# 202\_实习生个人实习总结范文

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-03-17

*关于20\_实习生个人实习总结范文实习就这样结束了，我的感受只能用八个字来概括“虽然辛苦，但很充实”，那么下面给大家分享关于20\_实习生个人实习总结范文，欢迎阅读!1实习生个人实习总结从九月份来到招行自今已有4个月时间了，在这4个月的工作中，...*

关于20\_实习生个人实习总结范文

实习就这样结束了，我的感受只能用八个字来概括“虽然辛苦，但很充实”，那么下面给大家分享关于20\_实习生个人实习总结范文，欢迎阅读!

**1实习生个人实习总结**

从九月份来到招行自今已有4个月时间了，在这4个月的工作中，我先后到了会计部，个人银行部，公司银行部学习业务。通过不断地学习，我不仅了解了我行的组织结构，还广泛全面地了解了我行开展提供的各项业务和服务。特别是我在大堂实习的三个月里，我学到了很多基本的业务知识，比如存取款的基本流程，本外币受托理财业务，自助缴费，网上银行，申购基金，挂失，金卡白金卡业务等，为今后开展工作打下了坚实的基础。在大堂实习期间，我共引导客户办理信用卡5张，办理金卡35张。申请自助缴费100余户。同时，也能较好地维护大堂秩序，疏导客流，得到了客户和同事们的认可。

11月底，我来到公司银行部学习，由于我原来从事的都是个人银行方面的工作，对公司业务了解甚少。面对如此多的新业务要学，新工作要做，我感到这是对自己一个很大的挑战。好在部门的同事们都很热心，压滤机滤布对于我不懂的问题，他们总是能很耐心地给我讲解，这让我对战胜困难有了信心。经过一个月的学习，我基本上能独立完成贴现，银承开票，出具寻证函等简单的公司业务了。

200\_年如期而至，此刻的我即兴奋又有点惶恐。兴奋的是新的一年有新的开始，它孕育着新的希望和机遇。惶恐的是，我还有很多的业务没有学会，不知何时才能真正独当一面。但我知道，一味的惶恐不安是没有任何用处的，它只会增添人的惰性。只有化这种惶恐为动力，更加努力地在实践中摸索总结，滤布在错误中改正成长，才能最终胜任这份工作。总之，路漫漫其休远兮，吾将上下而求索!

**2实习生个人实习总结**

为了搞好教育教学质量，把工作推向一个新的台阶，提高教师的授课水平及自身素质，在此根据国家基础教育工作会议的精神，以基础教育课程改革为契机，全面推进素质教育，深化教育改革，并注意整合教学，更新教学观念，研究探索教师的教学行为和学生的学习方式，以培养学生的创新意识和实践能力为重点，特制定如下教学实习工作计划：

一、理论学习，明确实习方向。

要把理论学习作为伴随实习全程的活动。二十一世纪，是一个信息时代，知识不断更新，新的理念不断涌现，学习成为现代社会生活的重要方式之一。教师从事着教书育人的工作，更需要学习。只有重视学习，善于学习，看问题才会更准，思路才会更清，行动才会更快。在为期一个月的教学实践活动中，我将进一步加强教学理论学习，将学习穿插到业务实习活动中，渗透到教研组教研活动中。在学习中，既要学介绍具体经验文章，也要学难懂的理论性较强的文章，防止东施效颦;既要学正面宣传的文章，也要学提出争议的评论，防止人云亦云。采用理论联系实际、集体与自学相结合的办法，做好学习笔记。并经常主动与同事交流，使先进的教育思想牢牢扎根于心中，从而更有的放矢地指导自己的教学实践，更好地为教育教学服务。每周一篇学习笔记，一篇案例设计。同时一边实习，一边开展农村教育社会调查研究，实习结束，写一篇调研报告。

二、教学奋斗目标。

1、注重教学质量。教学质量是教师教学的灵魂和生命线。做为一名教师必须树立“有效教学”观念，增强质量意识，忧患意识，争先意识，努力提升所任学科的质量。在实习期间应将加强学科的阶段性调研工作，查找分析存在问题，制定解决措施，力争不使一门学科、一个学生掉队。

2、严格执行学校课程计划。课程计划是法规，任何人无权变更，在实习期间，我将严格按学校安排的课程表上好课。

3、自我对照，切实落实常规，有效地改进教学，全面提高教学水平与质量。按照学校“推门听课，翻本检查”工作制度，继续实行学月常规检查制度。

4、积极参加学校的教研组建设。教研组是教师教学研究的主阵地，教师成长成材的摇篮。在实习期间，认真按照学校教研组拟定的工作计划。按教研规定的时间、规定的内容(学习课改理论、写读书笔记、钻研课标教材、集体备课、听评课，进行教法和学法的探讨等)、规定的主题和中心发言人。积极参与教研活动，在“实”与“新”上做文章，提高教研活动的主体意识和创造热情，主动与其他教师合作、交流、共享教研成果，力争创造自己的特色，及时、认真总结得失。

5、抓好备课。做到有计划、有安排，定时间、定内容、定主讲，突出重点，解决难点。针对班级实际，着力提高备课质量，并在教学过程加以调整，课后撰写教学后记和教学案例。

6、注意课后复习工作。认真总结教学和学生领会掌握情况，分析自己在教学中不足，采取针对性的应对举措;及时召开毕业班家长会，加强家校联系沟通，争取家长配合支持，注重激励手段，奖励先进，鼓励后进等形式，以查检验自己的教学水平和手段。

三、加强自身素质建设。

1、积极参加老教师示范课活动，让自己在这样的活动中借鉴别人的优点，取他人之长，补自己之短，形成自己的教学风格，使自己迅速成长。

2、进一步加大学习力度，切实提高教育实践水平。加强计算机及其网络技术的学习，重点培养学习利用计算机进行辅助教学的能力、教育科研能力和应用信息的能力。实习期间，争取利用远程教育资源上1—2节课。

3、积极参加各种评优课活动、学术研讨和参加教坛新秀、教学能手、学科带头人的评选活动，采取更加有力的措施，着力把自己造就成为一名优秀教师。

四、采取的教学措施。

1、上期，我校开展青年教师赛课，一部分教师在活动中脱颖而出，一部分教师迅速成长。本期，我校将进行中老教师示范课，让教师们在这样的活动中相互借鉴，取长补短。不同的教学风格

2、鼓励、支持教师参加学历进修，组织教师参加继续教育，切实提高教师的教育实践水平。加强计算机及其网络技术的培训，重点培养教师利用计算机进行辅助教学的能力、教育科研能力和应用信息的能力。本期，要求每一位教师利用远程教育资源上俩节课，由张老师全作好记载。

3、积极鼓励教师参加各种评优课活动、学术研讨和参加教坛新秀、教学能手、学科带头人的评选活动，采取更加有力的措施，着力造就优秀教师。

4、继续组织校课改积极分子、青年骨干教师、优秀教研组等评优活动，促使青年教师快速成长。

教学是学校的主要、重点工作，提高课堂教学的质量是每一位教师每一节课所必须遵循的原则，教导处本学期将一如既往地深入课堂、深入各班，检查教学的各环节的落实，使我校的教学再创佳绩。

五、教学进度。

二月份：

1、制定教学工作计划。

2、选好班干部。

3、召开教研组长会议，制定教研组工作计划。

4、各科教师制定学科教学计划。

5、召开综合实践指导老师会议，制定综合实践活动实施计划。

三月份：

1、第二次教学常规检查。

2、召开英语教师研讨会，讨论提高英语教学质量的有关措施。

3、修订学校教学常规细则。

4、校新课程教材培训。(一、二年级数学)

5、召开教研组长、备课组长会议。

6、课题组制定课题实施计划。

四月份：

1、学科期中调研测试。

2、征集、评选综合实践活动案例。

3、毕业班复习教学研讨活动。

6、第三次常规调研。

五月份：

1、三—六年级庆“六一”作文竞赛。

2、一、二年级口算比赛。

3、二年级朗读比赛。

六月份：

1、检查各教研组落实教研活动情况。

2、六年级模拟考试。

4、一年级看拼音写汉字比赛。

5、评选课改积极分子、优秀教研组。

7、举行期末考试，做好试后分析。

8、第四次常规调研。

七月份：

做好各项复习，准备迎接期末考试。

**3实习生个人实习总结**

一个半月的实习只是时间长河中的一瞬间，但对于我们来说却是千金难买的宝贵光阴，我们十分珍惜这一难得的实习机会。我们的实习基地是钱库高级中学，一个多月的实习，带给我们许多宝贵的回忆，而这些经历犹如血液般融入我们的生命，成为我们成长的一部分，也是我们离开象牙塔前所迈出的最坚定的一步。此时此刻，我深深地感受到，我成长了。

在钱库高级中学的实习，我们的主要任务是教育见习、教学工作和班主任工作。

一.教育见习

在实习开始的第一周，我们便进行了教育见习，主要是到各个班级去听老师的课。一开始，我们都不知道怎么听课，刚开始听课，也不知道怎么听课，不知道从什么方面着手，只是傻傻的把老师上课的内容给抄下来，就像回到了当初的高中时候的学习。每个老师都有自己的上课风格，不知道如何去评价。后来和老师交流，发现原来听课要这样听，要听老师如何突破本节课的重难点，要听老师上课的语言，要听老师的问题设置，也要看学生听课的一个状态以及老师的教态。课堂不是老师在上面的表演，而是学生和老师一种互动，一种知识火花的碰撞。

二.教学工作

教学工作是我们这次实习的重头戏。上学期在微格教室有过一些训练，但对于上真正的战场，我们还是经验不足的。经过一周的听课，我知道了上课要注意那些内容，和之前我备的课还是多少有些出入的，又由于我是我们小组第三个上课，我的准备时间还是相当足够的，所以在这边我又重新备课了。通过和老师交流，我了解到备课是一个比较艰辛的历程，要不断地改，不断地练，要备的详细，考虑的非常全面，把课堂可能会出现的问题，都一一考虑到，才能建构出一堂不错的课堂。虽然对于我可能刚开始无法达到这个高度，但我还是不断地靠近这个目标。

我的第一节课是《免疫系统的功能异常》，这是我人生的第一堂课。第一堂课准备还是很充分的，但是一开始上课，还是稍稍有点紧张的，就连叫上课都忘了，幸好，我私下问了问，学生都没发现我的紧张。这节课主要讲过敏反应和艾滋病，学生对这方面的内容在生活中都有过一定的接触，这节课最重要的就是一个情感态度价值观的落实，也就是生命教育。在课堂上，我让学生说说如何关爱艾滋病患者，学生都很能说，我当时就吓到了，发现文科班的学生就是不一样。学生在语言表达，组织语言方面是相当的不错，同时，对如何看待艾滋病患者都有着别样的关怀。

这一节课是有评课的，建中老师给我这节课一定的评价和建议。老师说，总的来说，对第一次上讲台的我来说，这堂课还是相当成功的课堂。当时听了，很是开心。当然也是有很多不足的，老师说，给学生讲的还是太少了，要更放宽时间给学生;没有充分利用好课堂的生成，比如说在学生了解艾滋病病毒主要藏在泪水，唾液，血液之中时，又给学生判断哪些途径是否会传染，此时，学生就对礼节性接吻产生了一定的疑问，可是对于这点，我没有利用好，本可以好好的拓展;也许第一次上课的内容试讲了很多了，所以很顺利的上了下来，便也显得上课有点随意;同学说，口头禅还是比较多，比如“那···”。

我的第二节课就是公开课，因为我的公开课时免疫复习课，后来我才发现复习课的公开课是很有难度的，不像新课的学习，复习课很担心会炒冷饭。复习课试讲了一遍又一遍，老师也给了很多建议。最初是说我选的艾滋病的这个材料比较难讲，如果讲甲流就会觉得很普通，没有新意，最后，纠结了半天，还是选择了用艾滋病这个材料，因为约翰逊患有艾滋病这个案例有一定的正面教育意义。敲定了艾滋病这个材料之后，就在明线和暗线这个问题上纠结，老师给的建议说，在讲艾滋病的同时，无形之中把免疫的知识点也复习了，到了课堂结束，学生还以为这是在讲约翰逊，所以在设计问题，贯穿方面想了很多。一开始，老师觉得我问的问题，就像在炒冷饭，我的材料只是作为一个引子，没有把材料贯穿进去，显得我的知识点和材料是分离的，也就是“皮肉不相连”。可是我可以理解这个意思，却不知道怎么去问这个问题，很烦恼。接着没几天就要上去讲课，内容思路都没有准备好，我很揪心丫。当时，又感冒了，人总是在生病的时候，特别的脆弱。毫无头绪，弄不出来，还病怏怏的身体，身边的朋友也是爱莫能助，我只能在那个角落揪心的思考，品尝属于自己的苦。其实也没有那么糟糕，很多同学，都过来帮我想想，给给意见。

之后就在8班试上了公开课的内容。由于这节课是以小组的形式进行一定的研究学习，很多东西都是由学生来讲，教师只是起着协助者的作用，所以在试讲的时候根本没有感觉，只有学生在课堂才能真正体现，面对这种无法预计的课堂，还是相当的揪心的。一直听说8班的学生都不太配合老师，上课的氛围比较死，我就更加担心了。由于时间又比较赶，还不是很熟练，当时我去上的时候，还是很紧张的，紧张的出现很多口头禅。幸好啦，8班的学生还是挺给我面子的。当时的内容比较多，只讲完体液免疫和细胞免疫，就下课了。当时上完，就去问建中老师，哪里要改，可是建中老师让我自己思考了，再去和他聊。当时，一上完课，根本感觉不到哪里不对，是因为心里很浮躁，静下心来，就会发现自己问题还是很多的。只有做万全的准备，才能做得更好。

由于一些原因，我的公开课推迟了，不过终于在清明节之后的那一周的周三下午第二节课拉开了帷幕，之前的所有的努力，似乎都要在那节课上见分晓了。可惜，应了一句“期望越大，失望越大”。由于我上的是免疫复习课，这个课对于我们班级的学生来说有点难度，好悔当初怎么没好好分析学生情况，就一股脑认为我们班级学生会很給力。我觉得我很悲剧。一开始的课堂还是不错的，到了下半节课，不知道为什么课堂就这么压抑了，也许是我自己有想放弃的念头吧，我想想也是，我是一个受别人情绪影响很大的人，我是那么容易说放弃，又那么容易说要做什么的人，很讨厌发现原来自己就是这样的。不过其实也没我说的那么严重啦，老师和同学还是给予我一定的评价和建议。最欣慰的就是，这次公开课，我克服了我最大的障碍-语言问题，这对于我来说，可以说是一个很大的进步，终究还是进步了，虽然没有达到自己的期望。想想，付出总是会有回报的，人总是在不断地挫折中成长起来，进步起来，所有的不快，会过去，所有的快乐，也会过去，还是珍惜当下每一个机会，活在当下，快乐一点。

三.班主任工作

我是我们小组第一个班主任的。主要负责每周一次的班会和“下两操、督早修”：监督眼保健操、课间操，监督早自修学生学习。由于第一周的见习，给了我很多时间熟悉班级的学生，也提前了解了班级的状况。在当班主任的那一周，也许很新鲜，很兴奋，我时时都会跑到班级去看看学生的状况，和学生聊一聊，在某种程度上说，我更是以一种朋友的身份和学生聊天，可是，有时候这种师生之间的距离就很难控制了，上课有老师的范，下课做朋友，这是我追求的。一段时间的相处和观察，我也发现了一些问题。比如说班级早自修的声音很小，学生很多都是没睡醒的状态;平时不是很爱问老师问题;晚自修的效率比较低···面对这些问题，有时候，我真的很冲动的想在全班学生面前说一说，可是又有点不敢。后来就和班主任陈老师说了情况，陈老师也召开了班委会，在班委会上，陈老师不是自己说班级问题，而是由班委来说班级有什么做的不够好的地方，我觉得这样很好，自己发现问题，找方法解决，比老师在那里不断强调问题更有效果。班委找出问题，再说说解决措施，最后由老师发表相关的看法想法，这样管理班级，就显得比较民主，也有利于班级的发展。

实习是一次用自己的眼和耳去感受环境的机会，通过这七周的实习，我受益匪浅，对教师这个角色有了更为详尽而深刻的了解，认识到了许多在学校学不到的东西，不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。从而更深的了解的了自己的不足，该往哪个方向而努力，这些都是以前所不了解的。

**4实习生个人实习总结**

教育实习是教师教育培养计划的重要组成部分，是教师教育贯彻理论联系实际原则、巩固我们学生专业思想、对我们进行教育教学技能训练、培养合格教师的一个重要措施。为了规范本次教育实习活动，确保教育实习质量，本人结合了本人的实际情况及要求，特制定了此个人跟班学习计划：

一、见习阶段的工作及学习要求(1-2周)

1、严格遵守琼台师专和顶岗实习学校----龙楼中心小学的纪律及规章制度，认真完成各项学习任务。

2、认真作好见习听课记录,学习科任教师的教学方法,制定自己在实习阶段符合本班的教学方案.

3、注意观察自己所跟的班级学生情况,为接下来的实习工作打好铺垫,针对学生来教好自己的每一节课.

4、虚心向科任教师请教实习阶段将要接触的教学内容,认真的备好以后所要教的教学教案,再交于科任教师给予指导、修改.

5、认真写好见习阶段的每天见习心得体会,最后总结每天的心得体会,写好自己本次的.见习总结.

二、实习阶段的工作及学习要求(3-18周)

1、严格遵守琼台师专和顶岗实习学校----龙楼中心小学的纪律及规章制度，认真完成各项学习任务。

2、虚心接受指导老师的指导，主动与指导老师交流沟通，建交构建\_\_\_的师徒关系。

3、我会以最快的速度来了解我所带的班级学生情况，尽快的适应教学。

4、我会尽自己最大的努力教好自己所带的班级，在课余时间里多关注学困生，让他们也尽快能赶上来。

5、在进入实习工作后,认真批改每一位学生的作业,按时给学生讲解.

6、认真完成自己的实习任务，如：(1)完成听课记录，点评;(2)每周自评本周学习体会;(3)认真写好教学教案。(4)在实习学校做一些教育调查。

7、能与指导老师交流心得体会，建交今后联系的网络学习。

三、实习及学习目标

1通过带班教学及学习，领略实习学校的教育理念，见识科学规范的教育治理，感受实习学校教育的教学特色.

2在两个多月的实习中,自己能在多次的听课中,学习到老前辈丰富的教育经验。

3在自己的实习教学中,所带的班级学生能和自己一起成长、一起进步。

4在这实习期间,能学会与人的\_\_\_相处,提高自己的人际交往能力。

5了解最新的教改动态，收获有丰富经验的教学观念，拓展教学视角，提高教育教学水平，为以后成为一名优秀的人民教师做好最好的铺垫。

**5实习生个人实习总结**

在项目部实习一年以来，本人在工程部一直担任着施工现场的技术服务工作。从20\_\_年6月27日至今，一年里，在集团公司、项目部、工程部各级领导的关心下和同事们的帮助下，个人在思想认识上、技术水平上都有了很大的提高。下面作个人的工作总结如下：

从进公司的第一天起，我就告诫自己：“只有自己比别人更努力，才会比别人收获的更多。”事实证明，在这段时间中，我收获很多，感悟很深。我对自己能在这样一个充满生机与活力的企业里工作而自豪。

一年里，我生活在项目部如同生活在一个大家庭里一样。大家都是那么的亲切，如同我的亲人。公司的企业文化让我感受到了家以外的亲情。在这样的工作环境里，身边的同事如同我的兄弟姐妹，大家的相互关心让我觉得我不是那么的孤单。很多时候，要干好一份工作一个人是很难完成的，只有同事间的团结协作才能把工作干好。因为同事间的团队精神和大家的相互关心，让我觉得我在工作中不是很孤单，也不觉得怎么累。

一年里，我注意把书本上学到的理论知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验经验证所学理论的正确性。在同事们的帮助和项目总工的指导下，我学到了很多知识，具备了很多处理现场的能力。但是作为一名现场技术员有较强的专业技术知识还不够，还应该具备良好的交际能力。一种产品很多时候是由于技术上的错误和在施工过程中跟作业队伍沟通交流不够，以至于作业队操作不当才出现了问题。所以这个时候就需要我们找出症结所在，很好的跟作业队伍沟通，规范操作，规避错误，确保产品质量，从而避免客户对产品的不信任乃至对企业形象的损害。

一年里，作为一名工程技术人员，我时常在想我能为企业的建设做点什么?思来想去，还是觉得是脚踏实地做好自己本职工作才是最关键的。秉承这一认识，自己的工作就有方向了。一年的工作学习和磨练，让我的思想认识也得到了一定的提高。我认为不管从事什么工作，树立全局意识是首要的问题，现场技术服务也不例外。我认现场技术服务工作的全局就是，“树立企业形象，使客户对公司产品的满意度和忠诚度最大化。” 最大限度的保护客户的利益，是提高我们公司产品的核心竞争力的一个重要组成部分。做现场服务工作，同时也是对公司产品的宣传，以及对公司产品性能的情报收集，以便作出及时改进，使产品更好的满足现场的使用要求。

一年里，我一直担任着驼峰街跨线桥的技术服务工作。工作中，我采用了看、问、学等方式，对桥梁的各个施工程序每都有了有了进一步的了解。每天我都坚守在工地，我希望我能在工地通过实践经验能学到更多的东西，同时避免一些技术上的错误和排除工地上的一些不安全隐患。我希望我们浇筑的桥梁能够创出公司的品牌，构筑精品，造福社会。

简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获很多，感悟很深。通过一年的实习，使我对日常管理工作有了深层次的感性和理性的认识。在以后的工作中，我将会更加努力的学习，更好的为公司服务。

**6实习生个人实习总结**

\_\_年对于我来说是个很有特殊意义的一年，因为在这一年，我结束了长达\_\_年的求学生涯，离开了那既烦感又眷恋的学校，彻底终结了自己的学生身份。这种转变是每个学子一生中所必须面对的，也是一个年轻人所必须接受的。同时，与其说这是一种转变，更不如说是一种成长，一种类似于春蚕破茧而出的成长，一种类似于雏鹰展翅腾空的成长，一种类似于所有社会人士刚刚踏入社会时使劲浑身解数周旋各种名利场的成长。今天的社会虽然没有了古代那种“加冠”的成人礼，但一种无形的冠带却已经悄悄的压在了每个刚刚步入社会的年轻人的头上，而这种无形的冠带似乎是更沉重些，因为当代的生活压力要比那些古老的仕途追求来的更实在些，更紧迫些。

说说\_\_年我的个人履历：

\_\_年2月至7月，在\_\_市\_\_县的一家小五金公司实习，在此期间自己将学校所学知识运用到实践当中，而且在工作中也学到了很多学校中学不到的东西，比如学会了用二次元投影仪测量精密五金的尺寸规格，掌握了一定的阿里后台的操作技巧，了解了一些精密五金知识，接触了各种各样类型的国外客户。 在社会方面：看到了当今的小老板是如何巧妙的最大的榨取工人的剩余价值，看到了如果高级员工要拆老板的墙角会产生什么样的后果，明白了员工之间因素质差异而导致的摩擦会意味着什么，更清楚的体会到上学是头疼的，而不上学的结果是痛心的。

\_\_年6月份，回到学校做最后的毕业总结报告。这几天心情非常的矛盾，既有冲出校园的激动，也有面对社会的紧张。从此以后，学校再也不是我的第二个家了，就像牛同学说的：似乎没有了归属感了，少了一个精神的寄托。当时我们的孟老师可能是想让我们缓解一下实习时的压力，同时给我们大家留下一个美好的回忆，组织大家到北京欢乐谷游玩儿了一天，现在想想还是记忆犹新啊(两件事：一件是临出发前孟老师拍着胸脯说，到了欢乐谷我给你们当导游，跟着我走!结果到了那儿刚下车，他就扯着脖子喊：欢乐谷正门在哪儿啊??大家伙儿狂汗。

另一件就是台兄坐完过山车后看自己在车上翻滚时的表情照片，那小脸儿红的啊，跟猴屁股似的，喝酒时都没见过这么红，哈哈哈)。俗话说，天下没有不散的宴席。毕业了吃散伙饭也是必须的。席间大家纷纷组团合影留念，总的来说气氛还是挺温馨的，只是期间张娜想到了以后大家不能经常见面了，也伤感了一下(娜娜同学很重感情的，嘿嘿)。就这样，历时达一十五年之久的学生时代就这样，在一阵阵推杯换盏声中，渐渐结束了，而真正收尾的则是207宿舍门锁的“咔嚓”一声脆响。台兄，宿舍长，当时你是啥心情啊?我们也都知道几个月后这个锁还是会有人打开，这个门还是会有人推开，可是那已经不再是我们几个兄弟了，那里也再也不是我们开心斗地主，欢乐搓小麻，桌子当球台，小强满地爬的宿舍了。

\_\_年8月至今，从8月份开始我来到唐山曹妃甸工业区，尽管其中有些波折，但基本没影响到我对这里的憧憬和好奇，我认为我来到了一个生机勃勃，充满希望的热土，并且我个人就感觉自己像是19世纪美国西进运动的开拓者，希望在一片百业待兴的新天地，一个孕育高利润的新行业，一个有无限发展空间的新领域施展自己的才能，实现自己的价值。然而事实证明，我的这次判断是有误的。。在此工作期间，我充分认识了周围的环境，更了解自己的缺点和不足。一张社会的轮廓图在我这个初出茅庐的年轻人面前渐显清晰，作为新人，所缺乏的不仅仅是工作的经验，更是一种对待工作的踏实态度。不管是做什么工作，都是会有所收获的，数量或多或少，都要接受。不管是处于什么环境，都会有朋友的，感情或深或浅，都要感恩。

在这里我还想说，我能认识你是我一生中的荣幸!诚然我们现在的生活状态和目标是有些区别的，各自为自己的幸福而奔波着，但能在追求幸福的路上相遇并彼此关心一下在现在这个极物质的社会里是多么难能可贵啊!我一定要努力奋斗，哪怕有再多的荆棘坎坷，再大的狂风骤雨我也不会退缩，因为我是那么的渴望脱胎换骨，那么渴望品尝成功的果实，那么渴望有一天能和你分享成功的喜悦!天行健，君子以自强不息。古训不改，热情不退，奋斗不止。

**7实习生个人实习总结**

\_\_年9月8号，乘坐着师大的校车，我来到了高安市村前镇村前中学，开始了我长达三个月的顶岗实习活动。三个月的实习生活“痛并快乐着”，在我的人生道路上写下了深深的一笔。

三个月的实习生活主要分为“准备阶段——听课”、“顶岗阶段——教学”、“临别阶段——总结”。

在准备阶段，我们进行了为期一个星期的听课活动。通过听课活动，我们学习了讲授初中教学的课程，学习了在传统板书的情形下如何更好地组织教学活动。我的专业是历史，所分配的是历史和政治课程。在听课过程中，我发现在传统板书教学的情形下，要想提高学生的学习兴趣，最主要是提高学科的趣味性。而这种趣味性的提高，不仅要靠丰富的文史知识，还要有绘声绘色的讲解过程。除此之外还要有难度适当的提问，以启发学生的逻辑思维。然而最为重要的是要有工整、科学的板书设计。这些浅显的、直观的印象在我接下来的备课过程中提供了参考。

一个星期之后，我们就进入了正式的顶岗教学阶段。根据安排，我被分配到初二(3)班、初一(3)班担任政治、历史课程老师。初二(3)班、初一(3)班都是全校出了名的文明班级，课堂纪律很好，学生很听话，班级尖子生很多，班主任唐老师、吴老师曾多次被评为优秀班主任。被分配到这样好的班级，自己感到很欣慰，这也为我接下来的教学提供了的自信。于是自己便进入了两个月的教学阶段。在这两个月中，星期一到星期五每天都有课，自己每天都坚持备课，晚上还经常熬夜批改作业。周末则上网搜查下一星期的教育资源。在开始的一个月内，自己上课还处于探索阶段，出现了一些小小的问题，如讲课速度太快，教学内容难度偏大，思维强度偏大，板书设计不太科学等等。这些问题都曾一度困扰着我的教学以及我的学生。后面在其他任课老师的帮助下，自己踏踏实实，一步一步改进，终于渐渐地克服了这些问题，教学水平也得到了很大的提升。到了十月份，自己教学各方面都进入了正规，基本上能够独自地担当起各项教学活动。

到了十一月下旬，学校进行完期中考试之后，我们的教学活动也临近结束。于是在十一月份的最后一个星期内，我们停课了，进入到实习总结的阶段。在这个阶段中，我们主要与指导老师相互交流教学意见，撰写教学总结，个人小结等等。与此同时还开了一堂公开课，邀请了相关领导听课评价等等。这个星期的另一个重点工作是回复学生的相关信件。

除了教学工作外，在实习期间，我还担任初二(3)班的实习班主任。负责班级活动的管理。在原班主任的指导下，组织展开了几次班会，多次查寝，家访一次，并且在期中考试后协助原班主任召开家长会。

王湘同学是初二(3)班的中等生。这学生染了头发，穿着比较拖沓。平时作业经常不交。交的时候要么用被撕得只有两张纸的本子，要么就用画的不成样子的草稿本。自己曾经多次批评他，但他还是没有半点的改进，也没有自责之心。有一次批改作业时，又发现王湘同学作业没交。我觉得采取一些行动了。待到下次上课时，自己把他叫到身边，和气的问他，是否是没有本子。他没有作声。之后我又问他，是否没钱买本子。他又不作声。我没咋么说他。只是从口袋里掏出了一元硬币，然后对他说：“这有一元钱，你拿着，买好两本本子，刚好是我的两门课程。”他默默接受了，然后走了。由于那时是星期五，周末不用上课。等到下个星期上课时，王湘同学却不见了踪影。后面调查才知道，王湘同学与周六上午偷取家长300元人民币后到网吧上网长达三天。被家长发现后，班主任要求其在家割稻子反省，也算是体验生活。又等了一个星期，王湘同学才重现了他的身影。但是我的课程作业他还是没交。于是在一个晚上，我把王湘同学叫到办公室，说起了这件事并说明自己想到他家做个家访，希望他好好表现。我看到他有点愕然，似乎我的方法起效了。果然，至少在我的课上，他会认真听讲，课程作业也会认真的完成了。

之后，通过家访才了解到，王湘同学家有两兄弟，他是家中的老大，弟弟比他小7个年头。从小受宠的王湘，在弟弟出生之后开始有点不习惯。加上进入中学之后，由于他的“少爷”脾气，人际关系很紧张。于是在双重的压力下，他接触了网络，并且渐渐地沉迷其中。

发生了原因之后，在原班主任的指导下，我开始着手帮助王湘同学戒除网瘾计划。首先，应得家长以及原班主任的认可，我们决定王湘同学的伙食费由家长寄存在原班主任的身上，以此截断王湘同学的“财源”;第二，收缴王湘同学的手机;第三，为了使王湘同学不至于在回学校后心情烦闷，内心空虚，而做一些其他违纪的事情，我们商量决定让王湘同学协助卫生委员承担起班级的卫生督察工作;第四，为了防止其借用其他人的钱以及手机上网，在班级内部，明确要求大家不要借钱和手机给他;第五，在班级位置上进行调整，把王湘同学调与内向、性格脾气都较好的同学陈坚边上，并与陈坚说明用意。在这样的安排下，经过一个星期的治理，另一个星期的防治，王湘同学终于在短暂时间内戒除了网瘾，各项表现也越来越不错。

当然，网瘾的戒除不是一时半会能办到的。这还需要以后的不断防治。但是至少在短期内还是取得一定的成绩。这对于我将来的从教生活也很有指导意义。

三个月的实习生活让我收获很多，同时也让我感受到了作为一名老师的酸甜苦辣。

作为一名教师，除了在课堂上真正做到以学生为主体，充分调动他们的学习主动性和积极性外，还必须积极使用行之有效的教学方法，这样才能确保课堂教学的成功。针对我实习的特点，在教学过程中我必须尽量使课堂生动活泼，调动他们的学习积极性，多与学生互动，比如尽量多抽取学生起来回答问题，而问题的设置又有很多讲究，一节课下来最好至少有三个问题。大多数问题时中等难度的。同时也要设置一两个简单的适合差生以及只有尖子生能答上来的问题。另外，在试教过程中，要主要以学生为主体，否则，教师就不可能成为指导者和助学者。让学生养成独立思考，主动获取知识的能力。就如授人以鱼，不如授人以渔的说法。同时，兴趣是最好的老师，在培养学生兴趣以后，才能让学生真正意义上爱上历史课，让学生自愿去学。 这种兴趣又不是简单的对于故事的好奇，最主要是把学生的兴趣引到对于历史问题的思考上，即启发学生思考问题。

实习班主任的担任，则让我深刻体会到了作为一名班主任的不易，尤其是担任初中年级的班主任，工作很琐碎，很繁杂。由于初中年级学生的心智还不成熟，在生活和学习，纪律等方面都需要班主任像父母一样仔细地去叮咛，因此，班主任除了要教好自己的那门功课外，更要增加很多其他方面的工作，如果课前纪律工作，办理板报，班主任讲话等等。最重要的一点事班主任还担任了思想品德工作课程的老师和家长的联络。在担任初中年级实习班主任的过程中，由于该阶段的学生都是90后的孩子，基本上都是独生子女，没受过什么挫折，吃过什么苦，心灵都还比较脆弱，但又较早接触网络文化，思想比较早熟，因此作为他们的班主任，必须要用爱去开启学生的心灵，经常与学生进行沟通，对于特别顽皮的学生，更要采取好的态度来教育，因为你态度越是强硬，他也许还更反叛。班主任的工作不仅仅只局限在班会上，的是在课后完成的。原班主任曾经形象说到，班主任如同家长一样，如同保姆一样，时刻要照看着这群不懂事的孩子。

很感谢三个月的实习生活，让我收获如此之多。也让我明白了要成为一个合格的老师所要准备，所要付出的是什么。这对于我未来的从教生活有很大的启发和指导作用。我相信在不久的未来，我会努力成为一名出色的老师，成为一名出色的班主任。

**8实习生个人实习总结**

20\_\_年9月1日至10月22日，我在鞍山市东方中学进行了为期近两个月的实习。在指导老师的帮助下，我较好地完成了教育实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。在此期间，我看到了一片未曾接触的新天地，触及了未曾涉及的新领域;在此期间，做好每一件事都是我的信念，完成每一项任务都是我的执着。

在此期间，竭尽我的心智，细细思考，认真品味，找寻着我的每一份感想，每一份领悟，思索着我的得与失，进行着成长自我的每一步。回味这短暂而充实快乐的日子，我只是觉得日子真如白驹过隙一般，匆匆滑过指尖，不容我挽留，而我唯一可以做的，唯一可以挽留的是这段日子以来，我心灵的感悟，思想上迈出的几大步。

我于9月1日到东方中学报到，正式开始了实习生活，实习年级为八年级。在近两个月的实习生活中，作为一名实习老师，我以一名正式教师的标准严格要求自己，以高度的责任心、积极的态度投入到课堂教学中。

教学方面，在听课过程中，我受益良多。听老师讲了些什么，为什么要这么讲，以及为什么这样安排教学内容等，都给了我很大的帮助。平时做好听课记录，并和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

学校给我们安排的课不是很多，这使我有充分的时间细心琢磨教材，详细写教案，上课之前都能听从任课老师的指导，认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了又改，并在交予指导老师审阅后进行试讲。

等到自己上课讲课的时候，开始有点紧张，但见到学生们一个个热情洋溢的笑脸的时候，一下子就放松下来，把自己表现得最好，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率达到最高。在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。

对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习物理的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。

从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，答疑时，我会让学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。课堂教学中，我的指导思想是不不断给学生纠正错误，完善缺点的机会，身为教育工作者，必须要用足够的耐心和毅力去爱护每一个学生。

班主任工作实习方面，我担任的是八年级3班的班主任，第一次见面介绍完后，就下到班级跟同学生们进行交流，这样能给学生亲切感，也拉近了我与学生的距离。每天课间操时维持秩序，监督到位。平时我耐心地做学生的思想工作，了解不同学生的具体情况，很快，根据情况制定了工作计划，交由班主任陈老师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。

首先是常规工作方面，每天早起督促学生按时早读，下第二节课后监督学生站队做广播操，下午监督学生打扫卫生，平时找值日班长和学习委员了解作业的上交情况等等。同时，也进行一些答疑辅导。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢我这个实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。

学生的纪律方面，学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就可以正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那几个学生的一些情况，如学习情况，入学以来的一些表现等。

然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。男学生较喜欢踢足球，在实习期间，很庆幸在操场上有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对足球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，心思都放在足球赛的组织和开展上了，很难投入到学习，老师对踢足球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来。

在实习期间，我也有了一些收获。通过实习，对中学的现状有个更为感性的认识，对学生的学习有个更为恰当的了解，对教师的工作有个更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境。

我还掌握了一些基本的教学方法和师范技能，提高了教学效果和教学水平，通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，每当上课时，这些都是激励自己上好每节课的前提。我积极的心态让我的思维很活跃，周围的新鲜事物也无时无刻不在刺激着我的大脑，我每天都在总结自己，不跟别人比，就跟自己比，总结着自己的不足，积累着一点一点的经验，用每一天小改变来让自己成长，左边是收获，右边是不足。

在实习中，也发现了一些不足，在上室内课时，面对学生时却口不顺心，有时难以表达透彻，面对学生“打破沙锅问到底”却无法从容应付，这些让我看到了自己的不足，在今后的学习中，更要加强这方面的学习。思考是一件幸福的事，懂的思考人会从中调解自己，让自己更好的生活、工作。善于思考的人，往往是善于发现的人，他们不会盲目的跟风追逐，他们会思考、发现自己的需要，从而完善自己。

从生活中思考，如何让自己的心境更开阔，感受身边的快乐幸福，增加自己的情商，把在自己的快乐带给身边的人;从工作中思考，如何能更快更好的完成任务，如何提高自己的办事能力，看到自己的不足，反复思考，反复学习，让自己的能力得到提升，充实自己。

总之，我在实习的短短一个多月中，任劳任怨，为人师表，教书育人。同时得到了学校领导的培养，使我在各方面得到了锻炼，我相信通过我的努力，在以后的工作中会做得更好。

此次实习虽已结束，时间也不长，但却有重大的意义。我会在今后的工作中不断咀嚼、去回味、去的探索，更可以去发现。这些第一次将是我人生中的一次伟大的经历，它将为我的人生起航，为我的梦想插上翅膀，我会带着这些经验心得起帆、振翅。我相信自己将成为一名优秀的人民教师!

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！