

这学期一开学，我就盼望着学院安排我们实习，有一个将理论和实践联系起来的机会。所以当得知学院将安排我们去华迪实训时，心理非常高兴，希望能早点去。后来因为种种因素，来实训的劲头没那么大了，但最后还是顺从心底最真实的愿望来到了四川华迪实训基地，开始了为期约两周的网络项目实训。

华迪网络实训中心以提高大学生网络类职业的就业率和实现人才职业化转变为目标，按照“工程化、层次化、模块化”的设计思想，为实训学员配备了多媒体案例分析室、企业综合布线实训室、企业园区网实训室、企业互联网实训室、企业网管实训室、信息安全实训室、企业应用(数据)中心实训室和系统集成实训室等职业化环境，并在其中配备了“主流的局域、广域数据线路”和主流品牌的典型“硬件防火墙、信息安全系统、网络管理系统、网络应用服务器、多层交换机、多功能硬件路由器及多用途网络测试仪”等网络设施和高档网络设备。

这次实习目的：本次实习主要任务是学会局域网的设计与应用，网络互连技术。进一步加深理论知识。在组网之前我们必须了解下面几个名词术语及其作用：

DHCP(Dynamic Host Configure Protocol)：动态主机配置协议。它是设计用于简化管理地址配置的 **TCP/IP** 标准。它使用服务器集中管理 **IP** 地址以及在您的网络上使用的其他相关配置(比如网关、**DNS**服务器等)的详细信息。在常见的小型网络中(例如家庭网络和学生宿舍网)，网络管理员都是采用手工分配 **IP** 地址的方法，而到了中、大型网络，这种方法就不太适用了。在中、大型网络，特别是大型网络中，往往有超过 100 台的客户机，手动分配 **IP** 地址的方法就不太合适了。因此，我们必须引入一种高效的 **IP** 地址分配方法，幸好，**DHCP(Dynamic Host Configuration Protocol)** 为我们解决了这一难题。可以说 **DHCP**服务器是主要作用是为某一区域内的机器分配 **IP** 地址的。

我在这次实习中的任务：1. 组网和互联模式：用 HUB 组建两个星型局域网，星型是所有计算机都接到一个集线器(或是交换机、路由器等)，通过集线器在各计算机之间传递信号。每个局域网设一主机服务器，在此主机上安装双网卡，通过另一个集线器或交换机连接到实现对外连接到另一个局域网和互联网。2. 局域网应用：在每个局域网要拥有自己的 DNS 服务器、DHCP 服务器、Web 服务器、ftp 服务器和一个 Linux 服务器。

这次实习我总结了几个方面的内容，大致可以分为：网线的制作了；服务器操作系统的安装；域控制器的安装与配置；DNS 服务器的安装与配置；DHCP 服务器的安装与配置；Web 站点的设置与发布；同时还包括与之相关的一些常用的控制台命令，网络命令的使用，以及网络故障的分析和排除，安全日志。系统日志和应用程序日志的查看和分析。

这次实习内容中，我最深刻的就是网线的制作：1、在制作网线之前先了解一下网线的排线顺序及用法

568A: 从左至右线序是：白绿，绿，白橙，蓝，白蓝，橙，白棕，棕

568B: 从左至右线序是：白橙，橙，白绿，蓝，白蓝，绿，白棕，棕

左 ← → 右 水晶扣在下面。直通线：568A-568A 或 568B-568B 交叉线：568A-568B 其中 HUB 代表集线器，SWITCH 代表交换机，ROUTER 代表路由器：PC-PC: 直通线 PC-HUB: 直通线 HUB-HUB 普通口：交叉线 HUB-HUB 级连口-级连口：交叉线 HUB-HUB 普通口-级连口：直通线 HUB-SWITCH 交叉线

