# 2024年纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的(16篇)

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-06-18

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为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。纸上得来终觉浅,绝知此...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为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。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇一**

在暑假没有来临之前，我便将暑假的时光排满，便是为了让这个假期过得更充实与有好处，不再重复以往的空虚与闲度。更是改变只是在书中学得知识的方式，透过实践来获取不一样的知识，体味不一样的生活，以便能学习更多的知识。带着很多目的，让我对本次实践充满\*。想体会一下打工者的生活，尝尝自我赚钱的滋味，或酸或甜，绝知此事还须躬行。本次实践的主要目的是透过打工，了解社会，是自我更加成熟，学习在书中学不到的知识，让自我多一份经历，提升自我的潜力，拓展自我的潜力，拓展自我的知识面。

出去找工作才发现找一份工作并不是如自我想象中的那么容易，看着很多店贴着招聘启事，进去一问，基本都是招长期工。短期工、暑假工的工作少之又少。最后在找了三天之后了找到了一份在餐馆的工作。

找到工作的第二天，我便开始了暑期的打工生涯。由于没有太多的工作经验，所以我工作起来个性的卖力与认真。透过几天的学习观察，我便熟练地掌握了工作流程。每一天上午8：30上班，晚上9：30下班。早上上班的第一项任务便是收拾昨日客人走后的餐桌，扫地、拖地。[由整理]

等卫生打扫完之后，便是摆上碗筷，等待客人的到来。当有客人时，帮忙招呼一下，上茶水，报价、帮客人点菜开单。然后，便是传菜。客人在吃饭期间有什么需要，及时带给。客人走后，便是收拾餐具，打扫卫生。虽然看起来简单，但是客人多时，也时常手忙脚乱。个性是当客人等待很长时光时，总是会催老板快一点，老板催促服务生快一点，服务生催促厨师快一点，厨师恨不得要催时光慢一点。

打工累点是自然的事。与受气相比，受累是算不了什么的，个性是像我这种初出茅庐、没有经验的学生。每一天应对不一样的客人，每个客人都有不一样的性格和习惯。有很多客人喝醉酒后，总是乱说一些我们难以应付的问题，还有时有的客人会拿服务生开玩笑。而作为一名服务生，是没有发脾气的权利的，也不能与客人争吵争辩，因为“顾客就是上帝”。而工作中并非只是收顾客的气，有时工作中的失误与不足，还会挨管理人员的训。但是在一段时光以后，我便慢慢适应了。作为一名打工者，在顾客和老板面前，要做的便是服从、服从、再服从。其实，老板大多数时候是很关心员工的，有时会鼓励我，在受到顾客的委屈时，也会给予安慰。有机会时，其他的老员工，总会给我讲很多道理事情和处理的方法。

我也会问一些自我不明白的问题，他们也能帮我很好的解答。我在其中学到了不少社会知识和一些为人处事的原则。出门在外，打工受气在所难免。所以想得开了，再大的误会也会烟消云散。在饭店打工，以前以为没有客人的时候会是闲着舒服。工作之后才发现，即使没有客人，也要站着等候客人的到来。一天站10个多小时的生活，开始并不是很习惯。即使习惯以后，一下班也有立刻坐下的冲动。不禁悟到：站得久了，发现能够坐着的人就是幸福的。由于是在餐馆，所以吃到很多以前未曾吃过的东西，也算是开了口界。由于常在门口站着，店门前恰好是一条公路，所以了解了很多不一样类型的车，宝马、奔驰也不再像以往那么眼生。常在城市转，那里养狗和鸟的个性多，也看到很多不一样品种的狗和不一样种类的鸟，煞是搞笑。

到了8月18日，我一个月的打工生涯结束了。老板为了给我送别，准备了好的酒菜，让我十分感动。老板对我一个月来的工作给予了肯定，他表示很满意，并满口的赞意，让我感到很欣慰。我想这都是我就应做的。一个月来，对老板的落落大方、管理方式、经营策略都广有认识，其实做老板也非一件易事。一个月很快就过去了，回忆和很多员工一齐忙碌的日子，还有点恋恋不舍的感觉。或许我已经习惯了打工的生活。一个月的辛苦也是有回报的，拿到工资时，真的很欣慰。但是并不是因为有钱能够领，也不是结束了打工的苦日子，而是自我的付出最后有了结果和回报，自我的实践也有了收获。回想一下自我的努力，觉得很值。我一个月的工作也到此画上了\*的句号。道听途说的苦远不如亲身尝到的苦感受深切。打工的生活与学校的生活是判若两世的。真正体会到打工的苦时，方知大学生活的其乐无穷。亲身于社会中体验生活，才明白生活根本不能和小说\*相比，生活比它们复杂多了。每个人都很辛苦。这个世界不会贴合你所有的想象，甚至连一个你的想象也不贴合，但是我们还得生存下去。透过

本次实践，我明白了父母的辛苦和供我上学的艰辛。想想以我一个月一千多一点的工资计算难以维持我一年的大学生活的。原本以为辛苦的我，在经历过一次打工后真正明白，比起打工的艰难多阻，这点苦又算得了什么。社会比想象中的复杂还要复杂。世界虽有太多的五彩缤纷，但看起来远不如大学的单纯美。经过打工的磨练，更知原先大学生活的纯真是多么完美。这让我更加懂得珍惜大学生活，人生这段完美的时光。在打工中，正是由于工作中的失误与不足，让我学会虚心理解批评，并认真改正，明白拒绝对错误的认知，便会导致正确的迟来。这份工作让我变的更有耐心，更能热情地对待周围的人与事。当从暑假实践中走出，感觉像是由难入易，犹如金蝉脱壳，一切变的都是如此容易。透过实践，真正使自我丰富了知识，磨练了意志。我将用我在实践中学到的知识，让大学生活变得更完美。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇二**

又是一个长假的时节到了，这个暑期，对我来说确实给了人生很大的启发。因为经历过身心的磨砺和煎熬，让我学会了很多，也坚强了很多，更让我懂得了以后不管面对什么样的工作，我都能过承受。正如一句话“天降与大任，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。所以，我很珍惜这次暑期工给我磨砺的机会。

学校放假后，我还是孤身一人勇敢的来到深圳，尽管人生地不熟，我还是学会了如何去找我的目的地。我寻着去年在这做工的地址，找到了曾经打过工的xx有限公司。因为在里面做过，所以我很容易再次进入这家公司。据了解，还是算得上一家大型电力企业，员工有四千人多人，专注于小家点产品，如：电烫斗、咖啡机、保温箱等多元化产品的研发、生产及销售。

经过一天的培训，由于人手的缺少，我被安排在生产部装配科db2流水线。初次工作就是在拉尾包装电饭锅。第一天工作就面临着要装箱800多台的工作量，而且是站着做十一个小时（正常工作8小时+加班时间3小时）的事。一天站下来，我的腿酸酸的，脚也站肿了。回到宿舍就坐在床上不想动，想想以后每天这样辛苦的工作着，忽然产生放弃的念头。但想起父母为我们读书也是这样辛苦操劳着，我深深的体会到钱的来之不易。最后，我坚持下来了，最终适应了这样的工作。

这段时间的工作也确实看到了很多，心智也再随自己的经历而发生变化，以下是我工作劳累之后写下的心情。

连续工作了一些日子后，我对工作的热情并没有减退，但是，在不断的工作之中，我发现，要干好这样的流水线工作，却是需要很大的耐力，毕竟我们是\*，久了就感觉做这样的工作太累人，就算是男孩子做这样的流水线工作也不能很好的坚持。

