# 实习日记版(汇总13篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-05-14

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。实习日记版篇一销售这种...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**实习日记版篇一**

销售这种露脸的事情，没有饱和的热情和充足的精神是很难支撑下去的，时间一长，可能做得不如自己想象中那样如意，很容易心灰意冷!在这种疲惫的情况下，如何把自己推销出去。书上说的好，销售精英需要说明的是：当客户真正开始在听的时候;当客户发生兴趣的时候;当客户希望解决问题的时候。销售精英需要掌握的部分：当客户提出更多疑问的时候;当旁人故意刁难的时候; 当竞争对手质询比较的时候。这时候就需要我们做到以下这些：

1、选合适的时间，在合适的地点，穿合适的衣服，讲合适的话，做合适的事。

2、让自己所做的第一件事，或所说的第一句话从能够给客户提供的服务开始。

3、让微笑做你的挡箭牌，避其锋芒，而绝不与与客户争辩。

4、让客户感觉轻松没有压力， 尤其是要让客户露出笑容。

5、让自己成为与客户同类型的人，通过交谈，建立感情。

6、让自己成为与众不同的销售精英，以求留给客户深刻的印象。

7、练就良好的应变力及心理承受力、积极心态做事。

8、哪怕生活给我一只酸涩的柠檬， 我也要把它做成一杯爽口的柠檬水，再喝下去!

10、成功者需要付出的代价很大，而不成功的人付出的代价更大!不要丧气，黎明前总是黑暗的。

综合起来，销售精英的基本要求是：勤奋专业、自信诚实、机智敏锐、持之以恒”。

**实习日记版篇二**

大学生在书店实习的过程中，又会在工作中得到什么样的成长?本站小编给大家精心整理了大学生书店实习日志，希望大家会喜欢!

今天认识了个新同事，叫小黄，也是才毕业的大专生，来这里工作了几个月了，对工作也比较熟悉了，给我介绍了一下店里的情况。我提到店里应该多多加强宣传，她说大礼堂管理处管的很严，上次在门口挂了条横幅，就被罚了1000多，更不准乱发传单、乱贴广告等，真是有种有劲使不出的感觉啊!

没事的时候我将店里的陈列摆设作了些调整，小黄说这里好多书都压在下面，卖都没卖过，只有等到退货的时候再找出来退给出版社，惨淡经营，说起来都寒心。

今天主任又提到我上次提出的建议很好，就叫我和另一个同事把

励志

教育的书放在了少儿区展台前面，也让经管书有了更多的空间展示了。这一变动，很快就收到效果了，下午的时候就有好多带孩子的家长来陪孩子看书的时候选购了一些励志教育类图书。

据我观察，门市的客源主要分为三大类：计算机专业人士，来大礼堂观光旅游或是来开会的人，另一个就是附近居民(又以儿童居多)。一般来说，第一类：计算机专业人士购买力较强，他们买书的动机较大，购买额度高，回头客占绝大部分，多数为本公司会员，这样的顾客群体稳定，他们看中的是门市计算机类图书的齐全;第二类：来大礼堂观光旅游或是来开会的人是门市的客流中为数最多的，但多属于偶然消费或刺激消费，不太稳定。他们多会购买一些旅游休闲书籍，另一些公费出差可以报帐的顾客回大量购买经济管理类图书，数额也比较大，利润客观，也应该引起重视;第三类：附近居民，特别是儿童，经常出入书店，交易也经常发生，销售量最大的也是少儿书籍，但每次交易额小，平均不到10元钱。这样的客源是应该保持，但永远不会成为利润源。

今天是我轮休，我去现代书城考察了一下。虽然以前就经常去那里，但当时都只是想去看书，这次不一样了，是去考察，找一下差距。

现代书城以经济管理、文化休闲类图书为主，也比较齐全。我发现，它摆出的畅销经管书籍其实和我们书店的差不多，但陈列得非常好，用圆形展台立体地陈列出来，使每一本展出来的书都非常抢眼。这些书虽然店里都有，但放得太乱太杂了，没有重点，一点都不突出，根本不能引起别人注意。店里喜欢把最畅销的书放在最前面，本来这是无可厚非的，但这个展台正对大门，冬天寒风飕飕，夏天遭太阳晒，顾客都不愿意在那里停留久了，畅销书就变成滞销书了。应该引起警惕呀!

**实习日记版篇三**

今天是开始实习的第一天，我一大早就在介绍人的陪同下来到了天津丝印器材供销公司财务部。丝印器材供销公司是一私人企业，以给我市提供丝印器材为主要业务。部门主管在看过我的介绍信后，欣然接受了我在该部门实习的请求。由于是第一天，在部门主管带领我熟系了该公司的工作环境后今天的实习就告一段落。

3月6日星期二

今天到了公司，我的老师杨姐利用了整个上午的宝贵时间，向我详尽讲述了公司的发展历程、业务范围、部门分工等情况，使我对公司有了初步的了解。通过与我的交谈，杨姐为我量体裁衣，定制了一套学习方案，并针对我个人的性格特点，为我指出未来的几个发展方向，使我受益匪浅。

3月7日星期三

今天我的主要任务是看公司以前的帐目，杨姐指定出纳先将以前的收款凭证和付款凭证让我们看,复习会计科目,不了解的明细科目就问.根据成本找了四页相关的材料费用明细账,再将总数合计起来。觉得还可以接受，并不是很难。

3月8日星期四

今天已到公司，杨姐要我开始看以前的一个完整的会计期间的凭证–一个月的转账凭证，了解大概的会计科目有哪些。由于杨姐今天比较忙，我只好自己看，也回忆了一下会计基础知识。一天下来觉得很累。

3月9日星期五

今天仍然是看凭证，但根据以前学习的很多理论来考虑借贷方向很容易使人思路不清，带我们的会计就给我们讲了一些比较实用的考虑借贷的方法，然后还出了一道题对我们进行了测试,还学习了使用办公室的一些办公工具如：传真机、打印机。

3月10日星期六

根据他们给我的实习计划，实习生有双休，今天我休息。

3月11日星期日

休息

3月12日星期一

一周的工作又开始了，希望在这周力能学到些东西，我怀着期盼的心情来到公司，经过上周的了解，我大概知道了公司的基本运作。今天杨姐拿了一些以前的文件，叫我输入电脑,还要打印出来，她可能想了解我的计算机应用能力。现在的大学生计算机能力都不会差的。

3月13日星期二

我今天依然打着主管给我的文件，但到了下午，杨姐开始叫我记录一些凭证，由于在学校上课也比较认真，所以记录凭证对我来说也并不难应付，在杨姐的指导下我开始填写了存款进帐单，我很快的完成了杨姐交给我的凭证。一天下来，觉得在学校好好学习是很正确的，工作中还是很需要专业知识的。

