

# 高中生劳动实践个人总结(优秀11篇)

军训总结是我们对军事训练中自我约束和纪律意识的总结与反思。下面是小编汇总的一些学习总结实例，供大家参考和学习借鉴。

## 高中生劳动实践个人总结篇一

假期的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长;另一方面，我们为社会做出了自己的贡献;但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。

我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基矗机遇只偏爱有准备的头脑，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。业余的宝贵有很多人理解为是什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎么懂得的。但是，经过这次的假期实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

首先，假期里，我们的时间相对的充裕了许多。我们被允许做更多的事情。所以这种假期的实践活动就成了我们最好的选择。因为它既可以帮助我们看到更大的一个世界，又可以让我们度过一段美好的时光。最重要的是，当我们投入地去做一件事的时候，我们会发现一种难以用语言表达的快乐。当我们用自己的能力去实践，去帮助别人时，这种快乐别人是没有办法体会的。

人生中，有许多事情需要我们去完成。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践一定是最最值得我们来体会的。一起去实践吧，去看看另一个世界。

## 高中生劳动实践个人总结篇二

自己的才干，培养自己的韧性，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。对于实践，也是一个艰难的过程。早上，伴随着太阳的升起，我早早的起了床，跟随栽培技术人员，走了进半小时的山路，我终于到了种植基地，只见北面有1m高的土墙，北面为半拱圆的棚面，南面为一面坡的棚面。好似一道拱形门。

践，理论有限，实践却是无限的。

这次亲身体验，也让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富，在今后，我还要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就了解社会的更多方面。希望在接下来的时间内，我们能在学校里实现自己的报复，让我们的梦想成真。

## 高中生劳动实践个人总结篇三

“劳动创造了人类。”原本，我对这句话是不那么认同的，而且也很不明白，因为劳动在我心中的含义便仅仅是日常的家务劳动而已。这不能使人类进步。为什么劳动创造了人类？我始终不明白。

但是在这个寒假里，通过劳动，我体会到了这句话的意义。这个寒假，我确实学到了很多。还有一周的时间，我的快乐寒假就要结束了。现在，我必须总结我所收获到的东西。

首先，我学会了负责任。家是自己的，我有义务也有责任照顾、整理好这个家庭。原来的我始终不能做到“表里如一”。因为，从外表上看，我好像很清新，穿着整整齐齐的衣服。但是在家中，就大大不同了。家里的每一间屋子都有我凌乱摆放的衣物，我看过的书也随地乱扔，瓜子皮、零食袋子，遍地都是。当我真正开始劳动，开始整理这个家的时候，为了减少自己的工作量，我开始主动地开始维护、保持这个家的洁净。后来，我开始自己的东西自己整理，物归原处。所以，家中再也看不到我那些脏乱的衣服、物品了。

其次，我也明白了为什么劳动这么重要。

正是因为劳动，人们才会不断探索，不断研究，以探寻更加简便的劳动方式，能够更加省时省力。所以，一代又一代产品出炉，人们的生活水平越来越得高。这样不断良性循环，更加促进了人类的进步。

同时，我的心态也有了较大的改变。以往，我都认为干家务活儿不是自己的事情，只要爸爸妈妈承担就可以了，我可以脸不红心不跳地看电视、玩电脑。而且，我还总是认为家务活儿一点儿都不用思考。我作为一个学生，学习是主要的，做这些事情简直就是浪费时间。所以，以前的我都是吃完饭后就回到房间里，以学习的名义推脱掉了所有的家务劳动。

现在想想，这是错误的选择。

学习在学校里已经可以学得很好，初中的知识不难，留意一些就可以学会，但从小养成的劳动好习惯却是“过期不候”。如果长大后还没有养成，那么面对自己独立的家庭，难免会有磕磕绊绊，也许还会造成家庭的问题，危及自身的幸福。

劳动，从哪一方面说都是至关重要的，没有劳动，我们的生活就不可能再进步。在劳动的同时，还可以锻炼身体、养成坚持的良好品质。在一定程度上，每天劳动一小时要好于每天多学一小时。

劳动创造了人类，我一定要多劳动，多感悟！

## 高中生劳动实践个人总结篇四

劳动是人类社会发展与进步的主动动力，正因为有前人不断劳动与现代人的不断努力才有了展现在我们眼前的. 社会，这个社会因我们人类每时每刻的劳动，而不断的发生着各种各样的变化。

作为一名大学生，我认为志愿去参加劳动以及活动是我们学习当中不可或缺的一部分，我们既能够从中得到快乐又能够从实践中获得更多的课堂上学不到的知识。人们常说，劳动是伟大的，是光荣的，没有劳动就没有这个丰富多彩的世界。

作为社区义工，对我们来说是骄傲与自豪的，因为做义工让我们变得更加成熟、稳重。

所谓的义工就是指在不计物质报酬的情况下，基于道义、信念、良知、同情心和责任，为社区建设贡献个人的时间及精力的人和人群，但是，义工也是一个在不断完善的集体团队，只有团结才会发挥出更大作用，才能服务和帮助更多的人。社区工作给了我们锻炼的机会和展示的平台。做义工以来让

我们学会了感恩，感受到了集体的力量，我们必须积极用感恩之心去做好义工的工作。

这次的义务劳动我们都很热情地去参加，活动主要是针对教室进行清扫。我们二十几个人分成几个小组，每个小组负责一个教室，用自己拿的劳动工具，分工合作，有的扫地，有的擦窗户，有的抹桌子。我们手中拿起的虽然是小小的扫帚，但我们心中扛起的是重大的社会责任。没用多久，教室就被我们打扫的干干净净。虽然很累很辛苦，但是我们乐在其中，因为我们体会到了劳动的光荣和价值，体会到了团队工作的重要性。同时通过这次劳动，也让我们体会到了环境卫生的重要性，和保洁人员劳动的艰辛，更深一步体会了“苦尽甘来”的涵义。

通过这次义务劳动，我们明白了学会劳动的重要意义。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些在校的大学生们，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问题。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。我们应该做我们力所能及的事情，从小事做起、从我做起，不辜负学校和组织对我们的要求和期望。

## 高中生劳动实践个人总结篇五

通过这个一个月时间的见习，从感知到认知，到深入了解，在这一个月见习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法，总结下来主要有以下几点：

- 1、坚持：学会坚持，这个月先到一线单位见习，到最苦、最累、最脏的地方去，去体验那一线工人的生活，在这一个月的时间我体会到了煤矿行业的艰苦，从刚开始很不适应，到慢慢习惯，这是一个艰辛的过程，只有坚持才能有所收获。所以，在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。

2、多听、多看、多想：到矿以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好。我刚来到这里，什么都不清楚，并且这和我在学校读的专业虽然联系，但是没有实践的经验，所以我细心的去听、去看、去想，终于对这里的工作情况有了一个较系统的认识，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

3、虚心学习：在这一个月的见习过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我要虚心向同事或领导请教，当别人教我知识的时候，我也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

经过这一个月的见习，我从中学到了很多课本没有的东西，在就业心态上我也有很大改变，很多东西我初到社会才接触、才学习。所以我现在不能再像以前那样等待更好机会的到来，应尽快丢掉对学校的依赖心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。

在这一个月的见习时间里，我可以感受到实践是多么的重要，因此，我对自己说，无论你拿着本书说的怎样厉害都好，轮到你要实际操作的时候，你只能无奈地站在那里，“纸上谈兵”是行不通的。这同时又证明了要做好一份工作，不仅要了解相关的理论知识，还要有实际操作能力。

在这一个月的时间里，我的生活是有味道的，所以现在回想起来，特别怀念。那种种的味道还深深的记住我的脑海里，叫人无法忘记。这些都是我的人生中很难得的经验。人生经验都是在人我们的人生中不断的积累的，在实习中我所收获到的不止是我的知识，更重要的是我的精神也有了进一步的提高。

在这一个月的时间里，我在见习中我学到了很多知识。区队领导们教我怎么做事，重视安全，各种零件的认识，各种机械的用途，工作面生产的工艺及各种注意事项等等。他们的知识渊博、见识广阔，在他们身上，我可以学到很多我没有接触到的种种。我都是看在眼里，记在心里的。

师傅们的这种精神的，细心，耐心，恒心，忍耐力，精力等等，都是我的学习榜样。我在他们身上真的发掘了很多的值得我去学习的。如果时间再长的话，我发掘的不止只有这些。

在这一个月的见习中，我收获了很多。走出美丽的象牙塔，感受外面的世界，曾经的我们如井底蛙、笼中鸟，丝毫感受不到社会工作的复杂与艰辛。我们学到的知识好少。没有实际操作经验和技能，书本上的理论和知识与现实有很大的差距，我清楚地认识到安全对这个煤矿行业非常的重要，也是每个单位领导最关注的。但是，煤矿又是一种艰辛的行业，同时也是一个责任很重的专业。因此，在以后我除了应具备扎实的专业知识外，还应该培养吃苦耐劳、团结协作的精神，志当存高远，事应求卓越。前途是光明的，道路是曲折的。其实我们的路很长，道很远。

## 高中生劳动实践个人总结篇六

学校组织的公益劳动让我从中学到很多，也得到了许多深刻的为人处世的道理。

学校把社会作为实践的场所，让我们参与社会，在公益劳动的实践中有所启示。通过班级为单位的社区志愿服务，启发了我们在公益劳动中寻找能使我们受到教育，有所感悟的亮点，引导我们去了解社会、感受社会。在幼儿园中，我们体会到了儿童时代的快乐和美好。我们在那里帮他们打扫卫生，给他们创造一个舒适的环境让他们快乐的成长，虽然我们满头大汗，但我们很高兴，因为我们心里都有一股自豪感。而这种自豪感不是在学校里能够体会到的。

公益劳动是不记报酬、不谋私利、不斤斤计较的；公益劳动是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加公益劳动的光荣感，塑造自己美好的心灵。这些都让我们觉得自己是另一个雷锋。

处于这个时代的我们，大多都是独生子女，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的集体公益劳动，使我体会到了集体的力量、集体的温暖和自己的不足。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。这些都促进了我努力改正自身错误，正确认识自己。而现在，由于一切向钱看的思想的影响，在一些人的头脑中装满了金钱的利益，干什么事都讲钱，干活不讲报酬认为是傻瓜，甚至有的“公益劳动”也变相要钱。在这种情况下，学校有意识地组织了我们去参加力所能及的公益劳动，对于抵制一切向钱看的思想腐蚀可以起到一定的作用。让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动穿早世界的真理，抵制了我们轻视劳动和不劳而获的思想的侵蚀，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。公益劳动也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确的人生观、价值观。公益劳动同样培养了我们的竞争意识和开拓进取的精神。

学校这次组织的公益劳动让我懂得了公益劳动不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们中学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们中学生劳动态度的一个特征。我们讲的公益劳动，就是以不记报酬为前提的；那是根据以公共利益而劳动；我们必须为公共利益而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

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。而学校组织的劳动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的中学生们，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。随着学习的深入和法律文化节的开展，同学越来越被一种紧张的气氛所包围；同时，我们也被青年志愿者种种伟大的行为所感染，越来越觉得作为当代大学生的我们，应该做一些力所能及的事，既能丰富我们的课余生活又能培养我们的忧患意识。在当今这个飞速发展的年代，人们的生活水平虽然得到了很大的提高，但国民的素质却也是有待提高，所以我们组织了此次公益活动，用来陶冶自己，宣传环保。

