

2023年大学生顶岗实习周记(优秀9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生顶岗实习周记篇一

为了锻炼自己的社会交际能力，我选择在业务部实习，经理是位年青充满精力的和善人。在这里不仅能学到各种本行业、专业技能，而且能学习到怎样处理好人际关系，对自己的现在和以后的发展都是一个十分重要的挑战。实习的结果也证明我的选择是正确的。

主要通过网络、书刊等渠道了解公司背景、产品、发展方向、经营范围等。我的上级是销售经理，他给我一些产品知识的书籍，要求一看到产品就能清楚产品的规格、型号、单价、名称。刚开始对这里的环境、同事、产品出库流程都不清楚，经理业务也特别忙，业务员一个月也基本都在外面，办公室就我一个人，感觉很枯燥。

先是看资料了解产品，也感觉有点摸不着头脑，分不清楚管件的型号，阀门的规格。经理带我到车间学习，看看产品实体，然后对照资料，才知道同一件产品型号五花八门，款式各种各样，看得我眼花缭乱，也才发觉几乎没用的上大学所学的专业知识。

逐步接手，我负责的是办公室销售助理工作，接受和发送传真、接电话、处理、打英整理客户资料、接受订单、填写订单并在第一时间将一联交给车间主任，由他安排生产发货，在此期间去财务室学习t6系统并落实应用，把客户销售订单情况反映在这个软件中。

每天七点半上班，十一点半吃饭，十二点十分上班，四点四十下班，一个月休息两天，几乎工作都在电脑上完成，之前也会抱怨上班时间早，休息时间少，可慢慢的也就习惯了，也开始认同工作就是这样，付出才有回报。

有部分顾客会上公司看产品，然后订货。而我做的就是要通过简洁清晰的语言让顾客对我们的产品产生更加浓厚的兴趣，并拿公司的产品书供他们查阅，具体事项和经理谈，订单由我开，写完订单要将白联存根，其后三联齐撕下，红联交与财务，蓝联交与统计，黄联给客户传真。

公司业务一直不错，我也每天都很充实，偶尔空点也是在整理客户资料，我也明显感觉自己每一天都在进步，每天都能够接触新的事物，一点点吸收进去。初入社会便有了很深的感触，正应了那句话：社会是一所很好的大学。

公司有食堂，每餐三元，虽然很便宜，但是真的没肉，感觉伤不起。中午休息时间短不然也可以出去搓一顿。对了，听说公司已经补助中餐三元了。哎，这下真会瘦了，就当减肥吧。就是吃饭条件差了点，同事倒也挺不错的。

经理去北京参加会展，业务员出去跑单，办公室剩下我一个人，销售部的大小事务暂时由我全权处理，有客户会直接上销售部询问价格，产品品种，我则负责接待，登记，之后为他们引见厂长，与之洽谈。

实习锻炼了我各方面的能力，关键是看自己要不要学，我觉得自己是有责任心的，要不然也不会无所事事的时候诚惶诚恐。慢慢的一天工作流程也成形，早上到办公室简单整理办公室资料，下车间办公室财务室拿出库单，然后传真给客户并告之运号，再将出库情况登记在excel上，把订单做入t6软件中的销售订单，并将订货情况登记在excel上，完成经理安排的其他工作。

五一之后上班时间就有所改动了，越来越早，七点上班，公司的订单也是接连不断，一本接着一本，这周每天都很忙碌，也基本清楚公司老客户需要的产品型号，开单也变得轻而易举了，作为销售助理，工作的主观能动性非常重要，主要在“勤”字上下功夫。

业务员在一个月时间里会有七八天留在办公室，和他们交谈也让我受益匪浅，在工作中偶尔会出现一些小失误，会遗落单子，导致对不上钱，所以每一步都要小心翼翼，开出的订单也要及时拿到车间，跟上生产，在这里，我也学到了很多。

即使是明天都重复做着这些事，也不会觉得乏味。觉得只有完成了自己该做的事情，才会有休息的念头，有时候也会怀念学校，怀念读书的时候，马上可以回学校了参加毕业答辩。

做好自己本职工作的同时，完成好领导分配的各项任务，在这周里做好交接工作，为回校做好准备。

大学生顶岗实习周记篇二

来到这里已经是第xx个星期了，由于还是进厂里的个月，所以星期六不用上班，晚上也不用加班，至少我的车间里面的制度是这样执行的。有些同学的车间就没有这么幸运了，在第xx个星期就要星期六上班去。现在的工作还是省模，没办法，制度是这样设置的。

大学生顶岗实习周记篇三

临近毕业的最后半年，是我们真正实习生活的开始，是汇报我们这三年来在学校学习成果的开始，是步入社会大展宏图的开始。

参加了多场的招聘会、面试了多家的公司、衡量了多方面的因素，我选择了这家公司开始我的实习生涯。怀着兴奋、激

动地心情，早早的踏上上班的公车，呼吸着清晨新鲜的空气，憧憬着新的一天。

来到公司陌生的环境、陌生的人和事，让我感觉有点拘谨，努力让自己的微笑减少言语上的笨拙。第一天并不像我想象的那样，由人事经理带我们熟悉公司的环境，结识新的同事。大家似乎都很忙，可能现在是业务的旺季吧。

实习的第一周，并没有像我们想象的那样，有什么业务性的工作让我们着手。我们只是简单的分配到一些事务性的工作，如整理文档、记录一些旧的文案等等。然后利用中午休息的时间结识了一些新的同事，熟悉了公司的环境。

经过一周的实习，对公司的运作流程也有了一些了解，虽然还没有具体的操作过，但是在接触到新的事务不再不知所措，学会了如何去处理一些突发事件。比如在接到一些投诉电话的时候，懂得如何安抚客户的情绪，如何进行前期的一个简单处理等等。而且从工作地过程中明白了主动出击的重要性，在你可以选择的时候，就要把主动权握在自己手中。相信大家刚开始实习的时候，都做过类似复印打字、整理文档等的杂活，因为刚开始对于公司的工作内容、流程还不了解，所以做杂活成了实习工作必做的工作。虽然工作比较繁杂但是从中也学到不少的东西。所以说事情是不分大小，只要积极学习积极办事，做好份内事，勤学、勤问、勤做，就会有意想不到的收获。

在经历了一周的打杂工作，让我对公司的运作流程以及业务有了一个整体的了解，因此这一周我们的工作内容也有了一个小变化，除了进行简单的客户资料整理，还开始负责对一些客户的回访工作，在这之前一直认为这是一个很简单的工作，因为在学校的时候都已经学习过电话营销的技巧了，但是在真正操作的过程中，发现中间还是有很多小细节需要我们注意的。

比如在初次的回访中，尽量不要拖太长时间，一般控制在3-5分钟，就应该结束谈话，要不会让客户产生厌烦心理，同时在交谈的过程中，如何自报家门，如何进行一个产品的推介等都是一个小技巧，因为只有你站在客户的角度去思考问题的时候，客户才会愿意继续下次的谈话，如应明确你为它带来什么利益、做这件事对它有什么好处等，如有可能尽量约见见面的时间，因为很多时候，很多问题通过见面的交谈效果会比仅仅通过电话的交谈会好的多，一个可以通过面谈了解到客户的一个真实的想法，在一些问题的说明上更具说服力。

一周的电话回访，从陌生到熟练，从一个电话到n个电话的成长，每天来公司上班就是整理昨天的客户资料，看哪些客户的信息是需要继续回访的，哪些是今天重点客户，要通知其他人员去实地拜访的，接下来就要开始一个接一个不断地电话回访，回访的过程是漫长的，结果是令人心寒的，也许你打了100个电话，只有一个客户是正面的消息，其他的客户都是委婉的在拒绝，有的甚至是态度恶劣，而那一个正面的客户也可能随时泡汤。终于开始理解前辈们了。

经过一周的电话洗礼耳膜开始有了职业病的征兆了，也同时对于电话产生了恐惧心理，相信这是每一个电话营销人员在自己独当一面后，所要面临的第一关吧！繁杂、枯燥的电话回访，但是却又是必须经历的。只有在克服这个经历后才有可能有更大的进步。

时间飞逝而过，转眼间已经实习一个多月了。回首过去的几个星期，学到了很多，虽然中间有些小小的抱怨，但是功夫不负有心人，总算是没有白白浪费过去的光阴。这要感谢在我最困难的时候同事给予的鼓励和帮助，让我克服了电话恐惧症。在他们的帮助下，我学到了很多课本上所没有知识，相信这会是今后生活工作中的一块宝藏。

有了这一个月多月的业务接触，感觉在拿起电话来也比较上手

了，也比较容易调整好心态了。根据每个月的工作任务，开始给自己制定周计划，开始按章执行，对于自己的每一步都做出了一个明确的规划。看似简单的工作计划，却涵盖了很多内容，一个工作计划必须是可实施的，每一个工作目标不是空话，必须是可实现的，这不仅仅是做给上级看的，更是做给自己看的，只有在实现了一个个目标之后，工作才会更有动力。

大学生顶岗实习周记篇四

xx年7月10日，我怀着一丝紧张和兴奋的心情踏入了华电工程设计院有限公司的办公室，开始进行为期一个月的实习。接待我的是王经理，人挺和气，一番寒暄过后，他便给我介绍了公司的情况以及给我安排的工作。公司刚成立不久，百废待兴，许多工作也是刚刚步入正轨。

之前我和公司已经有过沟通，在了解了我的实际情况后，安排给我的工作是计算机管理与维护。介绍完公司的情况，王经理又把小林介绍给我，原来他现在在公司就做计算机管理与维护的工作。小林也是刚进公司，年纪和我也差不多，所以对我很是热情，也没什么架子。还没等我问他工作安排，他就指着桌上的电脑，笑着说道：“来吧，我们开始工作吧。”于是我的工作就这样开始了。

我们目前的工作是给公司组建局域网。对于这方面的知识我在学校学过一些，加上之前也曾在寝室和同学一起组过局域网，所以对这项工作我是充满信心。我来之前小林还没想好到底如何组建局域网，于是现在就和我商量起来。电脑十二台左右，要求只是进行文件的互相传输，达到资源共享的目的。

讨论下来，最后决定通过集线器来连接各台电脑从而构成星型网络。我们舍弃了购买交换机的想法，虽然交换机处理数据的能力更好，但是因为公司目前只需要组建十多台电脑的

小型局域网，对于数据的处理要求不高，暂时也不会需要共享上网，一段时期内公司也不会进行大的扩展，而且通过集线器组建的网络成本较低，也比较方便。为了布线的方便，我们也向领导提出了适当调整办公室的布局，同时也把组建局域网的构想做了汇报，得到了领导的同意。我们罗列了需要购买的物件的清单，设计好了办公桌的布局，测算了一下需要购买的网线的长度。接着，我们买好了集线器、网卡、网线等需要的设备，办公室的布局调整也已经完成，接下来就开始组网了。首先给每台电脑都安装上了网卡，之前已经定好了集线器的摆放位置，接着用网线把每台计算机的网卡和集线器相连，我们购买的是十六口的集线器，足以应付目前这十二台机器，多余的接口可为将来增加的计算机所用。

通过集线器以及网卡上的指示灯可以来判断是否已经连通。各台电脑连通之后，接下来就进行软件设置了，我们添加了一些网络协议，给每台电脑设定了ip地址和子网掩码，并且设置了工作组，便于以后的访问和查找。对于每台电脑进行有序的数字编号是必要的，这将方便今后的管理。对于连接打印机的电脑也进行了单独的设置，已使得其他机器能通过该台电脑进行打印的操作。进行到此，我原本觉得应该大功告成了，再接下去的试用阶段，一切都很顺利，我心中忍不住一阵高兴。可是没高兴多久，问题便出现了，原来装有windows操作系统的机器可以访问98操作系统的机器，但反过来就不行，这也是事后才得出的原因，当时我只是认为造成不能访问的原因可能是网卡或是集线器、网线的问题，或者就是设置里的问题，于是赶紧换接口、换网卡，忙活了一阵还是没能解决。当时我也是很焦急，回家静静的思考，才想起可能是操作系统不一致的问题。

后来上网查找了一些资料，果然印证了我的想法，并且找到了解决办法。原来需要在操作系统下先设置一个用户帐号，98系统下的机器只要凭此帐号就可以登陆机器了。如此一来，总算把这个问题解决了。这样，公司的局域网终于是