HUB(级联口)-SWITCH: 直通线 SWITCH-SWITCH 直通线 SWITCH-ROUTER 直通线

ROUTER-ROUTER 交叉线 100BaseT 连接双绞线，以 100Mb/S 的 EIA/TIA 568B 作为标准规格。

其次我还重点了解了 DHCP 服务器的安装与配置，安装 DHCP 服务器的步骤如下：步骤 1 启动 添加/删除程序 对话框。步骤 2 单击 添加/删除 Windows 组件 出现 组件向导单击下一步 出现 组件 对话框从列表中选择 网络服务 。步骤 3 单击 详细内容 ，从列表选取 动态主机配置协议 如图单击 确定 。步骤 4 单击 下一步 输入到 Windows Server 的安装源文件的路径，单击 确定 开始安装 DHCP 服务。步骤 5 单击 完成 ，当回到 添加/删除程序 对话框后，单击 关闭 按钮。安装完毕后在管理工具中多了一个 DHCP 管理器。添加 DHCP 服务器：在安装 DHCP 服务后，用户必须首先添加一个授权的 DHCP 服务器，并在服务器中添加作用域设置相应的 IP 地址范围及选项类型，以便 DHCP 客户机在登录到网络时，能够获得 IP 地址租约和相关选项的设置参数。在 DHCP 控制台中作用域下多了四项：地址池：用于查看、管理现在的有效地址范围和排除范围；地址租约：用于查看、管理当前的地址租用情况；保留：用于添加、删除特定保留的 IP 地址；作用域选项：用于查看、管理当前作用域提供的选项类型及其设置值。

在做完这些工作后我总结了以下深刻的体会：

实习，是每一个大学生都必须经历的阶段，因为这能让我们将理论知识有效地运用到实践中去，将我们在学校所学到的知识得到很好的发挥。参加实习，所见到的、学到的、接触到的，都不会局限于书本知识，这些都会让我们兴奋，让我们充满激情。我们在实习中成长，在实践中锻炼自己。我们开始扮演不同的角色，尝试不同的工作，接触不同层次的人，体味不同岗位的欣喜，逐步完成职业角色的转变。我们在努力的工作，感受着生活的另一种意义，我们也享受着过程，等待着得到成果的喜悦。

来到华迪实训后，我感觉到了工作的神圣，一种身在岗位的责任。我们每天上班下班都刷卡，上课的时候听老师讲，上机的时候认真操作，严格按照公司的规章制度来要求自己，虽有一种新鲜感，可更体会到公司纪律的严肃性，在工作岗位上，就必须令行禁止。是这样的，无规矩不成方圆，我们已经是员工了，就

严格要求自己，就不能再懒散，要让生活更充实更有色彩。

在一个公司工作，就要注意公司的形象，这是一个团队，我们要时刻以团队的利益为重。一份工作往往不是一个人的事情，要完成一个项目更不是一个人的事情，所以团队的合作是多么的重要。这次实习，我们就是每个小组完成一个项目，从开发项目到最后的发布，都由我们亲自操作，每一个过程，每一个细节，我们都需要一点一点、一步一步去完成。我们在完成项目的同时，其实就是在编辑我们的梦。每一个过程，每一次分工，每一次合作，每一个错误，每一次经验，每一个成果，都是给我们的奖励，也是在为我们奠定良好的事业基础。

老师和领导们真是用心良苦，他们要培养同学们的团队意识，培养同学们的合作能力，让我们发现自己真实的兴趣和无穷的潜力，为以后的工作打下坚实的基础，给我们创造这样一种特殊的实习机会。这不仅仅是在教我们做事，更是教我们做人啊！所以我们更应该认真对待每一次体验，把握每一个机会。今天我们画的是规划图，明天走的就是人生路。也许现在只是一张小小的图纸，可日后就是缤纷的彩虹。

我会好好珍惜这次实习，日后在工作中我必定会努力工作，团结同事，共同进步，相信明天的我们会不一样。那是一个经历由毛毛虫到蝴蝶的蜕变之后的自己，是一个全新的自己。一颗种子，不管品种多好，都需要放在土壤里扎根才能生长，所以我们要把基础打扎实，才能创造更多的辉煌。世上没有做不到的事，只有想不到的事，不管我们遇到多少挫折，都要勇敢面对，学会在困难中成长。只要有坚强的信念，向着我们的目标奋斗，成功之门就会为我们敞开。人生路遥漫漫，只要我们始于足下，脚踏实地，一步一个脚印地往前迈进，我们总会到达属于我们的高峰。

篇 2

见习时间：4月21日 4月28日

见习单位：浙江嘉兴__实训基地

见习目的：

专业见习是计算机系专业教学计划中规定的一个重要的实践性教学环节，其

目的为：

1、同学们在学习了专业课程之后，通过专业实习，在了解企业概况的基础上，对与计算机应用密切相关的某一方面内容的整体概念进行分析，

学会运用专业知识去发现问题和解决问题的方法，增强实践能力。

2、通过实习，参加一定的实践活动和技术体验，了解企业的需求、所具备的基础及存在的问题，了解国情，增强学好专业的信心和从事计算机工作的激情和事业心，为学生毕业设计和走入社会奠定良好的基础。

3、通过实习，调查、了解企业的运行机制，参与企业具体的软件开发工作，提高社会实践能力，增强调查研究、人际沟通、谋略决策、随机应变等独立工作能力。

一、专业见习过程及内容

(一)见习地点：嘉兴__产品实训基地

时间：4月21日到4月28日

(二)1. 嘉兴__产品实训基地概况：

嘉兴，历史上就是富庶之地。处在杭嘉湖平原的中心地带，土地肥沃，气候适宜，水源充足，物产丰富。“嘉禾熟，天下足”，天时地利人和。历史上嘉兴传统产业比较发达。海宁的纺织、皮革，平湖的服装、箱包，桐乡的蚕丝、化纤一直是经济发展的顶梁柱，也是传统意义上吸收就业的“大户”。

创建于3月的__软件产品实训基地正是在这大背景下孕育而生的，从开学至今，已实训长期班学员340多人、短期实习生600多人，接受四个月班__中级软件工程师班培训的学生现在95%以上已经顺利进入软件行业就业。

在嘉兴科技城的支持下，__软件产品实训基地踌躇满

志：将继续做好教学工作，目标培训1000人；到将建成一座占地面积100亩、可容纳5000人学习和生活的综合性实训校区。届时学院也将成为长三角地区乃至全国重要的高级技术人才培训基地，向社会输送更多的高品质、专业化高级软件人才。

2. 见习内容：晨会、应久良院长的职业生涯规划的讲座、演讲比赛、拓展训练、科技工业园的参观、一天半的技术学习、软件行业的分析、与应久良院长的座谈会、西塘之旅、上海一日游；

二、见习体会

一个星期的见习生活已经结束了，这一个星期感觉过的好快。虽然短暂，但却那么的令人难忘。其实在去嘉兴的一个星期前，我就期待着、憧憬着，甚至那一段日子课都上不去。进入大学已快有1年了，虽然我一直让自己忙碌着，在系里做干部，在班上当班长，但是我一直不清楚自己真正要的是什么??有一点迷茫，没有具体的规划，把自己弄的筋疲力尽，而且没有一个明确的奋斗目标。经过这次见习，至少我知道接下来的大学生活该怎样度过。

人的这一生就是一个不断成长，不断进步，不断成熟的过程。那么我想先回忆一下见习5天的经过及内容：晨会、应久良院长的职业生涯规划的讲座、演讲比赛、拓展训练、科技工业园的参观、一天半的技术学习、软件行业的分析、与应久良院长

的座谈会、西塘之旅、上海一日游；这是一个完整的行程，每天在班主任的带领下，我们都积极的完成了任务，每天都过的很充实。

在这一次见习中，对我影响最深、感触最大的是：一是应久良院长对我们说的宝贵建议，他说：“在大学四年里我们必须做完以下几件事情；

1、看完 200 本书；

2、写完 20 万字的博文；

3、做兼职，挣到 1000 元；

4、锻炼好身体，

5、每分钟准确无误的输入 80 个字。

6、可头交流(一对一交流；当众交流；采用视频演示；书面交流)。”之前我一直都是慢无目的的学习，只是完成老师的任务，就算到图书馆借了书也没有顽强的毅力看下去。大学已过去了一年，今后的日子不能再混下去了。感谢应院长给了我们宝贵的建议，这是最基础的，我一定会做到。

二是在演讲比赛中杨衷贤老师给我们的宝贵建议；可以说这次的演讲比赛我发挥的是非常失败的，以前一直以来演讲是我比较引以为豪的，可是却没有想到如此的不堪一击。我分析原因，其中最重要的一条是太遵守常规了，太拘谨，没有一点新颖，反而条理不清。杨老师给我们的建议：

1、漂亮的开头(一首歌、一首诗、一句名言、一个问题等)吸引注意力

2、漂亮的结尾(例如如果你们给我一个机会，我将还你们一个精彩)；

3、记提纲，记关键词；

4、手势一定要与内容配合起来

5、演讲中走动的幅度可以大一点；

总结：充分的准备，认真练习，多看名人演讲。

三是上海的一天旅行；上海是一个国际化大都市，到了那里我才知道什么叫繁华，到了那里我才明白为什么老师要我们学好英语，到了那里我才看到我们城市的差距是什么？我知道自己现在的状况，离那样一个高节奏的生活环境还有多远，但那就是我的目标。我不甘一辈子就这样平庸。

总而言之，这次的见习，是我人生历程中的一笔宝贵财富。今后的我将是一个奋斗不止、自强不息、为自己的梦想而拼搏的人。

篇 3

一、 实习地点： 石家庄佳诚网络技术有限公司

二、 实习目的：

专业实习是在学生已经学习了部分专业课以后进行的，是理论与实践相结合的重要环节。专业实习对于学生综合素质的提高具有重要意义。专业实习的目的是提高学生动手能力和综合实践能力，提高学生的学习兴趣，为提高学生的就业竞争力打好基础。

