# 贵州师范大学体育学院毕业实习中期小结

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-04-06

*第一篇：贵州师范大学体育学院毕业实习中期小结贵州师范大学体育学院毕业实习中期小结姓 名：董 志学 号：071301010008 年 级：2024 级专 业：体育教育班 级：体育教育（2）班实习单位：贵阳七中·格致中学实习单位指导老师：黄...*

**第一篇：贵州师范大学体育学院毕业实习中期小结**

贵州师范大学体育学院毕业实习中期小结

姓 名：董 志

学 号：071301010008 年 级：2024 级

专 业：体育教育

班 级：体育教育（2）班

实习单位：贵阳七中·格致中学

实习单位指导老师：黄琼

学校指导老师：苏 醒

秋雨绵绵中，转眼间我的实习已经过半。站在贵阳七中·格致操场上，看着这片熟悉的景色。回想自己在过去的实习时间我到底做了什么，学到了什么。光阴似箭，应该抓紧接下来的时间。下面我对实习以来进行简单得总结，吸取经验，以便接下来得时间里能够更好的进行学习和工作。

一、贵阳七中·格致中学“绝望中重生”

听到这个校名都会猜到这所学校是由两个学校合并而来的，没错，七中·格致中学是由原四中和七中合并建立，它具有悠久得历史，但又具有现代特色。初次来到这所中学，有一种失望感，因为这跟自己心里想得完全不同，这里没有宽阔得场地，几乎没有自己想要得一切体育教材，都不知道上课该怎么上，没有任何心里准备。我们在学校里学的内容都有相应得器材设施，如今什么都没有。如果没有合适得内容，不可能成功得上好一节课。

苦思冥想，终于找到了一些合适得内容—武术，徒手体操等。通过一个星期得探索和研究，逐渐进入了我在贵阳七中·格致中学得实习状态。

二、在教学“满载而归”

留在贵阳实习对于我来说是挑战，平时自己常常会怀疑自己能否胜任这份工作，但经过一段时间的实习，证明只要自己努力去做勇敢得去做就一定能做到，从而让我找到自信。在这个过程中我能较好的调整自己的心态将自己的潜能发挥到最大离不开指导老师对我的信任，放心把手头的工作，手头的课程移交给我，也离不开指导老师对我细心的指导。指导老师给我制造了许多机会，让我尝试的工作，包括对课堂进行有效地管理、理论和实践课得教学，校运会的队列训练等。

通过一个月的教学实践，不论是实践课还是理论课，我都获得许多知识以及经验，在不足中总结的许多经验教训，在优势中继续发扬，以下我在实习课中的部分总结：

首先是实践课中。第一、通常我们刚去实习时对上课时间的把握不是很好，常会出现两种极端如早下课和拖堂。我在前几节课中就犯了这个错误，同组的其他成员也出现同样得情况，但在接下来的教学重新得到改善。

第二、教师的站位与是示范面的选用。我的指导老师曾问过我这个问题，在示范行进间的跑、跳类动作该怎样示范，这就是一个示范面的选用问题，我们在实践教学活动中也应该予以重视，才能提高我们教学的效率。

第三、队伍的调动，减少无谓的队伍调动。

第四、课堂上对学生的管理。由于贵阳实验三中是一所封闭式寄宿学校，因而对学生的管理比较严格，体育课中也融入了严格的管理元素。指导老师一直鼓励我们在课堂中对学生进行管理，并关注每个学生的情况，以便更好的管理课堂，第五、注意小细节的的处理。注意生理负荷，口令的正确使用，教师教态问题，组织的程序等

其次是在理论课中。第一、对课堂的驾驭能力。这节课我是主讲，我是掌控者，我怎样安排，怎样发挥我的引导作用，发挥学生的主体作用这都源于对课堂的掌控能力。这是一个经验积累的过程，我们通过一次一次的积累，我们的这种能力会增强的。

第二、如何调动学生的积极性，让学生参与到你设计的教学活动中来。

第三、注意小细节。照着教案照本宣科，尽量不让课堂出现冷场，普通话的问题，纪律问题，教态的问题等

三、坚持下的“完美结局”

实习的日子是每天都觉得很充实，也很有收获。实习的课余生活中我们十几名成员是一个整体，每个人都珍惜这份友谊和实习的机会，我们相信通过我们的努力，我们会获得较大的收获。在今后余下的实习中继续把自己的激情和努力投入到实习当中；继续把自己的认真与责任感投入到教学工作中；继续在指导老师的身上学习更多的知识并转化为自己的知识，最后在磨砺中坚持，给实习画上完美的句号。

**第二篇：贵州师范大学体育学院编辑部工作总结**

贵州师范大学体育学院编辑部工作总结

编辑部：罗朝汉 回首昨日编辑部同学生会的各个部门度过了难忘的大二学年。一年里，编辑部的工作已经完成。在工作中，各位成员，包括我在内，都十分积极的把马老师分配下来的工作接近全力的去完成，在几次编辑部工作会议上，我们都认真讨论了关于院微博建立情况及发展前景，在各位成员积极配合下，我院微博的普及度得到了较大的提高。同时也获得了我校第一届微博评比第一名。非常感谢一年来编辑部全体成员的努力。

在工作中，我们编辑部成员的技能得到了较大提高。

1.多次的审稿，让错字、别字没了。

2.文章语句的适当修改，让文章更加通畅，水平得到提高。

3.整个简报及团学快讯取集大家意见，设计简明。

一年里，编辑部经历了教学杯篮球赛，排球赛，辩论赛，技能大赛等等。

每一次活动的成功举办，每一次活动的收获，背后都充满了艰辛与感动。作为学生会的一员，做好每一件事对整个团体都有很大的帮

助。团体的意识是很重要的。感谢我们学生会举办的每一次活动，感谢每一次活动背后老师、学生会成员以及为活动付出的每一个人的艰辛。

一路走来，我们曾为马老师安排的工作没能按期完成叹息过，我们曾为工作上的安排抱怨过。可是，庆幸的是一切都过去了，我们仍然好好地。学生会对我的第一印象也从“亲切，温暖”变成了“负有责任心与积极向上”。在这个群体里，我们学会了如何与人交往，如何正确的对待一些事，一些人。如何在突发事情前临危不惧，沉着应对。

但是，由于有些工作第一次接手，在工作与经历上都缺乏经验。所以在处理一些事情时总是摸不着头绪。然而我们深知，需要学习的地方还有很多很多。虽然这个学年转眼即逝，留给我们的只是美好的回忆与前进的动力，但是，我们会更加的期待下个学期的到来。这一次的期待与刚进学生会的期待有所不同，它不再是那么的好奇与懵懂，反之，更多的展望。展望着另一次的磨砺与洗礼。我们相信，只要有一颗跳动的心，你的生活将永远充满热情！

在学生会的一年中，给我留下了美好的回忆。在组织、沟通协调、表达、决策能力方面提高了很多。意识到在工作中有效地沟通，必须承认自己的局限，学会换位思考、尊重别人、倾听别人的意见、接受别人对自己的看法，了解自己的盲点，从别人中看清自己。一年的学习，一年的收获，为学生会，自己付出些许，还是很感谢学生会的所有，是这个团体在共同进步，共同发展。

一年将尽，回眸过去；点点滴滴，充满心中；感动所有，感谢过

去！

编辑部希望学生会以后会更好！

**第三篇：体育学院实习小结**

实习小结

一、实习学校与指导老师

伴随着秋风扫下的落叶，我们这一小组15人来到了XX学校实习，开始了我们为期48天的实习生活。我们的实习学校——XX学校是首批办好的江苏省重点中学、江苏省四星级高中。现为江苏省文明单位、江苏省德育先进学校、教育部现代教育技术实验学校、江苏省教科研先进集体、江苏省和谐校园、江苏省首批“汉语国际推广中小学基地”。学校位于风景秀丽的瘦西湖畔、明嘉靖维扬书院原址，校园环境优美，具有浓郁的历史文化氛围。学校精神：自强不息，追求卓越

校风：严、实、活

校训：求真、求善、求美、求健

教风：严谨、扎实、创新

学风：乐学、勤学、善学

至此对学校以及自己所在的班级有了大致的了解，而接下来就是要面临更多的实际问题要去解决了。

二、校本课程周根据计划安排，我们第一周的主要任务是校本课程——武术操教学。在这一周中我们15名队员一起同各自的指导老师进行了交流，更多的了解了高中阶段学生的心理特征和学习知识水平，以及各位老师的教育风格，和理论知识运用于实践的距离。以前的学习，就其内容而言，更多地侧重于理论知识的理解，以及原理的渗透，而缺少的是方法的应用和总结，这就使我们的所学与所用有很大的距离。接下来就是自己尝试上课，通过几次的亲身经历，我们对各自的上课水平、课堂教学状况都有了一定的认识，课后与老师们讨论，听指导老师对我们的课堂教学的评价，不去尝试不知道，一去尝试真是漏洞百出，有时真的想找个地洞钻进去呢。

三、备课与上课

一周时间转瞬即逝，在指导老师的指导下，我们开始认真备课，备课其实更多的是一个表达过程，是一个把教材知识用自己的语言来表达，并且让他人明白的、清楚的过程，这将是考验我们能力的重要的一关。仅从学习成绩而言，我们的学科知识都比较扎实，但要用通俗的语言把简单的知识描述明白，还是很令大家为难的。以前作为一个学生，目的是学会知识；现在作为老师，目的是让学生学会知识。目的完全不同。教案是一改再改，终于教案备好了，信心十足，觉得一堂课上下来会很自然很轻松，可是万万没有想到，原来术课并不是想像中的那么简单，前几次的术课上下来，出现了一系列的问题：老师上课既要讲授知识，又要维持课堂纪律，并且要与同学进行交流。一开始，由于经验的不足和应变能力的不强，出现了“讲课无主次，思路不清晰，教学不连贯，师生配合不默契，教学方法方式不合理”等等一系列的问题。针对这些问题，指导老师都给予我们深刻而诚恳的意见和建议。我们很感激，也很受用。

没有理论的实践是盲目的实践，没有实践的理论是空洞的理论。在教授知识的过程中，指导老师特别注重总结我们的教学经验，以及理论与实践的结合之处，帮助我们逐步形成自己的教学风格，对此很感激指导老师。

四、师生之情

渐渐地，我们和各个指导老师都熟悉了起来，办公室有一张乒乓球桌，空闲的时候都会看到我们实习老师和指导老师在相互交流技巧，打的那是火热啊！平日里都能看到我们和指导老师一起在球场上切磋、一起交流，从学习聊到生活、从生活聊到工作，老师给我们指点迷津，在我们还在迷茫的时候，听了老师的一番肺腑直言，顿时会觉得豁然开朗。在一起的一个月，我们一起上下班，一起交流学习、生活、工作经验。在一起的这一个月我们都很快

乐„„可惜快乐的时光太短暂，很快就到了分别的时刻，我们都依依不舍，指导老师请我们

吃饭，我们给指导老师一人备了一份小礼物，虽然不是很值钱，但是那是我们的一片心意，离别的时刻，气氛很严肃，能感受得到那是一种特殊的“酸味”。泪水都在眼珠里打转，就

差稍微不控制就滚出来了。才真正体会到所谓的“酒到醉时方知浓，情到深处方知痛。”的真正意义。

五、几点思考

“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”兴趣推动了自主性，实践和探究性，随着

实习的深入，我遂渐地变得轻车熟路，检验工作做出了汗水和成果，做出了智慧和创新，也

做出了甘辛和坚韧，无形中汇成了共同的口号：“办实事，做贡献，受教育，长才干。” 此

次的实习使我学到了很多书中无法学到的东西。它使我们懂得观察生活，勇于探究生活，也

为我们多方面去认识和了解生活提供了一个契机。它是生活的一种动力，促进我们知、情、意、行的形成和协调的发展，帮助自我完善。任何理论和知识只有与实践相结合，才能发挥

出作用。而作为思想可塑性较大的我们，不能单纯地依靠书本，还必须到实践中检验、锻炼、创新。去培养科学的精神，良好的品德，高尚的情操，文明的行为，健康的心理和解决问题的能力。此时，我还在怀念充满成就感的实习，它充实了我们的知识，使我们懂得读死书是

没有用的，使我们懂得死读书更是一无是处。至此，心中总结出一句言简义深的话“纸上得

来终觉浅，投身实践览真知”。

**第四篇：实习中期小结**

毕业实习中期小结

时间如流水转瞬即逝，还记得两年前在父亲的陪同下，拎着大包小包到处找地方的那张稚气未脱的脸蛋。那天乘坐校车进这个学校的瞬间，就对自己说“这就是接下来三年我要奋斗的地方了。没想到时间悄无声息地过了两年，现在我已然是一名即将毕业的大三了，更让我自己都难以想象的是，我已经参与顶岗实习了，并且已经快过了一半的时间了。

人们常说，大学是个象牙塔。确实，学校与职场、学习与工作、学生与员工之间存在着巨大的差异。在角色的转化过程中，人们的观点、行为方式、心理等方面都要做适当的调整。实习顾名思义，在实践中学习。在经过一段时间的学习之后，或者说当学习告一段落的时候，我们需要了解自己的所学需要或应当如何应用在实践中。因为任何知识源于实践，归于实践。所以要付诸实践来检验所学。

对于这次的顶岗实习其实也是充满波折的，原本是安排去金华的。刚开始还挺害怕的，从小就在家附近生活，忽然要去一个陌生环境生活，总归是有点害怕的。但当我有了充分的准备去接受新环境时，事实却有了大转弯，我可以继续在嘉兴这个我所熟悉的地方实习。现在很幸运地在学校的实验室顶岗实习，在这里我将度过将近两个月的日子。

其实11月15号前的那个晚上还是很担心的，毕竟实习和学生这两个角色是不一样，学生只要按时上下课，完成老师完成的作业，下午大部分的时间都是在寝室度过的，有很多自己的休息时间。而实习呢，除按时上下班外，还要做好本职工作，除了休息日外其余的时间都是要在工作的。不可能说，想来就来不想来就不来。而且和班上其他同学相比我算是很幸福的了，我在一个熟悉的环境，他们却在一个陌生的环境，也许对他们来说搞好和工作单位其他同事的关系，短时间内适应一个新环境是一个难点。而我并不需要经历这一步。

实验室这个词，这个环境对我来说一点都不陌生，因为自大一开始我们的大部分在校时间都是在是实验室度过的。以前对于实验室并不是很熟悉，并不是清楚地知道烧杯放哪了，量筒放哪了，移液管放哪了，那个药品在哪里。以前因为不熟悉实验室，老是抱怨实验室的那股味道难闻，怪。可是在这个学期的两个月的综合实训中，之前的那种问题荡然无存了，实验室的摆放对我来说并不是问题，实验室的环境变得很熟悉，主要还是因为实验室投入使用的时候，我们班参与了整理这环节，对它的熟悉自然也比其他人多几分。

11月15日早上8点到实验室时，一起的三个同学心里都很忐忑不安，因为以前一直在这里做着自己的实验，现在在这里实习，我们需要干些什么活呢？后来老师来后只是让我们把凯式定氮的消化管洗干净，让我们用一台我们从为接触过的新仪器测两个样品的蛋白质含量，说有不懂的问另外一名老师，之后就走了。我们三个就老老实实地洗消化管，洗地相当认真，按老师说地，要洗地不挂水珠，9根管洗了一次又一次，直到完全不挂水珠为止。我想这大概是我们洗涤玻璃仪器最认真的一次了，因为我们洗了整整一上午。下午的时候，我们打电话问懂那台仪器操作方法的老师教一下我们，可老师说那几天都很忙的，要再过一个礼拜才有空，就这样这个事就没了下文。那天下午后来也没事干，也没有老师过来管我们，我们就自己想点事做做，把实验室那些玻璃仪器收拾一下，没想到越收拾越觉得实验室太乱了，就干脆来了个大整理。就那样过了实习的第一天。

第二天的时候也是8点到那里，也不知道干些什么，就在那里等着，后来又一个班级过来坐实验，我们就帮他们配试剂，指导他们什么放在哪里，他们有不

懂的也教一下他们。下午的时候，安装微波消解仪的技术人员过来，我们也在边上有需要帮忙的也帮一下，下午完成了安装，说第二天进行测试。

第三天过去因为事先知道要拿我们课题培养的桑叶做测试，到了就早早地和一起的同学开始准备，每个样取了2g，做三个平行。那一天都围着微波消解仪转，参加了那个培训，算是大概的把那台仪器的基本步骤学会了。不过那也有一个难点，那台仪器都是英文的，这可把我们难住了，我还好点，另外三个男同胞可傻了眼了。后来回寝室后我把那台仪器的操作说明书仔细地看了遍，大概知道了，放几根管怎么放，相应的功率是多少，不过时间怎么设在上面却找不到，只能慢慢通过后面的实验摸索了。

后来几天陶老师让我们准备了几个班级实验课要用的试剂及仪器，准备的内容还挺多的，准备了一下午。那天下午，我们回去的路上都说，没想到啊！原来上一次实验课，老师要准备那么多，以前我们上课的时候老师不容易啊！

第二天过去后，因为知道那天有班级过来上实验课，刚到不就就讨论，怎么他们还不来啊？别让我们白准备了啊，也让我们有点事做啊。就是这样，我们已经实习到了今天。刚开始的时候，确实有点不知所措，但慢慢地我们找到了感觉。除了准备实验课要用的仪器、试剂外，我们也经常整理药品室，定期地打扫各个实验室。

在实习大概快要过两周的时候，老师终于有空了，我们终于在老师的指导下，利用那台全自动凯式定氮仪完成了两个样品中蛋白质的测定。这台仪器同样也有一个难题，那就是纯英文的，一起的两个男生感慨说，后悔没把英语学好，干脆把这个任务交给了我，他们两个给我打下手。不过总归是第一次接触到新仪器，也不懂。那台消解仪我们按说明设好了程序，让它运行，却发现温度怎么都升不上去，运行了一上午，温度还是没动静，又不敢找老师问，怕老师说。后来我干脆自己在那乱按一通，不过结果是，我乱按一通后温度升啦！原因是我们根本就没有把我们设好的程序传达到仪器，这样它自然不会按我们的意愿运行了。而那台凯式定氮的问题还好点，基本没什么太大的问题，只要看得懂就会做。

在这段时间里，我们还做了关于高岭土、黄土比例如何配比的实验，刚开始的时候探索高龄土的硬度，发现800℃时还可以，但达到900℃时硬度完全可以了，不会碎，但体积变小了好多。后来按老师说的，我们去找了些黄土掺进去，经过多次实验发现黄土：高岭土在900℃灼烧后的硬度及吸水量是最好的。此外，我们也用微波消解，利用原子分光光度仪测定了，草木灰中K、Ca、Mg、Cu、Fe、Mn、Zn等金属含量，刚开始时不懂仪器如何使用，找了相关的老师，自己也学习了一些，现在基本学会了。还参加了Waters高效液相仪的培训，因为之前高效液相方面涉及的比较少，所以对这台仪器使用的一些地方还是有点不懂的，但基本的操作还是会点的。

顶岗实习已经过去一半了，发现老师真的很不容易，他们要传授知识给我们前提是他们自己也要不断地学习。我们每上一次课，虽然只是45分钟可老师却要准备很多，除了授课的内容外，还有实验的仪器等等。同时，我也发现还有很多需要学习，而且是主动学习，有兴趣地学习。真希望还能在学校学习更多的知识。

**第五篇：山西师范大学体育学院**

山西师范大学体育学院 大学生创新实验项目管理办法

为深入贯彻落实教育部“国家大学生创新性实验计划”有关文件精神，激发学生学习的主动性、积极性和创造性，培养大学生的自主创新实践能力，根据学校的安排部署，结合体育学院实际，设立体育学院大学生创新性实验计划项目。为加强对立项项目的管理，特制定本管理办法。

一、项目组织机构与管理

1、学院成立体育专业人才培养模式创新试验区领导组，在院长领导下，由分管副院长负责全面工作，教务科负责此方案具体工作的落实、组织实施等工作。

2、成立专家委员会，由教务科聘请相关专家组成，负责项目的立项评审、结题验收和提出奖励建议。

二、项目申报

1、“大学生创新性实验计划”主要面向我院全日制本科二至三年级学生。申请者可以是个人，也可以是团队（不超过5人），申请者要求品学兼优、学有余力，有较强的创新意识和团队意识，鼓励跨学科跨年级申报。项目运行时间1-3年，项目结题应当在项目负责人离校前完成。

2、项目选题要求思路新颖、目标明确、具有创新性和探索性，其中研究方案及技术路线可行、实施条件可靠的项目申请学校资助。

3、项目的工作量能够在1-3年的课余时间（含假期）内完成。

4、项目的指导教师要求具有较高的学术水平、已取得高级职称或博士学位，并能够保证对学生进行科研指导的时间。

5、项目申报前指导教师须向学生展示自己的研究所长，以给学生有益启示。

6、项目申请表的内容必须实事求是，防止弄虚作假，乱拼凑等学术不端现象。

7、每个学生只能申报参加1个项目，每个项目只能按照1个等级获得资助经费。

8、项目立项申请每年1次，具体时间以学校通知为准。

9、学生在教师指导下，自主选题，填写项目申请表，项目负责人应在指导教师的指导下，制定详细的实施计划。

三、项目评审

1、创新性实验项目的候选项目由各系组织各班级申请，并提交管理办公室。通过学院答辩后按比例遴选参加学校的项目评审。

2、学院评审主要分书面评议和答辩环节，由专家委员会以无记名投票的方式评选。

3、教务科将专家委员会评审结果汇总，报项目领导小组通过后报学校立项。

四、项目实施

1、项目确定后，项目负责人与学院、学校的项目管理办公室三方共同签署合同。合同签定后，按学校相关政策领取资助经费。

2、合同签订后，项目负责人应于一周内将实施计划提交。

3、项目指导教师要切实履行指导职责，做到严谨细致、认真负责，要及时指导和跟踪实验活动，做好项目月检查意见和建议的书面记录，并审查实验原始数据、工作论文和成果总结报告。

4、项目负责人每月至少组织1次项目组成员交流会，讨论实验进展情况和科研体会，定期向教务科提交研究工作进展报告。

5、学院负责审查项目进展报告及对资助项目进行监督、检查，教务科组织专家委员会对项目的运行情况进行监督、抽查，项目研究时间过半时，实施中期检查，项目负责人须提交中期进度报告。

6、项目实施过程中，项目负责人应按要求撰写项目进展报告，每年向上级部门汇报项目进展情况。

7、学院通过校园文化节、大学生创新性实验学术交流会等平台展示大学生创新性实验项目成果。

五、项目结题

1、项目完成后，负责人须认真总结，填写结题申请表，经指导教师签署意见，学院组织专家对项目进行结题答辩、审核。提交项目结题报告和相关研究成果等材料，参加学校组织的结题答辩。项目结题报告和研究成果包括结题表、研究工作总结、实验操作演示、研究工作论文、研究成果以及项目代表性论著等。

2、项目结题报告中如涉及论文、设计有公开发表及已申请到专利者，需附相关材料。

3、教务科将项目结题报告、论文（设计）、以及相关研究成果报学校相关机构。

六、项目变更

1、项目一经确定，不许擅自改换项目名称及研究内容。如遇特殊情况，须由项目负责人提出更改意见的书面申请，经教务科审核并报项目领导小组批准后方可实施。

2、项目成员不得随意变动。如确因工作需要，须由项目负责人递交成员变动的申请报告，经管理办公室审核并报项目领导小组批准后方可变更。变更后的项目成员必须继续履行原项目的职责和义务。

3、因客观原因不能在规定时间内完成的项目，项目负责人必须事先提交报告，经学院同意后报管理办公室核实，并报学校领导小组批准后，方可延期或取消。凡涉及减少、变更研究内容，或者提前（或推迟）结题，项目负责人应至少提前一个月提出书面申请（推迟期限不得超过1年），报管理办公室审批。

七、保障条件

1、学院有关部门为立项学生进行创新实验提供必要的条件，参与项目的学生可优先使用体育学院体育场馆、各类开放实验室和重点实验室。

2、学院有关部门积极为学生创新计划提供完善的后勤服务保障。

八、附则

体育学院大学生创新性实验计划的实施与项目的管理办法根据山西师范大学相关文件执行。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！