# 实用摘辣椒实践活动总结（汇总15篇）

作者：梦想起航 更新时间：2024-03-18

*活动总结可以帮助我们发现问题、总结经验，进而提高自己的能力和水平。小编整理了一些精彩的活动总结范文，希望对大家写作有所帮助。实践活动总结要争当“尚德小标兵”得从三个方面入手，那就是“敬老人，孝父母，爱同伴”。孩子们通过送老人礼物，给老人表演*

活动总结可以帮助我们发现问题、总结经验，进而提高自己的能力和水平。小编整理了一些精彩的活动总结范文，希望对大家写作有所帮助。

**实践活动总结**

要争当“尚德小标兵”得从三个方面入手，那就是“敬老人，孝父母，爱同伴”。孩子们通过送老人礼物，给老人表演节目，陪老人吃饭等形式给村里的孤寡老人带去了春节的喜气；通过帮助父母劳动，对父母说感谢等形式向父母回报了恩情；通过为同伴制作贺卡、礼物等形式增进了同伴间的友情。这项活动，全校有335名队员参加活动，大队部择优选出了64位“尚德小标兵”。

大队部鼓励学生积极参与社会实践活动，争当“小小践行家”；合理利用压岁钱，争当“小小理财家”；学会当家作主，争当“能干的小管家”；开展环保活动，争当“环保小卫士”。队员们通过照片、写理财经、制作环保作品等形式，认真完成了这项活动。

大队部给各个年段推荐了优秀书目，建议全体学生寒假读好书，好读书，争当“小小阅读家”；一到四年级找爸爸读、找妈妈读，争当“书香家庭”；五、六年级读书写感受，争当“未来小作家”。队员们用照片、读后感的形式，充分展现了自己过了一个有意义的寒假。

这次活动的展现形式除了发各类奖状外，大队部还把各项资料收集起来，制作成手抄报在橱窗展出。最特别的是，大队部还将精美的贺卡、礼物、环保作品等收集起来，进行了一次展览，号召全体队员利用中午时间参观各类优秀作品。队员们在欣赏交流的同时，也得到启发，为下一次的寒假活动储备了知识和能力。

**实践活动总结**

不知不觉，已经结束了，很快，这一个月，有苦有笑，有难忘有不舍，认识了很多人，交了很多朋友，在这里学到了很多，懂得了很多，更学会了如何去生活，很感谢这里，亲爱的法院。

还在学校的时候，有好多人说，听说条件比较艰苦，不要去哪里，而我却不这么认为，我觉得既然是实习嘛，条件不艰苦点怎么会学到东西，怎么能磨练自己，我心里就暗暗决定我要去。

初到这里，还没下车，我已看到了这里外貌，法院的建筑给我的感觉就是很壮观，很有气派，尤其是法院的外部结构和构造，而且门口所种的花草和树木，很好的映衬了这种庄严，和我印象中的感觉差不太多；下了车，引导员带领我们参观，给我们介绍法院的历史与今天，又带领我们参观审判庭，数字化的法庭，给我一种耳目一新的感觉，这正是那句话，麻雀虽小，五脏俱全啊！甚至一些技术还是很先进的啊！在参观期间，虽然天气很炎热，但是法院的领导一直都陪着我们，而且还会和我们这些实习生有交流，很亲切，特别接地气。之后，法院又给我们开了一个小会，院长给我们介绍了法院所创立的发还改判案件讲评机制，很好的助推了“阳光司法”，得到了省高院以及最高院的认可，这是一个很了不起的成就，给一个大大的赞。法院给我的感觉是不管是硬件还是软件都十分的强大，人家都说初印象会在脑海中停留很久，我对法院的初印象会一直停留在脑海中。

我被分到了刑庭，而我也十分喜欢刑事，这种喜欢是从我第一天接触法律开始，就一直喜欢刑事。在刑庭的这一个月，我的庭长，我的“进哥”，教了我很多东西，我也从中学会了很多，基层法院量刑中的问题，如何去定罪名等等。我们庭长姓刘，人特别热情，对我特别照顾，让人很亲近，很有原则。我向他问问题时，他都是微笑对待，而且特别耐心的讲解，有时候我因听不清而连续询问的时候，庭长也不烦，而是重复讲，语速变慢。平时有当事人或者其他人来咨询问题，庭长都是很热情的接待，耐心的给予解答，但涉及到原则性问题，我们庭长都会很果断的拒绝回复；电视台也偶尔来采访我们庭长，庭长也很愿意接受采访，因为他想普及更多的法律常识，增加群众自我保护意识，我们庭长说话快，可能说的不清楚，经常说重新录一次，我怕他们听不清，其实说话是很清楚了已经。

我和我们庭长还有“进哥”一个办公室，为什么称为“进哥”因为名字里面最后一个字是进，所以一直这样称呼。“进哥”是西南政法毕业的硕士高材生，虽然才比我大几岁，但是特别有才华，有能力，我们庭长特别喜欢。“进哥”对我当然是没话说，当弟弟一样照顾，从来都没有说以命令的语气去让我做什么，都是说“帮我个忙呗！”我们庭长常不在办公室，因为比较忙，办公室里经常就我们两个人，我会经常向他问问题，他也很愿意的给我解释，有时候他也会听听我的看法和意见，我们互相交流，完全没有那种一家之言的感觉，而是“百家争鸣”的感觉。

这一个月，如此之短暂，还没来得及细细品味，却悄然的结束了；这一个月，也很长，让我经历了到现在为止最有价值的`生活。

这一个月，如此之短暂，还没来得及和朋友好好相处，却要独自的离开；这一个月，也很长，让我深深体会到这里的人是如此的热情与接地气。

这一个月，如此之短暂，还没来得及认真的说一句感谢，却已经要分开；这一个月，也很长，让我在正确的时间遇到了一群对的人。

很喜欢这里，也很爱这里，希望有机会再一次来到这里，亲爱的法院。

**实践活动总结**

平江七中的李杏威写道：

长郡中学的王宇卓视角独特：

采集开始了，只见黄志刚先生一马当先冲了出去，抄出两只黑色的蒲扇般的大手，眼光一扫，恶狠狠地盯上了一棵水灵灵的幼芽，手指凭空一夹，顺手一扔，那幼芽便以千万分之一毫米的误差放入自己的塑料杯中。其速度之快，眼力之准，非常人所能及也，足矣见其高手风范。他长舒一口气，缓缓收功，脸上露出了满意的笑容，似乎自己的功力又上了一层。其他组员则不然，他们都是初出茅庐的新手，又没有黄志刚先生丰富的人生阅历，而是一个个围着新朋友们打转，询问方法。接着，他们也动手了！有别于黄志刚先生的眼明手快，功力深厚，他们从一头到另一头，仔细而又小心地采摘茶叶，忙碌地挥洒着汗水。究竟鹿死谁手，且听下回分解！

而长郡中学的孟楚涵则意味深长：

最让我感触的就是今天我们在农户家进行的采茶活动了。当时烈日当头，汗水在不知不觉中渗透了我们的衣服，脸上的汗水在阳光的折射下闪烁着晶莹。才几下子，我们就已累得精疲力竭。而我们仅仅只是做了一会儿，那些辛劳的农民却要这样做一生！他们又该是如何辛苦？的确，他们这些朴实的人，能教给我们的是在学校中永远学不到的，那就是在艰难环境中顽强的生存意志！宁静的田园中，这些辛勤劳作的人们给这田园增添的是中华民族智慧的光芒。这让我们这群在城市的钢筋水泥土中成长小孩，体会到了不一样的人生体验。

**实践活动总结**

历时将近一周的“奋斗青春，逐梦xx县”活动已经结束，此次活动带给我的不仅仅是这几天的经历，的是从未接触过的收获。之前没有三下乡的经历，所以对这一次三下乡活动非常期待。去xx县之前，我们做了很多准备活动，上网搜集了很多关于xx县当地的资料，也和当地的中医院以及卫生所联系，他们都非常支持我们的活动，在活动过程中也给予了我们很大的帮助，让我们此次的xx县之行顺利且愉快的展开了。

此次活动第一项是参观xx县中医院，毕业于本校的老学长们为我们带我们参观了中医院咳喘科“冬病夏治治疗室”，这是我之前从来没有听说过的，而且对于一些慢性病效果很好，还向我们演示了现代化的中药粉剂的制作过程，作为中医药大学的学生，这次的参观，让我学到了很多在学校学习不到的知识，也长了见识，开阔了眼界，真是受益匪浅啊。

之后，我们在xx县当地卫生院的帮助下，在xx县的蔡村卫生院门口开展了送药宣讲活动，村民们都很积极的参与我们，他们像我们展示了当地老百姓淳朴的民风和对外来客的热情，虽然当天下来雨，但是在大家的共同努力下和耐心讲解下，当地村民都是笑着离开卫生院的，这次送药活动非常成功，我们队伍表现的非常友好团结。

在我们药学院陈xx院长和陶书记的带领下，我们去了xx县石斛种植基地，中药一直是我们药学院的精髓所在，这一次更是让我对石斛的种植和药效方面有了更加深入的认识，我跟随资源普查队到了山上，并且亲眼见证负责人从悬崖峭壁上采下铁皮石斛的全过程，这种艰难，和我们在学校里老师们做的科研一样，但正是这种不畏困难的精神激励着我们去做的更好。

宣纸一直是宣城的一大特色，更是我国的非物质文化遗产，应当加以保护。此次三下乡，我们在宣纸一条街做了很多问卷，发现当地人们都非常热爱宣纸这一文化，不仅将宣纸视为商品交换，而且很多人认为这是老祖宗留下来的可贵的遗产，非常愿意一直将宣纸文化传承下去。我们参观了宣纸文化园，了解了宣纸制作的108道工艺，整个制作过程精良且纯粹，我们一群人看的流连忘返。

这次活动非常辛苦，每天晚上回来都会选照片发新闻到很晚才睡，但这个过程是对我们这一整天活动的总结，总会让我们回味无穷。这几天我们一队成员都过的非常开心，不仅学习了中医的经典，中药的珍贵，还了解了我们非物质文化遗产的制作过程及文化背景，和资源普查队一起上山认识了很多植物，看着老师们为了发现中药上山涉水，爬悬崖峭壁，真的让我非常感动，老师们对专业的钻研精神会一直激励我前进。我很感谢这次三下乡活动，这份回忆我会一直珍藏。

**实践活动总结**

今年以来，在县委、县政府的正确指导下，在县效能办的直接指导下，我局紧紧围绕建设“决战工业150亿”的目标，突出“服务创业、富民兴县”这一主题，精心组织开展创业服务年活动，并取得明显成效。现将活动总结汇报如下：

一、加强组织领导，确保创业服务年活动顺利开展

全县创业服务年活动动员大会后，局党总支迅速行动起来，召开专题会议学习，并立即着手启动水利系统创业服务年活动，同时紧密结合水利工作实际及机关效能建设，将此次创业服务年活动作为水利系统的一件大事来抓。

1、成立一个领导小组。成立以局长为组长的水务局创业服务年活动领导小组，下设办公室，并抽调局机关业务精干人员组成。

2、认真召开二个会议。一是召开好动员大会和工作部署会。2月8日，我局召开了年终总结表彰大会和水务局创业服务年活动动员大会，要求全体干部职工一定要把思想统一到县委、县政府对对今年经济社会发展的重大决策部署上来，进一步增强忧患意识和赶超意识，奋发进取，乘势而上，推动我县经济社会更好更快发展。按照县效能办要求,2月26日，我局再次召开全县水利系统干部职工大会，对全系统开展“创业服务年”活动进行再动员再部署。二是召开好每月的例会。调度和研究创业服务年活动各项工作开展情况，层层推进创业服务年活动进度。

3、重点把握三个方面。一是精心制定活动方案。结合水利工作实际，制定出《水务局创业服务年活动实施方案》，明确了活动的范围及对象、任务和要求、时间和步骤，并将责任分解到分管领导和业务股室，内容具体，步骤清晰，可操作性强。二是加大对各业务股室的指导。针对各业务股室的业务特点，采取分管领导负责，督导考核组强化日常督促检查，督促指导各业务股室开展创业服务年活动。三是加强部门协调。按照“分工协作，共同促进”的原则，建立创业服务部门协调机制，与农口系统的其它单位共同做好“三农”服务，积极配合政府相关部门做好各项服务。

