# 最新大学生记者节活动方案范本

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2024-09-05

*最新大学生记者节活动方案范本一xx通过生产实习了解造纸工业和企业生产营销情况，在这个基础上把所学的商务专业理论知识与实习紧密结合起来，培养实际工作能力与分析能力，以达到学以致用的目的。xxxx为期1个月的实习结束了，我在这一个月的实习中学到...*

**最新大学生记者节活动方案范本一**

xx

通过生产实习了解造纸工业和企业生产营销情况，在这个基础上把所学的商务专业理论知识与实习紧密结合起来，培养实际工作能力与分析能力，以达到学以致用的目的。

xx

xx

为期1个月的实习结束了，我在这一个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅。现在我就对这一个月的实习做一个工作小结。

首先介绍一下我的实习单位：xx造纸厂。该厂位于xx，主要生产卫生纸、瓦楞纸等产品，产品主要销往粤北、湘、赣南和珠江三角洲地区，年产量可达xx吨，产值一千多万元。

自xx月20日起，在一个月的工作中我参加了该厂的供销实习工作。实习可以分为两个阶段。第一阶段该厂领导安排我在厂的供应室工作，主要是组织收购原材料。通过对这一阶段的工作使我知道了一般造纸的原理。造纸生产分为纸浆和造纸两个基本过程。制浆就是用机械的方法、化学的方法或者两者相结合的方法把植物纤维原料离解变成本色纸浆或漂白纸浆。造纸则是把悬浮在水中的纸浆纤维，经过各种加工结合成合乎各种要求的纸页。我负责收购的原材料是纸皮。把从附近城乡收购到的纸皮再经过车间用机械打碎成浆，高温蒸煮等加工程序后制成卫生纸。不要小看这只是简简单单的购买纸皮，其中还真有学问。以前只是会卖纸皮，现在可要买纸皮了，而且还是大批大批的买入。这里就要把自己在学校学到的诸如商品学、经济数学、统计学和会计学等知识和实习结合起来用在里面。例如：为了降低成本必须要以一个较低的价格买入原材料，那就要了解，分析市场上的收购价格，作好记录，而且要兼顾长期联系的老顾客、运费等因素，最后购买了还要作好验货、入仓等工作。其中更有些是课本学不到的经验，就像是买纸皮时要注意纸皮的湿度，湿度大的纸皮就越重，价钱就越高，有些纸皮商就是从中获利不少。虽然在供销室实习只有两周但相信这对我今后工作尤其在供销方面有了一个很好的开始！

接下来的第二阶段我被安排到销售室工作。为该厂联系销售业务，推销该厂的主要产品：卫生纸和瓦楞纸。虽然我学的专业更适合推销，但实际上这并不是件好差事。对于我这个毫没有实际工作经验又没有业务联系初出茅庐的人来说推销一种商品确实很难的。通过一个星期的学习观察和老同事的分析我总结了一下：该厂瓦楞纸主要是销往珠江三角洲地区，在我们粤北地区确实市场不大，而且自己工作时间短，经验少，又没有很广的交际面，与其推销瓦楞纸和卫生纸两种产品而分散力量倒不如集中力量推销在粤北地区也很大市场的卫生纸。

“皇天不负有心人”通过努力我终于在最后一个星期里做成了两档生意。虽然有一档是推销到自己亲戚的门市部那里但生意成功总是值得高兴。另外一档就是自己努力的结果更值得骄傲。这档生意是一间零售商店。为了这档生意我做了很多功夫：背熟资料，市场调查，打听该店实际情况，总结前几次失败原因等等。通过这两个星期的推销实习使我深深明白到推销的重要性和搞推销是一件很辛苦的事，根本不是读书时想象的那样简单。同样也使我深刻体会到在学校学好专业知识固然很重要，但更重要的是把学到的知识灵活运用到实习中去。

在为期xx个月的实习里，我像一个真正的员工一样拥有自己的工作卡，感觉自己已经不是一个学生了，每天7点起床，然后像个真正的上班族一样上班。实习过程中遵守该厂的各项制度，虚心向有经验的同事学习，一个月的实习使我懂得了很多以前不知道的东西，对xx造纸厂也有了更深的了解，通过了解也发现了该厂存在一些问题：由于受市场影响的客观因素和主观努力不够，产品质量不够稳定，使销售工作陷入被动，直接影响工厂生产的正常运转；销售业务工作管理还不够完善，资金回笼有时不够及时，直接影响工厂的正常运转；市场信息反馈较慢，对发展新客户的工作作得不够细。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实习中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实习中的一次尝试。

**最新大学生记者节活动方案范本二**

一、实习目的

1、了解实习企业的基本情况及市场营销战略，掌握市场营销战略的制定原则和方法及管理过程;

2、分析实习企业的市场营销环境，包括微观环境分析和宏观环境分析;

3、通过对实习企业营销调研与市场信息系统进行分析，掌握市场调查，市场预测及市场营销信息系统的实际运用方法;

4、了解实习企业的市场营销策略，具体掌握产品策略、定价策略、分销策略、促销策略在实习企业中的具体操作过程;

5、了解实习企业营销企划的基本过程和基本内容。

二、实习内容

实习的内容主要是销售保健品，学习公司的企业文化、销售技巧、团队协作精神等各方面的知识。凭着对本公司产品的了解和与其它公司产品的对比，突出本公司产品的优点和公司的良好信誉，积极开拓客户源，向顾客推销产品，并尽量推销系列产品，完成公司分配的任务。

三、实习总结或体会

20xx年3月25日到4月30日，我在北京东方红航天生物技术有限公司进行了为期一个月的实习。这期间公司的同事给予了我热情的指导和帮助，而我也虚心向他们请教学习，把大学所学的知识加以运用，在理论运用于实践的同时，也在实践中更加深刻地理解了以前没有理解透彻的知识。经过这些天的实习，我对公司也有了更深刻的了解，也初步熟悉了销售员的操作步骤。更重要的是，这是我踏入社会的第一步，虽然只有一个月的时间，但是也让我看到了自己的很多欠缺，让我深知出身社会，还需要很多学校里学不到的能力。

首先简单介绍一下我的实习单位：本公司位于北京中关村高新科技园区，主要从事具有航天生物技术特色的现代生物制药、保健食品和健康用品的研发、生产、销售与服务。本公司本着始终贯彻执行“擎起航天生物大旗，致力民族高新科技产业”为企业宗旨。公司本着“以人为本、德才兼备、以德为先”的原则，创造“人和”的人文环境，构建了一支管理、生产、研发、销售及服务的精英团队，为东方红公司未来的发展奠定了坚实的基础。公司十分注重人才的培养及团队建设，“广纳人才、培养人才、善用人才、善待人才”的人力资源策略，为公司吸纳了一批年轻有为的技术骨干和营销精英;“乐观、积极、学习、合作”的良好氛围，为每一位员工提供了理想的事业舞台;优厚的薪酬福利待遇及丰富多彩的企业文化活动，充分体现了公司于员工共同成长的企业内涵。 这公司的经营理念是：质量和服务是经营的重中之重、把顾客放在第一位。由于有良好的质量加服务，本公司已建立了良好的业务关系。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等尤其是心理承受能力。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的!在这一个多月里我还是有不少的收获。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，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民事责任，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的。

**最新大学生记者节活动方案范本三**

为期两个月的实习结束了，在这两个月的实习中我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅。以下是我的毕业实习报告总结。

随着市场经济的高速发展，会计成为了公司的重要组成部分。这给我们会计专业造就了前所未有的机遇，同时也给我们带来了新的的挑战，作为一名刚走出学校大门的大学生，提高自身素质，增强专业技能并且能够把课本上的知识转化为自身的能力，就成为了我目前的迫切任务。会计实习是我从大学校园走入社会的第一个舞台。为了将有关会计的专业知识、基本理论、基本方法及结构体系变为自身的职业素质，避免纸上谈兵。因此，我选择在武汉国信达财务咨询有限公司实习，为走向工作岗位打下坚实基础。

