

寒假工的社会实践报告 大学生寒假社会实践报告(通用10篇)

报告在传达信息、分析问题和提出建议方面发挥着重要作用。报告帮助人们了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

寒假工的社会实践报告篇一

地点□xx市少年儿童图书馆英文图书室

事件:

搭着朋友家的车，和她一起来到图书馆。还没有进到图书馆，我们就已经热血沸腾了。我们在英文图书室里工作，在那里有两位老师——吕老师和王老师。

王老师告诉我们：“今天你们是第一天来这里工作，我先来教你们如何看编码来按顺序整理书架。”老师大概给我们讲了一下整理书架的方法，然后，我们就各自开工了。时间过得很快，不一会一大半的书架就被我们整理完了，我们打算休息一下，看会儿英语书，喝了几口水。休息了十来分钟后，我们继续整理。看了看表，已经快到 7:30了，发现还有最后一个暑假没有整理，由于时间不够用，我们只好收拾收拾，准备回家。

感悟:

累了一天，第二天起来，腰酸背痛的，胳膊都抬不起来。虽然很累，很辛苦，但是我们挺知足的。也知道了吕老师和王老师的辛苦，我们要走了的时候，她们非常感谢我们。

寒假工的社会实践报告篇二

大学是一个小社会，咱们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的小花了，通过社会实践的磨练，咱们深深地认识到社会实践是一笔财富。在实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。俗话说：一份耕耘，一份收获。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导咱们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使咱们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使咱们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。坚持社会实践与大学生课外科技学术研究相结合，培养和提高大学生学术科研能力与水平，因此咱们应该积极地参与进去。

在这个假期里，我做了一名家教。仅仅只有十天，虽然算不上很长的时间，但是在短短的十天中我确实确实的又学到了很多在学校及书本上不曾有过的东西，而且感觉比以前收获更多。比如在人际交往方面，书本上只是很简单的告诉你要如何做，而社会上人际交往非常复杂，这是在学校不能有如此深刻的感受的。社会上有各种人群，每一个人都有自己的思想和自己的个性，要跟他(她)们处理好关系还真得需要许多技巧。而这种技巧通常是来自社会阅历与经验的。在行动中，其中有关心你的人，有对你无所谓的人，有看不惯你的人，看你如何把握了。交际中要求你在不能改变一件东西的时候，你只能学着去适应它，如果还不行，那就改变一下再去适应时的方法。

在这期间我发现了不管遇到什么困难都不能被它吓倒，不能

轻言放弃的品格是多么的重要。人要想实现自身的价值一定要顽强坚持的性格，勤奋努力的生活作风，而且还需要随时都有一个积极向上的心态。这样你就可以做到不管遇到什么挫折，什么困难，你都可以克服，即使遇到失败那也是短暂的，你完全可以吸收经验教训，再次站起来。

社会实践的帷幕渐渐落下了。回想起从开始到现在，这一路走来我最大的感受就是自己成熟多了。年幼时渴望长大，但那仅仅是单纯的年龄上的成长，而现在更深层次的是指思想上，行为上的成长。每个人成长的方式不可能完全一样，但相同的是咱们都体会到了成长的快乐。在生活中体验着成长的艰辛，在收获中体验着成长的喜悦，也许人的一生大多是由酸甜苦辣交织，喜怒哀乐相汇，苦中有甜，甜中有苦，笑中有泪，泪中有笑。就是这些造就了丰富多彩的人生，人生体验多，财富亦多，各种滋味都品尝过了，各种感觉都体验过了，才能真正认识到人生的丰富。

寒假工的社会实践报告篇三

我在这个寒假也是参加了在社会的一个实践，是去做教孩子学英语的家教，在家教的工作之中我也是可以感受到和学校的学习是很不同的，虽然教的知识我都是会的，但是要输出真的不容易，而且在备课之中我也是可以感受到，自己由于之前没有做过这方面的工作，还是有一些不足的地方，同时也是通过几次的尝试，找到了方法，把家教的一个工作给去做好了，我也是有很大的一些收获。

刚开始接触的时候，其实我也是有些准备不足，毕竟是第一次来做家教的工作，但是家长也是给予了耐心，通过几次的尝试，我也是和学生的沟通之中更加的了解了他的一个学习状态，通过调整教学的方法，找到学生对英语学习的兴趣，然后再去教学，也是通过这几次的教学，我也是懂得了在社会来工作真的和学习差别很大，而家教虽然看起来比较的轻松，但是想要教好，并不是很容易，很多需要家教的学生，

要么就是偏科，要么即使对于这一门科目不是那么的感兴趣，而提升他们的兴趣是非常重要的。

我也是在教学之中找到方法来让学生对于英语有了一些兴趣，之前学生对于英语的学习虽然会去认真，但是效果并不是很好，而且对于这一门科目也是没有那么大的兴趣，我也是通过一些视频，音乐，一些他喜欢的方式来进行教学，来让学生对于英语产生兴趣，从简单的单词记忆，再到语法的一个理解，慢慢的也是把学生的学习给教好了，并且我也是在这教学之中有了挺大的收获，对于英语的一个理解也是比以前更好的，毕竟之前都是自己学习，而现在也是一种输出，告诉别人该如何的去学。

通过这次的实践，我明白，工作和学习是不同的，虽然也是有一些相通之处，但是工作更加的注重结果，如果我的家教做不好，那么家长也是不满意，学生也是学不好的，那么自己的努力也是白费的，虽然学习也是需要看结果，但是你努力了，还是有一些收获的，而工作则是更加的注重结果，这次的家教也是让我明白了自己还是有挺多的方面是需要继续去学，去进步的，回到学校之后，我也是需要好好的去把自己的一些不足的地方去改进，去提升，让自己下次去实践的时候，更加的做得好些。

寒假工的社会实践报告篇四

实战能力，将理论知识在实践中得以运用，为自己今后的学习做引导。但是由于我还是一名未毕业的学生，所学的专业知识十分有限，所以就选择在一家蛋糕店做服务员，以熟悉社会。通过数天的打工经历让长期处在校园的我对社会有了更直观的认识。

我的工作就是为顾客做导购、打包蛋糕以及顾客走后收拾他们卫生。没有真正工作之前，我觉得这些十分简单，但是到自己真正上岗之后，才体会到这其中的辛苦。第一就是工作

时必须站着，一天下来要站7、8个小时，每天下班就觉得双腿酸痛。由于店长要求顾客不能自己从柜子里取出蛋糕，所以我们必须跟着顾客帮他们取，但是有的顾客十分不配合，总是想自己打开柜子随意挑选，我们就要马上上前劝阻，然而有的顾客十分不理解，因此有时会看到他们的白眼、听到他们低声的抱怨，这对与我的耐心以及承受力都是一个极大的考验，有时真的想把心中的委屈大声说出来然后辞职不干了，但是我知道假如现在连这样的小事情都无法学会忍耐，那么将来出去工作后，所面对的人际关系更加复杂。假如我都不能很好地控制自己的情绪，肯定不利于我的工作开展的。忍耐并不是代表一种屈服，而是一种自身的修养。一个人的素质的高低并非单纯靠学历来衡量的，而是体现在其对人对事的包容与大度。于是还是努力藏起心中的情绪，面带笑容给顾客解释。虽然我的主要工作时导购，但是有的顾客是在店里食用蛋糕的，因此有时也要负责他们走后的清洁，这个不像学校老师会将你的工作分配好，你不能等别人要求你去做你再去，有时你必须自觉的去做，而且要做到最好，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，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做人，以提高自己的能力！

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，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，是值得回忆的。现在想来，这些天的打工生活，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，这也算是我的一分财富吧。首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会客服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的地方只有几个人且都有分工，但是我们经常互相帮助，这样不仅使工作快速完成，也使我们干的都很开心愉悦。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定会要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在蛋糕店里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈。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 and 锻炼。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的人际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部分，

是大学生迈入社会之前所必须经历的一个环节，本次寒假实践是我的一个开始、一个起点，我相信有了这个起点，今后在它的帮助下我会慢慢深入社会、走向成熟。

寒假工的社会实践报告篇五

今年假期，我找了个社会实践的单位，在实践的过程中，也感悟了许多，成长了许多。

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

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：“在家千日好，出门半”招“难！”意思就是说：在在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立！

一切认识都于实践。实践是认识的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。实践的不断发展和不断提出新的问题，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 and 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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

选择了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识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。

经过这次的实践，在今后，我会刻苦学习，学好我的专业知识，将来才能在工作上发挥出我的优势。

寒假工的社会实践报告篇六

这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。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过，亲身体会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。

在现今社会，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。招聘会上大字报都总写着“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，我来到了欧尚咖啡店，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。

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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，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，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。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。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，以提高自己的能力！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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间。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。

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。其实有谁一生下来句什么都会的，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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体会让我有了深刻感触，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。

寒假工的社会实践报告篇七

这次实践是应二附中第一届（2017届）项目实验班任老师之邀，我们，高考成绩不错的三位毕业生，回到母校，将我们三年高中学习的经验和技巧传授给高一项目实验班现在的学生，并指导他们在项目实验班独特的氛围中更好的学习。

原的任教师介绍，新一届的项目实验班的学生由于学生本身兴趣的原因，特别喜爱理科学习，但与此同时，对科学学习的重视程度相比就显得不足，理科虽然是他们很感兴趣的学科，但在学习过程中，不够注重细节，项目实验班是新成立的，教学模式新颖，学生开始可能较难适应。

“项目研究实验班”的程方案是将北京师范大学第二附属中学特有的“6+1+1”程安排体系化为基础，并在此之上特别设

置项目学习程、项目研究程和特选程。项目学习程指将国家程中的人与社会领域部分内容、科学领域部分内容以及技术领域全部内容进行整合，以“项目学习”方式进行学习。项目研究程包含项目研究基础程和项目研究实践程。项目研究基础程为学生进入项目研究实践程奠定知识和能力基础，项目研究实践程旨在培养学生的协作交流、创新意识和动手实践能力。特选程包括阅读与写作程、科技讲座程和科技社会实践程。

要点1：项目概况展示

做项目是项目实验班每一个学生必然会经历的过程，而对于初中毕业刚刚半年的高一新同学们而言，项目还是个十分陌生的词汇。所以，我们首先向他们介绍了项目相关的学科种类以及项目对于思维的拓展和我们做项目过程中的收获。项目程开设有物理、化学、生物、机器人等学科。其中物理涉及到电路设计、部分的结构设计。化学包括成分分析、物质合成流程设计、化学实验设计等。生物主要是细胞培养研究及植株的培养研究。机器人是主要有关机械结构和控制设计。每个学科的项目都包含大量的实际操作环节和流程设计、讨论环节。在做项目中，我们不断处于“遇到问题——结局问题”这个循环之中，在这过程中，我们往往能用一些创新的方法解决问题，有时甚至会有出乎意料的效果。我们最后用了原高二时期的“六杆自动调平衡可飞行机械马”等一些项目作为例子进行讲解。

要点2：理科学习指导

项目实验班的学生均是理科生，理科学习对于理科生的重要性不言而喻。在学习过程中，不够注重细节，从高中角度讲，会导致考试中出现不必要的失分，而且，由于蝴蝶效应在生产生活及工程项目中小失误会导致极其严重的问题，再者，在高中养成良好的学习习惯以及形成严谨的思维方式会对接下的学习生活有很大的裨益。

我们三人结合自身对于学科的理解，以我们实际遇到的问题为例子，生动形象的讲解了高中理科学习注重细节的重要性，并将我们各自的学习经验拿出与他们分享，收到了很好的反馈。

要点：科学习建议

最后，自由讨论环节。学生提出了高中三年学习如何规划，余活动如何合理参与，学科竞赛、自主招生等如何准备等问题，我们结合自身实际经历给予解答。

之后高一项目实验班班主任老师说交流会效果很好，学生也表示很有收获，在之后的学习中该班学生找语、英语老师答疑明显更频繁。

我们是北师大二附中项目实验班的第一届毕业生，学校在我班建设上投入之大是我们可以切身感受到的，现在，我们刚刚从北师大二附中毕业，我们对于项目实验班的学生是最了解的，他们走的路，我们刚刚经过。我们的话对于孩子们有着老师起不到的作用。我们，有责任，有能力，有必要，为母校多做贡献。这是我们对于学校三年培养最基本的回报。

在座谈之余，我们在熟悉的校园里做着曾经爱做的事，和教了我们三年的老师深入地交流，他们对于我们的未有很高的期待和十足的信心，对我们大学的生活有无微不至的关怀。我们也将用我们的实际行动为北师大二附中项目实验班争光添彩。

寒假工的社会实践报告篇八

白驹过隙，一转眼，我们已迎来了大学的第一个暑假，这就意味着再等到新学期开始我们可就是学长学姐了，让我不得不再次感慨时间飞逝，是啊，去年的这个时候我们还是一

个刚刚毕业的高中生而已，准备用整个暑假的时间把高中三年的压抑释放出来，而现在已然是一名大学生一年有余了(当然，如果按开学时间来算自然是不大到一年)，弄不清是什么时候褪去的“新生”的外衣，但是这会儿却颇有一种“老生”的滋味。

仿佛一切都在一夜之间变老，让人猝不及防。

来不及多多回忆大一的生活，暑假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧！不再多言，且说这个暑假我是如何度过的吧！

坦白说，本打算在暑假里到工厂找一份临时工作的，遗憾的是并没有找到，附近的工厂里都没有熟人，厂子里似乎也不缺人，远的工厂里就更不可能找到活干了(也许是不够远，后来听说许多同学都在外地打工，而没有回家，由此不免感到有些惭愧)。

倒是在一开始找了一份在饭店端盘子什么的工作，不过离家较远加之还要上夜班，所以必须得住在那儿，后来让我给推辞掉了，因为那样一来几乎天天不能在家了，而我想多陪陪母亲。

就这样一连十多天都闷在家里，没有找到任何工作。

一天接到高中同学打来的电话，说是次日七八个同学小聚一下，心想也是，毕竟一旦开学而同学又不在同一个城市，连见面都不太可能，更别说弄一个小小的聚会了，遂决定参加聚会。

事实证明，我的决定是非常正确的，聚会那天中午一起吃饭喝酒的时候，大家无话不说，最让我受益匪浅的是，有两个同学大一一年利用空闲时间自己挣了不少工资，更重要的是

他们藉此锻炼了自己在社会上闯荡的能力，此外还有一个同学就在这个暑假办了一个补习班，收了五六十个即将上高中的学生，保守估计一个暑假下来净赚几千元。

其间，“社会”一词必然成为话题的重中之重，彼此交流闯荡社会的经验、趣闻，以及个人对社会的认识，一顿饭的工夫，我觉得自己的思想已经相当落后了，自己对社会的认识恐怕多半是纸上谈兵吧！因此，我自是沉默而少言，有同学禁不住问我这个暑假没出去打工？我如实诉说，不想同学竟帮我出主意，他们比较了解我的性格，有些内向，所以出的主意多半是要我突破自己，多和人打交道，说在社会上不会交际是不行的！最后，一同学说暑假有很多商场都在搞活动，恰好他姨市某大型超市的经理，说可以帮我问问她那要不要人。

我欣然说好！不几天同学打来电话叫我去他姨在的那家超市工作，同时还有另一个同学和我一块。

到那儿之后，工作并不是当售货员，而是这段时间超市在搞家电“以旧换新”的活动，也是顺应国家号召家电下乡的举措，而我的工作就是负责向市民宣传这一活动兼咨询员的身份。

具体细节，在下文中会有详细说明。

那是一个有点阴的早晨，给我介绍工作的那位同学和我一块去了那家大型超市，到那后与另一个参加工作的同学会面，然后我和那同学一块被引荐给给我们介绍工作的同学他姨，我们都很有礼貌的称她为姨。

随后，她把我们俩领到了一个会议室，让我们在这先休息休息，过会儿会有人来告诉我们具体的工作流程等。

是时，会议室已经有几人学生模样的人在那儿了。

大约十分钟后，来了一个二十五六岁的男子，进门后他做了一个极其短暂的自我介绍，随即切入主题，现在由他正是为我们培训。

他发给我们一人一张活动宣传传单，不等我仔细看那张宣传传单，那人便像我们介绍起来：“我们这次搞的这个活动叫做‘家电下乡，以旧换新’，什么意思呢？就是说，你们看着那张传单，你看那个电视是不是标有两个价，一个是原价，另一个是以旧换新价。

什么叫以旧换新呢？怎么个换发呢？传单上说的很清楚，但是我还是要跟你们讲一遍，因为你们得比一般人更加明白，你们说是不是？！”在座的有人点头，有人说是，还有人在莫名的偷笑。

那人接着半开玩笑似地说道“认真听啊！这可不跟你们上课一样，上课走个神一般不会有有什么严重后果，是吧？但是在这，一会没听明白给我走人。

我们都笑了。

笑后想想，他说的很在理，等到真正参加工作时，如果态度不认真负责，那么结果很可能就是失去这份工作！那人仍在孜孜不倦地跟我们解释，不仅脸上的表情丰富，肢体语言也很有特色，似乎生怕我们不能理解他所说的任何一个字：“所谓的以旧换新就是把旧家电折合成一定的现金，当然这现金不能兑换，只能用于买传单上的那些电视机，旧家电不一定非得也是电视机，什么洗衣机、电磁炉的，只要是家电就行，当然手电筒是不行的。

我们又是一阵欢笑，渐渐佩服起他的幽默来，“这家电呢，不论它坏没坏，不管它坏的程度怎样，都能拿来换。

当然有人会问，21英寸的旧电视跟25英寸的旧电视折合一样

的钱?对!大家都知道，旧家电回收后就只是拆它的那一点稀有金属，而不管你是什么样的家电这部分的含量都是差不多的。

说句实在话，旧家电值不多少钱，关键是国家补贴的那13%。

不同价位的电视优惠不同，你看那传单上，是不是越贵的优惠的越多?”我看了一下，的确是。

培训临近结束，那人说道“大家都明白了吧?不懂的抓紧问……一次机会，两次机会，好，没机会啦!”我们只是笑，听他讲的那么细，谁还会不懂呢?看见我们都懂了，他接着说“好。

看来大家动明白了，那现在我给你们分派一下任务和地点，咱们还有几个分店，总店这边就留两个人。

一会呢，你们每人拿一摞这个传单，到时有人向你们咨询时发给他一张，再一个，不咨询的碰上了也发一张。

发了他不就咨询了嘛。

你们工作的地方呢，条件还是很好的，到时候在超市门口外边搭一个帐篷，你们就在那个帐篷里，有人就会过来问你们了。

之后，他给我们分了工作地点，我很幸运的留在总店。

其实，在以前我曾见过这种活动，所以这次培训效果还是比较显著的，没用多大点功夫我就熟知各项事宜。

于是，不自觉的在心里做着各种各样的实景模拟，甚至在想到时要不要说普通话。

想归想，还是要付诸实践才行。

半个小时后，我已坐在帐篷里当起了“咨询员”，面前有张桌子，桌子右前方竖着一个牌子，上写着“咨询处”，而帐篷上也挂有横幅“家电下乡 以旧换新”。

看着感觉着这些，心里莫名的感到一种自豪。

原以为是两个人同在一顶帐篷里工作，不想却是分开的，超市有两个入口，可谓前后门，所以一个门口搭了一顶帐篷。

不过，自己干就自己干，没什么大不了的。

我的第一个服务的对象是一位老大爷，他说一口地地道道的本地话，受他影响我怎么也说不出普通话来了。

老大爷似乎对一切都很好奇，一直在问，问得很是仔细，我并没有感到厌烦，反而觉得能把我知道到表达出来，从而让别人明白，这是很令人自豪的事情。

我发现在我耐心给老大爷解释的时候，老大爷的身后旁边又都聚集了好些人，他们都在全神贯注的听我讲解，忽然感到一阵紧张，在这之前我哪有当着这么多人说这么多的话过呀！我想这就是社会，这就是生活吧，与人打交道，没什么可畏惧的，想到这先前的紧张渐渐变得很淡很淡了。

我尽自己最大的努力把自己知道的以及自己的理解统统告诉人们，看见他们带着一种理解了的表情离去，真的很是欣慰！

“以旧换新”的活动只持续了四五天，之后是商场各式各样的促销活动，工作方法大同小异，都是在一直跟人说话都是待在那顶帐篷里，再热的天有顶帐篷，心里也会感到一丝凉意的，这样一直工作了十几天直到商场活动告一段落。

虽然时间不是很长，但是在此期间我还是学到了许多东西，明白了许多道理，对人生也有了新的领悟。

这十几天的时间都处在跟人说话的状态，渐渐认识到说话也是一种艺术，要让别人心服口服的接受你的思想必须在说话上下大力气，要循序渐进，语气要恰当温和，要给人一种亲切的感觉。

顾客是上帝，这话没错，一定要微笑待人，决不能板着一张脸，尤其是不能带着情绪上班，这是工作的大忌。

社会是人的社会，在社会上就要认识人，认识更多的人，与人交流，与更多的人交流，而不能恪守所谓的不和陌生人说话，所有的一切且都是从零开始的，人和人都是从不认识到认识的，试着让自己去接受他人，同时也让别人乐于接受你。

予人玫瑰，手有余香。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

真的，通过实践，你会发现你所学到的要比从书本上或者从别人那里直接灌输过来的要深刻很多倍，通过实践你把自己的知识也好，思想也好，都和实践相联系，并不从实践中学得的东西真正转化成自己的一部分了。

我想实践与认识的辩证关系在高中我们就已学过了，就没必要赘述了，我想强调的是，通过亲自实践你会更加明白实践与认识的关系的！

总而言之，作为大学生的我们，一定要让自己多多参与实践，使得思想在实践中得到升华，更好的认识和适应社会生活，更好的领悟人生的真谛和做人的道理，为将来以后走出校门，走向社会打下牢固的基础！

xx年的暑假，是我上大学以来的第一个暑假，这个暑假，是一个不平凡的暑假，因为我们进行了一次为期七天的暑期社会实践，这次暑期社会实践，让我获益匪浅。

我是一个在葛洲坝出生、长大的孩子，我们全家人都是葛洲坝的职工，这是一个独特的群体，这个群体的诞生和发展见证着共和国的成长。

葛洲坝工程的修筑是我们中华民族历史上的一座丰碑，因为，它是在我们国家最艰苦的时刻，由一群平凡却伟大的人来建筑的。

那个时代的中国，一穷二白，没有什么重型机械，没有什么技术，更没有在世界级别的大江大河筑坝的经验，十万工人肩挑手扛，硬是造出了万里长江第一坝。

我一直在想，到底是一种什么样的力量让他们能够如此？当年到底是一种什么样的情形？历史究竟是怎么样的？怀着这样的疑问，我就设想着走访一些当年的建设者，想听听他们的故事，把他们的故事记录下来。

我想，最真实的故事都存留在这些事件亲历者的记忆当中，随着他们的老去，这些记忆也将逐渐消失。

这些都是珍贵的历史，珍贵的资料，我应该有义务去记录、保留这些东西，让这些宝贵的东西能够留传后世。

这就是我有关这次暑期社会实践的一些构想，就是从这些最初的简单想法出发，才逐渐形成了现在的一整套的方案。

我拿着我的想法与一些同学沟通，可幸的是，我的朋友们都赞同我的想法，于是，我们这支队伍就建立了起来，我们建立了一支精明强干的队伍，他们是：李宽、殷莉锋、陈其璟、聂艾玲、田娟。

谢谢他们对我的支持。

在出发之前，我们进行了周密而细致的准备工作。

我们认真的讨论了我们的主题、具体执行方法，又仔细查阅了许多资料，还多次向我们的指导老师请教。

因为我们的准备非常充分，所以我们大家对于这次宜昌之行信心满满，志在必得。

二零一零年七月九日，我们踏上了前往宜昌的征途。

当天下午，我们就来到了葛洲坝机械船舶公司的离退休处接洽有关事项。

第二天我们就开始了正式的采访。

采访了黄师傅、任师傅、朱师傅、刘师傅。

他们都各自从不同的角度向我们讲述了当年建设葛洲坝的艰辛历程。

刚开始的时候我们大家还对于这个宏伟工程是怎样建立起来的充满了好奇，听了他们的介绍，我们逐渐对他们的精神产生了敬意，什么是葛洲坝精神，他们言行体现的就是葛洲坝精神。

葛洲坝精神有以下几点体现：

一、对国家的忠诚，对民族的责任感。

当年的条件这么艰苦，是什么支撑着他们一直在奋斗，正是这种对国家的忠诚，对民族的责任感。

这种精神支撑着一代又一代葛洲坝人，所以现在又许多年轻一辈的葛洲坝人到祖国一些贫困的、边远的山区里建设水电站，为的就是我们伟大祖国的富强和复兴。

我们采访的黄师傅就是一个对国家高度忠诚，有崇高责任感

的人，他在工作时，是十分认真负责的，从来不收别人一分钱，只要是组织安排给他的任务，无论多苦多难，他都尽自己全力去完成。

退休之后，他还总是做许多义务劳动，在汶川地震，玉树地震时，他总是捐出自己微薄的退休金。

他的这种精神让我们这些晚辈深深的崇敬和感动。

二、开拓进取，勇于创新。

任爷爷告诉我们，当年我们中国还比较贫困，许多设备和技术都跟不上，也没有经验。

只有边建设，边摸索。

任爷爷以大江截流为例子，告诉我们的不进则退的道理，没日没夜的截流，只要有一丝松懈就会功亏一篑。

而且他还告诉我们，当年葛洲坝曾经因为质量不过关而被炸掉重建，但是这些难关都被他们攻克了。

三、不畏艰难，迎难而上。

朱爷爷告诉我们，当年的生活很艰苦，喝不到开水，没有住房，条件很艰苦。

大家的生活都很困难，有很多人生病，但是没有一个人退缩，全民皆兵，男女老幼齐上阵，人人出力，硬是按期完成任务。

这些就是葛洲坝精神，也是我们要这次采访体会到的精神，这种精神让我们十分震撼和感动。

寒假工的社会实践报告篇九

每一次的追梦，都会留下一个足迹；每一次的成长，都需要一段经历；每一次的人生，都有一个故事。

在_年的寒假，我参加了一个社会实践，这个假期是一个使我难以忘怀而又充实的假期。在和几个同学的商量下，我们几个用这个假期出去打工，于是我们就背起行囊来到了__的一个工厂里，这是我们第一次经历社会实践，对于一个学生来说，敢于挑战，敢于接受是一种基本的素质。

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，给了我们一个认识社会，了解社会，提高自我能力的重要机会。

大学生活是紧张而又充满期望的日子，学习的闲暇时间总是憧憬背起行囊，远离亲人朋友以及师长的护佑，去走真正属于自己的路。然而，当我们终于可以像刚刚长满羽毛的雏鹰般离开长者们挡建好的巢穴，独自一个人走上社会这个大舞台时，却发现人生的道路原来是如此的坎坷不平，任何人的成功都是经历一番暴风雨的。

在这次社会实践中，我是在一家电器厂工作的，我们每天从早上8点开始上到下午的5：30，除吃饭时间，而且吃饭的时间只有45分钟，晚上如果公司还要规定加班的话，你必须加班，要加到晚上二十一点或二十二点，甚至还有可能更晚一些，但是你没有理由退缩，每个人都有自己的工作要做。虽然上班的时间长了点，但我还是仍然坚持了下来，因为我知道我不能因一己私利而影响他人的工作，这样会降低公司的生产效率。

在那里上班，不一定有人会告诉你今天该做什么，什么事情都必须地去做，而且要尽自己的努力做到，一件工作效率会

得到别人不同的评价。

通过这次实践活动进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的耐性和意志力，在这次实践中发现自己所存在的缺点和现在的一些差异所在，刚开始去上班的时候，什么都不懂，所以要向别人学习，不懂的时候总有一些冷眼光投向自己，这时候虽然自己心里很委屈但你仍然要坚持，在这次实践活动中让我学到了很多事情即使自己不想去做，但你必须去做，使我知道了人在社会有很多事情由不得我们，很多时候有太多的不得已，即使有时候自己很累很累，你都必须坚持下来，不能任性，因为那是你的工作，既然选择了就要坚持。

刚上班的时候经常犯错误，是因为做事的时候不够专心，认真，细心，反而导致犯了很多的错，刚开始上班的时候没有学会遇到什么事情都要调整自己的心态，在那里我们生产的产品大部分是家具配件的生产，晚上住的是六人间宿舍，因为也许我们是新来的，舍友们对我们也不是很友善，但我们也没有发生争吵，就这样经过一个月的相处，她们也渐渐对我们改了态度，我们由陌生感到熟悉，这时我们对周围的环境也慢慢的熟悉了，我们所在的地方是一个工业区，周围全部都是厂房，有时候我们去买点东西都需要走40多分钟的路才能到达，这时时间又紧，于是我们就有了紧张的充实的生活。

除了每天上下班，生活没有多少乐趣，在与大多打工者相处长了之后，发现自己在人际交往发面有了很大的提高，同时也学会了如何与别人交往，也得到了友谊，我发现我们只要真诚的与别人相处，别人也会真诚对你，我还发现如果我们身处他乡，没有朋友，那我们的生活也许会多些遗憾，因此我们要学会大胆与别人交往，用自己的热情去融入别人的世界，最终你就会获得一份真挚的友谊。

在这次打工之旅中，我发现了在实际工作中用到的专业知识

并不多，而更多的是要求我们要有一定的心里素质，比如，耐心，信心和细心。做一件事情，我们需要脚踏实地，一步一个脚印的去做，只有这样，把基础部分做好，才能得到别人的认可，同时才能有更多的机会去展示自己，表现自己。

通过这次实践我学到了很多知识，无论是工作上还是在生活上都给我了一些生存的经验，同时，也为我今后的生活积累了一笔宝贵的财富。为我毕业后踏入社会打下了良好的基础，让我在今后无论遇到什么事都能从容的去面对，为我不久之后走向社会做好准备，无论我们身处怎么样的岗位，只要努力，肯吃苦，我们都会有各种收获，只要我们有恒心，毅力，这样你的人生将会是成功的。

寒假工的社会实践报告篇十

曾设想过以后独立生活的情形。衣食住行，学问大而广，煞费脑筋。首先是落脚地儿，牵扯买房装修的质量、价格、交际等问题；买的电器药会看说明书；洗衣、烧菜、安全、维修等等也不得不考虑；更别提养花种草，修身保健之类的休闲消遣了。让生活良性运转，不易。

单是做饭就不是件易事。从前多次想学的，终没下定潜心向学的决心，看过几次爸爸下面条就拉倒了。然而这事实不能再拖了，年龄不饶人，尤其想到同龄男生都会烧鱼，不禁感到自己矮了半截。

从前为赶上吃早饭，不得不早起；现今为让爸妈吃上我做的饭，我得起得更早。最初的几天是在他们监护与指导下完成的。在煮水的间隙，我学习切菜。持刀不能太靠后，既不能锯，也不能剁，还要以指关节顶住刀背以护手指。种种要点的灵活把握，需要时间和反复操练。水开，投入半筒挂面，搅一搅，煮。此时要备好炒锅炒菜了。爸爸忙于它事，妈妈便在旁督导。惧于想象中溅油的威力，我小心翼翼舀了一勺油，伸长胳膊将其倾入锅中，听哧啦一声响，忙缩回手。一

旁的妈妈不满了：“看把你吓得！那么点油够了么？应端起油杯对着锅舀……”说着说着就不由自主地插上手，最后干脆代劳了。畏于油烟，我呆在原地看菜被炒完，与面条合二为一。忙了一早晨，面条终于出锅了。

为反复操练，我们全家吃了n天的面条。据说面煮到八成熟即可停止加热，剩下二分靠余热就焖熟了。独立行事时，依其色泽、形态，加上几日来的经验，偶尔还是把握不好火候，不小心弄得面烂熟。炒菜时动作不及，葱花也容易糊。多吃了几天，对添水量也有些数了，也知道在炒锅中适当添些水可以防糊，调到小火也可，实在不行就把锅端起来。出锅时再舀点汤小尝，据此补盐，所以饭的盐味不会有问题。多年来，家煮面几乎没什么味道，所以我弄的味道差之不远，只是偶尔口感更跌一层楼。到底也是饭，还是可以吃的。

从小钟情于面疙瘩汤，寻思自己宁可多吃几天有味道的面疙瘩汤。工序不很复杂，只是熟练程度不够，动作慢些，羞于人看。炒好白菜，添半锅水。等水开的同时调制面疙瘩。最初是用工具蘸着水往面里洒，后来见太麻烦，干脆把面盆放在水龙头的缓缓细流下，并快点搅面，这法还可以。等盆里有百分之八九十的疙瘩，就可将它们慢慢撒到水开的炒锅。可能由于添水不当的缘故，疙瘩汤有时稠得可作老家里打的浆子，有时大约是黏在一块了，疙瘩有些大。不过味道还是可以的，况且稠一点，味浓一点，别有另番口感。

要命的是有时做多了，尤其是面条，食之无味，又弃之可惜，剩饭就不可避免了。我终于明白以往面对我和爸爸一个劲儿地推辞“不要了”，为什么妈妈还不厌其烦地一遍遍劝道“再来一碗吧”“就半勺”。大家都不爱剩饭。剩饭占锅占盘，又不新鲜，费电费空间，还与周遭环境很不协调。无奈的剩饭。于是我尽量遵循爸爸倡导的理念——宁缺勿滥。

以前妈妈做好饭总一遍遍催我和爸爸快来吃，我俩常磨蹭至餐桌，捧起碗又进客厅聚焦于电视荧屏。现在留心到妈妈的

一次次警告不是无谓的唠叨，我分明看到了久候我们的饭菜时常又被热一下，而面条水还容易蒸发，盛好不快吃就在碗里黏得一塌糊涂。不经意间，本不必消耗的能源就这么耗费掉了，怎不让人心疼！不得不做完饭，像妈妈一样吆喝一下，催一下“赶紧的”。

于是不禁联想到许多细枝末节：饭只剩一点，偏偏没吃下，仍往冰箱里塞；饮水机烧开了水也不喝，不喝时也不关，一遍遍呼啦呼啦没完没了，损健康又浪费电；微波炉的灯亮了一顿饭工夫；电磁炉、电视机长时间处于待机状态……凡此种种，点点滴滴，俯拾即是，常视而不见，偶尔念起来又慨叹万分。值得荣耀的是，我带动全家行事，以身作则，爸爸虽笑而不表态，妈妈虽嘴上不以为然，实际上倒也留心了许多。

最爱一家三口包水饺，其乐融融的好风景。妈妈擀，爸爸包，我则一会儿擀，一会儿包，听他们聊天说笑东拉西扯，偶尔掺和几句。馅子较干，我则包得顺利。倘若菜析出的水多了，包不及就走水，最后弄得饺子皮黏黏的，不得不撒上些面粉，捣鼓半天，勉强凑成个模样；如果问题大了，便让爸爸修补一番。擀皮不甚快，赶不上爸爸包，心中发急就手忙脚乱，有时见势不及，就不按套路了，干脆擀几下再抻几下。依这等干法速度倒也提高了不少。擀起来挺带劲儿，一直擀到手心发痒，想罢手，眼见剩得也不多了，索性一并都擀完了。一回生，两回熟，多吃几顿饺子，自然上套路了。小有成就，自我感觉良好。