

2023年大学生导游实训总结 导游顶岗实习心得体会(大全6篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

大学生导游实训总结篇一

三个月的实习工作快要结束了，在这三个月的时间里，我经历了从学生到老师的角色转换。教学理论一点点转化为教学实践，模拟教学变为真正面对面的教学，尽管生涩、但在慢慢的成熟之中，让我的实习生活充满未知、惊喜、快乐，当然也少不了有挫折和困难。

这三个月的实习，令我感触颇多。我实习的班级是莲塘二小的四年级一班。一大群九、十岁的小孩子，既活泼可爱，又调皮好动。记得2月17日在我第一次踏进教室的那一刻，我感受到了他们用热情目光注视着我，经过指导老师吴小芸老师的介绍，他们便报以热情的掌声以示欢迎，下课后，就有同学围过来和我聊天。这让我很是受宠若惊。

刚开始实习，我的主要任务是听课，听吴小芸老师讲课，再回顾我的任课老师的授课方式，我从中吸取了许多经验，发现了每个老师都会有不同的教学风格，或许这就是教无定论的真正含义。我深深佩服老师在课堂上的应对自如，她通过讲述她身边的故事和例子，加上幽默风趣的语言，虽然没有多媒体的帮衬，但课堂气氛依然活跃。

在听课过程中，我深感，教学是一门艺术，课堂语言是这种

艺术的传达方式。听课的过程，是积累经验的过程。在了解教学流程的同时，也应注意教学方式和组织教学能力的积累。听了两周的课之后，第三周我正式走上讲台，开始我自己的第一篇“处女作”——《蝙蝠和雷达》。当然，刚开始时心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂上出现了“填鸭式教学、讲课重点不突出、讲课顺序不清楚、学生跟不上、讲课速度太快、学生没有兴趣”等等一系列问题。以至于我一课时就讲完了两课时的内容。针对以上出现的这些问题，指导老师要求我多听课、多上课，多向经验丰富的老师学习，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。她没有丝毫的架子，更多的是朋友的亲切交谈。

为了弥补自己的不足，我严格按照指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

随着时间的推移，通过听课和实践，我开始有了一些进步。这时指导老师给了我多次机会，从上课到做练习册再到口语交际，分不同层面锻炼和培养我的授课能力。

在上课的过程中，我遇到了许多困难：譬如课堂秩序、学生不配合等。在我上课时，学生要么就不举手发言，要么就是告状，要么就是开小差，还有的上课讲话。学生的不配合常常令我痛心疾首。当时有人建议我使用强制的方法，如罚站、罚抄写等。诚然，这种方法可以勉强维持课堂秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至使学生产生厌学的心理。作为一名教案工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系，而且教师要把自己当成教学活动中的一员、学生们的良师益友。后来我发现这样做取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。

九、十岁的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差、做小动作，影响教学效果。而且有一个严重

的问题就是，指导老师在后面听课的时候，班上就很安静，没有同学敢说话、开小差，但是一旦指导老师不在的话，班上就闹哄哄的。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加“正”字，哪个小组认真听课，就给哪个小组加一个“正”字，然后下课的时候统计哪个小组的“正”字是最多的，让他们比赛，看看是哪个小组得的“正”字最多。这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差、做小动作，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂，直接向课堂要效益了。

小学四年级的学生喜欢炫耀自己，于是我根据他们的个性和年龄特点，非常注重鼓励他们。只要他们答完问题，我都用鼓励性的语言对他们说：“表扬某某同学”、“真棒”、“还不错”等等。他们得到老师的赞扬，积极性提高了，久而久之，就养成了敢于举手回答问题的习惯了，而且，同学回答问题很好的，我就叫全班同学“竖起大拇指或者是鼓掌！”等动作来鼓励他们，这样，充分活跃了课堂气氛，学生情绪饱满，起到了很好的教学效果。批改作业，纠正学生的错误，弥补其中的不足，是非常重要的。尤其是对于作文的批改，更是认真严格。在批改之后，我都会指出其优点和不足，写上激励的评语，并且评语中强调订正的重要性，并根据各个学生的情况加以勉励之，开导之。对那些在我要求订正之后依然不订正的学生，我在作业上写明。我的指导思想是不断给学生纠正错误的机会，直至认识了错误并改正为止。对于个别情况的学生，我会辅导他们，直到他们主动改正错误。身为一位教案工作者，就是要有足够的耐心和毅力去爱护每一个学生。

