

实践达人演讲稿(优秀8篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

实践达人演讲稿篇一

在这1个多月里，我主要负责的工作内容是办公室文员。在这个过程中，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将在这报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。

暑假实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。由于我所工作的地方是一家私企，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。只是每天都要守在电话和电脑旁边，接电话，在电脑上记每天的销售，制作一些简单的报表很耗时间，第一天就因为坐了一天腰酸背痛的。但是过了几天就稍有点习惯了，每天向我同一个办公室的阿姨学习一些办公知识。刚步入工作岗位，才发现自己有很多都不懂的。现在在办公室，有闲的时候就会看一些工厂货物的名称。我现在上班近1个月了，在这短短一个月中，曾几次想过干完一个月不干了。也许我是刚开始工作，有时受不了同事和厂长给的“气”，自己心里很不舒服，就想辞职再重新换个工作得了。但静下心来仔细想想，

再换个工作也是的，在别人手底下工作不都是这样么？刚开始。就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。不然，以后干什么都会干不好的。我目前的工作，相比其他人来说待遇挺不错的了，也不是和其他人比，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习对人怎么说话、态度及其处事。由于经验少，我在这方面还有欠缺。现在才明白，在校做一名学生，是多么的`好啊！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

我现在没别的什么奢求，现在当然是把磨练自己放在第一位，更何况现在的待遇还不错。在这一个多月里，我学到了一些在学校学不到的东西，即使都明白的事，可是刚开始有时还做不好。现在做事，不仅要持有虚心求教的态度，还要懂得取长补短，最重要的一点就是“忍”了也就是坚持不懈。现在，我工作的时间虽然不久，可是我发现自己真的变了点，会比以前为人处事了。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。针对文员这个职位的特点，具体到挫折时，不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折。遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。复印、接电话、做销售表等文员工作我都基本熟练。文员管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，

办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说每天都要记一些销售，顾客打来电话需要的货物，记下这些东西时，用词要准确，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。在工作的这一个月中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习日子短和我并非文员专业的关系，对文员有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。但通过实习，加深了我对文员基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文员管理工作有了一定的感性和理性认识。认识到要做好日常企业文员管理工作，既要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。

在这一过程中，我认真的观察和认真的学习，初步了解了办公室文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识，为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将在这报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。

通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，虚心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！

实践达人演讲稿篇二

大家好！

我是***，很荣幸，今天能作为本次暑期社会实践的学生代表站在这里发言。

伴随着炎炎夏日，似火的骄阳，一年一度的暑假已经起航。今天，我们志愿参与到暑期社会实践中来，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，把在学校所学到的文化知识和科学技术运用到实践中去，响应国家培养应用型人才的号召。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。

作为一名当代大学生，甚至作为一名学生干部，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。凤凰花开的季节，我们的行动会比花儿开得更加红火！请大家继续保持着这份热情。暑期，我们与实践同行！

我的发言完毕，谢谢大家！

实践达人演讲稿篇三

我很荣幸作为学生代表在这里发言。首先请允许我代表参加本次暑期社会实践活动的全体同学，感谢学校为我们提供了这次实践的机会，让我们得以拥有一个更加丰富多彩的暑期生活。

在夏日骄阳的映照下，在蓝天白云的指引下，在同学们的欢声笑语中，我们将开始这次期盼已久的社会实践活动。

“读万卷书，行万里路”，社会实践指引着我们走出校门，走向自然，走进社会，感悟生活……它是一种学校学习的补充和延伸，也是一种更为广泛的学习。在社会实践活动中，我们锻炼才干，更新观念，吸收知识，拉近感情。所以我们要更好的利用这次社会实践活动在另一个课堂、另一片天地增长知识、锻炼意志、丰富阅历。

我相信，我们将与老师、同学以及朋友们共同度过一段难忘的学习生活。

我们将通过一系列活动丰富知识，拓宽视野；培养集体主义、团队合作的精神；培养我们自强不息的能力。

在社会实践活动过程中，我们也许会遇到许多的困难，但是“一根筷子轻轻被折断，十根筷子牢牢抱成团”，只要我们发扬团队精神、互相帮助，我们团队的力量将会让我们战胜一切困难。

虽然只有短短的一周，但我们更应该加强纪律观念，因为我们每一个人都是榆次十中这条大河中一朵美丽的浪花，我们每一个人代表的都是xx大学的形象□xx大学是我们每一位同学共同的家园，所以我们应该用严明的组织纪律、良好的精神面貌、文明的行为举止向所有的人展示出我们十中学子充满阳光的形象。

一周的时间会很快的结束，但是我们充实自己，锻炼自己的路程不会结束。在此，我代表所有同学郑重承诺，我们一定会以饱满的热情投入到这次活动中去，会用我们的努力和汗水去圆满地完成这次实践活动，这段美好的集体生活也将会成为我们永久而珍贵的记忆，一次宝贵的人生经历，一盏人生路上永不熄灭的明灯。

七月流火，挡不住我们前进的步伐；我们整装待发，朝向实践的新天地。同学们，让青春的旗帜高高飘扬，让我们在阅历和知识的不断积累中，创造出属于自己的天空！

实践达人演讲稿篇四

上午好！

在暴雨不断的炎炎盛夏中，我们又结束了一个学期的在校学习生活，期盼已久的20__年暑假从7月1日开始。8月31日结束，这个消息一定会让大家非常高兴，可能在心中已安排好了假日活动，但是在高兴的时候，要时刻牢记“安全”这两个字，绷紧“安全”这根弦，时刻不忘安全先行。用实际行动得到“快乐度假、平安返校”这一目标。为此，我希望大家都要提高安全意识，学会自我保护，远离危险，预防意外事故发生。

一、充分认识溺水事故的危害性。同学们，你们是家庭的希望，祖国的未来。溺水事故会给家庭带来难以挽回的后果，造成无法弥补的损失。因此我明确要求：(1)提高安全意识和自防自护自救能力；(2)不在水库、堰塘、沟渠、采沙取石等处玩耍；(3)游泳必须有监护人陪同，学生不得在无监护人的情况下私自下水游泳；(4)不得擅自与同学结伴游泳，不到无安全设施、无救护人员、无安全保障的水域游泳，更不能到不熟悉的水域游泳。(5)不要到河边、水沟、水渠、水塘等有水的地方玩耍或钓鱼(捕鱼)。(6)发现有学生儿童在水边玩耍或游泳，请及时进行劝阻。(7)发现同伴溺水时应立即大声呼

救，不能擅自盲目救助，要做到科学施救，不提倡下水营救溺水者。

二、交通安全刻不容缓。(1)、注意交通安全，遵守交通规则，横过马路要左右看并走斑马线，走十字路口要一停、二看、三通过。右侧通行，不要在马路上奔跑和玩耍，不横跨护栏。(2)外出不乘坐超载超员车辆，不乘坐无照无证车辆，不乘坐三轮、摩的等非法运营的车辆；(3)小学生不得在马路上骑自行车。(4)遵守公共秩序，排队等车，车未停稳不得靠近车辆，上下车时不得拥挤。

三、自然灾害防患于未然。遇雷雨天气，不要冒险外出，应进入有避雷装置的室内，不使用无防雷措施或防雷措施不足的电视、音响等电器，最好拔掉电源线、电话线及电视闭路线、外接天线；不接触天线、水管、水龙头、铁丝网、金属门窗建筑物外墙、电线等带电设备或其它类似金属装置；不要使用金属骨架伞，远离铁塔、电线杆，绝不能在大树下避雷雨，如找不到适宜的避雷场所，应尽量降低重心和减少人本与地面的接触面积，千万不要躺在地上、壕沟或土坑里；打雷时不要去山顶、坡顶、楼顶。还要预防滑坡、泥石流、洪水等自然灾害。

四、饮食卫生尤为注重：夏季是各种传染病易发的季节，希望同学们在家中要做好各种传染病的防范工作，养成良好的卫生习惯，严防“病从口入”。1、自觉养成良好的个人卫生习惯，饭前便后勤洗手，防止传染病的发生。2、购买有包装的食品时，要看清商标、生产日期、保质期等，“三无”食品、过期食品一定不要购买食用。3、生吃瓜果要注意洗干净后才可食用，不吃腐烂、变质的瓜果。

五、防火、放电势在必行。1、要在家长的指导下逐步学会使用普通的家用电器。2、不要乱动电线、灯头、插座等。3、不要在标有“高压危险”的地方玩耍。4、不准玩火，不得携带火种。5、小心、安全使用煤气、液化气灶具等。6、发现

火灾及时拨打119，不得逞能上前扑火。

六、其他方面的安全也不可放松。1、不要轻信陌生人，陌生人敲门不要开防盗门。2、外出时应向家长交待去向以便于及时联系，未经家长同意不要私自外出、外宿和远游。外出旅游或走亲访友，万一迷路不要惊慌，要呆在原地等候父母回找或及时拨打110，请求警察叔叔的帮助。3、不得玩易燃易爆物品和有腐蚀性的化学药品。

4、不偷不抢，不拉帮结伙，打架斗殴。5、不要到建筑施工场地玩耍。不要进入废弃的房屋内玩耍，逗留。6、不携带、玩弄刀、枪、棍棒等危险物品。7、不准攀爬电杆、树木、楼房栏杆、不翻越围墙、不上楼顶嬉闹；不准进行不安全的戏闹，如抛石头、土粒、杂物，拿弹弓、木棍、铁器、刀具等追逐戏打。

同学们，你们时刻都要树立“珍爱生命、远离危险、幸福生活、快乐成长”的意识，多学习各种防灾知识，增强防灾意识和能力。“快乐度假、平安返校”是社会、家庭、学校的最大心愿！谢谢大家！

实践达人演讲稿篇五

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。本站为大家整理了大学暑期社会实践演讲稿三篇，欢迎大家阅读。

为了更好的了解社会，认识中国的国情，增长大学生的才干，奉献社会，锻炼大学生毅力，湖北医药学院(原郧阳医学院)社会实践小分队本着“在实践中求锻炼，在锻炼中求进步”的原则，开展了丰富多彩的暑期社会实践活动。

xx年7月中旬，我很荣幸能作为院级社会实践小分队的一员参

加了关于“儿童意外伤害”的暑期社会实践调研活动。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历却能耐人寻味。活动结束后，我反复回忆、思索这一路的点点滴滴，这些天的走访调研的旅途中，我们一行6人，有愁苦、有分歧；但更多的是欢笑、是团结，同时也有沉甸甸的收获。

活动中，我们顶着烈日，冒着暴雨，虽然很累，但我们却毫无怨言。在走访调研的时候，我们受到了许多相关部门及城乡居民的热情接待，他们尽己所能的为我们提供资料和帮助，对我们学校大力称赞，让我们很是感动。同样，由于对我们活动目的不太理解，也有不少居民断然拒绝了我们的调查，这个我们也可以理解。总的来说，社会各界对我们大学生的活动还是相当重视和支持的我们很是感谢！

对于这次活动，我们主要了解的是儿童意外伤害情况，在走访调查过程中，让我看到了一群天真可爱而又让人怜惜的小朋友。在他们本应健康快乐的年龄却遭遇了种种意外伤害。然而，这些伤害很多却是可以避免的，拿着那份关于儿童意外伤害的统计表，看着那一串串数据，我的心不由沉重了起来。儿童意外伤害造成的伤亡人数在逐年上升，然而，当今的卫生部门对此却没有任何举措；另一方面，在农村地区，许多的留守儿童都是由他们的祖辈们监护。由于其受教育程度很低，在照顾小孩的过程只能够安全意识相对较差，对意外伤害的处理也显得尤为不足。总而言之，儿童的安全问题让人十分担忧，预防儿童意外伤害显得一场紧迫。

这次实践活动，让我明白了：“艰辛知人生，实践长才干”通过参加丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干。并在社会实践的过程中认清了自己的位置，发现了自己的不足，感受到了团队合作的乐趣。“千里之行，始于足下”这次短暂而又充实的实践活动将对我走向社会起到一个桥梁的作用，他将是我人生一段不可或缺的重要历程，对自己将来走上工作岗位也有着巨大的

帮助。社会实践也告诉了我，在新经济时代大学生应具备新观念，掌握成熟技术的能力，同时还应具有良好的交际、沟通能力，更要有团队精神。在学习时也要时刻与外界保持同步发展，走到与时俱进。珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒。在学习好专业知识的同时也要努力汲取个领域的知识，努力提高自身综合素质，进自己的能力去造福人类。

一路的艰辛与微笑，虽有收获，然所学也只是开始，新的考验和抉择要奋斗不息。选择我爱的，爱我选择的。即使遇到困难也要付出自己的努力，不能让自己年轻时光留下什么遗憾！

在这1个多月里，我主要负责的工作内容是办公室文员。在这个过程中，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将首先在报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。

暑假实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。由于我所工作的地方是一家私企，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。只是每天都要守在电话和电脑旁边，接电话，在电脑上记每天的销售，制作一些简单的报表很耗时间，第一天就因为坐了一天腰酸背痛的。但是过了几天就稍有点习惯了，每天向我同一个办公室的阿姨学习一些办公知识。刚步入工作岗位，才发现自己有很多都不懂的。现在在办公室，有闲的时候就会看一些工厂货物的名称。我现在上班近1个月了，在这短短一个月中，曾几次想过干完一个月不干了。也许我是刚开始工作，有时受不了同事和厂长给的“气”，自己心里很不

