

2023年公益实践活动总结(通用8篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可使零星的、肤浅的、表面的感性认知上升到全面的、系统的、本质的理性认识上来，让我们一起认真地写一份总结吧。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

公益实践活动总结篇一

社会的发展对大学生社会实践提出了更高要求。要不断提高对大学生社会实践的认识。下面小编就和大家分享寒假社会实践报告，来欣赏一下吧。

寒假时间比较短，然而，对时间的合理安排和对自身的合理调整，却足以让我认识到；寒假除了和亲友团聚，还有更为丰富多彩的内容。

工作期间，我得到了该公司员工的善意接待，从这两个星期的实习中，掌握了一些办公软件的使用，也让我认识到了办公室生活的优点和一定的局限性。当刚刚来到公司办公室的时候，不从事第一线生产的人都在一个办公室里办公，我没有固定的位置，因此为了不让自己看起来的多余，我开始寻找些事情干一下。然而除了打打扫扫，似乎看不出来有什么可以让我插手的。但是，随着时间的推移，我终于发现了可以让我有一定作用的地方了。虽然如此，但是从现在看来，我并没有深入的涉足到这家公司的真正工作中，看起来这次社会实践并不是很深入。由于我参加了这家公司的一次工作总结会议，我于是对公司的运转还是有了一定的了解。

如下是我在这次社会实践中总结出来的经验。

三 工作要有远见。 每个做出了工作报告的人，他们的报表或长或短，但是，有一个不容置喙的现象就是，他们都深深的分析着自己的工作，得与失，还有对未来工作的设想和预期，这些让他们的工作报表——至少在我看来——有着很明显的远见性。据我所知，这家公司有员工参股，尽管他看起来更像一家合伙制的企业。每个人都很明白他们的职责，也把公司的未来前途看得很清楚，因此我想，这家公司在未来的道路一定会越来越宽阔平坦。

总之，在这次社会实践中，我学到了很多知识，这些知识也将会对我以后的学习树立起明确的目标，伴我向前进步。

一摘要

此次寒假社会实践是在一个商场进行的，我在商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点的促销员。在为期一个月的实践中，我充分锻炼了自己的才干，增长了见识，自己的惰性也得到了消除。在与前来购物的顾客的面对面的交流中，我的人际交流能力得到了提高，性格素质和各方面的能力也得到了直接有效的锻炼和培养。这一个月的职业生活还丰富了我的人生阅历，获得了宝贵的经验和认识，加深了对社会的了解，并收获了不少各领域的心得和体会。

二正文

步入大学殿堂之时同时也是我度过了将近20个春秋之时，然而，这二十年来我并不像其他同龄人一样有过或长或短的社会经历，我从来没有真正自己独立地去赚过第一桶金，没有真正体验过社会生活。以往的寒暑假都是在家里通过看电视，上网等方式一点一点地荒废掉，但是这一次不同，我已经是成年人了，我已经是一名大学生了，大学的第一个寒假不能再是一个无所收获的虚度过程，再加上家人和朋友的支持和鼓励，我决定要度过一个真正有意义的假期生活。

我的求职过程并不像其他人一样的难，我算是比较幸运的了，我这份工甚至没有经过面试就可以顺利地入职了，我通过一位刚好在一个商场打工的亲人的介绍顺利地进入了该商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点促销员，可能只是一名短期工吧，所以公司并没有太多的要求。办理完包括健康证，工卡等一系列入场手续后我便开始了自己的第一个职业过程。促销员这份工作并不是一个很艰难的工作，主要是负责好自己所负责的堆头，包括不定期地上满货，整理堆头的排面，力求做到排面整洁美观，当有顾客前来选购时要积极地向顾客推销产品，介绍产品，并负责打包、打秤等，力求销量更多。

这是一份与我所学的数学专业可以说没有多大联系的工作，虽然可能不能得到在自己专业上的很好的锻炼，但是对于我这个毫无一点工作经验，一个初出茅庐的大学毕业的学生来说，一天工作8小时，60元一天，如果春节前加班多两三个小时还可以有85元一天的工资已经是满意的了，加上这是一个非常不错的赚钱和学习锻炼的好机会，所以我并没有放弃，决心做下去。起初工作并不忙，只是我是新人，对所在的工作环境和内容并不熟悉熟练。我开始并不知道所谓的“上满货”是怎样一个“满”的程度，通过向其他老员工同事对比我才发现我和她们定义的程度不同，她们把货上得比我上的满，于是我才改正了这个错误。我还犯了另一个一名销售人员最不该犯的错误，就是我把一些包装破损了的货上了，好在我的同事及时地发现了，不然就会产生极不好的后果。

这份工还有一个我认为非常有趣的任务就是打秤，散装食品最重要的工作之一就是打秤，商场一楼的所有的散装糖果、饼干、巧克力、糕点，每种都有不同的价格，比如糖果就有好几个品名的，每种品名又不一样的价格，每一位顾客选购的商品又不同，要为这么多顾客打秤似乎是非常复杂的一件事。当我第一天来到打秤台前，看着别的员工熟练地打着秤，一袋又一袋商品被她熟练地打出来了，我忍不住发自内心地赞叹她们，经过观察我发现有些商品还要输入该商品的条码，

每一个6位数的条码对应一种商品，商场这么多商品，各种各样的商品都看得我眼花缭乱，更别说记住这些条码了，顿时我就觉得我做不了打秤这项工作，甚至还想向主管提议说不打秤了。

可是后来我想，尽管我岁数都比那些老员工小，工作阅历和经验都比她们少，但是我跟她们领同样的工资，甚至都比她们当中好多人的工资要高(短期的工资会高一些)，怎么可能不打秤呢，再说我是一个大学生，比她们的学历都高，如果这样做就必定会让人觉得大学生太娇气，吃不了苦，何况这是个锻炼自己识记能力、反应能力和学习能力的好机会，于是我决定要打秤。我就从辨认商品开始，逛遍所有的散装商品，这样有助于当顾客拿来不同的商品时我可以反应出该商品的品名，接着就要记住商品名在秤上的位置，其实掌握了这两点就可以打秤了，但是如果要做到效率高以至于当顾客多时不会让人等太久就要熟记好那些品名没有标在秤上的商品的条码，通过熟悉我发现了条码的规律，那就是同一个牌子的商品的不同类型其实只相差一位数，这样就可以以牌子的系列为单位，记起来就容易得多了，通过慢慢地锻炼我已经可以记住所有的条码，打起秤来也很熟练了，甚至在双休日和春节前等人多的情况都可以应付过来了。在打秤的过程中我确实收获了很多，比如在人非常多时，十几个顾客围着一台秤足以令人忙不过来，这时心里就会有压力，既怕打错秤(如果打错了遭到顾客投诉可就要罚款的)又怕忙不过来让顾客等太久，如果不幸遇上秤出故障就更焦急了，这就锻炼了我遇事的态度，磨练了我沉稳冷静的性格提高了自己对突发事件的应变能力，改变了自己急躁的性情。

严霜冻结了整个世界，想把一切都包进它瑟瑟的白色的外衣。寒冷的风肆意的钻进人们的身体，。正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒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，想通过社会实践，带来一份额外的收入，好帮爸爸妈妈买点什么东西。

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，带着我的黑色绒帽，骑着我的脚踏车带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始，我想一天拿35块钱，其实目标也很低，不是吗？可是，在所有我能干的招聘单位中没有这样的红利。我打听了其他同学，他们也都是如此。每天20块钱，干9个小时，天天劳累，时时想休息，可是休息时间很少。简直是可怜呀。

总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板就让我来做传菜员。每天25块钱。第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，在家从来没有这么苦。就算农忙，我也没有这么累。可现在只能端盘子，一天到晚都得端盘子。在加上我们传菜部的负责人是个多嘴的老大妈，整天念叨，叫你干这干那。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想赐开始就干不下去了，不行，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先行把自己同事之间的关系搞好。因此我只好暂时避其锋芒。尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨管理的机会。

厨房是厨师的战场，由其是是生意非常的时候，那种场面真的就跟战场上打战一样，厨师的工具以及厨房的任何摆设和物品(包括调味品和原材料)都是厨师的武器，锅、碗、瓢、盘也为威望工作编奏出一首首生活的乐谱。墩子也叫切配，专六负责原材料的精加工，打盒负责将切好的原材料拿给灶上的师傅，并且做好装盘，菜品的装饰。蒸菜师傅负责使用蒸箱蒸菜，灶上师傅掌勺用来专门负责菜品的烹制，点心间

的师傅专门负责面食点心的制作，凉菜间在另一间房里，负责冷菜的制作以及水果的制作，我们传菜间的工人很简单，只要反台上做好的菜将盘子边上多余的菜汁擦干净，需要配上味碟的将味碟配上，有汤的菜配上汤勺，并且注意菜品的出品顺序和出品的速度快慢并且要保持好住处的有效，随时传递好前台以及威望之间的住处所以每天工作和学习，在传菜部很累很辛苦，腰是酸的，腿是麻苏苏的，眼皮是黑色的。反正很累很累。

说”，做切配的做打盒的徒弟经过长期的踏实的努力就能成为灶上的师傅就能掌勺就能独当一面，这就是他们之间的联系和区别“。领班还对我说：”你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？”确实，听了他对我所说的金玉良言。我的确让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。我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习书本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用寒期时间参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点书本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

我觉得的这次实践很累但也很好，有好好磨练自己的意志，有别人对我说金玉良言，真心的关心我。我知足了。

我总是很想在生活中寻找自己的位置，寻找实现自己价值的方式，于是和我有相同想法的许多人不约而同地选择了“打工”，可能因为这是我们心目中最理想也是最快的自我“增值”的方式。

当我们自信满满地踏上这条鲜艳的五彩之路的时候，战斗的号角才刚刚吹响。从开始的兴奋热情到中途的迷惘不知所措，再到试图放弃退缩，直到艰辛的坚持，当我们的锐气被磨减的时候，当我们备受冷落的时候，当我们的付出得不到应有的回报的时候，当我们的骄傲被踩碎的时候，当我们面对突如其来的未知的与想象中迥然不同的社会的时候，我们突然发现自己是何等的渺小与脆弱！第一次“上班”，第一次在厨房被寒水冻得瑟瑟发抖却不能离开，第一次被人呼来呵去地指挥做事情，第一次体会到工作的艰辛，第一次领工资，我突然发现社会的复杂和生存的不易。

寒假时期社会实践活动，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，受益匪浅的社会实践。这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

公益实践活动总结篇二

20xx年11月被聘为xx镇综合实践活动学科带头人，第二年任期即将结束，在过去的两年里压力与动力并存、忙碌与收获同在。作为小学综合实践活动学科带头人，我积极履行着自己的职责，认真完成上级业务部门交给的工作任务。认真完成学校交给的教学、教研任务。回顾期间的工作，有欣慰与成功，也有惭愧与不足。

