

暑期社会实践报告总结(精选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。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。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

暑期社会实践报告总结篇一

又到了暑假，这个时候是我们学生参加社会实践的好时机，下面是小编搜集整理的2019暑期社会实践个人总结报告，欢迎阅读。更多资讯尽在自我总结栏目！

在忙碌中，时间总是如瀑布般飞流直下，转眼两个星期的集体活动——暑期社会实践就要结束了，感觉有很多的不舍，不过还好在这里我收获了许多，也学到了很多。可以这么说，因为参加了这次活动让我觉得这个夏天是充实而有意义的。因为这个实践让我成长了很多，在思想上有了一个相当大的转变，也更加明确了自己的方向。

首先我要对整个实践过程做一个总结，可以划分为三个方面：

一. 实践前期的培训

为了可以使我们的实践可以高质量的完成，使其达到预期的效果，杨书记对此项活动给与了我们相当大的支持和鼓励，并且在活动开始的前一天，王玮老师给我们介绍了各项仪器的功能及使用方法，在此过程中我学到了很多新知识，更体会到了，我们的体育对人的身体健康起着相当大的作用。此外，我们对工作进行了分工，大家各自负责好自己工作和仪器。大家共同学习，共同进步！

二. 奔赴不同的地方进行体质测试和健康观念调查

本次社会实践的一大特点就是需要大量的与人沟通，而且沟通的对象也大不相同，不同的年龄，不同的层次，都需要采取不同的沟通方式。我们在杨书记的带领下，分别去了劳动保障中心、杜官屯、安阳市广播电视台等站点进行实践，我们主要是给人们免费做身高体重、血压、反应时、握力、肺活量、血氧饱和度、体前驱和台阶试验的测试。我在实践中经历着种种突发情况，但是之后，我从开始的不自信到自信，从不知道如何应对他们的问题到学会如何随机应变，从对师兄师姐的陌生到熟悉，这一切的一切都让我感觉自己好像是收获了果实的农民，有一种满载而归的喜悦。

测试期间我不仅真正的掌握了很多技术，而且深刻的体会到了，要学以致用真谛，懂得了一旦抓住学习的机会就不要放弃的道理，杨书记亲自带队实践，王玮老师加盟助阵，让我们体会到了老师对我们的关怀所在。实践的过程就是一个与社会接触的机会，是真正锻炼自己各方面能力的机会，是让你更早的学会适应社会的阶段。在这次实践中，我不仅从我们的团队中，学到了要互相帮助、互相团结合作的精神，更从我们测试的对象身上学到了很多课本上学不到的东西，在杜官屯的村民们身上，我学到了质朴、善良和热情，更加体会到了乐于助人的快乐；在安阳市广播电视台我学会了尊敬、礼貌和如何更好的与别人去沟通和交流，更加感受到了社会的竞争力之大，无论面对多大的阻力，我们都必须要有坚强的毅力，坚持到底，不轻言放弃！做每一件事都要有他的收获，无论是什么时候，只要用心就一定会有收获，正所谓“处处留心皆学问”！

在这个酷热的夏天，实践中的我们是辛苦的，劳累的，但是当我们看到那些渴望知道自己身体状况如何的人经过测试得到我们开的运动处方后，露出满意的笑容时，我们是快乐的，也许这就是累并快乐着吧！

三.分三组分别对健身房、俱乐部、拓训公司进行社会调研活动

为了使我们了解社会对我们体育专业的人才的需求情况，在杨书记的号召下，我们将一队分为三个小组，分别进行对健身房、俱乐部、拓训公司进行了实地的调研，我所在小组是由武京京学长带领的，主要调研对象是俱乐部。通过对俱乐部的实地调查，我了解到了很多的情况，更加体会到了社会竞争力的强大，也明确了今后自己努力的方向。我们去的是安和俱乐部，他们的经理明确的告诉我们他们需要的人才，不仅要有过硬的专业技能，还必须要具备综合的素质，沟通能力、组织能力、懂得随机应变的教学能力等。通过调查，我才真正明白了原来在校所学的一切都是为了适应社会，所以必须学会融入社会，与社会时刻联系在一起，做到可以真正的利用自己的所学给社会带来利益！

以上即是这个实践中我的主要收获，下面我将谈谈自己的心得体会□

实践，就是把所学的理论知识，运用到客观实际中去，是自己所学的理论知识有用武之

地只学不实践，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。因为每天都不断有新的东西涌现，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。

在实践中，我们一定要做一个有心人，要懂得利用自己的逻辑思维，提高自己的语言表达能力和沟通能力。不仅要敢说敢讲，还要去思考你如何去讲才可以让大家对你讲的感兴趣，

如何讲才会使你讲的内容更吸引人，更易让别人接受你的观点。除此之外，必须要以积极的心态去面对生活，要使自己达到更高的水平，就必须具备坚强的毅力和不变的恒心，努力改掉自己的缺点，树立一个全新的自我，学会发挥自己的主观能动性，努力学习各种知识和技术。充实自己的生活，让自己的每天都有收获，并且学会反思，使自己不断地前进。只有这样，才不会被社会所淘汰，才可以在社会上立足。

时间飞逝，实践生活已经接近尾声了，因为它的存在，这个夏季显得充实而又触动人心，社会实践实际上就是你人生的第二课堂，在这堂课中学到的东西将会影响我的一生。在今后的学习生活中，我会为了自己的理想去更加努力奋斗的，是暑期实践中身边的人对我的影响，也是参加这样一个与社会近距离接触的活动，让我真正的体会到只有不断努力才可以梦想成真！

今年暑假，我参加了暑期实践活动，虽然烈日炎炎，但是在酷暑下为期一周的暑期实践活动，让我从中锻炼了自己，我对水泵之乡温岭有了一定的了解。温岭市大溪镇，在被中国泵业协会授予“中国水泵之乡”的美誉后，成为全国最大的水泵制造基地、销售基地和技术信息交流中心。温岭的水泵企业已形成了典型的区域经济聚集的特征。我们选择了位于温岭市大溪镇台州大步泵业有限公司，对其进行重点调查。在公司领导的带领下，我们来到了生产车间进行参观。我们对每个生产车间的主要安排都有了一定的了解。我们来到摆放产品的半成品间，产成品车间，看到了准备出口的水泵和半成品。

公司领导一路带我们参观一路给我们讲解。还特别给我们介绍了一些现代化的设备，还有从乌克兰请来的工程师。我们小队深入车间，了解水泵生产的具体流水线操作以及不同水泵在生产上的区别。车间工作人员对我们进行了详细的讲解与示范，小小的水泵经过一环接一环繁复的工序才最终成型。这次的暑期实践，让我知道了很多以前没有接触过的知识。

像离心泵，它的基本构造是由六部分组成的，分别是：叶轮，泵体，泵轴，轴承，密封环，填料函。像螺杆泵，它是一种新型的输送液体的机械，具有结构简单、工作安全可靠、使用维修方便、出液连续均匀、压力稳定等优点。我们小队的同学亲身考察体验水泵生产工厂的运作。从各个车间了解运作。对于水泵的发展，我们咨询了企业相关领导，也了解到干旱天气等都会对水泵生产造成影响。去年金融危机以及今年年初北方的干旱。都影响到了水泵的生产。

虽然我们小队的这次实践可能没有那些去农村支教的实践有意义，可能也没有其他小队的有新意。但是，这次实践我们是实实在在的深入到了平凡的水泵工作岗位，不仅了解了水泵的整个制作流程，还参与了一些简单的工作。这次暑期实践让我了解到团队的重要性，我们小队为了共同的目标一起努力，一起去完成一项共同任务，大家不怕苦，不怕累，分工合作，有条不紊。从分配工作到完工，我们坚信只有大家都做好，才能收到预期的效果。这让我们都了解了团队的重要。

让我觉得在团队合作中，不仅要相信自己，也要相信他人，大家一起努力，一起奋斗，才能把工作做好。团结是一个优秀团队的灵魂。通过参加这次暑期社会实践活动，让自己加深了与朋友之间的交流合作，促进了朋友之间的友谊，也很大程度上提升了自己办事能力；让自己进一步更好的了解社会的点点滴滴，走进社会。同时，让自己学到的理论联系实际，亲身实践，不断提升自我，让自己更好的成长。每一段经历都促使自己成长。这次实践让我觉得收获颇丰。

暑期社会实践报告总结篇二

1. 要想有所收获就必须亲身体会经历。这次的社会实践看起来似乎是很难完成，但通过我们的自身努力和亲身体会，我们也顺利的`完成了任务，虽然中途遇到了很多的困难和麻烦，

但我们坚持下来就一定能克服。

2. 做任何事都要坚持，不能轻言放弃。本次的社会实践正是最热的天气，气温十分高，我们几乎每天都在室外，说真的过程十分艰辛，中间甚至有过消极情绪。但我们大家相互鼓励，没有放弃，虽然很热，但我们也坚持了下来，最终顺利的完成了活动。所以不管以后我们做什么，不管做的事有多难，但我们不能轻易放弃，一定要坚持下去，最终我们会发现自己的坚持会得到意想不到的结果。

3. 要重视和别人的合作。一个人的力量是有限的，很多时候很多事情通过一个人的力量是无法完成的，但如果我们把自己置身于一个集体中，全心全意的为集体付出，尽最大努力和别人合作，我们一定能在这个集体中收获个人所无法得到的。所以不管什么时候我们都要有集体意识，不能单打独斗。

4. 趁年轻要敢闯敢拼。这次的活动过程中，我们找了很多的有关部门，一开始我们总会怀疑人家会理我们吗？人家会不会觉得我们的工作十分可笑？心中充满了这样那样的疑惑，但实际上，我们得到了相关单位的热情接待，得到了很多有用的东西。所以以后做事不能惧怕，要勇敢的往前，最终我们也会有意想不到的收获。

当然本次的社会实践带给我的收获远远不止这些，还有很多无法用语言来表达，十分感谢这次活动，带给我了太多的收获，还让我认识了一群很好的朋友。

暑期社会实践报告总结篇三

即使生活有时很辛苦，但请不要埋怨也不要忧愁，命运给你的是另一种无法估量的财富。这段旅途不只是冠冕的行走，经历过，才更懂得珍惜和拥有。更美的旅途，源于更深的领悟。

一、题记

即使是炎炎夏日，也未能阻挡我们前进的脚步；即使是口干舌燥，也不能阻止我们高声呐喊；即使是前方荆棘丛丛，也不能摧毁我们破万重山的信心；即使是很难坚持，我们也已经走过。xx年7月10日，当我们的双脚终于落在**的土地上时，所有的疲惫和困意都已成为过去。xx年的三下乡，这段旅途，走出来一种领悟。

为了响应团中央关于引导广大青年学生在全面建设小康社会的实践中深入学习贯彻邓小平理论和“三个代表”重要思想，学习宣传十八大精神，深入学习实践科学发展观，服务社会主义和谐社会和新农村建设，培养青年大学生历史使命感和社会责任感，促进大学生了解社会、了解国情，增长才干、奉献社会，锻炼毅力、培养品格，全面提高大学生的综合素质的号召。xx年7月初，安徽新华学院继续教育学院xx年暑期“三下乡”社会实践活动的一系列筹备活动在全院上下的大力支持下，顺利举行。我所在的赴芜湖市**县**镇社会实践服务队结合我们“科学发展，加速崛起，青年勇当先锋”的服务口号，以“携手建设美丽新农村”为主题，下到基层，服务三农。

xx年7月10日，我们安徽新华学院继续教育学院赴****镇xx年暑期“三下乡”社会实践重点服务队的10名青年学生，在指导老师王光伟老师的带领下，承载着全院老师和同学的期望，秉承“科学发展树新风，携手共建美丽新农村”的理念，迎着八月烈阳，踏上南下**的火车，开始了为期一周的下乡实践活动。一路上，青年同学们兴致都很高。出发之前了解到的**县**镇，**是国家级综合改革试点镇，国家级小城镇建设试点镇，联合国计划开发署改革试点镇，安徽省中心镇。交通便利、基础设施健全、各种农副业资源丰富，当地的新农村建设也正在如火如荼地开展着，这其中有大学生村官示范基地、双培双带示范基地等一批勇于开拓的。精神一直是大家

急欲了解的。同学们都希望可以从中实际感受新农村建设的成果，见证新农村建设中广大劳动人民的努力，并用青年的视觉争取去发现问题、找到问题，并找到解决问题的方法和举措。

下了火车仅仅经过一个晚上的休整，青年实践队员们便开始投入到“三下乡”实践活动中去，大家本着奉献的基本原则，去服务于当地的农民。我们按照事先计划好的流程，一步一步的去完成本次活动：活动的事前准备、和当地政府及相关媒体见面并沟通、活动进程的控制、活动后期的结尾工作，我们都进行得有条不紊。一周的实践服务工作，我们在路上。

暑期社会实践报告总结篇四

二个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如务必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，敢于理解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齐，让我明白了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通潜力。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。透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。透过实践，原先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，透过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会带给宝贵的经验和阅历，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向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，那种盼望双休日的情绪，这种感觉真的很不一样。真的期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明白“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，独立就解决问题的潜力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业潜力。同时在实践中帮忙别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所明白的知识全都交给他们，孩子们也都十分认真的学习着。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向影响着他们“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，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮忙，还应是教育人才和教育观念上的帮忙。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，不仅仅使个人得到了必须的社会锻炼，也帮忙了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

暑期社会实践报告总结篇五

这个漫长的假期里我参加了我村里组织的暑期社会实践活动，虽然几天的活动时间让我觉得很累很辛苦，但我从中获得了锻炼自己，并且学到了很多在课堂上学不到的东西。通过几天的实践活动，使我懂得了一些关于社会基层建设的心得体会。

在炎炎夏日烈日当下，正是因为有这样的环境，才激起了我要在暑假参加实践活动的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生活，同时，也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，锻炼自己的才能，培养自己的耐性，更重要的是体验一下自己所学的东西能否被社会所用到，自己的能力能否得到社会上的承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距的所在。

社会实践活动给生活在城市里的大学生们提供了广泛接触基层，了解基层的机会。深入基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多在书本中学不到的东西，汲取丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵

义，认识到只有到实践中去，到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰苦知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解社会，开阔了视野、增长了见识，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。在这无形中使我对自己有正确的目标，增强了我努力学习的信心和毅力。作为一名大学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，而忽视实践的环节，往往在实际工作岗位上发挥的不是很理想！

社会实践的要求是：认真贯彻以人为本，全面协调科学发展观，全面贯彻教育的方针，遵循学生成长规律和教育规律的环节。以了解社会、服务社会为主要内容，要以形式多样的’活动为载体，以稳定的实践基地为依托，以建立长效机制为保障，引导走出大学校门、深入社会、深入群众、深入实际，开展教学实践、专业实习、社会调查、生产劳动、志愿服务、科技发明和勤工助学等。在实践中受教育、长知识、做贡献、树立正确的世界观、价值观和人生观；努力成为祖国事业的合格建设者。

课本中的知识是没有生命的，但如果将它很好的应用到实际生活中去，它就会挥发出无穷的力量，散发出生命的光彩，因此，我意识到了学以致用的重要性，发挥自己的长处，在最需要我们的地方发光发热。人们常说：劳动最光荣了！这几天里我参加了村里组织的活动中，当我体味到劳动时，我才更进一步地融会了这句话的精神。劳动确实是很辛苦，但确实是先苦才能甜啊！劳动累时大汗淋漓的感受。这些都不是能

从我们在平时的学习生活中所能触摸得到的，这种感受是作为一名劳动者的内心深处中才能体会到的。

有一天的上午，村长就给我安排了一个上午活，然后居委会的负责人让我去市场上刮小广告。我高兴的答应了下来，心想，弄小广告有什么不容易的，用手一撕不就成了！于是信心满满的拿着负责人给的铲子和水桶就走了，谁知道事实和想象是有差距的，而且差距还不小。

