

思修实践课实践报告 思修社会实践报告(汇总9篇)

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

思修实践课实践报告篇一

今年暑假注定是忙碌而充实的，因为学校和思修课的要求，我们需要进行暑假的社会实践活动，可以选择调研活动，也可以选择暑假期间外出打工。我选择了打工。本来我打算到我姐姐介绍的苏宁电器去做接线小姐，但由于我们放假放得实在是太晚了，这份工作就被别人抢去了。没办法，我只好靠我妈妈的关系，进到她所在的公司上班。因为是私人企业，老板是我的舅舅，所以我分配到的工作相比其他来公司实践的学生要轻松些。舅舅的公司做的是出口贸易，生产赛马用的马具出口到香港，英国等赛马十分流行的地方。我所做的工作就是给已经生产好的产品贴上标签，清点后装箱。虽然简单，却十分重要，因为这是所有生产环节中的最后一环，出了一点差错就会影响出货进度，我必须兢兢业业才能避免出错。

其实每天贴标签，装箱也是很枯燥无味的，我也在工作之余向我妈妈发过牢骚，但这不就是工作吗？即使以后我踏上了真正的工作岗位，认了一个职务之后，每天所要做的也不过就是一样的事情。一样的工作，不一样的是心态。心态调整好了，每天都充满干劲儿，若是心态没有到达状态，就没有继续下去的动力。

其实我的专业是商务英语，我本以为做了这份工作我是接触不到与我专业有关的事的。但巧的是，舅舅公司里的英语翻

译一职在这一阶段真好空缺，而出口贸易总得和外国人打交道，所以我这学英语的大学生就顺理成章的暂代了英语翻译的职位。虽然一开始时外国公司发来的全英文的电子邮件需要花费掉我很长的时间来理解，但随着日子的推移，我与外国公司经理的msn交流也顺利了许多。当我得知通过我和外国公司的交流顺利达成几笔交易的时候，内心的喜悦之情瞬间膨胀，兴奋得快要飘起来的感觉真的难以形容的美妙！通过自己的劳动种出的果实总是格外香甜。

短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月，回首这一个月的实践活动，我的内心充满着激动，也有着无限的感慨。

这次的暑假实践让我对今后就业工作有了以下几点认识：

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。以前我从没有与他人一起工作的经验，使我与别人对话时不会应变，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。别人给的意见要听取，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。没有社会工作经验没有关系。重要的是认同自己的能力不比别人差。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？有自信就能使自己更有活力更有精神。

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，就有些害怕了。自己觉得困难挺多，社会经验缺乏，学历不足等种种原因使我觉得自己很渺小，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。

如妈妈所说的“在外面你就要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，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。有勇气面对才是关键，勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四、工作中要不断地丰富知识。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。

如今就业环境不容乐观，竞争形式日趋激烈，忧虑和压力于时时困扰着将要走出大学校园的大学生们。打工实践虽然很短，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。

我们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的知道，“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。（）我们要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题的能力，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是需要依靠实践的经验和锻炼的。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得我们应该转变观念，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。

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。社会却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。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。

思修实践课实践报告篇二

——《思想道德修养与法律基础》课实践告

实践主题：恪守诚信

实践章节：第四章加强道德修养锤炼道德品质实践要求：

- 1、选择恪守诚信的对象、路径、方法
- 2、记录恪守诚信的过程、效果
- 3、总结恪守诚信感受

实践报告要求：

- 1、实践规划
- 2、实践过程
- 3、实践效果
- 4、实践感受

实践时间：2012年3月1日至6月1日实践班级：实践人：指导教师：鲁杰

实践主题：恪守诚信

实践章节：第四章加强道德修养锤炼道德品质实践要求：

- 1、选择恪守诚信的对象、路径、方法
- 2、记录恪守诚信的过程、效果
- 3、总结恪守诚信感受

实践报告要求：

- 1、实践规划
- 2、实践过程
- 3、实践效果
- 4、实践感受

一、实践规划

- 1、思考诚信对于大学生的意义
2. 大学生的诚信缺失问题表现
3. 关于解决问题的建议
- 4、什么是诚信——什么是诚信意识——诚信意识怎么被体现——为什么学生诚信意识的提高主要在于社会的正面影响。

二、实践过程

- 4、走访大街小巷观察有哪些诚信缺失的问题

三、实践效果

谈大学生的诚信问题，我总是感到很滑稽。不可否认，目前在我国高校中，存在着诚信缺失的问题：从学习上来说，有人考试舞弊、剽窃论文；从生活上来说，有人恶意欠费、骗取助学金；从就业上来说，有人伪造简历、随意毁约……真是令人不堪其忧。然而，这仅仅是社会诚信缺失的一个表现而已，如若社会上个个讲诚信，人人讲道德，在这相对纯洁的“象牙塔”里的“天子骄子”，岂会堕落如斯！

撕开来看，考试舞弊又岂是仅仅学生如此，每年成人高考以及机关干部考核，有多少不存在舞弊？在我的记忆力，每到那个时候，高中里面的尖子生们都备受优待。不仅如此，考场纪律更是令人难以忍受，不仅可以交头接耳，传递小抄，有的地方竟然出现监考宣读答案的现象，好在目前正在治理。而剽窃论文却绝不是大学生的专利，有些知名大学的知名教授都是如此，其中竟有北大的副教授，而东南大学的校长也曾牵连其中，那些不知名的大学呢？那些小教授们呢？而且，现在发砺畚穆虬婷嬉病拔等怀煞纭保土髡哒度患男”惨彩盍焦？00元人民币即可发表一篇论文的“邀请函”，真是可笑之极！据说研究生、博士生发表论文只要有知名的导师推荐即可，所谓“没有毕业不了的博士”大概就是这种现象的口头概括。有一句极好的话，叫做“上梁不正，下梁歪”，可以一言蔽之。好在，现在各大学已经采取了各种手段来挽救学术的堕落。

恶意欠费，我一提就想笑。的确，欠费已经成为高校难以承受之重，使很多高校资金难以周转，一度影响到对贫困生的补助，奖学金的发放，甚至关系到校建问题。据统计，高校学生欠费率达30%左右，除去15%左右的特困生，大约还有10%左右的学生属于恶意欠费，他们或者存在银行吃利息，或者拿去“创业”，或者上网玩乐，让高校难以容忍，一度采取各种严厉措施。但是如果你看看这个社会，就一切都明白了，从手机电话通讯欠费、拖欠民工、教师工资，到某地方政府

拖欠饭店饭钱等等，大都见怪不怪。

而在就业问题上，看看那些企业，何尝不是拼命地往脸上抹金，大学生简介和企业简介正好“相映成辉”，“难分伯仲”。而且企业选择员工无不是以“貌”取人，主要标准就在于一纸简历，把眼光放在什么什么证书上，什么什么荣誉上，而这些东西恰恰可以伪装造假，如果企业能够真正做到以才取人，那岂能够伪装得了？说到随意毁约，我不得不说几句当前的企业的信誉问题。一般来说，作为一个毕业生，能够找到一份工作是十分不容易的，有几个人愿意舍弃自己选择好的岗位。所谓的毁约恰恰正是一些企业在招聘员工时，过分粉饰自己的企业，把一些人才诱惑了去，而当真相显现，岂能有留住人才之理。而且，一般情况下，都有试用期三个月，在此期间应该是双向选择的时期，人才们急流勇退何错之有？而且往往企业占有主动权，哪里有大学生的机会。退一步讲，即便是大学生毁约了，亦是企业待遇过低，或者管理不善，或者前途不佳，俗话说“水往低处流，人往高处走”，与诚信何干？而且，既然有合同，毁约者必会得到相应的处罚，而守业者亦会受益，公平合理，看不出企业何损？好在目前企业已经认识到这些问题，开始对大学生简历着力审核，相信在利益的带动下，大学生不会再作无中生有，自找麻烦的事情。以上所述，绝非为大学生辩解，而是试图说明“白沙在涅，与之俱黑；蓬生麻中，与之俱直”的道理，但愿诚信能够真正地深入人心，在社会上，学校中蔚然成风，但是冰冻三尺非一日之寒，想要冰消瓦解也需要一个过程，看看这个世界到处是“诚信”的标语，人们应该能够耳濡目染，慢慢进步的。

建立大学生诚信档案。目前，北京、上海等大城市已开始建立公民“个人资信制度”，并且开始推出个人“信用身份证”，建立个人电子信用档案。大学生“诚信档案”的主要内容应该客观记载大学生在校期间参加社会实践的主要活动，包括大学生助学贷款等的信用记录，从而引导大学生完善自身素质，建立对大学生素质拓展的评价和社会认同机制，也

为高校的诚信教育配备现实的教材。同时，大学生是未来经济社会中最活跃的消费群体，诚信档案的建立，将为大学生信用形象提供一个社会化的展示平台，与整个社会的“个人资信制度”相衔接。

学校更要树立以诚信为本的观念，要进一步加强管理，杜绝种种不诚信现象的发生。对学生的诚信教育不能仅仅停留于口号，停留于课堂灌输，停留于形式，而应从学校管理、教师形象上做起，以学校的诚信、教师的诚信来影响学生，教育学生。教师要注意通过言传身教的教育方式来培养学生的诚信信念。在素质教育的过程中，科学素质教育是教会学生如何做事，而包括诚信教育在内的道德素质教育是教会学生如何做人。如果教师能够做到言行一致、表里如一，以诚待人，这种作用渗透到学生生活各个方面，影响巨大而深远，甚至延伸到学生日后所从事的事业中去。因为这种作用下的正向群体动势，会像“随风潜入夜，润物细无声”的春雨，滋润着学生的心田，使他们在耳濡目染、潜移默化中趋向群体认同，自觉不自觉地克服和改变不适应健康环境、不符合诚信标准的行为和习惯。

中国人民银行总行行长曾痛心疾首地说：“从1999年起至今我们一共为我国的大学生提供了695万的国家助学贷款，然而至今年为止，拖欠贷款的比例还一直徘徊在20%—40%之间。我们是怀着一颗炽热的心送出我们的帮助的，但收获的结果却令人心寒。”因贷款按期归还违约率太高，国家助学贷款曾一度暂停，到2004年才重新启动，并新增了大学生毕业两年后必须开始还款的要求，2006年也就成为助学贷款还款的首个高峰年。央行征信管理局的一份调查调查显示，在个人征信系统建立之前，大学生毕业后不能按时归还助学贷款的比例较高，某些地方违约率达30%。我想，除了部分大学生毕业后暂时没有找到工作，无能力偿还外，更深层次更本质的原因可能是：大学生诚信的“危机”。与此同时，目前社会上假文凭、假证书、假学术之风也刮及高雅校园，难怪莘莘学子为之躁动不安，急功近利，一些学生不守诺言、作风虚

浮、毕业违约等不良现象有所抬头，“诚实守信”这一中华民族传统美德被抛于九霄云外，这样培养出来的“建设者”、“接班人”要么是营养不良，要么是底气不足，总之是“跛脚”的。此外，大学生就业的诚信问题尤为严重。

四、实践感受

成才首先要诚信

报载，在今年春季人才招聘会上，许多用人单位都把招聘的大学生及各类人才是否具有诚信态度、团队合作精神等良好品行作为重要考察内容。他们认为，人才并不是用来装点门面、炒作企业形象的“工具”，而是能给企业带来生机和活力，创造实实在在的效益，与企业风雨同舟、荣辱与共的具有优良素质的员工。

据某些企业人力资源部门反映，前几年招进来的大学生大部分是好的，但也有的由于“诚信”不足，眼里根本没有企业的规章制度，经常迟到、旷工，领导批评几句，不是消极怠工，就是掉头走人。还有的大学生心高气傲，缺乏动手能力，不愿意虚心学习请教，有的甚至不择手段、沽名钓誉等。这些行为对于大学生自身的成长、成才都是极为不利的，即使具有较高的天赋和文化理论知识，要想真正实现个人价值也是很难的。

“诚者，物之始终。”《周易·乾》中讲：“修辞立其诚，所以居业也。”意为君子说话、立论诚实不欺，真诚无妄，才能建功立业。做事，首先是做人。诚信对人才成长、事业成功有很大作用，也是一个人立身做人的基本原则。一个人想成就一番事业，如果离开组织的培养支持及集体的智慧和力量，是无法实现的。“人之所助者，信也。”一个人在群体交往中是否讲诚信，直接体现了他对群体、对他人的基本态度。不讲诚信就是对群体、对他人的不尊重，当然也就不可能获得别人对自己的尊重、信任和帮助。只有诚实守信，才

能实现相互交流与理解，从而建立起相互信任、相互尊重和相互依赖的良好关系，为个人的成长进步创造融洽和谐的环境。

求职首先要过德行关，成才必须要诚信，此举有利于倡导社会良好风气的形成。人心向善、操行高尚才能做好自己的工作；诚实守信、老实做人乃是成才之本。一个诚实守信的人，面对自己，能自律自强，虚怀若谷；面对他人，能真诚相待，团结协作；面对事业，能勤奋拼搏，执著追求。只有这样，方能成才有望，事业有成。因此诚实守信，加强品德修养，这是大学生实现个人理想抱负，迈向成功、成才之路的第一步，也是关键一步。

诚信—自律

在中国文明史上，诚信一直作为一个道德命题而存在。孔子很早就把诚信提到了“民无信不立”的高度。恋人的山盟海誓、朋友的义结金兰、国家的塞外和亲都是人们通过许诺或誓言表达诚信。

下，使人际交往中增加了安全感；增加了信任，减少了猜疑，让人们自由分享情感和梦想。

要使自己具有诚信，不在世俗的恶流中随波逐流，根本的就是自律——自我约束、自我管制，从我做起。这道理也很简单，连自己都不诚信于人，还有资格要求别人诚信于自己吗？如果说，要别人先诚信是条件，自己对别人诚信是结果，那犹如执己之矛，攻己之盾——不攻自破了。

自律与诚信是息息相关的。没有了自律，诚信变得空洞；没有了自律，诚信变得空话；没有了自律，诚信就变得缺陷。只要人人自律，社会上就不会有打架斗殴的发生；只要市场主体自律，市场上就不会有假冒伪劣的出现；只要公务员自律，政府部门就不会有腐败分子的纠出……总的来说，通

过自律，提高诚信度，增强人们的信任度。

道德与自律也是分不开的。在战国的时后，人们已经有保持个体的自我完善的意识，即道德自律和人格完善。已经把道德与自律结合在一起了。我们常诵“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，可见他们的道德自律立场是多么的坚定，有时甚至为保持忠贞的自相志向而退隐与深山野林。古人高尚的节操，今人不但为之感动，更要追求其自律精神。

