# Java的实训报告(十四篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2024-07-11

*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。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。Java的实训报告篇一毕业实习有...*

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。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**Java的实训报告篇一**

毕业实习有着它深刻的意义，也是大学生必经的体验，感谢学校能给我们提供机会，也感谢公司为我们提供条件。

java是一种可以撰写跨平台应用软件的面向对象的程序设计语言，是由sun microsystems公司于1995年5月推出的java程序设计语言和java平台(即javase, javaee, javame)的总称。java 技术具有卓越的通用性、高效性、平台移植性和安全性，广泛应用于个人pc、数据中心、游戏控制台、科学超级计算机、移动电话和互联网，同时拥有全球最大的开发者专业社群。在全球云计算和移动互联网的产业环境下，java更具备了显著优势和广阔前景。

而我们现在学习java是我们课程中的必修课程，更是找一份好工作的必备技能，虽然实习为期才一周，但是给我们增长很多见识，了解了大型软件开发的过程。也学习了很多软件开发时一些技巧，更重要的是这次实习抛开了以前老师讲学生听的模式，这次老师边讲边带领我们编写程序，让我们能让学到的知识迅速巩固。

在中国软件专业人才培养工程(cstp)，北京智原教育基地。为期5天的培训我们熟练掌握基于java的android主流3g开发技术，能够独立完成从手机终端到服务器端完整开发方案。使得能够掌握android相关领域基础知识，学会开发android手机应用系统;掌握手机开发要点;培养基本的编程感觉。

在这5天时间里，我们学习了android开发环境的搭建实现基于android4.2 sdk的开发环境，理解ddms等常用android手机开发工具android中activity的基本应用

了解activity对于手机ui界面的关系，实现项目的ui界面的设计，理解android开发中的resource各种资源android的常用组件熟悉textview、edittext、spinner、listview等常用组件，实现基本功能。常用布局的实现基于项目，使用线性布局、盒式布局、相对布局等常用布局管理器android中菜单的实现应用常见的三种手机菜单模式，学会实现定制菜单内容android中监听的应用理解手机事件的监听，应用不同的监听事件来实现各种手机常见动作 学员在老师的指导下，完成项目的ui界面布局，实现基本的动作和监听，并传递数据。android的高级组件的应用顶部菜单的动画效果，实现左右滑动信息提示框的应用toast的应用，提示框的实现使用列表学会使用listview，实现静态和动态两种不同的格式。android对xml文件的解析能够使用xml数据源，抓取远端服务器上的开放数据。intent的实现数据的传递。学会如何使用intent来实现数据的绑定和在不同activity之间的传递学员在老师的指导下，实现手机客户端的rss新闻阅读器。

通过实习，培养我们综合运用已学知识java语言的面向对象编程能力;培养我们动手能力;培养我们良好编程规范、编程方法;以便能较全面地理解、掌握和综合运用所学的知识，提高自身的编程能力;增强自己的团队协作意识，了解软件开发的思考角度和主要流程。为毕业之后能够更快地进入工作状态并且能够更好的工作，打好一定的基础

即将毕业了，通过这次毕业实习，让我们对找工作这事更有了信心。如果可以希望学校能在我们毕业之前再组织一些就业培训，让我们更了解公司开发过程。为毕业后从事软件设计工作打下基础。

**Java的实训报告篇二**

在大三毕业之即，我非常荣幸的加入了青海省电信有限公司，10000号客户服务中心是中国电信在激励的市场竞争中着力打造的品牌形象，是化解各种复杂矛盾，持续改进服务质量的重要环节，一方面通过优质服务提升客户满意度，增强客户忠诚度，保持市场存量；另一方面通过与客户的良好沟通向客户推介新产品、新业务，收集市场需求信息，进行客户关系管理，它不仅是差异化服务平台，更是对渠道、对客户经理的营销支撑平台。

中国电信是一个注重客服中心服务理念和团队文化建设的团队。所谓的团队不能纯理解为一个特定范围的一群人，而应是大家同一目标，一种声音，一起努力的团体，这一团体是否团结，是否有凝聚力，是否有相互学习、知识共享，决定了团队的战斗力，它是影响单位或部门发展的关键因素之一。我知道：一个无论多么优秀的管理人员其个人能力是有限的，而众人的智慧是无穷的，怎样去热爱自己的岗位，培养积极的工作热情，这点是我进入客服中心之日开始学到的。

作为企业面向客户的服务窗口，10000号客户代表是企业良好服务形象的象征，班组成员素质的高低直接影响客户对企业的评价，因此班组成员的岗前培训在确保10000号服务质量的工作中起着重要作用。客服中心根据历年新进员工培训计划，结合我们学员的知识基础情况及前台工作需求，制订了新员工岗前培训方案，以学，练，测，帮的系统培训方式，在短时间内让新进员工迅速掌握必备的业务知识和服务技能。

“学”，为每位学员建立了学习档案，制定学习进度表，进行业务知识的系统学习，学习内容涵盖了电信业务知识、分公司组织架构与规章制度、前台咨询投诉案例分析、投诉单录入、电信业务受理、新业务新优惠等。

“练”，在培训课程进行的过程中为学员安排课后作业，通过实际的演练和切身体会了解作为客户对企业服务的感知，培养换位思考。

“测”，培训过程中组织阶段性测试，及时帮助学员巩固知识点，在培训结束前举办总结性测评，从理论知识、系统操作、应答技巧等多方面考评学员学习情况。

“帮”，充分发扬同事间互助友爱的优良传统，由资深班组成员“一带一”，帮助学员尽快熟悉岗位，将所学的理论知识应用于实际服务中。系统性地组织班组成员岗前培训，推动学习工作化、工作学习化的进程；注重学习的效果和知识的应用，使近年的新员工培训效果较以往相比有了较大的提高，同时也为新员工上岗实习打下了良好的基础。

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接电话，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，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。对于我这个初来乍到的新人来说，这里的一切都是新鲜的，明亮的机房、温馨的气氛、陌生的面孔、甜美的声音，然而新鲜过后，更多的是严明的纪律、严格的要求。从进入客服中心之日起，我把客服中心视同一个家，中心每一位员工都是亲人，我们相互信赖，在沟通中她们倾诉委屈，释放压力，在放松中调整心态，保持阳光心情。我将关爱体现在生活的每一个小细节中，把真情融入工作的每一环节里，从爱心出发，相互理解，真心相待，赢得了员工的尊敬和认同，因为我们是公司最友爱的团队，我自豪，因为我是优秀团队中的一员！

**Java的实训报告篇三**

一、毕业实习概况

按照学校的要求，从20xx年2月24日至今我在郑州市人民检察院进行毕业实习，现将前期实习总结如下，一则完成学校毕业实习的基本要求，二则为今后进一步的实习工作奠定更加坚实的经验总结基础。

郑州市作为省会城市，在各方面都发挥着至关重要的作用，代表着整个河南检察系统的整体形象，因此能够在郑州市人民检察院实习是我的一个宝贵经历，自己格外珍惜，积极的向老同志学习，不断的将实践与自己所学的法律知识进行对照，以期自己的理论水平与实践能力同步提升。

在本次毕业实习中，我实习部门是人民检察院的控告申诉检察处，也就是大家熟悉的控申举报中心。我认为在举报中心能够切实从基层做起，尽可能学习到更多平时在校园里书本上学不到的经验，从而更深入的接近民众，了解民生，体察民情，真真正正地为解决群众困难尽一份绵薄之力。

二、毕业实习部门职责与个人实习职责

按照最高人民检察院颁布实施的《人民检察院信访工作规定》，各级人民检察院应当设立控告申诉检察部门负责信访工作。按照这个规定，控告申诉处在信访工作中主要的职责有：统一受理来信，接待来访;对所受理的信访事项按照职责分工转送有关部门办理，或者根据有关规定自行办理;向下级人民检察院转送或者交办信访事项，并进行督办，对下级人民检察院提交的办结报告进行审查;根据有关规定对信访事项进行初步调查;对上级机关交办的信访事项进行转办和催办，或者根据有关规定自行办理，并将办理情况报告上级机关;对信访事项的办理情况书面答复或者告知信访人;依据有关规定做好化解矛盾、教育疏导工作及相关善后工作;在信访工作中发现检察人员有违法违纪行为的，及时移送有关部门调查处理;研究、分析信访情况，开展调查研究，及时提出加强、改进检察工作和队伍建设的建议;宣传法制，提供有关法律咨询;指导下级人民检察院的信访工作等。规定指出，各级人民检察院应当建立由本院检察长和有关内设部门负责人组成的信访工作领导小组，应当设立专门的信访接待场所，并在信访接待场所公布与信访工作有关的法律规定和信访事项的处理程序，以及其他相关事项。此外，人民检察院控告申诉检察部门应当向社会公布通信地址、邮政编码、电子信箱、举报电话、举报网址、接待时间和地点、查询信访事项处理进展情况及结果的方式等相关事项。

作为一名实习生，经过一个多星期的观察与接访工作，自己已经能够熟练的处理一些基本的信访接待工作，解答来访群众的咨询与核对、整理、转交相关控告、申诉、咨询等案件材料。由于两会的召开，大批群众到北京上访，因此北京需要各地区派驻大批接访工作人员到北京接访，我们控申举报中心的周老师就按照市院的安排到北京接访，而我也得到了一个代替周老师在市院举报大厅接访来访群众的机会。

三、毕业实习个人感悟

首先，作为法律人一定要细心并且有足够的耐心，法律是一门理论性与技术性很强的学科，由于法学理论与司法实践之间的差别要求我们在将法律运用于实践中时一定要细心。来控申举报中心的群众大多文化层次低，案件办理周期长，当事人不满情绪高，因此有时候他们会把怨气发到我们这些接访工作人员身上，同时他们不太了解我们的工作职责，希望把他们认为办理错的地方跟我们说并进行咨询，但是我们几乎都不知道他们案子的具体案情，因此很多时候都是一头雾水，不知道他们说的是什么。不得不打断他们，但是这时很多人的不满情绪更高，觉得我们是在推脱责任，经过几次解释后才能获得他们的理解。同时既然当事人来了他们都希望得到专业的解答，因此问题比较多，而且有时候很多问题不是法律问题，这都需要我们凭借经验认真的思考后给予他们解答，这对我这个实习生来说更难，因此不得不经常请假实习指导老师。

其次，在这次实习过程中，使我深深的感觉到自己所学知识的不足和在实际运用中专业知识的匮乏，也深深感到扎实的专业基本功的重要性，认识到对知识不断更新不断灵活加以运用的重要性，也认识到工作中具体操作技巧的形成和积累的必要性。因此自己不得不及时的查阅相关法律规定，并与具体案件相联系以便给来访群众一个比较专业的解答。

再者，在控申举报中心实习还需要一定的语言表达与情绪疏通技巧，特别是面对一些情绪比较激动的来访群众，我们首先要做的是怎样使他们的情绪平静下来，并要认真的倾听他们的诉说，及时回答他们的提问。其实这里面罪关键的是我们对待来访群众的态度，整体来说，目前我国的涉访涉诉案件当事人都比较文明多了，因此大规模的闹访事件发生的比较少了，但是这并不是说没有，而是要求我们这些接访人员要及时抓住来访群众的心理与诉求，及时的化解他们的不信任感，这样才不至于什么事情他们都要求面见领导。

最后，作为一名实习生，我们得充分把握住实习的机会，要充分利用每次学习的机会。因为毕业实习之后我们将面临的是正式工作，而正式工作以后我们就要保证自己不犯错误，而不犯错误的前提是你了解、清楚具体的办案要求，这些都是要在实习期间掌握的。同时，我们要自己积极的创造机会去学习，而在实习单位接触的都是真实的案例，案情都比较复杂，因此如果能够把握好本次机会，从中一定能够学习到很多知识。根据我所在部门的具体情况，我认为我学习的途径主要是认真听实习指导老师怎样与来访群众打交道与解答他们的疑惑，以及查阅相关申诉材料。同时我还发现写案例分析也是一个快速提升自己实践能力的好方法，因此在实习期间，自己还试着写相关的案例分析，运用法律知识分析案例，这些其实并不是我想象的那么难，其实这些案例也就是法律条文的具体化与实际化。只要平时打好法律基础，认真分析，将相关的法律条文对应上，再根据具体情况细化，用法律语言表达出来，让大家重要的是没有学法的人也能够看懂，那就是一篇成功的案例分析了。起初是有点难以下笔的，不过慢慢的就找到感觉了，这些其实就是熟能生巧吧，学得多，看得多，就有经验。因此，我们以后真的要努力多接触真实的案例，用法眼分析社会，不断提高自己这方面的意识与运用能力。现在自己也即将面临着走出社会，自己也希望能够运用自己所学的法律知识从事相关的行业，为这个法治社会作出应有的努力，因此，真的要好好把握这些锻炼，提高自己的能力。

总之，在这次实习过程中，在学到很多司法程序方面的知识以外，还学会了如何做人，如何处理人与人之间的关系。社会是一个复杂的群体，各种利益的驱使会使人性变得扭曲，我们要以正确的态度对待每天发生在身边的小事。

四、未来展望

其实，我任务毕业实习还具有的一个重要职能是帮助自我寻找适合自己的未来职业。本次能够再次进入检察院(之前曾在省检察院的预防处实习)，并进入不同的部门实习，使我对检察院的职能与工作流程有了更加深刻全面的认识，对检察官这个职业有了更加直观的认识，发现自己在很大程度上更加喜爱这个职业了。因此，对于之前自己选择修读刑法学专业硕士更加充满信心与激情。当然在控申举报中心工作的一段时间对以后自己考取公务员后为人民服务也有很大的帮助，知道了一些问题的症结所在，相信自己在以后的工作中一定严格要求自己，坚决不犯这些被老百姓深恶痛绝的错误。

**Java的实训报告篇四**

经过这几年的学习专业知识，对室内设计也有一些认识。

为了巩固自己所学习的专业知识，积累实践经验，20xx年度第四学期我就选择了一家装饰公司进行实习。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。他将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。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。

室内设计这个行业并不是想像中那么容易，脑力运动和体力运动都要经受的了考验，虽然我知道会很辛苦，但始终相信自己在这种情况下让我有不放弃自己喜爱的专业和继续努力。在两个月的实习中我可以说不仅是对我的磨练，更多的是让我充实了专业知识，更有很多跨专业的方面，让我在加深自己专业的同时，也为以后更多的就业机会提供了良好的条件。建筑，土木在我这次的实习中也占了很大的部分。

以前知道室内功能设计和效果设计的最终结合就是作为一个设计师还必须要了解装修装饰施工的基本做法和施工工艺，这就不仅仅是环境艺术设计单一的专业内容，有土木的内容包含其中。如果不了解实现功能设计的基本需要和方法，那么你功能设计的结果就不可能让业主满意，这方面需要你懂得一些工业设计心理学和工程心理学的一些常识，还更需要懂得许多人类生活习惯的一些基本需要和享受需要，现代化的发展让人类的生活更加丰富多彩，工作和生活的空间越来越多的讲究舒适和美观，个性化的表现和私密性的结合都要具体的体现在你所做出的功能设计安排上，没有工作和生活经验，做的东西也不能符合人体工程学原理的学生在这方面是很难做出很好的设计安排的，其中很多这些方面的知识很大一部分来源于时间生活。这也是大学会有那么多实践的机会的原因吧，我想这也正是我们自我提高的良好机会，为我们进入社会，接触工作做准备。

要成为未来一名有充足的专业设计知识、丰富的设计经验的设计师。如何获得充份的专业理念知识一方面来源于学习环境设计的课程，另一方面来源于工作中的积累；丰富的设计经验包括了解装潢设计的市场、常用及最新的材料、所有的能遇上的施工工艺、设计风格及流行时尚、顾客心理学等等，这些的获取来源于两个字：实践。

俗话说得好：实践出真知。只有遇到问题才会有解决问题的方法，没有真实的情景空想出来的东西是不切实际的。实习正是应室内设计行业的特殊性而客观存在的一种工作方式。

第一它给到我的压力是比较小的，只有我自己给自己的压力；

第二是实习它能给到我的东西是比较全面的，因为我要做的不单单是替设计师做软件绘制施工图及效果图，我还有机会去现场测量，观察到施工过程及工艺流程，了解到施工中要用的材料，也可能有机会见习到谈单、协助设计师做方案。

当然一切的可能前提是你必须要用主动积极的心态去面对实习，天下没有无缘无故掉下来的大馅饼，能否将周围有利的资源及设计师的绝活学到手关键在于你 是否有计划、有恒心、有耐心去学习。

实习做为非毕业生的一个再学习的机会，如何有效把握有效学习对今后的发展是至关重要的。所以这次有机会去实习的我在工作上努力勤恳、能吃苦耐劳，相信自己能做到。

很快紧张的一学期的实习生活结束了，在这四个月里我还是有不少的收获。

通过实习，通过实践，使我学到了很多实践知识。所谓实践是检验真理的唯一标准，通过旁站，使我近距离的观察了整个房屋的装修过程，学 到了很多很适用的具体的施工知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要、十分基础的知识。

（1）使我进一步巩固加深所学的基础理论，基本技能和专业知识，使之系统化，综合化；

（2）使我对环境艺术设计的方法与施工管理有全面的认识，逐步掌握环境艺术设计的内容，原理，程序，方法及经验的初步积累；

（3）使我能结合工作上的实际业务进一步锻炼环境艺术设计的能力，明确文献资料检索的方法；

（4）培养我交际与团队合作能力，具备较强的社会适应能力，具有初步的科学研究和实际工作能力。

**Java的实训报告篇五**

很高兴自己能有这次社会实习的机会，通过这样的实习，我真正学习到了社会经验，它为我积累了一笔宝贵的人生财富，它为我今后步入社会打下了牢实的根基。大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实习是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实习自我的最好途径。亲身实习，而不是闭门造车。实现了从理论到实习再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

一实习目的：

对于任何一位大学生来说，毕业实习是一个很关键的学习内容，也是一个很好的锻炼机会。对于我们来说，平常学到的都是书面上的知识，而毕业实习正好就给了我们一个在投身社会工作之前把理论知识与实际设计联系起来的机会，毕业实习作为学校为我们安排的在校期间最后一次全面性、总结性的教学实践环节，它既让我们看到实际的中设计生产状况，也我们在就业之前“实战预演”，我们可以从中看到的不仅仅是一个车间的生产运作过程，还有大量实际设计方面的知识，以及我们还十分缺乏的实际经验都包含在每个生产设计过程中，通过实习能够使我们更好的完善自己。

对于毕业实习来说，其中一个主要目的就是通过实习所学的内容来完善我们的毕业设计，当然我们在实习过程中还会收集相关资料、了解相关产品设计制造的基本技术和发展现状，从而制定毕业设计设计思路与方法，了解相关的工艺以及工序，这也是我们在毕业设计中要符合实际的现成参考文件。认真完成好这次实习，为完成好毕业设计做好充分的准备，也为不久以后的工作打下坚实的基础。

毕业实习只有短短的几天，但无论是对我的毕业设计还是今后的工作，都带来了很大的帮助。

二工作时间

201\*年9月-------201\*年1月

三实习内容：

1公司简介

易讯科技股份有限公司成立于20xx年5月，注册资本7,673.1万元，是集现代信息技术、通信技术、自动化技术于一体，为用户提供专业化、定制化的数据采集、传输、监测和智能处理解决方案的综合服务商。公司产品主要应用于电力系统，并在能源、军队、政府等拥有通信专网的大型企业、机构中得到广泛应用。

公司总部在沈阳，并在北京、哈尔滨、沈阳、呼和浩特、新疆、天津、成都等地设有子公司及办事机构。公司自成立以来，一直秉承“自我超越，持续共赢”的经营理念，凭借优异的技术力量和项目实施能力为用户提供最优质的产品和服务，在各行业用户中赢得了良好的声誉。

20xx年1月，公司加入中国航天科工集团，成为其旗下6家上市公司之一航天通信下属子公司。

公司成立以来一直专注于技术研究和开发，在沈阳、北京、成都、合肥分别设有研发中心，目前拥有自主知识产权60余项，建有省级企业技术中心、市级企业技术中心各1个，市级工程研究中心2个，省级工程技术中心2个。先后被评定为国家高新技术企业，国家火距计划重点高新技术企业，沈阳市守合同重信用单位，辽宁省守合同重信用单位等。

2产品介绍同步时钟也称智能电波钟，现在国家教育改革中针对标准化考场建设中的同步时钟即是电波同步时钟也叫“对钟”。要把分布在各地的时钟对准(同步起来)，最直观的方法就是搬钟，可用一个标准钟作搬钟，使各地的钟均与标准钟对准。或者使搬钟首先与系统的标准时钟对准，然后使系统中的其他时针与搬钟比对，实现系统其他时钟与系统统一标准时钟同步。

所谓系统中各时钟的同步，并不要求各时钟完全与统一标准时钟对齐。只要求知道各时钟与系统标准时钟在比对时刻的钟差以及比对后它相对标准钟的漂移修正参数即可，勿须拨钟。只有当该钟积累钟差较大时才作跳步或闰秒处理。因为要在比对时刻把两钟“钟面时间对齐，一则需要有精密的相位微步调节器会调节时钟用动源的相位，另外，各种驱动源的漂移规律也各不相同，即使在两种比对时刻时钟完全对齐，比对后也会产生误差，仍需要观测被比对时钟驱动(20xx年广告公司实习报告)源相对标准钟的漂移规律，故一般不这样做。

3企业内部

很荣幸成为沈阳易迅科技股份有限公司的一员，沈阳易迅科技有限股份公司是一个团结友好的整体，每一个员工都有自己的工作岗位，公司需要依其更快更好发展的需要并结合个人的情况来安排工作岗位。哪一个环节出了问题都是不允许的。因此，我认为每个岗位都很重要。

在沈阳易迅科技有限公司实习了三四个月，沈阳易迅科技有限股份公司是一个以积极、主动、学习、正义、包容、检讨、感恩等多种态度为每一个客户尽心服务的公司。实习期间我主要的工作是开发研究并制造同步时钟。同步时钟是一种高性能的时间频率参考接收机，能够为电信、移动通信基站、小灵通基站、gsm网络优化等系统提供高精度的时间和频率同步信号。是现如今必不可少的一项技术。

四体会与感想

经过这段时间的实习，我主要有以下感想：

一、要确立明确的目标，并端正自己的态度。平时，我们不管做什么事，都要明确自己的目标，就像我们到公司工作以后，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。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中一定要多看别人怎样做，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。只有这样我们才能把事情做好。

二、要有坚持不懈的精神。作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

三、要勤劳，任劳任怨。我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们应该自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有这样。这样公司的同事才会更快地接受你，领导才会喜欢你，接下来才会让你做一些相对比较重要的工作。

四、要虚心学习，不耻下问。在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心地接受。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

五总结

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。通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。在这次公司实习中，我可谓受益非浅。仅仅的二个月实习，我将受益终生。通过此次实习，不仅培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离，对实际的工作的有了一个新的开始。实习是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

转眼间，三年大学生活已经接近尾声，毕业的钟声将要敲响。将课堂所学知识运用于实践成为毕业生们必经的道路。带着老师的忠告，20xx年10月15日我有幸来到合肥华胜泡沫包装有限公司行政办公室实习。合肥华胜包装有限公司始建于1994年，注册资金达到500万，占地面积16000平方米，年产值可达3000万。是生产聚苯乙烯泡沫定型产品和泡沫板材的专业生产厂家。目前这家公司已经拥有员工100多人，采用先进的大规模生产设备，这家公司自成立以来始终致力于聚苯乙烯泡沫的推广，拥有各式成型机，可以满足不同客户的要求。这家公司主要生产各种电动车电池，酒水食品，海鲜类保险箱，医用针剂，机械零件等各种包装。这家公司还生产不同尺寸规格，不同密度的泡沫板材。而且还可以根据客户要求，大小厚薄任意切割。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，上班第一天领导就派给我个师父，让他对我的实习进行全程指导。刚上班时让我熟悉公司生产已经销售的流程，暂时没有分配什么工作给我。而我身为一个文员实习者，首先接触的应该是如何融入工作，该公司处理基本工作业务的流程是：首先由销售人员去各个有需要潜力的公司进行业务洽谈，然后签订生产合同。之后便是业务单位根据自己的日期需要提前对产品下订单，然后交由仓库进行已有货物和差额的统计，再将数据交给车间进行生产，仓库再按照指定日期安排货车送货。几天后知道自己的工作主要是产品数量统计这块儿，并每天写工作总结。平时也到网站发博客、论坛，感觉和自己的专业有些出入。

刚开始进行的是完成培训的工作。由于感觉和专业不怎么对口，所以对于培训便没有在意，总以为这些工作很简单，但是这种浮躁的态度让我忽视了实习的目的――接触和融入社会，以至于后来考核时有点手足无措。虽说发博客和论坛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。从此以后，我每天埋头于博客和论坛中了。平时与同事相处中，虽然年龄差距大，好在有师傅温和地指导，我发觉和各位长辈们相处也并不是很难，他们善于处事，有很大的包容心，我也慢慢融入这个大家庭，这得感谢给位前辈的淳淳教育。

时间过的真快，转眼间，在华胜包装有限公司的实习马上要接近尾声了。通过这三个月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了简业务单子的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实业务处理的流程，认真观摩了专家们针对公司各项业务的处理，使我对一个公司的运行模式的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的是中文，和实际很脱轨，但是在四年大学生活中学到的点点滴滴很多都能代入工作过程中。譬如如何与人相处、真诚对人，譬如不论干什么都需要本着踏实的态度不断学习，此刻在实习中我才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。

三个月实习满后，我带着学满的知识离开了合肥华胜包装有限公司。从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。二、努力实践，自觉进行角色转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。三、提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你轻松找到工作，否则就难逃市场选择的厄运。我在该公司实习总结了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作而已。

在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

现在，实习已经结束，这次实习内容主要就是文员工作，时间虽然只有三个月，但我获益不浅，感慨良多。我感受最深的，有如下几点：

其一，实习是个人综合能力的检验。要想优秀完成工作，除了办公室基础知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力，应付突发故障的能力，还要对办公室中常用软件都能熟练操作。作为一名工作人员，还要求有较强的表达能力，同时还要善于引导自己思考、调节与人相处的氛围等。另外，还必须有较强的应变能力、组织管理能力和坚强的毅力。其二，此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。以往觉得很容易操作的office，但我的师父要求我完成某次产品统计的数据与记录时，我却一头雾水，感觉和平时计算机课堂中学的完全不一样，这也让我感到巨大的惭愧。因为以前的自己总以为这些东西学不学得好与专业没有多大联系，殊不知工作不是专攻一个方面，而是考察我们的综合知识水平。

再次，此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。这次实习，我觉得我表现得还不错，许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。这就是我本次实习的所感所想，再次合肥华胜包装有限公司以及学校老师对我们人生路上的帮助。

作为一名即将毕业踏入社会的大学生，这次实习就像是上台前的最后一次彩排，当我走进公司时那种激动而又紧张的心情不言而喻。生怕会在工作中出现差错，然而现在看来所有在实习中出现的困难，都是一笔珍贵的财富，警示着我在今后的工作中做得更好。

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，我们肩上扛着的责任，不再只是对自己了，而是对一个公司，所以凡是都要小心谨慎。

学校换成了公司，同学换成了同事，不再有自由支配的时间，一切来得那么无情，但是去必须适应。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。每天重复着这些烦琐的工作，时间久了容易厌倦，但是工作烦琐也不能马虎，一个小小的错误不但会给自己带来麻烦，更会给公司带来巨大的损失，而像公司的业务员每天都得到处奔波，他们必须具备坚韧不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，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，而现在所能做的，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能力。”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。我们必须工作中勤于动手，不断学习新知识积累经验，没有自学能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，做好自己的那一份，总有一天会有收获，只是时间的问题。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，虽说在工作中能力必须有，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。再加上实习中自己的感悟。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，通过这些感悟，我不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。

首先，是建议方面的。希望以后学校可以增加实践环节以增加学生们的工作能力，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，职能使自己成为人才，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。通过这次实习，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，虽然有了一定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，但作为自己的专业却可以成为我的优势。可是，在实习的过程中这个优势却并不怎么突出，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通过扩大词汇量和增大阅读面来提高自己的英语水平，使自己的优势更加突出。

其二是加强沟通能力。通过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通能力是让别人发现自己能力的前提，对于助理这个职位来说，沟通能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能力。通过在日后的交际中来提高我的沟通能力一定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接受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，能力再好也会变成可有可无的角色。应该把自己所拥有的知识能力奉献出来才能促进团队的进步，并使自己的能力得到认同。

其四是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人可以无条件的接受你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要保持宽容的心态，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。现在我的人生观和过去有些不同，曾经年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。现在，在我心中定义的美跟以前不同，得到的方式也不同。现在的美是一种踏实的感觉。而且是通过自己的坚持不懈的努力得来的。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段宝贵经历，而这次实习的意义，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，更让自己浮躁的心平静了下来，看清了自己的能力，明白了自己究竟想要的是什么。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，所以只有保持进取心才能使自己不被淘汰实习结束之后，当初对自己适合什么样的工作什么岗位的迷茫已渐渐消失，心理终于有了些轮廓，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，找到自己想要的生活。

最后要感谢我的母校――大庆师范学院，一直以来对我的培养，感谢全体老师的栽培，感谢四年来我身边的良师益友。是你们在我身边帮助我成长，谢谢你们。

**Java的实训报告篇六**

在繁忙而充实的学习、工作生活中，我们度过了美好的三年大学生活。而这个学期，我们就要进入社会进行毕业实习了。由于上学期末在主校区招聘会时通过了广州网络技术有限公司的面试，所以在今年2月至5月期间，我就在xx公司这里进行实习工作了。

这是我的第一份正式工作。虽然以前也有参加过一些社会兼职实践活动，但是感觉不一样，因为这次实习是我们迈入社会的转折点，也是将来工作的必经阶段。想到以后就要正式融入到这个社会了，有很多事情还等着我们去面对，虽然有点紧张、害怕，但是内心又有点向往……毕竟自己从来没有经历过啊，以后路就是由自己走下去了!

我们公司是一家港资企业，于1990年成立至今，是一间极具规模的联络中心，已于1998年获得了iso9001认证，具备一流的专业设备、先进的中心系统。庞大的联络中心营运规模，构筑稳健的业务平台，在综合资源配备下，能同时为多个不同行业、不同规模的企业机构提供专业全面的、服务，客户联络，设施管理……在广州的这个分公司是在20xx年设立的，主要负责中国移动通信集团广东有限公司客户中心10086外呼服务，包括电话服务通信项目、通信回访，以及通信故障处理项目等。而我刚进公司的职务就是专员，就是通过与广大中国移动品牌客户进行移动产品介绍、推广，同时，也负责进行电话回访、电话营销、社会调查等工作，并注意处理好与客户关系。

经过为期一周的就职前培训，我们主要学习到了这份工作所需要的服务意识与沟通技巧，应变能力，以及公司的各项规章制度，工薪待遇，节假期，提升制度等……但，并不是所有参加培训的学员都可以成为公司的正式员工的!我们还要进行考核……所幸我与另外5位新同事通过了测试，也通过了体检，能够成为公司的新员工进行实习。这也让我第一次感受到了社会竞争的残酷，弱肉强食。能力不够强的员工，公司不需要!有些事情真的是有能者居之……所以，我们只有通过自己的不懈努力，战胜各种障碍，才能步向成功。

与此同时，我也明白了步出社会工作，与坐在学校上课的区别。在学校里，我们最重要的事情是学习，而出了校门，如何能让自己在芸芸众生之中脱颖而出，成为社会的栋梁，让人信任自己，主要就是靠自己的实际能力!这也让我想起了辅导员老师对我们说过的：在大学里要学会“做人，做事，做学问!”，原来这真的是很有道理的。因为我们在学校里学得好并不代表就可以在工作中做得好，所以我们平时在学校就应该锻炼好自己各方面的综合能力，这是很有必要的。而且，现在的大学生给人的一种感觉，就是眼高手低，做不了实事……因此，只要能把平凡的事情做好，就已经很不平凡了。通过各种沥炼，让自己真正地成为一个能安心、能吃苦、能创业的“三能”应用型人才!

终于都开始上班工作了，虽然我们在培训时就已经详细地学习过了业务知识，但毕竟只是听导师的讲解，没有真实地对着现实中的客户，而且每个客户都有着自己不同的情况需要解决，加上自己以往也没有正式的工作经验，怕做得不好遭客户投诉，影响公司形象……所以还真的挺紧张呢!但是导师也常常鼓励我们，说经过考核挑选出来的我们，已经具有一定的能力可以自己解决问题了，而且，无论我们遇到什么问题，他们都会继续帮助我们的。没错，我们要相信自己，而且，只要认真，就一定可以做好，一定可以胜任的!这对我们接下来的工作起到了很重要的作用。

平时回到公司，在办公室一呆通常就是大半天，除了午饭休息时间之外，其余时间都是坐着对着电脑。看似轻松，但是公司交给我们的任务还是要按时保质保量完成的，否则就会影响到整个项目的进程，还要注意自己的工作有效率，这是跟我们的工作绩效挂钩的;虽然工作不算辛苦，但压力还是有的，尤其是“3·15”消费者权益日期间，社会各界各方面都十分地关注。而我们呢，更是不能松懈，稍有差池就可能遭到客户投诉。因此主管们更是经常下来巡场，三番五次督促我们要注意服务态度、注意业务知识、注意客户反馈、注意语音标准……遇到暂时回答不了的问题要注意及时记录好，并做好回访工作;要善于聆听，满足客户需求……但我觉得其实主要都是细节方面，因为我们都是通过电话形式与广大客户联系的，你给人的第一感觉很重要，首先你要形象专业，其次是业务专业，这样客户才会相信你。而且你要细心聆听明白客户需求，主要就是回答这是什么业务，有什么功能作用，使用条件、收费标准，如何操作使用(开通/取消/设置)，还有就是客户异议处理，帮助客户解决实际问题。注意好细节，工作起来就不会感觉到有什么困难了。

众所周知，我们大学生的实习是一种挑战，更是一种机遇。它能让我们学到很多在课堂上学不到的知识，也为我们进一步走向社会打下坚实基础。随着时间的推移，我们跟其他新老同事也逐渐熟落起来，除了工作上的互相帮助、互相鼓励之外，工作之余有时我们也会相约一起外出，吃饭唱k、聚餐郊游……这不但可以排解一下工作压力，调整自己的情绪，毕竟能够适当休闲娱乐、慰劳一下自己也是好的。而且，有较好的人际关系可以帮助自己快速地融入新环境，调整工作心态，发挥自己的最佳水平。通过在这里进行实习，我也明白了礼貌的重要性，不单止对客户要有礼貌，与同事相处也是需要礼貌的。幸好我的同事很好相处，很容易打成一片，很高兴自己能认识这么多待我这么好的同事、上司、朋友，也算是获益良多吧!

通过这次难得的毕业实习，我的工作能力得到了一次实质的升华。虽然在学校我也有担任学生干部，但毕竟多数都是在学校为同学们服务，与社会上形形色色的人交集较小，而现在就是真真正正地需要自己的处世应变能力，因为现在是与社会的人们打交道了。在现实中，我们总会有这样或那样的人际、事务需要处理、需要解决，这就相当于是对我们全面能力的一次综合考验了!同时也让自己的工作、交际、分析、口才、学习等能力得以锻炼，具有了一定的工作经验和社会经历，让自己更明确奋斗目标。

总的来说，在进行毕业实习的三个月中，我的总体表现还不错，能做到认真负责，积极主动。态度良好，接受能力也比较快。但我觉得思想还不够成熟，认知上还有待进一步加强锻炼。在接下来的工作、生活中，我会继续努力，多方面地学习，注意经验的积累，总结收获，让自己能更好地融入社会，适应社会需要!为实现理想而奋斗!加油!

**Java的实训报告篇七**

毕业实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它让我们在实践中了解，了解我们所学习的专业，了解我们将要从事的工作。

同时，毕业实习也让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，使我认识到将所学的知识具体应用到工作中去，为以后进一步走向社会打下坚实的基础。我们只有适应这个社会，才能被这个社会所接纳，适者才能生存，之后才能发展。

实习是让我们立足于现实，从理论中探出头来看看我们所学习的东西在实际的应用中是什么效果。同时，毕业之后面临的就是工作，毕业实习也为我们的毕业论文、毕业设计提供了实践的基础，让我们的毕业论文不只是纸上谈兵，让我们做出来的东西是实实在在的。

20xx年3月1日~20xx年5月1日

青岛金晶股份有限公司

青岛金晶股份有限公司深加工工程部产品的开发.生产.加工.经营等为主业的跨地区.多元化的大型企业集团,下辖14个企业,拥有员工5500名,其中各类专业人员1200名总资产上15亿,为国务院确定的国有重点企业500家之一.董事长刘同佑先生出身八代玻璃世家,是全国著名工程专家.山东建材学院院外教授.集团总裁王刚先生系优秀青年企业家,先后获全国\'五一\'劳动奖章和山东省劳动模范等荣誉,并当选为九界全国人大代表.\'\'末期集团子公司-青岛金晶股份有限公司投资4亿元,引进了美.德.英.法.日.意.芬.奥.韩.瑞等11个国家和地区的最先进的玻璃深加工生产线23条,并配有各种加工机组31台套,生产刚化玻璃.夹层玻璃.防暴防弹玻璃.热弯玻璃.镀膜玻璃.中空玻璃。丝网印刷玻璃.银镜玻璃.刻花玻璃.玻璃家具夹丝夹网玻璃压.花玻璃等建成中国规模最大.产品最全技术最先进的玻璃深加工基地.

原料的选择：二氧化硅（石英砂，海沙含量在98%左右杂质主要为fe2o3），三氧化二铝（长石），氧化钙 ，氧化镁（白云石），氧化钠（纯碱 碳酸钠）除上述主料外，还有辅助原料：澄清剂（主要有萤石、芒硝等）、着色剂（铬矿渣等）等。

化验室主要是检测新到的原料中各种成分的含量，交给配方工程师设计出优良的配方，生产出色的产品。另外，化验室还要随机抽样检测配合料的均匀度，以监视自动配料设备的工作，保证生产的正常进行。

原料运进存料车间以后，有斗式提升机把用量较大的原料（石英砂，石灰石，长石，白云石）运到配料设备的最高处，然后用筛子对原料进行一次过筛（筛子有六角筛和平面摇筛），主要目的是除去原料中的杂质和较大的颗粒，原料的颗粒度要求0.125~0.5mm,如果颗粒度分布不均，会造成配料分层及结石缺陷，特别是天然原料更要注意这一点。过完筛后落入料仓，用量较少的原料直接由最高处加入料仓而不需要斗式提升机，料仓下面有一闸门，闸门下面是电子秤，电子秤用减量法称量每次所需要的各种原料的量，然后通过水平传送机把原料送进混料机进行混合。经过一段时间的混合，然后通过闸门放进贮料仓。之后再统一从贮料仓经过供料道运往窑炉供料口。

公司共有三个熔制车间、七条生产线，日产量在500吨以上。三个窑炉均为煤气蓄热式马蹄焰窑炉。

配合料经供料口加入熔窑之后，正好就是喷火口的热点，能快速将配合料融化反应，形成液体硅酸盐，并且将生产的气体排出液面，其中就要有澄清剂产生大量的气体带走反应过程中少量的气体。并且这一部分新鲜的玻璃液随着内部液流流向澄清区，在这里还有鼓泡设备增加玻璃液上下层之间的交换流动。之后过一道窑坎进入均化区。

均化区是最终是玻璃液完全均化的所在，这样生产出来的玻璃制品才会没有条纹等缺陷。

流过均化区之后是流液洞，整个熔窑产生的玻璃液都需要从这个地方流出。因此这个地方的耐火材料要求是极高的。这里关系这整个窑炉的寿命。

退火炉中，退火时间为70分钟。玻璃的退火就是把具有永久应力的玻璃制品重新加热到玻璃内部质点可以移动的温度，利用质点的位移使应力分散，来消除或减弱永久应力。

退火可以简单分为加热阶段，保温阶段，慢速降温，快速降温四个阶段。 从退火炉出来即为检测车间，检测有人工检测和全自动激光验口机两道关卡。人工主要检测瓶身上的明显的条纹和结石等缺陷。激光验口检查瓶口的完整性和瓶身的厚度均匀度。熔制过程中产生的玻璃体缺陷可以分为三类：气泡（气体夹杂物）结石（固体类杂物）条纹和结瘤（玻璃态和夹杂物）。

附属设备主要有煤气发生炉和交换机。

煤气发生炉工作原理是以煤为原料生产煤气，供燃气设备使用的装置。固体原料煤从炉顶部加入，随煤气炉的运行向下移动，在与从炉底进入的气化剂（空气、蒸汽）逆流相遇的同时，受炉底燃料层高温气体加热，发生物理、化学反应，产生粗煤气。此粗煤气（即热煤气）经粗除尘后可直接供燃烧设备使用。这样在煤气发生炉中形成了几个区域，一般我们称为“层”。

按照煤气发生炉内气化过程进行的程序，可以将发生炉内部分为五层层：灰渣层；氧化层（又称火层）；还原层；干馏层； 空层；其中氧化层和还原层又统称为反应层，干馏层和干燥层又统称为煤料准备层。

由于马蹄焰窑炉是单口喷火，为了避免单侧受热，每隔40分钟就需要交换一次进气口和出气口。因此需要使用交换机以换向用。

感谢学校和给予我们这次毕业实习机会，让我们对于一些平常理论的 东西，有了深入的认识，感觉到受益匪浅。如果将我们在大学里所学的基础知识、专业知识和更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，才能使一个本科生具备较强的处理基本事务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

通过此次玻璃厂实习，让我学习很多、成长很多、收获很多。第一，生产实习加强了对课程的认知与认同，开拓了视野；同时它进一步培养了我对所学知识的兴趣和热情，激发了我学习专业理论知识的积极性。第二，大家平时学习都是抱着课本，念着理论，接触的都是抽象概念和理论，而实践的机会非常之少。不可否认，现在的大学生往往只具备书本上的理论知识，只能“纸上谈兵”，而缺乏动手和实践能力。实习正是引导我们将理论与实践相结合，培养锻炼才干的重要渠道。所以，对于这次来之不易的实习机会我很珍惜，自始自终都保持了很大的热情。通过认真听取老师的讲解，积极思考各种问题以及向老师请教，我学到了许多课本外的东西，真正体会了一次理论与实践相结合的过程。

**Java的实训报告篇八**

“十年树木，百年树人。”一年前，我以学生的身份踏入社会。走进了全国最顶级的酒店里学习和接触更多的东西。转眼间，一年的时间就这样过去了，有过喜悦，有过兴奋，有过苦恼，有过忧郁，有过怀疑，使得我从一个初出茅庐的学生，逐渐的熟悉了酒店的组织结构、人事关系、企业文化，也使我慢慢地适应这个社会。11个月就这样过来了，用什么词语来形容也没有用“现实”二字更为确切。

