

2023年认知实习报告总结 认知实习报告(优秀6篇)

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

认知实习报告总结篇一

不知不觉，大学生活已经接近了尾声。还记得刚来大学的时候，对于这个陌生的城市，全新的环境，体现了重重的不适应，心想，这三年，可怎么熬啊！时间过得飞快，在我们还没来得及反应的时候，招聘会已经接二连三的席卷而来。这是，我才意识到，三年的大学生活，马上就结束了，而我们，也要像好像昨天的学姐学长们一样，参加一次次的招聘会，寻找适合自己的工作，开始上下班的生活，徘徊在公司于宿舍之间。

我实习的单位是上海东富龙德惠空调工程安装有限公司，当时进这个公司的时候，是通过网络得知信息的，于是我就去参加的面试，进了这么一家公司。首先，我对我实习所在的公司做一下简单的介绍吧。我们公司成立了20多年，前几年和东富龙合并，并成功的上市。我们公司有两个子公司，设备公司和工程公司，我是属于工程公司，刚刚离开学校，我们没有资本去享受生活，也没有资格去享受。我只能通过网络，还有和同学的交流区熟悉一些陌生的概念，慢慢的我明白了一些概念，图纸也基本都懂了，尤其是在以后的验证工作中还要接触到电器图纸，现在要自己学习点电气知识，对我来说电气知识是我在学校中从没有接触的，有点困难，但我相信我自己可以学好的。

但是我的任务还是仅仅局限于熟悉公司产品，看一些关于我

们公司产品国标文件，为以后的产品验证打下基础。

工作将近一个月了，我没有什么收获。其实多少还是有收获的，在各方面吧。由于公司不太忙，记得老师说过，进大公司可能辛苦点，但是可以学到很多东西，我们刚出生社会，很多东西都不了解，所以要想多学一点东西，还是要进大公司先锻炼一下自己，等自己有能力了再选择其他的你改的公司。在刚实习的时候我很坚信我就是处于这样的环境中。我在里面可以学到很多东西，可以很好的锻炼自己，所以，我每天都积极的工作，我希望我可以成功。虽然没有人苛刻的要求我，但是我还是坚持了下来，我相信我可以努力的做得很好。

刚到公司的第三周，和我们公司负责验证的主管，去了我们公司一个施工现场，在现场发现了不少问题，遇到一个最棘手的就是所测风速达不到甲方要求，这个要根据流体力学计算所机箱的沿程阻力和局部阻力，计算出整体的阻力，然后根据客户要求的出风速度等算出总风量，在根据泵与风机的知识选择相关风量的风机，发现自己的所学知识有所遗忘，在以后的工作中注重加固自己原来所学知识，学习现实中的知识。

认知实习报告总结篇二

大学生活即将结束了，回首着校园的生活和社会实践活动，有欢笑，有悲伤有成功当然也有失败，始终以提高自身的综合素质为目标，以自我的全面发展为努力方向，树立了正确的人生观，价值观和世界观，但更多的是在这期间我学到了许多书本上学不到的知识，修养和能力。在面临毕业的时候，回首过去，从入学时的懵懂少年，到如今踌躇满志即将走上社会的青年。四年的成长，在此作一个鉴定。

在思想品德上，我有良好的道德修养，并有坚定的政治方向，关注国家的时势要闻，积极向党组织靠拢，使我对我们党有更为

深刻的认识.并用真诚的热心经常参加学校组织的志愿者活动,去关心和帮助他人!

在学习上,用从未有过的拼搏的精神学习自己的自动化专业,还利用课余时间学习一些网络和办公软件来充实自己.并在学校得到了老师和同学们的肯定,我相信自己在以后理论与实际相结合中,能有更大的进步提高。

在生活和工作中,当然我也有自己的缺点,就是性情太直率了,需要处事冷静稳重才好.我对班级和学生会工作热情,任劳任怨,责任心强,对人友善,注重配合其他学生干部出色的完成各项工作,得到了大家的一致肯定。

四年里我树立了正确的人生观,价值观和世界观,但更多的是在这期间我学到了许多书本上学不到的知识,修养和能力,我可以用热情和活力,自信和学识来克服毕业后生活和工作中的各种困难,用自己的学习能力和分析处理问题的协调,管理能力去完成今后的美丽人生!

从踏入大学门槛的那天起,经过良师的精心指导以及自己的奋力拚搏、自强不息,我逐渐成为了一个能适应社会要求的新时代大学生,并为做一个知识型的社会主义建设者打下坚实的基础。

在大学期间,我认真学习,发挥自己的特长,挖掘自身的潜力,从而提高了自己的学习能力和分析处理问题的能力,也获得大家的认同。另外,我也积极参加各种社会实践活动。工欲善其事,必先利其器。在求学期间,学而知不足是我学习、工作取得进步的动力。除了必修课程外我还自学photoshop、flash、dreamweaver等软件,并制作了自己的个人站点。在英语学习上,我坚持阅读英文报刊,提高自己的科普知识和阅读能力。

在学习之余,我坚持参加各种体育活动,使自己始终保持在

最佳状态，这些都是我将来工作的重要本钱！

我最大的特点是：诚实守信，热心待人，勇于挑战自我。为人处世上，我坚持严于律己，宽以待人，若要人敬己，先要己敬人，良好的人际关系正是建立在理解与沟通基础之上的。同时作为一名即将毕业的20xx年应届自动化专业的大学生，我所拥有的是年轻和知识，使我不畏困难，善于思考，但年轻也意味着阅历浅，更需要虚心向学。我也深知，毕业只是求学的一小步，社会才是一所真正的漫漫人生路。

认知实习报告总结篇三

佳木斯广源物流有限公司、佳木斯电机厂

20xx年x月2x日--x月x日

为了以后能更好的适应工作和学习，学校组织到佳木斯广源物流配送中心与佳木斯防爆电机厂进行为期5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。

佳木斯广源物流公司是一家综合服务型物流企业，主营国内公路零担运输和空运代理服务，公司秉承“承载信任、助力成功”的服务理念，以每年超过60%的增长速度在中国物流行业迅速崛起，并获得“全国先进物流企业”等荣誉称号。一直以来，广源物流视客户为一起成长的亲密伙伴。在广源眼中，客户所托付予自己的，不单只是一件货物，更是一份沉甸甸的信任。既然承接了客户交付的信任，就一定要把这份信任安全送达收货人手中，帮助客户获得生意的成功。

佳木斯防爆电机有限公司制造厂，成立于1984年，现有

员工500人，技术人员100人。是一个有着二十年研制、生产各种防爆电机的企业。是中国化工装备总公司、中国石化总公司的定点生产厂家。广泛应用于石化、化工、起重、冶金、煤炭、医药及粮食加工等部门。

公司始终坚持“发展为源、全面领先、追求双赢，安全环保”的经营理念。佳木斯防爆电机有限公司技术力量雄厚，各类专业加工设备齐全，工艺先进，具有完备的试验手段和质量保证体系。多项产品获国家、部、省的段秀产品奖和专利项目。是国内生产防爆电机产品品种最多，规格最多的集科研、生产、安装于一体的专业公司。

在广源物流公司的实习过程中，我了解到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。

而在佳木斯防爆电机厂的参观实习中，使我能有机会接触到专业中的那些“只闻其声，未见其人”的大型设备，能了解到理论与实际操作的不同，了解到了目前工业水平的现状，收获颇多，感触也颇多。

认知实习报告总结篇四

岳麓滨江新城潇湘大道北段：

长沙潇湘大道北段工程是由中建五局承建施工的，潇湘大道北段建设工程是“一洲两岸”的重要组成部分，由道路、风光带和景观道三部分组成。启动建设的潇湘大道北段南起橘子洲大桥，北到三汉矶大桥，全长约9公里，道路路幅宽40米。实习目的：贯彻理论联系实际的原则，到施工现场或管理部门去学习生产技术和知识。施工实习不仅是对我们能否在实践中演习知识技能的一种训练，也是对学生的敬业精神、劳动纪律和职业道德的综合检验。不仅要注意知识的积累，更应该注意能力的培养，为此，学校为了让大家对本专业有更好的认识，在我们大四开学，组织了一次外出实习，好让大家可以将平时在课堂上学到的东西联系到实际当中。

