

重庆大学 2020 年暑期社会实践 工作简报

第 2 期

共青团重庆大学委员会

2020 年 7 月 28 日

目 录

- ◆ 重庆大学 2020 年暑期社会实践纪实
- ◆ 重庆大学 2020 年暑期社会实践媒体报道
- ◆ 重庆大学 2020 年暑期社会实践简讯
- ◆ 重庆大学 2020 年暑期社会实践个人感悟
- ◆ 重庆大学实践者学习《习近平与大学生朋友们》心得
- ◆ 重庆大学 2020 年暑期社会实践信息报送情况

【编者按】今年暑假，以“复兴民族，誓作先锋”为主题的重庆大学 2020 年暑期社会实践活动陆续展开。全校共 375 支实践团，3396 名学生奔赴全国各地投身“决战脱贫攻坚”、“投身成渝经济圈”、“传承红色基因”、“寻访家乡校友”和“返家乡”暑期社会实践专项行动，通过丰富多样的形式、精心策划的行程和鞭辟入里的思考，展现了重大青年实践者们的卓越风采和远见锐识，为祖国繁荣和家乡发展留下属于自己、益于人民的青春印记。

同心同德谋发展，群策群力谱新篇

【实践纪实】

服务乡村发展，助力脱贫攻坚

十九大报告指出，农业、农村、农民问题是关系国计民生的根本性问题，必须始终把解决好“三农”问题作为全党工作的重中之重，积极实施乡村振兴战略。为引导大学生关注三农问题，积极响应国家号召，我校组织开展了“决战脱贫攻坚”暑期社会实践专项行动，鼓励返家学子深入基层，走进乡村，发扬吃苦耐劳的精神，切身实地为解决“三农”问题建言献策，为我国的精准扶贫和乡村振兴贡献自己的一份力量，展现重大学子“复兴民族，誓作先锋”的风采。

今年暑假期间，我校共 89 支实践团队参与了“决战脱贫攻坚”专项行动。生物工程学院“乘风破浪”社会实践团前往重庆市沙坪坝区青木关镇石碾桥村开展扶贫调研活动。石碾桥村卫生室乡村医生冯

彬曾获 2008 年度“感动重庆十大人物”提名候选人，2010 年全国优秀乡村医生等多个奖项，是一位扶贫扶志的典型人物。在与冯彬医生的对话中，实践团了解到，目前国家在医疗健康扶贫关怀方面虽然卓有成效，但仍有值得改进的地方。与此同时，校团委学生志愿服务中心“筑梦南川”社会实践团采用直播形式向“准大学生”们介绍专业和志愿填报规则。在分享会上，除了详细的专业介绍，志愿者还结合自身志愿填报经历和精心搜集的数个事例向参与活动的学生及家长进行了志愿填报规则技巧，院校详情等多个方面的分享介绍。除此之外，经济与工商管理学院“小农优品乡村振兴”社会实践团的成员们来到开州区渠口镇毛坪村与南门进行实地调研，在与当地的种植农户和村民干部深入交流的过程中，实践团成员了解到了当地支柱农产品的特点，销售价值，种植规模以及当前面临的销售难题。通过产业负责人和政府干部的详细介绍和成员们的细致调研，实践团了解到了南坪红糖发展所面临的问题，切实感受到扶贫工作的艰难，也使得实践团成员们备受鼓舞，更加坚定实地走访调研的初心。

时代新使命，成渝新答卷

推动成渝地区双城经济圈建设，是党中央国务院作出的重大战略部署，是总书记亲自谋划、部署、推动的一项重大区域发展战略，是国家经济社会发展版图中重要的一块，是成渝两地肩上的使命，更是新时代新事业的重要开端。推进成渝双城经济圈建设也是推动高质量发展的重大战略支撑，是四川尤其是成都地区加快发展进程的重大历史机遇，对促进区域协调发展、扩大对外开放合作、新时代西部大开

发新格局的形成具有十分重要的意义。借此机会，我校组织学生以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻党的十九大和十九届四中全会精神，深入基层，开展“投身成渝经济圈”暑期社会实践专项行动，引领学生在社会实践中受教育、长才干、作贡献，培养学生的家国情怀和实践能力。

今年暑期，我校共 23 支实践团队以“投身成渝经济圈”为主题，深入探索国家重点支持的高新技术领域。大数据与软件学院“双城记”社会实践团前往北碚科技园，对科技园的管理者刘女士进行采访。团队了解到成渝经济圈对科技园的影响，一方面是加强了两地人才的互动交流，另一方面是带动了企业产品互销，助力了企业品牌的打造与企业文化的建设。同时团队还了解到科技园在“双城”发展中做出的主要贡献是对科技型企业的扶植与对科技创新人才的培养。与此同时，经济与工商管理学院“疫路前行”社会实践团前往重庆空港创业孵化基地，在重庆蜀记供应链管理公司负责人的带领下，实践团的成员们切身体会到了“智能贩卖机”这一新贩卖渠道的便捷与安全，更深刻感受到疫情对蜀记“开放无人餐饮新零售时代”诞生的催化作用。

传承红色基因，争做时代新人

二万五千里漫漫长征路，他们是风雨中那屹立不倒的擎天柱，支撑着祖国的山河，不显一丝颓势。食过皮带，啃过树皮，饮过泥水，只为躲避敌人，积蓄更多力量。这是对革命理想和事业无比忠诚，坚定的信念，亦是不惧死亡，敢于胜利的无产阶级革命乐观主义精神，

更是一种团结互助，不折不挠，勇往直前的中华民族精神，这也是永不过时，我们永远都需学习和发扬的红色精神。而学生作为国家未来建设的中流砥柱，更应该深入了解新中国建立的艰辛历程和祖国建设的伟大成就，理解中国共产党领导中国人民走向社会主义道路是历史的必然选择。学校开展“传承红色基因”暑期社会实践专项行动，引领重大学子贯彻落实“红色基因代代传”工程，争当新时代“不忘初心，牢记使命”的社会主义红色精神传承人。

今年暑假期间，我校共有 130 支实践团队在全国范围内开展“传承红色基因”的专项行动。计算机学院“红色小分队”实践团前往重庆市白公馆开展调研采访活动。实践团的成员们来到白公馆，通过走访白公馆的刑讯洞以及香山别墅，了解了白公馆曾经发生的历史事件并且深切体会到了这些先辈们不屈不挠，视死如归的红色精神。与此同时，机械工程学院“英雄城红色小分队”社会实践团前往南昌八一起义纪念馆、江西革命烈士纪念堂以及南昌新四军军部旧址陈列馆开展调研活动。除此之外，化学化工学院“无问西东”社会实践团前往重庆市江津区聂荣臻元帅陈列馆开展调研采访活动。在聂荣臻元帅陈列馆，实践团的成员们观看了聂帅从学生时代立志救国图强到积极参加革命英勇斗争，从新中国核武器的艰苦研发到伟大的航天事业奋斗终身的图文记录，一张张图片、一件件生活用品都逐一呈现了聂帅在党的领导下，忧国忧民、殚精竭虑、艰苦奋斗、为民务实的革命精神，为大家呈现了一堂生动的教育党课。

凝聚校友力量，架起沟通桥梁

校友是推动学校建设发展的重要力量。一届又一届追求梦想的重大学子在各行各业发光发热，他们的故事，或平淡或辉煌，或一帆风顺或跌宕起伏，或感人至深或发人深省……重大精神是如此鲜活明亮，校友们的人生故事是那样精彩纷呈。同学们作为母校派出的使者，奔赴五湖四海，与老校友们进行交流、对话，聆听他们的谆谆教诲，感受那一时代大学生们求真求实、坚忍不拔的学习精神，分享他们的人生经历，感悟他们的心路历程，与其共同探讨对于学习与人生发展的感悟，对于在校学生来说，是一次非常宝贵的学习机会。为加强在校友的交流，凝心聚智，引导和鼓励重大学子在社会实践中受教育、长才干、作贡献，向校友榜样学习，激励大学生立志成才，进一步传递“重大精神”，我校组织开展了“寻访家乡校友”暑期社会实践专项行动。

今年暑期，我校共有 30 支实践团队在全国范围开展“寻访家乡校友”专项行动。十余个院系派出实践团走访各地，重温著名校友的峥嵘岁月。材料科学与工程学院“彩云阳光”社会实践团，采访了在房地产行业工作的 5 位优秀校友，通过本次采访发现，大部分重大校友在房地产行业出类拔萃，他们恪守职业道德，肩负社会职责，在工作中精明强干，在生活中勤劳简朴，以实际行动践行着重庆大学“耐劳苦、尚俭朴、勤学业、爱国家”的精神。与此同时，计算机学院“以梦为马”社会实践团冒雨前往河南省平顶山市国家电网公司，对 07 级校友王立超进行了专题采访。这次采访使实践团成员感触颇深，王学长的精神风貌给每位成员都上了生动的一课。校友是我们的

榜样，我们应认真感悟校友的人生轨迹。愿我们能将新一代重大人“耐劳苦，尚简朴，勤学业，爱国家”的精神继续传承下去，为母校添光加彩。

有志青年返回家乡，夯实基层富强国家

随着我国经济的不断发展，为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，贯彻落实习近平总书记关于青年工作的重要指示，响应共青团中央面向全国大学生常态化组织开展“返家乡”社会实践活动的通知部署，为我国各项事业发展贡献新生力量，我校开展了“返家乡”暑期社会实践专项行动，号召有志青年们积极回馈家乡，投身家乡建设，夯实国家基层，共创人民安乐。

今年暑期，我校共有 103 支实践团队在全国范围开展“返家乡”专项行动。其中外国语学院“逐星揽梦”社会实践团为进一步了解奉节的历史古韵，收集更多关于古文化的资料，前往重庆市奉节县永安镇白帝城开展实地调研活动。在实地考察中，实践团成员看到了奉节县在城市建设中，做到了现代与传统的有机结合。与此同时，土木工程学院“袋袋相传”社会实践团前往重庆市沙坪坝区开展调研采访活动。随着以纸箱为代表的纸制品在日常生活中的使用量不断加大，纸制品回收成为资源回收利用的一个重要方面。在随机采访过程中，团队成员了解到了商家对使用纸袋的看法和意愿，以及大众使用纸制品的习惯，从而发现了大众环保意识的提升。

【媒体报道】

走进西安事变纪念馆，继承红色基因汲取前进力量

通过本次主题党日活动，党员干部们接受了一次深刻的革命传统教育和思想洗礼，党员干部纷纷表示，今后一定会不断增强自身的党性观念，继承红色基因，汲取营养力量，增强历史使命感和时代责任感，牢记历史，担负起实现中华民族伟大复兴的历史重任，学习、继承和发扬伟大的爱国主义精神。

