

科学体育锻炼总结(精选6篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。那么，我们该怎么写总结呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

科学体育锻炼总结篇一

20__年5月19日，我非常荣幸满怀信心、心潮澎湃地来到了__镇__村，开始了为期半年的基层实践锻炼生活。在这期间，我及时转变角色，积极与村干部群众交朋友，很好地融入到了这个大家庭中。村书记及其他村干部都给了我无微不至的关怀和帮助，所以我很快就适应了这里的工作和生活。我时刻保持一种谦虚的态度，努力工作、勤于学习，充分发挥个人特长以及在工作中积累的经验，积极为基层出力献策，充分抓住能够了解农村、认识农村、锻炼自己的机会。总之，这半年收获很大，现将自己的在农村锻炼期间的工作、学习、收获和体会等情况总结如下：

一、珍惜机会努力工作、在实践中接受锻炼

半年的村书记助理生活，真的不是几句话可以说得清的，几张纸可以写得完的。过去的每一件事情，都历历在目。在工作中，我充分发挥个人特长以及在工作中积累的经验，积极为村出力献策，自己也得到了最大程度的锻炼。

第一，坚持理论学习毫不松懈。__党委是一个非常注重理论学习的单位，村书记对上级政策、文件精神的理解、把握能力都非常强，他不但要求自己学习吃透，还要求班子其他成员也必须做到。我作为书记助理，每个月都参加村党委班子学习、村两委班子联席会、党员党日活动等等，和全村党

员、干部一起学习讨论上级决策部署及有关文件精神，不断用新理论武装头脑。同时，我还注重自学，包括通过上网、看新闻、看报纸等渠道了解国内国际形势；通过阅读书籍来增强自己的理论修养，这期间我阅读了《罗斯福传》等人物传记。

轮的修改已经基本定稿，但由于村整体规划的调整，这个宣传册没有批量印刷；二是配合天津电视台录制了《__园专题片》，将于11月下旬在公共频道晚九点时段连续播放一周；三是积极参与天津市100个旅游村建设工作，通过我们全体筹备小组人员的努力，__村的特色点建设得到了专家组的高度认可，并顺利通过了验收；四是积极参与市文化局、旅游局和天津电视台联合组织的“寻找美丽乡村”评选活动，这次评选采用短信、网络和专家投票的方式进行。我作为村评选工作小组成员，积极组织村、厂干部职工参与我村的评选，并利用自己大学时计算机专业特长，为网络投票给予技术支持，最终我们在40个候选村中脱颖而出（一共评出10个美丽乡村）。

设的情况，翻阅了一些材料，查找了网上的相关素材，连续奋斗几天终于完稿，最后得到了镇、区领导的认可；二是在庆祝建党87周年，__村党委作为先进党组织要在大会上进行典型发言。我撰写了题为《抢抓机遇干事创业，努力实现__村又好又快发展》的发言材料；三是起草了《__村创建文明生态村》和《__村创建西青区20__年文明村材料》，从中规范了格式、理清了层次、丰富了内容，为村干部以后写材料留下了可参考的资料；四是写了《__农业科技示范有限公司创建节水型企业申报材料》和《三北防护林建设突出贡献单位事迹材料》；五是起草了__发展设施农业情况的报告《高标准高起点推动设施农业发展》，为区决策层提供了基层工作素材；六是协助村里起草了《__上半年工作报告和下半年工作计划》，打破了村里原有工作报告的结构，使之更具有条理性和说明性。除此之外我还写了高书记参加座谈会的两个发言提纲、改革开放三十年的访谈和村实行村务公开、民主管理等几个小材料。

第五，积极投身村重点工程建设。一是参与村远程教育活动场所建设。__村是区重点建设的两个远程教育点之一，村领导对这项工作非常重视。为了把这项工程做好，村党委决定重新装修原冷食厂闲置的办公楼作为远教活动场所。在我去村里锻炼之前，这项工程还没有开始，我去了以后，村领导把这项工作交给了我，和村里主管党务的委员。整个建设过程从整地面、换窗户、粉刷屋子开始，到最后安装投影仪、组装电脑、接通网络及视频信号正式投入使用，都凝聚着我的辛勤汗水，当市委组织部领导检查建设成果时表示了非常满意，当全村党员干部群众能够在这里学习开会时，我感到了一分耕耘一分收获的喜悦。二是参与村农户建二代日光温室工作。按照加快设施农业建设步伐，改善农户的种植条件，提高农作物产量和品质，从而提高农民收入的目的，村里决定建设1000亩二代以上日光温室。其做法是将农户原有的大棚拆除，然后在原地翻新，因为有市区的政策，在加上村里的补助，可以为每个农户减少一半以上的建设费用，确实是机会难得。但还有一部分农户不赞成。为了使这些农户能够认识到这次机会的难得，理解村里为大家做好事的初衷，我们直接到农户家里给其做工作。经过大家的不懈努力，现在基本上得到了大多数农户的认可。三是参与智能温室的完善改进工作。为了能够打造一个四季常新、常绿、常花、常果的现代农业示范区，吸引更多的游客前来观赏游玩，就必须不断完善功能、改进不足、引进新品种。我在班子会议上出谋划策，积极和村干部交流思想，提出自己的想法。期间我跟随村里到杨柳青果蔬博览园、张家窝花卉基地、北京的观光农业示范园参观学习。十一国庆节过后，我和其他三名同志组成一个团队去广东省佛山市顺德区陈村镇购买南方果树，以补充调整智能温室的南果北种区，为__智能温室发展贡献了一点微薄之力。

第六，圆满完成组织部交给的各项任务。作为组织部的干部参加这次实践锻炼活动，我意识到要比别人更加认真、负责地对待这次来之不易的机会。全身心投入到基层工作中，勤于思考、注重总结，为组织部领导提供可靠的参考资料。基

层锻炼期间，我参加了组织部组织的下派干部座谈会、大学生村官培训座谈会、区组工干部培训班等工作，为部领导决策提供了一些有参考价值的建议；给大学生村官讲解了如何转变角色，快速融入农村工作；和全区广大组工干部共同探讨学习了发展党员程序。除此之外，我还参加了张家窝、__、王稳庄三个镇的党务干部培训班，给他们讲了如何规范发展党员程序。这些工作不仅充实了我在农村的实践锻炼生活，而且培养了自己学习总结提高的能力。

二、取得的主要收获

半年的农村工作经历填补了我头脑中的空白，使我开阔了眼界，打开了工作思路，这个大舞台确实是个锻炼人、磨炼人的地方。忆往昔，峥嵘岁月稠。回忆起来，这段时光令人难以忘怀，通过镇、村领导的支持和帮助，我的收获颇丰：

现代农业和观光旅游农业，把传统的一产直接向三产跳跃；第一次亲眼看到了长空中的红薯和能长三四百斤的大南瓜；第一次能够认出四十多种名特优新蔬菜品种和六十多种南方树木；第一次把关注“三农”问题放在了自己的心间，在这里我有着数不清的第一次。虽然我也出生在农村，但对现在的农业、农村、农民问题了解的很少，关心的也很少，通过这次基层锻炼，丰富了我的见识，增加了我的知识储备，提高了我对“三农”问题的认识和理解。三是拓宽了处理问题的思路。通过这次下村锻炼，我发现农村工作不像机关工作那么谨小慎微，他们解决问题的思路、办法有时候很灵活很奏效。在村锻炼的半年里，我非常愿意和村干部们共同探讨问题、互相学习借鉴一些好的工作方法和经验，找到了与他们之间的共同语言。在和他们交流过程中，了解了他们对事物的想法、看问题的角度、处理问题的办法，这些看似平常的沟通与交流，让我们彼此之间都发生着很多思想上的转变，彼此间收获良多。半年里，我多次参加村班子讨论村里大事的专项工作会议，认真倾听他们的谈话内容，并尽可能参与其中进行讨论。这使我的工作思路更加宽阔、想问题办事情的思

路更灵活。四是增强了对工作实用性的把握。在村里的工作更加务实，很多都是直接触及老百姓的实际利益。比如自来水管网入户改造工程、修公路建路灯工作、创卫工作、发放粮食补贴工作等等都直接反映了广大人民的根本利益，这就是工作，一切为了人民，全心全意为人民服务。联系到我们的党建工作，一定要找到抓手体现实用性，否则就会流于形式。锻炼期间，通过与村里共同起草了几个材料，让我更加清楚地认识到材料的形式与内容的关系。如果一篇材料没有实实在在的内容，形式再花哨，再讲究也只是一纸空谈，必须赋予它丰富的内容，使之成为具有实用性的东西，才会产生价值，现在我工作中对客观事物、实际问题的把握能力比原来有所加强。

三、几点体会

区委组织部这次下派年轻干部到基层锻炼，我认为可以达到磨炼意志、积累经验、增长才干的目的，我在其中也是收获不少、感慨不少，有几点体会：

一是能够到农村锻炼感到非常幸运。这次基层锻炼能够被选派到__镇__村，我感到非常幸运。今年，我区启动了__5万亩都市型现代农业示范园区建设工程，以此带动全区设施农业发展，__正是全区现代农业示范区里的设施农业核心区。在中央把“三农”问题放在重中之重的战略背景下，在全市推进城乡一体化发展，加快社会主义新农村的历史环境下，在我区5万亩都市型现代农业建设的形势下，我又被选派到大力发展设施农业的__村，我感到机会十分难得。通过在这里亲身参与村里的各项建设，使我对社会主义新农村有了更深层次的认识和理解。

科学体育锻炼总结篇二

20xx年1月6日，我满怀信心、心潮澎湃地来到了滕州市魏寺村，开始了聊城大学管理学院的基层实践锻炼生活，对于从

小生活在城市中的我来说，是一次难得的经历。在这期间，担任书记助理的我，及时转变角色，积极与村干部、群众沟通，很好的融入到了这个大家庭。村书记及其他村干部给了我无微不至的关怀与帮助，我也时刻保持谦虚的态度，努力工作，尽力发挥个人所学专业知知识，积极为该村出力献策，充分抓住能够了解农村、服务农村、锻炼自己的机会。

魏寺村是附近闻名的文明村，全村耕地面积1506亩，住户面积180亩，371户人家，1315口人。该村南部是盛名遐迩的龙山，为国家aaa级风景旅游区；北部为蜿蜒曲折的龙河；著名的京福高速公路从村庄东部横跨龙河穿越而过；西部有104国道、京沪铁路等重要的交通枢纽，地理位置十分优越。

该村固定资产160余万，主要种植作物有马铃薯、绿萝卜和玉米等，被誉为“中国土豆之乡”，村民每年人均纯收入4500元左右。近年来，该村坚持以社会主义新农村建设为切入点，以文明生态村建设为抓手，按照社会主义新农村“二十”字方针的要求，坚持因地制宜、量力而行、突出特色、彰显风格的原则，以群众投入为主、财政补贴为辅，加大对农田水利、水电、道路等基础设施的建设力度，完成了“户户通”自来水、“户户通”有线电视以及“户户通”硬化路工程，使该村的基础设施和村容村貌得到明显改善。

近十天的村书记助理生活，真的不是几句话可以说得清的，几张纸可以写得完的。在工作中，我充分发挥个人专业特长，积极为该村出力献策，自己也得到很大程度的锻炼。

第一，开展十七届三中全会精神专题讲座，努力开创该村发展新局面。为了让全村农民深入领悟十七届三中全会的精神，我运用了解到的政策和整理的资料内容，邀请了200余名村干部群众开展了专题讲座，既让村干部把握了党在十七届三中全会中提出的推进农村改革发展的整体思路，领会了把建设社会主义新农村作为战略任务、把走中国特色农业现代化道路作为基本方向的战略思想，增强了村领导班子的凝聚力和

战斗力;又让群众看到了党中央对“三农”的重视和扶持力度,感受到了政府由“支农惠农”到“强农惠农”的政策转变,大大提高了村民建设社会主义新农村的积极性和主动性。

第二,协助村领导班子提出了从“助民增收抓特色、新农村建设展新貌、惠农政策促和谐”三个角度绘就村庄新华卷的蓝图。

首先助民增收抓特色。在新农村建设中把促农增收放在首要位置,马铃薯、绿萝卜一直是该村的特色农产品,我通过走访群众、网上查阅资料,向村领导班子建议“立足资源优势,发展特色农业”,提出了“公司+科技人员+农户”的模式,大力发展“订单农业”,解决了农产品销售难的问题,得到了村干部的认可和支

其次新农村建设展新貌。农村基础设施建设需要一个长期过程,不可能一蹴而就。因此,我认为应将“村容整洁”作为建设突破口。在我的倡议下,村委会决定利用村民冬闲时节进行一次环境卫生综合整治,全面实施美化、净化、亮化“三化”工程,作为村书记助理的我也身先士卒,不仅锻炼了自己,也使村庄环境面貌焕然一新。

最后惠农政策促和谐。新一年伊始,国家的各项补贴政策已经落实到位。我协助主任整理20xx年村民农机补贴申报材料,充分调动了农民购买机械的积极性,推进了农业生产的机械化,为本年度农民的增收奠定坚实的基础。同时,我还跟随领导干部对全村的特困户和五保户进行慰问,极大促进了和谐社会建设。

第三,文明生态村创建,让农民唱主角。该村从上年以来,一直努力创建文明生态村,但是由于缺乏有效管理和机制保障,村民积极性不高。我挂职期间意识到这一问题,配合村里做了一系列的宣传引导工作,提出“自己动手建家园”的原则,让村民发挥“主角”作用。又通过聘请老党员成立了

村清洁队和管护队，强化了监督机制，保证了原则的. 贯彻落实。

第四，增强村务公开透明度。管理民主是新农村建设的一大落脚点，身为聊城大学行政管理专业的我，也深刻理解民主管理的重要意义。我建议从改革村务公开制度入手，对村的公开栏进行翻新，加大村务、财务制度的公开力度，把村的工作目标、干部工资、财务支出、计划生育、宅基地安排等内容进行公开，并以我们管理学院的主席意见箱为蓝本，在公开栏中设立意见箱和监督电话，有力地促进了干群和谐及村各项工作的顺利开展。

第五，将“招工信息”贴上公务栏，鼓励返村农民工自主创业。由于受金融危机的影响，许多农民工提前返乡，为了拓宽农民获取外出务工信息的渠道，我通过互联网、读报纸等方式收集了一些“招工信息”，并贴在公务栏上，为村民创造了良好的务工空间和挣钱机会。在推进劳动力合理输出的同时，又积极引导有一定原始积累和学到实用技术的村民自主创业，为本村的新农村建设注入了生机和活力。

第六，我与该村建立了互动交流关系。临近挂职结束时，村书记对在我挂职期间的表现予以肯定，决定在村里成立“大学生工作站”，每年假期，我都可以带领我的同学到这里参加实践活动，村里将给予大力支持。

以上是我挂职期间融入到村委会的具体工作，这些工作不仅充实了我在农村的挂职实践活动，而且培养了自己以后大学生活中“学习——总结——运用——提高”的能力。

短暂的挂职生活让我学到了很多，但也让我意识到新农村建设中存在着诸多桎梏，只有打破这些“瓶颈”桎梏，才能打开农村建设的新局面。

一是村干部执政能力和政策解读能力有限。政府可以通过开

展定期村干部培训活动，切实加强农村基层组织建设，提高村干部的素质和执政能力，同时加大政策宣传力度，让村干部“领悟好、实践好”中央的各项农村政策。

二是有些农民缺乏自主性和创造性。广大农民是新农村建设的主体，而有些农民不愿接受新事物，还存在“老婆孩子热炕头”的小农经济思想。基于此，政府和村委会要加强引导，明确思路，通过建章立制、树立典型等方式转变农民小富即安的思想，培养新型农民，让他们成为新农村建设的“主力军”，最终，统筹城乡发展。

三是农业产业链不完整，农民增收困难。我国广大农村地区普遍存在着农产品深加工不强的问题，农民处于利润链的最低端。以我挂职村庄为例，该村是著名的马铃薯生产基地，马铃薯富含淀粉，可以重点发展淀粉加工业，这样不仅解决了马铃薯销售难的问题，还增加了农民收入。因此，农业发展要立足优势，发展特色农业，完善产业链，增强深加工能力。

四是农民获得的信息与新农村建设所需要的信息不平衡。农民只有掌握大量可行性信息，才能进行有效地新农村建设。政府一方面要加大信息宣传，为农民及时提供信息，扩展农民获取信息的途径；另一方面要加强财政投入，为农村配备电话、电脑互联网、远程教育网络视频系统等设施，提高农民掌控信息的能力，以便更好的建设新农村。

五是农村土地流转市场不完善，流转渠道不畅。党的十七届三中全会公报中，特别提到农村改革问题，要健全严格规范的农村土地管理制度，政府通过完善土地流转运行机制、强化土地流转政策扶持保障，使农村土地流转进入有序、公开、快捷的轨道，从而增加农民的收入，促进城乡一体化建设。

中国目前有13亿人口，其中9亿农民，在我国社会主义新农村建设的进程中，出现这样的那样的问题是必然的。但是，在

政府的支持引导、全社会的共同关注、农民自身素质的提高这三方的努力下，农业、农村的发展及农民的经济状况将得到根本改善，社会主义新农村建设指日可待！

这次农村挂职锻炼填补了我头脑中的部分空白，使我开阔了眼界，打开了思路，自己所学的知识也得到运用。农村大舞台确实是个锻炼人、磨砺人的地方，在充分感受浓厚乡村生活气息的同时，村领导和群众也给了我极大地帮助，让我收获颇丰：

首先深化了我对“三农”问题的认识。通过这次实践活动，改变了我以前对“三农”问题的肤浅认识，“三农”问题内容复杂、任务艰巨，在国家事业发展全局中处于基础地位：农业是安天下、稳民心的战略产业，没有农业现代化就没有国家现代化，没有农村繁荣稳定就没有全国繁荣稳定，没有农民全面小康就没有全国人民的全面小康。因此，只有建设好社会主义新农村，才能实现全面建设小康社会的宏伟目标，才能实现中华民族的伟大复兴。

其次体会到了依靠群众的重要意义。一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来到群众中去的群众路线，是中国共产党长期革命和建设经验的总结。我在魏寺村挂职期间深深地理解为什么必须仅仅依靠人民群众，因为只有依靠群众的力量，我们才能不断的取得胜利。魏寺村要创建文明生态村，如果能够发动广大村民，让他们“唱主角”，这项工作将很容易，如果村民不支持，那么这项工作将困难重重。

但它只流于形式，无论它多完善、多讲究，一旦脱离实践也只能是纸上谈兵。所以，在以后的学习生活中，一定要增强自己用理论知识解决实际问题的能力，真正做到学以致用。

最后坚定了我努力学习的决心和信念。“金无足赤，人无完人”，在农村挂职期间，我也意识到了自己的缺点和不足，但它终将转化为我以后大学生生活学习的动力，继续用先进的

科学知识武装自己，进一步增强自己的责任感和使命感，为以后更好的投身于社会主义现代化建设的洪流中去积蓄力量！

科学体育锻炼总结篇三

****年**月，根据组织安排，我与其他四位同志到县****进行为期一年的实践锻炼。一年来，在县委组织部和****领导的正确领导下，自己珍惜机遇，认真学习，积极调研，主动参与，深入思考，得到了较为全面的学习锻炼，在思想政治素质、工作能力等方面都有了不同程度的提高。现将一年来的工作与学习情况总结如下。

围绕实践锻炼的工作目标，自己较快地适应了三个转变，即工作角色的转变，工作环境的转变和生活环境的转变。由于自己一直在**局工作，对于**工作比较熟悉，但对**工作尤其是项目建设和招商引资工作十分陌生。为尽快进入角色，在工作中自己甘当小学生，谦虚谨慎，不耻下问，始终摆正自己学习锻炼的位置，努力克服工作、生活中的困难和问题，安心、专心工作学习。认真遵守**的各项规章制度，做到工作、学习上高标准、严要求，生活上低标准、艰苦朴素。正确处理学习锻炼与原工作单位的关系，把主要精力放在学习锻炼上，较好地完成了角色转变，并尽快地适应了新的工作环境。

县政府制定的招商引资有关优惠政策等文件资料，掌握了**乃至全县的项目特点以及我县的区位、资源优势，在此基础上广泛联系同学、亲朋好友等搜集相关项目信息，主动与各企业工作人员接触，着重与他们建立良好的人际关系，为“以商招商”打下基础。在不影响挂职工作的同时，最大限度地参与到**的其他工作中，到各局办学习，熟悉**的各项工作。根据**领导的安排，协助组织了**所属各村的村民委员会和村党支部选举，参加了各村春、秋季畜禽防疫工作，积累了一定的农村工作经验；组织了**与**的友谊篮球赛，举办了**首届“**杯”职工篮球邀请赛，丰富了**干部职工

的业余文体生活；5月、11月分别与**副主任**同志、**同志赴**、**和**等地招商，接触了一批客商。通过**同学的介绍，**一煤层气销售公司拟在我县投资建设煤层气销售站，如建成，可解决驻**企业生产用气的瓶颈问题，降低企业生产成本。通过“走出去”，既开阔了视野，掌握了部分有价值的项目信息，同时也增强了下一步招商引资工作的信心。

（一）掌握信息是前提。要善于捕捉信息，不但要发动已有客商提供信息，还要利用老乡、同学、亲属以及各地的朋友、客商广泛搜集信息，并通过新闻、网络等掌握各地产业转移动态，掌握大企业、大集团的扩张动向，这是做好招商引资工作的前提。在此基础上，我们以优越的政策、完善的配套、优良的环境，做好充分的承接准备。

挫折。同时要深入研究引进项目的特征和我县的承接优势，找准结合点，全力以赴促成项目。同时，在招商引资工作中要树立成本意识，追求高效益，积极推动项目落地投产。

（三）以诚招商是核心。要善待外商，善待投资者，要把企业的老板当作自己的朋友、亲人，以诚相待，用诚心感动客商，用诚信感化客商，让投资商投得放心、投得舒心。

（四）项目储备是保障。要立足项目招商，储备一批大项目、好项目，通过合资、独资等合作方式，引入一些有实力、有财力的大企业大集团，实现招商引资的新突破。

（五）产业优势是基础。要围绕**、汽车零部件等项目，做强做大产业链条，尤其要抓住我国内需不断扩大和汽车行业迅速回升的大好时机，充分发挥产业优势，围绕**产业做文章，更好地促进招商引资工作。

（六）注重成效是落脚点。招商引资的根本目的是引进项目，并转化为生产力，注重招商引资成效，确保项目招得来、落得下、快建设、早投产，是做好招商引资工作的出发点和落

脚点。

总之，通过一年的锻炼，我充分感受到了自己与其他同志、我县与其他地区的差距，同时也看到了我县项目建设的潜力与希望，有了更强的责任感、使命感与紧迫感，坚定了加快项目建设的信心、决心，进一步解放了思想、更新了观念、启迪了思维、深化了认识、拓宽了视野、丰富了知识，对项目建设和招商引资工作有了较为明晰的认识，增强了自己的大局意识、改革开放意识、发展意识、服务意识、环境意识，自己的工作能力、政策理论水平等都得到了较大提高。我将倍加珍惜这难得的机遇，充分运用在挂职锻炼期间学到的先进的知识和经验，努力工作，勇于创新，在“奋战三年、再造喀左”的伟业中建功立业，发出自己的光和热。

科学体育锻炼总结篇四

xx年10月12日，是一个难忘的日子，根据伍家岗区教育局的要求，我来到了伍家实小挂职学习两周时间，这对今年刚刚走向教育教学管理工作岗位的我来说，无疑是一次难得的学习机会，我倍加珍惜，在过去的两周时间里，我充满着感恩之心，洋溢着感激之情，感谢教育局领导为我们提供宝贵的学习机会，感谢伍家实小为我们搭建学习的平台，也感谢中南路小学的老师对我学习的支持，分担了我的很多工作，让我能静心学习。在实小这座文化氛围浓厚、学习风气醇厚的美丽校园，我感动于实小管理者的忙碌，感动于实小教师强烈的主人翁意识，感动于学生们的多才多艺，感动于实小深厚的文化精神，有很多收获，也有很多的思考。现将挂职以来的学习情况和体会、感受总结如下：

挂职期间，我先后参加了宜昌市习作研讨会；参加挂职学校教学研讨活动1次（余新艳老师参加省骨干教师说课数学案例展示活动1次）；参加学校行政例会、全体教师会、教研组长会各1次；参加湖北省“先锋中队”验收准备工作（先后参与广播室布置、参与“诗情华彰”大型经典诵读展示活动演练2

次)；参加了学校少先队建队日活动；编写了1—6年级数学月考试卷；学习了《学生第二》、《副校长：有效学校领导的关键要素》两本专著，学习了《人民教育》、《中国教育报》等教育教报刊杂志，并摘抄了笔记；坚持每天写挂职日记。在此期间，有两个半天时间回中小整理特色学校档案。

不断创新是一所学校发展的动力，从xx年以来，实小走在校本研究的创新之路上：从课例研究到案例研究，从推门听课到白纸化备课，从教育教学叙事到专题反思叙事，从读书摘抄到二次阅读，从校本教研活动到这学期的“智慧”教师行动计划，总是不断的创新，不断的推进，教师不断的进步，学校在不断的的发展。在实小这两周，我亲身体会到了“创新”在实小无处不再。

制度创新是实小不断发展的保障。制度管理是学校管理非常重要的手段，实小的制度建设完善，所以来到实小，我非常希望了解学校教育教学管理的各项制度，想“拷贝、复制”回去。当我和教科室的周主任谈及这一问题时，她告诉我，其实制度本身没什么，制度管理的关键在于在实施的过程中不断发现问题，根据问题进行修改，应该是一个动态的过程，唯有这样制度才能不断促进教师的发展，促进学校的发展，有些制度每年都在不断的修订。这番话让我深受启发，制度的最终目的什么，这是作为刚接触管理工作的我应该思索的问题。

管理创新是实小不断前行的动力。实小管理创新之处很多，最让我们惊叹的是校本研究活动中实施教研组长负责的管理制度，实小各学科（包括小学科、兼任学科如科学学科）的校本教研活动、大型展示活动都由组长们挑大梁，由组长负责组织、安排活动，进行专业引领，进行常规管理，组内教研氛围非常浓厚，教研组管理成为教学管理至关重要的环节，实小是怎样打造这样的教研组、培养这样的组长的呢？这都是学校打造学习型组织的成果。

学校创新从何而来，从学习分享中来。实小有扎实的学习分享制度，包括行政学习分享、教师学习分享，行政领导的“学习分享”活动分三步走，首先由一位领导介绍自己推荐的文章并谈自己的体会，然后由其他行政领导结合文章及自己的工作谈自己的体会，最后由胡校长做精彩点评，每一次的学习分享活动都是一次思想的碰撞和升华。这样扎实的学习分享活动促进了每个人思维的脑细胞，极大的激发了大家的创新意识。

在实小，有一支作风实的“铁”班子，从胡校长到班子每一位成员都有着扎实的工作作风，他们的下班时间是每天晚上十点，刚到实小第一天，五点已过，我和一同学习的詹校长没有动，准备和大家一起下班，胡校长催促我们下班，笑着说“我们一般都十点才下班”。作为名牌学校，承担的任务、举行的活动之多是没法想象的，作为名牌学校的校长，胡校长的忙碌也不是我们能想象的，我深深感到胡校长是一位指挥者，对宏观、微观的准确把控，对目标、任务实施过程全程监控，积极参与。在胡校长的带领下，班子成员群策群力，和衷共济，同心突进。学校四大管理中心齐头并进，高效务实，体现关注细节，注重实效；把握方向，聚焦问题，落在实效，是一支充满正气，紧密合作的领导团队。“学在前，写在前，做在前”这就是实小的领导团队，在他们率先垂范引导下，实小的教师团队形成了扎实的工作作风，“要做就要做好”已成为每个实小人的共识，让我们惊叹不已！

“让实小成为学习乐园，精神家园”这是实小的目标，为实现这一目标，他们用行动进行了最好的诠释。学习实小精神，寻找成功秘诀，是每一位到实小的老师探索的问题。挂职锻炼虽然结束，但学习刚刚开始，怎样领悟实小精神，结合本校实际，选择性、创新性的做好学校教育教学管理工作，做好校本教研，做好学校特色创建工作，是我不断努力前行的方向。

科学体育锻炼总结篇五

根据团中央的工作部署，经__团市委的推荐，__青年职业学院电子工程系团总支书记郭成月同志于20__年7月4日至今在我委挂职锻炼，任团县委副书记。

在挂职锻炼期间，该同志能认真学习党的路线、方针，认真实践重要思想，坚持立党为公、执政为民，认真履行职责，扎实开展工作，始终保持了思想上的先进性，工作上的主动性、创造性和实效性，较好地完成了各项工作任务。

一、加强学习，提高自身素质和工作能力。该同志坚持把学习作为提高自身素质和工作能力的重要途径。积极参加县党委中心组学习和“解放思想大讨论”活动，坚持利用业余时间自学，并注重深入基层，向群众学习，向实践学习。先后认真学习了陆昊同志在全团加强基层组织建设和基层工作电视电话会议上的讲话精神、党的xx大三中全会精神，政策理论水平 and 实际应用水平不断提高，工作预见性、系统性和创造性进一步增强，能够更加适应和担当起新形势、新任务的需要。

创新的思路抓重点、促全盘，分工的各项工作都取得了明显成效。该同志迅速走访全县17个乡镇和数十个行政村。和乡镇兼职团干部进行座谈，与乡镇党政领导交流，经过对兼职团干部培训后，对张鹏钢、何煜坤等7人发文为专职团干部，并对周家门前村等46个村子选配了团支部书记，切实加强了基层团组织力量。

3.8万元。

一致好评，希望郭成月同志在今后的工作中，继续发扬爱学习、能吃苦、肯钻研、求上进的作风，不断取得更大的成绩。

科学体育锻炼总结篇六

xx年假，我有幸成为众多参加暑期挂职锻炼活动的高校学生中的一员，在浦东，在自己的挂职岗位上度过这个难忘的夏天。挂职锻炼随着7月7日欢迎会的举行而启动，根据组织安排，我在浦东新区社会发展局教育处进行了为期一个半月的挂职锻炼。挂职学习期间，得益于教育处老师们热情帮助和指导，直接感受和体验了教育处领导和工作人员的敬业精神和良好作风，同时也有幸参与了一些具体的工作，各方面都得到了一定的锻炼。

这次实习很好地丰富了我的人生阅历，同时自己也能够珍惜机会、认真学习、静心观察、积极参与，无论在政治素质、思维方式，还是在知识积累、能力提高等方面都有了不少收获。更为难得的是，在这短暂的一个半月里，我和教育处的老师们结下了深厚的情谊，并在他们的身上看到了勤勤恳恳、一心为民的工作作风，感受到了他们忘我工作、无私奉献的精神面貌，也从他们那里学到了许多在学校里、在书本上学不到的工作经验和工作方法，受益匪浅。

初到教育处，我感到了很大压力，一方面是由于我所学的药学专业和教育处的工作内容相距甚远，另一方面是来自对机关工作的陌生感。然而，教育处老师们的理解与支持使我很快重拾了信心，我决心从小事做起、从头学起，争取在最短的时间里适应教育处的工作。

- 1、通过各种载体了解和学习各种文件精神，重点学习党和国家重大方针政策，特别是有关教育的相关文件。同时在教育处老师的推荐下，我利用业余时间认真阅读了《吕型伟教育文集》，受到了很多启发。

- 2、向教育处的全体成员学习。在教育处工作，有很多东西是以前所不曾遇到的，与大家共事，对转变我的思维方式和提高我的工作能力非常有效，特别是给了我很多指导、关心和

帮助的导师沈主任，他的领导才能、思维方式、敬业精神和事业心、责任感都给了我强有力的感染和指引。

3、学习局内文件和资料。挂职锻炼期间，我有机会接触到了有关教育工作方面的文件和资料，阅读局里、处里近阶段形成的政策性文件，了解了文件、政策出台的程序、依据等，使自己对教育政策的理解和把握有了全新的提高，增加了感性和理性认识。

4、参与调研活动，完成调研报告。通过各种渠道的学习，我对教育处的工作有了初步的认识，接下来的“成功教育的‘鲶鱼效应’”的调研活动更使我有机会将理论认识付诸于具体实践中去。从调研方案的确定，到调研活动的具体实施，再到调研报告的最终完成，每一个细节都倾注了我的汗水，也饱含着教育处老师们的关怀与帮助。

1、团队的合作精神。教育处是一个非常团结的集体，历年来之所以能取得那么多的成绩，与处内同志间的坦诚相待和通力合作是分不开的。在日常工作中表现出的这种团队协作精神，对我今后学习、工作的方式方法给了很好的启示。

2、在重视团队协作精神的同时，也要不断地提高个人的办事能力。独当一面是教育处每个同志的优秀品质，在人员缺少、工作繁重的背景下，他们的办事能力给了我非常深刻的印象，也让我坚定了面对复杂工作和局面的信心。