实习方向：道路与桥梁工程

实习地点：湖南

实习时间：9.3—9.14

实习学生□xxx

实习分两部分：参观正在建设的道路和桥梁、听讲座。

通过本次实习参观中，我们主要了解了如下内容：

1. 实际观察各种路桥模型，理论联系实际，认识并了解路桥的结构，
2. 了解板的配筋方法、施工要领。
3. 了解桥梁交通中的作用、及其与道路线型的主从关系。

4. 了解桥址选择依据，及其与河流走向的关系的内容和要求。
5. 了解立交在城市交通中的作用及其主要组成部分。

本次实习讲座中，我们主要了解到：

- 1、了解路桥结构设计的主要工作内容、工作程序、工作方法及前景；
- 2、了解工程建设程序的主要工作内容、工作程序、工作方法
及前景；
- 3、了解路桥工程项目管理的主要工作内容、工作程序、工作。

本次报告由湖南工程学院的建筑工程学院土木工程教研组的陈爱军老师组织策划的，给我们做的是关于道路工程的报告，陈老从道路工程的起源讲到最新一些道路发展的现状，从能源与环境的关系着重强调了，做为新一代的祖国建设者不仅要结构上，形式上令人满意，还要做到节约，与环境的相和谐的发展观。以下为简要记录。

道路工程学是从事道路的规划、勘测、设计、施工、养护等的一门应用科学和技术，是土木工程的一个分支。道路通常是指为陆地交通运输服务，通行各种机动车、人畜力车、驮骑牲畜及行人的各种路的统称。

道路按使用性质分为城市道路、公路、厂矿道路、农村道路、林区道路等。城市高速干道和高速公路则是交通出入受到控制的、高速行驶的汽车专用道路。

道路工程历史源远流长。历史上最早的原始社会人群，因生活和生产的需要，形成天然原始的人行小径。以后要求有更好的道路，取土填坑，架木过溪，以利通行。当人类由原始农业到驯养牲畜后，逐渐利用牛、马、骆驼等乘骑或驮运。

这种生产力的飞跃进一步要求更适用的道路，因而出现驮运道。

道路工程学的研究内容主要有：道路网规划和路线勘测设计、路基工程、路面工程、道路排水工程、桥涵工程、隧道工程、附属设施工程和养护工程等。

道路网规划应考虑各种交通运输综合功能的协调发展，路网布局的完善。路线勘测设计应选定技术经济最优化的路线，对平、纵、横三个面进行综合设计，力争平面短捷舒顺、纵坡平缓均匀、横断面稳定经济，以求保证设计车速、缩短行车时间、提高汽车周转率。对路基、路面、桥梁、隧道、排水等构造物进行精心设计，在保证质量的条件下降低施工、养护、运营和交通管理等费用。

路基既是路线的主体，又是路面的基础并与路面共同承受车辆荷载。路基按其断面的填挖情况分为路堤式、路堑式、半填半挖式三类。路肩是路面两侧路基边缘以内地带，用以支护路面、供临时停靠车辆或行人步行之用。路基土石方工程按开挖的难易分为土方工程与石方工程。

路基工程在道路建设中，工程量大、占地广，常为控制施工进度度的关键，故要求尽可能与沿线农田水利建设相结合并力争节约用地；按照标准设计，严格控制施工质量，保证路基具有足够的强度和稳定性；搞好排水和防护加固工程，沿河路基应注意不被洪水淹没冲毁；填方工程应慎选土质并分层夯实，对其密实度和含水量进行现场控制；冰冻地区还应设置防冻层或设置隔水层和隔温层，切断毛细水，减少负温差的不利影响；当路线通过悬岩峭壁需修建悬出路台或半山桥，陡峻山坡则需修筑挡墙、石砌护坡或护脚等工程以保证路基和山体的稳定；当路线不能避让必须通过特殊或不良地质、水文的地区或路段时，路基工程应针对其具体情况和特征，采取防治措施。

为适应行车作用和自然因素的影响，在路基上行车道范围内，用各种筑路材料修筑多层次的坚固、稳定、平整和一定粗糙度的路面。其构造一般由面层、基层(承重层)、垫层组成，表面应做成路拱以利排水。路面按其使用特性分为高、次高、中级、低级路面四级。按其在荷载作用下的力学特性，路面可分为刚性路面和柔性路面。

水的作用是造成路基、路面和沿线构筑物的病害和冲毁的

的主因。根据不同分为地表水和地下水。地表水若沿道路表面流向或渗入路基土内时，可能将冲毁路基的路肩和边坡以及路面；地下水能使路基湿软，降低土基强度和路面承载力，严重时可引起翻浆或边坡滑坍，导致交通中断。

排水工程要与水利灌溉相配合，地面排水和地下排水兼顾，路基路面排水与桥涵工程相结合。总的要求是查明情况，全面考虑，因地制宜，就地取材，防重于治，经济适用，多种措施，综合治理，构成一个统一的排水系统。

地面排水设施一般有：边沟、截水沟、排水沟、跌水、急流槽、倒虹吸管和渡槽等。地下水排除一般以导流为主，不宜堵塞，主要设施有暗沟、渗井、渗沟。

道路跨越河流沟谷时，需建涵洞、桥梁或渡口等构筑物；与铁路或其他道路交叉，也常建桥跨越。过水构筑物有漫水桥、过水路面、淬水路堤等。当交通量不大而又受到经费等条件限制时，可暂缓建桥，先修渡口工程；待交通量增长条件具备时，再改拨建桥。

我国目前道路建设还存在一些问题，突出问题是与环境的配合，往往为了修建道路而对环境有较大的破坏，占地面积较大，资源浪费，要解决这些问题需要我们新一代道路建设者付出更大的努力！

认知实习报告总结篇五

实习目的：贯彻理论联系实际的原则，到施工现场或管理部门去学习生产技术和知识。施工实习不仅是对我们能否在实践中演习知识技能的一种训练，也是对学生的敬业精神、劳动纪律和职业道德的综合检验。不仅要注意知识的积累，更应该注意能力的培养，为此，学校为了让大家对本专业有更好的认识，在我们大四开学，组织了一次外出实习，好让大家可以将平时在课堂上学到的东西联系到实际当中。

实习概况

实习方向：道路与桥梁工程

实习地点：湖南

实习时间：9.3—9.14

实习学生：_____

实习分两部分：参观正在建设的道路和桥梁、听讲座。

通过本次实习参观中，我们主要了解了如下内容：

1. 实际观察各种路桥模型，理论联系实际，认识并了解路桥的结构，
2. 了解板的配筋方法、施工要领。
3. 了解桥梁交通中的作用、及其与道路线型的主从关系。
4. 了解桥址选择依据，及其与河流走向的关系的内容和要求。
5. 了解立交在城市交通中的作用及其主要组成部分。

本次实习讲座中，我们主要了解到：

- 1、了解路桥结构设计的主要工作内容、工作程序、工作方法
及前景；
- 2、了解工程建设程序的主要工作内容、工作程序、工作方法
及前景；
- 3、了解路桥工程项目管理的主要工作内容、工作程序、工作。

本次报告由湖南工程学院的建筑工程学院土木工程教研组的陈爱军老师组织策划的，给我们做的是关于道路工程的报告，陈老从道路工程的起源讲到最新一些道路发展的现状，从能源与环境的关系着重强调了，做为新一代的祖国建设者不仅要结构上，形式上令人满意，还要做到节约，与环境的相和谐的发展观。以下为简要记录。

道路工程学是从事道路的规划、勘测、设计、施工、养护等的一门应用科学和技术，是土木工程的一个分支。道路通常是指为陆地交通运输服务，通行各种机动车、人畜力车、驮骑牲畜及行人的各种路的统称。

道路按使用性质分为城市道路、公路、厂矿道路、农村道路、林区道路等。城市高速干道和高速公路则是交通出入受到控制的、高速行驶的汽车专用道路。

道路工程历史源远流长。历史上最早的原始社会人群，因生活和生产的需要，形成天然原始的人行小径。以后要求有更好的道路，取土填坑，架木过溪，以利通行。当人类由原始农业到驯养牲畜后，逐渐利用牛、马、骆驼等乘骑或驮运。这种生产力的飞跃进一步要求更适用的道路，因而出现驮运道。

道路工程学的研究内容主要有：道路网规划和路线勘测设计、路基工程、路面工程、道路排水工程、桥涵工程、隧道工程、附属设施工程和养护工程等。

道路网规划应考虑各种交通运输综合功能的协调发展，路网布局的完善。路线勘测设计应选定技术经济最优化的路线，对平、纵、横三个面进行综合设计，力争平面短捷舒顺、纵坡平缓均匀、横断面稳定经济，以求保证设计车速、缩短行车时间、提高汽车周转率。对路基、路面、桥梁、隧道、排水等构造物进行精心设计，在保证质量的条件下降低施工、养护、运营和交通管理等费用。

路基既是路线的主体，又是路面的基础并与路面共同承受车辆荷载。路基按其断面的填挖情况分为路堤式、路堑式、半填半挖式三类。路肩是路面两侧路基边缘以内地带，用以支护路面、供临时停靠车辆或行人步行之用。路基土石方工程按开挖的难易分为土方工程与石方工程。

路基工程在道路建设中，工程量大、占地广，常为控制施工进度度的关键，故要求尽可能与沿线农田水利建设相结合并力争节约用地；按照标准设计，严格控制施工质量，保证路基具有足够的强度和稳定性；搞好排水和防护加固工程，沿河路基应注意不被洪水淹没冲毁；填方工程应慎选土质并分层夯实，对其密实度和含水量进行现场控制；冰冻地区还应设置防冻层或设置隔水层和隔温层，切断毛细水，减少负温差的不利影响；当路线通过悬岩峭壁需修建悬出路台或半山桥，陡峻山坡则需修筑挡墙、石砌护坡或护脚等工程以保证路基和山体的稳定；当路线不能避让必须通过特殊或不良地质、水文的地区或路段时，路基工程应针对其具体情况和特征，采取防治措施。

为适应行车作用和自然因素的影响，在路基上行车道范围内，用各种筑路材料修筑多层次的坚固、稳定、平整和一定粗糙度的路面。其构造一般由面层、基层(承重层)、垫层组成，表面应做成路拱以利排水。路面按其使用特性分为高、次高、中级、低级路面四级。按其在荷载作用下的力学特性，路面可分为刚性路面和柔性路面。

水的作用是造成路基、路面和沿线构筑物的病害和冲毁的主因。根据来源不同分为地表水和地下水。地表水若沿道路表面流向或渗入路基土内时，可能将冲毁路基的路肩和边坡以及路面；地下水能使路基湿软，降低土基强度和路面承载力，严重时可引起翻浆或边坡滑坍，导致交通中断。

排水工程要与水利灌溉相配合，地面排水和地下排水兼顾，路基路面排水与桥涵工程相结合。总的要求是查明情况，全面考虑，因地制宜，就地取材，防重于治，经济适用，多种措施，综合治理，构成一个统一的排水系统。

地面排水设施一般有：边沟、截水沟、排水沟、跌水、急流槽、倒虹吸管和渡槽等。地下水排除一般以导流为主，不宜堵塞，主要设施有暗沟、渗井、渗沟。

道路跨越河流沟谷时，需建涵洞、桥梁或渡口等构筑物；与铁路或其他道路交叉，也常建桥跨越。过水构筑物有漫水桥、过水路面、萍水路堤等。当交通量不大而又受到经费等条件限制时，可暂缓建桥，先修渡口工程；待交通量增长条件具备时，再改拨建桥。

我国目前道路建设还存在一些问题，突出问题是与环境的配合，往往为了修建道路而对环境有较大的破坏，占地面积较大，资源浪费，要解决这些问题需要我们新一代道路建设者付出更大的努力！

实习内容

岳麓滨江新城潇湘大道北段：

长沙潇湘大道北段工程是由中建五局承建施工的，潇湘大道北段建设工程是“一洲两岸”的重要组成部分，由道路、风光带和景观道三部分组成。启动建设的潇湘大道北段南起橘子洲大桥，北到三汊矶大桥，全长约9公里，道路路幅宽40米。

潇湘大道北段南起橘子洲大桥，北到三汊矶大桥，全长约9公里，道路路幅宽40米。潇湘大道北段建设工程是“一洲两岸”的重要组成部分，由道路、风光带和景观道三部分组成，南起橘子洲大桥，北到三汊矶大桥，全长约9公里。在潇湘大道向北延伸的过程中，望月湖东侧的高架桥和新龙王港桥是其中两个重要的节点。两座桥梁顺接为一体，将妥善解决望月湖小区周边的车辆分流和潇湘大道跨过龙王港的问题。40米宽的潇湘大道北段北行至银盆岭大桥以北600米处时，道路将向西移数百米并继续北行，主要交通功能被引向滨江新城中心，沿江而行的则是一条宽23米的滨江景观道。道路和滨江景观道分别北行至三汊矶大桥以南800米处时，两者合并继续往北到达三汊矶大桥。

目前，潇湘大道北段已开始银盆岭大桥以南和三汊矶大桥以南约1公里路段的沥青摊铺，滨江景观道还有部分路基施工在抓紧进行。

拌和站开机前提前一天对沥青进行加热，进行混合料拌合时沥青温度为165-175度，碎石加热温度为175-185度，在正式出料前先出两锅没有沥青热料，检测热料温度，符合要求后正式进行混合料拌和，并安排专人对出厂混合料进行温度检测，检测合格后发签认单后运往摊铺现场。

运输车在装载混合料前涂刷隔离剂(隔离剂为植物油与洗洁剂比例为3:1)，随车配备盖料帆布，并在车厢两侧钻直径为6mm的小孔，以便检测拌合料温度。对运至摊铺现场的混合料，在摊铺机前30cm位置挂空档，靠摊铺机推动前进，并安排人员检测摊铺混合料温度并记录具体摊铺里程和时间。

摊铺机就位后，根据设定的松铺厚度7.2cm垫好垫木。摊铺机采用非接触式平衡梁进行摊铺作业。

摊铺机正式摊铺前，在熨平板加热至100度以上后，开始进行料摊铺。在螺旋输送机横向送料槽中贮存的混合料达到输送

轴高度2/3以上后，摊铺机以每分钟1.5m的速度匀速、连续地进行摊铺作业。在专人检测摊铺厚度，在松铺厚度达到7.2cm后，摊铺机以每分钟2.5m速度匀速前进。

在1#摊铺机摊铺到5~10m左右，2#摊铺机紧跟就位摊铺。1#、2#摊铺机熨平板中间搭接15cm□有专人检测摊铺温度和松铺厚度。

碾压压路机碾压由外侧向中分带一侧碾压，碾压紧跟摊铺机进行，初压采用1#dynapacc522双轮钢轮压路机碾压1遍，朝向摊铺机前进时静压，退回开弱振碾压，然后由__p261轮胎压路机紧跟进行碾压，再由dynapacc622双钢轮压路机紧跟振动碾压，2台__p301在有工作面的情况下跟在dynapacc622钢轮后进行复压，形成压路机在摊铺机后面追随式碾压，使混合料在较高温度下能够尽快碾压密实。最后由2#dynapacc522双钢轮压路机进行2遍静压用以消除轮迹。

