

最新个人实践事迹总结 社会实践工作总结 (通用10篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

个人实践事迹总结篇一

这次能有机会去工厂实践，我感到十分荣幸，高中生工厂社会实践报告。虽然仅有一个礼拜的时间，可是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

以下是我在实践期间的一些总结以及心得体会。在以后开展自身的工作，以及在对客户的沟通应对上，期望能有所借鉴。

一、工厂的总体规模水平

亚泰(东莞)木业位于东莞大朗镇，占地24600平米，员工600多人。近十多年的制造历史已经发展成一家具有专业规模的木制品专家，在东莞制造业发达的地区也小有名气。

走进厂区，只见洁净整齐的环境和次序井然的工作程序。虽然是国内的制造厂家，可是，到了车间，看过那些先进的流水线，那些熟练的技术水平，完全会感觉到现代化的管理，社会实践报告《高中生工厂社会实践报告》。作为木质产品的制造厂，一些诸如木屑的飞扬，机器的喧嚣以及混合着的胶水味油漆味等问题，都是难免存在的，可是工厂已经把这些都尽可能的减少到最低限度了。走在车间，这些大多的木制厂家所面临的严重问题似乎在我们工厂并没有太大的困扰，反而是那些管理和效率吸引了大多的参观者。

工厂有自我的作息时间，并且都会严格遵守。就连中午休息间隙，每个工人都会把自我得区域整理得井然有序，这样的自觉整理也是工厂之所以能坚持洁净的原因之一。在用餐问题上，工厂也有自我的特色。那就是上至高层主管下至普通工人，吃的饭菜一律相同，没有任何的特殊化。

二、学习过程

如下几点是在工厂实践期间，就我的工作需要，主要学习到的一些知识以及由此得到的一些心得。

(一)木材的选用

工厂最常用的木材还是红木(非洲花梨木)，枫木(美国)，胡桃木。大多都是从国外进口，这也就是为什么我司的报价要比国内同等厂家的价格要高的原因——正是“一分价钱一分货”。

mdf板也是常用的材质之一。我司很多产品也都能够选用mdf贴木皮来到达仿实木的效果。对于一些想节省成本的客户来说能够推荐一用。

这些常规木材在仓库里都备有必须数量的库存，其他的木材也有备量，可是一般都要尽量推荐选用常规木材(除非客户订购的产品数量庞大值得工厂采购另外(!)一些昂贵的木材)，这对于工厂的加工技术、生产周期、生长成本等都会有所帮忙。

(二)加工方面

工厂所采用的机器都比较先进，一般来说都是机器自动操作，比如cnc数控机，万能圆锯机，立轴机等。所以，只要操作得当，人员安排合理，一般都能产生较高的效率(一般来说，都需要熟练人工)。

虽然说工厂对于大多数的木制产品都能生产，可是以后在和客户沟通过程中，在尽量满足客户要求的同时，还要尽量站在工厂的立场上研究。比如，能够向客户推荐一些外形相同，可是做法简单，结构清晰的样品。这对于工厂来说不但能够降低成本，并且还能够提高效率。

(三) 喷漆加工

白身加工完成以后，应尽快转入喷漆车间，否则木材会变形。喷漆的流程为：着色(给产品上底色)——底漆——面漆。喷底漆到喷面漆的过程中还要有磨砂的工艺。

底漆又nc漆和pu漆之分。工厂常采用的底漆是nc漆，因为pu漆的成本要比nc高，并且如果喷pu漆的话要求的环境也比较高，必须有无尘房才能够。一般都会推荐客户用nc漆。

喷漆加工的时间一般为两天左右。可是虽然所花费的时间不长，可是一张订单的完成，工厂都会把每道环节都会安排到位。所以，在和客户确认订单的时候，必须要把每个要求都确认完整。有些客户在白身做完以后，油漆没有确定，这样搁在一边的话，不但产品容易变形，并且也影响了订单的进度，给工厂带来了不必要的麻烦。

个人实践事迹总结篇二

本年度在科主任带领下，临床药学室全体人员共同努力，积极开展各项工作，本年度主要完成以下工作内容，总结如下：

1、完成本院《处方集□ii□中成药及制剂部分）的编辑出版工作。定时保质出版院内专业刊物《药学通讯》，进行合理用药宣传，每季度1期，全年共完成4期。

2、开展对病房在用药品的质量检查工作。定期到病房对临床小药柜和抢救车的药品进行检查，逐一登记各种药品的质量

检查情况，并及时与护士长及治疗护士进行沟通，协助护士做好药品的清领储存工作，确保安全、有效、质量可靠的药品用于临床。到11月x日共139次深入病房，共抽查17个病房10274批次药品。

3、坚持深入临床一线开展药学服务，参与临床查房，了解用药动态，分析用药得失，及时沟通药品信息，并提出给药建议。

4、对围手术期抗生素的使用情况进行监测：配合医院质量管理工作，每月随机抽查手术科室住院患儿i类手术现岗病例60例，到11月共抽查660例，对围手术期用药情况进行跟踪监测，发现问题及时与科室主任联系，月底进行统计分析并写出书面报告，上交药剂科和医务科。

符合使用权限等四方面进行评价，共抽查17884张。

另外还协助医务科对临床现岗病例及出院病例医嘱抗菌药物的使用实施专项点评等工作，为我院做好抗菌药物合理使用管理工作提供专业支持。

6、用药咨询：积极开展用药咨询工作，为临床及门诊患者提供准确、快捷的药学服务，全年提供各种药学咨询服务共463人次。

8、其它：开展主动式药学服务，如开展深入临床科室征求其对药学服务的意见，开展门诊服务满意度问卷调查及药房药品效期抽查等工作。另外协助临床规范抗菌药物的皮试液配制，增加对门诊药房药品效期的定期抽查等。

9、编制印制宣传彩页进行科普宣传工作，为患儿提供便捷的药学服务。

10、开展抗菌药物临床应用监测网及全国合理用药监测网工

作。

个人实践事迹总结篇三

工作总结

杨慧

朱良初级中学

工作总结

综合实践活动课是国家教委为了进一步深化教育改革，全面推行素质教育而新设立的一门必修课程。这门课程跟其他课程最大的不同点在于，学生是活动的主体，是活动的主人，是活动的设计者、实践者、体验者、发展对象和评价者，而老师只是作为学生的引导者、协调者和评价者。这门课程特别强调的是学生的参与，要求每一位同学都积极地参与到各项活动中，通过自己的亲身经历，在“做”、“考察”、“实验”、“探究”等一系列的活动中发现和解决问题、体验和感受生活，提高自己的实践能力和创新能力。

近年来，我校的综合实践活动课程开展的红红火火，以“实践中发展”为宗旨，着眼于培养学生的创新精神和实践能力，注重学生主动参与实践的过程，扎实开展了以下工作。

一、研究学习方面

1、选题

每周专门安排一节综合实践活动课，向学生介绍开设这门综合实践活动课的目的以及课程开展计划，由专职老师结合学科的特点以及热点问题，初步拟定探索课题供学生进行选题，题目的设置不局限于课本的内容，要把学生从课堂引向广阔

的社会，从书本知识的学习引向社会实践，鼓励学生就自己感兴趣的内容自定课题进行探索研究，调动学生学习的自主性，扩展他们的视野，让他们拥有自己的学习空间和思维天地，进而开发他们的创新潜能。同学们自拟出了不少较有意思的探索课题，如“网络对青少年的危害”、“避免网络消极影响的途径和方法”等小课题。

2、开题

根据就近的原则，由学生自组小组，并选择课题。这活动课程的关键是在学生已有的认知基础上培养他们的实践能力和创新能力。初一学生正是创新意识和创新精神比较活跃的一个时期，他们富于幻想，敢于探索，具有丰富的想象力和求异思维能力。活动方式多样，如学生自行设计活动，积极地参与到实践活动中去，有的去做实地调查访问，有的进行栽培，有的进行艺术创作，有的认真测绘地形画图，有的精心策划旅游项目，当然在开展实践活动的过程中，指导老师一方面要不断激励学生的活动热情，引导学生探索新知识，培养学生的创新精神，也要了解学生开展实践活动的步骤、进程，引导学生深入持久地探究问题，给以必要的指引。如在课堂上，由各小组的组长向老师、其他组的同学汇报自己小组开展活动所采取的各种方法，以及一周以来活动所取得的进展，同其他同学分享成果，共享成功的喜悦，同时也可交流在开展活动过程中所遇到的困难，师生共商解决的途径；在课外，教师对学生的活动提供必要的指引，考虑到安全性的问题，如果学生要外出实地考察，教师则做好有关组织工作。对初一年级的全体同学进行指导，使学生更清楚地了解在综合实践活动中，如何选题，如何制定活动方案，怎样实施，怎样去写结题报告，怎样进行评价，对开展活动的整个过程有一个较全面的了解，同时提高学生对这个课程的兴趣。

3、结题

4、评价

本课程具有开放性的特点，评价也应该具有开放性。我们采用了多种评价方式，如对书面材料的评价与学生的口头报告、活动、展示的评价相结合；教师的评价与学生自评、互评相结合；小组的评价与组内个人的评价相结合等。在学生自我评价的基础上，我们尽可能采用集体讨论和交流的形式，将个人和小组的经验及成果展示出来，并鼓励学生相互之间充分发表意见和评价。

二、劳动技术方面

在劳动技术方面，我校以培养学生“学会生存”、提高自理能力为目标，结合实际，因地制宜地开展活动。初一年级学习花卉的繁殖、洗衣服，编织和烹饪、蛋壳彩绘的一些知识，通过课内课外活动相结合，使学生掌握了一些劳动技能，培养学生爱劳动的品德。增强了生活自理能力。花卉的栽培和管理，使学生热爱美，热爱生活。

三、信息技术教育方面

信息技术是开展综合实践活动的一种手段，加强信息技术教育，有利于发展学生搜集和处理信息的能力，为其终身学习奠定基础。在信息技术教育方面，除每周的信息技术教育课之外，我校组织信息技术教育兴趣小组活动。目前，大部分初一学生都能掌握win98基础知识、word的运用、计算机软硬件的基础知识，走进internet等。部分优秀学生用学到的技术进行电脑小报创作、电脑绘画等。丰富多彩的信息技术教育活动，培养了学生查找、评估、利用、传达和创造不同形式信息的意识和能力，同时也培养了学生对浩如烟海的信息的提取、评价和鉴别能力，丰富了他们的精神生活，发展了学生适应信息时代需要的素养。

我校在开设综合实践活动课的过程中，本着以提高学生实践能力和创新精神为目标，经过全体师生的共同努力，勇于探索，大胆实践，取得了初步成效。当然，在开展课程的过程

中，我们也遇到了一些问题，我将在以后的工作中不断地进行教学探索，更好地配合新课程改革的进一步实施。

个人实践事迹总结篇四

在这里，我部参加了很多实践活动，例如参加一些文艺演出，维护各种场地秩序，尝试性的写策划等等十分有意义的工作。这些工作中有些看上去好象有点简单，可是当我带干事第一次做的时候，我们会遇到很多意想不到的问题，但是，我们都会不断尝试直到很好解决这些问题，当然，这里我们必须感谢我们的主席团以及和我一起努力的好同事们的帮助！只有通过自己的努力，并在这些同事帮助下，我才能顺利带干事完成我部的工作，才能从中学得更多的工作方法，培养了更好的工作的能力！

在艺术系学生会、在实践部，我们全体干事和主席们不只是同事还是感情深厚的好朋友，大家在这里相互帮助，共同学习，团结一致地完成上级分配下来的任务。在每次的例会上，我们都能深切地体会到我们部门的会议，不会有素来会议呈现的刻板僵硬，取而代之的是大家各述己见，是生动。我会就最近工作的表现提出自己的意见和看法外，也会和干事讨论今后工作的方法等，有时，更对干事们平时的处事学习提出建议。但这也不是说我们的会议效率低，相反，会议的内容十分丰富，我们从中得到的也绝不会少于任何所谓的严肃的会议！

这学期以来，干事越来越少，从当初的6人，到现在只剩下3人，分别是许丹、唐虎、刘丽亚。其中可能是我工作的失误和能力的不足，导致干事的辞职吧，在以后的工作我中我会注意，会去努力改正自身不足。虽然加上我实践部只剩4人，可是我们工作仍井然有序的进行，虽然工作中还有很多不足，但在主席团及同事们的帮住下，还是完成了。

这学期我部总共参与与组织的活动有：

- (1) 整理奖、助学金的档案材料。
- (2) 办公室值班。
- (3) 帮助宣传部裱宣传板。
- (4) 配合生活部检查宿舍卫生。
- (5) 配合组织部检查团组织生活会，组织20xx级各班级的团组织生活会。
- (6) 组织参加院团委组织的升国旗仪式。
- (7) 组织“第四届体育之春”的节目排练，主要负责组织、点名。
- (8) 组织策划系内集体活动“徐家山一日游”。
- (9) “五四表彰”活动，整理，上报获奖人员申报表和申请书。
- (10) 第四期党课培训学生的申报表与照片的整理。
- (11) 艺术系系内评优活动策划。

不过，几个月的工作下来，我也发现了自己很多不足，例如自身的综合素质和组织管理能力还有待提高，个人工作效率不高啊，很多业务不熟等等。针对这些不足，我想在今后的的工作中，我应当为自己做好一份详细的计划，合理安排自己工作，继续以最大精力投入学习工作中，并积极向学长学姐们好好学习！

简而言之，这个学期学到了很多，也发现了很多不足。在这个本学期的工作即将结束，我用这份总结概括了我部这学期的

工作，我还要在这写上我对下学期工作的期待，希望下学期我们的工作能更加井然有序的进行，改正这学期的不足，使下学期得工作更加顺利！

个人实践事迹总结篇五

国培回之后，感觉和孩子们的感情更近了，两周的时间没有和大家在一起，心中真的更多的是想念，想看到他们天真无邪的笑脸，想听到他们爽朗清脆的笑声。再次走上讲台时，我脑海中浮现的更多的是如何让他们快乐，如何让他们爱上学校，爱上学习，由衷地想给他们一个无比快乐、无比难忘的童年。终于六一的到给了我一次实现想法的机会，给了我们一段难忘的欢乐时光。

