# 最新大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字(10篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-06-18

*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。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就...*

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。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇一**

1.实践目的及意义

（1）大学生寒假社会实践是促进大学生素质发展，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是大学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、协作精神、实践能力和社会交往能力的重要途径。参与大学生社会实践是社会及学校对受教育者素质提高的高度重视，对于培养德智体等全面发展的社会主义事业的建设者和接班人具有极其重要的意义。

（2）组织大学生以深入社会实际，了解社会生活，参与社会实践锻炼为主要内容，以参观访问、社会调查、社会服务、社会公益劳动、专业生产实践为主要形式的社会实践活动，是进行素质教育的有效途径，具有课堂教学所不可替代的教育作用。大学生社会实践是坚定信念的“催化剂”：它对于帮助大学生确立正确的政治方向，树立科学的世界观人生观和价值观，形成良好的道德品质起着重要的导向作用。课堂教学中传授的知识，能否转化为学生觉悟，外化为学生行为，关键是让学生深入实际，在社会实践中去比较、去检验，并强烈地感受到“内化”与“外化”的必要性。

（3）社会实践是培养兴趣、发挥特长的“平台”，培养学生的正当的爱好和志趣，丰富发展学生的个性特长的一个积极能动的过程，结合社会热点，广泛接触社会同时社会实践也是学生能力的“培育场”。学生充分运用所学知识观察、分析、解决实际问题的能力。

（1）作为一名大学生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇，在这第一个大学寒假期间，我希望能与以往有所不同，为此我积极响应这次的社会实践活动。这是一种磨练，感谢学校为我们提供了一个社会实践的平台。在此次实践过程中，我收获了不少。

（2）在社会上要善于与别人沟通经过一段时间的实践工作，我认识和接触了很多人，如何与别人沟通好，这门技术是需要长时间的练习的。人在社会中融入社会这个团体中，人与人之间合力做事，使其做事的过程中更加融洽。别人给的意见，我们要听取，耐心，虚心的接受。

（3）在社会实践中以及以后的工作总要有自信自信不是麻木的自夸，二是对自己能力的一种肯定，要克服自己胆怯的心态，正如某名人所说“勇气通往天堂，胆怯通往地狱”。

（4）在工作中要不断地丰富自己，知识犹如人体血液。

当然在此次实践过程中，我也发现了一些自身存在的问题：交际能力欠缺，缺乏社会经验。这些我都会逐一突破，取长补短，总结经验。

时间飞快，从指缝间溜过，不知不觉我在xx市xx生活用品厂已经实践了长达x天的时间。在这漫长而又短暂的x天中，我度过了属于我自己的记忆的经历。从起初的战战兢兢，懵懂不知，到现在的对自己充满信心和憧憬，我觉得我已经跨越了一道看似很深的鸿沟，克服了这个障碍，我个人觉得这是我在这x天的实践过程中的收获和突破。

在这几天之中，我不仅下过车间，和工作人员们打成一片，帮助他们做些力所能及的事情，加快他们工作的进度，虽然很苦很累，到了第二天手臂很酸很累，但是我觉得这没什么，我们不应该自恃是大学生，认为那些话苦活累活就不应该去触碰，这种思想应该及早杜绝。我还帮助经理公布产品信息，认真核对产品详细介绍，初步了解了公司在网上的运行情况，对公司的运作流程有了认知。我觉得新时期的人才不仅能吃苦耐劳，不怕苦不怕累，更能要充分运用自己所学的知识，运用到实际问题中解决面前的问题。

虽然在这漫长的摸索过程中，有好多次碰壁，偶尔会感到灰心觉得自己胜任不了，想打退堂鼓，但是阳光总在风雨后，我坚信付出总是有回报的，秉持着这个信念，我坚持了。遇到问题首先自己分析，再寻找解决的方法；遇到不是很明白的地方会细心的咨询其他工作人员；学会了如何处理人与人之间的关系，善于调解，同时善于安慰自己。

我深刻体会到了开展大学生社会实践活动的内涵和必要性，它不仅组织大学生以深入社会实际，了解社会生活，参与社会实践锻炼为主要内容而且对于帮助大学生确立正确的政治方向，树立科学的世界观人生观和价值观，形成良好的道德品质起着重要的导向作用。总之一句话“实践出真知”，只有实践了体会了努力了付出了受挫了你才感觉到“柳暗花明又一村”，有种拨开云雾见青天的豁然开朗的体会。在与经理和外商沟通洽谈的过程中，我体会到了运用自己专用知识的好处，同时又感到了自己能力缺乏的隐患，这更加深了我要努力学习，学以致用的信念。

我以“善用专业知识增加社会经验提高实践能力丰富寒假生活”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。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇二**

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800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇三**

实践人：xxx大学 食品学院 食品质量与安全专业 xx级2班 xxx

实践时间：xx年2月10日—2月14日

实践目的: 第一，丰富假期生活;第二，锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获;第三，了解基层劳动人民的工作情况，体会劳动人民工作的不容易。

时光荏苒，我的大学生活进入第二个寒假。由于我家在农村，父亲母亲为了供我和弟弟上学也更加劳累，这次回家看到他们因劳累而困倦的面容，我真的感觉到浑身的不舒服。当代大学生在大学校园里的自在生活是以父母多大的劳累为代价的?如果我们不去坐到父母的岗位上工作，当代大学生们恐怕永远都无法亲身体验到他们的辛苦。而父亲正好在我们的1个乡镇企业——临邑气体厂工作，于是我便想到去他那里“实习”几天。父亲也非常赞同我的想法，于是我便得到了1个锻炼自己的能力和实现自身价值的机会;我的寒假生活一定将更加丰富多彩，随之投入了进去。通过这次工作我学会了许多，体味了许多，思考了许多……

父亲所在的厂子名字叫临邑气体厂，其实主要是为周边一些企业提供乙炔气和氧气等。父亲的工作主要是向气瓶中灌气，把装满气的气瓶搬到车上，有时还要用车向外送气。初到之时，我认为这个工作也没什么，无非就是一些简单劳动嘛。可随后我就发现事情远没想象那么简单，正所谓“ 没有实践，就没有发言权”，真的插手干起来就没那么容易了。首先是向气瓶中输气，看着工人们很熟练的将卡子一拨，气就呲呲的跑到气瓶中了。可等我自己上手后却发现没有力气这个活儿是干不了的，卡子拨过去的位置还要丝毫不差，看来父亲他们干了很长时间才有了这种熟练程度。还有就是往车上运气瓶，也是有技巧的，由于瓶子很高，要抓住瓶口，用瓶底滚着挪动才行。一开始我把握不好重心，走起来前仰后合，既费力又危险。第一天下来，不仅浑身酸痛，还受了老板不少批评，觉得很气馁。不过好在父亲的同事们认真的向我讲解工作中的一些基本要点，我也很快适应了这个工作。后来虽然工作效率远远比工人们低，但干起来也算是得心应手，逐渐上了路……

在我的这次“打工”生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

工作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。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。

做苦工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是做苦工生活的全部吧。我不知道多少做苦工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的做苦工生活是我人生中迈向社会的重要1步，是值得回忆的。现在想来，五天的实践生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。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。社会实践虽然只有短短的几天但是在这段时间里，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，更能认识到父母为我们付出之多，更让我坚定了好好学习来报答他们的信念。这些经验是1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，不要简单地把暑期做苦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。

在这次假期的工作中，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。这次的做苦工是1个开始，也是1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。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇四**

20xx寒假刚刚开始，我就去珠海谭鱼头开始了我的假期兼职打工的生活，许多大学生也利用这个寒假，感受社会、锻炼能力，赚自己的“第一桶金”。

\"您好，欢迎光临！这是我的工作用语\"其它我还知道在珠海的家电卖场，珠海大学三年级的学生小傅一边熟练地打开洗衣机的盖子，一边耐心地给顾客介绍洗衣机的功能和操作程序。

在拱北一家手机专卖店门前，一位年轻的男歌手在临时搭建的台子上卖力地唱歌曲，还有许多女学生在台上随着音乐跳舞，10余名身穿带有名牌手机标志的工作人员，向过往行人散发着促销单，据一位销售人员介绍，台上演唱的男歌手，伴舞人员全部是珠海各高校的学生。

记者从珠海各部分高校了解到，目前大学生假期打工的以促销为主，但也有不少大学生从事演艺活动等\"高级职业\"，哈尔滨师范大学学生工部的徐老师说，早在半个月前，不少商家招聘促销员的海报就出现在学校的海报栏里，促销产品主要是化妆品，食品，电器及数码产品等。与往年不同的是，一些具有舞蹈，形体基础功的女大学生格外受宠，成为商家街头表演，礼仪活动的人选。

据了解，谋求兼职的主要是大学一二年级的学生，许多第一次兼职打工的学生，并不计较报酬的多少，而是看重工作所能积累的社会经验。据某中介公司的工作人员介绍，现在市场上兼职的报酬大同小异，一般市场调查问卷每份10元至30元，促销每小时8元至10元，派发礼品每小时10元至15元，电话访问每小时8元至10元。10天里大学生可以得到100元至200元的报酬。就读于珠海工业大学的李丹说，兼职要面对陌生人、新环境，可以让他们学习如何更快地融入社会，还可以找到上进的闯劲，激励自己自强不息。

寒假的一个多月就这样匆匆结束了，第一次的社会实践，让整日呆在象牙塔中的我，尝到了社会生活的现实和不易。或许，这样真切的体会，才是我最宝贵的收获吧。

20xx年2月19日，我从珠海回到家里，和妈妈谈了我在珠海打工的体验与心得。妈妈从我的谈话中得到的启示就是：“女儿，你确实长大了，懂事了。”春节期间，一想到别人都在家里团聚，自己难免会觉得委屈，但路是自己选择的，除了坚持以外我别无选择。虽然没能学到很多东西但能坚持了下来我觉得自己就是最棒的。

第一天穿上工作服你别看还真有些员工的样，经理让我当传菜的兼传单的，也就是把菜从后厨端到前厅指定的桌位就可以了，如果前厅有客人点菜，然后再把菜单带到后厨，想想是再简单不过的事情了。。

一天的工作基本就是这样的：早上9点半到营业厅（吧台点到），然后打扫卫生，开一个全体员工会，10点半吃早饭，然后中途没休息一直要上到晚上10点钟左右，打扫完卫生才能下班。我们就夹在后厨和前厅之间，也是后厨师傅与前厅的桥梁。渐渐地我步入了正轨，也慢慢的适应了我的本职工作，可时间过得很快，34天的实践工作即将结束，临走之前经理告诉我们：“社会是一个大舞台，我们这里只是他的一个角落，还有很多东西在你们大学里是学习不到的，有机会去其他的地方锻炼一下，会对你们有很多的帮助，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习的时候，选用假期时间参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会。放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识。赚钱不是主要目地，作为一个学生能赚多少钱呢？毕业以后有的是机会，也希望你们尝到我们店里来玩。当然，你们还得以学习为主，大学里你们学习的东西很多，不要错过了锻炼的机会哦！祝你们学业有成！ ”

这就是我假期的兼职打工生活，一个充实而有意义的假期。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇五**

