# 大专顶岗实习周记300字【五篇】

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-01-10

*大学实习生首先要注意自身素质，放正心态，切忌眼高手低，文化水平并不是一切，要学会摆正自己的位置，同时要把自己当做真正的员工。以下是为大家整理的大专顶岗实习周记300字【五篇】，供您参考学习！大专顶岗实习周记300字1　　本周，第一次走进病房...*

大学实习生首先要注意自身素质，放正心态，切忌眼高手低，文化水平并不是一切，要学会摆正自己的位置，同时要把自己当做真正的员工。以下是为大家整理的大专顶岗实习周记300字【五篇】，供您参考学习！

**大专顶岗实习周记300字1**

　　本周，第一次走进病房的时候，脑子里是一片空白，一切看来都那么的新鲜。刚去的时候护士长给我们分别安排了带教老师，带教老师先带领我们熟悉了这里的环境，接着为我们讲解科室各项规章制度。刚开始的几天感觉仍是陌生和不解，因为是学生的身份，所以感觉就是站也不对，坐也不是。好在带教老师对我很好，什么事情都为我们讲解，有些事情也让我们去动手，慢慢的我们也熟悉了这里的程序。

　　刚进入外科病房，总有一种茫然的感觉但随着时间的脚步，环境已熟悉，学习也逐渐进入正规轨道，在各个科室的病房实习阶段，了解最多的是各种疾病及其常用的治疗药物，如药物的用法及用量。掌握各项护理的基本操作。

　　实习的及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种护理工作能力。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，如导尿、插胃管、床上插浴、口腔护理，静脉输液，肌肉注射等各种基础护理的操作。

**大专顶岗实习周记300字2**

　　本周，在实习中，让我感受最为深刻的是教师除了在课堂上真正做到以学生为主体，充分调动他们的学习主动性和积极性外，还必须积极使用行之有效的教学方法，这样才能确保课堂教学的成功。

　　在真正课堂教学中，毕竟是第一次站在真正的讲台上面对那么学生，总免不了紧张，差点连话也讲不出，而且经常在讲课过程中忘记下一步该说什么。我也想过把大学所有学过的知识，所有平生知道的知识都用上，但真正上了讲台以后，才发现自己的知识是如此缺乏，除了本身的怯场以外，也跟自身知识储备有限有关。

　　在实习班主任的过程中，让我深刻体会到了作为一名班主任的不易，尤其是担任初中年级的班主任，工作很琐碎，很繁杂。由于初中年级学生的心智还不成熟，在生活和学习，纪律等方面都需要班主任像父母一样仔细地去叮咛，因此，班主任除了要教好自己的那门功课外，更要增加很多其他方面的工作，如课前纪律工作，办理板报，班主任讲话等等。

**大专顶岗实习周记300字3**

　　本周，在实习工作当中我也一直在尝试着去挑战一些难题，让自己迅速的成长起来的方式有很多，但是一定要循序慢进，我真的感觉我现在急需要通过不断的努力提高自己，在实习工作期间我把自己在学校所学习到的知识发挥好，我对自己还是非常有信心的，同时我也认为我有足够的精力投入到工作当中，现在仔细想想我需要进步的还有很多，对于自身的学习我还是需要做到更多的努力，试用期我真的是尝试了很多的工作方式，在这个过程当中我也在不断的磨砺自己，首先对于自己身上的缺点我都是非常的上心的，虽然是一名刚刚毕业的学生，但是我非常的积极，工作当中也是非常用心，对自己有信心才是重要的。

　　在能力上面我也比较重视，我也一直都相信我能够提高自己，在专业知识上面我还是非常努力的，周围很多同事都非常的优秀，是我学习的对象，在工作当中我也是非常用心的，有很多时候还是要端正的。

**大专顶岗实习周记300字4**

　　本周，工作之余，公司领导还给我们多次外出培训的机会，大家一齐放松。这强大的团队感染力时刻提醒着我，作为xxxx优秀团队中的一员，绝对不能懈怠。在以后的工作中，我要以崭新的姿态和高昂的热情更加努力的为每一个客户带来服务。

　　健身行业是一个充满朝气的行业，xxxx是一个蓬勃发展的团体，相信在我们业务能力、服务水平不断提高的同时，会有更多的人选择xxxx，信赖xxxx。

　　衷心的希望公司蓬勃发展，日新月异，也希望越来越多的人加入我们，让我们共同期盼xxxx完美的明天！

　　会籍顾问工作很辛苦，要外出做宣传，同时还有业绩上的压力，几天下来累坏了，长时间站立脚会很疼。有的时候还会受到各种冷遇。我不断给自己鼓励，我不希望自己放下。虽然累了些，我想别人能做的我也能做，别人能做好的我也一样能做好。一切从基础做起。就把这些辛苦当作人生的一种磨砺吧！有的时候想想自己也很有动力，看到一些想健身的人向自己咨询一些问题，我都很热心给解答，毕竟我给他们带来了一个好的健身场所，把一些健身的理念传授给他们。

**大专顶岗实习周记300字5**

　　本周，使我在实践中了解社会，让我学到了很多机械和电学方面的专业知识，极大的拓展了我对机电一体化专业的一些通识性理论知识，对以后从事机电行业都有莫大的帮助。通过与同事们的生活和交流，也打开了视野，增长了见识，为自己以后进一步走向社会与人的相处和工作能力打下坚实的基础。

　　由于我从事主要工作是工艺技术员，每天都是从事变压器的结构工艺，因此对变压器的结构工艺变得越来越了解，结合公司的资料，和实际接触和观察变压器的结构，可知大部分的变压器均有固定的铁芯，其上绕有一次与二次的线圈。基于铁材的高导磁性，大部分磁通量局限在铁芯里，因此，两组线圈藉此可以获得相当高程度之磁耦合。在一些变压器中，线圈与铁芯二者间紧密地结合，其一次与二次电压的比值几乎与二者之线圈匝数比相同。因此，变压器之匝数比，一般可作为变压器升压或降压的参考指标。

　　相信自己会在实习结束以后的工作中更加得心应手，表现更加出色，不管是在什么岗位工作，我都会加倍努力的！

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！