# 大学生暑假实践报告实践内容 大学生暑假实践报告(模板12篇)

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-07-15

*报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，报告的格式和要求是什么样的呢？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，我们一起来看一看吧。大学生暑假实践报告实践内容篇一一直羡慕朋友风里来雨里...*

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，报告的格式和要求是什么样的呢？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，我们一起来看一看吧。

**大学生暑假实践报告实践内容篇一**

一直羡慕朋友风里来雨里去打工给自己增添了不少社会经验，还可以小聚财，误打误撞的，我也开始了人生第一次打工之旅。

去的是一家酒行，应聘营业员职位。由于是假装应届生去的，所以编了不少子虚乌有的东西，朋友分享经验说，学历说中专就可以了，高了人还不要，少许不甘心，我们填了大专，还报了个昆明的学校(被聊到学校具体名字和地点时，难免要急中生智再答个模棱两可的答案，可谓谎言的艰辛。这是后话)。应聘前在门口等小明，还特地查了下五粮液的企业文化等等(这是家五粮液专卖店，其实出售各种酒类，只要你想得出，这儿都有卖)，为了体现专业知识，还把五粮液股价都给背了下来，信心满满的去应聘。人事部的魏姐面试我们，其不正规程度令我们多少有些失望。首先，我准备的内容完全没用到，一个简单的自我介绍就是大头。其次，面试用的是方言，虽然方言在版纳的普遍程度让普通话几乎没有立足之地，但这样场合，似乎有些不合时宜;最后，填完简历，身份证都没查(不过后来同事说一般是查的，可能主管看我们讨喜，就跳过去了)。面试结束一会儿，我们走在回家的路上就收到了受聘信息，两个人开心得大笑，开始规划工资用怎么花。

面试的成功算是个好开头，第二天，打工的日子正式开始了。

对于平时睡惯了懒觉的我，7点起床是个难点。不过不管愿意还是不愿意，还是要来的。恩恩，而且是朝气蓬勃的。第一天上班，我特地提前了十分钟，这就等于我在店门口等了十分钟。门市负责人是美丽的姑娘，穿工作服，笑得淡淡的。过了一会儿，又来了三人。面和心善，问我吃早点没，她们放下包准备去对面买过来吃。冷汗，还有这一出。话说要主动，要勤快，于是，我悉心询问着该做什么怎么做，好家伙，毫不客气，有得做了：两个门面，里面还可以深入进去有卖各种别类酒，每天早晨的任务就是擦柜台，酒架。我和另一个早我来一会儿的小姑娘一人负责一店，其他的老职工也没闲着，干这干那，也有的忙的。边弄清洁边记住酒的名字、价钱、位置，要完工也要半个小时。接下来应该就是坐在门面等顾客来卖酒。然而，事实证明，我对营业员这个工作的理解还太肤浅。。。仓库调来一批酒准备做特价处理，我们几个女的(潜规则就是体力活一般是新人干，主管要守店卖酒开单)先要把酒从车上抬下来，我艹，一箱红酒12瓶，白酒也有6瓶，几十箱，空手搬到店里，挪来挪去，再去抬水来，一瓶一瓶擦干净。知识不当知识，全当卖苦力用。一天下来，没介绍酒，没卖酒，灰尘过敏喷嚏不断，手软脚软，激情大减，直呼累。我是下午三点下班，小明来接晚班。晚上的时候，我们交流一天的感受，知己果然是知己，几近相拥而泣。

空闲的时候也多，吃过饭时候人最少，可以坐着休息休息。闲来话多，在这里体现的淋漓尽致。明说的最讽刺，无聊的生活在于张家长李家短隔壁媳妇不要脸，谈资不外乎这些，这个市场葡萄几毛几，哪个街头的便宜几毛几。

因为我和小明是新手，对业务不清楚，比如开单、结算、电脑业务登记等等，我们都不能上手，只能做最基础的介绍酒，卖酒，收钱，打扫，此类事情。很多时候人特别多，乱，他们忙得团团转，怨言不绝，但我根本插不上手，只能干着急。特别无奈。其实那些事情都不难，但没人愿意教你不说，连学都不让学。

毕竟这是几近底层人民的生活状态，这些人大多是初中文化，在这边租房打工，拿着不足两千的工资，抱怨，也说累说烦，但没人愿意去充实自己，不愿意学习知识技能。门市加我和明有十人，有两个是92年的(其中一个就是美女主管，我还傻不颠的叫过她姐，后来知道她年龄甚是尴尬)，甚至有93年的，别的大多也二十出头。不爱读书是这个地方最愚昧的地方，被逼着读完义务教育便迫不及待脱离苦海，现在政策好，农村的有胶地，日收入达千元，少的也有好几百，夜夜笙箫，吃喝赌成性，代代相传。正是花样年华，本该在学校学习，却早早进入社会，宁愿一天打两份工，忙到身体吃不消，还在做着嫁老板的梦，一天一天过。

此外，一家强大的公司应该具备好的人力资源管理体制，让员工能够结合个人与公司的前景，拥有足够的发展空间，，安心在此发挥自己的才能。如果公司职员流动量大，也是从某一方面体现出公司体制的缺陷。

打工总共进行了二十多天，开心也很多。这些同事热心善良，醇厚朴实;后来我也厚着脸皮学会了开单和电脑属单;每周的培训课都非常好，刚好赶上培训酒水知识，最感兴趣的是讲红酒，学了知识还实践品酒，很有趣;了解了市场上大多烟和酒的尝试等等。

这次社会实践给我带来了很多感受，相比而言，我很庆幸以后不用这样子生活，提高自己的素质永远是硬道理。就像明说的，以后孩子不爱读书送他来来打工，好叫他安心学习。

**大学生暑假实践报告实践内容篇二**

20xx年7月x日-8月x日

xx

虽然仅仅是短短两个月的工作实践，虽然并没有获得丰厚的物质回报。但是，我认为它给我带来的经验和认识，以及能力的提升却比所谓的物质报酬要重要且有意义的多。总结两个月来的工作表现和工作认识，我得到了以下几个方面的成果：

1、熟悉了餐饮服务的各方面知识，开拓了眼界，增长了见识。

作为一名服务员，想要做好服务工作，让客人满意，就必须熟知与餐饮服务有关的知识。在欣源酒店工作的这短短的两个月里，我学到了很多东西。例如，懂得了如何铺台摆位、如何倒茶倒酒、如何上菜分汤等等。作为服务员，还要牢记各种菜品的名称、价格、材料、做法以及口味等等；要牢记茶和酒水的名称、价格等等；要识记各种海鲜的名称、重量、做法等等。只有识记这些繁琐的东西，才能向客人更好、更清晰地推销介绍酒店的饭菜茶酒。由此，我也了解了很多与餐饮和服务有关的知识，也丰富了阅历。

2、了解并掌握了餐桌礼仪、交际用语，懂得了如何以“礼”服人。

在酒店工作的这段日子里，在与领导和同事的学习和交流中，我了解和掌握了很多餐桌礼仪以及基本的文明用语，懂得了如何更好的以礼服务于客人。我认为，这些远远要比我从大学《商务礼仪》的书本中所学到的知识更广泛、更实用、更有价值。书本上的知识和理论过于干瘪、平淡且毫无生动趣味性，所以学习和记忆起来不深刻，总是容易忘记和记混。