为期30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。为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作情况，而这并不纯粹是为了完成任务，更重要的是，这是为了自己而写的一次找寻内心声音的伟大体验。

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、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。

这个寒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：

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。

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。

开始放假的时候，知道要打寒假工时，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。”

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，小小的寒假工能学到什么呢？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。

这个寒假，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。

大学生寒假社会实践报告范文（三）

实践目的；第一，勤工俭学；第二，丰富假期生活；第三，锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获。

时光如流水，总在不经意间静静地流逝。不知不觉在大学又度过了半年，迎来了我上大学的第二个寒假。同学们都迫不及待地准备着回家，我理所当然也想要回家和父母亲人团聚。不过作为一名大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会；同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

因此，我决定与父母商量，准备找一份工作来锻炼一下自己，终于在假期即将开始时，我找到了一份家教的工作。这是我大学假期的第一份社会实践工作。得到了一个锻炼自己的能力和实现自身价值的机会；我的寒假生活更加丰富多彩。通过家教工作让我学会了许多，体味了许多，思考了许多……

一我的学生叫xx，是xx中的一名学生。第一次到他家做客，他的母亲热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从她儿子的性格爱好谈到他的学习情况。我第一次全面了解我的学生时，是通过与他交谈篮球开始的，因为我们都比较喜欢篮球，从对方喜欢的事物谈起才能引起他的好感，才能更容易地了解对方。在交谈中，我了解到以下情况：他有很强的求知心，人很聪明，有些顽皮。但是最近一段时间来懒于学习，贪于玩乐。由于上述诸多原因，他的成绩很不尽如人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入理想大学，靠自己创造美好的未来。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

在交谈中，我可以感受到父母心中那种望子成龙的殷切期望，感受到父母对儿子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了儿子的未来；我被父母对子女的这种情义深深打动了，真是可怜天下父母心啊！我也同时感到肩上的担子很重。对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个“挑战”。

二家教的第一天我发现他在学习上很随意，对自己要求不严格。我开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。俗话说，“态度决定一切嘛！”第二天，我给他讲了我以前同学的经历，有正面的也有反面的，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观。每天下午工作两个多小时，中间有一段休息的时间。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大。这也是可以理解的。冰冻三尺非一日之寒，九层之台，是需要起于垒土的。

三由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。上午我还有一部分时间用来给自己“充电”。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。有时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，他却置之不理，。好在我很有耐心。每当他走神时，我都会提醒他，耐着性子给他讲下去。他做题时，喜欢看着干想，而懒于动手。听课时，也只是“洗耳恭听”，从未做笔记。这正是他学习懒惰的体现。我清楚地知道：他有时会给我带来“沉重”的打击。记得有一次，我给他讲解了，他听课时，显得有些吃力。

我讲完后，问他是否还有疑问。他点头表示全听懂了。过了两天，为了检验复习的效果我感觉自己仿佛从九霄云殿一下子跌进了无底深渊。这是我家教过程中遇到的最大的挫折。事后，我不断地反思：是自己的原因，还是他的原因？不管怎样，有一点很清楚：他根本没听懂，或者没有深刻理解。面对懒惰成性的他，我显得“束手无策”。学习成绩的好坏，往往取决于学习习惯的好坏。懒惰是学习的“大敌”。，只得不时地督促他，鞭策他，使他逐渐变得勤快起来。

四转眼他就要开学了，我也结束了家教生活。他的学习态度比以前端正了许多，学习也知道勤奋努力了，他的父母很感激我这段时间对他的帮助。家教生活让我想到了很多东西，得到了很多感触，城市家庭一般生活很优裕，孩子生长在如此的环境里，个别甚至不会去吃苦。上学放学有人接送，提出的种种要求都会得到满足，甚至连自己的房间都会有人整理打扫。生活如此安逸，就很容易养成懒惰的习惯。真是“生于忧患，死于安乐”啊！因此，从小培养孩子的吃苦能力很有必要。毕竟，吃苦耐劳，艰苦朴素可是咱中华民族的优良传统！以上就是我的收获和体会。这几十天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，身体力行，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识；还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会我想会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇六**

系部名称：xxx系专业：xx

班级：xx姓名：xx学号：xx

实践单位：xx茶餐厅

实践时间：xx年1月25日至xx年2月15日

为了拓展自身知识面，扩大与社会的接触面，增强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够真正真正地走入社会，更快地适应社会形式的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理问题，同时也可以打发这空虚无聊的漫长寒假，让寒假充满意义。

我的工作是在茶餐厅当一名服务员，负责上菜。工作总共有两个班，分为早晚班和中班。所谓早晚班就是早上9点上班，中午12：30下班，然后下午5：30上班，晚上11：00下班;而中班就是早上10点上班，晚上7：30下班。每天工作八小时，午饭和晚饭都在餐厅吃，吃饭时间为半小时。每天早上我们都要打扫，我们每个班有八个人，每个人都有各自负责的工作，而我的打扫任务就是负责擦餐厅里所有的桌子。晚班结束时依旧如此。

刚开始，我是抱着试试看的态度去找工作的。反正在家闲着也是闲着。正好看到一家茶餐厅要找人，我就去报名了。

首先，那老板让我填了一张表，(就是介绍自己的)。然后，他询问了我一些问题。得知我是大学生来做假期工的，他很是欢迎。他说他就喜欢招一些假期学生工，因为学生的素质高，同时，也可以锻炼一下学生自我。我听了很是兴奋，心中也暗自佩服那位老板。

果然，过了两天我就接到电话，说让我第二天九点去报到。我听了非常激动，这是我的第一份工作，不管做什么，我都下定决心要做好。

第二天，我提前去了。同样，我也看到很多和我一样来报名。我很奇怪，因为她们中的大多数都和我一样是学生，也有几个是刚毕业的。我的心里不禁暗自高兴。

由于茶餐厅是刚装修好，还没正式开业，所以店经理就先让我们帮忙打扫，互相认识，自我介绍一下，同时也熟悉熟悉环境，没半天，我们大伙就打成一片了。毕竟都是同龄人，能聊的话题也很多。第二天，经理给我们每人发了两套工作服，以及工号牌，拿到工作服那一刻，我们所有人都很兴奋，都在期待着开业。

终于，第三天，在一片炮竹声中，茶餐厅开业了。那天，我是第二个班，而第一个班的人已早早站在门口当起了迎宾小姐。我有些紧张，推开大门，我换上制服，开始了我第一天的工作。

不过没多久，我就觉得脚很酸，想休息，但我们并不允许，也不可以在客人面前乱动，要维护好自己的形象及餐厅的形象。好不容易到了中午，可以吃饭了，不知为什么，平日里那并不怎么好吃的菜那天突然那么可口，(也许是站太久饿坏了吧。)下午，我和一个同事一起当起了迎宾小姐。每当有客人进来时，我们都要点头并微笑着说“欢迎光临。”当客人用完餐离开时，我们也要微笑着说“谢谢光临。”

不知不觉，第一天的工作结束了。我似乎还沉浸在这兴奋中，但晚上回到家，脚好酸好痛，都不能平伸，夜里疼得睡不着觉。不过热情而年轻的我没有丝毫感到累，我倒觉得这是一种激励，明白了人生，甘无聊生活，接触了社会，了解了未来。

在餐厅里虽然我是以传菜为主的，但我不时还要做一些工作以外的事情，又是要做一些清洁工作，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，你必须自觉地去做好，而且要尽自己的努力做到最好。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。

所以，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，也要学习别人怎样做人，以提高自己的能力。

记得老师曾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。

在这短期的假期实践里，有一件事令我印象深刻：发传单。由于我们的餐厅是刚开业的，所以没多少人听说，生意也没有多红火。于是，店经理决定让我们员工去发传单，宣传我们店。

我非常高兴的接受了这份工作，但事情并不如我想像的那么顺利。我那么热情的向路人介绍我们茶餐厅，发传单给她们，很多人并不理踩你，压根儿连看都不看一眼就把传单给扔了。结果是我们给扫马路的清洁工带来了很大困扰。我们前面发，有些人后面扔。我当时就很气，心想她们怎么一点儿也不尊重别人的劳动成果呀。但渐渐地我也习惯了，这就是社会。多数人都在为了自己而活，别人并不可能花那么多心思去关心或替你考虑......

不知不觉，半个多月的假期实践结束了。说也奇怪，平日里那么多的怨言都变成了离别时的不舍。在这里，我学到了许多学校里学不到的东西，也认识了不少朋友。总之，这次假期实践非常有益。

以前总是乱花钱，但当真正工作后才发现钱挣得不容易，所以，当领到工资时，我并没有舍得花，而是好好的保存。同时，也学会了尊重与感恩，还有淡定。

短短20天的社会实践结束了。我从中学到了很多。

一、要学会做人。首先，人要有诚信，要遵守信用，既然答应了就应该做到。

二、要学会忍耐，要沉着冷静的思考问题。不要遇到问题就不知所措。

三、要记住，在上半时一定要遵守纪律，不能在客人面前随便说话，要给客人留下一个好印象。最最重要的是要记住，客人永远是上帝，不论客人有什么不好的行为，都不要当面指责;客人提出的意见要虚心接受。四，要勤奋，做好自己分内的工作，不要因为工作量大就想偷懒。看到哪里脏了，要自觉地去扫干净，不要等到领班去催你，打扫时不能马虎。

同时，我也学会了勤俭节约。第一次挣钱时才感觉到了钱的来之不易。懂得了节约，不乱消费。

当然，在这里，我也交了不少朋友，她们给了我很大帮助，更让我学会了珍惜。我想这次的假期实践会让我终身受益。

在这次实践中，有一点我感受很深。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问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有的时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上就学的这么吃力?

或许老师是正确的，虽然大学生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。

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，社会实践毕不可少。

毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做事。只懂得纸上谈兵是远远不够的，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，不愿在学校读书;而已在社会的人都宁愿会学校读书。我们上学，学习的是先进的科学知识，为的都是将来走进社会。

所以，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服务员2

我很庆幸在这个寒假中进行了为期一个月的社会实践。接受我的单位是武汉市江岸区新马路小湖南酒楼，我任职服务员。在这一次实践中，我终于体会到了生活中的苦与乐、痛与累。同时，我也学会了很多以前不懂的东西。

在刚去的头三天里，我真的是不想干这份工作。但是我心中有一个念头就是不管怎样，既然已经找到了工作，还不如踏踏实实地干下去，好好做事，人生总得有第一次嘛!最后我还是坚持下来了。过了一个星期之后，我就开始慢慢地学会了如何倒茶，如何点菜，嘴巴也开始会说些客套话了。

慢慢地我开始能接受这份工作。在这个月里，小湖南的员工们由开始的冷眼变成了热情和宽容。我真的感谢他们，使他们让我知道了生活的苦与累，是他们给了我这一次锻炼的机会。我虽然能顺利地完成了这次社会实践，但我还是有很多地方感到不满意。比如说，客人问服务员哪一种菜是用什么做成的，其中又放了什么配料，我总是一头雾水地乱说一通，有时候有的客人总是很为难服务员。通常地，给客人倒茶是我们的职责，但是当我们倒茶时，他偏要喝白开水，作为服务员的我们必须以客人为主。

在去的第一周里，酒店里因没有经理管，那些老员工总是欺负我们这些新员工，因为刚刚去什么都不懂啊。然后，也只能老老实实地去学着做。最后来了个刘经理，刘经理对我们新员工还是蛮体谅的，总是很有耐心地叫我们怎么做，每一个细节、所要说的每一句话，都慢慢地教了我，每天早上他都要我们所有员工记一遍小湖南的标语：“嘴里甜一点，脑筋活一点，行动快一点，效率高一点，做事多一点，理由少一点，度量大一点，脾气小一点，说话轻一点，微笑露一点。”再次便教我作为一名合格的服务员要必须记住五声原则：第一看到客人进门要有迎声;第二客人叫喊要有应声;第三服务不周要有歉声;第四客人帮自己的忙要有谢声;第五客人出门要有送声。同时，在厨师们给我们菜谱培训时，我也非常认真地记了下来了。现在，那本菜谱我基本上能背的下来了。

再回首，只觉得刚去的时候，自己像个傻瓜一样，笨手笨脚的，不是把客人的口杯给弄倒就是撞到客人，不是不小心把打火机弄到客人的菜中，就是把客人的菜弄倒。然而，通过一个月的实践和刘经理教导，我真的有了很大的成就感，因为我真的看到了我一直在进步着。我真的很感谢小湖南里的所有员工们，是他们一步一步地教会了我，是他们一句一句地提醒了我，是他们一手一脚地把我扶过来的……这期间我也受过不少的委屈，流下了无数次心酸的泪。可是，我还是不停地鼓励自己，这一点痛又算得了什么呢?只要自己学会了东西，有过了一次、两次的经验就行了。但是当他们指责我，责骂我时，尤其是在刚刚去的前一周里我不能容忍的就顶了几句，后来慢慢地熟练了，跟他们的关系就慢慢地越来越好了。但是，慢慢地我也适应了那种生活，没有他们的责骂，我犯的错就会越来越多。然而，作为一名服务员，不受苦受累，不受委屈是假的服务员，我认为这种苦与累就是给我一次锻炼的机会吧!

我在慢慢的学习的过程中有过苦与累，委屈与耐性是避免不了的。而现在，我终于明白了，当时他们所说的苦与累是多么的苦多么的累，苦的连走路都差点就要跌倒了，晚上连睡觉都睡不着了，在抱怨着…….每天晚上我都在想着我的选择是对的还是错的。今天受到的委屈，明天受到的指责，让我无可奈何，心里想着到什么时候这种生活才能结束啊，我何时才能摆脱掉呢?最后，我还是坚持到底了。在这一个月里，我终于学会了宽容大量，对人要讲礼貌，做事要迅速手脚从笨拙变得灵巧了。

我在此衷心的感谢小湖南给了我这一次机会。同时，我也意识到以前老师所说的“吃得苦中苦，方为人上人”之意了。感谢小湖南的所有员工对我的支持与帮助，指责与教导，我真的很感动。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇七**

今年寒假我来到了清华同方售后服务部实习，因为家里的电脑出现故障却不知道怎么处理，只能等专业人士来解决问题，本身我就对电脑很感兴趣，经朋友介绍就来到这里实习。

短短1个月的工作过程使我受益匪浅。不仅计算机专业知识增长了，最主要是懂得了如何更好的为人处事。当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题，就要不断提高思想认识，完善自我。师傅说作为一名it从业者，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会创新求变，以适应社会的需要。如果是在单位，那就更需要掌握全面的计算机知识，因为小到计算机的组装维修，大到服务器的维护与测试，都需要一个人独立完成。可以说，近1个月的工作使我成长了不少，从中有不少感悟，下面就是我的一点心得：

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去服务部实习，心里不可避免的有些疑惑：不知道师傅怎么样，应该去怎么做啊，要去干些什么等等!踏进公司的办公室，只见几个陌生的脸孔用莫名而疑惑的眼神看着我。我微笑着和他们打招呼，尴尬的局面立刻得到了缓解，大家多很友善的微笑欢迎我的到来。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：“师傅早”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和师傅们打成一片，很好的跟他们交流沟通学习，我想，应该是我的真诚，换得了老师的信任。他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到网络中心，老师并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟老师建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。通过沟通了解，师傅我有(！)了大体的了解，一边有针对性的教我一些计算机知识，一边根据我的兴趣给予我更多的指导与帮助，例如我对网络布线，电脑硬件安装，系统、网络或硬件故障排除，工作原理应用等方面比较感兴趣，师傅就让我和他一起完成电脑故障排除工作。在这次的工作中，我真正学到了计算机教科书上所没有的知识，拥有了实践经验，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。在一些具体的工作当中也是这样的：记得刚来公司实习的时候老板安排我学习安装暑假我在保定\"新世纪汽车集团\"进行社会实践，在新世纪短短一个月的维修使我对维修站的整车销售、备件供应、售后服务、维修技术以及信息反馈等有了一定的了解认识和深刻体会，大学生汽车售后服务社会实践报告。现在我以一个实践生的了解和认识来介绍一下汽车\"4s\"店的优势与弊端。在新世纪汽贸我做汽车维修工作。维修的车辆基本为哈飞路宝、哈飞赛马、昌河北斗星、秦川福莱尔以及起亚千里马等车型。维修项目基本为更换机油等一些保养项目以及一些小型的维修项目。八小时的工作虽然是三点一线的机械工作，可是我却学会了很多，至少是在学校里学不到的实实在在的\"实战经验\"，同时也认识到了其中的利与弊。虽然汽车售后服务市场发展迅速，但仍存在许多问题，我认为其中弊端主要为以下几点：1.服务观点淡薄是比较普遍的问题。各种类型的专卖店，大部分建立不久，考虑汽车销售多，为用户服务少，队伍还没有经过严格的训练和教育,素质较差，缺乏全心全意为用户服务的思想，尚未建立起规范的服务制度和办法。对汽车故障的排除和维护保养质量重视不够，新加入汽车服务市场的广大后来者，他们参加服务贸易大多是以营利为目的，更缺乏服务意识。2.进入维修市场的维修配件商，多数是看中这个行业旺盛的前景，抱着赚钱的目的来的重在扩大经营规模和销售数量，而不重视售后服务和产品质量。在价格方面低进、高出，导致假冒伪劣产品严重。3.汽车维修零部件的制造出现一哄而上的情况。在工业发达的地区发展了大量汽车维修配件制造厂。生产能力发展很快，产品质量很差，成了许多假冒产品的来源，虽然缓解了维修配件短缺的矛盾，但却影响了汽车维修的质量。4.各种各样的保养厂、快修店很不规范，其中不少是配件销售的兼营者,不仅高价出售配件，在维修保养方面也敲竹杠。5.维修成本较高，用户负担较重。由于逐渐采取换件修理和修理费用随意提高，增加了用户的负担，甚至有些专卖店更换的零件由易损件发展到一些总成件，如有些著名品牌的汽车居然更换转向横直拉杆以类的总成件,更增加了用户的负担，这在实行品牌战略的今天是不应该的.汽车保险和购车信贷等金融方面也存在着一些问题。主要是制度不健全,做法不规范造成的，有待进一步改善。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇八**

