# 大学生暑期社会实践报告总结(通用8篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-09-03

*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。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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，...*

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。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

**大学生暑期社会实践报告总结篇一**

北京龙发、城市人家、东易日盛、崧泽国际、广东星艺、上海艺冠……

伊始：

大二的生活结束了，可以说这是我大学生涯中的最后一个假期了，因为大三的时候我就要面临实习。因此我想好好的利用这一个假期，想找一个外贸公司做兼职，哪怕没有工作，但却是事与愿违。没办法后来经一个朋友介绍去了莱州的一个食品加工厂，但是到了那里后才发现工作与我们想象的不太理想(终于明白理想很美好，现实很残酷的含义)，加上与我们假期的时间安排有一些冲突，所以我们又回到了烟台。说实话，这样的工作没有什么附加值，只是廉价的劳动力而已。回到烟台又开始寻找新的工作，但遗憾的是找到的几个工作全部被招满了。没有办法，无奈之下还是回到了临沂，心里火车上一直琢磨：十几年的求学路，在这火车的动响中就这样的结束了，而却还没有怎么好好的陪过爸爸妈妈。想到这里心里是那样的愧疚!每当我想到这里我就会告诉自己将来一定要好好工作(实际上这几年以来我经常这样不断地提醒自己，因为我害怕自己会懒惰)，让爸爸妈妈能安享晚年，因为你有这个责任和义务!所以我打算回家后如果找不到工作就好好陪老爸老妈，让他们知道儿子并没有忘记他们。

找到工作：

以往回到家以后老姐总会帮忙找工作，而我需要做的就是工作，但是这一次老姐太忙了，所以只好由我自己来。原来找个工作也是这样的难，尤其是假期后过一段时间以后的兼职，找一个好的对自己口味的兼职更是少之又少，更何况是正式工作。沿着临沂几条繁华的商业街，临沂的商业气息非常的浓厚，走在大街上似乎都能闻到那种特殊的商业味道。确实有很多招聘兼职的，但是要么是招满了要么就是不和自己的口味，或者是自己的时间安排。

有一天早晨，好像是7月26号，我打开我姐的电脑看看能不能从网络上寻找到机会，于是便在百度上输入了临沂兼职网，没想到会出现这么多的岗位，当然在我的努力争取之下也是如愿以偿——临沂美星家居有限公司。并于8月1日开始上班。因为这是离放假已经过去了十天左右，兼职几乎就是不可能，因为好多公司要求的时间我们没有保证，所以我很高兴能找到这样的一份工作。其实在此之前我就找到了一个兼职工作，当时他们并需要，但是在我的再三争取一下他们终于被我打动，答应了我的请求，我也如愿以偿的得到了这份兼职。但遗憾的是这个工作每个礼拜只有一次的工作机会，为了是时间使用最合理达到最大利用效率，所以又找到了临沂美星家居有限公司这个兼职。幸运女神的降临让我再一次鼓足了勇气和希望!

困难：

因此会让你碰壁，有挫折感。还有的经理直接就是不接见，更有甚者明明在办公室却把你当透明那个人。这些都会让你死的很难堪很尴尬。理所当然，业务也就做不成，这也就顺理成章的给你带来挫败感，让你感觉到困难、失败，感觉自己不行，而放弃自己。其实并不是那个样子，我们应该相信自己，并经这样的经理是少数。最主要的是我们自己的信心才是最重要的!因为这就是我自己的亲身经历，我有过这样被藐视的经历，我知道这样的感受。但是我知道，没有什么能随便的击垮我!

在这里之所以说这些，是想告诉我亲爱而朋友：每个人的人生道路上都会遇到或多或少或大或小的困难，让困难击败你这不是你放纵的理由，也不是你放弃的理由!人类是最高级的动物，航天飞机我们都能研制出来，相比那些困难我们的又算什么，所以我们真的没有理由要自己放弃，因为你完全能将它消化掉!我们要时刻的提醒自己：我才是最棒的，没有什么能随便的击垮我!

总结：

自从暑假开始，每一个寒暑假我都会做兼职，不管多么的困那，不管多么的炎热和寒冷，我依然会坚持，因为我知道我需要什么，缺少什么。回想个每一次的兼职经历，都会让我有不同的感受，因为每一次的兼职都会学到不同的东西，而这些东西是我在大学里面无论如何也学不到的，我需要他。随着兼职次数的增多，社会阅历的丰富，学到的东西也就越多，感悟到的东西也就越多。开始慢慢的发现自我，认识自我、认清自我，认清社会。真正开始了慢慢的人生道路。

这个假期的兼职让我明白：

一：机会，

二：努力，

不用我说我们也知道什么事情都要努力，就连追女孩子也要努力。对于工作更是如此，有付出就会有回报。当我们选择了一个单位，我们就应该在这个单位里好好工作，别的不说，至少我们应该干好自己分内的事。因为是你选择的工作，你既然选这个工作说你至少你不讨厌他，否则你干嘛选择这个工作。所以我们应该好好做好手中的每一件事。

努力和回报成正比，高付出才有高回报。作为你一个员工，公司经理不可能每天都跟踪你，观察你的功能工作能力，但是他们有他们的评价标准，他们会看在眼里，否则你也可以做经理了。很多公司用业绩考核，虽然我不太赞同这个标准，但是这个标准也从某个程度上反映了你工作的努力情况，如果没有努力有业绩的话好像是不太可能，除非你有神力。如人云：运筹于帷幄之中，决胜于千里之外。所以，努力永远不会有错!

**大学生暑期社会实践报告总结篇二**

作为一名大学生，不仅要学好专业知识，社会知识也是必不可少的。因此，每年一度的暑期社会实践便成了我们学习社会知识的一个很好的机会。在社会实践中，主要可以学习一些人际交往、处人处事以及做事应变、执行力上的知识与能力。

在本暑假中，为了能够得到更多的锻炼，学习更多的社会知识，也响应院校的号召积极的参与了社会实践的大军之中。虽然没有别人参与的那么与自己的专业对口，也没有那么的轻松实践活动。只是在一家农家乐做杂工。每天8：30上班，中午一点半下班，再到下午的4点上班，晚上8点半下班。每天早上到饭店后首先打扫卫生，包括摆餐具、扫地、拖地、打开水等等。到10：00吃饭，吃完饭收拾好后开始站岗，迎客。“欢迎光临”“请问几号包厢”“请问几位”“这边请”之类的话开始在菜馆里四处飞扬。加茶、拿饮料、倒酒、上菜、打饭紧接着而来，完全可以让你忙得焦头烂额。特别是当你一个人看几个桌子时，若几桌人同时叫服务员，你会觉得特别痛苦，然后就是忙上忙下，跑进跑出。让你再一次明白什么才叫真正的“供不应求”，是呀，这里的服务员真的不多了，所以在职的便特别辛苦。“您请慢走”“欢迎下次再来”“请带好随身物品”送走了一批客人，然后收拾残局。到一点半后如果没有客人就可以回家休息了。下午4:00准时上班，，吃完员工餐，开始做准备工作。做好准备工作后又开始重复上午的工作，站门、迎客、送客、收拾，到8点半下班。但值班人员要等所有的顾客走完，才可以离开。

这就是我们服务员一天的工作行程，不是夸张，是事实，特别是有时遇到故意刁难或是蛮不讲理的顾客，你这一天过得更是“凄惨”：一，你不能得罪顾客，因为他是上帝;二，你不能坏菜馆的声誉，因为你还想在那里工作下去;三，所有的错都是服务员的错，即使那错是因为别人而犯或是本身就是别人犯的，只要关系到顾客，你就得认栽;四，做的好，没奖;犯点小错，就要罚!罚!

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。”我现在才深刻体会到这句话的含义，在现实中课本上学的理论知识用到得很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯，很多东西都不懂，幸好有同事的耐心帮助、老板老板娘的耐心教诲，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，更重要的就是使我在待人接物，如何处理人际关系等方面有了很大的进步。

这次社会实践，我学到了很多东西，认识了很多东西，有很多菜原本我是不认识的，经过这次社会实践之后，我认识了很多菜，很多鱼，开阔了我的视野。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。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的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

现在我知道了，只顾着学习是没用的，有用的是要学以致用，理论和实践相结合，这样我们学到的才会更多，实践可以让我们事倍功半，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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高。

1、在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前的我并不善于与人沟通特别是初次见面的人场，通过这次的实践我这方面的能力有了河大的提高。人都要学会融入社会这个团体中，人与人之间齐心协力，才能使做事的过程更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要认真听取，虚心地接受。

2、在工作上要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出的肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，一切就变得容易解决了。

3、知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。要想把工作做好，就必须学会相关方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。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的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

相关精彩文章推荐：

1.2024暑假社会实践报告范文精选

2.大学生暑假社会实践心得及收获

3.暑假社会实践报告范文3000字(五篇)

4.大学生暑假社会实践报告5000字

5.大学生社会实践个人日记

6.大学生暑期社会实践证明模板

8.大学生暑假社会实践报告(万能版本)

**大学生暑期社会实践报告总结篇三**

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的暑假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作;因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低!有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧!

更多

**大学生暑期社会实践报告总结篇四**

我是学前教育专业的学生，因此我参加的两个实践小队都是和学前教育有关的。“绿色起点”小队通过对华南地区幼儿园绿化情况的调查，呈现华南地区幼儿园绿化的基本概貌，使社会关注到幼儿园绿化的问题；“十字路口，不在徘徊”通过发放调查问卷，采访学前教育专业人士，搜集学前专业就业信息，来透视学前教育专业的择业现状，并为这个专业提出有利的择业建议。

我在半个月的暑期实践活动中，交叉完成两个小队的实践任务，使自己的时间安排更为有效合理。为期20天的暑期实践活动对我来说是暑期生活最难忘怀的一段经历。暑期实践活动不仅丰富了我的暑假生活，还让我走上了社会，初尝这个社会的冷暖滋味，同时还获得了有关学前教育情况的一手资料，可谓一箭三雕。虽然在活动进行中，我遇到的困难和阻力非常大，但我还是迎难而上，尽自己最大力量去完成每一项任务。

1、发放调查问卷

暑假正式开始的第一天我的暑期实践也开始了。我利用电脑下载打印了两个组长发给我的调查问卷电子稿，“绿色起点”小队要求每个队员都要完成五十份问卷发放，“十字路口，不在徘徊”小队则要求每人完成十五份，虽然总共只要发放六十五份问卷，但是对于单独行动的我来说则是一个比较大的数量。为了高效的完成问卷发放，我还请教了一些对发放问卷有经验的朋友，她们告诉我在超市，购物中心的休息区是最容易做问卷调查的，有了她们的建议我便鼓足勇气开始我的问卷发放，在这里还要感谢我的一个好友，她主动加入了我的问卷调查活动，帮助我更为高效的完成任务。我们首先去了市中心的大型地下超市，超市的人虽然多，但是愿意参与我们这个活动的人不是很多，我们在碰壁之后并没有气馁，相信总会有人支持我们的活动的，所以在超市转了三个小时候，我们成功地回收了三十多份问卷。接下来是购物中心的休息地，显然人们在休息的时候更有心情来参与问卷调查活动，所以剩下的三十多份我们俩很快就发完了。当六十五份问卷全部回收后，我有一种首战告捷的喜悦。

2、统计问卷结果

回收问卷后的第二天我就利用电子模板开始我的统计工作。这个工作比较费眼力注意力很容易被分散，所以由我一个人完成会比较困难，我就请求另一个朋友来帮助我，由她来报数字，我负责输入。在这个过程中，我们配合得很默契，她只要专心报数，我只要专心输入，这样就不会出现输错看花眼之类的事情了，所以我们只用了一个多小时就完成了统计。当我把统计图表发到公共邮箱之后，我才知道原来我是第一个完成统计任务的，我想如果就我一个人来做，也不会做那么快，是协作的力量提高了工作效率，所以这里又要感谢我那位朋友了。我深刻体会到朋友是人的巨大财宝，当我们自己无法战胜困难时，寻求帮助是最好的选择。

3、上网搜集学前教育专业的就业政策

我在“十字路口，不在徘徊”小队中担当资料组的组长，任务是搜集与学前教育专业相关的信息，给其他队员做好资料准备。我把资料搜集的任务发放给其他两位队员自己也领着一份任务在做。我要找的是深圳、厦门以及江苏本省的学前教育政策。通过网络媒体，我发现关于学前教育的信息是非常大和复杂的，然而要和我们这个小队的实践内容对口的信息却是有限的。比如搜集深圳的学前教育政策，在深圳有一个专门的学前教育的网站，我登陆后发现这个网站主要是针对父母和幼师如何对学前阶段的孩子进行教育提供的一些方法和教育内容，帖子很多，我试着从帖子的题目入手查找我所需要的信息，往往我在浏览完十几张帖之后都找不到我所需要的内容。于是我重新找切入口，既然是找就业政策，那么就要到政府的官方网站去找，官网上确实有相关的信息，但是却是比较陈旧的，我只能摘录一些相对比较靠前的资料，不过我想想一项政策的实行向来是需要几年的时间的，前几年的政策如果一直没有更新的话就表明现在还在实行。除了官方网站，我还在众多相关网页中大海捞针般的挑选可能会涉及到教育政策的网页，将网页中的内容进行归纳整理。这个任务听起来好像很容易，但当我自己亲自去做的时候我发现真的很繁琐，我常常查到后来完全没了兴趣和耐心，这个时候我就选择干其他的事，比如“绿色起点”小队的幼儿园绿化问题，也是需要了解所访幼儿园的基本情况的`，这个可以用网络解决。所以我将这一类需要通过网络的事情放在一起做，以提高效率。

4、走访幼儿园

在我看来最令我头疼一项任务就是走访幼儿园了。暑假的时候绝大多数幼儿园都放假了，我们中的许多队员都说她们去采访的时候吃了闭门羹。我心里也是一点把握没有，要进入幼儿园，要拍照，要画出面积图，要采访到园长，除非有特殊关系，一般很难办到。我在网上搜索后，锁定了三所幼儿园，一家是翰林河景幼儿园地处市中心的民办幼儿园，一家是鸣珂巷幼儿园地处市中心的公办幼儿园，还有一家是百丈中心幼儿园地处郊区的公办幼儿园。采访河景幼儿园园长是我最失败的一次任务。由于我阿姨的孩子在这家幼儿园上学的缘故，我有幸得以混入家长队伍观看河景幼儿园大班孩子在红星大剧院的毕业演出，并在演出结束时见到了园长。这是我第一次与重要人物进行的面对面的交流，可是我却铩羽而归，可能是后台比较混乱，园长没空和我交流，也可能是我太紧张了一时口拙没有把来意表达清楚，园长就拒绝了我，而我就跟傻了似的没反应过来，灰溜溜地回去了。事后阿姨给我总结经验说，大人物向来忙，所以要开门见山表明来意和身份，能多简单就多简单，如果她第一次拒绝你了你不要慌张，你和她预约一个有空的时间再去访问她，并表示你的采访对她的工作不会有任何影响，这样成功的几率会大很多。在阿姨的提点下，我从失落的状态恢复过来，重新充满斗志地去采访另外两个幼儿园。令我十分欣慰的是，百丈中心幼儿园的走访十分顺利，在此又要感谢我的一个朋友在采访中给我拍了视频和照片，而走访鸣珂巷幼儿园却是一波三折的，我整整在幼儿园守了一天才收集完所有的资料，还采访了幼儿园负责人，可以说我是一个比较幸运的人。

**大学生暑期社会实践报告总结篇五**

第一，服务态度至关重要。

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。

第二，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。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。

今年我家的对联是，上联：您的光临是我最大的荣幸。下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。成信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每天六点种起床，十一点才休息，冬天父亲每天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢?我知道，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗!我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有很多商品要早上搬出，傍晚再般回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢!我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

**大学生暑期社会实践报告总结篇六**

这个暑假我为了度过一个充实精彩的假期生活，根据自身实际情况，我选择作为一名培训机构的授业教师，试着锻炼自己。

一旦选择了风雨兼程，留给人们的便只剩下背影。老师，便是这样一份职业，像红烛，燃烧了自己，照亮了他人;又如飞蛾，只顾飞蛾扑火那一刹那的美丽，永远地献出了生命。小时候，老师传道授业的辛苦，早已深深地扎根于我的脑中，从此，那样神圣的工作就成为了心中的归依。于是，能够在暑假生活中圆梦文化宫，是一件妙不可言的事。

可是，摆在我面前的，依然充满着巨大的挑战，面对一帮年龄10岁左右的小孩子，我们之间的沟通依然存在不小的障碍，我所面面相授的大多数是千禧年后诞生的新一代人，残留着属于90后的叛逆，拥有的是不可侵犯的傲气，关注的是网络上形形色色的游戏角色与时代最新最潮的咨询，被上一代父辈母辈所宠爱着，多以个人为中心，他们涉世未深，他们贪图玩乐，需要更多的疼爱与鼓舞，渴望得到和其他人一样平等的重视，毫无疑问，贪玩是他们的天性，但却是经不起责罚与忽视。

而我正是这些孩子们之间的协调者与帮助者。其实，我很明白自己的任务，我有责任管理好这些孩子，在有限的上课时间将既定的只是教给他们，而小孩子又不像更高一级的中学生大学生一样，有着自觉的学习意识，他们需要在老师的监督下来完成自己的作业。

于是，当文化宫负责人将这帮小孩分给我和另一个老师来管理的时候，我是既感新鲜又觉得挑战很大，加上在此之前，我是毫无工作经验的，并且对于交付的这个班尚且陌生，因此，我只好乖乖地当起了听课老师，首先观察另一名老师的授课模式，并在一点一滴中积累上课的经验，而在这一方面，另一名老师谢老师给了我极大的帮助，为我指出了讲课中的错误，并为我提供了一种鼓励学生积极发言的奖励方式。

这种奖励的方式应该说是一种比较古老的方式，与小时候举手回答问题得到小红花的奖励类似，但是这些都是我没有注意到的，谢老师提供给小朋友的奖励，并不是好于意义的自制小红花，而是苹果图形的手贴纸，并且积累到50个可以换取一个文具盒或者一个优质钢笔。这样的奖励令课堂的分为活跃了不少，小孩子们争先恐后地发言，为达到课堂目的和吸引学生的兴趣起到了推波助澜的作用。

随着实践工作的稳定，渐渐地我也明晰了和谢老师的组合模式。我们的工作是分上下午的。上午从早上8点到10点半，有两节课的时间，我们一起进行了英语基础英标的授课，紧接着，以掩耳盗铃儿响叮当之势，儿童英语的同学们便陆续坐下，点完名签完到，我们就马不停蹄地进行当天儿童英语的教学任务，到了12点半，就是午饭时间。

**大学生暑期社会实践报告总结篇七**

为期x天的社会实践圆满的结束了，期间所发生的一切值得令人好好回味一番。我很庆幸能在放暑假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那么干净的一块小小的手机屏。

如果问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第一件事是什么?我的回答就是工作中要先去掉“学生味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”并不能作为工作中出现错误的借口，别认为犯错是理所当然的，因为此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中的“随意性”决不能带有。从我入职开始的不久，就转入外观。我又有了一个师傅，这是一直到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做什么工作都要有责任。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力并不等于全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不仅仅是个人的利益。”

工作虽然简单甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，也许是在无尘室清过屏的缘故吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶尔会因为我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么?”我不语。我只在心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很认真的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你掌握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的能力不断提高，我师父每天都很开心，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着开心下班。

态度决定一切，在学校部门工作，会很随意，一旦走出校园，如果还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，因为一个公司需要的是有生产力的员工。每天提醒自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书;而已在社会的人都宁愿回学校读书。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。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

这个暑假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。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。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来的第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打暑假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。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。”

四、工作中不断地丰富知识。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，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。”努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的暑假工能学到什么呢?就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体验实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，承担起该有的责任。

这个暑假，见识了很多事，认识了很多人，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

**大学生暑期社会实践报告总结篇八**

社 会 实 践 报 告 姓名： 班级： 院系：

2024年夏天，我的大一暑假，我如愿的参加了学校的暑期社会实践活动。社会实践是大学生思想政治教育的一个重要环节，对于促进大学生了解社会、了解国情、增长才干、奉献社会、培养品格、增强社会责任感具有重要作用。而学校对每年的假期实践都相当的重视，为学生提供了一个良好的平台与机会，并为我们保驾护航，期待着我们能从中得到锻炼，学到在学校里学不到的知识与能力。而我们也正是本着对自己负责对社会热心的态度，积极响应学校的号召参加了这次实践。

我们队的实践课题为许昌推进区土地利用调查。队员共有九人，并有三名指导老师。十几天的调查我们从室内到室外，从城市到农村，吃了很多苦，但更多的是收获。

我们此行，既进入政府机关与相关领导交谈，又深入农村与平常百姓畅谈，不同的地点不同的人我们掌握了与他人沟通的技巧。但无论与谁，最重要的都是礼貌，以我们的真诚与笑容去和他们交流。 同时，我们明白了要想获得相关信息，自己要有清晰的目标与要求，别人方能理解你，帮助你，满足你。

在推进区内的农村走访时，我们更加深刻的感受到“民生”这一词在我们心中的分量，我们明白了国家要千方百计增加农民收入的必要性。我们也体会到了农民经营生计的困难，而我们也大都是从农村来的孩子，更是由此想到了父母的艰辛，有了更大的动力去奋斗，为父母分担家庭责任。

而我，作为这次实践队的队长，这项活动亦给了我更多的责任与挑战，同时，我也从中获得了更多的的能力与认识。从课题选定的一开始到组建好我们的团队再到队员一起为活动奔赴往返，到最终完成我们的成果，一步步一天天，我与它同在，牵挂着它，与它一起成长。我明白了要带领大家去做成一件事，首先自己要成竹在胸，有比较成型完整的想法，并且要有一定的自信，这样队员们才有可能信服你，与你一起完成任务。 同时，沟通，这是一个不容忽视的问题，队员之间相互交流彼此的看法 ，我们要的是一个开放自由的合作氛围 ，大家各抒己见，不时的改善我们的活动 ，使我们的行动向着更有效的方向发展。但在这一点，自己做的就不很好了，没能把男生女生带活跃起来。另外，作为队长，还需要协调好外部与内部的关系 带领队员适应不同的新形势。

虽然在活动进行时，不可预见的辛劳与看不到的成果让我的一些队员退出了，但我看着我的其他队员，他们依然能不惧艰辛，他们和我一样，不甘放弃，这已是责任，背在肩上，我们年轻，我们不怕输。我们倔强的相信我们能坚持到最后，我们能做出一份成果，这就是回报。

在炎炎夏日，我和我的队员们穿着志愿者服装奔走在大街小巷，一起用汗水浇灌青春，用笑容同阳光比灿烂。这是一笔珍贵的财富和一份不可多得的回忆，我们的暑假因为有它而没有虚度，我们的阅历因为有它而更加丰富！

“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。” 只是一名大一学生的我，抱着贴近社会，锻炼自己的愿望，参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，团结合作等等。经过重重考验，我终于成为实践的一员并坚信任何的实践机会都能给我带来课本上无法得到的知识，所以在实践中我多听多学多做，积极按时超量完成任务。

俗语说：“中国教育看江苏，江苏教育看南通。”一句话道出了南通教育的传统优势，尤其在改革开放30年中，南通的教育更是得到了飞速的发展。通过这次实践活动，我们从南通本身拥有的良好的教育资源着手，简析了其发展历程，使我们更深入地了解了南通教育的精神本质。

为了能提高活动的效率，也能更好、更顺利地完成这次社会实践活动，在出发前，队长召集我们讨论了活动的安排情况，同时结合我们自身的特点，分配了各自的任务。于是，我在这次实践中负责平潮地区的调研工作。在调研开始前期，我首先通过浏览政府及学校网站初步了解平潮教育的历史与发展概况，拟定访谈内容与补充问卷问题。然后与其他队员讨论交流各自的实践计划，从而具体充实了自己的调研计划与内容。

一切准备工作就绪，我首先联系了江苏省平潮高级中学的办公室陈炎主任，诚恳地向其说明了我们的调研内容，从而约定了 7月14日进行访谈。在访谈过程中，陈主任耐心地向我介绍了平潮地区教育的历史与发展变化，使我对平潮的教育情况又有了更深入的了解。然后，我走访了平潮地区的村镇，进行了一系列的\'问卷调查，并向部分学生与家长询问了教育方面的问题。最后，我对收集的材料进行整理汇总，并将实践报告与相关重要数据上传给队长，顺利完成实践任务。

通过这次实践，我深刻地认识到平潮地区教育日新月异的发展变化。

改革开放30年来为国家培养了数以万计的各类人才：从劳模到诗人，从到作家，从中央委员到科学博士…..其中在国外有影响的企业家、科学家、工程师、教授和学者都不乏其人。而且平潮中学历年中、高考成绩居全市前茅，有几年高考还取得了全市第一的好成绩，今年高考也取得了可喜的丰收。而如此骄人成绩的背后，不再是依靠单纯的填鸭式教学，一言堂式的个\*\*\*\*威，而是一种互动的教学模式，教学相长的教育理念。学校充分发挥工会、共青团、少先队、学生会等群团组织在教育管理中的作用，特别是加强班主任队伍的建设，积累了较为丰富的管理经验，学校对教师进行严格考核，相继出台了学生测评老师、校长考老师等一系列措施，以形成“优者进，能者上，平者让，庸者下，功者奖，过者罚，劣者出”的充满生机和活力的用人机制从而在管理机制上为教师教学水平的提高创造了条件，良好的基础设施，良好的教学质量和学校管理（考试吧）。

老师是我们的知心朋友，是我们的引路灯，是我们知识的源泉，老师给予学子的，是知识、是温暖、是财富、是信念，教会我们怎样在逆境中不屈不挠、自强不息，她燃烧自已，照亮他人；她奉献自已，造就我们。人的地位再高，成就再大，资格再老，在老师面前，他永远年轻，永远的不成熟，老师——是我们终身的良师益友。而教师待遇的提高，教师社会待遇的提高对于教师的工作水平，与热情的提高有着巨大的作用。加强师资建设，形成攻坚团队，。学校除了通过名师带徒、岗位练兵、嘉奖激励等措施，从内部提高师资质量外，还在全市第一个走进高校选教师，第一个发布广告公开招聘名师，从而打造出一支师德高、师风正、师才优的高素质教师队伍。教师在加强基础，培养能力，发展智力，提高素质上下功夫，在搞好课堂教学的同时，大力开展课外活动，开设选修课程，组织各种兴趣小组，安排了丰富多彩的文体活动，活跃学生身心，定期组织“校园之声”音乐会、运动会、开展各类比赛，为学生全面发展、展示特长、大胆创新提供了广阔天地。全面的素质教育人才才是学校的真正培养目标。

30年中学校教学设施与氛围的改进，多媒体设备的运用，校园绿化的普及等校容校貌的巨大进步也为平潮地区教育蓬勃的发展的提供了强大的动力。在调查走访中，我更深切地获知了一个感动人心的事实。每年，部分生活富裕的人们自发资助一些品学兼优但家庭贫困的学子，为其学习解决了后顾之忧，为祖国人才的输送默默提供了保障。

以上是我的社会实践个人总结。在劳累忙碌的十几天里，我也体会到了实践的快乐，同时也感到了所学知识的不足，在以后的日子里必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在以后的日子里，不可避免的，我还将面对的问题，将承担更大的责任，并在其中更加成熟和真正走入社会。而这次社会实践，就算是我走向社会的第一步吧。

在新中国成立60周年之际，我校秉承弘扬爱国主义精神的宗旨，在学工部领导大力支持下组织了一支暑期赴京实践团。该团队由杭州电子科技大学国旗护卫队仪仗部和后勤部的十一名队员组成，于2024年7月2日晚十一时在杭州城站出发，在北京进行历时五天的社会实践。

本次实践的内容大致安排为：3号下午到达后赶往旅馆中安顿再前往天-安-门进行实地踩点，为明天的观看拍摄做准备。晚上细致地给每个队员分派任务。4号早晨观看升旗仪式，然后参观红色景点以缅怀革命先烈，培养爱国主义情怀。5号早晨参观天-安-门国旗护卫队驻地，进行前期交流。下午观看降旗。6号前往无数学子心目中的天堂——清华北大，与其校国旗护卫队员交流，互相学习，建立爱国护旗的同盟军。7号分两组，一组继续与天-安-门国旗班的交流，瞻仰他们的荣誉室，了解国旗护卫队的光辉历史，学习发扬他们的崇高爱国主义精神和吃苦耐劳的品质，并赠送锦旗留念;另一组拜访前任国旗护卫队队长赵新风，从他了解国旗护卫队的发展史，并接受他的现场动作指导。