我实习的公司是武汉国信达财务咨询有限公司，是一家经汉阳区财政局特许审批，取得《代理记账许可证》资格，以承接代理记账、代理税务申报税收筹划企业内部审计、财务咨询、公司事务代理等业务为一体的专业性会计服务公司。我公司注重软、硬件建设，拥有各种必备的办公设施，使用正版财务软件为客户提供服务，全面实行会计电算化。本公司制定有规范的代理合同、严格的管理制度，依据《会计法》、《税收征收管理法》、财政部《代理记账管理办法》等规定从事代理记账和纳税申报服务。为客户把握财税政策，帮助企业做好合理税务筹划，规避财务风险，合理合法的企业谋求最大的经济利益，促进企业的发展。

我所学的是针对于公司制增值税一般纳税人、小规模纳税人、个体户一般纳税人和小规模纳税人的账务处理以及提供每月抄税、报税、纳税服务，和会计咨询以及一些代办业务。

对于现代企业来说，会计工作是一项重要的管理制度，是要为实现企业的经营目标服务。因此，可以认为，实现企业的经营目标是企业会计的根本目标。带着这个目标，我开始了在我所在的实习企业进行了有目的实习。在此之前，我认真学习了《会计法》以及财政颁布的《企业会计准则》、《企业财务通则》等作为过渡的新的行业会计制度和财务制度，因为这些大学法规我国会计制度改革进程中的一重大举措。

通过这次实习，我对会计工作有了以下更深的了解：

以前，我总以为自己的会计理论知识扎实较强，正如所有工作一样，掌握了规律，照芦葫画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，应该没问题了。现在才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。离开操作和实践，其它一切都为零!会计就是做账。

其次，就是会计的连通性、逻辑性和规范性。每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，一一登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。这为其一。会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性，这为其二。在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。体现了会计的规范性，这为其三。登账的方法：首先要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记帐凭证。然后，根据记帐凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成

本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

20xx年2月22号我怀着激动地心情来到公司上班，看到同事们都在忙忙碌碌的做事，氛围非常的好。第一天我们了解公司的基本情况，本公司是月底先打电话给客户收取原始凭证，通知一般纳税人在月底之前将取得的增值税专用进项发票月末前持发票的抵扣联去税务局进行认证，当月认证当月必须抵扣，未认证的发票从开票日期至180天内有效。然后根据当地税务规定的的抄税时限(次月的1-5日)。

将已经开具使用的发票信息抄入到金税卡中并携带金税卡去国税局抄税。最后在15号之前报国税和地税，之后就开始做账务处理。

经过差不多2个月的学习，我基本上学会了公司的整个流程。首先，从客户那里取得原始单据回来，我们开始粘贴原始凭证，粘贴原始凭证也有很多技巧，怎样粘贴的好看、整齐，等到时候附在记账凭证后面很美观。由于我们公司用的是速达财务软件，下一步我们就是在电脑上做账。账做完之后我们可以查看明细账和总账，然后通过速达直接生成资产负债表和利润表。

(一)关于凭证整理：我们首先从客户那取得真实、合法的凭证，其中的凭证必须是为生产经营所发生的相关收入，费用，其取得的凭证必须是符合会计法规定的要求，然后我们将这些凭证进行分类、归集、整理并粘贴。

(二)关于申报纳税：我们通过粘贴好的原始凭证进行凭证录入审核后进行期末结转登账，记账。通过收入我们可以填写本月应缴纳的增值税和地税。其中分为核定征收和查账征收，按照其企业不同的基本情况的如实填写纳税申报表。每月的15日之前必须将上月的税报完并且上交税款。对于一般纳税人每月都要通知其纳税人到国税进行抄税，或者取得进项税票也要同时到国税去认证才能抵扣销项税款。通过这些数据如实填写一般人纳税人申报表。

(三)关于其他业务服务：我们通过这一段时间的学习，我懂得了办理一般纳税人的要求和流程，办理一般纳税人需要符合税法的相关规定。办理一般纳税人要购买金税卡，金税卡的发行，流程和所需证件。每一年纳税人还要对税务登记证进行工商年检，其年检应在6月30日之前完成。

(四)关于个人： 还有在公司应注重同事之间，客户之间的沟通和交流。做会计的我们要管好自己的嘴，不能随意透露顾客的商业机密。在公司我们要遵循公司制度和规定，服从公司的管理，更好的为他人服务。

会计管理作为国民经济管理中的一个重要组成部分，其在社会经济发展中的作用将越来越大。随着知识经济时代的来临、管理方式的变化，会计工作的重点应日益从信息加工演化

为对知识、信息的分析、判断和运用上来，会计实务工作方面的改革势在必行。

1、不断扩大会计职业范围。在知识经济时代，会计工作的基点已经不是仅仅满足于过去的信息(计算机能轻而易举地在极短时间内完成此项任务)，而是将信息控制、未来预测作为工作的重点。会计工作除传统的企业会计核算外，财务管理、经营计划制订、财务控制系统设计、投资决策等应成为重要的职业范围。因此会计实务工作者应不断拓宽视眼，延伸和转变会计工作的功能，充分发挥会计在知识经济时代应有的作用。

2、不断更新会计知识体系。在知识经济时代，企业组织结构将出现较大的变革;其税法也在不断的更新，完善;按工作成果取酬的弹性工作制将成为普遍的工时制度;企业越来越重视人力资源和人力投资，员工也希望将自己的智慧财产投资于企业;企业的更多精力将放在新产品的研究上。另外，经济各部门之间的联系更为紧密，经济运行的“触角”也延伸向经济部门以外的其他领域，如政治、文化、环境等等，近年来出现的绿色会计、行为会计等就是这种趋势的端倪。因此会计实务工作者应适应社会变革，不断增长和更新知识。

3、不断普及与深入信息技术的应用。在知识经济时代，财务信息的收集、分析和处理，资本的筹集、调度和投入，产品的设计、加工和制造等关键性的过程，都必须依靠健全的信息技术才能顺利进行，随着经济信息化的出现，会计软件运用的越来越广泛，其会计软件已代替了老式的手工模式，使得会计处理数据变得精确化、简单化、国际化。而税控方面也越来越严谨，软件系统便成了一个不可缺少的桥梁。使得国际互联网(internet)、企业内部网(intranet)成为会计人员的常用工具，手工处理方式已经到了非变革不可的时候。信息技术在会计中应用的不断普及与深入，及其本身技术、知识更新的不断加快，必将进一步加大对会计职业发展和会计人员知识结构的要求。

一、 作为一个会计人员，工作中一定要就具有良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，一定要有很高的素质要求。

二、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以我们一定要加强自己对数字的敏感度，及时发现问题解决问题弥补漏洞。

三、作为一名会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。在于各个部门各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。工作重要具备正确的心态和良好的心理素质。记住一句话叫做事高三级，做人低三分。

四、作为一个即将工作或刚迈入社会的新人，也要注下面是我通过这次会计实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的特点和积累，以及题外的很多道理。

五、在知识经济时代，会计教育培养的是高素质的“通才”，教师不仅仅是传授专业知识，更重要的是给学生创造一个有利的学习、生活氛围，本着能构建完善的知识结构和能力结构，拓宽知识背景和能力基础的原则，让学生学会“做人、做事、做学问”。 一个人只要有一、二个月不学习，就会落后，会计人员将不断回归教育，“活到老、学到老”正是为此需要做了很恰当的诠释。在知识经济时代，知识将不断创新，“不创新，就灭亡”，就会计教育而言，一方面，它要求培养的人才有独立思维的能力、分析和解决问题的能力、自我认识和评价的能力等;另一方面就是要不断地进行自我充电，让自己具备更坚实的理论知识，相信知识能给自己带来财富，带来机遇，注重知识更新的动态。

毕业实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节也是我们大学生走出校园的第一个舞台以及告别学生角色的一个桥梁。在学校我学到的永远是理论知识，能不能把我们学到的知识应用到生活、工作中是我们能否适应社会的基本体现。如果不能巧妙的应用理论知识，我们学的再好那也是纸上谈兵。

通过毕业实习是学生更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业会计的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的会计运营规律，特别是企业市场营销工作的基本规律;了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实习报告，使学生学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业市场营销问题的能力，并为撰写实习报告做好准备。在两个月的实习时间里，我在我的实习单位，了解和研究了企业主要的一些基本会计情况和问题，现作出以上报告。本次实习是我大学生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。首先，我可以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，教学能力也得到了锻炼;其次，本次实习开阔了我的视野，使我对现在的企业会计，工作生活有所了解，我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进一步的掌握;此外，我还结交了许多朋友、师兄，我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。我知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地!

