业，xx省唯一荣获“xx省服务名牌”的物业企业。公司下设综合办公室、品牌推广部、计划财务部、企业管理部、质量推进部、人力资源部、培训中心、经营开发部、餐饮部、设备部、安保部十一个职能部门和各个分公司，主要服务项目涵盖高档写字楼、大型工业园区、住宅小区、高层公寓、商场、别墅、城市广场、公园、医院、机场海关等多种类型，项目总数xx个，总面积xx余万平方米。公司现有员工2300余人，专业管理、技术人员xx余人，持证上岗率达到%。回顾实习生活，感触是深刻的，收获是丰硕的。

实习中，我采用了看、问、学等方式，对公司管理工作的开展有了进一步了解。主要实习情况报告如下：不同的职能办公室具有不同的工作及职责范围，作为公司的综合管理办公室，其岗位使命是实施管理推进，协调内外关系，强化品牌宣传，为公司实现长期发展战略与经营管理目标服务的综合性部门，工作范围大，任务也比较繁杂。综合管理工作是办公室的主体工作，领导要做到决策科学化，离不开各个管理人员的协助。综合管理人员处理着大量的日常事务工作，使得领导能集中精力考虑大问题;另外，还能发挥他们了解全面情况，掌握多方面信息的优势，辅助领导决策，提供合理的建议。综合办公室工作头绪多，任务重，必须抓好以下几个方面：

第一，主动做好领导之间、部门之间的协调工作，帮助领导有计划、有步骤、有重点的抓好各项工作，做到忙而不乱。并从过去偏重办文办事，转变到既办文办事，又出谋划策。

第二、开展调查研究，了解基层职工的学习、思想、工作、生活情况，及时向领导反映，并提出合理的建议。对一些急需解决的问题，应及时与有关部门协商解决。

第三、检查督促各种行政法规和本单位的各项决议、制度、办法、规定的执行，验证决策是否科学合理，是否符合实际。发现问题要及时向领导反映，防止并纠正偏差。

第四、组织起草本单位的工作计划、报告、总结、规划、决议和规章制度，对需上报、下发的文稿进行政策、文字上的把关。

第五、对上级机关的来文和下设部门的报告，要及时转给有关领导，根据领导的批示，具体落实承办单位和负责人，并负责催办，如期上报办理结果。

第六、日常工作，如：公司工商执照年审;公司各类上报、外发文件的起草;公司文件、资料的整理、归档工作;组织各类重要文件、合同的会签;办公区日常管理;公司工作人员仪容仪表管理;部门员工考勤管理;年度报刊、杂志订阅，日常管理、上架、入库;公司各类会议的通知，会议决定的督办、反馈等。 第七、进行企业品牌管理。负责新闻宣传稿件的撰写;各类公司级的评奖活动;各类重大活动的策划、组织、实施; 第八、负责相关法律工作。公司各类民事诉讼案件的处理。 综合管理人员除了需要具备以上工作人员的基本条件外，还应有自己特殊的知识修养、技能修养、品德修养、作风修养。因此，综合管理人员要自觉、全面地加强这四个方面的修养，努力把自己造就成为德才兼备，既合格又称职的工作人员，并注重掌握以下原则。

1、要有充分的政策依据和事实依据。

办事是要针对现实状况，或是为了解决某个问题，或是指导某项工作。因此，必须以党和国家的政策公司的规章制度和客观事实为依据，坚持实事求是的原则。

2、要有准确性。

准确，是对工作质量的要求。综合管理人员的准确是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准确性。其涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

3、要雷厉风行。这是对工作效率的要求。

任何目标的实现，都离不开两个因素，一是准确，二是时限。其中任何一个失误，都会使事情办不成或办不好。时限就是尽可能缩短周期，减少中间环节。因此办事必须具有很强的时效意识，要迅速行动，不可拖拖拉拉，要制定科学的工作制度，理顺关系，分工明确，充分发挥工作人员的重要性和创造性。要简化办事程序，减少不必要的行文和礼节，消除“文山会海”的现象，提高工作效率。尽可能利用电脑等现代技术改变工作手段，实行办公自动化，例如用电脑传递信息、检索资料、编辑文稿等。

4、严守纪律，保守机密。

综合办公室要制发文件，处理文件和管理文件。在各种文件中，大部分具有不同程度的保密性，而且管理人员经常接近领导，看一些重要文件，参加一些重要会议，所以，在公共场合活动时要注意内外有别，把握分寸，对什么应该说什么不应该说要心中有数，切实做好保密工作。短暂的实习转眼而过，回顾实习生活，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。通过实习，加深了我对企业管理知识的理解，丰富了我的综合管理知识，使我对工作有了深层次的感性和理性认识。

同时，由于时间短暂，感到有一些遗憾。对部门管理有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。通过实习，我对企业综合管理工作的重要性有了更深一步的了解。特别是在新的形势下，综合管理工作人员更要努力学会运用马克思主义基本原则和方法，认真学习钻研党和国家的各项方针政策，充分把握政策的精神实质，及时了解和掌握上级领导不同时期的工作部署和要求，把政策具体落实下去化为实际行动，并强化组织协调能力，专业工作能力，检查指导能力，参谋咨询能力、文字表达能力和熟练使用各种自动化办公设备的技能，努力提高自身素质，成为政治过硬，业务精通的合格管理人员。 以上是我的实习报告。不妥之处，请老师指正。

**学生实训报告个人总结500字篇六**

一、实习目的:通过完成毕业实习过程，结合毕业设计或论文选题深入工厂企业实地参观与调查，达到以下的实习目的在这个基础上把所学的专业理论知识与实践紧密结合起来，提高实际工作能力与分析能力，以达到学以致用的目的。

1、了解机器人的具体结构及其工作原理

2、掌握工业机器人的运动形式及其类型

3、汽车产品的生产工艺过程及企业基本生产状况

4、汽车的类型、结构，工作原理及各零件的作用

5、了解与熟悉汽车生产的各工艺过程。包括整车装配部件生产等。

6、了解与熟悉汽车生产企业的生产组织过程。

7、了解国内外汽车工业的发展现状及趋势。

8、收集毕业设计内容的相关资料。

9、了解与熟悉汽车生产的各工艺过程。包括整车装配部件生产等。

二、实习地点

邯郸汉阳包装机械厂

三、实习时间

xx年年3月

四、毕业实习单位状况概述

汉阳(邯郸)包装机械有限公司是韩国汉阳包装机械株式会社[公司总部在韩国仁川，已有30余年的发展历史 在华投资的跨国企业。公司全套引进国外技术与管理，汇集优秀人才，全心致力于热收缩设备的研制开发与生产制造，产品有l式、袖筒式、枕式三大系列，160多个品种。产品科技含量高，生产工艺先进，有多种机型为国内首创，国际领先。

1、机器人应用和发展前景综述

研制机器人的最初目的是为了帮助人们摆脱繁重劳动或简单的重复劳动，以及替代人到有辐射等危险环境中进行作业，因此机器人最早在汽车制造业和核工业领域得以应用。随着机器人技术的不断发展，工业领域的焊接、喷漆、搬运、装配、铸造等场合，己经开始大量使用机器人。另外在军事、海洋探测、航天、医疗、农业、林业甚到服务娱乐行业，也都开始使用机器人。

2、国内外机器人的主要应用方面

从机器人的用途来分，可以分为两大类:军用机器人和民用机器人。

军用机器人主要用于军事上代替或辅助军队进行作战、侦察、探险等工作。根据不同的作战空间可分为地面军用机器人、空中军用机器人(即无人飞行机)、水下军用机器人和空间军用机器人等。军用机器人的控制方式一般有自主操控式、半自主操控式、遥控式等多种方式。

在民用机器人中，各种生产制造领域中的工业机器人在数量上占绝对多数，成为机器人家族中的主力军;其它各种种类的机器人也开始在不同的领域得到研究开发和应用。工业机器人是机器人中数量和种类最多的一种机器人，广泛用于工业领域的各行各业。

工业机器人一般由机械本体、控制器、伺服驱动系统和检测传感装置等构成，是一种仿人操作、自动控制、可重复编程、能在三维空间完成各种作业的机电一体化自动化生产设备。特别适合于多品种、变批量的柔性生产。它对稳定、提高产品质量，提高生产效率，改善劳动条件和产品的快速更新换代起着十分重要的作用。工业机器人并不是在简单意义上代替人的劳动，而是综合了人的特长和机器特长的一种拟人的电子机械装置。

既有人对环境状态的快速反应和分析判断能力，又有机器可长时间持续工作、精确度高、抗恶劣环境的能力，从某种意义上说它也是机器的进化过程产物，它是工业以及非产业界的重要生产和服务性设备，也是先进制造技术领域不可缺少的自动化设备。

机器人技术是综合了计算机、控制论、机构学、信息和传感技术、人工智能、仿生学等多学科而形成的高新技术，是当代研究十分活跃，应用日益广泛的领域。机器人应用情况，是一个国家工业自动化水平的重要标志。工业机器人由操作机(机械本体)、控制器、伺服驱动系统和检测传感装置构成，是一种仿人操作、自动控制、可重复编程、能在三维空间完成各种作业的机电一体化自动化生产设备。

特别适合于多品种、变批量的柔性生产。它对稳定、提高产品质量，提高生产效率，改善劳动条件和产品的快速更新换代起着十分重要的作用。机器人技术是综合了计算机、控制论、机构学、信息和传感技术、人工智能、仿生学等多学科而形成的高新技术，是当代研究十分活跃，应用日益广泛的领域。机器人应用情况，是一个国家工业自动化水平的重要标志。

工业机械手是近几十年发展起来的一种高科技自动化生产设备。工业机械手是工业机器人的一个重要分支。它的特点是可通过编程来完成各种预期的作业任务，在构造和性能上兼有人和机器各自的优点，尤其体现了人的智能和适应性。机械手作业的准确性和各种环境中完成作业的能力，在国民经济各领域有着广阔的发展前景。随着工业自动化的发展，出现了数控加工中心，它在减轻工人的劳动强度的同时，大大提高了劳动生产率。

