# 2024年大学生暑期实践工作总结(汇总12篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-07-25

*对某一单位、某一部门工作进行全面性总结，既反映工作的概况，取得的成绩，存在的问题、缺点，也要写经验教训和今后如何改进的意见等。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所...*

对某一单位、某一部门工作进行全面性总结，既反映工作的概况，取得的成绩，存在的问题、缺点，也要写经验教训和今后如何改进的意见等。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**大学生暑期实践工作总结篇一**

在学校即将放假前我便一边忙着复习考试，一边忙着找实习单位。不断的面试，不断的碰壁，让我感受到就业的具大压力。终于，经过不断的积累面试经验、不断总结面试时的注意细节，在放假前三天，杭州百世先锋能源投资管理有限公司终于来了实习通知。我于7月1日至8月31日在杭州百世先锋公司进行了为期两个月的实习。

刚进公司，对这个新环境也颇有压力。公司虽然是刚建不久，但是公司的各项制度都非常完善。制度的执行都是很有计划性、规则性。幸运的是同事和领导都非常友善，对我这个新来的实习小妹妹更是照顾有佳。在这里，我学到的并不是专业上的操作技能，而是了解到一个公司的具体操作流程。公司职员的为人、与同事、领导、客户如何交流等无形的知识。公司虽小，但是它所灌输的是人文的、科学的工作态度。因此，在这个工作环境中我学到了象牙塔内无法学到的东西。

着手工作，对于书本上学到的知识和实际操作过程中遇到的异同让我产生了很大的困惑。比如说学校学习的文案写作基本上是侧重于广告文案，篇幅小，比较口语化。而实习中遇到的文案写作并非是我在学校想象的那样。但是，当初唯一的想法就是：既然来到这个公司，不管是正式职员还是实习生我都要尽快融入到这个团队当中。文案写做的内容虽不同，但都是大同小异。仔细琢磨也能很快上手。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，就是要处理好“三个关系”：即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化；暑期实践与平时实践的关系，以暑期实践为主要时间段；社会实践广度与深度的关系，力求实践内容与实践规模同步调进展。

“千里之行，始于足下”，这近一个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

这一段时间我所学到的经验和知识大多来自领导上司的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。“三人行，必有我师”对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师。这次实习，我在社会这个大课堂中学到了前所未学到的知识，受益匪浅！

**大学生暑期实践工作总结篇二**

作为一名电子信息科学与技术专业的学生，经过四年的本科学习，自身已经具备了一定的理论储备，但是在动手能力以及实践经验上还不够强不够丰富，特别需要进行一次实践活动来将自身的理论知识通过实践的方式转化为社会生产力，从而创作出自身的社会价值，这是即将面临毕业，进而走向社会的我们在当前迫切需要认真看待的问题。因此学校之所以组织此次实习，主要目的不单单是让我们掌握更多的专业知识，正是让我们在社会实践中能够学到更多的在学校里学不到的社会技能，而这些技能则正是未来我们在就业问题上能否为家人，为学校，为社会交出一份满意的答卷关键所在。通过此次在民生人寿秦皇岛中心支公司的公司运营网络维护的实习，更深一步的让我巩固了在学校里学习的知识，并可以带领我处理应急事件的能力。在实习中我更多的接触了社会，实践于社会，从而培养了严谨的工作作风、初步的实际工作能力和基础的专业技能，为将来走上工作岗位打下了坚实的基础。

20xx年7月10日至20xx年8月18日

河北省民生人寿秦皇岛中心支公司

公司业务部网络运行管理员

基础设备管理

（1）确保通信传输畅通；

（2）掌握主干设备的配置情况及配置参数变更情况，备份各个设备的配置文件；

（3）对运行关键业务网络的主干设备配备相应的备份设备，并配置为热后备设备；

（4）负责网络布线配线架的管理，确保配线的合理有序；

（5）掌握用户端设备接入网络的情况，以便发现问题时可以迅速定位；

（6）采取技术措施，对网络内经常出现的用户需要经常变更位置和部门的情况进行管理；

（7）掌握与外部网络的连接配置，监督网络通信状况，发现问题后与有关机构及时联系；

（8）实时监控真个局域网的运转和通信流量的情况；

（9）制定、发布网络基础设备使用管理办法并监督执行情况。

操作系统管理

（3）网络管理员应为关键的网络操作系统服务器建立热备份系统，做好防灾准备。

用户服务与管理

（1）用户的开户与撤销；

（2）用户组的设置与管理；

（3）用户可用服务于资源的权限管理和配额管理；

（4）用户计费管理；

（5）包括用户桌面联网计算机的技术支持服务和用户技术培训服务的用户端支持服务。

机房管理

（1）掌握机房数据通信电缆布线情况，在增减时确保布线合理，管理维护方便；

（2）掌握机房设备供电线的安排，在增减设备是注意负载的合理配置；

（3）管理机房内的温度、湿度与通风状况，提供适合的工作环境；

（4）确保网络机房内的各种设备的正常运转；

（5）确保网络机房符合防火安全要求，火警监测机房系统工作正常，灭火措施有效；

（7）保持机房整洁有序，按时记录网络机房运行日志，制定网络机房管理制度并监督执行。

其他

（1）配合其他部门进行部门局域网络建设，提出规划标准；

（2）做到网络中心服务反馈工作，及时通报网络运行信息。

河北省秦皇岛民生人寿中心支公司于20xx年12月开始运营，是民生人寿股份有限公司第一批设立的省级机构。河北民生着力提高保险服务区域覆盖，已在全省11个省区市建有分支机构，拥有近百家县域营销服务部，初步完成了全省网络布局。