**最新大学生记者节活动方案范本四**

实习周记一

大学已经接近毕业了，读了这么多年的书，也是到了我们真正出社会的时候了。大学只是一个小社会，在小社会里，老师同学会关照你，没有那么多的竞争，大学只是为了以后的道路铺个路，根据自己的理想选择自己喜欢的行业。因为自己所学的是电子专业，当时由于成绩不好也是被调剂的。所以将近毕业实习时，我并没有选择对口的单位实习，而是在家实习。我实习的单位是浙江省台州市路桥区称心鞋帽厂，主要生产的是冬季高级吹气，注塑发泡拖鞋、保暖鞋、手工摇线拖鞋、童鞋等。虽然这个实习单位只有60多人的员工，并不是很大，但是这60多人中并没有值得信任的很熟悉电脑的。所以一开始实习我就在家帮忙了，当时正是销售鞋子的高峰期，人手比较不足。由于是在自己家，先前规模也有点熟悉了，但是并没有熟悉的了解，所以刚开始还是有点困难的，但是有一各老员工把他的经验传授给我，让我在短短的时间懂得了蛮多。我主要所做的工作是管理出货单，并发货，并在闲暇的时候帮大家的忙等。

实习周记二

在实习一段时间后，我对自己的工作也有了更加熟悉的了解，并没有了开始的不适应，上午管理厂里，看看大家有没有什么需要帮忙的。当她们忙不过来时，帮她们整理，以及搬运并整理前一天拿到的顾客托运单，跟发货单校对在分别根据顾客的名字放在不同的袋子里。中午到下午一般都是顾客打电话来订货的时候，这时候守在办公室里记好每个人订货的要求。到下午4点半左右，新老顾客一天订的也差不多了，这时候去仓库里看每种品种的鞋差不多有几箱，然后再根据顾客的订货量平均分配，常常仓库里的货不多，满足不了顾客的要求，因为一般都是老客户，所以都理解厂家有时候发不出货。有时候，我猜测仓库里的鞋再加上正在包装的鞋应该够发，当我出货单都打印出来正在装货了的时候临时接到顾客的电话发货，老客户一箱都不给又不行，不得已之下又修改出货单。当这些都熟悉了的时候尝试着在箱子上贴出货单，由于品种多，地点也就多了，常常比不上搬运工的速度。客户托运地点也不同，贴出货单的先后顺序也就不同，一出错就会造成送货很大的麻烦，这时候就得很小心的行事。起先以为是很简单的工作，实习起来也发现比较麻烦的。不过还是得到了员工的夸奖，说我适应力蛮快的，也蛮认真的，说他干了1个多月才适应我两三天就适应了。但是我并没有因为这个就沾沾自喜，我还有很多不懂的地方，在接下来的地方我会更努力的学习。

实习周记三

随着春节的来临，单位的生意已经比较淡了。这时候在家做账，根据xxxx年总出货本翻看每个顾客在哪一天有货并把这个出货数目都列在本子上，注明日期、货号、箱数、单价，分别列出来，再根据托运单对所做的账目，看看有没有哪天少写了件数或少抄了天数，务必把每个客户每一天的出货数量都确保准确无误，最后用计算机统计下本子上列下的总价钱。再根据本子上列出的每个人的账单做到电脑上，发现手稿跟电子稿不一样时就校对每一天的总价钱，找出错误的地方进行改正。这样手稿一份，电子稿一份，就能更加确保账单的准确性，少了很多问题、同时也少了很多对账的烦恼。单单年末账单就做了一个星期多，好在后来把账单都弄清楚了，让单位能更好的收到账。这周我学习到的是做账最需要的是认真和仔细，稍微一个不认真，就需要修改很多数字，特别是纸上的账，相对的，在电脑上做账就简单的多了。做账过程中我还还学到的是每个地方的购鞋品种不一样，有些鞋在一个地方很畅销，但在另一个地方就没人要，我想这得考虑到地区的差异和环境的因素。就像有些地方比较潮湿，比较适合皮质鞋，防进水。而有些地方很寒冷，比较喜欢雪地靴、高帮鞋等。

实习周记四

上周我的工作是做账，这周我的工作是把上周做好的账单发给客户，有些客户不会操作电脑，这样的客户我只能传传真传给他们，再打电话去确认他们收到了没。与客户对账的过程中，存在的最大困难就是由于地区的差异，沟通有点困难，因为客户都是爸妈那种年龄，普通话没有很规范并夹杂着口音，我很多都听不懂，这样对账的任务就只能交回给爸妈。后来远一点的客户的账单对得差不多了。由于有一个温州瑞安客户的账单存在着很大的问题。爸妈就带着我去了温州和温州瑞安的市场，首要目的是对账，有托运单在，让客户去它们自己那里的托运部查，还好最后只差两箱鞋，比起之前的差20多箱损失不算很大。顺带把那边所有客户的托运单都给他们。在没有错误的前提下。第二目的就是带我熟悉市场，并认识客户，很多客户一年只来一次厂里，一般有新货都只是彩信发过去，再电话联系的，更不要说订货了。除了找人代理，我还有个想法就是开淘宝网，扩大销售市场，可是貌似实习起来有点困难，因为不会开网页，初步了解很多人开网页卖的东西是有资源包的，然而网页不会设计，更不知道流程，就不了了知了。如果有机会，我想我会去学习。

实习周记五

这周，我并没有参加什么实习，算是过渡期吧！因为先前的实习单位是有季节性的，然而今年，单位考虑夏天拖鞋不好做等因素，决定今年夏天不做。这样，我就无业了，就只能另找单位实习了，这几天都在家，在网上找实习单位。准备先把中意的单位先记下来，再去单位看看并投简历再参加面试。理想的工作是在银行工作，但是银行门槛比较高，而且自己也还没有考出会计证，所以考虑了下决定另选职业。我的想法是今年上半年找实习单位，下半年再回家帮家里的忙，我的想法是把家里的鞋厂变得更加强大。现在，我选择的理想职业是文员，也许文员工资不高，但是这个职业也是比较抢手的，这样我估计好一点的文员竞争蛮大的`，但是我不会气馁的，也许我什么都不会，但是我相信只要我肯学习、肯努力，总能做好的，不求最好，只求更好。实习，我首要的目标是积累社会经验，锻炼锻炼自己，更好的了解社会。我知道，现在工作不好找，我们还总是嫌这嫌那的。我觉得自己最大的不足就是还不够会吃苦，在父母的羽翼下，还不能完全的进入社会。我期待实习，期待它能让自己变的更加得独立、更加得懂得如何处事、更加得坚强。

实习周记六

本来说家里不做，但是在我准备去面试的时候，很多顾客打了电话来说订不到货，叫老板做，就这样，在周四的时候，家里又开做了，由于开工比较迟，先前来的工人很多都另找工作了，然后妈妈就让我在家里做。家里的工作是每天有4个班，2组人做，每组3个人，缺一不可。第一组做当天凌晨0点到早上6点和中午12点到下午6点，而第二组人就是早上6点到中午12点和晚上6点到凌晨12点。最开始，工人不够，家里所有的人都用上了，妈妈和我一样被分配在了第二组，开始工作时，真的很吃不消，一个人每天干12个小时，每个班6个小时差不多都不能休息，因为鞋子是一双一双的出来，同一张桌子上不能放太多的鞋，所以再怎么辛苦也得干，由于刚接触套袋子，速度有点跟不上，好在妈妈跟我同一个班，会帮我分担点，这样也挺下来了。晚上睡眠时间差不多只有5个小时，睡眠不足，这样导致很多时候白天也在床上睡觉，作息严重混乱。虽然辛苦，不过好在速度变快了，长进了点，还学到的一点是当你一直要使用502时，为了沾到手上时能更容易的消除，要在使用前在手上涂洗洁精，便清洗。这几天，每天的时间都过的好充实,，就算是周末，一般情况下也是不停工的。不过，每个人都会有一两天的时间休息的，不一定是周末。

实习周记七

这周，周二，厂里又从云南招到了一个工人，而我平时一天12个小时的工作也能减轻了，妈妈会和我一起干，我差不多只需要每天干8个小时，轻松了很多。不过不知道为什么，在本周4上晚班时，天气有点冷，手上涂了洗洁精，手就有点过敏了。两个手背上起了很多小泡泡，我想大概是环境不好的缘故吧。看了后，涂了药，虽然现在还没有完全退下去，不过好了很多，相信过不了几天就可以完全退下去了，不过有点不敢用502黏商标在鞋子上了。好在妈妈又招到了一个，在今天，她从老家过来到这了，下周一开始，我又可以恢复以前的工作了。不过，这周我又学到了一样东西，就是箱子的封装和打包。一箱要放60双鞋子，一排12双，一箱只有5个码子的话，每个码12双；要是6个码的的话，就是每个码10双。由于一排12双鞋子，重量对我来说，一下装不进去，别人打包一次放进去的我只能分两次装。星期六晚上，爸妈没在家，鞋子堆起来很多，我就在打包，让妹妹帮我套下袋子，才打包了7箱，就用了差40多分钟，干完后回去套袋子发现后背好酸，打包时运动了又容易出汗，然后我就想，这样干久了不知道会不会瘦下来。虽然说打包，但是我只把箱子折好，底部封好，在左右两边写好一些文字，把鞋子叠好有规则的放进去，鞋子放好后力气不够大，顶部的封装也封装不好就更不用说封装好要抗到机器上封打包条，这些只有隔天等在我家干活的舅舅来做了。

实习周记八

由于现在天气还不是很热，家里的鞋模具又是老款，所以生意没那么理想，因此日子有点闲。这周，放了清明的2天假期，其余时间除了中午吃饭时间替工人干一个小时的活以便于她们去吃饭其他时间貌似都没什么事，本来打算在昨天花两天的时间和妈妈一起去杭州看一下市场，可是现在浙江也开始出现了h7n9禽流感，爸爸感觉不安全，去杭州的计划就泡汤了。目前，还有一个想法，准备开个淘宝店，可是从没接触过开淘宝店，感觉自己有点开不起来，看身边开淘宝店的朋友很多代售的她们只要下载资料包把资料放在自己的淘宝店里，这样开始的经验还得靠我自己去学习，查找资料怎么样把网页弄好设计起来。现在的我还是什么都不懂，我想再接下来的时间先象身边熟悉的朋友讨教，把她们会的先学来，她们不会的再找专人请教。虽然想过花钱请人开，但是想到那样的话以后有什么需要更新的话会不及时，所以最好的办法还是自己去尝试学起来。凡是开头难，不过我相信经过努力迟早能把淘宝店开起来的。转眼已经4月了，我的论文都还没有什么大的头绪，哎！努力吧！跟自己说加油！

实习周记九

这周，只工作了3天，后来，厂里面的三相电有一根线烧掉了，要重新接，接电线的那个人又很忙，到现在都还没来接，所以这周都没怎么干活，下周也不知道他什么时候来弄，好在现在生意不怎么多，可以发发存货。在没有工作的日子里，有时候在白天到田野里摘地梅，做清明果吃，也有时候摘解豆。晚上，和邻居们一起在家门前跳绳（有单跳、也有多人跳、呼啦圈、打羽毛球，很热闹。适当的运动有益于身心。这周，最大的收获开车技术有一点进步了，相信再开几次就可以一个人开车了。上周说到开淘宝，都拍好照片准备上传了才知道要跟支付宝实名认证一样的，而支付宝是爸爸的身份证弄的，这样照片也得用爸爸的。通过查找资料，还知道了上传数据资料要在淘宝助手里上传，而登陆账号又必须得先注册开好店，所以现在差不多是什么都没弄，得等把爸爸的照片上传了才可以，而爸爸又常常不在家，不过我想明天有空的话就可以弄好这个。现在已经4月中旬了，我的论文还是没弄好，有些部分都不知道怎么做。准备向队友咨询下，尽早把初稿搞定。

实习周记十

一眨眼又到周末了，有时候觉得时间过的很快，有时候觉得很慢，通常在干活时时间比较慢。这周，天气时冷时热，生意也时好时坏。这周除了工作外最大的成就就是淘宝店铺可以开店了，照片审核通过了，淘宝考试也通过了，基本资料也完善了。说到淘宝考试，我发现很多资料以前都没注意到，虽然常常网购，但是一些资料根本不知道，以前以为卖家就卖东西没什么需要注意的，一考试才知道需要注意的好多啊！而且一些淘宝细则都不知道。虽然现在通过了开店考试，但是资料还是掌握的不全面，以后会慢慢的在实践中去更深入的了解。在本周六4月20号8点20分，四川雅安发生7.0级地震截止到现在已经有统计出的有180多人，不知道还没统计出的有多少，地震发生后，很多人的坚强感染着我们，他们并没有发生地震而放弃他们的生命，等待着救援。地震当天是雅安电视台《快乐集结号》主持人陈莹的大喜日子。但早晨8时多，她还没有被新郎的迎亲队接走，陈莹立刻就以一身白色的婚纱出现在了雅安观众面前。她敬业的精神值得我们学习。

实习周记十一

这周，大部分时间都在准备着论文，论文的很多方面都不会，查了很多相关资料，还有一些不会的内容请教了同学，让同学帮忙看下并修改下，在准备了整整4天，把一份并不完美的初稿完成了并上交。除了有事情的那段时间，差不多天天做着一样的事，感觉得无比的枯燥只有自己一个人有时候都不知道干嘛，只有电脑从早到晚的陪者我，觉得好孤独，没有了以前在学校的那种欢声笑语，没有在学校的那种轻松悠闲自在了，有的只是空虚和寂寞，有些时候闲下来就坐在电脑面前发呆，不知道做什么。 就这样一天一天的耗着，感觉除了工作以外，自己的生活中就没有其他的新鲜的事情，或者是值得人去回忆，留念的了，没有了色彩斑斓的生活，有的只是枯燥的工作有些时候都有点冲动想不干了，想去体验下别的工作，想累积更多的社会知识和经验，但是想了想还没有那么的冲动，还是暂时老实呆着吧！

实习周记十二

上个星期已经过了好几天，我的实习周记还没有写，刚才坐在电脑前想着想了一阵才在word上打起字来。实习已经有两个多月了，说学习东西确实在有很多东西学，但是理论与实际脱节，让学习也来的更加困难。学习书本上的不实用，学习公司的又不够全面。如果我会一直在这条路上走下去，我要做的是走在前沿的人。通过自己对公司的理解真正为公司着想，为客户服务。实习应该学什么？这是我一直在考虑的问题。实习不应该是简单的操作，更重要的是学习业务工作的态度，对学习科室的整体合作，学习业务措施，培养自己的工作情操。早已决定在网上销售，销售是一门非常严谨的科学，有着认真的工作态度，与同事的协同合作，加上自己的工作能力与综合素质，这些才是实习要去努力做好的，也是想成为一名优秀营销人员所要去做到的。

实习周记十三

工作已经差不多结束了，现在就有时候发下仓库里的货。在工作中，我深刻的认识到，挨批是难免的，很不幸的是我在领导极度郁闷且无处发泄的时候去撞了枪口。这件事件的起因是一份出货单，在一般情况下，出货时是先写到一本出货本上，再每件物品逐一写单子出货，但不知为何，当时因为有其他的事，导致填写单子时出现了错误，然而司机是直接看填写的单子出货的，不会对应出货本的，后来顾客打电话来才知道发错了鞋子。由于我的疏忽，导致货物发错了。事情有多严重我是不知道，但看领导的脸色，我知道有我好看了。解释就是找理由，而对领导解释就是找死，所以我选择沉默。由于此事件，我深刻认识到自身的不足且积极的改过自新，以后遇到应急的事先找个便签记录下来。很多时候笔记比脑子管用。好记忆不如烂笔头。

实习周记十四

这个礼拜，我在学习如何使用photoshop，这个软件在大学选修课时学过，当时也学的还不错，但是重新面对这个软件，发现什么都忘了，只好重新来认识它，也不知道以前学习的笔记被我丢哪里了。adobe photoshop，简称“ps”，是一个由adobe systems开发和发行的图像处理软件。photoshop主要处理以像素所构成的数字图像。使用其众多的编修与绘图工具，可以更有效的进行图片编辑工作。学会它，我可以美化图片，上传到淘宝时也更好看。看了些ps教程，我发现我并没有学到很多，总感觉没大学老师所教的那么详细，我想这不是一会儿就能重新学会的，也需要时间慢慢的去弄明白它。如果有需要，我觉得可以去图书馆专门买这类的教材来看，通过教材，对ps掌握的更熟练，更彻底，毕竟现在只会最简单的一点点，很多东西都不能做到很好的美化。我想我会慢慢的更深入的学习它，不管做什么事情，都是需要时间去精通它的。