一、引领学校科组建设

1、我校综合实践活课时安排是弹性课时制，即将每月4课时的综合实践活动时间根据需要灵活安排。并安排了三位专职的综合实践活动教师，可以根据需要将2节综合活动大课与信息技术课打通，也可将其与其它学科如自然、班队、社会、科学等打通，统一安排使用这样的安排灵活性大，为综合实践活动提供了时间上的保障。在课时的落实上，学校领导小组不定时地进行检查和听评课活动，保证了新的活动理念的

运用，提高了每节活动课的课堂质量。

2、科研课题是我专业成长起点。教学实践紧密结合的课题研究对教师的专业化成长起着极其重要的作用。它能有效提高教师的科研素养和科研水平，帮助教师从“经验型”转向“研究型”，进而提升为“学者型”。课题研究，是为教师专业化成长的一个重要载体。20xx年至今，我一直参与东莞市“六课型”课题的实践与研究工作。我校是该课题的实验学校，我作为我校课题研究的负责人，一直亲历课题的研究，该课题已经申请为省的优秀课题。这也成就了我专业成长。

二、课堂教学是我成长的催化剂

本学期我们主要重视了综合实践活动的课堂教学，力求通过听评课活动，使综合实践的课堂教学改变以往的应付、呆板、满堂哄的现象，做到科学、务实、创新，既促进教师课堂教学理念的转变，又使学生能在课堂上学有所得，真正地走向生活，走向实践，走向创新。

评选出优质课进行推广，促使每个教师的授课水平达到一个新的高度。我们还对三次听评课中不合格的教师限期充实与提高，将听评课活动扎实地落实到了实处。听评课制度将先进的教育理念吹进了课堂，使综合实践课的课堂也充满了新课改的气息，不但敦促教师不断地改革创新，而且调动了他们上好活动课的积极性，使每一节活动课都科学扎实，保质保量。

三、培养青年教师发挥指导能力

作为市综合实践活动教学能手、镇综合实践活动学科带头人，发展自我的同时，还要担当起历史赋予我们的重任，带动青年教师迅速成长。一花独秀不是春，百花齐放春满园。我有计划的培养青年教师，每学期具体指导不少于2次，注重培养效果，培养对象每年能在校级出一节公开课。我指导的赵少

华老师在我的引领下制作的微课获得市一等奖，在今年也获得了综合实践活动教学能手称号，真正起到了辐射与引领作用。

教育是一种职业，教育更是一种事业。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索” 成绩在取得的同时又将成为历史。面对未来，自己秉承敬业、责任、诚实的美德，抓住每一个提高与促进的机遇，在教书育人的舞台上尽情书写属于我们的篇章。

公益实践活动总结篇三

转眼之间，我已经正式告别了这一学期的学生生涯，迎来了我大学的第一个假期，蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那些无奈，为了不留遗憾，为了使这个漫长的假期过得更加充实，我将为我的这个假期做一个详细的规划，提早进入社会，开阔视眼，增长见识。

这次实践我去了派派乐打工，“凡事想时容易，做时难”本以为这里比其它餐馆干净点，打工也可以轻松点，不就是给顾客点一下餐，收拾一下桌子吗？这些平时在家也做过，心里还存在侥幸的心理，可是让我么想到的是刚去的第一天下午就犯错了，在给顾客点餐时出了差错，刚好被领班发现，被骂是不能避免的。因此，我心中也是有许多委屈，可事实摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓的我说不出话来，我心想万事开头难，早接下来的工作中我一定会更加认真。

派派乐里非常忙，每天得等到所有的顾客走完我们才可以下班，所以每天回家也已经很晚了，在加上累，于是我有了辞职的想法，可是又想如果就这样就半途而废，什么也学不到，我又觉得很惭愧。而且自己需要学的的还很多，所以我一定要坚持下去。正是有了这份坚持我后面的工作也顺利了很多，失误也减少了。

通过这次实践让我认识到凡事一定要坚持，面对社会上形形色色的人，也要学会怎么面对，同时，我也学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心去对待身边的人。我相信，这次经历会成为我人生中的美好回忆，它也会时刻的鼓励我不断前进，在人生的旅途中越走越长。

时间飞逝，告别了短暂的假期，新学期即将开始，在新的学期里我将会收起那颗脆弱敏感的心灵，用坚持不懈的汗水为自己的明天，为自己的目标而奋斗，我坚信那溅在路上的滴滴汗水，是为我将来的成功奏响的旋律。

我在酷暑中迎来了暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个高中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气炎热，烈日当头，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，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。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，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。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。

这次亲身体会让我有了深刻感触，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。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经

学会了一些基础的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的”。于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好！

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。寒假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。

半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

公益实践活动总结篇四

社会实践活动能带给我们广泛接触基层、了解基层的机会。经历了短暂的社会实践活动，你不妨来写一篇社会实践报告。你是否在找正准备撰写“学校社会实践活动报告范文”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸

襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，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，但你得去面对你从没面对过的一切。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的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，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢？也许老师是正确的，虽然大学不像在社会，但是总算是社会的一部分。我们有了在课堂上对知识的认真消化，有平时作业的补充，我们比别人具有了更高的起点，有了更多知识去应付各种工作上的问题。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都

是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

在我的打工生活中，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。

我也从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，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打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，二十四天的打工生活，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。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。暑期虽然只有短短的两个月，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。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，不要简单地把暑期打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，只要是自己所能承受的，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。

在这次寒期的工作中，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。这次的打工是一个开始，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。

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支布提供了参加实践活动的建议。这是一种磨练，对于

学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。感谢学校给我们学生提供一个社会实践的平台。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从01月20日到02月10号3为期一个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：(二)基本情况以及工作体会：

先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样瞧不起人家呢？但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次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。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二. 在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。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。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。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. 在工作中要不断地丰富知识。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，头脑就要枯竭。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。(四)本人存在的问题以及几点思考：

在实践中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

虽然在实践中存在着一些问题，但是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。通过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础(五)本次社会实践的问题和建议：

一. 在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

二. 因为我的专业是经济方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。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得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真希望以后能再有这样的机会，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，系领导和老师对我们的支持是不可忽视

的。正是系领导和老师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交能力及实践能力的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚实的基础。

这个暑假与我以往的暑假有所不同，不再是学习课本知识，而是开始了我的社会实践。我在饭店找了份工作，于是，我的暑假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。

工作第一天，领班把任务分配了一下，大家便开始了新一天的劳作。孰不知我这个新手什么都不会，似乎大家都认为是约定熟成的东西了吧，我向别人求助了一下，拖地时，但我还使尽浑身解数努力去拖，总算是干净了，擦擦额上的汗珠，我真感到累了，不光是拖地，像擦杯子整餐具，这些活儿跟我们平时干的都不一样，看这些老手们干的都是有板有眼的。虽然不是很上手，但我觉的很欣慰，让我懂得了，生活中琐琐碎碎的事很多，但他们中都隐含着各自的规则，需要我们去遵守，去感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获许多，成长更多。

我欣喜地感觉到，通过社会实践的磨练，让我变得更加成熟、更加自信，我们有理由相信，当代青年大学生有实力承担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动！

二、社会实践主要体会

刚来的前两天是给我们培训的，别认为服务工作是一份简单的工作，为了让我们熟悉饭店的基本工作流程和熟悉菜品，所以我们干起了传菜。虽然传菜部基本上都是男生，我们证明了女生也可以干的一样好。开始练我们端盘子，男传菜员两手各拿一个端盘，我们也不例外，端着盘子来回来去，有的菜品也很沉，就这样走，一走就是一个小时，走的腿都酸了，酒店还给我们发的小跟鞋，想从来没穿过跟鞋的我们，

更是一种煎熬啊!工作时我感觉很累,而且很不适应,觉得有些坚持不下来,但最后还是咬牙挺过来了!宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁,尽管这样的实践不能代表什么,但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力,有了这样的体验过后,当我们真正面对困难的时候,我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静,千万不要忽视每一件事的细微之处,因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的,但收获是巨大的。实践让我的生活变得多姿,实践让我们的人生变得多彩。

这家饭店是一家四星级的商务涉外饭店,每一个饭店都有好几个岗位,各个岗位的要求不一样。这家饭店岗位主要有前厅、餐饮、客房、酒吧、商品部、康乐等,而各岗位中又有小小的岗位组成,我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部门,是客人用膳的主要场所,也是饭店获得最佳经济效益、弹性最大的部门之一,它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务,个量大,时间长,需求多,为了满足宾客的不同需求,必须做到美味佳肴,令客人吃得满意。工作很苦很累明天都要忙到晚上九点之后,但是我却从中学到不少书本上没有的知识,也顺利的将所学充分运用到实践之中,做到了理论和实践的结合。

每天上班时间不固定,每周都会给我们排班,有早班,中班还有晚班。上班时开会领班就会给我们介绍菜名及价钱和今天的工作日程,还有今天客人订好的包间,哪几个传菜员去哪几号包间服务上菜等等。11点开始站岗了,迎宾在门口等待来临的客人,中午十二点到两点是客流高峰期。4点半过去又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

在服务中,有不少礼貌礼节和仪容仪表是应遵守的,餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作,在服务中要做到精神饱满,并且热情和蔼地面对顾客们,耐心的满足顾客的所有要求,急顾客所需,这样才能让服务传递到顾客心中,让

顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

时间飞逝，虽然大学第一个假期结束地很快，但我还是对这个寒假所发生的事情回味颇深，因为我在这个寒假进行了社会实践。作为一名大学生，必须要承担起重大的历史责任和使命，跟上时代的步伐，让每一天都过得有意义。因此在大学的第一个假期，我有了一个充实的、难忘的社会实践经历。我在一家教育机构课外辅导部做兼职老师，在这次实践中，我体会了很多不同的东西，是我之前没有接触到的东西，这对我来说，是一项很难得到更好的发挥的前提。在不断的发展中，我有了更多的进步，我知道自己还有很多需要改进的地方，现在的我已经很好的适应了学校生活，可是社会生活还是不行，我需要继续不断的努力。在实践中使自己不断地提高。大学生寒假社会实践促进大学生素质全面发展，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、协作精神、实践能力和社会交往能力的重要途径。因此我觉得在假期得到这样的锻炼对自己尽快的适应社会生活有很大的作用，这样的经历也会成为自己的一笔宝贵财富。

这次假期我为什么选择做家教作为自己实践的内容，原因有两点，首先 我爸是一家课外辅导的负责人这样就给我提供了一个很好的平台，还有一个原因就是自己一个小小的梦想。记得小时候就有一个梦想，希望长大后能成为一名光荣的人民教师。可是后来经历了人生的种种，我成为了一名工程管理专业的大学生。可儿时的那个梦想却一直都没有消逝。老师那高大的形象和伟岸的身躯，“好大一棵树”的优美旋律却依然在我脑海中萦绕，在身边回响。于是就有了这样一个“一石三鸟”的经历。可以实现我的儿时梦想；能多一种不

同的人生经历;可以靠自己的双手完成学业。后来我发现不仅让我学会了这几种东西。而使自己更加清楚的了解了自身的能力和学到了许多课堂以外学不到的东西。

在假期刚结束一周左右我就开始了自己第一次社会实践。第一天是试讲，我给两位初中生补习数学，为了能做的更好，我又把初中时代的课本重新翻阅了几遍，走上了我的人生第一讲。尽管有些紧张，但是我还是通过了第一关。当时我心中的感受就是做一名老师真的很不容易呀。一回生，二回熟，就这样我便做起了我的“老师”了。可能是第一次给学生做家教吧，我格外认真，每次讲课的前一天晚上，我都很努力的备课，生怕讲错了那一道题。可是这样事情还是发生了，有一次我讲错了一道题，当时要是有一个地缝，我恨不得钻进去。就这样我每天早上起得很早睡的也比较晚，很辛苦，很累，但是却很充实，算是顺利的完成了我的当老师任务。学生家长也对我很认可，我带的学生也对我很尊敬，我们也成为了好朋友。特别是他们管我叫“仲老师”的时候，我的感觉就好像是飘向了天，很自豪，很光荣。那时我才真正的明白人们为什么说老师是太阳低下尚的职业。

这次实践我学到的不仅是生活的艰辛和为人处事的态度，还有教育问题上的一些经验和原则。而这些，必将成为我人生经历中的一笔宝贵财富。我也希望在今后的学习和工作中，把学到的这些真正的做到学以致用。现在我把这些感悟记录下来，勉励自己，也跟大家共同分享。

一：教育需用心

我们都是经历了九年义务教育后按部就班的上高中、考大学，如今自己以一个过来人得身份面对这群还处在懵懂时期的孩子时，或许更能体会到他们的心情吧。在这里，带班的大都是在校大学生。他们年轻、富有活力和激情，当然还有自己独特的教学方法和理念。孔子讲“因材施教”，在这里，针对不同年龄的孩子，当然需要不同的教育方法和方式。比如

说对于一二三这三个年级的小学生来讲，鼓励和奖励是他们最喜欢的方法。做的好的，适当给予相应的奖励，做的不好的，则要给予鼓励。批评是需要的，但非必要。而对于四五六这三个年级的小朋友来说，他们虽然还小，但脑子里应已经有了一定的的是非观念和自己的想法。所以一块糖，一个大拇指这样的奖励对他们来说就有点幼稚了。不过，你可以奖励他们一些他们感兴趣的东西，比如一块聊聊穿越火线，一起做游戏，讲个他们感兴趣的故事等等。而对于初中生，正是个性形成和发展的关键时期，因此一定要注重他们的个人感受。一味的批评无疑是他们最反感的。所以平时的教育中，既要想办法引起他们的兴趣，又要把知识传授给他们，同时还要搞好和正处于叛逆期的他们的关系。一期班下来，收获的不仅仅是他们的信任和喜爱，还有面对他们成绩时的自豪感和成就感。一直记得最初辅导班负责人的话：一定要用心。只有这样，才能获得家长和学生的信任，只有这样，我们的事业才会长久和发展。当然，不仅仅是做教育需要用心，从事任何行业，都需要我们用心去做好每一件小事，只有做好了每一件小事，才能成就大事。俗话说，细节决定成败。只有真正的用心注意好细节，才能将事情做好。因此说“走心”，这不仅仅是演员们演戏时的要求，也是平时的工作、学习和生活中，想要做好每一件事情的一个前提和必要条件。孔子说“有教无类”，确实一个班里总会有几个学习成绩差点的，几个学习成绩优秀的。当然，自己的亲身体会也证明，老师喜欢学习好、懂事的孩子是有道理的。但这并不能成为我们放弃其他孩子的理由。看到成绩好的孩子取得好成绩，我们当然会高兴；但当你看到经过自己的努力，那些成绩差的小孩成绩有了进步时，心里更多的确实骄傲和自我的满足。我们都曾经经历过，所以知道小孩子会喜欢怎么样的老师，会讨厌怎么样的老师。也知道他们更容易接受哪种教育方式。所以这是我们的一个优势，也是我们应该好利用和开发的资源。时间虽然不常，但学到的东西，却不仅仅局限于教育上。相信这些人生的经历会让我在以后步入社会的道路上，给我以启迪和警醒。

二：挣钱很辛苦 要学会节俭

勤俭节约自古就是中华民族的传统美德。但是这对于从未步入社会参与劳动的我们来说，就如同对牛弹琴。对于一直以来的纯消费者而言，哪会明白赚钱的辛苦和不易。而且一直以来，还理所应当的享受着父母给予我们的一切。但当我真正投身其中的时候，我还是体会到了赚钱的辛苦和不易，虽然这并不是多么费力的体力劳动，但每天按时的上下课，对懒散惯了的我来讲，已经是一个不小的挑战。尤其是天冷的那几天，起床变得尤为困难，但因为肩上的责任，每次都是咬咬牙，坚持了下来。最后，手里拿着自己辛辛苦苦赚来的红包，心里既激动又感动，觉得自己好像瞬间就长大了，懂事了，可以分担一下父母肩头的担子了。虽然工资并不多，但毕竟是融入了自己的汗水，付出了自己劳动的所得，所以拿着“沉甸甸”的红包，想着之前自己打算的花钱计划，犹豫了。还是把钱花在有用的地方，那些杂七杂八的东西终究还是没舍得花自己赚来的钱。哲学讲实践出真知。如果不是亲身体验了一把工作的艰辛，仅仅从书上学习那些空洞的理论和说教似的东西，我不会有这么深的体会和感悟。也不会明白父母的辛苦和不易。所以我倡议大家利用课余时间尤其是大学生出去做份兼职，一来体会一下生活的艰辛，二来自己赚取一点零花钱，再者还可以积累一些工作经验，学到一些课本上我们学不到的东西。只有真正体验了其中的滋味，才能给一个人的心灵的触动。半个月的讲课，早睡早起的生活，既锻炼了我的意志，又让我明白了什么是责任，什么是担当。所以从此以后，节俭不应该仅仅停留在口头上，更应该实践在平时的生活中。继承先辈们的优良传统，既是对先辈的缅怀，也是我们以后可以留给后辈们的宝贵财富。

三：搞好人际关系

人际交往是伴随我们一生的一门课程，如何与人相处，如何与不同的人相处这是我们一生都值得研究和探讨的课题。在辅导中心，我们要跟不同年龄的小朋友和大朋友相处，还要

跟其他阅历、背景不同的老师相处，还要跟学生的家长做好及时的沟通，当然跟管理者也需要及时的交流和讨论教学中的困难和问题。因此，这张复杂的关系网中，如何与不同的人相处，如何搞好人际关系成为了一门学问很大的课程。首先，在与学生的相处中，因人而异成为了首要原则。有的孩子内向，有的孩子外向，有的调皮，有的内敛。针对不同个性的孩子，因人而异尤为重要。作为一个大哥哥一样的老师，不要摆出一副高高在上的样子，拒人于千里之外，那样谁都不会喜欢你。相反，亲和力才是一个老师受欢迎的法宝。其次，在与学生家长的沟通和交流中，则要以足够的耐心和责任心让他们放心。家长把孩子交给老师，那是对你的信任。同样的，你必须要做到让家长放心。针对孩子平时学习中的问题，一定要及时发现，及时沟通。当然，这种沟通并不是告状，只是为了更好的促进孩子的成长。只有老师和家长的共同努力，共同配合，才能使孩子更加健康快乐全面的成长。再次，是与管理者之间的交流。作为辅导中心的老师，首先要服从管理，听从安排。当然这并不是说你不可以有自己的意见和建议。适当的时机，你也可以发表自己的建议。而且一定要做好沟通。对于平时教学中发现的问题，一定要及时的与管理者沟通，只有这样，才有可能在事情变糟糕之前，解决掉那些可以避免的麻烦。而与其他老师之间的相处，即与同事之间的相处，也是非常重要的一点。和谐的人际关系会让你的工作更加轻松、更加简单。俗话说，三人行，必有我师。在平时的交往中，要真正做到则其善者而从之。善于看到别人的优点和长处，善于学习别人的优点和长处，这是一个人不断成长和成熟的标志。在辅导中心的一个非常受欢迎的老师身上我也学到了很多。比如，上课时，给其他老师倒杯水，教孩子们懂得感恩老师的付出，当然还有一些小方法和小窍门，虽然很小，却很受用。人与人之间的相处是一件很奇妙的事情，虽然我们不可能做到让人人都喜欢自己，但起码掌握一定的人际交往技巧，对于改善人际关系，构建和谐人际交流网络还是非常有必要的。良好的人际关系使我们的一笔财富，不论是在大学，还是以后步入社会，这都是我们人生中不可或缺的一课。掌握一定的技巧，学会一定的

方法，则可以让我们的的人际关系更加和谐，从而使我们的社会更加和谐。

四：管理有方法

在大学自己是学工程管理专业的，所以在这次实践中得到的管理经验对自己专业学习有很大的作用。通过这次当老师的经历，我认为作为一个管理者，方法尤为重要。对学生的管理，你既不能像在学校那么严厉，又不能太过懒散。所以把握好一个度，显得尤为重要。但需要明确的是一定要有明确的管理方案和要求，否则将难以控制其局面。所以，管理有方法，合作更和谐。

五：自立方能自强

作为当代青年和大学生，当然还是90后，如何成长如何成才？我认为第一步一定要学会自立。寄生虫一样的生活环境很难培养出真正优秀的人才。而一味靠父母也不是我们的风格。离开父母的羽翼，自己敢于面对生活的风雨和挑战，这才是你真正步入社会所需要学会的第一步。一个人只有真正的自立，能吃的了苦，方能成就自己。一个人如果连自己都照顾不好，何谈抱负和理想呢？自立、自信、自强是我们青年人的宝贵财富。所以即使家庭再优越，父母再有钱，如果你自身不够优秀，你也不是一个成功的人，不是一个会受人敬仰的人。

在这十几天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识；还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。

公益实践活动总结篇五

XXXX公司管网分公司抢修班

20xx年1月15日—20xx年4月26日

公司实行轮岗实习，在管网分公司的实习为我实习第一站，主要是对公司的基本情况，特别是管网分公司的工作情况有个基本了解。通过感受企业文化和管理理念，尽快实现从学生角色到企业员工角色的转变，能够融入到企业工作氛围之中。同时知道管网分公司的基本生产业务情况，了解里面的工作岗位，能够在老员工的指导下完成简单的工作任务。

