# 2024年实习生个人总结范文7篇

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-08-13

*当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。相信许多人会觉得总结很难写？那么下面我就给大...*

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。相信许多人会觉得总结很难写？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**2024年实习生个人总结范文7篇一**

岁月如梭，转眼一年的实习期即将结束。在领导的关心支持下，在同事的热心帮忙下，透过自身的不断努力，我很快适应了环境，适应了新的工作岗位，回首翘望，有优点可待继承发扬，还有不足需学习改善。

思想方面，政治立场坚定，热爱祖国，拥护党的各项方针政策。与时俱进，开拓创新，认真学习“三个代表”重要思想及“八荣八耻”的资料，领悟“x大”精神，还透过报纸，电脑关注国内外形势及有关政治动向。使自我的政治、思想水平有了很大的提高。

在学习方面，严格要求自我，凭着对个人目标和知识的强烈追求，牢固地掌握了一些专业知识。随着技术的更新，工艺流程的不断完善，要求我们不断加强自身潜力建设。我抱着不断进取的求知信念，从没有放下学习理论知识和业务知识。在提高专业知识的同时也努力提高自身的素质修养。我还利用工作之余时间，报考了全国成人高成，参加函授学习。在学习和掌握选矿专业理论知识和应用技能的同时，还注意各方面知识的拓展延伸，为成为一名优秀的技术人员而不懈奋斗。

在工作中，我严格遵守厂纪厂规，认真履行自动化控制室一名操作人员的职责。尊敬领导，团结同事。不迟到，不早退，不旷工。蹋实工作，努力做到操作规范化，技能熟练化、基础设施清洁维护经常化。将理论与实践相结合，并做到理论学习有计划、有重点，实践操作有措施，有记录。工作期间始终以“热心、细心”为准则，联系现场实际勤观察，勤思考，勤学习。工作实践让我的业务不断增长，工作潜力和思想认识都有了很大提高。

我的生活准则是：认认真真做人，蹋蹋实实工作。为人真诚热情，乐于助人。坚持着自我反身且努力完善自我人格的意念，时刻以品德至上来要求自我，一贯奉行严于律已的信信条并切实遵行它。用心参加单位组织的各项活动，在“爱我百花”职工风彩演讲大赛中，取得了良好成绩。不但丰富了自我的阅历，还锻炼了自我潜力!

当然，我还有很多不足之处，说话做事粗枝大叶。与人交流沟通有待进一步完善。我喜欢自我的专业和工作，所以有信心改善不良习惯。

一年实习工作的磨练，培养了我良好的工作作风和埋头苦干的求实精神，树立了强烈的职责心，高度的职责感和团队精神。生产实践让我学会脱离浮躁和不切实际，心理上更加成熟坚定。为走向工作岗位做好充分准备，在今后的工作中，我将继承和发扬自我的优势，学习改善不足。适应企业发展要求，努力把自我的工作做得更好。

**2024年实习生个人总结范文7篇二**

在顶岗实习的过程中我明白了许多。首先明确顶岗实习的目的，在于经过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作本事以及待人接物与外界沟通的本事，以便把学生培养成为具有较强实践本事、良好职业道德、高技能、高素质的，能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才。\"\"顶岗实习、工学结合\"是现代职业教育的一种学习模式，是把生产劳动和社会实践相结合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业用人单位合作培养学生，学生经过工学交替完成学业。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，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。经过生产实习，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。在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作本事等。

经过这次实习，我发现了自我看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

1、要有较强岗位意识。作为一名毕业生，毕业后走向社会，大多是从事一线工作，有劳动性的，有营销性的，基本上都要从基层做起，这是高职生必走之道。每一个岗位都有他特有的作用，干一行，爱一行，专一行，是一种岗位职责，是一种职业品质，用人单位很注重这种品质。这种岗位职责是一名员工走向成功的必经之路。要增强岗位职责，就必须顶岗深入到生产一线进行脚踏实地的工作，兢兢业业的去做，仅有这样，才能磨练和增强他们的岗位职责感，这是现代社会对高职生的基本要求。

2、在工作中要有良好的学习本事，要有一套学习知识的系统，遇到问题自我能经过相关途径自行解决本事。

因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情景都能把握。在这个时候要想把工作做好必须要有良好的学习本事，经过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习本事，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的本事，在没有另人帮忙的情景下自我也能经过努力，寻找相关途径来解决问题。

3、要明白良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以必须要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。我在这方面得益于在学校学生会的长期的锻炼，使我有一个比较和谐的人际关系，为顺利工作创造了良好的人际氛围。另外在工作之中自我也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关行业的标准掌握等。所在我常提醒自我必须不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

4、要不断积累社会经验。

增强社会经验，也是增加工作经验。一名毕业的大学生在应对用人单位面试时，别人很自然要问到你有无工作经验，这道门槛拦住了不少大学生。所以，顶岗实习不仅仅是一种劳动锻炼，更重要的是经过实践增强工作本事，增加工作中的沟通和适应本事，增强做人的才干；实践出真知，实践长才干。有了适当的顶岗实习并能顺利拿到一份顶岗实习合格证，这对今后走向社会，应聘岗位时，无疑是十分有益的。

5、要认真学习企业的科学管理技能。

管理是一门科学，更是一门学问和艺术。科学的管理，能给企业插上腾飞的翅膀。我们选择学生顶岗实习的平台时，选择一个好的企业，异常是科学管理好的明星企业，对实习学生来讲，无形中就会增长他们的科学而严谨的管理意识。在这种环境下，企业员工综合素养有较大提升。用他们自我的话说：\"从中兴走出去的员工，能够胜任其他企业的主管\"。企业一席话，证明管理出效益，管理出人才，管理促发展的硬道理。所以，我们的实习生，就是要在这样的明星企业去磨练，去锻炼，在实践中增长管理才干，增长做人的才干。

实习就这样结束了，我们也将正式走出学校，走进社会，这段实习生活是一个很好的锻炼机会，他让我真正的懂得了学校和社会的不一样，也真正的让我从一个学生转变为一个男人。为自我的未来奋斗的人，为将来打拼，这种感觉很好，虽然在这段期间有谢不适应，也有过要放弃这份工作去找个简便点的活，但我最终还是干到了此刻，我想我在未来的一段时间还会干下去，并干的更好。

这段时间我成熟了，想问题不在那么简单，我会在深思后再做决定。工作让我学到的不仅仅是工作的知识，更重要的是我学会了怎样去应对社会上的各种问题。我想在未来我会走的更好更远。我会为自我的将来努力，努力去创造我自我的历史！

**2024年实习生个人总结范文7篇三**

四个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到此刻走上工作岗位的从容，坦然。我明白，这又是我人生中的一大挑战，主角的转换。

实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应潜力和用心向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的学习积累和技能的培养。

实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。“吃的苦中苦，方为人上人”，我要恪守吃苦精神。所以，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自我必须会演绎出精彩的一幕。

刚进入市统计局的时候，很茫然，不明白要做些什么，领导叫做什么，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水......这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，教师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，可是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每一天都很忙，也不是每一天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。之后慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位同学被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每一天都十分的忙碌，一个月后，回到市统计局。

一、学习方面

透过大学的学习我的潜力明显的得到了提高。懂得了运用正确的学习方法，同时还要注重独立思考。在今后的工作中我将更加重视自我的学习，把在大学学习到的理论知识用心地与实际工作相结合，从而使学习和实践融为一体。在今后的工作当中我也要进一步充实自我的专业知识，为自我更好的适应工作打下良好基矗。

二、思想方面

进入大学以后，我认识到仅仅学习好是不够的。要追求上进，思想上的提高也是必不可少的。作为当代青年，我们要为祖国建设贡献自我的力量。在大学期间我时刻以一个团员的标准来要求自我，不断加强团性修养，提高自身的政治素质。

三、工作方面

大学期间，我担任了两年的学生会文娱委员，在广播站任职。在与同学们相处的两年期间，我用心主动地为同学们服务，对工作热情，任劳任怨，职责心强，具有良好的组织交际潜力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作，得到了大家的一致好评。

透过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自我一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的好处，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去应对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自我肩上的重任，看清了自我的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的推荐，不要太过急燥，要对自我所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手潜力，增加了实际的操作经验，对实际的财务工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。我明白工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习期间，我从末出现无故缺勤。我勤奋好学.谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作推荐虚心听龋并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的明白应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，职责心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

**2024年实习生个人总结范文7篇四**

实习，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，是自我所学到的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。理论就应与时间相结合。另一方面，实践卡能够为以后找工作打基础。透过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境不一样，接触的人与事不一样，从中学到的东西自然就不一样。要学会从实践中学习，从学习中时间。并且中国的紧急飞速发展，在拥有越来越多的机会的同是，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学号学校所学到的知识，好药不断充生活中，实践中学其他知识，不断从各方面武装自我，才能在竞争中突出自我，表现自我。

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

第一要真诚：你能够伪装自我的面孔，但绝不能够忽略真诚的力量。记得第一天来那里时，心里不可避免的有些疑惑：不明白老板怎样样，就应去怎样做，要去感激什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声好。

第二是活力与耐心：活力与耐心，就像火与冰，看是两种完全不一样的东西，却能碰撞出最美丽的火法。

第三是主动出击：当你能够选取的时候，把主动权握在自我手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找适宜的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，透过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎样做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获并且和他们相处的很愉快。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，仅有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在那里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，提高自我的潜力。记得教师以前说过大学是一个小社会，但我总觉得学校里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，学生还终归持续着学生的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系复杂。得去应对从未应对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的状况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢这是社会与学校脱轨了吗也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，就应懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，四年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自我成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自我所学的知识的肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自我学的不错，一旦接触到时间，菜发现自我明白的是多么少，这是菜真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生务必拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

**2024年实习生个人总结范文7篇五**

实习结束了，在那里首先感激公司为我供给的这次宝贵实习机会，感激领导在工作中对我的悉心教导，感激同事的协作支持。

十几年的学习生涯接近尾声，实习时我走向社会的一个的一个热身运动。毕业后，我们又买入一个新的起点。新的旅程艰难而宽广，充满着挑战与机遇。

经过此次实习，主要有以下几点体会。

1.首先是个人主角的转换及人际关系的变化—从学校里的学生变成了未知领域从头学起的实习生，而熟悉的学校也变成了陌生的企业单位，身边接触的人也变换了主角，教师变成了领导，同学变成了同事，相处之道完全不一样。在这样的转变中，对于沟通的认知显得十分苍白。于是第一次觉得自我并没有想象中的那么善于沟通。当然适应新的环境需要过程的，所以我相信时间和实践会让我很快的完成这种主角的转变，真正的融入这个环境，融入这个团体。

2.在心理上努力去适应全新环境的同时，最大的体会没过与实际工作方面的收获。异常是在实习过程中，我看到了工人和领导对工作的态度，认真负责。对于我们这个养殖行业更是要多有一份细心和爱心，才能够把工作做的更好。工作中有许多的困难，都是在领导的决策和工人的努力大家团结一致，把工作做的更好。让我看到了团结、智慧、爱心的伟大力量。

3.走出校门，踏进社会，不能把自我的期望要求的太高。因为期望越大，失望可能会越大，但适当的期望与渴望还是十分必要的。不能认为我在学校里读了多少书、写了多少字、听了多少课，自我就很了不起。我们毕竟还是一个初出茅庐的的社会新人，没有任何实践经验，比起工人经验差的很远，比起领导更是有很大的距离。告别了学校生活，社会生活起步，应当在步入社会后，继续努力的学习，不断的增长和扩展知识面，才能使自我在社会有一席之地，才能更好的融入这个社会。

4.多听、多看、多想、多做、少说要明白自我是否能胜任这个工作，关键在于自我对待工作的态度。态度对了，工作就能够更好的进行。态度不好，就算自我有在大的优势也不会把工作做好。我们刚到这个环境，我们更应当多看别人怎样做，多听别人怎样说，然后自我多想，工作中自我更要多做，少说一些没用的。因为做比说来的更实际吧。