架设完成了。

局域网架设完成后，使用起来一切都很顺利。几天后，有同事说他的机器不能打印，时好时坏。我尝试着实习报告重新给打印机装了驱动程序，还是不能打印。之前能用的，怎么现在就不行了？我也是不得其解。抱着试试看的想法，把那位同事的机器里的网卡驱动程序安装，重新设置了一番，结果行了。我虽然松了口气，心中还是有些疑虑，实在是不清楚哪里出了问题。第二天，那位同事又说电脑不能打印了。我一时没了主意，难道还像上次那样重装驱动程序？显然那并不是问题所在。我不经意的看了一下网卡的指示灯，没什么问题，是正常状态的绿灯。

但突然我又想到了集线器，我一看集线器，果然有一个接口的灯是红色，表示未接通状态。我一查，这个接口的线果然就是连着那台电脑，换个接口一插，还是红灯，又试了几次，时好时坏。看来是这根网线的问题，接头的接触不是很好。于是换了根网线，问题就解决了，电脑可以正常打印了。此后，也没出现什么问题。看来实践中有些问题是书本上永远也学不到的，只有通过自己的实践才能发现问题，从而想办法解决问题。这或许是这次实践给我带来的最大收获。

当然，能够把自己所学的知识应用到实际中，发挥自己的所长也是一件令人愉快的事情。小林也是第一次组建局域网，开始他心里没什么把握，我的到来自然是帮了他不少忙。但我毕竟只是来实践的，小林可是承担着工作的压力的，但他工作时的认真态度实在是令我感到敬佩。

大学生顶岗实习周记篇五

【导语】实习能帮助大学生树立正确的立业观，适应市场，顺利就业。通过实习，大学生能提前了解社会，认知自我，准确定位，树立正确的立业观和择业观，迈出走向社会的第

一步。以下是东星资源网为大家整理的大学生实习周报，供您阅读学习！

【篇一】大学生实习周报

在经历了一周的打杂工作，让我对公司的运作流程以及业务有了一个整体的了解，因此这一周我们的工作内容也有了一个小变化，除了进行简单的技术资料整理，还有就是如何去做好这个产品方面的设计，我本来以为将具体的尺寸用工具测量出来，然后通过autocad画出来就可以了，但是结果并不是想象中那么简单。老板总是叫我一遍又一遍的检查画的图是否还有其他的错误，经过几天的检查，我开始感觉到一整天坐在电脑面前开始有些疲倦，整天面对着电脑，看着那枯燥无谓的图形，我有点开始厌倦了，但是我还是坚持着做着，细心的检查着。就这样我熬过了枯燥的一个星期。

【篇二】大学生实习周报

经过一个多月的实习，虽然对公司不是那么的太了解，但是多少不等也有所了解。天天做着一样的事，感觉无比的枯燥，只有自己一个人坐在电脑面前一整天，只有电脑从早到晚的陪着我，觉得好孤独，没有了以前在学校的那种欢声笑语，没有在学校的那种轻松悠闲自在了，有的只是空虚和寂寞。有些时候闲下来就坐在电脑面前发呆，不知道做什么。就这样一天一天的耗着，感觉除了工作以外，自己的生活中就没有其他的新鲜的事情，或者是值得人去回忆，留念的了，没有了色彩斑斓的生活，有的只是枯燥的工作，有些时候都有点冲动想不干了，去换换别的工作，想累积更多的社会知识和经验，但是想了想还没有那么的冲动，还是在原来的地方老实的呆着。

【篇三】大学生实习周报

虽然时间过的那么的难熬，但是还是有快乐的时光的，那天

我和师傅出去吃饭了，在饭桌上，师傅没有以前那一脸的严肃，让我感觉到自己和他们就像兄弟一样，并没有那么的陌生。在吃饭的时候叫我注意一些细节方面，并不像在学校大家在一起吃饭那么的随便，要有一定的规矩和礼数。叫我去喝酒，虽然我不会喝，他们就让我少喝点，意思一下，在这里结交新朋友，也好为自己以后在社会混多一条路，多见见世面。那天我们吃的很高兴，也很开心，我第一次感觉这样无拘无束。回到厂里的宿舍，呼吸着外面的空气，感觉到无比的舒畅，来到厂里终于有了一次真正的放松，心里觉得乐滋滋的。

【篇四】大学生实习周报

锻炼远不止这些，从中学到东西才是最重要的。又有一件事情是我记忆犹新，那天天阴着，风吹着，冷极了。老板叫我们去刷树，这些简单的东西对于我来说都是没做过，不怎么会做。我都不怎么情愿去做，老板说了不得不做，正所谓在别人的屋檐下吃饭，不得不低头。硬着头皮拿着家伙干了起来，起初上一脸不愿意，慢慢做起来觉得里面还是有一定的学问，比如说一般树干要刷多高，才能达到保护树的效果，树皮上面一般刷成什么样子，怎么样刷才能使多有的白色在同一高度，怎么样刷才能让人看上去更加的美观舒服等等，从一件小的事情上就能学到很多，只是有些时候自己并没有发现而已。

【篇五】大学生实习周报

学习总是永无止境的，正所谓活到老学到老。一天从早到晚都干个不停，晚上还要加班，那几天真是累啊！恨不得一下过去，事实是不可能的，只能一天又一天在忙碌中度过。回头想想这几个星期感觉自己尝到人间的酸甜苦辣，感觉时光是度日如年，十分的难熬。有些时候整个人早上都不怎么想起来，盼望着什么时候能够放假休息一下，好好的放松个一天两天，终于结束了一个星期的劳累生活，回过头再想想这

个星期的点点滴滴，不禁的笑了起来。

【篇六】大学生实习周报

时间过的真是快啊！不知不觉的将近两个多月了。对于刚出学校的我来说生活的点滴都是一个学习的过程，比如说自己的日常生活，从学校出来了，什么都要靠自己，刚来厂里的时候，自己连做饭都不怎么会，有些时候都煮的不熟，正所谓在家里过惯了衣来伸手，饭来张口的生活。开始几次都没做好，不过后来慢慢的适应了，越做越好了，同时自己也开始慢慢的学习做菜了，虽然做的不怎么好，但是自己还是每天坚持的去做，相信总有一天会做好的，正所谓功夫不负有心人，我坚信总有一天会弄好的。离开了学校，怎么样去搞好自己的生活也是一个重要的过程。也是有很多地方值得自己去学习的，生活中处处可以学习，只要你去用心。

【篇七】大学生实习周报

到了这一周说说我的感想最深刻的还是交际方面的。像我一个人在外面，生活确实不容易。俗话说的好在家靠家人，出门靠朋友。出来交朋友是非常重要的，而看准人，看好人，交好人是更重要的，在结交新朋友之前要考虑好这个人是否值得自己去交，看准人是交朋友的一个重要条件，看好人则是交朋友的一个中心环节，交好人则是最简单的了。我的公司虽然不怎么大，但是有几个人就有几种不同的社会形态。有些时候我都会不禁的发出感慨，也许正因为社会上有这些不同的人，不同事，不同的物体才能构成这个复杂而又无奇不有的社会。社会真是让我感慨万千，如果说社会是大海，那我就是一滴水，终究会随着时间的流逝而滚入滔滔的大海随波逐流。

【篇八】大学生实习周报

经过一周的实习，对公司的运作流程也有了一些了解，虽然

还没有具体的操作过，但是在接触到新的事务不再不知所措，学会了如何去处理一些突发事件。懂得从中学到一定的处理事情的方法，而且从工作地过程中明白了主动出击的重要性，在你可以选择的时候，就要把主动权握在自己手中。相信大家刚开始实习的时候，都做过类似复印打字、整理文档等的“杂活”，因为刚开始对于公司的工作内容、流程还不了解，所以做“杂活”成了实习工作必做的工作。虽然工作比较繁杂但是从中也学到不少的东西。所以说事情是不分大小，只要积极学习积极办事，做好份内事，勤学、勤问、勤做，就会有意想不到的收获。

【篇九】大学生实习周报

俗话说的好一年之季在于春，一天之季在于晨，又是一个星期的开始，早上起来呼吸着窗外的新鲜空气，来到厂里开始新的工作，将上个星期的零件图把他装配起来，我以为本来是很简单的事，不过事实并不是想象中的那样的简单，在装配过程中出现了许多问题，这下可把我个弄晕了，都不知道该从何下手，比如说在装配的过程中出现尺寸的不一样，出现很大的间隙等等其他的许多问题。一时间看出许多的毛病和错误，只好再次慢慢的修改，寻找还有没有其他的错误。经过几天的奋斗，修改和检查这个工作快接近尾声了，我总是在希望我的图不要在出现其他的错误。这个星期虽然结束了，但是还是有地方值得我去学习的，真的是不亦乐乎。

