# 2024年毕业生实习心得报告(六篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-10-14

*报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？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...*

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？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。

**毕业生实习心得报告篇一**

透过这次实训，一方面学习到了许多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提高了自我动手做项目的潜力。本次实训，是对我潜力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是十分有好处的。在实训中我学到了许多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识运用于实践中的好机会，原先，学的时候感叹学的资料太难懂，此刻想来，有些其实并不难，关键在于理解。

在这次实训中还锻炼了我其他方面的潜力，提高了我的综合素质。首先，它锻炼了我做任务的潜力，提高了独立思考问题、自我动手操作的潜力，在工作的过程中，复习了以前学习过的知识，并掌握了一些应用知识的技巧等。其次，实训中的项目作业也使我更加有团队精神。

从那里，我学会了下头几点找工作的心态：

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，获得事业提高的动力。作为一名青年学子更就应把学习作为持续工作用心性的重要途径。走上工作岗位后，我会用心响应单位号召，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潜力，以广博的社会知识拓展视野。

二、努力实践，自觉进行主角转化。

仅有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也仅有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是透过实践活动来实现的，也仅有透过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。务必在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种主角的转换。

三、提高工作用心性和主动性

实习，是开端也是结束。展此刻自我面前的是一片任自我驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的职责。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，能给你简单找到工作，否则就难逃市场选取的厄运。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。

这次实习的资料就是速记，校正，打印工作，但我获益不浅，感慨良多，我感受最深的，有如下几点：

其一：实习是个人综合潜力的检验。要想优秀的完成工作，除了自我专业的基础知识功底，还要有因对一切突发事件的潜力，更重要的是要熟练办公中常用的软件。熟悉了一切，才能更好，更快。更有效的完成工作任务。

其二：此次实习，我深深体会到了累积知识的重要性。以前学习的要巩固，更要学习新的知识，当自我接触了更多的知识，有了更多的经验，那就需要把他们累积来用，转换成自我的实用技术，应用在实践上。

此次实习增强了我毕业就业的信心和勇气。透过这次实习，我觉得我表现的还不错，从刚开始的懵懂，到熟练，都是自我一点一滴透过实践来提高自我。虽然我们在大学里学了不少的东西，可是一旦运用到实践上，往往会手足无措，找不到东西南北。可是时间是个很好的教师，它教会我一个词，叫熟能生巧。能够说这次实习，我学到很多在学校里学不到的知识与经验，我会把握和珍惜实训的机会，在未来的工作中，我会把学习到的理论知识和实践经验不断的运用到实际工作中，把在实习期间的那种冲劲放在往后的工作中，我会为实现梦想而努力。

致谢：首先，我要感激学校教师们对我的培养，让我在踏入社会之前有了丰富的知识，让我对社会有了足够的了解。其次，感激南昌立正文化传媒有限公司给了我这个机会，让我在公司实习的过程中学到很多，不仅仅是知识，更重要的就是如何与人相处，如何更全面的完善自我。

**毕业生实习心得报告篇二**

从\_\_年\_月26日至\_\_年1\_月7日为期两个星期的工程测量实习已经结束了，通过这次实习，让我深刻明白了理论联系实际的重要性。测区是我们\_\_水利职业技术学院校区，虽然测区比较大，基本上是整个学校，测绘图也是我们整个学校的平面图，不过，让我们值得庆幸的是，在这个已经步入冬天的时节，在我们测量的时间里，天气晴朗，并没有我们担心的雨，也就让我们安安心心的测量，为了能尽快地完成任务，我们小组星期六、星期天加班进行测量，我们在测量的过程中也并不感到累，也没有感到辛苦，反而还能自得其乐。

测量学是用来研究地球的形状和大小以及地面点位的科学，从本质上讲，测量学主要完成的任务就是确定地面目标在三维空间的位置以及随时间的变化。在现在这个信息的社会里，测量学的作用日益重要，测量成果做为地球信息系统的基础，提供了最基本的空间位置信息。

通过这次实习，不仅学到了测量的实际能力，更有面对困难的忍耐力;也学到了小组之间的团结、默契，更锻炼了自己很多测绘的能力。首先，我们熟悉了水准仪、光学经纬仪的用途，熟练了水准仪、光学经纬仪的各种使用方法，掌握了仪器的检验和校正方法。其次，在对数据的检查和矫正的过程中，明白了各种测量误差的来源，其主要有三个方面：

仪器误差(仪器本身所决定，属客观误差来源)、

观测误差(由于人员的技术水平而造成，属于主观误差来源)、

外界影响误差(受到如温度、大气折射等外界因素的影响而这些因素又时时处于变动中而难以控制，属于可变动误差来源)。

知道了如何避免测量的数据错误，限度的减少测量误差的方法，要作到：

(1)要选择精度高的测量仪器。

(2)提高自己的测量水平。

(3)多次测量取平均值第三，除了熟悉仪器的使用和明白了误差的来源和减少措施之外，还应掌握一套科学的测量方法，在测量中要遵循一定的测量原则，如：“从整体到局部、先控制后碎部”的工作原则，并做到“前一步工作未做检核，不进行下一步工作”。这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高测量的效率。

我们在这次的实习中，也了解到了要想很好地进行测量，首先必须要掌握过硬的基本理论知识，要有实干精神，每个组员都必须亲自实践，而且要分工明确，工作也可以交换来做，还需要知道失败乃成功之母，在实习测量的过程中，不可能完全的没有错误，我们应该不气馁，继续一次又一次的重测，重计算，一次次的练习，一次次的提高测量水平。而且也多亏了老师的指导，我们实习之初，遇到了各种各样的困难，多亏的老师的耐心讲解，才使我们解决了不少测量中的难题。

**毕业生实习心得报告篇三**

一、实习目的

测量学是一门技术基础课，又是一门实践性很强的学科。虽然同学们通过了课堂上的理论学习，但所学知识尚是分散的，零星的和不牢靠的，为了进一步把所学知识系统化，熟悉课本知识，熟悉经纬仪，水准仪的使用方法，在测量过程中掌握掌握记录数据，检核数据的方法，并在已有的基础上有所巩固提高，使理论紧密联系实际，特安排了经纬仪测绘地形图的实习。

二、实习任务

本小组完成面积为200m\_250m左右的\_\_学院1：500地形图的测绘任务。

三、实习要求

要求每位同学对每一个环节要心中有效，达到会测，会算、会绘，掌握坐标、高程的计算及控制点展绘。各个环节均有自己合格的成果。每小组选组长一人，负责全组工作开展。本小组组长为\_\_\_同学，其余组员为：\_\_，\_\_……

四、实习内容

1实习项目：对外国语学院进行高程控制和地形图测绘。

2测区概况：本小组负责的测区是外国语学院周边的测量。整个测区呈五边形状，前端有花坛，建筑物周围是草坪，最外围是四条道路。

3作业方法：

1)选取控制点。控制点的选择，直接关系到我们进行下一步碎部测量，控制点选择适当，缩短碎部测量的操作过程，提高了工作效率。

2)平面坐标控制测量。本次作业中，用“测回法”观测水平角，并记录相邻两点间的水平距离，采用对向观测，尽量减少或避免大气折光的影响。

3)高程控制测量。三、四等水准测量。采用本方法能够充分保证高程控制的精度。

五、实习体会：

相比于以往的教学型实习，真正的工程实习显然能够更好的体会所学到的知识。事实也确实是如此，通过这次实习，我真正的体会到了理论联系实际的重要性。

测量学首先是一项精确的工作，通过在学校期间在课堂上对测量学的学习，使我在脑海中形成了一个基本的、理论的测量学轮廓，而实习的目的，就是要将这些理论与实际工程联系起来，这就是工科的特点。

通过这次实习，锻炼了很多测绘的基本能力。首先，是熟悉了仪器的用途，熟练了仪器的各种使用方法，掌握了仪器的检验和校正方法。其次，在对数据的检查和矫正的过程中，明白了各种测量误差的来源，了解了如何避免测量结果错误，限度的减少测量误差的方法，第三，除了熟悉了仪器的使用和明白了误差的来源和减少措施，还应掌握一套科学的测量方法。

总的来说，这次实习让我体会到了外业的艰辛，内业的耐心，工作的细心，锻炼了实际操作的能力，让我在未来面对选择时更有信心和勇气。

**毕业生实习心得报告篇四**

一、理论是基础实践是根本

没有理论基础，我们就不能正确地分析问题，解决问题。所以我们进行测量实习前，这学期张老师经过对理论知识精细的讲解，我们踏踏实实的学习态度，致使我们很好地掌握了理论知识。对于学习建筑工程技术这一专业的学生，我们不仅要有丰富的专业理论知识，而且更应当有过硬的实践操作能力。

