# 2025年暑期实践日记300字(6篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2025-07-15

*暑期实践日记300字一我一进校门，就发现操场上已经站满人，啊？原来大家比我来的都要早！等老师说完注意事项之后，我们就兴高采烈地上车。一个半小时的车程很快就在我们的欢声笑语中度过。进岭南印象园，我首先解到的是传统的.爆米花：老师傅先将玉米倒入...*

**暑期实践日记300字一**

我一进校门，就发现操场上已经站满人，啊？原来大家比我来的都要早！等老师说完注意事项之后，我们就兴高采烈地上车。

一个半小时的车程很快就在我们的欢声笑语中度过。进岭南印象园，我首先解到的是传统的.爆米花：老师傅先将玉米倒入一个椭圆形的罐子里，拧紧盖子，然后把罐子放在火上烤，边烤边摇动罐子让里面的玉米均匀受热，几分钟后当罐子里的压力达到后将罐子从火上取下放到一个准备好的袋子里，用锤子猛的一敲，盖子就开，香喷喷的米花就爆好。

参观完岭南印象园，我们又来到雄伟壮丽的广东科学中心的大门口。

广东科学中心里面有很多场馆，但是我记忆最深刻的只有两个馆：一个是人与健康，另一个是交通世界。

在“人与健康”这个场馆里我知道人体的结构，还试着自己拼装人体。在“交通世界”这个场馆我们与机器人进行比赛，利用影子踢足球。我还体验到模拟撞车和翻车，在这里我学习到安全行车的重要性。

转眼间，一天的时间就要过。这次的社会实践活动，既让我解岭南的古老文化，又让我体验科技的飞速发展，收获真不少啊！

**暑期实践日记300字二**

不知不觉已经过去一个礼拜了，时间还真的蛮快的。感觉很充实。 今天乘的车晚点了，到的时候谢晨颖已经在了，正在把一件外套套上人台。 陈姐过来说礼服那边缺人手让我俩过去，于是今就变成了小工打起了下手。 礼服间真的好华丽啊，好多的婚纱穿在人台上一件一件错落有致地摆放着，居然还有试衣间，跟婚纱店似的大大的圆台并且有很华丽的圆形帷幕，这便是我梦想中的工作的地方啊。

终于知道了今天的任务，原来是有件白婚纱需要手工订上珍珠，我真的\'特别开心看到婚纱就激动。

开始还以为很容易的，原来那么讲究，得先把婚纱下摆平铺到地上，然后往空中抛珠子，要分布均匀自然。。光铺下摆撒珠子我俩就弄了一个多小时，汗… 终于验收过关后，便要开始真的动手缝制了。这是件细致活，陈姐教了两遍缝制的手法，我跟谢晨颖一人一边开始干活。

成百上千颗的珠子啊，每一颗掉落的地方就会换上珍珠，一颗一颗的缝上去，还要小心地记着手法，我几乎是半跪半趴着进行的。两个多小时后才完成了一小半我们俩就累得不行了。吃过午饭后继续。

整整一天，我们就趴在那里折腾那些小东西。真的是很辛苦，今天才知道，美丽的东西往往都花费了大量的时间金钱才得以呈现在人们面前。看着最后完工的作品，我都快热泪盈眶了。不过真的差别太大了，之前就只是一件普通的白婚纱，加这么一点缀，立马就高贵气质了，也不枉我们这么多小时的辛苦工作了。

今天更加明白了，这个职业是真的需要大量的耐心细心以及恒心的。

**暑期实践日记300字三**

20xx年7月5日 周一 雨

怀着期待的心情盼望了许久，这一天终于来了。

可是，我们要搬到本部住，有过对比才知道要珍惜现在所拥有的。本部的宿舍和小和山的.相差很大，虽然对本部的环境早有耳闻，但到了之后还是让人为之一惊，回到了初中的十二人间，心情有些低落。不过，晚上的会议却又让我斗志昂扬，哎，口才啊，还真是一门学问。

第一个晚上，被蚊子折磨得不成人形，开始彷徨了吗？看着朋友们对日志的评论，我只能这样做，既来之，则安之，让暴风雨来得更猛烈些吧！

无论遇到什么困难都要积极面对，并且尝试着去克服它，踏入社会，学会与他人相处，这就是我来社会实践的目的吧！

在本部的两天里，只能用一句话形容：闲，好闲，相当闲。第一天泡在寝室，睡觉；第二天泡在博库，看书。一个下午看完了厚厚的一本书，啊，好有成就感，呵呵，貌似习惯了本部的生活。

懒散了三天，正式实践效果会怎样，虽然在正式实践前有些抱怨，但明天的实践还是让我非常期待，既然决定留下来，就一定要有所成效。

**暑期实践日记300字四**

我有个不好的习惯，就是爱把用过的东西随手乱扔，而不放到储物箱里。时间长了，就成了一个又一个的小山。我在学校也不例外，上完一节课就把书塞到桌斗里，等到放学了我又要急急忙忙的收拾桌斗。

就这样，我的房间到处都堆的是我的东西。你肯定会问：“那你的储物箱呢？”我那些大大的储物箱里都可怜的装这那一两样东西，有的甚至是空空的，而像盖上都堆满了东西。

“唐可乐，快点收拾你的房间，都快成垃圾场了，你不怕把你淹没了吗？”妈妈生气的对我说。我听了只好无可奈何的收拾房间。

我这次要整理七个箱子和书桌。我首先分类，我把它们分成了六类，分别是看过的`书、没看过的书、获得的奖状和证书、美术用品和作品、学习用品、玩具。收拾之前，我要把它们都从箱子里倒出来分类。最后我把东西都整齐的放到储物箱里。储物箱整理完了，我还要整理书桌，书桌上面也很乱，我把学习用的文具装到文具袋里，把字典放好，我的书桌就整齐多了。

我整理一次房间可累了，以后我要用完什么就放到箱子里，我的房间就会很整齐，这样我就可以不用再收拾房间啦！

**暑期实践日记300字五**

7月20日 星期二 天气晴

今天是一个特殊的日子，由于其特殊，所以用于描述今天活动情况的语句就不能占太多的篇幅，几句话就足够了。

今天的活动，顺利而安全地进行了。早上是上课，主题是认识自我，学生们对自己有了较深入的了解。下午的主题是情绪管理，主讲人是庄媛，相信学生们在这节课之后，会掌握自己的情绪，尽量减少因为情绪控制不好而带来麻烦。

晚上才是重中之重，因为今天是本队伍社会实践板块负责人韩淼同学的生日。为了今天的准备，我们一行人很早就开始策划了。现在简要说一下。

虽说我们很早就知道韩淼同学的生日，但是我们准备的\'节目在19日才确定的。当天，我们先激怒韩淼，就是骂张扬，为什么要骂张扬呢?这个就不解释了，队伍的都知道。由于那时我和张扬在外面准备准备，具体怎么骂，听说效果不怎么会。不过由于张扬死也不接韩淼的电话，估计韩淼已经很急了，我们所希望的效果还是达到了。

由于送蛋糕的时间早了，而这个天迟迟未黑，以至于后面点了蜡烛等于没点。这个效果就不怎么明显。

由于减肥，我就不怎么吃蛋糕了。让给你们吧!

**暑期实践日记300字六**

今天是同帆暑期社会实践队出征第一天，早上八点十五分大家都准时到达了学校活动中心搭乘专车前往沙河校区。在沙河校区图书馆自习室待了一上午，我们还一起参观了沙河校区，比较了一下两个校区的不同风格与韵

味。中午和大队在第五大道吃了午饭就前往成都电信分公司，在与成都电信交涉的过程中，消除了我们之前对成都电信的一些偏见。我们队在公司的会议室谈笑风生，相互认识相互交流，这让我更加喜欢这只队伍，从大家的`

身上我可以学到很多东西。

下午六点我们c3小组踏上了实践第一站双流县的征程，经过接近一个小时的车程我们安全到达双流县电信分公司。接待我们的是邹局长，他亲自细心的安排了我们住宿，保证住宿条件的安全与舒适后便带领我们去吃晚饭。

原本以为局长应该很难接触，没想到邹局长很是低调，亲自驾车带领我们前往餐厅，还陪我们一起吃饭聊天，一下子升华了气氛，大家也都不客气的吃着这美味佳肴。我们对双流电信的接待表示非常的满意。

现在住在宾馆连着无线网吹着空调看着电视写着日志，大家也都忙着准备自己明天第一讲的内容。今天也奔波了一天了，忙完就洗洗睡吧，期待明天第一天宣讲有一个好的开头。

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