舒服，就想辞职再重新换个工作得了。但静下心来仔细想想，再换个工作也是的，在别人手底下工作不都是这样么？刚开始。就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。不然，以后干什么都会干不好的。我目前的工作，相比其他人来说待遇挺不错的了，也不是和其他人比，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习对人怎么说话、态度及其处事。由于经验少，我在这方面还有欠缺。现在才明白，在校做一名学生，是多么的好啊！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

我现在没别的什么奢求，现在当然是把磨练自己放在第一位，更何况现在的待遇还不错。在这一个多月里，我学到了一些在学校学不到的东西，即使都明白的事，可是刚开始有时还做不好。现在做事，不仅要持有需心求教的态度，还要懂得取长补短，最重要的一点就是“忍”了也就是坚持不懈。现在，我工作的时间虽然不久，可是我发现自己真的变了点，会比以前为人处事了。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。针对文员这个职位的特点，具体到挫折时，不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折。遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。复印、接电话、做销售表等文员工作我都基本熟练。文员管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管

理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说每天都要记一些销售，顾客打来电话需要的货物，记下这些东西时，用词要准确，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。在工作的这一个月中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习日子短和我并非文员专业的关系，对文员有些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。但时通过实习，加深了我对文员基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文员管理工作有了一定的感性和理性认识。认识到要做好日常企业文员管理工作，既要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。

在这一过程中，我认真的观察和认真的学习，初步了解了办公室文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识，为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将首先在报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。

通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，需心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！

“社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是大学生体验社会生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之

前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不象我想象的那么容易。

暑期社会实践的第一天我们小队按计划走进了淮安迎宾馆，我们想利用自己的专业优势，教那里服务员一些日语常用语并介绍一下日本的饮食文化。事先无任何准备的我们认为随便教几句、临场发挥就行了，反正就几天，那些学员也不会太认真的。可是当我们站上讲台时才发现自己大错特错了，学员们都很认真，甚至还带了笔和本子做笔记，有时他们还会问我们一些问题。当然因为我们那可笑的自信，第一堂课上的很糟糕。事后小队的成员召开了临时会议，总结失败的原因，埋怨之前对它的轻视，商量接下来几天的教学内容，并且每人都分配了具体任务，做好充分准备。在接下来的几天里，小队成员们认真上课，中途遇到不会的问题记下来，课后一起讨论分析。在结束这次社会实践时，宾馆的人员对我们的工作很满意，甚至还提议下次继续合作。

自信，是学习中十分提倡的一种想法，可是自信不是源于自慰，而是源于实力。做每件事之前，我们都要做好充分准备，不要因为那小小的毫无根据的自信而忽略它、跃过它。

此次社会实践告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

尊敬的各位领导、亲爱的同学们：

大家好，非常荣幸能够作为温职院二〇〇二“非常夏日”暑期社会实践的一份子，在这里表达我们大学生的心声。此时此刻，我的心情同在场的每一名光荣的暑期实践者一样，激情难抑，对火热的暑期社会实践浪潮充满了期待。今天，我们将在这里从学院领导的手中接过暑期实践的大旗，走出校园，勇敢地去迎接社会这所大学的洗礼。为此，我们已经做好了

准备。

在这个火热的夏天，我们将背起知识的行囊，谨记江对我们青年学生的寄语：“知识只有付之实践，才能焕发出无穷的力量，积极投身到社会主义现代化建设的大熔炉中去，到艰苦的环境中去。”经历风雨，接受锻炼，非常夏日，我们将播种希望，到贫困的山区，到农村的孩子们中间，到热火朝天的建设现代化的工程队中去。我们的身影将遍及永嘉、文成、洞头、苍南，四支暑期社会实践下乡服务团将“文化、科技、教育”送到需要我们的地方，带去我们的爱心和祝愿。非常夏日，我们将走进社区，共建精品，传播现代文明，弘扬科学精神，用我们的知识，我们的青春和活力，为温州文明创建作出我们的努力。非常夏日，我们将走进企业、工厂，开展专业实践巡礼，感受现代化建设带来的日新月异，在未来的岗位上去实践去锻炼。非常夏日，我们将在实践中受教育、长才干，“两大巡礼、六大工程”将在这个夏天写下温职院大学生实践“三个代表”，弘扬道德新风的誓言。

同学们，当代青年，尤其是当代大学生，正处在历史的重要关口，时代赋予我们的有机遇，更有责任。“青年是八九点钟的太阳”，“青年是最富有朝气、最富有创造性、最富有生命力的群体”，我们有权改造这个世界，做一名学习书本知识与投身社会实践相统一的大学生，创造美好未来。同学们，我们相信这次暑期实践必将是我们人生道路上一段弥足珍贵的记忆，我们相信暑期实践这把非常夏日里的火将越烧越旺，温职院学子将继续传承下去。

最后，预祝本次活动获得圆满成功。

尊敬的各位领导，同志们，同学们：

今天，我们在这里举行20xx年暑期社会实践活动启动仪式，标志着今年我校大学生志愿者暑期“三下乡”社会实践活动正式拉开了帷幕。在此，我代表校团委向长期以来关心、支

持、指导社会实践活动开展的学校领导、有关部门和各学院的党政领导表示衷心的感谢!向积极参加社会实践活动的广大师生表示亲切的问候!

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。大学生暑期社会实践活动是青年学生受教育、长才干、作贡献的主要渠道之一。近年来，在学校党委的高度重视下，我校大学生暑期社会实践工作坚持“全员化参与、课程化改革、精品化推进、项目化管理、社会化运作”的工作思路，积极引导广大青年学生深入学习贯彻党的xx大精神，在推动科学发展、促进社会和谐、建设社会主义新农村的伟大实践中奋发成才、建功立业，取得了突出的成绩，我校连续5年被团中央授予全国社会实践活动先进单位荣誉称号。

今年，我校暑期三下乡社会实践活动的主题是：“推进两大跨越，建设美好中原;与家乡同发展，与祖国共奋进”。围绕这个主题，我们组建了400余支校院校两级社会实践团队，重点引导同学们在感悟改革开放三十年、服务奥运、服务灾区、服务农村、服务弱势群体等十个方面广泛开展政策宣讲、环境保护、支教扫盲、市场开发、社会调研、志愿服务等活动，使广大青年学生能够在更加广阔的天地中经历风雨，见识世面，在社会的大舞台上与祖国共奋进，与家乡同发展，为中原崛起献青春。

第一，做好社会实践活动，需要我们怀着一颗青春的报国之心，扑下身子办实事。

当代大学生承载着民族的希望，肩负着历史的使命。社会的发展需要我们，民族的复兴召唤我们。暑期社会实践活动，就是当代大学生承载报国之情、践行报国之志的途径之一。因此，希望同学们牢固树立为人民服务的观念，扑下身子，到基层、到工厂、到农村、到社区，去认真调研、认真思考、认真实践，尽心尽力为群众办实事、办好事、解难事，为基层留下一些实实在在的成果，为地方经济社会的发展提供源

源不断的物质和智力支持，用自己的实际行动服务和谐社会的建设。

第二，做好社会实践活动，需要我们本着一颗谦逊的学习之心，放下架子学本领。

人民群众是历史的创造者。在实践活动中，同学们要勇于认识自己的不足，善于发现人民群众长处，勤于学习人民群众的优势。要踏踏实实深入群众，谦虚谨慎贴近群众，积极主动地向人民群众学习。虚心学习他们勤劳质朴、脚踏实地，学习他们的勤劳勇敢、坚韧顽强，学习他们的胸怀宽广、乐观豁达，学习他们的善于发现、善于创造。要在办实事的过程中与群众建立联系、建立感情，在向群众学习的过程中熏陶思想、提升素质、增长才干，充实自我、完善自我。

第三，做好社会实践活动，需要我们本着一颗火热的创业之心，开动脑子做贡献。

我国是一个地区之间、城乡之间发展很不平衡的农业大国，特别是广大农村的发展相对滞后。要缩小城乡差距、实现共同富裕，仍然是一个艰巨的任务，需要包括我们广大青年学生在内的全体人民长期不懈的艰苦努力。因此，希望同学们在参加社会实践活动中，开动脑筋，善于调研，善于观察、善于思考，以创业的精神，抓住直接为基层群众服务的难得机会，充分发挥专业特长，扎扎实实地做好事，认认真真地在宣传党的农村政策、推广农业科技知识、发展农村教育事业、改善农村医疗卫生、促进地方经济发展等方面做贡献。大学生暑期社会实践是大学生课堂学习的延伸和应用，同学们在开展社会实践活动的过程中，应积极结合专业学习，充分发挥自身知识、技能优势，为农村脱贫致富，为城乡两个文明建设建言献策、有所作为，做出我们当代大学生应有的贡献。

第四，做好社会实践活动，需要我们本着一颗深厚的爱校之

心，做出样子树形象。

从事社会实践的每一名同学，都是河南工业大学的名片，你们的一言一行都直接关系到学校在社会上的形象和声誉。从这个意义上说，我们每位同学都是学校的形象大使，都是学校精神文化的传播者，都是学校培育人才、服务社会根本职责的阐释者。因此，同学们要拳拳的爱校之心体现在我们的言谈举止中，体现在我们的实际行动中，体现在扎扎实实的业绩中。要发挥优势，展现风采，体现河工大人崇尚科学的风范；要不拘常规，积极创新，体现河工大人勇于探索的品格；要甘于奉献、勇于担当，体现河工大人报国兴学的精神；要不怕吃苦、不畏艰难，体现河工大人自强不息的意志；要珍视团结，互相关爱，体现河工大人至诚至爱的胸怀。要通过我们每个人的努力，让河南工业大学的旗帜更加鲜艳，更加光彩夺目！

老师们，同学们，暑期社会实践活动战线宽，时间长，地域跨度大，涉及面广，活动的组织工作十分繁重和复杂。希望各级团学组织充分发挥主动性和创造性，科学设计、精心组织，加强系统培训，做好后勤保障，明确责任制度，细化活动方案，制定安全措施，确保活动顺利进行。

我们相信，有学校党委和上级团组织的正确指导，有社会各界的大力支持，有各服务团队的不懈努力，有广大青年学生的积极参与，今年我校的大学生暑期“三下乡”社会实践活动一定会取得更加优异的成绩。

最后，祝愿我校20xx年暑期“三下乡”社会实践活动圆满成功！祝老师们、同学们一路平安，满怀激情出征，满载硕果归来！

谢谢大家！

实践达人演讲稿篇六

我叫xxx□来自1z级金融4班，在班级任文娱委员，在翻译系团学任社会实践部干事。现竞聘翻译系团学社会实践部部长一职，请领导和同学们审核。

20xx年10月，我光荣地成为了翻译系团学社会实践部的一员。当时的我虽有满腔热情，却稚嫩，无知，对这份工作完全不了解。时过一年，实践部让我经历了很多，也成长了很多。部里的每一个成员都像亲人般给予我支持和帮助，带给我无尽的感动与动力。

刚进部门时，是每个成员亲切的笑容和无私的关怀给了我家人一般的温暖。在最初的一个多月，学长学姐们对我进行了全面的业务培训，并让我尝试着自己组队寻找合作伙伴。那一次的培训与实践，让我意识到这份工作的辛苦与繁琐。同时，也让我认识到自己离胜任这一份工作，还有很大的差距。实践部要求每一个成员必须具备认真的工作态度，良好的心理素质，以及强烈的责任感和团队意识。在这一年的工作中，我们付出了汗水与泪水，经历了成功与挫折，也收获了经验与掌声。无论是为院系活动寻求合作伙伴，为系上同学提供社会实践岗位，还是开展公益活动，邀请知名人士到校举办讲座，每一次经历，都让我前进了一步。我们曾一次次被别人拒之门外，也曾遭到别人的怀疑和否定，但部里的每一个成员，从未想过放弃。每当我有疑问，有困难时，总有许多双温暖的手伸向我，无私地给予我帮助。有些人认为实践部是一个光鲜的部门，不错，我们是学校与社会连接的桥梁，我们有更多的机会接触外面的社会。但其实我们所做的都是幕后的工作，每一次院系活动的开始，就是我们工作的结束。而在这之前，我们总会经历一次漫长，艰辛而繁琐的工作。我始终提醒自己，荣誉在头上，责任在肩上。能够为实践部，翻译系贡献出自己的智慧与汗水，让每一次活动的成功都有自己的一份力量，就是我最大的动力。

我认为，作为社会实践部部长，需要很强的工作能力，组织能力，决策能力，创新能力和人格魅力。首先，要全面掌握实践部的一切业务，熟悉工作流程，组织领导和协调部门的一切工作。其次，要具备创新能力，多方面寻找资源和渠道，拓展工作范围，提高工作效率。第三，要具有一定的人格魅力，为同学服务，为成员做好榜样，平等待人，公正正派，诚实守信，集思广益，尊重，关心部里的每一个成员，尽力激发成员的能力，并将其凝聚在一起。

在进入大学的这一年里，作为实践部的一员，我在其他成员的帮助和合作下，逐渐熟悉和掌握了部门的工作，一次次创造性地完成了部里安排的事情，并且深深地爱上了这份工作；作为班级的文娱委员，在全班同学的配合下，我组织同学参加了院系的一系列的活动，并取得了优异的成绩，加强了班级的凝聚力。我认为，自己已具备了一定的工作能力，组织能力，创新能力和人格魅力。当然，人无完人，我也存在许多缺点。在工作中，我有时过于心急，没能好好控制自己，在其它许多方面，我也与历届实践部部长有很大的差距。但我始终有一颗进取的心，我相信，凭着我对实践部的热爱和对这份工作的了解，我能够不断地完善，不断地进步，为实践部和翻译系团学奉献自己所有的智慧与汗水。

假如我有幸任职社会实践部部长，那么首先，我需要对成员进行全面的业务培训和交流沟通，为今后的工作打下坚实的基础。其次，针对上一年我部工作的实际情况，我会根据每个成员的特点和优势将其分组，实行分工合作，各施其职，提高工作效率；第三，定期进行工作总结和经验交流，增强部门凝聚力和团队精神；第四，实行奖惩制度，定期投票选出最优秀和进步最大的小组和个人，进行表扬或奖励，提高成员的工作积极性。对工作拖拉、完成任务较差的进行适时沟通、指导，或黄牌通报。第五，做到未雨绸缪，预先掌握每学期工作的重难点，明确工作目标，并制定出切实可行的工作规划和措施。这样，在接下来的工作中，我们就能预见到可能遇到的问题，并有充分的时间进行解决，从而提高部

门的工作实效。

当然，计划不如变化，只有在实际工作中，我的想法和计划的可行性才能被检验出来。所以我会随着工作经验的增加，不断调整和补充自己的想法和方法。当然，我更需要团学前辈和同事们的支持和帮助，经常为我提出宝贵的意见和建议，并且一同合作，努力将翻译系建设得更加优秀和美好。

刚进入团学时，学长学姐们就对我说：如果你有智慧，就请奉献你的智慧；如果你有汗水，就请奉献你的汗水；如果你什么都不奉献，那么请你离开团学。历经一年，我可以问心无愧地对大家说：我骄傲，因为我为团学奉献了我的智慧与汗水；同时，我也要诚恳地对大家说：我自豪，因为我将继续为团学奉献我的智慧与汗水！

各位领导和同学，请您投给我信任的一票吧！我会将您的信任化作动力和热情投身到我热爱的实践部工作中去，并带领实践部同学们努力工作，出色地完成院系赋予我们的各项使命！

谢谢大家！

实践达人演讲稿篇七

今天，我们在这里举行20xx年暑期社会实践活动启动仪式，标志着今年我校大学生志愿者暑期“三下乡”社会实践活动正式拉开了帷幕。在此，我代表校团委向长期以来关心、支持、指导社会实践活动开展的学校领导、有关部门和各学院的党政领导表示衷心的感谢！向积极参加社会实践活动的广大师生表示亲切的问候！

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。大学生暑期社会实践活动是青年学生受教育、长才干、作贡献的主要渠道之一。近年来，在学校党委的高度重视下，我校大学生暑期社会实

践工作坚持“全员化参与、课程化改革、精品化推进、项目化管理、社会化运作”的工作思路，积极引导广大青年学生深入学习贯彻党的xx大精神，在推动科学发展、促进社会和谐、建设社会主义新农村的伟大实践中奋发成才、建功立业，取得了突出的成绩，我校连续5年被团中央授予全国社会实践活动先进单位荣誉称号。

今年，我校暑期三下乡社会实践活动的主题是：“推进两大跨越，建设美好中原；与家乡同发展，与祖国共奋进”。围绕这个主题，我们组建了400余支校院校两级社会实践团队，重点引导同学们在感悟改革开放三十年、服务奥运、服务灾区、服务农村、服务弱势群体等十个方面广泛开展政策宣讲、环境保护、支教扫盲、市场开发、社会调研、志愿服务等活动，使广大青年学生能够在更加广阔的天地中经历风雨，见识世面，在社会的大舞台上与祖国共奋进，与家乡同发展，为中原崛起献青春。

第一，做好社会实践活动，需要我们怀着一颗青春的报国之心，扑下身子办实事。

当代大学生承载着民族的希望，肩负着历史的使命。社会的发展需要我们，民族的复兴召唤我们。暑期社会实践活动，就是当代大学生承载报国之情、践行报国志的途径之一。因此，希望同学们牢固树立为人民服务的观念，扑下身子，到基层、到工厂、到农村、到社区，去认真调研、认真思考、认真实践，尽心尽力为群众办实事、办好事、解难事，为基层留下一些实实在在的成果，为地方经济社会的发展提供源源不断的物质和智力支持，用自己的实际行动服务和谐社会的建设。

第二，做好社会实践活动，需要我们本着一颗谦逊的学习之心，放下架子学本领。

人民群众是历史的创造者。在实践活动中，同学们要勇于认

识自己的不足，善于发现人民群众长处，勤于学习人民群众的优势。要踏踏实实深入群众，谦虚谨慎贴近群众，积极主动地向人民群众学习。虚心学习他们勤劳质朴、脚踏实地，学习他们的勤劳勇敢、坚韧顽强，学习他们的胸怀宽广、乐观豁达，学习他们的善于发现、善于创造。要在办实事的过程中与群众建立联系、建立感情，在向群众学习的过程中熏陶思想、提升素质、增长才干，充实自我、完善自我。

第三，做好社会实践活动，需要我们本着一颗火热的创业之心，开动脑子做贡献。

我国是一个地区之间、城乡之间发展很不平衡的农业大国，特别是广大农村的发展相对滞后。要缩小城乡差距、实现共同富裕，仍然是一个艰巨的任务，需要包括我们广大青年学生在内的全体人民长期不懈的艰苦努力。因此，希望同学们在参加社会实践活动中，开动脑筋，善于调研，善于观察、善于思考，以创业的精神，抓住直接为基层群众服务的难得机会，充分发挥专业特长，扎扎实实地做好事，认认真真地在宣传党的农村政策、推广农业科技知识、发展农村教育事业、改善农村医疗卫生、促进地方经济发展等方面做贡献。大学生暑期社会实践是大学生课堂学习的延伸和应用，同学们在开展社会实践活动的过程中，应积极结合专业学习，充分发挥自身知识、技能优势，为农村脱贫致富，为城乡两个文明建设建言献策、有所作为，做出我们当代大学生应有的贡献。

第四，做好社会实践活动，需要我们本着一颗深厚的爱校之心，做出样子树形象。

从事社会实践的每一名同学，都是河南工业大学的名片，你们的一言一行都直接关系到学校在社会上的形象和声誉。从这个意义上说，我们每位同学都是学校的形象大使，都是学校精神文化的传播者，都是学校培育人才、服务社会根本职责的阐释者。因此，同学们要拳拳的爱校之心体现在我们的言

谈举止中，体现在我们的实际行动中，体现在扎扎实实的业绩中。要发挥优势，展现风采，体现河工大人崇尚科学的风范；要不拘常规，积极创新，体现河工大人勇于探索的品格；要甘于奉献、勇于担当，体现河工大人报国兴学的精神；要不怕吃苦、不畏艰难，体现河工大人自强不息的意志；要珍视团结，互相关爱，体现河工大人至诚至爱的胸怀。要通过我们每个人的努力，让河南工业大学的旗帜更加鲜艳，更加光彩夺目！

老师们，同学们，暑期社会实践活动战线宽，时间长，地域跨度大，涉及面广，活动的组织工作十分繁重和复杂。希望各级团学组织充分发挥主动性和创造性，科学设计、精细组织，加强系统培训，做好后勤保障，明确责任制度，细化活动方案，制定安全措施，确保活动顺利进行。

我们相信，有学校党委和上级团组织的正确指导，有社会各界的大力支持，有各服务团队的不懈努力，有广大青年学生的积极参与，今年我校的大学生暑期“三下乡”社会实践活动一定会取得更加优异的成绩。

最后，祝愿我校20xx年暑期“三下乡”社会实践活动圆满成功！祝老师们、同学们一路平安，满怀激情出征，满载硕果归来！

谢谢大家！

实践达人演讲稿篇八

大家好！

很荣幸我能站在这里演讲，首先，我想代表今天参加竞选的几位同学对各位老师与同学一天来的辛勤工作表示感谢，谢谢大家为我们学院团委选拔优秀人才而付出的辛勤劳动。

我叫，我是××级××班的学生，我来自××，北方特有的民风深深地影响着我——豪迈不羁，不甘平凡，心存志远，这就是我。原本坚定的梦想没有在这里褪色，是××学院开放式的管理，自由的大课堂，活跃了我的思维，也发掘了我的潜质，积极主动的人生观依然是我的一个亮点，去年××月我加入了社会实践部，半年的社会实践工作，让我的大学生活更充实，更紧张，也让我比其他的同学更多地体会到责任和奉献两个字的含义，在社会实践部工作，我确实锻炼了自己的能力，同时，也增长了不少才干：如做事的条理性，处理问题的层次性，思考问题的周密性等等，这些都是在课堂上学不到的，我也从中深深的感悟到社会实践部的内涵，从广义上说，社会实践部是一个代表学生利益，行使学生权利的群众性机构；具体来说，社会实践部通过组织丰富多彩的活动充实同学们的课余时间。说白了，社会实践部就是带着大家玩儿。但是，我们玩要遵循三点原则：第一，玩不能忘本，学生的本就是学习，不能荒废学业；第二，我们要玩出档次，玩出水平，要玩得有意义，不能玩过之后毫无收获，那样就纯粹是浪费时间；第三，就是要玩得尽兴。一旦社会实践部组织的活动再也无法引起大家的兴趣，那社会实践部就失去了它存在的价值。社会实践部所组织的活动不仅要有数量，而且要有质量，而我所组织过的活动也是一直遵循这一原则的。