# 研究生社会实践报告8篇

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2024-02-13

*一份优秀的实践报告一定是我们分析了实践过程后写下的，出色的实践报告往往会让人感受到你的实践态度，小编今天就为您带来了研究生社会实践报告8篇，相信一定会对你有所帮助。研究生社会实践报告篇1随着我国社会经济的快速发展，人们在河流中修建了越来越多...*

一份优秀的实践报告一定是我们分析了实践过程后写下的，出色的实践报告往往会让人感受到你的实践态度，小编今天就为您带来了研究生社会实践报告8篇，相信一定会对你有所帮助。

研究生社会实践报告篇1

随着我国社会经济的快速发展，人们在河流中修建了越来越多的水利水电工程，这些工程在带来经济效益的同时也造成了一定的河流生态阻隔，其中大坝阻隔影响造成的鱼类资源量下降尤其受到各界人士的关注。

众多的西南地区水电开发环评报告明确指出能源开发中需发展过鱼设施相关技术，如环境保护部以“环审[20xx]300号”印发了关于《澜沧江上游(西藏境内河段)水电规划环境影响报告书》的审查意见，明确提出澜沧江水电开发需研究导鱼过鱼技术。

果多水电站的建设对河流最直接的影响便是大坝阻隔造成的河流片段化，阻断鱼类洄游通道及上下游鱼类基因交流，为此，国家环保部对其环境影响报告书的批复(环审[20xx]15号)中要求，“建设单位应依法承担有关保护责任，采取修建过鱼设施、建设增殖放流站和保留天然生境等综合措施保护鱼类等水生生物。开展鱼类洄游行为与水力学条件调查，进行必要的鱼类生态习性研究，将鱼类生态习性与过鱼设施设计有效结合。

西南地区，是我国未来水电开发的重点地区，也是过鱼设施应用的重点区域，随着我国未来水电开发与环境保护需要，根据目标鱼类的行为学特性，开展水电工程过鱼设施关键技术研究，尤其是鱼类生态习性研究就显得十分重要和紧迫。本课题作为方法学研究型项目，拟依托国内典型水电站过鱼设施建设，围绕过鱼设施(重点是集运鱼系统)的关键技术环节进行科技攻关，旨在提升我国过鱼设施设计基础研究水平，为我国的未来该领域的研究提供方法支撑，并储备科研人才，以期缩小我国未来在该研究领域与国际先进水平的差距。

此次社会实践主要由水力与环境学院的石小涛、王继保、罗佳、化生学院刘国勇等老师带队，参与社会实践的还有研究生4名、三峡大学准研究生4名、实验助手5名，从7月24号到9月8号进行为期46天的暑期社会实践。实验基地位于西藏自治区昌都市柴维乡果多水电站，具体位于坝下500米右岸物料储存库内，实验占地约150m2。

实践围绕鱼类洄游行为与水力学条件调查，以及鱼类生态习性研究开展。主要包括坝下鱼类资源调查，包括鱼类栖息地调查、鱼类资源种类数量、体型特征调查、鱼类生态习性调查，此次鱼类生态习性研究主要包括鱼类对几种环境因子(水流、光、声音、温度、底质)的偏好选择及产生的行为反应。

此次社会实践成果将作为果多水电站集运鱼系统优化设计的依据。坝下鱼类资源调查的目的一是为了进一步确定过鱼对象，根据此次鱼类资源调查结果明确过鱼对象、过鱼数量。通过对坝下10公里三处河段分时段多次进行网捕、杆钓，捕获了该河段共7种鱼，分别为：裸腹叶须鱼、澜沧裂腹鱼、重口裂腹鱼、前腹裸裂尻、短尾高原鳅、细尾高原鳅。捕获数量总计超过200尾。

鱼类栖息地调查主要集中在集鱼点(集鱼系统布置河段)、放鱼点的地形、流量、流速实测中。通过此次实测更加科学深入了解到集鱼点、放鱼点布置的合理性、安全性。

鱼类生态习性研究从高速复杂流场下鱼类游泳能力及上溯行为研究、不同温度下变速流及固定流环境中游泳代谢能力研究、鱼类短距离洄游习性、实验鱼对灯光、声音、底质等环境因素的偏好选择。扎曲河水流湍急，研究鱼类在高流速复杂的水流环境中的上溯行为及其游泳能力有利于集鱼船诱鱼水流的设置。了解鱼种在开放复杂流场下的游泳能力及游泳行为弥补了大部分在均匀流场下得到鱼类游泳行为的不足。从生理方面研究鱼类在不同温度不同水流速度下的代谢能力符合扎曲河复杂多变的环境。从耗氧量、耗氧率的.角度来评价不同语种、不同规格的实验鱼游泳能力。了解目标鱼类洄游习性可初步区分洄游性鱼类和非洄游性鱼类，可进一步确定过鱼目标种类、集鱼系统运行时间等。果多水电站集运鱼系统中的诱驱鱼部分设置了灯光，通过室内实验研究在不同光强、光色条件下的鱼类的偏好选择，找到同一流域鱼类对光强、光色偏好选择共性，关系到集鱼效果的合理性、全面性。偏好水流、底质实验对鱼类栖息地、放鱼点选择布置提供科学依据。

此次野外实验充分将科研成果运用到生产实践中，实验设计以实践需求、急需解决的问题为根据。在这种高海拔、文化差异较大的环境中从事科学研究，此次团队也遇到种种问题，如交通不便造成的行动受阻、捕鱼行为与当地文化信仰冲突等。面对问题团队也是积极应对。为了减少因为交通不便、物资不足造成实验滞后，团队分批次、分时间段按需求补充供给。为了避免因为文化信仰造成的冲突，团队除了努力获得当地政府支持外，团队也多次向当地居民宣传，对于实验后的鱼也是做到积极放生。

此次野外实验在不同程度上积累了丰富的经验，在不同程度上锻炼了实验人员。将产学联充分结合起来，对实验团队今后的科研工作起到重要的示范作用。

研究生社会实践报告篇2

20xx年下半年，我担任了计算机与信息技术学院庞老师《数据库系统概论》课程的助教。时间过得真快，一学期的工作即将结束了，回顾这个学期所从事的助教工作，我收获很大；当然，在我享受到丰收的喜悦的同时，也发现一些自己存在的不足。我一定会正视自己的缺点和不足，在以后的工作学习中做得更好。研究生助教在现代教育背景下在发展自己的同时对提高本科生的教学质量也将发挥更大的作用。

助教要协助主讲教师批改作业。每次授课结束后，协助主讲教师收集一些与本次课程有关的题目，留给学生们在课后完成，定期收齐作业并进行批改，对于在完成作业过程中发现的比较普遍的问题及时反映给主讲教师，主讲教师在一定的时间内统一进行讲解。

助教要刻苦钻研教学，提高自身素质。作为助教，不仅是协助主讲老师进行后勤工作，更需要自己具有一定的职业素养。平时多钻研，多思考。由于助教要直接参与到各种讨论题目的设计和亲身感受作为教师的教学过程。研究生会自觉站在教师的角度对学过的知识进行重新归纳和梳理，通过彼此频繁、平等、气氛宽松的相互交流，对所学内容的理解不断深入，不断改进自己学习方法，提高自主学习能力。这种不断的学习、参与、交流与合作，实现了教学相长，为今后的工作和学习奠定了更加扎实的基础。

根据上述总结，我深深感到，只要立足实际，认真分析和研究好教材、大纲，研究好学生，就能使助教工作有所开拓，有所进取。鞭策我们：惟有我们不停的奋斗才能在竞争立于不败之地，才能得到自身不断发展和进步！

研究生社会实践报告篇3

在我还在读本科时，每个假期只要有机会我都会想方设法去感兴趣的单位企业实习一番。所幸，我们家附近的单位企业也挺多的，专业对口的也不少，于是，我在假期每每总是能接触到很多新鲜的东西。

从一开始完全是为了打发无聊的假期，到后来的觉得这样确实能学到很多学校里根本接触不到的知识，我认识到了社会实践是多么重要。从本科毕业作为一名研究生继续学习到现在已经过去了2年，我的大学同学大多都已经作为一名社会人，为自己，为家庭，为社会工作了2年，而我，依然是自顾自的在校园中走着。每当想到这一点，我就开始策划着下一个实习的单位，我虽然不能真正开始上班，但是却可以更有效的利用好假期的实习时间:去更加对口的单位，做专业相关的工作提高专业应用水平;或者干脆去一个完全与专业无关的单位，搞好领导与同事的关系，做好自己的本职工作，训练社会生存能力。让自己对将来必然要进入的社会有一个基本的认识，为以后的生存做好准备，也让自己掌握的理论(无论是专业知识还是生活中的常识)有一个联系实际的机会。这，就是我进行社会实现的初衷。

在研究生阶段，我进行的社会实践主要有两次:1.清华同方xxx设计所研发实习; 2.xxx厂建设监理有限公司业务实习。在xxx设计所时，我参加了基于dsp的一个无线射频产品的开发，我所在科室的同事都是研究生以上的学历。 大家在工作的时候都非常的努力，除非是讨论问题，要不办公室里非常安静，只听得到敲打键盘的声音，但是一旦开始讨论问题，即使是争锋相对也是有可能的，同事之间的关系非常和谐，跟学校里的同学关系比较相近，这大概也得益于个人素质都比较高吧。这一次实习在非常温暖而和谐的环境中度过了，专业上的提高且不提，主要收获了一个大企业对项目的分工和统领，以及技术人员之间的配合。

xxx厂建设监理有限公司是一家主要负责各种建筑项目招投标、技术咨询和监理的公司，日常的主要业务主要分为内勤和外勤两部分。内勤的主要工作有项目的接收和管理，整理各种文档等;外勤主要是与委托或施工单位的协调和施工现场的监督。我在两边都进行了一些工作，这个单位的同事就显得比较多样，各种层次的人都有。

对文化比较高的，那是我所熟悉的范围，交流起来很是顺利;但对于有些文化程度不是那么高的，在社会上打拼起来的人，就必须花点心思了，跟他们不光是共同话题不多，主要是意识形态上的差异很大。平时要在一起工作，不说话还真不行，这是可能投其所好或者注意倾听才是比较好的主意。在工作方面，应对领导和客户最好的方法就是有一个好的态度，无论遇到什么样的情况，一定要以你的服务对象的利益为重，这才是做服务工作的正确态度。在这个单位，我主要学到的是沟通的机巧和工作的态度。

在注重个人素质的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸,也是推进素质教育进程的重要手段.它有助于学生接触社会,了解社会.同时实践也是学习知识,锻炼才干的有效途径,更是大学生服务社区,回报社会的一种良好形式。社会实践是一个富有非常广泛而深刻涵义的概念。社会实践活动是引导学生走出校门、接触社会、了解国情，使理论与实践相结合的良好形式;是学生投身改革开放，向群众学习，培养锻炼才干的重要渠道;是提高思想觉悟、增强大学生服务社会意识，促进大学生健康成长的有效途径。通过社会实践活动有助于更新观念，树立正确的世界观、人生观、价值观。

我认为，社会实践活动的积极意义主要有以下几点:

1、有利于了解国情、了解社会，增强社会责任感和使命感。现在的学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践活动则为他们打开一扇窗口。

2、有利于正确认识自己，对自身成长产生紧迫感。通过广泛的社会实践活动，能让学生看到自己和市场需求之间的差距，看到自身知识和能力上存在的不足，比较客观地去重新认识、评价自我，逐渐摆正个人与社会、个人与人民群众的位置。

3、有利于理论知识的转化和拓展，增强运用知识解决实际问题的能力。学生以课堂学习为主要接受方式，但仅仅掌握理论知识却没有实际技能，往往使知识难以运用于现实生活之中。社会实践使学生接近社会和自然，获得大量的感性认识和许多有价值的常识，同时使他们能够把自己所学的理论知识与接触的实际现象进行对照、比较，把抽象的理论知识逐渐转化为认识和解决实际问题的能力。

4、有利于增强适应社会、服务社会的能力。社会实践活动使学生广泛地接触社会，了解社会，不断地参与社会实践活动，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。

5、有利于发展学生的组织协调能力和创新意识。社会实践活动没有课堂教学太多的束缚和校园生活的限制，学生们的积极性被充分调动起来，兴趣高涨，思维也空前的活跃起来，往往会产生一些创造性火花，在实践中勇于开拓、敢于创新。

6、有利于提高学生个人素养，完善个性品质。社会实践活动现场是考验学生修养品性的好环境。在那些平凡而伟大的人民群众面前，学生养成的“娇、骄”二气会得到克服;在实践的困难和危险面前，要求大学生们具有一定的牺牲精神和坚强的品质。这种实践活动多了，并且能深入下去，大学生在积极参与的过程中，就会逐渐养成坚韧、顽强的优良品性，养成务实的学习态度和生活作风，不断提高自己、完善自己。

在社会实践过程中，我深感受到所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。在学校总以为自己学到了很多，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么不足，与实际应用还有很大的差距。总结起来，主要获得了以下几点经验:

一.语言是一种艺术，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。以前工作的机会不多，所以与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。才能体会到集体智慧的力量。

二.自信就是力量，在社会中要有自信。 自信不是盲目的“王婆卖瓜，自卖自夸。”而是对自己的能力做出肯定。找出自己有什么特长。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。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?有自信使你更有活力更有精神。最紧要的是当面试人员问你有什么特长，相不相信自己有能力做这项工作时。你一定要一一予以肯定的回答。

三.心态决定一切，在社会中要克服自己胆怯的心态。人世间最大的敌人是自己。只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键。有一句经典的话说得很对;“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四.工作中不断地丰富知识。在知识经济时代，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。

大学校园是一个小社会，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。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

哲人说:“实践是检验真理正确与否的唯一标准。”理论要回到社会实践中去运用，想事情办事情一切从实际出发，使主观符合客观。认识客观事物，要实现两次飞跃，从感性认识到理性认识是认识事物的第一次飞跃，而从理性回到实践是第二次飞跃。所以实践是检验真理的唯一标准。当今社会无时无刻不在飞速变化，所以参加社会实践更显得重要，只有不断更新自己对社会的认识，才能在激烈的竞争中立于不败之地。随着社会的快速发展，对人才的要求也越来越高了，为了适应社会的需求，我们应该努力不断的提高自己的整体素质!在学好理论知识的同时加强锻炼自己的实践能力，以便更早更深的了解适应社会，做一个全方位发展的研究生。

研究生社会实践报告篇4

今年暑假，经过多方接洽，我终于得到来上海惠迅电子科技有限进行为期月实习的机会。虽然我实习的是销售部门，跟我平时所学专长无多大关系，但还是很兴奋，毕竟能够在里感受一下上班族的生活也是不错的体验。第一天出门的时候我便告诉自己，我可要认真一点，真真正正学一点对我有用的东西。

刚开始几天的适应期，其实比自己想象的要好的多，因为跟部门的负责人之一正是我的校友，而我的任务便是协助他做好公司产品的市场销售工作。

以前都以为销售是一个再简单不过的岗位，然而此番亲身体验让我不得不对它做出一个最新的认识。因为，它并不是想象中的那么简单。其实大家都知道，一个产品的生长到最终获得收益，当中的每个流程都是非常重要的，销售这一环节环节当然也不例外。

实习刚开始，面对每天不断的电话资讯，我都有点慌乱了，实在是应接不暇，而且开始几天对公司的整个业务以及产品的一些特性都不是很清楚，然后便每每搞得自己焦头烂额，幸好这时领导及时给予了指导，我也开始耐心的搜集、阅读一些相关的资料，不清楚的地方也不厌其烦的问身边的同事，慢慢的便开始掌握了一些门路，不到几天我已经能够应对自如，面对来自各式各样的客户的电话，我都能够应付自然、处乱不经。大概十来天之后，实习开始进入正轨，每天熟练的处理公司分派的任务，都算比较顺利，偶尔被难道了，在同事的帮助下也都能够迎刃而解，慢慢的，感觉自己就真的像是公司的一员一样，其实在当时自己确是把自己当成了公司的一员，而且是重要的一员，因为我知道我每天都实实在在的在为公司做事。

当然，事情不可能总顺顺利利、波澜不惊。那天，经理忽然分给我一个任务，就是跟一个比较大的客户单独面谈。可想而知，当时自己是挺紧张的，因为之前都是在电话里跟客户交谈，电话通常都较短，谈的也是表面层次上的事情，比较容易应付。但是面谈就大为不同了，初生牛犊怎能轻易将一个老江湖摆平呢，况且这次对方还是公司的一个大客户，事关重大，万一一个闪失，对公司的影响可不小。

这时，经理似乎看出我的紧张心态，就拍拍我的肩膀，一脸微笑的说：没事的，你来公司就是要来锻炼的嘛，要多给自己一点信心！

看经理一脸期望值颇高的表情，我知道这回我可是真的要上前线了，于是，楞是挺了挺胸脯说：好，经理，我一定不会让你失望！

第二天，传说中真正的考验便来了，对方是一个五十岁上下先生，姓陈，举止颇具绅士风度，这让我紧张的心稍微松了一点。经过一番简单的沟通之后开始进入正题，刚开始我应对的很流利，把之前了解的公司信息以及熟记在心的产品功能非常清晰的描述了一遍。看得出来陈先生对我的一番话非常满意，除了微笑便是点头。正在我以为这次我必将轻松搞定的时候，他忽然问了一个我平时没有注意到的细节，而被问起之后我便知道了这个细节有多重要，正当我表情开始陷入尴尬不知道所挫的时候，他仍然保持着微笑的脸庞，并替我情况分析了一下，我不好意思的不住点头，最后告辞的时候，他对我说：我再给你答复！简单的几个字让我的心情跌到低谷，我想，这下真的被我搞砸了，可不知怎么像公司交代呢。

搭车回到公司的时候已是晌午，心里一直不能平静，尽在责怪自己之前怎么没有好好把问题弄清楚，否则也不会当场出漏子。

回到办公室，一坐下来便开始发呆，一会经理从身边走过，我抬头看了一下他，他只是像我点头微笑，之后便径直回自己的办公室了。我忽然想起来，我还没去汇报呢。于是便敲门进去。未等我先开口，经理却先说话了：呵呵，我都知道了，怎么样，这就是真正的考验，虽然这次你没有成功，但相信一定长了经验，失败乃成功之母，不管做什么行业都不能害怕失败，等你积累了足够的经历，将来便都能够应付自如了。另外告诉你，今天这位陈先生是老客户，其实他的订单早就签好了的，今天只是让你去锻炼一下而已啦。听到这里我才恍然大悟，心头的石头也终于能够放下来了。正如经理所言，失败并不可怕，多锻炼多积累经验才是最重要的。真的很感谢公司安排给我一次这么好的锻炼机会。

不知不觉，一个月的社会实践工作也接近尾声了。能够在公司里发挥自己的能力，并通过努力实实在在的做事，为公司创造一定的价值，不管多少，都是非常有意义的事情。

通过这次实践，使我很好的锻炼了自己的才能，加强了自己的自信心，同时锻炼了自己的人际交往、团队合作、与人交流沟通的能力。又提高了自己在实践中发现问题、解决问题的能力，丰富了自己的工作经历，为将来的就业做好了准备。

虽然说一个月的时间很短，但对我来说也是相当重要的，在这过程当中不仅培养了自己认真负责的工作态度，也培养了自己的耐心和韧劲。相信此次的社会实践会对自己今后踏入工作岗位带来很大的帮助。在这期间所积累的宝贵的工作经验将会是我一生的财富。很高兴，自己最终很好地完成了这次富有意义的暑期社会实践的工作。

研究生社会实践报告篇5

政单位里的各种工作任务，积累了工作经验，学会高效、精确 、细致的完成工作任务。而且更重要的是收获了对工作的认真、负责态度和不断学习与锻炼的勇气。

文“xx”的撰写提供写作实践指导和内容支持，起到基础与助益功效。其次，积累了一定的\'社会实践经验，将自己的理论知识与实践活动相联系，应用于实践，来源于实践，在实践中提升发现、分析和解决实际问题的能力。最后，学习一些师生沟通与交流技巧、增强自我社会实践意识及其为将来就业提供方向指导等。

二、实习内容：主要是协助老师完成学生借阅书籍资料、教师资格申请及培训工作的完成、学生案例库的整理与归类等各项任务的完成。

在这里汲取的实践经验，让我在走向真正的社会之前得到了真正的锻炼与成长。 进行转变，不仅是在身份角色即学生转向行政人员，更要把对老师交代的作业转变为工作任务进行完成。另一方面，工作之事没有大小巨细之分，每一项工作任务都要以严格、认真、负责、高效率的态度进行完成，做到及时汇报与反馈。并对工作要形成一种认真负责、精益求精的习惯得以保持。 第二，相处之道。对待前辈同事或者领导要保持谦逊、尊敬与和善之心相处。对待事情要多听、多看、多想、多做、少说话。对待工作任务要清楚准确客观传达、遇到困难任务要在原则范畴内合理解决、汇报工作要按照工作层级进行，不可越级等等一系列处理事情及其人际相处之道。 自我，一种开心感恩的心情愉快的工作至关重要。而此次社会实践的机会我非常感谢导师xx教授，是老师提供给我这样一个宝贵的社会实践机会。感谢xx老师在我工作的时候给予我的信任与细心指导，及其关照与理解。感谢xx老师答疑解困、xx老师的温暖微笑。是您们让我在这里学会如何去做好一份工作、如何与人和谐融洽相处、如何履行好自我职业与生活之职，让我在这里多了一份进入社会的信心，也多了一份对社会生活的热情与果敢。我将在将来工作中谨遵各位老师的谆谆教诲，不辜负老师们对学生的期望。

研究生社会实践报告篇6

每个寒暑假即将来临的时候，我们都纷纷议论着假期怎么度过，很多人都说我们当代大学生是温室里的花朵，禁不起风吹雨打，然而这都是人们片面的看法，我相信至始至终我们每个大学生都是积极向上的，并且不甘落后于人的那颗心是异常的强烈。还没有放假，就在努力的寻找各种假期兼职，一是为了历练自己，二是为了替父母减轻负担。

当然，我也不例外，然而短期兼职哪里那么容易找到，很多地方根本不招收短期兼职的学生，即使你是大学生。在很多老板眼里也许你什么都不是，为了找到一份工作我们采取各种渠道，在网上大量的投递简历，可是一大投进去就是杳无音讯。后来学校有提供了带薪实践的岗位，当时仅为了一份工作没有考虑专业问题毅然的报了一个单位，接下来的就只有等待。

时间在流逝，没想到像中彩票那样渺茫的机会却降临在了我的身上，报了四学期的名，终于中了一次，但兴奋中却带着犹豫，因为此时有了两个选择：一是去可以挣多一点儿钱但是没有周末的工厂，二是去工资少一点，但可以接触更多人，增加社会经验的公司上班。经过一晚上的挣扎，我选择了带薪实践，因为机会难得，而且有周末，我还可以去找份兼职来做，想象着这一切该有多么美好，这个暑假自己肯定能得到充分的锻炼。

一等时间也过去了半个月，自那次我再也没有得到学校的通知，自己好像是一个被遗弃的小孩，一个人傻傻的在学校等了半个月，打电话给学校得到的只是一些推三阻四的回复，害的安慰自己说也许公司有什么变化，学校也没有办法。正如这样一句话“上帝在关上一扇门时，必定为你打开另一扇窗”我此时获得了一份家教的工作，想想也好，毕竟自己是师范生，做家教也可以提前了解现在的学生，为自己以后走上教师的岗位提前做一点儿准备也未尝不可，我准备好了做好这一份工作。

然而，七月十五号学校的通知也终于到了，说我们可以去实践单位报到了，舍不得放弃带薪实践这难得的机会，也就意味着要放弃另一些东西。

背上行囊，毅然的踏上了带薪实践这一条路，彻彻底底的告别了学校，告别了父母、亲戚，放弃了与父母待在一起的美好时光，放弃了与我教师生涯相关的第一份工作。真正的是我一个人了，想想去年打暑假工的时候至少还有妹妹和我一起而且还是待在父母一起的，想想接下来将是自己一个人面对生活中的种种困难，难免有些害怕。但是二十岁的我们应该要学会独立了，独立生活、独立解决生活中的各种问题，因为我们不在是小孩子，这一切的一切都需要我们慢慢去适应。

这天，我在同学的带领下来到了公司，重庆公路运输（集团）有限公司江北分公司，这是一个国企，给人的感觉就是很不一样，原来学校安排的实践单位就是这样，比我在工厂里干的时候好很多，第一天就是熟悉这儿的环境，熟悉这儿的同事，感觉大多数都是很年轻的哥哥姐姐，也有稍微年长一点儿的，感觉还是挺好的，看起来都是那么的易于亲近，没有给人压抑的感觉，慢慢的我们就需要了解公司的基本情况。

重庆公路运输（集团）有限公司江北分公司是重庆公路运输（集团）有限公司下属二级单位。主要从事：县际、省际、主城班车客运；拥有重庆市货物运输一级资质；具有350米岸线的常年装卸作业码头，以及共计10000多平米的停车场、货运堆场和经营场地，具有在西南、华东、华南成熟的货运代理网线。并设置六科一部一室为经营发展行使着强有力的管理运作。公司秉承“开拓、求实、拼搏、奉献”的企业文化，践行“诚信、规范、专业、创新”的经营服务理念，为社会提供着高性价比的服务。

初来公司就遇到公司搬迁，为了整理一些文件，自我感觉好有用武之地，但是渐渐的公司进入了正常工作状态，我才发现自己已没有什么事情可做，一是我不会，二是专业不对，这时我才发现当时为求一份工作的侥幸心理出了问题，以为不管自己无论是什么专业只要努力就同样能把事情做好。可想而知我一个学化学的来做财务方面的工作不是有些滑稽么？那可是会计专业的本行。看到公司的人好像随时都很忙，如果找一个人专门来教我也是一件相当麻烦的工作，并且那也不是轻易学得会的。况且不说我能不能做好，财务这可以关于钱的问题，一不小心弄错了反而会把工作搞得更复杂，所以为什么每个公司招聘人才都喜欢选择本专业的人才。因为只有这样才能使工作更容易进入正轨，也能使自己所学起到相应的作用。

因此，由于专业的问题，我能做的就是一些最简单的工作，但是也有些繁琐和枯燥，比如收据汇总，这工作看似简单但需要的是耐心和细心，只要一个数据搞错了，就要重新再算，至少有两次数据统一才能证明没有错误，所以有的时候要算很多遍，几十张收据全是数字看得人难免会眼花，所以这使我懂得细心与耐心的重要性，热门思想汇报任何事情都是急不来的，只有有条不紊的按部就班的来，我们才可能把一件看似简单的工作做好。还有就是工作的枯燥，因为我们上班做的差不多就是一样的事情，因为没有新鲜感难免会使人感到越做越没意思，甚至不想再做下去，但是想想我们学习何尝不是一样，十几年如一日的面对着书本同样是枯燥与无聊，但是我们还不是坚持了下来，因为只有在重复中学习的过程中我们才会有进步，任何事情只要我们认真做了它都会有一定的价值。所以我们需要的是在工作中学习，在工作中锻炼自己的各种意志品质，不只是把一切当做是应付，因为那样我们将一无所获。

在公司的这短短一个月中我也接触的不少人看到的不少事都令我感动，因为这是一个运输公司，他们每个人的工作都不同，不一定每个人都待在办公室，有的是司机，就不能待在办公室，只有要报销或开什么单子的时候才能来公司一趟，看到他们那么日以继日的开着车在外面奔跑着，为的就是为别人服好务。真的从心底佩服这些司机们。还有有的人虽然是待在公司的也要时不时的去公司的码头查看，因为这工作需要的就是实地考查，尽管是下午太阳正毒，还是不得不出去。这让我感觉任何一件工作都不是那么的容易做，这样不得不让我感觉自己真的是温室里面的花朵。所以我们需要的就是历练，不能只是享受安逸的生活。还有这次我们也恰恰赶上了公司建司六十周年，看着一个个头发花白的老退休职员来领纪念币，我看得出来他们是饱经风霜，一生都在为别人服务，所以我们人的一生就应该做出一些有价值的事情来回馈社会。

一个月马上就要结束了，虽然做的事情不是很多，但是还是学到了很多在学校学不到的东西，是学校和公司给了我这样一个难得的机会，我也意识到了找工作的辛苦，所以我们更应该珍惜每一次实践的机会，使自己慢慢的接触社会、了解社会，这样在以后找工作的过程中我们才不会那么轻易的被困难击倒。这一个月在刚来的时候感觉是那么的无聊与漫长，但是慢慢的熟悉了工作的\'环境和工作的步骤，才发现时间已经在不经意间流逝，现在我们的带薪实践已接近尾声，我们一起来的是四个人，虽然在不同部门，但相信我都收获了一份宝贵的财富，更重要的是我们是来自同一个学校不同学院的四个人，互不相识的我们也变得熟悉，这使我们在收获经验的过程中也收获了友谊。这是我们在其他地方都得不到的，还有公司的姐姐们对我们也是那样的照顾。带薪实践给我们真的是太多太多，我非常感动，更多的是感谢学校和公司为我们提供的宝贵机会。

研究生社会实践报告篇7

在进行了1年的理论知识积累之后，要有一个踏入社会进行实践的过程，也就是理论与实践的结合，特别是对与机械专业这种实践性能非常强的一门学科更要强调实际操作技能的培养。而且这门学科在很大程度上与书本上的知识有一定程度的差异，在这次实习中能使我们所掌握的理论知识得以升华，把理论与实践找到一个的切入点，为我所用，所以就要有一个将理论与实践相融合的机会。在实习中可以得到一些只有实践中才能得到的技术，为我们以后参加工作打好基础，这就是这次实习的目的所在。

研究生生活的第二年一开学，按照专业硕士培养计划的要求，老师把我的实习单位安排在了\_\_\_\_机械有限公司。布置完任务后，我就开始了我的实习生活。虽然时间不是很长，但是我却知道这次实习的重要性，因为这次实习是我们认识专业的一个窗口，同时又是择业、社会交往乃至认识社会的第一次机会，所以我决定在这次实习生活中严格的要求自己，并虚心向各位师傅请教，让自己通过这次实习确实学到一些东西，减少自己将来踏入社会的一些盲目性，让自己在今后的工作道路中能够走的更自信。

首先公司的师傅向我介绍了关于球磨机的相关资料。我了解到球磨机作为一种粉碎物料的设备，凭借其优良的生产能力和良好的粉碎比等卓越的特性，被广泛的应用在水泥，硅酸盐制品，新型建筑材料、耐火材料、化肥、黑与有色金属选矿以及玻璃陶瓷等生产行业，并发挥了巨大的作用。这些行业的全过程的生产效率，往往很大程度上取决于球磨机的生产效率。

球磨机具有较突出的优点：

1)对物料的适应性强、生产能力大、可满足现代化大工业生产的要求，目前世界上的球磨机已达φ6.5×9.95m;

2)粉碎比大，可达到300以上，并易于调整粉磨产品的细度;

3)可适应不同情况下的操作，既可干法作业也可湿法作业，还可以把干法和湿法合并一起同时进行;

4)结构简单、坚固、操作可靠、维护管理方便、能进行长时间运转;

5)有很好的密封性，可以负压操作，防止灰尘的飞扬;

6)易于操作调整，便于实现自动控制。

所以球磨机在工业应用及发展中经历了如此长的时间仍未被淘汰，而且球磨机在今后相当长的时间内仍将是物料粉碎的主要设备，对它的工作理论进行深入研究仍是十分必要的和价值的。

虽然球磨机在磨矿设备中具有非常特殊的优越性，但同时也存在一些缺陷，主要是电耗和钢耗高、能量利用率低、产品粒度不均匀等。根据相关资料统计显示，用于粉磨作业的电耗占全世界总发电量的3%-4%;工作效率低，用于密度为2.2-3.2g/cm的耐磨的中硬物料粉磨作业中的电量约占全厂用电量的三分之二，而用于粉磨的电能有效利用率只有2%-7%左右，其余绝大部分电能转变为热量消耗掉;磨介质和衬板的钢耗极高，达0.4～3.0kg/t;体型笨重，大型磨机总重可达几百吨。

据统计，选矿厂中碎矿与磨矿作业的生产费用大约占选厂全部费用的40%以上，碎矿与磨矿的投资约占选矿厂总投资的60%左右。碎矿和磨矿工段的设计与操作好坏，直接影响到选矿厂的经济指标。例如：四川凉山矿业集团1500吨/日车间，采用φ1.5m×3m的球磨机，磨矿阶段的耗电量占到整体耗电量的36%，处理矿量达11.5t/h，细度在52%左右。

随着日趋贫化、低品位矿产资源的开发，球磨过程消耗的能耗和钢耗越来越高。在全球能源日趋紧张、资源价格不断上涨的情况下，球磨作业的优劣直接影响到选矿厂的经济指标。有效提高球磨机粉磨效率、减少球磨机粉磨过程的钢耗，不但能提高选矿厂经济效益，而且也符合当下节能和环保的要求。积极地研究球磨机的工作情况，改进球磨工作参数，对提高球磨机粉磨效率意义重大。

球磨机工作过程中，大量的能量浪费在与粉磨无关的机械设备消耗上。真正地用于粉碎，用于生成新表面积的能不到输入功的1%，节能潜力巨大。从破碎原理来看，在颗粒受载而破裂时，外界输入颗粒的能量一部分用来生成新的破裂面;一部分能量消耗于非弹性变形、碎块动能和碎块之间的摩擦损失，从机械输入的原理来看，这些能耗是不可避免的，在评价实际工作过程的能量效率时，也将它归于破碎必须的能耗。另外，球磨机等粉碎设备由于机器制造与工艺要求的原因不能实现具有高能量利用效率的单粒施载条件，而是许多颗粒聚集在一起条件下受到外界载荷，把这种情况称为粒间粉碎，在这种施载情况下，外界输入颗粒群的能并未完全用于颗粒粉碎，有一部分能量不可避免地消耗在颗粒间的摩擦，未碎颗粒的非弹性变形、颗粒之间的介质流动能耗上。将这些因素归到粉磨过程中必须的能量消耗上，schonert认为球磨机的节能极限应是50%较为合理。

球磨机在磨矿过程中由于参变数众多，问题错综复杂，研究起来十分困难。长期以来，选矿及粉碎工作者们对磨机磨矿介质进行了大量研究，也取得了不少成就。但对球磨机介质工作而言，仅能对球介质作抛落运动的特殊状态进行定量的数学描述;对球介质的泻落运动状态只能进行定性的描述。50年代后兴起的自磨机，虽然已有40多年历史，但对自磨机的工作原理仍在争议中，有的认为以冲击为主，有的认为以磨削为主。因此，即使是出现上百年而且研究比较多的球磨机，其工作理论也仍然是研究得很不透彻，甚至连球的尺寸确定这样基本的问题也得借助经验与经验公式来解决。

本次实践内容所要接触的章动球磨机是一种新型磨机。章动磨(nutatingmill)是一种新设计的、单位磨机容积具有很高的粉碎速率的紧凑磨机。由于是在极大的加速度场中工作，产生了强烈的磨碎作用，且可适用于硬物料的自磨与细磨的广泛领域。

章动磨可认为是一种克服了机械方面缺点及给料、排料困难的离心磨或行星磨。但其单位磨机容积的粉碎速率很高，为常规的筒形磨机的50-100倍。磨机具有尺寸小、磨矿作用强等特点，因而章动磨有广泛的工业用途，诸如用于硬物料的细磨及细粒与中等粒度物料的高速自磨。若干半工业试验磨机正在使用中，可以预期工业型章动磨不久即将出现。

首先我了解了章动球磨机的主要结构组成和原理：它主要是由电动机、章动机底座、章动法兰、章动轴承、章动腔体等几个主要部分组成，其中章动腔体主要由章动上腔体、章动下腔体、章动腔内帽等组成。由于章动法兰的法兰盘轴线与主轴轴线有一定的夹角(章动角)，且章动法兰与轴固连，因此当主轴带动章动法兰旋转时，章动法兰面在随主轴旋转的过程中，形成一个斜面绕主轴的旋转运动，该斜面通过章动轴承把上下摆动传递给章动腔体，同时由于章动角的存在，使章动腔体与水平面形成一个夹角，章动腔体会有缓慢的自转，从而实现了章动运动。

对球磨机进行拆解，对各个零部件进行测绘，并在solidworks软件中进行三维模型的建立。建立好各个零部件以后对整个球磨机进行装配，这样章动球磨机的三维模型就建立好了。应用solidworks建模的方式克服了在adams软件中建模的繁琐，特别是对复杂模型的构建如果采用adams需要浪费大量的精力。如果利用solidworks的设计结果，就能省去大量重复无用的工作，加快仿真的进程。因此，首先应用solidworks建立章动球磨机的三维实体模型。

为了模拟仿真钢球在球磨机腔体中的运动形态，需要在adams软件中建立球磨机的虚拟样机模型。在进行仿真建模时，为了提高计算机处理速度，需要对模型进行简化，在这里去除了电动机到章动体的传动部分。为方便将模型导入adams软件中，首先需要在solidworks软件中将章动球磨机模型另存为parasolid(\_\_.x\_t)格式。为方便观察钢球在章动腔体中的运动形态，把章动上腔体部分设置为透明状态。

当把球磨机模型导入到adams软件以后，先前在solidworks中定义的约束及零件材料属性均是处于失效状态，因此需要对所有零件重新定义材料属性和添加约束。

根据章动球磨机实际工况对各部件施加约束。

(1)施加约束的准备工作。为了方便添加约束副，首先运行“布尔和”命令，将章动机底座、电机底座、电机以及上面的螺栓、螺母等固定部分设置为一个整体;将章动上腔体、章动下腔体、章动体支撑环、章动腔内帽等运动部分设置为一个整体。

(2)定义材料属性。给所有部件赋予材料属性为steel，此时adams会自动计算出各部件的转动惯量和质量。

(3)施加约束。在飞轮和大地之间添加一个旋转副;分别在飞轮和主轴下部平键、主轴下部平键和主轴、主轴和上部平键、上部平键和章动法兰、底座和大地、章动轴承和章动腔体之间添加固定副;在章动法兰和章动轴承之间添加球副和平行副来定义章动的运动形态;分别在小球和章动上腔体、章动下腔体、章动体内帽之间添加碰撞;最后在飞轮上施加motion。

按照要求设置球磨机虚拟样机仿真的参数，具体为：刚度系数(stiffness)为1.0e+005，碰撞指数(forceexponent)为1.5，阻尼系数(damping)为50，切入深度(penetrationdepth)为0.1mm，积分器(integrator)首先采用gstiff积分器，当出现求解失败的问题时再选用gstiff积分器，积分格式(formnlation)采用si2求解，积分误差(error)设置为0.001。

在章动腔体中装入单个钢球，直径设定为φ15mm，按上述方法设置好仿真参数后进行系统仿真，观察钢球在章动腔体中的运动形态。为了优化钢球的运动状态，需要调整章动球磨机的参数，其中一个关键参数是章动球磨机的转速。章动球磨机的转速直接影响到钢球在腔体中的飞行速度和与腔体内壁发生碰撞的频率。

为了找出球磨机的转速，分别设置其转速为200r/min、250r/min、300r/min、350r/min、400r/min、450r/min、500r/min、550r/min、650r/min，仿真钢球在腔体中的运动形态。通过分析得出的曲线得出结论：当球磨机的转速为350r/min时，钢球的运动处于状态。

章动球磨机的另外一个关键的运动参数是章动角。章动角的大小直接影响到钢球与腔体内壁碰撞时所受反作用力的大小，同时也是决定主轴寿命的关键参数。分别建立章动角φ为11°和13°的模型。分别对两个模型进行仿真分析，把得出的钢球运动曲线与前面的章动角为12°时的进行对比，最后得出结论：章动角φ为12°时，钢球位移曲线较好，φ为11°和13°时曲线都有较大波动。

本文所研究的章动球磨机所设计的装载容量约为1.2t，这里用4个直径为200mm、质量为300kg的小球来模拟球磨机满载时的工况。为了更好的模拟小球的运动状态，这里首先把小球设置为柔性体，然后导入到adams软件中。首先把钢球模型导入到ansys软件中。

1)定义单元类型。这里实体单元选择solid45，质量单元选择mass21。

2)设置钢球的材料属性。弹性模量选择为2.06e11，泊松比为0.3，为了实现钢球直径为200mm时质量达到300kg，设置小球的密度为72000kg/m3。

3)划分网格。设置网格大小20mm，使用solid45单元对钢球实体进行网格划分。

4)设置实常数。编辑mass21质量单元，实常数全部设置为1e-6。

5)建立两个关键点，在这里需要注意的是创建的keypoints的编号不能与模型单元的节点号重合，否则会引起原来的模型变形，这里keypoints的编号设为为8001、8002。

6)选择mass21单元对5中所建立的keypoints进行网格划分，建立起interfacenodes，在导入adams后这些interfacenodes会自动生成mark点，通过这些点和其他刚体或柔体建立连接。

7)建立刚性区域(在adams中作为和外界连接的不变形区域，这是必不可少的)，选择interfacenodes附近区域的nodes与其相连，由于连接点的数目必须大于或等于2，所以刚性区域至少两个，先选择interfacenode，单击apply，再选周围的nodes。

8)执行solution/adamsconnection/exporttoadams命令，要选择的节点为7中建立刚性区域的节点(仅仅是interfacenodes)，输出单位选择si;即可生成钢球柔性体mnf文件。

在adams软件中把原来的刚性体小球替换成柔性体，然后对其进行仿真分析，得出了钢球运动的速度和位移曲线。

为了验证在adams软件中建立的章动球磨机的虚拟样机模型的仿真结果的正确性，现在应用solidworksmotion进行仿真研究，然后对两者的仿真曲线进行对比，能够增加仿真结果的可行性。这种仿真方法主要是在没有进行试验验证情况下，为了设计的正确性经常采用的方法，也是行之有效的方法。

打开章动球磨机的solidworks装配体文件。首先设置“引力”，方向为-y，大小选择系统默认值9806.65mm/s2;然后设置“旋转马达”，选择马达位置为章动腔体下面的大皮带轮，方向为从下往上看逆时针，运动类型选择为等速，大小为360r/min;最后设置钢球和章动腔体之间的“实体接触”，具体的参数设置为：动态摩擦速度10.16mm/s、动态摩擦系数0.25、静态摩擦速度0.1mm/s、静态摩擦系数0.3、弹性属性选择“冲击”、刚度为480n/mm、指数2、阻尼0.7n/mm、穿透度0.1mm。在solidworksmotion中运行仿真模型，分析对比钢球的速度和位移曲线，得出结论在两种软件中建立的球磨机的虚拟样机的仿真结果基本一直，因此也可以说所建立的模型是正确的。

主轴是章动球磨机的主要运动部件，由于在运行过程中要带动章动法兰、整个章动腔体及球磨介质和球磨对象一起运动，受到偏心的不均匀载荷的作用，因此需要对主轴进行静力和疲劳分析。在这里使用solidworks软件的simulation插件进行分析。

为了真实地得到轴上所受的力以及确定电机功率的需要，不但要建立章动球磨机的整机模型，还需要建立在工作状态下的实际工作载荷。也就是在章动球磨机在球磨介质与物料相互作用下，处于工作状态时，章动球磨机的主轴在与章动腔体连接部位主要受有两种动态载荷：一是章动腔体及内补耐磨板由于与主轴存在一个角度，在章动体随主轴上的章动法兰盘(连接主轴与章动腔体的零件)上下运动的同时，还在慢速的自转，会在章动法兰上产生轴向与径向的交变载荷;二是在章动腔体内部装的球磨介质与被磨的物料，这部分质量在章动腔内部既产生离心力，又有上下波动产生的轴向力。

为了更加真实在得到轴上所受的载荷有大小，不但有章动体的总体模型，同时还需要考虑工作载荷的影响。由于球磨介质是数量众多的钢球或陶瓷球，以及一定料度的物料，在当前的所能得到的仿真软件对这种离散的物体无法得到结果。但是对于轴上所受力与整机功率的确定，没必要对磨腔内离散的物料进行更加复杂的仿真研究，可以采取简化的方式。

因此，在章动腔内部决定采用一个与实际球体与物料外部轮廓相近的一个零件来代替，这样做基本可以达到仿真的目的，得到的主轴上载荷的研究是可行的。在章动腔体内部一边的白色零件就是球体与物料的近似体。利用该模型通过建立运动算例，所进行的设置主要有：

1)各零部件的材料及质量按照实际设计材料设定;

2)简化模型后，把电机、电机架、小带轮、皮带等与研究目的无关的都省去，主要目的是为了加快仿真的运算速度;

3)主轴的转速设定为360r/min;

4)忽略主轴上各轴承处的摩擦力;

5)章动腔体对称轴与主轴角度按照实际设计的12度;

6)所加约束有两个：一是主轴与基座的铰接;二是章动腔体与章动法兰盘的铰接(铰接即是限制了沿轴向的移动及径向的移动3个自由度，另外还限制了与轴线垂直方向的2个转动自由度，只有一个绕轴向的转动没有限制);

7)章动腔体的转运速度由章动腔体与主轴的角度确定，不考虑滑动因素;

8)球磨介质及物料的重量设定为1.2t;

9)考虑重力加速度的作用，方向与y反向。

利用上面仿真所得出的主轴的受力情况，加载到主轴的静力分析算例上，随后得出结论：主轴的强度和寿命都是满足设计要求的。

综上所述，通过这次专业实践，我学到了很多实用的知识。所谓实践是检验真理的标准，使我近距离的观察了机械产品的拆卸和装配过程，学到了测绘的很多小技巧，掌握了很多很实用的机械加工的基本知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要、十分基础的知识。通过这次专业实践，更加促使我在以后的工作和学习中将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，不断进步。

研究生社会实践报告篇8

研究生入学已经一年了，在即将步入研二的这个暑假，我没有回家，而是在校外自己开了个小小的补习班，把我的四个家教学生放到一起来教，这样既省时又省力，教他们数学英语和物理，这是上午的忙碌；下午，是常年辅导班的课，在那里我主教初二和初三的数学，经过二十四天的教学，我深刻了解了现代中学生的基本学习生活状况以及在教学中的一些经验，也从中总结出一些关于我国教育出现的问题及其原因。