在实习的这三个月里，我与学生们建立起了良好的关系。在学生面前，我既是他们的实习老师，又是他们的知心朋友，由于我年纪和他们差距不大，他们有什么疑问都会来问我，把我当做他们的大姐姐。下课时也会和我谈心。有空余时间我就和学生们一起玩，和他们打成一片，这样就加强了我与学生们之间的感情。而在上课时，我对他们提出了很高的要

求，又要有一定的严肃度，这样在学生面前保持了一定的威信。

我的指导老师吴小芸是一位很优秀、很有责任心的老师。在整个实习期间，吴小芸老师给了我许多指导和鼓励。在她的帮助之下，我逐渐成长、蜕变，教学经验也丰富了。从她那里我学到了很多在学校学不到的东西。例如：她对教学工作认真、负责的态度、对学生的爱，以及生活中的善解人意等等。她让我知道做一名老师要有责任心，要心里永远装着那一群可爱活泼的小精灵。并且让我深刻体会到做一名老师容易，但做一名好老师很难。教学工作是复杂而又繁琐。你不仅要管理好整个班集体，还要提高整体教学水平。而且还要顾及班里的每一名学生，不能让一名学生落伍。这就要求教师不能只为了完成教学任务，还要多关心、留意学生，经常与学生进行交流，给予学生帮助。做学生学习上的良师，生活中的益友。

大学生导游实训总结篇二

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导游岗位工作实习这段时间自己体会和心得：

大学生导游实训总结篇三

大学生实习是大学生们走向社会的第一步，也是他们融入职场的良好契机。实习通过提供实际工作经验和职业技能的培养，帮助大学生们更好地适应工作环境，并为他们未来的就业打好基础。本周我进行了一次实习，通过这次实践经历，我在实习过程中明确了自己的目标，并取得了一定的成果。

第二段：对实习环境的认识与适应

刚开始实习的时候，我对实习环境和工作内容都有一定的不了解。然而，通过与同事的交流和观察，我逐渐适应了实习环境，并对工作内容有了清晰的认识。我发现，实习就是一次实践锻炼的机会，只有亲身参与，才能更好地理解工作的要求和流程。在团队合作中，我与同事们互相帮助，共同解决问题，提高了工作效率。

第三段：学到的知识与技能

实习过程中，我学到了很多在课堂上无法学习到的实际知识和技能。我掌握了一些办公软件的操作技巧，学会了如何高效地处理日常工作，并提升了团队合作的能力。此外，我还学会了如何向上级汇报工作进展和问题，并及时沟通解决，这对于提高自己的工作能力和职业素养都有很大的帮助。

第四段：面临的困难与解决方案

在实习的过程中，我也面临了一些困难和挑战。例如，有时会面临工作任务的安排和时间的紧迫，让我感到有些压力。为了解决这个问题，我学会了制定合理的工作计划，并根据重要性和紧急性进行任务的优先级排序。另外，与同事们和领导进行有效的沟通也是解决困难的一种重要方式，通过诚恳的交流，我得到了很多帮助和支持。

第五段：心得与收获

通过这次实习，我不仅学到了很多实际的知识和技能，还深刻体会到了职场的严肃与复杂。在实习中，我充分认识到了自身的不足之处，也意识到了积极主动学习和努力工作的重要性。虽然实习过程中我会遇到各种困难和挑战，但我相信只要坚持不懈，不断提高自己，我一定能够取得更好的成绩。这次实习对于我今后进一步完善自己的职业规划，找到自己的发展方向起到了重要的作用。

总结：

通过本周的实习经历，我意识到实习是大学生们理论与实践相结合的重要环节，是大学生们职业发展的起点。在实习过程中，我经历了适应环境、学习知识与技能、解决困难等多个阶段，取得了成长和进步。我相信，通过不断地实践和努力，我一定能在未来的职业道路上取得更多的成就。

大学生导游实训总结篇四

第一段：介绍实习背景和目的（200字）

作为一名大学生，在校期间参加实习是提升自身综合素质的重要途径之一。本文将从个人经历出发，就大学生实习结束后的心得体会进行探讨。本次实习是在某大型跨国企业的市场部门进行的，实习时间为三个月。通过参与实际工作，我希望能够实际了解企业的运营机制，提升自身专业能力，为今后步入职场做好准备。

第二段：对实习工作的整体评价和收获（300字）

在整个实习期间，我主要负责市场调研和数据分析工作。通过与同事们的合作，我学会了如何撰写调研报告并分析市场动态，也锻炼了自己的数据处理能力。经过三个月的实习，我对市场营销的各个方面都有了更深入的了解，也对企业运营所面临的挑战有了更全面的认识。同时，我还学到了与人合作的重要性，通过与同事们的交流合作，我吸收了他们丰富的经验和知识，提高了自己的团队协作能力。

第三段：实习中遇到的挑战和解决方法（300字）

在实习过程中，我也遇到了一些困难和挑战。由于市场环境的变化较快，我有时候需要迅速作出决策和应对突发情况。在这一点上，我刚开始时显得有些迟疑和不够果断。但是通

通过与同事们的交流和分享经验，我逐渐摸索出了适应快节奏工作环境的方法。在实践中，我也发现了自己的一些不足和需要改进的地方，比如表达能力和时间管理等方面，我会在今后的学习中加以改进。

第四段：对今后职业发展的规划和思考（300字）

通过这次实习，我对未来的职业发展有了更明确的规划和思考。首先，我意识到专业知识是职场成功的基础，因此我将更加注重专业课程的学习和实践能力的培养。其次，我也认识到自身的不足之处，只有在不断积累经验的过程中才能提升自己。因此，我计划在今后的学习和实践中不断去尝试新的领域，提升自己的全面素质。最后，我也意识到积极的心态和沟通能力在职场中的重要性，今后我将更加注重与人交流和团队合作，不断提升自身的协作能力。

第五段：总结实习心得并展望未来（200字）

通过这次实习，我收获颇丰。从实践中学到了很多知识和经验，也看到了自己的不足之处。未来，我将继续保持学习的热情和努力，不断提升自己的专业能力和综合素质。同时，我也希望能够抓住新的机遇，挑战自己的潜能，为实现自己的职业梦想做好准备。总之，这次实习让我更加明确了自己的职业目标和发展方向，我相信在未来的道路上，我能够不断成长和进步。

大学生导游实训总结篇五

第一段：引言（100字）

在这个竞争激烈的社会，大学生实习已经成为了大多数学生提升自身能力和增加就业竞争力的重要途径。作为一名大学生，我有幸参加了为期三个月的实习，在实习结束之际，我不禁反思这段经历带给我的收获和体会。

第二段：实习初期的困惑和适应（200字）

刚开始实习的时候，我面临着许多困惑和不适应。工作环境的陌生和工作内容的复杂让我感到压力山大。我甚至怀疑自己是否能够胜任实习工作，这种焦虑感常常困扰着我。然而，逐渐地，我学会了倾听和观察，通过与同事的交流和观摩他们的工作方法，我慢慢地适应了实习生活，开始逐渐融入团队。

第三段：实习期间的成长和收获（300字）

在实习的过程中，我不仅掌握了专业技能，还学到了很多实践经验和职场礼仪。通过与同事们合作，我深刻地体会到团队合作的重要性，学会了倾听和沟通的方法，提高了解决问题的能力。实习使我接触到了真实的工作环境，面对各种挑战和压力，我学会了保持冷静和乐观，发现自己的优点和不足，并努力改进。这段实习经历让我收获了自信心和自律性，为将来的职业生涯奠定了良好的基础。

第四段：实习总结与自省（300字）

实习即将结束，我开始反思自己在实习过程中的不足之处。首先，我意识到自己对工作流程的理解还不够深入，需要进一步提升自己的专业能力。其次，我在团队协作中有时过于依赖他人，缺乏主动性，需要培养更多的团队合作意识和责任感。最后，我也意识到自己在处理紧急情况 and 压力下的应变能力还需要提高。在未来的学习和工作中，我会努力改正这些不足，不断提升自己。

第五段：实习之后的感悟和展望（300字）

实习结束了，但我的学习和成长之路还在继续。通过实习，我意识到自己的不足和未来的发展方向，我会继续努力提高自己的专业能力和素质，积极拓展自己的视野和知识面，为

以后的就业做好充分准备。此外，实习也让我认识到在职场中的人际关系和人脉的重要性，我将继续培养和发展自己的人际交往能力。最后，我希望自己能够在未来的职业生涯中找到一个自己热爱且能够发挥所长的领域，为社会的发展做出积极的贡献。

总结（100字）

通过这段实习经历，我不仅学到了专业知识和实践经验，也深刻体会到了团队合作和职业素养的重要性。实习让我有机会认识到自己的不足和发展方向，并为将来的职业生涯奠定了坚实的基础。我相信，这段实习经历将成为我人生中宝贵的财富，助我成为一名更加优秀和有影响力的人。

大学生导游实训总结篇六

回想起自己刚来公司的时刻，仿佛就在昨天。由对会籍顾问工作的一窍不通发展到现在能够独立完成工作任务，在工作中领导的带头模范作用感染了我，同事的爱岗敬业精神鼓舞了我，使我认识到作为新领域的一员是值得骄傲的，因为我们的团队是健身行业的带头兵，我们的队员是优秀的健康宣传者，我们始终坚持“身体健康才是工作、生活的首要条件，”的原则，只有拥有一个健康的体魄，才能立大志成大事，万事以身体健康为前提，没有健康的体格，任何的想法和行为只是纸上谈兵，毫无意义。

在工作中，顾客就是我们的上帝，一个甜美的微笑可以给顾客带来一天美好的心情，一句轻声的问候消除了与顾客之间的距离，真正的做到了来到新领域，大家是一家人，给顾客一种宾至如归的感觉。在这里，顾客享受到的不仅仅是健身的乐趣，同时他们享受到了家的温暖，在身体得到有效锻炼的同时，心里也得到了甜蜜的滋润，每当看到客户对我们的服务感到满意的时候，自己心里也感到了前所未有的满足和骄傲。

为此，自己总结了“五步”工作法，即：“聆听、建议、指导、帮助、服务”。客户来到健身俱乐部，就一定有自己的想法和目的，为此，每次客户到来的时候，聆听他们的需求是最关键的一步，只有这样才能真正了解客户想要的是什么，他们想达到一种什么样的健身目的，只有了解到了这一点，才能针对客户的实际情况，做到有的放矢，并提供长久优质的服务。

工作之余，公司领导还给我们多次外出培训的机会，大家一起放松。这强大的团队感染力时刻提醒着我，作为新领域优秀团队中的一员，绝对不能懈怠。在以后的工作中，我要以崭新的姿态和高昂的热情更加努力的为每一个客户提供服务。

健身行业是一个充满朝气的行业，新领域是一个蓬勃发展的团体，相信在我们业务能力、服务水平不断提高的同时，会有更多的人选择新领域，信赖新领域。

衷心的希望公司蓬勃发展，日新月异，也希望越来越多的人加入我们，让我们共同期待新领域美好的明天！

毕业实习的体会、收获：例如；

会籍顾问工作很辛苦，要外出做宣传，同时还有业绩上的压力，几天下来累坏了，长时间站立脚会很疼。有的时候还会受到各种冷遇。我不断给自己鼓励，我不希望自己放弃。虽然累了些，我想别人能做的我也能做，别人能做好的我也一样能做好。一切从基础做起。就把这些辛苦当作人生的一种磨砺吧！有的时候想想自己也很有动力，看到一些想健身的人向自己咨询一些问题，我都很热心给解答，毕竟我给他们提供了一个好的健身场所，把一些健身的理念传授给他们。希望能通过我的努力，能够让更多的人来关注自己的健康，养成一个良好的健身习惯，同时也通过的每个人通过健身过程中的一些收获和好处传给身边的每一个人，通过这样的一个几何递增，我间接的也影响了很多人。

□