

行之愈笃，则知之益明 北京青年报社

磨砺见真我 人人公司 聚力传媒

纸上得来终浅，真知唯有实践 中工时代文化传播有限公司

千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始到金 广东省汕头市易迅网络有限公司

书到用时方恨少，事非经过不知难 人民卫生电子音像出版社

纸上得来终觉浅，绝知“编辑”要躬行 北京博实励扬广告有限公司

挑战自我，才能有所收获 优酷土豆股份有限公司

在实践中提升，在错误中成熟 北京机工弗戈传媒广告有限公司《现代制造》杂志社

实习风雨路，侃侃经验诉 艰辛却丰富，走上人生路 北京华章图文信息有限公司（机械工业出版社华章分社）

实验班综合实习报告 新闻出版学院韬奋实验班建设指导小组 编

王硕实习总结 出版商务周报社

莫愁独立孤灯下，辛苦成就万卷书 人民卫生电子音像出版社

实践出真知 人民教育出版社教材中心

张璇璇实习总结 安徽省砀山县广播电视台

知之非难 行之不易 时尚集团时尚数字K-Day韩流项目组

潘培鸿实习总结 华星嘉业（北京）影视文化传媒有限公司

朱明威实习总结 河南省濮阳市新浪旗舰广告传媒有限公司

在平淡中发掘，于点滴处留心 广东省江门市新会区《新会侨报》

既抬头看天，也低头走路 神州杂志社

细节识态度，实践出真知 中国小康网 中国原子能出版传媒有限公司

魏然实习总结 万博宣伟公关顾问奔驰组

王雯静实习总结 烟台光明彩印包装有限公司

王实践连接校园与社会的距离 解放军画报社

王康秉钺，如火烈烈 南通市通州区广播电视台

王树蕙实习总结 北京市鑫舍文化传媒有限公司

北京印刷学院2012级韬奋实验班综合实习报告

新闻出版学院韬奋实验班建设指导小组 编

图书在版编目(CIP)数据

北京印刷学院2012级韬奋实验班综合实习报告 / 新闻出版学院韬奋实验班建设指导小组编. -- 北京: 中华工商联合出版社, 2016.7

ISBN 978-7-5158-1736-1

I. ①北… II. ①新… III. ①大学生—生产实习—研究报告—2012 IV. ①G642.44

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第165752号

北京印刷学院 2012 级韬奋实验班综合实习报告

编者: 新闻出版学院韬奋实验班建设指导小组

责任编辑: 胡小英 李 健

封面设计: 周 源

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2016年8月第1版

印 次: 2016年8月第1次印刷

开 本: 710mm×1020mm 1/16

字 数: 135千字

印 张: 11

书 号: ISBN 978-7-5158-1736-1

定 价: 35.00元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座
19-20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com(营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com(总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

CONTENTS

目 录

1. 行之愈笃，则知之益明 ——李彤彤实习总结	001
2. 磨砺见真我 ——杨竞茜实习总结	009
3. 纸上得来终浅，真知唯有实践 ——崔艳萍实习总结	015
4. 千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始到金 ——黄斯智实习总结	021
5. 书到用时方恨少，事非经过不知难 ——曹灵实习总结	029
6. 纸上得来终觉浅，绝知“编辑”要躬行 ——张安然实习总结	035
7. 挑战自我，才能有所收获 ——张妍实习总结	041

8. 在实践中提升, 在错误中成熟 ——于博涵实习总结	051
9. 实习风雨路, 侃侃经验诉 艰辛却丰富, 走上人生路 ——郑新颖实习总结	057
10. 王硕实习总结	067
11. 莫愁独立孤灯下, 辛苦成就万卷书 ——汪欣桐实习总结	077
12. 实践出真知 ——何雅洁实习总结	083
13. 张璇璇实习总结	091
14. 知之非难 行之不易 ——胡远航实习总结	099
15. 潘培鸿实习总结	105
16. 朱明威实习总结	111
17. 在平淡中发掘, 于点滴处留心 ——李妙雅实习总结	115
18. 既抬头看天, 也低头走路 ——程雯实习总结	123
19. 细节识态度, 实践出真知 ——姚小玥实习总结	129
20. 魏然实习总结	137