5.少埋怨在我们这个工作环境，也许会有人觉得那里那里不好，同事的相处工作也不如愿，经常埋怨，这样我想了只会影响自我的工作情绪。不但做不好工作，还增加自我的工作压力。所以对存在的问题尽可能的去解决适应，看到好的一面，这样才能够坚持工作的活力。

6.与人为善，和睦相处，加强和同事领导之间的沟通交流从学校走到实习单位，一切都变换了，所以相处之道固然不比学校，所以要及时调整自我，可是与人为善，与他人和睦相处，多和同事交流，多和领导沟通。我想这样会更好的让我们及时适应这个环境。

7.错不可怕，就怕一错再错。每一个人都有犯错的时候，第一次犯错了不要紧，大家会提出帮你纠正也能够原谅你，可是同样的错误再有下一次就说可是去了。

8.自我自重，尊重他人在新的环境，要严格要求自我，自我要自重，尊重他人，这个很重要的。不能有才无德，那么这样就就是危险品了。

总之，毕业实习让我获得了人生第一笔宝贵的工作经验，虽然在步入社会后，还有很多东西要学习，很多教训要吸取，可是我已经做好了准备，无论心态还是技能上。现代的社会是残酷的，可是只要努力认真付出，我的职业生涯我相信必定能绽放属于他的光芒!

**2024年实习生个人总结范文7篇六**

不知不觉中，我已经在社会岗位上度过了六个月的时间，这六个月的日子是我从青葱学校走向复合型社会的过渡期，也是我人生历程中很重要的一个转折点。

作为大学生涯的最终一课，实习不仅仅重要更有其独特性，正是经过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

站在时间的这一端倒回去看，五个月的实习经历教会我许许多多的东西，无论是对我以后的职业生涯还是对于我的人生来说，都是有益的。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自我负责。

用姜汝祥博士的话来说就是:

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行;

从服从型向主动型转变，进取主动去执行;

从个体型向团队型转变，协同一致去执行;

从避责型向守责型转变，承担职责去执行;

从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自我独立，不养成依靠的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们能够躲在温室里，能够依靠，也能够无条件地索取，一旦踏入社会，我们就必须让自我独立起来，要学会选择，学会自我作主，没有谁能够帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依靠的心理，让自我慢慢独立，自我为自我负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，坚持真我，坚持做自我。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是学校，也不若学校里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，应对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

台湾的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都应当有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，可是，一旦遇到特殊情景，我们能够一退再退，可是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。这也就是告诉我们，什么叫原则。在工作中，我们能够忍受，能够退避，可是，我们不能放弃我们自我的原则，我们要坚持做自我，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自我创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自我主动多做一些事情就是自我吃亏，其实，事情做的比别人多并不必须就是自我吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自我。

我们的主动进取会给我们创造更好的环境和的机会，仅有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

**2024年实习生个人总结范文7篇七**

20x年9月1日至10月22日，我在鞍山市东方中学进行了为期近两个月的实习。在指导教师的帮忙下，我较好地完成了教育实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。在此期间，我看到了一片未曾接触的新天地，触及了未曾涉及的新领域；在此期间，做好每一件事都是我的信念，完成每一项任务都是我的执着；在此期间，竭尽我的心智，细细思考，认真品味，找寻着我的每一份感想，每一份领悟，思索着我的得与失，进行着成长自我的每一步。回味这短暂而充实欢乐的日子，我只是觉得日子真如白驹过隙一般，匆匆滑过指尖，不容我挽留，而我唯一能够做的，唯一能够挽留的是这段日子以来，我心灵的感悟，思想上迈出的几大步。

我于9月1日到东方中学报到，正式开始了实习生活，实习年级为八年级。在近两个月的实习生活中，作为一名实习教师，我以一名正式教师的标准严格要求自我，以高度的职责心、用心的态度投入到课堂教学中。

教学方面，在听课过程中，我受益良多。听教师讲了些什么，为什么要这么讲，以及为什么这样安排教学资料等，都给了我很大的帮忙。平时做好听课记录，并和教师交流，学习教师们的长处和丰富的教学经验。学校给我们安排的课不是很多，这使我有充分的时间细心琢磨教材，详细写教案，上课之前都能听从任课教师的指导，认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习状况改了又改，并在交予指导教师审阅后进行试讲。

