

最新假期的社会实践 假期社会实践总结(模板8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

假期的社会实践篇一

记得曾经有一个长辈就跟我说：不过做什么要多做事，少说话！话虽简单，但真正做起来就不简单了。俗话说：做坏人简单，做好人难啊！只要做一件坏事，在别人的眼里，这个人就是坏人！要想在别人眼里改变形象的话，就要做无数的好事，但还不一定能改变。

要在众多同事、干部眼里一开始就流下一个好的映像可不是一件简单的事情啊！于是，我制定了以下几大要点：

俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。所谓不可以串岗，就是不可以擅自离开自己的岗位。我们每个促销员都有自己的岗位——分属各个货架、产品。比如，我是酒水这边的，就不能随便跑到食品那边去，食品上的人就不能随便走到我们酒水这边。为什么不可以随便串岗呢？其实是这样的：我们没一个人都有销售任务和自己负责促销的产品，你走开了你的产品就没有人介绍了哦！同样你走到别人那里抢了别人的商品不是更不好了吗？这也是我们常说的“锹货”。“不可以闲谈”也类似这个原因，如果几个理货员没事做的时候都在一起闲谈，那么就没人给顾客介绍讲解了，东西买不出去就完不成任务了啊！还有，“不可以把手机带在身上”，这个规定看似严格，其实是有其中的原因的。以前超

市的同事们上班互相发短信息，不认真上班，没人看着货物。所以，后来经理就规定了：不可以把手机带在身上！可以把手机带来上班，但使用不能过于频繁。对于这个规定，大家还是很理解的，毕竟上班要有上班的样子的，超市的营收和自己的收入有很大的联系的。当然，还有很多的规定，比如：上班不可以抽烟、不可以坐下来等等。所有的规定我基本上都能自觉地遵守的。我认为，这些是最基本的，当然要遵守了。

在超市做促销员，有时还是很忙的。特别是星期一、星期二、星期三，这三天是结帐的日子，很多的供货商都在这几天送货，然后顺便结帐。有时候，一连几家供货商送货来，这时候就忙了，有很多货物卸在收货处。仅有几个人在收货处是忙不过来的。既要验货又要把货装走。于是，他们就需要人来帮忙了。我是刚来的，当然不能呆在一边看了，为了表现好一点，我都是很主动地跑过去，把各个柜台的货物分开，并分别送到各个货架附近，再卸下来。如果是一般的货物倒是没什么，但有时候有的商家送的是饮料、酱油、食用油之类的货物就很重了。一箱都是好几瓶！很重的！我们超市进货都是几百箱饮料、几十箱酒的，每卸一次都特别累！有时，睡觉到了早上，手膀都疼，还全身没劲！没办法，谁让我是新来的呢？所以，不管有多累的活，我都会很积极很主动地去帮忙。于是乎，我在同事眼里我是个积极的，在干部面前我也给他们留下了好的映像！

所谓“上货”，是我们常说的，说通俗点，就是“补货”。货架上的货物被顾客买走了，货架不就空了吗？还卖不卖东西了？这不行，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。当然，不是每时每刻都有货上的。有时，货架上的货物都补齐了，不就是没有事做了吗？就站在一个地方看着货架发呆，还是来回来回闲逛？当然不是了！如果没有什么顾客，也没有货要补，在过道里走来走去，被经理看到是不怎么好的，感觉上我没事做，在混时间！毕竟是老板，不会养

一些闲人的。老板雇佣你，是要你为他创造财富的，不是养你的。所以，我应该找些事情做一下：抹货架。货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。这样不但给顾客流下了个坏印象，而且货物就卖不出去了。谁也不希望我们的东西卖不出去的。其实，抹货架还有个好处：可以坐下来！这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊？所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架。正是有了以上几点要领，我在超市表现还是相当好的。

假期的社会实践篇二

今年寒假，我找了个社会实践的单位，在实践的过程中，也感悟了许多，成长了许多。

一：挣钱的辛苦

整天在公司辛辛苦苦上班，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！

二：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。

三:管理者的管理

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!

四:自强自立

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!

五:认识来源于实践

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，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 and 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。

六:专业的重要性

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。

经过这次的实践，在今后，我会刻苦学习，学好我的专业知识，将来才能在工作上发挥出我的优势。

假期的社会实践篇三

此次社会实践的主题为“走进老年公寓”。

随着现代社会的飞速发展，老龄化问题日益突出。在以前老年人养老通常是由子女抚养或者是自己照顾自己。但随着现代经济的发展，竞争力变得日益激烈，人们为了生活，经常将自己的大部分时间用在工作上，这样就导致家中老人无人照顾，会引发一系列的问题。老年公寓由此而产生。

当老年公寓一个接一个的建立起时，它的服务设施等方面也渐渐地引起了人们的关注。因此，我们希望通过部分老年公寓的调查，了解xx市老年公寓的基本办院理念。分析总结出老年公寓的大体情况，使社会大众更加了解老年公寓，为老年人选择公寓提供一些参考。

此次实践调查，我们走访xx市三个区的老年公寓。分别是平江区老年公寓□xx区老年公寓，沧浪区老年公寓，以下是它们的概况及发展情况：

平江区老年公寓：平江区老年公寓是平江区民政局的直属单位，位于白塔东路44号，公寓占地面积2700多平方米，建筑面积为3700多平方米，集养老、疗养、休闲于一体的多功能服务设施，是目前我市城区中服务设施一流、档次较高的社会服务设施，是老年人养老、休闲的理想场所。老年公寓共有62个房间，126个床位，以标准房为主，部分单人和三人间，内有空调、卫生间、组合橱、有线电视、电话、紧急呼叫等生活服务设施，并附设老年活动室、康复室、多功能活动中心、浴室、电梯、餐厅、阅览室、医疗保健等公共设施，老年公寓开办至今已有9年，深得老年人喜爱。

xx区老年公寓□xx区老年公寓本部占地面积xx平方米，建筑面积5300平方米，地处南浩街99号。它与石路商贸区周围风景名胜相映成趣，公寓空气清新，环境优雅。公寓住房配有卫

生间、沐浴房、空调、彩电、直线电话等现代生活设施；餐厅、紧急呼叫系统、医疗保健、接送车、洗衣房等配套设施齐全；音乐茶座、棋牌室、阅览室、书画室、室内球馆等多功能文化娱乐设施完善。公寓医务人员定期为老人体检，建立个人健康档案，组织参观学习，健身友谊比赛，旅游观光等活动。提高老人的生活质量，丰富老年人晚年生活。xx区老年公寓建院多年来坚持以“公益性，福利性，示范性”为宗旨，大力倡导政府，社会和家庭共同来关爱老人，全院尊老，敬老，助老蔚然成风！

沧浪区银色家园老年公寓：银色家园老年公寓是沧浪区颇有特色的`专业化敬老院之一。家园位于xx市南环西路1258号。全院硬件设施齐全，具备阳光茶室，多功能厅，音像教室等活动场所。同时软件服务到位，能最大限度的满足老年人的各项需要。作为市级志愿者实践基地，家园在各方面都积极为志愿服务事业提供更为便利的条件。使志愿者们能最大限度的为老年朋友提供服务。关心老年人，服务老年人。家园欢迎更多的志愿者加入，为老年朋友的晚年生活尽绵薄之力。

此次社会实践，我们将走访以上老年公寓，调查询问老年公寓的办院情况。对老年公寓的工作人员以及老人们进行调查。同时还将走上街道，走进家庭进行问卷调查。

1、实践安排

xx年7月20日 平江区老年公寓

xx年7月21日 银色家园老年公寓

xx年7月22日 xx区老年公寓

2、实践内容

□1□xx-7-20 平江区老年公寓

上午十时左右来到平江区老年公寓，我们讲述了此行的目的，工作人员热情的接待了我们。工作人员在了解了情况之后，让我们与公寓的华主任交谈。午饭时间将近，工作人员忙于工作，主任让我们随意。于是我们开始与老人交谈。

我们根据老人的特点制作了一份针对老人的问卷。调查询问了几位老人。

同时我们也为老年公寓工作人员做了一份问卷。在午饭后，华主任亲自接受了我们的采访。她向我们介绍了平江区老年公寓的概况，从建立到现在这么多年的办院情况。主任态度亲和，让我们的实践工作顺利的进行，而我们也调查到了我们所要了解的信息。

□2□xx-7-21 沧浪区银色家园

上午十一时左右到达银色家园老年公寓。因为是午饭时间，所以公寓工作人员不在，接待处的工作人员给我们简单的介绍了一些情况。随后，我们自己在公寓内参观。

□3)xx-7-22 xx区老年公寓

下午两时左右到达xx区老年公寓，老人都在午睡。

我们首先对公寓院长进行了问卷调查和采访。在午睡时间结束后，我们又与部分老人进行可交谈。调查进行的很顺利。随后又对xx区老年公寓进行了参观。

(4□xx-7-23至xx-7-30 走进街道，走进市民

针对市民的问卷在之后的几天里完成，我们对不同年龄，工作性质不同的人分别进行了问卷调查。

假期的社会实践篇四

随着个人的文明素养不断提升，报告的使用频率呈上升趋势，报告具有双向沟通性的特点。我敢肯定，大部分人都对写报告很是头疼的，以下是小编为大家收集的假期社会实践报告，希望对大家有所帮助。

20xx年2月至3月底两个月时间，我在《石狮侨报》社实践。这是我第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事，凡事得谨慎小心。

1.1通过本次实践使我能够从理论高度上升到实践高度，更好的实现理论和实践的结合，为我以后的工作和学习奠定初步的知识。

1.2通过本次实践使我能够亲身感受到由一个学生转变到一个职业人的过程。

1.3本次实践对我完成毕业实践报告起到很重要的作用。

20xx年2月8日—3月31日。早上9点上班到12点，下午2点上班到6点。周三晚上加班，周六停一天，挺轻松了。

xx省xx市群xx路侨联商厦7楼

《石狮侨报》社。

关于《石狮侨报》，由石狮市归国华侨联合会主管、石狮侨报社主办，是一份周报，每周三出稿，周四见报，所以，相比日报，就不会那么忙碌与紧张。对于我这个初学者来说也蛮好的，至少不会有太大的压力。报社里现在的工作人员将近20人，有采编部、广告部、办公室、美编部等，虽然比不

上大报，但也很不错了，而且正在向大报靠近。而我实践的部门就是采编部。

5.1 “天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成领导，同学变成同事，相处之道完全不同。

实践过程中有件事对我触动挺大的。当我满怀信心第一天上班，我刚坐在办公室的沙发上，一个同事就问我：“你学什么专业的？”答曰新闻学。“你会写稿子吗？写过稿子吗？”看着他那一脸茫然与不屑，任何解释都是多余的，我决定用实际行动证明给他看看。

为了证明自己的能力，我总是不失时机地展现自己，工作中领导安排给我的写稿和改稿，以及校稿的任务，我都认认真真的完成，从来不敢马虎。工作一两年胜过十多年的读书。两个月的实践时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。课本上学的理论知识用到的很少很少。平时我在修改稿件时，只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握有关新闻学的知识。平日里勤动脑、动手、好学多问。

由于住的地方离实践单位比较远，所以每天8点不到就得起床，留给个人支配的时间更少。我必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

5.2实践，就像进了社会大熔炉一般，就算在学校自我感觉良好，但是在社会里自己就像是空气中一粒微小的尘埃，也意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。实践这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更

多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己就业之路做准备。千淘万漉虽辛苦，但也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。

在我选择这个专业的时候，我就听别人说过，这个职业需要很广的交际圈。这次参加实践以后我真正体会这一点。“人不熟，谁会主动给你提供素材啊?!”是啊，朋友圈广，哪里有事哪里就会主动打电话找你，这样就不用担心丢失了大事件。然而要有这样一个成功的朋友圈需要自信、开朗、真挚为基础。我在采访的时候经常会脸红，这是一种不自信的表现，这样容易让采访对象产生紧张，影响采访效果。所以接下来我需要加强这方面的锻炼。

我学过《新闻采访教程》，里面有个引用“事先有研究、有准备，是采访深入、效率高的关键”。在实际采访活动中，我深刻感受到访前准备的重要性。无论是哪个记者老师，在出访前必定会通过各种手段了解采访对象。举个例子：3月15号，是一年一度的“3.15”国际消费者权益保护日。当时要做这篇稿子的是张记者。但他突然有其他新闻要采，于是叫我去狮城国际广场采访消协现场咨询会。因为接到通知很突然，对这方面的资料没有准备。所以临时在网上查了一些相关信息，还好在开幕前赶到了现场。现场咨询了很多工作人员，拍了一些照片，拿了很多资料，了解了不少事情。那次采访很成功，有了采访的侧重点，避免了无谓的话题。

5.3后来渐渐多了自己采访的机会，每次的采访回来，都会有不同的问题出现，幸好记者们都很乐意帮助我，告诉我哪些地方做的不够好，需要改进，哪些地方可以做得更好。例如说，刚开始采访时，问的问题关联性不够强，不够针对，有时问问题又过于绝对，被访对象只回答是或者不是，又或者问完一个问题后没有跟进。这些问题，在课堂上老师都有强调过要避免的，听的时候好像很容易，但是到了自己真正操作的时候，经常都是遇到一些自己不熟悉的`题目和采访对象，手忙脚乱，心里紧张得被访对象回答什么都记不清楚，也无

法说按照他们的回答继续跟进问下去。

后来自己总结的时候，也认为，在实践的过程中，保持平稳的心态也是很重要的，不能遇到什么自己不熟悉的采访对象时，就慌慌张张的。

我们需要在平淡的事实中挖出吸引眼球的部分，不仅仅要靠平时的磨练，更需要对整个事件的“了如指掌”。况且是周报，无论什么新闻都不能依照日报的样式那么简单，而是应该深入调查研究，写出深度，写得深刻。

跟张记者学习写稿的时间并不长，同时也发现了自己的不足。从我个人观点看，我们学生在不断的观察和学习中，发现一个好的新闻素材不难，难的是笔下的功夫。我在和张记者学习写稿的时候有这样一個体会：拿个新闻素材改写是很顺手的。然而当我出去采访回来要自己独立写稿的时候，就有点不知道从哪里下手，哪些方面是该写进去的重点，哪些方面又是可以舍去的。这是记者的一个“上手慢”问题。所以我觉得需要在接下来的学习中注重动手能力的培养。

6.1 实践工作的总结

实践过程中点点滴滴和滴滴点点的真实和刻骨铭心让自己经历了一个逐渐成熟的心路历程。知道自己在社会这个大坐标轴上还在原点的左边，需要加大马力才能真正成为原点右边的一份子。

这两个月的实践，我参与了不同的活动，记者采访、写稿、参与策划等，对领域内的各个岗位都有所了解，目的是为了更加了解媒体人。最重要的是真实地感受自己的差距和知道自己想要的生活。通过这次实践，我感受到了压力，感觉要学的东西太多了，要弥补的东西也不少。

我曾经觉得新闻专业没有什么好学的，尤其疏忽理论知识的

学习。现在我发现其实我们新闻人每做一步，当中都有理论和业务知识的影子。而且知识面也是必要的。因为无论是采访，还是采访前的寒暄，都需要一定的知识面和对该行业知识的了解。虽然临时准备很重要，但是也绝对不能忽视平时准备这样的一个积累的过程。

6.2 实践工作的体会

在整个的实践过程中，我深深的感到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些采访工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

从实践的开始到实践的深入，再到实践的结束，我进一步了解了自已，有了自己的一个理想定位，一个今后的计划打算。努力改变自己，努力提高自己，努力让自己适应，让自己发光。

记者这个行业就像是参加一个马拉松比赛，很艰苦，奖品再丰厚也只能到了终点才能拿。起跑的快慢并不重要，在于的是你去跑的这个过程，但是在这个过程中，不会有人去帮你，是不是能胜利，都是靠你自己。

人生也就是一场马拉松，怎么跑，都在于自己。要送给自己一个怎么样的人生，完全都是靠自己。

假期的社会实践篇五

第一段：

每个人都有自己的春节假期安排。有的人选择回家陪伴亲人，

有的人选择出游，还有一些人则选择参加社会实践来丰富自己的假期生活。我在这个春节假期选择了加入社会实践团队，到贫困山区帮助当地的孩子们。这次实践让我收获了很多，也让我更加了解了社会，这篇文章主要就是我参加社会实践的心得体会。

第二段：

去贫困山区的路程非常辛苦，但我们一行人还是都尽了全力。我们在路上看到了很多美丽的风景，但同时也看到了很多贫困的现象。到达当地后，我们教授了孩子们一些基本的知识，比如说文化知识和科学知识，同时也和他们一起游戏、聊天，甚至教他们如何唱歌跳舞。这次实践让我意识到，帮助别人是很充实的一件事，即使只是交流一些经验和知识，也能让人们的生活变得更加愉快。

第三段：

在和孩子们接触的过程中，我也深深地感受到了他们生活的困难。他们的家境很差，生活条件也很差。甚至有些孩子连父母都没有，只能在亲戚家里生活。但是这些困难并没有影响到他们的情绪和态度。他们依然保持着自己的乐观心态，并且认真学习，努力实现自己的梦想。看到这些孩子们的努力和坚持，让我更加珍惜现在的生活，也让我更加努力地学习和生活。

第四段：

在返回家的路上，我仔细地回顾了这一次的社会实践，发现这次实践对我的成长和提高有很大的帮助。首先，我学到了如何与陌生人交流和合作。在这次实践中，我和其他志愿者都是陌生人，但是我们要共同完成任务。在这个过程中，我学会了如何和他们沟通和合作，这对我未来的发展非常重要。其次，这次实践让我更加珍惜自己的生活。看到了贫困山区

孩子们的生活，我认识到了自己生活的幸福和安逸，更加珍惜我的生活，更加努力地学习和工作。

第五段：

通过参加这次社会实践，我收获了很多，也认识到了自己的不足和需要继续努力的地方。在未来的生活中，我会更加努力地学习和工作，以便更好地服务社会，同时我也会更加珍惜自己的现在和未来。最后，我希望更多的人能够加入社会实践团队，走出自己的舒适区，去体验社会，去探索未知的世界。

假期的社会实践篇六

敬爱的党组织：

弹指挥手间，暑期将要结束了。我在东莞昱光灯饰厂一个多月的社会实践也划上了句号。回首这三十多天来的点点滴滴，内心百感交集。但不管怎样，在这些日子里，我的收获是丰厚的，其中不仅仅是金钱，更重要的是一份感触，一份历经社会这个大熔炉历练后发自内心的感触。

现在我将感触最深的几点汇报如下——

首先，社会不是课堂，这点我感触很深。在课堂上，老师教给我们新的知识，往往不会要求我们立刻能够把握并且运用到具体题目中，允许我们通过练习来慢慢掌握、巩固。但出到社会，接触到具体的工作，你不可能有机会“慢慢来”，一正式走上岗位，别人会立即明确而简单地告诉你该怎么做，提示你出了问题该怎么解决。当你还是无所适从时，他们已经按老员工那样要求你了，并强调不能出错。譬如我这次实践，我刚进厂，车间主任就把我带到镀铝机前，说了一下哪个按键是“第一次抽真空”，哪个是“第二次抽真空”、“放气”，必须按怎样的顺序按下这些键，然后让我

看了一下另外一位员工的操作，我还没回过神来，他就让我独自去操作了。虽然我有过金工实习，但那时由于设备紧缺，十几个人共用一台机，碰几下就算学了，事实上都是一知半解。因此刚开始时，我很紧张，打错了键，而当我再次打错时，主任的脸色就顿时变得很难看了，以后我不得不小心翼翼地做。因为我明白，这里不同于在学校，在学校我可以犯错，比如在解题时，我错了，老师顶多在上面打个红叉，然后改过来就行了，而在这里，出错是个严重的问题，是要负上责任的，因为这关乎工厂的利益。我一旦打错了键，很可能就把高达六十万的机器给报销了！所以容不得我出半点错。令我更为惊讶的是，我刚刚进入状态，那个车间主任把我每天该有的产量说了一声就走开了，这意味着我要象那些老员工那样工作了。

其次，学会与人相处是一门艺术。在学校里，面对的都是老师和同学。老师是我们的指明灯，他们始终都会全心全意关心我们，爱护我们。而周围的同学由于都很单纯，很容易相处，说不准聊上两句就成为好朋友了。可是出到社会，你面对的是来自全国各地、有着已成型的性格、并且可能尝尽世间甜酸苦辣的人。如何跟他们相处，并跟他们打成一片，这不能不说是一门相当深奥的艺术。不过很幸运的是，这回我表现得还相当成功。由于我从开始对工作就很主动性和积极性，而且干起来很有信心，同事们对我很有好感，加之我善于与他们沟通，对待他们不斤斤计较，而当他们有困难时，我都会毫不犹豫地诚心诚意地关心他们、帮助他们。所以我到那里没多久，我和他们就象在学校和同学一起那样，相处得很融洽了。我们下班后，经常相约一起出去逛街、打桌球，整个过程都有说有笑的，气氛相当轻松。因为有了这班朋友，这一个月下来，我从来都不感到孤单、寂寞。

再次，大学生只是个概念，学到的知识多并不意味着能力就强。我们很多同学出去，总喜欢逢人就说我是从某某大学出来的，生怕别人判断错误了，不知道自己是个大学生。自以为大学生就了不起，是个饱学之儒了。事实上大学生只是个概念，

你学到的知识多，并不意味着你的能力强，并不足以成为炫耀的资本。用人单位看重的不是大学生这个名号，而是实际动手能力。“只学不实践，所学等于零”就是这个道理。记得我去那里不久，刚好碰上有个大学生去应聘。考官让他自我介绍，他开口就说我是某某重点大学的学生，还滔滔不绝地吹自己在学校如何得到领导重视，他还没说完，考官就打断他说，你会做什么，他“嗯”了半天都说不出话了，考官皱了一下眉头，就让他回去等消息了。结果可想而知。说到底，我们虽为大学生，但切不可自以为是，而应该扎扎实实地学好知识，努力提高自己的素养，不可只是纸上谈兵，应积极加强理论联系实际，用理论去指导实践，老实地强化自己的实际操作能力，以便将来更好的适应工作的需要。

最后，适应也是一种能力。或许有些同学会说“我从初中到现在都是在校住宿的，没父母照顾，我还是过得很好。”或有人会说“我上大学两年了，离家很远，可我很适应啊。”其实，从某层意义上讲，这还不算真正的适应。因为在学校，你总有亲如父母的老师、情同兄弟姐妹的同学时时刻刻都在无微不至的关心你，爱护你，你甚至会感觉在学校比在家还好。

假期的社会实践篇七

从学校回到家，我感觉好亲切，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，体验爸妈赚钱的幸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会要。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餐厅当服务员，包吃包住的。我没住在店里，但早饭和午饭是在店里吃的。每天跟同事换早晚班。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)。挺累的一活。为了做好工作，我让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”，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，不要让其拿到别处去品尝。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可贵的收获。

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。在长达一个月的实习中，我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。
2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。
3. 注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。
4. 在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章制度和章程，保证上班的工作效率。
5. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6. 上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。
7. 处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。
8. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

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。可可是如果果你只问耕耘不问收获，那么你一定交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你平等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，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 and 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交际能力。

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。

假期的社会实践篇八

今年的寒假,为了响应学校的号召,更为了锻炼自己,提高自己的社会实践能力,为将来的就业打下基础。我不仅在实践中深化了知识,而且学到了书本上没有的知识,收到了深刻的教育,了解了我们村里的一些民情和青年的一些现状。

通过我的观察,我感受到了农村基层党员干部务实的工作态度和全心全意为人民谋利益的无私奉献精神。此外,在这次实践中,据我亲身所感、亲眼所见、亲耳所听,我对我们村的现状有了更多更深的了解。

村里自2019年以来,全体村民在村委村领导的带领下,同心同德,修乡村公路5条,打居民用水井12眼,兴修水利灌溉池塘8口,新建养鸡产2座……。自2019年至今的7年时间内,全村700多户村民从人均收入不到1000元一下子提高到2500元。

此外,村领导干部积极响应党中央国务院建设社会主义新农村的号召,主动转换思维,跟上科技前沿,大力引进抗虫棉、超级杂交稻、三倍体无子西瓜等新型农作物品种。既增加了农作物的产量,有改良了土壤。另外,村领导带领村里一批有志青年利用寒寒假时间到一些信息科技相对发达的新型农村示范点进行考察和交流,在村里率先引进水晶梨、板栗、李子、油桃等一系列蔬果新品种,将原来一些劣质土壤的农田进行大面积整合改造,在上面载起了果树。

如今的马埠头村,再不是原来的穷乡僻壤了,村民的腰包鼓了,腰杆直了,村里的精神文化生活也越来越丰富了。村民开始盖起了各自的小二楼,一个个对社会主义新农村充满了信心和期待。

放假之前,我就联系了爸爸曾经的同事,村领导王会计,表明自己希望参加和帮助村委会的日常工作,从而锻炼自己,同事也可以为乡亲们服务。村主任和其他村干部商量后,同意我在村

委会挂名并开展工作社会实践 报告,主要负责基础的日常工作和一些对自己感兴趣的课题进行调查。接到可以正式上班的第二天,我就按照村主任的安排,走进了村委会的办公室,正式开始了我的第一次社会实践。第一天“上班”,难免有些激动和紧张,接受的工作完成的都不是很顺利。例如在帮王会计作工作记录时,经常记住上句忘了下句,而且为了赶时间社会实践 报告,字迹十分潦草,整个会议过程都手忙脚乱的,闹了不少笑话。但是会后村支书找我谈话,并没有批评我的“错误”,反而对我进行了鼓励,并告诉我他的一些工作经验和教训,让我受益匪浅!一天下来,我深感工作的不易,但我学会了怎样调整自己的心态,很快融入到了新的环境中去!

以后几天,我一直做着整理文件,清洁卫生,接打电话等一些较容易较轻松的工作。但即使是一些不起眼的工作,我也深刻体会到做任何事都不能马虎,要做就要认认真真、一丝不苟。一页文件整理错了,到需要时候就很难找到;卫生大扫得不干净,就会给上级领导和人民群众留下不好的印象;接电话的语言不得体、传达事情表述不准确,就会影响到工作效果。我加强了对自己的要求,不放过任何微笑的细节,尽量将每件事情都做到出色和完美。

在村委会工作的同时,我也对我的研究课题进行了一些调查,我个人对经济方面比较感兴趣,所以着重调查了一下村里的经济结构(村民收入的主要组成部分),虽然我不是学经济学的,但对这方面也有一些了解,我确立了一个调查的大致方向,不是很专业,但我觉得挺合实际的。我查了下村里的人口和人均年收入,然后根据自己家里的情况和周围邻居、亲戚的一些了解,同时也走访了一些其他的村民,最终确立了一个有关我们村的一个经济结构模型(私下里觉得挺幼稚简单的,但毕竟是我自己的东西啊)。

最终,我在村委会完成了将近20天的社会实践。这些天下来,我收获了太多太多,许多都难以用语言来形容和表达。而通过这次实践活动,让我感受最深的除了我的能力得到锻炼和提高

外,就是农村在这几年里的飞速发展,农村经济的欣欣向荣,农民生活的巨大改变给了我很大的感受,让我对社会主义新农村建设充满了信心。

作为一名在校大学生,我生在农村,长在农村,能够在农村中参加社会实践,去体验中国最底层的社会生活,这对我以后的人生道路来说绝对是一笔宝贵的财富。通过这次活动,我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力,还丰富许多工作经验,自己的认识 and 理论水平也明显有了很大提高,也让我对以后的生活和工作充满了信心。我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战!