师范生实习周记范文

我想不管我们大家会怎样来度过自己的教育实习，但我总觉得它在我们的人生中是独一无二的，在此中我们第一次真

正的走上了讲台，并体验到了作为教师的乐趣和艰辛……

也是在此中与我们的第一批学生相遇，相识，相知……也是在此中我们遇到了指导我们教师生涯的指导老师，不管好与

不好，他终究会对我们的教师生涯产生一定的影响。

我不能说对于每个人来说这次教育实习很重要，但是这样机会真的很难得，这样的每一个日子也是值得追忆和怀念的。

据我所知，我差不多是最早去实习学校的了，二月五号只身来到了学校，二月六号就去了实习学校报道了，学校领导给

我们安排了一下实习的工作，回去准备了几天，于二月十号正式去了义务教育部那边。

先是听了一节课，于是就给他们上课了，上课的班级是初一三班，也就是我现在实习班主任的那班，虽然说他们很调皮，

成绩也不好，但是人都还不错，比较听话，上课回答问题也很积极，对待老师也很有礼貌。

应该说学校给了我很大的自由，实习他们的班主任是我自己选择的，而我之所以会选择他们是因为他们是我踏上教师生

涯中的第一个真正的教学对象，那节课我上的很顺利，教学效果也很好，是他们给当老师的勇气和信心，虽然说要让他

们改变和成长我会花更多的功夫，虽然他们有时候的作业实在是有点让人生气，可是我知道他们大多数是认真的，我也

知道在自己的不懈努力下他们会有很大的提高的，加油！教育实习周记范文

说到实习的时候，不得不提的是我的实习指导老师、我可爱的学生们，我的实习伙伴们以及我自己的生活。

先谈谈我的实习指导老师吧，她是我们学校毕业的，可以说是我的师姐吧，不过年龄还是有点大了，她对人很好，和周

围同事的关系也很好（没有想到她竟然可以上课时间不够去挤其他老师的课）对我也很好。

除了在教学方面对我认真的指导（她几乎每节课都会听我的课）外，还在生活关心我，怕我没吃好饭，怕我的嗓子受不

了等等。

另外一个是我实习班级的班主任，她对我也很不错，经常和她聊天的时候会聊很久，当然了除了学生外，还有很多啦……

还有另外的一些科任老师也还不错，正在逐步的了解之中，呵呵

我的学生其实都很可爱，虽然说他们也有那种很调皮的，也有经常写保证书的、检查什么的，但是至少在我眼中他们都

是可爱的。教育实习周记范文

虽然说很多老师都说我实习班的很多学生笨，但是我还是很固执的认为他们是具有可塑造性的，而且具有很大的发展潜

力。开始班主任的工作是从这个周才正式开始的，值得庆幸的是我实习班的同学我都能认识完了，也了解到了有的想当

音乐家，有的想当模特，有的不想当老师等等。

应该说从这周起我们的实习生活是比较累的了，但是看着他们可爱的笑容，听着他们的一声声老师好以及老师再见，让

我疲惫的身体感觉到很轻松。

我的付出没有白费，我发现他们开始喜欢上生物了，他们也会在打篮球的时候叫我去，也会在打乒乓的时候叫上我，上

体育课的时候也会叫我去，他们很多时候还会请我吃零食，虽然我委婉的拒绝了。有时候也会让我中午去他们教室给他

们讲讲题。

当然了，他们不仅仅指的是一个班的人，很多时候我都不知道跟我说老师好的是哪个班级的。很有可能以后会上四个班

的课，所以下一个目标是开始了解另外一个班了。

我现在的实习伙伴，除了我们专业三个外还有四个心理学院的。四个心理学院的每天都呆在老师的办公室帮着老师做事，

他们一直都比较积极的。

我们专业的其他三个还比较闲，不过我们很团结的，他们对我也很关心。记得昨天我比较累，因为还要留下来守他们的

自习。

他们很关心的说：不要把自己搞得太累了，现在只是实习，以后工作了会更累的，那到时候你怎么办啊？？

呵呵，很谢谢他们的关心啦，我想给他们说的是：谢谢你们了，有你们真好！虽然说现在是实习，但是我已经把这当成

我的工作了，我只想更加认真和努力的做好每一件自己能做好的事。

应该说对于我的实习生活还是比较满意吧，过得也还充实和快乐的吧，有一帮爱我的学生以及我爱的学生围着我，很开

心！有空的时候上上体育课，听听其他的课程，上上课，谈谈心，聊聊天，还不错吧。

应该说前面还有很多挑战在等待着我吧，不过加油，相信用心可以创造出奇迹的，加油！

第二周

踏上实习的征程，当时的心情很复杂，记得曾经看过这样的一句话：毕业是个残忍的季节，不管成不成熟都要收割。就

像我不管喜不喜欢都要到施刘小学。

当天下午，刘老师给我介绍了施刘小学的概况，之后，便直接见了学生。第一次面对学生，有些羞涩；学生第一次面对

我，很欣喜，“哎，是实习老师！”。第一天接触，便发现：施刘小学的老师，很友好，很和善；施刘小学的学生很可爱，

很好学。

第二周，可能是跟学校的作息有些出入，还不是太习惯——不是很习惯早起，不是很习惯早睡——但是对于食堂的饭菜，

大家都赞不绝口。刚来一周，很清楚的记得，每到快要吃饭的点上，大家都一窝蜂的进入食堂，享受施刘小学的美食。

第一次发现，原来大家的消化系统都活跃起来了，呵呵……

看班，是施刘小学的一大特色。因为刚来，与班里学生不是太熟悉，也不敢跟学生走的太近。于是，每次看班的时都只

是呆呆地站在旁边。看班是要去班里督促学生尽快进入学习的状态。觉得自己有些搞笑，有些幼稚，有些羞涩……每次

进班，呵呵……都从后门进去，小小地转一圈，从后门出来。或许是班主任看穿了我们的想法，每次都鼓励我说：多进

班里看看，没关系的。听到这样的话，我开始慢慢地放开了。

第二周，感受到了温暖，友好。对老师、同学充满了感激。晚上躺在床上进入梦乡时想：或许选择当一名教师真的

是一个不错的选择……



第三周

两周过去了，开始渐渐适应这里的生活习惯，每天看着他们在嬉笑玩耍，用他们那稚嫩的童音向我问好，心里真的好高

兴。

听课依旧继续着，渐渐地发现各个老师上课的方式各有特色。慢慢领会到那句对我来说陌生的话“教学有法，教无定法，

贵在得法”。老师的讲课方式，是从某一个现象或者某一道题目中得出来的，体现学生主动学习的方式。在讲评题目的过

程中，从学生的角度分析，剖析学生的错误所在。在这期间我也尽量去听其他科系老师的课，做好听课记录，多学习不

同专业老师的教学方法和经验。课下又向老师请教，在听老师的课中获得了哪些知识。例如对不同的学生要用不同的教

学方法，因材施教。对于班级中成绩较好的学生，就尽量出一些思考题，以便他们积极思维，开拓他们的解题思路，提

高他们的解题能力，对于差生，也不要气馁，总是及时发现他们身上的闪光点，利用课余时间，耐心的帮他们辅导，不

厌其烦地教，鼓励学生不懂就问，端正其学习态度，努力提高学生学习成绩；对学生的学习评价，既关注学生知识与技

能的理解和掌握，更关注他们情感与态度的形成和发展；既关注学生数学学习的结果，更关注他们在学习过程中的变化

和发展；在教学中，要多向经验丰富的教师请教，学习其优秀的教学经验，取长补短，努力提高自身的业务水平。

批改完作业的错误统计其实是一项重要的任务，反馈了教师自己在课堂上的知识点的遗漏。每次批改完作业，都要纠结

一段时间，应该怎么统计错误，做到“快、狠、准”。纠结了两周，老师可能终于忍不住了，便把他的统计错误的妙招传

授给我们。回来之后，一再地思考，为什么老师想的到东西，自己却是如此的陌生呢！

第四周

星期一的早晨，我和那些背着书包的学生一起走在去学校的路上。耳边有风吹过，还有小鸟在唱歌，阳光打在脸上， 甜

甜的味道。

不知道是老师器重还是一种考验，很荣幸，听了老师的一节课后，在毫无其他准备的情况下，接受了第一次的习题前课。

前面的二十分钟，是老师上的新课，后二十分钟是给我的习题讲解。第一次在班里上课，印象很深刻——脸红、心跳加

速、冒冷汗、口误，怎一个窘字了得，呵呵……再讲一个知识点的过程中，明显地记得自己应该怎么讲的，等到解释给

学生的时候，感觉不知如何开口，真正是不知所措。上课，拼命的上下托黑板，却忘记了可以写在另外一侧；奋力的用

简单的语言向他们解释，殊不知只要写一个词语就可以解决。印象最深的是：因为紧张，一转身，手上捏着的粉笔掉在

了地上，摔成了两断，纠结了许久，应该用哪一段，等我起身时，看到学生们都洋溢着笑容，这笑容，看着就“恐慌”，

心里想着：这二十分钟怎么那样漫长，什么时候才能下课啊……呵呵……当下课铃声响起的那一瞬间，心里是前所未有的

轻松。课后，老师鼓励我说：你应该自信一点，第一次上讲台能坚持下来已经很不错了。当你把自己放在老师的位置上

时，那么学生也会把你当成真正的老师。

听了课之后，自己也亲身体会了当老师的艰辛。这一次走上讲台是星期三的第四节课，当时是指导老师临时有事，叫我

代上一节课，我也是没办法硬着头皮上的，第一次那么正式的上讲台面对下面那么多学生还真有点不知所措。也许是没

充分准备的缘故，也许是第一次还没经验的缘故，也许……整堂课下来我自己的感觉就是一团糟，当时真是对自己失望

透了。

接下来的第二天，指导老师去听我的课，顺便帮我助阵维持纪律，我虽是有备而上，但自我感觉也还不是很好。一堂课

下来才知道：要抓住学生的心，维持好课堂纪律是多么不容易。此外，我觉得任务的设计也是一个特别要注意的环节，

任务应该环环相扣，贯穿课堂的始终，因为只有不断激发学生的成就动机，才能更好的调动学生的积极性，让其配合老

师的教学。

当然，在教学过程中自己还是存在不少缺陷的。首先，在讲授知识点时，没有突出重点、难点，过于追求学生的自主探

索；其次，课堂的调控和应变能力还有欠缺，在遇到突发事件时，自己往往还不够清醒，不能很好的处理；再次，自身

心里状态也不是很好，站在讲台上，心里还是免不了会紧张，这些都会影响我整堂课的发挥。希望本周课堂上体现出来

的不足能在以后的教学工作中得到弥补！

这一周，感叹颇多，感受到自己的努力，感受到和学生的合作，感受到曾经老师的含辛茹苦，感受到学生的好学。



第六周

第一次正式进行课堂教学，上一篇课文，我的体会是第一次上课感觉自己就是在乱耍猴，幸运的是我早有准备，不过理

想和现实很大差距，我准备的一些教学工具未能派上用场，当下面的学生没有什么反映时，我一下子蒙了，不过还好学

生看到新老师上课都很激动，也很配合，课堂气氛还是比较轻松，适当的时候，老师为我做了小小的补充。等老师指点

之后，我会认真的改进，学生有问题也会及时的问，而我在讲台上有些战战兢兢，课后老师对我所讲的课进行了总概括

的评论，并没有太多批评，害怕打击了我的志气，说只要迈出了第一步，剩下的路就好走了。我回去又重新编写教案，

反复备课，尽量挖掘新的教学方法来应对接下来的课堂教学。从点滴入手，了解学生的认知水平，查找资料，精心备课，

努力创设宽松愉悦的学习氛围，激发兴趣，教给学生知识，所以每上一节课前我都准备好教案，考虑课堂会出现的各种

细节问题，尽量在讲课的时候发挥好一些，刚开始时声音不够洪亮，后面的学生听起来较困难，我就立刻调整过来，不

过在语速语调上面做得还不够，缺乏抑扬顿挫的感觉。老师也给我一些建议，老师肯定了我的进步，也谈到我与学生互

动的环节很好，达到课堂气氛的一个高潮。

这一周，上了第一节正式课。真正感受到原来那句“台上一分钟，台下十年功”真不是盖的。尽管自己一直在修改教案，

但是等上完这节课还是又很多的纠结。老师说：说明你成长了，能意识到自己的不足说明你还有进步的余地。很感谢，

老师的鼓励。慢慢地，开始感受当初老师的辛苦了。

转眼间，实习已有一个多月了，在这一个月里，点点滴滴还是那么的记忆犹新。我感觉自己在慢慢的适应这一个新的生

活，是对自己工作能力的挑战，也是对自己童心的测验，呵呵！现在对于上课已经不存在紧张与焦虑，更多的是关注发

展，也就是想如何才能把课上的更好，让自己的能力得到更好的发挥。应该说从这个月起我的实习生活是比较累的了，

但是看着他们可爱的笑容，听着他们的一声声老师好以及老师再见，让我疲惫的身体感觉到很轻松。有时候脑子里时常

浮现那一张张可爱的笑脸，就会让我迫不及待的想快点上课快点见到他们，也许这也说明了自己在悄悄的进步。

这一次马老师给我一个新的任务：把两节课用一个课时上完。我一下子就兴奋起来了，因为这是自己第一次上这种课。

这种课一方面要求老师授课速度快，另一方面也要求老师如何在有限的时间内尽可能多的拓展知识点。这次上课马老师

还让我先在谢老师和孙老师的班上先试讲一下。下午上课后孙老师给了许多宝贵的意见。周二就听了谢老师的一节课，

从中发现自己上课的不足。这一天基本是不断地完善教案。周三上午和下午的课都很顺利，自己讲得越来越好了。但是

最后在（2）班上的那节就差多了。由于从来没有和这个班级的同学接触，所以这节课的授课情况可想而知了。虽然事

后谢老师安慰我一番，但是我还是很介意这次授课失败。最后还是想通了，就想刘老师说的那样：失败了不就是这个样

子啦。重点是人要有进步就行了。

要成为一名合格的教师真不容易，我现在才明白：如果教学是一座大山的话，就我现在的教学水平连山脚还没到，只是

隐隐约约看到那山的轮廓而已。

第八周

今天是第八周的班会课，班主任杨老师主要是进行月考总结。杨老师强调，小学三年级也是打基础的关键时期，学生要

更正观念。学生要学会自觉主动学习，学会自我管理，不要自我放松。关于成绩排名，老师表扬了全班排名前五名的同

学、单科排名第一的同学和进步比较大的同学，表扬他们取得比较好的成绩，并勉励他们要继续努力。同时，杨老师也



劝勉其他同学向这几位同学看齐，要提高学习效率。要有“目标——计划——行动”三个层次，要坚持“课前预习、课上认

真、课后复习”三个步骤。与其它班相比，我们班还是有相当差距的，因此同学们要总结这次月考的经验教训，关键是转

变学习态度，不要让自己有所懈怠。当然，同学们也有优点，那就是纪律很不错，相对于其它班来说没有太吵。在这里

要特别强调，看班课要自主学习，不准相互讨论，因为那会影响别的同学学习。这次班会课，使我更加认识到杨老师的

班主任工作开展得非常好。第一，民主气氛浓厚。当班上要决定什么事情时，杨老师会让同学们说出各自的想法，并按

照少数服从多数的原则把事情确定下来。第二，奖罚分明。杨老师的各项工作既有奖励制度，也有惩罚制度，让同学们

自觉主动地遵守班级制度和学校各项要求。我认为，这是相当好的班主任工作经验，我在以后的工作中要好好实践。

第九周

时间过得很快，时间过得很快的原因应该是生活充实的体现吧。很庆幸我的实习工作是在一个很和谐的环境中进行。每

天上学放学，又像以前在家念书那会儿，呵呵，很谢谢他们的关心啦，我想给他们说的是：谢谢你们了，有你们真好！

虽然说现在是实习，但是我已经把这当成我的工作了，我只想更加认真和努力的做好每一件自己能做好的事。应该说前

面还有很多挑战在等待着我吧，不过加油，相信用心可以创造出奇迹的，加油～～～

第十周

时间过得飞快，不知不觉，第十周的实习又已结束。此刻，坐在电脑旁写下自己本周的实习心得，还真有点百感交集的

味道。

虽然已经上过几次课，但是在教学过程中自己还是存在不少缺陷的。首先，在讲授知识点时，没有突出重点、难点，过

于追求学生的自主探索；其次，课堂的调控和应变能力还有欠缺，在遇到突发事件时，自己往往还不够清醒，不能很好

的处理；再次，自身心里状态也不是很好，站在讲台上，心里还是免不了会紧张，这些都会影响我整堂课的发挥。希望

本周课堂上体现出来的不足能在以后的教学工作中得到弥补！

第十一周

生活是有许多拐角的，拐角处总会出现让自己意想不到的事情。也许我们在拐角处会碰到绊脚石，有可能我们在拐角处

会被一时的黑暗所遮掩，但是有了这些天真善良的学生的问候，每次走在拐角处我们便会多了一份期待，一份渴望，一

份真挚的幸福。在接下来的日子里，我会努力完成自己的实习任务，但同时我认为更加重要的是我们在学生的每个拐角

处能给他们帮助与鼓励，让他们在拐角处从此不再彷徨，在拐角处不会被绊倒。幸福是相互的，幸福是彼此的尊重与付

出，我们真诚付出了便会得到真诚的问候。学校的拐角处让我无比的幸福与快乐，希望能把快乐传递给更多的人。

第十二周

从第一次听到学生叫“老师好”时的脸红与局促，到如今和他们的谈笑风生，一切仿佛渐入佳境。这个由生疏到亲密的过

程，只花了数天的时间。孩子们都是友善的，我很爱常常看到他们真诚的脸。只是自己也还是孩子气，有时可能只是为

了许多小问题就会很轻易地生他们的气，可没多久，看着可爱的他们，又心生欢喜。我想，就是因为在意这些孩子，我

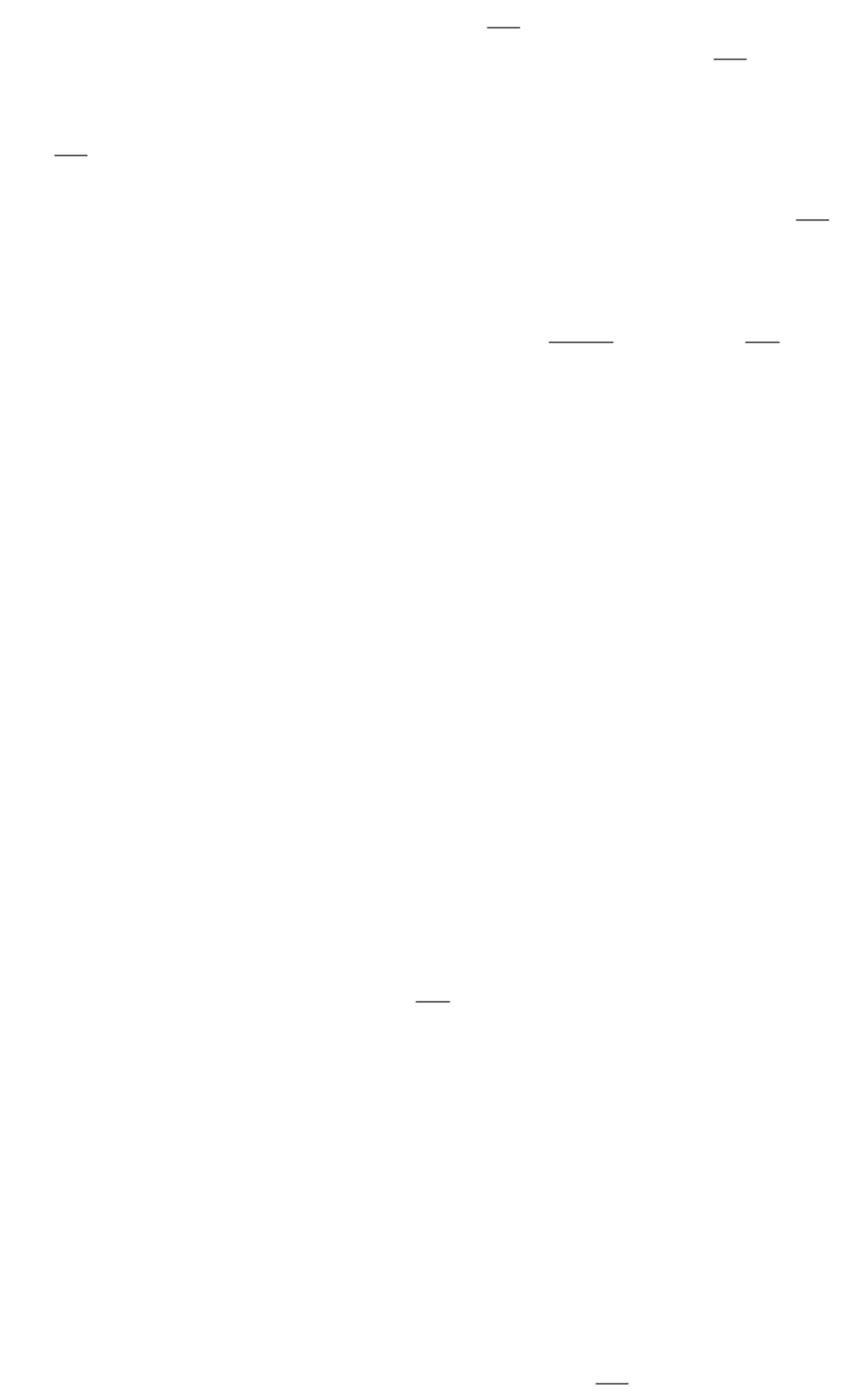
才更希望他们能够优秀，在每一件小事上都做好。平时的小细节，都感受到了孩子们的在意，每一个，都希望我能记住

他的名字，在不经意间成了习惯。

每开始上一个新课题我都十分欣喜，希望能以一种全新的方式来和学生交流，面对现行的小学教科书自身首先也需要进

一步的去学习，在开始时的几堂课曾因为对教材的熟悉不够造成教学上的不足，为此，对于新课的教学我都会认真全面

的去分析研究，俗话说的好“要给学生一碗水,自己就要有一桶水”。 这一点我深有体会，比如有一次我在教授一个词语



的意思，学生怎么也不能理解。我就把词语的解释分解给他们听，可是到最后，学生还是似懂非懂。后来只好向指导老

师请教该如何表达。 原来，对于小学生来说，有些知识点是不需要解得太透。用通俗易懂的语言让学生理解就可以了。

第十三周

实习工作进入最后一个月，以前自己还是学生时觉得从星期一到星期五的距离是那么的遥远，天天盼着周末，现在当了

老师，当了一名正热心于上课的实习老师却又觉得周末来临的好快。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不

昼夜苦读；另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、

心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。每上完一节课后我最大的感受就是：当好一名老师真不容易啊！

一个星期的实习下来，总是有很多经验，有很多认识，自己总是有很多的感慨。也许在实习的这些天中，我也在逐渐的

成长。在认识学习逐渐的成熟。每个人都会在时间潮流中不断认识自我，只不过是时间的长短的问题。因此待人要真诚，

时时为人着想，处处为人行事。能够把自己溶入群体，从而更好的适应社会。

第十四周

炎炎夏日即将来临，回头瞻望感慨颇多，在领导的关怀和同事们的帮助下圆满完成了一个又一个的教学任务。繁琐的工

作使我的生活越来越充实，让我的各方面的能力都得到很好的训练和培养．作为实习教师，在实习工作实践中，我积累

了不少深刻的体会，尽管是一位实习教师，但是快乐的氛围已经深深感染了我，使我在实习学校岁月的每一天都充满了

新鲜和快乐。

课间从楼顶上，望见远处头发丝般细的电线上，落了几只小鸟。因为太远，看起来像是黑色的瘦长的逗号，又像是

五线谱上一串欢快的音符，在为他们的快乐伴奏。

