# 假期实践报告400字 假期实践报告1000字(十八篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-17

*“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢？下面是小编帮大家整...*

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇一**

要写一份暑期实践报告，我开始寻思着这应该算一份暑期日志抑或是社会活动的总结吧。校方要求每人最后交出一份3000字的报告，写文章我倒是不怕，可3000字的还是第一次，但对于一个两个月的假期的实践总结，这个字数不算过分，更何况，我已是大二学生，这个能力还是有的。说到大二，时间总是在不经意中走过，突然意识到自己都快大三了，隐隐地感到一种压力。

我在写作之日，还为我这个“多变”的暑假发笑，笑它的行动方式、时段分布、地点以及情感的转变，这着实是个“丰富”的暑假。且让我用有点感性的言语记录我的暑期行径与感受吧。

其一：暑假的开始———上海的旅途

放假前，每个大学生都会作出自己的暑期计划，并在放假前着手准备。我和几位好友约好一起外出打工，可后来的遭遇真把我给“现实”了一回。

暑期打工，这不是某一个人的专利，早被大多数大学生青睐，但工作的种类因人而异我和同学外出打工不光是为挣钱，但若是挣得些钱来自然是好事。我开始了紧锣密鼓的网上寻觅，最终我们确定一家名为庭辉劳动服务的中介公司。于是我们几个充满信心地来到中国第一大城市上海。可当我们看到那家公司时，我们被彻底的打击了：一间破门面，一张破招牌，两张堆满东西的的电脑桌，三三两两小青年，男男女女刺纹身。

接下来，便是在受过打击后几个疲惫的“大小孩”身负沉重包裹的漫漫苦行。但令我们欣慰的是我们还可以欣赏这美丽的城市的风景，我还第一次乘坐了地铁，第一次看到黄浦江东岸的夜景：被江风吹拂，望着对岸的东方明珠，更是在党90周年的生日的晚上。我还深情的在微博中写到：建党90周年，我在上海许下心愿。

小结：人都说大学是半个社会，可我看差远了。上帝创造了复杂的人，人组成了更复杂的社会。此上海一行，让我尝到现实的“残酷”，理解了钱，难挣，世，难处。我们不能在没有张齐牙齿时去吃肉，一个没有足够能力的人，即使出世啦，也不可避免到处碰壁，一个不事先做好充分准备的人就像在雨天忘记带伞的人，注定成为落汤鸡。这就要求我们首先要学会强化自己，用我们的努力、智慧来武装自己，做到处世游刃有余。

其二：暑期的延续———家乡的颜色

在上海的旅途之后，我被迫战略转移，由发达的城市转向落后的农村：我的家乡。

我是安徽亳州人士。在中国，安徽算是落后的了，可在安徽，亳州算是落后的。我有时感觉，落后是一种悲哀，是一种让人心生怜悯(有时鄙视)的东西。但我身为农村人，并不为农村的落后悲哀，相反，我到觉得如今城市的虚伪更让我鄙视。

正因身在农村，多数大人们都外出务工，靠艰苦的劳力养家糊口，我的父母便是那千千万万的民工中的成员，而作为这样一个家庭，我却没能申请到助学贷款及助学金，这是谁的可悲?

在家的这些日子里，我深感农村的辛苦(虽然我干的农活并不是很多)。家乡的人每天很早就起来务农，绝非古人所谓的日出而作，日落而息，而是日出前而作，星出时方息。夏季，西瓜收获的季节，要忙上一阵子，还不一定买个好价钱;棉花，需整枝打杈，除草杀虫;大豆，也是要除草杀虫的。这也许，在一些人看来并不是那么的苦，只是累了点，可我却深有感触，当你刚从中国最富有的地方转而到非常贫困的地区时，你就不会再认为农村生活挺好的了。当你看到城市人的衣食住行，再看我的家乡，就不会不为之动容了。

我家人外出。所以田里只是种植些大豆，我也好管理，活，也不算累。倒是拉土填补宅边洼地是把我累的够呛，除此之外，也无其他大事，我便在家，补习一下我的英语，和软件学习。(其中英语，着实让人头疼)可暑期，学习也不能怠慢，要时时学习。

小结：不外出打工，在家也能做好多事情，来充实自己。既然别人在外打工挣钱，自己虽无钱可挣，也要用他人没有的机会来用学习充实自己，也不会落后于他人。既然意识到落后，就应该进去，就应该用自己的一份力量去为家乡的建设而奋斗，让中国这个特有的民工不再出现在将来的社会里。只有努力拼搏，积极进取，方能强我社稷，兴我家乡，富我人民。

其三：假期的完结———他乡实践

在家几近一月多，出去农活之外，便是学习、看电视、运动等，日子也算充实，可唯一缺少的就是没有许多伙伴来聚玩。于是，我便被一省外的表亲接去耍上几日，可谁知，几日的快活之后，便由几日变为十几日。

远亲的家是在市区的一个小区里，我是8月3日到的，直到21日方才回来的。在别人家住总是不习惯的，即使是亲戚，总感觉处处都要麻烦别人，更何况要呆上十几日才离去，好在，我能在亲戚自家开办的小超市里打杂，也能出些力，帮些忙，不至于那么惭愧。

每天清早起来，都来到超市，帮忙搬运货物，把物品摆在设好的物架上，也能给客人导购一番，或是到仓库那些货物，清点一下商品等等之类的。表亲对我很好。平日里我也是那么对顾客的，也因服务好，超市的生意方才好些，我就别放了几天假，和老表参加了一个志愿者活动，也是这项活动才让我觉得这才是社会实践。

因亲戚家在湖北省孝感市，故活动在当地进行。首先，孝感是一座美丽的城市，我在来的前几天就已经领略了它的风采，着实是一座让人流连忘返的地方，这可能也是我本打算住几日便离去却住了十几日的原因吧。

记得，那是一天的早晨，因被放假，故和老表一起到市区去逛街，在一条街口处，我们看到有一志愿为市铁路段的绿化服务的活动，于是，我们便报名参加了。

我是学习园林专业的，我想绿化也应该是分内之事吧，便欣然去了。这段铁路是武汉铁路局汉西车务段，原来已有布置完好而又合理的绿化带。我们一行人便身着一色制服，有的人手拿修枝剪，有的人手拿铁锹，还有的人手拿扫帚，我们就这样浩浩荡荡的来到汉西车务段，开始了我们的志愿活动。