二、明确目标、制定计划

没有航向的船，永远也无法到达成功的彼岸。当然，没有目标的工作，永远也无法品尝成功的喜悦，所以我们这次测量实习首先明确了我们的目标。我们这次为期十天的测量实习的内容主要有三项，地形图测绘、建筑物放样、道路圆曲线测设。明确了目标，就应当为之拼搏。

三、树立起团结协作的团队意识

我们的建筑工程测量实习并非单枪匹马就能完成任务，必须由大家共同努力才能完成。比如，在进行碎部点的测量时，在同一时间我们需要立尺人员立足、观测人员读取数据、记录人员记录数据、绘图人员绘制草图等。为此，我们需要让组员们树立起团结协作的意识，早日圆满完成实习任务。

四、老师指导同学探讨

我们在实际操作过程中，离不开同学们的相互学习和探讨，更离不开张老师顶着烈日不畏艰辛仔细、耐心给我们的正确指导。让我们茅塞顿开，思维也更加开阔，最终取得优异的成绩。

五、吃苦耐劳自强不息

大家都明白一点，我们学习建筑工程技术专业的学生以后的工作地方一般大多是室外露天工作，遇到风吹日晒是再所难免。正如我们这次测量实习一样，由于时间是夏季，所以天气炎热。于是我们许多时候都是利用早、晚的这一段时间工作，这就要求我们早出晚归。虽然不习惯，但这是我们必然的选择。选择吃苦耐劳，选择自强不息。终于一分耕耘，一分收获，我们组员用\_\_天辛勤的汉水换回了实习工作的圆满结束。

为期\_\_天的建筑工程测量实习，不仅是我们对这学期所学知识的综合运用，更是在无形地教导我们如何做人。我坚信学会做人更重于学会做事。这次实习将时刻铭记心底，将我的心得运用于今后的人生道路上。

**毕业生实习心得报告篇五**

一、实习目的

在企事业单位的办公室学习到处理日常的行政事务，熟悉整个企事业单位工作的过程，通过实践学习，使所学理论知识得到验证，培养灵活运用书本知识的能力，并且学到许多书本上学不到的东西，增长和扩充知识面，增加对社会的接触，为在毕业后能快速地融入社会打下基础。

二、实习时间

\_\_月\_\_日——\_\_月\_\_日

三、实习单位

\_\_\_\_\_\_有限公司

四、实习内容

实习刚刚开始之时，我的指导教师根据我的专业特点，给我分配了办公室日常工作以及初步学习会计实践。从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。

我们也许会看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活。我们应该从小事做起，一步一个脚印，逐步积累起经验。“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。

参加工作之后才能深刻体会这句话的含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我负责的办公室工作，平时在工作只是打打电话处理文件，几乎没用上自己所学的专业知识。就连以前学过的会计基础知识也不能很好的应用。

在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须在工作中勤于动手。由于现在还住校，所以每天7点不到就得起床去挤公交车，就算再寒冷再差的天气，只要不是周末，都得去上班，我们必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

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打打字，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，必须具备坚韧不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己的理财能力。

五、实习体会

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。

影响一个人的工作态度。每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。心情好，大家工作开心，效率高。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是“多工作，少闲话”。且在离毕业走人仅剩的几个月，更加珍惜与同学之间的相处。

我是学管理的，在书本上学过很多套经典管理理论，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，即使在办公室中也很难处理一些令人措手不及的事情。也许等到真正管理一个公司时，才会体会到难度有多大;我们在老师那里或书本上看到过很多精彩的谈判案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。

实习这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走上工作岗位做好准备。

**毕业生实习心得报告篇六**

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

第一要真诚：你能够伪装自己的面孔，但绝不能够忽略真诚的力量。记得第一天来那里时，心里不可避免的有些疑惑：不明白老板怎样样，就应去怎样做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声好。

第二是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看是两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火法。

第三是主动出击：当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找适宜的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，透过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎样做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获而且和他们相处的很愉快。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在那里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，，移提高自己的潜力。记得老师以前说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，学生还终归持续着学生的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系复杂。得去应对从未应对过的一切。

在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的状况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢这是社会与学校脱轨了吗也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，就应懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，四年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学的知识的肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，菜发现自己明白的是多么少，这是菜真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生务必拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

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