

最新文旅局实践报告 大学生社会实践报告心得体会(实用10篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。通过报告，人们可以获取最新的信息，深入分析问题，并采取相应的行动。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

文旅局实践报告篇一

沿山中学远离城镇，去镇上的唯一方式就是步行，支教条件艰苦，无处不在的蚊虫和闷热的天气，也让支教队员们吃了不少苦头。支教队一行17人，在支教期间要轮流使用一个水龙头洗漱，更因为学校设备不完善，厕所淤堵，不得不借用离学生宿舍较远的公厕。由于公厕位置偏僻，队员们晚上上厕所时只好结伴而行。

尽管支教活动进行的过程中遇到了很多困难，但队员们热情依旧。8天的时间我们看到的是孩子们可爱的笑脸，听到的是乡间青蛙、夏蝉的鸣叫，感受到的是当地居民淳朴的民风。

当谈及明年是否还参加支教时，支教队员赵凡说道：“作为一名免费师范生，支教一直以来是我心中的一个梦。当第一次站在讲台上带领学生们读ccnu全称的时候，我感到无比自豪。我知道支教生活不仅在于给孩子们传授知识与经验，同样也在于磨练自己。这次支教活动给了我一个奉献爱心、提升师范技能的好机会，我会永远记得孩子们天真的眼神和灿烂的笑容。明年我们13级成了主力军，我还是会选择跟随博雅·行知在下一个地方继续奋斗。”

支教的每一天都是收获的每一天，公益并不在于空口说大话，而在于用实践去做点滴小事，博雅·行知会秉承着华中师范大学“忠诚博雅，朴实刚毅”的校训，用自己的行动去为公

益事业添砖加瓦;也会带着青春的梦想,紧跟党的步伐,用爱和希望证明自己的存在。至此博雅·行知支教团队圆满完成支教任务,但我们仍会继续努力,为中国基础教育尽一份绵薄之力。

文旅局实践报告篇二

作为一名学前教育专业的学生,为了更好地锻炼自己的能力,我在这个暑期选择去教育机构实践。社会实践是每一位大学生必须拥有的一段经历,我们可以在实践中巩固知识。社会实践又是对每一位大学生知识的一种检验,我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识,不仅开阔了视野,还增长了见识,为我们以后进一步走向社会打下坚实基础,也是我们走向工作岗位的第一步。通过社会实践我们能对我们的专业做初步的了解,为我们以后的学习方向奠定一个基础,让自己对以后的就业前景更有信心。

于是,这个暑假我决定去“x教育”锻炼自己,曾经我也有社会实践的经历,但是这一次的实践我感悟颇多。

我所接触的学生是一群小朋友,小时候我的梦想就是成为一名老师,我要教出很多优秀的学生,我希望每一位学生都非常听话,非常喜欢我。但当我真的成为一名老师,我却发现现实并没有那么美好,让所有孩子听话非常困难,每个孩子都有自己的想法,要知道他们的想法也并不容易。只有孩子们喜欢你,从心里认可你,才能真正知道孩子们想要的是什么。

这些孩子大多数都没到十岁,缺少家人陪伴的童年让他们的内心总是有所缺失,我想他们在生活中暴露出来的一些小问题,也许是他们想要通过制造问题获得关注和存在感的方式。我们存在的意义就是要尽力去弥补这些不完整,每次当我喊集合的时候,都有孩子跑过来抱着我,拉着我,这种被依赖的感觉,让我想一直陪着他们。当孩子们一个拉着我的胳膊,

一个抱着我的腿，像个小跟屁虫一样粘着我的时候，我知道这是一种信任，她们已经把我放进了心里。当家长在群里说还要再来斯达的时候，我知道这是家长对斯达的信任，也是对我的信任。我想我们定不能辜负家长和孩子对我们的这份信任，我想要通过自己的努力，去达成每一个孩子的期望。

第三期有一个孩子佩戴了人工耳蜗，家长只是交代了洗头 and 睡觉时要摘掉。到达营地的第一天，经历了开营仪式，我发现这位营员在和其他营员交流上比较吃力，一句话要大声重复几遍并配以肢体动作他才能很好的理解，并且表达能力也不是特别强，也很难融入团队，和同学交流很少。我觉得对这样的孩子的尊重就是像对待其他人一样对待他，而不是过度关注。在正常的学习和生活中稍微关注一下，重点是关注到孩子的情绪和状态，如果有异常情况立刻汇报。就这样经过第一天、第二天的认识和熟悉后，这个孩子的状态变得越来越好，休息时会和其他的营员一起玩闹，笑容十分阳光。所有的营员在这5天的表现真的非常棒，他们主动帮助这个孩子，也让我看到了孩子身上最纯净的善良，我为他们骄傲！孩子的感情真的是纯粹而美好，而我要做的就是他们在成长的过程中守护这种美好。

