

# 最新地铁年度个人总结(优秀5篇)

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。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

## 地铁年度个人总结篇一

我有幸到xx和xx学习，在这x天的参观和学习中，老师们的精彩展示，不仅令那些学生们陶醉，而且对于正在语文教学路途上摸索前进的我来说，收获很多。以下是我的一些心得体会：

### 一、吃透教材是最根本的。

无论是低年级还是高年级，教师授课前首先要吃透教材。听完不同学校老师的课后，我认为他们对教材的把握都有独到之处，能够抓住重点施教。无论是教师的引导还是朗读，都能恰到好处的调动学生的学习热情，同时突出教学重点。

### 二、注重学习习惯的养成

如□xxx小学的老师，不仅教会学生学习，还很注重学习过程中良好习惯的养成。特别是上课时强调正确的坐姿，在课堂教学时注重学生正确的书写习惯，在学习中，该校的老师也介绍书写是需要全校长期坚持抓，并不是短期内可以出成果的工程，而且还要投入一定的资金(用于购买写字专业教学软件，这样教起来才规范)。

### 三、构建“高效课堂”，提高课堂效率

在xx小学的学习中，使我认识到高效课堂的内涵，就是最短的时间获得最大的效率。学校的老师对高效课堂有准确的把握和理解：优化课堂教学目标和要求，优化课堂教学内容，优化课堂教学过程。课堂教学围绕这三个方面把三维目标落到实处，使教学过程民主、科学，使学生知识和能力得到最大提高。

在xx小学的听课中，我发现他们的课堂是紧扣“高效课堂”理念，采用小组合作学习，促进学生进行自主学习，合作学习，探究学习。每个小组都有好、中、差各种学生，搭配学习，有利于后进生的日常学习，在教学过程中，课堂都分为自主学习、合作学习、探究学习、拓展训练几个板块，充分调动了学生学习的积极性，也切实锻炼了学生的能力。在课堂最后，有学生进行小结，梳理本课所学内容，加深学生的印象。教师也对学生知识掌握情况有了初步的掌握。尤其是在课堂环节采取教师少讲，给予学生更多时间和机会进行必要的合作和展示，使全班学生分享彼此的学习成果。

总之，在今后的教学中本着吃透教材，吃透学生，提升自身素质方面去努力，不断学习，博采众长，充分利用学习机会积累教学素养。

## 地铁年度个人总结篇二

何泰昕

随着气温转凉，一个月的轮岗培训也接近尾声了，现在想来有收获也有不舍。在大家开始轮岗的时候，我被分到了一个全新的单位，一个未知却又熟悉的单位，山西省社保局。作为社会保障专业的学生，在上学期期间和社保打过无数次交道，但是在社保局工作，这还是第一次，所以我格外珍惜这次机会。

山西省社保局坐落于迎泽大街和青年路交叉口，虽然位置不是很醒目，但是第一次去留给我的初印象是：繁忙，排着长队的“客户”和像上了发条一样的“柜员”。就这样，我开始了为期四周的轮岗培训生活。从开始简单的业务，如社保证明的`开具和盖章，对在职人员库内的信息修改做核查，打印退休人员具体信息表等工作到后来审核退休审批表、核算待遇。由易到难，由简到繁，我明白了熟能生巧的真正内涵。慢慢的，褪去了起初的不适应和新鲜感，虽然变的平淡了许多，却多了满足感和成就感。因为接触的业务多了就越发熟练，懂得更多，能帮师傅分担的也更多了。现在细细想来，这一个月领悟到了很多：

## 01

### 对于工作

看着大家办理业务，虽然我批不了退休算不了待遇，但是在审核的过程中我也学到了一些业务领域的知识。比如办业务的具体流程，审批退休时对于档案的要求，算待遇时考虑的视同缴费年限，修改出生日期和参加工作日期需要参考的资料等等。曾经出现在书本里和文件里的规定和术语就这样生动地呈现在我面前。通过接触各种单位、接收各类人员，我这枚业务小白对于评定也略懂一二了。通过不断地积累，从简单地打印缴费证明和退休人员参保证明，到审批在职和退休人员信息修改、在职死亡账户继承、丧葬费和抚恤金的审核、账户继承和人员修改的审批，再到审核批准人员转出、做退休待遇表，我都可以娴熟而准确地完成，理解了什么叫作熟能生巧。

## 02

### 对于态度

如果说在银行看到排队办业务的长龙，等号区的座无虚席，

这是习以为常，那么在社保局第一次见到拉着拉杆箱来办业务的专管员着实惊呆了我。直到越来越多的拉杆箱出现在我面前，我才知道原来“拉杆箱业务”早已成为惯例。我所在的科室是综合业务处，在编十来号人，但由于退休审批业务量大、工作重，所以大部分工作人员都调配到其他区域专门负责预约办理退休手续。所以我和李处长就成了二楼的常驻办事员。李处长的工作态度让我对于窗口人员大为改观，也让我对于本职工作有了更深刻的理解。在综合业务处的所有业务中，最复杂的就是批退休了，其次是待遇核算。往往一做就是一上午，一坐也是一上午。我们的上班时间是早八点，大批量工作基本九点以后才会到达，李处会专门腾出八点到九点这一个小时的时间来批退休，虽然自己更加辛苦，但却减少了专管员的等待时间，减轻了其他人员的工作负担。这种兢兢业业的工作态度着实打动了，让我对“干一行，干好一行”有了更深的领悟。

## 03

### 对于纪律和规则

社保局每天的工作时间是上午八点开始到十二点，下午三点到晚上六点。我每天到单位都会发现大部分领导已经到岗，开始了工作前的准备工作，甚至有些窗口都开始了业务办理工作，很少见到迟到的现象。起初让我诧异的是所有的科长、处长都在办理业务，相当于在做窗口工作，不像个“领导的样子”。这让我对于领导一词有了新的领悟，领导不就是引领和指导么，我们的办公人员不管是什么职务，对于单位的专管员来讲，不就恰恰是在起引领和指导的作用么。后来在与领导闲聊中，也说起过这个问题，为什么需要让领导者完成琐碎的业务工作，而没有做到人尽其才呢？现阶段我们的系统指令欠缺，没有把规则制度化，如果把诸如退休默认时间、视同缴费年限等信息做成程序编在系统内，那就会大幅度减轻窗口工作人员的业务量，让规定变为公式，同时做到将权力关在制度的笼子里，岂不一举多得？作为办理业务的

双方，都很期待这一天的到来。

在以后的工作中，不管处于何种岗位，我都要学会多思考，多反思。在遵章守纪的基础上，端正自己的工作态度，提升服务意识，不断提高业务能力，期待遇到更优秀的自己。

## 地铁年度个人总结篇三

作为一名执教于农村小学的教师，今年我很荣幸参加了xx市教育局组织的为期xx的市中小学骨干教师的培训活动，感觉真是受益匪浅，无论从哪个方面来说，对我们的教学和认识都有很大的提高。从网上的一场场不同风格名师的精彩讲座中，我们更进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，反思了以往工作中的不足。一些对教育教学工作很有见解的专家们以鲜活的实例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，使我的教育教学观念进一步得到更新。

以前培训也较多，对新课改也有一定的认识，但通过这次骨干教师的培训，我才发现自己的认识不系统、不全面。特别是xx教授的《有效课堂教学及评价》xx老师的《终身学习-读书教学相得益彰》xx教授的《教师的职业幸福》等给我留下了深刻的印象。让我认识到了只有努力，只有加强学习，才能做好一名教师。作为语文教师，不是只懂一些语文理论知识就行，我们要加强自身的文化修养，培养自身良好的人文精神，这样才能把自己的人文精神渗透到学生身上。而且语文教师还要学高为师，有较高的艺术鉴赏能力和艺术修养，只有这样我们才能引导学生发现教材、生活中的美，才能引导其去感受，去创造美。通过这次的培训，我有以下几点感悟：

一、教师要多读书，不断丰富自己的知识。

想给学生一滴水，教师就必须具备一桶水。专家们的讲座就充分印证了这句话。他们用渊博的科学文化知识旁征博引给

学员们讲述深奥的理论知识，讲得通俗易懂，让我们深受启发。那么在工作中，我们面对的是一群对知识充满渴求的孩子，将他们教育好是我们的责任和义务。这使我更体会到学习的重要性，只有不断的学习，不断的提升。不断加强修养才能胜任教育这项工作。

加强学习不仅仅只专业方面，要扩充到各个领域，不断的提升自身的修养和素质。教师应把学习贯彻在自己的教学实践中，将学习与实际教学结合起来，努力探索新的教育教学方法。在丰富自身专业知识的同时，广泛涉猎各种社会科学和自然科学知识，从而更好地适应教学的需要，通过总结经验，提高自身，向更完善的目标努力。还要充分利用现代信息通讯技术，不断扩大学习资源和学习空间，及时了解专业领域以及其他领域的最新发展动态，注重与其他教师和专家的合作探讨，教师要秉承终身学习和教育理念，以适应教育改革的浪潮。

## 二、提高思想认识，净化灵魂。

培训其实是一个反思、进步的过程，这十几年的教学生涯，让我已经慢慢倦怠，我已不知道从什么时候开始，自己变的除了爱抱怨，还是抱怨。抄不完的笔记，频繁的检查，刻薄的制度，一项又一项的任务以及家长的难缠，学生的愚笨，领导的不理解，等等。都是那么沉重，沉重的令人窒息。我早已像一台机器，不再有灵感。把教师当成了一种谋生的职业。对工作有的是厌倦之意，不平之心，黯淡之境。可通过这次的培训，走进教学大师们的心灵世界，感叹于他们思维的敏捷，语言的风趣丰满，独特的教育视角，健康乐观的人生观，丰富的教育经验……激起了我内心中的心弦，触及到我思想的深处，我一次次禁不住问自己我该怎样做？做什么样的教师？怎样做一名优秀的教师？与优秀老师、与教学大师相比，我自身不足很明显。这次培训，对于我来说是一次难忘的充电机会。不仅让我能以更宽阔的视野去看待我们的教育工作，学到了更多提高自身素质和教育教学水平的方法和捷

径。也明白了“爱”是教育永恒的主题，我们应该怎样更好地去爱我们的学生，怎样让我们的学生在更好的环境下健康的成长。更懂得只要我们教师是一个幸福并快乐着工作的人，才会让学生感受到幸福并快乐，才能培养出更多的社会需要的幸福并快乐的人。

### 三、加深反思，提高自身教育教学水平。

通过培训，我认识到了反思的作用，知道一位优秀教师的成长一定离不开反思。反思让我认识了自身在教育教学上的不足，反思也让我认识到了怎样才能做好一名教师。好的语文教师是一座桥。是学生与学生，学生与课本，学生与社会之间的桥。在教学中，教材是语文知识的载体，学生是获取语文知识的主体。教师的任务是如何能让学生从教材中获取知识，并把这些知识迁移，运用到自身发展中去，教师这座桥就是为学生走进教材，与教材交流，汲取知识养分而铺设的一条通道。我们的任务就是解决学生与教材交流时出现的障碍和引导学生怎样更好理解教材，运用好教材。我们不能把我们对教材的认识强加给学生，而是要给学生发挥的余地。同时也要承认学生对教材理解的差异性，总之，教师要扮演好桥的角色，就是让教师不要越权代替学生思考代替作者言论。要让学生充分发挥自己的能力，与教材交流。也就是说，教师应该是学生与教材联系的纽带。在课堂上，教师应该作为引导者出现，而不是主导者。那么，教师如何能扮演好桥的角色呢？在参加了市小学语文骨干教师培训班，认真聆听了专家的先进理念，聆听了许多特级教师优秀教师的课堂教学艺术后，我想，首先，要提起学生对教材的兴趣，因为兴趣是学习的首要条件。只有激起了学生学习的兴趣，才能激发学生的学习动机，才能提高学生的学习成绩。否则，桥就搭不成，或者就是桥搭成了学生也不愿意通过。这一点我认为应从减轻学生阅读时的心理压力，提高学生感悟上入手，要让学生感受到阅读教材是一种享受，而不是沉重的负担。教材是砖，要用来引玉，而不是作为单纯的任务来完成。所以语文教师在教学时不要让学生感到阅读就是为了回答问题和做

“条块”式的分析，而要他感到阅读是为了感受一种美。其次，我们要设计好教材，充分挖掘教材中学生发现不了或感受不到的艺术美和思想美，使学生感到教材不仅是知识的载体而是艺术，思想的结晶，要让学生萌发从教材中感受到这些东西的欲望，最后我们在教学中重点教给学生理解教材的方法，让学生运用这种方法获取他们需要的新知识并加以运用，以达到叶圣陶先生所说的：“教是为了不教”的终极目标。

美国著名教育心理学家波斯纳提出了一个教师成长公式：成长=经验+反思。如果一个教师仅仅满足获得经验而不对经验进行深入的思考，他将永远不会上升到一定的理论高度，更谈不上成为教育专家。我们当然不必要人人都能成为教育专家，但时时反思自己的教学，将自己的教学经验成功地记录下来，对我们年轻教师来说，都是一种宝贵的经验，都是一种不可估量的财富。

## 地铁年度个人总结篇四

20xx年x月x日至x日，在xx教育局的精心组织安排下，我们一行xx人从xx二中出发奔赴xx市教育名市--进行了为期三天的学习。在这短短的几天时间里，我们先后在xxx小学□xxx学校初中部□xx学校□xx小学几所学校进行了参观学习。期间观摩了课堂教学并与授课教师交流互动，听了学校领导的专题讲座，每天学习结束后。我感慨万分!我很庆幸自己能在这次活动中接受实实在在的教育，这当然与学校领导的精心安排是分不开的。可以说这是一个终身难忘的学习机会。下面我分以下几部分来对自己的外出学习进行总结：

### 一、我的学习经历

我深知这次机会难得。因此在学习过程中始终都是全身心的投入，丝毫不敢懈怠。争取让自己能在有限的学习时间内学



到更多的先进经验，感悟同行对体育教育事业的完全认同和献身精神。因此，在外出听课的时间里，我除了参加听课学习以外，积极地向其他优秀教师学习和认真听讲专家报告，汲取教师深厚知识和扎实教师的基本功。

通过这种高水平的观摩课和常规的教学听课，更加引起我的思考，进而通过和同行的方方面面的对比找到自己的不足。因此，在学习期间我尽可能的利用时机，多听、多看、多问、多思，并与其他体育教师一起进行交流，不放过一丝的学习机会。

## 二、我的学习体会

通过这次的听课与学习，我从体育课的各个方面与优秀教师，和刚上岗的年轻老师进行对比，发现还是存在着一定的差距的。主要体现在：这些优秀教师的基本功扎实，在课堂上的言一行，都充分的反应出其扎实基本功的。课前准备充分，每一个讲课教师都真正的做到了课前备教材、备学生。不论从教材内容的选择、还是课得设计，以及根据学生的实际情况来安排活动内容上都做了精心的设计与准备。这是我以往所不能做到的。在课堂教学中融入情景教学，使课堂教学中始终贯穿一条主线，环环相扣，组织紧密。课堂的组织结构合理。课堂评价的艺术性，在体育课上，教师多以鼓励与表扬为主，并对学生进行正确的评价。有一堂课，学生进行分组比赛，比赛结束后教师对最后一名的评价是不甘落后组，对第二名的评价是奋勇拼搏组。评价恰如其分，保护了学生的自尊心。在课堂上应付自如，成熟、老练，特别哨声吹得特别好，课堂常规抓比较严。学生常规工作有序，而且非常有教养，有一堂课新老老师刚好折射我们年轻老师容易犯的问题，教学组织变换，语言表达缺少没有达到精讲多练，学生练习强度不够等等，都引起我们深思，正好也是我吸取教训的经验。

## 三、我的学后反思

“生命是一条河，需要流动，需要吸纳”。教师有了丰富的文化底蕴，教育教学活动才会有底气。此次的学习，让我找到了明确的努力目标。

在今后的教学中我要脚踏实地，实实在在结合自己学校和学生的情况，备好每一节课、更要上好每一节课，使自己真正成为一名称职的体育教师。

## 地铁年度个人总结篇五

随着气温转凉，一个月的轮岗培训也接近尾声了，现在想来有收获也有不舍。在大家开始轮岗的时候，我被分到了一个全新的单位，一个未知却又熟悉的单位，山西省社保局。作为社会保障专业的学生，在上学期期间和社保打过无数次交道，但是在社保局工作，这还是第一次，所以我格外珍惜这次机会。

山西省社保局坐落于迎泽大街和青年路交叉口，虽然位置不是很醒目，但是第一次去留给我的初印象是：繁忙，排着长队的“客户”和像上了发条一样的“柜员”。就这样，我开始了为期四周的轮岗培训生活。从开始简单的业务，如社保证明的开具和盖章，对在职人员库内的信息修改做核查，打印退休人员具体信息表等工作到后来审核退休审批表、核算待遇。由易到难，由简到繁，我明白了熟能生巧的真正内涵。慢慢的，褪去了起初的不适应和新鲜感，虽然变的平淡了许多，却多了满足感和成就感。因为接触的业务多了就越发熟练，懂得更多，能帮师傅分担的也更多了。现在细细想来，这一个月领悟到了很多：

### 01

对于工作

看着大家办理业务，虽然我批不了退休算不了待遇，但是在审核的过程中我也学到了一些业务领域的知识。比如办业务的具体流程，审批退休时对于档案的要求，算待遇时考虑的视同缴费年限，修改出生日期和参加工作日期需要参考的资料等等。曾经出现在书本里和文件里的规定和术语就这样生动地呈现在我面前。通过接触各种单位、接收各类人员，我这枚业务小白对于评定也略懂一二了。通过不断地积累，从简单地打印缴费证明和退休人员参保证明，到审批在职和退休人员信息修改、在职死亡账户继承、丧葬费和抚恤金的审核、账户继承和人员修改的审批，再到审核批准人员转出、做退休待遇表，我都可以娴熟而准确地完成，理解了什么叫做熟能生巧。

## 02

### 对于态度

如果说在银行看到排队办业务的长龙，等号区的座无虚席，这是习以为常，那么在社保局第一次见到拉着拉杆箱来办业务的专管员着实惊呆了我。直到越来越多的拉杆箱出现在我面前，我才知道原来“拉杆箱业务”早已成为惯例。我所处的科室是综合业务处，在编十来号人，但由于退休审批业务量大、工作重，所以大部分工作人员都调配到其他区域专门负责预约办理退休手续。所以我和李处长就成了二楼的常驻办事员。李处长的工作态度让我对于窗口人员大为改观，也让我对于本职工作有了更深刻的理解。在综合业务处的所有业务中，最复杂的就是批退休了，其次是待遇核算。往往一做就是一上午，一坐也是一上午。我们的上班时间是早八点，大批量工作基本九点以后才会到达，李处会专门腾出八点到九点这一个小时的时间来批退休，虽然自己更加辛苦，但却减少了专管员的等待时间，减轻了其他人员的工作负担。这种兢兢业业的工作态度着实打动了，让我对“干一行，干好一行”有了更深的领悟。

## 对于纪律和规则

社保局每天的工作时间是上午八点开始到十二点，下午三点到晚上六点。我每天到单位都会发现大部分领导已经到岗，开始了工作前的准备工作，甚至有些窗口都开始了业务办理工作，很少见到迟到的现象。起初让我诧异的是所有的科长、处长都在办理业务，相当于在做窗口工作，不像个“领导的样子”。这让我对于领导一词有了新的领悟，领导不就是引领和指导么，我们的办公人员不管是什么职务，对于单位的专管员来讲，不就恰恰是在起引领和指导的作用么。后来在与领导闲聊中，也说起过这个问题，为什么需要让领导者完成琐碎的业务工作，而没有做到人尽其才呢？现阶段我们的系统指令欠缺，没有把规则制度化，如果把诸如退休默认时间、视同缴费年限等信息做成程序编在系统内，那就会大幅度减轻窗口工作人员的业务量，让规定变为公式，同时做到将权力关在制度的笼子里，岂不一举多得？作为办理业务的双方，都很期待这一天的到来。

在以后的工作中，不管处于何种岗位，我都要学会多思考，多反思。在遵章守纪的基础上，端正自己的工作态度，提升服务意识，不断提高业务能力，期待遇到更优秀的自己。