# 大学生寒假社会实践报告(优秀13篇)

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-05-26

*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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编为大家带来的报告优秀范文，希望大家可以喜欢。大学生寒假社会实践...*

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编为大家带来的报告优秀范文，希望大家可以喜欢。

**大学生寒假社会实践报告篇一**

我的实践是从xxx开始的。当时我和我的同学们一起去了xxx，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xxx回来。

回来之后，我就进了xxx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。之前的工作地点是星力百货xxx店，和张姐一起上班，每天我们要上班6个半小时。

但是只过了一个星期，我的业务就把我调整到了xxx百货。我是作为新人去xxx百货的，所以一去那里我们就要接受xxx公司4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50多个人参加培训，我的心里好开心啊。xxx还给我了一个培训三等奖奖励的小包。

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

这里我想介绍一下xxx。xxx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xxx规定业绩的55%，72%和145%，我的工资也从最初1000多块钱到最高的2900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8台。完成了商场业绩的55%，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。xxx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，提成都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，xxx百货的xxx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，xxx电器有限公司在xxx的销售数量我一直都是第一，我想这也是我努力的结果。

**大学生寒假社会实践报告篇二**

今年寒假学校要求我们参加社会实践，我本是一名农村学生，生长在农村，自然是调查当今农村的存在的问题之一----留守儿童的成长。

留守儿童问题如今已经成为了一个社会性问题，而且留守儿童成长后的社会问题很严重。通过这次调查发现80%的家庭都有留守儿童，本地的留守儿童中有大部分处于0—17周岁，都是由爷爷、奶奶或者是外婆、外公带大。因为缺少父母亲的关爱和教育，在性格和心理上都有一些缺憾，造成在生活、学习、社会等各方面都存在比较突出的问题。当我们了解了这些问题后，出于对社会的责任心和对留守儿童的关爱，需要我们献出我们的爱，多关注他们。当然要解决这些问题，需要家庭、学校、社会及政府等各方面的共同努力，协同合作。

所谓“留守儿童”，是指父母双方或一方流动到其他地区，孩子留在户籍所在地并因此不能和父母双方共同生活在一起的儿童。据了解，目前全国农村“留守儿童”规模已达2290多万人，而且这个数字还将在未来几年成较大规模的上升趋势。留守儿童已经成为倍受关注的重要课题。作为我这个来自农村的学生来说，更有深刻的感受，通过这次调查，使我对留守儿童有了更加深入的了解，也想通过这份调查能使更多的人了解农村留守儿童，同时希望有更多的人来关注留守儿童，给他们更多的关怀，帮助，使他们在缺少家庭关爱的时候，同样能够感觉到社会大家庭的温暖。以下是我根据这次调查总结出来的留守儿童存在的较突出的问题。

一、留守儿童渴望父母亲的关爱。当地的留守儿童都希望自已的爸爸、妈妈在身边，哪怕是家里没钱买肉吃也没关系。他们大部分都正处在身心迅速发展的时期，对自身变化、人际交往等方面有着自己的理解与认识，同时也面临许多方面的问题和烦恼，需要有渠道倾诉，有亲人安慰。但由于他们的父母长年在外务工，有的半年、一年、甚至几年都难以给孩子打一个电话、写一封信、见一次面，他们的烦恼难以像父母亲倾诉，而且也不能给予他们好的建议和处理方法。因此他们希望父母在身边。孩子对父母的依赖是谁也无法替代的，有些事他们更乐于向父母倾诉，即使爷爷奶奶也能帮他们。

二、大部分留守儿童存在心理问题和性格缺陷。由于缺乏父母的关爱后者爷爷奶奶的溺爱，造成他们性格内向、失落自卑、自私冷漠、脆弱孤僻或焦虑、任性、暴躁，有的出现逆反心理、怨恨情绪。之所以这样，首先是年龄，因为他们大多都在十五岁以下，正是情感、品德、性格形成和发展的关键时期，而他们的父母在自己的孩子出生才几个月或一周岁后，就外出务工，长期与父母分离，使他们生理和心理上的需要得不到满足，缺乏父母的关爱，亲情失落，产生孤独感，心理失衡。

三、大部分留守儿童学习成绩中等偏下。一些表示自己的爷爷奶奶外公外婆不识字，不能辅导学习，想学好没有条件;一些孩子告诉我，由于缺乏父母的监督和心理上的干扰，提不起学习的兴趣;一些是因为自己的爷爷奶奶的溺爱，他们认为孩子还小，不太关心留守儿童的学习很少管教他们，造成了他们不用功的学习态度，结果孩子长大后也管不了他们了;还有一些是因为要做家务而耽误了学习。

四、留守儿童的监护人素质偏低。调查发现集留守儿童监护人大多数是老年人，年纪较大，文化层次不高，有的是文盲或半文盲，他们不知道从心理上关心孩子、照顾孩子，不能在学习上给予帮助和指导，在教育态度、教育方法上还是老一套，与孩子在交流沟通上存在困难。而且他们的一些不好的思想也影响着孩子们的身心健康。

五、留守儿童的安全存在隐患。一是因为孩子小不懂事;二是孩子们的爷爷奶奶外公外婆年龄大，行动不方便。近几年村里有不少孩子因为玩火或跌入池塘或中煤气而死的案例。

六、留守儿童的行为习惯较差。一方面是叛逆等心理问题;一些是因为家人的溺爱，宠出来的;一些是跟电视学的。表现为不讲卫生、挑食、乱花钱、穿衣要名牌，在家里不听话，爱顶嘴，在学校不遵守规章制度，不听从老师的教导，我行我素。经常和社会上的小混混混在一起，最后成为“问题少年”。

也许留守儿童存在的问题不止这些，但以上的`问题就已让人心痛。儿童本是国家的未来，是国家的希望，但这样的儿童将来肯定不是国家的栋梁，而是社会的祸害。通过这次调查，让我加深了对留守儿童的了解，也庆幸自已的父母一直在我身边，虽然家里的生活条件不是很好。但我想拥有的就是父母对我爱。

所我提出以下建议。一我想对天下的父母说，再多的钱也比不上父母在身边，再好的物质生活也比不上父母的关爱，再贫穷的生活只要一家人在一起就是幸福。我想请在外务工的父母们常回家看看你们的孩子吧，多关心你们的孩子，帮他们走好人生的最重要的成长之路。二是学校的老师们要多关心留守儿童生活，他们除了父母外，最重要的还是你们。要多找孩子们谈话，帮孩子们解决心理问题，及时把孩子们拉上正路。三是当地政府要对有留守儿童的家庭多些关心，多宣传相关的政策，帮孩子们塑造一个良好的成长环境。

我希望天下的留守儿童们能早日与自已的父母在一起生活，愿天下在外务工的的父母们能早日回家团圆。我也相信亲情是我们成长之路上必备的，没有它我们就不能走好我们未来的路，甚至不能走下去，特备是父母的爱。

**大学生寒假社会实践报告篇三**

xx学年寒假将至，为进一步贯彻落实，充分发挥“社会实践活动”在我校“育人工作”中的作用，学校决定本着以“受教育、长才干、作贡献”的原则，以“参与社会实践增强团员意识”为主题，在今年寒假组织我校中学生深入开展社会实践活动，力求重点突出、讲求实效、争创佳绩。

(一)、指导思想

将研究性学习与社会实践相结合，要求学生走出校园，走向社会，去关心社会发展，去关注社会问题，去尝试解决自己研究的社会问题，成为学生课余生活的有益补充，开辟出有自己特色的社会实践的新途径。

(二)、意义

1、改变学习方式，拓展学习资源，拓宽发展空间。

2、参与社会实践，激发学习兴趣，增进生存体验。

3、主动服务社区，形成服务意识，强化社会责任。

(一)、组织形式

学生一般以个人分散活动或由6-10人组成社会实践活动小组，也可以青年志愿者小分队活动组织。

(三)、注意事项

1、就近就便。社会实践活动原则上要就近就便，组织学生在学校周边、学生家庭所在的城镇社区或者本村范围内开展活动。团队规模要适中，不开展跨区的活动。同一社区、同一乡村的高中生应在当地团组织的统一指导下开展上述活动和其它形式的社会实践活动。

