

# 2023年毛概实践个人总结(精选5篇)

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

## 毛概实践个人总结篇一

提及“三下乡”，总是有太多太多的感慨，虽然它只有十天，但却包含整个素质班半年的心血，承载着每一位成员的欢笑和泪水，寄托着每一位孩子的渴望与梦想。所以，每当打开记忆大门的时候，回忆总似洪水将我淹没。关于蕲春，关于宋塘，总有太多太多不能理清的情愫。

依然记得最初报名“三下乡”时的心情，满腔热血中隐藏着些许的浮躁与轻狂。当时以为“三下乡”应该是一件有意义并且很好玩的事情，想象中的“三下乡”是没有重量的。然而时间把我的这种幼稚的想法逐渐吞没，“三下乡”也开始有了重量，有了灵魂。

改变是从没完没了的排练开始的。我是支教组的成员，要写教案，要试讲，同时我也是整个“三下乡”团体中的一员，因而节目的彩排也必然要参加。不断重复单调的排练，不仅消耗人的精力，也磨灭着人的精力。不过，我从未想过放弃，在辛苦的排练中，总能和队友们苦中作乐。那些零碎的欢声笑语和一起努力的身影总能给我以动力，不知不觉间，汗水让我渐渐体会到“三下乡”的分量，也逐步扭转了我的心态。那个时候我就在想，无论结果如何，我都在成长，努力的过程是充实而美好的。特别是临出发的前几天，每天排练结束的时候都已是满天星辰了，拖着疲惫的步伐，走在寂静的校园里，看星星点点的月光洒在小路上，那时候心情很平静，脑子里想的完全是一些比较深刻的东西，其实那时候的我已

经在蜕变了，不知不觉的改变这都是经历了磨砺才发生的改变。所以，“三下乡”对我来说，它不仅仅只是一个简单的实践活动，它在我心中占据很重的分量，为此我努力了很多，也正是这努力的过程让我有了外在和内心的成长。

最真切的体验就是“三下乡”的十天了，出发那天，曙光红透了东方，天空那样庄严肃穆，一缕缕金光闪耀着光芒，清风习习，一切都像是在祝福我们一样。一路的欢歌笑语纵然短暂也被我细细收藏在记忆的画册里。有人说：所有的风景都会拒绝一部分人，偏爱一部分人。所有人，生来都会属于不同的风景。如果是这样，那蕲春和我定然有浓的化不开的情份了。初见蕲春的山水草木，我的心就迷失了，迷失在这里的青山碧水中，迷失在这里的稻田池塘中，迷失在这里的虫鸣鸟叫声中。如果说这还不够，那这里淳朴的村民和可爱的孩子也是我留恋这里的羁绊了。

真正的“三下乡”生活有节奏的拉开了帷幕。每天重复同样的事情却有着不一样的精彩。在这十天中，我觉得自己的思想是前所未有的简单，生活也是从未有过的纯粹，从未有过的有意义。犹记得第一天，初到宋塘的兴奋和新鲜已被紧张的心情所代替。看着一张杂张陌生而稚气的脸，我的心中压抑不住的紧张和兴奋涌上心头。我知道，自己现在是一位老师了，而且我还要做一位称职的另孩子们喜爱的老师。

## 总结

当下课铃响的那一刻，我长嘘了一口气，我知道这节课也同样教会了我许多道理。坚持不放弃原来不仅仅只是说说而已，也不仅仅只是平常的坚持，而是关键时刻那迎难而上的勇气。

其实，在宋塘的每一天，我都能学会很多道理。尤其是那些孩子，虽然他们是我的学生，实际上他们教会了我很多。他们自己洗澡，自己洗衣服，这种自立让我自愧不如，和他们打乒乓球，他们不服输的精神劲儿让我自愧不如；课堂上他

