

大学生个人实践工作总结(精选5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

大学生个人实践工作总结篇一

年关将近，辞旧迎新。回顾过去这5个半月的工作，作为矿建实习生，我在项目部领导及师傅的关心和帮助下，严格要求自己，努力做好矿建实习生本职工作，在实践中学习锻炼，使自己的专业知识在实际工作中得到应用，让自己工作能力，包括组织协调能力、管理能力和应变能力都得到很大提高，更重要的是获得宝贵的工作经验积累。

8月1号是我来到公司的第一天，接下来在公司总部接受20天简单的培训，在培训期间让我深刻的认识到了公司的企业文化：人为业本，诚信立世。公司要打造“百年老店”，“诚信”是必不可少的。人们常说企业靠人发展，人靠企业生存，我想金诚信就是我们展示才华的大舞台，是我们拥有美好生活的保障。我要为金诚信百年老店增砖添瓦，为拥有更好的生活而努力奋斗。

8月20号是我们来到莱芜项目部的第一天。作为一个刚毕业的大学生，我的工作经验是零，不过公司给我安排了一位很有经验的师傅赵爱贞师傅。在工作和生活上项目部领导和师傅都给予了很大关心。刚开始师傅给我安排的任务就是每天都要到施工现场，了解一下施工环境和施工流程。按照师傅的安排第一个月我每天都去施工现场，观察施工过程和规律，一个月下来我熟悉了斜坡道的施工流程，打眼、装药、放炮、撬毛、打锚杆、挂网片、出渣、喷浆，这是一个循环。竖井施工的流程是打眼、放炮、撬毛、出渣、砌壁浇注。

接下来的几个月里师傅让我熟悉具体的施工措施和施工图纸，首先是要能看懂图纸，再按照施工措施指导工人具体施工方法。测量放线是准确施工的必要条件，测量人员下井时，我都会跟着一块下去，学习测量方法和步骤，还能准确的掌握施工数据，方便指导施工，防止工程超挖或欠挖。副井由于水大，公司领导和项目部决定打止浆垫和注浆，打止浆垫前先垫石子作为滤水层，再固定滤水桶和孔口管，并且要按照施工措施调整孔口管的角度和间距，然后就是浇筑混凝土，在浇筑过程中要及时排出井筒涌水，防止混凝土稀释，灰浆跑掉，还要边浇筑边振捣。等止浆垫凝固7天后开始用潜孔钻机打眼，然后用注浆机注浆，控制注浆压力。主井的施工主要是壁后注浆，装载硐室注浆和装载硐室打锚索加固。斜坡道的施工主要是控制光爆成型，要多打眼少装药，要严格的控制周边眼的间距，不能超过设计，还有控制锚杆的角度和间距，角度不能小于75度，间距为1米。在井下要正确佩戴劳保用品，确保工作安全。

在这5个半月里，项目部领导和师傅带我学习，讲理论，说实践，是他们让我懂得这些矿建知识。但我自认为我要学习的知识还很多，不足之处还有待自己去完善。我会在今后的工作中更努力，争取早日成为一个合格的技术人员。

大学生个人实践工作总结篇二

从x月18号进公司到目前为止刚好实习了x个月差10天，一年三分之一的时间已经在新迪度过了。这几个月来对于我来说也是意义重大。很庆幸能在短短几个月的时间能够经历两份性质完全不同的工作：总台与单证。

在总台工作的时候，首先由于它是一个综合性的岗位，对于综合能力要求比较高。同时在这个岗位工作能在社交能力与随机应变能力方面得到提高。因为每天都在和不同的人接触，而且也不排除有一些突发事件。总台工作虽然很多也很烦琐，给人的感觉像是在打杂。但是从专业的角度讲这就是

从小事做起、从基层做起。对于一个有工作经验的'新进员工尚且如此，更何况是尚未走出校门的实习生呢。作为新人，什么都不了解，怎么可能不“打杂”呢？手上做的事虽小，但却能因为宽广的眼界而变得意义重大起来。在我看来，这却是一个让金子发光的地方，在这个岗位上最能被大家肯定与认可。

对于我来说有机会接触单证工作完全是意料之外。正因来之不易而倍感珍惜。到目前为止，我在单证这一岗位上也差不多有一个月了。作为一名新手在交接的过程中难免会有一些问题出现，这些问题往往会让我感到措手不及。但这并不是说明出错就是新手的专利。因此，在这一点上我应该更深刻地认识到。

通过一个月的交接让我学会了一些皮毛。在我的工作职责里，我学会了开票通知与货款申请：核销单的收发登记：打报关资料与商检资料：配仓：以及上周刚学会了做shinyei□brecon□heinz□charles四个客人的交单资料。做了几份下来，感觉自己还可以，虽然有时候还会有一些小问题出现。但是相信这些都可以克服。其实做单证工作可以举一反三，像交单的时候，有很多都是在重复着估填空题。但是却不能掉以轻心。因为做单证最难与最需要的就是细心。有时候会感到心有余而力不足，明明已经很小心，却最终还会出错。小到给伙伴带来不必要的麻烦，大到给公司造成不必要的损失。但是我还是相信熟能生巧，让时间来证明。

面对烦琐的工作，，如何把自己的工作安排得条理化，这一点对于工作有序进行很关键。因为到目前为止，我对工作还没有完全把握好事情的轻重，在工作的时候会略显被动。只是接到什么做什么。还有一点就是工作时在保证质量的同时，还要有效率。现在对于我来说还是有难度的，就好像是鱼与熊掌不能兼得一样的道理。但是我会使两者达到一个平衡点。

另外，我个人其实是很注重开心工作这一原则。但是在实际

工作中面对如此大的压力，有时也会稍微情绪化，这一点很不应该，也有待提高。虽然到目前为止还存在一些问题，但我会坚持到底，在自己的岗位上做好每件事，实现自己的价值。与此同时，同样期望得到大家的肯定与认可。这样我才会有工作的激情，才会有工作的动力。

大学生个人实践工作总结篇三

人生有很多的第一次，第一次站上三尺讲台，第一次为人师表，对于师范生的我来说，这是一件极具挑战、颇具诱惑的事情。

20xx年9月5日，我怀着即兴奋又焦急的心情来到了石阡县花桥中学，开始了为期三个月的顶岗实习，实习期间的点点滴滴、酸甜苦辣，让我体验到教师事业的崇高和艰辛。

实习是师范教育一个极为重要的实践性教学环节。是每一个有志成为一名优秀人民教师都要经历的步骤；也是贵州师范大学培养计划中的重要组成部分，而我有幸成为顶岗实习的参与者。在短暂的实习生涯中，虽然中间充满了困难和挑战，但是通过自己和团队的努力，我们都一一克服了，最后我们不仅收获教学技能的提高、师德意识的加强、班级管理和课堂调控的完善，而且我们在并不有利的教学环境中锻炼了心理素质和人格精神，同时也深深地感受到了农村基础教育的薄弱和城乡结合部地区习惯养成教育及道德素质教育迫切，更加坚定我成为一名人民教师的信念与决心。

在实习期间，我的主要任务是班主任工作和教学工作，我将从这两个工作中谈谈我的感受和收获。

一、班主任工作

(1) 在工作准备方面

首先我能较快的了解整个班级的情况特点。记得刚开始时，

我就急着找班主任罗老师了解班级情况。但罗老师并没有直接告诉我，而是让我自己去发现、去了解。可能当初我有点不理解。但后来想一想罗老师并没有做错。应该用自己的眼睛用心去观察了解这个班级，了解学生，毕竟面对的还是学生，这也是对我的工作的一个考验。接下来我就召开了班委会会议，通过班委会了解了班级的一些日常工作以及班委的一些职责。

其次，我能较快的熟悉和掌握学生的情况。为了增进对学生的了解，我抓住一切可能的机会和他们接触交流。除了上课时间，我一直和他们在一起。刚开始几天，我发现学生都不怎么和我说话，觉得自己好象很难融入这个班级，我处于被动状态，原因是彼此还不了解，这时我应该采取办法，因此我主动去关心他们的学习、生活情况，慢慢的和他们交流。通过自己的主动以及对他们的关心，学生也逐渐放开了，都愿意主动找我交流。我觉得师生之间就应该多交流，教师应该走进学生，只有这样，你才能真正了解学生。

(2) 在班级日常管理方面

就应该给他们明确的任务。我们班有太多调皮的学生，我发现自己很难对他们进行思想教育，你不能对他硬来，你越是态度强硬，他就越反抗。对于这类学生，应该在平时和他们多交流，能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导，进而从思想上去感化他们。

二、数学教学工作

除了担任八(4)班班主任工作之外，我还出任了八年级(3)、(4)两个班的数学教学任务，在此期间积极备课，认真写教案，认真完成实习内容，具体情况如下：

(1) 见习期的工作

开学初期，来花桥中学，积极主动向原科任老师请教，了解班级情况，在明确教学进度及教学计划后，马上跟随成洪老师听课，参加教研会议，小组内试讲、评课活动。我所教的班级，学生基础参差不齐。因此，在备课中，注重对基本知识和基本理论的强调。结合听课的心得制定了教学计划，进行了试讲，得到了指导老师的肯定后，正式走上讲台。

(2) 课前准备

在教学工作中，我严格要求自己，认真备课。在备课的时候，指导教师对我说，要想上好一堂课，首先就得备好这节课，要备好一堂课，必须先备学生，只有先了解学生才能因材施教，才能够把握住本节课的重难点，也才能够让学生更好地理解每一个知识点。在备课的同时，不仅要备学生，还要仔细的钻研教材和教学目标，领会课本知识点设置顺序的含义，把握教材，注意细节，数学是一门逻辑性很强的学科，所以一定要注意对学生学习方法的正确引导。备课的作用相当重要，所以在上每一节课之前我都会认真备课，一是对学生负责，二是给自己增加上课的自信心。

(3) 课堂教学

刚走上八年级(3)班的讲台时，不免有些紧张。实习之前我经过很多的教学训练，除了学校组织的教学模拟训练，课余时间我还上一些家教。但这是我第一次正式讲课，还带着紧张之余的些许激动。这节课的教学内容是：分式的乘法和除法。虽然有些紧张，但经过精心备课，本节课还是取得了一定的成绩，完成了各项教学计划，课程的讲授得到了指导老师的好评，但同时也指出了我的不足，课下，我及时总结了自己的得失，并进行反思。课堂教学的对象是学生，教师上课不是上书本而是上学生。学生是一个个独立的个体，因此要教师充分的调动学生的积极性，让他们自己主动思考、发现问题、解决问题，在解决问题时教师要会发现学生的不同做法，引导学生挖掘更多的解决办法，这样周而复始，学生才能够

获得思维的进步和提升。

(4) 作业的布置和批改

由于我上的两个班成绩层次不一样，因此在作业的布置上，题目的深度和数量都不同。成绩好的一个班除了布置书本上的习题之外，为了提升他们的技能，我还抄一些课外练习给他们做；而成绩稍差的一个班，我就以书本作业为主。班级人数比较多，教师不能兼顾到每一个学生，要反应学生的学习情况，学生的作业和试卷批改是一个行之有效的办法。所以学生的每一次作业和试卷我都会认真批改，每次学生出现的问题我都会用一个本子记录下来，及时分析，找出学生知识的不足，在下一节课上，我会用几分钟的时间给学生及时纠正，这样学生就不会出错了。

(5) 教学反思

每一个优秀的教师都会进行反思和总结，我个人的座右铭是：反思+总结=进步。我常常要求我的学生要时常反思自己，我也不例外，每上完一节课，我都会从各个方面进行教学反思，反思备课、反思教法、反思和学生的互动、反思教学效果.....在反思中不断积累经验，研究课程，改进教学方法，每堂课都饱满精炼。在我自己的努力和指导老师的帮助下，我的教学实习工作取得了很大的收获。

以上内容是我实习期间的感受和收获，回忆三个月的实习，使我深深体会到，要想成为一名优秀的人民教师，是非常不容易的。除了本身应具备渊博的学识外，其它各方面如语言表达方式、心理状态以及衣着、动作神态等也是有讲究的，当然，我更体会到了当一名老师的快乐与幸福。与学生在一起，我会回忆起自己中学时候，也会想起自己曾经的点点滴滴。当我在讲台上书写每一笔的时候，我都能察觉到自己脸上洋溢着幸福的微笑，因为，我这么多年读书学来的知识，终于找到了传输给他人的途径，让我自身有一种成就感。

顶岗实习是我教师职业生涯的开端，这次实习让我收获颇多，无论是思想、生活、行为、还是教学上都得到了很大的洗礼。实习有苦有乐，有欢笑有泪水，有数不尽的酸甜苦辣；实习让我丰富了知识，增长了经验；实习让我坚定了学习的信心，给予了我勇气；实习带来的是无价的人生阅历，是宝贵的一课。待到来年时，能圆我的教师梦！

大学生个人实践工作总结篇四

我们为了这次实习支教，准备了好长时间，对于喀什，我们满是期待。三月份我们坐火车到了xx，这的确是一块美丽而神奇的地方，一踏上这片土地，我们就开始了实习支教生活，接我们的是xx中学的一位老师，车子从市区一直开到乡下，一路上满是南疆风情，回想实习支教这一路，我们有许多收获。

我们刚到一个陌生的地方，要面对许多东西，首先熟悉周围的人和事，我们到的那天晚上就有两个值班老师来看我们。天很冷，炉子生着火，校长很关心我们，有时来宿舍看望我们，第二天指导老师和两个老师安排我们的食宿，联系了乡镇府，但那里的人住满了。王蕾老师是我们的指导老师，给了我们很多帮助，也教给我们很多，她带九年级的两个班，我听了几次课，校长安排我带九年级三班的汉语课，我们一直呆在学校，校长在开晨会的时候把我们介绍给大家，在大家的掌声中，我们的支教生活正式开始了，学校有xx多名老师，xx多名学生，周一的时候有升国旗的仪式，我们站在教师队伍中，向国旗宣誓，我们是光荣的人民教师……看着国旗，我们倍感亲切，我们是中华儿女，生活在同一片土地上，高举同一面国旗，学校的老师都很好，每天开会，我们也参加，这是我们在学校生活的一部分，有时帮办公室写材料，整理文件，每天的生活很忙碌而又充实，我们被安排在汉语教研室，办公室有王蕾老师，她在这工作了五年，李伟老师，他在这工作了三年，王艳峰老师和周婷婷老师比我们晚来一个

月，他们是喀什教育局分配下来的，办公室有点小，我们每天在办公室备课，改作业，交流教学心得，我一下课就喜欢说一说班里的情况，学生有时也来办公室找老师问问题，李伟老师的学生基础，作业和问题也最多，有时我也给他的学生讲解问题，乡镇府离学校很近，下午放学，我们经常去乡镇府看看，那里可以上网，而且是网速比较快，有时还能踢踢足球……第一个月的生活满是新奇，的感受是沟通障碍，语言的不理解让我们知道这里需要汉语教师。

我带的是九年级三班的汉语课，我的指导老师带九年级二班的汉语课，九年级还有四五两个班，我的班有xx名学生，年龄在xx岁左右，家都住在学校周围，每天下午放学，他们却要回家，每周我有8节课，只讲一个单元的内容，九年级三班有点不好带，学生的基础不怎么好，上课的时候，只有前几排的学生愿意听讲，记得又一次王蕾老师听我的课，我被学生赶下讲台，她让我听听王蕾老师的课，她讲的很好，一直觉得他们在乡下教书的汉族老师很伟大，是他们改变着一个学生的命运，带给他们新的气息，让他们了解到另一个世界，南疆很落后，很偏僻，这是一个不曾被了解的角落，离开前的那一段时间，他们都在准备中考，我与他们闲聊，我想了解他们的生活，他们也经常问老师，你的房子在哪？就是指你的家乡在哪，他们会问，那里漂亮吗？有新疆漂亮吗？学生很关心他们的老师，艾尔木东乡有好多杏树，又一次，我刚下楼□xx和xx拿来一袋洗好的杏子给我，这两个姑娘很可爱，有次上课，米仁沙姑从书包里拿出一大袋子杏子，刚给他们上课那段时间，他们老是给我捣乱，上课都有打架的，作为老师的我，面对这样一群活泼好动的学生，只能以心换心，你对他们好，他们肯定能感受到，人心换人心，渐渐的学生不怎么闹腾了，教学进度也正常进行，大部分学生都很听话，记得有一次上完课，我问一个学生为什么不认真听课，她说老师，你站在那一边，不看我们，我们不听，你该站在中间，我当时很惊讶，我也知道了许多学生是很爱学习的，第二天，我就改变了一下，尽量站在讲台中间面对全体学生，让他们

知道老师在乎他们每一个人，并且准备了画笔和画纸带给茹克娅艾孜木，交给她一个任务，这既是奖励也是鼓励。茹克娅艾孜木和古丽杰米拉等几个人都报考疏勒县一中。海热尼萨古丽也是很好的学生，只是基础不怎么好，但很爱学习，她的姐姐在xx打工，有一次她下课问我：老师，我们怎么学好汉语呢？好几个学生就好奇的围着我，他们虽然很顽皮，但都是很爱学习的。我统计了一下□xx报考xx六中，有好几个人报考疏勒一中□xx和xx报考喀什师范学校，将来准备当体育老师，她们是同桌，体育都很好，参加县里的运动会都取得了名次……每一个学生都有他的故事，喀什实习支教的几个月有你们的陪伴，很有意义。

超越民族和语言的是对祖国的情感。我们共同生活在这块土地上，这就是我们的生活，每天都与他人打交道，我们的学习是为了更好的生活，为建设美丽的家乡。从那一一张张充满希望的脸上，我们看到了新疆的希望，看到了各民族和谐相处，共同建设美好家园的情景。给这段经历一个甜美的回忆就是与学生的一次次交流，从他们的表情和言语中，我知道了他们的淳朴和善良。我知道了学校日常工作是怎样开展。作为学校的一名教师，我们肩负的责任，每一天对于我们来说都是一个挑战。我们要教好学生，要让他们明白在学校之外，在课本之外，在知识之外，还有一个美妙的世界。九年级是毕业班，他们可能要面对社会，走出校园，我相信他们在校园之外可以学到更多。我希望他们有明辨是非的能力，能分辨真和善、假和丑，学校不仅重视学生知识的积累，更应重视学生的情感教育，让他们认识世界，而不是描绘世界的那些知识。作为准人民教师，我们需要做的是告诉学生怎样去发现，怎样去思考。离开学校，他们面对的将是整个世界。对于我自己，我也明白了教学相长的意义，从学生那里我也学到了很多，相信他们会有一个阳光灿烂的未来。

大学生个人实践工作总结篇五

时间过的真快，在xx年的7月21日我们走出了学校，踏上了工作岗位，开始了实习生活，一眨眼的工夫，我们已经工作快三个月了，在这三个月中我们学会了很多以往在学校里学不到的知识。三个月中我几乎尝遍了人生中的酸、甜、苦各种味道。

实习的第一天，我怀着忐忑不安的心境来到了我实习公司的楼下，因为没有见过将要工作在一齐的同事，对他们或多或少都有些好奇，会想他们容不容易相处会不会教给我新的知识，会不会像有些人口中说的那样让我在一旁歇着，一点也不教我站在大厦的楼下，迟迟的不敢走进电梯，眼看着时间一分一秒的过去了距离教师和实习单位联系人的时间越来越近了，最终我还是鼓起勇气，进了电梯按了公司所在的楼层。说来也是巧，我去报到的那一天刚刚我要工作的单证部在加班，之后办公室主任帮我介绍了我们部门的经理和其他的同事后，我也加入了工作的行列。第一天遇到的事和人都是陌生的，我几乎是从零开始。但有一点很庆幸我所想的一切都是浪费的，他们不但很容易相处，并且会教我很多东西，真后悔当初应当早点进电梯，在楼下站了半天。

在实习的时候，我的其中一个工作是催核销单。有一次我打通了一个电话，对方是一个脾气十分火爆的小姐，我自报家门后然后说我想问一下几票核销单有没有退下来，对方却十分凶的大发脾气，被她骂了一顿后就把电话给挂了。当时我感觉委屈，又不是我的错，干嘛骂我呀！那时我只感觉到我的眼眶里有些水在流动，似乎要流下来了，我不好意思让同事们看到我这个样貌，偷偷的跑到了洗手间对着镜子说这是很平常的事情，没关系。之后公司的同事也说那个小姐本来就是一个脾气十分暴躁的人，并且她的工作量也十分的大，每一天工作都很忙的，这样我心里也舒坦多了。

还有一次，一大早醒来就感觉头晕晕的，喉咙痛痛的，很明

显的迹象我感冒了。可是想想我是个实习生，我总不能随便打个电话去然后说我生病了我不去了，那会给人留下什么样的印象哦，最终我还是去上班了。在工作的时候我人真的好难过，真的好想和部门经理请假回家休息，可是话到了嘴边就是说不出来，一向忍着直到六点多下班，晚上回到家倒头就睡。那时候想想如果在上学那该多好啊，能够请假休息一下，工作真的是好辛苦哦!!!

实习中最开心的事情当然是拿工资啦，那时候让我明白了赚钱是多么的不容易，看着发着的工资，真的有点舍不得用。因为这钱跟以往父母给的不一样，以前用钱的时候不会去想这钱得来有多么的辛苦，可是用自我发来的工资的时候感觉就不一样了，用的时候会觉得这是我自我赚来的钱，有种飘飘然的感觉，但又有一种感觉就是这可是我很辛苦才赚来的呀，这么给花了会不会太浪费呀!

最让我开心的事情是我有好多肯教我的教师们，他们用自我的工作经验慢慢的教给我知识，让我把书上的理论知识运用到了实践上，教给我为人处事的道理，也能包涵我刚刚出校门对工作陌生而犯下的错误。让我在工作上学到了很多东西，也在处事上学到了很多，学会在怎样样的情景下对人的态度应当怎样样，该凶的时候就必须要凶，否则就办不好事情。真的是十分感激他们。

实习不再是以前的学校生活，有学校呵护着你，在社会上我们有时候就必须要自我去应对处理一些事情，培养了我们的独立性。其实外面社会这个学校，有许许多多能够让我们学习的知识。