道德，通过行为表现出来。其主体范围广、内容多。如官者，要克勤克俭、公私分明、戒淫戒燥这是道德行为的要求，也是自律的要求。

诚信，即诚实守信，是一切道德的根本。不论哪个时代，哪个国家，哪个社会，什么阶层的人，诚信的人都为社会所称赞，子曰：“人而无信，未知其可也”。千百年来，中华民族形成了重承诺，守信义的道德传统。

诚信是一个人思想道德最核心的外在表现，是每个人立足社会不可或缺的“无形资产”；诚信还是一种需要，是为他人、为社会着想，认真履行责任与义务的需要。

目前，市场中的欺诈行为、假冒伪劣产品、政治腐败，“黑哨”事件等对大学生的影响十分明显。而作为大学生的诚实更多地体现在成绩上。面对激烈的竞争，分数是最有利的武器，评优评先、奖金发放等一大堆实际问题无不与考试成绩挂钩。考试压力也有一部分来自家长，父母的期望成为他们最大的压力。一些成绩好的学生也帮差生作弊，想以此种方式建立“良好”的同学关系。的确，大学生抄袭作业、毕业论文，下载资料、几小时就完成一篇“大作”这在许多学生已习以为常，作弊者完全忘记了诚信对他们的约束。

思修实践课实践报告篇三

xx年暑假，我步入了工学院。来到学校后我没有做家教或其他兼职，所以我的社会经验肯定是不如其他同学的。而xx年大二暑假，“思政课”社会实践让我不得不去进行社会实践了。这是大学生必修的实践课，所以就同本村好友商量后一起进行了邳州市小楼村人民生活现状调查研究。做这项调查，不仅锻炼了朋友之间的默契与合作，还增加了对当前农村人民生活的了解，更加丰富了自己的社会实践经验。这个暑假是充实的。

我们生活在农村，对农村情况本来就比较了解，这是我们选择这个课题的原因。因为上了大学以来很少回家的原因，这次回去发现我们那小村变了。其实不仅仅是我们小楼村变了，我们这个镇子都是一样的。因为我们这个镇子的特点：干炒之乡。根据围着全村看过之后发现的变化我们下定了所要调查的几个问题，这些问题足以体现农村生活到底怎么样了。

(一)村中的主路已经由石头路修成水泥路[]xx年8月1日，我们去村里支部调查修路金额来源，原来是每户300元底线，在此基础上任意捐助，其余政府补贴。于是我们随机到几户邻居家调查捐助金额，高的1000元，低的50, 100。这就体现了农村贫富还是有差距的。俗话说，要想富先修路，路修好了，村中的轿车，货车果然多了不少。

(二)每户人家都统一了厕所。原来的农村虽然也是绿树环绕，鸟语花香。但处处都有着这样或那样的厕所。这是农村一个不太好的现象，因为时不时的会飘过一阵臭味。现在，政府补贴，各家出资，为各家造了比较合适的厕所[]xx年8月2日，我们调查了村民对政府这一政策的满意度如何，除了几个常年在外的村民，其他人全部表示肯定！

(三)村子边缘空地开始建厂。由于我们镇子是干炒之乡，有

句话说：一把铲子一口锅，瓜子炒遍全中国。所以村中青年全都外出奔波，村中大多为老的少的了，所以留守儿童也是一大问题，这里留守儿童的问题我们就不予调查了。xx年8月4号，我们通过父母带领找到厂长，调查了建厂安排。这是在外奔波回乡的成功人士，看到了本村优势后决定回乡自理。建好场子后，决定继续干炒，而这次就在村里炒，本村农民就是工人。厂长还要我们继续调查下村中愿意不出去在村中干炒的人数和满意工资，并提供问卷，我们就一同到下发给村民调查。也许是村民不太敢相信在村子里赚钱还是有自己的摊位，仅有30%的村民接受。要求基本上是50元每天并管一顿午饭。这也许就是农村的朴实，从来不讲什么基本工资+加成吧。我相信，这厂子办的起来！

(四)政府补贴农民种地落实了。xx年8月6日到7日休息整理了两天资料，去网上看了看政府对农村政策，决定调查下对农民种地补助情况。8日，我们对我们村第六，七组农户进行询问，政府的补贴每亩下发，没有拖欠，我们家也有收获。虽然种上了树，但毕竟也细心培育了嘛！还有村民说，不要钱已经很感激了，还送钱，明年多包两亩。今年种大蒜就赚了5,6万，比外出打工还强！

(五)最后，我们还想了解农村的一个问题，计划生育问题。由于这个问题村民一般是不会告诉我们的，只有问至亲之人了。农村的妇人还是很会闲聊的。我们了解到，虽然国家强制实行计划生育策略，提倡晚婚晚育，少生优生等等较为理想的生育策略，但是我们发现真正做到的不能说没有还是很少的。我们发现农村还是存在着重男轻女的陈旧思想，还是有很多家庭想要生个男孩。而且，农村家庭还是想要一男一女为最美。

xx年8月12日，为期12天的暑期实践结束了。短暂的社会实践，一转眼就过去了，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。虽然我们的调查普普通通，却能够体现农村现在的生活现状。政策是国家下发的，是要

下边切实努力执行的，所以农村的搞好与否与农村领导干部有很大干系，领导干部一定要选好。有的城镇搞建房，全村农民组成泥水匠，司机等等到别的村子去建房屋，有的村子搞木材，他们的木材全国销售，我们的村子就该搞起干炒特色了。每行每业，形成自己的专业后就能赚钱，各个城镇有各个城镇的特色，把特色搞好就对了，散了，整个村子是达不到共同富裕的。虽然农村的整体文化水平不高，但是农村的家长比城市的家长更希望子女得到更高的教育，否则他们也不会没日没夜的在外打拼。所以，农村的文化水平会不断的提高。每次回到家，爸爸妈妈都会问我进行的怎么样，都会说天太热早去早回，都会问我还要多久结束。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后再也不会浪费了。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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

思修实践课实践报告篇四

今年暑假注定是忙碌而充实的，因为学校和思修课的要求，我们需要进行暑假的社会实践活动，可以选择调研活动，也可以选择暑假期间外出打工。我选择了打工。本来我打算到我姐姐介绍的苏宁电器去做接线小姐，但由于我们放假放得实在是太晚了，这份工作就被别人抢去了。没办法，我只好靠我妈妈的关系，进到她所在的公司上班。因为是私人企业，老板是我的舅舅，所以我分配到的工作相比其他来公司实践的学生要轻松些。舅舅的公司做的是出口贸易，生产赛马用的马具出口到香港，英国等赛马十分流行的地方。我所做的工作就是给已经生产好的产品贴上标签，清点后装箱。虽然简单，却十分重要，因为这是所有生产环节中的最后一环，出了一点差错就会影响出货进度，我必须兢兢业业才能避免出错。

其实每天贴标签，装箱也是很枯燥无味的，我也在工作之余向我妈妈发过牢骚，但这不就是工作吗？即使以后我踏上了真正的工作岗位，认了一个职务之后，每天所要做的也不过就是一样的事情。一样的工作，不一样的是心态。心态调整好了，每天都充满干劲儿，若是心态没有到达最佳状态，就没有继续下去的动力。