然而，在酒店工作中，经常可以向领导和有经验的同事学习很多与餐饮服务有关的礼仪，可以近距离地观察他们与客人交流沟通时的行为动作，可以向他们请教在各种不同场合和情景下所要运用到的礼仪和用语。在模仿和学习中学会记忆和运用知识，在行动中发现问题并予以更正，且更好的弥补不足，增长见识。例如，在欢迎客人时要说：“欢迎光临，中午/晚上好！”客人进入包房时要主动开门，要说：“您请进，您请坐。”在客人坐下时，要询问人数，然后拿出菜谱和酒水单请客人点菜点酒。在倒茶酒水时要遵守“茶七饭八酒九”的原则，即茶水、饮料七分满，饭八分满，酒水九分满（红酒用红酒杯盛，三分之一满）。添茶倒酒时都要从主人位的右手边（即主宾位）开始，并按顺时针方向依次添茶倒酒。换烟缸、骨碟等其他餐具时均从主宾位开始。上菜时要先给客人打招呼，说：“打扰一下（或请当心），帮您上菜。”上菜时尽量不要从老人和小孩旁边上，以免不小心烫到或碰到客人。

上菜时一般从副主人位的左边或右边上起，还要注意不要在客人头顶上方上菜，以免失礼。换烟缸时（一般超过3支烟头），要先用一个干净的烟缸覆盖在原来脏的烟缸上，然后轻轻撤下，再将干净的放上，这样以免原来的烟缸中的烟灰飘散到菜里。上锅仔一类的菜和汤时要在火锅下面垫上骨碟（俗称垫碟），以免烫坏玻璃转盘。火锅的火口朝内（朝向转心），以免炙烤到客人。上日式刺身时要跟芥末料，且每人一位。刺身下面要垫口布（一般为饭店桌面骨碟上面叠放的口杯花），以防刺身里的冰融化弄湿桌面和客人的餐具……餐桌礼仪条目繁多，且过于涉及宽泛，至于细节更是复杂，不能一一详谈，只能列举一二。

在欣源酒店工作期间，我认为所学到的最重要的东西莫过于餐桌礼仪和交际用语，也学会了与人沟通的技巧。这些对我来说是一种进步。这不仅仅丰富了我的阅历和知识，更丰富了我的社会经验，这对我的专业（市场营销专业）来说是一种巨大的帮助，也会深深影响我今后的学习和工作，这将受用无穷。

3、工作锻炼了胆识和勇气，服务学会了耐心和细心，努力换取了自信和快乐。

在酒店做服务员，需要做很多的工作，除了日常的服务工作（用餐服务、清洁服务、值班服务等），还要做好推销服务。这是一项非常具有挑战性的任务，也是最能锻炼胆识、勇气、信心的工作。在短短两个月的酒店实践工作中，我一直坚持努力学习、勤奋工作，从一个茫然无知的实践生，到成为一名熟悉业务知识、全面掌握服务技巧、具有较高服务水平的服务员，我也不断提高了自信和勇气，获得了快乐。

4、遇到外国客人，我不断挑战自己，敢于主动上前服务，学会了用英语交流，提高了自己服务能力和增长了知识。

上海是一座国际性大都市，容纳着世界各地的旅客和商人。在上海的各中小型酒店，到处可以看到外国人的身影。在上海欣源酒店工作期间，我经常遇到外国客人来饭店就餐。每次接待外国客人时（特别是没有随行的中国翻译），大家都倍感自卑和无奈，因为都不太会英语（大多数服务员文化水平较低，多为中学毕业），所以望而却步。起初，我也感到特别尴尬和无奈，因为自己的口语差，更因为发音不准而缄口不言。然而服务工作必须要做，我便慢慢学会了勇于上前，用不流利的英语同客人交流。有时我也会遇到不懂和不会的地方，就去翻看英语电子词典或者看《日常餐桌英语用语大全》，不断地丰富自己的词汇量和餐桌用语，由此我也慢慢地变得自信，并且乐于为外国客人服务。

由于工作的需要和迫于工作压力，我不断地学习新的知识，勇于挑战自己，学会了向客人问好，学会了介绍菜品，学会了问客人点菜点酒，学会了询问客人意见……由于自己的耐心和热情，由此也不断地得到了外国客人的称赞。虽然，我的英语口语水平并没有多少提高，服务能力也不是很突出。但是，我依然感到很自豪，为自己的勇气，为自己的自信，更为自己知识和能力的进步！

在酒店工作，虽然自己取得了很大的进步，但是自身的劣势和所产生的问题无可回避。工作可以检验一个人的优势所在，但同样也可以反映一个人的劣势。在欣源酒店工作中，我清晰地看到了自己的劣势和不足。具体总结有以下几点：

1、在工作上与老服务员相比还有一定的差距，具体而言是缺少细心和经验。

作为刚刚踏入社会的实践生，难免缺乏工作经验，对此我感觉这无可避免。经验是从工作中总结和得出的，并非从书本的理论中可以学到。所以我认识到，工作是经验的源泉，只有在工作中才能丰富起来。

2、做事不太灵活，不太善于观察细节，所以往往在细节服务上有所疏忽。

一个优秀的服务员，其优秀之处就在于能够在细节服务上做的完美出色。我坦言自己是认真称职的服务员，但并不是真正优秀的服务员。因为自己缺乏善于观察的能力，加之做事缺乏灵活性，这是导致我不能成为一名优秀服务员的重要原因。这将是我继续努力的方向。

3、知识水平不够，导致服务能力减弱。

在工作上，我非常认真、勤劳，但是服务能力却并没有因此而显得很突出。究其原因，是自身知识和阅历的浅薄。这些是限制我能力发展的重要因素。例如在服务外国客人上就不能真正得心手。我坦言自己的英语水平差，口语发音不准，由此我的服务水平就显得逊色。我深深认识到英语的重要性，为此，我也下决心要学好英语，制定好学习计划，努力提高自己的英语水平。我相信我可以做到，正如我相信自己的潜力。

以上所有都是我两个月以来的工作感受和心得，或许有不尽详细之处，或许也有繁琐冗长之处，全是一己之言，难免有所偏差和谬误，还请谅解。总之，此次暑假实践，收获颇丰，也十分欢喜，不是因为赚到了很多的钱，而是学到了宝贵的工作经验和知识。它开始引导我真正走向社会，走进了现实，让我明白了很多道理，也有所顿。我调整好个人的心态以及价值观，继续努力和奋斗，为了梦想，为了明天加油！

**大学生暑假实践报告实践内容篇三**

在生活中，越来越多人会去使用报告，写报告的时候要注意内容的完整。一听到写报告就拖延症懒癌齐复发？以下是小编收集整理的大学生暑假实践报告，希望对大家有所帮助。

大学，不仅仅是学习文化知识的更重要的是要锻炼自己的能力。大学一过我们就踏进啦社会这个大的家庭。现在许多高校为了提高学生的综合能力，使得学生毕业后能更好的融入社会。因此开展了社会寒假实践活动。

刚开始我想随便盖个章就行了，但想想那样就失去啦这次实践的意义啦。后来想想就决定去参观\_\_\_\_县的一个大海绵厂也就是鑫源公司并想见一下他们老板。我五舅就在那工作，刚开始我五舅想帮我直接联系上他们老板。因为他们老板一般都不在厂里，但我没让。我觉的那样就没意思啦，我想自己完成这次实践。后来经过商量我就让五舅在那看到我后就当没看到。五舅跟我讲啦一些关于他们老板的情况。他们老板是一个比较正直的人，办事不看关系只讲事实。并且小的时候他很穷是自己创出来的，但由于这是个私人企业所以许多大学生不愿呆在他们这工作，都是来着干几年就走啦。所以他们老板很需要大学生并且要求厂里员工只能给他推荐大学生，一般的员工都不要。我一听挺好，过啦俩天就去拉。

我第一次去的时候觉得这挺随意的，很定很好弄得。就高兴的去啦，结果到保安那就被扣那啦。我跟他们讲啦我的身份和来意。但他们说老板不在，并且不让进。原因很简单因为他们厂里老进小偷。并且有一次被偷啦三百多万，所以未经允许不让进。于是我就在他们厂里门口等啦两个多小时，但没等到。后来我五舅正好下班从我面前经过，我只是偷偷的`给他挥啦一下手。到该吃饭的时候我没办法就回家啦。两个小时就那样和那俩保安聊过去啦。

国家养他们是让他们为人民服务的，然而他们却用手中的那些权利去欺压去鱼肉人民。说句难听的养他们还不如养条狗呢。后来那为叔叔就和我聊啦一个多小时，他给我讲啦一些附近的化工厂，为我将来就业提供啦一些参考。后来他有事就走啦，我就再次失败的回家啦。

虽然这俩次我都失败啦。我一点都没达到自己的目的，但并不是一点收获都没的。至少我也算锻炼啦自己的交流能力。并且从头到尾我都没提到五舅也在这。

后来想啦想就决定换一个厂参观。于是就去啦现代厂。现代厂原来是个国有企业，但由于领导管理不好，致使该厂倒闭。现在成为啦一个私人厂。我之所以说领导管理不好是有原因的。因为\_\_\_\_的四个国有企业全部前后相继倒闭。原因应该是不言而知的吧。

现代厂倒闭后，就被一个私人包拉。他们把那改成啦一个拔丝厂。曾经有一段时间他们生产过轿车不过是电动的那种。当时改名为新乡市永利电动车制造有限公司。我盖的章就是这个章。但是由于他们的成本高于他们的销售价。因此干啦一段时间就又停啦。就又继续拔丝啦。我参观的是他们的镀金车间。镀铜和镀锌的是。我看啦看后发现他们运用的原理就是电解池的原理。觉得挺兴奋的，学的化学有用啦。

参观完后，我就在那聊啦一会。聊完后就盖啦一个章走啦。这一次还是很顺利的。

经过这次实践，我突然有种感觉与没有掌管章的人聊天更可以体验到了解到社会的实际情况。尽管他们在事业上不算是成功人士。但与他们聊天感觉到赚钱很难。生活并不象我想象中的怎简单。有很多事都不想自己想象的怎简单。并且现在的大学生很多，想找到一个十分好的工作非常难。

我们是学化工的，找一个工作应该都可以找的到。但搞化工这对身体不好，我们不能长期从事化工，因此我个人认为我们每个人都该为自己设计好一个路线。我鼓励大家创业。我认为我也会走创业这条路。可能刚毕业后会找一个私人企业干几年，但绝对不会干一辈子。

**大学生暑假实践报告实践内容篇四**

每个假期都有不同的经历，每次经历都会有不一样的.收获。这个假期我在我们这儿找了一份儿酒菜店里的工作，帮忙卖下酒菜。在这个小店里虽然每天都忙碌着类似的事，但每天都会从不同的人身上学到不同的东西。白岩松说过痛并快乐着，我觉得这可以用来形容每一次与成长有关的经历。只有经历过痛苦才能去得进步，克服惰性、解决困难、自我认知等等，若有所悟的豁然开朗让我觉得一切都是值得的。

今年暑假有些特别，一放假就阴雨连连，我自己找工作的计划也随之破灭了，我无奈只好发动亲戚朋友帮我介绍。等来等去，还是眼看着一个个都泡汤了。看雨也没停的意思，我就先呆在家里，帮爸妈做做饭，下地干干活儿，好减轻一点儿他们的负担，这也应该算是一种实践。只有当我亲身做着他们整天默默做着的事，才真切感受到他们平时有多辛苦。想想他们省吃俭用还要累死累活地给我挣学费供我读书，心里越是不忍。等着地里的活儿忙得差不多了，天气也稍有好转，我等的工作还没消息，这让我意识到凡事都要靠自己。于是我开始自己四处找工作，终于在我们这儿找了份儿临时工。

刚去店里什么都不会，什么都不懂。因为平时很少去买酒菜，所以有的连菜名都叫不上来，或者有的人家点了要哪个哪个，我却还傻愣愣地不知道那个是哪个。好在熟客比较多，又都比较和善，一看就知道我是新来的，就笑着问一两句，然后教我怎样做，哪个叫什么。我既不好意思，又感激又开心。

在店里工作，一般是一大早就开始，煮菜、拌菜等，但由于这些都是要求比较高的技术活儿，都是由老板、老板娘或是其他有经验的人干的，我这个临时工是干不来的。我就打个下手，做些简单的活儿，摘菜、切菜、捣蒜什么的。等时间差不多了就从里屋的冰柜里把冷冻的菜一盘一盘端出来，再摆好。

俗话说事事皆学问，摆盘也不是随随便便摆一下就可以，还得素的放到一起，肉的凑到一块儿，价格差不多的搁在一起或放着近点儿，每个盘里的菜怎么摆合理好看等等。

这些都收拾差不多后就等着客人来，但是也还不能闲着，切肠、打苍蝇、打扫卫生等。快到吃饭的点人就陆陆续续来了，我这 时就主要负责装菜，有的用夹子夹，但人多的时候那样是不行的，太慢了。店小工作人员少，所以要求都得有效率。通常就是把盛菜的袋子套在手上，里边朝外，抓好菜后再迅速翻过来。开始做的时候老担心翻撒了，缩手缩脚的，后来随着人越来越多，老板娘就月催得紧了，我就慢慢大胆地效仿老板娘装菜的样子，笨手笨脚地装起来，头几个也难免量多量少，但起码在摸索中前进。老板娘看我有点模样就又坐回前台打包收钱去了。

一拨人走之后，店里渐渐冷清下来，我就把自己能填满的盘子重新填满，做不了的就等老板来转的时候动手填上。老板很少在店里，一般只是在早上进货、煮菜的时候再，晚上关门收拾的时候来一趟。节假日的时候人多老板也会来帮忙。平时就是我和一个姐姐还有老板娘。不需要填盘子的时候，我就做些打扫工作，整理整理菜盘。

忙完后可以回家吃顿饭，稍微休息一会儿就又得回到店里去。因为店离家不远，所以步行就能到。到了就按部就班继续准备着，等着晚饭前的一阵忙碌。

一天下来，回到家里就累得爬到床上一点儿也不想动了。

每天这样，虽然一样的事情，一样的忙碌，但又能学到很多东西，明白很多道理。比如说原来不能耐下心来听取他人的意见，在这次实践中我开始努力扭转自己的态度，遇到矛盾，尽量平静自己，使自己冷静下来再去思考谁对谁错，进而自我反省。通过这次体验，我越发了解到赚钱的不易，父母的辛苦，也越发感激他们的付出。通过自己的努力做到的事情更增加了我的自信心，让我更有勇气去面对接下来的挑战。

**大学生暑假实践报告实践内容篇五**

在一个多月的暑假生活中，为了更好的了解社会，响应“大学生教育”的号召；也为了给个人今后发展奠定坚实的基础。我利用三十天的时间组织了一项名为“爱心辅导”的社会实践活动。现在活动已经圆满结束，我在此做一个总结，作为大学一年级暑假的社会实践报告。

社会实践活动的目的

在权衡了各项大学生可能参与的社会实践活动之后，我认为：家教是一份切实、有价值的方案。作为一名师范学院的学生，尽管我本身属于非师范类专业，但“为人师表”这个千年的古训却永远牢记在我的心中。我觉得，做一个好老师是非常具有挑战性的；同时，如何出色的胜任老师的工作，对我也是一个很大的磨练。所以本着这样一个向往，我选择了组织家教这项社会实践活动。

社会实践的准备

为了能够增加此项活动的“含金量”。我为活动订立了“自己组织，自己分配，自己招生，自己工作”的基本宗旨。其中这里的“自己”实际上指的是一个群体：即所有参与到我组织的这项活动中来的和我具有同等学历的朋友们。他们分别是：xx学院、xx学院等。在组织好人员之后，我于17号晚迅速草拟了两份材料。即：“爱心辅导介绍”广告和“爱心辅导活动会员条例”。

社会实践活动的实施

在1月19号散发了“爱心辅导介绍”广告之后，我们很快接到了许多家长的询问，并陆续登记好姓名和联系方式。1月21号上午结束招生后我组织分配了各个参与同学的任务，其中我具体负责了一名四年级学生的语文及英语辅导工作。会议结束前我们再次学习了“爱心辅导活动会员条例”。下午同学们开始各自与负责的孩子家长联系，商定具体的实施细节。

