

2023年暑假班社会实践报告(优秀10篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

暑假班社会实践报告篇一

今天一早，我们队就直奔国家粮食储备库，前往在那里的“咖啡农艺服务部暨采购站”进行深入调研、访谈。穿过不算拥挤的市中心，我们拐进一条小土路，顺着曲曲折折的路径，景色也随之大变，不算繁华的城区变为两边郁郁葱葱的绿色。是茶是荫蔽树还是咖啡树？大家一路猜测着，不久“国家粮食储备库”的石碑便映入眼帘。

农艺部办公室在国家粮食储备库里的一栋小楼内，工作人员只有八人，主要集中在二层。顺着狭窄的楼梯，我们来到访谈室。一进屋，迎面桌子上摆满了产的矿泉水、巧克力威化、软糖……那些我们熟悉的产品。而先生最先热情张罗着给我们制作的则是咖啡，虽然只是普通的速溶咖啡，但在浓郁的咖啡香中开始关于咖啡的调研自然是最合适不过的了。而那些摆在我们面前的食物则更好地拉近我们与对话者的距离，使访谈交流更顺利进行。

首先先生利用ppt向我们详略得当地介绍了咖啡的发展。由咖啡基本知识作为引入，我们获取相关的知识储备，以此为之后具体到咖啡的更方便交流做准备。咖啡树属乔木或灌木，种子发芽到第一次开花结果需要三年，咖啡树果实成为浆果，浆果内含咖啡豆，也就是咖啡及咖啡产品的主要原料。咖啡种植区域大约位于南北纬22°之间。我国省种植咖啡面积最大。要想深入研究咖啡项目尤其是其中包含的“公司+农户”模式，价值链整合与本土化战略创新，就必须从最基层最根

本的咖啡豆质量入手。我们了解到影响咖啡豆质量的原因包括：品种、环境因素（气候、土壤、纬度、海拔等）、耕种方法、加工技术等。种植的咖啡豆几乎全部是小颗粒咖啡豆，于是我们又进一步询问了小颗粒咖啡豆和普遍的中颗粒咖啡豆的区别，以及三中加工方式。当然我们也了解到咖啡生产的重要性。它投机性很强，是全球仅次于石油的交易量第二大的商品，小颗粒咖啡豆收购价格参照纽约股票交易所，而中颗粒参照伦敦股票交易所。

随着介绍的深入，我们的访谈也步步详细。针对“公司+农户”模式，我们进一步了解了的采购程序。对于在本公司登记提出要求咖啡相关种植技术培训的农户，会根据其规模人数大小，提供免费技术援助与培训，这是面向所有提出申请的咖农。而咖农在收购季节可以任意选取给自己价格最高的收购商出售咖啡豆并非必须是提供培训帮助的。同样，在这个双向选择中，只要咖啡质量达到思茅咖啡采购站的标准，任何供应商都接受，但是没有种植咖啡的个人（如中间商）和无法提供必要证件的咖啡个人种植者除外，采购站不接受此类供应商交货。

当然，的咖啡品质鉴定是极其严格的，它透明公示了自己要求的咖啡豆质量标准，并在咖农送来的咖啡豆中进行100%抽样即每袋都抽样。质量评估过程包括：水分含量（最高12.5%），缺陷含量(缺陷a:15%,缺陷b:6%,异物：0.5%)，系数（缺陷a:x1,缺陷b:x2,异物x5）杯品（可以接受级别：1，2）拒收级别（3，4）可以接受最小颗粒（15号筛网上75%，14号95%，13号97%）。我们实地参观了品质鉴定实验室，并且观看了由农艺部工作人员现场再现的杯品过程。四位工作人员分坐圆台旁，中间摆放标准咖啡三杯，四周围绕三种由咖农提供的咖啡豆制成的咖啡也各三杯。四人快速转动承载咖啡杯的圆盘，进行杯品。工作人员介绍要领是先猛吸一口咖啡，对咖啡味道充满口腔的一瞬间进行评判，然后在记录表填写，这一整套程序他们做下来非常娴熟。后来，我们也坐上杯品台，实际体验了杯品过程，发现很难分别，且个别咖

啡样本自己的结果与专业结果对比差距不小。据说采购季节大家每天要杯品近几十杯咖啡，看来这项工作的确要求工作人员有非常丰富的经验。

从上面介绍的细节中，我们不难发现重视努力实现公司与农户之间公平健康的共同成长。正是这样，咖啡种植产业才能得以健康发展，并成为世界优质小颗粒咖啡豆的重要供应地之一。

暑假班社会实践报告篇二

实践时间□20xx年7月20日至20xx年7月29日共10天

理论联系实际是党的优良传统和作风，教育与生产劳动和社会实践相结合是党的教育方针的重要内容，理论教育和实践教育相结合是大学生思想政治教育的根本原则。大学生参加社会实践，了解社会、认识国情，增长才干、奉献社会，锻炼毅力、培养品格，对于加深对邓小平理论和“三个代表”重要思想的理解，深化对党的路线方针政策的认识，坚定在中国共产党领导下，走中国特色社会主义道路，实现中华民族伟大复兴的共同理想和信念，增强历史使命感和社会责任感，具有不可替代的重要作用，对于培养中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人具有极其重要的意义。

了解保险业，并能掌握最基本的保险专业知识，对人民财产保险公司有一定的了解，并能熟悉本公司的大概工作流程，并对保险行业有一定的认识理解。并在其理赔部门能学习到相关的知识。对于这一从未涉及的领域有一定的了解，让自己能掌握一门除本专业以外的另一专业的深入了解。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。”这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作以外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真的有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔阿姨们的耐

心帮助，让我在这次社会实践中掌握很多东西，最重要的就是使我在待人接物方面，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。

第一次参加社会实践，我明白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；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，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，有助于我们在思想校大学生更新，观念，吸收新的思想与知识。这十天一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终身受用。社会的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，也让我在社会实践中开拓了视野，增加了才干，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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

社会实践的工作原则是：

(1) 坚持育人为本，牢固树立实践育人的思想，把提高思想政治素质作为首要任务。

(2) 坚持理论联系实际，提高社会实践的针对性实效性和吸引力感染力。

(3) 坚持课内与课外相结合，集中与分散相结合，确保每一个学生都能参加社会实践，确保思想政治教育贯穿于社会实践的全过程。

(4) 坚持受教育、长才干、做贡献，保证社会实践长期健康发展。

(5) 坚持整合资源，调动校内外各方面积极性，努力形成全社会支持学生社会实践的良好局面。

一：挣钱的辛苦

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，原来父母上班工作真的很不容易！

二：人际关系

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。

三：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！

四：自强自立

出门半“招”难！意思就是说：在家里的的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，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！

五：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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

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，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，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在公司里，别人一眼就能认出我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。每天9点钟-下午5点上班，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，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在公司里虽然我是在理赔部门，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，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，你必须自觉地去完成，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。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。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，3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。

暑假班社会实践报告篇三

——谈做事做到位

经过这个寒假的工作经历，我觉得，做人做事要从小事做起，从每一件事情做起，要有始有终，这是培养一个人的人格，

人品的重要步骤。工作事情无大小，既然我们选择了一项工作，来到一个新的集体，就要用心与同事相处，用心去做好每一件事情，对待集体利益没有份内份外的事情。不是所有人都内心平静，但很多人时常浮躁；不是所有人都安于平凡，但很多人流于平庸。平凡与平庸，一字之差，差在心情态度，差在习惯和认同，差在承担和逃避。把每一件简单的事做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡。我们都是普通人，过得也是普通的日子，很显然都在做一些小事，怕只怕小事也做不好，小事也做不到位。人生要爱业、敬业、精业、乐业，为绝大多数人谋利益，才能体现人生的价值。我想：不论我们是块什么样的材料，只要你能在岗位上发光发热，发挥了作用，体现了价值，实现了自己的人生观、价值观，这就是一块好料。无论你正在从事什么样的工作，要想获得成功，都要对自己的工作充满热爱，那么，我下面就来介绍一下我寒假的实践经历：

由于这次寒假时间足够长，在放假回家了以后，我就寻思找个流动性不大的工作岗位，我家附近一带网吧很多，而网管也是相对的流动性比较大的一个职业。所以在回家的第二天我就着手准备去网吧找事做，万事开头难，所以我决定先了解一些网吧的基本知识，网吧是向社会公众开放的营利性上网服务提供场所，社会公众可利用网吧内的计算机及上网接入设备等进行网页浏览、学习、网游、聊天、视频、听音乐或其他活动，网吧经营者通过收取使用费或提供其他增值服务获得收入。经过两天在网吧的“侦察”，我发现网吧里面的分工主要有网吧经理、主管、收银员、网管以及清洁工。网吧经理就是网吧的拥有者，一般由个人或者集资团体组成，一般只是两三天或者个把星期来网吧“视察”；主管是网吧的核心人物，一般是对计算机知识很专业，善于管理和操纵网吧电脑的“高手”，平时对一些软硬件维护和察视，一般在网吧里所有的事情都属于他负责，他是网吧所有者的直接属下，一般不做大的人事变动；收银员是网吧的管理钱物收支的人，网管则是网吧的负责解决网友实际问题和维护网吧氛围的人，两者大多为学生兼职，受主管统一管理；清洁工

则负责网吧的清洁工作。

了解了网吧人事构成以后，我就开始准备先去离我家不远的宝龙网吧找工作了，那里分为两层，共有146台电脑，我在网吧呆了一下午，收获倒也不错，我从一个名叫吴成的网管那里得知他是一学生寒假临时决定回家，我就告诉他我正想寒假出来找份事做的愿望，他很热心的建议我来顶他的工作，快开学时他再回来继续做网管，然后我们一起去主管那里说明情况，主管问了我几个简单的关于电脑方面的问题，同意了我顶班，就这样，我得到了一个暑期工作的机会和一份忽如其来的友谊。

对于我的职责，主管只说有人叫网管你就去解决下问题。在没人喊的时候，也不能有丝毫的放松，要看看电脑桌是否干净，有没纸屑瓶子，椅子摆放得整齐不整齐，摄像头放没放好，耳麦是不是在显眼的地方，要保持网吧内整齐、干净，要显得宽阔、宁静、有氛围，这个关乎一个网吧的形象，经理组织我们将室内用中国结好好打扮一番，在休息区装了一面平板电视。

生活中有太多的无奈，现在我们能做的只是在校园里好好的学习知识与技能，以便在我们真正走近社会的时候，能有我们的一片立足之地，去为我们的未来，还有我们的理想抱复去打下基础吧。

今年的寒假就是这样的，开始的时候还有点不太适应工作，总觉得一些烦琐的小事麻烦，于是在休息的时候，不时主动向主管和同事虚心地请教和学习，主管跟我说：我知道你们大学生常有志向，想作大事，但是你千万不要小看我们网吧里的事，其实这也是有学问的，要作大事，就得先从小的事情开始，作大师的本领也是从做小事中积累的，不积小流无以至江海吗，不积跬步无以至千里。他为我们指出了工作中的很多错误和缺点，我也一直很虚心的请教。他还对我们说，一个人怎么样并不是只要他的学历高了文凭高了就行，关键

是看此人有没有勤恳的做事，后来他还跟我说你看到你们经理和你们网管这些基层人员了吗？你能看出经理和你们有什么区别和联系吗？我说：看不出。“那我来告诉你，作基层人员的人经过长期的踏实的努力就能成为经理而独当一面，这就是你们之间的联系与差距”主管对我说。确实，听了我的领导对我所说的金玉良言，我的确思想认识上有了更深层次的提高，某种程度上，给我指名了努力的方向。我的经理在走之前也给了我一些指点，他说：一个人在他的学生时代是最重要的学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其是在大学学习时候，选用寒假参与社会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，等你毕业了有的是机会，然后他给了我他读书时候的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法的多学点东西，放假的时候，经常想到全国各地跑，不为别的，就为增长见识。

总结我这次的社会实践活动，虽然这并不是我的第一次社会实践，但是我认为这是一次最成功的，最有用的社会实践，这将会对我以后的学习起到很大的帮助。

记得有一位哲人说过：人生有两盏灯，一盏是理想之灯，一盏是希望之灯，在人生的道路上，希望是你的行囊，我们可以感到无助，但不能绝望，只要怀有希望，坚定理想信念，努力寻找我们就能走出困境，用希望充实明天的行囊，我们总会到达成功的彼岸。

暑假班社会实践报告篇四

到洞庭湖放飞青春与梦想，不带什么神秘的使命，只因为热爱这个美丽的星球，热爱人类赖以生存的环境；在这个淡水资源缺乏的国度，关注湿地发展动向；考察湿地保护现状；宣传湿地的保护意义；提高全民的湿地保护意识具有重要的现实意义。而作为负有社会责任感的当代大学生应该主动走出象牙塔，凭着青春的激情与坚定的信念，怀着对大自然的敬仰与尊崇，以年轻人特有的执著与张力，积极参与到湿地

保护的行动中来，为构建“和谐社会。和谐自然”贡献我们微薄的一份力量。因此，在开篇之即，我们呼吁：朋友们！来吧！给自己一次机会，让我们年轻的生命背起行囊，满怀实践的期待与热情出发吧！

现在想起来，把大家组织到一起的过程确实值得让人回味。曾几何时，我们也许还只是华园里擦肩而过的匆匆过客；也许是清晨秋中湖旁朗朗读书声那个与我隔岸为伴的陌生的你；也许华园的某某自修室里都曾留下我们共同的身影；只是我们都不曾相识，直到有一天，当一张张邀请函贴满校园的每一个醒目的角落的时候，我们开始走到了一起，不因来自不同的学院和不同的年级，只因我们心怀共同的梦想与希望；不因大家都是暑期社会实践里的一只“菜鸟”，只因我们很年轻很有激情；就这样，绿之队在华园里“诞生”了。

作为这次实践的组织者，对整个实践的过程，我感受良多，觉得受益匪浅，虽然实践路上时有荆棘和草莽，但在我们顽强的毅力和坚定的信念面前，他们都是“纸老虎”。还记得初到湖南的时候，队里的大多数同学因为不习惯吃辣而常有队员闹拉肚子；可是最后大家都勇敢的挺过来了，更另人欣喜的是，后来好多队员对辣椒不再那么“感冒”了。真是因祸得福耶！还有，在洞庭湖实践的那些天，队里有几个队员因为气候变化的原因犯上了感冒，但是他们每天还是坚持参加集体的活动，认真完成队里分配的每一项任务，无怨无悔；说实话，有时作为队长的我真的于心不忍，常劝他们留在旅馆休息，可大家却很固执的坚持着，那时，我忽然意识到，只有此刻，队长的权威才变得荡然无存。我不得不佩服我的队员们，是因为他们，所以绿之队才会这么团结；是因为他们，所以绿之队才会这么有战斗力。

在洞庭湖实践的日子确实有些艰难，特别是初来乍到的第一天，在蒋家嘴镇做实地考察的时候，对于我们的取景拍摄，当地人常常投来异样的目光，或许带着怀疑，或许带着敌意，也许是感觉新奇……林林总总，但我们都是微笑着去面对；

也许是因为我们之间缺乏沟通与了解，我们第一次在这里做宣传和问卷调查的时候，时常碰壁，偶尔还会有很难听的话语，但我们总是慷慨的聆听着，因为我们很清楚大家真正需要的是心灵的沟通。当我们最后一天再来到这里的时候，我们欣喜的发现当地居民的态度发生了180度的改变，在了解了我们的实践活动后，他们非常热情的配合我们的工作，还主动给我们讲说洞庭湖近年来所发生的故事，当中不少居民还给我们的活动提出了许多颇有高度的建议。有一位受访的当地居民很让我触动，他说：“非常感谢你们不远万里来到我们湖南做宣传活动，让我们认识湿地，了解湿地；让我们意识到洞庭湖对我们（生存）的重要性；你们的调查（成果）让我们看到洞庭（湿地）存在的危机。我不能代表整个蒋家嘴镇的居民，但作为我，是非常感激你们对我们的宣传……”当时老者的这一段话曾让我心潮澎湃，激动不已；现在想想，这不仅是对我们活动的一种肯定啊！更是激励着我们在湿地保护这条道路上继续走下去的一个动力啊！

实践的日子虽然只有短短的五天，但脚下的路却历尽千程万里；白天我们行走在汉寿湿地的每一个角落，匆匆来往，播撒“绿”的种子，期待它们尽早生根发芽；夜里我们兼程奋斗，聚在一起，开小结会，整理一天的心血，展望明日的太阳……队员们忘情的实践简直达到了废寝忘食的地步了，我们的团队常常因为为了完成一项任务而错过吃饭时间，为了准备明日的实践常忙乎到深夜。也许真的是太累了，好几回队员在饭桌前都打起了瞌睡，有时连饭店老板都看不下去了，就留我们在他店里休息，我们非常感激，但我们不敢做太久的逗留，因为我们始终惦念着洞庭湖的呼吁！始终牢记洞庭的湿地还在遭受破坏！

最后，我要说的是，一路走来，我们尝遍酸甜苦辣，但是我们从不后悔，因为洞庭湖的天空留有我们的青春与梦想！汉寿的湿地上留有我们烙印的足迹！

当嘴角边又抿过一丝微颤，我不自觉的要唱起绿之队的队

歌——《阳光总在风雨后》。希望祖国的湿地能像这首歌所唱的，在许多和我们一样关爱湿地的朋友的共同努力下，经历“风雨”之后的湿地，能够越来越美好。

暑假班社会实践报告篇五

2017年的暑假生活转眼间就结束了，回想这个暑期生活真是过得丰富多彩。在xx市第二人民医院体验一次做白衣天使的工作；回家帮妈妈收玉米体验丰收的喜悦；在学校做家教挣点零用钱；去桂林游玩甲天下的山水；到xx区做交通劝导志愿者。现详细讲述做交通劝导志愿者的工作及真实感受。

为了蝉联全国文明城市荣誉称号，打造xx市文明、和谐的社会环境，弘扬“能帮就帮，敢做善行”精神，营造文明礼让、文明交通的良好社会氛围。2017年8月13日xx市xx区团委现向各个高校招募交通劝导志愿者。我看到招募启事特别激动，马山报了名。由于我报的是第五班的志愿者，在8月22日，才开始上岗。

8月22日6点我就起床了，6点50到达xx路口的xx岗集合。和我一起的大多数是来自附近高校的大学生。我们进行了短暂的上岗前培训，然后听从指挥跟着熟悉工作的人到了友爱人民路口，开始了一天的志愿交通劝导活动。

xx区团委给我们每一个人提供统一的志愿服务标识。包括印有“xx区志愿者”的小红帽、口哨、小红旗、印有“文明出行，你最棒”的标牌等。我们都带着小红帽，口哨，拿着小红旗和标牌分批站在友爱人民路口的各个斑马线路口。我们的工作是为公众出行提供指引，引导市民遵守交通规则、有序排队，传播文明交通理念。刚开始的时候，我觉得要阻止闯红灯的人过马路很不好意思，也没有做好劝说的准备，所以听之任之。当我看到对面路口的志愿者很成功地阻止了闯红灯的人们，还在耐心地讲解什么，顿觉得自己很没用，想到

这次活动的意义，想到闯红灯可能带来的严重后果，忽然觉得自己的责任重大。

于是，我笔直地站在斑马线路口，举着“文明出行，你最棒”的标牌，不再羞愧地认为是丢人的事情。红灯的时候，拿着小红旗拦着要过马路的人们，绿灯的时候让他们过去。我发现其实遵守交通规则的人是占绝大多数的。突然有一位年轻的先生要闯红灯，我急忙对他说“不要闯红灯”。他回头看见是我对他说的话，他走回来问我什么事，他没有听清楚。我说“现在是红灯，不能过马路，闯红灯很危险”，他听后脸霎时就红了，说“不好意思”，然后就老老实实等绿灯了。我的信心顿时增加了好几倍，很有成就感，原来劝导人们正确过马路也不难啊。

我们志愿者的上岗时间是早上7点到9点30，下午是4点到7点30。交通劝导志愿者的工作虽然很辛苦，太阳有时很毒辣，但想到我们做的是有意义的事都不觉得累了。做了几天的志愿者，收获挺多的，感触也颇深。

做交通劝导志愿者期间，我总结出了几点。最容易闯红灯的人是一些较富有的少妇；最易闯红灯的时刻是绿灯亮的前几秒；最遵守交通规则的人是上了年纪的人；问路最多的地方是火车站和人民公园。在此期间也发生了很多可述的事情。最欣慰的事情是一位老大爷在等绿灯的时候对我说“姑娘，你辛苦了，累不累啊”；最感人的事情是一对推着婴儿车的夫妇在等绿灯时母亲说“我抱着孩子过去，那样安全些，你推车过去吧”；最高兴的事是一位小朋友看着我举着的标牌念道“文明出行，你最棒！姐姐，你最棒了！”；最尴尬的事是已经是绿灯了我还拦着一位年轻小伙儿，他对我说“绿灯也不能过吗”；最无语的事是一位骑着摩托车的大叔拿着龙眼对我说“小朋友，来吃点龙眼，太晒了，歇会吧”。这些点点滴滴汇聚在一起，真是有趣极了。

作为交通志愿者，我们可以做的毕竟有限，希望通过我们小

小的举动能够给社会带来大大的改观，让人们意识到生命的可贵，珍爱生命，遵守交通规则，真正达到开展此次活动的目的。其实每个人文明一小步，整个社会将文明一大步。

暑假班社会实践报告篇六

在多极化趋势愈演愈烈的今天，中国凭借扎实稳健的政策和不断提升的综合国力在国际舞台上开始发挥越来越重要的作用，而国际地位提高的一大体现就是“汉语热”在全球的兴起。纵观四周，我们不难发现，有越来越多的外籍人员开始积极主动的学习汉语。众所周知，要想系统的学习一门语言，实用专业的课本是必不可少的。然而，汉语教材作为文化市场的新兴产品，有哪些优点，又是否还有较大的进步空间呢？针对这个问题，我们追“本”溯源实践小组展开了全面而深入的实践活动，其中的一些活动过程让人收获颇丰。

首先，我们决定采访一位留学生，了解他在学习汉语过程中对课本的感受。经过多方打听，我们决定采访对外经贸大学xx级本科留学生周少康（经贸学院，在留学生毕业典礼上作为优秀留学毕业生代表发言，中文流利，现已保研）进行了采访，地点选择在对外经贸大学西门外的赛百味餐厅。周少康早早地就来到了餐厅，还专门带了一本他在学习汉语写作时使用的教材作为讲解对象，他配合我们实践调研的积极性让我们很感动。在整个谈话过程中，我们重点询问了周少康对于汉语教材的使用感受，周少康翻开带来的课本，坦言道：“我在北京航空航天大学学习汉语期间，从初级课本中收获很多，然而随着课本从初级到高级的变化，插图明显变少了，内容也枯燥了，其实挺打击我的学习动力的。”

“那你对于所使用过的教材有什么建议吗？”我问道。

“其实我觉得应该把中国的古文加进去。因为中国历史悠久，而且古文真的是很有文化内涵的语言，中国的古汉语使我特别的着迷。可是我在所学的汉语课本里却学习不到，很遗憾。”

”周少康无奈的回答道。

一上午的采访过程使我们小组成员对于整个调研过程都有了更深的把握。

其次是实践活动中最为艰辛的部分设计和发放调查问卷。因为问卷是要发放给外籍人员的，所以我们必须把问卷设计成中英对照的形式，以方便留学生的阅读和填写。然而，事后我们发现，由于英语水平有限，我们设计的调查问卷有许多不科学之处。比如问身份“what do you do?”一栏，有些留学生不明白这一问是在问什么。在发放问卷的过程中，大家都各自遇到了不同程度的困难，其中最普遍的就是不好意思或者因为被拒绝几次之后失去了继续发放问卷的勇气。可是当晚大家在交流时都互相安慰，互相鼓励，张桂铭说：“我刚开始的时候也因为害怕而犹豫。但是当有了第一个成功的经验之后，我的胆量就提高了不少。同时，能够用英文与外国友人进行交流让我感觉很有成就感。”杨阳说道：“我感觉外国朋友还是很热情的，很配合。我们在留学生公寓门口站了两个小时就成功发完了20份问卷，发问卷的过程很欢乐，大家都会互相交谈，虽然我们的英文水平一般，但是他们都会很耐心的听我们提问并回答。最重要的是，我发现外国人到了中国之后其实很渴望结实中国朋友，但是就像他们自己说的——there is always a bridge.很少有中国人主动和他们交流，他们也找不到机会认识中国人，体验真正的中国社会，像咱们这样主动搭讪的少之又少。其实，我们对外国人恐怕也是这种态度，想结识却又找不到机会，不知道怎么样才能进入他们的生活。双方都不主动，怕打扰彼此的生活，最后就形成了一种隔阂，可是必须有人先去打破吧。总而言之，我觉得和他们聊天也很有趣，看他们在笔记本上认真的写汉字，注拼音，还问我们“是”上面的日中间是几横，有人还会饶有兴趣地告诉我们，他努力地学中文的动力是他有一个中国女朋友，真心觉得他们更随性，也更欢乐，交朋友很容易，第一次见面也不会有什么不好意思。”

还有一个有趣的活动是带领贸大留学生mark来到living chinese school京都汉易培训机构体验汉语培训机构对汉语学习教材的把握。我们上午9点半出发，大概在10点20，我们到达了目的地。今天并没有学生在这个机构上课，我们与培训机构的老师进行了短暂的交流，告知我们的活动过程后，老师同意给与我们一同前去的一位美国留学生马克教授汉语课程到11点。老师跟马克进行交谈，对话进行的十分欢乐。老师与马克进行生活中的对话，让马克对日常用语更加熟悉，同时也纠正了马克的一些发音的问题。当11点已到，由于马克对这种交谈很是喜欢，便请求老师将课程延长到12点，老师欣然同意，于是，这段欢乐的对话继续进行。在这段对话中，老师着重教授了马克的日常用语，通过闲聊的方式，让马克对某些词语的应用更加熟悉，马克也感觉受益匪浅。在回学校的路上，马克告诉我们，他对这种学习汉语的方式十分喜爱，认为这一个半小时的时间内学到了不少东西，同时也表达了对中国的喜爱，对中国文化的喜爱。

在马克上课的同时，我们还采访了机构里的另一位老师，牛老师。在采访过程中，我们首先询问了关于living chinese school 京都汉易培训机构的一些情况，根据老师所说，我们得知这个机构创办已有五六年，主要培训项目是对外汉语培训及普通话培训。京都汉易培训机构对学生的培训内容很广泛，涉及到了中国传统文化、中国的社交礼仪等各个方面。当问到关于汉语培训的教材时，老师给我们分别介绍了如今各处通用的汉语教材和京都汉易培训机构自编的教材。老师认为现行的汉语通用教材各有千秋，但有一个通病是实用性不够强，很多外国人反映，在课本上学到的东西，在日常生活中的应用量较少，从而使得学到的东西不够稳固，这是汉语学习难以取得较大进步的原因之一。而京都汉易培训机构自己所编的教材便力求克服这一缺点，以增强实用性出发，编材更注重汉语在日常生活中的应用。同时老师也给了一些关于教材编排方面的建议，老师认为，汉语学习的教材应该更具针对性，从不同人的不同需求出发，教授不同内容的课

程，同时还要注重实用性，让学生学到的东西能够及时的得到应用，只有这样，才能在汉语学习方面有很大的进步。最后牛老师给出了一些关于外籍人员学习汉语的一些建议：在生活中要做到多读，多听，多说，不要怕出错，熟能生巧，唯有不断的练习，才能将汉语学好。

在采访过后，老师还给我们介绍了在房间内贴的一些照片，这些照片都是他们组织外籍人员参加各种活动时留下的，其中包括脸谱课、太极课等独具中国文化韵味的课程，也有组织学生参观北京电视台等各式各样的活动。下午，我们回到了学校，回顾这一天的实践活动，我们不仅完成了实地考察汉语培训机构的任务，同时也学到了一些为人处世的道理。在马克与老师交流的过程中，我们中途进入教室录像，但是进门之前并没有敲门，事后，牛老师提醒我们这一礼仪上的失误，给我们这些涉世未深的学生也上了一课，我们都受益匪浅。

在为期一周的时间里，我们小组10名组员，每天都在为社会实践的事情忙碌着。大家每一天都过得很充实，但从来没有人抱怨工作辛苦，我为能拥有这样的组员而感到由衷的欣慰。大家有成就，然而也有做的不足的地方，但就是这么一次经历，必将成为我们每个人人生中一笔宝贵的财富，因为它不仅拓展了每个人的组员的视野，使我们对于所研究的课题有了全面深入的把握，更懂得了在与人合作时要耐心，要多沟通。

暑假班社会实践报告篇七

实践实践□xx年7月12日-xx年7月26日

1过一个有意义的暑假，充实生活

2 接触社会，了解社会，学习技能，自我增值

3 学习处理人际关系，为今后踏入社会做好准备

4 响应党的号召，全心全意为人民服务，为社会做贡献

听了主任的建议之后，我是从办公室最基础的的事情做起的，前三天只是端茶递水，在逐渐了解整个运作后以及其他同事的帮助下，开始处理收发文件，主要有以下几点：

1打印处理文件收发传真、办公表格

2日常电话接听

3 退休工人接待工作

4 负责办公室清洁卫生，随时听候调遣，做各种杂活。

1 帮助退休员工办理保险，将工作标准化。

如果没有特殊情况，将自己的工作任务标准化，就能在有限的时间内完成更多的工作，或者有更多的余的时间去完成其他琐碎的事情。尽量在每个工作日的同一时间段内，做同样或同样性质的工作。例如，有一次要给退员体工办理医疗保险，工作非常杂乱，整个人忙的焦头烂额，后来我试着在同一时间段内往拨打退休电话，把需要复印的文件积攒在一起，然后去复印等，这样，既可以节约时间，也可以提高工作效率或质量。因此，我们应该要学会多从经验中提炼一些窍门。

2 随机应变很重要平衡精力，分清工作主次。

一个人的工作时间及精力毕竟是有限的，如何在有限的时间内完成更多的工作是对每个工作者提出的挑战。因此，在做任何一项工作时，都要具备权衡轻重缓急的意识。有时候主任不在办公室，我都会主动去接待上门的人，其他事情可以暂时放在一边，没事不会上门，上门一定是有急事，所以做

事要分清主次。全局意识在工作中十分重要。

3 保证舒适的办公环境

每天早上一上班，第一件事就是开始大扫除，在余主任，张书记没来之前将所有的文件资料规整好，放在他们的办公桌上，以便他们翻阅。工作期间负责端茶倒水，拿递报纸，加班的时候帮其他工作人员预定盒饭。最重要的就是卫生的保持，我每隔3个小时都会稍微进行清理，桌面收拾等。因为好的环境不紧可以使人心情愉悦，提高工作效率。而且给上访的老人们留下好的印象，让他们了解到，我们确实在全新为他们办事。

四、社会实践总结或体会

这十几天下来，生活过得十分充实，在丰富自己课外知识以外，更重要的是可以帮到很多人，这是最让人开心的，以下是我个人的工作总结与体会：

1 活到老学到老

在这短短的半个月里我深刻的认识到除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我担任的是文员一职，平时在工作只是打打电话处理文件接待一些退休员工，几乎没用上自己所学的专业知识。而同公司的技术人员就大不一样了。技术发展日新月异，只有在自己以前的基础上努力自学尽快掌握新的知识。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须在工作中勤于动手。

2 自我适应能力

学校里只要坐在教室里认真刻苦就好了，但是现实却与之大不相同。有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，那留给个人支配的时间更少。我们必须克制自己，不能随心所欲地不想

上班就不来, 每日重复单调繁琐的工作, 时间久了容易厌倦, 但是工作简单也不能马虎, 你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失, 还是得认真完成. 而象每天得打电话, 口干舌燥先不说, 还要受气, 忍受一些电话接听者不友好的语气有些甚至说要投诉. 接待一些退休老人也是如此, 他都是有事才上门的, 我们必须全心全意为他们服务。因此绝不能就此放弃, 犯错遭领导责骂时不能赌气就辞职。以前, 我们都是依靠父母的收入, 而有些人则是大手大脚的花钱. 也许工作以后, 我们才能体会父母挣钱的来之不易. 而且要开始有意识地培养自己的理财能力, 我们刚毕业, 工资水平普遍不高, 除掉房租餐费和日常的开支, 有时候寄点钱给父母补贴家用, 我们常常所剩无几, 一不留神可能就入不敷出成为月光一族但此时我们再也不好意思伸手向父母要, 因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔少的可怜的钱.

3认清自己的不足

这次实践使我增长了见识, 也懂得了许多做人的道理, 也使我更清楚地认识到自己的不足和缺点, 所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己, 提高自己的素质, 努力学好自己的专业技能短期的社会实践, 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。这也使我自己提出了新的要求, 要有良好的心理素质及受挫折的心态, 要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力, 要有吃苦耐劳的精神, 要坚持不懈。这些都是我现在所欠缺的一些能力。而这些能力也是我在以后参加就业所必须具备的一些能力。因此在接下来的时间里, 让我有了新的动力。让我对自己所学的专业知识有了一个全新的认识。因此我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划, 找到自己的发展道路。要通过社会实践切身的了解自己的专业, 了解这个社会。而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力, 锻炼自己, 让自己成为社会优秀的人才, 为社会服务。

虽然实践仅仅进行了15天, 但是我已经完全融入到这个新的

大家庭里，因为我坚信，只要全心投入工作，全身心付出，就不会有遗憾！我很高兴，在这半个月里能够得到很多人的帮助，也是他们让我感受到集体的力量，让我快速成长。大学是跨入社会的过渡阶段，在这座小木桥上，我们增长了知识，为以后的生活做好更铺垫！知识改变命运，实践更是出真知！所以，在以后的生活里，我会更加努力，做好自己的本分工作，最重要的是提高效率，在业余时间我会继续寻找自我实践的机会，为以后的求职增加砝码！

暑假班社会实践报告篇八

x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xx的社会实践，在短短x个多月中，我尽我所能，把我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识到了教育的重要性，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。

暑假班社会实践报告篇九

20xx年7月14日，我们怀着无比激动的情绪向位于陕西南部的汉中地区进发，途中我们在隶属汉中的勉县和宁强县开展暑期实践活动，每到一个地方，我们都透过发放传单和调查问卷以及应对面和农民同志交流，认真了解当地人民的生活习惯、并拍摄照片，记录在新农村建设下的农村人民的生活状态。

汉中民风淳朴，环境优美，号称西北小江南，向来以发展旅游业为振兴汉中经济的主要来源。但由于地理缘故，汉中交通不便，尤其是属于山区地带的宁强县，是20xx年陕西省的地震重灾区。因为人才资源稀缺，所以汉中的科技，教育，文化等诸多方面都落后于与之毗邻的安康，宝鸡等市或地区。

1、扫盲工作仍需继续开展

在我们开展调查问卷的过程中，我们发现部分农民朋友竟然不认识汉字，当我们把调查问卷发到他们手上时，有一位农民朋友说：“你们发这些，我不认识怎样办”。这句话对于我们大学生来说是很震撼的，国家对新农村建设高度重视的，新农村建设要求农村人民利用国家的优惠政策用心开展农村生产，不管是国家下达的重要文件，还是国家给与农村的科

技技术支援，都需要农民朋友们具备必须的文化素养，如果部分农民不能识字必然对新农村建设的实质内涵不了解，对国家给与他们的新技术新思想不能理解，从而影响到整个村子乃至整个乡镇的新农村建设的进展。

2. 农村也要加强思想教育

在我们调查问卷的过程中，当我们问及是否了解国家近几年对新农村建设政策时，许多人摇头表示不明白，当我们举例说到关于农村房屋建设，以及国家免除农业税等方面得话题时，他们才能意识到这些原先就属于新农村建设的政策，只是他们平时都没有系统的了解过国家的新农村政策。

透过这些事情也让我们意识到，作为中华人民共和国公民了解国家政策是我们的权利，也是我们应尽的义务，生活在国家的政策之下，如果连国家的基本政策都不了解，我们很难在国家框定的社会秩序下顺利的工作学习和生活。

3、及时获得最新的农产品买卖渠道

这次新农村建设调研，我们在宁强县高家坪村签订了大学生村镇挂职锻炼基地，我们从宁强县的多个村子了解到，很多村子原本有自己的特色产业，但是当人们怀揣热情投入到新型农业生产并得到劳动果实之后，却苦于找不到宽广的市场需求，或者因为外界的收购价格过低打消了再生产的用心性。作为国家最先进的人才队伍，我们大学生应当用心发挥自己的主观能动性以及自己的特长，把网络和计算机引入农业生产环节，利用网络和计算机帮忙农民群众获得更多的市场需求以及更多的先进农业生产技术，使他们发展新型农业的用心性得到增长，为增产增收带给强有力的保障。

二、大学生暑期教育调研

这次的暑期社会实践活动，我们作为学院首支到达地震灾区

签订支教基地的队伍，签订大学生暑期社会实践基地是我们有一项重要的任务。之所以签订社会实践基地的原因有三。

都配备了多媒体设施，这在小学教育来说是十分先进的设备，但是该小学懂得电脑技术的人员不多，很多老师宁可在黑板上多用粉笔画图也不愿意利用电脑授课，这样一来造成了资源利用率降低。我们学院对于学生计算机的要求很高，一些常用的办公自动化软件我们都能用到得心应手，因此结合高寨子镇中心小学的实际状况以及我们学院学生的特长，在明年的寒暑假支教活动中我们会尽可能选派电脑技术水平高的学生到那里实习，一来给学生讲述课外知识，二来帮忙该学校的老师更好的掌握电脑知识，为他们今后的工作带来便利，也让学生的学习变得更加生动活泼。

不论是农村大人还是农村的孩子，他们都向往完美的生活，身处山区他们理解先进知识的机会很少，与生活在大城市的人们相比，在诸多方面他们都有很多需要改善和学习。农村人民需要先进的技术和迅捷的信息通道才能更好的发展生产，把自己的家园建设的更加完美。农村的孩子十分渴望新知识，除了在课本上学到的知识，他们更需要从不同的渠道获得不同的信息，开阔学生视野应当引起当地教育机构的高度重视，也是每个支教志愿者应当给山区孩子们培养的。作为一个山区孩子，上大学是他们毕生的梦想，在大学校园里，来自山区的孩子和来自大城市的孩子有很大差别，虽然都考上了大学，但是二者的见解思想，个人修养，思想素质有很大的差别，我认为原因就在于教育机会的不均等，二者理解教育的平台不同：大城市的孩子能够接触到更多的信息，虽然有的东西并没有深入学习，但其影响却是深远的，这应当算是人生阅历的一部分。而山区的孩子没有便利的条件，弹钢琴、学画画，学电脑对他们来说都是一种奢求，有的孩子甚至没有学过英语。

我期望山区的孩子透过大学生支教能够获得更多知识，从科学文化素养等各方面全面提升自己，尽可能缩小自己与城市

孩子的差距，也期望所有灾区的孩子都能够考上大学，将来把自己的家乡建设的更加完美。

暑假班社会实践报告篇十

这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅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。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。

实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。社会实践活动，这样可以使同

学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。

暑假社会实践报告20xx字(三)

可以说又像是一眨眼的功夫，大n暑假已然走到了尽头，回顾这并不算短的一个假期，总的来说是轻松惬意的，期间安装电缆的社会实践经历倒是值得一提。

那是刚放假一周的时候吧，那天一早，我们跟着亲戚公司的四个工人来到了北京外国语大学。带齐了需要的装备，梯子、工具箱、电缆线等，直接驶向了目的地。先是室外的安装，是地下的电缆安装与处理，我的工作就是帮助他们做些力所能及的工作，把所需的各种工具随时递到他们手里或者放到固定的位置。

在室外是地下的安装，图书馆刚刚落成，围绕着它已经装修完成，电缆线即网线的安装以及接下来的电路系统的安装是他的最后一道程序，围绕着图书馆的一圈，在地下管道的位置把错综复杂的电缆线错落有致的安排好便是这部分工作的内容。其实总的来说技术环节要求并不高，只要结对口就够了，可做起来就需要细心、再细心了。首先，要保证电缆线不能打弯，否则可能会造成损坏；其次，要保证从固定的管道里顺利地穿过；再次，要保证不与电线的地下管道里的线纠缠在一起，要尽量节省空间。地下的安装最大的困难就是行动不便，地下空间比较小，空气温度又比较寒冷，大家都穿着厚厚的衣服，有时候会遇到很细的活儿，就需要很耐心的去做。

围绕着图书馆的一周，是一段比较长的距离，我们分为四个阶段来完成。也就是近似于正方形的四个顶点吧。我们之中的两个人会在两个顶点处站着，一个把线弄整齐，防止打弯，另一头的拉线，看起来挺轻松地活，其实干起来也蛮累的，中间决不允许粗心大意，往往一点点的粗心就会带来很多不

必要的麻烦，由于线比较多比较长，重量也不算太轻，后来拉线的就不是一个人了，我在这头捋好，那一头三个人在拉，就这么有条不紊的进行着。除此之外，还要注重长度的估计，从中间阶段这一圈电缆线是经过计算的，保留有大概两米的余量，多余的部分可以盘到地下空间，若是长度不够就会十分麻烦，甚至说功亏一篑。就这一部分内容我们大概忙乎了1个多小时，在盖上井盖的那一瞬间就标志着这一工作的完成。

然后就是图书馆内的安装工作了。就是在各个电室、墙面上错落有致的线路。室内的温度比较高，干起活来虽然比室外干净，可是穿着厚厚的冬装的我们热的是汗流浹背。

室外和室内的电缆线是相互连着的，完成这一步连接倒是费了我们不少功夫。在图书馆的角落是专门的电气室，我们室内两个人室外两个人从地下要完成连接。这期间还遇到了小问题，那个管道竟然口是封死的，怎么也弄不开，后来我们只能从旁边凿了个洞，把电缆线穿了过去。

室内是自下至上的续线，因此格外费力，还要爬高，我在下面负责扶着梯子，技术活由他们来完成，说白了就是把并不长的一段线连接起来，做起来却花费了整整一个小时，衣服都湿透了。说起来，我们和在这儿一起施工的很多工人一样，都属于修缮这栋楼，各司其职，在我看来，这样的工作是有意义的，虽然说工程不多，做出的贡献也不大，也算是为祖国的建设除了一份力吧，感觉很满足。

打心底说，我喜欢这种实实在在的工作，这种暑假社会实践报告20xx字(一)

为期30天的社会实践圆满的结束了，期间所发生的一切值得令人好好回味一番。为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作情况，而这并不纯粹是为了完成任务，更重要的是，这是为了自己而写的一次找寻内心声音的伟大体验。

我很庆幸能在放暑假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那么干净的一块小小的手机屏。

如果问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第一件事是什么？我的回答就是工作中要先去掉“学生味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”并不能作为工作中出现错误的借口，别认为犯错是理所当然的，因为此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中的“随意性”决不能带有。从我入职开始的不久，就转入外观。我又有了一个新师傅，这是一直到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做什么工作都要有责任心。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力并不等于全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不仅仅是个人的利益。”

工作虽然简单甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，也许是在无尘室清过屏的缘故吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶尔会因为我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么？”我不语。我只在

心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很认真的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你掌握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的能力不断提高，我师父每天都很开心，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着开心下班。

态度决定一切，在学校部门工作，会很随意，一旦走出校园，如果还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，因为一个公司需要的是有生产力的员工。每天提醒自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。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。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

这个暑假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与别人沟通。

经过一段时间的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练习。与同事的沟通也同等重要。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。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。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，没有第一次又何来的第二、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，知道要打暑假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。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、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，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。”努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的暑假工能学到什么呢？就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体会实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们

面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，承担起该有的责任。

这个暑假，见识了很多事，认识了很多，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

暑假社会实践报告(二)

我们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。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践，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，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，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。

实践过程：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。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践，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。

我的工作是在那做传菜生，每天工作12个小时，虽然时间长了点，但我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，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，在这里，不一定有人会告诉你怎么做，你必须自觉地去，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，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，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！曾经有人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。毕竟，1年多之后，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。

实践心得：虽然这次的实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

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。

这种责任是我学会克服自己的惰性，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。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。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。

再次工作让我感觉自己是一个有用的人，求学这么多年了，从小我们就受到为国家出一份力这样的教育，但放到大多数人身上完全是一句空话，以前我们没有太多的接触社会的机会，也就没有切身的感受这句话的机会，在实践中我们如果做得是那些建设性的工作，看到自己的劳动成果就这么在那儿矗立着，这是一种完全不同的感受。以前也做过很多大大小小的工作，像发传单、做酒店兼职、去工厂搬运等，虽然也有辛苦、也有感触，可体会到的是金钱的来之不易，时间的宝贵，所不能感受到的是精神上的那一份满足。

曾经一直有一份不大不小的梦想，让自己活得有价值、有意义，直到如今，或许不仅仅是我，好多大学生求学为的是一份未来安定的工作和让家人幸福，儿时那些梦想随着慢慢的长大也渐渐的淡了，到了大学，真正想以后投身枯燥无味的科研工作的并不多，绝大多数学生也只是打算从自己的专业走出来，然后进入一个不错的公司，有着不错的收入，或者自己有一份生意、轰轰烈烈的做自己的事业就心满意足了，可我不甘于此，在我们这个时代，没有硝烟没有争斗，和平年代的社会却也有自己的需要，社会需要进步，为他的进步贡献自己的一份力量，同时自己也有一份属于自己的幸福生活是我毕生的追求。

乱以尚武治天下，治以修文化人心。当初懵懂的我就有后者的梦想。少年的我喜欢文学，喜欢那些华丽的文字；喜欢历史，被那些名人轶事深深吸引；喜欢地理，甚至梦想着有朝一日携家人环游世界。中学时代，我的语文、历史、地理成绩也是格外的好，可世事变迁，当初迫于种种压力，我选择了理科，选择了那些逻辑性极强的数字符号，当时的我想法也很简单很天真，科学技术是第一生产力，国家之间的竞争、社会的进步，最重要的就是人才，我那是也就有了一个成为新时代人才的想法，可事与愿违，懒散的我最终没能考上理想中的大学，也没有机会选择自己喜欢的专业，选择了农学，一度让我很消沉，虽然说这个行业也有许许多多的科学家，但长远来看，这个行业的发展潜力远远不如it经济、车辆等行业，毕竟，我们的社会正在大踏步的向着工业化迈进，各个国家之间的竞争也达到了白热化，我真的特别想成为祖国工业化建设的一份子。中国的发展如今正处在一个可以说是混沌的时期吧，建国初人人奋勇争先建设工业化祖国的时期过去了，改革开放初期人们纷纷下海经商的时期过去了，如今经济滞胀、人口过多，生活压力空前大，好多年轻人连自己的生活都得不到保障，何谈为国出力。

而我们却不能因此而消沉，无论你在哪一个行业工作，都应该有一个积极向上的心，有一份为着祖国的心，有一份爱心，为这个社会贡献自己的一份力量，空谈误国，实干兴邦，作为大学生的我们，应该努力让自己成为新时代祖国建设的生力军！

说了这么多，话题好像有些偏离，我还要谈谈自己在这次工作所获得的实实在在的小经验。那就是，做任何一份工作，都应该耐心地去完成，虚心的向这一行业的长期工作者请教，事无巨细，只要是自己的分内之事，都应该尽心尽力的去完成。