4、开展“四项服务”主题活动。为了将创业服务年活动引向深入，取得实实在在的效果。我们结合水利工作特点和作用，在全局开展“四项服务”主题活动，即为创业者服务，为创业单位服务，为创业项目服务，为优化创业环境服务的四项服务主题活动，组织全局各科室和下属各单位结合“四项服务”内容，联系本职工作实际，认真查找自身在服务创业方面存在的问题和差距，制订措施，进行整改。

5、开展“入户（企）听诉”活动。坚持开展“入户（企）听诉”活动,我局联系帮扶企业是九江市安立欣电子有限公司，为及时了解企业的发展动态，我局坚持每月至少1次派出干部工作组深入该企业，想方设法为企业、群众排忧解难。结合水利工作实际，深入乡村，解决民生水利问题，在加大对农田水利基础建设投入的同时，充分听取和征求基层干部群众的意见和建议，及时整改工作中出现的问题，民生水利深入人心。

6、强化活动宣传。一是通过报纸、电视、网络等媒介广泛宣传支持创业的各项水利政策、措施和水利工程建设成果。二是及时反映服务创业活动动态,印发创业服务年活动简报4期,着力宣传我局服务创业年的工作进展情况及工作成效。

二、建立服务平台，确保创业服务年人人参与

为浓厚创业服务年活动氛围，我局开展了一系列丰富多彩的活动，形成了人人参与，个个投入的创业服务活动氛围。

一是发出一份承诺书。局总支、各支部和每位党员向全县发出承诺，从单位做起、从自身做起，从小事做起，严整纪律，规范行为，做好本职工作，围绕县中心工作，投入到创业服务年活动中来。

道。

三是开展一次“防汛抢险优秀共产党员”群众推荐活动。8月16日，局党总支召开大会，全面动员防汛抢险优秀共产党员群众推荐活动。目的在于全体共产党员要在活动中找准位子，各支部要在活动中充分发挥战斗堡垒作用，更好地为水利事业服务，更好地在自己的工作岗位上做出新的成绩，更好地完成上级党委赋予的神圣使命。

四是召开一次创业服务年活动征询意见座谈会。3月26日，我局召开了“创业服务年”活动征询意见座谈会，邀请了部分乡镇的乡镇长和部分有代表性的企业负责人共计26人参加了座谈会，对水利系统开展的“创业服务年”活动围绕当前水利政策、创业服务、水利科学发展、办事效率等方面提出有针对性地的意见和建议。

五是深入开展一次“入户（企）听诉”活动。

**实践活动总结**

按照总体安排和部署，根据《中共邢台关于开展党的群众路线教育实践活动的实施意见》，为深入开展我院党的群众路线教育实践活动，机械工程系开展关于开展党的群众路线教育实践活动的动员及学习。党的群众路线教育实践活动以党的十八届三中全会为指导，贯彻一系列重要讲话精神，落实八届六次全会、八届五次全会部署，以为民务实清廉为主要内容，以党员群众为重点，切实加强对全体党员马克思主义群众观点和党的群众路线的教育，以深入贯彻落实中央八项规定为切入点，结合具体要求和有关规定，进一步突出作风建设，坚决反对形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风，保持和发展学院各党组织和党员、干部与师生群众的血肉联系，尊敬教师、尊重学生，着力解决师生群众反映强烈的突出问题，为推动学院内涵式发展，为创建全国一流技师学院的奋斗目标提供坚强保证。

党的群众路线教育实践活动以教育引导党员、干部树立群众为观点，弘扬优良作风，解决突出问题，保持清廉本色，使党员、干部思想进一步提高，作风进一步转变，与师生员工关系进一步密切。围绕立德树人这一根本任务，把作风建设放在突出位置，以作风建设的新成效，凝聚起推动学院事业科学发展的强大力量。

1、解决创新意识不够的问题。解决破解现有条件下实现学院快速发展的理念不新、办法不多、措施不力的问题；对教育发展的新形势研判不够，对接不力的问题。

2、解决推动工作不力的问题。解决党员干部缺乏工作激情，得过且过、标准要求不高的问题；缺乏深入细致的调查研究，上情吃得不透、下情摸得不准，推动工作方法不得力的问题；工作中重安排部署，轻长效机制的落实，抓督导不敢较劲，抓落实不敢较真的问题。

3、解决艰苦奋斗精神弱化的问题。解决精神懈怠，不思进取，缺乏吃苦耐劳精神；事业心弱化，责任感不强，缺乏无私奉献的精神；存有功利思想，遇事不敢担当，缺乏千方百计办教育的劲头和勇气。

4、解决师风弱化问题。教育和引导广大教职工服务师生、团结协作、合力谋事，崇尚实干的精神；教育和引导广大教职工爱岗敬业、关爱学生，静下心来教书，潜下心来育人的态度。

5、解决在师生利益上不维护、不作为的问题。深入实际、深入基层、深入群众，接地气、通下情，坚持民主集中制，改进调查研究，虚心向群众学习，真心对师生负责，热心为群众服务，诚心接受师生监督。

开展积极健康的思想斗争，真正让党员、干部思想受到教育、作风得到改进、行为更加规范。坚持求实效，开门搞活动，请师生群众参与，让师生群众评判，受师生群众监督，努力在解决作风不实、不正和行为不廉上取得实效，在提高群众工作能力、密切党群干群关系、全心全意为师生群众服务上取得实效。坚持学院要求分类指导，针对党员干部、教职工党员、学生党员等不同层面党员，找准各自需要解决的突出问题，提出适合各自特点的目标要求和办法措施。坚持领导带头，上级带下级、领导干部带一般干部，一级抓一级、层层抓落实。

通过近期党的群众路线教育实践的学习，较好的理解了教育实践活动与业务工作的关系，把深入开展教育实践活动作为推动创建全国一流技师学院各项工作的重要动力，为全面完成学院的各项工作再立新功。

**实践活动总结**

劳动是每一个公民的光荣职责。热爱劳动是一种高尚的道德品质，是学生教育的重要任务之一。正值“五一”国际劳动节之际，为培养学生热爱劳动，既能动脑，又能动手，在德、智、体、美、劳诸方面和谐发展，成为有理想、有道德、有文化的社会主义公民和建设人オ。我校以科学发展观和社会主义核心价值体系为指导，通过系列实践教育促使少年传承中华传统美德。

五一劳动节当天，学校统一对学生进行以“劳动最光荣”为主题的班会教育。引导全体学生了解劳动节的由来等相关知识，引导广大学生向劳模学习、向身边的榜样学习。使学生致敬勤劳，感悟劳动光荣。同时，增进学生爱党、爱国、爱社会主义的情感。

我校根据学生的年龄发展特点，精心筹划，为不同年级的学生安排了相应的劳动实践活动。

“传承劳动美德，创造幸福人生”

以“五一国际劳动节”为主题，学生学习节日文化、搜集节日资料，自编自创班级“节日小报”，展示节日收获和感悟，增强对“勤劳”这一中华民族传统美德的认同感和自豪感。

“桃花要趁春风开，幸福要靠劳动来”

以“劳动最光荣”为主题，通过绘画或手抄报的形式，或介绍各行各业的劳动人民，或了解不同劳动者对社会的不同奉献，或宣传劳动模范的先进事迹……以展现劳动人民的精神风貌。

“家务小能手，今天我当家”

开展“今天我当家”家庭教育活动。在父母家人的指导下，学生力所能及地承担一天的家务劳动，如扫地、拖地、做饭、做菜、洗碗、洗衣、整理房间等。希望同学们通过参加家务劳动，体会劳动的乐趣，感受父母的辛劳，培养感恩之情和独立自主的能力。

“与文明同行，唱响幸福‘最强音’”

家是避风的港湾，家是温暖的怀抱，家是心灵的寄托，家是成长的摇篮……“家，是最小国”“国，是千万家”。建设文明城市从每一个家庭做起。我们小手牵大手（“一带六”），共同制订幸福家庭《文明公约》，与文明同行，唱响高新幸福“最强音”。

我校通过开展“少年传承中华传统美德”劳动教育实践活动，加强学生劳动教育，让学生在劳动的汗水中体味艰辛，使其收获劳动的快乐，提高其满足生存发展的劳动能力，培养其勤俭节约、艰苦奋斗的精神，形成良好的劳动习惯，树立劳动最光荣的思想观念。尊重劳动，热爱劳动，致敬勤劳，让每一天都是“劳动节”！

**实践活动总结**

诚信勤劳乃是我中华民族的优良传统美德，我们作为21世纪大学生，是未来民族的希望，应当严于律己，积极参加劳动。八荣八耻告诉我们：以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣。

勿以善小而不为，勿以恶小而为之，点点滴滴折射人自身的形象素质，通过这次社区服务劳动，我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了，改变自己。劳动中，我知道了许多自己的不足之处。

这次活动为美化我所在居住的小区元氏县红塔小区，我做了将近半天的活，包括拖地、扫地、擦窗等。最后当事情全部完成的时候，我们松了一口气，嘴角露出一丝笑意。刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。

此次社会实践让我深深的体会到什么事都不是口上说的那样轻松，没有实践没有发言权这一道理我终于体会到了，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。没有汗水的付出，怎有干露的回报。这次劳动并不是很难，但让我知道了父母的辛苦，可怜天下父母心，付出的却不为儿女理解，想想父母每天都要工作，辛苦挣钱供我们读书，而我们只要坐在教室里学习，没有负担，我们没有理由不认真学习。只有自己体验了才会知道。自己付出了多少，就得到多少回报。只有认真做了，才能有所得。认真学习了，会有好成绩;认真工作了，会有成果。通过自己的努力付出，不管结果如何，那个过程自己肯定是受益的。

从这次劳动中，我还明白了我们应该尊重和珍惜他人的劳动成果。这样的一次劳动对我的身心都起到了积极的作用，我想不管以后从事什么样的工作都得认真负责，以主人翁的态度来对待，这样所得到的和所收获的经验和价值是值得学习和珍藏一辈子的。让我明白了劳动人民的光荣的，三百六十行，行行出状元。那我知道在工作的岗位只有自己努力了才能得到回报。我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着、坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事。社区实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。

在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

**实践活动总结**

一、活动内容具有针对性、教育性、实践性。

本学期我们班开展了“我爱绿色世界”实践活动，引导学生回归自然，走进自然，认识了多种常见的花草树木和庄稼。我以前在四至五年级开展过“20x北京，我来了”长走活动，激励了学生学习奥运健儿的拼搏精神，效果很不错。另外，在活动中还对全体学生进行环境教育，组织了环保行动，在实践过程中，每位同学手拿一个环保垃圾袋，捡起身边的垃圾，以自己的行动为社区、校园奉献一份力量，融入社会大家庭，做一名合格的小主人。

二、活动形式从实际出发，因地制宜。

本次活动利用了我镇有的的植物园、林地及等，通过让学生走看、等亲身体验，使他们认识了大自然，体验了乡村的田园生活。活动中，要求学生认识5至6种花草树木，同时认识一些农作物，在终点处“20x我是环保小卫士”的横幅上签名。活动结束后，要求学生们说一说自己认识的花草树木和农作物，并要求学生写出一篇优秀的游记，既是对话动的记录，也是对活动的总结。

三、时时处处注意安全，确保了活动的顺利的开展。

安全问题是活动顺利进行的基本前提，活动开始前，我和跟班老师先到活动的地方踩点，制定翔实周到的的活动方案，并把各项要求明确规定：所有班委会成员分到了各个小组；年龄大的同学负责组织学生并在各重要的路口把关；班主任老师在出发前强调了组织纪律，提醒了学生做好外出的各项准备工作，切实注意安全；跟班老师紧跟学生，协助了班主任老师开展活动。以上防止安全事故发生的措施保证了活动圆满的完成，活动结束时，无一例安全事故发生。

通过这些活动，学生们在实践中增长了见识，培养了能力，得到了锻炼，孩子们也学到很多书本上学不到的东西。我们将在今后的工作中，为学生们提供更多体验实践的机会。

**实践活动总结**

作为一名大一学生的我，抱着贴近社会，锻炼自己的愿望，参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人交流沟通，学习如何与人合作等知识。实践是每个人的必经之路，在这条路上，我们锻炼着、成长着，跌跌撞撞。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的!