其实我的专业是商务英语，我本以为做了这份工作我是接触不到与我专业有关的事的。但巧的是，舅舅公司里的英语翻译一职在这一阶段真好空缺，而出口贸易总得和外国人打交道，所以我这唯一学英语的大学生就顺理成章的暂代了英语翻译的职位。虽然一开始时外国公司发来的全英文的电子邮件需要花费掉我很长的时间来理解，但随着日子的推移，我与外国公司经理的msn交流也顺利了许多。当我得知通过我和外国公司的交流顺利达成几笔交易的时候，内心的喜悦之情瞬间膨胀，兴奋得快要飘起来的感觉真的难以形容的美妙！通过自己的劳动种出的果实总是格外香甜。

短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月，回首这一个月的实践活动，我的内心充满着激动，也有着无限的感慨。

这次的暑假实践让我对今后就业工作有了以下几点认识：

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。以前我从没有与他人一起工作的经验，使我与别人对话时不会应变，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。别人给的意见要听取，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。没有社会工作经验没有关系。重要的是认同自己的能力不比别人差。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？有自信就能使自己更有活力更有精神。

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，就有些害怕了。自己觉得困难挺多，社会经验缺乏，学历不足等种种原因使我觉得自己很渺小，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。如妈妈所说的“在外面你就要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，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。有勇气面对才是关键，勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四、工作中要不断地丰富知识。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。

如今就业环境不容乐观，竞争形式日趋激烈，忧虑和压力于时时困扰着将要走出大学校园的大学生们。打工实践虽然很短，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。

思修实践课实践报告篇五

很高兴能有这样的一次机会！今天我去了我们市的敬老院进行社会实践，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，最害怕的是孤单和寂寞，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20xx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。

我们现在自己的爷爷奶奶，外公外婆很多都已经不在了，所以看到老年人，我们可能会特别的想念自己已故的亲人，不自觉得就想和老年人们亲近亲近，就像对自己的爷爷奶奶，外公外婆一样，想要关心他们，照顾他们，而他们也会把我们当成孙女，孙子一样，拉着你的手，把他们的那份慈祥加

注在你身上，而我们也欣然地接受了。

孩子！如今，我的脚站也站不稳，走也走不动。所以，请你紧紧的握着我的手，陪着我，慢慢的。就像当年一样，我带着你一步一步地走。

若为人子女也不懂得如何体谅他们，那他们便只能于痛苦中渡过余生，黑暗中逝去……

我想，只要我们在自己的人生中付出过，努力过，无论成败，我们都已拥有了自己一段美好的回忆。我们没有好遗憾的了。现在我可以想象，那时候的我们是否也会像今天老人院中的老人那样知天达命呢？一定会的。

今年是中国共产党成立xx周年，学校今年暑期开展了以“永远跟党走”为主题的大学生社会社践活动。于是，我和我们社区放假在家的大学同学走进我们社区，开展了“关爱‘空巢’老人，送温暖给他（她）们”的活动。了解和关心老人人们的生活，帮助他们解决生活中的困难，让他们感受党的温暖和社区的关爱。

尊老敬老一直以来都是我们中华民族的传统美德。然而，在今天这个物质愈加丰富的时代里，中年一代的人们却工作日益繁忙，无暇顾及到身边的父母。所以，现在的社会有了很多内心孤独无依的老人。我们作为新时代的大学生就非常有意义来担起这个社会责任，继续发扬这个延绵千年的传统美德。

7月19日，早晨8点，我们便踏上了这次实践的路途。一路上，同学们一遍又一遍的练习着自己为老人们准备的小节目，一个多小时的忙碌之后，我们便来到了这所名为“夕阳红”的敬老院。一进去，我们被眼前的环境所震惊了，可以说，这里就像是一个“世外桃源”，蓝天白云，依山傍水。在破烂的围墙内外，喧嚣与寂寞对比如此鲜明，让我不禁感叹，再

怎样繁华的地方，依然还有角落里沉睡着孤寂与无奈。

走下车，热心的院长阿姨接待了我们，把我们带进会客室，为我们准备了一大箱矿泉水。她一边忙活还一边给我们讲解敬老院的概况：夕阳红敬老院是吉林市规模最大，环境最好并且建设较早的一所养老院。建地面积有xx多平方米，院内有老人110多人。其中年龄最大的老人已有101岁的高龄，最年轻的仅仅只有20多岁。院内有7栋房，为了照顾一些特殊的老人，还专门设有小食堂，可以单独给老人做他们自己想吃的饭。

听阿姨说，这里的老人平时生活很丰富，说着便用手指着窗外的一条湖，“很多老人非常喜欢钓鱼，这个湖便给他们提供了这个优越的条件。”顺着湖边，我们看到了一个凉亭，里面甚是热闹，老人们正在棋盘上格斗着，旁边看的人更是着急的为勇士们出谋划策。凉亭对面是一个门球场，院内有不少老人喜欢这项运动。阿姨说平时一些老太太们也不闲着，总聚在一起打麻将或者打花牌等等，生活也很丰富有趣。

其中有一位老人对我印象深刻，他一直坐在院内的那棵梧桐树下，望着远方，我们亲切的过去和老人聊起天来。这个老爷爷已经81岁了，因为儿女工作都很忙，所以不得已来了养老院生活。他最近每天都坐在这棵树下等着他的儿女来看望他…说着，老爷爷的眼眶便已湿润。我们说，“爷爷，没关系，我们都是你的儿女啊！”爷爷露出一脸欣慰的笑容。

不久到了吃饭的时间，在老人们开饭之前，我们向老人送上了我们从学校带来的礼物并表演了大家准备已久的小节目。我们的歌声并不动听，但我们想要老人们开心的情意却是真真切切的。老人们显然是被我们精彩的表演吸引了，一个劲的拍着手附和着我们的歌声，有的奶奶爷爷还高兴的和我们一起唱了起来，唉！人老心不老，或许在孩子们当中，他们的嘴角才会上浮。

记得曾经在一本书上看到过在某个敬老院的墙壁上有这样一段话：孩子！当你还很小的时候，我花了很多时间，教你慢慢用汤匙、用筷子吃东西。教你系鞋带、扣扣子、溜滑梯、教你穿衣服、梳头发、拧鼻涕。这些和你在一起的点点滴滴，是多么的令我怀念不已。所以，当我想不起来，接不上话时，请给我一点时间，等我一下，让我再想一想……极可能最后连要说什么，我也一并忘记。孩子！你忘记我们练习了好几百回，才学会的第一首娃娃歌吗？是否还记得每天总要我绞尽脑汁，去回答不知道你从哪里冒出来的吗？所以，当我重复又重复说着老掉牙的故事，哼着我孩提时代的儿歌时，体谅我。让我继续沉醉在这些回忆中吧！切望你，也能陪着我闲话家常吧！孩子，现在我常忘了扣扣子、系鞋带。吃饭时，会弄脏衣服，梳头发时手还会不停的抖，不要催促我，要对我多一点耐心和温柔，只要有你在一起，就会有很多的温暖涌上心头。孩子！如今，我的脚站也站不稳，走也走不动。所以，请你紧紧的握着我的手，陪着我，慢慢的。就像当年一样，我带着你一步一步地走。

老人，他们是社会的弱者，可曾经他们也是社会的创造者，祖国之栋梁！没有他们过去的峥嵘岁月，怎能换来我们今日的幸福生活。老人，是需要我们关心的一个弱群体，我们应该不懈努力的为他们创造一个良好的生存环境，以报答他们曾经为社会做出的贡献！也将我们中国的传统美德继续更好的传承下来！

思修实践课实践报告篇六

晋江经济的发展

2009年末，常住人口161.20万，其中城镇人口80.92万，乡村人口80.28万，城镇化率50.2%。2009年末，户籍人口105.69万，其中农业人口69.1万，非农业人口36.59万，男女比例53.44:51.60。汉族占97%，少数民族有回族、畲族、满族等35个，以回族居多。通闽南方言。旅外华侨、华人和港澳

台同胞210多万人，分布在世界五大洲60多个国家和地区，以东南亚为最多。

全省县域经济排头兵晋江发展又实现新跨越：最新统计显示，2011年，该市国内生产总值〔gdp〕首次突破千亿元大关，达1070亿元，同比增长13.5%；实现财政总收入136亿元，同比增长35.7%。2011年，在国际金融危机、欧债危机持续带来不利影响面前，晋江市出台了12项促进经济社会发展的扶持政策，兑现扶持资金4.5亿元，推动企业实现“二次创业”。全市去年新增上市企业8家，新增产值超亿元企业59家，新增纳税超亿元企业5家。同时，晋江去年实施五大战役项目393个，完成投资334.7亿元。在五大战役强力拉动下，该市完成工业投资200亿元，同比增长22.3%；第三产业投资205.8亿元，同比增长31.3%，为经济稳健上升带来强大的后劲。全市规模工业产值首次突破2000亿元，同比增长600多亿元。

2007年实现生产总值585.51亿元，增长15.5%；财政总收入60.3亿元，增长24.1%，其中地方财政收入26.41亿元，增长26.2%；财政总收入占gdp的比重达10.3%。全社会固定资产投资完成156亿元，增长30.5%；农民人均纯收入8617元，增长6.8%。三次产业结构调整为2.0：65.7：32.3。县域经济基本竞争力居全国百强县（市）第六位；被国家体育总局确定为国家体育产业基地，被省政府列为福建省装备制造业重点基地。

新农村建设

先进。农村自来水普及工程完成投资4772万元，新增35个村（社区）通自来水，铺设主干管网25.89千米。深入实施“百村示范、村村整治”工程，新增29个示范村，完成投资2.41亿元。开展“百企联百村、共建新农村”活动，26家企业与20个村结对共建，投入资金8600万元。4个镇、74个村开展“家园清洁行动”全部通过省级验收。被列为全国首批农村社区建设实验市。完善农村流通体系，63家农家店通过商

务部“万村千乡”市场工程验收，华洲水果市场获批农业部定点市场。

工业经济

全年实现工业总产值1316亿元，增长19.1%；规模工业产值首次突破千亿元。五大传统产业实现产值814.94亿元，增长25%，占工业总产值比重达61.9%；五大新兴产业实现产值176.23亿元，增长20.6%。新增中国驰名商标11枚，中国名牌产品3项，国家免检产品13项，品牌数量居全国县级市前茅。积极稳妥引导企业改制上市，新增境内外上市公司5家，培育37家上市后备企业。首家世界500强企业太古集团及金杯印刷、晶蓝光电、意大利游艇制造等项目签约落户。

第三产业

社会消费品零售总额149.67亿元，增长17.8%，增速创10年来新高。第九届鞋博会交易额52.5亿元，创历届新高。晋江机场旅客吞吐量、货邮分别达120万人（次）和1万吨。深沪、围头港区对外开放通过省级验收。台轮“通顺”号首次直航围头港。社会商品出口焦货总值45亿美元，增长16.4%，其中自营出口10.1亿美元，增长18%。安踏、七匹狼等一批品牌企业在境外设立销售网络，成功举办中俄两地三市商务日活动，菲律宾中国（晋江）经贸合作区筹建工作稳步推进。

思修实践课实践报告篇七

【心得一】

不知不觉，为期五天的暑期社会实践已经结束了，在这短短的五天里，我感觉自己成长了不少，也收获了不少。

暑期实践第一天，在一切安顿好之后，我们所有队员走出住所，走向街头店铺，进行了第一次的实地调研。一开始，我

们组在街头找了一部分年龄偏大的老人进行调研，发现他们大多不认识字，导致调研无法继续，于是我们又把调查对象的年龄段降低了一些，询问了一些中老年人，获得了许多真实有用的信息，大家都非常开心。当发现附近有一所中学时，我们都一致同意去中学附近调研，一是觉得学校附近的人员应该都比较容易交流和沟通，二是学校旁边的人应该大都是当地人，对本地方言应该有更深的了解。实践结果证明，我们的决定是对的，我们最终有了很多收获。被询问的市民们都非常积极，热心地配合我们，为我们解疑答惑，推动了我们更好地完成了此次调研。第一天调研结束后，每个人都很有收获，个个面带微笑，洋溢着调研的喜悦之情。

之后的几天里，我们去了回民聚居的地方——八坊街区。在这里，我们不仅进行了调研，还感受到了回民们的热情，甚至品尝了热心市民拿出的特色美食，非常美味。其中，一个回族的女大学生，让我印象特别深刻，她得知我们也是大学生后，更加积极地配合我们的询问，对我们的问题，知无不尽，还给我们详细地讲述了一些词语的使用人群，是汉族民众使用的多，还是回族民众使用的多。她的配合让我们组的研究工作得到了更深入的开展。

走出学校温室，走向社会考场，我才真正感受到一些理论知识的来之不易，感受到了研究的不易，深刻地体会到了为什么实践是认识的来源，目的。

作为一名大一的本科生，能参加此次暑期社会实践是对我一次莫大的鼓励和锻炼。我十分感谢此次暑期社会实践，感谢带队的认真负责的罗老师以及我所有的队友们，谢谢你们在这五天对我的关心和照顾，谢谢你们助我成长。如有下次实践，我一定还会积极报名参加的。我坚信，实践出真知！我坚信，我实践，我快乐！

【心得二】

五天暑期社会实践很快结束，在返程的大巴车上，队友说好像是做了一场梦，就这么结束了，大家眼里满是不舍。

这是我第一次与老师同学与团队一起外出社会实践，在这次调研实践中，我收获了太多太多，有意料之中的知识积累，有意料之外的精神洗礼，也有让人暖心的情感交流。

七月九号，我们在罗老师的带领下，正式踏上临夏实践调研之旅，经过短暂的休整之后，大家开始进入工作状态，我们的调研方式是与当地交流，在交流的过程中了解文化，了解语言。万事开头难，刚开始，我们在路边寻找当地的老爷爷老奶奶进行调研时，可能因为我们表达不太清楚，很多人都不太愿意跟我们交流，后来经过同队学姐的指导，我们及时更正了交流方式，通过聊天的方式自然的与当地人进行沟通，在这个过程中自然的进行调研，印象最深的是一位中年阿姨，在得知我们是来采集研究临夏方言时，非常自豪热情的与我们进行交谈，介绍了许多临夏特色方言词汇，对我们之前准备词汇不足的地方进行指正。第一天的调研中，我就深切感受到临夏人民的热情，质朴的热情。

八坊街是临夏州的一个回民集中居住的地方，这里的调研，绝对是我整个实践过程中感受最多，收获最多的地方。在八坊街，我们深入到一个个院落去了解当地的文化和语言，这里的`人大都热情真挚，让人感动。在一个回民爷爷家里，他停下手里的活与我们亲切交流，认真的回答着我们提出的一个一个疑问，另一个姐姐家，调研之后，还暖心的为我们端出自己做的回族特色小吃油果子。当天我们还幸运的与阿訇进行交谈，他为我们系统介绍了临夏地区回族的习俗文化，也谈及了信仰宗教，与我们是一次精神的洗礼情感的冲击。

在五天的实践调研中，团队的力量队友间的感情也让我感触良多，午餐一起埋头吃泡面时的欢乐，虽然简单大家都觉得最重要的是在一起而不是吃什么。工作结束后的游戏谈心时光，大家都敞开心扉。队友不舒服罗老师的暖心照顾。这一

切的一切，都足以让我感动足以让我成长。

实践的路程结束了，心的旅程却是刚刚开始。

思修实践课实践报告篇八

一、调查概述：

在当前大学生千奇百态的恋爱观下，为了深入了大学生们具体的恋爱观念，了解健康恋爱的需要，我们小组通过网络问卷调查的方法，开展大学生恋爱观念调查。此次调查在问卷网上进行。其中男生占31.43%，女生占68.57%。此次调查主要涉及性别比例，调查内容主要分为恋爱的双方地位分析，希望自己父母对自己恋爱的态度分析，恋爱中花费问题的分析，婚前性行为分析，还有同性恋问题的分析等几大板块。涉及的问题较广，因此，本次调查结果较为客观全面地反映了我校大学生恋爱过程中引起的问题，可以引导大学生健康的恋爱。

二、调查结果分析：

1、恋爱双方的地位。

调查显示，绝大多数人都希望恋爱双方是平等的，也有极小少数人希望恋爱的某一方占据主导地位。这显示了大学生恋爱观念认识的不断提升以及男女平等观念不断普及。

2、恋爱双方联系的问题。

调查显示，在恋爱的时候，如果恋人从不主动联系对方，更多人倾向于“觉得对方不在意自己”，其次是会“会跟对方说，如果依旧会考虑分手”。所以，恋爱的时候，双方都应该主动联系巩固感情。

3、恋爱的年龄差问题。

虽然现在姐弟恋，师生恋，甚至祖孙恋等年龄差恋爱现象时有出现，但是在受访者中，绝大多数人都希望年龄差在1~3岁左右。虽然很多情侣没有走到一起，未必就是年龄的问题，可是有年龄问题的两个人走到一起了，也未必别的都没问题。当两个人真的相恋后，会面对很多的问题，同一时代的比较好说，如果相差三到五岁甚至更多，那么就要了解彼此的时代中的价值观和人生观的差异，来存同去异，不断磨合。

4、恋爱中的花费问题。

调查显示，在恋爱中的花费问题中，更多人倾向于“数目大的aa□小的男方买单”。

5、对于情人节等节日的看法。

如今与情人有关的节日一大堆，让许多人感慨道“情人节”变成了“情人劫”。因为，每到情人节很多人的钱包会“大出血”，如果不这样就被批为不重视恋爱的感情了。但调查的结果令人惊喜的是，大部分人都觉得“如果是彼此真心喜欢看重不看重无所谓”。其实解释这个问题可以引用一句歌词“只要选对了人，情人节每天都过”，不必强求什么节日，平淡是美。

6、谈恋爱后会和异性的距离的问题。

调查显示，“只要没有别的想法，就不用在意”与“会在意，担心另一半怀疑”两种选择之间差别不大。其实这个问题关乎于恋爱双方对彼此信任的问题。

7、选择对象的问题。

调查显示，多数人认为“觉得婚姻是自己的，以自己想法为

主”，体现了恋爱自由观念在大学生群体中很普遍，而选择“更多的会听取父母的意见”的学生会觉得父母人生阅历丰富，能够指导自己在恋爱上少走弯路。

8、对于婚前性行为的问题。

虽然现在社会不断发展，人们的观念也不断的更新，但是调查显示，多数人还是对婚前性行为持有不能接受的态度。

9、关于同性恋的问题。

根据有关资料显示，我国15岁至60岁的同性恋人数约为3000万，其中男同性恋和双性恋20xx万，女同性恋为1000万，其中大学生同性恋群体也很庞大。调查显示，大部分人能够接受同性恋。由此得知，当今大学生思维方式有了很明显的改变，摒弃了以往的保守的思想。

三、针对以上问题，以下是总结出来的对策与建议：

1，进行学生成才教育，引导学生树立远大的理想和目标。

2、加强大学生健康、科学的性知识教育。

教育学者应该对大学生进行传统道德观与西方性道德观进行分析，通过对比、分析、了解，帮助学生树立正确的性道德观。

3、加强校园文化建设。

大学生的特点是年轻、精力充沛、思想活跃。而且大学生各方面还不是很定型，容易受外界因素的影响，所以开展丰富多彩的校园文化建设是势在必行的。

4、培养大学生树立正确的恋爱观。

(1)、要正确对待恋爱。正确处理好恋爱、学业、事业三者之间的关系。

(2)、要正确处理恋爱挫折。

(3)、端正恋爱动机。恋爱是为了寻找志同道合、白头偕老的终身伴侣，而不是为了安慰解闷，寻找刺激，更不是单纯为了性的满足。

5、正确对待同性恋问题。

同性恋心理是一个自然存在的现象，自古有之，存在即是合理，我们不应该给予太多的评价，顺其自然或许才是解决之道。我们应该端正心态，世界上没有什么对与错，每个人的生活形态各异，我们没必要去纠结这些。撑同志，反歧视！

爱情是我们成长路上必然要经历的过程，在这条路上，无论我们是受到了伤害，还是收获了甜蜜，它都是我们成才的宝贵经验。最后，衷心祝愿所有的人都能拥有一份美好甜蜜的爱情。

思修实践课实践报告篇九

摘要：《冲出亚马逊》是由八一电影制片厂根据真人真事改编拍摄的一部现代军事动作片。联合国相中了亚马逊恶劣的气候和艰苦的环境，创办了国际特种兵训练中心，代号“猎人学校”。中国人民解放军空降兵某军特种兵大队两名年轻的中尉王晖、胡小龙，参加国际军事组织举办的“猎人学校”的反游击训练中，经历了近乎泯灭人性的残酷考验，是他们的爱国主义精神使他们勇于拼搏，圆满完成训练任务，为自己和国家争得了荣誉。

关键词：残酷考验；爱国主义精神；荣誉感

引言:电影《冲出亚马逊》以写实的手法还原了“猎人学校”残酷的训练方式,朴实的展现了中国军人在一系列考验中所表现出来的惊人毅力和为国争光的决心,当他们完成所有任务被授予“勇士勋章”的时候,自豪感和荣誉感油然而生在他们的中心,祖国的利益高于一切,他们是中国军人的优秀代表,在他们的身后还站着维护祖国和平与安宁的中流砥柱,他们是祖国和平和安宁的守护神,他们就是新时期最可爱的人。他们身上所体现出来的坚强意志和强大的民族向心力,值得我们敬仰和学习。

一、《冲出亚马逊》的主要内容

亚马逊是位于南美洲委内瑞拉的一条古老河流,那里气候恶劣,环境艰苦,随处都隐藏着令人毛骨悚然的动物,如蜥蜴、蟒蛇等。年8月,在亚马逊河畔国际军事组织举办的“猎人学校”开学典礼上,来自世界各国军队的特种兵,以特殊方式进行入学报到,在规定的时间内自己判断方向,克服遇到的一切困难,到报到的地方集合,否则不予报到。

到达后队列中年轻的中国特种兵王晖和胡小龙与各国学员一样亲手升起了自己的国旗。校长罗斯将军宣布:任何人在训练中经受不住考验,超过48小时未归队将被除名,并降下本国国旗。在以严厉著称的教官“猎人”的指挥下,学员们开始了严格的近乎残酷的训练。两天后就有两名学员被淘汰了,两面参训国的国旗被降下。但训练强度仍在不断加大,“猎人”的训练方式和手法也更加凶狠。两名中国队员凭借着惊人的毅力和为国争光的决心顺利的完成了一个又一个的任务,最终获得象征着荣誉的“勇士勋章”,为国家、为军队、为自己赢得了荣誉,展现了新时期中国军人豪迈地走向世界的崭新形象。

二、《冲出亚马逊》的主要特点

(一)一系列的残酷考验

在亚马逊的训练期间，各国的学员经历了各种常人难以忍受的考验，突破了生理极限和心理极限，最终通过了所有的考核。而在此过程中的一系列的考验可谓是一部影片最大的特色之一，同时也是给观众留下印象最深的部分之一，观众在观看的过程中产生了极大的共鸣，在惊心动魄中，油然而生了对学员们的崇拜和敬仰之情中，更加深刻的体会到了学员们对于国家的热爱，国家的利益高于一切、为了国家牺牲小我的崇高境界，切实的了解了他们为了国家、为了荣誉而战的决心，并在感动中发自内心的想向他们学习。

在去往亚马逊报到之时就是对他们的考验正式开始之时，他们报到的方式极其独特，教官“猎人”要求所有学员从二十多米的高空降落到规定的. 报到地点的周边海域，然后徒步在两个小时的时间到达报到地点，未在规定时间内到达的学员将失去到达的资格，就是这样一个简单的报到仪式就给了学员们一个下马威，各国的学员凭借着自己专业的知识和各种野外技能顺利报到，并亲手在“猎人学校”升起了本国的国旗，而从这一刻起，他们将面临着更加严酷的考验，同时本国的国旗也将与他们共存亡，这意味着他们不仅是为了自己而战，更是为了国家、为了荣誉而战。

在影片中，有这样一组镜头让我久久难忘：一排战士们站在高高的水泥墙上，下面的教练和其他工作人员各拿一支高压水龙头，狂风暴雨般的水流直冲上战士们，他们用自己的肉体抵抗着水流强大的冲击。有的战士经不住水流的强烈冲击，摇摇晃晃的摔下去了，有的战士却仍然一动不动顽强的站在上面，双脚就像扎了根一样一动不动，这得需要怎样的体力和耐力，虽然他们的身上被水淋湿了没有了挺拔帅气的外表，虽然一身的泥泞让观众甚至看不清楚他们的脸，但从他们滴着水的头发中看见了他们无比坚定的眼神，那其中中透露出了一种力量、一种信念，让观众在震惊中默默的为他们鼓掌，为他们骄傲。两位战士那种顽强的毅力，坚强不屈的精神，在那样恶劣的环境下，有的战士由于忍受不住煎熬而敲响了辱国的大钟，而中国战士却看到了希望、机会，认为这是一

次给自己学习与挑战的机会，胡小龙因为鞋子太大，将脚都磨伤了，队伍中应该就数他条件最差了，但是他却很坚强，站在高墙上被高压水枪冲，一次又一次跌下高墙，一次又一次的爬上去，并没有因为鞋子不合脚、个子小而屈服，并且凭借着中国功夫战胜狂傲的外国人，赢得了战友的尊重。王晖受了伤，并且有恐高症，但是在跳伞第一次失败时，他却对好意劝他的队长说：“队长，你就让我再跳一次吧”，最后完成了训练，克服了自己的弱点与不足，正是由于他们这种顽强的意志与信念，和不服输永不言弃的精神，才让他们救出了最终完成任务，成为了最优秀的士兵。

片中的“人鳄大战”又是令人心惊的一场，战士们与凶猛的鳄鱼呆在一起，危险随时可能降临，而当突然鳄鱼张开大嘴，在准备吃掉美国学员的千钧一发之际，王晖拔出匕首，对着鳄鱼一口气扎了若干刀，顿时，小河红彤彤一片，凶残的鳄鱼也不能动弹了，观众在心惊动魄之时，也深深的佩服王晖的机智勇敢。在训练中，年轻的战士们不仅仅要经受体能的考验，还有身体上的折磨以及耐力的考验，在进行常人难以忍受饥饿训练中，战士们每天只能吃一个小饼、一小碗米，甚至练习吃血淋淋的生肉，而对中国战士来说，这是何等残酷，但是为了生存，为了在这里继续参加训练不被淘汰，他们只能咬牙坚持，努力的克服。

在训练中战士们要面对的还有心理上和精神上的折磨。胡小龙有一名话是“服从，完全服从，绝对服从”。其实整部电影的精神也在于此，电影中有几个镜头，一位白人军官在爬网下来的时候，不慎将枪掉在了地上，被教练发现了，说：“你现在马上用你的嘴将枪叨起来”，面对如此的侮辱，那士兵只说了一句“遵命长官”。在一次比赛中，王晖由于帮助胡小龙而落在了后五名，代价是连一天只吃一个玉米饼的资格都没有，并将受到惩罚，虽然王晖有充分的理由解释，但是他什么也没说，坚决的去接受惩罚，总结起来就是他强大的忍耐力。

面对一次次劫难般的挑战与考验，战士们无畏的勇气与果敢的行动；而中国战士王晖为克服自身的恐高症而咬牙一次次从空中跳落；中国战士为救女医生舍生赴死智斗敌人的大义凛然、毫无畏惧；在烂泥坑里打架；在野外和鳄鱼搏斗；在臭水沟里吃蜥蜴；在食堂里吃生牛肉……如此并非常人的魔鬼训练，中国的两位特种兵居然能够完成，靠的是他们不但没有向困难低头，而是以惊人的毅力、顽强的精神完成了魔鬼般的艰苦训练，冲出了亚马逊。不仅为祖国争得了荣誉，还以他们的实际行动向全世界宣称：中国人是最伟大的！

在猎人学校的训练是地狱式的。为了生存，每个人都得全力以赴。也许慢了一步就会没有饭吃，就会被炮火伤了自己，这是生死之交的时刻。但是每个人都不会轻言放弃。这不仅是为了在训练中提高自己的体能和面对危险的能力，还是在锻炼自己的毅力。坚忍不拔，说起来那么轻松，真正被打倒后能够重新站起来又有多少人能够做得到呢？还有更主要的一点，猎人学校是全世界最优秀特种兵的集中营。在这里代表的意义不仅仅是个人，而且还代表着自己所在的国家。当要退出去敲钟的时候，国旗就将被降下来。所以每个人都不会轻言失败。为了不落后于其他队员，谁都不肯在医院里多呆一秒。负伤也坚持训练。这所需要的不仅仅是忍耐伤口的疼痛，还有克服自己心理上的松懈。在忍受了那么久的痛苦之后和医院里的舒适相比，每个人都会想要解脱。要克服精神上的障碍，带伤训练。这所付出的比以前多的多。

(二)伟大的爱国主义精神

就我而言，这部影片最突出体现的就是两名年轻的中国战士身上所表现出来的爱国主义精神，在心里有动摇的时候、在想放弃的时候正是这一种力量使得他们坚持了下来。这种精神力量就是一种巨大的、强大的民族向心力，中心是高高飘扬的五星红旗，而他们对五星红旗的憧憬与敬仰，造就了这种巨大能量的强烈迸发。

片中的主人公由于受到了侮辱和不公正的待遇，想过放弃一切，但看到高高飘扬的五星红旗的时候，他为自己下意识的想法感到羞愧，深感国家的利益和形象高于一切。在残酷的饥饿训练中，有一次，王晖在饥饿的折磨与煎熬下，他的战友忍不住偷了一些吃的给他，教练得知后，以为是王晖所为，就罚他爬五十次网墙，可脾气倔强的他就是不爬，却要去敲响向人们宣告自己退出艰苦训练的钟。这时，另一位中国战士阻止他说：“你是为什么而来的？你一走，咱们的五星红旗还能保得住吗？”王晖听了惭愧地低下了头，然后依然开始爬网。

还有一次，战士们被安排参加国际缉毒任务。两名中国士兵追捕犯毒分子的那一时刻，他们是那样的无所畏惧、勇不可挡。其中的一位还不幸被犯毒分子打伤，但仍然与敌人顽强斗争。相比之下，另一个国家的特种兵的所作所为截然不同。他为了个人的利益，抛弃了做人的基本——诚信。他打了自己一枪，从中获得了三万元的补偿费，并如愿以偿的离开了“猎人”学校。而与之产生强烈对比的是中国士兵胡小龙，别人劝他离开，他却坚定不移的留了下来。这是为什么？因为一旦他离开，飘扬在“猎人”学校上空的五星红旗将被缓缓降下。这时在他的心中祖国的荣誉和尊严是至高无上的，情愿自己面临重重危机、也毫不退缩。看到这儿，我的心中涌动着一股从未有过的骄傲之感。不仅为他——一个普通的中国士兵，也为自己是一个中国人而自豪。

身材矮小却性格好强的小龙，在面对其他国家士兵的藐视和嘲笑时，他忍耐着，只是暗暗下定决心要好好锻炼能力证明给他们看。但当那个士兵开始嘲笑中国功夫时，小龙再也无法忍耐，主动与该士兵比试，小龙面对身高比自己高大许多的对手毫无畏惧，而我看到两者身材悬殊如此之大时，着实为小龙捏了一把汗。当小龙用中国功夫战胜了对方的时候，情不自禁的产生了强烈的自豪感。

随着象征淘汰的雾钟的响起，一位外国军人流下了悔恨的泪

水，因为他失去了斗志，抛下了个人与民族的尊严，辱没了国旗。目睹这一情景，两名中国军人的心灵被深深地震撼着，他们凝视着国旗，两只手紧紧握在一起，从王晖的嘴里蹦出了几个坚定有力的字眼：“在这里，你和我就是中国！”两名中国军人，他们用坚强的意志铸就了钢铁般坚固的长城，无论是饥饿，寒冷，屈辱，伤痛，还是严酷的训练，非人的折磨或是敌人的挑衅，都不能动摇他们的信念。他们面对对手的失败，面对五星红旗，已把自己视为国家，民族和军队的代表，已把个人的命运和祖国的荣辱联系在了一起。从而产生了强烈的责任感和使命感，发自肺腑地喊出了“你和我就是中国”这句凝聚着满腔爱国热情的话语。而“你和我就是中国”所体现出和意志和情怀，不仅铸造了两位铁血军人，而且也反映了中华民族自古以来就有的自尊自强的民族精神。

胡小龙和王晖时刻牢记我是中国军人，是代表着祖国的形象，他们以坚忍不拔的毅力，出色的完成了这次超乎寻常的魔鬼式训练任务，为国家、为军队争得了荣誉，让鲜艳的五星红旗伴着嘹亮高亢的中华人民共和国国歌声高高地飘扬在亚马逊上空。

(三) 强烈的荣誉感

在影片中不仅是那些精彩的场面震撼着每一个观众，更是战士们所表现出来强烈的荣誉感深深感染着观众，当主人公获得荣誉的时候观众也深深的感觉到发自内心的自豪感和作为中国人的那一份骄傲。

人们常说，能接受的是锻炼，不能接受的则是磨练！而我看影片《冲出亚马逊》中那群特种兵接受的更是千锤百炼！经过生与死、苦与痛、饥与饿、恐惧与害怕、斗志斗勇的锤炼以后，将没有任何艰难险阻可以压倒他们。他们是人类的骄傲！其中的胡小龙和王晖更是我们中国人的骄傲！面对着如此残酷的训练，给予他们坚持的力量的是内心对荣誉的向往，而这里的荣誉是自身价值的实现，是人生意义的升华，对这份荣誉的

追求将成为一个人坚持的力量的无尽源泉，将永不枯竭。

在影片的片尾，也是最激动人心的时刻之一，就是猎人学校的校长赠送给中国特种兵的礼物：中华人民共和国建国50周年国庆大阅兵仪式。看着雄壮的三军仪仗队迈着齐一的步伐经过天安门时，主人公落泪了，而我也被那种庄严与神圣所震撼，为我们国家的强大而感到欢欣鼓舞。是的，这是激动的泪水，是中华民族伟大精神的共鸣。在经历了那么多的可谓是折磨的训练后，看到祖国的繁荣昌盛，特别是在他们为了祖国、为了五星红旗奋斗过的地方看到，这是一种多么大的荣誉，象征着巨大的成功。他们的泪水是他们的宣泄，宣泄着他们所受的委屈没有白受，他们的努力没有白费，他们的所有的坚持都是值得的，而这一刻也是本部影片的高潮部分，观众在观看的过程中也会情不自禁的湿润眼眶，那时的心情也如剧中人物一样的复杂，有欣慰、有钦佩、有自豪，各种感情纠结在一起，就切实的体会到了战士们的强烈的荣誉感和使命感，并为这种精神所深深的震撼。

三、主要结论宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。人活着并不是为了磨难，但活着就不得不经受磨难的考验。因此，我们所追求的东西，都必须通过拼搏来获取，就如同胜利的鲜花，从来就在血汗中绽放，荣誉的桂冠，总是在拼搏中用荆棘编织。人活着并不是为了磨难，但活着就不得不经磨难。

“逆水行舟，不进则退”，为人克服困难，就必须迎难而上，努力拼搏。影片《冲出亚马逊》中的两名中国军人就好像是沙漠中的仙人掌，戈壁上的红柳，热带的棕榈，温带的雪松。他们之所以能有”猎人学校“那种恶劣的环境中生存下来，正是因为顽强拼搏的精神支撑着他们去抱住了一切风霜雨雪。

在“猎人学校”有来自许多不同国家的人，他们都怀着必死的决心，途中虽然苦难重重，随时会失去宝贵的生命，但他们仍矢志不移。泰戈尔说过一句话：“你应该不顾一切纵身跳进你那陌生的，不可知的命运。然后，以大无畏的英勇把它完全征服，不管有多少困难向你挑衅。”我非常喜欢这句话。

我觉得影片中的中国军人正具备了这种精神，才会赢得最后的胜利。反观我们，在学习和生活中，不管遇到了任何困难，都不能退缩，都应顽强的去克服、解决，时刻不忘锻炼自己强健的体魄和坚强的意志，让自己成为钢铁战士一样的人，成长为国家合格的建设者，当一次次听到激昂人心的国歌声奏响时，我们的心中也会充满和在亚马逊的中国战士一样的热情和豪迈。

正所谓“不经历风雨，怎能见彩虹！”失败并不可怕。失败和成功，就像睡梦和清醒，黑夜和黎明一样紧密相连。没有失败何来成功？没有睡梦何来清醒？没有黑夜何来黎明？没有无所谓，最重要的是你已经拼搏了，已经为理想奋斗了！坚定信念、勇于拼搏，为了国家而战，当你做到了这一切的时候，那么你可以无愧地对自己说：“我是生活的强者，我没有虚度此生！”