因是夏天，所以有点酷热，每个人脸上都挂满了汗水，可没有人的脸上是不情愿的表情，大家都乐意去为铁路绿化出一份力。那天，焦阳正烈时，我们一行人排着队来到这里，看到铁路两旁的绿化带，其中的植物(当然，若是专业点，那应叫作绿篱)已是参差不齐，绿化带两边的行道上也有许多枯枝落叶，这下我算明白我们的志愿活动是什么了。于是我们便行动起来，因我是学此专业的，故我要求要做修剪绿化带的工作，修剪，这我在学校就已经学做过的了，因而，这次也好上手。而其他人有的修剪，有的扫地，有的捡枯枝落叶，我们分工合理，干劲儿十足。这期间，领队的也没闲着，她一女子却搬着沉重的一捆瓶水，来一瓶一瓶的发给我们每个人来解渴，当然这瓶水正如雪中送炭一样来得及时。

小结：首先，这个活动是十分具有意义和价值的。当今大学生虚度时间的现象十分严重，我们组织并参与这样的活动是对自己的一个锤炼，生活在严格教导系统下的我们，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，也进步了自己的人生经历。其次，通过这次活动我们也很好的实践了“大学生职业生活教导”中提倡的激发大学生自我实现的需要，造就积极上进的人生观;增进大学生建立明确的目标和理想以及加壮大学生在环保绿化方面的号召力。为我们今后的发展供给了很大的赞助。在这次志愿活动中，我认识了很多人，并和他们成为了好友，当然领队也在其中。这使我认识到，社会交往的重要性。人立于世，首先要学会和别人交谈、和别人合作，我们都不是独立的人，都是和他人联系着的社会的人，而这种联系在我们以后的生活中发挥着不可忽略的作用。

总结：暑期，我们总不能在对时间的无聊的叹息中度过，也总不能在整日的电视节目和网络游戏中度过。首先，我要明确我的身份，我是大学生(虽然我的大学不是最好的，可她绝对是最可爱的)，我应该明白自己的责任和理想，在这物质文化日益丰富发年代，我身在农村的人，更应该用自己的努力拼搏来砌成我通往美好未来的道路，用我的理想来装饰我人生的殿宇。暑期里，我虽没有像他人那样打工挣钱为家减轻负担，可我明白暑期的额外的学习是另一种更有意义的收获。

人的一生，不是在为富有而奋不顾身、日夜兼程的埋头工作，而是为了心中的那最纯洁、美丽的向往而劈风斩浪、力挽狂澜的拼搏。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇二**

前言：寒假临近时我便在计划如何度过这个寒假。今年我即将满二十岁了，但是在家还是个连饭都不想做的孩子，于是我便想自己养活自己——出去打工。寒假工并不是那么好找。经过在网上的一番搜寻，我终于找到了一份工作，那就是在“火宫殿”酒家当服务员。但是，这也意味着我的寒假都要在店里过了，包括春节期间。第一次出来打工的我，便要在外面过年，这是一次挑战啊。

一开始总会有点不习惯。从学校里走出来，干什么都觉得辛苦和麻烦。第一天就碰了一场婚宴，忙得不得了。我有点想放弃的意思，但是善于观察的主管看出了我们同来的几个寒假工的心思，于是给我们开了一次小会。她说，“我知道你们90后家里都很富裕，出来打工肯定不是为了养家糊口。那我很想知道你们出来打工的目的是什么?”回答几乎是一致的，那就是锻炼自己。其实主管当然知道我们的目的，她只是想让我们自己先确认一下。接着，她说：“说说你们第一天的感觉吧。”这时，回答就五花八门的了，有的说赚钱很辛苦，有的说父母不容易，还有的说读书很舒服。然后她说：“我们公司让你们学生来打寒假工，也是为社会提供一个平台，为学生提供一个平台来锻炼你们自己。在这里，你们做的事情肯定不如老员工多，但是你们的待遇跟他们是一样的。并且，所有的老员工都会教你们，关心你们。”听到这里，我突然有一种在学校的感觉，同时，放弃的念头也烟消云散了。

后来才知道，我们的经理，主管，领班和一些员工，都是党员。他(她)个个都热情体贴，有一次有位老员工生病倒在了岗位上，主管和领班在第一时间就送她去了医院，平时也常常嘘寒问暖，我便懂得我们为何受到如此的关心爱护。

我的工作主要是协助其他服务员，帮她们打开水、备餐具、上菜、收餐具等，因为大厅里的服务员基本上都是女孩子，所以我们同去的几个男生就成了有力的劳动力，什么累活重活我们几个男孩子总是抢着干。我相信一个男人就是这样成长的，今后也要如此守护自己的家人，为她们顶下一片天空。有一次来了一个韩国的旅行团，有位客人在座位上招呼我，他可能不会中文或英语，所以就用手式告诉我他要擦嘴的纸。我匆忙拿过来就一只手递了上去，只见他眉头一皱，手挥了挥，一副不满意的样子。我满脸疑惑，心里很是紧张。这时旁边有人提醒我说：“两只手”我才知道是我不礼貌。于是我再次用了两只手郑重的交给他时，他点了点头并且竖起了打拇指。我尴尬的笑了笑。导游看到了我的胸牌，知道了原来我是寒假工，还只是个学生，就跟客人解释了一下，他开心的笑了笑，随手掏出1000韩元要给我，我坚决不要。最后他临走时还给我握手合影，导游翻译说，他要我加油学习，要舍得吃苦，还说现在中国许多孩子不如韩国的孩子能吃苦。后来我想，一是许多家庭不给小孩出去锻炼的机会，把小孩圈养在家中;而是社会给学生的机会不多，很多地方都不愿要没有工作经验和只能做短期的学生。所以我感到我非常幸运，因为我的家人相当支持我出来打工，又幸运的碰到火宫殿这样的企业提供的机会。

作为一个土生土长的长沙人，我对火宫殿是再了解不过的了。这里古代是有一座火神庙，因为香火旺盛旁边就聚集了很多小摊和酒店。到了现代已经是具有了相当长的历史和口碑。解放后，出于对文物(火神庙)的保护，重新扩建了火宫殿。毛主席当年回到长沙，首先来的就是火宫殿，并且说这里的臭豆腐，闻起来臭吃起来香，外焦里嫩，独具风味。现在已经闻名中外，成为各地旅游者来长沙必吃之地。

但是我却不知道，火宫殿竟是一个员工超过500人，寒假工超过100人，有工会，有自己的报纸的企业。我在火宫殿打工期间，公司内搞了几次大活动，如去田汉大剧院搞文艺表演，去同程大酒店搞团年饭等。企业的文化氛围非常好，每个月都会评“服务之星”和“勤奋好学奖”之类的鼓励员工积极认真生活。我想，这一切都离不开党员的带领和模范作用。若是在其他私营小企业，生产关系得不到调和，员工生活也枯燥变味，就会闹出像“富士康”那些悲剧的频繁上演。这还让我想起来在学校时，辅导员和下班党员的细心照顾，没有他们我的大学生活会迷惘，会无奈，会走向绝望的深渊，今天也不会出来打工。因此，成为一名优秀的共产党员成了我新的目标。

在除夕夜里，我没能回家，在店里同几百名员工一起看电视，吃东西，人多很热闹，虽然没跟家里人一起，但是不会感到社会的冷漠和心灵的空虚。同那些普通的劳动者，感受他们的朴素和力量，这将在新的一年里给我带了新的生命。此时，我才觉得我的生命渐渐的完整起来。以前就听说，一个普通的劳动者是最>幸福的，现在我是懂了。

快要离开的时候突然又舍不得。一个月的时间里我懂得了很多。一是任何简单的事情不是那么容易做好。就像摆台，十副碗筷要又好又快的均匀摆好，准确定位，做起来不是那么容易的。“刚来的时候面对客人都不敢说话，现在你们不仅能够向客人自如的推荐菜品，还能陪客人侃侃而谈，”主管说，“你们的进步我们都能看得到的。”最后我们拿到了一个月的工资，有1200元，纷纷都舍不得用，而我回家做的第一件事就是给爸爸妈妈。他们说这是我自己辛苦赚的，还是留给我自己。而我想说，比起我父母为我所做的，我这点辛苦又算什么。尽管现在赚了点钱，但是面对父母，想起曾浪费的，还是有点惭愧。

我自己对这次寒假实践的总结是“胆子变大了，做事主动了，思想前进了，目标明确了。”今年的暑假我还要进行社会实践再出来打工!

后记：这篇寒假实践报告现在也只写出了我实践的小部分生活。我相信如果不是出来体验过，这篇报告我连几百字都挤不出来。我只想说我真的体会很多，而这些并不是那些大段空洞的文字所能比的。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇三**

今天上完了最后一天班，在这之后感想颇多!这个社会远远没有我们想象的那么单纯好混。“遍地都是机会”——这句话只是某些人说给自己听的安慰。半只脚踏入现实，我已经能从各种细微之处感受到竞争的残酷和激烈。关于各个领域里的潜规则，关于象牙塔内的学生们还抱着某些侥幸的观念，我并不想妄加评论。我只是无情地给自己浇一盆冷水，更加清醒地定位自己。

——写在前面的话

参加社会实践的决心其实自己老早就有这种想法了，我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会。我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

放假了，学校发下了社会实践报告书，当时显的很兴奋，与父母商量了一下他们都很支持我的决定，也赞同我的这一做法!但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，便要我去他们那边找份工作，也好有个照应，但倔强的我却坚持留在了成都!也由此开始了艰辛的找工作之旅!

〈一〉找工作

刚开始觉的自己找份暑期兼职还是很容易的，但事实却总与愿望背道而驰!第一天找工作就开始碰壁!

早晨很早就起床，精心梳洗一番，精神抖擞的来到早已看准的(听说兼职招聘很多)!刚到大门就被阻拦了下来，理由是没有办理该人才市场的求职卡!本着来到此处就入乡随俗后办理了一张十元五次的求职卡才顺利的进场!

进到里面入目的是满场的海报，满场的招聘信息。心里一阵轻松，原来工作还是很多的嘛!但随着一路看下去却使我的心里凉了!大多工作有很多要求和限制，但主要有这几方面要求1.要有2-3年的工作经验2.要有驾驶证3.要熟悉电脑，会各类办公软件!而要求很低的各类工作大多是服务类职业，而听说我们是暑期工马上就说不招收暑期工!一上午就在这各种理由和推辞下没有找到一份工作!随后几天还是一事无成!到最后还是经过朋友介绍来到了!

〈二〉工作

在这里我也终于明白了我们这些没有工作经念的菜鸟是多么的逊色，而得到这份工作是多么的幸运!

上班的工作很简单，就是上班前后帮忙打扫一下卫生，收拾一下东西，客人来后帮忙招呼一下，上些酒水报价开单就行!操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，很多事情都做错!这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。刚参加工作的我一开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被炒鱿鱼了。还有很多的客人喝醉酒了也很烦人，总与我们这些服务生过不去，而我却不能发脾气，也不能与他们吵闹，毕竟我们的原则就是：顾客就是上帝。这样使得我觉得真是委屈，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，受点委屈也没什么大不了的，现在他们醉了，但你的服务态度却决定他们下次是否下次还会来这里娱乐消费，下次来了也会真心的感谢你的服务态度的。而且我们也不会让我们的员工在这里吃亏!听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识，也学会了不少为人处事的不少原则!

出门打工受气是难免的，许多事情都要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。想起在家的待遇和脾气，很多时候真想就此放弃，不过最后还是撑过来了。在家要想接触这个社会，想融入这个社会，那么这么一点点辛苦还是一定要的。一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1.要善于沟通：碰到那些心情比较坏的人，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都满意我的服务时，我心里真的很有成就;当然和老板也要好好的沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什么问题要经常和老板沟通沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2.要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让那些客人感觉很舒心，别人上门消费不就是要耍开心嘛;他们有些人是第一次来消费，对我们这里消费不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们各类酒水消费价格，并通过观察客人消费水准介绍适合客人的消费类型，这样就不会使客人感到太贵或者太低使自己在朋友面前没面子!

3、 要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，到吧台上少酒水时要主动补齐，什么地方脏了要主动打扫。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，有些熟悉的客人上门也不认识，也不熟悉客人的爱好，使得客人不高兴;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

其实社会实践不是一张所谓的暑期社会实践表，一张“社会实践和社会服务学分认定表”“一张表和一个章”。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇四**

第一次参加社会实践，我明白中学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

一:挣钱的辛苦

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二:人际关系

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。

三:管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说:在管理时，要因人而异!

四:自强自立

俗话说:\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说:在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

五:认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。

六:专业的重要性

选择了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇五**

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧!

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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记得老师曾说过学校是一个小社会，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，但你得去面对你从没面对过的一切。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的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，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢?

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。

对于大学生打工，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。

打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。

总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

……

在我的打工生活中，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。

我也从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。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，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。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寒期打工。寒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。

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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

在这次寒期的工作中，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。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇六**

这个暑假，我参加了黄江镇20xx年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际能力上，我比以前开朗了，更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动;大学生志愿服务活动;社会调查活动;兴趣培训活动;第一桶金活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一起去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎~!玩累了，我们就一起去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活!

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动----第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了?因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以付，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。现在，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊!也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊!

