# 大学顶岗实习工作总结

来源：网友投稿 作者：心上花开 更新时间：2024-10-14

*大学顶岗实习工作总结（通用14篇）大学顶岗实习工作总结 篇1 这次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便...*

大学顶岗实习工作总结（通用14篇）

大学顶岗实习工作总结 篇1

这次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

实习在帮助应届毕业生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。通过实习，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

虽然已经是大三，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手，实习报告《职业学校顶岗教学实习总结》。虽然说这只是个销售化妆品的公司，但在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

实习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实习，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的!紧张的两个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。实习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这两个月来，自己的工作情况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自己还一定程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

作为一名销售人员，我们的首要目标就是架起一坐连接我们的商品与顾客的桥梁。为公司创造商业效绩。在这个方向的指导下，怎样用销售的技巧与语言来打动顾客的心，激发起购买欲望，就显得尤为重要。因此，在以后的销售工作中，我必须努力提高强化说服顾客，打动其购买心理的技巧。同时做到理论与实践相结合，不断为下一阶段工作积累宝贵经验。

其次，注意自己销售工作中的细节，谨记销售理论中顾客就是上帝这一至理名言。用自己真诚的微笑，清晰的语言，细致的推介，体贴的服务去征服和打动消费者的心。让所有来到我们店的顾客都乘兴而来，满意而去。树立起我店工作人员的优质精神风貌，更树立起我们优质服务品牌。

再次，要深化自己的工作业务。熟悉每一款化妆品的货号，大小，颜色，价位。做到烂熟于心。学会面对不同的顾客，采用不同的推介技巧。力争让每一位顾客都能买到自己称心如意的商品，更力争增加销售数量，提高销售业绩。

最后，端正好自己心态。其心态的调整使我更加明白，不论做任何事，务必竭尽全力。这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功或失败，而我们的销售工作中更是如此。如果一个人领悟了通过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他就掌握了达到成功的原理。倘若能处处以主动，努力的精神来工作，那么无论在怎样的销售岗位上都很难有所建树。

大学顶岗实习工作总结 篇2

9月2号，第十五期顶岗实习沙河、邢台分队，在汇华学院北院一教学楼404教室，举行了出发前的培训会和出征仪式。

我向实习生分发了各种实习手册和鉴定表格，详细说明了每种手册的填写要求，又将药品、统一的队服和办理好的集团卡发给大家，宣读了实习管理规定，要求实习生严格遵守各项规章，同时，把我们实习队的口号、队徽、队刊、每月的活动主题印成宣传册，希望大家在实习期间，组织各种活动来提升自身的教学技能，并丰富自己的业余生活。任命了临时实习小组长和宣传委员，切实发扬学生干部的带头作用，最后敲定了出发前的集合时间和地点。开会的过程中还出了一个小插曲，由于最近的劳累加上连续开会2个多小时，我不停的咳嗽，在葛泉实习的王思珂同学在这个过程中不停打电话还不时出去教室外面看，我就很生气批评他，可是不一会儿他拿着一瓶冰镇矿泉水递给我，我顿时明白了，原来他看我不停咳嗽，是打电话让自己的同学帮我买水了，一丝感动涌上心头。最后我们61人的大队伍在教学楼前合影留念，将最灿烂的笑容定格在师大。

9月3日早，北院36名学生6：40都已集合在指定宿舍楼前，由于行李车中途出了故障，8点多才到，实习生大汗淋漓搬运、整理着装车的行李，在这个过程中大家齐心协力，相互合作，没有浪费任何时间，9点在新校区接上了研究生马陆洋同学，两辆客车和一辆行李车离开了师大。约11点半车辆到达--市影剧院广场，13所学校的负责人已经等候在这里，这些老师都很亲切热情，让实习生顿感温暖，担心也减少了许多。由于沙河、邢台实习分队共有13所学校，地域比较分散，学校情况有所不同，经和教育局协商后，本期顶岗实习的岗前培训将由每个学校单独举行。

下午收拾了我的宿舍，我就开始整理学生们新的电话号码，加飞信，然后就是挨个给实习小组长打电话，询问初到实习点的生活安排和教学布置，有的学生一听到我的电话就差点哭起来，说“宿舍漏水、墙上长绿毛、地上各种虫子爬，没水、没电、窗户坏、门坏”，但是最后总会加一句，老师你别太担心，今天晚上还是能熬过去的，明天我们再跟学校负责人协商;有的学生说，“学校里给我们安排教小学二年级的课程甚至还让某某同学教学前班，那不是看孩子吗?”还有的就是没有课可上，或者不能教本专业的课程。有的学生发烧了，还有的闹肚子了，听着这些存在抱怨又可怜的现状陈述，我很揪心，但是孩子们会反过来安慰我，让我放心，也懂得当困难和问题出现的时候，想办法去沟通，去解决，我想这也是另一种能力的锻炼吧。当然了，也有好消息，比如二十冶三中，虽然是新的实习点，但是用小组长的话说就是“一切都还不错”，再比如册井中学已经把顶岗实习的流程操作地都很顺畅且规范，岗前培训、听课、安排一对一辅导老师、试讲、评课等都很条理。也有的学生第二天就要登上讲台，虽然今晚都在紧张认真地备课，但是没有焦虑的情绪，因为同伴们都在为他的第一节课把关，提建议出主意。断断续续打了三个小时电话，嗓子又疼又痒，抬眼看表已快11点了，有欣慰、有担心，我知道我跟我的孩子们都已经在路上了……

9月4号，上午我到达沙河五中，五名实习生跟我介绍了这一天来的各种安排，突出的特点就是化学专业的学生要给初二的学生上课，众所周知化学是初三年级才开设，但是五中为了让学生们尽早接触这门课程，所以在高二提前开设，由于学校初三的化学师资充裕，实习生就只能给初二的学生讲授最浅显的化学知识。其他实习生都能讲授本专业的课程。来到实习生的宿舍，条件不错，就是上网不方便，针对这些问题，我跟五中王校长和徐副校长进行了交流，因为五中已经有多期接收顶岗实习教师的经验，两位校长也很支持我们的工作，安排了指导教师和具体的听课事宜，调整课程时间方便实习生用餐，提供简单炊具供实习生周末做饭，协调网络问题，并为住在值班室的实习生杜成斌安排了新的宿舍。我也叮嘱实习生，在硬件条件良好的情况下，要认真上好每一节课，教好每一个学生，用“心”做一名“新”教师。中午我请实习生在--市一个饭店里吃了午饭，饭桌上实习生跟我说着自己的感悟，对未来各种工作的设想，一切都是壮志在胸。

吃过午饭，我又坐车来到--市职教中心，给学生们带来了各种水果，从路口下车到实习学校还有很长的距离，两名实习生来路口接我，还很贴心的给我买了水，来到宿舍里，6个孩子热热闹闹诉说着昨天女生宿舍没水没电、房屋透水、虫子满天飞、床铺要翻的惨状，但是学校的主管老师和其他教学老师的友好热情，让实习生心中温暖倍增，经过协调，4名女生换了宿舍，对于住宿条件大家没有过多的苛责，每个人都能教上专业课使得大家觉得很欣慰，今天下午拿到课表，明天就能正式上课。随后，我跟职教中心的李校长见了面，李校长看到朝气蓬勃的实习生，直感叹看到年轻的面孔很是开心，详细介绍了职中学生的特点，他们不同于普通中学，学生们也分为升学班和专业技能班，要求实习老师把握好跟学生的“度”，宽严相济，做学生的良师益友，用自己的专业知识帮助学生们提供专业技能和专业成绩。最后李校长也提出，希望实习生多多锻炼自身的从教技能。

9月5日，上午我来到邢台31中，这个远离了--市区位于矿区的学校，更多了些乡镇的质朴，实习生杨静和李争因为不能教授初中课程很是苦恼，27中的王哲和董丽同学也在带小学低年级的课程，这都与学校的要求相差甚远，于是今天31中的许校长、刘书记和27中的麻校长跟我就实习生的各项工作安排进行了协商。最后是学校在十天左右给实习生安排上初中的课程，但同时要兼课小学，对于在31中的各项生活安排，实习生们都表示很满意，学校也尽了最大努力给实习生提供了有空调和暖气的宿舍，我也将实习生的现状和协商后的结果及时跟顶岗办王老师做了反馈。

下午31中的刘书记和杨主任开车送我来到新城中学，见到了我们的“四朵小花”，来到了他们的宿舍，并不宽敞的房间，简单的床和桌子，但是实习生都说吃饭和住宿条件在当地的情况下已经很好了，他们很知足，只要能教上自己的专业课，他们就很开心，目前这四名学生都跟着自己的师傅开始听课，下星期就能登上讲台了。通过跟韩校长和郝主任协商，学校立马给实习生解决了网络问题，作为一个“老”实习点，各项工作已经妥善开展。

晚上，全呼中学的李红军同学也打来电话汇报工作，说当地给他们安排的是小学的课程，或者是非专业的课程，赞善中学田存虎也反应他们只能暂时上课，并没有固定的班级和课程。我鼓励实习生，要主动给学校领导解释师大的要求，调整课程安排，并且通过自己的努力获得学校的信任和肯定。

9月6日，上午来到邢台19中(金华中学)，此次在19中实习的共有13名学生，是我所带实习点中学生人数最多的，这13名学生也分在了高中部和初中部，但是问题也就出现了，分在初中部的学生教学任务繁重，有的一周近三十节课，分在高中部的4名实习生没有具体的教学班级，每天就是听课或者做杂活，生活在一个屋檐下的这些实习生，在相互比较下，不平衡的心理就出现了。我一方面作着学生的思想工作，告知他们前期听课很必要，同时自己要认真备课，不断试讲，讲给自己听、讲给同事听、讲给“岗友”听，只有做好了充分的准备，才能在机会来临的时候，一把抓住!另一方面，我也跟负责人李主任说了这种现状，看能否把高中部的实习生调到初中部，这样每个实习生都有均等的教学任务。中午我跟孩子们一起享用了金华中学免费的教工餐，很不错，孩子们都很知足，所有的人都雄心勃勃要带着自己教的班级，干出个好的成绩!

下午，坐着市内公交19路，从市区的北边一直到最南边，大概一个小时的车程，看到了3名实习生，这也是问题较多的一所学校，两名中文系的实习生一个被安排在了小学二年级上课，另一个是学前班，这跟学校的要求和实习生的预期相差太远，虽然昨天见了27中的麻校长，今天再一次跟他和学校韩书记就这一问题进行了协商，我跟两位领导说明了学校的政策和要求，希望27中尽快给实习生安排初中的课程，好平复实习生的情绪，让顶岗工作步入正轨。校长答应尽量协商，我也跟实习生说先听初中的课，如果下个星期这一问题还没有解决，再想其他的办法，总之保证实习生都能上初中的课程。从27中坐车回来的时候，天阴的厉害，不久就下起了大雨，我心里也想着天气一样，为了实习生不能如愿教课而阴沉，希望通过我们不断地沟通和协调，学校能尽快解决这一问题。

9月7日，我又来到--市区附近的二十冶三中，四名孩子见到我开心的不得了，直说“亲人来了!”一直跟我说着这些天来，班级管理的事情，自己学生的各种情况，心理都是做了教师的满足感。这边食宿环境不错，目前都在听课状态，实习生赵立娜今天试讲了一节课，她的师傅听课评课，指出了很多问题，立娜一方面感觉受益匪浅，另一方面觉得压力很大，应该更充分的备课、试讲，下午跟三中的闫副校长见了面，了解了实习生的具体情况。下午我带4名实习生来到我住的进修学校，跟他们说以后在没有课的时候可以常过来，我给他们做饭。

9月8日，周末短暂的休整，在--县、临西驻县的赵文峰老师打来电话，跟我说顶岗简报的事宜，我负责了实习风采这一内容，主要觉得跟实习生在一起，在最一线的地方，想最真切的反映出驻县教师和实习生的状况，也总是想尽我自己最大的努力，解决学生的困难，希望看到每个实习生都能通过实习，在从教技能还是个人综合素质等方面都能得到提高。

初到顶岗实习地，这一周过的忙碌而充实，一切只是开始，我们需要再接再厉，最后，在教师节到来之际，祝福所有工作在顶岗一线的教师们，还有刚踏上讲台的“新老师们”节日快乐，工作顺利!

大学顶岗实习工作总结 篇3

转眼间为期十天的金工实习已落下了帷幕。在这十天里我们学到了很多东西。不仅自身的实践动手能力得到了提高，还感受到了责任、严谨，体力、魄力也都收到了挑战。更是对清华的老师有了进一步的认识。

金工实习是一门实践基础课，是机械类各专业学生学习工程材料及机械制造基础等课程必不可少的先修课，也是我们非机类有关专业教学计划中重要的实践教学环节。它对于培养我们的动手能力有很大的意义。而且可以使我们了解传统的机械制造工艺和现代机械制造技术。作为一名地质工程的学生一开始的我对于学校组织这次时间环节有些不太明白，但慢慢的我喜欢上了它，甚至对于即将结束这门实习课怀有依依不舍之情。

在当蓝领的这十天里，我们主要学习了铣磨、线切割、数控、车工、铸工、焊接、钳工等几大工种!再动手实践的时候除了对它们怀有一些好奇与新鲜感，更多的是战战兢兢如履薄冰的危机意识。对于一些精度要求求大的工种容不得半点马虎。比如车工一不留神就有可能做出来一个废品!对于你自身来说可能是一件羞耻的事，但要是你加工出来的废品那倒火车等中安装应用它可意味着几千人的生命啊!虽然我们做得东西也不会被拿去用，但大家也都是一遍一遍的练习，有的同学甚至在休息的时间也在练!比如铸工，不管我们做的时候多么得认真，做出来的东西总有或大或小的瑕疵!力度掌握的不太好，也不够均匀!与自己的笨拙相对应的便是师傅们的娴熟!直到现在铸工师傅那熟练地动作还深深的老在我的脑海中!让我很是佩服!累是不可否认的，特别是对我们女生来说，可以说得上是一项体力上上的考验!但是尽管自身不占优势女生们并不服输，因为我们有耐心，我们要细心，所已做出来的东西甚至比男生的还要好!

很感谢学校能给我们提供这个实习的机会，感谢清华的师傅们给我们的言传身教，让我们提前体验到学工科的不易，获得了课堂里边得不到也想不到的知识，也许将来不会走上这个岗位，但是现在所学的知识和感受却是终生难忘。虽然脏点累点，这些都无所谓，重要的是我们有了收获、有了进步。

对这次的金工实习，真的很满足!建议呢，就是希望规模能越来越大：厂房、机器。最重要的是能有更多师傅们。因为在这次实习的过程中时候一个师傅甚至带我们十二个同学，在师傅们进行演练的时候大家常常围成好几圈，有些同学可能看的不是很清楚!祝清华金工越来越大，师傅们工作顺利。

大学顶岗实习工作总结 篇4

时光如流水转瞬即逝，将近三个月的顶岗实习在忙碌的生活中悄然而去，回首那些与学生相处的日子难免令人难忘，虽然有过伤痛与疲惫，有过彷徨与失落，但当我要离开他们的时候，内心又是那么的不舍，在青塘中心小学这些日子将会成为我人生中最有收获的岁月。

清楚地记着，那是一个收获的季节10.25日，一辆辆客车承载着一批批莘莘学子开赴江西省的十个县去完成一项光荣的任务----顶岗实习。我去的是那最遥远的宁都县，给我们带队的是一位外院的老师，他来时的叮嘱依然萦绕耳旁。

仿佛电影《山楂树之恋》中的情节，我分落于青塘中心小学。在这里，我感觉经历了很多，这些从未有过的经历让我不断进步，不断成长，一步步地实现了从学生到老师的角色转化。回顾一路走来的时光，总结下自己的收获与感受:

一、生活篇

时针在不停地转动，留下的就是美好的回忆，细细品读，很充实也很快乐，也让我感受到了人与人之间的温情与不尽的光怀。

一起来实习的三位伙伴，我们来自不同学院的不同系，分别是学前教育的李高强，初学教育的汪连香还有我们美术学院的综合绘画系的徐凯，来这里之前，我们互相根本不认识，通过缘分的聚集，我们分到了一起，每天一起去学校，一起备课，一起批改作业，一起吃饭，一起逛街我们各自的了解逐渐加深，我们生活上互相照顾，教学上互相讨论互相鼓励，这里记录了我们的欢笑，我们的忙碌，我们的进步与成熟，我们四个人是一个温馨团结的集体!

组长汪莲香，长的小巧可爱，努力积极地备课上课，认真负责的做简报，辛苦了;李高强，唯一的小伙子，我们的“苦力”，人老实肯干，会因为教学而发愁的同志;徐凯，我很欣赏她的才华，独特的想法与见解让我信服。嗯!我们四个人建立起深厚的友谊，这一切将永远都会尘封在我的记忆深处，很感谢你们陪伴的两个多月，一起度过的时光，点点滴滴铭记于心。实习结束将意味着我们要接受一番现实的考验，希望每一位朋友都能坦然面对，找到一份满意的工作或者考研成功!

我在实习地方所教的是全校的美术课，指导老师是何东海主任，他是学校负责教学的主任，兼三年级一班的数学老师，何主任在生活上对我们嘘寒问暖，工作上认真指导，是一位很有文采的人才;我们班主任是饶荣老师，她的语文教的一流的棒，对我们认真负责，教我们一些工作方法，很好的处理学生的问题，我们在班上开展活动，一直都很支持配合我们。我们的成长与进步离不开老师们的帮助，全校老师都挺欢迎照顾我们的，只是有些老师做事的方式方法很让人难以接受，或许这是我遇到的挫折吧!以后进入社会或许还有更大的波浪。总之，感谢老师们，如意，顺心!

剩下的就是我自己，由于要考研，所以选择一个人住在这个10平方米的屋子里，远离电视，远离热闹，心静，刚好看书，大家都晓得，考研的日子是艰辛的，没有节假日，没有看电视的日子，没有上网的日子，尤其还要学习，白天教课，晚上看书到两点，早上六点四\_\_的闹钟，每天学校，食堂，寝室三点一线的生活，让人难忘，回想，都不晓得自己怎么过来的。

期间，甚至有过两次想要放弃考研，一个人激烈的思想斗争之后，决定坚强的走下去，即使今年考不上又怎样?只要我尽力做到了最好，我就会后悔的，何况又有这么多难忘的经历，不是么?

只是，感觉考研话就力不从心了，如果不考研，我都打算做好多好多的事情呢。。。。开展一些讲座，一些活动，一些比赛。因为我觉得农村小学生的业余活动实在的不好玩，好单调，与城市的发展及其的相当的不平衡!现在不是素质教育么?但在这里一点都看不到影子，我想我该提倡，建议下吧!

每天过着简单而匆忙的生活，有几次累到了，生病了，大家都挺关心我的，陪我看医生打点滴，买饭......干感动，患难见真情!适应了这里的生活，感觉还是蛮好的!

二、教学篇

关于教学方面，学校分配好的计划，我教全校的美术课，但是其间有老师请假都要求我们去上课，所以我还上了语文，数学，英语，音乐，体育...所有课程都上过了，大家说我是人才，是么?

1、上课之前，我只认真写过了关于美术方面的教学计划，就是对于低年级的美术教学，主要的不是他们画什么，而是要使他们通过绘画去了解生活，深入生活，去发现美，提炼美，创造美，学生能够用绘画这样特殊的语言来表达自己的真实情感，从小树立正确的审美观和高尚的审美情趣。

2、备课，开学初，积极参加教研活动，按照学校要求进行备课，仔细听，认真记，领会精神实质。然后提前备好课，写好教案，上网查资料，制作教具，自己画范画，以学生观察生活的角度思考每一个问题，做到以学生为主体，我积极地引导思路，备好每一节课的内容。

3、上课，上好课的前提是做好课前的准备，不打无准备之战。运用多种教学方法，从学生的实际出发，调动学生的积极性和创造性思维，培养学生的学习兴趣，还要一定的驾驭课堂的能力，这课堂上的成与败，关键在这里，达到你预期想的成效没。

4、听课。我个人的体会很深刻，学到了很多的东西，在听课的同时，我会注意到各个班里学生的不同反应，做好记录，思考我以后该以怎样的形式在不同班级上课才能达到良好的效果。这种听课和以往在学校听课时不一样的，它不仅仅要学习老师怎样讲课，还要去学习如何传授知识，如何控制课堂气氛，如何把握授课时间，好好驾驭整个班级教学等。听课的时候会做笔记，吸收老师的优点，每个老师都有其特点，都有值得我努力学习改进的地方。

5、辅导，我利用课余时间，对学生进行辅导，耐心的解读，有同学平时会去写生，写生的画都会给我看，我就针对不同情况不同的学生解释一些比较专业的知识。

6、作业，根据减负的要求，我一个星期的作业，也就1-2张得画，都是能表达自己感情的，能与实际生活相关的话题。

7、批改作业，我会尽量给学生以鼓励的最高标准打分，激发他们学习美术的兴趣，不要总是以“不会画”的名义退缩，让他们看到自己的作业也能得到高评价，就不会再当“逃兵”，热爱美术，所以要肯定学生欣赏美的杰作，予以鼓励!

(三)德育篇

德育工作是学校工作的重中之重，所以要想做好一名优秀的班主任是很不容易的。我们的实习班级是三年级一班，得到了班主任饶荣老师热心又细心地指导，协助她完成部分工作――这使我熟悉了班主任的日常工作，也体会到了当好班主任所要付出的巨大艰辛。

虽然班主任的实习只有一个星期，但我始终坚持“以慈心见严，以爱心见真，以耐心见细，以童心见真，以尽心见责”的理想来对待每一位学生，面对新的工作新的挑战，我也做了个人计划，还有班主任的工作总结，我努力做到了最好，付出了实际的行动，没有把一个星期仅仅当做形式，走马观花的走过，如果以后，真的当了教师，真的有一个班级让我管理，我想我不会那么束手无策的生疏了，我想我会管理的更好，因为有了人生中这为期7天的班主任实习，这短暂的属于我的舞台!

(四)个人感想篇

比起来时的极不情愿，到现在走时的恋恋不舍，一路走来，人生中一段难以忘怀的历程，使我的人生更加精彩，不仅得到了三位深刻的友谊，现在在病床上写这个总结，他们帮我打饭回来，倒水。这就是所谓的感动吧!而且，我想那些学生也不会忘记我的，至少下一个圣诞节的时候，他们会记得我，因为

我是今年的圣诞老人，给他们发糖果，我给他们买来了他们未曾见过的圣诞树，把他们的愿望，沉甸甸的挂在树上，我看到他们开心的笑了，我悄悄的流泪了!1至少下一个元旦他们还会记得我，记得那个有点羞涩的安老师唱着那首“说爱你们”，给他们发“果子”吃!记得我，我就满足了!

看着学生一张张送来的贺卡，写着“安老师，不要走!”我不晓得自己怎样的一种心情。好想把他们单调的“应试教育”改变下，为何我小学学过的知识，他们现在还得不到?为何他们的`教室还没有一盏灯?我不懂，依然不懂!有时候真想冲动下，像电视中那些“感动人物

”为农村的教育做点什么，又反过来自问，自己有那么伟大么?不晓得，但是我晓得自己真的想做些什么，虽然我只是一个很平凡的人。

还有这里老师的小孩，晚上都会来我宿舍找我玩，他们变成了我看书之余的娱乐活动，我觉得蛮好，我最喜欢的一个小女孩子，她叫思思，才5岁，好聪明一小女孩，很懂事，我很喜欢她。

我始终相信，“一份耕耘，一份收获”，无论是自己的钻研思考还是其他老师的热心指点，无论是自己的开拓进取还是学生的成长提高，都让我感到无比的幸福!

我希望，等以后有机会再来这个学校，能比现在更好!

大学顶岗实习工作总结 篇5

一、实习目的

通过参观家具、灯具，配饰等的功能、造型、灯光、尺度、风格、材料、色彩，了解室内装饰设计的基本原理和设计方法，开阔视野，为接下来的我的室内设计创作打下基础。

二、实习内容

室内空间既是人类赖以生存的居住空间，也是人们从事各种活动的建筑内部空间场所，作为室内环境的设计者，首先应该满足使用者对空间的功能和审美需求。所以，对于我们这些初学者，更应该多看。在老师的带领下，我们来到济南的几家大型家具城，了解一些室内设计的知识。

第一天，我们来到银座家居，第一感觉，很震撼。接下来，接连不断的震撼接踵而来。每一家店面都主营一种风格和品牌，银座家居多数是进口产品，价格昂贵，但是他的审美价值是名副其实的，无论从造型、色彩、材料、功能上，都让人眼前一亮。通过导雇员的解释，这些昂贵的家具深深的吸引了我们的眼球。尤其是那些样品房。每一件样品房的风格、民族特色、地域特色、时代风貌都协调统一。无论是简约型、现代型、中式的、欧式的，给我们最直观的感受就是温馨舒适。我想，能够满足消费者居住要求的设计就是好的设计。所以，室内空间的首要任务是根据整体空间的功能与审美要求来进行设计组织与规划定位。

第二次，我们选择的是富雅家居，他的规模与银座家居相当，的是国产产品。通过今天的参观，对室内设计有了新的认识，尤其是样品房，都有一些共性，无论这个建筑物的功能上区别是很大的，如，商务酒店，ktv，学校等等，功能不同，却都少不了这些元素。这也是室内设计必须注意的几大要素。

第一，空间要素。空间的合理化并给人们以美的感受是设计基本的任务。要勇于探索时代、技术赋于空间的新形象，不要拘泥于过去形成的空间形象。

第二，色彩要求。室内色彩除对视觉环境产生影响外，还直接影响人们的情绪、心理。科学的用色有利于工作，有助于健康。色彩处理得当既能符合功能要求又能取得美的效果。室内色彩除了必须遵守一般的色彩规律外，还随着时代审美观的变化而有所不同。

第三，.装饰要素。室内整体空间中不可缺少的建筑构件、如柱子、墙面等，结合功能需要加以装饰，可共同构成完美的室内环境。充分利用不同装饰材料的质地特征，可以获得千变完化和不同风格的室内艺术效果，同时还能体现地区的历史文化特征。

第四，光影要求。人类喜爱大自然的美景，常常把阳光直接引入室内，以消除室内的黑暗感和封闭感，特别是顶光和柔和的散射光，使室内空间更为亲切自然。光影的变换，使室内更加丰富多彩，给人以多种感受。

第五，.陈设要素。室内家具、地毯、窗帘等，均为生活必需品，其造型往往具有陈设特征，大多数起着装饰作用。实用和装饰二者应互相协调，求的功能和形式统一而有变化，使室内空间舒适得体，富有个性。第六，绿化要素。室内设计中绿化以成为改善室内环境的重要手段。室内移花栽木，利用绿化和小品以沟通室内外环境、扩大室内空间感及美化空间均起着积极作用。

第三次，地点是红星美凯龙。这里主要经营一些装饰材料。装饰材料是进行室内装饰的物质基础，是表现设计的依赖对象。装饰材料具有多方面的性质，包括物理性、装饰性等多种性质，其中，材料的装饰性，可以让人们获得美感体验，是美化环境的主要装饰要素，例如，材料的色彩、肌理、质感等给人的视觉感受。随着技术的进步与审美层次的提高，使我们具有了种类繁多、品种齐全的室内设计装饰材料。每一种装饰材料都有自身的装饰特性，有其自身的优缺点和一定的适用范围。

木材类。木材是室内装饰的基本材料之一，使用量居首。木材自然生动的纹理和人贴近的色泽，它质地精良，观感优美，是很好的装饰材料;石材有悠久的历史，种类繁多，花色各异，分为天然石材和人在石材，有大理石、天然花岗岩、人造石材;陶瓷类，室内设计主要用建筑陶瓷，常用的有：瓷质砖、彩色釉面砖、陶瓷锦砖、陶瓷艺术专等;地毯类，在选用纺织品时，其色彩、质感、图案等除考虑室内整体的效果外，还可以作为点缀。室内如缺少纺织品，就会缺少温暖的感觉。玻璃类，用途很广泛，从透光、隔热、防尘、防躁到放胆、防辐射、防暴，调节美化空间的功能，并且种类繁多。石膏为主材的各种饰品，具有良好的装饰效果，例如雕塑。其他装饰材料如：乳胶漆类，贴面材料类(壁纸、墙布)，金属装饰制品类，等等。

三、实习体会和总结

一周的实习让我大开眼界，受益匪浅，对这短短的几天，也有很多的感受。

⊕实习不完全等于坐冷板凳，但坐冷板凳一定是实习的一部分在没有实习之前就有所耳闻：实习无非就是做做卫生端端水，如果进报社就是看报纸看新闻。...

很快的暑假就如期而至了，学校6月22号就放假了，23号那天也就是端午那天，我兴冲冲的拿着我的火车票来到了车站，因为那列是通往我梦想的地方。

实践是大学生活的第二课堂,是知识常新和发展的源泉,是检验真理的试金石,也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用,才能得到丰富、完善和发展。

最大痛苦，莫过于身体上劳累在创伤骨科手术中，有很多是四肢骨折，而在四肢骨折中，下肢骨折尤其多见。骨折按照不同角度有不同分类，按照骨折部位是不是有骨折断端暴露于外界而将骨折分为闭合骨折和开放骨折，其中开放骨折必须进行手术复...

--年,本科室根据上级主管部门以及本局的工作部署，紧紧围绕创安工作目标，积极开展了律师、公证管理和法律援助工作，取得了一定成效。一、律师公证管理方面(一)、认真抓好律师事务所和公证处规范化建设，提升队伍整体形象。

一年一度的暑假又要开始了，而在这个暑假，我要开始我的第一次社会实践。因为我家这边大型公司比较少，试了几家又比较难进，所以我就选择了在我家附近的一家中型药店。

前段时间，我参加了企业管理知识的学习培训，接受了系统、全方位企业管理知识的学习和辅导，受益良多。我深刻领会到，作为一名合格的企业管理者，应该如何驾驭整个企业的运作机制。

大学顶岗实习工作总结 篇6

我在南方日报东莞站实习了45天。我的专业是小学英语教育，但来到报社实习做文字记者，我并不觉得矛盾，反而发现两者有许多共性。比如，教育是一种传播，新闻也是一种传播。搞教育要因材施教，考虑受教育者的身心发展特点;做新闻也要“因材施教”，搞党报的时刻记着自己在对党和领导说话，办都市报的总想着老百姓关注什么。

45天，洗去了我的书生意气。新闻对我而言已不再是纯粹的文字功夫，而是对社会现实的记录和反映。新闻有地域之分;新闻人有国界之分;新闻机构不可能不考虑公共利益、民族利益和社会影响。从新闻线索的获取，到根据报纸的定位和风格判断新闻价值，再到采写编评，每个环节都要考虑周全。

但是，作为一名实习记者，我考虑更多的是如何写好新闻。令我感受更深的是，如果没有博尔特般的行动速度，就赶不上日报的出版进度;如果新闻敏感性不强，就会因错失新闻而捶胸顿足;如果没有驾轻就熟的采访技巧，就算找到了知情人，也可能无功而返;如果社会经验和阅读经验不足，就会影响记者的创造力。

截至8月24日，我发表了28篇文章，近4万字，涉猎了许多题材，如现象、会议、报料等。会议现场我跑了许多次，如东莞拟增加出租车听证会、特约研究员会议等，慢慢跳出了对会议的肤浅认识，即某某单位召集某某人在某某地就某某事开某某会，然后打个腹稿，在会议消息主体部分写上某某领导说，或某某与会人说。

工作后跟会，我会先把工具箱备好——若干支不同颜色的笔、笔记本、录音笔、名片、笔记本电脑等——然后思考为什么突然召开这次会议，发生什么事情了，会议中有哪些新闻，新闻背后有没有新闻。一方面，我会尽量搜集全面的新闻材料，另一方面，写作时根据事实本身，采用最优处理方法。这种工作模式或许有些理想化和完美主义，但是记者的大脑每天都在激荡，不就是为了做好新闻吗?

除了会议新闻，这些日子还接触了现象报道，如《公路绿化树过高竟引来车祸?》、《买本杂志真的好难》、《暑期学生打工频遇陷阱》等。

现象报道曾一度令我倍感头疼，因为我不单无法像报道会议一样轻易获知何时何地何人做了何事，还时常怀疑它的真实性。如在采写《酒店影楼不抢“七夕”蛋糕》一文时，我拨打了几个酒店和影楼的电话了解“七夕”和“九九”婚宴和婚纱摄影预订的情况。最后发现，这些酒店影楼并不重视这两个传统节日。当段老师打上“酒店影楼不抢lsquo;七夕rsquo;蛋糕”的标题时，我立马困惑了。因为我觉得它的真实性是模糊而不严谨的。东莞可能有上百家酒店影楼，而我只采访了不到十家，这可能只是局部事实，而非整体事实。没有任何一个权威的调查告诉我，酒店影楼真不抢。随后，在与段老师的交谈中，我第一次认识了微观真实和宏观真实，也更坚信新闻真实性是做一切新闻的出发点。

当然，在实习中，我发现自己读的书太少了，社会经验太浅了，采写编过程留下了一些遗憾。比如，跑报料新闻时，一次遇到珠宝店盗窃事件，我像一艘航行的船迷失在茫茫的雾海中，四周围找知情人，最后得到的是残缺的事实。

这次实习让我增长了业务知识，体会到了新闻采编的艰辛，自己的新闻敏感性和社会责任感都有了很大的提高。我真心的感谢报社的每一位前辈，尤其是带我的郭老师，曾指导和帮助过我的马老师、谭老师、欧老师、段老师、刘老师等。这段难得的经历，让我看到了今后的奋斗目标，必将充实我今后的人生。

大学顶岗实习工作总结 篇7

20\_\_年2月1日，我开始了我人生中的第一次实习工作，在宁德市天源水电开发有限公司做一个实习会计。我在写这份实习报告时，回顾了这些实习日子，有过欢笑有过痛苦，酸甜苦辣尽在心头。在这些日子里，离开了学校的教育环境，我在社会中不断努力渐渐得以立足，并得到了最快速的成长。

实习任务

每天，我要负责上司文件的接收和整理分档，做好相关数据的记录与相应的跟进，我要写些记录档案等，还要将材料和各个企业的数据分发到各个部门，以及将各个部门所做好的数据进行整理归档。从完全不熟悉到灵活应用，经历了挺长一段时间。

想起当初什么都不懂，而上司又没有多少时间来教导我，对于周围的一切都是陌生的，甚至有些不配合的同事对自己有异议，自己的内心一下子就觉得很沉重。曾经想过放弃这份工作，想过逃回学校温暖的怀抱，但是从来没有真正的放弃。我每天都告诉自己，我要勇敢一点，我要独自去面对我人生中的第一份工作，我要相信自己是最优秀的。在不断的煎熬与努力中，在与人为善的心态下，我终于融入到工作的氛围里。在工作中，我不但需要做自己的本职工作，而且需要协助其他同事的一些小细节的工作。我也觉得这样挺好的，如果一个人连一些小的事情都做不好，如何能够成大业。这样既可以培养与同事之间的感情交流，也可以培养自己的耐心。最后在师傅的指导下，大大的提升了我各个方面的能力以及经验，让我开始看到自己的进步。同时，让我懂得一个人所拥有的能力，无论是创造能力、决定能力还是敏锐的洞察力，绝非一开始就拥有，也不算一蹴而就，而是长期工作中积累和学习得到的。

实习体会

这份工作，虽然学到的不多，但是师傅教会了我很多创业的必备条件与行业的门道。这就为我今后自己的创业打下了良好的知识基础。这份工作，让我深刻的认识到：如何做好自我管理，这对于像我这样一个刚刚出来见识社会的菜鸟是很重要的。自我方面管理做的好，对于自己的心态和对待工作的热情是很有帮助。人生中最大的敌人就是自己，自己也是成功中一个绊脚石。如何做好时间管理。这就要保留独立思考的时间。好让自己有足够的时间做思考反省和消化的时机，接着又是一个崭新的开始。再一个是做好情绪管理，不要老是感情用事。在工作中，要控制好自己的情绪，不要太过于夸张，大起大落的情绪总是很烦人的。不管任何事情都要有稳定的情绪。最后，做好学习管理。学习理论知识是实践中的指导地位，学好理论知识是很有必要的，才能让实践有一个明确的方向。要学习的东西很多，要学习做事，学习做人，学习与他人相处。做好学习管理，是迈向成功的必经之道。

在这些实习的日子里，我深刻的认识到，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。我也渐渐的认识到，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，阔达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。

大学顶岗实习工作总结 篇8

时间如流水转眼即逝，一学期的顶岗实习结束了。回首那些与学生相处的日子真是令人难忘，虽然有过伤痛与疲惫，有过彷徨与失落但当我要离开他们的时候又是那么不舍。在白沙中学实习的这段时间将会成为我人生中最有收获的岁月。这次的顶岗实习可以说是对我完完全全地一次磨练。这是一个新的起点，在经历了上学期一个月的综合实习以后，我大脑中的东西开

始变得明确，但又好像缺少了那么一点深度和钻研的韧性。虽然实实在在的上过课，但也深知那了了的几堂课只能为我们带来短暂的喘息，在这个新的起点上，或许我应当抛开所有的包袱，抓住自己的信念，一步一个脚印地向前走。在教学工作上去的了业务上的进步与认识上的飞跃。在实习的这段时间里，我与学生们建立起了良好的师生关系。在学生面前，我既是他们的老师，又是他们的知心朋友。由于我年纪和他们差距不大，他们有什么问题都会来问我。我也会利用课余时间跟他们谈心，拉近了师生之间的距离，建立起深厚的友谊。在课外活动中，我和同学们群策群力，一起动手，美化教室环境，增加文化气氛，取得了优异成绩。

二、教育调查实习

在实习期间，我积极参加教育调查活动，锻炼自己的演讲，我认为每个班级都有每个班级的气质、性格或者说灵魂。教师应针对不同班级的特点，适时改变授课方式来适应不同班级的学生，而不应该自己一贯的风格去强迫学生来适应你。以我所教的俩个班级为例：一班同学纪律很好，课堂上与老师配合默契，课堂气氛活跃。针对这样的班级，我就应严格要求，并在讲课过程中适当使用幽默。二班纪律不错，学生与我配合不是很好，课堂气氛相对沉闷。对此类班级，我应尽量展现个人魅力，增加自身神秘色彩。课堂讲授中积极引导、鼓励他们，让们动起来。不过，有时俩个班的纪律很差，课堂气氛活跃的有点过头，学生给人一种不踏实的感觉。针对此类班级，我认为应收起严肃的面孔，换一种欣赏的崇拜的眼光看待他们，鼓励他们多说多讲，更多地参与到课堂上来。让他们的精力真正的用到学习上面。具体班级具体分析，真正有效地进行课堂教学活动。

不知不觉，我的实习快接近尾声了。在这段时间里，每一天对于我来说都是多姿多彩的，每一天都发生了许许多多的事，每一天都认识到自己的不足，每一天都学到了新的东西，收获很多。在实习锻炼过程中，我不仅学到了很多在书本里没有的知识，还更加确定了我的学习锻炼目标，端正了我的工作态度，考验了我的工作热情和耐性，更加坚定了我的工作决心。这段时间以来，我也感受到自己在多个方面的不同程度有了提高和进步，好的开始是成功的一半，相信在接下的实习锻炼计划过程中，我会以饱满的热情，争取学到更多的知识，保质保量地完成基成锻炼工作。

通过这次教育实习，让我真正在实践中去深化理论知识，去感悟

体验作为人民教师的幸福与欣慰!更重要的是它能够很好的锻炼我的意志，提高我的工作能力，为我今后正式踏上工作岗位打下了良好的基础。这段快乐却又短暂的实习时光在忙碌而又充实的中结束了，但它带给我的影响和帮助将会陪伴我一生，却也深深地感到了自己专业知识的不足，只有在实践中才能体会到书到用时方恨少的痛苦。不过经历了痛苦能认识到自己的不足是十分重要的收获。从基础的东西一步步做起，有利于知识的清晰和整合，拥有扎实的基础，将使对事件会分析更加细致。很多细小的差别都需要在实际的工作接触中才能够发现。

实习生活即将结束，却满怀不舍。在此我谨向思贤学校全体师生表示衷心的感谢和崇高的敬意!实习生活很是难忘，领导的丝丝关怀、老师的一言一行，学生的勤奋刻苦，都已深深地刻在我的脑海里，更重要的是学校的教学管理制度，老师、同事们认真踏实的工作态度、爱岗敬业的工作精神也必将永远激励着我。

让我在真诚的说一声谢谢，感谢你们给予我的温暖，感谢你们的指导!诚挚的祝福学校全体师生身体健康、万事如意!

大学顶岗实习工作总结 篇9

实习即将结束，我有很多想说的话。大四开学，我们班就一直在讨论着实习的事情，当时，对于选择集中实习还是顶岗实习，自己心里一直很纠结，但现在，顶岗实习的三个月即将结束，我的心里一点也没有后悔，而且我很庆幸自己选择了顶岗，顶岗的三个月，让自己成长了不少，也懂得了做一个人民教师的艰辛。

依然还记得，才来到文山州马关县第四中学的时候，路上遇到学生叫自己老师好的.时候，脸都会红。我自己还没从这种角色中转换过来，最重要的是，自己还没有心理准备。但今天，学生在叫我老师好时，我的心里充满了激动和自豪，因为我就是一个老师。我教的是七年级3个班的历史，每周9节课，课不多，但我一直在尽力上好每一节课。城乡结合的孩子和城里的孩子存在着很多的差距，尤其是以前历史不参加中考，所以养成了学生不是很重视历史学科的习惯。才来的那天，看着学生30多分的历史成绩，我自己觉得很痛心。当时，我就在心里下定了决心，一定要好好上课，三个月时间，让学生真正意识到历史的重要性。我一直和学生有个约定，我不想看到60分以下的历史。

这次实习，让我感触最大的就是文山州马关县第四中学给了我们顶岗实习的同学很大的信任。作为一个还未毕业的大四学生，即使你有很强的专业知识，但你缺少真正走上课堂的实践经验，学校凭什么把七年级的历史都交给我们?所以，当学校把初一历史学科的整个期中考都叫我们全权负责时，我的心里感受到了从未有过的信任。在七年级老师和班主任，历史教研组老师的指导下，整个七年级历史学科的出卷，阅卷，登分，学生质量分析，都井然有序的进行着，虽然出现了一些问题，比如第一次写的质量分析不合格，被教务处打下来重写，但最后都解决啦，在这个过程中，我真正体会了教师的工作。

有一次和张荣年副校长聊天时，他告诉我，一个真正成功的教师，必须让学生对你做到“又敬又爱”，当达到这个境界时，你便成功了。当时，我对这还一直半信半疑的，直到有一天，我发现我在七年级(203)班学生面前讲话不起作用时，我才真正意识到了问题的严重性。我带七年级20--03班的历史，实习七年级201班班主任。其他两个班的课堂都比较好上，但问题就在203班，因为和他们朝夕相处，渐渐的，203班的同学把我的脾气摸清楚了，就开始和我开起各种玩笑了。这时，我想起了张荣年副校长的话，我开始有意识到和203班的学生保持距离，并叫他们学会区分课上和课下。三个月下来，情况好多啦，我也从201班同学口中获得了一个光荣的称号：“小班”。老班和小班，201班的孩子够受的。

我不喜欢放弃任何学生，尤其是历史学科，我一直的观点都是，历史这种知识，任何人都应该学会，至少考试及格。所以，自我接手20--03班的历史以来，我就一直特别关注差生，课堂上给差生很多回答问题的机会。但期中考之后，问题就出来啦，203班的整体历史成绩是上来了，但优生率偏少。这时，我深深的反思自己，是不是应该接受一些老师的观点，抓住好生就行啦。我矛盾过，但最后我的结论仍然是：我不放弃任何一个学生。即使有的学生课堂上连书本都懒得打开，我也只得走下去，帮他把课本翻开。学不学是他的态度问题，但我自己一定会对得起自己的良心。渐渐的，有一部分差生有了很大的改观，即使他听不懂，即使听不进去，他也不在我的课堂上捣乱。而在校园中，每遇到他们一次，我都会叫他们好好读书。有一次一个学生和我开玩笑说：小班啊，你越来越像老班啦，唠叨个没完。我知道，那一瞬间，他懂事了。当然，对于成绩好的同学，我一遍一遍的和他们讲历史学科的重要性。没有教不会的学生，只有不会教的老师，还有就是态度的问题。有时，学生会和我讲：老师，你别走了，和学校讲一下么，留下来教我们。我知道，这是一个学生对老师课堂认可的最淳朴的方式和表达。我淡然一笑，天知道，那一瞬间，我的心里有多感动。

实习期间，只要学校有需要我们帮忙的地方，我从来没有怨言。三个月，我在教务处帮过忙，在图书馆录入过书籍，守过七年级和九年级的自习。现在，我走出去，一个校园里，好多都是我认识的学生，有的我虽然不认识，但人家认识我。一片的老师好，叫的我心里自豪啊。那一瞬间，真希望能永远留在文山州马关县第四中学中学，留在这群孩子之间。当然，顶岗最大的缺点，我个人觉得，就是没有老师在你身边手把手的教你，很多东西，我们都要自己摸索，自己总结，自己反思。当然，这里要特别的感谢一下文山州马关县第四中学八年级的历史老师，黄兴红老师，在实习期间，她给了我很大的指导和帮助，无论是教学中出现的问题，还是生活中出现的问题，只要找到她，她都给我们很好的解释和帮助。

从总体上说，这次的顶岗实习，将成为我人生的一次重要经历，我通过这次实习，学习到很多新知识，进一步提高了自己在各个方面的能力，尤其是教学能力，积累了不少教学及班级管理的经验。但由于对学生知识水平的估计不够充分，使得我在课堂调控上还不能得心应手。此外，遇事容易冲动，易操之过急是我在班主任工作上最大的缺点。这些都是今后我在教学实践及班主任工作中必须注意克服的问题。这次实习使我加深了对教师工作的认识和了解，提高了独立从事中学历史教学、班级管理工作及教育研究工作的能力，更加坚定了我从事教育工作的信念。当然，作为一名即将毕业的大四学生，我会从各个方面严格要求自己，认真总结这次实习的得与失，争取做一名合格的毕业生。

大学顶岗实习工作总结 篇10

我们的大学生活就要划上句号了、在这即将踏上人生旅途之际、实习成为我们的必修课、只有通过实习才能真正的接触社会。实习能让我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识、还能让我们学到许多书本上学不到的东西、帮我们开拓视野、增长见识。希望通过不断的学习与工作能够锻炼自己、检验自己、完善自己、发展自己、为日后的工作打下坚实基础。

一、实习目的

1、针对实习对象的实际情况、结合并运用所学的会计理论知识、加深对本专业知识作更深入和系统的理解和领悟、深化认识课本中的二手信息、并逐渐摆脱二手信息的掣肘、从实践中采集全面而详细的一手信息、把所学知识条理化系统化、学到从书本学不到的专业知识;

2、通过对移动公司实际的调查、研究、拓宽知识面、初步培养理论联系实际的能力和分析问题与解决问题的能力、并获得行业国内、外科技发展现状的最新信息、激发向会计实践学习和探索的积极性、为今后的学习和将从事的工作打下坚实的基础。

3、除了从会计方面对公司进行细致的了解之外、还应该较为全面地知晓移动公司的经营环境、经营特点、市场范围、运行(营销)方式、了解该分公司各项职能管理的特点和在企业经营中的作用、并了解公司的营销方略所起的作用、学习企业成功的营销管理经验和先进企业文化等、为进一步学习专业课程打下一定的基础。

实习方法：个人联系到实习单位、自己确认企业的指导者、要求主动学习、虚心请教、能够初步做到理论与实践相结合。

在公司有关人员的指导下、首先对公司的总体情况进行调查、了解、然后深入有关部门的业务活动之中、进行较深入的调查研究、阅读相关资料及参加有关的实践活动、学习并掌握企业各项管理、营销业务的具体内容、工作程序和工作方法等、其中公司的会计制度、会计方法是重点。

二、实习内容

实习期间按照要求和公司安排主要完成以下实习工作任务：

1.了解移动公所机构组成、人员职责、基本业务。

2.分别熟悉事物所各种会计业务的操作流程、行业规范、协助会计师完成各类业务。

3.配合工作人员完成各种办公室日常工作。

大学顶岗实习工作总结 篇11

眨眼间我的顶岗实习生活要结束了。我感觉到了自己的迅速成长，现在就在如何建设良好班集体的工作上做如下的总结：

首先要建立良好的班级秩序，在担任班主任初期，为迅速融入学生集体，可以组织一些班级活动，例如和学生一起布置教室新环境，进行班级文化设计，既增进了与学生之间的情感，又为学生的学习创造了良好的环境，同时，这也是建设班级凝聚力的初始工作，班级成员之间互相关心爱护，拥有班级个性的班歌、班徽、班旗、班呼，师生共同拟定，共同奋斗。

班主任工作中还有至关重要的一项便是选拔和培养班干部。学生班干部是班级的，也是班集体的核心。学生干部是学生中的骨干分子，也是班主任在班级开展工作的有力助手。

培养良好的班风，班风即一个班级具有自身特色的稳定的集体作风，代表班级的精神面貌。

班级是学校进行教育教学工作的基本单位，是一种教学组织形式，也是实施学校教育的一个基本单位，但是，班级应当是学生健康成长的集体环境。这就要求班主任将建设班集体作为工作中心的首要任务。

建设班集体有利于营造学生成长教育生态环境，有利于学校整体素质和教育质量的提高;有利于班集体本身发挥巨大教育力量;有利于培养学生成为个性的社会公民，有利于完成教育教学任务，促进学生素质的全面提高。

以上是我这次顶岗实习工作的月报，我的顶岗实习工作就要结束了，但我的学习生活永远不会终止，我会怀着和顶岗时期同样的奋斗精神继续努力下去，为教育事业献出我的力量。我很高兴，我可以为自己的顶岗实习工作划上一个圆满的句号，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”我会继续努力下去，明天会更好!

大学顶岗实习工作总结 篇12

光阴似箭，不知不觉中，短暂的就业实习在领导的关心和同事们帮助下，也已悄然接近尾声。回首过往，自己在思想和工作上都有了新的进步，基本适应了企业的工作环境和文化氛围，较圆满的完成了各项工作任务，并也从中受益颇多。

一、持续学习，尽快适应角色转变，更好的融入企业

保持良好的心态，摆正学习者的位置，是年轻人干好工作的前提条件。作为一名初次踏上社会的实习员工，我时刻提醒自己要保持积极向上、爱岗敬业的良好心态，虚心向周围的前辈请教，遵章守纪，努力工作，增加自己的工作经验。

由于仍在学校就读，且缺乏实践经验，我对企业性质的人力资源管理工作了解不多，认识不深。为了能尽快适应环境，更好地开展工作，我特别注重加强专业知识的学习，坚持“向同事学、向书本学”的思路，不断提高业务水平，以弥补自身专业知识结构的欠缺和阅历短浅的受限。“三人行，必有我师”，企业中的每一位领导和同事都是我的老师，他们的丰富经验是一笔宝贵的财富，是我不断学习的源泉。为此，我积极向身边的领导、同事和前辈们请教，虚心吸取他们的宝贵经验，以他们的工作思路、言行举止、工作程序和工作方法为榜样，规范和纠正自己方法、思路上的缺陷。

“积小流终成江河”，通过近几个月的持续学习和熟悉企业，我逐渐完成了角色的转换，逐步的融入了企业的这个大家庭。

二、认真履行职责，做好本职工作，不断提高综合素质

行政人事部作为公司的一个幕僚部门，它肩负整个公司的管理重任，它不仅为公司正常的运转提供了服务平台，而且为公司的所有活动提供各种支持和服务。除了每天的行政管理和日常事务，作为行政人事部的一员更应该积极主动的协助总经理搞好各部门之间的综合协调，落实公司的规章制度，沟通内外联系，保证上情下达和下情上报，及时的对会议文件决定的事项进行催办，查办和落实。作好公司上层领导与基层员工交流，汇报的桥梁。

随着时代的发展，当今社会无疑是产品质量，服务态度的竞争，说到底是人才的竞争，更是一个企业整体素质的竞争。熟悉企业发展历史和概况以及生产经营形式，特别是掌握基层人力资源管理工作的程序，做到心中有底，提高工作的针对性，更好的为公司培养、输送人才，是我们行政人事部肩负的责任与使命。虽然在这些人事管理的繁琐工作中，我也遇到了不少困难，但是从中的确锻炼了我处理事情的应变能力。例如：当为基层员工办理工资卡发放工资上，时常遇到他们对我们工作的不合作、不支持。往往这个时候就需要我们的耐心，通过和他们的沟通与交流，让他们理解我们的工作，从而更好的配合我们完成指标。对于基层员工相对流通性比较大的问题，我则通过计算机及相关人事软件，对人事资料的录入，采用科学有序的方法进行管理。并对应聘员工的登记信息进行审查，按照工作岗位的要求，将员工安排到合适的岗位，从而实现人力资源合理配置。同时还把基层员工的纸质资料按照他们所从事的项目划分，统一装订成册、备案，作为日后查寻与管理的一份依据。

作为一家主营中西药生产制造及销售相关的企业，员工则是我们的立业之本，致富之基。对于员工的职业技能培训，追求全员卓越，则是提升我们企业形象和综合实力的途径。所以我们行政人事部定期的组织员工参加专业技能的培训，与考核。在规范化的在职培训和指导下，通过培训来“提高员工能力”和“挖掘员工能力”以此改进员工的行为方式，达到期望的标准。按劳付酬，论功行赏，通过报酬、保险和福利待遇对员工的工作成果给与肯定和保障。促使员工提高士气和服务质量。这些各种激励策略也是对员工工作成绩的一种有效报偿。使部门人力资源计划与企业的战略协调一致，发挥出的功效，为企业谋得更大的利益。

就企业而言，正如蒋总经常教诲我们：“思路决定出路，细节决定成败”;对员工来说唯有不断思考和总结，才能适应企业不断发展的需要。对于我们这样的年轻员工更是如此。因此，每当完成人事资料的录入、归档和人员的考核时，我都会深入的总结和反思。找出工作中存在的问题和不足，争取下一次能更加便捷、有序的管理人事资料，使人事安排更为合理。在一次次改善和日积月累中，不断提高自己的能力，使原本相对流失量较大的行政人事部，化的为公司创造价值，创造财富。

三、规范制度，刚柔并济，树立良好的风向标

俗话说：“不以规矩，不成方圆”。作为行政人事部的六大模块之一的绩效考核与绩效管理。我们秉持着以人为本的管理方式，运用刚柔并济的管理模式，制定一套符合企业自身的管理制度，考勤方案及工资结算方式。更加透明化的对公司员工的工作进行考核和满意度的调查。研究工作绩效考核系统和满意度评价系统，制定相应的纪律奖惩制度，以工作职责来制定绩效考核标准。通过这些活动公开、公平、公正的决定员工的地位与待遇，促使人力资源开发的合理利用，以此提高和维持企业的经营效率。

作为管理制度的制定者，又是执法者，我们行政人事部首先要严于律己，打铁还要自身硬。除了作为老板的好助手和好帮手，在人事政策，人事关系等问题上，为了公司的整体利益谋划。在为老板提供建议外，更应当树立部门的威信，团结各部门，共同朝着公司目标冲刺。在工作进展中遇到困难时，更应当积极主动的协助其他部门，沟通和协调好员工心理，给予他们工作上的协助与指导，齐心协力共同完成公司的目标。

四、几点工作心得体会

1、行政人事部工作的最终目标就是确保公司的正常运作及生产，稳步，正常的进行，为企业创造经济效益，为我们亲爱的员工创造他们在外面的另一个“温馨的家”!塑造良好的企业精神形象，增加企业员工的凝聚力、感召力、引导力、和约束力。从而增强员工对企业的信任感、自豪感和荣誉感。行政人事部工作包罗万象，事务性公司又“简单而复杂”，我们在做工作的时候，一定要保证高度的条理性。养成“日事日毕”的良好习惯，规范部门的运作，化的提高工作效率。

2、要学会跟竹子一样的做人，与各部门保持互惠互利的行为，努力和最不容易搞好关系的人搞好关系，这样才能在复杂的职场中顺利进行工作。尤其是我们在企业工作，在对待上级、平级、下级必须得罪一级的时候，我们必须优先保证上级和你的平级的利益，然后才能善待你的下级(在保证不伤害下级利益的前提下，站在企业的位置为员工服务)，这样才能把行政人事工作做好。

3、对于首次参加工作的我来说，首要任务就是要学习、熟练掌握业务知识，充实自己。保持勤于学习、勤于思考的良好习惯，不断向书本学习的同时注意收集各类信息，广泛汲取各种“营养”。并且在工作、学习过程中努力培养自己积极的工作态度、高度的责任感和只争朝夕的精神。踏踏实实地做好本职工作，戒骄戒躁，争取在自己在今后的工作岗位上做出更优异的成绩。

4、要扬长避短，不断完善自己。要正确的认识自己，在工作中不但要发扬自己的优点，还要客观地面对自己的不足之处，更进一步注重锻炼自己的应变能力、协调能力、组织能力以及创造能力，不断在工作中学习、进取。只有这样才能更好的配合公司的工作，为企业的发展作出自己的贡献。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越!”非常感谢蒋总能给我这么好的一个学习、实践的机会。虽然只是短短的几个月的社会实践生活，但是从中让我受益非浅。感受工作氛围，开阔眼界的同时，更好的锻炼了自己各方面的综合素质和能力。为我今后的学习、工作、生活都打下了坚实的基础。而这也成为日后，我前进途中的“启明星”，为我指引未来之路。

大学顶岗实习工作总结 篇13

在实习中，我掌握到了汽车的发动机、底盘、车身和电器设备的使用、维护、调整、安装等相关技术的标准方法;还了解了汽车检测、维修制度;熟悉了汽车的各个零件;并掌握到了检测工具的使用;汽车的各个系统常的故障诊断及排除的一些简单的技能。

实习对我们每个人都是非常重要的，通过实践和我们学的理论结合，就变得容易懂了，就能把这一门专业学好，总之，实习虽然枯燥而我却多学了一些技术。

1、在人文素养方面的收获：

通过这将近半年的实习，我经历了很多、付出了很多，同时也收获了很多。俗话说付出就有回报，我相信我自己在这期间收获了很多值得我庆幸的事情。下面我就谈谈自己在这几乎半年的时间中的收获。在劳动纪律方面我能够严格要求自己，切实的熟悉到纪律的重要性。自觉遵守天津博信的各项规章制度，做到严于律己，更多的体会到劳动纪律的重要性。由于有些人就是由于把这些劳动纪律不放在心上，终极导致发生严重的事故时却没有能力保护自己。所以在工作岗位上就要遵守劳动纪律，前人不会没有事规定这些纪律，正是前人的前车之鉴才给我们留下了这宝贵的财富。

安全意识方面我们知道自己的安全很重要，安全意识应该时时刻刻的在我们脑海里。就在实习这段时间我熟悉到了安全意识的重要性不仅要时时刻刻的在脑海里还要付诸实践。公司十分的注重安全意识的培训，在这期间各单位按照计划，结合本部分工作实际，制定本单位的培训计划，让员工认真执行，有计划、有资料、有实施、有记录、有总结，要真正的起到效果，进步职工安全意识和安全技能，确保我们的人身安全。从中我学到了很多，我们要注重安全意识的学习，更要把安全意识时时刻刻的挂在心上确保不会发生安全事故。

2、自身分析：

在实习的过程中，我在学校掌握的基本理论知识不能运用到实践当中，没有发挥自己的专业优势，没成为一名有知识有技能的高素质人才。但是通过这次的实习，我由第一天的拘谨，对什么事情都充满着好奇，转而逐渐适应了这样的生活，做事情按部就班，循序渐进。这次的实习，让我懂得了许多，知道了许多，大学文凭其实只是一块敲门砖。进入工作单位后，大家都是从头开始，凡事都要自己去摸索，没有人会手把手教你。

所以，我们有必要培养主动学习能力和创新能力，必须努力提高自身的综合素质，适应时代的需要。虽说大学文凭只是一块敲门砖，但是个人的综合素质却仍是你就业时的重要筹码。首先是学习成绩，用人单位认为成绩的好坏从一定程度上说明了你学习能力的强弱，所以，学习成绩是他们非常看重的一点。因此，我们首先要学好自己的专业知识。其次，他们看重的就是我们的社会实践能力。这一点就要看我们平时的实际动手及操作能力。

3、职业发展规划：

职业规划不仅是对职业的规划，更是对人生的规划、对自我的规划，这更有利于自身的发展和创造。在自我职业规划之前，也许你是一个默默无闻、兢兢业业、脚踏实地的工作者，但在认真的规划之后，你就是个主宰者，至少是自己的主宰。人生的规划少不了动力和目标，而这个目标就从规划开始。在这里我深刻的理解了联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量，虽然在前期我的工作十分枯燥就是喷漆，刚开始的时候还不能接受油漆的味道到后来也就习惯了，当然也学到了一些基本的喷漆方法。

大学顶岗实习工作总结 篇14

五个星期的实习就这样结束了，我的感受只能用八个字来概括“虽然辛苦，但很充实”。刚开始的时候，感觉时间好漫长，五个星期呀，什么时候才能熬到头啊。可是，转眼间，最后一周已经来到了，当这一天真的来临，我突然对实习产生了一种难以割舍的情愫,真的不愿和小朋友们分开。幼儿园的实习，让我在快乐中获取了很多知识，我学到了许多幼儿园的实际操作经验，这为我以后的工作打下了坚实的基础，成为我珍视的宝贵财富。刚刚进入幼儿园，面对新的环境，遇到新的挑战，我觉得这里才是一切的开始，它是能让我将学校学到的理论知识得到充分发挥的地方，也是我成为一名正式的幼儿教师的开始。

第一周是见习周，在那之前我拿到了全班小朋友的名单，努力的记下每一个孩子的名字。然后每天都会早早的到园，在教室门口等待孩子们的到来，用我最快的速度把幼儿和名字对上号，只为了能够在早上和他们说一声“某某某，早上好”。每天早上亲切的问候成了我和孩子们第一座友谊的桥梁，在区域活动时我会以玩伴的角色与孩子玩耍，在生活区外面当起了上门拜访的客人，在语言区和他们进行角色扮演，利用一切时间与孩子相处、聊天，尽可能地走近孩子，倾听孩子们内心的声音。渐渐的孩子们记住了我，放学时他们总会和我说一声“吴老师，再见”。看着他们天真烂漫的笑脸，我的内心充满了幸福，总会不自觉的笑出来。

后面一个月是实习，经过了一周见习，我在指导老师那里学到了很多教育孩子的方法：学到了如何使幼儿安静下来，学到了如何培养幼儿的生活常规，学到了上课的时候如何才能吸引幼儿的注意力等等。在教学过程中，我尽自己最大的努力去完成我的教学任务，认真写好教案，准备好每一次上课的教具,虚心接受指导老师给我指出的问题，将好的意见吸收消化，把不足的地方,在下次带班的时候纠正过来。教学活动中，我发现活泼开朗的小朋友总是那几个,看着几个年纪较小的孩子,上下课总是那么安静,会让我有必要让他们融入整个小集体。

所以在我的教学活动中,我总是以幼儿感兴趣的事物为出发点，鼓励孩子们发挥自己的长处，让孩子们自由的去说他们想说的，给孩子们创设一个畅所欲言的环境,让沉默寡言的孩子都能大胆的站起来说出他们心中所想。在保育工作中，我积极和保育员老师搭配，贯彻了“教中有保，保中有教”的理念;户外活动时，孩子热了，我会马上给孩子垫毛巾，适当的增减衣物;回到教室里，督促孩子入厕，洗手，保证孩子们在走廊上不退不挤，洗手后不乱甩小水珠;喝水的时候，提醒孩子要排队，接水时温度要适中，喝水期间不要说话，培养孩子安静喝水的好习惯;吃饭时，提醒小朋友们排队拿毛巾，并把自己的小椅子放下来，期间要安静，做到不挑食，细嚼慢咽;午睡时，我会做好巡视工作，为孩子盖好被子，并在特别怕热的幼儿(张童牧)背后放上毛巾，等等。

这五周时间，是我和孩子接触时间最久的时候，充分验证了一句话“幼儿园永远是充满朝气的，让人最开心的地方”，孩子都很可爱，虽然他们身上会有缺点，有些孩子很皮，上课的时候还不听话，但是，这才是孩子。上课的时候他们也总会问一些稀奇古怪的问题，让我不知道如何作答。尽管这样我还是很开心，我觉得孩子就应该有想法，我们没有权利抹杀他们的想象力。幼儿的天性是好模仿、好奇、好问，但又由于他们自身的生活经验和知识的局限性，只有靠老师教谕知识。

所以作为一名老师要做好榜样。记得有一次在语言区，我们班的小朋友在进行角色扮演，一名当老师的幼儿对小朋友说:你不乖的话就把你送到中二班去，过了一会又说，园长老师要过来了，还不乖?我听了之后哭笑不得，我经常拿来“威胁”他们的话这位小朋友一字不落的记下来了。从中可以体现老师对幼儿的影响是多么的大，他们的模仿力很好，会学老师的言行，绝对一学一个像。作为一个幼儿园老师，要以身作则，还要兴趣广泛，如果自己的学习兴趣不浓，求知欲不强，不勤于思考，又怎么教出身心全面发展的幼儿呢?作为一名幼儿园教师应该有广泛的兴趣爱好，而我也会在以后的时间里继续学习，让我今后所教的孩子们德智体美劳全面发展。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找