2、在生活中提炼。

从社会生活中选定主题，让学生关注社会，体验社会角色;热爱生活，关注生活问题;学会健康愉悦地、自由而负责地、智慧而有创意地生活。

3、在兴趣中选择。

捕捉自己最感兴趣的问题，开展研究。在合作探究的过程中，学生间相互感染、相互促进，更好地发展兴趣，培养特长，提高综合素质。

4、合理利用各种资源。

充分利用网络资源。网络已经成为最大的资源库，在综合实践活动中，要充分利用网络上的技术和资源，搜集信息、处理信息。同时要充分利用图书资源，从图书馆中获取自己所需要的内容。

5、综合运用各种方法手段。

从参与研究的对象来看，可以采用个人独立探究的方式、小组合作探究的方式、学校合作探究的方式、跨学校合作的方式。从研究采取的手段来看，可以采用活动设计、网络技术、调查研究、参观访问、实验演示、表演交流、测量制作、社会宣传、服务、总结、答辩、反思等学习活动。

(一)、社会参观活动

参观、访问、考察(革命遗址、科技馆、英雄模范人物、杰出人物、现代化建设成果、市政工程、著名高校、工厂、高新技术产业运作情况……)，例如以当地的居民小区为调查研究的对象和内容，可以“物业管理”、“商业网点”、“文化娱乐”、“教育设施”、“交通路线”等为研究方向。

(二)、社会调研活动。(参考主题如下，也可自选主题)

1、绿色环保宣传

2、保护母亲河、水质污染情况调查

3、白色污染调查研究

4、关于生活节能状况调查研究

5、农村经济发展状况调查

6、关于生活垃圾分类处理的可行性调查

7、道路状况及改进意见调查

8、旅游资源状况调查

9、中学生的消费观念与行为研究

10、中学生上网吧问题研究

11、中学生学习习惯的调查与研究

12、中学生零用钱数量及用途的调查

(三)、社区服务活动

社区保洁活动、社区护绿活动、社区综合宣传活动、社区陋习纠察活动、社区敬老爱老活动、社区帮困助残活动、社区读书辅导活动、交通服务活动、环保志愿者活动、社区公益劳动。

参与社会实践的班级和个人，必须注意自身形象，认真参加活动，为学校和个人树立良好的社会形象。

1、各位同学要认真填写xx年寒假社会实践表，并以书面形式做好总结并附带证明材料。

2、2月12日至2月18日各班团支部要根据方案内容及个人寒假活动情况报告表内容和实际表现，进行总结评比，评出班级寒假社会实践活动先进个人(占本班总人数10%)

3、2月20日上报学校(附社会实践证明材料或照片、个人事迹材料)，由团委评定校级社会实践集体和个人，评选结果记入班级考核。

**大学生寒假社会实践报告篇四**

在这个特别的大学寒假里，咱们带着激情与期待，走入社会，了解社会，深入社会，到深处山区的刘厂镇江尾村梭织坡地区支教，这次行程对咱们所去的每个人来说都是一次难得的人生经历，因为咱们的收获远远超过了咱们的付出。

寒假社会实践活动一直是我校大学生投身社会，体验社会，服务大众的真实契机，一直以来受到校领导的高度重视，同时这也是咱们作为大学生即将走入社会的必修课。因此借着寒假这次机会咱们几个实践者携着新一代大学生的特色与风采，在美丽的山村里，挥洒着青春的汗水，奉献着咱们的爱心。

一、走进梭织坡

梭织坡是咱们队进驻的第一个彝族村。听司机师傅说，这还是一个交通相对便利的村子，其他邻村只能步行去，而且距离都相当的远。那里，咱们是不能去的。

经过长途跋涉，咱们终于走进了东山，走进了梭织坡，也走进了一个陌生的世界。对我来说，上学期的过山车那种惊险还记忆犹新，今天咱们就坐上了名副其实的“过山车”。云贵高原的山路，除了固有的崎岖回环外，又平添了几分艰险。一边是高山峭壁另一边就是万丈深渊。从车窗向下看去，直接就是望不到底的深谷，仿佛生与死只有一线之隔，一步之差。面对现实的恐惧，咱们不是透过车窗看着远山，就是直视前方，看着一个又一个必经的险坡。也许每个人都在设想咱们将要去的梭织坡是什么样的，抑或更具使命感的制定着自己的工作计划。可以这样说，对于将要发生的一切，咱们一无所知，除了设想还是设想。但咱们还是充满了好奇和希望!

咱们到了东山之后，由于山路崎岖而狭窄车子无法前行，咱们只好下车走路前进。四周环绕的群山好像在等待咱们的到来，咱们似乎被树木包围在深山中，这里充满了神秘感。不知道还要走多少的路才能到达目的地，路上堆满了石头走起来很困难，这是我第一次走这么远的路，我甚至都觉得自己是多么的伟大。大概走了四个小时的山路咱们终于到了藏在深山的小山村。

一到梭织坡就听见孩子们用稚嫩的嗓子不断的喊着：“向来访者学习!好好学习，天天向上!”一种久违的亲切感顷刻间涌上心头，好久没有听到这样的声音，见到这样的场面了。走过去，只见排成方阵的孩子们穿着不和季节的服装，手中举着彩色的花束和用红纸做的小旗子，孩子们在老师的指挥下有规律的挥动着，汗水不断地顺着脸颊淌下去，一个个神情严肃而认真，黑色的小脸洋溢着灿烂的微笑。在同学们的带领下，咱们走进了梭织坡小学，破碎的瓦檐，残缺的墙壁，木格的窗户没有玻璃，看似狼籍却又整齐干净。这时那里已经聚集了许多的村民。当时接近中午，南方的太阳在中午依然那么得意，咱们这些身着短衣短袖的大学干净生已经觉得炎热难耐了，可那些孩子们依然静静地，直直地站着，任凭火一般的阳光毫无保留地烤在他们身上。咱们看在眼里疼在心里，毕竟这一切都是由咱们造成的，况且他们怯怯而不敢直视的眼神也是咱们所不愿见到的。

二、梭织坡的经济与教育

得知咱们的到来，村民们很早就在村长家等咱们了，通过一些简单而直接的交谈，咱们了解了很多。这里的家长比咱们想象的开通的多，他们普遍意识到教育对孩子的未来有直接的决定作用。所以一般的家庭都会尽最大力量去供孩子读书。但是由于位置偏僻，交通不便，经济落后，人们的收入水平很低，即使家长有心让孩子上学，这里的教学水平也是远远不能满足需要的。

特别让人们担心的是云南今年遭遇了百年不遇的干旱，贫瘠的土地上，本来就不宜种植粮食，而赖以生存的油菜和大豆，长势也极为可怜，这时候正是油菜开花的季节，可是由于还没长到合适的高度开花很少，以后种子也会很少，产量很低。大豆刚开出来的花也因为缺水而枯萎了，奄奄一息的躺在豆田里，干旱使得农民的生活更加艰苦了。

这里的教育水平很落后。教师授课以自己制定的教学计划和班里的尖子生的掌握状况为准，其他大部分学生很难跟上老师的授课进度。但是由于教师不足，在这里上课的老师没人都得担任多门课程的教学，况且有的科目根本就没有学习的条件。落后的教学方式导致的直接后果是升学率的滞下，这个村应届升学率为0，而经过复读的学生升学率也不过10%，况且是要去离这很远镇上的刘厂中学补习，在那儿一年下来得花费两千五百元左右，对于一个面朝黄土背朝天的普通农民来说，这可不是一笔小数目呀!在本地复读虽然便宜，但效果很难让人满意，很多学生上完小学就回家干活了。也因为这样导致这里有很多的剩余劳动力，造成人多地少的局面。因此对大多数家庭来讲，让孩子升学都是心有余而力不足，想到这里咱们也不由得一阵心酸。

这些山里的孩子们就在经济条件与教学条件之间左右为难着，最终家庭稍困难的学生就此失去了读高中的机会。当然这并不是绝对。罗老师就是一个例外。他是整个村子学问最高的人。在他棱角分明的脸上架着一副大大的近视镜，薄薄的两片嘴唇紧紧地抿着，一副教师所特有的单薄的身体，更显憔悴。罗老师是负责咱们与孩子之间联络的，很多资助孩子上学的费用，都是通过他中转的。他的家住在废弃小学的旧土房里，简单的陈设中大部分是各种书籍，电视机是我所见到的唯一的家用电器，但平时怕影响孩子学习是很少看的。罗老师不但是一个成功的老师，也是一位成功的父亲，他的女儿是全校唯一应届考上高中的学生。这倒让我想起一首歌曲，世间自有公道，付出总有回报，说到不如做到…..

