# 最新大学生实践日记天(大全8篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-01-24

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。大学生实践日记天篇一...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**大学生实践日记天篇一**

今天是我们暑期社会实践支教活动的第一天，清晨，我们怀着兴奋的心情起来，用我们的团结与智慧把一大堆行李物品放进中巴，伴随着一路欢歌，一路笑语来到期待已久的罗坪小学。

在门口与何书记、陈老师、各村干部、校长合影留念后，我们就开始把行李搬到我们的课室里，整整齐齐地摆放着。小学的设备很简陋，课桌锈迹斑斑，但是，贫困之中处处现真情。你看的到我们厨房少木材，少许多厨房用具，水源也少等等问题，但是，你可以看到一个瘦小的身躯抬着一捆60多斤的木材给我们，还亲切的说你们用完后告诉我，我在抬些给你们，她就是我们的香姨。你也可以看到鲁老师为我们提供碗，碟子等用具，还教我们怎么起火，主任就在旁边指导我们怎么劈材。你也可以看到电工上上下下，忙里忙外的为我们装灯光。等等这些，都让我们学到很多，十分感动。之后，我们熟悉环境，了解基本的农户分布和庄稼分布。

傍晚，我们第一组队员开始着手准备我们队伍自己煮的第一顿饭，大家分工合作，劈柴、洗菜、切菜、炒菜……忙得不亦乐乎。做好饭都已经晚上了，所以我们冲满诗意的开了一个烛光晚餐，我分享着我在这里的感受，觉得这里环境很好，不会很差，怀着激动的心，想在这个广阔的平台上显现自我。我也觉得我们的团队真的很棒，相信后面的几天里，我们能创造属于我们的精彩！

上午七点，由队长郭喜扬带领我们，到由肇庆校区扶持当地村民建立的茄瓜基地帮忙除草！这基地好大，有好多茄子，好想摘了它，我拿着锄头埋头苦干了起来，我想多干点事，少说些话。刚刚我认为，除草是一种蛮力活，用力去锄就行了，后来，林振东告诉我，需要一些技巧，才能有效率。我学了他说的方法，真的很有用。由于我的努力工作，受到队员们的表扬，我好开心，其实大家都做得很好了。

中午，我和振东，媛媛冒着日热进行了入户访问，加深对该镇的了解，了解村民的有关情况。不幸的是，我们走了半个多钟，来到了一个叫“艳村”的地方，发现自己去到了别的村去了，但是我们还是做了调查，了解到这里的人都是靠种水稻为生，经济收入很单一，留守在村里的都是先中年妇女和老人，小孩。青壮年都去外面打工，这就是这农村的生存模式！我们发现这里的农民都觉得自己过得很苦，因为自己又没有技术，不敢种其它，种其他也怕量太少没有人来收购。我们经过半个多小时的交谈，我了解到农民生活真的不容易，也过得挺苦的。好想帮帮他们，可觉得我自己的知识太少了，能帮的太少了。我得好好的学习多点，以后为他们尽点力。

一整下来觉得很累很累·，但好有意义，大家的感情变得更加深厚了。明天可以去割水稻了，真期待。

四点多，我就起来了，因为我要帮女生守夜，我觉得我们男生的保护措施做的挺好的，农村的清晨好凉快，也有点冷，我手拿着电筒像个卫兵守着，觉得挺有使命感。

六点多，我就做好早餐，叫大家吃了，七点多就到了谢叔叔家帮忙收割水稻，我带着媛媛和小娜走在悠长的乡村小道上，看到许多农民已经在田里干农活了。谢叔叔把我们带到他的稻田上。就把稻田交给我们，自己去另一块稻田，我们觉得他也太信任我们了吧！为了不辜负他的信任，我们得把它做好。我先教她们怎么割水稻，怎么摆放水稻，该注意些什么，很快她们就学会了，并且挺上手的。我们就开始比赛看看谁做的比较快，用这种方法增加我们的积极性，不知不觉我们就收割了一半了，头朝黄土，背朝天的感觉真是不好受。我们已经开始觉得手累了，腰疼了。后知后觉，我们有的跪在土地割，有的坐在土地上割，有的半蹲着割，就差躺着割了，太累了，但我们不想放弃，我们想把它都收割完，就这样支撑到11点多，还有5米没有割，我看大家真的累了，水也没有了，时间也不早了，就叫大家走吧！虽然很不甘心，但是健康要紧，就这样离去了。发觉农民们看我们的感觉不一样了，因为我们也是好样的，也是能吃苦的。

下午，突然下雨了，我们拼命的抢收水稻，大家在雨中飞快的把水稻弄成一堆，用帆布遮住，我们几个都被雨水淋的湿透了，但我们也很开心，我们挽救了一些水稻，我们男生就烧水给女生洗澡，怕她们感冒。在团队里，我们都挺关心女生的。

今天真的好累，但累并痛快着，明天继续得努力。

早上，由于昨天出色表现，今天又能够跟队员一共6人再一次去谢叔叔家帮忙，我们跟着燕儿（一个初中的小女生，但很能帮忙，也很吃得了苦，我挺佩服她的，她是个很好的孩子，学习很好），由于镰刀只有5把，所以有一个人可以休息并且照相。今天的人比较多，我以为会比较轻松，所以我们照了许多相片，留下了许多精彩时刻，尤其在割到最后一棵水稻时，我们做了各式各样动作来记录我们的成果。当我们割完后，谢叔叔才把打稻谷的机器搬了过来，我们很感兴趣，许多女生也没有试过，我们想把收割的水稻全部打完，于是我们努力去做，可是时间过得很快，一转眼就到了11点了，我们还有一堆谷要打，负责做菜的同学就快要做好了，叫我们好早点回去，今天老师来了。可是，我们队好想打完后才回去吃，于是我们想叫他们先吃，可是他们不肯，因为我们是一个整体，他们要等我们回去在一起吃，好感动哦，也觉得对不起其他队员，我们会尽快的。没有想到王军老师也来看我们，并且展示了他的技巧，尽管太阳好大好热，但都比不过我们心。我们终于打完了，我们割了半亩多的田才有那么5袋大米。好少哦！今天做的好开心，我们还算坚持做到了。

下午，我们贴宣传报明天和后天，没有想到，村民们都好感兴趣，会带他们的孩子来学校学习，有些还是在好远的村来的，他们也会参加我们的晚会。我们都有点怕明天没有人会来，没有想到农民们都很注重学习，也那么支持我们，所以我们得好好准备。

明天，又会是怎么样的一天呢？真期待！

由于我被安排中午做饭，所以不能去学校建立的茄瓜基地摘茄子。有点可惜，但没有办法，今天得早点做饭，有了几天的做饭经验，我很快就起好火了，又有其她几个女生帮忙洗菜，很快就弄好一桌饭菜。没有想到，许多学生早早就来了，所以我们只好快点吃完，整理课室。

12：30，正式开课了，来了40多位学生，好多啊！课室都不够坐，还有的家长陪着学生一起学习，我们分了两个班，一个是四年级以下的，一个是四年级以上的，我们开了一节有关感恩和安全教育的课，一节英语名字的课，一节武术课，一节健美操课。这里的学生都很听话，也好认真听讲，学得也好快哦！我就兴奋的拿着照相机，在一楼和二楼来回跑动，照了许多精彩的时刻，看着那一双求知的眼睛，尤其有一位女生还抱着小婴儿来学习，感动啊！

我们都觉得我们好有成就感，学生真的好可爱。看看，才有6、7岁的孩子在学习武术时的动作，真的很无语，但也好快乐。我们团队的文力的武术表演好吸引学生。

这是我第一次走那么多次楼梯的一天，但好开心，他们真的很需要教育，他们真的不比我们差，希望他们能一直用心学下去，考到理想的大学，加油，贫困并不能抵挡你们前进的步伐。今天有是一个有意义的一天，越来越喜欢这里了。

晚上，我们好开心有玉米羹吃，没有想到是那样的咸，唉！美贤的一失手，英名尽丧。

今晚又要2点到4点守夜，累啊！好在有人陪伴，彼此交谈着我们的见解，和有关看法，晚上守夜好安静，夜空好多星星，真的很美。回想今天，我们就那么快结束了支教活动，虽然只能教少少的东西，但也让我们感到好有成就，做老师最大的满足就是被同学接受，看到学生学会了自己教的东西。

一夜平安渡过！

今天主要的目的是调研，我们团队分三个对，分别去三个不同的地方，一个是镇办公室，一个在镇上的街边，一个是去花坪村。我被分配到花坪村做入户调查。我和小婷，潘洁和浩琪4个步行到花坪村。一路上有许多小孩子的陪伴，田间的风光无限唯美，水牛在稻田水边戏水，还有许多农民在远处忙着收割。很快就走到花坪村，我们随机找了一户人家询问。一开始，我们就表明我们的身份，没有想到许多村民都认识我们的学校，都知道我们三下乡活动。她们好热情的为我们解答，我主要从农民储蓄和收入的方面询问，了解到大部分农民的年收入大约在6000到7500左右，主要花费在家庭消费支出就占了5000到6000左右，可见他们的恩格尔系数是多么大，根本没有达到小康，只是刚好温饱。我知道了2亩稻田，需要2包50公斤的复合肥料，1包50公斤的尿素。一包50公斤的复合肥料需要最少160以上，有300多的，尿素也差不多价格。

一堆谷才有500到600的纯收入，真是好不容易啊！辛苦半年才收入那么少，有些家庭只是有2亩以下的地，种到的水稻只能自己吃，不会卖。这样就更加少收入。她们很少有种果树，一是没有足够大的山地，二是没有资金，三是没有技术。她们都不怎么储蓄，因为年年都差不多够花，无需那么麻烦去银行，更别说贷款。她们普遍都觉得很难贷款，也不信可以贷款得到。所以他们建房子都是向亲戚们借的，一座简陋的房子要10万多，所以许多人都还是住着70、80年代的土屋。之后，我们又去了其他地方访问，村民都很热情，主任更加热情的邀请我们去他家做客，他也告诉我们花坪村哪里比较漂亮，那些水稻远远看去真的好像一个美丽的花坪。没有想到这里会有这么美丽的风景。

我是越调研越觉得农民的不容易，越想自己得好好学习，将来为农村建设做出一分力。

今天获益良多。

今天，晚上有我们举办的一个小型晚会，所以我们得好好准备与排练。我参加了一个小品《白雪公主》，做一个旁白。我还参加了一个舞蹈——雷人舞。这个舞蹈是那样的有趣，雷人，我和小婷，淡璇，浩琪，萧聪，振东，炳梁，媛媛六个人组建的，小婷，淡璇，萧聪跳的好好，很雷。我就尽力去做好，经过2天的演练，我们已经熟悉了，跳这个舞真的好累人，每次都的出一身汗，但是，我们跳得好开心。

一个白天我们都很积极去排练好，期待晚上表演的有声有色。下午6点左右，我和斯斯借了单车出去走走，在田间骑着单车真的好自在，很惬意。好喜欢这样的感觉。

晚上，我忙着弄好音响设备等等问题，因为中间出现了一些小问题，好在快速被我解决了。晚会来了好多人，差不多有全村一半的人。我们的主持人潘洁和喜杨用一口流利的粤语打开了我们的晚会，第一个节目是，我们的大合唱“最初的梦想”，我们希望大家都能有个梦想，并且努力去实现它。第二个节目是，曾文力的武术双节棍的表演，真的好精彩，所有村民都被吸引住来，我在这个期间也向她学习怎么打双节棍，我比较笨吧，才学到一点点。所以好佩服她打的那么好。其中的时装表演，是我们队用报纸，香蕉叶，袋子，卡片，蚊帐说做成的服装，即环保，又美观。我们的舞蹈是倒数第二个节目，我跳着跳着，鞋带都松了，可能我们太雷人了，村民都还没有反应过来，都十分吃惊吧！但应该还算不错的。

时间好快啊，那么快就要结束了，舍不得，今天过的好开心。

今天可以回家了，心情好复杂，有些许期待，有些许不舍，有些许难过，有些许开心。我们得打扫干净所有东西，然后清理不要的东西，我们把许多东西不带回来的东西拿出来送给贫困家庭的人。我们把东西送到了2户比较近的贫困家庭，我送到谢燕飞的家里，我抱着一堆席子，飞快走了过去。送给人家。好开心能把东西充分利用。