### 活动的意义

1. 有利于同学们走出校园，步入社会，了解社会实际情况，体验生活，丰富课余生活
4. 通过切身行动有利于展现我们90后大学生也能吃苦耐劳，也能积极承担社会责任
5. 有利于发扬我们福建工程学院的学子们乐于服务他人，奉献社会的精神

### 活动反思

2. 对活动路线掌握不熟悉，导致延误些须时间，以后开展活动会做好安排工作
4. 我们在活动中，只注重捡垃圾，而却忽略了更应该大力宣传环保的意识，这才是改进公园卫生的根本措施，以后会加以改进。

## 高中生劳动实践个人总结篇七

星期一、二轮到我们班搞劳动，我们需要打扫全校的卫生。早在几天前，劳动委员就把我们的任务分配好了。

星期一：早上7：00我们就到了学校，我和侯宇舟要打扫报告厅以及前面的瓷砖地。本以为打扫室内是很轻松的，却也不像想象的那样。面前的瓷砖地似乎很喜欢与我们作对，擦了又脏了，脏了又擦。还有一些同学把自己的区域弄完了，又到我们这来休息一会儿，“顺便”踩上几脚，有些人还赖着不走。等他们走后，一串串的脚印又变成了“美丽的花纹”。报告厅也不轻松，抽屉里、地上都是垃圾；桌上、椅子上都是灰尘，一天时间，我们才把这弄干净（光开门，就跑了十几趟）

星期二：一样时间，一样地点，一样任务，不过相对昨天轻松多了，不过由于下雨，有很多同学都把脏脚印才在地板上，还有在这里逗留的，坐在报告厅里休息的……下午还有两节课老师在里面讲课、开会。第三节课匆匆忙忙高一下卫生。

由于同学们漫不经心的劳动，没有集体荣誉感，最终我们班扣了分，我们都很难过，也很自责。通过这次劳动的失误、我懂得了一些道理；个人荣誉和集体荣誉是紧紧连在一起的，我们每个人都生活在集体中，就算独在孤岛，也同样是和鱼、鸟、树木组成的集体，没有什么人是例外的，否则就无法生活。而班级就是我们学校共同生活的集体。先有集体荣誉，才有个人荣誉，集体有了荣誉，个人也自然会有荣誉。

同学们做到心往一处想、劲往一处使，形成一股合力，从而使我们班级更具有凝聚力和竞争力。相反，如果我们缺乏荣誉感，不为维护集体荣誉而努力，这样直接导致的就是各自为战，每个人心里想着自己的一套，如果变成这样，自我约束力下降，必然会导致纪律涣散。我们个人的所作所为会直接影响我们班的荣誉。

在这次劳动中，同学们都不太认真，没把劳动当回事，认为好玩，殊不知：我们世界上最美好的东西，都是由劳动、由人的聪明的手创造出来的。只有人的劳动才是神圣的。劳动是一切知识的源泉。在人的生活中最主要的是劳动训练。没

有劳动就不可能有正常的人的生活。我们应该热爱劳动，在劳动中培养我们的集体荣誉感，培养我们之间的友谊和合作精神。

劳动创造了人类，劳动最光荣！

## 高中生劳动实践个人总结篇八

寒假刚开始，我们怀着憧憬，前往xx市最大的书店——新华书店进行我们的社会实践活动，我们一组xx人对即将开始的实践活动充满了好奇的。以前我们来的新华书店的次数不少，但没有人对这儿深入进行了解过——这么多书是如何在浩瀚书海中定位的，书店的管理是如何进行地井井有条的？这些书是怎么从仓库中搬出来的？这些好奇也成了我们进行此次活动的动力。

一位柜台经理很热情的为我们讲述了大概任务。他将我们xx人分为第一层x人，第二层x人，第三层x人的组合。起先工作人员安排我们站在柜台旁做接待员，如有顾客来查询书的位置，我们只需将书的名字输入电脑，屏幕上便会立马显示方位。极大地提高了工作人员的办事效率，但首先要求是书要按照要求摆放于指定地点。在这段时间内我们帮助了很多人找到了他们需要的图书，心里都美滋滋的。