也许是长期没有锻炼的原因，我的腿还是酸疼，而且，在11个小时站着进行装箱，我的手被箱子划伤了很多处。曾经白嫩的双手现在也磨出了茧，可看着自己慢慢变得坚强，也无形之中感到高兴。我感激我的人生有这样的经历，我相信，暑假的辛苦工作给我带来的不仅是生活上的认识，更给我一个很大的提示，我们当代大学生缺乏的就是这种社会现实生活的艰苦磨砺，一直依偎在父母提供的温和的校园。特此，希望他们能在社会中好好锻炼，也能以后更快的适应社会的生活。

必须坚持，永不言弃，所以才有现在坚强的我。

真的不知道自己在用什么热情去工作，时间的加长让人感觉麻木。每天的加班让人感觉自己的时间不再是自己的，而是作为金钱卖给了这个公司，没有了自由，没有了欢笑，剩下的只有机器的轰轰声，还有主管对员工的吆喝声……疲惫的身躯带走了昔日活泼的身影，历练出来一个每天除了睡觉就是工作的机器。我很清楚自己出来是为了历练自己，让自己融入这个每天紧张生活的社会里，等毕业后可以更好的适应这个社会环境。可是有时不得不承认，现实跟理想有很大的差别的，即使你坚持的做了，可你依然不会达到那个理想的水平，这就是我现在的想法。所以，有时我不断的告诫自己一定不要浪费学校的宝贵时间，只有掌握真正的本领，你才不会有靠体力来挣钱生活，真的到了那个时候，痛苦的就不是一个月了，而是一生……

很清楚今天是星期二，因为经理批准了我们的辞职，也说明了我们在二十号可以正式离开。我开始计算着离开的日子，每一天快过完了，我就很开心地对自己说“快了，快了”。同事提醒我说“知道你是不会让高兴冲昏自己头脑的，也相信你会善始善终”。这一点确实提醒了我，我必须做真正的自己。新东方总裁俞敏洪教导我们，我们不要去做草，那样别人踩过你，而且还不会怜惜你，因为人们看不到你。要做就学会去做一棵树，就算不能柞树，心中也要有一颗树的种子，就算人们踩过你，你也会最终在不断的磨砺下长成一棵参天大树，活着你是一处美丽的风景，死了也会成为栋梁之才，活着死了都一样，这就是我们做人的标准和生活的准则。作为一名学生，我们最终还是要面临这样的残酷的竞争，怎么能在众人之中脱颖而出，不是看你有多大理想，而是看你为人的标准和做人的准则，而已！

今天是我在这里磨砺的最后一天，想想这段时间的工作历程，我有过抱怨，有过痛苦、有过疲惫不堪之后的无奈，但最后留给我的是坚强。我忽然间对他们有着敬意之心，在这种让我感觉单调麻木的生活中，他们仍能活得多姿多彩，活出自己的人生。

经过这段时间的磨砺，我更应该珍惜现在读书的机会，开始规划我的人生。每次暑期实践让我慢慢成熟起来，让我懂得为自己的人生负责。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇三**

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，使在校大学生更新了观念，吸收新思想与知识。连续五天的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西；社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基矗希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

陶渊明说过：“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”我不会让光阴流逝，愿我与这次参加社会实践活动的全体同学共勉。

在经过长途跋涉来到湖北罗田学长住处之后，我们从学长口中得知原来他现在已经是一个年薪过百万的养殖基地总经理。22岁的贺根是黄冈市罗田县白莲河乡覆钟地村人，1990年10月出生，因为表现优异，刚读完大二，便被破格留校任教。在众人艳羡的目光中，他辞去大学教师的工作，回到家乡创业，大规模养殖黄牛，并成立养牛合作社，目前，他创办的罗田民生养牛专业合作社社员从初始的8户发展

到38户，合作社养殖黄牛总数达到780头，年产值超过600万元。我们在学长的带领下来到了黄牛养殖基地，为了不让牛感染一些像禽流感那样的一些流行疾病，贺根将养牛场设在在一座大山之上，去了之后才发现现实之中的养牛场并不是我想象中的那样房舍井然，规则有序，山上遍布黄牛的身影，它们除了都是\*的毛色外，还有一个共同之处，就是它们都是母牛，从学长口中得知，他们之所以这样做除了避免黄牛生病外，还可以将母牛和公牛隔开，避免了在养牛过程中牛与牛之间发生打斗的情况。山顶上养牛，不仅能为牛提供优质的饲料，还便于人们管理牛群，防止牛群践踏庄稼，避免损失。学长在山上养了大约50头黄牛，这些牛都是由学长自己合作社的社员饲养，他们自己在山上负责牛的饲养问题，而自己则负责牛的销售环节。在经过询问后得知，贺根养黄牛的理想，绝不是“让自己先富起来”。贺根大规模养牛，他广泛游说周围的小规模养牛户，扩大规模，成立了“罗田县民生牧业养牛合作社”，带动大家抱团闯市场，一起致富。这也许就是媒体跟相报道让人津津乐道的原因吧。一个90后，在一片没有任何商业补助的地方开辟了自己的新天地，其中的艰辛我们无从得知，但是在看到他那一双长满老茧的双手后，或许能找到些线索，提到这个，贺根笑着说：“要想做成一件事，一个我们必须要持之以恒，另一个就是要有一个吃苦的决心，世界上最苦的事情莫过于进行脑力劳动，像以前自己出去弄牧草，一次就要割上个上万斤每一次弄完自己身上就到处是割伤的痕迹，尽管这样但还是感觉不算苦，因为自己在割草劳动时，每一次的劳动之后我总会收获到一份牧草，但当

自己进行脑力劳动的时候，我们花进去的每一分钟未必一定会有收获，花了大半的心血最后换来的可能是一场空“，这一番话无疑是学长在创业过程中摸索得来的，字里行间透露着学长的实干精神。一朵白云属于一片天空，贺根属于牛场，他完成自己的蜕变。当然，这一次我们也属于牛场，我们要做的就是调查出农村畜牧业在食品安全层面里的问题，整个的调查反映出来的是学长科学严谨的工作态度，牛所吃的食物大多是出自田地里一些植物，在学长的另一个饲养场里，我们发现在牛的耳朵上都挂着一个类似纽扣的标记物，询问后才知道原来它们是牛用来记录自己成长信息的”身份证“我们可以从中得到这头牛的健康信息，由此判断牛肉的质量。

在学长养殖场调查两天之后，第三天我们就到达了x山。我们马上就来到了农场，他将牛都散放在自家承包的一座山上，将山的四周用铁丝网包围了起来，让牛在山上散放，在当地同学的带领下，我们上山去调查牛的生活环境，山上果然适合牛的生长，到处都是杂草，其间有些地方还有大片大片的废弃农田，里面的草长得更是茂密，牛最喜欢的就是那种他们叫做”丝毛草”的植物，而山上树林里最多的恰好就是这些。牛在这里生活简直就是到了天堂，可由于地域限制，牛只能活动在这一小片区域，所以也就达不到大的规模，整个山上也就十几头牛的样子，我们找了一整个上午，最后星星点点在山间找到了几头踱步的牛，看他们那悠闲的样子，再看看满头大汗的自己，效果鲜明，由于山路崎岖，到处都是灌木.杂草，自己的腿几处都被划伤了。万事开头难，什么事都要有尝试，然后才有

了开始、经过、结果。这些都计划之内会发生的，所以对我们的调查没有产生多大的影响，然而结果或许会有很多种，有成功亦或失败，但那已是次要，因为有过努力付出和争取就已足够。

七月，炽热天气。包括湖北，在黄冈的这几日亦是如此。但大家每日还是坚持去做调查，访农尝走农户等等。经过第一天简单的安排食住问题后。我们系统的安排了这几日的工作。第二天起我们开始做问卷。两百分的问卷，五个人。每人将近四十分。本以为会做好几天，但没想到大家的效率也够快。只用了一天半的时间就做完了。为什么这样说呢？因为每天大家做问卷时，都是选择在人们午休的时刻。而且，抽出时间去买菜做饭。况且做问卷也没有想象的那么简单。当地的居民平日都要务农。现在家中的也只是一些家庭妇女，文化程度较低，有些甚至没读过书。同时我们还走访了养鸡场和当地的农户。从他们那了解到了农村对畜牧业安全的了解和发展趋势。在养鸡场，我们与工作人员作了交流。并获取了相当多的信息。这也大大减少了我们实践的时间。提就完成了任务。

在这次的调查中，当然最得感谢何鹏和他的家人。这几日都靠他们照顾。并为我们提供了大量有关调查的信息。

充实的五天，完美的五天，所幸的是：结果一样是完美的！

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇四**

当一学期紧张的学习生活走向了尾声，“暑假怎么过”便成了热门话题。有的热衷于居家休整，有的认为旅游游玩更胜一筹，有的则闭门修行好好学习，不过，更多的同学则想利用暑期去进行社会实践。加之学校的推波助澜，暑假打工热潮便悄然席卷了整个社会。因为每一个意气风发、热血沸腾的中学生都渴望走出宁静安逸的校园，摆脱乏味无聊的生活，踏入社会，找一份工作，靠自己的双手和智慧，努力奋斗，换取属于自己的劳动成果，得到社会对自己价值的肯定。

作为一个渴望工作、渴望改变、渴望成功的中学生，我也欣然地加入了这股势不可挡的打工洪流中。在妈妈的介绍之下，我顺利地进入家纺干了三天。

这家工厂的工作主要分为五种，裁剪、缝纫、手工、检验、包装。顾名思义，裁剪是将完整的布裁剪成窗帘、坐垫等所需的形状，缝纫则将裁剪完之后的布利用缝纫机制成初期窗帘、坐垫，手工则是加之修饰，如窗帘需要剪平袖头，坐垫需要填上锦纶棉，钉上纽扣或者缝上背带，其他还会添加一些小饰件，经几位叔叔阿姨的检验之后，便进入最后一道程序——包装。包装最简单，所以我便选择了这一项来实践。

我需要做的只是将窗帘折叠成固定的形状，与一张说明卡一起装入包装袋，然后贴上条形码，合上袋子即可。虽然工作很简单，但是还是需要细心对待，既不可弄错正反面，也不能贴错条形码。一天下来，需要重复同一种工序几百遍，下班后也不免感到腰酸背痛，打工确实不容易。

当然，在工作中我有许多的不足，至少与正式员工相比有一定的差距，具体而言是缺少细心和经验。做事不太灵活，不太善于观察细节，所以无论在速度或质量上都略逊一筹。

不过我打工的目的并不是为了赚钱，而是为了融入这个现实的社会，锻炼自己的能力，开阔视野，增长见识和阅历，获取宝贵的社会工作经验，体验另一种与众不同的暑期生活。当然，在这次工作实践之后，我也如期获得了不少的认知。

工作锻炼了胆识和勇气，重复培养了耐心和细心，努力换取了自信和快乐。“艰辛知人生，实践长才干”，通过这三天打工，使了解了父母工作的艰辛，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中也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。下学期。我一定更加努力地学习，耐心对待每一道难题，遇到困难时不气不馁，尽全力做好自己应该做的事。

培根说：“知识本身并没有告诉人怎样运用，运用的智慧在于书本之外。”在打工的过程中，中学生可以在打工过程加强自己的实践能力与经验，至少可以得到一种体验。因为打工的过程中，中学生自然而然地要跟各色各样的人进行交往。在这些过程中，中学生不得不思考如何看待眼前的问题，怎样处理好人之间的关系，等等。这不仅使中学生更加了解社会，加强实践能力，也会让中学生更加深刻地学会处世，同时提高了思维深度。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，打工实践有助于我们我提早走进社会、认识社会、适应社会。我们已经是一位高中生了，不仅要取得优异的学业成绩，也要体验各种不同的生活，了解生活中的酸甜苦辣，融入社会，提高自我！

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇五**

20\_\_年11月23日，\_\_学校家委会组织学生去\_\_区石头部落文化遗址参加社会实践活动，通过半天的活动时间学生受益匪浅，不仅开阔了学生的视野，学到了很多的课外知识，还丰富了很多的安全知识。参加此次活动的人数共320人，其中学生\_\_x人，教师和家委会成员37人，活动过程中未出现任何安全事故。现针对于安全工作方面做以下总结：

一、准备充分：

1、依据当地实际情况，结合我校学生实际制订了详实可靠的社会实践活动安全应急预案。

2、成立了以校长孙\_\_，家委会主任黄\_\_、马\_\_三人为组长，吴\_\_、李x、宋\_\_三人为副组长，各个处室主任、班主任为成员的活动领导小组。小组能够严格按照要求做到统一指挥和组织活动，专门组织召开了主任以上的安全活动工作会议，强调和统筹安全细节，做到了活动万无一失。

3、政教处、安全办针对安全细节方面，组织班主任、德育教师和家委会的代表召开了专题安全会议。会议主要是强调班主任要注意安全细节，回到班级后结合安全预案给学生做好各项安全教育。\_\_学校20\_\_年学生社会实践活动安全工作总结

4、组织领导小组事前派代表去石头部落实地考察。从行车路线、学生实践途径、实地中不安全的因素等方面实地考察，安全工作考虑的很周全细致。

二、组织有序：

1、活动前集中强调相关安全要求，使学生有秩序的进行参观实践。

2、政教处对参加学生的名单逐一审核，留下家长的号码，告知学生让家长知道班主任的电话，便于相互联系。详见《车辆安排表》

3、对车辆进行1至6号编号，班级学生对号上车。

4、制订了详实的乘车安排表，10个学生为一组，每组各选一名小组长负责清点人数，发现有不安全行为立即制止并向班主任汇报。

5、每班有一位班主任、一位德育教师、家委会3人跟班，每辆车上有一位带队教师责任人。车上由带队责任人负责车上的安全，车下有班主任点名负责上下车学生的安全和清点学生人数。

6、学生对号入座后再一次对学生进行安全教育，特别是乘车

中需要注意的安全事项加以强调。车辆发动前给学生讲安全带的使用方法，保证每个学生系好安全带，并检查学生安全带的牢固程度，确保行车中的人身安全。

7、教育学生车辆中如果遇到险情的逃生方法。指导学生找逃生出口和逃生窗户，怎样使用玻璃锤头敲碎玻璃进行逃生?教给学生怎样打开逃生窗户进行逃生?

8、到达目的地后班主任集中强调参观中安全要求，使得学生在公共场合更为有序，懂得了团队协作方面注意的安全知识。

9、各班主任和德育教师做好前中后跟班，确保学生行进安全。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇六**

我们在初二年级进行了一个调查，《青少年不良行为的危害》，通过调查，学生认为不良行为最重要的是吸烟与上网。通过分组调查，主要分了两个大组，一个组负责吸烟的原因、危害、预防，另一个组负责中学生上网利与弊的调查。现在进行一个简单的总结。

一、对青少年抽烟的调查

(一)、抽烟对青少年的原因：

大部分中学生吸烟主要原因是好奇好玩，他们不知道在吸第一口烟时，只要10秒钟，尼古丁就会侵入他们的头脑，使他们有飘飘然的感觉，这种感觉不会持久，只是暂时性的。过后为了满足这种感觉的需要你又得再次点燃下一根烟，如果你没有及时吸烟，你就会因脱瘾症而感到急躁，长久下去，你的香烟需求量也逐日提高。调查显示，母亲、父亲或两人都吸烟的家庭超过50%，亲密朋友吸烟者超过55%。模仿影视作品中的人物去吸烟的超过45%。

(二)、抽烟对青少年的危害：吸烟对人的危害主要是焦油和一氧化碳等化学物质。主要危害有：致癌作用，对心、脑血管的影响，对呼吸道的影响，对消化道的影响，在强烈噪声中吸烟，会造成永久性听力衰退，甚至耳聋。而被动吸烟者所吸入的有害物质浓度并不比吸烟者为低，吸烟者吐出的冷烟雾中，烟焦油含量比吸烟者吸入的热烟雾中的多1倍，苯并芘多2倍，一氧化碳多4倍。

(三)、预防措施：

1、中学生要慎交朋友，选择有健康行为习惯的同学作为玩伴，共同学习，共同玩耍;

2、培养自己的高雅情趣，如学习书法、绘画、收藏、摄影，学习某种器乐等，来陶冶自己的情操，远离低级趣味;

3、同学当中要多交流，经常进行有益身心的集体活动，以充实业余生活，避免受到不良又获得侵害。

二、中学生上网利与弊的调查分析

一、调查方法

1、查找书籍，阅读报刊2、上网浏览3、询问他人

二、调查情况和资料整理

调查结果：

1、大部分中学生(包括上过网的和未上过网的)喜欢上网。

2、中学生上网的目的：

(1)、中学生上网，查阅自己爱好的信息或玩游戏者较多，其次是聊天、娱乐、收发邮件、下在音像资料或图片，再次是查阅资料、做网页、查阅有关知识的信息、浏览新闻等等;

(2)、大部分男生上网是为了玩游戏;一多半女生上网是为了聊天;

3、中学生上网的途径

大部分中学生在家里上网，其次是去网吧或在同学、朋友家上网;

4、网络对中学生的好处

(1)、可以开阔视野，扩大知识面;

(2)、因特网信息量大，信息交流速度快，中学生可以根据学习的需要，快速的查阅相关信息，并能及时了解世界新闻信息、科技动态，不受时空限制，这给中学生的生活、学习带来了很大的便利;

(3)、由于网络的虚拟性，中学生在网上与其他人交谈时，不受时空的限制，方便的与其他人交流看法、心得，可以把平时不便于说的话说出来。从某一方面来讲，教师、学生家长可以在网上更好的了解学生的意见、建议，以及思想情况;

(4)、可以促进中学生的学业。在网上查阅信息非常方便，学生可以根据学习的需要，找到合适的学习资料，甚至是合适的老师。这可以增加学生学习的动力和效率。

5、网络对中学生的坏处

(1)、容易上瘾。

许多中学生沉迷于网络游戏、聊天室，不知不觉的出现了精神和身体上的病症，影响中学生的健康成长。

(2)、容易受网上不良信息的影响。

许多网站(包括许多的大网站)的页面甚至主页上，都有一些不健康的内容，中学生很容易受它们的影响。有一些中学生受网上暴力内容的影响，甚至走上了犯罪的道路;

(3)、容易荒废学业。

许多中学生自控能力不强，上网经常着了迷，晚上经常拖得很晚，不但影响了这一天的写作业和复习，还影响到第二天的学习。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇七**

为切实加强对学生社会实践和道德体验活动增强德育工作实效，结合中小学生年龄特点和认知规律，十七中小学部利用暑开展学生社会实践和道德体验活动。

一、指导思想：

将研究性学习与社会实践相结合，要求学生走出校园，走向社会，去关心社会发展，去关注社会问题，去尝试解决自己研究的社会问题，成为学生课余生活的有益补充，开辟出有自己特色的社会实践的新途径。

二、意义：

1)改变学习方式，拓展学习资源，拓宽发展空间。

2)参与社会实践，激发学习兴趣，增进生存体验。

3)主动服务社区，形成服务意识，强化社会责任。

三、社会实践的组织形式：

1、组织形式：小组合作模式。学生一般由3—10人组成社会实践活动小组，自己推选组长，聘请有一定专长的成年人(如本校教师、学生家长等)为指导老师。研究过程中，活动小组成员有分有合，互相协作。具体过程如下：

a编组、选题;

b聘指导教师;

c制定活动方案;

d小组研究设计具体操作(设计访谈表格、问卷;制定参观、观察、活动计划;准备录音机、录像机等活动工具);

e实践活动(观察、访谈、问卷、实验)

f分析活动资料

g撰写社会实践调查报告

四、主要活动内容及成果：

假日小队活动内容广泛化，社会实践活动有实效。据不完全统计，这次暑假期间，我校开展小队活动100余次，参加人数达700余人，充分发挥了雏鹰假日小队的作用，使孩子们学到了知识，受到了锻炼，增强了了适应社会的能力。4年6班的“开心小队”表现尤为突出。

1、社会参观活动。

参加小队26个，参与人员144人，参观的单位有：消防一中队、武装部、供水队、锅炉队、变压车间、医院、福利厂、采油队。

2、“绿色环保”系列活动。通过“我与自然有缘日志”、“认养一棵树，栽培一种花”、“我的低碳生活”等体验与创意活动，让学生把自然、和谐的生态环保意识和简洁、节能、文明的绿色生活理念带回家。结合“低碳行动”，引导学生了解个人及家庭能源使用方式对节能减排的意义和作用，树立“节能环保，珍爱自然”观念，关注生活中的节约方式，学习和寻找节能的窍门和方法，从节约一滴水、一张纸、一粒米、一度电等点滴小事做起，让低碳理念从校园延伸家庭，辐射社会，真正让环保成为时尚，让绿色走进家庭，让低碳融入生活。

参加小队21个，参与人员126人。

3、社会公益活动，供水车间、绿化队、养老院义工。参加小队4个，参与人员54人。

4、“好书伴成长”读书活动：组织学生阅读积极健康的书籍，激发学生读书热情，培养学生读好书、好读书、读书好的良好学习习惯和能力，让书本引领学生暑期生活，让读书成为学生成长需要。参加小队18个，参与人员213人。三到五年级的学生还写了读书的体会和感受，共600多篇。

通过广泛开展丰富多彩的社会实践和道德体验活动，让学生走进社会，了解社会，关注社会，充分展示我校学生的综合素质、精神面貌和道德品质，并以自己的实际行动为社会做力所能及的贡献，通过学生的亲身体验让他们感受到自己担负的责任，确立自己努力的方向，树立坚定的社会主义人生观、价值观和世界观。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇八**

x年，我系以《教育部关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》的精神为指导，以应用型人才培养为目标，以职业提高素养与就业能力为核心，走工学相结合，校企合作，学历与职业技能并重的道路，积极开展各种社会实践活动，彰显特色，成绩显著。现简要总结如下：

一、领导重视、措施有力

为了提高学生的综合素质与职业能力，我系制定了《系x年学生社会实践活动方案》，成立了系主任任组长的社会实践活动领导小组，并由分管教学的副主任具体抓社会实践活动的落实工作，各个教研室针对系部的总体实施方案，制定了实施细则。此外，为了及时发现社会实践活中的新矛盾，解决新问题，系部还规定针对社会实践活动的进展情况每月召开一次社会实践活动工作例会。由于领导的高度重视，各方面的措施有力，学生的社会实践活动取得了较为突出的成绩。今年我系已有9个班级300多人参加了社会实践活动，15位老师承担了社会实践活动的指导任务。先后有步步高、心连心等多家企业单位成为了我系社会实践活动基地。更为重要的是，解决了20多名学生的生活困难，如校园超市今年已发放社会实践活动补助金近2万余元。

二、以校园超市为笼头，积极开展零距上岗的社会实践活动。

经过一年多的探索之后，校园超市的社会实践活动效果更加明显，实习的方案更加完善。

一是每批次实践人数减少，由上期10-12人减少为3-5人，使每个实践生能获得更多的锻炼机会。

二是每学期实践的批次由4批增加为12批，这样充分利用了资源，高效发挥了校园超市实习平台的作用。

三是每批次实践时间由一个月改为一个星期，达到合理安排教学，提高实习效率的目的。

四是实践前的培训时间相对增加，由原来2个小时增加为5个小时，培训地点由教室改为超市，培训内容更加丰富，更加贴近实践性教学要求。

五是每天实践都有不少于3名老师进行指导，指导老师对学生实习中存在的问题，除了耐心的讲解之外，还要作了详细的记载。如系主任周清香同志带头坚持每天1次去超市进行督查指导，对超市中存在的问题能及时解决。

六是在每周星期二或星期四的下午由指导老师带15位在超市实践的同学到步步高、心连心、大和贸易、永强等进行社会调查，在提高学生的调研能力的同时，还拓宽了视野。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇九**

大一的这个暑假，我过得挺充实的，同样它也是最有意义的，跨出学校的大门，融入社会，这是一个质的飞跃的过程，其中的辛酸苦楚只要自己体验过才知道。走进社会，需要一份勇气，需要一份睿智。

经历了艰辛的找工作的过程，我精疲力尽了，想放弃了，老板要么说没有工作经验，要么说暑期临时工不招收。折腾了好一阵子，我们附近一邮政银行招大堂经理的助手，我兴致勃勃地去应聘了。我把我个人的基本资料和在校的情况详细地向行长介绍了，或许是我运气好，或许是行长觉得我挺可靠的，我被录用了。那个开心劲儿，甭提了！工资待遇什么的，我都没什么要求，只要能录用我，给我一个锻炼能力的平台，我就心满意足了。

第二天我就开开心心地去上班了。早晨八点到了邮局，我就开始拖地，擦凳子，打扫打扫，好让整个大厅干干净净，给所有人一种舒适的感觉。邮局正式上班了，陆陆续续地有顾客来办理业务了。我满带着笑容迎接每一位顾客，让他们先坐下，然后等到叫了自己的号再去办理业务。在工作的过程中，也不是一帆风顺的，有时面带微笑询问顾客有什么需求时，顾客只顾一个劲儿的走上前台办理业务，也不搭理我。这时我只能耐心地和顾客讲解。有时我也有做的不周到的地方，有一次一位先生拿着自己的号到前台去了，我微笑着走过去，轻声说：“先生，不好意思，您前面还有一个人，下一位才是你。”他瞪着我，一脸不耐烦地说：“刚不是叫到我的号了吗？明明就是我！”我陪着礼：“对不起啊，叫到你的号了，我误会了。”这位先生又转身白了我一眼。那种尴尬，那种滋味真的不好受呢。每天都会遇到形形色色的人，有的人看我像个学生，表现出赞赏的样子，能和我温和地交谈，有的人看我是个学生，对我的热心服务表现出满不在乎，无所谓的样子。不管怎么样，我都要求自己，我是服务大众的，我就是要磨练意志，锻炼能力，我要微笑待人！工作一整天下来，真的很累，站的腰酸背痛，晚上下班时，我还要再打扫一遍大厅，然后才回家，真的好累！

但是，我挺珍惜这份工作的，不仅仅因为得到这份工作实属不易，更多的是你我在工作中学到了很多东西，我提升了很多的能力。在邮局做大堂经理助手的一个月，我每天早出晚归，觉得还有节奏感，我过得很充实。在工作中，我运用我在学校已经掌握的电脑操作技能完成简单的邮局业务方面的操作，这就更好地将理论运用于实践了。在与顾客的接触中，我学会了笑以待人，热情地帮别人解答疑难问题，这很好的锻炼了我的胆量，使我的交际能力大有提升。在和邮局员工的相处中，我得到了叔叔阿姨的关心爱护，他们支持我，鼓励我使我对未来充满信心，带着一份信念踏上寻梦的征程。

这一个月来，我虽然过得比较辛苦，我也曾想放弃，就这样在家虚度光阴，但最终我还是振作起来了，我也想明白了很多。现在的应届毕业生就业形势那么的不容乐观，社会已经尽全力的缓解就业压力了，国家只能给予我们这么多，那么我们还能靠自己的实力、耐力在社会上打拼了。大一晃眼间已悄然溜走了，不久的将来我们就要步入社会，我明白那份压力。现在的假期就是为未来做一个铺垫。多积累些社会经验，多增长些人生阅历，多丰富些专业知识，这对以后我们就业都是大有裨益的。还是那句话：一分耕耘一分收获。要想在这竞争激烈甚至残酷的社会中生存下来，唯靠自己！千军万马争过独木桥，只有让自己出类拔萃，方能闯出自己的一片天地！

这个暑假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到大二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行！正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来！

这个暑假过的很充实，很有意义。我更加坚定了前行的方向。平时的学习生活中能严格要求自己，让自己德智体美全面发展，争做高素质的大学生。以后的假期我还会积极地参加各种实践，多锻炼能力。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十**

20xx年10月25日至26日，xx中学初二年级全体学生赴曹王，参加了为期两天的秋学期实践基地活动，由于学校领导高度重视，参训老师尽职尽责，本次活动组织有力，有条不紊，取得圆满成功。活动内容丰富，形式多样，使参训学生获益颇丰。现作如下总结。

（一）活动准备充分细致。

此次学生校外实践基地活动，学校领导高度重视，成立了以校长为组长，政教处主任为副组长的活动领导小组，召开专门会议，研究活动方案和具体措施。主要开展了以下几方面工作

1、确定参训学生名单，按规定足额收取活动费用；

2、召开初二班主任会议，落实责任，明确活动具体方案和组织要求；

3、召开班长会议，布置各班文艺节目，确定通讯员名单；

4、召开全体参训师生会议，进行活动组织纪律教育和安全文明教育

5、准备活动用品。

（二）活动过程组织有力，

整个活动实行军事化管理。每天活动前，各连队按时在操场集合，整队前往各活动室；活动过程中，各班主任尽职尽责，自始自终跟班活动，协助基地活动指导老师，指导学生按规程进行活动和操作。活动进行得有条不紊，富有成效，受到基地老师高度评价。在生活管理上，班主任全面指导和监管。从学生起身到就餐、就寝，严格按基地作息时间和纪律要求，集体行动，杜绝参训学生脱离集体，放任自流。宿舍管理也井然有序，学生按时整理内务，始终保持宿舍干燥整洁。

（三）活动成果丰厚殷实。

由于组织有力，纪律严明，整个活动过程严谨高效，收到良好的教育效果。丰富多彩的手工制作等实践活动，让学生们丰富了知识，开阔了视野。在活动中，学生学会了合作，增进了友谊。在实践中，培养了创新的精神和实践的能力。两天离开父母的生活，也让学生们学会了生活，培养了自理自立的生活能力，增强了集体意识和纪律观念，懂得了团结友爱、乐于助人的道理。一场自编自演精彩的文艺晚会，更让学生尽情展示了艺术才华，充分享受了生活的美好。

两天的课外实践基地活动，让同学们锻炼了能力，增强了自信，感受了欢乐，衷心感谢实践基地老师们为此付出的辛勤汗水。xx中学的师生们将乘着实践基地创新实践的春风，在生活的大舞台上去创新，去实践，谱写出美好的人生篇章。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十一**

在这一学期中，我校认真贯彻县教育局教研室以及学校综合实践课程计划的有关精神，坚定不移地依照新课程理念，开展综合实践活动，将综合实践活动课程推向深入，努力提高教师的课程实施能力，着重培养既有底气又有灵气且具有创新精神、实践能力的现代小学生，全面实施素质教育。

一、根据学校实际，科学确定活动内容

1、自主化

为了使综合实践课程有效的推行，学校建立了一套健全的课程实施组织网络。在这个网络中，校长室负责课程实施的全盘领导，教导处负责活动研究、指导培训、鉴定、资料管理等活动，教导处、大队部协助活动，各年级研究组负责确定、协调活动计划，班主任及其他指导教师是具体实施者。在计划制定方面，我们注重全员参与，自主制定。即校领导、教师、学生都参加到学校计划制定的活动中来，它经过了由上而下、由下而上两个轮次。由上而下，即由学校领导、教导处将确定的我校综合实践的课程理念、目标向下传达，组织教师学习领悟，让每一位综合实践活动指导教师充分了解本课程的性质、任务、本校的活动特色等;由下而上是指内容的制定全员参与，由学生到指导教师最后再汇总到主管的教导处。

2、多角度

在确定本学年的活动内容时，首先在学生中展开广泛的讨论，让他们围绕书上的课题，选择自己感兴趣的一个方面，再由指导教师根据汇总的情况进行梳理、筛选、归类，上报科学的、可行的课题，最后由教导处做通盘搭配，根据各年级确定的研究主题进行统一的规划安排，制定计划。

3、系列化

同一个内容，不同的做法，由此体现课题的层次性与新颖性，形成一个序列，这是在综合实践活动中的一个创新。

二、加强常规管理，促进课题深入实施

1、课时安排、落实制度

我校综合实践活课时安排是弹性课时制，即将每月4课时的综合实践活动时间根据需要灵活安排，做到集中使用与分散使用相结合。将4节综合实践活动分成“2+2”的形式，“2”为教师指导课，每月2节，由教师进行活动培训，传授活动内容与方法，围绕活动中出现的问题进行分阶段总结，“2”为个人实践活动课，放在每周的周末，由学生个人或者以小组为单位，进行自由活动。可以根据需要将2节综合活动大课与信息技术课打通，也可将其与其它学科如自然、班队、社会、科学等打通，统一安排使用这样的安排灵活性大，为综合实践活动提供了时间上的保障。在课时的落实上，学校领导小组不定时地进行检查和听评课活动，保证了新的活动理念的运用，提高了每节活动课的课堂质量。

2、教师选聘、培训制度

理念是教育改革的阳光，有了阳光，才能有教育的春天，综合实践活动的开展同样要求教师有坚实的理论、先进的理念作基础。因此，我们把教师竞聘工作当成一件大事来抓，力求通过竞聘，择优录取优秀教师，在培训方面，本学期我们重点抓了教师指导方面的培训，多次组织教师学习有关专家的最新教育理念，并在学习后要求教师结合学习所得与教学实际，每人写出指导手记，集体交流讨论，互相学习，取长补短。

3、听评课制度：

本学期我们主要重视了综合实践活动的课堂教学，力求通过听评课活动，使综合实践的课堂教学改变以往的应付、呆板、满堂哄的现象，做到科学、务实、创新，既促进教师课堂教学理念的转变，又使学生能在课堂上学有所得，真正地走向生活，走向实践，走向创新。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十二**

学生社会实践活动是提高学生综合素质的主要途径。根据国家教育部与厦门市教育局要求，社会实践的数量和成绩是学生是否具备毕业资格的重要要件之一，学校非常重视，按计划、按要求积极开展社会实践活动，现总结如下：

1、精心准备：

由政教处发起组织，各年段认真规划好社会实践(或社会调查)主题，各班级积极动员，做好布置，分组进行社会实践，把社会实践、社会调查与日常教学、德育和研究性学习结合起来，培养学生创新能力和良好的意志品质。

2、积极组织：

各年段以村为单位，划分小组，指定专人负责，各组负责人能进一步明确活动意义，加强指导，对学生进行安全、纪律教育，并做好协调、组织工作，确保社会实践活动顺利进行。

3、及时总结：

社会实践活动结束后，班主任按时组织学生填写《厦门市中学生社会实践活动登记卡》，并经接待实践单位或部门提出鉴定意见评定成绩并加盖公章，之后汇总送学校政教处存档备查。班主任还及时将学生参加社会实践活动情况登记在《厦门市中学生社会实践活动考核登记表》，并将此表送交教务处，做为审查学生是否具备毕业资格和升学考试报名档案的必备材料。各年段还认真写出总结报告，及时总结经验。

通过实践，全体学生扩大了知识面，体会到家长的辛劳，认识到社会的多样性，进一步增强了判断能力、动手能力，培养了良好的道德品质，形成了良好的劳动习惯。

社会实践活动的总结范文篇二

很高兴能有这样的一次机会!今天我去了我们市的敬老院老年活动中心进行社会实践，在那里我和几名同来的朋友为那里的老人做了一些力所能及的简单工作，之后又陪老人聊天，我们知道，老人最缺少的就是关爱，最害怕的市孤单和寂寞，最希望的是可以在幸福和安逸的环境中享受自己的夕阳红。

今天一大早，准确的说是20\_\_年2月26日，早上还下着雪，我和几名同学约好一同前往位于市郊的敬老院，我们带了一些水果怀着很兴奋的心情一路直奔目的地。令我们很意外的是有几位老人正好在正门外，我们上前去问，原来他们早知道有几个大学生要来看望他们，这样的事情令我们受宠若惊。

我们随同老人们一起进入了里面，进入里面的娱乐室，整个房间里坐满了人，和我们之前想的完全不同，老人们见我们来了很高兴，我们做了自我介绍之后，便按照事先的安排为老人们表演了几个简单的小节目，说实话这几个节目用我们的话来说是惨不忍睹，但老人们还是高度赞扬了我们弄得怪不好意思的，老人们也不示弱，有为满头白发的老爷爷给我们唱了一小段京剧，那架势。丝毫不逊于我们看过的正规京剧演员的表演，之后我们才知道，这位老人十分喜欢戏曲要不是条件不允许，早就成了正式演员啦，这水平真是了不得。

后来，我们又和老人们聊天，从这些聊天中，我有很多感触。通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。

下午1点多，等我们吃完饭，一般这时老人们都出来散步和锻炼身体了。敬老院有个很大的院子，里面有很多锻炼身体用的运动器械。有相当多的老人们在散步和锻炼身体，看见我们来了.就和我们一起玩些小游戏。

通过这次跟老人家的聊天，是我们明白的很多，明白到他们过去的经历，明白他们的辛劳，明白他们对他们儿女的记盼，更明白他们对我们的希望。

通过今天的实践，我懂得了很多，我以后希望有更过这样的机会!总之，今天很开心!

