# 大学假期社会实践报告7篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-03-26

*为了更好的在实践中能够奋发进取，每个职场人都应该及时记录实践报告，实践结束后相信你会有不少的收获吧，这时候写一份实践报告就很重要了，下面是职场范文网小编为您分享的大学假期社会实践报告7篇，感谢您的参阅。大学假期社会实践报告篇1暑期社会实践报*

为了更好的在实践中能够奋发进取，每个职场人都应该及时记录实践报告，实践结束后相信你会有不少的收获吧，这时候写一份实践报告就很重要了，下面是职场范文网小编为您分享的大学假期社会实践报告7篇，感谢您的参阅。

大学假期社会实践报告篇1

暑期社会实践报告

今年的暑期社会实践，为了给将来走上社会多一些经验，我加入了建筑工程队。干建筑不仅可以增加家庭经济收入，也可以锻炼一个人的耐力和吃苦耐劳的精神。

在工地里，也许会有人不太会相信现在的年轻人还会受得了工地上的艰苦生活，并且还是大学生。对于建筑工作，感触很深的。干建筑是比较脏和累的，并且带有一定的危险性，有一次由于不小心，一块砖头砸到自己的脚趾上，当时脚趾就肿起来了，自己没有停下来，依然坚持干下去。我在坚持，我在奋斗。

其实不仅是干建筑，只要你熟悉了工作上所需你掌握的技巧，就能够轻松掌握工作中的节奏，但这需要时间，我们不仅需要足够的体力，健康的身体，还得有一定的能力。在多次的工作后，能够细心的总结当天的收获，从而认识到其中的.技巧，从而使得工作进行的更加的有效率。而在每天干完建筑，累是必须的，一个想法，吃晚饭马上睡觉，多休息，太累了，有时候，早上起来，手指都不听使唤，每根都是硬掰开的，也就是说不那么灵活了，有点僵硬了，浑身的疼，有时真不想再干了，等吃晚饭休息好了，依然是开着车去建筑工地，开始一天的工作。累是我干建筑工作以来感触最深的一点，可我相信，只要自己努力，不放弃，坚持到底，等自己有了一份自己的事业以后，会感到以前的痛苦都是一笔不小的财富，我每年都再赞财富啊，这样自己就会感到希望不远了，自己努力努力再努力，成功属于有准备的人。

我干建筑不仅是因为要利用假期要赚点钱，而且是为了提前体验下体力劳动占绝大多数时的感觉，从而让自己珍惜好大学的机会，学好知识，铺好自己的希望之路，有的人说大学是和社会连接的桥梁，。因为经历，因为失去，因为付出，因为成长。暑期实践也好，

将来必然走上社会，多与社会接触，早接触社会的残酷性，为将来就业打基础，为将来适应社会做铺垫，每一段经历都是一段财富，工作没有贵贱，志向却有高低，在走向社会之前，先磨炼好自己的意志，为将来实现自己的志向打下坚实的基础。

大学假期社会实践报告篇2

一、实习目的

毕业实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，使我认识到将所学的知识具体应用到工作中去，为以后进一步走向社会打下坚实的基础，只有在实习期间尽快调整好自己的学习方式，适应社会，才能被这个社会所接纳，进而生存发展。刚进入单位的时候我有些担心，经历了一连串的实习之后，我努力调整观念，正确认识了单位和个人的地位以及发展方向，我相信只要我们立足于现实，改变和调整看问题的角度，锐意进取，在成才的道路上不断攀登，有朝一日，那些成才的机遇就会纷至沓来，促使我们成为社会公认的人才。实习目的了解工商企业管理的先进方式和现代化管理方法，提高调查研究、文献检索和搜集资料的能力，提高理论与实际相结合的能力，提高协同合作及组织工作的能力，培养独立分析问题和解决实际问题的能力。

二、实习内容

(1)实习时间：20xx年x月x日～20xx年x月x日。

(2)实习地点：x大厦x楼。

(3)实习单位：x有限公司。

(4)实习部门：财务部。

(5)公司简介

公司主导产品x冰箱是首批中国产品，国家出口免验产品。“x”商标被评为中国驰名商标，x品牌被列入中国最有价值品牌，并通过了x、x等认证，取得了开拓国际市场的通行证。x冰箱(柜)凭借良好的质量、健全的网络、可靠的性能和优质的服务等优势，更获国家商务部、财政部青睐，连续五次成为国家“家电下乡”工程指定品牌。

28年来，菱在技术研发方面一直坚持自主创新，一直矢志不移地专注制冷专业。x不断壮大研发队伍，成立了两院两中心：研究院、工程院和产品开发中心、技术中心，并创立了首席科学家机制。x在节能、保鲜、深冷、绿色设计等领域取得突出的研究成果，先后研发出数百款不同型号的冰箱产品，满足了不同层次的消费者需求，质量水准持续跃升，提高了x的核心竞争力。其中包括对开多门雅典娜系列高端冰箱、-192℃世界最冷冰箱、日耗电仅0.23度的节能冰箱等多款引领行业发展潮流的产品。

在行业价格战、概念战、广告战如火如荼之际，x创造性的提出“冰箱品质服务，x追求公平”的发展战略，敢于把服务作为企业发展的战略，通过“家电下乡冰箱十年免费保修”、“冰箱开机不制冷，x免费送给您”等活动，将过硬的质量和贴

心的服务置于台前，为冰箱企业发展创造一个健康、向上的竞争环境。

为了调整产品结构，进一步扩大产能规模优势，抢占更多的市场份额，20xx年x根据战略发展需要、产业投资统一规划和市场需求，融资12亿元，用于雅典娜豪华冰箱生产基地项目、冰柜扩能项目、环保节能冰箱扩能项目等项目的建设。全部项目建成后，x将新增200万台豪华冰箱、60万台环保节能冰箱以及120万台冰柜的生产能力。企业的资产规模、整体实力和冰箱、冰柜业务的持续经营能力将得到显著提升，也有利于进一步调整、优化产品结构，扩大企业盈利能力，增强综合竞争力和行业话语权，为公司进一步发展壮大奠定坚实基矗

如今，x冰箱已远销110多个国家和地区，x还积极参与更大范围和更高层次的全球化竞争与合作，充分整合国内资源，合理运用全球资源，用品牌美誉驱动国外市场销量，让更多国外用户能享受到高品质、高标准的x产品。

面向未来，x在“冰箱品质服务，x追求公平”的发展战略指引下，x人将继续发扬“亮剑、创新、奉献、团队“的企业精神，在“诚信、责任、纪律、公开、公平”的企业价值观指引下，提升自身的核心竞争力，不断研发满足消费需求的产品，逐步把企业打造成家用制冷、商用制冷以及深冷冰箱的重要制造商，朝着“中国冰箱大王、世界白电航母”的宏伟愿景昂首前行。

(6)实习主要内容

在公司实习期间，我从事的财务分析工作，主要负责费用核算这一块，包括核算代理费、分销政策、经营部的模拟利润;对月度费用进行清理，编制相关报告;及时与办事处经理进行沟通;整理相关资料;定时出差，对代理商进行盘库等。财务分析是评价财务状况及经营业绩的重要依据。通过财务分析，可以了解企业偿债能力、营运能力、盈利能力和现金流量状况，合理评价经营者的经营业绩，以奖优罚劣，促进管理水平的提高;财务分析是实现理财目标的重要手段。企业理财的根本目标是实现企业价值化。通过财务分析，不断挖掘潜力，从各方面揭露矛盾，找出差距，充分认识未被利用的人力、物力资源，寻找利用不当的原因，促进企业经营活动按照企业价值化目标运行;财务分析是实施正确投资决策的重要步骤。投资者通过财务分析，可了解企业获利能力、偿债能力，从而进一步预测投资后的收益水平和风险程度，以做出正确的投资决策。

三、实习总结

(1)实习工作的总结

实习阶段我参与的主要工作：一是按照领导的安排与指示，对各项费用进行督导与管理。在公司召开的会议中，认真做好各项准备工作，做到了会议内容的.及时传递，并按照领导安排对重要会议下达会议纪要，使公司的各项方针政策能够迅速传达到基层，保证各项工作及时高效。根据公司的实际情况合理的制定费用标准，对各项费用进行科学的审核，解决员工

在工作上遇到的困难。在很多方面还需进行学习和改善，如：产品知识的熟练，管理能力的提升，业务的熟悉，谈判能力的提高，关系协调能力，制定员工的激励政策，提升员工的工作效率等方面还需学习改进。二是自己在办公自动化方面的锻炼。作为现在的单位，微机使用是办公室人员必备需要。目前，利用微机录入文字和文件处理，我都能够得心应手，复印，传真，公文处理等文秘工作基本熟练。同时，也能够利用互联网查询、传递、接收、储存有关信息。但是，还有一些方面尚有欠缺，如：制定采购人员的日报表、周报表、月度报表、季度报表和年度报表等方面。

(2)实习工作的所感

实习真的是一种经历，只有亲身体验才知其中滋味。

课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，但我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪能应付这瞬息万变的社会呢?

