# 精选物流专业学生顶岗实习周记

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-07-05

*精选物流专业学生顶岗实习周记一2、制造企业生产物流合理化的研究3、绿色物流管理的研究4、现代采购管理对提升企业竞争力的探讨5、第三方物流企业资源整合研究6、中小物流企业竞争力研究7、公路运输业对发展物流服务的研究8、xx企业物流模式分析9、...*

**精选物流专业学生顶岗实习周记一**

2、制造企业生产物流合理化的研究

3、绿色物流管理的研究

4、现代采购管理对提升企业竞争力的探讨

5、第三方物流企业资源整合研究

6、中小物流企业竞争力研究

7、公路运输业对发展物流服务的研究

8、xx企业物流模式分析

9、制约我国第三方物流发展因素的研究

10、商业连锁企业配送中心运作研究

11、企业物流外包的战略决策和关系管理

12、郑州市物流业发展现状调查

13、xx企业配送体系的构建

14、中国物流业现状与发展趋势

15、中国物流业的发展战略浅析

16、企业生产过程的.物流效率浅析

17、准时采购模式在企业当中的运用

18、敏捷制造模式下的物流策略

19、应对供应链管理中不确定性的对策研究

20、企业运输优化方法探讨

21、生产企业物流中心的规划策略

22、连锁经营业的物流配送策略研究

23、零售企业物流配送浅析

24、企业销售物流管理研究

25、中小型生产企业采购管理研究

26、中国回收物流的发展策略

27、供应链节点企业的目标冲突的解决策略

28、第三方物流企业的客户管理研究

29、全球物流业的发展趋势分析

30、供应合同对供应链管理运作的影响分析

31、论产品包装与物流运输的关系

32、物流管理与产品设计关系探讨

33、中国物流现状分析及改进策略

34、企业库存控制与生产物流的关系

35、物流运输工具(设备)选择对成本的影响

36、论库存管理方式对物流管理的影响

37、论公路运输建设与物流行业发展的关系

38、铁路运输方式在企业物流运输中的地位

39、asp在中小企业物流管理中的运用

40、物流配送行业在中国的发展前景

41、关于郑州港发展现代物流的思考

42、传统储运如何向现代物流转化方式探讨

43、第三方物流业发展中的存在的问题分析

44、从交易成本角度分析第三方物流的发展

45、中国第三方物流服务营销策略组合的研究

46、我国发展现代物流的企业战略选择

47、从运价的影响因素看我国公路第三方物流企业的物流策略选择

48、推动公路港建设与现代物流中心的关系研究

49、电子商务环境下专业物流公司发展的探讨

50、电子商务与物流配送探讨新经济与现代物流的关系

51、实施分销商一体化面临的问题及应对策略

52、中外物流配送业发展比较研究

53、论物流标准与物流发展

54、电子商务环境下第三方物流企业业务模式的研究

55、物流管理的现代化建设

56、物流技术对物流发展的影响

57、网上商店的物流配送研究

58、汽车行业零部件供应链管理的模式分析

59、服装企业物流创新与物流中心建设研究

60、快速消费品(fmcg)物流管理特点初探

61、我国零售商与供应商的关系透视

62、电子商务对物流的影响

63、中小企业管理的采购供应问题

64、供应链管理与中国企业国际化的关系探讨

65、中国企业物流运作现状及发展战略探讨

66、绿色物流在国外的发展及我国的差距

67、供应链管理中的战略合作伙伴的选择问题

68、运输企业企业发展现代物流的策略

69、我国第三方物流发展现状及其制约因素分析

70、第三方物流在供应链整合中的作用

71、物流外包对企业运营的意义

72、第三方物流与第四方物流对比分析

73、降低企业物流运作成本的方式分析

74、第三方物流企业物流运作探讨

75、制造企业与商业企业物流运作的差别分析

76、大型零售商的配送策略选择

77、顾客价值与供应链管理的关系

78、供应链管理与企业竞争力的关系

79、供应链分销渠道与物流配送的关系

80、实施集装箱运输一体化研究

81、国际物流运作系统初探

82、xx企业库存管理问题分析与改进

83、论我国企业的物流外包问题

84、关于社会大物流合理化之探讨

85、信息技术在物流企业中的应用探讨

86、我国中小物流企业的发展前景分析及对策研究

87、文化差异对物流管理的影响

88、采购绩效评估指标的研究与分析

89、供应商关系管理问题的研究

90、企业物流成本控制途径分析

91、零售商-供应商伙伴关系实施中面临的问题

92、第四方物流及其发展策略研究

93、航运企业向现代物流转型的策略研究

94、货运代理企业发展第三方物流的经营战略

95、我国物流园区建设及存在的问题分析

96、xx企业仓储合理化途径与改进策略

97、物流企业的资源整合策略研究

98、在中国实施零售商共享库存面临的挑战

99、xx企业物流外包的决策分析

100、jit物流的企业联盟最优伙伴的选择研究

101、电子商务与物流配送关系研究

102、dell供应链运作模式对企业运作模式的启示

103、中国邮政如何迎接联邦快递和dhl的挑战?

104、我国物流企业品牌战略的主要问题与对策

105、我国第三方物流业发展的制约因素及对策研究

106、物流管理与顾客满意的关系

107、郑州发展物流业的区位优势研究

108、麦当劳的服务模式对现代餐饮业的影响分析

109、crm与供应链管理的关系

110、我国绿色物流发展探讨

111、我国第三方物流服务营销策略组合的探讨

112、物流企业的绿色运输战略分析

113、物流企业管理模式分析

114、第四方物流业趋势分析

115、物流系统成本控制策略分析

116、供应链管理提高企业竞争力策略研究

117、电子商务对物流企业的价值分析

118、信息技术在物流管理中的运用

119、现代物流中不合理运输分析及相关措施

120、现代物流下公路货物运输存在的主要问题及对策研究

**精选物流专业学生顶岗实习周记二**

为了以后能更好的适应工作和学习，学校组织到x物流配送中心与x防爆电机厂进行为期5天的实习。主要是熟悉物流的作业流程，掌握物流的工作流程，以便对我国的物流业能有更深的了解。

了解物流特点，物流工作流程，工作设备，并针对这些实践依靠自己所学的理论提出自己的观点和看法。

x物流公司是一家综合服务型物流企业，主营国内公路零担运输和空运代理服务，公司秉承“承载信任、助力成功”的服务理念，以每年超过60%的增长速度在中国物流行业迅速崛起，并获得“全国先进物流企业”等荣誉称号。一直以来，x物流视客户为一起成长的亲密伙伴。在x公司眼中，客户所托付予自己的，不单只是一件货物，更是一份沉甸甸的信任。既然承接了客户交付的信任，就一定要把这份信任安全送达收货人手中，帮助客户获得生意的成功。

公司始终坚持“发展为源、全面、追求双赢，安全环保”的经营理念。x电机有限公司技术力量雄厚，各类专业加工设备齐全，工艺先进，具有完备的试验手段和质量保证体系。多项产品获国家、部、省的段秀产品奖和专利项目。是国内生产防爆电机产品品种最多，规格最多的集科研、生产、安装于一体的专业公司。

在x物流公司的实习过程中，我了解到随着世界经济一体化步伐的加快，国际经济贸易发展日益活跃，我国的物流行业得到迅速发展。虽然这次实习时间很短，却给我上了人生历程中不可或缺的一课。对于物流，我只是知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但没有想到它的实际操作却没有这么的简单。通过十一点作为国人的物流人士有着切肤的体会。

货物运转速度慢，货差货损率高难以避免，高层货架利用率严天的简单了解，使我对于物流配送有了更加深刻的认识。中国的物流业虽然没有国外发达，但这并代表中国物流业的落后，一些原则性(譬如中国劳动力廉价的国情)严重的制约了中国物流业信息技术化的发展速度。野蛮的装卸态度更是制约中国物流业发展的瓶颈之一。这次实习让我从实践中了解到了物流，使实践与理论更好的结合。在这里我深刻的领悟到了一个观点：推动你的事业，不要让你的事业来推动你。

而在x防爆电机厂的参观实习中，使我能有机会接触到专业中的那些“只闻其声，未见其人”的大型设备，能了解到理论与实际操作的不同，了解到了目前工业水平的现状，收获颇多，感触也颇多。一直以来，书本上的知识总是以一副高姿态凌驾于实际之上，课堂与实践脱节，而我也一直渴望能有这样的机会，能亲身到现场，去了解工人师傅是如何操作机械的。真正到了现场，才发现很多书本上的道理到了实际中我们并不一定能做出来，有工艺的原因，也有材料的原因;而与此相反的，很多理论不可行的东西，却能在师傅手中，凭借丰厚的经验和娴熟的技巧给予以实现，不得不让人叹服。

1、进货堆放货物时不能只顾着一时的方便，应该考虑到出货时的方便，不能耽误客户的时间，因此要按照标准把货物堆起，堆放要整齐合理，以免倒塌。

2、要严格按照仓储管理的要求，对于过期的货物要及时与厂家联系，并得到应允后及时销毁，不要堆积在仓库中，浪费仓库容积，更不要和正常的商品同放一起，带给人一种杂乱无章的感觉。应该另外准备一间仓库，使那些一时无法销毁的商品有地方储存。

3、目前物流中心正面临许多问题，批次越来越多而批量却越来越小，造成物流管理上的一个难点。产前物流，企业内部物流，销售物流，在供应链的管理上如何把握住这三块之间的关系。国内的物流利润太低，仅占5%，如何把利润搞上去。面临一系列的难题，物流中心还得多借鉴国外的物流策略，提高自己企业的效益。

4、仓库高层货架的利用率过低，有的不到三分之一;野蛮装卸导致货损、货差率过高。

建议：加强各部门之间沟通和联系力度，合理分配各部门之间的物流作业，有效利用物流配送中心的作业区域，利用空间、设备、人员和能源;限度地减少物料搬运;简化作业流程;缩短生产周期;力求投资最低;为职工提供方便、舒适、安全和卫生的工作环境。

通过这次实习，我学会了许多书本上学不到的知识，能够把书本上的理论运用到实际上，实践是检验真理的方法，只有到实际中去，才能真正认识理论其中的意义。非常感谢海星物流配送中心能给我这个难得的机会，让我收益匪浅。也非常感谢学校给了我这个机会，为我的工作积累了经验，奠定了基础。

**精选物流专业学生顶岗实习周记三**

尊敬的领导：

你好！

我是xx外语职业学院物流管理的学生，将在20xx年x月毕业。在即将踏上征程之际，在此呈上自己的求职信息，特毛遂自荐，愿意接受贵公司的考核与挑选。

我通过各种渠道大致了解了贵公司的情况，知道贵公司是个很有发展前途的具有现代潮流的公司，具有很大的活力，而我也非常希望能加入这样的企业，尽自己最大努力为公司的发展奉献自己的微薄之力。同时能对自己的发展起到积极的作用，希望能在贵公司的帮助下、在贵公司大发展的环境下促进自己的发展。现谨向你作一下自我推荐：

在大学生活中，我很好的掌握了专业知识，主修了物流概论、企业物流管理、仓储与配送管理、物流经济学、物流信息管理、供应链管理、运输实务管理、电子商务、财务会计、数据库、市场营销等课程，并都取得了较为优秀的成绩。21世纪呼唤综合性人才我知道光是有好的理论知识是不够的。所以在学有余力的情况下我一直积极参与社会实践活动积极配合老师的工作，课余时间，在一惟单位兼职，业绩突出受到领导的高度赞扬。

伴着青春的激情和求知的欲望，我即将走完三年的求知之旅，美好的大学生活，培养了我科学严谨的思维方法，更造就了我积极乐观的生活态度和开拓进取的创新意识。在不断的学习和工作中我更养成了严谨、踏实的工作作风和团结协作的优秀品质。大学期间，我取得了一定的成绩，然而这已成为过去；面对当今激烈的人才竞争，我很清楚自己知识有限，但我更清楚我有着不甘落后的精神和不断学习、不断提高的愿望。乐于进取、不怕挫折是我的人生信条，给我一次机会，让我去实践、去闯、去干，因为能力要在实践中培养，也终究要在实践中体险辏我深信自己完全可以在岗位上守业、敬业、更能创业！我相信我的能力和知识正是贵单位所需要的，我真诚渴望，我能为单位的明天奉献自己的青春和热血！

愿贵单位事业蒸蒸日上，蓬勃发展！

静盼你的佳音！

xxx

xxxx年xx月xx日

**精选物流专业学生顶岗实习周记四**

了解第三方物流服务的特点、主要设备和作业流程，通过实习将理论与实际的操作相结合，在实践中提高运用知识的能力。锻炼实际操作的能力，为今后的学习工作积累经验。

进入21世纪，物流产业一个最有影响的变革。尤其是第三方物流的产生，从根本上适应了全球大企业逐步集中力量于核心业务的大趋势，从而减少了一些其他从属业务的支出，保持了企业合适的发展规模。随着市场竞争的日趋激烈，客户订单交货速度的要求越来越快，并且市场部门需要将产品覆盖到更远的地域，销售部门则要求更快更频繁地获得全国各地的库存数据，所有这一切都迫使企业不得不在物流管理上做出巨大的投入，耗用大量时间和精力。

而物流通常不被大多数制造业和分销业视为核心业务。一个企业如果把有限的资源分布在各种业务上，它要开发新产品、改良工艺必然力不从心。因此，企业将目光投向市场，寻求外部物流服务，从而产生了对第三方物流市场的需求。

一)、公司简介：

二)、基本情况：

1、主要部门：

1)，市场部：主要负责市场面开发网点架设

2)，陆运部：主要负责客户服务、物流作业、车辆管理、仓储管理

3)，物流作业部：报关分司、物流作业

4)，海空运部：主要负责客户服务、车辆配载

5)，综合财务部：财务核算、人力资源、行政后勤

2、车队：

1、企业要发展，企业形象至关重要，因此每个企业都十分注重自己的企业形象，宁可花多点的钱去租用昂贵的美观的现代化仓库，也不愿去租用那些老式破旧的仓库，因此可以花费点资金整修老式的仓库，使企业自己本身的形象提高，这样客户会更加愿意来租用仓库了。

2、进货堆放货物时不能只顾着一时的方便，应该考虑到出货时的方便，不能耽误客户的时间，因此要按照标准把货物堆起，堆放要整齐合理，以免倒塌。

3、要严格按照仓储管理的要求，对于过期的货物要及时与厂家联系，并得到应允后及时销毁，不要堆积在仓库中，浪费仓库容积，更不要和正常的商品同放一起，带给人一种杂乱无章的感觉。应该另外准备一间仓库，使那些一时无法销毁的商品有地方储存。

4、商品的大类要分清楚，如食品归食品储存，生活用品归生活用品储存。若把食品与化妆品放置在一起，化妆品包装如若破裂，其化学物质会污染到食品的卫生。

5、应注重运用现代化技术，把计算机应用作为一项系统工程来抓，实现与工厂，销售计算机信息的联网，以及以舒兰市区配送为主辐射东北地区的运输配送网络。

6、应多重视专业人才的培养，提高员工的综合能力及素质。应多学习和借鉴国外的先进技术，使企业更好地向前发展。

目前物流中心正面临许多问题，批次越来越多而批量却越来越小，造成物流管理上的一个难点。产前物流，企业内部物流，销售物流，在供应链的管理上如何把握住这三块之间的关系。国内的物流利润太低，仅占5%，如何把利润搞上去。面临一系列的难题，物流中心还得多借鉴国外的物流策略，提高自己企业的效益。

**精选物流专业学生顶岗实习周记五**

选择身边的企业单位为对象，联系课上所学理论，采用实地考察跟踪其物流全过程的方法，对垫江物流业发展现状进行初步了解。培养实际调研能力，尝试检验所学知识，并从实际中进一步学习了解物流的内涵与外延。

采用实地调研的方式，具体采用了面对面的访谈了解、过程跟踪调查和侧面行为观察的方式。出动全组成员合理分工，每人负责不同侧面的内容，协同合作，调查后集体讨论分析，并总结出实习报告。

：20xx年3月2日—3月12日

：xx市xx县

：

一、前期准备工作

1、3月2日下午2：00在中色物流公司报道。

2、3月3日上午10：00在中色物流公司，听取物流管理的意见，并拟定实习方式、调查对象。

3、3月4日下午通过登录网站、查阅报纸、杂志等方式寻找调查对象，并争取专业物流公司或单位的支持和协助。到系办公室开介绍信。

4、准备数码相机、笔记本等实习所需物品。

二、开展实习活动

1、3月6日，走访垫江县物流行业。

2、3月7日，参观、调查申通物流公司。

3、3月9日，走访垫江县圆通物流部门。

三、后期总结工作

3月11日—12日收集并整理资料，对物流情况分析并定稿。

3月4日下午2：00我在明确了这次实习的目的、方法及注意事项后。从摄影、记录、财务、安全保障、撰稿方面进行了详细的部署，确定了实习方式、调查对象，并拟定实习计划。

11月5日下午我开始寻找调查对象，通过登录网站、查阅报纸、杂志等方式寻找专业物流公司，在垫江物流网上我们搜到几家物流公司，但当我们致电争取公司支持和协助时，却一次次遭到拒绝和打击。其中有的公司很干脆：没时间接待;有的单位老总出差，没人可以做主接待我们;有的要申请总经理的同意，可是就没了答复;还有的是我千辛万苦找到一家老总的手机号码，可是总也打不进去。总之，他们有足够的理由将我们拒之门外。功夫不负有心人，经过不断地询问，我们与重庆垫江物流行业的管理员取得了联系，并顺利争取到走访该物流的机会。

3月6日上午8：45分，我来到了垫江申通物流部门，这是我本次实习的第一站。当我讲明了这次走访的目的后，便开始了这次人物访谈。首先该站管理员向我讲述了其物流管理的历程。随着市场经济的迅速发展、社会化大生产特别是工业化初步实现。使得产品极大的丰富，产品的大量交换、运输与仓储成为必然。各种各样物资的流动与日俱增，越来越受到人们的关注。垫江县政府认识到作为新的经济增长点的现代物流业必然成为垫江经济发展的基础产业。要充分发挥其区位优势。潜在无限的商机，县内外商贾云集，纷纷把目光注视在垫江这片红土地上。县政府果断提出自己的发展思路和战略构想。并投入大量资金建设好县内、外1小时经济圈。栽好梧桐树、引来金凤凰。短短几年时间垫江经济发生了翻天覆地的变化。垫江物流业也正是在这样的环境下应运而生。

政府对物流业发展的高度重视，对该协会成立给予了大力支持，同时五家从事物流行业的公司是该协会的发起单位。县领导对垫江的物流现状进行了分析，他指出垫江县的物流业还处在一个低层次的发展阶段，与其他地区相比相对滞后，目前物流业发展停留在仓储和运输两大方面。但是其发展速度极快。随着一些民营企业的兴起，政府调控下的招商引资，市内从事物流业的公司企业大体可分为三大类：国有企业、中外合资企业。县领导还提出：在国家“xxx”规划和国家计划与发展委员会文件中了解到，重庆将投资发展物流业，其中垫江县就占了一个较重的地位，可见政策的倾斜和对垫江县物流业发展的高度重视。因此，垫江物流业的市场之广，发展潜力之大，就业前景之阔。

3月8日上午，我有幸走访了一家物流货运部。大约在9：00中，我来到鼎峰小区116号，这是一家规模较大的货运站，由于老板出差，接待我的是两位业务主管，王先生首先向我介绍了货运部的基本状况：该托运部是在构建社会“大物流”的市场背景下，配合垫江县整合垫江物流资源，打造完整物流产链的要求下组建的，是目前为止规模较大一家企业。投资雄厚以及投资规模的超前宏伟、在垫江县物流业拥有战略优势资源;并在县内同行业软、硬件业务操作能力的绝对优势,凸映出垫江县内规模最大、实力最强、具有国际先进物流理念的现代化物流企业,这一切构成了交远物流强大的后盾。

主管王先生还提到他们公司正在投资建设垫江物流中心(b型)，该项目将分两期建成，总投资达几百万元人民币，具备较强的办事能力，可为企业提供便利的交通运输条件，并承担起垫江及周边地区运输的业务。其一期工程建设用地面积为100多亩，投资额为200多万元人民币，主要建设综合办公大楼以及3000平方米标准仓库。

**精选物流专业学生顶岗实习周记六**

尊敬的xxx人事部领导：

您好!

我是xxx工业职业技术学院物流管理专业的一名应届毕业生。近期获知贵公司正在招聘人才，我自信能胜任这一职位,所以特意写了这封自荐信。感谢您能在百忙中翻阅我的求职信。经过三年物流专业的学习。我熟练掌握与现代物流相关的知识。并于xx年国家物流师职业资格证书。

作为一名物流管理专业的学生，在校期间，我严格要求自己，努力学好专业知识，通过紧张的学习生活，我已经熟悉并掌握了有关法律基础理论、基本法、部门法的相关知识。在学习之余，积极投身法律实践工作中，使自己在丰富理论知识的同时，增加了社会经验。四年中令我欣慰的是：连续两个学年，四次获得奖学金，顺利通过了大学英语四级考试和计算机二级考试。我把这些作为向上的动力，朝着更高的目标奋斗。

在学习上我全身心投入到自己感兴趣的物流管理的学习中外，还学习了国际货运代理的知识。十年寒窗、听雨打窗棂的生活造就了我脚踏实地作风，每天迎着晨曦起、伴着星光而归的历程赋予了我过硬的本领。公共基础良好、专业基础扎实 、动手能力强，是我给自己的一个比较客观的评价。学海无涯，我寒窗苦读，孜孜以求。而今十年磨剑学业初成，怀赤壁以待惠者，持佳伦以求明士。面对挑战，我愿一展所学，开创未来!

世有伯乐，然后有千里马，我不敢自诩明珠宝玉，更不能自诩才学超群，时光匆匆，学识伊始。从学校到社会，我知道有一个成长的过程。但所幸我生活在乘风破浪的代，只要奋斗和信心不止，前进的动力不衰，凭着对未来的追求和探索，对事业的执着和热爱，我自信能在一个文明、团结、进步的集体中，竭尽所能，再添辉煌。机会从来只给有准备的人，如果您能给我这个机会，我将以百倍的热情，切实的行动来证实我的专业和能力。为贵公司的辉煌添砖加瓦。不负您的期望和厚爱。

此致

敬礼

xxxxx

xxxxxx年x月

**精选物流专业学生顶岗实习周记七**

三个月物流专业的实习,对物流的定义,基本功能,各个作业流程有了一定的理论基础,通过实习将这些理论与实际的操作相结合,在实践中提高运用知识的能力.

在此实习中充分了解物流企业相关的运营操作程序，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论知识了解运作方式，将我们所学到的专业知识和具体实践相结合，以提高我们的专业综合素质和能力，当然也为了让我们对物流公司的运营状况有一个整体的了解，对中国物流行业的发展状况有一个比较全面的认识，增强我们对所学专业的认识，提高学习专业知识的兴趣，切身体会到工作中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，对针对这些操作每天都有不同的心得体会，而且发现了不同的问题，使我们在实习中充分发挥主观能动性，真正理解并吸收课堂中所学到的知识，为将来走上工作岗位打下良好基础。

以往对于物流管理概念的认识，仅仅是停留在浅显的书本知识。对于物流的本身感到很神秘，难以想象现实中的物流业和心目中的物流业有那些不同之处。对于物流，知道它是集：运输、储存、搬运、包装、流通加工、配送、信息处理等基本功能实施的有机结合。但在实际操作中却没有想象的那么的简单。通过这几天上机实习的简单了解，使我对于物流企业运营管理有了更加深刻的认识。突破于书本上固定的理论知识充分认识到实际操作中的繁琐步骤，一个企业的运营所包含的诸多部门和所发挥的职能作用之间相互紧密联系着。

作为物流管理专业的学生，在就业竞争与学习中我们应该多学学以致用服务于社会。平常我们在学习中更多的是学习和专业有关的理论知识，然而今天在经济全球化的形势下，特别的今年的金融危机在就业形式极具尖锐的时期，我们不仅要学会课本上的理论知识，更多的是要把理论与实践相结合，掌握更多的经验，不至于到以后才感叹“书到用时方恨少”。

今天我们有机会在实训课上接处了浙科软件，它把我们日常学习的与专业有关的知识紧密的接合了起来，这让我们深刻明白学习是一个环环相扣的环节。以便即将迈入社会的我们能够更好的适应以后的学习和工作。

一、学习需要目标和计划

一个有理想的人一定会有自己的奋斗目标，并为此而努力。想使理想最终得以实现，需要不断为自己设定具体的目标。每日审视自己，找出与目标间的差距，你会从中获得动力。

制定适当的计划是必要的，它能提醒你下一个目标是什么，此刻应做些什么。它能使你有紧迫感，每当你有些倦怠时，看一眼你的计划书，提醒自己：此刻付出的一切努力，都是为了自己的将来，辛苦定会有回报。

有些人的计划会制定得相当具体，例如可以具体到某一个知识点等。但也许你并不习惯于制定过于具体的计划，这也没有关系，你可以根据自己的需要做。计划应该是个性化的。

计划要具有可操作性。应尽量将计划制定得适合自己，并且应该务实。

二、学习需要兴趣

老师能在教学中提起学生的兴趣，使学习显得不枯燥，同时也使学习显得更容易。这个过程也需要学生自己的积极参与，学生不应该基于自己对人的喜恶而排斥某位教师的课程或教师本人。试着使自己有一点耐心，也许你会有新的发现。

如果你对自己所必须学习的东西不感兴趣，那么你将会极为痛苦。与其天天生活在苦闷中，倒不如主动地对自己所学的东西培养兴趣。这样做，你会渐渐感到学习变得轻松了。

三、学习要专心

专心是效率的保证。人不容易像计算机一样高效率地执行多线程任务，不专心往往会使你的学习效率不高。

也许学习并不是你一天之中最愿意做的事，但为了你的理想，你需要学习。每个人都有自己想做的事情，但你应该暂时将它们放在一边，先不让它们分散你学习时的注意力。注意力不很集中时，你的学习效率会降低，出错率会上升。这样，你的学习效果就不会很明显，辛苦付出的努力也很难得到回报。

假如你以前学习有时不是很专心，我建议你试着强迫自己专心一些。你会发现这样做会使你的学习效率提高，效果变得明显起来。

四、学习要刻苦

\"学习要刻苦。\"可能你曾听过无数人讲这句话，可能你并不喜欢这句话。但从很多人的经验来看，你需要这句话。

刻苦会使你的学习成果很扎实。也许在有些人眼里，刻苦读书的人是书呆子，但刻苦学习的人脚踏实地，这样做的好处会慢慢显现出来。它会带来成绩的稳定性，并继而带来较好的心理素质。

总之，耐心地再听一遍这句老话，对你应该是有好处的。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！