自从步入大学，就业问题总是围绕在我们的身边。而社会实践就提供给我们了一个就业的平台。社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。

这是我上大学以来的第三个寒假，一年到头，忙于学业，在外奔波，理所当然要回家和父母亲人团聚。不过身为当代大学生，总不该“日出三竿而起，日落西山而息”地无所作为。况且也是大三学生，社会实践已经不是一次新奇的探险，根据前几次的经历。放假的第二天就去应聘了。

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。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。

我先从传菜干起的，在我的印象中，传菜不外乎是把菜交到服务员手里就啥事没有了，但实际上我想错啦，酒店里的传菜员工作很多，当点完名后，就要把前一天的酒瓶都收起来放到洗刷间等人来卖掉，不能小看这活，当你面对成山的瓶子时就有感触啦。然后去给大厅打热水以供客人喝，两个人抬八十多斤的水桶，起初还不习惯，胳膊酸得抬不起来，慢慢适应了才缓过劲来。接下来就是最脏的活了——打扫厕所。由于下水道管子细，又难找人疏通（清扫工过年下班）。就只有我们拿塞子哼哧哼哧的干啦，好几次都想呕了，真不容易啊！当这些活干完，我已是气喘吁吁了，这时候心理开始不平衡来，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，可现在只能干这些零活。

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，而这些在学校里是学不到的。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。

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。

经过社会实践的磨练，我会更有自信，会更加的成熟。我相信，这对我以后的\'学习，生活和工作都将起到重要的影响作用。

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇九**

结束了最后的考试，我们也终于进入了寒假的悠闲时光！但在进入了大学之后，我们的生活已经有了非常多的自由时间，为了能不继续在这个寒假中白白的浪费这段宝贵的时光。我也利用这次的假期积极在家附近寻找了一份兼职工作——超市收银员！

虽说看起来中算是一份简单的工作，但对于第一次进行这种社会工作的而言，却是一场丰富的体会！现将自身在社会实践中的体会和经历报告如下：

利用假期时间体验生活，充分体会社会以及工作中的环境，增加自身的社会经验与各方面的能力。此外，这也是对今后实习阶段的一种预先准备，让自身能加深对社会的了解，做好正式投身社会工作的准备。

起初，因为缺乏社会的经验，我对这次的寒假做了很多的打算和考虑，甚至认为自己作为大学生，应付更加困难的工作也不会有丝毫的问题。但在真正的走出校门之后，我才明白自己将社会看的太过简单了！

在这次的社会实践中，我经历了很多的失败和拒绝，有一部分，是我自身能力的不符合，但更多的却都来自一句话“有经验者优先”。是啊，大家都希望工作的人能有一定的社会经验！这不仅能省下很多的麻烦，也可以得到更多的效益。在这段经历中，我深刻感受到了社会中的“优胜劣汰”。

但所谓“是金子总有发光的时候”，为了能更好的打磨自己，我最终决定了在超市收银员这个基础的岗位来锻炼自己。

尽管是非常基础的工作，但收银员的任务也并非简简单单就能完成。在这份工作中，我尤其担心在工作中算错数字！作为收银，将价格算高了会被顾客投诉，算低了，中间的差额就要我自己掏包填补，所以必须保证一丝不差的做好自己的工作！在这样的压力下，我也不禁更加严谨的对待自己的工作。虽然一开始的时候效率确实慢了一些，但好在慢慢熟悉在之后，我也能做到又准又快，较好的完成了自己收银的职责。

当然，作为收银员也不仅仅只是会算账就能行了，在工作中我也经常会遇到因为各种事情而抱怨的顾客，这时候，我们必须做好服务工作，和顾客沟通清楚。这样的经历不仅增加了我的服务能力，也大大加强了我的交流能力。

如今，短暂的寒假实践结束了，在这次的经历中，我不仅提升了自身的社会经验，还锻炼了自己的思想、耐性，并加强了人际沟通的能力。这真的是一场很丰富的收获。相信现在今后的人生中，这些能力也会给我带来更多的帮助和成长！