我先找到一个贴在墙上的小广告，貌似真的很难弄，拿起铲子刮了半天也没有效果，本来想放弃了！然后去干点别的时情，但是不服气输的性格使我想到了，还没有什么事情能够难到我呢！后来，我就那里冥思苦想，我就突然想起有一次下雨天我走在路上时的情景了，被水冲过的地面上的小纸张，很容易就掉了，所以我就想到了，将小广告上面弄上水，等了几分钟后，果然，很有效果，我就用手轻轻一撕，小广告就掉了。看到了自己想到方法取得了成果时，当时心里挺高兴的，于是更加充满信心，去劳动了！经过一番努力之后，被我清除过的地方确实看得很干净了，整洁多了。

我想通过自己的劳动，自己去动手动脑解决了问题就获得最大的成就，学习亦是如此吧！走入社会，感受阳光，为几天的暑期社会实践活动终于告一段落了！在室外的实践也落下了帷幕。短短的几天里学到的让我已经适应艰苦的环境，我们敢挑战自己，向着万里无云的天空，我们大声喊“让暴风雨来的更烈些吧！”

暑期社会实践报告总结篇六

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。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，我来到了国宇电子有限公司，开始了我这个假期的社会实践。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。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，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，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。

一. 在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的寻找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。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。

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。在多次的面试中，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。

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。如工作的领班所说的“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。”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。”通俗一点就是“撑死胆大的，饿死胆小的。”

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，头脑就要枯竭。我工作中也体会到，因为我们卖场收款处是用电脑进行，如果电脑停止运作真的会变成一团糟，效率大打折扣。不幸的事情发生了。因为公司的电脑主管不在，就需要自己解决。正因我在学校学习计算机专业，主动过去对其电脑进行检查、维修。而我学的知识也得到用处，最后得以解决。这也是我个人价值实现的地方，手上多一门技能也就多一条路。

“求学问是，敢为人先”秉承温州大学的校训，作为温大莘莘学子的一员，作为温州大学生命与环境科学学院生物学(师范专业)的一员，我结合了自身专业与个人特长，选择了“温州大学扬雷锋社会实践队”作为这次暑期社会实践的平台，很荣幸，我也被这支优秀的团队招聘，成为了其中一员。下面，是我对这次为期15天的社会实践的简单介绍和个人感想。

从我踏上大门镇这片热土第一步，我就对这座孤岛产生了莫名的喜爱。我将在这里尝试三尺讲台，尝试讲课，踏出师范生实践的第一步。我相信，我会有很大的提升。

第一个活动是招生，我们准备就绪以后就出发到了大门镇的中心广场，我们分工合作，勤勤恳恳，不敢懈怠。开始分发传单的时候，报名的人并不多，我们都不免担心。也许是广场的热闹音乐吸引了村民，渐渐的，围观的人慢慢增多。当他们知道我们的活动后，都很积极的报名，有的还帮我们宣传呢。善良淳朴的村民脸上那灿烂的笑容，藏不住那略微浮动的皱纹，却表达了对这个活动的认可，对我们的信任，这让我们兴奋又安慰。而电视台的到来更是让我们兴奋，看着队长在摄像机前大方的介绍着我们的团队，我们都发自内心的骄傲。夕阳西下，报名处的工作接近尾声，而试玩区的热闹却不减丝毫。大人们围在书法展示区看我们的队员表演现场书法，不时传来赞叹声与唏嘘声，手巧的姑娘在认真的学编手绳，好动的男孩儿在尝试各种游戏，爱画画的孩子在静静的绘着叶脉。他们灵动的眼睛里传递着对这个世界的好奇，而他们灵巧的双手在塑造对这个世界的渴望。

开始几天，我们专注于暑假作业辅导。低年级一个教室，高年级一个教室。我们8点开始上课，孩子们却早早的就端坐在教室了，他们对我们充满了好奇，我们也是。其中，有个别特殊的孩子。有个孩子右手骨折，他正好是我结对的孩子，所以我的任务不仅仅是教他写，还要代笔，好在孩子很聪明，也很乖巧安静，不调皮。下课的时候，孩子们还不舍得回家，

我们就在操场上玩游戏。童真的美好，我们只能回忆，看着正值美好的他们，我不禁潸然泪下。后来我们开设了特色课程：动物学，植物学，中国传统节日，绘画课，叶脉制作课，手工艺课，趣味英语课，书法课等等。初始，由于不了解孩子们的学习情况，课上的气氛总是不够活跃、太呆板。慢慢的了解过后，课堂再也不是单调的讲课，有讲课有娱乐，有老师的讲有学生的问，有师生的互动有同学的交流，课堂逐渐变得多姿多彩起来。他们也许并没有学会多少知识，也没有记住多少细节，不过，他们获得了很多欢乐与记忆。这就值得了。

临近尾声的时候，我们举办了一次趣味运动会。孩子们不畏炎热，欣然参与，我们当然也不能退缩啊。我负责的是，转呼啦圈，很少有孩子能一分钟持续转，即使后来我降低难度到30秒，还是很少有人成功。不过，令我意外的是，孩子们的倔强劲儿。他们一次一次的失败，一次一次的重来。好多孩子一转呼啦圈全身都在动，就是腰不动。围观的群众笑声不断，连他们自己都会笑，我们队员也不禁莞尔。虽然有奖品，但都是小小的糖果或饼干，相信孩子们在意的，不是结果，而是在享受过程。孩子们的世界就是这样，不管做什么，结果是什么，快乐总是最重要的。

做教育工作者，就应该从孩子们的需要出发，充分理解孩子们的天性，做到一切真的是为了孩子。这次的社会实践让我受益匪浅，学到了很多，也了解了很多，从中我明白了—个基本的道理，一份真心，加一份耐心，加一份专心，加一份动力，再加上自己扎实的专业知识是一个好的老师必备的东西。通过在假期的这段教学生活，让我得到了很多感触。让我实践了教师这个职业的工作，锻炼了我的表达能力，交往能力以及职业技能。这些收获将影响我以后的学习生活，并对以后的工作产生积极影响，我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，而且会让我受用一生！

暑假社会实践报告范文1500字篇三

xx年的暑假，是我上大学以来的第一个暑假，这个暑假，是一个不平凡的暑假，因为我们进行了一次为期七天的暑期社会实践，这次暑期社会实践，让我获益匪浅。

我是一个在葛洲坝出生、长大的孩子，我们全家人都是葛洲坝的职工，这是一个独特的群体，这个群体的诞生和发展见证着共和国的成长。葛洲坝工程的修筑是我们中华民族历史上的一座丰碑，因为，它是在我们国家最艰苦的时刻，由一群平凡却伟大的人来建筑的。那个时代的中国，一穷二白，没有什么重型机械，没有什么技术，更没有在世界级别的大江大河筑坝的经验，十万工人肩挑手扛，硬是造出了万里长江第一坝。我一直在想，到底是一种什么样的力量让他们能够如此？当年到底是一种什么样的情形？历史究竟是怎么样的？怀着这样的疑问，我就设想着走访一些当年的建设者，想听听他们的故事，把他们的故事记录下来。我想，最真实的故事都存留在这些事件亲历者的记忆当中，随着他们的老去，这些记忆也将逐渐消失。这些都是珍贵的历史，珍贵的资料，我应该有义务去记录、保留这些东西，让这些宝贵的东西能够留传后世。这就是我有关这次暑期社会实践的一些构想，就是从这些最初的简单想法出发，才逐渐形成了现在的一整套的方案。我拿着我的想法与一些同学沟通，可幸的是，我的朋友们都赞同我的想法，于是，我们这支队伍就建立了起来，我们建立了一支精明强干的队伍，他们是：李宽、殷莉锋、陈其璟、聂艾玲、田娟。谢谢他们对我的支持。

在出发之前，我们进行了周密而细致的准备工作。我们认真的讨论了我们的主题、具体执行方法，又仔细查阅了许多资料，还多次向我们的指导老师请教。因为我们的准备非常充分，所以我们大家对于这次宜昌之行信心满满，志在必得。

二零一零年七月九日，我们踏上了前往宜昌的征途。当天下午，我们就来到了葛洲坝机械船舶公司的离退休处接洽有关事项。第二天我们就开始了正式的采访。

采访了黄师傅、任师傅、朱师傅、刘师傅。他们都各自从不同的角度向我们讲述了当年建设葛洲坝的艰辛历程。刚开始的时候我们大家还对于这个宏伟工程是怎样建立起来的充满了好奇，听了他们的介绍，我们逐渐对他们的精神产生了敬意，什么是葛洲坝精神，他们言行体现的就是葛洲坝精神。

葛洲坝精神有以下几点体现：

一、对国家的忠诚，对民族的责任感。当年的条件这么艰苦，是什么支撑着他们一直在奋斗，正是这种对国家的忠诚，对民族的责任感。这种精神支撑着一代又一代葛洲坝人，所以现在又许多年轻一辈的葛洲坝人到祖国一些贫困的、边远的山区里建设水电站，为的就是我们伟大祖国的富强和复兴。我们采访的黄师傅就是一个对国家高度忠诚，有崇高责任感的人，他在工作时，是十分认真负责的，从来不收别人一分钱，只要是组织安排给他的任务，无论多苦多难，他都尽自己全力去完成。退休之后，他还总是做许多义务劳动，在汶川地震，玉树地震时，他总是捐出自己微薄的退休金。他的这种精神让我们这些晚辈深深的崇敬和感动。

二、开拓进取，勇于创新。任爷爷告诉我们，当年我们中国还比较贫困，许多设备和技术都跟不上，也没有经验。只有边建设，边摸索。任爷爷以大江截流为例子，告诉我们不进则退的道理，没日没夜的截流，只要有一丝松懈就会功亏一篑。而且他还告诉我们，当年葛洲坝曾经因为质量不过关而被炸掉重建，但是这些难关都被他们攻克了。

三、不畏艰难，迎难而上。朱爷爷告诉我们，当年的生活很艰苦，喝不到开水，没有住房，条件很艰苦。大家的生活都很困难，有很多人生病，但是没有一个人退缩，全民皆兵，男女老幼齐上阵，人人出力，硬是按期完成任务。

这些就是葛洲坝精神，也是我们要这次采访体会到的精神，这种精神让我们十分震撼和感动。

暑期社会实践报告总结篇七

暑假社会实践报告范文2000字篇四

实践目的：社会实践活动要求我们大学生深入社会中进行，从活动中获取社会经验，工作经验等必要的社会技巧。从中认识到自身的不足，以及社会对人才的需求，对于我们以后的就业有很大的帮助。大学毕业后不会因为过度缺乏社会经验而迅速被社会淘汰。这对于我们大学生来说都是一个非常难得的机会，我们应该充分利用这次机会好好认识自己，以便以后更好的融入社会，更好地为社会服务。

实践内容：

实践时间：

实践地点：

实践地点是我们村子的小型企业，离自己家里比较近，上下班也比较方便回家。暑假期间正值农民农忙时节，需要很多人收帮忙，而我在这里负责的就是日常的卸货送货这些简单易上手的零工。虽然这些只是简单的体力活，但是也是需要用心去做的，比如送货上门要先确定好谁家的货，货的数量之类的核算的东西，而且需要恒心和忍耐性，尤其是开车出去送货在路上需要小心，稍有不慎可能会酿成交通事故，通过这一个多月的实践锻炼，我学习到了很多东西，也让我更加负责任。做事更加细心。只有通过自己的努力去争取这样的劳动才是最开心的。这也让我更加清楚自己的能力，对自己的定位更加精确了。

在那里的第一天我便认识了一个和我差不多一样大的同事，这就是我这个假期的搭档，所有货物的装运，运输，卸货都归我们俩负责。刚去的那一会儿，没有什么活要干，我们就一直在聊天，我以为会不会很清闲基本没事干，结果我错了。

下午就来了第一批货，订货的是邻村的一个小商店，我们接过电话记下他所需要的商品，然后我们就开车到仓库里装货。都是一些小商品，本以为会很轻松，都是像啤酒，饮料，方便面，这些小东西。但我明显不如我的同事了，他经常在那里搬运，所以干起来很有经验，什么货物怎么摆放，摆放多高，怎样排列都是有讲究的，所以这次我在干活的同时也学会了一些基本技巧，这些技巧对以后的干活很有帮助，也会提高干活效率。我们俩不一会儿就把一车货物装好了，准备去送货。

由于这是我的第一次去送货，所以我没有开车，也是人家对我的不放心，我们一路驱车安全到达目的地，在确定之后我们开始卸货。我只是个学生没有干过这些体力活，体力自然不如人家，往返跑了几趟之后，变气喘吁吁了。但自己又不好意思承认体力不足，那就只好跟人家一起干了。本来以为干完局可以走人了，还有最后一道程序，那就是等待老板的清点货物。同事告诉我，虽然这都是老客户，但还是当面核对比较好，以免日后出什么差错。我一个大学生自愧不如啊，没在这行干过，还真不知道这里面有这么多的学问，不敢说是大开眼界吧，但也学到了不少东西啊。干完之后我开车回来，由于车上没有货物行路也比较安全，所以他才同意我开车的。其实这车我是会开的，在家里时候也开过，但出来干活就是要小心嘛。干完之后我的同事他负责收钱，由于都是老顾客，所以不怎么担心会有假币之类的事情发生。开车回去的时候很开心，因为这是我的第一次尝试，也有出糗，也有收获，总之很是开心。

之后的几天我们也都是这样过来的，平均每天要送出去4-5车货物，都是临近村里的小商店的日常需要。有时没有什么事干的时候，老板会把我们叫过去帮忙干点别的活，不过这些都是次要的。运货送货才是我们的主要工作。

送货中的有些小插曲的，比如有时顾客下单要20件啤酒当我们送去的时候，他可能就要说不要那么多，或者说要的更多，

再或者说要把啤酒换成是别的可乐之类的饮料之类的都会有发生，遇到这样的事，我的同事总是会很好的处理掉。比起这点来，我就很不知所措，当然也学到了一些比如与顾客谈一下，下次再给你送过来之类的话，我也是很不好意思开口讲这些活，不过也说过一些了，主要还是看我的这个同事的，有这样的同事感觉非常荣幸，也非常幸运，有什么困难，他总是挺身而出帮忙解决。

实践结果：这一个多月的实践活动，让我锻炼了很多，虽然自己以后不从事这样的活动，或者很少从事这类的活动，但我还是学到了很多的东西。比如怎样与人交流，社会上的和学校之内的几乎是截然不同的交流方式，虽然不是很习惯，不过以后会慢慢习惯的。途中也遇到的困难都是自己解决，也锻炼了自己和他人一起共同处理问题的能力。暑期结束的时候，老板和我的同事都夸奖我说我认真负责，我也挺不好意思的。因为他们已经很照顾我的，不过我的特点还真是有的，比如说认真负责，这是一个员工应该具有最基本的工作素质，所以受到他们的表扬也是情理之内的吧。这一个多月的实践活动，是这个暑期我做过的最有意义的事情，增长了不少见识。

实践总结体会：大学生应该到社会中去从事一些社会实践活动，这样才能更加好的融入社会之中。每个人未来都要不可避免的走入社会，提前给自己一些实践经验，只有好处没有坏处。这样的实践活动也是在校大学生缺少的一项活动。虽然只是简单的体力劳动，但是也是需要动动脑筋去思考用怎样的方法，用怎样才能提高自己的工作效率，这些都是从实践中自己总结处出来的。这也是我这次实践活动最好的回报，对我来讲这些宝贵的社会经验非常有意义，这不仅对于我以后的融入社会有所帮助，而且对于一个人的人格培养都有一定作用。通过这次活动，让我更加认清了社会的种种，自己还是个在校大学生，还是比较单纯的思想，自己还是很嫩的，还是需要更多的锻炼，以后总要走入社会，还是需要很多这样的锻炼。

