

2023年大学生毕业实践报告 大学生综合实践报告(模板7篇)

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。那么，报告到底怎么写才合适呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

大学生毕业实践报告篇一

时光飞逝，走出校门已经又四个多月，初踏入社会的我面临着新的挑战，新的考验。在为期两个多月的工作实践中，我珍惜每次锻炼机会，与不同的人相处，让自己近距离地接触社会，感受人生，品味人生的酸甜苦辣。回首这个多月的工作实践，让我感慨万千，受益匪浅。

在这两个多月的实践中，使我真正地认识到自己的不足之处，以前在学校学习的专业知识总觉得枯燥乏味，抽象难以理解，没有多大的实用之处，但步入社会到了工作岗位上，在工作实践中我才真正地感受到它的重要性。

在这两个多月的工作实践中，我学到了许多在书本上无法学到的宝贵知识，比如对珠三角经济企业文化的理解和认识：

企业文化是企业的灵魂，是推动企业的不竭动力。它包含着非常丰富的内容，其核心是企业的精神和价值观。这里的价值观不是泛指企业管理中的各种文化现象，而是企业或企业中的员工在从事商品生产与经营中所持有的价值观念。

企业文化是一种新的现代企业管理理论，企业要真正步入市场，走出一条发展较快、效益较好、整体素质不断提高、使经济协调发展的路子，就必须普及和深入企业文化建设。企业文化有广义和狭义两个理解。广义的企业文化是指企业所

创造的具有自身特点的物质文化和精神文化;狭义的企业文化是企业所形成的具有自身个性的经营宗旨、价值观念和道德行为准则的综合。

企业文化是社会文化体系中的一个有机的重要组成部分，它是民族文化和现代意识在企业内部的综合反映和表现，是民族文化和现代意识影响下形成的具有企业特点和群体意识以及这种意识产生的行为规范。

珠三角对珠三角经济企业分为主要分为四个阶段：

第一个阶段层为底层的企业，所谓底层企业就是以手工轻工为主的企业；比如一些私营的小企业，以手工装配包装，日用品为主，工序操作简易，工作时间不定。

第二个阶段层为内资企业(对生产质量要求不是很高)即是所谓的代工企业；代工企业也就是从事oem生产模式的企业。oem(original equipment manufacture)的基本含义是定牌生产合作，俗称“贴牌”。是某甲方工厂所生产的产品被乙方选中，乙方委托甲方按照原样生产，并标上乙方的商标，由乙方收购。它是建立在合同授权基础之上的合法合作关系。也不止大陆台湾代工，中国台湾、泰国、马来西亚都是代工的。

第三个阶段层为精密制造企业(中国台湾企业占大部分)主要以生产冲压端子，连接器，五金精密模具为主，还有港资企业，港资企业主要是生产玩具，服装，为五金做零件配件。第四个阶层欧美企业(主要以生产零配件为主)。

在这次工作实践中，另外学习了电话礼仪(电话营销)

(一) 重要的第一声

当我们打电话给某公司，若一接通，就能听到对方亲切、优

美的招呼声，心里一定会很愉快，使双方多话能顺利展开，对该公司有了较好的印象。在电话中只要稍微注意一下自己的行为就会给对方留下完全不同的印象。同样说：“你好，这里是xx公司”。因此要记住，接电话时，应有“我代表公司形象”的意识。

（二）要有喜悦的心情

打电话时我们要保持良好的心情，这样即使对方看不见你，但是从欢快的语调中会被你感染，给对方留下极佳的印象，由于面部表情会影响声音的变化，所以即使在电话中，也要抱着“对方看着我”的心态去应付。

（三）清晰明朗的声音

打电话过程绝对不能吸烟、喝茶、吃零食，即使是懒散的姿势对方也能“听”得出来。如果你打电话的时候，弯着腰躺在椅子上，对方听你的声音就是懒散的，无精打采，若坐姿端正，所发出的声音也会亲切悦耳，充满活力，因此打电话时，即使看不见对方，也要当作对方就在眼前，尽可能注意自己的姿势。

（四）迅速准确的接听

现代工作人员业务繁忙，桌上往往会有两三部电话，听到电话铃声，应准确迅速地拿起听筒，最好在三声之内接听。电话铃声响一声大约3秒钟，若长时间无人接电话，或让对方等久是很不礼貌的，对方在等待时心里会十分急躁，你的公司会给他留下不好的印象，即使电话离自己很远，听到铃声后，附近没有其他人，我们应该用最快的速度拿起话筒，这样的话每个人都应拥有的，这样的习惯是每个办公室工作人员都应该养成的。如果电话铃声响了五声才拿起话筒，应该先向对方道歉，若电话响了许久，接起电话只是“喂”一声，对方会十分不满，会给对方留下恶劣的印象。

(五) 认真清楚的记录

随时牢记5win技巧，所谓5win是指1□when何时2□who何人3□where何地4□what何事why为什么6□how 如何进行。在工作中这些资料都是十分重要的。对方打电话，接电话具有相同的重要性。电话记录既要简洁又要完备，有赖于5win技巧。

(六) 了解来电话的目的

上班时间打来的电话几乎都于工作有关，公司的每个电话都十分重要，不可敷衍，即使对方要找的人不在，切忌只说“不在就把电话挂了。接电话时也要尽可能问清事由，避免误事。我们首先应了解对方来电目的，如自己无法处理也应该认真记录下来，委婉地探求对方来电目的，就可不误事而且赢得对方的好感。

(七) 挂电话前的礼貌

要结束电话交谈时，一般应当同打电话方提出，然后彼此客气的道别，说声“再见”，再挂电话，不可只管自己讲完话就挂断电话。

这次工作实践中将我以前学过的机械制造工艺与装备、公差与配合、机械制图等知识很好地和量测设备的串联了起来，起到了穿针引线的作用，巩固了所学知识的作用。在这次工作实践中，我除了学习了投影机 and 影像式工具显微镜的基本结构组成、安装与调试、日常的维护休养及其常见故障排除和处理，最重要的是学习了对机台工作的精度校正和非线性补偿，除此之外还学习了量测专用的软件(curio20xx aim3000 msu2.5d pt2500)这都是之前的学校里都没有接触过。

在这次毕业设计中,对我来说有所收获也存在着不足之处.

收获:

- (1) 能把以前所学的各种知识,综合的运用的这次设计中,巩固了以前所学的知识。
- (2) 学会了投影机 and 影像式工具显微镜的基本结构组成、安装与调试、日常的维护保养及其常见故障排除和处理,工作台的精度校正与补偿。量测软件的使用方法。
- (3) 巩固了以前所学习的电脑组装与故障排除维修知识。
- (4) 学会了电话礼仪和电话营销,对企业文化的了解。
- (5) 能独立到客房厂家拜访及解决客户机台故障。
- (6) 更进一步地学习了团队精神,人与人之间的沟通。

不足之处:

- (1) 没有注意个人财物的保管,以致于丢失财物。
- (2) 外出维护保养时,由于缺少地理方位知识,在寻找客户地址时浪费了许多时间。综合上述:这次工作实践中我学到了许多在书本上无法学到的知识,积累工作经验,更进一步地明确了自己的前进方向,为以后的工作打下了坚实的基础,使我认识到,无论是工作还是学习都必须做到认真、谨慎,时时处处细心。

大学生毕业实践报告篇二

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，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。大学生的责任意识日益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。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

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。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在的行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。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。处理人与人之间社会关系的. 活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择；二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。

促销员实践报告

寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

本人姓名xxx□年龄xx□籍贯河北省xx市xx县，社会实践职业：促销员。

我以前从没有做过促销，可我觉得做促销也是对自己的一种锻炼，作为中国最大的饮料企业娃哈哈的促销员，我既感到骄傲和自豪，同时又有一定的压力，我本人对工作勤勤恳恳认认真真，从没有怨言，不管顾客如何刁难，我都会认真解释、笑脸相迎，虽然故意刁难的顾客很难对付，可用这样的方法却给顾客留下了很好的印象。

在工作能力上，我没有太多的特殊，虽然品牌是很主要的，但是促销员的促销技巧也是不可缺少的。在促销中怎样说服顾客买你的产品，首先是要让顾客感受到产品品质的信心，其次让顾客感受到销售的火爆，这个时候购买物超所值，增

加购买信心。这点在过节人多时特别管用。

还有就是观察其他促销员的情况学习他们的长处，弥补自己的不足，认真分析消费者的心理，从谈话中发现顾客的意向，有针对性地运用宣传重点展开推销。回想刚做促销员的前几天我是多么肤浅，如果说品牌的号召力是不可动摇的，那么促销员的能力更是重要的。所以娃哈哈公司对我们进行了一些消费心理方面的知识培训。平常在销售中，除了能用赠品吸引消费者外，尤其是要能让我们抓住消费者爱贪小便宜的心理最大程度的发挥出赠送赠品的影响力。然后做好产品展位陈列，促销力度做到位。

大学生毕业实践报告篇三

不下水，一辈子也不会游泳；不扬帆，一辈子也不会撑船。这就是实践的重要性。下面是本站为大家带来的大学生医院实践报告范文，希望可以帮助大家。

在这个寒冷的冬天，为了更好的了解社会，增长自己的见识，锻炼自己的韧性和才能，我进入了我们县中医院(比我们县医院低一个等级)做了一名陪床看护。不同于其他的护士，我做的是一名义工，就是只干活不要钱的义务劳动(医院让我这样的一个人进去就不错啦)。

进入病房区的第一天，一股刺鼻的消毒水味迎面扑来，我受不了的直皱鼻子。护士长阿姨笑着对我说：“刚开始时都这样，就连受过专业训练的护士也受不了，更别说你这个小实习生啦。只要在病房区呆上一天，就什么味道也闻不到了。”在护士长简单介绍了我的工作内容后并告诉我第一天的主要任务就是适应环境，同时，我深感自己肩负的责任重大，因此我对自己提出了以下几点要求：首先，要本着对病人及其家属负责的态度，在岗期间要早起，不可以打瞌睡，玩手机。病人一整天都在输液，作为看护，必须确保在药水输

尽之前，按响呼叫器呼叫护士为病人拔针。否则的话，会造成血液回流，给病人造成很大困扰。其次，要有不怕苦、不怕累的精神。所谓看护，就必须负责病人的吃喝拉撒，在病人大小便时，不可以因为怕脏就推卸不干，这是有违职业道德的极其不负责任的行为。最后，必须要诚实守信。对病人家属留给病人吃饭的钱，不可以随便乱花，并要随时做好记录。绝对不可以有多报漏报的事情发生，以免引起不必要的麻烦，给自己人生留下污点，还会给医院的声誉带来不好的影响。

第二天，我就开始上岗工作了。我负责的病人是2号床，经了解这位叔叔41岁，体格健壮，好看护。因为和邻居外出时坐的机动三轮在定陶仿山附近和一辆大卡车发生了追尾事故，才造成他的3根肋骨断裂，头部局部创伤和小腿骨折。由于儿女都在外地上班，妻子在我们定陶鲁花上班无时间照料，所以从监控室出来后，医院就安排由我来负责他的日常看护。看到他，我就想起了我的父亲，他也是为了我们家的生活在外奔波，并因此落下了一身的伤病，可怜天下父母心啊。结束了第一天的工作后，我发现照顾病人真的不是一项简单的工作：每天早晨不到七点就要到达，要开窗户通风(只通一会，天气那么冷)。大约七点钟叫醒病人，用温水给他擦脸、擦手。然后七点半下去买饭。因为这位叔叔的脸部的伤口没有愈合，不能咀嚼食物，我只能每天用吸管喂他吃流质的食物。在选择食物的时候，还要注意食物中不可以有姜、蒜、辣椒等任何辛辣的调料。另外，还要注意食物的营养搭配，要时不时地炖鸡汤来改善一下病人的伙食。2号床病人大约在八点开始输液，一整天都没有间断，因此我一天都必须随时看着输液瓶。由于小腿受伤和肋骨问题，病人不能站立行走去厕所，我必须把尿壶递给他。2号床总归是一个成年人，忍受能力还算很好，所以有些事我可以省很多力气。中午和下午重复早上的工作，晚上回家陪爸妈吃饭(一开始我就和老舅说好啦，只白天在医院晚上回家住，病人家里面也都同意，病人的妻子晚上想陪着丈夫)。

说实话，第一天的工作真的很无聊，都和他們不怎么说话，偶尔和护士长阿姨聊聊天，问问这问问那，了解医院的一些情况。吃晚饭时老妈看出我的心思对我说，陪护是锻炼一个人的耐心的工作，也是和他人交流的好途径，多和病人谈谈心，让病人高兴就好，大鹏啊，你要好好对待你的工作。老妈的话真的给了我继续的力量。

几天下来，我觉得身体有点吃不消了，总是担心自己做的不够好。林肯说：人生最大的错误，就是不断担心自己犯错误。这话一点也没错，可怕的错误真的来了，在我工作的第7天，由于我和志哥(比我大5岁，刚刚在这里工作了两年)聊天把病人早已忘了九霄云外啦，等我回过神来时，才想起来病人的输液瓶，回头一看早就空了，血液已经回流。我当时就惊出一身冷汗，等到护士拔完针，看到叔叔肿起来的手臂，我很内疚。护士长责备了我几句，我也很诚恳地向叔叔道了歉，他笑着说：“没有关系，你还年青嘛。”这使得我更加内疚。为此，我又多了一项工作，那就是用热毛巾给他热敷，直到他的胳膊消了肿。经过这件事，我更加严格的要求自己，一定要对病人的身体负责。医生的天职是救死扶伤，虽然我不是医生，也不具备专业的医护知识，但我相信，只要我脚踏实地的干，我一样可以为拯救生命的事业贡献自己的一份力量。

经过我十天的悉心照料，叔叔已经可以咀嚼食物和可以搀扶着去厕所方便啦，这些好的迹象给了我信心，肯定了我的付出。但是由于一些原因，我不能在这里一直照顾叔叔到出院啦，第十天，我给他说明情况离开了医院，结束了我的小实习。当时自己既高兴又不舍，叔叔也非常感谢我这几天对他的照顾，并叮嘱我以后在大学好好学习，将来当一名好医生。

人的一生，有很多事只有自己亲身经历过，才能知道其中的酸、甜、苦、辣?万般滋味。在医院的这短短十天，虽然我没有挣到一分钱，但是这个经历却可以让我受益一生。在这里，我学会了很多，也体会了很多(并且决定暑假要再在这里好好

的实习)。我看到了生命是如此的脆弱，它可以在一瞬间消逝；生命又是如此的强大，它可以抵御任何病痛的折磨。与此同时，我也体会到了“白衣天使”这一称号的得来不易。最重要的是，这次实习的经历，使我提前进入了社会，了解了社会，对社会有了更广更深的认识。不仅如此，我还锻炼了自己的毅力与韧性，在实践中检验了自己的才干，为将来踏入社会奠定了基石。

大学生暑期医院社会实践活动总结报告范文大学生暑期医院社会实践活动总结报告范文在活动的开始，因为我们每个人要调查的药品不一样，有的调查抗代谢的，有的调查抗肿瘤的，有的调查医学专用药，有的调查镇痛药……所以要去医院或药房也不一样，因此每个人只有单枪匹马地走访各个医院或药房。在骄阳似火的天气里，我行走于各条街道，望着头顶上的烈日，摸着被汗水浸透的衣服，虽然很辛苦，但回头想一想，我是药苑学子，这项任务必须圆满完成，为了我的未来，再苦再累我都不怕，“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”，我一定要坚持，不能退缩。就这样，我说服了自己，勇敢地坚持到了最后。

然而，并不是我不怕苦，不怕累，就能手捧鲜花凯旋而归。因为还有更让人心酸的事等着我。在一家私人药房里，当我说明来意并表示希望得到他们的帮助时，店内的服务人员只是冷冰冰地说“没有”。我在药房内看了一会儿销售情况，发现由于服务人员的态度使许多顾客都“空手而出”。我不禁感叹，医院和药房本是救死扶伤的地方，无论是国家的还是私人的，都应该以人民的利益为重，要以良好的服务态度对待每一名患者，不应该只重视眼前的利益，好的态度、好的质量才是最好的本钱。心酸过后，我明白了“服务第一，质量第一”的重要意义，作为我们国贸专业的学生更应该了解这一点，进而当我们步入社会进入药学领域就要从服务质量上出发以满足消费者的需求。

每件事情都像是镜子，都有正反两面，在服务上有让我心酸

的事，也有让我震撼的事。在调查中我遇到一个专业的服务人员，她对待每一位顾客都耐心地解答他们的问题，一遍遍地解说着各种药的疗效、用法和禁忌等，使我折服的不仅仅是她那可亲的微笑，更重要的是她对专业知识是那么精通，每一个问题都答得那么流利、那么明朗，此时的我才知道自己懂的知识是多么微乎其微，才看到自己的不足。刚进入大学时，我幼稚地认为我们工商管理学院的学生只要学好经济学和管理学就行了，不用懂得关于药品的药理、药性以及成分等方面的知识，现在的我才明白自己当时的想法是多么的愚笨，我终于知道既然选择了药学，无论从事什么事业，都应该努力学习药品的基础知识，只有基础打得牢固，以后的道路才会越走越宽，越走越平坦。

共2页，当前第1页12

大学生毕业实习报告篇四

校方要求我们在寒假期间进行一次社会实践并且交上实践报告，由于我参加了中国……，从那里的工作人员口中得知美的公司可以提供参加此次实践活动的场地，因此19日下午我们取得联系。

我于20日上午9点到达美的，工作人员按公司章程严格的对我们进行登记，并且签订了一份短期试用合同声明书。在登记过程中工作人员认真负责并且态度诚恳热心，让我体会到一个企业的实力。她在任何一个细节工作上都是认真负责的。最后宿舍管理人员将我带领到宿管中心进行入住登记，奔波了一天直到下午3点才正式入住宿舍，此时我已十分的疲惫，那时我睡在床上想“还没工作就这样累了，如果正式工作了那要多累啊！”

下午5点钟我来到工厂，我的王班长是负责我的工作的，他把我分配到柜机分厂，但不幸的是我是上夜班的！天啊，我知道我要面临怎样的挑战，而我必须咬牙坚持，毕竟这是我第

一次参加社会实践活动我一定要顺利完成工作。

当天晚上八点我就来到我的工作岗位，班长说由于我只是短期试用因此把我安排到一个件轻松的岗位上。其实我的工作很简单，就是用机器将流水线上装配完毕的美的空调搬运下来。我想如此简单的工作对我来说几乎没有挑战嘛，可是最后我发现是我我想错了.....一切不是那么的简单顺利！

当天晚上我和另一个大学生一起用机器搬运空调的，夜间工厂里灯火通明，机械发出巨大的工作响身，我和他一边聊一边工作，感觉十分轻松毫无压力。时间就这样一分一秒的流淌，到了晚间12点50分工厂全体工作人员休息.....休息之后我们继续工作，这已经是下半夜了，冬天的夜晚是寒冷的，一股股寒风从大门吹进来，此刻我的搭档说：“这就是最痛苦的时候了，可要坚持啊，哈哈。”我咬牙坚持着，盼望着天亮，但却是越来越冷，为了抵抗寒冷我就不断活动着，不让身体变冷，终于太阳照亮了大地，没想到第一次等待天明是如此的艰辛。次日6点我下班了，外面格外的寒冷，回到宿舍就倒在床上了，腿酸死了，眼又睁不开，没想到夜班是如此的累人。

当我醒来时就是下午3点了，我整理了内务不一会天又黑了，我想又要上班了，吃饭之后我乘车来到工厂。没想到这一夜我是如此的悲惨!!!

刚开始工作一切照旧顺利，可是后来流水线上的冰箱越来越多，我们的搬运速度有限导致有许多空调在流水线上堆积，为了缓解搬运压力我们只好用人力进行搬运，一台空调有70多公斤，我们累得满头大汗，刚当我们要搬完的时候又出现了不同的型号空调d331□我们原先搬运的是d335□□我们赶快腾出地方放下d331型号机，此时我可谓脚忙手乱，不知如何是好，颇有经验的搭档告诉我千万不要慌张，要做到井然有序不慌不乱就好。果然我们划分好不同的区域放不同型号的

空调，最终化解了危机！

这一夜可是惊心动魄啊，我们累死了，汗水湿了衣裳。可是这一次我学到了许多，尤其是当我们面对危机时一定要用心考虑，计划好，分配好，不慌忙要沉着应对，才能获得胜利！！！！

回到宿舍，我躺在床上思考着一个问题，这样劳累的实践活动我能不能坚持到最后呢？！我想回家。最后还是做了决定：既来之，则安之。

第三天的夜晚我还是出现在工作岗位上，这一晚又要出现什么状况呢？我们拭目以待.....

这一晚令大家失望喽，一切正常。就算有再多不同型号的空调出现我们也可以轻松解决。可是我还是学到了东西哦。在搬运空调之前每个包装箱上都要盖章，在我们闲暇时候，搭档告诉我去提前在包装箱上盖章，他说我们要有危机感，如果有出现空调累积状况我就没有足够的时间去盖章，这样出场的空调是不合格的。我想不管是个人还是企业拥有危机感是至关重要的，要早早做好应对危机的准备，只有这样才能在强大的社会竞争下立于不败之地！

其实，当我咬牙坚持着过完每一天的同时我发现我喜欢了这里的生活，这里有许多许多我在学校里永远学不到的东西，一切只有我经历了，感受了，才知道要珍惜了。我老累着同时快乐着，因为我感觉我为这个工厂做出了贡献。

大学生毕业实践报告篇五

20xx年xx月我回到阔别已久的家中，经过几天的休整，当刚刚回到家时的兴奋与快意渐渐淡去，我开始回想自己过去半年在学校的时光，没由的有了一种压力，在大学这个“象牙塔”里，我们可以尽可能的用学校的资源来锻炼自己，可是

面对如今日新月异的社会，“失业”这个字眼对我们大学生来说并不陌生甚至随处可见，社会告诉我们光是学校知识远远不够。于是，针对自己去年暑假去应聘时大部分招聘启示所特别强调的有社会工作经验者优先的情况，同时也为了减轻家庭负担，让这个寒假过的有意义，我加入了在集市摆地摊的行列。

刚开始想的比较简单，认为只是简单的卖东西，有一点相关的交际能力就ok了，不曾想小小的地摊有许多在书本学不到的学问和经验。

实践前的思考：

经过一系列的分析 and 调查得知：中国人口是世界上吃葵瓜子最多的人口，因为其内含丰富的脂肪、蛋白质、维生素及矿物质并有驱虫、润肺的效用，更因为其消遣时光的功能，成为春节期间广受人民喜爱的副食品。几乎在春节的时候每家都有葵瓜子的存在。同样，水果以它的口感舒服，同时水果的纤维质为果胶物质，有益排便，纤维成分另外还可以促进身体的代谢功能等好处。是节日期间走亲访友和招待客人必不可少的零食。所以我最终决定这次摆地摊以卖水果和瓜子为主。

所以每一次的集市是非常热闹的，同时也是一个星期中人们消费最大的一天。足见其消费市场的广大。

最后，经过我爸妈的同意以及本钱投资后，终于在集市较好的地段开始了我人生中的第一次“经商”。

实践中的. 感受：

经过一夜的折腾，货比三家，讨价买价货物终于完整的来到了集市指定的摊位上。呼.....算是成功了一步。下面开始才是真正的挑战。经过小姨的指导和帮助后，我大致熟悉

了“操作流程”。小小的出师后开始直接接触顾客。一位阿姨带着一个大约五、六岁左右的小朋友来到了我的摊位前面，忐忑之余我忙问要点什么吗？可是阿姨看都没看我，直接问小孩子要吃什么？小朋友看看这个看看那个，眼神迷茫，好象要吃这个又要吃这个，手指个不停。我急了，忙向阿姨推荐自己认为好吃的水果给她，并说出了它的优点。阿姨无动于衷。哎！眼看第一次的生意就这么泡汤了。幸好小姨跑过来帮我解围，她向那个小朋友推荐了金橘，并让他尝了一个。马上一桩生意就成了。我不解，过了会，小姨似乎看到了我的困惑，笑着对我说。卖东西也要讲究技巧，如果顾客是母子，那么儿子是主要；如果是情侣，则女生是主要。老人顾家牙口又不好就要吃那种松软且便宜的东西，但买给孙子孙女的又不一样；年轻人不在乎价钱，但一定要好吃。妇女们爱计较，有时候要帮她们挑选，他们会怕你拿烂的进去，所以最好别动手去帮.....我的天啊！那么多窍门啊！终于明白“留心处处皆学问”的真实含义了！细节决定成败！

有了第一次的经验，我开始留心顾客对一些货物的反应。经过一天的调查发现：因为在大年三十之前，许多年轻人仍旧留在城市里为家庭打拼，所以所有的消费者中属老人最多，而在这里面的老人一般都肩负买过年货的使命。所以适合老人吃的东西，比如橘子。但网上资料显示，今年娄底市场上已经有许多买家因为交通意外受阻而导致大量的橘子在车上停滞，许多橘子到了各个乡村已经面目全非，各地商贩和水果商店老板利益受到严重的损伤。所以橘子在所有水果中是比较有市场的，但风险也高很多。针对这个问题，我按照集市附近人口数量的相应调查和来到集市人口的比例分析，大致决定了要买进的橘子数。

大学生毕业实践报告篇六

思修社会实践报告（一）

今年暑假注定是忙碌而充实的，因为学校和思修课的要求，我们需要进行暑假的社会实践活动，可以选择调研活动，也可以选择暑假期间外出打工。我选择了打工。本来我打算到我姐姐介绍的苏宁电器去做接线小姐，但由于我们放假放得实在是太晚了，这份工作就被别人抢去了。没办法，我只好靠我妈妈的关系，进到她所在的公司上班。因为是私人企业，老板是我的舅舅，所以我分配到的工作相比其他来公司实践的学生要轻松些。舅舅的公司做的是出口贸易，生产赛马用的马具出口到香港，英国等赛马十分流行的地方。我所做的工作就是给已经生产好的产品贴上标签，清点后装箱。虽然简单，却十分重要，因为这是所有生产环节中的最后一环，出了一点差错就会影响出货进度，我必须兢兢业业才能避免出错。

其实每天贴标签，装箱也是很枯燥无味的，我也在工作之余向我妈妈发过牢骚，但这不就是工作吗？即使以后我踏上了真正的工作岗位，认了一个职务之后，每天所要做的也不过就是一样的事情。一样的工作，不一样的是心态。心态调整好了，每天都充满干劲儿，若是心态没有到达状态，就没有继续下去的动力。

其实我的专业是商务英语，我本以为做了这份工作我是接触不到与我专业有关的事的。但巧的是，舅舅公司里的英语翻译一职在这一阶段真好空缺，而出口贸易总得和外国人打交道，所以我这学英语的大学生就顺理成章的暂代了英语翻译的职位。虽然一开始时外国公司发来的全英文的电子邮件需要花费掉我很长的时间来理解，但随着日子的推移，我与外国公司经理的msn交流也顺利了许多。当我得知通过我和外国公司的交流顺利达成几笔交易的时候，内心的喜悦之情瞬间膨胀，兴奋得快要飘起来的感觉真的难以形容的美妙！通过自己的劳动种出的果实总是格外香甜。

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，回首这一个月的实践活动，我的内心充满着激动，也有着无限的感慨。

这次的暑假实践让我对今后就业工作有了以下几点认识：

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的练习。以前我从没有与他人一起工作的经验，使我与别人对话时不会应变，谈话时有冷场，这是很尴尬的。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。别人给的意见要听取，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。没有社会工作经验没有关系。重要的是认同自己的能力不比别人差。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？有自信就能使自己更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，就有些害怕了。自己觉得困难挺多，社会经验缺乏，学历不足等种种原因使我觉得自己很渺小，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。

【思修社会实践报告优秀范文】思修社会实践报告优秀范文。如妈妈所说的“在外面你就要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，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。有勇气面对才是关键，勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四、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。

如今就业环境不容乐观，竞争形式日趋激烈，忧虑和压力于时时困扰着将要走出大学校园的大学生们。打工实践虽然很短，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。

我们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的知道，“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。()我们要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题的能力，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是需要依靠实践的经验和锻炼的。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得我们应该转变观念，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。

大一思修实践报告范文思修课社会调查报告

大学生毕业实践报告篇七

我被分配到极乐市人民检察*院反贪污贿赂局的侦查三处，这是一个特殊的机构。一开始我便被告知，由于部门的特殊，之前此部门是不招实习生的，只是随着时间的推移，领导思维的变迁，这个部门才从前几年开始接收实习生。但是限于部门的特殊性，本站我们必须按照要求遵守保密守则。在实习期间，我始终把处长的话记在心里，保守秘密，努力做到自己所能做的最好。

鉴于我所实习部门的保密性，因此在这里我只能写些不涉及秘密的经历及感悟。

我想先谈谈我个人的态度及出勤上的表现。在实习期间，我本人从未迟到与早退过，总是提前到达办公地点。在工作过程中，即使是干一些琐碎的事情，我也从来没有懈怠过，总是兢兢业业。因为得到这样一个去极乐市人民检察院的机会不大容易，同时我个人办事的原则就是认真，尽自己最大努力去办。

现在我来谈谈在实习期间干过的一些事情及我个人的感悟。

一、填写法律文书，我觉得这应该是实习期间最常干也是最基本干的事情。我填写的法律文书包括查询银行流水线文书和查询身份证件文书。

二、外出调查，其实这是与上一个事件相连的，填完法律文书后，自然而然就是跟随检察官外出调查取证。

三、清点与登记赃物。扣留嫌疑人的赃物自然要清点并且登记以便清楚的知道嫌疑人的财产的种类与多少，方便案件的调查。

四、参加案件进展的讨论会。当然我们只是来旁听的，但是这对我们也是非常重要的，这样我们可以亲身经历案件的讨论，本站清楚案件的发生与过程，接近案件的核心操作。

五、接送文件，这也是实习期间很基本的事情，也就是把文件从办公地点转送到另外的人员手中。

六、查看卷宗，检察院内部有大量的卷宗，不过我们只能看那些已经解密了的。

七、协同外市检察官调查取证。外市检察官来本地调查是一定要当地市的协助调查的。

以上七类事情基本上就是我本次寒假在极乐市人民检察院实

习过程中遇过并办过的事情。由于我在检察院实习的时间不是很长，因此上面这些只是*很琐碎很表面的事情。但是不可否认的是，即使如此，我还是从本次寒假的实习的过程中学到很多与法律有关的知识，积累了不少的经验。我相信这是一笔财富，它们将对我以后的生活与学习起到重要的作用。在此，我再次感谢学院、唐老师及极乐市人民检察院。