实习周记十五

我发现单单靠自己photoshop是学得没有那么精透的，所以打算找一家实习店去学习。暑假也快来了，打算去打个学习暑假工，为下半年的工作做准备。这段日子的实习工作也该告一段落了。曾经，我抱怨过，因为每天繁琐的工作让我有点烦躁，我不够细心，有点想打退堂鼓，换工作，可转念一想，没有人能一开始就顺顺利利，我安慰自己。和很多也在实习的同学聊天，当我想抱怨和同学抱怨的时候，我发现原来我比身边的同学已经好很多了！ 而且原来大家都遇到了好多困难和烦恼。我们互相鼓励着。我知道抱怨不能解决问题，好好把工作做好才是最重要的！不管怎样的工作都能锻炼人，我们才刚开始，是需要社会的好好磨练，不能遇到一点困难波折就退缩！我相信自己可以克服这些困难，因为当你克服它后，会发现它是多么的不堪一击。我想，不管做什么事情，总会有些不如意，那就得看你怎么去看它了，同样的一件事，有好的一面，也有不好的一面，看你从哪方面看它。

实习周记十六

之前说过，单位散工了，但是这个星期由于仓库里的货已经发完了，没有存货了。所以，这周又开始工作了。由于很早就放掉了，很多工人都是回家了的，剩下的工人只有3个，做一种型号时人数三个刚好，但是要是做小孩子的鞋的话工人就不够了，人数不够，只能我和我妈妈去干，一天12个小时，中间只休息半个小时，虽然很累，但是欢喜的是鞋子还有人要，有人要就代表有收入，还是值得开心的。三个月的实习，虽然我懂得了很多，但是我觉得学的还是不够，不管是在本领还是人文处事方面，需要学习的还是很多的。学无止境，现在我们所懂的只有一点点，为了自己，应该去努力学习懂得更多，生活中能让你学习的地方无处不在，就看自己有没有发现。这星期，路桥区实习企业计划，要把我们这边的厂全部改办成企业，听说还打算把我们这发展成浙江省有名的雪地靴生产地。我想这只是时间的问题。

实习报告

为期接近3个月的实习要结束了。走出校园，迈向社会中，我通过实习完成了这个过渡，从一个什么都不懂的学生，在实习中赋予了工作技能，虽然不是很强的工作技能，但明白了什么是工作，怎么去工作。在整个实习过程中，我每天都有许多新的体会，新的想法，想说的很多，主要由以下几点：

一、坚持：我们不管到哪一家公司，一开始公司都不会给我们太多的工作，一般都是先对我们进行培训，让我们看，时间短的是几天，时间长的几周，在这段时间里很多人会觉得无聊，没事可做，也学不到什么东西，便产生了离开的想法，可是这时你其实还没有真正接触到公司的真正内涵，所以在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。

二、勤动手：我们去公司实习，公司多数把我们当学生看，这段时期，公司不会给我们重要的

**最新大学生记者节活动方案范本五**

大二下期期末的实习终于到来了，因为这次实习从刚入学的就听说了，所以对实习充满了害怕和期待，害怕是因为实习的到来意味着我们大学生活的即将结束，期待是因为实习的到来意味着我就可以踏入社会去开辟自己的天地了。这次实习是我们学习理论知识以来的踏入社会第一次具体接触现场事物，将理论知识与实际相结合，突破了书本上的限制;同时这次实习也是我们毕业生在毕业前的一项必经的考验，意义重大。这次

第一周实习，总的来说也没干什么，也就是熟悉熟悉环境、看看书之类的。第一次到实习公司的时候，，心里还是有点害怕的，因为要经过严格的面试和笔试、，毕竟我在学校主要学的是房屋建设方面，现在让我做电力建设方面的，我还是比较陌生的，我想想自己平时在学校也没怎么学习，哪里会做呢?但想想应该造价都应该差不多，所以咬牙就在这呆下来了实习也是我第一次与专业有关的实习，心里挺感慨万千的。

。这次的实习，我主要学的是土建预算方面的。像我在学校里学的有关预算的知识也不多，我刚开始领导给了我几本xx省电力建设的地方定额，主要就是熟悉一下电力建设的基本内容，了解预算的一些规则和套价，掌握基础的工程预算，同时也给了我一部分图纸给我结合书看。看了才发现电力建设和房屋建设的差别还是有很大差别的。

来到这里才发现自己以前在学校学的东西挺少的，那简直叫九牛一毛，社会上要学的东西太多了，专业知识、综合知识、为人处事等等。一周的时间很快就过去了，原以为实习的日子会比较枯燥的，不过老实说第一周的实习还是比较轻松愉快的，呵呵，俗话说万事开头难，我已经迈出了第一步了，在接下去的日子里我会继续努力的。

新的一周的实习生活又结束了，我已经慢慢适应了新的环境，渐渐的融入了工作中，在这一周里总体我还是有收获的，实习结束后有必要好好总结一下。第一周实习也没做什么，第二周指导师傅给了我三本电力建设行业的行业定额书，同时也把面试时的图纸给了我让我边看定额边学着计算，这就算是正式开始学预算。拿到定额书我没有急于的开始计算，而是先把定额书里的计算规则看了一遍，然后把图纸看了一遍大体了解要算的工程量，才开始了我的预算之路，由于对计算规则的不熟悉和对图纸很多地方的不懂，所以只能边看边计算。所以计算速度可想而知了，虽然慢是慢了点但我一点都不在乎，因为我知道学习的过程是漫长的不是一天两天就可以学会的，要慢慢来“心急吃不到热豆腐”。本来我们这个专业就是要有很好的耐力，像一个工程要计算的地方有很多，一急就会漏掉很多，在慢慢的计算中我就发现了自己太多的问题，很多不懂感觉压力挺大的，但我必须接受这过挑战。下定决心后我就把书籍和图纸结合看同时把学校的计算例子也拿来对照，实在不懂的地方就问师傅和同事，他们都很乐意给我讲解，对于我提的问题他们都建议我去现场看看，但我要一个月后才可能去现场，想想其实一个月也挺短的，这一个月在公司就好好熟悉计算规则和图纸，经过这周的计算我发现其实电力建设和我再学校学的也有很多相似的，只是很多东西是我在学校从没遇到的，所以在以后的日子里我要多多的看书学习。

第二周就在忙碌而充实中度过了，期间脑海里有过一些想法，对自己未来要从事的工作有过思考，尽管现在只是一个想法在脑海里，但我相信有了这个想法我会更努力的学习。

很快两周的实习生活过去了，第三周的实习生活又紧张而忙碌的开始了。这一周所做的事和上周基本一样，早上上班提前半小时去把办公室打扫干净，把开水烧好，然后就开始做自己的事情。在这一周感觉没有没有前两周学着那么吃力了，慢慢的熟悉了图纸和xx版电力行业定额，根据计算规则计算就可以了，计算速度也提上来了，估计这周可以把空压机房的工程量算完，到本周四我就把图纸算完了，于是整理了一下就拿给师傅检查了一下，师傅看完了跟我指出了我有一些地方漏算的，如一些预埋铁件我没有注意到，装饰算错了等一些问题，然后叫我回去好好在看看图纸和定额书把算量补全。

把漏算的东西通过查看图集和看计算规则慢慢的把它部全和修正后，徐师傅又找了一套图纸给我叫我核对一下我们公司于业主方的概算方面的方法差异，叙师傅给的是一份她做过的电子工程量，这中间的差异就是使用的方法不一样，但结果都一样，通常情况都是我没直接用计算式表达出计算结果，但业主方打破了传统的方法他们直接用excel 工作表就表达出来了，看着非常的简介工整舒服，通过核对比较我发现这个不是适合每一个人的，他这个表达方法需要我们非常的熟悉办公软件，才会很快，不然就会工作效率非常低，但这是一个非常好的思路，值得我们借鉴。

