

大一第一学期的总结与反思 大一第一学期期末总结(实用6篇)

学期总结可以让学生更好地了解自己的优缺点，为个人成长提供指导。阅读下面这些教师总结的范文，我们能够学习到一些写作技巧和表达方法。

大一第一学期的总结与反思篇一

如今，我的大学生活已过去了四分之一。一年以来，周围的一些人与事，多多少少使我有了一些感悟。

大学里的第一课：军训。这是一个终生难忘的经历。当我第一次远离家乡，来到北方读书时，我对这里的一切是那么的陌生，而21天的军训生活，让我熟悉了周围的环境，认识了许多新朋友。在严肃、辛苦的军训中，我却因为得到了这些财富而备感幸福。

比起高中生活，大学的生活显得更自由。在大学，没有爸妈的唠叨、没有高考的压力，自己想做什么就做什么。时间的灵活性高，自己可以任意支配。一开始原以为这样的生活会很惬意，可时间一长便发现这样的生活很迷茫，有大把的时间空在那，却不知道做些什么。有时在夜晚想起了父母，还会酸鼻子。没有高考的压力，学习也少了分动力。一切的一切看起来是那么的没有规律。

于是，我进入了学生会。我想让自己有点事做，起码不会那么的空虚。当初的我是怀着去外联部的心情进去的，没想到阴差阳错地进入了宣传中心。关于宣传的事，从小到大我都没碰过，这会儿真不知道该如何做好。但是很幸运，带我的副主席教了我很多东西，不仅仅是工作上的事情，他也常告诉我他的人生感悟。即使现在，我也很还念那段和他一起工作的日子。当我工作上遇到什么困难时，第一个电话肯定打

给他；我们有时候工作忙的连饭也没时间吃，就叫了外卖，在办公室里狼吞虎咽；偶尔空闲时，我们去个小饭店，惬意的吃一顿；有时候闹情绪时，总是向他一顿发泄……那段时间，虽然很忙、很狼狈，但却很开心。

一年的时光，就这样悄然逝去。在这一年里收获的不仅有书本上的知识，还有能工作的能力与无价的友情。大学的生活，是我终身难忘的。经历，我要好好珍惜未来几年的时光！

大一第一学期的总结与反思篇二

掐指一数，转眼间一年的时光已经晃过。而我仍旧不成熟，拽住这一年剩余的尾巴，不禁有些许伤感。当初的我怀着一份不如意的倔强进了大学，在经历了大一新生都要经历的过程，只是眼中多了份忧郁。

这学期（大一下学期）生活已经适应了，交友圈也跨学院了，学习也该上路了。一切都如上学期的简单，却没有了刚来时对未来的美好憧憬。从周一到周五，一天天地忙碌无为地过，周末的两天休息，也在无所事事中留走，就这样，又过了半年。大学里似乎每个人都在将“郁闷”这个词，现在我也有了切身的感受，而郁闷的也不仅仅是成绩了，对未来的困惑，对人生的不确定，使得我总在痛苦中挣扎。蓦然回首，感慨颇多。现将我大一下学年的总结如下：

我对大学的学习也有了进一步的认识。就这样茫茫碌碌，到头来又是考前突击恶补。在大学，除了闹钟之外，没有人会叫你起床，除了自己之外，没有人会逼你上课。学习上完全靠自觉。记得上学期刚开学的时候，我门门功课都勤，像高中一样卖命。可后来，发现自己的学习方法有很大的问题。因为我发现很多同学的高分成绩是考前突击恶补，而我平时勤勤恳恳却拿着不相上下的成绩。认识到方法不对，改变了方法。在做作业上，我每次都是自己的作业就自己做，不抄袭不作弊，在课余时间，我还充分利用学校的图书馆资源，

抓紧时间阅读各方面的书本知识，以求提高自己的知识面，拓宽自己思考问题的角度，从而多方面的考虑问题，避免片面看问题，养成不好的思考习惯。这样，既不耽误课堂，又可以拓宽视野。

虽然我认识到大学仍要付出极大的努力用功学习，学习是我们学生永远都不应该忽视的问题。我发现自己不再像上学期那样勤奋，反而多了些许懒散。其次，在辅导员的指导下，我对人生和职业有了初步思考，逐步发现了自己兴趣并大致拟定了将来的方向，开始思考人生。我相信有很多同学都有和我一样在大一的时候感到迷惑，茫然的经历。这时候我们就应该思考一下我们的人生，思考一下我们的将来的发展方向甚至是具体的工作，给自己定一个目标，并努力朝着那个目标前进，这样的大学生活才会有动力，才会有活力。

我基本上都可以和同学们友好相处，和睦共处，互帮互爱，自己的事情自己做，形成独立自主自立的良好品德。宿舍是一个大集体，4个人生活在同一个空间里面，但是各自的生活习性都不相，这就需要大家互相理解和迁就，只有这样才能和平相处，为我们的学习创造一个良好的学习和休息环境。大学就相当于一个小型的社会，作为一个步入社会的缓冲，我们可以从中学到好多的东西。大学里时间比高中充足多了，这样可以利用剩余时间在外面打工，尤其是五一，十一，我通过打工也知道了许多工作中的细节和与老板、同事间的处事的细节。最重要的是通过打工，我认识到了在与陌生人相处时，平等是第一位的，在与人交往中要将一些身份、地位去除-这样既有利于交往，又是尊重别人。

我上学年积极参加各方组织的各项活动。比如：院系、班级组织的秋游、春游，还有认识山东古老建筑文化的游览学习，班歌比赛，班级内乒乓球比赛；学校里征集赞美学校、大学、大学生活等文章活动；参加社会实践活动黄河浮桥车流量统计等等。通过参加有些活动，我的眼界开阔了许多，认识到了许多东西；而有些，则使我更加了解、热爱我们的学校、

班级，加强了集体观念！

上一学年，我积极参加适宜自己的社团英语协会、青协、交友协会。同时大学里丰富的讲座也早已成了我的必修课，通过听讲座，我认识到了许多不同的东西，比如；现在中国的形势、求职面试技巧、英语考试技巧等。我还积极参加学校里各个组织的竞选活动。通过工作，我学会了怎样处理各个方面的关系，提高了素质。在这一学年里，我学到了太多的东西。这是我在以后生活、工作中所必需的。我感谢大学里相对这么宽松的自由学习环境，给了我这么多的自由伸展的空间。尽管如此，我在大一学年里还是存在许多不足，其中不按作息行动、学习最为严重，在这一学年我要严格自己，重新调整好自己的生物钟。同时我还要注意多锻炼身体，身体是本钱。只有兼备两者，才能有更高的学习效率，从而腾出更多的时间干更多的事情，才能消除大一时的“心有余力而力不足”！

这学期过得比上学期充实，虽然学到了不少东西，但也存在着不足。生活上无规律，经常到凌晨一两点钟才睡觉；思想上情绪化，经常情绪低落；学习上不到位，花在学习上的时间太少，特别是英语，基本上除了上课之外就没怎么去学。改变这些不好的习惯将是我下一学年努力的目标。这学期又接近了尾声，时间的脚步是不会停下来等人的，回顾历史，总结经验固然重要，但更重要的还是要走好以后的路，我们的希望在未来。因此，我有必要为自己以后的大学生活做一个规划。

首先，学习是我们作为学生最主要的任务。因此，在以后的大学生活中，学习都不能放松，在学好专业课的同时还应该尽量扩展自己的知识面。特别是英语，四级考试即将到来，我要做好充分的准备，把这场仗打的漂漂亮亮。

其次，在生活上我要继续搞好同学关系，积极参加班集体活动，主动向师兄师姐学习，吸取他们的经验教训，尽量使自

已在大学期间少走弯路。积极参加社会实践，从社会中汲取营养。改变不良的作息习惯，让生活更加健康合理。

再次，思想是一个人的灵魂，它支配着一个人的所有活动。因此，我要不断提高自己的思想水平，控制好自己的情绪，做一个积极向上的大学生，让自己在大学里能够真正成长起来。

最后，担任班干和参加社团是我们大学生锻炼自我的一个好机会。在下一个新学期我会努力证争取为班级服务；努力做好社团的工作，把我们的社团介绍给所有同学，希望有兴趣的同学都有学习的机会，我还要把我们的社团推向社会，让粤剧不断发展壮大。

大一第一学期的总结与反思篇三

2017年6月27号20点09分□k1074列车，武昌开往济南。一年就这样过去了，等下次我踏上武汉的土地时，我已经是大二的学姐了。脑海中还依稀记得开学时的情景，报道，晚点名，军训，开始上课。一切都太快了，，转眼间一年就这样过去了，这一年里，有欢笑，有泪水，我们依然坚强的走到了现在。那些陪伴我的人儿啊，我永远会记得你们，有你们我做出的一切都是值得的。

这一年里付出最多的是新传院分团委学生会，在这个大家庭里，我有过欢笑，有过感动，流下过汗水，流下过泪水。每次遇到困难我总是想逃避，想退出，是因为有你们，在你们的帮助下，我坚强的走过一步又一步，我都没有想到我可以坚持到现在，现在回头看看，看着我们的那些稿件，照片，心中有说不出的满足感，看到我们部门的新闻稿发表在校网上，我心底也会自豪。新闻中心，这个重要的部门留给了我满满的回忆，开始时的什么都不会到现在所做出的一些成绩，这都是我们的成果。衷心的向新闻中心所有的成员表示感谢，因为有你们，我们的部门才走上了正轨。虽然我们的人数不

多，虽然我们任务繁重，但是你们从未说过一次“不”。还记得你们半夜给我传新闻稿，还记得因为照片拍坏了四处借照片，你们付出的我都记在心里。因为我们大家的共同努力才促使我们这个小集体的不断提高。在第二学期我们得到了学院领导老师的口头表扬，没有证书，没有奖品，就是这小小的口头表扬让我高兴了好久，这是对我们部门的认可，我们的付出得到了领导老师的认可。所有一切的苦累，一切的委屈在那一瞬间全部变为泡影。那些过去的记忆终究不会在回来。只有亲身经历过才能有自己的感受。

大一第一学期的总结与反思篇四

社联是定位在社团基础之上的，没有社团，也就不可能有社联的存在，故而我们的宗旨是服务与管理社团。现在我们的各项制度已趋近完善，社团规模、社团质量也得到了提升。但缺少的却是一种社团反馈机制，我们需要知道社团的想法，需要知道什么样的制度才是适合社团发展的，是所有社团能广泛接受的。其次，社联提供社团交流的平台，还应该做为社团发展的跳板。社团需要社联，是因为他像一个老大哥，在保护弱小社团的同时，还应该带动大型社团走出校外。随着历史发展规律，不难发现，每一个组织都会经历他发展的高峰期与低谷期，自由性较大的社团更是如此，往往一届会长的不负责就会影响几届社团的发展。所以社联的作用就在于帮助社团度过他的低谷期，寻求新的发展。而在高峰期则应顺势辅助社团做得更大更强，增强我校社团在社会的影响力。下面我想提一下几点不成熟的看法：

1. 各项制度的不断修改完善，制定新的社联章程。关于测评制度，考虑采用参考社团年度工作计划，分不同大类、不同性质测评管理。财务方面注重对社团财务人员的培训，指导他们做财务报表，并定期向社团内部公示。其次财务向会长公开，不光在qq群，可以采用模仿10086客服以短信的方式通知协会会长和财务人员会费花销情况。

2. 团支部建设。现在团支部作为社联的新兴机制，作为与社团交流的又一平台，已得到了初步发展，但就团支部本体而言还缺乏很多东西。我给团支部定义为辅助社团发展的工具，它的作用有三点：其一通过团支书协助会长处理协会事务，增强与社联的联系；其二通过培训组织委员，增强活动策划、人员调动、资源管理等方面能力，培养社团后续发展力量；其三通过宣传委员建立全校社团的统一宣传平台，整合我校社团的对外、对内宣传力量。就目前发展状况而言，我们首先应做到的是，完善社团团支部章程，巩固社团团支部组织，加强团支书在社团的地位，形成团支书加组织委员加宣传委员的团小组模式，深入团支部概念。其次，加强团支书之间的交流，定期开展团课学习，从而促进社团之间的交流；另外，加强对组织委员的培训，做活动质量高、社团参与度高、社团特色显著地团学活动。加强对宣传委员的培训。增强个人能力素养，逐步建立起统一的社团对外宣传平台，彰显社团团支部文化风采。最后是在团学活动形式上，每学年四次可能有些多，不妨将最后一次消夏定为“交流舞会”等社团负责人交流的形式，在学年末进行一次总结。而对于未来发展则应重点对以往团学活动的总结上推出核心专题活动，比如，由公益类社团联合开展“学雷锋月”主题活动，科技学术类联合开展“专题讲座、走进实验室”，体育类社团开展“社团运动会”等，将社团合作深化，将同种性质活动整合，在缩减社团活动的同时增强活动质量。

3. 社联精品活动。首先社团杯，依旧采用社团承办的方式，但可以让社团来招标，并且鼓励多个社团联合承办。而且在传承方面，可以采取制作社团杯特有的奖杯等创造百团争鸣的社团杯文化。其次风采节，已经有了一定的知名度，活动影响力也有，所以重点应在推出属于风采节的文化，让人一看到某个东西就能想到风采节，比如吉祥物□logo□主题歌等。让同学们一听到《下一秒，主角》就能知道风采节要来了。其次是增大社团的参与度，社团风采节不仅仅是为那些能够上台表演节目的社团准备的，要让每一个社团都参与进来，做到百花齐放的节日盛景。最后，我们应加强每次活动后的

总结交流。取长补短，为下一届活动打下坚实的基础。

4. 加强宣传与社团的联系。一方面，我们应积极同社会媒体联系，将百团大战、社团风采节晚会以及社团的一些精品活动打出去。另一方面，在校内应注重对社团文化的宣传上，比如在微博或微信上开设“走进社团”板块，定期推送一些如食品营养协会教你怎么吃才健康、健身协会邀你一起来跑步等，让关注我们社联的人不仅仅是知道有什么大型活动可以参加，也能够享受到各个社团的特色文化。

5. 加强对社团的指导。其一是对各个社团资料的收集存档，从社团刚成立起，我们就应该有一个属于他们自己的资料库，不单单是办公室存放的档案盒。现在办公室已经做到的网盘，是否可以公开于各社团负责人，真正做到资源共享。其二是社团指导老师，一个社团想要好的发展，有一个热心负责的老师至关重要。但就目前而言，社团普遍没有老师指导，即便有也只是挂名，并未起到多大作用。我们是否可以通过校团委向学校反映加强社团指导老师的福利，在风采节上增设优秀指导教师的奖项。其三是社团发展基金，如何最大效率的去使用，真正促进社团发展。我想我们可通过三方面：一方面作为奖励：比如风采节中的星级社团，可给他们一定的奖金支持，这样既增大了风采节奖项的吸引力，又为星级社团来年的活动举办提供了一些帮助。另一方面是小社团的扶持上，这个也是我们正在做的，就是当社团会费不足时用于对活动经费的补充。第三个方面是对社团精品活动的赞助，比如风采节中的四大类活动，或者我前面提到的社团风采节立项活动。

最后，我想跟大家分享一点：心有多大，舞台就有多大。不管在哪里，在什么时候，保持一颗最纯真的心，去容纳整个世界。

一、加强学习，不断提高思想业务素质。

学习是不间断的，只有不断充电，才能维持教学的青春和活力。所以，一直以来我都积极学习。我认真参加学校组织的新课程培训及各类学习讲座。另外，我还利用书籍、网络认真学习了艺术教育新课程标准，通过学习新课程标准让自己树立先进的教学理念，也明确了今后教学努力的方向。随着社会的发展，知识的更新，也催促着我不断学习。平时有时间欣赏各类舞蹈的排练和队形等使自己在舞蹈教学方面不断进步。通过这些学习活动，不断充实了自己、丰富了自己的知识和见识、为自己更好的教学实践作好了准备。

二、求实创新，认真开展教学、教研工作。

教育教学一直是我们教师工作的首要任务。课前认真作好充分准备，精心设计教案，并结合各个学生的实际，灵活上好每一堂课，尽可能做到当堂内容当堂完成，课外加强基本功训练和舞蹈组合练习，使学生对舞蹈更有兴趣，同时提高学生的舞蹈水平。力求让我的舞蹈教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好地体现素质教育的要求，提高舞蹈教学质量。另外，授课后根据得失及时写些教后感、教学反思，目的是为以后的教学积累经验。同时，我还积极和班主任进行沟通，了解学生，改进教法，突破学法。着重培养学生的综合实践能力和创新思维能力。

对于舞蹈课的教学，我采用系统性、阶段性相结合的原则，做到定时间、定地点、定内容，使每堂课都能让学生有收获。总之，不管在课堂教学，还是在课外活动中，我都以培养学生能力，提高学生的素质为目标，力求让舞蹈教学对学生的成长和发展起到更大的作用。

三、任劳任怨，完成学校其他工作。

我利用课外活动编排舞蹈，让学生能够充分显示自己的劳动成果。对于学校布置下来的每一项任务和大型的演出活动，我都能以我最大的热情把它完成好，基本上能够做到“任劳

任怨、优质高效”。

四、加强反思，及时总结教学得失。

反思本学年来的工作，在喜看成绩的同时，也在思量着自己在工作中的不足。

对于舞蹈的学习还不够深入，不能及时将一些教学想法和问题记录下来，进行反思；对于舞蹈教学中有特色、有创意的东西还不够多，今后还要努力找出一些舞蹈教学的特色点进行因材施教。

在这一年里，取得了不少的成绩，但不能为此骄傲。在今后的`工作中，我会继续努力，不断充实自己，把舞蹈专业推向一个新的高度。

大一第一学期的总结与反思篇五

踏入大学的大门，第一件事当然是军训。那么多天的训练，真的把我累得够呛，在那个军训场地上，不知挥洒了多少的汗。虽然我皮肤晒得发黑，脚磨出泡，我也感到很快乐军训，是我进入大学的第一个必修课。。因为通过军训，我学会了吃苦耐劳的精神；通过军训，我开始适应大学的生活。

军训过后，就要开始大学的学习生活了。本以为大学的课程不会太多，可是我们一进来就有7门课，吓得我们所有人都叫累，吃不消。可是叫累有什么用呢？课还是照常上，我也逐渐的适应了这样的学习生活。可是有些课开出来，我又学不懂，感觉就是白费了，对我没有多大的用处。比如说，外教普通的中国老师我也许听得懂，但是现在换上真的外国人，无奈了都。感觉这一学期，自己的英语水平没有因为它而提高，社会知识也没有学到多少。有些课，对我来说就有很大的用处。我不仅学会了相关方面的知识，还培养了这方面的兴趣。比如说，沟通与交流，教授在教学上很注重我们是否

能接受，讲起课来会很有趣，一节课看几个短片；本来就是一门很有趣的学科，所以上课一般听得津津有味。

一学期的时间，每一门课就结束了，我心里还真有一点不舍，有些科目只掌握了一点皮毛就要叫停，这就是大学的学习生活。我感觉自己根本就学到多少的知识，心里很空虚。这就是大学与于高中的区别，大学的学业没有高中的繁重。

在期末，我才知道自习室的好处，它给我提供了一个安静的复习空间，但是这一学期已经过去了，平时有时间我不是逛街就是玩，没有怎么到自习室去过，想想也觉得挺惭愧的。在下一学期，我不能再像这学期这样浪费时间了，我一定要充分利用自习室把精力多放一些到学业上去。自习室也是一个安静的学习空间。

大学里业余生活也很重要，通过一些活动，促进了同学之间的关系。在这一学期里，通过各种活动，我发现自己不像以前那样害羞了；与人交谈的能力也有所提高；这使我明白，大学并不光是学习的地方，也是培养人的胆量，使人更好的适应社会的地方。

下一学期，加油吧，真令人期待啊！

大一第一学期的总结与反思篇六

新学期开始小班的主要教育任务是引导幼儿尽快地适应幼儿园生活。从游戏开始，让幼儿感受到集体的快乐，帮助幼儿尽快地适应幼儿园集体生活，缓解幼儿由于和家人分离而产生的生理焦虑。——引导幼儿认识自己的班级，认识班上的老师和小朋友，知道自己是哪所幼儿园的小朋友。

一. 常规方面

1. 在老师的指导下，玩室外大型玩具。

2. 学会与同伴一起游戏，懂得运用礼貌用语进行交往。
3. 知道爱护用具与材料不摔、不乱丢玩具。

二. 自理方面

1. 熟悉一日的活动环节，帮助幼儿提高自我服务能力，基本上能够自己吃饭、洗手、入厕、入睡，培养幼儿的自信心、自尊心，使幼儿感受到成功的快乐。

三. 认知方面

1. 引导幼儿认识自己的班级，认识班上的老师和小朋友，知道自己是哪所幼儿园的小朋友。
2. 引导幼儿掌握一些基本的活动常规，搬凳子轻拿轻放，能安静地倾听故事。
3. 引导幼儿认识杯子、毛巾架等物品标记，知道一人一物，不能随便使用他人的东西。

四. 保育保健

1. 清洁整理好各个活动场所的卫生工作，为幼儿创设一份温馨舒适的活动环境。
2. 通过老师的讲解，倾听生活小故事等形式，让幼儿养成自觉接受晨检好习惯，不带小物品入园。

五. 社会性发展方面

1. 引导幼儿熟悉喜爱小班，愿意亲近老师，有什么事能主动地和老师讲，喜欢和伙伴一起活动、友好相处，并能使用礼貌用语：谢谢你、对不起、没关系、不客气等。

六. 身体发展方面

下一页更多精彩“幼儿园托班班务计划”