2023年综合实训报告万能版(大全9篇)

报告，汉语词语，公文的一种格式，是指对上级有所陈请或汇报时所作的口头或书面的陈述。报告的格式和要求是什么样的呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

综合实训报告万能版篇一

理论是一种内在的力量，在我没有跨出书本去实践时，很多人和我讲：“没有实习，就没有发言权！”

当今社会竞争愈演愈烈，作为新时代的大学生，我们所面临的压力在一天天的增加，如何能够更好更快地适应社会生活，成为了我不得不思考的话题。

20xx年8月，我来到了四川倍斯特金融设备公司实习，并加入了客服部运维的队伍中。在这里我不仅学到了业务上的知识，也更明白了如何去做一个合格的员工。

上级布置下来的任务不再是学校的作业，有商量拖延的时间，而是必须立即去做，因为你身边每一位同事的勤奋都在告诉你，执行力是成功的要素，是企业的核心动能。

一切从基础做起，我首先简单接触认识了linux操作系统，虚拟机，网络安全等等一系列的知识。然后就带着探索和反思的心态投入到成都汽车票务网的测试工作中。在工作中遇到很多的问题，包括不能解决或涉及风险操作时，我都需要及时地向相关部门反应，遵守公司的制度和安排。这里没有“英雄主义”，风险不是一个人的事，而是整个团队和公司。

在这里我懂得了车站、售票平台、银联业务之间怎样对接，

懂得了平台日常运行维护的重要性，懂得了如何模拟真实的情景预测风险，更懂得了当问题出现后，我们应该采取何种措施把损失减到最小。我收获的不单是一种社会的历练，更是一种责任和企业的精神。

人生没有彩排，你所拥有的今天，就是别人期望的明天。所以我们要坚持不懈的奋斗，这样才能在未来的路上走出踏实的脚印。把真理和人文素养投入到实践中去，这才是学校给我们最宝贵的财富！

综合实训报告万能版篇二

时光过得真快，一转眼间三四天的实习时光就过了。在这段时光里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自我很多的不足，感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自我的心得体会。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自我即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和潜力仅有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一齐，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自我由知识、潜力、智慧等因素融合成的综合素质和潜力，为自我事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的好处。实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对理解实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，能够让其低成本、大范围的选取人才，培养和发现真正贴合用人单位要求的人才，亦能够

作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习能够使每一个学生有更多的机会尝试不一样的工作，扮演不一样的社会主角，逐步完成职业化主角的转化，发现自我真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于透过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，透过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，透过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

再次，我要总结一下自我在实习期间的体会。一是自主学习－－工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，有作业，有考试，而是一切要自我主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自我的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自我，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。在我们实习的单位里，我就遇见了几个十分和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原先理论跟实际是有很大的差距的。二是用心进取的工作态度－－在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自我，象我这样没有工作经验的新人，更需要透过多做多问来积累经验。个性是我们的工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，只是自由观摩，如果态度不够用心就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。三是基本礼仪－－步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原先作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都就应合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其

他人的做法或向专家请教。四是为人处事——作为学生应对的无非是同学、教师、家长，而工作后就要应对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是思考自我的事。

我想，透过这次实习让我认清了自我的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自我缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够用心。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自我选取的，因为在我看来，仅有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自我更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

扎实的专业知识是提高工作水平的坚实基础。在学校学习专业知识时，可能感觉枯燥无味，但当工作以后，才会发现专业知识是多么的重要。如我学的电控技术。机械原理，液压与制动，汽车构造这些是务必明白的，因为在日常工作中要处处用到。但我要想提高我的工作效率，工作质量，这些知识只是明白是远远不行的，而是要精通。做为生产技术，在汽车公司来说就是设备方面的，若没有扎实的机械知识，在这方面你怎能服人那遇到设备问题怎能快速有效的解决呢工作中不但要有良好的工作态度，并且要有很好的表现力。中国有句俗语:"踏踏实实做人，老老实实做事。"在这天，只是老老实实，勤勤恳恳做事是不够的，你还要学会适时地，恰当地表现自我。让老板明白你做了什么，让老板明白你的存