接着，柜台经理又给我们换了一个岗位，她给我们一人一块抹布，要求我们将书架上的灰尘擦干净。开始我们拿着抹布，望着林立的书架不禁要倒吸一口凉气。相视苦笑后便埋头干了起来。我们将每个书架都认真的擦了一遍。一旁的工作人员在不停的夸我们干的认真仔细，还有些顾客会上来主动询问我们是那个学校的，我们都会笑着自豪地回答：天一中学的。这些激励，使我们的工作热情更加高涨，我们干得更起劲了。

时间过得飞快，转眼间已到中午，我们相聚简单的吃了顿饭

之后便又回到了工作岗位上。

下午我们所分配到的任务是搬书。我们戴上手套，尾随着工作人员来到仓库。一进仓库我们眼前顿时一花。只见这儿，书满满堆堆排放了好多，每天要将这么多书搬至书架上，那么这书店中搬书员的工作强度可想而知，我们也不禁对这位工作人员身体素质暗地称奇。没有多说什么，我们也体验了一次搬书员的辛苦。我们一次次的将书搬到车上，再一次次的将书整齐的摆放在书架上，忙得热火朝天的。外面是寒风刺骨，但我们各个头上却是汗如雨下。

不知不觉中充实的一天即将过去，我们对新华书店工作人员表示了真诚的谢意，并送上我们精心准备的纪念品。在余晖中我们在门口留下了印记，我们空手而来却抱着一颗充实的心灵而去，结束了我们一天的实践活动。我想说我们虽然很累，但精神上却得到了满足。

## 高中生劳动实践个人总结篇九

通过本校进行的各种“构建高效课堂”讲座、培训等，提高了我对构建高效课堂的认识、了解了其重要性。起初也产生了很多疑惑：课堂怎样才能高效？怎样才能调动学生的热情？怎样才能培养学生的学习能力？但通过不断的领悟、学习高效课堂，从中找到了答案。我认为高效课堂，需要教师设计高效而有价值的问题引领学生读书感悟；需要教师设计高效而有价值的习题检测学生的学习情况，这无疑是推动教师潜心钻研的大好时机。

由于体育课与其他课程的区别这一特殊性、在构建高效课堂这方面我认为需要做更多的改进和要求。

备课，是上好课的前提条件。有句话叫：“不打无准备的仗”。课堂上学习目标明确无误，教学思路，教学逻辑清晰可见，是高效完成教学任务的基础。

体育课在很多人心里就是带着学生玩，一节无足轻重的课。但是体育确实是引领一个民族兴衰的关键。我个人认为应该运用多样化的教学手段把丰富的体育知识直观的展现给学生，体育也有理论和实践两方面。更多的运用媒体教学也可以提高学生的学习兴趣，如观看比赛视频，各种动作的分解动画等，都可以让学生更为直观的学习动作要领，并对这一信息自己进行加工提炼、更好的在实践中应用。

总之、优质高效的课堂教学是一个过程，也是一种理念。必须立足学生、调动学生的积极性、实现有效的、多向的、高质量的互动，从而达到这一目标。一堂课结束给学生留下思维、留下教学意识、留下教学思想、留下解决问题的能力，变被动为主动，变学会为会学。即传授知识又培养能力。从而达到高效。

## 高中生劳动实践个人总结篇十

20\_年暑假期间，在校团委的号召下，为社会建设贡献一份力量，为提高自己各方面的能力，加深自己对社会的了解，，我到秦皇岛市青少年活动中心进行了为期半个月的实习，实习的项目是作为科普试验班的老师给三十几个小学生讲课，讲课期间我感觉学到了很多东西，下面我就介绍一下我这半个月的经历。