河北秦皇岛民生与工商银行、中国银行、邮政储蓄等金融机构和安信、圣源祥等代理公司保持着良好的战略合作关系。

民生人寿保险股份有限公司是经中国保险监督委员会批准成立，国家工商行政管理总局注册登记的中国第一家以民营资本为投资主体的全国性专业人身保险公司。总部设在北京。

民生人寿保险股份有限公司由全国工商联牵头，21家企业发起设立，注册资本为8.3亿元人民币。后经中国保险监督管理委员会批准，吸收新加坡亚洲联合控股有限公司参股，现有股东22家，公司实收资本金为8.73亿元人民币。公司的主要股东有：万向集团恭喜、中国泛海控股有限公司、中国有色金属建设股份有限公司、山西海鑫钢铁集团有限公司等。

秦皇岛民生中心支公司拥有民生人寿在河北省成立的众多支公司中的网络运营中心，其内部拥有多台国内交换量的交换机，可同时交换全省各个分公司的营业信息，客户资料以及账单保存等业务，因此其网络的正常运行将影响着全省公司的正常营业，因此在网络维护人员的管理上最为严格，要求每位网络管理人员必须业务熟练，全部网络管理人员15人，全权负责网络运营中心的日常检修与维护排险工作。

网络管理这项工作是没有预期性的，有时候网络故障或者电脑问题接二连三的同时出现，十分忙碌，有的时候又相对清闲，所以要求我们必须安排到可预知的事情。由于我是实习生得身份，工作量并不是很大，主要是网站信息的更新和一些设备的维护。计算机硬件方面的问题基本稳定，但是网络拓扑方便比较复杂，也是一直让我头疼的问题，公司局域网内的线路不是很稳定，造成这些情况的主要原因是网络设备、局域网内线路老化，网络拓扑不是十分明确，为排除故障造成很麻烦。

**大学生暑期实践工作总结篇三**

在暑假没来临之前我已经计划好了这次特别的暑假生活，因为这是我进入大学一年来第一个暑假，应该要过十分充实而且有意义才对。因此我参加了xx大学的xx学院中美学生暑期夏令营的志愿者活动，在这次暑期社会实践活动中我收获到了许多在学校里学习不到的知识，也锻炼了自我，加强了与不同人甚至是与外国朋友的交流能力。

我参加的暑期社会实践活动是由xx大学和xx学院联合举办的中美学生交流活动，从20xx年x月xx日至x月x日，历时五个星期。期间我的主要工作和实践活动内容是与美国学生一同学习、一同生活，为美国学生介绍中国博大精深的传统文化，相互交流中美之间不同的风俗习惯。

这次特别的社会实践活动，从x月xx日开始，我作为中方的志愿者入住师大对外交流中心宾馆，与我同屋的美国学生是x大学的。我们会在接下来的五周里一起读书一起生活。

与其它中外学生交流活动不同的是，上午中方学生会在全外教的课堂里提高自身的英语，这对身为英语专业的学生的我是个很好锻炼英语的机会，同时美方学生则学习中文课程，中午一同午饭过后，中美学生便会围坐在一起互相交流，这不仅让我对美国的文化和情况有更多的了解，而且由于中美学生的年龄相仿大家都会很多共同的话题，在其中也体会到了许多不一样的乐趣。

下午安排的活动是对中国传统文化的学习，中国的太极拳、武术、书法、国画、剪纸、京剧、孔雀舞让中美学生都乐在其中，更有意思的是，中美学生还一起动手体验包水饺，制作中国结，观\*电影，教唱中国歌等等能体现中国传统文化的活动。

作为一名志愿者，我就应该负责为美国学生讲解中国文化和西方文化之间的不同，有时这让我这名英语为专业的学生也感到为难，许多中国特有的习俗是很难用英语对美方学生叙述的，于是便会到处查资料来提升自己各方面的英语能力，虽然会感到辛苦，可却又是乐在其中。

中美学生在xx大一起共住的两个星期里，除了一道学习，我们还安排了许多的外出参观游览的活动：

能代表上海的历史文化和当代艺术气息的上海博物馆、上海工艺美术馆和上海当代美术馆，让我们遨游在古代和现代的艺术长廊中。

此外我们还一起登东方明珠在上海最高处眺望，参观上海旧社会的历史陈列馆，体验了上海世博会的上海城市规划展览馆，以及代表先进技术的上海科技馆，身临其境感受北京奥运会的北京文化之旅和体验江南特有的小桥流水寻常百姓人家的南浔之旅。无论是哪一段参观或者是游览之处，都无不让我与美国学生有了进一步的交流和了解。

接下来额两个星期则是美方学生入住中方学生家的，在这个两个礼拜里，我和我的相处的特别的愉快，我们平时一块学习生活，周末则和父母一起外出游玩参观其他有特色的景点。

最后一个礼拜也是最忙的一个，结束了四个礼拜的学习和生活，中美学生要一同策划一台文艺汇报演出，大家积极参加，演出不仅吸引了中方学生的家长更是吸引了双方学校的领导前来观摩，演出也大获成功。演出过后，美国学生就要回芝加哥，在唱响最后一首《朋友》后，中美学生相互拥抱，甚至落下了难舍的泪水。

俗话说天下无不散之筵席，在这个短短的五个礼拜中，我不仅学习到了如何独立的生活，如何与不同的人相处，也学习到了美国学生那种勇敢又充满活力和求知欲的精神，或许这就是我们所说的美国精神吧，同样我作为中国学生的代表同样让美国学生感受到中国\"有朋自远方来，不亦乐乎\"的中国精神。

这是一次值得我一生记忆的社会实践活动，活动结束到现在我还是和美国学生和中方学生的保持着联络和交流，他们让我感受到什么才是真正的\"爱，无国界\"。在这次活动中，由于我表现突出，主办学校还特颁发证书以资鼓励，更重要的是在这个看似普通的暑假我收获一份与众不同的人生财富！

**大学生暑期实践工作总结篇四**

暑假如期而至。这个暑假是我大学生活的第一个暑假，时间很长。俗话说，要想丰富大学生活，就必须在学习的同时积极参加社会实践活动。这不仅可以增加我的社会经验，赚一些钱，而且对我的人际交往也有很大的帮助。个人认为也可以为自己以后踏入社会打下坚实的基础，让自己立于不败之地。因此，我决定利用暑假这个好机会来实践和体验真正的社会生活。于是，我来到家附近的一家印刷厂工作，进行社会实践。

刚开始去的车间主要负责公司的设计排版。虽然后来去了其他车间学习，但我觉得在这个地方更有价值。他们设计的其实是一些产品的尺寸、形状、颜色，比如塑料标签、塑料制品，有时甚至是产品的大概成本和收益。

但是考虑到我是学经济的，对印刷专业知识一窍不通，如果想先学设计，可能因为时间的关系做不到，担心设计上的一些问题。要明白，对于印刷公司来说，如果设计错了，其他的就都完了，所以我的第一份工作就是专注于排版。一般的工作流程是客户把自己的产品简介和一些图片发给我们部门，然后排版人员根据客户的要求认真排版。这种排版和报纸排版还是有很大区别的。至少每一期报纸在版面上会有突出的主题和主流思想，而这些塑料制品只是突出了广告价值。但这些包裹的文字和图片比报纸的篇幅要少，可见审核文字和图片的重要性。即使客户对发送的作品满意，我们仍然需要检查和修改作品，以使打印的产品更加美观和准确。刚来做这份工作的时候，可以想象问题会比别人多。虽然我的学历比别人高，但我可以向别人学习。但是没什么。万事开头难。不知道怎么简单的处理图片。保持积极的态度，我在排版工人的帮助下学习，帮助接受客户的文字和图片内容，检查文字和图片内容。这里的文字简短，格式统一，占用空间少，选图一定要有一定的广告效果。在这里工作学习的时候，别人会去做，我努力了以后也会去做。时间长了，经过一段时间的练习和练习，积累了一点点排版技巧，慢慢就会知道如何解决和处理这些问题了。我相信我会有自己的一套原则和做法。想想排版太容易了，当然只是从劳动强度上来说比生产车间的人强。8月份刚到，公司好像多了点生产任务，就去生产车间帮忙。这是一个塑料包装产品的车间。经过这一段时间在车间的培训，印刷工艺的制作过程，各种塑料包装产品的制作过程，看到了很多只能在书本上听到的机械物件，认识了很多新朋友。这三个地方是我最大的收获。当然，辛苦是必然的，工作量大是正常的，污染是必然的。

其实我不怕辛苦。我知道在这个社会赚钱不容易。我真正关心的是能不能和同事上级打交道，这将是我们以后必须面对的现实问题之一，也是我们以后要处理的比较重要的人际关系之一。在这里历练，潮汕人多一点，确实好对付，毕竟周围都可以算是自己人。在现实生活中，可以体现在一些细节上，比如一上班就能带着温暖的笑容和其他同事打招呼；偶尔无聊的时候可以聊聊天，聊聊天；有空可以一起散步，听潮剧，喝功夫茶，这是很常见的举动，会有很好的影响。当然，不可能每个人都相处得很好。有同事不太懂。看来我们的做法是抢他们的饭碗，在某些方面提出不同意见，但这些人还是少数。毕竟都是为公司打工，都是为了赚钱，为了理想而奋斗，所以我也不怎么在意。方正，我在这里的时间不是很长，他们的做法也不够过分。只要我能处理好大多数人的关系，我就满足了。

通过这个实践，我知道了各种塑料包装产品在印刷过程中的排版过程、制作过程和生产过程，看到了很多只有书本上才能听到的机械物体。虽然时间不是很长，但还是要面对很多实际问题，主要是生产方面，对印刷专业知识一无所知。可想而知，问题会比别人多。但是没什么。万事开头难。不知道那些普通塑料袋怎么弄的。但是我在这里边工作边学习，别人会做，我努力了才会做。时间长了，我会慢慢知道如何解决和处理这些问题，我相信我会有自己的一套原则和做法。我坚信，只要我有积极的心态，尽力去做，有恒心和毅力，什么事情都做不好。

来了一个多月，心态端正，品德高尚，对这里的工作比较重视，表现也不错。没有迟到，没有旷工，没有早退，没有与人相处，没有冲突，没有争吵，努力保持一个大学生该给的好印象。其实有时候这个时候也是我最怕的时候。一开始，我充满了信心，但渐渐地，我觉得我要失去信心了。其实在学校的时候是最好的时候。你可以上课，看书，上网，不用担心经济来源，因为你总是把父母的钱想当然。现在通过自己这几天的亲身经历，接触到了最基础、最平凡、最努力的岗位，让自己体会到赚钱的艰辛和为人父母的感动的艰辛。

每当提到这家印刷公司的实践经验，我总是感触良多，知道的深，受的教育也多。在大学短暂的时间里，认真学习专业知识，掌握一些实用的专业技能，为不久的将来走向社会做准备。在未来，无论你在什么样的岗位，只要你努力，总会获得成功和收获。

今天是我们练习的第一天。我们都充满激情，相信实际任务能够顺利完成。

我们的司机碰巧住在我们要去的村子里。在车上，我们初步了解了一些当地的灌溉条件。

到达目的地后，我们的指导员xx首先带领我们观察稻田的排水沟和田埂。通过观察，我们发现几乎都是漫灌模式。排水沟很浅，有一个土底。郝先生介绍了丘陵地区水田灌溉排水的原理，指出土质底部排水沟易坍塌，浪费水多，易堵塞。离开水田后，我们开始采访村里的农民。

采访的重点是排灌。通过对农民的采访，我们了解了当地灌溉的概况。这个村主要种植水稻、油菜和小麦，其中包括粳稻和杂交水稻。灌溉水来自池塘和水库。这个地区有十几个池塘和水库。灌溉取水法是将池塘或水库中的水抽到水渠中，再通过水渠引至各家各户的田地。这种灌溉操作简单，用工少，但缺点是耗水量大，浪费水多。而且灌溉时间没有统一性，所以浪费的水就更大了。试想一下，当一个家庭需要灌溉的时候，他们就举起一个水泵（2.5~4寸）放入池塘抽水。水沿着土渠一直流到家里。虽然沿途经过很多农田，但这个时候家庭可能还没有灌溉，或者已经灌溉完毕，所以水只会为这个家庭而流。每次运河里的水流，都会渗透蒸发，被浪费掉。而且排水沟很浅，有利于灌溉，但目前下大雨排水会很困难。一方面不会有田地减产，另一方面田里的化肥农药也会流入秦淮河，造成环境污染。

好客的农民请我们吃饭，带我们去了xx水库。我们在水库附近发现了很多菜地。主要农作物是空心菜，也有少量红薯。据老师说，空心菜只在水多的地方使用，因为它消耗大量的水。这里的灌溉，简单来说就是直接在蓄水池里用水进行人工灌溉。

我们找到了水库管理员程爷爷，还有他的好帮手大灰狼狗熊。他带我们逛了逛水库，直到我们走开才知道。原来xx水库这么大，水面面积70多亩，走了近两个小时。他告诉我们，他在xx村发展经济作物的时候，也养过花，也试过喷灌，但是因为技术经济问题失败了。喷灌既省力又精准，但初期投入成本和电费都很高，只能用于经济作物的种植。

下午2点，在程爷爷的帮助下，我们来到xx社区村委会，胡副主任向我们详细介绍了xx社区的情况。常住群体27个，面积9.01平方公里，1231户，人口3013人，其中男性1468人，女性1545人，劳动者1723人，流动人口112人（不含xx软件基地人口）。

小区内有50多个山丘和斜坡，属于丘陵地区。地势北高南低，西高东低，平均海拔45米。一座大坝从凤坡坟水库溢洪道向东南延伸至夏回社区唐尼组，长约2.5公里。

整个小区耕地面积6824亩，其中水田3763亩，旱地3061亩，山林5000亩。这里水源困难，极易受干旱影响，农业生产水平低。1958年东山公社在枫坡坟建了一座水库，新淹的从张家电站到坦塘电站再到戴腰塘电站，再从戴腰塘电站到邓嘉水库再到石马(村)xx水库，在xx和高塘建了长塘水库、王家塘水库和耿佳水库，在枫坡坟水库建了两套泵站，基本解决了缺水问题，保证了干旱年份的丰收。

农业结构也发生了很大的调整，不再种植水稻、油菜、小麦等作物，而是调整为种苗、花卉、大棚蔬菜、生猪养殖、集约化鱼塘、茶叶种植，居民通过多渠道、多渠道创造了经济收入来源。

他还谈到了这种灌溉方法的一些缺陷。由于水源在较高的地方，输水过程中浪费水严重，会对土壤造成一定的损害，如边坡。此外，河道中的一些蛇和虾在钻孔时对河道造成了不可避免的难以发现的创伤。在严重的情况下，河道会坍塌，造成大量的水资源浪费。而且这种灌水方式速度不是很好。当发生严重干旱时，秦淮河的水需要7-10天才能引入农田，这通常需要时间。对把握最佳灌溉期影响很大。最好的发展方向是个体承包耕地，实行统一管理，大面积灌溉，达到省时、省力、省钱的效果。就灌溉而言，强调统一，可以大大减少水的浪费。

然后我们来到了xx最大的水库——峰峰坟水库。

阴天似乎有江南的味道。美丽的高唐水库里印着江南风味的天空，是江南最和谐的风景。灰色的鸭子，悠闲地在悠闲的水面上荡来荡去，轻轻地画着悠闲的波浪；悠闲的海浪推着悠闲的小鸭子，在江南温柔的美中轻轻荡漾。在水库里，我们看到了一个古老的三闸水闸，很传统。这里是水库的出水口，往下是水泥渠，通畅，流向下面的农田。顺流而下，我们看到农民在地里干活。

我们从这次xx社区之旅中获益匪浅。在知识方面，我们从当地农民那里学到了很多关于灌溉、排水、运河建设、水闸泵等方面的知识。而且，我们知道，虽然有些农民不懂技术术语，但他们对灌溉有很多研究，是真正的土壤专家。感情上，我们真的体会到了当地农民的好客。我们不仅放弃了工作亲自为我们带路，还为我们讲解了灌溉和水库的知识。中午，我们为自己做了美味的农家饭。我们真的很感激！

第一天的练习就这样结束了。精神上的满足完全掩盖了身体上的疲惫。大家都很兴奋，对以后的练习充满了期待和信心！

**大学生暑期实践工作总结篇五**

上完最后一天班的晚上，我坐在哥哥的车子里，内心久久不能平静。其实这个社会远远没有我们想象的单纯好混。\"遍地都是机会\"这句话只是某些人说给自己听的安慰。我们自己必须通过自己的实践，真正的了解到什么样的人才能真正的适应这个社会，成为人们口中的\"人才\"。

记得刚开始那会儿，我不清楚这次暑假该怎样度过。按照往年的状况，我的选择就是乖乖地当个\"宅女\"。但是如今，我应该去尝试进入社会，了解社会。去通过暑期社会实践来真正的检验自己是否有成为社会一员的基本能力。所以，我选择了去xx有限公司。因为我哥是这家公司的总经理，所以他给我安排了一个相对轻松的工作，让我初步体会一下进入社会应该具备哪些基本的素质。

我怀着忐忑不安而又好奇的心情，进入了我哥所在的公司。哥给我安排了一个座位。我平时的工作就是帮忙接接电话，复印资料，整理文件等。这看似简单轻松的工作，其实里面也有一些让人感触的瞬间，而这些是我在学校里面所感受不到的。而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作。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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力。因而无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力。

有时，我会坐在座位上想，我怎样才能成为一个能说会道，善于交际的人呢？这是个从小一直缠着我的问题。我口笨，不懂得该如何去表达自己的意思，也不知道如何把对话持续下去，因而时常会导致谈话冷场。然而，在这次实践当中，我懂得了一些谈话技巧，也提高了一些人际交往的能力。我会注意听同事们聊天，会用心感受他们的兴趣爱好。在交谈中，我会保持笑容，目光注视着与之交谈的人，并觉察别人与你交谈时心情细微的变化。而且有一点，我们不要随便打断别人说话，因为这是对别人的不礼貌。就这样，我在一点一点的改变着自己，我希望将来有一天我也也能成为职场达人。我相信只要我为人处事都不错，与同事相处恰当，我就会事半功倍。当同事们给我提出宝贵意见时，我要耐心听取，虚心求教，努力做一个既能说会道有谦逊的人。

当然，这次的实践也不是一帆风顺。有些时候，我做错了事情，上司会严厉地怒斥我。这时，我承认自己的内心会很难受，也会觉得很委屈。但是，这时唯一能做的，就是找到自己出错的原因，给自己一个记性，记住不要再次犯类似的错误。毕竟，你现在还是一个职场新人，有些行业里面的规则，你还不是很清楚。但是，错了就必须承认，并努力改正过来。如果，确确实实你并没有做错什么，你必须坚持自己的原则，禁止别人越过自己做人的底线。我们要学会以一个平常心看待自己职场上的得与失，有时为了贪恋自己的得，往往会失去更多。笑对生活中的一切挫折，这样我们才能把自己变得更有魄力。

在这次暑期社会实践中，我懂得了度的重要性，我们任何时候都不能越过度这条线。我所谓的度，是指学识，对待工作的态度，对待同事，以及对待上司的态度，还有个人价值观的逐步养成。对待知识，我们得要有一个谦虚的态度，不能过度骄傲，也不能缺乏自信，该出手时就出手；对待同事及上司有着我们应时刻注意的度，是指上文我所说的一些内容；对待自己，要逐步树立好自己正确的价值观，做最好的自己。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中我收益颇丰。社会实践拉近了我与社会的距离，也使我在社会实践中开拓了视野，增长了才干。为我将来步入职场打下了一个坚实的基础，让我有信心能够真正成为一个职场达人。我感谢这次暑期实践，让我具备了一些公司职员应具备的最基本的素质。在社会这片广阔的天地里，我们尽情翱翔吧！不管刮风还是下雨，我们依旧向前！

**大学生暑期实践工作总结篇六**

短短的三下乡暑期社会实践活动起于20××年7月13日，截止于20××年7月21日。

在这次三下乡活动中，我的主要任务是：教三年级两个班的跆拳道课、辅助手工课、负责一个文艺汇演的节目。

跆拳道课完成左、右战式，上中下格挡和前踢三个教学内容。

在手工课中帮忙解答学生提问，维持课堂秩序，并完成一套环保服装。

作为文艺汇演节目的负责人，主要的工作是在七天内教会六个四年级学生打太极一章并能够在台上跟着背景音乐演出。刚开始排练节目时，由于报名的学生过多，每天教新的动作后需要很长的时间去纠正和复习，导致排练跟不上进度。后来在师姐的建议下挑几个学得好的学生进行继续排练才解决了问题。最后在表演节目时，除了背景音乐出了一点小问题外，六个小学生都开心并成功的完成了演出。

除了完成主要任务，在空闲时间我也会去旁听别的老师的上课。

在和小学生一起上课的过程中，我发现他们中的大部分人很愿意回答老师的问题。特别是碰到自己有能力回答的知识，他们就会信心满满的大声回答，并且会把注意力瞬间集中起来。如果这时候老师再来一句表扬，他们会显得更加的开心。其实，孩子们的心思不多，别人的一句表扬或批评都能让他们去琢磨。受到表扬了，他们就会觉得这是对的：受到批评了，他们也会知道这是不应该做的。当然，得出一件事情是对的还是错的都是结果，我们更应该教他们判断的方法，而这会潜移默化的影响他们价值观的形成。好孩子都是夸出来的，给学生的表扬会增加他们的自信，会鼓励他们做得更好。

在我看来，三下乡实践活动的举办是非常有意义的，它不仅给小学生们带去了新思想、新事物，丰富了他们的暑期生活，也给当了这么多年学生的我们一个反转角色的机会，即使我不是师范生，但也让我明白到了教育工作者的艰辛，还有团队协作对于一个活动的成功举办有多么的重要。

大学生暑期医院社会实践报告

大学生暑期金工社会实践报告

暑期大学生社会实践自我鉴定

医院大学生暑期社会实践报告

大学生暑期社会实践报告【热门】

暑期大学生支教社会实践报告总结

大学生暑期社会实践活动简报

大学生暑期社会实践证明

**大学生暑期实践工作总结篇七**

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。

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。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

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。

**大学生暑期实践工作总结篇八**

这是我进入大学后的第一次暑假，两个月，在家里帮着干活一个月后，我觉得一个暑假应该过着更有意义些，于是就联系到了一个亲戚家的公司，在那里做事，算是打工吧，打工时间了一个星期。这次实践虽然比较累，但是觉得收获良多。

公司不一定就得很大，豪华宽敞的的公司不一定盈利。

到了xx公司，让我吃惊，我原想这个实践的地方在怎么着也是个公司，一定很大很宽敞。可是事实总是给\"惊喜\"。所谓的公司很小啊，一个小仓库，再加一个门面就成了公司。我一时的失望表情写在脸上，可能是被亲戚看出来了，于是乎亲戚就和我讲了一些公司的事情和对我的分工。通过交谈得知：这个公司虽小，但是公司的运营状况还是很乐观的，营收也不错。在附近每年都有几个大公司，场地也很大的公司倒闭或缩水营业范围。公司重要的要有客户和市场，盈利较好的公司不一定就得是\"大场面\"。

工作时态度很是重要，尤其是面对客户交流时。

自己的打工时的职务是\"配送管理员\"，实际上就是搬运工了，工作辛苦，很累，这也是一直个人生难得的经历。将货物送到客户那里，这生意还不一定成交了，如果客户不满意还是会退货的，有时候遇到一些好的客户还好，但是遇到不太客气的且比较挑剔的客户，那话就比较难听了，这时候如果我们公司人员态度不好的话，那这生意和业务就明显泡汤了。在这一方面我就比较欠缺了，有时候真的不应该意气用事，那是不成熟的表现。

知识就是财富，没有文化知识只得是做体力劳动类的工作。

因为公司是家里亲戚人开的，本来想安排一些轻巧的工作给我，但是一问我有什么专长时，发现我并没有什么一技之长除了对电脑比较熟一点之外，但是电脑办公早有人员。所以我只能是去跑配送了，还是个助手。这个公司产品的技术人员的工资明显就比我们配送管理员高多了。

公司办公的团队精神和意识很是重要，很少工作是一个人独立完成的。

每一个工作的.完成都得按流程走，每一个步骤都重要。要做的好的话，每一个步骤都不得有差错，业务的成功归功于团队的努力和通力协作。个人能力高的很快就能成为管理人员，但是员工的个性化应该服务与公司的整体方向。如果公司上下因为一个出色是人才而搞的\"军心涣散\"，上下不齐的话，那么这个出色人才会因为没有服从于团队而离开。在实践中我终于明白平日里老师教育的\"团队意识\"的重要性。

一个良好的习惯对工作必不可少。

虽然实践\"打工\"的时间只有仅仅的七天，但7天足以让我谨记一个良好的习惯是多么的重要。公司不比自己的家中，可以随时想进就进，任何时间随便上岗。公司是有自己的制度的，正所谓无矩不成方圆。一向爱睡懒觉的我上班实践的第一天就迟到了，还是赶着到（尽管住处与公司相差不远），当天就挨批了。看样子自己真的要改改自己晚睡晚起的坏习惯，尽力早睡早起。当好习惯成自然时，就不会起不来了。

实践是检验真理的唯一标准。这个道理是马克思主义课上时常教导的，但是自己还真没有当回事，通过这次社会实践，我深有体会。感觉到自身存在的巨大不足，和现在就业要求的巨大差距。我一定牢记这次打工实践的宝贵经历，在今后的学习中，针对自己的不足，对症下药，力争成为建设社会主义的\"四有\"新人。

**大学生暑期实践工作总结篇九**

假期到了，对于常年离家在外的莘莘学子来说，我们很多同学可能会选择快速离校回家。但是回到家里，我们又会感到无所事事，在电脑或者电视机前面一坐就是一整天，假期就这样一晃而过了。这个暑假我报名参加了我校和贞丰县政府共同举办的社会实践活动。

20xx年7月10日至7月23日，我们数学系31名同学在我系团总支书记王虎老师和我系优秀教师陆美老师的带领下，到贞丰县北盘江镇进行了14天的社会实践活动。此次社会实践活动是我大学期间参加的所有社会实践活动中规模最大、教育性最强、意义最深厚的一次社会实践活动，也有可能是我大学期间参加的最后一个社会实践活动，虽然很苦、很累，但是我从没后悔过。这次社会实践活动给我的大学生活增添了辉煌的一笔，让我发现了自身许多不足之处，对我今后的发展起到了重要作用。

作为现当代的大学生，我们更多的时间仅仅停留在大学校园这一学习平台，对于学校这外的环境我们仅仅是从老师、同学或者网络上了解到一部分，这些远远是不够的，根本不能满足当今社会发展的需求。要想成为一名高素质的大学生，想尽快成为社会主义现代化建设的有用人才，就要求我们绝不能只埋头于书海之中，必须把自己所学到的书本知识到社会中去实践，此次社会实践正是起到了这样一个积极作用。

此次社会实践，我们深入农村、走进农家、贴近农户，让我们真实了解到了我国西南部少数民族聚居地区广大劳动人民的生活情况。文化程度普遍偏低，早婚早育问题，经济作物单一等等一系列社会问题依然是我国西部少数民族地区存在的常见问题，虽然这些年来党和政府出了相应的政策，但是在基层真正落实依然是政府工作的一个难点。通过和当地政府工作人员的沟通交流最终还是要归结到教育这一核心问题上来。\"百年大计，教育为先\"，只有提高了广大村民的思想意识，就能让他们真正了解到我国一些相关政策的实质内涵，就能解决存在的这些问题。

要加强农村孩子的受教育程度，就要求政府加大对农村教育的人力、财力的投入，我们很多年轻毕业生都不愿意到农村去，只有政府加强了对农村教育的优惠政策，正确引导我们年轻教师到农村去，把更多先进的思想，正能量带到农村去。此次社会实践，我们的同学看到了农村存在的这些问题，让我们重新认识了自己，对自己以后的人生有了更清楚的认识和定位，在接下来的学习和生活中调整和完善自己的知识结构和人生规划，把自己的青春奉献更那些更需要我们的人，给自己的人生增添辉煌的一笔。

和北盘江镇工作人员一起工作的那么几天，让我真正体会到了基础政府工作的开展难度。我们很多同学毕业了都想参加公务员的考试，但是有些同学一听到考起了要从基层干起就放弃了这样的机会，我想说的是，正是基层这快热土培养锻炼了我们一批批年轻的优秀干部。他们很多干部是我们的师兄师姐，比我们大不了几岁，他们的经验正是我们所需要学习的。通过和他们的沟通交流增强了我们同学的历史责任感和使命感，树立了同学们正确的世界观、人生观和价值观，对我们同学树立新的人生目标起到了积极地促进作用。

在此次的社会实践过程中，32度的骄阳也比不过同学们炽热的内心，同学们爬坡下坎、走村串巷的采集信息，锻炼了同学们的意志和吃苦耐劳精神。晚上大家在一起讨论交流，更是让同学们发现了自己的短处也不足，虚心听取其他同学的建议，学习积累其他同学好的工作方式、方法，在以后的工作中扬长避短，不断完善自己。

这次社会实践给我印象最深刻的那就是团队精神，在北盘江镇的民情调查我们采取\"小组分工，整体合作\"的工作方式。虽然我们被分成了12个小组开展各自的村和社区的调查工作，但是同学们并没有抱着只完成自己分到的任务的心态去工作，各小组都很努力的完成自己组的工作，然后自觉的去帮助其他组的同学开展工作，在我们原定的工作时间安排上提前三天完成了工作，这只是团队的力量。

虽然在工作当中，我们部分同学之间也发生了一些小小的矛盾，但是大家都明白自己的身份和工作性质，没有把任何个人的感情问题带到工作中去，在最短的时间内解决了一切矛盾，最后圆满的完成了上级下达的任务，得到了北盘江政府的一致好评。观察、解决身边发生的这此问题，我们去经历、我们去思考，从别人的身上我们同样可以看到自己存在的问题，我们是否就有被人的能力那么快就就解决了这些问题，这培养了同学们解决问题的能力，为我们以后踏入社会和别人相处积累了一定的经验。

此次社会实践活动是学校一次新的跨越性尝试，把我校广大学生的成长和广大农村有机的集合起来，架起了大方基础政府和我校学生之间的又一座桥梁，既体现了党和政府对农民群从的关心，又提高了我校青年学生们的历史责任感和使命感，锻炼了同学们的意志和毅力，提升了同学们适应社会的能力，是一件真正\"双赢\"的惠民、惠生活动。

**大学生暑期实践工作总结篇十**

值此建党94周年及抗日战争胜利70周年之际，第四期“民族旗舰”班实践团队重走革命老区，缅怀先烈。7月17日至23日，实践团队在百色市田东县开展社会实践活动，通过参观红色景点、调查走访的方式，探访红色印记，感受革命情怀，学习革命先烈的伟大精神。

实践队首先来到粤东会馆，这里是土地革命战争时期邓小平、张云逸、韦拔群等同志领导和发动百色起义总指挥部所在地，是进行会议部署的重要场所。在这里，队员们参观了重要的历史文物，学习爱国主义和革命教育精神，从而更加坚定了大家弘扬百色起义精神，争做“三严三实”好干部的信心。在参观过程中，团队成员们对游客进行了简单的采访，并在他们身上了解到一些关于红色革命方面的信息。有一位游客说，他从小就很喜欢历史，他认为作为中国人，每一个人都应该牢记历史，牢记先辈们洒下的热血。而有的游客对于红色革命并不了解，他们只是简单地参观，也没有通过其他渠道深入了解革命，红色革命意识比较淡薄。团队成员杨帆说：“我认为红色革命精神应深植于每个人心中，无论身份无论职业，都应对革命成果心怀感恩。”

次日，实践团队来到百色起义纪念公园，经过十多分钟的阶梯攀爬之后，来到了纪念碑前，并进行宣誓，整齐的声音表现了旗舰班团队成员的激情与斗志。在这里，实践队还通过调查问卷的形式了解红色文化。

19日，旗舰班实践队到百色市华宇安老院了解老人家的生活状况，并与他们谈国事聊家常，同时与革命老兵谈谈抗战那些事儿。实践队成员一大早就来到安老院，见到了曾参加过抗日战争、百色起义等战争的革命老兵，老人家如今已有90岁，行动不便，但他的思路却很清晰，他说：“那个年代条件特别辛苦，打仗很累，但是我们都没有放弃，后来我们还是取得胜利了。”说起战争，老人家眼角泛起泪花，往事历历在目。实践队的队员们听后也感触颇多，队员陀蕙僡说：“老爷爷的话很朴实，我们要珍惜来之不易的幸福生活，铭记那些为了祖国统一和平付出生命和青春的英雄们。”

此外，旗舰班实践队还参观了清风楼、灵洲会馆、百色起义纪念馆。团队还沿着革命老路，来到田东县的百谷红军村，帮助村民干农活，并拜访了现年98岁的老红军李著尧老人和红军后人韦瑞清，了解百谷红军村的革命事迹。

实践队队长曹璐说：“通过这次寻访红色印迹的活动，我们收获了很多，也更加明白了作为接班人的责任有多重大，相信我们会更加努力学习，锻炼自己，成为更加优秀的人!”

**大学生暑期实践工作总结篇十一**

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。

在餐厅里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟—下午2点再从下午的4点—晚上8：30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，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。

而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！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。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，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。我们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，才能比一部人具有更高的起点，才有更多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，3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。

**大学生暑期实践工作总结篇十二**

两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

整个七八月份的时间我都在打工，这次选择的工作地点是在新华书店，因为大多数学生都喜欢看书，所以选择做书的暑期促销工作。八月份这个时候，面临孩子们的开学，每个家这样都希望自己的孩子开学能领先别人一步，所以书店就成为一个重要的场所。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作应该会很轻松。可是不然，上班之后，不久要按书店员工的上班时间，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每天坐公交车还是有点辛苦。去年我在家乐福超市给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较轻松的，只用负责自己份内的工作就好了，可是在书店里，每个不同板块的员工不仅要负责本职工作，每天还要帮助负责本课其他的书籍或区域。例如给在文具区域的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每天的工作不仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。刚开始的时候，我对帮助其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个卖书工作，其他的工作不应该我负责。可是工作几天之后，我也明白了这些好像都是书店里面的规矩，作为员工不仅要负责自己的区域，同时还要为书店其他部门工作。现在的书店其实也是在节约成本。所以这些我每天都已经习惯了，忙忙碌碌的，也很充实。

书店里每天都会碰到各种各样的顾客，偶尔也会碰到外国的朋友，这个时候正好是练习自己英语口语的机会。大多数时候还是一些家长呆着孩子来买开学的学习用具，这样的场合，可以培养自己的沟通能力，和自己的表达能力，这些都是在学校里学不到的，是靠自己在社会上的积累得来的。现在的我们赚钱不是主要的，作为学生，应该一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自己找工作，实践社会的资本。在新华书店里面工作，我还是看到了书店里面管理上存在的一些问题，虽然我学的并不是工商管理。例如有些书籍需要放在花车上，今天看到同事很辛苦的把书籍一个个摆好，明天领导来了，又让把书籍摆放在其他的位置。这样的事情经常发生，很浪费时间和人力，我觉得这些就应该尽早安排好，不要等到都做好了又否定。我还碰到了一件事情，就是一件书籍的价格在不同的时间打折差了太多。工作的一位同事在今年六月份的时候买了一款全新的拉杆书包，特价59元，因为当时可能是还剩了很少的货，所以价格很便宜。八月份的时候，厂家又来了很多同款的书包，这款书包的原价是199元，现在促销价是148元。同一商品59元和148元之间真的差了很多，六月份的时候买书包的顾客很少，难道是因为现在要开学了，买书包的顾客每天都有很多，所以这价格就相差了这么多？现在的顾客都觉得大型超市里面的东西比较公道，有一次我遇到一个厂家，从她的口中我得知了一款书包超市的进价是105元左右，现在销售给顾客的价格是150元左右，一款书包书店的利润就将近五十元左右，利润相当于进价的二分之一，所以书店每天的利润应该是很大的。八月二十五，短暂的实践生活就这样结束了，除了收获，还有很多值得我思考的问题……主要体会：

这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。工作的时候要学会全力以付，不要太计较自己付出多少，尽量做到多做事，做有用的事情。自己努力的工作，旁人也会看到。不管怎样，重要的是工作的成效和业绩，这才是领导看重的。

不管做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样,往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。我的思考：

社会实践能让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的能力和表达能力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自己的奋斗目标。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以上就是我的暑假的经历和感受，虽然不是那么的轰轰烈烈，也不是平淡无味，但至少它是充实的，给我或多或少的带来的对于人生感受，和一定的影响吧！

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