通过这次部分地区汉服旅游资源开发现状的调查实践，我们更加深入的了解到汉服的历史文化以及旅游价值。在杭州丝绸博物馆我们知道了从那剥茧抽丝到制成华丽飘逸的汉服的步步艰辛，在西湖湖畔我们深刻的感受到了旅客们对中华传统文化的热爱。然而，让我益匪浅的是这次社会实践，使我更好的了解社会的点点滴滴，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。

这无形中使我对自己的未来有一个正确的定位，还增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。这次暑期社会实践，让我了解到团队的重要性，我们小队为了共同的目标一起努力，大家不怕苦，不怕累，分工合作，有条不紊进行着任务。从分配工作到完成工作，我知道了只有大家都做好，才能收到预期的效果，我觉得在团队合作中，不仅要相信自己，也要相信他人，大家一起努力，一起奋斗，才能把工作做好。团结是一个优秀团队的灵魂。这次暑期社会实践活动让我加深了与朋友之间的交流合作，促进了朋友之间的友谊，也很大程度提升了自己办事能力。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，从中获得的经验与知识让我用一生。社会实践引导着我们走出校门、步入社会、并投身社会;我们要抓住这个培养锻炼才干的机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。

此次社会实践，开阔了大学生的视野，锻炼了大家的耐性，加大了大家与社会的接触面，进一步激发了我们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

总之，通过社会实践活动，同学们在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。实践证明，社会实践是提高学生综合素质、培养高素质人才的一个重要途径。

**实践活动总结**

现今，中学生的生活，学习环境与其父母一代已完全不同，大部分家庭中的独生子女的高消费生活越来越严重。再者，由于目前一般家庭的经济状况比以前有极大的改善。父母大多不愿自己的子女“受委屈”，又随着家庭观念的转变，家长更尊重子女的意见，鼓励子女发展自身能力。因此，中学生在诸多的影响下消费观念产生了极大的变化。

根据调查数据显示：有零用钱的学生占了被调查总数的98%，没有的仅占1.4%，现在的学生都是家里的“独苗”，家长对自己小孩几乎是百依百顺，疼爱有加，即使自己在省吃俭用，孩子那里总是应有尽有，可是谁也不想让自己的孩子过得好些呢?有些父母在自己的孩子身上放上零花钱，这些零花钱是家长对孩子成长的一部分投资。只有少数家庭的孩子可能每天的生活都是由父母来安排，所以也不需要什么零花钱了。但是对父母来说，高中生各方面的开支较多，学习上的花费明显多于初中生。对于在学习上的正常开销，家长们的出手毫不犹豫的同时，同学们的生活花费和日零用钱，也随之“水涨船高”。

因此中学生的消费行为反映了以下的几种消费心理特点：

1、求新性。中学生处于求新求异、富有好奇心的年龄阶段对外界新事物的接受能力特别强。于是在社会许多新鲜玩意的吸引下，“试一试”的想法成了这种心理的源泉。

2、兴趣性。据了解，由于有的学生是“追星族”便将每月开支中的大部分用在购买自己偶像的磁带或cd上等等，总的来说，主要消费对象自己的兴趣爱好有关，换言之，兴趣爱好越广泛，所花费的款项也就可能同比例增长，更何况现在的学生，兴趣广泛是普遍的事。

3、从众性。身在周围都是同龄人的环境中，加之有不少学生的家境不错，特别容易出现攀比的风气。这便使许多人产生“别人有什么，我也要有什么”的想法，加上时下的某些时尚主题，促进了这种心理的形成，跟进了流行大军。

4、盲目性。这种心理特点的形成是基于前几种心理的，且从众性心理起了主导作用。

家长要让子女了解家庭的收入和开支，根据家庭的经济状况，制定合理的消费计划，并从中学习承担家庭经济责任。学校应该进行消费观念教育，灌输“量入为出”的用钱方法，通过学习理财知识，了解借贷责任，力戒享乐奢靡陋习，帮助我们青少年树立正确的消费观念。

**实践活动总结**

大学是我青春最美好的段时，也是我最不想浪费的时段，于是我选择了“在路上”见习（我的第一站）。实习是充实自我的一种方式，也是我无限向往的假期生活。暑假，多么漫长的2个月，如果像高中一样在家埋头苦干或者无所事事，那对于现在的我来说，都是没有任何意义的。同样，如果好好利用这个暑假的话，也会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职。早在放假前我就在联系了这份兼职——管理有限公司的帮工，做的是比较基本的工作。

二、实践程序

1.面试

虽然是事先联系好的兼职，但还是少不了面试的。x月xx日，收到了公司的面试通知，因为是一家刚注册的公司并不完善，我们都不知道面试官是谁，虽然在学校这两年里也被面试过很多次，但那都是学长学姐，而这次是不同的，这让我很是不安，带着紧张的心理，走进面试室，我甚至想退缩，就这样我的第一次面试以紧张告终。

2.学习适应阶段

当天下午三点，我收到公司通知，去领了工作服，熟悉了公司基本环境。由于刚去公司，对那里的一切都很陌生，领班对我们很热情，态度和蔼，这更使鼓起了我适应环境，战胜困难和挑战的信心和力量，领导的耐心教导，同事的热情帮助无不在激励着我，鼓舞着我，尤其是发自内心的那种想及早进入社会的心情是我适应了公司，习惯生活，努力学习的动力源泉。

根据工作的需要，初次将我分到大厅，当时心无杂念，尽头十足，公司采取一带一的方式从慢慢的认识大厅的台号，备餐间的位置，到锻炼托盘的托法，直至最后的开档，收档，菜名我们一点点，一滴滴，一天天的反复记忆，到了最后就是整个备餐的基本管理，运作流程我也都了解了。

