

# 种红薯社会实践活动方案(通用5篇)

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 种红薯社会实践活动方案篇一

实训室是大学生生活中不可或缺的一部分，它为我们提供了在理论学习之外的实践机会，帮助我们更好地理解学过的知识。在进行实训室实践的过程中，我不仅得到了专业技能的提升，还学到了许多关于团队合作和自我管理的经验。以下是我在实训室的心得体会总结。

### 第一段：实训室的基本设施及环境

实训室是一个拥有先进设备和良好学习环境的地方。在实训室里，我们可以使用各种仪器和设备进行实践操作，提高实际操作能力。实训室的环境也是非常舒适的，通风明亮，工作台整洁有序。这种良好的学习环境使我们能够更加集中精力，更有效地进行实践操作。

### 第二段：实训室的专业技能提升

实训室是我们将学到的理论知识应用到实践的地方。在实训室中，我们可以通过模拟实践进行各种操作，例如电路搭建、软件编程等。这些实践操作帮助我们更好地理解理论知识，并提高了我们的专业技能水平。在实践操作中，我们不仅可以发现问题，还可以尝试解决问题，这对培养我们的解决问题的能力非常有帮助。

### 第三段：实训室的团队合作经验

在实训室中，我们通常需要分成小组进行实践操作。这样的团队合作经验对我们的发展非常重要。团队合作可以让我们与他人进行有效的协作，分工合作，提高效率。在团队合作中，我们还可以从他人身上学习，有机会与其他同学一起交流和分享经验。通过团队合作，我们可以更好地理解集体力量的重要性，培养合作意识，并提高自我管理能力。

#### 第四段：实训室的自我管理经验

在实训室中，我们通常需要自我管理并按时完成任务。在这个过程中，我们需要制定合理的计划，并根据计划进行自我约束，提高自我管理能力。自我管理还意味着我们要有良好的时间管理能力，合理安排时间，科学分配精力。这对于我们在实践中取得较好成绩非常重要。通过自我管理，我们可以提高自己的工作效率，培养自律和责任感。

#### 第五段：实训室对个人发展的意义

实训室的实践经验对个人发展有着广泛的意义。首先，它帮助我们更好地理解所学的知识，提高专业技能。其次，它锻炼了我们的团队合作和自我管理能力，培养了协作意识和自律性格。此外，实训室给了我们面对实际问题和挑战的机会，让我们学会解决问题和克服困难。这些经验对我们的综合能力和就业竞争力的提高将起到积极的促进作用。

总之，实训室的心得体会总结着实是我大学生活中宝贵的财富。通过实践操作，我不仅提高了专业技能，还学到了很多关于团队合作和自我管理方面的经验，并深刻认识到了实践的重要性。希望将来能够运用这些经验和技能，为自己的未来做出更大的贡献。

## 种红薯社会实践活动方案篇二

实训室是完成实践教学，培养和训练学生技能的一个重要场所，实训项目是高职院校实训室构成的最基本元素，是实训室建设的基础，下面是本站带来的实训总结与心得体会，希望可以帮到大家。

三个月实训就要结束了。人闲的时候是等时间等着下一刻的到来，人忙的时候是赶时间过得太快多想让它停一停。用充实来形容这一阶段很合适。我每一天都过得很充实。

以前在大学里成天特别闲没有目标不知道干什么。现在我觉得忙碌是一种幸福。我知道我要做些什么。刚来实训的时候很不适应，由学生转到工人的角色。而且成为工人后，我们必须以工人的角色去做事，不能再像我们在学校那样想做就做，不做就算的了。我们现在是有责任在我们的肩上了。

每个人在不同的学校都有自己的实训经历。其实实训也是社会实践的一种。

这次是我第一次踏入这社会进入基层企业体验现代企业的生活、工作、企业文化这些都是我们踏入社会所要适应的。

20xx年11月25 日我们由苏州前往无锡的日子。那一天，我知道，每个人都很激动，很兴奋，因为这是我们第一次真正的踏入社会，进入企业工作，路上，我们都在讨论工厂会怎么样，管理严不严，业余生活怎么样。

当我们进入科尔华厂的时候，我们的心凉了半截，这地方有点破，完全和我们想到工厂不一样。当我们培训了半天后，我和我们班几个同学被分到了机顶盒，一开始听说机顶盒的活是最轻松的，看着其他人羡慕的表情，我有点得意。或许，人生就是这样的戏剧，当我们第二天去机顶盒去报到上班的时候，发现那些老员工根本就不把活给我们做，因为不想让我们这些新人去抢了他们的饭碗。我们在机顶盒很受排挤，整天都不让我们工作，而且还放假，最后，我们还是离开了

机顶盒，去了阿尔卑斯，这里的阿尔卑斯不是生产棒棒糖的，是做手机卡槽还有很多小的东西。

我们车间做的东西比较小，连一根头发都不让露出来，一不小心，就会被扣工资，我们车间是扣工资最严重的。而且扣的有点吓人，我们车间有个人一个月能被扣到一千多。我们实训的工资才多少啊，所以，我必须处处小心，必须在上班时打起十二分的精神。我们都认为这三个月就是煎熬，一个字，累。多少次我想要放弃，想离开这个我不想呆的地方，但是，我咬咬牙，还是坚持了下来，正如有位同学给我发的短信一样，再辛苦也是三个月过完三个月就是一个崭新的脱胎换骨的你。坚持就是胜利。对的，只有坚持，坚持不是因为多坚强，而是我没有其他的办法。

但你在不同的角度看待一件事时都会有不同的说法与看法，虽在生产线上工作，也许许多人都认为在流水线工作辛苦，而且学不到东西，整天还提心吊胆的。我在流水线上工作了这么久，在这段时间里我学到了许多东西。一条流水线如要正常运行，需大家一同努力才能完成。流水线的每个工序都不同。在这里每时、每刻、每处都体现出团队精神。因为里面全是流水线生产，在流水线上是不能随便离岗和停顿下来的，如果流水线上有一个人离岗或停顿将会影响整条生产线的速度。容不了有偷懒的完成每项任务或完成一个成品都要经过很多人的手的辛勤付出这也是在校园难以寻觅的。这就使我们学会了团结，分工，和互相协调。使我们知道团队精神的重要性自己要学会如何做好每件事，每个工序工作的过程，也是学习的一个过程。只要用心学习发现都能学到在学校学不到的知识。一个人不管在什么位置，应站在正确的位置看待一件事情。实训，我们应想我们实训是为了什么、为了钱为了混日子还是为了学习呢？实训的动机在于为了学习。人可以不学习吗？有句话说人活到老学到老。不管现在是学习还是工作或实训都应该以学习为中心。作为大学生应在毕业前进入社会实训、实践。这些是我们踏入社会时学习经验的好机会。在今天的社会我们都应努力的去适应社会。不管在

艰辛的岗位还是在其他的岗位都要努力做好事情，在工作上每个人都有自己的酸甜苦辣，这就是人生的味道。在实训的三个月里我体验了许多人生道理，体会了工作的辛酸，也体会了一切的不容易。实训说苦真的苦累也真的累但这也累得值、苦得值这也让我们更学会独立生活独立思考独立处理每件事情。。

我们在厂里也学会了勤俭的习惯，也明白了什么是粒粒皆辛苦，同学们在学校大手大脚的花钱，而在厂里辛辛苦苦拼命的上班才拿一点工资时，才体会到钱的来之不易。

这次实训无形中给我们上了一堂思想道德课，让我们受益匪浅教育深刻。

说真的，一开始我觉得这三个月真的很漫长，漫长的我都看不到终点在哪。可是时光匆匆，转眼间，这三个月的实训马上就要结束了，我们也要回到我们的校园去了，这三个月我尝到了：酸——严格的上下班和工作制度，累——手要不停的做啊做的，辣——老员工做活的速度，甜——拿到了属于我们自己的工资。

实训让我学会离开父母而独立张开自己的翅膀飞翔，在我心里我感激学校，老师，同学是你们让我知道了生活。是你们点明我前面的路指点我们所走的路。

作为一名医学生，不仅要具备过强的理论知识，还要有一定的临床经验，因为我们面对的是人的生命。所以，在这个暑假里，决定在医院里见习。很荣幸，我能在家乡的县第一人民医院见习。通过这短短的两周的见习，真的让我学到了很多，深刻体会到，当自己独自面对一些问题时，总是不能得当处理，感觉自己以前学的理论知识不能灵活在临床上运用。见习，是一种磨练，是对自己感受医院环境，了解医院事务的一种巩固理论知识的社会实践活动，更是对自己医护梦想的期前准备。见习，让我感受最深的是：临床是理论基础知识

的巩固基地，，临床的实地见闻，实地操作，让我重现在校那些枯燥又顽固的知识时提出的种种问题。例如：每天面对着老师忙碌的身影，我心里只有怨叹，怨自己无法将理论应用于实践，怨自己在见习前没有好好学习，加上填鸭式的传统教育模式，被动的接受知识害惨了学生，在学校里一到考试，就向老师要重点或老师给重点，如果我们在临床工作了，病人问我们一些问题，我们能说这不是我背的重点吗？更可悲的是，我们只能获得短暂的记忆，不能成为对抗疾病的材料，真有种”书到用时方恨少”的悔恨与喟叹啊。曾几何时闹出了这样的笑话：”一位实训医生在接受病人的询问时，因囫圇吞枣，对于该知识的不甚了解，就借口说要上厕所，而实际上却偷偷摸摸回到办公室翻书去读。那么再遇到下一个问题，该以什么借口去逃避呢？”因此，学习医学知识，来不得半点虚假，我们一定要做到理论根基扎实，更重要的是要学会理论联系实际，以免误人误己，酿成大错啊。

见习的第一天早上，我早早的来到医院，我跟着护士晨间护理。到了七点半，医生和护士门准时交接-班，值夜的医生和护士将昨夜病人的情况进行报告，然后各个管床医生分别开始查房，我也跟着他们，认真的听他们如何检查病人和如何询问他们。看着他们那一丝不苟的工作态度，我的心里不禁充满着崇敬之情。首先，医生们对病人进行询问，问他们的病症，比如：有无发热，有无疼痛，饮食如何，排泄是否正常，有无多尿少尿等等。然后，医生仔细观察病人的体征，有时还做下叩诊，最后开出医嘱。这时，护士们开始了紧张的比对医嘱，并且按照医嘱进行取药和进行治疗，护士每隔4小时查一次体温，并且绘成温度曲线，供医生参考，另外，每隔半小时进行一次巡房，检查是否有异常情况出现。在这短短的两周的时间里，我在外科见习的，在外科的病人大多是做过手术的病人，这就要求我们护理工作者要更加细心与具备过强的专业知识，时刻关注他们的病情变化。同时，有些病人不能下床，要长期躺卧在床上，这也需要我们护理工作者，要做好他们的心理安慰工作。有人说，任何一件简单的小事清，如果能连续做上20xx年，就是一件伟业！干我们这

一行，就是要坚持认真二字，任何时候、任何情况下都马虎不得!的确，生命是脆弱的，何况是身患疾病的人呢。在普通的病房，虽然基本是家属在照顾，但是，他们毕竟不是专业的，没有一些警惕的意识，所以作为护士，我们要给家属和病人做好宣教工作以及护理工作，以防止发生不良事故。

见习期间，我跟随带教老师，细心听取讲解与指导，了解了许多医疗设备的基本操作，观摩并实践了许多种医疗操作，比如生命体征测定(体重、血压、呼吸、脉搏、体温)、心电监护，静脉滴注、肌肉注射、静脉推注、外伤换药等等，许多专业仪器我都是第一次见到。有许多看似简单的护理操作，真正做起来才知道并非如此。在医院的短短的两周，我虚心向护士学习，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。同时新鲜事物接踵而至，时时给我带来兴奋的冲击。我充满好奇，留心观察，积极提问，护士们耐心的给我讲解，使我了解到了一些医疗仪器的使用方法、基本掌握了护理操作的要领和注意事项。她们生动的分析一个个看似简单的操作，并且在规章制度允许的前提下给我很多实践的机会，让我有机会使用这些仪器和设备，实践护理操作。这些都使我对将来从事的工作有了一定的感性认识。虽然这段实训有点苦有点累，还是挺让人开心的。查房、换药、跟手术，每天的生活在这样重复的忙碌中度过。这段外科的实训经历，其中复杂的滋味也许只有亲身经历过的人才能体会，酸甜苦辣，无论是什么滋味，都挺值得回味的。当然更重要的是知道了好多书本上学不到的东西，也认识了几个不错的朋友，或许这比书本更有价值吧。

众所周知。建立和谐-谐的护患关系，首先要做到将心比心。用

一颗博爱之心，一种换位思考的思维去想象病人的疼与痛，矛盾与徘徊，将病人的疼痛看作自己的疼痛看作自己的疼痛，用心去体会病人的茫然与不知所措，只要你及时伸出一双温暖的手，病人就能感受来自你手心的力量，也许他们就会获取一份战胜病魔的决心与信心，疾病不攻自破，那该是医学界灿烂的风景。其次，擅于与病人沟通。其中，微笑是一把出奇制胜的尚方宝剑。在这里，我看到的是笑容可掬的脸孔，也都觉得特别地漂亮与可爱，让我有种轻松与温馨舒适的感觉，如果我是一位病人，我会毫不犹豫地选择住在这里，因此，我也要求自己不把情绪带到工作中，每天保持阳光灿烂的笑容，让病人每天都能感受温暖，无论是寒冬还是炎炎酷暑，微笑总是一道美不胜收的风景。”微笑服务”既有利于自身的愉悦，又能减轻病人的恐惧与病痛，这等一箭双雕的好事何乐而不为呢？再次，在病人面前要永葆一份不泯灭的自信。不善于与人接处是我的一大弱点，那种胆怯与不自然会使我失去很多的学习机会，由于我的自卑，不主动而没有得到相应的操作训练，这样的现实冷不丁给我泼了一身冷水，是一名本科生，做起事来应该是得心应手才是，但我却，做事畏首畏尾，前怕狼后怕虎，不敢大胆尝试才铸成我的不知进取，好在我有一名耐心十足的老师，之后在她的知道下，我重拾操作，确实是另一翻感觉，假如病人看到你一张自信而稳重的脸庞，他们的恐惧也就减少了一半。

因此，自信心是一颗无形的定心丸，无论是护士本身，抑或是病人，都是必不可少的东西。病人的肯定是护士最大的成就；病人的称赞是护士最大的光荣；病人的疼惜是护士最暖的宽慰；病人的微笑是护士最好的回馈“是你们让我们有了第二次生命的机会，是你们，用亲切的话语安慰我们，让我们有战胜疾病的信心，是你们细心的照顾，让我们迅速康复。”这是出自住院病人的心声，相信可爱的白衣天使们听到这些来自病人对她们工作的谅解该是何等的感动万分啊。我因此也备受激励，我立志要为我即将展开的救死扶伤的医护事业奋斗终身。再次走进病房，少了一份陌生，多了一份亲切；少了一份负担，多了一份安慰；少了一份担心，多了一份真诚。

在这里，我不仅真正学到了知识，还明白了一些道理，踏踏实实做人，认认真真做事，提高自己与人沟通的能力，建立良好的护患关系，遵从导师的教诲，理论联系实际，立誓为医学事业贡献自己的力量。

“爱在左，同情在右，走在生命的两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得香花弥漫，使穿杖拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不悲凉。”也许冰心老人的这段话，就是对护士职业的最好诠释。

有了带教老师的指导与帮助，有了病人的理解与配合，有了坚定的为病人服务的决心，我走过了这不寻常的一个月。通过见习，我感受到了作为一名未来的护士所肩负的重任。在我们的前方，有不计其数的普通的医务工作者，就像我的带教老师们那样，在第一线无私奉献着。他们的生活在一天天的继续，而我们当代医学生，已经踏出了医学道路上的第一步。在不久的将来，我们将接过他们的担子，真正投入到这一神圣的工作中去，奋战在一个特殊的战场中，面对新的挑战。护士这个特殊的职业注定了我们未来的工作将是非常辛苦的，但是如果我们的付出终于有了回报时，所有的辛苦又算得了什么呢？当一个即将出院的病人来到你面前与你道别，那一刻才是一名护士最感欣慰的时候。对每一个白衣战士来说，没有比解除病人的更能给他快乐的了！为了那一刻，我们从现在开始必须踏实每一步，扎实的学好基础知识，认真实践、努力探索。这样在成为一名医生的时候，才能担负得起病人的信任，才能承载住病人生的希望。

终于等到了实训的时候了，很早以前就从学长学姐那里打听到了大三的上半学期有实训，那时候可以说是急切地期盼着这一天的到来，因为大家再也无法忍受当前这日以继夜的填鸭式的教学，尽管从师兄们那里了解到实训并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

中餐厅的日子就这样一天天结束了，在这些日子我的确学到

了不少的东西：除了能学到中式餐饮的服务程序和技巧、粤菜的特点和种类等课堂上所能学到的东西外，更能学到一些课堂上很难学到的东西：如何处理好自己的利益和酒店的利益、如何处理好同事之间的人际关系、如何调整自己的心态，更让我了解到的是作为一个服务员应该具有强烈的服务意识。在一次与某部门经理聊天时，该经理提到了服务意识，我非常赞同他的观点：“服务意识不但是要求服务员有着向客人提供优质服务的观念和愿望，同时应该对自己的同事也具有同样的意识。”是啊，这才是“服务意识”的真正的含义，这才是一个服务员真正的素质的体现。明天就要结束为期一个月的实训生活了。回想这次在酒店实训的点点滴滴，觉得从中获益非浅，学到了许多在课堂和书本上都无法学到的知识。令我感到兴奋的是，酒店的员工大都都是那样的热情友好，他们并没有因为我们是实训生而对我们冷漠生硬，在劳累之余，同事们一个甜美的微笑，一句再普通不过的“辛劳了”都会让人感动，看来还是员工自己最能够了解大家的心情，因为他们能站在员工自己角度来看问题，因为他们讲述的是“老百姓的心里话。”这也是酒店上层领导所最缺乏的素质之一。

## 种红薯社会实践活动方案篇三

制图实训把实物或想象的物体的形状，按一定比例和规则在平面上描绘出来。多用于机械、工程等设计工作。下面是本站带来的制图实训的心得体会，欢迎查看。

作为一名光荣的机务人员，绘制零部件图纸是我们必备基本技能之一，有句话说得好：读图是我们修理零部件的立身之本。本次实训又一次采取了“做中学”的思想，正所谓“时间是检验真理的唯一标准”！同时，实践也是获得知识最佳途径。不夸张的说，在没有进行实习之前，我对零部件制图的概念为零，然后在经过老师细心地讲解之后有了大概的了解，

但是依然不能够对零部件视图有很全面的认识，但是通过在与小伙伴合作完成图纸的过程中，我们通过查阅文献资料，虚心求教他人，八人互相讨论等方式使我对零部件视图的了解直线上升。

在本次作业的完成中不仅仅使我们的知识得到提升，更使我们在其他方面的能力得到更加充分的锻炼与增长。

首先，在完成施工图的过程中我们遇到了许多突发的小状况，如草图画的不够详细；八人分工前没有进行很好的沟通导致不同图纸的尺寸不一……但是，正所谓：只有投入于其中才能发现问题的所在并把它们解决。同样，解决问题的过程更是一个自我提升的一个过程，本次实践的过程中，我们查阅了大量的文献资料。这无疑使我们查阅文献资料的能力大大提升。第二，更使我们懂得什么是团队合作，让我懂得了团队合作的精髓是沟通，良好的沟通能力往往是我们团队相处乃至出成果的重要保障。第三，由于本次作业时间期限较为紧迫，而绘制图纸的过程我们采取接力完成，不断审核的方式，这就要求我们做事应更加的麻利，不拖拉。是我们做事的效率大大增强。最后，在本次活动中，我收获到了团队成员间的友谊，收获到团队成员一起为一个目标而奋斗的那种简单的快乐。或许我们的图纸依然不是十分的成熟，有很多的不足之处，我们也会在今后的学习中更加精益求精，努力做到更好！希望老师也能够不吝指教，提出建议，帮助我们提升与改进。

课程设计是我们机械类专业学生的一个重要实践环节，在为期一周的实训时间内，我知道了设计绝对不是一件简单的事，它不仅需要严谨细致的学习作风，更需要认真负责的学习态度。

首先绘制的是草图，按照技术要求使用外卡、尺子等测量工具，对部件的有关尺寸做出测量（如部件的高度、深度长度和圆的直径等），最后按照标准我们都购买了a1的格子纸进行

绘图。

接下来绘制的零件图，我选择了泵座和主动齿轮轴两个重要零件进行测绘，虽然遇到了小小的困难，但依靠和同组同学相互讨论和请教懂得的同学，问题很快解决。最难的是装配图的测绘，虽然都已学过，也有很多次绘制的经验，但是如果仅靠书本上的知识，明显是不够的，此时那些对我们来说显得很粗浅、半生不熟的，开始的时候不知道从哪里动手，想了半天一点头绪也没，去查书才有了点头绪，标注形位公差时又不知道该标什么、怎么标，书上也没有，最后去问了小组组长才知道。

此次课程设计使我们掌握了零件测绘的方法和步骤，了解徒手画草图的意义，掌握常用工具的使用方法，能够根据测量数据和有关标准画出零件图和装配图，更培养了我们认真负责、踏实细致的工作作风、科学严谨的工作态度和团队精神。

最后感谢老师这五天来陪我们一路走过，虽然艰辛但也有喜悦，虽然痛苦但也有欢愉，相信这五天会成为我大学生活中最值得回忆的一段特殊时光。

本来想介绍一下我们军训生活和宿舍的成员，但是呢，我们现在在实训，所以，我就先说一下实训的生活。

我们的实训是从13周开始的，一共4周，前两周是建筑认知实训，后两周是建筑制图实训。建筑认知实训很简单，每天早上八点集合，老师带着两个班的同学在学校随便逛逛，看看台阶坡道、雨棚屋面，一般十点就结束了。下午更无聊，写参观心得，看建筑介绍的视频，例如迪拜的帆船酒店，法国的高密大桥之类的。

但这一切悠闲的日子从制图实训开始时就不同了。

周末——我们的制图老师，在我们班流行着这么一句话：自从有了周末，我们就没周末了。他是学校制图老师中最严厉的。

周末，50左右，穿一件旧的条文夹克，上课拎着一个学校的蓝色手袋，喝水用的是一个蓝盖的不知道用了多少年的塑料瓶。

其实制图实训很无聊，每天就是画图，问题是每天画还未必能画完。

周末给我们布置的是每人14张图□a2纸，该加深的加深，该涂黑的涂黑，干净整齐，布局合理，不能有擦的痕迹。这就行了吧？不，他还把图纸改了。本来只是照书上画就行了，可是书有很多地方都印错了，不是少窗户就是没台阶，所以，我们只有自己往上加。

14张，两周，似乎不多，但事实是老师把交图的日期一再退后。到目前为止，三周过去了，还是有大量的人没完成。我嘛……还有一个。

我天生是一个比较吗磨叽的人，所以我画的很慢很慢，慢的我都有点不好意思了。方正总有人比我快。

画图的生活是这样的：早上七点起床，然后跑步，有时候跟我们宿舍的社长夫人吃早餐，到教室的时候就是八点左右。我不想说我很勤奋，但事实是我基本上是没天来的最早的之一。有一次周末来查人，一见我：“怎么就你一个？”

我看看表：“7点50。”

还有一次周末是刚过八点来的，呵呵，那些没来的就一人扣了十分。可怜我的话费呀！得挨个打电话叫。

来了之后就画图，一般是直接到中午，然后吃午饭。话说一次白云叫李丁吃午饭。“饭是什么?能吃吗?”用白云的话说：“可怜的孩子，画图都画神经了。”

下来说说我们宿舍的人才们：反正每天都有人来，我们有还几个教室，比如我在302，他们一般在306，回来直接就乱坐，有空位就行。我一般也不去306看他们，但她只要了，我每天都把社长夫人看几下。

花园应该是第一个完的，真是人才，每天和女朋友把会约着，还能画完。不过，他的尺寸有问题。桃红也完了，至于东，生产了一大堆半成品，洋洋昨天晚上楼梯画了又擦，一直到十二点。

其实，画图也不难，只是很麻烦，很浪费时间——要一个一个的划线。

但即使是划线，也有不会的。最先让人烦的应该是窗户呀，一栋楼有那么三四十个窗户要一个一个的画，我曾经花了一早上的时间就画了一栋楼的窗户，之后不得不以偷懒的方式来。更让人不会的是楼梯(这对我没难度)，有一大片一大片的同学倒在了楼梯的脚下。

“画的我想跳楼。”

“画楼梯就是让你上去，画窗户就是让你往下跳。”

## 种红薯社会实践活动方案篇四

前言：

在校园中，实训是学生们的关键环节，它是学习知识的实践，是锻炼能力的机会。随着社会经济的发展，学校在实训方面

的投入也越来越高，学生们的实训总体水平也逐渐提高。尤其是在近年来，随着技术的不断进步，实训本身的形式和内容也在不断地变革。因此，本次实训的总结心得体会，对于今后的学习、工作和生活都有着重要的启示意义。

## 第一段：实训的意义

实训是一种以模拟实际情境，让学生在类似工作环境中学习并接受专业技能和知识的教育方式。实训通过让学生模拟实际工作环境，让其掌握操作技能和工作方法，培养解决问题的能力 and 团队协作能力，提高学生对专业知识的熟练度。而且，实训能让学生更快更深入地了解 and 体验专业领域的发展趋势和企业文化，了解自己职业定位。

## 第二段：实训的形式

实训的形式主要包括工作坊式实训、实习式实训和典型工程式实训。这三种形式各有不同的特点和优势，分别适用于不同的专业和实训内容。工作坊式实训通常是针对某一个技能进行的，让学生有机会接触到电子、机械、化学等不同制造体系下的操作和维护知识。实习是学生企业中，通过在生产实践中与企业员工共同完成某项工程的实践学习。典型工程式实训则是将学生置于现实工程项目中，让学生亲身体验解决工程问题并取得成功的过程。

## 第三段：实训的基本要求

对于一个有意义的实训，实现以下几个方面的基本要求是必须的：首先是实训的能力培养要针对学生所学的专业；其次是要有完整的实训体系内容，涵盖整个课程的学习；第三是实训的安全要求，生命和安全必须放在第一位；第四是准确的实训时间，每个实训必须合理安排时间，以保证学生可以获得必要的指导和培训；第五是必须考虑各方面的资源使用，包括设备、材料、参考资料和人力培训等。

## 第四段：实训经验之谈

通过实训的经验教训，我认为，实训的重要性不言而喻。其次是熟练的基本操作；第三是文化和常识的素质，随着经验累积，成功的背后则是基础知识和文化常识以及与企业的沟通和交流。最后，一定要有创新思维，把学到的知识用于实际的工作场景中，才能不断创新，跟上形势。

## 第五段：实训的展望

对于未来的实训，虽然并不清楚会有怎样的走向，但是，实训的不断改进和创新，是未来的必经之路。随着技术的不断进步，未来的实训可能会更加跨学科、多元化和个性化，同时将会更加便捷，人们会在网络上大量分享和学习，同时实训产业的发展也将进一步推动实训水平的提升。综上所述，未来的实训之路仍需要我们不断探索和实践。

## 种红薯社会实践活动方案篇五

进入实训室的第一天，我心里充满了困惑和担忧。因为实训室是一个模拟真实工作环境的地方，我害怕自己无法胜任所分配的任务，担心自己与其他同学相比有所不及。此外，我还担心自己的知识储备不够丰富，无法应对各种复杂的实际情况。因此，刚开始的时候，我对自己的实习经验也没有太大的期望，只是默默地期待能够学到一些实践技能。

## 第二段：适应与成长的阶段

经过一个星期的适应期，我逐渐适应了实训室的工作节奏和环境。我发现，实训室确实是一个能够锻炼自己实践能力的地方。在实训室中，我不仅学到了专业知识和技能，还学到了如何与同事合作、如何进行有效的沟通等实用技巧。同时，我也明白了实践不仅仅是理论的延伸，更是一个与现实紧密结合的过程。只有将所学知识运用到实际工作中，才能真正

提升自己的实际能力。

### 第三段：发现自己的不足与问题

在实习期间，我逐渐意识到自己的不足和问题。一方面是专业知识的不够扎实，经常在实际操作中遇到困难；另一方面是对于解决问题的能力不足，有时难以找到问题的关键所在。在与实习导师和同事的交流中，我明白了要提升自己的能力，需要去填补知识空白的同时，也要注重培养自己的解决问题的能力。因此，我开始主动请教他人，阅读相关书籍和资料，通过实践不断提升自己的能力。

### 第四段：跨学科的机会与挑战

在实训室中，我有幸接触到了跨学科的机会。由于实训室的工作涉及到多个学科领域，我不仅能够运用自己专业知识，还需要学习其他学科的基本概念和方法。这种跨学科的机会不仅拓宽了我的知识面，还让我深刻体会到不同学科的交叉影响和相互关联。然而，这也给我的学习带来了一定的挑战。因为我需要在短时间内学习并掌握其他学科的基础知识，这对我的学习能力和时间管理能力提出了更高的要求。

### 第五段：总结与收获

通过实训室的实习经历，我从一个困惑和担忧的实习生逐渐成长为一个具备实践能力的实习生。在实训室中，我不仅学到了专业知识和技能，还学到了如何与他人合作和解决问题的能力。我逐渐意识到，实践是一个与理论相辅相成的过程，只有将所学知识应用到实际中，才能真正提升自己的能力。与此同时，我还意识到自己的不足和问题，并通过主动学习和请教他人不断提升自己。在跨学科的机会和挑战中，我不仅拓宽了自己的知识面，还培养了自己的学习能力和时间管理能力。总之，实习经历让我受益匪浅，为我未来的职业发展打下了坚实的基础。