三、丰富的教学环节

咱们的教学环节主要分数学和语文两个方面，教学方式丰富多彩。语文课有轻松愉快的猜成语游戏，也有动听悦耳的诗歌教学，队员们熟练地道的普通话也赢得了同学们的赞许。数学教学主要围绕计算与应用的基本知识，配以课外实践课程，皆在开拓当地同学的视野，调动他们对大自然的兴趣。让他们了解更多自然科学的相关知识。

此外，支教队还展开了“三农知识知多少”宣传活动，制定展板并且走街串巷对当地居民进行三农知识宣传;“三观共赏”座谈会，两地学生阐述各自的世界观，人生观，价值观，通过讨论增进彼此了解;“感动中国”宣传活动，加深当地学生对人生价值应如何实现的认识，也都收到了良好成效。

通过与当地学生几天的相互接触，咱们已经培养了深厚的感情，也不会再看到孩子们陌生的眼神了。寝室里有咱们对战下棋的斗智斗谋，在紧张的教学之外，咱们还同当地的孩子们开展了各种娱乐交流活动。篮球场上有咱们共同奔跑追逐的身影，此时输赢早已被抛在了九霄云外。更多的是环绕着咱们的欢声笑语。

四、热情备至的村民

村民对咱们可以说是热情备至。他们总是出于人性中最善良的本质为你默默地做着一切，他们质朴而憨厚的笑容时时触动着我心灵的深处。他们专门为咱们做了吃的，当吃饭的时候，他们专注的看着我，脸上露出了满足的笑容，仿佛咀嚼着的是他们而不是我。在这里我是不敢剩饭的，村民看着被咱们吃干净的碗，眼神中流露出无比的欣慰，生怕咱们这些远方到来的孩子，感到不习惯而吃不下。可是此刻，我的心里却早已是酸甜苦辣什么味道都有了。

这里有一个习惯，为了接待客人晚上要喝蜂蜜水，俗称“喝蜜茶”。第一天晚上，咱们是在罗军家度过的。他的父亲为了让咱们去他家喝茶在村长家等了足有一个半小时。在他的盛情邀请下，咱们去了他家。当时天很黑，原本崎岖不平的山路，在夜幕下更显得艰险难行。在咱们到后，罗军全家才在厨房的一角开始吃晚饭，一切的一切都在咱们吃完以后，咱们只是后悔当初为什么不早点来，晓辉给罗军补习了会语文。天渐渐地晚了，他的父亲执意要送咱们回去，要知道走一趟至少得用半个小时，而当时已经接近十一点，这将直接影响到他的休息，明天的劳作该怎么办呢?况且咱们已经给他们一家添的麻烦实在太多了，于是咱们拿了手电筒独自往回走，后来才知道，他们在村长家等了咱们两个小时，实在等不及了才来找咱们。晚上我住在他家。由于一天的奔波与劳累，我一躺下就睡着了，梦里充满了乡亲们和善单纯的笑容，孩子们期待信任的目光。。。在镇上长大的我，从来没有发现，自己原来可以给别人带来如此大的快乐与幸福。他们尊重我，支持我，需要我，而我所做的却又是那么微不足道!啊，这种人与人之间平等的爱与被爱，关怀与被关怀的感觉多么好啊!

李小银的妈妈总是那样自信的笑着，她家简陋的土房里陈设简单而朴素。她家是出了名的穷，面对贫穷，她以常人难以想象的毅力挺了过来，不仅填饱了肚子，而且将两个孩子培养成文化人。如今两个儿子都已经走出了大山，成为了人民教师和脑科医生。对此，她家的一副对联是最能说明的了：“无情岁月增中减，有味诗书苦后甜”横批：“苦尽甘来”。

咱们快离开梭织坡的头一天下午，小银的姥姥给咱们拿来了储藏了很久的蜂蜜。看着这金黄的蜂蜜咱们心里比这密还要甜，这装的可不只是蜂蜜，而是他们对咱们的祝福啊。姥姥又从柜里拿出了几块小冰糖分给了孩子们，这下他们可乐坏了，一个个美滋滋的含着糖，高兴得像过节一样，一种喜气洋洋的气氛洋溢在整个院子里，就连我也觉得自己到了儿时的童年。

这是多么不可思议，满足他们的仅仅是一块再简单不过的冰糖!什么肯德基,麦当劳他们从未听说过。而城市里的孩子天天喝着“娃哈哈”，吃着巧克力，嚼着山珍海味，也无法体会这种发自内心的喜悦。他们在物质上无可比拟，不可一视，但在精神上却缺少太多感动与欢娱。这时候我内心是多么的满足，我一样也是生长在农村的孩子，我感到自己是多么的幸运，咱们拥有的是更多的感动与幸福，咱们拥有和城市孩子一样的快乐和希望。

五、希望是永恒的

村子里的孩子们都相互认识，每天像兄弟姐妹一样生活在一起。他们大部分时间都在村子或田间地头玩耍，充分地享受着大自然的呵护，每一种植物他们都能说出名字和用途，每一种昆虫都是他们的伙伴，什么捉蛐蛐，逮蝈蝈，打草虫样样精通，甚至连害人的蝎子也不怕。大自然赋予他们健康的体魄，纯洁的心灵和质朴的本性。他们的童年时快乐的，他们的成长是自然地，却偏偏缺少了能让他们获得更多知识的环境，没有知识这些山区孩子的未来是什么呢，他们的希望是什么呢。咱们多么希望用咱们这微薄的力量给予他们更多的希望，让他们的未来有多一些的色彩。

咱们——这些大学生，正在用实际行动来点燃这些孩子的希望之火，让他们知道还有许多人关心着他们的成长，他们的前途是光明的。虽然在成长中他们会经历更多的挫折与困难，但他们的精神不会垮，不会灭，因为有无数的志愿者在背后至此他们。值得咱们欣慰的是那些身处逆境，坚忍不拔的孩子。他们坚持与困难作斗争，从来没有放弃过，那黑黑亮亮的眼睛不正是这种精神的凝结吗?同时也是这些孩子教会了我，人生中有许多事是不能由自己决定的，但咱们可以选择抗争，用自己的力量去征服它，摆脱它，让自己在生活的惊涛骇浪中不断前进!也许是咱们给他们带去了希望，但更是他们教会了我：要自己给自己找寻希望，奋斗希望!艰辛知人生，实践长才干，作为大学生咱们最终要走入社会，融入社会。在这严冬里，我你他共同用青春谱写了一曲动人的奉献之歌，而咱们自身也得到了磨练和成长。

时光飞逝，短短的行程就要结束了，咱们在最后一天晚上，望着璀璨的星空，坐在山坡下的草地上轻轻吟唱起了一首又一首歌曲，望着天上闪烁的小星，就像孩子们可爱的眼睛，这里的星星比别处的要多要亮。咱们所有人都笼罩在闪烁的星空下，没有过多的言语交流，一切情谊与感受都融入了浓浓的歌声中。在莹莹的星光下，咱们望着层峦迭嶂的高山，望着影影绰绰的豆田，咱们的歌声一定会飘过去吧，让大山里所有的孩子都能听到。咱们多想让他们知道，大山是阻隔不了他们求学之路的，为了理想奋斗吧，为了希望奋斗吧，要知道在无限的爱心下，希望是永恒的!

**大学生寒假社会实践报告篇五**

本站后面为你推荐更多大学生寒假社会实践报告！

实践人：南昌大学软件学院会计电算化0906班 某某

实践时间：xx寒假

实践活动：在集市里卖鞋子

实践目的：积累社会经验。

寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

一，萌生想法

这是我上大学以来的第二个寒假，跟往年一样觉得不应该“日出三竿而起，日落西山而息”地无所作为。在大学的第一个寒假我跟同学三人每人三百块的本钱去做了对联的生意，在年前的半个月的十个集日里我们每人净赚八百。基于上次生意的成功，这个寒假就更“不安分了”.所以学校还在考试的时候我就跟爸爸商量寒假的时候批发鞋子回家里卖，就先找了一个男生作为合伙伙伴。鞋子是精仿李宁的，在学校时经朋友介绍跟一个刚出大学校门的小老板卖过这鞋，款式都是新款，价格不算贵，最主要的是质量还好，在学校卖的还不错，还有回头客。特别是在南昌大学科技学院举办的商品交流会上，一个小时不到把带去的十双鞋卖的只剩三双还是因为没有码子呢!所以我就想在学校都这么好卖，带回家里只要嘴皮勤快点卖给那些打工回来的年轻人是应该不成问题的。这个时候我爸看我有这想法也有伴，本钱也就是每人两三千块钱就也没多说什么就答应了。

首先，业务培训;

经理根据我们自身情况给我们培训一些基本的业务知识，包括人际交往、礼仪、销售知识等。虽然每天感觉挺累的但是感觉这些销售老师们真的很厉害，他们的言谈举止、为人处世、处理事情的态度还有讲课的那种风格真的让人佩服。每个业务员必须对自己公司的产品有相当细致的了解，包括产品价格、功效、有无副作用等。如果不了解这些那么你的产品根本卖不出去，对自己的东西都不了解谁会相信你呢。还有就是每个业务员必须对一些疾病还有引起疾病的原因有一定的了解，才能对症下药，才能达到客户满意。

第二，产品服务;

产品服务其实很多人享受的时候感觉这些销售人员很专业，但是所有人根本不知道他们背后吃得苦，做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。对于顾客提出的问题必须第一时间作出回答，如果客户不懂的要耐心解答知道客户满意为止。

第三，产品售后;

售后服务也是至关重要的，这其实也是和产品质量有关的。现在人们的生活水平越来越高了，对于产品要求的质量也越来越高。所以公司推出售后上门服务和调查。让客户能够方便快捷的得到我们的服务，从而也大大提高了客户对公司的好评。

第四，创新注入新活力;

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品，产品必须要大众化，产品价格也要大众化。而且只有敢于创新，才能让公司有更多的市场宽度和广度，才能更好的长远发展。当然当代大学生也应该有创新思维。

第五，诚信是成功的根本;

经商之人最讲究的是诚信是金，做人也是一样。诚实守信不仅是中国自古以来的传统美德，也是很多商人和企业的经商之根本。

第六，付出就有回报;

只有付出才能有回报，付出就是“舍得”。原来我一直没有真正理解舍得这两个字的含义，通过在这个公司我才知道。舍得：大舍大得，小舍小得，不舍不得。只有真正的付出真正的舍得才能获取更大的利润。当然在这里面每个业务员都是付出了自己的努力才真正的收获了自己的回报。企业也是一样，他付出了自己的诚信和优异的质量才收获了更大的利润。

这个寒假在这个销售公司我学到了很多东西，其实销售并不是我们想象中的那样，销售是一门非常综合的一门学科，并且销售还能锻炼我们的人际交往能力，还能锻炼我们的为人处事的方式。在销售中我知道了自己的能力什么样，我懂得了怎样去“舍得”。我知道了怎样去尊重身边的每个人，怎样去看待身边的每一件事。

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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

短短的寒假一转眼就过去了，但是在今年这个寒假我的收获颇丰。

**大学生寒假社会实践报告篇六**

一个人怎样才能认识自己呢？决不是通过思考，而是通过实践’歌德说过。众所周知，大学犹如一个《准社会》，而个人所遭所遇的林林总总，只不过是社会的一个缩影。故通过社会实践，踏向社会显得尤其重要。通过社会实践，我们可以轻而易举地发现自身的不足，从不足之处提高自我综合素质；更好地接触社会、认识社会、服务社会，寻找自身人生价值之所在。

大学，是大学生走向社会的一个平台，而大学生活则是社会生活的一部分。试想一下，当我们走出象牙塔的校园，置身于一个叫社会的地方--一个不同于校园的复杂世界，你将会惊奇地发现：外面的世界很精彩，但同样很无奈。有时候，校园内外形成的反差，令我觉得茫然，不知所措，甚至倍感不适应。但是这个社会不因为我而改变，而我必须为这个社会改变我自己。通过这次统一饮料的促销活动，不仅使我增加了社会经验，而且是我意识到：怎样使自己发展成为社会所需之才。

实践决定认识，认识源于实践。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎面面俱到。可是，纸上觉来终觉浅，所学理论必须与实践相结合，达到融会贯通。在促销活动，有幸结识了一名来自广东大学市场营销专业的大四学生，据他所说：凡遇见的事，几乎书本上的知识一点也没有用处。这使我尤其感慨：学校与社会的脱轨，理论与实践的脱节，使得我们有关理论的学习，毫无用武之地，学而不用，使所学理论为零；唯有使自身达到理论与实践的完美结合，才能学有所得，学有所用。承认自己不懂的地方，并从自己不懂的地方学习；更新自己的只是、观念，你将发现：你将大有不同，改变自己，然后改变世界。于是，我们在实践中学习，在学习中成长。

通过这次在广州的促销活动，使我受益匪浅，感慨颇多：如下

当我们离开那个叫家的避风港，踏向一个叫社会的江湖，自力更生显得十分重要。出门在外，远离家乡，酸甜苦辣，人情冷暖，自己自知。在实践期间，渐渐的明白了：在家千日好，出门半招难。身在社会，你不能什么都依靠他人，你必须学会：自力更生，自立自强。

二战以前，人们公认为：当今社会，生存与竞争的三大法宝：口才，金钱，原子弹；二战以后，当今社会，生存与竞争的三大法宝：口才，金钱，电脑。由此可见，电脑取代了原子弹，而口才始终放在第一位，足见口才的重要性。说话要将就技巧，不能什么话都说，毕竟：言者无心，听者有意。不错的口才，可以为你带来良好的人际关系，受到他人欢迎，迅速走向成功。发生在成功人生上的奇迹，至少一半是由口才创造的’美国某行为科学家曾经这样说过。

社会人际关系复杂，不想你想象的那么简单。然而，你身在社会，又不能脱离社会，独立存在，故你必须学会：为人处世的技巧，待人接物的策略。唯有如此，才能左右逢源；否则，处处碰壁。曾经，有过这样一句话，流传美国大街小巷：一个人的成功，15%来自专业知识，85%来自人际关系。

智慧之书的第一章，也是最后一章，天下没有免费的午餐。而专业乃安身立命之本，唯有精通专业，方能为自己赢取更多的午餐。在李开复《致中国大学生的一封信中》曾经提到，有关学习的四个层次：熟记硬背，举一反三，无师自通，融会贯通。专业至上，你必须学会自主探究学习的能力，提高自我：提出问题、分析问题、解决问题的能力。据世界留有组织有关报道：21世界，中国将成为世界旅游的中心；另外，中国旅游发展日新月异，而旅游专业犹如朝阳，欣欣向荣。

人生只有经历才会懂得，只有懂得才会感悟。通过此次大学生社会实践，让我了解到：挣钱的辛苦，自力更生的必要性，口才、专业的重要性，人际关系的复杂，为我走向社会搭起一座桥梁，使我对自身乃至社会有更深的了解。在竞争趋于白热化’的今天，你必有居安思危，有危机意识，提高自我竞争力，才能处于不败之地。

备注：

1、今天很残酷，明天更残酷，后天很美好，而绝大多数人，都死在明天的晚上；我们旅管专业，必须见到后天的夕阳。

2、请记住，这样一句话：市场经济条件下，一个人价值的高低，取决于他的能力迎合了多少市场需求。

**大学生寒假社会实践报告篇七**

作为当代大学生，我们应时代发展需求，利用寒假参加社会实践。这不仅有利于提高我们的自身能力，丰富我们人生经验，更能更好地为建设未来打下良好基础。

虽然这个寒假我并没有去找工作，而是回到了几个月没回的家（说实话这是我第一次离开家这么久），但我回家所经历的一切给了我不少心得体验。社会是由个人组成的，从每个人身上都能看到很多东西，学到经验，吸取教训。

一、人之本情在于亲情。

祖先说的“血浓于水”，大概就是这样来的。

1）我的父母常年在外，家中只有六七十岁的外公外婆，他们过去习惯了苦日子，而今生活富裕了，外公每个月还有一定的退休工资，足够二老每天的家用了。可是他们没有“安享晚年”，而是照常种地，养家禽家畜，忙得不可开交。他们很疼爱我，给我学费，生活费，给予我关心。。。我不知道该怎么回报，我想我要努力学习，好好对待生活，继承他们的勤俭精神，永不放弃对生活的渴望与追求。

2)我不太善于表达自己的感情，不喜欢与亲戚联系，但是我的这种做法让我的一个重视我的亲戚非常失望。我才知道细节真的非常重要，有些东西就是要表达出来让别人知道才是正确的，就算一个简单的短信，有时候它的作用也是非常巨大的。

二、细节决定成败。

我们时常在寻找周围别人的赞许，别人的一个表情，特别是一个眼神，都能决定我们一时的情绪。所以我们要经常奉献自己对别人的赞许，真诚的，别人快乐自己也会快乐许多。但我们却不要老是被别人的评价所左右，不能失去自己，要相信自己。以前的我真的很在乎别人的看法，但现在我决定做我自己。

三、不要骄傲，不要自卑。

四、世事多变，心如止水。

这个假期，我家附近的一对中年夫妻双死去，死于煤气中毒。这让我们那里的人惶惑不安，都说世事难料。是啊，我们永远不知道下一刻是什么在等待我们，所以我们要珍惜现在，充满激情过好每一天，如果不珍惜现在还谈什么未来。用心过好这一刻再说下一刻，人生短暂啊。

五、我只带了几本书，但也不怎么看，但我意识到书是重要的，从小学到大学，我们是明明显显没有离开书一天，以至将来，我们也要本着“活到老，学到老”的思想，不能离开书本。

但是我们又不能一昧的死读书，要勤于动脑，敢于实践。我们应走出“温室”接受严寒酷暑的考验，有胆量地将理论与实践相结合，得出经验。懂得与人合作的本领。良好的合作是双赢，有时甚至是多赢。做好合作就应该虚心，处好各种各样的人际关系，尊重他人的思想与个性，从他人的角度去观察一下问题。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。不仅如此我还得注重德志体美全面发展。

六、不怕困难，不怕失败，鼓起勇气继续向前。

实践中会遇到很多困难，如与别人勾通失败等等。但是我们不想再失败一次吧，因此从哪里跌倒就从哪里爬起，才是该做的，而且要迅速爬起。克服胆怯心理，勇敢面对一切困难。

七、在尊重别人的同时，还要注重自我意识。

我们永远做的只是自己，要有自己的想法和一套方案，然后就是对自己负责。我们已经上了大学，以后的路可能没人再告诉你该怎么去做，什么该做，什么是当务之急，什么事可以暂缓。较强的自我意识是一笔珍贵的财富。

八、竞争意识也是必要的。做一件事，不光动手还要动脑，永远不让大脑停止转动。

在保证质量的前提下提高效率，不能只懂纸上谈兵，注重实际，注重国情，关注民生。坚持社会实践与专业特点相结合。

虽然没有去真正的社会上工作，但我想从小的地方着手也是不错的，我希望自己这个寒假学到了知识和经验，也希望暑假会更精彩。

**大学生寒假社会实践报告篇八**

xxx

家乡的变化

湖北

20xx年1月26号——20xx年1月30号

社会实践为大学生接触社提供了一个良好的机会，对我们学生来说显得更加重要。社会实践是大学生全面素质提高的重要环节，是学生将所学知识应用于社会的重要过程。寒暑假是进行社会实践的绝佳时间。因此，我希望利用这次寒假20多天的时间实践，在锻炼自己能力的同时，更多的与社会接触。

实践背景：中国共产党第十八届中央委员会第三次全体会议，于20xx年xx月9日至xx日在北京举行，中共十八届三中全会透露出全面深化改革的总体思路、目标、举措,是指导未来中国改革开放的行动纲领。通读公报内容，让人感受到改革的力量，更品味到民生的厚重，对我们的国计民生产生了重大影响。我们是祖国的未来，更要全面了解和认识近年来各行各业在党的正确领导下所取得的巨大发展成就，感受人民生活水平日益提高、城市面貌日新月异的新变化。

一、湖北襄阳简介：

襄阳是湖北省的第二大城市和省域副中心城市，也是湖北除武汉之外的经济，教育，文化和体育的中心。位于湖北西北部，长江支流汉江的中游，是1986年第二批公布的中国历史文化名城。素有铁打的襄阳、华夏第一城池、兵家必争之地的称号。襄阳自古分为汉水（沔水）南北两岸的襄阳及樊城二城，隔汉江相望，二城在历史上都曾经是军事与商业重镇。1949年以后两城合二为一称襄樊市，分别设襄城区和樊城区。20xx年xx月26日，经国务院批复同意，20xx年xx月9日，襄樊市正式更名为襄阳市。襄阳区改名为襄州区。中共襄阳市委、襄阳市人民政府、襄阳军分区、襄阳市人大常委会、政协襄阳市委员会均驻襄城。 襄阳是“中国历史文化名城”、“中国优秀旅游城市”、“中国魅力城市”、 “国家园林城市”、“中国三国文化之乡”、“中国红嘴相思鸟之乡”、“中国书法名城”。

金庸、冯骥才等专家学者评价襄阳为“中华腹地的山水名城”，这才是一座真正的城！古老的城墙依然完好，凭山之峻，据江之险，借得一江春水，赢得十里风光，外览山水之秀，内得人文之胜，自古就是商贾汇聚之地。今天，这里已成为内陆重要的交通和物流枢纽，汲取山水之精华。

襄阳物华天宝，人杰地灵，在1800年的历史文化中出现了一代名相诸葛亮（卧龙），三国名士庞统（凤雏），魏晋隐士司马徽（水镜先生），唐代大诗人孟浩然（孟襄阳），张继、杜审言，文学家皮日休，北宋著名书画家米芾（米襄阳），“允冠百王”的光武帝刘秀，东方圣人释道安等一大批历史文化名人。小说《三国演义》xx0回故事中有30多回提到襄阳。

1986年襄阳市被国务院公布为全国历史文化名城。域内现已查明各时期的文化遗址200多处，有些文物古迹堪称世界之最。1990年至1992年在下辖枣阳市雕龙碑发掘出一处新石器时代原始氏族公社聚落遗址，距今约6000年，内涵丰富，独具特色。春秋时期，襄阳为邓、卢、鄀、罗、鄢、谷、厉、随、唐等诸侯国之城，楚灭上述诸国设置县、邑，秦汉以后又是三国文化的中心区域和历朝历代的重镇。古襄阳历来是兵家必争之地。3000年的历史长河中，大小战役难以数计，著名的战例就有：白起水灌鄢城之战、关羽水淹七军之战、岳飞收复襄阳之战、宋元襄阳之战、李自成进占襄阳之战、以及解放战争中的襄樊战役等。襄阳自古就是兵家、商家必争之地，随着国家中部崛起战略的全面实施和东部沿海地区产业转移步伐加快，今天的襄阳，更是生机勃勃、商机无限，各种优势日益凸显，已成为中外客商投资的热土。

襄阳是农业大市，农业基础较好，先后被确定为全国20个大型商品粮生产基地之一、十大夏粮主产区之一、三大芝麻产区之一、全国商品肉牛生产基地、秦巴山高香茶种植基地。初步形成了以粮食、油料、茶叶、棉花、水果、畜牧、蔬菜、林特为主的8大主导产业，板块农业面积900多万亩。20xx年，全市粮食种植面积694.6千公顷，比上年增加26.9千公顷，粮食总产量475.05万吨，比上年增产15.62万吨，同比增长3.4%，粮食产量实现八连增，农产品加工业产值突破千亿元。

