

2023年寒假社会实践报告大学生(汇总8篇)

报告是一种常见的书面形式，用于传达信息、分析问题和提出建议。它在各个领域都有广泛的应用，包括学术研究、商业管理、政府机构等。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

寒假社会实践报告大学生篇一

寒假时光过得真快，在我们还沉浸在春节的欢乐之中，寒假就即将结束了。现在对我在寒假社会实践的情况报告如下：

1、实践目的及意义

(1) 大学生寒假社会实践是促进大学生素质发展，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，是大学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、协作精神、实践能力和社会交往能力的重要途径。参与大学生社会实践是社会及学校对受教育者素质提高的高度重视，对于培养德智体等全面发展的社会主义事业的建设者和接班人具有极其重要的意义。

(2) 组织大学生以深入社会实际，了解社会生活，参与社会实践锻炼为主要内容，以参观访问、社会调查、社会服务、社会公益劳动、专业生产实践为主要形式的社会实践活动，是进行素质教育的有效途径，具有课堂教学所不可替代的教育作用。大学生社会实践是坚定信念的“催化剂”：它对于帮助大学生确立正确的政治方向，树立科学的世界观人生观和价值观，形成良好的道德品质起着重要的导向作用。课堂教学中传授的知识，能否转化为学生觉悟，外化为学生行为，关键是让学生深入实际，在社会实践中去比较、去检验，并

强烈地感受到“内化”与“外化”的必要性。

社会实践是培养兴趣、发挥特长的“平台”，培养学生的正当的爱好和志趣，丰富发展学生的个性特长的一个积极能动的过程，结合社会热点，广泛接触社会同时社会实践也是学生能力的“培育场”。学生充分运用所学知识观察、分析、解决实际问题的能力。

1、实践情况及安排

(1) 实践流程：实践时间□20xx年xx月xx号——xx号。

实践地点□xx市xx生活用品厂

1、实践分析

(1) 作为一名大学生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇，在这第一个大学寒假期间，我希望能与以往有所不同，为此我积极响应这次的社会实践活动。这是一种磨练，感谢学校为我们提供了一个社会实践的平台。在此次实践过程中，我收获了不少，现举例如下：

1) 在社会上要善于与别人沟通经过一段时间的实践工作，我认识和接触了很多人，如何与别人沟通好，这门技术是需要长时间的练习的。人在社会中融入社会这个团体中，人与人之间合力做事，使其做事的过程中更加融洽。别人给的意见，我们要听取，耐心，虚心的接受。

2) 在社会实践中以及以后的工作总要有自信自信不是麻木的自夸，二是对自己能力的一种肯定，要克服自己胆怯的心态，正如某名人所说“勇气通往天堂，胆怯通往地狱”。

3) 在工作中要不断地丰富自己，知识犹如人体血液。

当然在此次实践过程中，我也发现了一些自身存在的问题：交际能力欠缺，缺乏社会经验。这些我都会逐一突破，取长补短，总结经验。

1、实践体会

(1) 时间飞快，从指缝间溜过，不知不觉我在xx市xx生活用品厂已经实践了长达8天的时间。在这漫长而又短暂的8天中，我度过了属于我自己的记忆的经历。从起初的战战兢兢，懵懂不知，到现在的对自己充满信心和憧憬，我觉得我已经跨越了一道看似很深的鸿沟，克服了这个障碍，我个人觉得这是我在这8天的实践过程中的收获和突破。

在这几天之中，我不仅下过车间，和工作人员们打成一片，帮助他们做些力所能及的事情，加快他们工作的进度，虽然很苦很累，到了第二天手臂很酸很累，但是我觉得这没什么，我们不应该自恃是大学生，认为那些话苦活累活就不应该去触碰，这种思想应该及早杜绝。我还帮助经理公布产品信息，认真核对产品详细介绍，初步了解了公司在网上的运行情况，对公司的运作流程有了认知。我觉得新时期的人才不仅能吃苦耐劳，不怕苦不怕累，更能要充分运用自己所学的知识，运用到实际问题中解决面前的问题。

虽然在这漫长的摸索过程中，有好多次碰壁，偶尔会感到灰心觉得自己胜任不了，想打退堂鼓，但是阳光总在风雨后，我坚信付出总是有回报的，秉持着这个信念，我坚持了。遇到问题首先自己分析，再寻找解决的方法；遇到不是很明白的地方会细心的咨询其他工作人员；学会了如何处理人与人之间的关系，善于调解，同时善于安慰自己。

我深刻体会到了开展大学生社会实践活动的内涵和必要性，它不仅组织大学生以深入社会实际，了解社会生活，参与社会实践锻炼为主要内容而且对于帮助大学生确立正确的政治方向，树立科学的世界观人生观和价值观，形成良好的道德

品质起着重要的导向作用。总之一句话“实践出真知”，只有实践了体会了努力了付出了受挫了你才感觉到“柳暗花明又一村”，有种拨开云雾见青天的豁然开朗的体会。在与经理和外商沟通洽谈的过程中，我体会到了运用自己专用知识的好处，同时又感到了自己能力缺乏的隐患，这更加深了我要努力学习，学以致用信念。

我以“善用专业知识增加社会经验提高实践能力丰富寒假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会了解社会，从社会实践中检验自我。

寒假社会实践报告大学生篇二

20xx年大学生寒假社会实践报告范文一：

在改革开放的春风下，农村、农业、农民的问题也越来越受到领导人们的关注，政府对农村农业的发展采取鼓励支持的政策，在深度改革的春风中，农村也发生了愈来愈大的变化，尤其是在畜牧业养殖方面的发展，十年前的小农户生产占主导地位的模式逐步被集约化规模化生产模式所取代。为了进一步了解农村的发展，我将自己的专业知识与实践相结合，利用寒假期间，在洛阳市宜阳县鸡场开展了为期一个月的实践活动。

在大学校园，我们大多都是接触文化知识，却很少有动手操作、亲自去接触去实践的机会，有的只是那实验室有限的实践，这些现实性的问题限制了我们深入了解专业知识的渴望，为了打破这些局限性，我通过学校老师的帮助和介绍，联系到了宜阳县的一个鸡场。我想通过实地的实际考察学习，去深入的了解和掌握我们所学习的专业知识，并进一步的了解那些在课堂上无法学到的实际问题，把文化知识与实践结合起来，丰富我的阅历。

在鸡场实习期间，我和场长关系比较和睦，我会在空闲的时候经常和他聊天，场长是一个有着xx年养鸡经验的老前辈了，养殖有风险，这是我们公所周知的，他经历过的坎坷波折是也是我们无法想象的，和他聊天，可以了解到很多我们在课堂上老师不能教我们的知识，比如鸡的一些常见病的最直接最有效的处理方法，比如 如何预防鸡的常见传染病，又比如一些小经验 如何抓鸡才能抓的劳而鸡又比较舒服不会去挣扎，等等。

一只鸡从鸡苗开始到生命的结束，这一生中需要好多次的疫苗免疫，这些免疫是按顺序在鸡的不同生长期使用的，比如十天时候要预防一次新城疫，二十天鸡龄时需要预防一次禽流感等等，打疫苗要怎么打，微型定量注射枪要怎么拿怎么使用，注射时要与鸡的表皮多少度插入，打到鸡的哪个部位对鸡的生长影响最小而效果，等等。

这些细节问题是我们在课堂上没有听过的，老师也不会教的，我们所学的知识鸡有哪些常见病，这些病的病发症状是什么，得了这种病后怎么处理，一般怎么预防这些病，这就是我们所学习的，看着比较全面，然而真正到了实践的时候，会发现好多问题。

所以，实地实践真的很重要，我也学会了关于疫病防治的很多细节问题。又比如：鸡舍需要两天进行一次消毒防疫，消毒液的配比，鸡舍要经常进行通风，不过这个可以有现代化的通风系统完成，我们使用这个系统时只需要把通风实践定好就行啦。另外，鸡粪也也要按时清理，预防病菌滋生。

当然，鸡粪的清理也是机器来完成的，我们只需要适当操作一些就行了。清粪机也有好多种，我实习的地方用的事刮板式的，这种清粪机清理的不太干净、另外操作时噪音较大，但操作方便、简单，节省能源。而有一种是水冲式的，清理的比较干净，但是这种比较浪费水资源，并且，水冲过后大量的粪和水不宜处理，会造成很大的污染。这些都是很现实

的问题。我们在鸡舍建设时要考虑到这些。

一个普通饲养员在鸡场工作，他们做好自己的喂鸡和捡鸡蛋等本质工作后，其他的就不再管了，因为他们把这作为生活来过，他们只是为了拿工资。而作为一个实习生，我们是要学知识的，所以，如果像其他饲养员那样，我们实习下来，恐怕也只会喂鸡和捡鸡蛋，其他什么也学不会。所以要想多学东西，就要不辞辛苦，多干活，在干活中还要多留心，去发现问题，并且把这些问题和老板交流沟通，每次你都会有新的发现和收获。

这些就是实习生和普通饲养员的差别。在喂鸡时，我们要学会观察鸡，观察那些食欲不振，精神萎靡的鸡，在捡鸡蛋的时候，我们要留意那些下软鸡蛋的鸡，并在鸡笼处做标记，并观察下次是否还下软鸡蛋，每天的喂饲料的量是多少，我们都要留意的记下来，每天的鸡蛋的产量是多少，我们也都默默的记下来，通过这些数据，我们大致可以估测出一个蛋鸡场的收益状况。处处留心皆学问，只要你愿意，只要你不怕吃苦。

实习是艰苦的，但苦中才有收获，这些都是在苦不累的教室里无法学到的，这次社会实践，使我对鸡场的一些常见问题有了进一步的了解，并对鸡场的正常运营有了深入了解，同时也锻炼了我的吃苦耐劳的精神。

20xx年大学生寒假社会实践报告范文二：

短短一个多月的假期就这样过去了，假期过的短暂而充实，学习过，也玩过，而这个假期最特别的是一周的会计实践时间，我们学习的是会计专业，有很多同学都报考了会计专业，这么多人学习会计，有一表二表，我们三表的学生将如何生存在社会这个大环境中，这需要我们对自已的专业有一个正确的认识 假期在亲戚开的糖机液化气站实践一周，简单的干了一些简单的会计工作，并在空闲时间打杂。我自认为自己

的理论知识还可以，会计与所有工作一样，掌握了规律，照葫芦画瓢就可以了，通过一周的实践才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。会计离开操作和实践。会计的连通性、逻辑性和规范性。每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，一一登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。体现了会计的规范性。

会计是一门求实的科学，使我增强了责任感。财务报告的真实性和否尤为重要，而财务报告的真实与否，衡量的标准就是公认会计准则。符合公认会计准则的财务报告，才能让报告使用者做出正确的判断，使得投资人在未来可以在保证投出资产安全的情况下，获得希望的收益，而企业才能体现自身的价值。否则，可能出现两个结果，第一是投资人不但无法得到希望的收益，甚至投出的资产都不能全额收回，最终会导致企业无法正常经营，企业所有者还要承担相应的法律责任。第二是企业无法融到资金，甚至投资人需要度过过多的利益来换取企业发展所需要的资金，企业的所有者由此蒙受了不应有的损失。因此，我对于自己的工作的重要性有了更深的理解，同时在工作中也更加的小心翼翼，害怕自己的小小失误使公司蒙受损失。这种严谨的工作态度在任何的工作中都是必不可少的。

社会实践是理论联系实际的过程。在这个过程中觉得实践和书上有些不同，实际工作中的事务是细而杂的，远比实验课上老师教一步我们做一步复杂紧密，只有多练习才能牢牢掌握。实践看到所学的理论知识与公司实际操作的实务区别在哪里，相同的地方在哪里，内部控制如何执行，一些特殊的帐户如何会计处理等等。带着这些问题，我在这一周里用眼睛看，不懂的请教叔叔阿姨，让我对会计实践报告这些问题有了一定的解答，达到了这次实践的目的。除了与我专业相

