# 最新大学生顶岗周记(通用10篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-06-12

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。大学生顶岗周记篇一毕业实习是我们大学期间的最后一门课程,不知不觉我们的大学时光就要结束...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**大学生顶岗周记篇一**

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程,不知不觉我们的大学时光就要结束了,在这个时候,我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到限公司，在这里进行我的毕业实习。

公司于一九九三年成立，地处长江三角洲沪杭甬城市经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。公司多年来集中有限资源、充分挖掘出了自身的比较竞争优势，通过观念创新、技术创新、服务创新来保证企业高速发展。

开发项目：各种定时器系列，漏电保护器，过压保护器，插座和调光插座，宠物用品，灯具等。公司宗旨：科技创造价值、质量赢得市场、诚信铸造品牌、服务成就未来。

1、工作能力。在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2.实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3. 实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

我怀着美好的期盼来到x有限公司开始为期几个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调,有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。刚开始几天的维修工作让我对电子产品有了初步的了解,正式开始后，有一位师傅带着我教我怎样维修。我的师傅是一个很开朗的人，跟着她随时会被她的开心所感染，她说要开心地工作，工作得开心，只有这样才能做到更好。我也觉得做任何事情都一样，只有开心地去做才能把事情做好。

总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

半年实习时间，在不经意间就从手中溜走了，在这期间有太多太多东西值得记住了，我笨拙的笔是不能详尽其中酸甜苦辣。

还未来实习顶岗前，我便满怀期待和憧憬迎接未来的路，我想象过实习时会遭遇的哪些困难，可是梦里走的再远，醒来还是在床上，终究要行在实习的路上才知道会发生什么，遇到什么，会收获什么，会得到什么。

我实习的学校是一所农村初级中学，学校规模较小，学生大概有三百人左右，没有分重点班。你去任何一个班都有各自风格，他们活跃的，开朗，有积极向上的求职精神，在这样的环境里，我看到了一种崭新环境的成长舞台，我看到了一种千载难逢的好机会，在这样的学校里实习，既能检验自己所学的知识，也能接触到最真实的基础教育。我努力珍惜这样的机会，利用所有可用的条件，进行教学，班级管理的学习，希望自己早日成为一名合格的人名教师。

下面，我对半年的顶岗实习工作作以下总结：

作为一名大学生，作为一准教师，享受青春的赞誉，拥有求知向上的精神，是国家的未来的建设者，在实习期间，我肩负起我的使命，认真踏实，严谨努力，我十分珍惜这样来之不易的好机会。力求把工作做到最好，我在学校学习了就为了成为一名教师不断的锻炼自己，只为自己在踏入讲台上没有那么费力，这次的实习，我主要教授初二语文，在大学期间，我所学的专业是教育学，经过自己的认真踏实的学习，教授们的辅导和百年师大浓厚底蕴的的熏陶下，具备了良好的专业知识，但是由于实践不足，离合格的教师还很远，我还需不断的努力。

1、听课

我的知道老师是学校语文组的组长，有三十年的教学经验，怎样上好每一节课，是整个实习过程的重点，刚开始的一个礼拜的任务是听课和自己进行试讲工作。在这一个礼拜里我听了二个课任老师共9节课。在听课前，认真阅读了教材中的相关章节，先自己试着备课，内心里盘想如果是自己讲怎么讲，怎么将才能讲清，学生他们的反应如何，我都在听课时认认真真的记着，听完之后，与指导老师讨论，看看有什么我为发现的地方，和那些想法。吸收老师的优点，同时简单记下自己的疑惑，想老师为什么这样讲。

2、备课与上课

一周时间转眼即逝，在科任指导老师的安排下，我们开始进行备课。备课不是简单地看教材，而是认真地梳理教材的内容和想方设法地用自己的语言表述出来。开始，由于初登讲台，害怕自己讲的课程特别无趣，就对教学内容进行特殊的处理，过程就已经很考验我的创新能力，可也是由于这样，在备课的时，对语文的知识讲解的不够透彻，语文它是人文性与工具性的统一，因此在备课的时候要充分考虑到语文的学科性质，不能有所偏失。对于我而言，最大的疑惑应该是“要教到什么程度?”。以前作为学生听课，总觉得语文知识太无趣，现在作为教师上课，是为了学生学习。目的不一样。我想尽量避免这种无趣感。却缺失语文最基本的听说读写的目标，刚看教材的时候，觉得一篇课文(精读课文)40分钟怎么就讲初读部分;后来备课，发现要讲解的问题很多，不知道怎么取舍了，怕详尽不了。或许是知之越多，越是觉得难以着手。

由于缺乏经验，在学校的时候也缺乏必要的训练，我们对教材的处理、对讲授内容的把握做得并不到位。在科任指导老师赵爱亭老师的指导下，我依瓢画葫芦，尽量根据赵老师老师的安排来备课。

3、上课

上课带给我们最初、最大的感受是，讲台下坐着的是真正的学生，不再是与我们一起在微格教室训练的同学，他们不会像怕自己尴尬就提提告诉他们那样随意附和、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和等待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，你可能当时就无法回答，也有的同学，不爱上课，有的在下面搞小动作，或者干脆就趴在桌子上看别的书和睡觉，不跟着你的教学走。我会问他们，你们为什么不回答，是不是提的问题太难。时时刻刻注意和学生沟通，也时时刻刻注意他们的反应。我认为，要随时掌握学生的学习情况，分析原因，从而改进自己的教学方法和确立教学内容。教师既要讲授知识，又要管理课堂纪律，并且与学生进行个别交流。刚开始时因为心情特别紧张，经验不足和应变能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，教学思路不流畅，师生配合不够默契”等问题。针对出现的问题，赵老师会细心讲解哪些是重点，怎样突破难点，怎样自然过度，并提议要多向经验丰富的教师学习，多研究教材和其他教学资料，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。他态度温和，经常面带笑容，即使是批评，我也能欣然接受。

**大学生顶岗周记篇二**

海南升华酒店

客房部服务员

打扫客房，保持整洁

这是实习的第二周了，时间过的挺快的，转眼就半个月了，我对酒店的了解也多了很多，也用不着事事都要询问别人了，也慢慢知道了自己该做些什么了。

这周我主要是把领班分给我的房间在规定的时间打扫完，填写进房的时间和出房时间。刚刚独自打扫客房的时候也蛮苦恼的，对房间的物品摆放情况不是很了解，遇到很多问题，幸好酒店的同事都比较热情，我问的他们都帮我解答了，这让我意识到我的功底还不扎实，还需努力去学习。