一、凡事难不倒“认真”

讲课之前，我都会好好的准备，把教案写的有条理、有逻辑，知识点清晰明确。备课的过程就是讲课的过程，这一点我深有体会。认真准备教案，是每个要登上讲台的老师讲好课的“充要条件”，这个大家不要质疑，有了这个过程，讲课的时候不会心慌，不会紧张，会使你的课条理清晰，连贯性强。这是我的第一个感觉。

二、时间的分配

时间分配是讲课的又一大问题，一节课中各部分内容大致需要多长时间，应心中有数，重点和难点需要的时间要长些，讲的力度要深些，切忌主次不分，重点不清。时间分配要科学，前松后紧或前紧后松都会影响教学效果。有的教师讲课开始时怕学生听不懂，反反复复，絮絮叨叨，把精讲变成了繁讲，到后来一看时间不多了，便任意删减授课内容；还有的教师随意延堂，下课铃半天了，还在不停地讲授，学生还哪有心情听呢！这是我的第二个授课感想。

三、课堂提问要有技巧

课堂提问是启发学生积极思考的有效方法，设计的问题应该保持逻辑性、系统性，要注意深浅程度，既不能冒进，也不能保守。

课堂提问可分为以下三种：

1、为讲新课铺路的提问。这种提问可创设一些悬念，从一开始就抓住学生的注意力，为讲清新课内容铺平道路。更可以复习一下以前学过的知识。

2、为突出重点难点而有意创设的提问。通过提问启发学生独立思考，使他们自觉地接受、掌握课堂知识。在讲授新内容时如果遇到了旧的知识，最好不要直接应用，而应采取提问的方式，让学生回答，从而加强教学的系统性和巩固性。

3、总结式的提问。这种提问一般在每节课的小结中进行，老师可以了解学生对所学知识掌握的程度，最后，还可以请几名学生到黑板上作示范以便纠正学生们普遍存在的问题。

以上三种提问方式是我比较喜欢的，而且也是经常应用的方法，学生们也很喜欢，很实用的!

四、社会实践总结我国中学生存在的问题：

1、学生课业负担十分繁重

2、学习竞争的日益激烈

3、分数是衡量中国中学生能力的唯一尺度

这些问题是大家有目共睹的事实，但是，至今没有得到合理的安排和解决。但我觉得不只是以上三个主要原因，回想一下，除了现在这个时代，以往的每个时段，都存在着课业负担重、学习竞争激烈，而且分数一直是学生能力的衡量标准。可是，它们都没有出现这么猖獗的学生补课现象啊！在我看来，学生补课现象反映出的问题就是以下三点：

1、老师的不负责任

好多来补课的学生家长反映，现在好多课任老师上课不好好讲课，利用课下时间给学生补课；还有在补课的时间讲新课，在校时间复习。这样班上的学生就都得“乖乖”去参加补课，老师用这种方法“赚来”了好多学生，更赚来了好多“财富”。这便成了一些老师的“谋生”手段。

还有部分学生去老师的补课班，则完全是由于“课任老师”的缘故。自己的老师开班补课不去不给老师面子，老师会对我有成见，而不待见我，这种情况也占不下30%。

考虑一下，每天学校的学习量就已经很大了，学生的课余时间本来就有限，在校老师还要占用大家的课余时间来提高自己的“剩余价值”。这可是与学生在外自愿补课天壤之别的。

想想这种被动后得效果会怎样呢？可想而知，去补课也是走形式，白花父母得血汗钱。

这种情况就要由学校来解决，来加以管制了！虽然，教育局在大力管理，但是，还是治标不治本啊！每个学校都希望自己学校的学生成绩高，这样知名度提高。这是好的，但是要讲究方法。我觉得制止补课不是教育局能彻底制止的，而是各个学校及每个老师自身的\'配合办到的。

2、教科书的编写存在瑕疵

接触到初中的教材，第一个感觉就是：知识点不明确，典型题太少。你要想学好，就看教材，你连六十分都得不到，我备课的时候都要用到三、四本练习册。与我小时候得教材相比，现在的教材编写的我实在是不敢恭维。我初中的时候自学就能把知识点都弄明白，而现在，虽然改用了启发式教学编写模式，这一点是较以前的提高。但知识点的总结和课后习题的少之又少，是数学教材得强大缺点。由于这个原因也使某些老师讲课偷懒，课下补课。

教材编写的好坏直接影响到我国教育事业得发展，影响到老师的教学。教材有不足，课外练习册就会“吃香”，就会大大增加家长们没必要的开支以及增大学生的精神压力。看看现在学生们书包里每科的练习册都多少本，编教材的老师们，你们不应该反省一下吗？

3、学生的学习竞争太激烈

由于知识难度不断加深，没有谁能够轻易地将知识彻底弄通，于是成绩好的同学也有学不完的内容。补课能让他们比别人知道得更多，理解得更深，精益求精的道理使他们也热衷于补课。基础好的同学都补课，那些不如他们的人就没有了不补的理由。大家都将全力投入到学习中，加上城市里优越的学习环境，竞争力日益增强了。而竞争力的增强又加大了获得优势的难度，补课便成了不少人“百尺竿头更进一步”的动力。但更多的动力总是与更强的竞争力相统一的。于是补课，竞争力增强；竞争力再增强，再补课。如此反复，看得出补课与竞争力的增强是相互推动的。

活在节奏较快的现代化社会，“物竞天择，适者生存”的规律表现得极为突出，于是在这种环境下的人便通过种种途径以获得不被淘汰的资本，而后者生活的环境较闭塞，也许对他们来说生活的操劳更占用了他们大部分精力，他们缺乏学习上的竞争意识，自然不会想到除课堂以外的充电方法

归根结底，由竞争而引起的补课成风主要有两种情况：程度较差的希望消除差距，而程度较好的希望扩大差距，这两种矛盾的意识统一于同一件事，中间必然就会产生一些强制性的环节以减少两种矛盾的冲突。

其实，最根本还是：分数高低是衡量学生能力高低的唯一尺度这个死定理。“考考考，老师的法宝；分分分，学生的命根。”这句流传于中国民间的话道出了一个非常残酷的问题。中华民族可以算得上是考过千余年的国度，不少状元、大学生就诞生于考场。也正是一考，改变了许多人的一生。古人希望高中状元，给未来的道路铺上金色的地毯；今天的人们期待一个好的大学，以便今后能找个好工作。说到底，古人的十年寒窗以及现代学生的小学、中学、高中都是为了最后的考场一搏。

前两点我认为是问题的关键点，也是解决补课问题的入手点。第三点，我们一直流传下来的思想所致，想要改变，我觉得难了点，除非中国的教育体制改变。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！