

2023年高中生暑期社会实践报告汇编(汇总9篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。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。

高中生暑期社会实践报告汇编篇一

随着暑假的开始，我开始寻找我的又一份社会实践工作，鉴于上次实践的经验，我发现自己对面向销售人群的工作很感兴趣，于是，我这次找的工作是，奶茶店的销售员。

原以为奶茶店的社会实践会很简单，可几天后，才意识到门门都有学问。我的老板是我以前的一个邻居，他给了我很大帮助及启迪。这次社会实践的地点在在中心街道一家不大的店面，叫自由自在。店里同时雇佣着一个调制奶茶的小师傅，而我负责的是店面的接待及收银。有了上次的经验，我对这一次工作蛮有信心的。

工作是要在有限的物质基础上创造最好的效益，创业者需要专研，工作者需要适应有限的环境。第一天很顺利，然而后来，随着暑期的开始渐渐多起来的消费者，我开始觉得很烦，开始埋怨小老板吝啬不雇请一个来帮忙。他知道后告诉我，他创业资金有限，所以需要很好的规划，人工，店面，材料哪一样都不省心思。于是，我学着去适应客流高峰期的忙。相互体验该是受雇双方的一种美德。

高中生暑期社会实践报告汇编篇二

暑假刚开始，作为高中生的我们怀着憧憬，前往xx市的书店

新华书店进行我们的社会实践活动。

我们一组10人对即将开始的实践活动充满了好奇的。以前我们来的新华书店的次数不少，但没有人对这儿深入进行了解过这么多书是如何在浩瀚书海中定位的，书店的管理是如何进行地井井有条的？这些书是怎么从仓库中搬出来的？这些好奇也成了我们进行此次活动的动力。

一位柜台经理很热情的为我们讲述了大概任务。他将我们10人分为第一层3人，第二层4人，第三层3人的组合。起先工作人员安排我们站在柜台旁做接待员，如有顾客来查询书的位置，我们只需将书的名字输入电脑，屏幕上便会立马显示方位。极大地提高了工作人员的办事效率，但首先要求是书要按照要求摆放于指定地点。在这段时间内我们帮助了很多人找到了他们需要的图书，心里都美滋滋的。

接着，柜台经理又给我们换了一个岗位，她给我们一人一块抹布，要求我们将书架上的灰尘擦干净。开始我们拿着抹布，望着林立的书架不禁要倒吸一口凉气。相视苦笑后便埋头干了起来。我们将每个书架都认真的擦了一遍。一旁的工作人员在不停的夸我们干的认真仔细，还有些顾客会上来主动询问我们是那个学校的，我们都会笑着自豪地回答“xx中学的”。这些激励，使我们的工作热情更加高涨，我们干得更起劲了。

时间过得飞快，转眼间已到中午，我们相聚简单的吃了顿饭之后便又回到了工作岗位上。

下午我们所分配到的任务是搬书。我们戴上手套，尾随着工作人员来到仓库。一进仓库我们眼前顿时一花。只见这儿，书满满堆堆排放了好多，每天要将这么多书搬至书架上，那么这书店中搬书员的工作强度可想而知，我们也不禁对这位工作人员身体素质暗地称奇。没有多说什么，我们也体验了一次搬书员的辛苦。我们一次次的将书搬到车上，再一次次的将书整齐的摆放在书架上，忙得热火朝天的。外面是寒风

刺骨，但我们各个头上却是汗如雨下。

不知不觉中充实的一天即将过去，我们对新华书店工作人员表示了真诚的谢意，并送上我们精心准备的纪念品。在余晖中我们在门口留下了印记，我们空手而来却抱着一颗充实的心灵而去，结束了我们一天的实践活动。我想说我们虽然很累，但精神上却得到了满足。

高中生暑期社会实践报告汇编篇三

人总是羡慕得不到的东西。学生时代，我曾经向往劳动人民自己挣钱，自己花钱。当我真正开始在暑假赚钱的时候，我发现一切都没有我想象的那么简单。这个时候的我，总是怀念学习生活，总是想快点开学。

回顾我的暑期工作，我只能用一个词来形容：困难。这种困难和学校遇到的不同。个人认为比学校遇到的要高。

首先，找工作很难。想想也是。谁想找一个没有经验，想做短期学生的学生？我已经用招聘通知店面。谁知道，当我说出我的初衷。被微笑迎接的老板180度大转弯，冷冷回应我们已经在这里找到一个人。我不相信他。通知显然是新的，店里只有他一个人。新人在哪里？我已经陆续找了其他工作。我甚至找过中介，都失败了。最后通过朋友找到了合适的工作。

在工作的过程中，我遇到了很多十几岁的小哥哥小姐姐。一开始我只恨自己出道太晚了。和他们比起来，我好像老了。但是，慢慢的，我感受到了世界的艰难。很难想象十几岁就开始面对社会的年轻人是怎么忍受的。也许每个年轻人都会羡慕还在上学的同龄人。现在，我知足了。二十多岁的我还是有很好的学习环境，有机会接受高等教育。我必须利用这个条件。路还是在我自己脚下，前路还是很光明的。我有信心我将来会走这条路。我珍惜现在拥有的一切。

上班第一天，就面临着各种各样的规定。什么被剪成平头，什么穿工作服，什么刮胡子。如果你在学校，即使你执行，你也会得到一些折扣。在工作中，这是命令。做了就应该做，不做就应该做，除非你不想做。虽然，领导也会说，不要当面顶撞，但私下单独解决就可以了，但是有用吗？现实吗？这些大多是空话。领导喜欢那种油嘴滑舌的人，而不是喜欢提意见的人。很少有人说自己得罪领导。

工作中做事要小心。说话的时候要小心。我会一辈子记住工作中的一件小事。那是在总经理办公室，我坐在总经理的椅子上。这时，一个姓余的经理走了进来。我故意用总经理的语气说：“不到，坐吧。”

我当时没意识到这句话有什么问题，但是事后经理告诉我，我当时让他丢脸了，灾难就从他嘴里出来了。如果我对其他经理说这些，也许我会引起一些是非。想想也是。毕竟他是我的上级，老板和几个经理都在场。那样称呼他是非常不好的。好在余没有追究。

上下级关系完全不同于师生关系。我的实习经理说过一句话，我至今记得很清楚世界上没有那么多公平的事情。如果你是一个简单的学生，无论如何你都不会理解。其实就是这样。每个人都应该有能力和毅力去应对不公平的事情，并坚持下去。学校不是这样。有一次，我们和老师商量如何参加考试。想想都可笑。也可以从另一个方面来理解，老师真正关心的是学生的实际情况，而不是毫不留情地执行某些死规定。这也是听领导话的人无法理解的。

挣钱是很难的，即使你努力工作，合理地得到你的劳动收入。老板总会想尽办法少给你工资，上班迟到扣钱，上班吃饭扣钱等等。这是小老板赚钱的一种方式。这让我想起了《雷雨》里的情节，周师傅为了不给工人发工资，让工人死的很艰难。这样的事情不会发生，但是类似的事情从来没有断过。

在资本主义初级阶段，资本家为了获得更多的剩余价值，延长了工作时间；提高劳动强度。总觉得自己活的不是21世纪的社会主义国家，而是一个人剥削别人的旧社会。我是一个底层劳动人民，也是被资本家剥削的。老板会尽可能延长员工的工作时间，在给一个经理发工资的同时会安排一个以上的工作，尽可能的榨取他们的价值。很难想象如果一直这样生活下去，我会怎么承受。很难想象那些同事是如何月复一月，年复一年地熬夜的。不敢想，也不想。毕竟我不会在这个位置。我还有时间和机会为我的新生活而奋斗。

在工作中，人们看不起他们，甚至接受培训。为什么人与人之间只能有利益？为什么这种关系这么明显？有时候遇到这种事情，真的很想一时冲动就退出，或者叫一些朋友来收拾敌人稍等。但是转身想想。我可以做几天。能忍就忍。把它当成提前适应这个社会的机会，用一点孔乙己精神去争取，把它当成儿子去培养老子。但我还是希望以后的工作生活不要这样，人与人之间的很多事情都可以和平解决。

每天只是单调的通勤，假期也不多，让本来就很累的工作更加无聊。也许工作会是这样。现在学习期间每周休息，以后工作可能就不会这样了。在枯燥的工作中寻找乐趣也是一种能力。现在只抱怨一天八节课烦，这算什么？最多只有一天吗？有足够的时间去调整和适应。

它不适合在工作中更改地址，从同学，晁海，变成了大师，小庄，很快就会其他；老庄。这个变化让我从一个好学生变成了一个体力劳动者。我想知道为什么有些名字必须直呼其名。同名同姓的人多，同名同姓的人少。直呼其名不是很亲切，很混乱。人这样做只是因为方便叫姓吗？只要稍微用心记住对方的名字，叫出名字，一定会让对方觉得很温暖。反正别人叫我名字不叫我姓，我就觉得很亲切很温暖。我也尽量做别人的名字，这样和别人更亲近，也是一种沟通方式。

其实工作中也会有乐趣。因为你不在家，学会知足。领导的

一个微笑，同事的一点关心，都会让人觉得无比温暖。想要被别人关心，首先要注意关心别人，给别人温暖。付出和收获成正比。不管苦还是累，暑假已经过去了。重要的是，在暑假的实践中，我学到了以前不知道，在学校也没学到的东西，增强了自己的能力。这些对我以后的学习和工作都是非常有益的。

这个做法真的帮了我很多。感谢学校给我们这个机会把自己推向社会，感谢那些在实践中给我无私帮助的人。我会在未来的学习中更加努力，朝着自己的目标不断前进。

高中生暑期社会实践报告汇编篇四

人们多有这样的经历：一大盒礼品，拆开一看，大部分是用泡沫塑料填充的；去商店买一支牙膏或一盒玩具，售货员会用一个小塑料袋包装；去农贸市场，可以收集到一大堆塑料袋，蔬菜、水果、肉类、米面……无一不用塑料袋装给你。塑料制品给我们的生活带来的许多方便，而且价钱也便宜。但是，你可曾想过，它在为人们提供方便的同时，也给人们带来了一场“白色灾难”。

我们进行了多方面的调查研究，查阅各种资料，并进行分析总结。

“白色污染”主要指白色的发泡塑料饭盒，各种塑料袋，农用地膜等给环境造成的污染。

- 1、塑料垃圾没有得到妥善的管理和处置，垃圾没有实行分类收集，能回收的不回收利用。
- 2、许多企业对于生产过程中产生的白色垃圾没有科学地处理。
- 3、尽管在创建省级文明卫生城镇的口号下，我们的镇变得整洁得多，但总的来讲，人们的环保意识比较淡薄，滥用和随

意乱倒塑料制品现象相当普遍。

（一）视觉危害：

散落在环境中的塑料废弃物破坏了市容景观，给人们的视觉带来不良刺激。

（二）潜在危害：

- 1、塑料地膜废弃物在土壤中大面积残留，长期积累，造成土壤板结，影响农作物吸收养分和水分，导致农作物减产。
- 2、动物当作食物吞食后，会导致动物死亡。
- 3、部分的塑料含有毒性对人体的健康不利。
- 4、使臭氧层变薄。

高中生暑期社会实践报告汇编篇五

销售工作很锻炼一个人的修养。包括语言能力和容忍度。每一份工作都会锻炼我们不同的素质，但是我从不知道，销售竟然考验着修养！在我慢慢习惯每天的工作时，出现了一个个小状况。店里来了几个挑剔的客人，不是挑剔店里的吊兰颜色太老就是嫌弃牛奶比例不好口感不醇正。从一开始的点单到挑剔口味到买单，每一秒钟都挑战着我的神经，我几乎想把他们直接赶出去了。无奈之下我叫来了小老板，然后神奇地看着他把他们搞定。实践中的耳濡目染的冲击，远比市场上形形色色的所谓销售宝典强的多。

工作会消磨人的初衷，不要忘了微笑，不要为金钱所桎梏。一开始，我觉得顾客随意搭配很有趣，可随着人流的增加，我开始不耐烦，觉得他们太挑剔了，我满脑子剩下一个念头，快点把他们对付过去。知道有一天，小师傅提醒了我，才惊

觉，我忘记了内心的微笑。恍然有所悟，工作环境会在不知觉中改变一个人，但是你可以坚持自己。

而小老板的创业理念也扩张了我的见识。他让我明白了一个年轻创业者的艰辛，风度，担当。他的创业理念，以及坚守的受佣双方的相互理解及共赢都令我敬佩。

而且，工作中结下的战友情令我很珍惜。我也得以见识不同的人群的不同视野，或许，这该是我最宝贵的财富。

曾经，我以为工作就是工作，容不了一丝其他的。然而，小老板告诉我，在他的店里，忙时尽力工作，没有顾客时，可以说说话聊聊天，悠闲一点。老板和小师傅都是很健谈风趣的人。这是我这次社会实践不一样的收获。难得的，在这一家简单的奶茶店，我收获了许多，体验到了不一样的工作乐趣，度过了我的第二次社会时间。

的艰辛，风度，担当。他的创业理念，以及坚守的受佣双方的相互理解及共赢都令我敬佩。

而且，工作中结下的战友情令我很珍惜。我也得以见识不同的人群的不同视野，或许，这该是我最宝贵的财富。

曾经，我以为工作就是工作，容不了一丝其他的。然而，小老板告诉我，在他的店里，忙时尽力工作，没有顾客时，可以说说话聊聊天，悠闲一点。老板和小师傅都是很健谈风趣的人。这是我这次社会实践不一样的收获。难得的，在这一家简单的奶茶店，我收获了许多，体验到了不一样的工作乐趣，度过了我的第二次社会时间。

高中生暑期社会实践报告汇编篇六

大学的最后一个暑期，我是在中国联通gl分公司中度过的，还未踏上工作岗位的时候，我把它当作是我大学生活的一个

舞台、一个战场，强烈地期待着，跃跃欲试!仅因为我需要这个能够历练自己的战场。

我实习的单位是中国联通gl分公司校园部，青年企业家训练营里聚集了来自gl八大高校的42位同学，我们这个大家庭有着一个响亮的名字沃行先锋!实践的第一阶段7月19日至7月28日，公司邀请了师大一些著名的老师和公司一些业绩骄人的经理来为我们进行理论知识培训，比如说我们社会学专业的程中兴教授给我们传授了《社会调查方法》一课;师大社会学与社会工作系主任李昌阳老师把社会公益和爱心深刻地为我们演绎;师大音乐学院党副书记蒙志明老师关于人生规划与管理的教导;师大团委副书记罗元老师关于公益创业事业的讲解;还有校园部吴经理对我们展开了礼仪培训，传统营销技巧讲座;李圃经理对我们进行了为期两天的3g体验式营销培训……近十天满满的培训，较之平时上课，同样是在教室，同样有严格的考试，但是面对紧密接触到社会、接触到客户、市场、利益的培训，更让人受益匪浅。实践的第二阶段7月29日至8月9日，这十天，我们42个人被分配到gl市7个不同的营业厅进行3g体验式营销，我被分到了漓江路的恒祥营业厅，我们组的主要工作业务有借助体验式营销进行3g卡的推广、指导用户操作自助服务机器、拓展宽带和无线上网业务等。很庆幸自己发现问题之后就及时调整好心态，当然在这个低谷期，我得到了工作伙伴的鼓励与肯定。所以，不管面对什么样的客户，陷入怎样的情境中，我都给自己定制了一套工作方法：首先自己就必须喜欢并且接受公司的产品，然后再根据客户的需要以及公司实际掌握的资源，最大限度的满足客户的合理需求，其中抓住客户心理后使其对公司产品产生兴趣，在我们产生共鸣后促成交易。时间是最好的见证着，我做了一个适合自己做的、自己能做的计划。实践的第三阶段8月10日至8月20日，我们进行了综合素质拓展与户外营销。营销的过程中，再刻意增加一些诸如登门槛、滚雪球等专业技巧的小乐章，也能使人感到快乐，一种学有所用、坦然的快乐。

三十二天的实习是充实而且快乐的，在这个本以为自己会不习惯的八月，快乐已经取代了温度成为我社会实践的主旋律。事实也本该如此，开营仪式、橘红色工作服、七星公园素拓、活跃的岗前培训、营业厅里的空调、公司食堂的可口菜……一切都历历在目。通过这一个月的实践，发现了诸多问题，关于自身的思考，关于公司的思考，这同样是我在实践中收获的一笔宝贵财富。

很多大学生都会感觉到，大学校园里有一种散漫的气氛，都能深刻感受到中学与大学在生活节奏方面存在很大的落差，这种慢节奏同样与快速发展的社会是不相符的。在我们雁山校区，学生与社会接轨的机会更是少之又少，甚至可能会有学生单纯的把学习课程和参与学生活动的多寡用来衡量自己社会认知、社会实践平水的高低。我以为，这是象牙塔里一个天马行空的想象。毕竟现行的大学教育与社会的发展是有较大出入，处于预期社会化时期的我们，学习不能只是关于教科书的学习，实践自然也不能仅是搞搞学生活动，我认为个人积累社会阅历的最好方式还是有要投身与社会这个大熔炉里面，扩大自己的社会接触面诸如与不同的社会群体、地域、职业等发生关联。当自己已经掌握了前进的资源 and 条件时，大学生还应该拥有一种叫做坚持与责任的素质，只有这样，才会得到资源提供方与自己的肯定，持之以恒是一个社会实践者最为漂亮的实践姿势。

中国联通是中国唯一一家在香港、纽约和上海上市的国有电信运营企业，作为电信行业的后起之秀，它向世界大声宣告自己创新改变世界企业文化，同时它也在为让一切自由连通的使命不断奋斗！引进wcdma制式、开发3g网络、新势力校园套餐等都体现了其创新精神，这是值得我们大学生去认真学习的。但是联通由于自身发展年限和战略的影响，是存在一些问题的。下面我就针对其校园业务，浅析其校园市场存在的问题以及对策。

在这个竞争无比激烈的电信市场，市场的开拓与维系都很重

要，用户是公司的上帝，所以有针对性地、人性化地为其提供一些服务，给予其一些优惠是很有必要的。

做营销的不怕没有市场，就怕没有肯替你卖命的直销员，管理学生直销员不需要你有雄厚的资金，但需要你有一颗换位思考的心，可以给其一些必要的优惠、为其提供一些培训和发展的机会等。

现在爆料出很多关于电信运营商乱收费的现象，其中很大一部分是由于用户扭曲事实与一些客观因素造成的，虽然公司一向是诚信经营，但也并不意味着公司不需要去安抚用户心理，因此更加透明地进行费用管理是很有必要的。

高中生暑期社会实践报告汇编篇七

在学习、工作生活中，需要使用报告的情况越来越多，通常情况下，报告的内容含量大、篇幅较长。那么大家知道标准正式的报告格式吗？下面是小编帮大家整理的高中生暑期社会实践报告，欢迎阅读与收藏。

每天看着爸爸辛辛苦苦挣来的钱给我交学费，心里很难过，于是有了一个想法：暑假打工。这样可以减轻爸爸的负担，我知道挣钱不容易。我在xxx的一家农家乐上班，平时不怎么忙，要求也不多，因为上班的老板是我爸爸的同学，他也不像餐厅那样问我。

每天早上八点半起床，晚上不确定，因为不像是固定工作时间的'大酒店，晚上接待客人。我每天早上起床都尽可能快地洗漱。这里不像在家。我需要快点洗。然后扫地，擦地板，擦桌子。然后准备好今天的東西，比如餐具、筷子、茶壺、水壺和餐巾。然后我开始吃早饭。吃完饭我会洗碗蒸饭。如果有客人，我负责拿餐具筷子，给客人泡茶水(通过这次，我了解到一般年轻人都不爱喝茶水)。(点菜的时候需要知道客

人喜欢什么口味，比如辣的重的，不喜欢姜葱香菜的，都是慢慢学来的。).然后撕下一份给厨房。做好之后我负责上菜。客人离开后，我会立即清理桌子上的餐具，迎接下一位客人。

因为这是我爸同学开的农家院，没要求我什么。因为天气原因，我每天都穿拖鞋，下雨天很滑。现在才知道，以后还需要改进。为了美观，我每天都把头发弄松，所以那天上菜的时候总会掉一根头发。还好我及时发现了，不然后果很严重。有点贵，因为很偏僻。我建议老板削减一点钱，这样就不会有回头客了。

通过这22天的工作时间，感觉自己已经意识到父母挣钱不容易，以后也会体谅父母。还有，在服务业，不要穿拖鞋，要穿合适的衣服。头发要梳好才不会掉到头发里，或者能更好的和客人交流，让客人看到我们的眼睛，因为眼睛是心灵的窗户。兼职结束了，但是社会工作对我的巨大影响还远没有结束。它让我们走出校园，走出课堂，走进社会，走上与实践相结合的道路，去社会的大课堂看世界，展示自己的才华，成长自己的才华，磨练自己的意志，在实践中检验自己。虽然半个月的社会实践很辛苦，但也充满了欢笑和欢笑。是欢喜？还是依恋？回过头来，才知道无聊中有希望，苦涩中有甜蜜。

高中生暑期社会实践报告汇编篇八

转眼间，这个暑假已经过去一大半了。这个暑假可以说过的意义非凡，七月中旬的时候经我哥同学介绍来到长城制冷公司组装线上工作。工作一个多月了，收获最大的是亲身体会了社会与学校的差别。在学校中都明白的道理，在社会中或许承受不了。学校里毕竟是理论的天地。在这里，学会自己承担属于自己的责任，谁也没有义务替你完成你的责任，别人的错误不是自己推卸责任理由。在这里，学会了忍耐，这个夏天真的是很热，在组装线上工作，尽管有风扇、冰块，

可是汗还是一滴滴的往下流，这时候没有烦躁，依旧心平气和的组装冰箱蒸发器的下蒸，热了流汗就行了，然后多喝水，现在想想都不知道从哪里来那么大的耐力。好几天晚上累的都睡不着，手腕太难受了，真的很想第二天辞职回家不干了，可是第二天早上起床还是决定接着上班，好不容易有一份工作，一定坚持到底。

在长城制冷公司里呆了一个多月里，有一天突然发现自己不会想学校里的那些问题，学校似乎离我很遥远。生活变得简单的不能再简单了。早上六点半起床买早餐，七点半左右上班，上班等着吃午饭，下午上班等着下班，下班就吃饭、洗澡、睡觉。和室友聊来聊去就是今天有多么受累、工资少得有多么可怜、厂里的哪些人好、哪些人有心思，其他就没有什么活动了。学校里的三点一线在这里真的是三点一线，三点是制造一厂二车间、宿舍、食堂，还有一条组装线。没有空闲出去逛逛，来了合肥那么多次，都没有把合肥好好看看。来也匆匆，去也匆匆。不过这个暑假不是来合肥玩的，是来打工，挣点零花钱，都这么大了，不可能问父母要零花钱了，虽然挣得不多，可也是自己辛辛苦苦一点点挣来的。花自己的钱心安理得。

在组装线上工作感触最深的是那句古话：工欲善其事，必先利其器。手法应该也算一种“器”，手法拿的准，拿的快。干起活来才不会很累，效率才会高。很多时候，线速调的快了，手法跟着也会乱。往往是越乱越忙，越忙越乱。在紧张的时候，保持自己的稳定真的很难，也只能说自己的手法还不够快，能力还不够高，还得提高。时间久了，做得多了，自然而然就熟了，这就是熟能生巧。刚开始的时候，总是很慢，到后来就凭的是感觉，不同产品、不同的零件摸起来的感觉是不一样的，有很多很像的产品，时间久了，凭感觉也可以分别出来。很多时候发现错误就是凭感觉发现的，就是拿起产品一瞬间的感觉。

小事，或许别人不会明确的感谢你，但是他们会记住的，在

你需要的时候也会尽自己的能力帮你。这个社会一个人生活是枯燥的。干的活越多，责任也就越大。有些时候的确是感到很委屈，觉得被别人使唤、甚至利用，可是花花肠子谁没有那么几根呢？刚进入社会吃点亏，多做点是没有坏处的。常常想占便宜的人却占不到，因为别人都知道的，只是不说罢了。与人交流是大学问，经常开一些小玩笑，大家乐一乐。关键时候玩笑是开不得的，该认真对待的时候就得认真对待，不然别人会说吊儿郎当，没有责任感。

课本的知识老师主动会教给我们，社会上的东西得靠我们自己一点摸索，一点点请教，一点点积累。遇到新任务，师傅第一看态度，第二看能力。当然有些任务因为有能力才交给你，态度依旧居第一，尤其是在学习新技能的时候。认真对待了，就算是失败了，师傅也不会太生气，自己也问心无愧了，因为自己已经尽力了。

象中的多的多，有时候，只是缺少了一种压力与毅力。在外面，有些时候真的是身不由己。

出门在外不可能像家里一样，吃得好、睡得好，要努力自己照顾自己，如果自己的身体连自己都不珍惜，那谁会珍惜呢？我所认识的员工基本上都说员工餐很难吃，可我不觉得，大概因为自己是学生吃惯了食堂的饭菜吧，线上的好几个人都有比较严重的胃病，平时乱吃乱喝，自然对胃很不好。养成良好的饮食习惯很重要，每天一日三餐正常吃饭，平时吃点水果，身体才是革命的本钱。

这个暑假过的身累，心不累。尽管每天基本上都是一样的生活，偶尔和大家聊聊，也是挺开心的。留下唯一的`遗憾就是没空上网看伦敦奥运会，看中国的健儿们为国争光，无论有没有拿到金牌，都是好样的。暑假也过得差不多了，带着这一个月的回忆努力奋斗，希望能够开创好的未来！

高中生暑期社会实践报告汇编篇九

20xx年xx月x日，我们怀着第一次参加社会实践的喜悦，前往东河小学。

或许还是在上课吧，初至这个学校，那里并没有想象中的那么热闹，仅仅有一个班的小朋友在操场上玩耍。班长给大家分配了任务，我们小组被安排在操场打扫。或许是不能直接走进教室和小朋友交流，大家颇感失望。然而当我们拿起扫帚，簸箕，挥舞在操场上，看着一段段跑道，球场被大家打扫干净，心中也充满着成就感。

不一会儿，到了大课间，小朋友们站着整齐队列从教学楼里走出，还蹦蹦跳跳的，到操场里做操，而我们也放下了清扫工具，看他们做操，在课间里同他们交流。

操场上，小朋友们三五成堆，在嬉戏打闹，也有一些安静的小朋友在墙边玩自己的卡牌，还有一些小朋友围在一起嘻嘻哈哈地聊天。

美好的课间如此短暂，小学生不会一个课间坐在教室只为等下一节课的到来，而是当上课铃响起，冲回教室。这不是不知珍惜时间，而是每个人本该有的玩耍的天性。

或许没能走进小学课堂是一个遗憾，或许没能给小朋友更大的帮助，但我们相信，我们给小

朋友带来了清洁的活动场所，带来了半天的欢乐。而这一次社会实践给我们的启示，或许不是三言两语所能讲述。我们本该如此，时刻以学习者的身份出现在他人面前。