从去年7月的拿起背包随从着大来到广州，到如今再次收拾背包准备返回的时候，心里的确不是个滋味。自己毕竟做了11个月的花园人，对于花园，我依旧有着感情。所以直到现在，我始终为自己是一名花园人而自豪。我要感谢院校，感谢花园，是你们给了我这样的机会。从

欢迎来访礼宾部到了酒店的党工团办办公室，我很幸运的可以在一年的实习中接触了两个部门完全不同的工作，这两个部门的实习让我接触了很多东西，让我学到了很多东西。在礼宾部，我钟爱着这份工作，因为我在这份工作中找到了真正的自我。在党工团办办公室，我接触了酒店的行政工作，学会了怎样去做事，学会了怎样去做人。

我还记得自己刚踏入社会，走向花园门槛的时候，自己总认为在学校里学一点书本里的学问就可以在酒店里得心应手，而不明白最大的学问是在生活中，最厚实的文章却是在书本以外，现在我懂了，是花园告诉了我们 “年光似鸟翩翩过，世事如棋局局新”的道理。

在家里，我们只走得平路，上不得陡岭，更过不得险滩，离开了自己的家，来到一个陌生的大都市，有时候，遇到失落就想轻言放弃，甚至自甘沉沦，而不明白人生有起伏才有真趣、有波折才有韵味。

现在我懂了，是花园告诉了我们“凡人为善，不自誉而人誉之;凡人为恶，不自毁而人毁之”的道理。作为一名实习生，在实习过程中，会有埋怨，会有委屈。

因为我们总认为只要自己以诚待人、与人为善，公道就会自在人心，而不明白有时自己好心事办得并不好，甚至是好心办了坏事。之所以懂得这么多的道理，是因为花园，是花园人用言传身教告诉了我们。我们才让自己更加的有信心，也坚信我们可以为自己喜爱的工作而奋斗。

我热爱自己现在从事的工作，因为我在这份工作中找到了真正的自我，当我满头白发却依然站在酒店的大堂里与我们熟悉的宾客打招呼时，我会感到这是我们人生最大的满足。我始终以自己能够终生去做一名专业的服务人员而骄傲，因为我们每天都在帮助别人，而客人在我们这里得到的是惊喜，而我们也在客人的惊喜中找到了富有的人生。

我们未必会有大笔的金钱，但是我们一定不会贫穷，因为我们富有智慧、富有信息，富有责任感，富有助人的精神，富有忠诚和信誉，当然我们还有一个富有爱的家庭，所有的这些，才构成了我们今天的生活。其实，富有的人生不难找，它就在我们为别人带来的每一份惊喜当中。

实习是结束了，但无论是现在的实习，还是以后的工作，我们都会为自己曾经是一名花园人而骄傲，我们的精神也一定像红棉一样绽放。我们也都将倾尽全力，去延续我们肩负的使命：以真诚服务与我们的职业，我们的酒店，乃至整个旅游业。

感谢我的院校，感谢美丽的花园酒店，也感谢在这里生活一年的城市。

**Java的实训报告篇九**

1.实习内容

实习内容可以概括为两大类。一类是本专业范围内的工作，另外也有个别其他本专业范文的工作。

2.实习形式

根据学院教务处的要求，采取集中实习和分散实习两种形式。分散实习学生自己联系实习单位，都出具了三方签名的书面材料(个人申请书、家长同意书和实习单位接受实习的证明书)。集中实习学生的实习单位由系里联系。所有实习单位都有专业教师指导。实习类型有毕业实习和毕业设计两种，毕业实习学生107人(31个实习点)，毕业设计24人(1个实习点)。根据学生个人意愿和特点选拔毕业设计学生，其他学生参加毕业设计。

3. 实习成果数据统计

(1)收到学生实习报告112份。其中毕业实习学生每人一份，共107份;毕业设计每组1份，共5份。实习报告全部合格。

(2)收到32个实习点每个点一份实习鉴定(实习单位盖章有效)。鉴定对每个实习学生做出了评价，131名学生单位实习鉴定成绩全部合格。

(3)收到实习教师每人一份实习总结报告，共17份。报告内容包括三部分。一是对学生在实习过程中的表现、能力、纪律情况和基础知识掌握程度的评价。二是结合实习单位的意见，对自己指导的每个学生给出综合实习成绩。三是就毕业实习过程中反映出来的教学存在的问题提出改进意见或建议等。全体学生综合实习成绩全部合格。

达到了毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。本次实习采取分散形式。原则上以就业实习为主，同时与毕业论文选题相结合。本届实习的单位覆盖面很广，企业总体水平也比较高。实习收获主要体现在两方面。

1. 实习方式。实习单位指定指导人员师傅带徒弟式的带学生，指导学生的日常实习。学生在实习单位，以双重身份完成了学习与工作两重任务。他们向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。同学们认真的工作态度、较强的工作能力和勤奋好学的精神受到了实习单位及其指导人员的一致好评。

2. 工作能力。在实习过程中，绝大多数同学积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动参与企业市场调查、产品销售、外贸谈判、行政管理、财务管理、生产运作管理、人力资源管理等工作，同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，普遍受到实习单位的好评。大多数学生能胜任单位所交给的工作。在毕业设计单位和有些企业，实习学生提出了许多合理化建议，做了许多实际工作，为企业的效益和发展做出了贡献。

3. 实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

4. 组织管理。实习领导小组成员亲自到实习单位，检查和指导实习工作，协调解决实习中遇到的问题，总结、交流工作经验。 指导老师们在整个实习过程中尽职尽责，对保证实习质量起到了重要作用。实习开始时，老师们深入学生和实习单位，阐明实习大纲及实习计划内容，明确实习目的和要求。实习过程中，结合实习单位的具体情况，帮助学生学会具体地分析问题、解决问题，学会深化专业知识，用专业知识指导实践，指导学生做好具体工作;在业务不多的实习点，引导学生“找事做”，挖掘他们的实践经验;检查学生实习工作日记，掌握实习情况，指导工作及时有效;督促学生认真完成实习报告。实习结束后，老师们认真做好学生的实习成绩考核及评定工作，参加实习交流会，完成实习总结报告。指导老师平均每周与每个学生交流一次。指导方式有电话、电子邮件、下点、面谈等。基本达到了及时发现问题，解决问题，提高实习质量的目的。 实习单位的指导老师认真负责。不仅指导具体工作，还无私的介绍自己的工作与社会经验。

**Java的实训报告篇十**

一、实习时间：

20\_\_年6月15日到201年9月15日

二、实习地点：

武汉市华软信联有限公司

三、实习单位、部门及职位：

实习单位：武汉华软信联有限公司

实习部门：商务部

职 位：商务代表

四、实习目的：

大学生大部分时间都在学校里学习，学校里学习的是理论知识，而很少实践，我们还不能做到学以致用。刚出来工作的大学生存在着一个严重的问题—那就是没有工作经验。公司的根本目的都是以益利为目的的，它不是慈善机构，所以一般不会让你去它那里学习经验什么的，它要的人才是能为它创造价值的人才，最好就是马上能见效的人才，不必再为培养人才而花多那些成本。对于刚进公司里面什么都不懂的大学生来说，如果不能在它规定的期限内为它创造价值，那么只有走人的份了。

基于上面的原因，我们大学生实习就成为了必然的课程了，通过实习可以让学生更好的认识公司与学校的不同之处、认识到自己与公司的要求还差多少、认识到社会上所需要的人才类型是什么，从而更有针对性的去祢补自己的不足。通过实习把所学到的知识用于公司，为公司创造价值。如何去利用电子商务知识来解决公司所存在的问题以及如何运用电子商务来提高企业的效率成为我们的重中之重。

五、实习内容：

1、熟悉环境：

每个地方的生活习惯不同，只能是自己去适应环境而没有环境去适应你的。同样的情况下，其它人为什么就可以在这里生活而我们就不行呢?谁能保证以后的情况会怎么样，有可能比这里差一百倍也说不定，我没有抱怨，抱怨于事无补的。实习的目的在于提高个人的整体能力，去适应环境也是实习的一部分之一，遇到这种环境只有自己去调节，去改变，才能让自己成长得更快!

2、培训：

第一天上班，公司里的刘经理来给我们培训，这个是工作之前必要的。不管是从事销售工作，还是在公司做其它的事务，公司里每个员工都必需清楚了解到自己公司的产品是什么?有什么作用?怎么去用?公司是怎么样的?等等一系列的问题。作为公司的一位员工，连自己公司是做什么的都不知道，他一定是不负责的人，也不会为工司带来多大的价值。

刘经理给我们简单地讲了公司的产品，并讲了一些如何成功营销的例子。我觉得了解公司的产品五分钟就足够了，但是要真正了解它的话就不是一件容易的事情，你还要了解到它的卖点是什么，客户为什么要买你的产品呢?这些都不是说培训一俩天就可以全部明白，当你明白后又怎么样去用这些你了解到的去跟客户讲清楚?看似简单的东西其实一点都不简单，所以虽然我们知道了公司的产品，但更深层次的理解我还没有，有很多事情都不明白，但就是心里又说不上那里不明白!