们渴求知识的愿望让我自愧不如；他们的单纯，他们的欢笑让我自愧不如。他们像是宋塘的天使，更是我心中的小精灵。从他们那里我得到了快乐生活的真谛。在快节奏的城市生活久了，心中那片最原始最纯真的地方几乎荒漠化，很都没有真正的开心过。而在蕲春，在宋塘，在这些孩子们身上，我找回了自己心中那片原始森林，那里，美丽依旧。

实际上，曾有很多人问我“三下乡”苦吗？累吗？类似于2这样的问题，我只能付诸一笑。说到苦说道累，肯定有。在这十天所流的汗比我整个夏天流的都多。但从心里，我不觉得苦不觉得累。因为在这里时不时会有人送来清凉的慰藉：村民们自愿送来的风扇，孩子们自己做的小礼物，领导们时不时的慰问……每当我有所倦怠的时候，他们都是我休息的驿站，是给我铆劲儿的加油站。不过，更多时候是队友们的存在让我更有勇气更有毅力坚持下去。工作时的相互支持，吃饭时的欢歌笑语，排练时的齐心协力，这些零碎的花絮是“三下乡”不可或缺的精彩，也是我前进的动力。短短的十天，让我们的心凝结在一起，相信以后不管什么艰难险阻只要我们这个团体在，一切都会迎刃而解，这正是集体的力量，团结的力量。这次“三下乡”的圆满结束更是离不开我们这个集体的共同努力。

12



## 毛概实践个人总结篇二

20\*\*年xx月31日，浙江工业大学大三学生杨济源因抓小偷在离学校不足200米的地方被捅伤，在医院不治身亡。21岁的杨济源是天津蓟县人。20\*\*年xx月31日22时许，犯罪嫌疑人杨某、卜某某、马某某、张某某等4人在浙工大北门附近行窃时被杨济源和几位大学生发现。杨某被大学生扭获后，在挣脱

过程中用随身携带的刀子将杨济源捅伤致死，并与马某某、张某某等一起逃离现场。据事后杨济源的同学说，杨济源是班长，那天晚上本来要和其他班的班长一起召开班长会议，但由于最近同学的手机总被偷，杨济源决定和其他几个同学一起去校门附近抓小偷。可谁也没有想到，善良的杨济源就这样一去不复返，成为我们心底永远的遗憾和怀念。

20\*\*年1月1日上午，浙江工业大学的论坛里专门开辟了“纪念杨济源”的板块，两小时即已达到多帖。杨济源在校内网上最后的签名就是“男人可以没才，可以没钱，但是不可以没责任感”，传遍了校园，成为同学口口相传的名言。“泣别英雄，杨济源走好。”1日傍晚时分，学校在体育馆为杨济源设置了灵堂。直至22时，灵堂门口仍排着队，人流慢慢地移动，在沉重悲怆的哀乐中，许多与杨济源素不相识的同学手持白菊，走到杨济源的遗像前三鞠躬。

英雄，不分年龄和年代。80后、90后正值青春年少的大学生，意气风发，充满理想和抱负，保持着一颗善良纯真的心，为了捍卫责任和正义，甚至可以献出自己宝贵的生命。的汶川大地震，无数大学生赶往灾区，为遭遇灾难的人们送去温暖和希望。北京奥运会的胜利召开，不能说没有千千万万大学生志愿者的无私付出，如此庞大的规模，这在世界各国是罕见的。他们的奉献精神让整个时代为之感动。面对我们的大学生，他们身上闪耀的高尚品质，那些圆滑世故、良心早已泯灭的人难道不感到汗颜吗？事后的纪念和怀念，无论是授予荣誉称号还是给予物质奖励，都于事无补，也是远远不够的。我们的社会还要学会如何去保护这些英雄的人们，保护他们，就是保护一种精神、一种品质，让这种精神远远传承下去。

20\*\*年xx月24日，为救两名落水少年，湖北长江大学xx多名大学生手拉手扑进江中营救，两名少年获救，而3名大学生不幸被江水吞没，英勇献身。这是一条令人倍感沉重的消息。三个青春灿烂的生命以一种高尚的方式瞬间离我们而去，三个家庭却又势必因此而承受巨大悲痛。许多同学都对这xx多

名大学生特别是英勇献身的3人致以了崇高的敬意。

## 毛概实践个人总结篇三

“思想道德修养与法律基础”是一门融思想性，政治性，知识性，综合性和实践性于一体的课程，它是我们大学生进入大学的第一门思想政治课。在我学习这门课之后，我自己觉得让我收获极其大的是，《思想道德修养与法律基础》给我指明了道路和前进的方向，让困惑，迷茫的我，找到了我的人生目标，学习目标，生活目标，树立了远大的理想。《思想道德修养与法律基础》让我知道了作为一名大学生，必须领悟人生真谛，创造人生价值。

树立正确的人生价值。要创造有价值的人生，并要科学对待人生环境。

作为一名大学生， 必须要加强道德修养， 锤炼道德品质。

首先要了解道德及其历史发展。并继承和弘扬中华民族的道德传统并弘扬社会主义道德。

作为一名大学生， 必须遵守社会公德还要维护公共秩序。我们要遵守公共生活中的道德规范和法律规范。

作为一名大学生， 必须遵守职业精神并树立家庭美德。

作为大学生我们面临着择业问题，所以必须认真思考这个问题。同时还要有正确的恋爱婚姻观。

作为一名大学生， 必须要增强法律意识， 弘扬法制精神。

我们要领会社会主义法律精神，树立社会主义法治观念。同时增强国家安全意识。慢慢的，我懂得了该如何面对生活中和学习上的挫折。对我来说吧，能够时时刻刻自信的快乐

微笑，能够以乐观向上的心态面对生活，是真的感受到了生活的意义了吧。所以我觉得在精神这一方面，《思想道德修养与法律基础》让我变了，变得乐观向上，热爱生活，对人生充满自信，让我能够明确生活的目标，脚踏实地，一步一个脚印地实现自己的理想吧。记得老师曾问我们“活着是为了什么？”大家都发表了自己的看法，而我的看法是：活着是为了做许多有意义的事，而有意义的事就是好好的活着。就像保尔说的：人的一生应当这样过：当他回首往事时，不因虚度年华而悔恨，不因碌碌无为而羞耻，这样她在临死的时候，它能够说：我已经把我的整个生命和精力，都献给了这个世界上最壮丽的事业——为了人类的解放而斗争！

要我讲对思想道德修养与法律基础的建议和意见的话，就我个人来说吧。我感到上《思想道德修养与法律基础》课非常的自在，课堂上气氛非常的轻松，在这样一个环境下，我们学到了很多关于理想，道德，法律的知识。还有我觉得老师上课给我们看的一些经典的影片和视频片段都在无形之中影响着我们，陶冶我们的情操，提高我们的思想道德品质。我特别喜欢老师给我们看这些视频，不是照着课本念给我们听，只通过一个视频就可以把所要讲的内容表现出来了，这样通俗易懂使同学们能够更好的理解课本知识。此外还可以激发同学们的学习兴趣，为枯燥的课堂增添色彩。

## 毛概实践个人总结篇四

摸索着时间的轮回，看着它从指尖悄悄划过，我叹息道：“时间，你过得好匆匆啊！”布莱希特说：“不要为已消尽之年华叹息，必须正视匆匆溜走的时光。”确实，溜走的时光中有着我们优秀的成绩，有着我们辛勤付出的汗水，有着我们遗憾而一直想改变的事实。

这一年对我来说是摸索、重新定位与努力的一年，回忆起自己走过的足迹，貌似我变得坦荡了、开朗了、成熟了，做事的逻辑性在一步步地逐渐建立起来。此刻的总结就像刻录在时光机中的彩色片段，让我再次确认自己的色彩，那么，现

在我就来回放我五彩斑斓的故事，和大家一起倾听、欣赏我的二零一零。

### 片段一：素质因“品德”而茁壮建立

教师生涯有我自己的潜规则，我认为，作为教师，特别是幼儿园教师，自己的言行是非常重要的，孩子的模仿能力又是很强的，不经意间一个小动作、一句不经心的话往往会成为孩子们学习的焦点。特别进入中班后，发现家长时常对我说：“今天，孩子说了一句xx话，让我们都很吃惊，不知道是从哪里学来的。”这样的提示，让我更加意识到，工作中，我必须严格要求自己，不管做什么事，我都要考虑周到，站在教师的角度，以身作则，严以律己，给孩子给家长一个健康的形象。

### 片段二：教育因“常规”而显现彼此的沉稳

面对这群长大的孩子，我忽然发现“常规”是在确定与行动中形成的，因此，我每周评选两位班长，每天每组选一个组长，制作两种颜色挂牌，让幼儿确定自己的角色，知道自己的任务与职责。要求被选到的人必须先能管好自己的行为，严以律己；然后管理本组幼儿时，必须大胆、有魄力。在日常生活中，吃餐点时，组长负责擦桌子，班长负责扫地；吃饭时同样组长负责分饭，班长负责管纪律；看书时，班长负责收拾书本，组长负责管本组的纪律；玩玩具时组长负责提醒同伴不能抢玩具；喝水时，班长负责管幼儿排队等等。总之，平时我会组织各种活动，不管什么活动，做一件事情总有人担起自己的任务，使每件事都能有序进行。常规也在这一件件小事中建立起来，将无意识转化为有意识，孩子们也在这样的生活中变得不再轻浮，越来越有“男子汉”的气质，我自己也在不断地要求幼儿时要求自己的行为，给幼儿树立学习的榜样，也更成熟了几分，变得更有责任心。

### 片段三：快乐因“学习”而促我成长

“经验”这两个字在这一年中始终似触电般的被提醒到，确实缺乏实际生活经验是我的一个缺点，每次遇到事情我总是回忆师傅对我说的话，回忆她的处事态度与做法，慢慢地让自己也能向着成熟的方向前进。因此我提醒自己：努力学习吧！

首先，书籍的学习是并不可缺的。每月的《幼儿教育》中记录着教育者的点点滴滴教育事迹，在阅读他们的故事时，我深有感触，有的例子都是自己平时遇到过的，在结合他们的做法时，自己也更胸有成竹了。读后写自己的感想让我思绪万千，总是有太多的感慨。观电影、看书本每一次的感想记录了我当时的心情与想法，一点凝聚一点珍藏。

其次，身边的“活例子”是我学习的途径。虽然我的听课次数不是特别多，但每一次我都把它当成我学习的一次机会，从组内、园内教师的公开课和随堂课，至园外教师“主题式研讨活动”和沿海片“名师教学展示”活动等，我都认真做好笔记，记录他们的精彩一刻，留下自己的听课小建议，吸收他们的精华，作为自己教学的参考材料。

最后，家长交流平台促我增强信心。学习是互补的，家长在我所缺乏的实际经验中给了我无数的前进动力。平时，很多家长会在接送孩子时和我聊天，了解孩子在园的表现，跟我讲讲他们在家中的表现；qq群中每天都有很多家长在互相交流自己是怎样教育孩子的，给他们创设怎样的学习氛围等等，我也会向他们讨教一番，自己的疑惑也会让家长帮我出谋划策，朋友般的交流让我不再那么紧张，情绪也一下放松了许多。

另外，对自己的教学我更不敢怠慢。备课、反思、组织幼儿活动，我都会做好充足的准备，尽量让自己做到一应俱全。这一年公开执教两次课，分别为小班绘本《是谁的肚脐眼》、大班绘本《我爱你，小猴子》，不同年龄段的孩子给我留下不同的感受，让我从各方面获得经验与知识。



## 片段四：记忆因“成就”而光彩照人

辛勤劳作的背后总会给自己留下点安慰，“六一儿童节”童话剧的成功表演，第二届亲子运动会的获奖，让我感受到集体的力量是力大无穷的；在“三八演讲”比赛与“三年内教师比武”比赛中，我分别获得三等奖。另外，我带领的中大班舞蹈组在平湖参加“六一儿童节”表演，深受大家的喜爱，带领的中班美术组，幼儿出色的绘画作品给了我颇多的惊喜，家长都感到很满意。我还参加了园内以及社区的多个舞蹈，在社区文化艺术节中分别获得团体金奖和银奖。两次“亲子游”的顺利进行，给幼儿留下了美好的童年趣事；给家长留下了一段家园互动记忆；给我留下了一次活动后的经验积累机会。

福尔斯特说：“即将来临的一天，比过去的一年更为悠长。”总结完一年的成绩，就像是将这一年重新浏览一遍，将它视为过去，在今后的旅程中，偶尔记着回头看看，偶尔幻想未来的天空，我想，这应该是一件快乐的事情。面对新的一年，我将用我的实际行动，拼奏出一曲别样的乐章，在和孩子们的天空中共同享受阳光、享受学习的激情，谱写我们共同的蓝图！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 毛概实践个人总结篇五

下乡回来已经有一段时间了，现在回想起那短短的8天时间，确实是一个很难忘的回忆，我想这将是一段磨不灭的旅程。下乡前，内心就有点忐忑不安，怕适应不了那里的环境，怕应付不来下乡期间突发的问题，还有怕很多很多……等终于来到我们的下乡实践地——汕尾海丰县德成中学，感觉什么担忧都消失了。看到那远比想象中好的住宿环境，看到那些可爱又热情的学生们，之前的担心在那一刻都变成了兴奋，期待当老师的感觉。在下乡期间，尝试了很多第一次。

尝试了第一次当小老师，尝试了第一次当小班主任，尝试了第一次正式上台演小品。感觉真的收获了很多很多。和我们的学生开了班会后，去给学生们上了课后，才发现原来老师真的不好当。开始还以为只要备好课，就能把课上好。原来还远远没那么简单，首先备课除了要考虑能带给学生一定的知识外还有一个很重要的问题要考虑，那就是就是趣味性。因为即使你的课程内容多么丰富但不吸引学生也是徒劳的，学生根本就听不进去。还有个很严峻的问题就是我们没有充分考虑到课堂上发生的可预料或不可预料的问题。比如说在我们第一次开班会是那学生就嫉妒的活跃热情，说直接点就很捣蛋很造反。完全跟我们对着干，我们说一句他们就顶撞三句，搞到我们头都大，差点应付不来招架不住。

好几次都搞到我们很无奈地对视着，感觉不知怎么办好。上了几次课后，还发现即使是节节都是上同一内容的课程，在不同的班级上是不能用同样的方法来授课的，在安静的班级里要学会用各种方式调动课堂的气氛，使课堂不会很冷场，出现很尴尬的场面；在很活跃的班级里，则要学会表现得比他们更活跃以气势压住他们或是用温柔的方式，以柔克刚嘛，这方法就因人而异啦。虽然在当小老师的过程中还是不是十分地顺利，但确实学到了很多，收获了不少。

在下乡里，除了支教外，我还接受的一个很大的挑战就是表

演小品。也许表演小品对很多人来说可能不是什么大问题，特别是对一些平时比较活跃的人来说。但对于我，我还是个比较安静的人来的面对不是很熟悉的人的时候。所以让我突然去演一个很搞笑要有很多夸张动作的角色，在舞台上表现出来，确实有点困难，是一个很大的挑战。虽然过程有点艰辛，很累，但看着自己从一开始像木头一样的慢慢一点一点地进步，到最后像模像样地完成了整个小品，感觉挺好的，很有成就感，从中收获了很多，又证实了师兄常说的一句话，只要我们大家一起努力，没有什么问题是我们学生会解决不了的。另外下乡还有一个很重要的收获就是和原来基本上没有交流甚至还不认识的学生会成员有了更进一步的认识了解，这对我们接下来一年的工作都有了很大的帮助。总之，这次短短的8天下乡旅程，是一个永不磨灭的回忆。