这次为期一个月的社会实践活动，使我学到了很多东西，使我明白了很多道理，使我在许多能力上都有所提高。我真的感到很高兴。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇七**

弹指一挥间，20xx年寒假又到来了。那么，每年寒假到来之际，都有什么样的安排呢?下面来分享下我的寒假饭店打工社会实践情况：

今年的寒假，是有史以来最有成心的一个寒假。今天寒假我在饭店找了份工作，因而，我的寒假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。下面是我饭店打工的心得体会：

本着一颗不为利益，只为在实践中磨练自己，在实践中寻觅自己的不足，更为在实践中能成长自己的心，我开始工作，深处其中体味了一下这份工作的酸甜苦辣。

一、社会实践经历

工作第一天，领班把任务分配了一下，大家便开始了新一天的劳作。孰不知我这个新手甚么都不会，仿佛大家都以为是约定熟成的东西了吧，我向他人求助了一下，拖地时，但我还使尽浑身解数努力往拖，总算是干净了，擦擦额上的汗珠，我真感到累了，不光是拖地，像擦杯子整餐具，这些活儿跟我们平时干的都不一样，看这些老手们干的都是有声有色的。固然不是很上手，但我觉的很欣慰，让我晓得了，生活中琐琐碎碎的事很多，但他们中都隐含着各自的规则，需要我们往遵守，往感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获很多，成长更多。

我欣喜地感觉到，通过社会实践的磨练，让我变得更加成熟、更加自信，我们有理由相信，当代青年大学生有实力承当的起未来建设国家的重担，寻求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才势必成为广大青年学生的共同心声和行动!

二、社会实践主要体会

刚来的前两天是给我们培训的，别以为服务工作是一份简单的工作，为了让我们熟习饭店的基本工作流程和熟习菜品，所以我们干起了传菜。固然传菜部基本上都是男生，我们证明了女生也能够干的一样好。开始练我们端盘子，男传菜员两手各拿一个端盘，我们也不例外，端着盘子往返来往，有的菜品也很沉，就这样走，一走就是一个小时，走的腿都酸了，酒店还给我们发的小跟鞋，想历来没穿过跟鞋的我们，更是一种煎熬啊!工作时我感觉很累，而且很不适应，觉得有些坚持不下来，但最后还是咬牙挺过来了!

宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里挖空心思，虽然这样的实践不能代表甚么，但却能使我们感遭到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比他人多了一份的淡定和冷静，千万不要忽视每件事的细微的地方，由于常常事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我的生活变的多姿，实践让我们的人生变很多彩。

这家饭店是一家四星级的商务涉外饭店，每个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样。这家饭店岗位主要有前厅、餐饮、客房、酒吧、商品部、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部分，是客人用膳的主要场所，也是饭店取得最好经济效益、弹性最大的部分之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味佳肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点以后，但是我却从中学到很多书本上没有的知识，也顺利的将所学充分应用到实践当中，做到了理论和实践的结合。

天天上班时间不固定，每周都会给我们排班，有早班，中班还有晚班。上班时开会领班就会给我们先容菜名及价钱和今天的工作日程，还有今天客人订好的包间，哪几个传菜员往哪几号包间服务上菜等等。11点开始站岗了，迎宾在门口等待来临的客人，中午十二点到两点是客流高峰期。4点半过往又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

在服务中，有很多礼貌礼节和仪容仪表是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热忱和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而正确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

由于我们饭店的假期工比较多，由于社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野，了解社会，深进生活，无穷回味。社会实践是一种动力，在祖国需要的时候，我会无条件地把所学的知识和一切奉献给祖国和人民。

走出校门融进社会的大舞台，我们才真正体验到本身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。在实践中我们才能真实的知道自己有半斤两，我们需要虚心的向先辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇八**

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习中，我学习到了很多书本上所没有的东西，这些东西都将为我以后的学习打下坚实的基础。

一、实习的决心

说起来，我会下定决心选择以实习的方式来度过这个假期，可着实费了一番功夫呢!在结束了一个学期忙碌而又愉快的大学生活之后，我迎来了大学生涯中的第一个寒假。于是怎么度过这个富有纪念意义的假期就成为了我在期末考试结束后思考的重点。为此，我还特意去咨询了一下网友，我想听听他们的意见。

很快，一大群热心的网友就给我出了很多的主意。他们有的建议我出去旅游，毕竟将近两个月的假期可不能够浪费掉了;有的则建议与颜如玉相约与图书馆中，因为现在的社会竞争压力大，大学生可要好好的充充电，以便应付未来的各种社会竞争的压力;有的还说应该猫在家里好好的玩一玩、认认真真地放松一把。因为，在大学的这几年应该就是我们最后的 伊甸园 了。所以，此时不玩，更待何时呀!

但我就快决定要放肆的颓废一把时，一个网友的发言点醒了我： 你为什么不去实习呢?实际中有很多的东西是与书本中不同的。 一语点醒梦中人呀!!!对了，为了能够在以后的实际工作中更具有竞争优势，我要先去体验一下工作。所以，我要去实习!。

二、实习的开始

既然想到了就要开始做。于是我发扬了我外联部的本事，开始搜罗实习的机会。最终，我还是失败了，因为没有那家会要一个才学了一个学期会计。最终，我还是求助于我老爸，让他帮忙找一份实习的机会。在经过了漫长的等待后，我终于可以去实习了。在得知这个消息后，我马不停蹄地赶往浙江，我将要在哪里开始我的实习生活。

在开始实习的前一天晚上，我躺在宿舍的床上，望着天花板发呆。我不知道我明天将要面对着些什么。工作的地方、内容，一起工作的同事等等对于我来说，无一不是巨大的挑战。我到底能否胜任，这一切的一切都还是一个巨大的未知数。那一夜，我失眠了。

三、实践的过程

终于到了第一天上班，我怀着忐忑的心情走进了办公室，找到了自己的座位，打开电脑，开始了我这一天的工作。

在刚开始，我还是很害羞，不好意思去问办公室里的前辈，但是很快的，我发现不去请教前辈真的是一个愚蠢的决定于是在下午，我开始大胆地去向前辈们请教有关会计上的问题，而前辈们也很有耐心地为我解答，在那一个下午，我真得学到了很多有关会计上的东西。

在我工作的第二天，我拿到了我的第一份任务 编制资产负债表。

初拿到这个任务时，我很是激动，因为这可是年报中的资产负债表呀!不过，在同时我也感受到了一股莫大的压力，因为，虽然他们已经将科目统计好了，我只需要把excel表格中的数据统计一下，填到软件中去就好了。说是这么说，但是，面对着比会计书里面数据加起来还多的数据，面对着一大堆见都没见过的建筑类企业专用科目，我还是很心虚呀。

不过，没有做过又怎么能轻言放弃呢?所以，我开始投身于会计报表的制作当中。在这个过程中，我不断地请教前辈、老师，还上网进行查询。终于，在三天后，我完成了那张报表，虽然这并不是一个值得夸耀的成绩，但是对于我来说，我已经尽力了。同时，在制作这张报表的过程当中，我也学到了很多的东西，这些东西也将会对我以后工作起到巨大地促进作用。

四、实践的收获

谈到这次会计实践的收获,我想主要可以分为三点:

