

# 专业实践计划(通用 4 篇)

---

## 第 1 篇:专业实践计划

### 专业认知实践报告

一转眼的时间，我们就度过了大一的这段美好时光，期间，有快乐，有悲伤，有激情，也有过痛苦，也彷徨过，迷失过，可是我们最后都挺了过来。大家都说大一是一个过渡期，让我们来适应大学生活，并摸索出属于自己的路。是的，我们明白了自己要走的路，知道了该怎样去安排自己的学习、工作、娱乐和休息，明白了怎样去争取、去拼搏一个属于自己的天地！接下来的三年里，我们就要按照自己对人生的打算，走上征程.....

#### 一. 一年来的大学生活总结

可以说，我的大一生活并不让我自己满意，也不会让老师和家长满意。这一年的时间里，我把学习给放在了次要的位置上，没有把太多的精力投入到学习中，也因此自食恶果，去年和今年的两次期末考试中都各有一科的成绩让人失望。大把的时间被我荒废掉了，现在想来，有点可惜了..... 毕竟，这么多的大好时间，可以用来做更多有意义的事啊！总结一下自己一年的生活，又有了更深的认识.....

#### 1 学习总结

从必修课到选修课，我在这一年里适应了这和高中完全不同的学习方式。从上一年的高数、英语、政治经济学、经济法概论、思想道德修养与法律基础、管理学，到下学期的西方经济学、近代史概要、会计学，加上体育，以及选修的大学语文及人际关系学，我学到了很多很多，必修课的

专业知识自不必说，而选修的人际关系学也教给了我很多做人的道理.....

这些课程中，我认为它们都很重要，比如，政治经济学和经济法概论教给了我们很多关于经济学的基本知识和相关法律等，相当于是对我们国贸专业的入门启蒙！管理学交给了我们如何去做一个合格的管理者和如何更好的配合管理者的工作等；而思想道德修养与法律基础则教给我们做人的道理和准则，告诉我们，学习知识重要，但学习做人更重要！每周一节的体育课让我们不会把身体的锻炼落下，毕竟身体是革命的本钱啊！下半年的课程相当于是上半年的延续和加深，高数和英语一直是学习的重中之重，每个人都没有理由忽视它们，老师也很重视我们对这几门的学习，生怕我们学不好.....会计学上我们学习了会计的基本原理和运作等，西方经济学则让我们更深层的了解了“经济”这一复杂而又深奥的字眼.....而选修的人际关系学我非常喜欢，它教给了我很多书本上学不到的知识，教给我们怎么去处理人与人之间的关系，如管理者与基层、家庭之间、男女关系、宿舍关系等等.....

总之，学校给我们创造了很好的机会和条件，就看我们自己能不能、会不会把这些利用起来。我自己觉得自己就没有能利用好这些资源，荒废了好多的时间，也逃过一些课，有人说，没逃过课的大学生不算大学生，可现在我觉得这是错的，逃过任何一节课，都是一次损失，属于你的损失！那么，以后的时间里，我一定会好好利用上课时间，不再放过一节课，学好老师讲的每一个知识，决不让属于自己的东西损失掉！

## 2 生活总结

这一年的生活中，说真的，有很多让我感动的地方。我们班这 103 个人，从军训开始就结下了兄弟姐妹之情，之后不断加深，这一年来，虽然

男生和女生之间的交流还是少点，同学之间的小摩擦也时常出现，但是趋势确实好的，大家感情越来越深，接触越来越多，距离越来越近，相对其他的班级，我认为我们班的同学间的感情是最深厚的！

从开学军训时的竞相高歌，到送别教官的不舍之情；从甲流时的众志成城，到有人住院时大家不顾安危的看望、送物品；从每次班会大家的竞相发言，到班主任老师对我们的深情关注；从我们班承办系元旦晚会时全体成员的倾力协作，到我们成功举办这一系级盛况并为我们班挣得偌大荣誉和赞扬；从春游前大家的积极准备，到春游时大家的惊险刺激、欢歌笑语；从大家每次给班级荣誉争光而毫不推辞，到大家每次做值日时的毫不推诿……这一切的一切，都让我深深地感动，我以我能留在这么一个优秀的班级为荣！

### 3 自我评价

实际上，我对我上半年的作为表现还算满意，但下半年因为一些琐事有些丧失斗志，失去了上进心，对诸事都不想去尽力争取，甚至有混天度日的想法！这个暑假里我想了很多，想通了一些事，认识到了自己的错误，看清了自己性格上的一些缺点，决定改掉自己的坏毛病。做事要果断一些，不能畏首畏尾，对一些应该争取的东西，就尽力去争取，不能给自己留下遗憾，最重要的是要改掉自己懒惰的习惯，机会不会留给懒惰的人！

## 二. 对国贸专业的认识与思考

### 国际经济与贸易专业简介

#### 国际经济与贸易专业（to 方向）本科培养目标

本专业培养能较系统地掌握经济学基本原理和国际经济、国际贸易的基本理论，掌握国际贸易的基本知识和基本技能。了解中国对外贸易和当

代国际经济贸易的发展现状，熟悉通行的国际贸易惯例与 to 规则，以及中国对外贸易的政策法规，了解主要国家与地区的对外贸易状况，能在涉外经济贸易部门、外资企业及政府机构和科研院所从事国际经济与贸易业务、管理、调研与教学科研等工作的复合型、应用型的高级专门人才。

业务培养目标：本专业培养的学生应较系统地掌握马克思主义经济学基本原理和国际经济、国际贸易的基本理论，掌握国际贸易的基本知识与基本技能，了解当代国际经济贸易的发展现状，熟悉通行的国际贸易规则和惯例，以及中国对外贸易的政策法规，了解主要国家与地区的社会经济情况，能在涉外经济贸易部门、外资企业及政府机构从事实际业务、管理、调研和宣传策划工作的高级专门人才。

## 1 学习目标

### 知识和能力

1. 掌握马克思主义经济学基本理论和方法；
2. 掌握西方经济学、国际经济学的理论和方法；
3. 能运用计量、统计、会计方法进行分析和研究；
4. 了解主要国家和地区经济发展状况及其贸易政策；
5. 了解国际经济学、国际贸易理论发展的动态；
6. 能够熟练地掌握一门外语，具有听、说、读、写、译的基本能力，能利用计算机从事涉外经济工作。

## 2 学习框架

### 第 2 篇：专业实践计划

全日制工程硕士专业学位研究生

学院：

姓名：

学号：

专业领域：

校内导师：

校外导师：

填表日期：

研究生部制

一、专业学位硕士生导师指导小组成员（含校内外导师）

二、专业学位硕士生实践计划

2、拟实践内容概述

3、实践进度

第3篇：专业实践计划

重庆大学

全日制硕士专业学位研究生专业实践计划表

学院：城市建设与环境工程学院

姓名：XXX

学号：XXXXXXXX

年级：XXXXXXXXx

专业（领域）：建筑与土木工程领域

研究方向：XXXXXXXXXXXXXXXX

校内导师：XXXXXXXXXXXXxXX

校外导师：

填表日期：2022.3.2

研究生院制

关于全日制硕士专业学位研究生专业实践计划的几点说明

一、专业实践计划是专业学位硕士生培养过程中的重要环节，是检验和监督硕士生培养过程的主要依据，是教育部对专业学位硕士生教育工作进行审核评估的基础材料，也是学校对硕士生毕业及授予学位进行审查的基本文件。

二、导师（组）按照本专业（领域）硕士生培养方案的要求，根据因材施教的原则，结合专业学位硕士生本人的特点，全面考虑，合理安排，指导硕士生制订个人实践计划，对其实践目标、内容、方法等要求和进度做出计划和安排。

三、硕士生应按制订的实践计划进行学习，通过后，方能申请论文答辩。

四、实践计划一旦确定应认真遵照执行，无特殊原因，原则上不予更改。因特殊情况确需更改者，应在每学期开学两周内提出书面修改计划申请，经导师和学院同意后报研究生部审批备案。

五、计划制定和审核程序

实践计划一般应在第二学期开学初第一教学周，由导师（组）与硕士生共同制定，并由导师负责，导师组同意，责任导师审核签字，经学院负责人、实习单位负责人同意后，在本学期执行。

六、实践计划一律用 A4 纸正反面打印，一式 1 份，由学院或导师留存，研究生院定期检查。

七、未尽事宜再行议定。

#### 一、专业学位硕士生导师指导小组成员（含导师本人）

序号

姓名

职称

主要从事的专业与研究领域

所在工作单位

2

3

#### 二、专业学位硕士生实践计划

1、拟实践方向：冷热源理论与建筑节能方向

2、拟实践内容概述

（1）该实践要求的基本理论知识

A、熟悉水源热泵系统、地源热泵系统的各部分功能和设计运行原理；

B、熟悉换热器的基本设计原理和设计方法；

- C、掌握江水源热泵及污水源热泵系统的冷热源机房及取水布置方法；
- D、掌握实验测试、数据处理和数据分析的方法；
- E、掌握关于水源、污水源工程可行性报告的相关理论知识；

(2) 该实践要求的基本技能

A、专业 CAD制图，能独立完成水源热泵系统的取水方案选择和冷热源机房布置；

B、常用测试仪器的使用方法：管内/外温度的热电偶的制作、标定和使用，超声波流量计、LS45-2 型旋杯式流速仪、红外线距离测量仪、浅层地热测试仪等仪器的使用；

C、水源热泵系统可行性研究报告的编写；

D、Excel 常用图表制作。

(3) 该实践拟出的成果

A、完成某实际水源热泵系统工程机房及取退水方案布置；

B、完成常见的空调末端系统方案布置；

C、完成与水（地）源热泵系统相关的测试报告及可行性研究报告编写；

D、搭建水源热泵系统实验平台并完成课程论文的编写。

导师签名：

日期：年月日

3、实践进度



时间

内容

地点

要求

备注

导师（组）签字

责任导师

意见

责任导师签字：

年月日

学院意见

负责人签字：盖院章

年月日

实践单位

意见

负责人签字：盖章

年月日

重庆大学

全日制硕士专业学位研究生专业实践工作日志

姓名：XXXXXXXX

学号：XXXXXXXX

年级：2022 级

专业（领域）：XXXXXXXXXXXXXXXXXX

研究方向：XXXXXXXXXXXXXXXXXX

校内导师：XXXXXXXXXXXXXXXXXX

校外导师：

2022.9.8

研究生院制

时间

地点

内容

实践指导人签名

备注

说明：实践学时最低不低于 320，导师（组）可根据硕士生的实际情况和实习项目酌情增加学时；此表一式 1 份，实习结束后由实践单位交到硕士生所在学院。

重庆大学

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/076053113223010144>