



苏州信息职业技术学院

Suzhou College of Information Technology

实 习 日 志

系 部 _____

专 业 _____

年 级 _____

班 级 _____

学生姓名 _____ 学 号 _____

指导老师 _____

实习日期 20____年____月至 20____年____月

一、实习须知

岗位实习是按照专业培养目标要求和人才培养方案安排，由学校安排或者经学校批准自行到企（事）业等单位进行职业道德和技术技能培养的实践性教育教学活动，是国家规定各专业人才培养方案必设的课程，也是毕业生走向社会就业前增强综合能力、提高全面素质的必经阶段，是对学生的理论基础、专业知识及能力的全面检查。

实习期间，需严格遵守实习纪律，时刻牢记并做好以下重要提示：

1. 遵守国家法律法规，恪守学校和实习单位的安全、生产、纪律等各项管理规定，提高自我保护意识，注重人身、财物及交通安全，保护好个人信息，预防网络、电话、传销等诈骗。严禁涉黄、涉赌、涉毒、酗酒或参与其他危险活动。

2. 遵守学校和实习单位的实习要求、规章制度、实习纪律及实习三方协议，认真实习，完成实习方案规定的实习任务，撰写实习日志，并在实习结束时提交实习报告；不得擅自离岗、消极怠工、无故拒绝实习，不得擅自离开实习单位。

3. 严格按照实习单位安全规程和操作规程开展工作，爱护实习单位设施设备，有安全风险的操作必须在实习单位专门人员指导下进行。保守实习单位的商业、技术秘密，保证在实习期间及实习结束后不向任何第三方透露相关的资料和信息。

4. 自觉遵守学校制定的实习管理规章制度，注意实习安全和人身安全，并对自己在实习期间的行为和安全负责。

5. 按要求完成指导老师布置的教学内容，定期与指导教师沟通，按进度完成各项内容；严格按照学院安排的时间回校参加考试及其他有关的工作，在离校实习期间保证与指导老师和辅导员保持通讯畅通，更换联系电话能及时告知，并做到及时向指导老师和辅导员汇报有关学习、生活及实习情况。

6. 因特殊情况确需终止实习或变更实习单位的，应提前向学校和实习单位提出申请，并提供法定监护人（或家长）书面同意材料，经学校和实习单位双方同意，并办妥离岗相关手续后方可离开。

二、实习单位基本信息

实习单位			
通讯地址			
单位指导教师		联系电话	
实习单位基本情况介绍			
实习岗位及主要内容			
实习日期	20____年____月____日—____年____月____日；累计____天		
工作时间		实习报酬	元/月
支付方式		支付周期	
就餐条件		住宿条件	

实习单位变更信息（若有变更请填写此表） 变更日期：_____

实习单位			
通讯地址			
单位指导教师		联系电话	
实习单位基本情况介绍			
实习岗位及主要内容			
实习日期	20____年____月____日—____年____月____日；累计____天		
工作时间		实习报酬	元/月
支付方式		支付周期	
就餐条件		住宿条件	

三、实习日志

实习周次	第 1 周	起止日期	___月___日 -- ___月___日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 2 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 3 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 4 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 5 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 6 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 7 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>8</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u> 9 </u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 10 周	起止日期	___月___日 -- ___月___日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>11</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>12</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>13</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>14</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>15</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 16 周	起止日期	____月____日 -- ____月____日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>17</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>18</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 19 周	起止日期	___月___日 -- ___月___日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 20 周	起止日期	___月___日 -- ___月___日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>21</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>22</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>23</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>24</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 25 周	起止日期	___月___日 -- ___月___日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

实习周次	第 <u>26</u> 周	起止日期	<u> </u> 月 <u> </u> 日 -- <u> </u> 月 <u> </u> 日
实习内容			
心得体会			
实 习 单 位 意 见	企业指导老师意见： 企业指导老师签字：_____ 年 月 日		

五、实习报告

主要包括实习单位基本情况介绍、实习岗位介绍、实习工作情况、实习心得收获等方面内容，不少于 2000 字。

[illegible]

[illegible]

六、实习成绩鉴定

苏州信息职业技术学院学生岗位实习鉴定表

学号			姓名		班级	
实习单位						
实习岗位				实习周期		
实习单位鉴定	评价内容	出勤情况 (20分)	守纪情况 (20分)	适应能力 (20分)	合作能力 (20分)	工作表现 (20分)
	评分					
	总分					
	鉴定意见：					
	企业指导老师签字： 年 月 日					
	企业审核意见：					
鉴定部门签字（章）： 年 月 日						
校内指导教师鉴定	评价内容	实习过程记录（ ☐ 完整 ☐ 不完整）			实习报告评分（100分）	
	评分					
	成绩总评	实习报告（50%）			实习单位评价（50%）	
	总评成绩：					
	校内指导教师鉴定意见：					
校内指导教师签字： 年 月 日						
系部意见：						
系部主任签字： 年 月 日						