3月14日星期三

经过昨天做的工作，让我觉得做会计并没有想象中那么难应付，感到这次实习还蛮轻松的，我想杨姐昨天叫我写凭证，今天应该叫我做其他吧。谁知道今天还是让我做凭证，只是数量比昨天多了一些。可能是我心高气傲的原因吧，认为自己都会做了，根本就没有复核过，写完就交给了主管，结果主管检查完就错了一半，我还以为会被骂呢,但主管并没有说我什么，就是叫我改正错的地方。

3月15日星期四

今天我还是继续写凭证，但经过了昨天的教训，我知道一定不能再马马虎虎了，要认真做才行，做凭证时认真计算清楚数额，完成后也一一检查。确认没有错误了，才交给杨姐,杨姐看了以后，发现没有错误，就对我笑了笑，说我今天做得很好。然后让我输入电脑中。对于刚进入工作中的我们老说，吃一堑长一智，还是很重要的。

3月16日星期五

今天一早，杨姐又拿了一些凭证给我做，吸取了一次的教训，让我养成了好习惯，做完凭证后，都能够做到认真审核，所以再次把凭证交给主管时，他就对我说，\"凭证虽然容易做，但也是容易错的，就算是那写做了十几年的会计师，做了不审核，也都是会有错误的，因为会计是要计算的，没有复核是不会知道是否正确的，所以做会计一定要认真细心，不能太过于相信自己。\"他的一席话让我终于明白他为什么要我做这么多天的凭证。就是这个原因，真是让我得益不少呢。

3月17日星期六

休息

3月18日星期日

休息

3月19日星期一

又是新的一周，当然也有学习新的东西了。由于我们在学校还没有学习会计电算化，所以我并不会电脑记账，今天的主要任务是了解和学习财务软件，杨姐还特意把自己的书借给我看，又是看书，不过这次是边看书，便进行电脑实际操作，觉得还是蛮有意思的，学习的速度也挺快的。

3月20日星期二

今天还是学习财务软件的运用，杨姐会时不时问我有没有觉得困难呀，什么地方不明白要记得问，不要自己瞎耗时间，那样是没有效率的。还好，我的自学能力不错，学校的基础课学德也扎实，再加上杨姐的帮助和指导，所以我学得还是挺快的。

3月21日星期三

今天又是学习财务软件的运用，不过今天上午我就基本学完了，好高兴呀，下午应该可以有新的任务了。下午杨姐让我把一些凭证输进电脑，让我把前几天的财务软件学习落实到实践。

3月22日星期四

上午按照公司的业务，我开出了三张转帐支票，并且复核了五笔收款业务。

今天在和杨姐的聊天中，我明白了很多书本上无法企及的东西，使我摆脱了盲目就业心理的\*，开始比较清醒的认识到了自己想做的是什么，应该做的是什么，以及如何去做。

3月23日星期五

实习已经过了一半了，公司中会计工作的业务我也接触了不少，也基本掌握。我对实习的新鲜感也已经过了，每每闲暇来就觉得无聊。和公司的人也渐渐熟起来了，才知道在一个公司里，人际关系坐镇得很复杂。处理好人际关系对于将来在单位中发展是很重要的。我们每个人都要学习这门课，对于自己和他人都是好处的。

3月24日星期六

休息

3月25日星期日

休息

3月26日星期一

今天心情比较烦燥，因为已经过了我二次面试一个星期了，我觉得这次二面我表现得很好，他们不会不接收我有的。由于烦燥，没有什么心思工作，以至于做错了一笔帐，还好杨姐及时发现了，还说了，做会计最忌讳心烦气躁了，这样很容易出错的。我很感激杨姐对我的宽容。

3月27日星期二

今天杨姐帮我给通广集团打了给电话，问了下我的情况，说他奔已经基本确定下我了，由于老总自外出差还没有比下来，让我再耐心的等几天。这回我就比较放心了，这是我第一次面试的单位，同事们和我说这家单位挺好的，别的单位的面试通知我也就都推掉了。

下午我填写了几张存款进帐单，并辅助杨姐办理了一笔电划业务。

3月28日星期三

由于快到月末了，一些帐都改结了，我们单位很多现金都是月末才能收回来，有些款也是月末才付的，所以这连天挺忙的，一天下来，真的很累，看来会计真的是只有月末和年末才会忙。

3月29日星期四

今天终于接到通广的录用通知了，同事们都恭喜我找到工作了，不过要四号才能签约，看来国企就是效率低呀！从一面到签约整整进行了一个月，这样比起来，还是现在这个私企的实习单位效率高。

今天，杨姐找出些时间对如何处理并汇总以上的凭证进行了指导。我还学习了记总账和明细账。

3月30日星期五

经过昨天的系统性学习今天我和杨姐一起处理并汇总以上所作的相关凭证了，学习记总帐与明细帐平衡。

结出本期发生额和余额。为编制报表作准备。

今天杨姐还说了经常会出现的问题：\"帐帐不相符，帐实不相符。这可能是我们对业务了解不够，不深，所以说明的不够准确。在以后的工作中，要尽量坚持这一原则的：帐帐相符，帐实相符。而在现在的社会，很多时候可能没有办法实现这一点，但是我们要坚持。\"

3月31日星期六

休息

**实习日记版篇四**

今天是开始实习的第一天，我一大早就在介绍人的陪同下来到了天津丝印器材供销公司财务部。丝印器材供销公司是一私人企业，以给我市提供丝印器材为主要业务。部门主管在看过我的介绍信后，欣然接受了我在该部门实习的请求。由于是第一天，在部门主管带领我熟系了该公司的工作环境后今天的实习就告一段落。

3月6日星期二

今天到了公司，我的老师杨姐利用了整个上午的宝贵时间，向我详尽讲述了公司的发展历程、业务范围、部门分工等情况，使我对公司有了初步的了解。通过与我的交谈，杨姐为我量体裁衣，定制了一套学习方案，并针对我个人的性格特点，为我指出未来的几个发展方向，使我受益匪浅。

3月7日星期三

今天我的主要任务是看公司以前的帐目，杨姐指定出纳先将以前的收款凭证和付款凭证让我们看,复习会计科目,不了解的明细科目就问.根据成本找了四页相关的材料费用明细账,再将总数合计起来。觉得还可以接受，并不是很难。

3月8日星期四

今天已到公司，杨姐要我开始看以前的一个完整的会计期间的凭证–一个月的转账凭证，了解大概的会计科目有哪些。由于杨姐今天比较忙，我只好自己看，也回忆了一下会计基础知识。一天下来觉得很累。

3月9日星期五

今天仍然是看凭证，但根据以前学习的很多理论来考虑借贷方向很容易使人思路不清，带我们的会计就给我们讲了一些比较实用的考虑借贷的方法，然后还出了一道题对我们进行了测试,还学习了使用办公室的一些办公工具如：传真机、打印机。

3月10日星期六

根据他们给我的实习计划，实习生有双休，今天我休息。

3月11日星期日

休息

3月12日星期一

一周的工作又开始了，希望在这周力能学到些东西，我怀着期盼的心情来到公司，经过上周的了解，我大概知道了公司的基本运作。今天杨姐拿了一些以前的文件，叫我输入电脑,还要打印出来，她可能想了解我的计算机应用能力。现在的大学生计算机能力都不会差的。

3月13日星期二

我今天依然打着主管给我的文件，但到了下午，杨姐开始叫我记录一些凭证，由于在学校上课也比较认真，所以记录凭证对我来说也并不难应付，在杨姐的指导下我开始填写了存款进帐单，我很快的完成了杨姐交给我的凭证。一天下来，觉得在学校好好学习是很正确的，工作中还是很需要专业知识的。

3月14日星期三

经过昨天做的工作，让我觉得做会计并没有想象中那么难应付，感到这次实习还蛮轻松的，我想杨姐昨天叫我写凭证，今天应该叫我做其他吧。谁知道今天还是让我做凭证，只是数量比昨天多了一些。可能是我心高气傲的原因吧，认为自己都会做了，根本就没有复核过，写完就交给了主管，结果主管检查完就错了一半，我还以为会被骂呢,但主管并没有说我什么，就是叫我改正错的地方。

3月15日星期四

今天我还是继续写凭证，但经过了昨天的教训，我知道一定不能再马马虎虎了，要认真做才行，做凭证时认真计算清楚数额，完成后也一一检查。确认没有错误了，才交给杨姐,杨姐看了以后，发现没有错误，就对我笑了笑，说我今天做得很好。然后让我输入电脑中。对于刚进入工作中的我们老说，吃一堑长一智，还是很重要的。

**实习日记版篇五**

这是我来公司的第一天，对于从来没有进入过职场生活的我来说，一切都是陌生的。但是让我比较开心的是我的岗位和益众公司所属的行业性质。我应聘的储备培训师，在这家公司也就是拓展训练教练。我的本质性格就是向往自由，我讨厌一个封闭的狭小的空间。我喜欢表演，我享受那种被人尊重的感觉。拓展训练教练满足了我对理想中的职业的所有幻想。

拓展训练将学员带到大自然中，利用自然环境和人工设施，通过一系列有情景设计的项目的亲身体验，完成由内而外的自我教育，自我修正，从而达到激发个人潜能和熔炼团队的目的。拓展训练英文为outwarddevelopment，又称外展训练（outwardbound），原意为一艘小船驶离平静的港湾，义无反顾地投向未知的旅程，去迎接一次次挑战，去战胜一个个困难。拓展训练通常利用崇山峻岭、瀚海大川等自然环境，通过精心设计的活动达到“磨练意志、陶冶情操、完善人格、熔炼团队”的培训目的。

所以如果我真能成为一名合格的教练的话，我的工作环境是我自己非常喜欢的。我会在崇山峻岭，瀚海大川中工作，带领我的学员去发现问题，解决问题，学员对我会是仰望。这是一个有光环并且在某种程度上满足了我对理想职业的所有幻想。

我是一个不喜欢狭小空间，不喜欢\*的人，在一个狭小的空间呆上五分钟，我就会觉得胸闷，抑郁。我喜欢大自然。可是我又不能离开城市，隐居大山。现在我找到这样一个可以在户外工作，并且有光环的职业，我真是太喜欢了。

可是，喜欢归喜欢，这一职业队个人素质要求是很高的。所以呢，接下来公司会安排一系列的培训，让我们更加符合这一职业的要求。

到底是欢喜，还是忧愁呢，接下来就让结果证明这一切吧。不过，在接下来的过程中，我会努力的。

20xx-2-21

们的职业方向是个样子。

先说说我们第一天的体验吧。首先呢，我们的体验是在基地，今天我们去的

基地是距离净月30km的竹林美景山庄。然后9点在长影集合，今天好冷哎。尽管我穿的很厚很厚，可是还是比较冷。大概到了九点半到达目的地吧。先是宣誓环节，吓我一跳，那种庄严的样子我只在电视上见过，有点被镇住了。本来挺乐呵的，立马就板着脸了。

以下是我们的誓词：

我们的誓言

勇敢面对每一次挑战、提升自我

超越自我，相信自我，更敬重他人

时刻与团队在一起，因团队有我而自豪

严守纪律，服从教练指导

热爱自然，保护环境

保持归零和空杯的心态，用心感悟，虚心学习

我爱我的团队！我将奉献于我的团队！

我自愿参加拓展训练，勇敢面对挑战，

不找任何理由拒绝参加已定训练项目。

我深信只要生命不息就要坚持到底

宣誓人：

确实挺吓人。

宣誓完毕之后，教练看我们都板着脸，就来了个相对轻松的环节，这个呢，叫做融冰。

这个叫法起源于冰山的理论，冰山理论是指人就像一座冰山一样，意识的部分只占了很少的部分，而更大的部分是潜在的意识，或者说是不容易被分辨的意识，而破冰就是把人的注意力引到现在，因为注意力在现在就无法或者不容易被潜在的意识影响，这样就可以达到团队融合，离开怀疑、猜忌、疏远。

疯狂运动：疯狂运动不是疯癫运动，而是让参与者忘我的运动，原理是运动的时候就会少了很多没有必要的想法，这样就达到的破冰的目的，但缺点是参与者一清醒过来，无形的隔膜又会恢复。直接亲密：直接亲密是指设计一些让参与者直接进入培训预想状态的练习或活动，让破冰后的彼此无间和亲密既成事实，这个缺点也和上面类似，这个活动亲密不等于下个活动就没有隔膜，很可能好不容易破的冰很快有恢复了，而且表面上看是热情的，而心底却筑起无形的墙，这样会令到接下去的难度更高。自我消除：自我消除就是让参与者真正认识到彼此隔阂的存在，利用彼此自己的力量来消除它，这个技术是难度的，所以操作比较复杂，技术含量高，而且万一无法象预期那样破冰很可能会遭遇反弹，令到培训无法继续，应该来说这个技术做得好是三个破冰技术中最成功有效的，但是操作不当造成的负面影响也是的。