（一）实习过程概要

郊煤气储配站报到。大约十三点一刻，我们准时到达了站去，在西站门卫和管网的一名老员工的指引下，我顺利地找到了周经理的办公室。周经理首先十分热情的给我简要介绍了管网分公司的工作岗位和基本情况。之后又把分公司的其他几位领导叫来，分别一一进行了介绍。每位领导都很平易近人，这一下子打消了我心中的顾虑，是我的压力减少了不少。在后来的实习过程中，我更是感受到了公司领导和员工关系的亲近，并不像在其他公司实习的同学所说的那样，经理们总是板着个脸，动不动就给员工脸色看。简单认识后，周经理和另外几位领导商量了下，先把我安排到了抢修班实习。在抢修班简单介绍后，我算是开始了自己的实习生活。

初入抢修班，可以说对于一些工作技能一无所知。因此在第一周的时间里，王班长和李班长并没有给我安排什么任务，主要是把积压的一些维修单据输入了电脑，偶尔跟着师傅们出去参加维修任务，但主要是安排我在一旁观看，帮忙收拾工具。清楚的记得，第一次是跟着杜师傅出去参加查漏的工作，当时很是兴奋。前一两周基本是这样度过，感受下抢修班的工作气氛，了解下工作内容，同时在实践中学习维修工

具的使用方法和功能以及一些管道零部件的名称和作用等。等到储备了一些基本知识后，我开始更多的参与到维修实践中来，这时我也感受到了自己的价值所在。说实话，在之前的日子里，光看着带领我的师傅们忙碌，而自己却帮不上什么忙，心里真不是滋味。在抢修班一个多月之后，差不多常遇的日常维修我都跟着参与过，这时除了在空闲时间帮忙输入维修单外，我更多的是跟着师傅们一起去维修。查漏、换阀门、修灶具、换立管、疏通管道、打孔、监护、抢险等工作我都有了一定的了解，并且能在师傅们的指导和帮助下开展工作。再后来，随着我对工作业务的熟悉，我也被安排参加了110值班的工作，还试着写过工作报告，穿插着一起巡查过管网线路。

（二）实习所得及感受

作为xxxxx公司的分公司，管网分公司主要负责燃气管道的巡查和燃气事故的维修，按燃气配送计划输送燃气等工作。在管网分公司中，除去领导层，工作岗位主要分为维修、巡线和调压三部分，分别是抢修班、巡线班和调压班。在三个月的实习中，我几乎一致在抢修班实习，偶尔跟着巡线班的师傅们出去巡查过几天线路，而对于调压班则了解较少，没有在那里学习过。

由于我所学的专业属于社会科学，再加上生活经验的限制，因此对于燃气管道和维修知识并不了解。刚来到抢修班时，我就像是一个无知的小孩，对什么都不清楚，对什么都充满了好奇。对于这方面知识的空缺，使得我下决心要认真弥补自己的不足。清楚的记得，刚来时实习时，我连一些维修的工具都不认识，也不清楚燃气管道上零部件的名称，更别谈什么维修知识了。但是，带领我实习的师傅们并没有因我的无知而冷落我，厌烦我，相反，他们给予了我耐心的指导。虽然这些指导是在实际维修中零碎传授与我，缺乏系统性，有时由于工作时间原因并不很详细，但是我还是十分感谢师傅们的热情。

这种边实践边学习，通过实地观察和师傅指导相结合的实习方式，有助于增加我的动手机会和能力，同时增加了学习的直观性。相对于理论教学而言，具有学习快和实用的特点。例如：这样的学习可以获得一些师傅们的经验性的维修技巧，而不是一味的采用某种固定模式。也正是通过这样的模仿和指导相结合的学习方式，我从原来的一无所知，到后来慢慢的熟悉一些维修工具的名称和常规的管道维修程序。在维修实践中，我知道了什么是切刀，什么是套丝机，知道了什么是对丝，什么是油印，什么是pe管，什么是调压器；学会了使用查漏仪、套丝机，学会了换阀门，修立管等等。但是在实习过程中，我也深刻感受到了这种学习存在的弊端，尤其是对于像我这种缺乏基础的实习生而言。以上的这种实习方式不利于获得系统的关于工作岗位的知识，在实践中的经验学习具有很大的局限性，可能在某种场合下适用，而在另外一些场合下不适用，因此从这一层面上讲，经验学习的效果被大打折扣。

当然在实习中也不光是工作，还有公司文化的学习和对于公司的融入问题。我感觉我们公司的企业文化很好，公司上下级间的关系融洽，员工们都很热情直爽，认可企业的文化理念，具有工作责任意识，多能以公司利益为重。公司重视员工的学习和能力提升，对于员工们具有较强的向心力和凝聚力，因此，在公司融入问题上对于多数新员工来说并不困难。

和纪律的重要性。作为抢修班的一员，不但需要拥有过硬的业务技能，还要拥有责任意识和纪律意识。燃气事故不是一般事故，它总是充满了危险的未知性，存在巨大的安全隐患。作为110联动单位，在抢修任务中，尤其是突发事故发生时，队员们要能够准确判断，服从安排，火速出动，积极沟通，做好事故的处理工作。时间就是生命，时间就是金钱，在燃气抢修中一点都不假。另外我也了解到了公司创业的艰辛和守业的不易，分享了公司获得的荣誉和成绩，对于公司和自己未来的发展充满了美好的愿望。

但是在实习中，我也有一点点自己的看法想提出：

首先，就是上文提到的在实习中的学习问题。我认为如果在正式实践之前，有个相对系统的理论学习会更好。这种理论学习可以是专人的讲解培训，也可以编纂培训手册，让实习生或新入职员工自我学习。这样便于新员工们快速了解企业的基本情况、人事设置、工作岗位和对于工作技能的要求等内容，有助于获得相对全面的信息。在此后的实践中不致一无所知。并且先前的理论学习可以和后面的实践学习相互印证，实践中筛检真知。

其次，就是国学经典的学习。我们公司很重视传统文化的学习。在我实习的这段时间里，我们正在学习的是《弟子规》，每天的晨会上大家都会一起背诵其中的一些章节。学习经典传统文化，有助于修身养性，提高员工们的素质，这是非常好的。不过时代是在变迁的，传统文化中总有一些过时的东西存在。我想如果能够定期的安排专人对其进行讲解，结合我们现在的生活和工作实际，对于传统文化进行再创造的话，也许效果会更好。

公益实践活动总结篇六

节能减排是当前我国十分关注的问题。随着社会的发展和人们生活水平的提高，用电量逐年增加，在能源消耗和环境污染上的问题已引起人们的重视。在保证用电质量的前提下如何节约用电、减少污染、实现绿色用电已成为电子行业的发展主题。电子型定时器。即一体化电子定时器，已越来越多地用于家庭、商场、宾馆等各种室内用电场合。

实践目的通过社会实践来达到锻炼自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自己即将步入社会做好铺垫。巩固专业知识，提高实际操作能力，丰富实际工作和社会经验掌握操作技能，将所学知识用于实际工作。同时也是为了

减轻父母的经济负。

实践内容和经历

从今年3月中旬开始，我在xxxxxx有限公司进行毕业实践。所从事岗位是电子机械维修员。实践期间，我在领导、同事们热心关怀和悉心指导下，我学着掌握各类电子机械的各个部分电路的分析和工作原理，并尝试学习故障的排除方法和维修的思路。通过实习，对电子机械产品的生产过程和原理有了一定的了解，同时使我获得了对电子机械产品的实际生产知识和装配技能，培养了我理论联系实际的能力，提高了我分析问题和解决问题的能力，增强了独立工作的能力。

实践感想与体会：

态度更会变得努力、认真，再认真一些，再努力一点。也许，这就是一个集体的凝聚力，这就是一个企业写在书面之外的“特殊文化”！

人往往是很执着的，尤其是在人际交往和待人处事方面。师傅告诉我，对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

通过近两个月的顶岗实习生活，让我明白电子机械维修不是一个简单的事情。这是一个非常艰难而又需要耐心的任务，它的目的和意义是十分重大的。通过对定时器的维修，了解了一般电子产品的生产维修过程，初步学习维修电子产品的方法，培养维修动手能力及一丝不苟的科学作风。在维修中不仅要检查焊接的地方是否虚焊，各个二极管、三极管是否有极性焊错、位置装错以及是否有电路板线条断线或短路，焊接时有无焊接造成的短路现象，电源的引出线的正负极是

否正确。还要通电检测——在通电状态下，仔细调节查看问题出在哪里，再进行维修。不过在整個过程中一定要有耐心。作为一个即将毕业的大学生，我很清楚的知道，眼高手低是我们的通病。所以，在自己动手能力还很弱的情况下，我更乐意从最基本的东西学起、做起，比如元器件的认识与焊接等。在师傅对我尽心尽力地指导和帮助下，尽可能最大程度地容忍我的很多欠妥之处，一点一滴的温暖让我很感激她。

在想来，学期末的实习生活，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，这也算是我的一份财富吧。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。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，我必须努力改变自己，学习更多的知识。在实习中，我体会到了工作的辛苦，锻炼了自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。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。在这次实习中，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。这次的实习是一个开始，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。

实践总结□

这次社会实践活动，我学到了：

一、在社会上要善于与别人沟通，要融入社会这个团体中，只有人与人之间合力做事才能事半功倍，别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二、在工作上要有自信。社会经验的缺乏，学历不足等种种

原因会使自己缺乏自信。只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。

三、知识的积累是非常重要的。就如人的血液一般，少了血液，人的身体就会衰弱，缺少了知识，头脑就要枯竭。

通过短短的两个月的培训，就像一个小小的切口。通过它，我不仅证明了自己能做好这一份工作，还了解相关的理论知识，了解了实际操作能力。虽然这次接触的是电子业，但对我来说并不是很陌生，要想把工作做好，也只有多多了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，这样才能更好地应用于工作中。

从无知到认知，到深入了解，让我深刻的体会到学习的过程是最美的。在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法，想说的很多，也从中学到了很多课本没有的东西。在就业心态上我也有很大改变，找一份适合自己爱好，专业对口的工作很难，初到社会的我们应尽快丢掉对学校的依赖心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，这样才能使自己在社会上快速成长。

综合实践活动报告范文篇二

一、实习的目的与意义

在本科专业教育中，实习是一个重要的实践性教学环节。通过实习，可以使我们熟悉外贸实务的具体操作流程，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论和方法，提高发现问题、分析问题以及解决问题的能力。

在公司具体实习过程中，能够接触国际货物买卖实务的具体操作，进出口的成本核算、询盘、发盘与还盘等各种基本技巧，还能对某一行业深入彻底的了解并能切身体会到国际贸

易中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，接触公司制定的各种战略以实现跨国经营和良好的市场运作；认识供求平衡、竞争等宏观经济现象，能够接触真实的商务实战，了解自身存在的不足，并积累一定的经验，为将来走上工作岗位打下良好基础。