这次社会实践的经历，不仅让我成长颇多，更让我明白了教育的意义。教育的意义不只是让孩子学会判断对错，而是让他知道生活本来的模样，知道遇事如何恰当地解决。今后的学习和工作中，我将秉持这份初心，让更多的孩子感受到温暖和呵护，实现自己的教育理想。

.....

文旅局实践报告篇三

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创

业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升·

但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力交往能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。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，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了xxx□开始了我这个假期的社会实践。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。通过这段时间的实习，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。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，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。在实

践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，提高自己的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好

地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的`更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

文旅局实践报告篇四

对我而言，商场的环境也算是比较熟悉的地方了，毕竟经常来这里买东西，在作为一名顾客的时候，我在这里非常的放松，也不会有任何的不自在。但如今，当身份一改，我从一名顾客变成了一名工作者。这里环境给我带来的影响瞬间就变的不一样了！

促销员，意味着要主动将自己变成商场的焦点，用自己的言语和行动来吸引顾客的注意力。而对于一直生活在学校的我来说，虽然也不是没上过台，但当要真正主动吸引顾客注意的时候，心中还是难免放不开，而且还会觉得禁止。

但好在我也已经做了自己的准备，既然已经踏上了这一步，就必须去完成的准备！当我终于拿起麦克风喊出宣传语的时候，我感到四周顾客的目光都聚集了过来，但我没有停止，继续勉强自己喊完这段话。但很快，这种不适应的感觉消失了，原来是我在不知不觉中，已经融入到了整个商场的环境当中！

文旅局实践报告篇五

为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践-走进赣州市金源休闲餐厅。

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，心得体会《》。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。

在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去学，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。

而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！

记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，

学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。

但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我.....

文旅局实践报告篇六

为进一步提升经济贸易法学院学生的综合素质，提高社会适应能力，更好的了解社会现状，促进学生的全面发展，经济贸易法学院团总支根据校团委的具体要求并结合实际情况，开展了以“践行社会主义核心价值观，弘扬青春正能量”为

主题的寒假社会实践活动。

本次寒假社会实践活动由经济贸易法学院党总支书记徐贵一担任领导小组组长、党总支副书记唐倩、率伟华担任副组长，团总支老师担任指导老师，以我院级、级、级全体同学为主要参与对象，以“广泛开展形势政策宣讲活动”“开展培育践行社会主义核心价值观活动”“推进生态文明建设宣传行动”“深入开展志愿服务行动”“继续开展弘扬中华优秀传统文化活动”五种形式为主要活动内容。在我院各位领导老师的指挥下，在团总支学生会各位学生干部的组织下，寒假社会实践活动顺利开展，学生们通过做志愿活动、到律所见习等方式积极参与社会实践活动，在提升自我锻炼自我的过程中，不断深入社会了解社会，同时以实际行动践行社会主义核心价值观。

社会实践活动是学生提升综合能力的重要平台，也是引导其认真学习贯彻党的十八届三中、四中、五中全会精神，贯彻总书记系列重要讲话精神，践行社会主义核心价值观的重要途径。在本次社会实践活动中，学生们展现了积极、乐观、阳光的态度和勤于学习、勇于实践的精神，用行动让青春焕发光彩，以实践传递青春正能量。

文旅局实践报告篇七

实习内容

1. 老师进行用电安全教育

老师讲述了电是现代化生产和生活中不可缺少的重要能源。若用电不慎，就可能造成电源中断、设备损坏、人身伤亡，将给生产和生活造成很大的影响，因此进行安全教育具有特殊重要的意义。老师给我们讲述了有关触电的基本知识，触电急救知识和电气消防知识等等。

触电是指人体触及带电后，电流对人体造成的伤害。它分为两种类型，即电击和电伤。电击是指电流通过人体内部，破坏人体内部组织，影响呼吸系统、心脏及神经系统的正常功能，甚至危及生命。电击致伤的部位主要在人体内部，它可以使肌肉抽搐，内部组织损伤，造成发热发麻，严重时将引起昏迷、窒息，甚至心脏停止跳动而死亡。而电伤是指电流的热效应、化学效应、机械效应及电流本身作用造成的人体伤害。电伤会使人体皮肤表面留下明显的伤痕，常见的有灼伤、烙伤和皮肤金属化等现象。电气消防知识是电气火灾发生后，电气设备和线路可能带电，因此在扑灭电气火灾时，必须了解电气发生的原因，采取正确的补救方法，以防发生人身触电及爆炸事故。而现如今，我们都是面对的照明线路，所以我们要了解照明线路。

2. 老师讲解常用仪器仪表使用

a□万用表的基本使用方法

(1) 插孔和转换开关的使用

首先要根据测试目的选择插孔或转换开关的位置，由于使用时测量电压，电流和电阻等交替的进行，一定不要忘记换档。切不可用测量电流或测量电阻的档位去测量电压。如果用直流电流或电阻去测量220的交流电压，万用表则会立马烧坏。

(2) 测试表笔的使用

万用表有红，黑笔，别看它就有两根，使用中能不能运用自如，也是大有学问的，如果位置接反，接错，将会带来测试错误或烧坏表头的可能性。一般红表笔为“+”，黑笔为“-”。而内部却红表笔为“-”，黑笔为“+”

表笔插放万用表插孔时一定要严格按颜色和正负插入。测直流电压或直流电流时，一定要注意正负极性，没电流时，表

笔与电路串联，测电压时，表笔与电路并联，不能搞错。

(3) 如何正确读数

万用表使用前应检查指针是否在零七八碎位上，如不指零位，可调正表盖上的机械调节器，调至零位。

万用表有多条标尺，一定要认清对应的读数标尺，不能图省事面而把交流和直流标尺任意混用更不能看错。

万用表同一测量项目有多个量程，例如直流电压量程万用表测电阻时应注意：

1. 不能带电测量；
2. 换量程时，必须进行欧姆调零。

b.调压器的使用方法

调压器的作用是调节负载的电压；

调压器应接上保护性地线；

通电前指针应在零位缓慢转动手轮调节至所需电压时，从零升到最大值时不应少于5秒；

调压器保持清洁，防潮，使用时应通风；

搬运调压器时不得使用手轮，而应将整个产品提起移动；

调压器使用完毕，应用手露转到零位后，切断电源。

调压器可分为：三相调压器和单相调压器。三相调压器又分为：三相三线制；三相四线制，分为三根火线，一根零线为a（黄线）b（绿线）c（红线）n（黑线）；三相五线制，分为三

根火线，一根零线，一根漏电保护线为a□黄线□□b□绿线□□c□红线□□n□黑线□□pe□

c.电度表的使用方法

电度表可分为：三相电度表和单相电度表。

电度表是利用电压和电流在铝盘上产生的涡流与交变磁通相互作用产生电磁力，使铝盘转动，同时引入制动力矩，使铝盘转速与负载功率成正比，通过轴向齿轮传动，由计度器计算出转盘转数而测出电能。电度表主要结构是由电压线圈、电流线圈、转盘、转轴、制动磁铁、齿轮、计度器等组成。

d.功率表的使用方法

f.兆欧表的使用方法

兆欧表也叫摇表。它是测量绝缘电阻最常用的仪表。它在测量绝缘电阻时本身就有高电压电源，这就是它与测电阻仪表的不同之处。兆欧表用于测量绝缘电阻即方便又可靠。

兆欧表的接线柱共有三个：一个为“l”即为线端，一个“e”即为地端，再一个“g”即屏蔽端（也叫保护环），一般被测绝缘电阻都接在“l”“e”端之间，但当被测绝缘体表面漏电严重时，必须将被测物的屏蔽环或不须测量的部分与“g”端相连接。这样漏电流就经由屏蔽端“g”直接流回发电机的负端形成回路，而不在流过兆欧表的测量机构（动圈）。这样就从根本上消除了表面漏电流的影响，特别应该注意的是测量电缆线芯和外表之间的绝缘电阻时，一定要接好屏蔽端“g”□因为当空气湿度大或电缆绝缘表面又不干净时，其表面的漏电流将很大，为防止被测物因漏电而对其内部绝缘测量所造成的影响，一般在电缆外表加一个金属屏蔽环，与兆欧表的“g”端相连。

1. 室内照明电路安装

(1) 目的要求

a□熟悉实习工具的使用；

b□掌握简单照明线路的基本接线。

(2) 线路图：在后面

(3) 步骤：

b□检查线路；

c□通入电源，通过开关控制日光灯，观察并记录现象；

d□切断电源，拆除导线；

2. 测得日光灯负载的电能

(1) 目的

要求

a□会用功率表，电度表，交流电流表，交流电压表；

b□能应用调压器调节负载的电压；

c□能正确选择表的量程且能正确接线。

(2) 线路图：在后面

(3) 步骤：

a□按图连接好导线

b□检查线路；

c□通入电源，观察功率表，电度表，交流电流表，交流电压表的偏转情况；

d□切断电源，拆除导线。

实习总结

通过这一个星期的电工技术实习，我得到了很大的收获，这些都是平时在课堂理论学习中无法学到的，我主要的收获有以下几点：

3. 本次实习很大程度增强了我们的团队合作精神，培养了我们的动手实践能力和细心严谨的作风。

综上所述，这次实习给我们上了一堂很有意义的社会实践课，在很大程度上提高了我们的综合素质，使我们的理论知识能融入实践当中，让我对所学专业更有信心。

实习体会

在为期一周的实习当中感触最深的便是实践联系理论的重要性，当遇到实际问题时，只要认真思考，对就是思考，用所学的知识，再一步步地探索，是完全可以解决遇到的一般问题的。本次实习的目的主要是使我们对电工工具及线路安装有一定的感性和理性认识；对电工技术等方面的专业知识做进一步的理解；培养和锻炼我们的实际动手能力，使我们的理论知识与实践充分地结合，作到不仅具有专业知识，而且还具有较强的.实践动手能力，能分析问题和解决问题的高素质人才，为以后的顺利就业作好准备。本次实习的对我们很重要，是我们电子学生实践中的重要环节。在以前我们学的

都是一些理论知识,比较注重理论性,而较少注重我们的动手锻炼,而这一次的实习有不少的东西要我们去想,同时有更多的是要我们去做,好多东西看起来十分简单,一看电路图都懂,但没有亲自去做它,你就不会懂理论与实践是有很大区别的,看一个东西简单,但它在实际操作中就是有许多要注意的地方,有些东西也与你的想象不一样,我们这次的实训就是要我们跨过这道实际和理论之间的鸿沟。不过,通过这个实验我们也发现有些事看似实易,就像做内,外线安装,看似简单,但动起手来却又是另一回事。不过,这次实验给了我这样的机会,现在我可以独立的完成这些,这也坚信自己是有一定能力的人。

在进行接线安装实训时,开始看老师做了一偏,十分的简单。说起来就那么几个零件,如电度表,单相闸刀开关,日光灯,白炽灯和两个开关。但真正的让我们自己动手时,却又是另一回事了。对于每一个动作都必须仔细,认真的去完成。试想下,在高空中,如果因为某一个动作的错误,那会造成什么样的后果。所以,对于每一个动作,我们都是认真的去练习。

在内线安装实训中,我们了解并掌握了一些常用电工工具的使用,以及安装工艺和接线方法。知道了火线有三种颜色,单相电度表的接线方法是火线一进二出,零线是三进四出...单相插座是左火右零.....不仅让我们见到了实物,也让我们了解了理论与实践上的巨大差别。理论说的在好,如果不附注与实际,那一切都是空谈。只有应用与实际中,我们才能了解到两者之间的巨大差异。安装时,需利用塑料护套进行布线,用线卡作为导线的支持物,布线时要求线路走得横平竖直,转弯时,转弯圆度要大,以免损伤导线转弯前各用一个线卡卡住。

文旅局实践报告篇八

今年假期,我度过了一个不一样的春节,年三十,我没有和家人围坐在一起吃年夜饭,也没有看以前每年都不会错过的

央视春晚，而是走上了春晚的舞台上，当起了主持人，度过了一个别样的、有意义的春节。

我很喜欢参加各种各样的活动，丰富自己的经历。这次活动，我最大的收获是快乐和友情，虽然一次次的排练挺辛苦，年三十也没有享受阖家团聚的幸福时光，但和这样一群同我爱好主持的朋友在一起，主持海选、练舞、选服装，整个过程都充满了欢声笑语。

还记得年前的两天，刚刚上完了英语二学位的课，又马上投入到春晚紧张的彩排过程当中，因为我们主持人开场有一个舞蹈，每天除了在商报社彩排，晚上又在家对着电脑视频一遍一遍地练习动作。终于，功夫不负有心人，我终于在两天晚上突击完成。而且，从来没有学过舞蹈，跳过舞蹈的我，给爸妈跳完一遍后竟然获得了他们的好评。这让我认识到，只要认真努力，很多我们觉得做不到的事情实际上还是可以被我们攻克的。

年三十转眼就到了，我们的努力终于在今天有了回报，看到漂友们开心的笑容，我们的心里暖暖的。我们同漂在济南没办法回家过年的朋友们一起度过了一个愉快的春节，这个春节虽然与众不同，但同样很有意义。

文档为doc格式

文旅局实践报告篇九

x暑期社会实践队可以说是温州大学仅有的一支去幼儿园支教的实践队。在实践主题的选择上我们会尽可能地展示温州大学学前教育的专业性和创新性。实践前的准备是非常不容易的：要确定实践基地并实地考察；确定本次实践主题和内容；撰写策划书以及制定实践期间的每日计划；和实践基地的园长对接，保证大家的人身安全、饮食住宿等基本情况，从而带领大家体验具有学前教育特色的支教活动，努力做到让暑期

社会实践变得充实而有意义。

在实践中，我们都承认自己会有快撑不下去的时候，不仅仅因为环境的艰苦、睡地上、洗冷水，而且还要承受心理上的压力，在学姐面前一遍遍地改教案、试课。当时在实践队的. 每一天对我们而言都是历历在目，非常煎熬的，但是当自己真正熬过去以后就发现跟孩子们在一起的时光都充满了快乐。

通过暑期实践，我们提早接触教案，并且可以向优秀的学姐们学习经验，这让我们以后教案设计的学习更轻松，这也是我个人选择了继续留下来的原因之一。希望今年的学弟学妹们也能在实践中不留遗憾，过得充实有意义。

文旅局实践报告篇十

万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了在超市的工作之后，明白了很多事情开起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的。一个小小的超市的`经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

一、实习目的

尝试经商的滋味，增加自己的阅历，因本人是文科生，需要更多的体验，更多的经历。毕竟身在学校，接触社会的机会很少，趁着寒假有这样一个节日，好好大干一场。

二、实习时间

20xx—7—18—20xx年8月20日

三、实习地点

亿鑫超市

四、实习单位和部门

私人永和饭店

五、实习内容

炎炎烈日当头，正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

由于家庭经济的原因，我不能像大多数同学一样，暑假可以好好在家玩玩、休息休息。我必须为我下学期的生活费考虑。我从高中毕业那年的暑假开始就在超市里打工了。由于我的表现还不错，老板比较喜欢我，所以这个暑假答应我在他的超市打工是理所当然的了。还没有放假，我就打电话到超市了，问老板是否愿意让我在他们超市工作，老板满口答应，非常希望我来工作。我当然非常高兴啦！

闲话少叙，言归正传。那年我还没有到超市上班之前，我有一个长辈就跟我说：上班要多做事，少说话！话虽简单，但真正做起来就不简单了。俗话说：做坏人简单，做好人难啊！只要做一件坏事，在别人的眼里，这个人就是坏人！要想在别人眼里改变形象的话，就要做无数的好事，但还不一定能改变。

要在众多同事、干部眼里一开始就流下一个好的映像可不是一件简单的事情啊！于是，我制定了以下几大要点：

一、我决不破坏超市的规矩。

俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。所谓不可以串岗，就是不可以擅自离开自己的岗位。我们每个理货员都有自己的岗位——分属各个货架。比如，我是百货这边的，就不能随便跑到食品那边去，食品上的人就不能随便走到我们百货这边。食品那边比较大，还分三个部分：饮料和冷柜、饼干类、休闲食品。为什么不可以随便串岗呢？其实是这样的：我们乡下，顾客不像大城市的市民素质高，经常会有顾客偷东西的。如果我们随便离开自己的岗位，那么这边的货架就没有人看着，东西就很容易少掉！同样，“不可以闲谈”也类似这个原因，如国际歌理货员没事做的时候都在一起闲谈，那么就没人看着货物了，东西少了又是损失！还有，“不可以把手机带在身上”，这个规定看似严格，其实是有其中的原因的。以前超市的同事们上班互相发短信息，不认真上班，没人看着货物。所以，后来经理就规定了：不可以把手机带在身上！可以把手机带来上班，但要放在办公室。对于这个规定，大家还是很理解的，毕竟上班要有上班的样子的，超市的营收和自己的收入有很大的联系的。当然，还有很多的规定，比如：上班不可以抽烟、不可以坐下来等等。所有的规定我基本上都能自觉地遵守的。我认为，这些是最基本的，当然要遵守了。

二、不管是谁，随喊随到。

在超市做理货员，有时还是很忙的。特别是星期一、星期二、星期三，这三天是结帐的日子，很多的供货商都在这几天送货，然后顺便结帐。有时候，一连几家供货商送货来，这时候就忙了，有很多货物卸在收货处。仅有几个人在收货处是忙不过来的。既要验货又要把货装走。于是，他们就需要人来帮忙了。我是刚来的，当然不能呆在一边看了，为了表现好一点，我都是很主动地跑过去，把各个柜台的货物分开，

并分别送到各个货架附近，再卸下来。如果是一般的货物倒是没什么，但有时候有的商家送的是饮料、酱油、食用油之类的货物就很重了。一箱都是好几瓶！很重的！我们超市进货都是几百箱饮料、几十箱油的，每卸一次都特别累！有时，睡觉到了早上，手膀都疼，还全身没劲！没办法，谁让我是新来的呢？所以，不管有多累的活，我都会很积极很主动地去帮忙。于是乎，我在同事眼里我是个积极的，在干部面前我也给他们留下了好的映像！

三、如果没有货要上的话要找点事情做。

所谓“上货”，是我们常说的，说通俗点，就是“补货”。货架上的货物被顾客买走了，货架不就空了吗？还卖不卖东西了？这不行，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。当然，不是每时每刻都有货上的。有时，货架上的货物都补齐了，不就是没有事做了吗？就站在一个地方看着货架发呆，还是来回来回闲逛？当然不是了！如果没有什么顾客，也没有货要补，在过道里走来走去，被经理看到是不怎么好的，感觉上我没事做，在混时间！毕竟是私企老板，不会养一些闲人的。老板雇佣你，是要你为他创造财富的，不是养你的。所以，我应该找些事情做一下：抹货架。货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。这样不但给顾客流下了个坏映像，而且货物就卖不出去了。谁也不希望我们的东西卖不出去的。其实，抹货架还有个好处：可以坐下来！这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊？所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架。正是有了以上几点要领，我在超市表现还是相当好的。

在超市里打工我还学到了很多的东西。现在，我们镇上的超市越开越多，大家为了吸引更多的顾客，自然价格战就打起来了。有时候，还能看到有别的超市的员工到我们这里来看

价格。我们有时候也被经理安排到别的超市去看价格。对于做“间谍”，我还总结了一个经验：要装作是买东西的顾客，而且一定要像！一般超市是不会对真正的顾客有疑心的。最重要的是：不能用笔抄价格！有的超市的员工就在我们这里用笔抄价格！自然，被我们经理请到办公室喝茶是少不了的。

话说回来，商家的恶性竞争对消费者来说是绝对有好处的，但是作为经营者，我们是不愿意看到的！价格低了，利润自然就少了，我们的工资、奖金可都是与这个利润有着直接联系的啊！

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，带着我的绿色毡帽，骑着我的二手脚踏车带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始，对自己手工艺期望很高，没有月薪两千不干。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面的原因。一个方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，五个方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。

对于我们这些急于找工作的大学生来说，谨记以下几条有助于我们成功的走上工作岗位。

1、查中介资格。

委托中介机构介绍前，应先查看是否有工商局颁发的营业执照和劳动部门颁发的职业介绍许可证原件，办公地址是否与证件一致；同时，还可从公司招牌是否醒目、办公设备是否齐全、办公人员工作状态等，来判断中介是否可信。

2、不要轻易掏钱。

不要轻易交钱给中介机构或用人单位，交钱前多咨询情况，一问三不知、急着收钱的单位，多半是“中介”、“企业”。此外，还可从中介广告来判断岗位的可信度，越是“常年招聘”、“高薪急聘”岗位，越要小心，应聘时不要轻易交钱。

3、签合同。

应聘成功，应与兼职单位签订劳动合同，以书面形式确定自己的权益。大学生假期兼职属短工行为，合同中最重要的是约定具体工作时间，确定工资数额、工资支付时间及方式。具体条款可参照劳动合同。

4、不要轻信路边的招聘信息（广告）。

5、拒绝高薪诱惑。

天上不会掉馅饼，天下也没有免费的午餐，高薪虽然诱人，但要清楚自己的条件和特长，看自己是否能为用人单位创造良好的效益，是否能对得起“高薪”。若答案是否定的，则要在心里多打几个问号：为什么他们会录用我？多个心眼便少一个受骗的可能。

总结我的这次时期社会实践活动，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，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。要记住：不要抱怨这个社会是如何如何的暗，哪里哪里的人是不对的。因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。只有自己去适应这个社会才行！

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](#)