

中班创意花瓶活动反思 中班活动策划(实用7篇)

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。掌握报告的写作技巧和方法对于个人和组织来说都是至关重要的。以下是我为大家搜集的报告范文,仅供参考,一起来看看吧

研究生社会实践报告篇一

付出辛苦的劳动,收获一份珍贵的经历,得到一种在书本上学不到的知识。通过这次在烧烤店里的实践活动,我深刻体会到赚钱的不易。每天从早9点到半夜12点有时会更晚,只要客人不走就不能下班,中午也没有时间休息,真的好累啊!刚去的前两天我都有放弃的念头,但是我想就这样放弃了实在不甘心,我告诉自己一定要坚持、一定要撑住,不能半途而废。慢慢的适应了那的生活和工作。

刚去的前几天我在前台干服务员,客人来了先给客人拿菜单,客人点好单后再给客人报一遍他所点的东西,以免出现错误。然后找串拿到后厨叫给师傅,烤好后师傅会按铃以作提示。服务员在前台听到后会很快到后厨取烤好的东西给客人端上,并告诉客人:您的某某东西好了,请慢用,有什么事您支声就好了!有时候店里的客人多了,就会出现错误,比如说客人后加的东西没有加单,跑单等等,老板就会毫不客气的训斥你。有时候也并非服务员的错误,服务员告诉站吧台的经理加单,经理却忘了而后出现脱单现象,那么无论说什么都是服务员的错。老板说什么都要听,对错都不重要了听就好了。我学会了忍耐,学会了多干活少说话。

人在矮檐下不的不低头啊!没有必要为了一时心快和老板起争执啊!应有大肚能容天下事的气量,心有多大就能干多大的事。

用明亮的眼去看世界，它真的好美丽。用心去体会，你会得到意想不到的感觉！生活其实很真很美很真实啊！有多少人没有工作，有多少人天天为了一家的生计而奔波。有多少小孩没有书读，有多少人背井离乡寻找生活源泉啊！和他们相比我是幸福的，我是快乐的。我有书读，我有家里帮我，给我钱花，不知道忧愁为何物的我现在知道挣钱是多么的不易。我是那么的不知足啊！总想什么都靠别人来帮我，现在我知道了谁也不能一辈子都帮你，伴在你左右的只有空气，只有自己才可以让自己依靠啊！

在店里干了不几天后厨的厨师因有病要走，但是没有找到新的人来干，她就提出让我进后厨学徒先顶几天。老板没有办法就同意了，我学了一天多师傅就走了。在一天多的时间我学会了客人常点的一些抢拌菜、土豆泥、鸡蛋糕、疙瘩汤等等。就这样我在后厨顶了几天，新来了师傅我就不做了。但是老板叫我在后厨打下手，我同意了，其实我并不想在后面干，后厨的温度在37、38度左右，还很闷，只要排风打开就老大噪音了。但是我没有选择的权利啊！我在后面要帮烧烤师傅杀鸽子和鹌鹑，刚开始我真的好害怕，活生生的鸽子就在一瞬间就没有了生命，在二十分钟左右就成为了人口中的美味了。心中很不忍啊但是没有办法，世间有很多的不舍啊！但是没有部分不去失去，有些东西是没有选择的余地的。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学

校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

研究生社会实践报告篇二

搭车回到公司的时候已是晌午，心里一直不能平静，尽在责怪自己之前怎么没有好好把问题弄清楚，否则也不会当场出漏子。

回到办公室，一坐下来便开始发呆，一会经理从身边走过，我抬头看了一下他，他只是像我点头微笑，之后便径直回自己的办公室了。我忽然想起来，我还没去汇报呢。于是便敲门进去。未等我先开口，经理却先说话了：呵呵，我都知道了，怎么样，这就是真正的考验，虽然这次你没有成功，但

相信一定长了经验，失败乃成功之母，不管做什么行业都不能害怕失败，等你积累了足够的经历，将来便都能够应付自如了。另外告诉你，今天这位陈先生是老客户，其实他的订单早就签好了的，今天只是让你去锻炼一下而已啦。听到这里我才恍然大悟，心头的石头也终于能够放下来了。正如经理所言，失败并不可怕，多锻炼多积累经验才是最重要的。真的很感谢公司安排给我一次这么好的锻炼机会。

在职研究生社会实践报告不知不觉，一个月的社会实践工作也接近尾声了。能够在公司里发挥自己的能力，并通过努力实实在在的做事，为公司创造一定的价值，不管多少，都是非常有意义的事情。

通过这次实践，使我很好的锻炼了自己的才能，加强了自己的自信心，同时锻炼了自己的人际交往、团队合作、与人交流沟通的能力。又提高了自己在实践中发现问题、解决问题的能力，丰富了自己的工作经历，为将来的就业做好了准备。

在职研究生社会实践报告虽然说一个月的时间很短，但对我来说也是相当重要的，在这过程中不仅培养了自己认真负责的工作态度，也培养了自己的耐心和韧劲。相信此次的社会实践会对自己今后踏入工作岗位带来很大的帮助。在这期间所积累的宝贵的工作经验将会是我一生的财富。很高兴，自己最终很好地完成了这次富有意义的暑期社会实践的工作。

研究生社会实践报告篇三

付出辛苦的劳动，收获一份珍贵的经历，得到一种在书本上学不到的知识。通过这次在烧烤店里的实践活动，我深刻体会到赚钱的不易。每天从早9点到半夜12点有时会更晚，只要客人不走就不能下班，中午也没有时间休息，真的好累啊！刚去的前两天我都有放弃的念头，但是我想就这样放弃了实在不甘心，我告诉自己一定要坚持、一定要撑住，不能半途而废。慢慢的适应了那的生活和工作。

刚去的前几天我在前台干服务员,客人来了先给客人拿菜单,客人点好单后再给客人报一遍他所点的东西,以免出现错误。然后找串拿到后厨叫给师傅,烤好后师傅会按铃以作提示。服务员在前台听到后会很快到后厨取烤好的东西给客人端上,并告诉客人:您的某某东西好了,请慢用,有什么事您支声就好了!有时候店里的客人多了,就会出现错误,比如说客人后加的东西没有加单,跑单等等,老板就会毫不客气的训斥你。有时候也并非服务员的错误,服务员告诉站吧台的经理加单,经理却忘了而后出现脱单现象,那么无论说什么都是服务员的错。老板说什么都要听,对错都不重要了听就好了。我学会了忍耐,学会了多干活少说话。

人在矮檐下不的不低头啊!没有必要为了一时心快和老板起争执啊!应有大肚能容天下事的气量,心有多大就能干多大的事。用明亮的眼去看世界,它真的好美丽。用心去体会,你会得到意想不到的感觉!生活其实很真很美很真实啊!有多少人没有工作,有多少人天天为了一家的生计而奔波。有多少小孩没有书读,有多少人背井离乡寻找生活源泉啊!和他们相比我是幸福的,我是快乐的。我有书读,我有家里帮我,给我钱花,不知道忧愁为何物的我现在知道挣钱是多么的不易。我是那么的不知足啊!总想什么都靠别人来帮我,现在我知道了谁也不能一辈子都帮你,伴在你左右的只有空气,只有自己才可以让自己依靠啊!

在店里干了不几天后厨的厨师因有病要走,但是没有找到新的人来干,她就提出让我进后厨学徒先顶几天。老板没有办法就同意了,我学了一天多师傅就走了。在一天多的时间我学会了客人常点的一些抢拌菜、土豆泥、鸡蛋糕、疙瘩汤等等。就这样我在后厨顶了几天,新来了师傅我就不做了。但是老板叫我在后厨打下手,我同意了,其实我并不想在后面干,后厨的温度在37、38度左右,还很闷,只要排风打开就老大噪音了。但是我没有选择的权利啊!我在后面要帮烧烤师傅杀鸽子和鹌鹑,刚开始我真的好害怕,活生生的鸽子就在一瞬间就没有了生命,在二十分钟左右就成为了人口中的美味了。心中很不忍啊但

是没有办法,世间有很多的不舍啊!但是没有部分不去失去,有些东西是没有选择的余地的。

实践,就是把我们在学校所学的理论知识,运用到客观实际中去,使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践,那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面,实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践,学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同,接触的人与事不同,从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习,从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展,又加入了世贸,国内外经济日趋变化,每天都不断有新的东西涌现,在拥有了越来越多的机会的同时,也有了更多的挑战,前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了,中国的经济越和外面接轨,对于人才的要求就会越来越高,我们不只要学好学校里所学到的知识,还要不断从生活中,实践中学其他知识,不断地从各方面武装自己,才能在竞争中突出自己,表现自己。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作,不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。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。

研究生社会实践报告篇四

从本科到研究生,六年多的大学生活,让我与华师结下了不解之缘,当我得知被分配到华师大社区居委会进行暑期社会实践的时候,内心涌动着无比的激动。因为这不仅仅是一次接触基层、了解基层实际工作的宝贵机会,更重要的是我能够利用这次机会回馈华师,回馈这一片引导我逐步成长的第二故乡。

华师大社区居委会属广州市天河区人民政府石牌街道办事处管辖,位于天河区中山大道西41号—65号,所管辖范围北至华景西路,南至中山大道,东接华南快速干线,西至五山路。

总面积0.82平方公里，总人口约27231人，现有总户数4110户，户籍人口3518户，22018人，居民住宅栋数86栋，学校校卫队67人，辖内有6个生活小区：东区、南区、西区、北区、中区、高校教师村。高校社区的居民多为华师本身的教职工及其家属，文化水平普遍比较高，因此，当我第一天踏入华师大社区居委会的大门时，居委会的徐主任就语重心长的跟我说，在华师大社区居委工作，一方面要耐心和细心，要有恒心和毅力去完成看似简单，却无比繁琐的事情；另一方面，也要注意工作的技巧，要让社区的居民感觉到我们是真正为他们着想、为他们服务的人。伴随着徐主任的话语，我一个月的基层实习生活也就开始了。

整个实习期间，我的思想经历了一个从兴奋好奇到无聊懈怠到自责反省到努力探寻到疲倦但欣慰充实，实习结束却仍意犹未尽这样一个过程。刚开始，我为能够到基层学习、为社区居民服务感觉无比的自豪与兴奋，希望自己能够凭着自己的能力，为社区做出自己的贡献，给居委会带来一些新的理念、新的变化。可是随着工作的开展，我发觉自己整天做得最多的就是资料的校对与整理、海报粘贴等等琐碎的事情，渐渐发觉自己原来那些所谓的新理念是多么的不切实际，到来之前踌躇满志的激情也在失望中慢慢消退，懈怠起来。就在我打算混着度过这个月的时候，班级讨论群里大家对工作认识的讨论，让我感到惭愧与自责，回馈社会、回馈华师，更应该从点滴做起，而不是不切实际的英雄主义。因此，在解开自己内心的心结以后，我开始重新思考自己在单位的工作，思考如何在这些看似平凡，却关系到广大社区居民切身利益的事情上，如何做得更快、更好。在广州创文明城市的准备工作中，我做的很多很小的事情，不断的学习和探寻工作的方法，每天的繁忙让自己感到疲惫，却很充实，让我深切感受到付出的快乐。虽然实习已经结束，但是这短短的一个月却让我学到了很多的东西，在我的记忆中留下了很多难以磨灭的记忆。现在向党组织汇报如下：

一、实习工作情况汇报

1. 协助完成社区户籍资料及各户户主信息的校对与整理

为准确有效的掌握整个社区各户信息，华师大社区居委会在我前往实习前，便开始了对社区居民的资料校对与整理。我开始实习生活以后，这项工作变成为了我实习期间的主要工作之一。居民信息的校对、录入、整理，整天对着枯燥的居民信息，让我一度产生了厌倦，并根据要求仅仅与网上记录信息进行校对。当我把最后的归档文件交给徐主任的时候，徐主任以长辈的口吻，温和的问我说，这些户主信息你都和最新的在册资料校对过吗？华师的人口有一定的流动性，如果我们不校对在册资料，就算整理得再好，也不是最真实的数据，这样就失去原有的意义了。这些话当时给了我很大的震撼，整天想着如何回馈华师，可是真正面对事情的时候，却在态度上没能真正的从居民实际角度出发，这是多么不该。在接下来的工作中，我开始重视起来，认真的校对在册户籍的资料、并且抓住办老年人证的机会，与居民互动，了解各户最新的户籍信息以及相关资料。终于把社区户籍人员信息以及户主信息校对完毕。

2. 协助完成社区青年志愿者活动资料汇编

华师大社区居委会地处华师，便利的高校资源，为社区的青年志愿者活动提供了优质的青年志愿者资源，近几年来，华师大社区居委会利用这一有利条件，积极组织策划了多项志愿者服务活动，受到了社区居民的欢迎。为展现社区居民志愿者风采，迎接广州创文明城市检查，我参与了华师大社区青年志愿者活动资料的整理与汇编。主要工作包括：近几年来志愿者服务活动开展情况登记表的整理、文件汇编、制作封面等。为全面展现社区志愿者服务活动的风貌，我仔细斟酌语句，以规范性的工作、丰富的资料，为社区志愿者活动的有效开展作出最有效的注解，得到了居委会老师的肯定。

3. 协助开展社区创文明城市宣传工作

广州创建全国文明城市，是全广州市民的一项大事，也是一项聚集了高人气的“民心工程”。广州市创建全国文明城市，就是围绕着廉洁高效的政务环境、公平公正的法制环境、规范守信的市场环境、健康向上的人文环境、安居乐业的生活环境、可持续发展的生态环境、扎实有效的创建活动进行测评，并以群众满意不满意作为主要评判依据，使人民群众成为创建文明城市的最大受益者。因此，如何将创文明城市的目的、意义、标准带给社区的家家家户户，让广大社区居民在理解广州创文明城市的基础上，提高个人素质，积极配合，为营造安居乐业的生活环境而共同努力。因此，我与居委会的各位老师一起，不辞辛苦，跑遍了辖区内六个小区，深入各栋住宅楼贴创文明知识问答、发宣传材料，积极向社区居民宣传，虽然经常头顶烈日、四处奔走，但是，当我看到居民们理解甚至鼓励的眼神的时候，我知道创文明工作已经为大多数居民所熟知并理解。我也能和居委会各位老师一起、和华师大社区全体居民一起，为广州创建全国文明城市尽一份绵薄之力。

4. 协助举办以“市民文明一小步，城市文明一大步”为主题的社区论坛

促进华师大社区创建全国文明城市工作的顺利开展，进一步提高社区居民对城市公共文明建设创建工作的知晓率和参与度，根据市文明办《关于开展“公共文明大家谈”社区论坛活动的通知》精神，我们居委会在8月19日下午积极组织社区居民代表开展以“市民文明一小步，城市文明一大步”为主题的社区论坛活动。为了举办好这个社区论坛活动，我与居委会的小李老师一起，共同策划、构思主题，并且在会议当天认真协助做好相关会务工作，保证了社区论坛的成功举办。

5. 参与环境“卫生清洁日”专项行动，为华师美好环境贡献自己一份力量

为积极响应广州市创建全国文明城市工作部署，以高标准、

高要求做好创文迎检工作，石牌街华师大社区创文责任组人员以及居委会全体干部整齐上阵，一连数天，准备好扫帚、铁铲、铁钳、洗衣粉、垃圾袋等所需的清扫工具，对辖区主要商铺路段门前的台阶、人行道、外立面等地方进行全面清洗，铲除商铺门前、墙壁、卷闸门等部位的牛皮癣。我与居委会孙老师一起负责华师大叫高教新村以及市场附近的卫生。每天都在外面达八个小时以上，用自己的行动，捍卫着华师的干净环境。虽然很苦很累，但是内心却很充实。几天的经历，让我经历了旁人从异样到理解到赞许的眼神变化，让我知道，或许我们这几天的工作并不能为华师带来多少大的变化，但是，从父母以我们的行动教育小孩的话语中，我却知道，我们以自己的实际行动，给华师社区的小朋友们上了生动的一课，把环保意识带给他们。

6. 参与其他相关工作

二、实习工作的感悟与收获

为期一个月的实习已经结束了，但是我的思绪却远远没有结束。一个月的实习，带给我的可见收获并不见得很多。但是，却给予了我以往学习与生活中所无法获得的隐性财富。

1. 千里之行，始于足下

大学生是一个充满理想、充满激情的群体，在我们的思想中，思考的是如何让我们用自己的行动去为社会做出贡献、影响社会，改变社会，赢得社会的鲜花和掌声。因此都或多或少有着眼高手低的弊病。我也一样。刚到居委会，我曾想着如何利用自己的专业优势，去改变居委会的工作方式、提高效率。然而，在实际的工作中，我才猛然发觉自己原先的想法是多么的幼稚，一个对实际工作一点都没有了解和经历的人，却妄谈改变这一切。经过好奇兴趣到失落厌倦到最后的反省努力，我才真正的理解千里之行，应该始于足下。在我原先看来的小事与琐事，却是实实在在磨练自己能力与素质的磨

刀石，如何从细节入手，全盘考虑，如何学会协调与平衡各方利益，如何学会让自己的工作被居民理解，都让自己在实际的工作实实在在的得到了锻炼和提升。作为一名即将走出校门的大学生，我们更应该思考的是如何在基层的工作中磨练自己，服务人民；而不是空谈理想。一句话，立志做大事，但必须从小事做起。

2. 态度和能力就是最大的竞争力

态度真的很重要。刚刚进入居委会实习的时候，我总觉得一个信息技术专业的研究生来到居委会实习，好像十分的不相称。总觉得居委会这样的小地方，不会学到什么有用的东西，但是我错了。因为我没有意识到所有的知识都是靠自己一点点地积累起来的。而更加老套的说话就是：学无止境。于是，我每天都准时地上下班，每天都微笑着面对来访的每一个人，热情的帮助有需要的人，真诚的帮助他们解决问题，排除困扰。我每天都用充实来把自己武装起来，用我热情和真情去切切实实的做事。总不让自己闲下来，发现可以做的事情就马上干劲十足。这样一来，同事们对我也更加热情了，很多生活上、工作上的事情都愿意与我分享。在我离开居委会最后一天，徐主任和居委会的老师们一起送我出门口，让我真真切切的感受到，他们已经把我当成他们中的一份子。

态度真的很重要，无论我们以后将要从事什么行业，正确的工作态度都是必须的。在我们将要踏进社会这一门槛的进程中，调整我们的态度显得尤为重要。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵的财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，

他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以学到很多很多。因而我很自豪的说：我这次的实习真的收获很大。短短的一个月我学到的是如何正确的待人接物，如何的在必要的时刻表现自己，并且在实践中得到很好的运用。因而我自豪，自信！

研究生社会实践报告篇五

之科学之旅

哈工大研究生科学之旅志愿服务社团是一个关心小学生教育，增长小学生视野，促进研究生的服务理念的课程教育平台。在这里，研究生们得到的不仅是近距离了解童真学子的心声，启蒙教育，为祖国未来的建设者的培养做出一份光荣贡献的机会，更是一次锻炼自己走向社会的一次人生锻炼和经历。

怀揣着对天真学子的热爱之情，我于2015年10月加入了哈工大科学之旅交流群，成为一名科学之旅的志愿者。在科学之旅的团队里，我积极配合团队里的各项志愿服务工作。在2016年上半年，我参加了复华小学的趣味物理课堂班教学工作。旨在开拓小学生们的知识视野，提高他们对生活物理的认识能力和学习兴趣。趣味物理课堂主要是以课堂讲学和动手实践的形式进行开展的。历次较为详细的讲解内容在实践报告手册的记录簿已经记载。下面我简要对趣味物理实践做一个简要汇报。

趣味物理实践始于2016年3月份，至2016年5月底止，为期3个月左右。给小学生普及的物理问题皆是来自生活，所涉及的领域有力、电、光、磁等。全部课程分为9次叙述，每次讲述一个专题。在科学之旅的三个月内的授课历程中，我受益颇多，认识到了很多的道理。

一、自己个人的见解总是局限的，把自己的东西呈现出来，听取别人的点评很重要。

记得每一次讲课前，科学之旅社团都会安排组织试讲环节，在试讲环节中，我们本期要参加讲课的同学都要参加课程试讲会议。会议成员有几位评委和本期参加讲课的成员，这虽然是一次试讲，却更能反映出讲解的效果，因为在试讲的讲台上，你面对的都是些经验的评委和同学，他们会及时向你反映讲课过程中出现的问题，这对讲课人员的帮助很大。

下面是就以我关于力与电两个模块的试讲课程做一个基本介绍。

1、试讲主要内容

力：摩擦力，转动力与力臂（杠杆），滑轮，液体压力及气体压力，浮力。与力相关的运动效应：惯性。

电：电现象，摩擦起电，电的良导体和绝缘体，电路回路工作，用电安全知识。

2、试讲思路

关于力：先引入力的相关实例，再解析力的产生和力的定义，接着讲力与运动的关系。

(1)推箱子引出摩擦力。

(7)另外，用“车内跳起”引出惯性，并补充突然启动和急刹车两个例子。关于电：

这种讲解思路理论上能取得很好的教学效果，可是当我站在试讲讲台上按照这个自定的方法去讲解，讲完之后，评委问了我一个问题，那就是：如何将小学生的兴趣吸引到你的讲解内容中来？当时我思考了半天，没想出什么对策来。后来我回到自己的座位上，一边思考，一边倾听别的同学的讲解。终于在其中一名同学的授课中，我找到了解决办法。在

她的课堂中，我发现了一个教学手段就是“互动”。小学生们对文字和说书式的语音信息捕捉能力是很有限的，如果不把他们的兴趣带到你的课程中来，那么咱们课堂上绘声绘色的描述都是令人犯困的催眠曲，从他们的一只耳朵进，另一只耳朵出。这位同学的讲课主题是趣味数学。她的做法是把知识点换成一个一个的小问题，采用分组进行竞猜答题方式来调动大家的参与兴趣，按照“一题一思一答一评”的讲课方式来进行授课，当场试讲受到了评委的称赞。

因此我必须改变自己的讲课战略，才能收到更好的课堂效果。在复华小学的实战中，我基于“剖砖引玉”的试讲模式，做了两点改变。

一是丰富了内容的呈现方式，根据小学生对图像，动画的偏爱胜于文字的事实，在展板内容中加入了更多的图像和动画。例如，在讲解“闪电的形成”这部分内容时，我在科教频道上下载了一部关于闪电的动画片。课堂过后，根据同学们对闪电的理解程度来看，同学们还是很容易接受这种讲课方式的。

二是采用竞赛比拼的方式进行授课。竞赛比拼更容易调动大家的思考兴趣，让他们感受到学习的乐趣。我将他们分成三组，进行积分制答题比赛。答题过程中，同学们的热情高涨，这让我感到很宽慰，再也不是我在台上唱独角戏了。

我深深地知道，能够取得这么好的课堂效果，一定与试讲评委的点评脱不开。试讲让我战胜了面对众人在台上发言的“紧张综合征”，还让我见识到了“兴趣是最好的老师”的科学事实。总之，当你有好的想法时，你就提出来，听听别人对它的看法，或许会更好。

二、充分的准备是取得成功的必要条件。

成功的方法有很多，但是终究有一点是相同的。那就是做好

充分的准备。牛顿说过成功等于百分之九十九的汗水加百分之一的灵感。准备工作到位了，才可能取得成功。教学课堂的良好效果正验证了牛顿的这句话，试讲和讲授内容的更改就是我百分之九十九的汗水，抓住同学们对图像信息的捕捉能力胜过文字信息的特点便是我百分之一的灵感。

我听过这么一则故事。王芸是个很漂亮的女孩儿，她到公司工作快三年了，比她后来的同事陆续得到了升职的机会，她却原地不动，心里颇不是滋味。

终于有一天，她冒着被解聘的危险，找到老板理论。

“老板，我有过迟到，早退或乱章违纪的现象吗？”老板干脆地回答“没有”。“那是公司对我有偏见吗？”老板先是一怔，继而说“当然没有。”

“为什么比我资历浅的人都可以得到重用，而我却一直在微不足道的岗位上？”老板一时语塞，然后笑笑说：“你的事咱们等会再说，我手头上有个急事，要不你先帮我处理一下？”

“一家客户准备到公司来考察产品状况，你联系一下他们，问问何时过来。”老板说。

“这真是个重要的任务。”临出门前，她还不忘调侃一句。一刻钟后，她回到老板办公室。

“联系到了吗？”老板问。

“联系到了，他们说可能下周过来。”“具体是下周日？”老板问。“这个我没细问。”“他们一行多少人。”“啊！您没问我这个啊！”“那他们是坐火车还是飞机？”“这个您也没叫我问呀！”

老板不再说什么了，他打电话叫张怡过来。张怡比她晚到公司一年，现在已是一个部门的负责人了，张怡接到了与她刚才相同的任务。一会儿工夫，张怡回来了。

“哦，是这样的……”

张怡答道：“他们是乘下周五下午3点的飞机，大约晚上6点钟到，他们一行5人，由采购部王经理带队，我跟他们说了，我公司会派人到机场迎接。”

“另外，他们计划考察两天时间，具体行程到了以后双方再商榷。为了方便工作，我建议把他们安置在附近的国际酒店，如果您同意，房间明天我就提前预订。”

“还有，下周天气预报有雨，我会随时和他们保持联系，一旦情况有变，我将随时向您汇报。”

王芸在一边看的脸不禁发红，不好意思再说什么就退出了办公室。

从王芸和张怡两个人的故事中，我们可以清楚地看到，王芸做事情时准备并不充分，她只是去完成一项老板的口头命令，因此从客户那里得到一个模棱两可回复。而张怡在执行相同命令时，准备充足，在联系客户时将各个细节问的一清二楚，而且连客户届时的招待也想到了，可见是在接到老板命令时经过了一番深思熟虑后，做好了充足的准备去联系客户的。事实证明充分的准备是成功的必要条件。

科学之旅的实践中，上述两条认识对我的影响很大。就现在的科研学习而言，也务必遵守这两条认识。

1、需要充足的准备工作

论文可能需要国内外研究背景和方法的调研，实验安排及数

据处理与分析等工作。因此提前查阅文献著作，设计实验方法和学习数据处理理论与技术都是很重要的准备工作。

2、需要聆听别人的建议

论文写作时，有时难免会遇到思考瓶颈，在一些创作点上没有好的想法或是清晰地认识。这时，找导师或是师兄弟探讨一下，聆听一下别人的建议或许能够使你豁然开朗。当然即使是你思路畅通，完成了论文的全部写作时，也应该把它呈给其他人看看，因为个人的思考是局限的，聆听别人的建议会使你的文章更加出彩！

最后忠心感谢科学之旅社团，能够给我这样一次难得的历练的机会。在科学之旅的实践中，我真真切切地感受到了自己的思维在成长。我相信，研究生社会实践中的所获所得必将影响我的未来！