我是七月十五号去的，到八月六号结束，期间我一共讲了十五节课，讲课的内容是电子积木、物理世界、生物世界、天文世界，共四门课程。而我是个文科生，对这几门课程早已忘的精光，更不用说给别人讲了，为了把握这次难得实践机会，我便一边自学，一边讲课，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，尤其是看到那些天真烂漫的小孩子，瞪着眼睛问我问题的时候，我感觉特别的欣慰，毕竟这也是一份体验，一种为人师的体验，也许以后自己并不从事这方面的工作，但回忆起来，也是自己的一笔宝贵的财富。

讲课期间，我跟许多孩子的家长交流过，从他们身上，我看到了家长望子成龙的心是多么强烈，更看到了父母对自己的孩子那分无私的爱，想起自己在家辛苦忙碌的父母，不禁油然而产生一种敬意，在跟家长交流期间，其中一个孩子的母亲跟我谈了许多，她说把孩子就交给我了，使我很感动，同时也感到了自己责任的重大，自己现在的身份是一名老师，既为人师，就应该对学生负责，虽然自己现在的身份更确切说还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事勇于负责任，才能对自己几年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

七月十五号下午三点，我第一次登上讲台，那天是讲生物世界，刚走上讲台是，望台下扫视一下，那么多眼睛在看着自己，感觉真有点紧张，事前背好的“台词”全都忘了，脑子里一片空白，上家教的时候自己那么有感觉，为什么一上大课，自己竟不知所措了呢？这样跟学生“对峙”了几分钟，心想自己既然走到了这个位置，就临场发挥吧，管不了那么多了，于是我就清了一下嗓门，开始讲课，也不知怎么的，一讲课，仿佛感觉又回到了我身上，也许是没有思想包袱的缘故吧，那节课结束后，我得到了同学们和听课老师的热烈掌声，试讲顺利过关，事后我都觉的不可思议，心想自己身上还有不少潜力可以挖掘呢，不禁会心的笑了。

之后的日子，讲课慢慢步入正规，再没有第一次登上讲台的拘谨，也敢于放开讲了，在这短短的十五天里，认识了不少小朋友及他们的家长，建立了比较真诚的友谊。

最后一节课，开家长会的时候，看到那些小学生天真的脸庞，及家长们满意的笑容，我感觉我的付出没有白费，因为我得到了别人的认可，没有什么比别人对自己的认可最让人高兴的，我坚信这一点，我也有信心在以后的日子里做的更好。

实践结束之后，我感到自己有很大收获：

## 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。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，但它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，我心变成“透明人”的事情根本没有发生。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，工作才一能做到最好。

## 五、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。

## 六、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是刘经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理性的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

大学生生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是风平浪静的，要应付各种各样的状况发生，除了自身的能力以外，还要借助个方面的人和事情。学会与人合作。毕竟路是人走出来的，所以我认为，大学生毕业之后最好能去参加工作，在工作中，了解这个社会的发展，认识更多的人，触及更多的事情发展状态，理解各种各样的信息，打好基础，等到时机成熟，在创业。

在大学生创业金钱味十足、功利倾向突出的今天，我们不能再放任它在市场经济大潮中随波逐流。作为学校及政府还包括社会，理应给创业者创造出足够广阔的空间，让大学生有更理性和宽阔的创业选择，让他们知道，创业不完全等于经商，重要的是在于开始学会经营人生事业。

“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。

短期的社会实践，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。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础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

## 高中生劳动实践个人总结篇十一

这个学期，我们按照学校的规定组织了一次公益劳动。这次公益劳动对我们有及其重要的意义。

我们联系了学校周围的小区，最终把地点定在了人和公寓旁边的青教花园。我们活动大体的内容是：了解社区基本情况，打扫社区卫生，修剪花草，清洁社区公共标语。访问社区孤寡老人，帮助老人做家务，以及进行心理方面的疏导和安抚。通过这次劳动，主要想锻炼同学们乐于助人的传统美德。加强同学之间的合作精神，提高班级凝聚力和战斗力。紧密围绕活动主题，切实提高同学们的核心竞争力。在活动期间，对学校进行积极宣传，提高学校形象。

我们有专门安排的进行花草的修剪的同学。他们在社区工作人员的指导之下，做的十分认真。不但使小区更加漂亮，而且也锻炼了自己，体会了修剪花草的乐趣，同时也掌握了修

剪的一些基本方法。还有同学去清理单元门。这个小区大概有30来个单元，我们把每一个单元都仔细清扫了一遍，对于那些死角，我们同学一点一点耐心的清理，基本把每一处可能的地方我们都擦到了。除了去清理单元门，还包括对那些无处不在的小广告的清理以及楼梯扶手的清洁，还有楼道内卫生的清扫。我们还安排了同学负责小区的路面卫生，他们不辞辛苦的拿着扫帚和簸箕，从小区的一头扫到了另一头，使小区变得更加清洁，美丽。由于我们用水不太方便，还有专门送清洁水的同学，他们在社区工作人员的帮助下借来两辆车，往返于打水点和用水点。忙得不亦乐乎。

在我们劳动期间，没有忘记去和老年人进行交流。我们和他们聊天，介绍了我们的活动大体情况，得到了一些老先生和老太太的支持和指导。通过交谈，我们了解到，社区有很大的一批老年人，他们平时生活平平淡淡，享受着这种平淡的幸福。他们教导我们要知足常乐，认真体验生活，酸甜苦辣，让我们做好未来走向社会生活的思想准备。同时他们说很感谢我们能到社区义务劳动，对我们的做法很赞赏，并且希望我们以后能够经常组织这样的活动。我们也从他们身上学到了很多平时学不到的东西，我们会不断总结，吸取他们宝贵的人生经验。

最后同小区相关人员进行了合影留念，我们有的同学没有忘记佩戴校徽，利用一切可能的方法，既达到锻炼的目的，同时也对学校进行宣传。

这次活动使我们的劳动技能有了很大的提升，这种对于以后的独立生活会有很大帮助。活动中我们接触了很多的不认识的人，这不但对我们的人际交往能力是一个锻炼，而且对我们以后走上工作岗位也是很有帮助的。通过和他们的交流，我们明白了很多学校里面学不到的东西，这些经验对我们日后的工作，学习，生活都会起到很大的帮助作用。

此外，我们在活动中也时刻注意自己的身份，我们代表的是

科大，我们的形象就是科大的形象。一方面强化了主人翁的意识，另一方面有对母校进行了强有力的正面宣传，争取为我们学校在尽可能多的地方树立起更加优良的口碑和高大的对外形象。

公益劳动是每一位大学生的必修课，开学的第五周我们按照学校的规定组织了一次公益劳动。这次公益劳动对我们有及其重要的意义。公益劳动是一种直接服务于公益事业，不取报酬的劳动。是学校参加社会实践的一项重要内容。

劳动使我疲劳，但我的睡眠质量好了；劳动让我出汗了，也然给我告别了体弱多病的身子；劳动使我的肌肉酸痛，也使我的肌肉结实了；劳动使我快乐，因为我现在做事更加麻利了，我相信劳动将使我轻松自如地应对社会的竞争和挑战。

参加公益劳动能培养良好的道德情操和环保意识。大学生亲自动手打扫卫生，不仅美化校园环境，还使我们学会了自理的能力，并积极开动脑筋，把书本知识运用于实践之中。公益劳动，激发了我们潜在的探索精神，使我们学到了许多课本上学不到的知识。而且还锻炼了我们强健的体魄，特别是体力劳动和脑力劳动的结合，对保护学生的视力，促进大脑两半球的协调和学生身心健康和谐地发展，起到了重要的作用。

高校组织公益劳动可以增强学生的社会责任感和热爱社会主义的责任心。就劳动而言，是社会主义现代化教育事业不可或缺的一项教育内容。