# 校内见习总结报告

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2025-03-14

*在短短的两周的校内实训里，感觉收获颇多。既复习了从前的所学，对体育教育相关知识进行了一次整合。也学到了许多新的知识，还有一些更多的以往课堂上学习不到的事情，可谓受益匪浅。这将是我在大学时代一次重要的经历。本站今天为大家精心准备了校内见习总结...*

在短短的两周的校内实训里，感觉收获颇多。既复习了从前的所学，对体育教育相关知识进行了一次整合。也学到了许多新的知识，还有一些更多的以往课堂上学习不到的事情，可谓受益匪浅。这将是我在大学时代一次重要的经历。本站今天为大家精心准备了校内见习总结报告，希望对大家有所帮助![\_TAG\_h2]　　校内见习总结报告

　　一、实习目的及意义

　　(一)增强师范技能。

　　(二)检验和巩固专业知识。

　　(三)提高综合素质和能力。

　　二、实习的基本情况

　　(一)实习时间：202\_年9月1日至202\_年9月31日

　　(二)实习地点：校内

　　(三)实习内容：备课，写教案，试讲，微格教室讲课

　　三、实习总结报告

　　从今年9月初开始我院对202\_级学生进行为期一个月的校内教育实习工作，实习中，在指导老师傅瑛教授的指导下，我积极认真且圆满的完成了我的校内实习课程。

　　日月如梭，光阴似箭，为期一个月的实习生活转眼即逝。这是我学生生涯中唯一的一次实习生活，也是对我十几年来所学专业知识的大检验。通过一个月的实习，在向老师、同学的请教学习中我积累了丰富的经验，提升了自己的师范技能。

　　实习前，指导老师傅瑛教授先给我们小组做总体上的指导：一、要认真规范写教案。二、要大胆走上讲台注重教学仪态。三、要写好粉笔字注意板书。四、声音洪亮，口令运用正确。在实习实践中我都认真领悟指导老师的要求并认真对待。

　　在这段难忘的实习过程中，不管在知识掌握，实践体验方面我都得到很大的收获。

　　我们学校在9月给我们安排了校内的实训。众所周知实习就是每一个大学生所必须经历的从大学校园生活向社会实践生活的一个工作的过渡，由原来的大学生变成社会人。校内实训与校外实习的最大区别就是我们还可以呆在学校里，面对老师的指导，但是与从前的最大区别就是我们自己学习与动手。有时候想想似乎有种蓦然回首，自己还是站在操场上接受军训的那个刚从高中毕业的学生那种感觉。很难想象自己就快要大学毕业了，想到要走进社会了，心中难免有点惴惴不按，有点期待，又有点胆怯。学校为我们安排了这次为期近两周的校内实习，目的是为了给我们走出学校进入社会的一个过渡的阶段，让我们将学校里所学的理论知识与实际操作相结合，为进入社会奠定更加结实的基础。

　　在短短的两周的校内实训里，感觉收获颇多。既复习了从前的所学，对体育教育相关知识进行了一次整合。也学到了许多新的知识，还有一些更多的以往课堂上学习不到的事情，可谓受益匪浅。这将是我在大学时代一次重要的经历。

　　作为学习本专业四年的我们，可以说对相关专业已经是耳熟能详了。所有的相关的专业基础知识、基本理论、训练方法和上课技巧，我们都基本掌握。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，那我们也会是事倍功半，无从下手。以前，我总以为自己的专业基础知识较扎实，正如所有工作一样，掌握了规律，照芦葫画瓢准没错，那么，当一名优秀的教师应该没问题了。现在才发现体育教育并非如此。

　　通过实习，同学们普遍感到自己在很多方面都有了提高。主要有：

　　第一、同学们对中学生的现状有了更为深刻的认识，对学生的学习有了更为深入的了解，对教师的工作有了更为真实的体验，这些都有利于在今后更快地适应工作环境。第二、同学们都掌握了一些基本的教学方法和教学技能，大致克服了胆

　　怯心理，提高了自身的教学水平。

　　第三、同学们增强了作为人民教师的责任感和荣誉感，因而更自觉地提高自身的

　　修养和能力。

　　第四、同学们增强了交际能力和口头表达能力，以及与学生的互动水平。 第五、了解学生对体育的兴趣所在和掌握程度。

　　首先，在我的教学活动过程中，遇到了很多在大学课堂里所没有经历过，没有学过的东西，以前总认为自己有很强的亲和力，做每件事都很自信。但在具体讲课中，按照新课标的要求，我采用先进行理论指导，然后再具体分析文本的方法，从理性的角度解读课文，却出现重难点把握有点失调，课时时间不充足等问题。仔细分析了原因，在我看来，主要是由于对教材和学生水平把握不准，以至基础知识浪费太多时间。这些都是教学技能不足的表现。

　　在每一个学生试讲完毕，指导老师都会对其优缺点进行点评，我认真听取他们的长处并践行到自己的教学过程中，努力克服他们的缺点并在我的教学过程中尽量避免。

　　当指导老师点评到，体育课堂是丰富多彩的，教师应引导学生积极主动的发表自己的意见。怎样提问，没有一个定论，但一个总的前提是问题要围绕教学目标，要有科学的内容。提问的目的是把学生引导到你的教学目标中来，这是一个大的前提。之后再考虑如何提问能更好的引导学生，发挥他们的主动性和创造性。这个问题是我之前没有想到的，这也给我一个启示和教学技能。也使我感到团队精神的重要性，大家增进交流，相互学习，取其之长，避其之短，那我们都会变得强大!

　　其次，课前准备工作要充分，作为一名教师，在考虑问题时，要做到细心全面，并且要切合实际的内容。在教学过程中我觉得自己的眼神、表情、语速等都很恰当。

　　教学实践中，我更加深刻地体会到一个好的教学设计对上好一节语文课的重要性。教案和讲课是相辅相成的，又是灵活变通的。我深感知识学问浩如烟海，

　　使我不得不多方学习;另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。

　　教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且更为重要的是要能解决学生的问题，能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出来。

　　最后，认真总结指导老师及同学给我的反馈意见和建议，我要不断的扩宽自己的知识面，不断的提高自己的教学水平，不断的充实和完善自己。

　　“冰封三尺非一日之寒”这段经历使我认识到要做一名优秀教师不但要有丰富的书本知识，还要有丰富的教学知识，所以在以后的学习中我一定会更加努力，注意观察，不断培养自己的各方面能力。

　　光阴荏苒，一个月的实习将要划上圆满的句号。通过本次实习，让我得到了丰实的磨炼，是一次非常有意义的实践活动，为我今后走上讲台做一位合格人民教师作了良好的铺垫。同时也是我大学期间最令人难忘的一段求学时光。

　　饮水思源，能够圆满结束这次有意义的实习活动，离不开学校领导和老师的关怀和指导，离不开队友们的支持和帮助。我要向指导和勉励我的傅瑛教授以及我们组的十四名队友们表示衷心的感谢和崇高的敬意。

　　虽然今天我是一名普通的实习生，但明天我有信心成为一名优秀的人民教师。努力用智慧和汗水来回馈社会，报效祖国。

**校内见习总结报告**

　　两周的校内实习，给人的感觉就是既短暂又漫长。在指导老师的指导的帮助下，我较好的完成了实习任务。通过短短的实习时间，让我加深了对体育教育教学工作的相关知识、专业方法和技巧的了解。让我知道在实践中如何尽量把自己塑造成为一名优秀的体育教师。 在实习期间，我学习到如何去上好一节课，如何去控制课堂纪律，如何把握学生情绪，如何拉近师生关系，学会如何去分配课堂时间等等。 校内实习第一节课，我面对的是低年级的学弟、学妹，紧张是难免的，但是大家的积极配合很快就使我进入了角色，很好的把握了课堂节奏。基本能够做到对自己的教学知识层次清晰明了，讲解相对比较流畅，课堂氛围和时间的把握也另我自己很满意。在教学过程中，我学会了怎样去和学生互动，调动学生的积极性，让学生成为学习的主体，自己成为引导者。但是在整个实习期间，我发现自己更多的是自己在教学中存在的问题， 1、在具体教学中我对学生运动量的把握层次上存在问题，比如跳远第一次安排练习时就进行了五次，明显学生感觉到运动强度太大，后面纠错后的练习就有体力不足的问题。

　　2、在场地的安排方面我也还存在一系列问题，未能考虑周全课程需要以及尽可能保证不出现安全隐患的问题。3、最大的问题就是我的教姿教态的问题，由于自身的一些习惯，上课时教姿比较随意，常常站姿不标准，教学时还存在声音较小的问题。

　　认识到了这些问题以后，我打算利用接下来的时间有针对性的进行改进，在强度安排以及课堂内容方面多参考优秀的体育教学视频，坚持强度适量的原则，场地安排上更加符合课堂要求。在教姿教态上我觉得有必要进行一下专门的形体练习，例如，早上对着镜子拔一下军姿。

　　此外，我觉得要想做好一名体育教师，还应该触类旁通，不仅要学号本专业各个项目的知识，同是也要广泛涉猎其他专业的知识。这样更加能够增强体育教师的个人魅力，丰富学生学习兴趣。

　　总的来说，在指导老师和实习小组同学的帮助下，这次校内实习我受益匪浅。让我丰富了知识、增长了经验;让我坚定了学习的信心，给予了我勇气;带来的是无价的人生阅历，是宝贵的一课。最后感谢学校的安排和指导老师的精心教导。希望下学期的校外实习我能够学到更多的体育教学知识，最终成为一名合格的体育教师。

**校内见习总结报告**

　　一寸光阴一寸金，学习的时间总是很快的。有限的时间里学习无限的知识这是每一个学生的梦想，但这是不现实的。学习丰富了我的知识面，使我接触到了很多新的理念，学以致用一直是学习的主要目标，在学习告一段落之余我选择了到企业实习，在工作中发现自己的不足，并与之改进。 经过一段的实习使我懂得了很多，也使我生活充实了很多。通过这次实习，有一次刷新了我人生中的目标!我学的是工商企业管理专业，以前我选择这个专业，我认为可以轻松的实现我的愿望。但是我错了，经过实习我发现我真的差得很远!

　　古人有云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”.学校为了拓展我们学生自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高我们的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，在学习管理专业知识过程中，组织我们进行认识实习。认识实习是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的经验知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，了解一个企业是怎样进行工作的，怎样进行生产的。为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。在认识实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和方法为目标。

　　实习是每一个大学生所必须经历的从大学校园生活向社会实践生活的一个工作的过渡。大学生活转瞬即逝，虽不舍，但这一天还是来了。它的结束，意味着我们将真正成为一名社会人，想到要走进社会了，心中难免有点惴惴不按，有点期待，又有点胆怯。学校为我们安排了这次为期近二十天的校内实习，目的是为了给我们走出学校进入社会的一个过渡的阶段，让我们将学校里所学的理论知识与实际操作相结合，为进入社会奠定更加结实的基础。从今年10月22号开始我院对202\_届毕业生进行为期六周的校内教育实习工作，实习中，在各位老师的指导下，我积极认真且圆满的完成了我的校内实习课程。

　　为期六个星期的实习生活转眼即逝。这是我学生生涯中最后一次校内实习生活，也是对我所学专业知识的大检验。通过这两个星期的实习，在向老师、同学的请教学习中我积累了丰富的经验，提升了自己的专业技能。实习时，指导老师给予了我很多指导与帮助。根据这六周的实习，我总结出三点：一、要把所学的知识运用到教学中来，学以致用才是关键。二、要认真规范的写说课稿和教案，内容要新颖、独特。三、要大胆走上讲台注重教学仪态，把自信的一面呈现出来。在这段难忘的实习过程中，不管在知识掌握，实践体验方面我都得到很大的收获。

　　在短短的为期六周的校内教育实习里，让我们感到这次收获颇丰，指导老师对我的教案及教学过程中存在的缺点提出了自己的意见，给予了正确的指导，让我明白了上好一节课做好充分的准备对我们实习生是十分重要的，所有这些，对我以后的工作都提供了实践基础。我从客观上对自己所学的有关方面的知识有了更深刻的认识，使自己更加充分地了解了理论与实习或实践的紧密联系的重要性。教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且更为重要的是要能解决学生的问题，能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出来。

　　工商管理是一门同时具有理论性、学术性、技术性的学科。实习的目的在于将所学的基础理论、专业知识能与具体实践相结合，提高自身分析专业事务的思考能力和妥善解决问题的综合能力，强化自身的实际经验。根据学校教学计划的安排，学生进行校外实习，力求通过接触实务，增强感性认知，提高专业技能，并初步独立了解、接触社会，奠定日后事业发展的坚实基础。

　　在这次实训中，发现自己考虑问题往往过于理想化，不能基于现实情况进行合理的考虑决定问题。针对招聘录用相关知识欠缺较为严重，尤其是面试环节。虽然经历了不少的面试，但是以往都是被面试。可碰到自己面试别人时，根本就不知道如何来做，抓不住工作的重点在哪里，更别谈面试的技巧等。简历的筛选完全凭的是自己感觉，不知道如何更好的从简历看到有价值的信息?如何更好的辨别简历内容的有效性等问题。离职面谈是员工离职环节中很重要的一个内容，可对自己而言，却不知道该谈些什么好。如何从离职员工的言谈举止中发现问题?如何更好的预防企业员工的不正常离职?如何更好更快捷的办理员工的入职、离职手续等?

　　总之是问题多多，需要学习理解的东西太多太多。可有时禁不住问自己：为什么以前没去那么用心的学习呢?为什么自己会欠下这么多的帐呢?以前的学习完全依赖于书本，根本没有考虑以后工作的事情。对企业人力资源管理的实际操作完全知之甚少或者说完全就不知道，仅仅把自己围在城里而已。

　　不能完全否定以往的实训成绩，不能否定大学三年知识学习以及能力素质的提高，也不能否定三年来同学对自己的帮助，更不能否定三年来老师对我们成才的辛苦。因为有了你们的辛苦，你们的帮助才使我成为如今的我。衷心的感谢你们对我的帮助与支持，感谢你们的辛勤付出。

　　实习期间让我明白作为一名工作人员应该怎样去和工人、领导、监理、相关部门的交流等。这些事从书本上没有的，关于做人、做事、做学问等等。

　　其次，通过这次实习使我对管理方面的有关知识在实际上有了更深一些的了解。应该说在学校学习再多的专业知识也只是理论上的，与实际还是有点差别的。

　　我想，学校里学的不是知识，而是培养自学的能力。在知识爆炸的21世纪，作为我们想不被社会淘汰要学会不断学习，活到老学到老。遇到问题要细心地思考，想办法解决，不断学习不断积累经验，下班的闲暇时间用来为自己充电，提高效率，科学的掌握时间，用知识来武装自己，让自己更强大。

　　本次实习，开阔了我们的视野，使我们的理论和实践结合在一起，也使我们对课本一些比较模糊的概念、抽象的原理有了一个崭新的认识和理解。使我们对以往所学的知识有了更进一步的巩固，对以前没接触过的知识有了深刻地了解，让我们对以后的基本动作有了深入认识。坚苦的实训，理论加实践，贯穿始终的流程式学习，让我的动手能力提高很多，也使自己的专业知识更好的得到了实践、证明，更使自己在人格定位上提出了一个更高的要求!

　　另外虚心请教是做好工作的前提，实习是走上社会的第一步，实习可以积累工作经验，而虚心请教是积累工作经验最直接的途径，因此，工作中遇到不明白的地方，我就虚心地请同事，在他们耐心的教导中我不断走向成熟，也积累起一定的工作经验。

　　更重要的是：我们学到很多课本上没有的知识，其中的所见所闻，更加激发了我对本专业的热爱和憧憬，也深深体会到要在建筑行业中有所作为必须付出更多的努力，不仅仅是在理论上，更是在实际的应用中。我也亲身体会到，工人师傅们对待工作的一丝不苟，对待岗位的责任心，对待恶劣环境的不动容。就如同我们应该对待学习一样，容不得半点虚的，特别是我们学工科，知识的掌握不允许有一点马虎，否则，造成的损失将会是不可预计的。于是我躲了一份责任，希望能够通过自己的努力，为祖国的大建筑添砖瓦，实现自身的价值。

　　这一段时间的经历，所获得的实践经验将终身受益，在以后的工作中将得到体现，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，把所学到的理论知识和实践经验应用到实际工作中来。这才真正达到了实习的目的。

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！