# 2024年顶岗实习总结3000字(二十四篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-03-11

*顶岗实习总结3000字一一、教学工作实习学校给我安排的教学科目是初中必修课《信息技术》。由于每一个班级一星期只有一节课，所以我教授了6个班级的课，同时我担任七(1)班班主任。七年级学生较多刚接触电脑，需要老师的耐心指导和想办法吸引学生的注意...*

**顶岗实习总结3000字一**

一、教学工作

实习学校给我安排的教学科目是初中必修课《信息技术》。由于每一个班级一星期只有一节课，所以我教授了6个班级的课，同时我担任七(1)班班主任。七年级学生较多刚接触电脑，需要老师的耐心指导和想办法吸引学生的注意力和激发他们的学习动力，并且要注意课堂重难点，因为每节课的内容较多，需要把握好每节课的讲课时间和练习时间。

怎样上好每一节课，是整个实习过程的重点。刚开始的一个礼拜的任务是听课和自己进行试讲工作，在后边每次上新课之前也先听指导老师上完一节之后总结经验。在这期间我听了3个课任老师共20节课。在听课前，认真阅读了教材中的相关章节，如果是习题课，则事前认真做完题目，把做题的思路简单记下，并内心盘算自己讲的话会怎样讲。听课时，认真记好笔记，重点注意老师的上课方式及与自己思路不同的部分，同时注意学生的反应，吸收老师的优点。

备课时不是简单地看教材，而是认真地梳理教材的内容和想方设法地用自己的语言表述出来。单是这个重新复述的过程就已经很考验我们的能力。要用严谨但通俗易懂且能引起学生兴趣的语言来来描述，还要找到学生感兴趣的话题进行新课的导入，新课的导入至关重要，因为一整节课学生的思绪就靠导入吸引。由于缺乏经验，刚开始时对教材的处理、对讲授内容的把握做得并不到位。经过科任指导王中华老师的指导，对教案进行反复修改，我也经常与戴幸福老师学习，以获得更多的经验。

刚开始上课时带给我们最初、最大的感受是，讲台下坐着的不再是与我们一起进行试讲的同学，而是真正的学生。他们不会像自己的同学那样随意附和、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和等待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，或者干脆不听甚至在课堂上讲话，所以多为老师既要讲授知识，又要管理课堂纪律，并且与学生进行个别交流，上完课还要给他们布置相关作业。刚开始时因为心情特别紧张，经验不足和应变能力不强，课堂出现了讲课重点不突出，教学思路不流畅，师生配合不够默契等问题。针对出现的问题，王老师在课堂上有时会帮我应对一下，课后会细心给我讲解哪些是重点，怎样突破难点，怎样自然过度，怎样引起学生的注意力。

教学实习给我最大的感受是，课堂上学生对我的提问和话题有所反应就是对我最大的回报。因为学生有反应表示他们在听在学，他们懂的不懂的都能从他们的回答和响应上判断，哪里他们弄懂了哪里还模糊需要重复强调都能从学生的回答声中了解，因此，在课堂上必须注意学生的反应。

由于信息技术课由于不是在平时的教室上的，同学们一开始没有固定的位置，那么为了以后方便教学，一开始第一节课就应该让他们记住自己的位置，以后每节都坐在同一个位置，特别是七年级学的是office的应用，每节课用同一台电脑就显得特别重要，同时也避免了他们每节课都抢着来占位置的情况。由于是学校，所有的电脑都是由任课老师进行维护的，所以需要大量学习硬件知识和维护电脑的知识，通过实习我在这方面学到了很多的知识与技能。

二、班主任工作实习

在班主任工作实习这一块，我带的是七(1)班，是个刚由升入初中的班级。班上有47位学生。虽然人数较多，但在第一次见面介绍完后，我就尽量地把全班同学的名字记下来，这样能给学生亲切感。接下来的时间，我常下到班级、下到宿舍跟同学进行交流，了解学生情况。很快根据情况制定了工作计划，交由原班主任马老师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。每天早起督促学生操前自习，还有晚读前自习，做到两个六点半，早操和眼保健操时也要跟班监督，自习课经常下到班里检查课堂纪律，晚上熄灯后还要到宿舍督促学生休息。

平时还要对在自修等违纪现象较为严重的学生进行谈话对其进行思想、纪律教育。通过和学生进行一对一的谈话，我了解了学生内心真实的想法，我把自己设在学生的位置看待问题，不用老师的身份来让学生感到压抑，对学生只引导，因为初中已经了自己对事情的看法和想法，不能强硬得把他们的思想限制在标准的范围里边，那样只会换来学生的反感，我们要通过引导，让其明白其中的厉害关系，让其自己领悟其中的道理进而改正。

三、实习小结

实习让我明白教学时不能无视学生已有知识经验，简单强硬的从外部对学生实施知识的填灌，而是应当把学生原有的知识经验作为新知识的生长点，引导学生从原有的知识经验中，生长新的知识经验。教学不是知识的传递，而是知识的处理和转换。教师不单是知识的呈现者，不是知识权威的象征，而应该重视学生自己对各种现象的理解，倾听他们时下的看法，思考他们这些想法的由来，并以此为据，引导学生丰富或调整自己的解释。

作为班主任要多和学生接触并且既要有威信又要有亲和力，这是份比较具有挑战性的工作;除了关心学生的生活，还要关心学生的学习、身心的健康和思想状况，在精神上给予他们鼓励和支持。那些学习退步的，考试发挥不好的，有困难的，缺少母爱父爱的等等。需要用语言开导、鼓励、教育他们，不断与他们谈心，既要掌握他们的心理活动，又要消除他们的精神压力，还取得了他们的信任。在学习上不偏袒、不歧视、不放弃任何一名学生，尊重学生的人格，做到严中有爱，严中有章，严中有信，严中有度。及时地把握学生的思想动态，找准谈话时机，作好学生的思想工作。

我会努力在今后的学习中不断提高自己的专业素养和知识另外还有道德素质，希望能成为具有创新能力的专业型教师

**顶岗实习总结3000字二**

20\_\_年9月1日到20\_\_年7月1日之间，我到东海县桃林中学进行为期一年的教育实习工作。教学生活是辛苦的，也是很有意义的。在学校领导支持和指导下，在王老师、计算机科组老师和原班主任马老师的帮助辅导下。我的教学实习工作了得了比较圆满的成功。

一、教学工作

实习学校给我安排的教学科目是初中必修课《信息技术》。由于每一个班级一星期只有一节课，所以我教授了6个班级的课，同时我担任七(1)班班主任。七年级学生较多刚接触电脑，需要老师的耐心指导和想办法吸引学生的注意力和激发他们的学习动力，并且要注意课堂重难点，因为每节课的内容较多，需要把握好每节课的讲课时间和练习时间。

怎样上好每一节课，是整个实习过程的重点。刚开始的一个礼拜的任务是听课和自己进行试讲工作，在后边每次上新课之前也先听指导老师上完一节之后总结经验。在这期间我听了3个课任老师共20节课。在听课前，认真阅读了教材中的相关章节，如果是习题课，则事前认真做完题目，把做题的思路简单记下，并内心盘算自己讲的话会怎样讲。听课时，认真记好笔记，重点注意老师的上课方式及与自己思路不同的部分，同时注意学生的反应，吸收老师的优点。

备课时不是简单地看教材，而是认真地梳理教材的内容和想方设法地用自己的语言表述出来。单是这个重新复述的过程就已经很考验我们的能力。要用严谨但通俗易懂且能引起学生兴趣的语言来来描述，还要找到学生感兴趣的话题进行新课的导入，新课的导入至关重要，因为一整节课学生的思绪就靠导入吸引。由于缺乏经验，刚开始时对教材的处理、对讲授内容的把握做得并不到位。经过科任指导王中华老师的指导，对教案进行反复修改，我也经常与戴幸福老师学习，以获得更多的经验。

刚开始上课时带给我们最初、最大的感受是，讲台下坐着的不再是与我们一起进行试讲的同学，而是真正的学生。他们不会像自己的同学那样随意附和、快捷地回答我们提出的问题，而是真正地思考和等待着我们的解答。他们在听不明白的时候会突然提问，或者干脆不听甚至在课堂上讲话，所以多为老师既要讲授知识，又要管理课堂纪律，并且与学生进行个别交流，上完课还要给他们布置相关作业。刚开始时因为心情特别紧张，经验不足和应变能力不强，课堂出现了讲课重点不突出，教学思路不流畅，师生配合不够默契等问题。针对出现的问题，王老师在课堂上有时会帮我应对一下，课后会细心给我讲解哪些是重点，怎样突破难点，怎样自然过度，怎样引起学生的注意力。

教学实习给我最大的感受是，课堂上学生对我的提问和话题有所反应就是对我最大的回报。因为学生有反应表示他们在听在学，他们懂的不懂的都能从他们的回答和响应上判断，哪里他们弄懂了哪里还模糊需要重复强调都能从学生的回答声中了解，因此，在课堂上必须注意学生的反应。

由于信息技术课由于不是在平时的教室上的，同学们一开始没有固定的位置，那么为了以后方便教学，一开始第一节课就应该让他们记住自己的位置，以后每节都坐在同一个位置，特别是七年级学的是office的应用，每节课用同一台电脑就显得特别重要，同时也避免了他们每节课都抢着来占位置的情况。由于是学校，所有的电脑都是由任课老师进行维护的，所以需要大量学习硬件知识和维护电脑的知识，通过实习我在这方面学到了很多的知识与技能。

二、班主任工作实习

在班主任工作实习这一块，我带的是七(1)班，是个刚由升入初中的班级。班上有47位学生。虽然人数较多，但在第一次见面介绍完后，我就尽量地把全班同学的名字记下来，这样能给学生亲切感。接下来的时间，我常下到班级、下到宿舍跟同学进行交流，了解学生情况。很快根据情况制定了工作计划，交由原班主任马老师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。每天早起督促学生操前自习，还有晚读前自习，做到两个六点半，早操和眼保健操时也要跟班监督，自习课经常下到班里检查课堂纪律，晚上熄灯后还要到宿舍督促学生休息。

平时还要对在自修等违纪现象较为严重的学生进行谈话对其进行思想、纪律教育。通过和学生进行一对一的谈话，我了解了学生内心真实的想法，我把自己设在学生的位置看待问题，不用老师的身份来让学生感到压抑，对学生只引导，因为初中已经了自己对事情的看法和想法，不能强硬得把他们的思想限制在标准的范围里边，那样只会换来学生的反感，我们要通过引导，让其明白其中的厉害关系，让其自己领悟其中的道理进而改正。

三、实习小结

实习让我明白教学时不能无视学生已有知识经验，简单强硬的从外部对学生实施知识的填灌，而是应当把学生原有的知识经验作为新知识的生长点，引导学生从原有的知识经验中，生长新的知识经验。教学不是知识的传递，而是知识的处理和转换。教师不单是知识的呈现者，不是知识权威的象征，而应该重视学生自己对各种现象的理解，倾听他们时下的看法，思考他们这些想法的由来，并以此为据，引导学生丰富或调整自己的解释。

作为班主任要多和学生接触并且既要有威信又要有亲和力，这是份比较具有挑战性的工作;除了关心学生的生活，还要关心学生的学习、身心的健康和思想状况，在精神上给予他们鼓励和支持。那些学习退步的，考试发挥不好的，有困难的，缺少母爱父爱的等等。需要用语言开导、鼓励、教育他们，不断与他们谈心，既要掌握他们的心理活动，又要消除他们的精神压力，还取得了他们的信任。在学习上不偏袒、不歧视、不放弃任何一名学生，尊重学生的人格，做到严中有爱，严中有章，严中有信，严中有度。及时地把握学生的思想动态，找准谈话时机，作好学生的思想工作。

我会努力在今后的学习中不断提高自己的专业素养和知识另外还有道德素质，希望能成为具有创新能力的专业型教师

**顶岗实习总结3000字三**

人们常说“实践是检验真理的唯一标准”。对于会计专业的我们，学习只是一种途径，更重要的是能够学以致用，在实际工作中一展所长，满足社会对财会优秀人才的需求。即将离开大学校园的我们，首先面对的就是就业的现实问题。荣幸的是，潮安县昌盛粮油有限公司给我提供了一个宝贵的顶岗实习的机会。在这里我开始了一段不断充实自己的日子。

一、实习目的和实习要求

1.实习目的

作为应届毕业生，我们才刚刚步入社会，还没有一定的工作年限和工作经验，对于很多社会知识还处于懵懂状态。这时我们需要寻找实习单位，需要不断为自己充电，以便适应社会环境，成为优秀的社会人才。会计，不仅仅需要学习理论上的知识，它更注重的是理论与实际相结合。在实践过程中，我们才能把所学的理论知识灵活地应用于实际工作中，掌握财会优秀人才所需的专业技能，不断地总结经验，积累经验，顺应社会发展的需求，努力成为工作中的积极分子，更好地融入社会这个大家庭，争取成为财会专业的优秀人才。

2.实习要求

进入潮安县昌盛粮油有限公司成为一名会计助理的我，首先要求自己要积极进取、独立思考;对待工作认真负责，与同事友好相处;戒骄戒躁，做好本职工作。会计每天面对的都是些枯燥的数据，这就要求我们要细心、要耐心，才不会容易出错。我们要善于发现工作中的问题，不耻下问，及时找到解决问题的办法;我们要有独立自主学习的能力，不断充实自己;我们要不断提高自己的专业技能水平和动手操作能力，学以致用;我们要保持认真严谨的工作态度，虚心好学，善于查漏补缺和总结经验;我们要懂得良好沟通和具备团队精神，在实际工作中不断提升自我的能力，为日后的工作打下坚实的基础。

二、实习单位及岗位介绍

1.实习单位

金石昌盛粮油有限公司，是生产加工，销售，服务于一体的综合性粮油配送企业。在潮汕地区享有盛名。

公司主要为产粮区米厂代销粮食，为粤东地区各地粮油批发商提供代购业务,并为工厂、学校、食品厂、餐饮酒店、膳食服务公司等终端用户进行厂家提供直供的服务，无任何中间环节，节约成本，保证品质。

2.岗位介绍

我所在的实习岗位是会计助理，岗位职责大致可以概括为以下几点：

1.掌握会计相关的理论知识和专业技能，熟悉会计核算，协助会计做好成本核算工作;

2.熟练操作用友财务软件，根据原始凭证填制记账凭证、记账、对账、结账，生成财务报表;

3.登记现金日记账和银行存款日记账;

4.编写账务所需的领料单、入库单、出仓单、收料单等

5.熟悉一般办公软件的应用，特别是word文档和e\_cel表格;

6.负责支票的填写，银行汇款工作;

7.按时报送统计局报表;

该岗位要求我能够掌握会计核算方法，熟练操作用友财务软件，熟悉汇款、提现等与银行相关的工作，对工作认真负责，善于发现和解决工作中的问题，及时总结经验，努力做好本职工作。

三、实习内容及过程

在这两个月的实习中，我觉得最难也让我最烦的便是分各种原始单据，也就是各种原始凭证，有时会分不清那些原始凭证应该列入那些科目，列入那些二级科目。在学校中学的大多是理论，也有很多实训，但是接触到的原始凭证相对比较有限，各种各类的原始凭证的种类又极其的繁多，这时就必须给自己“充电”了，翻阅以前的会计基础书，给自己来个温故;到中华会计网上查看一些新的会计知识，有时书本的知道比老旧;请教同事，会计这个行业经验是很重要的;也会对这些问题所涉及到的知识点做好笔记，再利用周未的时间对那些知识点加以归类总结，加强记忆。

刚开始接手单据的时候，不懂的怎么看单据只要有单就收，单据的种类有很多收料单、出仓单、送货单、退货单、各种费用单……

见单就收做法把一些不符合要求的单据也收了下来，记最严重的一次是收料单与送货单上的金额不一样还给收下了，结果出纳按照收料单上的款数打款给供应商，打了三千多元给供应商，幸好做账的同事在记账的时候发现了这个时假，供应商也是老顾客。如果这个金额不是多了三千元，而是而是三千万，然后又是进了一个不是那么好话说的公司，对一个企业来说这个影响谁都不敢想像的，做会计这真的要很小心很小心，任何一个小小的错误带来的后果有可能是直接一个企业的命运的结束，失之毫厘差之千里。

**顶岗实习总结3000字四**

人们常说“实践是检验真理的唯一标准”。对于会计专业的我们，学习只是一种途径，更重要的是能够学以致用，在实际工作中一展所长，满足社会对财会优秀人才的需求。即将离开大学校园的我们，首先面对的就是就业的现实问题。荣幸的是，潮安县昌盛粮油有限公司给我提供了一个宝贵的顶岗实习的机会。在这里我开始了一段不断充实自己的日子。

一、实习目的和实习要求

1.实习目的

作为应届毕业生，我们才刚刚步入社会，还没有一定的工作年限和工作经验，对于很多社会知识还处于懵懂状态。这时我们需要寻找实习单位，需要不断为自己充电，以便适应社会环境，成为优秀的社会人才。会计，不仅仅需要学习理论上的知识，它更注重的是理论与实际相结合。在实践过程中，我们才能把所学的理论知识灵活地应用于实际工作中，掌握财会优秀人才所需的专业技能，不断地总结经验，积累经验，顺应社会发展的需求，努力成为工作中的积极分子，更好地融入社会这个大家庭，争取成为财会专业的优秀人才。

2.实习要求

进入潮安县昌盛粮油有限公司成为一名会计助理的我，首先要求自己要积极进取、独立思考;对待工作认真负责，与同事友好相处;戒骄戒躁，做好本职工作。会计每天面对的都是些枯燥的数据，这就要求我们要细心、要耐心，才不会容易出错。我们要善于发现工作中的问题，不耻下问，及时找到解决问题的办法;我们要有独立自主学习的能力，不断充实自己;我们要不断提高自己的专业技能水平和动手操作能力，学以致用;我们要保持认真严谨的工作态度，虚心好学，善于查漏补缺和总结经验;我们要懂得良好沟通和具备团队精神，在实际工作中不断提升自我的能力，为日后的工作打下坚实的基础。

二、实习单位及岗位介绍

1.实习单位

金石昌盛粮油有限公司，是生产加工，销售，服务于一体的综合性粮油配送企业。在潮汕地区享有盛名。

公司主要为产粮区米厂代销粮食，为粤东地区各地粮油批发商提供代购业务,并为工厂、学校、食品厂、餐饮酒店、膳食服务公司等终端用户进行厂家提供直供的服务，无任何中间环节，节约成本，保证品质。

2.岗位介绍

我所在的实习岗位是会计助理，岗位职责大致可以概括为以下几点：

1.掌握会计相关的理论知识和专业技能，熟悉会计核算，协助会计做好成本核算工作;

2.熟练操作用友财务软件，根据原始凭证填制记账凭证、记账、对账、结账，生成财务报表;

3.登记现金日记账和银行存款日记账;

4.编写账务所需的领料单、入库单、出仓单、收料单等

5.熟悉一般办公软件的应用，特别是word文档和e\_cel表格;

6.负责支票的填写，银行汇款工作;

7.按时报送统计局报表;