三、 实习内容：

第一周 9月5日，星期二

今天是认知实习的第一天，我们认知实习的地点是石家庄佳诚网络公司的教育中心，第一堂课老师给我们介绍了佳诚及公司的理念：德，言，艺，行。使我对佳诚公司有了一个初步的认识。也学到了德，言，艺，行对个人今后发展及对一个公司的重要意义。然后还讲了盖茨，史立柱等几个中外传奇人物的鲜为人知的事迹，揭示出成功要靠努力，只要你努力没有什么不可以做成的！接着他讲述了当今 IT 流行技术展示：门户，搜索引擎，即时聊天，电子商务，移动增值，网络游戏，每一项都以一个案例去讲述，生动易懂，掌声不断，最后给出总结：中国首富在网络中诞生，短信因网络而精彩，宽带因网民而繁忙，游戏因网络而

搜索成为新贵，电子商务成为发展重点。老师还讲述了智能系统(BI、AI)，识别系统(语音识别，感应识别)，导航系统(电子地图)，移动 3G(可视通话，手机电视)，生物科技(DNA解析)等技术。后来，老师还把他们香港之行的图片做成 FLASH给我们分享，揭示着香港的繁荣及她的中西结合的文化！

9月6日，星期三

上午上网查询了上网查询 PC机配件、PC服务器资料，了解了最新的 PC机、服务器配置 PC机的硬件、软件技术参数、CMOS设置、网络参数配置信息，为书写实习报告做好了准备。下午在互联网上查询了各大学校的网络拓扑图，并分析了其特点，使用 VISO画图工具画出了给定的网络拓扑图。

9月7日 星期四

昨天学校安排去中国联通石家庄分公司参观实习，真是大开眼界，我还从来没见过这么大的数据库中心！首先是一位工作人员向我们讲述整个联通公司的网络拓扑，真是庞大又复杂！然后是带领我们参观机房，这里的工作人员给我们讲不要随意触摸这里的设备，因为你身上的静电可能会给这些耗资巨大的设备造成致命的损失，甚至导致整个省的连通通信瘫痪！这其实也让我这个对网络感兴趣的人学到了一个小常识：平时要注意静电的危害！我还发现无论是路由器还是交换机都是两个的，我想这也许是为了安全而做的备份吧，可见他们对安全看的多么的重要，因为出一点点的小问题可能导致整个河北省的通信瘫痪！

下午我们去了佳诚公司，首先一位微软金牌认证讲师讲了网络工程师的相关方面知识及要想成为一名网络工程师需要具备的知识技能，他反复强调基础要打牢！然后是赵老师，他是一位优秀的程序员，以非常生动的比喻法讲到要想做一个优秀的程序员，可以从那方面入手。指明了发展的方向。让我对程序员有了更深的认识。老师还讲到了我闻所未闻的软件测试工程师，让我认识到原来计算机行业职位是如此的多，就业面是如此的广！最后谷岳峰老师在非常活跃的气氛下

!在欢乐的气氛中学到了人生的很多道理!.....

9月8日,星期五

上网查询校园网的构造,了解了河北科技大学校园网的设计方案,熟悉了选用的网络设备和网络软件。查询网络产品信息,查询主流网络产品的详细信息,并做了记录。撰写一周实习记录,介绍实习报告要求,确定以本周实习内容的为主的实习报告题目范围。

9月9日,星期六

上午,老师现场演示了PC机的组装过程,让我们从理论和实物方面了解了PC机的各组成部分,掌握了各部件的特征及组装方法,了解了各部件当前主流产品厂家等。在后面的课程中,在老师设计出详细的组装步骤及常见故障的诊断、解决办法后,我们还自己动手进行了PC机的拆装实验。

下午,由韩老师使用理论与实物结合,现场演示安装设置过程的方法,让我们知道了操作系统的基本原理,了解了当前最流行的个人操作系统WinXP的安装和简单配置。在老师设计出详细的安装步骤及简单设计步骤后,我们亲自动手完成了利用虚拟机安装系统的技术,掌握了WinXP的安装和简单设置。并且还学会了安装系统时的相关设置。

第二周

9月11日,星期一

老师讲解了如何通过搜索引擎在互联网上找到自己想要的信息,主要包括:互联网上都有哪些东西,如何找到自己想要的东西,搜索引擎的历史,如何使用Goolge和百度,查询关键字的技巧等内容,并进行了搜索引擎的动手实验。李老师首先展示了几个经典的Visio图作品,然后以演示的方式介绍制作常用图的方法。VISO动手实验,自己动手完成家居和流程图的设计。职业生涯规划9

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/988073106117006065>