



## 翔宇学院校内社会实践 —— 医务室

春回大地，万物复苏，小河上的冰已经融化，翔宇学院的第三周社会实践已经完成。本周参与社会实践的是三位初二的同学，初二（7）班刘子衿、李佳芮和初二（13）班宋伯犀。三位同学热情活泼，积极地帮助老师与病人，为他们分散痛苦，缓解疼痛。

### 初二（7）班刘子衿：

对我来说，这是一次全新的体验，不仅让我对医务工作有了更加深入的了解，更让我对自己的未来规划有了更加清晰的认识。

医务室的工作看似简单，但却需要严谨的态度和细致的观察。每天，我和同学们轮流负责接待前来就诊的同学，协助老师进行基本的医疗操作。在这个过程中，我深刻体会到了医务工作者的辛勤与不易。他们不仅要具备扎实的医学知识，还要有耐心和爱心，去关心每一位患者的身体状况，给予他们帮助和安慰。

在实践过程中，我遇到了许多挑战。有时，面对同学们的突发状况，我会感到紧张和不知所措。但看到医务室老师从容不迫地处理问题，我逐渐学会了如何在紧张的环境中保持冷静，如何更加专业地为同学们提供帮助。

通过这次实践，我更加明白了团队协作的重要性。医务室的工作并不是一个人能够完成的，它需要所有医务人员的共同努力和协作。我们每个人都要发挥自己的特长，相互支持，才能够更好地为同学们

服务。这次实践还让我更加深刻地认识到了自我提升的重要性。医学是一个不断发展的领域，医务工作者需要不断地学习新知识、掌握新技能。我也意识到，要成为一名优秀的医务工作者，不仅需要具备扎实的专业知识，还要有良好的职业道德和人文素养。因此，我决定在今后的学习中，不仅要努力学习专业知识，还要注重培养自己的综合素质，为未来的医学事业做好充分的准备。

展望未来，我希望能够继续在医学领域深造，不断提升自己的专业水平和综合素质。我相信，通过不断地努力和积累，我一定能够成为一名优秀的医务工作者，为更多的患者带去健康和希望。



初一（13）班宋伯犀：

这星期，我到了医务室当志愿者，帮助同学接热水、拿冰块冰敷、消毒、测体温，这时我才发现，医务室老师的工作是非常辛苦的。一个人可能就只需要冰敷一下，但是很多人的话，每个人症状也不一样，老师就需要东奔西跑，一天下来老师也是非常累的。所以我们还是要在运动中做好防护，尽量避免受伤，这样也可以给医务室老师减少压力。在这次实践活动中，我体会到了医生工作的辛苦。我们应该怀揣一颗感恩之心，感谢这些无私奉献不求回报的医务工作者们，是他们的辛勤付出，使我们的生活幸福健康。



初一（7）班李佳芮：

这一周，我学习了关于受伤后的处理方法，知道了在平时应该如何避免受伤，科普了医疗知识及事项。

在周一培训时我认识了基本流程。

1. 有同学来医务室先登记。
2. 根据病情进行治疗：

- 1) 如果是肚子疼，先去灌热水袋，如果热敷没有效果，再接一杯热水。
- 2) 如果是痛经，先灌热水袋，然后在冲泡一杯红糖水。
- 3) 如果是低血糖，冲泡一杯糖粉。
- 4) 如果是擦伤，用碘伏转圈消毒。
- 5) 如果是扭伤或红肿，用冰袋冰敷（如果没有冰要及时补）。
- 6) 如果是头痛或发烧感冒，拿体温计测体温。

接下来几周我严格按照要求完成，大家分工明确，医务室氛围也很融洽。希望下次还可以来医务室实践！





撰稿人：高一（23）班 王嘉怡



### 翔宇学院校内社会实践 —— 门岗值守

春天到了，万物复苏。翔宇学院一如既往地把安全工作放在首位，通过宣传、教育，全面预防各种威胁交通安全的事件发生，为全校师生创造有序的工作、学习环境。

本周实践的同学是初一（5）班王嘉宁、初一（11）班宋紫菂、初一（12）班薛诗杨和初二（1）班张馨素。他们周一早上 6：35 到达二道门集合领取安全马甲、做岗前培训，并接下来的一周中每天 6：40 准时上岗。

跟随着熙熙攘攘的同学们，来到第一个执勤岗位，初一（5）班王嘉宁、初一（11）班宋紫菂同学，在一二道门之间，负责提醒骑车的同学们减速慢行，整齐停放车辆，保持道路畅通。

在二道门外的自行车车棚处执勤的是初一（11）班宋紫菂、初一（12）班薛诗杨和初二（1）班张馨素同学，他们不仅提醒监督着同学们的自行车停放是否规范，还不时将歪倒的自行车扶起摆放整齐，

将妨碍进出的车辆挪开。

正是有了这些同学的默默付出，我们的校园才更加井然有序。

**初一（5）班王嘉宁：**

一周的门岗志愿者工作体验结束了，收获颇多。每天早晨，我由原来 6:40 分起床改为 6:10 起，在晨曦中感受着日出的美好和马路上环卫清洁工的不易，体会着到岗后忠于职守让每一辆自行车都“停稳了”的深刻体验，也享受着来自各年级同学们的“同学谢谢你”的赞美。虽然有些辛苦，但还是很有意义和收获的。

这项志愿者工作，让我明白了想做的事咬牙去做就能做到，同时增强了我的责任意识，也提高了互相配合协作的能力，并培养了我乐于付出、为他人服务的意识。最重要的，还让我还养成了早起的好习惯，这周末我就没睡懒觉，都是六点多起床。好的志愿者公益活动，会让我们的学习生活变得更加丰富健康，充满活力。



**初一（11）宋紫菡：**

这一周我参加了门岗志愿者服务，主要负责维护同学们自行车摆放的秩序。每天早早到校，能够看到美丽绚烂的朝阳，还能遇见同学，虽然有点儿冷，但我很开心。自行车都整整齐齐摆放着，几乎没有人需要提醒。只有初三的一位同学停放得有点挡门了，我提醒了他一下。有几天经常有一位初二的同学将车停在车棚里，经过提醒也停在了正确的位置。这是我第一次做门岗志愿者，希望停车总能井然有序。



**初一（12）薛诗扬：**

短短几天的执勤工作不仅培养了我的责任感，也让我更加自律。正是这份责任感督促我每天按时到岗，履行自己的职责，引导同学们将自行车停放整齐，确保通道畅通。这也让我认识到了秩序的重要性。自行车停放处的秩序不仅影响着校园的美观，更关系到同学们的安全和便利，对于校园秩序的维护有着重要意义，因此我会认真对待每一

个细节以保证工作顺利完成。在执勤过程中，我需要与不同的人打交道，这让我学会了如何用友善和耐心去解决问题，同时也让我更加懂得尊重和理解他人。门岗执勤不仅是一项实践活动，更是一次成长的机会。它让我学会了担当、沟通，也让我更加珍惜和维护校园的安全与和谐。今后我会更多的参加校园实践活动，为创建一个更加美好的校园环境贡献自己的力量。



**初二（1）班张馨素：**

本周，我在学校门岗做志愿服务。每天，我很早就得出门，除了忙碌中的环卫工叔叔阿姨和校门口的保安叔叔们外，大街上几乎



看不到其他人。这让我深刻意识到了他们的辛苦。

来到自行车棚，我穿上马甲开始工作。在更多的同学骑着自行车到来之前，我会先检查已停放的自行车是否需要调整位置，并将这些自行车码放整齐，腾出更多的空间来。当有个别同学乱停车时，我会及时纠正。

本次的门岗实践经历，很好地锻炼了我的沟通协调能力，让我体会到了责任与担当，更明白了公共意识与遵守公共秩序的重要性。我想，在以后的学校学习和日常生活中，我也会努力提醒身边的每一个人遵守公共秩序，爱护我们的美丽环境。





撰稿人：初二（14）班 彭臻

日期：2024. 3. 24

### 翔宇学院校内社会实践——投喂站

阳春三月，校内杨柳依依，芳草萋萋。校园里的小动物也蠢蠢欲动，焕发出新的生机。



此时，鸭子、鹅、鱼都饥肠辘辘，等待着人们的投喂。动物不能吃人的食物，那该喂什么？此时饲料的管理与售卖就显得格外重要。

高二（15）班张泽昊、初一（7）班纪诗辰、初二（5）班王恬彦作为志愿者，负责中午将饲料装袋、售卖、推销。志愿者们不仅保障了学校动物的健康生活，也为同学们丰富的校园生活做出了贡献。在同学们投喂动物时欢声笑语的背后，是志愿者每天中午坚持到岗后辛勤劳动的成果。

#### 高二（15）班张泽昊：

本周我参加了翔宇学院投喂站的实践活动，每天的任务是补货并售卖饲料。向陌生的同学推销饲料对我来说是个巨大的挑战，不过推

销成功后的成就感也是无与伦比的。看着柜子里收获的钱越来越多，我的内心充满了喜悦，也获得了满满的动力。有时湖边游玩的同学很少，给人一种巧妇难为无米之炊的感觉，这时我会盼望着出现更多的同学，以开展我的售卖工作。总之这是难忘的一周，不仅提高了我的沟通能力，而且拥有了和动物们近距离接触的宝贵机会。

### 初一（7）班纪诗辰：

这周我只去了三天，第 1 天我没有找到位置在哪里，但是卖出了一袋儿；第 2 天我和高二的姐姐一起，很多初一年的同学来买，我尽力推销最后卖出了六袋；第 3 天仍然有很多同学买，这一次我非常顺利地卖出了八袋。当看到饲料一袋袋减少的时候，我很有成就感。



### 初二（5）班王恬彦：

在这次志愿活动中，我负责将饲料装袋并记录收到的钱。我发现，如果自己买一袋饲料在湖边投喂，就会相对容易地吸引同学前来询问饲料是哪里来的。这不仅使我成功推销了饲料，而且也享受了投喂的快乐，让我的内心更加充盈。此次活动中，我不仅锻炼了人际交往的能力，而且还借此机会观察了可爱的小动物们。在春暖花开的时节，看着鸭子、天鹅在湖上悠悠闲闲地划水，啄取食物，我感到宁静与快乐。





撰稿人：初二 5 班王恬彦

日期：2024.3.24

本周的实践活动结束了，志愿者们锻炼了他们的管理能力，也陶冶了心智。期待下期的志愿者可以再接再厉，也为美丽的校园贡献出自己的力量。



翔宇学院校内社会实践 —— 面包房

春光照向大地, 风儿吹落一片片花瓣。面包房前, 飘过一阵阵迷人的花香, 引来一批批顾客。面包房内美食诱人的气味与花香相伴, 顾客们脸上都洋溢着享受的表情。

这周实践的同学是穆麒衡和江宇鲲, 他们是高二的学生。每天中午来到面包房实践, 既让他们在繁忙的学业之余放松了身心, 又学到了新的技能, 真是两全其美。他们辛苦工作, 给面包房的工作人员带来了很大的帮助, 下面是他们实践一周的感想。

**高一（12）班穆麒衡：**

通过本次面包房活动, 我感受到了社会工作中的种种, 其中既有自己动手服务他人的快乐, 也有因为疏忽闪失造成失误所带来的懊悔。它们让我感受到了劳动的不易, 但正是这劳动才能实现我们的价值, 正是这劳动才能让我们真切体验到融入社会的感觉。



**高一（12）班江宇鲲：**

在本周的志愿活动中，我不仅学习了如何做好一杯饮品，还在不断实践中找到了最节省时间的制作顺序，还小小地实现了在奶茶店打零工的愿望，真的非常感谢学校能提供这种形式的志愿实践活动机会！