21. 胡雯静实习总结.....	143
22. 用实践连接校园与社会的距离 ——王涵实习总结	149
23. 有度秉钺，如火烈烈 ——朱悦涵实习总结	155
24. 刘树蕙实习总结.....	161

行之愈笃，则知之益明

——李彤彤实习总结

◎ 校内实习指导老师：叶 新

◎ 校外实习指导老师：常 红

◎ 实习单位：北京青年报社

◎ 实习单位简介：

《北京青年报》已发展成为以青年视角反映时代，面向社会最活跃人群的综合性日报，平均每日出版50个左右的对开版面，订阅量北京第一，广告收入连续多年位居全国前列。北京青年报社连续三届荣获全国地方报社管理先进单位。2004年12月22日，由北京青年报社控股的北青传媒股份有限公司在香港H股挂牌上市，成为中国内地首家在境外上市的主流媒体。

◎ 实习岗位：实习记者

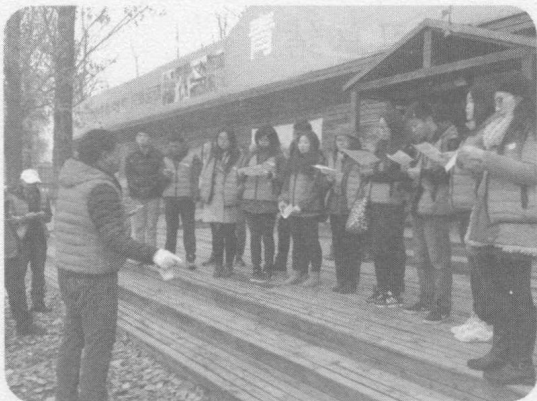
◎ 实习岗位职责：

独立完成日常采访、协助其他记者工作、组织北青组办的北京国际青年营营地活动等。

◎ 实习内容:

1. 在实践中学习

从2015年9月开始,我在北京青年报社担任实习记者,我被分配到了负责教委的一组。我一直很敬佩记者这个职业,他们默默地奉献着,将最



新鲜的新闻或是有意思的访谈呈现给读者和观众。曾经的我只是略懂皮毛,以为记者只是将被采访者说的原话誊写到稿纸上即可,然而经过了近半年在报社的实习,我终于体会到了作为一名记者的艰辛与不易。

任何工作在外行人眼中都是简单的,只有你真正去深入接触,才能发现每一行里都充满着深奥的学问。来到报社,主编首先将我分配到了负责丰台教委的新闻组,新入职阶段我的主要任务就是尽快地向同事们学习,把握好采访工作的流程,并且和他们一起去采访,多多学习他们的经验。

经过一段时间的学习与锻炼后,我基本掌握了采访流程。首先我们要将丰台区各个学校的通讯员的联系方式进行统计,制作成Excel表格,按照同事分配给我的任务,去联系指定学校的通讯员,说明自己的目的。如果学校的通讯员经过和校领导的讨论,同意我们进行采访,我们才能到学校对学校推荐的老师进行采访,然后写稿,与美编交涉,改稿,等待审核。

2. 营地活动建设

主编分配给我的主要工作内容就是采访,但是我们办公室还有一些负

责北京国际青年营的同事，他们主要负责接待一些学校组织的活动，给学生们提供实践基地以及特色课程的教学。比如制作航模，会从外面请一些优秀的专业老师来教学生，之外一些日常的动手活动会由我们办公室负责营地活动的同事负



责。所以负责青年营的人手不够时，没有采访任务的记者们也会去营地帮忙教学或是组织活动。

我很幸运地参加了几次营地建设的活动，体验到了和记者不一样的经历。组织营地活动需要良好的沟通能力、协调能力以及组织能力。营地大多数接待的是小学的活动，那么一、二年级的这些低年级学生就是我们的“重点监护对象”。因为他们年纪小，自律性较差，比较淘气，很多事情也不能独立完成，就需要我们全程“看护”，尤其是户外活动，小孩子们一到室外就乱跑，很难去组织纪律。我参与的几次活动都是负责一、二年级的小孩子们，的确是体会到了老师有多么艰辛，一二百名小学生在一个教室里，我需要很大声说话才能引起他们的注意，在上课的时候，他们互相的交涉能力也不强，比如我们上“橡皮泥手工制作”的课程时，需要同学之间相互借不同颜色的橡皮泥才能完成作品，但是孩子们都不愿意借给彼此，这就需要我这种“老师”出面解决了。包括孩子们要打热水、要去卫生间，因为是户外营地，所以我都要一次次地带他们去做。一整天的工作下来可以说是筋疲力尽，还要收拾小孩子们弄得乱七八糟的教室，完成最后

的整理工作。

3. 新媒体运营

在实习期间,我还参与了新媒体运营,主要负责报纸的微信公众号以及营地的新浪微博,更新一些日常新闻、活动以及最新动态。

4. 记者的本职——采访

说回到采访上,尽管刚开始我还不了解采访,在和同事们一起进行采访的过程中去学习,但我每次也都会跟着写稿。尽管暂时还不会用我的稿子,但我希望珍惜每一次锻炼的机会,并且让主编和同事们帮助我改进。在和同事们一起去采访过几次之后,我基本掌握了采访的整个环节,主编认为我可以单独去开展采访工作了,我便开始了我自己的采访任务,并且

教育解码

民族艺术进校园 传统文化润心田

为了进一步加强学生思想道德建设,推动学校美育工作和校园文化建设,弘扬民族文化,11月25号,丰体时代小学低年级学生以及民族民间舞蹈社团的学生们来到中国剧院,观看了由北京舞蹈学院民间舞系学生表演的舞蹈。

据了解,为了让学生们更好地欣赏舞蹈,体会民族文化精髓,学校特意在本次活动前组织了“民族文化你我他”舞蹈实践活动行前课。通过对少数民族舞蹈文化的学习,学生们对民族舞蹈文化有了基本的概念与印象。课堂上,同学们积极与老师互动,踊跃回答问题,进一步加深了对民族文化知识的了解。

据校长张拥军介绍,本次活动给丰体时代小学的全体师生以及家长们带来了一场别开生面的视听盛宴。来自祖国四面八方的舞蹈文化,原汁原味地呈现在大家面前,让师生以及家长们感受到了多姿多彩的舞蹈语言,同时也提升了学生的审美水平,让学生们体会到了舞蹈中蕴含的民族情感和文化精髓。

文/本报记者
李彤彤



陆续地在报纸上发表了几篇新闻稿。

我最先采访的是一所小学的校长，第一次采访非常生疏，也有很多没有提前考虑到的问题。接下来是令我印象最深刻的一次采访，被采访者是一位年轻的男班主任，学校的校长给我推荐了他，因为这位老师的班里有几位身体残疾的学生，所以我打算以这个为切入点去采访。采访整体还算顺利，但还是有一些细节没处理好。当天回去我就写好了稿子，在经过和被采访老师的交涉和改稿之后，我提交了我的第一篇正式新闻稿。这应该是一篇大篇幅的专访，所以我们需要老师提供一些清晰度高的日常照片，但是由于这位老师提供的照片都不太符合报纸的刊登要求，所以这篇稿子暂时被搁置了。

之后我还采访了几次不同学校的特色活动，有的也被刊登在报纸上。虽然是经过了很长一段时间的学习和努力，才看到自己的稿子出现在报纸上，中间也遇到了各种各样的问题，有我自身的原因，也有外因造成的问题，但是我内心还是非常满足的。就像是我用心经营了很久的东西终于得到了认可，也让我深刻地认识到，也许你的努力并不一定会得到回报，但如果你不努力，就一定不会得到回报。在年轻的时候，一定不要怕吃苦，在这当中我收获到了很多，这些都是在书本中学不到的，是需要人生慢慢去积累的宝贵经验。

◎ 实习收获：

最大的收获就是看到自己的稿子变成了铅字，出现在了报纸上。当然在实习中，也被不公平对待过，但是这也是一种正常的现象，我们迈向社会的时候，遇到一些挫折在所难免，难得的是，在其中要学会积极地去总结，争取在日后避开当初绊倒我们的石头。其实挫折真的就像是一块砖

头，它有可能会绊倒你，但如果你反过来踩在它上面，它反而会让你站得更高，看得更远。

同时，我也在这近半年的实习当中收获了很多宝贵的经验。在为人处世方面，以前一直是学生的身份，并没有和形形色色的人接触，但是到了工作环境当中，需要我去和他人沟通，大多是不认识的陌生人。一开始我并没有什么自信，但是通过了一段时间的锻炼，在这方面我也有了很大的改善，我的表达能力也提高了。我采访遇到的大部分情况都是当时才能得知我要采访的校长或老师的情况，所以没办法提前准备问题，只能通过采访前简单的谈话去了解他们的基本情况，然而采访需要一个切入点，内容不能太散，要以一个有特色的点去展开，去吸引读者，那么就非常需要随机应变的能力。在一开始的采访中我确实在这方面做得不够好，但是渐渐地，我能很快地想到我想展开的这个切入点，并且围绕它去提问，去拟定一个简短的而又能彰显特色的标题。在青年营的工作也极大地锻炼了我，让我学会清楚地表

加强安全意识 深化安全措施

11月25日上午，丰台区教委开展了以“校园安全百日行动”为主题的活动。丰台区教委职成科科长吉战胜、组织科刘笑梅老师和基教一科董锬老师、体卫中心主任王际洲一行来到东铁营二中检查校园安全情况。

检查组在校长王新燕和总务主任李艳的陪同下，首先实地察看了学校的安保设施、楼道内应急指示标志、防火器材是否到位以及传达室、食堂、出租房屋、操场、体育设施等的安全情况。随后针对学校安全方面的各项档案材料进行了逐一检查，并向学校领导进行了集中反馈。检查组各位领导对学校的安全工作给予了高度评价，尤其是对学校经常性组织师生进行疏散演练以及疏散通道清晰的标志、食堂的规范管理给予了充分肯定，同时也对管理中的细节提出了建设性意见。

王新燕校长表示，此次活动对学校加强校园安全责任意识起到了重大作用，学校继续深化细化各项安全措施，提高校园安全管理水平，防止各类安全事故的发生，做好日常安全防范工作，全力为学生打造平安和谐的校园环境。

文/本报记者 李彤彤

达自己的想法,学会怎么样去组织一个活动。还记得一次组织小学生们在教室内吃自己带的午饭,好多孩子都争着给我他们从家里带来的小零食。一张张充满阳光的小脸,洋溢着笑容,最后活动结束后上车离开,还依依不舍地和我道别,那是我很久没有体会过的单纯的满足,我也觉得我的付出是值得的,仿佛身上所有的疲惫就这样消散了。

◎ 实习感受:

在实习的过程当中,每一次接触的东西都是全新的、生疏的,实习的目的也是为了通过实践去积累经验,在经验中去不断地总结。学习采访流程及技巧的这个过程也是我通过每一次实践慢慢去摸索出来的,比起经验丰富的同事们,我每次去采访都会发现自己有这样或那样的问题。从起初采访不知道如何去记录下采访内容,到采访时觉得录音就足够了,不明白为什么同事还要拿笔去记录,后来都是通过自己的亲身体验明白了,采访时的一些对话对于写稿的灵感及思路转瞬即逝,可能过后再也回忆不起来当时的想法了,但往往当时正在采访的那个环境中的思路是最清晰的,所以要记录的是我当时筛选出来的重点,是整篇采访稿的框架。

再比如,真正去接触记者这个职业之前,我以为采访只是提前想好问题,提问,然后以问答形式呈现在纸上即可,然而非也。作为一名优秀的记者,要有自己的头脑,提出有针对性的问题,写出的稿子要逻辑清晰,围绕主题,要写出有价值的内容,不仅要具备出色的写作能力,还要思维清晰,应变能力强。这些能力虽然我能理解,但是真正掌握这些能力是需要长时间的摸索与学习的,我认为我在采访时还需要在保持一个清晰的思维这方面更加努力。偶尔被采访者会侃侃而谈从而偏离了主题,我能感觉出来但又不知道怎样去有技巧地将主题带回,所以导致采访的效率有时候

并不高。一个出色的记者是需要和被采访者跑题时，在不知不觉中将主题拉回的，这也需要很强的说话技巧，这是我在今后的工作生活当中格外需要注意积累的。

半年时间过得很快，这算是我第一次正式接触社会，接触形形色色的人，很幸运这段时间遇到了很乐意帮助我的同事和亲切的领导，在工作当中给了我很大帮助。但是实习这个过程是要自己主动学习，并提出问题的，别人能教给我的内容是有限的，只有经过自己的思考与实践，将这些能力、知识变成我自己的，才算是真正学会了，也才是真正成长了。

磨砺见真我

——杨竞茜实习总结

◎ 校内实习指导老师：张文红

◎ 校外实习指导老师：王 彤 黄 炎

◎ 实习单位：人人公司 聚力传媒

◎ 实习单位简介：

北京人人公司 人人拥有中国领先的实名制社交网络平台，在用户数、页面浏览量、访问次数和用户花费时长等方面均占据优势地位。用户可以在这一平台上相互交流，分享信息和用户自创内容，玩在线游戏，听音乐，参与团购，并享受一系列其他服务。人人公司的平台包括人人网、人人游戏、经纬网（商务SNS）和56网（视频分享）。公司的目标是继续引领和定义中国的社交网络产业，并不断地给中国用户的沟通、娱乐和购物带来革命性的变化。

聚力传媒 PPTV网络电视，别名PPLive，是由上海聚力传媒技术有限公司开发运营的在线视频软件，它是全球华人领先的、规模最大的、拥有巨大影响力的视频媒体，全面聚合和精编影视、体育、娱乐、资讯等各种热点视频内容，并以视频直播和专业制作为特色，基于互联网视频云平台

PPCLOUD通过包括PC网页端和客户端,手机和PAD移动终端,以及与牌照方合作的互联网电视和机顶盒等多终端向用户提供新鲜、及时、高清和互动的网络电视媒体服务。

◎ 实习岗位与职责:

在人人公司 自2014年8月1日至2015年12月18日于人人公司网络营销部门实习,任华北策划实习生,负责人人网的品牌营销策划方案,进行头脑风暴,撰写营销方案,制定客户品牌及产品在SNS上投放的市场营销策划。

在聚力传媒 自2015年12月22日至今于PPTV华北广告销售中心实习,任华北策划实习生,负责PPTV与品牌客户的整合营销方案撰写、头脑风暴、广告产品培训、互动创意等。

◎ 实习内容:

在人人公司

外出提案,根据客户需求整合资源,为客户提供实际的解决方案,并落实与推进具体项目。



服务快消类、3C数码类、汽车类、游戏类、美妆类客户(蒙牛、伊利、康师傅、家乐氏、华硕、惠普、联想、一汽大众、进口大众、雀巢、欧莱雅、完美世界、魔兽世界、乐元素等)。



轻量级H5或应用的DEMO设计，与客户共同参与广告长城奖、ONESHOW创意节的报奖工作。



拍摄客户所需要的微电影和图片，撰写微卡



外出出差跟进线下落地活动进展