# 土木实习周记【12篇】

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2023-12-28

*实习使大学生增加社会阅历，积累工作经验。社会阅历和工作经验是职业场中的决定因素。只有参加实习，通过实习的检验，才能积累自身的阅历和经验。以下是为大家整理的土木实习周记【12篇】，希望对您有所帮助。>1.土木实习周记　　流年似水，光阴如梭，很...*

实习使大学生增加社会阅历，积累工作经验。社会阅历和工作经验是职业场中的决定因素。只有参加实习，通过实习的检验，才能积累自身的阅历和经验。以下是为大家整理的土木实习周记【12篇】，希望对您有所帮助。

>1.土木实习周记

　　流年似水，光阴如梭，很快xx周的实习生活过去了，第xx周的实习生活又紧张而忙碌的开始了。

　　这周决定去工地现场实地观察，那样对知识的掌握可能更有帮助，所谓实践是检验真理的标准，通过旁站，使我近距离的观察了房屋的建造过程，了解到了一些具体的施工知识，像这些知识往往是我在学校时有过一些接触，但又不是很懂的，又是十分重要的基础的知识。

　　到工地时，踏上用钢管和铁网搭接成的梯子，开始心里觉得挺危险的，四周都有伸出来的钢管或铁条。二三楼的模板和支架已经拆了，可以清楚地看到支撑上部重量的柱子。在承重柱的四周有很多构造柱，它们是用来加大墙的强度的，以避免因墙身过长导致容易坍塌。

　　在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。这些问题都是在施工时要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有要注意混泥土的早期养护。

　　通过这周的实习，尽管获取的知识是甚微的，但通过实习所获得的实践经验对我是终身受益的，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证。

>2.土木实习周记

　　这周我总结了混凝土裂缝处理的知识：温度的控制和防止裂缝的措施：为了防止裂缝，可以从控制温度和改善约束条件两个方面着手。控制温度的措施如下：采用改善骨料级配，用干硬性混凝土，掺混合料，加引气剂或塑化剂等措施以减少混凝土中的水泥用量；拌合混凝土时加水或用水将碎石冷却以降低混凝土的浇筑温度；热天浇筑混凝土时减少浇筑厚度，利用浇筑层面散热；在混凝土中埋设水管，通入冷水降温；规定合理的拆模时间，气温骤降时进行表面保温，以免混凝土表面发生急剧的温度梯度；此外，改善混凝土的性能，提高抗裂能力，加强养护，防止表面干缩，特别是保证混凝土的质量对防止裂缝是十分重要，应特别注意避免产生贯穿裂缝，出现后要恢复其结构的整体性是十分困难的，因此施工中应以预防贯穿性裂缝的发生为主。在混凝土的施工中，为了提高模板的周转率，往往要求新浇筑的混凝土尽早拆模。当混凝土温度高于气温时应适当考虑拆模时间，以免引起混凝土表面的早期裂缝。为保证混凝土工程质量，防止开裂，提高混凝土的耐久性，正确使用外加剂也是减少开裂的措施之一，例如可以使用减水防裂剂。

>3.土木实习周记

　　在工地我接触到了大批的工人，固然他们文化不高，素养也不高，但他们的劳动是辛劳的。建筑工人是我们值得辅助的群体，他们处于弱势。我们应关爱弱势的人们。思考过了，你才知道他们的不幸与幸福。

　　令人难忘的一个周工地实习停止了，在这一个多月里，我学会了很多东西，理解了很多道理。实践是对科学知识的最 好检验，只凭在课堂上的听课，并不能控制具体的体系的科学知识，尤其是对仪器的应用。在课堂上，我们学习的理论知识，假设在实际生涯和工作当中不能够灵巧应用，那一切将即是是零。

　　实习就是将我们在课堂上所学到的理论知识应用到实践当中。所以我们要做到能把课本上的知识适当的应用，成为对别人对社会有用的人，我们要做到适应如今飞速发展的社会，要能够断定自己的人生坐标，要能够实现自己的人生价值。

>4.土木实习周记

　　前段时间，需要为大学里面的一些杂事请假，再次回到办公室上班，有种久违了的感觉。还是一样很早的来到办公室打扫卫生，插上饮水机电源，烧好开水，再把今天的新报纸换上。

　　同事们逐渐开始来上班了，没想到每个人都还记挂着我回学校的这段时间，说我不在的时候他们还是很希望我能早点回来的。而且还告诉我，我的师 父更加担心我，怕我适应不了工作环境，这些温暖的关怀总是鼓舞着我，让我更有动力前进。虽然本来以为实习生会受到欺负，但是每个人都对我很好，这样的工作氛围，谁会不安心工作，老板又怎么会担心员工跳槽呢。

　　这个星期我在空闲时间看一本书名叫《把工作当事业》，书中精彩有：记得一位哲人说过：如果一个人能够把工作当成事业来做，那么他就成功了一半。

　　然而不幸的是，对今天的一些人来说，工作却并不等于事业。在他们眼里，找工作、谋职业不过是为了养家糊口、混日子而已。现实中，我们常常会看到两种不同的人，一些人即使天天加班但却乐此不疲，而有些人偶尔加一次班就牢骚满腹。

>5.土木实习周记

　　工地上标高一般也是技术员的事，你看水准仪，扶尺可就不一定是谁了，要注意塔尺前后俯仰对观测结果影响很大，再一个就是塔尺下对点时非专业人也是不好掌握的，如果你不反复叮咛，差个3~5毫米一点也不奇怪。

　　再说材料计划，作为技术员你必须自己动手再算一遍，你算实际用量，不要看预算定额的含量，定额是综合各种工程类别编制的，有些定额子目中的含量实际施工用不了，有些反而不够，比如瓷砖大理石，设计已经给定尺寸规格，你可以实际排一下包括需要切砖的半块砖的数量，只要你用心了，你就可以把数量提的很准确。

　　这样施工时你到现场检查时就会胸有成竹，就可以一下发现问题。

>6.土木实习周记

　　项目部新工地也进行到了回填土阶段，我上网查了下回填土的材料选择：1、回填土：且优先利用基槽中挖出的优质土。回填土内不得含有有机杂质，粒径不应大于50mm，含水量应符合压实要求。2、石屑：不应含有有机杂质。3、填土材料如无设计要求，应符合下列规定：碎石、砂土(使用细、粉砂时应取得设计单位同意，并办好签证手续)爆破石碴;可作表层以下的填料。含水量符合压实要求的粘性土，可作各层的填料。4、碎块草皮和有机含量大于8%的粘性土，仅用于无压实要求的填方。淤泥和淤泥质土一般不能用作填料，但在软土或沼泽地区，经处理其含水率符合压实要求的，可用于填方中的次要部位。5、含有机质的生活垃圾土、流动状态的泥炭土和有机质含量大于8%的粘性土等，不得用作填方材料。

>7.土木实习周记

　　xx工程师说，如果是外地工地，还应了解当地施工期间的气温、降雨量、风力、风向以及地震烈度、地方资源、地方交通运输、地方施工协作单位以及当地建设行政主管部门的有关建筑市场的管理文件等。

　　下午，xx工程师主持召开技术工作会议，讨论造纸厂投标工程施工组织设计编制要点，要求项目部有关人员提出意见和建议。大家从进度、质量、安全、成本等多方面提出了各自的意见，我听了很受启发。我最 后一个发言，根据设计图纸和上午了解的现场情况，提出了三个方面的建议。

　　第一，建议本工程以主厂房为主线编制施工进度网络图。为便于锅炉房和汽轮机房的屋架制作和屋面吊装工作，建议两车间中的楼层部分在屋面吊装结束后再施工，这样可大大加快主厂房的施工进度。

　　第二，现场可供利用的原有建筑物不多，如果全部搭建临时用房，成本较高。建议将两栋结构简单的平房———砖混结构的仪器维修车间和钢结构的干煤棚开工时抢建后(干煤棚的钢柱、钢屋架提前在综合厂预制好)，作为工地办公用房、工具用房和工地搅拌站用房，以节约搭设临时设施的费用。

　　第三，本项目单位工程较多，建议在干煤棚内设砂浆、混凝土集中搅拌供应站，既有利于砂浆、混凝土质量的控制，也有利于现场文明施工，同时还可减少浪费、降低成本。

　　xx工程师最 后总结时，对我所提的三点建议作了肯定，决定采纳。他还表扬我考虑问题比较细致。

>8.土木实习周记

　　不知不觉进入了实习的第xx周，生活还在慢慢的适应，每天按部就班的工作。除了学习岗位相关的业务知识，我还加强大学土木工程专业相关知识与自己岗位相结合，努力让土木工程专业相关知识应用到实际工作中。

　　实习不像在学校，很多工作中遇到的问题都只能自己钻研，不过好在有很多资料可以查，大学里学习的土木工程专业相关知识能够帮上忙，也不枉大学的学习。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。

　　经过xx个多星期的正式实习工作，我已经慢慢适应这样的作息和工作方式了。以前在学校的时候，有时候偷懒或者身体不适，就会请假或者逃课，老师也会很理解很包容我们这群他眼里的“没长大的孩子”。但是现在开始上班，同事中没有人再会把我们当成孩子，也不会像老师那样宠溺和包容我们。

　　第xx周实习快结束了，我相信下个星期我能做得更好，每天进步一点点。

>9.土木实习周记

　　设置变形缝是为了防止混凝土因收缩或不均匀沉降引起的裂缝，沉降引起的裂缝也称为沉降缝。人防地下室的出入口与主体结构连接处一般设置沉降缝，是人防工程变形缝的主要形式。主体与室外出入口因基坑开挖深度和地基承载力的不同而遭成沉降不均匀，导致橡胶止水带撕裂或沉降缝隙过大而难以修补。因此，应严格按照施工规范进行施工，对埋设好的止水带由专人全数检查，保证沉降缝的施工质量。

　　以上是我这周觉得了解的比较深入的几样，通过这几周实习，我觉得自己长大了好多，学习的有关专业的知识之外，更多得学会了如何跟一起工作的团体打交道。深刻地体会到处好人际关系的重要性。

>10.土木实习周记

　　流年似水，光阴如梭，很快xx周的实习生活过去了，第xx周的实习生活又紧张而忙碌的开始了。前两周主要都是在学习道尺，所以这周就决定去观察学习，那样对知识的掌握可能更有帮助，所谓实践是检验真理的标准，了解到了一些具体的施工知识，像这些知识往往是我在学校时有过一些接触，但又不是很懂的，又是十分重要的基础的知识。

　　所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。这些问题都是在施工时要注意的，在施工时采用何种胶垫，用量都是要注意的，还有要注意钢轨的早期养护。

　　通过这周的实习，尽管获取的知识是甚微的，但通过实习所获得的实践经验对我是终身受益的，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证。

>11.土木实习周记

　　通过这段时间的了解，原来师 父并不是看上去那样一个不起眼的人，听同事说了很多他厉害的事迹，如果能从他身上学到东西，对我这次实习所得和以后的职业发展之路一定有很大的帮助。在外面的路上，师 父说，这几天我的任务就是在上次的基础进行扩展。

　　本周我总结出：在职场上取胜的黄金定律之一便是要有责任心，凡事尽力而为，并且要任劳任怨。在工作上，永远不要试图去敷衍自己的老板。有人曾经访问过许多在事业上功成名就的人，他们一个共同的特点便是，在工作上投入的时间及精力，远远要比工作本身所要求的多。我相信我能做的更好。

>12.土木实习周记

　　这一周，我开始深入学习与自己岗位相关业务知识，得到同事的帮助下，我先从规范下手，就是熟悉下当前土木工程专业行业方面的规范，再就是记各种工作相关的必备知识。

　　经过两天的苦研，我终于能基本看懂结构施工图了。经过前期实习后，我大概了解了整个工作程序。今天我开始正式参与部分核心工作了，师傅给我布置了一个任务。大学里面学习的土木工程专业的知识能真正得到实际应用，我很高兴，这是对我的一次考验，同时也给了我一次机会。因此，我要尽力做好它。

　　我工作过程要相信自己，如果做不到这一点，你就无法成为一个好的职员或者好的领导。一个相信自己的人，才会在走路时神采飞扬，让老板看上去你有无穷的精力；一个相信自己的人，才会在待人接物时落落大方，这一切能帮助老板培养对你的信心，必要时才会委你以重任。你怎么对待别人，别人就会怎么对待你。

　　在工作中，要待人如待己。在你困难的时候，你的善行会衍生出另一个善行。在别人遇到困境时，热情地伸出援手。在职场上，尽可能地做一个与人为善的好人，这样，当你在工作上不小心出现纰漏，或当你面临加薪或升职的关键时刻，可尽可能减少别人放冷箭的危险。

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！