# 顶岗实习个人总结模板

来源：网友投稿 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-07-21

*顶岗实习个人总结模板(5篇)发挥个人优势：通过实习，学生可以发挥自己的个人优势，比如良好的人际交往、热情、创造力等，提高自己的竞争力。下面是小编帮大家收集整理的顶岗实习个人总结，希望大家喜欢。1顶岗实习个人总结模板我们来时是蝉声嘹亮，百花争...*

顶岗实习个人总结模板(5篇)

发挥个人优势：通过实习，学生可以发挥自己的个人优势，比如良好的人际交往、热情、创造力等，提高自己的竞争力。下面是小编帮大家收集整理的顶岗实习个人总结，希望大家喜欢。

**1顶岗实习个人总结模板**

我们来时是蝉声嘹亮，百花争艳的夏天，犹记得抵达实习地点时，那一场无情的细雨，让身上的衣服都变得潮潮的。回想那段来时的路，本以为早已忘却，恍然发现竟是如此清晰。

在这次实习之前，我总以为去学校实习就像是去游乐园一样，见识一下各种工作，或者去品味一下清贫之乐，然后由一个没实习过、没体验过真正教学的人，变成一个有经验、有经历人。但是经过这次实习，我发现自己错了，大错特错了。当你真正参与到教育教学工作中的时候，你会发现教学是一份责任，关系到几百个家庭的一份沉重的责任。

很多人说教师是一个良心活，我总以为就是简简单单的一方面，“教师教导学生是否用心，全凭自己的良心。”但是后来我发现，这一句话其实远不止这么简单。

一个年级最少有几百个学生，对于一个老师而言：

每布置一次作业，老师看多少份学生作业，是良心所控；

每一份作业批改详尽程度，评语长短，是良心所控；

每一次讲解作业，准备时间、例题选择，一次次雕琢，是良心所控；

每一次站上讲台，讲授知识，备课、选材、设计教学环节，耗时长短，耗费精力，是良心所控。

因为用良心，来做教育，夜深时，教师办公室的灯还亮着；抬头时，许多老师都伏在案上，挥洒笔墨。我自认为现在不能做到如此，但我真心敬佩可以如此之人。

在实习期间，本应该在最后两个月才开始班主任工作，但是学校为了让我们可以更好地锻炼自己，在征求我们意见之后，在实习第二周我们就投身于班主任工作之中，班主任工作千头万绪，在实习期间我主要学到了以下几方面：

1、批评与表扬艺术

无论是批评还是表扬，都一定要及时，就像新闻一样具有时效性，隔得时间太久就失去了原有的价值。并且批评要适当，要考虑学生的承受能力，而表扬要公开隆重，

2、管理工作的跟踪、反馈的及时性。

作为实习老师，同时扮演多重身份，既要完成作为学生的任务，也要完成老师身份的任务，加之不能合理安排自己的时间，导致生活匆忙，可能忽视了对于学生日常行为的督促责任。因而给自己设置固定时间去班里转转，是一个不错的选择。或者利用吃饭和值班的时间，观察自己班的学生情况，个人认为也比较实用。

3、班级管理水平有待加强。

对于学生宿舍管理上，不能及时督促检查，班主任工作一个字就是“杂”。因而，怎样在面对这些“杂事”，而不乱套，就需要自己去揣摩。

4、管理过程不能过于强调民主性。

在管理班级时，我总希望自己的班级是一个民主的班级，因而在处理事情时尝尝去听取学生的意见，但是，我发现这样过分听从学生意见，过于希望民主，导致的直接表现就是班级日常工作无法高效进行，甚至是举步维艰。因而，在处理班级事务时要注意，那些可以听取学生意见，那些要使用班主任的权利。

5、注重班主任的工作和心得交流。

重视与一些经验丰富的老师，交流管理学生班级的心得。尤其是讲授自己的问题和错误或者是自己事后的感想，这些有经验的老师，会给你讲一些她的.方法，不一定要照搬，但是吸取经验总是没错的。

通过这次实习自己确实成长了很多，最大的不同应该就是学会已旁观者的角度，多方面看待问题，对之前不能理解的事情，也渐渐能理解了；对之前理解过的事情，也有了新的认识。

**2顶岗实习个人总结模板**

通过四个月的顶岗实习，使自己获得了很大的收获，也明白了许多的道理，使自己的思想愈发成熟，工作、生活和技能水平得到提高：

1、思想上，通过过这次顶岗实习，我感觉自己的变化就是思想变得成熟了，不再像学生那样幼稚了，开始学会用成人化的思维去思考问题处理事情，开始懂得任何事情的完美都必须付出十分艰辛的努力，社会是很现实的，也是很公平的，一分付出就会有一分收获，不要幻想未来，要做一个有思想有目标有计划的实践者。

2、工作上，在\_\_实习的这段时间里我学会了严谨的工作态度，精益求精的工作作风，增强了我的团队意识和团队协作能力。在这里我从事的助理工作，设备都比较昂贵，pm检查时需要仔细判断，运输和放置时需要格外小心，任何一个小的失误就会给公司造成不小的经济损失。同时一个班组就是一个团队，每个人都要为这个团队做出自己的努力才能够换来团队的发展，团队的发展才能让每个人都受益，让公司受益。

3、生活上，养成了良好的生活习惯，保持身体健康。广泛的参与公司的举办的业余活动，丰富自己的业余生活，白夜倒班对身体的伤害很大，但制造业这种生产形式就注定了这样的工作规律，所以日常生活中保持良好的生活习惯对身体健康有着直接的影响，参加业余活动能够很好的调节身心，减轻压力。

**3顶岗实习个人总结模板**

通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用。通过一个月的学习，我觉得自己收获颇多，除我知道实习报告怎么写，还有以下几个方面的收获：

一、对电子工艺的理论有了初步的系统了解。这些知识不仅在课堂上有效，对以后的学习有很大的指导意义，在日常生活中更是有着现实意义。

二、对自己的动手能力是个很大的锻炼。实践出真知，纵观古今，所有发明创造无一不是在实践中得到检验的。没有足够的动手能力，就奢谈在未来的科研尤其是实验研究中有所成就。在实习中，我锻炼了自己动手技巧，提高了自己解决问题的能力。

这次实习，让我对电工有更透彻的了解，对今后的工作做了一个很重要的铺垫。

**4顶岗实习个人总结模板**

进大学快两年了，实际上也有过两次实习。第一次在苏宁，这次是为同类的——客服工作。我的理解是无条件为打电话的客户服务。你必须敬畏地对待顾客。在交谈过程中，你必须礼貌、耐心、善良。这几乎是必须的。其实经过这两次实习，我发现自己并不适合坐在办公桌前。虽然我热衷于交谈，但我认为沟通是最好的沟通方式，是一座桥梁。彼此离得更近，但我似乎不喜欢听谈话的声音。我喜欢面对面，这样似乎更能满足我。

客服是一种倾听式的交流，根据对方的语速和语气来判断猜测对方的表情变化。我觉得这种工作比较适合害羞的人，似乎能充分发挥他们的优势。一般来说，不害羞的人一般都有点大大咧咧。其实做客服的时候，他的情绪并没有那么克制，语气也容易出现很大的波动。我觉得我属于后者。其实现在这个充满了各种交流方式的社会，再加上网络世界的不断发展，人们不用出门就可以在网上做任何可以做的事情，所以随之而来的问题很多，那么如何解决这些矛盾呢？

这样，客服团队不断壮大，这个行业其实解决了很多就业问题。我觉得我们有时候觉得这个职业太简单了。做一个合格的客服真的很难。一个合格的客服一定知道的东西太多了。企业内外，都与企业息息相关。相关的业务知识，当然回答问题时使用的语言也要相当苛刻。至少是口语清晰，语言专业标准，回答友好，语言组织能力好。我觉得这是一个。

实习期间，感觉这一刻最大的收获不是职位带给我的感觉。其实公司的氛围是我最大的收获，尤其是在总部。其实工作虽然是谋生的一种方式，但我觉得是一种生活方式。只要工作愉快，生活中就有浓厚的兴趣。工作的乐趣会给你的生活增添很多乐趣。

这种实习机会确实不错，但是在以后的实习中，还是希望能接触到不同的领域。我认为我们的生活应该有不同的身份变化，接触不同领域的人，了解不同的知识，并加以整合。这样的生活应该是有意思的。当然，如果以后有机会，我愿意去工作，但是是不同的岗位。

**5顶岗实习个人总结模板**

为期四个月的顶岗实习已接近尾声，在这四个月的时间里，我经历了从学生到老师的角色转换，在课堂教学、管理方面均有了很大的提高，已具备了当一名教师的基本素质。同时日常的生活、工作更教会了我如何与人相处，使我认识到了团队合作的重要性。在艰苦的条件下磨练了自己的意志，让我明白了改变自己要比改变环境容易得多的道理。以下是我的实习工作总结。

一、纪律管理方面

开始的几节课上，孩子们很拘束几乎不敢回答问题，但是当第二个星期指导老师要听我课时，课堂几乎就乱掉了，他们七嘴八舌说个不停，好不容易恢复平静但也几近下课了。开始我以为对孩子们不能太严厉，这样拉近师生的距离更有利于管理。可是正因为我的错误想法导致了课堂的混乱，让我认识到了严肃的重要作用。接着问题又来了，课堂冷冷清清有一种肃杀的气氛，无论我怎么讲，他们作出的回应总是很少。而指导老师的课上他们循规蹈矩，师生之间配合的也十分默契。

在指导老师的帮助下我认识到了\"软硬兼施\"对于一个教师管理的重要性。同时我切实的理解了赏识教育的并将它投入实践带入课堂。课上对他们作严格的要求，在时间的限制下让他们紧张起来积极思考，课堂就不会松散；按难易程度将提问委任以不同的学生、小组，让他们积极配合，在新课标的实践中提高教学质量，更重要的是提高学生的学习、分析、解决问题的能力；对于成绩差一些的学生，常常留些简单的问题给他们或通过重复的方法来提高他们的理解力，并通过鼓掌等方式来鼓励他们，以提高他们的自信心。

二、实现自我价值

与孩子们相处的日子里真正让我感到了自我价值的实现。虽然一路走来一路的艰辛，但对我的选择无怨无悔。没有顶岗也许永远不知道老师这一职业的伟大，不懂得什么叫博爱。同时让我知道了团队精神的可贵。还记得学校迎接省里评估的日子里，我们仨披星戴月，有一次在微机室一直待到凌晨两点多，当我们携手漫步在回宿舍的路上，虽然辛苦，可我们一路欢笑，为了我们的果实，我们的胜利。还记得第一次做饭的手忙脚乱，虽然不好吃但心里一直甜甜的。记得赶集的情形慢慢也学会了讨价，懂得了生活。

三、实习心得

幸福不是你得到了多少而是计较得少，这是我在孩子们的留言册上写下的格言。实习工作还有几天就要结束了，我还真有点舍不得。但我相信这不是终点，而是另一个新的起点。在实习中获得的经验和体会，让我在今后一年半的时间里更珍惜我的大学生活，对于我今后走上工作岗位，也会有很大的帮助。经过这次实习，也提高了我的专业水平，教学水平。知识是永无止境的，我会时刻不忘超越自己，面对教学事业，我将带着满腔热情，不断前行。即使以后不会再走上讲台我也会带着一颗赤子之心支持教育。

相信今后无论什么时候回想起这段经历，都会觉得无比幸福，而且永远铭记于心。感谢这次实习为我留下了一生的财富与一段永不磨灭的记忆。

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