# 2024年寒假实践报告(汇总12篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-06-23

*随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!寒假实践报告篇一这个寒假，我来到了一个陌生城市，在一个陌生...*

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

**寒假实践报告篇一**

这个寒假，我来到了一个陌生城市，在一个陌生的地方摆了一个周末的地摊。刚开始的时候我还有些担心，不知道会不会有人来买我的东西。但是当我在人群中握着那一把自己亲手制作的小玩具时，心里有了一种说不出的成就感。

通过这次地摊实践，我学到了很多东西。首先是时间管理的能力。由于是一个周末的地摊，我需要在短时间内做好充足的准备，让自己的东西能够卖出去。所以在这个过程中，我不断总结经验和改进自己的制作方式。其次是沟通能力。当有顾客来选购我的小玩具时，我需要和他们亲切交流，让他们能够了解到我的作品的制作过程和特点。

除此之外，我也学到了如何在一个新的环境中生存，如何与生活在这里的人们相处。在这个城市里，我发现人与人之间的交往方式与我的家乡有些不同，但是在我对待顾客和同行业者的时候，都能够得到相应的回报和尊重。

这次地摊实践让我不仅仅学会了如何自立，也学到了如何依靠他人。我在这里认识了很多志同道合的朋友，我们在一起探讨经验和分享创意，彼此帮助，共同进步。当我的小玩具被人们追捧时，我也感受到了大家的支持和热情。

在这个寒假地摊实践中，我不仅仅学到了实际的知识和技能，更重要的是锻炼了我的意志和精神。我发现，只有通过努力和奋斗，才能让自己真正成长。

我相信，这次地摊实践会给我留下深刻的印象，并且在我的未来生活和社会经验中，发挥着积极的作用。

**寒假实践报告篇二**

当我游走在大街上想着未定主题的实践作业时，看着眼前繁忙的景象，便对春节前夕销售者们的生活产生了浓厚的兴趣。

期盼已久的除夕即将来临，家长，孩子都在高兴的储存年货，此刻似乎皆大欢喜，实则还有这样一群人，他们虽然也为此时的购物狂潮兴奋，他们就是在为大家服务的销售者们，但这两者兴奋点不同，前者因轻松而愉快，后者因获利而快乐，而且其中夹杂着焦虑。

让我们以乡村中的卖菜农为例，走进他们的生活，看看他们一年中最后几天怎样过？

热情的大妈在售菜——为顾客选菜，称菜

夜里卖菜农将之前种在菜地里葱，蒜，姜，青菜，菠菜，芹菜，辣椒等菜移出来，然后摘除死去部分，清洗，捆扎，以便白天卖。

大棚择好的蒜

即将清洗的蒜即将卖出的蒜

白天，卖菜农不仅出摊卖菜，而且要出去进一些自己不宜种的菜来丰富菜种。一般下午较为相对上午轻松，便又分配一部分人去准备明天要卖的菜了。

卖菜

以上就是我深入卖菜农的生活了解到的但平时不会注意的他们平淡却又丰富的生活。

在这次实践中，我到卖菜农的种植园(其实是多个菜棚——在露天的菜地上搭上薄膜防止寒冷的冬季冻坏植物)做自愿者，亲自体验他们的生活，并且在和他们一起工作时，向他们询问很多关于他们在平时种菜，卖菜的问题，这让我有很多收获。当然我只是每样活都做一小段时间，但这已经足以让我了解并让我感动了，而且收获颇丰——卖菜主赠送我很多菜，而我也在这次小小实践中有很深刻的感悟——每件事都值得认真做，每个人都值得尊重。

如果不是深入调查，我不会知道原来有个我本认为非常简单的卖菜生意，过程竟也这样复杂。

卖菜这门生意不是简单的种菜，收菜，卖菜。在这里也有很多问题，比如种菜中考虑种什么菜，每种种多少以使收益最多；择菜时要把死叶全去掉以使菜看起来好而容易卖出而不是直接售出，因为刚挖出的菜有死叶子而且比较脏，让顾客觉得菜质量很差；卖菜不是简单的合作，而要懂得利用好服务态度，菜的好品质，拉拢顾客，追求有更多的老顾客等等。

这次实践，我不仅从卖菜生意中很多智慧的选择中对做生意有更真实的认识，在生活做人方面也有感动。因为期间的一个小小意外。

在到菜园路上，我把手机丢了，尽管非常责怪自己不小心，但也无可奈何，即使别人拿走了，现在又有谁会原物奉还呢？只能自认倒霉了。但是在和园主以及各位一起为园主工作的人们说了之后，大家都热心帮忙打听。承认自己还是比较幸运的，一个小伙伴的奶奶捡到了我的手机，而且拒绝了我的200元的报酬，甚为感动，第二天，让爸爸割块肉送给那位好心的奶奶。此事让我对中国人的道德又恢复了一定的自信，我们不能仅凭媒体曝光的丑恶事件来评判中国人民的道德，我相信善良的人还是占多数的。而我们也要多做善事，不仅提高中国人民的国际素质，也在意外发生时，增加一点安全感与信任感。

但这次实践也让我认识到农村的生产模式需进一步机械化。现如今种菜离机械化非常遥远，我们要发展用于种菜的机器并推广到农村。

寒假实践让我见识更多，感悟更多！

**寒假实践报告篇三**

20xx年的冬天，这是我进入沈阳医学院的第一个寒假，美丽的沈阳医学院，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士，寒假医院实践报告。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，所以寒假期间我便来到朝阳市中心医院实践。

因为不经常到医院来，刚开始在外面看医院好像分成了4个部分；120急救中心，紧急救援指挥中心，门诊部，住院部。进入医院，里面人来人往，可以用络绎不绝来形容了。医护人员有条不紊的做着自己的工作。有些你病人家属也轻车熟路，取药，检查...好像常来的样子。而有些病人或病人家属是找来找去，可能是第一次来吧。遇见穿白大褂的就问什么科在什么地方，医生细心清楚的告诉他。我的医院也不熟,我想以后要是遇到这种情况可怎么办呢/所以我医院里里外外看了一遍,有的不好找我还记了一下。没想到后来还真用上了。

后来一去医院我就到处找，找需要我帮助的人，戍边多发现一些东西。医院各处的标语，提示引起了我的注意“让健康永驻，让幸福永存”，“发扬南丁格尔精神，‘燃烧自己，照亮别人’”，“鱼水之情，永相依”等，这些温馨的标语会让患者感觉心里暖暖的，实习报告《寒假医院实践报告》。

在急诊室和门诊部之间我看见一个牌子，看了后我想这些也是医院里会发生的事情吧。1.不准在医院里从事非法活动；2.不准损坏医疗设备和公共设施；3.患者或其家属不准对医护人员无理取闹，谩骂，殴打；4.不准在医院里酗酒滋事，大声喧哗 ，聚众打闹；5.看好随身携带物品，谨防小偷；6.遇突发事件及时报警。将来如果我遇到以上情况，我又该怎么办呢？我想，这也应该是我在大学里应该学会的，看来学医也不只是学好专业技术啊。

正厅有一牌上写着“十不准”

1.医务人员在医疗活动中，不准暗示，索取，收受患者红包和其他吃请；2.不准利用工作时间擅离职守，私自从事各种收费性医疗活动牟取个人利益；3.不准利用职务之便接受医疗器械，设备，药品试剂等生产销售企业或个人以及各种名义的回扣，提成或其他；4.不准通过介绍患者到其他单位检查，治疗。购药等从中收取回扣；5.不准私自收取现金；6，不准工作时间饮酒；7.不准工作时间着装不整，不挂牌上岗，玩游戏，干私活；8.不准与患者或其家属发生争吵；9.不准再进行诊疗时使用手机；10.不准在工作岗位吸烟。俗话说无规矩不成方圆，再者在这神圣的岗位上更要严于律己，遵守规则。

在外面转了两天，相近科室里看看了。我照常早上来到医院，走正门经过急诊走廊。当我走在走廊上时，忽然听讲后面急促的喊着“让一下”，“让一下”......我跳开，看见一群人围着一张床快速的进入急诊室。从缝隙中我看见一个小孩儿，满脸是血。吓了我一跳，这个小孩儿怎么了？还站在原地愣了一会儿，一个女的跟着一个男的跑出来“孩子要是有什么事我跟你没完...”那男的说：“没事，不会有事，这么多医生在呢，不会有事，我先去办手续。”我回过神来，想应该不会有事吧！ 有医生在呢。然后我就走了，去了门诊部。

一上午就在门诊部里呆着了，再消化科，墙壁上有肠胃的胃镜手术有关图片；再骨科有关于骨骼的图片等等。听医生说上午门诊部人来得要多一些，下我人能少一点。的确，上午人流都没断，以前不上医院不知道，看病得人这么多。各种各样的，有老的，有小的，有胖的，有瘦的，有高兴的（病快好了），还有忧愁的。再诊室里每个医生桌里都有电脑，病人来了，有病史的可以直接把病历调出来；每病史的可以新建一个。还有开处方，查看交费情况等，就坐在原地就可以办到了。这也许就叫现代医疗吧！

医生不仅要会应用现代技术，而且要有与病人相互交流的技术，一个中年男人拿着一张化验单，大夫看完问“这人结婚了吗？怀孕了吗？”“怀孕了”“这个人有乙肝病毒，数大三阳阶段，不太适合怀孕，因为可能会母婴传染。查一下dna，我在给看看。”那人脸变的焦急“不用着急，这病没事，得这种病的人很多，没事。”那人神情轻松了很多。后来检查结果，可以要孩子，单如果怕有事的话可以先拿掉。等病治好了再要也行。”到中午休息时间了，医生没有走，因为他在等一个病人家属，答应教他使用‘胰岛素注射器’。我先去吃饭了，我都吃完饭了那医生才来吃。

**寒假实践报告篇四**

(一) 具体目标

1.农村初中生的学习心理现状

2.当前农村初中生的学习心理特点

3.当前农村初中生的学习心理成因及对策

(二)调查方法

1.问卷调查

学生问卷，内容涵盖教育价值观、学习态度、学习需求和学习目的四个方面。问卷调查在渔峡口镇第一、第二初级中学进行，共发问卷1021份，回收有效问卷1004份，接近理想的高效样本数。

2.座谈会及个案调查

整个调查共召开了两次教师座谈会，四次学生座谈会。这些座谈会，不仅为我们提供了大量生动的典型材料，而且为理性分析提供了基础。

对学生问卷调查分析，以及多次教师、学生座谈结果显示，农村初中生的学习心理具有明显的时代特征。

(一)农村初中生的学习心理现状分析

1.教育价值观

调查显示，大部分农村初中生具有较为明确的教育价值观。74%的学生认为学习的作用是提高自身素质，10%的学生认为学习的作用是为了考中专和大学，16%的初中生没有考虑。

调查还显示，农村初中生的教育价值观带有显著的经济社会特征。他们认为，农村青年的经济收入与受教育程度成正比，其中65%的学生认为高中中专 毕业生挣钱多，25%的学生认为初中毕业生挣钱多，8%的学生认为小学毕业生挣钱多，只有2%的学生认为文盲能获得较高收入。

2.学习态度

调查结果表明，67%的学生对学习的热情较高，24%的学生对学习的热情中等，9%的学生害怕学习。这与他们“考中专或大学”意识淡化是相一致的。值得注意的是，害怕学习的学生数占相当份额。而且，我们在调查中还发现，90%的学生都有自己“最讨厌的课程”。学生害怕学习或讨厌某些课程的根本原因，一是与教师的教学方法紧密相关;二是与该课程的实用价值紧密相关。调查结果显示，86%的学生对与现实生活联系紧、实用性强的语文、数学、物理、化学、劳技学习热情较高，而对学术性较强的历史、地理、生物、英语不感兴趣。在学生讨厌的课程中，英语是初中的核心课程之一，有57%的学生认为“英语对于我们以后的生活几乎没有用处”。

3.学习习需求

当前，“特长”是师生共同关心的热门话题，许多教育工作者甚至把“特长”看做是“素质教育”的代名词对于这一认识的争议性，不属本文讨论的范畴 。在调查中我们发现，大部分学生对“特长”有正确的认识，其中，92%的学生有自己感兴趣的目标，且有52%的学生希望得到教师的指导。同时，78%的学生希望在劳技课、活动课上学到较多的、实用的农业科技知识，使之能对他们以后的工作有所帮助。

在对调查结果的整理中，我们得到了一组令教师们震惊的数据，52%的学生认为“学校老师能满足自己的学习需求”，48%的学生认为“学校老师能力有限，希望得到名师指点”。对于这一结果，也许我们对信息的有效度产生怀疑，或者强调它的地域性特点，但需要特别指出的是，“教师行为滞后”已经得到越来越多的学生的认同，并越来越严重地影响着他们的学习。

4.学习目的

调查结果表明，对于初中毕业后的打算，55%的学生选择读高中或中专，18%的学生选择就业，27%的学生还没有考虑。有读大学愿望的占37%。

初中学生对于“务农”的态度是我们调查的重要目标之一。调查结果表明，农村初中生大部分不愿意务农，其比例随年级变化，且该心态呈现出一种特殊的波动，其波动特点为：初一为69%，初二为58%，初三为72%。

(二)当前农村初中生的学习心理特点

调查显示，当前农村初中生的学习心理与以往农村的初中生的学习心理相比，有明显不同。

1.教育价值趋向多元化、务实化、功利化

自己跳出“农门”，走向城市。他们中的大部分人已经认识到了教育的重要价值在于帮助他们提高自己的综合素质，使他们掌握生存、生活所需的基本的文化科学知识，以增强自己在未来社会的竞争能力。在此基础上，部分家庭经济条件较好且成绩优秀的学生则致力于追求大学教育。

初中生的教育价值观的另外两个特点是务实化和功利化。初中学生越来越强烈地追求未来教育输出的经济价值，他们中的很多人从经济的角度去衡量所学课程的价值，继而决定自己在不同课程上的努力程度。他们要求课程教学更多地联系生活和生产实践，渗透更多的实用技术。

我们知道，由于年龄和学识的制约，初中学生的认知、分析、判断等能力既不成熟又不稳定。事实上，相当多的初中生的教育价值观是迷茫的。其原因在于：一是越来越多的中专生和大学生难以就业，从而使他们对考中专或大学失去信心;二是学术性较强的初中文化课程难以满足学生对职业技术的需求，难以使他们产生学习的内在刺激和利益驱动。这些原因使越来越多的学生厌学。更为严重的是，我们在教师座谈和学生家长访谈的过程中发现，由于对学生前途的失望，部分家长和教师也失去了对教育的信心，厌学情绪在受教育者和教育者身上同时滋生并蔓延，我们称这一现象为农村教育的世纪迷茫现象。不可否认，这一现象所反映的是一种消极的教育价值观。

2.学习需求的纵向多层次和横向多目标

在调查中我们发现，农村初中生由于个人的学习基础、教育价值观和对未来的期望等方面的差异，使他们的学习需求具有纵向多层次和横向多目标的特点。学习需求的纵向多层次是指学生对所学知识的深度要求不一。初中毕业后准备就业的学生，只要求掌握基础知识;准备考中专的学生，要求课程教学难易适度、学业成绩达中等水平;追求大学教育的学生，则要求最大容量地掌握所学知识，学业成绩达上等水平。学习需求的横向多目标是指学生对所学知识的广度要求宽泛。他们既要求学好学术性较强的课程知识，又要求充分培养自己的特长，还要求掌握更多的实用技术。

3.学习目的明确，但具有主观性和不协调性

发展所起的基础性作用。学生学习目的的不协调性主要表现为思想与行动的不协调。调查结果表明，33%的学生将准备在农村务农，但这部分学生在上劳动技术课时并不认真，平时也很少接触农业科技方面的资料。同时，37%准备考大学的学生中有相当多的人在学习上并没有显现出相应的积极性，而是呈现出一种消极等待的学习态度。

(一)当前农村初中生的学习心理状况成因分析

当前农村初中生的学习心理状况，其主流是积极向上的，他们正在健康地成长，同时也存在消极的一面，不容忽视。

1.市场经济发展的影响

从宏观角度看，农村初中生深深地感触到了国家经济发展的快步伐，欣喜于辉煌的经济成就。调查结果显示，98%的学生对未来充满美好的向往，其中有82%的学生对“竞争”这一市场经济的本质属性了解较深。从微观角度看，市场经济在农村的逐步深入，使农业的生产结构、生产方式不断变化，而轰轰烈烈的农民打工队伍更使农村人的生活发生了质的变化。农村初中生对于这些变化极为兴奋，因为他们享受到了蕴藏其中的经济利益和文化利益，使他们不愿生活在农村，且幼稚地想及早结束学业而外出打工。

2.国家高等教育改革的影响

随着高等教育的改革，将有越来越多的人获得上大学的机会，以至于部分学生对考大学信心十足。但是，我国高等教育招生和分配制度的改革，对学生的负面影响也很大。调查结果表明，26%的学生认为家庭难以负担未来读大学的高额费用而放弃考大学的愿望;52%的学生认为大学不包分配而感到前途渺茫，从而在学习上漫无目的。需要特别指出的是，由于高等教育招生和分配制度改革的影响，使部分德、才兼备的学生感到迷茫和失望，并逐渐淡化了对学习的兴趣，失去了学习的积极性。

3.农村教育全面实施素质教育的影响

素质教育是一种突出生存能力和生活能力的教育。其对于学生的积极作用，是使他们认识到了具有真才实学、一技之长的重要意义，从而要求课堂教学更多地联系生活实际和生产实践，并自发地抵触以考试为中心和片面追求升学率的教学方式。其对于学生的消极作用，是使部分学生过多地追求学习的功利性，而忽视了学术性较强的文化课程的基础性意义。

4.家庭教育的影响

当前，农村初中生中有一部分是独生子女，处于一种相对优越的生活环境中，备受家人的宠爱，他们一般表现为意志不坚强，缺乏进取精神，耽于生活享受。值得注意的是，我们在接触众多的学生家长后，发现很多家长对学生的要求较低，且大多数侧重于纪律方面，而对学生提出考高中、特别是考大学要求的家长越来越少，从而在学习上对学生形成了一种内家庭松外学校紧的矛盾局面。

5.学校教育的影响

在农村教育全面实施素质教育的进程中，农村初中越来越重视特长教育和培养学生的个性。可是，由于资金和人才的制约，对于学生学习的纵向多层次和横向多目标需求无法满足，从而导致学生需求与学校教育之间的矛盾冲突。

**寒假实践报告篇五**

医院药房实践报告。门诊又有分眼科，耳科，皮肤科，小儿科等。在医院实习期间，医生和护士们都很支持，使我在医学和药学上的知识获得不少。药房的主任还有几位护士姐姐给予了悉心的指导和帮助，使得我受益匪浅，亦有一中医学院毕业的老医生给我讲解了中医药的知识，让我感觉到中医的博大精深，也觉得中医在现下的情况需要更科学，更深远的发展。

这家医院在平时很是繁忙，医院里的人经常忙不过来，凡是有点不舒服的，首先都会到这家医院看毛病，在口碑上是比较好的。一方面是这家医院的设备比较齐全，b超室和拍片室自然不在话下，还有ct室等，在无法准确诊断病症的情况下，就可以借助这些先进设备帮助病人找到病因，并在最短的时间内做出 合适的治疗方法，让病人早点脱离病痛的折磨；另一方面就是这家医院的人对待病人很是和蔼，医生会帮病人拿药取药，经常对病人进行探望，询问身体状况如何，遇到没带够钱的病人，可进行赊账，并不写账单的，只要下次来记得补上就行了，这充分体现了对病人的信任，让人不得不在情感上有点感动，故这所医院成了孕妇，老人 ，小孩们 看病的首选地。

现在说说在药房的实习情况。药房服务规范遵守四查十对:查处方，对科别，姓名，年龄;查药品，对药名，规格，数量，标签;查配伍禁忌，对药品性状，用法和剂量;查用药品合理性，对临床诊断.我到医院主要是跟着我的指导老师药房主任拿药，这当然得先熟悉药品的摆放，开始时，我就在药房的药柜前看和记药品的名字和位置，药房里的药品有很多的种类，要记的话很不容易，不过还好，药品的摆放是有按类别来的，先是注射液，胶囊，片剂，滴丸等的分类，再在这些的基础上分别按抗生素类，心血管，呼吸系统，消化系统，其他，外用，非处方药，食品，百货，计划生育，医疗器械来分。其中注射液在医院的使用比较广泛。按类别来记就较简易了。为更熟悉药品的摆放，我还搬运过药品（医院还有储存药品的药库)。

在药品中，葡萄糖和生理盐水较常用，别的心血管类的，消化系统方面的，呼吸系统的药品也都较常用。市场对药品的需求是有增无减，特别是常用心血管类的，消化系统方面的，呼吸系统类的药品。日常药品的使用主要是感冒药和咽喉肿痛药及一些清凉降火药，感冒药有999感冒颗粒，复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊，小儿止咳糖浆，小儿氨酚烷胺颗粒，小儿咳嗽灵颗粒，枇杷止咳颗粒，同时还有一些退烧药如柴胡注射液，安乃近注射液等。降火药主要有西瓜爽润喉片，金银花颗粒等，咽喉肿痛药有头孢氨苄胶囊等.

在对药品的摆放位置熟悉了些后，我开始看处方为病人拿药，有不懂的就问护士或主任，虽然拿药是很简单的事，只要是识字的，时间久了都会，可是到自己会做，并且把药给病人，还是有些开心的，说不上来为什么，有点像帮助了别人的感觉吧。在拿药的时候发现，对不同年龄，性别，和不同程度的病人，药的拿取都是不同的，特别是孕妇和小孩的用药要十分的小心，谨慎，相对于孕妇，能不开药就尽量不开药。

**寒假实践报告篇六**

为期半个月的餐饮实习结束了，回想这次在\*\*\*部实习的点点滴滴，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。

之前在\*\*\*培训了理论知识，及各部门的工作职责，对于我从没有接触过餐饮这个行业的来说一切都那么默生，虽然知道了怎么做，但终究没做过，一切都只是想象，可以说那时侯是急切地期盼着这一天的到来。对此我又高兴又害怕，高兴的是终于可以接触餐饮了，终于可以面客服务了，害怕的是不知道自己能不能胜任，能不能处理好与客人的关系。

餐饮部分有燕鲍翅、雅间区、宴会厅、早餐部、火锅厅、毋米粥、吧台、传菜部和前台接待九个部门，我们9个人分别在不同的部门，两天轮换一次。

这样能让我们比较全面的了解整个餐饮业的服务与管理，这也是我们来此的目的。

从摆台、折口布、传菜、上菜、餐中服务、撤台我们都亲身体验，一开始觉得自己做得很差劲，站也站不住，做事总有些毛手毛脚。

慢慢地，工作就上手了，越做越顺了，但觉得应该还能做的更好。

全体员工对我们都很热情，不厌其烦的帮助我，并跟我讲工作的内容，注意事项，工作程序。

毫无保留地把她们的工作经验倾囊相授，让我感觉到团队的温暖。

之前所学的理论知识在开始的时候很难应用到实际中，通过师傅们的指点，使理论与实际相结合，经过一段时间对客服务也轻松自如了很多。

闲下来的时间和主管们讨教管理员工的经验，各位主管也都有问必答，倾囊相授。

对于餐饮我要学的东西还很多，要学会观察，做好服务，服务要仔细、周到、及时，要了解客人的需求，对常客要做好个性化的服务，知其喜好，尽力给予满足，做到提前一步的服务，让客人有宾至如归的感觉。

半个月的时间过去了，在这半个月的时间里，感觉自己完全成为了酒店的一分子，对酒店有了深厚的感情，和一起工作的同事也建立了深厚的友谊。

在\*\*\*酒店这个大家庭中，可以感觉到大家庭中各部门相互帮助的手足之情，有一首歌唱的好“相亲相爱一家人”，而整个酒店上至领导下至员工就是最亲爱的一家人。

感谢\*\*\*酒店给我这样的实习机会，让我在实习中增长了见识，体验了生活，我衷心希望\*\*\*国际酒店能够越来越好，也祝愿\*\*\*的明天会更好。

**寒假实践报告篇七**

为支援地方教育，为偏远地区小学实施素质教育服务，丰富小学生的寒假生活，我们组织安排丰富多彩的文化及动手课程，让学生在学习、解决问题和实验中获得乐趣，激发学生的创造性思维，拓宽学生的知识面，锻炼学生的表达力和领导能力，同时与当地小学加强交流，以促进共同提高。

中心小学在校学生

进行对三年级学生的语文课程教学与课后辅导

20xx年1月14日早上6点半，大家整理好行李，在校园集合，一同坐上公交车赶往火车站搭乘7点40分开往融水的t8726次列车，开始我们的支教之旅。

大约历时6个多小时，我们一行抵达了融水，简单的吃过午饭，在热心群众的指引下，我们顺利的坐上了去往和睦镇的小巴。

道路还是十分通畅的，我们在下午三点钟左右抵达目的和睦镇。校长和老师们很热情地招待我们，为我们腾出一间教室，以后的几天我们将住在这里。晚上大家整顿安置好东西，计划了未来几天的事情，带着旅途的疲惫休息了。

20xx年1月15号至20xx年1月21号我们在这里开展了为期六天的实践活动。

1月15日早上，我们就开始了我们的支教工作。当我们走进教室时，小朋友们坐得整整齐齐，异口同地喊着叫我们“大姐姐好!”。当时就让我感受到了这里小孩子的热情与喜悦。随后我们进行了简单的自我介绍，与小朋友们进行了一些小互动，课堂气氛十分融洽。

当天下午我们便开始正式上课，我和在校领导商议后决定教小学三年级语文。在这之前我没有任何教书的经验，虽然小学的语文很简单，但是怎样讲课才能让学生听懂，怎样的讲拓宽学生的知识面课方式才能提起他们对语文学习的热情和兴趣，等等都是我需要去思考的。第一堂课前，有一点我比较担心：这个年龄的孩子比较爱玩，他们会不会对不熟悉的老师有着抵触情绪，不认真听课。然而，当我开始上课的时候，我就发现那些顾虑完全是多余的，他们上课非常认真，回答问题也非常的主动。当时，我就觉得作为大学生，在这方面我们可以说是远不如小学生的，他们对知识的渴求与学习的兴趣远远超出了我们。在大学的课堂里，一个教室一百多人上课，往往也只有固定的几个人会回答老师的提问，上课时不听课的大有人在，更有甚者不来上课。有了这样的比较，使我觉得必须要端正自己的学习态度，这一点来说，他们是我的榜样。

下课的时候，有时候会和班上的学生坐在一起聊天，有一次无意中看到一个小朋友课后练习册上的语文题全做了，英语题却都是空白。

我问他，英语怎么不做，他说，不喜欢英语所以就不想做。听到这个回答，我觉得特别有感触，想到自己小学的时候，也有这个现象，喜欢哪个老师哪门课成绩就一定好，不喜欢的话，就是基本不好好听课也不认真地做题。现在想来，这是小孩子的不成熟、不懂事的想法。我跟他们讲了我的想法，并且鼓励他们，在不偏科的基础上，发展自己的强项。我觉得，在他们这个年纪，跟他们提英语学习或是学习的重要性是没有任何作用的，他们没有切身的感受，所以说那些道理他们只会听听作罢。而我，是通过抓住小孩子比较感兴趣的方面来跟他们交流，以此来激发他们对不太喜欢的科目的兴趣，并且让他们感受到下课的时候我们就是朋友，在交流上可以消除年龄上的障碍。

离开的前一天，我们准备好食材，和孩子们一起包饺子吃。先由队长给大家分工，然后各司其职，忙得热火朝天。最开心的环节应该就是包饺子了，会包的孩子们都争着抢着大显身手，于是，各种奇形怪状的饺子出现在大家面前。我们的队员们也都是这方面的高手，还教会了那些不会包的孩子们，这些可爱的小家伙们纷纷表示学会了要回家给爸爸妈妈包饺子吃呢!

虽然包的质量不是太好，好多饺子都被煮爆了，但孩子们吃着自己亲手包的饺子，还是觉得美味的不得了。

总的来说，这七天里，我站上了讲台，成了小朋友们眼中的“老师”，感受到了当老师的快乐的同时也感受到了老师的艰辛。“我们现在站在讲台上就要对‘我们的学生’负责，因为我们现在是‘老师’”，这是老教师对我的谆谆教诲，我会永远铭记。同时，我也从几天的工作中懂得了从事教学工作需要“专心”、“耐心”和“交心”，我想，这三点应该是做每项工作都需要的。

通过一系列的实践活动，我有两个方面的体会，一方面是课程教学上的心得体会： 第一，从事教学工作需要“专(钻)心”：我为这次实践的顺利进行，我投入了大量的精力准备。虽然说对于三年级的知识不在话下，但我还是找来了教材和教参等专心备课，力求做到在知识上准确无误;除了在“教什么”上下功夫，我在“怎样教”也丝毫不敢马虎，我翻阅了《教育心理学》、《发展心理学》、数学教学法等专业书籍，上网查询了有关经验交流，在充分尊重儿童身心发展规律的前提下开展教学活动。 第二，从事教学工作需要“耐心”：面对一个个年仅9岁左右的三年级的学生，他们对知识接受和记忆的方式和能力都有其特点和限制，我们在教学中不能从自身主观出发“想当然之”。对学生在学习中所遇到的障碍要“耐心”的讲解，一遍不行就两遍，两遍不行三遍，同时也应该反省自己的教学方式是否对路，切忌“简单粗暴”。 第三，从事教学工作需要与人“交心”：在教学中不能够“闭门造车”、“一叶障目，不视泰山”，要多与外界交流，掌握更多的信息，丰富自己的教育背景。我还向多位我以前的老师请教，他们的经验都给我很大帮助。

另一方面，我们认识到农村教育的滞后性，同时，我们也意识到以我们自己的一份微薄之力在短短的几天内进行的支援教育活动，对于求学路上的孩子来说可谓“杯水车薪”，对于孩子成绩的提高是微不足道的，对农村的教育更是如九牛一毛，但是我们相信经过与他们的交流、沟通，他们明白了一些东西，而这些东西一定可以帮助他们在将来的路上走得更好。希望我们这次的支教活动能给那些孩子的理想插上翅膀，愿他们能凭借自己的努力，飞向外面更广阔的世界，在那里自由地展翅翱翔。

支教是辛苦的、忙碌的，但也是快乐的、充实的，这次支教让我体会到了作为教师的酸甜苦辣，同时也让我在教育实践中有了一定的学习提高。如果要让我来说说这次支教的感受，我会说：“简单并快乐着，平淡并享受着，付出并收获着!那些日子得到的历练也将是我生命里最宝贵的财富。

**寒假实践报告篇八**

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。 大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。 这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加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。

我认为以下四点是在实践中缺少的。 一．在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，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。与同事的沟通也同等重要。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。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？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。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“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．工作中不断地丰富知识。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。以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。 实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

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，那么你一定会交得到很多朋友。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。不论做是事情，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。寒假虽然只有短短的一个月，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和锻炼。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。 除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。 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。 这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

实践的收获太多太多，各种考验与磨砺间杂而来，各种艰辛与彷徨交接而至，短短一段时间经历了许多，体验了许多，意识到幸福的来之不易，意识到知识付诸实践的重要，然而最大的收获，还是你们，实践队的每个队员们，拥有的这段共同走过的时光。

最好的幸福，是把一个人记住，或许在多年以后，我们会看着照片里的年轻的容颜笑脸，摇响记忆最深处的回音，记起心心向农，记起顺昌，记起疲倦之后依旧能打点行囊上路的青春，记起笑得毫无顾忌的自己，记起多年前我们携手走过，披着阳光穿行过的岁月，去追寻青春的足迹，去点亮心头的理想之光的路程，哼起青春之歌的每一个旋律，温着往事这壶酒微笑入梦，与你们并肩一起走过一路，苦中有甜，笑中有泪，不思量，自难忘，当故事凝结成记忆的时候，封口用的是永恒的标签，不须刻意铭记却已早就难以抹去。

社会实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。

在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，我带着心中的问号，踏上了社会实践的“道路”,也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。

一个多月的实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

**寒假实践报告篇九**

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的.经历总是耐人寻味的，我反复回忆，思索这一路上的点点滴滴，寒假的社会实践有汗水、有欢乐，更有沉甸甸的收获。我感触最深的是：向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位的规章制度，与人文明交往等一些做人处事的基本原则在实际学习工作中都很重要。我们从小学到大学，未经历社会的风风雨雨，是家庭的宝贝，学校的骄子，能否经得起时代的挑战、能否受到社会的欢迎，需要我们把在学校学的、个人所想的和社会的实践结合起来，抓紧时间好好的充实自己。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过参加社会实践活动，使我了解了各地更多的社会现实、开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认识了自己，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价，使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。“纸上得来终觉浅，要知此事须躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践相结合的途径。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作上发挥的不理想。通过社会实践活动，可以紧密结合自身专业特色，让自己所学的专业理论知识在实际操作中得到巩固和提高。通过社会实践，可以检验自己的知识水平，加深和巩固原来的理论知识，使理论上的欠缺在实践环节中得到补偿，从而加深了对基本原理和基本理论的理解和消化。

千里之行，始于足下”。这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到一个桥梁作用、过度作用，是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对我将来走上工作岗位也有着很大的帮助。社会实践告诉我，在新经济时代大学生不仅要具备创兴观念，还要掌握应用技术，有艰苦奋斗的精神，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。我们即将走向社会，只有不断学习书本知识，并把书本知识和社会实际结合起来，把个人理想和社会实际结合起来，才能适应社会的需求，才能有发展有进步，做到与时俱进，不与社会脱节。我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记虚度年华就是作贱自己。要抓紧时间好好的充实自我，不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在实践活动中有可能回让汗水湿透了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛，但我们一定要选择坚持，在实际行动中体现了我们大学生的优秀品质和良好的精神风貌。我们这次社会实践的感悟与收获必将在我们成长的人生道路上发挥重要作用。

另外，我通过这次的实践还自己总结了几点心得和体会：

第一，是沟通：要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟同事有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到实习单位，领导并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟通史和领导建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。通过沟通了解，他们对我有了大体的了解，一边有针对性的教我一些工作中的知识，一边根据我的兴趣给予我更多的指导与帮助。在这次的工作中，我真正学到了在书上所没有的知识，拥有了实践经验，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

第二，是“主动出击”当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和同事走的更近，在实习当中，，同事就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，去做一些工作我心里感觉很高兴。因为我的主动，让我学到了更多的知识，并且得到同事的认可。

**寒假实践报告篇十**

这次实习是我们毕业前的一次综合性实习。本次实习为了拓展我们的知识面,扩大与社会的接触面,增加我们在社会竞争中的经验,锻炼和提高我们的能力,以便在以后毕业后能真真正正走入社会,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,学校允许我们根据自己所学的知识及兴趣爱好寻找单位实习,进一步运用所学知识分析和解决实际专业问题,提高我们的实际工作能力,为毕业实习和顶岗实习打下良好的基础。

因为学校允许我们自己寻找实习单位,所以在实习前的一周我们不停的搜索各方面的信息。还是找不到合适的,感觉找份好工作真的是不易。就在我们要放弃的时候,看到了川菜府酒楼的招聘信息,因为我们是实习、短期的,怕老板不用我们,于是抱着试一试的心态去了,没想到何老板进行交谈后,老板很爽快地聘用我们了。在经历过无数次找工作失败的挫折后,我们自己对自己说,这次一定好好的做。

“川菜府酒楼”顾名思义,是饭店。它位于翟营南大街卓达商贸广场,规模属于中小级,一共三层楼:一楼大厅、二楼卡间、三楼雅间。大厅和卡间可坐客人一到四位,雅间可坐客人八到十四位不等。

而我和小齐(齐华卿)在这做的是服务员,下面就我们的工作内容和服从的规章制度作简单的介绍:我们和厨师们一样都是上午九点上班,上班后先打扫卫生,然后十点开饭,十一点迎客,下午两点下班同样也是我们吃饭的时间,下午五点上班,上班后也是打扫卫生迎客,晚上九点吃饭,九点半下班。服务员、传菜生和吧台均属于前厅,厨师们属于后厨。其中,我们前厅三天一倒班,两人值班,必须有一人在大厅,不值班的人可以到点就下班,而值班的人得等客人走后才能休息,休息时大厅里也必须留一个人,这是我们的值班制度。因为我们这有三个楼层,所以服务员也不是固定的呆在那个楼层,同样也是三天一倒。

服务员的具体工作:上班后打扫各自负责的楼层,摆好餐具,打好热水,收拾好后等着上客,客人来后倒茶水点菜,说到点菜,现在一般稍微有点规模的饭店都用点菜宝,当然我们也不例外,他跟手机差不多,很好学,几分钟就能学会。点完菜后就等着传菜生传菜,看到他们后接过来去上菜,上好菜后如果不是很忙的话可以休息一下,然后客人用完餐后买单,等客人走后,收拾桌面就是收台、撤台和摆台,大致就这样。

实习,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。而且在中国的经济飞速发展,又加入了世贸,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已,才能在竞争中突出自已,表现自已。

短短1个月的工作过程使我受益匪浅。不仅让我开阔了眼界,最主要的是懂得了如何更好的为人处事。当今社会一直处在加速的发展变化中,所以对人才的要求也越来越高,我们要用发展的眼光看问题,就要不断提高思想认识,完善自我。

近1个月的工作使我成长了不少,从中有不少感悟,下面就是我的一点心得:

第一是要真诚:你可以伪装你的面孔你的心,但绝不可以忽略真诚的力量。记得第一天来这里时,心里不可避免的有些疑惑:不知道老板怎么样,应该去怎么做,要去干些什么等等!踏进大门后,只见几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我。我微笑着和他们打招呼,尴尬的局面立刻得到了缓解,大家都很友善的微笑欢迎我们的到来。从那天起,我养成了一个习惯,每天早上见到他们都要微笑的说声:“早”,那是我心底真诚的问候。我总觉得,经常有一些细微的东西容易被我们忽略,比如轻轻的一声问候,它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心,也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间,我就和同事们打成一片,很好的跟他们交流沟通学习,我想,应该是我的真诚,换得了他们对我的信任。还有对我们服务员而言,跟客人交流更更得真诚,客人来后首先向他们问好,然后问几位,把客人带到相应的楼层,再者点菜更得细心和真诚,询问客人有没有忌口的,能吃辣的吗等等,只有这样,客人觉得服务好,下次才会关顾,生意才会好,生意好了老板高兴了,我们的日子就会更好。

第二是激情与耐心:激情与耐心,就像火与冰,看似两种完全不同的东西,却能碰撞出最美丽的火花。作为服务员应根据客人的喜好或是热情的帮他介绍菜品或是耐心的等客人看完菜单后再点菜。

第三是“主动出击”:当你可以选择的时候,把主动权握在自己手中。在实习期间,我会主动的帮同事打扫卫生,主动地帮老板做些力所能及的事,并会积极地寻找合适的时间,向老板请教问题,跟老板像朋友那样交流,谈生活学习以及未来的工作,通过这些我就和老板及同事们走的很近,在实习中,他们会教我怎么做事见什么样的人说什么样的话,使我获得很多收获而且和他们相处的都很愉快。

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。而这里是工作的场所,每个人都会为了获得更多的报酬而努力,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,以提高自已的能力!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。而走进企业,接触各种各样的客户、同事、上司等等,关系复杂,得去面对从未面对过的一切。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题,只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨,实际操作这么简单,但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的,虽然大学生生活不像踏入社会,但总算是社会的一部分,这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导,有些问题有了课堂上地认真消化,有平时作业作补充,我比一部人具有更高的起点,有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题,作为一名新世纪的大学生,应该懂得与社会上各方面的人交往,处理社会上所发生的各方面的事情,这就意味着大学生要注意到社会实践,社会实践必不可少。毕竟,3年大学念完后,我已经不再是一名大学生,是社会中的一分子,要与社会交流,为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的,以后的人生旅途是漫长的,为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才,多接触社会是很有必要的。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作,不愿在校读书;而已在社会上的人都宁愿回校读书。在这我要说的是,我们上学,学习先进的科学知识,为的都是将来走进社会,献出自己的一份力量,我们应该在今天努力掌握专业知识,明天才能更好地为社会服务。

**寒假实践报告篇十一**

越寒冷越能在冰冷的环境中营造一个人的耐性，越坎坷越能在艰苦的实践中锻炼一个人的适应能力。

实践，锻炼，适应。

在寒冷的空气中，感觉到了令人难以促息的凝聚。那阳光，那雪，都充实在其中。白驹过隙，一转眼，我们已迎来了大学的第二个寒假，让我不得不再次感慨时间飞逝，是啊，去年的这个时候我们还是一个刚刚进入大学半年的的大一新生而已。

我准备在寒假的时间里找份工作，在工作中好好体会一下，不断加强自己的增强自己的适应能力。仿佛一切都在一夜之间变老，让人猝不及防。来不及多多回忆过去了的生活，寒假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧！这个寒假，我打算找一份工作，一来可以体验生活，二来能积累更多的社会经验，更加完善和提高自己。人常说：“求知无坦途，学问无捷径”，做任何事情都必须脚踏实地，一步一个脚印。我也常常把实践验证真理的唯一标准记在心里，所以，当我们学到课本上的理论知识后，实践就是必不可少的了，这就是我们常说的学以致用。

刚回家我就开始找工作，通过努力我联系上了一家培训公司。接下来有好多的事要做：笔试，面试，讲课评估。一月十五日，我吃完早点，早早的来到公司等候。首先是笔试，笔试的试卷很快就做完了，感觉不是很难。然后是面试，我感觉到了心里的那份紧张，说不出为什么，即使以前做过一些工作，但是处在这个环境中也没了方法去控制自己。坐在位置前排的一位女老师说到：“如果面对一个不听话的孩子，你觉得你应该怎么去适当处理？”“当我们站在讲台上就面临着要面对无数个学生和孩子。当面对不听话的孩子的时候，作为我们要采用一些适当的方法，不应偏激。例如说，可以通过榜样激励法促进学生形成良好的习惯；可以鼓励其表现良好的方面增强其自尊心；鼓励其学习的兴趣，促进他养成良好的学习习惯。”面对一个个问题，我认真地回答。面试结束后，公司的一位教学主任发给我们一张纸，上面有讲课的一些内容和资料。

回到家我就忙着备课，一丝不苟的看课文，看问题，查资料，一直忙到很晚。

第二天我按照自己备课时候的方案把课文讲了一遍，留下的是黑板上讲课板书。中午休息过后，我收到通知，我被录用了。我心里好开心，好充实。

接下来我就忙着怎么去备好课，怎么讲好课，怎么去关注学生的学习动向，怎么去促进学生的学习。在给学生培训的时候，我发现了很多，学生面对知识是陌生的，但是学生的兴趣是个很广泛的`，关键是老师如何把学生从陌生的状态下应到进入对知识的浓浓兴趣的积极状态。学生会调皮，但是也有自己的爱好。学生会沉默，那是因为难以理解，或是学习兴趣没有被带动起来。学生会活泼，会很友善，也会沉郁，也会偏向个人的自我中心。在工作当中我学到了很多，懂得了很多。从十六日到二十日，过年以前我上了五天课，年后又上了几天。在与孩子们的接触当中，我似乎回到了儿童时代，有着那份单纯，有着那份童真，那份真实。

在工作当中，我时时以一颗有着强烈责任感的心，微笑着面对。我开始认识到实践的重要性。实践中蕴涵着无穷无尽的知识，这些知识需要我们在实践去发现、去总结。尽管我已经是一名大学生，掌握了一定的理论知识，但事实证明社会中的很多规则还是需要我通过不断的实践去摸索去了解的。这一切证明了实践出真知，实践是认识发展的动力和源泉。通过这次实践我发现在学校里，理论学习知识很多，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。所以作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，且社会实践必不可少。毕竟将来我们要走出学校，走进五彩缤纷的社会。那时我们将不是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。我们应该为我们的将来打好良好的基础。

**寒假实践报告篇十二**

今年寒假放假时间有一个多月，为了提高自己的能力，也为了体验生活，我在放假初找了一份补习老师的工作，作为我的寒假社会实践。在这大约一个月的实践过程中，我认识了许多新同事，在他们以及老师的帮助下，我学会了许多，成长了许多，同时也认识到了很多问题。

以前觉得自己很开朗，上讲台也无所畏惧的，可是真正到我要登上讲台，传播文化知识的时候，开始畏惧了。工作的第一天，内心十分忐忑，望着台下十几个正襟危坐的小学生，自己原本想好的开场白登时忘到九霄云外了，只得自己草草地做了一个自我介绍，然后按照预想让学生们走上讲台自我介绍，之后教室里紧张的氛围终于有所缓和，我的心绪也慢慢平静下来。因为是第一天，并没有安排太多内容，上午对他们的数学做了一下简单的回顾，下午则是教了一些关于英语音标的内容。第二天，虽然还是有些紧张，但是感觉比第一天自如多了。每天下班后，我都会认真看一遍他们的教材，想一下第二天怎么讲授这些内容。越往后，越有老师的感觉，并且尽力在讲课的过程中根据自己以往的体验，不断探寻较轻松但不失效果的方法，让学生们能够比较轻松地汲取新知识。所谓“天道酬勤”，我觉得以后步入社会也会这样吧，想到的和实际能做到的总会有很多偏差，最主要的是我们要有勇气去面对，去展示自己，要相信自己。我们还要做足够充分的准备，毕竟不是谁都可以很好的临场发挥，随机应变，机遇偏爱有准备的头脑。充分的准备加上足够的勇气与自信，是进入社会的必要条件。所谓做充分的准备，就是把握在学校的时间，多多学习文化知识，把自己应该学会的文化知识都学会，多理解多体会;还要学会运用，不能纸上谈兵，多做一些社会实践，增加社会经验。当然失败是总会有的，我们要勇敢面对，不弃不馁，愈挫愈勇。中途我也想过放弃，因为感觉管不住那些学生，但是还是想坚持到底，没有过不去的坎。所以这个工作让我学会了勇敢的面对，也给了我很多勇气，而这些将会成为我未来人生不断坚持前进的巨大动力!

良好的师生关系对个人学习进步是有很大助益的。回想我过去在这一方面做的就不够好，有时候只顾着自己的心情顶撞老师，现在当了老师以后，才发现作为一个教师面对的是全班同学，要关心到每一个人，要耐心对待每一个人，这可真不是一件简单的事。每个学生都有不同的问题，对不同的人要采取不同的方法。并且老师和学生还要建立好关系，要不学生可能会对学习产生抵触情绪。对好学生要鼓励加批评，不同情况不同对待，要让他们胜不骄，败不馁。对学习不好的学生，要多多鼓励，给他们自信，发觉他们的潜力。这需要和他们沟通，还要想方设法让他们对你心服口服，让他们肯听你的话。老师要对每个学生负责，帮他们找到自己的支点，能够正确的对待学习。但由于时间有限，我没办法对学生逐一的引导，刚开始对他们有一些了解，工作就结束了。我觉得最好的师生关系就是“亦师亦友”型的，作为老师，既要有老师的威严，又要有朋友的关怀，让学生们尊重你又愿意向你倾诉。每个学生都希望得到老师的重视，所以对待学生的态度要正确，不让他们觉得自己被忽略了。对他们要正确的引导，帮助他们找到人生的方向。

现在的小学生，往往注意力不能全部集中在学习上，都不太爱听课，只喜欢听一些他们感兴趣的话题。作为老师，就必须以各种方法激发他们的学习兴趣。老师要善于观察发现学生感兴趣的，带到课堂上，吸引他们的注意力，然后引导到所讲的课上。这就需要通过与学生的交流以及平时的观察，了解现在的学生喜欢什么，对什么感兴趣，这样才容易让他们对学习产生兴趣。另外自己的思想要跟上学生的脚步，也需要和学生交流。也可以讲一些启发学生的故事，激励他们学习。当然，也要适当的给他们一些压力，让适度的压力转化成动力，促进学习。总之，老师要学会用新的方法，让自己的课堂生动有趣，让学生感兴趣。经常下课后我就会观察他们最常玩的游戏，在课堂上我有时就会以游戏的形式让大家运用新知识，或者以比较幽默的语言给他们传送新知识等，这些方法都取得了较好的效果。

时代进步了，新生事物也层出不穷，但我却觉得这些新生物对学生的素质却没有太多提高。我所带的是小升初的学生，许多人每天嘴上说着一些从网络上学来的所谓的“潮流词汇”，甚至有的人已经出口成“脏”;现在的学生也不知道什么是真正的个性，把耍酷当个性，把独立特行当做个性，把不学习、不尊重老师当做个性。在我看来，真正的个性是敢于张扬自己的优点，敢做敢当，会有自己的人生理想，并为之奋斗，有一种不达目的不罢休的意念。他们的年纪，本该是最纯洁美好的时候，然而，却被这些负能量因素影响，着实令人担忧。我最大的担忧是现在的学生的学习态度和状况，他们态度都不太认真，浮躁，懒散。成绩也很令我担忧，有一个学生居然连英文字母都背不完，拼音也很不过关，这让我很担心。其实我觉得还是他们的责任感不够。我们每个人在这个社会上，都各自承担着自己的责任。老师有责任把学生教会，学生有责任学习文化知识。老师应该关心到每一个学生，而不应对学习不好的学生不闻不问。学习不太好的学生也不能自暴自弃，要学会吃苦，努力学习。每个人都有自己的责任与义务，要学会承担，而不应该逃避。

今年的寒假，我去了xx县xx中心小学进行了社会实践。

xx中心小学面临稻田，背靠着参差几户人家，远处是绵延起伏的山岭，偶尔还能看到山上孤零零的树影。学校里面整洁，宽敞，一切显得淳朴自然，我将在这里度过7天的时间，实在是一件非常幸福的事情。

我们放假的时候，家乡各个中小学的教学活动基本接近了尾声，非常不凑巧，我拿着介绍信去到学校的时候，学校已经在准备期末考试了，学校的老师和我交谈过后，根据我的专业特点，安排我协助老师们进行期末工作，并让富有经验的老师带我。我没有与学生有课堂上的接触，所以，比较遗憾的是，说是在学校里进行社会实践活动，但我并未参与到教学环节当中去。我与想象中的教育实习擦肩而过了。

这是我第三次参加社会实践活动了，但，这一次，可以说是我第一次更真实地体会到三年后可能会开始的工作生活——这是与以往完全不一样的生活。

每天八点上班，六点下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，绝不草率，绝不敷衍了事。虽然社会实践只有短短一周，我深知其中责任的重大和工作的繁琐。对自己，对工作，对学校的荣誉负责。我的身上，肩负着责任。

第一次选择学校作为自己参与社会实践的场所，我才发现自己其实还是有很多都不懂的。虽然自己所学的专业在此时没有派上什么用场，但我觉得应该多学点，有些为人处世的方法在未来可以让我受益匪浅。当然，在这短短一个多星期中，我也曾后悔过在学校进行社会实践，我所能做的，也不过是帮助带我熟悉日常工作的老师改试卷，登成绩，誊抄评语，录入档案。这些工作，其实早在中学时代，我就替老师做过挺多遍。自己心里很不舒服，就想半途而废。但静下心来仔细想想，再换个工作也不过如此，在别人手底下刚开始着手工作不都是这样么?刚开始，就应该踏踏实实的干好自己的工作，完成自己的任务，毕竟我缺的是工作经验，现在有机会了，就要从各方面锻炼自己。不然，以后干什么都会干不好的。我现在的工作，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习处理同事之间关系和与上级关系的方法，学习为人处世之道。由于经验少，我现在这方面还有欠缺。我现在才明白，在学校里做一名学生，是多么的轻松啊!但是，我们早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn