

2023年暑假工地社会实践报告心得感悟(通用5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得感悟，如此就可以提升我们写作能力了。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来看看吧。

暑假工地社会实践报告心得感悟篇一

为期5天的社会实践活动终于结束了，从前期的准备工作到后期的社会调查我们付出了很多汗水，不过我们还是坚持完成，并且非常认真地完成了任务。

这次的社会实践是和专业有些关系的，“塑料成瘾”。主题就是跟生活中的塑料有关，通过这次实践我们将了解到别人了解多少和塑料有关的知识，还有怎么处理生活中的塑料垃圾。我们首先是分组，我们组负责宣传塑料的原材料塑料回收，还有做问卷调查。在我们宣传的时候有些人不是很热衷我们的宣传，有少数人甚至没有时间来听我们宣传，也不会拿我们的宣传单。但是还是有很多人愿意听我们来宣传关于塑料的一些常识并且来做调查。

在做宣传的时候，我们经常能了解到，很多居民都会把塑料瓶之类的垃圾留下来，去卖废品，而不是随手扔掉，也就是说能够回收的他们都会做回收的。这一点也证明国民素质还是不错的。

我们在做问卷调查的时候了解到他们不是很清楚塑料在自然界能够停留多少年，我也问了一下同学知不知道这个问题的答案，有些人也不知道。还有一个问题就是愿不愿意为塑料的回收做贡献，90%的人都是非常愿意的，剩下的人事还好。也就是说关于回收塑料大家还是比较热衷，关于环保，国民

还是很支持的。那么就要看政府，还有各界的组织怎么开展这个事项了。

在这次实践中我们的交际能力也有了一定的提升，从怎么叫住别人，让别人听我们的宣传，然后用最简单的话讲最多知识，还能让别人记住，这都是我们需要掌握的技能。当然我们的这种技能还有待提高。还有一点，也是最重要的一点，就是怎么开口跟别人说，对于怎么开口，我们还是很羞涩的。迈不去第一步，后面的再精彩都不会有用了。对于这点，我们必须加强，对于我们以后处理事情会有很大帮助的。

社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我实践中得到锻炼。

暑假工地社会实践报告心得感悟篇二

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那么干净的一块小小的手机屏。

如果问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第一件事是什么？我的回答就是工作中要先去掉“学生味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”并不能作为工作中出现错误的借口，别认为犯错是理所当然的，因为此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中的“随意性”决不能带有。从我入职开始的不久，就转入外观。我又有了一个师傅，这是一直到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做什么工作都要有责任。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力并不等于全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不仅仅是个人的利益。”

工作虽然简单甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，也许是在无尘室清过屏的缘故吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶尔会因为我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么？”我不语。我只在心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很认真的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你掌握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的能力不断提高，我师父每天都很开心，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着开心下班。

态度决定一切，在学校部门工作，会很随意，一旦走出校园，如果还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，因为一个公司需要的是有生产力的员工。每天提醒自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，

严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

这个寒假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来的第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，总有种说不出的'心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就会枯竭。

坦白讲，这么短的时间内，小小的寒假工能学到什么呢？就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体会实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，承担起该有的责任。

优秀暑假社会实践报告字范文二：

人总是很羡慕那些得不到的东西。作为学生，我曾经很渴望上班一族那种自己挣钱，自己花钱的日子。而当自己真正开始利用暑假的时间挣钱的时候，才发现一切都没有自己想象得那么简单，这个时候我总是很怀念学习生活，总是很想快点开学。

回顾暑期打工生涯，只能用个字来形容：“难”。这种困难不同于学校所遇到的，我个人觉得比学校遇到的难题更上了一个层次。

首先，找到一份工作都很难。想想也是，谁愿意找一个没有任何经验，而且还是想做短期的学生呀。我找过贴有“招聘启事”的店面。谁知道，当我说出我的原意后。本来笑面相迎的老板来个180度大转弯，冷冷回应一句“我们这里已经找好了人”。鬼才信他的话，那启事明明是新的，而且店里面就他一个人，哪来的新人？陆续还找过别的工作，我甚至找过

中介，但都失败了。最后还是通过朋友找到了一份比较适合的工作。

打工过程中，遇到很多十几岁的小弟弟，小妹妹。开始，只恨自己“出道”太晚了，和他们比起来，好像我都老了。但是，慢慢的，我感觉到了世事的艰难。难以想象那些十几岁就开始面对社会的年轻人是怎么承受的，或许每一个青年都会羡慕还在上学的同龄人。现在我很知足，二十几岁还有一个比较良好的学习环境，有机会接受高等教育。我一定要利用这个条件，路还掌握在自己的脚下，前面的路还很光明，我有信心走好以后的路，也一定会的。我很珍惜现在拥有的一切。

第一天上班，就面对种种规定。什么理成平头，什么穿工作服，什么把胡子剃了。如果在学校，就算是执行也会打些折扣。而工作中，这就是命令。执行也要执行，不执行也要执行，除非你不想干了。虽然，领导也会说什么不要当面顶撞，私下可以单独解决，可是有用吗？现实吗？这些大多数都是空话。领导喜欢那种溜须拍马的人，而不是喜欢忠言的人。得罪领导意思的话很少有人说。

在工作中办事情还要处处小心，虽然不至于溜须拍马，但是，说话还要谨慎。工作中遇到的一件小事，我会终身记得的。那是在总经理的办公室里，我坐在总经理的椅子上。这时，一位姓于的经理走了进来。我故意拿总经理的腔调说了一句：小于，随便坐。我当时并没有意识到这句话有什么不妥，但事后，那位于经理和我说，当时我弄得他很没有面子，祸从口出，如果我对别的经理说的那话，或许，我会惹来一些是非。想想也是，毕竟，他是我的上级，又有老总和几位经理在场，这样称呼很是不好。还好，于经理没有追究。

上下级关系，也完全不同于师生关系。我的实习经理说过一句话，我现在还记得很清楚“世上没有那么多公平的事情。”如果是一位单纯的学生，无论如何也不会理解。其实，

事实就是如此，遇到多么不公平的事情，每个人都要有应付的能力和毅力，都要坚持下去。在学校中就没有这种情况，有一次我们竟然和老师关于如何考试讨价还价起来了，想起来可笑。也可以从另外一个方面理解，老师是真正的关心学生的实际情况，而不是毫无情面的执行某些死的规定。这也是为那些对领导的话言听计从的人，所不能理解的事情。

挣钱难，就算你认真的工作，合理的得到你的劳动所得都很难。老板总会想方设法的尽量少开给你工资，上班迟到扣钱，上班吃东西扣钱等等，这就是小老板的一个发财之道吧。这使我想起了《雷雨》里面的情节，周老爷为了不发给工人工资，竟然制造工难使工人丧生。这样的事情不会发生，但是，类似的事情却始终没有断过。

更多

暑假工地社会实践报告心得感悟篇三

7月初，我们502行动小组在苏州进行了为期5天的暑期社会实践活动，我们的课题是：大学生从入学到毕业再到就业期间的心理变化。

围绕这种就业见习的课题，我们以个人访谈为主，问卷调查为辅展开。

当我们穿着火红的衣服在第一站——大学校园里活动时，个个内心激动不已，当然不可避免的还有一些羞涩感。由于正值放假期间，学校里人很少，找了好一阵子才看到几个人，当然在活动过程中有少数几个人拒绝了我们，想想挺气馁的，但我们并不放弃，因为今日事今日毕嘛，况且我们每个人都要收回一定的问卷，功夫不负有心人，当天我们如期完成任务。看来包工到人的方法还挺奏效的。

接着利用一天的时间在校园里进行了个人访谈，看着一个个

忙碌的身影我们真不好意思打扰他们，但还是毫不犹豫地敲门，有几个好心的学长接受了我们的请求。其中有一个人向我们讲述了实习兼职的重要性，但并不是盲目的，为了提升某方面的能力而对症下药，同时重要的一点是必须统筹课内外时间安排。还有一个学长把他如今的现状告诉了我们，他说自己感到空荡荡的，很多时间都是在打游戏、躺在床上度过的，缺乏精神的独立和良好的自控意识，对于将来一片混沌。

在活动中我们看到了团结的重要性，整体的智慧。一个人很难完成的任务，经过简单分工，做起来就比较简单。一个人想不通的问题，经过大家的分析，难题就会迎刃而解。其次一个团队中乃至一个整体里，领头羊很重要，就仿佛是部队里的标兵，草原上奔跑的雄鹰，天空中盘旋的苍鹰，只要他踏出了第一步，许多人也会毫不犹豫地跟上，他敢做，别人也敢闯。

暑假工地社会实践报告心得感悟篇四

第一天进电视台的时候，心里挺忐忑不安的，想到自己快20岁了，大部分时间都在学校度过，现在突然走出象牙塔，进入到纷繁芜杂的社会，到底还是有些恐慌，担心自己无法融入这个环境中……怎样做好本职工作？怎么和同事保持融洽的关系？怎样才能学到更多的知识？这将是实践中面临的一系列挑战。但所幸的是，在实践结束时，这些难题在我的不断摸索和努力下处理的很好。

在这次实践中，除了参与日常新闻的拍摄之外，令我印象最深的就是参与拍摄纪录片《党旗下的宣言》和《每周说法》了。

其中，《党旗下的宣言》是我第一次参与拍摄片子，从中学到的很多新的知识。

拍摄《党旗下的宣言》是县领导给电视台下达的任务。他们要求拍摄出一部反映社会现实，又能给人以启迪的纪录片，同时突出“保持共产党员先进性”这一主题。

接到指示后，新闻部主任认为任务重大，于是决定开会讨论思路。在会议上，大家纷纷发表了自己的见解，有的说拍摄一组少先队员向党旗敬礼的画面，有的说找一些老共产党员讲述自己的战斗经历，还有的说要拍摄一下入党宣誓的场景等等。听到大家踊跃的发言，我才恍然大悟，原来电视里非常连贯的纪录片的由一组组画面，再加上后期准备的叙述和旁白组成的呀！会议最后，我们制定了拍摄方案，整个纪录片由“入党宣誓”，“老共产党员讲述自己的战斗经历”和“观众观看《任长霞》”这三个环节组成，片长约为35——40分钟。

由于“入党宣誓”场面的录像带，电视台有现成的，所以我们决定不去实景拍摄了，对原有的录像带直接进行剪辑就可以了。我随同事们来到了节目制作室，那里的仪器真是多，看的我眼花缭乱的，一台连着一台的播放器和电脑，还有许多叫不出来名字的机器，把一面墙壁都填满了，三四个人在那里不停的操作着。真是让我大开眼界啊！同事找出那盘录像带，很熟练的放到电脑里，呵，那是的录像带，年轻的同志们用坚定的声音念出那神圣的誓言“我愿意加入中国共产党，拥护党的纲领，遵守党的章程，履行党员义务，执行党的决定，严守党的纪律，保守党的秘密，对党忠诚，积极工作，为共产党奋斗终身，随时准备为党和人民牺牲一切，永不叛党！”听的我们每个人心中热血沸腾，深感肩上的历史使命。最后党校校长的一句话：“组织上入党，一生一次，思想上入党，却要一生一世。”这更让我们从思想上认识到，组织上入了党，不等于思想上入了党，真正的优秀共产党员，在思想上入党，要用一辈子来实践。

接下来的任务是拍摄“老共产党员讲述自己的战斗史”，这个可让我们费了不少心思，首先要找到那些老共产党员，主

任让我跟另一名同事去民政局找资料，把老同志的地址和联系方式找到。我们在民政局翻了半天资料才找到几位有代表性的老同志。下午，我们拿着摄像器材和礼物去拜访老同志。结果，第一个采访对象李大爷却让我们吃了闭门羹，他不愿意接受我们的采访，理由是“年纪那么大了，不好意思上电视。”我们都被这个固执的老共产党员逗笑了，李大爷在战场上冲锋陷阵，那么勇敢，却不好意思上电视了。同事把我喊到一边说，给我出个难题，想办法让李老接受采访。我想了一下，走过去和李老聊起了家常，他给我讲了讲他年轻时候的故事，我给他讲些我在大学里的趣事，逗的老人家开怀大笑，在渐渐的聊天中，我去得了李老的信任，趁机给他讲拍摄这个纪录片的目的是为了宣传党的方针政策，教育广大群众。最后功夫不负有心人，李老终于接受了我们的采访，听着他绘声绘色的讲述着自己的战斗经历，我心里比吃了蜜还甜。看来，当一名好记者，不仅文笔要好，口才要好，还要懂得运用“心理战术”啊！接下来的采访很顺利，我们很快就完成了任务。

还有最后一组画面，是拍摄观众观看影片《任长霞》时的场景。我们决定去电影院进行现场拍摄，因为这组画面最能突出“保持共产党员先进性”这个主题，主任再三叮嘱我们一定要把这个场景拍好，这关系到纪录片的成败。

结果大摄像机出意外了，记者没有把光度和色彩度调好，调的非常暗，再加上在电影院里的光线本身就比较暗，前几个镜头就没有拍出来画面，黑漆漆的，只有声音。我们这一组还是非常成功的，把观众的表情都纪录下来了，尤其是当观看到任长霞出殡的镜头时，几个观众流下了眼泪，我们迅速的捕捉镜头，把它拍了下来，这个镜头成了一个特写，很有震撼力，为整个纪录片增色不少。影片结束后，我和另一为记者采访了几位观众，这是我第一次拿着话筒进行采访，心里好紧张，采访第一位观众的时候紧张的说不出话来，后来才自然了一点，呵呵，心理素质好重要啊。

这个纪录片终于拍摄完成了，在拍摄的过程中，我学到了很多知识，不仅仅是采访方面的知识，更重要的是让我对中国共产党有了一个新的认识。我充分认识到了中国共产党是中国特色社会主义事业的领导核心，代表中国先进生产力，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。保持中国共产党的先进性非常必要和及时。

实践期间，我还参与录制了一期《每周说法》节目，能够参与拍摄法律类的节目，我很高兴，因为能和我的专业知识结合起来，理论联系实际嘛，那期节目选择的是一个普通的民事案件，案件的大意是定陶县一千王乡农民张应在20余年前捡到一名弃婴，张应将其含辛茹苦的养育成人，谁知孩子长大后竟扬言用老鼠药杀。老汉一怒之下与家人一起起诉到法院，要求解除父子关系。电视台请的嘉宾是菏泽市的一位律师和这个案件的主审法官。我们把两位嘉宾请到演播室。主持人向他们介绍怎么做节目。说实话，我也是第一次进入演播室，以前看电视以为演播室很豪华呢，没想到却十分简朴，空荡荡的，只有几把椅子，和嘉宾上节目时所用的2张桌子，后面是“每周说法”四个大字印在一张蓝布上，这就是节目的背景，我没有料到如此简单的摆设，上电视的效果却是那么好。

做这个节目，需要外景拍摄和室内拍摄两部分，我跟着一位同事室内拍摄，这个我比较喜欢，因为能和法律界人士进行交流嘛，同事向律师和主审法官介绍了我，我便主动和他们谈起来了。他们对案件的理解和看法。他们给我指出了一些错误观点，看到他们熟悉的运用法律条文，我十分佩服，以前老以为自己学的还可以，没想到遇到现实案例却有些不知所措。由此检验出我在学校学习的法律知识不够扎实，没能够理论联系实际。这些节目的后期拍摄是在定陶县人民法院里，在法院开庭审理的时候当场拍摄，定陶县法院当庭调节，双方解除了所有关系。张老汉此时泪流满面。体型瘦小，面容苍老的张老汉用颤抖的手掏给20多岁的养子500元钱：“孩子，我也没有养育你的能力了，今年后的路你就好自为之吧，要

好好做人!”而孩子却说：“在张家的日子，我过得不顺心，整天让我学这学那。认为我不成器，我同意解除关系。”面对这样的残忍的话，张老汉只能捶胸顿足了，从此，的亲情再也不能寄牵。

这期节目播放之后，引起很大反响，大家在同情张老汉的同时纷纷谴责其养子的不孝。我感到很欣慰，因为人民的法制观念提高了，知道运用法律武器维护自己的权益，解决自己的问题了。

实践结束后，我的工作得到了领导的同事们的一致认可，我觉得这次实践活动的成功的原因，除了我个人的努力之外，还有个重要的原因是我克服了两大难题，一是在采访时如何和被采访者拉进距离，让他们乐于接受采访，提高采访质量?我认为首先在采访前将被采访人的兴趣，爱好，年纪，经历等资料了解全面，这样在采访过程中才能问一些质量高的，被采访者感兴趣的问题，才能抓住节目主题，使被采访者感到亲切，迅速消除陌生感，让他们有被尊重的感觉。其次，采访时的态度要亲切热情，会说话，会说话的意思就是见什么人说什么话。比如采访领导时说话要庄重，语言要运用优美，大方得体，态度不卑不亢，等等。态度决定一切，如果采访是不尊重被采访者，被人厌恶的话，那么整个采访只能以失败告终了。

二是怎样与同事们融洽的相处呢?我在实践的第二天就养成了一个习惯，每天早就半个小时，把办公室打扫的干干净净的。然后把机器擦拭一遍。这样做的效果立竿见影，同事们在享受清洁的环境的同时，开始对我热情起来了。平常我对单位领导非常尊重，对同事热情谦虚，遇到不懂的问题象他们虚心求教，这样一来，同事们都会热情的把他们所会的知识教给我，我的很多知识就是在同事的指导下学会的。与同事们相处的很好了，心情舒畅，工作起来会富有成效。另外，我从不早退，不请假，服从领导指挥，积极配合同事们的工作，这些都是处理人际关系的良方。我颇为自豪的是在这次实践

活动结束后，我和很多成了好朋友。

在这次实践活动中，我学会了很多，学到了很多在课本上学不到的知识，增加了自己的阅历，提高了自己的能力，也让我明白了自己肩上的责任，让我走向成熟。感谢电视台给我的这个机会，为我提供了一个接触社会平台的机会，相信会对我以后的工作有很大的帮助，它将是我一生的珍贵财富。

暑假工地社会实践报告心得感悟篇五

最近流行着在建筑工地打工、到武校磨练意志、去军营遵守铁的纪律的育人思路。而我也一直都盼望着能有机会走进社会，走近那些朴实无华的劳动人民，聆听他们得心声，读懂他们的故事。同时也可以磨练自己的意志，培养自己吃苦耐劳，不怕困难勇往直前的品质，为将来踏上社会做好充分的准备。

我生平第一次以一个劳动工人的身份走进了工地，与可爱的农民工们进行了一次亲密接触。那层久违的情感从进入工地的伊始就被触发。亲切，熟悉，热情，父辈，汗水，夹杂在一起。钢筋，黄砖，混泥土的结合下，工地的轮廓浮现在我的脑海。

师傅们很憨厚。更多的时候，他们愿意以笑容来表达。他们笑眯着为我示范，他们笑眯着给我指点，他们笑眯着在一起聊天。他们没什么可以计较与争辩的，因为他们与世无争。最大的愿望莫过于家庭平安，健康，而今年能多带点钱回去。

工地楼层建设的基础性工作我大致将它分为七个部分，即：搬砖，垒堆砖，装模具，铲沙子石子，扎钢筋，灌混凝土以及和泥和砌墙。在一个月的时间里应我的要求，工人师傅和农民工兄弟们带我逐一体验了每一个工种的繁琐和艰辛。

1、搬砖和垒堆砖

首先被安排的任务是搬砖和垒堆砖，原本以为挺轻松的，可是才干了一会儿，手就开始酸痛了，眼前还有那么大的一堆砖头，要搬到什么时候才能搬完啊？就算是搬完了，那手也肯定已经抬不起来了……想着想着心里不觉发怵起来。垒砖看着简单，做起来其实很难。首先把砖头一块一块整齐的叠起来，两边又不能和中间一样放，以免倒塌。垒砖的时候身体必须一弯一直，结果就是腰酸手痛腿抽筋。平时对于我们来说这种工作看似简单的很，这时才明白不是那么容易。

2、组装模具

接下来几天我的工作帮着工人师傅组装模具，螺丝配合铆钉将庞大的铁模具固定的“规规矩矩”。因为只有如此灌入模具里的混凝土才会牢固有型。

3、搬钢筋和扎钢筋

钢筋可以说是现代所有混凝土建筑里的骨骼和神经。同时就我而言这也是最为艰辛的一个工种。首先搬钢筋，一根根长10米，自来水管粗的钢筋躺在那里，我和一个工友要先看清楚哪一根抽得动，然后再把钢筋抽出来搬到事先装好的模具里，然后扎钢筋。用细铁丝将每四根钢筋扎成一股。三十分钟之后，手套都破了，手也胀了，我们头发都已经贴在了一起，累了个半死。师傅看见了，立马拿来了卖烤红薯用的手套让我们换上。经过了很长很长一段时间以后，我才慢慢的熟悉了这门技术。

4、灌混凝土

钢筋扎好以后就该往里灌混凝土了，所以我又和很多民工兄弟们一起做了大量拌混凝土前的准备工作，即铲河砂和石子。在我的印象中，铲石子河砂是件十分轻松的工作，但想象与现实总是有相当大的距离啊。要想把铲子摆弄得灵活自如有一定的困难，我经常在铲子和石子间寻找平衡点，力求一下

就能铲上来尽量多的石子，以此来减少工作量，提高工作效率，在一次又一次反复的实践中，我终于找到了能使铲子听话的窍门。紧接着我又挑战了工地上另一重而难的工作，即拌混凝土以及灌混凝土。这两项几乎是同时进行的。所谓拌就是以大概1：2：3比例不断的往大型搅拌机里添加水泥，河砂以及石子，同时不停的加水。高速旋转的搅拌机不断的输送出拌匀后的混凝土。此时我们就得用独轮小车快速地将其运送到模具旁边，专业的工匠灌浆并使用振动棒将其打压地结结实实。

5、做泥工

其实灌好混凝土后一栋建筑的“脊梁”就已经成型了，接下来大量的工作便是砌墙，为建筑物“添血加肉”。虽然一直以来我在工作的时候都十分卖力，也在不断的学习，但最后师傅们还是让我干起了泥工，没让我直接去砌墙，其实这也可以理解，毕竟我只是一个大学生，他们这种对工作质量严格把关的态度实在是值得钦佩。

最后三天我都在做着泥工，这个一直在我眼中的神圣职业，因为我的大姨父就是从事这项工作的，而当我亲身踏足时，才倍感其艰辛。和水泥的过程和混凝土大致差不多。只是不需要加石子，而是往里加石灰和石灰晶。砖头是那么沉，最困难的还是那些粘土不听使唤，放上砖头就掉下来，那个不自在啊，手套已粘满了水泥，但还是不行，这时师傅来了，他对我说你要放下去快和稳，不要慢慢往下放，在师傅教导后我终于成功了，那份用汗水浇筑的成功，真是那个。

这几天的实践让我收获到了许多东西，我想这些东西应该会给我今后的人生有很大的启迪。我们应该更加珍惜现在拥有的一切，在这次工地的实践活动中我了解到有些师傅是初中毕业就离开家乡，远离父母来到工地当建筑工人，他们承受了巨大的压力在工地中辛苦劳动，没有像我们能在父母怀里撒娇，能享受“小皇帝”“小公主”的待遇，他们过早地体

会到工作得艰辛，这些无疑是他们人生的一笔宝贵财富。相比之下，我们就显得逊色多了，因此，我们就应该要懂得珍惜，懂得感恩。其次，我们应该具有强烈的责任心，学会承担责任，这是对别人负责，同时也是对自己人负责，以负责的态度来完成工作，这无疑是一名大学生的基本要求。最后，也是最重要的，那就是做一名生活和学习中的‘强者’，不要被一些小小的困难压倒，要有百折不挠的精神，努力培养自己坚强的意志品质，以良好的精神面貌来应对各种压力和挫折。