

# 2023年成长计划和总结初中初三(通用5篇)

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

## 成长计划和总结初中初三篇一

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

日子在弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。工作总结是为了我们的工作能够做得更好，我们的能力有所提高而要求撰写的，下面小编给大家带来个人成长计划总结，希望大家喜欢!

### 个人成长计划总结篇1

#### 一、自我分析

兴趣爱好：打羽毛球，看书，包括历史类的书、哲学类的，还有小说，听音乐，下棋，画画，做点手工艺品，设计标签，尤其喜欢幻想。

性格：有时超喜欢说话，有时又极不喜欢说话，属于处在内向与外向边缘的人，不管做什事都喜欢自己一个人完成，不喜欢拖拖拉拉，更不喜欢麻烦别人，我认为与人合作是件很浪费时间的事，我有足够的能力把每件事都做好，也许是自信到了有点自恋的地步；为人乐观，积极，喜欢凑热闹，做事很认真，考虑全面，动手能力强，学习成绩一般。

能力：隐约觉得自己有策划活动的潜力，因为我是一个思考很全面的人，做事总能快速的想到它的前因后果，以及习惯性的思考它的未来发展的动向。

劣势盘点：平日里有些懒散，容易懈怠，不喜欢听取别人的意见，与人沟通的能力略差。

## 二、职业分析

### 1. 家庭环境分析：

任何人的性格和品质的形成及个人的成长都离不开家庭环境的影响，大学生在进行职业生涯规划时，考虑更多的是家庭的经济状况、家人期望、家族文化等因素对本人的影响。个人职业发展规划的确立，总是同自身的成长经历和家庭环境相关联的。个人在成长过程中，在不同时期也会根据自己的成长经历和所受教育的情况，不断修正、调整，并最终确立职业理想和职业计划。正确而全面地评估家庭情况才能有针对性地设计适合自己的职业规划。

我家在农村，我家有五口人，仅靠父母耕种三亩田地维持生活，弟弟和我都在读书。家庭很贫困，而且负担很重。我爷爷是文盲，父亲是高中毕业生，母亲是初中生。亲戚们的经济状况也都不好。所以，现在家庭不能够提供给我更多的帮助，我只有靠自己了。为了减轻父母的负担，我特意向学院申请了勤工俭学工作。我充分利用课余时间去做这些工作，为自己挣一部分生活费，同时也充分锻炼了能力。家庭经济能力仅能维持正常的生活，我的学习费用为全额贷款。我的父母亲的工作不够稳定，所以经济收入不稳定。家庭文化氛围一般，姐姐从医，妹妹钢琴弹得不错，父母亲均未完成九年义务教育，但支持我们最低完成大学教程。

### 2. 学校环境分析：

我就读于广东药学院，生活环境一般，教学设施齐全，且比较先进，教学水平也较先进，计算机科学与技术虽不是全校的学科，但专业课的科目开设受到一致好评，毕业的就业率百分百；教学质量高，师资雄厚，总的来说，整体教学还是在不错的。

### 3. 社会环境分析：

对社会环境因素的了解主要包括以下几个方面：1. 社会政策，主要是人事政策和劳动政策；2. 社会变迁，比如知识经济和信息化社会的发展，就会对人的职业生涯发展产生较大的影响；3. 社会价值观，价值观会随着社会的不断发展和进步而发生不同程度的变化，从而会影响社会对人的认识和对职业的要求；4. 科学技术的发展，科技的发展会带来理论的更新、观念的转变、思维的变革、技能的补充等，而这些都是职业生涯规划中不可或缺的要害。

我国人才的竞争日趋激烈，大学生就业难、失业率居高不下等等，都使我们的就业环境看起来不容乐观，而现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，有些地域还存在性别歧视，女性就业前景不是很好。不过，政府愈来愈重视预防专业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

### 4. 职业环境分析：

### 5. 行业环境分析：

所谓行业环境分析包括对目前所从事行业和将来想从事的目标行业的分析。分析内容包括行业的发展状况、国际国内重大事件对该行业的影响、目前行业优势与问题何在、行业发展趋势如何等。

将来我希望进cdc工作。预防医学目前还处于幼童期，不够壮

大;但就业范围比较广,现在的医药、食品、卫生等方面均可,容易找工作,只是待遇不高,且国内此类高端人才及技术缺乏;不过经历非典、禽流感、甲流及此时正猖獗的麻疹(年年猖獗)后,国家越来越重视预防,正提倡培养该方面人才,全国各地都逐渐设立有cdc;现在自己多考些证,以更易游刃于上述就业范围。

## 6. 专业就业前景分析

我所学的是电信工程及管理。与本专业就业领域相关联的行业在近年来借助市场经济的搞活和对外开放程度的加深,也获得了飞速发展。民航、铁路、金融、通信系统、税务、海关等部门的自动化程度越来越高,科研院所、高科技公司也借助强大的人才优势,发展迅猛。未来随着计算机科学与技术应用领域的日益拓展,对这一专业人才的需求将会不断增加,计算机科学与技术专业的毕业生也将借助这一技术的广泛应用而在社会生活的各个领域、经济发展的各个环节找到发挥自己专长的理想位置。虽然现在的电信工程及管理专业就业形势较为理想,但是如果在专业课程上没有很过硬的技术,就很难找到一个满意的工作。

由于对技术的要求较高,而在大学本科阶段有很多东西都学不到,所以我要考研,考本专业的研究生,继续深造,争取能够在对口专业找到一个工作。虽然,学习计算机科学与技术专业比较困难,但是如果坚定了信念,并努力把它学好,应该没有什么做不到的事情。“既然选择了远方,便只顾风雨兼程”,在今后的几年里,我也要努力的学习计算机科学与技术专业就业时所要求的职业技能,争取能够在四年里有社会实践的机会,在实践中找到培养自己的专业技能。

## 个人成长计划总结篇2

### 一、前言

进入大学的那一刻起，我们的生活目标就由为充斥着激情梦想的六月拼搏变成了为自己未来的职业储备足够的理论知识和实践经验。然而，丰富多彩的大学生活与家长老师的约束力的改变，往往会让初入象牙塔的我们迷失方向，大学生生活过的浑浑噩噩，以致在四年后走出校门是茫然不知所措。

通过这一学期学习周老师的职业生涯规划课程，我对于职业生涯规划的意义有了更加深刻的理解。

首先，“没有目标的船永远不能到达成功的彼岸，”职业规划让我们明确自己未来的职业目标，并以实现这个目标的要求时刻约束自己，给自己寻求更加专业的知识和丰富经验的动力。

其次，职业规划也给你四年的大学生活做了相应的规划，在每个阶段，应该做什么事情，不让没好珍贵的大学时光虚度，是大学生会更加充实。

最后，进行正确合理的职业规划，是将来进入职场时，拥有一份好工作的保证。甚至可以说，一个成功的职业规划即是一个人的生规划，是生命走向精彩辉煌的基础。所以，大学生对自己未来的职业进行具体详细的规划具有重要的意义。

## 二、自我分析

我是一个比较外向的女孩，性格开朗，很容易与人相处。我的父亲从事教育工作，从小就注重对我的文化素质培养，尤其是文学方面。我喜欢读文学气息强烈的书刊，逐渐形成了较强的分析、理解能力。但是我对于物理、化学没有太大的兴趣，导致物理化学成绩平平。

“吃得苦中苦，方为人上人。”这是我父亲教会我的第一句名言，也是陪我一次次克服成长经理的困难的信念。再大的风浪，只要有不怕困难的勇气和为理想拼搏的勇气，我都可

以坚持。我认为，生活的意义在于不断的为社会、他人创造出价值。每个人都是社会的一分子，从小到大，从社会中汲取了太多的养料，因此，在自己力所能及之时，就应该回报社会。哪怕仅仅是为社会的建设增一块砖，加一块瓦，也是你生存意义的体现。

我对于金融有着极其深厚的喜爱，在这个专业能够以极大的热情去学习。

### 三、专业就业方向及前景分析

我现在所学的专业是金融学，主要研究如何在不确定的条件下稀缺资源进行跨时期的分配。主要培养具有金融保险理论基础知识和掌握金融保险业务技术，能够运用经济学一般方法分析金融保险活动、处理金融保险业务，有一定综合判断和创新能力，能够在中央银行、商业银行、政策性银行、证券公司、人寿保险公司、财产保险公司、再保险公司、信托投资公司、金融租赁公司、金融资产公司、集团财务公司、投资基金公司及金融教育部门工作的高级专门人才。

金融专业的就业方向主要是：

(一) 商业银行，包括四大行和股份制商行、城市商业银行、外资银行国内分支机构。(二) 证券公司，含基金管理公司；上交所、深交所、期交所。

(三) 信托投资公司、金融投资控股公司、投资咨询顾问公司、大型企业财务公司。(四) 金融控股集团、四大资产管理公司、金融租赁、担保公司。(五) 保险公司、保险经纪公司。