等到自我上课讲课的时候，开始有点紧张，但见到学生们一个个热情洋溢的笑脸的时候，一下子就放松下来，把自我表现得最好，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率到达最高。在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习状况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向教师请教后再批改。为了尽量给学生更多的课后辅导，每一天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。

同学们学习物理的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，答疑时，我会让学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依靠教师，培养他们独立思考的习惯。课堂教学中，我的指导思想是不不断给学生纠正错误，完善缺点的机会，身为教育工作者，务必要用足够的耐心和毅力去爱护每一个学生。

班主任工作实习方面，我担任的是八年级3班的班主任，第一次见面介绍完后，就下到班级跟同学生们进行交流，这样能给学生亲切感，也拉近了我与学生的距离。

每一天课间操时维持秩序，监督到位。平时我耐心地做学生的思想工作，了解不一样学生的具体状况，很快，根据状况制定了工作计划，交由班主任陈教师审批。接下来，我就按计划把一件件事做好。首先是常规工作方面，每一天早起督促学生按时早读，下第二节课后监督学生站队做广播操，午时监督学生打扫卫生，平时找值日班长和学习委员了解作业的上交状况等等。同时，也进行一些答疑辅导。其次，我透过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的状况。

每一天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班群众。学生也很喜欢我这个实习教师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得十分融洽。学生的纪律方面，学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就能够正常化了。所以我采取各个击破的方法。

首先向班主任指导教师了解了那几个学生的一些状况，如学习状况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。男学生较喜欢踢足球，在实习期间，很庆幸在操场上有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对足球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，心思都放在足球赛的组织和开展上了，很难投入到学习，教师对踢足球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来。

在实习期间，我也有了一些收获。透过实习，对中学的现状有个更为感性的认识，对学生的学习有个更为恰当的了解，对教师的工作有个更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境。我还掌握了一些基本的教学方法和师范技能，提高了教学效果和教学水平，透过实习，增强了教师的职责感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，每当上课时，这些都是激励自我上好每节课的前提。

我用心的心态让我的思维很活跃，周围的新鲜事物也无时无刻不在刺激着我的大脑，我每一天都在总结自我，不跟别人比，就跟自我比，总结着自我的不足，积累着一点一点的经验，用每一天小改变来让自我成长，左边是收获，右边是不足。在实习中，也发现了一些不足，在上室内课时，应对学生时却口不顺心，有时难以表达透彻，应对学生“打破沙锅问到底”却无法从容应付，这些让我看到了自我的不足，在今后的学习中，更要加强这方面的学习。

思考是一件幸福的事，懂的思考人会从中调解自我，让自我更好的生活、工作。善于思考的人，往往是善于发现的人，他们不会盲目的跟风追逐，他们会思考、发现自我的需要，从而完善自我。从生活中思考，如何让自我的心境更开阔，感受身边的欢乐幸福，增加自我的情商，把在自我的欢乐带给身边的人；从工作中思考，如何能更快更好的完成任务，如何提高自我的办事潜力，看到自我的不足，反复思考，反复学习，让自我的潜力得到提升，充实自我。

总之，我在实习的短短一个多月中，任劳任怨，为人师表，教书育人。同时得到了学校领导的培养，使我在各方面得到了锻炼，我相信透过我的努力，在以后的工作中会做得更好。此次实习虽已结束，时间也不长，但却有重大的好处。我会在今后的工作中不断咀嚼、去回味、去的探索，更能够去发现。这些第一次将是我人生中的一次伟大的经历，它将为我的人生起航，为我的梦想插上翅膀，我会带着这些经验心得起帆、振翅。我相信自我将成为一名优秀的人民教师！

【2024年实习生个人总结范文7篇】相关推荐文章:

2024年室内设计实习生总结范文

2024年实习生转正个人总结范文三篇

2024年医院实习生个人总结最新

2024年幼儿园实习生实习总结范文汇总

2024年护士优秀实习生总结范文精选

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找