

# 生物技术专业实习总结

## 生物技术专业实习总结 1

姓名：XXXXXXXX

学号：XXXXXXXX 班级：生物技术

指导老师：XXXXXXXX

20xx年1月5号到1月7号，我们生物技术1班和2班进行了生物技术专业教学综合实习。现在为期三天的实习已经结束了，回顾这几天的实习，感触很深，收获颇丰。实习期间，我们主要参观学习了石河子市污水处理厂、燕京啤酒厂、伊利奶粉厂、神内食品厂、白杨酒业的生产设备、生产流程及主要的生产工艺。将课本与生产联系起来，学过的理论知识与实际相结合，直观了解了污水处理的工艺流程，从头学习了污水处理的过程。学习了啤酒的发酵工艺，白酒的发酵，奶粉的制造，果汁生产过程。

1月5号下午我们来到了石河子污水处理厂。我们在参观之前，首先相关负责人对污水处理厂进行了简单的介绍，污水处理厂接纳的污水主要是来自于工业废水和生活污水，目前石河子污水处理厂一天的处理污水量将近20万方，但是石河子整个城市一天的排放量大约为22万方，超出的部分目前还没有处理能力。经处理后的水可以达到规定的二级标准，经处理后的污水排放至蘑菇湖。污水处理的前一段，可以很明显的闻到一股臭味，负责人介绍说，是处理工艺流程里的第一个设备——格栅。因为排放来的污水没有经过生物处理，仅仅是经过格栅进行对水中较大的悬浮颗粒物和漂浮物的拦除，所以还是会有臭味。建设格栅是为了防止颗粒物等对后续处理构筑物管道、阀门、和水泵机组的堵塞。过了格栅，污水会进入沉砂池，去除污水中的比重较大的无机颗粒。进行厌氧处理，处理完成后进入下一个反应池，我们可以看到很多灰褐色的泡沫。近距离的观察水体，可以看到水中有很多的污泥，翻滚着，不断形成更多的泡沫。经过曝气的污水通过配水井均匀进入4个综合反应池，在综合反应池中通过活性污泥对污水中有机污染物进行去除。污水达标排放后排入蘑菇湖。

1月6日上午我们来到了石河子燕京啤酒厂。经过相关负责人的介绍了解了啤酒的生产工艺流程，从大麦到啤酒的一系列过程。充分体会到了机械化作业的能力，与想象不同，整个过程使用的人力很少基本都是机器完成。啤酒的主要生产过程为：糖化、发酵、储酒、过滤、包装。糖化就是把大麦芽和大米等固体原料做成可供酵母发酵的麦汁，并添加酒花。发酵就是让酵母利用麦汁中的糖类进行无氧发酵，产生酒精和二氧化碳，还有各种风味物质，把麦汁变成啤酒。发酵完成后的啤酒通常还要再低温储存一段时间才进行下一步。过滤就是把发酵完成后的啤酒中的固体物(主要是酵母)过滤除去，让啤酒清亮。包装就是把过滤好的啤酒装成成品并杀菌。包装车间的流程大体为：经过回收的的酒瓶经过洗瓶机，洗出卫生安全的酒瓶，经过验瓶机和多人多次验瓶，将合格的酒瓶送入传输带。发酵车间输出的清酒经过灌装机灌入经过检验的酒瓶。经过压盖后的啤酒送入杀菌机，国际通用的杀菌方法为巴斯德杀菌法。这时的啤酒即为我们平时所喝的啤酒。杀菌后将瓶装啤酒再次检验，确保瓶身完整，酒含量充足，更主要是确定啤酒澄清透明，无沉淀物，否则，为不合格产品。检验合格的啤酒再经贴标、喷码、装箱或膜包。即为成品，送入储藏车间等待销售。

6号下午我们参观学习了石河子伊利奶粉厂和石河子神内食品厂。在石河子

伊利奶粉厂，我们了解了奶粉的生产过程，奶粉的工艺流程如下：原料乳的验收→乳的预处理和标准化→均质→杀菌→浓缩→喷雾干燥→冷却晾粉→包装→成品。通过参观生产过程增加了我对国产奶粉的信心，而且伊利通过大量调查生产出真正适合我国人民适合的奶粉，我觉得这是很有意义的。整个过程对安全的把控真正体现了一个世界级企业应有的水准，对待工作的态度十分值得我们学习效仿！随后我们又来到了石河子神内食品厂，新疆石河子开发区神内食品有限公司作为石河子大学的科技型企业，是1996年3月20日在石河子国家级经济技术开发区登记注册的一个依托大学研究成果、科研优势，实行产、学、研相结合，集食品研究开发、技术推广、生产经营于一体的经营实体，在该公司技术人员带领下，我们井然有序的参观了公司的技术生产加工车间。在技术车间里我们见识了各种洗果机、破碎机、选拣机、输送机、提升机，以及浓缩、杀菌设备等。讲解人员将各个流程详细的描述了出来。对于我自己来说虽然没有亲眼目睹果汁的加工工艺过程，仅仅只是通过技术人员的讲解，自己对于专业知识不是特别的懂，但也大致熟悉了一下基本的一些工艺流程，总的来说还是受益匪浅。水果浓缩汁制作的基本过程（其中又有清汁和浊汁两种）水果→验级称量→果池→水力输送→清洗→拣选→喷淋→破碎→酶处理→压汁→巴氏灭菌→脱胶→超滤→蒸发浓缩→巴氏灭菌→无菌灌装。

果汁生产的主要设备主要就是三部分：1、榨汁、2、脱胶处理+超滤、3、浓缩。果汁生产中的最关键设备，是榨汁。所谓榨汁，就是推进一个物体（挤压面），把由固体、液体和气体物质所组成的混合物中的液体和气体物质从一个有限的空间（挤压室）中挤压出去的过程。如果挤压设备合理，就可以只把气体和液体物质从挤压室中挤压出去，而把固体物质仍然留在挤压室中。由于在初榨汁中含有较多的浑浊物，影响果汁的浓缩和最终产品质量，需要对初榨汁进行净化处理，主要用各种分离超滤设备，并在分离进行澄清处理，以提高分离因数效率。浓缩，是将净化后的水果原汁，在较高真空度下，在60-65℃温度环境下，蒸发出水果原汁中的大部分水分，将体积缩小到原来体积的1/6左右，可溶性固型物含量从一般12%左右提高到72%。便于运输保存。果蔬汁浓缩方法主要有三种：①真空浓缩法：在减压的条件下使果蔬汁中的水分迅速蒸发，浓缩时间很短，能很好地保存果蔬汁的质量，浓缩温度一般为25℃~35℃，不宜超过40℃，真空度为710毫米左右。②冷冻浓缩法：果蔬汁的冷冻浓缩就是将果蔬汁进行冷冻处理，当温度达到果蔬汁的冰点时果蔬汁中的部分水呈冰晶析出，果蔬汁浓度得到提高，果蔬汁的冰点下降，当继续降温达到果蔬汁的新冰点时形成的冰晶扩大，如此反复由于冰晶数量增加和冰晶的扩大，浓度逐渐增大，及至其共晶点或低共溶点温度时，被浓缩的溶液全部冻结果。蔬汁的冷冻过程为：果蔬汁→冷却→结晶→固液分离→浓缩汁③反渗透法在果蔬汁工业上可用于果蔬汁的预浓缩，与蒸发浓缩相比，反渗透浓缩优点是：不需加热，在常温下浓缩，不发生相变，挥发性芳香成分损失少，在密闭管道中进行，不受氧气的影响，节能。

## 生物技术专业实习总结2

转眼之间，两个月的实习期即将结束，回顾这两个月的实习工作，感触很深，收获颇丰。这两个月，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的工作经验和社见。我将从以下几个方面总结生物技术岗位工作实习这段时间自己体会和心得：

一、努力学习，理论结合实践，不断提高自身工作能力。

在生物技术岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。

信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实习，并结合生物技术岗位工作的实际情况，认真学习生物技术岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

## 二、围绕工作，突出重点，尽心尽力履行职责。

在生物技术岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在生物技术岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对生物技术岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据生物技术岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点，尽心尽力完成生物技术岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

## 三、转变角色，以极大的热情投入到工作中。

从大学校门跨入到生物技术岗位工作岗位，一开始我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就像一个热情的的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

## 四、发扬团队精神，在完成本职工作的同时协同其他同事。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

## 五、存在的问题。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对生物技术岗位工作还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职工作。

### 生物技术专业实习总结 3

我是生物工程分院农业生物技术 16053 班 XX 接到生物工程分院生技教研室通知，我班将在陕西康禾立丰生物科技药业有限公司进行为期四十天的实习，此次实习是我们第一次接触公司，第一次由学校走向社会，第一次接触与自己专业对口的工作。

在这次实习中我们了解到专业的工作市场，了解到我们毕业后的基层工作，在这次实习中。我体会到现在的农资销售行业已经不同于过去的农资行业销售模式，现在的农资宣传已经有了一定的模式，通过产品特性、产品优势、给消费者带来的益处、佐证，佐证的所有材料应该具有足够的客观性、权威性、可靠性、可证实性。在实习过程中我明白我们农资销售不同于其他销售行业，农资行业致力于解决农民的困难，为农户提出合理的作物管理方案，帮助农户提升作物产量，服务于农业行业第一线，在市场上，我们的知识每天都在刷新，我们的眼界一步步开阔，学习与人交际，学习作物的专业知识。

此次实习也为我们从学生向职场人士转变做了一些准备，实习对我们的帮助是巨大的，我们在康禾立丰工作人员的照顾下加深对职业与行业的了解，确认自己喜欢或者擅长的工作，让我对自己的工作目标、工作方向有了更加明确和清晰的规划和方向，在之后的学习中，我会通过这次实习给我带来的经验，指导、丰富、强化自己。

【以下为精品推荐，可删改！】

【推荐一：《顶岗实习总结》】

### 顶岗实习总结 1

#### 1. 实习单位总体介绍

羊城大学生创业基地是广东各高校学生强强联手打造建立“羊城大学生创业基地”，是人才教育培养的创新模式。它直面学校教学与就业之间的薄弱环节，以“服务学生、服务学校、服务社会”为宗旨，以培养学生的就业能力、创新能力，培养符合社会需要的人才为目标，基于高校教学平台，依托社会资源，模拟一个真实就业工作环境，创建教育培养的新模式。该创业基地让学生理论知识与实践相结合，得到真实的工作体验，提高相应的社会实践能力，引领学生走出“象牙塔”，提前完成“就业的蜕变期”，成为社会需要的真正人才。

#### 2. 实习内容

##### 2.1 实习单位特点

创业基地是一个由高校、企业联合创办，联合管理，大学生自主运营的大学生就业实践基地，为非盈利性、非独立法人的培训实践机构。基地依托广东水利电力职业技术学院和羊城大学生，一方面受羊城大学生创业基地和水利学院的管理和制约，并遵守其相关规章制度及政策；另一方面受水利学院相关政策的扶持和羊城大学生创业基地的技术支持。立足大学，服务社会，开发学生的内在潜能；自主创造实践岗位、提高工作能力，适应社会需要。

而我作为这个创业基地的创始人，对于整个基地的发展都是有很大的责任和

信心，羊城大学生创业基地是一个真正创业基地，在很多方面能真正体验到创业的困难，创业需要的要素。

基地七大亮点：

基地亮点一：仿真模拟公司，为学生创造企业文化氛围。

基地亮点二：每个人都拥有着两种角色：校园里他们是求渴的学生，在这里他们是散发着青春活力的企业骨干。

基地亮点三：所有基地实践创新人员都经过正规的招聘流程，合格录用。

基地亮点四：所有部门的经理、副经理均由学生担任，自经理理和经营。

基地亮点五：专业的系列培训，专家面对面交流，真实项目实践。

基地亮点六：创业孵化项目，提供创业平台，帮助大学生创业。

基地亮点七：聘请校内外专家，组成强大的专家团队，为基地提供指导和资源。

## 2.2 实习提要

### 2.2.1 创业者共同点

#### 1、独立思考、判断、选择、行动的心理品质

创业者首先要走出依附于他人的生活圈子，走上独立的生活道路。这种品质主要体现在：一是自主抉择，即在选择人生道路，选择创业目标时，有自己的见解和主张；二是自主行为，即在行动上很少受他人影响和支配，能按自己主张将决策贯彻到底；三是行为独创，即能够开拓创新，不因循守旧，步人后尘。

#### 2、善于交流、合作的心理品质

在创业过程中，需要与客户和顾客打交道，与公众媒体打交道，与外界销售商打交道，与企业内部员工打交道，这些交往、沟通，可以排除障碍，化解矛盾，降低工作难度，增加信任度，有助于创业的发展。

#### 3、敢于行动、敢冒风险、敢于拼搏、勇于承担行为后果的心理品质

在市场经济大潮中，机会与风险共存；只要从事创业活动，就必然会有某种风险伴随，且事业的范围和规模越大，取得成就越大，伴随的风险也越大，需要承受风险的心理负担也就越大。敢为性的人对事业总是表现出一种积极的心理状态，不断地寻找新的起点并及时付诸行动，表现出自信、果断、大胆和一定的冒险精神；当机会出现的时候，往往能激起心理冲动。成功的创业者总是事先对成功的可能性和失败的风险性进行分析比较，选择那些成功的可能性大而失败的可能性小的目标。创业者还要具备评估风险程度的能力，具有驾驭风险的有效方法和策略。

#### 4、敢于克服盲目冲动和私利欲望的心理品质

在创业过程中，创业者要善于克制，防止冲动，克制是一种积极的有益的心理品质，它可使人积极有效地控制和调节自己的情绪，使自己的活动始终在正确的轨道上进行，不会因一时的冲动而引起缺乏理智的行为。

创业者在创业过程中要自觉接受法律的约束，合法创业、合法经营、依法行事；自觉接受社会公德和职业道德的约束，文明经商、诚实经营、互助互利。

#### 5、坚持不懈、不屈不挠、顽强努力的心理品质

创业者需要百折不挠，坚持不懈的毅力和意志。能够根据市场的需要和变化，确定正确而且令人奋进的目标，并带领员工战胜逆境实现目标。创业者必须有一颗永远持之以恒的进取心，三心二意，知难而退，或虎头蛇尾，见异思迁，终将一事无成。

创业过程是一个长期坚持努力奋斗的过程，立竿见影，迅速见效的事是极少

的。在方向目标确定后，创业者就要朝着既定的目标一步步走下去，纵有千难万险，迂回挫折，也不轻易改变初衷，半途而废。

#### 6、善于进行自我调节、适应性强的心理品质

故兵无常势，水无常形；能因敌变化而取胜者，谓之神。”面对市场的变化多端，竞争激烈，创业者能否因客观变化而“动”，灵活地适应变化，成为创业成功的关键所在。因而，创业者必须以极强的信息意识和对市场走向的敏锐洞察力，瞅准行情，抓住机遇，不失时机地、灵活地进行调整。在外部环境和创业条件变化时，能以变应变。

善于进行自我调节还应处理各种压力。能够保持良好的心理，勇敢地面对压力，力争将不利变有利，将被动变主动，将压力变动力。

#### 2.2.2 就业与创业的7点不同

1. 目标和思维高度作为一个真正意义上的创业者，知道自己最终想要什么，要达到目标需要经过哪些过程，具备长远眼光，拥有战略意识。而作为就业者，着眼点也就是当前这两三年，往往第一考虑是如何保住现有的饭碗，自然不会想到太远。而且，很少有就业者能进行换位思考，站到老板的角度去考虑问题，也就造成很多就业者很难能与创业者沟通。

2. 完成工作的习惯创业者对一件工作的完成定义是指把某件事彻底解决，今天能搞定的一定不拖到明天。而就业者会习惯性地把工作按照天数来分解，下班时间一到心里就习惯性地想闪人，剩下的工作明天再做。很多人都抱怨老板苛刻，加班很频繁，其实这是从创业时期就建立起来的习惯，事业就是生命，工作就是生活。

3. 单个环节与整个系统就业者接受到一个指派工作任务后，进行处理或是分解后转交给其他同事，然后在他看来，这事就差不多算完了，至于转交出去的工作任务是否被保质保量按时间完成了，那就不是他所要操心的范围之内了。长此以往，许多就业者已经习惯只管自己的二亩三分地，转交给别人的事就让别人操心去吧。严重缺少整体系统概念。

4. 责任在一个企业或是公司里，我们最常见到的就是在出现事故后，老板要追查责任，大家异常统一、步调一致地互相推卸责任，极少有人会站出来承认自己工作的不足，反而都强调自己肯定是把属于自己那个环节做好了，至于前后衔接人员所出的问题，和我一点关系也没有。其实，创业者们的成长也就是从一个个自己承担的失败中总结分析了问题原因所在，积累了经验。

5. 个人意识与联合力量很多的就业者脑海中都存在着个人英雄主义，总希望在一些事情上表露一下，在上司面前表表功，为了不被其他同事分摊去一些功劳，所以有时候就会冒着一定的风险一个人单枪匹马干点什么出来，当然，要是出了漏子，最后还得是公司承担，很少有就业者会从降低成本及风险或是提高效率的角度出来，去主动联合其他同事，共同完成某项任务，这个个人英雄主义有时候是要害死人的。

6. 成本概念作为创业者，每一分钱的支出都会算作是成本，省下来的就是利润，所以，精打细算是许多老板的习惯性思维和动作，这是从创业过程中养成的习惯，绝对不是一个抠字能概括得了的。而就业们却是大方得很，以至于许多就业者在自己创业的时候，还改变不了在就业时养成的大手大脚的习惯。

7. 办事一条线条条大路通罗马，完成工作一定不止一种方法，但就业者长期工作生涯下来，已经习惯了用单一思维去考虑问题，A事就用A类解决办法，B事就用B类解决办法，很少会去用超越性的思维从多角度多方向来考虑问题的解决思

路。

### 2.3 创业实习目的

没有创业，难有就业。随着高等教育大众化程度的提高，将有越来越多的高校毕业生进入就业市场，大学毕业生的就业压力将不断加大，单纯通过“等、靠、要”的方式依赖政府解决就业问题已经是根本不可能的了，也是完全不应该的。而通过加强创业教育，培养大学生的创业精神、创业能力，鼓励大学生到生产一线积极创业，无疑是解决大学生就业问题乃至社会就业问题的一种行之有效的途径。

创业是就业的另一种模式，所不同的是创业者不是被动地等待他人给自己“饭碗”（就业机会），而是主动地为自己或他人创造“饭碗”。目前，我们国家提倡和鼓励大学生自主创业，并为此出台了一系列包括工商、税务等方面的优惠政策。之所以提倡大学生创业，除了创业不失为缓解目前就业压力的一条解决途径外，更重要的是引导大学生要具有一种敢于开拓的创业精神。

### 3. 创业实习收获与体会

创业是一项充满挑战的事业，一个具有创业愿望的大学生能否最终走上成功创业之路，与他是否相信自己可以在激烈的挑战和竞争中胜出有着直接的关系。实践创业是大学生通过发现和识别商业机会，组织各种资源提供产品和服务，以创造价值的过程。实践创业活动的主体是大学生，客体是商业机会和各种为达到目的而需要和可以得到的资源。

同时，大学生实践创业也是一个不断探索的过程，在这个过程中可能会遇到挫折和失败，所以大学生是否自信、能否在挫折和失败中重新振作，对于创业能否成功至关重要。大学生实践创业阶段的主要任务包括了解经营常识、把握经营方向、提高商业能力。

不少大学生创业把握不住方向，很容易走入误区。其实，在就业竞争如此激烈的时代，大学生应该首先树立赚第一分钱，而不是一创业就必须挖到一桶金的观念。大学生面向基层创业、就业是大有可为的，特别是在学校为我们提供优惠的政策的情况下，客观上给大学生创业提供了好的土壤，大学生“在市场经济的大潮里畅游一番”，可以将课堂上学到的理论知识运用到实际中去，提高创业实践能力。

提高商业能力。由于创业者是发现一个好的商业创意并将之转变成现实的人，因此创业者必须具备一些特定能力，如捕捉机会的能力、领导及合作能力、整合资源能力等。创业是一项系统工程，在创业过程中能否正确、高效地整合各种资源对于创业能否成功是很关键的。而在对资源的整合过程中，最为关键的又是能否与合作者融洽合作。实践创业中的大学生应把握方向、坚持原则，懂得选择、学会放弃。在市场竞争中，要懂得如何进行放弃和选择。

体验创业、学习创业与实践创业，是大学生成功创业的三个连续阶段。事实证明，大学生有益的创业活动，将会成为真正发挥自己的才华、展现创新思想和个性特点以及充分认识社会的一个大好机会。创业大学生所具有的品质、素质，完全可以胜任一般情况下的就业需求。创业和就业是孪生兄弟，能创业者一定可以顺利就业！

### 顶岗实习总结 2

我的实习生活是从 XX年 X月 X日开始的。实习一开始，由于处于暑假销售旺季公司人员配备很不完整，这使我一进入公司就接触业务。由于我一开始对公

司的产品不熟悉并且我没有从事相关经验。于是在我一开始的几个周内每晚都要工作到很晚，基本上每天我来得最早走得最晚，真的特别辛苦。尽管如此，我毫无成绩，这让我很着急，看着别人成交一个又一个的单子，我心里充满了羡慕甚至是嫉妒。但是我毫不气垒，我相信只要我一如既往的努力，成功迟早会找上门的。就这样，通过近两周紧张而充实的适应，我逐渐适应了公司工作，熟悉了公司各种产品的性能以及销售的小方法，使自己的工作能力大大提高，也使自己在公司领导心目中的地位的到了极大的提升，为自己介入公司更核心的工作提供了一个良好的机会。这一切让我深刻地体会到做任何事情都必须尽自己最大的努力，也只有尽了自己最大的努力才能将工作好、做扎实，才能得到领导和同事的认可，这段艰难的经历将激励我在以后的日子更加努力的付出，因为只有付出才有可能获得成功。

我原本是一个挺内向的人，不是很善于和别人交流沟通，总是在沉默中独来独往，这种生活习惯也许在学校中不会产生太多的负面影响，但是在公司中，各种工作需要大家团结协作来完成，任何人单打独斗都很难把工作作好，这使我初到单位很不适应这种整体化、系统化的工作环境，所以一开始我的工作做的很差，这使我充分认识到交流沟通的重要性，交流和沟通是解决困难、创造机遇的有效途径。到了现在虽然我现在的与客户的交流能力还不是那么的尽善尽美，但我已经可以快速的让一个陌生人相信我所销售的产品，以及我所能提供的售后服务。

在现有的市场经济社会里，现金为王，如何掌握现金，那就控制学校工作总结 销售，而销售这是一个人如何在短短的时间内获得另外一个人的信任，这信任只有靠适当的交流才能够获得，这对于一个成功的销售人员，乃至一个成功的企业所必备的条件，实习报告《个人顶岗实习总结》。

顶岗实习是我们初步踏入社会的开始，也是我们真正踏上工(20xx 年度播音主持实习报告)作岗位的垫脚石，只有这一步走稳了，以后才会更顺利，曾经我一直坚信自己的能力，但是在短暂的实习过程中我深深的感到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的知识已经够多，但是接触到实际后，才发现自己知道的是多么少，这时真正领悟到 学无止境 的含义。

实习的日子让我收获了大学课堂里没有的知识，以及为人处事的许多道理与方法，学会了自主学习，也学会了保持自强不息和持之以恒的良好心态。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又怎么能应付瞬息万变的社会呢?顶岗实习是一次我们用自己的眼和耳去感受社会的机会，通过顶岗实习，我受益匪浅，对社会有了更为详尽而深刻的了解。

在顶岗实习的过程中我明白了许多。首先明确顶岗实习的目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力以及待人接物与外界沟通的能力，以便把学生培养成为具有较强实践能力、良好职业道德、高技能、高素质的，能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质复合型人才。顶岗实习、工学结合 是现代职业教育的一种学习模式，是把生产劳动和社会实践相结合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业用人单位合作培养学生，学生通过工学交替完成学业。

顶岗实习总结 3

时间如流水转瞬即逝，半年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内心又是那么地不舍，在埝头中学实习的这半年将会成为我人生中最有收获的岁月。

青春似岁月，在人生的岔口徘徊，想搭上青春的最后一班列车。回首平庸的过往动觉惭愧不堪，大学四年的生活已经过半，记忆中还是一无所留，生活中更多的时候是一潭死水，每一天生活只是对前一天的不断的无止境的复制真的不想如此般度过剩下的二分之一的时光，想要些特别的经历想让生命更厚重些，想让青春更绚丽些。大三的上半学期知道学校有顶岗实习活动，也知道这个学期学的知识可以在别的时候补过来，所以我毅然地选择了顶岗。

不知道顶岗的生活会是怎样，学校怎么样，学生好不好管，会是收获满满还是不如不曾经历过，一切都充满疑惑。问了一下师姐师哥，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，但我相信应该有所收获，想锻炼一下自己，早晚都要面对就业还不如尽早地适应环境，有什么不足的地方回到学校还有办法弥补。两年的大学生活都是我忘记了自己与别人相差很大，日子过得很安逸都有些乐不思蜀了。我不想走平常路，想在年轻的时候多经历一些，只有经历过风雨才能见到彩虹，有一颗不自信但坚定的心最终我成为我们宿舍唯一一个顶岗实习的人。

在学校的时候也在为顶岗实习做准备，上教法课、学如何上课、如何处理偶发事件等等，为将来的教师生涯添一些胜利的砝码。在学校的时候就有的学校条件好还有生活补助有的学校什么都没有，真相分到一个好学校，但能有机会锻炼一下就不苛求太多了。在期末考试的时候才知道我被分到埝头中学了，我们实习点有六个女生两个男生，大名的三个实习点由英语系的导员（盖丽慧老师）带队，与他们以后相处会怎么样，带队老师会经常来看我们吗？（埝头中学离县城有50多里）带着一个个疑惑来到了作为第一次当老师的地方——8月27日来到埝头中学。

从石家庄出发，路上行驶了5个多小时来到大名县，三个学校的校长在县城为我们接风。之后31名学生就各赴自己的实习学校了，从大名县城有行驶了半个小时来到了实习地点，这时候学校还没有开学，学校很是安静，学校早已为我们准备了三个房间，房间也都粉刷一新，比我们想象的要好得多。因为还没有分配任务所以我们几个人的前几天主要是看教学光盘，日子过得很轻松！

早就知道两个教语文中会有一个教初二，结果我被分到初二教97、98班，并且我也是我们之中唯一一个教二年级的任课老师，没有人与我共同商量，真是有些担忧，让我惊喜的是学校决定让我带97班的班主任，这对我来说真是意外也是一种挑战，真真正正地感觉到了学校对我们的信任。

我所教的97班还算可以，语文成绩还不错，纪律还可以，真怕把他们带不好，自己压力很大。刚进班我就发现班里只有一个女班长，也不知道为什么我就又选了一个男的副班长，阴差阳错没想到他会干的那么好，与学生相处了三个多月，其中有快乐也有悲伤，有信心十足过也有悲伤绝望过，两者是那么地极端又是那么地统一。因为他们还小不懂事，凡事做的时候不考虑太多随心所欲，对他们要尽心但对于他们的错误不要过于认真，毕竟他们还是孩子，与学生们的交往，其中有许多是让我难忘：

①我的第一个教师节。9月1日刚接97班，9月10日就是教师节，真害怕

9月9日晚别的班都开始送别的班都开始送礼物我却一个也没有，不是为收什么，关键想了解孩子们的那份心，看着别的老师收礼物我表面上为别人祝福而自己却是漠然的失落。9月10日早上当我看到黑板上写着“祝老师节日快乐”7个大字，彩带落到头上的那一刻，眼里满含热泪，真没想到会有这突如其来的喜悦，那个时候才发觉做一个受孩子们热爱的老师是多么地重要，也明白了作为一名教师的神圣之处。虽然作为一名教师很累，但心与心的交流会受到学生的铭记，才真正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。

②副班长景冬冬因为害怕耽误学习而辞职，我想挽留他却没有留住，无可奈何也只能那样。可是没过几天，我们班就有5个人集体辞职，我刚开始的时候很生气心想辞职就辞职，谁怕谁呀！但冷静下来却想不能这样，要从根本上解决问题，所以我一个个地做工作，在谈心的时候发现你只要用心走进他们的内心，一切问题都可以解决，交谈以后这几个人都表示不再辞职并好好干好自己的本职工作。这一次我发现交流这种方式在师生之间是多么地重要，而且你只要真心实意地为他好，站在他的角度为他考虑，一切都会迎刃而解。

#### 顶岗实习总结 4

经验都是需要积累的，教学经验的积累不是一蹴而就的过程，而实习正是我积累教学经验的好机会。

作为实习生我没有面对学生上课的经验，但凡事总有第一次，记得我上完第一次课，指导老师给我指出了一些问题，都是我原来没有注意到的，比如对课堂情景教学的方式，根据学生的身心需要、与学生提出有价值意义的问题进行教学，上课时的激情等，这些问题都是我需要改进的。

现在已临近期末考试了，20xx年12月20号下午，我们语文实习老师与指导老师进行了开会，会议的内容：如何辅导学生期末考试。大家都分享了自己的复习方法，指导老师也一一提出我们需要在哪些方面的问题，例如课文的重点词语，句段，每个单元语文园地的内容，以及教他们解题的方法，尤其是如何转化作文。我们进行长达两个钟头的会议。“去的尽管去了，来的尽管来着；去来的中间，又怎样地匆匆呢？”

回想朱自清先生的《匆匆》，我现在有了深刻的体会。

时光总是匆匆的流逝，“燕子去了，有再来的时候；杨柳枯了，有再青的时候；桃花谢了，有再开的时候。但是，聪明的，你告诉我，我们的日子为什么一去不复返呢？——是有人偷了他们罢：那是谁？又藏在何处呢？是他们自己逃走了罢：现在又到了哪里呢？”

你知道的，我知道的：人应该在有限的的时间里创造无限的潜能，勇敢的飞向心里的梦想。

在xx小学，我与老师们一起工作，一起住校，一起生活。在办公室里，每一天都有新鲜的话题，我们一起讨论学生的学习情况（优等生、中等生、后进生）有的学生成绩优良，但是在性格、生活方面存在问题；有的学生成绩总是提不上来，喜欢做小动作，迟到，不按时交作业；有的学生爱打架，欺负同学，“惹是生非”，……而作为老师的我们该怎样解决这些问题，采取哪些合适的方法来帮助他们。在处理这些问题当中，我看到了老师们都是有针对性的进行教育学生。

在处理学生问题中，我觉得xx小学的一位老师处理最好。一发现学生存在不良的行为，总能找到合适的方法来解决问题，并且能让学生知错能改，心服口

xx 小学的主任，小学语文高级教师。我真的很佩服这位老师，果然是名不虚传！在工作上严肃认真，在备课中求真务实，在上课时采取多媒体教学，能开阔学生的视野。在闲暇的时候，蒙老师也给了我指导，作为“预备教师”的我该在哪下工夫，该具备什么样的知识，我在上课哪方面不够好，她也一一的指导。我深深体会到：作为一位老师，要有渊博的知识，才能算得上真正意义上老师。

12 月已经进入期末考试了，xx 小学已在紧张的进行教学：上课、测验、复习。虽然现在已经在提倡素质教育，分数已不是唯一衡量学生的标准，但还是要通过分数来检验学生掌握知识的能力。自然而然，考试的分数是学校、教师、学生关心的结果。相信，在这个时候，每一个学校都在安排复习备考。

时间如流水转瞬即逝，3 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真是令人难忘，虽然有过快乐与疲惫，有过彷徨与失落，当我要离开他们的时候内心又是那么的不舍，在 xx 实习的这 3 个月将会成为我人生中最有收获的岁月及快乐的成长！

#### 顶岗实习总结 5

20xx 年 1 月 6 日，我结束了在肇庆第四小学为期 17 周的顶岗实习，那天下午，随着汽车的启动，我不得不跟四小说再见，跟可爱的学生说再见，跟尊敬的老师说再见。三个多月之前，怀着兴奋的心情来到四小，对于周围的一切很陌生、很茫然。三个多月之后，怀着不舍的心情离开四小，将这里的一草一木和在这里度过的每一天化作美好的回忆！

这三个多月里，我收获了知识，收获了技能，收获了经验，更收获了快乐和感动！翻开记录每天生活的日记本，实习生活的点点滴滴历历在目：

#### 班主任工作篇

为什么最先提到班主任工作呢？因为我在班主任工作中收获最大。我担任的是四（2）班的班主任。犹记得实习的第二天下午，我站在教室外面的走廊，焦急地等待着 x 老师将我介绍给学生，当时一直烦恼着进入教室之后该怎么做，说些什么，还没想好答案，x 老师已经叫我进去了，x 老师开始向学生介绍我，而我还是很拘谨，不知道说什么，只是微笑地看着一张张陌生的笑脸，就这样我的班主任工作开始了。

#### 在管理早午读中逐渐成长与进步

班主任的日常工作包括：跟早读午读、批改作业登记本、早操、送放学。最初的时候，学生完全不把我当回事，每天早上任由我在讲台前一遍又一遍地强调拿出作业本和早读，他们就是无动于衷，继续聊天、吵闹、追逐，每次都是到了上课还没收好作业，更别说是进行早读。面对这种情况，我感到挫败，但不气馁，毕竟才刚刚开始，挫折是难免的，努力寻求改变的办法。某一天，一个学生对我说：“老师，你不能这么温柔（性格使然，不是我能控制的），要是你像 x 老师那样严格，我们就不会这样了。”

诚然，小学生很精，知道对于不同风格的老师要不同对待，但我实在严格不起来，因此，我只能寻求别的解决办法——不再只是站在讲台前喊破喉咙，而是直接走到每位学生的身边，督促他们拿出作业本和课本，此时他们会理直气壮地回答：“组长还没有收作业，班长还没有带读。”听到这样的回答，我虽然很火大，但还是耐心地向他们讲道理——读书是自己的事，不是为别人而读。通过这样的方式，早读和午读的情况有所好转，大部分学生还是能够听劝，认真读书。

大部分学生变得比较自觉，在我走进教室之后，聚在一起打扑克的学生能够自觉收起扑克牌，回到自己的位置准备读书；发呆的学生看到我的眼神后，开始翻开书包，拿出作业本和课本；这是我感到欣慰的，让我体会到工作的成就感。当然还是有几个“调皮份子”继续我行我素，不遵守纪律，无论我说多少次还是不读书，最后我也无能为力。

批改作业与试卷，掌握学生的学习情况

早读结束之后，我协助 x 老师批改学生作业，最初我负责批改作业登记本（学生记录每天各科的作业），这项工作比较简单，只要在每个本子上批上“阅”字就行。后来我开始帮 x 老师批改语文的字词本和练习册，因为不是本学科的知识，我对于语文还是有很多不明白的地方，x 老师非常认真地向我说明应该怎么批改作业，刚开始我为给学生打多少分感到为难，担心所给的分数与 x 老师的差距太大。后来，x 老师在我批改作业时指导我该注意的地方以及给分标准，慢慢地，我开始有所领悟，不再那么小心翼翼，开始学生的作业本中写上评语（对于小学生，要多给予鼓励），表扬认真的学生、进步的学生，批评懒惰的学生、马虎的学生。

而每次语文测试之后，我负责批改试卷中的客观题和最后的成绩统计，每一次我都会将基础知识做得很差的学生记录下来，隔天早读的时候将他们叫到走廊，让他们反思自己在早读和午读的表现，要求他们自己说清楚接下来应该怎么做。同时我尽量在每一张试卷上写上评语，让每个学生认识到自己在测试中的表现，最后我将学生的成绩输入 excel 表格中，对每一次考试成绩进行分数段、及格率等的统计，方便老师分析考试情况。而在学期的最后，我将所有的成绩汇总在一起，统计每个学生每一次考试的分数和排名，并绘制出每位学生的曲线图表，让学生了解自己本学期的学习情况，在这个过程中，我意识到信息技术其他学科的用武之地，实现利用信息技术开展教学评价。

批改那么多的作业和试卷，有时觉得挺累的，但是我觉得很值得，也很乐意。在批改学生作业的过程中，我了解到学生的学习态度、学习情况，更加客观地认识每一位学生，同时能够针对性地对学生进行个别辅导和教育。

主题班会，x 老师悉心的指导

实习进行一个多月之后，我基本了解了四（2）班学生的情况：大部分学生很乖、很听话，学生认真，但班里的学习氛围也存在很多的不足，于是我开展了《创建良好的班风》的主题班会。总体上我能够很流畅地开展此次班会，学生也比较配合，但也存在很多的不足，课后 x 老师针对我的不足提出了很多建议，真是受益匪浅，也让我明白经验在教学中的重要性。

家长会，家校沟通的重要性

每学期的开始和期末，学校都会举行家长会。第一次家长会，我错过了，当时 x 老师很惋惜地对我说你应该过来看看的，她向我说明与家长保持良好关系对教育学生的重要性。听了老师的话，我觉得自己错过了真是遗憾。

但幸运的是还有学期末的家长会，那天我参加了，也收获了。那天从四点半到六点多，x 老师始终以学生为中心，介绍班里的总体情况，邀请家长一起观看今日说法视频，向家长提出“以身作则”的请求，我想在场的家长听了 x 老师的话，都能够放心地将孩子交给她。通过此次家长会，我学到了该如何与家长沟通，让家长参与到孩子的教育中。

x 老师的言传身教，让我明白教师的价值

每次我遇到不懂的地方，x 老师都非常耐心地指导我，还经常以自己的实例

领导的肯定就是教师的价值。从 x 老师身上，我学到对学生的负责，对外在荣誉的淡泊，认识到教师的成就在于教给学生知识，教会学生做人。

一学期的班主任工作真的让我学到了很多知识与技能，当然在实践中我也发现自己身上有很多不足，例如我还是无法让那些特别调皮的学生改变自己的不良行为。在此，要特别感谢 x 老师对我的信任，放手让我管理班级，让我有很大的发挥空间，得到很大的锻炼。

#### 教学工作篇

教育实习的第二大任务——教学实践。我担任的是四（2）（3）班的信息技术教学工作，同时也客串两个星期的音乐教学工作。

#### 信息技术教学，考验我的教学策略

得知学校没有机房的那一刻，我就知道这将是一项很大的挑战。最初的几个星期很煎熬，尽管每一次都很认真地备课，睡觉的时候还不忘构建上课的美好画面，可是走上讲台的那一刻，所有的准备都是徒劳的，整个教室比菜市场还要热闹，上课纪律非常差，所以我只能放弃上课，把时间都花在管理纪律上，可是任凭我喊得口干舌燥，学生还是继续吵闹，一节课就在吵闹声中结束了。

面对这种状况，我不断思考着该怎么改变，这是一个考验我智慧的机会。最初的方法是小组竞争学习，在课堂上提问，回答问题的小组加分，最后评出最优小组和最差小组，分别给予奖励和惩罚。这种方式还是起到一定的作用，由于没有当场的奖励，这种方式维持了三个星期，就不管用了。

第一招不管用了，我只有进行第二招——神秘礼物诱惑：认真上课的同学可以在学期末获得老师的神秘礼物。可是“神秘礼物”太过神秘了，学生关注点不是“怎么做好才能获得礼物”，而是“老师，神秘礼物是什么？”上课的时候继续吵闹，所以这招宣布无效。

第三招——看电影诱惑：“前二十分钟你们认真听课，后二十分钟我就播放电影”。孩子们总喜欢记住自己感兴趣的内容，而完全忽略自己不想听的部分。——听到可以看电影，全班学生很兴奋。可是呢，前二十分钟继续吵闹，到快下课的时候就来质问我：“老师，你没有播电影。”听到这样的话真是哭笑不得。所以这招也不是长久之计。

比较管用的一招——开通电子邮箱和博客，要求学生完成作业。信息技术教学很注重实际操作，学校没有机房，学生的学习兴趣不高，这是可以理解的。我又希望学生真正学到知识，所以我申请了电子邮箱和博客，在每次课之后，我都布置了作业，要求学生回家完成作业，通过电子邮箱发给我，最后我将学生的作业上传到博客上，给出评论。采用这种方式，课堂纪律改善了很多，大部分学生能够认真听课，课后也认真完成作业，遇到不懂的操作会通过 qq 向我询问。每次下载或是上传学生的作业时，我都感到很开心，感谢学生的支持。

#### “信息技术与学科课程整合”的实践

信息技术与课程整合是在将信息技术应用于其他学科教学中，而我在四（3）班的教学中实行的是将其他学科应用于信息技术教学中，四（3）班的学生比较调皮，课堂纪律很差，在四（3）班我更多的是管理课堂纪律：跟他们讲道理、要求他们抄写小学生行为规范、抄写语文古诗、齐读语文课文等，每节课都要花费大部分的时间整顿纪律，真正做到我所要求的往往是那些很乖很想听课的学生，而几个调皮的学生继续捣乱课堂，尽管最后能够把内容讲完，但都很匆忙，所以我对想要学习的学生很愧疚，同时也暴露自己在管理课堂上的不足。

一个学期的信息技术教学工作总算圆满完成了，虽然在这个过程中遇到一些挫折，但看到学生的作业，我还是感到安慰，至少我兑现对自己的承诺——让学生能够从信息技术课上真正学到知识。在此，要感谢程老师的信任，将学生交给我，让我在信息技术教学中不断探索。

#### 感谢篇

第一天到四小，就感受到老师们热情，这几个月我过得很开心。经过一个学期的实习，我很荣幸认识了学校的很多老师，从他们身上，我学到了很多。在此感谢领导和老师们的关怀，让我在这里不觉得孤单；感谢老师们的言传身教，让我明白如何当好一名教师；感谢学生们的喜爱，让我体会到成为一名教师的乐趣；感谢认真上课的学生，让我体会到工作的成就感；感谢那些调皮的学生，点缀了我的实习生活。

#### 感悟篇

三个多月的实习，想说的东西很多，最后谈谈自己在这次实习中的感悟。选择了顶岗实习，事实证明有很多不方便的地方：很多时候都在为晚餐犯愁，每一次回广州都很匆忙、很劳累。但是我没有后悔过，有舍才有得。

首先，我认识到教育好一个学生并不是一件容易的事，尽管我每次都很用心，可是学生还是听不进去。我总结的原因是除了用心与耐心之外，更需要的是方法，而教育学生的方法和经验是我所欠缺的。

其次，多站在学生的角度思考问题，起初对于学生的一些行为，我实在无法理解，每天都有学生因为一些鸡毛蒜皮的事而发生冲突，为什么强调了很多次的事最后还是没有做到……最后，我知道了，因为他们还只是 10 岁左右的孩子，这是他们的年龄特点，所以别忘了凡事多换位思考。

再次，我相信信息技术课可以有自己的一片天地。一直以来，我都很排斥自己的专业，但是参加了信息技术骨干教师研修班之后，我改变了自己的态度，一直以来，信息技术的教学侧重的是知识与技能的传授，可是却忘了情感态度的传授，技术的传授是一件容易的事，而情感态度价值观的传递才是一项长期而困难的事。

最后，通过这次实习，我才知道自己存在的不足，在真正走上教师岗位之前，需要好好充电，完善自己。

#### 顶岗实习总结 6

##### （一）班主任工作

在班主任实习工作期间，我担任的是宿州九中 8（11）班的实习班主任，通过自己的努力和与原班主任的默契配合，我完美的完成了实习期间的各项任务，得到了老师和学生的一致好评。

要成为一名出色的班主任，我觉得用“心”去做才能把班主任的工作做到最好。首先做到的第一点就是细心。班主任繁琐的日常工作包括学校安排的日常活动诸如各类评比，德育活动等等，除此以外，还要应对种种计划外情况。宿州九中 8（11）班共有学生 80 人。班主任作为这 80 人的管理者必须要对他们负责，任何的通知提醒都不能有任何的遗漏。为了避免出现这样的问题，每天早上我都会把一天要做的事情安排写在一本小册子上，如果是周一的早上，我就要做一个大致的一周总体计划。计划外情况除了来自学校各部门的临时通知以外还来自学生。班主任每天的必修课就是记录学生的违纪情况然后及时地进行批评教育，这里颇有点“小动作”意味，但是为了班级的整体管理不得不如此。所有的批评教

一旦错过了教育的最好时机，机会就很难再出现，而问题依然得不到解决。还有要及时进行的是请假学生的跟踪联系，要做的主要有确定学生安全到家，及时回校，如果是病假，作为班主任更要细心关心学生病情以及提醒学生按学校规定索取医生证明。另外体现班主任细心的地方就是组织集体活动，例如篮球赛，班主任就必须考虑到运动员和啦啦队的各方面需求。

细心一般用在班级的日常管理中，那么耐心就是用于学生的个别辅导。担任实习班主任期间，亲切的形象让我很容易就取得学生的信任，我很乐意成为他们故事的分享者。当他们主动找我说心底话的时候，无论多忙我都会放下手边的工作，找个地方耐心地倾听。通常他们说的都会是一些生活上的困惑。除了作为一个听众，我还会根据学生的具体情况给出一些指导意见，目的就是培养他们的树立正确的价值观。在对违纪学生进行教育的时候，我采取的是一种“细水长流”的教育法。每次批评的时间我都不会拖得太长，点到为止，不过我还是以很明白的态度告诉他们事情的重要性。对于班里面的“顽固分子”，我会不定期找他们聊天，了解他们心里的想法，以便“对症下药”。所以有老师说，当班主任就需要一种父母教育孩子般的耐心。

责任心是考验班主任工作能否到位的重要衡量标准。这次实习班主任工作之所以能顺利展开都有赖于原班主任的信任。原班主任以一种很信任的态度把工作交到我手上。这给了我很大的发挥空间，所以我每项工作都以一个真正班主任的标准来要求自己。实习期间，我参加过年级的班主任会议，从其他的班主任身上我学到了许多宝贵的经验。那些成功的班主任无一例外地都拥有一颗很强烈的责任心。他们为了班级的建设都是那么劳心劳力，积极地跟科任老师，跟家长，跟学生沟通以得到最全面的情况。

以上提到的是班主任工作时主要体现的“三心”，当然，要把班主任工作进一步升华，除了“三心”，我觉得还需“两意”——善意与乐意。

善意就是你要用最善良的眼光看待学生错误。我的理念是如果学生在学校犯了什么错误，那绝对不会是孩子的问题，只能是教育的问题。基于这样的理念，我觉得我已经能很好地处理学生出现的问题。有一次上课的时候，坐在第一排的两个学生居然在用手机玩游戏。发现的一瞬间我真的很生气，觉得他们极大地挑战着我的尊严，但是我选择了平和对待。我用最平静地语气要求他们把“作案工具”交出来，然后跟他们说：“好好听完这节课，然后到办公室找我。”他们并没有很害怕地等待下课，反而很积极地回应我提出的问题。下课后，我“轻饶”了他们，只要他们拿保证书就可以换回手机。一直到实习结束，他们都没有对我产生抵触心理。

第二点乐意，就是说作为班主任必须保持着积极向上的一种生活态度。这是我个人的感想。班主任的工作是只有亲身体会才能感受当中的苦累和烦人，可能很多人刚接触这份工作的时候都会有数不尽的抱怨，包括我自己。相信许多人都有的一种体会就是班主任的情绪会直接影响学生一天的学习心情。因此在回到学校之前我都很好地处理这些负面的情绪，总是以一种很愉悦的心情去处理一天的事务。事实证明，一个开心的班主任做起事来是事半功倍的。

总的来说，我实习期间就凭借这“三心两意”和原班主任的默契配合完成所有的工作，这也是我最大的收获。

## （二）教学工作

在磨练中成长，一个新的环境，一种新的挑战，这是我对自己的教学工作的总结。

我的第一节课是颤抖中进行的，尽管我把所有的紧张都掩饰的很好。指导老师唯一称赞的地方就是我的教姿教态，其他的关于板书，知识点处理、时间安排等等方面出现的问题简直数不胜数。第一节课下来，我的感觉简直就是糟透了。指导老师人很好，她总是用不同的方式鼓励我。第二节课还是有点紧张，有点进步，但是距离及格的课堂还很远很远。那时候我真的怀疑自己是否适合当一名人民教师。在课后的评课中，各位老师都给我指出了很多我没有注意到的地方。一开始我还难过得要死，但是后来我换个角度想，这些“批评”其实都是在为我指点方向。有人为你指点总比一个人盲目摸索要好。因此我喜欢上点评，喜欢有人听我的课。

说起我的课堂，我最自豪的是课堂气氛。每次踏进教室我都是保持最自然的微笑。实习之前，我很敬重的郭申生老师说过，如果教师没有激情，不投入，那么他的课堂将是失败的课堂。所以无论我有多么的累我也会提醒自己保持激情，投入课堂。通过对他们的了解，在许多高中学生心目中，生物是一门实验性很强的学科。为了让我的学生改变这一观念，提起对生物的兴趣，我必须让我的课堂有趣起来。所以在导入部分我都会进行一些修改，还有就是课堂语言方面我会很注意我的语音语调，以及运用一些很幽默的比喻。

当然不可避免的教学工作中出现的问题。首先是客观问题，班级的缺少多媒体演示电脑。在高中生物教学中必须依赖多媒体的运用。由于电脑问题，我必须用最原始的粉笔黑板进行教学，因此画图花费了我相当多的时间，往往让我的教学计划无法顺利展开。所以我觉得我还是要多锻炼处理这种问题的能力，不能太过依赖多媒体。

此外，我在实习期间发现，作为一个即将走上讲台的实习生，就应该把自己当作真正的教师看待。教师的一言一行，一举一动，都对朝夕相处的学生起着示范榜样的作用，学生在老师身上学的不仅仅是学科知识，更多的是做人的道理以及人生态度，学生也正是从教师那里学会了如何待人接物，如何做人。因此，教师必须严于律己，以身作则，在生活上、思想上起到表率作用。

### （三）小结

综合上述，这次顶岗实习使我增强了教学实践能力，认识到教育是一个互动的过程，老师只要认真投入教学，孩子就会积极配合。这种过程是很开心的！在2个月中与学生一起生活、学习，我也尝到了当老师的酸甜苦辣，体会到了作为教师的乐趣和幸福。为我今后从事教育事业打好一个坚实的基础。

### 顶岗实习总结 7

现在我们还是大学生，虽然学富五车，但是思想、觉悟还不是十分成熟，由其是实践能力十分薄弱，而顶岗实习恰恰给我们提供了一个锻炼的平台。实习是我们成为优秀教师的一个重要环节，是全方位的实战训练。实习有利于提高我们的教学能力和综合素质，帮助我们理论联系实际，使我们在实践中接触与本专业相关的实际工作，增强感性认识，培养和锻炼我们的综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，从而提高我们独立分析和解决问题的能力，为大四毕业后走上工作岗位打下良好的基础，为自己能顺利与社会环境接轨做准备。20xx年\*\*日是个值得纪念的日子，这天，我随着顶岗支教的大部队来到了\*\*学校，开始了为期18周的顶岗实习支教工作。在这18周内，我一直保持严谨态度，并以积极地热情投身于学习和工作中，虚心学习请教，认真完成我的教学工作和学校安排的其它各项工作，与\*\*学校的老师和其他实习同学密切配合，通力合作，较好

的完成了顶岗实习任务，现将顶岗实习情况总结如下：

### 一、心灵的强大才是真的长大

这次的顶岗实习让我真正体验到了基层教育的艰辛与神圣，更加坚定了我作为一名优秀教师的决心和信心，也让我更加理解了社会的现实，一个人必要独立承担起生活的重任，做好自己该做的事情，走出校园，我们便不再是个孩子，我们要对自己负责，对自己的行为负责，无论是遇到什么样的问题，都需要我们用我们的智慧去克服它，拥有强大的心灵使我们踏上社会并成功立足的重要保障。

### 二、教育是门值得深思的学问

在\*\*学校我担任八年级\*\*班的化学课。在实习期间，我认真听了指导老师和其他老师的课，并认真做好听课记录，注意老师的讲解方法和上课技巧，吸取老师们的优点和好的教学方法，融入到自己的教学中去。课余时间，我们几个同行的实习老师也经常互相交流一下上课的技巧，从我们的交流中也受益匪浅。身为\*\*班小班，是这几个月最辛苦的差事，也是收获最多的，自习到勤情况，班级卫生情况，学生请假情况，课间出操情况，学生心理健实习报告健康情况，各种突发情况……不知道多少次被他们气的茶不思饭不想，但是看到班里的各种情况都越来越好的时候，我觉得我的所有付出都值得。

### 三、生活中的困难是用来克服的

实习学校的条件是不如大学里的好，但是既来之则安之，条件是艰苦的，但人心是温暖的，校领导和所有的老师对我们无微不至的关怀与照顾使我们的内心倍感温暖，不管是生活上还是工作上，他们都尽可能为我们提供方便，我们的事情他们都会尽力帮忙，还时不时地给我们好吃的，在此，我感谢所有帮助我的老师们。

### 四、工作中的优点与不足

在教学与班级管理方面我还没有足够的经验，但是初步体验教师这个角色我们有着独有的刻苦与认真。我们与学生的年龄差距相对较小，容易与学生打成一片，但是在实习期间也是暴露了各种不足。由于我们与学生容易打成一片，但是同时也很难在他们之间树立一种威信。在处理班级问题方面思考不太周全，上课时不能很全面注意每一位同学。总之还是缺少一些处理班级问题的经验，在以后的工作中我更要注意这方面的问题，扬长避短，争取更大的进步。

### 五、其他方面

半年的支教生活不能说精彩却意义非凡，面对学生，我激情万分，上课下课，孩子们给了我许多感动，他们单纯可爱，在他们的眼中，老师是神圣的，与他们一起玩游戏，一起谈心是我在这个学校最快乐的日子。孩子们是在错误中不断成长的，当学生有过错时，我也会尽量与他们沟通，使其意识到自身的错误，一切问题都会迎刃而解。

回顾这半年的忙碌充实的支教工作生活看似短暂平淡，但我认为它是我的大人生道路上一个重要的里程碑。我自到\*\*学校实习以来，始终牢记自己的使命，始终把自己作为支教学校老师中的一员，为实习学校做出自己应尽的义务和贡献。最后，我还要感谢领导的关心与爱护和同事朋友的帮助，给了一个发挥自己能力的难得的机会使我的思想达到了一个新的境界，我的个人工作能力也得到培养锻炼和提高。扩大了视野，丰富了知识。顶岗实习支教生活，累并快乐着。总之，我在实习的5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

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/808000022035006137>