工作学习心得

在过去的一个周里，我不断学习，不断成长，下面是我对这一周的工作，进行的初步总结□

俗话说万事开头难，一些事情都要有个很好的开头，工作也是这样，在来公司之前，我已经做好了心理准备，无论工作的难易，无论工作是否重要，我都会尽自己最大的努力去做好分给我的工作任务。

在这一周里，我初步熟悉了业务管理部的一些基本工作。明白了，在业务管理部首先要细心，只有细心你才能做好，一些琐碎的工作，才能完成一些复杂的工作。其次要有耐心，业务管理部的许多工作，都是一些很复杂很琐碎的工作。比如我现在主作的风险案例处理，每天面对各种不同的案例，要详细了解各种案例流水，而且由于我刚做很多不熟悉，也许一天才刚刚做完。在这里要感谢董欣姐，她交给了我了很多案例分析的方法，帮我分析一些拿不准的案例，使我初步了解了风险案例。业务管理部类似的工作还有很多。最重要的是要有工作的热心。琐碎的工作，容易打击我们对于工作的喜欢，在业务管理部，我们更应该保持热情，以百分百的心态去工作。

在工作中，我深深了解到了，有些工作靠理论，我们是完成不了的。在我接受工作前，张璐姐给我介绍了风险常见的几种情况，对于案例怎么处理，处理的基本流程，基本做法。然而在工作中我们总会碰到，一些意想不到，超出常规的工作。使我明白了，我还有很多需要学习，在工作这条道路上，我还有很长的一段路要走。

在下周的工作中我要做到以下这些：

1. 努力学习相关的风险信息，了解不同案例的处理工作。
2. 按时准确完成，部门交给的工作。
3. 努力学习相关的业务知识，早日适应业务管理做的工作。
4. 保持每天的工作热情，用心去工作。

以上是我对这一周工作的学习心得体会，在以后的工作中我一定会学到更多的东西，有更多的工作总结。我一定会好好工作，以公司工作为首要任务，努力学习。

大学生毕业实习周报【推荐】

大学生建筑工地实习周报

毕业实习个人周报

实习周报

财务人员实习周报【推荐】

大学生顶岗实习周记篇六

经过一个学期的车工实训，使我懂得了很多关于车床加工方面的知识。我已经基本掌握了一些基本工件的加工方法，下面由我来向老师介绍一下我这学期学到的知识，我将以加工一个m20螺纹为例讲出它的加工方法和所注意的事项。

我以ca6140车为例，要想加工螺纹，在加工螺纹前要先车一个m__的外圆。因为最后车出来的螺纹直径要求是m__□在加工过成中我们要把外圆车的比m20要小0.2—0.3，也就是说我车出来外圆的直径最后应该是__或是__。在这里我假设我现有的棒料直径为m30□

现在我开始进行加工，首先我把棒料放到车床的卡盘上加紧，在刀架上把外圆车刀上好，第1部开始车外圆，把车床的转速调到450转每分钟，转动大拖板和中拖板使车刀轻轻的挨到棒料的端面上(车刀只是轻轻的碰到了棒料不能使刀和棒料有过大的接触)然后大拖板进给__—_mm使用中拖板进给车出一个和棒料外圆垂直的端面，继续对刀使刀和料的外圆向碰，大拖板退刀到料外，然后开始车外圆在这里我将对料车_刀头三倒粗车第_刀精车。第一刀中拖板进刀，进刀的尺寸约_mm□在加工到理想长度后大拖板退刀但中拖板不动，第二、三刀和第一刀一样进_mm□最后一刀精车现在料离预定值还有_或_，

在切这刀时要加上偏差(在这里我对自己的要求是 $0+0.0/-0.02$) 0.02 。

经过上面的加工我已经把原料加工成了外圆为 m 的料了，下一部我要做的是在 m — $_{}$ 之间的地方用切断刀在 20 的上面紧挨着 $_{}$ 的地方切一个槽，槽的宽度在 $_{}$ — $_{}$ mm之间，深度为 $_{}$ mm(因为我要车的螺纹的螺距是 $_{}$ 的由公式可算出中拖板的进给量为 $_{}$ mm[]实际切入为 6.4)。切槽时应注意的是切到指定宽度和深度后要对槽进行清根。

以上准备工作都做完了。最后我要对螺纹进行加工了，这里我应的正反转切削发这中方法在加工时大拖板上的压和开关是闭合的特点是当卡盘正转时大拖板进刀反转时退刀。经过对车床刀的进给进行调节后。将螺纹刀对到料上使卡盘正转使刀在料上划出一道印用游标卡尺测量看是不是 2.5 ，量完后如果合格就可以用中拖板进刀了。这是车床的转速不能太高在 $_{}$ 多转/分，进给是最大值不要超过 5mm []最后几刀时最好每次在 0.01 — 0.02 左右这样保证螺纹的表面光华度不至于产生撕裂。

以上就是我加工螺纹的全部过程，我知道我懂的这些只不过是车工的皮毛而以想要更好的学好车工我以后还要努力学习。

大学生顶岗实习周记篇七

从 1990 年起，我系作为南京大学首批教改试点单位，在本科教学中率先提出并施行“ $3+0.5+0.5$ ”教学改革和人才培养模式。该模式的具体内容是：对 4 年制本科生，首先利用前三年的时间实习报告进行公共基础课、专业基础课和专业课的教学；然后让他们走出课堂，到党政机关和企事业单位进行半年的教学实习；最后再用半年时间进行一些课程的补充教学和毕业论文写作，完成 4 年制本科教育。在“ $3+0.5+0.5$

”模式中，学生教学实习是至关重要的一个环节。1990年至1998年，我系共有226位本科生参加实习，实习中，广大同学拓宽了知识面，锻炼了能力，综合素质得到较大提高。同时教学实习也为推动我系教学改革提供了丰富的经验。

一、明确教学实习的目的与要求

(一) 实习目的

安排教学实习的基本目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便把学生培养成为能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质复合型人才。具体表现在三个方面：

1、运用和检验教学成果。作为整个教学体系的有机组成部分，学生社会实践虽然安排在一个完整的学期进行，但并不具有绝对独立的意义。它的一个重要功能，在于运用教学成果，检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识，尝试性地应用于实际管理工作，并从理论的高度对管理工作的现代化提出一些有针对性的建议和设想。检验教学成果，就是看一看课堂教学与实际工作到底有多大距离，并通过综合分析，找出教学中存在的不足，以便为完善教学计划，改革教学内容与方法提供实践依据。

2、了解和熟悉机关运行。对行政管理学专业的本科生来说，实际能力的培养至关重要，而这种实际能力的培养单靠课堂教学是远远不够的，必须从课堂走向社会。近几年来，我系在教学实习单位的安排上侧重于政府机关，目的就在于让学生通过亲身实习报告实践，了解实际的行政管理运作状况，熟悉机关管理的基本节，实际体会一般行政人员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

3、预演和准备就业工作。通过实习，让学生找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以

后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理转型期。

(二) 实习要求：

实习学生具有双重角色。他们既是学校派出的学生，又是实习单位的工作人员。鉴于此，我们对学生提出了三个方面的要求：1、以正式工作人员的身份进行实习。要求学生不因实习生身份而放松自己，要严格遵守实习单位的有关规章、制度和纪律，积极争取和努力完成领导交办的各项任务，从小事做起，向有经验的同志虚心求教，尽快适应环境，不断寻找自身差距，拓展知识面，培养实际工作能力。2、以“旁观者”的身份实习。在实习过程中，学生往往被安排在某一实习报告具体的岗位，工作可能很琐碎。我们要求学生自觉服从实习单位的安排，与此同时，也要把眼光放高远，从机关工作的全局出发，了解机关运行的基本规律、行政人的基本心态、行政管理的原则等，这种观察和训练能够使学生在更广的层面熟悉行政，增强适应能力。3、以“研究者”的身份实习。要求学生在实习前通过“双向选择”（指定、自定）方式确定一些研究课题，积极探索理论与实践相结合的途径，利用实习机会深入基层，了解社会，认识国情，关注社会热点问题，有准备地进行1~2个专题的社会调研，实习结束时要完成实习论文并作为实习成绩的重要组成部分。

二、精心组织，认真做好教学实习

(一) 实习的时间安排教学实习的具体时间安排经过了一次调整。

1995年以前，严格按照3+0.5+0.5模式要求，安排在四年级上学期；后来发现这段时间与学生日益强烈的考研兴趣相冲突，尤其是在取消国家统一安排就业后，它还与各地人才市场的时间安排相冲突，在征求广大同学的意见后，调整为三

年级下学期。一方面，该阶段学生已掌握了相应的专业知识；另一方面，通过半年的教学实习，学生会发觉所学知识与社会需求之间的距离，迫切需要有一段时间对知识结构进行调整与充实，系里可利用四年级上学期进行某些课程的设置与调整，以满足学生四年级下学期完成毕业论文及找工作的需要。

3、教学实习促进了学生自身的发展。实习活动使学生初步接触社会，培养了他们的环境适应能力及发现问题、分析问题、解决问题的实际工作能力，为他们今后的发展打实习报告下了良好的基础。一些在实习中表现突出的学生在毕业时找到了较为满意的单位。（详见有关附表）4、教学实习配合了所在单位的工作。参加实习的学生在各自的实习基地积极工作，从小事做起，直至参与本部门的重要工作，成为一支富有朝气与活力的年轻队伍，实习学生的精神风貌及工作能力受到了各单位领导与工作人员的普遍好评，在每次实习欢送会上，都出现依依惜别的感人场景，而几乎所有单位都表示，欢迎我系以后能继续向该单位派出实习学生。（四）教学实习的经验及今后需要解决的问题我系的教学实习经过多年的开展，积累了丰富的经验，从系领导到任课教师对此都十分重视并予以必要指导，使学生在实习前便具备相应的专业基础知识；实习的组织工作周密细致，日常管理及时而有效，对存在问题能迅速指导与解决。实践证明，教学实习适应本专业特点，符合教学规律与学生心理预期。它作为行政管理专业教学体系的一个环节，无论对学生成才还是对教学改革，都有极大的促进作用。

从实际效果看，3+0.5+0.5 人才培养模式总体来说是很成功的。

大学生顶岗实习周记篇八

本周，如我所愿，我被分配到了花园山庄的江南食府，与我一起分到这家酒店的还有其他十五们同学，分到了不同的部

门和岗位。第二天，酒店就对我们进行了系统的培训。培训工作分为二块：一是岗前培训，包括室内培训和游览培训，主要是介绍酒店的概况。同时也对我们进行了员工素养及酒店管理制度的培训，这让我们对工作有了大概的了解。第二是消防安全意识培训，酒店特别安排了保安部的主管为我们现场讲解授课，让我们对酒店安全和消防常识有了更深入系统的了解。

江南食府是酒店餐饮部一年四季最为繁忙的区域。在刚走进工作岗位的几天里我就领教过了，因为以前在学校，没有开过这门课，所以现在一切对我们来说都有是陌生的，茫然的。我就像无头苍蝇，完全不能领会工作的流程和要领，只是听从领班的安排和他们手把手的教导。庆幸的是基本的老员工对我们都特别的友好，领班还专门为我们新员工安排了一个师傅，负责引导我们的工作。在她们耐心而认真的指导下，一个星期后，我们就正式单独上岗了。

刚开始一个人单独做服务的时候，还是会紧张。有时都不敢看客人的眼睛。上菜时也很少按要求报菜名，几乎都是无声服务。后来，渐渐对一切都熟悉起来，做服务时胆子也变大了，可以回答客人用餐过程中遇到的问题了。在同事忙的时候也能抽出时间去帮忙了，其实看到客人在自己服务的区域用餐，而自己可以游刃有余的应付时，的确是一件快乐的事。在服务过程中我们接触到了形形色色的客人，在工作中既受到过客人的表扬，也因为客人服务的不够，受到过领班的批评。

大学生顶岗实习周记篇九

本周，我得到了领导和老员工们的亲切关怀与照顾，从而让我更快地在公司这个大家庭里成长。由于我刚跨出校门，在社会阅历和工作经验上还较欠缺，还需要各位前辈的指点和自己积极的去勤学多问。作为新人，犯错误是不可避免的，但是工作，就是要为自己的行为负责。我会把自己的心态调

整好。对于我们这些即将踏入社会上的新人来说，实习既是机遇也是挑战。这就要求我们要以社会主人翁的心态积极思考我们的优势和不足，在发展整体态势下，定位自己的目标，发掘个人潜力。通过这次的暑期社会实践，我收获了很多书本上读不到的知识，对公司文员工作有了更全面的认识 and 了解，也锻炼了我自己的社会工作能力，意义深远。