准备做最后一次饭，没有想到是如此的丰富，村主任给我们买了3只鸡，又有许多肉，我们做了最多菜的一次，大家都有点归家心切，吃的也好快。

我们欢快的回到学校，除了中间有个武垄镇党委委员刘委员向我们不停的说农村保险。回到学校，有好几个队员都要回去。

剩下的我们，晚上一起出去逛街，我好佩服女生的逛街能力，一条街，我们有本事走2个多小时，却没有走完。好在要买的东西都买完来。

明天就可以回家了，好开心，明天也是我一次做火车。期待！

实践报告：个人总结。

在这次活动里，我改变了好多，学到了好多，尝试了好多，感动了好多，快乐了好多，感悟了好多了，真的好有意义。

我在简陋中见真情，贫苦中现丰富。我喜欢这三下乡！累并痛快。这里的小孩子对我们充满好奇，也好活泼健康。我们团队是那么有才的一个团队，我们一起努力，一起克服，一起鼓舞，一起体谅，一起加油。我们渡过了这难忘的9天，好开心又认识了那么多好朋友。

我学会了好多，知道怎么劈材，知道怎么快速起火。尝试了第一次守夜，尝试第一次煮那么多饭，尝试第一次割那么多水稻等等。

我深刻了解到农村的不容易，农村建设还要加强，农民每天忙里忙外没有日夜的劳作，收入的才刚刚够家庭支出，自己所剩下的余额就是为了以后孩子结婚或者做房子用的。一身就这样重复着，很少有机会走出去看看，享受生活。而且，化肥、汽油、肉菜越来越贵，农民生活越来越难过！我好想我们学校能设计一个经济计划让村干部和农民去实施，让村民生活越来越好。

我在支教中看到农村小孩子的好学，爱学的心，那一张张纯真质朴的脸，渴望学习的眼神，都让我好感动，也促使我得更加努力学习。我在香姨的身上学习到瘦小的也能有大大的力量，只要我们有一颗互助的心和多加锻炼。我在燕飞的身上学到贫穷没有什么，苦吃多了也就不苦，但我们也要好好学习，乐观向上，做一个有出席的人。我在农民身上学到淳朴，他们朴素而努力的生活着为孩子的美好明天而努力做好今天。

我在这里吃了好多苦，不应该说是享受了许多苦，我每天都觉得很累，但又那么的充实，那么快乐。已经好久没有这样美妙的感觉了。也深刻感受到团队的温暖，团队的力量。我们有这么一个强大的团队，真是一种幸福。我喜欢回忆，我觉得这次三下乡活动，能让我更有激情去学习，也改变了我以前很多不好的习惯，也使我有了一个新原因去实现自己的梦想。我也在这活动中找到了一位挚友，学到许多日常生活小常识。这真是一次大丰收。我期待有下一次三下乡，我会学得更加多的知识，让农民了解更多有关金融方面的知识。

只有实践才能出真知，只有参与才能体验到里面的快乐。好感谢学校给了我这次三下乡的机会。并且，谢谢大家的帮助和爱戴。

**大学生实践日记天篇二**

题记：两个月的暑期就这样匆匆结束了，还有我这第一次的社会实践。整日呆在象牙塔中的我，第一次的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。

七月六号下午，我们的期末考试全部结束了，令人兴奋的暑期终于开始了。第二天匆忙去排队买票，在商店买了点零食，打理好行囊。

七月八号，我便踏上了通往温州的旅程。一个背包，里面是几件替换的衣服，两个塑料袋，一点零食，几本书。这就是我要到一个陌生城市将要度过两个月的全部家当。天气热得一塌糊涂，刚没走两步能感觉到汗在肚子上往下流，流到肚脐眼小肚子的‘皱肉’就顺着那条‘肉槽’向着两侧流啊流的。就这样挤上了公交，闻着别人和自己的臭汗味，到了火车站。上了火车很快我便和几个温州同学搭讪上了，我知道我是有求于人的。从上车的那一时刻起，我就知道我已经走出了象牙塔进入社会了。

通过其中一位温州同学的热情帮忙，我很顺利地抵达了我的目的地——瑞安。

七月九日到瑞安，次日休息一天。

七月11日，真正开始了我的暑期社会实践之旅。

我从南昌到瑞安，就好比我从一个蒸笼跑到另一个蒸笼，也是一个酷暑难耐的地方。来之前我的表姐就已经帮我找好了工作，所以对此我并不担心。我没体会过找工作的艰辛。这是我此次之行还未开始就已经是一个遗憾，但这样我心里也着实踏实了不少。就在这一天，我经历了两件我表姐所谓‘一百次也难碰到一次’的事情。于是我便在一天之里做了两百件事，经历到是很丰富，可对我确是个不小的打击。我做的是酒店的服务员，那是一家规模相对来说是还很大的有点皇家气派的酒家。一上班我就穿上了有点唐装味道的制服，一切都来得那么快，也迫使我要很快进入角色。主管叫一个年轻小伙子带带我，也吩咐我要好好跟着学，这我想就是所谓的培训吧。真的不敢相信就怎么一个做起事来游刃有余，从容不迫的年轻人比我还校这是我后来聊天的时候所了解到的。他看来人缘很好，跟其他服务员有说有笑的，我很不知所措，他一直宽慰我说，没什么的，事情很简单等等诸如此类的话。我很是感激，想我一出来便遇上了一个好人。那么以后在这里的日子也就好过了。然而接\*\*\*生的事情却让我放弃了这分工作。他是看包厢的，两个。没客人我们就站着包厢外面聊天，终于来了客人，两男两女，好像年轻夫妇，带着一个五、六岁大的小男孩。他告诉我做服务员很简单就是把跑菜的送来的菜往桌上一摆，然后就站到包厢外等客人看有什么需要。事实也确实是这样的，可是意想不到的事情发生了。刚上了几个菜，便听到包厢里嚷嚷，急忙进去才知道是冷盘西瓜上有一只蚊子，酒店是最忌讳菜里面有杂物的。带我的那个小伙子又是道歉又是微笑，点头哈腰的陪不是了好一阵子，最后换一盘西瓜才算了结这事。我们出包厢他苦笑着对我说：倒霉。我说：这样的事情经常发生吗?他说：不会，而且这样刁难的客人也很少见。我如释重负地说：哦。就在这个时候，里面又动静了。这次很严重。事情的起因却是一根很轻的头发掉在了面条里。小伙子使出了浑身解数，还是不能解决问题，而我只能在一旁瞎着急。然后就把主管叫了近来，主管也不管用，又把经理叫来过来，我们都出来了。他们在里面谈了好久，偶尔上菜时进去看到经理躬着背在那里说着好话，陪着笑脸。最终经理决定打八折，才勉强把事情给平息了。他摇头晃脑地给我说;见鬼，碰到这样没有素质的客人。我也好不委屈地说：都是我带给不好的运气。他忙笑着说：那里，那里，要怪就怪那客人。我开始怀疑表姐说过的话，她说过这样的事情一百次也难碰到一次。然而更加不可思议的事情又发生了：其中的一位男客人在买单的时候竟把钱丢在地上。这真是对一个人的奇耻大辱，这样的镜头我是真的在电视上才见到过，现在却就在眼前。就发生在我的眼皮底下。带我的小伙子愤怒地检起钱，甩门而出。后来的事情是他还有其他的服务员告诉我的，说是那几个客人很无耻地到经理那里投诉了他，还他怎么没有礼貌，说他怎么服务态度不好，说他甩门而出的时候把小孩碰到了，还告诉经理早点辞退了这样的员工为好，仿佛这酒店是他开的。这真是胡言乱语。这件事情给我留下了阴影，中午一点钟下班回家把事情告诉表姐，她说我也真是倒霉，头一天就碰到这样的事。她说你要坚持，我说好。因为这是我的第一份工作，我不想轻易放弃，还因为那里有我刚认识的朋友，也许到别的地方就没有了这样的人了。

