

2023年大学游园活动感悟心得 大学生村官工作心得感悟(优秀8篇)

工作心得是对自身职业生涯进行回顾和总结，可以在今后的工作中做到更快、更好、更高效。在下面的范文中，我们可以看到学员们不同层面的思考和总结，相信对大家的写作有所借鉴。

大学游园活动感悟心得篇一

毛主席说：“农村是一个广阔的天地，在那里是可以大有作为的。”能够成为一名大学生见习村官到村去工作，我感到非常的光荣和自豪。同时，在县领导、组织部的重视关怀下，乡、村领导的言传身教、精心培养，使我拓展和丰富了知识面，提高和加深了思想认识。

农村工作关键是和老百姓打交道，作为一名大学生见习村官，首先，对自己所在的村要有感情。我们不应该仅仅把农村当成我们的工作单位，而应该把它视为我们自己的故乡。这种亲切感有利于从根本上促进村民之间的沟通，增强工作责任感和服务意识。其次，对自己的工作要充满热情，村官的权力取之于民，理应用之于民，为村民做好各项服务，是民主集中制的具体体现。但作为社会的最基层和最底层，农村的具体工作细微、琐碎、复杂。恶劣的工作态度会直接引起干群关系的紧张，甚至诱发村子整体的不稳定，给村子的生产生活造成严重后果。因此，热情的工作态度是拉近村民距离、了解村民需求的重要因素。第三，我们要一直保持激情。党和政府选择大学生担任村官，看重的是大学生所具有的文化素质以及勇于创新的激情。我们一方面要驱除“学生气”来熟悉农村工作；另一方面我们还要保留“学生气”，坚持提出新问题、新思路、新办法。

要让这些创新观点成为村级发展的良好建议，使自己能够成

为村“锦囊团”强有力的组成部分。

对于刚刚走出大学校园的学生来说，农村是一个几乎完全陌生的环境，农村工作也是以全新的工作领域，没有经验可以借鉴。因此在工作中，第一是眼睛要勤快，要学会细心观察。村里的很多事情，不是一下子就能明白，必须要用心去体会，用眼睛去观察，慢慢地才能真正体会到村民的苦处、难处，这样才能有的放矢地为村民解决问题，提高办事效率。第二是嘴要勤快，事情要问到。村里的事情杂乱无章，很多事情都要自己主动去问，主动学习，这样才能不断地增长自己的知识，为今后解决问题打下强有力的基础。第三是手要勤快，事情要干到。“语言上的巨人，行动上的矮子”是行不通的，农村是最基层的组织，基层干部所作的也是最具体、最细致的工作。多做事，多帮忙，是打开工作局面的唯一钥匙。无论是协助村委调节村民矛盾，处理村务，还是协助领导编写材料，整理档案，甚至于平时打扫卫生等，我们都应该认真对待，漂亮的完成。只有把工作做的细致，干的漂亮，才能够真正体现出大学生的素质，只有坚持“三勤三快”，才能够成为一名合格的农村工作者。

在这段日子里，有苦恼有快乐，有泪水有欢笑，有艰辛更有收获。没有惊天动地的伟业，没有可歌可泣的英雄事迹，更没有轰轰烈烈的成绩，有的只是平凡。然而，我的梦想就是在平凡的农村中做一名爱民、恤民、扶民的好村官好干部。

大学生村官工作心得感悟篇4

大学游园活动感悟心得篇二

进一步开阔大学生村官工作和创业视野，用身边成功范例鼓励引导大学生村官投身创业和创新工作，促进大学生村官更好地成长成才。中央组织部和团委组织了全国大学生村官参

加了第九届论坛。通过三天参观学习和交流，我们认真听取了先进典型的创业介绍，参观了湖坊村的创业基地，与大学生村官面对面的交流，感触很深。

想创业，有创业的想法

通过与创业村官交流沟通，聆听典型使我明白，创业绝不是纸上谈兵，亦或是空有一番创业热情。要想创业，并且取得成功，前期的准备一定要充分，所谓“凡事豫则立，不豫则废”，前期的准备琐的过程，首先就是要有创业想法，想创业，才能考虑创业项目的选择，我们必须结合自非常重要。创业是一个艰辛而繁琐的专业知识和各方面的能力，不断加强自身创业能力的学习，只有认识自己，提升自己，才能更好地认识其他事情，才能准确地把握创业的脉搏。

能创业，有创业的方法

有了创业的想法，必须付诸实践。在确定创业方向后，我们要根据自己所处环境，立足村情实际，利用地理优势、资源优势等资源，创造有利条件，有效地找准创业项目。同时我们可以利用网络、远程教育和农家书屋等途径，多方面、多角度查阅资料，调查研究，整合资源，摸索适合自己的创业方式、方法。

肯创业，有创业的毅力

有了创业的想法，也探索了创业的方法，还要具备的就是创业的毅力。在落实创业的道路上，要有很强的创业毅力和创业信念，可以说创业的激情，大家都有，但是创业的过程是艰辛的，创业是寂寞的，在创业的过程中，我们可能会遇到很多挫折，很多困难，需要处理许多事情，涉及方方面面，大大小小的问题。面对这些，我们必须有坚强的毅力和信念，我们要不怕繁琐，不畏艰难，一步一步地走下去，我们才能成功，也可以说，只要我们能耐得住寂寞，能坚持一丝不苟

做事，认认真真做人，在创业的道路上抓住一切锻炼自己的机会，很多人创业失败与坚持不下来，没有毅力，耐不住寂寞又一定的关系，能坚持下来就是一步成功。想要创业必须具备有很强的创业素质和创业毅力，有不怕吃苦、不怕累的创业精神和不怕失败、勇于实践的创业信念，只有这样才能取得成功。

有了创业想法、方法和信念的同时，我们应及时了解党中央国务院以及各级政府出台鼓励创业的政策，我们应该积极学好政策，积极争取上级支持，为我们创业成功争取有力的支持。作为大学生村官，创业这条路对我们来说不仅仅只是为了响应党的号召，也是目前形势为我们村官提供的大好机会，更是我们锻炼自己，实现自我的一条充满挑战的道路，让自己的青春充满奋斗和拼搏的印迹，我们更需要把成功看成一次旅途，努力去看到更多美丽的风景。

大学生村官工作心得感悟篇2

大学游园活动感悟心得篇三

您好！感谢您在百忙之中抽出时间阅读这封求职信！我在xx上看到了贵公司的招聘信息，对兼职促销一职很感兴趣。现将自己的情况简要介绍如下：

我是xx大学生物科学专业的大二学生。我很清楚自己所学的专业知识对于这个岗位上并不会起到很明显的作用，但同时我也清楚对于促销人员来说最重要的是良好的语言表达能力；有效的沟通技巧；过硬的心理素质（百折不挠）；极强的适应环境的能力；健康的身体以及勤奋好学的精神，而这些都是我所具备的。

除了以上所述的个人性格优势，我认为最重要的还是我良好

的个人品格。首先，我是一个诚实守信的人，因此我绝对值得你们信赖；其次，我乐于助人，并时常站在别人的位置考虑问题，这有助于我和同事之间更好的合作与理解；第三，我做事踏实，从不好高骛远，这对于我认认真真地做好本职工作有很大帮助。

我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展示自己的才能，我不满足与现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高，因此我希望能够加入贵公司。我会踏踏实实的做好属于自己的那一份工作，竭尽全力地在工作中取得良好的成绩。我相信经过自己的勤奋和努力，一定会做出应有的贡献。

随信附上我的简历，如有机会与您面谈，我将十分感谢。即使贵公司认为我还不符合你们的条件，我也将一如既往地关注贵公司的发展，并在此致以最诚挚的祝愿。愿贵公司事业蒸蒸日上，屡创佳绩；祝您的事业百尺竿头，更进一步！

此致

敬礼

自荐人□xxx

大学游园活动感悟心得篇四

树立执法部门的公信力，需要从两个方面加以努力。一方面，要有效克服我国社会公众中普遍存在的“法不责众”“只要有理怎么闹都行”等不讲法制的传统观念，从严执法，对一切违法行为、包括有些自认为“有理”的违法行为严肃处理，以维护法律的严肃性，树立执法者的权威。另一方面，执法者要切实做到严格公正文明执法，让执法司法行为令人

信服，用公正赢得权威。没有执法部门严格公正文明执法，再好的法律，也难以彰显其权威性，难以起到规范人们行为，规范社会秩序的作用。正如英国法学家培根所说：“一次不公平的判决比多次不公平的举动为祸尤烈，因为多次不公平的举动不过弄脏了水流，而不公的判决则把水源败坏了。如果专门的执法机关尚且不能严格执行法律，怎么能够要求广大公民、社会团体严格遵守法律呢？古今中外的历史都证明，凡能做到执法如山，法制的权威与尊严就能得到较好的维护，就能建立良好的社会秩序，就能促进国家的长治久安。

贯彻实施依法治国方略，是一场从思想观念到实际行动的深刻革命，也是一个漫长而艰巨的历史过程。政法机关作为国家专门的执法司法力量，肩负着推进依法治国方略实施的重要使命。全体政法干警必须牢固树立依法治国理念，自觉用这一理念指导执法司法行为。努力提高法律素养，是我们政法干警实践依法治国理念的前提和基础。政法机关是专门的执法机关，几乎每天都在与法律打交道。政法工作这种专业性很强的特点，决定了政法干警必须具备较高的法律素养。学法、知法、懂法，是对每一个政法干警的基本要求。对于政法干警来说，掌握相关法律知识有两个方面的要求：一是对国家的重要法律法规要有一个基本的了解，知道什么是合法，什么是违法；二是对与自己履行职责有关的法律法规要熟练掌握、熟练运用。当前，从总体上来说，广大政法干警学习法律的风气很浓，政法队伍的知识化、专业化水平有了很大的提高。

严格执法是法治是依法办事观念对政法工作的必然要求。一部法律，即使立法意图再美好、法律结构再严谨、法律规定再具体、法律条文再完善，但如果执法不严，在现实中得不到切实执行，等于一纸空文。不仅如此，如果执法不严成为一种经常发生的现象，就会使社会公众普遍产生对法律的轻视和忽略心理，从而对法律的权威和尊严造成严重损害，依法治国也就无从谈起。执法行为的合法性又包括实体合法和程序合法两个方面。所谓实体合法，就是在法律明确授权的

前提下，执法机关对执法当事人作出的处理决定要严格符合法律的具体规定，而不能没有法律依据，也不能任意适用法律。

大学游园活动感悟心得篇五

一周实习下来了，按照公司制定的计划。我们所有的实习生在将来的三个月里都会在车间度过。

这星期在吴厂长的安排下，我跟小沈同学被安排在东方四分厂，在剪裁室里晃荡了4天。

刚开始头一天还是对什么都很感兴趣的。看着师傅们铺布，画样，剪裁，检验，最好自己也可以插一下手，可惜师傅不让。

不要看着这几个过程貌似很简单，其实非常有讲究。一整块布里要做整件衣服，以防在不同的布上有色差，导致大身跟袖子颜色不一样。在画样之前，都需要铺样。这是个必需的过程。必须在有限的空间里最大的利用画，业务员报价之前也需要心中有版图，怎样报价才是最合理的。比如说按照衣服宽度，长度多少，可以在横面，纵面上放几块正反面的大身。再接着是剪裁。哈哈，那是我见过最快的刀了，厚厚的一叠布真是非常的利索，不过也吃了不少灰尘。经过这三个人步骤，差不多半成品出来了。最头痛的是有彩条的布匹，必须把花纹都对齐，这就需要纯手工活，必须用剪刀一块一块的剪，而不是机器。在检验的时候如发现边角有不齐的还都要修齐。特别是条纹的眼睛都要看花了。

在这一星期里还有一个重要的工作就是收集布料，并且认识各种布的名称，成份和克重。在仓库里一般只能知道名称。如大致有分为汗布，罗纹，毛圈，绒布等。根据成分不同又有全棉的，棉涤的，粘胶的等等，这要等到去了染印厂后会更加熟悉。

这一星期的工作非常的自由，几点上下班没有人管。我们都非常的大胆，经常迟到早退，呵呵。还是好好工作吧，即使是在车间里，师傅说了这对以后我们在做业务时是百利而不害的!!!

大学游园活动感悟心得篇六

一、思想方面：

一年的时光就这样过去了，在这一年来，我认真学习党的基本理论和重要著作，特别是认真学习“三个代表”重要思想，不断提高自己，充实自己，严格按照党员标准去要求自己，树立正确的世界观、人生观和价值观，坚定共产主义理想和社会主义信念，努力把自己锻炼成新时代的合格的共产党员。

作为预备党员的我认识到自己还有很多不足，在日常工作中时刻注意向其他同志学习，遵守纪律，团结同志；并且教育目的明确，态度端正，钻研业务，勤奋刻苦；尤其是向优秀党员学习。我平时注意主动帮助其他同志干一些力所能及的事，自己也在做的过程中得到锻炼，增长了知识，提高了工作的能力。我相信在以后的工作学习中，我会在党组织的关怀下，在同事们的帮助下，通过自己的努力，克服缺点，取得更大的进步。我将努力工作，勤学苦练，使自己真正成为一个经受任何考验的共产党员。

二、教学方面

开学初，积极参加教研室组织的教研活动，在学校教研员的指导下进行集体备课，仔细听，认真记，领会精神实质。然后根据要求，提前两周备好课，写好教案。平时做到周前备课。备课时认真钻研教材、教参，学习好大纲，虚心向同年组老师学习、请教。力求吃透教材，找准重点、难点。

上好课的前提是做好课前准备，不打无准备之仗。上课时认

真讲课，力求抓住重点，突破难点，精讲精练。运用多种教学方法，从学生的实际出发，注意调动学生学习的积极性和创造性思维，使学生有举一反三的能力，培养学生的学习兴趣。

我利用课余时间对学生进行辅导，不明白的耐心讲解，及时查缺补漏。根据减负的要求，会适当地留一些有利于学生能力发展的、发挥主动性和创造性的作业。

爱学生就要了解学生，包括对学生的身体状况、家庭情况、知识基础、学习成绩、兴趣爱好、性格气质、交友情况、喜怒哀乐的深刻了解。这是避免教育盲点、因材施教的前提，也是提高教育管理水平、提高教育教学质量的必要条件。

爱是教育的“润滑剂”，是进行教育的必要条件。当教师全身心地爱护、关心、帮助学生，做学生的贴心人师时，师爱就成了一种巨大的教育力量。正因为有了师爱，教师才能赢得学生的信赖，学生才乐于接受教育，教育才能收到良好的效果。师爱要全面、公平，学习好的要爱，学习一般的要爱，学习差的也要爱。

尊重、理解、信任学生是消除教育盲点的基础。尊重学生要尊重学生的人格。教师与学生虽然处在教育教学过程中的不同的地位，但在人格上应该是平等的；理解学生要从青少年的心理发展特点出发，理解他们的要求和想法，信任他们的潜在能力，放手让学生在实践中锻炼，在磨练中成长。只有这样，学生才能与教师缩小心理距离，学生才会对教师产生依赖感。

我更深刻地认识到教师要热爱每一个学生，尤其是对待后进生要多给一些温暖，用“爱”字改变他们，理解尊重信任他们。爱学生就是要严格要求学生，对其缺点错误，不纵容、不姑息、不放任。师爱既蕴含着强烈的情感色彩，又表现出深刻的理智，不仅着眼于学生目前的得失和苦乐，更注重学生未来的发展和前途。

作为一个一年级的老师，我有责任引领他们走进知识的殿堂，学到更多的知识；我有责任引领他们张开理想的风帆，驶向梦中的彼岸；我有责任引领他们插上智慧的翅膀，翱翔在无尽的天空。

教师的责任不仅在于教授学生知识，更在于引导他们学会生活和生存的基本技能，及做人的基本行为准则。

三、个人学习：

积极学习各种教育理论，以充实自己，以便在工作中以坚实的理论作为指导，更好地进行教育教学。积极进行学历进修学习，争取三年之内拿下本科。我还利用业余时间认真学习电脑知识，学习制作多媒体课件，为教学服务，也积极撰写教育教学论文。

四、努力方向：

- 1、加强自身基本功的训练，课堂上做到精讲精练，注重对学生能力的培养。
- 2、对差生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，使他们在各方面有更大进步。
- 3、利用各种方法，训练学生提高、集中注意力。
- 4、在教学上下功夫，努力使班级学生的成绩在原有的基础上有更大的进步。

教育工作，是一项常做常新、永无止境的工作。社会在发展，时代在前进，学生的特点和问题也在发生着不断的变化。作为有责任感的教育工作者，必须以高度的敏感性和自觉性，及时发现、研究和解决学生教育和管理工作中的新情况、新问题，掌握其特点、发现其规律，尽职尽责地做好工作，以

完成我们肩负的神圣历史使命。

一份春华，一份秋实，在教书育人的道路上我付出的是汗水和泪水，然而我收获的却是那一份份充实，那沉甸甸的情感。我用我的心去教诲我的学生，我用我的情去培育我的学生，我无愧于我心，我无悔于我的事业。让我把一生矢志教育的心愿化为热爱学生的一团火，将自己最珍贵的爱奉献给学生，相信今日含苞欲放的花蕾，明日一定能盛开绚丽的花朵。

关于教师年度思想工作心得体会

一、用德律己。

我热爱和忠诚党的教育事业，自觉遵守教师职业道德，把培养高素质的建设人才和接班人作为自己义不容辞的职责，甘为园丁，做到教育安心和专心，全心全意为教育事业服务。热爱本职，踏实工作，不追逐名利。为了适应时代发展的需要，勤奋学习，刻苦钻研，及时更新知识，不断提高教学和科研水平与能力。虚心向有经验的教师学习教学方法与教学技巧，认真听取他们的教诲。以认真负责的态度上好每堂课。以满腔的爱心关心学生，关心学生的成长，积极做好学生的思想政治工作，循循善诱，管教管导，既教书又育人，对学生一视同仁。做到深入学生，为学生排忧解难，为学生多办实事。本学期全勤，没有因个人私事而耽误学生一节课。能主动、认真地服从和配合学校各级领导安排的工作。二、用功学习。

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”学习是无止境的，活到老，学到老。教师要不断更新充实自己的学识。博学多才对每一位教师来说当然很重要。因为我们是直接面对学生的教育者，学生什么问题都会提出来，而且往往“打破沙锅问到底”。没有广博的知识，就不能很好地解学生之“惑”，传为人之“道”。所以我在这学期里，能认真参加学校开展的各项活动，特别在继续教育的学习上，积极争取学习的机

会。每次到市里听课参加培训学习，都争取坐个看得清楚的好座位，以便能更好地作记录，努力学习别人先进的教学经验，改变旧的教学观念，把新的教学理念运用在自己教育教学之上。

三、用爱育人。

全员育人的教育思想在我的心中已牢牢扎根。我常常教育学生要爱学校，爱班级、爱老师、爱同学。如果连自己身边的人和物都爱不好，谈何爱祖国、爱人民呢？因此我时常不失时机地抓住一切可以利用的机会对学生进行常规教育，对学生的行为习惯、文明礼貌、思想品格等方面逐步渗透爱的教育。遇到学生因小事打架，我会主动对他们进行思想教育，告诉他们要学会关爱他人。有一次我和学生一起在走道里发现一个废弃的食品袋，我没有叫学生去捡，而是亲自弯下腰把废弃的食品袋捡起来扔到垃圾桶里。对于学习落后的学生，我没有放弃他们，时常鼓励和帮助他们解决学习的困难，使他们有信心继续学习。我用我的心去教诲我的学生，我用我的情去培育我的学生，用自己的行为给他们树立爱的榜样。

四、用心教学。

现代著名教育心理学家布鲁纳认为：“认知是一个过程，而不是一个结果。”因此，他强调“教一个人某门学科，不是要他把一些结果记下来，而是教他参与把知识建立起来的过程。”

我在教学课堂教学中正确处理好”教“与”学“，”学“与”导“的关系，把教与学的重点放在”学“上，在教法上着眼于”导“，以学生发展为本，激发学生的求知欲，诱导学生主动探索、主动参与认知结构的过程，促使学生乐学，学会，会学。我让他们在交流中各抒己见，学生有独特见解的，我给予恰当的肯定，树立了学生的自信心，也激发了他学习的兴趣。苏霍姆林斯基曾经说过：“如果教师不想方设

法使学生产生情绪高昂和智力振奋的内心状态，就急于传播知识，那么这种知识只能使人产生冷漠的态度。而没有情感的脑力劳动就会带来疲倦，没有欢欣鼓舞的心情，学习就会成为学生学习的负担。”因此，我上课的第一工作就是使学生“动”起来，让学生以愉快的心情积极参与到学习中来。如教学“小数加、减法”时，我就创设了到商场购物的虚拟情境，让学生动起来。我把商场快报上的商品图案和价格一一剪下来，当作商品发到四人小组里，然后让学生每人每次购买两件商品，并算出这两件商品应付的钱数，要求在作业本上列出横式、竖式。比一比，谁列的算式最多，算得又对，谁就是大赢家。学生们兴奋起来，把课堂当超市，兴致勃勃地边选购商品，边写算式，非常认真。我看到那[fs:page]积极参与的热烈场面，连平时不爱写作业的学生也积极地投入到活动之中。新教学大纲提出：小学数学教学改革的重要目标是改变学生的学习方式，要让学生积极主动地探索，发现解决数学问题的方法，发现数学的规律，教师应该转变角色，成为真正的组织者、引导者。让学生在解决问题中能够主动地调动相关知识，积极思维，通过自主学习，获得独立解决问题的能力。我在数学的课堂教学中正是如此努力地实现着这个目标。

总之，我认真地备好每一节课，在备课中，我认真钻研教材、教学用书。学习好新教学大纲，虚心地向别人学习别人的先进经验。力求吃透教材，找准重点、难点。上课时认真讲课，力求抓住重点，突破难点。运用多种教学方法。从学生的实际出发，注意调动学生学习的积极性和创造性。

教师年度思想工作心得体会

转眼间我来到中国电信宽带维护部工作已经一年的时间了。在这一年的时间里，自己学习到了很多有关宽带的知识。为了更好地完成工作，总结经验，扬长避短，提高自己的业务技能，现将工作情况总结如下：

一、工作汇报

自200*年12月26日工作以来，我认真完成工作，努力学习，积极思考，工作能力逐步提高。刚进入新的工作岗位时，为了配合adsl与端口的绑定工作，和百路达公司的工作人员一起到用户端摸排用户机器的网卡mac地址。为了确保端口的正确无误，摸排资料的准确，为将来端口的顺利绑定打下了坚实的基础。

紧接着又做了一部分资源上线的工作。包括模块局的建立和dslam设备的内连接及外连接。这些工作使自己更加熟练的操作使用客服系统。而且对机房设备有了一定的了解，使自己对上层设备有了更加感官上的认识。

当分公司搬到新的办公场所后，公司的内部办公网络交由我们维护。在为开通每一个信息点时，使自己学习到了更多的网络知识，更加提高了自己的实际动手能力。同时，为了确保每一个信息点的及时正常使用，使公司的各位领导及每一位同志尽快的在新的办公环境中投入到工作中，我和班上的几位同事加班加点的完成了这项艰苦的任务。

在投入到新的办公环境后，我也开始了新的工作——故障预处理。这项工作使自己掌握了基本的adsl技术。可以处理大部分的用户端故障。为了解决一些外线班处理不了的问题，自己和外线人员一起机房和用户端处理。在用户家，每一句话都代表着公司形象。所以，我在实际工作中，时时严格要求自己，做到谨小慎微。

此外，火车跑的快还靠车头带，由于刚参加工作，无论从业务能力，还是从思想上都存在许多的不足。在这些方面我都得到了部门领导及本部门的老员工的正确引导和帮助，使我在工作能力提高，方向明确，态度端正。从而，对我的发展打下了良好的基础。

二、工作感想

踏入新的工作岗位后，经过一年的锻炼，使自己对这份工作有了更多更深的认识。对于工作或者说事业，每个人都有不同的认识和感受，我也一样。对我而言，我通常会从两个角度去把握自己的思想脉络。

首先是心态，套用米卢的一句话“态度决定一切”。有了正确的态度，才能运用正确的方法，找到正确的方向，进而取得正确的结果。具体而言，我对工作的态度就是选择自己喜爱的，然后为自己的所爱尽自己最大的努力。我一直认为工作不该是一个任务或者负担，应该是一种乐趣，是一种享受，而只有你对它产生兴趣，彻底的爱上它，你才能充分的体会到其中的快乐。我相信我会在对这一业务的努力探索和发现中找到我工作的乐趣，也才能毫无保留的为它尽我最大的力量。可以说，懂得享受工作，你才懂得如何成功，期间来不得半点勉强。

其次，是能力问题，又可以分成专业能力和基本能力。对这一问题的认识我可以用一个简单的例子说明：以一只骆驼来讲，专业能力决定了它能够在沙漠的环境里生存，而基本能力，包括适应度、坚忍度、天性的警觉等，决定了它能在沙漠的环境里生存多久。具体到人，专业能力决定了你适合于某种工作，基本能力，包括自信力，协作能力，承担责任的能力，冒险精神，以及发展潜力等，将直接决定工作的生命力。一个在事业上成功的人，必是两种能力能够很好地协调发展和运作的人。

三、工作目标在今后的工作中，我会加倍的努力学习专业知识，掌握更多的业务技能，为将来的工作打好坚实的基础。

在作风上，能遵章守纪、团结同事、务真求实、乐观上进，始终保持严谨认真的工作态度和一丝不苟的工作作风，勤勤恳恳，任劳任怨。在生活中发扬艰苦朴素、勤俭耐劳、乐于

助人的优良传统，始终做到老老实实做人，勤勤恳恳做事，勤劳简朴的生活，时刻牢记自己的责任和义务，严格要求自己，在任何时候都要努力完成领导交给的任务。

随着端口绑定工作的深入，新工作内容的展开，可以预料我们的工作将更加繁重，要求也更高，需掌握的知识更高更广。为此，我将更加勤奋的工作，刻苦的学习，努力提高文化素质和各种工作技能，做出应有的贡献。

今后我将以崭新的精神状态投入到工作当中，努力学习，提高工作效率，熟练业务能力。积极响应公司加强管理的措施，遵守公司的规章制度，做好本职工作。

大学游园活动感悟心得篇七

寒假的到来意味着我有着充沛的时间来锻炼自己，毕竟相对于理论知识的学习来说我在社会经验的积累方面是比较匮乏的，而且即便是为了应对今后的实习以及毕业后的工作也要提前进行准备，虽然寒假的时间并不长却让我找到了一份商场导购员的工作，通过担任商场导购员的经历让我在这个寒假获得了不少体会。

实习初期主要是通过岗前培训加强对自身职责的认识，也许是不在乎工资多少的缘故导致我能够获得应聘的机会，在培训期间主要是学习服务接待以及推销商品之类的技巧，从中让我明白懂得和顾客进行交流是多么重要的事情，事实上由于我自身能力太差以及培训时间较短的缘故导致社会实践中出现了不少问题，所幸的是我能够在工作中得到同事们的指点从而融入了商场的职场环境，通过社会实践的磨砺也让我对这份工作有了更多的信心。

也许是年关将近的缘故导致商场的顾客数量很多，而我在忙碌的同时也认真接待着每个前来购物的顾客，对于他们的咨

询能够虚心接待并将其引领至有需求的商品面前，毕竟帮助顾客找到所需商品也是自己的职责所在自然要予以重视，另外我在社会实践过程中也会结合以往在校所学知识进行工作，说实话对于我在工作中的表现还是难以让人感到满意的，虽然平时成绩还算不错却因为表现较差给人不中用的感觉，而我在追赶其他同事步伐的时候也深刻地认识到自身存在的不足，这也让我更加重视状态的调整以及角色的变化，即找准自己在工作中的定位并花费精力进行学习。

虽然社会实践终会结束却让我从中获得不少感慨，一方面是我意识到自己在职业素养方面是令人堪忧的，很多以往的不良习惯对导购工作的完成造成不好的影响，尤其是在无人监管的情况下会偷偷玩手机以至于造成渎职行为，而我也在被商场负责人批评过后认识到自己思想观念存在严重的错误。另一方面则是对所学知识的运用感到比较生疏以至于难以达到理想的效果，作为学习多年的大学生却在导购工作中难以取得理想的成果，这与我心态没能及时转变以及实践经验的匮乏存在很大联系。

社会实践的结束对我来说未尝不是新征程的开始，至少在我体会过以后能够意识到自己究竟存在着哪些不足，我也会根据自己在社会实践过程中暴露出来的问题来加以改善，已经结束的寒假也意味着自己即将迎来新的挑战。

随着新年零点钟声的敲响，我们迎来了_年。作为一名大学生，抱着贴近社会、服务社会的愿望。我自己设计并进行了对__河生态环境调查的社会实践。其间，我对__河与周围环境做了一系列调查。与许多人交流并进行信息采集取证。

现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，实践则是川上的桥梁。如何使自己的理想，课本中所学的知识具体的在社会实践中得到较好的结合，是我们的知识进一步深化，水平进一步提高的重要的方法。

从实践中走来，带不同任何精湛的技术，但带回了也许是我一生中最宝贵、最有价值的收获。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提高素质，提早与社会来个零距离接触。学习如何与人沟通，如何与人交流，如何与人合作等等。我相信任何的工作都能给我带来课本上无法得到的知识。所以在这次实践中，我尽量投入到其中，尽心尽力去做调查。这期间所做虽无大事，但从点滴做起，所获亦匪浅。

这样，我就开始了自己的调查工作。首先，我在家做了接下来的工作流程、具体实施步骤。第一天，我来到政府部门和有关村委会，了解__河的历史、基本概况，并向领导询问了关于__河的治理措施，看到政府领导肯定的点头和满意的笑容，使我坚定了对这次调查的信念。第二天，我走访了邻居并向部分路人了解他们对__河的认识。调查工作，难免有许多不适之处，也总会出现一些小错误。

访问过程，有的人配合，但总有一些人不配合，甚至对你不理不睬。提问时，也难免自己会出现词不达意和笔录过慢的问题。有时还会碰见外地人，这时交流方式就成了问题。碰上这些，就只能靠自己的临场发挥了。第三天是我最累的一天，我从河的北头，沿河进行实地调查、记录。河边的商店、工厂、居民楼、不法及不合理建筑，我都有相关记录。调查结束后，又要进行汇总分类，并查相关资料，对河的情况进行分析，还有几天，就只是用来总结和查缺补漏。

在不到一个星期的时间中，我用自己的汗水收获了课本上学不到的知识。完成了自己“贴近社会，服务社会”的初衷，我永远都不会忘记这几天充实而又有意义的日子。长辈赞许的肯定，路人诚恳的指点，一句句话都深深印在我的脑海之中。这次实践学到了书本上没有的知识，既增长了实践操作能力，丰富了生活阅历，这将是走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了我们学生一些思想认识问题，促进自身世界观的转变，通过了机关部门里的温暖，受到了教育和鼓舞，增强了民族自信心和自豪

感，更为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观评价，发现自己与现实之间的差距。

我深深的感觉到这些日子所学到的东西和学校的理论有一定的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践紧密结合，是自己的知识在实践中得到增长必须在实践中培养自己各方面的能力。独立认知和分析能力，应该说很多的要求规定里面都有提及类似的能力，但我认为我们大学生更应该有而且扎实的掌握这种能力。独立的认知能力使你不拘泥于传统，这是个讲求效率和讲求实际的年代，有独立认知能力或许会给你带来创新的灵感和机遇。

当然，这并不是偏激、摆脱。独立分析能力我自己认为也相当重要，特别是在某些大是大非面前，更应该审时度势，准确判断，坚持立场，否则很容易走弯路、走偏路。同时，我也会继续坚持创新理念，创新是原动力，有创新才有发展。创新能为你的工作增加筹码。比如，在工作中能做到不循常规，以一种创新的形式去完成任务。这不但能为工作赢得时间，提高工作效率，而且还能赢得领导或同事的肯定和表扬。再比如，讨论课题或写调查报告时，如果能用独特的思维提出新思路、新观点、新想法，这对个人发展非常有利。

实践出真知。作为一名大学生，要想成为合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感，也有一定帮助。时间总是在不经意间从指尖流逝！回顾这次社会实践，我觉得很有意义。

其间，我也深刻感受到“知识无限，能力有限”的含义。在日后，我会充分发挥自己的能力，展现自我，积极向上。这期间，我留下的是汗水，带走的是知识；留下的是快乐，带走

的是专业知识的欠缺，人际交往能力、出事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地的调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。这些不足，我将会努力的克服，培养各方面的能力，提高自身综合素质，争取自己进一步更好的发展。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。

我决定在这个寒假里去体验社会，进行一次社会实践。

由于现在一般的私人企业都很少招短期工，尤其是学生，所以几经周折我才找到一家药店，而我在药店的工作是收钱。

这个药店是一家比较大的药店，收钱是要两个工作人员互相交班的，营业员有十个左右，这就是大概工作人员，收钱并不是简简单单的收钱，我的任务是吧电脑合计打印，有打印机输出的账单(每个买药者在营业员那里买药的合计单)给撕得整整齐齐，并按总数收钱，可是这个看似简单的工作，对于对钱不怎么敏感的我来说并非像说的那样简单。

在那里工作的时候，我每天去了要打扫卫生，并且还要保持我所管辖的范围卫生清洁，还要把进货用完的纸箱整理好，剩下的工作就是收钱了。诶，这个收钱所用的工具可是哭了本人了，那个可爱可气的打印机在不高兴的时候就卡纸，时不时的色带还会掉，诶，这就意味着，不仅要在前的真假多少上费功夫，还要会正确使用打印机和修打印机，因为打印机卡纸的后果可不怎么样，那将会出现一排人候在那把钱递给你，尤其是在每天的高峰期，那可想而知了。

除了交现金，买药者还有另外一种缴费方式就是刷卡，刷卡到是操作简单，可是有的年纪打的老奶奶和老爷爷，卡里钱数不清楚，所以你要在刷卡前后和他们说清楚，因为到时他们会说你多刷的，当然不会说你少刷的，呵呵。所以在分贝加大的同时，还要带着笑脸，以免被人认为不尊重老年人哦。

在我工作的那段时间，多少也出现过错误的，呵呵，如果到

了下班结账时，钱对不上，可要自己掏腰包的，我还补了几次呢，诶，心疼呢。记得有一次我少了七元多，而那天有点累，回到家里我就哭了起来，那时候真的有点冲动的想和他们说，不干了，可是一想到自己之前的努力，而且这么大了，不能在由着性子来了，所以还是坚持了下来。所以我告诉自己要认真仔细，也许以前不在乎那点钱，但是自己辛苦赚的就心疼了。

来药店买药的人也是形形色色的，有那些衣着华丽的，买了点不怎么很健康的减肥药就要花掉好多钱，而且还那么的不当回事，可是当看到一些贫困的老爷爷老奶奶们用积攒了很久的零钱买药时，心里就会觉得社会不公平，也影响了我以后生活中不能奢侈浪费。除了收钱，我还学会了一些关于药的知识，一些基本常识我都有学会。

休息的时候，我也主动找领导和同事们请教和学习，他们为我指出了工作中的很多错误和缺点。领导还对我说，一个人做事要勤快踏实，应该多学习，不断充实自己，提升自己，年轻人不吃苦，难道要到老了再吃苦吗？领导和同事们给我的建议让我从中借鉴，取长补短，给了我很大的帮助。

确实，很多时候在学校里我们杰出的人很少，思想上也只是单纯的只要学习，在这次社会实践中，的确让我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。

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养自己的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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。同时社会实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。因此在朋友帮助下，我找到了一份服务

员的工作作为我的寒假社会实践内容，在这次实践中，我感受到了不一样的东西，接触了之前从未接触的事物，而这一切对于我来说都是值得珍惜和学习的。

待人要有耐心。在这一个月的工作中，我接触了各式各样的客人，自然也渐渐学会了一些待人接物的方法。例如：在给客人点单的时候，会有一些客人看着菜单却迟迟不点菜，这就是考验我们的耐心的时候了，客人迟迟不点单，我们内心难免会有一些烦躁，但是我们绝不能对客人乱发脾气，作为服务员最重要的就是坚持顾客至上，尊重客人。另外，就算是同一桌人吃饭，每个人都会有不同的喜好，在点菜的时候有人会说要这个，也有人说不要这个，我们会被他们弄得头昏脑胀，可是我们不能大声抱怨，而是要恭敬地对他们说：“你们要还是不要，谁说了算？”只有尊敬客人，满足客人的各种要求，餐厅才会经营得更好，老板也会满意。

要有良好的团队合作精神。无论是什么工作，团队合作精神都是少不了的。而在这次实践中，我学会了如何跟其他服务员进行沟通与合作。例如有时候需要上菜的时候，看见其他服务员不够人手帮忙时，我会主动走上前帮忙上菜。而在平时的餐厅打扫工作中，我会与其他服务员分工合作，让清洁工作进行得整齐有序。工作完后，我们会一起聊天，讨论一下今天的工作那个地方合作得不够，明天改善等等的话题。当然，与上司的沟通也是需要学习的。所以在工作期间我们一定不能与上司产生任何言语冲突，因为社会与学校有很大的区别，在学校里教师有时出错我们会立刻当场指出，可是在社会中，上司虽然也会犯错，不过我们不能像在学校那样当面指出，而是要在合适的时候与他讲，否则不但会遭到上司的不解，而且也会伤了和气。

上班一定要守时。工作和上学是两种完全不同的概念，上学不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，不迟到更多的是出于自己内心的一种责任。这种责任让我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以

后的学习生活也是一种鞭策，让我时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。做一个守时有礼的大学生。

赚钱不易，要学会节俭。当服务员的工作，每天要面对着搞卫生，开单，打水，打饭，点菜，洗餐具等繁杂的工作，回家后都是觉得疲惫不堪的。尤其过年前有几天天气转冷，早上早起的时候更是艰难。不过，通过这些考验，我体会到了父母赚钱是多么的不容易，每天不仅要早起工作，还要照顾我们，这都是我在当服务员之前体会不到的。所以我也倡议其他同学可以在课余时间打份兼职，体会一下工作的艰辛，体谅一下父母的苦心。

这次的打工经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不太适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。真的是不干不晓得，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会对等的对待你，对于老手来说，他们会觉得你碍手碍脚，而一个人在那打工更是饱受孤单的味道。因此，社会实践真的是十分必要，只有经过社会实践，才能获得书本上得不到的经验，在这个社会中，经验是必不可少的。

虽然这次社会实践活动占用了我不不少的私人时间，不过这也是我过得最有意义的一次假期。在工作中我不仅学会了很多社会交际的方法，还让我明白了作为一个学生不能只顾学习而忽略了生活实践，只有当你投入到实践中，才能更深刻地体会到社会的复杂与精彩。社会实践就像是一个课堂以外的教师，教会了我们更多课本上学不到的知识，而这些知识也是终身受用，值得我们不断学习与体会的。

系部名称：专业： _____

年级_____ 班级： _____ 姓名： _____ 学号： _____

实践单位□x有限公司

实践时间：20--年--月--日至20--年--月--日共--天

实践报告正文

一、实践目的：介绍实践的目的，意义，实践单位或部门的概况及发展情况，实践要求等内容。这部分内容通常以前言或引言形式，不单列标题及序号。

二、实践内容：先介绍实践安排概况，包括时间，内容，地点等，然后按照安排顺序逐项介绍具体实践流程与实践工作内容、专业知识与专业技能在实践过程中的应用。以记叙或白描手法为基调，在完整介绍实践内容基础上，对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍，其它一般内容则简述。

三、实践结果：围绕实践目的要求，重点介绍对实践中发现的问题的分析，思考，提出解决问题的对策、建议等。分析讨论及对策建议要有依据，有参考文献，并在正文后附录。分析讨论的内容及推理过程是实践报告的重要内容之一，包括所提出的对策建议，是反映或评价实习报告水平的重要依据。

四、实践总结或体会：用自己的语言对实践的效果进行评价，着重介绍自己的收获体会，内容较多时可列出小标题，逐一汇报。总结或体会的最后部分，应针对实践中发现的自身不足之处，简要地提出今后学习，锻炼的努力方向。

五、正文字体：宋体小四号字。字数：3000字左右

作为伟大的祖国未来的事业的继承人，我们新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早

已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

实践过程：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，并且能够在生活和学习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。

实践，就是把我们在学校所学到的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学到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，从中所学到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。

在餐厅里，别人一眼就能把我认成是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班，虽然时间长了点但，热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。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，你必须自觉地去完成，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知识，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，有些问题有了在课堂上认真地消化，有平时作业作补充，我比一般人具有更高的起点，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。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。

实践心得：虽然这次的社会实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向

辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供

了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高。马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识 和理论对实践具有指导作用。

认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。处理人与人之间社会关系的活 动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活 动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参 考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择；二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧 密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种 公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活 当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行 社会实践活动的一种长效机制。

匆匆的两个月在手指间轻松地滑过，回头翻看这一个月的每 一天，满满的全是充实忙碌的身影和沉甸甸的收获，感悟。 很幸运选择了顶岗实习，不仅锻炼了自己，也使生活充满乐

趣，惊喜，有滋有味！

记得第一次面对二三十个调皮可爱的孩子时，我慌了神，手足无措。之前学的一些方法根本没办法在他们面前实施，只想逃开。最希望其他老师让我去干别的工作只要别让我面对孩子。我实在没有什么好方法让那么多孩子的注意力全都集中到我的身上。近两个月的教育实习已经结束了，这短短的一个多月实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，体会到了一个作为老师的责任。

目的不一样，听课的注意点就不一样，现在注意的是指导老师的上课方式，上课的思想。接着，根据在大学所学的教育知识和在中学实习听课所学到的，再根据具体的教学目的和学生的学习程度备课，试讲。做好上讲台的准备。经过几天的准备，终于把我的第一节课备出来了，并且通过了指导老师的审阅，可是在试讲并不成功，因为教学并没有根据学生的学习程度来合理地教学，对于刚接触英语的学生来说，并没有把知识点讲清楚。为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，在老师的指导下，并在听了同类课程的公开课之后，修改自己的课件和教案，终于得到了指导老师的肯定准备走上课堂。经过一周的备课之后，开始走上讲台。

刚开始由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了很多问题。如：由于讲课太快，没有给学生留下作笔记的时间；由于讲课不熟练，上课时没有好好关注学生，针对出现的问题，指导老师要求讲到重要内容时候要留下时间给学生作笔记，上课要多关注学生，对于不专心的学生要注意提醒，并且还指出了教学过程中没有注意的很多细节问题。每一节课指导老师都认真地听我讲课，并且提出了很多作为一个经验丰富的老师的宝贵意见。每节课结束，我都根据老师的建议修改课件和教案，不断地完善。

做一名好老师的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。这就要求教师不能只为了完成教学任务，而且还要多关心留意学生，经常与学生交流，给予学生帮助，让他们感觉老师是在关心他，照顾他。如何形成亦师亦友，积极健康的学习氛围和团结的集体关系，对于实习的老师来说是具有很大的挑战的。

刚到学校时，原任班主任刘老师就给我大概的讲了一下班上学生的整体情况，我只是大概的了解了一下，后来在刘老师的安排下，我第一次与学生们正是认识了，学生们对我们很热情，对我的工作也很配合，经过将近一周的跟班与相处，我逐渐和班上的学生熟络起来，对老师工作也逐渐得心应手。

班级活动方面：在原班主任刘老师的支持下，我们策划了一个主题班会。通过组织一次融知识、趣味于一体的活动，使学生在快乐中学到知识，在知识中收获快乐。

当实习老师的期间，我意识到，作为一名老师，不仅要管理好日常秩序，提供一个良好的学习环境，而且要时刻关注学生的思想动态、内心情感世界，这些并不容易做到。对学生要贯注了老师浓浓的爱心。“爱”是做好老师工作的秘诀，只要用心去做，没有做不好的。在这里也要感谢刘老师，他让我明白了很多做人的道理，教书育人，真的是要用自身去感化别人，不是单凭课堂四十五分钟的功夫。

临近结束时，很舍不得和学生们分开，一个多月的时间里他们已经成为了我生活的一部分，每天与他们谈话聊天，学生们给了我很多欢笑，我也从他们身上学到了很多，在这里，学生们给我留下了一段一段美好的回忆。最后一节班会课时，我很激动，说了很多自己在中学时的经历，希望他们可以好好读书，少走些弯路，将来考上好的大学，还说自己有空会回来看望他们。这一个多月的时间里，我经常帮他们克服在学习，与同学相处中遇到的困难，还和他们一起分享自己的

成长经历。经常和他们聊天，有时和他们一起玩游戏，融入了他们的生活，学生也也很愿意和我分享他们的心情。他们是我带的第一批学生，无论以后自己是不是做一名教师，我都会记得在自己大学的时候曾经有过这样一批学生，给我带来那么大的触动，让我再一次体会到天真烂漫，再一次经历心灵的冲刷。我真心地希望他们可以快乐成长，学业有成，将来考上自己理想的大学。真心希望他们在人生的旅途中，希望他们可以走得顺利一些，我只能陪你们走一程，以后的路，就要靠你们自己把握。

教育界的李镇西说过：教育是师生心灵的和谐共振，互相感染、互相影响、互相欣赏的精神创造过程。它是心灵对心灵的感受，心灵对心灵的理解，心灵对心灵的耕耘，心灵对心灵的创造。通过教师实习让我认识到：现代教育要求教师除了精通某一学科的专门知识，懂得教育理论，掌握教育方法以外，还要求教师具有较好的语言表达能力和文字表达能力，有较为广博的知识面，有较好的沟通人际关系的能力，有扎实的基本功和一定的教学艺术。同时要求教师有正确的人生观和价值观，有一定的文化修养和高尚的审美情趣。

教师作为一个特殊的职业，需要具备很强的语言表达能力，才能把自己已有的知识尽可能多的、高效的传授给学生。教师是书本知识与学生之间的联系纽带、运输通道。古代文学家韩愈说过：“师者，传道、授业、解惑者也。”无论是传道、授业还是解惑，都要通过语言尤其是口头语言来完成。以前在学习的过程中，就有听老师教导在文理课程上有偏科的学生说，语文如果学不好，理解能力差，会对数学等理科学习造成影响。现在我才发现，对学生是这样，对教师，其实也是这样，表达能力和方式有欠缺的话，会直接影响课堂教学的效果，降低课堂教学的效率。同样一个教学内容，同样的教学方法，不同的教师讲出来的效果可能完全不同，学生的学习效果也可能完全不同。这种情况下教师口语表达能力的强弱直接决定了课堂教学效果及整个教育质量的好坏。所以，教育学家苏霍姆林斯基说：“教师的语言素质在极大

程度上决定着学生在课堂上的脑力劳动效率”。我从实习工作中明白了其重要性，同时也得到了一定的意识和能力的提升。

早在放寒假之前，我暗自下定了决心，大学的第一个寒假绝不能虚度。回想以前的假期，基于太多的压力，每次我都是在书海中度过的，可以说假日变成了炼日。那时的日子根本没啥实践可言，是单调而枯燥的。

一回到家，我就张罗着去外婆家，外婆是村里的妇女主任，满忙的，我假期正好过去帮她一点。到外婆家的第二天，外婆就带我去了村里最困难的人家。起初去时，我是抱着玩玩的心态的。但是当我看到她家的情况时，我的内心有了极大的触动。破瓦房，漏风的门窗，头发花白的老人一个人坐在门口，很是孤单。老人看到我跟外婆来看她，忙起身，脸上满是笑容，那种笑容让我感到心不时有一种说不出的痛，我很想让老奶奶一直这样快乐。在接下来的几天，我一有空就陪外婆一起去老奶奶家帮忙，我不会干什么事，只能帮老奶奶扫扫地，洗洗碗，但更多的是陪老奶奶讲讲话，每当这时，老奶奶就特别开心，她向我讲了她许多的人生经历，我都饶有兴趣的听着，而我也向她讲了外面的世界，在相互的交流中，我学到了许多东西，那些日子我感到非常充实。很快临近新年了，我和外婆一起去了镇上帮老奶奶买了些年货，还给她买了件新衣服，老奶奶接过东西时，嘴里不停道着谢，转身时，我流下了泪。这次实践我感受到帮助别人的快乐，虽然我个人能力有限，但我以后会尽力做一些有益于别人的事。

寒假中还有一件事让我印象满深的。临近开学了，我到母校去探访原来的老师，班主任让我帮他代两节数学课，我一口答应了，原来在初中时我就帮他代过课。在上课前，我先在办公室对将要讲的内容进行了一下了解，而后，我踏进了教室，数学老师像初中时一样，坐在教室的最后，静静地看着我。起先走上讲台我还是有些害怕的，说话声音低低的，但

数学老师不断用眼神鼓励我，我的信心得到了很大的增强，时间一分一秒地过去，我的课讲得越来越顺，看到同学们都点头示懂，我有了很大的成就感。一节课上完了，数学老师给予了我很大的肯定，我感到自己在一步步不断成长，不断进步。

这个假期我过得很充实，我相信以后的假期我会不断充实自己，我会一步步成长，希望每一个人都能活得精彩，活得充实！

实践人□x大学食品学院食品质量与安全专业xx级2班

实践时间□xx年2月10日—2月14日

实践目的：第一，丰富假期生活；第二，锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获；第三，了解基层劳动人民的工作情况，体会劳动人民工作的不容易。

在我的这次“打工”生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交得到很多朋友。

做苦工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是做苦工生活的全部吧。我不知道多少做苦工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的做苦工生活是我人生中迈向社会的

重要一步，是值得回忆的。现在想来，五天的实践生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。社会实践虽然只有短短的几天但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验，更能认识到父母为我们付出之多，更让我坚定了好好学习来报答他们的信念。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期做苦工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自已所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

在这次假期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的做苦工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

时光如流水，总在我们不经意间静静地流逝。不知不觉在大学生活已度过了一学期的时光，迎来了我上大学的第一个寒假。大学生生活正式步入了正轨，我意识到自己应该充分利用假期，

来锻炼自己。把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析总结，从而提高自身的能力。我想一个大学生之所以有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力。在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。假期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。同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会，回报社会的一种良好形式。同时大学生社会实践活动是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径。

对于大学生来说，现在打工似乎掀起了一番热潮。很多学生在闲余之时或者放假会选择打工。除了赚钱，另一方面是为了锻炼自己。的确，通过打工可以锻炼一个人的很多方面的素质。于是今年寒假，我去了一家干锅店当服务员。之前打过很多工，类似卖衣服、促销、销售，但是餐饮方面还是第一次。其实刚开始的时候感觉挺慌得，人家都说做餐饮是最累的。然后就带着各种疑问去上班了。

记得第一天上上班的时候，经理叫我跟着李领班，去二楼。因为是新员工，所以领班主要的工作就是在最短时间内教会我如何使用点菜宝、怎样套垃圾袋、怎样给盘子分类其实那些平时看似容易的事情到了这儿都复杂化了，比如说，套垃圾袋之前要现在垃圾桶里喷上水，是为了不让垃圾袋飘起来。凉菜的盘子和消毒餐具要分开放，凉菜的盘子是清洁阿姨洗的，而消毒餐具则是拿到公司去洗的。这些事情都是不得马虎的，不然就会影响到接下来的工作。所以我做任何事都是很细心的，生怕做错。毕竟这里和家里不一样，在家里做错事还有大人帮你收拾残局，但是这里只有自己面对，做错了就要受惩罚，扣钱或者是留下来值班。

上班的第二天，我基本上学会了怎样用点菜宝，要谢谢那些

老员工的细心指导。然后我就开始点菜了，起初，身边总要站一个老员工盯着的，因为点错的菜都要自己买单。几天过后，我就可以自己点菜了。其实那是一段很锻炼人的过程。客人来了首先要倒茶，然后点菜，点菜的时候要面带微笑、让客人觉得你很温暖，当客人提出要求的时候，你就得尽量满足。有一句话相信大家听说过：顾客是上帝。所以我们必须服从。有的时候会碰到一些胡搅蛮缠的客人，他们就是故意来找茬的。此时，我们绝对不可以发脾气，只能好声好气的跟他们说。有时候我们寒假工会觉得，我们干嘛要这么低声下气，我们只是来锻炼自己的，干嘛要让自己受气。但是既然选择了做这份工作，就必须做到最好。

几天过后，我有了工号，就开始打卡了。就跟上学一样，在学校迟到了是扣学籍分，上班迟到那就是扣钱。有时候晚上睡的特别晚，然后早晨就起不来。就算迟到1分钟也要扣，打卡机是无情的。

过年前一段时间，店里特别忙。整天跑上跑下，腿都快跑断了，但是没办法，还是得做下去。此时，大家就开始互相帮忙了，有事大家一起做、要挨骂就一起挨骂，或许，这个就是员工之间的默契吧。认识你们，很开心。

直到大年初一的时候，我们得知过年3天没有3倍工资。只有红包100块。根据劳动法，过年3天是应该有3倍工资的。使得我们相当气愤。不管是老员工还是新员工，很多人都决定不做了。这个关系到我们的合法权益。那天晚上，我们几个寒假工接完工资就回家过年了。这件事下来，让我懂得了这个社会有多险恶。所以告诫大家在打工之前，所有问题在面试的时候都要问清楚，免得不欢而散。

虽然是这样，但是在干锅店还是学到了很多知识，这是在学校学不到的知识。而这些知识都来源于社会。最后，要开学了，一句迟来的祝福：新年快乐。

为期30天的社会实践圆满的结束了，期间所发生的一切值得令人好好回味一番。为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作情况，而这并不纯粹是为了完成任务，更重要的是，这是为了自己而写的一次找寻内心声音的伟大体验。

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。我又有了一位师傅，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心。”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。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。”努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

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。

这个寒假，见识了很多事，认识了很多，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

实践报告主题:网吧打工

系部名称:某某大学商务外语系

专业:商务英语

年级:大三

班级:

大商英0806

姓名:某某某

学号:29

实践单位:xx网吧

实践时间:xx年7月9号--xx年8月22号

共43天

实践目的:俗话说实践是检验真理标准的唯一途径,实践才是硬道理。为了加强社会实践,积累社会经验,为以后步入社会做准备打基础。我所工作的地方是一个规模较大的网吧,为顾客上网提供便利同时经营食品饭菜买卖,我所做的工作就是为顾客服务,让他们有一个舒适的环境,同时帮他们解决一些上网途中出现的小问题。我也希望通过这次实践来磨练我的心智与毅力,让自己认识到赚钱的不易与辛苦,发现自己的不足,为以后就业方向找一个定位。

实践内容:我的工作主要是打扫卫生,满足顾客的需要,跟餐饮行业所做的工作差不多。一天12个小时,没有休息,从早上8点到晚上8点,白班15天,晚班也是15天。人有三六九等,素质高低也不一样。网吧一般下午和晚上人比较多,所以买东西的人也多,这时就有点忙不过来了。有的顾客去晚一点就会发脾气,好像你就是为他一个人服务的,这种时候就地解释,可有的人就是这样无理取闹,这就只由得他了这种喜欢热闹没人理自然就不会怎么说了,独角戏缺少了观众是无趣的。在工作中,也遇到了一些好人,很有礼貌,尽量不麻烦你,实在要麻烦你也会微笑着对你说谢谢。也许你不能选择你的出身,你对你现在的生活并不满意,你觉得你应该处于社会的高层次,但是你可以选择你对人的方式,年可以高层次的对人,做人,而不是把气撒在无辜的人身上同样是打工为什么要把你受过的不好的待遇再发泄到别人身上呢,在我看来这种人也活该一辈子跟别人打工。我也发现了很多熬夜上网,而且是经常性的,有学生有工作者,也有中年人。我觉得这样不好即伤身体又花钱,而且有个高中生老通宵害得她妈老要出来叫他回去吃饭睡觉,知识份子的模样儿子却是这样,心里应该很不舒服吧。还有一对夫妇基本上天天在网吧,我就想俩人都不挣钱哪来的钱,后来才知道他们靠游戏赚钱,这些钱应该还没他们花上面的多吧,这样的生活

有意思吗，完全活在网络世界。

实践结果:通过这次社会实践我充分认识到读书和读好书的重要性，要想过自己想要的生活，高质量的生活不像我看到的一些人一样我必须努力才行，我也明白了父母赚钱的艰辛与不易，也学会更耐心的与人沟通，与人为善。这次实践老板充分肯定了我的劳动成果，对我的工作很满意也要我放寒假去做事，顾客对我的服务也很满意，说会想念我的，跟同事的相处也很愉快，我的社交能力也得到了提高。

实践体会:无论做什么工作都要用心、耐心、专心，这样你才能做好，别人才会信任你，喜欢你。这次实践虽然很累，但是我收获到了平常在课堂收获不到的东西，这次实践所赚的钱也实现了我去凤凰旅游的梦想。总之，这个暑假过得很充实。有付出就会有收获，只是大与小的问题，你要相信这一点，对所有事情朝好的方面想，心情会大不同，事情也许自然而然会朝着好的方面发展。

经过长途跋涉，我们终于走进了吕梁，走进柳林，也走进了一个陌生的世界。

我对山区的认识是从贺家坡乡的杨家凹开始的。为了支持我们的活动，县里专门派车接送我们，协助我们的工作。

对我来说，两个月前玩过山车时游客们的尖叫声还回荡在耳边，今天我们就坐上了名副其实的“过山车”。黄土高原的山路，除了固有的崎岖回环外，有平添了几分艰险。一边是高山峭壁另一边就是万丈深渊。

从车窗向下看去，直接就是望不到底的深谷，生与死往往只有一线之隔，一步之差。面对更真实的恐惧，车厢里的队员反而呈现了出奇的平静。不是透过车窗看着远山，就是直视前方，看着一个又一个必经的险坡。也许人们都再设想我们将要去的杨家凹是什么样的，抑或更具使命感的制订着自己

的工作计划。可以这样说，对于将要发生的一切，我们一无所知，除了设想还是设想。

而我的思绪仍就停留在刚刚离开的贺家坡。一到贺家坡就听见孩子们用稚嫩的嗓子不断的喊着：“向来访者学习!好好学习，天天向上!”一种久违的亲切感顷刻间涌上心头，好久没有听到这样的声音，见到这样的场面了。走过去，只见排成方阵的孩子们穿着不合季节的运动装，手中举着彩色的花束、花环，在老师的指挥下有规律的挥动着，汗水不断地顺着脸颊淌下去，一个个神情严肃而认真。在乡领导的带领下，我们走进了贺家坡小学，那里已经聚集了许多的村民。

领导们开了一个简单的欢迎仪式，当时接近中午，烈日当头，我们这些身着短衣短袖的大学生已经觉得炎热难耐了，可那些孩子们依然静静地，直直地站着，任凭火一般阳光毫无保留地烤在他们身上。我们看在眼里痛在心里，毕竟这一切是由我们造成的，况且他们怯怯而不敢直视的眼神也是我们所不愿见到的。

杨家凹是我们小分队进驻的第一个自然村。听司机师傅

大学游园活动感悟心得篇八

以教书育人为己任，积极参加各项教研活动和课改培训，认真上好公开课，不断提高认识和业务水平，解放思想，实事求是，陶冶人生观、价值观、世界观。弘扬奉献精神，作风正派，廉洁从教，为人师表，有强烈的事业心和高度的责任感。

热爱学校，关心集体，做好学生的表率。服从安排，团结协作，工作尽心尽责，态度端正，努力完成学校交给的各项任务。出勤好，勇挑重担，从不计较个人得失。在做好教育教学工作的同时，全心全意为学校做一些力所能及的事，在教育教学中，能够带头作用，认真学习领会课改精神，努力探

索教育教学规律，改进教育教学方法，提高教育教学质量和科研水平。同时，学习校本课程开放的精神，认真备课，注重抓课堂效率，充分发挥学生的主动精神和合作意识，体现学生的主体地位。

在学生方面，发现学生出现思想认识偏差，及时给予正确引导，关心学生的健康成长。此外，充分利用课余时间，关心国家时事，积极参加各种培训。积极参加政治学习和业务学习，热爱党的教育事业，自觉遵守《教师法》和《中小学教师职业道德规范》等法律法规，以教书育人为己任，积极参加各项教研活动和课改培训，认真上好公开课，不断提高认识和业务水平，解放思想，实事求是，陶冶人生观、价值观、世界观。弘扬奉献精神，作风正派，廉洁从教，为人师表，有强烈的事业心和高度的责任感。热爱学校，关心集体，做好学生的表率。服从安排，团结协作，工作尽心尽责，态度端正，努力完成学校、学区交给的各项任务。

出勤好，勇挑重担，从不计较个人得失。在做好教育教学工作的同时，全心全意为学校做一些力所能及的事，在教育教学中，能够带头作用，认真学习领会课改精神，努力探索教育教学规律，改进教育教学方法，提高教育教学质量和科研水平。所开的观摩课《安全在我心》、《平面图形的周长和面积》等受到同行及领导的一致好评。同时，学习校本课程开放的精神，认真备课，注重抓课堂效率，充分发挥学生的主动精神和合作意识，体现学生的主体地位。在担任辅导员工作时，能根据学区少先队计划及本班情况制定中队工作计划，配合学校积极开展工作，组织主题队会观摩，组织学生开展运动会、硬笔比赛、数学竞赛、六一文艺汇演、游园活动、讲故事比赛等活动，开展红读、雏鹰争章活动，组织尊老敬老义务劳动，使全校队员的素质得到全方位的发展，大队形成一股文明礼貌、团结协作、积极向上的风气。