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十三**

在局领导的关怀下，在行政科某科长的指导下，在机关同志们的关心帮助下，虽然时间短暂，但收获不小，受益匪浅。转眼间一个月的时间就要过去了，现就自己这段时间的工作和学习情况作一个简单的小结。

一、基本情况

我是某大学某系学生，明年就要毕业走向社会。今年暑假我安排了两个方面的实践活动:一是到某地市容局参加社会科学的学习实践;二是到某厂参加专业课的实习，即自然科学的实践。某市容环境卫生管理局成立于年，是随着县城建设规模地不断扩大，城市功能配套日臻完善，城市管理水平要求逐步提高应运而生的正科级事业单位。机关编制6人，实有23人，内设行政计财科、综合业务科、广告设置管理科、生活垃圾无害化处理场筹建办公室。下辖市容监察大队、建筑垃圾管理所和环境卫生管理所三个副科级事业单位。主要职能为市容市貌管理，市容执法，清扫保洁，公厕管理，生活垃圾清运，建筑垃圾管理，卫生费征收，生活垃圾无害化处理，户外广告设置管理等，有“城市卫士”和“城市美容师”之称。

二、成绩与体会

(一)虚心学习，严于律己，甘当小学生

1、在学习中丰富知识。初入单位后，陌生的面孔和全新的知识使我无所适从，在单位领导和其他工作人员的指导帮助下，我很快进入了工作状态，通过实际工作来领悟对基本理论的理解，运用理论知识加强对实际工作的研究指导，采取总结实践经验的方法作为对所学知识不足的补充和完善，探求市容管理工作的内在本质和基本规律。市容局作为政府的执法部门，承上启下的公文数不胜数，为了弥补自己在社会知识方面的欠缺，熟悉行政工作的运作程序，掌握机关公文的写作技巧，我主要以查、看、问的形式作为熟悉各类公文的切入点，了解单位的管理工作与管理模式以及运作规律，诚恳向行政科那些从政多年、经验丰富的同志请教，虚心接受他们的批评与指正，努力在最短的时间里掌握各类公文的格式与写作要领，为毕业后走向工作岗位练就本领打好基础。

2、在实践中增长才干。虽然我是一名在校大学生，但我从没有为此而清高自傲，在这次实践活动中我始终以小学生自居，以渴求社会知识增长见识自励，抛弃自满和自卑的庸俗思想，完全融入到行政科的工作之中，用单位的纪律、规章制度和行为守则严格地约束自己、要求自己、规范自己的言行，积极、认真、负责地对待各项工作，做到小事不屈，大事不惧，立足岗位，敢于面对，努力做好自己力所能及的事，并敢于尝试性地参与或协助科室同志料理一些日常事务，简单地处理一些机关公文，包括打印、校对、收发文件等工作。事情虽小，但意义重大，收获颇丰。这是我在这次实践活动中的宝贵财富，是我人生中由学生生活到社会工作的有益尝试，是由理论到实践的一次成功升华。

(二)勤于思考，强化能力，实现“零”的突破1、加强理论修养，提高自身素质。市容工作面对的是弱势群体和小商小贩的核心利益，二者之间的摩擦和冲突不可避免，群众到机关上访，挖苦谩骂，滋衅闹事等时有发生。面对众多突发事件，要在很短的时间里做出正确的判断，拿出及时有效的处理方案，我内心多次发出警号:一是要理智果断，二是要敢于面对，三是要有耐心，四是要吃透情况，五是要讲求方法，六是要执法懂法，七是要有一定的政策水平，八是要坚持以人为本。一定要加强自身的理论修养与个人素质的提高，善于化解矛盾，能够稳定大局，在复杂问题和突发事件面前镇定自若，处乱不惊，始终保持脑清目明，把握正确的工作主线，这样才能使工作得心应手，才能保障单位工作的顺利进行，才能将“亲民爱民，文明执法，依法执法，人性化执法”的执法精神落到实处。所以正确处理这种特殊性、复杂性、艰巨性的工作经验无疑将成为我今后在人生道路上启迪各种复杂矛盾的钥匙。

2、坚持劳逸结合，实现充实自我。简短的社会实践活动既有工作时的紧张繁忙，又有下班后的轻松愉快。行政科中的某某、某某两位司机师傅给我留下深刻地印象，同时也和我结下了深厚的友谊，成为我下班后学习开车的专业教练，他们不厌其烦，精心指导，一位注重理论升华后的实践;一位注重自身悟性的操作，虽方法不同，但各有特点。在他们眼里我就像一个小兄弟，并没有因为我是个未毕业的学生而受到歧视，反而得到的是超乎寻常的关爱和更多的指导与鼓励，让我逐步走出了初次驾车胆怯的心理阴影，增添了轻松上阵后的无穷喜悦，也是我这次工作之余的意外收获。

3、树立大局意识，在工作中学会自立。这次社会实践活动，使我在工作中得到锻炼，在集体生活中读懂了什么是大局意识和团队精神，在日常生活中学会了自理、自立，虽然局机关各科室事务分工明确，每个工作人员各执其事，但不管是科室之间或人与人之间的各项工作都不是孤立的，必须相互协作，整体推进，人与人之间也是相互关爱、相互支持、相互包容。特别是一些诸如打扫卫生，整理办公室这些小事都是靠大家的自觉性和责任心、事业心自觉履行。一个月的实践活动中，使我逐步地走出了“摇篮”，走出了“襁褓”，摒弃了我过去在家里、在学校、在宿舍等集体环境中的依赖思想和懒散行为，学会了从我做起，从小事做起，从现在做起，懂得了“我为人人，人人为我”的基本道理。

4、美好的生活都是短暂的，一个月的社会实践活动转眼而过，在这段美好而难忘的日子里，更多的是收获、是喜悦。然而，美中不足的是我对市容管理中有些工作的认识还仅仅停留在看别人做，听别人讲的表面，对公文写作也只知之皮毛，未能提笔动手领悟其中的精髓。但也正因如此，我今后在写作方面更要下功夫，勤动手、多动脑，在努力学好自然科学的同时，还要不断地积累社会知识，在今后的工作中发奋进取、积极向上、追求卓越。充满紧张、严肃、繁忙、快乐、充实的社会实践活动，是我人生的一个故事、一朵浪花、一个驿站。在即将离开市容局之际，澎湃的心情总是难以平静，总有千言万语在内心深处涌动。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十四**

时间一晃而过，这个假期的时间过得个性的快，这段时间的社会实践让我学到了很多的东西，接下来的是我的社会实践报告心得体会。

学校是让我们学习知识的地方，社会更是让我们学习的知识得以实践并加以升华，在社会实践的过程中不仅仅是学以致用，更多的是增强自身的实践潜力，学习到书本上没有的东西，在实践中我们能够不断的磨练自己，增长知识深度和厚度，就像那句话说的“实践是检验真理的唯一标准”。

在这次实践中，虽然我只是简单的文员，但是在这份小小的工作中，我还是收获颇丰，体会到了很多的东西，增强了自己的潜力。

在这个不长的实践过程中，我做出了自己的努力，虽然只是简单的整理表格，整理一下文档，办公室的卫生的维护。这些都是很简单的工作，但是在这个实践的过程中锻炼我自己的潜力，增强我与别人沟通的潜力，增强了我的动手潜力，我相信经过不断的社会实践，能够不断的增强我自己的各方面的潜力，在实践中不断的学习，不断的充实。

虽然这份工作，偶尔会觉得乏味，但是我始终相信没有小事情，只有把每一件小事都做好，才能更好的成就大事。在这个实践的过程中，我也发现了自己很多的不足，比如，与人沟通的潜力还不是很强，不能很好的处理一些突发的状况，不能很好的与同事之间快速的协作磨合。这就要求我，还要更加努力的学习，还要不断的增强自己的综合潜力，还要不断的学会协同合作，不断锻炼自己的口头表达潜力，交际潜力。

这次实践，让我明白了一个道理，只有多出去走走，做多些实践性的工作，才能更好的发现自己的不足之处，才能对应的提高自己的潜力，才能扬长避短，才能更好的学以致用。

我们学习有良好的学习氛围和学习环境，透过这次的社会实践，明白了，在我们还在学校的时候，要多珍惜学习的时光，多学一点知识，这样才能更好的应对，将来工作中可能会遇到的种.种问题，这只是一次短暂的社会实践过程，在这个过程中我还不能充分的感受到真正工作的各种问题，艰辛和不易，但是我能够感受到工作给我带来的乐趣，这会让我更加的珍惜接下来在学校的时光，好好读书，读多方面的书，以后多去实践实践。我相信仅仅拥有知识是不够的，我们还要增强自己运用知识的潜力，与别人合作的潜力，与别人沟通的潜力，与别人交际的潜力，自己的动手潜力，实践潜力。在学校的时候，充分的吸允知识的同时，也要注重自身综合潜力的提高，这样才能更好的适应社会，融入社会的氛围中。

经过这次社会实践，我懂得了很多，我会更加的努力。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十五**

转眼间到暑假了，小学生们纷纷参与社会实践活动，本文为大家准备社会实践活动总结，一起来了解吧。

开展中小学生社会实践活动，是全面培养学生创新精神、实践能力和综合素质的重要举措，提升学生对社会的认知程度。也是克服“应试教育”倾向，全面推进素质教育的重要内容。为了全面贯彻和落实教育方针，培养适应现代化社会需要的综合性人才，暑假期间，由旺镇中心学校以“德育为核心”针对小学生的特点与学校特色开展形式多样的社会实践活动，让学生走向社会，接触社会，融入社会，运用所学知识去认识社会，为学生的创新精神和探索精神以及实践能力的培养提供机会，现将开展情况总结如下。

一、以正确的教育方法来指导实践活动的开展

本次社会实践活动以科学发展观为指导，以服务学生、促进学生全面发展和创新精神、实践能力的培养为根本出发点，以社会主义核心价值体系教育为主要内容，把社会实践作为学校教育的重要组成部分，纳入学校教育教学的整体规划，将社会实践作为发挥学校在未成年人思想道德建设中主渠道作用的重要方面，形成加强和改进未成年人思想道德建设的合力，促进了学校教育与校外教育相结合，教育与生产劳动和社会实践相结合。

二、以良好设计思想的营造推动实践活动的开展

社会实践需要全社会的支持，要形成凡是公共资源都有义务支持学校开展社会实践活动的意识，形成全社会都有责任关心青少年学生健康成长的观念。一些地方之所以能取得积极成效，就是因为社会资源单位的社会责任意识在服务教育的大氛围下不断被激发，服务学生的

积极性不断被调动;广大家长也越来越认识到社会实践的重要性，支持鼓励孩子参加社会实践，从而促进了全社会共同育人氛围的形成。在实践活动开展之前，结合学校具体工作实际，我校积极利用广播、黑板报以及宣传单等向家长、社会宣传中小学生社会实践活动的重要意义，在社会上营造了关爱青少年健康成长的良好氛围。

三、以加全民教师力量建设促进实践活动的开展

本次活动学校选派了政治素质好、责任心强、业务水平高的教师从事学生社会实践的组织指导工作，尤其重视发挥团队辅导员在组织指导学生开展社会实践活动中的骨干作用。在此次学生的社会实践活动中，涌现出了一支热心教育事业、具有专业知识、掌握一定的教育教学方法的指导教师队伍，在本次学生实践活动中发挥了重要的组织、指导作用。

四、以建立和完善小学生社会实践活动人身安全制度保障活动的开展

为保证活动的顺利开展，中心学校制定了《小学生社会实践活动人身安全制度》和《小学生社会实践活动审批制度》。要求各学校在开展活动之前都要向中心学校进行审批，在组织学生参加社会实践活动时要制定出切实可行的安全措施和应急预案，由专人负责。在活动之前，要加强学生的安全教育，使其充分了解社会实践活动的注意事项;在活动过程中，要加强学生的管理和监督，促使学生自觉遵守活动守则，确保人身和财产安全。

五、以健康向上、形式多样的活动落实社会实践活动的开展

本次实践活动自7月20日开始至8月20日结束，历时一个月，在此期间，结合具体实际和小学生的切实需求，开展了各种积极健康、形式多样的实践活动，取得了较好的社会效果。

1、“好书伴成长”读书活动：书籍记载着人类成长的历程，把文明代代相传，绵延至今。在暑假期间，组织学生阅读积极健康的书籍，激发学生读书热情，培养学生读好书、好读书、读书好的良好学习习惯和能力，让读书成为学生成长需要。三到五年级的学生还写了读书的体会和感受。

2、“爱心献老人”体验活动：在假期活动中，各个中队在辅导员的带领之下定期帮助附近的孤寡老人，为孤寡老人送去温暖，这样，不仅培养了学生尊老敬老、助人为乐的优良品质，又增强了学生的社会实践能力。

3、“绿色环保”系列活动：根据我镇的实际情况，组织学生对一些街道、河流进行调查，了解家乡河流受污染的现状，对学生进行环保教育，特别是使学生认识到保护好河水不受污染，对社会的生产和生活意义重大。并通过学习使学生了解我国能源的现状，树立节约能源的意识，并且把这种节能的意识带回家，宣传给自己的父母，真正做到以点带面的效果。通过“花草树木是朋友”、“我的低碳生活”“我是节约小卫士”等体验与创意活动，让学生把自然、和谐的生态环保意识和简洁、节能、文明的绿色生活理念带回家。结合“低碳行动”，引导学生了解个人及家庭能源使用方式对节能减排的意义和作用，树立“节能环保，珍爱自然”观念，关注生活中的节约方式，学习和寻

找节能的窍门和方法，从节约一滴水、一张纸、一粒米、一度电等点滴小事做起，让低碳理念从校园延伸家庭，辐射社会，真正让环保成为时尚，让绿色走进家庭，让低碳融入生活。

4、“农业生产”体验活动：有计划地组织学生到附近的生产劳动基地进行劳动体验活动，同学们都积极参与，在劳动中挥洒汗水，不怕苦、不怕累。在劳动中学生体会到了劳动成果的来之不易，自觉养成了珍惜劳动成果的优秀品质，培养了学生吃苦耐劳的精神，增强了集体观念。

5、“拒绝三无食品”活动：学生在教师的带领下走访调查了工商、超市的工作人员，通过走访调查知道了什么是三无食品，怎样鉴别三无食品，三无食品为什么会在市场上出现，三无食品有哪些危害，小学生应该怎样抵制三无食品。

暑期通过广泛开展丰富多彩的社会实践活动，让学生走进社会，了解社会，关注社会。学生的体魄得到了锻炼，审美情趣得到了陶冶，劳动观念和劳动技能得到了增强，而学生在实践中取得的思想上的进步和意志品质受到的锻炼，又迁移到科学文化知识的学习上，有利地促进了学生身心健康的发展。

**纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行体现实践 纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行,实践是认识的篇十六**

一个月的暑期就这样匆匆结束了，还有我这一次的社会实践。整日呆在学校中的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我唯一庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向人民群众，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，半个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。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“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，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，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

四、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找