# 做家务社会实践报告(大全11篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-12-14

*报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。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。做家...*

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。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。

**做家务社会实践报告篇一**

作为一名普通的大学生，在校园生活中，学习，并不是我们唯一的任务。我们必须要有所实践，通过实践去为社会做出自己的贡献，同时也让我们更好地认识和了解社会。在这个过程中，我参与了家务社会实践，这次实践经历让我更加深刻地认识到了家务劳动的重要性，以及家务分工对于家庭和谐的重要性。

一、家务社会实践的组织与安排

这次家务社会实践是学校社会实践部门组织的，安排比较周密。由于疫情原因，实践强调保护与防疫，每个小组的人数也比较少，同时也有专门的辅导员进行指导和协助。实践队伍共分为四个小组，分别负责不同的家务内容，例如厨房清洁、客厅卫生、卫生间、阳台等等。在实践开始前，我们进行了一次简单的培训，学习了一些常见的清洁用品和基本的清洁方法。

二、家务社会实践的过程和体验

在实践中，我主要负责了卫生间的清洁工作。这是一项需要认真完善的工作，因为卫生间一旦不注意清洁，会容易滋生细菌。在实践的过程中，我们需要学会如何正确使用清洁用具，例如不同的清洁剂、清洁工具和保洁用品等。此外，我们还学会了如何彻底打扫厕所，并注意防止交叉感染。在实践的过程中，我们还要做到细心认真，一丝不苟，做到对每一个细节都到位。

三、家务社会实践的意义

家务劳动是每个人都会面对的事情，也是家庭运转必不可少的一部分。通过这次家务社会实践，我从实践中感受到家务劳动的重要性。在实践的过程中，我们不但掌握了一些实用的技能，而且了解到这些技能的重要性：它们是保持家庭和谐的关键。

四、家务分工对于家庭和谐的意义

在这次家务社会实践中，我深刻认识到了家务分工对于家庭和谐的重要性。家务分工可以让家庭的组织更有序，工作更清晰，更有规律。一个完好的分工能够使家庭的管理变得简便、有条理，同时也减少了家庭成员之间的冲突、矛盾和分歧。这样每个人都能有一个明确的分工范围，劳动量也更容易掌控。更重要的是通过互相协调、互相帮助，可以让每个家庭成员在自己的领域内施展自己的才华和价值。

五、个人收获和感受

通过这次家务社会实践，我获得了一些新的技能和知识，但更加重要的是学到了家务劳动的重要性和家务分工对于家庭和谐的作用。人类的社会是由一个个家庭组成的，而家庭的和谐、幸福与否，关系着每个人的生活。因此，我们每个人都应该把家务劳动当作一种应该承担的责任，把家庭管理与经营当成一个需要共同努力的目标，以此来推进我们自己的成长与进步。

**做家务社会实践报告篇二**

同学们，漫长的寒假又开始啦！

我的名字叫王君霞，家里有一个妹妹和一个弟弟，我呢，就是家里的老大姐。老爹是做生意的，我认为就是个奸商！嘿嘿，俗话说无商不奸吗。老妈呢，则是在家照顾我的老弟和妹妹。因为家里没有爷爷奶奶，因此平时我在外上学期间，我老妈和老爹是很忙碌的。因此我一旦放假在家，就会把我老妈所有的工作全部接手。说是全部的工作一点都不假，因为我老妈在我很小的时候就教育我，对我强行灌输属于他们那个时代的思想。一定要帮父母做一些力所能及的事情。父母不会养你一辈子，不管你是男生还是女生，不知道帮父母干一些力所能及的事情，是不会明白做父母的艰辛的，会认为父母生你下来，再出钱养你是应该的。你就衣来伸手，饭来张口。那只有千金大小姐和大少爷才会有的待遇。如果你的父母不是百万富翁，暴发户就停止你的大小姐和大少爷梦吧！再者来说，一个不懂得生活艰辛的人是不会有什么出息的。

当老师在讲台上说放假回家后要做社会实践报告，可以写关于到社会上做一些志愿者服务，到敬老院帮助老年人，在家帮自身的父母洗一次脚了，可是当老师说道帮父母做家务的时候我觉得可笑，难道我们都长得这么大了，我今年刚满18岁，有的甚至都20岁的大青年啦，如果你在家不经常帮父母干家务的话，那说明你连起码的孝顺父母都没有做到！那是多么可笑的一件事啊！中国人最讲究的就是一个“孝”字，如果你连这一点儿都做不到的话，那我也就踢你的父母觉得可悲。之因此可悲，首先是可悲你上了这么多年的学，从小学三年级就开始学习思想品德，从初中学习政治，然后一直到大学所学的思修，都白上了，为你自身觉得可悲。第二是为你的父母觉得可悲。二老含辛茹苦的把孩子拉扯大，希望孩子将来有出息，不让孩子干这，更不让孩子干那。而对于一些独生子女父母更甚，真是用一句老话说，“真是含在嘴里怕化啦，拿在手里怕碎啦！”这样不但让自身觉得辛苦，更会让孩子的思想出现一些不好的偏差。因为作为父母的你们不管怎样你始终都是孩子的第一任老师。

不管怎么说，我觉得我的老爸老妈做的就非常好，我老妈是一个急性子，脾气也是相当火爆的人，而我老爹却恰恰相反。我老妹是一个相当调皮到捣蛋的孩子，而老弟则是性格相当淡定的小男孩。我呢则是什么都无所谓的人，因为我到现在都没发现自身有什么太大的优点，反倒是缺点一大堆！嘿嘿，也许这就是我的优点吧！我老妈绝对不让我们睡懒觉，必须要在7点以前就要起床，就是假期也不行！我老妈还说：“早起的鸟有虫吃。”我和我的兄弟姐妹是极力反抗的！但力量比较薄弱，只能投降。到最后这也成了一种习惯。这也让我从这件小事上明白拉一个道理：那就是如果你在做一件事情，不管你多么的不情愿，如果你不能改变这个事情，那就适应这件事情吧。身处社会的我们是非常受用的。

我老妈叫我做菜，叫我做饭做家务。我基本上一学就会，相当简单。但真正做起来还是相当的累的！因为别看着家务活简单，但都是相当琐碎的。收拾完这样有那样，再加上家里还有一个弟弟妹妹，你在前面收拾，他们两个人在后面倒腾，真真是有干不完的家务活！我只要一放假在家，每天的活动表是这样的。早上7点起床，洗洗刷刷后帮我老爸一块吧早饭做好，然后老爸老妈去工作，我呢，就要把我老弟和老妹弄起床，伺候他们俩吃早饭后，开始在厨房里刷碗筷，刷完后，就打扫卫生，抹桌子，拖地。然后教我老妹英语，之后就11点啦，我就到厨房去准备午饭。而我老妹就教我老弟学习。直到晚上床睡觉。虽然每天过着差不多的日子，但起码是充实的。

**做家务社会实践报告篇三**

随着现代社会的快速发展，人们的生活水平逐步提高，但人们往往忽略了家务这一方面，线下社区家务服务的开展为降低家庭生活负担提供了便捷的途径。作为社会实践报告的涉及以家务为主题的体验，我对家务服务这一项重要工作有了更深入的了解和认识。本文从家务的意义、家务服务的对象、家务服务的组织和管理、家务服务的未来发展等四个方面来阐述我对家务社会实践报告的心得体会。

一、家务的意义

家庭是社会的基本单位，家庭成员关系也是社会关系的重要组成部分。随着时代变迁，家庭和家人的需求也在不断改变。因此，家务也越来越重要。家务不仅仅是简单的家务劳动，它更是家庭成员间相互关心、相互爱护的一种表现。而在现代社会中，受各种因素影响，如工作繁忙、生活压力大等，往往忽略了家务这一方面，导致了很多除了工作之外的负面感受。因此，开展家务社会实践，提高人们对家务的重视程度，提高家务服务的质量，是非常有必要的。

二、家务服务的对象

家务服务的对象主要分为三类， 一是老年人，他们有着弱化家务能力的特征，需要我们的帮助去完成日常生活中一些小事情，让他们的生活更加方便、舒适；二是独居的青年人，现代社会的独生子女越来越多，他们的工作压力大，时间紧张，有时没有时间去完成日常生活中的一些家务；三是特殊群体，如残疾人、孤儿等，他们或者无法独立完成家务劳动，或者是无人照料的，我们需要给予他们更多的关怀和照顾。从这些需求出发，我们可以认识到对于家务服务，我们要考虑到的不仅是每个普通家庭的需要，还需要考虑到特殊群体的需求。

三、家务服务的组织和管理

由于家务服务的群体需求较广，因此其组织和管理尤其重要。目前，我们的社会依靠线下社区家务服务中心来实现家务服务的开展，这些机构能够根据不同的服务需求，为用户提供适合的服务内容，包括家政保洁服务、养老护理服务、家庭伙食厨师服务等。他们通过对用户需求的收集和分析，为用户提供个性化的服务。但是，线下家务服务机构面临的管理和组织问题也是不可忽视的，包括服务人员的培训、监管、管理、费用等，这些因素的合理考虑和处理都对线下家务服务机构的发展至关重要。

四、家务服务的未来发展

我们可以看到，随着社会的发展，家务服务的需求也越来越高，对于未来的家务服务市场，我们还有很多的未知和发展空间。首先，区域家务服务的覆盖率将会得到提升，这需要家务服务的供应商加强区域规划和市场分析；其次，线上家务服务市场将得到提升，这需要运营商具备较高的技术创新和行业经验；再次，新型家务服务形态的创新也将会得到提升，如人工智能、机器人以及各种智能化家居设备，都将会为家务服务市场带来巨大的变革。

总之，家务社会实践报告的心得体会对我来说是很有启发性的，让我认识到家庭和家人的重要性，和加强自己对家务服务的认识。家务服务是社会成员间互相关心和照顾的重要体现，我们需要更加注重并高度重视。我们也相信在不断的探索中，未来的家务服务市场会变得越来越成熟、完善，为广大群众提供更加高效、便捷、个性化的家务服务。

**做家务社会实践报告篇四**

古人曰:”逝者如斯夫，不舍昼夜“。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

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社会实践工作。打工实践实践虽然很短，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。

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。

这次的认识时间是一个开始，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。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，在大三学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这一个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

**做家务社会实践报告篇五**

这个暑假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到大二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行！正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来！

还好在家里经常干家务，能把我不怕苦不怕累的性格磨练出来。这个暑假过的很充实，很有意义。我更加坚定了前行的方向。平时的学习生活中能严格要求自己，让自己德智体美全面发展，争做高素质的大学生。以后的假期我还会积极地参加各种实践，多锻炼能力。

现在的小孩，大多都是独生子女，很少做家务，我也不例外。上学时，天天只顾着学，放假时，心里只有玩了，没有时间做家务、减轻父母的重担，为了不荒废这个有意义的假期，因此在这个寒假中帮父母做家务、照顾老人。

1、扫地、拖地。

2、买菜

快11点了，我便匆匆忙忙去菜场买菜。在人声鼎沸、琳琅满目的菜场里转悠了20来分钟，经过一番讨价还价后，我买了菜便又匆匆忙忙赶回家去做午饭了。午饭由我掌勺，我弄得手忙脚乱。但父母对我的午餐还是比较满意的。

3、洗衣服

平时从里到外的\'衣服都是老妈帮着打理的我还学会了洗衣服，刚开始自己洗衣服洗得兴奋，什么衣服都往洗衣机里塞，恨不得把身上穿着的衣服也脱下来放进洗衣机洗一洗。结果把我心爱的衣服染色了，哎！心痛！这是一个具有很多教训意义的家务事故！但后来吃一堑长一智，我明白了很多。1·要把不同色系的衣物分开洗；2·不同原料的衣物分开洗；3·尽量将衣橱里的衣服摆放在明处，这样不至于往衣橱里乱增加补给。

4、做饭

我来做一道菜——‘香葱炒蛋’，请你们品尝，看看我做得好不好。”于是，说做就做，我立刻动起手来。做这道菜，需要以下材料：香葱、鸡蛋、盐、鸡精等等。首先，要做适当的准备，先把香葱切碎，把鸡蛋绞拌好。然后，把香葱末放进鸡蛋中，绞拌均匀，加上盐、鸡精等配料，第三步，在锅中放入油，加热到70~80℃，把香葱鸡蛋糊倒入锅中，用大火炒3—5分钟，就熟了。最后，把炒好的鸡蛋盛入碗中了，一道美味可口的香葱炒蛋就做成了。我一边做菜，一边望着时间，生怕让他们等急了。我忙了大约一刻钟的时间，终于做好了，心想：哈哈！我终于做出一道好吃的菜了，爸爸妈妈吃了，一定会夸我做得好。自己做的饭吃得也多啊！

4、拜年

我早早地起了床，准备去外婆家拜年。我和爸爸妈妈还有弟弟买了一些礼包来到外婆家，刚进家门我就说：“外公外婆新年好。”过了一会儿，饭烧好了，我和姐姐都津津有味地吃起饭来，嘴里还念叨着：“这菜太好吃了，特别是这盘糖醋排骨。”不过15分钟，我和姐姐就把一碗饭吃完了。吃完饭，外公和外婆就从自己的口袋里各掏了两百块钱给我们。我们兴奋得不得了，我连忙说：“祝外公外婆福如东海，寿比南山。”姐姐也立刻说：“祝外公外婆身体健康，万事如意。”外公外婆听了，还说我们是好孩子呢！我们心里美滋滋的。也跟外公外婆聊天，看着他们开心的笑脸我心里暖和和的。

这个假期我感到非常有意义，做家务是可干可不干的，还有的人认为不该干。但其实，只要你真正做过几次，你便会发现，你得到的远比你付出的那一点时间要多。在此，我还要奉劝那些不当做家务当一回事，觉得他很简单的人们，尽早打消这个念头，你觉得它简单，是因为你不曾正真了解它。那些看不起家庭妇女，保姆职业的人们，请擦亮你们的双眼，你们的自命清高只能证明你们的无知。

做家务劳动确实很累，但那也是寻找幸福的一种途径，能让我们在劳动中实践，体验和理解父母的辛苦；培养我们不怕脏，不怕累的精神。而更多的，只有等到我们确实做过，才能体会各中真谛。在做家务中，我收获颇丰。所以大家也一起投身于帮父母干家务的习惯中来吧。

中国梦，学子行。我们作为大学生更应该坚定理想信念，励志刻苦学习，朝着一个目标坚持不懈，积极投身实践，为实现中国梦奉献智慧和力量。

**做家务社会实践报告篇六**

这个寒假我的大部分时间都是用在家里，对于恋家的我，一放假就跑回家，好像晚一天回家就少了些什么，所以，我假期大部分时间是在家里度过的。因为只有放假的时候才回家，所以外公外婆都在和我待着，其实自己很懒的，打心里真的很不想做这些。但是又不想看着外婆一个人忙来忙去的心里很愧疚。比如说有时候好不容易玩电脑玩得起劲的时候，外婆又在忙了，我不得不狠心扔下我的电脑帮外婆做事。有时我在看电视时，她总是在我眼前晃来晃去，所以我又要扔下电视帮外婆。觉得外婆总是没事找事做，她总是闲不住。不过，做这些我也有很多的收获，做这些很锻炼我的耐心，我的性格是那种只有三分钟的热情的那种，做什么事情是刚开始的时候热情饱满，百分百的投入其中，但是慢慢的就开始厌倦了，做起事情来总是马马虎虎的。外婆什么也不会说把我做的不好的继续从做一遍，这个时候我的心里就会微微刺痛，有一些不舒服。可能是因为我一年到头都不怎么在家的原因，外婆也总是不让我干，一道这个时候我的热度又燃起来啦。

我不仅仅是学会了怎么做事，还学会了怎么做人，周围的人都很喜欢外婆，我觉得这就是外婆的魅力所在了，外公的性子很急，人也很直率，有时也不免得罪很多人，但是外公是非很分明的，他不会因为别人不喜欢他，而在别人需要帮助是置之不理，不会因为和自己关系很好，而在对与错的时候儿偏袒某一方，我觉得这一点对我很受用因为我总是很难在这方面处理好与朋友的关系。外婆对人很好，这是人人皆知的，她照顾家人无微不至，同时又体贴。这种体贴让我们更爱她。在外公外婆眼里我们总是孩子，我们总习惯在家长的照顾下成长，却不知如何面对将来独立的生活。但是，这是我们必须要做的，又是不可避免的。所以，用我们的寒假生活来好好体验一下——简单的生活是否简单。于是，我们便有了当家长的想法（是在外公外婆的`帮助下完成的）。

在实践的这段时间内，我和组员们去营业厅了解各个公司的手机现状，向自己的同学进行调查，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时还和别的组的同学一起合作，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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。

在家里做家长的一周里我学会了很多，学会了做简单的饭。而且我决定学做几道菜。经过长期的观摩和记录我学习的第一道菜是西红柿炒鸡蛋，本来信心十足的我认为炒这道菜非常简单可是没想到第一次就失败了，在极度的痛苦和郁闷中我进行了第二次的尝试，有了上一次的教训这次要非常小心，再加上外婆的帮助，根据记录和以前的经验，终于完成了。可是一尝。算了还是从做吧。看来做菜真的不是我想得那么简单，所以凡事都要从最基本的做起。别说这些东西看似很容易也让我受益匪浅，举一个最简单的例子来说：以前根本就不知道土豆皮是怎样弄去的现在做起来就很得心应手了。所以任何事物不是我们想象中的那样只有通过时间才明白其中的道理。从吃过饭后，我带着“大孩子们”看电视，平平安安地度过了几个小时。

可转眼又快14点了，又该吃饭了，因为过年嘛，菜都是做好的，只要重新热一下就好了，就这一点事情，我弄得手忙脚乱，而且吃过饭都快16点了。但外公外婆对我的“劳动成果”还是比较满意的。我不仅学会了做饭还学会了做家务。做家务劳动确实累，可是能让我们在劳动中实践，体验家长的辛苦；而且能培养我们不怕脏，不怕累的良好精神。所以，“多做家务，多多易善”。一开始，打扫屋子，首先洒水，以前总看到外婆做家务，感觉也没什么，只有自己做了之后才知道，就只是洒水，不能洒太多，也不能洒太少，多了扫的时候粘，少了的话，灰尘有太大。下来扫地，这扫地也有学问呢，看着外婆一遍就扫干净了，而我扫的时候不是这没扫，就是那里没扫，而且扫不干净，最后抹家具。

经过我的打扫之后，虽然没有外婆打扫的干净，但也算干净。在做家务中我再次体会到了外公外婆做家务劳动的辛苦、艰难。我握紧拳头，下定决心，一定要多帮外公外婆分担家务劳动，让外公外婆过得轻松、快乐一些！大家也一定要记住啊，“家务劳动，人人有份！”平时在家从里到外的衣服都是外婆帮着打理的，这次我还学会了洗衣服，刚开始自己洗衣服洗得兴奋，什么衣服都往洗衣机里塞，恨不得把身上穿着的衣服也脱下来放进洗衣机洗一洗。结果把白色的衣服都染成其他颜色了。这是一个具有很多教训意义的家务事故！但后来吃一堑长一智，我明白了很多：

1、要把不同色系的衣物分开洗。

2、不同原料的衣物分开洗；

3、尽量将衣橱里的衣服摆放在明处，这样不至于往衣橱里乱增加补给。

我想很大一部份是社会形成的这种补课风气，使得家长看到人家孩子补了，想到自己孩子没补就担心自己的孩子会落后，会比别人家差，于是明明自己孩子成绩不是很差，也让孩子去补课，这样孩子明明懂了的东西还要去补，纯粹是浪费了时间，没有学到更多有用的东西，成绩还是没有提高，甚至还不如从前。这样，补课便成了孩子日后必修的功课，孩子的学习积极性也渐渐消失。

在本次寒假社会活动进行之前，我们参加此次社会实践的所有同学通过自己的努力对此次实践活动进行了积极而又充分的准备，做好了需要展示的视频，准备好了做实验需要的药品和器材，并对整个活动一阵手忙脚乱后，我的社会实践家庭角色体验也象征性的告一段落，不管这些天有多么的忙碌、多么的笨拙，这些点点滴滴都让我体会到了家长下班之余做家务的不易，同时也让我学会了独立，体验到了劳动的艰辛和快乐。通过劳动，我门锻炼了意志，提升了自我的能力，增长了经验，同时这也算是一种人生生活的更真实的体验吧。

文档为doc格式

**做家务社会实践报告篇七**

这个暑假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到大二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行!正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来!

这个暑假过的很充实，很有意义。我更加坚定了前行的方向。平时的学习生活中能严格要求自己，让自己德智体美全面发展，争做高素质的大学生。以后的假期我还会积极地参加各种实践，多锻炼能力。

现在的小孩，大多都是独生子女，很少做家务，我也不例外。上学时，天天只顾着学，放假时，心里只有玩了，没有时间做家务.减轻父母的重担，为了不荒废这个有意义的假期，因此在这个寒假中帮父母做家务、照顾老人。

1.扫地、拖地。

2.拖地

3.买菜

快11点了，我便匆匆忙忙去菜场买菜。在人声鼎沸、琳琅满目的菜场里转悠了20来分钟，经过一番讨价还价后，我买了菜便又匆匆忙忙赶回家去做午饭了。午饭由我掌勺，我弄得手忙脚乱。但父母对我的午餐还是比较满意的。

4.洗衣服

平时从里到外的衣服都是老妈帮着打理的我还学会了洗衣服，刚开始自己洗衣服洗得兴奋，什么衣服都往洗衣机里塞，恨不得把身上穿着的衣服也脱下来放进洗衣机洗一洗。结果把我心爱的衣服染色了，哎!心痛!这是一个具有很多教训意义的家务事故!!但后来吃一堑长一智，我明白了很多。1·要把不同色系的衣物分开洗;2·不同原料的衣物分开洗;3·尽量将衣橱里的衣服摆放在明处，这样不至于往衣橱里乱增加补给。

5.做饭

我来做一道菜——‘香葱炒蛋’，请你们品尝，看看我做得好不好。”于是，说做就做，我立刻动起手来。做这道菜，需要以下材料：香葱、鸡蛋、盐、鸡精等等。首先，要做适当的准备，先把香葱切碎，把鸡蛋绞拌好。然后，把香葱末放进鸡蛋中，绞拌均匀，加上盐、鸡精等配料，第三步，在锅中放入油，加热到70~80℃，把香葱鸡蛋糊倒入锅中，用大火炒3-5分钟，就熟了。最后，把炒好的鸡蛋盛入碗中了，一道美味可口的香葱炒蛋就做成了。我一边做菜，一边望着时间，生怕让他们等急了。我忙了大约一刻钟的时间，终于做好了，心想：哈哈!我终于做出一道好吃的菜了，爸爸妈妈吃了，一定会夸我做得好。

4、拜年

我早早地起了床，准备去外婆家拜年。我和爸爸妈妈还有弟弟买了一些礼包来到外婆家，刚进家门我就说：“外公外婆新年好。”过了一会儿，饭烧好了，我和姐姐都津津有味地吃起饭来，嘴里还念叨着：“这菜太好吃了，特别是这盘糖醋排骨。”不过15分钟，我和姐姐就把一碗饭吃完了。吃完饭，外公和外婆就从自己的口袋里各掏了两百块钱给我们。我们兴奋得不得了，我连忙说：“祝外公外婆福如东海，寿比南山。”姐姐也立刻说：“祝外公外婆身体健康，万事如意。”外公外婆听了，还说我们是好孩子呢!我们心里美滋滋的。也跟外公外婆聊天，看着他们开心的笑脸我心里暖和和的。

这个假期我感到非常有意义，做家务是可干可不干的，还有的人认为不该干。但其实，只要你真正做过几次，你便会发现，你得到的远比你付出的那一点时间要多。在此，我还要奉劝那些不当做家务当一回事，觉得他很简单的人们，尽早打消这个念头，你觉得它简单，是因为你不曾正真了解它。那些看不起家庭妇女，保姆职业的人们，请擦亮你们的双眼，你们的自命清高只能证明你们的无知。

做家务劳动确实很累，但那也是寻找幸福的一种途径，能让我们在劳动中实践，体验和理解父母的辛苦;培养我们不怕脏，不怕累的精神。而更多的，只有等到我们确实做过，才能体会各中真谛。

在当今社会，大多都是三口之家。因此我们大多都是独生子女，倍受父母的疼爱，在家中养尊处优，不用做这个、不让干那个。说到这里，培养孩子的“自理”、“自立”能力就成为了比学习成绩更为重要的“当务之急”。

今年暑假学校给我们布置了实践作业，是有关于“做家务”的实践活动，说真的我们现在的学生把精力全都放在了学习上，却不注重于培养自己的“自理”、“自立”能力，而“做家务”是提高我们“自理”、“自立”能力的最佳方法之一。因此这次事件给了我们一个锻炼和提高的机会。

今天，我们约好去一位老奶奶家探望她，帮她做做家务。

奶奶很欢迎我们，热情的欢迎我们进门。我向老奶奶说明了我们这次来的原因及目的，她也很鼓励我们，并告诉我们她们那个时代的不容易与艰辛。那时生活条件不好，人人都有干不完的活，即便是学生，上完学之后还要上山割草喂家禽，到地里干活，说到这里，我看得出奶奶她的眼里闪着泪花，看着她那历经沧桑的脸，便能让我体会到以前的她有多么的辛苦，她感叹为什么现在生活好了，孩子却越来越不懂事了呢?什么事都不干，什么家务都不帮着做，整天写完作业就是玩电脑，看电视······是呀，因为家庭条件变好了，又是独生子女，父母疼都来还不及呢，又怎么会让孩子干家务呢?却不知这种“溺爱”反而会害了孩子。

干完了所有的活，我们都累得不轻，但看着被我们打扫得一尘不染的屋子，有种莫名的自豪和成就感涌上心头，在这个过程中，我们也体会到了父母的不容易与艰辛，他们上了一天的班，回到家里就很累了，还要做家务，真的是很辛苦。

通过这次实践活动让我学到了很多，一方面：提高了我们的“自理”、“自立”的能力,另一方面：让我们体会到了父母的艰辛。

虽然这次实践活动已经结束，但它对我们的深远影响永远都不会结束。

**做家务社会实践报告篇八**

做家务劳动确实很累，但那也是寻找幸福的一种途径，能让我们在劳动中实践，体验和理解父母的辛苦;培养我们不怕脏，不怕累的精神。而更多的，只有等到我们确实做过，才能体会各中真谛。以下是由聘才网小编为大家整理的相关内容，欢迎阅读参考。

做家务的社会实践报告

班级：xx班

学号：987654321

姓名：xxx

今年暑假,我在家帮助了爸爸妈妈做家务，虽然每天就是做做饭，有时候帮忙洗洗衣服，却让我觉得很辛苦，但我从中锻炼了自己，感受到做学问的不易，并且学到了很多课堂上学不到的东西。

一、参与初衷：首先是因为学校的社会实践要求，我也想为爸爸妈妈做些事情，体会一下父母的辛苦。家务劳动看似普通，但它对于一个家庭来说太重要了，其中往往含有父母对家的爱。尤其是当你成为一个大学生时，这一点会感觉更加深刻。本次社会实践活动我就做家庭角色体验，从做家务中学习一些东西。

二、实践过程：

放假回去，我首先告诉妈妈，这个假期我要多帮她做家务。妈妈先是惊讶，后又笑着说：“家务可不好做，你能坚持吗?”我坚定的说：“能!”于是接下来的两周，我承包了大量的家务，也给父母减轻了不少负担。

开始我得学着做饭，从简单的开始。妈妈指导了我怎样煲粥，我看着米粒和豆瓣下锅，又轻轻的搅拌它，还能闻到微微的饭香，这种在劳动中体会到的快乐激发了我认真做家务的兴趣。我接下来又学着炒菜，西红柿炒鸡蛋还有炒土豆丝。切土豆丝也有大学问，你的手和刀得配合好，刀提得高了可能会伤着手，提的低了又使不上劲，切得快了切不好，切得慢了又耽误吃饭……炒菜也不是一件容易的事情。我又学着蒸大米，这其中主要是掌握水与米的比例，试了几次，我似乎发现当它们的比例是二比一时蒸出的米最好，事后我问妈妈，妈妈说没错，比例正确，我听后太高兴了，自己居然找到了家务中隐藏的科学道理。

饭能做了，下来我打扫卫生。妈妈说，马马虎虎打扫不如不扫。就像拖地这件事，要是只拖眼睛看到的地方而不管沙发下桌子下的死角，扫地时很可能又把污垢扫出来，地就白拖了。我第一次拖地时觉得简单，随便拖，没想到不知不觉中竟从外往里拖，导致最后把自己困住，为了珍惜自己的劳动成果，我只有等着地面干了才蹑手蹑脚的出来。其实拖地的顺序我是清楚的，但真正实现时就忘了，我着才明白做家务也是需要熟练的，妈妈每天做家务，看着做得快，其实背后保护一个从陌生到熟练的过程。还有擦桌只之类，不同的东西要用不同的布。擦电器得用干布，擦书桌等桌子得用湿布，擦餐桌时则要用洗洁精了。

这次放假正是暑假时期，家里少不了要来些亲戚之类的人。而我就帮他们去买东西，看似没多少困难，其实不然。那天我主动要去卖点东西，爸说那就卖点木耳爸，这简单，我那上钱马上去了。看着菜滩上一袋一袋的木耳，我挑了最上边最大的两袋就走了。回到家，爸一看，说买错了，过期了。我接过一看，竟然过期整整一个月，没办法跑回去换了。我为了锻炼自己，决定一个人去超市买年货，当然购物单爸妈给我写好了。在超市我很快就买完了东西，推了一车。结账完，我傻眼了，三大包东西我一个人根本提不动，没办法，打电话叫了姐才弄回去。这下我知道了，买东西不是简单的买，还包括买前的计划和买后的运输。家务劳动也需要计划，而且计划是相当重要的。

当然了，暑假期间客人不少，今年我主动招待起了客人，而非往年那样见到客人只是打个招呼便躲起来不见了。客人来了，我帮着爸妈端菜，给他们倒饮料，倒酒，这样我既帮爸妈招待了客人又使客人们觉得更体面，更自在。正月初几的时候，我几个姑姑来我家，午饭过后，爸妈和他们正谈的开心，我自己去了厨房洗掉了所以的碗筷，之前我基本没洗过几次碗。然而这次，我突然发现自己竟然如此会洗碗，洗得不慢，而且自己很满意。姑姑们走后，爸妈发现了我的“事迹”，异口同声：“孩子长大了。”他们当时看上去就很高兴，可能看到他们的儿子居然会主动洗碗了吧。当时我也很高兴，真想把这件事告诉所有人。又仔细一想，我做这么一件小事就能给爸妈带来如此的快乐，我何不自觉地多做一些事，让爸妈总在不自觉中就能感到儿子带给他们的快乐。

实践一个星期后，我才发现做家务不是只在爸妈面前做，而应该见到能做到的，要尽量做，想到该做的，要马上实施。于是第二天早上一起床，我马上就叠起了自己的被子，甚至还想起了军训时的标准，我尽量叠得像豆腐块，铺好床单。下床后我突然发现自己相当有精神，可能是几天来的家务实践使得我内心倍感充实吧。

吃完自己做的午饭后，觉得自己的衣服也该洗了，问妈找到衣服自己换上，脱下脏衣服。本来想用洗衣机洗的。可想到在学校也是用手洗时候多，便找来洗盆，但水得用温水，毕竟是冬天嘛。这下糟糕，去哪里找热水，暖壶里的水明显不够用。自己烧吧，找来茶壶，连烧两壶，看着够用了，便开始洗。冬天的衣服很厚，用手搓，用手拧都不容易，料到自己无能，求助于姐姐。姐说用刷子刷，我才恍然大悟，洗衣服也得用工具呀。刷了又刷，沫起得也够多了，看着衣服也够干净了，凉吧。还得先拧干，这下我又求助于姐了，两人好不容易才把衣服拧的差不多可以凉了，找来衣服架撑进去，一个不够用，用两个才称撑起。看着好不容易洗完的衣服，想到妈每次洗衣服是多么不容易，心里觉得以后必须多帮爸妈做家务，尤其是他们洗衣服时可以问一句，妈我和你拧吧?这句话看着简单，但又有多少儿女能够说出啊。

不知不觉中两个星期的约定就到了，在这期间，我做的都是一些琐碎的事情，都是爸妈基本每天都会做的事情，我也深深感觉到了一些家务的繁重，也从中学到了不少知识，认识到了不少道理。通过做家务，我锻炼了自己的耐性，自己做事情好像也更认真了。家务对一个家来说太重要了，家庭成员把家收拾好了，大家都有好心情，家庭也会更加和睦。为了来个总结，于是最后一天我决定做一天的家务，也让父母姐姐来个检阅。早晨起床，整理好床铺，不让爸妈插手我自己做了早饭，他们吃着说很香。洗碗，整理好灶台，收拾好厨房。歇会儿，接着干。扫地，把死角都扫了，再拖地。基本整理好后，爸说，这省了你妈不少事呀。然后一天之内，我看着哪儿不干净就擦一擦把它弄干净，哪儿乱了就收拾一下。姐说，这一天我就载在家务里了，我说，没关系，妈哪天都被家务缠着，我这算什么，全家人都笑了。

人们常说，劳动是伟大的，是光荣的，没有劳动就没有这个丰富多彩的世界。也就是说，只要是劳动，不论是什么劳动，都是光荣伟大的。比如说做饭。其实以前是做过几顿饭的。但是自从吃了我做的饭之后，妈妈就在再也不允许我靠近厨房，说是每一次我的家务劳动尤其是做饭时对厨房的一种摧残。用妈妈的话来说，我拿刀的姿势那叫一个苦大仇深，让她看着心里发毛。但是在妈妈爸爸的指导之下，总算是学会了做饭这个技能，尤其是关于鸡蛋的。比如说7月31号的时候中午，我从冰箱里拿出三个大鸡蛋，准备做煎荷包蛋。我小心地坐上锅，把油慢慢地倒进锅里。不一会儿，只听见“噼哩噼啦”几声响，锅里蹦出一些油点，把我吓了一跳，一会儿油热了，我赶紧拿起一个大鸡蛋，在锅边一磕，磕了一个口，顺口轻轻一掰，没掰动，又使劲儿一掰，呀!把鸡蛋壳掰碎了，蛋清和蛋黄顺着手指一同流入锅里。顿时，锅里像开了一朵大菊花。不一会儿，锅中的散蛋奇迹似的聚拢在一起，变得像圆圆的月亮。颜色也由浅黄变成了深黄。我忙把鸡蛋翻了个个儿，撒上盐花，又过了一会儿，我把蛋铲起来，控了控油，放在盘子里。这样就完成了中午饭。

通过这些天的家庭体验，我深切的体验到了父母对我的好，他们平时做家务的辛苦，工作的琐碎。

三、感受：

通过这次实践，我有以下几点感受

(1)在炎热的天气中干农活，需要的不仅是体力，更要有毅力。一个人的意志坚不坚，通过农活能够很好的测验出来，没干过农活的人可能刚开始干还可以，感觉很有意思，但是连续让你干几个小时，你就会感觉到厌烦、无聊，心情有刚开始的好奇就会变成抱怨、不满，所以干农活不仅能够考验一个人的意志力，更能磨练一个人的意志力和忍耐力。

(2)体会父母的艰辛。在家时间父母总是不让干活，我知道九层以上的家庭都是这样，我平时在家也是这样，但我总是硬要干，我知道，父母嘴上不让干，如果你陪着父母一块儿去干活，父母的心里会很高兴。干农活很辛苦，这是毋庸置疑的，体会了农活的艰辛，很容易就能体会到父母的艰辛，体会到父母为什么总是不舍得给自己买衣服等等，也会使得我们在大学花钱会收敛许多，“可怜天下父母心”，理解万岁!

(3)激励自己更好地学习、生活。吃过了农村的苦，你就会感觉自己吃的苦不算什么，就会感觉自己的努力还很不够，而且差的很远，就会使得我们来到学校，会更加努力地学习，会更加珍惜求学的美好时光，古人云：“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”，感受了农活，也就能感受“劳其筋骨，饿其体肤”的道理，会使我们更好的珍惜现在，加倍努力。

(4)做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性，并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。

(5)我们是大学生还没有走向社会，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的家庭角色体验，使我体会到了父母的艰辛，社会上的压力。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。不要向以前一样轻视劳动。暑假的家庭角色体验让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动创造世界的真理，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。家庭角色体验活动也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确做人的态度。

(6)在家里社会体验的这几天，我和爸爸妈妈之间的交流更进一步，他们也开始把我当成一个成年人来看待，而不是把我当做一个什么都不做的小孩子。而在这几天中，我也学到了在书本上学不到的知识，那些生活中的小知识小贴士虽然并不起眼，但是在我们的日常生活中却可以做到小人物起到大作用，使我们的生活难题能够在小窍门的帮助下迎刃而解。

三、建议

学生应不应该多做家务呢?许多家长和中学生都因此而困扰，其实，我认为中学生应该多做家务。

现代社会中许多都是三口之家，在这里，我们并不难发现其实大多数养尊处优的不是父母，而是我们。可能因为我们大多数都是独生子女的关系吧!有的家长太爱自己的孩子了，那种爱不是真正的爱，那是溺爱。说到这里，培养孩子的自理，自立能力就变成了比学习成绩更为重要的当务之急。所以，做家务便成了培养孩子的自理，自立能力的首要选择。

做家务既是体力劳动又是脑力劳动。其实，在做家务的过程中我们学会了如何整理物品，如何把家务干的又快又好。在这个过程中，我们不难发现，做家务就像是学习，重要的是掌握好的学习方法。拥有了好的学习方法，做家务也就很轻松了，同时也达到了事半功倍的效果。

在美国，有许多打零工的“少爷”们。比如美国孩子-17岁的史蒂文。他是父母的独生子，父亲开了六七家文具连锁店，母亲温妮是一家商业银行的业务巡视员，按中国人的眼光，他简直是一个“少爷”。可是他却利用假期来到奎恩镇帮助毕力夫妇修理破旧的庄园。史蒂文到小镇来，是温妮开着自家的“雪拂莱”轿车送来的。温妮说：“需要他干些什么说清楚，他一定会完成的很出色。”果然，史蒂文就住在那栋乱糟糟的房子里，每天就吃面包，喝热牛奶，每周回家一次改善生活。三周后，他把需要修理的地方拆除的干干净净，里里外外没积存下一点拆下来的东西。他也理所应当的得到了800美元。他的妈妈温妮说：“史蒂文上个假期去我们银行总部打工搞清洁。每天要扫四十多个厕所，同事们对我说，史蒂文打扫的厕所比以往任何一个清洁工打扫得都干净。”说着温妮露出了自豪的神情。

做家务的社会实践报告

一、实践目的：现在的小孩，大多都是独生子女，很少做家务，我也不例外。上学时，天天只顾着学，放假时，心里只有玩了，没有时间做家务.减轻父母的重担，为了不荒废这个有意义的假期，因此在这个寒假中帮父母做家务、照顾老人。

二、实践内容：

1.扫地、拖地。

2.拖地

快11点了，我便匆匆忙忙去菜场买菜。在人声鼎沸、琳琅满目的菜场里转悠了20来分钟，经过一番讨价还价后，我买了菜便又匆匆忙忙赶回家去做午饭了。午饭由我掌勺，我弄得手忙脚乱。但父母对我的午餐还是比较满意的。

4.洗衣服

平时从里到外的衣服都是老妈帮着打理的我还学会了洗衣服，刚开始自己洗衣服洗得兴奋，什么衣服都往洗衣机里塞，恨不得把身上穿着的衣服也脱下来放进洗衣机洗一洗。结果把我心爱的衣服染色了，哎!心痛!这是一个具有很多教训意义的家务事故！但后来吃一堑长一智，我明白了很多。1要把不同色系的衣物分开洗;2不同原料的衣物分开洗;3尽量将衣橱里的衣服摆放在明处，这样不至于往衣橱里乱增加补给。

5.做饭

我来做一道菜‘香葱炒蛋’，请你们品尝，看看我做得好不好。”于是，说做就做，我立刻动起手来。做这道菜，需要以下材料：香葱、鸡蛋、盐、鸡精等等。首先，要做适当的准备，先把香葱切碎，把鸡蛋绞拌好。然后，把香葱末放进鸡蛋中，绞拌均匀，加上盐、鸡精等配料，第三步，在锅中放入油，加热到70~80℃，把香葱鸡蛋糊倒入锅中，用大火炒3-5分钟，就熟了。最后，把炒好的鸡蛋盛入碗中了，一道美味可口的香葱炒蛋就做成了。我一边做菜，一边望着时间，生怕让他们等急了。我忙了大约一刻钟的时间，终于做好了，心想：哈哈!我终于做出一道好吃的菜了，爸爸妈妈吃了，一定会夸我做得好。

4、拜年

我早早地起了床，准备去外婆家拜年。我和爸爸妈妈还有弟弟买了一些礼包来到外婆家，刚进家门我就说：“外公外婆新年好。”过了一会儿，饭烧好了，我和姐姐都津津有味地吃起饭来，嘴里还念叨着：“这菜太好吃了，特别是这盘糖醋排骨。”不过15分钟，我和姐姐就把一碗饭吃完了。吃完饭，外公和外婆就从自己的口袋里各掏了两百块钱给我们。我们兴奋得不得了，我连忙说：“祝外公外婆福如东海，寿比南山。”姐姐也立刻说：“祝外公外婆身体健康，万事如意。”外公外婆听了，还说我们是好孩子呢!我们心里美滋滋的。也跟外公外婆聊天，看着他们开心的笑脸我心里暖和和的。

三、实践总结或体会：

这个假期我感到非常有意义，做家务是可干可不干的，还有的人认为不该干。但其实，只要你真正做过几次，你便会发现，你得到的远比你付出的那一点时间要多。在此，我还要奉劝那些不当做家务当一回事，觉得他很简单的人们，尽早打消这个念头，你觉得它简单，是因为你不曾正真了解它。那些看不起家庭妇女，保姆职业的人们，请擦亮你们的双眼，你们的自命清高只能证明你们的无知。

做家务劳动确实很累，但那也是寻找幸福的一种途径，能让我们在劳动中实践，体验和理解父母的辛苦;培养我们不怕脏，不怕累的精神。而更多的，只有等到我们确实做过，才能体会各中真谛。

**做家务社会实践报告篇九**

：现在的小孩，大多都是独生子女，很少做家务，我也不例外。上学时，天天只顾着学，放假时，心里只有玩了，没有时间做家务.减轻父母的重担，为了不荒废这个有意义的假期，因此在这个寒假中帮父母做家务、照顾老人。

1.扫地、拖地。

2.拖地

3.买菜

快11点了，我便匆匆忙忙去菜场买菜。在人声鼎沸、琳琅满目的菜场里转悠了20来分钟，经过一番讨价还价后，我买了菜便又匆匆忙忙赶回家去做午饭了。午饭由我掌勺，我弄得手忙脚乱。但父母对我的午餐还是比较满意的。

4.洗衣服

平时从里到外的衣服都是老妈帮着打理的我还学会了洗衣服，刚开始自己洗衣服洗得兴奋，什么衣服都往洗衣机里塞，恨不得把身上穿着的衣服也脱下来放进洗衣机洗一洗。结果把我心爱的衣服染色了，哎!心痛!这是一个具有很多教训意义的家务事故!!但后来吃一堑长一智，我明白了很多。1·要把不同色系的衣物分开洗;2·不同原料的衣物分开洗;3·尽量将衣橱里的衣服摆放在明处，这样不至于往衣橱里乱增加补给。

5.做饭

我来做一道菜——‘香葱炒蛋’，请你们品尝，看看我做得好不好。”于是，说做就做，我立刻动起手来。做这道菜，需要以下材料：香葱、鸡蛋、盐、鸡精等等。首先，要做适当的准备，先把香葱切碎，把鸡蛋绞拌好。然后，把香葱末放进鸡蛋中，绞拌均匀，加上盐、鸡精等配料，第三步，在锅中放入油，加热到70~80℃，把香葱鸡蛋糊倒入锅中，用大火炒3-5分钟，就熟了。最后，把炒好的鸡蛋盛入碗中了，一道美味可口的香葱炒蛋就做成了。我一边做菜，一边望着时间，生怕让他们等急了。我忙了大约一刻钟的时间，终于做好了，心想：哈哈!我终于做出一道好吃的菜了，爸爸妈妈吃了，一定会夸我做得好。

4、拜年

我早早地起了床，准备去外婆家拜年。我和爸爸妈妈还有弟弟买了一些礼包来到外婆家，刚进家门我就说：“外公外婆新年好。”过了一会儿，饭烧好了，我和姐姐都津津有味地吃起饭来，嘴里还念叨着：“这菜太好吃了，特别是这盘糖醋排骨。”不过15分钟，我和姐姐就把一碗饭吃完了。吃完饭，外公和外婆就从自己的口袋里各掏了两百块钱给我们。我们兴奋得不得了，我连忙说：“祝外公外婆福如东海，寿比南山。”姐姐也立刻说：“祝外公外婆身体健康，万事如意。”外公外婆听了，还说我们是好孩子呢!我们心里美滋滋的。也跟外公外婆聊天，看着他们开心的笑脸我心里暖和和的。

这个假期我感到非常有意义，做家务是可干可不干的，还有的人认为不该干。但其实，只要你真正做过几次，你便会发现，你得到的远比你付出的那一点时间要多。在此，我还要奉劝那些不当做家务当一回事，觉得他很简单的人们，尽早打消这个念头，你觉得它简单，是因为你不曾正真了解它。那些看不起家庭妇女，保姆职业的人们，请擦亮你们的双眼，你们的自命清高只能证明你们的无知。

做家务劳动确实很累，但那也是寻找幸福的一种途径，能让我们在劳动中实践，体验和理解父母的辛苦;培养我们不怕脏，不怕累的精神。而更多的，只有等到我们确实做过，才能体会各中真谛。

**做家务社会实践报告篇十**

毕竟我们都长大了，应主动走向社会，经历一场成长。

但由于家庭的特殊原因，严格来说，我没有按照辅导员要求的到社会上打工，但，我觉得我的成长并不比去打工的少，这一切都是值得的。而且，我无法作假去弄一篇不真实的实践报告来欺骗辅导员。

我爸妈都是在家乡给人建房子的泥水匠，这是个要承受风吹雨淋的苦活，但更不幸的是我妈在工作时从架棚上不小心掉了下来，摔断了腿。当我放假回到家时，我妈已经住完院回家休养了。当然，我就得承受起在家照顾我妈的任务了。

医生说我妈得有半年左右的时间才行走。于是，我妈的生活起居便成了问题，。我妈习惯早起，于是我也不能在寒假里偷闲睡懒觉了，不过这样也好，不用在睡觉中浪费太多光阴了。俗话有说：“生前何必久睡，死后自会长眠。”我妈不方便上洗手间，于是我便在她房间里放一个桶，等她方便完了我就提到洗手间去倒掉。或许有人会说这样会不会感到恶心呀?但我却做得毫无怨言。人们常把照顾小孩的幸苦说成“父母把你一把屎一把尿地拉扯大的。”现在正好角色互换，让我感受到父母把我养大的艰辛。这份爱值得每一个子女去牢记，去感恩!然后，我得接水来给我妈漱口洗脸，帮她梳头发…每次做这些的时候我都感到很高兴，很温暖，因为这些日常小事都是小时候妈妈手把手教会我的，现在我有机会为她做这些，越发想起一直以来妈妈为我无私的付出，真的很感激!接着，我就到厨房里去煮饭炒菜，再乘上楼上去给妈妈吃。由于我长期在外读书，还是个住宿生，很少有机会下厨的，厨艺很差。但一个月下来，我的厨艺也不断进步，正是“熟能生巧”嘛俗话说“一个真正的好女人应当入得厨房，出得厅堂。”这么说，厨艺的长进，也是给自己增值了。由于是骨伤，所以我妈的腿早、晚都得烫药。这也成了我每天必须做的功课，我蒸的药总是很烫很烫，妈妈总是很满意的。由于妈妈总是躺着或者坐着，很容易腰酸背疼的，所以我就经常给她按摩，这个我并不擅长，只是摸索着去做，妈妈竟也一个劲地说“很舒服”，我便越做月来劲。

虽然照顾妈妈所做的这些事都是琐碎平凡的一些小事，但我心中怀着二十多年来妈妈对我的爱，竟也做得特别上心。或许，我该感谢老天给我这么一个机会，让我来照顾妈妈，让我来感恩。

妈妈平常也在地里种一些菜既可以自给自足，多了又可以拿去卖。以前一收工回家，妈妈就去挑水浇菜，可由于腿伤住了一个多月的医院，地里的活就搁下了。于是这个任务就交给放假在家的我和我弟了。由于那段时间很干旱，地里的菜都奄奄一息了，我和我弟挑了好几担水，才浇湿了地。再看看那些滴着水的菜，我俩竟有着是它们的救命恩人般的自豪。挑水是个苦力活，尤其对于我们这些没干过重活的读书人来说，几天下来，我俩的肩膀都酸疼酸疼的。那期间刚好蔬菜的价格比较高，菜可以收成时，我和我弟用摩托车载到街上卖给菜贩子，两趟下来竟也攒得差不多一百元钱。这些钱都是我俩用力气和汗水换来的呀，那时的我俩都激动呀!商量过后，我俩决定用这些钱给妈妈买些补品。

这个寒假过得很特别，很充实，很难忘!虽然严格来说，似乎不符合要求，但社会毕竟是由一个个小家庭构建起来的，这么说，我在家里照顾妈妈，也算是一次社会实践吧。无论过程如何，人只要能有所成长就好。

**做家务社会实践报告篇十一**

同学们，漫长的寒假又开始啦!!!!!

我的名字叫王君霞，家里有一个妹妹和一个弟弟，我呢，就是家里的老大姐。老爹是做生意的，我认为就是个奸商!嘿嘿，俗话说无商不奸吗。老妈呢，则是在家照顾我的老弟和妹妹。因为家里没有爷爷奶奶，所以平时我在外上学期间，我老妈和老爹是很忙碌的。所以我一旦放假在家，就会把我老妈所有的工作全部接手。说是全部的工作一点都不假，因为我老妈在我很小的时候就教育我，对我强行灌输属于他们那个时代的思想。一定要帮父母做一些力所能及的事情。父母不会养你一辈子，不管你是男生还是女生，不知道帮父母干一些力所能及的事情，是不会明白做父母的艰辛的，会认为父母生你下来，再出钱养你是应该的。你就衣来伸手，饭来张口。那只有千金大小姐和大少爷才会有的待遇。如果你的父母不是百万富翁，暴发户就停止你的大小姐和大少爷梦吧!再者来说，一个不懂得生活艰辛的人是不会有什么出息的。

当老师在讲台上说放假回家后要做社会实践报告，可以写关于到社会上做一些志愿者服务，到敬老院帮助老年人，在家帮自己的父母洗一次脚了，可是当老师说道帮父母做家务的时候我觉得可笑，难道我们都长得这么大了，我今年刚满18岁，有的甚至都20岁的大青年啦，如果你在家不经常帮父母干家务的话，那说明你连起码的孝顺父母都没有做到!那是多么可笑的一件事啊!中国人最讲究的就是一个“孝”字，如果你连这一点儿都做不到的话，那我也就踢你的父母觉得可悲。之所以可悲，一是可悲你上了这么多年的学，从小学三年级就开始学习思想品德，从初中学习政治，然后一直到大学所学的思修，都白上了，为你自己觉得可悲。二是为你的父母觉得可悲。二老含辛茹苦的把孩子拉扯大，希望孩子将来有出息，不让孩子干这，更不让孩子干那。而对于一些独生子女父母更甚，真是用一句老话说，“真是含在嘴里怕化啦，拿在手里怕碎啦!”这样不仅让自己觉得辛苦，更会让孩子的思想出现一些不好的偏差。因为作为父母的你们不管怎样你始终都是孩子的第一任老师。

不管怎么说，我觉得我的老爸老妈做的就非常好，我老妈是一个急性子，脾气也是相当火爆的人，而我老爹却恰恰相反。我老妹是一个相当调皮到捣蛋的孩子，而老弟则是性格相当淡定的小男孩。我呢则是什么都无所谓的人，因为我到现在都没发现自己有什么太大的优点，反倒是缺点一大堆!嘿嘿，也许这就是我的优点吧!我老妈绝对不让我们睡懒觉，必须要在7点以前就要起床，就是假期也不行!我老妈还说:“早起的鸟有虫吃。”我和我的兄弟姐妹是极力反抗的!但是力量比较薄弱，只能投降。到最后这也成了一种习惯。这也让我从这件小事上明白拉一个道理:那就是如果你在做一件事情，不管你多么的不情愿，如果你不能改变这个事情，那就适应这件事情吧。身处社会的我们是非常受用的。

我老妈叫我做菜，叫我做饭做家务。我基本上一学就会，相当简单。但是真正做起来还是相当的累的!因为别看着家务活简单，但是都是相当琐碎的。收拾完这样有那样，再加上家里还有一个弟弟妹妹，你在前面收拾，他们两个人在后面倒腾，真真是有干不完的家务活!我只要一放假在家，每天的活动表是这样的。早上7点起床，洗洗刷刷后帮我老爸一块吧早饭做好，然后老爸老妈去工作，我呢，就要把我老弟和老妹弄起床，伺候他们俩吃早饭后，开始在厨房里刷碗筷，刷完后，就打扫卫生，抹桌子，拖地。然后教我老妹英语，之后就11点啦，我就到厨房去准备午饭。而我老妹就教我老弟学习。直到晚上床睡觉。虽然每天过着差不多的日子，但是起码是充实的。

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