3、找资料：

由于我们进行的是电话营销的实习工作，所以找资料就是利用各种途径来获取企业负责人或总经理的电话号码及公司地址。在整个工作过程中，找资料是前提条件来的，如果说在找资料的那几天你没有较多、质量较高的资料，那么你就在邀约中处于被动，而邀约不好那就直接关系到你的到场客户，而到场客户的数量决定了你这次会议签单的机会，也就影响着你个人这个月的工资及整个公司的业绩，所以说找资料是整个会议的前提条件，没有了这个前提条件就什么也没得说的了。

找资料看起来是最轻松的一件事情同样的也一点都不轻松。第一次找资料是在刘经理给我们培训怎么去找资料的那一天。刘经理简单给我们讲了下客户资料如何收集，如通过各地商会、不太出名的b2b网站、黄页、跟别人交换信息、绕前台、从别人手中取得等多种方式来获取资料。第一次的任务是每人100个老总的电话号码，我的方法是去网吧查找，在网上黄页上很多公司的负责人，这样一来100个资料并不难。

一开始找资料时确实比邀约轻松，但是过不了俩天我就陷入了困境。那是因为我都还没有意识到问题的严重，我根本就没有什么有效的方法去找到有质量的资料。方法大家都知道是通过各地商会、不太出名的b2b网站、黄页、跟别人交换信息、绕前台、从别人手中取得等多种方式来获取资料，但是网上的资料是最差的，不止你一个人在网上找，大把的人都在网上找，所以网上的资料都被别人打烂了，你很难可以在这些人中找到签单的客户。跟别人交换信息，在这儿人生地不熟的，去跟谁换资料，没有。从别人手中取得对于我们刚刚做的人来说也很难行得通!绕前台是可以的，但是一开始也因为不会说话而做得很难!我们几个有俩三天是跑出去抄路牌的，但是因为效率太底了，而且抄的资料质量都不好，我们陷入了困境了!我发现了，方法给你了也得靠你不断去尝试，不断去实践，才能形成自己的一套方法，而不是说方法给你了，你就马上找资料就很厉害，打个比方说，给个药方你你就会给人看病了吗?答案是否定的，工作并不是想象的简单。

4、邀约：

公司采用的电话营销和会议营销相结合的模式，所以邀约特别重要，邀约就是以电话邀约为主，通过收集来的资料打电话给那些老总及负责人，邀约他们在指定的时间指定的会场来参与公司组织的产品销售会议，来激发客户的激情从而使客户签单!找资料是整个会议的前提条件，而邀约则是重点，几天的资料收集也就是为了二到三天的邀约准备。而邀约是直接影响客户到场人数，总结出来，一场会议它的业绩有多少?直接跟到场人数有关，到场人数多，到场客户资质高那签单业绩就会很高，当一块会议人数少的话，直接影响到在场客户的心情。

由于我在找资料方面存在了问题，找的资料质量不高、数量不多，直接地影响我的邀约，因为那些资料都被人打烂了，当客户听到是叫他去开什么会或推销什么的时候就马上就挂了你的机，有些人还不给你说话的机会。他们总会想些理由来拒绝你，这些都是比较好的，最不好的人就是骂你是不是骗子、警告你不要再打电话过去烦他，态度是极不好的。这也很难怪的，每个人心里都会对陌生电话有所防备，他不认识你当然不会轻易地相信你。有些老总又比较忙，他们不对这些都很烦，所以不愿意去听你说什么。

因为对方都是一些企业的总经理及负责人来的，他们都是在商海打拼、了不起的人物，他们说话都比较有底气，而自己确实在底气方面做得很差，说话无力。那都是因为始终是自己的内心胆怯，又怕自己说得不好，又怕被他骂一顿，所以老是邀约的不是很自然。后来经理跟我说，邀约的时候不要胆怯，不管对方是谁，我们都是在平等的地位说聊电话的，我们只是负责通知他们去开个会议而已，有些话说来简单，但还是要自己去适应，去煅练。

5、跟催：

跟催作为邀约的后续工作，你之前邀约的客户不一定会来，也不一定会记得有这样的一件事，有的还没有确定到底要不要来开会，所以跟催就是邀约的后续工作了，跟催比邀约更难。一连串的连所反应，找资料工作没有做好，影响了邀约工作，邀约邀不到客户的话，跟催就没有自己的份了，好不容易才邀约了一个客户，但是却在跟催的时候都说不来了。

6、会议：

找资料是前提，邀约是重点，那么会议就是重中之重了，能否签单，签多少单都看接下来的会议了，这是公司的根本目的，也是公司的利润所在，由于我们是实习员工，所以我不涉及到谈单的任务，会议时我主要是做引坐，就是客户来了之后就带他们到指定的位置上坐好就行，这个与我们上课时的礼仪课息息相关，我们都要穿正装，打领带，怎么去引坐，怎么微笑都很有讲究。每一个员工都代表着公司的整体形象。

六、实习总结

1、自身能力：通过这次实习后，发现自己所存在的很多不足之处，而这些不足之处是你没去实习就无法发现的，自身的整体能力不足，比如说沟通能力、一些销售技巧、与同事与领导相处的技巧，因为公司就是公司，不是学校，在学校里，同学与同学之间同学与老师之间都是很好相处的，但是在外面的话就不一定了，你必须懂得一些相处的技巧。

2、专业技术：在学校里学校的专业知识都比较基础，要使这些知识用于公司还远远不够，不能满足公司的要求，所以还得自己去提升，继续去学习。还有学校里学的东西有时在外面不一定可以用得上，这要求我们快要毕业的同学去留意社会上的需求，因为学校学的东西与社会上需求的东西有个时间差在里面，学校里学的东西也不会去针对某某个公司来开设课程，所以每个公司都有自己的实际情况，要根据自已公司的要求来提高自己。

3、心理上的调整：现在的学生不再是以前的天之娇子了，有文凭有时还比不上一个有经验的人，所以要调整心态，不要高不成低不就的。

**Java的实训报告篇十一**

作为汉语言文学专业的学生，教育实习是本科教育中的实践环节，也是今后工作的预演，起着举足轻重的作用。20xx年9月10日我们36名师范生从学校出发，前往xx县高级中学，进行为期3周的教育实习活动。现在，实习结束了，我也学到了很多东西，感触良多。从20xx年9月10日至20xx年9月30日，已经圆满完成了各项实习任务，并取得了良好的工作成绩。现在，我将这次活动的具体情况总结如下：

一、学校初体验

来到xx县高级中学的第一印象就是这里的校园很宽阔，地面很干净，绿化也很好，整体环境也比较好。住的地方虽然挤了点儿，但总算是安顿下来了。收拾过后，去学生餐厅吃了午饭。这里的饭菜真的很不错，借用我们中的一个男生的话就是：“量大份足，经济实惠，一心打算来过苦日子，准备减肥，这下只能放弃了。“中午短暂的小憩过后，我们来到了学校的报告厅，这里的校长给我们强调了几点纪律要求：①不要随意乱跑，以免发生安全问题，一旦有人出事将中止本次实习活动;②严格遵守学校的作息时间;③不要和学生走得太近，以免分别时学生们情绪波动，对于日后的管理带来不必要的麻烦;④由于怕打乱学校的正常教学秩序，我们刚来就先跟着指导老师听课，最后一周的时候安排我们上讲台。我们专业的6个人去的是高一语文组。来到语文组，随意分配了指导老师，我们便都开始了实习生的生活，开始给老师改“导学案“和小作文，第一天的下午刚来就慢慢进入了状态。整体感觉办公室的老师们都很热情，对我们也很客气，大家就这样融洽的开始了实习生活。

二、实习进行时

每天早晨不到06：00就在校园广播的歌声中渐渐苏醒过来，简单收拾过后便走、向餐厅，满足的吃过早饭就径直走向办公室。每逢一、三、五都是语文早读，我们也跟随指导老师去班里，有时抽查背诵，有时在教室里走动，看学生是否有需要解决的问题。同时，监督他们学习，维持早读秩序。每次抽查背诵都是以小组为单位，如果有人没有背会就把他先挑出来，之后再去考。每次班里总有几个学生背诵不过关。我的指导老师的惩罚措施是让他们把课文抄写五遍并交上来，之后还要考察，直到每个人都完成任务。这种方法做到了对班上的每一个人都负责，特别是对于后进生，让他们努力赶上，不落在后面。高一刚开始就培养他们布置的任务每个学生都必须完成，没有人例外的习惯，这对他们日后良好学习习惯的养成很有帮助。

记得第一天去听课，我就听了三个不同老师的课堂，他们所带的学生情况各不相同，分别是实验班、重点班和普通班。不同的老师有不同的教学风格，而我也收获颇多。我发现现在的课堂学生才是主体，老师只是起一个引导和补充的作用，大多数课堂时间都是学生通过小组讨论来提出并解决问题的，这与传统的教师一个人唱独角戏大不相同，启发式教育有利于培养学生独立自主思考、分析、解决问题的能力。去了三个班级，我也听出了区别，实验班、重点班和普通班的上课氛围大不相同。前两个班的课堂气氛比较活跃，学生也勇于发言，而后面这个班的生与老师的配合不太好，学生做不到积极主动，跟不上老师的节奏。这也启示我在以后的教学活动中要充分调动学生的积极性、主动性。多与学生互动，抓住课堂环节，鼓励学生勇于发言，自信、大胆地为自己代言。

那天正好是周四，我参加了他们的“语文教研组会议“，了解了高中语文教学的严谨性，体会到了学校对教师的严格要求和对学生的高度负责，这个是我以前所不知道的。我一直以为老师教什么内容都是自己可以控制的，孰不知他们也要遵循年级组规定的一系列要求，如果违反了，处罚力度也是相当大的。其中请病假都要扣分，我顿时觉得要当一个语文老师也是很不容易的。从会议中了解到高一年级的教学主要在搞一个叫“课课清“的目标，就是每节课上课前把学习任务和内容以“导学案“的形式设计出来，学生提前预习并完成上面的习题。这样既明确了每天的学习任务，又达到了预习的目的。

每个周的周一下午，语文组的所有老师还要开一个“互研会“，主要是对上周教学工作在形式和方法上的总结，每个老师都要说自己的情况。同时，对于这个周所讲课程的进度、方式等进行探讨。我觉得这种方式可以有效提升教学活动的质量，值得学习。

来到实习学校，除了每天批改“导学案“、小作文等日常工作外，还有一件工程量很大的任务，就是大作文的批改。从去那后到离开的二十多天时间里，每天都在加班加点完成这一任务。我跟的老师带的是两个班，加起来有104人。因为是普通班，学生比较差，作文中的错别字特别多，语句不通顺的地方也很多，标点符号也不能正确使用，因此，批改起来很费事。为了鼓励他们，我给每本作文都认真批改出有问题的地方，给了分数，评语也都在一百多至两百多字，主要是鼓励的话语多一点。

三、班主任养成中

实习活动快结束的时候，我和另一个同学向赵老师一起申请了高一(8)班的见习班主任。赵老师是高一(8)班的班主任，也是体育老师，人挺好的，也很热情。于是，每天早上06：20就和赵老师一起到操场负责班内学生的到位情况，督促他们快点整队，拿出小卡片在操场上学习。06：30的时候开始伴着广播中的节奏绕着操场跑步，每天都跑四圈，结束后以各班为单位列队在操场做广播体操。做操结束后，他们还得待到07：10才可以离开，这期间他们被要求在操场看书。半个小时的吃饭时间，早上07：50就开始上早读课，班主任要提前五分钟到教室查人以及班务打扫情况。这样的形式一天有三次，中午数学辅导前，以及晚上理化辅导前也得进行这些检查。这样，每天的生活都是忙碌而充实的，这也让我体会到了班主任老师的辛苦。

四、别后思忆深

虽然，感觉刚刚适应这种生活就要离开，但是，这二十来天的时间还是很让我怀念和珍惜的。为了避免过分接触学生在离开时学生情绪有所波动，平时除了课堂，不敢过多介入学生的生活。没有和学生拍照铭记这段弥足珍贵的时光，这也是一大遗憾。临走前和语文组的老师合影了，也和自己的指导老师单独合影留念，照片上的大家都很开心，是对这段时间以来大家相处状态的一种展示，并没有因分别而产生悲伤的情愫。我想，大家是想把这段时间相处的好感与欢乐永远定格。以后的日子翻开这些照片，依然是满满的幸福感与喜悦感。前一天晚上，强老师还给我们建了一个实习生群，陆续加入了一些老师，把大家的照片上传以便共享，回来后还偶尔互相在群里互动一下。

现在回到学校了，我的角色又由一个实习老师转变回了学生，但我觉得体验过一个老师每天真正的工作，也上过讲台讲课，这样的气场多多少少还是会留在记忆中的。虽然，十一长假后才开始写实习资料，但这些情景回想起来还是历历在目、清晰可见。

回来后对xx县高级中学的记忆，除了那里有热情的老师，让人操心的学生们，总是批改不完的作业，优雅干净的校园环境，还有那经济实惠、味美价廉的餐厅。实习的时间就这么悄悄过去，而我仿佛还没有告别这一段日子，总是想起那段日子的点点滴滴。值得庆幸的是，这次的实习对我的影响很大，而这也终将是我人生中非常宝贵的一次经历，我会好好珍惜的。

**Java的实训报告篇十二**

前言

随着社会的快速发展，用人单位对大学生的要求越来越高，对于即将毕业的数字媒体技术专业在校生而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入到社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，毕业实习是必不可少的阶段。毕业实习能够使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在数字媒体技术专业课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，使我认识到将所学的知识具体应用到工作中去，为以后进一步走向社会打下坚实的基础，只有在实习期间尽快调整好自己的学习方式，适应社会，才能被这个社会所接纳，进而生存发展。刚进入实习单位的时候我有些担心，在大学学习数字媒体技术专业知识与实习岗位所需的知识有些脱节，但在经历了几天的适应过程之后，我慢慢调整观念，正确认识了实习单位和个人的岗位以及发展方向。我相信只要我们立足于现实，改变和调整看问题的角度，锐意进取，在成才的道路上不断攀登，有朝一日，那些成才的机遇就会纷至沓来，促使我们成为数字媒体技术专业公认的人才。我坚信“实践是检验真理的唯一标准”，只有把从书本上学到的数字媒体技术专业理论知识应用于实践中，才能真正掌握这门知识。因此，我作为一名数字媒体技术专业的学生，有幸参加了为期近半个月的毕业实习。

一、实习目的及任务

经过了大学四年数字媒体技术专业的理论进修，使我们数字媒体技术的基础知识有了根本掌握。我们即将离开大学校园，作为大学毕业生，心中想得更多的是如何去做好自己专业发展、如何更好的去完成以后工作中每一个任务。本次实习的目的及任务要求：

1.1实习目的

①为了将自己所学数字媒体技术知识运用在社会实践中，在实践中巩固自己的理论知识，将学习的理论知识运用于实践当中，反过来检验书本上理论的正确性，锻炼自己的动手能力，培养实际工作能力和分析能力，以达到学以致用的目的。通过影视多媒体技术的专业实习，深化已经学过的理论知识，提高综合运用所学过的知识，并且培养自己发现问题、解决问题的能力

②通过岗位实习，更广泛的直接接触社会，了解社会需要，加深对社会的认识，增强自身对社会的适应性，将自己融合到社会中去，培养自己的实践能力，缩短我们从一名大学生到一名工作人员之间的观念与业务距离。为以后进一步走向社会打下坚实的基础;

③通过实习，了解数字媒体技术专业相关岗位工作流程，从而确立自己在最擅长的工作岗位。为自己未来的职业生涯规划起到关键的指导作用。通过实习过程，获得更多与自己专业相关的知识，扩宽知识面，增加社会阅历。接触更多的人，在实践中锻炼胆量，提升自己的沟通能力和其他社交能力。培养更好的职业道德，树立好正确的职业道德观。

1.2实习任务要求

①在实习期间，严格遵守实习单位的规章制度，服从毕业实习专业指导老师的安排，做好实习笔记，注重理论与实践相结合，善于发现问题。;

②在实习过程中，有严格的时间观念，不迟到不早退，虚心向有经验的同事请教，积极主动完成实习单位分配的任务，与单位同事和谐相处;

③每天都认真总结当天的实习工作所遇到的问题和收获体会，做好工作反思，并按照学校毕业实习要求及时撰写毕业实习日记。

二、实习单位及岗位简介

2.1实习单位简介

山西星科有限公司创立于xx年，总部坐落在太原市创意文化园，是一家专业的创意科技型服务企业，也是目前国内最专业的数字视觉服务商之一，致力于为客户提供数字视觉与互动体验综合服务方案。

山西星科始终坚持在数字创意领域的技术创新与应用延伸，致力于视觉艺术、数字体验、主题创意、空间设计、技术创新的多维跨界整合及行业应用。开拓业务涵盖“旅游演艺、影视影像、展览展示、数字沙盘”四大核心领域，是目前国内较为专业的数字创意整合服务提供商。

2.2实习岗位简介(概况)

a. 参与影视多媒体技术岗位的日常工作，参与组织制定单位影视多媒体技术岗位发展规划和年度工作计划，并协助同事组织实施和检查执行情况。

b. 协助主管领导科学管理，贯彻、实施有关规章制度。确定自己在数字媒体技术专业岗位的工作职责与任务，定期进修和业务相关的知识，不断提高业务水平和工作能力。

c. 在工作过程，跟同事一起通过与客户的洽谈，现场勘察，尽可能多地了解客户从事的职业、喜好、业主要求的使用功能和追求的风格等。努力提高客户建立良好关系能力，给客户量身打造设计方案。

三、实习内容(过程)

3.1举行计算科学与技术专业岗位上岗培训

我很荣幸进入山西星科有限公司开展毕业实习。为了更好地适应从学生到一个具备完善职业技能的工作人员，实习单位主管领导首先给我们分发数字媒体技术专业岗位从业相关知识材料进行一些基础知识的自主学习，并安排专门的老同事对岗位所涉及的相关知识进行专项培训。

3.2适应数字媒体技术专业岗位工作

为期半个月的毕业实习是我人生的一个重要转折点。校园与职场、学习与工作、学生与员工之间存在着思想观念、做人处事等各方面的巨大差异。从象牙塔走向社会，在这个转换的过程中，人的观点、行为方式、心理等方面都要做适当的调整和适应。我在慢慢的熟悉工作环境和工作同事后，逐渐进入工作状态，每天按照分配的任务按时按量的完成。在逐渐适应岗位工作的过程中，我理解了工作的艰辛与独立自主生活的不易。在工作和同事相处过程中，即使是一件很平常的琐碎小事也不能有丝毫的大意，也让我明白一个道理：细节决定成败。

3.3学习岗位所需的知识

在实习过程中，我深深体会到“活到老，学到老”的深刻内涵。在实习中，要不断学习与自己业务相关的知识。在课堂上，老师传授给我们多媒体技术专业的理论知识，教给我们专业技能。但是，这些都来自课本，源于前人的研究总结。在课堂上听老师讲授的有太多是抽象的东西，没有经过实践，不易理解把握。有句名言“大学老师给予我们的仅是一杆鱼竿，如何钓到鱼是我们必须思考的问题。”的确，在知识经济迅猛腾飞的今天，在终身教育时代已经来临的时代，一个人要想在走出象牙塔、跨入社会后有所作为，那么现在就得学会求知，自觉主动去求知，敢于去探索钻研，特别是需要与时俱进的数字媒体技术专业。因循守旧，得过且过，不思进取，胸无大志，注定要在转眼间被时代淘汰。反之，与时俱进，自主探索，自觉学习，不断创新，才是成功必由之路。为了能够融入到职场、融入到社会，我们必须不断学习，多进行社会实践活动，敢于去艰苦的地方磨炼自己，挑战自己，造就自己。在实习过程中，实习单位安排的了技术指导杜老师，杜老师傅是个和蔼亲切的人，他先带领我们熟悉工作环境和数字媒体技术专业岗位的相关业务，之后他亲切的和我们交谈关于本部门的工作性质，目前的主要工作任务、本部门的主要工作同事以及我们的未来的工作安排，同时带领我们认识本部门的工作人员，并让我们虚心地向这些辛勤地在数字媒体技术专业工作岗位上的前辈学习，在遇到不懂得问题后要积极请教前辈。

四、实习总结

在山西星科有限公司实习的这段时间我总结了许多宝贵的东西，包括自己学到的知识和自身在学习中的错误与不足。对于那些宝贵的经验我一定会认真借鉴，而对于自己的缺点和错误我也会努力地改正。以下便是我实习期间的总结。

4.1 树立终身学习的理念

作为一个学生或者是刚刚进入职场的工作者，不论在何时何地我们都应该树立一种终生学习的理念。常听人说“知识是人类进步的阶梯”而知识何尝不是个人在当今社会的立身之本呢?因此不管什么时候我们都应该努力去学好自己的专业知识，同时还应该努力去学习和补充其他方面的知识，争取做一个全才，而不做偏激的偏才与怪才;毛主席曾说：“自己动手，丰衣足食通过将近半月的实习我更加明白了努力地重要性，在现在这个竞争激烈地社会里，我们只有努力才会有好果子吃，如果不努力你不会的东西永远没有人会主动教你，而你会了的技能也会在懒惰中渐渐被遗忘。所以我们只有努力学习、努力工作、努力发展才能生活得更好。

4.2 学会主动承担责任

在职场中我们应该学会放低姿态，丢下自己的面子。有时候只有放低自己才会看到别人比你高的地方，在社会中遇到不懂或者是不能解决的问题不仅应该自己去努力解决，而自己不能解决的时候我们更应该放低姿态，虚心的请教周围的同事或者是上级，学会借助他人力量，达到“四两拨千斤”的效果;在实习期间我还懂得了即将毕业且踏入社会的我应该学会承担，承担责任和苦楚。在今天我们不在时那个长不大的学生，我们在学校和家里做错了事情会有人原谅并弥补我的错误，而在外面没有，就像在实习期间我在做作业和测试时使用ps、3dmax等软件时会经常犯一些低级错误，那时有老师和同学指出，也不会造成巨大的经济损失，而到了公司如果还经常犯错误，不仅会遭到上级的责骂和同事的耻笑，严重时还会给公司造成经济损失，因此我们因知道主动承担责任。

4.3 充分准备，抓住机会

应该善于发现并抓住机会，并且为之做好充分的准备。机会对于每一个人是公平的 ，不公平的却是我们每个人发现和把握机会的能力不同，在机会来临的时候我们必须毫不犹豫的抓住他，才能够在机会中创造财富和实现自己的价值。对于这次实习的事情，我坚信自己是发现并把握好了这次机会的，我决心利用好这次机会，在这家公司实现自己的价值;在实习期间我曾多次犯一些不该犯的错误，一直以来我都不是一个非常细心的人，经常因为自己的粗心大意而犯许多低级错误，通过这次实习我发现了自己在这方面的不足，并且时刻提醒自己不要再犯同样的错误，经过这次实习我在这方面的错误的确少犯了不少，希望在以后的日子里能够更加细心少犯错误。

五、实习心得体会

总之在这段实习期间，在自己的努力学下中、同学的热心帮助下以及老师的谆谆教诲下，我学到了很多知识，也明白了许多道理。

5.1人生角色要转变

知道了对于一个人来说智商和情商是同等重要的，智商大多时候只是关系到我们解决事情的能力，而情商则大多时候关系到我们处理社会关系的能力。如果一个人只有智商而情商不高在遇到问题时可能就会一个人在那里钻牛角尖，也不会去找人来帮助解决。并且好多人都因为情商不高而冒犯了上司得罪了同事，导致自己的人际关系处理不好。

5.2坚持自己的信念

不论什么时候做什么事情我们都必须有一颗坚持的心。做什么事情都应该抱着永不放弃的态度去完成它。在实习半月的时间里我也遇到了了许多困难和烦恼，也曾有人劝我不要从事这个行业，但是我都始终坚持了自己的信念。“坚持就是胜利”这句话我一直就很喜欢，我也一直在坚持。在实习的这段时间里，不管再苦再累我都始终在坚持，希望真的能够坚持就是胜利。

5.3不断学习，感谢恩师

在实习的这段时间里我发现了知识真的是无比重要的，以前在学校总是听见身边的人说：“在学校学到的知识在以后的工作中用不到多少”而真正到了工作的时候才发现学校学的知识也是无比重要的，只是后悔当初在学校的时候没有学习更多更好的只是，到现在才明白“用时方觉少”是多么无奈，在以后的工作中我也会不断地去复习旧知识同时我也会不断地学习新的知识，不断地去提高和完善自己。“滴水之恩，当涌泉相报”感谢学校和老师四年来的苦心栽培，希望在以后的学习、工作中能够更好的发挥自己的聪明才智，完美的展现自己，为自己的将来的美好生活努力奋斗。努力回报母校，努力为国家、社会多做贡献。

**Java的实训报告篇十三**

转眼间，三年大学生活已经接近尾声，毕业的钟声将要敲响。将课堂所学知识运用于实践成为毕业生们必经的道路。带着老师的忠告，20xx年10月15日我有幸来到合肥华胜泡沫包装有限公司行政办公室实习。 合肥华胜包装有限公司始建于1994年，注册资金达到500万，占地面积16000平方米，年产值可达3000万。是生产聚苯乙烯泡沫定型产品和泡沫板材的专业生产厂家。目前这家公司已经拥有员工100多人，采用先进的大规模生产设备，这家公司自成立以来始终致力于聚苯乙烯泡沫的推广，拥有各式成型机，可以满足不同客户的要求。这家公司主要生产各种电动车电池，酒水食品，海鲜类保险箱，医用针剂，机械零件等各种包装。这家公司还生产不同尺寸规格，不同密度的泡沫板材。而且还可以根据客户要求，大小厚薄任意切割。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，上班第一天领导就派给我个师父，让他对我的实习进行全程指导。刚上班时让我熟悉公司生产已经销售的流程，暂时没有分配什么工作给我。而我身为一个文员实习者，首先接触的应该是如何融入工作，该公司处理基本工作业务的流程是：首先由销售人员去各个有需要潜力的公司进行业务洽谈，然后签订生产合同。之后便是业务单位根据自己的日期需要提前对产品下订单，然后交由仓库进行已有货物和差额的统计，再将数据交给车间进行生产，仓库再按照指定日期安排货车送货。几天后知道自己的工作主要是产品数量统计这块儿，并每天写工作总结。平时也到网站发博客、论坛，感觉和自己的专业有些出入。

刚开始进行的是完成培训的工作。由于感觉和专业不怎么对口，所以对于培训便没有在意，总以为这些工作很简单，但是这种浮躁的态度让我忽视了实习的目的 ——接触和融入社会，以至于后来考核时有点手足无措。虽说发博客和论坛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。从此以后，我每天埋头于博客和论坛中了。平时与同事相处中，虽然年龄差距大，好在有师傅温和地指导，我发觉和各位长辈们相处也并不是很难，他们善于处事，有很大的包容心，我也慢慢融入这个大家庭，这得感谢给位前辈的淳淳教育。

时间过的真快，转眼间，在华胜包装有限公司的实习马上要接近尾声了。通过这三个月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了简业务单子的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实业务处理的流程，认真观摩了专家们针对公司各项业务的处理，使我对一个公司的运行模式的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的是中文，和实际很脱轨，但是在四年大学生活中学到的点点滴滴很多都能代入工作过程中。譬如如何与人相处、真诚对人，譬如不论干什么都需要本着踏实的态度不断学习，此刻在实习中我才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。

三个月实习满后，我带着学满的知识离开了合肥华胜包装有限公司。从那里，我学会了下面几点找工作的心态：

一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。 二、努力实践，自觉进行角色转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。 三、提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

我认为大学生实习难，就业难，除非你有关系，能给你轻松找到工作，否则就难逃市场选择的厄运。我在该公司实习总结了五个攻略，只能智勇双全，才能在这个社会中出人头地。 1、宜主动出击：找实习岗位和找工作一样，要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会，可以主动和其人力资源部门联系，主动争取实习机会。可特别留意正在招聘人选的公司，说明其正缺乏人手，在没有招到合适的员工的情况下，很有可能会暂时选择实习生替代。 2、宜知己知彼：求职信和求职电话要稳、准、狠，即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求，准确地阐述自己的竞争力，自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态，表示实习的热望和决心。此外，规范的简历，良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

3、宜避热趋冷：寻找实习单位时，宜避开热门的实习单位和实习发布网站，勇于找冷门公司，回避热点信息和实习高峰期，实习成功的可能性反而更大。

4、忌免费午餐：实习生与实习单位之间是双赢关系，主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始，说明自己缺乏自信。有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

5、忌盲目实习：未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养，比如端盘子一类的工作，可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低，从找工作的角度，这样的实习弊大于利。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，然后帮助找到一个薪水较高的工作而已。

在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

现在，实习已经结束，这次实习内容主要就是文员工作，时间虽然只有三个月，但我获益不浅，感慨良多。我感受最深的，有如下几点：

其一，实习是个人综合能力的检验。要想优秀完成工作，除了办公室基础知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力，应付突发故障的能力，还要对办公室中常用软件都能熟练操作。作为一名工作人员，还要求有较强的表达能力，同时还要善于引导自己思考、调节与人相处的氛围等。另外，还必须有较强的应变能力、组织管理能力和坚强的毅力。 其二，此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。俗话说：要给学生一碗水，自己就得有一桶水。我对此话深有感触。以往觉得很容易操作的office，但我的师父要求我完成某次产品统计的数据与记录时，我却一头雾水，感觉和平时计算机课堂中学的完全不一样，这也让我感到巨大的惭愧。因为以前的自己总以为这些东西学不学得好与专业没有多大联系，殊不知工作不是专攻一个方面，而是考察我们的综合知识水平。

再次，此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。这次实习，我觉得我表现得还不错，许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。 这就是我本次实习的所感所想,再次合肥华胜包装有限公司以及学校老师对我们人生路上的帮助。

**Java的实训报告篇十四**

月实习生活已经结束了。这近两个月的实习使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。“知识是永无止境的。”在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。“十年树木，百年树人。”三年来，我以做一名高素质的优秀师范大学生为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。

近两个月的实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，同时，它使我的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。近两个月的实习，现在回想起来，短短的实习生活，感觉可以说不错，真的很不错。当我漫步在实习的校园里，那出自学生的一声声“老师好。”“老师好”的感觉真好，我有时觉得自己是不是被叫上瘾了。呵呵。

近两个月的实习，令我感慨颇多。我实习的班级是二年级201班，一大群八、九岁的小孩子，又可爱，又活泼，又好动，又调皮。记得我刚到课室的第一天，下午就有的同学送了自己画的画给我。我非常感动。

听了一周的课之后，我开始走上讲台，开始了自己的第一篇“处女作”。当然，刚开始心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，讲课顺序不清，师生配合不够默契”等等。针对出现的问题，指导老师要求我多听课，多向经验丰富的教师学习，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。帮助修改教案，她们没有丝毫的架子，有的是朋友般的亲切交谈。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

在上课的过程中，我遇到了许多困难：譬如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时有人建议我使用强制的方法。如罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持课堂秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且教师要把自己当成活动中的一员，是学生们的良师益友。我取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。

八、九岁的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差，影响教学效果。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加小红花，哪个小组认真听课，就给哪个小组加小红花，这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂，直接向课堂要效益了。

俗话说：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个小学生来说是至关重要的。我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习。无论是上语文还是数学，我都采取以学生为主，老师为辅的教学方式，课堂只要是以学生的朗读和提问为主，然后让学生充当小老师的角色讲评，我再加以补充、纠正。因为课堂都是以学生讲为主，充分调动了他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式。激发了学生浓厚的学习兴趣。

小学二年级的学生喜欢炫耀自己，于是我根据他们的个性和年龄特点，非常注重鼓励他们。只要他们答完问题，我都用鼓励性的语言对他们说：“真好”、“真响亮”、“还不错”等等。他们得到老师的赞扬，积极性提高了，久而久之，就养成了敢于举手回答问题的习惯了，而且，同学回答问题很好的，我就叫所有的同学用“棒、棒、你真棒！”的激励话语来鼓励他们，这样，充分活跃了课堂气氛，学生情绪饱满，起到了很好的教学效果。批改作业，纠正学生的错误是非常重要的。我在纠正学生每个错误的时候，写上激励的评语，并在评语中强调订正的重要性，并根据各个学生的情况加以勉励之，开导之。对那些在我要求订正之后依然不订正的学生，我在作业上写明。我的指导思想是不断给学生纠正错误的机会，直至认识了错误并改正为止。对于个别情况的学生，我会辅导他们，直到他们主动改正错误。身为一位教育工作者，就是要有这样的耐心，才能把学生的缺点纠正过来。 整个实习期间，我觉得班主任的工作最令我难以忘怀。由于二年级的学生都还小，自我组织和约束能力都还很差，特别是后进生更差。这就需要老师牵着他们走，告诉他们应该怎样做。我特别注重对后进生的工作，要实现“没有教不好的学生”的教育理想，因为我相信没有教不好的学生，只有教不好的老师，因此，我非常注重我自身素质的提高。在这方面，我绝不训斥他们，而是耐心地教育他们，跟他们聊天，了解他们，对症下药。制造机会让他们参加班里的活动，让他们知道，老师是重视他们的。学习成绩好只是孩子健康成长的一个方面，不能因为成绩不理想就怀疑孩子的能力，因为才能是多方面的。在我的悉心努力下，班里的几位后进生成绩都有了显著的进步，他们以前考试从不及格的，在接下来的语文和数学2个单元测验都及格了。从中我深深体会到，对那些后进生不能只是一味地训斥，罚站，罚蹲，而要了解他们的内心世界，对症下药。

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