（摘自中国青年网）

http://df.youth.cn/dfzl/202007/t20200709_12402809.htm

重大学子三下乡：探索“沙坪坝后花园”青木关镇的 “逢春”之路

7 月 12 日至 7 月 20 日，重庆大学“青木关”调研社会实践团（何玉莲、林圣渝等）一行 12 人前往重庆市沙坪坝区青木关镇开展了关于中小微产业在疫情前后发展状况、政府措施成果及未来预期几个方面进行了深入细致的调查。

（摘自中国青年网）

https://xiaoyuan.cycnet.com.cn/s?uid=2241485&app_version=1.1.8&sid=620331&time=1595504489&signature=olX0y8gQJwx6DGYbAEV79YPqws00p67PzMNdL3pWmnq02kveRr&sign=aalal37fe7d41ealfffe5b11491d5935#

重庆大学生探寻疫情下小微企业的“危”与“机”

7 月 13 日下午，重庆大学暑期实践团以疫情期间小微企业的生存与发展为主题对重庆金华电器成套有限公司（简称“金华电器”）进行了参观调研，企业部门经理康建平带领实践团成员进行参观并接受采访。

（摘自中国青年网）

https://xiaoyuan.cycnet.com.cn/s?uid=2220593&app_version=1.1.6&sid=619762&time=1595479320&signature=dNlWqkrwJYXnOvx5DKb1Rn0jPfnbBk108g2GjM9RLv3EPymQA&sign=ca00b14f249bf90f7b6111db61ea6156

重庆学子三下乡：走进小微企业，关注疫情经济

新冠疫情给我国的公共卫生和经济发展带来了巨大的挑战，但随着政府统筹推进防疫工作、有序推动复工复产，我国的宏观经济运行在逐步回升。为调查疫情影响下现阶段小微企业的经营状况，倾听这一微观市场主体的具体处境及发展情况，7 月 19 日，重庆大学经管学院“疫路前行”实践团前往重庆空港创业孵化基地开展实地采访，与孵化基地主任和部分入驻基地的企业进行了深入交流。

（摘自中国青年网）

https://xiaoyuan.cycnet.com.cn/s?uid=2220593&app_version=1.1.6&sid=619846&time=1595479045&signature=WnG63ezAQDowMB0v1Yg4kJZJnflAW21L8KN5yR9Xpjp0xrbdE2&sign=c7fe900745afe2dc8715e6c144aaa03e

重庆大学生对微小企业开展调研：提质以克难，担责同渡疫

重庆大学经管学院“疫路前行”实践团来到重庆协通国际物流有限公司，与总经理唐云忠先生进行采访交流，就“新冠疫情下小微企业生存困境与出路——基于重庆市小微企业的调查研究”这一实践主题开展调研。

重庆协通国际物流有限公司（后简称协通公司）是一家一站式的智慧型物流公司，公司主要从事工厂、商贸和城配物流；以及货物运输、仓储、配送等综合服务。唐云忠先生作为重庆大学的校友，热情地接受了实践团的采访。

（摘自中国青年网）

https://xiaoyuan.cycnet.com.cn/s?uid=2220593&app_version=1.1.6&sid=619792&time=1595479385&signature=e6y30XlmbkL9oxwAjJd1PmDGWhpPw84gMQE2nZKW8RNpvPrqzB&sign=381e17685d72e92eb6c8f410ffcf23b8

重庆大学“绘声绘色”实践团的艺术之旅

乡村是每个中国人无法忘怀的根，是眷恋的归宿。“脱贫致富携手行，美丽乡村有我创”，虽然实践成员们所做的只是为福来村的村民增添一道小小的风景线，但成员们相信，只要人人为家乡尽一份力，一座又一座美丽乡村的兴起，必将从梦想照进现实。希望此次的活动可以激励更多的人参与到建设美丽乡村的活动中。

（摘自重庆广电）

<https://cqxyh5.cbgcloud.com/pages/details/details.html?c>

ompanyId=cqxwzx&productId=6B1BEE01515143AFAF290F6044E54A89&
docid=5f18f48ccef31dbfb70b915a&isNew=yes&downloadTips=true&
from=groupmessage

重庆大学社会实践团到中益乡开展支教活动

路漫社工谭非介绍，重庆大学社会实践团在暑假前来支教并捐赠了教学设备，让这里的教学越来越现代化，极大地推动中益乡青少年之家教育事业的发展。

据介绍，为了更好地支持山区教学，重庆大学“爱在当夏·益乡行”小队设置了不同的主题课程，他们将在 9 天的时间里带着孩子们从认识自己到认识世界，拓宽小朋友的视野，放飞孩子们的梦想。

（摘自石柱广播电视台微信公众号）

<http://sj.shizhu.cbg.cn/2020/07/21/28976710.shtml?from=groupmessage>

赴西安事变纪念馆参观学习

为重温红色历史、传承革命精神，我校开展庆祝新中国成立七十周年系列活动。同学们赴西安事变纪念馆参观学习，缅怀革命先烈，接受爱国主义教育。在纪念馆讲解员的带领下，同学们先后参观了以“历史的转折”为主题的西安事变史实陈列室、以“赤诚爱国无悔情”为主题的张学良将军生平陈列室和以“虎将雄风一世豪”为主题的杨虎城生平陈列室。通过观看照片、实物，深入了解西安事变发生的起因、经过、结果。

（摘自交大新闻网）

<http://news.xjtu.edu.cn/info/1008/124212.htm>

陕西：西安事变纪念馆开展爱国主义教育活动

清明节前，西安事变纪念馆开展了形式多样的爱国主义教育活动。4月2日上午，在杨虎城将军烈士陵园与中国人民解放军边防学院联合开展了“清明时节缅英烈纪念杨虎城将军诞辰120周年”活动。在馆内，许多学校、团体自行前来开展纪念活动。

（摘自文物局网站）

<http://culture.people.com.cn/n/2013/0408/c172318-21054475.html>

暑期实践 重大学生调研青木关镇旅游业发展

调研小组前往青木关温泉、青木关文化庄园等旅游景点实地走访调研，发现部分旅游企业受疫情影响，还一直处于关门歇业状态，部分企业在政府相关部门的扶持帮助下，已开始恢复正常营业。调研中，同学们发现青木关镇拥有丰富的旅游资源，但有的项目未开发，特色不突出，硬件设施和环境亟待提升打造。

（摘自沙坪坝手机台）

<http://sj.shapingba.cbg.cn/2020/07/22/28977483.shtml?from=singlemessage>

细雨绵绵泣抗战英魂，缅怀先烈醒红色基因

实践团了解到抗战时期中国共产党与美国的关系和抗战时期国民政府与美国的关系，并且美国对中国抗日战争的胜利产生了一定影响，体会到中国军队在抗日战争中做出的巨大牺牲和中国人民不屈不挠的斗争精神。

（摘自中国食品网）

<http://www.cnfood.com/news/show-339128.html>

坚定革命理想，传承红色基因

在他们之中，还有不知名的“流浪儿”，被严刑拷打，依旧宁死不屈，绝不透露党的一切。实践团成员每个人都能感受到革命者宁死不屈的革命精神，他们时时刻刻保持着高昂的革命斗志，他们的意志坚若磐石。正是这样的信念和意志筑起中国革命固若金汤的精神统一战线。

（摘自大学生网报）

<http://www.dxswb.com/shijian/275606.html>

学习红岩精神，传承红色基因

革命烈士的牺牲永远被中国共产党牢记在心中，更让中共党员通过参观了解学习，切身接触和体会当年革命烈士的艰苦条件，深刻了解到革命烈士对共产主义信念的执着追求和对于艰难困境的坦然面对。

（摘自大学生网报）

<http://www.dxswb.com/shijian/276175.html>

生物学子三下乡：寻访山城遗迹 溯源红色基因

投身国家基建，热火朝天的工程建设；勇敢抗击新冠，援助邻省的无私奉献；潜心科研，研发新冠检测试剂盒，以上无一不是红色基因的新时代表达。而这些表达总能从以坚强不屈的抗战精神，宁难不苟的红岩精神找到基本遵循。红色基因，是重庆的发展的根基，唯有深厚根基，山城的建设成果方可枝繁叶茂。

（摘自大学生网报）

<http://www.dxswb.com/shijian/277237.html>

学长亲授个人经验 教你科学填报志愿

大学和专业的选择在一定程度上决定了考生的未来走向及发展，可以说是人生的一个重要转折点，因此重庆大学唐仲英爱心协会“筑梦南川”实践团于 7 月 18 日至 7 月 19 日开展线上高考志愿填报及专业介绍分享会，此次实践旨在通过直播分享，答疑互动模式让即将填报志愿的同学熟悉填报规则，掌握填报技巧，同时深入了解各个专业。

（摘自大学生网报）

<http://www.dxswb.com/gongyi/280843.html>

肩担建设职责，感悟母校精神——材料学院

寻访房地产行业校友实践纪实

重大校友以自身行动践行了重庆大学“耐劳苦，尚俭朴，勤学业，

爱国家”的精神，恪守职业道德，在工作中精明强干，在生活中勤劳简朴，为自己和社会创造了更好的明天。他们给在校的同学们指引了方向，让同学们懂得感悟校训精神，肩担社会责任，勇于到条件艰苦的基层、国家建设的一线经受锻炼，增长才干，为自己的未来努力向前。

（摘自大学生网报）

<http://www.dxswb.com/shijian/282458.html>

【个人感悟】

◆材料科学与工程学院“彩云阳光”社会实践团蔡婷婷 在与校友的交谈中，我对社会、对大学、对专业都有了进一步的了解，也学会了认真思考自己的未来和寻找自己的目标。采访过程中，学长们都很耐心真诚地回答我们的问题，也在学业、生活和未来的工作等方面对我们提出了宝贵的建议。比如在大学中，大家主要的任务还是学习，只有夯实学习好专业知识，牢牢掌握好专业技能，将来才不会在找工作的浪潮中被淹没。再比如在生活中，我们应该多结交朋友，多接触社会，才能多积累经验，这也是对未来工作生活的一个基础的准备。

同时，通过此次采访我们也发现，在经历过充实的校园生活后，大部分重大校友在房地产行业出类拔萃，工作上他们恪守职业道德，兢兢业业，以自身的行动践行了“耐劳苦，尚俭朴，勤学业，爱国家”的重大校训，我认为每个重大学子都应该向他们学习。在学习生活中，能够变压力为动力，视苦难为磨练，成为理想远大、意念坚定的新一

代。

◆计算机学院“以梦为马”社会实践团孙珮暄 这次我们实践团队来到了关系国民经济命脉的国有重点骨干企业——国家电网有限公司，对一位重庆大学 2007 级校友进行了采访。他曾在重庆大学计算机学院攻读研究生学位。通过这次访谈，我感受到了每一位重大人与母校难以割舍的感情，老学长心系母校，心系家乡，心系国家。他在重庆大学深造后回到家乡，在自己小小的岗位上不断努力，虽然遇到过困难，但也依靠自己的探索寻求到了解决的办法，逐渐在岗位站稳脚步，踏实工作，积极进取，为企业、家乡和人民谋求更好的发展。学长回忆了大学生涯经历，从他洋溢着笑容的脸上我感受到了在大学中和同学一起拼搏的快乐，以及这份快乐的珍贵。学长是我们的榜样，激励我们在大学中努力学习，努力提升自身格局，学有所成，为更多人的幸福而奋斗。

