# 个人学习总结15篇

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-05-09

*小编为大家整理了个人学习总结15篇，仅供大家参考学习，希望对大家有所帮助!!!为大家提供工作总结范文，工作计划范文，优秀作文，合同范文等等范文学习平台，使学员可以在获取广泛信息的基础上做出更好的写作决定，帮助大家在学习上榜上有名!!!【导语...*

小编为大家整理了个人学习总结15篇，仅供大家参考学习，希望对大家有所帮助!!!为大家提供工作总结范文，工作计划范文，优秀作文，合同范文等等范文学习平台，使学员可以在获取广泛信息的基础上做出更好的写作决定，帮助大家在学习上榜上有名!!!

【导语】的会员“huangjinhua”为你整理了“个人学习总结15篇”范文，希望对你的学习、工作有参考借鉴作用。

个人学习总结 推荐度： 党校学习个人总结 推荐度： 培训学习个人总结 推荐度： 师德师风学习个人总结 推荐度： 个人学习总结 推荐度： 相关推荐 个人学习总结1

本周，我校举办了第十五期团校培训，作为一名班干，我很荣幸地进入到这个集体中学习，同时我也很珍惜这一次学习的机会。现在，这个短期的团校培训结束了，我收获很大，譬如做好一名优秀团干部的6种素质，5种能力。提升个人魅力的12法，让我在学生干部开展学生工作这方面等到了更多的认识。

这次团校课程的宗旨在于全面提高学生干部的工作责任感，充分发挥学生干部在学生管理中的作用，提高工作能力和工作水平，增强其各方面的综合素质，更好服务于我们广大团员青年的成长成才教育。在简短的培训期间，我们都学到了很多。

第一讲由党委书记幸胜标宣讲，幸书记送给同学们八个大字‘懂得感恩，珍惜机遇’，鼓舞和激励团员青年充满激情、热爱祖国、孝敬父母、刻苦学习。他还带领我们一同回顾党的光辉历史深入宣传党的丰功伟绩，并要求我们要做党的有利助手和后备军，要成为英才学院真正的英才。随后，我们还观看了《党的历史人物-我党历任中央领导人》的视频，再次领略了我党历任中央领导人的风采。

第二讲由山东省青少年研究所所长张华教授主讲，同时团委副书记王东生，团委宣传部部长何岩，团委组织部部长王坤丽等也参加了本次培训。张教授以‘大学生成才的规划与设计’为主题，例举‘赤脚国’故事启发大家要树立创新理念，有明确的目标，成为21世纪的创新型人才。她从目标的研究与设计、时间管理、情感管理、校园行为管理四个方面阐释了大学生如何进行成才的规划与设计。其中，她讲述了一位清华大学生为攻克癌症治疗而选择了报考名校的事例，希望我们对自身进行正确的定位，并且做时间与情感的管理者，促进人格的全面发展，提升个人素质。张教授启发大家对自己有一番清楚的认识，发人深省。

第三讲机械学院行政院长孔祥泉主将，同时团委副书记王东生，团委组织部部长王凯丽老师等也参加了培训。孔院长以‘如何当一名优秀的学生干部’为主题，例举以‘小球转动大球’，‘如果你控制了石油、粮食、信息、团干部、青年、你也就相应的控制了整个了整个世界、人、主动权、青年、未来’。生动形象的引出了本讲的主题，突出学校培养优秀学生干部的重要性。

他从干部、团干部、学生干部三个方面展开讲解，讲述了团干部应具有组织领导、桥梁纽带、榜样示范、‘三自一助’四项基本作用，同时学生干部不是专职团干，应处理好学习与工作的问题，应履行学生的本分。学生干部应自觉提高自身思想素质、勤奋学习、将干部的地位作为提升自己的阵地、给学生干部讲述了应具备的‘六种素质’和‘五种能力’。学生干部应明确‘有为才有位’。

第四将由团委副书记王东生主讲、团委组织部部长王坤丽老师级各基层团委书记也参加了学习。

王老师以‘铸就魅力团支书，提升青年领导力’为主题，以一个幻灯片开始了本讲的内容。幻灯片上出现了一枚散发着无限光芒的团徽，展现出无穷的激情与力量，形象的表现出共青团的伟大。她给广大团学干部讲述了‘团学十二法’：形象吸引法，语言法，热情融化法、知识征服法、兴趣融合法、时尚引领法、沟通协调法、能力提升法、责任感召法、远见引导法、真诚取信法、尊重归心法。魅力是一种气场;魅力来源于责任心、团干部应努力培养自身的业务、学习、沟通能力，乐于奉献的精神。王老师还引用了‘铜头、铁嘴、蛤蟆肚子、飞毛腿’来勉励大家奋进。

第五讲由英才学院副院长李崇银教授主将，李院长以‘党建带团建，努力开创共青团工作新局面’为主题，讲述了要建立健全各级党组织，确立正确的办学方向等主要内容。

通过这次团课培训、我真是受益匪浅、得到了深深的教导，使我明白了许多、知道了许多。

作为一个学生干部。我们更要有比别人更正确的学习态度、学习方法，明确自己的工作和学习的方向，正确处理两者的关系，只有体会到这一点，你才可能成为一个合格学生干部。学生干部在平时的工作，往往是比较繁琐和劳累的，并且没有嘉奖和赞美，只有在工作岗位中默默地工作，默默地付出。许多干部同学埋怨在工作中锻炼不到自己，学不到什么，其实，这只是他们没有认真对待工作罢了，我想做每一件工作都是在考验每一个学生干部，都在测试我们综合素质的高低。业务素质的体现，在我看来，不外乎又是繁琐的工作的表现。当一个人去开展一件工作，首当其冲的是自己的心理，问自己，能否把这件工作做好呢?是否信心十足还是踌躇不定呢?再而工作的同时，你的口才、交际、威信的树立如何体现，这些都是业务素质的范围，能否做好一件工作，只要从业务中想到这几点，你就是走出了成功的一步了。道德素质和其它综合性的素质，也很大影响着每一个学生干部的工作的开展，辟如没有道德或道德素质不高的人，他能全心全意为同学服务吗?没有健壮的体魄，能有精力做好每一件事吗?这些素质的综合，往往也在很大程度上体现着我们的能力，是做好工作的关键。

如何才能做好一个学生干部，我牢记这个公式：“能力+实践+创新=优秀学生干部”，我相信这个公式的正确性和实用性。我想只有这三者的综合，才能成为一名合格的优秀的大学生学生干部。

个人学习总结2

校本培训是在职教师素养提升的有效途径，是最接地气的教师培训。本学年，我从自己的教学实际出发，树立“以人为本，以校为本”的理念，以学校教研、学科教研为平台，与教师相互切磋，取长补短，不断养成自我学习与自我反思的习惯。为了使自己在研修中不断提高教育教学水平，进一步增强业务能力并不断完善自己，也为了更好地开展以后的工作，现就本学年我在校本研修方面所做的工作总结如下：

一、主动加强理论学习，努力提高思想认识

每学年我都会认真制订学年个人研修计划、学期个人研修计划。每周四上午是语文教研组活动时间，我一直坚持按时参加，并在活动中做好笔记。在集体备课、教研评课中都能踊跃发言，提出自己的见解，并认真撰写心得体会。在学习中不断充实自己，提高自己的理论素养。在校本培训活动中通过学习《温州各学科教学新常规》《给教师的一百条建议》等专题进一步提升了自己对教学新理念，新方法的认识和理解;通过电教技术的培训，提高了对运用电教技术上课的能力;在集体培训之都会预先查阅相关资料，学习相关知识文献，并做好理论学习记录。积极参加学校组织的听课评课活动，能够通过听课评课学习别人的优点和长处。以此提高自己的教学水平。

二、开展高效课堂研究，提高课堂教学质量

以理论指导实践，用实践验证理论，这是提升的最有效方法。在上课前，我认真备课，精心设计教学各环节，做到了有的放矢。教学工作做到备课要“深”、上课要“实”、作业要“精”、教学要“活”、手段要“新”、活动要“勤”、辅导要“细”、负担要“轻”、考核要“严”、质量要“高”。同时我结合“学业项目测评”要求进行教学改革，进行《小学生课堂参与度的提高策略和方法的研究》课题研究，积极对课堂进行反思与改进，反思自己备课时是否遇到了什么困难，是否调整了教材，为什么调整教材;反思上课时是否发生了意料之外的问题，自己是怎样及时处理的;反思自己本节课有哪些比较满意的地方或者有哪些不足。经过不断的反思与积累，自己确实掌握了很多“第一手材料”，悟出了一些道理，丰富、完善了自己的课堂，最大限度的调动了学生学习的积极性与主动性。由此撰写教学反思与教育教学论文、案例，并多次获得县奖次。

三、积极参加多种研修模式，全面提升业务素质

1、积极参与网络研修。本学年我加入了“《小学语文教学》作文群”、“校长和班主任/德育报”群、“鳌江镇青年干部读书”群，多看看同行们对于课堂教学改革的认识和思考，并对自己感兴趣的话题发表评论，及时与各位学习者沟通交流，增长自己的见识，开拓自己的视野。

2、自主学习模式。我充分利用业余时间学习最新教学理论、自我反思，找出自己在某一方面的不足，并在工作中主动进行改进，以此来提升自己的教育教学能力。关注自我反思及案例。反思，是教师提高教学水平的一种有效方法，

3、积极参加平台选课培训。本学年我积极参加浙江省教师培训平台的选课，有名班主任工作室培训，有平阳县教科室主任培训，有课题研究培训，有心理健康B证培训。每一次的培训都有每一次的收获，那是精神的引领，视野的拓展，也是经验的学习。因此，我认真对待这样的培训，珍惜这样的学习机会。

总之，通过校本研修，我更新了理念，学会了学习，学会了反思，学会了成长。在今后的工作中，我将继续努力学习，锐意创新，切实以新观念、新思路投入教学，努力使自己的教育教学工作更上一层楼。

个人学习总结3

国贸11-1班11054070155孙婧

今年我已经进入大学第三年下学期，现就这过去的几个月做一下学习总结：

一、准备：

成功，一定会伴有挫折。挫折，需要不断的动力去克服，所以，一切的一切，都必须有这样一个先决条件——坚定的梦想。

很多人因为欲望不够强烈，而常常在挫折之后轻易放弃或消极对待，从而在成功之路上半途而废。我个人认为，这实现梦想的欲望必须与个人最强烈的本性相连。诸如：荣誉、自我感觉、地位、别人的口碑……。反正，自己最在乎的东西，就应该成为自己努力学习的动力。

对于我，我的自尊心特别强，不甘平庸，渴望出类拔萃。我有效地利用我的自尊心，在我成绩比别人差时，哪怕一分，我都会感到自己的平庸，自尊心受到打击，我会不甘心，下定决心要比别人更努力。于是，在别人玩耍的时候，即使我也想玩，但我会不断控制自己：要超越别人，就要比别人更努力。就这样，自尊心成了我努力学习的强大动力。

有了强烈的梦想，就如汽车有了发动机。先决条件的完成，才能为以后的漫漫长路打下坚实的基础。

二、学习方法与应试技巧

文科有一个共同的特点，死的东西很多，我并不是说没有活的知识。其实，活的知识有，而且也不少，但很多人却感到文科很死，这是为什么呢?这是因为他们没有发现学好文科的规律：活的知识、技巧都是建立在一定的知识积累，也就是脑子里记忆了大量前人的优秀文章、精辟词句的知识上，唯有先记下了一定的死的知识，才能融会贯通领悟到活的知识，技巧。正因为如此，识记成为学习语文的一道分水岭，成绩不好的同学几乎都栽在这儿。所以我要说，要想学好文科就必须有耐心有毅力去背诵，没有这个基础，一切学习方法、技巧都是空谈。

三、目标、心态

(一) 计划与目标

有目标必须要有计划，如果只有目标没有计划，就如没有发动机只有罗盘的船，目标是怎么也不可能实现的。只有有了计划，人才会一步一步地向前进，也才有实现目标的可能。自己立下的目标才是实1

实在在的，没有计划的目标，无论定得有多好，也是空谈。

既然目标必须计划，那么我认为目标不应定的太远，你可以远大的志向，但那不是目标，目标最多不过一学期就可以了。定目标时，一定要充分考虑在自己的能力范围内是否能做到，什么一个星期读完二本书之类的目标完全不可能。定目标时不能定轻松了，也不能太紧了，我一般都将目标定得比较紧，但没有达到自己的极限，这样，对自己既有压力，又有动力，且不会有累坏了的感觉，再合适不过了。有时，对于某些比较困难的事，目标可以稍稍定高点，比如有一个星期我的全部课余时间都用来读一本竞赛书，我会定了本星期读完这本书的目标，其实我心里明白如果按照理想状态一天学一二章来看我都只能学一大半，但我明白竞赛是一件很苦的事，为了不使自己半途而废，目标必须定高，这样才能给我足够的压力，使自己随时有一被鞭策的感觉，自觉地学习。

对于计划而言，一定要细，细到每一分，每一秒你都知道你要做什么。也许有时会烦，但只要告诉自己，只有一步一步踏踏实实地走，才能成功。每周的计划可以星期天定好，每天的计划应该在前一天睡觉前定好，所以每天晚上应拿出10分钟左右的时间来思考第二天的计划和目标，这样才能避免盲目，做到有序、高效、目的性强。在学习生活中，我认为应全身心地投入学习，没有任何别的欲望，每时刻的每一个动作都是为了学习，要达到一种什么事都不想做，只想学习的状态。(注意：这不是书呆子的表现，只是一种投入，放松的时候有的是)我定计划一般这样：

(二) 心态

1、 对待看书、做题

无论看什么书，做什么题，不应是为了看书而看书，为了做题而做题。看书、做题应有一个目的性，这个目的就是：真正学到东西，并将其牢牢记住。学习的效率，不应以看了多少页，做了多少题来衡量，而应以学了多少新知识，记住了多少来定。为此，看书的时候每看到一个新知识，就应该立即勾出来记住。做题，每遇一道不会的或拿不准的题，对了答案后立即总结，总结错误原因与正确思路，将其牢牢记住，这样才真正学到了东西。

3、 适当放松

我认为放松应分为心理放松和身体放松。心理放松其实很容易，上课时向窗外看一会儿，下课时在走廊上走两圈，做课间操时，吃午饭时，放学回家路上都可以。每当自己感觉心烦意乱、十分劳累或是精力不定时都可以适当休息1—2分钟。每天我固定两个进段作为放松，一个是午餐的半小时，一个是放学时，这样的放松既可以解除疲劳，也可以为下一时段准备好充分的精力。身体放松可以放在周末和2

体育课，但一定不能太累，否则会成为学习的负担。我个人认为，周末不用上什么补习班，只要平时学好了，就没有必要。就是到了初三，周末也应该放松半天到一天，充分调整自己。

4、 学习时心态——静心，排除杂念，精力高度集中，全身心投入。学习、钻研时需要一种状态。这种状态就需要以下几步来进入。先静下心来，平息心中的世俗之争，然后排除一切与学习无关的私心杂念，再调整好精力，用最好的精神去学习，最后全身心投入进去。

5、 对待失败：成长的路上，失败不仅是不可避免的，也是常见的。我认为除了半期、期末以外的考试，我们应该抱着一种迎接失败的渴望，因为只有失败，才能擦亮眼睛，让自己认清现状，发现问题和差距，发现自己的弱点，明确下一阶段奋斗的目标。面对失败，千万不能灰心丧气，一定要保持高昂的斗志，胸怀永不服输的气慨，心中坚定起继续奋斗的决心，在最低谷的时候告诉自己，“失败是成功之母”的道理，看到希望，看到方向。不要在意失败的痛苦(只要不去想痛，也就不觉得痛)，只关注失败的收获。

6、 对待成功：成功，的确让人高兴，因为这是对自己努力和肯定，高兴可以，但一定不能过头。要认识到，一次考试的成功，除了给自己增长自信以外没有任何好处，很容易使人飘飘然。这次的成功，只是对前一阶段努力的肯定，后来的路，还需要一如既往地走下去。成功以后，也不能显出任何的骄傲，要谦虚谨慎地做人。

个人学习总结4

培训个人学习总结 20xx年4月26日起，我参加了中国建筑学会科技培训中心组织的“20xx年全国高层建筑施工关键技术应用及施工质量监督管理业务知识培训班”。通过几天的学习和专家和教授的教导，以及学员们之间的相互指导和帮助，增进了我对监督管理的进一步的认识，这次请中国建筑学会的吴松勤教授为我们授课，内容十分丰富。既有国家的宏观政策、大政方针，又有对监督管理各项法律、法规及强制条文的讲解，又结合某城市的实际工程案例进行解析趣味性很强。通过几天的培训班学习，我感到学有收获，对我们今后正确的履行岗位职责，做好监督管理工作很有帮助。现将本人的学习体会做如下汇报：

