

高一的个人总结(优质12篇)

通过学习总结，我们可以总结出一些学习方法和技巧，从而提高学习效率和成果。为了帮助大家更好地总结考试，请看以下一些范文。

高一的个人总结篇一

作为班主任，如果要有效地开展工作，首先必须做的到的就是要了解学生。起初一个月的时间，我通过和任课老师与同学的交流，再加上平时的观察，对班级每一个学生的大致情况和存在问题有了一定的了解。班级构成女生偏多，而且男生大多比较慢热，在一开始的时候各类活动的开展推进都有一定难度。班干部和我说起，大部分同学就像是一杯温开水，不愿意积极主动地参与集体的活动；而任课老师则反映，同学上课的时候更多地是安静地听，与老师缺乏交流反馈；自然而然，同学之间的关系看来也比较冷淡。国庆通宵活动的时候，不少学生显得格外安静、拘谨，似乎还不习惯和相识不久的新同学有更多的交流，交流的范围仅仅局限于同桌之间或是前后排。针对这一现象，我首先在期中考试以后在保留同桌的基础上调整了前后座的位置，增加同学间的交流机会，同时我也准备利用圣诞节的机会开展了一次班级活动，进行一次简单而温馨的礼物交换游戏，在考验同学间的熟悉度的同时收获一份特别的祝福。

9月的班委1.0版主要是由学生自我推荐，班主任任命模式构成的，在国庆通宵以后则进行了自荐推荐+网络投票模式的改选，形成了目前的班委2.0版。作为班主任，我会定期与班干部交流，听取他们在工作中遇到的问题以及对于班级事务的一切看法，并且适时地给予指导。同时也会听取一些同学对于班干部工作的评价，并且给予反馈。在学校的行为规范准则的基础上，我们由班干部共同制定了班级制度和奖惩制度。学生们对于自己制定的班规认同度很高，如果有同学违反了

班规，对于自己制定的惩罚制度也更容易接受。既提高了学生自主管理的意识，也让他们更重视日常规范的重要性。

在期中考试之后，我组织一次早自修和一次班会活动进行学习方法指导，邀请在高中学习方面适应得比较好的同学介绍他们的学习经验，并且组织了一次班会，在小组讨论的模式下，探究21世纪学生应该具有的学习能力。对于在学习方面仍未能完全适应的学生，则个别帮其分析问题，关注他们的心理健康，帮助他们建立信心。在每次阶段性的考试之后，我会及时表扬成绩优秀和进步显著的同学，提高他们的学习积极性。

高人的第一学期是学生适应高中生活的关键期，无论是生活还是学业上，通过各方面的努力，7班的同学总体适应力还是很不错的，下学期即将面临数学和英语的分层教学，班级的管理也会面临更多新的挑战。不过我一定会继续努力，带领高一7班不断地进步，取得更好的成绩。

返回目录

高一的个人总结篇二

今天早上，年级组长把这次期中考试的所有数据都整理出来了，单看成绩，所教的两个班在同类的班级还算不错的，6班（体育班）的平均分是44.76，10班（理科班）的平均分是40.95。且10班的尖子分也较突出，在年级表彰的前20名中，10班包揽了前三名。尽管表面上的成绩是令人满意的，但细细分析学生的考卷，有几个方面不得不令我深思：

一、优生到底是我教会还是学生自己学会的。因为我校数学科在进行《高中数学必做100题》的实验，本次的考卷的题目在考前把试卷类似的题型已经让学生先做了，并且还评讲了，有些题目甚至都已讲了好多遍，为什么仍有这么多的学生做不出来、考不好！这其中的原因是什么呢？反思平时的课堂，

我经常是怕自己所讲的内容学生不明白，于是不停地讲，讲到学生好像是明白了。通过考试再一次证明，大部分学生是不明白的，就算课堂上点头表示明白的也仅是似懂非懂的。所以，这种认为自己讲了很多遍之后，学生就记住了、掌握了的想法是错误的。实践证明，只有让学生经历知识的形成过程，他才能有效地掌握所学的知识。从这次考试上也充分证明了这一点。

二、严师不定有高徒，但不严的老师一定没有高徒。人都有懒惰的天性，特别是我们学校那个层次的学生，他们其中大部分都没有在学习中体会到快乐的，所以，他们都会想方设法去偷懒。如果教师要想大部分学生都掌握较好，还得在课堂上、作业上严格要求他们，并严防学生不做作业或假做作业。本次考试就是个例子，像考了1分，3分，7分，9分的学生就是典型的. 偷懒分子，他们根本就没有把之前布置的作业去落实，而这样的成绩出来后更加打击他们的信心，且形成恶性循环，学生便会自暴自弃，而且师生关系恶化。所以，在今后的教学过程，对于这部分后进生除了倾注更多的爱心外，还要对他们更加严格。

三、个人教学水平提高了，学生的水平也会提高的。虽然从教也有几年了，但对教材的研究还不够，没能够很好地联系学生的生活实际，因而课堂上不能很好的调动学生的积极性。特别是对于差生的教育没有很好的办法提高他们学习数学的兴趣。同时，自己的教学思路不够开阔，常常会固守于教材，学生在学的时候也学的较死，不能举一反三。考卷上的简便计算就反映了这一点。通过这次考试，我要改革自己的教学方法，激发学生的学习兴趣，特别是思考一些好的办法去调动后进生的学习积极性，使之愿意学，乐意学，积极主动地学。在个人专业素养方面也努力提高自己。平时多看一些有关教学方面的杂志，特别是与自己所教年级有关的。多听课，多向有经验的老师学习。

[返回目录](#)

高一的个人总结篇三

本学年度，我班班务工作将贯彻落实《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，围绕学校的具体要求积极开展工作。加强对全班德育工作的统筹领导，充分调动、发挥班委会工作的主动性、积极性，狠抓基础道德教育和日常行为规范教育，以规范化、精细化管理推进班级育人和管理水平，深化落实学校的具体要求，全面提高学生的思想道德素养和日常行为规范。

我班绝大多数同学都来自于农村初级中学，刚来到高中读书，普遍感到缺乏信心，总认为自我比不上其他的学生，尤其是在英语的学习上信心严重不足。再就是有极个别同学缺乏远大的梦想，学习缺乏目标和动力，为了这个班的健康运行，班主任就十分有必要对他们进行这方面的教育。

1. 由于这个班刚刚组建，学生来自于不一样的'学校，更来自于不一样的班级，以往的教师对他们的要求存在着明显的差异。

学生行为习惯的培养就成了本期工作的重中之重。

2. 按照学校的管理制度，认真履行班主任工作职责，发挥班主任的纽带和核心作用，团结、配合科任教师的工作，构成一个团结、向上、具有亲和力的教师团体。

把班级大胆地“交还”给学生。日常班务全部由班、团干部负责；着力培养班团干部的职责感以及组织、管理本事；制定各类班干工作职责及评价细则；打破班团干部“终身制”，让全体学生都有为班级服务，理解锻炼，一展才华的机会；班委会及团支部制定班、团计划，由全班同学讨论经过；三好学生、优秀干部、优秀团员等均由学生投票产生，班级大事(某个重大决定的作出、某次活动的开展等)由学生讨论决定。

1. 建立“学生值日班主任制度”：由常务班长按轮次安排常务班委和团支委成员轮流每人一天代理“班主任”，在这一天里充分享有班主任的权力，严格履行班主任的义务，尽职尽责地发挥自我的管理才干，全班同学像尊敬班主任教师那样尊敬他。

经过一学期以来的试点，有必须的效果。

2. 设立奖励、惩罚机制。

中期和期末进行民主评议，评出优秀班干部、合格班干部，给予不一样层次的奖励；对于不合格的班干部，则督促其认真总结经验教训，在此基础上为班级主动做二件好人好事，将功补过。

3. 充分利用班级主题班会时间，开展各种形式的主题班会，让学生在活动中逐渐去感受到班团体的纪律和温暖。

[返回目录](#)

高一的个人总结篇四

今年是我崛起实验中学的第一个学期，所以在教学工作方面，对学校要求与学生的基础不是很了教，但是我一直本着低调，务实的态度，采取精讲理论，精讲习题，组织好课堂，调动学生学习数学的兴趣，鼓励与监督学生学习数学，养成良好的学习数学的习惯。我主要是精心备课，在上课前精心备课，查阅资料，讲解的时候，认真仔细，讲透理论，在上课的时候尽量调动学生学习数学的兴趣，杜绝学生在课堂捣乱，课后认真改阅作业，错了再讲解。我本期是带高一（3）班，与高一（7）班，期末考试出来了，先不讲题目的难易程度，但是我认为成绩还是有点出乎我的意外，虽然张松柏老师出题是有点新颖，要求学生能力强，学生考得不怎么好，我在反思，可能是我讲理论的时间太多，我讲得很透彻，但是学生

练习的时间少，有的题目练一次，根本没有什么作用，应该三番五次的讲解，督促才会有效果，这个真的是我十分遗憾的地方。兴趣是最好的老师，如果没有学习数学的兴趣，强压着学生学习也不会有好的效果，所以下学期，我一定把高一

(3) 前30名的学生组织成学习数学的兴趣小组，把高一(7)的同学也分成学习数学的兴趣小组，大家相互帮组，相互监督，要使学生培养成良性的学习数学的习惯，使他们知道，学校很在意考试成绩，老师很在意考试成绩，家长也很在意考试成绩，所以学生也必须在意考试成绩。我觉得自己应该做题目，多查阅资料，反复思考有效的针对学生提高数学成绩的方法，习题不能太多，要精讲多练，放下去的习题，至少都要批改，抽时间讲解。我特别在以下几点改进：

- 1、讲多练少。这一点在之后的教学过程中已经逐步改善。
- 2、课堂例题应以课本为主，出题要有针对性，还要从易到难逐步递进。
- 3、题目讲解、分析要清晰明了，步骤要分明。这方面在听取多位老教师讲课后，大为改观，尤为体现在作业完成情况上，解题格式明显清晰许多。
- 4、上课互动性的增强：在课堂中，对学生完成课堂练习的情况进行分析，分析学生的解题情况，通过提问其他学生，让全班学生帮助分析错题原因，做到讲、练、评的有效结合。

我在数学组，也应该特别注意服从数学科组长，高一数学科组长的安排。一切为提高学生数学的成绩出发，学校的一切管理老师的措施都为了提高学生的成绩，保持好学校的教学秩序的正常进行。显然，还是存在不少的问题，学生的成绩提高的空间还是很大，我以后一定好好打磨他们，总之，多少有点遗憾，但是我还是对本学期的教学工作基本满意，希望下学期有所突破，自己督促自己，时刻鞭策自己真正能做到“学高为师，身正为范！”

返回目录

高一的个人总结篇五

这个学期，承蒙学校领导的信任，我继续担任高一（1）班班主任，这是我担任班主任以来的第十六个年头，此时此刻我感受到的压力却与日俱增。当然，感受压力的同时也充满信心，希望通过自己的努力能帮助高一（1）班的全体学生在这个学期有优异的表现。

围绕着现在的实际情况，对这一学期的班主任工作做一些必要的计划。

第一、围绕上学期的实际情况对教室座位进行调整。

第二、启动常规工作。领教材、收学费以及书费等等。班级学生名单、作业检查表格、小组成员名单等的修订。

第三、做好开学过渡工作。刚开学，由假期转为学期。在很多方面都会出现很多不适应的地方。第一周，加强纪律方面的教育，加强课间、延时课的巡查。通过加强巡查，帮助学生尽早进入学习的状态。

第四、继续加强班级制度建设。在上学期取得的一些制度建设方面的经验基础上，修改《高一（1）班班级管理规定》使之更好地为班级的健康发展服务。对其中关于迟到、卫生、请假等处理措施进行修改，使其操作性更强，促使学生健康成长的效果更好。

第五、调整班级管理方式。在班级管理中，前面的工作似乎有些过严缺乏对所有学生的一种普遍关怀。在这个学期，要调整原来的管理方式，“严而有爱”是我的追求。但是要真正做到还是有不小难度的，有时候不很不好把握尺度。不论你的成绩如何，不论你平时是否调皮捣蛋等等，总之全班各

组成部分的学生都能够感受到班主任对大家的一种关心。

第六、重视学生安全管理。上学期和这学期刚开始时同一个学生断绝和班主任及其家人的联系长达一周时间，这给我带来了很大的触动，要加强对学生的实际情况的把握，注意帮助学生调适心理，做好各项安全防范工作。

第七、帮助培养学生健全人格。我觉得对于一个高中生来说，他已经有了一定的`是非观，对于校规校纪他知道应该怎样正确看待。常规管理应该去做，而不应该为了使常规管理有进步就无休止的反复强调，而应该在常规管理工作中，注入更多的对于个体的关爱，对他的教育应该是对他有实际帮助的，否则没有必要进行。健全人格的培养对于高中生的重要性甚至不亚于学习。

第八、加强班级凝聚力。由于受各种各样客观因素的限制，作为班主任实在没有多少时间可以支配，用来做活动，帮助学生增进了解，促使班级凝聚力上升。但是，再困难这样的局面也应该有所改善，通过平时与学生相处的机会，不论是谁，都向他们强调作为一个集体的重要性，作为一个班级存在的最大意义是什么。加强对他们的引导。

返回目录

高一的个人总结篇六

时间如白驹过隙，一去不返。从军训的点滴时光，到此刻临近假期，高一上班学期已经接近尾声。无数的无规则的散点，会构成丰富美丽的图案，我们的高中生活便是这样，点点滴滴的记忆，构成了那难以忘怀的时光。

还记得我们第一天来到育才园，懵懂茫然，看着未知的环境，未知的教学楼，未知的生活，心中也曾忐忑不安。高中生活，似乎是一个美丽而神秘的梦，一个未曾谋面的感动。

半年的学习生活，让我懂得了许多，收获了许多。高中看似“三点一线”的生活，其实也蕴藏许多欢乐。在慢慢地适应中，我们同样懂得了点滴的时光也是很珍贵。我们开学时，总是被生活的节奏所压制，所牵动，似乎成为了被时间操纵的木偶，总是感叹高中的紧张。每一个课堂，都有很多知识要学，初中的欠缺，也暴露无遗。晚上，还有摸底考试，许多的作业，都让我们紧张而烦躁。我们都有过焦躁不安，怀疑自我的时候。之后，随着时间的推移，我们也逐渐适应了。“懂得适应生活，是珍贵的本事。”我们也渐渐懂得了这句话。

社团活动，学科竞赛，体育竞技……多种多样的活动充斥了我们的课余时间，我们在繁忙的学习中体验多姿多彩的生活，其中有常有不可多得的珍贵的财富。我们在教师和同学的口中也听到了这些的种种益处，许多有本事的同学，也在竭尽全力地，为自我的梦想拼搏。

期末考试，末尾的钟声一样，敲响了我们学期结束的铃，欢喜的同时，我们也在回想，这学期的点点滴滴。

我们还会不会记得，那时我们都缠着父母帮忙整理内务，而我们此刻，成长了，变得自立，能离开父母的翅膀，自我探索更广袤的天空。

我们还会不会记得，每一位博学多才的教师，我们的引航者。就像启明星一样照亮我们的未来，纵使世界有多么昏暗，有路就会有光明。他们的谆谆教诲，让我们获益匪浅。

我们还会不会记得，“壮哉我大数创”，这句豪迈而自信的口号，作为了我们的信念。开学初，我们在“壮哉我大数创”的栏板上，写下了我们的目标和梦想。我们相信，三年的拼搏，三年的同学情，必将带着我们勇敢前行。

我们还会不会记得，我们开学时的自习。效率低下，讲话严

重。而此刻，教师的教诲与监督，我们的共同努力，最终营造了一个良好的学习氛围。我们的文科成绩，也在教师的强调与我们的重视下稍有起色。

有人说：“完美的回忆是不可多得的财富，那些挥之不去，抹之不去的伤痕，也激励着我们成长。”在短短的半年高中时光里，我们经历了许多，懂得了许多，有许多完美的，痛心的，欢乐的，忧伤的，感动的，深刻的瞬间，在心中永恒地铭刻。这段充实的高中生活，它多么难以忘怀，值得用一生去回忆，去留恋，去感动，去珍惜。

返回目录

高一的个人总结篇七

时间就像无情的流水，一天天过去，期末考试终于结束了，时间就像一场流星雨。这学期，我交了新朋友。我们就像快乐的小鸟，一起度过了快乐的时光。我也学到了很多新知识，并把它们放进了我的精神宝库。一个学期也改变了很多缺点，让我进一步提高。我不能忍受一个学期，我不能忍受，因为这是一个充满光明，充满知识，充满快乐的学期！

第一学期就这样结束了。迎接期待已久的寒假。时光飞逝，星辰流转。成为初中生已经半年多了。回顾过去的半年，心里感慨良多。这半年来经历的每一天都在我心中留下了永久的印记，因为这些印记见证了一个像我一样的新生的成长。这半年来，通过不断的学习，我收获了很多。时间是如此无情，以至于它从不回头，而我们却在追逐它，为了不被落下。是的，没有人愿意被时间甩在后面。随着时间的流逝，我们一点点成长。而美丽的纯真随着风雨的消退而变得成熟。也许这就是成长的代价。回想我当考生的日子，好像好遥远。我在憧憬中学会了来之不易的宝藏；明白在思考中酝酿已久的道理；直到收获后才知道努力的甜蜜。突然觉得自己好像懂了很多东西，但是仔细考虑了一下，觉得没有。原来我过

去看到的，知道的，都是那么的偏颇和肤浅，以前的天真似乎在一瞬间变成了无知和可笑。我想谁不是这样呢？也许以后我们会笑自己的渺小……我们要笑着回首走过的路。

从开学开始就害怕传染，一个月后就能感觉到并习惯了。对我来说，学习技术是个难题，但我看得出来，其他同学也能学，我也鼓起勇气，努力让自己理解，更了解。虽然没有老师指导我，教我如何学习，但我正式明白了自主学习能力和在这样的环境中的重要性。而且正因为如此，我有无限的选择权，但我知道技术是一个长期的`学习过程，没有坚持就没有成功。我在学习中确实遇到了困难。等我有足够的时间可以预习课程，老师讲的时候勉强听懂。问题是我发现了自己的不足，不能套用老师说的话。我真的不想做基础题，但是这样不行。我得仔细思考例子，慢慢分析例子，总结解决方法。如果我做得多，我会逐渐重用他们。每次和别人交流，我都觉得自己每天在学校一无所获，但是当我总结学习，收获成绩的时候，我清楚的看到，我这一学年并没有白过。在这个学年里，我深深地体会到，所有的知识的学习和对新事物的接触都会引导我，这取决于我是否用心去想，是否真的想去用。一旦真正结合到自己的实际行动中，我认为会有很大的提高和升华。

老师们都提到，第一年是认识或学习的重要阶段，也是一个转折点。能不能去好的地方，就看你这个阶段学的好不好，知识掌握的牢不可破。因此，我决定在学校的课堂时间里努力学习。

我相信我会做得更好！努力！

[返回目录](#)

高一的个人总结篇八

这学期是本人第二次任教高一年级的数学科，鉴于第一年的

工作经验和总结，本人在第二年的高一数学任教中，教学各方面都有所提高，总结几点经验如下。

我们知道，数学离不开概念，由概念又引伸出性质，这些性质往往以定理或公式呈现出来。对定理，公式少不了要进行逻辑推理论证，形成这些论证的理路需要思维过程。为此，我们首先必须让学生对学习的对象有所理解。因为数学知识的获得主要依赖紧张思维活动后的理解，只有透彻的理解才能溶入其认知结构。这就需要摒弃过去那种单靠记往教师课堂上传授的数学结论，然后套用这些结论或机械地模仿某种模式去解题的坏习惯。而要做到理解，就需要勤于思考。对知识和方法要多问几个为什么如：为什么要形成这个概念为什么要导出这个性质这个性质，定理，公式有什么功能如何应用勤于思考的表现还在于对认知过程的不断反思，回顾，不断总结挫折的教训和成功的经验。避免墨守成规，勇于创新。

学生在数学课堂中通过观察，感知学习的对象以后，要学会分析，要有自己的见解，不要人云亦云，要善于挖掘自己尚不清楚的问题，多角度，全方位地探究，并提出质疑。作为一个中学生，不见得也毋须什么问题都能自己解决。我们倡导的只是能对学习的对象提出多角度的问题，尤其是善于提出新颖的具有独特见解的问题。我认为会提问是创新的一个重要标志。

学数学离不开解题，解题是在掌握所学知识和方法的基础上进行运用。解题可以训练技巧，磨炼意志。在解题过程中，首先应判断解题的大方向，大致有什么思路，在引导学生解题的探索过程中，要注意联想，要学会用不同的立意，不同的知识，不同的方法去思考，并善于在解题全过程监控自己的行为：是否走弯路是否走入死胡同有没有出错需要及时调整，排除障碍。这样长期形成习惯后，往往可以别出心裁，另辟解题捷径。这种思维品质也是创新的重要标志。为了让学生达到这个境界，必须让学生明确不要为解题而解题，要

在解题后不断反思，回顾，积累经验，增强解题意识，提高能力。

如何从一名资质普通的人民教书转变成为合格的数学教师这一问题，可能是所有年轻教师都经历过的思索。我想对于老教师的经验的借鉴在这个方面显得尤为重要。在此我要感谢半年来一直帮助我，关心我的老教师们。从他们的经验中我体会到数学的核心——问题；总结出解决问题的途径——问的是什么，有什么，还有什么，是什么；教会学生如何去学习勤于思考，善于提问，解决问题。

[返回目录](#)

高一的个人总结篇九

一学期业已结束，高一（理）班很好地完成了学校规定的各项教育教学任务。在学校领导以及各个部门关心与大力支持下，超额完成高考指标。现将这一学期的工作总结如下。

本学期着重从学生的思想工作入手，注重后进生的教育与教学。首先形成良好的班风，以此造成一个大的氛围，潜移默化，逐渐改变个别学生的不良思想。这一方面的工作较有起色，尤其对xxx□xx等同学的教育，不仅从思想上，更在学习上，生活上了解关心他们，使这类学生变化很大，这一点师生有目共睹。

其次，是对班干部的培养方面取得了较大的进展，更加完善了班级的管理体系，以班长蔡移飞牵头，各委员相互协作，以学生小组为单位□x排（座位）学生宿舍自然分为x个组。一切集体活动，以这八个小组为单位，落实到小组长，然后小组长负责本组xx人的活动。机动灵活，收效很大。

第三，宿舍管理方面，严格执行一系列宿舍管理的条例，遵守作息制度，营造了一个温馨、舒适的休息环境。使宿舍成

为一个团结、友爱的“小家庭”。

第四，加强交通安全的教育，积极组织学生收看有关交通事故录像以及“三防”警示教育的录像，直观形象的让同学们意识到珍惜生命的深远意义。

第五，结合各课任教师，尤其是数学老师、生物老师、化学老师，多做学生的理想教育和战胜自我的教育，及时帮助学生战胜补习生的“高原现象”，寻找途径，求得突破，以求实现自己的高考目标。

另外，本学期有一个明显的变化，就是班级的课堂气氛有较大的改观，同学们上课改变了以往的要么上课讲小话，要么就不说话、死气沉沉的状况，促进了课堂教学的效果，这与时时关注学习方法分不开的。

总之，一学期的班主任工作较好的履行了自己的职责，这与学校各级领导的关怀与厚爱分不开的。回顾这一学期的班主任工作，总体工作是成功的，另外，在其他凡是学校组织的活动中，表现都是很突出的。作为班主任，没有辜负学生及其父母的信赖与支持；作为班集体，能称得上学校比较优秀的班集体之一。这一点上，非常感谢各位领导及课任教师的关爱与辛劳。

实事求是地讲，一学期的工作还是存在着一定的问题：对有些同学的思想工作没有做好，没有做彻底，以致这些同学的高考成不理想，令人十分遗憾，真是“几家欢乐几家愁”。虽说班级整体完成高考任务，但对于个别学生来说，在中学学习的最后阶段没有提高成绩，尽管失误由各种综合因素造成，可是从内心深处想，心中总不是滋味，总觉得在班主任工作中做得不够完美，还需要不断地努力探索，在今后的班主任工作中，继续秉承教书育人的宗旨，注重班主任经验的总结与发扬，逐步形成一整套的班主任工作方法，以期收到事半功倍的效果。

高一的个人总结篇十

时间过得真的好快啊，去年兴致勃勃的踏进怀化学院的画面好像还是不久前发生似的。回望大一这一年，我经历了好多印象太深的事了。

刚开学经历的就是军训，那时对大学生生活充满了好奇，充满了渴望。军训的辛苦是难免的，但军训让我认识了好多新朋友，最难忘的就是军训会操结束后，整个体育系体现出来那股从未见过的凝聚力，让我深深的感动，那次我流泪了。军训结束后，原本以为想象中美好的大学生活来临了，但事实告诉我，大学生活并不是那么幸福。不过去年国庆还是给了我美好的回忆，当时我们浙江大一的新生一起出去玩，一起聚餐，一起k歌。我在长假最后一天度过了标志着自己成年的生日，好多同学为我庆生，但是我真的很感动。长假结束后，真正的大学生活也就开始了。第一件事就是班干部竞选吧，当时抱着一试的态度去竞选，没想到当上了纪律委员，自信心有了很大的提高。接着而来的是迎新杯篮球赛和足球赛，虽然我们班篮球赛上战绩很差，但我相信我们有实力，来年会很强的。足球赛可以说让我永远铭记，我们班虽然拿到了亚军，但我们毕竟年轻啊。第一来年肯定是我们了。我也从一个不怎么喜欢踢球的到了热爱足球。对我帮助最大的是心理素质提高，因为我当守门员，每时每刻都在玩心跳。我们班的高度团结精神也在足球赛上体现的淋漓尽致。

迎新杯结束后，上课也趋于正常，但发现也不会是那么空闲，课程很多，学的东西很多，特别是班里要处理的事情也很多，有几次烦的我都快“崩溃”。到了下半个学期，一些活动占了我大部分时间，先是系里的心理健康情景剧比赛，花了好多时间排练，碰到好多的困难，好几次想半途放弃，但还是坚持到最后的比赛。皇天不负有心人，最后比赛取得了很好的成绩。我也得到了自信上很大的提高。接着而来的是元旦晚会表演的排练，是一个集体舞表演。不过作为元旦晚会的压轴节目，我们没能发挥好。但也经历过了，没有遗憾。这

些活动都结束了以后，就是快期末考试了，庞大的复习工程摆在每个人面前。大家这才感觉到大学的学习，这算是临时抱佛脚吧。挂科毕竟不是大家想的。恰恰在这时，老师把我选入了足球队，考试完了以后还要留在学校训练十多天，但是心里很是纠结，但为了自己的理想，拼了。考试完了以后，我留下训练，每天和我的一位室友形影不离，那时我感受到朋友的重要性。在训练了四五天之后，期末考试的成绩出来了，我挂了运动解剖学，但是我真的很难过，但怪得了谁呢，自己欠下的债还是得自己还的。在学校训练的日子，无时无刻不想着回家，就在这种情绪下，过完了训练的十多天。回家过年喽。

第二个学期在大家还没褪去喜庆的气氛下开始了。开学后，发现这学期课比上学期多了好多，幸好活动会比较少。很多人在这乏味的学习之余开始谈论男女关系了，好多都开始了自己的恋爱之旅。说实话，看着有些“不爽”。不过没关系，天涯何处无芳草啊！缩小的。刚开学时每天都要足球训练，说实话，当时真的很累，我很想放弃，但不舍，后来，由于实力原因，没能最终入选，心里又是悲伤，又是高兴，比哭笑不得还难受的那种。我高兴我“自由”了，悲伤是我不想离开那些队友。再接下去的一段时间内，我每天都处于我自己的生活规律中，可以说是大学第一次体验这种生活。到了学期中段，院里有个心理健康情景剧比赛，我很荣幸被选为体育系的主演，身上有了压力，一个多月的排练，让剧组中每个人都感到疲惫了，在最后的决赛中，我们拿了第二名，大家都不满意，应为我们一直以来目标都是第一。通过这次的比赛，对我个人来讲，收获还是蛮大的，特别在处事这方面。大一的最后一个月，应该到复习的时间了，但好多人还是处于不慌不忙状态，我也是。我天天练篮球，效果也是不错的。就这样，第二个学期伴着考试结束而结束了。

可以说，第一个学期是在忙碌中度过的。第二个学期是在忙碌与轻松中度过。大学一年让我成长了很多，让我懂得了很多，同时也收获了很多。我成年了，我不在是那个迷茫的青

少年了。最后，我还是想感叹一句：时间过得真快，好好珍惜吧！

高一的个人总结篇十一

本学年度，我担任高一化学（5至6班共2个教学班）的化学教学，兼6班班主任，兼高一化学备课组组长。现在就高一化学备课组及本人的工作作一个小结。高一化学备课组，是一个团结奋进的备课组，各成员间通力合作，开展了一系列的教学改革工作，取得了明显的成绩，受到学校领导的肯定和学生的一致好评。现简单总结如下：

一、有计划的安排高一第一学期的教学工作计划：

新学期开课的第一天，备课组进行了第一次活动。该次活动的主题是制定本学期的教学工作计划及讨论如何响应学校的号召，开展主体式教学模式的教学改革活动。

一个完整完善的工作计划，能保证教学工作的顺利开展和圆满完成，所以一定要加以十二分的重视，并要努力做到保质保量完成。高中化学新教材第一册共分七章，第一学期完成前四章内容的教学，中段考到第二章。在以后的教学过程中，坚持每周一次的关于教学工作情况总结的备课组活动，发现问题，及时讨论及时解决。

二、定时进行备课组活动，解决有关问题

高一化学备课组，做到了：每个教学环节、每个教案都能在讨论中确定；备课组每周一次大的活动，内容包括有关教学进度的安排、疑难问题的分析讨论研究，化学教学的最新动态、化学教学的改革与创新等。一般每次备课组活动都有专人主要负责发言，时间为二节课。经过精心的准备，每次的备课组活动都能解决一到几个相关的问题，各备课组成员的

教学研究水平也在不知不觉中得到了提高。

三、积极抓好日常的教学工作程序，确保教学工作的有效开展

按照学校的要求，积极认真地做好课前的备课资料的搜集工作，然后集体备课，制作成教学课件后共享，全备课组共用。一般要求每人轮流制作，一人一节，上课前两至三天完成。每位教师的电教课比例都在高一学年个人学习总结以上。每周至少两次的学生作业，要求全批全改，发现问题及时解决，及时在班上评讲，及时反馈；每章至少一次的学生实验，要求全体学生认真观察并记录实验现象，课后认真书写实验报告；每章至少一份的课外练习题，要求要有一定的知识覆盖面，有一定的难度和深度，每章由专人负责出题；每章一次的测验题，也由专人负责出题，并要达到一定的预期效果。

四、积极参加教学改革工作，使学校的教研水平向更高处推进

本学期学校推行了多种的教学模式，要使学生参与到教学的过程中来，更好地提高他们学习的兴趣和学习的积极性，使他们更自主地学习，学会学习的方法。本学期各成员作了公开课，李嘉峰老师的新教师上岗公开课。都能积极响应学校教学改革的要求，充分利用网上资源，使用启发式教学，充分体现以学生为主体的教学模式，不断提高自身的教学水平。

高一化学备课组，充分发挥每个备课组成员的聪明才智和力量，使高一化学的教学任务如期完成，并得到了学校领导和学生的一致好评和肯定。高一化学备课组，会再接再厉，创造更辉煌的成绩。班主任工作方面，在各科任老师的配合下，我班学生在学习、品德等方面都有了很大的提高，一、加强对学生的思想德育工作，培养学生良好的道德品质，净化学生的心灵，努力培养符合社会需要的合格人才。为了配合学校团委和政教处的工作，我们班积极开展了许多有益于学生

身心健康发展的活动。同时，我也经常利用班会课对学生进行身心教育，帮助学生澄清思想上的模糊认识，提高学生的思想境界。我还充分利用课余时间和有关学生促膝谈心，及时对学生进行针对性的教育。

二、加强班级管理，培养优秀的学风、班风，深入全面地了解学生，努力培养“赤诚、严格、活跃、奋进”的班集体。

高一年级是学生的世界观发展、变化的重要阶段，随着课时和知识复杂程度的加重，容易产生两极分化，有的学生甚至会感到迷惘，对前途失去信心。因此，思想工作显得更加复杂和重要。在这个学期里，一方面，我主要加大了对学生自治自理能力培养的力度，通过各种方式，既注意指导学生进行自我教育，让学生在自我意识的基础上产生进取心，逐渐养成良好的思想行为品质；又注意指导学生如何进行自我管理，培养他们多方面的能力，放手让他们自我设计、自我组织各种教育活动，在活动中把教育和娱乐融入一体。还注意培养学生的自我服务的能力，让学生学会规划、料理、调空自己，使自己在集体中成为班集体的建设者，而不是“包袱”。另一方面，我有效地利用好每周一的班会课开展一些专题性的活动，例如，学习经验交流会，意志教育，如何做时间的主人，习惯养成教育等，这些活动大大地促进良好的学风、班风的形成。再一方面，我自己也以身作则，努力做学生的榜样，跟班勤，管理方法得力，班风正、学风浓。我班在学校的各项管理评比中都取得了良好的成绩。本学期的几次月考均能超额完成县局和学校规定的指标数，各项管理也都取得了较好的成绩。这又进一步鼓舞了士气，使班级管理工作向着健康的方向发展。

三、积极抓好后进生的转化工作，努力使后进生以失败者来，以胜利者走。

后进生的教育和管理历来是班主任工作的难点，却又影响班级整体教育教学质量提高的至关重要的一环。在这方面，

我作为班主任首先做到了以正确的态度对待他们，深入调查摸底，摸清他们所以成为差生的原因，做到了因材施教，对他们处处真诚相待，时时耐心相帮，真正做他们的知心朋友、最可信赖的朋友。及时对后进生加强心理疏导，帮助他们消除或减轻种种心理担忧，让他们认识到自己的价值。同时，我还创造条件和机会让后进生表现其优点和长处，使他们品尝到成功的欢乐和喜悦。

四、积极开展好文体活动，做好课间操、眼保健操，保护学生视力，增强学生的体质，提高学生的学习效率。高中学生学习任务比较繁重，进行适当的体育活动不仅有利于学生身体素质的提高，而且也有利于学习效率的提高，每次活动我都亲临现场与学生一起活动并适当予以技术性的指导，这样不仅可以防止意外事故的发生，而且也可以加深与学生感情的交流。

五、积极主动地和各科教师联系，协调学校各方面的教育力量，发挥好纽带作用。在与任课教师的交往中，我尊重他们的地位，尊重他们的意见，同时又把他们当作班级的主人，视为自己的良伴、知己。凡事都主动地同任课教师协商，倾听、采纳他们的意见。能够慎重地处理学生和任课教师的关系，在处理师生矛盾时，尽量避免了激化矛盾，在这方面，我平时注意到多教育学生，让学生懂礼貌，尊重老师的劳动，树立老师的威信，增进师生情谊。

总之，在这一个学期里，我通过以上几方面的努力，班级工作较以前有了较大起色，学生的整体素质在不断的提高。这届学生担子还很重，工作还将更复杂，因此，这就需要我不断的努力、刻苦，及时总结经验教训，争取取得更加辉煌的成绩。

高一的个人总结篇十二

我们这群风火少年，迎来了高中生涯的第一站——军训。

17岁，激情飞扬的我们在似火骄阳下肆意挥洒着我们的汗水，见证了我们在存在的痕迹。

开始的时候，我们的恣意与放肆在炽热的阳光下不停舞动；

终止的时候，我们的坚韧与努力在交替的阳光下渐渐成长。

17岁的青春，就应该是像春天里的蒲公英，即使力气单薄，个头又小，还没能力长出飞天的翅膀，但也要借着风力吹向远方，哪怕飘落在你所不知道的地方，也要去闯一闯。这样我们才会知道世界不再只是一座好看的玻璃房，你才会看见眼前不再只是一堵安逸的墙。

七天的军训，说长不长，不过是168个小时，说短不短，似乎经历了人生全程，致我们绽放的青春。