22号活动正式开始，在辅导孩子的过程中，我始终遵守条例中的规定，牢记认真负责的态度，以学生为本，礼貌、耐心、亲切的完成辅导任务。同时，我尊敬学生家长，礼貌用词，耐心听从家长的建议。在具体学科指导中，我发现：这个孩子存在着偷懒和粗心的坏习惯。我针对这一点提出了狠抓辅导效率，减少学习持续时间但增大学习频率的方法，为这个孩子的提高作出了一定的贡献。活动结束时，在我和孩子家长共同组织的测验中，他取得了全优的好成绩。

在完成自己任务的同时我还统筹着全局，每天与其他四位同学保持密切的联系，时刻提醒他们牢记活动条例并注意自己的安全。保证活动的正常进行。

时光飞逝，转眼间告别了暑假，回到了学校。回忆社会实践生活，点点滴滴仍然历历在目，我明白了很多：我也从社会实践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。

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。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。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。

没有实践，就没有发言权，只有亲身经历过才有那种超乎平常的感觉。今年的自己的社会实践和去年有所不同。其实学校要求我们参加积极暑期社会，无非是想让我们提早接触社会，了解社会，这样才不会在真正走向社会的时候找不到生活的重心。于是我才想真正接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。于是带着好奇，忐忑的心情，怀着重新学习的目的进入了这所名叫江西明正建筑工程咨询事务所。

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。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。

经过全体同学的努力，我们于2月22号下午圆满的结束了为期一个月的家教活动。活动结束后我组织召开总结会议，同学们交流了各自的感想。其中万健同学的感想值得大家学习，他认为：“通过这项活动，我意识到了钱财的来之不易，那么这个意识将给我今后形成正确的`理财观打下一个深厚的基础。同时在辅导过程中，我逐渐形成了一个耐心、机智的处事习惯，敢于提出自己的意见并结合他人的建议把工作做得更好，这一点是我走向社会前所接受的最有效的磨练……”

我个人认为：首先，这个活动是十分具有意义和价值的。当今大学生虚度光阴的现象十分严重，我们组织并参与这样的活动是对自己的一个锻炼，正如条例中所说的“生活在严格教育体系下的我们，对于社会、责任、实践，甚至对于报酬是怎样得来的，还一无所知……发起这项活动。既贡献了自己身上的一份余热，也提高了自己的人生阅历。”其次，通过活动我们也很好的实践了“大学生职业教育”中提倡的激发大学生自我实现的需要，培养积极上进的人生观；促进大学生树立明确的职业目标和职业理想以及增强大学生在就业中的核心竞争力的号召。

为我们今后的发展提供了很大的帮助。在活动中我再次认可了老师的教育，即人的职业发展是一个持续的发展过程，大学生就业准备绝不仅仅是最后半年或一年才需面对和投入的任务，而应该是贯穿在我们生活过程中的一件大事。通过组织和参与“爱心辅导”活动，我个人对于社会的理解以及就业的估计有了更多的认识，而在组织管理能力上更是得到了很大的进步。尽管不是真正的就业，但是体验到了一种在校园里和课堂上无法体验到的带有一定压力的就业氛围，给自己为人生发展而做出的准备提供了帮助。

暑假即将结束，组织并参与“爱心辅导”活动使我的暑假生活变得充实而有意义。尽管在这次“爱心辅导”活动中我们取得的经济报酬是微薄的，但是我们收获的精神食粮却非常丰富。因为它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，能力有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样的立身之本。

**大学生暑假实践报告实践内容篇六**

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假期打工。暑假虽然只有短短的一个月，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和锻炼。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。

暑假正好家乡这里有一个施工单位，所以参加社会实践体验一下，我在工地的这段时间里，无论是经历还是耳闻，都让我对施工的认识更加真实，态度更加严肃。在建建筑以中高层的框剪结构居多，塔吊和脚手架等这些有一定危险性的机械得到了广泛的应用，所以就要求我们以更专的视角，更严肃的态度对待安全。防患于未然，在繁忙的施工中，我们为了赶工期，往往忽视一些自以为没问题的安全细节，其实，只要我们在杜绝安全事故方面迈出一小步，收到的成效是意想不到的。工地是个免不了要爬上爬下的地方，安全不容小觑，比如打混凝土，我经常和那些打混凝土的哥哥伯伯们汗流浃背累得要死，虽然我不是经常干，但却深能体谅一年四季坚持的他们。打混凝土是个很累人的活儿儿，汗流浃背是再平常不过的了，所以他们常把打混凝土放在晚上。楼顶是制好的模，周围只有简单的维护，稍有踏空便是万劫不复。混凝土从地面压到十几层，发出巨大的声响，在空旷的夜空中，与寂静显得格格不入。混凝土泵由塔吊吊着，泵口要三四个人抱着，力争把混凝土打均匀，提高效率。工作环境都是钢筋、脚手架什么的，稍有差池就会碰的红肿。我听说有一次打混凝土，由于脚手架上的竹筏拼接不严，工地的相关负责人郑工一脚踏空，差点从脚手架上面跌下来。为了赶工期，混凝土往往都要打到晚上两三点。我记得最晚的一次，因为商品混凝土供应不上，混凝土浇筑时续时断，他们从晚上十点一直浇注到第二天六点，当时真是累坏了他们，这是后来一位大伯告诉我的，想想就可怕。当他们顶着灰蒙蒙的晨雾从楼顶攀着脚手架往下爬时，我当时就想，也许一个趔趄生命就化为一滩血泊了。

在工地的茶余饭后，我耳闻很多在工地发生的事故，它们听起来让人不悦甚至有些血腥，感觉很遥远，但又实实在在的发生在我们身边，也许下一个就是我们的其中一个工友，也许就是我们自己。这些血腥的事故我不想再提起，我觉得那有种胁迫大家的意思，我们要的是从心里重视安全，把安全记挂在心里时刻不忘。古人有云，千里之堤以一蚁之穴溃，百室之邑以突隙之烟焚，防患于未然，事故发生前如果我们付出一分的努力，可能我们得到的就是百分的收获。多一句温柔的提醒，多一个关切的眼神，我们就能把安全做得更好，就能挽回不必要的经济损失，就能让一个家庭永绽笑容。所以，我们需要更用心。21世纪，唯一不变的就是变化，当然，也包括我们的施工技术。现在的建筑不比从前简单的秦砖汉瓦雕梁画柱，它们越来越雄伟的矗立在大地之上。作为建筑界的三大建材，水泥混凝土变的不可或缺，现代的中高层建筑基本上脱离了砖瓦，混凝土浇筑开始普遍用于建筑。这就要求机械的进步，适应时代的发展，挖掘设备、起重设备等不断换代，挖掘机、塔吊等这些重型机械极大地提高了施工效率。又一方面测绘技术却发展的日益精准，给施工质量提供了强有力的保障。水准仪、经纬仪的使用，使得我们的施工日渐完美。我想随着科学技术的丰富和进步，施工机械也肯定会日臻完善。这也要求我们的施工技术人员不断学习，充实自己，每天都以一种新思维面对世界，敢尝试，勇创新。写到这里我突然发现专业都是相通的，像我们不也是天天要面对技术的快速更新吗?我们也要改变，也要每天都以一种新思维面对世界，敢尝试，勇创新。

提倡和谐社会的今天，建筑的节能日益受人重视。一套完善的供暖供水供气设施可以激活整个楼盘，敢于在环保节能方面迈出新步子是一个公司的大气魄、大手笔。我所在的这里从产热到保热都是一种对环境负责的做法，当然也在一定程度上为公司的名誉加了分。当然，在废旧建材的再利用上，公司还是有一定的缺失。拿模板来说，大家都知道，建筑模板都是高品质的压缩板，强度大、各向异性小、不易翘曲开裂，当然代价也很好。虽然公司在材料使用上有种种的规章制度，但还是不可避免的存在不足，不如，为了方便施工车辆通行，拿新模板垫地，对加工模板剩余的边料不能及时的加以收集再利用。另外，废旧模板的利用也是个问题。一个工程下来，往往会产生很多旧模板，在再利用方面，有关人员不能将旧模板归类整理，只是一揽子的加以处理，其结果是能用于其它行业，像家具加工行业，的旧模板和完全失去价值的废模板一股脑做了烧锅炉的柴火，给公司带来了一定程度的损失，更有违社会提倡低碳的大背景。大国有大国的从容优雅，我国是一个大国，更是一个发展中国家，我们自称大国不能单纯的靠gdp，更要在国民素质上下足功夫。环保节能不能只停留在口号上，而是要反映在我们的行为上。当代的一个管理学大师曾说过，21世纪的竞争是管理的竞争，一个蒸蒸日上的团体肯定有一套科学的管理方法。今天，人们的物质生活得到了最大限度的满足，精神生活也有了极大地丰富，这就要求我们作为新时代的管理者必须改变原有的狭隘的管理方法，不断求索，探寻科学、人性的管理之路。不如说，我工作的工地，杂工存在严重的磨洋工现象，公司领导看在眼里却无计可施。就产生这种现象的原因来说，我觉得公司待遇低只是一方面，可能即使待遇上去了工作效率仍然不会有令人满意的改观。为什么?我觉得这跟公司现行的工资制度也有一定的关系。首先，在今天，我所在的国基集团，杂工的工资制度还是最原始的计时工资制，工人的生产热情不能得到很好的发挥。我想我们可以给每个工人一定的固定工资，然后，再拿出一部分资金用于奖励工作中表现良好的工人。

这样，工人会觉得生活有保障，并且劳动积极性也得到了正面的激励。再者，我们可以走计时工资和计件工资相结合的道路。我们可以在原有计时工资的基础上，每天由相关的管理人员分配给工人相对合理的任务，任务完成给予奖励或者没有完成给予惩罚，这样工人的积极性也会有所改善。另外，公司缺少人性化管理也是工人消极怠工的原因。公司和工人之间仅仅是雇主和被雇佣的关系，这不利于工人主人翁精神的发挥。我们可以采取措施，如和工人多交流沟通，和工人共进晚餐，在公司遇到困难的时候集思广益听取工人的意见，广开言路等。这些举措会在一定程度上让工人觉得自己受重视，收到很好的激励效果。领导，不仅仅应该是权利的代名词，更应该是领导艺术的载体。一个好的领导是一个公司能否蓬勃发展的关键，作为21世纪的管理者，我们任重道远。有句调侃白居易的古话说“长安居大不易”，在我们生活的今天，这句话已经不能单单指昔日的长安了，现在的社会竞争激烈复杂，想要立足有口饭吃已经很难了，更不用说想要出人头地，拥有像“一亩地，两头牛”这些古人说的小资产了。但，我们不是没有机会。不是有句话说吗，机会只会留给那些有准备的人，只要我们会用心，肯吃苦。有人成立了自己的一个施工队。从承包别人都不愿干的市政项目开始，他们修公厕，修花池，一点点的坚持下来。期间他们曾很长时间承包不到活儿无事可做，经历过资金短缺，但他们不放弃。岁月沧桑，几年下来，他们没有像我们想象中的一夜暴富，甚至收入甚微。但是，他们手下高质量的工程让老百姓牢牢记住了他们和他们的公司。他们凭借良好的口碑和施工技术竞标成功，从此迈向了腾飞之路。我说这个故事不是宣扬他们的伟大，只是想告诉你我，只要我们肯弯下腰，我们就有机会。我们都生活在同一片蓝天下，每个人却有不同的境遇，有的人香车宝马，有的人穷困潦倒，只是因为我们对生活的态度不同，有的人肯干，肯弯下腰，有的人不肯。

构建社会主义和谐社会不是一个短期的目标和任务，而是中国未来二十多年的发展目标和任务，大学生是现代化建设的新生力量，是祖国的未来。所以大学生应该积极参加社会实践，把自己锻炼成为对祖国有用的人才。

现在的中国已经成为世界第二大经济体，更是增加了中国人民的自豪感。大学生作为国家建设的重要力量。大学生的价值观取向就决定一个民族未来。我们必须坚持马克思主义指导思想;中国特色社会主义共同理想;以爱国主义为核心的民族精神;以改革创新为核心的时代精神;社会主义荣辱观;用青春谱写华章。勇于开拓、百折不饶，奋斗终身，把自己变成社会所需之才。

**大学生暑假实践报告实践内容篇七**

20xx年7月x日-8月x日

xx

日复一日，年复一年，青春在指匆匆流逝。少年时光，一去不返。带着对时光与岁月的感慨，在这个暑假，我独自一人来到了位于家乡镇里的药房——那是嫂子的药房，经过几年的经营，已经小有规模和名气。最初只是为了解决一个人在家孤独无趣的问题。当我到那里时，却偶然发现那间药房正在招收员工。我当时就想：反正在家也是闲着无事可做，为什么不到这里来打工呢？虽说是打工，但毕竟是嫂子的药房，自然也就成了帮忙，我也就成了免费员工。没钱的付出倒是没什么，关键是工作的经历，虽不是惊天动地倒也值得铭记于心，工作期间并没什么大事，所谓人命关天，药物出问题可是要出大乱子的，所以在药房工作容不得半点马虎。

在药房的短短数天，给我留下最深印象的就是医者父母心。这是古代形容医者的最佳词语。但是在现代，物欲膨胀，金钱至上的社会，这种医生越来越少，就更不用说是带有明确性盈利目的的药房了。但是，在这里，我体验到了电视剧里医者父母的感觉，一切为了病者的健康。

同时，在药店实践的经验让我懂得了在残酷的现实竞争中，保持一种平和的心态是如此难能可贵。而这些将是我在踏入社会后需永远铭记的，耐心，宽容，关心，责任，友善。我想，这应该是我今年的假期收获最丰硕的！同时更让我懂得什么是尊重劳动！虽然是不要任何报酬的实践但我从心里明白钱的来之不易和珍贵。所以经历打工和想象打工是不一样的。我也终于明白，这世界上有很多金玉良言的道理我们都看似明白、理解，其实还差得远，只有真正经历过了，这心坎上才有一道印记。回顾在药店实践的这十几天虽然没有惊心动魄的情景，却也是曲折迂回，给了我人生不少的启发和动力，我深刻的体会到一个很简单的道理，那就是梅花香自苦暑来，宝剑锋从磨砺出！同时我也终于领悟到要在就业形势如此严峻的大城市里取得一席之地，谈何容易？此时的我虽然已经离开了药店，但是这十几天的经历将陪伴我的大学生活，受用一生，我想，这对我以后的工作生活都会有很大的帮助。

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。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暑期打工。暑期虽然只有短短的两个月，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和锻炼。

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。

在这次的暑假工作中，除了以上的收获外，我还认识到自己的不足，那或许才是我最大的得益之处。古人就曾经有过知人难，知己更难得言论。当今的社会，不需要“一心只读圣贤书”的书痴书呆，而是需要能够学以致用，立足实践，有真本事的人。我们生活的时代，需要像廉颇一样注重实战经验的务实者，而像赵括一样只会纸上谈兵的空想阔论者是无法立足的。我庆幸，自己生活在这个时代。作为一名大学生，我更需要努力实践，积累经验，为以后打下良好基础，积累人生的宝贵财富。

**大学生暑假实践报告实践内容篇八**

暑假期间为了锻炼自己，我于xxx年8月1日到15日参加了社会实践活动，在xxx省xxx市同太向农村信用合作社进行了打工实习。

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。我骑着我的二手脚踏车带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始，对自己手工艺期望很高。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，五个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，仅正是社会实践只要有工作，能供饭吃，任何苛作都干。于是我找到了信用合作社。老板看我机灵，我来做销售员。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，可现在只能卖东西，心理学徒有点失落再加上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，我不想赐开始就干不下去了，不行，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。因此我只好暂时避其锋芒。

尽快地熟悉自己所在的工作环境。我休息的时候，我也主动找我们的领导和同事虚心地向他们请教和学习，领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，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，不积小流无以成江海；不积跬步无以致辞千里。”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都领班还对我说，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，然后他也跟我说：“你看到做菜师傅和做基层工作的徒弟吗？你能看行出他们有什么区别吗和联系吗？“我说：”看不出“。“那我来告拆你，领班说”，做切配的做打盒的徒弟经过长期的踏实的努力就能成为灶上的师傅就能掌勺就能独当一面，这就是他们之间的联系和区别“。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，年累人就行能挑大梁，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学习东本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参于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，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点东本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

**大学生暑假实践报告实践内容篇九**

从xx年7月16日至xx年7月25日，这是一个永远让人无法忘记的盛夏。每一天，当朝阳升起，当朝露干涸，我们背着笔记本电脑穿着粉色的队服集队在苏州大学本部北大门处，整装待发;每一天，当正午的阳光炙烤着滚烫的大地，当满头的汗水蜿蜒流下，我们疲累的拎着电脑离开社区，等待在公交车站;每一天，当孤月高悬，当夜露凝结，我们微笑着挥挥手离开会议室，结束一天的讨论，开始第二天的准备。

每一天，都是一个开始，都是一段忙碌的行程。

xx年7月16日至17日主要是先期准备。在两天的讨论中，实践的具体流程渐渐出炉，从人员安排到每天具体日程安排都几乎先期确定了下来。为了确保方案的可实施性，实践的主要负责人还两次奔赴实践的主要活动地点联青社区和长岛社区进行踩点，并多次与社区居委会进行联系，与社区的村长与主任面谈活动细节，争取获得最多的便利。最终确定下来以联青社区作为活动的主要据点，并在7月20日参与长岛社区的社区活动进行调查。

7月17日晚召开了一场所有实践队员参与的会议，会议确定了各小组人员安排，并明确了以下几天活动的日程安排，由苏州大学计算机科学与技术学院新闻中心带队的\"召唤野百合的春天\"外来务工子女教育调查暑期社会实践小分队户外活动正式开始!

从7月18日至7月23日，主要是在联青社区的实践活动。活动的主要内容包括对家长及小孩的教育问卷走访调查、培训班、安全知识普及教育讲座、安全问卷调查、书籍文具用品捐赠等。

走访可谓本次实践活动的重中之重了，每个参与调查的队员都感慨颇多。最开始的调查走访主要是针对家长的，从消除家长们的戒备心到后面与家长们真心相对聊一些比较深入的问题，不得不说这是一个比较艰难的过程。当太阳缓缓炙烤大地的时候我们挨家挨户的走访，在质疑的眼神中解释我们活动的目的，用自己的汗水与耐心换回一份最真实的资料。几天活动下来，却没有一个人叫苦叫累，不知觉中，即使最娇弱的女孩也被改变。也许是忽然间发现，相对于他们，我们已经幸福太多。

由于培训班的顺利进行，对小孩子的采访相对简单许多，除了问卷上面的已定问题我们又咨询了许多其他相关信息，在调查中，心一点一点被怜爱填满。他们都是很可爱的孩子，可是却有许多孩子因为家庭的原因过早的早熟，承担了一份本不应该他们承担的责任，失去了本属于他们的童年与快乐。

培训班主要教程包括简单电脑操作、绘画练习以及英语趣味教学。

电脑操作包括word、excel、ppt的简单操作和打字练习。前几天孩子们一直是在队员们的指导下进行练习，打开word，打字，变换字体，变换颜色，居中，换行......每个人都认真而严肃，电脑室里一片紧张而祥和的气氛。队员们也都十分认真，耐心的讲解着操作的简单要求，甚至手把手的教着他们，仿佛他们都是自己的弟弟妹妹一般。 最后一天时电脑室举行了一场小型的操作比赛，就这几天的教学进行了一个成果展示。比赛时，安静是电脑室里最大的特征了，每台电脑前都坐了一个或两个孩子，表情都很严肃。当队员们发下比赛的试卷时，几乎每个孩子都立刻打开word开始操作，有苦苦思索的，有胸有成竹的，有微微一笑的，也有愁眉苦脸的，但每个孩子的脸上都流露出一种向往与认真。比赛愈烈，气氛愈紧张，当比赛结束后，大家都长长地嘘了一口气。最终，13岁的匡勇获得第一名。

绘画处以女孩子为主，也比较安静祥和。女孩子们安静的坐在那，洁白的画纸的边角上都贴了一张张可爱的卡通画。每个孩子都认真的埋头作画，力求展示自己的最高水平。当白色的画纸上逐渐显露出一个个可爱的卡通人物，当年幼的宝宝拿着画笔认真的涂抹涂色画本，当孩子们相视一笑心灵契合，他们作出的不仅仅是一幅幅美丽的画，更是体现了美术的真谛，获得了心的宁静。

成果展示时，她们也交出了最满意的答卷，一张张可爱的卡通画，一幅幅美丽的画卷，一张张灿烂的笑脸，相机快门按下的一刹那，将她们永远的定格。

对于电脑室和绘画处的安静，英语培训处则是笑声阵阵，趣味盎然。英语培训处除了几个三四年级的稍微大一点外几乎都是六七岁的小孩。众所周知，英语的学习，更重要的是兴趣的培养，所以英语教学注重的是趣味教学。一些可爱的课件，一些经典的英文歌，一些常用的词汇都让这些孩子们听得认真而开心。几天的教学下来，一些旁听的家长们也都露出满意的笑容。

最后一天成果展示时，孩子们坐成一排，眼睛紧紧地盯着电脑屏幕，当传来熟悉的《happybirthday》、《happynewyear》、《themorewegettogether》等的伴奏时，他们张大了嘴，童稚的歌声回荡在大大的会议室，飘荡的很远很远。

活动过程中，7月21日是在联青社区的安全主题日，我们举办了一场安全知识普及教育讲座。安全知识讲座主要是由暑期社会实践小分队队长韩林祥主持的，讲座以动画、ppt展示和讲解相结合，既能够充分调动小孩子们的积极性又达到了真正教育他们的目的。讲座过程中，讲解者从消防安全、交通安全等等几方面着手，通过ppt的展示体现安全知识的重要性，而且与孩子们进行充分的互动，当讲解者最后就几个简单的常识性安全问题提出问答时现场气氛更是浓烈，几乎每个小孩子都张大嘴巴大声的一致的说出自己的答案，令人惊叹。讲座过后还进行了安全知识问卷调查活动，每个小孩和家长都填写的十分认真，让我们获取到了第一手的资料。

同时7月20日在长岛社区也举行了一场安全讲座和\"word不为人知的秘密\"讲座。长岛社区位于葑门街道，人员接触繁杂。活动中首先由两位人民警察做了安全知识教育讲座和暑期犯罪案例介绍，讲座从人们身边的日常小事入手，分析入情入理，以各种角度对人们的日常行为提出种种安全隐患，并反复强调小孩安全教育的重要性。

安全教育讲座结束后是由我们暑期实践小分队队员黄勇同学做的\"word不为人知的秘密\"讲座，主要内容为用word制作动画，内容新颖而生动，现场反响极其热烈。小孩子们纷纷托着腮眨着大眼睛紧紧地盯着大屏幕，随着讲解员的讲述流露出新奇、不解、渴盼、解惑、开心等等生动的表情，并在讲座结束后意犹未尽的围着讲解员再次就一些问题提出自己的见解，将现场的气氛推向一波又一波的高潮。

当最后一天7月23日的活动接近尾声时，我们的心里都紧紧地被这些孩子们占据着。经过讨论我们买了一些教辅书、励志书、童话书以及速描画本赠和一些文具送给这些让人爱怜的孩子。不管怎么说，他们的出生就注定了与城市孩子之间的差距，我们只能尽我们最大的努力为他们做一些事。最后成果展示后几乎人手一本笔记本和一支笔，获得名次的孩子们还得到了了的彩色笔、我们队员画的画等等奖品。每个孩子都笑得好开心好开心，那是世界上最美丽的笑颜。

大家一起拍集体照时，随着\"1，2，3!\"的口号孩子们纷纷露出最灿烂的笑脸，\"茄子——\"他们开心的笑声久久的回荡在上空，一波一波......

\"哥哥姐姐再见!\"

\"哥哥姐姐还会来吗?\"

\"再来看看我们好不好?\"

很心酸却也很欣慰。

7月24日至25日，资料整合，结果分析。

又是两天的不眠不休，几个主要的负责人一直聚在一起，整理问卷，深入挖掘，讨论结果。一张张白纸上画满了\"正\"字，各种图纸一一排开，横向纵向各个点都不放开，力求得出最真的资料。

活动到现在已经不仅仅是在做一个简单的实践，更是为了这些可怜的孩子们，我们能为他们做的很少，但我们也要尽我们的全力!

即使是野百合，他们的春天也会到来!

**大学生暑假实践报告实践内容篇十**

主要内容:

当日早上我与母亲一起来到敬老院.叫母亲一起来主要是因为我母亲原来在xx敬老院当过几年院长.早上八点多，我与母亲到了敬老院，将一切事情处理好之后，母亲就离开了.此刻，我在养老院的实践正式开始了.

这里总共只有十位

左右的老人，平均年龄大概七十，奶奶两三位，爷七八位，虽然他们中有几位得了脑血栓以及一些精神性疾病，但是他们都很和蔼.当我到那儿的时候，爷爷奶奶们刚刚吃完早饭，正好还有一些碗没刷，但是我就想“大显身手”。但是并不是想我预期的那样“顺利”。不但如此，在我到那后，上午时间，我什么也没干，只是坐在那和老人聊天，一直聊到中午。不过就在聊天的过程中我发现这些老人讲的都是自己的.回忆在进入敬老院之前的回忆，他们的童年、成长、成家立业、自己的子女的故事。当然多数都是讲的子女和建国后不久与现在的对比，让我感触颇深噶。尤其讲到这几十年的变化时，那个精彩啊！身为90厚的我尚且几年前就感觉到了社会的发展，当听了他们的讲述后，我发现那是天翻地覆的变化啊.从衣食住行的每一个方面我们都能感觉得到!

到了中午做饭时间，我坚持要帮忙，在我的软磨硬泡下，他们终于答应我去淘米.唉…太难得了，我也太不容易了我，在家里可是个厨子啊.他们怎么就没发现我的天份呢!不过也没办法，毕竟在他们眼中我和小孩没什么差别，呵呵，他们的年龄可是我的三四倍啊!!!

在我的眼中，他们这些老人在做饭上应该差一些.但出乎意料的是，他们做出来的饭简直就是极品!香啊，我家最棒的老爸都不是对手啊!我那天可是口福不浅啊!我想除了在饭店里吃的，在这里吃的是从小到大吃的最好的一顿!饭间，那些老人又讲了一些他们的感想，讲了很多很多，虽然我只顾着吃，没有听多少，但是我敢肯定.老人言，最有经验，最有价值.因为他们的话语历经了岁月的考验。不过我也不是全然相信，毕竟我有我自己的意志，有时候即使我知道我的方法会是我走一些弯路，但是我想我依然会按我自己的方式走，因为只有我走过了我选择的路，我才会在一次又一次的失败中成长！

到了下午，我决定帮助老人洗衣服，正好他们些衣服需要洗，太好了啊！我想，以我多年的洗衣服经验，洗一些衣服绝对没有问题，哈哈哈，到我发挥实力的时候了！洗衣服，小菜一碟。差不多下午一点，我将它们大概十几件衣服拿到洗衣机旁，开始了为时将近一个半小时的洗衣服工程。话说虽然我以前在家也经常洗衣服，但是将我给别人洗衣服的时候，那感觉，绝对是不一样的。帮别人洗衣服，不但让我刚觉到了助人为乐的乐趣，也让我知道了，人不但是为自己而活的，同样是为了其他人而活的，最重要的是为了体现自己的价值而活的。一个人只有当为了别人干活儿刚打快乐时，他才算真正的活过。我想只有让给别人知道了自己的价值，这个人才算有价值！

到了晚上，我没有回家，因为我家里敬老院很近，所以我打算在敬老院中在再干一些事情。我还没奉献够呢！可是到了晚上还有什么事可以干呢？想了半天我都没想到。唉！‘静观其变’吧。一直到了大概六点，我们都一直在聊天，一直的聊。聊到了大概晚上七点半，终於有了不再聊天的势头，可是接着而来的确是将近三个小时的‘娱乐’——打麻将。话说这打麻将也是有讲究的，其中那个是有不少的门道的，就光说这牌品拍品插如果一个人的牌品差的话，我想就没有多少人愿意与其一起打。再来就是那打牌的技术了，没有过硬的技术，要想在敬老院中的‘元老级’打牌高手面前赢，我想没有‘天才级’的运气，那是不可能赢的。到了十点多，终于结束了！我大概统计了一下，赢了有四次，不错了啊！

打过牌，和老人们说了几句，我就回家了。回家后，在养老院的经过一直在脑海中徘徊。我不停的回想，大概总结了几点。其一：这些老人太孤独。他们整天呆在敬老院中，很少与外界接触，总共十来个老人被封闭在其中，能不孤独吗？其二：我初步体验到了‘打工’的辛苦。在敬老院干了一天的活，我想也是打工吧！其三：知道了助人为乐，虽然我没有帮助这些老人干了多少活，但是我相信，我一定帮助这些老人除去了一些寂寞，功劳一件啊！

不过回想一下，这些老人还真是孤独，他们整天呆在敬老院中，一定是非常闷的，在敬老院中的老人一定是没有亲人的，要不然也不会到敬老院的啊！所以我希望大家能够帮助一下这些孤寡老人！

一天的工作结束了，我想我以后要多参加一些活动，毕竟我的在社会实践能力还是不行啊！加油啊！世上没有不劳而获的事啊！所以我要不断通过实践来完善自己的实践能力！

**大学生暑假实践报告实践内容篇十一**

20xx年的暑假，我决定去进行社会实践，找个暑期工作干干。当然，这也是我第一次经历社会实践。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，其次，想增加点工作经验，，从而可以在以后的就业时有一定的基础，减少就业压力。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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

本人今年暑假到xx省xx市xxx中国海洋石油公司xxx炼油项目部参观实习，工作岗位是中国化学工程第三建筑公司xx分公司安装十公司。本人的实践内容主要是参观实习中国海洋石油惠州炼油项目催裂化联合装置及芳香烃联合装置，以及参与中国海洋石油惠州炼油项目工业炉及余热回收系统工程建设并了解工程项目管理的程序及特点。通过参观实习，本人熟悉了化工建设单位的工作制度和工作条件，学到了一定的技术，能够处理一部分有色金属接合，焊接，磨合，切割的问题，熟悉了工人工作的环境和应该从事的工作。在催裂化这个项目上，我拜师于一位资格较老的铆工，学到了很多技术。更重要的是，在这样恶劣的环境条件下，我坚持到了最后，实现了我的目标，获得了我一生中的第一桶上千元的报酬。虽然在那里每天工作从早上七点到晚上九点半，连吃饭睡觉都在工地上，工作时间长，外界环境条件差（每天白天温度都在三十八度左右），但是最后我坚持下来了，我为自己感到骄傲和自豪。在此，深深的感谢帮助过我的老师傅们，以及我的亲人们，给我创造了这么好的机会锻炼自己。谢谢你们。

