# 顶岗实习工作总结【七篇】

来源：网友投稿 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-08-20

*顶岗实习工作总结范文【七篇】总结是在某一时期、某一项目或某些工作告一段落或者全部完成后进行回顾检查、分析评价，从而得出教训和一些规律性认识的一种书面材料。下面是小编为大家整理的顶岗实习工作总结，希望能对大家有所帮助。顶岗实习工作总结 篇1毕...*

顶岗实习工作总结范文【七篇】

总结是在某一时期、某一项目或某些工作告一段落或者全部完成后进行回顾检查、分析评价，从而得出教训和一些规律性认识的一种书面材料。下面是小编为大家整理的顶岗实习工作总结，希望能对大家有所帮助。

**顶岗实习工作总结 篇1**

毕业的一个顶岗实习，让我也接触了社会，了解了工作是该如何去做的，对于自己今后职业的一个规划，我也是更加的去明确了，这次的一个实习工作，我也是要来做个个人工作的总结。

在实习之中，我也是在不断的去学习，和学校不一样，更加的有目的性，都是为了更好的去把工作做好而学习，实习的时候，我们的工作和正式的员工相比，没有那么多的事情要做，但是也是需要我们不断的去学，去向他们靠拢，去提升效率，做好工作的，所以学到东西也是为了把工作流程弄懂，把效率提升的方法。而不仅仅只是学知识，所以在工作之中，我也是体会到，自己的效率变得更加的高了，也是懂得，想要在职业的道路上去走的远，就必须要是一直不断的去学习，去提升才行的。而不仅仅只是去做好手头的工作。

在工作的上面，我从开始的只能做一些事情，效率也是不太高到实习结束，能去胜任自己的岗位，而把工作给做好了，也是我有付出了努力，认真的去做好要做的工作事情的结果，而在做工作的时候，我也是会认真的对待每一件工作上的事情，把一件件的事情做好，弄懂，然后再去提升效率，实习期间，我也是没有犯过什么错误，而通过这次的工作实习，我是更加的能懂得，不管是在学习让自己成长的方面，或者是在去工作努力的方面，只有认真的一个态度，才能有收获，而且想要在岗位上去站稳脚跟，就必须要认真，不能松懈，对于不懂的一个问题，我也是会积极的去问，同时不断的来找方法，去改进自己的工作一些方法，提升效率。

实习虽然结束了，我也是发现了一些是自己以前没有察觉到的不足之处，但是我也是在不断的去改进之中，让自己变得更加的优秀，职业的道路，是需要我们不断去开拓的，而不能仅仅满足于本岗位的工作，所以只要有空，我都是多去了解这个行业，多了解公司的情况，为以后的进步，或者更好的工作做好准备。要成为公司的正式员工了，我也是感觉到自己的肩头压力更大了，也是要更好的去把工作给做好一些。只有不断的去提升自己，那么才能自己的路走的更好，而且和实习也是会有不同，工作的要求也是更加的高了，事情也是多了很对，对于要完成的目标也是难了一些，不过我通过这次实习，也是更加的有信心来面对工作了，也是会去把工作给做好的。

**顶岗实习工作总结 篇2**

本周已经结束了所有课文的教学工作，从下周开始将要进行全面的期末复习工作，这标志着学生这学期的学习进入最关键、最重要的时刻，也标志着自己本学期的顶岗实习生活即将要结束了。通过这段时间的实习，自己收获了很多，各方面都得到了很大的提升。

老师的职责就是把自己会的知识传授给学生，让学生会，让学生理解，让学生掌握。这不仅要求老师对所讲的知识理解透彻，更重要的是学会怎样与学生沟通，怎样把自己的意图更准确的表达出来。作为一名实习教师的我，初来乍到，总会有些学生表现出“不买账”的态度，经过一段时间的磨合，通过不断地找学生谈心，主动去了解学生的情况，慢慢的我和学生之间开始相互了解了。在实习的过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但想要上一堂精彩的课很难，需要下很大的功夫。

在整个教学过程中，我本着对学生负责的态度，尽心尽力的做好每一件事，自己在实践活动中得到了极大的提升，学习到了很多课本上根本学不到的知识，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的经验。但是在教学过程中，时间把握不当，不能再有限的四十五分钟内完成教学目标，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难;同时在课堂引导方面，方法还不够成熟，尤其是在学生思考问题时，不能很好地给予提示和引导，所以，我认为，作为一名师范生，将来要真正走向了工作岗位，还需要在以后的实践中不断努力，追求进步，不断地去完善自己。

实习尽管很忙碌，但确实是自己人生当中的一大有益的尝试和磨练，我深深地体会到：教师必须要不断的学习，不断地提高自身的科学文化素养。在平时的工作中，我边教边学，多听办公室其他老师的课，吸取他人的先进的教育教学经验，了解现代教育教学的新理念，学习现代教育教学理论，学习新课程标准，根据学生的实际情况进行教学，尽量做到面向全体学生，因材施教，让每个学生真正成为学习的主人。

**顶岗实习工作总结 篇3**

学校的教育，对理论知识的教育是很丰富和完善的，但在实践操作方面，则缺乏深入，系统的教育，使得学生的动手能力不是很强，学校应在这方面完善。

寒假顶岗实习收获：

实习期间，我对实习工厂的注塑车间生产、加工包装产品的整个操作流程有一个较完整的了解和熟悉。实习中，我拓宽了自己的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。我学会了运用所学的知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性，通过实习，让我在社会中磨练了自己，也锻炼了意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能，积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

自己的不足及采取的措施：

我的实际动手能力不强，思想上没有做好充分的准备，思想上还处于学生状态，没有实现职业化的心理的转变。针对我的不足，我要采取以下措施：加强实际动手能力，多练习，多摸索。从思想上转变职业角色，由学生角色转变成职场新生角色。多学习，多向同事虚心请教。

对实习过程的感想：

在寒假顶岗实习的时间里，我充分的了解到实践的重要性。通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年学校里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。只有把学到的理论知识和具体的实践工作相结合，我们才能更好的为公司乃至社会服务。

顶岗实习就是为工作的一个过渡阶段，所以我觉得实习也很重要，在实习的时候能够体现出一个人的团队协作能力和人际交往能力。是思想和行动的有机结合体。正所谓万事开头难，只有认真的做好各种准备，调整心态，以职业化的心态去对待实习，那样才会真正的学到你想学的东西。自08年以来的经济危机，实际动手能力对于学生就业就显得格外重要了。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!

**顶岗实习工作总结 篇4**

时间过得好快，一晃三个多月的顶岗实习生活在不知不觉中就过去了。在这段时间里，我学到了很多大学课堂里根本学不到的东西，也体验到了很多人生中从未有过的经历。自己最大的收获是将平日里所学的理论知识用于实践，并且通过实践检验自己在英语教学方面的假设和猜想，而我在其中收获了很多。

通过这段时间的锻炼，我发现，真实的英语课堂与我们平日的模拟课堂是完全不一样的。在上个学期的微格模拟课堂上试讲时，面对的都是自己的同学，每个同学都表现的很棒，但是，在真实的课堂上，学生的水平参差不齐，掌握知识程度不一样，接受新知识的速度也不一样。而老师要面对全体学生展开教学，不能仅仅局限于几个人。比如当老师提问而学生答不上的时候，老师该怎么办呢?站在讲台上吹胡子瞪眼睛是解决不了任何问题的，但这个是我们在上课时经常碰到的问题，再加上自己现在是在初二年级实习，一堂课的知识构是十分紧凑的，只要一个环节出错或者中断，就会影响自己的整个教学流程。往往在出现这种情况的时候，我会更加注意自己的引导方式并适当的简化自己的问题。

虽然为了不打击学生的积极性而简化知识，但现在我感觉由于过分的低估学生的水平而犯了很多错误，初中的学生大多是刚刚开始正式的接触英语，虽然一些学生在小学也学过一些，但他们的英语基础总体来说较低。在上课过程中，有时候为了追求直指的课堂目标，而将语言知识点过分简化，甚至对一些相对复杂的知识点避而不谈，过分的“溺爱学生”，果一堂课中全是机械的句型和单词短语的操练，这样，不禁学生觉得烦，最后连自己都觉得枯燥无味了。真正的英语课堂应该是既充满知识性又富有趣味性的，既能激发学生的学习兴趣，又能让他们在快乐中学到知识。为了给学生们展现这样一种富有乐趣又富有知识的课堂，还需要我不断探索，努力。我会在以后的实习中努力实现这个目标。

**顶岗实习工作总结 篇5**

我作为一名光荣的顶岗实习生已经两个多月了，随着实习的深入，我们各位同学对顶岗过程中的甘苦之乐，得失之别有了更清楚的了解，对于教师这个光荣的职业和顶岗工程的意义有了更深刻得认识，下面，我作为二中顶岗同学的代表介绍一下我们的实习情况。

一、总体情况

临城二中是临城县重点初中，无论是基础设施还是师资配备都属一流，全校共有两个校区，初一初二在北院，而初三毕业生在南院，共有教职工100余人，学生近\_\_多人、现在在耳中顶岗共3人，一人为中文、其余两人为英语。我们居住在南院，而教学活动均在北院，在教学上均已安排了指导老师，其中中文系已独自带班，其余两人也早已开始承担部分教学任务，在生活生也已配备上了电饭锅等生活设施，在政治生活上也坚持每周开例会，小组成员互相交流心得，完善知识结构，提高教学技能，目前团支部也已经进行了一次征文活动与师大得社会调查任务，一切都在正规有序的发展。

二、月考分析

教学成绩是衡量我们顶岗得重要标准，在九月底时学校组织了一次月考，下面我将结合考试成绩进行一个分析。我是独自带七年级九、十班语文。在全年级10各班排名中，9班以73、56分排名第7位，与第一名拉差3、6分。10班平均分71、4分，拉差5、6分，排名第9位。其中前二十名即优秀生排名，9班为82、3分，排名第7、10班83、6分排名第4，从数据上看，9班与年级第一差距不大，属于正常水平范围内，而10班拉差过大超过5分，分析原因：9班的中等生过于少，多集中于70左右、75分较少。而10班则是差生太多，共有11人不及格，着极大的影响了平均分;从前20名看，9班的问题在于优秀生较少，中等生基数大。10班则分布较为平均。从考后分析反馈来看，校方对于刚执教半个月语文的我还是较为认可。

总体上看，9班得问题在于优等生不足，但整体水平较高，10班在于差生太多，整体水平偏低。与指导老师相比，我的指导老师两班均为第一与第二，其他老师的差距也十分的小，大部分在3分左右，因此尚需下大工夫、大力气。

三、问题及不足

在课下与组员内部交流中，总结有以下这几方面的不足：

一是课堂纪律要加强课堂的效率是学习的重要保证，我们很容易与学生打成一片，但对课堂应该毫不放松，课堂上必须该说得说，该罚的罚，敬畏从来都是一体的，如果不畏你，那么师道尊严无法体现，效果也就无法保证，成绩自然下降。

二是课堂重点要突出，有棱有角。刚刚从大学课堂出来的我们肯定是想展现我们的才华，但课堂教学有时会漫无边际，重点不突出，无法做到老是明确、学生清楚，该讲的丝毫不能放，一定要强调在强调，要放的开、收的拢。

三是符合教学实际、加强管理。以二中为例，二中有很多外县如隆尧等地的学生，基础较差，有的同学甚至连拼音都拼不对，这个事实让我很是头疼，于是每上一节课便从本课拼音入手。利用下午第4节课进行讲评，时间一长效果就比较好了。另外对于整个班级要加强管理，有些同学习惯不好，不交作业或是应付了事，我便对这部分的学生进行统一检查、笔记、日记等天天上课检查，时间一长，习惯就养成了。以后也不用费力去催讨作业了，作为实习生的我们威严不够，那么就要从小处着眼，自己费心只要效果好也是值得的。

四、我们的优势

我们的经验不够丰富，但我们也有自己的优势：

首先，我们有热情。很多老师说十年把热情用完了，但我们没有，我们希望大展拳脚，有动力去干些琐碎的事情。我们不会嫌苦嫌累，因为收获才是最重要的。

其次，我们有时间。我们没有其他老师们家庭得困扰，我们的生活够简单，所以我们有时间去一个个的管，只要针对教学，成绩会有提高的。

最后，我们的知识结构较新，可以交给他们更多的新东西。作为师范大学的学生，我们是较为专业得，我们可以运用自己的新理念去实践、去帮助学生们让他们进步。

五、今后工作计划

细细算来，我们的顶岗已经进行了一半，如果说前段时间在摸索，那么后半程则是真正提高自己了，为了让我们在二中顶岗得同学继续进步，也为了顶岗工称的有利进行，在剩下的时间里将实行以下计划：

1、小结工作，继续提高。来到二中实习已经两个多月，我们小组将会趁此机会总结得失;为以后工作地进行打下良好的基础，在不断的交流当中吸取经验，巩固提高，让自己进一步向优秀教师靠拢。

2、加强管理，迎战月考。在剩下的时间里还有3次考试，必须全力以赴做到。对于课堂纪律与班级管理更要狠下功夫，必须花大量时间与精力去管理学生，不能放松，对于每一次的月考都要重视，认真分析，总结提高，不断完善教学技能提高自己的业务水平。

3、加强团支部建设、坚持团员学习。虽然人少，但这不能成为不进行团员活动的理由。以后仍然坚持每周开一次例会，认真填写会议记录，互相交流心得体会，并准备开展一系列的活动，以顺利完成师大对于团支部的要求。

**顶岗实习工作总结 篇6**

通过这次实习，我发现了自己看问题的角度，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，是一种岗位责任，是一种职业品质，用人单位很注重这种品质。这种岗位责任是一名员工走向成功的必经之路。要增强岗位责任，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，只有这样，才能磨练和增强他们的岗位责任感，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能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力

因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通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。这样的学习能力，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能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，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。所以一定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。另外在工作之中自己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。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，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面对用人单位面试时，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。因此，顶岗实习不仅仅是一种劳动锻炼，更重要的是通过实践增强工作能力，增加工作中的沟通和适应能力，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，无疑是非常有益的。

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，特别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。用他们自己的话说：\"从中兴走出去的员工，可以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。因此，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同，也真正的让我从一个学生转变为一个男人。为自己的未来奋斗的人，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轻松点的活，但我最后还是干到了现在，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面对社会上的各种问题。我想在未来我会走的更好更远。我会为自己的将来努力，努力去创造我自己的历史!

**顶岗实习工作总结 篇7**

每个大学生毕业前都会出去实习一段时间。通过实践，我们将课堂上所学的理论知识应用到工作实践中，让我们对社会工作和我们的专业有更好的了解。在实践中，我们都实践动手，这培养了我们的实践能力，也会在工作中遇到很多问题。一定要学会如何解决这些问题，培养自己的工作素质，增加各自的工作经验，为以后的工作打下坚实的基础。

这次实习是我们学了两年电子商务专业之后的一次综合性实践锻炼。就是把学到的专业知识运用到社会实践中，让我们学会工作，发现自己的不足。在学校的安排下，我去了\_\_。

第一天，我来公司上班。在领导的安排下，和一个长辈实习。刚开始没有什么工作任务，只是了解了一下公司的产品。经过我的努力和前辈的讲解，我已经很了解公司的产品了，然后给我一些电话号码，让我卖给上面的人。经过两天的实习和了解，工作还是很简单的。我看其他同事都做的不错，大家都卖了一些产品。

而我兴奋地给这些人打电话，却没有成功。后来心情就更差了。我停下来想。我做错了，但是反复思考之后，我一点头绪都没有。前辈们在我身边看到了我的疑惑。他来找我，然后告诉我打电话的技巧，说话的方式，让我从别人的角度思考问题，还告诉我他的一些销售技巧和工作经验，让我受益匪浅。慢慢努力，每天都会碰壁，但每天都在坚持努力，总结，积累。等我成功卖出第一款产品，就慢慢顺利了。现在的工作和前任一样，每天完成同样的任务。虽然我做不出漂亮的，但我一定会超过他们。

通过这次工作实践，我学会了在工作中做事，要冷静、从容、自信地面对。工作中会遇到很多不顺心的事情或者麻烦，但是我们要冷静，不要着急，不要发脾气，否则群体只会越来越混乱。在工作中，我积累了很多工作经验，这让我对未来的工作有了一定的信心。毕竟无论我在哪里找工作，后面都会加上一句“有工作经验者优先”，所以我会不断努力，在以后的工作中尽我所能做得更好。

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