关的知识外，我还看到许多在课堂上学不到的东西。规章制度执行情况，公司是如何运作的，处理业务的过程。在工作中仅靠我们课堂上学习到的知识远远不够，因此我们要在其他时间多给自己充电，在扎实本专业的基础上也要拓宽学习领域。同时在实际的工作中遇到问题时要多向他人请教。人际沟通也是非常重要的一点，会计实践报告如何与人打交道是一门艺术，也是一种本领，在今后的工作中也是不能忽视的。我想每一次的经历都是一种积累，而这种积累正是日后的财富。在工作上，在学习上，我们要让这些宝贵的财富发挥它的作用，从而达到事半功倍的效果。实践真的是一种经历，只有亲身体验才知其中滋味。

这次社会实践不指对自己的理论知识，会计业务有了更明确的认识，还自我认知这方面有了更明确的认识，认识到了自己的不足。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。以前工作的机会不多，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。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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。于是在实践时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门搞好关系。那样工作起来的效率才会更高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定能遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次实践的目的了。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。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。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，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。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，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己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。“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了”。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，当你克服心理的障碍，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。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”在社会中要克服自己浮躁的心态。会计本来就是烦琐的工作。在实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！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，头脑就要枯竭。而我们不关要有理论知识，还要把理论和实践联系起来。

作为一名会计人员，通过这次实践也更加让我看清自己今后的努力方向。例如：实务能力，应变能力，心理素质，适应能力等等。除此之外拥有一颗上进心，进取心也是非常重要的。总而言之，实践让我对会计岗位的工作有了比较清晰的认识，并在实际操作过程中找出自身存在的不足，对今后的会计学习有了一个更为明确的方向和目标。希望在接下来的日子里，能更多的涉及会计岗位的工作，以便能不断地提高自己的能力，为以后走向社会奠定良好的基础。

寒假社会实践报告大学生篇三

实践报告是进行实践后的报告;是汇报实践过程和结果的一种方式。下面是本站小编为大家整理的大学生寒假社会实践报告范文1500字，欢迎阅读。

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。

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、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。我又有了一位师傅，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。

这个寒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，知道要打寒假工时，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，小小的寒假工能学到什么呢？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。

这个寒假，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。

寒假到了，新年快要到了。我们终究可以快乐过一个美好的假期了。可是，我们怎样才能过一个健康快乐的寒假呢？在重视素质教育的今天，假期社会实践作为增进学生素质教育，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，作为培养和进步学生实践、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。寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推动素质教育进程的重要手段。它有助于当代学生接触社会，了解社会。

同时，实践也是学生学习知识、锻炼才华的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好情势。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，宏扬中华传统美德，不断进步自己的综合能力与素质，使自己的大学生活更加充实而出色，因此，在大学第二个寒假期间进行了一系列社会实践活动，其中最有感

慨的就是在面包店里卖面包的这份工作。特有以下心得体会与感悟。

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，投身社会的良好情势；是培养锻炼才华的好渠道；是提升思想，修身养性，建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情势锻炼自己的能力，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，不但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劳，收获了很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. 挣钱的辛劳。天天辛辛苦苦重复一样的工作，谨慎翼翼的进行平常工作，才可以得到工资，这次的体验确切让我真真切切感遭到父母的钱来之不易，一分一厘都来自于没日没夜的辛苦工作，挣钱确切是个很艰巨的进程，需要全心全意的付出。

2. 人际关系。在这次实践中，让我很有感慨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.才能有深入的感受，大家为了工作走到一起，每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很多技能，就看你怎样掌控了.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.假如还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中把握了很多东西，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渐渐揣摩，不断学习不断积累。碰到不懂的地方，自己先千方百计解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人早晚要被企业和社会所淘汰。

3. 具有随机应变的能力。要具有随机应变的能力是由于在销售的进程中，总会碰到各种千奇百怪的人和事，假如没有随机应变的能力，只晓得拘泥于一般的原则而不晓得变通，有可能会致使交易失败乃至给自己带来没必要要的麻烦。因此，一定要有随机应变的能力。

共2页，当前第1页12

寒假社会实践报告大学生篇四

此次社会实践，在经表伯介绍下，我来到了甘肃西固热电公司参观发电设备以及发电流程。

西固热电公司的前身是西固热电厂，是国家“一·五”期间156个重点建设项目之一，主要担负着向兰州市西固区各大、中型企业供电、供热及居民冬季采暖供汽的重要任务，是兰州市电负荷和热负荷中心。1957年第一台机组投产发电，前后经过四期建设，到1970年形成了10炉8机，总容量300mw的生产规模。1998年10月20日和1999年7月30日，“以大代小”改扩建工程2×165mw机组相继投产发电。同期，应国家电力产业政策调整和环保要求，1-4号机炉关停拆除；按照国家、省市政府和大唐集团公司节能减排部署[]20xx年12月31日关停了5、7号机组[]20xx年12月30日关停了6、8号机组；一期“上大压小”2×330mw机组分别于20xx年2月17日、3月27日相继正式进入商业化运营。现实际拥有6炉5机，总装机容量1015mw[]可满足工业热负荷每小时1170吨，同时满足西热东输960万平方米采暖面积所需热负荷，是全国最大的热电联产企业之一，享有“陇原明珠第一颗”的美誉。

