# 最新青春兴晋大学生暑期社会实践报告(汇总14篇)

作者：未来的梦想 更新时间：2024-04-01

*随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇一更为重要的是*

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇一**

更为重要的是作为即将步入社会的学生，通过社会实践可以想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并找出自己在社会中存在的差距。利用暑期的时间投身到社会中去，可让我们从现在开始积累社会经验。这种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，可以有助于大学生接触社会，了解社会。同时实践也是大学生学习知识锻炼才干的有效途径更是大学生回报社会的一种良好形式。

1、基本操作

我先学习了复印机、传真机、扫描仪等的使用。在那里，我每天的主要任务就是复印，打印以及一些常用的电脑办公软件的使用。刚开始觉得很简单，但是每每客人多的时候，就有点手忙脚乱，不知所措了。在炎炎夏日，屋里本来温度就高，再加上复印机、电脑等散发出的热气，有时比外面的温度还高。

2、讲价

本以为会打字、复英扫描等基本的内容就行了，工作了之后发现还要学会接活，名片、条幅、印章、展板等等光价格就要记半天。有时候遇到喜欢还价的，几毛钱都要磨半天嘴皮子，给他说到最低价了，还嫌贵。有时候就想放弃，感觉自己是在找罪受。可是既然选择了这个工作，就要坚持下来，坚持就是胜利。幸好打多数客人都比较温和，闲暇时候，跟他们的片刻闲聊亦能增加我的一些社会阅历。

1、经验

这次的暑期社会实践不同与以往，我学会了一些复英扫描、印刷的基本操作，在工作中，我发现自己对办公文档的使用等掌握的并不扎实，因为平时接触较少，所以对这一方面的技能掌握不够完善。虽然不是扫描了不起的经验，但起码我也有那么一次将中国古代印刷术运用到实际生活的经历，这让我倍感兴奋，也是我为什么选择这份实践的原因。

2、工资

发工资时，拿到用自己努力换来的成果，突然觉得，受的那些罪都是值得的，没有付出哪里会有回报。一个多月的时间一晃而过，暑假就快结束了，我的这一份工作也已经接近尾声。经过这近一个月的锻炼，我领悟到了许多东西，也发现了自己许多的`不足。新的学期就要开始了，我相信对这次实践的总结将有助于新学期的学习与生活。

通过这次实践，我深深的体会到，不论做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。这次实践给了我更好的接触社会，了解社会，加入到社会的机会，加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自己的奋斗目标。“如果你不想被生活冷却了你的斗志，那么你必须把生活这锅水煮沸。”所以我一直在努力。虽然我不是最好的，但我会尽力做到最好，不管是学习还是生活、思想上，我都会努力的完善自己，一步步地、踏踏实实地做事。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇二**

社会实践是一项大学生必须完成的“学习任务”，旨在为社会培养出能更好地适应社会复杂多变环境的“应变型”人才，更是为国家培养出真正的社会主义接班人。秉承着这样的时代主义信念，我如实地将之付诸行动。这不仅是为了适应社会，更是为了更早地把自己推销出去，把自己在学校所学知识以致用，我如实地深入社会，给了自己一个发展的机会，一个接触社会的机会。

本次实践我选择在我县城的一户平民家庭里，我的工作是负责他们家孩子的各科的学习辅导，我是在高中同学的介绍下得到这份工作的，本来我已经准备到我舅舅那儿找工作的，由于同学已经找上了，就勉力为之了，即使这工资也不高，还挺累的，但在于别人的相处中，我学到了很多东西，当然，在教别人功课的时候，我才从中体会到了当老师的酸甜苦辣，是时我才明白，老师不是那么好当的，没有十足的耐性和知识功底，想要干好这项工作还真是不可能的。

每天从早上八点一直感到下午六点，中午休息一小时，其实不是很累，因为当我想到我是在做一件有益于别人，还能得到些许回报的事情时，我就不会感觉累了。

本次的社会实践一共进行了十天，说实话，时间不长，但受益不浅。

我从本次的实践中得到了很多的东西，但最多的不是在物质上，而是精神上的，我之所以把实践对象选在中学生上，是因为，我完全能够了解到现在的中学生是在想什么，他们最需要的是什么样的教学方式，更或者是他们需要什么样的知识理解方式，我作为刚结束高中生活不久的大一学生，说明白点，我是这方面的过来人，我完全能够体会到高三学生在这一年是在想什么。

在我和他们相处的过程中，我真切地体会到了老师在向学生传授知识的时候的那种恨铁不成钢的急切心情，也体会到了老师的用心是良苦的，我突然发现，其实当时在上高中的时候最不喜欢的那位老师其实是对我们最好的人。

我们每一次做的事，每一次的选择都是我们人生的一步，甚至这每一步在我们的生命中都是举足轻重的，就像《蝴蝶效应》里面展示的那样，改变了你人生的任何一小步都会引起后续的诸多变迁。而这次的社会实践就是我人生中的一段不可或缺的小插曲，至于唱得好与坏，当由我们以后的千万步来共同做决定了。

21世纪是一个瞬息万变的时代，这是作为21世纪接班人的我们不得不承认，也是不得不正眼看待的，不进步就会后退，而后退的结果就是望背兴叹，直至湮沉于这个强手如云的世界中，显然的是，没有一个“准社会人”能让自己就这样陷落，社会给我们多少期望，我们是看得到的，社会给我们多少挑战，我们也是需要勇气的。我看到了，每一个在校大学生都在摩拳擦掌，我要成为最后能把能量用在好处的人，每一天我都是在进步着的，成功在向我走来（相对的），我当满怀拥抱！

可以说，社会实践只是一个小小的开始，我还有许多许多的工作要做，不只是深入社会，对于自己自身的素质修养同样是很有必要进行的，我也是不能容许有任何可能将我的努力付之一炬的隐性元素存在的，在这个纷乱复杂的社会中，光有学识是远远不够的，处在这样一个世界中，我们就自然地成为了一个法律意义上的世界人了，那么人与人就不可不可避免地会被各种各样地纽带给链接起来，这儿不仅有人事的连接，更多的是利益的连接，作为新世纪的大学生，如果不能明白这些将很难在社会上站稳脚跟。

如果没有给自己建立一个比较完备的“成功和进步预备”体系，在挑战来临的时候，我们就很难为自己找到一个应对的良策，也就难免会出现捉襟见肘的窘迫场景。我们都知道，没有一场成功的战役是在无准备的条件下打起来的，也没有一个将军会让他的士兵赤膊上阵。

现实的社会是不会同情弱者的，只会想到要利用强者，弱者永远是用来被淘汰的，我们也不得不正视一个事实——强者生存，弱者罹弃。

社会实践给了一个起点，一个展现自己的平台，这个平台不是学校给的，而是我们自己给自己的，不要说社会太现实，请看看在这个所谓现实的社会里，在我们从社会中攫取资源的时候，我们还能想到自己能为这个“现实的社会”做些什么呢？也许不久之后，我们也会变成一个现实的人，其实这不是社会的病，这只是社会在其演变过程中不得不产生与面对的阶段，在这么一个复杂的网络中，难免会产生一些社会的弊病，就像人这个复杂的生命在其运行中也会产生一些病变一样，社会不会要求我们能够在求得自己利益的同时还能往已经产生了老化现象的细胞中注入新鲜的营养。

所以，总结出来，我们还是应该感谢这个能给我们带来生命血液的社会，毕竟，我们还是要在这儿立足生活的。以上就是我本次社会实践的感想，我敢保证的就是我完全是出自于我最真实的内心，我永远都相信一句话——没有所谓的失败，只有暂时停止成功！

我也相信，我会赢。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇三**

还有几个月就要毕业了。根据老师给的安排，我制定了相应的练习计划。我注重在实践阶段进一步巩固和提高秘书理论知识，以便根据理论知识指导日常工作实践，收到了良好的效果。

在xx公司实习期间，我意识到秘书工作是办公室的主要工作，领导需要秘书人员的协助才能做出科学的决策。一方面，秘书处理大量的日常事务，使领导能够专注于大问题。此外，他们还可以充分发挥自己了解全局、掌握各种信息的优势，协助领导决策，为开展调查研究提供合理建议，了解基层群众的学习、思想、工作和生活情况，及时向领导反映，提出合理建议。一些急需解决的问题，要及时与有关部门协商解决。

每天都有很多人参观人事部。我们也尽量接待客人，热情地为他们倒茶倒水。实践刚刚开始，但感觉这一年把书上的理论东西变成了实践，同时也学到了很多书外的`东西。如教材所强调的，秘书首先要了解领导的要求和意图。第一天实习，老师让我做表格。一听说是表格，就直接用excel做了。结果和领导给的样本越来越不一致。后来我让同事理解，这个表格应该用word来做，而不是数据处理。这件事给我上了宝贵的一课，我再次意识到，作为一个秘书，理解领导的意图是一切工作的首要和前提。

在接下来几天的实践中，我充分感受到，作为一个秘书，要完成的任务是琐碎而复杂的，需要我有极大的耐心和细心。所以，要高效地做好工作，首先要分清主次，忙而不乱，勤勤恳恳，勤于思考，才能真正完成任务。比如我整理文件，拿到文件第一件事就是进入文件目录，然后按照日期排序。有些文件比较陈旧或者零碎，整理起来非常困难，需要耐心。但是当我再次在文件目录中输入页码时，所有文件目录的顺序都必须重新排序，这增加了工作量。这些是我实践中最有价值的收获。实习是我进入社会前的第一课。练习报告模式教我如何待人接物，如何处理各种事情。

所以我树立强烈的责任感，坚持高标准、严要求、认真负责、一丝不苟、谨小慎微，才能很好的完成工作。重要材料再发的时候需要自己送或者通过有效渠道送，千万不要随便交给别人，以免耽误事情。虽然大量的工作是服务型的，但政治性和政策性很强，稍有不慎就会导致重大失误。所以，要充分意识到这项工作的特殊性和重要性，就需要有很强的敬业精神和责任感，严格要求自己有高度的责任心，不能有任何的马虎、马虎和粗心。

虽然短短两周内看到的只能是工作的一面，学到的也只能是一些初步的方法，但这些对我来说都很重要。这个做法告诉我，我在这所大学还是一个小学生，还有很长的路要走。我们应该抱着谦虚谨慎的态度，认真务实地做好每一件事，不管是大是小。

面对未来的工作，我会更加努力，为美好的未来而奋斗！只有不断进取，才能迎接日新月异的社会洪流&ldquo总有一天我会乘着长风破浪，直奔云帆挤海。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇四**

依据教育部要求，学校和学院相关文件精神，结合本人实际状况，对本人今年暑假社会实践状况作一个根本介绍，特作此社会实践报告。本人今年暑假就职于荆门市漳河新区车桥村xx休闲采摘园，在xx休闲采摘园销售部从事导游工作。

我的导游工作自20xx年8月1日开头，至20xx年8月21日完毕，为期三周。主要效劳对象为来自周边地区、到园区采摘果蔬的游客。主要工作内容为：

向游客介绍xx休闲采摘园和园区的各类果蔬，向游客推销各类果蔬，带着游客到园区采摘果蔬，帮忙游客采摘并为其搬运等等。下面就这三周的工作作一个简洁介绍：

在xx休闲采摘园领导层的正确领导下，在销售部经理梁云的仔细指导下，通过广阔导游人员的不断努力，今年夏天xx休闲采摘园果蔬销售、园区宣传等多方面取得了可喜的成绩：

葡萄销售量显著增长

由于导游工作人员不为酷暑天气条件所动，始终坚守在自己的工作岗位上，坚固树立为游客效劳的意识，制造了比拟令人满足的成绩。与去年同期相比，今年夏天葡萄销量增长了一倍，利润实现了翻一番。

xx休闲采摘园的知名度显著提高

由于采摘园高层对宣传的重视，前期不断加大宣传力度，不仅重视对城区市民的宣传，还重视对周边农村地区农夫的宣传。由以往的单纯依靠公交车广告到如今的传统广告与多媒体广告相结合，这就在广阔消费者人群中增加了xx休闲采摘园的知名度，为以后销售量的增加供应了有利条件。

游客对xx休闲采摘园的认可度明显增加

由于广阔导游工作人员始终坚持以诚待人，始终站在游客的立场上考虑问题，不管天气条件多么恶劣都依旧坚守在坚守岗位上，由此感动了大量游客，xx休闲采摘园在荆门人心中的认可程度明显增加。导游工作人员始终以微笑对待每一个游客，极少与游客发生争吵和冲突，也从另一个方面有效地提高了xx休闲采摘园在游客中的认可度。

取得以上成绩的缘由是多方面的，单从主观方面而言，概括起来主要有：

一是根本实现对市区消费者宣传的全掩盖。由于xx休闲采摘园的主要目标顾客为经济上较为富裕的市民，因此主要宣传对象也是市区消费者。在正式开展销售工作之前，xx休闲采摘园依据各方建议印发大量宣传单、宣传牌，以及通过播送、电视、报纸等媒体加大宣传力度，根本掩盖了整个荆门城区。以广告为先导，结合必要的人员说明的宣传方式，使最广阔的消费者对xx休闲采摘园有了充分了解，使他们有时间将xx葡萄与市场上销售的各类葡萄作比拟，为争取他们选择xx葡萄供应了必要条件。

二是始终坚持以效劳为原则。在今年夏天的葡萄销售工作中，增加了原本没有的代为采摘效劳。由于今年夏天是持续的酷热天气，葡萄大棚内的气温更是给以一种火焰山的感觉，因此很多游客不情愿亲自采摘，我们的导游工作人员就毫不迟疑地为游客们开展代为采摘效劳。即使天气再过酷热，导游工作人员身体再过疲乏，我们都一如既往地都以坚持效劳好广阔游客为原则。

三是实现了园区现采现结。以往，xx休闲采摘园只会在大门口的游客接待中心设置收银台，以至于游客在园区采完葡萄后要走很远出来结账，现在讲收银台设置在葡萄采摘区，不仅大大提高了工作效率，而且还是游客们感到了真正的便捷效劳。

四是坚决避开恶性竞争。今年夏天的葡萄销售工作并非一帆风顺。市场上销售的各种外地葡萄和周边其他葡萄采摘园对我们的销售工作造成了肯定冲击。其他葡萄销售主以超低价格、有买有送等手段与xx休闲采摘园绽开恶性竞争，严峻扰乱了市场，损害了广阔游客的利益。xx休闲采摘园本着维护游客利益的动身点，坚决避开各类恶性竞争行为。这就为维护市场秩序和游客利益起到了极其重要的作用，因此赢得了广阔游客朋友的信任与支持。

五是全体xx人发挥了重要作用。首先，xx休闲采摘园聘请专业的技术人员指导种植，加上农夫的仔细呵护，使得今年葡萄大获丰收。其次，由于各级领导的重视，对销售工作的指导，为今年的销售工作指明白方向。最终，在我们销售部门导游的努力下，使得今年葡萄销量大增。

总之，xx的胜利，分散着每一个xx人努力和心血。

六是组织领导得当。xx休闲采摘园夏季葡萄销售业务极为重视，派遣年轻有为的梁云负责销售部门。梁云经理在自己的职权范围内，不辞辛苦，充分利用一切人力、物力、财力，通过明确责权，制定较为合理的鼓励制度，使全体导游工作热忱大大提高，进而使整个销售工作有序进展。

七是真正做到了生态、绿色。据我了解，xx休闲采摘园的全部果蔬都没使用任何化肥和农药，全部使用农家肥和人工除草、除虫。这就保证了葡萄的质量，与市场上使用过农药化肥的葡萄有着明显的分别，真正做到了生态，让广阔游客可以享受到绿色食品。

我在为期三周的导游工作中，虽然取得了一些成绩，但也消失了一些问题，存在很多缺乏，主要有：

不能快速区分葡萄品种，损坏游客的葡萄，对游客的监视不力，等等。在以后的工作中，我要力争避开和削减消失类似问题。

由于我距离大学毕业仅有不到一年的时间，将来还有可能连续与xx休闲采摘园合作。那么，要想使xx休闲采摘园在剧烈的市场环境下获得长足进展，就需要有一些切实可行的方法和建议。

必需坚持为游客效劳。虽然xx休闲采摘园是以盈利为目的企业，但这与为游客效劳并不冲突。在现代社会经济条件下，产品、价格等因素已不再是企业竞争成败的关键，从肯定意义上讲，现代企业的竞争就是以供应优质产品为前提的效劳竞争。所以，xx休闲采摘园要本着效劳的宗旨，在保证根本经济效益的同时，尽可能地为广阔游客朋友供应各种便利和效劳。

收银一体化。如前所述，由于葡萄采摘区与大门口游客接待中心有较长的距离，采摘葡萄较多的游客带着葡萄去游客接待中心付款是极为不便的事情。假如能将收银台设在园区，一方面既可以实现对游客的监视，又可以便利游客付款。同时，也便利样品采集工作，使收银人员在第一时间知晓各种葡萄剩余数量。

必需坚持以宣传为先导。任何经营活动都应当做宣传，只是力度不同而已。今年夏天葡萄销售的成绩说明，深入的宣传活动是实现经营目标的根本保证。因此，在以后的工作中，要连续重视宣传，扩大宣传途径，提高宣传质量，加深宣传力度，改善宣传方式，最终为实现经营目标而效劳。

在这次社会实践中，我犯了两个比拟严峻的错误：

一是难以区格外形、口味相像的葡萄，以至于将游客带错采摘区;二是对顾客监视不力，在其随便采摘的过程中没有以适宜的方式加以劝阻，导致语言冲突，并最终遭到游客投诉。这两个错误给游客和我自己都带来了肯定损失铺张了游客的时间、精力和金钱，而我因遭投诉而承受上级惩罚。消失这两个严峻错误的主要缘由在于我说话、办事的态度不够认真和仔细。通过这些教训，我要不断培育自己说话办事认真、仔细的好习惯。

由于我在工作中的表现较好，使我赢得了很多游客和同事的赏与敬重，从而收获了一些友情。

在过去三周的工作中，劳碌的时候我每天会与上百名名游客接触，我总是不厌其烦地为他们讲解葡萄和园区的相关学问，不辞辛苦地为他们供应各种效劳。在与同事相处过程中，我主动为他们分担工作，以减轻其工作压力。由于我非常热忱而急躁的\'帮忙，加上比拟优雅的谈吐，赢得了广阔游客和同事们对我的赏与敬重，我也因此收获了友情，交到了一些好朋友。

xx休闲采摘园导游工作的社会实践早已过去，暑假也已经完毕，而我也再次回到了大学校园。大学留给我的时间已经不多，在剩余不到一年的大学时间里，我主要办好以下几件事情：

始终明确自己的定位，将学习放在首位。

作为一名在校大学生，我的本职工作和主要任务是学习。这里的学习固然既包括专业学问的学习，也包括课外学问的学习。学习上，我应当更加积极主动，在学好专业学问的同时，充分利用图书馆和网络资源，不断拓展自己的视野，提高自身理论水平，为以后真正步入工作岗位供应坚实的理论根底。距离20xx年考研仅剩四个月的时间，我要更加努力为考研冲刺。

积极向他人学习优秀的品质和习惯，不断提高自身素养。

孔子曰：

三人行，必有我师焉。在我身边，各方面比我优秀的人有许多。鉴于我自身存在很多缺点和缺乏，要想使自己不断完善，就必需积极向四周优秀的人学习，不管是在校学生、教师，还是已经毕业了的同学，以及我在平衡时接触到的全部人物，只要是有一方面比我优秀的，我都要向他们学习，取人之长补己之短。通过长期的学习和自身的修养，我要让自己养成诸多好的习惯，具备更加优秀的品质和精神，不断提高自身的素养。

积极主动与他人沟通和沟通，不断提高自身沟通力量和沟通水平。

虽然学习是我们的主要任务，但不是唯一任务。学习也不是在完全自我封闭的状况下进展的。通过这次经受，我充分熟悉到沟通力量的重要性。因此，在以后的学习生活过程中，我会更加积极主动地与四周教师同学沟通和沟通，不断把握沟通技巧，提高自身的沟通力量和沟通水平。

利用课余和假期时间，仔细参与社会实践。

一个只知道读死书、动手力量严峻缺乏的学生是不合格的。我们不仅要会学习，还要会工作。以后，我会利用好为时不多的课余和假期时间，积极参与各类社会实践活动。在实践中不断培育自己应当具备的精神、素养和力量，以适应社会进展需要，成为一个有益于社会的人才。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。学习无止境，实践无止境。

总之，在以后的人生历程中，我会珍惜每一次社会实践经受和学习时机，做到学有所思，学有所用，学有所成，将理论与实践结合起来，在实践和学习中不断让自己成长、成熟和成才，努力使自己成为一名合格的大学生，成为一个能对社会主义现代化事业有用之人。

大学在校时间已寥寥无几，我正站在人生的十字路口：是连续求学，还是步入社会?步入社会，又该找怎样一份工作?尽管有时也比拟茫然，但我会根据自己之前的职业生涯规划走好人生每一步。任外界干扰多大，我都会珍惜时间，奋勇向前!

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇五**

饭店是我们县的一家挺有名气的集各种菜肴的饭店，一共有四层楼，坐落在一条主干道上，人来人往都愿意到这里了吃饭。饭店的生意很红火。

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。一开始到那家店里感觉好陌生，生怕犯错，被老板骂，一点社会经验也没有的我只好踏踏实实的工作，可这项工作并不像我想象的那么容易，以前在学校就会想到其实做服务员有什么难的，就不是端端盘子，洗洗碗，现在实践起来还真是不怎么容易。特别是服务员，要微笑待人，不管什么时候都要笑，一天下来脸都笑得抽筋。真的很辛苦! 最困难的就是和客人相处，碰到脾气好的还没什么困难的，要碰到那些无理取闹的客人还真难办了，就像是秀才遇见兵，有理也说不清!到那个时候就只好尊从“客人就是上帝”的旨意了!不管是他没理还是你没理，他是上帝就得听他的，我们就只好吃哑巴亏，也只有躲在被子里掉眼泪了!那个时候真的很难过，好想放弃这分工作，但一想到找这份工作就是从中学会和陌生人交流的方式，这么轻易放弃也太没意思了，更何况还有那微薄的收入。所以再苦再累我都会选择坚持，不会放弃的! 由于是第一天，我的工作就是一般的传菜，也叫走菜。起初在领班分配工作的时候我就因为不知道走菜是什么意思而问了半天。第一天，什么都不知道，什么都要多问多动。幸好有个前辈很热心，先带着我熟悉了整个饭店的包间、大厅位置。

阶段小结：像军训时一样，领班说什么就是什么，彻底服从;要认真揣摩领悟主管传授的技术要领，在主管传授技巧的时候千万不要自我表现打断主管的讲话。如果那样就是自寻没趣。

继续熟练第一阶段的各项服务要求。

还有几天是早班。早班就是要早上5点起床，骑车30分钟到饭店后去签到，早班的主 要任务是早上的自助餐。需要你放餐具、加酒精、去厨房端食物、去水果间准备水果……我感到的最大问题是根本不知道该干什么!早班一共就上了那么几天，东西的摆放不是很清楚，只好到处问人到处碰壁到处乱转。

阶段小结：度过工作适应期之后开始慢慢的通过自己的努力把自己的工作态度和乐观的心情在日常生活中表现出来。通过前面两个阶段的练习，已具备解决各项事务的能力，完成每天分配给自己的工作之后就主动帮助别人完成拖地、摆放餐具等工作;开始对部分服务环节进行改进，灵活应对顾客的要求并且与顾客聊天;偶尔被同事骂或者又能给同事“挑刺”，共同分享劳动的快乐。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，使我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，你要听娶耐心、虚心地接受。

二. 在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四. 在工作中要不断地丰富知识。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。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇六**

要知天下没有免费的午餐，惟有比别人多一份能力，才有了前几次的失败经历，我总结出了经验。自后我被派去做时就把开拓目标定在地区，而不是“单个保护上”，密度很高，为了以后的回访和售后服务也带来了很大的方便。我经常保持着每天拜访10个的记录，特别是双休日，经常是从上午开始工作一直到深夜，一天中拜访的客户不下15个。虽然爬上爬下很辛苦，但看到自己有了一点成绩，也就很开心了。

要让客户连成片，不能像以前那样太过于分散，我想到了以点带面的技巧。一次，我到一幢住宅楼拓展业务，当时我没有直接进楼道挨家挨户去敲门，而是和看守大门的老人聊上了，我向老人介绍产品、介绍自己所从事的工作，很快就得到认同。老人不仅为我提供了楼内居民的具体情况，还在我的恳求下亲自领我走访了几户，那天，我给每户都留下了很深的印象。虽然不是每个客户都买产品，但是却感到了自己在一步步走向成功，同时也尝到了“苦尽甘来”的滋味。

往后的实践中我开展业务通常不会针对一个客户，去客户单位谈产品，对方的同事是新的展业对象，去客户家中谈，对方的邻居、朋友、亲戚会成为我下一个服务对象。每次离开客户时，我都感到一股强烈的感情，都有一点点的成就感。

为了让自己签到更多的订单，做好更好的成绩来给经理看，我还运用了自己两年来所学的专业知识—电子商务，通过电脑操作在网上搞宣传、促销活动，且得到许多网上顾客的青睐。

短短的两个月实践生涯结束了，它让我明白到一个没有社会经验的人就像一艘没有鸵的船，永远漂流不定，只会到达失望、失败和丧气的海滩。在做推销员的这段时间里，使我总结出了自己之所以能很快着手推销工作的几个要点：

（1）必须经常保持笑容，这样会给客户留下好的印象。

（2）必须具有强大的说服力，如果口才不好，别说能拿到订单，就连接近客户的机会都会失去。

（3）信誉是人的生命，更是事业的生命，做推销这行不要

骗人，欺骗顾客就是在欺骗自己，良好的信誉才能成功。能立足于社会，真正超凡脱俗。没有什么能让我深深体会到那句古老谚语的含义了—“早起的鸟儿有虫吃”。

在自己还刚刚涉入做推销员这一刻起的时候，每天清晨5点半左右就要被那烦人的闹钟吵醒，很不情愿地关掉闹钟，从甜美的美梦中爬起，迅速地梳冼后就要徒步上班了。在离我上班不远的交叉路口旁有一间小得可怜的早餐屋，根本就装不下两个人，只好委屈自己，一路吃着油条，一边喝着豆浆，填饱肚子也就算了。想起在家的日子，睡到8点多钟才起床，一起床就有热呼呼的早餐在面前······但我的同事经常安慰我说：“吃得苦中苦，方为人上人”。虽然刚开始时我也熬得很辛苦，加上今年暑假特别炎热，这可真是苦了我们这些做推销的，但过了不多久，自己也就慢慢适应了。

像其他许多推销一样，刚开始推销时的我就好像开了马力的汽车一样，疯狂地开展业务，没有自己个人的推销计划，但我又不想像有些推销员那样，只顾盲目地上门做推销，这样反而会使拜访量越来越少，因为这样推销客户比较分散，而丢失了准客户，就得不偿失了。

屡次的失败给我带来了从未有过的失望，望着自己订单上的空白，听着别的推销员口若悬河地与顾客们尽情地侃侃而谈并且顺利地签下了订单。这一切的一切都让我无从下手以及无法去面对这个现实。顿时，我的内心产生了两种矛盾思想，好像有两个人在我耳边对我说话。一个说：“努力吧！并不是所有的人一开始都会成功的，正所谓万事开头难，千万不要气馁。”而另一个说：“你这种能力，根本是不可能会创造奇迹的，还是不要逞强了，放弃吧！”这两种声音在我耳边回荡了很久，正当我发呆之际，突然有一个人轻拍了肩膀，抬头看，原来是我们供销合作社的经理，望着经理和蔼的笑容，刹时的灰心丧气一时也发泄不出。但当我想说话时，就被经理的话打住了，他说：“做我们推销这一行，不是那么容易就能成功，纵使你满腹经纶，但如果是“茶壶里的饺子—有货倒不出”，就无法说服顾客买你的东西啊！更别提能成功了。去推销，想要得到签单，并不是只凭一张笑脸就行的，因为你的客户是不同类型的人，你每天都要接触不同的客户，这样的话你就要对不同的客户说不同的话，当然，这就需要你这张嘴能说会道了。说完，又拍了我的肩膀，望着经理离去时矮小的身影，我顿时充满了信心，因为我相信总有一天我也会像经理一样拥有大客户，管理一大批人·····从那天后，我每天都找不同的人来锻炼自己的口才，提高语言表达能力。

这次的社会实践虽然比以前辛苦，但却让我受益匪浅，不但锻炼了自己的胆量，而且训练了自己的口才，最为主要的是，让我学到了许多道理，同时提高了自己的实践能力。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇七**

大学生暑期社会实践报告（1）

大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。 有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从“融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。 暑假社会实践报告自从走进了大学，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。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？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，我走进了一家民营企业，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，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。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。通过这段时间的实习，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，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，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，才能在竞争中突出自已，表现自已。

酬而努力，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！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，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，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

大学生暑期社会实践报告（2）

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。 知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

今年暑假，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一．在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找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，使我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。

二．在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。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。

三．在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打暑期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某位名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四．工作中不断地丰富知识。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。

以上是我自己觉得在这次暑假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

大学生暑期社会实践报告（3）

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。很多此后我终于找到了一家餐饮酒楼。老板让我来做传菜员。第二天，我便开始了我的暑期社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。居然只能端端盘子，怎么着以前在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨房管理的机会，这也能学到不少。于是，我就开始了我的实践生活。

进入大学一年了，迎来了自己的第一个暑期社会实践，内心是激动与踌躇共存着。激动是终于可以走上社会锻炼一下自己，踌躇是才刚刚大一的学生，能干得了些什么？不过，还是希望能通过社会实践锻炼自己，拓宽视野。 我的社会实践单位是我市华地广场。工作内容就是卖步步高点读机，到书店与客户交流做宣传，打电话预约客户，上门安装课件，并在三天之内打回访电话。在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天遭受路人的冷眼以及拒绝，还有公司上司对自己严厉的批评等。中途还有想退出的念头，不过最终还是坚持下来了。

一个月的时间，虽然不长，但也了解到了很多关于社会关于自己的问题：

1.听从安排，安排的事情不要问为什么。

2.认真做自己该做的事，不管什么时候，不要泄气。

3.不管自己的工作能力如何，一定要积极，向上，努力。做不了最优秀的员工，但必须做到是最努力的。

4.人的可变性是很强的，改变一种说话方式，客户或许就会做出与原来相反的的决定，所以不要急于放弃客户。

5.客户的培养是需要时间的，不要急于求成，可能会适得其反。

6.了解客户的需要是最重要的。

7.保持微笑，准备好问题，认真聆听，然后分析问题，引入产品，解决问题。

还有一个问题是对于自己最重要的：热情，热情过后是积极的工作态度。最重要的。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多赚钱的机会，只要有知识和能力，智慧，我们就可以找到好的工作。实习是为将来打基础的重要阶段，珍惜我们的每一个工作机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，好好的表现、展示自己的能力，不要错过好的\'机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。其实工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实际的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧，更多的是在做一些很小的事情，而判断一个人的工作能力怎样恰恰是从些事情上看出来的，正可谓：一屋不扫何以扫天下？现实，就是这样。以上就是我这些日子来的体会，我的不足之处希望老师给予纠正和指导，谢谢!