总的通过这次计算，我的收获还是挺多的，比如以前没有接触过预埋件，这次在这里接触到了而且学会了一些基础的埋件标号，如：“l75\*10”的预埋件，表示的就是：75乘75mm的10mm厚的等边角钢，如果不是等边角钢就要书写成：l75\*45\*10等。还有就是初步了解了预埋铁件的重量是可以查金属词典得到的。

生活并不简单，我们要勇往直前!再苦再累，我也要坚持下去，只要坚持着，总会有微笑的一天。

很快一个月的时间就这么过去了。 原本以为可以很快就去现场实习了，但这一周公司把我从本部大楼调到了我住宿小区这边的办公楼学习，来到这边我和另一个新来的都被安排在会议室学习，这边的汪师傅就带我们介绍了这边所有经营部的师傅给我们认识，在这边总共有两位师傅是土建方面的师傅，其他都是搞安装、电气、燃机方面的师傅。所以不言而喻汪师傅就成了我在这边学习的指导老师了。

第一天熟悉环境后，我们就回会议室完成在大楼没完成的任务，第二天汪师傅看我们完成了工作就拿来了一份：“淮阴燃机300mw热电二期工程”的工程量分包结算给我们，叫我们对照图纸审核工程量，我不知道这是不是公司给我们布置的真正的工作，但我非常认真的对待这次审核工作，因为我知道这是一次很好的学习机会，在这次审核工作中我主要负责“补给水升压泵房、汽化风压机室、综合管道支架”这三份图纸工程量的审核，刚刚拿到图纸一看感觉应该比较简单，但当我下手去审核时才发现，其实不是想像的那么简单的，首先我们要跟着别人的思路去检查别人有没有算错是很费时的，有时一个工程量就够我思考很久，慢慢的我在不断的审核中摸索出自己的工作思路，那就是遇到看不明白的就自己算一遍，如果结果一样就说明是正确的，不一样就按自己的来计算，这样我的工作效率就提升上去了。还有就是我们在审核时不要拿到图纸就急于去审核，我们要先熟悉图纸，把图纸上的文字说明和详图仔细看一遍才下手审核，这样可以帮我们在审核中避免错算，比如：有一些工程量变更、图纸变更等都会造成我们的审核错误总的这次终于有接触一点实际点的学习了，这样会让我更容易发现自己的不足之处，相信下周个收获会更多，努力、加油!

**最新大学生记者节活动方案范本六**

实习工作日记大学生5篇

作为实习大学生，我们要积极主动协助其他同事开展工作，并在工作过程中虚心学习，提高自身能力。现在，就动笔写一下大学生实习日记吧。你是否在找正准备撰写“实习日记大学生”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

#274117

到今天为止，我 已经转了3个科：肿瘤科、下肢骨科、皮肤科，收获颇多，起码对得起这几个月的忙碌。

第一个肿瘤科的时候，俺什么都不会，连化验单都不会贴，老师把一堆病历放我面前，让我连看了几天。别看只是坐那看，也不是个轻松的活啊，对于我这从没实习过的人，病历书写是个完全陌生的玩意，大病例、首程、查房记录、主任查房记录、出院小结、病历讨论记录厚厚的一本本病历，让我学会了格式、内容，于是老师开始放手，查完房后只用吩咐声，我就坐电脑面前开始一床床的敲病历了，由于是内科，所以病历书写要求很严，写的也很勤，所以这第一个月的实习为以后打下很好的基础，起码病历方面完全没问题了，很感激小y老师的放手啊，还有开始的一遍遍耐心的修改。到后来是不用看了，他说完全相信我，我写完就直接打印了。

第二个下肢骨科，到这科我才知道，以前在肿瘤抱怨累是多么的好笑!因为骨科才是真正的体力活，看那骨科的医生们个个都是身强体壮的爷们，为什么会把我们仨小姑娘分这儿呢!呆了几天，我发现外科医生跟内科有很大区别，性格都很外向，果断，大嗓门，风风火火的，连走路都是，我根本不能穿有跟的鞋，因为会跟不上小w老师的大迈步还发现自己的力气实在是太小了，连撕个胶布都不能次次成功，不过病人还蛮体谅我，经常说：小姑娘，我来帮你撕吧，你换药就行了”。

后来的几个星期基本每天都有手术，虽然很累，不过收获是跟辛苦成正比的!手术人手比较少，我经常是一手使劲的拉钩，另一手赶紧的吸血、毒烟，还得随时能递上老师需要的工具腰酸背疼腿抽筋是我真实的写照。不过后来w老师看我也参与多台手术了，就放手开始让我切割和最后的缝线，还记得第一刀老师说我下手太温柔了，我不敢用劲啊最后一台手术是我缝的最长的一个伤口，因为止血带已经松了，所以要抢时间，老师和我同时开缝，他缝另俩个，我缝一个，还好，一起结束的，最后他看了眼我缝的，说了句缝的不错，我那颗心才放下来。谢谢w老师手把手的教我手术基本操作：从洗手、穿衣到缝线打结

第三个皮肤科，我喜欢的专业!体力上终于轻松了，但思想上绝对很沉重、紧张啊!因为l老师实在是太信任”我了，跟了他几天，他突然来句：下个新病人该你管了啊，医嘱、病历你全权负责。”我恐慌我祈祷不要有病人来不过该来的还是要来，竟然来个带状疱疹的，我强装镇定的看了他的皮损、舌脉、问了病史，就来开医嘱，可是开完常规检查我就不知道要用什么药了，老师又说了句：可以参考书上的。”还好还好，还有本书带着呢!但是证型得自己辩了，辩证用了犀角地黄汤加减，剂量不敢用大，都是常规量，先吃了看吧，至于西药我完全不清楚了，厚着脸皮又问老师，总算把医嘱搞定!后来几天看到病人的疱壁都塌陷结痂了，疼痛也减轻了，很惊喜、欣慰!不过还是有西药止痛的作用在! 就是啊，一个月才上二十几天，我从现在开始得天天加班。

#274118

实习，是一种期待，是对自己成长的期待，是对自己角色开始转换的期待，更是对自己梦想的期待;学习，也有一份惶恐，有对自己缺乏信心的不安，有对自己无法适应新环境的担忧，更有怕自己会无所适从的焦虑。带着一份希翼和一份茫然来到了北京301医院，开始了我的实习生涯。从此，我的身份将从一个学生变为了一个实习护士，生活环境将从学校转为医院，接触的对象将从老师，同学转变为医生，护士，病人。对于这三大转变，对于如何做一个合格的实习护士，虽说老师对我们已是千叮咛万嘱咐，可我心里还是忐忑不安的，怪不适应，怕被带教老师骂，害怕自己做得比别人差怕，自己不知从何入手第一个轮转科室是icu，我的带教老师是万凌老师，她是院里的操作能手，干活麻利，动作漂亮，操作规范，这无形中给了我很大压力。实习生活的开始就让我有种挫败感，在老师面前感觉自己很渺小，甚至于工作都不带脑子，只机械的执行任务，每次只想把工作做好，可越想先做好它越出错，越错越害怕，越怕越错，这就形成了一个恶性循环。以至于我都不敢主动要求做操作，可这样老师又觉得我干活不主动，有时候觉得委屈了就自己大哭一场。

每天面对着老师如鱼得水忙碌的身影，我心里只有怨叹，怨自己无法将理论应用于实践，怨自己在以前见习时没有好好学，愿自己笨手笨脚。可能是我适应能力差，又不会与老师沟通，进了ccu还是处在彷徨中，但我也很感激我的带教老师，对我很耐心，也很关心我。到了手术室李楠老师每天都能看到我的进步，即使是一点点她也鼓励我，即使我很笨犯了错她也会给我讲原理，让我知道错误的根源而不是训斥。它起到了一个引导的作用，我开始有了自己的思路，又重新有了工作的激情，不管多苦多累只要心里舒服，我就可以开心度过每一天!

现在对于实习，我还是又憧憬又惶恐的。憧憬是因为实习是一次理论联系实际的机会，将学了四年的理论去应用于临床，实在是非常新鲜而有意思。然后，要在病人身上操作，要想真正地透过症状看到疾病本质，心中却没底，便难免惶恐了起来。也曾问过不少实习同学，各说纷纭。总之是如人饮水，冷暖自知。但有一点是明确的使用懂得知识的真正掌握是把它用于实践，用实践来验证及巩固所学。学会如何与病人，老师交流，不善于与人接触是我的一大弱点，那种胆怯与不自然会使我失去很多的学习机会，所以我觉得沟通也是一门艺术，学好了将使你受益匪浅。经过这近五个月的实习，我也有了这层体会。也明白做为一个白衣天使的职责!

#446506

今天到达公司后，陈老师告诉我，又有一个新工程要计算了。陈佳老师刚刚把工程的资料拿到手，分给我和李华一些看看，叫我们协助她完成。

我领受任务后，就马上先去看总说明，看完图纸的建筑说明之类的，对工程的具体情况也有了大致的了解：建筑工程名称是郊区巴山屠宰场，建设地点是群星村，建筑面积为两万多平方米，结构类型为框架结构，建筑层数为2层，建筑高度是8米。说是屠宰场，其实里面的结构就和厂房差不多的，基本上是空旷的，像墙体什么的很少，计算的工程量可以说是挺小的，所以说心理面还是比较有信心的，相信自己能把一整套图纸都计算下来。接下来我又大致看了下整套的图纸，心里大概也有了个底，就开始正式计算工程量了。

通过这次参与计算工程量才知道自己在学校里计算工程量的步骤和公司里的不同，像在学校，一般是挑自己会算的和简单的先算，好像也没具体分类，感觉比较的杂乱，很容易遗漏掉一些东西，准确度自然也就不高。而现在，在师傅的指导下，知道该怎样一步步来计算，先计算什么，后计算什么都有了计划。哪些部位是算体积，哪些部位是计算面积，在计算中都知道区分。在慢慢计算中也能发现一些新问题，碰到不会算的再去请教师傅，一整套图纸算下来感觉还是比较顺手的，虽说还是存在有错误，但通过错误的教训，对知识点就能有更深刻的认识和体会。

#446505

今天天气还不错哦，新的一周开始了，在新的一周的开始，调整好自己的心态，全身心的投入实习中。今天按照安排我在公司看了一天的施工定额，现在现行的`定额是 20\_ 年修订的定额， 定额办虽然已经更新到 20\_ 价目表， 但是在现在的造价市场中仍然大多数用的是 20\_ 年价目表，少部分公司依然采用的是定额计价。该公司是根据甲方要求采用哪种计价方式，在甲方没有要求时候采用清单计价。记得去年实习的时候，由于刚毕业对定额理解不够，看书就相当于一种这么，但是今年就不同，今年看的时候就知道了那块是重点，那块应该仔细的理解，温故而知新啊

这几天感觉什么也没有得到，尽管每天都在看以前学过的定额与价目表，单说定额是但是整个社会水平的一个平均，但是价目表是随着市场不断改变的，所以在学习定额与价目表是我觉得不是去单单的学习定额与价目表，应该学习的是怎样去套用定额与价目表，在什么样的情况下选用怎样的定额与套用哪个价目表字母，这应该是一种 技能，掌握的应该是该技能的主要使用方法，要做到活学活用，以便 应对各种情况。下来又要休息两天了，可怜我的实习时间又少了了两天，我得采取别的办法。

#446504

今天一大早就来到了公司，因为每个月第一周的周三是机关的各个部门的科长经理来检查的一个大日子，今天恰好就是三月的第一个周三。为了迎接各部门的科长经理的检查，我们一大早上就把办公室打扫了一遍，力求办公室整洁干净，我们每个人也不像平时那么随意，都规规矩矩的把工作牌给带上了，这样就可以给公司的领导留下一个好印象。其实为了顺利通过检查，前几天我们就一直在做着相关的准备工作，比如整理完善资料，还有把没有进行的合同交底做一个合同交底资料等等一些琐碎的小事。其他的部门和我们一样，也都在为检查做准备，他们都是在赶着把没有做好的资料做完，把工作现场尽量弄的整洁有条理一点，这样可以让公司检查的时候对我们的项目印象好一点，分数给我们稍微高一点，整个项目的人都在努力着。 公司的人是早上九点多来到项目的，每个部门都来了人，一项一项的检查，一直到十点四十才去开会，主要是各个部门报告检查结果，对检查以后发现的问题提出来，让项目上改正，到时候年终检查的时候不能再犯同样的错误，会议一直开到十二点钟才结束。检查结果就是我们项目上的工作还有很多没有做到位，还有很多要改正，我们都把我们自已部门要改正的地方都记下来了，以方便以后改正。

★ 重庆大学毕业实习报告

★ 大学毕业生实习报告格式

★ 三峡大学毕业实习报告

★ 东北大学专科毕业实习报告

★ 南京理工大学金工实习报告

★ 土木工程大学生生产实习报告20\_

★ 精选实习证明英文版

★ 20\_毕业实习周记800字通用

★ 金工实习特种加工实习报告

★ 学生工厂实习周记300字10篇

**最新大学生记者节活动方案范本七**

大学生教师顶岗实习周记3篇

我们教师，要做快乐的电瓶，在照亮别人的同时不断地充实自己，永远地闪耀着光芒。那么，你有写过关于教师的实习周记了吗？你是否在找正准备撰写“大学生教师顶岗实习周记”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

转眼间我的实习生涯已经过去近三个月。记得之前，我带着对教师职业的神秘感，踌躇满志地来到\_小学，经过近半年的实习后，我终于尝到了当老师的酸甜苦辣，并学到了不少东西。我觉得这次实习之行我没有白来，我在这一个学期学到的东西比我大学学到的东西还要多。我们在大学校园里虽然学习了专业课知识、美术教学法和班主任工作等方面的知识，但那毕竟都是纸上谈兵，我们学习的最终目的就是要学以致用，做一名合格的教师，而在这次的实习过程中，我们所学的知识终于得到了实践。

回顾这段时间的实习工作，既忙碌，又充实，有许多值得总结和反思的地方。为一名小学美术教师，虽然平时觉得我们没有主课老师那么忙碌，但自己真的实践后就觉得并非想象中的容易。作为一名小学班主任，更是人生百味在其中。下面我就谈谈这段时间来我在美术教学中的一些心得。

一、听课

在实习一开始我便开始去听课，在听课过程中，我发现每个听课的老师都很认真地做笔记，我作为一个实习生就更应该认真去学习。听了一节课，我认认真真的几下了授课老师讲的内容，并且认真地对老师讲课的各个环节进行了思考评价，写下了自己的收获及意见。虽然以前也有去听课的经历，可是都没有认认真真地去分析，现在才发现，原来从一节课中我们可以学到如此多的东西，无论是对教材的处理，还是是教学方法，与学生的交流等等，都使我受益匪。从每节课中，我都总结出经验，并将其转化成自己的知识，无论这节课上得好还是欠佳，都有我值得学习的地方。

二、充分的备课

作为一名教师，想上好一节课，充分的备课是绝对是占主要地位。每个年级每个班级每位学生都是不同的，这是便需要教师在课堂进行认真的探索，备课不仅备内容还需要备学生，进行一个周密的课程计划，除写好教案外，我还要查阅各种资料，上网查找好的教学材料。在教学过程中，自始至终能按照计划进行教学。开展以鼓励性的美术学习评价是培养学生学习兴趣的有效途径。坚持向指导老师学习、请教，这个过程也能学习到很多平时学不到的知识。

三、调动学生的积极性

大家都知道，“兴趣是求知的源泉，学习的动力”。浓厚的学习兴趣是学习、掌握知识和技能的重要条件。孩子的求知\_一般都很强，除了书本外知识外，他们更想了解的是课外知识，对于大千世界他们总是充满了好奇，利用孩子的这个特性，在课堂中，我通过互联网，让学生看到更多相关的知识，让他们了解更多的知识层面，使课堂不至于因为课本的局限而过于沉闷。

四、作业的点评

一节课的最后一个环节便是作业点评。作业点评是学生能力提高的重点。指导老师要求我首先应该肯定孩子们，然后再给予更多的观点看法，因为每个孩子都各有自己的想象力，自己的想法，一幅好的美术作品是天然浑成的，孩子们的作品正是体现着这一点，作为老师就应该多鼓励学生，让学生在鼓励中成长。

五、班主任工作

第一次当班主任，我很多东西都不知道怎么去做。我的指导老师给了我很大的帮助，教会了我很多东西。\_年\_班的学生是一群热情的孩子，在第一天就围着我问个没完。所以我很快就和我的学生熟悉起来了，就在一周后，我已经基本上能吧我们班学生的名字记住了，因为他们每个人都很有特色。

我作为班主任，主要的工作是：早上七点半到班，去监督他们早读，在上课期间，有时候要走到班上巡视上课况;可以说，做一个班主任，就是要把几乎一天里的大半时间都放在学生身上，而且还要时刻注意学生的学习和生活上的问题。主动去引导和与学生交流，以便能更好的了解他们的学习情况和学习时所存在的问题。积累好管理班级的方法很重要，我的管理班级方法就是：

1、选好班干部，明确班干部任务。

组织能力强、有号召力的班干部能很好凝聚整个班集体，组织以班主任为核心班干部为管理层而其他同学紧紧团结一起的班集体，继而形成良好的班风和学风。在我实习的\_班，小班干部的个人号召力很不错，但是还没形成管理整体，没有明确班干部的责任。

2、制定好一套公正严明的班规。

培养好了一个班干部团体，还必须制定一套公正严明的班规，有赏有罚，班干部管理班级时有法可依，同学们共同维护，整个管理才可有序持久进行下去。在我的班里，一开始，没有制定班规，班干部管理起来挫折多多，同学们对强调的问题一而再、再而三地重犯。协助原班主任制定班规，全班同学通过执行之后，整个班的班风有提升了一个阶梯。

3、细心留心学生，及时解决问题。

学生毕竟还小，犯错误在所难免，作为师者，平时要多留心学生，及时了解他们遇到的问题，引导他们学会去处理挫折、处理问题。将有些错误止于萌芽之中。

4、留给学生足够自由处理问题的空间

学生的潜力是无限的，作为班主任，每时每刻都应该给与他们信心与支持，并且学会放手，让学生学会独立处理问题。

总的说来，实习期间我的美术教学和班主任工作顺利圆满完成，经过这次实习，提高了我的专业水平，教学水平，班级管理能力;也看到了我的不足之处，在启发和引导学生积极创新能力的方法方式上，还存在个体差异不同对待的欠缺;和家长沟通上的欠缺;课堂教学中不完美现象的应对策略等问题。这些将是我以后要努力探讨的重要内容和努力的方向，我要以后的教学中发扬优点，改正缺点，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”争取早日成为一名合格的小学教师!

随着时间的关系，我在\_幼儿园的实习生活也结束了。虽然只有一个月的时间，但却让我感受到了作为一名幼儿教师的不易，然而这次实习让我也受益颇丰。万事开头难，刚进园实习初期，让我感到了很大的困难。毫无工作经验的我，应对新工作，应对性格各异的孩子，我觉得毫无头绪。不明白到底该从哪里入手，看着指导老师(班主任)轻简单松的带着宝宝们开展各种活动，做着一个个游戏。看着孩子们一张纸兴奋，热情高涨的小脸，我深深地被感染着。我努力地去学习，尝试独立带孩子。经过几次失败的打击之后，我的紧张心理才逐渐退去。在实习过程中，让我懂得了应对不同的幼儿要用不同的方法，每个孩子都有自己独特的内心世界。而作为他们的老师，要想真正走进孩子的内心世界不用心去发现他，捕捉他们的闪光点是不行的。每个孩子都有他的可爱之处及不足之处，要想帮忙他们改正缺点，不仅仅要关心照顾幼儿，还要与幼儿家长沟通交流。在实习期间，我学着，试着与家长打交道，与他们交流幼儿在园及在家表现。这些，都是饿哦在幼儿园夫人实习过程中所获得的最宝贵的东西。

在机关幼儿园的每个教师里都有幼儿一日，一周活动的生活常规时间表。在实习期间，由于机关幼儿园缺少配班老师，我都是在做配班老师的工作。但我严格按照时间表，配合所在班主班老师认真做好一日常规工作。

首先，保教工作。在保育工作中，使我第一次亲密接触了幼儿的方方面面。我虚心请教保育员，用心配合保育阿姨的工作。户外活动，我提醒幼儿注意安全，不追逐打闹。进餐时，帮忙保育员为幼儿盛菜盛饭，提醒幼儿安静进餐，不挑食。睡觉时为年龄小还不能自理·的幼儿，给幼儿盖好被子，小声告诉他们安静入睡，不能说话。尽自己的努力照顾好每个幼儿的生活。让孩子在幼儿园喜欢幼儿园充满爱心与童趣的气氛，在游戏中不断增长知识。

其次，教育工作。应对上课，作为实现老师。心里真的有些恐慌，生怕自己讲不好影响幼儿对知识的掌握及对上课的兴趣。我从熟悉教材开始，因为只有一个月的时间，指导老师给我布置了七八节可得资料。我从教案到教具，一步一步的去准备，直到得到直到老师的认可，我才走上了“讲台”。但当应对幼儿上课时，还是那么的手足无措、由于对幼儿的不了解太少，对他们提出的问题难以回答，又没有整顿好课堂纪律。第一次正式上课没有成功。但是又一次的讲课中，我总结经验教训，就比第一次进步很多。随后慢慢的进入了老师的较色。

再次，家长工作。作为教师，每一天都要与家长打交道。家长工作也是幼儿教育工作中一项十分重要的资料。我们要虚心听取家长的合理化得的推荐，同时对于家长的无理要求，妥善处理，友善的拒绝。幼儿在园表现要告知家长，取得家长信任。

经过这一月的实习，虽然时间很短，但我已深知要成为一名合格的幼儿教师实属不易。不但要具有深厚的教学经验，还要有良好的职业道德。幼儿教师不仅仅要有耐心、爱心、细心、更要有职责心。

总之，教师是一个崇高而神圣的职业，透过实习我也看到了自己的不足，社会的不断进步，使幼儿园对幼教的要求越来越高。这使我明白，务必要有过硬的专业知识和技能，才能在幼教之路上创造属于我的精彩人生。

自\_月开始的顶岗实习已经过去了整整\_个月了，在不断的坚持与努力下，我终于顺利的通过了顶岗实习的要求。完成了自己的实习任务。

在这几个月来，我几乎每天都能从工作中得到新的收获，有时是对工作的感受，有时又是对自我的了解。总之，这几个月过来，我感到自己有了很大的改变和进步。如今，实习终于结束了，为了不白白浪费这几个月的收获，我在此对这次的顶岗实习做总结如下：

一、企业情况

这次的实习我根据老师的安排来到了\_企业的\_实习岗位。\_企业是坐落在\_市\_区的中型企业。对于我们学生来说，这里不仅离学校比较近，我们比较熟悉，也降低了我们在一开始对工作的不安。

而且作为一名优秀的企业，在\_企业的这段时间我也从中收获了很多的经验。

二、工作方面

在来到企业的第一天，我们在前辈的领导下来到了自己的住所，并且在下午的时候学习了一些简单的工作。说是工作，但其实也仅仅是负责打扫和搬运而已。毕竟第一天有这么多的同学，要安排也来不及。

而在第二天之后，我们立马就开始了自己的工作。从早上开始，我们就由各班的班长领走，在一天的工作结束之后才能在寝室或食堂相遇。在工作中，一开始的时候我们负责的都是需要体力和耐心的活。尽管很累，但是对于自己能顺利的完成工作我也非常满足。

到了后来，也许是看我们在工作中都完成的不错，也都累积了一些经验，班长开始安排我们做一些“技术活”。有些同学负责的是零件的组装，但是我却负责的是零件的切割。尽管看似还是很简单，但其实其中的要求非常的严格，短短几毫米的问题可能都会导致产品不合格，更何况需要注意的不仅仅是这点。

在后来的工作中，对于现在这份工作，我越做越顺手，但是越是顺手，我也越是注意到许多的问题。在工作中发现了一些问题之后，还得到了领导的表扬。

三、结束总结

在此次的实习中，我们并没有经过太多的学习。毕竟工作非常的忙碌，我们都是变学习，变进行工作。但不得不说，这样反而让我们记忆的更加深刻。并且，除了知识和经验之外，外认为我在耐心和注意力上也得到了很大的提升。

如今，实习已经结束了。但是我却依然意犹未尽。这次的实习不仅仅让我们体会到了工作的辛苦，也同样让我们感受到了收获的喜悦。我会在今后继续努力，争取能在未来更上一层楼!

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