**大学生寒假社会实践报告800字 大学生寒假社会实践报告1000字篇十**

万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了在超市的工作之后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的。一个小小的超市的经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

为了拓展自身的知识面，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真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着有经验者优先，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，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真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。在家人的建议和介绍之下我来到了离我家不远的华联商厦做为期不到1个月的收银员。正是考虑到我所学的专业是会计，所以我想超市收银员这个职业能让我更好的了解这个专业，并且还能锻炼一下自己的能力，所以我刚到超市的时候满怀信心的对自己说一定要做好自己的本分工作。

第一天上班我就很早就去了，希望能给同事领导留个好印象，没想到刚到超市就看见工作人员都已经到得差不多了，他们在忙的搬运货物，清单。超市里还有几个顾客在买菜，看来我来晚了。惶恐之时，一个看上去50岁左右的中年女性走过来对我说：我是你的带头班长，你以后有什么不懂得可以问我也可以问其他同事，你的上班时间是今天上午7点11点和晚上7点9点，明天是下午11点6点。依此类推。有关超市所有的规章制度都在这张纸上，你有空就看看，我还有其他事要忙，你的柜台在2号。然后她就递给我一张纸就匆忙离开了。整个过程我说的最多的一个字就是喔。

走到自己的收银台旁，反正现在超市没几个顾客，不如就先看看这超市的服务宗旨吧。大体要求就是：礼貌用语，工作态度。这些都和学校里的尊重师长，学习态度差不多。我最关心的就是关于员工换班的说明。要求也很多也很苛刻。

一、换班申请人必须事先与对班人商定

二、必须提前一天报请领班同意，否则按旷工处理。

三、全超市当天换班不许超过二人，特别是收银员不许二人同时换班，一天只能一人。

四、换班、还班不许两人同时用餐，只能轮流。

五、每人每月不得超过三次申请换班，如超过，当月全勤奖取消。

人人最关心的就是罚款条例：

1、违反超市规章：员工起罚20元，领班40。

2、私自乘电梯，罚款5元、货梯10元、迟到早退10元、穿拖鞋10元、不带工作牌10元、不穿工作服10元

3、收银员擅自离岗罚款30元。

4、员工在一起大声说话、接电话、发短信、上班时间买东西各罚10元。

终于看到收银员的规章制度了，要求11点。我就列出重点。

1、上班必须普通话，礼仪站姿标准，不准串岗，闲谈、嬉笑，打闹，吃零食。

2、上机前首先检查各项工具，备件是否齐全，收银机及其附属设备不可随意拆卸，如有需要请主管处理。

3、收银过程必须注意礼貌用语，不得以任何理由与顾客发生争执。应自觉主动为顾客服务，遇到问题先自己解决。

4、收银员不得以任何理由拒绝给顾客结账，推给其他机台（除机子出现故障）。

5、上班时不准私自盘点营业额，如违反罚10元。

6、第二天上班必须查看昨天多少误差，有误差的立即盘点备用金。每天误差2元以内。

看着那么多那么苛刻的要求，我不禁打了个寒颤，对于我这个新来咋到的人可能处处每时每刻面临的罚款的危险，想着想着就有人来结账了。看她拎着黑漆漆的一袋子，就知道有我忙的了，袋子里面都是新鲜的菜，湿漉漉的，还有的一个袋子很油，估计是肉吧，我都不敢用手去拿，她看上去等的不耐烦了，冲我一句：快点啊，小伙子干活怎么磨蹭啊！没办法，只能硬着头皮一把抓起来，找那个封条，咦找了半天也没有，又急又火，阿姨，这你还没去那边称量呢？，啊？你去帮我称一下吧，我的脚站的都累了。好吧，阿姨你稍等一下。等我回来时发现2号柜台那里站了好多顾客等着结账，而我的领班正伸长脖子在找我。刚走上去就是一顿臭骂：你到哪去啦？第一天上班就这样。这么多的顾客等你一个人啊？赶快给我工作一会来找你算账。还没听我的解释就消失了。这么多的人好像故意找2号柜台没人的地方好让我出丑。惶惶急急的给他们结账，手脚又很慢。那些顾客唧唧歪歪的，只能一边结账一边说不好意思。匆匆忙忙的过了一个上午，看到换班人的到来我终于松了一口气，站了半天犹如吃尽了人生半辈子的苦。回到家想着晚上还要去那炼狱般的地方，为什么别人没犯错我缺犯错了呢？看来不犯错就一定要照规矩办事。晚上到了以后，我看着没人就问旁边的人：阿姨，你们一般怎么工作的啊？阿姨那边也没多少人，于是就走过来笑着说：其实这收银工作没什么难的啊，大体就是你要记住商品封条的大体位置、摆放位置。这样你拿到手时就能很快帮人结账了，至于其他什么礼貌啊你们小伙子在学校里就够多的了吧。我连着点头，发现阿姨讲的简洁明了。但是要在这么大的超市要大体清楚货物的摆放位置，这也太难了吧。所以一到上午换班时，我就会利用下午一段时间到超市里走走，清楚货物的大致摆放地点。在接近过年时，领班开全体会议，人人都知道，每次到快过年时超市里是最忙的时候，但超市也是靠这个时候赚钱的。所以在这期间是对超市员工尤其是我这个新手的特大考验。

随着新年的接近，超市里的人也越来越多了。收银时我为了节约更多的时间好让顾客早点回家团聚手脚快了点，其中不免有许多错误，在收银期间也会遇到很多不讲道理的人，但是你在这儿岗位你必须服从于他。