几天的实践活动让我感触颇深，每个细节每个点滴都能让我学习到宝贵的经验与知识。其中有两件事最让我难忘。在回家的一段时间里，那一幕幕感人的场面记忆犹新。

时间回到7月5号下午的降旗仪式。天阴沉沉的，广场上人头攒动，空气异常沉闷，压得人喘不过气来。我们穿着单衣依旧让汗水湿透了，不停地擦拭着那即将流入眼中的汗滴。然而站在祖国第一哨上的国旗护卫队队员却身着长袖正装，脚套长筒皮靴如一尊雕塑般纹丝不动地坚守着自己的岗位。那份执着那份责任感深深感动了在场的每一个人，甚至于连老天爷也感动的哭了，顷刻之间下起了瓢泼大雨，而此时降旗仪式开始了。狂暴的风雨吹打着每一个人，此时我们不禁感叹人力的渺小，然而迈着铿锵有力的步伐，整齐划一走来的国旗护卫方阵无所畏惧，仿佛此时正是晴空万里，他们又一次完美地完成了任务。我想这雄伟壮丽的场面就是他们平时背十字，领扎针，顶烈日，扛风雪的魔鬼训练后的结果吧，正所谓一份耕耘一份收获，护卫队的队员们用他们的汗与血赢得了国人的尊敬世人的赞扬。有这样一则故事：曾经有一队外国的科学家代表参观天-安-门时看见了站哨的国旗班战士。当时正值盛夏，酷暑难当，国旗班战士依旧身着长袖。科学家们看着一动不动的战士，在中方代表多次解释后仍坚持说那是雕塑。最后中方代表只能无奈的表示，十分钟后换班时就能见分晓。于是大家等待了十分钟，在换班的那一刻，外国代表惊呆了，那是真人，活生生的战士在敬礼！他们感叹：中国-军人真棒！是的，天-安-门国旗护卫队可以说代表了中国的名族形象，是中华名族的军魂！

另一件事是关于一个人，一个与鲜红的旗帜节下不解之缘，一个为国旗魂牵梦绕，一个见证了国旗班到国旗护卫队的发展，一个将自己的一生奉献给国旗事业，一个可亲可敬的老班长——赵新风老师。我们之所以称他为老师，是因为他在退伍之后毅然开办一家公司，而这家公司和国旗有关，他所服务的项目有“传播先进国旗文化、规范国旗升降仪式、推广标准国旗产品”等。更多的时候，他总是在免费为一些学校社会企事业单位去做国旗教育报告并辅导规范升国旗，进行爱国主义教育。我们大概是上午十点才开始与赵老师的交流。在大院中，赵老师和我们亲切的交谈，从他炯炯有神的双目中我们看到了坚定的信念，从他的有力的动作中我们领略了军人的刚毅。他更像一个和蔼的老师在烈日下指导我们队列动作，改正我们的缺点，然而他没发现汗水已经浸湿了自己洁白的衬衫……走进赵老师的“北京新风旗帜文化传播中心”办公室，在那间面积不大的办公室里，到处都是国旗，在那一片艳红之中，一张身穿军装英姿勃发的军人照片深深吸引了我们每一个人的眼球，很显然那是赵老师。烈日当空，汗水已经湿透了军装，然而更另人震撼的是衣领上竟然插着一根钢针，直接顶在了他的脖子上，在这一刻我才真正明白了什么叫做军魂。由于时间有限，与赵老师的交谈也只能匆匆结束了，然而赵老师对我们国旗护卫队给予了高度的评价并寄予了殷切的希望，希望我们杭电国旗护卫队成为浙江国旗护卫队的先锋，宣扬爱国主义精神，让我们继续他的国旗之梦。

这次社会实践活动虽然艰苦，每个队员平均每天只能睡4个小时而每天需步行十个小时以上，很多时候我们以精神饱满之势展现给他人，而一在地铁公交上就尽显疲态，几乎倒头便能大睡，有时候大伙更是互相搀扶着完成一天的行程，回去后的第一件事就是用水泡长满水泡的双脚，然后在9点多吃晚饭……但是没有人退出，没有人放弃，因为每一天我们都有所收获，都进行着爱国主义精神的洗礼。这些天的交流与学习给了我们太多的震撼，让我们认识到了自身的不足，比如单单一个靠脚动作，清华大学的队员们做的就比我们刚毅，靠脚声更响亮。在队员感情的交流方面，面对北大的同学们，我们只能自愧不如，也许是部门分类的特殊性，很多时候我们会感觉到仪仗队与后勤组之间的隔阂，这些都是我们杭电国旗护卫队需要改进的地方。我们坚信，经过这次北京之行，我们的爱国主义精神会上升到一个更高尚的层次，我们的国旗护卫队将会发展的更加壮大，为争做浙江国旗护卫事业的先锋队做出杰出的贡献。

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