# 大学生顶岗实习周记通用版五篇

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-01-31

*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学生顶岗实习周记通用版五篇，供您参考学习！大学生顶岗实习周记通用版1　　本周，实习过程中，处于前...*

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学生顶岗实习周记通用版五篇，供您参考学习！

**大学生顶岗实习周记通用版1**

　　本周，实习过程中，处于前台这样一个比较容易接触公司内部文件以及高层管理人员的位置上，对信息收集起了一定的帮助，我采用了勤看、勤问、勤学、勤练的方式，对xxxxx日常管理工作的开展有了比较全面而深入的了解。在系统了解了公司经营管理的特点、方式和运作规律后，对xxxxx的经营理念、企业精神有了深刻的认识。

　　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。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道，工作一两年胜过十多年的读书。实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问

**大学生顶岗实习周记通用版2**

　　本周，由于公司需要，就让我一个礼拜去一次龙湖项目上整理图纸、上单、做做变更等事情，有时候还会去参观参观工地，参观工地的过程中我也知道了一些我没听过的词，就像格构柱，它的作用是承受轴向力侧向力，特点是将材料面积向距离惯性轴远的地方布置，能保证相同轴向抗力条件下增强构件抗弯性能，并且节省材料，也知道了格构柱到工程后期是要拆掉的。我还看到了钢筋的绑法，也了解了有很多构件都是事先预制好以后再送到现场来的，而这些预制好的构件一定要在表面打毛，因为工人把预制好的构件放上去的时候还要再浇筑混凝土，打毛的作用就是为了更好的与混凝土连接。

　　最近公司开展了一个全过程造价管理的培训，它的目标就是控制成本，全过程造价管理有4个阶段：前期阶段、招标阶段、合同执行阶段和结算阶段。前期阶段就是估算，估算是四个阶段里最重要的，因为估算阶段是确定目标成本的关键，前期可优化的余地；招标阶段包括招投标、开标、评标、询标和定标，招标时我们可以事先制定一个标底，以此为参考来定标；合同执行阶段包括施工图预算、进度款编制、变更估算、变更审核等；结算就是把施工图预算、变更、现场未完成的内容、差异、索赔、扣款、其他等费用的合计。

**大学生顶岗实习周记通用版3**

　　本周，在实习整个过程中，我悟出了要因人施教，面对不同的幼儿要用不同的方法，每个孩子都有自己的差异，有自己立的内心小世界，而作为他们老师，要想真正走进孩子们的内心小世界，不用心去了解去发现捕捉他们的闪光点是不行的，每个孩子都有他的可爱之处以及不足之处，要想帮助他们改正缺点，不仅要关心和照顾幼儿，和幼儿家长的沟通也非常的重要，在实习期间我试着与家长打交道，与他们交流幼儿在园以及在家的各种表现，实习让我获得了很宝贵的东西。

　　比起“指导老师”这个身份，我觉得她更像我的妈妈，不只是因为她的年龄和我妈妈相仿，更因为她就像是一位慈爱的母亲，用尽心血哺育我这个刚“出生”的孩子。我会积极观察陈老师如何引导幼儿自主学习，当我有疑问时，会及时请教老师，并能很快地将老师传授的经验付诸于行动，成为自己的经验。在陈老师的指导和助下，我很快得就熟悉了工作，并且他都会和我说说班硷每个幼儿的情况，我知道作为一名合格的幼儿园老师，需要通过接触幼儿、了解幼儿，逐步形成尊重幼儿、热爱幼儿、关心幼儿、理解幼儿的教育观念。

**大学生顶岗实习周记通用版4**

　　本周实习，使我们的专业知识得到巩固和开拓，使我们更容易将所学与实践联系起来；实习使我们认识到自身知识的缺漏，必须重拾书本，虚心请教老师，弥补自身的不足；实习使我们更加明确自己的努力的方向，必须充分利用好现有的资源来加深自己的专业涵养。这次实习还让我懂得如何将理论和实际结合起来。我们要经常跟踪专业新技术，新动态，时刻走在时代的前列；还要注重积累经验，增长自己的见识。还要注重养成终身的学习习惯，扩大自己的知识面，才能促进自己不断进步。加深了我们对社会复杂现象的认识，增长了见识。实习给了我们这些身处象牙塔的人一次缓冲的机会，明白了社会是与校园完全不同的。我们要学习的还有很多，我们要思考的还有很多，我们要想通的也有很多。总体的就业形势不容乐观，我们必须不遗余力的去提升自己，不断的充实自己，才有能力迎接社会给我们的一次次的挑战。

**大学生顶岗实习周记通用版5**

　　本周，刚开始的一段时间里我是做一名服务员，做服务员首先要学会的便是操作机台，对每一台机器都要做到了如指掌，机器的开关，卡币、卡票、钞票等的处理，故障的修理等等都要学会；在这过程中我发现学习是多么重要，就算是服务也需要学习，任何工作都离不开玩的我得学习。身为一名服务员与顾客沟通自然少不了，向顾客介绍机台，告诉他们机器的玩法这是最主要的，他们有不会第一时间去帮忙他们，当然把每一台机练熟是我能够帮忙他们的前提。当然，作为一名服务员也是件十分辛苦的事，每一天要站七个小时左右，回到家腿真的挺酸的，并且当顾客比较少时会感到很无聊，人多了又忙，可是时间长了，渐渐的也都适应了。

　　但之后的时间里我又成了一名收银员兼推广员，那时候我的身份是一名收银员，有时服务员的工作也得夹杂着做一些，但主要还是收银的多，偶尔会宣传一下我推出的优惠套餐甚至活动。作为收银员主要学会领币和退币、还要结账、分辨人民纸币和硬币、替顾客兑换礼品、存票、推销卡、套餐之类的，但有时也必须进仓库为柜台补充货品；推广的任务就是要吸引更多的顾客来参与我公司举办的一系列活动，从而能够达到吸引更多顾客，提高营收的目的。

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！