(六) 中央(人民)银行、银行业监督管理委员会、证券业监督管理委员会、保险业监督管理委员会，这是金融业监督管理机构。

(七) 国家开发银行、中国农业发展银行等政策性银行。(八) 社保基金管理中心或社保局，通常为保险方向。

(十) 上市(或欲上市)股份公司证券部、财务部、证券事务代表、董事会秘书处等

### 个人成长计划总结篇3

在过去的一年里，我取得了不错的成绩，在公司领导的指导下，还有同事们的帮助下，我认真的搞好自己的工作，我非常清楚我应该朝着什么方向发展，在这一点上面我是非常确定的，对于我来讲这些都是应该要去努力的方向，一年来我每天认真的完成好本职工作，处理好部门的日常的工作，我也知道这对我而言是比较重要的，在这些细节上面我应该要端正自己的态度，这一年来我也是能够让自己去接触一些更多的事情，对于过去的一年我也总结一下。

作为一名\_\_的员工，我也是不断的在努力，我希望可以得到一个好的认可，这也是我应该去努力的事情，一年来我尽可能的，在接触一些的新事情，在这方一点上面确实还是应该要去努力的，我也愿意坚持下去，这对我是一个非常大提高，只有认真负责的处理好自己的本职工作才能够在接下来的工作当中有更好的状态的，我一直以来都和周围的同事相处的不错，我也知道这是我应该要去做好的，我知道这是我应该要有的态度，一年来我也是把自己分内的事情做的非常不错的，在这个过程中我确实感觉非常的好，在接下来的工作当中我一定会让自己保持一个更好的态度，这一年来在工作当中我也是在坚持着努力搞好自己分内的职责，在这一年来的工作当中我也是做的非常不错的，我非常相信我应该要在这样的环境下面自己能够做的更好。

未来我也一定会让自己保持好的状态，这也是我应该要有的态度，一年来我努力的做好自己分内的事情，我和同事们虚心的请教，我认为自己的能力还是不够，缺少一些新的东西，

我也能够自己保持好的状态，我也相信我是可以做的更好的，在这一点上面我有着非常明确的态度，未来我也一定会让自己做的更好，这一年来我还是有一些做的不够好的地方，我会好好的改善，我知道工作当中不能够有拖拖拉拉的习惯，这一点是非常不好的，我也不应该抱有这样的态度，在工作当中这确实非常的不合适，我会坚持去做好自己分内的职责，这一点是一定的，我也非常清楚我应该往什么方向发展，作为一名\_的员工这确实是我要有的素质，通过这件事情我也一定会更加努力的，感激能够在这样的环境下面有现在的变化，我会继续努力的。

## 个人成长计划总结篇4

的教育学家苏格拉底曾经说过：“当我们为奢侈的生活而疲于奔波的时候，幸福和生活已经离我们越来越远了。做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。”作为一名新教师，听到学生一声声的“老师好”，让我觉得非常地满足。然而作为新教师做起学问来确实感觉永远也不能知足似的。我感觉要学的东西实在是太多了。面对一次次突如其来的考验，经常让我措手不及，有时甚至觉得力不从心。刚迈上教师道路的我，心里清楚自己想成为一位合格优秀的小学语文教师，一定要让自己在专业上，在思想上不断地发展，不断地进步。为使我的理想早日实现，我必须让自己从茫然走向规划，让自己从梦想走向行动。为此，我为自己设计一个三年的教师发展规划，具体如下：

### 一、个人现状分析：

优势：1、人们常说“腹有诗书气自华”，作为一名刚毕业的新老师，我尚保存着读书时的那种喜欢读书的习惯，有空时我会多阅读经典名著，教育名著。我热爱学习，我会不断地向周围的人学习，也要经常反思自己，向自己学习。我热爱教师工作，对教师工作充满热情，语文基础知识较为丰富，对于自己所学专业和工作一直抱着乐观积极的心态。教学积

极性高，和学生的交流比较有耐心。

2、自觉性较好，能独立完成自己的本职工作，并能虚心向有教学经验的教师学习，互相交流，取长补短。善于采集教学资源，能充分利用各方面的信息资料，丰富课堂教学，并能熟练的运用现代化的教学手段来辅助教学。

3、学习能力强，接受新事物迅速，并有较强的适应能力，容易接受现代培训理念。考虑问题能从多角度去思考，周到细致且能集中注意力深入研究教学方法和所授课程内容，创新意识强。

4、喜欢和孩子打交道，切实关心学生，能运用不同方法耐心地对不同的学生进行管教。

劣势：1、作为一名年轻的新教师，容易感情用事，面对挫折不够坚强。

2、作为新教师，缺乏与学生和家长交流的经验和方法。

3、缺少班级管理经验，处理事情缺少方法。

4、刚刚踏上教师路途，尚不能准确地与文本对话，挖掘适合儿童的东西，不能完全准确地结合学生的具体情况进行备课。

5、教学实践经验不足，如提问技巧、过渡语言、评价语言、应变能力等还需要好好加强训练，并多向老教师请教。

6、专业书籍及教育教学书籍读的较少，实践与理论还不能很好地对应起来学习，以后要多多加强阅读的数量和提高阅读质量。

个人成长计划总结篇5

在单位工作了一年又一年，自己逐渐从一个青涩的小女孩成

为了一个成熟的员工，这一路上走来，需要感谢的人有很多，能够肯定的地方有很多，需要检讨的地方也有很多，今年又在各项忙碌之中度过了，其实真的很不舍岁月的流逝，但是人是在不断长大的，我学会接纳一切的逝去和重启。在此我对过去一年的工作进行一项总结。

## 一、个人的成长

这一年，我遇到了自己的低谷期。一是生活中巨大的改变，二是自己没有抓住很好的机遇，这让我感到非常遗憾和沮丧。这段低谷期大概维持了三个月，这三个月过去了之后，我就想开了，也有了一些思想上的进步。其实每个人的成长都是基于一些事物上面的，这次我能够迅速的成长起来，也是因为自己经历了很多，开拓了自己的视野，不辜负单位这些年对我的培养。

## 二、工作的成绩

在单位里，我一直都是一个比较沉默寡言的人，所以平时我的存在感并不是很强，但是今年我还是改变了一些。我逐渐去学习开朗的和他人交流沟通，页改变了自己的心态，不要总是丧丧的，要积极向上一些。这些方面的改变给我的工作带来了一些巨大的改善，我的表现比以前更好了，工作成绩也得到了很大的提升，不仅受到了身边同事们的表扬，也得到了单位领导各方面的肯定和鼓励。

## 三、不足之处

这一年下来，其实我不足的地方还是有的。首先就是自己的性格方面还是要多去调整一下，有时候开朗一点，积极一点去对待每件事情，结果会更好，这是一个永恒的定律。保持一个乐观的心态去生活，也是能够给予我们幸福感的。还有一点就是胆子还是太小了，有时候能够争取的机会就要去争取，不要畏畏缩缩，这不会给我带来更好的未来，所以未来，

我会保持这样的态度，努力进取的。

#### 四、未来计划

明年，我想会是更好的一场经历。对于明年的计划，我想我首先要做的就是先去提升自己，然后再去实现自己的目标。先打基础，然后再去闯关，这样会让我们更加顺利的去得到自己想要的东西。接下来的一年，我会保持一个更加稳定的、积极地心态去面对每一件工作、每一天和每一次机遇。时光虽然迅速，但是每一个明天都值得期待，都值得去盼望！

## 成长计划和总结初中初三篇二

我是一名小学教师，从教二十多年，虽然每年所教的班级都取得了优异成绩，但常常感到力不从心，由于缺少新的理念做指导，苦于不知如何改进自己的教学方法，也不知如何提高自己的业务水平，加上由于平时工作压力大，找不到缓解方法，十分的焦虑，去年暑假的研修，不知什么原因，没报上名，是这次研修及时提供了机会。

虽然对于课程改革的基本理念早已不陌生，但是能够深入进去地去对新课程新教材做更深入的研究、探索、思考、运用似乎却不多，在研修培训这个平台里，又一次接触到了专家学者们的教育新理念，学习了不少优秀教师的课堂教学设计，欣赏了他们的文章，同时还与班内的教师们进行了充分的交流，面对每次探讨的主题，大家畅所欲言，各抒己见，浓浓的学习氛围不言而喻，尽管来自全市不同学校，互不相识，但远程研修拉近了我们的距离，在班级qq群中我们成了好朋友。这次培训收获很多，感触较深的同时，认识到自己教学中的不足，力求找到适合自己的新教法。

#### 二、转变思想 更新观念

通过这次研修，使我明确了现代教育的本质，明确了课改对于教师提出了什么样的素质要求。通过深入学习，从而知道了作为一名教师必须不断的提高自己，充实自己，具有丰富的知识含量，扎实的教学基本功，否则就要被时代所淘汰，增强了自身学习的紧迫性，危机感和责任感，树立了“以学生发展为本”的教育思想，只有不断进行教学观念的更新，树立新的教学观，转变教学方法，才能教育出大批新型的人才。

### 三、立足实践，不断进取

在这次研修不仅学到了许多先进的理念还学到了许多新的方法，在视频里见到了我所崇拜的吴正宪老师，她娓娓动听的讲解与成功经验，使我如沐甘霖，其他专家学者，也都指明了教改之路，许多优秀教师也上了示范课，学到了许多宝贵的经验……我将在教学中，灵活应用与实践，要改变原来的教学方式与方法，把课堂时间合理分配，少讲精讲，不断反思自己在工作中的不足，努力提高自己的业务水平，继续向优秀骨干教师学习，向有经验的教师请教。通过研修，我知道了认真听取学生的意见和听课教师的评课建议，及时修改、补充、调整、完善教学设计和教学策略，这对教师的专业发展和能力提高是非常必要的。一个教师如果坚持写教学反思，几年以后很可能成为名师。我们要坚持写课后反思、阶段性反思、学期后反思和学年反思，在反思中成长、在反思中进步。通过这次学习，我操作电脑的技术也有了很大提高，将对我今后工作与学习都有很大帮助。

### 四、深入课堂 综合运用

有了新的教学理论做指导，在今后教学中，就要不断改进，应用与课堂中去，课堂是教师体现自身价值的主阵地，本着“一切为了学生，为了学生的一切”的理念，将把自己的爱全身心地投入到工作中。今后的教学中，我将努力将所学的新课程理念应用到课堂教学实践中，立足“用活新老教材，

实践新理念。”改进课堂教学，改变以前的教学模式，向课堂40分钟要质量，力求让我的课堂教学更具特色，让每节课都焕发生机与活力，形成独具风格的教学模式，更好地体现素质教育的要求，提高教育教学质量，让每一位学生都能得到更好更全面的发展。

## 成长计划和总结初中初三篇三

xx年毕业的我，满怀自信地跨进小学校门。从教后的点点滴滴历历在目，闭上眼睛，一幕幕都可以清晰地脑海中浮现。忘不了开学第一天面对里三层外三层家长的恐慌，忘不了上第一堂课的兴奋与紧张，更忘不了第一次与家长交流时的不知所措。斗转星移，日复一日，渐渐地了解了孩子们，慢慢地熟悉了教学工作。不知不觉中，曾经陌生的一切如今已不再生疏，而曾经那个对工作一无所知，尚且带着一脸稚气的我如今也已多了几分成熟于稳重。暮然回首，才猛然发现我也已在教育的大道上留下了深深浅浅的脚印。

回首过去的足迹，我收获了很多。首先我认为了解和分析学生情况，有针对地教对教学成功与否至关重要。从一开始就认真研究学生，了解清楚学生的实际情况。讲课的深度难度相对好确定。了解及分析学生实际情况，实事求是，具体问题具体分析，做到因材施教，对学生学习效果有直接影响。

教学中，备课是一个必不可少，十分重要的环节，备学生，又要备教法。备课不充分或者备得不好，会严重影响课堂气氛和积极性，一堂准备充分的课，会令学生和老师都获益不浅。为了上好每一节堂课，我都认真研究课文，为了令教学生动，不沉闷，我还为此准备了大量的教具，授课时就胸有成竹了。教学效果十分理想。相反，我没有认真备课的时候，课堂气氛沉闷，教学效果不好，与此相比可见，认真备课对教学十分重要。上课内容丰富，现实。教态自然，讲课生动，难易适中照顾全部，就自然能够吸引住学生。所以，老师每天都要有充足的精神，让学生感受到一种自然气氛。这样，

授课就事半功倍。回看自己的授课，我感到有点愧疚，因为有时我并不能很好地做到这点。当学生在课堂上无心向学，违反纪律时，我的情绪就受到影响，并且把这带到教学中，让原本正常的讲课受到冲击，发挥不到应有的水平，以致影响教学效果。我以后必须努力克服，研究方法，采取有利方法解决当中困难。另外，公开课也是成长的重要途径。每准备一次公开课就是自己思维、语言、动作的大考验。思前想后，一点点揣摩，一遍遍修改，让人收获甚多。

学唱英语歌曲，也是一种英语学习的形式。在课堂上，有时无法插入英语歌曲，使学生感到很遗憾。我们就可以利用课余时间学唱英语歌曲。教师要把比较好的、适合学生的英语歌曲，尽量教给学生，让他们从中找到英语的语感。从听到跟唱到自己会唱，这个过程既能培养学生的听力，又能让不肯开口的学生开口，是一举两得的好方法。

唱歌能让学生找到英语语感；利用英语原版电影，还能让学生学到地道的英语。小学生非常喜欢动画、卡通片，教师应根据他们这一特点，将《狮子王》、《猫和老鼠》等类型的原版动画片，利用空余时间播放给学生看，电影中那些简单而又易懂的语言，会使他们感到兴奋。学生互相之间在比，看到底谁懂得的语言最多。在学生感受到有困难、有争论的地方时，老师应给予适当的指点。

经过努力，学生增长了知识和能力。我明白到这并不是最重要的，重要的是以后如何自我提高，如何共同提高两班的英语水平。因此，无论怎样辛苦，我都会继续努力，多问，多想，多向前辈学习，争取进步。和可爱的孩子们一起走在成长的路上。

## **成长计划和总结初中初三篇四**

转眼间我已在幼教这个工作岗位上两年了，在刚进园时园办

就让我制定了三年成长计划。一眨眼两年过去了，为此对自己所定的成长计划进行总结与对第三年的展望。

从2008年9月至今，我都能按照计划上的进行实施，能认真管理好自己的班级，认真备课，在写教案上认真思考，并及时的对与反思总结。主动向园内的优秀教师学习、请教，来提高我的业务素质。幼儿园还为我们订了很多的幼教杂志，我会利用空余时间阅读，有好的教育方法在班级可行的.我都会去尝试，有时也把好的教育检验摘录到我的读书笔记中，理论与实际的结合使我学到了很多经验。这两年间也有不足的地方，我的写作水平提高的不快，案例、论文等都没有高质量的写作，三年内要在园内或市级获奖，这个计划是我在下一年第三年努力的目标，平时我也会更加的注重这一方面的锻炼，多写多看。

有着五年的技能学习对于一些技能有了一定的基础，每一次的钢琴过关、钢琴考核都能以次通过，画画、讲故事也能圆满的完成。有一点可惜在有一次的画画、讲故事没有能获奖，但是不能气馁，这也是我第三年对自己要更加严格。技能是一名幼儿园老师的基础只有坚持去练去学才不会淘汰。

## 成长计划和总结初中初三篇五

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

作为教师要热爱学生，平等的对待每一个学生，让他们都感受到老师的关心，良好的师生关系促进了学生的学习，那么你有什么教师个人成长计划总结呢？你是否在找正准备撰写“教师个人成长计划总结”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

20\_\_年\_\_月至\_\_月，社会体育系社会体育专业\_\_级学生进行了

为期四个月的顶岗实习。作为本次实习的实习联系指导教师，实习期间经常与同学进行交流，指导他们工作、生活，状况总结如下：

## 一、宣传动员，做好思想工作，深化学生对实习工作的理解

顶岗实习是高职院校学生经历的一个重要过程，顶岗实习目的是，透过理论与实践的结合，校园与社会的沟通，进一步提高学生的思想认识，巩固校园学习的知识，提高了操作技能，尤其是观察、分析与解决问题的实际潜力及待人接物沟通潜力，独立生活工作潜力。为了使同学们能加深对顶岗实习的认识，实习开始的第一个星期的培训期间，我就尽可能地与每一个学生就实习工作进行了交流与沟通，了解学生顶岗实习的意向以及他们对于实习的想法，还针对每个学生的实际状况，提出了具体的实习要求，个性是那些不理解、不愿尽快尽早顶岗实习的同学，同他们进行谈话，使他们进一步了解实习工作重要性。学生认识到了顶岗实习必要性，思想上过关了，才有真正的动力，实习前又进一步强调了实习的重要性，明确了实习的具体要求，要求学生要严格遵守单位的规章制度，确保安全第一，个性强调要有吃苦耐劳、持之以恒的精神，坚持到底就是胜利，为后面实习工作的顺利开展奠定了坚实的基础。

## 二、通力配合、力促学生尽快实习

为了使学生能尽快进入实习状态，实习伊始，就同班

主任

一同对学生反复强调实习要求，使学生都感受到实习的紧迫感，不断地督促他们抓住每一次实习的机会。透过努力，同学们都能在短时间进入实习状态。

## 三、加强与学生联系，及时了解学生实习状况。

时拨打，取得联系；对于个别联系困难的同学，自己除了不厌其烦、勤拨电话外，还要不断想办法，千方百计透过各种途径与其取得联系，只有这样，才能保证与每一个学生的沟通，从而进行不间断的管理，最终保证每一个学生能圆满完成实习任务。

#### 四、处理问题，保证实习顺利进行

学生实习的过程中，由于用人单位的客观要求不同以及我们学生的个人素质上的差异，难免会出现矛盾，而各种矛盾的妥善处理，直接关系到学生能否顺利完成实习任务。为了解决好以上问题，本学期来，我一向把了解学生的实习状况作为重中之重的工作来抓，因为只有掌握了学生的实习状况，才能掌握实习过程中可能出现的问题，一旦发现了问题的苗头，就及时调解，避免事态恶化。比如一些同学在实习开始初，对实习岗位要求理解不清，产生不稳定情趣，透过沟通启发，使他很快安下心来，并透过自己用心主动工作，不仅仅学到了经验，也得到了必须的报酬，同时还得到了用人单位肯定和好评。还有部分同学，由于一些原因，实习期间进行了岗位调动，我就立刻督促他及时适应新的岗位，帮忙他同主管和店长共同，使他能够继续实习，完成顶岗实习任务。在处理问题时，多做学生的思想工作，帮忙他们理解在社会上闯荡，吃苦耐劳是年轻人务必具备素质，实习阶段，重点是学习锻炼，接触社会，提高自己的认识，不要把报酬看到太重，培养适应社会生活、工作各种潜力，使学生既能在实习单位安心实习，学生实习中肯定会遇到很多问题，只要能及时发现、调解，一般都能较好的解决，从而保证实习工作顺利开展。

#### 五、认真总结、做好实习收尾工作

本学期除了进行实习管理，保证每个学生能顺利实习以外，做好每一个学生的实习鉴定，评语评价，也是我必然完成的一个任务，为了给每一个学生评语能客观公正，除了我前阶

段要对每一个学生深入了解及时收集、掌握他们每一份实习资料外，还要对同学有一个总体比较，从而定出评价标准，给出实习成绩，让实习工作圆满收尾。

在校园领导、社体系领导的关心指导以及班主任的配合下，社会体育专业2015级学生圆满的完成了实习任务，本次实习为我在今后的课堂教学以及实习实训指导工作积累了宝贵的经验。

光阴似箭，转眼间又过了一个学期。在这学期中，在教育教学工作上，坚持党的教育方针，面向全体学生，教书育人，为人师表。工作责任心强，服从领导的分工，积极做好本职工作，认真备课、上课、听课、评课。严格要求学生，尊重学生，重视激发学生的创造能力，培养学生全面发展。

## 一、政治思想方面

新形势下怎样做一名好教师。

## 二、教育教学方面

在这学期中，我努力提高教学自己教学实践能力，增长教学经验，并成长为自己的教学理论让自己尽快成为一名成熟的研究型的小学英语教师，我主要做了下面的工作：

1、课前准备：通览教材，备课深入细致；认真参阅各种资料，准确把握重难点，及时撰写教学反思，并归纳总结经验。

2、提高课堂教学效率。我多方面地了解学生的

学习

方法和习惯，同时了解他们的兴趣、需要，学习新知识可能会有哪些困难，根据不同

## 学生

学习水平和能力及其特点而采取相应的预防措施，并积极调整自己的教学方法去适应学生，也让他们尽快适应我的教学方法并尽快的帮助他们养成良好的学习习惯。因为这学期教室安装了多媒体设备，我便借助多媒体的优势，扩展学生的思维。

3、坚持一单元一测试的巩固训练工作，力争教学扎实有效；认真批改作业，及时了解学生的学习情况，及时给他们反馈信息，及时查漏补缺。以便在辅导中做到有的放矢，并且通过每周3次单词的听写，掌握学生平时的学习情况，努力做到循序渐进。而且做好后进生转化工作，实行“一帮一”互助形式，大面积，大幅度提高班级的整体成绩。

4、在每周按时检查学生的背诵情况，督促学习习惯较差的学生记单词，读熟课文，背课文。因为英语是一门语言技能课，只有在大量的语言输入下，才能达到良好的语言输出。

5、积极参与听课，在这学期听课达16节以上，认真听取其他老师的经验及对我的公开课的评课，学习如何上好课，尽快让自己成为成熟的小学老师和如何评价一节课了，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。

6、积极参加校内外各种教科研活动和专业知识的培训，提高自己的英语水平和自身能力。平时多抽时间研读教育专业杂志等有关书籍，钻研新教材和教法，让丰富的理论支撑教学活动。及时进行教学反思，撰写教育随笔和教学反思，加强课题研究和论文写作，在教育科研、创新教育教学研究方面有所建树。

### 一、职业道德方面

我一直以一名大学教师而自豪，热爱工作，关爱学生，在工

作中认真负责，严格要求自己，时刻提醒自己无愧于“灵魂的工程师”这样一个称号。

## 二、教学和科研方面

本年度我教授《管理学》、《消费者行为学》等课程，虽然有的课程我已经带过多遍，但我并不因循守旧，而是不断进行教学改革，包括教学内容、教学形式方法、考核方法等方面，受到学生的欢迎和得到同行的认可。

今年，在前期积累的基础上，我申报了校级教研项目《工商管理类专业实践教学平台建设的研究》，并公开发表了3篇论文，和自己上一年度相比，取得了不错的成绩，但和一些科研能力较强的教师相比还有不小的差距，对此我有清醒的认识，今后会不断努力。

“台上三分钟，台下十年功”，作为一名大学教师，要不断加强专业学习，才能给学生提供高水平的授课，所以我一方面加强专业理论和社会理论的学习，另外一方面坚持在实践中积累专业知识，理论联系实际，适应专业发展的趋势和新时代对教师的新要求。

## 三、管理和服务方面

作为市场营销教研室副主任，我积极地完成领导安排的任务，为老师们认真服务。今年，在院领导的安排下，我全程负责市场营销本科专业合格评估工作，从“两表”的填报、专业档案支撑材料准备、专业技能培训安排、到《专业自评报告》的撰写以及评估专家进校后的服务，我都全程参与，为专业评估顺利通过贡献了自己的力量。

对常规工作我也一丝不苟，包括\_\_届市场营销毕业生毕业论文安排、毕业生毕业实习动员、教研室教师教学工作量的审核、期中教学检查等工作。

#### 四、工作中的不足

本年度在各项工作中还是暴露出了自己不少问题，如科研的质量不高档次不够，在班主任的工作上还处在摸索阶段和学生见面太少。对于这些问题我在假期中会好好思考，争取在下一年度有根本性的扭转。

“路漫漫其修远，吾将上下而求索”，对于下一年度我充满信心!我相信，今后在领导的帮助和自己的努力之下，我一定能做到更好!

□

1、第一周见习听课，第二周开始讲课。给实习生上示范课，我备课格外用心，处处思考到如何让实习生学到更多的东西，每堂课都突出一个重点教学方法，让实习生体会学习。进行班级管理时，我也让他们在一旁学习，为接下来的正式上课和实习班主任工作打好基础。

2、我关心实习生的思想、工作和生活安全各个方面，为他们创设良好的实习氛围。介绍校园名师让他们去听课，让他们学到更多教学风格和教学方法。

3、实习之初，我介绍了语文、英语学科教学和本班常规状况，介绍经验。并与实习生一齐制定实习计划。

4、我着重指导实习生做好教学常规工作，其中尤其重视备课和上课环节。让实习生提前备课，再进行指导，指导实习生如何钻研教材教法，进行教学设计。实习生上了语文、数学、英语、思品等课程，上课前教案要经过我提前审批，指导修改后方可上讲台。课后我及时交流，提出听课意见，要求发扬优点，改正缺点，以利改善。

5、我带领实习生参与并逐一指导班级的各项管理工作。三位

实习教师轮流当一周实习班主任，负责做操、早自习、读报、放学等工作，还有对学生进行养成教育，交流谈心等等，我在一边进行监督指导，交流指导工作方法。

6、我的指导工作贯彻在实习教师工作的所有过程当中，实习生讲课我就随班听课，从不把任一项工作完全甩给实习生，或某一阶段把课全部交给实习生上。如果实习生课上得有缺陷，就在下一堂课给他们上示范课，弥补知识性的疏漏，示范如何到达教学要求。如古诗教学，他们不明白如何引导学生在朗读中感悟，读出理解，读出感情，于是课堂转成一堂问答分析的讨论会。于是我在第二天的示范课中，精心设计了诗意的教学用语，用自己的感情，感染了全班同学，反复诵读，反复感动，也让后面听课的实习老师学习到了教学方法。下面的课，我又交给他们上，果然有很大进步。

7、实习结束时，我分别给每个实习生写出评语，提出评定成绩。

8、工作之余，我带领全组教师和实习生联欢，中秋节也赠送月饼给他们。令我感动的是，他们三位实习生，虽然自己并不宽裕，还能怀着感恩的心，请我们几位指导老师聚餐，这也反映了我们的合作相处十分愉快。

实习老师们的到来使学生们增添了许多欢声笑语，给校园和老师的工作带来了不少帮忙，他们让我们的校园充满了更多的朝气和活力。我代表年级组全体师生祝愿实习老师们学业有成，前途似锦。

20\_\_年，我分别指导牧医\_\_秋和牧医\_\_秋两个班的学生进行了\_\_为期两周的实习实验。作为指导教师，在实习期间经常与学生进行交流，指导他们学习、生活，现总结如下：

一、宣传动员，做好思想工作，深化学生对实习工作的理解

实习实验是我校学生每学期经历的一个重要环节，实习的目的是，透过理论与实践的结合，进一步提高学生的思想认识，巩固所学的理论知识，提高了操作技能，尤其是观察、分析与解决问题的实际潜力，这对畜牧兽医专业的学生而言尤其重要。为了使同学们能加深对实习的认识，我就尽可能地与学生就实习工作进行了交流与沟通，了解学生对于实习的想法，还针对学生和实验室的实际状况，提出了具体要求，使他们进一步了解实习实验的重要性和必要性，要求学生严格遵守实验室的规章制度，确保安全第一，个性强调要有吃苦耐劳、持之以恒的精神，为后面从事专业业务奠定了坚实的基础。

## 二、亲自动手，通力配合，力促学生完成实习实验任务

实习员，价格便宜的在学生潜力范围内按价赔偿。

## 三、认真总结、做好实习报告的批阅评分工作

除了进行实习实验的日常管理，以保证每个学生能顺利完成实习以外，要求每个学生每一天完成一份实习报告，事后做好每个学生的实习鉴定批阅评分，尽量客观公正地给每个学生做出一个合理的实习成绩，同时打扫好实验室的卫生，让实习工作的收尾。