经过了破冰这个环节我们已经放\*来了，缓解了宣誓环节带给大家的压力和紧张情绪。现在大家也慢慢熟悉起来了。

融冰结束之后就是团队建设环节。主要呢就是一起来的这些成员算是一个团队，要给团队取一个队名，之后要根据队名设计一个符合自己团队的队徽，还要想出自己的队训，然后要唱队歌。这个环节更让我们团队中的人互相加深了了解，大致知道了各个队员的特点和技能。还要选出队长和副队长。

现在呢，到了午餐时间啦，终于可以吃饭了啊，早上出门太早，来不及吃饭，

这会早就饿得不行不行了，然后天气还那么冷的。伙食还不错。好像都是我爱吃的菜啊，除了酸菜炖肉不爱吃。吃完了，立马不冷了哈。可能这今天真是饿了呀。

吃过饭之后，大家玩了一个小游戏叫做“农夫，果园”。输的人要有惩罚的。很不幸的我就输了，连同我一起输的另外一个男生叫王成龙，酷不酷？输了之后的惩罚方式更是让人哭笑不得呀。教练先让我们想出一个最喜欢的成语，我选的是“朝气蓬勃”。然后让我看着大家眼睛说：“告诉大家一个秘密噢！”大家会很好奇的说：“哦？”然后我说：“我，张鹏，洞房花烛夜，朝气蓬勃。”我的天啦，这是个什么毁我名誉的惩罚啊，大家都笑得前仰后合的，包括我自己哈，笑的肚子都疼了。和我一起那个男生更好玩，他选的成语是“忍辱负重”，“我，王成龙，洞房花烛夜，忍辱负重，”这个貌似比我更惨哈。然后接下来好几天我们都在取笑他“忍辱负重”了哈。

**实习日记版篇六**

今天是开始实习的第一天，我一大早就在介绍人的陪同下来到了天津丝印器材供销公司财务部。丝印器材供销公司是一私人企业，以给我市提供丝印器材为主要业务。部门主管在看过我的介绍信后，欣然接受了我在该部门实习的请求。由于是第一天，在部门主管带领我熟系了该公司的工作环境后今天的实习就告一段落。

3月6日星期二

今天到了公司，我的老师杨姐利用了整个上午的宝贵时间，向我详尽讲述了公司的发展历程、业务范围、部门分工等情况，使我对公司有了初步的了解。通过与我的交谈，杨姐为我量体裁衣，定制了一套学习方案，并针对我个人的性格特点，为我指出未来的几个发展方向，使我受益匪浅。

3月7日星期三

今天我的主要任务是看公司以前的帐目，杨姐指定出纳先将以前的收款凭证和付款凭证让我们看,复习会计科目,不了解的明细科目就问.根据成本找了四页相关的材料费用明细账,再将总数合计起来。觉得还可以接受，并不是很难。

**实习日记版篇七**

实习第一天，要我下午5点到台里。一般实习生要老师带进去，可l老师很忙，没时间带我进台里，他在电话里这样说：“你自己想办法闯进去。”在第一道门没有拦我，第二道门时因为我问保安路，所以他知道我是访客了，于是让我返回第一道门去登记，我返回，保安非要老师下来接，并说这是规定。我知道l老师不会下来的，保安打电话到办公室，没人接，又打了个说l老师在演播厅，这样说来是肯定不能出来接我了。我就跟那保安继续胡侃，最后居然开了张条子，让我进去了！就这样，闯入成功！从那一刻起，我的实习生涯也正式开始。

在那里居然碰到一师兄，他也在那里实习，这让我感到很亲切。

那天去了很多学生，刚开始以为都是实习生，后来才知道并不是的，因为今天需要观众，所以实习生找了很多同学来“装观众”，打电话到演播现场进行测试，那天只是一次演习，没有播出。我们实习生也没有在现场，只是在办公室打电话，不停的打电话，以便测试通话系统和接听人员的应对等。

那天搞得很晚，本来演练就搞到了快9点，后来又吃了餐饭，所以回家时已经晚上10点多了。

一天的实习生活就这样结束了。

20xx年8月2日晴

实习第二天，今天一大早8点我就到了台里。实习证还没办好，但早上进门没有人拦我，很惊讶！不过下午进门时又被拦了，打电话到办公室，证明有我这个人，老师没下来接我，但是还是让我进去了，但保安说一次！哎，下午的这个保安很严，没昨天的好说话。我说明天还要来的，他说下次一定要老师接，明天上午还是他！哎，真担心明天的进门问题。

因为是新人，没有人带我出去采访，有点小失望，但这一天也失很充实的。今天一天我都在干被认为最枯燥的事，当然也确实很麻烦，那就是听采访的带子，把同期声一字不差的记下来以便于做字幕，因为那个片子不是一般的新闻，带叙述性，所以很长，我们也听了很久，而且带浓厚的方言，所以很难辨别，听起来很辛苦，在那个时候，我的感慨是——推广普通话是一件利国利民的事！

听完带子后又快到5点了，又准备打电话，今天打电话的实习生不多，而且昨天一个打电话很猛的\*没来，所以很没气氛，没怎么打。昨天没说那\*的，这里说一下，她是一实习生带来的，东北的，不停地打电话，还是用自己手机！有传闻说打了20多个，也有说打了38个，具体多少我们也不清楚，但确实很猛！后来她连饭都没吃就走了。哎，东北人就是实诚啊！

今天又在那吃的晚饭——盒饭。不过味道还不错。回家的时候8点多了。每天就这样早出晚归，很有上班的感觉，也让我的生活变得忙碌而充实，而不是之前假期生活的堕落空虚感，这很好，我喜欢这个开头。

20xx年8月3日雨

实习第三天，一大早在下雨。妈让我不去，我觉得这怎么能行呢？虽然没人管你，你可以随时去、随时离开，但我不喜欢那种态度，我觉得做事就应该有做事的样，才刚实习怎么能就这样不去呢？虽然雨很大，但这不是理由！我仍然想去。但因为dxs须照片，我照片都留在寝室了，又懒得跑寝室拿，昨晚又照了张，今天中午要取照片。如果早上去了，中午还得赶回来拿照片，下着雨再回来很麻烦。再加上又想到今天上午又是那个严保安，更加不想去了！

下午，我还是去了台里。没什么事情可做，我不想在办公室看报纸。于是去了编辑室，在那里看老师们剪片子。发现台里很多是线编，以前一直以为都用非线编的，还觉得线编没什么用，但到台里才知道线编用得多。以前在学校实验室里虽然用过线编，但很不熟，用起来也心惊胆战的，在台里看老师编后果真不难，也让我更领会了课堂学到的东西。当然，没有实践，没有亲自动手，所以还是没有把握，还需锻炼！

今天的收获是，我帮老师打了字幕，虽然这是一项很简单也很机械的事情，但至少是一个实践，我喜欢！

20xx年8月4日晴

实习第四天，今天我出去采访了。这是实习阶段的第一次出去采访，很兴奋。一大早先开车到群光接摄像师，然后过大桥，到东湖磨山。这个新闻和道教有些关系，我还小出了一会儿镜。回来的时候走二桥，今天可大桥、二桥都走到了，在车上的时间很长，不过幸好今天状态还好，没有晕车。到台里的时候已经快一点了，可我们还没有吃饭。和另一个实习生一块儿在台里的食堂吃的。那食堂感觉很像学校食堂，桌子、椅子还有记者们用的卡都很相似，所以在那里就餐仿佛回到了学校一样。和我们一块儿采访的老师没有到食堂，而是在办公室赶稿，我们给她带了一份上去。不禁感概记者的生涯就是如此，辛苦忙碌而没有规律。

本来写完稿子后剪带子然后听带子再打字幕的，但由于种种原因这个新闻当天不能播，所以先搁下了，没有剪带子，我们也就暂时不用听带子打字幕。所以下午很闲，再加上今天晚上不用演练，所以我4点多的时候提前走了。这是我实习以来第一次这么早回家也是第一次提前走。

20xx年8月5日晴

实习第五天。今天我又出去采访了，这次机会是争取到的。今天去的实习生很多，一老师带了一个男生，还要一个\*去，问谁要去时，我们都说要去，这很难办。后来他说今天要出镜，结果就没人说要去了，她们有些害怕出镜。此时，我说我要去，对于我来说，出去采访是件很好的事，是否出镜我并不害怕。就这样，我争取到了出去的机会。

今天是到武汉关采访轮渡开通“零点航班”的事。我们取了些镜头，并作了些采访，然后回来，可在车上老师突然说：“晕！要你出镜的咧？又不提醒我！”他给忘了，结果我没有出镜，镜头中只有我的手出现，因为我拿着话筒采访。

在船上我们看到了央视“再说长江”拍摄组。

在采访结束后，我们在武汉关前面抢拍到些事。有个拿玫瑰花的小女孩正抱着对情侣中的那个男的，应该是要他买花吧。后来她看到我们在拍，仓皇逃走。

回来后，我第一次尝试写电视新闻稿，以前写的都是报纸新闻，还不熟悉电视新闻形式。老师说写得太简单了。再后来我们剪片子、听带子。然后我们的任务完成了！

他们没有出去的实习生自己找了个选题然后6个人自己拿个dv跑出去做了一个采访。我觉得这样也很不错。但如果有跟老师学习的机会能出去学到东西也许更好。

因为今晚又没演练，我又在编辑室晃荡了一会儿，在4点多时就提前走了。

今天，我的名字第一次出现在电视上，值得纪念！

另，以前只知道要进行白平衡，今天更是体会到白平衡的重要性，老师每换一个场景都对了白，以前在学校里我是不注意这些的。还有就是，在采访的时候要注意让被访者多说些话，以便于后期剪辑。写稿子的时候要对画面、声音和文字有整体把握，注意分清口播、画外和同期声。

20xx年8月6日阴

今天没去台里实习，因为表姐从广州回来了。

20xx年8月7日多云

今天去实习了，又出去采访了。是在一家电卖场进行调查，共采访了40位消费者。做这样一个调查性新闻后期剪辑相对麻烦，因为有一定的逻辑性，要把有共性的言语放在一起，按一定的顺序排列，所以要打乱顺序。另做它的字幕也比较麻烦。这让我觉得做个3分钟的新闻都要这样把握，若是一个更长的，或是记录片、电视、\*等更是一项浩大的工程。

20xx年8月8日晴

今天上午下午都出去去采访了。上午是关于公交安上摄像头的新闻。这次新闻老师要我自己写，这让我很有压力，我没有把握，因为不是很会写电视新闻稿。上次写新闻稿是和老师同时写，然后把我的给老师看一看，他只作了些评论。而这次老师要我一个人来写，我很怕写不好，但最后还是写了。老师帮我改了一下，最后用的也基本是我写的。我觉得这样很好，的确是应该这样学习，这样才能学到东西。晚上便用了这条新闻，名字又一次出现在屏幕上，很欣慰。

下午是一个关于禁鸣的调查，采访了很多人，但稿子和采访我参与的都不多，基本上都是那老师在弄。

20xx年8月9日晴

今天终于拿到实习证了！

今天没有出去采访，上午跟老师一块儿剪昨天下午采访的片子，并帮助听带子、打字幕。搞到很晚才去食堂。

中午在办公室趴了一会儿，便去演播厅帮忙。我负责投影仪，但演练时电脑搬去别的用处了。我则被叫上台去演嘉宾。演练了很长时间，从下午到晚上，我一直在演播厅，其他实习生都先走了，快9点才吃晚饭，饿啊……而我走的时候，他们记者都还没走……记者的生活可真辛苦啊！

20xx年8月10日晴

今天10点多的时候才出去采访，没有老师带，是和另两个实习生一起自己出去的，采访关于桶装水的新闻。回来后我们先写稿，还没有剪片子，这时已经快两点了，食堂已经没有饭了，我在台外面买的炒饭。

下午和晚上又和昨天一样，在演播厅负责投影仪的事，这次的演练比较正规，都是真枪实干，整体感觉还不错。8点多一点吃的晚饭，回家快9点了。

前天，一实习生跟我说，他过两天就不来了。可昨天他还是来了，所以以为他的过两天是一个虚指，只是说过段时间走，可今天他就没来，看来果然是“过两天”啊。看到这些实习生来来往往，每每不禁感概，人生就是如此的匆匆，很多人都是这样来了去，去了来。好在不管是之前的师兄，还是这位同仁，至少在临走时还曾与我告别，但还有很多其他人，可能连一声再见都没有，就消失在你的生命中，永不再相见。

20xx年8月11日晴

今天上午就听了下带子，也没干什么别的事情，晃了一下，中午就回家了，实在太累了。

今天把头发剪短了些。有人说剪发并不能忘掉不开心的事。也许是吧，但我剪发并不是为了忘却，而是为了开始！剪发当然不能让你忘掉一些东西，但它可以代表一个开始，一个新的开始，我喜欢把剪发作为一个开始，希望这次剪发能让我的人生又翻开新的一页！

今天早上报社又打电话要我明天下午过去，也不知道他们有什么事，我打算早上还是去电视台实习，下午再乘车去报社，我的生活就这样又将开始忙碌起来，也许我的新开始就代表着一个更加忙碌的日子。

20xx年8月12日晴

今天上午去医院采访白血病儿童，呼吁社会伸出援助之手。这个稿子比之前的一般性新闻难写一些，虽然老师说还行，但自我感觉不太好，看来这种稿子还需多加练习。

记者老师说昨天下午路过群光的时候看到正在搞接吻比赛，他急死了，因为没带“枪”。（他们称摄像机为“枪”）我看要是电视台能够给每人发一个dv就不会错过如此精彩的新闻了。

写完今天的采访稿后我就赶到报社去开会了，原来是他们有记者出去了，留守的只有2个，人手不够，所以把我们都叫去提供选题和线索。但目前我的工作重点在电视台，报社的事只能先放一放了，开学再努力些吧。

20xx年8月13日晴

今天上午去前进4路采访火灾隐患的新闻。本来还要采一条的，但不好做，所以没做成，但却因此坐了一回轻轨，终于实现了坐轻轨的愿望！一直说要坐的，在刚建好的时候就和的朋友说好了一块儿坐的，可每次总因为各种原因没去成。今天终于坐上了！轻轨还不错，就是没什么乘客，车厢里很空，到站时的铃声和瑞星杀毒的声音一样。

下午帮忙听白血病的那个带子的同期声，因为很多，听了很长时间。到5点还有很多东西没弄好，差点“失火”。所以我也留到了较晚才回家。

晚上还是按时播出了白血病的新闻，我的身影在里面还出现了不少。

20xx年8月14日晴

今天去澳门路附近某一家去采访一只无名受伤鸟的新闻。

今天有很多人打来电话要为白血病孩子捐款。看来我们的新闻作得还是蛮有效的。

下午没什么事，我就提前走了。

20xx年8月15日雨转晴

今天是个特殊的日子，所以上午去“八办”采访了。刚去的时候还在下雨，可回来的时候又是大晴天了。

今天又来了2个实习生，都快开学了，现在还实习？不过她们已经毕业了，可以一直实习下去，不存在开学的问题。

在电视台晃了一下午，比较按时的回家了。

20xx年8月16日晴

今天上午去了派出所、交通大队，采访一交通肇事逃逸事件。这个事情有有点复杂，所以搞了一上午。下午除了听带子，其余时间比较闲，在办公室玩了会儿。

中午和刚来的一实习生一块出去吃饭，就在电视台不远处吃的，但还是开qq去的，因为她有车。真是闪啊！她hust的，大四刚毕业，大二就拿了本子，已有两年驾龄。她喜欢奶牛，所以车里都是些牛牛，很可爱。

有些准备走的实习生打算把他们采访的带子刻成光盘。也许这是不错的选择，因为电视不像报纸有纸质报道证明，电视是用图像来报道新闻的，必须要有画面才行，于是，我也打算刻个盘。

20xx年8月17日晴

今天上午一直呆在台里，打昨天采访的稿子，中午又去慰问了那个白血病女孩，带去了捐款。

下午和他们实习生一块儿出去拍个小片子。我在里面客串一个小角色。整个下午把这一辈子的轻轨都坐了，来来回回坐了好几趟，记得上次第一次坐轻轨时还觉得很爽，今天完全就是晕乎。出来时还补了票，因为超时了。拍那么小个片子都花了那么长时间，ng了很多次，拍\*怎么办啰。

拍到很晚，再加上本来就要拍吃饭的镜头，所以顺便一块儿吃饭。吃饭都不能好好吃，好在ng的次数不算太多。吃完后又聊了很多，但我没有多说什么，更多的是在倾听，在烟雾缭绕和觥筹交错中看着他们，听着他们，也揣摩着他们。其中有一句话觉得很好——做人要八面玲珑，但思想要标新立异。还有一句是——我经历的在你看来也许是弯路，但我走的路你没有走过，在路上看到的风景你也不可能看到。他们还说了很多，也有一定的道理，但我并不想多发表什么想法，我只是微笑，只是点头，也许他们会觉得我只是个不经事的\*，但其实我懂，我能理解。有人常对别人说：“你没经历过，你不懂。”其实你又经历过多少，你又怎知道别人就没经历过呢？其实我们对彼此的过去都不是很了解，内心深处的东西又有多少能看透？只不过是萍水相逢，只不过是人生的过客，擦肩而过之后，还是会沿着原来的轨迹继续走着不同的路。对于一些现实的东西我有自己的想法，但并不想过多的发表见解，那没有多大的意义，我只知道不管环境怎样，我还是希望能够靠自己做得更好，并努力做得更好。

20xx年8月18日阴

今天天气可真爽啊！好久没遇到这么好的天气了，很是凉爽啊，风吹在身上真是舒服。我最喜欢这样的天气了，心情真是不错。

今天感觉是实习以来最闲的一天，但也可以说是最无聊的一天。没出去采访，就上午听了两个带子，其他时间都在办公室看报、上网，还和另一\*打了一小会儿乒乓球。我又不是很想回家，就在那瞎晃悠，上了很长时间网，但在网上也没什么事干，整个就觉得无聊。想到前几天那个忙啊，成天就梦想着睡觉，期盼着回家。想闲下来，不想过太忙得生活，可今天突然闲了，反而又很无聊。我就是这样一个闲不下来的人，我还是喜欢稍忙得日子，一旦闲下来就会觉得很空虚、很无聊，虽然忙得时候也很累，但只要有一点点休息，我又会生龙活虎，就好像每次生病好了后，我都会大叫一声——我胡汉山又回来了！是的，我又回来了，我喜欢又回来工作的感觉，我不能闲下来！

20xx年8月19日阴

今天又是悠闲的一天，又没出去，不过由于昨天已经闲了一天，所以今天不觉太无聊。看遍了报纸，上了很长时间的网，听了一个带子，再就是帮老师搞职称的东西，帮老师抄竞赛题答案。这一天基本上都是在电脑前度过的。因为前段时间太忙了，稿子排满了，现在不用都出去，所以闲了下来，明天估计也这闲，所以决定不去了，休息一天。

今天，在实习期间认识的的一个朋友走了，有一些失落，虽然加了qq，也留了联系方式，但也许还是很有可能就不再见面了。因为要开学了，实习生越来越少了，没有了先前的拥挤，也没有了先前的热闹，办公室冷清了很多，不用那么费力的争着出去的机会了，但也不再那么好玩了。

**实习日记版篇八**

早上老师交我入院病人的处理，我独自处理了一个病人，但还有些不太清除，再加努力。

止血药有酚磺乙胺(止血敏)、氨甲苯酸(止血芳酸)、氨甲环酸;平衡液也叫乳酸钠林格;硫酸沙丁胺醇片也叫舒喘灵(一般用两片4.8mg)

今天学习了静脉输液，病人听说我是实习生，开始不给我输，但我还是坚持给她输了，呵呵!!输了两个病人，都打进去了，但还是有小小的瑕疵，下次补进。

然后在没有老师的引导下收了三个病人，学到了很多，但对于转床的病人还是有些蒙，转床后改怎么处理，病历牌上的遗嘱和护理记录单需要标记，还有按铃上的卡也要标记，床牌也要转，最重要的是药水的床号也要改，很多细节，每一项都很重要。

在快要交班时来了个妊高征的病人，血压148/84mmhg，今天也是来这里第一次接触真正妊高征的病人，前段时间都是轻微妊高征。看见了老师是怎样为病人上心电监护仪，这样打留置针，怎样运用滴速调节器，还有怎样静推mgso4，以及静推硫酸镁应注意些什么(监测膝反射、血压、呼吸、尿量)，静推的速度遵遗嘱，静滴30滴每分，看依情况而定(记得教科书上说一般40滴每分)，听胎心，正常胎心120—160每分，但还不会打胎监，希望下次能学习到。

**实习日记版篇九**

今天没有休息，公司有紧急事项处理，要求我们办公室人员加班。早上醒来有些晚了，紧忙朝外面望了望，好猛烈的太阳啊!急忙洗漱一上出门坐车赶到公司，心中还是很兴奋，庆幸自己遇到了一个好企业，遇到一个好领导，遇到了一些好同事，对我的进步帮助很大，我想这次实习机会很重要，我一定要抓住这个机会，下决心扎实学习进步，争取有所收获。由于大家齐心协办提前就完成了，经理很高兴，特别请我们吃了饭。

我发现自己越来越喜欢这个集体了，每天都工作在一个和谐团结的气氛中。经理平易近人，但对我们的工作要求很严，让我感觉到他象我的父亲一样，那么具有亲和力又不失威严。同事们基本都是同龄人，熟悉之后，大家彼此没有拘束，工作上配合起来特别默契。由于我是新来的，大家对我也特别关照，无论是生活上还是工作上，都主动帮助我，特别让我感动的是，我今天到市海洋管理局报送文件，由于审批领导开会，让我一直等到中午散会才交给他，回到公司食堂已经过了吃饭时间，可到办公室一看，同事小张已经把我的饭打回来了，让我再一次感受到集体大家庭的温暖。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**实习日记版篇十**

留一刻不泯的童心给自己!祝我们这些表面风光，内心彷徨;容颜未老，心已沧桑;似乎有才，实为江郎;成就难有，郁闷经常;比鸡起的早，比狗睡的晚;比驴干的多，比猪吃的差;比岳飞忠良，比赖昌星紧张的小青年。

感觉去蜈支洲岛到现在有好长一段日子了。

今天主要是整理人事档案。新入职的，变动的以及离职的归档。也许是以前做资料做多了，对于整理资料来说还是特别的得心应手。刚刚开始工作或许还感觉不到它带来的压力，但是一天下来还是感觉很累。倒不是因为工作有多繁重，而是工作时长。早上五点多就得起床去赶班车，到晚上七点多才能到三亚，回到家吃完饭洗个澡居然已经九点钟了，才发现什么都做不了。与自己的参加语言培训班的计划难免有些不适宜。虽说真正规定的工作时间是八点到五点，而从出门到回家中间竟然达到了十四个小时之多，真是有些无语。

**实习日记版篇十一**

今天是开始实习的第一天，我一大早就在介绍人的陪同下来到了天津丝印器材供销公司财务部。丝印器材供销公司是一私人企业，以给我市提供丝印器材为主要业务。部门主管在看过我的介绍信后，欣然接受了我在该部门实习的请求。由于是第一天，在部门主管带领我熟系了该公司的工作环境后今天的实习就告一段落。

3月6日星期二

今天到了公司，我的老师杨姐利用了整个上午的宝贵时间，向我详尽讲述了公司的发展历程、业务范围、部门分工等情况，使我对公司有了初步的了解。通过与我的交谈，杨姐为我量体裁衣，定制了一套学习方案，并针对我个人的性格特点，为我指出未来的几个发展方向，使我受益匪浅。

3月7日星期三

今天我的主要任务是看公司以前的帐目，杨姐指定出纳先将以前的收款凭证和付款凭证让我们看,复习会计科目,不了解的明细科目就问.根据成本找了四页相关的材料费用明细账,再将总数合计起来。觉得还可以接受，并不是很难。

3月8日星期四

今天已到公司，杨姐要我开始看以前的一个完整的会计期间的凭证–一个月的转账凭证，了解大概的会计科目有哪些。由于杨姐今天比较忙，我只好自己看，也回忆了一下会计基础知识。一天下来觉得很累。

3月9日星期五

今天仍然是看凭证，但根据以前学习的很多理论来考虑借贷方向很容易使人思路不清，带我们的会计就给我们讲了一些比较实用的考虑借贷的方法，然后还出了一道题对我们进行了测试,还学习了使用办公室的一些办公工具如：传真机、打印机。

3月10日星期六

根据他们给我的实习计划，实习生有双休，今天我休息。

3月11日星期日

休息

3月12日星期一

一周的工作又开始了，希望在这周力能学到些东西，我怀着期盼的心情来到公司，经过上周的了解，我大概知道了公司的基本运作。今天杨姐拿了一些以前的文件，叫我输入电脑,还要打印出来，她可能想了解我的计算机应用能力。现在的大学生计算机能力都不会差的。

3月13日星期二

我今天依然打着主管给我的文件，但到了下午，杨姐开始叫我记录一些凭证，由于在学校上课也比较认真，所以记录凭证对我来说也并不难应付，在杨姐的指导下我开始填写了存款进帐单，我很快的完成了杨姐交给我的凭证。一天下来，觉得在学校好好学习是很正确的，工作中还是很需要专业知识的。

3月14日星期三

经过昨天做的工作，让我觉得做会计并没有想象中那么难应付，感到这次实习还蛮轻松的，我想杨姐昨天叫我写凭证，今天应该叫我做其他吧。谁知道今天还是让我做凭证，只是数量比昨天多了一些。可能是我心高气傲的原因吧，认为自己都会做了，根本就没有复核过，写完就交给了主管，结果主管检查完就错了一半，我还以为会被骂呢,但主管并没有说我什么，就是叫我改正错的地方。

3月15日星期四

今天我还是继续写凭证，但经过了昨天的教训，我知道一定不能再马马虎虎了，要认真做才行，做凭证时认真计算清楚数额，完成后也一一检查。确认没有错误了，才交给杨姐,杨姐看了以后，发现没有错误，就对我笑了笑，说我今天做得很好。然后让我输入电脑中。对于刚进入工作中的我们老说，吃一堑长一智，还是很重要的。

3月16日星期五

今天一早，杨姐又拿了一些凭证给我做，吸取了一次的教训，让我养成了好习惯，做完凭证后，都能够做到认真审核，所以再次把凭证交给主管时，他就对我说，\"凭证虽然容易做，但也是容易错的，就算是那写做了十几年的会计师，做了不审核，也都是会有错误的，因为会计是要计算的，没有复核是不会知道是否正确的，所以做会计一定要认真细心，不能太过于相信自己。\"他的一席话让我终于明白他为什么要我做这么多天的凭证。就是这个原因，真是让我得益不少呢。

3月17日星期六

休息

3月18日星期日

休息

**实习日记版篇十二**

大学生实习通过综合运用所学专业知识使学生获得独立工作的能力，今天，本站小编为大家带来了大学生实习日志范文，希望大家喜欢!