苏州信息职业技术学院学生岗位实习三方协议盖章页

教育部 2022 版

一、基本信息

甲方（学校）留存页

甲方（学校）：苏州信息职业技术学院			
通讯地址：	江苏省苏州市吴江区鲈乡南路 1237 号		
甲方指导教师：		联系电话：	
乙方（实习单位）：			
通讯地址：			
乙方指导人员：		联系电话：	
丙方（学生）：		学 号：	
联系电话：		班 级：	
身份证号：			
丙方家长（或法定监护人）：			
与丙方关系：		联系电话：	
家庭住址：			
实习项目：	岗位实习	实习岗位	
实习地点：			
实习日期：	____年____月____日—____年____月____日；累计：____天		
工作时间：		实习报酬：	元/月
支付方式	货币	支付周期：	
就餐条件：		住宿条件：	
甲方：（学校）		乙方：（实习单位）	
(学校签字盖章处)		(实习单位签字盖章处)	
丙方（学生）：（签字）			
日期：	____年____月____日		

注：具体实习协议条款以学院提供的教育部 2022 版为标准，不得修改。若有其他事项或补充协议，需提供完整版本，并在改动内容处签字盖章。

自主实习申请书

尊敬的系部领导：

本人已经自己联系了实习单位，并已与家长商量，取得家长同意，现特向学院申请自主实习。在实习期间，本人保证做到以下几点：

1. 实习期间，自觉遵守实习单位的规章制度，信守合同，力争得到用人单位良好评价；

2. 实习期间遵纪守法，维护学院的形象，注意人身安全；

3. 实习期间自觉遵守学校制定的实习管理规章制度，注意实习安全和人身安全，并对自己在实习期间的行为和安全负责。如违反有关规定，后果责任自负。

4. 实习期间，按要求完成指导老师布置的教学内容，定期与指导教师沟通，按进度完成各项内容；

5. 严格按照学院安排的时间回校参加考试及其他有关的工作，在离校期间保证与辅导员（班主任）保持通讯畅通，更换联系电话能及时告知，并做到及时向辅导员（班主任）汇报有关学习、生活及实习情况。

特此申请，恳请批准。

申请人签名：_____

法定监护人（家长）签名：_____ 联系电话：_____

年 月 日

申请自主实习基本情况

申请人姓名		学 号：	
所在班级：		电 话：	
家庭住址：			
实习单位全称：			
通讯地址：			
联系人：		电话：	

批复情况：

辅导员意见：	签名：_____	日期：_____
指导老师意见：	签名：_____	日期：_____
系部意见：	签名：_____	日期：_____

丙方岗位实习法定监护人（或家长）知情同意书

苏州信息职业技术学院：

我们已经充分知悉、理解并同意《三方协议》各项条款及上述知情同意书内容。实习期间，我们将与学校保持密切联系，并及时掌握孩子的思想动态，督促孩子在实习期间遵守学校及实习单位的各项规章制度，保障自身安全，主动关注校方通知与班级通知，并配合校方工作，以协助本次实习活动顺利完成。

学生姓名：_____ 学号：_____

学生法定监护人（或家长）签名：_____

与学生本人关系：_____

联系电话：_____

年 月 日

裁
剪
线

苏州信息职业技术学院学生岗位实习三方协议盖章页

教育部 2022 版

一、基本信息

乙方（实习单位）留存页

甲方（学校）：				苏州信息职业技术学院			
通讯地址：		江苏省苏州市吴江区鲈乡南路 1237 号					
甲方指导教师：				联系电话：			
乙方（实习单位）：							
通讯地址：							
乙方指导人员：				联系电话：			
丙方（学生）：				学 号：			
联系电话：				班 级：			
身份证号：							
丙方家长（或法定监护人）：							
与丙方关系：				联系电话：			
家庭住址：							
实习项目：		岗位实习		实习岗位			
实习地点：							
实习日期：		_____年____月____日—_____年____月____日；累计：_____天					
工作时间：				实习报酬：		元/月	
支付方式		货币		支付周期：			
就餐条件：				住宿条件：			
甲方：（学校）				乙方：（实习单位）			
(学校签字盖章处)				(实习单位签字盖章处)			
丙方（学生）：（签字）							
日期：		_____年____月____日					

注：具体实习协议条款以学院提供的教育部 2022 版为标准，不得修改。若有其他事项或补充协议，需提供完整版本，并在改动内容处签字盖章。

裁
剪
线

苏州信息职业技术学院学生岗位实习三方协议盖章页

教育部 2022 版

一、基本信息

丙方（学生）留存页

甲方（学校）：苏州信息职业技术学院			
通讯地址：	江苏省苏州市吴江区鲈乡南路 1237 号		
甲方指导教师：		联系电话：	
乙方（实习单位）：			
通讯地址：			
乙方指导人员：		联系电话：	
丙方（学生）：		学 号：	
联系电话：		班 级：	
身份证号：			
丙方家长（或法定监护人）：			
与丙方关系：		联系电话：	
家庭住址：			
实习项目：	岗位实习	实习岗位	
实习地点：			
实习日期：	____年__月__日—____年__月__日；累计：____天		
工作时间：		实习报酬：	元/月
支付方式	货币	支付周期：	
就餐条件：		住宿条件：	
甲方：（学校）		乙方：（实习单位）	
(学校签字盖章处)		(实习单位签字盖章处)	
丙方（学生）：（签字）			
日期：	____年____月____日		

注：具体实习协议条款以学院提供的教育部 2022 版为标准，不得修改。若有其他事项或补充协议，需提供完整版本，并在改动内容处签字盖章。