◆校团委学生志愿服务中心“寻访家乡校友”专项实践团邬雅浙 此次“寻访家乡校友”活动是一次非常有意义的活动，给了我们全新的体验和收获。原本只了解学校的我们，通过校友对社会也有了初步的了解。虽然在开始大家都不是特别熟悉，还是线上采访，但是在采访时气氛非常轻松，校友对待我问出的问题也十分认真仔细地回答。聆听校友的回答之后，我也学习到了许多的知识，让我更加了解自己今后的选择。校友积极上进的人生目标也给我树立了一个很好的榜样，他自律的生活也给了我们更多奋斗的动力，在采访的最后，校友

给重大学子的祝福也让我感到了亲切和温暖。相信通过此次活动，我们能够搭建起家乡校友和母校之间的桥梁，今后可以多多交流，共同进步。共同传承“重大精神”，宣传重大实力，让更多优秀的人进入重大，拥有更好的发展！

◆经济与工商管理学院“四人行”社会实践团赵子毫 这次的实践活动着实是一次视野的开拓。在本次采访中，我们接触到的有研究生刚毕业一年的工作人员，也有经营老练的公司经理，无一不是侃侃而谈、精神饱满地交谈着长江的生态近况、公司的环保治理、对大学生的建议忠告……这让我认识到，只掌握好过硬的专业知识还是不够的，要多深入现实环境的观察、分析，才有可能在实际中真正为环境的保护，经济的发展献出一己之力。我们知道，由环境保护催生出的经济的发展，有许多仍处于新兴领域，如节能环保产业，这也就需要更多的“新鲜血液”投入到此方面的研究。我们大学生现今正处于不断从社会汲取经验知识的阶段，有责任和义务去保护长江——我们的母亲河，这其中，投身建设其所带动的经济也是“保护”的一部分。所以说，因此这次公司探访之行点燃了我对保护长江的渴望，“多实践以丰富专业知识”便是我在这次活动结束后最大的感悟。

◆大数据与软件学院“双城记”社会实践团庞宇 通过本次对话科技园工作者、参观科技园建设成果的活动，我深刻感受到成渝经济圈带给大学科技园的影响。首先，经济圈的建设促成了科技园与地方政府的牵手，帮助企业拓宽市场，进入其他地区发展；其次，政府认

识到科技园与创新型企业在建成成渝经济圈中的重要作用，不断出台相关政策，配合、推动科技园的发展。以上成果，反映出“建设成渝经济圈”由宏观的政策逐渐细分，转化为一个个切实可行的方案，以促进两地经济健康发展。

谈及未来科技园如何利用成渝经济圈带来的红利时，刘女士强调了对创新创业人才的发掘培养和广泛与高校进行对接。科技园的创业环境，不仅为大学生提供了良好的社会实践机会，利于培养他们的创业思维，也为自身发掘、培育、留住本土人才创造机会。与高校对接，也是以高校为媒介，宣传科技园的优良氛围，吸引在校人才入驻。在成渝经济圈发展背景下，科技园逐渐成为企业培育的温床。优秀的企业可对成渝经济做出贡献，又能推动科技园可持续发展……如此，三者互利互惠，共同促进，成渝经济建设将充满希望。

◆经济与工商管理学院“疫路前行”社会实践团张潇 这次实践活动是我第一次参与小微企业的采访调研，令我收益颇丰。在与几位企业负责人的交流中，我们得知在疫情期间，虽然国家政府发布了若干政策对疫情中的企业进行扶持，但是由于扶持标准的设立，使得部分小微企业在融资等方面没有切实得到扶持与优惠，这令我不禁思考该如何对政府的帮扶政策提出一定改善建议，帮助小微企业更好发展。此外，当谈及到目前大学生以学校的科研成果为基础进行创业的问题时，企业负责人表示这样的企业缺乏一定的生命力，以政府的资金为基础，无法长久地经营下去。做企业还是应当具有一定的持续性，真真正正地为国家创造价值、为人民提供就业岗位，做一名有情怀的

企业家。他们身上所闪现的坚韧智慧、心系社会的企业家精神，令我深受鼓舞。能够接触到这些真实的实践经验，对于经管学子来说是一次珍贵的交流与学习机会，对日后的理论学习也会有一定的指导作用。

◆机械工程学院英雄城“红色小分队”社会实践团朱元晨 这次实践活动是我参加的第一次以红色精神为主题的社会实践活动。生活在南昌这座红色英雄城，却有很多红色基地都未曾到访，我感到羞愧难当。这次的活动给了我很好的机会对江西的抗战史有更深入的了解。

我们先后到访了八一起义纪念馆，革命烈士纪念堂和新四军军部旧址陈列馆。南昌是中国人民解放军的诞生地，是人民军队第一面军旗升起的地方。1927 年 8 月 1 日，在周恩来，贺龙，叶挺，朱德，刘伯承的领导和指挥下，起义部队在南昌胜利地打响了武装反抗国民党反动派的第一枪。从此，南昌便以“英雄城”而名扬中外。革命的圣火在南昌点燃了，具有燎原之势的星星之火一直延伸到了中华大地的每一个角落。看着馆里陈列的一件件落后破旧的武器装备，从中感受到了火的味道，熊熊大火依然燃烧着。我知道那是先辈们顽强不屈的斗志，坚定不移的信念。感受着孕育新中国的土地，感受着新中国开创者的艰辛和无畏，这次红色之旅是一次对心灵的洗涤，对灵魂的净化。看着那依然保持着向前姿势的先辈们的雕像，就像回到了那些峥嵘岁月里，跻身于一场场硝烟弥漫的战场。随着参观的深入，那些惊心动魄的画面就像烙进了我的灵魂深处，参观完才从方才的震撼中回过神来。先烈们的大无畏的精神和崇高的人格深深的震撼和感动了我，更

带给我对现实和未来的深刻警醒：新中国的建立是无数革命先烈用热血和生命换来的。在二十一世纪的今天，在我们的民族获得独立，人民生活变得富裕的今天，我们不能够忘记这段历史，更不能忘记这段历史中千千万万革命志士所表现出的坚定的革命信念，伟大的革命精神和崇高的人格。

◆经济与工商管理学院“寻红访烈”社会实践团刘劭琮 走进白公馆，战争的残酷浮现眼前。拾阶而上，呈现的是带有杀气的景象：碉堡、暗哨、铁丝网令人觉得阴森压抑；院中的牢房是 3 平方米左右的小屋，阴冷潮湿；屋内还陈列着各种各样的刑具：手铐、脚镣、皮鞭、老虎凳……

即便面对着这些恐怖的场景，革命先烈依旧剑指连营而无畏，笔削春秋而令乱臣贼子畏惧。即便面对着这些扭曲如蛆虫的反动派，他们依旧不改初心，忘躯为之。

参观白公馆时，我们始终步履沉重，也许是心情有些紧张，也许是此情此景过于深重，但在这块埋葬无数先烈的土地上，大家的心情久久不能平复。

有些人还活着，但他已经死了；有些人死了，却一直活在我们心中。革命先烈虽已经化作千骨忠魂，但这种精神的伟大丰碑永远矗立在我们心中。我们不应该做一个单纯的旁观者，而应成为新时代的接棒人，将先辈的精神继承发扬。同时明了“死者的遗嘱不是要报仇，而是永远不再有”，珍惜现有的和平。

◆电气学院“电气团委志愿社会”社会实践团冉晴月 在这次实践活动中我第一次有机会通过博物馆来了解巴渝文化、大后方抗战文化、统战文化，这些展览给我带来了新的认识与思考。三峡博物馆众多的展览中有不少的红色展览，这不仅是因为重庆在过去的历史中扮演着大后方的角色，也是因为国家政府对抗战历史的重视。博物馆里江姐的亲笔信实在令人动容，其中的信念、精神足以让每一个参观者肃然起敬。即使是在疫情期间，博物馆里依然有着不少的人。通过交谈，他们中相当一部分人来自重庆以外的地方，来三峡博物馆是为了更好地了解巴渝历史、巴渝文化，了解重庆在抗战历史中的特殊地位。三峡博物馆作为重庆历史的记忆者，让越来越多的人能够细致了解重庆的历史底蕴。这对于重庆这座城市和普通民众来说都是很好的。

◆经济与工商管理学院“红色基因小分队”社会实践团李穗仙 这次实践活动是以参观红色景区和采访调查为主要方式，思想教育为主要目的。这次活动收获颇丰，各个红色教育基地都将遗址复原得很完善，且收录了足够多的历史遗物，在参观过程中我了解了不少革命先辈的历史故事。像红岩村一行，我认识了饶国模女士支持革命的苦心，从简陋的篮球场中感受到革命先辈的艰苦条件和苦中做乐的积极豁达的生活态度。渣滓洞一行，更是为先辈在黑暗之中绝不屈服怀揣希望与自豪而感慨。而在采访调查方面，随机对游客的采访与线上问卷调查都展示了当今人们注重红色精神的传承，注重我们的革命历史。习近平总书记强调，红色基因就是要传承。在经过此次实践活动后，我深刻意识到党和国家在思想教育上面的重视，要做到不忘初心，党

的思想教育就永远在路上。红岩村的“红岩精神”，渣滓洞中人们对新中国到来的坚信，这是我感触最大的，我认为我辈要传承的就是这种不屈不挠、积极自信的精神。

◆大数据与软件学院“烈火红心”社会实践团向红 相比于大礼堂带来的震撼，歌乐山、白公馆、渣滓洞这一系列红色景点带给我更多的是敬畏。说实话，不是第一次去这些地方，但这么细致的参观却是第一次。歌乐山的烈士墓和红岩博物馆，我看到一面面鲜红触目的旗帜，我明白那是先烈们滚烫的血。白公馆渣滓洞，我看到一个个摆放整齐的刑具，我清楚那是为我们优秀的共产党人士准备的，我甚至可以想象当时的场景，他们被残忍地审讯、虐待直至杀害。他们没有屈服，他们有的是投身革命多年，奉献大半辈子，有的是刚出茅庐，却心系革命事业，有的有牵挂着他们的年迈的父母，有的也牵挂着他们刚出生的儿女，但是他们没有屈服，他们用鲜血为旗帜上色，用骨头为后辈铺路。如果可以穿越，我不会去问他们为什么、是什么支持着他们，因为我知道他们的信仰，他们一定会说值得，我只想说：辛苦了，人民的英雄，盛世如你所愿，我们定当向前！

