

# 2023年实践活动总结报告(通用18篇)

辞职报告是一种人事管理文件，用于正式通知上级领导和 HR 部门个人的离职意向。希望大家在撰写开题报告时能够充分发挥自己的想象力和创造力，提出有独创性的研究课题和方法。

## 实践活动总结报告篇一

xxx有限公司是新加坡无为科技有限公司的子公司，由新加坡留学归国人员组成的经营团队，立足于自动化科技的前言，致力于为大中小型制造业提供全套的自动化工艺解决方案，我们专业设计制造点胶、封胶、印胶、喷胶、涂胶设备及自动喷涂机和自动光学检验机；提供多轴伺服控制的机械手和机器人，我们集成全球顶尖的自动化系统和元件，提供高速、精密的自动化设备，服务于手机、汽车零部件、医疗器材、电子器件、光纤通信设备等制造业。

在点胶工艺中应用合适的点胶技术，意味着能够降低生产成本，提高劳动生产率，保持稳定的质量水准，和拥有高效的生产环境。特盈点胶设备能实现所有类型的流体胶（比如瞬干胶，光固化胶，环氧树脂，溶剂，油脂，密封剂，厌氧胶，焊锡膏或铜膏）等精确、均匀的点胶效果。特盈点胶设备可以帮您在粘接、密封、填充等点胶工艺中，大大减少胶的用量，提高产量，从而实现真正意义上生产成本的降低。生产工程师能够从特盈产品中选择合适的点胶设备来改进单工作台的点胶工艺，或设计全自动的点胶生产线。无论在何种情况下，特盈都能提供最完善的质量保证和最专业的技术支持。目前特盈牌台式点胶机在国内点胶行业中占有率居全国第一位，最高性价比使我们的产品赢得了广大用户的一致称赞。目前我们的客户涉及各个行业，主要客户有□hitachi□日本东芝□□philips□飞利浦□□panasonic□松下□□abb□sinco□森科□□festo等公司。

## 1.2 实习岗位介绍

销售工程师的主要职责是根据公司的总体战略，进行客户开发与与管理，以完成企业的安排销售目标。具体职责如下：

- 1、根据公司及上级的要求进行客户开拓和维护，完成销售任务。
- 2、开展日常销售业务工作，处理订货、发货等业务，进行销售活动。
- 3、参与市场调研预测和制定销售方案、产品的市场价格。
- 4、参与合同的谈判与签订工作，并跟进之后相关情况。
- 5、定期或不定期拜访客户。
- 6、收集销售信息，并反馈给市场部。
- 7、负责本部门客户的投诉处理。
- 8、参与产品的安装和调试工作，协助产品部与客户进行交流。解决安装调试过程中出现的问题，并及时向上级汇报情况。
- 9、对产品的售后服务进行跟踪处理。
- 10、完成领导临时交办的其他工作。

## 2.1 实习的内容

通过两天的时间，了解公司的各项基本制度、各部门的职能、本职位的职责等。通过一个星期的培训，基本掌握公司产品的基本原理，掌握各种产品安装与调试的能力，了解公司产品的应用领域，掌握市场的需求。培训之后开始对相关的客

户进行调查了解，拜访目标客户，并与客户达成初步的协议。针对客户的要求与产品部交流，对原有的产品进行改进或开发新的相关产品，以适应客户的要求。

## 2.2 实习的过程

我的实习工作从20xx年3月22日进行到20xx年4月16日，在开始的几天，公司对我进行了相关的职业培训，主要是对新员工的工作环境以及公司规定的介绍，工作流程和工作内容以及公司oa系统的应用培训。通过两天的培训使我明白了作为一个销售工程师的日常工作流程，营运工作实务。机型特点，产品知识，商务礼仪等等；并熟背了产品的参数和款号。初步掌握了一些工作时必备的基础知识，同时深了你对特盈自动化科技（厦门）有限公司企业文化的认识，增强了企业的凝聚力和向心力。看着公司工作人员一个个充满自信的笑容，朝气蓬勃的精神面貌，我明白“他们是优秀的，这个团队是优秀的”。下面简单介绍如下：

到公司的第一天（3月22日），我参与了公司举行的新员工欢迎会，会上人事部经理就公司的企业文化、公司的各项制度、公司的相关产品等。公司的管理工作很严格。早上一定要在9:00之前去公司打卡，公司采用指纹打卡，以此做为考勤。公司拥有先进的oa协同办公系统，可以高效的完成很多原有的程序化的工作，以制作个人名片为例，公司传统流程是：自己写好名片内容和申请，交产品经理批准，再送公司总经理，以此交工作人员办理，整个过程大概要两周，而在使用oa协同办公系统来做，只要登陆自己的账号，点击申请，就自动把申请发送到需要审批的部门，只要有关人员打开自己的oa协同办公系统就会出现待办事项里，整个过程一到两天就能办好。而公司oa协同办公系统几乎包括的公司所有的事项，小到请假，大到调产品，都可以通oa协同办公系统来完成。

第二天（3月23日），我被安排到公司的产品部进行培训，在

这里我初步了解了公司的各种产品。公司的`主要产品：台式点胶机、立式点胶机、点胶控制器胶阀及耗材、自动喷胶机、光学检验机、电子生产专用设备等等。以台式点胶机为例，它分为t系列台式三轴点胶机□d系列台式三轴点胶机、技术型台式点胶机、双色台式标签滴塑机等。

在接下来的几天（3月24日至4月12日）里面，我来到了生产组装一线，并参与到一线的组装过程中去，一开始看到电路图，感觉有点复杂，觉得无从下手。但真正工作起来，我发现我原来只负责其中的一个环节，就是伺服电机的安装。公司采用的是交流伺服无刷电机，无刷电机体积小，重量轻，出力大，响应快，速度高，惯量小，转动平滑，力矩稳定。控制复杂，容易实现智能化，其电子换相方式灵活，可以方波换相或正弦波换相。伺服电机内部的转子是永磁铁，驱动器控制的u/v/w三相电形成电磁场，转子在此磁场的作用下转动，同时电机自带的编码器反馈信号给驱动器，驱动器根据反馈值与目标值进行比较，调整转子转动的角度。伺服电机的精度决定于编码器的精度，也就是线数。在整个控制系统中，伺服电机用作执行元件，把所收到的电信号转换成电动机轴上的角位移或角速度输出，以实现机械手的运动控制。通过这几天的生产一线培训，我了解的公司产品的基本原理，并体会到书本上的知识与实际应用相结合的奇妙，也认识到自身的不足。

后面几天（4月13日至15日），我开始到公司市场部工作，这也是我今后主要的工作。到市场部的当天，副经理跟我介绍了公司的主要客户，以及目前此类产品在工业生产过程中的应用领域，使我充分感觉到此类产品的前景一片光明。目前，中国大部分地区正在进行产业升级改造，特别是原来的部分劳动力密集型的产业，由于劳动力的缺失，需要引进自动化程度较高的设备来提高生产效率，降低生产成本，从而在产业升级的道路上不被淘汰。下午，我跟随公司的老员工来到，飞利浦在厦门的生产基地了解公司产品的使用情况。再与飞利浦生产部主任的交流过程中，我了解到自动点胶机在飞利

浦得到了很好的利用，它提升了生产线的工作效率，原来一个员工需要一天才能完成的任务，现在两个小时就能完成了。目前，飞利浦新的生产线项目也在计划采用公司的产品。

实习的最后一天（4月16日），今天主要是要整理好之前放在我这里的资料，做好部分未完成工作的交接，准备回校。经过几天的工作后，我对自动点胶机的原理、参数、价格、配置都十分熟悉。也掌握了很多与自动化专业相关的知识。

时间过得真快，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足之处，感觉收益非浅，在此次的实习工作中，我严守职业道德规范，认真完成了领导交给的各项任务，利用学习到的理论知识投入到现实的工作中，利用自己学到的知识解决现实中发生的问题，利用自己的特长为企业提高效率。做好了了自己的本职工作的同时，带头作出了一些如打扫卫生等各个方面的义务劳动，利用自己的组织协调能力，使得自己和员工之间的工作配合默契，提高工作效率，受到领导和员工的好评。

通过这次实习，使我认识到企业文化对于企业生命的重要性。企业文化是企业将从来没有过的人文理念以人性的方式融入经营体系，从而快速提升企业的凝聚力，并且增强了经营体系不断创新的能力。而创新又不仅是企业家或员工个人价值的体现，也是企业的一种超越传统的经济行为更是是一种生命力更强的、创造价值更高的经营要素。以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

（1）自主学习，工作后不再象在学校里学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路；集团公司、公司内部有各种各样的培训来提升自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。

(2) 积极进取的工作态度，在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

(3) 团队精神，工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

(4) 基本礼仪，步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。

(5) 为人处事，作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。以上是我对已经过去实习工作的总结，总结是为了寻找差距、修订目标，是为了今后更好的提高。通过不断的总结，不断的提高，我有信心在未来的工作中更好的完成任务。

此时此刻；即将面临毕业，最深切的感受就是，无论从何处起步，无论具体从事哪种工作，认真细致和踏实的工作态度才是成功的基础。

## 实践活动总结报告篇二

二月十一日，那天，初春的阳光格外明媚。我们怀着青春梦想，踏上了向往已久的实习旅程。喧嚣的车厢中懵懂的我们怀着忐忑的心情挥别昔日熟悉的校园，告别送行的同学，踏上寻找美好未来的旅程。飞驰的汽车满载着老师们的希冀和同学们的祝愿行进在蜿蜒起伏的公路上。前路如何？谁也不曾告诉过我们。

然而当我们真正身处实习中时，才发现一切并没有我想象的那么简单。社会是个大舞台，让人永远向往又却步的大舞台，此时此刻我们登上了这个舞台。

注：为方便阅读，故按照二期，三期的生产流程进行整理。

（二期）

不知不觉我们已经来到普莱柯两个多月了。两个多月的工作，两个多月的生活，感觉忙碌却充实。社会是个大课堂，在这里我们感悟颇多。

方法。/感谢您的支持和鼓励！！！！

合。

二，种蛋整理：（王欢迎）在这近三个月的时间里我体验了很多岗位，从包装到抗原收毒在到现在调的种蛋整理。从中我知道了要做一名抗原班车间技术员所要掌握的的无菌检验、杂菌计数□ha实验和eid50实验。也学会了许多溶液的配制如：氧氟沙星□tg□ga培养基。

们！

## 实践活动总结报告篇三

伴随着炎炎夏日，似火骄阳，一年一度的暑假已经起航。很荣幸，我们能够报名并且取得名额参与到鲍集农支行的大学生暑期实践工作上来，大家都是怀着激动和兴奋的心情聚集在这里，翘首期盼一次新的体验与收获！

我们是朝气蓬勃的当代青年大学生，是建设祖国的生力军。我们有责任和义务积极主动地参与到社会实践中来，实现学有所用，回馈社会，服务人民的最终目标。

社会是一个广阔的人生大舞台，社会实践为我们搭建了走向这个舞台的有力桥梁。利用假期，参与到社会实践中去，不仅丰富了我们的假期生活，而且锻炼了我们的社会实践能力，帮助我们尽早适应社会，更好地服务社会、服务人民。

而这次的暑期实践活动，就是将我们的所学转化为所用，更进一步的回馈到社会中去。我们这次的'暑期实践的内容是下到农村采集挨家挨户信息，听上去似乎很简单，但是只有自己亲身体会了才知道，烈日当头，挨家挨户在农村采集的不易。

最大的困难便是农户的不配合，刚开始的时候尤其严重，我们没有名牌没有制服，空口去说，农户怎么会相信我们呢，甚至会认为我们是骗子，这并不怪他们，毕竟冒充各类工作人员去骗取农户信息的事情不在少数。而我们也只能尽力游说，希望他们能够明白我们的意图。

所幸在接下来的日子里，有了村里各个干部的支持，亲自带我们去跑，才能使实践活动顺利的进展下去，在这之中，各小组成员间的互帮互助、团结一致也起到了不可磨灭的作用，先不说一个人跑会多累，光是几个人在一起，采集就变得不再枯燥、反而生动有趣起来，大家互相帮助，尽早完成采集任务是多么快乐。



当然，我们的工作也少不了鲍集农支行的各个领导的支持，给我们答疑解惑、帮助我们联系村领导、给我们指导以及体谅我们实践的不易，都令我们深表感动。

作为一名当代大学生，我们要起到带头作用，身体力行，树立榜样，自觉投入到社会实践中去。不管是参加怎样的社会实践活动，我们都应该尽自己最大的努力，发挥友爱互助的精神；不怕苦、不怕脏、不怕累的精神，鼓足干劲，有始有终的完成所参与的社会实践活动，达到我们参加社会实践活动的目的。

如火的烈日挡不住我们投身社会实践的热情，我们把青春的汗水挥洒在社会实践中，在挥汗中收获成长。随着实践工作的日渐接近尾声，有许多种情感在心中酝酿，结识新朋友的开心、自己劳动得到肯定的满足、自身能力的提高……等等等等，这不仅仅是一次暑期实践，更是对我们身心的又一次升华。暑期，我们与实践同行！

## 实践活动总结报告篇四

x年7月，在宁波团市委的领导下，在我校校党委、校团委的组织下，我以系重点队的名义开展了此次暑期社会实践活动。我们实践的主要内容是在宁波各大社区开展“青少年的自救自护知识”的宣讲以及问卷的发放等活动，为青少年的健康成长奉献我们的一份力量。

宣讲工作是爱心的传递，是知识的传递，其中的乐趣是妙不可言的。我已经深深地热爱上了这个事业，就如泰戈尔所说：“果实的事业是受人尊敬的，花的事业是甜美的，但还是让我做叶的事业吧，叶总是谦逊地专心地垂着绿荫的。”

在此次活动中，我主要去了6个社区进行宣讲工作，我还清楚地记得我

二、对于任何工作的态度都应该是积极向上的。在一个接一个的社区工作中，面对疲惫，面对烦琐的问卷统计，我们应保有积极向上的态度，而不是一味逃避和颓废。无论是对待何种工作，我相信这都十分重要。

三、在与人交流中，学会很多技巧和方法。在此次活动中，与社区负责人有直接的接触，与小朋友也有很多交流，这些都给了我的人际交流技巧上的锻炼和经验。

四、在共同生活中培养自身对于团队的归属感十分重要。我想在这相对较长的半个多月中支持我一路走过来的就是对于我们这个团队的归属感，这点对于我而言十分重要。

五、在宣讲过程让我了解自身的许多不足，要加强自身的知识储备。在活动开展中，我也发现了自身存在的很多不足，这也给了我很好的启示，让我对于自身更加了解，要求我要更加严格要求自己，加强自身的知识储备。

时间总是在不经意间从指尖流逝！回过头来看看这半个月来的历程，我觉得自己是幸运的，可以参加这样一个有意义的活动，给自己一个提升的空间，也给了自己一个增长社会经验的机会。尽管实践生活比想象中的更累更苦，但正是这种苦与累磨练了一个人的意志，也真真正正地锻炼一个人的素质，相信这便是此次暑期社会实践的意义。一个人的成长之路，永远都不会是一片坦途，必须在不断地历练中成长，在不断地磨练下走出一片属于自己的天地。作为一名大学生，就更应该发扬与传承吃苦耐劳的精神。保持一种积极向上的心态，展现大学生良好的精神风貌。我也会尽自己最大的努力在即将结束的社会实践中贡献自己的力量，使我们此次活动得以圆满结束。

## 实践活动总结报告篇五

我于xxxx年11月17号以实习生身份正式入职苏州欧莱雅， 11

月份我在成品部工作，成品部的工作环境有点拥挤，人比较多，工作内容是对成品的检测，包括包装的外观，泄漏，等等…每种成品都有一个标样，将成品与标样进行对比，主要看成品包装上字迹是否清晰，内容是否正确，有没有条形码，有效期，生产地的缺失…有的还附有说明书，也要检查！测泄漏时要注意压力！除了成品的检测，我对外包进行分检和入库，一般是给理性一份，给活性一份！在成品部，让我熟悉了欧莱雅的大部分成品，也熟悉了欧莱雅公司的地形！

12月份，我开始在原料实验室工作，主要是对数据的整理！我每天会把新的单子打出来，包括quad□coa□急得优先。当他们将原料检测完后，需要我对数据输入，这时要注意有效期，没有的放2年，由于quad是我来才开始使用，所以我是接触这个系统最多的人，现在也可以熟练的使用。输入完后，我需要将文件归类，放入相应的.吊夹中，如果吊夹没有，我需要新建一个！在原料部已经一个月了，里面的工作环境比较好，不管是卫生，还是物品的摆放都相当到位。我有自己专属的电脑，公司所有配备的全是戴尔的！我能比较快的速度完成自己的工作，当日工作当日节！

对公司的总结：欧莱雅对安全非常的重视，刚进公司就要进行3次安全培训，上个月底，老板在原料部抽我做安全访谈，以人为本，抓住每个细节，每个可能造成危害的点！让我们提高警惕！对于我的工作他也提出建议，长时间打电脑比较疲劳，可以换换干些其他的，对于无纸化的提出，也意味着我将不能继续呆在这个部门了！无纸化，不但可以节省人力，提高效率，还可以免于被a4纸划伤手，这是欧莱雅的一个进步！老板还非常人性化的关注了我的椅子，建议拿个靠垫，这样对身体好！欧莱雅纪律严格，进入要登记。公司自动化很高，特别是仓库的管理！欧莱雅卫生做的很好，定时会有阿姨来收垃圾，清扫地面，桌子！欧莱雅关注每个人的素养□teambuilding□iq所有员工都去参加，每个部门的年终总结非常到位，下午真人cs□提高团队合作精神！欧莱雅每个人

都是人才，大部分的专业是药品，食品！以苏州人居多，徐州人也不少。进入欧莱雅，需要对英语，能力进行严格考核，门槛很高！

对于自己，除了认真工作外，还要提高效率，加强个人能力！不断的学习，总结！总之，在欧莱雅的这段时间里过得还是很充实的，如果没有机会留下来，至少我已经得到了一个机会就是感受欧莱雅！巴黎欧莱雅，你值得拥有！

## 实践活动总结报告篇六

实习期间，我对公司经营的流程、产品的安装与维修有了一个较完整的了解和熟悉。虽然实习的工作与所学专业没有很大的`关系，但实习中，我拓宽了自我的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。

在实习的那段时间，让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。实习的时候每一天较早就要上班培训，傍晚下班回宿舍，深感疲惫，很难有精力能再静下心来看书。这更让人珍惜在学校的时光。

此次毕业实习，我学会了运用所学知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与同事及客户间相处沟通的有效方法途径，积累了处理有关人际关系问题的经验方法。同时我体验到了社会工作的艰苦性，经过实习，让我在社会中磨练了下自我，也锻炼了下意志力，训练了自我的动手操作本事，提升了自我的实践技能。积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

经过过去一个月的实践和实习，我对未来充满了完美的憧憬，在未来的日子，我将努力做到以下几点：

“理论是灰色的，生活之树常青”，仅有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也仅有将理论付诸于实践才能使

理论得以检验。同样，一个人的价值也是经过实践活动来实现的，也仅有经过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是主角转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会主角之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代能够自我选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种主角的转换。

一个月的实习期很快过去了，是开端也是结束。展此刻自我面前的是一片任自我驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的职责。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为社会创造更多的价值。

## 实践活动总结报告篇七

实习单位：

实习人：

实习摘要第一阶段20xx年7月21日，这是一个特殊的日子，这一天，我走出了学校的大门，带着期待，带着恐惧，带着别无选择……那是一种说不出的感觉，一种说不出的心情……犹如刚孵化的小鸡，又或许连那小鸡都不如，因为小鸡至少有母鸡妈妈的呵护。

刚步入社会很多事情，都不知道要如何去处理，不知道如何去面对，有时候只能静静的等时间给自己答案。还记得来丽江和府皇冠假日酒店面试的时候，没有自己的想法，没有自己的主见，连酒店有些什么部门都不知道，就这样稀里糊涂的随着同学来这里面试，然后懵懵懂懂的被这里录取，接着

就来上班。实习的日子就从20xx年7月21日开始了，不知道自己为什么来，也许是因为学校的要求，也许是因为自己别无选择，还好自己知道做什么就要把他做好！刚来的二十多天，最先的三天是入职培训，接着是酒店客房开荒，每周末休息，日子就这样在不知不觉的过了好久。清楚的记得在楼层的23天里，我们都早出晚归，每个同事都在为酒店的开业而努力。一个房间，从里到外，从上到下；一栋别墅，从房间到楼道；一个区域，从房子到绿化带；一个酒店的每一个角落都有人的足迹，人的印记就这样被烙下。一个房间里面有好多东西，每个角落都要清洁，有衣橱，冰箱柜，写字台，旋转门等等，并且这些都是木制的，结合了少数民族的风俗，有许许多多的小木格子。

刚开荒的时候，我每天都是负责清洁小木格子。想起那些场景，左手拿着一小杯清洁药剂，右手食指裹着一块布，就这样蘸蘸药水，用手去掏那些小格子，时间长了，可以看见有血丝在指尖发红，和锥心的痛，还有在眼睛里打转的泪水……那时候，心里乱乱的……因为不甘；因为平淡；因为疲惫；因为我们想的和现实不一样。没有五星大饭店里面的精彩场景，有的是琐碎的事情和汗水。给自己的借口是开业了就好了。所以并不管再怎么累每天还是努力的工作，希望那个开业的日子快快来临！第二阶段哎呀！时间已经到了20xx年8月23日了。我被分到了pa以为换个地方会好许多，可是才发现没有。

还是一样的清洁卫生，做各个部门办公室的卫生，后勤区域的所有过道等等。日子一如既往，刚来pa的三天就只做好了一个楼梯，从酒店一楼到负二楼。接着是酒店员工更衣室的卫生，每一块地皮，每一块天花板，每一盏灯，每一个马桶都要细心清洁。在pa工作的最后一天，做的是行政办公室，看着那布局，那地毯，那装饰就知道是酒店最高级别的管理层就连工作的地方都是不一样的。哎，满满的羡慕呀，希望这能是自己的归宿！第三阶段自从那天稀里糊涂的答应到洗

衣房做文员到现在已经有好久好久了。

实习也已经走到尽头了，回头想想，酸甜苦辣，日子五味俱全，用两个字形容很好——充实去洗衣房上班第一天——20xx年8月24，永远都忘不了那天的场景——那天由于早会传达会议内容的时候出现了点问题，以为不去洗衣房上班的我，还是和以前一样准备好当天的清洁剂，匆匆忙忙的跑去酒店开荒，结果半路被客房部行政管家喊住，告诉我忙着做什么呢，问我不是说好去洗衣房上班。就这样，懵懵懂懂的，我和酒店管理班的一个同学被分到洗衣房了，从此我的在洗衣房的工作生涯开始了。刚去洗衣房，我一个都不认识，就连酒店管理班的同学我都不认识，所以全新的环境，全新的工作，全新的生活。

在洗衣房工作，刚开始的时候，做得很不顺，因为我什么都不会，最基本的办公软件，如word、excel等我都不会，更别说是其他的酒店管理系统，例如picc、opera、人事考勤系统等等。幸好我的第一个经理耐心很好，他有个传奇的名字——张大海，真是人如其名，可以包罗万象，从来没有见过他发火，他做什么事情都是很有耐心，对下属也是一样，同一个问题你问他很多次他还是一样会告诉你。可是最伤心的是他话很少很少，你不说他可以一句都不说，除非有什么事要和你交代。在酒店，特别是像洗衣房这样的小部门，文员扮演着辅助各个领导做好工作的角色。可是我除了问题还是问题，太多时候连我自己都受不了自己，恨不得有个地洞可以钻进去。可是他从来就好好的教我，没有一句抱怨的话。还有，那时候的我每天都有他在监督，他会提醒我今天要做什么，要交什么资料或文件。所以我可以不用担心我会落下什么事情没有做。

不过我还是有被他气得掉眼泪的时候。第一次被他气哭是因为有一天早上他要我做一份资料，十一点过了的时候他说我做好了就可以去吃饭了，可是谁知道我一做就到下午一点过，以致我中午饭都没有吃，当时在气他害我饭都没有吃。可是

回头想想，那是因为我办事的效率有问题，因为我不懂，还有是因为我笨，没有想到先去吃饭再继续工作。哎……真是的，现在想起当初委屈的样子就觉得好笑。日子继续，生活和工作都依旧在继续，只是时间长了，和洗衣房的同事熟悉了，又陌生了，因为人来人往，辞职的，重新入职的，每个月的人员基本都在改变。张经理就是其中之一，还记得他的走很突然，就在我们知道他要离职的第二天，也就是20xx年10月1日，他就离职走了。因为他在的时候，所有我不知道的事情都可以跟他咨询，他突然的走让我工作出现了很大的混乱，每天空荡荡的，就像一只刚离开母羊的小羔羊，跌跌撞撞，浑浑噩噩。

只是没有办法，太阳依旧东升西落，所以慢慢的我习惯了自己去主动独立完成许许多多的事项。慢慢长大，慢慢独立……因为我天性活泼，洗衣房里只要我在就能时常听见我的说笑声，也因为如此我和同事都能友好相处。工作虽然有不如意的时候，不过总体还是挺好的，日子也挺充实。：

## 实践活动总结报告篇八

光阴荏苒□xx年已经就过去了，回首过去的一年，有很多的感想和体会，实习活动总结。已经来临的xx年又充满了期待和希望。

首先很感谢你们给我来鼎鑫学习的机会，还有这三个月里你们对我的照顾、关爱以及培养。让我从一个完全不懂事的孩子到现在至少能自理生活的成年人，这其中的变化自己也感到很欣慰。

自xx年毕业以来没有独立过，什么事都不用自己操心，所以什么事都不懂，也不会，我最大的希望是自己能有所改变□xx年9月27号从烟台来到泰安，伴随的是一个新的环境、新的起点、新的开始、新的人生，意味着一切都要从头开始。



8月份正式来到公司实习，拥有了人生中第一份工作、第一张属于自己的办公桌，成为真正走入社会。在工作学习中我发现自身的素质离工作的实际需求还是有所差距的，工作中还是会有很多瑕疵，自己还是太被动，不知道主动去找事情做，有些时候遇到事情却又不知道自己该从何下手去做，或许是刚开始工作的缘故，但我希望今后能克服这些困难，努力学习，端正自己的工作态度，更积极的投入到工作中，向其他人请教和学习，更踏实、更认真的做好自己的本职工作，从而让自己能百尺竿头，更进一步，实习总结《实习活动总结》。

性格内向的我，不善于语言表达，喜欢脚踏实地，对自己的要求并不太高，只希望能把现在的工作做到有条不紊，能从工作中渐渐长大、成熟，突破自我，这就是我现在最想做到的事。

还有，在工作的同时，您每次叫（我到办公室谈天，都让我明白了许多做人的道理，和一个良好的心态、一份对工作的热诚以及对工作责任心是何等的重要，这些知识、道理从来没有人会告诉我，让我受益非浅，更有方向的去把自己的工作做得更好些。

xx年对我来说是很有收获的一年，生活过得很充实、很规律，每天上下班，周末休息。还记得那天您说我“风雨无阻、坚守岗位”我确实有些不可思议，其实自己也不知道是何种动力促使我能这样坚持，应该说这是我应该要有的工作态度。总结下来，在这一年的生活和工作中接触到了许多新的事物、产生了许多新的问题，也学到了许多新知识、新经验，使得自己的思想和工作稍稍有些提高、进步，不管是做人还是做事，都有所进步。今后我会更加珍惜这来之不易的学习机会！

xx新的一年，对自己来说又是新的起点、新的机遇、新的挑战。在今后的的工作中，我会继续努力，多和领导沟通自己在工作中的思想和感受，将来能和同事们和睦相处。像其他人

学习，从中克服自己的不足，把工作做的更好，再接再厉，更上一层楼。

感谢你们对我的关怀，感谢你们对我的帮助，感谢你们为我做的一切的一切……祝愿你们：合家欢乐、平安幸福，恭祝你们的事业蒸蒸日上！谢谢！

## 实践活动总结报告篇九

光阴荏苒□xx年已经就过去了，回首过去的一年，有很多的感想和体会。已经来临的xx年又充满了期待和希望。

首先很感谢你们给我来鼎鑫学习的机会，还有这三个月里你们对我的照顾、关爱以及培养。让我从一个完全不懂事的孩子到现在至少能自理生活的成年人，这其中的变化自己也感到很欣慰。

自xx年毕业以来没有独立过，什么事都不用自己操心，所以什么事都不懂，也不会，我最大的希望是自己能有所改变□xx年9月27号从烟台来到泰安，伴随的是一个新的环境、新的起点、新的开始、新的人生，意味着一切都要从头开始。

8月份正式来到公司实习，拥有了人生中第一份工作、第一张属于自己的办公桌，成为真正走入社会。在工作学习中我发现自身的素质离工作的实际需求还是有所差距的，工作中还是会有很多瑕疵，自己还是太被动，不知道主动去找事情做，有些时候遇到事情却又不知道自己该从何下手去做，或许是刚开始工作的缘故，但我希望今后能克服这些困难，努力学习，端正自己的工作态度，更积极的投入到工作中，向其他人请教和学习，更踏实、更认真的做好自己的本职工作，从而让自己能百尺竿头，更进一步。

性格内向的我，不善于语言表达，喜欢脚踏实地，对自己的

要求并不太高，只希望能把现在的工作做到有条不紊，能从工作中渐渐长大、成熟，突破自我，这就是我现在最想做到的事。

还有，在工作的同时，您每次叫（我到办公室谈天，都让我明白了许多做人的道理，和一个良好的心态、一份对工作的热诚以及对工作责任心是何等的重要，这些知识、道理从来没有人会告诉我，让我受益非浅，更有方向的去把自己的工作做得更好些。

xx年对我来说是很有收获的一年，生活过得很充实、很规律，每天上下班，周末休息。还记得那天您说我“风雨无阻、监守岗位”我确实有些不可思议，其实自己也不知道是何种动力促使我能这样坚持，应该说这是我应该要有的工作态度。总结下来，在这一年的生活和工作中接触到了许多新的事物、产生了许多新的问题，也学到了许多新知识、新经验，使得自己的思想和工作稍稍有些提高、进步，不管是做人还是做事，都有所进步。今后我会更加珍惜这来之不易的学习机会！

xx新的一年，对自己来说又是新的起点、新的机遇、新的挑战。在今后的工作中，我会继续努力，多和领导沟通自己在工作中的思想和感受，将来能和同事们和睦相处。像其他人学习，从中克服自己的不足，把工作做的更好，再接再厉，更上一层楼。

感谢你们对我的关怀，感谢你们对我的帮助，感谢你们为我做的一切的一切……祝愿你们：合家欢乐、平安幸福，恭祝你们的事业蒸蒸日上！谢谢！

## 实践活动总结报告篇十

周三第一次试教。也是我正式第一次给小朋友上英语课。教学内容是“myclothes”□

因为是之前面试小新星准备片断教学的内容。虽然面试没用到。但是由于曾向羽姐姐学校老师请教过。再加上剑桥新书发布会时所听取得一些别的优秀教师的一些经验。所以我对于这节课的设计还是比较有头绪的。

我真的发现一个老师要进步的快。实践加上与别人交流，特别是一些有经验的交流。进步得幅度远比纸上谈兵来的大。

第一上课我个人的感受首先是觉得喉咙有点累。对于幼儿的掌控虽然还不够，但是对于我第一次上，且她们班人本来就多，平时的常规也不是太好已经算是还可以的。中间竞赛游戏过程中自己对于下一步该做些什么还不是非常的顺，中途还会自己呆那想下一步该怎样。此外，原设定的目标未达到。本来准备教授的句型未教。可能的原因一方面可能是他们接受力不强底子不够扎实二是由于自己的在课程程序设计上的问题。

周四的第二次试教最大的个人感受是上课上着上着自己觉得乏味，内容的安排上又些混乱。

后进行反思发现乏味的原因是我过多的进行个别的操练。所以我读的比幼儿还多很多过多重复的东西让听课的老师也觉得无聊。但是对于这点我个人觉得个别操练是对于每个小朋友对于教学内容的掌握上会很又帮助，同时又给予他们表现的机会，我读的多，那么有利于他们对于语音的掌握.但这样的形式不利于在公开课上.

周五我主要是听了其他跟我一起来实习的几位同学的课和谢老师(荷花幼儿园在职教师)的点评也是我收获最多的一天.主要总结归纳在英语活动教学过程中的一些注意事项有以下几点:

1. 在教学过程要注意中英文对照或者是将实物与单词的对照来教授.要让幼儿真正理解单词或句子的含义.

2. 创造情景进行教学有利于吸引幼儿注意力. 情景要串起来, 要和逻辑。例如在教授新单词时可以由前一个单词通过故事讲述或者提问引导等方式引入到下一个单词教授。由前面的引后面的, 又由后面的来复习前面的, 融会贯通。
3. 在教授过程中要注重个别发音(单词中个别音标的发音)要及时纠正, 但是不要否定幼儿打击他们学习的积极性。
4. 在跟个别幼儿进行交流时还是要注意全体, 例如在个别幼儿在回答你的提问时可以要求大家作小老师看看他说对了没, 这样不会让其他幼儿觉得没事可做而注意力分散。
5. 要让幼儿大声的开口说英语但是不能喊叫。
6. 要英语教学过程中也要注重对幼儿的道德品质以及常规上的教育, 例如我在跟幼儿进行拍卡片读单词的游戏中, 幼儿使劲的拍打卡片。此时教师应该做出适当的引导。
7. 在教学中应该尽量的去运用自身的和与幼儿生活相接近的事物来做教具。这样即便利又有利于将英语教学融入于日常生活中去。
8. 开始上课前应该先让幼儿休息, 把心静下来。然后有激情的进行greeting□greeting要让每一个幼儿的注意力都到课堂上来, 才开始进入到下一步。这时一堂课成败的关键步骤之一。
9. 在教授英语的过程中, 也要弄清楚其他方面的知识, 不要误导幼儿, 例如在教授t-shirt时就要让幼儿清楚t恤和衬衫是不同的。对于这些知识无需详细讲解, 可带过。但不可误导。
10. 教学语言要扣主题, 简洁明了, 要引导幼儿由浅入深的进行学习, 有层次。此外语言还需儿童化。

11. 学会用语气表情和眼神来控制幼儿的课堂纪律。对自己要有自信。

12. 少提一些没有意义的问题，这会让听课的觉得老师嗦，对一些在课堂上无法直接回答或者不知道怎么回答幼儿的问题可采取迂回的方式答复。例如可叫幼儿自己去探索答案。

## 实践活动总结报告篇十一

20xx年接近尾声，感谢在这一年里给我关心给我帮助的老师同学们，还有在最后一个多月里给予我工作机会的xx教育的领导们，谢谢你们，是您实现了我从学生成功转变为职业人士，教会的认知自己发现自己。尽管在xx工作才一个月，但我收获很多。在以后的工作中，不断学习新知识新经验，善于总结。

我学的是物流管理专业，但是对于所要面对的工作还不是那么的清晰!必定要一下子从书本上的知识转到实际工作，还是那么的没谱!记得第一次来上班的时候是三月八号，对于所面对的一切都是那么的陌生!我们的物流公司会是一个什么样的公司呢?我会被安排在什么样的部门呢?等等，等等。

来到公司，我被安排在调度室。这是一个安排和调度公司车辆装卸货物的地方，被安排在这里我还是很高兴的。一方面因为我电脑还可以，而且工作基本上都是在电脑上进行的。另一方面是我学的专业就是物流管理，对于安排的工作，只要稍加指导，我就能理解和完成安排的工作。公司所用的软件是自己和软件公司开发的，功能很完善，是由gps、gis和edi三个系统组成的。对于我这个实习生来说主要就使用gps和gis系统。

刚来那几天，我什么都不会，感觉什么都帮不上忙。只得自己慢慢熟悉下工作的环境和需要使用的软件。好在有同事的

耐心指导和帮助，在接下来的时间里我渐渐清晰了我们公司的具体业务和我们所需要做的工作。具体下来，我们调度室的工作就是将客户需要运送的货物信息录入电脑，然后安排公司的车辆去指定地点上货，运输，卸货。期间要对车辆在途过程进行全程跟踪和记录，包括车辆运输所需的准运证号，施封锁号，增值税票等重要信息和驾驶员姓名，联系号码等信息。与此同时还要利用车辆监控系统，对有gps的车辆进行时时的跟踪，对出现的情况进行记录和上报处理。对没有gps的车辆也要进行电话问询跟踪。

刚开始做具体的工作时，总是会出现这样或那样的问题。不过我从没担心过，因为身边的同事总能给我及时的'帮助和耐心的讲解。经过一段时间的实习，我已经能够独立地处理一些日常工作了，例如录入单据，监控车辆等!在帮助同事检查gps终端设备的时候，我也了解了很多关于gps终端机的问题。和同事一起配合安全学习工作!

总的来说，我来到xx物流只有短短的1个月时间!大部分时间里，我仍处于摸索和学习之中，能帮同事做的事很有限。在这个月里主要做的就是，对运输车辆做跟踪，和同事一起配合安全学习，包括建立车辆安全管理制度，建立车辆技术档案，建立车辆维修保养档案，做安全生产学习记录等工作!相信在接下来的时间里，我会学到更多的业务知识，为同事分担更多的工作，为公司的发展做出贡献。

## 实践活动总结报告篇十二

不知不觉中,人生的第一次社会实践已经过去一个月了,现在才写总结,跟队长道歉了!

记得这是自己的一句玩笑话,没想到我们几个却把它变成了现实,觉得我们真的挺强的

开始活动前,我们趁着考试间隙制作调查问卷,知识讲座,感觉

即将到来的暑期实践会很顺利轻松,可当真的开始了,才发现困难重重. 参观记录, 发放问卷, 联系媒体, 写通讯稿, 活动总结, 这些安排的紧紧的内容让我们身心疲惫, 也给了我一次从没有过的体验.

活动第一天参观选煤场, 由工人带着讲解, 收获颇丰, 发现印象中简单的. 煤的分拣原来需要那么复杂的程序才完成. 最意外的发现是高中物理中我最讨厌的传送带问题在这儿居然有那么广泛的应用, 太出乎我的意料了!

活动期间, 为了锻炼我们的意志, 队长组织我们开展了一次登山活动. 这次活动的目的在我这儿应该是达到了. 去实践前为了精简包裹, 我一双凉鞋远赴山西阳泉, 登山的时候真是痛苦啊, 由此得出一个结论: 登山一定不能穿高跟鞋!

上面是拣取一些比较轻松的内容, 其实, 有疲惫, 也有感动! 印象最深的是最后一天去做矿工问卷调查: 去之前感觉煤矿就是一座煤山, 上面有煤坑, 矿工从里面出来; 去了之后才知道什么是现代化的煤矿, 跟想象完全不同, 依矿井是座大楼, 矿工出井后直接放取矿灯, 洗浴, 很方便. 让我难忘的是矿工的亲切, 他们填问卷时的认真, 黝黑脸上的笑容……太久没写过东西了, 有点乱, 总之, 这次社会实践很难忘! 我们应该给煤都带去了一抹色彩!

## 实践活动总结报告篇十三

大学生社会实践活动一直被作为培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪合格人才的重要途径[]20xx年暑假, 我院团总支根据上级有关文件精神, 继续在全院同学中开展形式多样、丰富多彩的实践活动, 取得了可喜的成绩。现将总结汇报如下:

暑假前夕[]xx院团总支向全院广大同学发布了《关于开展暑假社会实践活动的通知》, 同学们积极响应、认真落实, 根据



自身专业特点，确定实践方向，以认真的姿态对待此次大学生社会实践活动。

今年我院的社会实践活动在坚持以往成功做法的基础上，充分考虑各社会实践点的实际情况，因地制宜，根据实际需求开展不同的社会实践活动。从组织形式上看，主要分为分散活动和集体组织两种。共派出淄博幸运风企业帮扶小分队和青岛兴田帮扶小分队两支小分队参加此次实践活动。

从社会实践的类型看，主要分为：开展便民服务，在市场上设立家电维修、单车修理、理发等便民服务点；开展文化辅导活动或者是法律宣传与咨询活动；开展社会调查活动，对山东济南、莱芜等地的现状进行了调查，来分析农村产业结构的调整；开展义务劳动，帮助军烈属、五保户收割庄稼；文艺下乡，学院学生会组成文艺队伍到村镇各社会实践基地进行巡回演出，丰富农民群众的精神文化生活；开展大学生勤工俭学活动；开展市场调查，了解市场信息，紧抓时尚脉搏，以市场需求带动专业学习的兴趣；企业帮扶，以小分队的组织形式到实习基地实地考察、学习，使学生走出校园，了解服装企业的生产流程和工序，学以致用。

暑期返校后，全院学生通过写社会实践总结，相互交流经验和教训，使我院大学生的社会实践层次得到很大程度的提高。同时，我院将对表现突出的社会实践先进集体和先进个人进行评比，上报校团委。

学院领导的重视，广大同学的积极参与，是我院大学生社会实践活动得以成功的重要保证。各级地方政府和社会各界的大力支持，是社会实践活动顺利进行的有力保证。社会实践活动结束后，通过交流实践的心得体会，使每位同学能够总结自己在实践中的收获，同时也能从其他同学的实践中学得经验。通过同学们的社会实践报告，看到了他们在实践中了解社会、锻炼自己、服务社会的心理，达到了服务劳动人民，增进与人民群众的感情，提高青年学生自身素质的实践目的。

同学们纷纷表示，这个假期过得比以往更充实，更有意义，并表示，以后的假期会继续寻找这样的社会实践机会，提高自己的能力，使自己的假期生活更丰富。事实证明，社会实践活动是顺应时代发展需要，符合青年学生成长成才的活动，社会实践活动的意义重大，影响深远。在取得进步的同时，我们也深深体会到，在今后的工作中我们应该有更大的突破，拓宽渠道建立社会实践基地，加强与地方的联系与合作，使社会实践工作保证连贯性与持续性。

## 实践活动总结报告篇十四

时间过的真快，转眼间，我在x公司的实习马上就要接近尾声了。通过这四个月的实习，我接触到了真正的规模、工作，亲手进行了完成了实验项目的测定，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了实验处理的流程，从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己的能力是远远没有达到工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作能力是书本上没有办法教授给我们的，必须要通过实际工作来积累与强化。xx学科作为一门与实际工作结合紧密的学科，实践是检验学校里的学习成果的试金石。将所学知识转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。

实习的生活是温馨和幸福的，这里布满着浓浓的乡情，这里的同事和领导对我关心有加，他们知道我远道而来，对我的生活十分关心，这里的每一个人都是那么淳朴与善良，都是那么热情，周末的时候同事们还经常会叫我一起参加活动。

在完成各项工作的同时，我还存在着以下几点不足：一是工作中有时自信心不足，反而出现低级错误；二是在处理一些事情时有时显得较为急躁；三是对一些业务技能特别是应用工

程软件还不够熟悉。

在今后的工作中，我将发扬成绩，克服不足，朝着以下几个方向努力：

1、学无止境，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应行业发展的需要。

2、熟练的`掌握各种业务技能才能更好的投入工作，我将通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

3、“业精于勤而荒于嬉”，实践是不断取得进步的基础。我要通过实践不断的总结经验，提高自己解决实际问题的能力，并在实践的过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情的对待每一件工作。

以上是我的实习工作总结，这是一段布满艰辛和收获的经历，这是一段布满幸福和快乐的旅程，这是一段布满挫折与反思的人生。

## 实践活动总结报告篇十五

本站发布工厂实习活动总结，更多工厂实习活动总结相关信息请访问本站实习报告频道。

师傅告诉我，当我走向社会这个大舞台时，要勇于表示本身，让他人看到本身的闪光点。以前我总觉得缄默是金。可现在发现，当我选择缄默时，就掉去更多机会。在分歧的场合，需要我们以分歧的姿态揭示本身，有时是沉稳，有时要表示本身。学习心得体会师傅说我不自傲。

的确如此，小学到高中，我最缺少的就是自傲。现在，我不

会再让本身没有自傲，我独自走入陌生的店里，与老板介绍本身时，我发现，原来我可以做的很好。六安市第一中学晁杰：对于这来之不轻易的第一份工作，我们好奇，也很期待，无论艰辛还是欢愉，它对于我们来说都是极其难忘的记忆；学员的友谊、师傅的教导更是人生最宝贵的财富。池州千秋学校胡莉敏：时候过得非常快。

转眼间梦工厂实践活动就要结束了，这几天来我获得了

但在这短暂的十天里，我能学到人与人之间的交流方式，我能学到在学校里学习不到的东西。这可能是我将来步入社会的基础，也可能是我学习怎样做人的基础。”淮北濉溪第一中学赵磊：我们行走在市场上，观察着各式各样的商铺，听着导师给我们讲的专业常识，一种责任感油然而生。我是“宣酒·梦工厂”大家庭的一员，在“宣酒·梦工厂”的经历必将成为我今后难忘的一段光阴。优秀的业务员老是长于拟定详细、周到的工作计划。

而且能在随后的工作中彻完全底地履行。其实，要做好一项工作，其实不是甚么难事，所要的只是严密地组织和勤奋地工作。宣城英特中学李雅各：今天上午，我跟随师傅走了很长的路，途中的每一家小店，师傅都带我进行了拜访，擦灰、清算柜台，固然简单，但想要做好却其实不轻易。师傅决定每天上午都用走路的方式来锻炼我，其实他完全可以跟他人一样坐车跑市场，但却因为我的实践。

放弃了车子，接受了烈日炎炎，我觉得无比的感动。我听到师傅通过电话和另一位师傅说“以后上午就由我带他在街上走，下午再跟车”，当时我的概况没有流露甚么，但内心却激流涌动！我一定不会辜负师傅的栽培！淮南市第四中学薛雪：在这几天的学习中，我觉得本身与人沟通的能力进步了，和陌生人接触时，我不再会特别紧张。这是我第一次加入社会实践活动，以前的十几年时候里我都在读书。

外出的第一天，我都听不懂老师讲的话，后来通过学习，我渐渐把握了一些专业术语等，在不竭地进步着。

## 实践活动总结报告篇十六

通过学习，充分认识了目前加强中小学教师职业道德建设的必要性和重要性，随着教育事业的飞速发展，全民素质的整体提高，国际、国内的新形势和深化教育改革、全面推进素质教育的新任务，对教师职业道德建设提出了更高的要求。身为全面推进素质教育的主力军中的一员，只有转变教育思想和观念，不断更新知识，提高教育教学水平，具备良好的职业道德，才能堪称人类灵魂的工程师，才能为人师表，才能做学生的良师益友。因为教师队伍职业道德素质的高低，直接关系到国家素质教育的顺利实施，直接关系到亿万青少年的健康成长，直接关系到国家和民族的未来。当前，我县尤其是我镇中小学教师职业道德建设确实存在许多不容忽视的问题，有些教师的行为严重损害了人民教师的形象，降低了教师在人民心目中的地位，给教育事业带来了不良的影响。通过学习，我认识到，花大力气加强中小学教师职业道德建设，纠正行业不正之风，端正校风、教风、学风，扭转本地教育质量滑坡的局面，重塑教师往日良好形象，正我师德，铸我师魂，是当前摆在我们每个教育工作者面前的一项重大的政治任务，是势在必行的一大举措。

首先，爱岗敬业上做得不够突出。近年来，由于长期蹲在教办任全镇小学普教干事，杂务料多，狭隘地认为自身素质还可以，考试考核我都能应付，逐渐放松了对专业的钻研，尤其要求其他教师备课，自己却不能坚持备课，不能主动上好示范课，教学业务上有所退步，故此要求他人时说话就不响，缺乏说服力。

其次，工作皮沓，主动意识不强。有时对待一些中心工作抱着糊的态度，不愿深入，存在求稳怕乱思想，不愿接受新的

思想、新的方法，墨守成规，遇事不愿多想，心想反正上有领导，领导咋说我咋办，肯定错不了。许多工作到推不掉时才仓促动手做。

部门之间的协调。

第四，平时不注意自身形象，不拘小节。说话随口无心，想说就说，不分场合、对象，谈话不注意方式方法，易与同事造成一些隔阂。

第五，要求学生过于严厉。偶尔对学生小施惩戒，还认为是对学生的关爱，有歧视后进生的言行。

第六，关心、帮助他人做得不够，与他人的谈心交流、沟通较少，做了许多自认为是不错却得不到别人理解的事。

第七，情绪易激动，言行有时过激，自控能力不强。

第八，认为现在已走上了领导工作岗位，便时时刻刻讲究怎样树立好个人威信，没注意与群众打成一片，注重吃喝感情上的联络，工作上怕挑重担，认为当了领导就要少代课，图舒服。

以上不足之处，恳请各位领导、同事多多批评指正。

1、更新教育观念，彻底改变以往那种惩罚学生是为学生好的错误思想，改变对学生居高临下的态度，主动、积极地建立一种民主、平等、和谐的师生关系，尊重学生人格，热爱学生，尤其要热爱差生和后进生。

2、树立几个意识：

(1) 牢固树立“育人先做人，正人先正己”的意识，要求别人做到，自己坚决要做到。

(2) 牢固树立“学校无小事，事事都育人；教师无小节，处处作表率”的意识，以教书育人为本职，作学生、教师的表率。

(3) 牢固树立“宁守清贫，不损师德”的意识，发扬教师高风亮节、“红烛”精神，廉洁从教，维护自身“爱岗敬业、淡泊名利、无私奉献、执着追求、探索创新”的美好形象。

(4) 牢固树立“以德治校、以德治教、以德服人”意识。

(5) 牢固树立服务意识，忧患意识，竞争意识，增强使命感、紧迫感和危机感。

(6) 牢固树立“主人翁”意识，以校为家，以教为业，校兴我荣，校衰我耻。

3、积极调整心态，正确对待当前人事制度、工资制度改革，明确自身的“责、权、义”，正确处理奉献与索取、集体与个人、名利和道义之间的关系。

4、发扬“人梯”精神，指导、带动青年教师，争做一名师德优秀、业务优秀的‘人民教师’。

## 实践活动总结报告篇十七

在半年的实习生活以来。我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾半年以来，从那天真的我直接到经历了生活中的挫折和失败，到现在稳重和冷静的我，使我明白了一个道理：人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折和失败，才能通往自己的罗马大道。在这半年里，我有失落过，烦恼过，悲伤过。有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走，可能是或者我的缺陷和不足。但我知道这是上天对我的一个考验，但在每次失落的时候我都会反省过来，告诉自己清楚自己应该

做的是什​​么，在挫折面前我们​​应该善于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。在学习方面虽然自己普通平凡，但是我会努力提高，做到，不管遇到什么困扰我​​都不会跌倒，我会不懈努力。

在半年的锻炼里，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的，因此我要努力获取更多的经验和​​社会实践能力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

### 1、严格遵守单位各项规章制度

上班伊始，我认真学习《办公室人员日常行为规范》等各项规章制度，并牢记于心，时刻提醒自己严格遵守单位各项规章制度。如坚持每天上班提早到单位，打扫办公室卫生，为同时创造一个干净的工作环境。

2、认真学习有关专业知识。我在制造二部办公室经常看一些关于写作的书籍，参考一些机关文件及以往的资料，试着写一些心得体会，并向前辈老师请教写作相关的`知识。

3、主动与同事交流，了解单位情况，听取同事对自己的批评和建议。

4、积极参加单位组织的活动，如去产线支援的义务劳动。

首先，心态的转变。要知道作为一个已经毕业的大学生，通常对自己的今后，感到很迷茫，而且有一种眼高手低的通病。经过这三个月的实习锻炼，让我认清了自己，并改掉眼高手低的毛病，真正地​​从基础做起，从小事做起。

其次，对自己的岗位有了初步的认识。办公室作为一个综合性地科室，担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作，处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是公司的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和



指挥中心。做为办公室的一员，不是简单的往凳子上一坐，听听电话，发发文件，需要的是眼活手快、会写能跑。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

第三，适应新的工作环境。以往自己总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事一定会“船到桥头自然直”，因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮助，自己渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识——与同事相处的方法和积极地工作态度。

## 实践活动总结报告篇十八

周天（10月19日）晚上，得知最后一个社会实践队伍平安归来的消息，我一颗悬了一周的心终于落地了。这一周，我每天都在祈祷着，愿我分赴各地参加社会实践的福一师生能顺利完成实践课程，平安返校。

社会实践前一周，我赴北京参加会议。下了飞机，四周所见尽是一片灰蒙。清华附中接机老师急忙递上口罩，示意我戴上，说是雾霾严重，我戏谑道：怎么不给我递个防毒面罩？接机老师告诉我，北京一年没有几天不是这样的。听到此，我不免担心即将要出发赴京参加社会实践的孩子们了。所幸的是，这一周孩子们抵达北京时雾霾竟然散去，北京高校的老师笑称是有福之州的学生带来一股清新之气驱散了北京的雾霾啊！

11号开始，高二年段社会实践活动正式启程。800多名学生浩浩荡荡陆续奔赴北京、上海、龙岩等地，他们或进入高校学习，或下到农村体验，或深入企业参观……多领域、多形式的社会实践活动把孩子们带入新的求知天地。

今年的社会实践在以往的基础上发展为两大集体加六支小分队。与农村实践和城区实践两大集体不同的是，小分队仅选取某一专业领域进行连续、深入的实践学习。六支小分队分

赴北京、上海等地的高校或企业，分别针对化工材料、汽车研制、信息技术、物理和信息工程、船舶制造与航海技术、金融证券等六大专业领域开展学习实践活动。在为期一周的学习实践中，材料小分队对世界化工材料的发展进行了解、开展多方面的学习，在国家重点实验室体验橡胶弹力实验；汽车小分队听取高级工程师畅谈汽车的过去、现在与未来；航海小分队登上充满历史感的万吨轮船参观其内部结构；金融小分队了解了金融业的发展历程及现代新兴的各类金融产品，等等。在吸收知识的过程中，他们的好奇心不断迸发：为什么轮船的宽度设计不能超过60米？为什么波士顿的大狗能负重400千克？为什么安卓系统不如ios系统稳定？为什么新兴的金融产品与文化息息相关？一个一个的发问引领他们向专业的更深处去追求探索。

社会实践仅仅靠听与看是远远不能满足的。孩子们更愿意亲自上阵，动手实践。物信小分队在大学里动手做各种光电实验，实验的速度与效率远超过在校大学生，引得教授频频称赞；航海小分队在轮船上模拟海上航行避让以及靠离码头操纵；汽车小分队与创新基地智能小车开展实践互动；金融小分队实地模拟操作证券实盘……动手，让他们更为直观地体验科技的进步，更加直接地掌握知识与技能。他们与教授一起分析实验结果，与企业高管探讨金融问题，与高级工程师一同设想汽车的未来……在互动的过程中，孩子们的人际交往潜能不断被激发，沟通交流、协同合作、统筹规划等等，各种能力在不知不觉中渐长。

不仅仅是获取科学知识，一次的社会实践之旅，他们还收获了不少的生活技能。航海小分队的同学们学习了十几种常用绳结方法。绳结在生活中的应用可是随处可见的。一个绳结貌似死扣，轻轻一拉却松开了；或是看似简单的活结，却牢牢地扣在一起。花样繁多的绳结，孩子们学得津津有味。在轮船上，水手们还教大家救生艇的操作以及海上急救知识，孩子们亲身体会了救生艇逃生和海上求生的过程。金融小分队的同学们这回过了一把操盘瘾。在证券实盘模拟操作中，

孩子们摇身一变，人人都成了百万富翁。经过高级金融师的“培训”后，大家进入了实战。每人用所拥有的一百万资金（虚拟）投资股票市场（真实），七成的孩子按照所学的方法购买股票，关注跌涨；三成的孩子按照自己的兴趣购买股票，同样关注跌涨。有意思的是，这一周恰巧我们国内股市行情大好，五天过后，按照学习方法购买股票的七成的孩子连本带利，收益颇丰；而另外三成的孩子却跌惨了。这一实战让孩子们大呼，这看似简单的金融交易，实则博大精深啊，没有一定的专业知识，还真不容易掌握呢。

亲身体验、动手实践给孩子们带来的收获是巨大，远胜过老师的一席话、一堂课、甚至一本书的力量。从社会实践中归来的孩子，能真切地体会到“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”，这即是一场实践的意义。

我们每个人对人生的每个阶段、对要做的每件事总有美好的期盼，一中对社会实践也不例外，对社会实践孜孜不倦的改革创新，正是因为我们期盼一中的学生能真正感受到当今社会政治、经济、文化、科技日新月异的变化，能真正体悟到当下中国各阶层尤其是农村民众的生活及情感。社会实践的步伐一直在思考中坚定不移地前行，八年前，文科班学生集体到连城火烧炉，学农活，到乡村小学和农民家中交谈；理科班学生则是安排节假日或寒暑假个人自行开展社会实践，虽然大家都拿得到完整的社会实践证明，但其中多少水分就不得而知了，这样的社会实践无疑走了形式主义的路线。后来，学校尝试改变这样的状态，分管校长和德育处老师一起就福州乃至福建经济中占重要地位的企业如能源、港口、工业、现代农业等进行挨家挨户的调研，求得对方的大力支持，终于使理科班的社会实践真正地开展。再后来，在对社会实践的一次次总结与研究中，分管校长和德育处老师又提出希望社会实践能满足有不同专业倾向的学生学习需求。为着这一目标，他们四处奔走，直到今天，终于形成了两大集体和六个小分队的社会实践方式。在寻找支持单位的过程中，分管校长与德育处的老师不辞辛劳，在一次次的沟通中时常被

以学生安全责任重大为由直接拒绝，甚至遭受不少的白眼，但他们坚持不懈、不言放弃。更难得的是那些接受我们进行社会实践的单位以及这些单位中无偿为我们制订实践计划、开展实践活动的教授、高管、高工们，在这个物欲横流的时代，他们排除万难，对实践活动抱以无条件的支持，这份热心与真诚弥足珍贵，相信孩子们会以感念之心记住这些可爱的人。

记得10月12日那天是农历九月十九，逢观世音菩萨诞辰日，虔诚的人们大清早皆赶往这寺那庙放生，我们的肖副校长却长途跋涉奔往龙岩，只为了保障将要去这红土地开展社会实践的学生的安全。各路带队老师每日起早贪黑，肩负学生安全与完成实践活动的双重重任，与同学一同奔赴各地。在社会实践的过程中，新鲜的知识也会燃起他们内心的好奇与求知的渴望，但每每这时，他们总要压住自己的兴趣，时刻保持对学生状态的关注，无暇顾及自我。我深知每年社会实践的圆满完成，背后都离不开许许多多的老师们的辛勤付出。正是由于我们有着许多如肖副校长、陈淑容副主任等这样对教育充满责任的老师和校友朱崇明先生、校友赖军先生等热心的人士的出谋献策，福州一中的社会实践才得以在改革与创新中一路向前。

曾有人对我说，社会实践几乎都玩虚，与高考又没关系，福州一中何必这么认真？这不是没事找事吗？那是他们不理解一中，不理解一中这些老师。福州一中不是大学的预科班！为了使孩子们高中的学习生活更加丰富多彩，为了使从这个校门走出的孩子们拥有足够的养分供未来茁壮成长，为了孩子们的人生，为了使福州一中更加美好，一中的老师常常自增负担、自加压力，矢志不渝。