1、对工作认识的增加

在实习之前，我对工作这个概念一直都是很模糊的。在很大程度上都来自于电视剧中对都市白领生活的刻画，虽然说艺术是源于生活的，但同时也是高于生活的。因此，但我自己真真正正地坐在办公室里开始工作时，才突然间发现，原来自己在之前对 工作 这个词的理解是多么地狭隘。我相信通过这一次的社会实践将会为我以后当自己真真正正的走上工作岗位，可以更快地融入工作当中打下坚实的基础。

2、对所学内容的进一步的了解

在学校里,我对 会计工作 的认识主要还是停留在书本上，一直缺乏一种更为形象的认识。以至于，我对很多的会计概念还一种想当然的认识，并没有认真地去体会。

现在当我自己开始真真正正地接触这份工作时,我才感受到会计这份工作的重要与艰苦。同时在会计的日常工作中，各种突发的情况接连不断，所以这更要求我们要有对所学的知识点加深了解，才能在工作中真正地做到活学活用，这样才可以完成好工作。

3、对未来的学习方向有了一个明确的目标

假如说我在上学期的学习是对会计学科的最基本的入门的话。那么，我想我在以后的学习中就要更加的注重对会计综合能力的培养。因为，只有这样我才可以在以后工作当中更好地完成指标。

同时，在这段实习生活中我发现，我们并不能只局限于书本上那一点知识。而是要通过大量的阅读来括宽我们的视野，因为，书本上的一点点知识是远远不够工作中的应用的。所以，在下一个学期里，我除了要在课堂上学好老师讲的最基本的知识外，我还要通过大量的阅读来增强我对于其他领域会计知识的了解。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇九**

短暂而难以忘怀的寒假征程就像远处的流星，一扫而过，而这其间的感受是美的，让我受益匪浅，在每日充实的工作环境中不觉间我已经走过了一个月的“萨莉亚”寒假实践期，蓦然回首，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

学校元月15号回到佛山这里，为打发原本漫长的寒假，16号在爸妈上班后自己不觉中想找寒假工，正好不远处桂城海三路新开了一个鸿大广场(大润发)。徒步在那里，看到了很多现场招聘，于是自己过去尝试了两家餐厅的面试，一是肯德基，面试是过了，但最后却是说要我上课期间的周末也要过去上班，我没能答应;第二家是意式餐厅——萨利亚，进到那家店感觉很不错，对我口试的是厨师经理，毫无疑问，我的工作就是厨房了，很快的，了解到工钱和工时，我就答应第二天去试工，因为是做兼职，计划是每天工作四个小时的，中午和晚上分别两个小时。

我的寒假社会实践征程就这样开始了，不怕说笑话，在我走过的19个岁月中，这是我的第一份工作，那一天的节奏畅响了我的第一次工作，这是我第一次挣钱。17号，我走进萨利亚，走进厨房，走进我的第一份工作，我怀着无比激动的心情，但我并不紧张，虽说我没有真正做过什么工，但我清楚，只有内心自信才能将自己的工作做好，才能不被别人看扁自己，才能在更短的时间了解到自己立场的更多情况。

我走进厨房，我对一切都是好奇的，包括储物室旁边的更衣室，我以为自己不能进去，进内厨不知道说要带帽子。厨师长将我交给了阿均，我走进了色拉间，第一件事就是洗圣女果，满满的一袋很快的洗完了，接下来就是学色拉间里面的活了，原以为很复杂，但并不其然，我在比较短的时间学会了里面色拉的处理，包括色拉备份和其他原材料的处理以及各种色拉的做法，一个时间段过了，毕竟自己是兼职，工作时间段并不会很长，因为我们兼职是算工时的，下班了，因为是第一次工作，真的是很不想走，但我已做了三个钟，很不错了。出到门外，比我前两天到的小田叫我吃饭，我懵了，原来萨利亚每天还给16元员工餐的，我也就更加喜欢这份工作了。

晚上六点上班，我提前二十几多分钟就到了，因为我没有忘记走进萨利亚前的承诺：用更短的时间学更多的东西，用勤奋弥补自己的不足。走进色拉，我开始背起了各成分的重量和大概的评估，因为开始听说结束后要进行考试，后来才知道只有全职成员升级才会考试，但我并不觉得白费心力，而是让我对自己的工作更为喜欢和自信。那个晚上，我一个人在色拉间迎来了一阵高潮，每每机子上出单时我就会有些许兴奋和紧张，当同时出很多单时，还真的会担心自己会招架不来，就连店长也对我说：你啊，不要紧张，你一紧张，就会做错单，外面就会端错单，然后就会乱成一团。我点了下头，说我不紧张是不可能的，那是我的第一份工作，而且我做的那个色拉是不需加工就直接供客人享用的，怎么可能会不紧张，但我会记得店长的话，因为她真的说出了我的内心和我一直担心的问题，第一天就这样过了，似乎我的厨房小师傅阿均对我的表现评价不差，我怀着喜悦的心情告别了我的第一份工作的第一个日子。

一天又一天的过去，在厨房里面，我慢慢的了解到里面的我和与我同在的几位兼职都是厨房的后勤助理，但我心甘情愿，也很高兴能够拥有这样的工作，我为自己的寒假工感到骄傲，我们厨房的每个人都会尽量的学会里面所有的岗位和后勤工作，我先后学会了分“sp”、分“j”、压“d”、做披萨、煮黄饭，打色拉酱和去皮茄、切羊排、配蜗牛、洗碗、刷地板……

自己努力，希望用行动证明自己，况且得知从2月1日起工时会从9元变到11元，在厨房大家又会很热心、友好，真的很棒，希望自己第一次工作可以为自己以后的路开个好头，真真切切鼓起自己内心深处事业的那颗仍柔睿的心。

每天的工作，不仅帮助我打发了时间和完成学校布置的作业，还让我尝试了一系列的第一次，第一次了解到微笑才是最好的沟通，第一次了解到洗碗也会有属于它自己的学问，第一次了解到就算是对手也应对他微笑，第一次懂得什么叫打卡，第一次懂得储物室的分配是如此讲究，第一次懂得就算是再大的梦也要从零一步一步的攀升。

厨房的我们，总是沉浸在微笑或繁忙中，每天的12：00——14：00、18：00——20：00是店里的高峰期，那个时候，我们大家都是分工清晰，合作有致，当完成很多单时大家就会欢呼，我们兼职的也不例外，因为店里生意好，我们兼职就会有机会加工时。

在里面，我会很认真的悉听长者的话语，花比别人多的时间做同样的事情，我会时不时看看哪里会更需要自己的帮忙，看看主位会不会缺点什么;在那里，通过很多的细节，我看到了自己很多的不足，应该在需要的场合学会一心多用，在必要的时候学会“好”和“快”兼并，在繁忙中学会淡定和稳当。不要总是过于依赖，要主动学习知识，要有属于自己最精的一档。比如说在洗碗的时候真的应该能够洗得更加快一点，在做披萨时要注意主位有没有叫自己加芝士或是有没叫自己拿点“d”过去，在多个工作同时需要做时怎样学会侧重和稳住自己的同时加快速度。下班后点到餐时，没事我就会在外台帮帮忙，原因很简单，与更多的人接触能学到更多的东西。当然啦，那个时候反正闲着也是闲着，那样还可以与外台人员沟通下，有益无害的，何乐而不为呢?

