

人事顶岗实习总结（通用33篇）

人事顶岗实习总结 篇1

xx集团坐落于xx区，环境安宁，给我的第一感觉是一位深沉的开拓者，走进大门，便可见两行醒目的大字态度决定高度，思路决定出路当时心里在想，集团董事肯定经常以此两句教育员工，这应该是他们的格言吧。

我们一并参观了企业文化博物馆，路过研发厅、会计厅、财务室、职工休息处，而后，在会议室，聆听集团销售总监的话语令我感悟非非。

董事长潘保春先生令我敬佩，当初的创业之路是如此的艰辛，而在短短的几年间，就将产业规模发展如此之大，打造了一个一级品牌，有时候我们经常抱怨困难、坎坷，遇到逆境截足而止，从潘保春先生乃至一切的成功人士无不是从逆境中走向辉煌，也许今天的我们微不足道，但只要肯努力，不畏艰难，大胆实践，走出未来的一条康庄大道未尝不可。

说得最多的是人才，在当今无处不充满竞争的社会里，人才始终最为一流产品比各种用人单位取用，而作为一名真正的人才就要将自己所学的理论知识与实践相结合，初入职场，我们要从基础做起，用心学习，吸取经验，加强悟性，俗话说万丈高楼平地起夯实基础，构建上层建筑，踏实前进，终取高端。我们不要拘泥于眼前的路，将眼光看远，心有多高，舞台就有多大，给自己一个宽裕的舞台，做快乐的舞者。

还有一点让我高兴的是，用人单位并不是100%找与其工作对口专业的毕业生，刚走入职场的大学生并没有多大的区别，而只要你适应工作，努力工作，学有所专，则必定专有所成，未来的舞台是宽广的，那就看自己怎么把握了。

一个成功的人后面必有一群人的支持，建立良好的人际关系也是我们学习的一重要部分，他人的意见与想法也许会给我们带来意想不到的惊喜，与他人处理好关系是培养我们良好团队意识的途径，打造一流的人际关系是为你将来的职场做一个良好的准备吧！

创新是一个社会、时代进步的灵魂，企业的发展离不开创新精神，从可以看出，不管是对产品的改进还是市场的开发，创新都在其中发挥巨大作用，培养咱创新精神就要善于思考，勤于学习！

现在在大学里就要好好学习，充分利用时间，多与外面的社会接触。

人事顶岗实习总结 篇2

回顾近三周的生产实习，感触颇深。在领导和同事的关怀和指导下，对公司的实际生产任务和工作有了全新的认识。

在努力学习新知识、新方法的同时，更加注重新知识、新方法与实际生产工艺相结合，切实可行提高工作能力、优化产品的性能。在生产实习中，深刻感触到理论知识与实际生产工作的脱节对产品实际性能的重大影响，在实际生产中各个工艺参数都是不得不加以重视的细节，任何一个失误都会导致前功尽弃，导致人力物力的损耗，使我进一步认识到了生产计划及生产流程严格控制的重要性，深深体会到细节决定成败这句话的深刻含义。坚定了我用理论指导实践，同时通过实践反馈优化理论知识，从而全面提升工作质量和效率的想法。

在各项工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得实际生产工作不能得到充分的锻炼，但我迅速从自身出发寻找原因，认识到自己的不足，迅速的转变自己的角色。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面认真熟悉生产流程，熟悉自己的工作职责，另一方面我认真向车间同事请教工作，使自己对生产工作有了比较全面的认识。

在生产实习中深刻体会到团队协作的重要性。作为一个整体，一个好的团队不是所有员工的机械组合，而是每个员工把自己的优势拧成一股绳，挖掘出团队的潜能，是团队优势最大化。我们的车间，也是一个团队，每个员工的工作结果都直接影响到下一道工序，进而影响整个车间的生产任务和计划。虽然车间员工中大部分没有高端学历作为支撑，但每个员工都能有意识无意识考虑到整个车间的整体生产任务，发挥团队精神，有条不紊的完成生产任务。

在短暂的生产实习工作中，我虽然努力做了一些工作，但距离实际工作的需求尚有一定的差距，如工作能力上海有待进一步提高，对新岗位的工作还有待进一步熟练，针对这些问题，我决心在今后的工作和学习中努力改进和解决，使自己更好

的完成本职工作。

针对以上存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补工作中的不足：

1、做好实习期工作计划，继续加强对生产车间各种制度的学习，做到全面深入的了解生产的各种制度。

2、以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

3、踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。

4、继续在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作为公司做出应有的贡献。

人事顶岗实习总结 篇3

从踏上实习单位的那一刻起，我就知道我会经历一段特别而不平凡的充满收获的人生旅程，这一定会在我的人生中写下丰富多彩的一笔，在我的人生中留下丰富多彩的回忆，给我的人生带来无与伦比的财富。

一、实习目的：

毕业实习是我们学院最后一门课，不知不觉，我们的大学时光就要结束了。此时，我们非常希望通过实践来检验自己知识的正确性。这时，我来到圣绿源生物科技有限公司，在这里做毕业实习。

二、实习内容和过程

为了达到毕业实习的预期目的。在学校和社会的实践环节中，我们对自己和工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个实习项目中，我一共做了以下工作，能力也相应提高

1、工作能力。在实践过程中，我愿意积极工作，虚心好学，工作认真负责，能够胜任单位交办的工作，提出一些合理化建议，多做实事，为企业的效益和发展做出贡献。

2、练习方法。在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习和工作的双重任务。像单位员工一样上班，完成单位工作；作为学生，他们虚心学习，努力学习实用知识。

3、从实践中获得。主要有四个方面。第一，通过直接参与企业的运营过程，我们学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，理论和实践知识都有所提高，成功完成了教学的实践任务。第二，他们提高了实际工作能力，为就业和今后的工作积累了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位得到认可，促进就业。第四，积累毕业论文的素材和素材。

三、实践总结与经验：

探索期间，为期一个月的实习结束。给我带来了太多的回忆和反思。我虚心听取老师和同学的意见，尽力做好每一件事。我很高兴我和同事的关系非常融洽。同时，我也在实习中发现了很多不足。这次实习对我的社会经历和人际关系也有很大的帮助。

短短一个月，我学到了很多。这比你这么长时间在学校学的东西更精彩，更丰富。但同时也让我觉得自己学习不够认真。这次实习加深了我对会计工作的理解，进一步巩固和发展了我的专业理论知识，培养了我从事会计工作的能力，强化了我的会计工作理念。

希望我院以后能多和相关行业接触，建立长期关系，有利于开展一系列合作。总之，为了给我们实践的机会，我会在接下来的时间里认真总结，不懈努力，把自己塑造成一个符合时代要求的会计人员！

我知道“凡事有利有弊”的道理，也知道“多冤假错案必自毙”。而十几年的理论知识，似乎是一堆被当代人厌恶的赘肉。我迫不及待地想立刻恢复自己原来的无知，以免一次又一次地被主人训斥。“别跟我瞎说”和“靠文件才能用”这样的话，哪怕只工作一个月，也已经听得太多了。听着耳朵长茧，我还是不想承认学习这么多年只是为了给自己一个解释。刚进入社会的时候，可能充满了初生牛犊不怕虎的优良精神。但是，这种精神能带给我们的，只有不轻易放弃的倔强力量。而这种固执只会让我们看起来傻得可笑。

会计专业近三年的学习给我们增加了很多知识，但现实告诉我们，这远远不

够。一纸会计从业资格证加一纸会计电算化证书，并不代表有多少学术成就，只是会计茫茫大海中的一粒小米。

当我们即将踏上社会的时候，我们有太多的东西要学。我们没有足够的知识做铺垫，也没有足够的实践经验。这样悲观的话，只是我这个初出茅庐的“菜鸟”的一点点牢骚。

正如我喜欢说的，“我允许自己像蜗牛一样一步一步地开始，但我不允许自己不加思考地生活。”每个人都有自己的生活态度，挫折和成功。也许没有真正的挫折和成功，但积极的态度永远是对的。就像“谦虚使人进步，骄傲使人落后”一样，我最终会学会用合适的方式去做正确的事。

人事顶岗实习总结 篇4

转眼间，实习生活已经告一段落，对这一段酸苦又快乐的经历着实深深难忘！为整理思想，汲取经验，带着美美满满不曾间断的回忆对这一段记忆做以下总结和汇报。

实习目的

通过顶岗实习，加强理论学习与实际的结合，验证和巩固充实所学理论知识，加深对相关专业内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解社会对本专业的需要，将所学专业知识与生产实际相结合。同时，加强和实习单位各层次员工沟通与交流，学习其优秀品质和新型技术，提高对现实问题的认识，逐步提高社会交往能力和应变能力，了解实习单位的各项规章制度，增强组织性和纪律性，认识自身不足，严于律己，提高自身综合素质和能力。再次，培养学习、团队合作和解决问题的能力，并开阔眼界及思路，为今后步入社会积累经验，尽快成为生产、建设、管理和服务第一线的高技能人才。

公司简介

深圳---科技有限公司是一家集研发、设计、制造、销售、服务于一体的专业锂电池自动化设备制造商，属高新科技民营企业。公司坐落于美丽的海滨之畔深圳市龙华大浪龙富工业园。公司主要为各类锂离子电池生产企业提供化成、分容、OCV/IR检测、拣选配组等自动、半自动系列生产和实验型设备。产品具有精度高、稳定性好、性价比高等特点。

实习内容

这次实习，我的工作内容随职位的变化分阶段有所不同，现分段报告如下：

最开始去的是宏图高能的老公司天宏图，在那个公司，我们置身于流水线，和那些阿姨和一些弟弟妹妹们一起压锂电池盖帽，一天比一天产量高，在班长的催促下我们的一周都感觉度日如年。也许因为从初中开始就一直在外实习，对这种模式化生活和机械化管理早已习惯自如，看着一起来的同学不断地叹气和怨言甚至咒骂，只能在一旁劝说安慰。刚过一个周的时候，由于平时通过班长一个老乡和班长认识了，并慢慢熟悉，这才安排了一个轻松的工作给我。毕竟这是大学安排的第一次顶岗实习，只希望以后的日子会好过一点。

两个多星期过去，迎来了新公司宏图高能的建成，我们发电专业的几个学生幸运的被安排到了新的公司。这也预示着一个美好的开始即将到来。初期，我们整日在车间打扫卫生、贴警示线、给电工帮忙...都是一些或轻或重很杂乱的活儿，这段时间是很充实和开心的，在公司落成典礼的日子后，公司的一切才一步步走入正轨。

在过后的将近两个月里，一开始是跟着吴师傅一起学做工具分类整理和管理以及技术的提升，慢慢的到了一个多月后开始正式接手调试组的管理，不过有着一个月的试用期。公司二车间从焊接到组装再到调试，三个组之间衔接很紧，我们组的效绩也关系到出货的品质和时间观。每一批的订单我们三个组都需要齐心协力，这之间的合作付出与快乐不计其数。在不断对技术和管理层次学习、自我完善提高的同时，也经常去网吧看一些管理学和工作相关的文字视频，这也是离开公司前最充实的日子。

感悟虽说在学校学了两年多的专业理论知识，毕竟那只是死死的概念。刚来公司我带着迷茫的希望和新鲜的惊奇，面对整个陌生的人群和陌生的操作方式，在这熟悉又陌生的城市里都显得有点唐突。一开始让人喘不过气来的流水线和之后又给我断断续续希望的新公司...公司的前辈们都很照顾新人，接受新人的一无所知，耐心地指导着我们。特别是张工和师傅的言传身教，带着我们很舒心地去接受生活

环境和公司的作业流程。

回首那些日子，还记得我们和领导一起布置车间的一切...一起拖地，一起贴警示线，一起钻研机柜的布线，一起研究工装，一起出去玩...一起...记忆太多，满满的回忆起来是那么的充实和开心。还记得当时和副经理一起打球的那般孩子劲儿，酒桌上和领导们一起开的玩笑，啤酒肚和扎啤妹...喝醉酒之后的可爱和放松，已经全然没有了工作的劳累和严肃，这些记忆总是那么温馨和高兴。

那些日子以来，学到的东西也着实不少。开始在老公司的时间里，把我在大学里有点松懈的耐心再次调整回来。在新公司里，一开始短期的打杂让我明白了细心还是有很多好处，不过更让我明白的是，对待不同的事和不同的人，细心度也要随之改变，有些事该细的细，细的有分寸的东西还是不要让领导难堪，当然有些事做到细是需要耐心和缜密心思的。之后那段和吴师傅在一起学习工作的日子里，师傅的技术和为人人都让人敬佩。也许因为性格的相似，平日的工作中合作的很愉快，相处的也融融乐乐。年龄相仿的师傅虽不善交际，但平时对我们一向很好，二楼的员工对师傅也一向尊重。出门在外，切记低调行事，要在能展现自己能力同时能提高自己发展平台的时候高调一下。做事方面，刘备的“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”所言甚好！

人事顶岗实习总结 篇5

要当一个成功的业务员真的是需要才高八斗，无所不能啊！按经理的要求是，第一，要长的不讨人厌，第二，头脑要清晰，胆子大，见了客户要落落大方，不会畏畏缩缩，第三，无辩才障碍。这确实是当一个业务员的最基本条件。而我在纵横工作的这段时间的体会是，当一个成功的业务员也还需要以下的因素：

1、强硬、专业的业务知识

对业务员来说，销售学知识无疑是必须掌握的，没有学问作为根基的销售，只能视为投机机，无法真正体验销售的妙趣

2、先推销你自己再推销产品

据调查，有71%的客户之所以从你的手中购买产品，是因为他们喜欢你、信任你、尊重你。因此，推销首先是推销你自己。礼节、仪表、谈吐、举止是人与人相处的好坏印象的来源，业务员必须多在这方面下功夫。服装不能造就完人，但是初次见面给人印象，90%产生于服装。第一次成交是靠产品的魅力，第二次成交则是靠服务的魅力。

“说话是一门艺术”，作为一个业务员我由此真正了解到这句话的含义和功用。记得刚来上班的第一天，经理就告诉我的工作，平时没事的时候就上网查查资料，打打电话跟客户聊聊天。要想客户在咱们这里做宣传首先要让客户记住你。另外，给客户的第一印象很重要。我刚来上班的头一个星期穿的还是在学校里的学生装，之后刘姐就要求我要穿比较成熟一点的装束，因为随时都要去见客户或有客户来拜访。所以我出去拜访客户都是一身正装打扮去拜见客户。给客户送名片时还要必恭必敬的双手奉上，切记把名片倒过来，让客户看到

3、信用是业务员成功的关键

据估计，有50%的推销之所以完成，是由于交情关系。这就是说，由于业务员没有与客户交朋友，你就等于把50%的市场拱手让人。交情是超级推销法宝。如果你完成一笔推销，你得到的是佣金；如果你交到朋友，你可以赚到一笔财富。忠诚于客户比忠诚上帝更重要。你可以欺骗上帝一百次，但你绝对不可以欺骗客户一次。记住：客户总是喜欢那些令人喜欢的人，尊重那些值得尊重的人。在销售活动中，人品和产品同等重要。优质的产品只有在具备优秀人品的业务员手中，才能赢得长远的市场。

业务员赞美客户的话应当像铃铛一样摇得叮当响。你会以过分热情而失去某一笔交易，但会因热情不够而失去一百次交易。热情远比花言巧语更有感染力。你的生意做的越大，你就要越关心客户服务。成功的业务员是先和客户当朋友再谈生意。开始的一段时间是我主动在电话里和网上和客户打招呼问好，后来就变成我一上网是客户在主动跟我打招呼。有时还会有客户主动打电话过来问候聊天，虽然目前生意是没有做到，但对业务员来说，这些客户资源是日后最大的潜在力。

4、信念，坚持到底是获得成功的最终

棘手的客户是业务员最好的老师。客户的抱怨应当被视为神圣的语言，任何批评意见都应当乐于接受。正确处理客户的抱怨一提高客户的满意度，二增加客户对

公司的好感，三丰厚的利润。成交并非是业务工作的结束，而是下次业务活动的开始。业务工作不会有完结篇，它只会一再“从头开始”。

成功的人是那些从失败上汲取教训，而不为失败所吓倒的人，有一点业务员不可忘记，那就是从失败中获得的教训，远比从成功中获得的经验更容易牢记在心。不能命中靶子决不归咎于靶子。买卖不成也决不是客户的过错，问一问任何一个专业业务员成功的秘诀，他一定回答：坚持到底。世界上什么也不能代替执着。天份不能，有天份但一事无成的人到处都是；聪明不能，人们对一贫如洗的聪明人司空见惯；教育不能，世界上有教养但到处碰壁的人多的是。唯有执着和决心才是最重要的。记住：最先亮的灯最先灭。不要做一日之星。执着才能长久。一个人到了年老的时候，又穷又苦，那并不是那个人以前做错了什么，而是他什么都没有做。

业务员一定要有强硬的心理承受能力。被客户无理轰骂，无理挂掉电话是常有的事情。有次和一客户明明一直谈的好好的，突然就来一句，那就不要谈了，挂掉了电话。但是下次再打电话给他时，一样要记住保持满脸笑容，声音愉快，好像上次不愉快的事情根本没发生。

人事顶岗实习总结 篇6

我是学校机电专业的学生，在大学三年的学习时间里，我积极学习专业知识，但是结合社会实际情况来看，我认为自己学习的知识还是不够，为了加强自身在专业上的能力，参加了学院组织的实习工作，学院为了使我们了解更多的机电产品、设备，提高对机电工程制造技术的认识，加深机电在工业各领域应用的感性认识，开阔视野，了解相关设备及技术资料，熟悉典型零件的加工工艺，特意安排了我们到几个拥有较多类型的机电一体化设备，生产技术较先进的工厂进行生产操作实习。

在实习期间，我们先后去过了杭州通用机床厂，杭州机密机床加工工厂，上海阀门加工工厂，上海大众汽车厂以及杭州发动机厂等大型工厂，了解这些工厂的生产情况，与本专业有关的各种知识，各厂工人的工作情况等等。第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，传感器在空调设备的应用了，电子技术在机械制造工业的应用了，精密机械制造在机器制造的应用了，等等理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也是对以前所学知识的一个初审。通过这次生产实习，进一步巩固和深化所学的理论知识，弥补以前单一理论教学的不足，为后续专业课学习和毕业设计打好基础。

在接下来的一端时间，我们分三组陆续在通机车间，专机车间和加工车间进行生产实习。在通机车间，该车间负责人带我们参观了他们的生产装配流水线，并为我们详细讲解了平面磨床个主要零部件的加工装配工艺和整机的动力驱动问题以及内部液压系统的一系列构造。我最感兴趣的应该是该平面磨床的液压系统，共分为供油机构，执行机构，辅助机构和控制机构。从不同的角度出发，可以把液压系统分成不同的形式。按油液的循环方式，液压系统可分为开式系统和闭式系统。开式系统是指液压泵从油箱吸油，油经各种控制阀后，驱动液压执行元件，回油再经过换向阀回油箱。这种系统结构较为简单，可以发挥油箱的散热、沉淀杂质作用，但因油液常与空气接触，使空气易于渗入系统，导致机构运动不平稳等后果。开式系统油箱大，油泵自吸性能好。闭式系统中，液压泵的进油管直接与执行元件的回油管相连，工作液体在系统的管路中进行封闭循环。其结构紧凑，与空气接触机会少，空气不易渗入系统，故传动较平稳，但闭式系统较开式系统复杂，因无油箱，油液的散热和过滤条件较差。为补偿系统中的泄漏，通常需要一个较小流量的补油泵和油箱。闭式系统在技术要求和成本上比较高，考虑到经济性的问题，该平面磨床采取开式系统，外加一个吸震器来平衡系统。现代工程机械几乎都采用了液压系统，并且与电子系统、计算机控制技术结合，成为现代工程机械的重要组成部分，怎样设计好液压系统，是提高我国机械制造业水平的一项关键技术。在专机车间，对专用磨床的三组导轨，两个拖板等特殊结构和送料机构及其加工范围有了进一步的加深学习，比向老师傅讨教了动力驱动的原理问题，获益非浅。在加工车间，对龙门刨床，牛头刨床等有了更多的确切的感性认知，听老师傅们把机床的五大部件：床身，立柱，磨头，拖板，工作台细细道来，如庖丁解牛般地，它们的加工工艺，加工特点在不知不觉间嵌们我们的脑袋。

在通机工厂的实习，了解了目前制造业的基本情况，只是机械行业特有的技术操作熟练性和其具有的较大风险性，很遗憾地，不能多做一些具体实践的操作，但

是观察了一台机床的各个零件的生产加工过程及其装配过程，使许多自己从书本上学的知识鲜活了起来，明白了本专业在一些技术制造上的具体应用。

人事顶岗实习总结 篇7

周一的学校例会上，教导处通知了各个年级下周三、四将进行本学期第一次月考的消息，这次考试是我顶岗实习半个月以来要面对的第一次成绩检验。虽然两个星期的时间很短，但是在这半个月中，我已经基本熟悉了顶岗实习的工作与生活，能够独立完成日常的教学任务。月考不仅是对学生一个月以来学习成果的检验，更是对我这个实习老师教学情况的考验。为此，我在与指导老师沟通过后确定了较为科学的复习计划，希望与其他实习老师一起分享，共同进步，为这一阶段的工作画上一个圆满的句点。

一、源于课标，立足课本

复习备考的第一步就是要源于课标，立足课本。师大教育系的系主任索桂芳老师在我们的专业课上就非常强调课程标准这一点，模拟授课大赛中也提问了很多我们对于课程标准的理解和掌握程度，课程标准是复习备考中的依据和方向，是试卷中最主要的出题来源。教师们在平常的新课教学中就要注意对于课标的讲解，在复习过程中更是要在课标的基础上进行巩固练习。课标中规定了每个学习板块的若干学习主题，复习中也要围绕着学习主题体现的三维目标：知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观进行。教材是学生学习知识的立足点，教材的知识点能够熟练把握之后，月考的成绩自然也会水涨船高。当然，教材并不是教师进行教学工作的唯一工具，在教学过程中既要教材为基础，又要尽量做到跳出教材，用教材教，而不是教教材，通过这种方法培养学生关注思品与时事的习惯，为以后教学中真正开启学生的思维、培养学生的各种能力提供了充足的依据，月考的复习也会更加容易与轻松。

二、扎实基础，夯实知识

对于我教的班级来说，学生们大多来自山区，知识基础较差，学习经验不足，在月考的复习过程中就要特别注意基础部分的复习，尽量做到简单的题不丢分。基础扎实了，知识积累多了，方法掌握了，自然分析问题解决问题的能力 and 归纳提炼的能力也就提高了。我在这个过程中常用的方法是课堂小测，通过问题的听写和背诵不断强化他们的记忆，在点滴的时间中使他们潜移默化的接受基础并且重要的知识，达到及时巩固与提高的效果。

人事顶岗实习总结 篇8

按照学校的规定，大三上半年，每个学生都要进行实习的训练，在教育实习和顶岗实习之间我选择了后者。后来事实证明我的选择是明智的。于是，我被分到了威县二中进行为期半年的顶岗实习工作，八月三十号，威县广宗的所有实习生到达了实习学校，威县二中的环境很好，我们二中的这个小组被安排在了一个小院子里，一切都比想象中的好很多。我所在的威县二中有初中和高中学部，在来到这的第二天我们就分别被分到了不同的年级组，出乎我的意料，我被分到了高二年级组教生物，我的指导班主任和指导老师都是王倩伏老师一个人，实习班级是高二四班，虽说是在完成大三的学业，理论上说，也是步入了正规的工作，怀着对一切好奇的心理，我信心百倍的开始了我的实习班主任和教师工作。

在二中顶岗实习的半年生活，我将它分为三大块，即教学工作、班主任工作和日常的人际交往的学习。

在教学方面，经验的交流是必不可少的，实习过程中，我们进行了小组之间的听课活动，通过组员互评，可以指出每个人授课的优缺点，互相学习，互相借鉴。

通过听其他组员的一些课和自己这半年来的教课经历，我也总结了一些经验。首先，备课充分。教师在上讲台之前的准备工作要充分，这不单单指对知识的熟悉度，还有语言的组织，教授的方式，授课的顺序，重难点的划分.....这就是说，一节课四十五分钟，要花费你课上几倍的时间去准备，这样才能在上课之前做到心中有数。其次，声音。教师在上课时，主要的媒介就是一个老师的说话声音，授课时，声音不但要做到洪亮和穿透力，而且，语句要抑扬顿挫，语调不能过于平淡，这样才不至于是学生对这节课有疲惫感。然后，交流。上课不是老师一个人的表演，上课的目的是让学生掌握知识，所以，和学生之间的互动是非常重要的。再次，感情色彩。每个教师授课给人的感觉是不同的，这就是说，要想给人以最容易接受的感觉，就要求教师要带有一个良好的感情色彩，这样，才能让学生喜欢听某

位老师的课，所以，教课过程中教师个人的感情也是至关重要的。最后，师生关系。良好的师生关系能大大提高课堂的效率，良好的师生关系的前提就是老师要爱学生，只有让他们感觉到老师的爱才能使这个老师受到学生们的欢迎。

十一月二十六号，师大的夏晓烨教授和王文华教授来到了威县二中，并且，我很荣幸的成为了他们的听评对象。两位教授以及专业老师姜老师和王老师高老师在听完我的一堂课后都做了相应的评价，夏老师给我的肯定是对我莫大的鼓舞。

班主任工作方面，也让我获得了很多宝贵的经验。班主任不仅仅是一名教师，她同时承担着学生的知己、母亲等很多职责。通过将近半年的班主任实习工作，使我对班主任工作有了不同的认识，要想切实做好班主任工作，管理好班级，赢得学生的信任与尊重，并不是一件简单的事。

首先，要怀有爱心。普通的教师要怀有爱心，作为一名班主任更是要有爱心。在老师眼里，学生们虽然都只是孩子，但他们完全可以把你的行为看得透彻，如果你爱学生，并把这种爱带到与学生的相处中去，他们就能感觉到，这位老师的爱，同时，这位老师也会赢的学生们的爱戴。其次，平等相待。作为班级的管理者会有很多权利去支配一些利益关系，所以，班主任在处理班级事务时，一定要在心里立一把秤，要绝对公平的对待每一位学生，只有这样，才不至于在学生中留下老师偏心的印象，才能使自己在学生中树立威信。最后，以身作则。班主任是管理者更是榜样的树立者，班主任以身作则很重要，这样能促进学生对老师的尊重。

半年的班主任实习工作虽然短暂，但是它让我明白了班主任工作的艰辛，要想做好这一工作，就要有无私奉献的精神，要想把一个班级管理好，随意是不行的，一定要讲究方法和技巧，半年的班主任工作远远不能让我领会所有的奥秘，有人常说，教师是太阳底下最光辉的职业，我想说的是，这种光辉是老师背后无限默默无闻的付出换来的，而付出后学生给出的回报，更是可以给教师带来很多欣慰和快乐，班主任就是在体验无私奉献带来的喜悦感。

在二中的日常生活方面，主要就是本组的组员和当地老师的相处，刚到威县二中时对于我来说都是陌生的，在二中我是一个生物专业的实习生，但是二中的组员都很容易相处，集体生活的半年，毕竟是农村生活，有些东西比不上原来生活来的便利，我们也要克服生活上的这种差距，我想我们已经克服了这种差距，并且有些喜欢这的生活，有时候有同学过生日，我们会在晚上举办一个小型的生日party，无比温馨，会做饭的同学也会一展身手，大家围在一起，其乐融融。在多次的团日活动中，我们更是加深了对彼此的认识，促进了感情的交流，这些让我感受到了，大家一起做事是件很美好的事情，一起付出，一起收获，组员之间时常互帮互助，共同进步，很愉快的度过了这难忘的半年实习生活。我虽然没有在农村生活过，却已深深爱上了大家在一个院子里生活的这种气氛。我很庆幸我选择了顶岗实习，在顶岗实习的日子里，无论是在教学管理还是为人处事上，都让我受益匪浅，更重要的是，我收获了一种生活态度，假设一下，如果当时我没有选择顶岗实习，我想每天的我都在过着碌碌无为的生活，对比现在忙碌带给我的充实感和喜悦感，那将是对时间的一种浪费。与此同时，我感到非常幸运的来到了威县二中，遇上了我的指导老师和我可爱的学生们，我在与他们相处的同时，我感到非常充实有活力。

人事顶岗实习总结 篇9

中学顶岗实习工作总结是一篇介绍顶岗实习，顶岗实习工作总结的文章，实习站内可以搜索到更多关于顶岗实习，顶岗实习工作总结的文章，感谢本文作者佚名

来到祖山兰亭中学已有数日，这里的一切让我感触很深，当我走出课本中的中学生物教学论来到真实的中学生中间的时候，我才切实地感受到了自己以前单纯的想法与现实之间的差别。

这是一所重视学生全面发展的学校，除却它的书法特色不说，单从我们生物的实验设备我就知道在这里从事教学定是很有挑战且很锻炼能力的。在指导老师的帮助下我熟悉了实验室配置的实验设备，在镇中里能有这样的仪器设备我很惊讶，然而更惊讶的还在后面，老师带领我参观了生物展览馆，很意外，非常精美，甚至不逊色于师大的生命科学馆的生物标本，只是数量和种类上稍微少一点，但是要看单个个体的精美程度还是非常优秀的。

我也了解到了应该如何组织生物学的教学。学生是课堂的主体，要充分让他们活跃起来，我们老师主要要做的是引导，接下来的探索要争取让他们自己完成。同时还要锻炼他们的动手能力，要跟随课本上安排的“探究竟”，多争取让学生们可

以自己亲自做实验，再配备一定量的演示实验，充分调动学生的学习兴趣和积极性，这才是能让学生在副科课上也能认真学习的最重要的条件。

在这段并不长久的日子里，我每天都在为如何教学如何教好而努力，当我真正走上讲台我才知道自己还有很多知识相当匮乏，这就要求在上课之前要充分备课，尽量把学生可能涉及到的问题都考虑到并把答案记忆清楚。这是对学生的负责更是对自己工作的负责。再者就是认真为学生批改作业，作业是老师与学生交流的平台，通过作业我可以知道学生对我讲授的知识掌握的情况，发现他们容易出错的地方，更可以检验自己讲课的漏洞和不足之处。学生也可以通过作业知道知识的重点，了解自己掌握的情况，更可以在老师的精心批改中感受到老师的关注与关爱。

除了讲课的方法，组织课堂纪律也是一项艰巨的挑战。现在的孩子们正处于青春期，叛逆心理很重，所以要想让一堂课顺利的进行下去也是不容易的。在完成教学任务的同时还要让班级在一种和谐的状态中进行下去。至于如何有效地组织课堂纪律，这是我们现在面临的最大的挑战。让学生们乖乖听课，并心甘情愿地服从你的指导，这不容易，也是工作至今对我来说最大的难题。希望在以后的日子里我可以把这个问题征服，更好地开展以后的其它教学工作。

人事顶岗实习总结 篇10

在公司生产结构部实习一个月，一个月是短暂而充实的。通过一个月的实习，我掌握和了解了一些知识。我非常珍惜这一个月实习的机会，同事都很好，感谢领导们给我这个机会，我会好好工作。结构车间工作内容主要包括：风机结构件的下料、成形、铆焊、校形等。

下料之前，车间技术人员得到下发的生产图纸，进行拆图和工艺编制。简单的拼板结构和型材拼焊结构很好拆图，经过板厚和焊脚预留处理就可以用下料设备下料了，比如说，支架。有些结构零件，比如离心风机叶片，轴流风机导叶，连接风筒，特殊进气箱，马蹄形进气口。拆图时候比较麻烦，首先进行放样展开，放样展开需要一些方法，主要有平行线法、求实长线法、放射线法。板料放样展开还涉及到圆球面等不可展开面的近似展开。机壳拼板下料为了定位方便，拆图时候可以增加标记，比如增加一个小孔、竖直方向边缘小三角和人孔门开长条孔等。不规则箱体加强筋交汇处特殊处理等。

有些构件其组成部分板料下料完成后接着需要使用校平机校平，有些构件下料完成后，比如进风口、轮盖、轴流风机轮毂、叶片需要拱圆压型，需要卷板机和旋压机。还有些需要折弯。这些都完成后转移到铆焊工位，当然每道工序和工位转移都要有质量检验人员的参与。首先铆工按图纸将零件组对，然后交给焊工组进行焊接。结构件在焊接时会发生变形，改善措施：材料的合理选择、结构的设计；合理的焊接工艺对提高结构件的质量至关重要，车间主要使用二氧化碳气体保护焊，其焊接工艺参数主要有，电弧电压、焊接电流、焊接回路电感、焊接速度、气体流量和纯度、焊丝伸出长度以及电源极性。

焊接应力的通常防止措施：工艺方面主要有：

选择合理的焊接顺序；选择合理的焊接参数，尽量减少热输入，如：减小坡口间隙，采用深熔焊，角焊缝焊接的表面应呈凹形或平直，不应呈凸状，采用高速焊和高熔敷率焊条来减少施焊时间；采用反变形法减小变形；焊前预热，焊后要均匀缓冷，对焊后需要机械加工的焊件必须进行消除应力的退火处理；合理采用加热减应区法。

焊接变形的防止措施工艺方面主要有：

采用反变形法和预留收缩余量法，用以抵消焊接变形；根据焊件特点采用对称焊件；焊件上焊缝不对称时，应先焊焊缝少的一侧；焊接长焊缝时，采用跳焊法、交替焊法、逐步退焊法；焊接过程中，用胎夹具将焊件强制固定，增加焊件的刚度；采用强迫冷却法，使焊缝处的热量迅速散走，使焊缝附近的金属受热面积大大减少；严格按照图纸标注的焊接信息施焊。

矫正焊接变形的的方法：

利用机械矫正，常用压力机、碾压机、千斤顶、手锤等；加热矫正，用氧乙炔中性焰加热。

焊接接头缺陷与防止措施：

夹渣在焊接下一道焊缝时仔细清理焊道上发亮的渣壳，适当降低焊接速度，采用含脱氧剂较高的焊丝，提高电弧电压。

裂纹适当提高电弧电压或减小焊接电流，以加宽焊道而减小熔深，适当填满弧坑并采用衰减措施减小冷却速度，减小行走速度，加大焊道横截面。

二氧化碳气体保护焊采用直流反接（焊件接负极）减小飞溅，保护气体不是纯净二氧化碳而是使用80%的氩气和20%的二氧化碳，减少飞溅。刷油也是为了减少飞溅。通常所说的焊接参数为一次电压、电流。通常二保焊电流为电压的10

倍，实际中我们车间通常使用的焊接一次电压为25~30V，电流为250~300A；二次电压电流起弧作用，防止产生弧坑。车间使用的焊丝牌号为THQ-50C材质H08Mn2SiA适合焊接Q34516MnQ390。

焊接完成后铆工再次对焊接产生的变形进行校正，一般采用机械外力和中性火焰烧烤方法。消除应力采用机械振动和退火炉退货方式。

风机按出口压力可以分为：通风机——标态下，风机出口全压 $\leq 0.03\text{MPa}$ （ 0.101MPa 20摄氏度）

鼓风机：风机出口压力为 $0.115\sim 0.35\text{MPa}$

压缩机：风机出口压力 $> 0.35\text{MPa}$

车间生产离心风机和轴流风机。离心风机分为离心引风机和离心鼓风机；离心风机叶轮组叶片有机翼形叶片和普通叶片，形式有双吸；轴流风机有动叶可调和静叶可调，动叶有单级和双极。静叶叶片焊接到轮毂上，叶片为三元流叶片，叶片图纸已经看懂。

人事顶岗实习总结 篇11

咀嚼这近四个月的顶岗生活，一幕幕还呈现在眼前。初到实习学校时的陌生，初登三尺讲台时的彷徨，初次听课时的欣喜。童心未泯的我想象着该敛去脸上的怯弱和羞涩，去迎接真正的挑战。在这里，我不仅锻炼了自己的表达能力，更提升了自己的为人处事的能力。下面我就将针对一些在顶岗期间需要注意的一些关系做简单的介绍。

一、与实习学校校领导的关系

这一点很重要，因为实习期间的工作安排和工作计划都要经过校领导的.批示或同意。初到实习学校时，后勤主任就带我熟悉了各个领导的职务范围及级别高低。在实习期间，难免会遇到生活上和工作上的问题，这就需要我们能很好的与校领导进行沟通交流。

我们到实习学校后不久，就迎来了教师生涯中的第一个教师节和中秋节。针对现在中学生对传统节日的忽视，对西方节日的崇拜，我向校领导申请举办了一次“凝聚力量传播精华”的征文比赛。这一活动取得了校领导的称赞，为我们的实习初期奠定了良好的基础，也为以后工作的展开筑下了有利的铺垫。

当然也有发生“冲突”的时候，校领导有时会把一些本校老师不愿意做的事，交给我们来做。这就需要我们能在两者之间做好调解，即不可违背校规，又不能“得罪”校领导，否则的话，对以后实习工作的顺利开展很不利。

二、与班主任之间的沟通

班主任是一个班级的主力军，是一个班级的核心部分。他们不仅了解本班学生的各方面情况，也有适合本班实际情况的管理方法，所以实习期间与班主任的沟通是必不可少的。如果在班级管理上遇到了问题，或是与学生发生了冲突，都要及时的与班主任进行沟通。

我所任教的两个班级的班主任就有着不同的治理方法和管理模式。111班的班主任张老师是典型的严厉型，他所奉行的教学理念是：严师出高徒。112班的班主任聂老师是典型的温柔型，他所奉行的教学理念是：多鼓励学生，发现他们的闪光点。不同性格的班主任，会带出不同个性的学生，所以对这两个班级，我就要用不同的教学方式，这样学生才能更快更好的适应。

当然，也要学会向班主任反映情况。如哪个学生这节课认真表现了，哪个学生最近上课不认真听讲。与班主任的这些交流，会使班主任感觉到你是一个认真负责的老师，班主任也就更乐意教授你一些管理班级的措施。这样，对自己课堂的顺利开展也有一定的促进作用。

三、与指导老师之间的交流

指导老师一般都是资历比较深，或是在教学上有影响的教师。实习期间，我们会在教授本科目时，遇到这样那样的问题，这时就需要我们向指导老师讨教一些相关的教学方法。我们在到达实习学校的第二天，校长就安排了我们与指导老师见

面，而我的指导老师就是一位在教学上有自己独特见解的教师。

在我第一次讲解文言文时，就遇到了很大的难题。把握不好学生的理解能力，把握不好学生的翻译水平。所以上完第一课时，学生对本篇课文理解的不是很透彻。在与指导老师就此进行交流时，老师告诉我，文言文首先要求学生在课前必须是读过几遍的，其实要让他们试着翻译，针对他们翻译不对的地方作补充，最后要让他们把单个字词的理解都记住了。这对我以后讲文言文起了很大的作用。

当然，有的实习老师也往往会把一些自己不愿意处理的事情推给实习生，例如：批改作业、判卷子等。这就需要我们在指导老师面前维护自己的权利，学会委婉拒绝。要让指导老师了解你的工作计划及工作安排，这样指导老师就不会强制性的把工作推脱给你。

四、要与学生之间相互尊重

首先要明确自己与学生之间的关系是师生关系。在课堂上，学生要认真听讲，是对老师的尊重。但尊重是相互的，你首先尊重了学生，学生才会尊重你。尊重学生不单单是说，给他足够的面子。而是说，在他犯了错误时，对待他像对待其他学生一样。不能放任他的性格随其发展，要让他感受到身边还有关注他的眼神。

在我所教的111班，就有一个这样一个学生，自己在教室的最后一排，坐单桌，上课总是趴在桌子上睡觉。进过询问，我了解到，与其让他上课捣乱说话，还不如让他趴在那睡觉。知道了情况之后，我没有像其他的老师那样想，每次上课我都走到他身边，轻轻的拍一下他的肩膀。刚开始并没有什么效果，但慢慢的，他不再趴在桌子上了，而是拿起了语文书在看。一次，我进过他的身边，他塞给我一张纸条，上面写着：老师，其实我没有睡觉，只是在那趴着，我想看看有没有老师叫我，因为别的同学睡觉，老师都会叫他们，但是就是没有老师叫我，所以我就一直习惯性的上课就趴着，反正没老师叫。但那次你却叫了我，我很感谢你对我像其他同学一样。

学生的心理都是一样的，得到老师的关注、认可、和尊重。所以要平等的看待每一个学生，不能因为这个学生捣乱，就剥夺他的权利。尊重看起来很简单，但做起来却是很难得。作为一名教师要“以尊重换取尊重”，如果你都不尊重学生了，学生何来尊重你呢？

实习生活已经接近尾声，回头看走过的路，很漫长。有过微笑，有过眼泪，当这一切都成过去，才发现原来是那么美好。顶岗实习的日子将成为我们人生道路上珍贵的瑰宝，伴随我成长的轨迹。

人事顶岗实习总结 篇12

通过四年大学专业学习，学习到许多专业的理论知识，同时也明白到专业知识的运用不仅仅是纸上谈兵，要检验自己本身是否真正掌握到所学的知识，实践是的途径。实习是大学教育最后一个极为重要的实践性教学环节。在学校老师和实习单位的共同关心帮助下，我顺利地完成了为期两个月的实习，以下是我的实习报告。

一、实习目的

学以致用是学习的最终目的，社会实践是的途径，尤其对与人打交道更多的人力资源管理专业来说。通过实习，巩固人力资源基础知识，完善自己的知识结构，培养分析、解决实际问题的能力及对实际工作的适应性，达到锻炼能力的目的。了解现代企业人力资源管理的运作体系和管理流程，找到自己需要巩固和发展的专业方向。实习起着过渡作用，让我了解社会现实，从实践中拉近与社会的距离，在实习过程中发现自身的优势和不足并完善自己，做好由学校走向社会的转变，为将来更好地投入工作和社会生活做准备。

二、实习岗位

人力资源助理，执行人力资源日常性事务工作，辅助人力资源部管理人员完成人力资源目标规划。

三、实习内容

1、内部考勤及编辑、打印、存储等文稿工作。

之前在学校的大部分时间是用来学习理论知识，并没有从事过相关的工作且对公司各方面不熟悉，带我实习的上级安排了公司最基层的工作，主要包括利用现代化办公网络进行的编辑、发送、接受、存储等。这类的工作看起来比较简单，但却容不得半点马虎大意，每一个细节都必须注意到，养成了我严谨认真的好习惯。

在内部考勤过程中，需要每天记录员工的出勤等状况，我对公司的各个部门及

其工作岗位有了大概的了解。这也是考验我的沟通能力的时候，与公司员工保持良好的沟通能够起到事半功倍的效果，有助于大家协调一致高效完成任务。这为我后来的人力资源助理工作做了准备。

2、人力资源相关工作。

在进入公司几天之后，我对公司的运作流程和管理有了相应的了解，开始辅助人力主管从事人力资源基础工作。

(1)、考勤管理。

我了解到考勤对于一个公司的重要性，它更多的是一种约束监督。为维护良好的经营秩序，提高工作效率，保证各项工作的顺利进行，以使员工保持良好的身体素质和旺盛的精力，努力做好本职工作，我们会严格实行考勤管理。完成每月考勤记录，并根据考勤情况进行薪资计算与发放。这是相当重要的一块内容，计算薪资需要严谨的态度和细心的工作状态以及高度的责任感。虽然只是简单的计算，公司目前拥有的员工及人员量的增加也加大了一定的难度。

(2)、招聘工作及员工培训工作的计划、组织、协调和管理。

在我熟悉公司招聘环节后，依据人力资源部门的要求计划，协助人力主管组织各种形式的招聘工作、收集招聘信息，负责招聘面试，督查招聘的进程。对于招聘这一块，我们招聘职位，先在网上发布招聘信息，初步筛选后进入笔试的准备和监考、面试预约、录用、培训环节。

(3)、人事档案、考核、考查工作。

给员工办好入职手续，新员工刚入公司，首先要通过正常的途径使其成为公司的一名员工，这包括签订保密协议、担保书、劳动合同等等，办工作证等等；完成员工的试用期转正工作，审核申请书、述职报告等。每一项工作都必须严谨对待。

3、其他日常工作。

在工作需要的时候，我临时充当文员的角色，完成上级及因工作需要所交付的任务。或者肩负办公物资申请、发放、管理任务，办公物资的领用、发放、管理也是办公室管理的一项内容，要做到合理使用、规范使用，并且要及时满足各部门的需要。

坚持每周工作例会及工作总结、汇报制度，提高了工作人员的业务工作能力及理论、政策水平，明确了工作分工，增强了工作配合，提高了工作效率，收到很好的效果。

人事顶岗实习总结 篇13

20x年3月27日，是我来邮局实习的第一天。我感觉那时自己开始慢慢融入这个系统了。

刚开始来到后沙峪邮局，我不知道该干些什么，估计这是每个刚开始实习的人都有的感觉，陌生的环境，陌生的人们，使我们这些刚刚步入社会的大学生有些不知所措。但我的不适应很快就因同事们对我的热情而消失了。周围的同事年龄和我相仿，大家都是年青人交流起来方便了许多，他们并没有因为比我早到这里而“欺生”，相反对我非常的照顾。毕竟在学校学习的东西以理论性的为主，我对于实际操作还有许多不清楚，师傅和其他同事便一步步的教我，直到我学会为止。我感觉在这一段时间里收获了不少，这里面既包括知识又包括同事之情。

后沙峪邮局是顺义第二支局，周边别墅、小区、工业区、单位多，外国朋友多，面对的人群是高素质、高收入、高水平的，所以这里的任务更加艰巨，更多样，对员工自身的业务技能、业务知识、服务水平也就更严格。这样局里对各方面要求也就相比之下多了，潜移默化中我的素质也得到了很大的提高，比如在语言表达上，和肢体表达上，当用户走进柜台一米时，要说：“您好!请问您办什么业务?”，不能说：“为什么?”“什么事?”，“快点，后面还有好多人等着呢!”或者态度冷淡，不理不睬。还有用户需要办理非本台业务时，要说：“对不起，请您到x号柜台办理”不能说：“这不能办”或“该找谁找谁去”等等一系列的话。后沙峪是顺义区外国人居比较集中的一个地区，有许多不同肤色不同种族的外国友人来邮局办理业务，所以英语是比较常用的，书到用时方恨少，因为自己的英语不是很好，每次和我都用英语搭配肢体语言为他们服务，我想：虽然不能和他们流利的交谈但我要用自己热情的服务去弥补，当看到他们带着满意的笑脸竖着大拇指离去时，我想一定要抓紧时间学习英语，争取再有外国友人来办理业务的时候能让她们能更加满意。

作为一名邮政工作人员，只有热爱自己的邮政工作岗位，并把它当作实现自己的人生价值的过程和最终目标，而不仅仅是一种谋生的手段，才能尊重自己的工作，从而焕发出极大的职业进取心，产生出源源不断的动力，全身心地，忘我地投入到本职工作中，积极主动完成各项任务。因此，我们要把邮政工作当作事业来追求，热爱并尊重这份职业。邮政事业的发展需要新鲜的血液，需要高涨的热情，但是更需要冷静的思考和踏实肯干。我要在今后的工作中，戒骄戒躁，努力学习业务知识，不断的发现问题改正问题。

作为邮政事业未来发展的生力军，作为一名中共预备党员，我要用自己的青春和热情还有扎实的业务知识为邮政事业的未来奉献自己的力量。

人事顶岗实习总结 篇14

转眼间，顶岗实习的日子，我已经走过了三分之一了，从对这里的陌生到现在的熟悉适应，我已经慢慢适应了教师这个角色的转变，想想我已经是承德县第四中学的老师了，尽管每天有很多事去解决。有很多要备，但累并快乐着。三周了，十几天的时间我感觉自己已经不是原那个羞涩、紧张的自己了，能学着去适应并冷静的去接受所有的挑战了，总而言之，我想说，我学会了：

一、为人师表，严格要求学生与尊重学生相并重

首先，站上讲台上我就是个老师，作为一个老师，就应该做到为人师表，不仅要教书育人，发挥自己的引导作用，还要给学生以榜样作用，做到不管是在言行上，自己的所作所为上，还是形象上，都有个样子。其次，要尊重学生与严格要求学生相并重，在我看，尊重学生是严格要求学生的前提，只有你将自己的真诚与尊重给学生了，相信他们能行，才能进一步的去严格要求他们，让他们循序渐进的学习。不能一味的只有严格没有尊重，这样只会挫伤学生的积极性。这是我的第一感悟。

二、学会正确的区分角色的转换

“三尺讲台”这是作为老师的一个标配，站在那里，你就要随时随地给学生解决他们不懂的或疑惑的地方，不能太过分的想着跟他们交朋友，而是在学生面前树立一定的威信，让学生知道你是严格的，从而自觉的遵守班的规定与制度。这是老师必备的素养。走向讲台，你可以不再以一个老师的方式去命令他们去做他们不想做的事，而是稍微改变一下，学着去了解学生的想法，去做他们的“知心姐姐”，从而更进一步的了解，走进他们。这是的第二点。

三、班级管理的重要性

我上的是两个班的，对于这两个班说，一个班的学生是特别听话的，上秩序也挺好，但另一个班是活跃的，上秩序杂乱的，有时候自己的也很纠结，不知道该怎么去做，因为两个班的学生接受能力不一样，所以堂秩序就不一样，一班的学生很聪明，但是一有问题就开始叽叽喳喳说，二班学生不像一班能很快接受，所以上很认真得听。这就是区别。所以一定要根据学生的活跃程度及自身的方面出发，变通的去管理不一样的班，这样你的堂秩序才会好。

四、人际关系的重要性

在一个陌生的环境里，人与人的交往是最基本的，也是最重要，我很高兴，在这个环境里遇到了关心、照顾我们的老师，在我有事的时候，去帮我；很高兴，在这里有志同道合的岗友们，一起加油互勉，每天“谈天说地”，很高兴，在这里，有一群很配合我，给我带快乐的学生。

虽然我的感悟不多，但却足以让我收获许多，我会更加努力的去发现每一个细节以及自己的反思，让自己越越像一个老师。

人事顶岗实习总结 篇15

三个多月的x顶岗实习，很快接近尾声，现在想来，所有的就剩下沉淀在心中的一份对教师的憧憬以及对孩子们的那份责任以及承担这份责任的历练以后的积淀。

xx年5月20日，我怀着激动地心情踏上了期待已久的顶岗实习之路。当我坐上离开湖北民族学院的班车的那一刻起，我就知道我经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅途，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆和无与伦比的财富。

记得那天我们是早上8点多钟从学校发车，下午6点多钟才到实习点（鹤峰县最偏远的的一个乡镇中学——铁炉民族中学），坐了近10个多小时的车。我们一行3人

虽很疲劳但很兴奋，毕竟这是我们第一次实习，是我们第一次以老师的身份走在校园里。接下来几天并没有什么实质性的工作，只是分别听了下教学主任和所顶的岗的老师的讲话，并看了看学校的环境，算是对学校的初步了解吧，真正的工作是从第二周开始的。前几天“上班”只有两种感觉：忙，累。每天觉得睡眠不足，早上6：30起床，晚上10点多回寝室。但我知道我的实习之路才刚刚开始，我要经历的还很多，这是我所预料的，也是我所想要的。因为我知道人只有在艰苦的环境中才能磨练出坚强的意志。

我的顶岗实习被分配顶田绍剑语文老师的岗教802班的语文和701班的历史。这两个班的课程全部放手由我独自完成，完全成为一名真正的教师。这让我在庆幸自己能大展拳脚的同时渗透了些许忧虑，毕竟自己还是出生的牛犊。但既然选择了顶岗实习，就努力把它做好！

我的顶岗实习有以下几个方面：

（一）教学工作

第一周，我通过指导老师先熟悉802和701班的基本上课情况，以了解学生姓名，成绩为主，同时学习指导老师的教学方法和教学模式流程。第二周，由于所顶的岗的老师即刻到大学深造，且我们在大学期间有充分的准备，对于教师技能这一块也比较有信心，所以在听课的一周后就开始独立走上讲台了。在铁炉中学，我对自己要求很严格，每次上课前都要充分的备课，并请一些资深的语文老师修正。所以我的工作就是听在校优秀老师讲课——写教案——试讲——修改——上课，反复练习，完善，尽量让每节课所讲的内容烂熟于心为止，即使这样，我还是遇到了许多平时没有学过，也没料到过的问题在课堂上出现。这让我知道教学生知识时，我仅仅只懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。

对于上课，我有几点体会：

第一，如我所教的语文和历史这两门课程，是属于文学方面的东西，本就应该充满乐趣于中。经过3个月的讲课，我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，兴趣是最好的老师。只有在乐趣中学习才能使学生爱上学习，不再视学习为负担。这样才能更好的吸引学生的注意力。我听了两位老师的课，一位活泼一位严谨，从效果来看前者要好些。所以上课的例子一定要能提高学生的学习兴趣。我觉得在这一点上，我以及另外两位实习生队友都做得很不错。

第二，上课的内容一定要把握好，还要了解学生对于课程的掌握及记忆程度。还记得那次我上语文第四单元《桃花源记》这课，我要求背通过，可这单元上完后，我检查背诵情况，发现我错了，全班竟没几个能完整的背出来。这时候，我真的很伤心。对于这个，我自己反思了，我太过放松对他们的检查过关情况了，且学生对于这课的重视程度远不是我所想的。所以以后我一定要把握好课堂的内容与强度，严格过关所学的知识。

第三，所有的课程要形成一定的联系，那么，课程就会形成一条链。学生更容易接受，讲授起来也更加上手。

第四，俗话说，要给学生一碗水，自己就要有一桶水。上好一堂课不仅要求我们能旁征博引，而且平时也会一些书上没有涉及到的知识，这时候你不仅要自己对这些知识点有所了解，而且更重要的是你要能够以学生能够理解的平实话语将它表达出来。往往我们认为容易的在学生眼里也许并不是这样的认为。我们要时刻站在学生角度想问题。

在3个月的实习过程中，我所教的两个班参加了三次大型的月考，我的语文，历史成绩得到了学校领导及学生家长的肯定与好评。

当然我也认识了自己的不足：

一，我的语速有点快。

二，我的板书有点乱且出现过错误。

三，在讲授知识点时，在突出重点，难点的同时对学生的自主探索学习有所忽略。

（二）班主任工作

在实习中，我还做了班主任工作。在原班主任彭老师的帮助下，顺利完成了各项任务。我的班主任生活是从早上6：30开始的，简单的洗漱加上仓促的吃点早餐，为的是能在7：10到达办公室，7：25到教室督促学生做好值日和晨读；中午12：30要到教室稍加管理学生午休的情况；下午17：20有时候到教室看学生的小自

习的纪律；晚上19：00——22：00到教室督促学生晚自习。我一般一周去两个晚上。所以，我们经常是披星戴月。头几天还能坚持，而过几天之后就会感到特别的苦与累。而像那些老教师，他们长年累月都是如此，教师这份工作的辛苦可见一斑。在班主任工作方面，我觉得对于学生最重要的就是“爱心”。而且，我觉得对学生的管理最重要的就是“刚柔相济”！

人事顶岗实习总结 篇16

在初春时节，我到x办事处实习，在办公室担任助理的工作，包括收发传真、复印、分发信件，准备培训材料等工作。

在实习期间，我接触了一些办公用品，如传真机、碎纸机、打印机、扫描仪等，掌握了这些机器的基本操作。了解了公司办公的基本情况。

同时在此期间我也学到了许多更有用的东西。开始实习时，刚进入陌生的环境难免会有些紧张，不知道该怎么办。是同事们友善的微笑缓解我的尴尬。大家都很有礼貌，不管大事小事都要说声谢谢。对于我这个很少跟生人打交道的学生来说，是给我上了一堂礼仪课。

作助理，任务比较琐碎繁杂，指导我的老师教我，做事情要分主次、有条理。说着容易，做着难。每天要发传真、收信件、整理废旧纸张在利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好。这样就不会乱。正好最近公司要进行培训，需要复印资料。一共17份，每份里又有十余份不同的资料共百余页，这时候就需要有条理，每份资料分别印刷，清点数量，一张都不能错漏。这时候就要慢慢来，一点点完成。保证每份资料的完整和质量。“分主次，有条理”是做好事情的关键，这次实习让我更加深了对这句话的理解。

我所在的部门是这家公司的数据处理中心，全部资料、文件、电脑软件均是英文，除此以外还有一些外籍员工。在这里的工作让我认识的我还有很多东西需要学习，加强自己的能力。在此期间，我也旁听了几次面试。让我了解了面试官需要了解得东西，和我欠缺的地方，为我以后的面试做好准备。

这些就是我实习最宝贵的收获。实习是我步入社会前的第一课，教会我怎么待人接物，如何处理各种事情。虽然在短短的一个月里看到的只能是工作的一个侧面，学习的只能是一些初步的方法，但这些对于我是非常重要的。这次实习告诉我，在社会这个大学堂里我还是一个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚谨慎的态度，无论大小认真踏实的完成每一件事，走好每一步。

人事顶岗实习总结 篇17

20xx年9月9日至10月30日，我在xx市第六中学七（2）班进行了为期近两个月的实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学、班主任工作。在原任指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务，实习工作得到了较为圆满的成功。现就个人实习后的情况和感受作如下回顾与总结。

安顺市第六中学给我安排的是七（2）班的语文课。在上课过程中，课堂气氛比较活跃，有时甚至可以说是有些吵闹，有些学生几乎是抢着回答问题的，我想这主要是学生的好奇心和刚上初一童稚未泯的使然。上课的时候，我尽量把音量放到最大，充满激情，多运用肢体语言，有时还附带一些幽默的课堂语言和与课文有所联系的课外知识，这就能吸引学生的注意力和激发他们的学习动力。比如，《论语》是要重点讲的课文，我在给学生讲《论语》（十则）的时候，就给学生所了这样的一个故事：清朝时有个文学家叫毕沅，他在陕西当过巡抚。

一天，他到庙里去住宿，看见一位小和尚在念经，于是就问他：“小师父，请问一部《法华经》共有多少个‘阿弥陀佛’？”小和尚说：“回大人，我是个蠢人，不知道这个。大人是天上文曲星，聪明得很，一定知道一部《论语》有多少个‘子曰’吧？”毕沅也答不出。因为“子曰”实在太多了，谁也没有统计过。我用这个故事来说明孔子的言论之多，不想有个学生下去动手查了查，说有201个左右。在对“士不可以不弘毅”中的“士”做解释的时候，我就顺便对古代贵族分类以及贵族和平民的差别做了简单分析，学生也饶有兴趣。在后来的教学活动中，也证明了这些方法是可行的。这样，在学到知识点的同时激发了学生的学习兴趣，活跃了课堂气氛。总得来说，在整个教学过程中，很好的完成了教学任务和教学目标。

人事顶岗实习总结 篇18

20xx年x月x日，我有幸通过学校安排到中国中铁四局六公司五分部进行顶岗实习，很快两个月的实习任务已经结束，在工作岗位上的锻炼使我受益匪浅。实习期间，我不怕吃苦，努力工作，严格要求自己，努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间能够遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导交办的工作，得到实习单位领导及同事们的一致好评，同时也发现了自己的许多不足之处。现对这次实习做如下总结：

9月x日，我们坐车到了邯郸的工程现场，虽然去之前已经做好了很充分的思想准备，但看到的情况还是出乎我的意料。尽管在学校也进行里校内实习，但那是在企业的顶岗实习所不能比的。刚进五分部的项目部，首先映入眼帘的就是外面停着巨大的吊梁机（后来才知道那就是吊梁用的龙门吊），然后就是浇注桥梁的模板，各种标号的钢筋、水泥、模板，那感觉就是整天嘴上说的最多的“工程”，现在要真正进入它了。

公司所在的工程是修建石家庄到武汉的高速铁路。刚去的时候，就根本不知道干什么，还好有一个师傅带着。我做的第一个工作就是GRP高程的采集，我当时就心想，高程采集那是我们在学校早就熟知的，不管是理论还是实际操作都很熟练，应该没什么问题的，但当我们一见那仪器，就傻了？我们以前就根本没用过那种仪器，他们用的都是那种很先进的仪器——美国天宝的电子水准仪，以前只在书上见过、听说过，但根本就没有使用过。不会不当紧，咱可以学嘛，刚开始师傅教我放置标尺，他们的那种标尺是铁的，下面有一个磁铁，正好可以放置到GRP的孔里，师傅就说：“放置标尺很简单，把标尺扶正就行了，但重要的是一定要放到GRP的孔里，由于看不见那个孔，所以完全是凭感觉……刚开始还不太习惯，经过半天的练习，觉得找着感觉了。我本来以为，GRP的高程采集，我至少也要干几个星期吧，结果下午我被调到测量组，开始了我长达几个星期的GRP平面采集的工作。

GRP平面采集就是利用上一级控制点CPIII，测量出其坐标的过程。桥上很多的工作都是利用GRP数据进行测量的，所以对其精度的要求比较高，所以测量的时间选在晚上。晚上去测量组找我的新师傅，一看，呵，原来是我们学校的大三的，我还都认识，刚一见面就有一种亲切感，后来他们对我确实很好，不但把技术毫无保留的交给我，还在生活上进行帮助，这都是后话了。上夜班，对我来说，又是一个新的挑战，因为在我的概念里，搞测量向来都是在白天搞得。

第一次上夜班确实很兴奋，晚上根本就没感觉到瞌睡。刚开始不知道怎么测，就按照他们教的先把棱镜安置到桥两边防护墙上的CPIII专用孔里，然后就架设仪器，开始

测量。前两天由于不会什么就干些打灯，安置棱镜的工作。经过三天的学习及自己的摸索，基本掌握了GRP的测量原理及测量过程。

GRP的测量是利用上一级控制点CPIII，使用后方交会的方式进行全站仪设站。然后把每个GRP的大概坐标输入电子手簿，全站仪就可以自己寻找到每个GRP的大概位置，每个GRP点上棱镜的放置，都使用强制对中三角架，调平三角架，然后利用全站仪里面的ATR，精确找到棱镜中心，进行精确测量。每次测量十五块轨道板，其中有五块是搭接上一次测量的。本来后方交会设站只需要两个棱镜就行了，但为了提高精度，增加六个棱镜进行检核校正，并在电子手簿里进行平差，得出最精确的值，还有一个原因就是他们使用的徕卡1201的全站仪，支持服侍马达，当通过两个棱镜确定了全站仪的位置后，可以自己寻找目标。徕卡全站仪还带有精光和导向光，这也是能够在夜晚工作的原因。

几个星期GRP平面采集下来，感觉到企业的测量理念和我们在学校接触的不太一样，其中有三点：

一是控制网布设的环境条件要求。我们在六公司，工作的环境主要就是在高架桥上，这对布设控制网的地形条件就有了很高的要求。当时我见他们都用后方交会的方式做控制，很是不解，后来才明白，如果布设导线进行边角测量，那么受环境的影响就会很大，工作起来很不方便，不说高架桥的宽度受限制外，单单是桥上来往的施工人员，工作车辆也是不允许的。

二是测量精度的要求。很多人都说，对测量人员来说精度就是生命，达不到精度要求的数据，无论他多么完美，都是毫无价值而言。所以为了弥补后方交会精度低的问题，设站的时候增加六个点进行检核和平差，然后使用带服侍马达的全站仪，避免人工寻找目标触摸仪器带来的误差。对准每个GRP点都使用强制对中的方

式，减少误差的来源。

三是检核条件的布设要求。我们在学校的测量过程中往往就设一个检核点或就不设检核点，而在企业这是根本就不被允许的，因为如果不设或只设很少个检核的条件，万一数据出现一丁点问题，对一个工程来说那不仅仅意味着造成巨大的财产损失，还会使工期延误，甚至出现人员伤亡的情况。所以采集的时候，每采集十五个点，其中就有五个点是用来检核的，设站时多增加六个点，也可以起到检核的作用。

还有一个有趣的现象就是工作不累，下班累。由于是在晚上工作，所以每天回去都在一点以后，平时送人的汽车也不会来了，所以每次我们下班都要背着沉重的仪器、脚架、棱镜等，走很远的路程回去，虽然晚上的温度很低，但每次我们回去时都感觉大汗淋漓的。

他们采集时用的是强制对中三角架，就两个脚螺旋，刚开始使用很不习惯，经过一段时间的‘熟练，终于运用自如了。它那个三角架很低，要蹲下来才行，一晚上蹲的两个脚都麻了。感觉测量确实挺累的……..

三个星期多的平面采集结束了，迎接我的是一项全新的工作，也是所有工作里面最为重要的一个——精调轨道板。GRP平面、高程的采集都是为精调轨道板服务的，现在有了GRP的数据，就可以进行精调轨道板了。

精调轨道板就是把已经放到位置的轨道板进行精确放置。由于高速铁路的时速可以达到400km/h，所以要求轨道一定要精确的放置。

这次我又换了一个师傅，他仍然是我们学校大三的，对我非常的不错。精调，白天晚上都可以干，所以我们实行倒班制，每台仪器两个组，人休息仪器不停。第一天的工作我就感觉到精调明显比其他几个工作有难度。每次工作不但要对仪器进行很多参数的设置，还有保障仪器不会因为外界的环境出现问题，因为他太灵敏了，稍微有一点问题都会使它不工作的。

精调的时候直接把全站仪架设在GRP点上，再架一个后视棱镜进行定向。全站仪和后视棱镜都是通过强制对中三角架直接架设在已知的GRP点上。然后再分别测量轨道板上的四个精调标架上的棱镜。每个标杆上有两个棱镜，每个标架分别放置在不同的承轨台上。每个轨道板上有十个承轨台，在中间和两边分别放置三个标架，第四个标架放置在上一个轨道板进行搭接上一块，保证所有的轨道板都可以串联一起。每完全的测量一次，就会出现一次要对轨道板进行调节的数据。每个轨道板放在六个精调爪上，六个精调爪可以对轨道板进行上下左右的调节。由每块轨道板有5吨重，所以每块都要配有四名工人进行调节。精调这项工作看似简单，学习起来也很容易，但要保证它不出问题的正常工作，却是一件很困难的事情。

首先，你要保证仪器不出问题。精调的学习其实并不是很难，但工作的时候要考虑的东西太多了，电台设置的频率、端口，各种限差修改等，一不留神就会出现错误，导致不能正常工作。有时就是按照要求正常步骤进行，但就是不行，就是找不到原因，所以一个月的工作下来，就会摸索出很多解决问题的方式，一旦出现问题该怎么办，而这些都是需要自己不断摸索总结的，并且还要求有严谨细心的态度，不然会很容易出现问题的。

其次，精调是一个集体很强的工作，一个人的力量再大也是没有用的。每个组有两个技术员，四个精调工人，技术员一定要和四个工人配合好。首先要教会工人如何工作，然后再教一些技巧和工作经验，工作的时候要充分调动工人的积极性，和四个工人密切配合，这样才能高效的工作，这就要求我们要有很好的协调能力。如何和工人处理好关系，我感觉才是精调中最重要的。

我很珍惜这段时间的实习，它给我的大学生活添上了出色的一笔，它让我增长了更多的专业知识，让我了解自己的优点与不足。两个月的实习，有辛酸也有快乐，这是我大学生活中的又一笔宝贵财富。社会在发展，科技在进步，在新技术广泛应用的今天，我们马上就要步入社会了，因此，我们要敢于尝试、敢于拼搏，这样我们才会有所突破、有所创新，才能保证自己不被社会的浪潮所淘汰。

人事顶岗实习总结 篇19

亲爱的同学们，大家上午好！大家辛苦了！

河北师大第十五期顶岗实习支教丰润迁安分队自20__年8月29日进驻迁安，8月31日进驻丰润至今已经两个月了。为了完成共同的使命，我们大家背负行囊，远离母校，来到了渤海湾畔，北方门户，京东咽喉——唐山；为了完成共同的使命，我

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/486053223024011030>