# 大学生顶岗实习周记(15篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-08-13

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。大学生顶...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**大学生顶岗实习周记篇一**

为期四个月的实习生活，我已经体验到了当一名幼儿教师的酸甜苦辣，也更让我体会到当一名教师所肩负的责任。作为一名实习教师，我深感自己的责任重大。因此脚踏实地，虚心学习，提高自身素质，不断完善自我和超越自我便成为了我实习生活的主旋律。我能以教师身份严格要求自己，为人师表，处处注意自己言行和仪表，爱护实习学校的学生，本着对学生负责的态度尽全力做好带班老师及教学的每一项工作。同时作为一名实习生，严格遵守实习学校的规章制度，尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，并且和其他实习生一起团结协作完成实习学校布置给我们的任务。积极的参加实习学校组织的各项活动，很好的塑造了我们河北师范大学学前教育专业的形象，给实习学校留下很好的印象。

20xx年x月xx日我们顶着黑胧胧的雾霾坐上xx顶岗分队的客车历经3小时来到xx，实习学校的领导把我们安排好之后请我们吃了一顿饭，我们倍感领导的关怀和重视。第二天我们三个实习生便被分到了不同的指导教师班级。我被安排到了大五班x老师的班级，第一次看到我的指导老师有一种似曾相识的感觉。早晨的第一缕阳光迎来了我实习期间的第一批孩子，他们看看我，我看看他们，感觉都很陌生。给孩子们介绍完自己，从此便有了新的称呼“x老师”。孩子们每天来到幼儿园都不会忘记说一声“x老师好”“x老师，再见”。这种充满幸福感的声音还没有被我这个稚嫩的老师享受完，就被园长的一声通知调到了大七班。我在大五班只有四天的实习生活，第五天就被调到了大七班，剩下的实习日子便是在大七班度过的。因此，我又有了新的指导老师x老师。x老师非常的热情，在教学方面给了我很多的指导与帮助。在这里我要向我的指导老师说一声“谢谢”。谢谢您帮助我将理论与实践相结合，在教学工作上自己有了新的提高和上升。

刚走进大七班心情是非常低落的，因为我已经熟悉了大五班的学生和环境，再者是因为大七班的环境很差。幼儿园后院有三个班级分别是大七班、中三班、小班，我们三个称之为“冷宫”。因为这三个班级与前院与世隔绝，还有就是环境差，我所在的大七班一个大讲台、一块大黑板、40个孩子，教室非常的小，座位完全是小学模式。这就是这个班级的大概布局和设施，完全不像幼儿园的教室。当时心情非常的低落，环境不能改变你但是你可以试着去创设新的环境，想明白后，立马改变了这种消极的态度，以积极的心态迎接我新的一批孩子。x月x日我便接手了x老师的班，开始自己去组织管理课堂。但是在我刚带班时，一个孩子便出了事故。因为我的一些做法都是模仿这个班的老师做的，中午孩子吃完饭就让他们出去玩，自己在屋里收拾卫生。没想到孩子在自由状态下，一个女孩摔倒了，这件事情对我的触动非常深。让我对幼儿教师这个职业又有了新的认识，同时，在那一瞬间感觉自己成长了！也要感谢x老师的一句话：作为新教师自己带班责任非常重，但是你要有一个“闯”劲，就会做得很成功。一个“闯”字让我学会了面对班里发生的一切问题，没有退缩，重新又开始了我的带班生涯。总结失败的教训和经验，最后直到实习结束一切都很成功和顺利。我想这就是一种成长，这就是实习的一种收获。

在教学方面，刚开始认真听园里骨干老师讲课，吸取经验。之后在3月下旬就开始自己备课，修改教案，确保教案教学课件规范，内容准确。积极了解幼儿的个性差异，针对幼儿的年龄特点进行教学。课堂上积极面对，教学语言表达清晰流畅，虚心听取指导老师的意见，弥补自己在教学工作的不足。有错必改，自我进步。

给幼儿上好一节课，导入非常重要，为了吸取幼儿的注意力，我经常采用的方法有，视频、头饰、图画等。导入成功这节课便成功了一半。在教学过程中，始终体现以幼儿为主体的教学模式，尊重幼儿的个性发展，培养幼儿的创造力和想象力。教育无处不在，对幼儿的教育更贯穿的日常生活中。观察幼儿的行为习惯使幼儿养成良好的常规。幼儿园工作虽然繁琐但是在教学与日常管理中严格要求自己，同时也要求幼儿做一名懂礼貌、爱学习的好孩子。真正履行做一名实习教师的职责。

在服务幼儿园方面，我们积极配合幼儿园参加一类园评比活动。每个班级都要创设区域角，而我们大七班，地方非常狭小，什么材料也没有，因此创设起来非常的困难。我们三个老师在思索之后，创设了图书吧、娃娃家、美工区、自然角。所需要的图书架、美工区的小桌子、自然角的花盆全是我们自己动手做的，正所谓“自己动手，丰衣足食”。创设完成后自己感觉到非常的有成就感。这些都是在学校未接触到的，在这里学习到了环境创设和区角创设的经验，这又是一种成长，一种收获。

在实习学校工作方面，积极努力的投入到实习学校的各项工作中，充分利用实习的机会，参加学校的各项活动，使自己更加的完善起来。不光只要求自己完成就好，应当更加出色的完成高质量的工作，这样才能更好的锻炼自己。在幼儿园除了教学工作外，我们还参加幼儿园的“教研活动”、“优质课比赛活动”、“案例课题研究活动”、“幼儿运动会”、“组织大班考试”、“师德师风演讲比赛”、“六一儿童节表演活动”、“主题课活动”、“简笔画比赛活动”……积极参加学校组织的一切活动，并且还得到校领导的多次表扬，荣誉证书便是对自己的鼓励。这也是一种成长，一种收获。

在团队工作方面，我们三个实习生都是来自同一个班级，因此比较认识和了解。在生活和工作方面都相互理解、相互帮助。而我作为实习小组长负责通知他们学校里分配的各项任务，组织大家积极完成工作。听从驻县老师的安排，积极配合，完成任务。注重团队合作，相互学习，不管是生活上还是工作上都不能出现分歧，即使有意见应该提出来，大家一起分析解决问题，保证团队了的和谐和高质量完成任务。这更是一种成长一种收获。

为期四个月的实习生活快要结束了，最后我要对自己说一声谢谢。谢谢自己的努力，谢谢自己的勇敢，使我最后满载而归。相信这四个月的挑战生活对自己未来工作和生活都将会影响至深。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”在幼儿教师这条道路上我还有很多路要走，但不管怎样，我都将虚心求教，勇敢的尝试，因为我始终相信“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来！”

**大学生顶岗实习周记篇二**

xx国际贸易有限公司是一家主要做国际贸易的公司。公司主要通过计算机与国内外客户达成交易，先后与美国，欧洲诸国乃至非洲均有贸易来往。是以，公司计算机的稳定性与安全性就成了至关重要的一点。一台经常出现故障以及存在木马的电脑是决计不能成为公司所需要的电脑的。然而尽管现在电脑已经趋向成熟，但事无绝对，谁也无法保证电脑在试用期间绝对不会出现故障，不管是硬件的还是软件的。然而，在出现问题后再匆匆忙忙的去找维修是来不及的，不仅耽误了大量的时间，同时也增加了公司的经济负担。

而我。则是在公司中电脑日常维护，电脑所用软件的日常检查以及简易的维修。比如电脑蓝屏等一些非硬件故障所出现的问题便由我们所来解决。

(一)办公室电脑的日常维护与检测

1.负责办公室电脑的日常管理，维护。

2.在其他员工下班后检查所有计算机是否关机。

3.在公司员工的计算机出现故障时及时去解决，解决不了的及时联系维修人员来修理。

4.在公司引进新电脑时负责检查新电脑是否有隐藏的问题;若有问题则与电脑销售公司协商解决，没有问题则在最短时间内将所需要的软件安装好。例如各种聊天工具以及ps等。

(二)计算机的维护——磁盘清理

新的计算机在使用一段时间后或多或少都会积累一些垃圾在磁盘中，这会大大拖慢计算机的运行速度。在这时，我们就需要进行磁盘清理将那些磁盘中的垃圾碎片以及不需要的注册表等清理出去。

统一操作清理的，如下：

1.打开桌面上：我的电脑，进入分盘区。

2.点击自己想要清理的盘，左键点击，在出现的下拉列表中点击：属性，进入属性窗口，选中：常规，选项卡，会出现一个：磁盘清理。

3.点击：磁盘清理，随之会出现一个磁盘清理窗口，默认是一个磁盘清理选项卡，主要是以回收站内的为主;其他选项，内可以有更多的选择，根据需要进行选择清理。

4.若是回收站内有相应的文件需要清理，可以点击进行删除操作。会跳出相应的窗口需要进行确认删除。

5.若是其他选项卡，进行清理时，会罗列一批需要清理的文件，选中需要清理的文件，再点击文件上部的：卸载，就可以了。

手动清理如下：

1.打开本地电脑盘，进入相应的盘子。

点击右上角有一个：搜索栏，根据自己需要清理的文件扩展名，进行输入。

2.在右上角有一个小的搜索栏中输入：\*.jpg，按回车键，会一 一罗列出搜索到相同扩展名的文件，可以根据自己的需要删除的操作情况，选中相应需删除的文件，点击：删除，就可以了。

3.另外还有一种可以用一些小工具，直接在线清理的，这里就不说了，根据个人情况进行操作释放出空间来即可。

通过这次实习，我深深认识到了自己的许多不足。在实习过程中发现对于某些知识的掌握本以为已经相当透彻，但是实际情况往往与预想不太一样，因为自己的许多认识很多都是建立在理论的基础之上，而缺乏实践验证。所以对一些观点的认识往往会趋于片面，所以在日常工作当中还是应当充分认识到理论与实践的联系。通过实际的工作发现自己的知识储备还是比较薄弱的，工作中遇到很多知识点都是未曾接触过的，因而应当进一步丰富自己的知识储备。在人际交往方面，感觉自己还不够自如，还有待进一步锻炼这方面的技能。对相关的业务知识了解还比较少，缺乏相应的经验，所以在这方面还需更加努力。为了进一步提高自身的综合素质，除了弥补以上的不足之外还应当进一步拓展知识面，加深对某些重点知识的理解和掌握，并且在实际的工作过程中注意积累各方面的经验，锻炼各方面的技能，提高自身的综合能力，紧跟社会变更的步伐，永葆思想和技术的生机活力。

(一)对于我们实习生来说，首先在校学习期间，思想上要引起重视，自大学一年级开始大学生就要培养“生存危机”意识，认识到实习的重要性，自觉将实习作为一次难得的学习、检验和强化技能的机会，为将来的工作积累经验与基本技能。平时觉得自己能够胜任的简单事情，当真正动手做时却不是那么简单了;应该结合个人的兴趣、价值观、能力、技能、职业发展倾向做个详细的职业发展规划

(二)对于学校来说，我认为在校时应多增加实训机会，特别是可以到企业实训或观摩的机会，而不是到毕业才感受到实际工作与平常在校学习的有很大的差异。多安排实践给学生，只有在动手的同时才能把书本上的理论知识充分领悟，那样以便在今后的工作岗位中得心应手。也要为学生制订切实可行的实习计划，建立信用档案，将相关数据载入数据库，建立、健全大学生实习双向导师制度，院系和实习单位都应当指派专门导师为学生指导，导师所指导的学生应当有数量限制。 最后，可以的话，学校应当提供一定的经费，与相关企业共同建立大学生实习培训基地，利用现代科技手段在网络上开设的实习基地，利用网络的平台提供人才资源储备

**大学生顶岗实习周记篇三**

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。

针对于此，在进行了四年的大学学习生活之后，通过对《会计学原理》、《中级财务会计》、《高级财务会计》、《管理会计》、《成本会计》及《会计理论》的学习，可以说对会计已经是耳目能熟了，所有的有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些似乎只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。于是在坚信实践是检验真理的标准下，认为只有把从书本上学到的理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能真正掌握这门知识。因此，我作为一名会计专业的学生，在20\_\_年的\_\_，有幸参加了为期近一个月的专业实习。

我的家在\_\_，今年寒假回去，由于快要毕业了，万种思想凝聚于心，自然想着要找到一份好工作便首当其冲，但由于我们专业的特殊性，会计一门实用性、操作性很强的学科，如果不进行实际动手操作演练，而只是凭着书本上的一些理论性的东西去从事会计这门行业的话，那么你的工作将会非常不适应，以至于在工作中出现意想不到的差错。这也就是所谓的会计专业从业的谨慎性了。

既然不能先去找工作，我想还是先实习一下吧!说不定工作就此而有了着落了呢!

初来乍到，我这一介书生顿显窘迫，紧\_地有点说不出话来，含糊其词地把自己的大学生活、学习情况作了一个汇报，然后就是沉默不语。

公司经理看出我的局促感，于是打破僵局说：小伙子，长得蛮帅气的嘛!一句不经意的夸赞顿时消除了我心中的紧\_情绪，我笑了笑说：多谢经理夸奖!以后有许多向经理您学习的地方，还请赐教。

看似平淡，像拉家常一样，我和经理就这样认识了，经理也姓\_。这时候\_经理打了一个电话，让财务科的一位负责人过来，我坐在经理的办公室等着。

一会儿，来了一位中年人，经理介绍说这是公司财务部的\_会计，你以后就跟着他学习吧。我连忙起身，与他握手致意，并把自己此次的一些实习情况又说了一下。\_会计点点头，笑着说：好好干!就这样，我的实习开始了。

(一)20\_\_年\_月\_日，第一天上班，心里没底，感到既新鲜又紧\_。新鲜的是能够接触很多在学校看不到、学不到的东西，紧\_的则是万一做不好工作而受到批评。

也许是公司成立的时间不长，造纸厂的会计部并没有太多人，只设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而我所见到的\_会计就是其中一个。

也许同是家乡人的缘故吧，\_会计对我非常和气。他首先耐心地向我介绍了公司的基本业务、会计科目的设置以及各类科目的具体核算内容，然后又向我讲解了作为会计人员上岗所要具备的一些基本知识要领，对我所提出的疑难困惑，他有问必答，尤其是会计的一些基本操作，他都给予了细心的指导，说句心里话，我真的非常感激他对我的教导。在刚刚接触社会的时候，能遇上这样的师傅真是我的幸运。虽然实习不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融入到工作中了，因而我觉得自己过得很充实，觉得收获也不小。在他的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

(二)第一天算是熟悉了一下公司的基本情况，第二天，我按照上班的时间早早地来到单位，先把办公室的地板、桌椅打扫干净，然后又把玻璃擦了擦，第一项工作完成了，我满意的给了自己一个微笑。

\_会计也准时来到办公室，他对我说，今天主要让我浏览一下公司以前所制的凭证。

一提到凭证，我想这不是我们的强项吗?以前在学校做过了会计模拟实习，不就是凭证的填制吗?心想这很简单，所以对于凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上大学里学的理论对于区区原始凭证可以熟练掌握。也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石会计分录，以至于后来\_会计让我尝试制单时，我还是手足无措了。这时候我才想到\_师傅的良苦用心。于是只能晚上回家补课了，我把《会计学原理》搬出来，认真的看了一下，又把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而对此有了更加深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备，呜呼!这就是会计所要从事的工作。

(三)在接下来的日子里，我所作的工作就是一边学习公司的业务处理，一边试着自己处理业务。

做过会计模拟实习的人都知道，填制好凭证之后就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，不像在学校，错了还可以用刀片把它刮掉，在公司里，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。比如说：

快过年的那几天，公司事情主要是处理年底结账及福利，每个员工脸上都洋溢着微笑，想必是快要发工资的喜悦所致吧!

大年初十，公司正常上班，我也被作为一名准员工按时报到，继续从事我的工作。

有了前面的一些接触，再次操作就感觉得心应手了，而且这个时候，对于农村来说，年味还浓，大家都还沉浸在过年的那一番喜悦之中，所以，从初六到十四，厂里业务不是很多，大家看起来也不是很忙，我闲着没事就去厂里转转，而后就是向师傅们请教。

我的虚心学习得到了公司的认可，由于要早点返校，我不得不结束我的这次实习，临走的那一天，一种日久生情的感觉油然而生，相处长了真有点舍不得，公司\_经理在我临走的时候说：如果你回家乡发展的话，不要忘了和我联系!说罢，递给我一\_名片。我双手接过，连同实习鉴定表一起装进口袋，这一天是20\_\_年\_月\_日。我的为期近一个月的实习就此结束了。

这次实习，我对该公司的一些情况有了一个基本的了解，根据在实习期间的所见，我对公司的今后发展提出了以下的建议：

1.公司成立不久，应加大宣传力度，让更多的老百姓都知道有\_\_这个牌子，更知道这个牌子的产品是做何用途的，这样公司的业务面才会越扩越大。

2.公司的财务体系还不是很完善，财务人员的素质还有待于进一步提高。在所有的凭证中，仓库人员只核算材料数量，而没有接触金额的核算。金额的核算一般由财务室来完成，这与我们所学到的凭证做法有一定的出入。

3.在管理制度上，应该建立奖惩分明制度，在我实习期间，让我感觉最明显的就是在管理体制上，制度不明确，赏罚不分明，这样不能够调动员工的积极性，从而降低生产量，减少利润。

4.在今后的公司发展上，应注重规模效应，培养团队精神。就该公司的目前情况来看，规模还仅限于小机械、分工作业式，还没有形成一定的规模。再一点，各部门的协作能力不是很好，还没有培养出一种团队精神。

实习真的是一种经历，只有亲身体验才知其中滋味。

课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，但我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付这瞬息万变的社会呢?

经过这次实习，虽然时间很短。可我学到的却是我四年大学中难以学习到的。就像如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部等其他部的同事相处好，那样工作起来的效率才会更高，人们所说的和气生财在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实习的目的了。

会计本来就是烦琐的工作。在实习期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致雪上加霜。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!

实习虽然结束了，再过两个多月，我们真的就要走上工作岗位了，想想自己大学四年的生活，有许多让我回味的思绪，在这个春意盎然的季节，伴随着和煦的春风一起飞扬，飞向远方，去追逐我的梦!

**大学生顶岗实习周记篇四**

社会的竞争激烈，适者生存，我们只有不断的充实自己，提高自己，才不至于被这个社会淘汰。顶岗实习对于大多数应届毕业生来说，是一个极其宝贵的经验。常言道：读万卷书不如行万里路。三个月的实习时间虽然不长，但我却得到很多关于做人，做事的学问，这些对我们的人生都是十分重要的。

20xx年12月底至20xx年5月，我在南海原力变压器有限公司担任生产工艺技术员岗位顶岗实习。我公司创办于1988年，经过20年的发展，现注册资本人民币3000万元，是广东省机械行业协会和广东省电气行业协会会员单位，是广东省质量协会会员;iso9001：20xx国际质量管理体系认证企业;是全国电网建设与改造所需产品选型厂推介企业。公司的油浸式、干式变压器等典型产品，通过了国家变压器质量检测中心等权威机构的型式试验;通过了广东省级鉴定。禅星特公司的变压器质量得到了质检等部门的好评，先后被国家有关部门授予“中国质量信用企业aaa级”，20xx年“行业十大质量品牌”，“中国质量500强”等称号。

这是我第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间打卡上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。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，一开始我感到了彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境，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紧要的杂活。而在学校，有老师同学的关心和支持，每天的任务就是上课学习，很轻松。但很快的我认识到，在社会大学这个大学堂里我还是一个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚谨慎的心态，无论大小事，都要认真踏实的完成每一件事情，走好每一步。

一开始进公司的时候，我什么都不懂，所以领导安排我跟着李前辈学习，他是一位老员工，从事变压器行业已经有10年之久，所以他对各类变压器的生产工艺的工作比较了解，多亏他细心的指导和帮助，我才能在短时间内了解生产工艺技术员的工作内容。短期的实习，让我学到了不少东西，从变压器所用的外壳(钣金件)的成型和折弯、美工，到组装车间的组装优化，以及配套车间的各种部件(线圈，垫片)的成型工艺等。但除了浅层次地学习了有关专业的技能外，我还感受和体会到了很多技能之外的东西。首先是公司生产的产品是变压器，要求是非常精细的，因此工作中很能感受到同事的敬业和蓬勃的工作氛围。走进这样的一个集体中，你的心会不由自主地奋发起来，你的脚步会不由自主地跟着大家快起来，而你的工作态度更会变得努力、认真，再认真一些，再努力一点。但当我深入和他们生活交流后，才发觉，他们大多都只是高中、职中毕业的，很少是大学毕业的。但现在他们之所以能成为公司的骨干员工，完全源于公司的培训和自强不息的学习。也许，这就是一个集体的凝聚力，一个企业写在书面之外的“特殊文化”吧!

我们公司主要是生产各种大型变压器，由于在学校学过电机拖动课程，所以对电磁方面的了解是有理论基础的，因此工作接触起来还是学的比较快的。在入职的时候，公司给我们进行过围棋两周的培训，除了一些公司的6s管理规范以外，还由深入浅的给我们讲解了各种变压器的原理，总结培训中的笔记知识令我明确了解到变压器是利用电磁感应的原理来改变交流电压的装置，主要构件是初级线圈、次级线圈和铁心(磁芯)。在电器设备和无线电路中，常用作升降电压、匹配阻抗，安全隔离等。在发电机中，不管是线圈运动通过磁场或磁场运动通过固定线圈，均能在线圈中感应电压变换、电流变换、阻抗变换、隔离、稳压(磁饱和变压器)等。另外在工作实践中，我了解到，变压器常用的铁芯形状一般有e型和c型铁芯，xed型，ed型，cd型，不过我们生产的产品中，接触比较多还是e型和c型。

培训期间，李经理还给我们郑重的介绍的变压器的各种用提。按用途大致可以分为：配电变压器、电力变压器、全密封变压器、组合式变压器、干式变压器、油浸式变压器、单相变压器、电炉变压器、整流变压器、电抗器、抗干扰变压器、防雷变压器、箱式变电器试验变压器、转角变压器、大电流变压器、励磁变压器。

变压器的最基本形式，包括两组绕有导线之线圈，并且彼此以电感方式称合一起。当一交流电流(具有某一已知频率)流于其中之一组线圈时，于另一组线圈中将感应出具有相同频率之交流电压，而感应的电压大小取决于两线圈耦合及磁交链之程度。

在公司给我们的培训资料中，我们又知道：一般指连接交流电源的线圈称之为(一次线圈);而跨于此线圈的电压称之为(一次电压)。在二次线圈的感应电压可能大于或小于一次电压，是由一次线圈与二次线圈间的「匝数比」所决定的。因此，变压器区分为升压与降压变压器两种(这些专业知识是学校课堂以外的了)。

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。由于此项升压与降压的功能，使得变压器已成为现代化电力系统之一重要附属物，提升输电电压使得长途输送电力更为经济，至于降压变压器，它使得电力运用方面更加多元化。经过对变压器的深刻了解，或者我可以这样大胆的说，如果这个世界没有变压器，现代工业实无法达到目前发展的现状。

六个月的实习期，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。同时，我也了解到机电行业博大精深，自己目前只是接触了一点皮毛，路漫漫其修远，职业生涯刚刚开始，我会在以后的工作学习中更加努力，学会去取长补短，虚心受教。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!

**大学生顶岗实习周记篇五**

一、顶岗实习基本情况

为了能更好的在毕业以后适应社会的工作，学校要求在大三的时候进行以工带学的教学方针，为了迎合学校的政策，我也找到了实习单位完成这大学期间的最后一门课程。

(一)实习岗位

销售代表

(二)实习时间

xxxx年3月至xxxx年6月30日

(三)实习目的

转眼间，三年大学生活已经接近尾声，毕业的钟声将要敲响。将课堂所学知识运用于实践成为毕业生们必经的道路。

实习不只是实习

不少毕业生为了累积经验而努力积极找实习工作，有的则是为了从不断更换的实习工作中找到自己适合的工作，有的干脆就是为了打发时间，让自己躲在实习的外衣里，迟迟不肯面对找工作独立生活的现实。不管怎样，频繁的更换实习工作会和频繁的更换正式工作一样，到处浅尝辄止，最终得到的也是无从下手。

用人单位对短期内频繁跳槽的求职者也会提出大大的问号，认为这样的求职者缺乏稳定性、规划性。对于企业的员工稳定和文化发展有着不好的影响。

实习不必专业对口

对于很多大学生而言，如果自己所学的专业能够“学以致用”是最理想的事情。可眼下，“工作与专业不对口”也是大学生就业的现状之一。

在选择实习工作时，大学生其实不必过于“执着”专业的对口性，应更多地考虑兴趣尝试，在摸索中寻找自己的职业兴趣点，惟有如此，才不至于在毕业之后出现短期内频繁跳槽的状况。

为未来铺路据调查显示，60%以上的应届生认为得到相关实践经验是才是实习的真正目的。他们希望从实习的工作中找到自己的工作方向，同时也是一个对社会了解机会。实习作为学习与工作的缓冲，对于个人职业生涯的发展确实起着重要的作用。可以帮助学生实践所学知识、积累社会经验，并可以亲身体验目标工作的具体内容，认清自身距离职业化的差距。

尽管不少实习生对工资待遇和“打杂儿”的身份抱有消极情绪，但是从长远的利益来看，实习更能便于他们找准自己的职业定位，让自己的求职简历变得充实生动。有计划有针对性的实习，会帮助你了解你希望从事的职业的“真面目”，提前做好继续坚持或者转行的准备，也是为一些在校生毕业后的正式就业铺路。

(四)实习单位介绍

xxxx年3月我有幸来到了天津奥索企业管理有限公司。公司始建于1997年，总部设在山东济南，是一家以民营资本为主、与国有资本和外资相融合的多元化企业。奥索集团的核心优势在于营销策划和营销团队建设，集团致力于打造全国最优秀的营销方队。奥索集团在中国保健品领域取得了优异的成绩。主要从事生物技术特色的现代生物制药、保健食品和健康用品的研发、生产、销售与服务。公司本着始终贯彻执行“爱和创造”的企业理念。公司本着“起跑线上无高低，途中跑中出人才”的用人观，构建了一支管理、生产、研发、销售及服务的精英团队，为奥索企业未来的发展奠定了坚实的基础。公司十分注重人才的培养及团队建设，“广纳人才、培养人才、善用人才、善待人才”的人力资源策略，为公司吸纳了一批年轻有为的技术骨干和营销精英;“乐观、积极、学习、合作”的良好氛围，为每一位员工提供了理想的事业舞台;优厚的薪酬福利待遇及丰富多彩的企业文化活动，充分体现了公司于员工共同成长的企业内涵。 这公司的经营理念是：质量和服务是经营的重中之重、把顾客放在第一位。 由于有良好的质量加服务，本公司已建立了良好的业务关系。

二、顶岗实习过程

刚开始进公司的时候主要是培训学习，我们总共培训了三个周。开始的时候是主要介绍我们公司的企业历史、文化背景、企业的现状和企业未来的发展。之后的培训主要围绕企业、产品的介绍应用病例特性以及相关的销售技巧的培训。在后来的实际培训当中，我对一些工作感到无从下手，茫然不知所措。正式上班第一天领导派给我个师父，让他对我的工作进行全程指导，并再次给我们介绍了企业文化和相关的企业介绍以及公在公司中需要遵守的一些规章制度。平时与同事相处中，好在年龄差不大，好在有师傅温和地指导，我发觉和各位同事们相处也并不是很难，他们善于处事，有很大的包容心，我也慢慢融入这个大家庭，这得感谢这位前辈的淳淳教育。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。从此以后，我每天埋头于产品知识、病理等等。开始上班的时候让我先熟悉公司生产产品以及销售产品的流程。因为我目前处于了解公司的一个过程，所以暂时公司给我分配工作。首先接触的是如何融入工作，并把了解到公司的知识运用到实际当中来，我们公司处理工作的基本业务流程是：先由销售人员去外发传单搜集资源，根据资源打预约电话，然后在规定时间内一访客户，对客户进行一定的了解，让客户填回访单。二访客户介绍我们的公司以及公司产品，邀请客户直接来参加我们的读书会，之后便是在来参加公司组织的会议营销，请专家来讲解一些相关的病理知识，并做一些相关检查，根据不同的检查，给顾客提供不同方案，供其选择。在工作中首先对于客户我认为首先要把握客户的心理，有的客户比较直接，我们就要精简话题，有的客户比较注重学术，我们就要在表达学术上多下功夫，不管是哪一种客户，我们都要设法在聊天中了解客户需求。在拜访之前我们要做做好充分的准备，并在聊天中注意语言的表达。然后我们根据客户填的回访单，对问题一一解决!

在第一次收单的过程中，我遇到了很多拒绝我的人，当时很害怕，一个人的拒绝导致我再也不敢给第二个人发单。因为怕被更多的人拒绝。一直是我的师傅在开导我，他说：要不要是他们的事，发不发是自己的事，他不要说明他丢掉了一次健康的机会，而我们也可以把这些单发给更多有需要的人。就这样我融入了我们这个福达平大家族中。而且也慢慢的接受了被拒绝的可能，开始对自己的工作充满了信心。当看到那些服用我们福达平的叔叔阿姨们的身体得到调节同时，也看到他们的脸上充满了微笑，每每这时，我就感觉自己很有成就感。

在家访途中，我还遇到过不让我进家门的叔叔阿姨，虽然说我的心里还是很不好受，大是我还是很坚强地继续我的下一家家访，当然也有很多热心肠的叔叔阿姨，对我嘘寒问暖，备受关怀，所以不管工作中遇到怎样的待遇，我都会以平常心对待，不骄不躁。这份工作，对我来说，有打击，也有温暖，所以无论如何，我都会坚持下去，做好我的工作。

时间过的真快，转眼间，在奥索企业的三个月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了签单子的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实业务处理的流程，使我对一个公司的运行模式的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的是中文，和实际很脱轨，但是在三年大学生活中学到的点点滴滴很多都能代入工作过程中。譬如如何与人相处、真诚对人，譬如不论干什么都需要本着踏实的态度不断学习，此刻在实习中我才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。

三、顶岗实习内容总结

在奥索企业我学会了下面几点找工作的心态：

(一)继续学习，不断提升理论涵养

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

(二)努力实践，自觉进行角色转化

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

(三)提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

实际上，实习只是接触社会的一个过程，大学生实习的目的应该是为了自己日后的发展，而不仅仅是累计工作经验，只有智勇双全，才能在这个社会中出人头地。实习生与实习单位之间是双赢关系，有价值的付出一定要有价值的回报，不存在施舍性的实习岗位，能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需，而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

在实习中，我严格按照实习规程进行操作。做为一名初出茅庐的普通大学生，我不会放松对自己的要求，我希望用自己一开始的学习热情来对待日后的每一项任务工作。在这次毕业实习期间，虽然经常感到很苦，很累，但苦中有乐，累中有趣，也都表现的非常地积极努力认真。

这次实习，增强了我毕业就业的信心和勇气。许多同学都认为，自己以后进入企业都是可以胜任的。由此看来，我们在大学里还是学到了不少东西，只是感觉不到而已。所以，我们有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。

**大学生顶岗实习周记篇六**

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程,不知不觉我们的大学时光就要结束了,在这个时候,我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到xxxx限公司，在这里进行我的毕业实习。

公司于一九九三年成立，地处长江三角洲沪杭甬城市经济圈的中心地带，交通便捷，地理位置优越，是集研发、生产、销售、服务为一体的高新科技企业。公司多年来集中有限资源、充分挖掘出了自身的比较竞争优势，通过观念创新、技术创新、服务创新来保证企业高速发展。

开发项目：各种定时器系列，漏电保护器，过压保护器，插座和调光插座，宠物用品，灯具等。公司宗旨：科技创造价值、质量赢得市场、诚信铸造品牌、服务成就未来。

为了达到毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个的实习工程中,我总共做了以下的一些工作,同时自己的能力也得到了相应的提高

1、工作能力。在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

2.实习方式。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。

3. 实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

我怀着美好的期盼来到xxxx有限公司开始为期几个月的实习生活。在这段时间里，我学到了许多书本上学不到的东西，虽然一开始有些单调,有些无聊，但毕竟也让我学到了许多。刚开始几天的维修工作让我对电子产品有了初步的了解,正式开始后，有一位师傅带着我教我怎样维修。我的师傅是一个很开朗的人，跟着她随时会被她的开心所感染，她说要开心地工作，工作得开心，只有这样才能做到更好。我也觉得做任何事情都一样，只有开心地去做才能把事情做好。

总而言之，此次顶岗实习的机会来之不易，工作的经历也来之不易，也相信此次实习会令我终身受益。

半年实习时间，在不经意间就从手中溜走了，在这期间有太多太多东西值得记住了，我笨拙的笔是不能详尽其中酸甜苦辣。

还未来实习顶岗前，我便满怀期待和憧憬迎接未来的路，我想象过实习时会遭遇的哪些困难，可是梦里走的再远，醒来还是在床上，终究要行在实习的路上才知道会发生什么，遇到什么，会收获什么，会得到什么。

我实习的学校是一所农村初级中学，学校规模较小，学生大概有三百人左右，没有分重点班。你去任何一个班都有各自风格，他们活跃的，开朗，有积极向上的求职精神，在这样的环境里，我看到了一种崭新环境的成长舞台，我看到了一种千载难逢的好机会，在这样的学校里实习，既能检验自己所学的知识，也能接触到最真实的基础教育。我努力珍惜这样的机会，利用所有可用的条件，进行教学，班级管理的学习，希望自己早日成为一名合格的人民教师。

**大学生顶岗实习周记篇七**

实习目的：社会实践是学校根据专业教学的要求，对学生已学理论知识进行综合运用的培训，其目的在于让学生接触社会，加强对社会的了解，培养和训练学生的认知、观察社会以及分析解决问题的能力，提高学生的专业技能，以便更好的投入到社会工作中。

(一)单位概况

\_\_\_\_有限公司位于\_\_\_\_路，是工商和税务输部门核准注册成立的具有独立法人资格综合纺织品服务商之一。该公司以专营商务休闲、牛仔面料为核心业务的纺织品公司，公司以提供特殊后整理、特殊印花面料等高附加值产品的业务，不断为客户创造更大的价值，致力将我们完美的产品、合理的价格、极致的服务提供给客户。

(二)岗位介绍

实习期间，我担任会计一职。工作主要以手工账为主，主要负责应收款项、应付款项、费用以及库存等科目的日常登记工作，因为我们是以销售为主的公司，所以，平常应收账款科目和应付账款科目应用比较平凡。费用主要是日常经营所需的管理费用和财务费用。库存主要根据每天进货和销售情况计算出实际的存货，月末编制出报表，通过一个月的经营，算出月末的资产和本月的利润。由于是个体企业，所以没有年报和半年报。

20\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日我踏出校门开始实习，并一直在本单位从事会计工作。

(一)实习前的准备工作

不一样的生活，有些期待，带着这种心情，我踏上了岗位工作，想象中的忙忙碌碌，想象中的自我价值的实现都浮现在眼前，我想这里应该是我展示自我的平台了。

学校实训接触过的记账等内容，使我对工作并不陌生，但我知道这和工作并不完全一样，理论联系实际的诠释便是将自己的理论知识糅合到岗位中，因此对待这份工作，我更多了一份小心谨慎。

期待但有些悸动，兴奋的心情难以阻挡我满腔热血，走上了工作岗位，新鲜的环境也是我时刻告诫自己，体现价值更是学习知识的时候到了。

(二)实习主要工作内容

作为个体小型企业，单位在职人员并不多，工作开始，财务主管给我讲述了我工作的大致内容：每天根据库房的出库单、入库单和销售单据记账。账本的样式为借贷余三栏式账本，具体内容为：根据厂家的出库单和库房的入库单登记应付账款科目;根据库房的出库单和销售单登记应收账款科目;根据凭证登记银行存款日记账、应收、应付科目和费用账;根据库房的库房的出库单和入库单登记库存。

记账完毕必须做好账目的整理工作，厂家的出库单、销售单、退货单、拉车费凭证要分类整理，销售单分3联，第一联白色单据为存根，第二联红色单据为客户单，第三联蓝色的单据记账单，另外客户签字和没有签字的分别整理;布料分为厚料和薄料两种，所以厚料和薄料的单据也要分别整理。

月末做报表，在做报表之前必须和财务主管对账，将我们的数目和主管掌握的应收应付科目账和银行存款日记账进行核对，如果数目不同就表示出现错误，应尽快查找并更正。每个月向给厂家对账单，所有准备工作都准备充分后开始做月报。每个月4号出月报的同时将上一个月经营的所有单据装袋封存，5号开始下一个经营。

为了更好的盈利我们还积极进行了产品的更新与开发，针对此项我为自己设计了一张开发费用表，其中包括日期、样板、剪板、做裤、放样、出差、其他科目，简介直观，大大提高了工作效率。

其次的工作就是根据客户的需求向厂家下订单，以及日常的统计工作。

(三)其他相关工作内容

1、了解我们所经营的布料，如开发的新布料品种、引进的新型工艺、主推的产品、每种布料的成分等

2、做色卡、整理样裤，剪线头等一些零碎工作

1、定额税问题

个体企业所采用的定额税是我们在学校里接触相对较少的，因此初期工作进展困难，但通过请教、查询资料等方式我掌握了相关知识。

因为我们是个体企业，所以采用的是定额税。在学校里，没有了解到有关这种税更多的知识，所以一开始不是很明白。后来通过查资料了解到这种税的相关知识。

定额税，也称“定额税率”，是指对单位课税对象按固定税额征收的税。定额税计算简便，适用于从量计征的税种，一般对那些价格稳定，质量和规格标难较统一的产品课征。

2、企业之间的汇款

企业间汇款是我在工作之前没有接触过的，第一次给厂家汇款我闲的很紧张，对于单据的陌生使我有了一些为难情绪。到了银行通过咨询工作人员，我正确的填写了对方开户行、资金用途、汇款金额等各个科目，最后金额顺利汇出，这是我了解资金运转的另一种方式。

因为在没上班之前也没有机会了解到企业之间汇款问题，第一次让我去给厂家汇钱，我显得很紧张，因为从来没有接触过，所以感觉是相当的复杂。到了银行，我咨询了大堂的工作人员，我要给企业汇款需要填什么样的单据，他们告诉我只需填一张汇款单就行了，我填一张汇款单写清了各个科目最后顺利的汇出去了，原来还是挺简单的和个人之间的汇款没有什么区别。

3、做月报

月报简单来说就是对这一个月经营做一个统计，我们的月报没有那么正式，简单来说就是对这一个月经营做一个统计，月报的内容包括到4号为止现金和银行存款的总额、应收账款总额、库存总额这三项之和减去应付账款总额算出一个净资产，这一个月的利润减去费用和其他项得出一个净利润，用这个月的净利润加上上一个月的净资产得到一个数。

如果这准确无误数和这个月的净资产相等就表明这份月报是对的，如果不等就表示是错的。对于这个问题我一直很不解，我不明白算的理论依据是什么，总之我这几个月算下来没有一次是对的上的，总是存在误差，但是我的银行存款日记账、应收账款科目、应付账款科目两个人对账时都是一致的，所以那两个数对不上我也一直很不解，不知道它到底是对上了是对的，还是每个月都不同是对的，这个问题到现在我也不是很明白。在工作进行之中我也一直在和同事研究探讨这个问题。

会计专业是一门独立的专业性很强的专业，这就要求大学生在工作中必须掌握几种能力：

1、会计技能，理论知识不能够判断一个人能够很好的从事会计工作

会计技能包括鉴别假钞技能、会计实务技能、能独立熟练地应用会计软件、完成会计建账及日常会计核算业务工作。随着现代社会的飞速发展，越来越多的企业已经开始抛弃手工的会计工作，因此这就要求现在的会计人员具备电算化的专业知识培训。

2、自我更新知识

更新知识的能力，市场经济的发展，科学技术的进步，企业制度的转换，会计职能的拓展，无一不要求会计人员应该具有自我更新知识，不断提高业务素质的能力。因为面对新形势下出现的诸多新问题、新情况，不可能让每个会计人员都到大学里去重新深造，如果认为自己所学知识够用，那只能被社会淘汰。

学习的真谛便是学以致用，因此，在学校里我们掌握的理论知识必须运用到实践工作之中，学校顶岗实习安排给了我们展示自我的舞台，接下来的演绎就靠我们自己。实习为我们深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力。利用此次难得的机会，我努力工作，严格要求自己，虚心向他人请教，认真学习会计理论，同时要不断的丰富自己的课外知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，通过工作，让我意识到意我以后还应该多学些什么，哪些知识在现实的工作中更有用，为期\_\_\_\_个月的实习为以后真正跨入社会打下了坚实的基础，为我们以后更顺利的走上工作岗位迈出了坚实的一步!

通过这次的会计顶岗实习我体会到会计的客观性原则、实质重于形式原则、相关性原则、一贯性原则、可比性原则、及时性原则、明晰性原则、划分收益支出于资本性支出原则、谨慎性原则、重要性原则及会计工作在企业的日常运转中的重要性，以及会计工作对我们会计从业人员的严格要求。总而言之，实习让我对“填制原始凭证根据原始凭证，填记帐凭证等工作有了更进一步的认识，并在实际操作过程中找出自身存在的不足，对今后的会计学习有了一个更为明确的方向和目标。

另外，我感觉自己成熟了很多，除了对工作业务的熟练还懂得了更多做人与做事的道理。

首先是生存能力。步入社会，我们不再一味地依赖父母，不再依靠父母的接济，而是有了自我生存的观念，这也使我感受到了自己身上的责任，作为社会的新生力量，我们必须时刻努力锻炼自己，提高自己适应社会、立足社会的能力，多方面了解探索，掌握新型的、新时代的生存技术与本领。

其次是人际交往能力。走向社会，人际关系有时真的比工作能力还要重要，良好的人际能给更好的推动我们的工作，增加生活中的机遇，在工作中把每个人都当作良师益友，这样才能激发出更多的工作热情和更谦虚的态度。

**大学生顶岗实习周记篇八**

转眼间，实习生活已经告一段落，对这一段酸苦又快乐的经历着实深深难忘!为整理思想，汲取经验，带着不曾间断的回忆对这一段记忆做以下总结和汇报。

通过顶岗实习，加强理论学习与实际的结合，验证和巩固充实所学理论知识，加深对相关专业内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解社会对本专业的需要，将所学专业知识与生产实际相结合。同时，加强和实习单位各层次员工沟通和交流，学习其优秀品质和新型技术，提高对现实问题的认识，逐步提高社会交往能力和应变能力，了解实习单位的各项规章制度，增强组织性和纪律性，认识自身不足，严于律已，提高自身综合素质和能力。再次，培养学习、团队合作和解决问题的能力，并开阔眼界及思路，为今后步入社会积累经验，尽快成为生产、建设、管理和服务第一线的高技能人才。

20xx年x月x日至20xx年x月x日

xxx

xxx

这次实习，我的工作内容随职位的变化分阶段有所不同，现分段报告如下：

最开始去的是xx公司，在那个公司，我们置身于流水线，和那些阿姨和一些弟弟妹妹们一起工作，一天比一天产量高，在班长的催促下我们的一周都感觉度日如年。也许因为从初中开始就在外实习，对这种模式化生活和机械化管理早已习惯自如，看着一起来的同学不断地叹气和怨言甚至咒骂，只能在一旁劝说安慰。刚过去没多久，由于平时通过班长一个老乡和班长认识了，并慢慢熟悉，这才安排了一个轻松的工作给我。毕竟这是大学安排的第一次顶岗实习，只希望以后的日子会好过一点。

x个星期过去，迎来了新公司xx的建成，我们xx专业的几个学生幸运的被安排到了新的公司。这也预示着一个美好的开始即将到来。初期，我们整日在xx打扫卫生、贴警示线、给xx帮忙。都是一些或轻或重很杂乱的活儿，这段时间是很充实和开心的，在公司落成典礼的日子后，公司的一切才一步步走入正轨。

在过后的将近x个月里，一开始是跟着x师傅一起学做xx以及技术的提升，慢慢的到了x个星期后开始正式接网上看一些管理学和工作相关的文字视频，这也是离开公司前最充实的日子。

回首那些日子，还记得我们和领导一起布置，一起拖地，一起贴警示线，一起研究工装，一起出去玩。一起……记忆太多，满满的回忆起来是那么的充实和开心。

这些日子以来，学到的东西也着实不少。在新公司里，一开始短期的打杂让我明白了细心还是有很多好处，不过更让我明白的是，对待不同的事和不同的人，细心度也要随之改变。年龄相仿的师傅虽不善交际，但平时对我们一向很好，二楼的员工对师傅也一向尊重。出门在外，切记低调行事，要在能展现自己能力同时能提高自己发展平台的时候高调一下。

**大学生顶岗实习周记篇九**

经过了三年的大学学习，我们学到了什么，知道了什么，有什么样的提高与成绩，这些如何知道？实习工作和实践，成为了检测我们的磨练石。外出的工作与实践，不仅仅检测了我们三年大学的知识，还教会我们许多。如何运用知识，如何和这个社会相处，以及如何与人相处。半年的实习，让我们知道了很多，学到了很多，同时，还让我们成熟了很多。不仅在专业知识方面，更体现在我们如何做人方面，如果适应这个社会的方面。

所以，我认为，半年的实习是很有必要的。事实证明，它也是对我们极其有用的。具体方面：

1、了解了目前的装饰市场，材料市场以及装饰人力资源市场。

2、了解装饰公司的运作，管理。

3、更加熟练的运用所学的专业知识技能，设计方面更加成熟。

4、培养良好的交际与沟通能力，适应社会需要。

自大三下半年，我便开始实习工作，期间周转了许多公司。

年后二月份，开始了第一份实习工作。我去高速铁路的修建工作，在那里主要的工作是实习技术员。此工程是铁路建设前期工程，主要是场地的平整后的打桩及基础工作。在那里，学习了测量和大型旋挖钻机的操作。因为建设的是大桥，高架桥的铁路，需要打桩架桥，而桩必须够深够坚固，所以，质量安全十分重要。这就对桩的深度有严格的要求。但是由于地质原因，多软石与地下水，容易塌空与塌方，工程进度十分缓慢。即使如此，工程质量检验，工地安全生产仍然没有放松。三月已经热火朝天，生活工作环境十分艰苦，我跟着作业队，实习了一个月的打桩架桥工作。由于当时工程结尾，转换工地，结束实习，回到学校。在实习，第一份工作学到了很多东西。施工现场的管理，旋挖钻机的操作，人员的调配，与上级工作的沟通，电气焊的操作等等方面。

回到学校一周后，进入公司，在公司作实习技术员。主要工作就是看图纸，然后放线，校正柱子，配合各个工种的施工，保证质量。

每天在办公室认真研读大楼的图纸，然后记下各个剪力墙和柱子的宽度。最后拿着墨斗，去楼顶放线。放线的步骤就是根据已测量好的一个标志，找整个楼层的中心线，根据中心线找各个轴线，然后是各个柱子与剪力墙的长宽。放线结束在钢筋工，木工架子工施工期间进行柱子的校正，以及工程质量的检查。此外，还有砼试块的制作。在模具里放入工地搅拌的混凝土，加水养护28天后，由资料员送往质监局进行质量检验。其中，标准养护箱的湿度要保持在百分之98左右。

在建筑公司的工作结束一周后，来到xx装饰工程有限公司，做实习设计。因为与工程施工相比，更喜欢我所学的专业，室内设计。应聘实习设计师，但是月薪很低，600块钱的底薪加提成。在了解了装饰市场的情况后，明白了大多数实习的同学都是这个工资，三年大学后工作工资如此低，当真是免费劳动力。进入公司后，名义是实习设计师，但是主要工作确实跑业务。据说，想做设计师，你就应该先学会跑业务。因为跑业务锻炼的是与客户沟通交流谈单的能力。我被分配蹲点等客户。跑业务，就是有业主来看房，跑上前去与客户沟通，然后拉到自己的公司看方案，如果能谈成，就可以拿提成了。跑业务的人几乎全部是周围几所大学的学生。确实，跑业务很锻炼人。在众多的业务员中，你必须能说话，敢说话，不能害羞，因为会有很多人，还会有很多人不屑理你。作业务员还得机灵，你得有办法弄到客户的电话，客户想要的方案，最终，能把客户拉到自己公司。

3.1、实习内容

在公司实习期间，我学习到了整个装饰的大体流程与步骤。

1、同客户的交流与沟通。

当业务员把客户介绍到公司后，由设计师与客户进行交谈。具体了解客户想要装修房子的详细情况，比如，房子要什么风格，什么材料，多少钱的报价等等方面。

2、方案设计阶段

方案设计阶段是在设计准备阶段的基础上，进一步收集分析运用与设计任务有关的资料和信息，构建立意，进行初步方案设计，深入设计，进行方案的分析与比较，确定初步设计方案，提供设计文件。室内初步方案的文件通常包括：

（1）平面图。

（2）设计立面图。

（3）平顶图或仰视图。

（4）室内透视图。

（5）室内装饰材料实样板面。

（6）设计意图说明和造价概算。

3、同顾客签订合同，由顾客预付定金。

4、施工图制作。

5、施工。

6、交房。

3.2、实习进度

目前，对于建筑装饰的具体认识，停留在表面，还没有深入本质。比如，装饰公司如何与材料卖家进行具体的合作，公司如果与施工单位进行具体的配合，施工如何与客户进行具体谈判等等方面。施工方面，木工，瓦工，等工种如何进行具体的操作。材料方面，材料的种类认识不全，作用不完全明了。到目前为止，很难与客户谈单，很难独立完整的做出一套效果图和施工图。

大三的下半年的实习与实践工作，我学到了很多东西。尤其是对建筑方面，有了更深的体会。这半年的所见所闻，从中认识了曾经从未有过的东西，可以受益匪浅，也是对我以后的工作有莫大的帮助。具体有以下几个方面。

（1）由铁路建设，再到装饰公司的实习，我发现，建设远比装饰的利润大和暴利。举例来说，中铁十四局，监理，技术员的工资，在4000-5000之间，其中作业队对外承包工程，承包人的收益有几十万。虽然投资大，但是收益远远更大。在17的公寓建设里，技术员工资也在3000元以上，其中承包大楼水，电，消防，砼，钢筋以及木工工程中，收益也很可观，工人工资也在每日60-70元之间。装饰施工人员工资和建筑施工人员工资差不多，但是作为装饰公司的业务员和设计人员，工资却远远低于施工人员，但是工作环境比施工好得多。可以说，付出与回报成正比。

（2）对于施工而言，施工现场的组织管理尤为重要。其中，协调工地的各个施工部门，协调工地内部工人的工作，协调工地与上级的工作都是很明显的。比如正在施工的楼层，作为一个项目经理，要协调好技术员与混凝土施工的关系，与钢筋工的关系，与木工架子工的关系，甚至与吊车和铲车的的关系，做到协同合作，有理有序，秩序井然。这样才能使工程的各个环节相互联系，相互配合，最大限度的保证工程质量与进度。

（3）对于装饰来说。一个装饰公司，其中有业务，设计，材料，施工，等内容。这些环节，欠缺一个，都会对公司造成难以估计的损失。有了好的业务业绩，才能有好的客户质量与数量，才有签单的可能性。有了好的设计，能吸引顾客的眼球。良好的材料和施工是保证装饰工程质量的重要环节，良好的质量，合理的价位，能树立好的口碑，这是最好的广告。

（4）对于业务来说，如何做一个好的业务员，是一门很深的学问。在装饰市场中，城市人家的业务员应该说是最棒的。我认为，做一名好的业务员，应该具有良好的业务素质和良好的业务技能。良好的业务素质值的是你作为一名业务员的职业道德和操守。能够恪尽职守，能对本职位负责，真正作为一名业务人员去工作，而不是去公司混底薪。而只具备业务素质是远远不够的，技能才是跑业务的王道。所谓的技能是指如何面对顾客。

进公司的第一天，在培训课上，经理就开始教我们如何与客户沟通。要善于言辞，当不是胡吹海侃，要有理有据。但是经过长时间的业务实践，我发现了其中的不足，其中一个就是不要过度的介绍公司，这样会导致顾客的反感。

（5）对于设计。在实习期间，没有怎么接触到与设计相关的工作。虽然名为实习设计师，但是主要工作还是跑业务。但是对设计师这一职务，也是有了略微粗浅的认识。作为一个设计师，要学会很多东西。比如，如何与顾客谈单，如何施工，运用什么材料，各个材料，家具的市场价格，能熟练的做出报价。所以，作为一个设计师，要有熟练的装饰知识，以及应付客户的能力，协调各个部门的能力，这样才能接更多的单子。

对于当今的设计市场，我发现，好多装饰公司的设计风格都是大同小异，没有敢于创新的亮点。我想，可能是装饰公司的设计师流动性比较大，并且缺乏外来的，有胆识的敢于革新的设计师有关。

（6）对于学习。工作以后发现，原来在学校里学到的，在课本上学到的东西，都是有用的。学好专业技能，是非常重要的。老师教授的东西，谆谆教导的东西，都是工作时会用到的。所以，在学校学好专业技能是十分重要的。

（7）对于人际交往而言。出去工作后，与人的交流是必须的。能有一个良好的人际关系，也许有时候会达到事半功倍的效果，还能创造一个良好的工作环境，能让人更好的投入到工作中去。

5.1专业知识掌握不够全面

在专业知识与技能的运用上，没有能够很好的把理论与实践相结合，即不能很好运用所学的知识。比如在实习设计中，cad，3dmax的应用，停留在学校所学的浅层次中。

尽管在学校认真学习了专业知识，但是当前所掌握的知识面不够广，一些知识虽然能在短期内被掌握、被运用，但一些知识则不能掌握，也不便于记忆，更谈不上掌握运用了，因此，尚不能轻松胜造价工程工作，在学校老师所传授的内容虽然多、广、博，但是我学习到的只是其一部分，或者是一些皮毛的东西，要想真真正正的掌握所有理论知识，只有通过实际的学习和参观，才能达到这个目的。在不久的将来就要走上工作岗位了，但我会将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实践中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

5.2人际关系处理能力不足

通过这次实习，让我感受到办公室的冷暖。从事建筑这个行业，是一个讲究团队合作，如果你善于与人沟通，幽默风趣，那么营造一个较轻松的工作氛围，还能提高团队的工作效率。所以，我今后应学会主动与人沟通交流，扩大自己的人际交往范围，同时提高自己的办事效率。

第一次参加工作，暴露了很多缺点。对于刚毕业的大学生，工作中略显青涩。第一个表现就是对人际关系的处理上，不够成熟。没有能够及时良好的把握好与人交往的尺度与深度。

在实习过程中，增强了自己的交际能力。建筑行业是一个涉及人非常多的行业，将会接触到各种各样的人。在工作中，要注意工作的方法、语言技巧，学会扮演和转换好角色，“在其位，谋其政”，增强自身的法律意识，加强自身的处事技巧，明确各自的责任分工，才能处理好各方的关系。面对一个这样复杂的交际圈，可以从他们身上学习到很多优秀的多西，去除自身的一些不好行为，同时也可以通过不同的接触对象，增强自己的交际能力，让自己在以后的生活中更加自信，更加坚强！

5.3工作态度不够积极

在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。

写完结束语部分，实习报告就真的写完了，大学生活也要结束。三年前，当我来到日照迈进校门时，我还只是一个稚气未脱的孩子，三年后，当我离开日照告别母校时，我斗志昂扬、意气奋发。我很庆幸我的青春没有浪费，三年的大学生活虽然取得的成绩不多，收获却着实不少，做人做事做学问上都大有进步。这所有的一切绝非我一个人的功劳，三年中许多人都值得我由衷感激、永远铭记！

首先我诚挚地感激我的实习指导老师们，他们治学严谨，学识渊博，永远是我学习的榜样。在实习过程中当遇到困难时老师又能随时的给我指导和鼓舞。老师严于律己、宽以待人，从老师身上学到的待人接物，为人处事之道，是我一生中最大的财富。我很幸运在大学三年的时间里，聆听过许多老师的授课，尽管很多老师并不记得我，但是我仍然十分感谢他们，他们带给我的不仅仅是知识还有理念方法和对科学的信仰。在此深表感谢！

感谢所有共同学习共同进步的同学们，我将和大家一起永远怀念我们的母校和我们的老师。

感谢南通四建集团有限公司威海项目部的领导给我这么一个校外实习的机会，尤其是感谢我的师傅，在公司给了我很大的帮助。

最后我还要感谢我的父母，终于轮到我报答你们的时候了！

在今后的日子里，无论前方的路有多艰难，我都会带着从这里学到的一切，向前！有了这么一个好的开头，我相信，在以后的日子，我会做的更好！

**大学生顶岗实习周记篇十**

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们被学校安排其来xxxx光电，实习完我非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到xxxx煤矿，在这里进行我的毕业后的顶岗实习。

xxxx光电这是我刚刚进入社会的第工作是学校安排的实习，我在里面做电脑组装和物料管理，xxxx煤矿建于20xx年，现在具有现代化管理，我在这里当电工。

20xx年的7月，我离开了生活了两年的轻工学院;我被学校安排到来厦门其实习，在此期间我学到在学校和在社会的不同经历，20xx年2月23日，我在xxxx煤矿中我找到了自己的岗位，在机电组当一名小小的电工。在工作中我遇到很多难的问题，但是我都在老师的指导下完成，通过在实际中学习使我在学习中学会来很多在学校里没有学校到的底细啊，20xx年5月4日，我在写这份实习报告。回顾这将近一年的实习，有过欢笑有过泪水，酸甜苦辣尽在心头。在这一年脱离学校的锻炼中，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

我怀着美好的期盼来到xxxx煤矿开始为期几个月的实习生活。每一天、每一周、每一月都能在工作中学到很多。这次实习给我的收获是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效地方法，我告诫自己要认真完成，对每项工作都要认真的对待，做到每一件事过程中遇到困难，一定要争取不放弃，坚持到最后。只要希望还在，胜利一定属于我。作为一名刚毕业的学生，理论是我们的优势，但是怎么样把理论结合到实践中成了我们克服的困难之一。而经理平时对我的不断教导让我在工作中将理论融合进去，提高了工作效率。看着那些同事忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站的正。相对于经验和技术而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟，但能否有正确的态度是因人而异的。我从来没把现在的工作当做实习，我就是认定这就是我的工作，而不是专门来学习东西的。我是在工作中学习，在学习中能更好的完成工作。现在的努力并不是为了现在的回报，而是为了未来;艰难的任务能锻炼我们的意志，新的工作能拓展我们的才能，与同事的合作能培养我们的人格，与客户的交流能训练我们的品性。人生并不是只有现在，而是有更长远的未来。总体来说我的这实习时成功的。我能在矿里学习到很多校园里、课堂上、课本中学不到的东西，也了解很多和动的了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。感谢学校给了我自己实习的机会，感谢矿里的实习指导教师给予我指导，感谢领导对我的关心。我相信，通过这次实习，一定会令我的人生走向新一页。

出来社会大半年，已经是半个社会人了。不能再向学生那样，某些时候可以随心随意。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好的把理论应用于实践，在实践中领悟理论，更可以学习到很多书本上学习不到的、甚至比理论知识更实用的业务知识。而且，这些实习经验，无疑是我们毕业后就业的一大筹码，我们与其他大专生相比，就赢在了起点上!作为一个成年人，作为一个社会职业人，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。经历了2份不同的工作，我渐渐的认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记\"拥有一份工作，就要懂得感恩\"的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

最后，感谢这一段曲折的时光，感谢每个我所在的企业，感谢矿领导以及老师对我的重视和栽培，感谢我所遇到的同事们，你们一路给我帮助和支持，让我在前进的路上充满着激情和勇气!感谢xxxx煤矿，让我在短短的半年的时间时间里认识到很多的良师益友，让我在知识的海洋中不断吸取知识不断的完善自己，感谢院领导们的英明政策，让我有机会将自己所学的知识充分的运用到实践中并在实践中检验所学的真理，感谢各位辅导老师的辛勤付出与教导，给我们无微不至的呵护，让我们在工作中振作起来并且找到迷茫的出口!

我发现很多职业学校在安排学生参加校外实习时，抱着一种\"放羊式管理\"的心态，认为学生参加实习就应该接受实习单位的管理，学校不用再去管了，其实这是一种很错误的想法。因为对职校学生来说，失去了学业和纪律的双重约束，在社会大环境的熏陶下，是否能保持学生本色，不因各种诱惑而动心，确实不容小视。

在这种情况下，学校一方面要加强对学生的管理，对外出实习学生的思想教育;另一方面也要多与实习单位沟通，定期走访、了解实习生的思想动态和实习表现，及时处理有关问题。

总的来说，职业学校的学生校外实习工作，既是日后学生参加就业、走上工作岗位的一个预演，也是拓展学校品牌、增大发展空间的关键着子，我们要本着为学生负责、为学校发展负责的态度，与时俱进，认真做好校外实习工作。

**大学生顶岗实习周记篇十一**

实习目的：熟悉和掌握在人事专员中的各种工作，并在这些工作中做出一些成绩;完善自我在人事专员的相关工作技巧，为以后的相关人事工作做好相应的技能准备;为之后的相关人事工作做好心理准备，让自我更加适应职场的生活;完成公司对人事专员的入职要求，是正式进入公司的必要过程。

实习时间：20\_\_年\_\_月\_\_日至20\_\_年\_\_月\_\_日

实习地点：\_\_\_\_有限公司

我是在\_\_月\_\_日进入公司的人事部门进入报道，然后在那里登记相关的个人信息和递交关于这次顶岗实习所需要的一些资料。因为可能自我也要在报道的地方工作，所以那里的工作人员，也就是以后我实习中的同事接待我的态度很好，同时我也感觉此时的人事部门比公司其他部门更加的亲切。

在作为人事专员工作的第一天，我在经过公司的人事部门的岗前培训后，对我们公司的认识部门已经相当了解了，并且对自我在人事部门的的人事专员工作也比较收悉了，所以我在这天就直接开始了自我的工作。人事部门对待新员工还是十分好的，在第一天并没有给新同事很多的认识工作资料，先是让我先从部门的一些简单工作做起，随着自我在认识部门工作时间的加长，也会给我更多和更难的工作资料，让我在人事专员的工作中有一个循序渐进的工作流程。

在人事专员这个岗位上工作也有了一段时间后，对自我的负责的所有相关工作也全部清楚和熟悉后，我也是能够在人事部独当一面了。所以在这个期间中，人事部门给我安排了在公司的人事工作中比较复杂和困难的工作。在一开始做这些工作时，依然还是有点无从下手，可是随着自我在这些工作中自我慢慢的摸索后，自我也找到了在这些工作中的切入点，也发现了去处理这些人事工作的方法。

在这次人事专员顶岗实习的最终，是自我这段时间的人事实习工作，经过了我们我们公司的考核，虽然这次评定是由我们部门的同事做的，可是我很确定他没有给我放水，我这次只能够拿到实习证明是靠自我实打实的努力。

在这次的人事专员顶岗实习中，让我重新认识了认识专员这个职位，我以前只明白它的工作资料，可是此刻我清楚了它的细则，也拥有了做好这份工作的相关本事。这次实习让我清楚的也不仅仅是这个职位，而是整个人事部门的工作。

在这次的人事专员顶岗实习中，也让我清楚了人事专员的工作也不是那么容易的，每一份工作中都有它自我独特的难题，而我们想要做好某些工作，这些难题就是我们必须应对的。

**大学生顶岗实习周记篇十二**

实习之初自己虽然对于工作内容不是很了解却能通过努力的方式弥补缺陷，随着工作时间的增加自己便越能够体会到缺少实践经验带来的危害性，每当自己认为正确的事情出现错误的时候都会暴露出知识面的薄弱，这种与学校生活截然不同的方式也让自己的眼界拓宽了很多，所幸的是有着同批次进入公司的员工愿意在工作中为自己提供帮助，而我也借这个机会在公司中建立属于自己的人脉并学到了很多实用的技巧，虽然对于他们而言是再常见不过的技巧却能够为自己这种职场菜鸟提供很多帮助。

虽然自己在实习期间获得了些许成就却也掩盖不了工作中暴露出来的问题，比较明显的便是自己在公司的时候总给人一种拘谨的感觉，虽然对于内部的事务处理没有造成麻烦却难以与客户展开交流，尤其是这种明显的新手姿态很容易在接待客户的过程中吃亏，再加上未能及时转变过来的角色定位导致自己总是在工作中存在不认真的现象，针对这种现象还是应该加强实践方面的锻炼才能让自己认识到工作的艰辛，而且经过这次实习期间的学习也让我认识到学校与公司其实存在着很大的不同。

对于毫无经验的自己在实习期间的收获还是令人感到比较满意的，虽然经常出现一些差错却能体会到每天的工作都能让自己获得相应的成长，再加上里面存在着些许与在校期间所学知识共通的地方从而拥有了深刻的理解，也许正是从此刻开始才让我发现学校教授的每种知识都是在职场中能够应用得到的.，只不过以往没有重视过才会实习初期常常出现一些难以解决的问题，若非自己学习态度还算诚恳的话或许很难在公司支撑到实习期结束吧。

尽管自己在实习期间的表现难以让人满意却也是人生中的一种体悟，也许公司的诸多前辈也是如同自己一般经历坎坷才能成长到现在的地步吧，因此我需要尽快适应职场中的生活并且在正式毕业之前做好相应的准备，因为我知道一旦自己毕业以后或许便要独自面对生活中的磨难了，因此这次实习的机会如同人生感悟一般留在自己的记忆之中，而我也不断回顾着自己在实习期间的表现并希望能够为正式的工作提供借鉴，希望到时候自己能够适应这个社会并成长为优秀的职场人员。

**大学生顶岗实习周记篇十三**

现在即将面临毕业了，实习对我们来说非常重要。因为实习是为我们进入社会做准备，是为了让我们毕业后能更好的去适应社会和工作岗位。现在正在进行的这段实习时间可以说是我大学三年来最辛苦也是最充实的一段时间。辛苦是因为刚踏上工作岗位，有很多方面不能很快适应；而充实则是在这段时间里，我学到在校园无法学到的知识和技能，更提高了自己各方面的素质。

同时实习也给了我一定的工作经验。为将来谋求一份好职业打下了基础。现在我真正明白了实践是检验真理的标准，理论的知识来源于现实生活，学习了理论后没有应用于实际中，那就等于没有学，再好的理论知识没有应用于实际，只能是纸上谈兵，所以要付诸实践来检验所学，再辛苦也是值得的。现在我为期两个月的实习结束了，我在这两个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，我在xx鞋业有限公司总工厂鞋业运营中心主要的职务是稽核专员。那现在我将就对这两个月的实习做一个工作小结。

通过实习我深刻地体会到了社会与校园的区别。在走出学校课本知识的局限的基础上，学会在工作中运用课本知识，体验做一个社会人的责任和义务。在顶岗实习中不断充实自己，锻炼自身各方面能力，进而逐步融入社会，开始从校园生活进入社会生活，更好更快地适应岗位要求，做好从学生族到上班族的过渡，为彻底成为一名社会人打好基础。争取做好社会的一份子，为建设社会尽一份力量。

xx省xx市xx区xx路

20xx年xx月xx日至20xx年xx月xx日

xx总工厂鞋业运营中心稽核专员

xx有限公司是一家中外合资并且是国内的集生产制造与营销导向于一体的综合性体育用品企业，由xx鞋业有限公司、xx体育用品有限公司、xx国际投资公司和xx鞋业总厂等组成。集团公司的前身xx鞋业有限公司创建于19xx年，地处中国三大鞋都之首xx市。

十多年来，xx集团已从一个地区性的运动鞋生产型企业，发展成为全国性的营销导向型的综合体育用品企业集团。目前xx集团拥有员工5000多人，厂房建筑面积达12多万平方米，全部实行电脑化管理的六条现代化流水线，年生产各类休闲运动鞋达500多万双（套）。

一个占地面积达100余亩、具备10条现代化生产线的花园式工业园坐落在美丽的侨乡xx市。这10条全部实行电脑化管理的生产线，从xx年xx月开始全面投入使用以来，使xx高端产品的研发、生产、配送得到了突飞猛进的提高。

从xx年开始，xx迈出了决定性的一步，即产品的多元化和品牌的国际化。开始跨向运动服、配件等服饰系列产品领域，这意味着xx已经从单一的运动鞋向综合体育用品品牌过渡。

同时，中国xx联合会、xx中心的统计数据表明：xx运动鞋19xx年至xx年连续三年市场综合占有率位居全国同类产品第一位，已成为众多消费者，尤其是广大青少年喜爱和追逐的时尚运动品牌。xx年荣获中国体育用品界运动鞋类民营企业第一个中国驰名商标。

**大学生顶岗实习周记篇十四**

一晃大学四年就要过去了进入到大四下学期的阶段，我们不仅获得了着走向社会历练的机遇同时也面临着个人生存能力的挑战。作为财务专业的学生，要找到一份合适的实习工作其实不太容易。企业总是期待有这三年以上工作经验的老会计而非我们这种尚未出校门的财务新手。思想汇报范文尽管找实习单位有难度，但我依然非常幸运的获得了这样一次机会。实习是每一个学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

根据学习计划安排，我在xx进行了为期一个月的实习，此次实习的具体内容为：

（一）、根据经济业务填制原始凭证和记账凭证

所谓原始凭证是指直接记录经济业务、明确经济责任具有法律效力并作为记账原始依据的证明文件，其主要作用是证明经济业务的发生和完成的情况。填写原始凭证的内容为：原始凭证的名称、填制凭证的日期、编号、经济业务的基本内容（对经济业务的基本内容应从定性和定量两个方面给予说明，如购买商品的名称数量、单价和金额等），填制单位及有关人员的签章。

记帐凭证是登记帐薄的直接依据，在实行计算机处理帐务后，电子帐薄的准确和完整性完全依赖于记帐凭证，操作中根据无误的原始凭证填制记帐凭证。填制记帐凭证的内容：凭证类别、凭证编号、制单日期、科目内容等。

（二）、根据会计凭证登记日记帐

日记帐一般分为现金日记帐和银行存款日记帐；他们都由凭证文件生成的。计算机帐务处理中，日记帐由计算机自动登记，日记帐的主要作用是用于输出现金与银行存款日记帐供出纳员核对现金收支和结存使用。要输出现金日记帐和银行存款日记帐，要求系统初始化时，现金会计科目和银行存款会计科目必须选择“日记帐”标记，即表明该科目要登记日记帐。

（三）、根据记账凭证及所附的原始凭证登记明细帐

明细分类帐薄亦称明细帐，它是根据明细分类帐户开设帐页进行明细分类登记的一种帐薄，输入记帐凭证后操作计算机则自动登记明细帐。

（四）、根据记账凭证及明细帐计算产品成本

根据记帐凭证及明细帐用逐步结算法中的综合结转法计算出产品的成本。

（五）、根据记账凭证编科目汇总表

科目汇总表也由凭证文件生成，其编制方法为对用户输入需汇总的起止日期则计算机自动生成相应时间段的科目汇总表。

（六）、根据科目汇总表登记总帐

根据得出的科目汇总表操作计算机，计算机产生出对应的总帐。

（七）、对帐（编试算平衡表）

对帐是对帐薄数据进行核对，以检查记帐是否正确，以及帐薄是否平衡。它主要是通过核对总帐与明细帐、总帐与辅助帐数据来完成帐帐核对。试算平衡表就是将系统中设置的所有科目的期末余额按会计平衡公式借方余额=贷方余额进行平衡检验，并输出科目余额表及是否平衡信息。一般来说计算机记帐后，只要记帐凭证录入正确，计算机自动记帐后各种帐薄应该是正确的、平衡的，但由于非法操作，计算机病毒或其他原因有可能回造成某些数据被破坏，因此引起帐帐不符，为保证帐证相符，应经常进行对帐，每月至少一次，一般在月末结帐前进行。

经过此次的实习，我懂了很多东西，在财务实习的时候按要求认真参与每一个实习的机会，总结实际操作中的经验和积累学习中自身的不足，密切关注和了解会计工作发展的最新动向，为以后即将从事的会计工作打下坚实的基础，当自己走出校园，成为一名名副其实的财会专业人才，在大浪淘沙中让自己能够找到自己屹立之地，让自己的所学为社会经济作出自己应有的贡献。

这次的实习总结起来有以下几个方面让我觉得我成长了不少：

1.在自身能力上得到了提高

因为虽然是一个多月的时间，但是我觉得我在我自身的动手能力跟沟通能力都是在不断提高的。以前的我总是还没做就想着我等一下会做错，会给人家带来麻烦，就一直不敢大胆的尝试，即使是懂得是怎样一回事也是如此。这也是我自己很不足的一方面。还有就是我的沟通方面，之前的我总是那么的安静，到哪都是什么都不敢说出口，但是，通过这一个多月的时间磨练，我认为我自己在这两方面我是得到了改善跟进步的了，最起码我能且敢跟不同的人说话跟讲出我自己内心的想法了。

2.从工作上得到的领悟

在公司上班了一个月，从不懂到稍微懂，这也是一件艰苦的过程。虽然我学习的是会计学，但实习岗位的工作和学校学习的理论是不完全一样的，所以我是从一个不懂得企业会计是什么的情况下去跟着老师傅去学，也不是那么容易，因为人家做什么都是很快的，只要一眨眼的功夫就过去了，你自己也许还没看清楚，但是不是每件事你不懂问人家就会如实的告诉你的。我记得我刚到公司的时候，我们的经理告诉我：“什么东西都是通过自己的观察和学习，不是什么都是要人教跟照顾的。”当时这句话就让我知道我以后什么都要努力、努力、再努力才能跟得上人家的脚步，才能跟的上公司的要求。

3.从刚出社会的人的“心态”问题的一个阐述

记得很清楚我们还在学校的时候老师经常告诉我们说，刚出校门心态一定要放好，不要把自己的要求定得太高，能过得去就好。在这个问题上我倒是有好多人对我讲解过。刚上班时前辈教导跟我说：“刚到公司要向人家学东西，人要学得傻一点，但并不是因为我们自己真的是很傻，只有傻傻的帮人家做事，或许人家还会更乐意教你多一点。等自己学会了，学好了本事到时你自己才有资本跟人家谈条件，才能过自己想过的日子。”我也觉得他的这番话是很耐人寻味的，但我的心里是能体会他想跟我说什么的。

在我认为像我们刚出社会的人来说，应该将自己的心全部都“归零”。只有做到这样，你才能吸收更多有用的东西，将自己的心态“归零”就如刚出生的新生儿一样，什么都是重新开始，去努力的适应一切的不适应，经过一番自身的体验跟探索，将自己旺盛的生命力一直延续下去。这不也就是我们以后要面对社会上的种种困难是一样的吗？

这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习，我们能够更好的了解自己的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的方方面面，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

在这次会计实习中，我可谓受益匪浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。短暂的实习已经结束，我的成长却还刚刚开始。迈向社会后还有更多的挑战，我将以此次实习学到的内容为基础，在未来的工作中再接再厉。

**大学生顶岗实习周记篇十五**

毕业实习是我们大学期间的最后一门课程，不知不觉我们的大学时光就要结束了，在这个时候，我们被学校安排其来xx光电，实习完我非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到xx煤矿，在这里进行我的毕业后的顶岗实习。

xx光电这是我刚刚进入社会的第一次工作是学校安排的实习，我在里面做电脑组装和物料管理，xx煤矿建于20xx年，现在具有现代化管理，我在这里当电工。

20xx年的xx月，我离开了生活了两年的轻工学院;我被学校安排到来厦门其实习，在此期间我学到在学校和在社会的不同经历，20xx年xx月xx日，我在xx煤矿中我找到了自己的岗位，在机电组当一名小小的电工。在工作中我遇到很多难的问题，但是我都在老师的指导下完成，通过在实际中学习使我在学习中学会来很多在学校里没有学校到的底细啊，20xx年xx月xx日，我在写这份实习报告。回顾这将近一年的实习，有过欢笑有过泪水，酸甜苦辣尽在心头。在这一年脱离学校的锻炼中，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

我怀着美好的期盼来到xx煤矿开始为期几个月的实习生活。每一天、每一周、每一月都能在工作中学到很多。这次实习给我最大的收获是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效地方法，我告诫自己要认真完成，对每项工作都要认真的对待，做到每一件事过程中遇到困难，一定要争取不放弃，坚持到最后。只要希望还在，胜利一定属于我。

作为一名刚毕业的学生，理论是我们的优势，但是怎么样把理论结合到实践中成了我们克服的最大困难之一。而经理平时对我的不断教导让我在工作中将理论融合进去，提高了工作效率。看着那些同事忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站的正。相对于经验和技术而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟，但能否有正确的态度是因人而异的。我从来没把现在的工作当做实习，我就是认定这就是我的工作，而不是专门来学习东西的。我是在工作中学习，在学习中能更好的完成工作。

现在的努力并不是为了现在的回报，而是为了未来;艰难的任务能锻炼我们的意志，新的工作能拓展我们的才能，与同事的合作能培养我们的人格，与客户的交流能训练我们的品性。

人生并不是只有现在，而是有更长远的未来。总体来说我的这一次实习时成功的。我能在矿里学习到很多校园里、课堂上、课本中学不到的东西，也了解很多和动的了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。感谢学校给了我自己实习的机会，感谢矿里的实习指导教师给予我指导，感谢领导对我的关心。我相信，通过这次实习，一定会令我的人生走向新一页。

出来社会大半年，已经是半个社会人了。不能再向学生那样，某些时候可以随心随意。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好的把理论应用于实践，在实践中领悟理论，更可以学习到很多书本上学习不到的、甚至比理论知识更实用的业务知识。

而且，这些实习经验，无疑是我们毕业后就业的一大筹码，我们与其他大专生相比，就赢在了起点上!作为一个成年人，作为一个社会职业人，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。经历了2份不同的工作，我渐渐的认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

最后，感谢这一段曲折的时光，感谢每个我所在的企业，感谢矿领导以及老师对我的重视和栽培，感谢我所遇到的同事们，你们一路给我帮助和支持，让我在前进的路上充满着激情和勇气!感谢xx煤矿，让我在短短的半年的时间时间里认识到很多的良师益友，让我在知识的海洋中不断吸取知识不断的完善自己，感谢院领导们的英明政策，让我有机会将自己所学的知识充分的运用到实践中并在实践中检验所学的真理，感谢各位辅导老师的辛勤付出与教导，给我们无微不至的呵护，让我们在工作中振作起来并且找到迷茫的出口!

总的来说，职业学校的学生校外实习工作，既是日后学生参加就业、走上工作岗位的一个预演，也是拓展学校品牌、增大发展空间的关键着子，我们要本着为学生负责、为学校发展负责的态度，与时俱进，认真做好校外实习工作。

大学很快就要结束了，而我此次也已经在实习当中成长了不少。其实总体看下来，我这一段实习也是非常充实而精彩的，至少没有浪费宝贵的时间，让我可以在这次实习当中多少成长一些。在此我就这次实习稍作整理，汇报我这几个月的实习成果。

我所加入的公司是本市一家很不错的销售型公司，而我的职位也是销售人员。一开始加入这家公司之前，我就做好了心理准备，因为我知道我即将面对的是一个很大的难题，我现在还没有这样强大的能力去解决，所以这一次我鼓足了勇气，也下了一个很大的决心。

进入公司之后，我开始进行长达一个月的学习，这个学习期让我有了很大的改变，首先在自己的理论方面，我就认识到了自己平时的一些缺陷，虽然说我对自己专业上的理论知识掌握的还不错，但其实已进入实践中就会发现，我们所理解的都是其中的一些皮毛，真正需要我去学习的是最里层的东西，那才是最为深奥且具有意义的一部分。所以在这段时间里，我一直都在很努力的学习，一直保持一个非常上进的态度，并且都付出了实践。

通过这几个月的实习我发现了自己的一些不足之处，比如说在销售这份工作上不能够很大胆的去做，总是容易胆怯，遇到一些问题的时候很容易退缩，显得自己极为不自信，给客户的感觉也不是很好。其次我做起事情来有一些粗心，平时也不是很注重细节，所以一些小错总是容易犯，并且也能造成一定的影响。这些缺点都是我在这次实习当中发现的，我也在发现之后及时进行了改正，并且尽快的改正了过来，养成了一个更好的工作习惯，不再出现这些问题了。

实习的日子一下子就飞过去了，其实通过这次实习，让我明白了很多，首先实践和理论上肯定是存在很大的区别的。而我们在实践当中也能更加深刻的去理解一件事情的始终，所以一个人想要成长，就必须要付诸实践，否则我们的成长速度会很缓慢。其次也要提高自己的胆量，提高自己的自信，一个自信的人才是足够吸引人的。这也是我需要不断去改变的一个地方，我也会朝着这个方向不断的努力和进步的!感谢这次实习的机会，让我认识了一个更加不同的自己，未来的时光我会继续努力，我会继续前进的。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找