这次的实践活动都是基本的体力活，与我自己的所学的专业没有一点关系，不过还是让我学了一些有关销售方面的东西，感觉很实在。回校之后应该好好学习的同时，多参加各种各样的活动，都可以学习到很多东西。

暑假社会实践报告范文2000字篇五

这是我第二次经历暑期社会实践，第一次暑期社会实践虽然也是收获良多，但是因为是第一次，所以对于情况了解不足，最后总是有着这样，那样的不足。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。我毅然踏上了社会实践的道路。想通过，亲身体验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。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，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，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。在这种情况下就需要我们灵活的去应对。

在参加暑期社会实践后，我明白中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。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,也让我有了更深的感受。

第一: 挣钱的辛苦,整天辛辛苦苦上班,还要担醒自己做得不够好,受到老板的责难。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,原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

第二: 人际关系,人际关系很重要,我们的社会是一个人情社会,拥有丰富的人际关系是我们取得成功的一条捷径,因此我们需要学会去经营自己的人际关系,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。

第三: 自立自强,在家里的时侯,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!

这一个多月的时间都处在跟人说话的状态, 渐渐认识到说话也是一种艺术, 要让别人心服口服的接受你的思想必须在说话上下大力气, 要循序渐进, 语气要恰当温和, 要给人一种亲切的感觉。顾客是上帝, 这话没错, 一定要微笑待人, 决不能板着一张脸, 尤其是不能带着情绪上班, 这是工作的大忌。社会是人的社会, 在社会上就要认识人, 认识更多的人, 与人交流, 与更多的人交流, 而不能恪守所谓的不和陌生人说话, 所有的一切且都是从零开始的, 人和人都是从不认识到认识的, 试着让自己去接受他人, 同时也让别人乐于接受你。予人玫瑰, 手有余香。纸上得来终觉浅, 绝知此事要躬行。真的, 通过实践, 你会发现你所学到的要比从书本上或者从别人那里直接灌输过来的要深刻很多倍, 通过实践你把自己的知识也好, 思想也好, 都和实践相联系, 并不从实践中学得的东西真正转化成自己的一部分了。我想实践与认识的辩证关系在高中我们就已学过了, 就没必要赘述了, 我想强调的是, 通过亲自实践你会更加明白实践与认识的关系的!

总而言之, 作为大学生的我们, 一定要让自己多多参与实践, 使得思想在实践中得到升华, 更好的认识和适应社会生活, 更好的领悟人生的真谛和做人的道理, 为将来以后走出校门, 走向社会打下牢固的基础!

暑假社会实践报告范文2000字篇六

踏上寻梦的旅途, 迸发满怀的激情。

即使是炎炎夏日, 也阻挡不了我们前进的脚步;即使是口干舌燥, 我们也要继续高声呐喊;即使是前方荆棘丛丛, 我们也仍然有破万重山的信心。

七月二十号的这一天, 我们一行八个人, 坐上了开往河南巩义的火车, 我们要在那里洒下我们的汗水, 留下我们的足迹。

火车旅途的辛劳并不能吓倒我们，也不可能击破我们顽强的拼搏精神。

下了火车仅仅经过一个晚上的休整，我们便开始投入到我们的三下乡实践活动中去，我们本着奉献的基本原则，去服务于当地的农民。我们按照我们事先计划好的流程，一步一步的去完成本次活动，活动的事前各项准备、去和当地政府以及相关媒体见面并沟通、活动的前期宣传、调查问卷的发放和回收以及奥运知识的宣讲和体育运动的教学等每一项活动，我们都进行得有条不紊。在此次活动期间，我们没有感受到在异乡的不适，我们所得到的都是当地百姓的热情，他们的积极参与和支持是让我们最受感动的。我们大学生暑期三下乡社会实践活动来到这里，是想运用我们所学的知识，为当地的百姓做些实际的事情。虽然这当中有艰辛和委屈，我们仍能让困难之花开得更加绚烂。

通过宣传，我学到了与人沟通和交流的技巧。

在活动进行的第二天，我们对本次活动的整体框架进行了一次大型的宣传。在大街的一个十字路口挂上我们的队旗，宣传也正式拉开了序幕，面对来来往往的行人，我们首先要有勇气走上前去对他们讲述我们的活动，当然面带微笑是我们与人交流的前提。在和当地的农民沟通的过程中，我们要讲求我们说话的方式和语气以及对待他人的态度。沟通成功与否的关键在于你是否懂得尊重他人和有礼貌。

通过做调查问卷，我学到了分工与协作的重要以及对待每一件事情契而不舍的态度。在我们做调查问卷的时候，即使遇到一些不理解我们的百姓，我们也仍不放弃。虽然一天下来，每一个人都很辛苦，但是通过我们的共同努力，我们取得了很好的成绩，也从中学到了许多东西。

通过与同学进行交流，我学到了他们那种质朴的品质以及好学向上的精神。

奥运的到来，是我们整个中华民族的骄傲，当然农村的孩子们也不例外，相反他们更加的关注奥运，奥运给予了他们奋发的力量。他们那一张张纯朴的笑脸我相信任何一个人见到后都难以忘记，也许这真的应了那一句话“人穷志不穷”。农村的教育虽然比不上城市，但是他们把城市孩子用来玩的时间也用来学习，所以这也是为什么许多农村孩子比城市孩子学得更好的原因。他们用行动教会了我要想赶得上别人甚至超过别人，就要付出比别人更多的汗水。

每天的努力，让我体会到了一个团队的重要性；每晚的加班加点，让我品味到了劳动的辛苦与收获的喜悦；每天的早起，让我沐浴到了晨光的明媚去迎接每一个美好的明天。因为我的付出，我收获到了很多，也感受到了成功的喜悦。在这活动的几天当中，我们一起讨论，一起做事，一起总结，一起面对困难，一起超越困难，我们同奋斗，我们同欢乐。因为这次实践活动，我们更加团结，也懂得了集体的力量永远比个人的力量大。作为一个集体，我们就应该齐心协力，把要做的事认认真真的做好，把要完成的任务一丝不苟的完成。做一次活动，既要有能领导大家的同学，为整个活动出谋划策的同学，也要有心细懂得照顾人的同学，以及擅长写作、擅长摄像和计算机的同学，我觉得我们的“欢豫微尘”小分队在团队的组队方面很好的掌握了这个要求，把我们每一个人的特长都发挥得很好。

如果说我没有见过社会的本质，那么这次实践活动给了我一个认识的平台。

如果说我还是一个一无所长的学生，那么这次实践活动给了我一次磨练自己的机会。如果说我还是认为每个人都享受着幸福的话，那么这次实践活动给了我一次心灵的感悟，让我看清了世界的本质。

感谢这次的实践活动，它让我成长，它让我成熟，它让我懂得播种爱。

看了暑假社会实践报告范文2000字还看了：

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

暑期社会实践报告总结篇八

进入合肥市学院的第二个暑假已接近尾声了，满载些欢喜与留恋回忆着这个假期的社会实践内容。追忆工作的过程，历历在目。最先带着激情与期盼在四处奔波挑找工作，经过一系列努力的联系与奔波最终到了合肥云博购物中心，为其做业务员。

起得很早在等69路车，经过4站最终到了世博园站。最先去时首先和店里的其他员工打交道，交流感情，熟悉工作流程。经过一会的攀谈后，我跟她们开始了解和熟悉业务并试着自己开始销售物品服务顾客。当讲的很投入，我听的很认真，

我负责的事洗衣粉等物品的业务，掌握了以后开始自己走入工作岗位。第二天进入工作后没多久就有一位女性消费者走过来，问一些商品的用性能和性价比。我帮讲解着，其中我记得最清楚的`是问我奥妙的洗衣粉怎么样。我首先把洗衣粉背面调过来跟她讲你看看别的洗衣粉后面都没有可以去除99钟污渍，别得意细分都没有详细说明，这点同类别的商品没有做到，而奥妙做到了，胜人一筹。还有我联系实际，跟她讲我使用的也是奥妙洗衣粉，去污效果确实不错，而且洗衣服时不易掉颜色，洗后衣服有点淡淡的香味。买洗衣粉，奥妙的功效很不错，而且性价比都很还不错值得购买。她听得很认真，又问我奥妙的洗衣液怎么样。我跟她说由于奥妙是以洗衣粉起家，洗衣液的功效可能没有洗衣粉那么强大，不过洗衣液这种商品不是什么高科技，难度不大，所以奥妙的洗衣液还是可以的，您可以先买一小瓶试一下，效果好就再买，不好就选其它的。人重视要尝试新鲜的事物，这样才能更经济，更有知识，更会作抉择。晚上我下班比较早点9:50左右就下班去等候公车了，然后回宿舍。这个假期尽管很累，遇到一些保守顾客时耐着性子为其答疑。遇到不商品在哪里摆放的顾客，为他们指明位置。一站就是一上午，一整天，有时真的很疲倦，腰酸背痛，但是还是咬咬牙，听一听。下班之后回去很晚才休息，一天工作很多小时，起得很早，很忙碌，但是感觉很充实。尽管吃了一些苦但是学到了很多知识和技能，获益匪浅。

经过那些又苦又累而且消费很高还吃不饱的日子，了解到了作为工薪阶层的辛酸。同时在昆明世博购物中心工作的那些时刻，真正融入了社会，进入了市场这些平时在书本上出现的名词。把市场营销和促销这些企业管理的知识运用到了我的工作中。把为公司服务和为顾客服务的工作理念作用于实践。对待每一位客户无论其衣着怎样都真诚接待和，认真为其讲解机子性能和答疑。自己内心是十分的喜悦，因为在工作中真正的增加了我的知识，提高了我的交流沟通水平，锻炼了我的能力与专业技能。

回想起来，我很高兴能进合肥世博购物中心工作。在工作中尽管有很多困难艰辛，但它们都是以后生活和工作或多或少都会碰到的问题。现在出现，为以后踏入社会和工作积累了许多宝贵经验，留下了一笔宝贵而不可多得的财富。在克服这些困难艰辛时，提升了自己，升华了自己。“参加社会实践是在校大学生必不可少的一门课程”这句话在我心中有了更深一步的体会。在市场经济下，只有踏入社会，踏入工作进行一定的锻炼，才能为以后的学习和成长做出积极地贡献。把理论和实践联系起来，在实践中丰富知识，升华自己。毕竟“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”！