一、 要成为学习型的人才

通过培训，我加深了这种观念，树立终身学习的思想。

二、 参加这次监督管理培训非常重要 提高了本人的良好的修养和较高的素质

三、 要理论联系实际，完成培训任务 认真学习、努力实践，为今后能扎实的工作而努力。

20xx年8月起，我成为深圳市住院医师规范化培训中的一员，两年时间很快过去，不论在思想上，技术上还是个人方面，我都有了长足的进步，已经做好了成为一名合格医疗工作者的准备。在这两年的培训里，我能够自觉地遵守医院的各项规章制度，做到不迟到不早退，以一个正式医生的身份严格要求自己。在工作中，时刻为病人着想，千方百计为病人解除病痛;尊重病人，对待病人文明礼貌，摆正主人翁的心态，急病人所急，想病人所想，竭尽全能地为患者服务;耐心对待每一位患者，不管自己有多累，都不厌其烦地做好解释和沟通。平时认真负责地做好医疗工作，提高专业技术水平，坚持业务学习不放松，坚持每天学习，每天不忘学习本专业研究的新成果，不断汲取新的营养，锻炼科研思维。坚持精益求精、一丝不苟的原则，工作中严格按照医疗操作常规进行，避免医疗事故及差错的发生，在临床工作中不断丰富自己的临床经验，时刻保持谦虚谨慎，遇到不懂的问题勇于向上级医师请教，努力提高自己综合分析问题和解决问题的能力。同时坚持学以致用、用有所成的原则，把学习和工作有机结合，做到学习工作化，工作学习化，两者相互促进，共同提高。 培训期间，我轮转过内科的各大学科，其中有半年的时间在心血管内科和心脏重症监护室，能熟练处理好急性左心衰、急性冠脉综合征、支气管哮喘发作、高血压急症、癫痫大发作、上消化道大出血、急性胰腺炎等内科急症并同时能熟练地进行心肺脑复苏的抢救，且能够独立完成深静脉穿刺置管术、腹穿、腰穿、心肺复苏等基本常见操作技术。在工作中，本人深切认识到一个合格的内科医生应具备的素质和条件，从而更加努力提高自身的业务水平，不断加强业务理论学习，阅读大量医学杂志及书刊，踊跃参加医学专业网络论坛，经常参加各种学术会议，以此开阔了视野，扩大知识面。在临床中发现问题主动查阅文献并虚心请教科室的老师，把握一切动手和锻炼的机会。目前我已通过广东省住院医师培训，加强和巩固了临床医生的基本功。随着对临床工作的深入了解，我深刻的体会到医生工作的艰辛和责任，但我一直朝着自己的梦想前进，做一个优秀的内科医生，并相信自己可以做到更好。

时间过得真快，转眼间，紧张而又忙碌的一个学期又进入了尾声。这个学期，我在校领导的关怀下，在个人素质方面得到了提高。本学期，我严格按照学期初制定的《个人培训计划》要求自己，力求提高自己的素质，以适应时代的要求。 下面，将本学期的个人培训工作做一个全面总结：

一、基本功有所长进。本学期，我按照学校的要求，每周完成一页钢笔字，一板粉笔字，一板简笔画。每次的质量都力求高于前一次，得到了一些老师的鼓励。另外，我根据目前对小学英语教师的高要求，决定提高自己的业务能力。利用业余时间，我练习英语口语，模仿录音，学习英语书法，我感到在英语课堂中更加得心应手了。

二、计算机水平有提高。五月份，我参加了阿城市进修学校举办的计算机中级培训。在接下来的两个月里，我向同行虚心请教，刻苦钻研，掌握了word ，excel，powerpint，internet，outlook等>计算机技术，并且在六月末，哈市进行的计算机考试中顺利通过了考试。我的计算机水平有了提高。

三、在教学中不断总结经验。我深深体会到，教学过程，不仅仅是个教的过程，更是教师不断总结经验，感悟的过程。本学期，学校要求我们教师每月完成一篇教学《案例与分析》，我开始在教学过程中思考了，不仅仅在做“教书匠”，本学期上交的四份案例完全是教学中的真实体会，我相信这样坚持下去，我一定会成为一个有头脑的教师。 总之，本学期是>收获的学期，我要在本学期自我培训的基础上进一步提高自己，向高水平的教师看齐。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，自我培训永无止境。 时间过得真快，转眼间，紧张而又忙碌的一个学期又进入了尾声。这个学期，我在校领导的关怀下，在个人素质方面得到了提高。本学期，我严格按照学期初制定的《个人培训计划》要求自己，力求提高自己的素质，以适应时代的要求。 下面，将本学期的个人培训工作做一个全面总结：

一、基本功有所长进。本学期，我按照学校的要求，每周完成一页钢笔字，一板粉笔字，一板简笔画。每次的质量都力求高于前一次，得到了一些老师的鼓励。另外，我根据目前对小学英语教师的高要求，决定提高自己的业务能力。利用业余时间，我练习英语口语，模仿录音，学习英语书法，我感到在英语课堂中更加得心应手了。

二、计算机水平有提高。五月份，我参加了阿城市进修学校举办的计算机中级培训。在接下来的两个月里，我向同行虚心请教，刻苦钻研，掌握了word ，excel，powerpint，internet，outlook等计算机技术，并且在六月末，哈市进行的计算机考试中顺利通过了考试。我的计算机水平有了提高。

三、在教学中不断总结经验。我深深体会到，教学过程，不仅仅是个教的过程，更是教师不断总结经验，感悟的过程。本学期，学校要求我们教师每月完成一篇教学《案例与分析》，我开始在教学过程中思考了，不仅仅在做“教书匠”，本学期上交的四份案例完全是教学中的真实体会，我相信这样坚持下去，我一定会成为一个有头脑的教师。 总之，本学期是收获的学期，我要在本学期自我培训的基础上进一步提高自己，向高水平的教师看齐。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，自我培训永无止境。

一、思想方面 十年树木，百年树人。教育是一个持久的过程，同时振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望又在于教师。高质量的教育很大程度上取决于高素质的教师，提高教师素质的关键是加强教师本身的建设。21世纪，我国正在实施>素质教育和推进基础教育课程改革，这就迫切需要一支用先进的教育思想和理念武装起来的教师专业队伍。因此，教师的建设，特别是新教师的培养成为时代的必然，教师专业化发展的液显得越来越重要，这是推进教育改革的基础和重要保证。总的来看，正如一位教育学者所言：“教师专业发展要求教师不仅是有知识、有学问的人，而且是有道德、有理想、有专业追求的人;不仅是高起点的人，而且是终身学习、不断自我更新的人;不仅是学科的专家，而且是教育的专家，具有不可替代性。” 为了系统、明确地进行教育教学工作，提高新教师自身的综合素质，努力把自己打造成一个“学习型、研究型、专家型”的教师，特制订个人专业发展规划如下：

二、现状分析

1、自身背景 自己毕业于一个师范院校，在大学4年期间接受着教育学和>心理学等专业知识。但是在新形势下，“继续挑战自我，不断提出新的要求，完善自我，充实自我，才能适应新形势”，所以为了使自己能胜任本职工作，成为新世纪合格的教师。教学之余我必须不断得进行学和培训，提升自身素养。例如双流县研究培训中心或其他教育主管部门举办的各种培训学习和学校内部组织的校本培训，这些都很好的为我自己提高教育教学水平打下了坚实的基础。

2、学校环境 在九江初中“引进来和走出去”的教师培养理念下，积极创造各种外出学习和互相交的机会。特别是学校里的所有老师 形成了一种团结向上的氛围。在举办的各类教学大赛中，我们学校力荐新教师，同时又集体帮助新教师，为新教师的发展提供了更为广阔的舞台。学校在数年前就为促进新教师的专业成长成立了“教师专业个性化打造”研究，为每一位刚走上讲台的新教师提供各种专业辅导，还成立了“师徒结对”，形成 老教师帮新教师的良好氛围。此外学校购置了一批新的投影仪、展示台等现代化教学设备，有效地提高了每位教师的教学效率。

三、自我分析

(一)任教情况 我是一名刚刚走上讲台的初中政治教师，从踏上教师岗位的第一天开始，我就下定决心要：立足本职工作，教书育人，为人师表，做到敬业爱业，积极参与教研教改，改革课堂教学，关心爱护每一位学生，用自己的良好言行潜移默化的影响学生，努力成为学生成长的引导者。 在有关部门和学校领导的共同关心和培养下自己的业务水平也在慢慢地提高，在教育教研方面也得到学校老师们的极大帮助。

(二)个人发展优势及特长 1具有比较扎实的中学>政治教学的专业素质;2具有美术设计和书法等特长3具有较好的亲和力 4具有很好的学习和模仿能力5具有众多老前辈们指点和帮助的良好氛围

(三)存在问题或不足 在教育教学上存在诸多问题，比如：如何更好的了解学生的困惑之处，如何更好的利用现代多媒体提高教学效率，如何更好的提高初三学生的应试能力等。

四、自我规划

(一)进一步更新观念，熟悉新教材，领会课改精神，并付诸实践。使课堂教学充满激情和活力，提高课堂教学效率。

(二)努力探索，提高课堂教学艺术强化>教学反思能力。在日常教学活动中，要养成随时记录教学中的感想和学生的创新片段的习惯。

(三)加强学习，提高信息技术的应用能力。因此，在现有的熟练制作、使用powerpoint的基础上。未来几年，我将继续计算机技术的学习，特别是flash动画制作的学习和使用。

(四)积极参加教研活动。争取通过参加市、校教研活动，加深对教材的理解和挖掘，学习他人的教学特色，把所学知识理论用于教学实践。

(五)做好课题研究工作，在研究中能结合实践与自我思考，融入新的内容，在九江中学教研负责人邹老师的领导下，争取有课题立项开题。

(六)多多争取外出学习培训的机会，学习优秀教师的教学经验，进一步充实自己，开阔自己的思路。例如20xx年11月24——26外出到资阳参加全省的思想品德赛课，就是学习

的好机会。

(七)及时积累、提炼教学经验，积极撰写教育、>教学论文，争取每学期有一篇或

多篇教育教学论文成文或发表。

五、对应措施

1.争取坚持写教育教学日记，养成及时反思和勤于积累的习惯。及时记录自己在课堂教育教学、专业理论学习、教育科学研究等方面的学习>心得体会。

2.积极参加市、区教育部门组织的继续教育学习和学校组织的校本研训活动。

3.每天有一定的读书时间，用自学形式完善与深化化学教育专业理论与教学。保证每天有1小时的读书时间，阅读与教育教学有关的书籍，不断充实自己。

4.积极参加有关的科研>论文撰写与评比活动，争取在专业刊物上发表文章。

5.努力改进课堂教学，千方百计激发学生的学习兴趣，养成主动学习的好习惯。

6.认真上好每一节课，把教学能力的提高落实在每一天的课堂教学中。认真参加每一次的教研活动，认真思考并虚心学习。利用每一节课巩固、提升自身的教育、教学能力，认真

作好课例分析。

7.通过学生评价和考试成绩检验课堂教学能力，力争使所教的学生有较大提高。

8.培养更广泛的兴趣，丰富自己。发挥优势，培养激发学生对政治的兴趣。在双中实验校的结对师傅叶老师的带领下，争取早日建立一个九江初中的政治辩论小组，让自己在学校

站稳脚跟。

六、希望和建议 教师专业成长不是一句空话，这要真正规划好自身的教师生涯，然后再按照计划一步一步扎扎实实的努力。我深爱着教师这个职业，愿把我的青春和激情奉献给教育。希望领导多多指导，给我提供一些学习、交流、锻炼、展示的机会，我更会用我的努力实现我的教育理想，成长为一名德才兼备的优秀政治。 个人培训总结(三)

一、理论方面 我继续认真学习《教师职业道德规范》，学习阿城区十佳教师、十佳>班主任的先进事迹，体会到师德是一个教师的灵魂。

二、按计划进行培训学习认真学习领会新课标，掌握自己所教学科的学科特点，写自学笔记。与同组教师进行四位一体的教学技能培训。 上课前，通过观察、发现、讨论、明确的过程，来备课，同时加大学生预习的力度，课前由学生生成具体的问题，然后和我的备课内容结合，形成多层次的教学设计，突出了实效性、针对性，调动了学生的积极性、参与性，课堂效果显着;每节课下来，结合学生的表现，自己的设计，任务的完成，课堂知识的生成等情况，写出教学心得，用以反思自己的教学。然后，充分发挥教研组的作用，结合课堂上的细节，和同事们交流，升华为经验理论。

三、优化课堂 在教学中我主要从以下几个方面进行：(1)课前收集问题。(2)备课突破问题。(3)课堂上解决问题。(4)课后再生问题。如此循环，着实突破了教学重点、难点，甚至一些学习习惯等问题。

晋代学者张载曾说过这样一句读书名言“读书先要会疑。于不疑处有疑，方是进也。可疑而不疑者，不曾学，学则须疑。”。他充分说明，学习是一个不断质疑和释疑的过程。惟其

如此，课堂提问成为主要教学手段之一。 所谓“提问”，我认为一般应包括两个方面，一个是激发学生提问，一个是面向学生提问。在学生主动提问的过程中，加深对知识的领悟，从而准确而牢固地掌握知识，最大限度的提高能力。平时，我每次课前让学生预习新课，然后给他们每人一中问题收集卡，让他们把本节的问题列出来，然后大家一起来讨论交流，鼓动大家大胆发问，大胆解答。在新课结束后，我再提出一些问题，让学生解答。这样学生慢慢学会主动发问，各小组一起来解决问题，不仅提高了学生的合作能力，也使学生的学习的效率提高了。在校本研修活动中，我们还从其他方面提高自身的素质，如：第一加强学习。只有学习，才能不断进步和成长，让学习成为提高自己的渠道，让学习成为我一生的精神财富，做一名学习型教师。所以，我就多读书，多学习，多写读书笔记。第二多写。

为期两天的中小学(园)管理干部能力提升培训忙碌而紧张，但却使人受益匪浅，触动心弦。作为教育战线上的一名工作者，有幸与区域本土的名校长，名师们一起思考教育问题，探讨办学理念，真的是难得的一次机会。校长们睿智的思想，干练的作风，持之以恒的干劲，对教育求真的追求，使我们这些整天埋头教学，忙于应付事物性工作的基层战士佩服得五体

投地。回顾自己几年来的工作，结合培训专家们的阐释，引起我许多的感悟与思考，现总结如下：

一、对教育问题的迷茫。当今社会，是一个后工业化、国际化、城镇化、信息化、学习化、本土化的社会。随着经济飞速发展，人民生活水平提高，人民群众对教育的要求也越来越高，伴随而来的是一系列的教育问题，弄得校长老师们焦头烂额，不知道怎样搞教育了。比如教育中的“三抢”现象：抢优秀生源;抢优秀师资;抢时间训练。如果这样持续发展下去，你让薄弱地区的教育，薄弱地区的薄弱学校怎样办?到哪里去寻找教育公平?再比如现如今学校教师每天晨午检，要做好疾控中心的工作，放学要护送学生出校门几百米，要做好交通警察的工作，廉洁教育要开展，要做好监察局的工作，消费者权益法要宣传，要做好工商局的工作，还要利用时间去做防溺水巡查工作，有关联的，关联不大的， 无关联的，都会来学校里要求你做这做那，弄得校长一天疲于应付，纵有三头六臂，也难于理出头绪，最后心力憔悴，几头受气。沉思叩问：我们的教育校长到底应该抓些什么工作?还有一些现象更是让人啼笑皆非，孩子玩水淹死了，是学校老师没有教育好;孩子跳楼了，自杀了，是受了学校老师的气;孩子调皮被拍了两巴掌，家长马上要去做体检，吓得教师赶紧赔礼道歉，还赔了几万;不管吧，家长又嫌教师不负责任，现在的教育真是难搞呀!

二、对教育理想的追求。做教育有两种境界，一种是把教育当做职业，是养家糊口的一份工作，不干不行;另外一种是把教育当做一份事业，是人生的价值追求，兢兢业业，无私奉献也要把工作干出色。对于教育来说，希望教育工作者都是后一种人，然而，一些人却出现了职业倦怠，迷失在了路途中。怎样带领教师找到教育理想，是摆在校长们面前的问题。这个问题，我想可能与我们工作的庞杂有关系，可能与教师年龄层次有关系，可能与我们目前的管理机制有关系。为此我想我们应该加大改革的力度，为教育工作正本清源，有敢为人先的精神，建立竞争机制淘汰机制，使更多有教育理想的热血青年能充实到教育系统中。

三、对学校校园文化建设的思考。

个人学习总结5

班级是学校教育和管理的基本单位，也是班主任进行教育工作的依靠力量和组织保证。一个优秀的班集体对每个学生的健康发展有着巨大的教育作用。要形成一个优秀的班集体，需要班主任做大量深入细致的工作。

一、首先应确立班集体的奋斗目标。

班集体的目标，是指班集体成员共同具有的期望和追求，是班集体在各项活动中所要达到的`预期目的。班集体如果没有共同追求的奋斗目标，就会失前进的动力。所以，一个优秀的班集体应该有一个集体的奋斗目标。作为班级组织者的班主任应结合本班学生思想、学习、生活实际，制定出本班的奋斗目标。不能太抽象、笼统，要让学生们看得见、摸得着。

二、其次应培养正确舆论和优秀的班风。

一个优秀的班集体要形成正确的舆论和优秀的班风去影响、制约每个学生的心理，规范每个学生的行为。正确的舆论是一种巨大的教育力量，对班级每个成员都有约束、感染、熏陶、激励的作用。在扶正压邪，奖惩分明的过程中，舆论具有行政命令和规章制度所不可代替的特殊作用。因此，班内要注意培养正确的集体舆论，善于引导学生对班级生活中一些现象进行议论、评价，形成“好人好事有人夸，不良现象有人抓”的风气。

三、再次应实行班级管理民主化、细致化，充分发挥班委会和骨干的核心力量。

班主任工作只有细致入微，才能使班级管理见成效，而在细致管理基础上还应充分发挥民主。班主任要有意识的让学生参与管理，创设各种表现机会，充分调动全班每个同学的积极性，形成民主管理气氛使学生自我表现心理得到满足，民主意识得到培养，管理能力得到增强。俗话说“要想跑得快，全靠车头带”。要把一个班级建设得更好，光靠班主任一个人的力量是不行的，必须要有一个坚强的领导核心，他们就是得力的班干部。有了这个核心，才能带动全班同学去努力实现集体目标。

四、最后应开展各种有意义的教育活动。

集体活动能发挥娱乐、导向、育人的功能，班主任要积极组织、参与学校各项有意义的活动，在活动中，促进学生相互关心，尊重理解和协作的关系。

个人学习总结6

为期一个暑假的培训活动快要结束了，但是这一个暑假的培训活动带给我的收获却是无限的。整个培训过程中内容丰富，形式多样，有各级专家的专题报告，有名师与新教师的同备、同课、同研，也有学员的互动讨论，更有专家的指导、引领。通过培训学习，对我既有观念上的洗礼，也有理论上的提高，既有知识上的积淀，也有教学技艺的增长。对于我来说这是收获丰厚的一个暑假，也是促进我教学上不断成长的一个暑假。教师培训的开设与参与学习我能更稳健地踏上神圣的三尺讲台。通过培训，我们能更好的工作，我的教学业务能力也在不知不觉中得以加强。在培训中，是专家们的精彩讲座一次次的激起我内心的感应引起了我的反思。各位专家的讲座给了我很多启示，让我受益匪浅。

下面就是我在这次培训中的一些体会：

一、对课堂教学行为的重新认识与思考课堂是教师教学生命力的所在地，也是学生智慧的发源地之一。

1、要及时反思自己的教学。传统意义上的课堂，就是教师讲，学生听，老师很少审视自己的教学是否引起了学生的兴趣，也不够关注学生的参与度是否与自己有关。当学生出现与课堂教学不一致的行为时，只是一味怨学生，很少反思自己的教学行为是否适应了学生心理特点，激发了学生的求知欲。

2、要留给学生思考的空间和时间。学生获取知识的结果，远远比不上他获取结果的过程重要。让学生在学习上有所发现，有所体验，重要的前提是给予他在学习和研究知识的过程中主动思考与积极探究的时间与空间，这样，他的体验才是幸福而自信的。如：小组合作学习就是一个很好的形式。

3、要学会欣赏学生。教师要在教学中树立以学生为本的现代教育观念，给每个学生提供思考、创造、表现及获得成功体验的机会。做到这一点，教师要学会欣赏每一位学生，发现每一位学生的闪光点。学生在老师的关注中，不仅会喜欢老师，喜欢上课，产生融洽和谐的师生情感，还会在课堂上积极表现，快乐愉快地去学习。

二、提升了理论水平，认识到科研的重要性

作为教师，理论水平偏低，对自己的工作不善于总结归纳，现在，通过对教育研究的理解，基本上能用理论来指导自己的实践活动。在教育教学理论的指导下，把握了教改方向，坚定了探索新路子的信心，并增加了教育科研的意识，认识到不能只做教书匠，而要做新时期的教育家。

三、认识到继续教育的重要性，树立了终身学习的目标

这次培训，就自身更新优化而言，树立了终身学习的思想。以前总以为搞继续教育没有学到什么新知识，所以总觉着耽误时间，不如读读书，这次，通过听取了报告，真正认识到了继续教育的重要性，树立了终身学习的目标，提高了对继续教育的认识。学然后知不足，

这是我的一个体会。通过培训，感觉以前所学的知识太有限了，看问题的眼光也太肤浅了。过去，我们常说：“要给学生一杯水，教师就得有一桶水。”但是，经过培训后，我觉得教师绝对不是一桶水这么简单，它应该是一条有源头的溪流。“问渠那得清如许，唯有源头活水来。”只有不断学习，不断充实自己的知识，不断更新自己的教育观念，不断否定自己，才能不断进步，拥有的知识才能像‘泉水”般沽沽涌出，而不只是可怜的“一桶水”了。

四、教师要意识到创新精神的重要性时代呼唤教育创新，呼唤创新型人才，素质教育把培养创新精神和实践能力作为重点，正是反映时代的要求，作为教师也要用创新理念武装自己。为期一个暑假的培训，就我自身而言，让我树立了终身学习，终身教育的思想。我更深刻地认识到，做为一名合格地人民教师，道路曲折而又漫长，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。但我坚信，只要自己努力，就一定会成功!我未来的路还很长，我需要学习的东西还很多，我的责任还很重大。

个人学习总结7

自参加首都职工素质教育培训后，我作为一名公司的工会干部，对所学的知识有了全面的认识和体会。在这里我首先要感谢区工会为我们创造了难得的学习机会，感谢尊敬的老师在学习期间对我的精心教导。整个学习的过程是艰苦的，因为我们要克服工作上、生活上的压力来不断地补充知识上的欠缺。

但回过头来看看，自己在掌握专业知识无论是理论水平还是工作水平上都有很大的提高，特别是法律基础知识方面，更是值得我欣慰的。回顾整个学习的过程，总体都是在理论知识与案例相结合的教学方式下进行的，这使得我对老师教授的知识都能比较轻松的理解，印象也比较深刻。总结学习期间的所得，我认为法律收获最多。具体如下：

一、 通过学习增强我的法律意识使我更加深刻的热爱这个事业。

因为我国法律是工人阶级领导的广大人民共同意志和利益的反映，需人们自觉遵守和维护。在企业职工当中普及法律常识，是提高国民法律素质的重要内容，是实践依法治国基本方略的基础性工作。建设社会主义法治国家就要逐步实现提高公民的法律意识，如：企业职工应知法、懂法、守法、护法。

我认为作为一名工会干部，只有具备一定的法律知识才能正确的为职工解决困难，维护他们的合法权益。我通过学习理论知识，自己提高许多。利用所学知识，结合实际，我们公司组织了法律知识的学习，共有130人参加(注：公司共有150人)内容包括：宪法、民法、劳动法等。使广大职工学习到法律知识的同时，也维护企业和职工的合法权益。这次活动收获很大，公司领导班子决定公司每季度组织一次学习法律知识活动，形成公司全员学习、团队学习和工作学习的氛围与机制。

二、 及时地把学到的知识应用于具体的工作当中去，使理论与实践更好的结合起来，提高自己的工作效率。

自己所从事的工作与企业职工的利益都是息息相关的。作为一名工会干部，处理的大多数都是企业与职工群众之间利益发生冲突的问题。如果处理不好、不及时就很容易引发各式各样的问题，尤其是随着法律知识的普及，职工群众的维权意识也在不断的增强，这就对高素质的工会工作能力的要求也不断增强。为此，通过学习自己能够把工作过程中遇到的难点、热点问题及时上报党组织以求得到组织上的帮助。总之，抓住机会把矛盾化小，直至解决掉。另外，自己把这次所学习到的理论知识及时的向全体职工宣讲，以此来增强全体职工的法律意识。

特别是牵扯职工切身利益方面的有关法律知识，比如：基本权利方面的有：如何签订劳动合同，让他们知道符合法律、行政法规规定的情况下签订的劳动合同是保护劳动者合法权益的主要依据。同时为他们宣传签订劳动合同时应注意的事项。如：劳动合同期限、具体工作内容、劳动保护、报酬等等。同时让全体职工清楚，企业给全体职工上的五险一金是怎么一回事，比例是多少，如何交纳及基本养老保险与商业保险的区别，如何使用基本医疗保险来保护自己的身心健康。

另外在劳动合同存系期间，职工在劳动岗位上发生工伤后，能及时申请工伤认定。同时提醒他们在维护自身的合法权益时，一定不能超过我国法律规定的时限。通过宣传，广大职工普遍讲：“以前不清楚的事情现在清楚了”，他们都说，今后一定要依法工作，依法办事，为企业今后更好、更健康的向前发展贡献出自己应有的力量。

三、 通过学习，更加增强了自己的责任感、使命感，扎扎实实的干好自己的本职工作的决心与信心。

此次的首都职工素质教育，虽然时间不长，但是给自己补充的能量是巨大的。使自己能够知道，怎样同职工群众打成一片，如何同他们进行沟通，及时了解全体职工的心里状态，解决职工群众的问题时应从哪方面入手。同时，也增强了利用掌握的法律知识来全面、系统的维护职工群众的合法权益的决心和信心。

总之，通过这次全面系统的学习，让我在综合知识上有了较全面的提高与了解，吸取了许多有用的知识。对平时工作当中所用到的法律知识有了更加深刻的认识。指引我走出了许多原来理解上的误区。因此，在今后的工作当中，自己会以所学到的法律知识为标尺，积极努力的维护好职工群众的合法权益，真正的做到为职工群众办好事、办实事，为我单位今后更好的向前发展做出自己应有贡献。

个人学习总结8

大学——xx科技学院，对于我来说是一个梦!因为我能来这里，已经是一件不可思议的事儿了!(两年后再告诉大家其中的原由)所以，能遇到你们，大学里生活在我周围的每一个人，对于我来说，已经是一种上天安排好的缘分了!相比其它人来说，我十分珍惜大学里的每一天，当然也十分害怕大学生活的结束。这里，我第一个要感谢的人是我高三的同桌，是你让我拥有了专属于我的平台，让我拥有了大学认识自我，挑战自我的机会!感恩在我的生命中有个你的出现!thankyou!

20xx年9月，带着惊喜与害怕的心情，我与父亲乘车踏进了xx大学的大门口。一个懵懵懂懂，青涩的我就从那一刻开始，抒写着属于自己的大学篇章...... 20xx年9月初，第一次班级会议，我得到了502宿舍全体舍友的信任，得到了两位助班的支持，我被推选为班级负责人，也正是从这次被“受命”开始，我改变着大学原有篇章的格调...... 20xx年9月中，是人品好也好，还是神经搭错线也罢!在舍友的教唆、拉拢之下，我面试了一个从未想过的社团——学院学生会实践部!并莫名的通过了第一轮面试，以突出的表现闯过了复试，顺利地通过了层层考验，也正是从那一晚开始，我的大学之路也被附上了特有的色彩...... 之后的生活，也就是从第一份学生工作——班级负责人，第一个学生干部职务——实践部干事做起，开始了一条学生工作之不归路。对于这份责任，这份压力，真的，我承受了太多太多，两年半的时间，从一位青涩的新生，变为一位大三的老油条，短短两年多的时间，影响了一位胆小、怕事、不自信的大男生。的确，此时此刻我的感触是很深的!在这两年里，我真的蜕变了很多，我认识了真正地自我，我发掘了属于自身的潜能，我更多地学会了“给予”与“感恩”......

加入实践部——这一个大家庭的机会，我想是上天给予我大学以来最大的恩赐!很坦然地说，我比任何人都珍惜这次机会，向优秀的人学习，学习做事，学会提高，懂得了增值自己!大一，一年的用心付出，在幕后默默地学习，不管是什么工作，什么活动，我都偷偷地出做，去学，去思考，去总结，从秘书处，组织部，宣传部，体育部，文娱部，再到实践部，每一个部门的品牌活动，我都参与了其中，不论是什么体力活，打杂搬运工作，几乎都可以看见我的工作的背影!也许那时的我，或许和新生一样，是大一的好奇心牵引着我去做，当是对于我来说，更是一份对加入蓝蓝天这个大团体机会的珍惜与憧憬而牵动着我去学!一年的学生会工作生涯，我很开心，我很充实!部门带给了我快乐的元素，自己身边的朋友给予了我分享快乐的机会!这里，向你们道声迟来的感谢!感谢同班的你们——冯亮、志泉、秀俊，是你们让我有个更多学习的机会，参与你们所在部门的工作，让我学到了更多!感谢07、08实践部的好友们——濠哥、之欣、小红、浩佳、七仔、M仔、小洋、小嘉、小明、雯静、仕昭、阿东，很感谢你们，给了我对大学不一样的定义，与你们在一起，我知道了什么是生活的乐趣!在你们身上，我收获了别样的情感——一份对部门的爱!是你们提供了充实大学生活的平台与机会，让我在有限的能力上，得到更多的锻炼与磨砺!thanks for yours!

大二，可以说是我努力提高的一年!这一年，也是我最难忘的一年!失去了大一的那份单纯，变得更为之成熟!新一年的工作中，有过汗水，有过泪水，一切地一切如今回想起，口里仍是酸酸地!从班主任助理责任，到未来部门接班人，再到竞选主席团，大二第一学期所面对的责任，所承担的压力，我相信没有可以体会地到!09年，是我大学的转折点!在我所规划的职业道路中，出现了分岔口!10月27日，留下了我在蓝蓝天第一滴眼泪，也是从那一天开始，我努力争取到了竞选主席团的机会!因为那时候的我，早已被07的师兄师姐任命为部门的接班人，早在新学期换届之前，失去了竞选主席团的机会!而当我进入学生会一年后，目标早已定格于主席团一职!因为，我知道在人成长的每一个阶段，都有着自己的目标，目标也随着年龄的成长，思想的沉淀，每一个时段总是不同的!在学生会一年中我全心思的付出，所接任的工作也远远超过了部门工作，而，竞选主席团一职，除了是对自我的挑战与提高外，更是一种感恩回报的方式!所谓，有所得必有所报。在蓝蓝天的护荫下，我的确得到了很多，学到了很多，有得必须付诸回报，而，竞选主席团是我最好的感恩的一种方式!然而，世间百态，很多事儿都不在自己能控制的范围内!只能说，一时的冲动，一时的直言不讳，让我在竞选之前又再一次失去了好不容易争取的机会!xx月6日，我在预料之中“被”落选了，结果对于我来说，仍是很欣慰，很安然地!因为，我知道，一年多所付出的，得到了很多人的认可!也正是这份信任，这些感触，让我成长了很多!半年的全职付出，半年的两点一线——河滨至本部，奔波了无数个日日夜夜!对于蓝蓝天，我可以很坦然地，我尽力做到最好了!我将自己最好的一面留给了你们!我无怨更无悔。竞选一事儿，也虽着心情地平复而开始了淡忘。而，对于我来说，前面还有一条被他人铺好的路在等着我去做，那条路，很艰辛，很难走——担任实践部部长!这个抉择，或许是我大学中最难做的一个选择，因为我知道当我做了选择后，这条路也随之注定为一条不归路!因为我知道，这份责任与压力，是最难最难承受的!当时的我，或许，曾经为这一问题纠结过，或许曾经为一份情而彷徨过，或许，曾经因一时的情绪而排斥过!但是，到现在，我可以很坚定地说，我找不到任何后悔的理由!这种被选择，我愿意承担!这一年，我要感谢的人很多很多!威权、浩佳、七仔、09全体新干，给予我莫大的支持与帮助，在新一学期的实践部的工作生涯中，我过了一个人生中最难忘的20

岁生日——20岁的天空!我收获了一年中积累下来的友谊与情谊!感激在冥冥之中命运的安排!对于浩佳和七仔，对于那个半年所发生一切，我只能对你们道一声感谢与一份歉意，因为我个人的原因，让你们承担了无数地压力!sorry!

一缕春风绿江南，随着新责任的受命，我开始了在其位谋其政的工作。将心思与时间，完全放在了部门建设与部门工作，一年的部长时间，我总是将自己懂的，自己在大学的一些所感所悟留给实践部的后一届。或许，让我自我评价一年的部长工作情况，我可以说，我是一个失败的，不称职的部长!留下了除了一些文字型理论性总结性地部门工作内容之外，留给自己最多的是一种遗憾与愧疚!留给09更多的是一种自己身上的压力与责任!不可否认，我是一个只会工作，不会生活，不懂得体谅他人的人!从接任到部门工作交接，属于我们的“聚会”在印象之中，只有讨论工作的部门会议!除了会议还是会议，连一次聚餐、部门活动都未曾举办过!渐渐地，工作上的烦恼，生活中的抉择，心与心的间隔，开始慢慢地纠结了!就连，属于我们可以共同生活的时间——10年三下乡，也成了我们无法挽回的遗憾!最终，直到最后，我们心中都打上了一个难以解除的心结!或许，“时间”成了我唯一的借口;或许，“忙碌”成了我逃避的理由;或许，“sorry”成了我14年的口头禅。sorry，我辜负了你们对我的期望!sorry，麻木工作地我忘记了安排你们的私人时间与空间。到现在，唯一我能对你们说的是，学会珍惜与珍重，忘记与记忆!我知道，你们懂的!

对于一起工作一年的08常委们，我知道，我们已经无能为力了!当我们知道结果的严重性的时候，我们已经失去了一起为同一个目标奋斗的勇气与机会了!我们最后能做的是，将这份未完成的责任进行到底!将希望与重任留给有心有能力为止付出的接班人!这里，借此机会，我也要向你们致以谢意与歉意!感谢，一年来，你们对我工作的支持与配合!也十分庆幸，从相认到相识，我们曾有过一起成长的足迹!很遗憾，在成长过程中，我有过对你们的责骂，对你们的不信任，为此我一直都深感愧疚!不过，我也知道，你们懂我的!一切尽在不言中......

我的大学两年半的总结，或许很简单，或许很单一，很单调······的确，除了工作还是工作，除了感激还是感激，除了愧疚仍是愧疚······但是，这些都是我最想说的话语!不能言传，只好借笔言之。两年半的实践，两年半的沉积，对于我来说得到了许多许多!不管是从能力上的，还是思想上，都有了一定的提高与成长!也正是因为此，我才要感激感谢一直以来给予我最大帮助的人——亲人、朋友、同学、陌生人。我想，是你们给予了我奋斗、锻炼的勇气，是你们给了我一个认识自我，发掘自我的机会!thanks for everybody!

个人学习总结9

为了适应现在日益激烈的社会，取得更高的文凭意味着就有更多的就业机会，所以我选择了专升本，我选择了我原有的专业，我想把所学的专业学精学透。

刚开始上课的时候感觉还不错，利用课余时间来上本科的课程，生活过得很充实。记得第一次参加接本考试前一个月的时候很激动很紧张，虽然只有英语和电子商务物流管理两门，但对于英语一项薄弱的我来说是个挑战。而且英语是上下两本书，背单词更是个艰巨任务。所以每天早上起早去图书馆背单词，晚上回宿舍再巩固!后半月因为工学交替到园区上班，看书的时间也减少了，尤其考试日期渐进，更是紧张，并且第一次考，很想考个好成绩。所以晚上回来收拾好后立马看书，反复理解反复看，终于皇天不负有心人，最后两门让我过了。

这学期身边的同学都出去工作了，只留下我一个人，虽然一下子感觉很孤单，但始终要坚持下来。所以要下定决心，只要想上本科，就不要受找工作的同学的影响，一心一意的去为专接本努力准备，这样才会有奋斗的目标。

所以首先要制定学习计划，根据所开的课程，合理制定学习计划，比如管理学，要每天重复的看，并且在理解的基础上重复背。而数据库是门理解性很强的学科，必须要理解，并且掌握各种题型等。在平时上课时，认真听老师讲课，画出重点，然后根据重点找相关的题型练习，在收集历年真题看看，这样结合课本和习题，考试的信心就大了。

还有就是考试心态，一定要调整好心态。只要平时认真听课，加上全面的复习，加上正常的考试心态，考试就一定能取得成功。考试的时候一定要认真对待试卷上的每一分，尽可能多写一点。另外优势科目要尽可能少丢分，一般科目要多得分。

最后就是要有毅力，要永不言弃，半途而废什么也办不成，如果你选择了专接本这条路，就要坚持到底，咬定青山不放松，否则真的半途而废了。

既然选择了继续深造，就一定不能浪费时间，时时刻刻都要认真的学习，要懂得付出就会有回报，我一定会在接下来的这两年里好好的学习，同时也会参加一些实践活动来增加自己的实践能力，我的未来一定会越来越好。

个人学习总结10

时间如白驹过隙，转眼之间已步入大二下学年了，距离大三也只有一步之遥了，感谢各位老师和同学们的帮助与关怀，我也很荣幸认识和大家认识。

这半年中有得有失，有喜有悲，学习上我认真听课按时完成老师布置的作业的同时，还拓展了自己的专业知识，经常一个人去图书馆看书，努力充实自己，并且培养了浓厚的学习兴趣，对学习至关总要，考试之前认真复习，认真对待考试，理解大学是以学习为主，实践为辅，知识是永远学不完的，我还有很多知识需要学习。

在交友上，与同学交往密切，作为班级里的一员，我为拥有这些同学而感到就自豪。在班级里我们一起参加各类班级活动，在不同活动中体验欢乐之余，还增进我们之间的感情。而且我还结识了一些高年级的学长和一些低年级的学妹，关系相处得很融洽。

在生活上，我平时生活节俭，还外出做一些兼职，希望少用家里的钱，更希望父母不在那么累。

在大学的每个学期都给我留下深刻的印象，或高兴，或伤心，或彷徨，但是我成熟了。

大二下学期计划

辞玉兔迎金龙，我们迎来了新的一年，迎来了新的学期，心里有点高兴，有点不舍，快大三了，真是不可思议，脑海里还是在草场中站军姿，现在都快大三了，会不会我把眼睛闭上睁开眼就毕业了，每每想到心里都会感觉浓浓的不舍。

大学已过一半，日程忽然变紧了，要把我过去荒废的补回来。社会是现实的而我们上大学就是为了更好地适应社会，所所以我们也会变得现实，不然你面对生活会感到无力，我们需要为走出社会而努力，英语四级证，计算机二级证，驾驶证……很多。

日程紧了，时间就变的宝贵了，突然变紧凑了，肯定会有一定的的不适，又会重新有了那么一丝高三才会有的感觉。我们的生活是不断挑战，然后体验那成功后的喜悦。

时间的安排很重要，早起早睡，并且把所有的空闲填满，每天早晨坚持听英语，读英语，上课好好听讲，按时做练习，继续对一些专业书籍，争取考下英语四级，计算机二级。

同时注意和同学好好相处，互相帮助，生活节俭。目标只有一个，就是不断强化自己。

个人学习总结11

我是20xx春乡镇企业管理专业的一名学生，在平湖电大三年的学习时间即将结束。在那里学习的学生基本上都是利用业余时间来进修的，每一天除了上班工作的时间外留给自己的学习时间少之又少。这三年来，我虽然失去很多的娱乐和休息时间，但得到的是在政治思想素质方面和业务学习潜力方面的大收获，以下就是我在学习中的一些体会：

(1)要心细、戒躁。就拿《财政与金融》来说吧，它的基础知识并不难理解，只要大家好好理解这类课程，端正态度就好。

(2)要注重思维的逻辑性和严谨性。学习管理要求有很强的逻辑性和严谨性。如果不多加注意，就会出现一些麻烦。

(3)要对所学的课程感兴趣，兴趣是最好的老师。有些同学认为这些课程太枯燥无味，其实不然。学习的最大乐趣莫过于学以致用。

(4)注重实践。我们要把所学的知识进行实践，实践是检验理论正确与否的唯一标准。

以上就是我的一些学习体会，我之所以会选取电大，是因为它开放教育是被其免试入学和完全学分制，以及灵活多样的教学形式所吸引。开放教育能够让我根据自身时间和精力，自主选取，处理好学习、工作和生活的矛盾，缓解工学压力。由于工作很忙，学习虽被安排为一个重要的环节，但很多学习时间不能保证，加班、出车这样不定期的“突发事件”不仅仅打乱了学习节奏，甚至使整个学习计划成为泡影。这就使上网学习显得尤为重要。在网上学习既能够做到随时开始学习，学习进度也能够自己安排，不再为时间太忙而烦恼，而且不用把时间浪费在路上，在家随时都能上网学习。由于乡镇企业管理是一门综合性学科，这一学科的特点决定了网上学习的可操作性。管理过程的动态性、复杂性和管理对象的多样性决定了管理所要借助的知识、方法和手段要多样化。管理学又是一门软科学。影响管理的因素很多，有的还是不可控和不确定因素。在管理学中没有千古不变或“永恒”的定理，务必对具体问题作具体分析。管理学更是一门实践性很强的学科。管理对象的复杂性和管理环境的多变性决定了运用管理知识的技巧性、灵活性和创造性。在学习中我们明白，仅靠学校的理论学习是造就不出“合格”管理者的，因此务必在实践中学会它。而资讯发达的网络正为现代的管理学带给了一个个性化的平台。

总之，透过上述诸多方面的学习与扩展，使自身的综合素质得到了全面提高，为进一步的理论学习奠定了基础。现代社会是学习型社会，今后，我会不断地学习、学习，将“活到老，学到老”融入自己的一生。

个人学习总结12

岁月匆匆，转眼间高一就要结束了。如今想起高一刚入学时的我，一切都还历历在目。

时间，摧残人，也磨炼人。重要的是在经历过时间的洗炼和冲刷中，我们学会了什么，领悟了什么，铭记了什么。学习，是要我们通过不断努力奋斗而得到其精华所在，从而转成属于自己的东西。因此，学习靠自己，也为自己;生活，是要我们通过在自主自立成长中学会维系自己身边的人际关系和事物，从而使自己懂得朋友和团结的重要性。

因此，学会理解生活比学会生活要重要;梦想，是连接现实与未来的纽带，有了梦想从而使我们朝着它不断走去，或许坎坷崎岖，但是坚定不移!高一，是初中对高中转折的一年。告别了初中的幼稚青嫩，我们都要学会长大。在新的集体，认识了新的朋友和同学，感受了新的学习情景和氛围，自身也得到了新的感悟和发展。

学习上，要学习的知识越来越丰富而却也越来越难。刚刚开始的无所谓造成了后来赶不上的后悔，因为高中的学习需要理解的很多，并不能像以往初中一样，到考试之前才来个临时抱佛脚，那是无用的。日常每天的课程，都必须牢牢巩固且温故而知新。“每节课，都要投入百分之百的认真，老师说的指示重点都要记住，或许老师的某句话就可能成为考试的重点。别人没有记住而你认真记住了，你就可能成为赢家。”这句话是我的一个成绩十分优异的朋友告诉我的，她告诉我学习最重要的就是课堂效应。除了课堂，课外也有大量的各科作业和习题。只有通过不断的训练和应用，才能把知识点消化并应用自如。

生活上，体验了许许多多人际交往的方法。高中是住校的，难免有时会与宿舍和周围的同学发生摩擦与争吵。每次都需要冷静处理，避免事情更加恶化。许多事情，都是初中的我不曾遇到过的，棘手得不知道如何处理。但是经历过各种问题之后，慢慢也学会以双赢的方式妥善处理了。这在未来踏入社会中，也是必不可少的一个环节。

经历过林林总总的各种事物，大到学生会带头组织活动，小到为身边的朋友和自己处理事情，我都在不断的锻炼与改进中。相信在以后两年的高中生活中，我的能力会得到更多人的认可和赞赏，我的人际关系可以不断完善，我的成绩可以越来越优异，成为品学兼优的好学生!

个人学习总结13

三年的本科函授学习生活已接近尾声，在这种“工作+学习”的学习模式中，我能克服困难,做到工作学习两不误,边实践边学习，不断收获，不断进步。回顾三年的学习历程，感受颇多。

一、专心聆听，上好每一堂课

每学期的两次集中面授，一次一个星期，老师们深厚的理念功底、扎实的专业技能、丰富的教学经验让我们赞叹,深深地吸引了我们。每次面授我都能做到提前调好课，安排好工作。面授期间，坚持不迟到，不早退，课上专心聆听，认真地圈划重点，按类别认真做好笔记，积极参与课堂研讨，配合老师的教学，珍惜每位老师的悉心辅导，上好每一堂课。

二、坚持自学，提高专业技能

本科函授班给我们提供了丰富的学习课程，从多个方面提高我们的音乐综合水平，有知识有技能，我深知要想让自己真正得到提高只靠几次面授课堂上的听讲是完全不够的，更重要的是要我们自己用大部分时间去自学、去练习。因此在平时，我会利用工作之余，认真阅读教材，并勤学苦练，高效率地完成面授期间每位老师留下的作业。一份耕耘一份收获，由于自己的努力，本科每门课程的考试我都能从容面对、一次性轻松通过。

三、认真工作，在实践中成长

学以致用，这是我参加本科学习的主要目的。在这期间，我在理论学习与教育实践中不断磨合，不断反思，不断总结，认真撰写毕业论文，把学到的知识内化为自己的教育行为，提升专业素养。三年来，本人的教学水平有了明显提高，组织学生的活动有声有色，受到学校领导的肯定与赞扬。

毕业之际，我要感谢在南师学习的这段经历，让我体验到学习的乐趣，享受到成长的喜悦。当然我的所学还很有限，古人说得好，“活到老，学到老”，我将不断学习，不断超越自我!

个人学习总结14

食品，是人类不可缺少的东西。故人说“民以食为天”，说明食品和人类息息相关，人类无法离开食品。如果没有了食品，人类将会无法生存。

通过对《食品安全法》的学习，使我收获颇多：

一、食品安全在身边

随着人民生活水平不断提高，我们的食品越来越丰富，各式各样的食品应有尽有，不管什么样子的，什么味道的都有，而且美观又好吃。可就是有些商家为获取更大的利润，不择手段，用一些劣质原材料，制造出许多不合格的产品，放了许多添加剂、合成色素，有的甚至有致癌物质，如：苏丹红、掉白块等等，给人民的身体健康带来极大的损害。

在一些路边的小摊上，有许多的食品很不卫生。虽然，老远就可以闻到食品的香味，让人觉得很想吃，但是，在这些食品里，有许多“垃圾”配料。爸爸曾经告诉我，这些小摊里的食品，有的用的油是地沟油，有的用的是变质食物，有的是“三无产品”，还有的细菌超标，甚至带有传染病菌，危害人体健康。

二、食品质量要关注

为了提高食品质量，保证食品安全，国家相应提高了食品标准，并实行市场准入制，要求在食品包装上表明产地、日期、执行标准、成分等等。所以，食品好与坏，有国家标准，完全可以鉴别。

因此说，我们在购买食品时，要在正规的商场购买正规厂家生产的食品，注意看保质期、成分、QS标志等，不要在学校门口、路边小摊里随意购买，更不能吃变质食品。只要我们时刻注意食品安全，就能保证身心健康，人人把好食品安全关，世界将会变得更美好。

三、校园食品安全是第一

学校的食品安全教育主要有以下几个途径：一是健康教育。原来的体育课现已改成体育与健康课，并将营养、健康、食品卫生方面的知识纳入其中，通过体育与健康课对学生进行教育，让他们懂得这方面的知识，掌握相关的技能。二是通过宣传教育活动，包括学校板报、校园网络、宣传栏，甚至闭路电视、广播等途径对学生进行食品安全的教育。三是开展主题活动。

新的《食品安全法》10月1日正式实施，一方面要坚持食品安全法治建设，将食品安全治理纳入法治轨道;另一方面，要加强“尚德守法”教育，真正做到“三心”。

所谓“三心”即指一要有爱心。学校管理者和食堂经营者要像关心自己孩子健康和安全一样关心校园食品安全，保证校园食品安全。二是要有良心。学校相关人员必须要有起码的良心，要做到不糊弄人，不采购变质食品，时刻把孩子的健康和生命安全放在第一位。三是要有责任心。校园食品安全关系到校园的方方面面，每一个环节都必须严格遵照规章制度执行、操作、把关，这要求从业人员必须以高度的责任心认真做好每一件事情。

个人学习总结15

从开始上学起一向到此刻，语文都是我最犯难的科目，直接原因是：语文课还要学作文。

三年级字数少，还能应付应付，可到了四年级教师要我们写五百字，要明白我们班的写作本事超级差，写得最多的才写了四百字，我那能写这么多字呢!最终熬到了暑假，可我又想：五年级怎样办呢?于是妈妈给我报名到邢教师那里学作文。一见面邢教师就给我一张表格让我填，我拿过来一看，大多数不会、只填了一、两个，邢教师分析了我作文写不好的原因：字数少、中心不明确、不知五官六要素、资料空洞，然后邢教师拿出合同，并说：“十节课不愁作文。”我半信半疑，可还是来上课了。果然，上到第六节课时我就不怕作文了。

经过这段时间的学习，我明白了什么是五官六要素、移步换景和细节填充法等多种作文知识，也学到了许多写作文的方法。字数也变得多了，由原先的二、三百字变成了五、六百字，文章中心明确了，资料也充实了许多，也不跑题了。在学习的这几天，我完成了好几篇作文，有写景的、有写人的、有写事的、有写想象的，其中我写的《玩笑开大了》、《刘村梨园游记》、《学骑自行车》、《龟兔赛跑》等被邢教师打印出来，我自我感到很高兴，能有打印的作文了。可是我觉着我的作文资料有时还是少，有些句子不会用，不会组织材料。我相信在邢教师的指导下我会逐渐改正我的这些毛病的。

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！