但数控加工中常见的上下料工序，通常仍采用人工操作或传统继电器控制的半自动化装置。前者费时费工、效率低;后者因设计复杂，需较多继电器，接线繁杂，易受车体振动干扰，而存在可靠性差、故障多、维修困难等问题。

可编程序控制器plc控制的上下料机械手控制系统动作简便、线路设计合理、具有较强的抗干扰能力，保证了系统运行的可靠性，降低了维修率，提高了工作效率。机械手技术涉及到力学、机械学、电气液压技术、自动控制技术、传感器技术和计算机技术等科学领域，是一门跨学科综合技术。

机械手是一种能自动化定位控制并可重新编程序以变动的多功能机器，它有多个自由度，可用来搬运物体以完成在各个不同环境中工作。在工资水平较低的中国，塑料制品行业尽管仍属于劳动力密集型，机械手的使用已经越来越普及。那些电子和汽车业的欧美跨国公司很早就在它们设在中国的工厂中引进了自动化生产。但现在的变化是那些分布在工业密集的华南、华东沿海地区的中国本土塑料加工厂也开始对机械手表现出越来越浓厚的兴趣，因为他们要面对工人流失率高，以及交带来的挑战。

五、实习总结:

通过实习，不仅扩大和巩固已学过的基础理论和专业知识，了解和掌握机械制造生产过程的实践知识，还为以后的学习和和工作打下良好的基础。培养理论联系实际的能力，是自己学会在实际生产中通过调查研究发现问题并运用所学的知识分析问题和解决问题的基本思路和方法。了解机械制造企业的总体布局、生产组织与管理情况，是自己对机械产品的生产过程，机械生产企业的生产组织与管理工作有一个初步的认识。

了解制造技术的领域的科技发展新动态，了解新技术、新材料、新工艺在机械制造生产的实际应用。同时我们熟练操作了数控机床，熟练数控机床的日常维护及常见的故障的判断和处理，进一步掌握数控程序的编程的方法，以便能够系统、完整的掌握数控技术，更快更好的适应机械专业的发展和需要。通过实习了解了解制造领域的技术工人的工作特点，增强热爱劳动，热爱所学专业的情趣。

**学生实训报告个人总结500字篇七**

\*有限公司

200\*年5月23日—-6月1日

为了以后能更好的适应工作和学习，学校组织到流配送中心进行为期30天的实习。主要是熟悉物流的作业流程，掌握物流的工作流程，以便对我国的物流业能有更深的了解。

了解物流特点，物流工作流程，工作设备，并针对这些实践依靠自己所学的理论提出自己的观点和看法。

随着世界经济一体化步伐的加快,国际经济贸易发展日益活跃,我国的物流行业得到迅速发展.虽然这次实习时间很短,却给我上了人生历程中不可或缺的一课.对于物流，我只是知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但没有想到它的实际操作却没有这么的简单。通过十一点作为国人的物流人士有着切肤的体会。

货物运转速度慢，货差货损率高难以避免，高层货架利用率严天的简单了解，使我对于物流配送有了更加深刻的认识。中国的物流业虽然没有国外发达，但这并代表中国物流业的落后，一些原则性[譬如中国劳动力廉价的国情]严重的制约了中国物流业信息技术化的发展速度。野蛮的装卸态度更是制约中国物流业发展的瓶颈之一。这次实习让我从实践中了解到了物流,使实践与理论更好的结合.在这里我深刻的领悟到了一个观点:推动你的事业,不要让你的事业来推动你.

1、进货堆放货物时不能只顾着一时的方便,应该考虑到出货时的方便,不能耽误客户的时间,因此要按照标准把货物堆起,堆放要整齐合理,以免倒塌.

2、要严格按照仓储管理的要求,对于过期的货物要及时与厂家联系,并得到应允后及时销毁,不要堆积在仓库中,浪费仓库容积,更不要和正常的商品同放一起,带给人一种杂乱无章的感觉.应该另外准备一间仓库,使那些一时无法销毁的商品有地方储存.

3、目前物流中心正面临许多问题,批次越来越多而批量却越来越小,造成物流管理上的一个难点.产前物流,企业内部物流, 销售物流,在供应链的管理上如何把握住这三块之间的关系.国内的物流利润太低,仅占5%,如何把利润搞上去.面临一系列的难题,物流中心还得多借鉴国外的物流策略,提高自己企业的效益

4、仓库高层货架的利用率过低，有的不到三分之一;野蛮装卸导致货损、货差率过高

建议:加强各部门之间沟通和联系力度，合理分配各部门之间的物流作业，有效利用物流配送中心的作业区域，

利用空间、设备、人员和能源;最大限度地减少物料搬运;简化作业流程;缩短生产周期;力求投资最低;为职工提供方便、舒适、安全和卫生的工作环境。

通过这次实习，我学会了许多书本上学不到的知识，能够把书本上的理论运用到实际上，实践是检验真理的唯一方法，只有到实际中去，才能真正认识理论其中的意义。非常感谢海星物流配送中心能给我这个难得的机会，让我收益匪浅。也非常感谢学校给了我这个机会，为我的工作积累了经验，奠定了基础。

**学生实训报告个人总结500字篇八**

20xx年夏天，我在上海大众汽车新疆奎屯销售服务有限公司进行维修实习活动。在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。

上海大众汽车奎屯销售服务有限公司是一个拥有上海大众定点、配套、直接提供的一流维修设备：举升机、轮胎动平衡机、车身校正架、烤漆房等，还拥有先进的进口检测仪器：1552电脑检测仪、点火测试仪等，及使用于维修业务的计算机网络。宽敞、整洁的业务接待大厅和服务周到的客户休息室为客户提供舒适的环境，宽敞的维修车间，设置8个标准工位充分满足维修作业的需要。规格齐全，优质纯正的配件是上海大众系列车辆运行的安全保证。上海大众汽车奎屯销售服务有限公司是一个大中型的四s店，销售服务的车型有、桑塔纳3000、途安、帕萨特、高尔、波罗共五种车型。

一、实习目的

1.通过实行加深学生对汽车专业在国民经济中所处地位和作用的认识，巩固专业思想，激发学习热情。

2.切身了解奎屯汽车服务市场现状

3.熟悉汽车修理环境、修理工具。为将来工作打下基础。

4.通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，把所学的理论知识加以印证、深化、巩固和充实，培养分析、解决工程实际问题的能力，为后继专业知识的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。

5.维修实习是对学生的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动学生的主观能动性，深入细致地认真观察、实践，使自己的动手能力得到提高。二、实习内容：

这家公司不但拥有一批高素质、高技能的汽车维修技术人员，而且从国内、外购进一批先进的汽车维修检测设备。例如：电脑检测分析仪、喷油清洗分析仪、四轮定位仪、atf自动循环清洗……等等。使得该厂软、硬件兼备且完善。

拥有完善的维修服务流程，流程如下：

（一）、汽车保养

汽车保养是很重要的，买的一辆新车，首先要懂得如何保养。汽车保养需要做的几项工作：

清洁汽车外表，检查门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与升降器手摇柄是否齐全有效。检查散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是否符合要求。检查喇叭、灯光是否齐全、有效，安装是否牢固。检查转向机构各连接部位是否松旷，安装是否牢固。检查轮胎气压是否充足，并清除胎间及胎纹间杂物。检查转向盘的游动间隙是否符合标准；轮毂轴承、转向节主销是否松动。检查离合器和制动踏板的自由行程是否符合规定。

检查轮胎螺母、半轴螺栓、钢板弹簧骑马螺栓和u形螺栓是否牢固可靠。起动发动机后，察看仪表工作是否正常，倾听发动机有无异响。检查车辆有无漏水、漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。检查拖挂装置工作是否可靠。

机油的作用主要是对发动机进行润滑、冷却、密封、清洁、防锈、防腐……若没有机油，汽车的心脏就不能正常运转。使用矿物油，一般5000公里换一次机油。正确的换油标准是以“引擎运转时间”来计算的。（自估平均时速：公里/小时）x（100小时/矿物油-200小时/合成油）=换油公里数。汽车换机油的五个步骤：

(1).正确选用润滑油的质量级别和粘度级别。

(2).选用正规厂家生产的高质量机油滤芯，防止因滤芯质量问题造成的油路阻塞、压力不足或过滤效果差而影响润滑效果。

(3).换油时要在发动机出于正常工作温度时关闭发动机，拧开加油口盖，拆下放油螺丝放出旧油，用专用工具拧下旧滤清器。有条件时应对发动机进行清洗以便彻底清洗掉发动机内的油泥和胶质。

(4).更换新滤芯时要检查滤芯密封圈是否完好，如发现有变形、破损等要及时更换。装配滤芯时应将滤芯内灌满干净润滑油，并将密封圈上涂抹润滑油，以防止在安装时造成损坏。

(5)、机油滤芯装好后，拧紧放油螺丝，按要求往发动机曲轴箱内加注一定量的新润滑油，油尺、油面应在上下刻线之间，装好油尺、拧紧加油口盖，启动发动机快速转动几分钟，检查油压是否正常、有无漏油现象，如有异常应及时停机检查排除。机油切不可加得过多或过少，过多会造成润滑油消耗过快，发动机运转阻力增加，燃油消耗增加。过少会造成油压太低、润滑不良等后果。

汽车保养除了换机油外，还要用电脑检测仪检查车各个电控部件是否正常。查看发动机机油液位，发动机冷冻液液位，自动变速器润滑油液位，（手动变速器润滑油，由于结构不同不需查看）刹车油油位，动力转向润滑油油位和轮胎气压。谈到轮胎气压，很多车主看到车轮很扁，以为气压不足，而给汽车车胎打气，直至不扁。实际上这是错的。太高的轮胎气压，造成轮胎过早磨损，在高速公路行驶时，容易发生爆胎，十分危险。轮胎气压太低也不好，按各车的标准，可查随车手册或驾驶员车门侧边的说明标签。

汽车制动液检查与更换：汽车行驶一定的时间就要检查制动液，必要时需更换。制动液在使用一定时间后，会出现沸点降低、污染及不同程度的氧化变质，所以应根据气候、环境条件、季节变化及工况等及时检查其质量性能，做到及时更换。普通工况下，制动液在使用2年或5万公里后就应更换。原则上，不同型号的制动液不能混用，以免相互间产生化学反应，影响制动效果。不同车型，使用的制动液也往往不同。制动液有矿物油型制动液、合成型制动液等类型。合成型制动液具备很多优点被普遍使用。

此外，在更换制动液时应使用专业更换设备，这样更换制动液更彻底，不残留杂质，避免出现气阻，并能有效避免人工更换制动液常出现的问题。如制动发软、放液（气）阀的损坏。

1、发动机火花塞的更换

虽说在时间和行驶里程上没有更换机油要求得严格。但如果长时间不更换火花塞，也会影响发动机工作及寿命。火花塞一般分为两种，一种是普通型，这种火花塞使用寿命是两年或四万八千公里。另一种铂金火花塞，这种火花塞由于使用了铂金材料，因此寿命可达十二万公里或五年。大多数汽车的火花塞可以自己更换，尤其是四缸发动机更为容易。全世界的家用小汽车火花塞只有两种尺寸，你如果想自己更换火花塞，可到autozone或autoparts等汽车零部件商店，报上你汽车的年代及型号，购买和你汽车匹配的火花塞，然后向服务生借用更换火花塞的工具便可自己更换。

汽车电子点火系统的故障检查及排除方法

汽车电子点火系统的故障检查，与传统触点式点火系统有许多相同之处。除了对点火线圈、火花塞、高压线、点火正时等进行检查外，还应检查点火器、点火传感器(信号发生器)以及连接导线等。但是，在故障检查时还应注意以下几点：

（1）、在发动机启动和工作时，不要用手触摸点火线圈高压线和分电器等，以免受电击。

（2）、在检查点火系统电路故障时，不要用刮火的方式来检查电路的通断，这种做法容易损坏电子元器件，电路通断与否应该用万用表电阻挡来进行检查判断。

（3）、进行高压试火时，用绝缘的橡胶夹子夹任高压线来进行试验，直接用手接触高压线容易造成电击。另一避免电击的方法是：将高压导线插入一只备用火花塞，然后将火花塞外壳搭铁。从火花塞电极间隙观察是否跳火。

（4）、在点火开关接通的情况下，不要做连接或切断线路的操作，以免烧坏控制器中的电子器件。

（5）、在拆卸蓄电池时，必须确认点火开关和其他所有的用电设备及其开关都已关闭，才能进行拆卸。

（6）、安装蓄电池时，一定要辨清正负极，负极搭铁。千万不能接错，蓄电池极性与线夹的连接一定要牢固，否则容易损坏电子设备。

（7）、在检查点火信号发生器曲轴位置传感器时应注意：

a.对于磁感应式的，在打开分电器盖时注意不要让垫圈、螺钉之类的金属物掉入其内。在检查导磁转子与定子之间的间隙时，要使用无磁性厚薄规，并注意不要硬塞强拉。

b.对于光电式的，不要轻易打开分电器盖子，若确需打开检查时，要注意避免尘土对发光二极管、光敏元件和遮光转子的污损。

c.在用干电池模拟点火信号检查电子点火控制时，测量动作要快，干电池连接的持续时间，一般不要超过5秒。

d.霍尔效应式电子点火系统，在检查维修时可能会产生高压放电现象，造成对人身和点火系统本身的意外损害，所以必须注意以下几点：

进行全体检查和维修前，应切断电源后，再按要求进行；

当使用外接电源供维修使用时，应严格限制其电压不大于16v。当电压达到16—16.5v时，接通时间不允许达到或超过1分钟；效应式电子点火系统的汽车被拖动时，应首先切断点火系统电源；点火线圈负接线柱不允许与电容相连；任何条件下，只允许使用阻值为1k欧姆的分火头，防止电磁干扰的1k欧姆阻尼电阻电缆不得用其他代替，火花塞插头电阻值应在1k一5k欧姆。

通过本次三个月的实习,发现了自己的不足之处,缺乏动手能力,希望这次回炉我的能力更进一步得到加强,实习对我是一种锻炼,让我认识到挣钱的不容易,我在实习期间,有好多次晚上加班到两点,太累了,回来之后我发现我瘦了三公斤,以前在学校用的都是爸妈给的钱,现在出去了才发现父母是多么的不容易.父母为子女受了太多的累,吃了太多的苦,而我们做子女的有给了父母什么呢?我们每天都在耍,我们是多么的幼稚,我门还没有长大吗?不是.那我们为什么还要靠我们的父母来养我们呢?我们是否应该反省了,我不知道,我只知道我要反省.天行健,君子当自强不息。

**学生实训报告个人总结500字篇九**

最近在一个公司实习,由于没有调整好心态,事故频频,发现自己有很大的问题,但人总是要从失败中成长,在景仰前辈之时,总结如下：

职场不比学校,更不像家里,有些事情要学会妥协,尤其是不能顶撞上司,这是非常不礼貌,也是非常不理智的行为,一方面显示出性格上的缺陷,没有涵养,另一方面,也会使上司及其他同事产生很差的印象,堵塞以后的职业发展之路.

注意：

1、不管是否喜欢上司的工作作风、同意他的想法,你都可以提,但是一定要注意方式方法.否则,当遇到爱计较的上司时,可能会因为否一次说话方式的口无遮拦而出大亏.

2、 千万不要打断上司的讲话,对待其他人也是一样,当有人在跟你讲话时,请千万别插嘴打断别人的话,同样是不礼貌的行为,也会打断别人的思路,最好是弄清楚他 安排的原因和意图后,再发表自己的意见和见解,有一个很基本的人际原则即使是朋友,家人,在说话做事的时候也应该考虑他们的感受,对上司、同事,也应该是 这样的,要考虑他们的感受和立场.当发表完意见后,上司采纳当然好,他不采纳,那就按照他的思路,反因这时候责任完全不在自己身上,因为他才是整个部门真 正的负责人实习总结.

3、虽然有可能上司会倡导平等、有话直说的氛围,但别得意忘形,信以为真,在职场中等级仍然是存在的,就跟整个社会 不可避免的存在等级一样,由有钱人、资深的人士来把握社会前面的方向盘而产生等级时,应该是努力从他们身上学到他们“爆发”而升级的闪光点.再次,不要把 结论看得太重要,是用你的idea,还是上司或其他同事的,无所谓的,重要的是让上司、老板觉得好.

4、最后还有一点比较重点的,就是要从不同角度去考虑问题,并在遇到比较复杂的问题的时候,一定要足够淡定、坦然面对,善于分析,得出理想的结果.

**学生实训报告个人总结500字篇十**

一、撰写实习报告的目的要求

实习报告是对实习工作的记录及总结，如实记录实习过程，详尽地反映实习内容，运用所学专业知识，分析实际工作中遇到的问题，总结工作经验，为正式走上工作岗位奠定良好基础。撰写实习报告要认真， 严禁抄袭(同类报告若出现50%以上内容相同则视为相互抄袭)或代做。

二、实习报告的基本结构

(一)封面

指定封面样稿见后。

(二)目录

指定目录样稿见后。

(三)内容提纲 (实习报告具体内容字号、字体按以下格式)

1实习基本情况(四号黑体，间距段前段后一行) 1.1\_\_\_\_\_\_\_\_(小四号宋体，加粗，间距段前段后0.5行) 1.1.1\_\_\_\_\_\_\_\_(小四号宋体，加粗，间距段前段后0.5行)

正文(正文：宋体小四号字，行间距：固定值22磅，首行缩进2字符)

2实习体会与经验 (四号黑体，间距段前段后一行) 3实习总结(四号黑体，间距段前段后一行) (四)附实习鉴定表

三、实习报告基本要求

1、格式要求：

纸张a4，页边距为word默认页边距，装订线在左边。装订方法：两枚书钉在左侧0.5cm处上下四分之一处装订。其他格式参照附件及内容提纲指定的字号和字体。正文中非汉字均为times new roman字体。字数不少于3000字。

2、内容要求：

1实习基本情况。

应该有实习单位基本情况介绍，个人实习情况的概述和叙述。包括实习目的、意义、时间、地点、实习任务、实习岗位，在实习中从事了哪些具体工作等内容的叙述。

2实习体会与经验。

包括成绩与收获、缺点与教训。总结的目的就是要肯定成绩，找出缺点。成绩有哪些，有多大，表现在哪些方面，是怎样取得的;缺点有多少，表现在哪些方面，是什么性质的，怎样产生的，都应讲清楚。为便于今后的工作，须对以往工作的经验和教训进行分析、研究、概括、集中，并上升到理论的高度来认识。

3实习总结。

下一步目标与整改措施。根据今后的工作任务和要求，吸取前一时期工作的经验和教训，明确努力方向，提出改进措施等。

**学生实训报告个人总结500字篇十一**

我是学院xx级营销专业的学生，xx年7月份毕业离开学校后，我来到了啤酒集团公司，成为一名实习业务员，经过培训合格后，我进入了河南金星啤酒销售总公司;于是我被派往豫东的太康销售分公司，我从基层的访销员，实习业务员做起，时至今日已有三个月了。

在这段时间里，我学到了很多在书本中学不到的营销知识，这让我个人更加的成熟和坚强;在实习工作中，当我遇到工作中的困难时，曾夜不能寐的思考解决方法，因为我始终相信方法总比困难多;在具体的市场上，曾受到无数次的拒绝和嘲讽，有多少次在深夜里独自一个人哭泣，有多少次已经决定卷铺盖离开;可是第二天又早早的投入到了新的工作当中，因为我始终相信：生命在于坚持，我可以接受失败，但我却拒绝放弃!