该岗位要求我能够掌握会计核算方法，熟练操作用友财务软件，熟悉汇款、提现等与银行相关的工作，对工作认真负责，善于发现和解决工作中的问题，及时总结经验，努力做好本职工作。

三、实习内容及过程

在这两个月的实习中，我觉得最难也让我最烦的便是分各种原始单据，也就是各种原始凭证，有时会分不清那些原始凭证应该列入那些科目，列入那些二级科目。在学校中学的大多是理论，也有很多实训，但是接触到的原始凭证相对比较有限，各种各类的原始凭证的种类又极其的繁多，这时就必须给自己“充电”了，翻阅以前的会计基础书，给自己来个温故;到中华会计网上查看一些新的会计知识，有时书本的知道比老旧;请教同事，会计这个行业经验是很重要的;也会对这些问题所涉及到的知识点做好笔记，再利用周未的时间对那些知识点加以归类总结，加强记忆。

刚开始接手单据的时候，不懂的怎么看单据只要有单就收，单据的种类有很多收料单、出仓单、送货单、退货单、各种费用单……

见单就收做法把一些不符合要求的单据也收了下来，记最严重的一次是收料单与送货单上的金额不一样还给收下了，结果出纳按照收料单上的款数打款给供应商，打了三千多元给供应商，幸好做账的同事在记账的时候发现了这个时假，供应商也是老顾客。如果这个金额不是多了三千元，而是而是三千万，然后又是进了一个不是那么好话说的公司，对一个企业来说这个影响谁都不敢想像的，做会计这真的要很小心很小心，任何一个小小的错误带来的后果有可能是直接一个企业的命运的结束，失之毫厘差之千里。

**顶岗实习总结3000字五**

翻开人生的扉页，为期三个月的实习生活短暂而精彩。它像一支鲜艳的花朵，散发着清香，让我久久品味，细细回忆。教育实践是思想知识、文化知识、以及教育理论的综合实践课。在我院老师和峨山锦屏中学各位老师的精心安排和帮助下，我们圆满完成在锦屏中学的顶岗实习任务。

三个月的实习生活见证了我们的成长，从开始上课时的羞涩拘谨再到课堂上的谈吐自如，我们感觉自己在一天天的成长，一步步实现从学生到老师的角色转化。锦屏中学给与我太多的第一次，第一次真正站在讲台上面对四十五张求知的面孔，第一次与学生面对面探讨问题、谈心，第一次与多位资深老师探讨交流教学中的问题??时间的脚步悄悄走到今天，回首间蓦然发现，我们已经走到实习的最后一周，驻足于此，方觉光阴易逝，日月如梭。尽管只是短暂的三个月，可我从中受益匪浅。

一、转变角色，明确责任。

此次顶岗实习不同于以往的任何一种学习，我们离开家的庇护，打点行囊，来到一个不曾熟悉的地方学习、生活。这就要求我们在这两个半月的时间里学会怎样与人相处，学会学习，学会生活。 以前我们总是以学生的身份出现在学校，然而这次实习，我们既是中学老师的学生，同时也是中学生的老师，因此，我们集双重身份于一身，这就要求我们要认清自己的角色，明确自己的责任。一方面，

我们要虚心向老师们请教，在他们的指导下认真完成教学实践，同时又必须严格要求自己，规范好自身的言行举止，给学生做出榜样。所以说此次实习，我们必须学会独立思考，相互协作，试着去判断问题，处理一些事情，扔掉以往依赖的心态，从思想上转变，从根本上提高认识，只有这样，才能把自己投入其中，成为生活的一份子，也只有这样，我们才能在此次实习中从真正意义上有所得，有所悟。

二、端正态度，明确任务。

人们常说，态度决定成败。所以端正态度显得尤为重要。此次实习，我们的主要任务是不断提高自身的教育实践能力，协调能力和独立生活能力，力图提高自身综合水平，为将来真正走上教师岗位奠定坚实的基础。

锦屏中学是当地一所办学不错的乡镇中学，他校风优良，师资雄厚，有着良好的教育学术交流氛围，我们到达的第一天学校领导便热情的接待了我们，细心安排我们的生活，并和国培教师完成了工作交接。从刚开始教学的时候我们的指导老师就很认真的指导我们备课、上课以及批阅作业。可以这样说，我们的指导老师是非常优秀的，不论是讲课还是班主任工作，她们都做得井井有条，异常出色。对我们的照顾也是无微不至的。

从课前准备到听课，再到课后的笔记整理，我们听了很多精彩的课程，初三的学生马上面临着他们人生至关重要的一次考试，所以我们的课程紧张而有序的开展着，同学们善于思考，上课积极主动回答问题，而老师则是积极引导他们，开拓思维，力求培养学生严谨的思

维能力。指导老师在指导我们写教案的时候再三叮嘱我们，要把课堂还给学生，我们老师更是要善于引导，让他们成为学习的主体。忽然发现现在的中学教育更加人性化，也更加理性化。这就要求中学老师不仅要有过硬的专业技能，也要有先进的教学理念。作为主要任务的讲课，我们更是认真对待，不敢丝毫怠慢。备课是必需的环节，要想真正学到经验，并且把知识教授给学生，就得在上课前做好准备，内容、难点、重点、疑点、补充的知识点，这些都要事先准备好;同时，听课时不但要善于学习，还要善于思考，看到老师精彩的教学环节，便要想想如果换成自己来上又该怎么设计?课后的笔记整理中，往往会发现老师在讲课时精彩的背后付出多少艰辛，正所谓“台上一分钟，台下十年功”。授课是最关键的环节，除了课前认真的备课之外，课堂上的随机应变亦十分重要，“教学相长“一词就概括的道出了其中的含义，学生的创意有时会让人忍俊不禁，而他们也善于发现问题，有的问题还难倒我们，这就激励我们对教材做出进一步的研究。

三、用心呵护，用爱感化。

班级实际就是一个大集体，在这个班级里有优秀的学生，同样有后进生。怎样对待优秀学生和后进生是一个值得关注的问题。

在锦屏中学实习的日子里，我在指导老师及所带班级班主任的帮助下逐步体会出了作为科任老师处理这事的睿智与高明。我们常表扬优秀的学生，从而激励他们继续保持。而对于后进生，则是少批评，多鼓励;同样，有时小小的惩罚也是必要的，适当的批评和教育，以此警示他们：犯了错误是要接受惩罚的。

了解每一个学生，关心每一个学生，这句话说起来很简单，可真正去做到他才发现还是有一定难度的。每个孩子都有自己的想法，都有自己独特的家庭生活背景，他们在班级的名义下组成了一个大家庭，而其中的相处更是磕磕碰碰。中学生处于叛逆阶段，不希望总有一个人时时刻刻对着他侃侃而谈一些大道理。所以说作为一个老师，必须拥有更多的耐心和恒心。老师要在日常的生活中去了解学生、关心学生、爱护学生，要有责任心和爱心。老师对学生们好，同样学生们也会对老师尊敬。尽管学生和大人之间表达尊重的方式不一样，可是心灵却是相通的。所以说对学生的教育，只能从点滴做起，用真心和爱心来感化他们。

四、七彩生活，回味无穷。

打心眼里说，顶岗实习的生活压力是很大的，突然间把一个四十五名学生组成的毕业班交到自己手中，要做好化学教学工作，可谓“任重而道远”。然而或许正是有了这样沉重的心理压力才说明我们的实习生活充实而有意义。

因为学生能很好的学到知识，所以我快乐，这是我实习的信条。 课堂上，看到学生求知的脸上绽放满意的笑容，我想我们可以再努力一些;走廊上，操场边，听到学生们亲切地叫一声老师，心里真的比吃了蜜还甜。我们就是在这种紧张、快节奏的生活中充实着、快乐着。这种苦中有乐的实习生活实在是一种享受。在最后的一周里，我们将继续和他们一起学习、一起生活、一起进步，共同分享这美好的分分秒秒。希望这份美好都能留在我们彼此珍贵的记忆里，永不褪色。

五、总结提高，完善自我。

为期三个月的实习生活快要结束了，经历这次顶岗实习生活，我们收获颇丰，我们不仅学到了很多在课本上根本不可能学到的东西，同时也发现自身的缺点和不足。经历这次实习生活，我紧张过、努力过、开心过、醒悟过也自信过，这些从没有过的经历让我进步了，成长了，也让我初尝身为一名教师的酸甜苦辣，更让我体会到做一名教师所肩负的责任，从理论到教学实践，这是一个漫长的学习过程，同时我也深深地认识到随着社会的发展，现代教育对小学老师的要求也越来越高，要想成为一名合格的中学教师，我们必须更加努力，完善自己。

我用这次难得的机会锻炼了自己，这是我们走向社会的前奏，未来充满太多的未知，但我已经有了一次当老师的经历，体会到教师生活的点点滴滴。实习让我认识了锦屏中学九年级五班这个独一无二的优秀班级，让我认识了很多优秀的老师，感谢所有的学生，感谢指导老师，让我知道人民教师这个光辉的职业。我将会在未来的日子里不断提高自身素质，时刻为成为一名优秀的人民教师而努力。

**顶岗实习总结3000字六**

翻开人生的扉页，为期三个月的实习生活短暂而精彩。它像一支鲜艳的花朵，散发着清香，让我久久品味，细细回忆。教育实践是思想知识、文化知识、以及教育理论的综合实践课。在我院老师和峨山锦屏中学各位老师的精心安排和帮助下，我们圆满完成在锦屏中学的顶岗实习任务。

三个月的实习生活见证了我们的成长，从开始上课时的羞涩拘谨再到课堂上的谈吐自如，我们感觉自己在一天天的成长，一步步实现从学生到老师的角色转化。锦屏中学给与我太多的第一次，第一次真正站在讲台上面对四十五张求知的面孔，第一次与学生面对面探讨问题、谈心，第一次与多位资深老师探讨交流教学中的问题??时间的脚步悄悄走到今天，回首间蓦然发现，我们已经走到实习的最后一周，驻足于此，方觉光阴易逝，日月如梭。尽管只是短暂的三个月，可我从中受益匪浅。