◆土木工程学院“红色记忆寻访团”社会实践团刘方达 通过考察与调研上饶市集中营遗址，我们深刻的认识到了革命先辈在实现美好理想途中所遭遇的苦难与剥削。在考察过程中，我们了解到很多革命战士在集中营中遭受了非人的对待。国民党特务用诱骗，酷刑等多种手段，强迫乃至分化被关押在此地的革命者，但均未能得逞。在走

访过程中，我们还感受到烈士们为了信仰，为了理想，为了所追求的的事业而奋不顾身，抛头颅洒热血的精神。这不仅是给我们这些人一种精神上的震撼与激励，同时也引起了我们的思考，到底怎么做才能实现自己的人生价值，怎么想，怎么去追寻自己生命的意义。

◆博雅学院“武义烽火”社会实践团张孙豪 这次社会实践活动让我第一次知道原来武义在革命过程中曾经是这样活跃的一座县城。武义是一座红色基因历来浓郁且纯正的城市，武义出身的先辈不乏中国共产党革命事业中的先锋军与有力支持者，也有粟裕将军这样我党著名优秀将领在此开展传播革命的活动。浙武红军与挺进师纪念馆收集并集中展现了这段曲折岁月中可歌可泣的历史故事。不可否认，武义只是一座经济、文化相对落后的小城市，但在革命事业上武义人民却表现出了高度出色的觉悟与出色的革命斗争智慧。出身贫苦的徐英前辈拯救同志于敌人的包围圈中的智慧、邵李青前辈在永武联合秋收暴动失败时慷慨赴死的无畏精神都使我深深地受到触动。对于革命先辈的崇敬更胜以往，对于党的向往也更上一层，继承先辈的精神，为中国特色社会主义强国的建设贡献自己的青春热血。

◆生物工程学院“红色新青年”社会实践团朱雨欣 这次实践活动让我有机会近距离接触抗疫人员，亲身感受到医护人员的工作热情和工作态度，以及他们为人民服务的奉献精神和为国家排忧解难的牺牲精神。在这次活动中，医务工作者的工作积极性和她的工作精神与爱国精神相统一深深地感染了我，我对自己未来的努力方向以及面

对困难需要具备的精神条件也有了更深一步的认知。作为一名大学生，我也害怕自己未来可能会遇到的挫折困难，但这次实践访谈，让我明确了自己未来努力的方向以及认识到在家国面前需要的担当。作为新时代的青年大学生，我们更应该通过实际行动，利用学识，为祖国奉献自己的一份力量，去传承红岩精神，培养爱国情怀，脚踏实地，不断创新，向社会向祖国蓬勃新时代的红色基因。

◆环境与生态学院“继往开来”社会实践团李雪莲 岁月不曾言语，却勾勒出一幅幅峥嵘的革命画卷；时光亦不曾言说，却折射出一道道璀璨的革命熠熠。通过此次“讲好老兵故事 传承红色基因”主题实践活动，我们有幸拜访了海军老兵、抗美援朝老兵、上海地下党老兵，感悟亦颇多。

跟随老人们的思绪，我们被带回到了几十年前的那段令人惊叹的岁月。置身于彼时彼境，恍若我们离那段峥嵘革命岁月仅咫尺，不论是热血青年们的家国大义、中华儿女们的坚定信念，亦不论是抗战英雄们的舍生取义、是革命战士们的艰苦卓绝，都从老人们的讲述中体现得淋漓尽致。如今，处于和平年代，前辈们亦对后辈们寄予深深的期望，虽无战争革命的残酷，但在这中华大地上的每一处，都有我们中华儿女建设的身影，在未来，新中国的建设亦需我们这些后浪们的奋斗与努力。

◆校团委学生志愿服务中心“筑梦南川”社会实践团薛志坚 参与此次线上专业分享会对我个人来说是这个暑假一次比较有意义

的活动。作为农医学专业介绍的主讲人之一，这个身份无疑给我带来了一定的挑战。要想把关于学科专业的知识准确详细地呈现给即将填报志愿的高中毕业生们，我们需要提前做好充分的准备，小组的“小糖人”们分工明确，在课件制作上都广泛收集相关数据，确保给高中毕业的同学们带来准确的数据。虽然在分享的过程中比较紧张，但整体效果还是比较乐观。此次活动再一次让我感受到唐仲英爱心协会“服务社会，奉献爱心，推己及人，薪火相传”这一宗旨的魅力所在，通过这次活动，我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力，还丰富了许多工作经验，自己的认识和理论水平也明显有了很大提高，也让我对以后的生活和工作充满了信心。我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战，这对我个人来说无疑是一次受益终生的经历。也期盼我们的介绍能给观看分享会的同学提供有用的信息，希望他们都能够踏进自己心仪的大学校园。

◆生物工程学院“乘风破浪”社会实践团文骏萍 今日去访问了冯彬医生，进入卫生室的时候整个环境都很整洁，没有那种医院惯有的味道，卫生室里穿白大褂的只有他一个人，进去时他正在座位上安静的看表，当我们和他打招呼时，他人也特别亲切，让我们坐。他谈到目前面临的困难是药品时，让我想到了之前访问的几位老人其中有一位也是说到了药品费用问题，这些钱占用了生活的一大部分开销。又让我想到了之前让我痛哭流泪的一部电影《我不是药神》，里面反映的也是药品价格的问题，我记忆深刻的一个画面是当警察审问时，一位老人哭着说他们只是想活下去。这是真实故事改编的电影，也反

映着我们国家一个特别沉重的问题。我很感恩现在，我的家庭没有因为疾病而致贫，我的爷爷奶奶虽身有疾病却也能够很好的就医，但是我知道，我理解，有很大一部分人都因为医药费而深受折磨。我希望我们国家能变得更强大更好，这样能给予贫困人口的支持就更多。但我也希望国家能够修缮有关保护医生的法条，冯彬医生这样的善良的人，需要得到社会的保护。

◆马克思主义学院“凉山脱贫”社会实践团王雪 经过几次下乡采访，我对“贫困”一词的概念有了更深层次的理解。致使一个地方的贫困的确存在太多的因素，在我看来地理环境是非常重要的一个因素，但却不是决定性因素。不可否认在大凉山这个地方，自然条件真的很不好，尽管这里有着美丽的自然风景，但是它留给人们最深刻的印象还是贫穷。凉山地处横断山脉区域，直到现在我仍觉得这里的交通很不方便，虽然与曾经相比较已经有了极大的改善。离开大凉山来到外面读书的我，每一次往返家与学校，最大的愿望就是希望家乡能有高铁动车，无奈的是我想直到自己毕业以后，这样的愿望可能也无法实现。交通的不便成为了制约这个地方经济发展尤为重要的一个因素。另一方面则是这里的文化贫困，观念的落后，能够改变文化贫困的我第一瞬间想到的就是教育。大凉山作为自治州，在很多政策上面是有优惠的，这一点我深有感触，因为我们的高考成绩是有照顾分的，但很多受过政策优惠的学生出去后就再也没有回来建设自己的家乡。我不能去否定那些出去的孩子，因为每个人都有选择去更好地方发展的权利，这是每个人的选择。我也仍相信有许多和我一样舍不得离开

这片土地的孩子，想回来建设大凉山！

◆机械工程学院“青年关”社会实践团卢春花 这是我首次走进村舍，实地走访贫困户，亲身感受他们的生活环境。作为一名参加脱贫攻坚调研活动的青年，我感受到了过去扶贫工作对他们生活条件实打实的改善和保障支持。同时，我注意到扶贫工作人员与贫困户之间的亲切交流与热情互动，有着家人一般的嘘寒问暖，这深深打动着我。心心相印，这种亲切温暖说明过去的扶贫工作摆脱了机械化的、口令式的宣读，做到了落到实处的、灵活的帮扶；这种相处模式可以更好的落实工作，反馈情况，以及传递温暖力量，优化扶贫组织结构，大大地增强扶贫效果。如果让温暖力量、人性化帮助熔铸于贫困户、扶贫人员、社会力量之间的关系缝隙之中，实现扶贫工作的整体一块，底部坚实的大船一定可以于黑夜中播撒温暖，于浪涛中团结坚强，为到达彼岸而同心奋斗，最终打赢脱贫攻坚战！

杜甫说“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”即使“吾庐独破受冻死亦足”；范仲淹“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”；“穷则独善其身，达则兼济天下”……从古至今，中国人就传承着“天下关怀”的为人准则与理想追求，所以今天扶贫不仅是工作任务需要，更是我们对祖国同胞最基本的关怀，是作为中国人的人性需要。对于脱贫攻坚战来说，不是需要所有人去冲锋陷阵，但需要每一个人在其中找到自己的工作岗位，扮演好自己的角色，贡献自己的一份力量！

◆外国语学院“溪愿”社会实践团张乐谦 在本次实践活动中，我担当老师的角色给小学的孩子们上课，通过将物理融入生活的方式，带小朋友们体验物理的奇妙。第一次上课，讲的内容是趣味物理之重力篇，重难点在于重力的计算。出乎我意料的是，小朋友们对知识的接受能力很强，在我讲完计算公式以及一道例题后，小朋友们就能够独立计算出我给出的其他例题了。在课堂的最后，我着重的表扬了今天小朋友们的出色表现，也夸奖了他们认真的态度。经过几天线上接触，我发现这些孩子对于未知的知识充满兴趣。但由于时间的有限，在这段时间里我能够做的只是打开他们的求知的大门，仅仅能够给他们带去一些新的理念和方法，给他们的暑假增添求知的快乐。

整个活动中给我留下印象最深的还是孩子们的热情——他们在贫乏的条件下并没有失去纯真，也没有失去对知识的渴望，依然以饱满的热情对待学习，这使我感到欣慰。我想尽我所能为孩子们做些什么，让他们更健康，更快乐的成长，这是我们所有参加支教的志愿者们共同的心愿。

◆艺术学院“绘声绘色”社会实践团蒋瑶 这次实践活动是我参与的第一次“三下乡”主题的社会实践活动，也是第一次参与了五十米长墙的墙绘。我们小组以乡土文化、人文情怀为主题，旨在丰富福来村的村容村貌，为美丽乡村建设出一份力。在活动开展的过程中，我发现居民们对于艺术和涂鸦也都有很大的兴趣，许多村民和小朋友都加入了我们的实践过程，实是一种“双赢”。尽管在酷日下的路边作画有许多的困难和不便，但当最终成果得到了村民们的认可和赞许

时，我感觉一切都是值得的。此次经历，更是让我深深体会到了我们实践活动的教育意义。建设美丽乡村，除了物质和基础设施的富足，更离不开美的宣扬和精神建设。长墙上所描绘的关于“文明和谐”、“敬老慈幼”等社会主义核心价值观图案，既是乡亲们美好的心愿，也是所有人民共同的期待。

◆马克思主义学院“燃梦青春”社会实践团邢瑞 在竹溪镇白云村的这两天，我们到村委办公室进行了参观和学习，去探访了种植柚子、无花果、李子等水果的果农，收获颇多。习近平总书记在打好精准脱贫攻坚战座谈会上的讲话中指出“打好精准脱贫攻坚战，是我在党的十九大报告中提出的三大攻坚战之一，对如期全面建成小康社会、实现第一个百年奋斗目标具有十分重要的意义。”党的十八大以来党中央高度重视脱贫攻坚工作，并作出了一系列重大部署和安排，全面打响了脱贫攻坚战。当前我国的脱贫攻坚取得了决定性进展，积累了很多宝贵的经验，但同时不可否认的是当前脱贫攻坚工作还面临着困难和挑战。习近平总书记也多次强调青年学生要下乡做社会调研，认为“大家搞调研，既可以深化课堂所学的知识，还可以发现很多课堂之外的事情。”通过本次的社会调研，我更加深刻的感受到了脱贫攻坚工作的重要意义，对脱贫攻坚的认识也不再仅仅是书本上简单的文字了，而是真正关系着贫困家庭的温饱问题、孩子的教育问题、老人的看病问题等。本次调研不仅提高了自己的实践能力，同时也在余坤身上看到了当代青年该有的样子，这将是我学习中重要的一课。

◆数学与统计学院“爱在当夏”社会实践团张禧颖 来到石柱中益乡不过短短几日，这里的一切却让我感触颇深。当地民风淳朴。对于一群陌生人的突然到访，每一个乡民都用他们的热情和温暖来迎接我们。在这几天里，我们看到了当地居民给我们分享自家果子的质朴和真诚，看到了土戏、竹编传承人对传统文化和手艺的坚持，感受到了所有人对我们支教和调研工作的全力支持，这里淳朴的民风让我感受到了人们朴实无华但却满怀真诚的美好。孩子们天真烂漫。通过课上和课下和小孩子们的交流，他们的简单和可爱融化了我们所有人，在课堂上孩子们认真听讲，课后热情地邀请我们参与他们的游戏，甚至把自己的零食分享给我们，这份简单天真正是随着我们在城市的喧嚣里逐渐长大而慢慢丢失的，却也是最能触动我们的东西。教育事业尚需改善。青少年的成长和发展决定了中益乡的未来。近年来，通过各方的共同努力，中益乡的教育设备物资条件已经有了很大的改善，但是当地居民观念还稍显落后，深深影响着下一代的教育。如何改变一些陈旧观念，激发青少年们学习的积极性，启发他们找到自己的梦想，引导孩子们去努力放飞自己的梦想是我们需要思考的问题，也是我们努力的方向。

◆电气工程学院“爱心之行”社会实践团李瀚辰 对老人的赡养体现了一个国家的文明水平，而中国正在步入老龄化社会，我们因此更应悉心呵护扶养老人。然而，现代文明的快节奏导致诸多年轻人为了家庭无暇承担对老人的应尽的义务，许多老年人被送进养老院来度过他们的晚年。而我们作为新时代的青年人，我们有义务与担当来为

“老有所养”的基本政策贡献自己的一份力量。百善孝为先，照顾老人是我们义不容辞的责任，这不仅是中华民族传统美德，更是我们的时代担当。

作为当代大学生，我们应时刻牢记当今的盛世太平是老一辈人们用血汗奋斗来的。饮水思源，我们不仅要珍惜当今生活，更要去主动呵护老人，为其养老生活增添一份乐趣，为其消解独自生活的孤独，为其晚年涂抹几分靓丽。在此次活动中我学到了很多，也反思了很多。我要时刻牢记为人民服务的宗旨，发扬尊老敬老爱老的良好风尚，培养和提升公民的社会公德意识，发扬为社会主义事业服务的远大理想，发扬雷锋精神，成就他人，光荣自己。

◆外国语学院“逐星揽梦”社会实践团蒋星月 在 3 天的实地考察过程中，我不仅深切地感受到奉节县浓浓的历史文化底蕴，更感受到了当地人对于本地文化的认同和喜爱。考察过程中，通过随机对几位中学生的采访，我了解到奉节的中学生不仅学习教科书知识，当地初高中还开展了“夔龙术”（当地传统的健身运动武术）学习、“竹枝词”主题系列学习。访问途中遇到的一个约两三岁的小孩子给我留下了极深刻的印象。我问他认不认识诗人，他说他认识杜甫和李白。而熟悉奉节的人都知道，李白和杜甫在诗城奉节的崇高地位。而在树荫下乘凉的老人们，手里的纸扇和布扇上都写着关于夔州的诗词。从幼子到老人，每一代人都对自己家乡的文化充满着尊重和喜爱，一代一代的薪火相传，这也是文化能够源远流长的原因吧。他们眼中流露出来的对自己家乡文化的自信和崇尚，令我感动。而实现文化的普遍

化和大众化，将传统文化深入每一个人的日常生活里，把文化的受益者实现低龄、高龄双向发展，便成为了重大青年的重要使命。只有努力完成这个使命，才能真正实现文化自信、民族自信，使我们的民族屹立于世界民族之林。

◆土木工程学院“袋袋相传”社会实践团黄海林 “夜空最美的是银河，沧海最美的是碧波，大地最美的是鲜花，天下最美的是中国”。《美丽中国》这样唱到，作为新时代的新青年，我们有责任为美丽中国建设添砖加瓦。塑料是目前环保建设中最大的问题，我们通过走访废品回收站，了解到废纸品的回收处理方式，每天回收到的纸品数量多，这说明人们具有一定的环保意识，但是在现场我发现其实有很多纸箱都是较新的，还可以循环利用很多次，说明人们的反复利用的意识还需要加强；通过走访快递点，我们了解到纸箱的需求量很大，大部分包装都是使用的纸箱，但人们一般拿了快递不会拆开留下纸箱，造成纸箱回收少、用量大的现象；通过随机采访群众，我们了解到个性化使用习惯差异大，一般中年人及以上人群大多偏向使用塑料袋，关于塑料袋不可天然降解、危害生态环境的意识较低，但是青年人，特别是学生，环保意识很高，一般都会选择使用纸袋，并且会反复使用 20 多次直至破损，最后累积再卖往废品回收站回收处理。我想说的是，使用纸袋也好，塑料袋也罢，其实最大化利用它们价值的方式是反复使用它们，而不是当作一次性袋子。而我们要做的事还很多，不仅仅是呼吁大众将环保意识付诸实践，身体力行减少塑料袋的使用。还应该发挥我们的智慧，开拓变废为宝的途径提供给大众，

实现“一物多用”、“袋袋”相传，探索现代可持续生活方式的新奥秘。

◆电气工程学院“舌尖上的数理”社会实践团邓艳林 这次实践活动是我大学以来参与的第一次以线上调查、线下采访为主要形式的暑期社会实践活动。在实践开展过程中，我清楚的了解到食品浪费现象不仅存在于学校食堂内部，在学校之外的许多餐饮部门也是广泛存在的，尤其是对于举家搬迁、楼盘开张等举办的“无事酒”宴席浪费更是严重。经过一系列的调查，我发现大多数食品浪费现象与中国民众自身存在的“酒桌”文化和人情“面子”分不开：在他们眼里，请人吃饭、办理宴席应当奢华有排面，“宜奢不宜简”、“宜多不宜少”等传统观念已根深蒂固地驻扎在他们心中；若是请别人吃饭，而菜却被吃得一干二净，这才是一种“丢面子”的行为。正是这样，一顿饭局下来，无非是人与人之间关于“面子”的一场豪赌，菜吃不完赢面才更大，而饭菜却倒霉的成了赌注，错当“炮灰”。

通过与餐饮店老板、顾客的沟通，我发觉目前要改变这些人的这些传统观念还很难，但是我们也能看到许多变化：“光盘行动”、“节约粮食”等标语更多地出现在餐厅甚至是其他公共场所，而我相信，终有一天，每一位公民都能自发并且自豪地去践行节约粮食的美德，让“舌尖上的浪费”不复存在。

【实践简讯】

➤7 月 18 日，电气工程学院“回访校友”社会实践团以线上视频的方式进行采访，与 1996 级校友彭敬交流，校友希望重大学子们能够专于学术，让重大更上一层楼。

➤7 月 18 日，计算机学院“红色基因小分队”社会实践团参观了戴笠公馆，通过网搜资料和访问游客的方式了解人们参观公馆的原因和希望达到的目的。

➤7 月 18 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团来到了湖北省天门市，参观并考察调研天门市实验小学，感受改革开放过程中天门教育事业的变化和中国特色社会主义在教育中的实践成果。

➤7 月 18 日，博雅学院“武义烽火”社会实践团来到了浙江省武义县王村，参观并考察调研浙武红军与挺进师博物馆，了解武义红军的建立、发展历程，重温红色记忆，感受先烈在危难中与敌人斡旋的机敏与为革命大业奋不畏死的勇敢。

➤7 月 18 日，生物工程学院“红色新青年”社会实践团来到了重庆市铜梁区，走进区政府，与政府党员工作者交流访谈，了解到党员前辈的崇高理想与为人民服务的热切，感受到红岩精神与爱国情怀的重要性，理解到当代青年肩负的责任与使命。

➤7 月 18 日，计算机学院“红色小分队”社会实践团来到了重庆市白公馆，参观并考察调研了白公馆和当地群众，了解了白公馆曾经发生的历史事件以及深切体会到了这些抛头颅洒热血的先辈们不屈不挠，视死如归，为了全中国的解放而献身的红色精神。

➤7 月 18 日，化学化工学院“走访老区，红色筑梦”传承红色基因社会实践团来到四川省恩阳古镇，进行红色历史故事记录和红色文化传承探索实践活动。10:00，实践团成员来到恩阳革命法庭旧址，和旧址传承人王建川老师展开学习交流。

➤7 月 18 日，能源与动力工程学院“星火初心巴渝印记”社会实践团来到中国人民解放军重庆警备区某干休所，参加了“传承红色基因，聆听前辈心声”活动，通过军队系统离休干部的演讲，实践团成员们学习到了他们的初心和故事，感受到了他们对后辈们的期望与祝福。

➤7 月 19 日，材料科学与工程学院“彩云阳光”社会实践团云阳分队参观了重庆云阳江来实业集团，对孙伟波和张军学长进行了采访，了解到重大学子为中国房地产行业做出的贡献，总结了许多土木专业学习方法。

➤7 月 18 日，生物工程学院“乘风破浪”社会实践团重庆分队来到了重庆市沙坪坝区青木关镇石碾桥村，与当地扶贫扶志典型人物冯彬医生进行了交流访谈，了解了健康帮扶产业目前的需要，感受了国家打响脱贫攻坚战役以来在医疗政策方面给予贫困人群的红利。

➤7 月 18 日，校团委学生志愿服务中心“筑梦南川”社会实践团运用直播软件针对部分考生仍对高考政策认识不足的问题开展了面向高考毕业生的志愿填报规则与技巧介绍活动。

➤7 月 18 日，经济与工商管理学院“青木关”社会实践团来到重庆市沙坪坝区青木关镇，对当地街道状况、商铺分布、居民住房等进行了考察，深入与当地居民进行交流和采访，了解当地基础建设和

民生状况。

➤7 月 18 日，艺术学院“绘声绘色”社会实践团成员赵舒婷、唐倩茹、雷迅、王旭一行前往小北门外画材店采购了墙绘活动所需要的材料。

➤7 月 18 日，数学与统计学院“爱在当夏·益乡行”社会实践团在领路老师的带领下参观习近平总书记在重庆中益乡华溪村开展村落会议的村民马培清家，了解当地黄连等产业发展与产业扶贫情况，感受“先吃黄连苦，后享蜂蜜甜”的华溪村脱贫精神。

➤7 月 18 日，电气工程学院“爱心之行”社会实践团继续在鸿禧养老院开展社会实践活动，帮助养老院工作人员布置新的活动室，收拾整理房间，打扫新房间卫生，并进行屋内装饰的美化。

➤7 月 19 日，电气工程学院“回访校友”社会实践团以线上视频和线上语音的方式进行采访，与 1980 级校友王主丁、1997 级校友刘冲、1997 级校友陈世刚、1997 级校友黄罔交流，校友们希望同学们在本科 4 年阶段打好基础，这样才能够“走遍天下都不怕”。

➤7 月 19 日，校团委学生志愿服务中心“寻访家乡校友”社会实践团成员邬雅浙采访了 2008 级校友谭灵，此次采访得到了校友的大力支持，最后圆满完成了采访。

➤7 月 19 日，大数据与软件学院“双城记”社会实践团对北碚国家大学科技园管理者刘女士进行了采访，了解成渝经济圈为科技园带来的影响，以及科技园在成渝经济圈中的定位。而校园小分队在各学院群、楼栋群及线上寻找创新创业的对象进行问卷调查。

➤7 月 19 日，经济与工商管理学院“疫路前行”社会实践团前

往重庆空港创业孵化基地，开展实地调研采访活动，了解疫情期间小微企业的生存经营状况。

➤7 月 19 日，机械工程学院“英雄城红色小分队”社会实践团来到江西南昌市西湖区，参观并考察调研了八一起义纪念馆、江西革命烈士纪念堂和南昌新四军军部旧址陈列馆，探寻了英雄城南昌的红色记忆。

➤7 月 19 日，经管学院“Fighting”社会实践团来到重庆市沙坪坝歌乐山，参观了红色革命基地渣滓洞和白公馆。了解到了革命遗迹背后的革命故事，学习红岩精神。

➤7 月 19 日，化学化工学院“走访老区，红色筑梦”社会实践团来到四川省巴中市 AAAA 级风景区佛头山森林公园内的刘伯坚烈士纪念馆，怀着无比崇敬的心情开始了对刘伯坚烈士的一生的探索，感受先辈们的革命精神和革命意志。

➤7 月 19 日，生物工程学院“红色新青年”社会实践团来到了重庆市铜梁，走进铜梁中学，与该校师生们交流访谈，了解到郭汝槐先辈曲折而又令人心生敬意革命历程，感受到当地学生们对红色记忆的传承和敬意，理解到当代青年牢记历史，传承革命记忆的使命与担当。

➤7 月 19 日，经济与工商管理学院“寻红访烈”社会实践团来到了重庆市白公馆，参观并调研白公馆的历史，感悟白公馆中革命烈士宁死不屈和顽强护党的精神，缅怀这一段沉重的历史，这段痛苦的回忆是共产党人不能忘记的。学习优秀革命先烈，继承红色革命精神。

➤7 月 19 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团在天门市

实验小学开展了主题教育宣讲，获得孩子们的热烈反响。

➤7 月 19 日，经济与工商管理学院“红色基因小分队”社会实践团来到了重庆市红岩村，参观了红岩博物馆，这一天的游客量不算多，馆内的环境很清幽，也正好衬托出了革命伟人的精神力量，红岩村就像“红岩”二字一样有力量，扎根于游客心中。

➤7 月 19 日，校团委学生志愿服务中心“筑梦南川”社会实践团运用直播软件面向高考毕业生分批次进行了长达六小时的艺体、农医、社科类专业分享交流活动。

➤7 月 19 日，经济与工商管理学院“青木关”社会实践团旅游业小分队来到重庆市沙坪坝区青木关镇，对当地老街、温泉、文化庄园等景点和旅游资源进行调研，了解当地旅游业的发展情况。

➤7 月 19 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员在线上给天元乡中心小学和红路小学的小伙伴们开展了“趣味手工坊”等四门兴趣科普课程，激发孩子们的兴趣，突破眼界的限制，从而看到更加多姿多彩的世界。

➤7 月 19 日，艺术学院“绘声绘色”社会实践团前往重庆市桃花山景区福来村开展乡村治理墙绘活动，绘制“慈老爱幼”、“邻里和睦”等文化宣传图。

➤7 月 20 日，材料科学与工程学院“彩云阳光”社会实践团云阳分队参观了碧桂园云阳项目“天麓湾”并采访了张锋学长，他指出同学们要学会整合身边的资源来提升自己。此外，队员采访了在中衡卓创公司工作的叶天麟和余志强两位学长，总结出在信息时代，一定要注重培养信息的收集和分析能力。

➤7 月 20 日，电气工程学院“回访校友”社会实践团以线上视频和线上语音的方式进行采访，与 1997 级校友杨保龙和 1997 级校友王良毅交流，校友们建议多参加实践活动，多进入企业进行实习。

➤7 月 20 日，校团委学生志愿服务中心“寻访家乡校友”社会实践团成员朱浩然于线上对重大毕业校友白洲进行了 15 分钟左右的采访，了解其在疫情中感受，以及重大人身份对其的特殊意义。

➤7 月 20 日，大数据与软件学院“双城记”社会实践团校园小分队通过创新创业各种比赛群联系其负责人进行问卷调查，迅速获得较多数据，同时也收到参与者对问卷的建议，便于后期根据采访团队的情况设计深度采访的问题。

➤7 月 20 日，经济与工商管理学院“疫路前行”社会实践团来到重庆梵美兰卡工业园与企业家交流并进行实地调研采访活动。

➤7 月 20 日，经济与工商管理学院“红色基因小分队”社会实践团再一次来到了红岩村，随机访问了几位游客，有外地的，有公司组织的，有教育孩子的，通过与他们的对话，实践团成员发现，红色基因已经引起了社会的极大关注，尤其在明年建党 100 周年之际。

➤7 月 20 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团在天门市实验小学开展教学调研，与学校老师分享了教育理念。

➤7 月 20 日，电气工程学院“电气团委志愿社会”社会实践团来到了重庆市歌乐山革命纪念馆，参观并考察调研歌乐山烈士墓、白公馆、渣滓洞，了解红岩精神，感受红岩精神在历史发展中不断传承的成果。

➤7 月 20 日，生物工程学院“红色新青年”社会实践团来到了

重庆市铜梁区安居古镇，不仅参观了安居古镇古色古香的风景名胜，而且采访了一位经历过抗美援朝的老兵，深刻理解了爱国爱党、团结互助、吃苦耐劳的红色精神，并且下定决心要将红色基因传承弘扬。

➤7 月 20 日，经济与工商管理学院“Fighting”社会实践团来到重庆市红岩魂陈列馆，采访红岩干部党性教育基地的一名代班老师。了解到党性教育，明白了入党的意义。

➤7 月 20 日，化学化工学院“走访老区，红色筑梦”传承红色基因社会实践团来到四川省巴中市平昌县佛头山文化产业园红色文化区，进行红色历史故事记录和红色文化传承探索实践活动，来到中国工农红军石刻标语园，从石刻中探寻红色年代的往事，感受先辈们的革命精神和革命意志。

➤7 月 20 日，艺术学院“成都战役纪念馆学习小组”社会实践团来到了成都市蒲江县，参观并调研成都战役纪念馆，了解成都战役的背景与经过，深刻感受到先烈们为革命胜利展现的不怕流血牺牲的崇高精神。下午，全体成员来到成都战役烈士陵园，参观烈士墓、红军墓，成员们静默肃立，共同表达对中国共产党的无比忠诚和对革命烈士的无限敬佩。

➤7 月 20 日，能源与动力工程学院“星火初心巴渝印记”社会实践团在线上与重庆市树人凤天小学开展了“传承红色基因”分享会。会上实践团成员讲述了经典红色故事，引领同学们通过绘画表达对红色基因的理解，延续了红色基因的传承。

➤7 月 20 日，马克思主义学院“凉山脱贫”社会实践团来到四川省凉山州盐源县平川镇，采访盐源县平川镇人民政府工作人员，了

解了该镇的政区沿革和名称由来、位置境域、环境资源与人口，对该镇有了初步了解。

➤7 月 20 日，经济与工商管理学院“青木关”社会实践团部分成员赴重庆市沙坪坝区青木关镇，就青木关镇产业相关问题，向当地政府咨询相关情况与问题，受到了经济发展办公室负责人李长亮热情款待与耐心解答。

➤7 月 20 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员紧接上次课程内容，在线上给天元乡中心小学和红路小学的同学开展了“我手绘我心”等四门艺术及科普课程。了解到天元乡基础教育情况，并从其受制情况下手，提供有效帮助，让孩子们能获取到更好的学习资源，提高孩子们的综合素质，扶贫扶智。

➤7 月 20 日，艺术学院“绘声绘色”社会实践团前往重庆市桃花山景区福来村开展乡村治理墙绘活动，绘制“社会主义核心价值观”系列宣传图。

➤7 月 20 日，数学与统计学院“爱在当夏·益乡行”社会实践团在重庆市石柱县中益乡华溪村青少年之家举行隆重的捐赠仪式即开营活动。谭主席介绍了中益乡近年来教育的发展，并代表中益乡对团队的捐赠与支教活动表示衷心的感谢。开营仪式落幕后，队员们与孩子们相互自我介绍，展开一系列破冰活动。

➤7 月 20 日，外国语学院“逐星揽梦”社会实践团来到了重庆市奉节县，参观并实地考察奉节县白帝城，了解奉节县文化发展历程，感受中国传统文化的美丽以及文化保护的重要性。

➤7 月 20 日，计算机学院“留守儿童关爱教育”社会实践团来

到了安徽省阜阳市颍上县十八里铺镇中心学校，与校领导和工作人员进行了细致的沟通和交流，了解当地留守儿童的状况，商讨进一步的行动方案。

➤7 月 20 日，电气工程学院“舌尖上的数理”社会实践团成员们返回各自家乡，针对现有食品浪费现象设计并完善调查问卷，并发布了网络问卷。

➤7 月 20 日，机械工程学院“青木关”社会实践团来到重庆市沙坪坝区青木关镇石碾桥村实地走访了部分贫困户和实地调研了当地的扶贫工作实际，广泛采集信息，提供了有效的数据反馈与数据支持。

➤7 月 21 日，电气工程学院“回访校友”社会实践团以线上语音的方式进行采访，与 1997 级校友佟继春交流，校友希望同学们勇于奋斗、谱写自己辉煌的未来。

➤7 月 21 日，校团委学生志愿服务中心“寻访家乡校友”社会实践团成员李楠于线上，对重庆大学 2016 级电气学院研究生校友唐书窗进行了采访，收获颇丰。

➤7 月 21 日，化学化工学院“无问西东”社会实践团来到了重庆市江津区聂荣臻元帅陈列馆，了解聂帅生平事迹，感受红色文化的熏陶和红色精神的引领。

➤7 月 21 日，光电工程学院“同心燃梦”社会实践团通过网上视频的学习，了解了中国的伟大革命历史以及付出的汗水与热血，感受到了中国伟大的红色革命精神。通过线上会议讨论并且分配了准备工作，分别有：准备采访问题、设定采访流程、联系采访对象等预备

事宜。

➤7 月 21 日，生物工程学院“红色青年”社会实践团来到了重庆市铜梁，走进铜梁区人民医院，与援鄂医护人员进行交流访谈，了解到援鄂医疗团队的崇高信念与为国家排忧解难的奉献精神，感受到红岩精神与爱国情怀的重要性，明确了当代青年未来奋斗的方向和精神指引，理解到当代青年肩负的责任与使命。

➤7 月 21 日，电气工程学院“电气团委志愿社会”社会实践团前往重庆市江津区，参观并考察调研聂荣臻元帅陈列馆，了解聂荣臻元帅的先进事迹，学习聂帅身上伟大的红色精神。

➤7 月 21 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团来到了天门市竟陵初中，参观并考察调研竟陵初中，了解学校发展历程。

➤7 月 21 日，土木工程学院“红色记忆巡访团”社会实践团来到广东省广州市黄埔区，参观了黄埔军校旧址纪念馆，了解了第一次国共合作时共产党革命先驱的革命事迹，了解到共产党在北伐战争时期作出的巨大努力。

➤7 月 21 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员在线上给天元乡中心小学和红路小学的孩子们开展了“趣味英语”等四门趣味科普课程，通过课程趣味性和启蒙意义，帮助他们了解外面的世界，带给他们一些课堂里无法学到的东西，激发他们本真的创造力。

➤7 月 21 日，艺术学院“绘声绘色”社会实践团前往重庆市桃花山景区福来村开展乡村治理墙绘活动，绘制重庆大学标志性建筑物、表情包等图，宣传重庆大学校园文化。

➤7 月 21 日，马克思主义学院“燃梦青春”社会实践团在创业

青年余坤的带领下，实地调研走访了白云村的建卡贫困户，了解了当地精准扶贫工作的开展以及余坤对贫困户的帮扶情况，感受到了青年的社会责任感以及扶贫工作的社会意义。

➤7 月 21 日，数学与统计学院“爱在当夏·益乡行”社会实践团在重庆市石柱县中益乡华溪村青少年之家开展了多彩外语、魅力文明、传统手工绘画技艺——扎染等课程。激发孩子们对其他国家语言的兴趣，了解世界古文明。并于傍晚时分给社区老人与孩子们播放爱国教育主题电影——“中国机长”，传播中国正能量，树立爱国之心。

➤7 月 21 日，外国语学院“逐星揽梦”社会实践团来到了重庆市奉节县，实地考察奉节县宝塔坪，亲身体会到文化遗产保护的意义以及其对提升民族文化自信的重要价值。

➤7 月 21 日，计算机学院“留守儿童关爱教育”社会实践团在实践校工作人员的安排下，与指定的留守儿童取得联系，初次见面。

➤7 月 21 日，电气工程学院“舌尖上的数理”社会实践团成员们采取实地走访的方式，在各自家乡的餐饮店采访了餐饮店内的老板、顾客、服务员关于食物浪费现象的看法等问题。

➤7 月 22 日，计算机学院“以梦为马”社会实践团来到了河南省平顶山市国家电网公司，对重庆大学 07 级计算机学院研究生王立超进行采访，通过了解校友的生涯轨迹，体悟重大精神，感受校友与母校之间的深厚情谊。

➤7 月 22 日，经济与工商管理学院“疫路前行”社会实践团前往窝克孵化器和重庆蜀记供应链管理公司，探寻疫情经济新机遇。

➤7 月 22 日，经济与工商管理学院“红色基因小分队”社会实

践团来到了渣滓洞，了解了在这里斗争过的先烈们的英雄事迹，参观了当时的牢房，感受到了红色基地的现实意义，只有身临其境，才能感同身受。

➤7 月 22 日，土木工程学院“红色记忆寻访团”社会实践团来到江西省上饶市，参观并调研了集中营遗址，博物馆，了解了革命先辈对于心中理念的坚定以及反动势力和敌对势力的卑劣面孔，感受了革命先烈的困苦与难处。

➤7 月 22 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团在天门市竟陵中学开展教学调研，并对学校育人建设提出了一些建议。

➤7 月 22 日，电气工程学院“电气团委志愿社会”社会实践团来到了重庆市渝中区，参观三峡博物馆，了解在中国抗日战争和世界反法西斯战争中重庆这座英雄的城市与其中的英雄人们所做的贡献，学习感受他们的抗争精神与红色底蕴。

➤7 月 22 日，生物工程学院“红色新青年”社会实践团来到了重庆市铜梁，参观铜梁红色景点，传承红色基因，探寻了铜梁图书馆，了解红岩精神和爱国精神，感受战争期间抗战英雄的革命精神以及爱国情怀。

➤7 月 22 日，环境与生态学院“继往开来”社会实践团来到重庆市九龙坡区采访海军老兵潘光伦，了解海军的故事和发展历程，感受老兵身上的优质品质和瞻仰他们踏实做事为国奉献的生命轨迹。

➤7 月 22 日，化学化工学院“走访老区，红色筑梦”传承红色基因社会实践团来到四川省巴中市通江县沙溪镇王坪村的川陕革命根据地红军烈士陵园，对在战争中牺牲的红军烈士进行了深切的緬

怀。新时代的美好光景，也一定会在青年一代继续砥砺前行！

➤7 月 22 日，UC 联合学院“红色脱氧核糖核苷酸”社会实践团前往嘉兴市。当日上午，团队走访南湖革命纪念馆，学习革命知识，传承革命精神。下午，团队前往湖心岛，在解说员的带领下了解历史与文化知识，参观中共一大会址，传承红船精神。

➤7 月 22 日，能源与动力工程学院“星火初心巴渝印记”社会实践团通过线上视频的方式，学习了经典红色故事、红色诗词，观看了经典红色电影并在最后进行了相关的讨论和交流。

➤7 月 22 日，马克思主义学院“凉山脱贫”社会实践团在平川镇麦盛库村采访当地村民，了解了麦盛库村的地理环境、脱贫情况和农业生产，与当地村民进行深入交流。

➤7 月 22 日，经济与工商管理学院“小农优品乡村振兴”社会实践团来到重庆市开县，参观并考察调研大德镇需要扶持的特色农产品，感受到了当地农民种植的不易，了解到了当地农产品优劣势。

➤7 月 22 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员在线上给天元乡中心小学和红路小学的孩子们开展了“节奏训练”等四门艺术及科普课程，通过开展艺术活动以开拓与孩子们的交流手段，得到更多与孩子们心与心的沟通的机会。

➤7 月 22 日，艺术学院“绘声绘色”社会实践团在线上分配任务，准备各项结项材料，整理挑选 3 天实地实践活动的照片，准备剪辑视频所需素材。

➤7 月 22 日，马克思主义学院“燃梦青春”社会实践团来到创业青年余坤位于长寿区的七彩山鸡养殖场，详细询问了疫情期间养殖

场的经营情况和受损情况，感受到青年创业的艰辛，也在余坤的身上感受到了“奋斗的青春最美丽”。

➤7 月 22 日，数学与统计学院“爱在当夏·益乡行”社会实践团在华溪村青少年之家开展了“文明礼仪”、“梦想手工”等课程以及有趣的“阅读游园会”。在课堂上，孩子们学会了各种场合下的礼仪，改掉了之前不好的习惯。在紧张刺激的阅读游园会上孩子们体会到了阅读的乐趣，同时也提高了阅读的技能。

➤7 月 22 日，计算机学院“留守儿童关爱教育”社会实践团正式开展工作的第一天。与留守儿童一起观看教育相关电影，并制定下一步的教育计划。

➤7 月 22 日，外国语学院“逐星揽梦”社会实践团来到了重庆市奉节县，实地考察奉节县滨江国际，了解现代化建设下传统文化的发展现状，进一步认识到现代科技对于推动优秀传统文化继承发展的重要性。

➤7 月 23 日，光电工程学院“同心燃梦”社会实践团队开展线上通话，对接下来即将开展的红色基地参观活动进行了详细的准备工作，并且开始计划红色爱国主义教育宣传活动，准备演讲稿，视频，ppt 等。

➤7 月 23 日，环境与生态学院“继往开来”社会实践团分别在上午和下午对周生敬爷爷和陈仁仪爷爷进行了采访，感受过去艰苦卓绝的岁月和革命老兵身上为国为民的坚定意志。

➤7 月 23 日，电气工程学院“电气团委志愿社会”社会实践团对重庆大学电机系 77 级的刘成康先生、黄德清先生进行采访，了解

学长们的经历，感受他们的爱校情怀，感悟他们的爱国精神，聆听他们的教诲和嘱托。

➤7 月 23 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团在天门市竟陵中学开展数学讲座。

➤7 月 23 日，马克思主义学院“凉山脱贫”社会实践团在平川镇人民政府参与该镇办公室日常工作，对政府工作人员如何开展脱贫工作有了一定了解。

➤7 月 23 日，经济与工商管理学院“青木关”社会实践团来到重庆市沙坪坝区青木关镇，对当地五十几家沿街商铺的店长和员工进行问卷调研，了解当地零售业的发展情况和探寻可行的建议。

➤7 月 23 日，经济与工商管理学院“小农优品乡村振兴”社会实践团来到开州区渠口镇毛坪村，实地走访调研了毛坪村需要扶贫的农产品，体会到当地农户的不易与困难，以期更好地推动扶贫工作的进行。下午来到南坪红糖生产基地，了解了当前南坪红糖最大困难所在，以期更好助力乡村振兴。

➤7 月 23 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员在线上给天元乡中心小学和红路小学的孩子们开展了“服饰与文化”等四门趣味科普课程，通过丰富有趣的课程，让孩子们在了解传统文化、拓展眼界的同时，感受到传统文化博大精深的魅力。

➤7 月 23 日，马克思主义学院“燃梦青春”社会实践团进行了线上实践活动，在了解到创业青年余坤的艰辛创业之路以后，为余坤的产品进行社交媒体宣传，同时在宣传当晚达到销售额 984 元的销售成绩，为创业青年提供力所能及的帮助。

➤7 月 23 日，数学与统计学院“爱在当夏·益乡行”社会实践团在华溪村青少年之家开展了梦想手工（航模）、神奇科学、梦想音乐课程。通过有趣的科学实验，孩子们感受了自然中各种各样形式的力；在梦想音乐课上孩子们对音乐表现出极大的兴趣。

➤7 月 24 日，电气工程学院“重庆大学”社会实践团在天门市竟陵中学开展趣味知识竞赛，学生们热情参与。

➤7 月 24 日，电气工程学院“电气团委志愿社会”社会实践团前往中渡口社区采访两位党员。通过走进两个不同工作不同身份老党员的生活，从不同的角度加深了实践团成员对党、对党员的认识，学习到了更加丰富的红色精神。

➤7 月 24 日，化学化工学院“走访老区，红色筑梦”社会实践团来到川陕革命根据地博物馆，回忆红色革命年代访寻历史史实，同时与博物馆工作人员进行交流，了解红色文化在当地的传承。面对馆内党旗，作为预备党员的实践团成员张彦辉和张艺濒，重温入党誓词，两位成员的入党誓词铿锵有力，成员们深切体会到如今美好生活的来之不易。

➤7 月 24 日，大数据与软件学院“烈火红心”社会实践团成员分别前往重庆市沙坪坝区渣滓洞集中营参观和重庆市沙坪坝区白公馆寻访。经过此次活动，实践团成员对伟大的红岩革命精神有了全面的了解与认识，也看到了政府对于传承红岩精神做出的积极有益的尝试。

➤7 月 24 日，经济与工商管理学院“青木关”社会实践团来到重庆市沙坪坝区青木关镇，对当地剩余的五十几家沿街商铺的店长和

员工进行问卷调研，寻找青木关镇实际如何精进第二产业、如何推进旅游业的答案。

➤7 月 24 日，外国语学院“溪愿”社会实践团成员在线上给天元乡中心小学和红路小学的孩子开展了“水的危害与形成”等四门安全科普课程，针对巫溪山洪频发的情况，通过科学科普让孩子们学会科学的自我保护。

➤7 月 24 日，土木工程学院“袋袋相传”社会实践团来到了重庆市沙坪坝区，走访调研了重庆大学 a、b 校区附近的废品回收站，了解到纸制品的需求量、回收处理方式及途径。下午，实践团在重庆市沙坪坝区三峡广场，随机参访了以超市老板为代表的商家和普通市民，了解到商家及大众使用纸制品的习惯和环保意识。

【学习心得】

高扬理想风帆，争做时代弄潮儿

近日，在对学习强国 APP 系列专题《习近平与大学生们》的学习中，我感触颇深。习近平总书记对于当代大学生提出“六有”要求，即有理想、有追求，有担当、有作为，有品质、有修养。以下是我对于“六有”的理解。

2016 年 4 月 26 日，习近平总书记来到中国科学技术大学考察，强调“创新居于五大新发展理念之首”，勉励科研人员“增强使命感，把创新作为最大政策，奋起直追、迎头赶上”。习总书记还特意到图书馆五楼自习室看望了正在自习的同学们，与大家交流学习生活情

况，分享自己三次来科大的感受，勉励同学们肩负时代责任，高扬理想风帆，做有理想、有追求的大学生，做有担当、有作为的大学生，做有品质、有修养的大学生。这“六有”的要求，对于当代大学生，尤其是刚入校的我们，就像“明灯”一样，指明了方向。“六有”包含三个纬度的要求。

“有理想，有追求”是方向层次，这部分决定了自己的奋斗方向，就像一艘船，这两个要求就如风帆一样，决定自己这艘船驶向何方。因此，我们应该先思考清楚自己的目标、方向，而现在，我的目标就是争取早日入党，一心一意跟党走；好好学习，努力学习专业课知识，成长为国家的栋梁之才。

第二个层次，“有担当，有作为”是船的桨，只有勇于担当和敢于作为，才可以促使自己努力向前看。

担当不仅体现在对自己，也体现在对家人、朋友、同学的态度上，更重要的是对于国家的担当，“天下兴亡，匹夫有责”的战乱时代虽然离我们很遥远，但这句话的道理却一直存在。习近平总书记说过“中国正处在最接近实现伟大复兴的时代”，我们当代青年，要做的就是对国家和民族担当。“功成不必在我，功成必定有我”，作为新时代的青年，自然要接过前辈们的接力棒，积极承担起建设祖国的责任，让伟大复兴在我们这一代的接力中实现。对自己担当，就是独当一面，处理好自己的学习生活工作，往小了说，就是对自己说的话做的事负责。

有作为，就是尽自己所能做好每一件事。对于大学生，就是努力学习、学好专业知识，在自己的领域里做到极致，在自己的岗位做到

精细。当把每件小事做到极致，就会有意想不到的收获。

如果说理想是帆，担当是动力，那么“有品质，有修养”则是核心的掌舵，它是习近平总书记对当代大学生品格的要求。品质是判断一个人好坏的准则，有品质，意味着我们在积极践行社会主义核心价值观的同时，也要不忘弘扬中华民族传统美德。有修养，则是我们在面对困难时的大度和处理态度，文明礼貌，遵守社会秩序，爱护公物，不随地吐痰……这些小事上，都体现着当代大学生的修养。作为受着高等教育的大学生，更应该提升自己的修养，以身作则，倡导引领文明社会。

坚定理想信念，高扬理想风帆，争做时代弄潮儿，做“六有”大学生，从我做起！

——机械工程学院 张玉逸

十八大以来，习近平总书记在全国各地考察时多次到高校和师生交流，给优秀的学生个人及群体复信，谈人才、谈教育、谈科技创新，关心青年价值观的形成和确立，鼓励师生为“两个一百年”奋斗目标不懈努力。而在这个假期，在读了《习近平与大学生朋友们》系列作品以后，我个人对当代青年的使命与担当有三点体会与感受。

首先是“自讨苦吃”的境界与作为。以我所见，在这两年的学习工作当中，总会有一些优秀的同学，他们无论是在平日里的值班工作还是大型活动的安排分配环节，总是兢兢业业地站在自己的岗位上，并且在办公室里办公时，也是最后一个离开，检查座椅、门窗和场地，确保物品齐全和交接妥善。这些细节虽然微不足道，但是真正坚持下

来也是一件值得钦佩的事情。而这种可贵的言行举止正是我们应该学习的，包括我在内的广大青年就应该有这方面的意识和行动力，从思想上严格要求自己，规范生活中的细节。

其次是敢于跳出舒适圈、敢于面对自我并进行自我批评，从实践当中发现问题。每个假期，我都一如既往地参加校团委的百名学子挂职活动，每次挂职都会有不一样的体验。我认为，当代青年不能死读书，应该多出去走一走、看一看，多动手、勤思考。我们现在处于本科阶段，正是锻炼自己、磨练意志、增长经验的大好时机。共产党人的初心就是为人民服务，我们挂职、社会实践的目的也正是日后更好地回报社会、服务人民，从这一点上来说，青年一代的奋斗目标也正是为人民谋福利、为民族谋复兴。

而在实践探索的过程当中，不可避免地出现很多错误，这些错误可能是思想上的错误，也可能是行动上的错误，但是不管是哪一类错误，我们都要去正视它并进行详实地分析以便改正它。跳出自己的舒适圈，迎接挑战本来就是一个成长的过程，我们不仅要能敢想敢做，也要能走得出去、收得回来；换言之，应该边实践边发现问题，及时发现就及时解决，敢于分析问题出现的原因，从而得出自己在思想上的缺陷，并给出相应的解决办法，我想这才是我们实践所需要学会的软知识和软技能。因为一个人只有敢于自我批评，他才能行稳致远。

最后是对马克思主义的理解。上学期我刚学完马克思主义基本原理，发现我们认知世界的过程是由感性到理性的循序渐进。同时，人类的精神世界是以物质世界为基础的，只有物质上的量变才会带来精神上的质变，这也就是为什么共产主义的目标之一就是物质世界极大

富裕。基层挂职的工作是脚踏实地、身体力行的实践，是我们通过亲身感受来体会到马克思主义不仅能科学地解决许多实际问题，也是一门以创造理想社会为己任的学问。马克思主义为什么会成为中国历史和中国人民的选择？就是因为它坚定了共产党人为了共产主义事业奋斗终身的信念。

最后，我们的学习要联系实际、格物致知、学以致用。一定要学会带着强烈的现实关怀与问题意识，紧密地将自己与国家联系到一起，去探索和平发展的中国道路和中国方案。

——汽车工程学院 董林炜

编辑：赵彦平、饶书雅、张乐谦等 责编：李江卫 终审：龙敏 方梓萱

【信息报送情况】

单位名称	信息报送数 (纪实+感悟+简讯)	信息录用数 (纪实+感悟+简讯)	校县市级媒体 录用稿件次数	省级及以上媒体 录用稿件次数
外国语学院	32	12	1	0
艺术学院	26	10	0	1
体育学院	0	0	0	0
美视电影学院	0	0	0	0
国际学院	0	0	0	0
弘深学院	0	0	0	0
博雅学院	4	2	1	0
人文社会科学高等研究院	0	0	0	0
公共管理学院	0	0	0	0
经济与工商管理学院	74	28	3	3
新闻学院	0	0	0	0
法学院	0	0	0	0
马克思主义学院	31	13	0	0
数学与统计学院	18	6	1	0
物理学院	0	0	0	0

化学化工学院	20	8	2	0
生命科学学院	0	0	0	0
机械工程学院	13	5	0	0
电气工程学院	84	28	0	0
能源与动力工程学院	9	0	1	0
资源与安全学院	0	0	0	0
材料科学与工程学院	6	5	4	0
航空航天学院	0	0	0	0
汽车工程学院	18	7	0	0
重庆大学-辛辛那提大学联合学院	3	1	0	0
建筑城规学院	0	0	0	0
土木工程学院	23	5	1	2
环境与生态学院	15	3	2	0
管理科学与房地产学院	0	0	0	0
光电工程学院	7	2	0	0
微电子与通信工程学院	0	0	0	0
计算机学院	17	8	0	0

自动化学院	0	0	0	0
大数据与软件学院	27	12	2	0
医学院	0	0	0	0
药学院(创新药物研究中心)	0	0	0	0
生物工程学院	52	19	17	4
附属肿瘤医院	0	0	0	0
附属三峡医院	0	0	0	0
附属中心医院	0	0	0	0
校团委学生志愿服务中心	25	10	3	0

*数据统计截止时间为 2020 年 7 月 24 日 21 点