二、收获与感想

在成功结束实习后，仔细总结，发现不同于前几次实习，这次校外实习充分认识了从学校走向社会我们存在的不足和缺少工作经验。

工作总结，认识自身不足。通过实习我发现贸易这专业是门实践性很强的专业，它不光要求我们有扎实的理论知识而且必须具有很强的动手操作能力，更重要的是学会如何与人沟通，怎么建立商业关系，这些是课本中学不到的，只有融入社会的大舞台并不断的历练才能得到提高，还有加强各方面素质的提高。贸易工作同时是一个涉外行业，因此对各方面的要求都很高，对外代表的不仅仅是个人形象，甚至是国家形象，因此必须加强自己各方面素质的修炼，如礼仪等。熟练掌握好本专业的知识。专业知识是我们从事贸易工作的基础，贸易工作的高风险要求我们必须熟练地掌握好专业知识。

三、实习内容

07年12月末，我开始了校外实习生活，初次来到上海，在陌生与盲目中寻找实习单位，又在努力和热情中寻找希望，终于在1月里唯一的一次晴天中来到了震旦(国际)集团，在hr的介绍下，了解到震旦集团创立于1965年，以销售amano品牌打卡钟起家，如今企业版图涵盖办公设备(oa)家具、通讯商品等领域，公司遍布台湾、大陆、日本、美国及新加坡等地；商品阵容包括办公室自动化设备、办公家具、手机门号以及资讯软体等。

在台湾，震旦的oa事业稳健发展，年年取得60%以上的市场占有率；办公家具事业更以市场领导之姿，推出全台首创的“家具租赁”专案；而在行动通讯领域，震旦拥有二百多家连锁通讯门市，目前也整合资源，朝最大的专业手机通路迈进。震旦有四十年丰厚的实战经验，在台湾俨然成为最具特色的综合性行销集团。在新加坡，公司以销售各类型事务用计算器、办公室用碎纸机、护贝机为主，亦针对soho族提供事务用品、耗材的销售，在新加坡也成功进入市场并迅速建立了品牌声望。在日本，震旦公司成立于1976年，总部设立在日本东京，立志于开发世界科技经济实力第二大的日本市场，不断运用其强大的销售通路与合作力量，以合理的价格和高品质的服务来满足世界上最为苛刻的市场标准。同时通过近30年的日本市场运作经验，使“aurora”产品在日本的品牌价值得以不断的提升，来实现震旦集团在日本的深远发展，作为一家大型跨国公司，震旦凭借高素质的员工队伍、雄厚的实力、丰富的经验、良好的信誉、先进的技术及精良的设备，可为各种规模的公司、企业提供办公设备和专业的技术保障。公司总经理对行业和企业优势进行评价，并且向我们介绍了集团跨国经营策略和对市场分析，让我们受益非浅，之后，在一名同仁带领下，我分别拜访了集团大陆事业部的成功客户，有汇丰基金、上海通用、花期银行和百思买国际等等国际上声名显赫的大公司，在与这些顾客进行简单的攀谈中，体会到震旦公司的经营理念和发 展规模，并丰富了我对公司的认知。

在随后的一周里，我来到集团的oa公司，进行真正是实习过程，刚到公司的时候，助理拿了许多关于公司和产品的资料让我详细阅览，资料中多次提及公司的经营理念和产品的专业术语，大多是英文和日语，由于刚刚走出校园，懒散的心态使我并没有认真的去学习和体会，以至于在后来的实际操作中出现了严重失误。在公司的实习过程中，还接触到了大型公司的erp系统，每位员工都能够通过erp系统进行日常的作业，集团可以通过erp系统，对供应链实行有效的管控。集

团的供应链管理在业界享有很高的知名度，正是如此，公司在跨国发展中实习了有效的成本管控和生产经营。

接下来的日子里，我在同仁的带领下不断的学习和实践。经过一阵时间的产品资料的熟悉，经理让我们实际的操作，在学校里我们学到里很多理论知识，什么外贸术语，寻发盘、商务谈判等等，但是真让我一个人开始操作，真就不知道如何起步，因为我不知道该如何开发客户，如何进行有效的沟通，因为我们是专门的销售公司，负责对内和对外产品销售工作，因此并不涉及产品的生产研发，这是其他分公司的事，所以我们日常的工作很大一部分都是用来进行开拓市场和联系客户，因为是实习生，公司对我们并没有十分严格的要求，我们在老员工的指导下，学习怎么有效的进行市场开拓，起初对于开发客户很胆怯，国内的还好点，国外的由于英语水平的限制，通过电话根本不能进行有效沟通，只能通过e-mail套用教材中的例子，这样才得到了一些有效的信息。

在一次与外国公司驻中国办事处的沟通中，因为对公司的认知和我对产品优势的大致阐述终于激发了对方的采购欲望，在第3天的有效沟通中，对方提及了一个相当专业的问题，问到我们产品的墨粉规格和机器预热和输出最快时间差，这样的问题对于外商，你必须给予准确到位的回答，因为这是顾客的购买点，由于之前的大意，我遗憾的失去了一次非常好的机会，随后的时间里，逐步加强了对产品详细的了解和说明，为应对客户的各种问题做充分的准备，进一步准备之后，又重新进入了实际操作，开始联系客户，报价，谈判等等。

因为公司经常有产品发出，因此也接触到了相关的合同、发票和其他的单据，之前的这些单证在上课时都接触过，但是理论和实践不同，实际操作起来才发现这些单证的重要性，一点疏忽就能造成不必要麻烦，这些单据大大加强了我们的实践操作能力，也让我们对如何填写这类单据有了进一步的认识。总之，凡事都需要虚心用心的学习，这样才能够掌握实践的操作。

在公司实习的过程中，有幸参加了一次集团一年一度的过关斩将活动，活动是在公司位于上海嘉定区的培训基地举行的，主要目的是锻炼和提高业务水平，分为4关，建立有效客户，产品展示，议价，交易。在各个环节都有经验十分丰富的经理把关，我们实习生作为观摩，学习实际工作中的技巧和积累经验，在活动结束后，公司的崔处长进行了总结，并对所有同仁给予殷切的期望。

在公司最后的几天里，我们来到了公司的博物馆，来切身感受公司的文化，仔细聆听公司工作人员的介绍，对震旦集团创立以来的文化和理念有了更深层次的认识，在他们的眼中企业是一个团队，讲求团队力量的发挥；经营更是一项长期竞赛，要发挥“众人同心，其利断金”的加乘力量，企业才能持续成长。震旦现阶段在务实与创新的行动纲领下，未来的经营策略仍将积极开创，确实掌握产业趋势，延伸核心事业和相关产业的发展。展现震旦集团自创品牌国际化的自信心与企图心。鲜明的红色标志，象征震旦集团如旭日东升般，散发着光明与活力；同时在内涵上，秉持着稳健踏实的一贯经营风格，蕴含创新突破的经营魄力。

综合实践活动报告范文篇三

一、调查背景

有些同学在吃午饭时抱怨饭菜不合胃口，没吃几口便一倒了之，没有珍惜粮食的意识。这一现象被同学们看到后心里很不安，同学们亲身在农业未来馆体验种菜的辛劳，明白这些粮食来之不易，这种现象不仅浪费粮食，而且长此下去对同学们的身体有害。如何才能使同学们的午餐吃得健康又营养，减少不必要的浪费呢？联想到现在流行的“光盘行动”，同学们决定成立大云中心学校“光盘行动”小组，展开了针对学校午餐浪费现象的争做“光盘小达人”的活动，使同学们认识到节约粮食的重要性。

二、调查课题的目标

通过这次调查报告后，找到学生浪费现象背后所存在的问题，并找到解决的办法，使学生能够珍惜粮食，争做“光盘”小达人，将中华民族节俭的美德，深入同学心中。

三、活动调查过程

(一) 调查问卷

我们向四年级同学们发放问卷，发出问卷200份，回收有效问卷174份。结果统计如下：

(1) 你对“光盘行动”的了解有多少？

知道的 17.14%

听说过 26.29%

完全不知道 56.57%

可见：学生对于当下流行的一些活动及倡议不是很了解。

(2) 您平时吃饭大概剩菜多少？

可见：从不剩菜的学生还是只有少数，浪费现象还是比较严重的，还有待改善。

(3) 您认为，什么因素导致您浪费食物？

饭菜太多 33.33%

食物不好吃 43.64%

食物不卫生 10.90%

其他 12.13%

可见：随着生活水平的提高，学生对食物口味的要求也越来越高，从而导致了浪费的现象。

(4)您身边的食物浪费现象多吗？

可见：四年级学生身边的浪费现象还是比较多见的。

(5)倒掉的食物主要是什么？

可见：学生中对食物还是有偏爱性的，而且口味也有一定的要求，特别是在某些

8%不爱吃的里面，学生认为辣的是占主要的原因。

(6)每次倒饭之后是什么心情？

可见：有些学生对于浪费，还是有点愧疚的，但是又很无奈，但却也有部分同学竟然说“倒了就倒了呗”根本没有一点节约粮食的意识。

64%

(二)对问卷的分析

(1)学生对现在流行的“光盘行动”这一流行词不是很了解，对身边的一些浪费现象没有很关注。

(2)学生对学校提供的午餐偶尔剩一些，但也有不少同学剩一半左右，而能每次吃完的几乎没有学生能做到没有实际改变的行为。

(3)在学生心目中食物不好吃、饭菜太多是学生浪费粮食的主要原因。在浪费的粮食中，其中占的比例最大的是肉。部分

学生对辣的也很难接受。

(4)大多数学生在浪费粮食后，心里有点愧疚，但是真的吃不完。，却还有一小部分，没有一点节约意识，认为倒了就倒了，是理所当然。

(三) 采访研究

(1) 采访学校食堂负责人李老师

时间：9月28日 地点：李老师办公室 对象：学校食堂负责人李老师
问题1：您觉得什么时候学生剩下的饭菜会比较少呢？
答：学生喜欢的油炸的、香肠、番茄汤这些菜时，剩下的饭菜比较少。

问题2：学校准备全校的饭菜，工作量很大，一般所有的工人需要工作多久，会来的及吗？答：一般我早上6：：00就到学校检查当天运进来的菜，工人们工作量是很大的，每天都赶着中午的饭菜，下午要对食堂的餐具进行消毒，卫生进行打扫。（我们参观了食堂工作人员为学生准备伙食的地方）

问题3：学校安排的菜会进行定期的换吗？答：学校的菜在网页上都有反映，学校的菜考虑到营养，还有学生的喜爱度，会进行换的。（李老师还拿出了菜单给我们看）

(2) 采访四年级班主任

采访对象：四年级四个班班主任

采访记录：

1. 学生已经习惯了这样的生活，喜欢的多吃一点，不喜欢的一倒了之。
2. 在有一个班中，班主任要求学生两个菜一定要吃掉一个菜，

三个菜就要吃完两个菜，饭要吃完的硬性规定下，学生也能够很好的遵守。

3. 学生如果吃了很多零食的情况下，午餐浪费现象明显严重。

(四) 手抄报比赛

目的：为了让学生了解粮食的来之不易，使学生明白珍惜粮食的重要性，弘扬中华历来传承下来的美德。

作品主题：“珍惜粮食”

设计要求：纸张a4纸或a3纸，富有创意

参赛优秀作品：

(五) 劳作体验

通过学校可利用的资源——农业未来馆，让部分没有节约意识的同学进行劳作，通过自己的亲身体会，明白粮食蔬菜的来之不易，从而达到教育学生节约粮食的目的，为活动的顺利开展做好教育工作。

(六) 宣传语征集(活动延伸)

目的：通过设计宣传语，学生更加了解节约的可贵，这也是争做“光盘小达人”的其中一项，本次活动在四年级中进行，宣传语的选拔，意在可以全校宣传，将本次活动延伸至整个学校。

友情提示：能够简洁明了，容易记忆，富有创新。

四、调查成果

通过这次小课题调查活动，在学生中掀起了一场“珍惜粮食

争做“光盘小达人”的活动，节约意识在学生心中巩固，学生在手抄报制作，农业未来馆体验，广告语征集中明白了节俭的可贵之处，更加了解每一个人是这个大家庭的一员，只要以身作则，就能够把浪费现象降到最低，希望终有一天，能和浪费说再见。在调查活动中，我们还评出了“光盘小达人”

五、研究感想

这几个星期以来，我们快乐的收获着，虽然遇到过各种困难，但在老师的指导下，我们的坚持下，也将活动办得有声有色，看到同学们的一个个“光盘”，我们脸上露出了笑容，因为这次活动，我们觉得自己的力量也能影响身边的同学。

六、学生的收获

同学们更加注重中华民族的传统美德——节约粮食。沈诗逸在写活动感想时写道：“通过这次活动，我成长了很多，懂得了团结的重要性，也知道怎么和组员交流，作为组长的我，不仅仅是发号施令，更应该想他们所想，所有事情都做在他们前面，自己做好榜样”。缪敏霞也在活动感想中说：“这次活动让我获益良多，我以为活动只需要去做做就好了，所以在一开始，并没有特别的放在心上，但在活动中，我却发现自己的疏忽拖累了整组的进度，明白了团队的含义”。何旭涛也说道：“我以前也是对吃不完的食物熟视无睹，但现在，只要看到没吃完的，总觉得犯了错一般难受，从心中明白了珍惜粮食的重要性”

在活动开展之余，不仅学生中“光盘行动”深入人心，在教师中，也频频提到“光盘”这个词。通过这次活动，我们了解到活动的顺利开展，是需要付出很多努力的，我们忙碌着却也快乐着，收获的是喜悦，更是一些方法。教师的提醒、指导，学校的支持，与活动的顺利开展密不可分，活动虽然已经结束，但我们宣传节约粮食的意识并没有停止，我们相

信，每一位同学都将会把“光盘行动”进行到底，把节约美德宣传给身边的人，如果人人都珍惜一份粮食，减少一些浪费，我们的世界将会变得更加的美好！

综合实践活动教学计划

综合实践活动教学计划

综合实践活动教学计划

综合实践活动总结最新

综合实践活动总结

公益实践活动总结篇七

综合实践活动课程的实施过程中，学生的一些实践活动，需要得到社会、家长的支持与合作。下面小编就和大家分享综合实践活动总结报告，来欣赏一下吧。

xx年4月23日，教育部基础教育课程改革委托项目“综合实践活动课程研究与实验”开题报告会在江苏省张家港市城北小学隆重举行。来自全国各地的一百多名与会代表、专家领导出席了会议。我与小教部王冬老师有幸参加了会议。

报告会由综合实践活动课程成果展示、综合实践活动课程现场观摩、实验区经验交流、项目研究与实验工作布署等四部分组成。

首先，我们观看了综合实践活动课程成果展示。然后观摩了城北小学陈丽丽老师的综合实践活动课程《洗手的学问》。课后，我市富拉尔基区的孙炜老师、吉林省东丰县实验小学的张莉副校长、海南省教育研究培训院的周积昀院长分别作

了经验介绍。其中孙炜老师的报告受到与会专家和代表的一致好评。最后，项目组负责人郭元祥教授作了《综合实践活动研究与实验项目推进思路》的报告。

下午，与会人员又参加了江苏省综合实践活动课程研讨会。会上，我们聆听了黄大龙副局长作的《专家引领，同伴互助》的报告，以及华东师范大学教授、博士生导师崔允漷教授的讲座《研究性学习的评价》。之后，我们观摩了凤凰中学浦卫忠老师的一节《走进河阳文化》成果汇报课。然后，我们参观了凤凰中学的综合实践活动学生作品展览和实践活动基地。最后，郭元祥教授作了《综合实践活动：走向常态和有效》的报告。在报告中，郭教授针对综合实践活动课程实施过程中的一些焦点问题，提出了切实可行的应对措施。

一. 收获与感受

透过学习和观摩，提升了我们的课程意识，深化了综合实践活动的课程理解和价值认同。作为一种基本的课程形态，综合实践活动课程超越了具有严密的知识体系和技能体系的学科界限，它不是一门学科课程，而是有着不同于学科课程的规定性的课程，是一门综合性、经验性、实践性课程，是体现三级课程管理制度的课程，也就是说综合实践活动是一门国家规定、地方管理、校本开发与实施的必修课程。综合实践活动课程对丰富学生经验，构成对自然、对社会、对自我的整体认识，发展创新精神、实践潜力，以及良好的个性品质，都具有重要好处。因此，我们说综合实践活动课程是新课程中的一个亮点，它集中反映了新一轮基础教育课程改革所倡导的基本理念。

(一) 综合实践活动的性质

在新的基础教育课程体系中，作为一种综合性的实践课程，综合实践活动具有独特的功能与价值。与其他课程相比，综合实践活动更强调：

实践性。综合实践活动以活动为主要开展形式，强调学生的亲身经历，要求学生用心参与到各项活动中去，在“调查”、“考察”、“实验”、“探究”、“设计”、“操作”、“制作”、“服务”等一系列活动中发现和解决问题，体验和感受生活，发展实践潜力和创新潜力。

开放性。综合实践活动超越了封闭的学科知识体系和单一课堂教学的时空局限，面向学生的整个生活世界，其课程目标和资料具有开放性。

自主性。综合实践活动尊重学生的兴趣、爱好，注重发挥学生的自主性。

生成性。综合实践活动注重发挥在活动过程中自主建构和动态生成的作用，处理好课程的预设性与生成性之间的关系。

(二)综合实践活动的基本理念

1、突出学生主体地位，引导学生主动发展

综合实践活动的课程性质要求突出学生的主体地位和主体作用。综合实践活动课程的实施离不开学生主动用心的实践和各种实际操作活动。突出学生主体，意味着把学生作为课程的主体，一切从学生的实际出发，尊重学生的兴趣、爱好和需要，意味着发挥学生在活动过程中的主动性和用心性。

2、面向学生完整的生活领域，为学生带给开放的个性发展空间

综合实践活动的开发与实施要面向学生完整的生活领域，密切联系现实的社会生活，促进学生与生活的联系，为学生的个性发展带给开放的空间。

3、注重学生的亲身体会和用心实践，发展创新精神和实践潜

力

注重实践，是综合实践活动课程的本质规定。综合实践活动的开发与实施强调学生乐于探究、勤于动手和勇于实践，注重学生在实践性学习活动过程中的感受和体验，要求学生超越单一的理解学习，亲身经历实践过程，体验实践活动，实现学习方式的多元化，发展学生的创新精神和实践潜力。

(三)综合实践活动的课程目标

与其他类型的课程一样，综合实践活动的课程目标也涉及知识与技能、过程与方法、情感态度价值观等维度。但与其他类型课程的目标相比较，综合实践活动课程更强调过程与方法、情感态度与价值观等维度的目标，引导学生在活动过程中实现课程的发展价值。透过密切学生与生活的联系、学校与社会的联系，引导学生在用心参与实践的过程中获得用心体验和丰富经验；提高学生对自然、社会和自我之间内在联系的整体认识，发展学生的创新潜力、实践潜力、社会职责感以及学生良好的个性品质。

(四)综合实践活动的资料范围

综合实践活动包括研究性学习、社区服务与社会实践、劳动与技术教育、信息技术教育等方面。

(五)综合实践活动资料的选取与开发

综合实践活动的资料选取、开发及实施应围绕基本资料领域来展开，注重整合班团队活动、校传统活动(科技节、体育节、艺术节等)、学生的心理健康活动、环境教育、反毒品教育等资料，构成资料丰富、形式多样的综合实践活动。综合实践活动的具体资料是学生活动主题，因而具体资料应由学校根据学生需要来确定。

1. 要尊重每一个学生的兴趣、爱好与特长。综合实践活动的资料不是教师或课程编制者预先具体设计的，而是学生自己提出的感兴趣的问题或主题。综合实践活动实施的准备阶段、开展的过程、总结与交流等环节都应尊重学生的实际，关注他们的兴趣、爱好和需要。

2. 要体现学校和社区的特色。学校不仅仅是综合实践活动课程的开发者和实施者，也是综合实践活动课程实施的重要基地。每所学校所处的地理环境不同、社区背景各异，学校发展的理念和学校传统不尽相同，因地制宜，关注学生发展的需要是学校确定综合实践活动具体资料的基本要求。

3. 要从学生生活中提出问题并确定具体活动资料。综合实践活动是面向学生生活领域的课程，其课程资料不应来源于书本，而应来源于学生的生活，来源于学生在生活中发现的问题。

4. 要避免综合实践活动课程资料学科化倾向。不要将综合实践活动变成学科拓展活动；不要以学科教学方式实施综合实践活动课程。如，在教室“教”综合实践活动课程的现象普遍存在；不要课程资料教材化，教师对“预设性教材”的依赖性太强，有许多教师与学生围绕“资源包”在教室里“讲”或“教”综合实践活动课程。

二、综合实践活动课程的现状

透过学习和观摩，我们了解到国内外综合实践活动课程的实施状况。开设活动课程、实践课程，并不是新课程的首创，而是应对时代发展和人类学习方式的变革的共同举措。20世纪90年代以来，美国、英国、澳大利亚、日本、挪威、法国等国和我国台湾省在基础教育课程改革中，都注重开设综合实践活动类的课程。

我国也有许多综合实践活动课程校本开发与实施的优秀典型，

如成都川大附小、武昌实验小学、河南新乡十三中学等；有许多课程改革实验区十分重视综合实践活动课程的实施，注重区域整体推进，效果显著。如武汉市武昌区、成都市武侯区、长沙市开福区、福州市鼓楼区、广西柳州市、郑州金水区、海南海口市、江苏张家港市、浙江丽水市、福建南平市、河南洛阳市等；有不少地方十分注重综合实践活动课程的基地建设，充分发挥实践活动基地在综合实践活动课程实施中的作用，如河北石家庄综合实践活动基地、成都市综合实践活动基地等。我国已经有部分省市出台了地方的规划或方案，建立综合实践活动学生发展评价制度，开始把综合实践活动纳入学生综合素质评价，全国超过100个地市将初中生的综合实践潜力纳入中考和普通高中招生指标予以全面考核。建立综合实践活动教师评价制度，湖北省率先在教师评定中增列了综合实践活动课程系列。

我市也有许多县区的初中学校课程开设得比较好，并取得了必须的成绩。以龙沙区为例，龙沙区7所中学，已有6所开设了综合实践活动课，开课率到达了百分之八十六，大部分学校都能将综合实践活动课列入课表，并做到集中与分散结合使用课时，全员参与，教师指导到位。十五中的“缎带缝纫”“铁艺”、十七中的“风筝节”“十字绣”、三十四中的“毛线壁挂”“景泰蓝工艺制作”等都构成了自己的特色。铁锋区、讷河市、富拉尔基区、甘南县、富裕县、泰来县也各有千秋。其中讷河、甘南、泰来还有期末学生成绩评定，更好地促进了课程的有效实施。

事实说明，综合实践活动得以较好实施，都是领导切实理解并重视其课程价值的结果。第一，教育行政部门领导重视，充分认识到综合实践活动课程对学生发展的价值。也就是说综合实践活动课程的有效实施，离不开教育行政部门的支持，离不开学校管理者支持。这次去张家港，我市富拉尔基区去了6位小学、初中、高中的校长和副校长，真是很难得，也很令人欣慰。富区为什么能有这么大的举措呢？那就是他们教育局的领导认识上去了。第二，配备得力的综合实践活动专职

教研员。第三，注重教师培训，有一支综合实践活动课程的核心教师团队。

虽然，实践活动课程的实施取得了一些成绩，但现实也不容乐观，让人感到困惑和无奈，我市的问题主要表此刻：

教育行政部门：（一）没有明确综合实践活动课程指导教师职称评定的方式与程序。综合实践活动学科的教研员和教师在职称评定、骨干教师评定、学科带头人评定方面上没得到应有的待遇。这难免影响他们的工作用心性，影响课程的有效实施；（二）没有建立对综合实践活动课程执行状况的监督评价机制，一些学校课程安排进入课表了，实际却形同虚设，综合实践活动课时随意被学科课程占用的现象普遍存在，导致综合实践活动课程的发展更加没有空间；（三）对综合实践活动教育研究人员、指导教师的配备安排比较随意，大多区县没有综合实践活动专职教研人员，据我所知我市各县区的综合实践活动教研员，同时担任几门学科的教研任务和领导任务。教研员、指导教师，流动性大，队伍不稳定，教师年龄偏大，素质相对较低。（四）中考综合素质评价的问题迟迟不能解决。

教研部门：主要表此刻教研员身兼数职，而将综合实践活动课程研究视为副业，因而没有真正参与综合实践活动课程的学习与研究，缺乏对学校、教师进行专业引领的潜力。五月份，我们初中部进行了教师基本技能系列展示活动，由于综合实践活动教研员，同时兼任几门学科课程的教研任务，组织力度不够，结果教师报名甚少。展示时教研员都去了其他学科现场，本学科没有评委，最后只好和其他学科挂靠。

学校层面：（1）没有及时建立综合实践活动课程实施的相关保障制度，不能透过制度的重建，来促进综合实践活动课程的建设；（2）由于综合实践活动课程不是中考学科，部分学校不按照国家课程设置规定安排课时，课时被学科课程挤占现象严重；（3）综合实践活动指导教师的配备与安排不合理，如有的学校设立一名专职综合实践活动指导教师负责全校的综合

实践活动教学，有的将综合实践课程搭给班主任，有的将综合实践活动课安排给教学潜力较差或者怀孕等需要照顾的教师；(4)，学校缺乏整体研究、协同教学的氛围，有位教师告诉我，由于所有学生都喜欢她的综合实践活动课，被学校其他教师视为影响其他学科教学的罪人加以排斥；(5)学校对综合实践活动课程资料、活动类型等方面缺乏整体规划，导致学生活动主题、活动类型单一片面，让学生广泛接触社会生活实际的目标难以达成。

教师层面主要有：一，由于许多指导教师缺乏理解系统培训，甚至没有参加培训，对综合实践活动课程的理念把握不准，导致综合实践活动课程实施过程中有效性不够；二，由于工作任务重，参与新课程研究与实施的用心不高，消极实施综合实践活动课程的现象存在；三，缺乏高水平的、及时的专业引领，教师专业成长速度缓慢。

三、关于综合实践活动课的常态实施和有效推进问题的思考

常态实施和有效推进是综合实践活动的必由之路。自20xx年我国综合实践活动进入学校课程领域五年来，从起步阶段的国家实验区试行，到目前在学校广泛实施，综合实践活动课程走向常态实施和有效实施，成为广大综合实践活动课程建设者们关注的焦点。那么，如何才能做到常态实施和有效推进呢？透过学习我认为应从以下几个方面入手：

(一)加大宣传力度，提高对课程的理解和认识

就是透过多种渠道、采取多种措施宣传综合实践活动常态实施和有效推进的重要性和必要性，提高教育管理者、教研人员、教师的课程意识，个性是教育行政部门领导和学校校长的认识，使他们充分认识到综合实践活动课程对学生发展的价值，明白综合实践活动常态实施和有效推进是一件功在当代，利在千秋的事情。

(二)取得教育行政部门的支持

教育行政部门支持，才能保证没开课的县区尽早开课，保证教研人员、指导教师的质量和队伍的稳定。

(三)搞好师资培训。

透过搞好师资培训，建立一支综合实践活动课程的核心教师团队。

(四)加强制度建设，强化监督机制。

建立综合实践活动课程实施的相关保障制度和实践活动课程执行状况的监督评价机制。避免学校不按规定安排课时，课时被学科课程挤占现象发生。

(五)对基层综合实践课程教师的利益要有政策倾斜。

教育行政部门就应建立向基层综合实践活动课程教师倾斜的职称政策，明确综合实践活动课程的指导教师的职称评定的方式与程序，提高教研人员和指导教师的工作用心性。

(六)综合实践课程就应参与中考综合素质评价。

教育行政部门就应尽快把综合实践活动课程纳入中考综合素质评价，这是能否开设好综合实践活动课程的关键。

让我们共同努力，使综合实践活动课程成为新课改“牵一发而动全身”的核心课程，成为孩子们发展提高的魅力课程。

课程改革已经进行了两年半，我校做为综合实践活动课程改革的样本校，为此，我们采取的策略是：边学习、边研究、边实践。前一阶段我们在学生评价工作和校本课程方面工作取得了比较好的效果，得到了家长和学生的认可。我校的综合实践教师们在参与中学到了许多新的理念及教学方式。为

了把综合实践活动研究深入地开展下去，本学期我们做了如下工作。

一、实践方面

首先，成立了综合实践活动课程研究与实施小组，制定了学习和研究计划，并按计划开展了多次学习与研讨活动，进一步强化了课程理念，明确了课程实施方向、组织形式，尤其是学生的学习活动形式。我校的综合实践活动基于学习者的直接体验，密切联系儿童、生活、社会，在以学生自主活动为特征的实践操作中体现对知识的综合运用和实践科学结论、发现新知识的课程形态。其基本理念包蕴着三种教育思想的融合，即综合教育的思想、实践教育的思想、主体教育的思想的有机融合。结合课本内容及学校政教处、少先队大队部的工作，对本学期的综合实践活动内容重新作了调整。本学期拟对“养成良好卫生习惯”、“校园万花筒”、“书海踏浪”、“果味飘香”、“多民族大家庭”、“购物讲价”、“吃的文化”这些主题进行研究。

其次，经过前一阶段的实践研究，老师们对主题的开发，研究的方式方法有了更多的认识，学习中更关注学生的喜好、个性、原有知识层面。本学期我们拟以五年级综合实践小组为龙头，带动其他年级的综合实践活动课题研究，研究走到评价阶段，目前正在讨论，拟定出一个能突出我校特点、个性化的综合实践学生成长记录册，以便能更好的指导检查学生的实践活动。

在对一、二年级学生的知识、水平、能力、兴趣爱好等方面的情况进行了全面调查的基础上，充分激发学生的兴趣，调动他们的参与积极性，结合学校特色、周边环境特点和依据综合实践活动课程的相关理论，制定了我校综合实践活动课程一、二年级的活动实施方案，经过科任的教师实践与修改，使之趋于科学、合理，更能贴近学生、贴近教师、贴近学校。

第三，我们考虑到，综合实践活动课程的实施过程中，学生的一些实践活动，需要得到社会、家长的支持与合作。为此，我们通过多种途径，进行了广泛的宣传，使社会及家长也充分认识到：在教育改革的大背景下，为促进学生素质的全面提升，实施综合实践活动课程十分必要和及时，为此，我们营造了课程实施的良好社会氛围。

第四，在课程的具体实施过程中，我们十分注重教师的角色把握，要求教师首先是与学生一样，是实践活动的参与者，其次才是实践活动的指导者。学生的学习方式必须得以转变，必须是多种学习方式的综合运用，要让不同水平的学生都能有实践活动过程的切身体验，而且，实践活动的组织形式也应呈多样性，如个人独立探究、小组合作探究、师生共同探究、班级集体探究等。配合全市课改样本校的调研工作，我们工作的重点放在如何用好我们的成长记录册这一方面上。我校三、四、五年级的综合实践课教师以“学生发展性评价”为主题，进行深入探讨与研究，指导学生有创造性的使用“小学生综合实践评价手册”。注意运用“自评”、“他评”、“集体评”、“再评”等多种评价方式，及时对学生在实践活动过程中的表现(包括知识、水平、能力、成果、情感、态度等)进行恰当的评价，并与学生的实践活动成果一起存入学生的课程材料袋。通过使用手册与未使用手册两种班级的实验对比，我们发现，手册非常适用于中年级，能有效的指导学生开展活动。对高年级同学用评价手册已显示不出太大的激励作用，对高年级同学的活动评价是否可以考虑运用现代信息技术——电脑进行，使之更趋向于现代化、个性化，在这方面还有待研究。

二、思考

回顾综合实践活动课程的实施过程，引起了我们的几点思考：

- 1、综合实践活动主题的选择过程中，如果完全由学生根据自己的兴趣爱好而独立自主地选择并确定研究主题，则会影响

课程实施与管理的有序性，影响学生研究的深度和教师指导的有效性；如果是教师为学生预先选择并设定研究主题，则又将遏制学生自主能动性的充分发挥，从而影响学生对实践活动的积极性。如何使两者有机融合，相得益彰，值得我们在今后的实践中进一步探索。

2、使综合实践活动课程明确区别于传统的“兴趣课”、“自然课”、“制作课”等，我们如何使学生“综合”运用相关知识，加强“实践”体验，真正使教师和学生“活动”起来，将要作出进一步的思考与实践。

3、对于课程的管理与评价，如何做到科学、有效、持续，需要我们的思考和实践，逐步建立并完善关于综合实践活动课程的管理与评价体系。

4、活动研究的深度、广度，教师如何把握？

5、如何调动学生全员参与面，特别是一些有困难的学生？如何把评价工作做得公正、全面？操作起来简单可行？这都是我们今后要解决的问题。

九年义务教育《课程计划》把综合实践活动课列为三类课程之一，提到了应有的高度，因而，综合实践活动成了本次新课程改革的亮点之一。自20xx年秋季起，我校开设了以地方文化为核心的综合实践活动课程。在一年多的综合实践活动的亲历和体验，我校师生做了一些实际工作，进行了一些有益的探索，取得了一些成绩。现就我校前一阶段综合实践活动的开展情况，做如下总结：

一、主要工作

1、注重统筹规划，实施分层管理。

综合实践活动要集中体现学校的办学特色，因此，学校应对

综合实践活动进行统筹规划。我校在课改之初就成立了以校长任组长的综合实践活动课程指导小组，召开了综合实践活动动员大会，制定了《南渡初级中学综合实践活动实施方案》，具体确定了综合实践活动的目标、任务、活动主题，以及活动方法和步骤，并邀请了杨裕前等有关专家来校指导综合实践活动的开展。

我校对综合实践活动课程实施分层管理，即学校管理、年级管理、班级管理三层管理模式，各年级根据学校综合实践活动实施方案，结合本年级实际情况制定年级综合实践活动计划，班级则根据学校和年级计划再制定出班级综合实践活动计划。另外，我校还把综合实践活动与地方特点有机结合起来，作为校本课程加以开发。综合实践活动主题的确定则紧密结合本校的特点，充分开发和利用乡土资源和校本资源，同时在具体的实践活动中，不断修改主题的内涵，完善学校综合实践活动的课程体系。开设综合实践活动课程一年来，我校确定了“以认识计算机病毒”、“我们镇上的水泥厂”、“保护水资源，从我做起”、“走进广告天地”、“远离噪声，享受安静生活”、“传递我们的美——板画设计”、“趣味拼图”等活动主题。通过研究专题的征集，又确定了小组活动的一系列研究性专题，例如“寻访家乡的名人”、“特色家乡菜”、“家乡的方言”等。

2、重视点面结合，鼓励教师参与

我校开展综合实践活动的形式主要有两种，一是普通层面上的综合实践活动，即以综合性实践为主的学科或学科整合活动；二是深层次的综合实践活动，即以研究性学习为主的小组活动。前者的综合实践活动列入课程表，每周开设三节综合实践课，在具体实施中采用弹性课时制，一般每周安排半天时间，学生全员参与。有时需外出活动，如参观工厂、远足登山、慰问敬老院老人等，则由学校统一安排集中时间。研究性学习为主的小组活动的时间主要是以周六上午活动为主，同时还充分利用中午、下午放学后等时间，一般由六到八名

学生组成活动小组，共同确立一个研究专题，并进行具体的分工，在有关学科教师的引领下，开展研究性活动，由于此类综合实践活动需要的时间、空间较大，经常要走出校门进行参观、采访、调查等，因此，在时间的安排上要给予相当大的自由度。

在综合实践活动中，教师的参与不可忽视。教师和学生一起参与综合实践活动，有利于建立*、合作、平等的新型师生关系。由于综合实践活动具有活动空间的广阔性和活动时间的延续性，因此，它需要大量的教师参与，学校不应指定专门的教师作为综合实践活动课程的指导老师，而应鼓励更多的教师参与对学生综合实践活动的引领和指导。我校在这一方面做得较好，尤其在综合实践活动主题确立、方案的设计、成果的展示和评价等方面，我校十分重视鼓励教师参与引领指导，要求教师的引领要贯穿于学生综合实践活动的全过程。例如，我校在开展“我们镇的水泥厂”综合实践活动过程时，教师首先指导学生上网或进图书馆，查阅有关资料，了解水泥生产流程，其次，教师还出面与水泥厂联系参观时间等事宜；再次，教师还要指导学生准备分析样品的仪器、药品等。在活动总结阶段，教师引导学生对参观调查、采样分析得来的资料进行筛选、整理，形成结论，指导学生撰写调查报告或小论文，另外，还引导学生着重对活动过程中的认识、体验和收获进行及时的总结和反思等。

二、主要成效

1、教师角色的转变

综合实践活动课程开设一年来，我校广大教师的角色得到重新定位。许多教师都深深地体会到，开设综合实践活动课程的目标决不在于灌输和传授知识给学生，而是要与学生一起获得亲身参与实践活动及研究性学习的积极体验和丰富经验；培养学生对生活的积极态度和对知识的综合运用能力。教师由传授者的角色转变为学生活动的参与者和合作者。

2、学生的自主创新能力得到了提高

一年多来，我校通过“趣味拼图”、“参观水泥厂”、“家乡方言和文化”、“特色家乡菜”、“寻访家乡名人”、“设计校园平面示意图”、“交通标志与安全”等系列综合实践活动，让学生自主动手实践，大大激发了学生探求人与自然、人与生活密切关系的浓厚兴趣。通过对学生的综合能力考查，我们发现学生的动手实践和自主创新能力较以往有了较大的提高。

3、建立了新型的师生间关系

在综合实践活动过程中，老师不再“居高临下”地使用讲台，而是始终处于学生中间，引领着学生走向生活，不断给予学生新的内容，让学生有新的发现，进行新的开掘，在实践中达到一种新的境界。在活动中着重培养他们的动手实践能力、综合运用能力和开拓创新能力。通过两个多学期来的综合实践活动的开展，我们发现，我校的师生关系正逐渐变为融洽、和睦的新型师生关系。由于综合实践活动中，给予了学生平等、自主、和谐的权利氛围，我们感到现在许多学生在课堂上较以往更喜欢动脑子，特别是大多数同学都敢于提问，敢于发表自己的见解，甚至通过实践中的发现，还激发起向老师、向*挑战的勇气。

4、获得的荣誉

实施综合实践活动课程一年多来，我校共有一百二十多人次学生在各级各类综合实践活动课程竞赛中获奖，如在学生网页设计、研究性学习小论文评比、劳技小制作小发明等比赛中，我校有多人分获市、学区一、二、三等奖。在课改调研活动中，常州市丁伟明副局长亲临我校，对我校课改工作给予较高评价。我校作为溧阳市首批课改实验基地学校，今年又顺利通过了常州市课改先进学校验收组验收，并得到验收组领导较高评价，成为溧阳市初中中一所常州市课改先进学

校。

三、值得反思的地方：

我校的综合实践活动，通过我校广大师生的共同努力，确实取得了一些明显的成果，但与一些兄弟学校相比，我校作为一所年轻的农村初中，我们觉得遇到的困惑也不少，值得反思的地方也很多，具体表现在：

1、综合实践活动课程主张学生要深入社会，走进生活。强调课程的开放性，而现有的大班额制，如要学生全员参与，我们感到会带来巨大的安全隐患和管理上的困难。

2、综合实践活动强调与地方文化的结合，这必定会影响学科知识的教学质量，学校和教师必然要承受社会，尤其是家长的压力。

3、综合实践活动的评价制度因校本课程的差异而标准不同，在评价过程中我们感到操作较困难。

4、校本课程的开发追求的是差异性和个性化的亮点，往往会忽视课程组织的共同、平衡的原则，各校校本课程的质量，我们感到会有良莠不齐的情况存在。

公益实践活动总结篇八

综合实践活动课程是注重学生多样化的实践性学习方式，转变学生那种单一的以知识授受为基本方式、以知识结果的获得为直接目的的学习活动，它强调多样化的实践性学习，如探究、调查、访问、考察、操作、服务、劳动实践和技术实践等。（）先将我校综合实践活动实施情况总结如下：

一、依托特色，凸显活动参与性

综合实践活动必须要凸显全员参与这个特征。本学年，我们以达标创特为契机，根据学校的特色优势，举办了《体验武术，快乐成长》这样一个主题综合实践活动，我们以武术为主题，以体验为主线，将各个活动串点成线，因为我校有着良好的研究底蕴。活动中，我们以小组为单位组织了“武术知识竞赛”、“班级文化墙的评比”、“武术知识小报的评比”、“武术征文评比”。活动研究由理论衍生到活动实践，要求全员参与，活动中，同学大量阅读了武术知识方面的资料、了解了武术的起源、了解武术明星的成长里程、学习了身边的武术小明星、观看激动人心的表演赛，在一系列的武术主题活动中体会了武术的精髓和拼搏的精神。同时为了体现活动的实践性特点，我们编写了校本课程《体验武术，快乐成长》，在各个年级开设武术课，在校园内推行武术操，利用大课间活动做武术操，在潜移默化中，使武术渗透于我们学生每一天的活动中。一系列的活动使同学们在学到武术技能的同时又了解了武术的自身文化底蕴，更爱上了武术运动，使武术特色在我校更具生命力与延续力。

二、结合时代特点，强调活动的实效性

三、开发本地资源、让创新的翅膀飞起来

四、关注节日，了解民俗文化

中国历史博大精深，中国的民俗文化都具有悠久的历史与丰富的内涵，本学年，我们结合具体的时间，组织三、四年级的学生研究了“国庆”、“中秋”两个在中国最具代表性的节日。在活动中，同学们研究了两个节日的来历，各地过节的习俗，在查找资料、采访、写感想、设计制作生肖和年画、动手绘制手抄报、设计自己喜欢的月饼的同时，充分发挥了自己内在的潜质，各尽所能，品尝到了成功的喜悦，树立了自信，充满了积极向上的朝气。在研究月饼的制作时，同学们在画、做中充分感受到活动的快乐，而且锻炼了制作能力，通过比一比谁的月饼最漂亮，学生的积极性更高了，另外给

月饼取名、配诗也很好地培养了学生的语言表达能力，丰富了学生的知识。

回顾综合实践活动课程开设以来的工作，我们缺乏经验，因此存在着很多的不足，也留下了太多的遗憾，但是，我们感到欣慰，无论是教师还是学生，活动中学生们得到的锻炼是多方面的，是前所未有的。学生们学会了查阅资料的各种方法，学会了对大量资料的取舍，学会了记录自己的研究过程，学会了交流，学会了合作，学会了很多很多，这些能力的进步对他们今后的学习、生活、工作都是很至关重要的，我们相信，下一阶段综合实践活动，我们会搞得更出色！