撰稿人：初一（15）班 刘晨霏

日期：2024. 3. 23



### 翔宇学院校内社会实践 —— 机械维修部

二零一零的春天，空气清新，阳光柔和，大地上万物呈现出一派生机勃勃的景象。翔宇学院一如既往地把安全工作放在首位，机械维修部的同学们在校园里忙碌着，帮助学校构建了安全机械使用的美好校园。

这周，机械维修部的同学们来到高中办公楼，帮助老师们给办公室打孔固定电线，上手使用电钻，修理漏水的水管，老师耐心地指导了如何缠绕棉质条来堵水，用螺丝螺母重新安装水龙头，还帮助南食堂解决了用水问题。

之后，同学们来到了操场、喷泉广场，一个个检查路灯上的旗子，遇到被强风吹的东倒西歪的旗子，同学们爬上梯子，将被吹坏的旗子摘下，重新换上新的。大家努力克服心中的恐惧，在椅子上开始了修理工作，手拿扳手，一个一个拧紧螺丝，细细地检查。

最后，同学们来到报告厅前，维修部老师告诉同学们学校的欢迎横幅出了故障，需要大家一起配合修理。同学们很兴奋，扶着高高的梯子，帮忙给横幅串铁丝、打结，艳阳高照下，同学们乐此不疲。

正是有了这些同学的默默付出，我们的校园才更加井然有序。

### 初二（5）班程康隽：

机械维修的实践内容非常有趣，我从中收获了不少宝贵的经验。在这三天里，我和老师、同学们一起拆了横幅、撬了柜子、打洞固定了电线、挂了旗子……其中最令我印象深刻的非打洞固定电线莫属了。刚看到电钻的时候，可能是因为小时候有阴影，我感到害怕，不敢靠近它。只见老师熟练地打开工具箱，拿出电钻，装上钻头，蓄势待发。“你们要试试吗？”老师询问，我们连连摇头。老师笑了笑，找准位置，握紧电钻，按下扳机，开始钻洞。虽然墙面发生震动，产生了巨大的声音，吓得我抖了一下，但老师的手纹丝不动，死死地抓着电钻。



不到 10 秒钟，老师就钻完了，拔出了电钻。别的同学都兴奋地前去帮忙，我却不敢，蜷缩在旁边观看。眼见其他几位同学都安全的试完了，我才慢慢地靠上前去。接过电钻，我还是感到些许畏惧。老师说：“不要怕，非常简单，不会出任何安全问题的，你只需要记住牢牢地握紧钻身，长按扳机，很快就会结束的。”在老师的激励下，我铭记老师的技巧，成功钻完了一个洞。在惊讶之余，我感到兴奋，又连续钻了好几个。

这次劳动实践，既强壮了我的体魄，又培养了我坚持不懈、不畏艰难险阻的性格，也让我体会到了劳动者们的辛苦与不易。作为新时代的中学生，从现在开始我要多多劳动，帮父母做家务分担一些责任。我很感激这次珍贵又有意义的社会实践。

### 高二（12）班刘至临：

上周我参与了翔宇学院机械维修志愿者活动，这次的让我收获颇丰。

首先，我们主要完成了三种工作——剪条幅、在墙上打孔并使用螺丝将电源插座固定在墙上、更换路灯上插的旗子。通过这次活动，我学到了关于维修等方面的知识，比如在进行打孔工作时如何使用电钻，在剪条幅和换旗子的工作中如何安全地使用梯子等。

其次，这次的也让我看到了维修师傅的辛苦，每天都要在校园中四处奔波，进行修理工作。我对维修师傅们的尽职尽责、不辞辛苦的精神很是敬佩。

这次活动不仅让我学到了知识、丰富了阅历，还培养了担当精神、责任意识，在将来的学习和生活中，我要积极地运用所学的知识，帮助到更多的人。







撰稿人：高一（1）班 单思雯

日期：2024.3.24



### 翔宇学院校内社会实践 ——北食堂实践

阳光明媚，春风正暖，又是忙碌的一周。北食堂的志愿者们正辛勤地工作着。这周负责北食堂还盘区的同学分别是初二 1 班郑安孜、初一（5）班郭瑞腾、初一（5）班巫宇峰、初二（14）班王梓骁、初二（7）班栗泓涵。感谢志愿者圆满完成这周的实践任务。他们每天中午早早便到达食堂，尽心尽责地为同学们服务。

**初一（5）班巫宇峰：**

由于我加入翔学院比较晚，没有预约食堂的志愿者。但是在有同学请假时我有幸承担了学校北食堂的志愿者。

在这三天里，我帮助食堂阿姨和同学收拾餐盘，听到同学们的一句句“谢谢”，我别提多高兴了。在这个过程中，我也体会到了劳动的不易，也更加懂得了珍惜粮食。

回家以后，我能主动去帮助爸爸妈妈承担家务了。这次的志愿者活动，让我收获非常大。劳动让我知道了做什么事情，都必须有耐心、持之以恒。劳动是这样，学习也一样。我会在以后的人生道路上，发扬这种优秀品质，克服一切困难。

感谢这次活动带给我的巨大变化，如果以后还有机会，我还会继续报名参加，感谢学校给我这个机会。

### **初二（1）班郑安孜：**

本周，我又一次站在北食堂，展开我熟悉的志愿服务。虽然这不是我第一次参与，但每一次的体验都让我感到新鲜而充实。

服务的过程中，我观察到了同学们的用餐习惯。有些人会自觉地将餐具分类放好，而有些人则显得有些随意。这让我意识到，志愿服务不仅是一个付出的过程，更是一个学习和传播的过程。我可以通过自己的行动，向同学们传递节约、环保和文明用餐的理念。此外，我也在这个过程中感受到了团队合作的力量。感恩很多学长们无私奉献，把志愿工作管理得井井有条；感恩北食堂的工作人员，为我们提供完美的服务体验；感恩我身边的每一位小伙伴，让我的每一次志愿付出都

倍感愉悦。我们每个人做着自己的事情，但我们都是为了同一个目标而努力。这种默契和协作让我感到非常温暖。

每一次志愿服务都是一次成长的机会，这些经历将对我未来的生活和学习产生积极的影响。只要有机会，我就会继续参与。

我参与，我奉献，我快乐！

**初一（5）班郭瑞腾：**

北食堂志愿者服务活动给了我最好的锻炼机会和实践舞台。实践的主要任务是整理餐盘和清理垃圾。突出的感受就是，通过志愿者服务我的心灵更加清纯透彻，奉献过程中得到的快乐感受也更加深刻。

通过志愿服务，我不仅学会了劳动技巧，同学们的一声声谢谢也让我感觉自己的工作很有意义，得到很多的快乐与心灵的满足，这一切都将是我的宝贵财富，是书本学习中得不到的。以后有机会我还会继续参加志愿服务。

**初二（14）班王梓骁：**

很荣幸又参加了北食堂的实践活动。这几天中，我跟往常一样帮助同学们整理了餐盘，帮助食堂的叔叔阿姨维持秩序。我发现同学们对于筷子和勺子的归纳越来越整齐有序，再也不会把筷子放到勺子的桶里了。而且每一次帮同学们整理完托盘，他们都会对我说一声谢谢，这无疑是对我工作最大的鼓励和支持。同学们见证着我的成长，我也见证着同学们的进步。我很热爱并且愿意为学校和社会

会做出小小的贡献。我们是未来的花朵，祖国的希望，成长需要从点滴开始。北食堂志愿者工作让我获得了学校的认可和接纳，让我能够更加接近社会、感受社会。如果有机会，我肯定还会毫不犹豫地选择报北食堂志愿服务！





撰稿人：初二（3）班 刘水飞杨

日期：2024. 3. 24

审核人：夏焕春 马福东