在是必要的!这样你才有发展的的可能，别人才会认可你，承认你!团结协作，善于沟通。团结协作指的是部门内部。你这个部门肯定不止你一个人，作为部门担当，你若想把本部门的事做的出色，那你务必把部门成员团结起来，发挥群众的力量，那样才能事半功倍!虽然我们这次的实习没有思考这些，但我想这些都是在今后的工作学习中都十分必要的。善于沟通是指部门之间。任何一个公司都是由众多部门组成的。部门之间的沟通是必要的也是务必的。

总之，用知识武装起自我来，学会做人，学会做事。你才能成功!

我坚信透过这一段时光的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示我的个人价值和人生价值，为实现自我的梦想和光明的前程而努力。在这半周的时光里，我受益非浅。我在那里不仅仅仅学到了许多关于专业的知识，最重要的是进一步体会到了做人的原则。公司的宗旨是：规规矩矩做人、踏踏实实做事。在去公司的第一天，教师们就教导我们做人必须要正直、要实事求是，诚以待人，人品对一个人来说十分重要的。我充分的体验到了你如何待人，他人也会如是回报。总之，在公司的半周时光里，我们脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，还学习到了不少为人处是的方法。

十几年的学生生活，即将划上一个句号。在公司实习的这段时光，我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，此刻我最终亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习;此刻即将踏上社会，显然，自我的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，此刻我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这半周，好比是一个过渡期－－从学生过渡到上班族，是十分关键的

阶段。回想自我在这期间的工作状况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。此刻发现了这个不足之处，就应还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自我能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。

感激学校给我们这次宝贵的实习经验，同时也要感激教师对我们的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。透过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的真正含义----------从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，务必亲身去躬行实践。

综合实训报告万能版篇三

不实习不知道，实习了才知道，对1个幼师学生来说，实习是多么重要，。在这1个月里，我学习到许多在学校学不到的东西.也感悟到了许多 ，从老师们身上，我看到了园丁们散发出的耀眼光芒，给了我在实习生活带来了许多启发性思维。在校期间总会认为当一名幼儿老师肯定很好玩，很轻松，但在这里我改变了这个想法，每上完一节课我都有最大的感触：想当好一名幼儿老师实在不易!同时这也激发了我的学习的热情，很多东西我还要向书本学习，还要向教师们学习，还要在实践中学习。

刚开始听带课老师跟孩子们上课，认真学习她上课的方式和怎样管好课堂纪律。即使那样，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。毕竟试教之际和正式去教室上课之际，环境不一样，心态也是很不一样的。我佩服老师对付这些孩子们的方法。用小组比赛来管他们的纪律，一来可以培养他们的团队精神。二来还为课堂带来一些活力。

使课堂上不那么死板。听了几节之后我就开始试着讲课，一开始孩子们乱成一团，不听讲课，我用了老师的那些方法，慢慢的，他们开始接受我喜欢我，这使我内心充满喜悦，也使我真正地喜欢上了孩子们，喜欢上了幼师这个职业。

实习时间虽然很短，却非常地有意义，这期间我收获了很多。我坚信，我以后一定能做1个合格的幼儿教师。

转眼间，来幼儿园已经4个月了，这段时间对我来说是一次非常有益的磨练和尝试现在，我的实习生活即将结束，但是这一段时间所带给我的，却能终身受益，我将珍惜剩下的每一天!这次实习中我第一次懂得了理解、喜欢孩子，要有很多很多的耐心、细心和爱心，这正是我们学习和努力的方向，回顾这些日子，我学到了许多幼儿园的实际操作经验，这为我以后的工作打下了坚实的基础，成为我珍视的宝贵财富在这段时间里，我尝试了许多人生的不同际遇，它教会了我执着，坚持，奋斗，理解和珍惜这是我在学校里学不到的刚刚进入幼儿园，才知道原来在学校里学到的知识一些理论的东西，缺乏实践经验来到了幼儿园，面对新的环境，遇到新的挑战，我只能一切从头开始失落感向我不断地涌来，我暗暗下决心：一定要让每个孩子都喜欢我每天我都会早早的来到学校等在教室门口等待孩子们的到来，我用最快的速度记住全班孩子的名字，就为了能够在早上与他们问好每天早上亲切的问候成了我和孩子们第一座友谊的桥梁，在区域活动时我会以玩伴的角色与孩子玩耍;玩游戏时还会像孩子一样的耍赖;做错事情了我也会道歉;与孩子们平起平坐，我利用一切时间与孩子相处，聊天，尽可能地走进孩子的心灵，了解他们的内心世界渐渐地孩子们记住了我的名字;跟前跟后地缠着我问东问西;放学时他们记得和我道一声再见我的努力有了收获，看着孩子们天真烂漫的笑脸我会心的笑了幼儿的心灵是纯洁无暇的，当他们接受了你就会真心的喜欢你、崇拜你、信任你孩子的爱是最真实、最纯真的当我看着孩子们一张张天真烂漫的笑脸时我的内心充满了幸福，我愿意弯下腰走进孩子、倾听孩子内心的声音了解孩子，关心孩子我觉得一名好的教师

不仅要关心孩子照顾孩子还要与孩子的家长保持良好的关系家长与教师的沟通很重要，"家园共育"的方式能让幼儿得到更全面更好的发展在实习期间我尝试与每个家长打交道，一起分享孩子在园在家的表现可喜的是孩子一天一天在进步，家长也对我这个实习老师日渐放心幼儿的天性是好模仿、好奇、好问的，但又由于他们自身的生活经验和知识经验的局限性，只有靠老师给予，提供和引导作为1个幼儿园老师，如果自己的学习兴趣不广，求知欲不强，不勤于思考，又怎么教出身心全面发展的幼儿呢?我在实习中增长了见识，我才知道，做老师难，做幼儿教师更难;也知道了自己的不足我们要回到学校来充实知识，弥补缺口每个孩子都有自己的内心世界，他们好比一把把锁，老师就是开启那把锁的主人真正走进孩子的世界，去发现他们，改变他们，教育他们，这个世界就是天才的世界跟孩子们在一起挺有意思的，还真想他们咱也当了一回张老师呢!经过实习，我才发现，要想当一名真正合格的幼儿教师还真不容易，光靠现在学的知识是远远不够的和孩子们在一起的喜怒哀乐，现在回想起来就象一串串冰糖葫芦，紧紧的串在一起，甜甜的我愿用我的热心，换取孩子们的安心;我愿用我的真心，换取孩子们的开心;我愿用我的实心，换取所有人的认同只有不好的老师，没有不好的孩子幼教本来就是一门需要具有爱心的专业面对1个个天真的孩子，我们更应该用妈妈般的心去呵护他们短暂的实习，我更加坚定了自己的选择。

综合实训报告万能版篇四

经过三年的专业理论知识的学习，现在踏身于实践当中，理论与实践的结合，在这三个星期的实习中，主要是：

（一）、发动机曲柄连杆的检修，

（二）、发动机钢体组件的装配检修与调整，

（三）、发动机汽缸盖及气门组零件的检修，

（四）、发动机气门间隙的检修与调整，

（五）、变速器第一、第二轴组件的拆检，

（六）、变速器壳体的检修，

（七）、鼓式车轮制动器的检修，

（八），盘式制动器的检修，

（九）、轿车操纵机构的检修与调整，

（十）、前轮前束的检查与调整，

（十一）、交流发电机的检修，

（十二）、起动机的检修，

（十三□□abs□汽车防盗系统的检修，

（十四）、柴油发动机废气排放的检测，

在这三个星期的实习中，共做了这十四个实验项目。

了解了汽车发动机和汽车底盘拆装操作的基本要领和基本知识，熟悉安全操作规程和防护要求，能够使用汽车常用拆装工具和量具，并具备汽车拆装的基本操作技能，掌握各典型总成部件的构造、工作原理和调整方法，让我对汽车有一个感性和理性的了解并得到岗位的.基本训练，为缩短未来工作岗位的适应期打下基础。实现了理论与实践的有机结合。从而达到了手脑并用，双手万能的目的。

活塞环的弹力检验：活塞环的弹力是保证气缸密封性的条件之一。

漏光检验

为了保证活塞环的密封作用，要求活塞环的外表面处处与气缸壁贴合。漏光度过大，活塞环局部接触面积小，易造成漏气和机油上窜。在选配活塞时，最好进行漏光度的检查。

漏光度的简易检查方法：将活塞环平放在气缸内，在活塞环一边放一个灯泡，上面放一块盖板盖住活塞环的内圈，观察活塞环与缸壁之间的漏光缝隙。

侧隙是指活塞环与活塞环槽上、下平面间的间隙。侧隙过大，将影响活塞环的密封作用，过小则可能卡死在环槽内，造成拉缸事故。

在做气缸磨损的检修

用量缸表测量气缸圆度误差时，在同一横截面内，在平行于曲轴轴线方向和垂直于曲轴轴线方向的两个方位进行测量，测得直径差之半即为该截面的圆度误差。

沿气缸轴线方向测得上、中、下三个截面，上面相当于活塞的上止点，第一道活塞环相对应得气缸处，中间取气缸中部，下面取活塞下止点时最后一道活塞环所对的气缸位置，测得的最大圆度误差就为该气缸的圆度误差。测量气缸圆柱度误差时一般在活塞行程内一股上去上中下三个部分如图24所示，气缸的各个方向测量找出缸的磨损最大值。气缸磨损最大直径与活塞下止点时活塞环运动区域以外，即距离气缸套10mm范围内的气缸最小内径差值的一半，就是气缸的最大圆柱度。即发动机的排量也是根据这个计算获得。

1）检查时用小锤敲击摩擦片，若声音沙哑，则说明铆钉或更换铆钉即可。

2）从动盘表面存在烧焦、油污、开裂且减振器弹簧折断时，

应更换新片。对有严重油污的，还应检查曲轴后油封与变速器一轴的密封情况。

在检修abs□汽车防盗系统时，检测汽车防盗系统的自我诊断功能，分为进入界面，查询汽车型号，进入汽车车辆，进入发动机系统，防盗系统，在进入防盗系统之前，要把点火钥匙打到no位置，这样才能检测出故障代码。

与人沟通，这是我们日常生活工作中非常重要的一个基本能力，我们要学会善于与人沟通。在实习的过程中我们主动地与维修厂的员工进行交流，不懂就问，有时也会聊一些生活上的小事，使我们在这三周里相处得很好，厂里员工也很乐意把他们的经验告诉我们，让我们学到不少书本上没有的东西。由此，我明白了，在与他人的沟通之中我们要保持主动、积极的态度。

汽车发动机和汽车底盘拆装操作的基本要领和基本知识，熟悉安全操作规程和防护要求，能够使用汽车常用拆装工具和量具，并具备汽车拆装的基本操作技能，掌握各典型总成部件的构造、工作原理和调整方法，让我对汽车有一个感性和理性的了解并得到岗位的基本训练，为缩短未来工作岗位的适应期打下基础。实现了理论与实践的有机结合。从而达到了手脑并用，双手万能的目的。

在此次实训周内，严格按照老师的给我们的安排与计划，老师每天安排的任务，此次实训中，我不仅掌握了汽车构造的基本组成和相关知识，而且也意识到在以后的工作学习中团结协作，以及充分发挥自己的主动性，创造性来解决问题的能力的重要性。并且要学会对已学过的知识和工程文件记录要及时的反省和总结，从而实现知识的根深蒂固！

综合实训报告万能版篇五

在轮科实习期间，我热情负责，积极主动，不懂就问，能达

到各科室的实习基本要求，认真做好医疗文书的书写工作，认真学习科室文件书写规范，认真书写一般护理记录，危重护理记录单等，严格执行三查八对，无菌操作，发扬慎独精神。对各种操作熟练掌握：鼻导管给氧法、徒手心肺复苏术、铺麻醉床、电动吸引器吸痰法、静脉输液法、导尿术、换药术、留置胃管术等;基本掌握各科室常见病多发病的护理;熟悉手术和各项操作中的无菌原则，器械传递，术后护理及各项监测指标。同时，在与病患医疗沟通时，锻炼了自己的沟通能力、协调能力，得到了较为全面的发展。在实习过程中，我还大量阅读了护理相关的书籍，不断扩大自己的知识面，在理论与实践上充实自己，并将理论应用到实践。

通过实习，我体会到了医护工作的重要性，并坚信在以后的医护工作中，能严格要求自己，提高护理质量，不断吸取经验教训，提高自己全面发展，为病患的健康尽一份绵薄之力。

实习心得体会：

经历了大半年的临床护理实习，我本着“以病人为中心”的临床服务理念，发扬救死扶伤的精神，踏踏实实做好护理工作，认真地完成了实习任务。在实习结束之时，我感慨良多。

一、实习是个人综合能力的体现。

在实习中，除了理论知识要扎实外，还需要较强的实践动手能力，操作能力，应付突发事件的能力，还要对各种器械，操作流程熟悉掌握。同时还要有较强的表达能力，把对病人所做的护理交待清楚，与病人形成良好的沟通，才能得到较好的配合。

二、此次实习，我深深体会到了积累知识的重要性。

书到用时方恨少，在刚开始面对各种病患，各种器械时，常常觉得脑袋空空，虽然有带教的严格指导，但仍显得信心不

足。这是因为理论基础的欠缺。所以在空闲的时候，要在理论上提高自己，扩大自己的知识面，不断吸取教训，才能提高护理质量。

三、实习增强了我对医护工作的认识。

医疗的质量，直接影响着病患的病情。医生的工作占据重要地位，但护理的工作也不可忽视。护士是医嘱的执行者，任何的差错都是可大可小的。作为护士一点要小心谨慎。护理工作的质量，对病人的预后起着关键的作用。

在实践中仍然有很多不足的地方，这需要从基础知识到实践操作严格要求自己，提高自己的思想觉悟，才能不愧对白衣天使的称号，才能为病患提供良好的服务，才能建造良好的医疗环境。

综合实训报告万能版篇六

20xx年xx月9日至xx月30日，我在安顺市第六中学七（2）班进行了为期近两个月的实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学、班主任工作。在原任指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武老师的指导和支持下，我总计听了8节课，上了32节课。教学实习中，总的来说，我能认真备课，所设计的教案规范准确最新教育实习生自我鉴定最新教育实习生自我鉴定。课堂教学中，教学效果好，教学内容能当堂消化、巩固，教学重点突出，明确，能够顺利地完成教学任务。同时，课外辅导耐心细致，批改作业仔细认真，还经常请武老师指出缺点和不足，以不断地提升自己。在实习过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难！需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧！同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料，并全部交给指导老师修改。

实习期间，作为实习班主任，每天课间操时维持秩序，监督到位，耐心地做学生的思想工作。教师节期间，我在班主任孙老师的指导支持以及学生的积极配合下，筹办了以"尊师重教"为主题的班刊展览活动，得到了老师和学生的极大肯定。

在整个实习生涯中，我本着对学生负责的态度尽心尽力做好每一件事情。自己在实践活动中得到了极大的提升，学到了许多书本上根本学不到的东西，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的教学经验。

但是，在教学过程中，时间把握不当，不能在有限的45分钟内完成教学目标任务，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自己以后两个月的实习不断地努力实践，追求进步。

实习尽管辛苦忙碌，但却是对我人生的一大有益的尝试和磨练。最后，我要特别感谢辛勤指导我的武老师，是他让我学到了很多的教学知识，使我从稚嫩的教学走向了成熟的教学。同时，我也要向指导和勉励我的孙老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！

综合实训报告万能版篇七

一、活动主题：传承历史文化，弘扬民族精神。

二、活动时间：20__年_月_号

三、活动目的：尽自我的绵薄之力帮忙老人，用自我热忱的心去温暖老人，让敬老院里因各种原因而失去家庭温暖的老人感受到关爱与照顾，幸福的安度晚年。

四、活动形式：帮忙老人打扫卫生，和老人交谈。举行文艺节目表演等。

五、活动负责人：___。

六、活动过程及资料：

1.通知会员、准备活动的具体事宜。

2.打扫卫生。我们安排男生负责打扫2楼楼道和楼梯，女生负责内外窗户玻璃的卫生。并将垃圾装入我们自带的垃圾袋中。

3.整理房间。趁着这个机会，我们协助院长整理了房间内的床位，将有些闲置的床位挪到其他房间已安排其他人入住，并收拾床底下的卫生。

4.帮老人晒被子。由于那天的天气很好，我们就主动帮老人把被子拿出来晾晒，让老人们夜晚睡眠更佳。

5.陪老人聊天。推行动不便的老人晒太阳，活动一下筋骨。给他们捶肩，按摩，陪他们聊天。

七、活动意义及影响：

作为当代中学生，每一天所应对的不仅仅只是课堂与知识，而应当有较多的接触社会实践。此次活动不仅仅给敬老院里因各种问题而失去家庭温暖的老人送去了温暖，也锻炼了参加此次活动的每一位志愿者。看着老人那落寞的眼神，那被岁月摧折的脊背，那被时光的车轮碾过留下岁月痕迹的脸庞，都激发了每一位参与活动的志愿者的爱心。

作为少年的我们把自我当作老人们的亲孙子，与老人闲话家常，为老人们捏肩捶腿，尽自我的“孙辈”之孝。从此次敬老院的活动中感到了不一样的人群，不一样的人生，也更加深刻的体会到了“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的重要性。望着那群因不幸而走到一齐的老人们，那群因孤独而相伴终老的老人们，每一位志愿者心中都有一个希冀，

期望我们能为老人带去一丝温暖，期望老人能够幸福的安度晚年。

本次活动既给了同学们一次锻炼的机会，又给老人们送去心贴心的温暖，让他们体会到社会大家庭的温暖。还与该院建立了良好的合作关系，他们同意我们能够将他们院作为活动基地，定期去做活动。

八、活动优缺点：

1.计划不周密。

2.计划不完备，在细节上有的地方没想全面。如：忘记带指甲刀给老人清洁个人卫生等等。

3.我们有些同学在于老人交流时不够进取主动，缺乏热情。

九、活动改良办法：

1.对会员进行敬老爱老的相关教育，讲解敬老的意义。

2.多组织类似的活动，从活动中发现问题、分析问题、解决问题。

3.事先做更详细的策划把更多的问题研究进去。

综合实训报告万能版篇八

转瞬间2个月试用期已濒临序幕，首先感激公司能给我展现才干、实现本身价值的机遇。我于11月3日成为公司的试用员工，担负销售出纳一职，现将我的工作及学习生活情形作如下汇报。

1、协助部门同事认真审核各部门报销的用度原始单证。打算

财务部门是公司的监管及服务的窗口，为了更好地为公司员工服务及公道天时用公司资金，我积极、认真地学习了公司的管理系统，在审核报销单证时，保持坚持贯彻执行公司财务管理制度。对手续不全，费用项目不明白的单证，退回经办人从新填制。

2、协助部门同事为公司员工办理工资卡。为了维护公司资金的保险应用，服从主管领导的支配，帮助同事为公司员工办理工资卡，使员工工资及时发放。

3、对江苏名目公司调拨过来的什物资产及海南项目公司所购实物质产清盘，并建成电子文档保留。

为了杜绝公司实物资产虚增的`可能性，对每笔费用报销所波及到的实物资产项目进行严格细致审核，对盘点到的所有实物资产及报销凭证所列资产进行逐一核查。为了防止项目公司调拨过来的实物资产不丧失，进行了二次清点，如有变动，及时进行调剂。

4、严厉实行岗位职责，尽力做好本职工作，对上级部署工作义务做到及时、过细、周全实现。

在本部门的工作中，我始终严格请求自己严以律已，拾遗补漏，一直地发明问题，解决问题，总结起因，积聚教训，从而完美和晋升公司的治理机制，能认真履行保密制度，认真及时做好领导安排的每一项任务，同时主动为领导分忧，辅助同事做一些自己力不胜任的事件。

进公司以来，自己尊重领导，与同事关联融洽，在较短的时间内适应了公司的工作环境。为尽快进入工作角色，我自发当真学习本公司、本部分、本岗位的各项轨制、规矩，严格依照公司里制订的工作制度发展工作。并应用业余时光进行自学实践常识，业务水温和理论素养都有所进步。工作中我始终坚持谦逊谨严、虚心求教的态度，主动向引导、共事们

求教，向实践学习，把所学的知识应用于实际工作中，在实际中测验所学知识，查找不足，提高本人，避免跟战胜浅尝辄止、一知半解的偏向。近两个月的工作，培育了我乐观、自负、老实、坦白的生涯立场；认真、谨慎、踊跃、自动的工作风格。我十分爱护此次工作机会，在当前的工作中，我会用谦虚的态度和丰满的热忱做好我的本职工作，为公司发明价值，同公司一起瞻望美妙的将来！

综合实训报告万能版篇九

学习新闻专业已经三年了，在这三年里，我也从一个觉得从事新闻事业对我来说是可望而不可及的高中女孩，成长为觉得以后能从事新闻事业是非常荣幸的大学生。对于新闻，这个从现在到以后要一直跟我接触的词，我是满怀崇敬的，甚至可以说是更多的满怀憧憬。这三年，我通过对一些新闻相关知识的学习，有了一定的理论基础，但是缺少了实践的理论是不完美的，有时甚至只能是空谈。而在人才泛滥的当今社会，更是不会接受空有理论，没有实践的我们。于是，在大三的暑假期间，我开始专业实习。通过这次实习，我可以在社会实践中接触与本专业相关的实际工作□20xx年7月10日，我怀着信心与梦想，带着一丝丝的好奇与忐忑，来到了南方都市报，开始了我为期两个月的实习生涯。

对于实习，感触还是满多的，当中我经历了太多的挣扎，记得才开始做的第一天，带我的老师分配给我的任务就是负责将他们手写的稿件用电脑打出来，有时也会将当地的一些新闻通过电脑传送到市里。一开始我觉得挺无聊的，便想放弃。但又想到：其实校对文字也是一项很重要的工作，而且通过这项工作，我也可以看看老师们是怎样写新闻稿的。考虑到这些，我又坚持了，现在想想，还真得夸夸自己当初的决定是多么的正确。在习惯了自己的工作之后，以后每天早上不到八点，我便会第一个来到办公室，进屋后，首先将办公室的卫生打扫一遍，这样做一是为了有个良好、舒适的工作环境，让大家可以心情愉悦的工作。其次也让自己在老师们眼

中树立一个良好的形象，让他们觉得“这个学生挺好，将来可以用”.打扫完之后，也将近八点，办公室里的老师也都到齐了，我便会来到临时属于自己的办公桌前，认真做好自己的工作：找出稿件中的错别字，语法错误的也加以修改。虽然这份工作看上去确实很枯燥，但当你爱上这份工作的时候，你会发现，其实你的每一天过得还挺充实的。

通过这两个月的实习，我将自己从学校学到的一些理论知识与实际的工作相结合，使我学会了一些光靠理论知识是不可能学到的东西。这次的实习，也加强了我对新闻工作者的感性认识，培养和锻炼了我综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来，提高了实践动手能力，使我对自己所学的新闻学专业有了更深一步的认识，为毕业后走上工作岗位打下了一定的基础;实习的同时也可以检验自己所学的专业知识，为进一步使自己成为合格的人才，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。在此次实习过程中，我以做一名高素质的新闻人为目标，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。在实习期间，我也深受单位领导的照顾和关怀，并在指导老师的带领下，认真负责地做好各项新闻工作，完成任务要求，做一名合格的新闻人。

来实习之前，听实习过的同学讲里面的关系很难处。虽然我对于处理人际关系还是有把握的，不过，我一开始做事的时候仍是小心翼翼的。后来才慢慢发现，根本没有这种必要。只要你真心诚意的对待别人，别人也会同样的和你相处。在那里，老师们也交给我一些必要的社交礼仪，比如握手的原则，饭桌上的原则等等。我想，这些在书本上学不到的东西，对我在以后的为人处事、待人接物方面有很大的帮助，会使我一生受益。

在这两个月中，我深深感受到了这里的文化氛围，从中也领悟到了许多东西。我发现很多从事新闻的人并不是新闻专业出身，有很多理工科的毕业生也在做新闻、做记者，而他们

很多人做的要比文科生优秀。这说明了做新闻不一定非得新闻专业或者文科专业的人才能做好。这就给我这个新闻专业的人带来了不少的压力，因此，我就更得努力学好专业知识，才能面对这迎面而来的挑战。

实习期间勤快和积累人脉很重要。作为一名实习生，我所欠缺的，就是社会经验、职业素养以及一些基本的工作技能，所以实习生必然会从接电话、发消息这种基本的工作做起。想要真正地学到东西，不仅要从点滴开始累积，更要发挥自己的主动性，多观察，不断地发现、发掘自己能做的工作，循序渐进地进入工作体系。要利用实习的机会，想清楚自己要走的路，趁着实习多听多看多认识人，提高求职的综合素质。正如报社里的老师们说的那样，人际关系的处理是头等大事，在实习中，我们常常能得到一些宝贵的人脉资源，这些都要好好的把握，对于以后的求职可能有帮助。

理论中的新闻是真实、客观的，在现实中也是一样。这就要求我们新闻工作者要有很高的职业素养，把真实的事情反映给人民群众，为社会负责、为他人负责、也为自己负责。决不夸大事实，不编造虚假新闻。我们也要多报道一些与老百姓切身相关的新闻，积极反映老百姓关心的问题，做好政府和民众的传声筒的工作。

实习经历告诉我们，新闻专业的学生不能仅仅靠啃书本，我们要积极参与各种活动，把理论与实践相结合，才能更好地提高自身素质，锻炼自己的能力。在以后的学习中要拓展知识面，使自己的知识系统化。由于新闻需要接触社会的方方面面，所以需要的知识也需要十分全面，光有专业的新闻知识是远远不够的。所以我会在以后的学习中多想，多读，多学，为将来投身新闻业作好准备。

实习的时间是很短暂的，当我发现，自己已经爱上了这份工作和这里的生活的时候，离别的钟声也敲响了。有好多东西都需要去学习，好多人都还来不及感谢。我从一个只有满腔

热情的新闻专业学生到一名初步了解新闻制作的实习生，这里留下了我成长的足迹，这里有毫无保留的老师，刚刚熟悉的朋友和那永远弥漫的笑声和欢乐，还有知识和经验。我要带着对新闻的了解和热爱，从这里出发，继续去探寻新闻的世界，完成我做一个优秀新闻人的梦想！