大学生暑期社会实践报告（4）

今年暑假时大学的第一个暑假，同样，也是人生第一个二十岁的暑假。所以，我想让他变得充实而有意义的。

刚在家的前两天，替妈妈做了点点家务活。其实不干还不知道，零碎的东西越难搞定！总算体验到爸妈劳动的辛苦了。于是，我决定出去找点事做做，毕竟整天窝在家里也不是个办法呢！昔日的伙伴们吧，学车的学车，旅游的旅游去了，打工的为生活努力去了，瞧着没，都个为生活上色呢，我也不能这么庸庸碌碌呢！

多，无奈了。装棉花，一点点的装着，。旁边的阿姨笑道：“像你这样装到晚上还不知道有没有十个呢？”我顿时苦笑了一下。手越来越疼了，想妈妈了。一天的工程总算结束了。第二天早晨，整只手像残废了一半。在妈妈的劝阻之下，我结束了娃娃厂的工作。真的痛苦而难忘的经历啊！

我第二个打工点是教育机构，是私人承办的学校，就租了很多的商品房上课，我们去就是助教类的咯！教的是低年级的弟弟妹妹们，可是，越小越皮，我就没撤了！怎样都奈何不了小孩们！我料想做几天就会脑充血的！有个三年级的男孩，问他25+3=？他一个劲的摇头！于是乎，我就忍不住小骂了他一下，这下好了，老班指着我鼻子大骂，真受不了，委屈死了我！不过日子长了，也发现孩子们的天真可爱，和他们打成了一片，以另一种心态与他们交流，快结束时孩子们舍不得我呢~~我还感动~。

回想起来，自己确实是学到不少，这也是我做这些事的初衷，能接触到社会的种种，觉得很知足很开心。

后面的日子，每天都在家里和家人在一起，享受天伦之乐，这个夏天不觉得再有遗憾！

这是我进入大学以来第一个暑假。在这个火热的暑假，我很想暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。我第一次有了要外出打工的念头。在我妈的介绍下，我和另一个好朋友一起进了一家韩国料理当服务员。就这样，我开始了人生中的第一份工作。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”，课本上学的理论知识用到的少之又少。在这样的情况下，我更是能深刻的体会到其中的内涵。当服务员真的是辛苦的，每天工作12小时，就中间休息2小时，那往往是我们每天都翘首盼望的两小时。我责的主要是点餐，端盘子，对于从来没有做过家务活的我来说，这样的工作已经是一个挑战了，它要求速度，灵活，形象，态度，每一项都很重要，可我每一项都做得那么不尽人意，东西总是丢三落四，好几次客人点的东西都不能全部送到，还总是因为要赶时间而撞到别人，不过老板的宽容，朋友的鼓励都让我信心满满，我竟然从没有萌生想要放弃的念头，要是以前那个我，早就受不了，拍拍屁股走人了，可是我没有，我想证明给自己看，我能胜任这份工作。我开始更加勤奋，学习别人处事的方法，招待客人的态度。渐渐的，我犯得错误越来越少了，做事更加的得心应手，虽然每天到家我都几乎累瘫了，不过那种感觉真的很不错，那是我从来没有体会过的。

大学生暑期社会实践报告（5）

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的最佳结合点。

“艰辛知人生，实践长才干”。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。暑期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

大学生暑期社会实践报告（6）

有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；

苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

——题记

作为祖国未来的事业的继承人，新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打短工作为社会实践的方式，目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短一个月的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

所谓的培训吧。真的不敢相信就怎么一个做起事来游刃有余，从容不迫的年轻人比我大那么一点点。这是我后来聊天的时候所了解到的。她看来人缘很好，跟其他服务员有说有笑的。有时候的我很不知所措，她就一直宽慰我说，没什么的，事情很简单等等诸如此类的话。我很是感激，想我一出来便遇上了一个好人。那么以后在这里的日子也就好过了。

还记得上班第一天，我都不怎么开口，不知道如何开口与客人沟通，与同事之间也没有什么话要讲。第一天就那么的埋头的跟着先来的服务员学习拖地，洗拖把，冲马桶，铺台子，摆碗筷子，写菜单，拿酒水以及一些应付那些客人的刁蛮的“服务”。知道吗？就简单的铺台布也大有学问，原以为只要铺上就好了，可在宾馆里有很多东西是很规范的，就连站姿都有一定的标准。夏天天气热工作那里都有空调，工作环境与伙食还是蛮不错的，刚开始我还有点飘飘然，感觉到了上流社会的生活，但宾馆的人事管理很有问题，有好几次我都被气得想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。

记得有次来了一位客人要看包厢。他，是一个很特殊的客人，因为他的脚有点拐。当时因为没有客人又加上是我一个人在值班，就有点猥琐。以前在电视上看到的那些可怕的亲亲喔喔的镜头就如潮水般涌来。顿时心惊胆颤的害怕着。可是想想自己是拿着老板的薪水，怎么可以拒绝客人拒绝老板的生意呢！于是等我鼓足勇气准备进去的时候老板娘来了。她问我怎么啦，我说来了一位男客人要来定包厢。听我这么一说，又看到我的那发抖的腿，老板娘二话没说就打开包厢看看是什么人。然后老板娘说：“呵呵，没事，他是我们的老顾客。进去吧，放心好了。不会对你怎样。”听了老板娘的话，心里像是吃了定心丸似的，于是就带着一颗忐忑的心进去了。最后，幸运的是，老板娘真的很好，而他也是特别的好。因为他出了点菜以外，还教会怎么处事怎么和人沟通怎么摆盘子。而且还介绍他的朋友给我认识，还让我给自己也点一个菜请我一起吃酒饭。但是，还是被我很客气的拒绝了。不过，他很理解我没有怪罪我。

还有一次，也是因为当时没有多少客人，我们就站在那里。突然外面进来一群男男女女说要吃饭要定包厢。于是我们也都很客气很礼貌的接待了他们。可是意想不到的事情发生了。刚上了几个菜，便听到包厢里嚷嚷，急忙进去才知道是冷盘八宝鸭上有一只蚊子，饭店是最忌讳菜里面有杂物的。大堂经理又是道歉又是微笑，点头哈腰的陪不是了好一阵子，最后被退掉才算了结这事。我们出包厢他苦笑着对我说：“倒霉。”我说：“这样的事情经常发生吗？”他说：“不会，而且这样刁难的客人也很少见。再说，我们在上菜的时候也应该事先看看的。知道吗？我们在面对这些事情的时候一定要镇定要微笑要巧妙的回答客人的质问。这样，既不让老板生意受影响，也不让客人受气，不再做我们的回头客了。”是啊，灵活，巧妙也是一种生活的技巧。

对啊，在我这次的工作中我也明白了：在工作时上司总有责备下属之时，这都是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与下属打成一片，也要保持自己的威严，虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人的批评或是听取别人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评的时候是很难受的，但是我们还是要很诚心的很耐心的听取，而且还要明确表示你是真心接受他们的批评。因为这样我们才能在过失中吸取教训，为以后的成功截取一定的经验。但我还知道我要学会：从哪里跌倒就从哪里爬起来，这是我应该做的。因为做服务员就是要以“顾客是我们的上帝”为自己的信念，以便更好的服务好每位来消费的客人。

除此之外，我还从这次工作中学会了人际交往和待人处世的技巧。在人与人效中，我体会到了有些同事之间是真的没有知心朋友可言，在利益面前，每个人都是为自己的。有时候，人，往往是执着的。对待同事要圆滑点，不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周边的人沟通思想，关心别人，支持别人。而且很好的表达能力是非常必要的。在这些打工的日子里，有喜有忧，有欢乐，也有苦泪，也许这就是打工生活的全部吧。但是，感觉自己还是有点那么格格不入。也许，是我不适应这样的环境吧。我不知道有多少打工人有过这种感觉。但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，值得回忆。即使曾经哭泣过，现在想想都已经没有什么大不了。

最后，我想再说一下自己对服务行业的感觉，在那里打工的这一个月，所遇到的人大部分是比较有素质的，可是总有一些人是那么的横，虽说“顾客是上帝”，但也不能拿着钱如此的折腾别人，看着别的小女孩被为难，甚至被气哭，我真是感到人与人是那么的不一样，为什么不能多尊重别人一下呢？哪怕一个善意的微笑，一个理解的眼神，就足以让我们的心情保持一天的晴朗！而一句恶言恶语则会让我们心情阴霾一天！所以，学会尊重别人，理解别人，你也会觉得别人对自己也是友好善意的！你的生活会变的多彩，美妙！

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习知识，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会。”虽然，服务行业与我的会计专业没什么很大的关联，但我认为，无论任何的一种尝试，对于自己来说，对于以后来说，都是很宝贵的充实！

顾，没有了同学的帮助，要学会独立自主，自己照顾自己。人生在世，不如意之事八、九，在社会这样复杂的环境里，不比我们在家里，在学校，没有什么烦恼、挫折。有是年少轻狂，有是恣意枉为。一切都那么顺利。脱离了学校和家，在社会就不是那么好了。我们应该放下学校里的那种轻狂，家里的那种娇宠。不要期望太高，要一步一步的去完成，我们要有一颗平常心，乐观的去面对社会里遇到的不如意和挫折，正确的估价自己，给自己一个正确的定位。打工那毕竟是短暂的，做为学生来说，目前最重要的是努力学习，为今后找一份理想的工作做铺垫，为自己摆脱体力工作打下坚实的基础。

很快，这个暑假又这样过完了。但是，在我的内心里却留下了不可抹灭的记忆。不论是人还是工作，都一样！毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为应该锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗？虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握！ 以上就是我在2015年暑假的社会实践报告。也许这并不是一份很规范很完美的实践报告，但这确确实实是我这些打工日子的所思所想所悟。

大学生暑期社会实践报告

—— 城乡规划调研 暑期实践,走进社会。这个暑假我们走进了大别山的门户六安独山镇进行城乡规划的调研活动，转眼之间十多天的活动过去了。我们在这次活动中学到了很多东西，能力也得到了提高。

从实践中寻找真理,用实践引导前行。敢想敢做敢拼，才是我们大学生的代名词，在激情的涌动下，坚定信念，我们将无所不能。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。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，实践是今后工作的基础。因为环境的不同，接触的人与事的不同，从中所学到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。

政府以及主持设计工作者们，对学校以及六安独山镇的规划起到了重大作用。老师要求每个数据的精确性未做完的问卷必须得作废。这种要求在学校的课堂上是学不到的，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社在工作中遇到问题时，要多虚心向同事请教，最忌不懂装懂。多对于工作的每一个环节都要力求做到最好，应该想着如何提高工作的质量而不是如何给自己减轻负担。只有这样才能算作尽职尽责地工作，才得到大家的认可。

十多天的实习生活暴露出了我的缺点，但也给了我改正的机会，如果没有这次经历，我的成长就会可能继续推迟。了解过许多大学毕业生的实习经历，往往都会在一两个月之后才会感觉到自己之前做得不好，才来想到改正和珍惜这次的实习机会。但是我却提早有了这样的体悟，这对于我将来的学习和工作是大有裨益的。

这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。

社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

一、管理者的管理

在公司里边,有很多的管理员,他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理,就必须要有好的管理方法,就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工,你的下属,你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学,要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异!

二、自强自立

个人去解决,在这一个多月里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在,就算父母不在我的身边,我都能够自已独立!

