

# 2023年大学生劳动周实训报告心得 大学生个人劳动实践总结(精选5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。优秀的报告都具备一些什么特点呢?又该怎么写呢?下面我给大家整理了一些优秀的报告范文,希望能够帮助到大家,我们一起来看看吧。

## 大学生劳动周实训报告心得篇一

可对我们来说也是个关键的时刻。现在已经大二结束,在下一个学年结束后我们就要出去实习,所以,也可以说我们这是最后的一次也不为过。如何好好的运用这个呢?我也曾想过,究竟是好好的在这个提升自己的专业知识,还是用来参加的时间来让自己提前体会一下工作的感觉。

虽然两边的选择都不错,可我最终还是被“实践出真知”这句话打动了。比起在书本上纸上谈兵,还是自己去实际体验一下比较好吧。

选择了去实际工作,并在经过了努力之后,终于找到了一份x的工作。虽然在这段时间过得很苦,但我却一点都不后悔自己的这份决定。工作虽苦,可带来的提升也是实实在在的。为了能更好的看清自己在这段实践的工作之后的改变,我写下了这份总结,来看看自己的提升和剩下的不足。我的总结如下:

### 一、在思想上

找工作确实很辛苦,为了找到一份适合的工作,我可是奔波了很久。所以好不容易得到的这份工作也是让我下定决心要好好地做好。

在思想上我最大的变化就是改变了自己睡懒觉的习惯!是的,在进入了大学以来,因为没了老师严格的管教,我这个习惯是非常的根深蒂固的,要是没有同学叫我起床,我可能都不知道迟到了多少次!可是在参加了工作后,我每天都是靠自己醒来,而且在工作期间,从未有一次迟到的事件发生!这也许就是工作的责任意识吧。

## 二、在工作上

虽然只有短短两个月,可我依然在这份工作中学到了不少的东西,但硬要认真说起来,与其说是在工作中学到了很多,倒不如说是在同事们那里学到了更多的经验!因为我们都还没毕业,在这些老员工的眼里,都不过还只是个孩子罢了,所以他们也乐于向我传授一些在工作上的经验和方法,这些都是我的额外收获!

## 三、总体改变

在工作结束之后,我感觉自己变得更爱说话了,人也变得更加的开朗。变得不再是只对熟悉的人滔滔不绝,现在的我,就算是不熟悉的陌生人,现在的我都能和他聊上一段时间。毕竟作为x□我们就是为了与人交流,要是连这点收获都没有,那才真是白去了。

## 四、总结

总的来说这次的工作确实是不虚此行,不仅对专业有了更好的认识,还提升了自己的交际能力,面对自己的一些问题也有了发现。现在,我能够更好的制定我在大三时候的学习计划了,我会针对自己的弱点去强化自己,让自己能在大三这最后的学习中进一步提升!

## 大学生劳动周实训报告心得篇二

我从小便听过这样一个故事：一根筷子是很容易掰坏的，但一把筷子是不容易掰坏的。这个故事告诉我：团队的力量是比个人的力量要强大许多的。这一次的社会实践更是让我感受到了团队的力量。

本来烈日当头，本来对我们来说是个十分苦累的体力活，却因“团队浮桥”这样的一个活动让我们浮躁的心在团队中得到安放，这个普通的一天也因此而变得不平凡而美丽。

午后的阳光照在我们洋溢着兴奋的笑容的脸上。这个活动的大致内容是由大部分同学扛着木板，一个同学从上面爬过。教官跟我们说，人的安全高度是1.5米，而当我们把木板扛在肩上早已不止这个高度了，这个活动是非常危险的。

拂过我们脸庞的风中略有一丝青春的气息。在我们的嘈杂声中，第一个同学小心翼翼的爬过了我们的“浮桥”。“四连，加油！加油，四连！”我们忘记了肩膀上的疼痛，拼尽全力的喊着。一个又一个的同学爬过了我们的浮桥，我们嘻嘻笑着，认为这个活动很有趣。

这时教官打断了我们正在进行的活动，他严肃地对我们说为什么他在加油声之外看到了嘲笑，听到了抱怨。他愤怒地对我们说：“你们以为这些同学，这些老师，父母为你付出就是理所应当的吗？你知不知道你的一丁点细微的差错就可能会给他们带来危险？！是什么让他们扛着你？是责任，是爱！三年很短，你们只剩下了一年多。你们还记得在你们一年前刚刚进入学校时，是谁用笑容将你融入了这个大集体？是这些同学。这三年，有泪，有笑，有梦，有青春。这会成为你们一生珍贵的回忆。我们要懂得珍惜这种追梦路上的伙伴，是爱，将我们牢牢的拴在了一起。”我看到许多同学都在拭泪，我看着他们亲切的脸庞，不禁流下泪来。

轮到我爬了，细心的我观察到我每爬一步，就会有五位同学抬着我，我听到了同学们为我喊的加油声，我听见有些男生喊着：“不重！不重！”天啊，我做了什么值得他们这样为我付出？我这样想着。我的泪水流了下来。

还有一个活动是让每个班的班主任也爬我们的浮桥。我看见我们班的班主任——于老师站在阳光下，向我们微笑着。在教官的口令声下，我看到老师慢慢的爬了上去。近了，近了。老师还没有爬到我这来，我感觉到我肩上的木板就已被身后的同学高高的抬起，来分担我肩上的重量，我不禁鼻子一酸。我看见老师的脚微微颤抖着，老师的眼眶是湿的。我们哭着喊道：“老师，加油！”我感到从心底泛上来的深深地感动，不可抑制的流下泪来。老师，我爱您！同学，我爱你们！我爱这个团体。

## 大学生劳动周实训报告心得篇三

通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。不同的时间的社会实践，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。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，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矗。

在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

在这次寒假社会实践中我得到了很多感悟：

### 一、挣钱的辛苦

整天辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无

聊啊!好辛苦啊!在那时，我们才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

## 二、人际关系

在这次实践中，让我们很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我们想也很难说清楚，只有经历了才能了解.才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了.我们想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这些社会实践中使我们深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

## 三、管理者的管理

在打工实践的地方，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理，那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道，这样大家才能服从，才能有助于工作的进行。

## 四、自强自立

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难!”意思就是说：在家里

的时候，我们有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立！

## 大学生劳动周实训报告心得篇四

有句话说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为x世纪的一名合格人才，必须要实践。通过这次实践活动，我在人生观和价值观上有了新的启发，在政治觉悟上更有了新的突破。我更加牢记了：全心全意为人民服务。我更应该将全心全意为人民服务作为义不容辞的责任和毕生的追求，不仅在现在的工作上为同学们服务，更在伟大的人生旅途中为广大老百姓服务。

社会在向前发展，时代也在不断进步，各行各业的人们都以新的形象展现在新的时代。作为大学生的我们同样也要与时俱进，要以新的形象去面对新的时代，以新的特点去适应新的时代，这对每个大学生是十分重要的。我认为大学生应重于实践，还要学会为人民服务。

这次实践活动让我对x的性质、指导思想、基本理论和基础知识有了更全面更深层次的理解，入x动机得到了进一步的端正，同时也增强了自身的时代使命感和历史责任感。这次活动让我意识到对待x的基本理论切勿纸上谈兵，而应该真正把握其内涵。我们x任何理论、政策制度的提出都有其历史必然性。它们的目的是为了建设有x特色的社会主义，维护广大人民群众的根本利益。这些理论政策并不是如我以前所想象的在坐而论道，而是源于实践，在实践中得到检验，并最终指导着实践。

我认为事件的最根本任务在于为人民服务。全心全意为人民

服务是我们必须做到的，如果一个人不为人民服务，心中只有自我，是难以有所作为的。有人认为要为人民服务就得大有作为，其实不然，只要能补一块砖，添一块瓦，都是可以的。

具体到一名大学生，我想我们应该自觉地将全心全意为人民服务的宗旨融入到日常的学习生活中，从而摆脱学习只是为了混文凭的狭隘动机，自觉地将知识的学习与建设x特色社会主义事业进而实现伟大目标相联系。在与老师同学的交往过程中，要想他们之所想，急他们之所急，接受他们的中肯批评，同时也应大胆真诚地指出他们的缺陷从而共同进步。生活在学校这个大集体中，我们应该有强烈的集体荣誉感和团结协作精神，应努力建立良好的人际关系和广泛的群众基础。不求轰轰烈烈的做一番大事业，但求默默无闻的奉献和贡献自己的一份微薄的力量。

这不仅是一次x课的实践活动，更是对精神的一次洗礼与升华。当代大学生是精神最好的传递者，更应该肩负起自己的使命，将x的宗旨和先进性传承下去。我们大学生是未来x伟大复兴的最大动力，应该更加谨记自己的任务，不断丰富自己的文化知识，自觉接受x的熏陶，继续x民族的伟大复兴之路。

会想不等于会做，我们要致知于性，把书本上的理论知识应用到实践中去，参与实践，树立正确的人生观、世界观、价值观，不断地努力，不断地完善自己，积极向组织靠拢，争取以一个各方面全面发展的人才的身份走向社会，在实践中检验真理的正确性、可行性，在实践中使自己发挥更大作用！实践创新，完善自我！在实践中锻炼和成长。

## 大学生实践总结报告范本8

新年过后，一切又开始平静了下来，我也终于开始了我的第一次社会实践活动。

我的实践地点是居民楼下的一家小商店，在一栋大楼的拐角处，面向一个十字路口。而它的名字就叫四方商店。这家商店是一家很小的小商店，是一对老夫妇合开的。它主要经营的是副食品和少量的日用品。它的主要消费人群则是小孩和抽烟的成年人。

我在这里是从二月十号开始工作的，一直到二月十九号，共十天。在这十天中，我觉得收获还是蛮大的。因为在这几天里，至少我一直在与人交流。我生性有些胆小怕事，特别害怕与陌生人交流。在这里，因为来往的主要是小孩子，两岁、三岁、五岁、九岁、十一二岁不等，所以，我的信心也足一些。小孩子应该是交流最简单也最繁琐的。必须秉着耐心，耐心的和他们交流。但如果你特别较真的话，那你一天下来可就心力交瘁了。因为他们这些小孩子，有时候为了选草莓味的果冻还是荔枝味的果冻就需要纠结半天，有时候为了选吃糖还是选吃袋装麻辣又要纠结半天。要是你看不下去了，对他说，要不你先买这个吧，下次再买那个。有可能，他认命似的选了其中一包；有可能，他两个都不买，而选了另外一种同样好吃的东西；有可能，他看了你一眼，继续纠结。

不知道是因为这家店是老年人开的，还是其他的什么原因。每天来这里坐坐的老人家特别多，他们一般也不买什么东西，只是纯粹的坐坐，和店家聊聊天，呆了不久也便离开了。每次，我的心中都有一种别样的感受。一种说不出的感受。

大概是因为在居民楼下的原因吧。每天，来往的人买烟的也特别多。有人来买烟，是我最难受与尴尬的时候，因为，烟的价格，我总是记不住。即使是现在，我也只能记住寥寥无几的烟的价钱。经常都需要问店家什么是什么是多少钱，每次这个时候，都会迎来顾客质疑的眼神。更尴尬的是，有时，我都无法认出他说的是哪盒烟。比如，他说，拿盒一代。要是没有店家的提醒，我根本不知道那个是白沙烟的一种。庆幸的是，在两天之后，我终于可以熟练的取出某某某某烟了，当然，价格依旧是没记住几个。



十天的时间当然很快就结束了。虽然在这段时间内，没有机会赖床，睡懒觉。每天都需要去店里看店，卖东西，甚至吃饭的时候都有人来买东西。我的妈妈一直都以为我很难坚持到底，因为我做事经常会有始无终。在这段时间里，虽然一直有点疲惫，但还是坚持过来了。可能，这是我最大的胜利吧！

但是，几天终究改不了我一直以来的陋习，在这之后，我每天依旧还是会赖床，睡懒觉。但在我的心中已有收获。

## 大学生劳动周实训报告心得篇五

满怀激情，斗志昂扬，眉职青年立志让青春热血洋溢在每个村落。笔者从眉山职业技术学院获悉，7月1日，学院20\_\_年暑期“三下乡”社会实践活动启动。本次“三下乡”活动由学院39名志愿者组成，共分为支教服务队、政策宣讲队、关爱留守儿童队、支农服务队、生态环保服务队、阳光助残、关爱留守老人7个小分队。这7支队伍将奔赴眉山各区县各基层。

“目前农村，空巢老人居多。我们无法体会和感受那已近暮年的孤独与悲凉，只能更多地给予他们陪伴和关爱。”关爱留守老人志愿者们来到张场镇岐山村，为村中空巢老人发放慰问品、聊天话家常、整理家务等。岐山村的村民淳朴善良，他们用暖心的笑容向大家展示着积极乐观向上的生活态度。

环保，能让世界变得干净。张场镇岐山村的生态环境让大家体会到了一种宁静清新的生活态度。那村中生机盎然的树木，不仅仅是当地村民对绿色的热爱，更是对生命的热爱。相信志愿者们宣讲的生态环保小知识，能够更好地提升岐山村的生态环境。

眉职院的志愿者哥哥姐姐为张场镇王场小学的弟弟妹妹带来与众不同的“趣味数学”、“音乐课堂”、“体育游戏”等，

让这里的小学生体验了一次别样的校园生活。王场小学小学生聪明可爱，积极参与课堂，亲密和谐的教学画面形成一道亮丽的风景线。

从林间小路到清溪石边，从山间茶园到百亩农田，学院“三下乡”的志愿者跟随当地农户，深入了解当地农业状况，运用自身所学的专业知识与技能，帮助农户解决生产中所遇到的问题，亲自体验农业生产的不易与艰辛，深刻地意识到农村建设离不开劳动者的辛勤劳作与科学文化技术的支持。

岐山村火辣辣的七月，因为一群“三下乡”志愿者的到来而清爽怡人。同学们走进淳朴乡村，走进美丽校园，用温暖建幸福，用热情筑梦想。一点一滴，一举一动，都张扬了青春色彩，展示了眉山职院的志愿者风范。