

# 2023年大学生暑期社会实践活动报告 大学生社会实践活动报告(大全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。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇一

伴随着炎炎夏日，似火骄阳，一年一度的暑假已经起航。很荣幸，我们能够报名并且取得名额参与到鲍集农支行的大学生暑期实践工作上来，大家都是怀着激动和兴奋的心情聚集在这里，翘首期盼一次新的体验与收获！

我们是朝气蓬勃的当代青年大学生，是建设祖国的生力军。我们有责任和义务积极主动地参与到社会实践中来，实现学有所用，回馈社会，服务人民的最终目标。

社会是一个广阔的人生大舞台，社会实践为我们搭建了走向这个舞台的有力桥梁。利用假期，参与到社会实践中去，不仅丰富了我们的假期生活，而且锻炼了我们的社会实践能力，帮助我们尽早适应社会，更好地服务社会、服务人民。

而这次的暑期实践活动，就是将我们的所学转化为所用，更进一步的回馈到社会中去，

我们这次的暑期实践的内容是下到农村采集挨家挨户信息，听上去似乎很简单，但是只有自己亲身体会了才知道，烈日当头，挨家挨户在农村采集的不易。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇二

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为21世纪大学生，有着较高的文化素质，应当积极参加劳动，大学生社区服务活动社会实践报告范文。以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣。

张瑞敏曾说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”劳动改造人。通过这次社区服务劳动，我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了，改变自己。劳动中，我知道了许多自己的不足之处。

平时，在家的时候爸爸妈妈都把我们当宝一样的伺候，这次我们算是亲身实践了，而且我们都努力的去做了。我们做了将近半天的活，包括拖地、扫地、擦窗等。最后当事情全部完成的时候，我们松了一口气，嘴角露出一丝笑意。刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜，心里会很幸福高兴。

我感触深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。工作也一样“一分耕耘，一分收获。”

只有自己体验了才会知道。自己付出了多少，就得到多少回报。只有认真做了，才能有所得。认真学习了，会有好成绩；认真工作了，会有成果。通过自己的努力付出，不管结果如何，那个过程自己肯定是受益的。这次劳动并不是很难，想想父母每天都要工作，辛苦挣钱供我们读书，而我们只要坐在教室里学习，没有负担，我们没有理由不认真学习。

我们应该珍惜眼前的生活，想到父母小时候连吃都吃不饱，更别说读书，比起父母来，我们幸福多了。或许赚钱这么辛苦，甚至比这样更辛苦。一想到父母，我真的觉得好愧疚。

因此，我在心底暗暗的下决心，以后一定要让父母过上幸福快乐的日子。让父母以我为骄傲。

从这次劳动中，我还明白了我们应该尊重和珍惜他人的劳动成果。这样的一次劳动对我的身心都起到了积极的作用，我想不管以后从事什么样的工作都得认真负责，以主人翁的态度来对待，这样所得到的和所收获的经验 and 价值是值得学习和珍藏一辈子的。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇三

整天在超市辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好无耐啊！不管你喜不喜欢，都要面对。社会的规则就是这样的，挣钱更是不容易。

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！

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，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们去调整自己的心态，在一个最佳的状态下，才能很好的工作，吸取经验。而这些经验需要日积月累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。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。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。当你在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你毫无阻碍和人沟通就是你自信的表现，当你没有足够的自信心，你根本就不能很流畅的和他人交流。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，所以没有必要感到自卑。你的自信有时能够感染其他的工作伙伴。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇四

为响应xx科技大学团委□xx大学xxx学院共青团和学生会的号召，我们积极组建了“环境污染调查队”，于20xx-寒假在xx省xx市对环境污染展开调查。

活动开展前，我们进行了充分的准备和讨论，最后得出结论：污染分为两种：工业污染(主要)、居民污染(次要)。

调查地点□xx市xx镇--工业区。

调查方式：从水、土、空气、生态以及向附近居民询问。

在我们前往了xx市xx镇--工业区的路上，迎面而来就是因工厂而产生的粉尘，扑鼻而来的是阵阵酸臭味，真是让人作呕不知道这里的居民是如何生活下去的。工业区有化肥厂，板厂，砖厂，酒精厂，化肥厂，电池厂，电厂，皮毛厂，机械厂，铝合金厂，三轮车厂，药厂等等。数十个厂聚集在此，是啊，它是给xx带来了丰厚的收入，使这里的人们有了工作，可是却忽略它们带来的污染，不是看不到，而是“袋鼠心理”假装看不到。虽然在这里我们可以看到“不以破坏环境作为发展经济的代价”的宣传标语，在网上可以看到他们对

环境经济双发展的规划，可现实中却并非如此。满天飞的烟尘，刺鼻的气味，灰色的天空就是最好的证明。这里有太多的烟囱，整天往外排放着工业废气，尤其是酒精厂、药厂排放的最为刺鼻；烧煤厂矿产生的粉尘最多，连马路边的树叶都被粉尘覆盖了。据统计，这里一直高居重度污染，直到下雪才转为良，可雪停后，污染指数又迅速恢复到了重度污染。

再来看看工厂排放的污水吧，按理说每个工厂应该都有污水处理系统而且在网上可以查到相关部门检查的结果均为合格，可是我们看到的却是黄褐色或者说红褐色般的水，而且还泛着刺鼻的气味。这样的水却日日夜夜的通到了黄河中。难道xx就没有环保局吗？当地居民说，一听说有人检查，工厂就启用设备处理污水，但由于成本问题，工厂一般都不用的，这里的水中某些元素严重超标，空气质量中也经常有酸臭味，不能起风，否则真的要戴防毒面具了，因此这里的脑血栓等疾病的发病率极高，政府部门虽承诺搬迁都好多年了，但迟迟不见动静，有条件的人能搬走的都走了，剩下的只好在这住下去。我在网上也看到很多关于xx市污染的报道，但都没有引起政府部门的重视，人民群众的反馈没有起到任何作用。

再来说说居民生活产生的`污染，一般也就是垃圾和污水。垃圾堆到处可见，有的堆的有二层小楼那么高，但没人知道接下来该怎么处理，有的人是直接把它点了，但因为塑料等物品，产生了难闻的烟。居民污水与工业污水相比真的算不了什么，但也需要引起人们的注意啊□xx市其他各镇因少有工厂，倒也有大面积的田地，葱郁的树林，成群的鸟儿。而xx镇虽然离黄河最近，却由于大肆修建工厂，占据了大量土地，这里没有大面积的田地，只有披了一层灰的树，很难看到成群的鸟儿，工厂与居民村庄也仅仅是一步之遥。

通过这次社会实践调查，锻炼了我们团队合作的精神，还让我们看到了环境污染问题的严重性。保护环境刻不容缓，希望通过这次活动可以引起人们的深思，引起相关部门的反思，

引起政府的重视。总之，希望大家可以一起参与到保护环境的队伍中来，保护环境，保护我们共同的家园！

## 大学生暑期社会实践活动报告篇五

在学校的时候，我期盼着早日完成学业，走进社会，以为这样就不用每天对着课本，不用为天天看书而烦恼，不用为考试而担心，可以告别简单而重复的校园，多姿多彩的生活等着我们呢！肯定会轻松有趣多了，可如今真正的工作了，才深深地体会到它并不是想象中那么美好，现实社会比起校园生活那真是复杂多了，因为有了这个比较，我才发现学校的生活是那么的美好，同学间的友情是那么可贵，学习生涯是那么的令人回味呀！到了单位才知道自己知识的浅薄，与人相处也不知所措，领导和同事安排的工作也不太会，都在边学边干。觉得自己不会的东西太多，也由此感到非常紧迫。下面是我在社会实践期间的工作情况：

我在社会实践期内主要做的是文秘工作。在这一过程中，我采用了看、问、学等方式，首先我跟师傅后面看师傅怎么做有空就模仿一下，遇到问题就及时向师傅请教，在工作中遇到的困难回来查阅相关资料，补充知识进行学习，初步了解了公司文秘工作的基本流程，拓展了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了一定的基础，从个人方面说，严谨的工作态度，专业知识对工作的重要性，良好的人际关系将会影响我们的职业生涯。这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将首先在报告中首先讲述我在社会实践期间积累的这方面的认识和经验。

第二、前与后。秘书是领导的参谋助手，其主要职责是为领导服务。为此，就要做到前与后的协调统一。所谓前，就是对与领导有关的工作要超前考虑、提前完成，留有一定的提前量。这其中包括两方面含义：一是领导布置的工作要赶在领导规定的时间之前完成，以给领导一个缓冲的时间；二是领导尚未布置但根据自己判断即将要开展的工作，要超前谋

划，想在领导前面，走在领导前面。

知道秘书的职责是协助上司做好工作，在公司里，我们要始终保持精神饱满，以充沛的精力和自信去迎接各种挑战。犹豫不决和拖沓的工作作风是应该坚决反对的。即使是常规的机械的事务性工作，也应该一丝不苟、兢兢业业地做好。我们每天都要设法创造一种良好的形象，面带真诚的微笑，专心细致的工作。

无论在任何部门工作，人际关系都非常重要。秘书每天都要和上司、同事、来宾、下属等接触和打交道，因此必须乐业敬群，以优雅的举止谈吐和高素质的涵养创造良好的人际关系，增进公司内部的团结，提高公司外部的形象。从这个意义上说，秘书应当是一位非常出色的公关人员。

在一些公司里，秘书还兼做接待员。客户往往是通过秘书的接待获得公司的第一印象。因此其服饰、打扮、行为举止直接关系到公司的形象。即使不做接待员，秘书也不可避免地要同公司内外各种人接触，为此个人形象十分重要。衣着整洁、得体、切勿浓妆艳沫，衣服、鞋子必须干净，头发要梳理整齐，仪态要自然大方，态度和蔼，时时处处表现出文雅的谈吐和风度。。我的工作不多，就是接听电话、打印文件、收发传真等。做这些工作，我也会遇到一些问题不懂如何去处理，碰到这种情况，刚开始时确实给我的工作造成一定的被动，因为我想请教领导又怕他们觉得我麻烦，但后来我意识到这样下去是不行的，同时我开始明白：不耻下问不单在学习要做到，在工作中也应该如此；于是我便大胆请教领导和同事，通过他们的指点，我在工作方式、方法上都有了很大的提高，最后把所学的专业知识灵活地运用到实际工作中，从而顺利地完成各项工作任务。这其中我也并学会了如何待人接物。

1、打好基础非常重要；因为基础知识是工作的前提。

2、实际工作与书本知识是有一定距离的，需要在工作不断地学习。即使毕业后所从事的工作与所学的专业对应，仍会在工作中碰到许多专业知识中没有的新知识，所以要想胜任工作，必须边工作边学习，通过不断的学习获取更多新的知识。

3、要有拼搏的精神。人生的道路有起有伏，犹如运动比赛，有开心，有失意，要经得起考验，需要不断的拼搏。

毕业社会实践的结束，意味着大专生活也将结束。在此，非常感谢学校和社会实践单位给予我社会实践的机会。通过社会实践，让我看清自己需要什么，同时也让我吸取了许多工作和社会经验，这将对我以后踏足社会，谋生立业有很好的借鉴和帮助作用。今后，我会带着这些宝贵的经验，在人生的旅途中勇往直前，迎接新的挑战。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇六

一转眼，参加残联的爱心活动已经圆满结束了。还记得刚入校时一直幻想着丰富的义工活动。自认为有爱心就好，能吃苦就好，能坚持就好。就在这几天的活动中，终于让我们这些刚入校的大学生明白了应该怎样做好一名志愿者，也就是这几天，就改变了我们的很多想法。首先，做义工不单单是一个体力活，能干就好，他需要我们有一定的专业知识和技能，事先要做一系列的准备。刚参加残联的活动时，我们是不了解残联的工作的，更不了解残联的小朋友们，也就更谈不上技巧了。其次，我们的准备不足，没有考虑太多情况，以至于有些措手不及，很难和小朋友愉快沟通，让他们开心微笑。最后，我觉得我们组织的太过匆忙，没有很好的内部沟通。例如，没有提前分组，让组员事先了解熟悉，分工协作。同时任务和目的太粗糙，不够简单明了。最后就是没有相互之间的学习交流。但是，不管怎么说，残联的小朋友们实在很可爱，大家也都很用心，这真的很好。还要感谢一下残联的老师们，你们帮了我们很多，感谢你们。最后，我谨代表我自己谈一下看法，残联的小朋友是有缺陷的，是和其



他小朋友不一样的，所以就需要我们更加有耐心，不应该在他们面前说一些成人化的话。我想我们以后会注意的，也会做的更好。

在现在的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有不断的学习才行，这一点是主点，能够在活动中得出这来，对于我来说，活动是下次的成功的道路，没有活动就没有机会，在活动中可以会有许多的机会，而这机会也是自己日后成功道路的石子。三下乡是一段路，时而坎坷，时而沿途风景独好。她告诉了我，没有一个人的前进道路是平平稳稳的，即使是河中穿梭航行自如的船只也难免颠簸，因此生活受伤难免，失败跌倒错过并不可怕，可怕的是因此而一蹶不振，失去了人生的方向。只要你没有因此失去方向，你就会欣赏到独特的风景。

为期一周的暑期三下乡社会实践活动已经落下了帷幕，我们的三下乡暑期社会实践服务队按照“受教育，长才干，作贡献”的指导思想，认真，扎实，深入地开展活动并在活动中学知识、学做人、学做事，培养团队精神，加强适应社会的能力。做到服务社会、争取实效、锻炼自我、共享双赢，在求真务实的实践中牢固树立勤于学习，勇于实践的河南城建学院学子新形象。回顾那些难忘的日子，我感慨良多，在活动期间并非一帆风顺，陌生的环境及地形、七月份酷热的天气、遇到的一些不支持或不理解我们活动的人，这些都给我们的活动造成了影响，但是我们的队员都坚持不懈，将其一一突破。三下乡，它留给我们的不只是感动，更是成长，让我们变得更加勇敢自信，意气风发的我们经历了三下乡社会实践的洗礼，已经不再是两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书的象牙塔中的书呆子，拥有绚丽年华的我们在走出校园，踏上社会时仍能交上一份满意的答卷。

总之，这个暑假的社会实践是丰富而有意义的，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清楚的，

因为这是一种实实在在的收获。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富！

## 大学生暑期社会实践活动报告篇七

(2)目的：通过社会实践，增加我们大学生接触社会，走向社会，培养工作能力，以及完善思想道德、增强社会责任感。

(3)实践时间：2012年7月23日—8月5日

(4)实践地点□xx县

(5)实践单位和部门□xx县xx镇xx社区

(6)实践内容：

“艰辛如人生，实践长才干”，作为大学生，我们最终要走入社会，融入社会。2012年7月23日—8月5日是我第一次参加大学生暑期社会实践活动。第一次参加社会实践，我明白了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。通过参加实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想和认识。

二个星期的社区社会实践，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各年龄段人的感情，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野，增长才干，进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大教堂，在那个广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，让我从实践中得到锻炼。

我实践的xx社区是xx镇xx社区，隶属xx镇管辖，地处xx县城中心，占地0.8平方公里，共有居民2535户7335人。社区工作人员21名。

在我报到的第一天社区书记高杰就告诉我：社区最主要的工作就是在党和政府的领导下，依靠社区力量，利用社会资源，强化社区功能，解决社区居民问题，为社区居民提供各方面的服务，组织社区居民开展各种社会活动，促进社区协调和健康发展，不断提高社区居民的生活水平和生活质量。

xx说：社区工作者要有一定的社会责任感，社区工作者的宗旨和目标是帮助社区居民解决社会问题，很多社区居民都是社会的弱势群体，他们没有工作，生活来源困难，是靠政府救济、享受低保解决生活的，如果社区工作者没有一种崇高的理想，务实的工作精神和方法，就不能满足他们的需要，所以社区工作者要有服务居民，贡献社会的意识和社会责任感。xx还说，作为社区工作者要有平民意识，要把自己置身于社区居民一员才能体会和理解居民需要，充分尊重每一个社区居民的人格和平等权利，帮助他们解决最关键的问题。

她还说作为社区干部还要有一定沟通技巧，社区工作及要与社区居民打交道，还要经常与辖区单位联系，充分发挥辖区单位的作用，才能更好的为居民服务。社区工作面对的是不同年龄、性格的各式各样居民，要运用自己的知识技巧，建立信任关系，通过相互的沟通和合作，了解自己扮演的角色，最终达到自己解决问题的目的。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇八

大学生参加社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，那大学生的社会实践报告应该如何写呢？下面小编就和大家分享大学生社会实践报告1500字，来欣赏一下吧。

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个暑假里，我希望能与以往有所不同。我要自己找工作，自己上班，自己实践，一切都靠自己，我不想总当

温室中的花朵，被别人保护着，我要独立。

这是一种磨练，对我来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。而且能在社会上实践所学，这才是教育的目的。

这次实践是在饭店做服务员，只有我一人，实践的时间是从x月x日到x月x日为期一个月，主要内容有刷盘子、点菜、上菜、收拾餐具、摘菜、洗菜、拖地等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

我能找到这份工作完全是凭运气撞的。正在我准备打包回家时，意外的碰到了我们的老板——一位可亲的阿姨，是她给了我这次实践的机会，而且对我照顾有加，我真的很感谢她。

刚开始工作时，那真叫一个乱啊。自己什么都不会，什么都做不好，每次手忙脚乱的忙半天，却总是做不对。和我一起工作的有个比我小四岁的小姑娘，她做的是那样井井有条，我都怀疑自己这二十多年白活了，竟然连简单的刷碗拖地都做不好。好在，这里的人都很好，慢慢教，我也算虚心求教，经过几天的学习，我慢慢适应了。

不过在这里还是很开心的。首先，这里有一帮和我同龄的年轻人，我们在一起工作，没事时还可以聊会天，大家相处的很好。其次，在这里我也算接触过一些人，形形色色，上至唐山市教育局局长、唐海市税务局局长，下至普通食客以及民工等，和他们打交道也很锻炼人啊。还有，我们这里有一位好老板，她待我们真是没的挑，有时感觉她象我妈妈似的，好喜欢她。

这次实践，我只是想接触一下人们口中总提到的社会，总说大学生接触不到社会，我想自己体验一下社会到底是什么样子，一个月下来，还是有所收获。

1、在社会上要善于与别人沟通。经过这一个月的工作实践让我认识很多人，也让我了解到与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前，我与别人对话时不会随机应变，总是想说什么就说，谈话时从不注意别人的想法，这是很让别人讨厌的。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。

2、在社会上工作要有自信。我刚工作时，总认为自己什么都做不好，就养成了不耻下问的习惯，干什么都好，一开始大家还有耐心。然而当我慢慢熟悉后，还是改不了这个习惯，大家边有点烦了。后来，同事说“你能不能有点自信，自己作主啊”，我才意识到，这是缺乏自信的表现。在以后的工作中我尽量自己作主，让自己有点自信。不论你以后做什么工作，肯定会又要自己做主的时候，所以，自信一点，自己作主。

3、工作中也充满学习的机会。像我在饭店工作，那的厨师很好，我站在旁边，他还教我炒菜呢。虽然学生不是太好，但也还是受了点熏陶，回家后妈妈还夸我做菜好吃呢。还有，我也经常和同事说我们学的东西，讨论我们都看过的书，很有意思。其实，生活中，工作中，到处都是学习的机会，只要肯抓住，不一定要在学校学习。

在实践中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

通过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬

本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的暑假过得有意义。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得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，让自己能早点融入社会，这个每个人都必须面对的问题。

回到家感觉好亲切，好想和以前一样轻轻松松过个好年，一直宅在家里。但这样自己不是太颓废了。我忽然想起有个社会实践的任务，便开始联系我以前的高中同学一起去打工，以便丰富寒假生活，体验爸妈赚钱的辛苦和提高自己的实际动手能。当我告诉父母说要去打工时，他们都感到不妥：这大寒假的，天气又不好，再说没几天就过年啦。况且我还没在家呆几天又要出门打工，大过年的一个人出去打工？人家都往回赶我却要往外走肯定不好，厂家指不定送去的也不一定非要。我也没想到自己在他们眼中居然是这个样子。

“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。这次寒假。其实学校要求我们参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心，于是我才决定今年要真正的去接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。

经过几天的奔波，在朋友的介绍下到了一家足浴中心当服务员，包吃包住的。我没住在店里，但午饭和夜宵是在店里吃的。每天跟同事换日夜班。早上11点半上班下午4点半下班休息2小时，再接着上到晚11点半下班(这是白班的安排)。晚班则是下午4点半上班到凌晨1点半下班。挺累的一活。为了做好工作，我让足浴店的老板给我做了简单的上岗培训，老板给我讲了许多关于服务方面的方法。随着工作的时日过去，我才觉连一个简单的“站”字都有如此大的学问和困难，每一个弧度的微笑都有其独到的韵味，每一天面对形形色色的

顾客，学会了亲切和甜美的微笑是财富中的财富。还有那句“简单的欢迎光临浅水湾”，说一天就会让你口干头疼，最难搞定的事要用很好的机智让顾客只在美食大厅品尝美食，不要让其拿到足浴房去品尝。好多顾客都不会注意到美食边上那块菜单式的“仅限此处品尝”的牌子。所以老要跟顾客拥友好的智慧的方法去说明，可有几个难缠点的或醉酒的顾客就不会这么乖了。所以这就需要一份技巧了。每当付之顾客一份微笑就会收获心灵与物质的财富，然而更主要的是顾客离店时那份满意的微笑弧度才是最宝贵的收获。

现在，我还记得和同事一起吃饭的情景，还记得和同事们在员工休息室里一起聊天，一起打牌的情景，还有我们店里的那个重庆厨师，总会留好吃的菜给我，说我是新来的，又是大学生，是个好女孩。还有那个保安也是一个挺好的人，老说我是个小丫头，怎么看都不像大学生，总在下班时啰嗦着要我回家小心点。还有那个打扫卫生的老阿姨也总爱和我说他家里的孩子，总爱分我吃水果。。。。虽然在我的同事眼里，我就一丫头片子，可我还时很感谢他们对我的照顾。在工作之后，我也明白了许多：在日常的工作中上级领导的指正、关怀，当然被上级责备也是我这个下级不可避免的。虽然工作单调辛苦，但这也给我上了宝贵的一课。我印象最深的使我们经理对我说的话，经理是个很好的人，但他只有初中文凭，他现有的地位完全是靠他自己的努力来的。他上班时常来视查，（老板几乎不来，因为他的店是全国连锁的，他不会来，每一个分店都交由他的一些经理来打理。）对工作和服务都抓的很紧。但他也会在员工休息时间来员工休息室和我们唠嗑。他说我们大学生很多都好高骛远，一来就要当高官，说什么自己文凭高。其实做人做事都一样，不能操之过急，要脚踏实地一步步来。如果你真有能力老板自然会发现你。他还说他自己刚来店里时也只不过是一个小小的服务员。他也是从服务员到领班再到主管然后才做到今天的经理的。只有当过服务员的经理才会明白和理解下级服务员的心理，才能更好地带领和管理好他们。这次实践还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，那么你一定不会交到很多朋友。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，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。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，短短几天的打工生活，时间虽然不长，也没多少工资，但我收获还是蛮大的。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。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，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假打工。寒假虽然只有短短的1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。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。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。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次工作虽然早已结束，但它给我们留下了许多思考，使我们这些“读圣贤书”的人也开始关心“窗外事”。它时时刻刻提醒我们，我们国家还存在着许许多多这样或那样问题，经济还不够发达，政治体制还不够健全，非常需要我们这些大学生为祖国的繁荣昌盛，为人民生活水平的整体提高，为经济的快速发展，尽自己应尽的一份力，作出自己应做的一份贡献！坚持学习书本知识与投身社会实践的统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准。到祖国最需要的地方磨练意志，砥砺品格，把学得的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才。

x假到了。我们终于可以快乐过一个美妙的假期了。可是，我们怎么才能过一个健康快乐的x假呢？在注重素质教育的今天，假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。所以今年过年，为了锻炼自己的自主创新能力和实践能力，同时培养自己的吃苦耐劳

精神，弘扬中华传统美德，不断提高自己的综合能力与素质，使自己的大学生生活更加充实而精彩，因此，在大学第二个x假期间进行了一系列社会实践活动，其中最有感触的就是在面包店里卖面包的这份工作。特有如下心得体会与感悟。

### 一、实践目的：

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。

### 二、实践内容：

通过在店内以零工的形式锻炼自己的能力，体会社会事务，工作辛劳。

### 三、实践结果：

通过在店内工作的将近一个月时间，不仅通过自己的双手赚到了来之不易的工资，更通过这次实践，亲身体会到了父母工作的辛苦，收获了许多在学校里没体会到的酸甜苦辣，增长了自己的社会经验，获益匪浅。

### 四、实践总结与体会：

1. 挣钱的辛苦。每天辛辛苦苦重复同样的工作，小心翼翼的进行日常工作，才可以得到工资，这次的体验确实让我真真切切感受到父母的钱来之不易，一分一厘都来自于没日没夜的辛勤工作，挣钱确实是个很艰难的过程，需要全心全意的付出。

2. 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。

3. 具备随机应变的能力。要具备随机应变的能力是因为在销售的过程中，总会遇到各种千奇百怪的人和事，如果没有随机应变的能力，只懂得拘泥于一般的原则而不懂得变通，有可能导致交易失败甚至给自己带来不必要的麻烦。因此，一定要有随机应变的能力。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇九

实践地点： 咸阳北路敬老院

实践时间： 20\_\_ . 11. 25

实践成员:黄楠楠廖倩倩 安妮 黄铃 李凯丽 栗杉 张晓萌 崔铮

实践背景：尊老爱幼是中华民族的传统美德，为进一步加强和改进大学生的此种思想道德教育建设，弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德，努力营造社会和谐的良好氛围，让大学生们以实际行动为老人家送温暖、献爱心，为创建全国文明城市贡献青春力量。尊老敬老是中华民族几千年来来的良好传统，

作为炎黄子孙，我们更应该爱老，发扬老祖先的良好传统。爱老敬老是中华民族的传统，让我们学会爱老敬老。

去敬老院慰问主要原因是关心老人还是应该从身边做起，我们身边就有老人，在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。

前期准备：同院青协一起与敬老院院长取得联系，在得到院长和倾斜负责人的答应后，我们开始预备关爱活动的细节。在活动前一天晚，我们小组讨论集合时间并说明往敬老院的留意事项。

实践内容及感受：

我们八人组每个人都有自己的任务所以每个人也都有不一样的经历与感受。

八人组之安妮：早上天气不错，我们八人组一同前往咸阳北路敬老院，我们怀着很兴奋的心情一路直奔目的地。令我们很意外的是几个老人知道有几个大学生要来看望他们，而且特别开心的招待我们，这样的事情令我们受宠若惊。

后来，我们又和老人们聊天，从这些聊天中，我有很多感触。通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。

老人们也分享了他们生活中的一些趣事以及他们美好的往事，我们有说有笑，个个都很开心，每个人脸上都挂满笑容，这个场景很美好，值得我一生去回忆。

老人们都出来散步和锻炼身体，. 敬老院有个很大的院子, 里面有很多锻炼身体用的运动器械. 有相当多的老人们在散步和锻炼身体, 看见我们来了, 就和我们一起玩些小游戏, 虽然他们年纪比较大, 但是他们还是有一颗童心, 每个老人都玩的非常开心, 看到他们的笑容, 我们感觉更开心。

我在某个敬老院的墙壁上有这样一段话：孩子!当你还很小的时候，我花了很多时间，教你慢慢用汤匙、用筷子吃东西。教你系鞋带、扣扣子、溜滑梯、教你穿衣服、梳头发、拧鼻涕。这些和你在一起的点点滴滴，是多么的令我怀念不已。所以，当我想不起来，接不上话时，请给我一点时间，等我一下，让我再想一想……极可能最后连要说什么，我也一并忘记。孩子!你忘记我们练习了好几百回，才学会的第一首娃娃歌吗?是否还记得每天总要我绞尽脑汁，去回答不知道你从哪里冒出来的吗?所以，当我重复又重复说着老掉牙的故事，哼着我孩提时代的儿歌时，体谅我。让我继续沉醉在这些回忆中吧!切望你，也能陪着我闲话家常吧!孩子，现在我常忘了扣扣子、系鞋带。吃饭时，会弄脏衣服，梳头发时手还会不停的抖，不要催促我，要对我多一点耐心和温柔，只要有你在一起，就会有很多的温暖涌上心头。孩子!如今，我的脚站也站不稳，走也走不动。所以，请你紧紧的握着我的手，陪着我，慢慢的。就像当年一样，我带着你一步一步地走。若为人子女也不懂得如何体谅他们，那他们便只能于痛苦中渡过余生，黑暗中逝去……我想，只要我们在自己的人生中付出过，努力过，无论成败，我们都已拥有了自己一段美好的回忆。我们没有好遗憾的了。现在我可以想象，那时候的我们是否也会像今天老人院中的老人那样知天达命呢?一定会的。

通过这次跟老人们的聊天，使我们明白了很多，明白到他们

过去的经历，明白他们的辛劳，明白他们对他们儿女的记盼，更明白他们对我们的希望，也知道了他们内心的一些感受。

通过今天的实践，我懂得了很多，我希望以后有更多这样的机会，这也让我想到了我的家人，以前的我有很多不懂事的地方，在家里，爸爸妈妈把我当宝一样宠着，什么事也不让我做，深不知他们累了一天回家来还要奉承我们，只考虑到自己的快乐，自己一时的舒服，却从来就没想过他们的辛苦，想到以前真的觉得自己很对不起他们，自己也已经不小了，也应该懂得如何去承担，如何去分担他们的忧愁了，我们应该让父母感到我们长大了，让他们对我们放心，让他们为我们自豪。总之，这次感触很多。

这次社会实践给了我一次很好的社会生活体验机会，让我看到了孤寡老人的孤独和社会对他们照顾的不够。增强了我的社会责任感，身为一个大学生不仅要有努力学习,好好工作的决心,更要有为社会,为祖国分担压力的行为。同时这次社会实践也让我品尝到了帮助别人所获得的乐趣。

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。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。

## 大学生暑期社会实践活动报告篇十

摘要：1. 此次活动我为发起人和策划人，协办人为我的中学同学—其他几所大学的大学生，爱心捐书活动社会实践报告范文。

2. 活动时间为7月16日至7月26日的11天，包括前期策划书的撰写，联系社区单位寻求帮助，联系活动协办人以及正式捐书活动。

3. 活动获得了社区群众捐赠的近200本旧书，部分送给社区家庭贫困的学生，剩下一部分用于补充社区公共图书馆。

4. 这次活动帮助了贫困家庭，丰富了社区藏书，促进了社区和谐，而我也从这次活动中学到了许多宝贵的经验，思想得到进一步提升，个人能力也有所加强。

5. 由于是第一次策划发起这样的活动，没有任何经验的我走了一些弯路也遇到一些困难，但在同学朋友(活动协办人)的帮助下，活动比较成功的结束了。

内容实践，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，实习报告《爱心捐书活动社会实践报告范文》。

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。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。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，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。在暑假前拿到社会实践表格时，我就萌发了策划一场爱心捐书活动的想法，那时我信心十足，觉得这只是一场小小的捐书活动，程序再简单不过了，写策划书时我想到在我生活的城南社区中，仍有部分家庭生活贫困中，这些家庭的孩子正忍受着物质和精神财富的双重匮乏，把书捐给他们，从身边小小的爱心活动做起，同样可以带给人们温暖。

确定了活动主题和目的后，我开始联系中学同学，因为我从未搞过社会实践活动，没有这类的活动经验。我联系了十几个分别在不同大学读书的同学，他们欣然表示协助我，并给了我很多有益的建议和意见。他们的话语让正在迷茫中不知所措的我有了很多信心和勇气，而他们告诉我的很多实践活动经验，注意事项也在一定程度上避免了我再走更多弯路。

活动策划书几经修改，前后共写了四份才敲定了比较满意的一份。当我拿着策划书去居委会盖章，遇到种种困难。那时的我真的心急如焚，几乎想放弃了，没想到一个看似简单的活动，它的准备工作却是如此繁琐而累人，方方面面可能出现的状况都要考虑到。

我终于在7月6日那天盖到了同意活动的章，同时，居委会主动表示向我们提供活动所需的长桌、椅子等物品，并会在活动结束后负责将得来的旧书分送给社区家庭贫困的学生，解决了所有我们担心的问题。“万事具备，只欠海报”，由于第二天就要正式举行捐书活动了，25号下午我抱着两摞海报纸去同学家，从来没有过出海报经验的我们俩折腾了整整一



个下午才终于出好了两张海报。

7月26日活动当日，除了我之外来自那七所大学的我的十名同学过来协助现场活动，其中四名男生，六名女生；活动正式开始的时间是上午九点半，但我们从八点半就到达了活动现场——我们城南新村中心晨练中心的大转盘。男生负责去居委会搬长桌和椅子，我们女生则在现场张贴海报，进行活动前的宣传。九点半活动正式开始后，忽然有城管人员过来，我们拿出居委会盖了同意印章的策划书给他看，他才没说什么，转身走了。我们在放心之余又学到一些活动经验，那就是活动一定要得到相关部门的书面同意，比如盖章什么的，否则随时都有可能被当作非法活动处理掉。

那天驻足的群众很多，但很多人竟把我们当成是大学生卖旧书的活动，我们仔细看了一下海报，才发现海报上忘了把最重要的活动信息“捐赠旧书”写上去，真是忙中出错。修改海报肯定是来不及了，结果那天我们十个人站在活动现场口干舌燥的向每一个前来询问的居民一遍遍解释，一直到下午一点半，心里直犯晕。

那天我们收到近200本捐赠的旧书，虽然数量不多，但活动过程中发生了一些令我印象深刻的事：年龄最小的捐赠者是一个三岁的小男孩，由他八岁的表姐领过来，当他很郑重的把一本连环画交到我们手中时，他脸上那认真而自豪的表情让我们无比感动；还有一个三十多岁的年轻妈妈，一下子捐了三十几本书，我们恳请她留下姓名时，她只是摆摆手微笑着走了……很多很多事情，现在一想起来我的心里还是暖暖的。