在碾压区间形成的拥包，由专人用3米直尺进行检测，并做好标记，在复压结束前指挥压路机处理完毕。

实习总结与体会

本次实习，时间虽短，但基本达到了为毕业设计收集资料，完善所学知识，将理论与实践相结合的多重目的，在这段时间里我还是有不少的收获，虽然累了、黑了、瘦了，但我还是要感谢远升建筑公司给我提供了这此机会，在实习工程中，我们了解了道路与桥梁工程设计的全过程及一般步骤，了解了结构设计的新动向和新方法，了解了有关的施工技术。感谢王工对我的指导和教诲而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。现在突然走了，往日的一幕幕经常浮现在脑海中，经常会想起汤工叫我去放线，去标高，去测轴，去验筋……而这些，再也

不会有人让我去做了。离开长沙，竟然有一种空虚的感觉。生产实习实质是毕业前的模拟演练，在即将走向社会，踏上工作岗位之即，这样的磨砺很重要。希望人生能由此延展开来，真正使所学所想有用武之地。

认知实习报告总结篇六

实习目的：通过办公实习了解保险行业及其营销运作状况，在此基础上把所学的商务和营销理论知识与工作实践紧密结合起来，培养实际工作操作能力与分析思考能力，以达到学以致用，并积累一定的社会处世经验。

实习时间：

实习地点：中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司

今年暑假，我有幸到中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司进行了为期40天的实习，在这一个多月的实习中我学到了很多在课堂上和书本上根本就学不到的知识，受益匪浅。现在我就对这40天的实习做一个工作小结。

首先介绍一下我的实习单位：中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司。中国人寿保险股份有限公司前身是1949年随国建立的中国第一家保险公司，几经演变后，现公司于20xx年6月30日根据《中华人民共和国公司法》注册成立，并于20xx年12月17日、18日及20xx年1月9日分别在美国纽约、中国香港和上海三地上市。公司名列我国最具价值品牌前十名，是我国保险行业第一品牌；市场份额将近全国的1/2，拥有最多的全国客户群体和独一无二的全国性多渠道分销网络以及遍布全国的客户服务支持，是中国寿险市场的领导者；随着资产的不断提高，公司已通过为其控股的中国最大的保险资产管理公司——中国人寿资产管理公司建立了稳健的投资管理风险管控体系；其经验丰富的管理团队将中国人寿在世界500强企业中的排名不断提高，08年跃居159位，堪称行业老大。中国

人寿保险股份有限公司荣昌支公司是荣昌县所辖地区拥有客户最多和最具实力价值的保险公司。

(1) 保险以及保险行业的现状，使我对保险有了一个更客观、全面的认识，理智的判断，也激发了我对金融学的深化了解和欲学以致用的兴趣。

(2) 通过对已知资料的分析或与同事们的交流，提高了自我的思考认知能力，通过对保险业的现状的研究和前景的科学预测，进一步引发了我对职业取向的思虑，帮助了我在大学期间进行的职业规划和职业生涯设计。

(3) 对职场有了初步、真实、贴切的认识，明确了努力和改善，通过与同事们和众多的业务员的交往、接触，学到了珍贵的人际交往技巧和处世经验，交到了几位可以虚心请教的长辈朋友，感谢他们对我的指导、教育和思想启迪。

(4) 电脑办公的实用知识与软件应用技巧，以及处理问题的能力和经验，强化了我对扩展知识和提高能力的学习欲望。

(5) 勤奋、踏实、认真、负责任做事风格的重要性，只有这样，才能得到认可，才能真正有所收获。

以上是我的个人实习报告，当然，以我个人之见也发现了一些小的问题，如保险代理人考核制度不够健全，保险业务员职业素质参差不齐，出勤制度不够完善，分工不定期不够明确等需要改善。

这次实践教会了我许多，不仅让我扩展了知识的视野，增长了社会见识，而且为我大学毕业后走向社会打下了坚实基础，是我青春时期的一笔重要财富，使我终生受益。

感谢在我实习期间所有帮助过我、教导过我的人！

感谢中国人寿保险股份有限公司荣昌支公司给我这个难得的实习机会!