同天下午，三点半我便从家里出发，上班从四点开始，四点之前能赶到酒店吃饭就可以了。我应该是个随意而安的人。并没有发觉饭菜的不好。吃完饭，整理好桌子，打扫好卫生，主管就召集我们开员工说的每天都是些老掉牙的事的会。而我，做为新员工的我却很期待这样的会议。会议开始齐唱店歌：真心英雄。然后主管讲话，要我们注意，天气热，但没客人的时候不要开空调，客人不在的时候打打蚊子和苍蝇，还有蟑螂，上班时间不能聊天，见到客人和上司要说你好，上菜的时候要对菜单等等。然后就叫了一个女服务员背酒店的服务宗旨，我已记不太清楚，好象是我们是最棒的，我们是最重要的诸如此类的话。

下午发生了事后想来真是很难发生的事情恰好发生我身上。

我还对服务员做什么还不是很清楚，比如客人刚来我要做什么，怎么招待客人，我甚至什么都不知道。我还有很多东西要向小伙子学习，他在我眼里真的是无所不能。但主管让我远离他，要我独立去看一个包厢。没有跟我说原因，也没有给我机会说不。我就稀里糊涂地被带到了另一个包厢，离小伙子很远，走的时候我还以为能再见到他，没有跟他说再见，而我就再也没有机会跟他说再见了。我很寂寞地站在包厢外，生怕有客人来。我祈祷没有用，客人终究还是来了，但老天对我也算不薄，我包厢旁的女服务员她微笑地对我说，不要怕，我会来帮你的。这出乎我的意料，真的是好人多。她确实在帮我，其实应该说是我帮她，几乎全部的事情都被她给包揽了。我只是把菜放到包厢里的搁桌上。我看着她那么熟练地倒茶，很得体地回答客人的话很是羡慕。她对我对我说看你这个包厢的人今天生病了。她还对我说，你也能做到的。我说我很木讷的。她说，我也刚来不久啊，不是都会了吗?我说我怕那些客人。她说你现在看着我做什么就好了，看多了就会了，会了就不怕了。我说真的吗?她狠狠地点了一下头说当然是真的，我干嘛骗你。我说哦，谢谢。她就笑着去招待客人了。我站在包厢外正沉浸在快乐的遐想之中，事情发生了：包厢里的空调坏了。我对这里的环境不熟悉，找不到电风扇。有好几个服务员帮我找，最后把电风扇搬到包厢里，却发现没有插头。我不知所措地站在包厢里，看着那一伙年轻人有说有笑，有吃有喝。然后一个光头的青年光着膀子说怎么没有风啊?这时帮我的那为女孩正在还古碟。我照时说这里没有插座。光头又说了一句话，让我和女孩无地自容。让我重复这句话都觉得可耻，但是光头旁边一女的竟说真是经典。还哈哈大笑了几声，然后其他的人都随着笑了起来。我当时就懵了，出于本能我也想到了一句恶毒，以牙还牙的话，我知道这句说出去也会成为经典。但我没说。我不是忍，更不是为了酒店，而是不敢，他们人多而且杂，我单身一个而且人生地不熟。我安慰自己说是识物者为俊杰。

八点钟下班，我拖着疲惫的身体，一个委屈的心，一双眯朦的眼睛，透过五颜六色的光圈看着头顶泛黄的路灯。心里真不是滋味。

晚上躺在床上翻来覆去睡不着。我想着那个光头是如何能说出那样的话，那女的又是怎么无耻地附和。我想着我是否还能坚持。我想着我是否还有坚持下去的必要。我想着老天怎么对我这样的不公平。然后想不出一个所以然来，我不知怎么的便沉沉睡去。

又是新的一天的开始，但我还是不能忘记第一天工作所发生的一切。在11点之前我得做出决定：还去不去上那个酒店上班。可是在11点之前又让我感觉到这个世界真的是公平的，不要我做任何决定，问题便迎刃而解。不知是谁说过不要做逼择是最大的幸福，这话我那个想起，并深信不疑。老乡打电话说：快，你快来这店里上班。一句话我便屁颠屁颠去另一家酒店上班去咯。

可以说，真正的工作才开始。

这是一家规模和信誉都不错的酒店，两年前还是国营单位，而后被员工，也就是我们现在的老板承包。

我是不敢再当什么服务员的，也没有机会再涉足这个行业。我当跑菜的了，也就是把菜从厨房端到领班指定的地方就可以，想想是再简单不过的事情。一天的工作基本是这样的：早上9点半到营业厅(吧台点到)，然后打扫卫生，开全体员工会，10点吃饭，再跑菜到1点下班，下午4点赶到店里吃饭就可以，做事，到八点下班。事情单调而乏味，我却乐得可以能够不要与人大交道，这是有反我来的初衷的。似乎我在这个范围的多是一些随和的人，虽然事情简单但也要学着做，带我的那个和我同岁的小伙叫经生，我还是很谦虚地告诉他我什么都不懂，我也确实什么都不懂，他就跟我聊天说没什么的。我们专门跑菜的有个所谓的部门—班定里。我们夹在厨房与餐厅之间，也是厨师与服务员的桥梁。

头几天上班最让我难受的是，上班时间得一直站着不管有没有事情，就是不让坐，明明没客人，明明厨师和班定里的人在嘻嘻哈哈地聊天，领班就是不允许我们跑菜的坐，那可真是手不了啊，脚灌了银水一样沉重，能明显地感觉到胀痛，回家把鞋子脱掉小腿连着脚艘是乌青的，真是掺不忍睹。可以我是再也不能打退堂鼓了，所以我坚持下了。慢慢的也就习惯了，就想我的领班就我不要偷懒时告戒我说的那样，做久了就习惯了，你可我现在不是没什么感觉了吗?领班是一个二十三、四岁的女孩，两条腿却不似同龄人的那般苗条，我猜想都是站，一直站着所造成的。我都不知道为什么能做出这么大的牺牲，然而她似乎乐在其中，她刚开始也是跑菜的，做了两年，一年之前才做的领班，我知道出外打工的人都不容易，但是我能看到很多打工都穿的跟公主似的。她却没有很朴素，她说，老板以前也是跑菜跑出来的，莫非她也想当老板?开会也就是些新来的要好好学，老员工要帮助新员工，要把卫生搞好，服务要好等等。其中我上班迟过一次到，到发工资的时候才知道我被扣了五块钱，在学校五块钱我是不怎么在乎的，但是那时却很愤愤不平，跟我的同时嚷嚷着要找老板理认，怎么可以扣我是钱呢?何况我还只是第一次?最后还是我妥协了，并不是我没有理，而是怕我的老乡不好做人，他也是领班，领的是服务员，不过也能管我们。他们对我说，你这样一闹到对你是没什么，你做了一两个月就要走的。可是你的老乡就不好说话了。我想想也是。这就是中国人情，眼看着被剥削，也只能忍着。外表看上去，这家酒店确实不错，真正在里面做事却有是另一番景象了。到出是不合理，到处是剥削，真的是剥削。老员工似乎已经习以为常，司空见惯了。而我，却分明能感受到这种事实在在的剥削，最终我还是不能忍受这种剥削气愤地离开。比如有客人的时候要我们加班加点，却不给我们任何好处。但是没有客人的时候却不能提前下班，连一分钟也不行，不然就要罚款。比如那里他们认为没有打扫干净就要扣工资，比如上班聊天就要扣工资，比如不小心摔掉了有个杯子要扣工资。比如若是扫帚找不到了，就要员工自己去买。真是荒谬。最让我无法忍受的是，一个酒店竟然不让员工吃饱饭，吃得都是剩菜，而且极少。我最终也是因为吃不好愤然离开的。

26天，离我的目标一个月还有四天的时间，我还是毅然选择了离开。

**大学生实践日记天篇三**

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。

作为一名第一次走向社会进行社会实践的大一学生，我真真切切地感受到了自己的不足之处。但是，我还有改进的时间和空间。由于缺少经验，在服装印花厂开始工作的几天，我总是会犯下一些不大不小的错误。而且，碍于放不下面子，做事总是畏手畏脚……直到听到和我一同去进行实习的朋友建议我，放下面子，真正从工作中学习技术，提高自身与他人沟通交际能力，我才下定决心，定要从这次社会实践中获得经验和进步。

在印花服装厂工作，也不是事事顺利，也会碰到一些小困难。记得那天，由于天气的原因，我没有准时去到工厂，结果受到了车间主任的严厉批评。当时，还有许多工人在周围工作。他们中许多人都向我投来幸灾乐祸的关注神情，让我觉得相当难堪。我第一次对那份工作产生了抵触情绪，工作也做得马马虎虎，敷衍了事。回到家后，我认认真真地回忆了事情的前后经过。开始，还为车间主任批评我感到忿忿不平。后来，我意识到了这可能一开始就是我的过错。如果，工厂中大部分工人都像我一样，因为各种各样的客观原因就随便迟到，这势必会严重影响到工厂的生产效率!无论从企业还是职工最终自我价值方面，这种做法都是不值得赞许的。第二天，我主动向主任道歉，并保证再不会出现因个人问题而耽误生产的现象。主任也为昨天批评口气过重向我道歉，并鼓励我好好努力，多从厂中学习有用知识。

通过这件事，我认识到了，自己不但要学习专业知识，还要学会做人，做事，与人相处。

病例没记全：

品种：草猪年龄：1年饲养数：400只。

病史及流行病学检查：张口伸头、呼吸。

临床检查、病理剖检：旦子变性心冠脂肪点状出血盲肠扁桃体出血。

7月27号星期二。

今天有鹅了，呵呵，小鹅，我学着剖检了一只，还可以，呵呵。下面是病例：

品种：灰、白鹅年龄：35—40天饲养数：灰200白死亡数：灰20，白200。

病史及流行病学检查：

有呼吸道症状，大便拉稀，瘫痪，已用鹅泄清、强力霉素等，但未见效。尚未注射禽流感疫苗和鹅副粘病毒苗。

临床检查、病理剖检：

肝脏尿酸盐沉着气囊浑浊出血肺有淡黄色纤维素渗出。

诊断：痛风药物：鹅泄清。

注：鹅泄清实为小鹅瘟抗体；

痛风分为内脏型、关节型、混合型，本例为内脏型。

痛风（英语：gout，学名：metabolicarthritis）又称“高尿酸血症”，是一种因嘌呤（一译“普林”）代谢障碍，使尿酸累积而引起的疾病，属于关节炎的一种，又称代谢性关节炎。痛风的定义是人体内有一种叫作嘌呤的物质的新陈代谢发生了紊乱，尿酸（嘌呤的氧化代谢产物）的合成增加或排出减少，造成高尿酸血症，当血尿酸浓度过高时，尿酸即以钠盐的形式沉积在关节、软组织、软骨和肾脏中，引起组织的异物炎性反应，就叫痛风。

两种类型的痛风发病率、临床表现有较大的差异。生产中多以内脏型痛风为主,关节型痛风较少见。内脏型痛风剖检变化：内脏浆膜如心包膜、胸膜、腹膜、肝、脾、胃等器官表面覆盖一层白色、石灰样的尿酸盐沉淀物,肾肿大,色苍白,表面呈雪花样花纹,肾实质中也可见到。关节型痛风剖检变化：切开患病关节腔内有膏状白色粘稠液体流出,关节周围软组织以至整个腿部肌肉组织中,都可见到白色尿酸盐沉着,因尿酸盐结晶有刺激性,常可引起关节面溃疡及关节囊坏死。

**大学生实践日记天篇四**

我，想到了我的身份，我的职业，我的公司。我是一个收银员，我是一个酒店服务员，我是收银的一员，我是酒店的一员，我是上城军天酒店的一员。我的路，便是充满阳光与服务之路。

我清晰地记得，当我战战兢兢地到达上城军天酒店面试时，那“众里寻他千百度”的入口，那灰尘弥漫的楼梯，那通往人力资源部的“九曲十三湾”，让我如履薄冰;当然，我也不曾忘记，进入大厦后，各员工整齐划一的服装、突显青春朝气的员工、专心致志的工作面貌、绕梁三日的专业术语，还有光亮整洁的员工饭堂、会议室、办公室等，怎少得让我蓦地产生巨大归属感的那句“员工，公司最有价值的资产”，食堂里员工聚会照片透露的一份接一份欢乐……让我知道，我在上城军天酒店沐浴着阳光;我欣赏上城军天酒店前台的热情，我享受着上城军天酒店给予我的服务。

当获悉自己成为上城军天酒店一员时，我便产生共鸣。我知道，在上城军天酒店，我享受的不仅仅是待遇，我工作在学习的氛围中，同事间畅所欲言，关怀备至。正如鸡尾酒“特基拉日出”，在太阳喷薄欲出之际，发射万丈光芒，赐予生命热，让其成长，让其茁壮。

**大学生实践日记天篇五**

20xx年7月10日中午12点，经过3个小时的颠簸山路旅程，华北电力大学环境学院“馨希望”实践队一行八人终于抵达了本次暑期实践目的地—黄龙寺小学。准备开始为期五天的“用爱心倾注，从细微着手”的支教实践活动。

刚下车我们就受到了黄龙寺村主任的热情接待，他向我们简单介绍了黄龙寺小学的一些情况，然后我们稍作安顿，便进行了一个简短的会议商议了一下未来五天的活动内容。下午黄龙寺小学刘校长到来给我们安排了食宿，队员们开始打扫房间厨房，干的热火朝天。经过队员的齐心协力，我们终于收拾完毕，大家忙了一下午但没有人喊苦喊累。特别是在晚上，当两名队员端上为大家煮的面条时，大家都很感动，狼吞虎咽得解决了可口的晚餐!

第一天的实践活动结束了，一天的舟车劳顿和下午的忙活使大家都有点劳累，但也都很高兴。我们相信在这方淳朴的山水之间，善良的村民可爱的孩子们会为我们卸去了身心的劳累，大家也都在期待着明天孩子们的到来，为山里的他们送去光明与希望。

日记。

今天的是第25个教师节，一来到校门口，我就收到学生亲手做的卡片，值日的同学齐刷刷地对我说：“老师，祝您教师节快乐!”回到办公室，我惊喜地发现我的办公桌上放着两小束鲜花，一束是姜花，非常香，只要是一进来的老师都会闻到并发出赞叹，另一束是玫瑰。我一开始开以为同学们是送给李主任的，后来我看到了纸条上的字“献给亲爱的刘老师”我真是喜出望外啊~~，陆陆续续地我收到同学们送来的小花束，让我自豪的是，我的花居然是办公室第二多的(后来两位老师收到学生家长寄来的大花束，我才落后了)真的想都不敢想，作为一名实习老师都可以享受这么高的“待遇”，我感谢六一班可爱的孩子们，办公桌还放着两张精致的卡片，是的，我的第一个教师节是如此的美好，感谢学校没让我们十一月份才实习，这样就有机会过过教师节了。

早上学校有文艺演出，并表彰了一批获奖老师，看到4个主持人中有3个来自我们班，我感到很骄傲，六一班是很棒的。听着同学们的配乐诗朗诵，我的眼里居然泛出点点泪光，是音乐感人了，还是我的内心与之产生共鸣了?转眼间，我由一名学生转化为一名老师，感受着学生带给我们的祝福，很甜很甜...

我组织大家上课前统一由值日班长做手势给老师送上节日的祝福，今天没有任何一位老师发脾气，学生也很乖，是节日的关系吗?大家都变得很亲近，无论是教室还是办公室里都弥漫着这样一种温馨的气息。

下午的培训很多老师对我说不如取消吧，反正今天过节，但我想想本来就一个星期才一两次的机会取消多可惜啊，放学后我还是组织大家去图书馆上课，这次的。

作文。

培优我先表扬了上次写得好的同学，然后让其中一位同学分享他的文章，让同学们谈谈自己的看法，我再补充我的看法，引出今天的主题：以小见大，注重细节描写。同学们结。

合同。

龄人的文章很快就能明白过来，我再发了一篇冰心的文章给大家鉴赏，看看它好在那里，这篇文章是与我上次布置的题目相符合的，从写作的各种技巧我给大家理清了思路，半个小时的培训时间，一分钟都不多，效率效率!课后我问了部分同学会不会讲得有点快，有个同学说：“老师你边讲我就边记录，有点跟不上。”我说现在我只是大概地给同学们讲讲，以后我还是会针对不同的点着重训练的，不用急着抄。

本来想着自己是实习生就不凑热闹去参加晚上的聚餐了，李主任说我没什么特殊事就得去，呵呵...好吧，她上一届的学生来了十几个人，去她的办公室聊天，那时一群很活泼可爱的学生，有些居然是我的师弟师妹，我也和他们聊了一会，有个学生带了橙子过来给老师，有位学生的家长还给老师送来了一面锦旗，逗得李老师可开心了，侧面也反映出李老师的确是位深受学生爱戴的老师。如果我以后也能做到好像李老师那样，那该多幸福啊。

晚上去了京鹏酒店吃饭，一进去就见到很多生面孔，原来是学校的老功臣——一班退休的老师，今天去的有教育局的，校领导和全体老师，场面非常的热闹，我和新来的连老师聊得很开心，也跟着她去给领导敬酒，但这些社交礼仪我还不是很懂，出了点错，但是现任校长在这么多老师面前对我的评价可谓是很高啊，心里开心极了，张老师也说老师对我的评价很不错，说我很醒目，这算是我首次爱。

散文。

听到老师的表扬，就像学生年代那般得意。随后我坐着老师的车回家，一路上笑声不断，原来我和一些可以当我妈妈的老师们都可以聊得这么开心，我不得不佩服我自己了。

**大学生实践日记天篇六**

对学生而言，社会实践能够使每一个学生有更多的机会尝试不一样的工作，扮演不一样的社会主角，提高工作能力。今天小编在这分享一些大学生暑假社会实践。

日记。

给大家，欢迎大家阅读!

这些天因为换线的关系，我的工种有了调整，从最开始的测试工作换成了焊锡。这对于从未拿过烙铁的我来说十分又挑战性，也是线上十分有技术含量有实际好处的吧。出于想多学点东西，我欣然理解了安排。对工作又有了一份期盼。事与愿违，刚开始觉得这并不是什么难的事情，但是越焊越发现越难了。怎样说呢，一来我来这才算是刚入门，因为以前碰都没碰过，所以喊出来的东西都不能拿出来见人，速度更是不可能跟上，因此堆积的问题是有出现。二来是工作环境的问题，因为焊锡人比较多，松香味很重，焊锡的过程中产生的烟又无法及时排放出去，所以没多久就感觉身体有些不舒服了。我是没那么容易退缩的，我没有放下，坚持着。边焊边找属于自我的方法。同事们都是一手拿着电烙铁，一手拿着前面工位上流下来的电路板。我想为什么不把烙铁固定呢，然后手拿电板去加锡。然后我试了这个方法，刚开始确实不怎样好弄，但是久而久之发现简单好多，而且速度也快了不少额。接下来跟上速度没点问题了，还让后面的人忙但是来。最主要的是手也没那么累了。线长看到后让我别那么快了，但是主要是夸我学习潜力动手潜力很强。得到肯定的我很有成就感。因为胜任了这工作我也享受到了这工种的乐趣。也给我应对新挑战增加了不少信心。

几天下来我不但跟上流水线的速度，在别人堆积的时候还能够帮上忙，这样一来，不仅仅产量到达了，而且同事们对我也越来越热情了，关系也融洽了不少。人际关系也不难处理嘛。多做点事又如何。平时里关系处的不错，在我遇到困难的时候她们也很乐意也主动帮我忙。就像昨日，因为待料的原因，我们线到十二点的时候就群众没事做了。于是线长就很果断的放我们回去休息。我却犯难了，我并不是住厂里的，此刻又很晚了，车也没有了，一个人走回去还真有些不敢。线上的大姐看出了我的不安和忧虑。便走过来问我是不是不敢，然后她说她也是住外面，待会她老公会过来接她问我愿不愿意和她一齐。犹豫了一下我想就应能够就欣然的答应了。不一会她们夫妻两个就把我送到了住的地方。回到家却没了睡意，想着这几天发生的事，感觉自我长大了不少，想事情也多了。也体会到与人方便就是与自我方便的道理，谁又不会遇到难题呢，在别人又问题的时候力所能及的帮点忙。对于自我其实并没有什么，但是别人就看见你的好，在你有困难的时候别人自然就会帮忙你。总的看来这段时间过得蛮简单的，工作有了自我的方法，也因为自我有人友善得到了不少帮忙。对任何一份工作都又一份热情和认真，工作就会变得更简单。对人真诚点，生活就多了很多朋友，也会少很多麻烦。接下来的日子会出现什么样的问题我不明白，会又怎样的新鲜事和烦恼也不要紧，这些天下来我信心十足，不管什么样的明天我都能应对。继续加油吧!

这天第一次去社会实践，有点兴奋。回想在学校的日子，作为一名专业知识不深的大学生来说，进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自我即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。

实践是大学生生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和潜力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一齐，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自我由知识、潜力、智慧等因素融合成的综合素质和潜力，为自我事业的成功打下良好的基础。

**大学生实践日记天篇七**

在经理的安排下，我需要给他的员工开了一次小小的早会，昨晚经理给了我一个开会的主题，让我围绕这个主题，其他的内容自己自我发挥，语言自己组织，虽然一次小小的早会，虽然自己昨晚准备了很久，可是今天早上会议开始前我还是很紧张，我面对的将是一些年龄比我大，工作生活经验比我丰富很多的`姐姐，甚至有些是娘娘，开会前我和周姐说我挺紧张的，周姐鼓励我说不用紧张，没什么的，做任何事不管是什么结果，最重要的就是将自己的心态放好，这样才能将自己的水平发挥出来，在自己的充分准备下，在周姐的鼓励和帮助下，结果还算可以，这个早会让我知道一个人在任何时候都要自信大方，有魄力，对于要做的事在提前做好充足的准备，大家会看到你的努力与真诚，也会给予尊重，这也许也是经理想要锻炼我的吧!一个小小的早会，对我而言也是一次大大的锻炼，我们就是在这种一次次的锻炼之中慢慢成长的。

**大学生实践日记天篇八**

今天到达公司后，陈老师告诉我，又有一个新工程要计算了。陈佳老师刚刚把工程的资料拿到手，分给我和李华一些看看，叫我们协助她完成。

我领受任务后，就马上先去看总说明，看完图纸的建筑说明之类的，对工程的具体情况也有了大致的了解：建筑工程名称是郊区巴山屠宰场，建设地点是群星村，建筑面积为两万多平方米，结构类型为框架结构，建筑层数为2层，建筑高度是8米。说是屠宰场，其实里面的结构就和厂房差不多的，基本上是空旷的，像墙体什么的很少，计算的工程量可以说是挺小的，所以说心理面还是比较有信心的，相信自己能把一整套图纸都计算下来。接下来我又大致看了下整套的图纸，心里大概也有了个底，就开始正式计算工程量了。

通过这次参与计算工程量才知道自己在学校里计算工程量的步骤和公司里的不同，像在学校，一般是挑自己会算的和简单的先算，好像也没具体分类，感觉比较的杂乱，很容易遗漏掉一些东西，准确度自然也就不高。而现在，在师傅的指导下，知道该怎样一步步来计算，先计算什么，后计算什么都有了计划。哪些部位是算体积，哪些部位是计算面积，在计算中都知道区分。在慢慢计算中也能发现一些新问题，碰到不会算的再去请教师傅，一整套图纸算下来感觉还是比较顺手的，虽说还是存在有错误，但通过错误的教训，对知识点就能有更深刻的认识和体会。

从事造价这一段时间来，我发现我在学校里学的广联达算量软件只是一些皮毛，可以说是基本上都不会。我的计划是先学会手算，手算学会之后再去学算量软件，打算从网上搜索一些相关视频来学习下，我想那样应该会容易点。虽说现在要学的东西有很多，但也只能一步步慢慢来，学会一样再去学另一样，操之过急的话可能到头来什么也没掌握好。我现在的目标是稳扎稳打，步步前进。争取在公司早日立足下来，现在刚开始做预算是用手算的，手算是很考验人耐力的，像一个工程要计算的地方有很多，不能随便舍弃，任何地方都要细心的对待，如果我一着急就会让自己很不细心的犯下一些错误，昨天忙得一塌糊涂，把数据拷回家，白忙乎了大半夜，也没算出个之乎者也。今天我和李华先从图纸上下手，我搬来整套图纸开始仔细阅读图纸，由于图纸量比较大，有一些地方要看好几遍才能看懂，对于一些看的不是很懂的地方我及时做好笔记，等着请教师傅。一天的时间在不知不觉间过去了，又一次看图纸看的这么累，深深体验到了工作的辛苦，发现在学校里的生活是相当的安逸，心里也有了一些想法。看图纸就花了我好多时间，不懂的地方还真的是很多，感觉到还有很多地方要加强学习。感觉自己在学校的时候还是不够努力哦。了解整个工程之后，就开始计算工程量了，先算平整场地，然后计算挖基础土方，土方回填，基础工程算完之后算砌筑工程等等。具体的我也不一一道来了，计算基本的.工程量都还是不难的，主要就是一些复杂的地方不会算，遇到不会的地方就等请教师傅了。

今天来到公司都迟到了，公交车错过了几趟，好在也没迟到好久，通过今天上班的所见所闻自己对造价这一方面也有了自己的一些见解。

从事建筑工程预算很重要的一点是要真正学会看懂图纸。通过这段实习期间的练习，我总结了几点关于看图纸的经验：首先，看图纸时应该总体阅览一下总说明及其有关于此套图纸的补充和联系单等，其实较完整的翻阅一下整套图纸是很重要的，这样心里会对它有一个整体的了解，知道自己所算的是什么样的建筑，万万不可拿到一份图纸没仔细看说明就开始埋头苦干，那样可能会造成事倍功半的效果。其次，算工程量时要从基础一步一步的算起，扣除该扣的，比如后浇带每层都应扣除，加该加的，如上翻梁之类的。不可以像以前一样挑自己喜欢的先算了，要一点点的算，这样漏掉的会少点，省得到后来再去翻算，这样会更麻烦，同时也比较容易出错。第三，每层都有不同的东西，要细细研究，不要急，不要自己嫌麻烦，因为工程量小而忽略不计。宁可先算了，以后不计入价了再删。这些是计算工程量时该注意的一些细节。要想掌握好预算这一行的技能，还是比较难的，不过我相信在师傅的帮助指点下，自己加倍努力，我会一步步前进的。事实证明，生产实习工作中只有通过不断的努力、不断的尝试、不断的积累，才能发现自身的不足，在弥补不足的同时，便实实在在的提高了自己。所以，不管怎样，努力去做，告诫自己：只要用心，就能做得更好!

在证券公司，整天见到的人就是炒股的人。看着他们时喜时忧，时得时失的状态，也使我不得不对股民有那么点感想。我曾问过一个聊熟了的大叔，他是否建议我做股票。

出乎我的意料，他给我的建议是：首先，我不建议你做股票;第二，如果你有把握或者一定坚持要做，那就先温习好股票的功课，少拿点钱做。你如果试过一天赚上或赔掉你半生的工资收入而面不改色，夜梦安稳，那么你才开始进入做股票的初段，也就是说，你开始入门了。但是，这入门的代价太大了，也许是早生华发，也许是妻离子散。一将功成万骨枯，更多的人，已经永远倒在了万里长征的雪山草地上。

是的，富贵险中求，但周星驰说过：球，不是这样踢滴。股票，也不是这样玩滴。还是那句话——股市有风险，投资需谨慎!

中国的股市给股民究竟带来了些什么?股市的红火，使得市场上出现了许多预测分析软件或者畅销的股市书籍，掀起了一股全民学股的热潮。但是实际上，这些书籍或者是软件真的会是那么神奇?不然!实际上目前股票市场教人赚钱的书和软件，99%是让你赚不到什么钱的。真正能赚钱的方法，就是一个心态。

时间是位艺术大师，他会慢慢抹平你的暴利，让你重新做回普通人。不要幻想一夜暴富，那样会让你丧失平衡感。所以，请记住三个字：慢慢做。当你学会慢下来的时候，你将开始能客观的看待自己和环境。当你能客观的时候，你至少能安全一点。当你能让自己安全一点的时候，才能有效保障你的收益。当你能有效保障你的收益的时候，你的财富才能逐渐累积。

小富由己，大富在天。股票能不能改变你的命运，不在于股票，他只是个道具，关键的，还是你自己的心。一念天堂，一念地狱。生命中很多事情比股票都重要，这一点永远都不要忘记。确实如此啊，股票不是人生的全部，炒股票首先要弄清楚人生的目的是什么啊，人生应该是为了更好的开心，快乐的生活啊，股票只是一个工具啊，一个能使你过上快乐生活的工具!!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找