

顶岗实习个人总结 (精选5篇)

篇1：顶岗实习个人总结

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，通过这次实习，让我学到了很多课堂上根本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵和人生的真谛。让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了工作中应该有仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要冷静地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做的事情负责，不要輕易地去承诺，承诺了就要努力去兑现。

我们在华硕旗下的一个分公司——名硕电脑(苏州)有限公司实习，这个公司位于苏州新区，工作环境比较好。我想就生活方面，好多同学关心的是吃饭和住宿问题，我觉得这些都不是问题。刚开始的时候肯定都不习惯，我们刚到苏州吃的第一顿饭，我们都觉得很难吃，但是过了几天也就习惯了，觉得也不是那么难吃啊。住宿方面，虽然我们都是插入到了老员工的宿舍，大家觉得不习惯，但是试想以后出去工作，周围不可能都是你认识的同学，你势必会融入到新的环境中去，所以我觉得，这反而是锻炼我们尽快融入新环境的一次很好的机会。

另外大家关心的就是工作强度和时间的問題。大家也许听了回来的同学说很苦，但是我想说华硕大约有6万人，相同岗位上的其他人都不觉得苦，为什么我们就觉得非常苦呢。我们刚进生产线的时候，我们确实不适应，因为我们刚刚从学校那种松散的环境中转变到了一个管理很严格的企业中，肯定不适应，但是到半个月以后，我们已经开始适应了，也就不再埋怨什么了，到最后大家都觉得企业的劳动强度不是很大，我们一定能胜任，要说苦确实是比呆在学校苦一点，但是不是你人生中最苦的时候，所以我希望大家正确对待这件事情。

我觉得最重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会，掌握了一些与人交往的技能，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

第一是要真诚真诚地去对待每一个人，你就会有很好的 interpersonal 关系。这次实习让我深刻了解到，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。乐于助人就能够，和班组长搞好关系，你的工作相对来说就会轻松一些，你的加班机会也就多一些，这样你的工资相对就会高一些。

第二是沟通在实习期间发现了学习和交流的重要性的必要性。要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟其他人有很好的沟通，加深彼此的了解，同时汲取别人的长处。不要认为和我们一起做事的有的人比我们的学历低，就不愿意向他们请教，其实他们比我们的经验多的多，我们应该多和他们交流，多学习他们的经验，可以让我们少走好多弯路。

第三是要有责任心我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必

须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责。

第四是激情与耐心激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。我们在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在企业里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让自己认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研，耐心发掘。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的动手能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使我们具备较强的处理基本工作的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮助别人的地方也多，帮助别人多了，别人也愿意帮助你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就形成一个良性循环。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。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己放在自己自己的小空间了。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。

很感谢学院和实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。同时也真诚地希望我们的学弟学妹们能够去认真地实习一回，毕竟和那么多的同学共同出去的机会不多，就让我们共同去体验一下人生的真正意义。

篇2：顶岗实习个人总结

我于2011年9月6日至2011年12月1日在赣州市宁都县黄陂中学进行了两个多月的顶岗实习。大四的教育实习是我们踏上工作岗位之前的岗前培训，是学生到教师的角色转变，更是学校到社会的环境转变。不短不长的两个月多实习对我来说是进入职场前的培训，但是我已经体验到了当一名教师的酸甜苦辣，也更让我体会到当一名教师所肩负的责任。

在这两个月里，作为一名实习教师，我能以教师身份严格要求自己，为人师表，处处注意自己言行和仪表，热心爱护实习学校的学生，本着对学生负责的态度尽全力做好班主任及教学的每一项工作；同时作为一名实习生，能够遵守实习学校的规章制度，尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，并且和其他实习生一起团结协作完成实习学校布置给我们的任务，很好的塑造了我们贵州师范大学生命科学专业的形象，给实习学校留下好的印象。