这次暑假实践活动，不仅在学习上让我收获了很多，在生活上我也感触颇多。在那里，我哥哥教会了我为人处事的道理，以及社交场合的基本礼仪。虽然他经常批评我，但我知道这是学习最好的方式，我的虚心学习换来了自己的更快的成长，也明白了一些道理。最重要的是，我遇到了几位我生命中的几位贵人，他们热心的帮助我，让我深受感动。我也会向他们学习，积极热心的帮助我身边的朋友。另一方面，在生活上我深深的感受到中国南方的地域风情。本人下榻的地方恰好位于中国南海海域旁边，第一次和大海近距离接触，也品尝了当地的特产及有名的海鲜。一切都那麽新奇，又都充满诱惑力。体验了异域他乡人的生活方式，看到以打渔为生的渔农们的辛苦劳作，给我心里感触颇多。这是我明白，只有靠辛勤的劳动才能创造出价值人应该承担起属于自己的责任，努力实现自己的目标。后来有机会到深圳了一趟，看看大都市人忙碌的身影，以及他们为了家人而忙碌的面孔，思想汇报专题那种在大都市生活下去的压力使有的人退却，但也会是有的人崛起！我下定决心，将来一定要在那里开创出属于自己的一片天地。我会不断的努力，实现我的一个又一个目标。

经过这次社会实践活动，我体会到了人际关系的复杂性和重要性，以及劳动意义与价值。借助此次实践学习，我会学以致用，在以后的学习生活中虚心听取他人意见，做事三思之后要当机立断，尽自己最大的努力帮助别人，真诚的对待同学亲戚朋友。使自己不仅在学习上更进一步，在为人处事上也能做的更好。希望我的努力能够换来身边的人更大的肯定。

想想以前自己在学校的种种最对不起的人就是爸妈，这次我明白了打工的苦，打工的累。我也可以深刻地体会到钱的来之不易。它的背后可能会有多少的汗水与辛酸。在学校的时候想着工作是多么的容易找，钱也是很容易挣得。可是等我出来之后，原来梦想和现实真的是有很大区别的。工作找不到，每天顶着太阳从早到晚的在外面找工作，一倆天便被晒黑了，每天都吃不好，睡不安，想着工作还没有着落，哎。整晚整晚的都想着，明天又是新的一天了，改怎么办？？去哪里额？？真的好无奈、彷徨、迷茫......有时真的很想很想哭呀，于是便想着家里的好了，在学校的日子是多么的幸福。也有想过回家，可是自己又觉得不甘心，怎么能就那样回去了呢？？自己有那么脆弱吗？？想想灰太狼：灰太狼被红太狼的平底锅砸过9544次，被喜洋洋捉弄过2347次，被食人鱼追过769次，被电过1755次，捉羊想过2788个办法，奔波过19658次，足迹绕地球954圈，却一只羊没吃到，但他至今没有放弃！感叹：想想灰太狼，我们这点困难又算什么呢？！坚持。。坚持。。再坚持。。我相信坚持就是胜利，黑暗过后肯定会是黎明。

**大学生暑假实践报告实践内容篇十二**

xx年的暑假又已来临，在这个日趋激烈的就业队伍之中，对于一个即将面临毕业，找工作的准毕业生来说，这个暑假怎么都按耐不住了，大家都热情的筹备着自己的暑假之行，决心要好好充实假期生活，为自己以后找工作添砖加瓦。

而我在与家人的协商之下，决定来到表哥所在的工厂做临时工。能有机会进工厂实践一个月我也很开心。因为早在去年的暑假社会实践我就学会了调整心态，找准自己的位置。更深知如今的大学生只是一个群体，和上世纪九十年代的天之骄子没有任何关系了。

不错，大学教育现在已经由最初的精英教育转化成现在的素质教育，这种颠覆性的变化，让我们不得不让我们重新认识自己的大学生的社会位置。从而学会从容的面对在就业生涯之中残酷的竞争。学会处理在就业过程之中自身素质与眼高手低之间出现的冲突。不能总是梦想着一步登天，生活里还真没有童话！

7月12日上午八点，正式进入长圆，实践生活正式开始了。首先表哥领着我在工厂里面转，向我做简略的介绍。当我听到一百多位天津长圆员工20xx年创造四千多万元人民币的生产总值。看着这眼前小小的工厂，我被这个数据所震撼了。让我想起来在20xx年被对美国影响最大的新闻周刊，《时代》首推上榜的中国工人！时代称，中国经济顺利实现“保八”（保持国民经济生产总值的增长率在8%以上），带领世界走向经济复苏，这些功劳首先要归功于中国千千万万勤劳坚韧的普通工人。而天津长园新材从20xx年200万元人民币的注册资金到如今的千万资产。难道不是中国工人的功劳？他们忍受着生活的艰辛，汗流浃背，背井离乡，默默无闻的对地区济，中国经济，世界经济做着巨大的贡献。沉默··为中国工人的力量所震撼。让我们为中国工人鼓掌！

再来了解一下我的工作，我的工作任务是把二十四个切好的小塑料管装进塑料袋，然后用机器封口。装一个塑料袋是三分钱，一百个塑料袋是三块钱。工资随着所装塑料袋的数量增加而增加。三分钱？我的心像被什么揪了一下，三分钱在我的心里是小的已经被看做零的货币价值。如今我却要往袋子里面以装四到六个回合的小塑料管，然后封口才可以顺利的挣得。我的心情低沉下来了···自己所创造的价值太渺小。但是对于一件事情肯定是完全能用货币价值来判断的吗？做好自己脚下的事情，有些事情的意义是自己来赋予的。加油，亚玲！

我的装管步骤是，拿起塑料管管，放进塑料袋，再拿起塑料管放进塑料袋，还是拿起塑料管放进塑料袋，直到塑料袋里面有二十四个塑料管。然后转身，把装好塑料管的塑料袋放在旁边等待封口·····提高工作效率高的方法就是使用曾经一位管理学着提出的工作标准化。即将每个细小的步骤所使用的动作，方法，路径等都具体化。装管时手臂抬的高度，每次装塑料管的个数，转身的角度，放塑料袋的位置等。按照这些所具体化规定来进行劳动。提高工作效率。

工作看起来是简单的，但是每天一个人不断如此标准机械的进行劳动。每天工作时间脑子里面全是塑料管，没有沟通，没有思想，没有喜怒哀乐，谁不会感到压抑？我们彻底的成为了仅仅只是追求物质最大化的经济人，事实是，劳动者也不仅有追求收入的动机和需求，他在生活工作中还需要得到友谊、安全、尊重和归属等。两者发生了冲突。作为上层管理者应该努力调节，企业让劳动者成为了经济人和劳动者应该属于社会人，两者之间角色的矛盾。用企业的文化来让劳动者真正的融入企业。

前几天的工作感觉有点累，面对新的环境非常不适应。但是我仍然对一个月的实习充满信心。“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”作为新一代的年轻人吃这点苦不算什么！

重复着一个人吃饭，一个人工作的生活。生活中遇到困难自己想办法克服。我比之前变得更独立了。这也是我在实习过程中收获的，无法用人民币衡量的宝贵财富。

慢慢的我开始融入长圆这个圈子，结识了一些好朋友。他们是一群善良，简单，朴实的朋友。可能因为久居封闭的工厂，思想没有完全被社会的各种复杂的利益关系笼罩。我珍惜这群可爱的朋友们！

不知不觉一个月就飞快的过去了，为期一个月的社会实践活动也要结束了。也就是说，我要离开天津长圆了。要和这里的一切说再见了，或许再也不可能见面。有点不舍，有点留恋····一切都无法用语言来表达。

再见了，天津长圆！再见了，我长园的朋友们！

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