一个月很快的就过去了，我刚好做了30天，前半个月有68工时，后半月有57工时+12工时，我很高兴，在昨天我查知工资卡已有工钱时，我真的是无比激动的，那是我挣的第一笔钱，我笑了，我爸妈也笑了，我在沉思着，这个寒假虽说没能回老家，但仍是我最珍贵的个寒假，我会记得。我没有动工资卡里面的钱，我很激动，不知该怎样感谢我们的厨师长和店长给我的这次机会，不知怎么感谢阿均和副厨师长的精心教导，也不知怎么感谢其他的兼职陪着我一起走过这不寻常的寒假。

每每有机会我就和店里一些长辈聊聊琐事，我了解到店里的一些福利流程，工资安排情况，用人精处和价位安排的合理性，懂得要把自己和所在店紧密联系起来，要另自己言行举止与所在店联系起来，时刻为店做宣传，提高店与自己的形象，也懂得通力合作的力量，在一个团队中仅仅靠自己的能力是不可能搞好一番事业的，只有在一个有人缘和能力兼并的领导下，各成员能够毫无保留的努力工作，将工作与切身利益相结合才能维持和操办好一个企业，还有就是了解到在里面工作的很多“训练员”在大学期间的所学的专业和他们现在的工作是没有关系的，这也就说明大学生除了学习书本上的知识外，还得多参加社会上的实践活动。总是“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人是不能适应当代讲究的人才社会的。大学生要懂得在实践中带着自己的思维去思考问题。用实践活动巩固所学过的理论和开发新的理论，在实践中总结经验，然后将自己的能力充分得以表现和锻炼，更为重要的是借机培养自己的创业和社会适应能力。

前天，我工作的最后一天，我和另外两个同事喝了一瓶酒，只为大家高兴，这个日子，我记着，我工作满一个月的日子，当我在店里做每一件事时，我总会将它视为最后一次的去珍惜，我虽是笑着，但内心的不舍得又怎有稍息的怠慢呢?我们倾计了很久，什么都讲，还去免费喝了店里的饮料，想到这里心里就会自然而然的想笑，我不会忘记曾经有过他们的陪伴，也不会忘记他们的面孔。在那里，我看到了一股泉流的力量，将会越来越大，绵绵不断的承袭下去。

店长管理方案的成功，厨师长的领导能力和亲和力，副厨师长的认真和公正，新东方分店厨师长的严格和能力，阿均的稳当和随和，阿杰的努力和雄心壮志，阿海时不时的露齿，阿超倒的飘香奶茶，阿强的微笑，和阿棠一起回家的路……，这些都会是我永恒的回忆，时间过了，寒意却还是很浓，就在鸿大广场的萨利亚，驻扎了我永恒的回忆和财富。我深深的记着。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十**

实践人：

实践时间：2024年1月25日--31日

实践活动：：

实践目的：

第一、勤工俭学;

第二、丰富假期生活;

第三、应用所学专业知识，做到理论与实践相结合;

第四、锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获;

值春节到来之际，我市贝克大酒店发布兼职信息，趁着时间充裕，我利用寒假时间在贝克大酒店进行了为期六天的兼职实践。

郑州贝克大酒店位于巩义市中心市区的繁华地段，是河南大峪沟矿业(集团) 责任有限公司和美国好运来集团公司共同投资兴建的中外合资企业，是巩义市首家被国家旅游局批准评定的三星级旅游涉外饭店，是巩义市对外改革开放，接待中央、省、市领导大型会议的窗口。

郑州贝克大酒店拥有标准客房和豪华套房200余间(套)，设施完备的大型多功能厅，13个不同格调的高级行政会议室。“现代化的三菱电梯，先进的中央空调，卫星电视，电脑烟警报警及自动喷淋消防系统一应俱全，国际国内电话打进打出均为直拨。设有五百座位的中西餐厅及14间情调各异的高级包厢，由广东、四川名师主理川、豫、粤菜及四季海鲜，东北泡菜、炖菜，特色风味面庄系列更使您一饱口福。并有咖啡厅、酒吧、夜总会、卡拉ok舞厅、ktv房，美容美发、桑那按摩，娱乐中心、地下双层停车场等配套设施。现代化的商务中心提供：电传、传真、打字、复印、预售全国各地机票、火车卧铺票及商务洽谈等服务。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样，贝克大酒店岗位主要有大厅、总台、客房、餐厅、酒吧、商场、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人用膳的主要场所，也是饭店获得最隹经济效益、弹性最大的部门之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味隹肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点之后，但是我却从中学到不少书本上没有的知识，也顺利的将所学充分运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

在服务中，有不少礼貌礼节是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热情和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我的理论知识帮了我很大忙，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了毫不马虎，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

饭店是我国旅游业的重要组成部分。饭店服务的质量是饭店的生命线，要提高饭店服务质量，关键在于提高饭店员工文明礼貌这个最基本素质。讲究文明礼貌，既体现饭店员工对宾客的基本态度，更反映了一个国家精神文明和民族文化修养，就个人而言，则是衡量道德水准高低和有无修养的尺度。因此，饭店员工必须十分重视饭店服务礼貌礼节知识的学习和修养，而所有有名的饭店，都是和至高无善的服务是分不开的。

在这一点上，经年累积的素质和文化水平使得我应付自如，完全没有任何阻碍，我让我和同事们相处愉快，度过了美好的六天。

饭店能够做得好，还离不开一个主要因素：微笑。古人云：“没有笑颜不(2024火车站社会实践报告)开店”。微笑可以赢得商朋满座，产生最大的经济效益。所以，可以说笑是对一个饭店的治店法宝，企业的成功之道。

微笑面对顾客也是我们的准则，所以领班要求我们像面对家人一样服务顾客，做到微笑自然、自信，这对兼职的我有一定的困难，但我也努力按照标准去完成，虽然并没有完全适应，但至少可以微笑以对。

通过这次的兼职实践，我也观察到我市旅游业的严重问题：

首先，旅游消费指数低，我市三星以上饭店尚不足五家，而本市人民消费水平还没有得到完全开发，所以对星级饭店的消费明显少，致使星级饭店的少量化。

其次，服务质量低下，全市有不少饭店旅社，但规模实力小，经营管理分散，体制不活，营销手段滞后，技术依托和网络化水平低，市场尚不规范，绝大部分为“小作坊”经营方式，只有几个员工，顾客的服务得不到完全满足。

再次，在消费层次低的情况下，当前的饭店市场竞争是单一的价格竞争，这是一种低层次的恶性无序竞争，恶性价格竞争最终导致行业利益的损失和消费者所应享受的服务质量下降。

希望在未来五年中，有更大优秀的旅游服务人员出现，能够解决这些问题。而我也会努力学习专业知识，将来必将投入我市的旅游发展中，充分发挥自己的才能，为家乡的发展做贡献。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十一**

一、主题的选择。自古以来，湘绣作为中国刺绣史上的一大艺术宝库，一直有着重要的地位，了解湘绣能让我们更加了解祖国的传统文化，培养民族自豪感，增强青年人保护国家传统文化的责任心。主题将主要包括湘绣的起源、历史发展、湘绣的主要特色、品种分类以及湘绣的欣赏等等。

二、具体操作。以网页的制作为主体，再结合flash动画制作和幻灯片技术装饰网页页面以增强网页的美观性、同时更详细生动地介绍湘绣的一些情况。

1、第一张网页即首页，主要是设置超链接的按纽，在这张网页上可以点击按纽进入自己想要进入观看的网页，另外“我的幻灯片”超链接也设置在这张网页上。这张网页上另外还会有用flash制作的动画以及几张关于湘绣的图片，其中动画里应用了辉光和遮罩。具体操作是先导入一张湘绣图片，再创建“湘绣”和“辉光”元件：执行“插入/新建元件”命令，名称是“湘绣”，再单击工具箱中的“文字工具”中的“a”的，在上面输入“湘绣”两个字，并在“属性”当中设置字体的形式，选中字体，执行“修改/分离”命令两次，把字体打散。重复执行“插入/新建元件”命令，新建一个图片，名称为“辉光1”，重复以上操作，再创创建一个“辉光2”元件，在“窗中/设计面板/混色器”上设置辉光的颜色和亮度。然后再开始创建动画，切换到“主场景1”建立图层，从库里调出湘绣图片、“湘绣1”“辉光1”元件、“辉光2”元件放到相应图层上，现在主要介绍一下“辉光1”元件的动画设置。把“辉光1”元件从库里调出以后分别放到放到左边，并用工具栏上的“任意变形工具”使元件产生一定的倾斜度。在第50帧和第100帧上添加关键帧，在第1帧和第100处将元件放在左边，在第50帧处将元件放到右边处，并在第1帧和第100帧处建立动作补间动画。这样就创建好了动画，再创建一个遮罩层。首页的动画就创建好了，说起来容易做起来难，做动画时遇到好多困难。特别是刚开始时一点不懂，把湘绣图片导入到库的时候我老是找不到图片，因为电脑上默认的是列表形式的排列，所以我每次都要先单独打开保存图片的那个文件找到我要的图片并记住图片的名称后，再进行将图片导入到库的操作。后来在室友的帮助和提醒下才知道我可以更改图片的排列方式，只要将其改为“缩略图”形式就可以直接在上面看到图片了。这样方便了好多，虽然这个看起来很简单，但是对于并不懂计算机的我们来说也是一大收获啊。

2、第二张网页主要是围绕“湘绣的起源”这个主题而展开的。这一页主要是介绍湘绣在历史上的兴起，关于这个问题的有关说明。这张网页求同样式以设置了动画，此动画为文字逐帧动画，先单击“工具箱”中的“文本工具”，并打开“属性”面板，设置好字体。选择时间轴的第一帧，输入“湘”，在第5帧、第10帧、第15帧上按f6键插入3个关键帧，选中第5帧将“湘”改为“绣”，选中第10帧将“湘”改为“起”，选中第15帧将“湘”改为“源”。再在第这些帧之间创建动作补间动画，将其动作设置为顺时针。再创建7个图层，画圆将其设置为动作补间动画，将整个画面设置成“雪花飘零”的感觉。另外将再用文字详细说明湘绣的起始。

3、第三张网页的主题是“湘绣的发展”。湘绣从出现开始就一直很受上至贵族下至平民百姓们的欢迎，所以她在历史上的发展很快，特别是近代在国际上都受到了极大的欢迎，多次在国际上获奖。这一页“湘绣的发展”这几个字将用网页特效表示出来，是在网上找的网页特效，并在其指导下将相应制作网页代码更改一下就可以了，再创建形状补间动画。用图层1中的导入的图片作为背景，创建图层2，单击第一帧在舞台上画椭圆设置其颜色为黄色，再单击第30帧插入空白关键帧，用椭圆工具按住shift键在舞台上画圆设置其颜色为桔黄色，再单击第60帧在舞台上画方框，同样设置其颜色为紫色，再以同样的方法在第70、80、90

帧处画椭圆，圆、方框并设置在不同的位置，这样在放动画时就能收到更好的效果。另外再设置文字动画，新建一个图层在第一帧的舞台上输入文本“锦”，再在第5帧处插入关键帧在舞台上输入文本“绣”，如此重复在上面输入“锦绣屏中如月升”，再以同样的方法在下方输入“欲言其美语难成”创建同样的效果。再用文字说明湘绣的具体发展过程以及近百年来的成就。

4、第四张网页的主题是“湘绣的特色”。这一张嘛，同样还是有动画的噢，只不过这个动画采用的又是另外一种格式，利用时间轴特效制作动态文字。首先输入文本“字格簪花，迹来针线”再执行“插入/时间轴特效/效果/展开”命令，打开“展开”对话框在里面设置动画的效果。另外动画上还会设置三张湘绣图片的动作补间动画。然后下面同样用文字说明湘绣的工艺特色。

5、至于第五张网页我主要会利用动画提供一些关于湘绣的图片欣赏，大饱观者的眼福。所利用的方法也差不多就是前面所用到的一些了，因为我水平实在有限。

网页的内容差不多就这些了，现在我还是来讲讲我的幻灯片吧。做幻灯片主要是为了更好地让观者了解湘绣，同时丰富网页的内容。每幅幻灯片都会有一些关于湘绣的图片，特别是幻灯片4当中的由长沙马王堆出土的绢地长寿绣，我在网上查了好几个网站才把它给搜出来的。这些幻灯片分别使用不同的图片作为背景，但由于从网上搜索的图片尺寸有限，所以放大后就有点模糊了，不过作为背景图片，效果也还不算很烂。幻灯片2和5还超链接了flash动画。刚开始时我不知道还要修改动画的格式之后才能插入，所以我直接点击“视图/工具箱/控件工具箱”，在弹出的面板上点击“其他控件”并选择“shockwaveflashobject”,然后在上面有鼠标拖动一个方框之后点击右键，并选择“属性”在窗口中的自定义中输入文件名。这样做完之后我打开幻灯片预览却发现只有个白色的方框。后来一问同学才知我没改动画的格式自然上不成功了，而改文件格式的方法就是打开flash动画，执行“文件/发布”命令就可以了。虽然是这样可我还是没有成功，因为我在flash“属性页”对话框里输入文件名时多加了个点，结果一个点害我停留在那个操作上将近半个小时。我现在是深刻体会到细心的重要了。另外在插入动画的时候还要注意的是设置的边框要和插入的影片大小一致，要不然做出来的幻灯片就不好看了。另外还在幻灯片中插入了音乐，会随着幻灯片的放映而播放。插入音乐之前也必须把音乐的mp3格式转换为wav格式才能插入进去。

