

实践报告的自我实践方式(实用5篇)

随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告的格式和要求是什么样的呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

实践报告自我实践方式篇一

自从上次离开学校已经有三个月的时间了，在这段时间里，我在xxx公司作为一名应届实习生学习和工作。经过了这短短的三个月时间，我掌握了基本的工作技巧，还大大的提升了自己的理论知识。

回顾了自己这段时间在公司的工作情况，我认识到自己已经在不知不觉中成长了很多。但实习的日子也即将结束了。在此，我对自己在实习期间的情况做自我鉴定如下：

实习是对我们在这三年来所学知识的以及个人品德和能力的贯通，通过这次的实习，我彻底的认识到了自己的优势、不足以及问题。并且在实习中强化自己，调整了自己，让我如今在工作中顺利的完成自己的任务。

思想方面：我在实习阶段充分的接触了社会和公司环境，我了解了生活的不易，更明白了，作为一名工作者该用怎样的心态去面对在工作和生活。这让我们在思想上有了大大的成熟和成长。在工作中我不仅热情好学，还学会了保持良好的工作态度，让工作更加顺利。

此外，我还在领导的批评和教导下学会了责任，在同事们的互相帮助下学会了团结，这些在工作中的体会，都在改变我，让我褪去学生的外衣，慢慢的从幼稚走向成熟。

工作方面：作为一名刚刚接触工作的实习生，我在工作方面并没有什么过人的作为。基本上一直在学一步做一步。但是，通过与工作的接触，让我对这门专业有了更深的了解。也更清楚未来的工作方向。并且在工作里，我还学到了不少的实用经验和技巧，相信在今后也能帮助我更好的完成自己的任务。

此外在，除了专业方面，在工作中我学到的最重要的事情，就是心态和目标。作为一名工作者，我慢慢的改变了自己作为学生那种“写不出作业也不会怎样”的心态。每一天我都在积极的面对工作，认真的完成好自己的任务，这份改变是我重要的收获，相信这份心态在未来也一样能很好的帮助我。

生活方面：对于社会独立生活的体验同样让我有了很大的成长。在社会上的独立生活让我认识到自己的在生活能力上的问题，尤其是在生活的安排上，早睡早起有规律的作息渐渐的代替了过去无规律生活习惯。这不仅仅让我在工作中保持了良好的考勤情况，更让我在生活上也更加的精神，有更多的时间去学习和完善自己的工作。

总的来说，这次的实习真的让我收获了很多的经验和体会，但最重要的还是能有这样的一次经历，让我看清了未来前进的道路。如今的我已经有了前进的目标，为此，我会更加努力，想着目标前进！

实践报告的自我实践方式篇二

时间如流水，在我们不知不觉中静静地流过无数个日与夜，回想起当初面试心心筑梦客家大学生支教队的场景还记忆犹新，没想到转眼间就到了7月末。7月20日坐了差不多一早上和一下午的车，终于达到位于半山腰上的南洞小学。前行的道路上感谢有我的一群队友和一堆可爱的学生，伴我走过这一段难忘旅程。

心心筑梦，有你有我

常言道：岁月如歌，人生道路跌宕起伏，然而在我看来，友情如歌，既有活泼欢乐的音符更有短促激昂振奋人心的节拍。我们为了编织同一个梦想从五湖四海聚集到一起，最后又回到天南地北去，在这短短半个月里面让我感受到了一个集体的团结，也让我感受到了朋友间的温暖。开会时一起讨论班级管理场面还历历在目，如果大家还能交流各学科如何教学怎样寓学习于娱乐之中就锦上添花了。

在这15天里不得不提的就是后勤了，强烈要求每组的后勤必须要有专业煮饭的，至少要把饭给煮熟了。

还有的就是要做一个确切时间表出来，并要严格执行，划定娱乐时间和工作时间。如果规定了会议室是我们备课工作的地方，那么我觉得也应该要规定会议室在什么时候可以放音乐看搞笑电影，什么时候可以与学生面谈，什么时候应该安安静静的让大家备课等等的。

三尺讲台，挥洒青春的汗水

“一支粉笔，两袖清风，三尺讲台，四季耕耘”这是我在支教前对乡村教师的大体印象，确实，来到南洞小学住进一个教师宿舍更让我深切感受到了他们的朴实生活。桌面上一叠两叠的都是学生的作业本，桌前的墙上还张贴着一封四五年级学生写的信，大概内容就是：“我没有考上全班第一，对不起老师，我会更加的努力”，如果不是房间里的女式拖鞋我是看不出这里原来住的老师的性别的。

在八年级我也上过一节课的，我的整体感受是他们不喜欢去表达自己内心的想法，只是喜欢去倾听别人的一些人生经历。对于八年级的课堂设计上，由于在他们的这个年纪他们会害怕失败，有很强的自尊心，所以我虽然设计了一些问题去引导他们思考但是没有规定他们一定要按照我的答案给答出来，

一些回答错误的同学，我还是笑着跟他们说：“很感谢这位同学举手回答这个问题，这个答案也可以是我们去思考的一个方向。”等等的，要让他们感觉到我们有尊重他们，然后把话题引回到我想要表达的层面上。

关爱留守儿童，让阳光照进每一个角落

直到现在我都有点后悔当时开会的时候，我竟然在会上非常武断的说了自己对学生的一些看法，大致的就是说他们礼貌方面不过关，不懂得去尊重他人。现在想想反而是我自己还未能全面的去看待这些现象背后的成因，未能完全地站在当地学生的角度去思考问题，未能充分地去理解他们的成长。通过家访，我们了解有很多学生都是由他们的爷爷奶奶照顾的，家长多是外出工作，在家里面他们都是很懂得去照顾他人的。

很多时候一个人的性格品行，待人接物等等的都是与家庭有着密切的关系的。学生在家里就是向父母家人学习，在学校就向老师同学学习，由于父母长期不在家，家庭教育方面多多少少会有缺失，然而在学校，由于考试升学的压力在校老师也会侧重于科学知识方面的教育，而忽略了人文道德关怀方面的教育。

在与一些高年级学生的相处方面，我觉得我们首先要做的是要尊重学生，这样他们才会愿意敞开心扉让你靠近他们的，这样才能让他们更加自信地在阳光下健康成长。

实践报告的自我实践方式篇三

即将面临毕业，学校为我们安排到了一家动漫公司实习，既然选择了动漫这个专业，就要好好去学，在大学里学的知识却不知道如何运用，因此我非常珍惜这次实习的机会，在有限的时间里加深对动画的了解，找出自身的不足。

刚来到公司的时候不知道该做些什么，动画涉及的知识面很广，自己在大学学的那些只是三脚猫功夫，在商业领域里根本没有用武之地，所以只能是参观公司，了解一下动画制作的一些流程。接下来的日子里，我们就开始练习手绘，传统动画行业关键是要看手绘功夫，线条要流畅动作要连贯速度要快，要达到这些要求不是一朝一夕能练出来的，刚开始一天画几十张就喊累了，却不知老员工一天上百张的量，要达到这种境界，不仅要时间还要花大量的精力去练习，手绘是基础，是每个从事动画行业的人必须要掌握的。经过两个月的练习进步了许多，不仅仅是练习线条，还要学中割，了解人物运动规律，自然现象等等。对于传统动画我又有了进一步的了解，分工上比较复杂，一部完整的传统动画片，无论是5分钟的短片还是2小时的长片，都是经过编剧，导演，美术设计，设计稿，原画，动画，绘景，描线，上色，校对，摄影，剪辑，作曲，拟音，对白配音，音乐录音，混合录音，洗印等十几道工序的分工合作，密切配合，才可以顺利完成，但是动作看起来要顺畅得多。现在动画制作也逐渐由电脑来操作完成，flash是最常用的软件，我们也必须学，有了之前一点手绘基础，就要运用到电脑中去，之所以刚来实习的时候要练习手绘就是这个原因。开始用软件制作动画时，很乱很烦躁，经常忘记某个步骤而不能播放，还会遇到很多困难，比如转面动作，转面是动画中常碰到的情况，就是动画角色从正面转到侧面或者从背面转到正等……这时画起来比用传统方法更加费力，毕竟用鼠标和绘图笔没有真正的纸笔好操作，但是也渐渐去克服了，毕竟学习动画这条路是很漫长的，没有吃苦耐劳的精神是走不下去的。

这次实习的收获对我来说有不少，我自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了不少的收获。总体来说这次是对我的综合素质的培养，锻炼和提高。不管现实怎样，国情怎样，想投身动画事业中，单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

实践报告的自我实践方式篇四

今年暑假我参加了社会实践活动，固然一个月的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过一个月的实践，使我有了一些关于社会基层建设的心得体会。

培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

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。深进基层，同基层领导谈心交换，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了从群众中来，到群众中往的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到基层中往，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。

艰辛知人生，实践长才华。通过展开丰富多彩的社会实践活动，使我逐渐了解了社会，开阔了视野，增长了才华，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对本身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自已有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一位大一学生，行将走上社会，更应当提早走进社会、熟悉社会、适应社会。

纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行。社会实践使同学们找到了理论与实践的最好结合点。特别是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，常常在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合本身专业特点，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，本来理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理

解和消化每天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这进程中成长了很多，晓得了很多。

做为位大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希看以后能够常常参加实践，这类社会实践活动是在大学中的社团生活所没法相比的，只有在真实的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以应用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不但使我的'各方面能力得到了进步，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很成心义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的.暑期实践。

实践报告自我实践方式篇五

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑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双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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

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。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，

把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展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，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。