就这样，一个月，两个月过去了，我坚持了下来;如今的我已经变的老练和成熟了，在工作中积极向上，善于发现问题，并及时的解决，曾多次受到主管经理和副总的表扬;在具体的市场上，能很好的处理同客户的关系，同时维护好同终端的客情关系，从而让我感受到了营销给我带来的乐趣!

首先，我介绍一下所在市场的基本情况，我所在的太康市场是豫东深度分销的楷模，实行的是大客户与小客户相结合的乡镇代理体制，除了县城的几位大客户外，在每一个乡镇设一个一级经销商，是完全的市场精耕。

其次，我很有幸能够参加20xx年啤酒大战，感受啤酒营销，在我们区域市场的主要竞争对手是流通领域的维雪啤酒，餐饮渠道的雪花啤酒，当然了还有其他品牌的啤酒，如青岛啤酒，燕京啤酒等等。

在3月和4月份是啤酒竞争最为激烈的时间，因为都在抢占市场;我们金星也组织了大规模的铺货活动，比如把金星旗下的新一代，小麦啤酒等进行大的促销，并迅速的占领了优势市场，赢得了主动!

在抢占市场的时刻，在流通领域里铺货时，作为总公司的主打产品金星新一代的促销政策是10带2加1.8升的大豆油，展示两个月，27元/箱;维雪20带 3，28元/箱;雪花10带2，28元/箱;竞争是相当的激烈。在县城的每一个终端店都是必争之地，各个厂家都在抢，真是一场没有硝烟的战争!

在餐饮领域的竞争，更是在比拼实力，都在买店，你出3000，我出5000，经过较量我们金星买断了大部分饭店，但也付出了沉重的代价，花费了将近200万买店费!

时止今天，我的实习期已经结束了，在这三个月当中，我付出了很多的辛劳，同时也收获了硕果;由于我在这段时间里表现出色，已成为集团公司的一名正式销售人员，享受国家统筹及优厚的薪酬待遇。

最后，感谢我的母校——河南商业高等专科学校，一直以来对我的培养，感谢市场营销系全体老师传授给我的营销知识，感谢三年以来教育过我的所有老师!学生在此向你们敬礼了，你们辛苦了!

感谢当初录用我的集团人力资源总部的段部长和唐部长，同时再次感谢营销部长唐文广先生对我营销知识的指导和教诲!

**学生实训报告个人总结500字篇十二**

这次的暑假实习我选择了一家装潢设计公司，因为平时在学校从事排版工作很想有机会到外面类似的公司里面实习一下，使自己的基础更牢固，技术更全面，实习的内容是学习平面设计(photoshop和coreldraw的使用)。

因为考虑到以后毕业有可能从事这个行业的工作，因此我非常珍惜这次实习的机会，在有限的时间里加深对各种平面设计的了解，找出自身的不足。这次实习的收获对我来说有不少，我自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了不少的收获。总体来说这次是对我的综合素质的培养，锻炼和提高。

第一天来到公司，不知道该做些什么，什么也插不上手，只是这里看看，那里逛逛，最终还是公司里的老师给我指了条路，让我用photoshop和coreldraw软件模仿教程做一些简单的图片，终于找到事情做了，于是我就乖乖的做起了图片。说实话我以前在学校的时候也这样做过，不过效果没有这么好，因为以前一遇到难的或不懂的就停下来不做了，而现在有老师在旁边，有不懂的就问，这使我受益非浅。

假如在作图的过程中如果使用几个小技巧，确实可以达到事半功倍的效果。

1.制作圆角矩形方块

首先在photoshop中建立一个新文件，在文件上用矩形选取工具画一个矩形框，接着选择选单select→feather，输入半径值，数值越大则圆角矩形的半径越大。在选取区中填入颜色后，取消选取范围。选取选单image→adjust→threshold，由调整threshold level来改变大小，如此就会产生您想要的圆角矩形大小。若要产生圆角矩形的选取区，可以在选取区作用的环境下，切换到快速遮罩模式，同样执行threshold以获得您想要的遮罩。

2.高解析制作

在用photoshop制作网页图形的时候，许多朋友为了快速的操作，都会把图选择低解析度进行制作，但是有些滤镜会因为图形解析度的不足，而无法处理，最后出来的效果也很差。所以建议大家在处理类似情形时，可以先在高解析度下完成绘制、影像等工作，然后再向下取样，将影像缩成最后的大小。

3.保留选取范围大小

当您在photoshop中使用image size或cancas size改变影像大小时，原本在影像中选取的范围也会跟着改变，如果想要保留原本的选取范围，可以先切换到快速遮罩模式下(按下键盘上的q键)，然后再选择“image size”或“canvas size”。使用image size指令会将影像与选取范围一同缩小;若使用canvassize指令则只会将影像缩小，而选取范围仍保持原有的大小。记着再将快速遮罩模式切换成标准模式。

4.快速隐藏图层

如果您在photoshop中只想要显示某一层图层的影像，是不是得一一将其他图层隐藏起来呢?这里有一个既快速又方便的作法：只要在图层面版上同时按住ctrl+alt以鼠标点选欲显示的图层的眼球图示，就可以将其他图层通通藏起来。另外也可以用ctrl+alt+快速键调整图层的前后次序。

1.擦去错误线条

如果您使用coreldraw中的手绘铅笔工具，不小心把线条画歪了或画错了，您不必急着将线条删除，只要立刻按下shift键，然后反向擦去即可。

2.动尺规

在coreldraw中事实上是可以让您自由移动尺规的位置，只要在尺规上按住shift键以鼠标拖移，就可以将尺规移动。如果您想将尺规放回原位，则只要在尺规上按住shift键迅速按鼠标键两下，就会立即归位。

3.利用coreldraw制作动画gif文件

事实上利用coreldraw也可以用来制作动画gif文件，您可以将coreldraw中的图层当成动画中一个个的影格，然后逐一输出成gif文件(其他图层上的影像必须先关闭)。再利用photo-paint的movie功能，先选择creat from document将第一张gif文件制成movie，再陆续将转好的gif文件以“ fromfile”插进来，选择“储存成…”动画gif的格式，于对话框中设定延迟的时间和位置，如此就算大功告

4.同时旋转与缩放

如果您在coreldraw中，拖拉物件的旋转把手时，同时也按住shift键，那么将可以同时旋转与缩放物件;若是按住alt键，将可以同时旋转与变形倾斜物件。

经过几天的基础训练，老师终于让我参与他们的策划，刚开始有点紧张，后来就慢慢熟悉了策划和后期制作的整个过程。慢慢地老师也把一些比较重要的交给我处理。这使我对这个行业认识就更加深了一步。

通过这次实习，在设计方面我感觉自己有了一定的收获。这次实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的老师也给了我很多机会参与他们的设计是我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事设计工作所要面对的问题，如：前期的策划和后期的制作等等。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好

**学生实训报告个人总结500字篇十三**

安排教学实习的基本目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便把学生培养成为能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才，教育实习报告。具体表现在三个方面：

1 、运用和检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识，尝试性地应用于实际工作，并从理论的高度对教育教学工作的现代化提出一些有针对性的建议和设想。检验教学成果，就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

2 、了解和熟悉学校的运行。对师范类专业的本科生来说，实际能力的培养至关重要，而这种实际能力的培养单靠课堂教学是远远不够的，必须从课堂走向实践。

3 、预演和准备就业工作。通过实习，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理转型期。

我们十月十一日来到湖南永州双牌县第二中学，到十一月十八日实习结束。我被分到高一（172）班进行实习。

实习的基本内容包括两部分：课堂教学和班主任工作，基本情况如下：

1、课堂教学：完成教案数为六份，试讲次数为六次，上课节数为六节；批改作业五次；监考十场；自习辅导十二课时。

2、班主任工作：组织一次主题为“网络的利与弊”的班会；组织本班学生与实习老师之间的篮球赛两次；找学生单独谈心、了解情况十一人次。

这次实习令我感受颇多。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读；另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的，创业实习《教育实习报告》。每上完一节课后我最大的感受就是：当好一名老师真不容易啊！

试教工作开始以后，我每天的工作就是听优秀化学教师的课——写教案——试教——修改——试教，这样反复练习，完善。直到把一节课要讲的内容练到烂熟于心为止。即使这样，在我第一次深入课堂时，我还是遇到了许多师范学校里没学过、事先也没有料到过的难题。毕竟试教的时候和正式去教室上课的时候的心态是很不一样的

教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水,自己就要有一桶水”。上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且平时学生也会提一些书上没有涉及到的知识，这时候你不仅要自己对这些知识点有所了解，而且更为重要的是你要能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出来。这一点我深有体会，比如有一次我分析基础训练的时候，有一个题目是说“往饱和的碳酸钠溶液里通入二氧化碳气体时会有什么现象发生？”此题只要知道了碳酸氢钠的溶解度比碳酸钠的小，就能得出“可见到有白色晶体析出”的结论。由于事先我觉得此题很简单，也就没有深入地思考。出乎我意料的是，无论我怎么讲，同学们也无法理解为什么碳酸氢钠的溶解度比碳酸钠的小就会有晶体析出。后来只好向他们的原任课老师请教此处该如何表达。

通过这次的经验，我深感不能以自己的思维来揣度学生的思维，自己认为很简单的问题，对于刚刚涉及这一知识的学生来说很可能就会是一个无法理解的地方，这时候，我们以何种方式将此知识点向他们表达清楚就显得犹为重要了。于是，在以后的备课过程中，我就不在象以前一样只要自己弄清楚了就了事，而是更加侧重于如何将知识的来龙去脉向学生表达清楚。我的这一举措果然收到了良好的效果，学生听完课后普遍都说我讲得较清楚。这让我感到很欣慰。

在当实习班主任的过程中，我从他们原班主任那里学到了很多关于班级管理方面的经验，确实让我受益不少。比如如何与学生谈心，如何帮助后进生转化成为先进生等等。虽然这些经验都是非常宝贵的，但是我也没有完全照搬，第一是我觉得我的身份毕竟与他们原班主任不同。第二是我觉得我与学生年纪相仿，不象原班主任一样与他们或多或少地存在一些代沟，这是我的优势所在，应当加以利用。所以，在与学生的长期交往中，我渐渐形成了一套既有自己风格，又吸收了原有宝贵经验的行事方法，而且还收到了较好的效果。比如说我和我们班上一位同学谈心的时候，她告诉我她读初中时成绩很好，几乎每次考试都是班上的第一名，数学成绩犹为突出，用她自己的话说就是“那时侯学数学简直就是一种乐趣”，但是现在情况就完全不同了，不仅整体成绩直线下降，就连自己的强项数学也到了岌岌可危的地步。当我问及其中的原因时，她告诉我，由于中考的失误，进入高中以后她就失去了信心，再加上高中的课程本身就比初中的要难，使她的成绩更加后退了，以至于现在对读书失去了信心，想一心从事自己的爱好去学声乐算了。而这些她都没有和原班主任说过，原因是班主任“太凶了”。我听了之后并没有直接反对她的观点，而是从客观条件、学习条件以及以后的前途等方面和她分析了她的这种想法，使她明白了学习和爱好之间谁轻谁重，并引导她自觉得把心思放到了学习上来。

**学生实训报告个人总结500字篇十四**

实习单位基本情况：

实习岗位描述：

实习过程介绍：

(1)了解过程

起初，刚进入车间的时候，车间里的一切对我来说都是陌生的。车间里的工作环境也不怎么好，呈现在眼前的一幕幕让人的心中不免有些茫然，即将在这较艰苦的环境中工作3个月。第一天进入车间开始工作时，所在小组的组长、技术员给我安排工作任务，分配给我的任务是简单加工一种名叫黑色套管的产品，我按照技术员教我的方法，运用操作工具开始慢慢学着加工该产品，在加工的同时注意操作流程及有关注意事项等。毕业实习的第一天，我就在这初次的工作岗位上加工产品，体验首次在社会上工作的感觉。在工作的同时慢慢熟悉车间的工作环境。

作为初次到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面情况的了解都是甚少陌生的。一开始我对车间里的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是很了解，于是我便阅读实习单位下发给我们的员工手册，向小组里的员工同事请教了解工作的相关事项，通过他们的帮助，我对车间的情况及开机生产产品、加工产品等有了一定的了解。车间的工作实行两班制(a、b班)，两班的工作时间段为：早上8：30至晚上8：30;晚上8：30至早上8：30。车间的所有员工都必须遵守该上、下班制度。

(2)摸索过程

对车间里的环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每天按时到厂上班，上班工作之前先到指定地点等待小组组长集合员工开会强调工作中的有关事项，同时给我们分配工作任务。明确工作任务后，则要做一下工作前的准备工作，于是我便到我们小组的工具存放区找来一些工作中需要用到的相关用具(比如：胶料袋子、脱模剂、产品标识单等)。在机台位置上根据员工作业指导书上的操作流程进行正常作业，我运用工作所需的用具将机器生产出的产品加工包装好，并将加工包装好的产品贴好产品标识单存放在指定的位置。另外在工作中，机器生产出的产品有时会出现异常(比如：产品出现缺胶、料花、气纹、色差等)。出现上述情况时，要及时告知小组组长、技术员，让他们帮助解决出现的问题，小组长、技术员通过对机器的调节让生产出的产品恢复正常，符合检验的要求。

在工作期间有些产品的加工难度较大。刚开始加工起来还真棘手的，加工效率不高，加工出来的产品质量也不怎么的。让人苦恼的，于是我便向小组里的员工同事交流，向他们请教简单快速的加工方法与技巧。运用他们介绍的操作方法技巧慢慢学着加工这有难度的产品，从中体会加工产品的效果。同时在加工中选择适合的加工工具，也有利于提高工作的效率。在平时工作过程中也要不断摸索出生产、加工产品的有效方法和技巧。有时在开关机生产、加工产品时，对产品应该怎样包装不明白，此时，我便向员工同事学习，向他们请教正确的加工包装方式，另外也可以询问评管(质检员)，按评管提供的要求进行生产、加工包装产品。

(3)实际操作

经过一段时间开机生产、加工包装产品的学习，我对车间产品的生产、加工包装的整个流程已有了一个较详细的了解与熟悉。对有些常加工的产品也比较熟悉了，对不良产品的识别力也有所提高了，生产、加工产品的效率也在不断提高。上班期间，听从小组长的安排，接受小组长分配的工作任务，在自己的工作区认真地进行作业。当出现一些小的问题和困难时，先自己尝试着去解决，而当问题较大自己独自难以解决时，则向小组长、技术员反映情况，请求他们帮助解决。在他们的帮助下，出现的问题很快就被解决了，我有时也学着运用他们的方法与技巧去处理些稍简单的问题，慢慢提高自己解决处理问题的能力。在解决处理问题的过程中也不断摸索出解决机器小故障的方法途径。这样从而让我在工作时的自信心不断增强，对工作的积极性也有所提高。

在所开的机器不出现大的故障的情况下，在确保产品质量的基础上尽自己的努力提高工作的效率。尽量让生产出的产品数量达到班产要求的数量，以便完成生产任务。每次下班之前，将自己工作区域内的卫生打扫干净，垃圾放入垃圾袋中并放到相应的位置，把工作桌面和地面上的物品用具收拾摆放好。就这样一天的全部工作内容也就完成了，这工作任务也较艰巨的啊!

实习体会：

在实习过程中，我充分的了解到实践的重要性。通过学习，对自己专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对学校所学知识的巩固与运用。从这次实践中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的学习。只有把学到的理论知识和具体的实践工作相结合，我们才能更好的为公司乃至社会服务。

对学校开设课程的建议：

在校学生往往重视理论课的学习，而忽视实际动手操作能力的培养，学校应加强各种实验课，实践课，增强学生的实际操作能力。

对学校现行的教法、课程、管理的评价

学校的教育，对理论知识的教育是很丰富和完善的，但在实践操作方面，则缺乏深入，系统的教育，使得学生的动手能力不是很强，学校应在这方面完善。

实习收获：

实习期间，我对实习工厂的注塑车间(部门)生产、加工包装产品的整个操作流程有一个较完整的了解和熟悉。实习中，我拓宽了自己的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。我学会了运用所学的知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性，通过实习，让我在社会中磨练了自己，也锻炼了意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能，积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

大四学生实习报告范本模板参考介绍完了，是否对你有帮助呢?更多关于工作报告的精彩内容发布在这里，敬请期待。

**学生实训报告个人总结500字篇十五**

三年的中专生活似弹指一挥间，从刚跨入中专时的失落和迷茫，到现在即将走上工作岗位的从容、坦然。我知道，这又是我们人生中的一大挑战，角色的转换。这除了有较强的适应力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于中专三年的学习积累和技能的培养。

我自认为无愧于中专三年，刚入学时，我曾为身为中专生而懊丧过。但很快，我选择了坦然面对。因为我深信，是金子在任何地方都会发光。所以我确信，中专生的前途也会有光明、辉煌的一天。

通过这三年的学习使我懂得了很多，从那天真幼稚的我，经过那人生的挫折和坎坷，到现在成熟、稳重的我。使我明白了一个道理，人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个驿站。当然，三年中的我，曾也悲伤过、失落过、苦恼过，这缘由于我的不足和缺陷。但我反省了，这只是上天给予的一种考验，是不能跌倒的。中专生的我们应该善用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。

这三年的锻炼，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的。因此，面对过去，我无怨无悔，来到这里是一种明智的选择;面对现在，我努力拼搏;面对将来，我期待更多的挑战。战胜困难，抓住每一个机遇，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

本人自入学以为，一直遵守学校的各项规章制度，具有良好的思想道德品质，各方面表现优秀。有强烈的集体荣誉感和工作责任心，坚持实事求事的原则。

本人思想端正，能吃苦耐劳，有崇高的理想和伟大的目标，注重个人道德修养，养成良好的生活作风，乐于助人，关心国家大事。

在校期间，本人一直勤奋学习，刻苦钻研，通过系统地学习掌握较为扎实的基础知识。由于有良好的学习作风和明确的学习目标，曾获得“优秀团员”、“三好学生”等荣誉，得到了老师及同学们的肯定，树立了良好的学习榜样。

在课余时间，本人积极参加体育锻炼，增强身体素质，也热爱劳动，积极参加校开展的各项文体活动，参加社会实践，继承和发扬了艰苦奋斗的精神，也参加了校文学社和书法协会，丰富了课余生活，使自己在各方面都得到了相应的提高。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，本人坚信通过不断地学习和努力，使自己成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的学生，以优异的成绩迎接挑战，为社会主义建设贡献我毕生的力量。

我叫，来自02e1班，也就是电子商务专业的学生。下面是我的简单自我介绍：

本人就读于广东省对外贸易学校，将于20xx年6月毕业。我非常珍惜在校期间的学习机会，认真学习文化课程，较熟悉地掌握专业知识，与此同时，我还学会了许多做人做事的道理。三年来的学习生话磨练出一个自信和上进心强的我。

面对知识经济的到来，计算机技术也得到了广泛的应用。作为一个21世纪的中专生，面对的又是一个新的挑战。不仅要有扎实的专业技能，还需有更多方面的知识。所以中专期间我不断学习，不断拼搏，努力学习各种计算机网络，网页设计，互联网技术，2019server，微机原理，跟单信用证，英语函电，国际贸易实务等专业知识。除此之外还选修了案例分析，商务代理，photoshop图像处理以及物流知识等以提高自己的综合素质。鉴于此，我希望能在毕业后谋一职位，热切期望能用自己所学之技为社会做出自己的微薄之力。对待学习，我认真努力，对待工作我同样也能做到爱岗敬业，谨慎负责，一丝不苟。在生活方面我乐观，热情，诚恳，宽容。我自信能胜任自己的工作，本着“迎难而上”的精神，我将凭自己的能力克服各种困难，更好地胜任将来的工作。