经过这次实习，虽然时间很短。可我学到的却是我三年半大学中难以学习到的。就像如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部等其他部的同事相处好，那样工作起来的效率才会更高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实习的目的了。

只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!

实习虽然结束了，再过几个月，我们真的就要走上工作岗位了，想想自己大学四年的生活，有许多让我回味的思绪，在这个春意盎然的季节，伴随着和煦的春风一起飞扬，飞向远方，去追逐我的梦!

大学假期社会实践报告篇3

记得一位知名成功企业家曾经说过“没经历打工的大学生活是失败的大学生活”。

做事情经验无比重要，工作经验、历练对一个人的生活来说是一笔巨大的宝藏，对一个人未来的成功有莫大的帮助。

虽说“读万卷书，行万里路”，但事实上读万卷书远远比不是行万里路，实践所得来的知识是书本上知识所无法比拟的。阅历的丰富能提高一个人的各方面能力，涵养、气质、敏锐的洞察力、犀利的分析能力等都会以一个令人吃惊的速度提升。

为了对我的以后负责，为了我的朦胧而又光明的未来，今年暑假我决定打工。

放假之前联系好的一些公司因为打工仔过多而爆满，于是校园代理十分惋惜的通知我们这些期待一声令下就马不停蹄奔向打工公司的经验少得可怜的打工仔。我们还没上岗就已经失业了!于是只能自己努力找工作了。

我们说好的，绝对不找中介!整整五天，我与3个同学跑遍了长沙市区的大街小巷，纵使我们跑破鞋子，使破嗓子，累的要死要活也没能找到一个工作……因为大多数学校都已经放假了，我们已经失去了绝佳的就业机会!最后，我们终于屈服了，打算去找那黑心的中介。

正当我们走投无路，病急乱投医的时候，接到一同学的电话，说是国储电脑城有工作，问我们做不?做!当然做了!

于是就开始了我的国储电脑城打工生涯……

在国储，认识了凯哥，他的公司主要进行电脑的整机、分机销售及维修。我跟着一位姓唐的师傅，他教我好多学校课堂上学不到的东西。

本来我就对电脑知识比较感兴趣，在这里感觉如鱼得水，电脑知识增长的突飞猛进。

跟着唐师傅，我获益匪浅。关于故障，我们可以在电脑启动的时候就可以通过声音来判断故障：

1短:启动正常，2短:非致命错误，1长1短:显示错误，1长2短:键盘错误;

计算机蓝屏的原因有：

一、系统重要文件损坏或丢失引起的(包括病毒所致)，

二、内存超频或不稳定造成的蓝屏，

三、硬件的兼容性不好引起的蓝屏，

四、硬件散热引起的“蓝屏”故障;

计算机经常死机的原因有：

一、系统出现错误包括病毒所致，

二、主板的芯片或者其他的零部件损坏，

三、显卡接触不良，

四、内存接触不良，

五、cpu风扇散热不良，

六、计算机的电源有问题，

七、硬盘出现故障等;

计算机黑屏的原因：

一、显示器断电，或显示器数据线接触不良;

二、主板没有供电;

三、显卡接触不良或损坏;

四、cpu接触不良;

五、内存条接触不良;

六、机器感染cih病毒，bios被破坏性刷新等等。

因为我师傅是硬件方面的工程师，对软件了解可能比较少吧，所以在软件方面的故障我接触的比较少，大多客户都是中病毒引起的，直接重装系统就解决问题了。但是我觉得重装系统实在是耗费太多的时间了，所以我就自学了很多软件方面的知识以完备自己。在公司里我问师傅，查资料，一个个问题迎刃而解，自己在这方面的知识得到了充实。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

在为期1个月的社会化实践打工生活体验里，我象一个真正的员工一样拥有自己的工作卡，感觉自己已经不是一个学生了，每天7点起床，然后象个真正的上班族一样上班。这过程中遵守公司的各项制度，虚心向有经验的同事学习，一个月的实习使我懂得了很多以前不知道的东西，对国储电脑城也有了更深的了解，通过了解也发现了该公司存在一些问题：

(1)由于受市场影响的客观因素和主观努力不够，产品质量不够稳定，使销售工作陷入被动，直接影响工公司的较好运转;

(2)销售业务工作管理还不够完善，领导比较多，有时不知道该听谁的，比较乱;

(3)市场信息反馈较慢，对发展新客户的工作作得不够细;

(4)售后服务太差，有时候会出现欺骗消费者的行为，缺乏有利的监管。

时光的流逝印证着我的不屈与骄傲。在本次社会实践活动期间我忍受了众多不理解的目光和长时间的工作，见识了奸商们的伪善面孔和狡诈手段，接受了来自各个方面的挑战。这次实践让我真正深刻理解了“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”的深意。也更加了解到当今社会经济能力的重要性，想要大手花钱，就自己大笔的来挣!社会是个大舞台，想得到就要敢大胆的show!有能力就是来展示的!提高自己永远都是一个永久不会过期的话题!现在，我可以当之无愧的说：在本次实践活动中我的收获是巨大的!

大学假期社会实践报告篇4

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，是给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的机会。社会实践不能停留在毫无目的的迷茫状态，而是应该结合我们的实际情况，真正从中获益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我们应该注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。我学的是管理专业，而这个专业现在的就业前景不是很好，记得去年开新老生交流会时听大四的师哥师姐说他们现在基本没找到工作，我听了之后心中感慨很多，是不是我们毕业就等于失业啊?!真是如此那我们上大学干嘛，不仅浪费了家里父母的血汗钱，也浪费了我们的青春!在现今社会，招聘会上广告上都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这学子社会经验又会拥有多少呢?况且我们没进入社会怎么会有社会实践经验啊!在大学里，为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践-走进我家附近的某一餐厅打工。

当我穿上那件鲜红的工作服时，就表明着我的工作会给我带来快乐。我们都明白万事开头难的道理，所以我对刚开始的工作格外小心，在这个“人生地不熟”的火锅城里，我显得是那么的“孤单”。在我的印象中，服务生的工作无外乎把菜传到服务员的手中，仅此而已。但实际上我想错了。每天早上九点上班，九点半准时点名，然后我们服务生的工作就是打扫卫生，包括楼梯和谁也不愿意打扫的卫生间，每次都会有人喝醉，卫生间吐的哪里都是，由于是刚开张，并没有招到特定的打扫卫生的人，好几次都想吐，在家都没有做过这样的活，就开始打退堂鼓。做完这些之后，就要开始站位，等着客人的到来，然后我们的正式工作就开始了。也就是把菜从后厨端到前厅指定的桌位就可以。两点半下班就可以休息了，下午四点半开始点名，再重复上午的工作，直到十点回家。工作很简单，就是累了些。想想啊，把菜从一楼运到二楼还有三楼，一趟一趟的跑，最后客人走了还要把碗盘都搬回一楼厨房，这样一天上跑多少趟已经记不清了。只知道晚上下班后腿是谁的都不知道了，浑身上下酸的厉害，不过有一个好处就是易于睡眠。经过几天的重复性工作，虽然很累，但是为了给他们留下一个好印象，我努力的做好我的本职工作，还时不时帮服务员和后厨的一些忙。我已经对饭店的其他员工有了一些了解，就以为和他们“混”的很熟，心中的束缚好像就没有了，我开始有点飘了，开始学会了偷懒，开始学会了??这些不该学习的不良习惯让我受到了批评，得到了教训。菜都上齐的时候，我感觉累了就坐在椅子上想歇一会，没有想到恰好被经理看到，他吧我叫到一旁，语重心长的说“你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，年轻的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗?我知道你是大学生有大志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的，你现在就是一个服务生，你就必须把服务生的工作做好。”从那天起，我明白做人做事要认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己。确实，听了经理对我的金玉良言让我的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了一个很好的努力方向。

由于是春节期间，客人非常多，我不仅担任服务生的工作，有的时候还担任服务员的工作，这无疑是又给我的打工生活增添了色彩。服务员的工作与服务生的工作有着本质的区别，服务员这个工作是“人家坐着我站着，人家吃着我看着”，而且还得随叫随到，随时听从客人的使唤。这也让我深刻体会到小社会里的大天地。在这里客人就是上帝，我不能由着性子乱来，不管客人说话怎么样，说话有多难听，我们都必须微笑对待，哪怕是受到天大的委屈，也不能把它发泄出来。因为我们就是干这一行的，要干就要干的最好!当第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味。所谓实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。这可能太绝对了，但确实如此!!只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础，当我们在一次站在这个舞台上时，我们就有了可以自豪的经验，有了更大的就业机会!通过这段时间的实习，我学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，而且去年的经济危机更加打击了我们大学生的自信心，大学生就业率特别低，在网上我查到广东的大学生就业率仅有百分之二点二!其他地方的就业率也是很低，竞争压力特别大!鉴于如此，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，只有如此我们才能在竞争中突出自已，表现自已，赢得竞争!餐厅既是一个小世界，也是一个大舞台!在餐厅里，别人一眼就能把我认出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我们可能就是太不成熟，脸上还缺少一些社会的沧桑感!但我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好，一样棒.我的工作是在那端个菜或做些其他的杂事，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，让我明白了人生，感悟了生活，接处了社会，了解了未来.餐厅是个大舞台，里面什么样的人都有，在餐厅你可以接触多种人，看到许多事，明白许多道理。而这些在学校里是永远不会体会到的!在餐厅里虽然我是以端菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，有时是很脏很累的活，可你必须去干，而且要干好，这也是我对自己的要求!在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，这样才会对得起你付出的时间和精力!再说一件工作的效率就会得到别人不同的评价，评价高的话，证明你在用心去做，做得问心无悔。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，想要得到别人的认证你就必须付出足够多的努力!其实无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得勇敢的去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距，大学生普遍存在眼高手低的现象!，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，勇敢面对踏入社会可能面对的所有困难，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，不久之后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子要真正成为社会精英，就要与社会多交流，在社会上多实践!尽自己的最大努力为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是坎坷的，漫长的，无法预知的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，我们必须在大学里努力学习，加大社会实践，更多的参与社活动，以此来掌握更多知识和社会经验，为自己走入社会铺一段平坦的路!很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。这可能就是不同环境造就不同的人吧!就像钱钟书先生的《围城》里所说的：“外面的人想进来，而里面的人想出去”!大学是所有正在上高中甚至小学初中学生梦寐以求的地方，我们经过十二年的努力才走到今天!道路漫漫，一路走来不易，而今既然我们有机会走进大学，拥有这难得的机会，为何不能懂得好好珍惜呢?我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，只有如此明天才能更好地为社会服务。

这个假期，我过得是如此的充实，如此有意义。它是一笔财富。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把假期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。通过这次实践活动，我有以下心得：

一、要善于与人沟通。只有通过沟通，交流，才能真正了解某件事情、某个人，这样在做事的时候才会达到事半功倍的效果，别人给你的意见更要听取、耐心、虚心的接受。

二、必须提高自己的自信心。自信你就已经成功了一半。

三、知识和技术才是硬道理。就饭店内部相比，厨房里的平均工资至少比服务生多二分之一。而且用知识和技能挣钱更能得到别人的尊重。

四、做人做事要认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己。

经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟、更加自信，这对我以后的学习，生活和工作都将起到重要的影响。我会更加努力学习科学文化知识，用知识武装大脑，充实自己，让自己的人生更有价值。

大学假期社会实践报告篇5

为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了一家xx口腔医院，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际巾去，使自己所学的理论知识有用武之地，更为了造福人民群众。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方而，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校业学小到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

实践是检验真理的惟一标准。在课堂上，我们学习了很多理论知识，但是如果我们在实际当中不能灵活运用，那就等于没有学。实习就是将我们在课堂上学的理论知识运用到实战中。

由于以前在一家口腔诊所见习过，为了能够接触多的患者.能够全面了解口腔常见病.疑难病的诊断和治疗，以及见识高端的诊疗仪器.积累丰富的临床诊疗经验 ，还有 我们怎样才能把课本上的知识灵活恰当的运用到生活、工作当中去，成为对别人对社会有用的人才？我们怎样才能适应当今飞速发展的社会，怎样才能确定自己的人生坐标，实现自己的人生价值呢？抱着这种想法，我又走进了xx口腔医院。在那里，我接受了更为有用的医学知识，和每天接受实践操作的机会，增强了我的操作能力，使我更迈向成功。

短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨 。

一.实践目的

通过口腔医学基础理论知识及实践操作技能，使我对口腔的常见病.多发病 有了全面的认识 ，并结合所学的知识能够进行初步诊断和治疗，还简单认识了某些口腔粘膜疾病，学会了拔牙术.牙髓治疗术.根管治疗术，会简单使用x线片照射机，认识了口腔工艺技术等，使我对学习口腔专业知识打下了坚定的基础。

二.实践时间

20xx年8月2日—8月19日

三.实践地点

爱民口腔医院

四.实践心得及内容

通过两个星期的实习，从对口腔医学的孤陋寡闻，到初窥门径，再到对口腔知识的全面认识，深刻了解，使我从中学习了很多，人也更加成熟。

第一周，我培养的是对口腔医疗器戒基本认识，及配合老师做一些治疗，学会科室内消毒，使用高压蒸汽消毒锅，消毒用过的医疗器戒，科室消毒洗手法。做一些简单的口腔工艺技术如取牙齿模具，灌

石膏模型，排牙等。

第二周首先是对前来就诊的患者做一些简单的询问.交流，给每位医生平均安排患者人数，安抚患者情绪。从旁协助每位医生治疗，如量血压，磨银汞。再者做一些简单的治疗如洁牙术，幼齿拔出术，松动的恒牙切牙，侧切牙等拔出术。并了解牙齿的常见病多发病的诊断和治疗如牙髓炎，根尖炎等。

通过学习口腔的基本知识，接触患者，了解患者的就诊情况，并通过自己所学的专业知识和对所了解的常见病 多发病为其讲解，进而使患者有初步的了解。这一阶段的学习不仅仅掌握了口腔专业的基础知识，接触了患者，最重要的是这一阶段对自己临床处理方法的影响，增加了经验学习了学校学不到的东西。

通过这次社会实践，了解了口腔专业完全不是印象中的那麽简单，无聊。相反，口腔专业是一门要去认真去了解学习，并且深研究，不断学习，不断深造的科学。为解决千千万万牙病患者痛苦，造福群众，使口腔专业在社会发展更先进 更国际化。我相信我国的口腔专家及研究人员会使我国将来口腔疾病减少，甚者将来不在需要口腔医生，人人无牙病，人人有一口好牙而努力。我们也要像医学专家们一样为造福社会人民而努力。

大学假期社会实践报告篇6

一：大学生假期支教社会实践报告

7月12日中午十二点，xx美院的21个支教志愿者从本部出发，前往xx市xx县的xx中学支教。经过六小时的长途颠簸，来到那个古老而淳朴的学校时，天色已黑，待安顿下来已是深夜12点。

支教，对于我来说是一个具有挑战性的任务，当我知道去这所中学的时候，就知道哪里的条件是比较艰苦的。但是能让我真正的去体会一次做老师的感受，能让我走进农村教育的一线，去了解中国农村教育的现状。

虽然短短几天的支教，但对于每个支教老师来说，是一次难得的磨练。要求我们能吃苦耐劳，而且意志力要坚强，我们去那里的目的是想把我们所懂得的知识交给他们，把城市的东西带给乡下的孩子。同时我们也是抱着互相学习，互相提高的心态来到那里的。在支教中要以教师的要求来要求自己，服从学校的安排，一切支教活动才能得以顺利进行。

那里的老师和学生都很淳朴，第一天上课还不是很熟悉，就会觉得很孤单，但是一天天的相处，当他们叫一声“老师好”或“师姐好”的时候，我就会非常的开心。每次下课都有很多学生问我问题，我很想把我知道的所有东西都告诉他们，让每个孩子都有一个学习方向，鼓励他们自信的朝自己的方向努力。

去到xx中学，我发现这里的教学条件很差，师资水平也比较低，五十多个学生只有一个老师，像美术课这种专业训练课，对以初学者来说，需要老师的详细讲解，我们7个组成一小组，针对他们的实际情况指定一个短期的计划，达到一个是他们学会自己学习的目标，每天示范和讲解，把学生分成小组教学，使每个学生都有所收获，每次课后我都会对他们的作业进行讲解。虽然我不能记住他们的名字，但我记住了他们那双渴望学习的双眼，每天晚上也会给他们一些教学视频看，很多学生都不知道可以上网找一些教学视频，我们叫他们以后怎样上网学习，希望他们可以通过网络学习到更多的知识。

当教学活动进行一般的时候突然因为一些特殊情况停止了，学生必须回家，我们离开前天，我对他们的作业进行点评，还送去我们带过去的学习用品，鼓励他们在以后的学习中继续努力。回广州那天很多学生去送我们，其实我多想留下来继续进行这次支教，但教育局的文件已下，有的学生哭了，舍不得，其实我们也舍不得……

我们的支教时间很短，所能做的事情毕竟有限。不过这样的一次经历，将是我教育道路中的宝贵经验，我将永远记得这次的xx之行。

二：大学生假期支教社会实践报告

大二是该为社会作出一些贡献的时候了；之前一直对短期支教这样一种方式心存疑虑，这是一直困扰我的问题，我们究竟该给予他们多少，才能合适而恰当地给予那些孩子希望而不是虚幻的奢望与幻想。所以我决定参加这次“四叶草”社会实践队，远赴甘南，去帮助那里的孩子，也去求证一些东西。

第一周我们在博拉小学进行支教、家访和调研，为小朋友设计了英语、演讲、卫生、信息技术等课程，与小朋友一起玩野外寻宝、分享快乐、趣味运动会等等。之后我们与甘肃民族师范学院学生开展了学习、文化、联谊方面的交流以及关于西部大学生职业规划与发展前景的调研。我还负责团队的财务，包括预算、收支、做财务表等。

这期间，我收获了无数的友谊与感动；同时，经历一种完全不同的生活，结识一群完全不同的人，让我对这个世界、这个社会有了新的了解和认知。

本以为支教是一种帮助，一种给予；后来发现不是，从某种程度上来说，我们收获的远远大于我们的付出。

本来最大的希望是梦想我们的到来能够帮助更多的孩子走出大山；但是后来发现其实这并不容易，现在我希望能有更多的人参与进来，把支教发展成一个后继有人、代代相传的事业，甚至希望我们的力量能够影响到国家，实施更行之有效的利于西部发展的政策。

我们的后续活动还在继续；我也还在继续求证。但是我现在相信，至少，我们能带给山里的孩子们一个意识，意识决定行动，也许这一代不能走出大山，但经过一代一代的努力，总有一天能与大环境融为一体。

大学假期社会实践报告篇7

今年寒假放假时间有一个多月，为了提高自己的能力，也为了体验生活，我在放假初找了一份补习老师的工作，作为我的寒假社会实践。在这大约一个月的实践过程中，我认识了许多新同事，在他们以及老师的帮助下，我学会了许多，成长了许多，同时也认识到了很多问题。

一、自信展示自己

以前觉得自己很开朗，上讲台也无所畏惧的，可是真正到我要登上讲台，传播文化知识的时候，开始畏惧了。工作的第一天，内心十分忐忑，望着台下十几个正襟危坐的小学生，自己原本想好的开场白登时忘到九霄云外了，只得自己草草地做了一个自我介绍，然后按照预想让学生们走上讲台自我介绍，之后教室里紧张的氛围终于有所缓和，我的心绪也慢慢平静下来。因为是第一天，并没有安排太多内容，上午对他们的数学做了一下简单的回顾，下午则是教了一些关于英语音标的内容。第二天，虽然还是有些紧张，但是感觉比第一天自如多了。每天下班后，我都会认真看一遍他们的教材，想一下第二天怎么讲授这些内容。越往后，越有老师的感觉，并且尽力在讲课的过程中根据自己以往的体验，不断探寻较轻松但不失效果的方法，让学生们能够比较轻松地汲取新知识。所谓“天道酬勤”，我觉得以后步入社会也会这样吧，想到的和实际能做到的总会有很多偏差，最主要的是我们要有勇气去面对，去展示自己，要相信自己。我们还要做足够充分的准备，毕竟不是谁都可以很好的临场发挥，随机应变，机遇偏爱有准备的头脑。充分的准备加上足够的勇气与自信，是进入社会的必要条件。所谓做充分的准备，就是把握在学校的时间，多多学习文化知识，把自己应该学会的文化知识都学会，多理解多体会;还要学会运用，不能纸上谈兵，多做一些社会实践，增加社会经验。当然失败是总会有的，我们要勇敢面对，不弃不馁，愈挫愈勇。中途我也想过放弃，因为感觉管不住那些学生，但是还是想坚持到底，没有过不去的坎。所以这个工作让我学会了勇敢的面对，也给了我很多勇气，而这些将会成为我未来人生不断坚持前进的巨大动力!

二、建立良好的师生关系

良好的师生关系对个人学习进步是有很大助益的。回想我过去在这一方面做的就不够好，有时候只顾着自己的心情顶撞老师，现在当了老师以后，才发现作为一个教师面对的是全班同学，要关心到每一个人，要耐心对待每一个人，这可真不是一件简单的事。每个学生都有不同的问题，对不同的人要采取不同的方法。并且老师和学生还要建立好关系，要不学生可能会对学习产生抵触情绪。对好学生要鼓励加批评，不同情况不同对待，要让他们胜不骄，败不馁。对学习不好的学生，要多多鼓励，给他们自信，发觉他们的潜力。这需要和他们沟通，还要想方设法让他们对你心服口服，让他们肯听你的话。老师要对每个学生负责，帮他们找到自己的支点，能够正确的对待学习。但由于时间有限，我没办法对学生逐一的引导，刚开始对他们有一些了解，工作就结束了。我觉得的师生关系就是“亦师亦友”型的，作为老师，既要有老师的威严，又要有朋友的关怀，让学生们尊重你又愿意向你倾诉。每个学生都希望得到老师的重视，所以对待学生的态度要正确，不让他们觉得自己被忽略了。对他们要正确的引导，帮助他们找到人生的方向。

三、讲课善用新方法

现在的小学生，往往注意力不能全部集中在学习上，都不太爱听课，只喜欢听一些他们感兴趣的话题。作为老师，就必须以各种方法激发他们的学习兴趣。老师要善于观察发现学生感兴趣的，带到课堂上，吸引他们的注意力，然后引导到所讲的课上。这就需要通过与学生的交流以及平时的观察，了解现在的学生喜欢什么，对什么感兴趣，这样才容易让他们对学习产生兴趣。另外自己的思想要跟上学生的脚步，也需要和学生交流。也可以讲一些启发学生的故事，激励他们学习。当然，也要适当的给他们一些压力，让适度的压力转化成动力，促进学习。总之，老师要学会用新的方法，让自己的课堂生动有趣，让学生感兴趣。经常下课后我就会观察他们最常玩的游戏，在课堂上我有时就会以游戏的形式让大家运用新知识，或者以比较幽默的语言给他们传送新知识等，这些方法都取得了较好的效果。

四、对现在学子的担忧

时代进步了，新生事物也层出不穷，但我却觉得这些新生物对学生的素质却没有太多提高。我所带的是小升初的学生，许多人每天嘴上说着一些从网络上学来的所谓的“潮流词汇”，甚至有的人已经出口成“脏”;现在的学生也不知道什么是真正的个性，把耍酷当个性，把独立特行当做个性，把不学习、不尊重老师当做个性。在我看来，真正的个性是敢于张扬自己的优点，敢做敢当，会有自己的人生理想，并为之奋斗，有一种不达目的不罢休的意念。他们的年纪，本该是最纯洁美好的时候，然而，却被这些负能量因素影响，着实令人担忧。我的担忧是现在的学生的学习态度和状况，他们态度都不太认真，浮躁，懒散。成绩也很令我担忧，有一个学生居然连英文字母都背不完，拼音也很不过关，这让我很担心。其实我觉得还是他们的责任感不够。我们每个人在这个社会上，都各自承担着自己的责任。老师有责任把学生教会，学生有责任学习文化知识。老师应该关心到每一个学生，而不应对学习不好的学生不闻不问。学习不太好的学生也不能自暴自弃，要学会吃苦，努力学习。每个人都有自己的责任与义务，要学会承担，而不应该逃避。

五、感恩父母亲人

通过这一段的工作，深深感受到父母的不容易。我每天工作6小时，一共工作36天，最后得了2200元工资。而且教室里安装有空调，环境可谓是很优越的了，可是我开始却还有些不乐意，抱怨工作辛苦。可想想父母，这样炎热夏天，还要在那没有一丝风的田地里，面朝黄土背朝天的辛勤劳作。日出而作日入而息，不知承受了多少艰难辛苦，可他们从没吐过一句怨言。现在实践结束，终于明白了父母的不易，也越加知道要珍惜现在的一切，好好关爱家人。于是，我用自己的工资给妈妈买了一套衣服，给爸爸买了茶叶。

我在这个补习班工作的日子，见到太多家长，在与他们的交流中，我知道，他们有的是企业高管，有的是农民工人，但是，不管他们的身份如何、家境如何，他们都对自己的孩子灌注了满满的关怀与殷切的期盼。再想想我们自身，何尝不是在父母亲人的万般关爱与期待下长大，无论他们的表达方式是严苛还是温柔，他们的本质都是爱。我们应该理解亲人，爱护亲人，不辜负他们寄予在我们身上的期望!

总之，作为当代的大学生，我们肩负着责任，我们需要勇敢的面对生活。要有愈挫愈勇的精神，敢于向生活挑战。我们更要多多汲取文化知识，让自己成为一个有思想有内涵的人。另外我们也要学会关心他人，自己的父母和同学，还有那些需要帮助的人。

我们早晚要走出校门，面对社会，我们要有勇气与决心，让自己的生活更精彩!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com