此次社会实践调查，我在林总工程师的带领下，主要参观了火力发电生产流程。

通过林总工程师的讲解以及解答我的疑惑的过程中了解到火力发电的几个基本步骤和大致梗概。首先林总工先跟我从理论上讲述了整个电厂的大体情况，从电厂历史到各类发电设备，以及详细描述了各种设备如锅炉，汽轮机，除杂系统等各类发电相关的设备，让我大体对发电有个基本的了解，然后他带领我参观了相关的仪器及设备，着重为我阐述循环水的用途以及锅炉与汽轮机在产蒸汽时所起到的作用。通过这一阶段的学习和观察，我认识到火力发电通常将燃料运至电厂，经输送加工后，送入锅炉进行燃烧，使燃料中的化学能转变为热能并传递给锅炉中的水，使水变成高温高压的蒸汽，通过管道将压力和温度都较高的过热蒸汽送入汽轮机，推动汽轮机旋转做功，蒸汽参数则迅速降低，最后排入凝汽器。在这一过程中，蒸汽的热能转变为汽轮机转子旋转的机械能。发电机与汽轮机是用联轴器相连一同旋转的，汽轮机转子的机械能，通过发电机转变成电能。发电机产生的电能，经升压变压器后送入输电线路提供给用户。

下面具体说说发电流程：

1. 煤的输送以及煤的燃烧：首先兰州西固热电厂建在煤矿附近，这时候相对来说就减少了美德运输成本，这样由于本身刚出的煤矿价格便宜，这就节约了不少发电成本，据了解煤的花销占整个火力发电厂发电成本的70（百分号）。西固电厂的燃料输送和燃烧过程主要如下：

（1） 燃煤制备流程：煤从储煤场经输煤皮带送到锅炉房的煤斗中，再进入磨煤机制成煤粉。煤粉与来自空气预热器的热风混合后喷入锅炉炉膛燃烧。

（2） 烟气流程：煤在炉内燃烧后产生的热烟气经过锅炉的各部受热面传递热量后，流进除尘器及烟囱排入大气。

(3) 通风流程：用送风机供给煤粉燃烧时所需要的空气，用吸粉机吸出煤粉燃烧后的烟气并排入大气。

(4) 排灰流程：炉底排出的灰渣以及除尘器下部排出的细灰用机械或水利派往储灰场。

2. 蒸汽推动汽轮机做功：这时主要就是热能转化为了机械能，是因为水汽高温下汽化成了水蒸气，推动了汽轮机中的叶片做功。

(1) 汽水流程：水在锅炉内变成过热蒸汽，过热蒸汽在汽轮机中不断膨胀、高速流动，推动汽轮机高速旋转，最后排入凝汽器中冷凝成水，再经升压、除氧、加热后送回锅炉，形成闭合的汽水循环。

(2) 补给水流程：汽水循环中水有损失，必须经常补充，补给水要经过化学处理，水质合格后送入汽水系统。

(3) 冷却水流程：在汽轮机排气的凝结过程中，放出的大量的潜热需有冷却水带走。冷却水的吸取，冷却即其设施构成冷却水流程。

3. 汽轮机带动发电机发电：这时候主要就是机械能转化为了电能，然后通过输配电装置将电能送给用户。西固电厂主要设置了两条线。

分为：(1)：向外供电，发电机发出的电能由变压器升压后，经高压配电装置和输电线路送往用户。

(2)：厂内供电，发电厂内的自用电由厂用变压器降压后，经厂用配电装置向场内各种附机及照明等供电。

大体上发电流程就分为上述几个步骤，期间需要穿插着人对于这个发电系统的控制，这时就需要一个控制系统使得操作

机械化和自动化，往往人们所需做的是坐在电脑面前观察整个系统的流畅性，控制设备的额定值。

这个集控系统主要是以下几个方面：

- (1) 燃料的装卸、入仓、制粉、输送机械化、自动化。
- (2) 锅炉给水、气温和燃料的自动调节，炉膛灭火安全保护系统。
- (3) 汽轮机自动控制系统包括调节、自启停、监视与保护和主蒸汽旁路控制等。
- (4) 发电机控制系统包括参数显示、励磁调节、运行操作和安全保护等。
- (5) 厂用电控制系统包括厂用电备用电源自动切换、直流系统监视和和交流不停电电源系统等。

这样整个发电流程就是上述内容，也是此次社会实践所得到的具体研究成果，期间有借助资料书的参考，以及林总工程师的耐心讲解及指导和自己对于发电所了解的微薄知识，通过此次社会实践，我深有感触，不仅为我以后选择专业方向有了很好的帮助，而且认识到发电其实可以牵扯方方面面，那么我们需要用最小的成本来创造最大的利益的同时响应国家号召，有效地减少对环境的破坏。而火力发电厂最需要解决的就是在对煤的利用上尽量减少对环境的危害。根据个人所掌握及了解知识，我们今后应该在洁煤技术和高效利用煤的技术上有实质性的突破，借助当今高速发展的科技在不久的将来这可以变为现实，做好环保的基础上再来赚取最大利益这才是整个社会希望看到的，我们眼下看到的应该是长久的发展，这样才能真正为我们的子孙后代造福。当下我需要的就是尽快的在最短的时间内更多的掌握我所学的专业知识，将理论与实践相结合，投身更高端的研究，不仅为自己

谋利，更重要的是我要为这个社会创造价值，那么我会珍惜每一次社会实践活动，每一次让我都更进一步贴近生活，贴近实际，我才能从书海中跳出来，磨一磨久经考验的剑，晒晒自几所学，努力将自己做到更好。

寒假社会实践报告大学生篇五

今年暑假，我很幸运地参加了人文学院“用人文情怀，促民族和谐”的暑期社会实践活动，短短的十几天，却成为我一生难忘的回忆。

本次的暑期社会实践给了我们所有的实践队员一个，走进社会、走进基层、体验生活的平台和机会，队员们在实践中感受生活，品味艰辛，相互鼓励、团结协作，共同面对困难、解决困难，充分发挥创造性和积极性，短短的十几天大家都成长了很多，也收获了很多。我们不仅收获了能力和知识，更收获了友情和经验，了解了社会，认识了国情，增长了才干更懂得了奉献的意义。大家都度过了一个短暂而又充实有意义的假期，暑期实践使我们广大青年学生都值得参加的实践课堂。

实践队员实践手记：

通过和孩子们聊天，我还了解到，许多大寨子的孩子因为家里离学校很远，他们中午根本没时间回家吃饭只带一个冷馒头充饥，有时候甚至连冷馒头都没有，当我跟他们说这样不行，身体会撑不住的他们总是笑着说：“老师，没事，我们都习惯了，你看我多健康！”听到这我心里一阵心酸，当城市里的孩子把牛奶鸡蛋都吃腻的时候，这些孩子却连馒头都吃不上，一想到这，我就觉得自己有一种犯罪的感觉，我们身在福中不知福。跟他们相比，我们实在太幸福了，我们有父母的关心，每顿都可以吃到香喷喷的饭菜，宽敞明亮的教室，现代化的教学设施，充足的零花钱，可是我们却不懂得珍惜一味地盲目享受，攀比浪费，我们太不懂事了。

这次的实践，我觉得我收获最大的就是一个团结的团队和一群充满真情的学生。在实践的这半个月时间里，我们12名志愿者相互支持一起经历了太多的事情，三人行，必有我师。这11个人，每一个人都给了我无限的启发。我们12个人，每一个人都与众不同，每一个人的性格、爱好、特长都迥然不同，但是当大家有机、和谐地汇聚在一起的时候我们就有了一个活力无限、潜力无限的团队。大家各自分工，相互协调合作，我们就实现了1+1>2。到了实践的最后几天，大家都面临巨大的心理压力，种种不良情绪一触即发，队员们争吵过，哭泣过，抱头痛哭过，但是当我们共同仰望星空，打开自己的心扉后，所有的压力和误会一下子就消失到了九霄云外，我们又携手一起重新起跑，因为我们是一个团队，我们有着共同的梦想和目标，我们注定不会分开、疏离。

还记得我们离开的那一天，所有的孩子都哭成一片，哭喊声响彻整个校园，我们和孩子们一起相拥，抱头痛哭。当行李装车的时候所有的孩子不约而同地挤在校园门口边哭边喊着“坚决不让”企图挽留我们，那一刻我们泪如雨下。我们根本无法阻挡坚决执着的孩子们，他们一路追随我们直到我们上车，一路上他们在后面唱着我们的志愿者交给他们的歌，感恩的心，感谢有你，让我一生让我有勇气做我自己……嘴里喊着“老师，一定要回来看我们！”几个平时调皮的九年级男生也喊出了“老师，我爱你，记得回来看我们！”的话语，队员们不敢回头，泪如泉涌。那一刻我真想回转过身告诉他们会的，我们一定会回来看你们的，但是我知道不可以，我们忍住哭声艰难地上了车，留给他们背影，直到上车了才敢放声哭泣，回头一看孩子们还远远地望着我们，朝我们挥手，嘴巴一张一合地还在继续唱着感恩的心。

仅仅十几天的时间，就能获得他们如此的信任与不舍，我感到十分感动也十分幸运。我从来没想过离开时是这样一副难舍难分的景象，这里的孩子用他们一颗颗至诚、淳朴、热情的心牵挂住了我们所有的志愿者。我想这就是奉献的真谛所在，收获一颗颗至诚、热情的心比任何一种荣誉任何一种奖

励都来得珍贵，来的不易。由此我相信，我们这次的实践是有意义有价值的，我们看到了我们的闪光点，原来对于他们来说我们是如此特别，如此珍贵的。

每个人都有专属于自己的青春，而且每个人的青春都是非同一般的。只有经历了酸、甜、苦、辣的青春才更加充实、有意义，所以在青春的季节里，我们应该充分奉献我们的热情，去做一些力所能及的事情去帮助更多的人，实现我们的人生价值。这样，当我们白发匆匆地回忆往事时，才能自豪而欣慰地说“我的青春，我无悔！”

谢谢这次的实践，给了我一个实现自己，走进底层群众心灵的机会，更让我明白了生活的艰辛，人生的价值与团队的重要，我会把这次的实践当做我一生最宝贵的财富去珍藏去慢慢品味人生的回忆！

寒假社会实践报告大学生篇六

随着夏日的来临，暑假如期而至。而今年是我们来大学的两年后，我们迎来了大学最重要的一课——实习。我随着学校的安排来到了__省__市人民法院。

最初到来，心里是既紧张又期待的。紧张是因为来到了一个陌生的环境，期待是因为要经历从未经历过的生活。随着这种心情，来到了这里，这里确实没令我失望，第一天院长就告诉了我们从未接触过的阳光法院。随后参观了数字化法庭。不得不感叹现在的科技进步，对法院和案件审理过程都提供了不小的帮助。

实习第一天，我被分配到了少年法庭，这是一个集民事和刑事综合的法庭。在这儿我可以接触到民事和刑事案件。在这里我学到了太多东西。比如，判决书的书写，诉状的书写等等。我也了解到了一个案件的审理过程，不仅仅是开庭这么简单。需要提前的准备，以及审理后的收尾。第一次参加开

庭，却没有成功。因为遇到了不公开审理，这导致我期待的小心情被严重的打击了。不过机会不止这一次虽然很遗憾，但是并没有抱怨。

实习的生活一天天的过着，它并不精彩，也不刺激。但是却很充实，每天都有收获，每天都在进步。体会到了工作的不易。也让自己对未来有了认知。前路对我来说，已经不是一团迷雾了，这次实习让我慢慢的摸索出了未来的轨迹，虽然并不是每一步都很清晰，但是却足够让我明白该向哪儿努力。

实习的日子过得很快，一转眼一个月已经悄然而逝。我们即将结束这场实习。很感谢__人民法院。这里让我收获了太多感悟，这里让我未来的学习之路有了更大的动力。

谢谢你，__人民法院。谢谢你们，在这里的人啊。

寒假社会实践报告大学生篇七

大学生寒假打工社会实践报告范文由本站整理！

范文一

长这么大第一次没在家过年，现在想想仍然像是做了一场梦。正因为不是第一次出去打工，所以那种身在异乡的刻骨的陌生感和无助才更让我害怕，当我身在前往苏州的大巴车上才真正的意识到我真的要去那个对我来说遥远的地方了，我害怕了，所以出发前我给爸爸打了一通电话，让后告诉自己‘别怕，没什么大不了的’！就这样到次日早上来到了亚旭电子，因为之前负责人已经和厂方进行了沟通，所以我们进厂还算顺利，只是那种陌生感仍然让我难以适应，熟悉的同学也不太真实了。就这样开始了一个多月的打工生活。因为出去之前就做好了吃苦的准备，所以一切还算可以接受，但

是仍然累的够呛。刚开始每天做梦都在工作，过年放假的时候还梦见宿舍开了四条线。其实在这一个多月里让我印象最深的是我对面工作的大叔，大叔今年56岁了，老家本在湖北的一个农村，因为儿子大学毕业后在亚旭做副理，后来辞职自己下海开了公司，大叔就和老伴来这边帮儿子带孙子。大叔人很好、很和善，他给我们讲他的经历，他的故事，他的思想，大叔总说‘年轻人，不明白的话不要说，不知道的事不要做’，‘出门在外不要太计较，要放宽心，’，‘做事要有计划，干一件事就要干好’。。。大叔说他有一个心愿就是赶快攒够20万，然后带老伴在国内转转，散散心，钱不花完就不回家，当大叔和我们说这件事时，我突然就想到了最浪漫的事，就觉得人心就应该这么安宁。当然，在外的这么多天发生了太多美好的以及心酸的事，或许将来我会忘记事件本身，却不会忘记这次实践在我内心深处留下的记忆。有太多的苦于甜都只是我人生的一部分，我坚信每一次创伤都是一种成长，上天给我们所有的苦难都是为了给我们最后的奖励，当我们把不幸当成一种习惯，那不幸本身也就不是不幸了。这次寒假我懂了很多，虽然现在我也不明白我到底懂了什么，可我明白这就是成长。

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。同时在这次社会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!

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。我们不仅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。

我知道这次社会实践是我人生中的一笔财富。

一月十二号晚上到家的，十三号在家休息了一天，十四号就直奔上班去了。这工作是小刘(她不让我叫她小黑了，唉!)介绍过去的，没放假之前我们就相约好了，说寒假要出去找事做。地方就是她上个暑假打暑假工的地方，浠水商场七楼的星语广场，在那儿当服务员！

星语广场是2019年开的一家经营餐饮与娱乐的小型公司，里面可以饮茶，吃饭□ktv□还可以打麻将。其中包括中餐，简式西餐，现磨咖啡，花式咖啡，还有各种小吃。总的来说，和我所学的专业也是很接近的，所以，我也就安心的在那儿做下了。

公司是两班倒，白班和晚班，从早上九点开始营业，一直到晚上十二点打烊。白班从早上九点到下午五点，晚班就从下

午五点到晚上打烊。我们去的那天，是星期五，被分配着先上白班。小刘算是老员工，她可以轻车熟路的上岗，我就不一样，新来的，领班让老员工李锐姐带着我，教我一些事。李锐姐是公司名副其实的一把手，在公司呆了一年多了(公司2019年才开的)，并且，她是一个做事特别认真的人。她从最简单的开始教我，给客人倒水，收拾桌子，去厨房给客人加饭等。接着，开始教我点单，退单，送单，并且，她慢慢的把公司这一个月，短暂而又漫长，同样也是痛并快乐着。记得第一天上班，一站八个小时，腿疼的厉害，一下班，马上给老爸打个电话，说自己站不住了，让他来接我。回到家，老妈第一句话说的是：“怎么样，明天还不去吧？”我一口否决，说：“去，当然去了！”上白班的时候，我每天早上7:20起床，梳洗完毕正好8:00左右，就从家里出发，走接近45分钟，到公司！寒冬腊月的早上，是很冷的，7:20起床，对于我这个喜欢赖床的人来说，这绝对是一个考验，连老妈都不相信我可以坚持的下去。每天早上，戴上围巾手套，迎着朝阳，快步走到公司，其实，很多时候，这是一种享受。下午下班，由于忙碌了一天，我不想走路了，老爸没事时就去接我，忙的时候，我就自己坐公交回家。如果上晚班，我就下午从家里出发，晚上在公司的宿舍睡。这一个月，除了大年三十的放了一天假，就一直没休息。大年初一的去上班，我是一百个不愿意，我对老妈说：“算了，我去辞了算了，不想干了，别人都在家过年，我做的心里不平衡。”老妈说随我，可是，我还是坚持着去了！

这一个月，是公司一年里最忙的也是生意最好的一个月，每天来这里喝茶吃饭唱歌的人流量非常的大，尽管员工还比较多，但是很多时候，忙的连喘口气的功夫都没有。我最开始是出品，就要一直不停的跑腿，一天下来，感觉腿要断了。可是，我的工作状态一直都很好，吧台的调酒师也是个学徒的大学生，他说，怎么每次看你你都笑嘻嘻的？你不累啊？我回答他说，郁闷着也是累，高兴还可以缓解劳累！有时候忙起来，怠慢了一些客人，那些客人就开口骂人，对于这些人的责骂，我现在居然可以做到不予理会，一如平常笑着对他

们进行解释。作为以后从事服务业的我们，是必须要学会的。朋友开玩笑说，不会是你的脸皮越来越厚了吧?!我也不予理会了。后来，和张锐一起负责看e区的时候，每天要打扫很大一块地方的卫生，由于它离吧台和厨房远，每天不停的来回跑，实在是累的很!好在公司员工团结合作，忙不过的时候，他们都帮了我不少忙!

一月十二号晚上到家的，十三号在家休息了一天，十四号就直奔上班去了。这工作是小刘(她不让我叫她小黑了，唉!)介绍过去的，没放假之前我们就相约好了，说寒假要出去找事做。地方就是她上个暑假打暑假工的地方，浠水商场七楼的星语广场，在那儿当服务员!

星语广场是2019年开的一家经营餐饮与娱乐的小型公司，里面可以饮茶，吃饭□ktv□还可以打麻将。其中包括中餐，简式西餐，现磨咖啡，花式咖啡，还有各种小吃。总的来说，和我所学的专业也是很接近的，所以，我也就安心的在那儿做下了。

公司是两班倒，白班和晚班，从早上九点开始营业，一直到晚上十二点打烊。白班从早上九点到下午五点，晚班就从下午五点到晚上打烊。我们去的那天，是星期五，被分配着先上白班。小刘算是老员工，她可以轻车熟路的上岗，我就不一样，新来的，领班让老员工李锐姐带着我，教我一些事。李锐姐是公司名副其实的一把手，在公司呆了一年多了(公司2019年才开的)，并且，她是一个做事特别认真的人。她从最简单的开始教我，给客人倒水，收拾桌子，去厨房给客人加饭等。接着，开始教我点单，退单，送单，并且，她慢慢的把公司内部结构和经营模式都讲给我听。还好，我上个暑假也是做过类似的工作，所以学起来是小菜一碟。于是，不到三天，我基本上都学会了。后来，随着假期找兼职的同学很多，来了不少，人手很够，领班就让我专门负责出品，就是把客人在吧台所点的一些饮料和小吃都送过去。这一做，我就负责这件事半个月!后来，因为生意特别好，每天客人都

爆满，老板把公司内部办公室都重新装修，做成了吃中餐的房间，一共五间被叫做e区。领班又把它让我和张锐负责。张锐也是新来打假期工的大学生，我和他就一起合作了接近半个月。

这一个月，短暂而又漫长，同样也是痛并快乐着。记得第一天上班，一站八个小时，腿疼的厉害，一下班，马上给老爸打个电话，说自己站不住了，让他来接我。回到家，老妈第一句话说的是：“怎么样，明天还不去吧？”我一口否决，说：“去，当然去了！”上白班的时候，我每天早上7:20起床，梳洗完毕正好8:00左右，就从家里出发，走接近45分钟，到公司！寒冬腊月的早上，是很冷的，7:20起床，对于我这个喜欢赖床的人来说，这绝对是一个考验，连老妈都不相信我可以坚持的下去。每天早上，戴上围巾手套，迎着朝阳，快步走到公司，其实，很多时候，这是一种享受。下午下班，由于忙碌了一天，我不想走路了，老爸没事时就去接我，忙的时候，我就自己坐公交回家。如果上晚班，我就下午从家里出发，晚上在公司的宿舍睡。这一个月，除了大年三十的放了一天假，就一直没休息。大年初一的去上班，我是一百个不愿意，我对老妈说：“算了，我去辞了算了，不想干了，别人都在家过年，我做的心里不平衡。”老妈说随我，可是，我还是坚持着去了！

这一个月，是公司一年里最忙的也是生意最好的一个月，每天来这里喝茶吃饭唱歌的人流量非常的大，尽管员工还比较多，但是很多时候，忙的连喘口气的功夫都没有。我最开始是出品，就要一直不停的跑腿，一天下来，感觉腿要断了。可是，我的工作状态一直都很好，吧台的调酒师也是个学徒的大学生，他说，怎么每次看你你都笑嘻嘻的？你不累啊？我回答他说，郁闷着也是累，高兴还可以缓解劳累！有时候忙起来，怠慢了一些客人，那些客人就开口骂人，对于这些人的责骂，我现在居然可以做到不予理会，一如平常笑着对他们进行解释。作为以后从事服务业的我们，是必须要学会的。朋友开玩笑说，不会是你的脸皮越来越厚了吧？！我也不予理

会了。后来，和张锐一起负责看e区的时候，每天要打扫很大一块地方的卫生，由于它离吧台和厨房远，每天不停的来回跑，实在是累的很!好在公司员工团结合作，忙不过的时候，他们都帮了我不少忙!内部结构和经营模式都讲给我听。还好，我上个暑假也是做过类似的工作，所以学起来是小菜一碟。于是，不到三天，我基本上都学会了。后来，随着假期找兼职的同学很多，来了不少，人手很够，领班就让我专门负责出品，就是把客人在吧台所点的一些饮料和小吃都送过去。这一做，我就负责这件事半个月!后来，因为生意特别好，每天客人都爆满，老板把公司内部的办公室都重新装修，做成了吃中餐的房间，一共五间被叫做e区。领班又把它让我和张锐负责。张锐也是新来打假期工的大学生，我和他就一起合作了接近半个月。

寒假社会实践报告大学生篇八

我是一名大学生，为了能早日适应社会，寒假准备去社会实践，以下是我的实践心得。下面是由小编为大家整理的“大学生寒假社会实践报告范文800字”，仅供参考，欢迎大家阅读。

在一个月寒假打工生涯中，发现在实际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。

同时我也明白了许多：在日常的工作中上级责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它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，二十四天的打工生活，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。

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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。在这次寒期的工作中，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。

这次的实践的确给予了我很多。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。

我的实践是从xx开始的。当时我和我的同学们一起去了xx[]在一家服装厂里面做普工，每天都要检查很多很多衣服的质量，还有就是包装工作。后来做了一个月，大家都不满意工厂里面的环境和待遇，于是我们又从xx回来。

回来之后，我就进了xx电器有限公司，在业务培训了一天之后我就正式开始上班了。之前的工作地点是xx百货xx店，和x姐一起上班，每天我们要上班x个半小时。

但是只过了一个星期，我的业务就把我调整到了xx百货。我是作为新人去xx百货的，所以一去那里我们就要接受国贸公司x天的培训，那四天真的很累。培训完后还要上班，不过很充实。而且最让我高兴的是，我在培训中得了第三名，当时一共有xx多个人参加培训，我的心里好开心啊。国贸还给了我一个培训三等奖奖励的小包。

我在xx电器专柜上班，我们卖的智能吸尘扫地机[]xx地宝，当然还有一些卧式吸尘器。

这里我想介绍一下地宝。地宝是我们公司自己研究生产的一款智能吸尘器，你买回去之后只需要给它设定一个时间。到时间以后它就能自己出来打扫卫生了，而且当它清洁完地面之后没电了还能自己回去找充电座充电。当然，还不只这些，如果你家里有楼梯它也不会从上面掉下来，更棒的是，它比我们人工扫地要扫得干净多了。

在这里上班的三个月里我们完成了国贸规定业绩的xx%□x%和x%□我的工资也从最初x多块钱到最高的x多。拿到了我出来上班的最高的工资，感觉很有成就感。当然这一切和自己的努力是分不开的。

首先，我觉得不论做什么我们都要尽力，尽管我只是一个导购。我们公司不是特别大的公司，知名度不是很高，所以刚开始的时候我们的销售业绩不好，第一个月下来只卖了x台。完成了商场业绩的x%□被开了罚单。

销售不好的原因有很多，比如知名度不高啦，还有就是我的销售技巧不好。于是我会自己总结经验，让更多的客户接受我们的机器。国贸这边管理很严，我也被开了很多罚单。但是我相信我的销售能力，我对我的对班说：不就是罚单么？我卖一个最低价格的机器，提成够他们开一阵子的罚单了。于是虽然不懂卖场的规矩，但是我也在很卖力的卖机器。

其次，我想谈谈卖场里面和临柜导购的关系。我在卖场有很多朋友，当然还有主管□xx百货的x主管很喜欢我，所以有的时候即使我做错了。要被开罚单主管也会开得很轻。我觉得在卖场里面你要卖好东西就得有很多朋友，比如你吃饭去啦，你的临柜朋友就会帮你看柜。你和主管的关系处好了，就不会和别人一样经常被开罚单。我有很多朋友，所以当淡季来临的时候我也不怕烦闷。

最后，我要谈谈我自己做销售的感受，虽然我是一个导购，小小的一名导购。但是很多公司的事情我也会帮忙去做，比如送货到顾客家啊，还有售后的一些服务啊。总结了一下，不论做什么事情一定要用心。而且只有付出，才会有收获。当然，我也是这样做的，科沃斯电器有限公司在xx的销售数量我一直都是第一，我想这也是我努力的结果。

寒假的生活总是多姿多彩而又轻松的，我们有着充足的时间

去安排各项活动，当然也少不了寒假的社会实践。

在这个寒假里，作为大学生的我们决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我们来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我们便开始了实习。我们分成了两个小组，第一个小组负责前台登记，账务结算。

第二个小组负责客房的服务和打扫。然而，前台登记并没有我们想象的那么简单。我们先了解了怎样登记，怎样刷房卡，怎样扫描客人的身份证和输入客人的信息并发送到公安局。在简单学习怎样解决一些紧急状况之后，我们开始了实习。不一会儿，来了几个客人，询问了一下房间的价格，我们怀着微笑回答。或许因为我们热情的服务，客人二话不说便决定入住了。

在我们登记了旅客的信息后，我们把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。第一次登记，便让我们几个成员有了成功感。我们继续保持着这份感觉，愉快的奋斗了一个早上。

虽然有些辛苦，但汗水见证着我们的劳动，留下了我们辛苦后的痕迹。但下午的工作却没有早上那么顺利，在将近1点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最热的时间段，很多客人打来了电话。有耐心询问的，当然也有大发牢骚，怒气冲天的。但我们现在是服务生，所以我们平静自己焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。

虽然有些客人还是听不进去，但我们可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我们也就松了一口气。当我上楼的时候，发现第二小组的成员忙不开交，干的都是累人的体力活，但是这也是一种工作，也要做好。他们首先要认别大小被单，被套，床单，床套。然后学会整理床，包括套被子，放床套，铺床单，套枕头套。还要打扫房间和卫生间，扫地和拖地，换掉用过的毛巾，浴巾，牙刷，

牙杯，清洗浴缸等。不时在打扫的过程中，还要给房间的客人送去他们所需要的物品，为不会开门的客人开门。

当然，打扫房间的质量要高。他们第一次打扫的时候没仔细，没清理掉墙角的烟灰，客人知道后便向经理反映。他们了解情况后也就吸取了教训，开始仔细认真地打扫，并热情地为客人送物品。但半天下来，他们便累趴下了，但他们在中午休息一下后，又开始清理楼梯了。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我们便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我们在以后的生活里更好地经营理财，规划等。

在接下来的几天里，两个小组都慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。前台登记的成员和客房清理的成员都提高了他们工作的效率和质量，开始默契地配合。

例如，在客人退房后，我们总台的服务生会打电话通知打扫，他们打扫完后再通知总台，进房间清理的登记。当在房间里的客人需要什么时，总台的服务生也会通知他们把东西送到房间。避免了自己运送的时间浪费，也提高了整个经营的运转效率。在快要结束的时候，我们向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

例如，在周末，节假日的时候往往房间的入住率会比较高。当然这也会受到一些特殊情况的影响，像台风，停电，停水等等。所以我们认为应该要把握好房间入住率的基本情况，针对现实的情况，实行相应的策略。当然，在一段时间的经营后，可以考虑对房间进行一些装修，从而可以大大提高房间的入住率，给客人带来新鲜的感觉，提高旅客的满意度，有利于做“长久生意”。

总而言之，我们不能拘泥于现状，要不断地推陈出新。这样，我们经营的宾馆才不会随着时间的推移而“变老”。同时，我们也要完善经营管理制度，实行奖罚分明的政策。在小的经营范围内形成一个良好的运作机制，从而能使宾馆可持续

地，高效，健康的发展。在经营的同时，让自己不断学习经营之道，理财之道，规划之道，投资之道。结合科学理念和现实状况，使我们的工作事业蒸蒸日上！

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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，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，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。我在实践中得到许多的感悟！

寒假我回到了家乡，为了使自己的假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是xx的（专营店），其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，我带着心中的问号，踏上了社会实践的‘道路’，也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的

方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

小编特别推荐

2021大学生寒假社会实践报告800字

大学生寒假社会实践报告总结800字

寒假社会实践报告800字

寒假大学生社会实践心得体会800字

大学生寒假社会实践心得800字