回后还没有完全熟悉校内活动安排的我，毫无顾忌地决定六一汇演后的下去我们一起去公园聚餐，孩子们都特别高兴，也非常积极地在准备。大家很是期待这四年同窗生活中的第一次集体聚餐。但直到月0号我们的计划被无情地打乱了！原1号汇演完后，学校没有安排放假，而是全体师生正常上，6月1号大家才放假一天。这可怎么办啊？1号下午不放假，我们的下午聚餐时间没有了，六一当天又有很多家长已经订好了陪孩子出游的计划有些错乱的我看了看表，1号下午第一节是体育，第二节是我的语，“啊！有了！”我兴奋地一下喊出声！虽然下午不放假，但我们可以把连起，在学校一起庆祝，一起玩耍！相对于到校外聚餐，也更安全了，真是两全其美的办法啊！

六一当天，为了让孩子们的聚餐能更及时、更尽兴，安排在了早上看完汇演之后。那天一大早，每个孩子都带着自己准备的心爱美食到班里，我们一起将桌拼成了聚餐模式，大家七八个一群围坐在一起。桌上的食物真的是琳琅满目，五花八门。有樱桃、西瓜水果拼盘，香蕉、菠萝水果沙拉，有自制的美式汉堡、三明治，还有各种创意的寿司、甜点。其中韩雨桐同学的水果罐头很受欢迎，满满的一大桶、多多的水

果果肉，不一会就被大家分吃没了。刘延羿亲自掌勺的西红柿蛋炒饭和烤香肠更是香气四溢，抢吃一空。心灵手巧的安恩贤，把米饭做成了可爱的小熊猫，旁边搭配了青菜和火腿做的小花束，样子很是精致，大家光是看着，都不忍心吃了呢！看着大家展示自己食物时的兴奋，互相品尝时的笑脸，站在他们身旁的我，仿佛也回到了童年，心中的喜悦油然而生，我为有这么多天真可爱的学生而满足，更为他们今天的快乐聚餐而欣慰。看着孩子们沉浸在欢乐的气氛中，我又对自己暗自许下心愿：以后不只是六一，一有机会我们就要组织集体活动，在活动中让孩子们收获更多的快乐。

聚餐后的我们又集体去参加了“欢乐游园”活动，投沙包、吹乒乓球是大家尤为喜欢的两个游戏，其中吹乒乓球是今年新加的游戏。游戏规则是乒乓球放置在装满水的纸杯里，连续吹过三个纸杯，球吹进最后一个杯中，并且中间不落地即为成功，一人只有一次机会。看似简单地游戏规则，孩子们玩起可没那么容易。乒乓球稳稳地飘在纸杯里，没有巧劲儿，很难吹动。有的孩子水溅了一脸也没吹过一个纸杯，还有的孩子鼓足腮帮一直再吹，都快缺氧了，也不见小球动弹。当然也有找到窍门的孩子，吹的时候嘴要低于小球，用气流向上拖小球，借助水的浮力，就会很顺利地越过纸杯延儿了。班里的很多孩子都热衷于挑战这个游戏，排了四五次队还意犹未尽。其中陈明媚和王瑞雪同学玩这个游戏很拿手，几乎每次必胜，得了五、六支铅笔作为游戏获胜的奖励呢！

游园活动后，我们上午的庆祝活动就结束了，下午我们又有哪些欢乐的游戏呢？这还要从午读说起呢！考虑到由于我出去培训了两周，孩子们的语较别的班讲的有些慢，而且上午孩子们玩得也很尽兴，明天又放假一天所以午读听写完字词后和孩子们商量下午上一节，出去玩一节。可能是上午大家真得都玩得很嗨了，也可能是感谢我给大家安排的小聚餐活动，孩子们并没有反对，痛快地答应了！那第二节我们玩什么游戏呢？之前让大家填写了活动策划小方案，有很多孩子想玩“全员加速中”、“撕名牌”、“抓尾巴”，但在操场

上组织起都有些不方便。最后我们选定了两个接力的游戏，以小组为单位进行p□第一个是“新新红领巾”，每组队员依次给对面的同学系红领巾，中间要钻过呼啦圈小障碍，看似简单地游戏，孩子们玩起时，乐趣可多啦！有的钻呼啦圈状况百出，有的只会给自己系红领巾，换个方向后不知道怎么给别人系上。孩子们为了完成任务，疯狂地在操场上跳跃着、奔跑着。第二个游戏是“搭桥过河”，同样游戏中也设置了一个小障碍，搭桥之前要先沙包投准，第二个游戏每组要两个队员完成，一个投沙包，一个接，一个搭桥，一个过河。用搭桥的旧报纸，折成8开纸那么大，但后过河次数太多，很多报纸都散开了。孩子们为了加快速度，顾不上折好，一个个都踩着硕大的纸奋力向前奔跑。

这最后的一节，让我真正感受到了孩子们的活力，看到了孩子们在尽情玩耍时的自在开心。翻看着游戏中孩子们的照片，很多平日里很难看到笑脸的孩子在游戏中也尽情地释放着，奋力地拼搏着。最后获胜的小组全员获得元储值币，小组加10分。

欢乐的一天很快就结束了，和孩子们在操场道别后，心中还是感慨良多，久久不能平静。我在想，这样的一天难道只能在六一有么？我们的孩子难道不应该天天都这样快乐地度过么？一次活动、一个游戏真的就占据了堂时间，真的就耽误了学习么？六一让我收获了孩子们带给我的别样快乐，六一也让孩子们收获了属于他们自己的欢乐记忆，六一让我和孩子们一起享受了童年，享受了师生间难得的情谊和默契，我相信这个六一会让我们每个人都难忘！

国培中学到的理念、方法和技巧在这次六一活动中已初见端倪，我坚信自己会在今后的班主任工作中继续践行国培中的收获，让自己学的新事物传递给身边更多的同事，浸染到和孩子们相处的每一天。今天刚刚结束的班主任论坛活动也是一次展示和交流的机会，既把自己开发的班本课程——《神奇的一元钱》做了分享，同时也学习到了更多新程的思路和灵

感。在参与和互动中，越越深刻地体会到班主任工作的责任之重大，越越为自己身为一名班主任而感到骄傲和自豪。国培中成露霞老师音乐活动的讲授内容将是我们下一个班本课程——《把耳朵叫醒》的起点，新程的开设将是之后努力的重点，期待着再一次和大家的愉快分享。

个人实践事迹总结篇六

一、实践报告的封面、扉页和目录：

- 1、封面内容：实践报告题目，撰稿人姓名单位
- 2、扉页：实践单位、实践时间等；
- 3、目录：正文的各章节、实践感言、附件等。

二、实践报告的内容与要求：

1、报告题目

报告题目应该由简短、明确的文字组成，通过标题把实践活动的内容、特点概括出来。字数要适当，一般不宜超过20个字。如果有些细节必须放进标题，为避免冗长，可以设置副标题，把细节放在副标题里。

2、学院及作者名称

学院名称和作者姓名应在标题下方注明，学院名称应用全称，用五号宋体字

3、摘要

1) “摘要”字样

2) 摘要的正文：内容：第一，简要说明调查目的，即简要说明调查的原因；第二，简要介绍调查的对象和调查内容。包括调查时间、地点、对象、范围、调查要点即所要解答的问题；第三，简要介绍调查研究的方法。

3) 关键词。

4、前言

介绍实践的目的、意义、相关背景、时间地点、人员、调查手段组成，实践单位或者部门的概括及发展状况、时间要求等内容。主要写法：第一种，写明调查的起因或者目的、时间或地点、对象或范围、经历与方法，以及人员组成等调查本身的情况，从中引出中心问题或者基本结论来、第二种，写明调查对象的历史背景、大致发展经历、现实状况、主演成绩、突出问题等基本情况，继而提出中心问题或主要观点来。第三种，开门见山，直接概括出调查的结果。前言祈祷画龙点睛的作用，要精练概括，直切主题。

4、正文

正文是对实践活动的详细表述，主要是实践的基本情况、做法、经验，以及分析调查研所得材料中得出的各种具体认识、观点和基本结论。正文部分可以按照实践顺序逐项介绍具体实践流程或实践工作内容，专业知识与专业技能在实践过程中的应用。以记叙或者白描手法为基调，在完整介绍实践内容基础上，对自己认为有重要意义或者需要解决的问题重点介绍，其他一般内容则简述。(本站)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，分析讨论问题的内容及推理过程是实践报告的重要内容之一，包括所提及的对策建议，是反映或评价实践报告水平的重要依据。字数控制在5000字左右。

5、结束语

结束语包括对整个实践活动进行归纳和综合而得到的收获与感悟，也可以包括实践过程中发现的问题，并提出相应的解决办法、对策或下一步改进工作的建议；或总结全文的主要观点，进一步深化主题；或提出问题，引发人们的进一步思考；或展望前景，发出鼓舞和号召。

6、谢辞

以简短的文字对在实践过程中与报告撰写过程中直接给予帮助的指导老师、答疑教师和其他人员表示感谢。

7、参考文献

8、队员感言

实践队员要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，内容较多时可以列出小标题，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，简要的提出今后学习、锻炼的努力方向。

9、附件

存放某些不宜放在正文中，但又具有参考价值的内容。

三、撰写实践报告的准备与步骤：

1、收集资料；

2、拟定报告提纲；

3、起草；

4、修改定稿。

四、实践报告的写作细则：

1、书写

实践报告用计算机排版打印，打印一律用a4纸。版式要求如下：目录（二号黑体居中）内容（小四号宋体），标题（小二华文中宋或黑体加粗居中），学院及作者名称（五号宋体居中，学院名称与作者名称之间应空两格），摘要（小四号黑体加粗）；内容（小四号楷体），关键词（小四号黑体加粗），正文内容（小四号宋体），1.5倍行间距，正文部分一级目录用小四号黑体，参考文献小四号宋体。实践报告中汉字必须使用国家正式公布过的规范字。页边距：上3.0厘米，下2.5厘米，左2.5厘米，右2.5厘米。设计页眉、页脚、页码。

2、标点符号

正确使用标点符号

3、名词、名称

4、数字

在叙述中，一般不宜用阿拉伯数字

5、标

题层次

实践报告的全部标题应层次统一、有条不紊，整齐清晰，相同的层次应采用统一的表示体例，正文中各级标题下的内容应同各自的标题相对应，不应有与标题无关的内容。

章节编号方法应采用分级阿拉伯数字编号方法，第一级为“1”、“2”、“3”等，第二级

为“2.1”、“2.2”、“2.3”等，但分级阿拉伯数字的编号一般不超过四级，两级之间用下角圆点隔开，每一级的末尾不加标点。

6、注释

实践报告中有个别名词或情况需要解释时可以加注说明，注释可用页末注（将注文放在加注页的下端），而不可以用行中插注（夹在正文中的注）。注释只限于写在注释符号出现的同页，不得隔页。

公式应居中书写，公式的编号用圆括号括起来放在公式右边行末，公式与编号之间不加虚线。引用文献标注应在引用出正文右上角用（）和参考文献编号表明，字体用五号字。

7、表格

每个表格应有自己的表序和表题，表序和表题应写在表格上方居中排放，表序后空一格书写表题。表格允许下页续写，续写时表题可省略，但表头应重复写，并在右上方写“续表**”。

8、插图

文中的插图必须精心制作，线条要匀称，图面要整洁美观；插图6幅以内，用计算机绘制；若为照片，应提供清晰地黑白照片，比例一般以1：1为宜。插图一律插入正文的相应位置，并注明图号、图题每幅插图应有图序和图题，图序和图题应放在图位下方居中处，图序和图题一般用五号字。

全文行间距为1.5倍行距

个人实践事迹总结篇七

xx年的暑假，这是我进入xxx医学院的第一个假期，美丽的医学院，承载着我的梦想去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的暑期便来到xxx县实习。这次实践是我踏上社会前的一次历练，不管工作的如何，这都将是我人生的一笔宝贵财富。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持三查七对(三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：阿姨，该打针了！我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎

针竟然会如此的顺利!

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

xx.2.21在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术!手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病!因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质：

1. 思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想;要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的. 医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神：真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责;要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。

2. 专业素质：护理人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理;严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精;要有敏锐的观察

力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。

3. 科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

同样，即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到：

1. 医生是一个很平凡的职业，他的责任就是救死扶伤，挽救病人的生命。
2. 医生也同样应该具备一定的思想素质、专业素质和科学素质，要有一定的责任心，把病人的生命看作是自己的生命。
3. 医生要有创新和探索的能力，积极为医学的未来作出贡献。

新的学期开始了，新一轮对医学知识的吸收和总结也拉开序幕，我会将这次实践所得来的经验融入到理论知识上去，投入百分之百的努力：加油对所有的人说！

个人实践事迹总结篇八

xx年x月x日，我校迎来了参加职业渗透教育的20xx级新生。

在上级领导的支持下，在校领导的正确指导下，职业渗透教育期间，学生科以认真的态度，求实的作风出色地完成了学校制定的德育目标和计划。现将工作总结如下：

1、5月x日，组织新生班主任及学生会干部做好每位初中学生的接待工作。班主任组织学生填好《新生注册登记表》，晚上有班主任下到班级统计学生人数并引导学生适应新的环境。

2、给位学生倾注母爱般的关爱。为了更全面照顾到每位学生，每个班级配一名副班主任和三位学生干部协助班主任工作。经常到学生宿舍关心学生的生活，让学生感受到温暖。

5月x日上午，根据学校的安排，在新食堂三楼召开新生开学典礼。在开学典礼上，我校韦贤光校长和黄继北副校长分别做了发言，介绍我校的现有教学资源 and 今年来所取得的成绩。同时还派了教师代表，老生、新生各一名代表上台发言，让新生了解我校的学习和生活情况。通过以上的讲话，浓厚了学生的学习氛围，同时也增强了学生学习的信心。

学生来自不同的学校，各学校学生的纪律观念、道德水平、行为习惯存在明显差异，刚来到新的学校，有的学生不遵守纪律，不讲卫生，不爱护公物，无故打架，甚至有部分学生吸烟、喝酒、上网、无故旷课等行为。为了帮助学生改善这些现象，养成良好行为习惯，5月x日下午，以班级为单位，由班主任组织新生学习《学生操行管理规定》、《课堂常规》、《宿舍管理规章制度》等；经过本班学生的充分讨论，制定班规。

1、为了让学生能更快的适应新的学习，学生科与教务科组织班主和专业课教师对学生进行了学法指导，并取得良好效果。

(1) 第一阶段（开学一星期内），了解中职各阶段学习特点及各学科的一般学习方法；第二阶段（第二周）对本专业有一个初步了解，能改进学习环节，提高学习效率；第三阶段

（第三周）学会总结自己的经验，期间，以班级为单位召开了一次学法经验交流会，通过交流会，努力借鉴别人的经验，为己所有。

（2）开展主题班会活动。在职业渗透期间，以班级为单位，组织开展了《设计我的职校生活》、《融入集体、学会交往》的主题班会活动，让学生尽快融入职业学校的学习与生活。

在职业渗透期间，各班级组织开展了丰富多彩的校内活动，如气派球比赛、篮球比赛、拔河比赛，包饺子等活动。

为了加强学生的纪律性和熟悉我校校规，在渗透教育期间，我校组织高一近700多名学生进行了军训。在部队教官的悉心指导下，学生学到了基本的军事知识，初步掌握了一定的军事技能，加强了纪律性，培养了一定的集体主义精神，增强了国防观念，给学校领导递交了一份满意的答卷。通过军训活动，学生的纪律，精神面貌等都有了明显的变化，同时，学生的身体素质和综合素质有了一定的提高。

职业渗透教育结束，在6月x日上午召开散学典礼，在会上，我校对优秀教师，班主任及学生进行了表彰，并颁发了荣誉证书，以鼓励他们能继续努力，再创佳绩。

今后我们将继续从各方面加强对学生进行德育教育，将学生德育工作和学生的入学教育有机结合起来，注重在德育教育过程中对学生进行良好行为习惯的养成教育，增强学生的纪律观念、集体意识，锻炼学生不怕苦、不怕累的艰苦奋斗精神；加强对学生国防知识和基本军事知识和技能的教

个人实践事迹总结篇九

大学是我时代青春最美好的时段，也是我最不想浪费的时段，于是我选择了“在路上”见习(我的第一站_)。实习是充实自

我的一种方式，也是我无限憧憬的假期生活。暑假，多么漫长的2个月，假如像高中一样在家埋头苦干或者无所事事，那对于此刻的我来说，都是没有任何意义的。同样，假如好好利用这个暑假的话，也会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职。早在放假前我就在_x联系了这份兼职——_管理有限公司的帮工，做的是比较基本的_x工作。

1. 面试

虽然是事先联系好的兼职，但还是少不了面试的[x月_日，收到了公司的面试通知，因为是一家刚注册的公司并不完善，我们都不知道面试官是谁，虽然在学校这两年里也被面试过很多次，但那都是学长学姐，而这次是不同的，这让我很是不安，带着担心的心理，走进面试室，我甚至想退缩，就这样我的第一次面试以担心告终。

2. 学习适应阶段

当天下午三点，我收到公司通知，去领了工作服，熟悉了公司基本环境。由于刚去公司，对那里的一切都很生疏，领班对我们很热情，态度和气，这更使鼓起了我适应环境，战胜艰难和挑战的信心和力量，领导的耐心教导，同事的热情帮助无不在激励着我，鼓舞着我，尤其是发自内心的那种想及早进入社会的心情是我适应了公司，习惯生活，努力学习的动力源泉。

根据工作的需要，初次将我分到大厅，那时心无杂念，尽头十足，公司采取一带一的方式从慢慢的熟悉大厅的台号，备餐间的位置，到锻炼托盘的托法，直至最后的开档，收档，菜名我们一点点，一滴滴，一天天的重复记忆，到了最后就是整个备餐的基本管理，运作流程我也都了解了。

之后，我进行了服务学习，一连几天的服务操作技能培训，

从理论到实践，从摆台铺台布到餐中服务规范，老员工毫不保留的告诉了我们，天天的学习都是满满的，尽管很辛劳，但很充实很满足很快乐，笔记一页又一页，看了很有成就感，由衷的感到是那么的自豪。

开档，为客人倒茶，在客人就餐期间帮他们撤掉用过的空碟子，尽量满足客人的需求，到吧台拿酒水，收拾桌子，摆位，清理垃圾，抹银器和水杯，叠餐巾等等。工作简单而繁琐，天天都在重复相同的内容。

我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，累积了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们的师傅们能做的，惟独相信他们的学徒能做的更好，所以，你也要脚踏实地的去干，千万不能好高骛远啊。”听君一席话，胜读十年书啊。的确，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛苦苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这公司，领班给我上的第一堂思想课。

由于该环境的地理位置好，而且服务管理卫生等方面都比较好，所以，生意特殊火爆，经常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满足。

记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。挨骂回来后一个老员工特殊向我强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特殊是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免呈现意外事故，造成不必要的损失。他跟我讲了许多以晚发生的事故，其中的种种原因都是没有和客人保持一定的距离。他期望我在工作中要特殊小心不要在发生事故，要不然可就白干了。

我那时候在想，这可相当凶险啊，白干了不说，还很简单得罪人啊，以后得多加注重才行！因为公司有相关规定，那就是

在工作中假如是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。他说他不期望我辛辛苦苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高高兴兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了这些，我的经理也非常关怀我们的生活，询问我学习是否顺利，工作是否开心，和同事的关系处理的好不好，还破例给我预支工资，她对我这次实践活动赋予高度的肯定，赞扬我是难得的好学生，同时也对我第一次来到他们公司表示热烈的欢迎。他的一言一词都流露出了和气可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答他对我的关怀。

个人实践事迹总结篇十

23位兄弟姐妹们一起走过了一年的大学生活，我们早就有了共同的语言，形成了很大的默契。我们是一家人，都是坚强的自强学子。当地校长跟我们说：你们很渺小，因为你们都长得很小巧，没找到一个长得高大的；你们很伟大，因为你们时刻都保持着最旺盛的精力；你们是精英队伍，因为你们在工作中表现得非常出色；你们是铁人，每一句语言都透露出你们大学生顽强拼搏、吃苦耐劳的骨气；你们很幸福、快乐，因为你们就像一家人。

从接收到团委实践部的通知起，成立统筹小组商议方案到集体合作写方案到活动前的准备到实践到后期总结，我们23位队员齐心协力，意志坚定，战胜种种不是困难的困难，我们都有着强大的团队意识，这都得益于我们长久以来的相处和同风共雨！

我们队伍有着一致的理念：争对每个学生的特点，给予最适合的教导，让每位学生都变得自信、勇敢和坚强！

在业余生活中，在非正式场合，我们是一群快乐的小羔羊，我们活跃在自己宽敞的草坪上，但是我们从没迷失过方向，因为我们是一个团结奋进的团队。自强社是一个舞台，我们既是导演又是演员，舞台后面还有一位督导，她的工作就是静静地关爱着我们——她就是我们的指导老师。我们出错了，她给一个鼓励和微笑，但是她不是一味地告诉你怎么做；我们做对了，她还是给一个鼓励的微笑，告诉我们可以做得更好……就是在这样的舞台上，我们的队伍在无形中成长。

在下乡的日子里，我们以满天闪闪的星星和月初朦胧的月亮之光为灯光，我们“两个和尚”挑水喝、抬水洗澡。我们每天在星光下排成一排边洗衣服边聊着今天和学生之间发生的点点滴滴，重温在白天的快乐中。学校坐落在山脚下，最热情的要数这里的蚊子，在它们的带动下，我们也只能以热情相赠，每晚工作休息时间，我们就搭成“火车“，一起跳着兔子舞，和蚊子一起偏偏起舞，这是大家最快乐的时候，因为这是最轻松的时刻。我们知道，今天的工作已圆满完成，我们将以更饱满的激情迎接明天的到来。还记得一天晚上，副校长来办公室看望我们，校长和我们站成一圈，一边谈话，也跟我们一起跳起舞来了，因为蚊子一刻也不放过我们，这就是我们的生活中快乐的一角！

在工作中，我们时刻保持着严肃、谨慎的态度，我们做好最充分的准备，因为这就是防止出错的最好办法。我们在活动前一个月就开始准备讲义，筛选课程资料，试讲，我们精益求精，预测种种可能发生的情况和寻找最佳的应对措施，出发前三天早出晚归的排练，我们留着汗水，挥着手臂，歌声响亮，每天微笑而归。我们准备好了，所以我们信心满怀，出发！在下乡过程中，白天我们上课，和学生交流，中午老师们批改学生的日记，晚上进行一个钟的总结会议、队员分享和交流，解决每天遇到的问题，这是我们最激动的时刻，因为忙碌了一天，我们23位队员又可以像一家人一样坐在一起“聊天”了，而且和以往不同的是，我们的话题都变成了我们的学生。就像第五天晚上的总结会上，我们商量着评奖的

问题，最后是把原定的综合测试、优秀个人、优秀班级这些内容删掉了，取而代之的是每班一个属于他们自己的特别的奖项。因为我们的目的很明确：我们的活动要有新意，而不是一味追求形式主义。方法是死的，人是活的，必要的时候要随机应变，我们的宗旨是：一切为了学生！