通过这周的学习，我了解了酒店的很多细节上的事情，不再那样的迷茫了。而我也发现了我的基础功底不够扎实，要回去好好充实一下，为以后更多的工作打下基础。还有就是做事要细心，特别是在做卫生的时候更是要细心，做错了就会给客人留下不好的映像，也会给工作带来很多的麻烦。还有就是要把钥匙保管好，千万不能遗失了，这是非常重要的。

海南升华酒店

客房部服务员

保持公共区域卫生

这周我换了工作，工作内容主要是保持公共区域的卫生。到了一个新的工作环境，这个工作比较轻松，很容易上手。有了前两个周的经验教训，以前的工作经验告诉我，一定要仔细，不能够马虎，当我第一次尝试工区的工作，更应该做好本职工作，为了确保万无一失，我把所有工作的流程记在心里，以便于随时运用；经过这一过程我发现，在工作时也方便多了，时间也节约了不少。就这样慢慢的我也得到了同事的认可，和他们也渐渐的熟起来。领导也夸奖我对工作认真，在工作上能够及时的克服不足，改正自己的错误。

时间过得如此之快，三个周就这样过去了，在这三个周我感受最深的就是会计这个行业是需要绝对的细心和耐心的，千万不可以有任何的大意否则就会带来相当大的麻烦。实习周期的三分之一已经过去对酒店的环境已经基本熟悉，同事的名字我也基本能叫上来了，我的办事效率实也因此提高了不少，不会为了找一样东西而问东问西了，看来融入环境对干好工作是很有帮助的。

海南升华酒店

客房部服务员

带新员工

实习已经有一个月了，感觉是时间过得太快了，这个周和前三周没有太大的区别，唯一的不同就是这个周要带新员工，此外负责安排新员工的工作，洗尘，抹尘，洗玻璃，清洁吸尘器等等，带新员工熟悉工区的东西，比如如何洗尘和抹尘。但并没有让他实际操作，我还得带着他们全部学一下，巩固和加深映像。

回顾一个月的历程让我学到的不仅仅是工作方面的专业知识，更多的是做人做事的一种态度与信念。在领导的认可下，让我这个新员工变成了老员工，放心让我带新员工，也是他们对我工作的认可，对我充分授权，我对新员工的要求也很高，要他们完全可以独挡一面才会把他们交给主管，领导也十分相信我。

这将对我们以后的人生路上一种很大的推进。只有坚持学习新的知识，有一个热爱工作的心才会使自己更加提高，而这里就有这样的气氛，每个办事人员都热爱自己的岗位和工作。这是在学校里好难学到的，如果一个人不敬业的话，他的工作是不会长久的，可能做几个月就走了！这样的工作还不如不干！要知道兴趣和热情都是可以培养的。所以工作需要一颗“敬业”的心。

**大学生顶岗周记篇三**

实习是大学进入社会前理论与实际结合的最好的锻炼机会，也是大学生到从业者一个非常好的过度阶段，更是大学生培养自身工作能力的磨刀石，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习内容，培养好工作能力，显的尤为重要。为此本站演讲稿栏目小编为大家收集整理了精彩的实习周记范文，供大家参考，希望对大家有所帮助!

第一周：时间过的很快，一个星期就过去了，在这里，我们一行的同学一起先进行了为期3天的上岗前培训，培训的内容是：1.公司的基本情况，比如发展历史，人员数量，产品的卖点等等。2.公司的基本制度比如：上班时间，下班时间，节假日的放假情况等。3.公司的组成，有多个车间组成的：c1c2c3车间b1b2b3车间a1车间d1车间等。4.公司的业余安排等，每个星期的一三五晚上有最新的电影免费在二楼的食堂播放等。最后一天的下午和单位签署了劳动合同。工作的地点也去看过了，迷迷糊糊之间，一个星期过去了。很多东西在培训时说过，但有一点记住了，这个公司是xx年前亚洲最大的此类专业的公司。公司的每一个车间，都和其他地方的小加工厂有的一比，这或许是骄傲的一个卖点吧。感觉很不错。

第二周：这是我们来这里的第二个星期了，渐渐地对这里有了一点熟悉，但是工作上的事还是只能做一些简简单单的，毕竟我们还刚来不久，等日子长了我们就会慢慢的上手了。公司里面有自己的一套人员培养政策，刚进来的员工都是从省模开始。省模这样的工作都是一些手上的活，算不得怎样的辛苦，总的说起来最大的不满，那就是繁琐，单调，每天上班就坐在省模组里，手里拿着油石在模具零件上磨啊磨啊的，因为无聊，就给自己找一些活干，但是手上的活也不能落下，那就只有是零件咯，这是动模镶件，这是定模镶件，这个是一模两腔玩具电池壳模具，这个是一模一腔的风扇叶模具。在专业的模具厂里就是有一个好处，可以接触到各种不同形状的模具，这对于刚刚出来的学生是很有诱惑力的，特别是专业对口的时候。很兴奋。

第三周：来到这里已经是第三个星期了，由于还是进厂里的第一个月，所以星期六不用上班，晚上也不用加班，至少我的车间里面的制度是这样执行的。有些同学的车间就没有这么幸运了，在第二个星期就要星期六上班去。现在的工作还是省模，没办法，制度是这样设置的，只有等上位者走了，下面的小卒才顶上去，说起来都心碎，这就是打工仔的心酸一面。省模很轻松，都是手上的活，但是，有一点很郁闷，那就是工作的重复性，每天都是重复一个动作，这样也太折磨人了，有时候都觉得自己像是一个机械，机器人般动手，移动到一定的距离后返回，额，就系那个直线电机一般，做这自己认为最有规律的往复运动。在车间里的人相处的不算太坏，因为在上班时候不能有太多的交谈，下班后又急急忙忙的分开了，有点失败，好像只记得组长。

第四周：这一周的工作还是省模，不过心态好像好多了。因为在这里的基本工作都做了一些了解。省模主要是先用油石打磨去刀纹，油石使用时要配合研磨液。刚开始时还闹了一个笑话，我误认为是水了。当时真不好意思啊，这就是典型的学不专，记不全。接着是二百四号的砂纸，四百号的`砂纸，八百号的砂纸，一般到八百好就已经达到要求了，有些要求更高的用到了一千二百号的砂纸，磨出来的零件都可以照出自己的影子了。这就是所谓的镜面啦。厂里的食堂伙食还不错，至少我认为和学校里的不会差到那里去，有时候觉得更好一些。宿舍是四到五个人住，条件有些简陋，不能使用大功率的电器，甚至要在宿舍里使用电视机都得提出申请，够寒酸的。晚上还会有老鼠来光顾没有藏好的食物，太可怕了。

第六周：制模组的工作就比省模组忙多了，虽然来到这里已经一个多星期了，但是基本没有自己独立完成一项任务，能够做的了的还是打下手，传递工具啊，搬搬模具零件，模板模呸啊什么的。环境倒是了解的不少：制模组是一个独立的小团队，独立负责整套模具的加工装配，组里配备有四台铣床，两台粗铣，两台精细铣床。就是利用这样的设备完成除了数控加工以外的加工工作，比如钻运水孔，顶针孔，呸料的粗加工小镶件的加工等等，组员的组成是一个老师傅就是组长，一个工作了十年的老工人，这个老是工龄上的。三个工作了二到四年的小师傅，和一个工作比我先六个月的组员。可能是有代沟的存在吧，我倒是和最最小得工人谈的最多，每天都跟在他身后站站工具认识的倒不少了，这里最大的一点是铣床叫罗床。

第八周：制模组和省模组的区别是什么，最大的一点是，省模的是坐着的，制模的是站着的工作。开机器是不能坐着的，搬运配料更是不能坐下咯。这个星期，我，完成了装夹工件，用寻边器校直的工作，刚开始看到前辈指点的时候觉得没有什么难处的，不就是一边移动x轴一边在y轴小心的敲敲打打的，有什么困难?当自己在操作的时候就有些不好意思啊说出来的，本来是想这完美的，就慢慢的来，左边敲打一番移动到x轴的右边右敲打一番再移动回来，磨磨蹭蹭蹭蹭磨磨的一个多小时过去了，还是没有完成，小小师傅实在看不过眼了，就跑过来帮了一把，啪啪啪啪，十分钟搞定。经验啊，这就是活生生的最好的例子了。因为有这次的打击，在遇到需要校直的时候，我都毛遂自荐绣上一把，现在，我能够在五分钟能完成了，虽然其他人能够在三分钟内完成。还是很不错的。

第九周：这个星期的工作就要复杂多了，也是更忙一些了，怎么说也是在这里混了一个月的人了，比如：在加工钻孔的时候。，自己找钻头，在懒得找的时候就去仓库借，反正小心的使用是不会用坏的，也是省力多了。这里工作有一点很是担心，这里的模具在装配前都要清洗一番，因为在之前模具表面是要涂抹一层机油用于防锈的，根据相容原理，清洗剂是有机物的一种天那水，主要成分是二甲苯，挥发性极强易燃易爆有毒，是危险品，。将乙酸乙酯、乙酸了酯、苯、甲苯、丙酮、乙醇、丁醇按一定重量百分组成配制成混合溶剂，称之为香蕉水。纯香蕉水是无色透明易挥发的液体，有较浓的香蕉气味，微溶于水，能溶于各种有机溶剂，易燃，主要用作喷漆的溶剂和稀释剂。每天都和这样的危险品接触，会不会对身体有害?值得考虑考虑。

第十周：这个星期要说的事儿可就多着了，学习磨刀，这是作为一个技术工人的基本本领。刚开始时，没有想过磨刀，以为找到就可以了，有一次拿着一把刀去请教时，竟然被对方取笑会不会磨刀的啊，自己确实不会，请教了要领，在没有事儿安排的时候就去学着磨刀，经过两天的努力，终于可以有可以哪的出手的作品了，虽然只是最最简单的钻头，这也是自己的成就啊，为我喝彩鼓励吧。还去学习了平面磨床的操作，一个丝一个丝的精度，最大z轴五个丝，两手共同努力：右手做着规则的逆时针运动，左手则顺时针、逆时针的转动，很是刺激，想一想，这不是开发右脑的最好的一种放松方式?呵呵，想的太多了。时间也过去两个月了，工资也拿过一次，不多只有八百来块，，但是这是自己读书n年来的第一桶金。我真的长大了。

**大学生顶岗周记篇四**

学习艺术设计已经两年了，对环境艺术设计的.选择也是当时自己的爱好。经过这几年的学习专业知识，对环境艺术设计也有一些认识。为了巩固自己所学习的专业知识，积累实践经验。在面临毕业之际，我就选择了一家装饰公司进行实习。实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。他将全面检验我各方面的能力：学习，生活，心理，身体，思想等等。检验我能否将所学理论知识用到实践中去。环境艺术设计这个行业并不是想像中那么容易，脑力运动和体力运动都要经受的了考验，虽然我知道会很辛苦，但始终相信自己在这种情况下让我有不放弃自己喜爱的专业和继续努力。在实习中我可以说不仅是对我的磨练，更多的是让我充实了专业知识，更有很多跨专业的方面，让我在加深自己专业的同时，也为以后更多的就业机会提供了良好的条件。 于此同时，我每周还有三天留在学校做毕业设计，忙碌的大学生已经接近尾声，面对这样的生活，期待的是未来更多的挑战。

2—20至2—26

在两周的实习中我可以说不仅是对我的磨练，更多的是让我充实了专业知识，更有很多跨专业的方面，让我在加深自己专业的同时，也为以后更多的就业机会提供了良好的条件。以前知道室内功能设计和效果设计的最终结合就是作为一个设计师还必须要了解装修装饰施工的基本做法和施工工艺，这就不仅仅是环境艺术设计单一的专业内容。 如果不了解实现功能设计的基本需要和方法，那么你功能设计的结果就不可能让业主满意，需要懂得许多人类生活习惯的一些基本需要和享受需要，现代化的发展让人类的生活更加丰富多彩，工作和生活的空间越来越多的讲究舒适和美观，个性化的表现和私密性的结合都要具体的体现在你所做出的功能设计安排上，没有工作和生活经验，做的东西也不能符合人体工程学原理的学生在这方面是很难做出很好的设计安排的，其中很多这些方面的知识很大一部分来源于时间生活。忙碌的实习生活，使我对设计这个行业更加有信心。

2—27至3—4

进入公司已经有两个星期了，要成为未来一名有充足的专业设计知识、丰富的设计经验的设计师。如何获得充份的专业理念知识一方面来源于学习环境设计的课程，另一方面来源于工作中的积累；丰富的设计经验包括了解装潢设计的市场、常用及最新的材料、所有的能遇上的施工工艺、设计风格及流行时尚、顾客心理学等等，这些的获取来源于两个字：实践。俗话说得好：实践出真知。只有遇到问题才会有解决问题的方法，没有真实的情景空想出来的东西是不切实际的。这也是大学会有那么多实践的机会的原因吧，我想这也正是我们自我提高的良好机会，为我们进入社会，接触工作做准备。进入公司后，有很多接触实际工程的机会，通现场测量，观察到施工过程及工艺流程，了解到施工中要用的材料，也可能有机会见习到谈单、协助设计师做方案。这个星期主要是忙于绘图，使自己的图纸更加工整细致。

3—5至3—11

实习已经过去四周的时间，跑工地的时间多了，绘图的时间多了，方案的反复改动，设计师和业主的意见逐渐的磨合，工地也要跟进，有时候还要帮忙量房。事情比较多，最近忙的最多的是店面和专柜。大多以连锁店为主，乐清，苍南等地。工期较短，图纸绘制时间较短，工程很赶，有时候一个店面的图纸套用，一晚上就得搞定，还需要设计师修改。庆幸的是，自学了用布局绘图，使用起来，大家都轻松。在工作中，我抱着细心谨慎，谦虚的态度，与同事相处也十分友好，有什么问题大家也会乐意帮忙。图纸的绘制中也没有出过大问题。设计师人也很友善，愿意多给我讲解设计或者设计以外的知识，受益良多。虽然我实习的是家装装饰公司，但学习家装一点都不比工装轻松。而更多的是细节上的，小至仿照书中专卖店领带挂件，大至软装的配置等等。

**大学生顶岗周记篇五**

本周，我学习到了很多课本上学不到的知识，开拓了我的视野，也认识了很多好伙伴，他们在实习期间帮助了我很多。通过实习我学习到了桥梁工程施工的各种实际情况，掌握了桥梁工程的施工过程和施工工艺，主要从事桩基的实习工作，让我对桩基的各个施工环节都了解，为今后进行的进行毕业设计、参加工作奠定了基础。

实习期间让我学到了很多东西，不仅使我在理论上对桥梁有了全新的认识，在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。第一次亲身感受到理论与实际的相结合，让我大开眼界。也是对以前所学知识的一个初审吧。

在工作中要有良好的学习能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工作中遇到的每一个问题。

本周实习中，我们组织三人一组。由一个组长带领两名组员组织和指挥实验小组会计模拟实验的操作。

首先，我们根据实验资料中的经济业务摘要编制会计分录。然后设置t字账，编制科目汇总表、开设总账、登记期初余额、且根据科目汇总表登记总帐并结账，最后根据总账及其他有关资料编制资产负债表、利润表和现金流量表。

在我所在的小组中，我担任写分录、根据科目汇总表登记总账、登记记账凭证的工作。在登记记账凭证时，我自以为对单据等并不陌生，但是在实际操作时还是出错了，例如，借方科目的金额写到贷方科目去了。存根联忘写日期等等，还有在写分录的过程中，感觉都是在学习理论知识见过的，看起来比较简单，但是真正轮到自己做的时候，却是错误百出。有时看错了金额栏的位置，明明是在千位却写到了万位，导致数字错误，有时忘写会计科目的明细账，有时没注销空白的金额栏等。由于明细项目太多，金额栏紧凑，一不留意就会把数字填错。但是在经过几天的熟悉过程之后，错误就慢慢的减少了，而且手工操作的速度也有提高。虽然实习这几个星期每一天都生活在忙碌之中，但每一天都过得很充实。

本周我主要负责的是xxx岗位的顶岗实习工作。因为作为实习生的缘故，前期很长一段时间里都是在xxxx前辈的带教下学习并完成自己的工作。

但在工作方面，经过一些挫折认识到自己的不足后，我充分改变了自己对工作的看法。并在后来的工作中，认真学习领导的培训知识，虚心向前辈和同事们请教工作技巧。且对自己负责的工作我能以严谨仔细的态度去完成任务，绝不违反工作规定和领导的要求。

在这次的实习工作中，我通过积极的学习和锻炼，已经基本掌握了xxxx岗位的基础工作要求，且在这段实习经历中，我收获了很多的友谊，也更好的适应了公司和团队的环境。让自己能在工作中保持良好的工作态度，严格做好自我的管理和要求。

通过这一个星期的电工技术实习，我得到了很大的收获，这些都是平时在课堂理论学习中无法学到的，我主要的`收获有以下几点：

本次实习增强了我们的团队合作精神，培养了我们的动手实践能力和细心严谨的作风。

这一周的时间，我学到了很多东西，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。

xxxx个星期紧张的审计实习，留给我的都是丰富的经验和深深的体会。

我们实习的目的是注重“教学”与“实践”相结合，提高学生的动手能力，增强对审计知识进一步的理解，培养学生对审计知识的灵活运用以便于在以后的就业不至于“手慌脚乱”！

在这次实习中，我深刻地体会到“什么是团队合作精神”，因为对一个企业进行审计是一件十分繁重的工作，一个小组必须要有一个有序的分工，然后再综合大家的工作成果，最后才能做出最后的结果。

我们的实习总共分为7大模块，分为：

1、计划阶段审计实务操作；

2、销售与收款循环的审计；

3、采购与付款循环的审计；

4、生产与服务循环的审计；

5、筹资与投资循环的审计；

6、货币资金的审计；

7、审计报考。

**大学生顶岗周记篇六**

从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。突然面对这么大的转变，我知道我必须得适应。好在同事们都很乐意帮助我，这也给我了很大的动力去学习每件事情。

才来的那天最糗的事情就是去复印一点资料。平时在学校复印东西都是打印店的人复印的，从来没有自己亲手复印过。以为也没什么难的吧，谁知道我弄了半天都没复印出来，想想这么简单的事情又不好意思问同事，可急死我了。好在一个同事姐姐看见了，主动教我怎么用，还跟我说以后再有什么不懂的就问她，不用觉得不好意思。后来我就经常请教同事问题了，不会再觉得有什么好尴尬的了。

由于现在还住校，所以我每天7点不到就得起床去挤公交车，就算再寒冷再差的天气，只要不是周末，都得去上班，有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，那留给个人支配的时间更少。我必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，这也锻炼了我的自制能力。

常言道：工作一两年胜过十多年的读书。实习时间虽然才几天，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。我发现除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我担任的是文员一职，每天都是整理文档，负责人员考勤，薪资福利，接听电话等工作，虽然工作简单但也不能马虎，一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。

一个星期的实习时间看似不长，但是因为刚进公司，也许是最艰难的几天，需要适应的东西太多，我想我能够克服的，在克服的同时也尽量把工作做到最好。

第二周

不知不觉中，来这里实习已十来天了，虽然时间已接近两星期，但是很多工作都还不是那么得心应手。不过同事们都很热心，很好相处，我一有什么不懂的都会请教他们，在他们的帮助下我也能够独自完成很多事情啦。虽然在他们的眼里我看起来很小很年轻，都把我当作小妹妹似的，但是我自己却不那么想，我觉得既然在一起工作就要以同样的态度对待每件事，不能因为自己小就把事情推给别人。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，相信做起事情也会越来越顺手的。

一方面要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。

另一方面，要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥最大的效能。

我觉得自己进入工作的状态越来越好了，与同事们也越来越融洽，期待所有的事都越来越好!

第三周

今天有点不开心，来了20来天了，今天是第一次犯错误。登记员工薪资的时候居然把一个数字写错了，还好同事检查发现及时更正了。虽然他们没有说我，安慰我说，谁没有出错的时候呢，可是自己还是很不好意思。事情已经发生了，还好没有出什么纰漏，我只有告诫自己在以后的工作中要更加谨慎，不能再犯了，不然就对不起大家的宽容和帮助了。

这周是实习的第一周，主要任务做好生产实习的准备工作!我首先联系了生产实习的指导老师。了解了一下今天电厂的基本情况以及运营范围。并且到其厂子的现场进行参观。并且见到许多电源、变压器及互感器、电器成套装置、大开关电器、塑壳开关、控制仪表、线缆及敷设、用电设备等西多实际的东西。现场指导教师先大致的向我介绍了一下这些电气设备及器件的功能等，说以后再慢慢学会去深入的了解它们和使用它们!指导老师说，让我在实习的这几天，多掌握电力系统的基本知识，电力负荷计算及无功功率补偿，三相短路分析、计算及效应，变配电所及其一次系统，电气设备的选择与校验，电力线路，供配电系统的继电保护，变电所二次回路及自动装置，电气安全、防雷和接地，电气照明，供配电系统的运行和管理等。在学习知识的同时，理论联系实际，以得到更加深入的学习。

第二周

这周最主要的任务就是认识去好哈的使用和了解电源，原以为，电源是个很简单的东西，就是提供电源嘛!但是远不是我想的那么简单。

比如说，今天指导老师向我介绍了三项应急电源(eps)。称为emergency(紧急)power(电力)supply(供给)，是当今重要建筑物中为了电力保障和消防安全而采用的一种应急电源。它主要由输入输出单元、充电模块、电池组、逆变器、监控器、输出切换装置等部分组成。其原理为：在市电正常时，由市电经过输出切换装置给重要负荷供电，同时充电器为蓄电池进行充电或浮充;当市电断电后或电压超出供电范围，控制器启动逆变器，同时输出切换装置将市电供电状态立即切换到逆变器供电，为负荷设备提供应急供电;当市电恢复时，应急电源将恢复为市电供电。eps是以解决应急照明、事故照明、消防设施等一级负荷供电设备为主要目标，提供一种符合消防规范的具有独立回路的应急供电系统，该系统能够在应急状态下提供紧急供电，用来解决照明用电或只有一路市电缺少第二路电源，或代替发电机组构成第二电源，或做为需要第三电源的场合使用。广泛适用于市电中断时各类一级和特别重要负荷的交流应急供电，如各类重要计算机系统的供电;各类建筑的工作供电和消防供电;医院安全供电;交通系统高速公路、隧道、地铁、轻轨、民用机场的供电;电力系统的供电;各类不能断电的生产、实验设备的供电。是设备要求纯净正弦波高质量供电电源。真的很没想到，一个电源，竟然会有这么多知识在里面。

第三周

本周最主要的任务是学习和认识变压器及互感器。

首先是变压器，现场指导老师主要向我介绍了怎样判别电源变压器参数：电源变压器标称功率、电压、电流等参数的标记，日久会脱落或消失。有的市售变压器根本不标注任何参数。这给使用带来极大不便。下面介绍无标记电源变压器参数的判别方法。此方法对选购电源变压器也有参考价值。

1、从外形识别常用电源变压器的铁芯有e形和c形两种。e形铁芯变压器呈壳式结构(铁芯包裹线圈)，采用d41、d42优质硅钢片作铁芯，应用广泛。c形铁芯变压器用冷轧硅钢带作铁芯，磁漏小，体积小，呈芯式结构(线圈包裹铁芯)。

2、从绕组引出端子数识别电源变压器常见的有两个绕组，即一个初级和一个次级绕组，因此有四个引出端。有的电源变压器为防止交流声及其他干扰，初、次级绕组间往往加一屏蔽层，其屏蔽层是接地端。因此，电源变压器接线端子至少是4个。

3、从硅钢片的叠片方式识别e形电源变压器的硅钢片是交插入的，e片和i片间不留空气隙，整个铁芯严丝合缝。音频输入、输出。

第四周

这周参观和学习了电器成套装置。主要有高压屏、低压屏、控制箱、动力箱、照明箱等。如图一所示：在火灾自动报警系统中，当接收到来自触发器件的火灾报警消防控制中心信号后，能自动或手动启动相关消防设备并显示其状态的设备，称为消防控制设备。主要包括火灾报警控制器，自动灭火系统的控制装置，室内消火栓系统的控制装置，防烟排烟系统及空调通风系统的控制装置，常开防火门、防火卷帘的控制装置，电梯回降控制装置，以及火灾应急广播、火灾警报装置、消防通信设备、火灾应急照明与疏散指示标志的控制装置等十类控制装置中的部分或全部。消防控制设备一般设置在消防控制中心，以便于实行集中统一控制，也有的消防控制设备设置在被控消防设备所在现场(如消防电梯控制按钮)，但其动作信号则必须返回消防控制室，实行集中与分散相结合的控制方式。

第五周

这周的主要任务是学习大开关电器。主要有少油断路器、真空断路器、空气断路器、sf6断路器、智能断路器、转换开关、开关附件等。

“真空断路器”因其灭弧介质和灭弧后触头间隙的绝缘介质都是高真空而得名;其具有体积小、重量轻、适用于频繁操作、灭弧不用检修的优点，在配电网中应用较为普及。

转换开关又称组合开关，与刀开关的操作不同，它是左右旋转的平面操作。转换开关具有多触点、多转换开关位置、体积小、性能可靠、操作方便、安装灵活等优点，多用于机床电气控制线路中电源的引入开关，起着隔离电源作用，还可作为直接控制小容量异步电动机不频繁起动和停止的控制开关。转换开关同样也有单极、双极和三极。

空气断路器(自动开关)：断路器的一种。绝缘介质为空气。是用手动(或电动)合闸，用锁扣保持合闸位置，由脱扣机构作用于跳闸并具有灭弧装置的低压开关，目前被广泛用于500v以下的交、直流装置中，在电路中作接通、分断和承载额定工作电流和短路、过载等故障电流。当电路内发生过负荷、短路、电压降低或消失时，能自动切断电路，进行可靠的保护。断路器的动、静触头及触杆设计型式多样，但提高断路器的分断能力是主要目的。目前，利用一定的触头结构，限制分断时短路电流峰值的限流原理，对提高断路器的分断能力有明显的作用，而被广泛采用。

第六周

本周所了解和和学习的是塑壳开关。塑壳断路器能够自动切断电流在电流超过跳脱设定后。塑壳指的是用塑料绝缘体来作为装置的外壳，用来隔离导体之间以及接地金属部分。塑壳断路器通常含有热磁跳脱单元，而大型号的塑壳断路器会配备固态跳脱传感器。

第七周

这周我看到了现场的好多主接线图。变电所的电气主接线是由电力变压器、各种开关电器、电流互感器、电压互感器、母线、电力电缆或导线、移相电容器、避雷器等电气设备以一定次序相连接的接受和分配电能的电路。

第八周

这周实习内容是电机控制，通过一个继电器和两个开关控制电机的启动和退出。

老师首先讲解了空气开关、继电器及常开、常闭开关的构造、用途及接线方式，然后就整个接线原理图的工作方式进行了详细的阐述。通过继电器内的电磁线圈的通电与否控制发电机极端的开关的闭合与打开，从而实现电机的启动与停机。

分好组后，我们先画了接线图。由于要求两个开关控制一个灯，我们想了一会儿才画出符合要求的电路图。然后我们将各个接线处与实际器件进行了对照，并弄清了图与实物的对照关系，才开始接线。

通过本次实习，我们对继电器的构造与工作原理有了更深入的认识，同时提高了动手能力。在接线中遇到有分歧的地方，我们还耐心的交流沟通，培养了良好的团队合作精神。

第九周

本周学习安全知识中的触电急救。

触电急救分为三个部分。首先是用电常识，人体可承受的最大安全电流是100ma。然后是急救知识的理论学习，人工呼吸要用2s的时间渡气，3s的时间让触电者放松。心肺复苏要按心脏的位置、频率大概分为一分钟60下。第三部分是演示及练习，老师首先示范，然后由自己练习体验，老师在一旁做指导和讲解。

第十周

为期两个多月的实习马上就要结束了，这周主要是对之前所学知识的一个回顾和梳理，加强实际操作，为将来的工作打下基础，也感谢用人单位领导和同事的细心指导。

**大学生顶岗周记篇七**

3月21日，离开了学校，告别了学生生涯，开始了一直追寻的工作生活。虽然不是第一次过上班族的生活，但还是会有兴奋与紧张感。第一周的工作生活过的总是充满好奇的，可是却也让自己感到了不小的压力，刚开始上班，老板并没有让我做什么具体的工作，来的第一天和老板一起去了几个学校，算是见识一下社会中的交际吧。

因为最近在为县里的几个学校机房布线，后来的几天又跑了几个学校，但都不是真的做些什么，都是去看看现场，跑了很远的路，看了好几个地方，回来后开始画布线图了(布线图在实习报告中)。当刚开始还会按照学校作业那样一板一眼的想着该怎么开始，当看别人的工作后才觉得生活讲求的是效率。

第二周的工作渐渐的开始步入正轨了，现在也开始做一些事了，很少向外跑，因为现在才发觉自己对这个城市认识的太少了。好多的路都是不认识的。现在大部分的时间都是在店里做些事。当什么都不做时，总高傲的以为自己什么都会，可是当真的做的时候才发觉原来自己什么都不会，理论与现实的差距真的很大。这星期做的做多的一件事就是装系统了，当自己真的装时才发现学校的知识也太死板了，曾经装系统时因为都是我们自己的电脑，买来时都是分好区的，从没想过分区的事，当一台裸机放在我面前时竟然是别人教我怎么完整的装系统时，自己真的觉得好丢。

不过这个打击真的还是让我到现在一直都心有余悸，不是因为我把网线做错，而是让我突然有种很失望和心寒的感觉，心寒的是被别人鄙视的感觉，因为毕竟在这里自己的身份是一个大学生，别人都以为大学生应该知道的很多，懂得很多，可是这样简单的都不会时，就更加的鄙视了。失望的是自己所知道的在这里的工作中可以用到真的是少之又少，这里根本就不会用到那些自己认为很感兴趣的东西了。

可是我并不会因此而放弃、而心灰意冷，虽然觉得自己有点难过，不过还是不得不佩服这里的同事，他们确实真的会很多很多的技能，能力也是很强很强的，对于打印机、传真机、复印机的维修，校园多媒体的架设，校园广播的调制，网络布线的实施……自己要学的还有很多很多。十一和中秋都在这一周了，几个月前就说今年的十一一定要在家里坐着看祖国60周年大阅兵，可是上班后才发现生活的节奏不在是自己想怎样就怎样了，十一也在加班。工作的纪律，工作的基本责任都是曾经的我所不曾有过的感受。现在渐渐的意境适应了工作的生活，也很清楚自己的差距，一定要在实习的时间中好好的努力。

半个月的时间过的很快，每天这样起床、上班、下班，再上班、再下班、然后睡觉;时间过的不知道是该说充实还是荒废。渐渐的忙碌了，忙碌的时间过的是那么的快。现在已经开始步入正轨，正式的接受了所有该做的和需要做的工作内容了。其实店里的工作真的很杂，只要涉及到计算机方面的所有事物都得去了解和掌握，可是了修电脑、装打印机……;以前对于这些什么打印机、传真机、复印机也都只是知道有什么用而已，至于怎么用也不是很清楚，更别说是里面的组件了，什么是鼓组件、什么是传感器、还要加粉就更不知道了。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**大学生顶岗周记篇八**

4月11日，离开了学校，告别了学生生涯，开始了一直追寻的工作生活。虽然不是第一次过上班族的生活，但还是会有兴奋与紧张感。第一周的工作生活过的总是充满好奇的，可是却也让自己感到了不小的压力，刚开始上班，老板并没有让我做什么具体的工作，来的第一天和老板一起去了几个学校，算是见识一下社会中的交际吧。

因为最近在为县里的几个学校机房布线，后来的几天又跑了几个学校，但都不是真的做些什么，都是去看看现场，跑了很远的路，看了好几个地方，回来后开始画布线图了（布线图在实习报告中）。当刚开始还会按照学校作业那样一板一眼的想着该怎么开始，当看别人的工作后才觉得生活讲求的是效率。

第二周的工作渐渐的开始步入正轨了，现在也开始做一些事了，很少向外跑，因为现在才发觉自己对这个城市认识的太少了。好多的路都是不认识的。现在大部分的时间都是在店里做些事。当什么都不做时，总高傲的以为自己什么都会，可是当真的做的时候才发觉原来自己什么都不会，理论与现实的差距真的很大。这星期做的做多的一件事就是装系统了，当自己真的装时才发现学校的知识也太死板了，曾经装系统时因为都是我们自己的电脑，买来时都是分好区的，从没想过分区的事，当一台裸机放在我面前时竟然是别人教我怎么完整的装系统时，自己真的觉得好丢。

不过这个打击真的还是让我到现在一直都心有余悸，不是因为我把网线做错，而是让我突然有种很失望和心寒的感觉，心寒的是被别人鄙视的感觉，因为毕竟在这里自己的身份是一个大学生，别人都以为大学生应该知道的很多，懂得很多，可是这样简单的都不会时，就更加的鄙视了。失望的是自己所知道的在这里的工作中可以用到真的是少之又少，这里根本就不会用到那些自己认为很感兴趣的东西了。

可是我并不会因此而放弃、而心灰意冷，虽然觉得自己有点难过，不过还是不得不佩服这里的同事，他们确实真的会很多很多的技能，能力也是很强很强的，对于打印机、传真机、复印机的维修，校园多媒体的架设，校园广播的调制，网络布线的实施……自己要学的还有很多很多。

十一和中秋都在这一周了，几个月前就说今年的十一一定要在家里坐着看祖国60周年大阅兵，可是上班后才发现生活的节奏不在是自己想怎样就怎样了，十一也在加班。工作的纪律，工作的基本责任都是曾经的我所不曾有过的感受。现在渐渐的意境适应了工作的生活，也很清楚自己的差距，一定要在实习的时间中好好的努力。

半个月的时间过的很快，每天这样起床、上班、下班，再上班、再下班、然后睡觉；时间过的不知道是该说充实还是荒废。渐渐的忙碌了，忙碌的时间过的是那么的快。现在已经开始步入正轨，正式的接受了所有该做的和需要做的工作内容了。其实店里的工作真的很杂，只要涉及到计算机方面的所有事物都得去了解和掌握，可是了修电脑、装打印机……；以前对于这些什么打印机、传真机、复印机也都只是知道有什么用而已，至于怎么用也不是很清楚，更别说是里面的组件了，什么是鼓组件、什么是传感器、还要加粉就更不知道了。

还有一些各种高科技产品的配件也是闻所未闻的。在这里工作以后也不得不逼迫自己尽最大的努力去弄清这些东西，这样说来，真的也见识到了很多。在学校里的时候从来都没有想过自己有一天会修电脑，可是社会是容不得你说不会的，当把主机打开，真的不知道该从何开始，仔细的看着别人是怎么做的，然后在借助网络，慢慢的了解有关硬件维修的所有常用的方法。

这几天有一批学校机房的坏机子要维修，因为真的不知道该怎样做，可是又觉得不可以让自己丢脸，所以最近过的很累，每天晚上都会抓紧时间去看有关的书籍，找朋友请教，然后白天去解决那些有故障的机子。

为了更方便的画布线图，知道了微软的vision作图软件，虽说比cad要简单方便的多，可是也是碰都没碰过的新概念，但是却也是工作中需要用的，所以也在抓紧时间多多练习。这周过的真的很辛苦，可是却不敢这样说，我怕这样想了以后就会让自己有了懒惰的心理。虽然常常很晚才休息，白天也弄得满身是灰，不过我想这才是工作的充实吧。

工作也快一个月的时间了，这周拿到了实习的第一个月的工资，虽然不多，只够交这次华为考试的报名费。但是也挺开心的，想想如果没有工作，这次的.报名费还得找父母要，这次至少可以用自己挣得工资来给自己考试，心里的压力也减轻的许多。

这周的工作量也渐渐的多了，终于到实地去布了线路了（虽然后来被拆了……）。县里的图书馆布线让我去打模块，虽然从来没有实地打过，不过对于网络方面在学校的实验让我还是有那么点的自信。室内的布线需要铺设线槽，给图书馆用的是铁皮打造的线槽，然后在每台电脑的对应位置穿根网线出来连接到主机上。

这里的所有工程施工都是会用到配线架的，还有绕线环，绕线环也是听说的新名词，其实主要作用就是把机柜中层次不齐的线隐藏着绕线环里，那样可以使整个机柜看起来比较整洁、美观，打完配线架后还需要跳线将配线架与交换机连接。实际的操作也提升了自己的实践经验，就像最简单的水晶头的制作，这次的布线结束后，自己的制作技术也提升了许多。

不过工作中也因为自己的知识浅薄、经验缺乏而遇到了许多尴尬的事，到一个单位去送打印机，然后领导让把它个装好。这样就很为难了，连用都不知道怎么用的我真的很震撼了一下，可是既然在别人看来我们代表的是专业，所以就绝不会轻易的说不会的话。拆开封装，对着说明书的安装步骤，一步步的安装，组装、驱动，当看着打出来的测试页成功时，终于可以吐了口长气，虽然用了很长的时间，可是当最后还是可以完成时，还是挺有成就感的。不过，后来因为不会收传真而被老板说了时，心里真的好难过，是啊，对于工作的需求，社会的历练，自己还有很长的路要走。

工作的生活已渐渐适应甚至可以说是习惯了，每天的进进出出，在路上的奔途常常感觉自己就像个搬运工，不过当听到别人的感谢时，心里也很开心，一直是每天都有这样的感谢才可以让我觉得很有干劲。

这周帮同事一起去给校园广播布线，一直在学校里，每天都可以听到校园各处的广播声，可是没想过自己有一天也会给这些广播施工，为了知道校园多媒体的概念和架设，我也在网上查了很多的资料看，可是觉得太繁琐，一直都没弄懂。可是当看到同事的施工以后，在实践中发觉其实也并不是太难，对于布线的规则也大体相同，只是线不同而已。还有电线的接线，若不是看的，我想我会一直弄不明白的。

对于校园广播中最核心的就是工矿和播放主机的设置了，在校园多媒体中常用的设备还有音箱、音柱、话筒、投影、中控……，对于具体的校园多媒体架设还是有很多不懂得地方，以后得努力争取机会去多了解。现在才渐渐明白为何当初很多人都反对女生学网络工程专业，在施工的过程中真的很辛苦，但是我还是没有后悔过，这样的工作我也可以承受，兴趣比任何都重要。

**大学生顶岗周记篇九**

实习第一个星期，实际算是适应期。主要了解一些公司的背景、产品、发展方向和前景等。另外，尝试跟同事多沟通，多听，从交谈中也能学到不少东西。同事们都很热心，很照顾我，经常在我碰到困难的时候主动伸出援助之手，令我非常感动。几天之后就开始在同事的绑带下，做一些业务相关的工作，主要是在一旁协助处理一些简单的事情。可别小看这些活，虽说简单，但都是疏忽不得的，每件事情都至关重要的，因为它们都是互连的。为了保证最后能够顺利，前面的每一步基础都要打好。为了能够真正的使用知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情，我都会认真考虑几遍。因此，我做得不算很快，但都能够保证让同事们满意。同事通常不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，期间还为我提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，做起事情也越来越顺手了。

刚开始这两个星期，我就是在同事的帮带下，做一些业务相关的工作。但经过这两个礼拜的学习，我可以简单的总结几个字，那就是多看、多问、多观察、多思考、多动手。一方面是要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。另一方面是要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥的效能。

已经实习了两个礼拜，接下来逐渐进入状态。开始独立接触一些业务，老板也知道我是一个很新的新手，所以刚开始让我做的，主要是通过电话跟客户沟通。现在开始便需要跟客户交谈，要能够很好的领会客户的意图，同时准确的向客户传达公司，以及公司产品相关的信息。这就要求我对公司本身的`一些业务流程和产品特点有相当的熟悉。于是每天我都会非常早起来，准备一些资料在身边已被随时查阅，当然如果这些信息能够放在脑子里那就更好了，于是我一有空就多看几遍，慢慢的熟记在心。

因为我这些天早起熟记公司给我的一些相关资料，还是对我这些语音电话有很大的帮助，使我越来越得心应手了。每次让客户满意的挂电话的时候，自己心里都会觉得很踏实，虽然已经讲的口干舌燥了，但一想，也许我刚才一番话就搞定了一笔生意，即使再辛苦也是值得的。工作都是辛苦的，特别是周末，语音特别的多，等到假期的时候也不可以安心的休息。认识的朋友一多就容易乱，幸好有同事在旁边提示，更多的时候他们帮我，有时候我也帮他们。大家互相帮助也使问题容易解决得多了，一个人做就很难一起做就变得非常容易。我对这段时间的工作非常满意。

人往往都是这样，没有经历过的话，永远都不知道事情到底是怎么一个样子，是真的那么难，还是并非如此，所以，不管怎么样，即使是自己完全陌生的事情，只要有机会，都一定要去尝试，努力去做好。经过两个礼拜的语音锻炼，发现自己进步还挺快的，即使是之前从来没有接触过这个岗位，同时也对组织销售这一行有了更深的认识，这一周仍然做通过语音跟客户沟通的事情。这个星期只工作了两天，因为接下来就是公司放假回家过节了。

这是春节后上班的第一个星期我依旧做通过语音跟客户沟通的事情。每天都要接听好多个语音交流，语音通常都较短，只需要简单的作一些相关的介绍即可，当然也有些客户或合作伙伴需要更详细的信息，于是我需要对全局都做一番描述，力图让对方更深的了解我们的产品，最重要的是让他们觉得我们的产品是非常出色的。只有通过不断的努力，不断的尝试，不断的积累经验，才能够发现自己的不足，然后在弥补不足的时候，我们便实实在在的提高了自己。

这一周除了做通过语音跟客户沟通的事情，偶尔也出去跟客户或合作伙伴面谈。我的第一次跟客户或合作伙伴面谈，虽然我做得不够好，或者可以说失败了，但通过这次的尝试，却令我获益匪浅，对我之后的几次任务的成功都起到了极大的推动作用。自己也通过不断的经历和尝试检验了自身的水平和适应能力。因为没有经验，那么就需要做更多的准备工作。另外就是不要害怕失败，只要用心去做就可以了。等到熟练了，那么成功将是水到渠成的事情。

这一周仍然做通过语音跟客户沟通的事情，偶尔也出去跟客户或合作伙伴面谈。由于自己向来比较内敛的缘故，与客户面谈显得比较紧张，也不大顺利，不过有了数十次经历之后，进步了不少，再加上同事们的鼓励与帮助，自己尝试大胆的去应付，慢慢的好了许多。不再会在陌生的场合怯场。虽然自认为口才并不好，但我能够把事情描述的比较清晰，如此也令客户或合作伙伴满意。

现在，每天紧张的工作状态，完全没有时间考虑其它事情。这次的经历却是实实在在的，就感觉自己每天都在进步，每天都能够接触新的事物，一点一点的吸收进去，觉得自己离成功不远了，正应了那句话：社会是一所的大学。这些深刻的感受只有经历过的人才会体验到。两个月的时间，虽然短，但学到的东西可不少，如何快速的适应公司的环境，融入企业的团体，如何更好的跟同事沟通，更好的完成既定的任务。都需要一个逐步的从点到面的认识，今天我学到的所有这些都必将对我将来的就业产生深刻的影响。

**大学生顶岗周记篇十**

在这次实习中，给我收获的是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的`工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效的方法，我告诫自己要认真完成，对每项工作都要把它看成是公司对自己的一次考核，做到每一件事的过程中遇到困难，一定要争取不抛弃，不放弃，坚持“战斗”，只要希望还在，胜利一定属于我们。

就生活而言，专业学习展示给我们看各个不同的行业的人们的生活，不同行业的人们将自己的行业融入自己的生活，这样大的人群的生活展示给我们未来的生活远景，选择什么样的生活也是我们现在的最重要的抉择。一旦下定决心，也就要开始为自己的生活做准备，胜利是属于有准备的人的。现在的我就要为自己的生活做准备，不断的充实自己。

看着那些员工忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站得正。相对于经验和技术而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟的，但是否能有正确的态度却是因人而异的，我从来没有把现在的工作当作实习，我就是认定我是在工作，而不是来学习东西的。我是为工作而学习，学习是为了把工作做得更好。

总的来说，我们这一次实习是比较成功的，大家都能学习到了很多在校园、在课堂上、课本上学不到的东西，也了解很多和懂得了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn