

暑期社会实践报告大二 大二学生诊所暑期社会实践报告(汇总5篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

暑期社会实践报告大二篇一

大二的暑假去诊所做社会实践，那么就要开学了，你知道实践报告要怎么写吗？下面是本站小编为大家整理的大二学生诊所暑期社会实践报告范文，欢迎阅读。

我的工作是在一家饭店做服务生，由于店面不大，算上老板整个饭店就三个人，但由于地理位置特殊，毗邻万达广场和明珠大厦等繁华区，还有广阳区法院，检察院等企事业单位，所以人流量较大，饭店生意也不错，我的主要工作是点菜与上菜，可别小看了这点菜与上菜的过程，以前我就以为点菜就是把客人要吃的菜写上，上菜就是把菜端上去而已，实际工作起来远远没有这么简单，点菜的时候有些客人磨磨蹭蹭半天也拿不定主意，这种情况下我就得说出几个特色的菜来帮他们拿定主意，一般老年人喜欢吃一点家常小菜，中年人喜欢吃一些特色风味，年轻人喜欢肉类多一点，根据不同的需要，向他们推销不同的菜肴，一般当菜品说到他们的心坎上，他们会很乐意吃这道菜！点菜还要注意写清桌号，以免上错菜，有些客人的特殊要求也要写清楚，比如说高血压要吃清淡些，有些四川汉子要多加辣椒，有些人不吃香菜啊等等。

上菜也就是端盘子，端盘子也有端盘子的讲究，大号盘子双手端，要持于胸部以上部位，要让人感觉到你在端盘子，而不是提盘子，小号盘子单手端，食指托起盘底，大姆指扣住盘边，千万注意不能把手指伸进菜肴里，上菜以后，还要报上菜名，这要平时多背菜谱，熟悉菜谱里各道菜的主要构成，上菜的时候才能上对桌，报对菜！

虽然只有短短的一个月，但这一个月让我学会了很多东西。

我更加深入了解了社会与民生。民以食为天，饭桌上有社会各层的人，他们对社会的认知也不同，我所接待的客人中可以简单分为这么几类，一是退休老干部，他们最多谈论的还是自己在位时的辉煌，二是法院等的公务员，他们主要关心的是自己子女的教育以及家庭问题，三是一群中青年自主创业者，他们在事业上已小有成就，他们主要关心与讨论的是国家的富强与稳定，以及我国与外国的各种关系，比如黄岩岛，钓鱼岛等问题是他们谈论的重点。四是在修建万达的民工，他们讨价还价，珍惜自己的血汗钱，在饭桌上总忘不了家里的七七八八，给人感觉勤劳朴实。

从我自身出发，让我更加充实，让我成长很多。一是待人要真诚。刚开始工作，接触到很多陌生的面孔，我微笑着和他们打招呼，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，但它却表达了对客人的关心，也让他们感受到被重视与被关心。二是要主动出击。份内的工作当然要认真完成，但是勇敢的主动请缨却能为我赢得更多的机会。三是我还意识到自己很多缺点和不足，例如社会经验缺乏，学习与实践结合不紧密等，这些将成为我今后大学生生活的努力方向，我要力争尽快提升自己各方面的能力和素质，以新的面貌来迎接新的机遇和挑战。

短暂的打工生活，一晃而过，当我踏上回家的路时，我可以坦然的回首来时路，告诉自己，工资不高，但我不虚此行，收获满程！

在诊所里我首先学会了血压的测量。了解到测血压前被测者应充分休息，勿吸烟喝酒喝咖啡，不可憋尿。被测者应采取坐位或卧位，气囊应缚在上臂中1/3，不可过松，也勿过紧，否则血压值会降低。充气速度要慢，水银柱在听诊声音消失后再升高20mmhg即可。放气速度以每一心跳下降2mmhg为宜。

静脉注射，进针后见回血即松开止血带，缓慢注入药液。在注射过程中，要试抽回血，以检查针头是否仍在静脉内。要注意注射药液速度应按药性分别处理。而且需长期反复作静脉注射的患者，应注意保护静脉，不要总在一处。静脉注射方法是：病人垂腕，由于重力血管容易充盈，只要左手稍用力握住病人手掌下二分之一的五指关节，既可以顺着血管走行方向绷紧皮肤，血管这样显得更直，更明显，充盈度更好，穿刺成功率增高。

共2页，当前第1页12

暑期社会实践报告大二篇二

20xx年7月22日至7月27日，我随青岛海洋大学工程学院三下乡队伍来到平度市崔家集镇xx村社会实践。对于从小生活在城市中的我来说，是一次难得的经历。短短的五天时间，感受了浓厚的乡村生活气息，也产生了很多感想。

xx村是远近闻名的文明村，全村耕地面积1550亩，住户面积200亩，230户人家，800口人，其中党员19名。村固定资产120万，村每年平均收入3800元左右。生活在附近乡村中属富裕水平。周村长自74年上任以来，为村里的工作耗尽心血，给村里带来了大量收益，村子有了翻天覆地的变化。提起周村长，村里的老少爷们儿们都直竖大拇指。

进村后，首先引起我注意的就是有序的道路和整齐的房屋，以及道路两旁那既有经济效益又能美化环境的柿子树，与我

想象中的农村有着相当大的区别。待融入到村中去以后，可以深切的感受到村里的治安情况相当好。经济上的宽裕和生活上的安宁，使我毫不夸张的用了安居乐业来作为xx村给我的第一印象。

听村里的领导介绍，村里的主要收入来源于种植业，其中200亩果园收益可达每亩4000元左右，而辣椒更是达到了每亩10000元。但当我们问到村中是否有自己的企业和项目时，村里领导向我们道出了苦衷：数年前曾有一木器厂，在村里投入生产，但不到3年，木器厂就因接连亏损而在村中消失，而之后的几次上项目的想法，都因缺资金少技术(尤其是少技术少人才)而夭折。

人才、教育在我心中留下了深刻的烙印。在其后几天给孩子们上课的过程中，这个烙印日渐加深。

学校并不算大，还算明亮的教室和尚未残缺的课桌，与偏远山区相比，以令孩子们满足。但与我从小生活的城市中的小学已有着天壤之别。仅从每天上完课孩子们必须将自己的凳子搬回家来说，这的学习环境并不能用一个好字来形容。但孩子们那对学习特有的热情和认真把我深深的感动了，他们几乎想要我们在5天之内把所知道的所有知识都教给他们。

在和孩子们的交流中我了解到，他们都很想成为大学生成为科学家，对外面未知的世界充满了好奇和憧憬。但当我问他们以后回不回来的时候，几乎所有的孩子都沉默了。也许是还是小学生的他们尚未明白我这个问题的含义，也许是一直以来伴随他们左右的考大学，去大城市的话影响着他们。没有一个孩子表示自己将回到自己的家乡。

人才、教育再一次在我的脑海中回荡着。

一位朋友曾对我讲过一个真实的故事，某省重点中学有一位来自穷山村的学生，学习非常用功。他的床头贴着一句激励

自己学习的话，只有九个字：别忘了！你是农村户口!!!

听到这件事的时候，我的内心是沉重的。我国城乡的巨大差异造成了教育观念上一个极其偏激的错误。农村的孩子迫于自己农村户口及生活环境的压力，几乎用尽自己所有的精力去学习考大学，以此来摆脱落后的环境，实现自己美好生活的梦想。但当这些村里的骄傲考出去成为大学生以后呢？他们中有几个回到自己那还不富裕的家乡，投身其中的建设呢？人都向往美好的生活，这本无可厚非，但村里留下的是什么？几个大学生的名字，一个虚幻的荣誉而已。人才依旧缺乏，生活依旧贫困。

这种人才流向并非只存在于农村和城市之间，也同样存在于小城市和大城市之间，落后地区和发达地区之间，以至于我国的西部和东部之间及国内和国外之间。

孩子们的想法和做法并非出自自己思考，而大部分都来源于家长和老师的言传身教。在和一位老大爷的聊天当中，老人告诉我们他有两个儿子两个女儿都考学去了城市，在谈到孙子时，老人很自豪的告诉我们，他的大孙子刚在一所省重点高中考了前十名，以后考大学，考名牌大学，到大城市去！老人的笑容让我感受到了家长们望子成龙、望女成凤的迫切心情。我问老人想没想过让孙子回家乡支援家乡建设，老人说：村子里太苦，能到外面去，干嘛回来。谁不想让自己的孩子过点好日子！

以xx村的生活水平说，村子应属富裕的行列□xx村的村民都不想让孩子回来，可想而知其他贫困村的情况。

xx村之所以富裕，关键在于和韩国合作的200亩高效田，其实这对村里既是一笔客观的收入，又是一种劳动力的利用。韩国人出种子，出技术，村里出劳力，出土地，收获后，韩国人回收所有果实和种子，付给村里的报酬只是收益中极少的一部分。而且还规定村里不得留果留种，否则将受重罚。这

完全是一种劳动力的欺骗，可是以我们的知识就是无法掌握其中的技术关键。而我们为了这笔可观的收入，还必须甘受韩国人的这种技术欺骗，其原因何在?人才不足!!试想如果村里有这么一批农业知识相当丰富的人才，我们完全可以掌握韩国人的技术，从而为我们自己所用，那时所有的收益都将归我们自己所有。村里将远比现在要富裕!

孩子们是渴望知识的，村里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念发生变化，造成了人才的流失。改革开放20年来，人们的思想有了极大的进步，越来越多的人已经意识到了教育的重要性。在xx村采访的过程中，我们了解到，80%的家庭将孩子的教育费用作为自己未来几年内的最重要支出。在资金比过去有了保障之后，我们支持农村教育以不仅仅是财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。孩子们需要的不仅仅是知识，同样需要做人的道理、适应时代发展的观念和大局观。我们作为新时代的大学生，有责任有义务尽我们最大的努力支持农村的教育事业!

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](#)

暑期社会实践报告大二篇三

这次实践我们主要针对老年人，希望在雅安建立一种新型的居家上门服务机构，这种机构在沿海一带已经开始运行了，但是在内地还没有发展起来，我们还亲自到雅安是福利院实践了几天，在这几天中我真的感受了好多。先是我们的前期调查，这样的前期调查有利于我们后期实践更好的开展，所以是十分必要的，因此我们也做得很认真！在调查期间我们也碰了不少壁，也曾被误认为是传销，最后在大家的努力下，前期调查还是顺利的完成了！其中让我感受最深的就是有一个农村的老奶奶，她很郁闷，跟我们说了他们家的情况，她有两个儿子，老伴过世了，儿子不孝顺都搬家到外地了，只剩下她一个人在家，逢年过节也没个人一起过过节，平常也没人照顾！听到这些我们的心里真的很不是滋味，但我们问到政府的福利的时候，老奶奶更是气愤，根本没得到福利，我们当时很不解，但是更多的是期望，希望她的儿子们能尽孝道，也希望政府能多到农村看看，给需要帮助的老年人更多的福利，让他们安安心心地度过余生！到福利院实践的那几天，感受颇深。实践期间我深深感受到团队的力量，大家在一起，只有齐心协力才能把事情做到最好！只有大家分工合作才能提高效率。

但在工作之余我们还是说说笑笑，关系十分和谐！这就是团队的力量！几天的实践，虽然很短暂，但是却是难忘的经历！我们开展了丰富多才的娱乐活动，帮助福利院打扫清洁，跟孩子们一起玩耍.....这个过程中我们收获了快乐，但更多的是感动！在这个福利院的爷爷奶奶们大多都是因为家里的孩子们工作忙或者有些是没有儿女不得已而住进来，他们更多的是需要社会的关爱，让他们有家的温暖，而我们的目的更多的也是给他们带去快乐，让他们感受到自己并不孤单，还有社会这个大家庭他们的关爱！当然也有很多爷爷奶奶年轻的时候还是知识分子，他们更有利于我们更好的开展工作，支持我们的工作，是我们的实践能够更好的开展，获得更好的效果，所以我们的娱乐活动很成功，大家都很活跃，那种

一起笑一起开心的感觉真的很不错。仿佛我们就是他们的孩子，亲人，真的很感动!在福利院儿童区，我看到了好多有缺陷的娃娃，他们不能像正常人一样生活学习，有的不会说话，有的智力有问题。

这让我感到很心酸，没想到在这个世界上还有这样一群人，他们没有家，没有父母的疼爱!从小缺少爱的娃娃对于我们的到来感到特别的开心，他们有一个行为真的让我感到很心酸，一直要我们抱，这样的行为在别人看来也许无法理解，对有父母的孩子这是在简单不过的事了，但是对于他们来说是一种渴望甚至可以说是一种奢侈，面对这样一群孩子，我只有无言额，不知道该说些什么，只希望我们能够带给他们一点家的温暖，让他们感受到这个世界还有爱!真的希望有更多好心人，能够多去看看他们，就算只是就抱抱这些孩子也好!这就是我所希望的!实践在大联欢中圆满的结束了，有快乐，有汗水，更多是收获了感动!

暑期社会实践报告大二篇四

每个学期的社会实践找单位都是一大难题，以前总是麻烦爸爸妈妈，现在该上大三了，想自己锻炼一下，也不想总是麻烦他们了。于是，找单位就成了一个问题。暑假在家，没什么事情可做，就去超市打工了。每天要站9个小时，前几天根本坚持不了，那时候都想直接躺在地下了。

我想了很久，不知道把我们几个安排到哪里才好。暑假以来，大学生纷纷走进机关、走进企业、走进农村，开展了丰富多彩的社会实践活动。社会实践活动在一定程度上丰富了大学生的社会知识、促进了大学生健康成长。记者了解到，大多数学生都能静下心来，参与到社会实践中，提高自身素质，但也有部分大学生的社会实践活动流于形式。

大学生：

为了应付学校下达的任务

“6月初，学校就让我们回家找单位实习了，完不成实习报告的，学校要扣学分、影响毕业。没办法，许多同学就回家拉关系、找单位进去实习；还有些同学，实在来不及实习，就随便找家单位盖个章、写个实习报告完事。总之，大家都是为了应付一下，没把实习当回事”。南京某大学的一位学生坦率地对记者说。

徐州某师范大学的胡同学在一家事业单位只“实践”了一个星期，就匆匆忙忙准备和同学去外地旅游了，她笑着说：“实习时间虽然短暂，单位领导也没为难我，我的实习评语都是挑最好的写，章也盖得很顺利。拿实践学分是没问题了”。

距我了解，许多大学生的心里都很清楚：这与理想中的实习差距实在是太大了！将来找工作还是达不到用人单位的要求。

实习单位：多了一个义务劳动者

某机关的一位工作人员对记者说，参加实践的大学生一般都是熟人介绍来的，专业是否对口且不说，关键是要有个位子。工作做不来，就整理一下报纸文件、接接电话，为其他同事做些辅助性工作。

一位正在实践的女同学也说，我所在的单位知道我学的是建筑学，与机关工作不对路，他们就让我抄写文件、打打字……差不多都是些杂七杂八的事情，实习内容跟专业相差较远。后来领导又要我帮助写写稿子，稿子被改得面目全非，还署着我的名字，很多观点根本不是我的想法，那种感觉真是让人啼笑皆非！更多的时候，就是帮老同事倒倒水，我当了一个月的“茶水小妹”。

我的选择：自己给自己打工

后来，我终于想到了我的“千婵工作室”。我打算以工作室的名义下达一个问卷调查的任务由我们来负责完成。这样，既可以实实在在的做好社会实践，又可以锻炼我们的能力。

二、问卷调查

1. 题目：哪类图书最受欢迎？

2. 目的

【1】通过a□b选项可表现中国文化与外来文化对我国人民精神世界的影响。

□2□f与其他选项对比，可看出工作狂倾向度。

□3□h预期他选项对比，可得出中国的读书广泛率和读书普及率。

【4】分析出哪类作家最受现代人的欢迎。

【5】年龄段区分，可分析出不同年龄段的人对图书的喜好。

3. 过程

调查时间安排：

xx年8月26日：采购礼品、渭河人工湖边调查

xx年8月27日：渭滨公园调查

xx年8月28日：中尔特义务劳动

xx年8月29日：华浦义务劳动

xx年8月30日：短信、电话、网上调查

xx年8月31日：商讨营销策划书、继续昨天的调查

xx年9月1日：汉唐书城调查

xx年9月2日：华润万家广场调查

xx年9月3日：505广场调查

xx年9月4日：人民路街边调查

调查对象：

所有人群，但按年龄段区分。

学生(儿童)、40以下、40—55、55以上

三、分析

1. 中国文化与外来文化对我国人民精神世界的影响

我们面临着一个以人类的传统为自己的传统的时代，一个兼容并包的文艺复兴的时代。把西方文化以及其他外来文化排斥在中国的文化之外是狭隘的，把对中华文明作出卓越贡献的少数民族文化排斥在中国传统文化的核心之外，也只能更加重我们这种文化封闭主义的心态。其结果不是中国文化的复兴，而是把中国文化变成古董、送进博物馆陈列。

根据我们的调查，在青年学生中，外来文化对他们的影响很大。就拿我来说，看文学作品倒是很多，但基本上全都是外国文学。我觉得，在中国日益走向世界向世界开放的今天来说，应该加强对我国青年的爱国主义教育，尤其是我们50xx年的文化，绝对不能摒弃。

2. 工作狂倾向度

据日本专家统计，不论在西方还是在东方，“工作狂”的人数都在不断增加。在过去的xx年中，美国的工作狂增加了5成，日本增加了7成，在我国也增加了至少4成。

以前，在日本、中国等许多国家的词典中，“工作狂”均被列为褒义词，或至少不算是贬义词。不少人(其中多数是企业老板、单位领导)还觉得，“工作狂”的“忘我工作”为本企业或本单位带来了巨大的效益，而且为同事们树立了模范的榜样，故多数“工作狂”往往被评为“先进典型”，成了“骨干”或“红人”。

但美国心理学家斯宾塞教授指出，“工作狂”属心理变态，在各单位的低、中级管理人员中尤为常见。“工作狂”与对工作有热情者有本质区别——前者往往并不热爱自己的工作，一般很难从工作中得到快乐，而只是拼命地工作以求某种“心理解脱”，此外他们在工作中还常常强迫自己做到“完美”，一旦出现问题或差错便羞愧难当、焦虑万分，却又将他人的援助拒之门外；而后者则十分热爱自己的工作，从工作中能获得巨大乐趣，出现失误时既不会怨天尤人，也不会懊恼不已，相反却会聪明地修正目标或改正错误，同时也注意与同事和上司协调、配合，因而人际关系相对融洽。考核显示，尽管前者的工作量要比后者大得多，但工作效率和工作质量都明显不如后者。

专家们建议：要是发现自己出现“工作狂”的某些典型症候，那么首先须有意识地减轻工作压力并强迫自己减少工作量。具体做法是：不妨列出一份工作日程表，先将自己现时的所有工作项目和工作时间一一写明，然后考虑哪些可以完全放弃，或至少暂时放弃，哪些可交由他人或与他人合作完成，同时注重提高工作效率。最后订出新的工作日程表，并请家人或同事予以监督。此外，不妨培养一些与工作不搭界的业余嗜好，丰富业余生活，如能接受心理医生的科学治疗，情

况会更好些。

专家们的另一新发现是，“工作狂”的“生成”还可能与其童年时代接受的教育息息相关。实际上在“工作狂”中，有占8~9成的人在孩提时代受到来自望子成龙的父母亲的过分严厉的教育。在这样的家庭里，家长对孩子的期望值往往过高甚至高得“离谱”，可怜的孩子一旦稍有闪失便会遭到批评乃至重罚，最后孩子心理上可能出现障碍，长此下去，孩子长大了极可能成为“工作狂”。尤其是在青年当中，一部分人只看和自己专业相关的书，极容易演变为工作狂。

3. 中国的读书广泛率和读书普及率

中国大学学费问题与农家子弟，按说经济越发展，教育会越普及，义务教育越有效果。可实际上并非如此，近些年在乡村调查，发现农村儿童辍学的越来越多了，读不起书和读书无用论双双起了作用。读不起书是一件不可思议的事情。

毛泽东时代，虽然经济上比现在困难得多，真正受过培训的合格教师和适合教学的正规教室都不多，村中却有很多人受过中学教育，尤其小学教育的普及率也都高的出奇。有人说那时的教育水平很低，高中生的水平不如现在的初中生，这不无道理。但问题是，为何那时的学生可以坐在教室里读书，现在很多儿童小学一毕业就流失到社会上去，上不起学了呢？一百年前，清政府时期李鸿章出使美国看到那里的公办学校曾不无感慨的对美国人说过：“什么时候，若是也能够让我们国内的穷人家的孩子也上得起学就好了！”xx年3月10日在李昌平致朱镕基的信中却提到：“农民真苦、农村真穷、农业真危险！”那些读不起书的儿童辍学回家在做些什么呢？有人认为它们在做农活或其他什么正当的轻微劳动，却不然。他们成群结队的在瞎逛，这使家长最怕的，因为这样最容易学坏，有些家长之所以拼命借钱让子女在学校读书，是担心他们被那些闲逛的孩子带坏。不只是那些辍学的儿童到处闲逛，那些读过高中的知识青年也在村中闲逛。前几年办了很多中

专，一些农村青年读了中专，但找不到工作，有些师范毕业的农村青年到学校教书，要交数千至数万的就业金，交不起的，就只好在家呆着。中国9亿农民，自明朝以来的人的矛盾便愈演愈烈，三个月种田，九个月休闲便是中国农村的写照。问题是，在那些到处闲逛的人中，为什么不开发智慧资源、尝试去做一些有作为的事情呢？在解决儿童辍学问题上，使我想起在安徽省利辛县张村镇的复兴中学（现已搬至安徽涡阳县），它由北大法律系的一个学生殷永存以及来自河北理工、阜阳师院的一些大学毕业生操办起来的，他们背后有一个上海筹备委员会在默默的支撑着（去年，中央电视台、中央人民广播电台曾为此专门制作、播出过节目）。在这一问题上，我认为城市和乡村、企业和社会应该有一很好的互动、合作。自20世纪90年代中期以来，大学学费增长幅度较快。对于当前的高校收费，大部分的家庭认为已达到了承受的极限，甚至有所超出。现在高校扩招，学费上涨的幅度太快了，虽然国家有助学贷款，但不是理论上那么简单。

要想读书，首先要接受教育，但我们采访发现，55岁以上的老人，有很多根本都不识字。他们出生在那样的战乱时代，没有接受教育的条件，这是我国教育史上的一个空缺。我们现在有条件就要充分利用，弥补我们曾经的空缺，抚平祖辈心中的遗憾。

4. 哪类作家最受现代人的欢迎

40岁以上

据报道，近日由中国出版科学研究所和浙江省新闻出版局组织的首次全国国民阅读与购买倾向抽样调查显示，读者最喜爱的十位作家全属文学作家。排名依次如下：鲁迅、金庸、琼瑶、巴金、冰心、老舍、贾平凹、古龙、三毛、王朔。

鲁迅的地位可谓无人能取代，自是来自于他的作品的广度和深度在现代中国无人能比。而巴金、冰心、老舍的入选，则

应有两方面的原因。在读者心中，巴金最出名的小说是《家》、《春》、《秋》，都是大家庭里的悲剧爱情故事。虽然如今大家庭已不复存在，但个人屈从于传统伦理以及社会舆论的压力而放弃自身幸福的事件屡见不鲜。尤其是学生读者更在其中找到了“反叛”的文学凭据。贾平凹早前的商州系列是写绝了传统文化高度集中的三秦大地的文化，可以说是余韵袅袅，至今不绝。

暑期社会实践报告大二篇五

紧张又充实的社会实践活动又将谢下帷幕，回顾这段时间的实践活动，取得的收获不是一星半点的，感觉我们很有必要对自己的社会实践做一下总结。怎样写实践报告才更能吸引眼球呢？这次帅气的小编为您整理了大二学生暑期社会实践报告（优秀6篇），您的肯定与分享是对小编最大的鼓励。

为积极响应校团委践行“八字真经”投身“四个全面”号召，积极承担社会责任，践行核心价值观，投身家乡产业发展，为其建言献策，7月9日□xx农业大学经济与管理学院赴信阳板栗产业调查科技支农帮扶团前往xx□本着“发扬板栗为家乡建言献策”的理念，展开板栗产业调研。

众所周知，信阳有远近闻名的毛尖，板栗似乎一直没有得到人们的关注。由此团队成立社会实践小组，在前期进行充足准备。团队一行人多次在图书馆查阅相关资料，设计调查问卷，在发放时，为保证问卷调查更加真实可靠，该调查问卷涉及到各个年龄各个阶层，队员们深入到街道、超市、零售店公园等场地，大量发放争取做到份份有用。

随后与调查者交流，访问他们对板栗产业的看法与建议，其中有些人认为板栗食品加工行业应该规模化、标准化。而当地板栗专业户认为大规模种植板栗目前存在许多困难，仍需克服。

7月11日，团队前往信阳市浉河区金牛产业集聚区的多栗多绿色食品有限公司进行考察学习。抵达该公司后受到副厂长吴总和销售部门陈总的热情接待。随后带领队员们参观生产车间与生产程序，通过参观学习，了解到板栗汁加工需要采摘、剥壳、收购商收购、去壳、冷却、碾碎等一系列步骤。此外向队员们讲解了关于多栗多的品牌市场拓展和未来发展规划。该公司后期还将研发板栗罐头、板栗糕饼等一系列产品，丰富产品品种。

7月13日，在实践结束前，团队前往浉河公园进行团队的总结体会。

短短五天社会实践，设计问卷调查、与人沟通交流、实地考察板栗、了解板栗汁加工生产过程。他们并没有一帆风顺，有因为选择人群不太正确而遭受白眼与无视，有因为计划不够周全而未能顺利进行。但困难无法阻止他们前进的脚步，因为他们有梦。在他们的总结大会上，每个人都讲述了自己的收获与经验，包括对家乡板栗产业发展的建议。

板栗产业发展除了引进先进的全自动生产设备，为高品质产品提供了强力支持外，还需要通过软媒硬媒一体化，线上线下全方位宣传，加强品牌效应，同时政府相关政策的帮扶也是必不可少。

此次活动锻炼了队员们社会实践的能力，提高团队合作能力，进一步了解信阳板栗的生长，产业的发展与困难，对于推动信阳板栗产业发展献出微薄之力，同时用实际行动践行核心价值观，深入学以致用、学以为农的理念，为家乡发声，彰显经管学子魅力风采。

大学生暑期社会实践活动启动以来，我校大学生志愿者们顶烈日、冒风雨，深入农村、社区，关爱留守儿童，帮助他们度过快乐的暑假时光，志愿者们用真诚和付出展示青春风采，在实践和奉献中升华了理想信念。

他们走过梯田，翻阅山梁，怀着沉甸甸的责任，走向大山深处，为孩子们托起一片片蓝天。他们给大山带去光明与温暖，给孩子带去春天与希望。

向阳之花，花开邾县。7月17日，我校“美丽中国”向日葵爱心支教服务团在经过120多天的紧张准备后，向日葵支教团分为三支小队，共计37人，分别去往支教地洛宁县西山底乡西山底学校、汝阳下河小学、平顶山邾县安良镇沟李小学进行为期两周的支教。临别之际，向日葵支教团义工纷纷跟队友拥抱告别，互相鼓励，队员们情不自禁留下了泪水，团委副书记刘涪涪和几位老师为他们送行并加油打气。

一路奔波，来到沟李小学时，一所尚未完工的学校映入眼帘，校长亲自迎接并对支教团的到来表示感谢。校长向我们简单介绍了一下小学的情况，学校一共六个班级，共200多名学生，包括校长在内一共9名老师。支教团队的队员们为孩子们精心准备了课外读物，体育器材，学习用品等礼物。

第二天，向日葵支教团在沟里小学附近进行招生工作或深入村子，向村民和学生们宣传招新。

团队派出多支小分队在广场张贴海、简章，并去学生家中介绍，校内接待进行宣传。宣传团队所到之处受到了学生和家长的热烈，报名的学生和家长从早上7点到下午5点络绎不绝。学生和家对于课程安排等一系列支教方面的疑问，志愿者们一一进行了耐心和细致的解答，孩子们都积极并期待着早日上课学习到新知识。

招新结束后，向日葵支教团举行了开学典礼。开学典礼在庄严的国歌声中开始。升国旗结束后，沟李小学李校长发表了讲话，之后向日葵代表向孩子和家长们简单介绍了一下向日葵支教团，希望给孩子带去知识和希望。随后义工们为每个孩子带上了象征感恩和爱的蓝丝带，并带孩子们跟随班主任进入教室正式开始上课。

第四天，向日葵支教团在沟李小学对入学新生进行了军训。早上8点，教官和同学们整齐的集合在沟李小学的广场上，孩子们对军训表现得既陌生又好奇。汗水无声的落下，坚毅的表情刻画在孩子们的脸庞上。天气很炎热，但大家的热情却丝毫不减。军训在会操中结束，孩子们的眼中却流露出那番意犹未尽。支教团对表现较好的班级进行了表扬，颁发了奖状，站在奖台上的孩子笑得是那么天真。

军训结束后，向日葵支教团正式开课，支教义工们用饱满的热情给孩子们带去一堂堂精彩的课程，有时在灰暗的灯光下，仍能看到支教队员们在为孩子们绘着一双双梦想的翅膀。

清晨，星辰退去，万物苏醒，远方的山腰处还残留着晨雾。走进教学楼，孩子们的读书声声声不绝，有时伴随着清脆的欢笑声，笔尖碰触书本的擦擦声。孩子们认真书写朗读着一个个优美的汉字或单词，执拗的，歪斜的，但孩子们每一次都表现得无比认真。支教队员们带领孩子们在数学的海洋里畅游着，探索着不变的真理。折纸、朗诵、美术、音乐、舞蹈、体育，对孩子们来说一切都显得那么新颖，同学们认真听讲，积极参与，把兴趣与好奇全然倾注到了课堂上。

在支教里，支教义工的一日三餐每个人轮流做。馒头和面条是最常见的，从采购的“锱铢必较”到每一餐结束时的“一干二净”，义工们用行动告诉了我们什么是珍惜和节约。“铁的纪律，家的温暖”，这是支教团的口号，纪律性和凝聚力是他们的真实写照。支教义工们团结向上，在困难中互相扶持，大家成为一家人，有了家一样的温暖。同时，支教义工的一天是在凌晨的星光中结束的。为了每一个细节，义工会反复的讨论，为了每一个活动，义工们会认真到每一个动作，每一句话。备课、策划、开会……支教义工们的时间好像总是不够用，累的时候，桌子上，地上都是他们的休息的地方。

支教的第六天，向日葵支教团在沟李小学根据孩子们的实际

情况开展了为期两天的团训活动。

早上8点支教义工和同学们便整齐的集合在操场上，大家按班级组成6个队伍，在负责人的带领下有序开展活动，同学们为自己的团队设计了队名和口号，支教团队精心为孩子们准备了“桃花朵朵开”、“我们是最棒的团队”、“背夹球”，孩子们踊跃参与活动，为团队奉献自己的力量。

团训的第二天，在主训和领队的带领下，此次活动主要分为“泡泡糖”、“兔子舞”和“领袖风采”三个项目，其中在“领袖风采”中队员需要依次报数，不能错报、漏报、抢报，如果出错领队需要承担领袖责任，替队员接受处罚，当孩子们看到领队因为他们的失误而到达极限时，孩子们也抑制不住跟领队一起受罚，他们被领队的担当和责任感感动留下泪水，孩子们学会了感恩和爱，知道了分享和担当的品质。

第八天，烈日炎炎，在38℃的高温下，我校团委副书记刘湉湉老师和团委科创实践部部长孟展老师赴平顶山市郟县安良镇沟李小学对向日葵支教团进行亲切慰问。沟里小学李校长热情接待了我校老师，刘书记和李校长进行会话，详细了解沟李小学的一些现状，并提出了一些意见。之后刘书记参观了沟李小学并走进课堂，对向日葵支教团的认真工作和吃苦耐劳的精神提出表扬，刘书记亲切的跟支教义工和孩子们合影留念。

接下来的日子里，向日葵支教团在沟李小学餐厅开展特色公开课。公开课以“常怀感恩之心，世界更加美丽”为主题，引导孩子们学会感恩。

支教义工为孩子和家长们安排了“我的五样”互动环节，在纸上写下自己身命中最重要的五个人，然后一个个划掉，直到剩下一个，引导孩子们在思考中学会珍惜身边重要的人。公开课现场，孩子们在感动中跟家长深情拥抱。支教义工最后为家长和孩子们精心准备了节目——手语《隐形的翅膀》。

支教义工的一天是和太阳一起开始的。清晨5点半，向日葵的支教义工在刚刚醒来的村庄里开始了早操，整齐的步伐，嘹亮的口号，支教义工在晨雾中留下青春的身影，田地边，马路旁，都有他们练习手语的影子，在无声的世界里，爱和温暖在弥漫。

支教过程中，向日葵支教团在沟李小学开展了特色活动，孩子们用手抄报、剪纸画、素描等形式来展示自己的家乡。

孩子们用画笔生动的绘着自己的美丽家乡，一幅幅简单的画，却道出了孩子们内心最深处的那份记忆与美好。经过了投票与评选后，选出了每班的一等奖二等奖和三等奖的得主支教团为孩子们发放了奖品，从平常的体育用品到文具，再到奖状一应俱全。支教队员把孩子们的作品张贴出来，孩子们纯真的绘画融入了乡村的山水之中，融入了这小小的教学楼里。

为了更深入的了解部分孩子，支教义工进行了家访活动。支教义工走进孩子家庭，针对部分孩子在学校的学习生活中出现的性格孤僻、不愿意跟别人交流分享和脾气暴躁等问题，与家长互相沟通，深入了解，聆听孩子内心的想法，跟家长耐心交流，希望通过语言和理解的方法，解决孩子心中的问题，给孩子树立一个良好的人格。支教义工对孩子体贴入微照顾受到了家长们的好评，孩子们在家访后露出了纯真的笑脸。

白驹过隙，快乐的日子总是短暂的，支教不知不觉接近了尾声。向日葵支教团为同学们举办汇报演出暨毕业典礼，空气中散发着支教团和孩子们浓浓的不舍之情。

支教义工们精彩的手语队歌表演，同学们生动的群舞，大家欢乐得好像忘记了离别。一首深情的《朋友》合唱，支教的日子如录像般回放着，欢笑与泪水，感动于爱，这是属于支教团和孩子们最美好的记忆。

汇报演出结束后，支教义工们给每位同学颁发了毕业证书，将对同学们的寄托写在了毕业证书上。之后沟李小学的李校长发表了演讲，表达对向日葵支教团的感谢，赞扬当代大学生的奉献精神。支教义工代表对此次支教活动作了总结，表达了对孩子们的期望。为期两周的支教活动也圆满结束。

我在酷暑中迎来了作为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。虽天气炎热，烈日当头，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。

我的社会实践单位是xx网校xx分校。工作内容就是发报纸做宣传，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。在这段实践的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天发报纸遭受驱逐，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，不过最终还是坚持学下习来网了。

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，参与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。实践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、展示自己的才能，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、脚踏实地的去工作，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，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！

通过本次毕业实习，了解和熟悉超市物流，仓储，营销以及

管理等相关知识。使学到的计算机，营销渠道管理，数据库，物流，市场营销，经济管理等理论知识跟实践相结合，在实习中检验，提高自己专业能力和技巧。

实习时间：

20xx年7月11日——20xx年8月27日

实习单位：

深圳市崇尚百货创业购物广场

实习岗位与负责事务：

收货部收货员主要负责事物是接收供应商货物，收货单据的保存、整理、分类、归档，执行公司退货或报损工作，保证周转仓内商品码放有序，通道顺畅，重点商品管理盘点等等。

（一）实习单位简介：

人人乐连锁商业集团股份有限公司，成立于1996年4月。2000年跨入广东省大型连锁商业企业前列，2001年跃居中国连锁百强第18位，进入中国企业800强，截止2008年12月，人人乐在全国20多个市级以上城市，已拥有经营门店81家，签约门店xx0多家，员工人数超过1.8万人，2008年销售额突破xx0亿元。2009年1月17日在深成功上市。

深圳市崇尚百货创业购物广场（现代城店）下属人人乐连锁商业集团股份有限公司。是人人乐第一家集大卖场、百货、生活体验馆于一体大型购物广场。现代城店实行“大百货（高档百货）+小超市（精品超市）”布局，百货为主，超市为辅，以超市促进百货，百货带动超市战略，提升公司整体销售额。现代城店分为一，二，三楼，一楼主要有周大福，肯德基，屈臣氏，蒸功夫等连锁，二楼和三楼一半都是百货

区域，三楼另一半是超市区域，营业面积7万平方米。百货和超市均有适量的店铺招租。现代城店有收货部，商品部，防损部，促销部，客服部，人事部，财务部等等部门，部门健全，制度完善。

（二）实习具体过程

实习具体过程可以分为三个阶段：学习，成长，相对成熟期三个阶段。

第一个阶段，07月11——07月16日的学习期阶段，这一阶段，一边参加培训学习，一边工作。把学习到的知识马上应用于工作，在工作中检验，熟悉，改进，使我提升很快。这一阶段主要学习了接收供应商货物，退货，报损相关流程，学习rf机（无线终端速录机）和无线电子磅称的使用，残损仓和退货仓货物管理，相关单据使用公司泰斯码系统（一种主要使用数据库原理的系统）进行录入保存以及传财务单据等等。

第二个阶段，07月17日——07月31日的成长期。这一阶段主要是通过重复工作进一步熟悉公司相关流程和工作技巧，提高工作效率，同时接受上司布置的一些比较重要工作进行锻炼，比如对制作退货单，报损单等有关单据进行审单，配合商品部进行重点商品盘点等等。

第三个阶段，08月1日—08月27日的相对成熟期。我基本上可以独立完成收货部80%的工作，这个阶段，上司对我比较信赖，可以放手我去做一些相对比较重要的事情。配合总公司对收货部一些工作的改进工作和仓储改造工作，让一个人独立上一个班次等等。这个阶段基本上把工作重心移到早上生鲜的验收，相关单据录入审核以及转送，重点商品管理等等，把相对于一些比较简单如接收供应商商品工作，报损，退货工作移交给新人或是其他员工。

（一）实习工作的总结

在这段将近2个月的实习时间里，从对超市物流，营销等迷糊的情况下，通过在收货部，由最基础的接受供应商商品到配合总公司对收货部一些工作改进等等相关工作的实践上，使我对超市物流，营销，仓储以及管理相关知识有了相对解和熟悉。现拣一些认识和经验总结如下：

（1）在现在零售业竞争如林的情况下，零售行业在品牌，服务，商品，素质等相持难分高下情况下越来越需要通过成本这一杀手铜，使自己立于不败之地。作为行业老大沃尔玛总裁就宣称，他们最大的优势就是拥有完善先进的超市物流系统。在实习过程中，使我认识到，收货部是超市物流很重要组成部分。收货部工作的好坏直接影响到公司的经营成本，进而影响到公司其他一系列问题。比如，我在初次退货录单中，由于疏忽，把商品数量录错，在返配回配送中心后，又返配回了门店，在商品一来一去的运输过程中，这就增加了公司的运输成本。

（2）超市仓储是一门大学问，比如既要保持商品一定库存量保证卖场不会出现缺货少货，又要防止库存量过大加大仓库压力或是导致商品积压，增加商品因发现不及时出现临期过期等事情发生，这会提高公司损耗率，增加公司运营成本和损失。比如在4月份底商品清场转场工作中，就发现到大量因商品库存量大导致的临期过期和盘点难问题。还有仓储管理上要使商品排放有序，易于识别，方便拿取，保重商品安全不能使商品遭到损害，以及合理利用仓储有限的空间等等。

（3）超市所有部门都是核心部门，各个部门之间，通过分工明确，协调工作，为顾客提供一个高质量服务，完美购物环境体验，最终增加超市营业额。零售行业最终收入来自营业额，这也是提供享受购物环境的物质保障。而每一个部门好坏都最终影响着超市销售状况的好坏。比如，商品首先要通过收货部验收，接受质量好的商品，根据商品条码等相关信

息录入系统，为财务和收银等等提供相关信息。其次商品被商品部按照相关知识和规定进行上架排放，同时保障商场卫生等等提供一个舒服购物环境，经营管控部，对商品进行检查，防止商品质量出现问题或是标价出现问题。促销部，根据店总安排，举行一些促销活动，对顾客人流进行引导。顾客购买商品，这时候就是收银部的工作了。如果这中间出现什么问题，就需要客服部进行调节。

（二）毕业实习的体会、收获

这次毕业实习，使我受益匪浅，有很多收获和体会：

（1）心态上调整的体会收获学校人向社会人转变，在学校接受了16年的教育，真正的和社会接触并不是太多，而这次毕业实习，则是由学校人走向社会人一个缓冲阶段。在这个过程中最需要调整的就是心态。我们并不是什么天之骄子，也没有什么可以值得炫耀的资本，而从学校走出就直接到一个公司最基层上班，接受公司严格的规章制度约束，以及体力，心力上等等的挑战，当然会使很多同学落差很大。这中间最大的挑战就是我们自己心理咨询上的调整。要有一切归零心态，从零开始，我们不可以改变环境，只有改变自己来适应这个环境。

（2）相关知识上的收获我由一个不熟悉超市物流，仓储，营销，管理等等，到对这些相关知识的了解熟悉。以及与自己相关知识的进一步学习加强，如数据库，管理学，物流学，计算机，财务会计，营销渠道管理等等。很多工作都是一项需要挑战一个人综合能力的，在工作中，我认识到了自身知识不足和优势，这促使我改进和加强。

（7）人生目标感的清晰通过这次实习，我自身其他各方面都有所提升，如交际，口才，做事情，心理咨询等等，但是最大的收获，是让我认清了我自己身上的优势和不足，以及如何去规划自己的时间，工作，生活，使我的许多目标变的清

晰。

正值暑假之时，虎门镇大学生成长促进会举办了这个大学生暑期实践活动，正好让我们大学生能够借此来桥梁接触和认识社会，为将来投身社会作出准备。

在这漫长的暑假里身为大学生的我们不能再像以前一样玩耍着渡过暑假，因为我们即将面对的是一个最现实的考验，就是社会对我们的考验，很多人都认为现在的大学生大都缺乏应当的工作能力而且还对工作薪资的要求高，就是俗语所说的“眼高手低”，事实上当今的大学生的却是如此，那么是什么原因会令我们当代的大学生处于这个局面呢？其实答案很简单，就是我们的实践经验太少。当一个人真正试过从事某一种工作的时候，他才会真正的了解到这种工作原来跟他平时所见到别人做这种工作的时候是有很大差别的，他才会了解要做好这个工作需要的并不是他以前所想象的一样，这样才会使他真正的拥有实际的工作能力，同时也能使他认识到自己的能力所应该对应的工资是一个什么的位置，经过这样的一个过程以后，他自然就会认识到这个社会的现状，从而使他摆脱“眼高手低”这个现状。

今天我们参加的活就是到我们虎门镇引以自豪的一家民营企业参观，它就是以纯服装公司，能够参观这么有名的企业我们也感到非常幸运。

首先我们乘车去到了以纯一个专门用来发布新一季服装款式的展厅，说是展厅，但实际进去以后的感觉就像到了一个专门销售时装的商场一样，周围都是以纯即将在新一季要发售的新款时装，确实令人大开眼界，管理人员也告诉我们这里是不能拍摄，因为这些服饰都是经过设计师一手设计的，以防他人抄袭。但即使不能拍照，能够在这里把这些服装都看一遍就已经是很大的满足了。

之后，我们还到了以纯服装的制造厂商东越服装有限公司参

观。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content_2());