之后，我进行了服务学习，一连几天的服务操作技能培训，从理论到实践，从摆台铺台布到餐中服务规范，老员工毫不保留的告诉了我们，每天的学习都是满满的，尽管很辛苦，但很充实很满足很高兴，笔记一页又一页，看了很有成就感，由衷的感到是那么的自豪。

三、实践内容

开档，为客人倒茶，在客人就餐期间帮他们撤掉用过的空碟子，尽量满足客人的需求，到吧台拿酒水，收拾桌子，摆位，清理垃圾，抹银器和水杯，叠餐巾等等。工作简单而繁琐，每天都在重复相同的内容。

我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，积累了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们的师傅们能做的，只有相信他们的学徒能做的更好，所以，你也要脚踏实地的去干，千万不能好高骛远啊。”听君一席话，胜读十年书啊。确实，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛苦苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这公司，领班给我上的第一堂思想课。

由于该环境的地理位置好，而且服务、管理、卫生等方面都比较好，所以，生意特别火爆，常常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满意。

记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。挨骂回来后一个老员工特别向我强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特别是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免出现意外事故，造成不必要的损失。他跟我讲了许多以晚发生的事故，其中的种种原因都是没有和客人保持一定的距离。他希望我在工作中要特别小心不要在发生事故，要不然可就白干了。

我那时候在想，这可相当危险啊，白干了不说，还很容易得罪人啊，以后得多加注意才行！因为公司有相关规定，那就是在工作中如果是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。他说他不希望我辛辛苦苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高高兴兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了这些，我的经理也非常关心我们的生活，询问我学习是否顺利，工作是否开心，和同事的关系处理的好不好，还破例给我预支工资，她对我这次实践活动给予高度的肯定，赞扬我是难得的好学生，同时也对我第一次来到他们公司表示热烈的欢迎。他的一言一词都流露出了和蔼可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答他对我的关心。

由于工作长时间走来走去，我的脚总是酸痛，晚上一直抽筋，但为了工作，为了自己能够成长，我只得忍痛坚持了下来。就这样，我坚持了一个多星期，总算是把前一周所学的真正掌握了。接下来的日子，我就更有的受了，我们公司规模不算比较大的，但生意好的时候，人手是远远不够的，而且还有部分老员工偷懒，全把工作安排给我们新员工。

所以，我的工作量远远超过简单的一个服务员的工作，常常是一个人做几个人的事，重复印证那句话：男的当畜生用，女的当男的用。做这些简单的事，我倒是能接受，也不算很难，但令人头痛的是，有的顾客很喜欢刁难人甚至有的顾客很没素质。你在这边忙的要死，他们还是作死的叫服务员，吵得我心烦意乱，就更容易出错了。甚至还有顾客开骂，这叫我如何受得了，有时候我会不给予理会。我知道这样的脾气不好，这样做也很不对，但实在很难忍受别人的讥讽。

最近一个星期，我不知道和顾客争执了多少次，领班因为觉得我还是个学生，毕竟也年轻气盛，也就包容了我，我自己也在慢慢改，我想，不管这个月多么的艰难，我必须得忍受过来，长这么大没受过这种气，但不管怎么样，我必须得坚持下去。

并且，我也会学到很多学校学不到的东西，多接触不同类型的人，才会发现人与人之间的差距，才会学会如何与人相处，才会学会如何认清自己。一些人情世故，我想，我也该慢慢领会了。这样接触社会，我会受很多伤，但我不怕，受越多的伤，我的胆量却会越来越大，这更能磨练我的意志，我想，我的潜力还是有待激发的。

四、实践心得体会

通过这次实践，我知道，任何一项看似简单的工作都需要很大的努力才能做好，别看服务是一项简单的工作，以前，我看着那些服务生就是走来走去，看起来很简单嘛，但你真的做起来的时候，你不懂技巧的话，那可真是一种煎熬啊，开始工作时我感觉很累，而且很不适应，几度想就这样放弃得了，但最后我还是坚持了下来。

宝贵的实践经历胜过我们在学校学到的任何理论，虽然这样的实践很平常，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样宝贵的经验后，会给我们以后提供很多有利的帮助的。以后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比校内的学生多了一份淡定和冷静。在生活中，我们也要多注意细节，细节决定成败，这是很多成功人士的人生格言，对我也会是很有帮助的。社会实践虽然骨感，但给我的社会却不是那么一点点。你多实践，你的生活就会越来越精彩，你多实践，你的人生也会越来越精彩。

服务员是直接对客人提供面对面的服务，为了满足顾客不同的需求，就要求我们要有很强的应变能力，我们每天都要工作到很晚，但是我边工作的时候就边思考一些问题，也顺利的将所思考的运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

在服务中，我们也应该遵守必要的礼貌礼节和仪容仪表，我们要时常保持良好的精神状态，并且热情和蔼地面对顾客们，我想，不仅仅是面对顾客，在生活中，我们应该对每个人都要充满热情。在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

由于我们饭店的假期工比较多，因为社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以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，无限回味。社会实践是一种动力，走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。在实践中我们才能真正的知道自己有多少斤两，我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

五、总结

自以为满腔热血，满腹经纶，就能干出一番伟绩的我们，应该收起那副为我独尊的架子，宏图之志，我们应该有，但我们更应该看清自己的实力，认清社会的现实，有的放矢。不然我们会摔的很重很痛，痛到我们连面对自己的勇气都没有，这次实践，虽然没能和我的专业直接接洽，但是通过这次实践我学会了做好管理最基础的东西，这些是在课本中学不到的.管理是要和许多不同的人沟通的，他们或许是高阶层的，也可能是生活在社会最低层，这次实践锻炼了我怎样与不同身份的人沟通才能达到预期的效果。才能实现双赢.我想在酒店里，只要你用心学好技能，任何一个岗位都有实现你理想的机会，也同样值得为自己喝彩。

**实践活动总结**

本学期五年级综合实践活动选择了“关注生活、关注自然、关注社会”开展了一系列的活动，让学生了解自己和家人，了解自然，了解社会，关注社会生活。学生通过交流，与同学们分享劳动成果，在交流、汇报中学会了赞美，学会了欣赏，学会了理解，获得了知识。同时努力号召推动学生积极参与社会实践，培养自我发展和合作精神意识。在课程内容、组织形式和评价机制等方面进行了大量有益的尝试，取得一定的成果。

