

小学寒假实践活动总结 寒假实践活动作业 (通用6篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

小学寒假实践活动总结篇一

一月初我得到了一份在华联做短促的工作，具体的工作就是为统一公司促销统一老坛酸菜牛肉面给前来逛超市的顾客们，让顾客们感觉到这个产品值得他们去买，提高销售量。万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有结果。在经历了华联的工作之后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的，这要求不但要具备细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

二、实践目的

1、接触更多的人使自己的交际能力更好一些，培养勇气，积累经验，增加自己的阅历。2、通过亲身体会让自己更进一步了解社会，从学校走向社会，在实践中增长见识，锻炼自己的坚强的坚持能力，面对可能的意外时的坚强，工作熟悉劳累时的坚持。3、通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。初步体验管理与被管理，服务与被服务之间的奥义。促销是企业推广新产品、提高品牌知名度、树立企业良好形象加强与顾客联系的重要措施。尤其是在超市里各种其他品牌对手集中竞争的地方，更是检验自己品牌实力和影响力的地方，这就要求促销要做到位。

三、实践时间地点

xx年8月连续四个周六日，在北京上地华联

四、实践准备及工作内容

假期开始想寻找工作时是借助xx的，根据网上提供的地点面试。暑期的中午，烈日当头，而且今年的北京的尤其热。面试地点总是挤满人，排队一般要一个小时。各种面试时间基本每人都是徘徊在一分钟时间左右，自我介绍。开学参加社团觉得做的最多的事就是各种自我介绍，现在依然是这样，区别仅在于要针对不同的要求提到自己的不同方面。记得有天早上八点到龙泽地铁站时，真的被眼前黑压压的一片吓住了，平时看上去没用的疏通通道此时却挤满了人。不知不觉的心里多了一份压力感，北京真的不是一个安逸的城市，那些被形象的成为蚁族的人们奋斗在各地。外边世界很精彩，却也充满了疲惫。那一刻有点质疑，三年之后毕业了，如果不考研，真的要留在这座城市么？留在这里是不是要面对更大的压力，要面对更多需要坚强的地方，要面对一连串的未知？这样不安了几天，发觉自己的自信荡然无存了。两个声音在搏斗，回家吧，那才是温暖的地，不行，既然决定留下就要勇敢走下去。总算明白自己欠缺很多，我想要的生活还遥远。慢慢重拾自信，去坚信结果是已知的。人之所以能，是因为相信能。就像某人说的钱不是目的，而是结果。暑期的兼职毕竟不是为了赚钱而一往无前，因为我们最终的价值是实现自我，这不是一时的，也不是一段时间能说明什么的。

面试了两个后，一直等不到消息，于是开始把注意力转移到其他兼职网寻觅，赶集网，1010网，论坛上寻觅自己想要的东西。赶集网上有一些发传单的，有一个觉的不错就电话联系了一下，对方要我们拿上简历去面试。简历？对大一的来说还是陌生的，在网上下载了一个空白简历自己认真填了一下打印出来了。第二天去公司面试，总经理知道我们还是在校生的时候就直接说他们想要毕业生，这样就被拒绝了。人生的第

一次简历，当时挺失望，走出公司后，思前想后，觉得自己也是疏忽了一些细节才导致自己白跑一趟。可是仍是有些不懂，一个日薪50元的发传单的工作还要学历，不禁感慨北京真的是狼多肉少吗。这种生活持续了几天，反反复复，在不断希望与不断失望中纠结着，终于最终还是是在一家促销公司找到了暑期促销员的工作，工作持续8天。后来不少同学知道我在干促销后，问我为什么不找份家教，干促销值得吗，能用到学到的东西吗。我不知怎么去具体回答，一方面经过面试的那几天生活，我觉得家教这种相对更适合大学生的兼职门槛其实是更高的，教小学英语都需要英语过四六级等，另一方面，虽然之前我在家乡有过兼职经验但在学校这边却是一张白纸，毫无经验，吃吃苦也算是体验生活吧。其实对于大学生兼职该干什么这个问题，我之前也是思考过的。能找到对口的去实践当然最乐观，但不管做什么，在外边尝试总会比温室有作用，做什么有什么的收获，有什么样的锻炼。而目前我深知自己对社会的理解还是肤浅的，我需要在各个方面提升自己，我可以做的不精彩，但曲折中才体会更多。

[寒假实践活动调查报告]

小学寒假实践活动总结篇二

寒假实践活动心得体会范文大全 【篇一】寒假实践活动心得体会范文大全 愉快的寒假生活已经结束，为了让每个少先队员度过一个“安全、充实、健康、文明”的假期，结合慈溪市少工委有关工作要求[]20xx年的寒假[]xx小学少先队大队部为孩子们制定了“践行尚德教育欢度猴年寒假”的活动方案。

开学伊始，孩子们带着微笑，带着寒假的收获回到了春意初显的校园，交上了一份令人满意的“寒假答卷”。

这次寒假活动，大队部分四部分要求学生过一个有意义的寒

假。

一是开展“尚德”活动，奉献一片爱心，争当“尚德小标兵”。要争当“尚德小标兵”得从三个方面入手，那就是“敬老人，孝父母，爱同伴”。孩子们通过送老人礼物，给老人表演节目，陪老人吃饭等形式给村里的孤寡老人带去了春节的喜气；通过帮助父母劳动，对父母说感谢等形式向父母回报了恩情；通过为同伴制作贺卡、礼物等形式增进了同伴间的友情。这项活动，全校有 335 名队员参加活动，大队部择优选出了 64 位“尚德小标兵”。

二是开展实践活动，发扬传统美德。大队部鼓励学生积极参与社会实践活动，争当“小小践行家”；合理利用压岁钱，争当“小小理财家”；学会当家作主，争当“能干的小管家”；开展环保活动，争当“环保小卫士”。队员们通过照片、写理财经、制作环保作品等形式，认真完成了这项活动。

三是开展读书活动，建设书香家庭。大队部给各个年段推荐了优秀书目，建议全体学生寒假读好书，好读书，争当“小小阅读家”；一到四年级找爸爸读、找妈妈读，争当“书香家庭”；五、六年级读书写感受，争当“未来小作家”。队员们用照片、读后感的形式，充分展现了自己过了一个有意义的寒假。

四是增强自护意识，加强安全教育。要求队员们做到绿色上网；欢度春节；注意安全；文明卫生。

力。

【篇二】寒假实践活动心得体会范文大全 第一，从事教学工作需要“专(钻)心”：我为这次实践的顺利进行，我投入了大量的精力准备。虽然说对于一年级的知识不在话下，但我还是找来了教材和教参等专心备课，力求做到在知识上准确无误；除了在“教什么”上下功夫，我在“怎样教”也丝毫不

敢马虎，我翻阅了《教育心理学》、《发展心理学》、小学语文、数学教学法等专业书籍，上网查询了有关经验交流，在充分尊重儿童身心发展规律的前提下开展教学活动。

第二，从事教学工作需要“耐心”：面对一个年仅 7 岁的一年级的学生，他对知识接受和记忆的方式和能力都有其特点和限制，我们在教学中不能从自身主观出发“想当然之”。对学生在学习中所遇到的障碍要“耐心”的讲解，一遍不行就两遍，两遍不行三遍，同时也应该反省自己的教学方式是否对路，切忌“简单粗暴”。

第三，从事教学工作需要与人“交心”：在教学中不能够“闭门造车”、“一叶障目，不视泰山”，要多与外界交流，掌握更多的信息，丰富自己的教育背景。我注意了与家长的交流，一方面更深入了解学生的情况，有利于我“有的放矢”；另一方面我及时将教学进展及时反馈给家长，有利于家长的配合与支持。同时，我还向多位我以前的老师请教，他们的经验都给了我莫大的帮助。

我通过这次为时一个半月的实践，从另一个侧面检验了自己的学习情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力；同时也发现一些了自己的不足，使我在以后的学习中不断的弥补和提高。可以说，这次实践让我是“受益匪浅”。

【篇三】寒假实践活动心得体会范文大全 短短三周的寒假生活转眼就过去了，这对我们来说是进入高中后的第一个寒假。在这个假期里我们参加了很多社会实践活动，过得颇有意义。

生土长的地方，对于外滩也已了解得十分透彻，没有意义。不过当我们到达目的地之后，我们发现我们对于外滩得了解并没有我们想象中的那么多。通过寻访和资料搜集我们了解到外滩是这座东方大都会最的景观，它东起中山东一路，北起外白渡桥，南至金陵东路，面对开阔的母亲河黄浦江，背倚造型严谨、风格迥异的建筑群。是上海具有万国建筑博览

标志性的建筑群之一，是人类历史的文化遗产。在我们的寻访过程中，我们看到了一幢幢复古优美的高楼大厦和优美的绿化设施。而且我们还发现在新年之际来这里的旅客中有不少都是老外，可见如今的上海已是受全世界瞩目的国际大都市。

春节是举家团圆的日子，可是还有一些老人由于种种原因只能孤单一人度过春节，所以团支部开展了一班一老人的活动。计划给这些老人送去温暖和关怀，而我们班所负责的是一位家住新华路的名叫任瑛的老人，那是一个头发花白和蔼可亲的老人。我们一行 7 人代表所有高一(十)班的同学来到了老人的家中，除了嘘寒问暖之外还带去了所有同学写给她的祝福。为了让老人过一个团圆欢乐的大年，我们还准备了一些好吃的东西与老人一同分享。临近尾声之时，大家一同围在老人身旁，为老人唱了一首饱含祝福的歌曲。看到老人高兴得笑着，连声得感谢我们，大家也都不好意思地笑了。

2. 多彩的社区活动 除了以上的团体活动之外，我们班的每一位同学在假期里也都参加了所在社区开展的多彩的社会实践活动。有的为社区打扫楼道，有的则积极为社区出黑板报，还有的则跟随着社区里的居委们一起去慰问孤老，有些爱学习的同学即使在放假的时候也没有闲着，整天穿梭于社区图书馆间，，，，尤为可贵的是几乎所有的同学都在居委会的号召下为社区困难群众捐献了自己的一份爱心。

就这样，短暂而丰富有益的寒假生活过去了，新的学期到来了，所有的同学带着对这次假期的美好回忆，准备迎接新学期的挑战。

【篇四】寒假实践活动心得体会范文大全 今天，我们班的综合实践活动——“生活中的垃圾”完成了成果展示课的内容。同学们因为亲自去活动了，所以汇报起来很有条理。我原本以为农村的孩子在成果展示课上的表现不及城市的孩子，但今天的表现我很满意。

本次活动同学们通过上网查询，看电视，访谈资深人士，查课外书，走访调查，实施考察，亲自实验等方式分别对垃圾的来源，垃圾的处理，垃圾的分类，垃圾的危害，垃圾的变废为宝等内容进行了研究。全班共分为五个组，分别设立赵旭斌、相丽佳、高源、李雪舰张宏艳为组长组织研究。

在开题课上，大家对我班每天产生的垃圾，我班的高峰家庭一周产生的垃圾和我校每天产生的垃圾情况进行了了解。通过了解发现我们日常生活中产生了许多垃圾，于是我们设立了本次综合实践活动的主题——“生活中的垃圾”。然后我充分放手，让学生各抒己见，说明自己真心想要研究的有关生活中的垃圾的问题。

同学们畅所欲言，最后在教师的引导下设立了本次活动的五个子课题，即垃圾的来源，垃圾的处理，垃圾的分类，垃圾的危害，垃圾的变废为宝。然后我们全体同学以最想要研究的子课题为载体开始自由结组，然后从组员中举手表决了该组的组长赵旭斌、相丽佳、高源、李雪舰张宏艳。然后每组的组员在组长的带领下，在教师的指导下撰写了研究计划，组员们也都建立了联系卡。看着他们的积极劲，我真的很高兴。

此后同学们利用了一个多月的时间进入研究活动，教师也及时了解同学们的活动情况，并给给予了他们相应的指导，还有很多的同学为了研究共同的子课题互相通了电话，那劲头真是十足。

在成果展示课上，各位组长先介绍了本组的研究课题及分工情况，然后各成员分别阐述了自己的活动情况，他们的语言虽不是很精炼，但都介绍的条理很清晰，在同学们的汇报过程中，我感到同学们是真心投入到活动中了，并把自己的活动过程记录了下来。

其中研究垃圾的变废为宝的那一组，有很多成员是亲自动手

做了一些作品。吴迪、刘硕等同学的作品还不错呢?他们通过展示实物和介绍制作过程还进行的。同学们都听得很认真，时常对他们的介绍和作品报以掌声。

通过本次活动，同学们更深层次地认识到了垃圾的有关知识，从学生了解垃圾的种类，认识垃圾与生活环境的关系;提高环境保护能力、社会实践能力;培养学生收集、分析和利用信息的能力。

通过上网，走访调查，实施考察等活动，考察身边的环境，认识人们日常生

活环境中的问题;再组织学生开展社会宣传活动，增强社会责任感。同时也让孩子们热爱大自然、理解人与自然和谐发展的意义;自觉的从身边小事开始，关注周围、国家乃至世界性的环境问题;提高环保意识、养成环保习惯。

寒假实践活动心得体会1

寒假实践活动心得体会(1)

高中寒假实践活动心得体会

大学生寒假实践活动心得体会

寒假实践活动总结

小学寒假实践活动总结篇三

社会的发展对大学生社会实践提出了更高要求。要不断提高对大学生社会实践的认识。下面小编就和大家分享寒假社会实践报告，来欣赏一下吧。

寒假时间比较短，然而，对时间的合理安排和对自身的合理调整，却足以让我认识到；寒假除了和亲友团聚，还有更为丰富多彩的内容。

工作期间，我得到了该公司员工的善意接待，从这两个星期的实习中，掌握了一些办公软件的使用，也让我认识到了办公室生活的优点和一定的局限性。当刚刚来到公司办公室的时候，不从事第一线生产的人都在一个办公室里办公，我没有固定的位置，因此为了不让自己看起来的多余，我开始寻找些事情干一下。然而除了打打扫扫，似乎看不出来有什么可以让我插手的地方。但是，随着时间的推移，我终于发现了可以让我有一定作用的地方了。虽然如此，但是从现在看来，我并没有深入的涉足到这家公司的真正工作中，看起来这次社会实践并不是很深入。由于我参加了这家公司的一次工作总结会议，我于是对公司的运转还是有了一定的了解。

如下是我在这次社会实践中总结出来的经验。

三 工作要有远见。每个做出了工作报告的人，他们的报表或长或短，但是，有一个不容置喙的现象就是，他们都深深的分析着自己的工作，得与失，还有对未来工作的设想和预期，这些让他们的工作报表——至少在我看来——有着很明显的远见性。据我所知，这家公司有员工参股，尽管他看起来更像一家合伙制的企业。每个人都很明白他们的职责，也把公司的未来前途看得很清楚，因此我想，这家公司在未来的道路一定会越来越宽阔平坦。

总之，在这次社会实践中，我学到了很多知识，这些知识也将会对我以后的学习树立起明确的目标，伴我向前进步。

一摘要

此次寒假社会实践是在一个商场进行的，我在商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点的促销员。在为期一个月

的实践中，我充分锻炼了自己的才干，增长了见识，自己的惰性也得到了消除。在与前来购物的顾客的面对面的交流中，我的人际交流能力得到了提高，性格素质和各方面的能力也得到了直接有效的锻炼和培养。这一个月的职业生活还丰富了我的人生阅历，获得了宝贵的经验和认识，加深了对社会的了解，并收获了不少各领域的心得和体会。

二正文

步入大学殿堂之时同时也是我度过了将近20个春秋之时，然而，这二十年来我并不像其他同龄人一样有过或长或短的社会经历，我从来没有真正自己独立地去赚过第一桶金，没有真正体验过社会生活。以往的寒暑假都是在家里通过看电视，上网等方式一点一点地荒废掉，但是这一次不同，我已经是成年人了，我已经是一名大学生了，大学的第一个寒假不能再是一个无所收获的虚度过程，再加上家人和朋友的支持和鼓励，我决定要度过一个真正有意义的假期生活。

我的求职过程并不像其他人一样的难，我算是比较幸运的了，我这份工甚至没有经过面试就可以顺利地入职了，我通过一位刚好在一个商场打工的亲人的介绍顺利地进入了该商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点促销员，可能只是一名短期工吧，所以公司并没有太多的要求。办理完包括健康证，工卡等一系列入场手续后我便开始了自己的第一个职业过程。促销员这份工作并不是一个很艰难的工作，主要是负责好自己所负责的堆头，包括不定期地上满货，整理堆头的排面，力求做到排面整洁美观，当有顾客前来选购时要积极地向顾客推销产品，介绍产品，并负责打包、打秤等，力求销量更多。

这是一份与我所学的数学专业可以说没有多大联系的工作，虽然可能不能得到在自己专业上的很好的锻炼，但是对于我这个毫无一点工作经验，一个初出茅庐的大学没毕业的学生来说，一天工作8小时，60元一天，如果春节前加班多两三个

小时还可以有85元一天的工资已经是满意的了，加上这是一个非常不错的赚钱和学习锻炼的好机会，所以我并没有放弃，决心做下去。起初工作并不忙，只是我是新人，对所在的工作环境和内容并不熟悉熟练。我开始并不知道所谓的“上满货”是怎样一个“满”的程度，通过向其他老员工同事对比我才发现我和她们定义的程度不同，她们把货上得比我上的满，于是我才改正了这个错误。我还犯了另一个一名销售人员最不该犯的错误的，就是我把一些包装破损了的货上了，好在我的同事及时地发现了，不然就会产生极不好的后果。

这份工还有一个我认为非常有趣的任务就是打秤，散装食品最重要的工作之一就是打秤，商场一楼的所有的散装糖果、饼干、巧克力、糕点，每种都有不同的价格，比如糖果就有好几个品名的，每种品名又不一样的价格，每一位顾客选购的商品又不同，要为这么多顾客打秤似乎是非常复杂的一件事。当我第一天来到打秤台前，看着别的员工熟练地打着秤，一袋又一袋商品被她熟练地打出来了，我忍不住发自内心地赞叹她们，经过观察我发现有些商品还要输入该商品的条码，每一个6位数的条码对应一种商品，商场这么多商品，各种各样的商品都看得我眼花缭乱，更别说记住这些条码了，顿时我就觉得我做不了打秤这项工作，甚至还想向主管提议说不打秤了。

可是后来我想，尽管我岁数都比那些老员工小，工作阅历和经验都比她们少，但是我跟她们领同样的工资，甚至都比他们当中好多人的工资要高(短期的工资会高一些)，怎么可能不打秤呢，再说我是一个大学生，比她们的学历都高，如果这样做就必定会让人觉得大学生太娇气，吃不了苦，何况这是个锻炼自己识记能力、反应能力和学习能力的好机会，于是我决定要打秤。我就从辨认商品开始，逛遍所有的散装商品，这样有助于当顾客拿来不同的商品时我可以反应出该商品的品名，接着就要记住商品名在秤上的位置，其实掌握了这两点就可以打秤了，但是如果要做到效率高以至于当顾客多时不会让人等太久就要熟记好那些品名没有标在秤上的商

品的条码，通过熟悉我发现了条码的规律，那就是同一个牌子的商品的不同类型其实只相差一位数，这样就可以以牌子的系列为单位，记起来就容易得多了，通过慢慢地锻炼我已经可以记住所有的条码，打起秤来也很熟练了，甚至在双休日和春节前等人多的情况都可以应付过来了。在打秤的过程中我确实收获了很多，比如在人非常多时，十几个顾客围着一台秤足以令人忙不过来，这时心里就会有压力，既怕打错秤（如果打错了遭到顾客投诉可就要罚款的）又怕忙不过来让顾客等太久，如果不幸遇上秤出故障就更焦急了，这就锻炼了我遇事的态度，磨练了我沉稳冷静的性格提高了自己对突发事件的应变能力，改变了自己急躁的性情。

严霜冻结了整个世界，想把一切都包进它瑟瑟的白色的外衣。寒冷的风肆意的钻进人们的身体，。正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社会实践，带来一份额外的收入，好帮爸爸妈妈买点什么东西。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。我穿着大头皮鞋，带着我的黑色绒帽，骑着我的脚踏车带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始，我想一天拿35块钱，其实目标也很低，不是吗？可是，在所有我能干的招聘单位中没有这样的红利。我打听了其他同学，他们也都是如此。每天20块钱，干9个小时，天天劳累，时时想休息，可是休息时间很少。简直是可怜呀。

总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板就让我来做传菜员。每天25块钱。第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，在家从来没有这么苦。就算农忙，我也没有这么累。可现在只能端盘子，一

天到晚都得端盘子. 在加上我们传菜部的负责人是个多嘴的老大妈, 整天念叨, 叫你干这干那.

但是, 人总是要适应自己自下而上的环境, 我不想赐开始就干不下去了, 不行, 我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松, 首先行把自己同事之间的关系搞好。因此我只好暂时避其锋芒。尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼, 酒店大堂在一楼, 楼上有包房, 厨房在二楼, 传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨管理的机会。

厨房是厨师的战场, 由其是是生意非常的时候, 那种场面真的就跟战场上打战一样, 厨师的工具以及厨房的任何摆设和物品(包括调味品和原材料)都是厨师的武器, 锅、碗、瓢、盘也为威望工作编奏出一首首生活的乐谱。墩子也叫切配, 专六负责原材料的精加工, 打盒负责将切好的原材料拿给灶上的师傅, 并且做好装盘, 菜品的装饰。蒸菜师傅负责使用蒸箱蒸菜, 灶上师傅掌勺用来专门负责菜品的烹制, 点心间的师傅专门负责面食点心的制作, 凉菜间在另一间房里, 负责冷菜的制作以及水果的制作, 我们传菜间的工人很简单, 只要反台上做好的菜将盘子边上多余的菜汁擦干净, 需要配上味碟的将味碟配上, 有汤的菜配上汤勺, 并且注意菜品的出品顺序和出品的速度快慢并且要保持好住处的有效, 随时传递好前台以及威望之间的住处所以每天工作和学习, 在传菜部很累很辛苦, 腰是酸的, 腿是麻苏苏的, 眼皮是黑色的. 反正很累很累.

说”, 做切配的做打盒的徒弟经过长期的踏实的努力就能成为灶上的师傅就能掌勺就能独当一面, 这就是他们之间的联系和区别“。领班还对我说:”你跟我们的一些同事不一样, 你是受过高等教育的, 应该多利用时间不断地学习, 不断地充实, 不断地提升自己, 年轻人不要怕吃苦, 年累人就行能挑大梁, 年轻人的时候不吃苦, 难道到老了再吃苦吗?” 确实, 听了他对我所说的金玉良言。我的确让的思想认识有了

更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习书本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用寒期时间参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点书本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

我觉得的这次实践很累但也很好，有好好磨练自己的意志，有别人对我说金玉良言，真心的关心我。我知足了。

我总是很想在生活中寻找自己的位置，寻找实现自己价值的方式，于是和我有相同想法的许多人不约而同地选择了“打工”，可能因为这是我们心目中最理想也是最快的自我“增值”的方式。

当我们自信满满地踏上这条鲜艳的五彩之路的时候，战斗的号角才刚刚吹响。从开始的兴奋热情到中途的迷惘不知所措，再到试图放弃退缩，直到艰辛的坚持，当我们的锐气被磨减的时候，当我们备受冷落的时候，当我们的付出得不到应有的回报的时候，当我们的骄傲被踩碎的时候，当我们面对突如其来的未知的与想象中迥然不同的社会的时候，我们突然发现自己是何等的渺小与脆弱！第一次“上班”，第一次在厨房被寒水冻得瑟瑟发抖却不能离开，第一次被人呼来呵去地指挥做事情，第一次体会到工作的艰辛，第一次领工资，我突然发现社会的复杂和生存的不易。

寒假时期社会实践活动，虽然是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益匪浅的社会实践。这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

小学寒假实践活动总结篇四

（一）前言：

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支书提供了参加实践活动的建议。这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的方法。感谢学校给我们学生提供一个社会实践的平台。本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从0x月x日到__月x0号3为期一个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

（二）基本情况以及工作体会：

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。我们第一天是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很积极、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的。

小学寒假实践活动总结篇五

寒假的时候出去社会实践，按摩实践报告要怎么写呢？下面是本站小编为大家整理的关于寒假社会实践活动范文，欢迎阅读。

院属各班级：为促使广大大学生进一步接触社会，了解社会，培育民族精神，提高综合素质，在全面建设小康社会的伟大实践中贡献力量。同时，进一步丰富我院学生素质拓展形式，提高同学们的理论素养和创新能力，推动校园学术和社会实践氛围的形成，学院决定组织开展XX—XX年度寒假社会实践活动。现将具体事宜通知如下：

一、指导思想：

以邓小平理论、“三个代表”和“科学发展观”等重要思想为指导，坚持理论联系实际的原则。以了解国情，增强社会责任感；培养能力，提高综合素质；奉献社会，提升社会使命感作为宗旨，通过课题调研活动，使同学们关注社会现实问题、热点问题，学会用政治理论、专业知识分析实际问题，在实践中提高自身素质和专业技能。促进我校大学生课外社会实践活动的蓬勃发展，推进学风建设。

二、活动对象：学院全体学生

三、活动内容：

- 1、回访母校□XX级新生要利用寒假回访母校，向母校领导、老师介绍学校情况，汇报自己的学习和生活情况，并填写《内蒙古民族大学新生“回访母校”信息反馈表》。（可到本人公共日志上下载）
- 2、志愿服务活动。学生在寒假期间开展不少于三天的志愿者

服务活动，按照就近的原则，深入到下岗职工和贫困家庭、社区、敬老院、福利院、留守儿童家中等地方，以爱心家教、义务劳动、法律援助等形式，提供力所能及的帮助，并填写《计算机科学与技术学院寒假志愿服务活动登记表》（可到本人公共日志上下载）。

3、社会调查活动

学生社会实践调查活动原则上要求09、10、11级所有同学自愿参加，杜绝造假行为。可在学院提供的100个题目中任选一个（题目见附件），或自拟题目（社会热点问题）。

四、活动要求：

为确保本次活动顺利开展，确保社会调查效果，达到预期目标，特提出如下要求，请各班认真执行。

1、参加社会实践活动期间要注意礼貌待人和个人人身安全，杜绝不文明行为，同时要维护自己的合法权益，遵守社会实践单位各项规章制度，不得危害他人的合法权益，否则一切后果由自己承担。

2、各班要认真做好宣传发动、组织落实及事后统计工作。

3、寒假期间，同学们根据所选题目在学校周边、家庭所在地的城镇及附近地区或其他地区开展调研活动，调查后认真撰写xx字以上的调查报告。

4、下学期开学第一周内各班整理好本班同学的调查报告、回访母校和志愿服务活动材料（要求盖章）统一交到学院学生工作办公室，并填写好《xx—xx年度寒假社会实践选题登记表》。学院将根据调查报告情况组织评选xx—xx年度寒假社会实践优秀调查报告，并对先进个人进行表彰。

5、调查报告要求。调查报告应包括以下内容：调查目的、调查对象、调查内容、调查方式(问卷式、访谈法等，分别附调查问卷、谈话记录和所搜集资料)、调查时间、调查结果、调查体会(可以是对调查结果的分析，也可以是找出结果的原因及应对办法等)。

6、调查报告格式。调查报告统一采用a4纸打印，标题用三号字，黑体加粗；正文用小四号字，宋体，1.5倍行距。

1、计算机科学与技术学院xx年寒假社会实践调查题目

2、内蒙古民族大学计算机科学与技术学院学生社会实践活动选题登记表

3、内蒙古民族大学新生“回访母校”信息反馈表

4□xx年寒假社会实践调查报告封面

5、计算机科学与技术学院寒假志愿者服务活动登记表。

按照院青岛滨海学院机电系的统一部署和要求，我的青岛滨海学院寒假社会实践活动于20xx年2月20日开始，主要开展家电维修等活动。现将这次社会实践的相关情况报告如下：

一，实践内容和过程。

2月22号上午，我来到了杨楼乡，我的第一站是杨楼乡的中心——杨楼村。在这里，我受到了村委会干部和乡亲们热情欢迎。熟悉了环境以后，我很快以村委会为根据地展开了我的维修活动。因为我是义务为乡亲们服务，所以受到大家的热烈欢迎。没多久，乡亲们就纷纷拿来了电视机、电扇、电饭锅、洗衣机、影碟机等家用电器。对于送来的每个电器，同学们都全力以赴，使出自己的浑身解数，真正做到了令群众满意。在杨楼村的维修活动总共持续了三天，基本上满足

了乡亲们需求。

我的实践活动的第二站是石台村，她是有着220xx年历史的村庄，因此能够在这里为乡亲们服务，我内心充满了喜悦和激动，感到无尚的光荣。在石台村服务期间，我更加认真努力，圆满完成了既定的实践任务。

二，实践感受

我这次下乡活动不仅仅是简单的维修服务、文艺演出和社会调查。在这里，我学到了许多在学校学不到的东西。使我这些天天呆在校园里的只知读书的大学生有机会进一步了解社会。通过和社会上的人交流和沟通。使我对这个错综复杂的大千世界有了新的认识。

我家电维修组在实践活动中了解到，地处山区的杨楼乡经济发展水平还较低，工业基础薄弱，整个杨楼乡还没有较大的工业企业。交通条件发展较慢，这也是制约经济发展和群众生活改善的一个重要因素。受地形和资金短缺的影响，有些村还没有通上公路，真的是“晴天一身土，雨天一身泥”。村里有些头脑的人都到山外或者市区作生意打工去了。许多家庭的生活水平刚刚达到温饱。许多年轻的姑娘都嫁到外面去了。虽然村里的基础条件较差，但是这里的农村党员干部却非常敬业，积极带领村民利用现有的条件努力发展经济，提高提高群众生活水平，丰富群众文化生活。

作为在校大学生，在这次活动中我深深感受到知识的重要性。尤其是在文化水平不高的农村，仅有勤劳的双手是不够的，科学文化技术尤其显得重要。我学校的许多都是从农村出来的，家乡的经济水平也并不高，许多同学都是家里东拼西凑甚至是贷款才把学费勉强交上的。三年之后，如果我没有过硬的文化基础和专业技术知识，将来就不可能在竞争激烈的现代社会作出一番事业，甚至连自己的生存问题都解决不了。但是许多同学却整日在校园里无所视事，稀里糊涂，浑浑噩

噩的浪费青春。想到这里，我不禁为这些同学担心，将来走向社会时，他们该怎么办？难道还要靠父母养活一辈子不成？在今后的大学生生活中，我不仅自己要加倍努力，好好学习，不断的丰富和完善自己，而且要提醒身边的同学，珍惜在学校的宝贵学习机会，人生苦短，时光易逝，少年不努力，老大徒伤悲，别等到毕业时两手空空却无以回报父母时才知道后悔，因为人生不能重来。虽然我的基础差，但是只要下定决心，刻苦拼搏，终会取得令人满意的成绩。

共2页，当前第1页12

小学寒假实践活动总结篇六

长长的三十几天寒假已经过去，各位同学了也带着大大小小的收获重新回到了学校，相信这次的寒假社会实践，大三学生大三学生通过“四个一”实践活动亲身体会人才市场的就业形势，感受人才的社会需求方向。

在20__年寒假社会实践活动中，我班的主要活动安排是动员阶段，培训阶段，实践阶段和总结阶段，而大家在寒假中主要进行的就是实践阶段。虽然说今年的冬天非常的冷，而且下了两场我们出生以来最大的雪，但是这样恶劣的环境并没有降低人才招聘会的热度，我们这些也将面临毕业的大三学生也就更不会放弃这个千载难逢的学习的机会。

在看了各个同学的寒假实践报告，发现大家的感触确实很多。有的同学描述的参加招聘会的感触和启发，有的同学则通过各种途径调查近几年的毕业率就业率等等。今年冬季各个地方人才招聘会也在火热的进行，同学们有参加了南通的招聘会，有同学参加了靖江的招聘会，当然我校在苏州，很多同学关注的也是在园区举行的人才招聘会，也叫做双选会。这次双选会有近500家用人单位进场招聘，为求职者提供12000多个职位。其中事业单位需求岗位1300余个、企业单位需求岗位10900多个，博士、硕士生及本科以上学历占需求总量

的53%以上，平均5个人竞争一个岗位，平均9研究生人竞争一个岗位，形势非常的严峻。

这次同学的社会实践报告也是形式百样，有问卷调查，有招聘会现场图片，有各种各样的数据调查，非常的清晰，准确，直观的显示了当今社会的就业形势和就业压力。

在博客上，同学们也随时把自己的寒假实践经验心得体会和同学们分享。我们社会实践岗也及时的为各位同学提供一些资料及数据，为大家的社会实践提供小小的指导与帮助。

总之，这次的寒假社会时间活动举办的非常的成功，相信大家从自己切身的调查中也获得的少的知识，得到了启发，相信一年后的现在我们站在个大招聘会中回更加的自信。