

# 2023年大学的收获和总结 大学生教师实习收获总结(优秀7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，提高工作效率，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？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学的收获和总结篇一

回顾这次的实习情况，在最开始的时候，我来到了xx部门。起初的工作十分简单，每天要负责的事情虽然多，但也完全在我的能力范围之内。在这段时间里，我积极的`感受了社会的环境，认识了公司的纪律。

但很快，工作随着我们对公司的熟悉，也渐渐变得复杂起来。不仅增加了很多陌生的工作任务，过去简单的工作也增添了许多的要求。这时候，我才意识到，自己才不过刚刚进门，工作真正的困难还在后头呢！

后来，我跟随领导的培养，一步步的学习，又一次次的接触新的工作，锻炼新的专业技能。其中，很多次我都因为受不了这样的压力止不住的抱怨，甚至想要早些离开这里。但是，我又渐渐在领导的会议中认识到，自己走上了社会和工作，早已经不再是校园中的学生，我难道还要背对困难，逃回到学校中去吗？此后，我真正的将自己看作是一名工作者，并开始逐渐严格的要求自己，锻炼了自己的工作决心。工作能力方面，也终于熟练了起来。

如今，我已经顺利突破了这次实习的难关，但今后，我还会继续努力下去，让自己在社会这个大课堂里，也能取得属于

自己的理想未来！

## 大学的收获和总结篇二

顶岗实习不仅仅是对学生能否在实践中演习知识技能的一种训练，也是对学生的敬业精神、劳动纪律和职业道德的综合检验。

在这次实习中，我们的各个方面都有了进步，相信这次实习给我们带来的经历必须能够为我们将来的学习和生活带给很大的帮忙！

### 一、实习目的

生产实习是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的潜力和方法为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群众意识，即个人智慧只有在融入群众之中才能最大限度地发挥作用。

二、透过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了曲轴制造透过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作潜力和加强劳动观点起了重要作用。

### 三、实习任务

1、较全面、综合地了解企业的生产过程和生产技术；较深入、详细地了解企业生产的设备、工艺、产品等相关知识；了解企业的组织管理、企业文化、产品开发与销售等方面的知识和运作过程。

2、在专业比较对口的实习岗位上，努力将所学的理论知识与实际工作密切结合，并能灵活应用，使自己的专业知识、专业技能及工程实践潜力均得到一次全面的提升。

3、积累必须的工作经验和社稷经验，在职业道德、职业素质、劳动观念、工作潜力等方面都有明显的提高，逐步掌握从学生到员工的主角转换，为毕业后的就业打下良好的基础，提高就业竞争力。

#### 四、实习基本要求：

1、学生在实习企业务必遵守企业的各种规章制度和相应的劳动纪律，不能无故请假和擅离岗位。有特殊状况需要请假或改变实习企业的务必征得实习企业和指导教师的同意。

2、学生在实习期间务必严格遵守岗位操作规程和安全管理制皮度，严防工作职责事故和人身安全事故的发生。

3、务必遵纪守法，模范遵守公民的社稷公德，不得从事法律法规、厂纪厂规、校纪校规所不允许的各项活动。

4、努力工作，用心完成实习单位指定的工作任务，虚心学习，主动、诚恳地向工人师傅、工程技术人员及企业管理人员求教，刻苦钻研。

5、应多与指导教师联系交流，及时得到教师指导。

#### 五、实习资料

##### (一)安全教育：

1、事故发生的因素人为因素——不安全行为，物的因素——不安全因素。

2、发生事故的认为因素

1)、管理层因素；2)、违章□a□错误操作b□违章操作c□蛮干3)。安全职责(素质)差。

### 3、入厂主要安全注意事项

1)、防火防爆;2)、防尘防毒;3)、防止灼烫伤;4)、防止触电;5)、防止机械伤害;6)、防止高处坠落;7)、防止车辆伤害;8)、防止起重机械伤害;9)、防止物体打击;10)、班前班中不得饮酒。

### 4、设备内作业须知：

2)、设备上与外界连通的管道，孔等均应与外界有效的隔离

3)、进入设备内作业前，务必对设备内进行清洗和置换

4)、应采取措施，持续设备内空气良好

5)、作业前30分钟内，务必对设备内气体采取采样分析，采样应有代表性

6)、进入不能到达清洗和置换要求的设备内作业时，务必采取相应的防护措施

7)、在容器内工作时因照明良好，照明用电应小于等于36v的防爆型灯具

9)、设备内作业务必有专人监护，并应有入抢救的措施及有效保护手段

10)、《设备内安全作业证》由施工单位负责办理，该项目的负责人或是技术员填写作业证，上检修作业单位应填写的各项资料。

(二)流水线生产特点的简要介绍：顾名思义，流水线就是团体的工作，每个员工务必认真的做好自己的工作，因为整个流水线的每个工序都是紧密联系的，可能会因为某个工序的

错误而造成整个流水线生产出来的产品为废品。

(三)学习和了解机床的结构型式、结构种类和作用。

(四)学习和了解工厂车间的生产组织管理状况，生产工艺等等。

(五)实习期间进行了社会主义、爱国主义教育、进行爱劳动、守纪律教育，进行安全教育。

## 六、实习过程

### 1、安全教育

在实习开始时，学校组织我们到公司由专业人士对我们进行安全教育，讲解了安全问题的重要性和在实习中所要遇到的种种危险和潜在的危险等等。

### 2、车间实习

我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在指定的车间进行实习，透过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习资料。

3、理论与实际的结合为了能够更加深入的进行车间实习，在实习过程中，我们结合了所学的书本知识与实习的要求，将理论与实际进行了完美的结合，也更加的促使我们不断地进行学习与研究。

### 4、实习工作总结

在实习中，我们将每一天的工作、观察研究的结果、收集的资料和图表、所听报告资料等均记入到了实习日记中。随时理解老师们的检查与批改。

## 七、其它活动

在完成好我们所实习业务资料的同时，常常利用现场学习的机会，开展向社会、向工人和工程技术人员实习的活动。在空余时间里还组织球赛、踢毽子、乒乓球等活动，并加强进行思想政治教育活动等等。

## 八、实习感悟

生产实习是我们学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，理论与实践相联系的重要途径。其目的是使我们透过实习在专业知识和人才素质两方面得到锻炼和培养，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基础。

透过生产实习，使我们了解和掌握了车间管理、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等资料，加深对电子器件的工作原理、设计、试验等基本理论的理解。使我们了解和掌握了工厂车间的工作和管理等方面的知识。为进一步学好专业课，从事这方面的研制、设计等打下良好的基础。其次，对自己的动手潜力是个很大的锻炼。实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手潜力，就奢谈在未来的科研尤其是实验研究中有所成就。在实习中，我锻炼了自己动手技巧，提高了自己解决问题的潜力。

## 大学的收获和总结篇三

教学就是教与学，两者是相互联系，不可分割的，有教者就必然有学者。学生是被教的主体。因此，了解和分析学生情况，有针对地教对教学成功与否至关重要。

最初到学校的时候，我对学校学生的基本情况和基础都不了解，也没有注意到学生这个角色在我的教学活动中的重要性。

我一开始只是研究书本和教材，不断的翻阅资料，想方设法让课堂生动，而忽略了教学的内容和学生的联系，也没有注意去了解学生的水平。在讲授第一堂课的时候，我碰了钉子。我按照自己的学习计划，跟着教案，上了一堂自认为生动又容易接受的英语课。我在讲台上很卖力的说着事先准备好的教学内容，慢慢地发现学生从最初的满眼的期待渐渐失去了学习的兴趣，最后能认真听课的人越来越少。

课后，我认真听了同学们的反应，作了认真的思考才知道，学生们的基础没有我想象中的好，而我讲的口语大部分同学都听不懂，学生最开始听课，是冲着新老师那股新鲜感来的，由于对英语的掌握不够，听不懂了之后就干脆不听了。可见，我上课之前没有了解学生的真实情况，让我的教学工作走了歪路。仔细想想，一方面，农村的学生，英语听说能力相对较弱。尽管他们这几届的学生都是从小学三四年级就开始学英语，但是由于小学甚至初中的学校里教育设施从硬件上和软件上都没有一个相对较高的水平，硬件没有好的学习条件，没有语音室，没有多媒体设施，而软件上没有很好的英语老师，他们的英语学习只强调了一个考试的时候有好的分数，几乎完全忽略了听英语的能力和说英语的能力，因此，授课的时候采用全英教学，同学们还不能适应。另一方面，我上课的班级比较活跃，上课的气氛一开始很积极，但是事实上学习成绩中等生占多数，尖子生相对较少，也就是说中下层面比较广。把知识讲得不够详细就没有照顾到整体的水平。我备课的时候完全没有注意到这一点，因此才会出现教学的效果不理想。

由此，我得出的结论是，了解和分析学生的实习情况，事实求是，具体问题具体分析，做到因材施教，对授课的效果有直接的影响。在教育教学中，备教法的同时要备学生，这一理论在我的教学实践中得到了验证。

在教学活动中，备课是一个必不可少，十分重要的环节，备学生，又要备教法。备课不充分或者备得不好，会严重影响

课堂气氛和积极性。实习的时候，有一个老师跟我说，上课之前一定要备好课，备课备不好，还不如不上课，否则就上白费心机浪费时间。我明白了备课的重要性之后，就花了很多的时间在备课上面，认认真真钻研教材和教案，不到满意的程度就不收工，后来的事实证明我是正确的。一堂准备充分的课，会令学生和老师都获益不浅。

英语是一门外语，对学生而言，既生疏又困难，在这样一种大环境之下，要教好英语，就要让学生喜爱英语，让他们对英语产生兴趣。否则学生对这门学科产生畏难情绪，不愿意学成绩就自然不能提高。为此，我采取了一些方法。首先，我帮助班上的同学改英文名，让学生叫我的英文名字而不是单纯而老土的称呼misstang然后，我在上课的时候尽量多讲一些关于英美国家的文化，生活故事，事实上，我在大学里所学的英美国家概况和美国文化等课程给了我很大的帮助；这样的一些方法确实能让他们更了解英语，更喜欢学习英语。只有兴趣上来了，他们才回积极主动的去学习，这样才能让成绩和能力有所提高。学生主动去学，比填鸭式的教学更让老师事半功倍。

因为英语的特殊情况，学生在不断学习中，出现好差分化现象。这对于成绩差的学生而言，由于自尊心缘故，长期的成绩处于班级底端会让他们提起来的兴趣再降下去；而对于成绩好的学生而言看似没有影响，但是差生面扩大，会严重影响班内的学习风气，因此，这样的现象绝对不能忽视和纵容。为此，我在了解了这样的情况之后制定了具体的计划和目标：对于基础和成绩好的学生，我不放弃对他们的鼓励，对于他们的进步我不断的表扬并鼓励他们去学习新东西；而对于基础很差的同学生，我常常单独的找他们聊天，适当的引导，告诉他们学习是一个缓慢的过程，不能因为一时的成绩而放弃了以后的学习，对于他们取得的小点的进步，我也会给予极大的鼓励；对于那些有一点基础，但是学习态度松散的同学，我给他们单独布置任务，监督他们完成，不让他们有偷懒的机会，让他们发挥应该有的水平。

一个月的实习完了，在整个过程中，我学到了不少的知识，懂得了很多课本上没有的技能，但是在整个月的表现中，也有很多的不足和还值得去认真学习的地方，希望在未来的日子里，得到有经验的老师们的指导，我也会通过自己的努力，不断的改进自己，获得好的学习经验和取得好的学习成绩。

文档为doc格式

## 大学的收获和总结篇四

梦想绝不是梦，两者之间的差别通常都有一段非常值得人们深思的距离。今天本站小编给大家为您整理了大学生实习个人收获及总结，希望对大家有所帮助。

时光匆匆，转眼实习已经快半年了，回顾其中的点点滴滴，让我亲身体会到社会真的是一所大学，工作中既有成功后的欣喜和激动，也有挫败后的失落和无奈。在师傅们的谆谆教导下，我在收获业务技能的同时，内心也经历着微妙的成长。

因为机缘巧合，我很顺利的进入了一家玩具公司，成为一名行政人事文员。我的工作主要包括处理每天的考勤、接待求职员工并进行解说，及员工入职、请假、辞职手续的办理、人事档案的整理、保管、用工合同的签订等。在工作的过程中，既有收获的喜悦，也有失败的遗憾。

由于我是新来的人员，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。前几天就是整理一些简单的资料，填写一些劳动合同。刚步入工作岗位，才发现自己有很多都不懂的地方，于是我就向我同一个办公室的女孩学习一些办公知识，她是一位老员工，工作的时间比较久，所以她对公司的事情都比较了解。作为行政人事文员，所做的事情比较琐碎繁杂，指导我的同事教我，做事情要分主次、有条理，有耐心。说着容易，做着难。每天要处理考勤、办理入职和辞职人员的

手续、填写用工合同、整理废旧纸张再利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好，这样就不会乱。一段时间之后我对工作上的事情逐渐熟悉起来，我从处理考勤开始。虽然看似一个简单的动作就能处理完整的流程，但实际操作起来却并不是行云流水般流畅的，这其中所抱露的细节问题也决不是可以草草了之的。每天面对着考勤里面那么多的数字，需要一个一个检查，眼睛是很容易看花的，一不小就会漏查的。

刚开始处理考勤经常出错，然后也会被领导批评，感觉做的很吃力，心情自然也不会高兴，但是渐渐的在同事的帮助和指导下，随着自己熟练程度的增加，我已经慢慢从常犯错，减轻到少犯错，犯小错，并争取不犯错。错误减少了，领导也不会再批评了，从中也得出了自己的心得，做起事情来也没那么大的压力了，心情也就轻松多了。正如我们领导说的：“做考勤需要的不是超凡的智力，而是一份细心和耐心。”确实如此，处理考勤的工作是一项看似简单但精密度很高的工作，它需要的是更多的耐心和细心，所以我一直都在培养自己这方面的能力。我把每次犯错都做为对自己的一次警示，更是做为自己迈向成功的一道道关卡，人生不拒绝犯错，重要的是看待错误的正确态度和之后的自省。正好最近公司快要验厂了，要做的事情很多。要“分主次，有条理”是做好事情的关键，我时刻牢记着这句话。

我现在的工作主要是负责公司员工的考勤和一些人事资料(包括新员工入职和员工辞职)，因为要验厂所以我所做的任何一件事情看似微乎其微，其实都关乎到公司的以后的发展，是不能够出任何的差错。准确，是对工作质量的最低要求。考勤管理的准确性，涉及的方面很多，比如每天在处理考勤的时候，发现哪个部门哪个员工的考勤有异常，就要与这个部门的负责人进行沟通，了解其中的原因。简要地说，就是：办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。员工的入职资料，就要保证文件的质量，材料要真实，写字要认真，

校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错，否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

工作中，我接触了一些办公用品，如传真机、打印机、扫描仪等，刚开始的时候这些东西我都不会用，因为在学校的时候没有用过这些，于是我就采用了看、问、学等方式，掌握了这些机器的基本操作，了解了公司办公的基本情况，为以后工作的展开奠定了坚实的基础，做事情的时候也就顺利多了。同时在此期间我也学到了许多更有用的东西。在这一过程中，从个人发展方面来说，我认为对我影响最大的应该是一个人在工作中的作风及一个良好的心态。

虽然我是一个心理学老师，在高中属于副科，但我对这份职业充满了热情，我开始是听课，听课时我认真记录x老师的讲课笔记，课后与x老师交流我听课的心得，虽然x老师也是刚刚从师大毕业的，但老师授课幽默，学生都很喜欢上他的课，在杜老师的指导下，我开始学习备课，并且我利用课间休息和学生们交流，听听他们对心理健康课的认识，以及他们对这个课的需求，综合多方面的因素，把我背的课修改了好多次，我背的课终于可以通过，但我还是不敢走上讲台，在杜老师和年级组长的鼓励下，我走上了讲台，一堂课下来，我手心都出了很多汗，不过好在学生们都很配合，我的第一堂课算是还好了，讲完课我才切身的体会到“台上一分钟，台下十年功”，真不容易，学会了书本上的知识，并不等于你可以教授给学生，让学生也明白，并且不是强制性的明白。课后x老师告诉我，学生对我的评价不错，如果我留在学校任教，他们会很欢迎的。课余时间我会到心理咨询室坐班，高中生时间都比较紧，一般去的学生都是挑在做广播体操的课间休息和下午来上课之间的空闲时间。所以时间紧，学生咨询的大部分都是一些关于学习的问题，或者和同学之间的矛盾。在校园里，我时刻严格要求自己，无论从思想上还是行动上都一丝不苟，待人接物热情有礼，在做好自己本分工作之余，我还会尽量帮助办公室老师做一些我力所能及的工作，

所以老师有什么关于学生的信息都会与我分享，甚至家里的问题也会和我讨论，老师们都说，我总是微笑面对人生，跟我聊天，感觉很舒服，我感觉到自己被接纳了，特别的开心，所以在实习结束时，我特别舍不得这得老师和学生，我也很感谢这的老师和学生，借了一个舞台给我，让我充分的展示了自己，也发现了自己的不足，我想如果将来有机会，我会走向这个职业。

每次在回望过去的时候，总要感叹一番光阴的流逝。现在我的实习已经结束，好像还是不久前才去学校联系的，现在我就坐在电脑前回想着我实习的情况，写着我的实习总结。但就是这短短一个多月的时间，留给我的却是无限充实的回忆。第一次上讲台，第一次以老师的身份和学生交流，无数的第一次就在这短短的一个半月里发生。

首先，我利用课间记住学生的名字，虽然是副科老师，但我觉得记住学生的名字，表示你重视他们，学生也会尊敬你。如果记不住学生的名字，学生就会觉得自己在老师心中没有地位。觉得老师不关心自己，甚至会产生隔阂。事实证明我的做法是对的，这也使我明白了：沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。

了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

都说实践才能出真知，本以为自己已经掌握教育学原理，在实际应用中才发现以前都只是纸上谈兵，而老师们对素质教育深刻的独到的理解都让我们受益非浅。老师们一直向我们强调，无所谓什么样的教学手段，什么样的教学内容，最重要的是要提起学生的学习兴趣；教学以学生为主老师为辅；上课的时候老师要多留给学生思考的空间；善于发现学生的优点，并及时地毫不吝啬地给予表扬……这些都是他们反复向我们强调并要求我们应用到实际教学中的教育理念。

而老师的丰富教学经验，更是让我佩服不已。为了上好每一节课，让学生认为枯燥的书本内容变成是生动的科学知识，让他们感兴趣，老师们都要花上几倍的时间来备课，老师们上课时生动活泼，教学内容详略得当，侧重点分明，这些从课堂上学生的反应就可以窥见。

实习，就像进了社会大熔炉一般，千淘万漉虽辛苦，就算被磨练得遍体鳞伤，也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。我在实习中逐渐变得“勇敢”。虽然开始也会有顾忌，怕“主动出击”会招惹“不知天高地厚”的蔑视。但事实告诉我，应该对自己有信心，应有勇气去尝试。即便在尝试中失败，也能让自己成长，没有锻炼的机会，谈何积累和成长？而这一切，只能靠自己去争取。等待，只能让你在沉默中消亡，只有主动，才能为自己创造良机。实习，陪伴我经受了挫折，也经受了欢乐！

实习的经历虽已经过去，可我还会回头去看一下我在那里留下的脚印，我相信那不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！正是：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬身！”回到学校以后，我将更加利用每一分钟，充实自己，多学习一些课外的知识，努力将我的专业更专业化，取得更优秀的成绩来回报我的老师，我的父母，更加体会了老师这个职业，更加了解了我们的老师的伟大，并向老师交流学习更多的知识，如果将来有机会，我希望能走入这个行业，为祖国的未来尽我的绵薄之力。

测量学首先是一项精确的工作，通过在学校期间在课堂上对测量学的学习，使我在脑海中形成了一个基本的、理论的测量学轮廓，而实习的目的，就是要将这些理论与实际工程联系起来。测量学是研究地球的形状和大小以及地面点位的科学，从本质上讲，测量学主要完成的任务就是确定地面目标在三维空间的位置以及随时间的变化。在信息社会里，测量学的作用日益重要，测量成果作为地球信息系统的基础，提供了最基本的空间位置信息。构建信息高速公路、基础地理

信息系统及各种专题的和专业的地理信息系统，均迫切要求建立具有统一标准，可共享的测量数据库和测量成果信息系统。因此测量成为获取和更新基础地理信息最可靠，最准确的手段。测量学的分类有很多种，如普通测量学、大地测量学、摄影测量学、工程测量学。作为建筑工程系的学生，我们要学习测量的各个方面。测绘学基础就是这些专业知识的基础。

通过这次的实训，才整整了解到，一次测量实习要完整的做完，单靠一个人的力量和构思是远远不够的，也是不可能将要做的工作做好。只有小组全体成员的合作和团结才能让实习快速而高效的完成。正所谓“三个臭皮匠，顶个诸葛亮”，只有我们团结起来，什么困难都不再是困难了。另外这次测量实习也培养了我们小组的分工协作的能力，增进了同学之间的感情，深化了友谊，将原本的一些“陌生人”联系的更紧密了。当然在实习过程中难免会碰到一些疙疙瘩瘩的事情，闹得大家都不愉快，各有各的方法和见解，但是我们能够及时地进行交流和沟通，错误的一方也不那么的固执，对的一方也不那么的显摆，忘记了昨天的不愉快，迎接新的朝阳！当然也相信学校让我们实训的另一目的是为了让我们每个学生更加深刻的了解怎样熟练的使用全站仪和水准仪，并且能够单独的完成一项工作，达到相应的锻炼效果后进行轮换，以达到共同进行的目的，而不是单纯抢时间，赶进度，草草了事收工，在这一点上我们本组是做的很认真的，每个组员都分别进行独立的观察，记录每一站，对全站仪测量都是在现场进行计算，发现问题及时解决，没有对上一步的检核，绝不进行下一步的测量，做到步步有检核，回来后还要对内业进行准确计算，因为这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高测量的效率，避免测量的不准确还要进行重测。即使重测，我们怀着严谨的态度，错了就返工，决不马虎。我们深知搞工程这一行，需要的就是细心、耐心、毅力和做事严谨的态度。所以我们一直在克服以前的缺点，一步一个脚印的想前迈进！

## 大学的收获和总结篇五

虽然我是一个心理学老师，在高中属于副科，但我对这份职业充满了热情，我开始是听课，听课时我认真记录x老师的讲课笔记，课后与x老师交流我听课的心得，虽然x老师也是刚刚从师大毕业的，但老师授课幽默，学生都很喜欢上他的课，在杜老师的指导下，我开始学习备课，并且我利用课间休息和学生们交流，听听他们对心理健康课的认识，以及他们对这个课的需求，综合多方面的因素，把我背的课修改了好多次，我背的课终于可以通过，但我还是不敢走上讲台，在杜老师和年级组长的鼓励下，我走上了讲台，一堂课下来，我手心都出了很多汗，不过好在学生们都很配合，我的第一堂课算是还好了，讲完课我才切身的体会到“台上一分钟，台下十年功”，真不容易，学会了书本上的知识，并不等于你可以教授给学生，让学生也明白，并且不是强制性的明白。课后x老师告诉我，学生对我的评价不错，如果我留在学校任教，他们会很欢迎的。课余时间我会到心理咨询室坐班，高中生时间都比较紧，一般去的学生都是挑在做广播体操的课间休息和下午来上课之间的空闲时间。所以时间紧，学生咨询的大部分都是一些关于学习的问题，或者和同学之间的矛盾。在校园里，我时刻严格要求自己，无论从思想上还是行动上都一丝不苟，待人接物热情有礼，在做好自己本分工作之余，我还会尽量帮助办公室老师做一些我力所能及的工作，所以老师有什么关于学生的信息都会与我分享，甚至家里的问题也会和我讨论，老师们都说，我总是微笑面对人生，跟我聊天，感觉很舒服，我感觉到自己被接纳了，特别的开心，所以在实习结束时，我特别舍不得这得老师和学生，我也很感谢这的老师和学生，借了一个舞台给我，让我充分的展示了自己，也发现了自己的不足，我想如果将来有机会，我会走向这个职业。

每次在回望过去的时候，总要感叹一番光阴的流逝。现在我的实习已经结束，好像还是不久前才去学校联系的，现在我

就坐在电脑前回想着我实习的情况，写着我的实习总结。但就是这短短一个多月的时间，留给我的却是无限充实的回忆。第一次上讲台，第一次以老师的身份和学生交流，无数的第一次就在这短短的一个半月里发生。

首先，我利用课间记住学生的名字，虽然是副科老师，但我觉得记住学生的名字，表示你重视他们，学生也会尊敬你。如果记不住学生的名字，学生就会觉得自己在老师心中没有地位。觉得老师不关心自己，甚至会产生隔阂。事实证明我的做法是对的，这也使我明白了：沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。

了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

都说实践才能出真知，本以为自己已经掌握教育学原理，在实际应用中才发现以前都只是纸上谈兵，而老师们对素质教育深刻的独到的理解都让我们受益非浅。老师们一直向我们强调，无所谓什么样的教学手段，什么样的教学内容，最重要的是要提起学生的学习兴趣；教学以学生为主老师为辅；上课的时候老师要多留给学生思考的空间；善于发现学生的优点，并及时地毫不吝啬地给予表扬……这些都是他们反复向我们强调并要求我们应用到实际教学中的教育理念。

而老师的丰富教学经验，更是让我佩服不已。为了上好每一节课，让学生认为枯燥的书本内容变成是生动的科学知识，让他们感兴趣，老师们都要花上几倍的时间来备课，老师们上课时生动活泼，教学内容详略得当，侧重点分明，这些从课堂上学生的反应就可以窥见。

实习，就像进了社会大熔炉一般，千淘万漉虽辛苦，就算被磨练得遍体鳞伤，也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。我在实习中逐渐变得“勇敢”。虽然开始也会有顾忌，怕

“主动出击”会招惹“不知天高地厚”的蔑视。但事实告诉我，应该对自己有信心，应有勇气去尝试。即便在尝试中失败，也能让自己成长，没有锻炼的机会，谈何积累和成长？而这一切，只能靠自己去争取。等待，只能让你在沉默中消亡，只有主动，才能为自己创造良机。实习，陪伴我经受了挫折，也经受了欢乐！

实习的经历虽已经过去，可我还会回头去看一下我在那里留下的脚印，我相信那不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！正是：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬身！”回到学校以后，我将更加利用每一分钟，充实自己，多学习一些课外的知识，努力将我的专业更专业化，取得更优秀的成绩来回报我的老师，我的父母，更加体会了老师这个职业，更加了解了我们的老师的伟大，并向老师交流学习更多的知识，如果将来有机会，我希望能走入这个行业，为祖国的未来尽我的绵薄之力。

## 大学的收获和总结篇六

大家好！

通过两天的军训，我学到的东西真不少。不仅仅体会到当一名军人的不易，也感受到了群众的温暖，团结的力量。当初枯燥、压抑的感觉也一去不复返了。因为我变得敢于挑战自我，战胜自我了，做任何事情也都充满了自信。站军姿锻炼了我的耐力；练习正步锻炼了我的意志；学唱军歌对我进行了深刻的教育。这一切使我懂得一分耕耘，一分收获。但要做到，努力和方法缺一不可。针对自我的状况，我总结了一下经验：首先教官教的动作要领要记熟，训练的时候，姿势要标准，养成整齐划一的习惯。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相

争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。

我将在感受军训酸甜苦辣的基础上，享受苦中至甜的人生乐趣。相信这将是我一生中最难忘的日子！雨过天晴的天空中出现了一道绚丽的彩虹，仿佛在为我们鼓励加油。加油吧，坚持就是胜利！

谢谢大家！

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](#)

## 大学的收获和总结篇七

一、思想政治方面 作为一名教师，我在思想政治上，时刻与党与政府保持高度一致，将“稳定一切”紧密贯穿于教育教学中。我积极参加学校组织的各项政治学习，思想上积极要求进步。自觉遵守学校各项规章制度，作风扎实，工作勤勤恳恳，任劳任怨。热爱党的教育事业，无私奉献。同时，严格要求自己，加强自己的理论学习和师德修养，并且务实地进行师德实践。

二、认真教学，育人为本 参加工作以来，本人认真备课、上

课、听课，及时批改作业、讲评作业，做好课后辅导工作，广泛涉猎各种知识，形成比较完整的知识结构，严格要求学生，尊重学生，使学生学有所得，从而不断提高自己的教学水平和思想觉悟，并顺利完成教育教学任务。

下面是本人的教学经验及体会

1. 提高教学质量，关键是上好课。为了上好课，我做了下面的工作

(1) 课前准备：备好课。认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念，每句话、每个字都弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好。考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

(2) 课堂上的情况。组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病，课堂提问面向全体学生，课堂上讲练结合。

2. 提高教学质量，还要做好课后辅导工作。及时点评学生的课后作业，讲解重点及难点。认真回答学生课后提出的问题，与学生之间做好沟通工作。

3. 积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。

听课是提高自身教学能力的一个好方法，新老师只有多听课才能够逐渐积累经验。

4. 培养多种兴趣爱好，博览群书，不断扩宽知识面，为教学内容注入新鲜血液。在教给学生一瓢水的时候自己先有一桶水。通过阅读各种书籍、资料增加自己的知识含量及深

度。

教育工作，是一项常做常新、永无止境的工作。

三、加强学习，提高自身素质 随着教育教学改革的不断深入，时代对教师的要求越来越高，越来越严。要求教师终身学习，自觉进行知识与观念的更新。增强自身修养与适应能力，不断提升自己的综合文化素养。作为教育 的一员，要适应形势的需要，跟上时代的步伐，认清素质教育对人才培养的时代标准，就要不断学习，更新教育理念。因为良好的教师素质是提高教育质量的关键，是提高课堂效率，落实素质教育的根本。教师只有不断学习，不断进取，不断完善自我，才能在课堂教学中适应教材、适应学生、 适应课堂。才能在课堂教学中渗透符合时代信息的活水，才能常教常新。

四、务本求实，做好本职工作 严格遵守学院的各项规章制度，不迟到、不早退、有事主动请假。在工作中，尊敬领导、团结同事，能正确处理好与领导同事之间关系，此外对于系里安排的其他工作，本人也积极主动去完成。

另外，学校的中心工作是教学，课堂教学是学校教育的主渠道。而作为一线的教师，首要的任务就是备课、上课、改作业。为上好每一节课，我首先做到了认真备课，教学实践使我深有体会，只有 教师认真做好课前准备，才能上好课，备课不仅是提高教育教学质量的一个重要条件，也是教师不断丰富自己教学经验的必要途径。为备好课，自己认真学习课标要求，查阅有关的参考资料，刻苦 钻研教材，结合所带班级的实际情况，确立适合的教学目标，写出切实可行的教案。

在认真备课的基础上，选择恰当的教学方法，精心组织课堂教学。课堂上尽量做到活、实、全。

活：教学方法活和学习方法活；实：基础知识扎实；全：即面向全体，全面提高教学质量。真正做到人人有收获，个个有

提高。在教学生掌握基础知识的同时，注重智力的开发，能力的培养，素质的提高。并结合学科特点，向学生进行思想教育。

1、教学方法的把握还不是很成熟，仍需继续努力并向其他教师学习。

2、在教学研究方面尽管读了一些相关的书籍，有所收获，但我深知还有很多要学。

3、专业知识的储备上还稍显不足。

以上是我教学工作大体情况，希望在以后的工作中领导及老教师们能多多指点及帮助，自己争取尽到一名优秀教师应有的责任，也争取在教学方面取得更多的进步！