今天在家休息了一天，浑浑沉沉的一直在睡觉。感觉自己好疲惫...

因为上岛给电瓶车部和潜水部上课,所以前天晚上住在岛上.才发现自己好想家.昨天下班回家的路上,看到一个白发苍苍的老爷爷在卖冰糖葫芦,于是我买了三串, 天空下着雨,地面湿淋淋的,我卷起裤腿,穿着高跟鞋走到雨里,两边肩一边背一个包,手里拿着三串冰糖葫芦一边走一边吃,想想都觉得自己很可笑.可就是这种酸酸又甜甜的滋味,也让我很满足.

截止到今天在蜈支洲岛工作已经有一个月了,想想真的觉得很神奇.连我自己都没想到我会有那么坚强.记得当初去蜈支洲岛面试回来,车同现在一样,停在南中国大酒店门前,就那么几步路我都没力气走到路口来坐公交车,非在那儿打的回去,那时候我觉得自己真的不行.而如今天,我每天经历的一些事情真的是很难以想象的.今天是15号,已经到月中了.可是150份的游客调查一份都还没有做,质量检查也是空空如也.接下来还有几个部门的培训课.都怪那讨厌的黄金周. 老大天天让我们学习iso14001环境质量认证的资料,因为我也名列在内审员名单当中.不过,对于这些个东西,我真的是很头大,真的好难理解.那天老大带上我还有小李,到岛上每个涉及到审查的部分给我们一个个的做介绍.我也不知道自己是不是真的明白是怎么回事.这个月二十五号要进行内审,十一月份外审. 还真是有点紧张哦.都不知道该怎么办.

安静安静...慢慢来...深呼吸~~会好的.

上个月小李离职了，杨老师也回学校去了。本来人就少人人力资源部一下子只有老大，张哥和我三个人，真是忙得个里里外外。自己的本职都忙不过来，又正好遇上内审、外审和执法大检查，这段时间是最忙的时候，也不知道是怎么过的，总觉得早上刚来，忙乎着就到下班时间了，连打饭的时间都没有，还让张哥去帮我打饭，最可恶的是还让张哥给我洗了次碗。

现在感觉这份工作还是挺不错的，最重要的事就是周围的同事都很不错的。心里上没有什么额外的，不必要的压力，可以好好工作，学习。先就业，后择业。我现在要好好锻炼自己。再好好学习，之后相信自己通过努力一定会找个好工作来回报父母及其所有的老师的。别的没有什么奢求的，现在当然是把磨练自己放在第一位，更何况现在的待遇还不错。在这一个多月中，我学到了一些在学校学不到的东西，即使都明白的事，可是刚开始有时还做不好。现在做事，不仅要持有需心求教的态度，还要懂得取长补短，最重要的一点就是“忍”了也就是坚持不懈。现在，我工作的时间虽然不久，可是我发现自己真的变了点，会比以前为人处事了。

**实习日记版篇十三**

大学生实习日志是一种对实习工作进行日总结和反省的方式之一。本站小编给大家推荐一下大学生实习日志范例，希望大家会喜欢!

今天又是新的一天，我来到邮购部实习了。部门一共就只有2个人，加上我来了也只有3个人。平时事情也不多，比较清闲，就是发发传真，打打电话，整理一下单据等。还要帮忙找找书，好早点给客户寄过去。下午还跟他们去了一趟火车站，去看一下行包到底是怎么回事。

邮购部订书的主要就是内部订书，教材部和市场部要的书多，特别是市场部，一天要发很多传真过来订书，我们又把这些订单整理好，及时与出版社联系。

实习第二天。今天还是六点半就早早的起床了，哎，真的不想起啊不想起!不过还好，周末还可以休息两天。吃过早饭就和同学一起骑车去了十二中，去了发现有些人早就到了，惭愧啊!

上午第一节课没啥事，就在老师的办公室里闲聊。第二节课和同学去了高一十四班听课。坐在最后一排，听着老师在讲台上讲课，在下面记着听课笔记(其实就是老师的板书)，有种梦回高中的感觉。只不过现在听课完全不能集中注意力，听着听着就走神了，不过幸运的是没有睡着。第三节课本来是想去逛逛校园的，结果听说管老师带的六个班的作业除了我带的五班没有批改基本上都改好了，就不得不去给老师改作业。还好，学生的作业基本上都是抄答案的，一些比较认真的同学虽然是自己做的，有一些错误，但也都自己改过来了，所有批改时就不用管它是否正确，改起来就快多了。在批改作业的过程中也发现比较有意思的事，有些同学竟然把一些“只要言之有理”之类的话都抄上去了，我都无语了。改完作业差不多第三节课也下课了，就把作业拿到班上让课代表发了，然后继续和同学听老师讲课。中午本来准备去食堂吃饭的，结果人太多了，就一群人跑到附近的一个农贸市场吃了点东西。

今天是实习的第一天，早上六点半就被别人吵醒了。宿舍四个人，两个在芜湖实习，一个在宣城，一个在马鞍山。真的不想起床，赖床赖到六点四十不得不起床了。早上还难得的吃了早饭。

七点二十在36栋集合，然后13个人一起散步到十二中，等了一段时间实习的负责老师才骑个破自行车姗姗来迟。沈老师啊沈老师，你 可真淡定啊!进校园后发现十二中的校园环境很不错，树很多，就是学校太小，感觉有点拥挤。到了行政楼，发现政教专业的同学早就到了。然后就是开会，只是开会的地点也太寒酸了点吧!感觉那间房子好久都没人用过了，而且还是我们以后的办公室，两个人一张桌子。开会说了什么也没仔细听，拿只笔在纸上画画做个样子。之后就去见了实习班级的班主任和任课老师。我被分到高一五班，和政教的一个同学负责一个班。第一周主要是见习，就是听听课。第二周和第三周那个人负责上课，我实习班主任。第四周和第五周我负责上课，那个人实习班主任。这对我比较有利，有三个星期的时间准备。我本来以为老师会让我们讲一些不重要的课，而且最多讲个一两节课。但是去了才发现要讲四节课，而且还是比较重要的，这要花多长时间准备啊!疯掉了!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn