

上海外国语大学贤达经济人文学院文件

上外贤达教〔2026〕53号

上海外国语大学贤达经济人文学院 学生实习工作管理办法

一、总 则

第一条 实习是培养方案中重要的综合实践课程；是学生在理论学习之外获得实践知识、增强劳动观念、培养事业心和责任感，培养创新创业意识和实践能力的重要途径；是学生深入与所学专业密切相关的生产及经营现场、接触生产及经营实际的“产学”融合、“劳创”融合、“专创”融合的实践教学活动，对促进学生全面发展具有重要作用。

第二条 为贯彻落实中共中央、国务院印发的《深化新时代教育评价改革总体方案》和教育部印发的《关于加快建设高水平本科教育全面提高人才培养能力的意见》《关于加强和规范普通本科高校实习管理工作的意见》等上级精神与要求，为切实加强我校认知实习、专业实习、毕业实习（下文简称为实习）教学，结合我校办学定位、办学特色与办学实际，特制定

本办法。

二、基本任务

第三条 按专业培养目标，依据课程教学方案及课程教学实施计划的相关要求，通过入企依托真实岗位工作场景，让学生接触到真实的问题，训练学生运用所学专业知识与技能从事本专业技术工作、业务工作或管理工作，提高实践动手能力；使学生了解本专业业务范围内的工作组织形式、管理方式及技术操作，熟悉相关专业从业人员的工作职责和工作程序，获得组织和管理初步知识，并在实践中巩固、丰富专业知识与技能。

第四条 培养学生理论联系实际，从实际出发分析和解决实际问题，具备初步的实际工作能力和专业技能，并为学习后续课程和毕业后从事本专业技术、业务及管理工作打下必要的实践基础。

第五条 使学生深入实际了解国情、掌握专业、行业、产业、雇主动态，增强劳动观念和事业心、责任感，培养良好的职业道德。

三、组织管理

第六条 学校的实习工作在分管教学的校长领导下，由教务处负责指导、协调、检查和评价等具体事宜。

第七条 各学院（开课单位）成立实习工作领导小组，负责制定本学院（开课单位）实习方案，进行实习动员，落实实践基地（单位），选派实习指导教师，对实习过程进行检查并及时处理实习中出现的问题，完成实习工作总结等。各专业（系）也可根据学院（开课单位）的统筹安排成立实习工作小组。

四、组织形式

第八条 各学院（开课单位）根据专业性质、专业特点、实习要求等，落实有组织的入企实习，主要采用集中实习或分散实习，特殊情况也可采用替代实习的方式。

集中实习是指由学院（开课单位）统一组织、安排并在学校的实践基地（与学校签订了实践教学基地合作协议，下文简称为实践基地）开展的实习；或经学院（开课单位）批准，学生自主联系实践单位（未与学校签订实践教学基地协议的单位，下文简称为实践单位）并且满足五人及以上在同一单位开展的实习。

分散实习是指学生经学院（开课单位）批准在自主联系、具备实习基本条件但未与学校签订实践教学基地协议的单位开展的实习。

替代实习是指因不可抗力或生产技术、工艺流程、经营管理限制等原因导致不能、不宜开展集中实习或分散实习，从而

不得不通过组织实施诸如但不限于虚拟仿真、模拟工作等替代方式完成实习任务。

实习原则上由学院（开课单位）统一组织，开展集中实习。根据实习任务、特点和专业实际，可允许学生自行选择单位分散实习（对分散实习的学生，要严格把关实践单位的条件、实习内容的审核，加强实习过程指导和管理，确保实习质量）。原则上不得开展替代实习，如必须开展替代实习，应经学校教务处批准。

五、时间与内容

第九条 实习时间与内容

实习时间由各学院（开课单位）根据人才培养方案、课程教学方案及课程教学实施计划的内容确定，认知实习不低于1周，专业实习及毕业实习非理工类专业不低于4周，理工类实习时间一般为8周。

实习主要是除实验实训教室实验（实训）教学之外的综合实践教学环节：

（一）**认知实习**：属于专业认知启蒙类实践环节，通常安排在大一年级第一或第二学期实施。可通过企业参访、引企入校、撰写认知报告等理实一体活动，帮助学生建立专业初步认知，为后续专业课程学习奠定基础，主要依托实践教学基地、科研院所、行业企业、校内实验实训室等资源开展。

（二）专业实习：属于专业能力应用类实践环节，通常安排在大二至大三年级第四至第六学期实施。以入企入岗实践为主要形式，要求学生运用专业知识解决实际问题，形成专业实习报告，巩固和拓展专业理论知识，强化专业操作技能，依托校企共建实践教学基地、产教融合项目开展。

（三）毕业实习：属于岗位对接类综合实践环节，通常安排在大四年级第七至第八学期实施。通过入企入岗实习、结合毕业论文（设计）选题开展课题化实践，要求学生在专业人员指导下参与实际工作，完成实习报告与毕业论文（设计），为毕业后走上工作岗位奠定基础，依托校企共建实践教学基地、校企合作项目开展。

六、工作流程

第十条 拟订实习课程教学方案

（一）实习课程教学方案是各专业教学计划所安排的实习环节拟达到的教学目标及实习教学的具体要求。凡教学计划规定开设的实习课程均应有实习课程教学方案。它是制订实习计划、组织实习和对学生进行实习考核的基本依据，各学院（开课单位）应在制定专业人才培养方案的同时，拟定该专业的实习课程教学方案，并指定必要的实习指导书或编写实习参考资料。

（二）实习课程教学方案的内容应包括：实习性质、目的

和任务、内容和要求、实习程序、时间安排、组织形式、学生实习报告的内容与要求、指定参考资料、成绩考核及评分办法等。

（三）实习课程教学方案由学院（开课单位）报教务处审批后实施，在实习课程教学方案执行过程中应注意总结经验，及时修订。

第十一条 制定实习计划

（一）在实习前：有关学院（开课单位）应以实习课程教学方案为基础，根据每次实习的特点，编制实习计划，经学院（开课单位）领导批准后，将实习计划送交教务处备案，落实有组织的入企实习。

（二）实习计划包括：实习目的和要求、内容和形式、时间和地点、程序安排、年级专业、学生分组名单、实践基地（单位）岗位供给名单、校内（外）指导教师安排、实习报告的撰写要求、实习纪律及注意事项、成绩考核标准及办法、实习经费预算与使用方案等。

（三）在制定实习计划时应注意前后课程之间的衔接以及同其他教学环节的配合。实习计划一经批准实施，应严格执行，不得随意更改、提前、推迟或缩短实习时间。特殊情况需变动者，须经学院（开课单位）分管领导同意后，报教务处批准方可实施。

第十二条 确定实习指导教师

（一）校内外实习指导教师由学院（开课单位）根据实习的具体要求，主要在专业教师中指定，校内实习指导教师一般为专业教师，校外实习指导教师为行业教师。

（二）指导教师条件：校内指导教师须具有中级及以上职称，教学经验丰富、对本专业的实践教学熟悉、具有一定组织管理能力。校外指导教师优先选择业务能力突出、行业经验丰富、具备相应管理与指导能力的企业在岗人员担任。

第十三条 组织落实实践基地（单位）

（一）学院（开课单位）根据实习计划，负责落实实践基地（单位）。除安排在固定的实践基地外，应重视其他实践基地（单位）的选择，所选择的实践基地（单位）要与人才培养目标相适配，生产经营正常，技术、管理水平较先进，能够满足实习教学要求。

（二）集中实习的实践基地选择原则为：

（1）实践基地的规模、设施等条件能基本满足实习的教学要求；

（2）就近，与人才培养目标相适配，相对稳定。

（三）分散实习的实践单位选择和学生管理由各学院（开课单位）结合专业人才培养目标，根据实际有组织地落实安排。

对自行联系单位确有困难的学生，应由学院（开课单位）负责安排，学院（开课单位）要主动与分散实习接收单位联

系，了解学生实习情况。

（四）实习开始前一周，各学院（开课单位）需将集中、分散实践基地（单位）、学生名单汇总表报送教务处备案，以便学校抽查。

第十四条 实习的过程管理

学院（开课单位）均应在每次实习前成立相应的实习领导小组。领导小组由学院（开课单位）分管领导、系（教研室）主任、指导教师代表等组成，全面负责实习工作，并明确分工。

（一）实习开始前：各学院（开课单位）应组织对指导教师和学生动员与培训，由学院（开课单位）分管领导主持。通过动员与培训，使学生了解实习的目的、任务、内容、方法与时间安排及实习安全事项等。同时，各学院（开课单位）要认真组织师生学习、落实实习计划。

（二）实习过程中：组织学院（开课单位）分管领导、系（教研室）主任和指导教师到实习点或通过电话等方式对学生实习工作进行巡察、指导，及时掌握学生实习情况，督促学生按时完成实习任务，强化安全教育与风险防范。

（三）实习结束后：各学院（开课单位）应配合接收单位完成后续交接工作，组织学生安全有序地返回学校。原则上须组织实习答辩，召开实习工作总结会，组织参加实习的师生交流和总结实习经验，书面总结于实习结束两周内交教务处。

（四）可选派辅导员参与，做好学生的思想工作，特别关注多个专业、学生人数较多且在同一地点同时实习的情况。

第十五条 实习纪律要求

（一）未经学校、学院（开课单位）和实践基地（单位）批准，学生不得擅自离开相关实习岗位。

（二）因故不能参加实习的学生，必须向学院（开课单位）、教务处提交书面申请，办理请假手续。对违反实习管理规定的学生，学校将根据相关文件进行处理。

（三）实践基地（单位）相关文件资料及成果等应按实践基地（单位）的要求进行处理和交接，不得私自带出实践基地（单位）、擅自删除或对外公开。

第十六条 实习考核与成绩评定

（一）各学院（开课单位）的实习领导小组，负责各专业实习的考核和成绩评定工作。学生必须完成全部实习的学时及内容，方可参加实习考核。

（二）集中或分散实习成绩由接受实践基地（单位）初评，初评成绩 ≥ 60 分，方可由学院（开课单位）组织开展实习答辩及指导教师复评。实习考核坚持过程性评价与结果性评价相结合，重点关注学生实习全过程的出勤情况、岗位实操、日常表现、周记撰写、阶段性任务完成质量等过程表现。学院结合答辩表现、初复评成绩、实习表现、实习周志、实习报告、实习效果等各方面情况进行综合评定，确定最终成绩。

（三）最终成绩按等级制记，分 A（优秀）、B（良好）、C（中等）、D（及格）、F（不及格）。90-100 分为 A；80-89 分为 B；70-79 分为 C；60-69 分为 D；60 分以下为 F（在具体核定各成绩等级的额度时如遇小数，按四舍五入原则处理）。

（四）基于比较评价范式及原则，实习总体成绩（以同一专业为整体，分别统计和核定）不限成绩等级比例。

（五）海外实习在组织机构提供相关证明材料和鉴定意见后，学生完成总结报告后，可向学校教务处申请实习学分，经审核可取得相应学分。

（六）学生出现下列情形之一，其实习最终成绩直接定为不及格：

（1）请假（含病事假）时间累计达到规定实习总时间的三分之一的（以工作日计，不足半日的按半日计）；

（2）因其过失导致实践基地（单位）的鉴定与考核结果为不合格的；

（3）实习期间因违法犯罪受到司法机关处罚的；

（4）伪造、变造实践基地（单位）鉴定与考核结果或相关材料的；

（5）未在规定的时间内完成实习的；

（6）未按学院（开课单位）的具体要求提交相关鉴定与考核材料的；

（7）违反学院（开课单位）其它规定的。

七、职责要求

第十七条 校内指导教师职责

（一）在实习前应提前了解和熟悉实践基地（单位）情况，做好实习前的准备工作，并按学院（开课单位）制定的实习实施计划及实习要求具体落实。

（二）以身作则，言传身教，及时了解、掌握及检查学生完成实习的情况，指导学生撰写实习周志、实习总结报告等；关心学生的思想、生活和健康，加强对学生进行纪律、安全、保密等方面的教育，防止意外事故发生。对在实习中违反纪律的学生，及时对其进行批评教育，并向学院（开课单位）汇报。

（三）在指导实习期间不得私自离岗、不作为、找人顶替指导，否则视情况参照教学事故 I-III 级处理；实习指导期间原则上不得请假，如遇特殊情况必须请假，应经学院（开课单位）批准。

（四）积极配合实践基地（单位）工作，及时解决实习中的问题，争取实践基地（单位）的支持和帮助，注意维护实践基地（单位）与学校的关系。指导教师负责学生的日常管理、组织开展实习答辩及成绩复评工作，实习结束时应做好实习总结工作。

第十八条 实践基地（单位）指导教师的职责

（一）实习期间，对学生进行指导及管理，督促其完成实

习任务。主动与相关学院（开课单位）或学校教务处联系，通报学生实习情况。

（二）实习结束，写好学生的实习评语，给出实习成绩的初评意见。

第十九条 学生的职责

（一）按实习教学要求，按时保质完成规定的各项实习任务，并认真撰写每周的实习周志（包括每周的工作内容、应用的知识、解决的问题、收获及心得等）。实习中应努力发挥主观能动性，勤于观察思考，善于发现、分析和解决问题。

（二）尊重实践基地（单位）管理、技术等人员的劳动，尊重校内外指导教师，服从指导，虚心请教，积极参与实践基地（单位）活动，团结友爱，爱护公物。

（三）在实习中应严格遵守法律法规，遵守实践基地（单位）各项规章制度和学校的有关规定，严格执行请假制度，未经允许不得擅自离岗。要增强安全意识，严格执行操作规程，防止发生意外。

八、总结评优

第二十条 实习工作结束后，各学院（开课单位）、参与实习的师生应进行总结，并按要求上报。在工作总结的基础上，评选出优秀实习生及优秀实习指导教师，由学校教务处进行表彰。

第二十一条 实习文件归档资料包括：

- （一）学院（开课单位）实习工作领导小组名单；
- （二）实习课程教学方案；
- （三）实习实施计划；
- （四）实习校内指导教师安排表（认知实习）；
- （五）检查指导学生实习情况记录表（认知实习）；
- （六）对接实践教学基地（单位）岗位供给汇总表（专业/毕业实习）；
- （七）校内指导教师走访学生实习单位安排表（专业/毕业实习）；
- （八）学生集中实习的实践教学基地协议；
- （九）学生分散实习接收学生实践单位的接收函；
- （十）学生实习手册（实习周志、鉴定表、实习报告、成绩评定表等）；
- （十一）学生实习基础信息与指导安排汇总表（专业/毕业实习）；
- （十二）校内指导教师走访学生实习单位回执（专业/毕业实习）；
- （十三）校内实习指导教师实习工作总结；
- （十四）学院（开课单位）实习工作总结。

上述材料全部留存学院（开课单位）归档外，1、2、3、4、5、6、7、10、11、12、13、14 提交至教务处备查。

第二十二条 专业/毕业实习优秀实习生的评选及表彰

（一）优秀实习生评选条件

- （1）按规定圆满完成各项实习任务，实习成绩为 A；
- （2）实习手册填写认真、真实且具有一定实习成果；
- （3）自觉遵守学校和实践基地（单位）工作纪律及规章制度；
- （4）实习期间表现出色，工作突出，受到实践基地（单位）好评；
- （5）实习出勤率 100%。

（二）评选程序

- （1）校内指导教师根据学生表现，在征求实践基地（单位）指导教师、学院（开课单位）实习领导小组及学生意见的基础上，根据评选条件，提出初步人选，初选学生填写《优秀实习生推荐表》，经学院（开课单位）分管领导确认签章后，报教务处审核；
- （2）教务处对各学院（开课单位）推荐的优秀实习生进行审核，报分管校长审批；
- （3）公示 5 天，无异议后正式发文。

（三）评选比例、时间及要求

- （1）各学院（开课单位）评选优秀实习生的比例原则上不超过实习学生所在专业总数的 10%；
- （2）各学院（开课单位）应在实习结束后，向教务处提交

拟推荐优秀实习生名单及学生实习材料；

（3）各学院（开课单位）应对有关材料进行认真审查，严格把关，宁缺毋滥，做到公平、公正、公开。

（四）凡被评为优秀实习生的学生，由学校教务处进行表彰，并为其颁发《优秀实习生荣誉证书》。

第二十三条 专业/毕业实习优秀实习指导教师（校内、校外）的评选及表彰

（一）优秀实习指导教师评选条件

（1）认真负责履行指导教师工作职责，为人师表，对学生严格要求；

（2）关心学生思想、实习工作、生活及身心健康，受到学生好评；

（3）实习期间能深入实际，认真听取实践基地（单位）的意见和建议，并能及时将信息反馈至学院（开课单位）。实习带队指导效果好，受到实践基地（单位）好评；

（4）实习工作总结内容翔实，重点突出；

（5）所指导的学生能圆满完成任务，并有学生获评为优秀实习生；

（6）原则上所指导的学生集中实习达到一定比例。

（二）评选程序：

（1）各学院（开课单位）实习工作领导小组根据评选条件，确定候选人。候选人填报《优秀实习指导教师推荐表》，

由学院（开课单位）分管领导确认签章后，报教务处审核；

（2）教务处对学院（开课单位）上报的评选材料进行审核，并提交分管校长审批；

（3）公示 5 天，无异议后正式发文。

（三）评选时间、比例及要求

（1）优秀实习指导教师评选按自然年评选，每年一次；

（2）优秀实习指导教师的比例为本学院（开课单位）实习指导教师总人数的 10%；

（3）各学院（开课单位）应在实习结束后，向教务处报送获得优秀提名教师名单及材料，逾期未报材料的，视为放弃；

（4）各学院（开课单位）应对评优材料认真审查，严格把关，宁缺毋滥，做到公平、公正、公开。

（四）凡被评为优秀实习指导教师的教师，学校教务处进行表彰，并为其颁发《优秀实习指导教师荣誉证书》。

九、经费使用

第二十四条 各学院（开课单位）做好实习经费预算，专款专用，实习经费的使用范围包括差旅费、市内交通费、实践基地（单位）教师指导费、校内指导教师指导费等，教务处审核后下拨。

校内指导教师的指导费计算，由各学院（开课单位）根据学校《上海外国语大学贤达经济人文学院实践教学经费管理办

法》（上外贤达教〔2024〕131号）执行，报教务处审核。

第二十五条 实习经费要本着节约开支、多办实事、包干使用的原则，使经费发挥最大的效益。实习期间支付的各项费用，应严格按照学校财务管理有关规定执行。

十、附 则

第二十六条 各学院（开课单位）针对各专业人才培养方案，在本办法基础上可制定各实习工作补充办法。

第二十七条 本办法即日起施行，由教务处负责解释。《上海外国语大学贤达经济人文学院学生专业实习管理办法》（上外贤达教〔2022〕74号）、《上外贤达学院本科生毕业实习管理规定（试行）》（贤达教通〔2020〕92号）、《上海外国语大学贤达经济人文学院学生实习工作管理办法》（上外贤达教〔2023〕77号）同时废止。

- 附件：1. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生认知实习手册
2. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生专业/毕业实习实习手册
3. 上海外国语大学贤达经济人文学院××学院认知实习工作实施计划
4. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生认知实习

校内指导教师安排表

5. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院专业/
毕业实习工作实施计划
6. 上海外国语大学贤达经济人文学院实习工作计划
相关表单（专业/毕业实习）
7. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院认知
实习工作总结报告
8. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院专业/
毕业实习工作总结报告
9. 上海外国语大学贤达经济人文学院实习工作总结
相关表单（专业/毕业实习）
10. 上海外国语大学贤达经济人文学院认知实习工作
检查指导情况记录表（校内指导教师）
11. 上海外国语大学贤达经济人文学院专业/毕业实
习优秀实习生推荐表
12. 上海外国语大学贤达经济人文学院专业/毕业实
习优秀实习指导教师推荐表

上海外国语大学贤达经济人文学院

2026年6月22日

附件 1



上海外国语大学贤达经济人文学院
XIANDA COLLEGE OF ECONOMICS & HUMANITIES SHANGHAI INTERNATIONAL STUDIES UNIVERSITY

认知实习手册

(20 — 20 学年第 学期)

学 院：_____

专 业：_____

班 级：_____

学 号：_____

姓 名：_____

校内指导教师：_____

上外贤达学院 教务处编制

说 明

一、认知实习手册主要用于反映学生课程学习内容和完成情况，要求学生按认知实习教学安排（计划）并详细记录学习的主要认知形式、内容、思考及体会等。

二、认知实习手册每生一册，手册记录的内容必须真实、准确、完整、清楚。

三、课程学习期间，详细记录学习内容，并向校内指导教师进行不少于1次的交流汇报，做好汇报记录。

四、结课时，学生应按时提交认知实习手册等材料，由校内指导教师批阅。

五、认知实习手册在课程学习期间由学生本人妥善保管。

六、各类认知实习资料可见教务处官网。

学生实习实训安全管理规定

上外贤达教〔2022〕79号

第一条 为了增强全校师生的实习实训安全意识，确保实习实训学生的人身和财产安全，保证学生实习实训工作顺利进行，结合学校实际，特制定本规定。

第二条 对学生实习实训安全管理贯彻预防为主、教育先行、明确责任、实事求是、方便操作的方针，努力把事故消除在萌芽状态，并妥善处理好实习实训活动过程中发生的安全事故。

第三条 指导教师职责

一、学生实习实训开始之前，实习实训指导教师须对学生实习实训安全教育，向学生宣讲实习实训安全协议的各项规定，在学生理解实习实训安全协议条款后，要求每位学生签订实习实训安全协议。

二、由于学生本人的原因导致其未接受实习实训安全教育或者未签订实习实训安全协议的，实习实训指导教师可取消该生的实习实训资格；实习实训指导教师未对学生进行实习实训前的安全教育或者教育不到位的，应对实习实训期间的学生安全负全责。

第四条 实习实训学生守则

一、保持联系畅通

（一）出行前，各辅导员、指导教师务必向每位同学强调安全问题，并在全班范围内就安全问题进行讨论和研

究，务必使每一位同学了解实习过程中可能遇到的安全事件以及相应的处理方法。

（二）出行前，必须确保学生、辅导员、指导教师、学院拥有相互的联系方式。

（三）了解同实习地点政府部门、警方、医疗机构以及接待单位的联系方式，明确 110、120、122 等紧急电话的使用方法及注意事项。

（四）了解需要上报学校的安全事件，严禁出现瞒报、缓报情况。需要立即上报学校有关部门，联系当地警方、医疗机构和政府部门的安全事件包括：

（1）导致人身伤害或者威胁人身安全的事故。例如交通事故、触电、溺水等事故，野外活动不慎导致的大面积擦伤、骨折、烫伤、感染等伤害；

（2）影响身体健康或者威胁身体健康的事件。例如食物中毒，需要接受治疗的中暑、日射病、热射病，个人身体状况不好导致的其他疾病；

（3）可能影响到集体安全的事件。例如洪水、泥石流等地质灾害，疫情灾害；

（4）擅自脱离集体、走散。

（5）严重的财物损失。例如住宿地点遭遇盗窃、抢劫等情况；

（6）其他经实习团队认定为影响到安全并需要学校相关部门协助的事件。

二、保证身体健康

（五）应注意避免在高温、高湿、阳光直射等不利环境下长时间活动，合理饮食，充足饮水，尽量减少中暑、日射病、热射病等情况的发生几率。

（六）合理安排作息，避免过度劳累，保证睡眠时间。

（七）注意饮食卫生，选择具有一定卫生条件的场所，尽量少食用生冷食品，尽量不要饮用生水，如无绝对必要，不食用和饮用野外采集的食物和水源。

（八）了解常见病的处理，携带出行常用药箱。

三、保证人身安全

（九）注意交通安全，遵守交通规则；注意乘坐交通工具的安全，尽量乘坐具有安全保障、具有合法客运资格的车辆，不乘坐超载车辆；可考虑购买意外伤害保险和医疗附加保险等。

（十）注意实习地点的天气、水文和地质情况，了解当地的洪涝灾害和地质灾害高危地区，不要在存在灾害隐患的地点长时间活动。

（十一）野外活动避免在危险地带活动，严禁参加野外登山、探险活动；严禁实习过程中在河流、湖泊、池塘中游泳；雷雨天气不要在高处、树下、避雷设施附近，不要接打手机；严禁在野外用火，尤其是森林、草原等高火险地区。

（十二）遵守实习接待单位的安全要求，在石油、化工、核能、电力、建筑等单位工作区参观访问时，应按照

接待单位的要求做好安全工作。

（十三）注意用电安全，不私拉电线，尽量避免在距离电力设施和高压电线很近的地方活动。

（十四）注意治安状况，减少在案件多发地区和多发时间的活动；禁止酗酒、赌博；不参与、不围观打架斗殴行为，避免和他人发生冲突；避免卷入各种群体性事件，防止被人利用和胁迫。

（十五）严防暴力犯罪事件的侵害；女生避免穿着过于暴露的服装，避免在人烟稀少、夜间单独活动；遇到治安案件和犯罪案件时及时寻求警方的协助。

（十六）警惕非法组织的活动，遇到犯罪行为及时报警。

（十七）严禁进入涉及“黄、赌、毒”的场所。

四、保证财产安全

（十八）注意贵重物品的保管和存放；上下交通工具、更换住宿地点时注意清点物品，避免遗失；乘坐列车时记住车厢、座位、铺位号，乘坐汽车等交通工具时注意记录车号，便于出现问题时查找和联系。

（十九）出行时注意防范扒窃和双抢案件，钱包、手机等物品不要放在双肩背包里或者挂在胸前；如无必要，不佩戴首饰，尤其是贵重首饰。

（二十）注意防范银行卡犯罪，妥善保管证件，有效证件和银行卡不要放在一处；不携带大量现金，并且尽量不要集中一处存放；使用 ATM 机应注意周围是否有可疑人

员，注意 ATM 机上是否有可疑的附加设备；ATM 机吞卡时应持回单及时和 ATM 所在银行联系或者向发卡行挂失；任何情况下，不将卡号和密码以及身份证号码告诉陌生人（包括银行职员）。

（二十一）注意防范诈骗案件，定期和家人联系，不向陌生人泄漏自己的身份证号码和家庭联系方式；请家人不要轻易相信陌生人传达的消息，如有任何消息应及时和学校有关部门联系，切勿向陌生人或者陌生账号转账汇款。

五、其他安全注意事项

（二十二）注意遵守实习所在地的保密要求，自觉保守国家秘密和商业秘密。

（二十三）慎重接受媒体采访，任何媒体采访必须经过当地政府主管部门同意，在接受采访中任何人只能以个人身份发表意见，不得以任何形式损害学校的名誉。

（二十四）在社会实习过程中，要求各实习团队务必牢记“安全第一”的观念，严守安全纪律，严格按照有关指导意见完善本团队的安全措施，不散漫，不冒险，不存有侥幸心理，确保实习过程安全顺利进行。对于因为个人不注意日常安全、不遵守相关规定引起的事故，后果由个人承担。

第五条 学生可自行联系实习实训单位，但必须履行相应的审批手续。审批程序为：学生先将实习实训单位签字盖章的接收函交辅导员，由辅导员汇总造册（造册内容含

学生姓名、实习实训单位名称及地址，联系电话等）统一报学院审批，并报教务处备案。未经审批擅自开展实习实训活动的学生，实习实训成绩将不予认可。学生自行联系实习实训单位，实习实训期间的安全问题由学生本人负责。

第六条 实习实训期间如发生重大事故，应及时组织力量处理，并立即向所在学院和学校报告。

第七条 本规定从发布之日起实行，由教务处负责解释。

学生实习手册撰写要求

第一条 学生必须按课程教学计划的规定参加学习，并按课程教学方案、课程教学计划的要求保质保量完成规定的学习任务。

第二条 学生在学习前必须参加学院的动员会，认真学习课程教学方案、课程教学计划，明确认知实习目的。

第三条 学生在课程学习期间，须按要求如实填写认知实习手册，并按课程教学方案的要求撰写报告。

第四条 认知实习报告撰写基本要求：

一、认知实习报告（2000 字）要以学习的亲自经历和体验为依据，报告内容应有鲜明的主题，严密的逻辑，确切的依据，避免空谈。

二、认知实习报告内容应包含：

- （一）实习的整体概况、目标与意义；
- （二）行业、专业的认知及思考等；
- （三）认知实习的体会与收获等。

学生认知实习承诺书

我是上海外国语大学贤达经济人文学院_____学院
学生_____。

一、为了使自己在认知实习中获取专业领域的感性认知，根据教学计划要求，在_____年_____月_____日至_____年_____月_____日期间，我将根据课程教学计划及要求进行认知实习。

二、在上述认知实习期间，我向本人所在学院承诺：

（一）严格遵守宪法和国家各项法律法规，不参加破坏国家、社会和民族安定团结的活动；

（二）服从指导教师的教学安排，遵守各项管理规定和操作规程，因学生自身原因发生的安全责任事故由学生个人承担；

（三）注意人身安全。不参加任何可能危及自身人身安全的活动，以防意外事故发生，确保人身安全；

（四）注意财产安全。保管好个人财物，克服侥幸心理和贪财心理，防止上当受骗，确保个人财产安全；

（五）如遇特殊情况，第一时间向指导教师、辅导员及家长等报告；

（六）认真撰写认知实习手册，承诺不抄袭，如实填写各种认知实习表格及相关材料。

三、若我不能履行第二条（在上述实习期间，我向本人所在学院承诺）中的各项承诺，导致课程学习不能继续进行、学习任务不能完成，或者发生安全等意外事故，由我自行承担责任。

四、本承诺书一式两份，学院、学生各一份。

承诺人：

校内指导老师：

年 月 日

年 月 日

认知实习计划、内容及安排

认知实习目标、计划、形式、内容及安排：

开课单位（签章）：

年 月 日

认 知 实 习 记 录

第 周	20 年 月 日（星期 ）	时 至 时
主题内容: 形 式: 记 录:		
心得（<u>认知、思考、收获及体会</u>）:		

认知实习总结报告

学 期	20 — 20 学 年 第 学 期				
学习期间考勤情况 (单位: 天数 □ 次数 □)	出 勤	缺 勤	病假	迟到	早退
整体概况					
目标与意义					



收获及体会（认识、思考、收获及体会）

学生签名：

年 月 日

校内指导教师考核总评成绩意见

校内指导教师考评意见：

认知实习总评成绩（五级制）：

校内指导教师签名：

年 月 日

注：认知实习的总评成绩实行 A、B、C、D 和 F 五级评分制。

附件 2



学 生 实 习 手 册

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

学 院: _____

专 业: _____

班 级: _____

学 号: _____

姓 名: _____

校 内 指 导 教 师: _____

基 地 (单位): _____

基地 (单位) 指导教师: _____

实习时间: 年 月 日至 年 月 日

上外贤达学院 教务处编制



说 明

一、学生实习手册主要用来反映学生实习内容和实习完成情况，要求学生按实习课程方案、计划并以周志记形式详细记录实习的主要内容及实习任务完成情况。

二、学生实习手册每生一册，学生实习必须携带实习手册，实习手册记录的内容必须真实、准确、完整、清楚。

三、实习期间，以周志记形式详细记录实习内容，向校内指导教师进行不少于4次的交流汇报，并在实习周志中作记录。

四、实习结束时，由基地（单位）指导教师在考评表上做出书面评定并加盖基地（单位）公章或人事部门章。

五、实习结束后，学生应按时提交实习手册等材料，由校内实习指导教师批阅。

六、实习手册实习期间由学生本人妥善保管，实习完毕后，留存所在学院（开课单位）。

七、各类实习资料可见教务处官网。

上海外国语大学贤达经济人文学院

学生实习工作管理办法

上外贤达教〔2026〕53号

一、总 则

第一条 实习是培养方案中重要的综合实践课程；是学生在理论学习之外获得实践知识、增强劳动观念、培养事业心和责任感，培养创新创业意识和实践能力的重要途径；是学生深入与所学专业密切相关的生产及经营现场、接触生产及经营实际的“产学”融合、“劳创”融合、“专创”融合的实践教学活动，对促进学生全面发展具有重要作用。

第二条 为贯彻落实中共中央、国务院印发的《深化新时代教育评价改革总体方案》和教育部印发的《关于加快建设高水平本科教育全面提高人才培养能力的意见》《关于加强和规范普通本科高校实习管理工作的意见》等上级精神与要求，为切实加强我校认知实习、专业实习、毕业实习（下文简称为实习）教学，结合我校办学定位、办学特色与办学实际，特制定本办法。

二、基本任务

第三条 按专业培养目标，依据课程教学方案及课程教学实施计划的相关要求，通过入企依托真实岗位工作场景，让学生接触到真实的问题，训练学生运用所学专业知

识与技能从事本专业技术工作、业务工作或管理工作，提高实践动手能力；使学生了解本专业业务范围内的工作组织形式、管理方式及技术操作，熟悉相关专业从业人员的工作职责和工作程序，获得组织和管理初步知识，并在实践中巩固、丰富专业知识与技能。

第四条 培养学生理论联系实际，从实际出发分析和解决实际问题，具备初步的实际工作能力和专业技能，并为学习后续课程和毕业后从事本专业技术、业务及管理工作打下必要的实践基础。

第五条 使学生深入实际了解国情、掌握专业、行业、产业、雇主动态，增强劳动观念和事业心、责任感，培养良好的职业道德。

三、组织管理

第六条 学校的实习工作在分管教学的校长领导下，由教务处负责指导、协调、检查和评价等具体事宜。

第七条 各学院（开课单位）成立实习工作领导小组，负责制定本学院（开课单位）实习方案，进行实习动员，落实实践基地（单位），选派实习指导教师，对实习过程进行检查并及时处理实习中出现的问题，完成实习工作总结等。各专业（系）也可根据学院（开课单位）的统筹安排成立实习工作小组。

四、组织形式



第八条 各学院（开课单位）根据专业性质、专业特点、实习要求等，落实有组织的入企实习，主要采用集中实习或分散实习，特殊情况也可采用替代实习的方式。

集中实习是指由学院（开课单位）统一组织、安排并在学校的实践基地（与学校签订了实践教学基地合作协议，下文简称为实践基地）开展的实习；或经学院（开课单位）批准，学生自主联系实践单位（未与学校签订实践教学基地协议的单位，下文简称为实践单位）并且满足五人及以上在同一单位开展的实习。

分散实习是指学生经学院（开课单位）批准在自主联系、具备实习基本条件但未与学校签订实践教学基地协议的单位开展的实习。

替代实习是指因不可抗力或生产技术、工艺流程、经营管理限制等原因导致不能、不宜开展集中实习或分散实习，从而不得不通过组织实施诸如但不限于虚拟仿真、模拟工作等替代方式完成实习任务。

实习原则上由学院（开课单位）统一组织，开展集中实习。根据实习任务、特点和专业实际，可允许学生自行选择单位分散实习（对分散实习的学生，要严格把关实践单位的条件、实习内容的审核，加强实习过程指导和管理，确保实习质量）。原则上不得开展替代实习，如必须开展替代实习，应经学校教务处批准。

五、时间与内容



第九条 实习时间与内容

实习时间由各学院（开课单位）根据人才培养方案、课程教学方案及课程教学实施计划的内容确定，认知实习不低于1周，专业实习及毕业实习非理工类专业不低于4周，理工类实习时间一般为8周。

实习主要是除实验实训教室实验（实训）教学之外的综合实践教学环节：

（一）认知实习：属于专业认知启蒙类实践环节，通常安排在大一年级第一或第二学期实施。可通过企业参访、引企入校、撰写认知报告等理实一体活动，帮助学生建立专业初步认知，为后续专业课程学习奠定基础，主要依托实践教学基地、科研院所、行业企业、校内实验实训室等资源开展。

（二）专业实习：属于专业能力应用类实践环节，通常安排在大二至大三年级第四至第六学期实施。以入企入岗实践为主要形式，要求学生运用专业知识解决实际问题，形成专业实习报告，巩固和拓展专业理论知识，强化专业操作技能，依托校企共建实践教学基地、产教融合项目开展。

（三）毕业实习：属于岗位对接类综合实践环节，通常安排在大四年级第七至第八学期实施。通过入企入岗实习、结合毕业论文（设计）选题开展课题化实践，要求学生在专业人员指导下参与实际工作，完成实习报告与毕业论文（设计），为毕业后走上工作岗位奠定基础，依托校

企共建实践教学基地、校企合作项目开展。

六、工作流程

第十条 拟订实习课程教学方案

（一）实习课程教学方案是各专业教学计划所安排的实习环节拟达到的教学目标及实习教学的具体要求。凡教学计划规定开设的实习课程均应有实习课程教学方案。它是制订实习计划、组织实习和对学生进行实习考核的基本依据，各学院（开课单位）应在制定专业人才培养方案的同时，拟定该专业的实习课程教学方案，并指定必要的实习指导书或编写实习参考资料。

（二）实习课程教学方案的内容应包括：实习性质、目的和任务、内容和要求、实习程序、时间安排、组织形式、学生实习报告的内容与要求、指定参考资料、成绩考核及评分办法等。

（三）实习课程教学方案由学院（开课单位）报教务处审批后实施，在实习课程教学方案执行过程中应注意总结经验，及时修订。

第十一条 制定实习计划

（一）在实习前：有关学院（开课单位）应以实习课程教学方案为基础，根据每次实习的特点，编制实习计划，经学院（开课单位）领导批准后，将实习计划送交教务处备案，落实有组织的入企实习。

（二）实习计划包括：实习目的和要求、内容和形

式、时间和地点、程序安排、年级专业、学生分组名单、实践基地（单位）岗位供给名单、校内（外）指导教师安排、实习报告的撰写要求、实习纪律及注意事项、成绩考核标准及办法、实习经费预算与使用方案等。

（三）在制定实习计划时应注意前后课程之间的衔接以及同其他教学环节的配合。实习计划一经批准实施，应严格执行，不得随意更改、提前、推迟或缩短实习时间。特殊情况需变动者，须经学院（开课单位）分管领导同意后，报教务处批准方可实施。

第十二条 确定实习指导教师

（一）校内外实习指导教师由学院（开课单位）根据实习的具体要求，主要在专业教师中指定，校内实习指导教师一般为专业教师，校外实习指导教师为行业教师。

（二）指导教师条件：校内指导教师须具有中级及以上职称，教学经验丰富、对本专业的实践教学熟悉、具有一定组织管理能力。校外指导教师优先选择业务能力突出、行业经验丰富、具备相应管理与指导能力的企业在岗人员担任。

第十三条 组织落实实践基地（单位）

（一）学院（开课单位）根据实习计划，负责落实实践基地（单位）。除安排在固定的实践基地外，应重视其他实践基地（单位）的选择，所选择的实践基地（单位）要与人才培养目标相适配，生产经营正常，技术、管理水平较先进，能够满足实习教学要求。



（二）集中实习的实践基地选择原则为：

（1）实践基地的规模、设施等条件能基本满足实习的教学要求；

（2）就近，与人才培养目标相适配，相对稳定。

（三）分散实习的实践单位选择和学生管理由各学院（开课单位）结合专业人才培养目标，根据实际有组织地落实安排。

对自行联系单位确有困难的学生，应由学院（开课单位）负责安排，学院（开课单位）要主动与分散实习接收单位联系，了解学生实习情况。

（四）实习开始前一周，各学院（开课单位）需将集中、分散实践基地（单位）、学生名单汇总表报送教务处备案，以便学校抽查。

第十四条 实习的过程管理

学院（开课单位）均应在每次实习前成立相应的实习领导小组。领导小组由学院（开课单位）分管领导、系（教研室）主任、指导教师代表等组成，全面负责实习工作，并明确分工。

（一）实习开始前：各学院（开课单位）应组织对指导教师和学生动员与培训，由学院（开课单位）分管领导主持。通过动员与培训，使学生了解实习的目的、任务、内容、方法与时间安排及实习安全事项等。同时，各学院（开课单位）要认真组织师生学习、落实实习计划。

（二）实习过程中：组织学院（开课单位）分管领



导、系（教研室）主任和指导教师到实习点或通过电话等方式对学生实习工作进行巡察、指导，及时掌握学生实习情况，督促学生按时完成实习任务，强化安全教育与风险防范。

（三）实习结束后：各学院（开课单位）应配合接收单位完成后续交接工作，组织学生安全有序地返回学校。原则上须组织实习答辩，召开实习工作总结会，组织参加实习的师生交流和总结实习经验，书面总结于实习结束两周内交教务处。

（四）可选派辅导员参与，做好学生的思想工作，特别关注多个专业、学生人数较多且在同一地点同时实习的情况。

第十五条 实习纪律要求

（一）未经学校、学院（开课单位）和实践基地（单位）批准，学生不得擅自离开相关实习岗位。

（二）因故不能参加实习的学生，必须向学院（开课单位）、教务处提交书面申请，办理请假手续。对违反实习管理规定的学生，学校将根据相关文件进行处理。

（三）实践基地（单位）相关文件资料及成果等应按实践基地（单位）的要求进行处理和交接，不得私自带出实践基地（单位）、擅自删除或对外公开。

第十六条 实习考核与成绩评定

（一）各学院（开课单位）的实习领导小组，负责各专业实习的考核和成绩评定工作。学生必须完成全部实习

的学时及内容，方可参加实习考核。

（二）集中或分散实习成绩由接受实践基地（单位）初评，初评成绩 ≥ 60 分，方可由学院（开课单位）组织开展实习答辩及指导教师复评。实习考核坚持过程性评价与结果性评价相结合，重点关注学生实习全过程的出勤情况、岗位实操、日常表现、周记撰写、阶段性任务完成质量等过程表现。学院结合答辩表现、初复评成绩、实习表现、实习周志、实习报告、实习效果等各方面情况进行综合评定，确定最终成绩。

（三）最终成绩按等级制记，分 A（优秀）、B（良好）、C（中等）、D（及格）、F（不及格）。90-100 分为 A；80-89 分为 B；70-79 分为 C；60-69 分为 D；60 分以下为 F（在具体核定各成绩等级的额度时如遇小数，按四舍五入原则处理）。

（四）基于比较评价范式及原则，实习总体成绩（以同一专业为整体，分别统计和核定）不限成绩等级比例。

（五）海外实习在组织机构提供相关证明材料和鉴定意见后，学生完成总结报告后，可向学校教务处申请实习学分，经审核可取得相应学分。

（六）学生出现下列情形之一，其实习最终成绩直接定为不及格：

（1）请假（含病事假）时间累计达到规定实习总时间的三分之一的（以工作日计，不足半日的按半日计）；

（2）因其过失导致实践基地（单位）的鉴定与考核结



果为不合格的；

（3）实习期间因违法犯罪受到执法机关处罚的；

（4）伪造、变造实践基地（单位）鉴定与考核结果或相关材料的；

（5）未在规定时间内完成实习的；

（6）未按学院（开课单位）的具体要求提交相关鉴定与考核材料的；

（7）违反学院（开课单位）其它规定的。

七、职责要求

第十七条 校内指导教师职责

（一）在实习前应提前了解和熟悉实践基地（单位）情况，做好实习前的准备工作，并按学院（开课单位）制定的实习实施计划及实习要求具体落实。

（二）以身作则，言传身教，及时了解、掌握及检查学生完成实习的情况，指导学生撰写实习周志、实习总结报告等；关心学生的思想、生活和健康，加强对学生进行纪律、安全、保密等方面的教育，防止意外事故发生。对在实习中违反纪律的学生，及时对其进行批评教育，并向学院（开课单位）汇报。

（三）在指导实习期间不得私自离岗、不作为、找人顶替指导，否则视情况参照教学事故 I-III 级处理；实习指导期间原则上不得请假，如遇特殊情况必须请假，应经学院（开课单位）批准。



（四）积极配合实践基地（单位）工作，及时解决实习中的问题，争取实践基地（单位）的支持和帮助，注意维护实践基地（单位）与学校的关系。指导教师负责学生的日常管理、组织开展实习答辩及成绩复评工作，实习结束时应做好实习总结工作。

第十八条 实践基地（单位）指导教师的职责

（一）实习期间，对学生进行指导及管理，督促其完成实习任务。主动与相关学院（开课单位）或学校教务处联系，通报学生实习情况。

（二）实习结束，写好学生的实习评语，给出实习成绩的初评意见。

第十九条 学生的职责

（一）按实习教学要求，按时保质完成规定的各项实习任务，并认真撰写每周的实习周志（包括每周的工作内容、应用的知识、解决的问题、收获及心得等）。实习中应努力发挥主观能动性，勤于观察思考，善于发现、分析和解决问题。

（二）尊重实践基地（单位）管理、技术等人员的劳动，尊重校内外指导教师，服从指导，虚心请教，积极参与实践基地（单位）活动，团结友爱，爱护公物。

（三）在实习中应严格遵守法律法规，遵守实践基地（单位）各项规章制度和学校的有关规定，严格执行请假制度，未经允许不得擅自离岗。要增强安全意识，严格执行操作规程，防止发生意外。



八、总结评优

第二十条 实习工作结束后，各学院（开课单位）、参与实习的师生应进行总结，并按要求上报。在工作总结的基础上，评选出优秀实习生及优秀实习指导教师，由学校教务处进行表彰。

第二十一条 实习文件归档资料包括：

- （一）学院（开课单位）实习工作领导小组名单；
- （二）实习课程教学方案；
- （三）实习实施计划；
- （四）实习校内指导教师安排表（认知实习）；
- （五）检查指导学生实习情况记录表（认知实习）；
- （六）对接实践教学基地（单位）岗位供给汇总表（专业/毕业实习）；
- （七）校内指导教师走访学生实习单位安排表（专业/毕业实习）；
- （八）学生集中实习的实践教学基地协议；
- （九）学生分散实习接收学生实践单位的接收函；
- （十）学生实习手册（实习周志、鉴定表、实习报告、成绩评定表等）；
- （十一）学生实习基础信息与指导安排汇总表（专业/毕业实习）；
- （十二）校内指导教师走访学生实习单位回执（专业/毕业实习）；
- （十三）校内实习指导教师实习工作总结；



（十四）学院（开课单位）实习工作总结。

上述材料全部留存学院（开课单位）归档外，1、2、3、4、5、6、7、10、11、12、13、14 提交至教务处备查。

第二十二条 专业/毕业实习优秀实习生的评选及表彰

（一）优秀实习生评选条件

- （1）按规定圆满完成各项实习任务，实习成绩为 A；
- （2）实习手册填写认真、真实且具有一定实习成果；
- （3）自觉遵守学校和实践基地（单位）工作纪律及规章制度；

（4）实习期间表现出色，工作突出，受到实践基地（单位）好评；

（5）实习出勤率 100%。

（二）评选程序

（1）校内指导教师根据学生表现，在征求实践基地（单位）指导教师、学院（开课单位）实习领导小组及学生意见的基础上，根据评选条件，提出初步人选，初选学生填写《优秀实习生推荐表》，经学院（开课单位）分管领导确认签章后，报教务处审核；

（2）教务处对各学院（开课单位）推荐的优秀实习生进行审核，报分管校长审批；

（3）公示 5 天，无异议后正式发文。

（三）评选比例、时间及要求

（1）各学院（开课单位）评选优秀实习生的比例原则上不超过实习学生所在专业总数的 10%；



(2) 各学院（开课单位）应在实习结束后，向教务处提交拟推荐优秀实习生名单及学生实习材料；

(3) 各学院（开课单位）应对有关材料进行认真审查，严格把关，宁缺毋滥，做到公平、公正、公开。

(四) 凡被评为优秀实习生的学生，由学校教务处进行表彰，并为其颁发《优秀实习生荣誉证书》。

第二十三条 专业/毕业实习优秀实习指导教师（校内、校外）的评选及表彰

(一) 优秀实习指导教师评选条件

(1) 认真负责履行指导教师工作职责，为人师表，对学生严格要求；

(2) 关心学生思想、实习工作、生活及身心健康，受到学生好评；

(3) 实习期间能深入实际，认真听取实践基地（单位）的意见和建议，并能及时将信息反馈至学院（开课单位）。实习带队指导效果好，受到实践基地（单位）好评；

(4) 实习工作总结内容翔实，重点突出；

(5) 所指导的学生能圆满完成任务，并有学生获评为优秀实习生；

(6) 原则上所指导的学生集中实习达到一定比例。

(二) 评选程序：

(1) 各学院（开课单位）实习工作领导小组根据评选条件，确定候选人。候选人填报《优秀实习指导教师推荐

表》，由学院（开课单位）分管领导确认签章后，报教务处审核；

（2）教务处对学院（开课单位）上报的评选材料进行审核，并提交分管校长审批；

（3）公示 5 天，无异议后正式发文。

（三）评选时间、比例及要求

（1）优秀实习指导教师评选按自然年评选，每年一次；

（2）优秀实习指导教师的比例为本学院（开课单位）实习指导教师总人数的 10%；

（3）各学院（开课单位）应在实习结束后，向教务处报送获得优秀提名教师名单及材料，逾期未报材料的，视为放弃；

（4）各学院（开课单位）应对评优材料认真审查，严格把关，宁缺毋滥，做到公平、公正、公开。

（四）凡被评为优秀实习指导教师的教师，学校教务处进行表彰，并为其颁发《优秀实习指导教师荣誉证书》。

九、经费使用

第二十四条 各学院（开课单位）做好实习经费预算，专款专用，实习经费的使用范围包括差旅费、市内交通费、实践基地（单位）教师指导费、校内指导教师指导费等，教务处审核后下拨。

校内指导教师的指导费计算，由各学院（开课单位）

根据学校《上海外国语大学贤达经济人文学院实践教学经费管理办法》（上外贤达教〔2024〕131号）执行，报教务处审核。

第二十五条 实习经费要本着节约开支、多办实事、包干使用的原则，使经费发挥最大的效益。实习期间支付的各项费用，应严格按照学校财务管理有关规定执行。

十、附 则

第二十六条 各学院（开课单位）针对各专业人才培养方案，在本办法基础上可制定各实习工作补充办法。

第二十七条 本办法即日起施行，由教务处负责解释。《上海外国语大学贤达经济人文学院学生专业实习管理办法》（上外贤达教〔2022〕74号）、《上外贤达学院本科生毕业实习管理规定（试行）》（贤达教通〔2020〕92号）、《上海外国语大学贤达经济人文学院学生实习工作管理办法》（上外贤达教〔2023〕77号）同时废止。

- 附件：1. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生认知实习手册
2. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生专业/毕业实习实习手册
3. 上海外国语大学贤达经济人文学院××学院认知实习工作实施计划
4. 上海外国语大学贤达经济人文学院学生认知实习校内指导教师安排表



5. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院
专业/毕业实习工作实施计划
6. 上海外国语大学贤达经济人文学院实习工作
计划相关表单（专业/毕业实习）
7. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院
认知实习工作总结报告
8. 上海外国语大学贤达经济人文学院 × × 学院
专业/毕业实习工作总结报告
9. 上海外国语大学贤达经济人文学院实习工作
总结相关表单（专业/毕业实习）
10. 上海外国语大学贤达经济人文学院认知实习
工作检查指导情况记录表（校内指导教师）
11. 上海外国语大学贤达经济人文学院专业/毕
业实习优秀实习生推荐表
12. 上海外国语大学贤达经济人文学院专业/毕
业实习优秀实习指导教师推荐表

上海外国语大学贤达经济人文学院

2026 年 6 月 22 日



学生实习实训安全管理规定

上外贤达教〔2022〕79号

第一条 为了增强全校师生的实习实训安全意识，确保实习实训学生的人身和财产安全，保证学生实习实训工作顺利进行，结合学校实际，特制定本规定。

第二条 对学生实习实训安全管理贯彻预防为主、教育先行、明确责任、实事求是、方便操作的方针，努力把事故消除在萌芽状态，并妥善处理好实习实训活动过程中发生的安全事故。

第三条 指导教师职责

1. 学生实习实训开始之前，实习实训指导教师须对学生生进行实习实训安全教育，向学生宣讲实习实训安全协议的各项规定，在学生理解实习实训安全协议条款后，要求每位学生签订实习实训安全协议。

2. 由于学生本人的原因导致其未接受实习实训安全教育或者未签订实习实训安全协议的，实习实训指导教师可取消该生的实习实训资格；实习实训指导教师未对学生进行实习实训前的安全教育或者教育不到位的，应对实习实训期间的学生安全负全责。

第四条 实习实训学生守则

一、保持联系畅通

（一）出行前，各辅导员、指导教师务必向每位同学强调安全问题，并在全班范围内就安全问题进行讨论和研



究，务必使每一位同学了解实习过程中可能遇到的安全事件以及相应的处理方法。

（二）出行前，必须确保学生、辅导员、指导教师、学院拥有相互的联系方式。

（三）了解同实习地点政府部门、警方、医疗机构以及接待单位的联系方式，明确 110、120、122 等紧急电话的使用方法及注意事项。

（四）了解需要上报学校的安全事件，严禁出现瞒报、缓报情况。需要立即上报学校有关部门，联系当地警方、医疗机构和政府部门的安全事件包括：

（1）导致人身伤害或者威胁人身安全的事故。例如交通事故、触电、溺水等事故，野外活动不慎导致的大面积擦伤、骨折、烫伤、感染等伤害；

（2）影响身体健康或者威胁身体健康的事件。例如食物中毒，需要接受治疗的中暑、日射病、热射病，个人身体状况不好导致的其他疾病；

（3）可能影响到集体安全的事件。例如洪水、泥石流等地质灾害，疫情灾害；

（4）擅自脱离集体、走散。

（5）严重的财物损失。例如住宿地点遭遇盗窃、抢劫等情况；

（6）其他经实习团队认定为影响到安全并需要学校相关部门协助的事件。

二、保证身体健康



（五）应注意避免在高温、高湿、阳光直射等不利环境下长时间活动，合理饮食，充足饮水，尽量减少中暑、日射病、热射病等情况的发生几率。

（六）合理安排作息，避免过度劳累，保证睡眠时间。

（七）注意饮食卫生，选择具有一定卫生条件的场所，尽量少食用生冷食品，尽量不要饮用生水，如无绝对必要，不食用和饮用野外采集的食物和水源。

（八）了解常见病的处理，携带出行常用药箱。

三、保证人身安全

（九）注意交通安全，遵守交通规则；注意乘坐交通工具的安全，尽量乘坐具有安全保障、具有合法客运资格的车辆，不乘坐超载车辆；可考虑购买意外伤害保险和医疗附加保险等。

（十）注意实习地点的天气、水文和地质情况，了解当地的洪涝灾害和地质灾害高危地区，不要在存在灾害隐患的地点长时间活动。

（十一）野外活动避免在危险地带活动，严禁参加野外登山、探险活动；严禁实习过程中在河流、湖泊、池塘中游泳；雷雨天气不要在高处、树下、避雷设施附近，不要接打手机；严禁在野外用火，尤其是森林、草原等高火险地区。

（十二）遵守实习接待单位的安全要求，在石油、化工、核能、电力、建筑等单位工作区参观访问时，应按照

接待单位的要求做好安全工作。

（十三）注意用电安全，不私拉电线，尽量避免在距离电力设施和高压电线很近的地方活动。

（十四）注意治安状况，减少在案件多发地区和多发时间的活动；禁止酗酒、赌博；不参与、不围观打架斗殴行为，避免和他人发生冲突；避免卷入各种群体性事件，防止被人利用和胁迫。

（十五）严防暴力犯罪事件的侵害；女生避免穿着过于暴露的服装，避免在人烟稀少、夜间单独活动；遇到治安案件和犯罪案件时及时寻求警方的协助。

（十六）警惕非法组织的活动，遇到犯罪行为及时报警。

（十七）严禁进入涉及“黄、赌、毒”的场所。

四、保证财产安全

（十八）注意贵重物品的保管和存放；上下交通工具、更换住宿地点时注意清点物品，避免遗失；乘坐列车时记住车厢、座位、铺位号，乘坐汽车等交通工具时注意记录车号，便于出现问题时查找和联系。

（十九）出行时注意防范扒窃和双抢案件，钱包、手机等物品不要放在双肩背包里或者挂在胸前；如无必要，不佩戴首饰，尤其是贵重首饰。

（二十）注意防范银行卡犯罪，妥善保管证件，有效证件和银行卡不要放在一处；不携带大量现金，并且尽量不要集中一处存放；使用 ATM 机应注意周围是否有可疑人

员，注意 ATM 机上是否有可疑的附加设备；ATM 机吞卡时应持回单及时和 ATM 所在银行联系或者向发卡行挂失；任何情况下，不将卡号和密码以及身份证号码告诉陌生人（包括银行职员）。

（二十一）注意防范诈骗案件，定期和家人联系，不向陌生人泄漏自己的身份证号码和家庭联系方式；请家人不要轻易相信陌生人传达的消息，如有任何消息应及时和学校有关部门联系，切勿向陌生人或者陌生账号转账汇款。

五、其他安全注意事项

（二十二）注意遵守实习所在地的保密要求，自觉保守国家秘密和商业秘密。

（二十三）慎重接受媒体采访，任何媒体采访必须经过当地政府主管部门同意，在接受采访中任何人只能以个人身份发表意见，不得以任何形式损害学校的名誉。

（二十四）在社会实习过程中，要求各实习团队务必牢记“安全第一”的观念，严守安全纪律，严格按照有关指导意见完善本团队的安全措施，不散漫，不冒险，不存有侥幸心理，确保实习过程安全顺利进行。对于因为个人不注意日常安全、不遵守相关规定引起的事故，后果由个人承担。

第五条 学生可自行联系实习实训单位，但必须履行相应的审批手续。审批程序为：学生先将实习实训单位签字盖章的接收函交辅导员，由辅导员汇总造册（造册内容含



学生姓名、实习实训单位名称及地址，联系电话等）统一报学院审批，并报教务处备案。未经审批擅自开展实习实训活动的学生，实习实训成绩将不予认可。学生自行联系实习实训单位，实习实训期间的安全问题由学生本人负责。

第六条 实习实训期间如发生重大事故，应及时组织力量处理，并立即向所在学院和学校报告。

第七条 本规定从发布之日起实行，由教务处负责解释。



学生实习手册撰写要求

第一条 学生必须按教学计划的规定参加实习，并按实习课程教学方案、实习课程教学计划的要求保质保量完成规定的实习任务。

第二条 学生在实习前必须参加学院的动员会，认真学习实习课程教学方案、实习课程教学计划，明确实习目的，做好实习前的各项准备工作。

第三条 学生在实习期间，必须按要求如实填写实习周志。并按实习课程教学方案的要求撰写实习报告，由基地（单位）完成实习鉴定（须加盖基地或单位的公章或人事部门章），方可参加考核。

第四条 实习总结报告撰写基本要求：

一、实习总结报告（2000字）要以实习亲自经历和体验为依据，报告内容应有鲜明的主题，严密的逻辑，确切的依据。

二、实习报告内容应包含：

（一）实习的目的、意义、内容；

（二）基地（单位）的生产（经营）、工作情况及工作流程等；

（三）运用所学知识与理论对实习中发现的问题加以分析，并阐明自己的观点；

（四）实习的体会与收获等。

第五条 学生在实习期间，应结合本人毕业论文（设



计)课题情况虚心学习,加强团结,密切合作,在保证完成实习任务的条件下,为本人的毕业论文(设计)撰写提供条件。



学生实习承诺书

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

我是上海外国语大学贤达经济人文学院_____学院学生_____。

一、为了使自己在实习中受教育、长才干，根据教学计划要求，通过_____（填学院或个人）联系，在_____年_____月_____日至_____年_____月_____日期间，我自愿到_____从事实习活动。

二、在上述实习期间，我向本人所在学院承诺：

（一）严格遵守宪法和国家各项法律法规，不参加破坏国家、社会和民族安定团结的活动。

（二）严格遵守实习单位所在地法律法规，遵守实习单位的规章制度，服从指导教师和用人单位的工作安排，遵守各项管理规定和操作规程，不得擅自离岗，因学生自身原因发生的安全责任事故由学生个人承担。

（三）注意人身安全。不参加任何可能危及自身人身安全的活动，以防意外事故发生，确保人身安全。

（四）注意财产安全。保管好个人财物，克服侥幸心理和贪财心理，防止上当受骗，确保个人财产安全。

（五）严格按照学校的实习管理规定完成各项实习任务，履行自己的职责。定期与指导老师和家长联系，如遇特殊情况，第一时间向指导教师、辅导员及家长等报告。

（六）认真学习总结，如实填写各种实习表格及实习相关材料，诚恳接受实习基地（单位）评议。

三、若我不能履行第二条（在上述实习期间，我向本人所在学院承诺）中的各项承诺，导致实习不能继续进行、实习任务不能完成，或者发生安全等意外事故，由我自行承担责任。

四、本承诺书一式两份，学院、学生各一份。

承诺人：

家长签名：

校内指导老师：

年 月 日

年 月 日

年 月 日



基地（单位）基本信息

基地（单位）名称								
详细地址								
单位统一社会信用代码								
所在实习部门				实习岗位				
部门负责人				部门负责人联系电话				
基地（单位）基本情况介绍：								
单位 指导 教师 情况	姓名	性别	年龄	学历	职务	职称	从事专业时间	备注
实习岗位的职责及具体实习内容：								



实习计划、内容及安排

实习目标、计划、内容及安排（体现问题导向、目标导向及结果导向）：

基地（单位）盖章：

年 月 日



实 习 周 志

第 周	20 年 月 日（星期 ）至 20 年 月 日（星期 ）				
实习内容：					
实习心得（ <u>应用的知识、解决的问题、收获及体会</u> ）：					
考勤情况 （单位：天）	出勤	缺勤	病假	迟到	早退
基地（单位）指导教师意见：					
基地（单位）指导教师签名：_____					
年 月 日					



实习总结报告

实习时间	20 年 月 日至 20 年 月 日				
实习期间考勤情况 (单位: 天)	出勤	缺勤	病假	迟到	早退
实习的内容					
实习的目标					
实习收获及体会 <u>(应用的知识、解决的问题、收获及体会)</u>					
实习学生签名:					
年 月 日					



学生实习考评表

(由基地/单位及指导教师完成)

基地（单位）指导教师考评意见：

实习学生签名：

年 月 日

基地（单位）指导教师签名：

年 月 日

基地（单位）意见：

基地（单位）鉴定初评成绩（百分制）：

基地（单位）盖章：

年 月 日

注：在实习结束时，由单位指导教师和实习单位完成学生实习考评意见。单位实习鉴定参照实习的成绩实行百分制评定。



学生实习质量评价鉴定表

(由校内指导教师完成)

项目	评价标准		评价等级				
			A	B	C	D	F
实习过程	1	学生在整个实习环节中工作积极主动、认真负责，遵守实习守则和劳动纪律					
	2	实习安排合理，各项实习工作循序渐进，符合实习程序和 workflows 的要求					
	3	经指导，完成实习教学要求各项任务					
	4	实习内容记录完整、全面，实习内容符合实习教学方案规定，能全面反映专业培养目标要求和学科、专业的特点					
	5	单位指导教师和基地（单位）给予的评价					
实习作业及实习报告质量	6	整体思路清晰，结构完整，文题相符					
	7	论点鲜明，观点正确，条理分明，语言流畅					
	8	用语格式、图表、数据、各种资料、标准的引用符合科学论文的写作规范					
	9	部分成果在理论上具有新意，应用性研究对于实际工作具有一定意义					
能力培养	10	能了解社会，接触实际，巩固专业知识，培养良好的职业道德和工作作风					
	11	能综合运用所学专业业务知识和专业技能，观察问题、分析问题和解决问题					
	12	能较熟练地运用本学科的常规科学方法，能适当运用相关研究手段进行资料收集、加工、处理					

注：

1. 学生完成实习后，由校内指导教师根据实习手册、实习作业、实习报告等实习材料完成对学生实习的评价，包括单项评价和总体评价。
2. 单项评价分为 A、B、C、D、F 五个等级，由校内实习指导教师在相应栏目的评价等级中打“√”，并作为评定学生实习成绩的参考依据。总体评价在校内指导教师、学院（开课单位）考评意见表中完成。

校内指导教师签名：_____



校内指导教师及学院（开课单位）考评意见

校内指导教师考评意见：

实习复评成绩（百分制）：

校内指导教师签名：

年 月 日

学院（开课单位）意见：

最终实习成绩（五级制）：

学院（开课单位）盖章：

年 月 日

注：实习复评成绩按百分制，实习的最终成绩实行 A、B、C、D 和 F 五级评分制

附件 3

上海外国语大学贤达经济人文学院 学院（开课单位）认知实习工作实施方案（计划）

- 一、 认知实习工作领导小组
- 二、 认知实习组织管理
- 三、 认知实习年级、专业和学生人数（表格形式）
- 四、 认知实习内容（可附各专业认知实习课程教学方案）
- 五、 认知实习时间及组织形式（可附各专业表单形式的认知实习时间安排及组织形式）
- 六、 校内指导教师安排
- 七、 认知实习动员安排
- 八、 认知实习纪律、注意事项
- 九、 认知实习考核评价
- 十、 认知实习总结安排
- 十一、 认知实习经费预算安排（表单形式）

教学院长签名盖章：

年 月 日

附件 4

上海外国语大学贤达经济人文学院学生认知实习校内指导教师安排表 (以专业、班级为单位)

序号	校内 指导教师	校内指导教师 联系电话	职称	专业	班级	人 数	备 注

注：1. 人数如与教务系统内班级人数数据不符，请在备注内说明；2. 请以 Excel 表格格式与认知实习工作实施计划一起提交。

学院（盖章）：

学院领导签名：

填报人：

填报日期：

附件 5

**上海外国语大学贤达经济人文学院
学院（开课单位）实习工作实施计划**

（ ☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习 ）

- 一、 实习工作领导小组
- 二、 实习年级、专业和学生人数（表格形式）
- 三、 实习内容（附各专业实习课程教学方案）
- 四、 实习时间及方式
- 五、 实习经费预算安排
- 六、 校内指导教师安排
- 七、 实习组织管理
- 八、 实习动员安排
- 九、 实习纪律
- 十、 实习注意事项
- 十一、 实习考核
- 十二、 实习总结

教学院长签名盖章：

年 月 日

附件 6

上海外国语大学贤达经济人文学院对接实践教学基地（单位）岗位供给汇总表

（ ☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习 ）

_____学院_____专业

序号	基地（单位）全称	实习岗位	岗位要求	可接纳 学生数	可接纳时间	基地（单位） 指导教师	备注

注：1. 请以 EXL 表格格式与实习工作计划一起提交。

学院（盖章）：

学院领导签名：

填报人：

填报日期：

上海外国语大学贤达经济人文学院校内指导教师走访学生实习单位安排表

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

_____学院_____专业

序号	基地（单位）全称	基地（单位）地址	拟走访时间（天数）	校内指导教师	企业指导教师	备注
			2025 年 7 月 1 日—2025 年 7 月 3 日（3 天）			

注：1. 请以 EXL 表格格式与实习工作计划一起提交。

学院（盖章）：

学院领导签名：

填报人：

填报日期：

附件 7

上海外国语大学贤达经济人文学院 学院（开课单位）认知实习工作总结报告

一、认知实习工作完成情况

包括：

（一）认知实习动员会情况（附会议纪要）；

（二）学生认知实习情况；

（三）指导教师选派、指导及检查情况；

（四）实践教学基地使用情况；

（五）……

二、组织认知实习取得的成绩

三、开展认知实习中存在的问题及改进措施

注：请各学院（开课单位）以文字说明、数据分析及图表展现形式完成认知实习工作总结

教学院长签名盖章：

年 月 日

附件 8

上海外国语大学贤达经济人文学院 学院（开课单位）实习工作总结报告 （ ☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习 ）

一、实习工作完成情况

包括：

（一）实习动员大会情况（附会议纪要）；

（二）学生实习情况；

（三）指导教师选派、指导及检查情况；

（四）实习经验交流情况；

（五）集中实习及分散实习情况；

（六）实习基地使用情况；

（七）……

二、实习工作取得的成绩

三、实习工作存在的问题及改进措施

四、推荐的校级优秀实习生和优秀实习指导教师（校内及基地/单位）

注：请各学院（开课单位）以文字说明、数据分析及图表展现形式完成实习工作总结

教学院长签名盖章：

年 月 日

附件 9

上海外国语大学贤达经济人文学院学生实习基础信息与指导安排汇总表

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

序号	学生姓名	学号	专业	班级	联系方式	校内指导教师	校内指导教师联系电话	职称	校内辅导员	辅导员联系方式	基地（单位）全称	详细地址	基地（单位）指导教师	基地（单位）指导教师联系电话	是否属于实践教学基地	实习方式	是否属于国（境）外实习	实习岗位	实习项目（课题）	成绩	备注

注：1.集中实习：已与学校签订基地合作协议的单位，且接纳学生实习人数 ≥ 5 人；2.实习方式：填写集中实习或分散实习；3.请以 EXL 表格格式与实习工作总结一起提交。

学院（盖章）：

学院领导签名：

填报人：

填报日期：



上海外国语大学贤达经济人文学院 校内指导教师走访学生实习单位回执

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

学院 / 系部:

校内指导教师		学生实习岗位	
实习学生姓名		实习学生学号	
专业班级		实习时间	
基地(单位)名称			
基地(单位)地址			
一、走访基本信息			
走访时间	年 月 日 时 分 - 时 分		
走访地点			
基地(单位)指导教师			
联系电话			
二、实习情况反馈			
学生实习总体表现	☐ 优秀 ☐ 良好 ☐ 合格 ☐ 待改进		
实习内容与目标达成情况:			
基地对学生实习评价:			
基地对学院实习管理的意见和建议:			
三、实习单位确认			
我单位已配合学校完成本次走访工作, 以上内容属实。			
实习单位负责人签字: _____			
单位(或部门)盖章: _____			
日期: _____年____月____日			

备注: 本回执一式两份, 校内指导教师所属学院及教务处各留存一份。



附件 10

上海外国语大学贤达经济人文学院
检查指导学生认知实习情况记录表

学生姓名		联系电话	
学 号		专 业	
检查指导记录 (检查指导方式、检查的内容、发现的问题、采取的措施、认知实习完成情况等)			
校内指导教师签名: 检查指导记录时间: 年 月 日			
校内指导教师签名: 检查指导记录时间: 年 月 日			
校内指导教师签名: 检查指导记录时间: 年 月 日			

注: 本表由校内指导教师填写, 于认知实习结束前交学院(开课单位)保存备查。



附件 11

上海外国语大学贤达经济人文学院优秀实习生推荐表

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

姓 名		学 号		所在学院	
专 业		班 级		实习成绩	
基 地 (单 位)				实习日期	年 月 日 至 年 月 日
实 习 过 程 突 出 事 迹 及 自 我 评 价	学生签名： 年 月 日				
校 内 实 习 指 导 教 师 意 见	校内实习指导教师签名： 年 月 日				
学 院 意 见	学院（签章）： 年 月 日				
教 务 处 意 见	教务处（签章） 年 月 日				

注：此表填写好后请交到教务处

附件 12

上海外国语大学贤达经济人文学院

优秀实习指导教师推荐表

(☐ 专业实习 / ☐ 毕业实习)

姓 名		所在学院	
集中实习人数		分散实习学生数	
共计指导学生数		联系基地 (单位) 数	
实 习 指 导 突 出 事 迹 及 自 我 评 价	签 名： 年 月 日		
学 院 意 见	学院（签章）： 年 月 日		
教 务 处 意 见	教务处（签章） 年 月 日		

注：此表填写好后请交到教务处，附佐证材料。