一、转变角色，明确责任。

此次顶岗实习不同于以往的任何一种学习，我们离开家的庇护，打点行囊，来到一个不曾熟悉的地方学习、生活。这就要求我们在这两个半月的时间里学会怎样与人相处，学会学习，学会生活。 以前我们总是以学生的身份出现在学校，然而这次实习，我们既是中学老师的学生，同时也是中学生的老师，因此，我们集双重身份于一身，这就要求我们要认清自己的角色，明确自己的责任。一方面，

我们要虚心向老师们请教，在他们的指导下认真完成教学实践，同时又必须严格要求自己，规范好自身的言行举止，给学生做出榜样。所以说此次实习，我们必须学会独立思考，相互协作，试着去判断问题，处理一些事情，扔掉以往依赖的心态，从思想上转变，从根本上提高认识，只有这样，才能把自己投入其中，成为生活的一份子，也只有这样，我们才能在此次实习中从真正意义上有所得，有所悟。

二、端正态度，明确任务。

人们常说，态度决定成败。所以端正态度显得尤为重要。此次实习，我们的主要任务是不断提高自身的教育实践能力，协调能力和独立生活能力，力图提高自身综合水平，为将来真正走上教师岗位奠定坚实的基础。

锦屏中学是当地一所办学不错的乡镇中学，他校风优良，师资雄厚，有着良好的教育学术交流氛围，我们到达的第一天学校领导便热情的接待了我们，细心安排我们的生活，并和国培教师完成了工作交接。从刚开始教学的时候我们的指导老师就很认真的指导我们备课、上课以及批阅作业。可以这样说，我们的指导老师是非常优秀的，不论是讲课还是班主任工作，她们都做得井井有条，异常出色。对我们的照顾也是无微不至的。

从课前准备到听课，再到课后的笔记整理，我们听了很多精彩的课程，初三的学生马上面临着他们人生至关重要的一次考试，所以我们的课程紧张而有序的开展着，同学们善于思考，上课积极主动回答问题，而老师则是积极引导他们，开拓思维，力求培养学生严谨的思

维能力。指导老师在指导我们写教案的时候再三叮嘱我们，要把课堂还给学生，我们老师更是要善于引导，让他们成为学习的主体。忽然发现现在的中学教育更加人性化，也更加理性化。这就要求中学老师不仅要有过硬的专业技能，也要有先进的教学理念。作为主要任务的讲课，我们更是认真对待，不敢丝毫怠慢。备课是必需的环节，要想真正学到经验，并且把知识教授给学生，就得在上课前做好准备，内容、难点、重点、疑点、补充的知识点，这些都要事先准备好;同时，听课时不但要善于学习，还要善于思考，看到老师精彩的教学环节，便要想想如果换成自己来上又该怎么设计?课后的笔记整理中，往往会发现老师在讲课时精彩的背后付出多少艰辛，正所谓“台上一分钟，台下十年功”。授课是最关键的环节，除了课前认真的备课之外，课堂上的随机应变亦十分重要，“教学相长“一词就概括的道出了其中的含义，学生的创意有时会让人忍俊不禁，而他们也善于发现问题，有的问题还难倒我们，这就激励我们对教材做出进一步的研究。

三、用心呵护，用爱感化。

班级实际就是一个大集体，在这个班级里有优秀的学生，同样有后进生。怎样对待优秀学生和后进生是一个值得关注的问题。

在锦屏中学实习的日子里，我在指导老师及所带班级班主任的帮助下逐步体会出了作为科任老师处理这事的睿智与高明。我们常表扬优秀的学生，从而激励他们继续保持。而对于后进生，则是少批评，多鼓励;同样，有时小小的惩罚也是必要的，适当的批评和教育，以此警示他们：犯了错误是要接受惩罚的。

了解每一个学生，关心每一个学生，这句话说起来很简单，可真正去做到他才发现还是有一定难度的。每个孩子都有自己的想法，都有自己独特的家庭生活背景，他们在班级的名义下组成了一个大家庭，而其中的相处更是磕磕碰碰。中学生处于叛逆阶段，不希望总有一个人时时刻刻对着他侃侃而谈一些大道理。所以说作为一个老师，必须拥有更多的耐心和恒心。老师要在日常的生活中去了解学生、关心学生、爱护学生，要有责任心和爱心。老师对学生们好，同样学生们也会对老师尊敬。尽管学生和大人之间表达尊重的方式不一样，可是心灵却是相通的。所以说对学生的教育，只能从点滴做起，用真心和爱心来感化他们。

四、七彩生活，回味无穷。

打心眼里说，顶岗实习的生活压力是很大的，突然间把一个四十五名学生组成的毕业班交到自己手中，要做好化学教学工作，可谓“任重而道远”。然而或许正是有了这样沉重的心理压力才说明我们的实习生活充实而有意义。

因为学生能很好的学到知识，所以我快乐，这是我实习的信条。 课堂上，看到学生求知的脸上绽放满意的笑容，我想我们可以再努力一些;走廊上，操场边，听到学生们亲切地叫一声老师，心里真的比吃了蜜还甜。我们就是在这种紧张、快节奏的生活中充实着、快乐着。这种苦中有乐的实习生活实在是一种享受。在最后的一周里，我们将继续和他们一起学习、一起生活、一起进步，共同分享这美好的分分秒秒。希望这份美好都能留在我们彼此珍贵的记忆里，永不褪色。

五、总结提高，完善自我。

为期三个月的实习生活快要结束了，经历这次顶岗实习生活，我们收获颇丰，我们不仅学到了很多在课本上根本不可能学到的东西，同时也发现自身的缺点和不足。经历这次实习生活，我紧张过、努力过、开心过、醒悟过也自信过，这些从没有过的经历让我进步了，成长了，也让我初尝身为一名教师的酸甜苦辣，更让我体会到做一名教师所肩负的责任，从理论到教学实践，这是一个漫长的学习过程，同时我也深深地认识到随着社会的发展，现代教育对小学老师的要求也越来越高，要想成为一名合格的中学教师，我们必须更加努力，完善自己。

我用这次难得的机会锻炼了自己，这是我们走向社会的前奏，未来充满太多的未知，但我已经有了一次当老师的经历，体会到教师生活的点点滴滴。实习让我认识了锦屏中学九年级五班这个独一无二的优秀班级，让我认识了很多优秀的老师，感谢所有的学生，感谢指导老师，让我知道人民教师这个光辉的职业。我将会在未来的日子里不断提高自身素质，时刻为成为一名优秀的人民教师而努力。

**顶岗实习总结3000字七**

时间飘逝的是如此之快，在不经意间，顶岗实习工作已接近尾声。还清晰的记得在那雪花纷纷中来到这片陌生的土地，而此时在这夏日的蝉鸣中却即将告别这片熟悉的土地。带走的是累累的硕果，留下的是绵长的不舍。

一、实习基本情况

从20\_\_年2月18日来到清苑县张登中学，到20\_\_年6月29日实习工作圆满结束。来到张登中学受到了当地师生的热烈欢迎，学校滦校长和刘主任向我们介绍了张登中学的基本情况。张登中学是清苑县的重点初中，全校26个教学班，20\_\_余名学生，教师百余人，各种教学设备齐全，多年来学校坚持严格管理，狠抓教学质量的方针政策，为清苑县基础教育作出了巨大的贡献，受到各级领导的表彰。

二、实习工作

2月18日下午，刘主任即给张登中学实习分队的八名队员安排了指导教师，他们全部都是张登中学各学科的骨干教师。我的指导教师是张登中学历史学科的骨干常秀娟老师，同时她也是八年级一班的班主任。寒冷的冬天却没有冷却初为人师的那份热情，第二天便开始了紧张的听课工作，开始具体学习当地教师的授课方法，讲课风格，寻找与自己所学知识的契合点。2月20号我试讲了自己人生的课，八年级历史单元第二课《最可爱的人》，带着那份忐忑的心情与莫名的激动走上了那神圣的三尺讲台，看着那台下几十双充满好奇的眼睛。我的思维瞬间僵化，缓过神来，定定神，开始讲授这一课，课文的内容很简单，四十五分钟的课讲了十几分钟便讲完了。下面的时间怎么办，情急之下开始了我所谓的知识扩展，把大学里《中学历史教学法》所学的内容讲了半节课。在学生不知所以然的眼神里，下课的铃声终于响了，那几十双迷茫的眼睛足以证明这结课的失败，把学生讲晕了。课后常老师指出了我的不足，主要是讲课内容太深，知识点不明确，这显然与初中生的接受能力不相符合。

随后，实习工作在磕磕绊绊中步入正轨，逐渐向一个正式教师的角色转化，能够独立授课，充满个性与风趣的授课风格受到了学生们的欢迎，形成了自己作为一个教师的个人特色。

在将近五个月的实习工作中，本人共完成顶岗实习工作日志131篇，教案10篇，实习周记18篇，教师六项技能训练作业15篇，实习小组长日志131篇，学习实习发展观思想汇报1篇，实习班主任工作计划2篇，听课记录10篇，主题班会活动记录3篇，认真完成了校要求的各项作业。

