# 顶岗实习周记模板【五篇】

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2025-05-21

*实习能帮助大学生树立市场意识，端正就业态度。大学生通过实习才能认知社会中的优胜劣汰，培养竞争意识，才能在实习中了解用人单位的需求和要求。本篇文章是为您整理的顶岗实习周记模板【五篇】，希望可以帮助到您，欢迎分享！>1.顶岗实习周记模板　　我陪...*

实习能帮助大学生树立市场意识，端正就业态度。大学生通过实习才能认知社会中的优胜劣汰，培养竞争意识，才能在实习中了解用人单位的需求和要求。本篇文章是为您整理的顶岗实习周记模板【五篇】，希望可以帮助到您，欢迎分享！

>1.顶岗实习周记模板

　　我陪伴初一的时间最长，直到我的实习结束。我代理两个班的语文课，并且负责一部分班主任工作。这不仅丰富了我的教学经验，还获得了学生们满满的友谊和深深的感动。

　　因我的指导老师是班主任，故而在副班主任工作上我可以有所借鉴和学习。学生日常矛盾的处理，生活情况，学习状况有问题时，我都会一一认真负责地处理，学生们也非常信任依赖我。我认为我做的还是比较成功的，但班主任工作上还欠缺经验，处理起来不是太得心应手，仍然需要不断的学习锻炼。

　　在实习期间，除了教学实习和班主任工作，我在实习队里也尽职尽责。

　　非常荣幸在实习之前，就被老师钦定为实习小组长。身为队长，我们一行六人的生活琐事都需要我来操心，老师布置的任务活动都要我来传达督促，主任与老师之间的沟通也需要我来做中间的桥梁。真的非常心累。不过我们团结合作，完成应该完成的任务，队友们互相帮忙，互相学习。一方面巩固了我们之间的友谊，另一个方面给我的实习工作了很大的帮助。我从不同的岗友身上学习到了不同的知识，不同的教学风格，教学技巧和方法等等。这段时间也锻炼了我的人际交往能力和沟通能力，学习到了很多，更是锻炼了自己。

>2.顶岗实习周记模板

　　在实习中的第一周，因为对一些情况还不熟悉，开始大部分时间我都是在看各位同事的操作，他们校对的熟练程度和经验设置不是我一时能企及的。所以在学习时必须全神贯注的去看，有时候稍不留神就会错过一点，还得请教让他们再重新演示给我看，多思考就会发现问题，然后去寻找答案，这样我每天也是有收获的。偶尔有很简单的东西他们也让我试着慢慢做，但我的表现还不甚让人满意。显然，最重要的还是自己动手练习，否则你以为掌握了其实并没有，不动手一切只是纸上谈兵。比如在校对一份作者的投稿时，你都能看到同事轻而易举的几步完成，可是自己操作时不仅速度慢而且也不准确，中间还出现将对的改错了。

>3.顶岗实习周记模板

　　在实习第xxxx周，我尝试给幼儿上餐前活动，在早教机构代课的经验给了我很大的帮助，孩子们很喜欢我教的手指游戏和儿歌，在与幼儿的互动当中也使我获得了很多的快乐，我相信每位幼儿都有一颗天使之心，他们的天真纯朴给了我很多感动，让我印象最深的是有一次是然然头上戴了一种珠珠的发饰，早上自由活动时文杰哭着跑过来对我说：曾老师，然然戴的那个是我的，是“天使造型”里的，由于没听清楚，她直接把我拉到然然面前，这时然然也哭了起来，摸着自己的发饰说是妈妈买的，我才明白了，当时，我先安抚然然，让她不要哭，我来给你们找答案，我拉着文杰到天使造型，找到了她的发饰，她们的发饰只有颜色有点不一样，很容易误认，看到我手里的发饰，文杰停止了哭泣，我只轻轻地说了句你知道要怎么做了吧，文杰便走向然，给她到了道歉，之后，我找机会对文杰说，误会别人，别人会很伤心难过的，所以一定要看清楚，想明白，才可以说。

　　这短短的xxxx周实习，给了我挑战，快乐，和感动，使我更加明确了做一名幼儿老师的信念！

>4.顶岗实习周记模板

　　在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我明白，这不仅仅要打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的状况下，我能够完成接待任务。

　　刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己明白的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

　　发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮忙别人的地方也多，帮忙别人多了，别人也愿意帮忙你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就构成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

>5.顶岗实习周记模板

　　工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

　　作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不一定就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

　　我们的主动积极会给我们创造更好的环境和更多的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn