# 优秀实习生申请书五篇范文

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-07-01

*第一篇：优秀实习生申请书优秀实习生申请书尊敬的领导、敬爱的老师：在短短两个月的实习期里，我收获了很多，也成长了不少。在芜湖市弋江区民政局社会救助中心的这段时间中，我的眼界得到了开拓，知识结构得以丰富，也懂得了许多道理，这些知识和道理，不仅...*

**第一篇：优秀实习生申请书**

优秀实习生申请书

尊敬的领导、敬爱的老师：

在短短两个月的实习期里，我收获了很多，也成长了不少。在芜湖市弋江区民政局社会救助中心的这段时间中，我的眼界得到了开拓，知识结构得以丰富，也懂得了许多道理，这些知识和道理，不仅让我获得了成长的体验，也将会伴随我走过以后的路，让我在面对困难的时候不再畏惧，勇于克服，让我在未来更加成熟和自信。

我在社会救助中心担任办事员，在这期间我要学习民生工程的基本文件与具体要求，熟悉弋江区各街道和社区的基本情况，进行居民回访，协助审核低保、医疗救助、临时救助的申请材料，组织并参加相关部门的重要活动，同时还要做好办公室的卫生和服务工作。这些看似简单的工作，其实做起来非常花时间和精力,但是我还是优秀地完成了任务，得到了指导老师、领导和同事的一致好评。

在工作中，我讲究条理，秉承着踏实肯干、吃苦耐劳的精神和谦虚认真、积极主动的态度，以及将专业理论和工作实践相结合的原则。工作中我能够服从上级指挥，敬业工作，坚决在保证质量的情况下按时完成工作任务。在实习期间，我先后两次进行居民回访和材料审核工作，参与并协助残联组织摄影作品展，参与举办重阳节活动和为社区老人送棉被传温暖的活动,并运用专业知识，出色完成了省民政部“中国城乡困难家庭社会政策支持系统建设”项目调查中弋江区的调查工作。

在生活中，我真诚待人，严格遵守规章制度，实习期间从未无故缺勤、迟到早退，能与同事和睦相处，交流融洽并善于取长补短，对于上级的指点虚心好学，注重团队合作。

在学习上，我注重反思，不断进取。工作中，遇到不懂的问题时，我都会虚心请教单位的同事，他们都会悉心帮我解答，这使我大大提高了对工作的熟悉程度，对我的实习经历来说也是十分重要的。在实习中，我坚持学习社会救助方面的知识，努力积累经验，不断改进方法。为了反思自己、提高自己，我详实做好实习记录，按时写两篇实习小结，同时，我还为自己准备了一个实习小本，随时随地记下自己的想法和收获，便于反思总结，提高工作技能。

在组织上，我积极主动，充分发挥了实习小组组长的作用。我通过手机、飞信、QQ等通讯工具，及时了解小组成员的实习情况，并做好上传下达工作。实习期间，我先后组织两次小组会议，实现了组员之间以及学生与指导老师之间的面对面交流与沟通，使整个小组的实习工作，顺利有序进行。

一个人的能力如何，可以在别人的观察中得到肯定；一个人的工作态度如何，可以从他的用心程度去看。实习的时间虽不长，我却收获了很多宝贵的东西。在其中我认识到主动性的重要，认识到虚心请教、认真学习的重要，认识到有效沟通、总结反思的重要。这具体体现在：第一，我对社会学的专业知识有了更深的认识和理解，更加认识到专业知识的重要性。工作中的很多内容与方法都涉及了社会学方面的知识，尤其是社会救助学的知识，更重要的是，我学会了运用专业知识，使自己的工作更加地顺利；第二，在实习中，我越来越感到学习的重要性，学习知识，学习技能，学会做人，进而学以致用；第三，我认识到在社会这个大舞台上，一个人的礼仪和涵养显得尤为重要。只有以礼待人，尊重别人，才能收获到别人的认可与尊重。

实习的道路上不只有鲜花和成功，也有荆棘和失败。在实习的过程中，我也会有不足，犯一些小错误。首先，作为一个年轻人，刚到工作单位，有些急躁，希望一下子完成所有任务；其次，在对问题的理解和处理上还不是很成熟，需要不断学习与请教；最后，在与他人的沟通中，我缺乏更多的耐性，在一些看似微不足道的工作中，如扫地、擦桌子，自己做的不够认真仔细。在经过将近两个月的磨练后，我最终能顺利地完成日常工作任务和轻松地处理工作中的难题。

最后，我要感谢学校老师在实习期间对自己的帮助和支持，尤其是吴翠萍老师的悉心指导。同时我也要感谢实习单位对自己的不断栽 培和指导。以上是我对自己实习的鉴定和剖析，我认为自己有申请“优秀实习生”的能力，希望领导和老师给我一个机会。如果未选上，我也毫不气馁。在今后的工作中，我将会更加勤奋刻苦、努力拼搏、开拓进取，争取为自己、为学校、为社会交上一份满意的答卷，为自己的未来拼出一片精彩。

申请人： 2024年11月9日

**第二篇：优秀实习生申请书**

优秀实习生申请书

尊敬的校领导：

我是河北师范大学第十三期顶岗实习生张建蕊，我的实习基地是河北省邢台市宁晋县东汪中学。经过四个月的实习，我学到了很多很多，我很重视这次实习，借此机会可在学校所学的教育理论和教育知识应用于实际，同时也是对自己从事任教能力的一次大检验。

顶岗期间，我作为我们小分队的团支书，严格遵守实习学校的各项规章制度，为人师表，以身作则，不迟到、不早退。我抓住一切机会，积极锻炼，努力地做好从学生到教师的角色转变。在穿着上大方得体，言谈举止，自然端庄，尽力给学生一种道德修养高、文化水平高的印象。在教学工作方面，我担任八年级两个班的数学教学任务并兼任学生处干事及广播台台长。无论是在月考还是在期中考试中我们班成绩都名列前茅，平均分超出其他两个班高达20分。在学校月考表彰大会上我作为教师代表发言，与学生和老师讨论学习方法。每节课前我都认真备课，听取指导老师的意见，用心编写教案。实践中了解学生的学习情况，针对不同学生的特点进行教学，课后结合老师的意见全面反思，认真总结，弥补不足。在学校组织的听评课大赛中，我的成绩在我们九人团队中名列第一，受到了指导老师和学校领导的表扬。在学校组织的教师普通话大赛中获二等奖。

除了教学方面，在课外活动时，我担任七年级两个班的课间操教练，并在会操表演中取得优异的成绩。由于七年级是学校新生，他们对课间操不熟悉，我从电脑上自学课间操分解动作，然后自己练习熟练后教给学生。就这样边学边教，我们师生在活动中配合的很好，不仅学生们锻炼了身体，而且增强了学生们合作精神和团队精神。

11月，我组织我们实习生进行了一次团日活动，去参观赵州桥，以增强我们的凝聚力和团结精神。此外，积极参加当地学校组织的各项活动：跳绳比赛，乒乓球比赛，远足拉链活动等。

总之，这次顶岗实习对于我来说是一个很好的黄金储备期，为以后走上工作岗做了铺垫。我出色的完成了实习任务，得到了指导老师、同事、校领导的一致好评。尽管实习已经结束，但是我深知还要继续发扬虚心学习、努力进去的精神。不管走到哪里都保持谦虚学习的作风，为自己的以后铺就阶梯，为自己明天走上工作岗位做好扎实的准备。

**第三篇：优秀实习生申请书[范文]**

尊敬的邵阳学院体育系领导：

短短的实习生活结束了，这次的实习经历使我学到了很多很多，它不但开拓了我的眼界，进一步丰富了自己知识结构，还让我在书本理论和实践操作的结合中得到了深刻的体会,让我在未来的人生道路上更加自信。还有这次宝贵的实习对临床经验上十分欠缺的我来说就是雪中送炭,同时对从医者整体素质也有比较深刻的了解，为我以后的学习道路指明了方向。

我在工作中秉承着踏实肯干、吃苦耐劳的精神和保持谦虚、认真的学习,积极主动的学习的态度。在工作中能够服从上级指挥，敬业工作，坚决在保证效率的情况下加时加班、保质保量完成工作任务

在工作之余的生活中，我也贯彻待人诚恳的作风，严格遵守规章制度，实习期间从未无故缺勤、迟到早退，能与同事和睦相处，交流融洽并善于取长补短，对于上级的指点虚心好学，注重团队合作。

实习生活虽然结束了，在今后工作中我将会更加努力的拼搏，开拓进取，争取为自己、为学校、也为医院交上一份满意的答卷。

鉴于以上条件，我郑重的向领导提出申请优秀实习生，请领导考查，希望得到批准为盼！

此致

敬礼

**第四篇：优秀实习生申请书**

尊敬的学校领导：

您好！

短暂的两个半月的实习生活很快就结束了，这次的实习经历使我学到了很多很多，它不但开拓了我的眼界，进一步丰富了自己的知识结构，还让我在书本理论和实践操作的结合中得到了深刻的体会,让我在未来的人生道路上更加自信。在实习班主任期间，一些先进的管理经验也为我以后的学习积累了宝贵的财富。

我在工作中秉承着踏实肯干、吃苦耐劳的精神和保持谦虚、认真的学习,积极主动的学习的态度。在教学工作中能够从学情出发，探究适合学生的教学技巧和讲课方式。在班主任的实习过程中不断总结适合学生的管理经验，一切从学生入手，从学生的角度出发，尽量做到最好。虽急不躁，循序渐进，不断上进，和学生们一起努力。关注学生的学习和生活情况。

学校的事务也能够积极参加，主动参加学校的值周活动，帮不方便值周的教师值周、查寝等；积极参与学校举行2024年冬季第一次月考后的家长会，和家长交流沟通学生在校的学习情况和生活情况；和指导教师交流讲课经验和存在的问题，和班主任符老师学习管理班级的经验，和一些老师分享工作和生活中的乐趣。

在提高自身班主任管理素质和学科教学能力的同时，积极组织参与校园朗诵大赛和学生艺术节活动，指导陪伴学生练习，该班还在校园朗诵大赛上获得优胜奖，在“秋之韵”艺术节中荣获一等奖，和学生一起快乐成长，主动融入学生的生活，和学生搞好关系。

虽然实习生活已经结束，但是在实习中收获的东西将是一生的宝贵财富，是值得一生回味的友谊、感动和一份沉甸甸的责任感。

鉴于以上条件，申请评选优秀实习生，盼望校领导能够批准。

此致

敬礼

2024级3班\*\*

化学与材料科学学院

2024年12月23日 星期三

**第五篇：优秀实习生申请书**

优秀实习生申请书

还有大概三周的时间为期整整一个学期的实习生活就要结束了，在这段日子里，我学习到了很多东西，从教学实践到班主任工作等方面都得到了很大的锻炼，与学生也建立了良好的师生关系。作为教师生涯启程的第一步，我非常感谢并珍惜这段经历，所以一直以来都勤勉工作，在奋斗中进步，在教学中践行。在此期间，学校老师和学生也给予我很大的帮助与鼓励，让我圆满完成实习任务并得到成长。

一：教学工作

对于语文教学的实践，主要是对初三年级语文教材精读课文的讲解。首先，从备课来说，因为是毕业班，面临着应试压力，我是非常谨慎且充分的。课前需要充分了解学生的学习水平，然后查阅各种资料，认真写教案，准备好课堂每一个环节，尽量将课堂变得有趣而充实。在讲课中，慢慢提高自己的讲课能力，将注意力逐渐从教案转移到学生的反应上来，更多的关注学生。课后，及时了解学生的学习情况，为同学们解答问题，最后认真批改、讲解作业。在每一个环节上都做好充分准备及反思，有不懂得地方会请教其他老教师，这样坚持下来教学能力得到了很大的提高。

除了讲课之外，平时还会抽时间虚心听课。在学校组织的高效课堂公开课展示中，我坚持听了每一堂公开课，不管是哪个科目，好的教学方法都是想通的，这给了我很多的思考，让我学习到了很多东西。

二：班主任工作

班主任是整个班级凝聚力的核心所在，要当好班主任并不是一件容易的事情，班主任事务琐碎而又必不可少。早上要早早到教室看孩子们早读，督促他们大声背读，对于语文学习中的问题予以及时的解决，并维持早读纪律，提高效率；早操时要每天跟操，带领全班同学认真做操及跑步，对偷懒或者不认真做操的同学批评；晚上放学时要查寝，在聊天中可以及时了解学生的思想动态和学习状况，也增进了师生之间的感情。

除了固定的日常工作之外，我还组织同学们开了班会，增强班级凝聚力，对同学们进行思想动员；考试后要对考试情况做出总结，找个别学生谈话；深入了解特殊情况的学生，了解其思想动态……

当代理班主任的这段时间里，虽然事情杂碎，但是也与学生有了更近的进出，更多的了解，也让我对班主任工作有了更深的感悟。

三：活动组织

除了日常的教学工作和班主任工作之外，还有一项重要的工作就是和班里的同学面对学校组织的每一次活动。这学期一共有三项大型的比赛，分别是合唱比赛、叠被子比赛和运动会，在三项比赛中，我们班里拿到了两个一等奖和一个二等奖。

组织学生活动，首先要凝聚学生思想，使大家团结一致，比如合唱比赛之前一遍一遍的利用小自习和活动时间来练歌，但同学们都毫无怨言积极配合。其次要充分发挥班主任的作用，合理利用时间，提高练习效率，给同学们鼓励和信心，比如叠被子比赛和运动会比赛，都是利用课外时间进行，比赛时，其他同学一起喊班级口号给参赛的同学加油，整个气氛非常融洽和谐。最后，要对比赛过程和结果做出总结，告诉同学们胜不骄败不馁的道理。四：其他

在其他时间里，我们还参与了学校的值周工作，就是每天组织同学们放学，维持就餐纪律，巡视校园，检查卫生等，这些工作不仅能让我们看到其他一起值周老师的认真负责，也提高了我们的工作能力，了解了学校一部分行政事务。

此外，在运动会中，我们也参加了教师组的篮球比赛，收获了很多。

这几个月的实习生活是丰富多彩的，这也更坚定了我要当个优秀教师的信念。虽然有些地方做的还不够好，但是我一直在努力完善自己，提高自身能力。

鉴于以上条件，我郑重的交上这份优秀实习生的申请书，请考核，希望得到批准。

2024.12.10

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！