三、认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。只学不实践，那么所学的就等零。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。通过这段时间的实习，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。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，才能在竞争中突出自已，表现自已。

四、专业的重要性

真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

五、小结

基础。通过这段时间的实习，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，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，才能在竞争中突出自已，表现自已。

各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得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。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，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，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，1年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，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。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，明天才能更好地为社会服务。

实践内容：对于刚中考完学生来说，这个假期是一个过渡阶段。所以我找了一个初中毕业生，给他讲解高一的课程，帮助他提前了解高中的学习生活，以便开学后更快的适应高中的快节奏。 实践过程：

前期准备工作：

为了能够更好的给学生讲解，在家教前，我先找到了高一的数学课本，从头到尾的浏览了一遍，划分了主次。制定了相应的学习计划，课时安排以及讲课的方式。搜集了一些相应的题目，以便学生能够更好的巩固提高。

与家长学生进行交流，了解学生的学习情况，以及家长对孩子学习的要求等，从而能够使自己所讲解的内容符合学生的特点，最大限度的满足家长和学生的要求。

家教过程：

问题深究时，更是对自己的一次挑战。好在学生的性格比较开朗，不懂的就会问，这对于我对她知识的掌握情况是一个不小的帮助。总之，第一天的讲课还算顺利，也给我自己了很大收获。

后来的几天，我和我的学生逐渐熟悉，我们也成为无话不谈的好朋友，下课时会打打闹闹，但是上课时就会严肃认真起来。给她讲课也不再像以前那么紧张，从而能够更好的完成我的计划目标。有时候，有的地方比较难理解，我就会一遍一遍的讲解，直到她明白为止。之后，再通过相应的练习题，让她巩固这一知识点。这样一来，她的进步很大。第一章是集合与函数的概念，这章有些内容比较抽象、难懂。所以在讲课过程中，我尽可能的把那些抽象的东西转化成比较容易理解的，注重基础知识的讲解，让她能够把基础知识掌握扎实，才能为以后的学习打好基础。这一章，加大习题的训练，让她接触各种题型，通过题目去巩固所学的知识点，这样还是比较见效的，这一章内容的学习，我们一共用了10天的时间，虽然时间比较长，但是我觉得，能够真正掌握了其中的知识才是最主要的。

第二章是基本初等函数，有了上一章的基础，这一章的学习并不是很困难。我按照函数的研究方式，从函数定义、函数图像、函数性质等方面，对指数函数和对数函数做了详细的讲解，并通过典型例题进行巩固提高。

第三章是函数的应用，这一章比较简单，而且内容也比较少，用很短的时间就结束了这一章的内容。剩下的几天时间，我有通过题目让她对整本课本的内容总结复习了一下，加深了对课本内容的理解。

15天的家教生活很短暂，但是我却从中收获了很多知识和快乐。学会了怎样与不同类型的人进行沟通和交流，同时，也培养了自己细心和耐心的素养，提高了自己的责任感。

实践总结和反思：

1、要提高自己的语言表达能力和交流能力，善于沟通和交流

这一点非常重要，在与家长与孩子的交流过程中，要学会使用表达技巧，这样才能更有利于共同，了解对方的需求，才能更好的满足他们的期望，同时这样是对自己的一个挑战和提高。与孩子相处，平等容融洽是十分重要的，要和学生处好关系，要让他们把我当朋友，而不是老师，这样才能够更好的沟通。

2、要讲究条理，分清重点，详略得当

在讲课方面，需要分清楚什么是重点，什么是非重点。不是重点的可以一带而过，针对重点拿分的项目要详细讲解，这样才能让他们在以后的考试中，成绩有所提高，才是补课之功效有所发挥了。在习题布置与讲解上，要尽量备课，一定要挑些有针对性的题目给学生做，强化他们的基础。

3、做事耐心，切忌烦躁

在讲的过程中，应该尽量保持耐心，慢慢的给学生讲，毕竟他们还小，有些我认为很简单的，对他们并非如此，切记不能烦躁，这样只能适得其反。

生做家教得到的不仅仅是经济上的贴补，更重要的是我们自身的价值能得到社会肯定，增强我们进入社会的信心。通过半个月的家教实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，同时，也从另一个侧面检验了自己的学习情况，是自己更清楚地认识到自己的缺点和不足，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力。从而使我们在以后的生活中不断的提高，是一次难得的实践经历。

短期的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

“中国梦”引领个人梦，在“中国梦”的引领下，积极参加社会实践，接触基层，在实践中不断的完善和提高自己，对于大学生的发展尤为重要。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

1调查目的和意义

1.1意义

地球是人类惟一的家园,在茫茫的宇宙中,除了地球之外,目前尚未发现其他适合人类生存的星球.地球是我们人类赖以生存的惟一家园. 生态环境是人类生存、生产与生活的基本条件。长期以来，党和政府十分重视生态建设与环境保护，将其作为一项基本国策。自然环境提供人类生存发展的环境资源的同时,遭到了人类机大的破坏.只有当自然环境处与一种生态平衡的和谐状况时,人类的前景才是乐观的。大力倡导和树立绿色文明理念；多辟渠道、形成机制；形成从我做起、从身边事做起的局面。这既符合现阶段我国国情，更是彻底改善生态环境的根本。只要全民动员起来，群策群力，积极行动，持之以恒，就一定能铸起保护生态环境的绿色长城，中华大地就一定会山川秀美、江山如画。

1.2目的

通过对当前青少年对生态环境现状的了解，使他们加深对此社会问题了解 与重视，了解政府工作的成效。

2调查过程

由于是第一次独自完成这样的社会调查实践任务，所以准备时间比较长。首先在网上查阅了一些有关调查问卷及报告的信息，通过收集各方面信息并参考范例初步设计出了调查表，通过自己反复查看并参考别人意见，反复修改最终做出用于调查的问卷。接下来寻找了调查单位，根据实际情况最后确定了调查人群及较为可行的实施方案，对具体的调查实施作出计划。自此，调查的筹备工作基本完成。

2.1调查时间：2015年7月20日----2015年8月1日

2.3调查目的：通过对当前青少年对生态环境现状的了解，使他们加深对此社会问题的了解与重视，了解政府工作的成效。

2.4调查方法：调查问卷，问询法，座谈访问。由于实际情况制约，考虑到在学校中分发后回收率过低，问卷调查只进行了小规模的采集。主要采取问询一部分学生及向了解情况的相关同学交谈询问来收集答案，对其他青少年采取一一问询收集答案的方法。同时利用工作之便对本小区和身边朋友进行了更加深入的了解。

3基本情况与分析

环境保护是当今社会发展的趋势，也是全球关注的重大问题。环境保护任重道远，环境保护除开发展各项科技技术，解决环境污染中的一些问题，最重要的还是提升对环境保护的意识，环境保护工作中，如何去提升环保意识，这是一个关键的问题。提高环保意识对环境工作的重要性，应该做好以下三点。

3.1认识环境对人类的重要性

社会发展起重要作用。自然环境具有自然、社会双重属性，以人类劳动为中介，自然环境在各个不同阶段对社会发展都产生重要影响。

3.2认识环境对经济的重要性

经济在人们眼中仿佛一直与环境对立，其实不然。经济的可持续发展必须要以环境的可持续发展为前提。经济发展速度的持续性和稳定性，依赖于自然资源的丰富程度和持续生产能力，因而保护和改善环境提供了经济稳定持续发展的物质基础和条件。环境的破坏和污染对经济的发展存在着很大影响。环境的污染和破坏会引发自然灾害，给经济带来直接的重大损失。

3.3认识环境保护意识促进环境保护的成效

环境保护意识也需要与时具进，跟随社会的发展趋势，而不能抱守陈规。环保意识提高，不仅有利于开展环境保护工作，提升环境保护效率，促进环境事业的发展，也有利于提升环境科技的创新成果，造福人类。

4调查结论

环境问题是随着经济和社会的发展而产生和发展的；老的环境问题解决了，又会出现新的环境问题。人类与环境这一对矛盾，是不断运动、不断变化、永无止境的，因此，保护环境，任重道远。诸多的环境问题，都会给我们带来了严重的痛苦和灾难，环境保护日趋紧迫。

解决当代环境问题要加强教育，在学校教育中，培育学生“保护环境，由我做起”意识，并且身体力行。为增强人们的环保意识，要继续做好宣传，加大全民参与环保工作的宣传力度，普遍提高群众的环境意识，鼓励更多的市民参与环境保护工作，促使人们在进行任何一种社会活动、或生活生产活动、或科技活动与发明创造时，都能考虑到是否会对环境造成危害，或能采取相应的措施，使对环境的危害降到最低限度。

5评价建议或对策

5.1利用课堂教育，渗透环保意识

学校作为传授环保知识的主渠道，有着无可比拟的优势。但是由于历史和现实的各种原因，我国的中小学“环境教育”起步比较晚，至今还没有专门的教育课程，“环保教育”的内容往往蕴藏在各学科知识中。北京师范大学环境科学研究所王红旗教授认为：“环境教育是涉及各科教育渗透性的综合体”。因此，在实际教学中，老师应采取深入研究，善于发现，灵活渗透的原则。

5.2开展主题活动，加深环保意识

在课堂教学渗透环保意识的同时，我们通过开展小队、班级，甚至全校师生参与的主题活动，让学生加深对环境保护的理解。如组织初一学生结合6月5 日“世界环境日”，开展了《我们只有一个地球》的主题队会，大家通过收集各种资料，扮演各种角色，深刻地揭示了保护我们地球家园的重要性。

课外可以开办相关活动，例如绿色植物角评比活动、回收废旧电池活动、校团委组织的垃圾回收活动、环境保护知识讲座、环境保护主题队会、各班开展的护绿活动、环境保护黑板报比赛等等，通过参与上述系列活动，使学生明白保持环境整洁、维护生态环境平衡人人有责，并逐步养成保护环境的良好习惯。活动期间，在校园、公园、街头及社区，学生们自觉地开展“从我、从现在、从身边、从小事做起”的各种“洁、齐、美”活动，向周围的同学及家长们宣传环保的意义，大家一起来支持并积极参与城市绿化建设，共同为温州争创全国文明城市作贡献，使大家个个成为“环保小公民”，人人争当绿化保卫者，用自己的双手为人类赖以生存的地球增添新的色彩。

5.3实施课题研究，提高环保意识

组织学生开展课题研究，进行探究性学习。在实施课题方案的过程中，提出问题，决定探究方向，组织探究，收集并整理资料，得出结论，采取社会行动。通过自己的研究，再次提高对环境保护的认识，自觉地参与到环保的行列中来，也不失为一种有效的途径。

1）确立课题研究内容。我们在指导学生进行小课题研究选题时，着手从身边细小的方面考虑，从我们周围的环境出发。

2）制定课题研究方案。 同学们在确定了研究课题后，就着手制订研究的计

划，准备研究的材料，依靠小组分工合作的精神，拟订了工作方案，到图书馆查找文献资料，把从名著、专著、教科书、科普读物、报纸、期刊、年鉴等方面找到的环保资料进行分析，制定社会调查问卷。

3）课题研究实施过程。有了充分的研究计划他和准备之后，同学们就深入学校、家庭、车站、菜场、社区等，发放调查表，收集反馈的信息，然后再进行实地测量，采集标本，调查取样，采访群众，倾听呼声，充分收集研究材料。

4）汇总课题研究结论。 同学们经过一段时间的深入调查研究之后，就把所有的信息汇总起来，进行处理，分析结果，得出结论。

同学们通过可触、可闻、可见的实践行动，深刻领会了保护环境的重要性和艰巨性。同时，对部分有潜力并自愿将来从事环保事业的学生，创造了环保初步认知条件，使他们将知识、实践和责任有机的结合起来，鼓励并引导他们投身到环境保护事业中去。

5.4结合家庭社区，强化环保意识

学生的环保教育，学校是主渠道，每个家庭、各个社区或部门单位也是不可分割的组成部分，只有各方面协同努力，学校的环保教育成果才能巩固，即实现环保意识真正、持久地深入学生的心理。

-->[\_TAG\_h3]青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇八

在大学学习期间，社会实践是大学生课外教育的一个重要组成部分，也是大学生自我能力培养的一种重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在暑假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高自己。因此，为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份工作，虽然仅有一个多月的时间，但我觉得受益匪浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。暑假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个暑假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

放假之后，我找了一份工作是一家大型商场的售货员。在此之前从来没有接触过销售的我，感到压力很大。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要迎宾，喊宾和向顾客介绍商品。

刚开始时，自己常常出现错误。主管要求喊宾，我性格本来就属于有些内向的，刚开始时不太好意思开口喊。找商品时不知道商品放在哪个货柜，由于对货架不熟悉让顾客干等着，有的顾客属于急性子，没等我找到就已经离开了，错失了许多机会。由于没有工作经验，不好意思向顾客推荐，说话常常断断续续，还不时脸红结巴，总表达不了自己想要表达的东西，后来经过一次次的尝试，掌握了沟通技巧，终于取得了实质的成绩。我永远忘不了自己成功推销第一件产品后带来的喜悦。

幸运的是，我遇到了一群好同事，他们都对我很好，耐心教导我，帮助我，让我从一开始的什么都不懂什么都不会逐渐对工作熟悉起来。这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！在实践活动中我感受到了自己的绵薄之力，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了许多；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才能力。

我发现与同事的相处以及与周边柜台销售员的相处也是我们工作的重要组成部分之一，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促成我们良好的人际关系，使我们处在一个和谐的工作环境之中，工作质量自然就稳步上升。如此，不仅利于自己的工作利于他人的工作。

更重要的是也有利于店主和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。和谐的工作环境要靠我们自己去营造，现在到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得二者并不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的面对当今的就业、从业形势。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

想来，二十几天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。

打过一次工，才知道学生打工很不容易。短期工是很廉价的劳动力，有的公司很不负责任，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是拖着不给，还有的干脆就不给了。

“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。暑期虽然只有短短的一个多月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。

对于大学生打工，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇九**

大学生暑期社会实践报告范文 社会实践范文二：

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。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。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道 “两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的\'理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为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，不要简单地把暑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.

-->[\_TAG\_h3]青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇十

20xx年xx月xx日-x月x日

xx

该厂全称为徐州市可创制衣有限公司，它是一家以生产外贸针织服装为主的企业。公司现有厂房5000平方米。拥有一定规模的各类针织服装的国产及进口设备200套，员工总计220人。年生产规模在100万件套。其主要产品包括各类针织布料的婴儿爬服及儿童套装，特别擅长天鹅绒面料服装的生产，成人休闲及运动套装也是它的特长。目前，产品以出口到欧美、日、韩等数十个国家及地区，其主要的品牌有美国的“rockwerparisangle“，欧洲的“c&a，babybebe，macaetc。”等国际知名品牌。暑期，我有幸成为其中一名检验员，在该厂学习劳动生活了一个多月。其中我实践的内容包括三方面：

1、明确厂里各项规章制度，保证按时上下班，并积极工作。

2、初期跟随车间主任熟悉整个生产流程，学习如何检验成品以及需要注意的事项等。

3、后期在检验成品后，根据工作要求也负责一些清洁、包装等工作。

然而这里的每一样东西对我而言都是陌生的，自己觉得衣服这么漂亮，没想到每一件衣服需要这么多道工序，心里不由得发出感慨。

这里的工作也是充满挑战性的，因此我告诉自己必须把握好这次难得的实践机会，至少也可以是一次难得的回忆。在此期间，我努力学习，努力工做，感觉挺充实，回忆起来还是充满了欢乐，当然这也是自己的一次宝贵的经验。

虽然这并不是我第一次参加社会实践活动，但却是不同的行业，不同的领域，所以在一开始，我的内心还是比较胆怯的。从学校到社会，环境的改变，老师变成老板，同学变成同事，相处之后一切都不同了，一切都在改变。然而我告诉自己一定要适应这种改变，我要看看我能否离开父母的荫庇，能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践从而让自己更进一步了解社会，也可以通过社会实践来体会父母劳作的辛苦，体会到一分钱的来之不易……在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，磨砺自己的意志。更为重要的是检验一下自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。俗话说：万事开头难。任何事请都需要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败，这一过程是必不可少的。在经历了这次的工作之后，也同样明白了“很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的”。

下面我将自己的实践体会拿出来和大家分享一下吧：人的一生中，校园并不是永远的学校，大学里的我们不过是不受风吹雨打的花朵！真正的学校只有一个，那就是社会。一个多月的暑期实践，让我感悟到了很多东西……社会实践加深了我与社会各阶层人的情感，拉近了我与社会的距离，让我明白了人与人之间关系的微妙，什么样的角色都有，我们首先就要学会与人不卑不亢的交流，正确处理好自己的人际关系，这多我们今后的发展是很重要的。社会实践也开拓了我的.视野，增长了自己的才干，使我进一步明确了我们大学生的成材之路与肩负的历史使命。社会是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到体现，为将来打下坚实基础。同时，我也深刻的体会到了坚持的重要，步入社会，我们会承受来自很多方面的压力，可是一定要学会面对，假如我们遇到一点的问题就退缩，三天打鱼两天晒网的，这样的人任何公司都不会喜欢更不会任用，那你何谈自己的理想？何谈自己的美好生活？一切也只是即将飘散的云雾罢了。为了提高自身的素质，我会不断实践，在实践中锻炼，在实践中得真知。在今后的学习生活中会更加努力，端正思想，明确方向，在不断完善中求发展。也知道了：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，更不要埋怨哪里哪里的人是不对的，因为这个社会不会因为你的抱怨而改变，它是个现实的东西。所以我们只有改变自己，用知识，用技巧，用专业武装自己，这样才不至于被社会的洪流冲刷走，才能在社会中占有自己的一席之地。

通过这一段时间的学习，我学习到了很多学校里接触不到的东西，这让我受益匪浅。无论是为人处事，还是对于自己将来的一些计划，我都作了深刻的思考和反省。汗水是成功的必经阶段，我们只有付出努力，才能体会到幸福的喜悦，拿到工资的一刹那，泪水在眼眶里打转。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇十一**

出门在外总要找一个地方落脚，这个假期通过在饭店的实践，是我对饭店有了一个全新的认识，也了解了许多知识，饭店的经营需要多方面的合作，多方面的努力，只有大家都相互配合，才能赢得更好的利益。

第一次参加社会实践，使我了解了很多，感受了很多，懂得了很多。我明白学生社会实践对学生来说是一个重要不可缺少的部分，也是他们贴近社会，了解社会的基矗在爸爸朋友的介绍下我来到一家饭店打工，而我也就是从最基层做起，做了一名餐厅的服务员。虽然只是干了短短的二十天，但对我来说收获很大，因为我是新人，所以先进行了两天的培训。在培训的阶段教导员给我们讲授了作为一名服务员该有的基本准则。像面对客人要经常面带微笑，在餐厅里面再急也要一步一步地走过去，你可以走得快一点，但是绝对不能跑，而且在倒酒时，白酒只倒小杯子的四分之一，红酒只倒玻璃杯的三分之一，啤酒要挨着杯口只倒四分之三，而且端菜时要从客人的左面上菜，还要先提醒客人一下，，上菜时也有顺序，有凉菜，有热菜时要先上凉菜，再上热菜，当客人点的菜比较多时可以提醒一下客人，您需不需要一点什么汤等等好多好多的规矩。刚开始时，也会有不习惯，一天下来，觉得脸都笑僵了，而且脚疼，但是做事情要坚持不懈。“万事开头难”，做着做着，我一边改正自己的不足，一边像哥哥姐姐们请教，在一周之后，他们都说我做得很好。虽然很累很累，但是我很高兴，暂不说可以赚一些钱，更重要的是我可以学到很多知识，比如餐厅管理的知识，一个好饭店所要具备的因素，还可以学到与人交流沟通的技巧。刚开始，要经常笑，觉得有点别扭，但当后来，我真正的明白自己的一个微笑不仅可以给客人带来好心情，而且可以增加客人的食欲，有助于饭店的生意哦。下面就我所掌握的知识向大家介绍一下。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样，经过调查，饭店各个岗位主要有大厅，总台，客房，餐厅，商场等。而各岗位中又由小小的岗位组成。例如，大厅所在岗位服务员就有大门应接员，大门保安员，行李员，梯口应接员，大厅清洁员，洗手间服务员等。在这些服务员中，有不少礼貌礼节是大家都应该遵守的。像大门应接员的主要职责是负责来店客人的大门迎接工作，在服务中要做到精神饱满，并且热亲和蔼地招呼每一位进出饭店的顾客们，大门保安员对饭店来说起着非常大的作用，饭店的安全和宁静的生活是和保安员分不开的。还有其它岗位的服务员应做到的各个职责都不同，但他们都给整个饭店带来了蓬勃发展。饭店的总服务台是饭店的“窗口”，又是饭店管理的“神经中枢”更是住店人进店和离店的必经之地。因此，能否给客人来时有“宾至如归”之感和离时有“宾去思归”之念，在很大程度取决于总服务台的服务质量，所以说，总台服务是整个饭店经济和信誉的中心。

总台服务所在的岗位服务人员有接待员，问讯员，定房员，结账员，外币兑换员，商务中心服务员和话务员等。接待员在总台服务中起着巨大的作用，当你接待客人的时候，不仅要做到办理一个，接待另一个，招呼后一个，这个原则，还要做到热情的为每一位客人服务。当本饭店客已满时，要主动帮客人推荐到另外其它饭店，并且当接待完一位客人时要用心保存好本客人的存档，已在下次接待时，有针对性地接待服务，只有这样，客人才会对本饭店独家青睐，当然，能够做到“宾至如归”宾去思归“这种情感是和饭店内的各个岗位上的服务人员分不开的。

既是饭店，就会有客房，而客房主要是客人的休息场所，房间的好坏，关系到客人住店的心情，为客人提供温馨，舒适，幽静，安全的居住氛围是十分重要的，并且，还要根据住店客人的习俗。例如韩国人喜单厌的习俗，因此，再为韩国客人准备房间时要避免出现双号的房间，此外，为客人准备的房间应该要在客人还没住进去之前检查好一切的设施，以免对客人造成不必要的损失和误会。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人吃饭的主要场所，也是饭店获得最佳经济效益，弹性最大的部门之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为满足宾客的不同要求，必须做到美味佳肴，令客人吃得满意。此外，饭店能够做得好，还离不开一个主要元素：微笑。古人云：“没有笑颜不开店”。微笑可以赢得商朋满座，产生最大的经济效益。所以，可以说笑是一个饭店的治店法宝，企业的成功之道。

一个好的饭店不仅要拥有好的坏境也需要好的管理。企业的领导人对企业的管理要做到实：就是对企业的制度规范和完善，当然也要认识当前的形式是怎样的，这样才能对症下药。如果只是看到的是表面问题，只对当前的问题做出决定，那会免不了死灰复燃的，现在不少的企业只看到了头疼治头，脚疼治脚的方法，没有从根本上解决问题的所在，久而久之就会影响到整个企业。

当然不是让制度放到嘴边的，要从内心里表现出来、做出来，时刻记意在心里。制度是规范企业的不是让企业拿来作利剑的，是让企业的员工时时刻刻来遵守的，把它作为一种企业的文化，人人都要学习这种文化，当然这要从领导自身做起，是要发挥领导的作用去带动企业员工的积极性、自觉性，不能象一颗螺丝一样只要把它拧紧就可以高枕无忧。

领导的决策是企业的发展的根本，如果企业没有了领导的决策就象是鱼儿没有了水。所以领导的决策是关乎企业向前发展的关键，那么企业领导本身的素质和文化水平与市场发展的需求要跟随现代企业管理和发展的步伐。有道是画龙点睛，这点睛就可以说是一个企业的领导，整个企业的精髓，企业领导人的一切水准也就会反应出企业水准。重要的是企业领导自身水平是什么样的，要从哪方面着手?着手的力度应在哪?往往领导人是从全面着手的，但又看不到问题的所在原因也就不能从哪着手了，所以也只能任由其发展到最后反而做的一团糟，领导说员工不好好做事、不听从管理，员工说领导无能、不好甚至骂领导。这些方面洽洽是企业最难解决的，要从根本上解决问题的所在，就是作为领导人要看清事、物出现的原因找到根源，为什么会出现?是从哪出现?以后怎样做才能让类似的事、物不会再出现。而不是出现了!我用制度处理你，让你不敢再犯，这样的话在员工心里也不会服气领导的所作所为，会更加增强领导与员工之间的矛盾化。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇十二**

文章一：

在我看来与人交往最重要的是尊重他人，并且多做事。在新进入一个公司时候，因为自己什么都不会，必须要请教别人，但是有些同事并不是很好处，所以多做事让他们看到自己的勤劳，自然而然会对新人照顾些。在公司里边,有很多的管理员,他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理,就必须要有好的管理方法,就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工,你的下属,你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学,要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异!

俗话说：强龙压不过地头蛇。无论在学校里多优秀，可是出了社会呢，社会和学校是两不同的地方，在公司里什么都要靠自己的独立。有些人在家里面父母照顾的无微不至，可是到了社会上，无论遇到什么困难，挫折都是靠自己去解决的，在这一个半月中我学会的自强自立，靠自己的力量去解决遇到的困难挫折，勇敢面对一切。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。只学不实践，那么所学的就等零。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。通过这段时间的实习，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。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，才能在竞争中突出自已，表现自已。

我们在学校中一定要好好学习知识，并且抓住可以实践的机会，毕竟3年之后，我们将不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，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。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，明天才能更好地为社会服务。

文章二：

不知不觉之中，暑假又到了，回头想想自己高中的生活，又想想自己将如何面对暑假，是回家还是在外面找工作，一时茫然。毕竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人宣布趁着暑假有这样一个机会，好好的大干一场。

放假之后的一个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后三天过去了，我还是一无所获，我终于知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才适合自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一个礼拜就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行!

这次我不再把眼光放的那么高，我想到自己是学市场营销的，所以我就专门去找那种大型超市，看下是否需要导购，终于在一个商场里面找到了一份导购工作。第一天工作就是小组主管交我商场里面的规定。

严格遵守商场的规矩。俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。做事勤快，不能偷懒，不仅要做好本职工作,还要帮助其他人.虚心向别人学习,努力完善自己.对待客人要面带笑容,耐心服务.要与同事和睦相处,争取在大家心中留存一个完美的形象!

就这样我开始了工作,也许是由于自己制定了完善的计划,所以工作还是很顺利的,虽然有些客人很叫真,很难缠,只要耐心解答就会解决问题;同事还是很友好的,也许是由于我的工作时间短,对他们没有竞争吧!万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了这次的工作之后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的。一个小小的商场的经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

文章三：

在与孩子的接触过程中，忽然有种错觉，可能就是代沟吧。这个年纪的孩子大多生活富足，他们张扬、自我，而这种特点与其说是个性，我倒觉得是任性吧。这个小女孩其实是很聪明的，然而成绩却不是很好。她说是因为上课不专心，经过那么多天的相处，我却认为是懒惰，总是找理由逃避学习。她听课时，时常一副心不在焉的样子，有时，我心里会感到很恼火：自己的付出与收获完全不成正比;可是除了耐心也别无他法。每当她走神时，我都会提醒她，耐着性子给她讲下去;她做题时，总是口头上说会了却懒于动手。我清楚地知道：懒惰在学习上是绝对吃不开的。于是，我经常告诫她，只有认真学习才能把成绩提高。我尽量把讲课的气氛营造的轻松愉快，但要掌握好尺度，不够严肃更容易造成她的懈怠。课余时间我给她讲了很多我在她这个年纪时学习上的事情，这种朋友式的交流让她的学习态度有了一些改观。

在家教的过程中，我做了这样一些总结:

在讲课方面，要分清楚什么是重点，不是重点的可以一带而过，毕竟学生在学校上课的时候也不是一点都没听，针对重点拿分的章节要详细讲解，这样才能让她在以后的考试中，成绩有所提高。

在讲的过程中，我应该尽量耐心点，慢慢的给学生讲，我认为很简单的对她并不是那样，切记不能烦躁，尽量让自己心平气和的讲解。

在习题布置与讲解上，要细心挑选，一定要挑些有针对性的题目给学生做，要重质量而不要一味图数量，并监督她对错题的整理和回顾。另外这个学生基础比较弱，要先强化了基础才能够去提高层次。

要和学生处好关系，要让她把我当朋友，而不是老师，这样才能够更好的沟通。这个女孩子的学习成绩处于中下游，很容易产生自卑心理，所以平时要多加鼓励，让她能重拾自信心，相信她自己是能学好的。

要注意与学生家长的交流，一方面能更深入了解学生的情况;另一方面能及时将教学进展及时反馈给家长，有利于家长的配合与支持。

实践是件听起来轻松，实则却蕴味十足，甚至意义深刻的事。实践能使你已成的惯性和被特定环境保护的生活重新增添一些色彩，确切地说，这是一个过程，过程当中夹杂着忙与快乐。

万事开头难这话一点儿也不假，虽然我参与实践的时间不长，但求职之路的艰辛和求到职之后的茫然让我感叹市场竞争的激烈，感悟到了生活的艰辛。

南通是个绣品城，而我所处之地是绣品城中的一幅绣品，密密麻麻的人以此为生，电脑绣花用的是编程，但我不会。况且也不需要暑期打零工的。整理东西，每天在劳累中度过。学不到一点知识。学的最多的可能是对人生的一份坦然，不得以我放弃了这份工作。每天感叹生活的单调与乏味，却不想依靠父母的帮助。哀叹啊，哀叹。

我站在那儿，盯着赵师傅熟练的忙碌着，一袋袋的原料按不同的比例被投放到了搅拌机里。我沉默着，虽然我知道沉默是金，但此时此刻却是一块没有光泽的石头。我依然沉默着。等到那师傅忙完后，他给我讲起了塑料业的发展，塑料的降解功能。

塑料是一个新兴行业，发展时间还不长。但目前随着塑料制品的日益增多，白色污染也越来越严重。而21世纪又是一个环保世纪，为了保护我们的家园，全世界都对塑料行业提出了一个严峻的问题，就是生产出来的塑料产品尽量是环保的，可降解的。连我们厂也都要这样。现在中国的普通老百姓还在追求价的廉宜和结实度，而国外却都已向环保靠拢了。你看那个塑料厂已被国外退回了好多产品，就是因为产品的质量不合格，无环保性能，不可降解。

降解塑料与同类的普通塑料具有相当或相近的应用性能和卫生性能，在完成其使用功能后，能在自然环境条件下较快地降解。成为易广泛被吸收的碎末。并随着时间的推移进一步降解成为co2和水。但从总体而言，当前降解塑料还处于技术阶段，有待于进一步深化研究，工艺进一步完善。并致力于提高性能，降解成本，拓宽用途和逐步推向市场化进程中。

暑期的实践生活虽然不长，只有那仅仅的两周，但却为我的人生刻下了一段铭心的经历。我不知道别人是如何看待这次的实践生活，但对我来说却是意义非凡的。使我在享受生活的同时也品尝到了生活的艰辛。想要经营一个企业不是容易的，靠蛮劲和热血是无法解决的，谁能保证这些有效期有多长。

我感谢我的实践生活，它考验了我，激励了我，使我由贪玩变得好学，由懒惰变得勤快，由茫然变得自信，由幼稚变得成熟。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇十三**

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，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。寒假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。它有助于当代大学生接触社会，了解社会；同时实践也是大学生学习知识，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。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

对于要做什么社会实践活动的问题我思考了很久，最后在朋友的介绍下我来到他们的工厂进行此次的实践活动————福建汇德纺织有限公司。在汇德制衣厂参观学习地两天时间里，让我对制衣行业有了大概地了解。制衣业作为制造业地其中一员，浓缩了制造业地普遍特点：以产品为中心来组织运作，而且更兼具了劳动密集型工业地生产运作方式：工人地劳动是价值地来源。而且晟佳地生产是贴牌（oem）生产，外商来样，企业按样版生产，所以，在这里还学到了一些国际贸易地知识。

汇德的生产车间给人舒适地感觉：宽敞明亮，每个生产区之间、每台设备之间都隔开必定间隔，并装有“简易空调”（一种降温设备，即使是盛夏，室温也保持在二十几度）。这都是为了符合外商地要求——保障工人地基本权益。

致而言地。由于时装制作地特殊性，其品种多、变化大、不固定、结构复杂，导致这个环形地内部经常出现工序间地交叉。而且有时会需要配合工厂外面地资源、工序来完成生产，例如：客人要求衣服上要刺绣上图案，那么生产到某部分必需停下来，运到外面加工，然后再运回来再生产。可见，该厂以混合组织方式进行生产。

具体地介绍一下生产流程，首先是接订单。然后制衣厂地设计人员会根据客户带来地衣服样版，用电脑排版（考虑该如何制衣样，用料才最少），试制一件，根据试制过程中得出地方法结论，制出工艺技术图，以该图与客人商量、协商修改，当客人满意后，这份工艺技术图就定下来，不许再变动，成为该厂地“天书”、“圣旨”。接着就根据要求采购材料，材料五花八门，大至布匹，小至小配饰（如钉状地纽扣）。布匹运来后就要验布，这叫做“先前q”。然后合格布匹送到裁剪间用电动剪刀根据衣样剪裁成衣服不同部分，再对这些“细块”进行“查片”，即是“前q”。“查片”合格地“细块”送到生产车间开始主要地生产，期间要经过几次“中q”。生产完成后就到后整部门，即进行剪线、整烫、包装工序，期间要经过后q，合格地就进仓库，等待客户派人到厂进行最后验货。验货合格地，就可以签放行条，运输、交货。

所有工序中，工艺设计是全厂最最核心、要求最高地部分，而三者相互独立，相互联系、相互牵连（见下图）。qc品质（quality）检验与车间生产关系更表现为：车间生产过程中每到一个阶段都需要qc。该厂将很大精力放在了qc上，对质量要求很高，可见在其竞争策略中，产品质（quality）量居于首位。这样做十分现实也是可行地。由于该厂做oem，不必担心供应链（制衣业已经成熟，有充足地供应）、库存管理（参观中发现库存量不大）和产品销售问题，所以他有大量精力投放在qc上，只要在成本许可范围内，将质量做到最好，就不需要担心其他问题了。

根据调查，汇德的生产作业属于小流水作业。生产工人分为八个小组，每个组有一个师傅监督，全组人分工完成。衣服需要平缝地部分，统一由平缝工人完成，要包缝地部分由包缝工人完成，要缝特种线地就交由特种工完成。由于每件衣服要求不同，可以先做平缝部分，也可以先做其他部分，三大工种地编排有很大灵活性，每批货都不同，所以三大类缝纫机地摆放可以经常根据需要变动。通常一个缝纫工序完成后，就会有一次qc，检验合格后，直接进入下一个工序。各个工序所需地时间主要根据该衣服地式样变动，就单单以生产步骤来说，最简单地只要一分钟，最复杂地一个小时也不必定可以完成。通常一批货从客人下单到完成，要半年。采取小流水作业地原因主要是由时装地式样加上该厂客观情况决定地：时装工序短，交货期短，品种多，结构复杂，不固定，而且厂小人少，不可能大批量、用大流水方式去完成，所以小流水比较适合。该厂主要出现的问题有：

（1）人手不足。晟佳地最理想状态（要达到最大生产力）应该要配置500台缝纫机，但因为现在工人不足，所以现在不足300。该厂地生产量为每月8万件，但据了解，同规模地成熟地厂地总产量最少应为12万件，可见工人地不足对本厂影响有多大。我认为，除了继续招聘员工，还应该对在厂地缝纫工人培训，提高技能。从专业技校招聘必定量有专业技术地学生，让工人互相学习，使专业技能得到最大范围地利用。

（2）排班问题，即是书本所说地mrp问题。该厂有时会出现闲忙不平衡地现象：有地工种要加班，有地工种却没事干。参观那天，烫整工人就没有上班，本来是昨晚刚刚赶工交货，所以今天没有工作。该厂地排班有问题，工序与工序之间衔接得不通畅，以致浪费了资源，造成空闲。

（3）qc导致鉴定成本提高。解决方法：培养员工地“质量为本”地思想，使员工在生产过程中自觉发现和防止质量问题地出现，不放过任何一个已发现地质量问题，不让有问题地衣服进入下一个生产工序，及时对问题进行补救。迅速发现质量问题地根源，有效减低因出错而造成地沉没成本，降低反复qc带来地成本。在短短的七天的实践中，尽管是疲惫受累但更多的是欣慰，因为我感觉到自己的成长。用实际行动赢得了厂里各个员工以及领导的好评，也通过走进基层了解更多现实问题，树立了正确的成才观，这次亲身体验让我有了更深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

实习前言

为了丰富我的社会实践经验，今年寒假，通过熟人介绍，我进入一家服装厂开始了实习工作。下面来我的实习详情：

实习时间：20xx年x月11日——20xx年x月13日

实习地点：我市某家服装厂

实习目的和任务：

这次寒假在服装厂实习主要就是要熟悉整个服装生产的流程，因为这是毕业后所要从事的工作岗位，是和专业相关的，所以我很珍惜这次宝贵的实习机会。通过实习更加的巩固所学的专业知识，拓宽知识面，让自己在有限的时间里学到更多的东西，同时，在实习中发现自身的不足之处，方便以后的改进，为将来正式踏上工作岗位打下一定的基础。实习工厂概况：

我所实习的这家服装厂主要从事服装设计、制作和销售。厂里有先进的服装生产设备，有专业的设计人才，专业的生产线和现代化的生产设备。工厂主要是接订单，然后按订单的数目生产，由设计师专门设计，工厂有两百多员工，规模比较大，在业界有一定的影响力，客户口碑很好。

实习内容和过程：

休息了，说第二天正式开始实习。

到了实习第二天，我先找到了指导老师，他就带着我看同事在生产线上是如何制作服装的，然后就一步步给我讲解了下，让我脑海里有个具体的生产过程印象了，后来我就在指导老师旁边仔细观察他是如何设计制作衣服的，还不忘细心的做下笔记，这样方便以后的总结归纳。在观察中我有不懂的问题就直接去请教指导老师，老师也会很耐心的为我解答。在工作之余，我还会和指导老师沟通交流，在交谈中，指导老师会把他多年的服装设计和制作经验毫无保留的传授给我，这让我为他这种无私奉献的精神所感动，看着指导老师辛苦的工作，对他的敬业精神所敬佩。

等到我熟悉了整个服装生产过程后，指导老师就安排我开展实践动手工作了，让我尝试着自己设计衣服和制作衣服，这让我很开心，经过我的不断努力，和指导老师在旁的监督指导，我很快的就完成指导老师安排的实习任务，在实习期间的表现也是得到了服装厂领导的表扬。

实习心得体会：

暑假在服装厂实习的日子虽然短暂，但是对我这个大学生来说却受益颇多，让我明白了很多的道理，是一次有意义的实习经历。

信息学院103班潘红

正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天地举行？？20xx年7月26日至8月24日，我来到我镇的正创和服装厂进行社会实践。对于从小在父母的庇护下长大的我来说，是一次难得的经历。短短的一个月时间，感受了劳动的艰辛，也产生了很多感想。虽然正创和服装厂在我们镇而言只是一间小型的民营企业，但其工作强度和工作时间却和其他一些大型的服装厂是相同的。在今年一个月暑期社会实践中，从最初的核对数据，到后来的挂吊牌，到最后的绣花，每一样对我而言都是陌生的，充满挑战的，因此我必须把握好这次难得的实践机会，让自己能从中获益。在此期间，我一边学习，一边工作，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，回忆起来还是充满了欢乐，当然这也是自己的一次宝贵的经验。在实践的间隙，我和一些公司里的同事们交流沟通，从他们那知道了工作的不易，外出打工的艰辛，也知道掌握一门技术在如今的社会是多么的重要。相对其他而言最重要的还是责任感，在学校的学生会，社团工作时已深有体会，对于每一个活动都要尽心尽责，而在实践中，责任心则变得更加重要，特别体现在赶货的那两天，当交到你手上的货物不能及时交货时，你就有可能影响整批货物的出货时间，会给公司带来难以预计的损失，可谓是责任重大。虽然现在我还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事负起责任，才能为自己在两年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

翻翻日历，实践的日子已渐渐地离我远去了，但实践的点点滴滴在我脑海中依然清晰如在昨日。从第一天面对数据的无可奈何，到之后挂吊牌的手足无措，再到后来绣花的熟能生巧，每一天都在接触新鲜的事物，每一天都在迎接新的挑战，一天天，一点点的在进步，慢慢的步入正轨。虽然曾经累到不行，虽然曾经想过放弃，虽然曾经不断的在抱怨，但庆幸的是我熬过来了，这也让我真正的体会了坚持的重要。

社会主义高校是以培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人为根本目标的。因此，各高校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会。在亲身经历了大一及今年的暑期社会实践后，对于社会实践多了一份自己的感想，多了一份收获，明白了许多书本上没有的东西：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，愿意在工作中教我，让我能尽快的融入环境。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。只有善于表达自己的想法，才能更好的与同事和领导互动，让他们尽快熟悉了解自己。

三、要有热情，耐心和信心

不管在哪个行业，热情，耐心和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精；信心让我们相信自己，相信伙伴，共同努力，积极进取。激情，耐心和信心相互促进，不断碰撞出最美丽的火花，使工作充满欢乐，也提高了工作的效率。

四、要主动出击

我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，但在领导给我考验的时候，一定要主动出击，把握好每一次的机会。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好

习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的成功人士讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

的确，在社会实践中，我们学到了很多新的东西。这也让我明白大学生生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是顺顺利利的，要应付各种各样的状况，除了自身的能力以外，还要借助社会的磨练。

在走进大学的同时，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，而如今的招聘会上的公司做的招聘要求都写着“有经验者优先”。而暑期社会实践，则正好给了我们这样一个机会。拓展了自身的知识面，扩大了与社会的接触面，增加了自己的工作经验，锻炼和提高了自己的能力，在离开校园前能够融入社会，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。

通过这一个月的实践，让我学到了不少，学会了做人，学了技术等，在这里还要感谢在公司里给予我帮助的人。新的一学期开始了，我想我将会付出更多的努力把专业知识学好，为将来走进社会，献出自己的一份力量而努力，努力掌握专业知识，今后更好地为社会服务。

**青春兴晋大学生暑期社会实践报告篇十四**

今天是实践小组支教的\'第三天，前来上课的学生不仅有来自各个年级的学生，还吸引了许多家长来学校听课，教室门口站满了人。

其中有些家长到办公室问候志愿者们的情况，嘘寒问暖，并送来了冷饮、开水，表示了对他们的感激。由于志愿者们教学内容充实，授课态度认真，来上学的学生数量开始激增，由第一天的30人，最后达到了50余人。

学生中不仅有茶院乡的学生，还有慕名而来的其他地方的学生，甚至一些初中生。

这种场面让志愿者们非常感动，也增加了他们的责任感与自豪感，他们忘却了前几天的劳累，体会到一种强烈的自豪和快乐，明确了自己在这里的价值。

下午2时，实践队在宁海茶院开始了“爱心结对助教班”的第二次授课，在接下来的时间里，我们的队员们给低年级的孩子们讲英语，讲笑话，做游戏。

在下午的上课中，我们又接纳了几名学生，他们大多数是被我们心颖的课堂和丰富多彩的活动所吸引。这样，我们活动的范围就大大的扩大了。

明天，实践队将传授这里的学生一些音乐，和一些基本体育用品的用法，并组织体育竞技活动，健全他们的体质。

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