工业：襄阳市是全国十大工业明星城市之一，是中央、省属三线军工企事业集中的城市，工业总产值仅次于武汉市，居湖北省第二位。纺织工业是全国39个重点城市之一，全市工业已发展形成以轻工、纺织、机械、汽车制造、电子、医药、建材、冶金、化工、食品为主要产业支柱的工业体系。20xx年，全市规模以上工业企业个数突破1500家，达到1555家，比上年的1306家，净增249家，其中，产销过亿元的企业315家，过xx亿元的企业27家，两百亿元左右的企业2家。

金融业：金融业继续发展壮大，为襄阳市的经济社会发展提供了有力的资金支持。目前，襄阳市的现有的银行金融机构18家银行，从业人员一万多人；有申银万国、国泰君安等六家证券公司；美尔雅期货、中国国际期货两家期货公司；有35家保险公司，仅次于武汉，位列湖北省第二。保险从业人员两万余人，全市保费收入以每年平均20%的速度增长。

航空航天、汽车及零部件配套等五大支柱产业群格局。下一步，将重点发展信息与电子、生物医药、装备制造、精细化工产业。

二、实践安排

1、20xx年1月26号——20xx年1月28号，通过走访老群众，查看老照片等活动了解他们过去的生活，从衣食住行等各方面展开调查，亲自感受家乡的新变化。

2、20xx年1月28号——20xx年1月30号，查阅资料，整理调查数据。

衣：记得高中时和妈妈一起去买衣服时，看到商场里那色彩缤纷的衣服，妈妈总是会叹口气说：“我们小时候都是粗布衣服，到了冬天，那衣服非常笨拙，而且硬邦邦的。”妈妈说：“以前过年才做一套衣服，有时甚至还穿去年的旧衣服。记得有一年，你外婆带我去做衣服，外婆特别嘱咐裁缝把衣服做大点儿，这样明年还好穿。”50年代的苏式服装，60年代的中山装，70年代的绿色海洋。从“票证经济”下的朴实、实用、色彩单调，到“补丁”服装，新三年，旧三年，缝缝补补又三年 ，再到追求个性，时尚才是王道。着装上的花费往往反映出一个家庭的消费水平。改革开放以来，我们的消费水平勾勒出一条上升的曲线，人们的生活水平越来越好。

食：改革前，大家吃大锅饭，大家干多干少一个样，温饱是人们追求的目标，改革后，经济也发达了，人们餐桌多了不少鱼肉，生活不是只追求温饱了，而是追求质量，档次也高了 改革开放前后，吃的变化很大。过去，食物匮乏、单调，人民的营养严重不足。有些农村甚至还没有解决最基本的温饱问题。改革开放后，十几亿人的吃饭问题基本上得到了解决。人民不但能吃饱还要吃好，讲究营养均衡，粗细搭配。绿色食品等科学卫生的概念也日益深入人心，以前因粮食不够用来充饥的野菜、粗粮，如今却成为餐桌上的健康食品。

住：家，对于我们每个人来说，是一个温暖的字眼，它是我们生活的避风港。从每一个家庭住房的变化，可以反应出这个家庭和家庭成员的生活经历及整个社会大环境的发展和变化 。“小康不小康，关键看住房”，拥有一个温馨舒适的家是百姓最大的追求，居住条件的好坏成为衡量家庭生活质量的一个重要指标。经过30年的努力，我市城市居民家庭的住房条件得到了翻天覆地的变化，20xx年人均住房建筑面积29.43m2。目前93%的城市居民家庭住房成套化，96%的居民家庭拥有自己的房产，住宅内卫生设备齐全的家庭比重达91%，两气使用率达到82%。

的消费支出由1978年的人均2.8元上升到20xx年的人均xx08.61元，增长了359倍。进入二十一世纪以后，家用小汽车快速进入居民家庭，成为新的代步工具，家用汽车消费增长拉动居民交通方面的消费迅猛增长。调查资料显示，我市城市居民20xx年人均交通消费支出为602.47元，比1978年增长859.67倍。截止20xx年末，我市每百户居民家庭拥有私家小汽车5辆。

娱乐：社会经济的发展给百姓带来了更多闲暇时间，我国先后实行了双休日和“黄金周”制度，为居民外出游玩提供了时间上的保障。同时，各级政府为了发展假日经济，大力发展旅游基础设施，完善旅游市场建设，旅游业蓬勃兴旺，为居民的旅游消费提供了广阔的空间，居民的休闲娱乐活动更加丰富多彩。近几年，居民利用“黄金周”7天长假或者寒暑假出境游、国内游、休闲度假、购物等已经成为居民家庭消费的一道靓丽的“风景线”。城市居民用于旅游的花费成倍增长，假日经济对消费市场的繁荣和拉动日趋明显。元。可以预计，随着我市城市居民收入水平的提高和休闲时间增加，利用节假日外出，领略祖国的大好风光或异国风情正成为居民享受生活的重要体现，居民在旅游方面的消费将继续升温，旅游消费方兴未艾。

教育：重视教育是中国人的传统，再苦不能苦孩子已经成为居民家庭的共识。随着收入增长和教育体制改革的深入，城市居民家庭对孩子的教育投入也越来越大，教育已经成为居民家庭的一项刚性支出。很多家庭望子成龙、望女成凤，从幼儿园起就择园，到小学、初中、高中阶段的择校热，从孩子学龄前的琴棋诗画培训费用，到孩子入学后的奥数外语家教费用。同时随着社会的进步，竞争压力的增大，很多成年人为了适应知识经济发展的需要，利用业务时间投入到再教育和学习新知识、新技术、新技能的行列，都极大刺激了居民家庭教育消费支出，注重教育投入，加强自身素质，提高文化品位已被众多家庭所认同。20xx年我市城市居民人均教育消费支出为382.27元，比1978年的人均4元增长了94.57倍。

实践总结：作为衣食无忧的90后一代，通过这次寒假社会实践，让我的那段艰难的岁月有了深刻的感知。天天吃发了霉的馒头还要饿肚子，天天穿缝缝补补不知多少次的衣服还不合身，天天走在泥泞的坑洼不平的小路上却没有鞋穿，天天住在阴暗的草屋里还没有空地，天天在教室外面偷听仅仅因为交不起学费，甚至连生了病都不敢去医院，我不敢想象那样的生活是何等的艰苦。那种生活我们没有亲身体验过，但从讲述者那忧郁的眼神中我能感受到那种艰苦。而今的我们，真的需要用心去感受那段岁月，并以此作为以后面对挫折克服困难的勇气。

**大学生寒假社会实践报告篇九**

今年的假期，我过得很充实，也很有意义。我利用这个假期参加了社会实践活动，虽然只有一个月的时间，但是我收获良多，不仅体验了社会生活，还锻炼了自我。

考完试的当天下午(xx月xx号)，我便和我的一位同学驮着简单的行李来到xx市中心文明路的好运来饮食店进行为期17天的打工生活。每天上班的时间从早上8：00—晚上8：00，每天的工作无非就是择菜、洗菜、洗碗、送汤水、打扫卫生，活而不算少，一天忙下来感觉也好累。或许是由于第一次参加工作，对一切都感到很新鲜，也很好奇。开始两三天，我们还干得挺起劲、挺耐心的，可以说充满热情地去对待第一份工作，得到了老板和顾客的一致好评和表扬。工作了一天下来，全身心虽然都感觉到好累，可我们心里却甜滋滋的。可是，坚持了几天，我们就觉得不耐烦了，感到腻了，热情也随之减退了不少。毕竟活儿是那样累与繁多，加之天气尤为的冷，手碰到了冷水，便感到钻心的疼，有时不小心碰伤，割伤了手，更是让人疼痛无比。这样一来，真的不想再坚持下去了，真的想打退堂鼓，不想再干下去了。

当然，在工作中随时都会碰到各种各样的问题与事情。中午12点左右是吃饭的高峰期，客人甚是多，这时便忙得不得了，忙这送汤水，有要忙着收拾碗筷、清理桌面，有时还得帮忙打饭，及时的清扫地面，一直忙到下午的2点种左右，实在忙得有些手忙脚乱，不可开交。有时，偶尔也会遇到一些较为棘手的问题。比如，客人抱怨汤水的味道不好，汤内有异物(头发、虫子之类的);在送汤的过程中，偶尔也会不小心把汤水泼到了客人的身上等。这时，我都会感到十分的抱歉与过意不去，与之同时，我更多的是诚心微笑地向客人赔不是，向客人真诚的道歉，恰到好处地去处理这些不愉快的事情，让客人感到满意，吃得开心。与此同时，在为客人服务的时，也会碰到一些令你十分不高兴、不满的事情。比如，你给客人盛汤水，他(她)不需要，便有些不耐烦地对你说“拿走，我不要!”……这些都会让你感到特别的不快,很是气愤.唉,真有些手不了。最苦最吃力的事情便数拖地板了。餐厅不算大，但地板尤为的脏，拖起来超费劲，加之老板娘苛刻、挑剔无比，这也叫你拖，那也叫你做，心中的那个起啊，便不言而明了。

在那里工作着实是苦与累，时间虽然才不过十多天，但我却觉得好漫长，度日如年，一天竟都是那样的漫长难熬，每天都在数着手指头过日子，盼呀盼，多希望这十几天快一点过去，这辛苦难熬的日子快些结束。可是，尽管这样时间依旧过得好慢，每天依旧得重复着那无聊、烦琐的工作。我们两也只能相互鼓励与扶持，咬紧牙关挺过去，尽职尽责地去完成每一天必须要完成的工作，再苦再累，只要意志足够坚强，再大的坎能跨过去的!是的，功夫不负有心人，我们终于熬过了这艰苦的十几天!当我们从老板手中接过第一笔并不算多的，但却是用自己的辛劳换来的钱时，我们的心情既激动又兴奋!

我们一直在父母的臂翼下幸福、自在地成长着，从不知生活的艰难，从不曾意识到父母赚钱的不容易。直到工作了，真正地步入社会了，才体会到了生活的种种苦与累，也才真正体会到赚钱的不容易!体会到社会的人情世故!当代大学生，应该积极地多参加社会实践活动，在社会的大熔炉中磨练自己、考验自己，不断地积累经验，增长才干。

在今后的寒暑假里，我也要经常参加一些有意义的事，做到把所学的知识真正地运用到实践当中去，在实践中不断成长，并提升自己，做一个有理想的人。

不知不觉，一个月的社会实践活动结束了，有点不舍，在这次活动体验到了很多，真希望还有这样的活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一起去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎!玩累了，我们就一起去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我和志愿者去探望孤寡老人xx老人。据xx老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得xx老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活!

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们女生比男生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请男同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的东升村的工厂里和到县里的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊!

为期一个月的时间活动结束了，我的学习能力也提高了，在交际方面也进步了。很庆幸参加了这个活动，有实践才有进步。

**大学生寒假社会实践报告篇十**

社会实践对于大学生来说是一种磨练，更是一种经验的积累。对于我们大学生来说，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学习方法。所以在寒假有限的时间内我进行了一次实践活动。

实践的时间是从01月20日到02月10号。主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告。

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是那么简单，每个细节都要弄好。第一天是试工，我在努力的学习，虽然说有点累，但我还是很积极、很投入，感到很乐意，因为这毕竟是本次社会实践的第一步。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我却都觉得挺充实的。

先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，我就负责上菜，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样瞧不起人家呢?但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，因此慢慢的我就习惯了。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”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。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

1、在社会上要善于与别人沟通。

经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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。

2、在社会实践中以及以后的工作中要有自信。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

3、在社会中要克服自己胆怯的心态。

自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“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。”

4、在工作中要不断地丰富知识。

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。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

在实践过程中，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，在为人处世方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

虽然在实践中存在着一些问题，但是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。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。

1、在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

2、因为我的专业是汉语言文学方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

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，至少让我的寒假过得有意义。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，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。

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。而走进这次实践，接触各种各样的顾客，老板，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。很多踏入社会的大学生给企业，单位留下的印象是学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，2年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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。

**大学生寒假社会实践报告篇十一**

所在学院：学生姓名：学号：指导老师：职务：实践单位：

实践时间：20xx年7单位联系人：

单位电话：

16—31月日日关于20xx暑假在社区居委会进行社会实践的总结

1、实践加深了我与社会各阶层人民的感情，拉近我与社会的距离，也让自己在

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，在这片广阔的天地里，我们的人生价值才能得到体现。我们这一代的大学生，在将来的就业中将面临着激烈的市场竞争，社会的经济、政治、文化的迅速发展，更增加了我们的压力，我们必须时刻提高警惕，而且也要积极地投身于实践之中，这样才有利于个人的全面发展，更好地跟上时代发展的脚步，为未来的竞争打下坚实的基础，使自己在竞争中立于不败之地。

2、践中，我深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

3、这次社区服务，我们提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活都有很大的启发。

4、这次的社会实践，学会了很多东西，深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

5、、在实践的这段时间里，通过自己的努力，体会到工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我们还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。况且我们只是干些打扫啊宣传啊抄抄写写的工作实在算是简单。想起来，觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，有时会惭愧。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实践的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，全部得到好评，博取了满分。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。

三天的社会实践虽然短暂却也辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。机遇只偏爱有准备的头脑，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

在7月16号早上，我骑车来到居尾会寻找做事的地方，开始，对自己期望很高，一般的活不想干。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面的原因。一个方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置，既然是实践学习，就要敢于吃苦。于是我找到了一家经贸公司。虽然名头很响，可是我来是做卫生员，说白了就是打扫卫生的。

第二天，我便开始了我的暑期社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能擦擦地，抹抹桌子，心理倍感失落，再加上卫生部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，曾经有个老师告诉我：环境无法适应你，只有你适应环境。我不能改变这个现实，所以我要适应环境坚持下去。要在自己的工作环境中让自己的工作的很轻松，首先把自己同领导和同事之间的关系搞好。因此我只好先把脾气都收起来，尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一幢高楼的八层，八楼的办公室特别多，而且天天接待的人也很多。走廊就是卫生员的战场，尤其是人多的时候，那种场面让卫生员看见，真是担忧，因为人的素质有高有低，不知谁就不注意个人卫生，随地吐个谈啦，乱扔烟头啦什么的，这方便自己的同时也增加了卫生员的负担。所以卫生员就要一遍一遍，不辞辛劳的清理、清洗。我就这样不知疲倦的一遍一遍，一次一次的反复着。起初我做的并不好，虽然在家里我也干活，可是和这大楼里的清理是不一样的，起初力不从心，于是我观察老手的清理，向他们请教，为了不打扰他们工作，我经常是在旁边默默地看，不久就驾轻就熟了，于是我抱着愉悦的心情快乐的工作着，经常我们公司的老板还会从我身边经过，我就非常有礼貌的跟老板打招呼，领班来检查时，我也非常谦虚的站在旁边，我的快乐表现在我的微笑上，领导都感觉不错。休息的时候，我也主动找我们的领班和同事虚心地向他们请教和学习，经常大家也一起聊天，他们都那么朴实，而且普遍年龄较大，他们也很关心我，我从他们身上学到了很多自己照顾自己的能力，和照顾别人的能力。卫生部的领班跟我说：“我知道你是大学生有志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的。”这个道理就是不积小流无以成江海；不积跬步无以至千里千里。他为我指出了工作中的很多错误和缺点，我也一直很虚心地请请教领班，领班还对我说：“我看一个人怎么样并不是看他学历、文凭怎么样，关键是看此人做事是否勤快踏实，我在这个岗位干了将近10年了，我就踏踏实实的工作，你别看那些坐办公室的天天很让人羡慕的，但是我告诉你，我在的这10年里，不知道换过多少人了呢，有些人在工作岗位上上去了，有些人下来了，上去的少，下来的多。而我在这里踏踏实实，领导都看在眼里，现在如果我要走，领导都会挽留我，我虽然干的是下层的卫生工作，但是也算成功了，起码现在当上了领班。”领班还对我说：”你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，不怕累的人就能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？”确实，听了我的领导对我所说的金玉良言。我的确让的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，求知欲要非常强。

1、虽然楼里的邻居大多都是我妈妈的同事，但是平时都没怎么打交道，甚至许多都不曾混个面熟，通过这次难得的机会，与他们都建立了一个很好的关系，让我很开心。看着社区被我装点得充满了节日的喜庆，让我觉得一切都是值得的。

2、我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

比如说，居委会的资料总是井井有条，分类整齐，通过居委会大妈的言传身受，我知道了学习应该也像整理资料一样，每天都应该按门按科地把知识梳理一遍，这样，不仅有利于查找，而且还有利于记忆。不只是学习，家里的一切也应当是这样，书籍、衣服、玩具等等。

半个月的暑假这样匆匆结束了，还有我这一次的社会实践。整日呆在学校中的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我唯一庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，我明白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；是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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。社会实践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，半个月的社会实践，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。

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

四、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

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。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。这一次的社会实践使我明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

六、体会

十五天的社会实践虽然短暂却也辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

**大学生寒假社会实践报告篇十二**

大很多人都说，90后是温室里的花朵，是家里的小皇帝小太阳，从小便被家里人宠着，不但个性张扬，不够吃苦耐劳，艰苦奋斗，还不知道要尊老爱幼。我却觉得这是对我们90后的误解，我们只不过个性独立了一点，却都有一颗赤子之心。这不，20xx年2月1日，我们又一次来到了安镇敬老院，开始了我们送温暖的活动，今年的活动，，同样秉承着去年的主题和目的——让敬老院的老人们感受年的气息，家的温暖。

去年。我们在家一共包了150只饺子，送到敬老院和老人么一块分享，今年在敬老院院长的建议下把包饺子的场地搬至敬老院的厨房，自是为了加强年的气息。

这一天的天气不是很好，早上便下起了蒙蒙细雨，但雨息不灭我们的热情，我们带着事先准备好的材料来到了敬老院。我们之前准备好了白菜和青菜两种口味的饺子，又考虑到敬老院的老人大都年纪大了，味觉也退化了，便多加了点盐和味精，谁知，敬老院的阿姨们还是觉得太淡。

等人到齐后，我们便开始了浩荡的包饺子工程，包饺子看似很简单，却有很多注意点，拿出一张饺子皮，用食指在周围涂上一层水，用筷子加上肉馅，轻轻对折，边缘对齐，再用手把边缘压实，按上五个手印，一个饺子才算完工，其中水的多少，肉馅的多少，对折时的力度可都是有讲究的，所以当我们完成250多个饺子的制作时，已是中午11点半的饭点了。

敬老院的阿姨们煮着饺子，我们自然也没闲着，把之前准备好的零食拿出来分发给老人，并和老人们聊天，拍照留念。之前我们请书法爱好者为我们写了三对春联，分别是“上联：福如东海长流水，下联：寿比南山不老松。”“上联；天下高龄皆父母，下联：人间晚辈尽儿孙”“上联：时盛世昌春不老，下联：丰衣足食寿弥高”准备送给敬老院，正好可以亲自为敬老院贴上，有几个同学找来了废报纸，开始擦起了玻璃，打扫卫生，与老人和谐相处其乐融融。闲暇时，我们研究了一下敬老院的菜单，据说是一个老爷爷写的，潇洒的字迹首先让人眼前一亮，细细研究，却发现，敬老院的菜谱荤素营养搭配的非常科学合理。听老人们说，他们的菜谱是综合了他们的喜好而定的，我们也放心了，至少他们在物质上并不贫乏。他们缺的不是衣食住行，而是心灵上的关爱。我们的饺子，很普通，却是我们用心包成，他们自然可以感受到其中的暖意。

敬老院的院长说，每次有小孩来，那些老人总是特别高兴，哪怕有些人来只是做做样子，拜拜姿态，但老人最喜欢的便是热闹，最害怕的便是冷清寂寞的孤独，这是怎样的沉痛和幸福者的悲哀。

我总觉得我们能做的很少，但我们能做什么便会拼尽全力，绝不会故作姿态，社会实践是社会实践，但绝不是一种形式，其中自然有我们心血的投入，我们将始终用一颗赤子之心来面对社会。我们同时也希望可以用我们的行动来唤醒这个社会，能让更多的人加入到我们中来，让温暖遍布整个人间。

**大学生寒假社会实践报告篇十三**

随着个人的文明素养不断提升，接触并使用报告的人越来越多，其在写作上具有一定的窍门。那么大家知道标准正式的报告格式吗？下面是小编为大家整理的大学生寒假社会实践报告，希望能够帮助到大家。

20xx年1月21日至20xx年2月21日

xx工作中心(天河南街家庭服务中心)

xxx服务中心是一所为政府和社会提供综合性、专业性社会工作服务和管理的民办非盈利机构，前身为广州青年志愿者协会启智服务总队，启智服务总队成立于1996年，发展至今拥有大批志愿者骨干和大批志愿者会有，开展社会服务四十多项，服务范围涉及青少年、老人、残障人士、智障儿童、重症儿童和流浪露宿者等弱势群体。每年为社会提供志愿者服务时间超18万小时。

启智社会工作中心位于广州市天河区育蕾二街18号，其服务理念是“尊重，专业，专注”，其服务内容主要包括青少年教育、社会福利与救助、矛盾调解、心理辅导、行为矫治、志愿者团队建设、残障康复、婚姻家庭等领域。

此次实践的目的在于通过启智社会工作中心的实践，掌握社会工作者的基本技能，熟悉专业社会工作的操作流程以及工作制度等，为今后的工作奠定基础。

青少年发展部

(一)实践培训

正式进去实践期前，启智中心的主任对新来的实践生进行的前期培训。主要向我们介绍了启智社会工作中心的来源、服务宗旨、服务对象、服务范围、周边社区的环境以及对实践生的入职要求。此外中心还给予每位实践生分配了相应的专业社工作为其直属上级，并向我们解释了我们需要学习训练的.内容和任务。

(二)小组工作

在上级社工的指导下，我策划开展了两个兴趣小组性质的小组工作。分别是针对3-5岁儿童的折纸小组以及针对8-12岁青少年的合唱小组。期间完成了对此两个小组的小组计划书的撰写、小组活动的监督实施、活动结束后的效果评价等工作，而青少年合唱团小组更合作出演当地的歌舞晚会并取得良好反馈。

(三)外展活动

在实践期间，我曾加入启智中心在天河南街的外展活动。在此之前，我对“外展”一词一无所知，而经过亲身经历后，才发现外展是一个社工机构对外宣传的重要渠道之一，在进行外展的社工人员是最直接接触居民的媒介，通过彼此之间的沟通交流，一方面能够让居民进一步认识社工、认识启智中心;另一方面，中心的社工也能多方面得获得当地居民的信息，为社区服务的顺利开展做出了铺垫。

(四)家访活动

家访活动是获得当地居民信息最简单直接的手段，我在中心实践的时间里，曾进行了多个晚上的家访活动，从中出来能够进一步了解中心与社区的关系外，也能锻炼自己的应变能力和口头表达能力。而在家访活动中，我也曾遇见许多感人的场景。例如有一个父母和两位儿子共四口的家庭，其中小儿子瘫痪在家，父亲有糖尿病，母亲有高血压，看起来很不幸的家庭却意外的乐观，大儿子为了照顾家庭已经年逾四十仍未成家，他们还自己出钱在两边的楼梯加上了扶手，以便家人和邻居出入。情景虽平凡却不普通，这是我在家访中得到比知识更珍贵的体验。

(五)电话访问

电话访问与家庭访问类似，不过电话访问较为随意简短，同时也节省来回走动的时间，因此在实践期间，我很多时间都在对当地的家庭用电话进行慰问，有时候甚至一天连续打了50多个电话，此举让我领略到作为一名尽职的社工，需要的不仅仅是专业知识，更重要的是对案主、潜在案主甚至社区中每一位居民都必须有耐心，真诚。

(六)督导培训

在临近农历新年那一星期，启智中心邀请了一位来自香港的社工督导，并对中心全体员工进行的职业培训，作为实践生，我也十分幸运地能够参与其中。在这三天时间里，他向我们介绍了香港社工与大陆社工的一些不同之处，讲述了香港社工的日常工作方式、政策支持、社会地位等等，也介绍了一种常用的与案主第一次交流使用的沟通方法，从这种方法我们便可轻而易举地得知案主来求助的原因。总而言之，虽然培训时间只有短短三天，但督导给我的启发却是巨大的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn