

# 最新寒假社会实践活动内容及简况 寒假 社会实践活动总结实用(汇总10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇一

为了丰富我校学生的寒假生活，让学生在家庭和社会中体验更多有意义的生活经验，让学生离校不离教，我校开展了一系列活动。

寒假正是我国传统佳节春节的放假时间，在此期间学生能够亲身感受到家乡有特色的春节习俗，了解更多和春节有关的文化，是学生增长见识的好时机，我校布置低年级学生进行“吉祥如意”主题的绘画，中年级进行“欢乐新年”主题的手抄报制作，高年级同学拍摄和春节习俗有关的摄影作品。学生把自己的看到的听到的画下来，通过看到的听到的去找自己想知道的，这个过程就是他们进行自我教育的过程，这种方式的学习让他们印象深刻，教育效果显著。

除此之外，我校还倡议全体师生在寒假期间诵读《弟子规》，学习《弟子规》里面的言行，让他们在家孝敬父母，在外友爱兄弟朋友，做一个谨言慎行、善良、有仁爱之心的人，多读书，读好书。同时组织学生在家观看《中华弟子规》《中华德育故事》动画片，高年级同学在看完之后撰写一篇观后感。

为了丰富学生假期生活，让学生度过一个安全、充实、愉快而有意义的寒假，根据教委办要求，各校要以社会主义核心价值观为引领，以做“文明礼貌\_\_人”为主题，组织开展相

关专题教育活动。\_\_小学要求学生要以“八大基本文明礼仪规范”为准绳，争做“文明\_\_人”，过一个有意义的寒假。

为了让活动得到落实和实施。\_\_小学校领导充分重视，要求大队辅导员迅速举行启动仪式，根据上级要求，设计制作学生寒假作业单，分发学生并进行回收。通过落实开展活动进行文明礼仪实践，学生对文明礼仪有了更深刻的认识，个个争当“文明礼貌\_\_人”。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇二

为了让同学们更加充分合理的利用假期时间，使学生在假期的学习与生活中体会到成长的快乐，过一个有意义的寒假。现将寒假德育实践活动安排如下：

1、观看20xx年最美孝心少年颁奖晚会视频，选择其中一两个故事，说说你看到了什么，你有何感想。作业要求：写一份观后感。

2、正确利用网络，绿色健康上网，如了解少数民族过年的风俗习惯，要求至少3个民族，并把风俗习惯记录下来。或了解寒假期间国际国内的重大新闻和事件，要求记录至少5条。

1、寒假“摄”趣。在假期中，拍摄自然风光、风土人情、亲情相聚等，要求有照片，并配有文字说明。

2、寒假“运”律。健康运动，每天坚持运动1小时以上，如跳绳、跑步、登山、打球等。要求有照片，并配有文字说明。

3、寒假“勤”务。参与家务劳动，记录劳动的时间和内容，把劳动的感受通过图片、文字的形式抒写出来。

1、同家人一起写春联、贴窗花、挂福字、收集记录10幅不同

的春联并认真背诵。

2、感受礼仪习俗，给长辈拜年，注意体现文雅、礼貌的举止，要求有图片文字说明。

3、发送一条短信。春节期间，以“感恩·祝福”为主题，自拟短信，发给自己的长辈或老师，以表达对他们关心教育的感谢，并致以自己的衷心祝福。要求记录10以上条短信内容。

4、制作一个“和和美美全家福”视频。记录和家人一起劳动，一起联欢的点点滴滴。

1、安全保障。特别强调和提醒，在各项活动中，首先安全第一，要让家长知道自己在做什么活动、在什么地方做、有哪些同学一起、什么时候回家等。

2、以上四类活动，下期开学时，同其他作业一起带回学校交到班主任再上交德育处进行评比。下学期开学时，各班办理一期《丰富的寒假生活》专栏。

补充：拟一条建议。

新年伊始，为让我们的校园生活更加充实有意义，更为你和同学们能更好地在老师们的引领下健康成长，请为学校建议一种切实可行的德育活动。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇三

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。\_\_年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，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，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

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！

看起来很简单护理工作，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。

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, 不断控索, 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, 我会投入百分之百的努力: 加油——对所有的人说!

## 寒假社会实践活动内容及简况篇四

\_\_年暑假期间, 我和弟弟远离家乡, 兄弟二人走进工地进行了为期半个月的“工地之旅”, 去亲身体会一名工地建设者的艰辛, 去感受爸爸年复一年的生活。

我和弟弟从家里出发做了大约4个小时的汽车来到了\_\_工业园, 走进了\_\_二期施工工地。我又一次以一个劳动工人的身份走进了工地, 与可爱的农民工们进行再次亲密接触。

首先我对工地的伙食和住宿向大家介绍一下大致是这样的早晨稀饭馒头, 中午米饭菜(在工地干活的这些日子中最难吃

的饭就是米饭菜)。晚上是面食。不过每十天可以吃一次肉，虽然量不多，但多少还是能给大家的身体补充一些蛋白质等，最难熬的是吃早饭和晚饭，由于一天的劳动，晚上吃不了多少，再加上第二天早晨的三小时劳动，肚子里早已没有可以消化的东西，晚上由于午饭质量太差劲或者说，大厨厨艺不好总是缺味，吃不多，所以总是很难撑到晚上吃饭。睡觉是在简易房中完成的，那些房一般防水不是很好，平时还可以，但是要是下雨了，那这个晚上就不要期望睡个好觉了，在这种情况下工地上很少能见到身体很好的工人。

我到工地时已是下午1点半，休息了一会后就出工了。首先被安排的任务是搬砖和垒堆砖，原本以为挺轻松的，可是才干了一会儿，手就开始酸痛了，眼前还有那么大的一堆砖头，要搬到什么时候才能搬完啊？就算是搬完了，那手也肯定已经抬不起来了……高处经常有些碎石落下，我都不敢在脚手架的下面穿行，虽然有安全帽，可还是很恐怖。当我看到很多的农民工在下面来来回回干着活，石头落在他们的帽子上发出很响的声音时，我的心都揪起来了，那么危险，他们每天面临着的都是这样的工作环境。

在虽然只有十五天的社会实践劳动中，我深深体会到农民工生活的艰辛。我们能做些什么？作为大学生我们应该珍惜我们的大学生活，在有限的四年大学生活中学到更多点知识，为将来能更好的服务社会，更好的展现自己的人生价值作更充分的准备！

## 寒假社会实践活动内容及简况篇五

为确保事情或工作顺利开展，时常需要预先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。制定方案需要注意哪些问题呢？下面是小编为大家整理的寒假社会实践调研活动方案，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

以个人或小组为单位，以“开眼看社会”为主题，以社会各界人士为调研对象，由参与者在规定的调研课题中自选一个进行调研。参与者利用寒假的时间，针对社会上的特定现象的各个方面进行调研，同时可以根据自己的专业、兴趣和实际情况自行确定调研课题。

届时，知行学社将开展一次以“开眼看社会，路途在何方”为主题的调研交流会以及优秀调研报告成果展，对本次调研课题所提及的某些社会现象进行深入和全面的研究、探讨和解读。

1. 副职扎堆，百姓养得起吗？
2. 金融危机影响下的春节消费；
3. 寒假文娱你我他：
4. 金融风暴下的中国进出口；
5. 就业寒冬，争度，怎度？；
6. 靠近多一些，温暖多一点
7. 如何看待“山寨现象”  
之间的“qq之战”；
9. “金融风暴”离我们究竟有多远：
10. 延迟退休时间的影响：
11. 微软正版计划；
12. 怎样看待“千名研究生应聘卖猪肉”：

# 寒假社会实践活动内容及简况篇六

志愿服务在行动 \_\_青年暖寒冬

## 二、活动对象

在校全日制本科生、研究生

## 三、活动内容

寒假社会实践活动要积极践行社会主义核心价值观为主导，以志愿服务春运、文化习俗收集、科普知识宣传、家乡变化调研、高中母校回访等形式为载体，组织广大青年积极开展社会实践活动。具体内容如下：

(一)开展“守望家乡·青春建功”主题服务月活动。各级团组织充分利用春节前后青年学生返乡、农村青年相对集中的有利时机，广泛联系、服务和引导青年，进一步扩大团的工作有效覆盖面，不断提高团的吸引力和凝聚力。可开展青年新春分享会、真情助困、走访慰问、结对帮扶、交友联谊等活动，切实走进青年学生中，与青年交朋友。

(二)开展“服务春运·志愿暖冬”主题志愿服务活动。动员广大青年学生在寒假期间，积极响应团中央开展志愿服务春运“暖冬计划”的通知精神，主动参与武汉地区及全国各地的春运志愿服务行动，各单位需重视活动相关图片及成果的收集和推广。同时针对春节前后学生买票难的问题，主动争取相关部门支持、整合社会资源，帮助青年学生完成购票，顺利返乡。

(三)开展“心的感受·家的年味”主题传统文化寻访活动。结合我校“中华优秀传统文化的弘扬与教育”团中央创新试点项目的相关工作，号召广大学生在寒假返乡期间，广泛收集具有家乡特色、地域风情的传统习俗、文化产品及民俗活

动等，鼓励大学生以图片采集、视频记录、文字介绍等多种形式，记录家乡优秀传统文化内容，形成相关实践成果，优秀成果将在开学后在学校范围内进行展示。

(四)开展“科普暖寒冬·调研谋发展”主题科普及社会调研活动。号召广大学生利用寒假，深入基层开展社会科学知识普及活动、家乡发展相关社会调研活动，通过科普知识宣传、发展情况调研等形式，深入了解家乡变化、服务家乡发展，以实际行动为家乡做实事。活动成果积极形成相关报告、论文等，为推进家乡发展建言献策。

(五)开展“感恩母校·激励成长”第三届“\_\_师范大学大学生生活分享活动”主题实践活动。联合学工部招生办公室开展第三届“\_\_师范大学大学生生活分享活动”，号召全体青年利用寒假时间回访高中母校、探访高中老师，在送去温暖与祝福的同时，宣扬华师精神，进一步扩大我校的影响力和吸引力。活动具体要求、支持政策、报名信息详见《附件3：“感恩母校·激励成长”第三届“\_\_师范大学大学生生活分享活动”招募通知》。

## 四、活动要求

### (一)高度重视，加强领导

各学院要高度重视，积极指导，在学院党政领导的关怀下，切实把本次寒假社会实践活动纳入寒假工作日程，做到有计划、有动员、有指导，有成果，有反馈。

### (二)加强宣传，扩大效果

各学院实践团队和个人在开展寒假社会实践活动的过程中，要注重做好校内外宣传报道和信息报送工作，加强与校内及各地媒体联系。相关活动宣传稿件报送请发至指定邮箱，学校将择优进行宣传报道。

### (三) 保障安全，严防意外

各项志愿服务活动按照就近就便原则，在学校周边、学生家庭所在的城镇社区或者邻近村社开展。各学院要提前做好活动安全预案，切实增强广大青年学生的安全意识，认真落实好安全管理工作，严防意外事故的发生，保证整个实践活动的安全顺利进行。

### (四) 总结经验，及时上报

假期结束后，以学院为单位及时汇总本学院社会实践总体情况，包括基本参与情况、各类主题实践成果等内容。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇七

为了让全体同学度过一个充实而有意义的寒假，并促使大家通过假期社会实践达到感、思、悟、行的效果，进一步从小家、大家以至国家、国际等不同层面，切身感受中国经济、政治、文化等领域的快速发展，坚定学习信念，提高道德修养，确定人生目标。根据上级有关学校寒假生活安排的文件精神，经学校研究，决定在全校开展以“心在呼唤、爱在行动”为主题的学生寒假社会实践活动。方案如下：

### 一、开展“感恩父母心、贺岁家书情”活动

我们每一位殷殷学子都应心存感恩：感恩老师的教诲，感恩父母的培育，感恩朋友的关爱，感恩身边人的关注，感恩良好的社会风貌，感恩优美的自然环境等等。此中，切不可遗忘和最需要感恩的莫过于历尽千辛万苦养育和栽培自己的父母。每一位同学都必须尊敬父母，心存感激，学会感恩。

今年，学校要求每位同学书写一封“贺岁家书”（一式二份）。通过家书，道出你的衷情，流出你的深意，寄托你的

祝愿和向往，用你感恩的心，亲手交予父母亲贺岁的情。下学期初带其中一份家书及父母亲笔签名的回条交给班主任，各班进行统一收集后择优向学校政教处推荐（数量不限）。

## 二、开展“感知文明源、是非明辩行”活动

2、共青团员要特别发扬团的光荣传统，时刻牢记“勿以善小而不为、勿以恶小而为之”的深刻道理，努力发扬社会新风尚，切实体现团员的先进性、模范性。

3、禁止参与赌博、封建迷信、宗教等活动，不得进入营业性网吧、游戏厅、歌舞厅等场所。在家应文明上网，要善于进行网上学习，不浏览不良的网页信息；要增强自我保护意识，不随意结交和约会网友；要选择有益身心健康的活动内容，不沉溺于虚拟时空。

4、加强自我保护。对违法犯罪活动要坚决说“不”，并及时联系家长或公安机关的力量给予打击；遵守交通规则，注意交通安全；增强消防安全意识，注意防火、防电、防爆、防冻、小心烟花爆竹；加强身体锻炼，防止流感等传染病感染；不到结冰的河边或湖面玩耍、滑冰；不随意外出，不在外留宿，外出要事先征得家长的同意。

5、全体同学应严格按照《学生守则》规定，远离烟酒，远离毒品，远离赌博，远离那些内容庸俗的书刊、网络信息、手机短信等，做到文明过年，文明度寒假。

祝：同学们在新的一年里学习进步！愿：职专学子的每一个家庭和睦、幸福、美满！

## 寒假社会实践活动内容及简况篇八

我们每一位殷殷学子都应心存感恩：感恩老师的教诲，感恩

父母的培育，感恩朋友的关爱，感恩身边人的关注，感恩良好的社会风貌，感恩优美的自然环境等等。此中，切不可遗忘和最需要感恩的莫过于历尽千辛万苦养育和栽培自己的父母。每一位同学都必须尊敬父母，心存感激，学会感恩。今年，学校要求每位同学书写一封“贺岁家书”（一式二份）。通过家书，道出你的衷情，流出你的深意，寄托你的祝愿和向往，用你感恩的心，亲手交予父母亲贺岁的情。下学期初带其中一份家书及父母亲笔签名的回条交给班主任，各班进行统一收集后择优向学校政教处推荐（数量不限）。

## 二、开展“感知文明源、是非明辨行”活动

2、共青团员要特别发扬团的光荣传统，时刻牢记“勿以善小而不为、勿以恶小而为之”的深刻道理，努力发扬社会新风尚，切实体现团员的先进性、模范性。

3、禁止参与赌博、封建迷信、宗教等活动，不得进入营业性网吧、游戏厅、歌舞厅等场所。在家应文明上网，要善于进行网上学习，不浏览不良的网页信息；要增强自我保护意识，不随意结交和约会网友；要选择有益身心健康的活动内容，不沉溺于虚拟时空。

4、加强自我保护。对违法犯罪活动要坚决说“不”，并及时联系家长或公安机关的力量给予打击；遵守交通规则，注意交通安全；增强消防安全意识，注意防火、防电、防爆、防冻、小心烟花爆竹；加强身体锻炼，防止流感等传染病感染；不到结冰的河边或湖面玩耍、滑冰；不随意外出，不在外留宿，外出要事先征得家长的同意。

5、全体同学应严格按照《学生守则》规定，远离烟酒，远离毒品，远离赌博，远离那些内容庸俗的书刊、网络信息、手机短信等，做到文明过年，文明度寒假。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇九

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，甚至都比他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。

## 寒假社会实践活动内容及简况篇十

各学院团委、各级学生组织：

为深入贯彻落实党的十八大、十八届三中、四中全会精神，积极培育和践行社会主义核心价值观，引导广大青年学生深入基层，利用寒假返乡时间投身社会实践。在总结往年经验的基础上，校团委决定继续组织开展20xx年学生寒假社会实践活动。现将有关事项安排如下：

志愿服务在行动 xx青年暖寒冬

在校全日制本科生、研究生

寒假社会实践活动要以学习贯彻十八大、十八届三中、四中、五中全会精神、积极践行社会主义核心价值观为主导，以志愿服务春运、文化习俗收集、科普知识宣传、家乡变化调研、高中母校回访等形式为载体，组织广大青年积极开展社会实

践活动。具体内容如下：

(一)开展“守望家乡·青春建功”主题服务月活动。各级团组织充分利用春节前后青年学生返乡、农村青年相对集中的有利时机，广泛联系、服务和引导青年，进一步扩大团的工作有效覆盖面，不断提高团的吸引力和凝聚力。可开展青年新春分享会、真情助困、走访慰问、结对帮扶、交友联谊等活动，切实走进青年学生中，与青年交朋友。

(二)开展“服务春运·志愿暖冬”主题志愿服务活动。动员广大青年学生在寒假期间，积极响应团中央开展志愿服务春运“暖冬计划”的通知精神，主动参与武汉地区及全国各地的春运志愿服务行动，各单位需重视活动相关图片及成果的收集和推广。同时针对春节前后学生买票难的问题，主动争取相关部门支持、整合社会资源，帮助青年学生完成购票，顺利返乡。

(三)开展“心的感受·家的年味”主题传统文化寻访活动。结合我校“中华优秀传统文化的弘扬与教育”团中央创新试点项目的相关工作，号召广大学生在寒假返乡期间，广泛收集具有家乡特色、地域风情的传统习俗、文化产品及民俗活动等，鼓励大学生以图片采集、视频记录、文字介绍等多种形式，记录家乡优秀传统文化内容，形成相关实践成果，优秀成果将在开学后在学校范围内进行展示。

(四)开展“科普暖寒冬·调研谋发展”主题科普及社会调研活动。号召广大学生利用寒假，深入基层开展社会科学知识普及活动、家乡发展相关社会调研活动，通过科普知识宣传、发展情况调研等形式，深入了解家乡变化、服务家乡发展，以实际行动为家乡做实事。活动成果积极形成相关报告、论文等，为推进家乡发展建言献策。

(五)开展“感恩母校·激励成长”第三届“xx师范大学大学生活分享活动”主题实践活动。联合学工部招生办公室开展第

三届“xx师范大学大学生生活分享活动”，号召全体青年利用寒假时间回访高中母校、探访高中老师，在送去温暖与祝福的同时，宣扬华师精神，进一步扩大我校的影响力和吸引力。活动具体要求、支持政策、报名信息详见《附件3：“感恩母校·激励成长”第三届“xx师范大学大学生生活分享活动”招募通知》。

#### (一) 高度重视，加强领导

各学院要高度重视，积极指导，在学院党政领导的关怀下，切实把本次寒假社会实践活动纳入寒假工作日程，做到有计划、有动员、有指导，有成果，有反馈。

#### (二) 加强宣传，扩大效果

各学院实践团队和个人在开展寒假社会实践活动的过程中，要注重做好校内外宣传报道和信息报送工作，加强与校内及各地媒体联系。相关活动宣传稿件报送请发至指定邮箱，学校将择优进行宣传报道。

#### (三) 保障安全，严防意外

各项志愿服务活动按照就近就便原则，在学校周边、学生家庭所在的城镇社区或者邻近村社开展。各学院要提前做好活动安全预案，切实增强广大青年学生的安全意识，认真落实好安全管理工作，严防意外事故的发生，保证整个实践活动的安全顺利进行。

#### (四) 总结经验，及时上报

假期结束后，以学院为单位及时汇总本学院社会实践总体情况，包括基本参与情况、各类主题实践成果等内容。