

# 感恩父母实践活动记录表 实践活动感恩 父母心得体会(通用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 感恩父母实践活动记录表篇一

转眼间，短短的三个月实习就这样结束了。在那里我不仅看到了许多自身的不足，同时也对自己未来投入社会工作有了进一步更深的了解。是的，展望未来，我对自己今后的工作充满了信心和希望，为了能够制定更好的工作目标，取得更好的工作成绩，以下是我把参加实习工作以来的情况总结如下：

### 一、思想认识。

每个人在工作时都应该有一个清楚的思想认知，无论他是否做到了还是在努力调整中。而我在上班的这三个月里，作为一名普通员工，我在思想上严于律己，以公司的要求严格要求自己，力争思想上和工作上在同事、学生的心目中都树立起良好的作用。因为我相信一个在公司的运营过程中，同事间的互相激励是起到一定的帮助的，所以要保持这种积极向上的竞争氛围就需要我们去严格要求自己。积极做到以身作则来带动群体。

此外作为一名公司普通的防损员工，我知道我们身上肩负着巨大的工作压力，我们不仅要监督员工而且还需保持商场的防盗与安全等问题。所以这不禁得让我们打起120%的精神来做好这项平凡却不简单的工作。同时在这三个月中，我一方

面配合领导和老师们做好实习监督检查，同时把自己商场内部的各项工作做好来，这也我相信在以后的工作学习中，我会通过自己的努力，取得更大的进步。

## 二、实习工作内容

在我没去和大福实习前，虽然以前有去过社会做实践，但是此次学校所安排的实却是对于我却是一个全新的挑战。因为我这次所面临的是一个陌生的岗位——防损侦察员。防损侦察员这岗位对我来说是一个全新的工作领域，这需要我去摸索与实践中去慢慢熟悉与了解这项工作。然而通过了一个实习阶段的工作后，我也对这份工作有了层次上的新理解。以前总是以为防损部的都是保安，不就是整天站着么，没啥好大不了的，所以在被他们选在防损侦察员这岗位时还真的有点不高兴。然而在此次实习工作阶段后，自己也认识到了当初的想法是错误的，毕竟防损部包括了太多的职责。我主要总结了一下我们在和大福百货超市作为一名合格的侦察员应做的几方面：

### 1、形象问题

首先，防损员要富有朝气和活力。站姿要端正；仪容、仪表要整洁大方，给顾客一个好的感觉，就会激起顾客购物的热情，反之，会对顾客产生讨厌心理，影响着顾客再次购物的情绪。

其次是要保持物品的整洁。包括对本岗位范围内的购物推车、购物篮、存包柜等方面保持整齐清洁。还需要保证顾客购物、付款时通道的畅通；随时捡起收银台及出入口附近地面的纸屑，如有水渍和污垢应及时处理等。

最后是文明服务。这是做一名合格防损员的有力保证。防损员必须具备一定的素质修养，必须遵循“顾客永远都是正确的”且要具备一定的商品知识，熟悉门店卖场内商品陈列的具体位置，掌握了这些才能更好地为顾客服务。同时要学会

使用礼貌用语主动上去为他们服务，使他们感到备受关心和尊重。比如当顾客走出门店时，防损员主动说上一句“欢迎您再次光临”、“请慢走”等用语时，顾客就会对超市留下很深的印象。他们就会再次光临超市。

## 2、防止商品被盗及意外事故的发生

在超市工作中，由于商品种类及人流量的繁多，常常发生偷盗行为；而由于超市用电量或者商品本身的性质问题等都会引起一定的安全隐患。所以在和大福实习工作中作防损员时，对于这些本内工作，其行动也刻不容缓。

说到防盗，主要是检验防损员的防盗防损意识。可能就是你的稍微不留神就有可能是超市照成巨大的损失。那么要做到保证商品安全，主要还是要从顾客入手。比如(1)禁止顾客携带大型背包和提袋进入卖场，劝导他们将其寄存在存包处；(2)顾客携带小型背包和提袋进入卖场时要留意其行为；(3)人多时，应提醒顾客勿将付过款的商品带入卖场内，以免造成误会；(4)及时制止顾客在卖场边走路边吃东西的行为。

另一方面就是防灾害，主要是要定期对消防器材进行保养、清扫；使它们随时保持良好状态。其次就是对门店内的电器、电路、发电设备定期检查，预防隐患。同时也对员工间宣传防灾害知识，比如不能在卖场内吸烟等。

## 3、落实公司人事下达的纪律管理工作。

每个公司都有它的制度，我在和大福超市实习时，同样要遵守它的纪律。而且作为防损员，还需对员工进行监督。上至经理下至员工，我们都有权利去纠正他们的一些不良行为或者危害到公司利益的行为。就比如说我们需要监督员工们的考勤，监督禁止员工上、下班代打卡。其目的也就是落实公司的纪律管理工作，防止员工间的不自觉心理以及营造一个

良好的工作氛围。

### 三、主要经验和收获

也许我将来从事的不是销售行业或者我没能走出那一步，但是在和大福这所超市中，我还是学到了许多。上至黄主管，下至促销阿姨，在这里的每个人都在不遗余力地教我，从做人到做事，所以在此也是很感谢这些人的辛苦教导。总的来说吧，在经过了三个月的实习工作，在这里我不仅加强了与人的交际能力，同时也使我在生活实际中学习到了在学校无法学到的实践知识。而在向工人学习的过程中，培养了我们艰苦朴素的优良作风也是我们当代大学生所必须的具备的。所以此次实习之旅即对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力，也这对我毕业后找工作起到了至关重要的影响，所以自己也总结了以下几个方面的经验和收获：

(三) 只有保持积极好学的心态，正所谓“取人之长、补己之短”，只有做到这样才能不断提高自我、取得进步。

### 四、加强自身学习，今后发展方向

俗话说：“隔行如隔山”。以前从来没接触过防损这个岗位说实话心里没有底，但在这三个月里我已经喜欢这份工作，虽然繁杂、琐碎，也没有太多新奇，我深深的感到自己岗位的价值。同时也注意到了可能是由于感到自己身上的担子很重，而自己的学识、能力和阅历与其任职都有一定的距离，所以总不敢掉以轻心，总得向周围的领导学习，向同事学习，这样下来感觉自己三个月来还是有了一定的进步。比如说在协调办事能力和语言表达能力等方面都有了很大的提高，这对于一个即将毕业离校的普通的我来说是一个莫大的帮助。也是鉴于在和大福超市实习的宝贵时间，我领悟了很多，也学到了很多，希望在以后的学校生活或者工作中能做到更好，日趋完善。

以上是我对自己工作的总结汇总，敬请各级领导给予批评指正。实习的结束只是属于我在和大福工作的告一段落。在今后的工作与生活当中，我将一如既往的努力工作，不断总结经验；努力学习，不断提高自己的专业知识和业务能力，以新形象，新面貌，为自己发展而努力奋斗。

实践活动感恩父母心得体会篇4

## 感恩父母实践活动记录表篇二

父母是家中的房梁，是筑成一个家必不可少的一个重要的零件，只有房梁平稳，家才会平稳，它是一个房子的心脏，指挥于一切都有规律的运转，用他们的爱装饰着整间房子，是它看起来更加温馨，抚平幼小的我们内心深处的不安。

年轻时的他们是那般恣意，直到有了我们，唤起了他们内心的柔软和意识到了自己的责任。小心翼翼的呵护着我们成长，陪伴我们走过一个又一个的四季交替。一路风雨相携，亦师亦友。我们之间的亲情已无法用文字来表述。

在我们难过时给予安慰，失落时给予陪伴，迷茫时给予指引。他们是我们人生的第一个老师，教会我们如何生存于现代的这个社会，因为他们，我们才幸福快乐的度过我们的童年。幼时的记忆里充满了妈妈陪伴在身边做的一顿顿最爱吃的菜，想起无数次坐在秋千上被爸爸健壮的臂膀推向向往的天空。那时我们梦想着拥有整个童话，而父母就是那根魔法棒，能随时变出我们渴望得到的东西。他们给予了我们所能给予的全部，总是在我们需要帮助或是无助时，无条件为我们奉献着一切。

人们都说父亲像座山，山是什么？山是永远屹立在云层处，它是不会轻易塌下来，就像父亲是家里的大山，有威信，永

远站在那儿，不管遇到多困难多棘手的事都不会撼动他那伟岸的身躯，让我们可以踩在他的肩上看更美的风景，可以在他的脚下畅所娱乐。母亲就像那河流。她的爱不像大海那样汹涌澎湃，不像深谷的水那样深沉。他的爱就像是田园里的一片湖泊，温柔而不失风雅。水是生命之源，正如母亲是孩子们的生命之源。我们接受着她的滋润，汲取着她们的养分，茁壮成长。直到从一颗种子到一株幼苗，最后长成一个参天大树，扎根大地。

生命中因为有了他们才更完整。

我们在长大，而他们却被岁月划上了痕迹，渐渐的我们发现童话也有的是骗人的，山是会倒的，水是会流尽的。他们不再像幼年看到的那般伟岸，风雅。但一直没变的是他们那颗对我们给予厚望的心和浓烈的爱。我们要学会报恩，向幼时他们曾陪伴我们一样陪伴他们，呵护他们，给他们安全感。让他们不会感到孤单和无助。像他们一样细致到每个细节都不容许有半点不周到。我们要尽我们的努力让他们的余生更安稳。

爱是无私的，爱一个人，小到一个眼神就知道你对他所付出的远比你做一件大事所承载的更多。所以余生请陪他们一起走。亲爱的爸爸妈妈们，我爱你们。爱且沉重的爱着。你们的白发就由我们来呵护，谢谢你们给了我一个童话般的童年。

### **感恩父母实践活动记录表篇三**

正式进入寒假了，我们都各奔东西，寻找自己的社会实践单位，迷茫的我刚开始不知道从哪下手，俗话说万事开头难，这句话让我明白了做什么事刚开始是不好做的，但我坚信只要我努力，一定会找到一份属于自己的完美实践单位!!

终于在我走南闯北中遇到了适合自己的工作了，\_村\_卖笔记本电脑，因为我是一个寒期工，所以他们对我要求不是太严

格，以下是我在工作中的一些工作经历！

今天是上班的第一天，高高兴兴的来到公司，还没来得及吃饭！点到了，好紧张，点到我了，脸稍微的红了一小下，感觉和上学老师点到一样！点到后下去开始上班了，看着那么多样机头好晕，也好羡慕，她们每天都能碰这些上千元的东西！摆好样机后，店长叫我开始招揽顾客了，可我却张不开口，不知道这第一声怎样说，更没勇气去说“欢迎光临\_专卖”！就这样，在犹豫中度过了一天。

第二天到了，点到没感觉了！到了店面还是不能主动招呼客户，店长开导了我，让我一定要脸皮厚，不怕碰壁！照店长的话做了，第一声说出来挺紧张，慢慢的发现也没啥，谁也不认识谁，直到招呼客户自如了！可是这第二天比第一天比就难受了，腿开始疼的厉害，因为总是站着，小腿开始吃不消了，总店长发现了这个情况，让我坐坐歇歇，可是我却不是那么想的，自身认为别人能做到的我一样可以，所以我选择了全天站着，一天下来真的好累，想起在学校真好，想坐就坐，想溜达就溜达一圈儿！这一天下来收获不小，工作是那么的不好做，无论处在哪种行业，多做事少说话是真理，其中更重要的就是要专心做好每一件事，要有超强的抗压能力！看着他们专心的谈客户真棒，想象自己要是能那样就可以了，我相信我能行，俗话说“人不狠站不稳”，所以我会对自己“狠”，这样才能学来真本事！

今天是我认师傅的一天，在我们的店面有位属虎的大哥，人特好，特聪明，他就是我的师傅\_x！无论你问他什么型号的机器，配置、主频、价钱、类别……他都能一字不差的说给你听，今天他给我的任务是必须背会所有样机的型号，并且在第二天要熟练的背给他听，价钱也要会！他说“只要我带你就别闲我管的多、管的严，也不怕你背后骂我，虽说你是实践的，但我不会因为这个对你放松！好好干！”

x月\_今天是一个难忘的日子，记不清别的事了，在脑海里只

记得今天是个挨说的日子!今天像往常一样开始了一天的工作,还是和刚开始一样,什么都不会,只会样机的配置、价钱,只会招呼客户,感觉自己是多余的、是没用的,就这样迷迷糊糊的又过了一天!可是到了下午发生了一件让我在这个实践中难忘的事!一天都是客户不断,我却没谈一个,很自卑,到了下午5点快下班的时候,以为没客户了就靠在柜台上歇了会儿,这一歇不要紧,总店长看见了,让我坐那歇会儿,我本以为是好意,可后话让我害怕……我说不用,别人都能站我也能,她却说那就别靠着,在这是可以坐但不允许靠着的,吓了我一身汗!从此在我心里就没有靠柜台的词了,下定决心以后无论在怎样累也绝对不靠柜台待着了!

最近这几天也不知道是咋回事,就是背不进去配置,师傅这几天也不怎么管我,想想自己也是的,干嘛非要别人管才肯学习,我要自力更生,人活着不能靠别人一辈子!看着别人利用专业知识谈客户真棒,心里幻想着自己谈客户的情景……“您好,欢迎光临\_专卖,两位今天想看看多大尺寸的?对cpu和显存有要求么?主要做什么用?多少价位…….”正想的带劲,不料店长看见了,“干什么呢?走神,快点卖机器”。又挨说了,下次不走不就行了,还用那种语气,但是站在公司的角度想想挺对的,靠着会影响公司形象,形象都不好还怎样去做生意,为了不给店长带来麻烦,为了不给自己母校丢人,以后我不会再靠着了,一定要做一个好榜样,让他们看看\_人的毅力!

真是个好日子,前两天谈了个客户,本以为给张名片就不会回来了,嘿嘿……好事被我撞见了,回来买了台机器,今天是最开心的日子,自己一个人卖了我工作第一个机器,这样记机器配置想记不住都不行,整个过程让我记忆犹新,应该是我这一个寒期得到的一次成长经历吧!成就感占据了我幼小的心灵,让我在虚荣心上得到了极大满足,但我不会因此骄傲,这只是我实践生涯的一个小小的开始,不能因为暂时的小成绩影响我的情绪,我是一个不满足现状的人,因为等自己步入社会以后生活的保障就是挑战未来的勇气和能力,

所以我要做一个成功者愿意付出常人不愿意付出的努力，我一定行！

这是我人生第一次离家这么远，也是自己第一次工作，想想舍不得离开他们，但我毕竟还得上学，谢谢大家这一个月对我的照顾，谢谢师傅，但我没好好学习，给您丢人了，希望你在以后的日子里开开心心!!带着满脑子的机器回家了，这段时间真的学习了不少东西，例如做事钱一定要有清晰的思路，那样既节省时间又能迅速做好，人无完人，但我相信没有更好只有，我就是的。

感恩父母实践活动心得3000字（精选篇2）

## 感恩父母实践活动记录表篇四

今年暑假我校根据西湖区教育局团工委关于切实开展学生暑期社会实践活动的指示，认真组织部署了今年的暑期社会实践活动。现总结如下：

### 一、积极动员、认真部署：

学校在期末结束前召开了多层面的学生干部和教师会议，及时传达了活动精神，并作了认真部署。各班、团支部分别召开班会和支部会议，讨论决定今年的实践主题和调查方向，并在6月22日前拿出了初步方案，拟定了社会实践的计划，上报到校团委。校团委对部分班级、团支部的社会实践计划提出了修改意见，使其更具合理性和可操作性。

### 二、责任到人、及时反馈：

有了科学、合理的计划是搞好社会实践活动的一个前提，但如果不能落实开展，那也只能是纸上谈兵。为此校团委要求

各班、团支部落实具体的负责人，明确活动小组中每位同学的分工，要求各尽其职、各施其能，共同做好此次实践活动。

### 三、认真总结、深刻反思：

暑假结束后，各班、团支部按要求及时总结了暑假社会实践活动，收集相关材料，撰写了社会调查报告。更重要的一点，同学们并不是单纯为了完成一项任务而去参加社会实践活动，广大同学认为，在开展实践活动的同时，他们受益匪浅。不仅更增进了对社会的了解，学习到了许多书本上不曾体现的知识；同时也锻炼了同学之间的交往能力和合作精神。不少同学在进行了社会调查后，对所反映出来的一些社会问题和现象进行了反思，如市民的社会公德意识、交通法规意识等等，培养了学生的社会责任感和主人翁意识。

总结我校今年暑假的社会实践活动的开展情况，有以下几点体会：

#### 一、形式多样，参与面广。

今年我校初一、初二共有26个班级开展了形式多样的社会实践活动，统计发现，共有625人次参加了各类活动，占学生总数的80%多，除此之外，全校157名团员都按时到所在社区报道注册，参加社区组织的各类活动。

今年暑期的社会实践活动形式十分丰富，有组织开展社会调查的，有前往敬老院送温暖的，有位社区开展宣传教育活动的，还有的同学深入工厂、商店、超市体验生活的。这些活动都不同程度的让学生了解了社会、培养了能力。

#### 二、成果斐然。

今年我校组织的暑期社会实践活动受到了社会各界的好评。学生上报的好人好事共计132件，如：拾金不昧，尊老敬老等。

学生撰写的社会调查报告25篇，其中获校级优秀的调查报告有12篇。校级暑期社会实践先进集体5个。

实践活动感恩父母心得体会5

## 感恩父母实践活动记录表篇五

这次放寒假，我在春节前期的假期去进行了社会实践。我已经是一个高二的学生了，对于寒假做实践活动可以让我增加生活的经验。这次寒假社会实践很值得。

我在家附近的镇上找到一份超市收银员工作，因为是年前，所以很缺人，因此我就主动找了超市老板，说要体验两周的收银工作，锻炼实践能力，也能赚点零花钱，顺便解了老板的燃眉之急。就这样，我的寒假实践就开始了。

开始做时，通过老板亲自示范如何使用机子，大致自己动手使用了下，掌握基本的操作，就开始工作了。因为也是初次接触这种工作，所以多少有点不适应，在找钱的时候有些时候会找错，但是老板都会谅解我，而且还会在旁边鼓励我。特别开心的是来购买商品的叔叔阿姨看我找错钱，都没有骂我，而是耐心的等我重新算钱和找钱，如果少找了他们会小心提醒我，并不会对我大声的批评，多找了钱还会还给我，是他们的宽容让我在起初的工作里慢慢的适应下来，直到熟练操作收银机。

在这样接近年末时期，超市的工作是超级忙碌的，可以说是人挤人，来付钱的顾客排队都是拥挤的，一直排到超市入口，真的超多人，这时候收银员的工作也特别的忙。一天都是人来人往，就要站在那里一整天，真的是超级辛苦，对于为这个在家里都不怎么干活的学生来说，很是煎熬，但是既然选择了这份短暂的工作，那就一定要完成。这是原先进来时的

承诺。

虽然工作很累，一天都在不断的算钱找钱，工作多少都有点枯燥，但是在顾客他们等待付钱的时候，一边聊聊天，也就还好，至少还有人情味在，而且他们也都很好，基本没有人为难我，这方面是比较幸运的。主要是站一整天腿会很酸痛，手也很酸。这次体验收银这份工作才知道以前看到的收银员是由多么辛苦，不是看上去的那么轻松简单，也懂得了收获也是先耕耘才能得到的。

这次实践我也真正体会到打工者的辛酸，也懂得了工作从来都不是说说就可以的，表面上的轻松其实是没有看到内在的辛苦。我更加能明白我的父母的辛苦了，是他们一直都在辛苦工作才有我现在舒适的生活。寒假两周实践体验，让我深刻知道作为一个学生，现在还不能为我的爸妈承担更多的担子，但至少，现在我可以做一些小事情来减轻他们身上的负担，更知道学习的重要性，学好了知识，到哪都，有能力去生存，所以坚定了在高中要努力的去学习的方向。

社会实践其实过得很快，所有工作的辛苦都在时间快速过去也没了，感谢这次实践让明白这么多东西，收获了这么多，这次实践也为我以后的生活打下基础，真实的实践才能掌握更多生活技能。

感恩父母实践活动心得3000字（精选篇3）