



重庆海联职业技术学院继续教育 学生实习手册 (20 届)

姓 名：_____

学 号：_____

专 业：_____

班 级：_____

辅 导 员：_____

实习单位：_____

指导教师：_____ (校内)

指导教师：_____ (企业)

实习时间：____年__月__日至____年__月__日

继续教育学院制

说 明

- 1.本手册实习学生人手一册，由本人填写。
- 2.所有内容用中性笔填写，字迹要求工整、清晰；填写须认真、详实，不得缺项，并以此作为教学实习成绩的主要考核指标。
- 3.本手册中实习周记不少于 8 次，实习报告不少于 1000 字，页数不够可自己添加。
- 4.教学实习结束后，由企业实习指导教师在“实习考核表”中做出评价，然后将完整的手册交由校内指导教师审阅。
- 5.校内实习指导教师认真批阅教学实习过程性材料，为学生评定最终实习成绩。

【特别提醒】

教学实习是人才培养方案中的一门重要课程，请同学们认真对待，务必完整、详实填写并及时提交本手册，否则**影响正常毕业**。

一、实习任务

根据岗位需求对本专业课程学习的综合实践运用。

二、实习要求

(1) 认真做好岗位的本职工作，培养独立工作能力，刻苦锻炼和提高自己的业务技能，在实习过程中努力完成专业技能学习任务。

(2) 实习期间，严格遵守校规校纪、企业劳动纪律和各项规章制度，如因违反单位的管理规定或因品德表现等原因被实习单位退回学校，则视为实习成绩不合格。

(3) 经常保持与学校指导教师和辅导员的联系，每半个月至少要与校内指导教师、辅导员联系一次，汇报实习情况；实习期间，密切注意学校网站上公布的与毕业生有关的各种信息；联系方式和工作地点发生变动时要及时通知校内指导教师和辅导员，并保证提供的联系方式正确有效。

(4) 牢记“安全第一”，保护自身安全，遵守安全管理规定，遵守交通规则，避免安全事故发生。对不遵守安全制度造成的事故，由学生自行负责；对工作不负责造成的损失，必须追究相关责任。

(5) 认真填写《学生实习手册》，对实习情况进行记录和总结，按时完成实习总结报告。

(6) 实习期间，除非特殊情况学生必须服从分配，按照实习要求，完成实习任务。不得私自更换实习单位，否则实习

成绩以 0 分计。

(7) 在实习过程中若发生重大问题，学生本人和同单位实习学生应及时向实习单位和校内指导教师报告。

三、实习周记和考勤表（不少于 8 次）

实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天，到岗 天	考勤情况	计划 天，到岗 天
实习内容：		实习内容：	
学习体会与收获：		学习体会与收获：	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	



实习周记和考勤表			
实习岗位		实习岗位	
实习时间		实习时间	
考勤情况	计划 天, 到岗 天	考勤情况	计划 天, 到岗 天
实习内容:		实习内容:	
学习体会与收获:		学习体会与收获:	

四、实习报告

请围绕自己在具体岗位实践中的所见所学，结合自己对职业身份的体
验所感进行撰写。

要求：全文不少于 1000 字，抄袭以 0 分计。

一、实习单位简介

*(本部分内容主要从单位的地理位置、主要业务、在行业中的地位、经营状况等方面对实习
单位做简单介绍)*

二、与专业相关的岗位描述

*(本部分内容主要对单位中与本专业相关的工作岗位的职责、组织结构、人员构成等方面做
事实性描述)*



三、实习过程

(本部分内容重点记录在单位实习经历、岗位轮换情况、实行任务完成情况和取得的成绩、自己的心得体会等)



四、发现的问题与建议

(本部分内容主要从专业的角度陈述在实习期间发现的工作岗位及实习单位存在的各种问题并提出合理化建议和措施以及对学校专业教学的建议等)



五、实习成绩评定

学生教学（顶岗、跟岗）实习考核表					
学生姓名		学号		专业班级	
校内指导教师			企业指导教师		
学生实习考核内容			分值	企业评价 权重 0.4	学院评价 权重 0.6
1. 岗位专业技能熟练。			30		
2. 岗位工作任务完成较好。			20		
3. 工作认真负责，实习手册（含周记、实习报告等）记录规范、完整。			20		
4. 遵守工作纪律，出勤情况较好（缺勤和请假累计超出 2 周，实行一票否决）。			15		
5. 安全责任意识强，实习期间无差错或未发生重大安全事故（否则一票否决）。			15		
合计			100		
指导教师签字					
实习单位意见： <p style="text-align: right;">盖章 年 月 日</p>					
指导教师意见： <p style="text-align: right;">签字： 年 月 日</p>					
综合评定成绩					