三、实习班主任工作

在教授历史课的同时，跟随常秀娟老师实习八年级一班班主任工作。由于张登中学作息时间安排十分紧凑，班主任工作要比学生起的早，比学生睡的晚，陪伴学生完整的渡过在校的每一天。每天五点半起床，看学生跑早操，七点二十分查宿舍、卫生区卫生情况，在晨羲里透过窗户射进学生宿舍的那一道光辉，是那般的惬意。常老师俯身去整理学生们不整齐的被褥，让我感到了作为一个基层教师的不易，为之感动。午自习去教室，督促学生们学习，晚自习值班，解答学生的疑难问题，晚上温九点半检查学生就寝情况。看着白天活泼乱跳的学生鼾然入睡，是一种难以言状的满足感，伴着明月结束一天的劳累，漫步月光下，享受的那份充实、收获。

这将近五个月的班主任工作让我深刻领悟到，除去任课，班主任更是学生们的家长，一切都要处理，让学生健康成长，这上是一份繁重的工作，但又是一个少神圣的工作。

四、教育调查与研究

基层教学模式落后

基层学校现在依然是“一言堂，满堂灌”填鸭式的教学，造成了学生积极性不高，反作用于教师，面对死气沉沉的学生教学也没有了激情。新课改在基层学校的推行受到了许多老师的抵触。他们认为学生的积极主动性调动起来了，学习成绩就难以保证，进而升学率也就难以保证。所以新课改的推行与基层教育的现状有着极大的冲突，这就需要教育理论专家更多的走向基层，结合当地教育实际给予正确的指导，找到新课改与基层教育的契合点。

五、实习小组组长工作

本人在担任清苑张登中学实习分队组长以来，与其他七名同学齐心协力，顺利完成了实习工作。其间组织了部分到冉庄地道站遗址参观接受红色教育;应师大要求组织了“访万家”活动，为母校征集了基层学校对我校的办学意见，助力母校科学发展;与母校发起的“我为学校发展献一策活动”为母校的发展提出了自己真诚意见;组织队员学习“深入实习发展观的相关文件，领悟其中的精神;组织队员互相听课，参与学校观摩课;组织队员参加学校教研活动;组织队员参与张登中学春季运动会工作等等。

将近五个月的实习工作结束了，回顾这半年，感慨良多，觉得自己一下子成熟了，真真觉得自己就是一个教师。这些日子有过困苦、愁畅，但更多的是收获。感谢我的指导教师常秀娟老师，感谢张登中学的所有师生，感谢张登所有的父老乡亲，更感谢的是孕育了这一切的张登的这方热土。

**顶岗实习总结3000字八**

时间飘逝的是如此之快，在不经意间，顶岗实习工作已接近尾声。还清晰的记得在那雪花纷纷中来到这片陌生的土地，而此时在这夏日的蝉鸣中却即将告别这片熟悉的土地。带走的是累累的硕果，留下的是绵长的不舍。

一、实习基本情况

从20\_\_年2月18日来到清苑县张登中学，到20\_\_年6月29日实习工作圆满结束。来到张登中学受到了当地师生的热烈欢迎，学校滦校长和刘主任向我们介绍了张登中学的基本情况。张登中学是清苑县的重点初中，全校26个教学班，20\_\_余名学生，教师百余人，各种教学设备齐全，多年来学校坚持严格管理，狠抓教学质量的方针政策，为清苑县基础教育作出了巨大的贡献，受到各级领导的表彰。

二、实习工作

2月18日下午，刘主任即给张登中学实习分队的八名队员安排了指导教师，他们全部都是张登中学各学科的骨干教师。我的指导教师是张登中学历史学科的骨干常秀娟老师，同时她也是八年级一班的班主任。寒冷的冬天却没有冷却初为人师的那份热情，第二天便开始了紧张的听课工作，开始具体学习当地教师的授课方法，讲课风格，寻找与自己所学知识的契合点。2月20号我试讲了自己人生的课，八年级历史单元第二课《最可爱的人》，带着那份忐忑的心情与莫名的激动走上了那神圣的三尺讲台，看着那台下几十双充满好奇的眼睛。我的思维瞬间僵化，缓过神来，定定神，开始讲授这一课，课文的内容很简单，四十五分钟的课讲了十几分钟便讲完了。下面的时间怎么办，情急之下开始了我所谓的知识扩展，把大学里《中学历史教学法》所学的内容讲了半节课。在学生不知所以然的眼神里，下课的铃声终于响了，那几十双迷茫的眼睛足以证明这结课的失败，把学生讲晕了。课后常老师指出了我的不足，主要是讲课内容太深，知识点不明确，这显然与初中生的接受能力不相符合。

随后，实习工作在磕磕绊绊中步入正轨，逐渐向一个正式教师的角色转化，能够独立授课，充满个性与风趣的授课风格受到了学生们的欢迎，形成了自己作为一个教师的个人特色。

在将近五个月的实习工作中，本人共完成顶岗实习工作日志131篇，教案10篇，实习周记18篇，教师六项技能训练作业15篇，实习小组长日志131篇，学习实习发展观思想汇报1篇，实习班主任工作计划2篇，听课记录10篇，主题班会活动记录3篇，认真完成了校要求的各项作业。

三、实习班主任工作

在教授历史课的同时，跟随常秀娟老师实习八年级一班班主任工作。由于张登中学作息时间安排十分紧凑，班主任工作要比学生起的早，比学生睡的晚，陪伴学生完整的渡过在校的每一天。每天五点半起床，看学生跑早操，七点二十分查宿舍、卫生区卫生情况，在晨羲里透过窗户射进学生宿舍的那一道光辉，是那般的惬意。常老师俯身去整理学生们不整齐的被褥，让我感到了作为一个基层教师的不易，为之感动。午自习去教室，督促学生们学习，晚自习值班，解答学生的疑难问题，晚上温九点半检查学生就寝情况。看着白天活泼乱跳的学生鼾然入睡，是一种难以言状的满足感，伴着明月结束一天的劳累，漫步月光下，享受的那份充实、收获。

这将近五个月的班主任工作让我深刻领悟到，除去任课，班主任更是学生们的家长，一切都要处理，让学生健康成长，这上是一份繁重的工作，但又是一个少神圣的工作。

四、教育调查与研究

基层教学模式落后

基层学校现在依然是“一言堂，满堂灌”填鸭式的教学，造成了学生积极性不高，反作用于教师，面对死气沉沉的学生教学也没有了激情。新课改在基层学校的推行受到了许多老师的抵触。他们认为学生的积极主动性调动起来了，学习成绩就难以保证，进而升学率也就难以保证。所以新课改的推行与基层教育的现状有着极大的冲突，这就需要教育理论专家更多的走向基层，结合当地教育实际给予正确的指导，找到新课改与基层教育的契合点。

五、实习小组组长工作

本人在担任清苑张登中学实习分队组长以来，与其他七名同学齐心协力，顺利完成了实习工作。其间组织了部分到冉庄地道站遗址参观接受红色教育;应师大要求组织了“访万家”活动，为母校征集了基层学校对我校的办学意见，助力母校科学发展;与母校发起的“我为学校发展献一策活动”为母校的发展提出了自己真诚意见;组织队员学习“深入实习发展观的相关文件，领悟其中的精神;组织队员互相听课，参与学校观摩课;组织队员参加学校教研活动;组织队员参与张登中学春季运动会工作等等。

将近五个月的实习工作结束了，回顾这半年，感慨良多，觉得自己一下子成熟了，真真觉得自己就是一个教师。这些日子有过困苦、愁畅，但更多的是收获。感谢我的指导教师常秀娟老师，感谢张登中学的所有师生，感谢张登所有的父老乡亲，更感谢的是孕育了这一切的张登的这方热土。

**顶岗实习总结3000字九**

作为一名实习教师，我坚持以教师的身份严格要求自己，处处注意自己的言行和仪表，热心爱护实习学校学生，本着对学生负责的态度尽力做好班主任及教学的每一项工作;同时作为一名实习生能够遵守实习学校的规章制度。尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，积极地完成了当地学校交给的各项活动。在琼海实习我有一种体验是客服种种困难幸福的实习，在实习中思考，在实习中尝试困难的阻挠。

下面我对我的实习工作做一下总结

(一)课堂教学

三年的大学理论学习，各种各样的教育理论冲击着我的脑袋，我曾经感到迷茫和无助，但通过这次的实习，很好的将在课堂上学到的理论运用在实践中，在实践中筛选、磨砺出适合自己的理论指导，给我以后的教学工作指明方向。

首先，认真在备课。

我在实习期间。熟读教材、尊重教材，将教材中透漏出的信息传递给学生。备课的时结合学生的认知水平将教学重点和难点用教材语言用学生能读懂的语言简明扼要地呈现给学生。同时上可前熟悉教案，反复试讲，理顺教学思路，从整体上把握教学设计的框架，提高教学的条件性和逻辑感染力，此外也确定教学细节。

其次，课堂上要“一心两用”。

我每次上课，除了要用心将知识传授给学生，还要细心观察学生的课堂表现，注重调动学生的注意力，尤其是在讲重难点的时候。由于经验不足，课堂上的调控和应变能力还欠缺，饿哦应该朝着这个目标不断努力。

再次，要做好教学反思与总结。

做好课后的反思总结，在实践中发现自己的不足，纠正错误，完善自己，才会得到发展。

最后，认真对待批改作业。

批改作业，有利于我们了解学生的学习情况，和我的教学情况并及时给予纠正。发现学生作业完成情况不理想，我就会在课余和课后找他们补习。身为实习老师，就要有这样的耐心，才能把学生纠正过来。

(二)班主任工作

在实习中，我担任初二班主任的到了原班主任夏老师的悉心指导，她给予我充分的信任和机会，让我体验班主任的点点滴滴。

1、班主任工作实习情况

(1)深入了解班级的基本状况

通过找原班主任了解情况，找学生个别谈话，悉心观察等方式，来了解学生的基本情况，包括学生的主题思想，学习现状，学习成绩，优秀学生和后进生。

(2)认真负责地做好班级日常管理工作。

每天监督学生早自习、课间操;放学后，要监督学生离校，检查值日工作，检查门窗等。工作虽琐碎，但更需要付出百分百的认真、耐心和责任心。

2、反思总结

经过实践体验和反思总结，我总结出要成为一名优秀的班主任要做到以下几个方面。

(1)做好计划，繁而不乱。

班主任工作异常繁琐，这是众所周知的。因此，在开展班主任繁琐的工作之前，应先根据本班的实际情况制定详尽的工作计划。

(2)了解学生对症下药。

深入了解班里的每一个学生，为做好班级辅助管理工作做好了准备。如对勤奋好学，成绩优秀的学生就可以采取开门见山的教育方式，对缺点多、自尊心强的学生在可以可以与学生先从感情上融洽，然后由浅入深，有层次地设计教育的内容，而对那些产生对抗心理的学生就可采取商谈式的教育方式。

(3)尊重学生，贵在坦诚。

作为实习班主任我尊重学生的人格尊严，对待学生无高低之分。我在建立威信的基础上，与他们平等、友好的相处，建立起了和谐的师生关系。作为实习班主任我更有一种大度的\'气量，宽阔的胸怀，平等地对待学生，赢得了学生的信任。

(4)做好自己，为人师表。

老师的外在行为表现，对学生具有一种榜样和师范的作用，会对学生产生潜移默化的影响。俗话说：“身教重于言教。”无论是在穿着打扮方面，还是在言行举止方面，无论是在教学能力方面还是在个人修养方面我都以一名正是老师、班主任的身份要求自己，在班中得到了学生的认可与支持。

(5)钻研教学，发展自己。

常言道：“要给人一碗水，自己要有一桶水。”要教会学生知识，首先自己要有丰富的知识。实习期间，我深深体会到，要想做好老师，首先把自己的学科教学搞好，积极钻研，提高课堂教学质量。让班里学生喜欢你上课，进而喜欢你、佩服你，是自己的教学得到学生的认可，这对于实习班主任是至关重要的。

实习虽然过去。可当我回过头来看一下自己留下的脚印，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!挫折也罢，困难也罢。失败也罢，成功也罢，两个月的实习一结束，一切都已经成为过去，而我们正面临新的学期任务，正面临新的学期机遇，真正的工作会在不久的将来出现在我们的生活中，我们现在真正需要的是总结经验，吸取教训，学好知识，迎接新的一天，迎接新的挑战。，都有重要的启迪作用。

**顶岗实习总结3000字篇十**

作为一名实习教师，我坚持以教师的身份严格要求自己，处处注意自己的言行和仪表，热心爱护实习学校学生，本着对学生负责的态度尽力做好班主任及教学的每一项工作;同时作为一名实习生能够遵守实习学校的规章制度。尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，积极地完成了当地学校交给的各项活动。在琼海实习我有一种体验是客服种种困难幸福的实习，在实习中思考，在实习中尝试困难的阻挠。

下面我对我的实习工作做一下总结

(一)课堂教学

三年的大学理论学习，各种各样的教育理论冲击着我的脑袋，我曾经感到迷茫和无助，但通过这次的实习，很好的将在课堂上学到的理论运用在实践中，在实践中筛选、磨砺出适合自己的理论指导，给我以后的教学工作指明方向。

首先，认真在备课。

我在实习期间。熟读教材、尊重教材，将教材中透漏出的信息传递给学生。备课的时结合学生的认知水平将教学重点和难点用教材语言用学生能读懂的语言简明扼要地呈现给学生。同时上可前熟悉教案，反复试讲，理顺教学思路，从整体上把握教学设计的框架，提高教学的条件性和逻辑感染力，此外也确定教学细节。

其次，课堂上要“一心两用”。

我每次上课，除了要用心将知识传授给学生，还要细心观察学生的课堂表现，注重调动学生的注意力，尤其是在讲重难点的时候。由于经验不足，课堂上的调控和应变能力还欠缺，饿哦应该朝着这个目标不断努力。

再次，要做好教学反思与总结。

做好课后的反思总结，在实践中发现自己的不足，纠正错误，完善自己，才会得到发展。

最后，认真对待批改作业。

批改作业，有利于我们了解学生的学习情况，和我的教学情况并及时给予纠正。发现学生作业完成情况不理想，我就会在课余和课后找他们补习。身为实习老师，就要有这样的耐心，才能把学生纠正过来。

(二)班主任工作

在实习中，我担任初二班主任的到了原班主任夏老师的悉心指导，她给予我充分的信任和机会，让我体验班主任的点点滴滴。

1、班主任工作实习情况

(1)深入了解班级的基本状况

通过找原班主任了解情况，找学生个别谈话，悉心观察等方式，来了解学生的基本情况，包括学生的主题思想，学习现状，学习成绩，优秀学生和后进生。

(2)认真负责地做好班级日常管理工作。

每天监督学生早自习、课间操;放学后，要监督学生离校，检查值日工作，检查门窗等。工作虽琐碎，但更需要付出百分百的认真、耐心和责任心。

2、反思总结

经过实践体验和反思总结，我总结出要成为一名优秀的班主任要做到以下几个方面。

(1)做好计划，繁而不乱。

班主任工作异常繁琐，这是众所周知的。因此，在开展班主任繁琐的工作之前，应先根据本班的实际情况制定详尽的工作计划。

(2)了解学生对症下药。

深入了解班里的每一个学生，为做好班级辅助管理工作做好了准备。如对勤奋好学，成绩优秀的学生就可以采取开门见山的教育方式，对缺点多、自尊心强的学生在可以可以与学生先从感情上融洽，然后由浅入深，有层次地设计教育的内容，而对那些产生对抗心理的学生就可采取商谈式的教育方式。

(3)尊重学生，贵在坦诚。

作为实习班主任我尊重学生的人格尊严，对待学生无高低之分。我在建立威信的基础上，与他们平等、友好的相处，建立起了和谐的师生关系。作为实习班主任我更有一种大度的\'气量，宽阔的胸怀，平等地对待学生，赢得了学生的信任。

(4)做好自己，为人师表。

老师的外在行为表现，对学生具有一种榜样和师范的作用，会对学生产生潜移默化的影响。俗话说：“身教重于言教。”无论是在穿着打扮方面，还是在言行举止方面，无论是在教学能力方面还是在个人修养方面我都以一名正是老师、班主任的身份要求自己，在班中得到了学生的认可与支持。

(5)钻研教学，发展自己。

常言道：“要给人一碗水，自己要有一桶水。”要教会学生知识，首先自己要有丰富的知识。实习期间，我深深体会到，要想做好老师，首先把自己的学科教学搞好，积极钻研，提高课堂教学质量。让班里学生喜欢你上课，进而喜欢你、佩服你，是自己的教学得到学生的认可，这对于实习班主任是至关重要的。

实习虽然过去。可当我回过头来看一下自己留下的脚印，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!挫折也罢，困难也罢。失败也罢，成功也罢，两个月的实习一结束，一切都已经成为过去，而我们正面临新的学期任务，正面临新的学期机遇，真正的工作会在不久的将来出现在我们的生活中，我们现在真正需要的是总结经验，吸取教训，学好知识，迎接新的一天，迎接新的挑战。，都有重要的启迪作用。

**顶岗实习总结3000字篇十一**

一、实习目的

生产实习是电子信息工程专业重要的实践性教学环节，生产实习是在学生已学习了专业基础课和部分专业课后进行的一个理论联系实际的实践性教学环节。通过生产实习，能够使学生接触生产、科研、企业管理，达到理论与实践相结合的目的，加深对专业的了解，拓宽知识面，获得基本操作训练，是培养学生分析问题和解决问题的重要途径，是培养高素质应用型人才不可缺少的环节。

二、实习时间

20\_\_.\_.\_\_——20\_\_.\_.\_\_实习地点：\_\_\_

三、实习单位介绍

\_\_\_。

通过多年的研发，公司已形成了张力控制系统、张力控制器、手动张力控制器、张力传感器、张力变送器、功率放大器、ccd光电纠偏控制器、切割机、节能器系列产品，公司张力类产品广泛装备于国内印包装、纺织电线光缆等多种行业机械设备上。

公司特为广大高校电类专业院系设立生产实习中心，让学生在实习中心自己动手的过程中了解电子产品从生产流程，品质控制到检测手段等一系列生产过程，接触并了解当今最前沿的电子产品生产 技术(smt表面贴装技术)及管理模式。让学生理论与实际相结合，为今后的工作打下良好实践基础。

四、实习内容及过程

本次实习共五天，五天的基本安排为：

第一天：上午是实习场所的一些介绍，以及一些焊接技术的介绍，下午是对实习期间的实习所做的电话机的原理的一个介绍。

第二天：上午前面两个小时左右时进一步对几种焊接技术的进行介绍，重点是对手工焊接的一些要点和应该注意的问题的介绍，为后面近两天的手工焊接 pcb板做准备，后面两个小时是就一些基本元件包括电容，电感，电阻，二极管和三极管的识别和分类的介绍，也是为在后面的作业做准备。

下午就是进行元件的分辨了，这个过程比较的耗时间。

第三天：根据具体的分组情况，模仿流水线作业，每个组员根据自己的所安排的工作，按需跟组员之间互相分类和查找自己工作时所需的元件，然后是用元件分完后，用数字万用表检测是否为自己所需，下午就是焊接过程了，由于我们平时在学校用到的都是通用板，焊接起来并没有那么的费力，以及相关的问题也不是那么的明显，而在这次实习中，问题很严重，这个也直接导致了后面我们是电话机不能完全实现功能。

第四天：pcb板的焊接基本结束，主要是进行了一些补焊的工作，还有就是焊接了多引脚的液晶屏，这个焊接的过程中主要是在发挥了阻焊剂的作用的同时还有效的利用了液体的粘滞性，然后就是对主板的一些外围设备的焊接，如键盘，speaker，听筒和话筒。

**顶岗实习总结3000字篇十二**

一、实习目的

生产实习是电子信息工程专业重要的实践性教学环节，生产实习是在学生已学习了专业基础课和部分专业课后进行的一个理论联系实际的实践性教学环节。通过生产实习，能够使学生接触生产、科研、企业管理，达到理论与实践相结合的目的，加深对专业的了解，拓宽知识面，获得基本操作训练，是培养学生分析问题和解决问题的重要途径，是培养高素质应用型人才不可缺少的环节。

二、实习时间

20\_\_.\_.\_\_——20\_\_.\_.\_\_实习地点：\_\_\_

三、实习单位介绍

\_\_\_。

通过多年的研发，公司已形成了张力控制系统、张力控制器、手动张力控制器、张力传感器、张力变送器、功率放大器、ccd光电纠偏控制器、切割机、节能器系列产品，公司张力类产品广泛装备于国内印包装、纺织电线光缆等多种行业机械设备上。

公司特为广大高校电类专业院系设立生产实习中心，让学生在实习中心自己动手的过程中了解电子产品从生产流程，品质控制到检测手段等一系列生产过程，接触并了解当今最前沿的电子产品生产 技术(smt表面贴装技术)及管理模式。让学生理论与实际相结合，为今后的工作打下良好实践基础。

四、实习内容及过程

本次实习共五天，五天的基本安排为：

第一天：上午是实习场所的一些介绍，以及一些焊接技术的介绍，下午是对实习期间的实习所做的电话机的原理的一个介绍。

第二天：上午前面两个小时左右时进一步对几种焊接技术的进行介绍，重点是对手工焊接的一些要点和应该注意的问题的介绍，为后面近两天的手工焊接 pcb板做准备，后面两个小时是就一些基本元件包括电容，电感，电阻，二极管和三极管的识别和分类的介绍，也是为在后面的作业做准备。

下午就是进行元件的分辨了，这个过程比较的耗时间。

第三天：根据具体的分组情况，模仿流水线作业，每个组员根据自己的所安排的工作，按需跟组员之间互相分类和查找自己工作时所需的元件，然后是用元件分完后，用数字万用表检测是否为自己所需，下午就是焊接过程了，由于我们平时在学校用到的都是通用板，焊接起来并没有那么的费力，以及相关的问题也不是那么的明显，而在这次实习中，问题很严重，这个也直接导致了后面我们是电话机不能完全实现功能。

第四天：pcb板的焊接基本结束，主要是进行了一些补焊的工作，还有就是焊接了多引脚的液晶屏，这个焊接的过程中主要是在发挥了阻焊剂的作用的同时还有效的利用了液体的粘滞性，然后就是对主板的一些外围设备的焊接，如键盘，speaker，听筒和话筒。

**顶岗实习总结3000字篇十三**

一、实习目的

毕业实习是我们大学生必须经历的过程，是理论与实践相结合的重要方式，使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识，实习又是对我们毕业生专业知识的一种检验，它让我们学

到了很多在课堂上根本就学不到的知识，技能开阔视野，又能增长见识，为我们走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。同时实习也是提高学生政治思想水平、业务素质和动手本事的重要环节，我们经过实习走向社会，接触实务，了解国情、民情，增进群众观念、劳动观念和参与经济建设的自觉性、事业心、职责感;经过深入基层，了解人力资源管理现状，并加深巩固所学劳动法、合同法等专业知识，进一步提高认识问题、分析问题、解决问题的本事，为今后走向社会，服务社会做好思想准备和业务准备。

二、实习时间

20\_\_年\_月\_日至\_月\_日

三、实习地点

\_\_有限公司人力资源部

四、实习报告资料

(一)实习单位情景

\_\_有限公司是\_\_国际集团旗下的\_\_集团所属全资子公司。集团主要业务涵盖四大领域：林浆纸工业(\_\_资源集团)，农产品工业(\_\_种植集团)，特种纤维素与纤维素纤维(\_\_国际集团)，能源开发(\_\_油气有限公司)。\_\_有限公司，主要从事高档文化用纸的生产和销售。集团的旗舰品牌“\_\_牌办公用纸完全采用可再生的相思树种植纤维生产，品质和性能优于同类产品，销往全球\_\_个国家。

\_\_有限公司是一家十分正规的外资企业，企业内部的规章制度都相当的完善。第一次到公司里报到，就感受到了外资企业的工作氛围。每个人一张独立办公桌和电脑，各自行色匆匆，都在忙自我工作。打印机也一向在运作，几乎一整天没停歇过。办公室里还有很多外籍员工，所以也要用英语和他们沟通。

该公司给每位员工配置了一个账号和密码，用来登录自我电脑的界面。自我办公资料的所有文件都和这个账号有关。任何时候在公司任何一部电脑都能够登录自我的账号，取得自我办公地资料。这给员工带来很大便利。公司对于内部资料的保密程度也很高。每两周系统会提示更换一次密码。公司内部电脑系统都是统一英文系统，并且不能私自安装其他软件。因为是英文系统，刚开始接触时真的很不习惯，所以工作时效率很低。公司电脑的usb接口都不能用，一切能够与外部联系的东西都会受到严格的限制。学生最喜欢用的qq聊天软件和外部邮箱在本公司都禁止使用。

(二)实习资料

短暂的实习生活除了工作经验和知识上的丰硕外，最大的收获莫过于“转变”二字——从学校思维模式到职场思维模式的转变，为今后尽快适应融入职场生涯奠定了基础。说到从学校思维模式到职场思维模式的转变，就不得不提到主角定位。从进入公司伊始，就要求自我以职场人员的标准要求自我，不能将学生行为带到工作环境中，可是在学习新的问题时依旧要像学生那样坚持谦虚的态度。以下是我这两个月的实习工作的总结：

第一、招聘。首先，要熟悉招聘流程。其次，与用人部门坚持密切的联系，了解用人部门的需求状况。之后经过各种招聘的渠道挑选出适合的人才再安排面试。在招聘的过程中，经常需要用电话和候选人联系，了解候选人的状况，并且电话沟通也很注重说话的技巧。还有就是需要参加现场招聘会。每次去都是跟着招聘经理一块去的，我在一旁学习。有一次经理走开了，有个人过来面试财务主管，她讲的一些财务的专业知识我压根就不懂。我只会简单的结构式的面试。

第二、录用，建立员工档案。

1、给员工办好入职手续，新员工刚入公司，首先要经过正常的途径使其成为公司的一名员工，这包括签订保密协议、担保书、劳动合同等等，办工作证等等;

2、完成员工的试用期转正工作，审核申请书、述职报告等等。在合同方面遇到问题时，才发此刻大学里学到的理论知识真的是不够用。

第三、考勤管理，完成每月考勤记录，并根据考勤情景进行薪资计算与\_\_发放。这是相当重要的一块资料，计算薪资需要严谨的态度和细心的工作状态以及高度的职责感。虽然只是简单的计算，公司目前拥有\_\_名左右的员工，并在继续扩大，人员量的增加也加大了必须的难度。

第四、办公物资申请、发放、管理。办公物资的领用、发放、管理也是办公室管理的一项资料，要做到合理使用、规范使用，并且要及时满足各部门的需要。

第四、离职。给员工办理离职手续，员工离职也需要经过交接任务，确保生产正常进行，并且要解除劳动合同协议。

第五、办理员工社保。针对社会出现的几种风险，社会保险设置了养老保险、医疗保险、残疾保险、工伤保险、生育保险、失业或破产保险7个项目。所以公司要及时地给员工办理相关保险，我所做的工作是要及时统计新进员工，办理社保，并每隔一段时间到社保中心办理医保卡。另外，当遇到员工的工伤、生育等保险更是需要按照必须的程序办理。

第六、随时关注政府相关的劳动法律法规政策。

(三)实习心得

当踏出了大学这扇门，就意味着要踏上职业生涯的道路，对于应届生的我来说，还没有足够的社会经验，经过了这两个月我学到了很多，感悟了很多;异常是在公司领导和同事的关心和指导下，认真完成领导交付的工作，和公司同事之间能够通力合作，关系相处融洽而和睦，配合各部门负责人成功地完成各项工作;进取学习新知识、技能，注重自身发展和提高，我学会了很多技能，增加了相关的经验。现将这两个月工作遇到的困难及心得总结如下：

在实习中遇到的困难不少。

一、公司是家外资企业，我英语底子不太好对我工作造成了比较大的困扰。首先英语口语部流利与外籍员工沟通的时候不太顺利。除此之外，与公司内部高层发邮件也需用英文发。虽然对中国员工没有要求要用英文，但在外资企业一般人都习惯用英文，如果我用中文回复同事异常是领导的英文邮件时，似乎显得不太礼貌。其次对于公司电脑的英文系统不熟悉。再者，公司内部文件很多是英文版，并且对于人事资料需要翻译成英文做录入记录。

二、公司内部文件的处理很大部分是用e\_cel完成的，我在大学时对这个软件用得不多，还不太熟练。

三、我非人力资源管理专业毕业，对于人力资源管理的工作这是第一次接触。有很多知识值得我继续学习。对于自我遇到的困难，我也会不断总结。并且经过不断地虚心努力地学习，去解决此刻的问题。

在这两个月的实习过程中，我得出以下几点心得：

一是低调地做人，高调地做事。我到公司工作以后，要明白自我能否胜任这份工作，关键是看你自我对待工作的态度，态度对了，即使自我以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自我有知识基础也不会把工作做好，多听、多看、多想、多做、少说就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自我应当怎样做，然后自我亲自动手去多做，最终在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自我也能够完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自我的态度，这样才能把事情做好。

二是少埋怨。有的人会觉得公司那里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自我的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自我的压力，所以，我们应当少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应当想办法去解决而不是去埋怨，这样才能坚持工作的。

三是注重信息的反馈。在工作中，必须要记住要及时向上级报告工作的进度。不要等这个任务完全做完再上交报告，有些工作持续的时间比较久，需要及时报告。等到领导亲自来问你进度时，领导对你的印象已经不好了。

四是虚心学习。在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应当虚心的理解，不要认为自我懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

五是错不可怕，就怕一错再错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你，但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的待遇了。

经过这一段时间的实习，我了解到了一个公司日常运作的一个基本模式;学习到了个人与公司同事之间坚持怎样的关系最为有利;感受到了自我身上的许多优点和不足之处。

我想，一个人实习的目的无外乎两点：一个是感受公司，一个是认清自我。在这一个月的实习期内，用心体会之后，我得到了自我该得到的。

**顶岗实习总结3000字篇十四**

一、实习目的

毕业实习是我们大学生必须经历的过程，是理论与实践相结合的重要方式，使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识，实习又是对我们毕业生专业知识的一种检验，它让我们学

到了很多在课堂上根本就学不到的知识，技能开阔视野，又能增长见识，为我们走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。同时实习也是提高学生政治思想水平、业务素质和动手本事的重要环节，我们经过实习走向社会，接触实务，了解国情、民情，增进群众观念、劳动观念和参与经济建设的自觉性、事业心、职责感;经过深入基层，了解人力资源管理现状，并加深巩固所学劳动法、合同法等专业知识，进一步提高认识问题、分析问题、解决问题的本事，为今后走向社会，服务社会做好思想准备和业务准备。

二、实习时间

20\_\_年\_月\_日至\_月\_日

三、实习地点

\_\_有限公司人力资源部

四、实习报告资料

(一)实习单位情景

\_\_有限公司是\_\_国际集团旗下的\_\_集团所属全资子公司。集团主要业务涵盖四大领域：林浆纸工业(\_\_资源集团)，农产品工业(\_\_种植集团)，特种纤维素与纤维素纤维(\_\_国际集团)，能源开发(\_\_油气有限公司)。\_\_有限公司，主要从事高档文化用纸的生产和销售。集团的旗舰品牌“\_\_牌办公用纸完全采用可再生的相思树种植纤维生产，品质和性能优于同类产品，销往全球\_\_个国家。

\_\_有限公司是一家十分正规的外资企业，企业内部的规章制度都相当的完善。第一次到公司里报到，就感受到了外资企业的工作氛围。每个人一张独立办公桌和电脑，各自行色匆匆，都在忙自我工作。打印机也一向在运作，几乎一整天没停歇过。办公室里还有很多外籍员工，所以也要用英语和他们沟通。

该公司给每位员工配置了一个账号和密码，用来登录自我电脑的界面。自我办公资料的所有文件都和这个账号有关。任何时候在公司任何一部电脑都能够登录自我的账号，取得自我办公地资料。这给员工带来很大便利。公司对于内部资料的保密程度也很高。每两周系统会提示更换一次密码。公司内部电脑系统都是统一英文系统，并且不能私自安装其他软件。因为是英文系统，刚开始接触时真的很不习惯，所以工作时效率很低。公司电脑的usb接口都不能用，一切能够与外部联系的东西都会受到严格的限制。学生最喜欢用的qq聊天软件和外部邮箱在本公司都禁止使用。

(二)实习资料

短暂的实习生活除了工作经验和知识上的丰硕外，最大的收获莫过于“转变”二字——从学校思维模式到职场思维模式的转变，为今后尽快适应融入职场生涯奠定了基础。说到从学校思维模式到职场思维模式的转变，就不得不提到主角定位。从进入公司伊始，就要求自我以职场人员的标准要求自我，不能将学生行为带到工作环境中，可是在学习新的问题时依旧要像学生那样坚持谦虚的态度。以下是我这两个月的实习工作的总结：

第一、招聘。首先，要熟悉招聘流程。其次，与用人部门坚持密切的联系，了解用人部门的需求状况。之后经过各种招聘的渠道挑选出适合的人才再安排面试。在招聘的过程中，经常需要用电话和候选人联系，了解候选人的状况，并且电话沟通也很注重说话的技巧。还有就是需要参加现场招聘会。每次去都是跟着招聘经理一块去的，我在一旁学习。有一次经理走开了，有个人过来面试财务主管，她讲的一些财务的专业知识我压根就不懂。我只会简单的结构式的面试。

第二、录用，建立员工档案。

1、给员工办好入职手续，新员工刚入公司，首先要经过正常的途径使其成为公司的一名员工，这包括签订保密协议、担保书、劳动合同等等，办工作证等等;

2、完成员工的试用期转正工作，审核申请书、述职报告等等。在合同方面遇到问题时，才发此刻大学里学到的理论知识真的是不够用。

第三、考勤管理，完成每月考勤记录，并根据考勤情景进行薪资计算与\_\_发放。这是相当重要的一块资料，计算薪资需要严谨的态度和细心的工作状态以及高度的职责感。虽然只是简单的计算，公司目前拥有\_\_名左右的员工，并在继续扩大，人员量的增加也加大了必须的难度。

第四、办公物资申请、发放、管理。办公物资的领用、发放、管理也是办公室管理的一项资料，要做到合理使用、规范使用，并且要及时满足各部门的需要。

第四、离职。给员工办理离职手续，员工离职也需要经过交接任务，确保生产正常进行，并且要解除劳动合同协议。

第五、办理员工社保。针对社会出现的几种风险，社会保险设置了养老保险、医疗保险、残疾保险、工伤保险、生育保险、失业或破产保险7个项目。所以公司要及时地给员工办理相关保险，我所做的工作是要及时统计新进员工，办理社保，并每隔一段时间到社保中心办理医保卡。另外，当遇到员工的工伤、生育等保险更是需要按照必须的程序办理。

第六、随时关注政府相关的劳动法律法规政策。

(三)实习心得

当踏出了大学这扇门，就意味着要踏上职业生涯的道路，对于应届生的我来说，还没有足够的社会经验，经过了这两个月我学到了很多，感悟了很多;异常是在公司领导和同事的关心和指导下，认真完成领导交付的工作，和公司同事之间能够通力合作，关系相处融洽而和睦，配合各部门负责人成功地完成各项工作;进取学习新知识、技能，注重自身发展和提高，我学会了很多技能，增加了相关的经验。现将这两个月工作遇到的困难及心得总结如下：

在实习中遇到的困难不少。

一、公司是家外资企业，我英语底子不太好对我工作造成了比较大的困扰。首先英语口语部流利与外籍员工沟通的时候不太顺利。除此之外，与公司内部高层发邮件也需用英文发。虽然对中国员工没有要求要用英文，但在外资企业一般人都习惯用英文，如果我用中文回复同事异常是领导的英文邮件时，似乎显得不太礼貌。其次对于公司电脑的英文系统不熟悉。再者，公司内部文件很多是英文版，并且对于人事资料需要翻译成英文做录入记录。

二、公司内部文件的处理很大部分是用e\_cel完成的，我在大学时对这个软件用得不多，还不太熟练。

三、我非人力资源管理专业毕业，对于人力资源管理的工作这是第一次接触。有很多知识值得我继续学习。对于自我遇到的困难，我也会不断总结。并且经过不断地虚心努力地学习，去解决此刻的问题。

在这两个月的实习过程中，我得出以下几点心得：

一是低调地做人，高调地做事。我到公司工作以后，要明白自我能否胜任这份工作，关键是看你自我对待工作的态度，态度对了，即使自我以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自我有知识基础也不会把工作做好，多听、多看、多想、多做、少说就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自我应当怎样做，然后自我亲自动手去多做，最终在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自我也能够完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自我的态度，这样才能把事情做好。

二是少埋怨。有的人会觉得公司那里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自我的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自我的压力，所以，我们应当少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应当想办法去解决而不是去埋怨，这样才能坚持工作的。

三是注重信息的反馈。在工作中，必须要记住要及时向上级报告工作的进度。不要等这个任务完全做完再上交报告，有些工作持续的时间比较久，需要及时报告。等到领导亲自来问你进度时，领导对你的印象已经不好了。

四是虚心学习。在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应当虚心的理解，不要认为自我懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

五是错不可怕，就怕一错再错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你，但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的待遇了。

经过这一段时间的实习，我了解到了一个公司日常运作的一个基本模式;学习到了个人与公司同事之间坚持怎样的关系最为有利;感受到了自我身上的许多优点和不足之处。

我想，一个人实习的目的无外乎两点：一个是感受公司，一个是认清自我。在这一个月的实习期内，用心体会之后，我得到了自我该得到的。

**顶岗实习总结3000字篇十五**

一、实习目的

本科生毕业实习，对于每一个即将面临毕业的学生来说，都是务必经历的一项重要的实践课程。它的指导好处不仅仅在于让我们提前认知社会生存环境、培养求职竞聘潜力，同时也让我们提前去感受工作的压力、团队的精神以及学有所用的价值肯定，这些都将为每一个毕业生日后走向理想的工作岗位而奠定必要的基础。细化看来，毕业实习的目的不外乎以下三个方面。

1.规划个人发展前景

毕业实习，往往是毕业生择业、就业的一个踏板。本科四年对理论课程的学习，无非是为了在毕业后能够找到一份贴合专业性质或个人兴趣的工作，因此，毕业实习就能够看做是就业前的过渡。对于毕业实习工作的选取，就需要优先进行比较衡量的，因为这往往和个人未来的发展方向息息相关。实习单位的性质、经营方式及管

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！