我的顶岗实习的基本内容包括三部分：课堂教学、班主任工作、教育调查。
本人主要做了如下工作：

一、班主任工作

班主任工作实习是一项重要工作，在进入赣州市宁都县黄陂中学的第一天，学校就安排我作为七年级（3）班的实习班主任，在李久积老师的帮助下，顺利的完成了之后的各项任务。

首先，在班级管理和建设方面，通过自荐、观察、培养、和考核，推选责任心强，综合素质好的“预备干部”，安排相应职务，班委会成员表、值日生轮流表、科代表名单以及相关表格张贴公示，以便于督促检查。给全体同学提供参与班级管理建设的机会。注重策略的落实。通过多种鲜活的形式，调动学生参与热情。责任到人，做到人人有事干，事事有人干，在参与中提高，班级逐渐达到自治。发动学生积极参与班级建设，精心布置教室，加强规范图书角的建设和管理，培养良好的读书习惯，班级文化气息浓郁。在实习期间眼观四路耳听八方是很重要的，不能总是问别人该怎么做。班主任工作也一样，用自己的眼睛用心去观察了解这个班级，了解学生。刚开始几天，学生都不怎么和我说话，都非常被动。我发现自己好象很难融入这个班级，原因是彼此还不了解，这时我应该采取主动，通过关心他们的学习、生活情况，慢慢的和他们交流。我从班干部入手，从他们的言语中来了解班级情况，同时我也通过他们想起他同学传达一种信号，我愿意和他们成为朋友。

其次，通过组织开展各种活动，锻炼学生各方面的能力。结合学校团委、体育组和德育办的要求，有计划地参与各项活动以外，自己班级八月底，做好了新生军训工作；九月份初，入学初教育和班级布置工作，召开“新学期，新目标”主题班会，教师节联欢会；配合教导处做好新生建立学籍工作。中下旬积极筹备参加了学校秋季运动会，获得多个奖项；十月份召开了班级特色运动会，学习经验交流会；十一月份参加年级广播操比赛，获得二等奖；班级召开“感恩的心”故事会；十二月班委会了举行生日联欢会，小科知识竞赛。同时做好两操，队列训练，建立电子档案，写日记，做好班级周报的工作，坚持课前一首歌。每周一的早课总结是这学期工作的亮点。结合班级实际，设计召开每周五的班团队会。面向全体，关注每一个孩子，不让一个人掉队。培养团结协作意识，组成合作小组。同学们团结友爱，班级有很强的凝聚力。

再次，在班级日常管理方面，我在班主任李久积老师的指导下，辅助他主持日常工作并组织了一次班级活动。从抓常规工作入手，培养良好的日常行为习惯，纪律卫生工作贯穿始终。定期召开民主生活会，总结反思，不断改进调整，从而不断进步。各项任务落实到人到位，及时总结、检查、表彰，每周选出综合评比“周明星，表彰奖励。同时给表现不佳的同学重新开始的机会。调动同学们积极向上，努力进取的热情，培养竞争意识。做好学校内外安全教育工作，组织放学同行小组，保证校外安全。加强板报工作。一方面认真按照德育办的要求出好每期板报，一方面调动同学们发散思维，大胆创新，积极参与设计，办出自己的特色，发挥板报的宣传作用，使之成为宣传教育、“扬善”“惩恶”的窗口，也成为增强学生竞争意识，培养集体荣誉感的阵地。

最后，我非常关注学生的身心健康。刚告别小学的生活，对初中的紧张和忙碌还不适应，学生容易有压力，甚至感到焦虑。细心观察，有针对性的加以疏导。有计划地进行个别谈话、走访，了解学生的疾苦需要，做他们的良师益友，为他们排忧解难。关注弱势群体，充分发挥班、团支部的作用。计划、行动和总结，步步到位，尤其做好“问题学生”的帮教工作

。力求脚踏实地，耐心细致。不断完善班级管理制度条例，使同学们自觉遵守，模范执行，从而使班级逐步向良性发展。

二、英语教学工作

教学实习是我实习的重点，以下是我实习的一点心得。第一是预备阶段。通过指导老师先熟悉班级的英语上课情况，以了解现在的学生为主，同时学习指导老师的教学方法和教学模式流程。在听课之后又该思考假如这节课是我自己上，又该怎么设计，进行前后对比。由于在大学期间有充分的准备，对教师技能这一块也比较自信，所以在听课一个礼拜后第二周就开始上课了。

上一节课，要经过“备课（写教案）——试讲——上课——接受学生反馈的信息——评讲”这样一个流水线。看起来简单，可其中每个环节又有很多小细节，最主要的是“上课”。这个环节，也就是我们一直在探讨的“课堂教学”。

在教学设计中，首先我能够注重情景的设计，也就是导入。在我上Unit6How much are these pants的导入课时，把实物带到课堂，实物作为导入材料才能让学生更好地集中注意力。

其次注重课堂讨论的设计。在讨论的同时，我还在讨论中设置了不同的任务。这些任务都是围绕讨论展开，讨论环环相扣，贯穿课堂的始终，不断激发学生的成就动机，更好的调动了学生的积极性。

在教学过程中，我始终体现以学生为主体的教学模式，并努力贯彻新课标的三维目标，以学生为主题，培养学生的自主学习能力。新课标下，教师与学生之间角色关系发生了本质的变化；其有利于学生自主的、个性化的学习，有利于培养学生解决问题的能力；同时为学生实现自主学习创造了更大的空间。在教学过程中，自己还存在不少缺陷。

（1）个人在讲授知识点时，在突出重点、难点的同时却对学生的自主探索学习有所忽略。

（2）我上课的对象是初一年级，课程以理论可为主，因此相对枯燥和乏味，在整堂课的教学设计还要加强，同时要多设计学生活动，避免让自己成为课堂的主角。

三、其他方面

在实习期间，我积极参加教育调查活动，锻炼自己的科研能力。我认为爱是征服心灵的灵丹妙药。顶岗实习只有半年，由于学生们都知道无论好坏实习老师半年后都会离开，所以大多数学生对实习老师都很不屑。一开始上我们的课时学生吃东西，串桌，说闲话，做其他作业，不认真听讲，与老师顶嘴都是常事。这样可不行，长此以往，不仅我们实习老师整日心情郁闷，上课心情比上坟还沉重，而且课堂秩序差，想学的同学也学不好，教学质量无法提高。这里的老师通常是采用武力方式解决不听话的学生。我们都是女生，有的男生站起来比我们还高

，打又打不过，骂又不会骂。况且武力只能征服人的肉体，感化才能征服人的心灵。我们只能采用感化的方式，用爱心浇灌学生心灵，对学生进行感化教育。

我主动与学生多沟通交流，了解学生情况。其次，我主动关心学生，帮助学生。学生在学习中遇到困难，我竭尽所能为学生解决。看到学生既端饭又提壶，我会主动帮忙送到宿舍。有学生想家哭鼻子，我就把手机借给他，让他和父母聊聊。有学生家里条件不好，中午只肯干馒头，我主动把自己的饭与她分享。看到学生的衣服破了，我主动提出帮学生缝补衣服。我关注天气，经常提醒学生注意添衣……不论在学习上，还是生活中，我都尽力去帮助学生。再次，举办课外活动，丰富学生课外生活，陶冶情操。教师节时，我们组织初一学生在操场进行感恩手语表演，教育学生要感谢老师的教诲。快到感恩节时，我们举办了“学会感恩与爱同行”晚会，教育学生要心怀感恩，懂得回报。在音乐课上我给学生播放爱心短片，要求学生拥有爱心，乐于助人。在学校生活中，给学生灌输正确的道德思想和人生观、价值观，感化心灵。最后，作为教师还要努力不断提高自己的教学水平，吸引学生注意力。上课时，不再满堂灌，不在“唱独角戏”。设计课堂小游戏，小活动，鼓励学生参与，让课程，让知识来吸引学生。在不断地努力中，课堂秩序一天天的改善，与学生的感情也与日俱增。爱是缓和关系的润滑剂，爱是沟通心灵的纽带。在互相关爱中，教学相长，充满乐趣，师生共进。感化是征服人的最好武器，爱是征服心灵的灵丹妙药。

篇3：顶岗实习个人总结

时间如光阴似箭。转瞬间，半年的顶岗生活将成为珍贵的记忆，顶岗实习生活在繁忙中悄悄而去，回顾那些与学生相处的日子真是令人难忘，虽然有过伤痛与疲倦，有过彷徨与失意但当我走开他们的时候我的心头涌起一种说不清的情愫：期待中有一份难过，快乐中夹杂着淡淡的离愁。复杂的情感包含着对可亲可敬的老师兼同事的尊敬，对活泼可爱的学生的留恋，对这段相处生活的依依不舍。在南和三中实习的这半年将会成为我大学四年中最有收获的岁月。

大学四年的生活已经过半，记忆中仍是一无所留，生活中更多的时候是一潭死水，每一天的生活只是对前一天的无止境的复制，真的不想如此般度剩余下的光阴，想要些其他经历想让生命更厚重些，想让青春更绚烂些。大一的时候就知道了大三的下学期学校有顶岗实习活动，也知道这个时机对于我们师范生来说很难得，所以我断然地选择了顶岗。

不知道顶岗的生活会是怎样，学校怎么样，学生好不好管，会是收获满满仍是不如不曾经历过，一切都充满迷惑。曾经问过师哥师姐，答案却是相差甚大，一切都是未知数。虽然对自己不是很有信心，但我相信应该会有所收获，只有经历过风雨才能见到彩虹，有一颗不自信且坚定的心最终我成为我们宿舍仅有的两个顶岗实习的人之一。

在学校的时候就已经在为顶岗实习做准备，上教法课、学怎样上课、怎样办理偶发事件等等，为将来的教师生涯添一些胜利的砝码。2010年2月11日，我怀着激动的心情踏上了期待已久的顶岗实习之路，当我坐上离开学校的班车那一刻起，我就知道我将经历一段特殊

的不平庸的并且充满收获的人生旅途，那旅途必然在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必然会在我的生命中留下绚烂多彩的回想。

从石家庄出发，路上行驶了2个多小时到达南和县，三个学校的校长在教育局接我们。之后我们就各赴自己的实习学校了，从教育局到实习学校三中很近，几分钟就到了，这时候学校刚开学，学校里学生们在领新教材，学校早已为我们准备了三个房间（三个办公室），房间也都比较洁净，比我们想象的要好得多。因为还没有分派任务所以我们几个人的前两天主假如熟悉一下周围的环境，听一听其他老师的课，日子过得很轻松！

过了两天学校给我们分派了任务，我教初一（3）班和（5）班的数学，所教的班级听闻还算能够，纪律就是差一点，真怕把他们带不好，自己也感觉有压力。自从到达这里我们就一直全力以赴去让学生们接受我们的讲堂，以利于他们吸收知识，但由于缺乏经验，难免会有一些工作上的破绽、不足，比方：在第一阶段我没存心识到对待初一年的学生必须要求严格，作业必须要求他们去写，而且还要实时检查，因此开始他们的作业有很多做的都不好。这也致使我很担心自己教的学生不能取得好的成绩。

做到了知识解说得正确无误，那么怎样以简单了然的方式让学生迅速地理解掌握知识也是一个不可忽略的问题。可刚开始我却忽略了这一点。有时一个简单的知识点我反复强调了多次，但仍有学生出错。一次在批改学生作业时，看到学生出错的地方正是我强调过的，我的心情一下子阴了起来，恨不得立马把学生叫到跟前责问批评。于是在次日上课时，我就当众严厉批评了那些出错误的学生，连我自己都吃惊自己哪来的这么大的火气。因为平时在学校我给同学们的印象都是极其温柔的，是属于淑女种类的。过后细想起来，光批评他是没有用的，重要的是怎样以一种有效的方式学生理解掌握知。后来通旁听其他老的，我从中学到了好多。但教无定法，好的方法能够借，但决不能够照搬。只有根据学生的情况和不同特点出自己的才是切实可行的。

从上第一开始我就兢兢业业，努力想达到理想完善的地步，可是他的第一次月考使我大吃一惊，我看到了他的成确太差了，出的几乎全是我上的候的，可是他竟然考少的来回我，我怒了，本想他些孩子一火，可是我上又沉着了下来，我仔的剖析了一下，也不全是学生的原因，我努力的找的答案，是我太理想化了，什么是要求完善的，却忽略了，学生的基太差了或许根本就不好好学，我然感的很好，可是我没有考到些学生太皮了，是我上的候心太了，从不愿意打些可的孩子，可是他却有恃无恐竟然越来越猖狂在我的上打，，睡。我真剖析了卷他大多都答非所，不是很认识。即使最的也有学生不会，有一个比的，有老里的孩子大多都是其他学校不愿要的，什么都不会，真是大筋。教起来就更困了，由于来的候孩子的学状况不是很认识，在我通考成知道了他的差了，下一步打算症下，平学比差的从最基教起并他及，他加关心，他感觉老他没有放弃，他感觉希望，我相信只需我不放弃，希望就会存在，我他充了信心！

在不知不中度，到在与学生相了么，其中有快也有悲，有信心十足也有悲望，两者是那么地极端又是那么地一。因他小不懂事，凡事做的候不考太多，随心所欲，他要悉心，但于他的不要过于真，竟他是孩子，的日子好多，感觉好多，收也好多，从上台的瑟瑟抖到在

的笑声的太多太多，直一言尽??

从脚步入个学校大开始，我就知道自己已不是一个大学生了，我在是一个老，我要以老的身份来达成半年的生涯，我的老曾告我，不要吝表，我自己也得很，可一旦置身其中，却并不那么容易。有候看堂律乱了，心里一，脱口而出“没有遵守律呀？我看是？”的有一点效果也没有。其，每个人都喜听好，小孩子更不例外。老一个的眼神，一个称的手，就能够他品到成功的喜悦。此，在堂上，我尽可能多的表每一位学生，他的成功激不已。一些胆怯的学生，他更多的鼓励和微笑，只需他手，我会把时机留他。

我持以同等、尊重、公正的度待每一位学生。生关系不只是的教育与被教育，教授与接受的关系，种关系会阻挡生的同等交流，不利于教育工作的开展。我得，只有当学生接受了你个人才会以主的度接受你的教育。因此，无在教师工作中是在平时生活中，我一直以同等的度待学生，多关心他，多认识他的要求与意，争取成他的良良友。平，我常到学生的寝室走走看看，关心他的平时生活。同，我常与学生交流，认识他的思想，听取他的意，有候他不敢和班主任的事也会我。当学生有，我也会尽量与他交流，使其意到自己的错误，而不是简单的批评了事。在谈心的时候发现你只需专心走进他的内心，一切问题都能够解决，我发现交流这种方式在师生之间是多么地重要，而且你只需真心真意地为他好，站在他的角度为他考虑，一切都会迎刃而解。我认为师生之间只需形成了一种和睦的关系，教学工作、班级管理工作就会比较顺利。

虽然工作有不顺心的时候，可是看见孩子们天真的笑容，我仍是会把一切不顺心全都抛在脑后，让自己快乐的成长着！“日出而作，日落而息”这也许是农民的写照。而关于教师，那便是“日出而作，日落而不断”。进入实习工作以来，那一个个繁忙的身影，一次次的实践体会，是我更懂得了“累”字的内涵，懂得了“爱”字的构造，懂得了该怎样去教孩子们。我也通过实践，不断总结经验，用爱心去爱他们，用真心拥有他们，用诚意感人他们。

慢慢的觉察做一个受孩子们喜爱的老师是多么地重要，也理解了作为一名教师的神圣之处。虽然作为一名教师有时候很累，但心与心的交流会受到学生的铭刻，才真实地理解教师是多么神圣的岗位，学生的理解与回报会使自己忘记工作中的累与痛。

我天天的工作任务是上两节课，晚上加半个多小时的辅导，其余时间我就在办公室忙自己的事：办理班里的事、备课、写教案，偶尔会替其他老师盯自习，这就是我一天的生活繁忙而充分，没有了在大学中的无所事事，感觉收获很大。虽然有泪与辛酸，有过伤痛与彷徨但最终仍是坚持了下来，风雨过后才能见到彩虹，付出以后才会有收获。

以前在学校遇见什么麻烦我能够找同学商量，而在这里学生有什么事都来找我，这些事都需要我自己来解决，这使我独立解决问题的能力提高了。当老师使我懂得了与学生交流是多么地重要；当老师使我站在讲台上已经成为一种习惯。由原来的一个学生变为一名老师，有很多知识与能力有所提高，顶岗实习使我更好地认识了自己并确定了下一步前行的方向。

我们在一同实习的七个人团结相助，共同为同一个目标而拼搏，在即将结束的时候每个人都有了一些冲向胜利的砝码，带着这份自信与能力相信我们会走得更远，为一个美

好的未来而奋斗！它也将成为我一世中最美好的回想！

以上是我在顶岗实习中的一些收获。自然令我难忘的更有这里可爱的学生们，虽然我曾被他们气哭好多次，但他们带给我的同样也有快乐。

实习将要结束，回想这段生活有苦，有甜，有哭，有笑，总之一句话“痛并快乐着”。

篇4：顶岗实习个人总结

怀想二月的那个晚上，我们**支队一行人克服交通上的巨大阻碍，来到**，实现自己为人师的理想。从那时起，我就清晰地知道，自己已经不仅仅是一名高校生了，我现在应当以一名老师的身份来完成这半年的实习生涯。

大三下学期的顶岗实习是我们踏上工作岗位之前的岗前培训，是同学到老师的角色转变，更是学校到社会的环境转变。不长不短的四个月实习对我来说，是正式进入职场前的培训和试炼。在此期间，我充分体验到了作为一名老师的酸甜苦辣，同时我也体会到了当一名老师肩负的重大责任。因此，脚踏实地，虚心学习，提高自身素养，不断完善自我和超越自我便成为了我实习生活的主旋律。我能以老师身份严格要求自己，为人师表，到处留意自己的言行和仪表，热心爱惜实习学校的同学，本着对同学负责的立场尽全力做好班主任及教学的每一项工作。与此同时，作为一名实习生，我努力做到严格遵守实习学校的规章制度，敬爱实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导看法，并且和其他实习生一起，团结协作，保质保量的完成实习学校布置给我们的任务，塑造了河北师范高校的良好形象，为**职中的校领导和老师们留下来好的印象。

下面我就自己在实习期间各反面的表现做一简要总结。

首先我想谈谈自己在专业教学工作方面的收获和心得。

来到**职中，教务处为我们每个实习生都安排了相应的教学工作，这也表达了职中校领导对我们的信任与期盼。对此，我们非常感恩。安排给我的任务是中学八班级一班和二班的英语教学工作，每周共十节课。这样的上课量应当说是比较合适的。不多不少，既有比较充分的时间预备上课思路和课件制作，又不至于没有足够的机会熬炼自己的教学技能。

由于**职中是一所乡镇中学，同学的素养普遍不高。加上**县的英语学科本身比较薄弱，所以我带的这两个班级，英语成果普遍不高，其中一班又比二班次之。我首先是用两周的时间对这两个班级的基本状况做了一个大略的了解，并针对不同层次，不同学情的同学，制定了有针对性的授课计划，分层教学。

在之后的教学实践中，我踏踏实实，向指导老师齐小芳老师虚心请教，并不断取得进步。我积极参与县教研室组织的听评课活动和**职中组织的校公开课评比活动，并得到

了学校领导和老师们的全都好评。

如今，我在各项课堂教学技能方面的水平都有明显提升，这对我今后正是投身教育事业也有很大的援助。

其次，我想就自己在实习期间担负班主任工作的收获谈谈自己的看法。

班主任工作一方面是基于学校对我们实习工作的要求，另一方面也是为了熬炼自己在班级管理方面的技能。

本学期，我被委任为八班级一班的班主任。有人说：班主任是世界上最小的主任。也有人说：班主任是学校最苦的岗位。在我看来，班主任是一个沉重的名词，一旦它变为一个动名词，就意味着自己即将面临学校里最高挑战性，同时也最为耐久的工作。

学校本着对我们信任的立场，交付给我们以下一些班主任工作：帮助所带班级原班主任处理好各项日常事务，其中包括处理同学间的纠纷，调解冲突；班级班风建设和维护；主持每周的主题班会并做好记录；定期检察班级卫生工作；组织好每天下午的阳光体育活动；班级同学心理健康教育等工作等。

经过一段时间，我和班里的同学们熟识了，对他们每个人的状况也有了基本的了解，也便于我班主任工作的顺利开展。我的班级管理工作主要围围着以下四个方面开展：抓好班主任日常工作，了解同学的思想动态，组织和培育班集体，做好个别状况非常同学的教育工作。一段时间下来，我的工作也小有成效。看着班里同学的进步，再苦再累，我也觉得值得。

接下来，我想谈谈自己在实习期间的思想动态与感悟。

在乡镇中学里的实习生活当然没有在师大学校里的生活安逸舒适。虽然实习学校的领导尽量照看我们的日常起居，但初到**，我们还是经受了一个适应的过程。渐渐地，我们不再畏惧冬天的寒冷，而是把全部的精力都投身到教学和班级管理中去；我们也学会了在每日粗茶淡饭中细细体验生活的苦辣酸甜。

回顾这四个多月的实习生活，我感慨颇多。其中让我感受最终的是，对于每一位准老师而言，顶岗实习都是一步重要的棋，是我们师范类同学将理论与实践相结合的必需的环节。

通过实习，我们有机会接触到与自己专业相关的实际工作，综合运用所学理论知识，基本技能和专业知识，把理论与实践相统一，用理论指导实践，提高自己在教育工作中的实际操作技能，而不仅仅是局限于书本的知识，理论的思维。

通过这半年的实习，我在**职中收获了许多学校里学不到的知识，综合素养也得到了很大的提升，体会到了作为一名老师的光荣和责任，以及明白了作为一名优秀老师所要付出的艰辛和劳累。

在不久的将来，我会加倍努力，不断进取，争取为教育事业做出更大的贡献

!

篇5：顶岗实习个人总结

时间如流水，转瞬即逝，半年的顶岗实习生活在劳碌中悄然而去，回首难忘那些与同学相处的日子，虽然有过伤痛与疲乏，有过彷徨与失落，但当我要离开他们的时候内心又是那么地没有舍，在广宗二中实习的这半年将会成为我人生中最有收获的岁月。

回想刚到学校时内心的高兴、冲动，第一次备课时的认真与仔细，第一次登上讲台的忐忑担心，第一次孩子们称呼为“教师”的欢乐，第一次……那么多的第一次都是在实习中经受。虽然顶岗实习之前，在学校做过各种各样的培训，自己也做过很多假设，但是真的接触起来却没有是之前不行以预想的。可以说，顶岗实习让我变得顽强，学会成长。

四个半的时间，始终担当八班级两个班的历史教学工作，直到十月份才有时机教授我的专业课——语文。期间还代任两个班的班主任工作，虽然班主任担当的时间没有是很长，但我从中也学到了没有少东西。后3个月是我的“劳碌期”，忙起来的时候都忘了一天几个小时。每天批作业虽然批到很晚，但我没有觉得辛苦。我始终信奉着一个信念：既然我选择了顶岗，就肯定要把工作做好，哪怕我自己再苦再累。历史，虽然没有是我的专业，但既然学校支配了我的课，就是对我的信任，我必需把课上好。刚开场的那段时间，备课相当吃力，每天“啃”教材，钻研教案，成了我必修的功课。通过一段时间的教学，我渐渐喜爱上了历史，“以史为鉴、面对将来”是从中体会最多，感受最深的一点。历史上很多爱国志士曾为了挽救中国民族的危亡而付出了艰辛的努力，这也让我明白了今日生活得来之没有易，他们那种敢为人先的精神值得后人一生仰慕。很荣幸我讲了近代史，让我对那段经受的理解更加深了一层。

能教上我的专业课，是我意料之外的。记得第一节语文课，我预备了很长时间，唯恐哪里出什么错，何况是毕业班的孩子，因此觉得肩上的担子非常重。第一节课很顺当，但究竟语文和历史学科特点是没有同样的，因此，教学的方法和内容也没有一样。我就渐渐地琢磨如何上好每一节课，有没有懂的请教其他语文教师，同时，结合同学们的特点和我以前上学的经受，想好每篇课文该怎么设计，每道题该怎么讲。教学的过程中，虽然出过小小的过失，但是孩子们能很包涵地理解我，我想，以后我会多看书，把根底专业学问稳固好。

教课的对象没有同，上课的感觉也没有同样。八班级的孩子活泼、爱动、他们对新奇事物布满了奇怪；九班级的孩子相比照较成熟，什么事都懂，对一些东西看淡了很多，他们的想法比拟多，会很真诚地和你谈天。这两个阶段的孩子，像是两个国度。从每个班级那里，我都可以学到许多，反思许多。通过这几个月的课堂实践，自己从开场懵懂到现在的娴熟，没有仅是在管理上还是教学上都有很大的进步。

实习期间，乐观协作学校各种教研活动，集体备课、公开回报课、观摩课等各种教研争论沟通的活动，让我从中获益匪浅。集体备课，是同课异构的集中表达，没有同的思想沟通碰撞，可以闪出更亮的火花；公开课让我既看到了其他教师教学的优点和自己需要反思的地方；回报课，熬炼了我的力量和思维，使我熟悉到自己应改正的地方，从而使我朝着更好的方向

迈进了一大步。教案每周必教，书写教案也是备课很重要的一环，它可以帮你理清思路，熟识理解文章内容，为上好每一节课打下了根底。另外，听课也是很好的学习途径。多听有经历、优秀教师

的课，没有同学科的课程也可以获得许多启发。

在二中的这段生活，深深体会到了领导对我们的重视与关心。刚到学校的小型“欢送会”、教师节共度美妙时间、带着我们参观广宗县闻名景点。尤其难忘的是周末带我们顶岗实习生去云梦山爬山，那段经受，我会永久记得。二中领导处处为我们着想，表达着人文关心。期间，师大领导的慰问、视察，都深深让我感动。顶岗实习基地虽然众多，但实习生们永久是学院的牵挂。信任我们会努力交一份满足的答卷，没有会让他们绝望。

实习期间，收获的没有仅仅是教学的进步。和19个兄弟姐妹一同筹划、举办了大大小小的活动也是很精彩的一笔。一同包饺子、中秋节去敬老院慰问、关心二中整理图书馆、试验室及各种活动、协作学校组织拔河竞赛、感恩节活动及筹办筹划元旦联欢等等。参加每个活动的过程都是一种欢乐的体验，即使开场的工作有些繁琐，但是最终胜利的结局会给自己带来无限的成就感和满意感。每次筹划活动，队员们分工负责，团结互助，表达了整个团队的凝聚力和战斗力。从开场到最终一刻，为二中效劳，为团队效劳的信念始终都没有放弃过。几个月的时间，让我们的心紧紧凝聚在了一同，收获了幸福，收获了友情。

实习，我虽然哭过，最困难的时候也想过放弃，但最终还是坚持地走完了整个过程。回望整个阶段，我收获了许多，学到了许多。孩子们得意的笑脸、纯净的心灵，我会永久记得。看到他们进步，哪怕是一点点的进步，我都会很欣慰。感谢顶岗实习，让我变得成熟而顽强;感谢这段生活，让我的生命又多了一份精彩!