**学生实训报告个人总结500字篇十六**

一、 实践主题：

走进公司,参观厂房,了解节能产品

深入社区,贴近市民,宣传低碳生活

二、实践目的：

1.通过深入社区，大力普及环保知识，提高市民的环保意识，培养社区居民和学生关注社会发展的责任感，热爱社会公益事业的品质。

2.在宣传教育别人的同时，不断提高自己的环保意识水平和知识水平，让我们彼此教育，负起环保责任，全面提高环境与发展意识，树立正确的环境价值观和环境道德风尚，从身边点滴做起;

3.建设绿色家园，弘扬社会道德风尚，发扬义工精神，促进社会和谐发展。

三、实践形式：

1. 对各年龄段人群进行询问。

2. 在小区草坪捡拾树叶垃圾。

3. 去公园社区进行实地访问

4. 上网查询资料,制定宣传策划

5.环保展板宣传：首先制作环保知识宣传展板，在会场展示，人们自由观看义工在旁边讲解;

6. 环保游戏：以游戏的形式进行宣传，吸引人们注意;环保知识有奖问答，根据展板内容提出相关环保问题，答对给予环保文具、环保小布偶等奖品;

7.问卷调查：用问卷调查的方式了解人们对环保的认知程度和环保观念;

8.邀请电视新闻媒体参与环保宣传活动，小组成员与居民、学生交流环保宣传心得。

四、实践时间：

20xx年7月11日到20xx年7月20日

五、实践地址：

南京市中电光伏发电产业有限公司 河海大学校本部 鼓楼市民广场 绣球公园

六、实践人：

河海大学赴南京中电光伏发电产业有限公司暑期社会实践小组

七、实践过程:

低碳环保一直是一个社区，一个城市，一个国家，以及整个地球都需要关注的一个十分重要的大问题，它关系到我们人类的存亡。而我们发现，有不少组织起来的关于宣传低碳环保的活动都不能真正得到落实和实践，所以，这次暑期社会实践活动，我们低碳研究社就选择了宣传低碳环保，带头低碳环保的目标并进行了落实，在7月11号，社长和我们一起进行了讨论，并分成两组，明确了各自活动的内容和目标。

前期活动具体实施：

1.编写绿色社区低碳环保宣传活动策划及方案;

2.整理低碳环保资料，设计低碳环保展板;

3.制作低碳环保展板，横幅

4.编写低碳环保问卷调查;

5.设计低碳环保有奖问答试题;

6.策划低碳环保游戏。

7.赶赴南京联系中电公司,与其谈判,商量食宿等问题

a组五人先行赶往南京，与中电公司谈判，解决团队在南京食宿交通问题。b组五人先留校制作展板，调查问卷，横幅及宣传单。团队成员精诚合作，紧锣密鼓，一丝不紊地准备着活动。

随着与公司谈判的顺利完成及展板等宣传工具制作完工，所有团队成员都按计划抵达南京，正式开始低碳宣传之旅。

我们的第一站，南京中电公司。在那里，公司专门派工作人员向我们悉数介绍公司节能产品-光伏太阳能电池及干式变压器，使我们更加深入了解了南京中电公司成长的风雨历程及所取得的辉煌成就。

在公司宿舍休整一天并完善宣传计划后，我们来到了第二站，河海大学校本部。第一次来到校本部，印象最深的就是那些古老的树木，漫步曲径幽深的小路，耳边缠绕鸟语蝉鸣，尽情感受这座老校的沧桑。在这里，我们向河海学长学姐介绍低碳知识，宣传工作取得初步成功。

随后，我们还来到东南大学，感受了另一所名校的文化积淀。

在鼓楼市民广场，我们拉起了横幅，并进行了低碳环保问卷调查，许多市民争相踊跃地参与并在横幅上留下姓名，支持低碳活动。(政府应当加大宣传力度，加强垃圾的管理和回收。多数人知道乱扔废电池对环境有危害，但苦于找不到可回收电池的场所，只能扔进普通的垃圾箱中。希望政府加强垃圾分类措施。)

我们最后也是最重要的一站，绣球公园。在这里我们请到了南京教科频道记者进行低碳宣传活动采访。我们捡拾树叶制作问题编号，提供低碳环保有奖问答试题，与社区居民进行低碳环保游戏。得到居民热烈欢迎和参与，并得到大爷大妈高度评价，活动圆满成功。

7月的南京，骄阳似火，热浪使人汗流浃背。团队成员早7点开始进行宣传，晚上9点回来还要进行总结与第二天策划，身心异常疲惫。身上的衣服一天里干了湿湿了干。几天内为了宣传，南京公交坐遍。有时为了活动顺利进行，大家废寝忘食地工作。不过我们真的是一支优秀的团队，无可挑剔，大家都为集体着想，劲往一处使的行为将成为我永远美好的回忆。

八、实践体会与结论

经过此次实践活动，可以看出我们的低碳环保意识还有待提高。我们总是这样形容地球为我们的“母亲”，但是日益恶化的环境正在威胁着我们“母亲”的寿命，总是以为地球上所拥有的资源能源是无限的，但是人们的过度的浪费，已经使这些’“无限”的资源能源在逐渐的变成“有限”的!请爱护我们的环境，因为“只有一个地球”!也许现在我们感受不到环境的恶化威胁到了我们的生存，甚至愚昧的人觉得与己无关，但是有没有想到几百年以后我们的子孙后代应该去哪里生活呢?难道要伴随着适合人类生存的环境而永远的消亡吗?针对低碳环保的问题，暑期实践。不仅仅是为了完成实践报告，更希望可以借此来了解人类生存的环境到底如何，借以警示愚昧的人类! 环境污染会给生态系统造成直接的破坏和影响，如沙漠化、森林破坏、也会给生态系统和人类社会造成间接的危害，有时这种间接的环境效应的危害比当时造成的直接危害更大，也更难消除。例如，温室效应、酸雨、和臭氧层破坏就是由碳大量排放，大气污染衍生出的环境效应。这种由环境污染衍生的环境效应具有滞后性，往往在污染发生的当时不易被察觉或预料到，然而一旦发生就表示环境污染已经发展到相当严重的地步。当然，环境污染的最直接、最容易被人所感受的后果是使人类环境的质量下降，影响人类的生活质量、身体健康和生产活动。例如城市的空气污染造成空气污浊，人们的发病率上升等等，严重的污染事件不仅带来健康问题，也造成社会问题。随着污染的加剧和人们环境意识的提高，由于污染引起的人群纠纷和冲突逐年增加。 目前在全球范围内都不同程度地出现了大气污染问题，随着经济和贸易的全球化，环境污染也日益呈现国际化趋势，近年来出现的危险废物越境转移问题就是这方面的突出表现。环境污染的防治 每一个环境污染的实例，可以说都是大自然对人类敲响的一声警钟。为了保护生态环境，为了维护人类自身和子孙后代的健康，必须积极防治环境污染。为了做好环境污染的防治工作，我们每一个公民必须努力增强环境意识：一方面要清醒地认识到人类在开发和利用自然资源的过程中，往往对生态环境造成污染和破坏;另一方面要把这种认识转变为自己的实际行动，以“保护环境，人人有责”的态度积极参加各项环境保护活动，自觉培养保护环境的道德风尚。

这次活动还让我认识到：

1、“团队精神、共同合作”在工作中的重要性。

每个人对每件事的看法是不同的，所以处理事情有分歧是很正常的，但随着大家互相的逐渐了解，分歧会慢慢减少，工作开展也会越来越顺利。只有大家的思想统一了，心往一处想，劲往一处使，工作才能顺利出色的完成

2、前期准备工作在整个过程中的重要性。

“好的开始是成功的一半”这句话都被人说烂了，只有经历后才能体会到他的真正含义。要是你在工作前不准备充分，你就不能够搞好你的活动。因为你的活动因为参与的人很少，你就肯定会手忙脚乱的。

3、我觉得做一件事，只要你用心去做了，不管结果怎样都是成功的。

通过这次实践活动，让我们真正学到不少，对社会的理解也在活动中加深了。实践中学其他知识，不断的从各方面武装自己，能在竞争中突出自己。作为新时期的一名大学生，我们必须坚持正确的方向，努力学习好各种知识，除此之外，我们还必须参加各种社会实践，到校园外的社会去锻炼自己的意志，增加自己对复杂社会的进一步了解，增强自身社会责任感，增加适应社会的能力，为我们大学毕业完全进入社会做好必要的准备。

**学生实训报告个人总结500字篇十七**

一、实习单位和岗位简介

在大四的这最后一个学期里，我迎来了最后一门课程---毕业实习。本次实习被安排在了开学后的六周，其主要目的是让我们把在学校所学到的专业知识与具体实践相结合，通过对司法实践的了解进一步深化对所学法律知识的深层次1理解和掌握。

我此次在攸县人民法院实习。攸县人民法院是基层法院，共有三个民事审判庭、两个刑事审判庭、一个行政审判庭以及六个派出法庭(分别是西黄村镇派出法庭、南石门镇派出法庭、将军墓镇派出法庭、路罗镇派出法庭、东旺镇派出法庭及黄寺镇派出法庭)，还有立案庭、高审庭、审监庭、执行局等。我被分到民一审判庭，民一审判庭主要负责审理合同纠纷案件，后我又到执行局呆了一段时间。我在这里的工作主要是整理卷宗、旁听庭审、练习撰写判决书，还有几次与其他工作人员到当事人住所地调查。

二、实习过程概述

去实习时老师对我们说实习能否学到东西，关键不在于老师和法官，而在于自己，只有你带着一双求知的眼睛去观察、探求，才能学有所获。而且老师反复强调实习的重要性，特别要求我们认真对待实习。

实习的第一天，确定实习岗位后我到民一审判庭去报到。民一庭内正在开庭，我便坐在旁听席上旁听。这是一起比较简单的合同纠纷案件，庭审程序进行得很快，在双方当事人拒绝调解后，法庭听取了当事人的最后陈述，法官宣布合议庭和议后择日宣判，庭审结束。下午我被安排在庭内整理卷宗。

从第二天开始，我每天8点15左右赶到法院，先把庭内的卫生打扫一下。我们庭基本上每天上午开庭，不开庭又没什么具体工作时我就到其他庭里旁听。中午11点40分结束工作去吃饭。下午很少开庭，只有一次因上午没有审理完毕，下午继续开庭。除此之外大部分工作是整理卷宗(主要是排序、装订、登记)。庭长还给我安排了练习撰写判决书的工作，把经过开庭审理的案卷让我每三天写一个判决书，写完后再交庭长修改。在执行局呆的几天除了和执行人员外出调查取证或送达传票、执行令外，也同样是整理卷宗。

三、实习主要情况及体会

在实习期间，我主要做了以下工作：

1、整理卷宗。

在实习期间帮助法官和书记员整理卷宗多份。在这些已经审结的案件中有不少的典型案例，涉及到事实的认定、证据的采信、责任的划分等。在此过程中，通过对卷宗的翻阅和向书记员咨询，我对合同纠纷案件从立案到审结的程序以及各种归档文书的分类有了详细了解。

2、旁听案件。

市场经济飞速发展的同时，人们法律权利意识不断增强，再加上仲裁等非诉程序纠纷解决机构较少，导致民一庭的案件相对较多，且呈逐年递增趋势。这对我来说是一件好事，有充足的案件旁听。以前在学校我参加过刑事案件的模拟法庭，刑事案件很注重程序，法庭审理严肃。但在这里，旁听民事审判后感觉庭审比较随便，气氛比较缓和，有些程序性问题也省略了。通过旁听案件，我对民事审判的特点和程序有了详细的了解，认识到民事案件的审理关键在于化解当事人之间的矛盾，促进社会和谐。与刑事案件着重体现国家强制力惩罚犯罪不同，民事案件的理想结果应该是让双方当事人实现共赢而又不失法律的尊严，这一点对法官的个人素质要求很高，这个素质不仅仅是法律方面知识要渊博，更要求法官有很高的人格魅力。

3、书写法律文书。

在实习的6周中，帮助庭长草拟了7份民事判决书，在撰写的过程中出现了不少的错误。判决书的基本格式是首部、事实、理由、判决结果、尾部。首部写当事人的基本情况，然后是原告诉称，写原告的诉讼请求、事实和理由，再写\"被告辨称\",其内容是被告的抗辩理由和事实。然后是\"经审理查明\"部分，写法院对证据的采纳和不予采纳的理由及认定的事实。此后是本院认为，写明判决的理由和所依据的法律，最后写判决结果。我写完第一个判决后交给庭长，他对我写的判决书做了很多修改。他说：\"你前边写的还可以，但在‘经审理查明’一部分存在问题较多，措辞不够严谨，用语欠规范，陈述过于简单，逻辑有失严密，说服力不足。\"的确。

我在写\"经审理查明\"部分时，写得过于概括，庭长说这部分要把案件所有的相关事实都加以分析，写出对证据采纳和不采纳的理由，因为判决要让原告、被告双方看，他们可能都不懂法律，作为一个法律文书撰写者，你要让诉讼双方看了以后，通过对判决书中认定事实的逻辑分析得出与判决书相同的判决，这样才能让判决具有说服力，才会是一个成功的判决。而我的判决只是对原告、被告存在争议的部分事实作了分析，并不能让人从我的\"经审理查明\"和\"本院认为\"部分想当然的得出我做的判决。法律文书写作这门课我在大二时学过，可惜当时认为只是考查课，没有认真学习。现在很后悔在学校是没能好好学习这门课，以至现在不能完成实习中法官交给给我的工作。回学校后我会努力补充文书写作方面的知识，希望下次遇到类似情况时可以出色完成。

4、跟随执行人员到被执行标的物所在地去执行。

一般到了强制执行阶段的案件都是很难执行的，有一部分是被执行人的确没钱无力给付赔偿款，即无财产可供执行;还有一类是有钱但还是不能顺利执行，这些被执行人大多都提前把财产转移或隐匿，因为他们通晓法律。曾经有一个案件，申请人知道被执行人把钱存进了银行，但执行人员去查询后根本没有发现被申请人的账户，这肯定是把钱存进了他人的账户。对于这类案件如果部门之间协调合力执行，会大大提高执行的效率。

实习期间，我利用这次难得的机会努力工作，严格要求自己，虚心向法官求教，努力学习法律、法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本之外的相关知识，掌握了一些基本的法律技能，从而进一步巩固了自己所学的知识，为以后真正从事法律实践工作打下了基础。

\"纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行\".在短暂的实习过程中，我深深地感觉到自己所学知识的肤浅和专业知识的匮乏，刚开始，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常难过。在学校时总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知之甚少，需要学的很多，这时才真正领悟到\"学无止境\"的真正含义。

以上也许是我一个人的感觉，不过有一点参加实习的同学都应该有所认识：我们的法学教育和实践的要求是有一定距离的。法学是一门实践性很强的学科，它需要理论的指导，但其发展和意义要在实践中才能实现，并且它的主要目的是为社会实践服务。所以，我们的法学教育应该与实践更紧密的结合起来，在采用理论与实践相结合的办学模式时，对实践加以重视，更多的增加实践所占比例。

在实习过程中，我发现法律的普及与公民法律意识的提高非常重要。我国为推进法治建设而进行了多年的普法教育活动，取得了很大的成就，人们的法制观念和法律意识都有了很大的提高。在我参加旁听的好几起案件中，当事人都没有请代理律师，而是自行抗辩和辩护，而且他们所运用的法律和抗辩的理由都很到位。

虽然我国的普法工作取得了以上很大成就，但是我们不能否认在普法的深度和广度上还有些不足。比如有些时候，人们对法律条文是知道的，但却未能正确的理解它，以至于触犯了法律而不自知;有些当事人由于平时不注重用法律保护自己的合法权益，最后导致矛盾加深，对簿公堂，以至于本来可以避免通过司法途径解决的案件占用司法资源。社会上还存在一些当事人对法律不信任的情况，他们质疑发律的公平和正义。所以我国应当而且必须加大法制贯彻、普及的力度，逐步建立人们对法律的信仰，只有这样法治建设才能取得巨大的进步。

这一个多月的实习使我深刻的认识到，除了要有很好的业务素质外，在工作中与同事保持良好的关系也是很重要的。做事先做人，只有先处理好人际关系，才能在工作中作出更大的成绩。对于我们这样即将步入社会的人来说，需要学的东西很多，周围的每个人都可能是我们的老师，只要我们注意观察和学习，工作与生活中周围的同事和朋友会教给我们很多知识和道理。

四、自我评价

在实习期间，我严格遵守工作纪律，不迟到、不早退，认真完成法官和书记员交给的工作，得到了民一庭全体人员的好评，同时也发现了自己的许多不足之处，找到了以后努力的方向。

通过一个月短暂而又充实的实习，我发现实践经验的欠缺使自己在工作中捉襟见肘，力不从心。在几位法官的帮助下，实习期间我努力将自己在学校所学的理论知识与实践相结合，用理论指导实践，在实践中自己的知识得到了巩固和发展，解决实际问题的能力也得到了锻炼。

同时，实习开阔了自己的视野，使我对法律解决实际问题的程序有所了解，对专业用语有了进一步的掌握，法律文书的写作能力也有了显著的提高。

此外，我还认识了几位法官和律师朋友，通过与他们的交流和相处交流，使我学到很多为人处世的方法，这些都是在书上学不到的。最后，我想借此机会，再一次向为我的实习提供帮助和指导的邢台县人民法院的工作人员和我的老师、及在实习过程中帮助我的朋友致以衷心的感谢!

**学生实训报告个人总结500字篇十八**

在学校学的这四年，可以说对会计已经是耳目能熟了，所有的有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些似乎只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。

于是在坚信“实践是检验真理的唯一标准”下，认为只有把从书本上学到的理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能真正掌握这门知识。因此，我作为一名会计专业的学生，就必须亲自动手去做，去实践。只有这样才能真正了解会计究竟是做什么的。

一、实习目的(重要性)

会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越展会计工作就显得越重要。

二、实习单位情况

在20xx年，我所实习的公司是xx企业代理会计记账公司。服务的项目：专业代理记帐、税务申请、税务咨询、税收策划、财务培训、专业代办工商营业执照、组织机构代码证、银行开户许可证、劳动统筹;代理验资、审计、评估;开业办理国地税税务登记、税务变更、税务注销、一般纳税人认定转正、减免税等相关事宜;办理民营高科技企业认证咨询。

会计公司还针对代理记账客户的需要提供全程的跟踪服务例如：

1、免费为代理企业培训财务相关职位人员的专业技能，使其能更规范、出色的完成本职工作;

2、免费为代理企业提供财税方面的咨询服务，并针对各企业的实际特点进行税收策划方面工作;

3、免费为代理企业咨询办理营业执照及相关证照的年检事宜;

4、免费为代理企业咨询办理营业执照的变更适宜，再次变更按低于市场价格收取代办费用;

5、对代理企业所需进行的验资、审计等方面需要，还给予低于市场价10%的折扣优惠价格为客户提供相应服务;

6、对代理企业所涉及的涉税项目还将每半年指派公司的高级会计师对其帐簿进行内部审计，保证不会因人为原因造成不必要的罚款。

三、实习过程

刚来公司实习，所以从最基本的做起，我的实习岗位是会计助理。第一天上班，心里没底，感到既新鲜又紧张。新鲜的是能够接触很多在学校看不到、学不到的东西，紧张的则是万一做不好工作而受到批评。带我实习的前辈是徐会计和郭会计，我也很亲切的叫她们徐姐和郭姐。也许因为年纪相近的缘故吧，徐姐和郭姐对我们非常和气。

她们首先耐心地向我介绍了公司的基本业务、会计科目的设置以及各类科目的具体核算内容，然后又向我们讲解了作为会计人员上岗所要具备的一些基本知识要领，对我所提出的疑难困惑，她们有问必答，尤其是会计的一些基本操作，她们都给予了细心的指导，说句心里话，我真的非常感激她们对我的教导。在刚刚接触社会的时候，能遇上这样的师傅真是我的幸运。虽然实习不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融入到工作中了，因而我觉得自己过得很充实，觉得收获也不小。在她们的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

在接下来的日子里，我所作的工作就是一边学习公司的业务处理，一边试着自己处理业务。在两位会计前辈的安排下，实习期间，我共参与或个人承担了以下工作：做记账凭证，登总账，明细账，日记账，科目汇总表，还是编制会计报表等。电脑录制凭证，打印各种报表等等做过会计模拟做帐的人都知道，填制好凭证之后就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，不像在学校，错了还可以用刀片把它刮掉，在公司里，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。

四、实习总结

实习真的是一种经历，一种磨练，只有亲身体验才知其中滋味。课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，但我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付这瞬息万变的社会呢?经过这次实习，虽然时间很短。可我学到的却是我在学校四年中难以学习到的知识。

就像如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。那样工作起来的效率才会更高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实习的目的了。

会计本来就是烦琐的工作。在实习以前，我曾觉得如果整天对着那枯燥无味的账目和数字，肯定会心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。实习期间才感觉到和我实习以前想的一点都不一样。只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。现在就是做得很开心，也已经喜欢上了这份工作!梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!

**学生实训报告个人总结500字篇十九**

生产实习是学校为锻炼本科生能力，让我们能更好的与社会相适应而组织的大三本科生的生产实习活动。接到要去生产实习的通知后，我很高兴，并积极联系，终于将实习地点定在大庆油田水处理与化学研究所。这是因为：首先，水化室的主要工作是油田水处理，化学剂量开发及检验，和我们的专业有一定的关系;其次，我们的课程当中并未涉及到有关水生细菌的详细知识，在这里进行生产实习可以扩展这方面的知识;我们在实验中所学习的操作方法可以得到应用基于以上几方面的原因，我选择在水处理所开始我的生产实习。

水处理与化学研究所隶属于大庆油田工程设计开发有限公司，原名大庆油田建设设计水处理及油田化学研究室位于黑龙江省大庆市让胡路区油田设计院。多年来研制出原油破乳剂、油田清防蜡剂、油田防蜡剂、原油降粘剂、原油消泡剂、污水絮凝剂、防垢剂、缓蚀剂等12个系列40余种油田化学剂。

该所现有高中级职称的专业人才32人，博士2人，硕士8人。xx年通过了国家级计量认证。同年与哈尔滨工业大学强强联合，成立了哈尔滨工业大学环境科学与工程大庆研发中心。拥有研究仪器设备100多台，其中进口设备占60%实验室总面积为3000平方米。微生物实验室，可进行菌种培养驯化分离。拥有国内规模装备最为先进的三次采油实验室，可进行各种除油及过滤工艺和设备试验可自动合成的高压聚合反应实验室。

由于我的实习时间只有三个星期，故在刘老师的安排下对srb做些认知性的实习，以下为我的主要实习内容

大致了解实验室自xx年开始启动的srb抑制课题的一些工艺原理流程

硫酸盐还原菌是导致大庆油田地面系统产生硫化物从而造成设备腐蚀、滤料污染等危害的根源;实验室立足于微生物生态抑制，改变以往追求杀灭srb数量的目的，转而以抑制srb活性为目的，是大庆油田系统控制srb危害的新方法，可降低生产运行成本

本研究采用的折流板反应器有7个单元格，每个单元格长\*宽\*高=9。5cm\*12cm\*42cm，有效体积4。4l，单元格内装1/3高度的活性污泥。反应器上部为排气孔，排气孔的导气管伸到水封瓶液面以下，保持整个系统厌氧状态。

水箱中的水通过泵泵入反应器，以推流形式流过各单元格，并从反应器流出。

反应器的启动与运行

将含有大量的硫酸盐还原菌的厌氧污泥，接种到反应器中;

现阶段，反应器进水为配制的模拟水，在自来水中加入碳源、硫酸钠、少量复合肥，用碳酸氢钠调节碱度;浓度：cod=1800mg/l，so42—=600mg/l左右;进水流量46l/d， 每个单元格水力停留时间=2。3hr

一、微生物镜下观察

g氏染色

步骤为：涂片→固定→结晶紫色染色→水洗→碘液媒染→水洗→酒精脱色→番红复染→水洗→干燥→观察。

涂片 与单染色法相同。

固定 与单染色法相同。

结晶紫染色 染色1分钟，然后水洗并用吸水纸吸干。

碘液媒染 染色1分钟，然后水洗并吸干。

酒精脱色 用95%酒精脱色，直到酒精不出现紫色时即停止，然后立即水洗，并吸干。

番红复染 染色3分钟左右，然后水洗并吸干。

镜检 在显微镜油镜头下观察，菌体显蓝紫色的为革兰氏阳性菌;菌体显红色的为革兰氏阴性菌。

srb为革兰氏阴性菌

二、厌氧型为生物的培养

1。srb菌

采用

hungate厌氧操作技术、绝迹稀释法以及“滚管”培养对样本进行分离，多次纯化获得纯菌株srb。

具体方法：向改良后starkey培养基中加入0。2%的刃天青溶液，培养基煮沸后，加入l—半光盐酸盐0。5g，通入高纯氮气驱氧30min，121℃灭菌20min，固体培养基加入16%的琼脂糖。

单独配   3%的feso4（nh4）2   so4   厌氧

srb菌株于液体培养基中37℃培养48h   后，   在olympus   cover—018光学显微镜下革兰氏染色观察。

2。dnb菌

方法同广东应届生实习在线编辑整理本文。

srb菌，ph值最好在7，

药品：

（nh4   ）   2so4   3   g，   kcl   0。1   g，   k2hpo4   0。5   g，   m   gso47h2o   0。5g，

ca   （no3   ）2   0。01   g，   feso47h2o   8。0   g，   蒸馏水1   000   ml

121℃灭菌15   m   in。

恒温摇床培养箱振荡培养

由于此项操作开始时间较晚，至实习结束，菌落还未完成一个完整周期的培养。

三、水生细菌的计数

1。血球板计数法

取样：先清洗一个容量为100毫升的取样瓶或烧杯。取样前轻轻振荡试管搅拌，待分布均匀后，立即用注射器针管取样，取样的量为1毫升。加蒸馏水100倍稀释。

样品放于计数板：放置前必须将血球计数板和盖玻片清洗干净。

**学生实训报告个人总结500字篇二十**

一、实习目的（重要性）

会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越展会计工作就显得越重要。

二、实习单位情况

在20xx年，我所实习的公司是xx企业代理会计记账公司。服务的项目：专业代理记帐、税务申请、税务咨询、税收策划、财务培训、专业代办工商营业执照、组织机构代码证、银行开户许可证、劳动统筹；代理验资、审计、评估；开业办理国地税税务登记、税务变更、税务注销、一般纳税人认定转正、减免税等相关事宜；办理民营高科技企业认证咨询。

会计公司还针对代理记账客户的需要提供全程的跟踪服务例如：

1、免费为代理企业培训财务相关职位人员的专业技能，使其能更规范、出色的完成本职工作；

2、免费为代理企业提供财税方面的咨询服务，并针对各企业的实际特点进行税收策划方面工作；

3、免费为代理企业咨询办理营业执照及相关证照的年检事宜；

4、免费为代理企业咨询办理营业执照的变更适宜，再次变更按低于市场价格收取代办费用；

5、对代理企业所需进行的验资、审计等方面需要，还给予低于市场价10%的折扣优惠价格为客户提供相应服务；

6、对代理企业所涉及的涉税项目还将每半年指派公司的高级会计师对其帐簿进行内部审计，保证不会因人为原因造成不必要的罚款。

三、实习过程

刚来公司实习，所以从最基本的做起，我的实习岗位是会计助理。第一天上班，心里没底，感到既新鲜又紧张。新鲜的是能够接触很多在学校看不到、学不到的东西，紧张的则是万一做不好工作而受到批评。带我实习的前辈是徐会计和郭会计，我也很亲切的叫她们徐姐和郭姐。也许因为年纪相近的缘故吧，徐姐和郭姐对我们非常和气。

她们首先耐心地向我介绍了公司的基本业务、会计科目的设置以及各类科目的具体核算内容，然后又向我们讲解了作为会计人员上岗所要具备的一些基本知识要领，对我所提出的疑难困惑，她们有问必答，尤其是会计的一些基本操作，她们都给予了细心的指导，说句心里话，我真的非常感激她们对我的教导。在刚刚接触社会的时候，能遇上这样的师傅真是我的幸运。虽然实习不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融入到工作中了，因而我觉得自己过得很充实，觉得收获也不小。在她们的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

在接下来的日子里，我所作的工作就是一边学习公司的业务处理，一边试着自己处理业务。在两位会计前辈的安排下，实习期间，我共参与或个人承担了以下工作：做记账凭证，登总账，明细账，日记账，科目汇总表，还是编制会计报表等。电脑录制凭证，打印各种报表等等做过会计模拟做帐的人都知道，填制好凭证之后就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，不像在学校，错了还可以用刀片把它刮掉，在公司里，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。

四、实习总结

实习真的是一种经历，一种磨练，只有亲身体验才知其中滋味。课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，但我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付这瞬息万变的社会呢？经过这次实习，虽然时间很短。可我学到的却是我在学校四年中难以学习到的知识。

就像如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。那样工作起来的效率才会更高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实习的目的了。

会计本来就是烦琐的工作。在实习以前，我曾觉得如果整天对着那枯燥无味的账目和数字，肯定会心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。实习期间才感觉到和我实习以前想的一点都不一样。只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。现在就是做得很开心，也已经喜欢上了这份工作！梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找