忙完了新年这个旺季，想到以后就是一连串的走亲访友，于是就想到领班那里结束自己的寒假实践。领班帮我算清工资后交给我时说：以后要是暑假有空的话也过来帮帮忙，打打工啊。毕竟对你们年轻人有帮助的。还可以为自己在学校赚个生活费。你学的也挺快的，还很听话。

我谢过领班后就兴匆匆的走出去，终于忙完了这28天，找个好地方犒劳犒劳自己，打开信封一看里面居然只有550元。还另附一张纸，上面详细记载我的违纪，罚款的数目，时间和原因。看着自己这28天里犯的错误。心里一愣的。有失也必有得嘛！

总结：

经历了这28天的自己实践使我学到和懂得了许多，我懂得赚钱的艰辛，我想我以后花钱肯定会很俭省的；我在工作的过程中，我学会了忍耐，学会了正确对待不公正待遇，我想这对于我未来直面不公很有帮助。虽然这次实践不太成功，但对我以后走上社会能够更好的工作做了很好的铺垫。要记住：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。只有自己去适应这个社会才行！

从校园走出来的那一刻，我们便肩负着这样或是那样的责任和重担，这是我们这个年龄该有的一样东西。有一句名人名言这样说道：在学校能学到的只是人生知识的5%，而另外的95%则完全依靠我们去在社会中去实践。的的确确，我们可以想想，学校的书本上有讲到我们应该如何在错综复杂的社会洪流中如何处理好人际关系、如何做好接人待物吗？没有！是的，我们要想在日后的生活学习和工作中立足于不败之地，必须去亲身努力实践，感受到在劳动的过程中我们可以感受的到的那种不一样的崇高。

在冷瑟的寒风中，便开始了我的寒假实践之一：在我们家乡，有着一年一度在正月十五闹红火过社火节的传统。正直今年是龙年，全县的人们在体育场里，举行声势浩大的节目表演。主旨在于报告全县人民，各镇各乡在这一年里的丰硕成果。由于参演人数众多，所以每乡镇都需要较多的劳动力去帮助他们抗旗头和标语。这看似简单的工作，做起来并不是那样的一帆风顺。早晨8点准时集合，然后便是在县城主干道上抬上旗头和标语一直到体育场。由于那天的风比较大，大家都是面红耳赤的直哆嗦。我们扛的是4人一组的旗头，但是竹竿较细，在风大的情况下可以把竹竿压弯，这便需要我们去用外力把它扶正。这样的天气，这样的场面，是我近几年没有遇到的。冷风刮的面颊像刀割一般，手则是冻的麻木没有知觉，眼睛里基本都是黄色的被风刮起来的尘土，简直跟挖土窑洞的人差不多了。在这期间，我们几个人曾开玩笑说：再也不干这事了，挣得这钱真是不容易。的确是这样，等这一天的节目表演结束后，我回家洗头时，用了两遍洗头膏都没有起沫，可想而知这是怎样的艰苦。虽然这只是小小的一次锻炼，但是让我亲身感受到了钱的来之不易，这也只是表面的，物质上的。更深层次的我们可以想到如果我们不去做这些，我们在家里可以舒舒服服的，那么肯定会有其他人去做，那我们就比别人幸运吗？也不是这样的。我们可以享受，但是我们必须要有基础，有一定的经济来源让我们可以奢侈那么一段时间。而今的我们大家，都是学生，经济来源也基本是父母，我们都20几岁了，在上个世纪已经可以独立了，在外国已经可以独自过活，但是，这里还是中国，教育方式和文化的差异让我们迟一步进入社会，去了解它。所以，在有限的时间里，我们可以做的事情本来就不多，更需要我们去做，并且去做的好。

而在离开学还有一段时间里，做了自己在寒假里的第二次社会实践：我当了一次售货员。我们学营销专业的也就是去做销售，本来心里设想的面对顾客要微笑，然后利用所学的那些《消费心理学》、《公共关系学》里面的知识去应用于实际，但这也只是设想，等自己亲身去体验的时候，我们会发现梦想和现实的差距是多么的离谱。做的是零售，所以顾客也比较多，可以说是薄利多销。来来往往的不只是需要我们有冷静的头脑，更重要的还有一颗平常心态和热情心。记得在一次销售过程中，由于顾客买的东西比较多，等卖完东西时顾客看了我一眼，我也同样用疑惑的眼神对视着，等待了两秒多钟，他说：我需要一个塑料袋！这时的我，突然有一种不适应的感觉，是自己的服务不周到，更是自己想的太少，没有急顾客之所急。如是在日后也出现这样的毛病，岂不是失去了一大批的顾客源？这是我对那件事情后自己的感悟，也是对日后工作时对自己的警示。应该为顾客多想，因为顾客就是上帝！还有一次由于顾客比较多，找零时，顾客买了1。5元的物品，给了我5元，我想的找3。5元时，顾客突然给了我5角，当时我便不知所措了，其实也蛮可笑的，只是小小的加了五角，我便不知道找顾客多少钱，我慌张了几秒。最后总算草草收尾。也许是我的第一次面对零售，也许是我对自己没有自信，但这也给了我很大的触动，我们可能在日后面临更多的复杂的情形，需要我们更加冷静的去思考，但这些的前提，便是我们的基础知识很扎实，不要到那时才懂书到用时方恨少的道理。

这一寒假的时间我没有虚度，学到了很多对自己有用的知识，但我懂，更多的是需要自己的用心悟，用自己的心去感受社会的千变万化，也许每个人的人生之路并不平坦，但是如果我们少了许多的弯路，多了自己可以把握的人生轨迹，那么相信我们的明天会更美好！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找