一、结合学科特点，开展多元化综合实践活动。

新课改方案把综合实践活动课程定为必修课程，这是教学改革的重大举措。通过设计和实施综合实践活动课程，改变了学生的学习模式，培养了学生实践能力和创新精神。在此基础上，我校把综合实践活动课程与各门文化课程紧密结合，不但激发了学生的学习兴趣，而且奠定了文化课质量提高的坚实基础。如在与语文学科的密切配合中，开展读书乐，组成小组读书会，组织故事会，展示学生的才智，取得了可喜的成绩。

二、贴近学生生活实际，进行有益的社会调查活动。

学生生活在现实世界中，存在于他人之中，世界之中。教育就需要使学生具有强烈的现实感、生活感。这种现实感、生活感的获得与体验，是其存在和生活的直接目的。在处理与自然、社会关系的进程中，逐步认识自己存在的价值和意义，这就需要学生自己去研究生活、社会调查。为了帮助学生实现这个期望，在综合实践活动中，注意引导学生进行社会调查。如调查大涌牛仔服的发展，生长过程和取得的成就等，希望通过这个调查活动，学生对于自己家乡的特色产业就有了更清楚的认识。

三、实践与理论紧密结合，培养学生动手动脑的创新能力。

综合实践活动的精髓在于“实践”二字。教学中让学生亲身参与、主动实践，在实践中综合运用所学知识解决各种实际问题，提高解决实际问题的能力，实践的内容是丰富的，实践的方式也是多样的。实践并不仅仅意味着让学生作社会调查、参观、访问，更重要的是要为学生营造实践情境，通过引导，让学生自己能够发现问题、提出问题、解决问题。特别是学生能够面对生活世界的各种现实问题，综合运用所学知识，主动地去探索、发现、体验、重演、交往，亲历亲为，获得解决现实问题的真实经验，从中培养实践能力。

总之，这学期里，学生的在综合实践活动课上能真正做到锻炼综合能力，实践能力，动手能力。

**实践活动总结**

不知不觉中，紧张、美好的社会实践生活已经结束了，在这短短的一个多月里，我和同学们以及指导老师、班主任指导老师建立了深厚的感情。但天下没有不散的宴席，在不舍的心情下我结束了自己的社会实践生涯。以下是我对自己这一个多月的社会实践期间的情况做一个简单的总结。

来学校的第一天，心情很是激动，第一天我们先去找教导主任，他非常热情的招待了我们，并安排我们分别和自己的指导老师见面，在激动的等待中，我见到了我的指导老师朱老师，他热情的为我介绍了他所教的班级情况，并给我交代了相关的一些工作。

然后，我们参观了了茂名市第十中学，大致的了解了这所学校的大体情况。茂名市第十中学是一所美丽的校园，有着浓郁的学习氛围，一下子我就被他深深地吸引住了。

我的社会实践工作主要包括两部分：课堂教学以及班主任工作。也就是说，在社会实践过程中，我既要做班主任工作，又要切实抓好自己的课堂教学工作。下面我将从这两方面来总结我的社会实践经历。

由于xx的班主任请婚假，所以我就替代他做了两周的班主任工作。在这两周的时间里面。我严格以班主任的原则来要求自己。虽然每天都要很早起床看早读，晚上还要看自修。但我的社会实践生活过的十分充实。并在工作的过程中总结出以下经验。

1、通过组织各种丰富的活动来加强班级的凝聚力。在一个多月时间里，我组织了多个活动丰富同学们的学习生活。分别有“三人四足”、“篮球比赛”、“叶脉书签制作”等等。通过组织这些活动不但增强了我们班的凝聚力，也让我知道，作为一名班主任不但要关心同学们的学习生活，更要多加关心学生的日常生活，与“学生打成一片”这样你才能更好的了解他们的心理动向，为你做好班主任工作埋下伏笔。

2、对待班里的同学一定要遵循“民主、公平”的原则。每个学生都有自己的优缺点，学习好的学生在某个方面反而不及其他同学。如果你总是看重成绩好的同学，那么其他的同学肯定会有意见，严重的话会导致他越来越不听你的话。这对增强班级的凝聚力不利。所以在社会实践过程中，我都是以“民主、公平”的原则来对待班里的同学，并且取得了很好的效果。我班上的同学的班集体意识加强了，每个同学和我之间的关系变得更好了。

对于一个老师来说，如何做好教学工作是对其的基本要求。我先听了一周指导老师和其他老师的课，吸取他们的好的教学经验。由于我所教的班级是“普通班”学生的基础相对来说较差。所以在备课时我都会根据学生的情况来进行，在听课时，我会注意老师和学生之间的交流，老师讲课时如何讲解重难点，以及给学生布置习题的难度应该根据学生的情况来定。在上课前，我都会先备好课，学好教案。交给朱老师看过通过后，才上讲台上课。同时，我也在老师的指导下会注意学生的表情反应，而思考以后我要以怎样的形式去上课才能达到良好的效果，也就是“备学生”。在此期间还与学生建立了良好的师生关系。每当上完一节课，指导老师都会告诉我，这节课的难点与重点是什么，以及应该怎样突出重点和难点，才会让学生更明白。朱老师还会指出我的优缺点，让我更好的改进。在上课过程中，我认识到，作为一名老师如果仅仅讲解课本上的知识会让整个课堂显得呆板无趣，所以上课时我都会保持一种幽默感，让学生的思想由“讨厌上课”转变为“爱上课”。而我的教学技能也在上课的过程中得到了很好的提升。

总之，在这次社会实践过程中，我收获了很多在学校里无法学习到的知识。在课堂社会实践中我知道了，作为一名老师应该意识到“因材施教”的重要性，教学工作应根据学生的实际工作来进行。在班主任工作社会实践中，我认识到作为一名班主任应该时时刻刻留意学生的心理动态，做到“公平、民主”的对待每个学生，也要言出必行。

不知不觉中，一个多月的社会实践生活就结束了，我的社会实践生活也画上了完美的句号。现在的心情是那么的不舍，多种情感交集在一起。十年树木，百年树人。虽然我的社会实践生涯结束了，但我的教师生涯还没开始，下一年我将以人民教师的身份步入社会。我将以全新的状态步入社会，更好的为社会服务。同时在这里，也要感谢所有帮助过我的人，包括我的社会实践指导老师，我的小组成员，以及我的学生们。谢谢!

今年是我进入高中后的第一个暑假，天气格外的炎热，在一学期结束之后，我也终于可以回家，虽然家在外地，但是仍然没有忘记学校给我们布置的任务。于是，一到家我就开始思考，这次的社会实践到底要做写什么才好。后来经过妈妈的帮忙，我来到了姑姑的饭店里面帮忙，为此，我还赚到了一笔小小的报酬。虽然不多，但毕竟是自己劳动换来的，特别值得去珍惜。

姑姑安排我做服务员，帮别人点单，上菜。刚开始的时候，我显得很懒散，总觉得既然不是正式来工作，也不用那么买力，每天不是早上迟到几分钟就是下班时早退。工作的时候mp4也总不离手，大概是因为如此，其他的工作人员也跟我走的很远，平时不怎么跟我说话，直到我觉得太无聊，跟妈妈说想换一份工作来实习。后来妈妈告诉我，对待每件事，我们都必须有一个认真的态度，别人看你是因为亲戚过去，平时又总是不合群的一起努力，当然会远离你。你可以试着改变你的态度看看。第二天，很早我就到了店里，帮忙收拾，果然大家都露出惊讶的眼光，一天下来，虽然比平时累了很多，但一起工作，一起下班，一起吃大排挡真的尤为特别。让我比前段任何时间都开心，充实。渐渐的，关于平时的一些工作任务我也做的顺手多了，得到的也是更多的赞扬。

大概是几个星期都的一天，一个大概20多岁的女孩带一群朋友来这边包场过生日，好不热闹，点菜后一会，他们拿给我一张定单，让我帮忙去取蛋糕，我来到蛋糕店，天啦！这蛋糕可真大，而且还是3层的。蛋糕拿回店里，突然我开始担心一个问题，于是我走到旁边用很委婉的语气告诉他们千万不要到处砸蛋糕。

这真是对我帮助的一次社会实践，它不仅给我的是劳动的快乐，而且给了我不少做人的道理，社会实践对我们将要走如社会的学生是一项很有帮助的活动。

**实践活动总结**

20xx年x月x日下午19：30，我们法学院20xx级第一团支部全体同学在1-506如期召开了主题班会之“寒假归来话实践”。取得了非常好的效果。

班会伊始，班长郑娴介绍了来自我院学生会社科部的两位同学，我团支部全体同学报以热烈的掌声以表欢迎，场面热烈。接着由教学信息员黄春利主持班会，首先简单介绍了班会的流程，接着是同学们自由上台分享自己在寒假实践中的所感所闻及所得。同学们都踊跃发言，积极分享自己的实践经历。有去支教的；有去职能部门挂职训练的；有寻访校友，征集我校80周年校庆祝福语的。同学们在寒假中纷纷走进社会，进行了各种各样的实践活动，初步尝试了社会生活，度过了充实的假期。

班会上，冉秀丽、黄焕源、孟祥开、林玲、李盛梅、李玉军等同学分别分享了自己的实践经历，同学们听后感触颇多，深切感受到了实践的乐趣及其重要性。纷纷表示要在暑假争取时间参加社会实践，锻炼自己的实践能力，把自己所学的知识学以致用，从而在实践中获得真知。再接着，班长郑娴总结了上个学期的工作情况，并简单介绍了这个学期的工作内容。介绍了新的宣传委员杨雯。最后，主持人简单总结了本次班会，大家合影留念。此次班会在愉快的气氛中结束。

通过这次班会，同学们有了交流自己实践经验的平台，分享了各自在实践中的不同感受和经历，扩大了同学们的视野及知识面。这个及时的总结会议让同学们感触颇深，同时也培养了同学们及时总结，多与人沟通交流的意识；更重要的是，它使同学们意识到了实践的重要性，提高了同学们参与实践活动的积极性与时效性。

为了锻炼一下自己，我为自己安排了一个社会实践活动，感受一下慈溪人的交通文明。

我来到长途汽车站的十字路口，对交警叔叔说：“叔叔您好，我是中心小学的一个学生，我想感受一下慈溪人的交通文明，请问我能不能站在您的旁边参与交通指挥吗？”交警叔叔欣然答应了。

来往的汽车川流不息，马路上的行人不计其数，红绿灯有规则地跳动着，交警叔叔娴熟地指挥着来来往往的车辆，马路上的车辆和行人都遵守着交通规则各行其道，看来我们慈溪人的交通文明还不错。

五分钟后，在黄灯闪烁的时候，一辆离线不远的车突然狂飙起来，一下子赶在红灯闪烁前冲过了线，到了对面。这是谁呀，有这么急吗，非要赶这一两秒，虽然他没有违反交通规则，但无论对于别人或是自己，都是十分危险的。

接下来的好几分钟里，交通又恢复了“平静”，没有任何人或车闯红或黄灯的现象。

又是一次偶然的机会。在黄灯跳着将要变成红灯时，一辆电动车开了过来，却又正好被搁在了线内。那个开电动车的人左看看，右看看，看交警正背对着他，又看着汽车少，便朝对面开去。他左闪闪，右闪闪，绕过一辆辆慢慢行驶车辆，快速地朝“终点”冲去。

这时，对面又来了一老一少。老奶奶说：“现在趁车少，我们先过去吧，你妈妈在家等急了，我们得快点了。”小孩子摇着头说：“奶奶，不行的。幼儿园的老师说‘红灯停，绿灯行。红灯亮了，不能走了。’奶奶，咱们等绿灯亮了再过去吧！”最后，居然是幼儿园的孩子给老年人上了生动的一课，现在的大人交通意识竟还不如小孩子。

我在心里默默地给那个小朋友打了个满分。是啊，要是我们每个人都像他一样，那么我们的交通就会更加畅通无阻！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com