# 大学生顶岗周记 药企顶岗实习周记心得体会(实用8篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-07-19

*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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。大学生顶岗周记篇一作为一名正在读药学专业的学生，我深知药企顶岗实习的重要性和...*

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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**大学生顶岗周记篇一**

作为一名正在读药学专业的学生，我深知药企顶岗实习的重要性和必要性。通过这次实习，我不仅了解了药企的运作机制，还亲身参与了企业内部的工作。以下是我在实习过程中的心得体会。

第一段：实习前的准备

在实习前，我先通过各种途径进行资讯的搜集和查询，了解药企的基本情况和在实习期间需要注意的方面。这些资料的积累，让我对实习有了更深刻的认识，对我实习期间的工作安排有了足够的准备和把握。

第二段：实习的第一周

在实习的第一周，我主要负责实验室的秩序管理以及实验数据的整理工作。通过这些工作的安排，我渐渐地适应了职场的环境和氛围，初步了解并掌握了企业的工作规律和处理问题的方法。

第三段：实习的中后期

在实习的中后期，我的主要任务是参与药品研发的工作，例如药物的复配制备、药效评价以及科研项目的开展。这其中，药物的复配制备对我的实验技巧和实验操作能力的提高起到了很大的作用。同时，科研项目的开展也让我真切地感受到药企的研发环节并不是那么简单易行，需要团队配合、交流沟通。

第四段：实习的收获

通过药企的顶岗实习，我不仅提高了自己的专业素养和工作技能，还学会了如何管理和组织好实验室的工作、如何协调团队内部的关系。这些收获，将对我未来的职业生涯以及人生道路上都将带来不可磨灭的影响。

第五段：实习的感悟

在实习过程中，我悟到，要成为一名优秀的药企从业者，不仅要掌握专业知识，更需要具备高度的责任心和工作热情。药企对每一名员工都有着极高的要求，期望我们能够从小处开始，从点滴做起，将每一份工作都做到精益求精。

总之，药企顶岗实习是一次难得的学习机会，让我们能够更加深入地了解药企内部的工作，掌握并提高了自己的专业能力，也丰富了自己的实践经验。同时，也让我们更加坚定了自己未来职业生涯的方向和决心。

**大学生顶岗周记篇二**

做预算在算量时，就需要熟悉计算规则，这样才知道如何算量。计算规则是做预算的依据。必须要把计算规则熟记，这样做预算才有思路。要按着计算规则算量。首先看土、石方工程计算规则。

一、土方体积的计算，均以挖掘前的天然密实体积计算。如需以天然密实体积与夯实后体积、松填体积或虚方体积之间进行折算，可按体积折算表进行折算。

二、建筑物、构筑物及管道沟挖土按设计室外地坪以下以立方米计算。设计室外地坪以上的挖土按山坡切土计算。

三、平整场地工程量按建筑物(或构筑物)的底面积计算，包括有基础的底层阳台面积。围墙按中心线每边各增加1m计算。道路及室外管道沟不计算平整场地。

四、外墙沟槽长度按图示尺寸的中心线计算;内墙沟槽长度按图示尺寸的沟槽净长线计算。其突出部分应并入沟槽工程量内计算。各种检查井和给排水管道接口处，因加宽而增加的土方工程量，应按相应管道沟槽全部土方工程量增加2.5%计算。

管道沟底宽度应按设计规定计算。设计无规定时，按管道沟底宽度尺寸表计算。

五、地下室墙基沟槽深度，系从地下室挖土底面计算至槽底。管道沟的深度，按分段间的地面平均自然标高减去管道底皮的平均标高计算。

六、挖沟槽、地坑、土方需放坡者，可按土方工程放坡系数表规定的放坡起点及放坡系数计算工程量。

放坡起点，混凝土垫层由垫层底面开始放坡，灰土垫层由垫层上表面开始放坡，无垫层的由底面开始放坡。计算放坡时，在交接处的重复工程量不予扣除。因土质不好，地基处理采用挖土、换土时，其放坡点应从实际挖深开始。

七、在挖土方、槽、坑时，如遇不同土壤类别，应根据地质勘测资料分别计算。边坡放坡系数可根据各土壤类别及深度加权取定。

八、基础工程施工中需要增加的工作面，可按基础施工所需工作面宽度计算表表规定计算。

**大学生顶岗周记篇三**

20xx年12月21日这天，我到××大酒店前台实习的酒店前台毕业酒店前台顶岗实习周记第一天。实习，虽然不是真正的工作，但却是我工作生涯的一个起点，也是从学生过渡到工作人士的一个不可或缺的必经阶段。刚进入酒店的酒店前台毕业酒店前台顶岗实习周记第一天，一切都很陌生，也很新鲜。一张张陌生的面孔，不认识但是都面带微笑很友善。有一位热心的同事，带着我逛这逛那，带我参观了一下公司的整体结构和各个部门，还给我介绍了几个同事给我认识。一周的时间很快就过去了，在这一周里，我尽量让自己更快地去适应环境，更快地融入这个大集体中，因为只有和上司、同事都处理好关系，才能有利于自己工作的展开。

前一周主要是处于需要熟悉各基本情况的状态，这周一的快到中午的时侯，我被带到一位姐姐那，并被告知我以后就跟着她学，我很乐意，因为姐姐很热情地接待了我，还带着我和她一起吃了午饭，下午姐姐给我谈了一下她的工作概况和她的主要职责，我都记在了心里，因为这可能就是我将来要承担的职责。 这一周，貌似对周围的人和事相对熟悉了，没有酒店前台毕业酒店前台顶岗实习周记第一周那么手足无措，还有就是还好遇上了比较好的同事们，教会我很多东西。

今天已经是酒店前台毕业酒店前台顶岗实习周记第三周了，我对公司的环境已经基本熟悉，同事的名字我也基本能叫上来了，我的办事效率也因此提高了不少，因为去一个地方找一样东西不用再东找西找东问西问了，看来融入环境对干好工作是很有帮助的。这一周的主要工作是学接电话和其他公司进行业务上的沟通。在打电话的过程中，总会遇到一些困难酒店前台顶岗实习周记（18篇）酒店前台顶岗实习周记（18篇）。例如：对方说的专业词汇我不知道什么意思，根本无法交流，于是只能先记下来再向同事们请教，稍后再给对方回电话给出一个准确的答复。我就是在这样一个从不懂到懂的工程中逐渐积累了很多相关的知识。

周四下午，部门经理说要给我们培训，我以为是给我们讲一些关于酒店方面的知识，但她说的酒店前台毕业酒店前台顶岗实习周记第一句话就否定了我当初的猜测。她说，只是想以聊天的形式，谈一下我们对未来的规划，并给出她个人对我们的一些建议。部门经理在酒店工作了五、六年，可以说是非常有经验了。她对人生有着独到的见解，用自身的经验现身说法。她告诉我们一定要重视对英语的学习，过硬的英语水平会在将来我们应聘工作时为我们增加成功的几率。哪怕是应聘和我们专业不对口的工作，即使专业性的知识并不很了解，但英语的听说能力强还是很有可能找到好工作的。除此之外，还建议我们去学一些手艺或继续深造，要有一技之长，从而拓宽我们的就业面，这样找起工作来就不那么困难了。

因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及。我想只有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让领导和同事放心，将来才能成就一番大事业。 早上，我基本能保证提前到酒店，在开始工作的前一段时间，帮着收拾一下，让大家工作得更舒适，心情更愉快，也能多教我一些东西啊。 这一周基本是在忙碌和琐碎中度过的，不过虽然是一些琐碎的小事，却和学校里很不一样，我感觉，每一件小事都需要我亲历亲为，通过付出自己的劳动换来的成果很有价值，也很值得。

在慢慢的学习与进步中，我的实习周期也已经快一个半月了。大致的工作流程我有了基本的了解，也接触了操作了，比如接受电话预定、登记入住ok房、收发传真等等。今天领班的问我打算实习多久，我说可能几个月的样子，她问我以后打不打算留在酒店，我真有点不知道怎么回答她……有好几个同事都打算下个月辞职了，也来了很多的新人。

酒店的人员流动量真是很大。不管怎么说，先做着吧，尽自己的能力去做好，先不考虑太多吧。

今天酒店接了一个会议，房间基本全满了，客人们通常都是一批十几个左右的来，帮他们登记的时候常常忙不过来，大多数客人都是很好的，会很耐心的等，有些客人就没有那么多的耐心。周二那天遇到了一个携程的客人，一个五十多岁的中年先生，由于客房还没有做出来，一同事就建议他把行李先存起来，等客房做好了之后在入住，谁知道，那位先生突然就大发脾气，说什么酒店的管理怎么这样，为什么让他存行李?真是有点让人哭笑不得。我们只是好心提一些建议而已，结果还被客人骂了一顿，哎。

**大学生顶岗周记篇四**

（一）今天是周六，挑一个晴朗的早晨记下我第一周来的实习心得。实习，虽然不是真正的工作，但却是我工作生涯的一个起点，也是从学生过渡到工作人士的一个不可或缺的必经阶段。

刚进入顺丰速递的第一天，一切都很陌生，也很新鲜。一张张陌生的面孔，不认识但是都面带微笑很友善。上午我被我们郑姐带到我工作的地点——顺丰中转场。郑姐和刘姐给我谈了一下的我所接手的工作的工作概况和主要职责，把东西都一点一点的教给了我，我就一点一点记录了下来，以便以后熟悉工作流程。

一周的时间很快就过去了，在这一周里，我尽量让自己更快地去适应环境，更快地融入这个大集体中，因为只有和上司、同事都处理好关系，才能有利于自己工作的展开。

（二）时间过得真快，转眼第二周已经结束了，因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及，但是我并没有灰心，也没有觉得大材小用。我想只有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让领导和同事放心，将来才能成就一番大事业。“不积跬步，无以致千里”，“江海不拒细流，方能成其大”“一屋不扫，何以扫天下？”说的就是这个道理。

早上，我基本能保证提前到公司，先打卡，然后就扫一下地，再拖一下办公室，有一个好的工作环境上班才舒服嘛。之后就开始工作了，快件上下车扫描，处理错分件等。

这一周基本是在忙碌和琐碎中度过的，不过虽然是一些琐碎的小事，却和学校里一直和书打交道很不一样，我感觉有一种新鲜感，每一件小事都需要我亲历亲为，通过付出自己的劳动换来的成果很有价值，也很值得。

（三）今天已经是第三周了，因为我每天晚上下班回宿舍都会温习我一天的工作流程和注意事项，所以我对公司的环境也基本熟悉，我的办事效率也因此提高了不少，看来融入环境对干好工作是很有帮助的。

在这三周里，每一天我都过得很充实，因为我接触的人和事都是学校里未能接触过的，我也深深体会到把书本上的知识转化到实践中去的重要性。只有理论和实践相结合了，所学来的知识才不是纸上谈兵。我相信下一周我会过得更充实，也更有意义。

（四）在慢慢的学习与进步中，我的实习周期也已经一个月了。在这一周里，我收获颇丰，不但把以前所干的事情干得越来越好，越来越熟练，和同事之间的关系也相处的越来越融洽了，另外我还学习了机打发票的申请等。有些工作真的需要亲身经历才能掌握的更好，理解得更深刻。

这一周开始，所有的工作基本上我可以独自完成，对于各个业务员的派送区域，以及我们站点的派送区域都有了一个大概的了解，对于公司的价格表我也认真去记，帮忙收发快递基本上也没有什么问题了。

这一周又是这么快过去了，每天忙忙碌碌却很开心。大家各忙各的，互相合作，每一个都是不可缺少的，各司其职，各尽其责，相处得也很融洽，我觉得很有收获。

（五）又到了我记下我一周心得体会的时候了，到今天已经是第五周了。

一个多月的时间过去了，对于基本的操作流程及注意事项我基本也已经熟悉了，但还是会有些不懂的地方，碰到问题我都会及时向他们请教，我们这边的业务员也很好，有什么不懂的他们都会主动教我呢。这周周一的时候不小心把一个业务员的运费错交到另一个业务员身上了，刚开始我还在担心，她们说让我找公司财务，我就跟他说个这个情况，最后还是他帮忙给改过来了。我知道干什么都要细心，认真，避免出现不必要的错误。

这几周都是在处理一些琐事中度过的，过得比较顺利，但遇到有些事还是会令我头就大了，其实与人交流也是一门学问呢，我决定以后要多加锻炼，这样才能提高工作效率。

立处理一些事情，并能够在某些方面独当一面，我觉得自己有了很大的进步，并以此感到非常地自豪。

这一周的工作还是跟前几周差不多，每天主要的工作还是那些，上下车扫描，分件，问题件处理，错分件处理，同城件处理，签收单录入，退派件处理，业务取件子单录入，业务交款。

由于已经工作了五周了，大部分的工作已经熟练很多了，所以也就比上一周轻松一点了，但是我并没有因此放松对自己的要求，而是趁着空闲的时间尽量多问问她们我不懂的问题，觉得时间过得很快。期待下一周我能有新的收获。

（七）转眼已经是顶岗实习的第七周了，我感觉时间过得越来越快，两个月的时间马上就要到了。

马上就是五一劳动节了，公司给各个站点发邮件，五一劳动节我们是不休息的，所以公司每人五元钱的标准，给我们发放小礼品或是吃的东西，这就免不了要从公司的备用金里取出一部分钱，由于已经在公司一段时间了，一些小额的现金是由我来保管的，所以我们就拿钱出去买的苹果，香蕉等。

虽然已经在公司快两个月时间了，但是我还是像刚来的时候坚持早上早点去公司，先扫一下办公室，我知道任何事情都是贵在坚持，虎头蛇尾的话，不仅会给公司留下不好的印象，而且也会给学校造成不好的影响，连累了学校的声誉。所以，我每时每刻都要严格要求自己，为了给自己争气，也为了维护学校的声誉。

（八）这周过去我就已经实习了有两个月的时间了，这两个月的时间我真的学到了好多在学校，书本上都学不到的东西，真的是受益匪浅。

提到业务收款，本来以为自己年前的实习对这个很有帮助，自己绝对不会出现什么问题，可是当我真正面临问题的时候我才觉得自己也就只有那么一丁点的经验，并不值得一提，凡事还是要虚心向别人请教，好多东西自己真的会想象不到。其实干什么事都不是自己想象的那么容易的。

因为白天自己的粗心大意，让我觉得我自己真的很失败呢，所以我回宿舍之后就把以前所学到的所有东西全部重新整理到本上，一遍遍的看，回想自己在工作中会遇到哪些问题，应该注意什么。

对于一周的工作，自己觉得过的很充实。

（九）这周已经是我实习的第九周了，觉得时间过得好快呢，我都来顺丰两个多月了呢。这两个月来，真的让我受益匪浅。

这么多周下来，我深切体会到了物流专业的特性，物流，是一门实用性、操作性很强的学科，如果不进行实际操作演练，而只是凭着书本上的一些理论性的东西去从事物流这门行业的话，你的工作将会非常地不适应，以至于在工作中出现意想不到的差错。可见物流的实践性有多么地重要。这周我还是负责那些工作，见过两个月的锻炼，自己对这些工作变得越来越熟悉，做起事来也越来越顺手，工作得心应手，自己的心情也好了许多。

这一周实习下来，虽然每天都会重复同样的工作，但自己还是能学到好多东西，比如说对青岛的地名都有了一定了解，熟悉了就会充满亲切感。

（十）今天是周末，天气晴朗，非常舒服，转眼间实习了两个半月了，现在对工作大体熟悉的我天天重复同样的工作，写下这篇周记，记录一下我这周的感受。

虽说每天的工作量不是很大，但是每天接电话也会有好多烦心事，有些客户真的是故意刁难你，而且态度极其恶劣，但是我们还是会保持一个好心情，不管客户说什么，我们都会尽力给解决问题，因为这是我们的责任所在，我们要对我们所发出去的快件负责，也要对我们所派送的快件负责。我们这边相对于一个小客服，每天都会有客户网上下单的，这时我们都会通知业务员过去取件。另外我们公司有时会收到液体快件，对于液体快件，我们是不给派送的，这就需要编辑问题件通知发件站点，告知此件内为液体，等待发件站点回复已作出相应处理。

每天都会有不一样的问题需要处理，所以每天都会学到不同的事情处理方法，时间一长，自己平时处理问题的能力也会提升。实习真的会学到好多东西呢，感谢公司和学校给我这次实习机会啊。

（十一）转眼间又一周过去了，到了该写实习周记的时候了。

百元，并通过快递的方式把派费发到派送站点，联系完之后真的心情特别好，觉得自己也能独当一面的样子。

总之，不管怎样，工作时间一长，总是能学到好多东西呢，凡是多点经验就好啊，出来实习就是为了适应一下工作的环境，还有最重要的是心态啊。

（十二）转眼间都实习了有三个月了，三个月的时间过的真快啊。

在这三个月里与同事领导打交道是不可避免的，尤其是与同事很多时候我们要在一起研究该如何去做，让客户对我们的服务更加满意，使工作效率提到最高，刚开始还不是很适应，因为在学校都是自己学自己的很少和同学一起讲座研究而现在就不同了。每天我们都有自己的任务。并且大学的工作都是相应联系和影响的，如果有一个人的工作做的不好，下一个环节就会出现差错，将导致整套工作出现错误，不仅浪费你一个人的时间，很多人的工作都白费了。大家还得去寻找总是出现漏洞的地方。有时候顾客着急，就会离开到其他单位。因此，我们又损失了一个很可能是长久的客户。在现实的工作中明白了合作协调能力是如此的重要。今后在学校一定多与同学、老师在一起研究学习。

（十三）在公司已经待了三个多月了，我一边实习，一边学习专业知识，同时，我也发现了公司的许多问题，装卸还大多数要人力来完成，缺少现代化的工具，这样就延长了装卸时间，延长了运输时间，接收地和发送地的货物衔接不当，给公司造成经济损失。还有应该保证库内货物的清洁卫生，还有厂区内禁止吸烟。

快件的物流系统较为混乱，派送不及时，派送业务员以各种原因推脱派送任务，无法为客户提供更优质的物流服务，没有充分利用已经建立起的物流渠道。

还有公司各部门之间联系不够密切，分工不明确，出现问题相互推诿，导致处理问题效率低下。

我相信，只要公司加强管理，强化业务知识训练，建立责任明确的管理机制，公司的业绩才能蒸蒸日上。

（十四）为期十五周的实习还有一周就快结束了，在这两个月多中让我明白了许多道理。工作是如此的辛苦，在学校的生活是多么的自由轻松。工作虽然是辛苦的，但是我却为抱怨和苦恼，恰恰是让我感到这是我步入社会之前的一种锻炼。我很感谢顺丰捷诚快递的领导给我在单位实习的机会，还有同事对我工作的帮助和鼓励，在这里我不仅学到工作业务上的知识还学会了人际关系的处理和语言表达能力的锻炼，这两个月让我更加充实，面对以后的工作我更加有信心。

在这里我要感谢学校为我们提供这么好的一个机会，让我走出校园走入社会接受锻炼，学校教我们理论知识，在顺丰我在学校学到的东西得到了实践。

（十五）这是实习的最后一周了，想想真有些不舍得离开，这三个月的时间里我在这得到了锻炼，我懂得了作为一个物流工作者的重要性，我也明白了业务员每天出去跑业务有多么辛苦。

在这实习三个月，学到了很多，这都是在学校不能学到的。很感谢我所在顺丰中转场的刘主管和在一起工作的人，他们教给了我很多我在学校学不到的东西，也让我明白了社会与学校的不同，让我知道自己以后也该担起些哪些责任，再也不能像以前那样任性了，要学会去面对不同的人和事，去处理各种各样的问题，当然也要能忍受各种各样的事情。

一脚已经迈入社会的我们真的还有好多事情要学着去干啊。实习结束了，该为自己的将来做打算了。

**大学生顶岗周记篇五**

第一次来到机械厂里面进行实习，我们来到这里的第一天生产部的经理就让一个师傅们到厂里面的一个车间去拆卸旧机台，第一次面对那么复杂的机台，我们刚开始无从下手，但是在经理的精心指导下，以及师傅的带领下，我们带上了手套拿上了工具，对机械一个一个，从上到下，从外到里的拆卸下来，在拆的过程中老员工还跟我讲解了各个零件在机台上面起到了什么作用，我们要是在生产过程中要该怎么去注意那个零件的生产。在拆卸的过程中我们遇到了一个麻烦，就是那些轴承都是过盈配合的我们怎么用力都拆不下来，原先用锤子敲，但是都让我们把零件给弄坏了，这个时候师傅他去拿了三爪拉马过来，然后在轴承上面加了点润滑油，就这样我们把轴承一个个很轻松的拆了下来。

我们就这样拆了几天的旧机械，终于快大功告成的时候，我们遇到了一个难题，行政部的经理叫我们帮他做一个框架，这可难倒我们了，但是在这个时候我师傅说没事，然后他就去拿了钢锯的按照经理的要求把钢材都锯了出来，这个时候还有个问题就是要怎么把铁皮剪成我们所需要的大小，幸好师傅去拿了个搅磨机来，这个东西速度非常快，又非常的锋利，我也体验了一下使用这个机器的感觉，第一次感觉心理面还是怕怕的，有师傅的帮忙以及我们大家的一起努力我们很快的完成了任务。

这几天下来虽然都是拆卸机器，但是我还是学到了很多东西，有苦有累，这就是生活的滋味。

我们把旧机台拆的差不多的时候，生产部的经理就叫我跟我师傅去组装热收缩机，这是我第一次组装这么大的机器，自己心里感觉蛮兴奋的，但是我看到满地的工具自己都不知道该从何入手，只能等师傅说，叫我帮他拿下那把工具的时候我才去拿一下，就这样我跟着我师傅去喷漆房；里面拉零件过来组装，边跟着我师傅慢慢做，他便也开始了慢慢教我该怎么去，我们看别人锁个螺丝很简单，但是锁螺丝还是有原则，顺时针是锁紧，逆时针是松开，装螺母的时候要先把弹垫放在下面上面才能加平垫，锁螺丝的时候要对角锁这样才不会导致工件变形，松螺丝的时候也是要对角松开。

我们除了对收缩机的外盖板的装配以外我们还要装链轮，在装链轮前我们要先对那根轴用砂纸把上面的漆给打磨干净，然后再加上黄油进行润滑，最后用套筒把链轮打进去，还要装上顶丝，这样就把链轮给组装完毕。现在难度比较大的就是安装导轨了，我们把链轮跟电机安装好了以后我们就要把导轨给铺到到缩收机里面进去，铺导轨的时候就是要跟两端的链轮对齐，这样网链才可以在导轨上面灵活的来回运动，这样做也可以增加网链是使用寿命，以及提高工作效率，减低噪音，而且导轨不能用直接焊接在机器的骨架上面因为机器里面的空气温度比较高，要是焊接的话热胀冷缩会使导轨变形，所以导轨只能用螺丝锁上，然后就可以让电工把电接好试机了。

组装跟拆机器比比较轻松，但是这里面的学问远远大于拆机械，在这里我不只只学到了锁螺丝更是学到了，组装一个机器的顺序非常的关键。

我们来这里快一月了，现在开始接触钳工了，我们生产经理跟我说想做机械就要从钳工做起，钳工是基本工也是万能工，所以我很开心的就跟着我们经理来到了钳工车间，他给我安排了一位老师傅叫我好好跟他学习，刚开工的时候我师傅就拿手电钻让我去钻孔刚开始不懂的一直把孔给钻偏了，我还以为师傅会怪罪下来，没有想到我师傅不但没有怪下来，并且细心的跟我讲解方法，让我下次做的更好。

在这里我第一次接触到了高度游标卡尺，刚开始划线的时候我师傅认真的指导我，首先要把工作台给清理干净要划线的工件要跟工作台垂直，高度游标卡尺在使用之前要先要先校对一下，划线的时候要用点力一次性就画好，等画好线的时候大点的的錾子要对准好线的交叉点，对准了轻点打下去，拿起来看下有没有打准要是打准的话就可以用力的打下去，打好了就行。打好点之后就是钻孔了，在这里我也是第一次接触到台式钻床，我师傅他很耐心的把钻床给给我调好了，他先给我做个师范，然后我就跟着他的动作慢慢的把孔给钻好了，心里感觉还是蛮高兴的。孔钻好之后就是要攻牙了，我师傅还是很耐心的跟我说了要怎么攻，他去拿了把丝锥过来，用润滑油擦了下，对准孔一进一退的慢慢往下攻，不一会儿就好了。

在这里做钳工感觉学到蛮多东西的，做这些也蛮累的，我感觉想东西一定要付出很多的努力的。

谁都知道做我们机械这一行的电焊是一定要会的基本功，所以厂里面这阶段比较不会那么忙，就在晚上的时候给我们培训电焊，在我们这里焊机有，气保焊、氩弧焊、手工焊。但是我们是以气保焊为主，气保焊主要有3部分组成，co2气体、焊机、送丝机组成，当我们要焊接的零件都要先跟地线接触才能焊接，我第一次使用焊机我师傅他很耐心的教我该怎么处理，首先要看要焊接的零件的厚度，如果是薄板的电流跟送丝速速就要小点慢点，这样在焊接的时候才不会把要焊接的零件给烧坏。

第一天跟我师傅学这个焊接我焊接的很难看而且有很多是假焊(就看上起是有焊接住，但是用力一掰就掉了)在焊接直角的时候我们可以上下摆动这样焊接出来的焊缝会比较平，而且这样焊接的比较牢固，焊接最主要的就是焊接的调节，当遇到薄板跟厚板的时候焊接的电流跟电压是不一样的，而且还有很重要的一点就是焊接的时候要怎么样才不会让那块板变形，如何在焊接的过程中保证保证直角度，我们还学习了等焊机焊条用完了之后我们该怎么去换焊条，我师傅他教的很耐心我们也学的很用心，手工焊跟气保焊不大一样，对我来说手工焊的难度远远大于气保焊的难度。但是我还是很用心的去学习。

在这次焊接的学习过程中，我发现我们要想做好一件东西的话我们就要下苦心去学习，并且需要很大的耐心。

我们在这里做钳工最重要的就是要懂得去磨钻头，就是钳工自己的工具要懂得用，以及修理。磨钻头就是一个最基本的，而且是一个比较有技术性的东西，在这次培训之前我们以前我师父就已经有大概的教过我怎么去磨钻头了，但是这种东西不是能有那么快就可以见效的，刚开始磨钻头的时候既然把钻头给磨成了4不像，还好在我师傅的技术过硬，在他的手里不一会儿就把钻头给磨好了，在磨钻头的时候，那个魔石也非常的关键，话说的好，要先立其工必先利其器，所以我们要先把魔石给整理好了，我们磨钻头的时候才可以磨的比较好。

钻头有分薄板跟厚板，两种钻头的区别也是很大的，所以我们在磨的过程中方法也是不同，薄板钻迂回、钳制靠三尖，内定中心外切圈，压力减轻变形小，孔形圆整又安全。在实际实践中要学到这样的难度还是蛮大的，还有毛坯扩孔，毛坯扩孔定心难，钻心低于两外尖，外刃切入手进给，再用机进也不偏。磨钻头不是一朝一夕就可以学会的，我们要经常自己去磨这样经过长时间的积累，才能过学到硬技术。

在这里我也学到了，不管做什么东西方法是很重要的，学习有法，学无定法，在平时的工作中我们要找到自己飞方法，这样以后学到的都是我们自己的东西。

在厂里面机器坏了经常发生的事，经理叫我跟着我们厂里面的机修师傅去修理剪板机，一到剪板机那边我就啥眼了，这么大的机器要怎么修理啊，而且我都没有任何的修理经验，在机修师傅的带领下我们开始了询问那台机器哪里不行了，等我们问清楚的时候机修师傅就凭着他多年来的经验，开始在机器上爬上爬上的，我也在那里给他拿工具忙来忙去，不一会儿我们就把零件给拆卸了下来，等我们拆好了之后他就认真的观察起来，不一会就找到了问题的关键所在。

问题找到了，我们他就开始找解决的方法，在这其中我们涉及到了蜗轮蜗杆，我们都知道蜗轮蜗杆是用来减速用的。但是利用蜗轮蜗杆来减速摩擦非常的大，所以这个磨损大是地方基本上都是用铜来做的，因为铜这种材料比较耐磨，但是价格也相当于其他材料来说也会比较贵。当我们找到问题并且解决的时候我们就是要把它给安装回去，话说的好拆卸容易装回去难啊！在我师傅英明的指导下，以及一些老员工的互信帮忙下我们终于把它完好的装回去了。

零件是装好了！最关键的一步来了，就是要把它调试好了，才能用，我师傅叫我去找别人拿百分表来，他就在那边边看边调，调了快一天的时间才调试好了！我看了一脑袋的模糊，现在才发现我们不会的东西真的太多了。我们真的应该多向他们好好学习。

在生产经理的安排下，我跟机修那个老师傅来负责组装码垛机，这台机器是我们厂里面新出来的一个产品(实验品)，实验由想而知对于我这个刚出来学习的人来说难度的很大的，刚开始的时候我一头雾水，连装配图都看不懂更不用说去安装了。

就是在这个时候我们经理就跟我说该先去把材料给领出来，我就去仓库里面把那些零配件有的都拿了过来，等到了拿过来的时候才知道组装不是所说的只要把东西拿过来装装就好了，拿过来的时候还有很多他们上一道工序做错了，拿了时候才发现装不了了，这个时候我们只能按照现场的实际情况自己把工件拿去修改，等做到这里的时候我才知道为什么经理跟我说让我先去钳工那边做级阶段才过来装配的，在我跟我的老师傅两个人的慢慢改正下，我们一步步的码垛机给一点点的从零散的零件慢慢的组成了台高大的机器。当我看了看我们自己亲手的做的机器时很有成就感。

当我们组装了差不多的时候才，要模拟的运行一下才发现之前我们有些地方做错了，可是到现在来修改已经是很难了，所以有些地方我们还要从新去拆一遍装一遍，虽然是装配现在我发现在我们要来时装配的时候我们一定要考虑到一个产品的装配顺序，这样就可以减少我们的错误，提高装配的效率。

来到了这里我发现我们真的是全能型的(打杂型)哪里需要我们我们就要去哪里，现在经理叫我去钣金那边帮忙，刚开始我听到钣金这个词的时候我脑袋都闷了，我都不知道是什么东西我怎么回去做呢？等他把我带到那边的时候才知道折弯。跟下料那边就是钣金。

第一次到那边钣金师傅就叫我马上跟他一起干，但是在他嘴里就是一直强调一定要注意安全，我就按照钣金师傅的要求我也跟着他有模有样的做了起来，要是他们知道我是来实习都看不出来我的新来的，折弯的这里最基本的就是要两个人要做同样的动作，要不然会影响整个产品的效果，所以我也很认真听师傅的指导跟着他一步一步的做，他也跟我讲解了钣金的很多知识，每种不同板厚的折弯模具的槽宽也就不一样，一般槽宽是板厚的8倍。可以说在这里我也学到了不少东西啊。

钣金除了折弯之外还有去下料，就是根据图纸的要求我们该去把一块板那过来，我们还要排版这样下来才不会做到材料的浪费。当我们把这些数据都算好的时候我们就是要把板放进剪板机，在这里面最关键的是要怎么样把刚才画好线的板对准剪板机的刀口，只有对准确了这样切出来的板才是符合要求的。

**大学生顶岗周记篇六**

这周我还是从事上周原始凭证的填制，由于上周的教训和我后来偷偷地在宿舍恶补了一下书本上的知识，这周操作起来就比上周好多了。而且，我也加深了对红字更正法的实际体会，以前在学校里只要用红笔划掉，写上作废两字就可以了，但在公司里面，要用红笔划调，再盖上责任人的章，这样才能作废。对于数字的填写，师傅再三叮嘱我字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的，并且记账时要清楚明细分录和总账名称，我不敢有丝毫的马虎，因为这是关乎一个企业的业务。

**大学生顶岗周记篇七**

这是我第一次真正意义上的踏入社会，能够在社会上找到合适自己的位置，难以抑制心中的喜悦，市政专业顶岗实习周记。但同时，也意识到了自己肩上的责任，凡事都要谨慎小心。刚到这里同事们都很照顾我，消除了曾经对于想象中的陌生社会的恐惧。

来这里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也轻松，只是学着认识图纸，虽然也实习过很多次，对工地的环境有一定的了解，但真正在这里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的状态似乎有些差距。

生活还在慢慢的适应，每天按部就班的工作。学习认识图纸，师-父不在，暂时只能自己钻研了，不过好在有很多资料可以查，不懂时就查查资料，也培养了自学能力，同时了解许多相关的知识，一举多得。

不知道是福是祸，来的时候公司刚刚将上一个工程收尾，这段时间一直没有新工程。说它是福，是因为我可以利用这段时间慢慢适应，包括生活，工作，环境，对于从未接触过的知识我可以慢慢消化;说它是祸，是因为有时觉得实践才是锻炼人的最佳途径，从实践中的到的经验才是最可靠的。很期待，有一个实践的机会。

几天前，看到书架上有许多定额，这些都是在学校很难看到的书，与图纸结合起来读，既有助于读图，又有助于记忆列项规则，为将来做预算打下基矗还有一些相关的施工技术，和图集，这些书对于我了解施工工艺，和施工流程都有很大帮助，但这么多东西，要掌握起来应该需要一段时间，还要好好努力啊!

在这一周里面，我每天收获良多埃最重要的是我看完了10定额，也只是说看完了一遍，由于10定额与我们原来的03定额有很多相似的，所以相似的只是稍稍的看了一下，主要还是看不同点。因为没工作经验，所以到现在还没安排我什么事，看书是我现在的主流，看完了10定额现在开始看建筑工程计价。 看了一下我这个单位的主要工作：招标代理是一般是指具备相关资质的招标代理机构(公司)按照相关法律规定，受招标人的委托或授权办理招标事宜。也就是有资质的中介机构，对有需求的单位进行市政、土建、设备、专业器械等进行招标和采购代理，收取国家物价部门规定的费用，公开、公平、公正是追求的目标。

听师傅说在这里工作的好的话赚钱很容易的，呵呵，为了美好的明天继续努力，加油加油再加油!

**大学生顶岗周记篇八**

第一天上班很是紧张，连穿是什么衣服都在镜子前站了好久，努力鼓励自己要放松要自信，可是心里还是砰砰的跳!

我的工作是装饰设计公司前台，虽然不是对口专业但我认为只要努力也是能行的。设计无非有两类，当与现存作品关联，成为改良性设计;当与幻想、未来关联，即成为创造性设计。无论前者还是后者，设计总是离不开生活的积累，它是理性与感性的交融体。不能否认优秀的设计作品源于设计师具有“良好的心态+优越的生活+冷静的思考+绝对的自信+深厚的文化”。所以我给自己要有信息和勇气。

我的工作就是让客户认同我们公司，在一周的工作中我总结了我的工作内容：

4.负责公司前台或咨询接待室的卫生清洁及桌椅摆放，并保持整洁干净;

5.接受行政经理工作安排并协助人事文员作好行政部其他工作;

认真执行目标卡的管理规定，完成本部门分配的工作和任务

时间在忙碌充实中度过了，真的挺快的!

善于学习和总结，勤于思考：不要一味的做事，我坚持在每做一件事前和事后都仔细想想，有没有更好的解决方案?做之前多想想，多向有经验的请教，能帮你降低风险、减少投入、少走弯路，做的时候心里也才有底;做好之后再来想想就是总结，就是经验和教训相信自己，是金子总会发光的：不要埋怨工资大低，工作太累、没给发展机会，先问一下，自己为公司带来了多少利益?如果没带来利益，一切都是白扯淡!踏踏实实做事，只要你能为公司带来利益，在目前这个社会，相信公司会不会亏待你的。

在这周总监还看了我花的图，他对我还给于了高的评价，还是要努力，我告诉自己。

客户上门是很好的事，但是这周我遇到了一个头疼的客户，他过来就问总监在吗?我们有规定没有预约的客户要登记好了再约见设计师的，更何况他一上来就找总监的。我耐心的询问他“先生您家房子买在哪，是期房还是现房?”他口气很僵应说：“你们总监呢?找他出来，我找他设计。”说的我没有话对付了，嗓门还老大。总监在里面也听到了，就出来询问，然后他进了总监办公室，我当时憋的脸都红了。没多久他和总监出来了，握握手，表现的很友好的走了，和来的时候完全不一样。后来听总监说原来他是总监的客户，因为房子装修的问题过来询问的，这人脾气就是很急!我这才送了一口气!

任何事物都是有两面性的,简单的说,不管从什么方面看一个问题都是不一样的;在处理任何事物过程中,我们应该考虑到事物的两面性,换位思考,也站在别人的立场上考虑考虑此问题,那样就会得到更好的解决方法.就像坐在一个房子里，你在阴暗的角落，你什么也看不到，如果你坐在窗户旁边，你将看到无限美丽的风景。所以说，如果你现在一直坐在那个阴暗的角落，那么你就挪动你的凳子吧!其实每个人做每件事情都如同坐在一个凳子上，如果你永远依赖于那个位置，你只是一只井底之蛙。

实习过去也快半个多月了吧,非常感谢总监几天来对我这头蛮牛做的思想工作,让我从思想上得到了非常大的进步，认识到了自己的错误，学会了做人，学会了评价别人，让我深刻体会到了宽容所带来的温暖和阳光，体会到了成长的快乐。在接下来的日子里，我将以崭新的姿态面对每一天,以全新的观点判断思考周围的一切.

第4周

这周我和设计师出去量房了，本来一位是很好玩的事，毕竟自己一直坐在公司就有点不适应，到了工地，小关设计师就拿起尺子，她要我帮她记尺寸，开始我还是老老实实的记，过了一会我就有了自己量的想法，看着她在那摆弄着尺子很轻松，姿势很酷。我就称她在休息的时候拿起尺子量起来，不量不知道，原来不是件容易的事。我不仅放不好，拉到一定程度还会往回缩。手差点被划伤了!

个人总结一下失败的地方：

1.一套房子不知该从什么地方开始量。

2.用卷尺量稍大一点的空间就感到吃力，顾此失彼，不是再次测量的地方没找对就是卷尺拉到一定长度开始因地心引力向下弯曲。

回来后我还特意问了好几个设计师，他们要我好好练习，还教了我经验。

在量房的过程中我学习到：测量时尽量注意墙体的厚度，哪些是承重墙哪些是非承重墙，各个梁的尺寸位置，管道的位置，以及窗户、阳台的位置和尺寸都是方案设计必不可少的资料。

第5周

这周我开始接触了cad，在学校简单的学过一点，对基本的只是知道皮毛，所以总监和设计师他们要我熟悉快捷键操作，我就开始了一周的背记cad快捷键。还有总监他们给我的一些经验，我还在网上找了好多cad画图的视频 教程，边看边记。

礼拜3，总监没事到前台看问我图画的怎么样了，还教我怎么用轴线等等，他说画图是要找方法的，不要从一点画起，要从全局着想，他还给我看了他以前画的手稿，看的我目瞪口呆，线条画的很直，布局很有调理，心里很敬佩，总监还鼓励我说不是学这个专业的，现在学到这个程度还是很不错的，我知道他是在给我鼓励，我不懂得还太多太多。

在我还在崇拜他的时候，他还拿了好几本设计方面的书，他说这是他珍藏的，要我不要带出公司，在公司看看就可以了，我知道这些资料他是一般不拿出来的，他是看在我是新来的想让我快点学好给我看的。我答应他我会好好看，我下班了就把书拿到他的办公室，等第二天上班再去拿过来，这样他放心，我也有动力好好的看和学，给自己一个提醒书是借的所以要好好的学。

我还没有忘，坐的累了就起来在展示柜前联系练量房，他们都说这个是靠多多锻炼的，前辈的经验就是我的财富，我真幸福遇到这些好的同事们。每天都是充实并进步着。

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