

# 最新团队合作个人总结与自我评价(汇总8篇)

学期总结是在一个学期结束后对自己在学习和生活方面的表现进行总结和回顾的一种重要方式，它有助于我们了解自己的不足和进步，为下一个学期做好准备。下面是一些考试总结的例文，希望对大家的写作能有所帮助。

## 团队合作个人总结与自我评价篇一

这个学期有好几门课程都需要做大作业，4、5个同学组一个队共同完成一个题目的设计和开发，大家一起讨论题目的要求、要实现的目标，以及如何实现，分工合作每个人完成其中一部分任务，在合作的过程中我们也体会了如何进行团队合作，同时培养了团队合作精神，对团队合作也有了一些认识。

美好的愿景是团队组建的基础；明确的目标是团队成功的基础；团结协作则是团队成功的关键。提高效率，尽快完成团队的目标是任何一个团队所追求的。知识是生产力，是提高效率的重要手段。而经验是知识的有机组成部分，也可以通过有意识的学习获得。

团队的阻力来自于成员之间的不信任和非正常干扰。尤其在困难时期，这种不信任以及非正常干扰的力量更会被放大。因此，在团队运作时，建立一个和谐的环境非常重要。

相互指责只会使问题更加严重。对问题的解决没有丝毫的作用。

一个团队里，具有专业素质的人非常关键。但是一个团队的运作，需要的是各种类型的人才，如何搭配各类人才，是团队管理要解决的重大问题。

吃一堑，长一智，及时总结经验教训，并通过合适的方法将其与团队内的所有成员共同分享，是团队走出困境，走向成功的很好做法。

分工有利于提高效率，但分工会使得团队成员知识单一。在一个团队里，不能够让核心技术掌握在一个人手里。应通过科学的体制和方法对核心知识进行管理。

通过对团队的有效管理，团队的目标终将实现。

## 团队合作个人总结与自我评价篇二

单位组织了幼儿园全体教职员工参加拓展训练，带着喜悦的心情一大早我们来到了拓展基地，参加这一天的拓展训练。经由队员们的信任我被选为队长，我们队员集思广益，我们的队名最后敲定为“东方魅力队”。

作为队长就要担负责任，很快我就体会到了，我体会到了作为领导者应冷静思考，不要盲从、应合理计划、严密组织才能取胜。我们挑战了“穿越电网”，经教练讲解完规则后，我们制定了方案。通过教练总结，我意识到我们分析的还不到位，方法没有完全掌握，我们有时会遇到“瓶颈”，但只会一味走老路不去回头想一想，导致事情被搁置，岂不知，换个角度换个思维也许会成功的。

在工作中我们不能不反思自己：有多少事情失败在我们的沟通渠道？又有多少创意因沟通的堵塞而夭折？通过拓展训练，我会在如下方面去提高自我：认识自身潜能，增强自信心，改善自身形象；克服心理惰性，磨练战胜困难的毅力；启发想象力与创造力，提高解决问题的能力；认识群体的作用，认识有效沟通的重要性，提高对资源有效利用的认识，增进对集体的参与意识与责任心；改善人际关系，学会关心、懂得珍惜、感恩，更为融洽地与群体合作；学会欣赏、关注他人和快乐地工作、生活。

挑战信任被摔以及八米的高空断桥我们一步步挑战自我，让我体验了团结的力量，同时也对信任、鼓励、支持、合作有了更深的认识。让我知道了遇到困难时，要勇往直前，就像教练所说的：断桥一小步，成功一大步。

## 团队合作个人总结与自我评价篇三

10月21日，这一天天气晴朗，我们学校组织我们在湖南力点拓展拓展训练基地开展为期一天的幼儿园教师团队户外拓展训练，合作单位是我们的老朋友湖南力点拓展。

这一天一大早，拓展培训师就来到了我们公司楼下，接我们到拓展基地，到了基地后，整个一天的主培训师唐老师迎接我们，带着我们开展一天的拓展培训项目，整个一天的活动非常顺利，也让我收获非常大。

上午的呼吸的力量拓展项目，教练给我们每个小组都会发道具和图纸，其中图纸只能我们队长知道内容，然后我们所有的操作是要根据队长的指示进行，通过这个项目让我明白了沟通的重要性，只有队长知道图纸内容，那么如何把这个信息有效的传达下去是非常重要的，另外执行力也是非常重要的，队长把信息传达下去后，一定要马上执行，如果发现方向有错误，要马上进行调整。

下午的幼儿园教师团队户外拓展训练项目是撕名牌和珠行万里，撕名牌是源自奔跑吧兄弟节目，现在是比较受欢迎的娱乐项目，因为平常幼儿园小孩都是最调皮的时候，幼儿园教师在工作中难免会有些小情绪，而撕名牌可以让大家在工作之余得到放松，珠行万里拓展项目的规则是教练会把每个队伍发一个气球和相同数量的半圆形pvc管，需要用pvc管依次拼接，把气球安全的传送到终点，通过这个项目让我明白了细节的重要性，一旦一个细节没做好，那么任务就完不成，我们作为幼儿园老师也是一样的，对待小孩子一定要考虑周全，一个细节没注意好，那么影响也是非常大的。

这一天的幼儿园教师团队户外拓展训练虽然结束了，但是这份收获会对我以后的教学生涯会起到促进作用，很感谢学校给予这次机会，更感谢湖南力点拓展教练团队的付出，谢谢你们！

## 团队合作个人总结与自我评价篇四

5月19日，学校组织我们去北京拓展训练基地进行团队拓展训练。那一天，天公作美没有下雨，让我们的团建活动可以顺利进行。由于前一天我们已经进行了分组，所以今天我们就直接按自己的小组来进行团建活动。

团建活动一开始我们面临的难题就是如何到达团建活动地点，因为风云际拓展教练说不能自己开车去，所以我们全组队员都早早的来学校集合，然后去路上拦车，还真的被我们拦到了车但只能带我们到黄田畈那边，所以只能到了那边再想办法去我们的目的地。经过各种曲折我们终于到了目的地，而且很意外的我们是第一组到达的，所以内心的激动是不言而喻的。

很快其他队员都陆陆续续的到达了目的地，我们就开始一天的拓展活动，其实我真心的觉得我们的队伍真是一个非常棒的队伍，因为我们每个人都在为我们的队伍的荣誉而战。给我印象最深的是在拓展游戏环节，由于刚开始没什么默契，拓展游戏的第一局我们是最后一名，积累了上一次游戏的经验，我们信心满满的开始了第二局，但是由于我们队员没有遵守规则，我们被惩罚了而且要求延迟10秒开始游戏，对我们所有的队员来说都是不小的打击，大家都很沮丧，但我们没有气馁，继续完成拓展游戏，意想不到的是我们得了第二名。第三局拓展游戏开始了，也是最关键的一局，我们队员之间的默契也多了，而且我们宝宝队的队员都非常聪明，想到了好办法，我们拓展游戏的第三局很快就赢了，当时我们真的是非常开心，真正的体会到了成功的喜悦。

在接下来的团建活动中我们的默契越来越好，也觉得越来越顺利，尤其是下午的活动我们宝宝队是第一个完成，而且完成的很好，我们当时都非常开心。很快我们就来到了最后一项活动的活动地，开始我们此次拓展训练的最后一项活动。这最后一个活动也是让我们最印象深刻的活动，这个活动让我们知道了我们中天是一个大家庭，我们每个人都要齐心协力的去为我们的集体做事，每个人都竭尽全力的去付出，一定会得到我们想要的结果。

对于最后一个拓展活动环节，其实当时我们无论是心理还是生理上都受到了极大的挑战，尤其是心理最后我们每个人都觉得很崩溃，当看到伙伴为我自己做的事情去承担，心里真的非常难受，我们其实很想自己去承担一切后果，其实我们也需要这种自己去承担，或者大家一起去承担也是非常必要的，其实可能教练设计这一环节是很好的，但是实施的过程中不应该给我们这么大的压力，其实我们每个人心里都知道的，也都非常难受，也在自责，但是教练的话让我们更加加深了我们的自责和深深的罪恶感，以至于后来大家情绪都是崩溃的。

但整体来讲这次拓展活动还是很好的，加深了同事之间的相互了解，也更能理解大家，我想我们会在以后的工作中也会深深的记住这次拓展活动中的感动和收获，让我们大家共同努力创造我们国际幼儿园的辉煌明天。

## **团队合作个人总结与自我评价篇五**

为了提高我校幼儿园教师的业务能力和教学水平，20\_年8月23日，在井校长和杨园长的带领下，我们来到调兵山实验幼儿园、开原市中心幼儿园和铁岭中日友好幼儿园参观学习。每到一处幼儿园，都会感受到一股浓厚的儿童化气息，每所幼儿园都有一支充满爱心、朝气蓬勃的教师队伍，通过观察、交流，都能感受到他们团结、进取、敬业、乐业的精神。通过这次学习，我感到受益匪浅。

首先参观了调兵山实验幼儿园。整个幼儿园的环境设计和局部的装饰都体现出一种理念性、设计感，走廊上美工作品的展示，不仅布局美观、丰富，而且幼儿作品形式多样，感觉孩子们都是小小艺术家，作品中体现出孩子们的童真和欢乐情绪，很有感染力。

接下来参观了开原市中心幼儿园。当踏入开原市中心幼儿园的大门时，就被它那幽雅宜人的环境深深吸引，小菜园、果园、瀑布、通幽小径，小桥流水的花园式环境让人看了温馨又具有诗意。这是这所幼儿园给我的第一印象，充实而又精致。接着开原市中心幼儿园的园长带我们一一参观了社会体验室、大型构建室、美术创意室、艺术表现室、乐感体验室等九个功能活动室，每个专用活动室的装饰都具有各自的风格，让人感觉是进入了一个个童话世界里，而且每个活动室的装饰都能凸显设计者对细节的考虑。将生活中的东西还原到幼儿的课堂教学中，让幼儿在玩中增长知识，提高幼儿的动手动脑能力。

最后参观了铁岭市中日友好幼儿园。这所幼儿园的环境创设丰富多彩，教学楼内的走廊和各班级的环境创设各有千秋，展现在我们面前的全是孩子的作品，孩子真正成为了环境的主人。各个活动室所有的摆设都是那么适合孩子，从各个角度考虑，为孩子设置的环境非常全面，有锻炼孩子自理能力的值日生，有培养孩子爱心的动、植物角，植物角特别丰富，有各种花卉、孩子种植的农作物和大蒜等。通过让幼儿种植、观察、管理等培养幼儿积极学习的态度和主动探索的精神。

通过这次参观学习，让我们开阔了眼界，学到了很多。同时使我们不断思考如何使环境创设更加贴近于生活、贴近于孩子，以孩子为出发点，让孩子成为环境的主人，并让幼儿充分有效的感知，自主地参与，共同进行再创作。让幼儿多动手动脑，按照科学的原则来创设班级环境，发挥环境对幼儿的影响和促进幼儿发展的教育价值。

## 团队合作个人总结与自我评价篇六

通过这次学习的关于“教师团队打造”学习的内容，使我感触很深，受益匪浅，对自己的人生价值、工作内容、同事间的协助精神和对工作的责任感等方面都有进一步的提高。我就参加这次学习谈点自己粗浅的体会。这次学习了很多优秀教师的讲课，让我学到了不少的知识。作为一名领导，要获得领导力，获得领导力的三大关键是：

- 1、跟我来，具有指明方向、确定远景和战略。
- 2、看我的，具有以身作则，起到榜样的作用。

在如何打造一支优秀的团队呢？毅恒老师给我们抛出了一个问题：信念和方法两者之间你们认为哪一个重要？毅恒老师并没有给出答案，而是让学员们各抒己见，接着通过游戏的形式让学员们通过游戏来判断哪个更重要？游戏规则：所有学员依次按顺序从a点，每个人都要用不同的动作到达b点，动作重复的要重新回到起点重新开始直到最后一个到达终点，计时停止。这其实只是热身活动，接下来就是挑战性的，同样是刚才的游戏，现在要设定一个时间，比第一次的时间要短，而且时间要具有挑战性。所有的学员必须在设定的时间内全部通过并且不能重复刚刚的动作。听到这里，学员们都觉得不可能完成这个任务。一个团队83人，该由谁组织，如何组织才能让队伍顺利的通过达到我们的目标呢？一个优秀的团队，首先得有一名优秀的领导者，团队凝聚，领导是关键，领导要具有较强的执行力，执行力是团队的核心；其次是凝聚力，凝聚力是团队的力量，团队只有心在一起了，凝聚在一起了，才能够顺利的去完成所要达到的目标。如果人心不聚，像一盘散沙一样，那你永远都不可能到达终点；最后是信任度。信任度是团队的灵魂，相互信任是一个组织最坚实的基础，是建构幼儿园团队的首要前提。相互信任对于组织中每一成员的影响极大，它既增加了教职工对组织的情感、认可，又能给教职工一种安全感，使其树立起主人翁

的意识，把幼儿园当成自己的家，在一个团队的领导中，领导者只有信任自己的团队，是团队凝聚在一起，这个团队才会坚持下去，团队凝聚了，信念统一了，才能更好地走下去。信念只有一个，而方法是多种多样的，只要信念坚定，再困难的问题也能解决。

培训虽然结束了，但是它带给我们的是从未有过的震撼。让我体会到了“没有完美的个人，但是可以有完美的团队”，我相信每一个人都从培训中得到或多或少的启发，但我们是否真正把培训中的精神运用到实际工作中去，能真正把在培训中得到的启示运用到生活的困难当中，还需要一个更长的磨练过程。但我相信，多一点坚持，多一份自信，就会多一次成功！

## 团队合作个人总结与自我评价篇七

3月18日，我们长沟中心校的全体中青年教师，在中心校领导的组织下，在大兴古桑园拓展训练基地进行了为期一天的拓展训练。一天的时间虽然非常短暂，但在训练中我们所表现出来的斗志和意志，通过训练所收获到的感悟和体会，却会持续影响着我们每个人以后的工作和学习。

没有完美的个人，但可以有完美的团队是我此行最大的收获。拓展训练不同于一般的课堂教学，它是一种体验式的教学训练，拓展训练的最大目的是：培养团队精神和整体意识，改善人际关系，了解沟通的重要作用。通过基地教练组织的一系列活动，就我个人而言，我自己有以下一些深刻的体会：

第一，挑战自我，战胜自我。

在进行的拓展项目中，有一项叫高空断桥，大家在安保措施的保护下，要跨越在平地上轻而易举能跨越的宽度。但因为在高空，所以每个人都产生了或多或少的恐惧感，我们要做的就是挑战自己的恐惧感，跨越这一小步。在人生中，我



们也会遇到很多近在眼前的机遇，只要我们挑战自我，勇敢的跨出这一小步，那么我们就能够将属于自己的机会牢牢抓住。

第二，无论做什么事情之前都要有明确的目标。

拓展训练的每个项目都有明确的目标，团队所有的策划和执行都是为了完成目标。在以后的工作和生活中，我们遇到的目标也许并不具体，成功的标准也是众说不一，但是我相信只要目标是积极的，可以使自己进步成长，我们就可以并且应该为了这个目标倾尽全力。

第三，做事要有周详的计划和正确的方法。

在每项项目进行之前，我们的队员在教练讲清楚规则后，都会自发的聚到一块商量怎样做才能最好最快的完成。一个好的计划和决策可以使工作实施起来事半功倍，也可以使工作有步骤的进行，因此在进行任何一项工作前，我觉得只要条件允许都应该对该工作的实施计划进行论证，以减少在实施过程中出现的偏差和失误。而在这一论证过程中，必不可少是团队成员的群策群力，鼎力相助。这样最终成型的方案是集体智慧的结晶，是大家共同努力的成果，这样制定出的方案才能使团队每个人在工作中都能按计划办事，工作才能顺利圆满的完成。

第四，团队精神和整体意识在工作中的推广。

团队合作精神在于信任、合作和奉献，强调的是同甘共苦、共同发展、配置合理、配合默契和工作中的互相帮助。信任是团队精神的基础，失去了信任，团队成员就无法合作，更不用说奉献了。而合作和奉献是团队合作的必要条件，所有的队员要紧密合作，无私奉献才能保证工作的圆满完成。团队合作中如果没有这些因素，任何工作目标也是无法完成的。

第五，有力的领导。

在制定计划和实施的过程中，团队中成员为了目标的完成各抒己见，群策群力。但是也会出现为了坚持自己的观点而争执不下，这时候就需要团队的领导来决策，他的决策能使团队以一个声音说话，以相同步调行动，团队合作的过程中必须只能有一个指令来调配。所以有力领导也是任务能够贯彻落实的有力保障。

在仅仅一天的素质拓展训练时间中，天气也仿佛在刻意的给我们的活动增加难度，早晨还是晴空万里，下午就刮起了寒风，但是再恶劣的天气也挡不住我们青春的呐喊，我们在这一天中所表现出来的斗志昂扬的气势和强烈的团队荣誉感，使我们感受到了集体力量的伟大。

在一天的拓展训练活动结束后，我们即将出现在自己人生的第一个工作岗位上，我们一定会把自己在团队活动中所体验到的学习精神、坚持精神、尝试精神还有伟大的团队精神，应用在我们即将工作的岗位上，运用到我们将来的工作中，一起去开创我镇教育事业的新篇章，去谱写自己人生的新篇章。

## 团队合作个人总结与自我评价篇八

一、培训内容丰富，学习卓有成效本学期，我们组织师范附小松北校区全体一线教师参加培训，以学科论坛、交流研讨、岗位实践等活动为载体，通过专业理念与师德的学习、专业知识与能力提升、主题活与岗位实践三个维度的同时培训，强化了教师师德的修炼，丰富了理论知识、开阔了教育视野，掌握了新的教学技能，从整体上促进了教师教学能力的提升。

二、加强学习意识，提升教师思考能力在远程通识培训的过程中，我们还注重组织教师开展新课程、新理念的培训，积极创造机会让老师出去学习参观，校区教师参加省市级培训3人，参加区里培训30余人次，根据学期初指定的规划，开展新课程、新技术的全员培训，切实使教师树立正确的教育观

念，培养良好的职业道德，不断完善教师的知识结构，把握课程改革和教学改革的最新动态。

三、施行分科培训，指导更具针对性为有的放矢地进行培训工作，我们结合教师的不同岗位，分学科进行了培训活动。如：针对班主任教师的培训——“良好的教学秩序与良好学风的培养；针对英语教师的培训——“故事教学在课堂中的作用”；针对音体美教师的培训——“艺体2+1的展现”等等，使教师学有专长，使培训工作再上一个台阶。

四、召开培训例会，培训学习常规化学校开展每周一次的培训例会。例会内容丰富多彩，如：总结完成培训任务情况；布置下一阶段培训重点；优秀教师介绍经验；电教老师做网络应用技术指导；培训教师交流会，等等，不断地引导、督促教师参加远程通识培训，高质量地完成各项培训任务。

五、建立有效机制，确保培训实效在培训活动中，为提高教师的参与度和积极性，保证学习效果，学校商议建立了有效的研培机制。如：评选网上学习优秀教师、优秀作业展、培训成绩记入学期末教师考核、教师作业校领导初审方案、建立“校园网”“qq群”、“微信群”等网络培训专用平台，及时发布、反馈信息。

可以说，一个学期的培训工作取得了较好的效果。通过本次学习活动，我们认识到：远程培训为我们教师创造良好的学习机会，提供了优越的学习条件。在培训期间，教师们积极学习，认真聆听专家讲座，学习教学相关策略，并进行课堂教学实践，用心去领悟教育理论观点，老师们感受着新课程理念的和风，沐浴着新课程改革的阳光，拓展了教育视野，提升了教研能力。在今后的工作中，我们将坚持培训与教研、培训与教改相结合，集中研修与分散研修相结合，努力打造一支良好的教师队伍。