到这里我的制作也差不多完成了。这次实践给我带来的收获确实是非常大的，我原本是一个“计算机盲”，但现在我却能制作自己设计的网页，使用的还是我自己创建的动画。虽然还有很多不懂，但重要的是我已经迈出了一步，比以前进步了。这次对我来讲也是个不小的挑战，因为我本来就不专业，而我自己的电脑上的microsoft20\_\_又全是英文版的，所以在制作幻灯片时更增加了难度。一次本来要设置播放效果的，结果却把其中的一张图片进行了动作设置，将其链接到下一张幻灯片上，弄得自己刚开始时也莫名其妙。还有就是关于flash动画的制作，以前是从不敢想自己有一天要弄这个东西的。总觉得这是个太奇妙的东西，不是我们所能理解的。可是现在，动画做多了，也好多了。就在这次实践刚开始的时候我还只知道照着书本依样画葫芦地设置辉光，就像其他同学说的也只会弄个有辉光遮罩的动画。但现在我不只是仅限于此了，我还知道如何使用引导层、如何使用时间轴特效制作更动感的动画。还知道其实形状补间动画灵活性介于逐帧动画和动作补间动画之间，用起来效果也很不错。在这种启示下我还制作了文字的动态改变。

总而言之，本次实践使我对计算机有了更进一步的认识，在完成作业的同时也扩大了自己的计算机方面的知识，也让我对自己以后的计算机学习增强了信心。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十二**

转眼间大三第一学期已结束，大家都归心似箭，希望赶快回家，同时各自也在为自己制定寒假的实践活动。随着假期的到来，束缚已久的身心终于可以迎来自由自在的天空，呼吸着冬天特有的味道，去享受属于自己的假期。寒假是我们充实自我、增加阅历、了解社会的重要阶段。作为社会中思想最活跃的群体，大学生都有着自己精彩的假期计划：打工，是一种身心的磨练，在赚取生活费用的同时，又可以亲身感受社会这个熔炉;进修，让自己的知识得到更完善的补充;跋山涉水，游历神州各地，扩大自己的视野、丰富自己的阅历…… 而我则是希望能够深入社会，融入群众中。所以我决定参加今年我们学院组织的寒假三下乡社会实践活动。为自己今后从事相应工作奠下基础。

在这次实践中，我被分配到xx店街道xx社区当主任助理，我感到非常的欣喜和荣幸。在这半个月的社会实践中，我对社区各位领导和同事的细心指导和无微不至的关怀表示衷心的感谢，并且我从中受益匪浅。

在社区工作过的人都知道，社区里的事情都是比较繁琐的。作为主任的助理，我日常都是帮主任整理一些文件，查阅相关的资料，以及转告一些居民的意见等日常工作。尽管社区工作比较杂乱、烦琐，但是事情也并不多。所以我也帮助其他同事做一些我力所能及的事情。因此我具体的工作都是不固定的。在这期间，我们社区的主要工作有：农转非问题，城乡养老保险问题，4050发放，以及政府慰问金的发放等一些关系民生的工作。每天看到吴主任和其他的同事各负其职，又团结一致的处理和解决问题，我感受颇深。特别是吴主任处理事情的能力让我钦佩和折服。我也竭力的参与其中。然而，半个月的时间短暂而匆忙，我没有足够的时间去深入的学习和了解更多的事情。这有些许遗憾。

尽管实践的时间短暂，但是我学到了很多，这些都是我终生受用的。

首先，社区的工作是直接和社会底层打交道，是解决民生问题的根源，因此，在工作中，难免会碰到很多冲突和矛盾。作为领导，要有协调和处工作是非常重要的。

其次，我感受很深的事是吴主任解决问题的能力以及领导的能力。特别是在解决民众纠纷上，显示出了领导应有的能力，以及公平公正的态度。这是我值得学习的，也正是我欠缺的能力。在今后学习工作中，我一定会加强这方面的锻炼。

第三，我明白了团结的重要性，也初步了解了政府工作、行政的基本流程。我近距离的意识到政府在关注民生问题上的态度。

第四，面对新世纪机遇与挑战并存，针对当今农村青年生存发展的现状，各级政府和社会有关方面应向农村青年尤其是闲散青年投入更多的关注、关怀和帮助，引导他们学榜样、学技能、学科学、求创新，努力提高自身的综合素质，找到人生奋斗目标，成为自强、自立、自信的新一代农村青年。

第五，全面提高人们的素质道德水平的重要性。人的道德水平，极大地影响着人的各种行为。因此，对青年道德方面的教育尤其重要，营造和倡导良好的社会时尚风气，引导青年的文化心态和社会心理向有利于社会发展、有利于改革开放发展，从而抑制发展中传入的不良思潮的影响。

第六，懂得了学知识、求发展，坚持以繁荣文化塑造人。社区居民的整体素质不是很高，因此尽快提高他们的思想道德和科技文化素质刻不容缓。政府及社会应在有关方面要对他们进行爱祖国、爱家乡的教育，帮助他们学习党的富民政策和与社会主义市场经济发展相适应的思想道德和行为规范。

总之，在\"三下乡\"社会实践活动中我提高了认识，充分认识这次社会实践活动的意义;提高社会实践活动的实效;探索创新、增强了社会实践服务的能力。做到学习书本知识与投身社会实践的统一，走理论与实践相结合。我从与人民群众的广泛接触、了解、交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强。在实践中 ，我的人生观、价值观得到进一步的强化，提高了认识能力、适应能力和创新能力。

大学生寒假假期实践报告范文二

1月24日至1 月31日，我随广西玉林仁东寒假志愿团仁东分团来到玉林仁东镇大棚村社会实践。对于从小就比较娇生惯养的我来说，是一次难得的经历。短短的9天时间，感受了浓厚的乡村生活气息，也产生了很多感想。

大棚村是远近闻名的文明村，全村耕地面积1550亩，住户面积200亩，230户人家，800口人，其中党员19名。村固定资产50万，村民每年平均收入 1200元左右。生活在附近乡村中属富裕水平。甘村长自xx年上任以来，为村里的工作耗尽心血，给村里带来了大量收益，村子有了翻天覆地的变化。提起周村长，村里的老少爷们儿们都直竖大拇指。

进村后，首先引起我注意的就是有序的道路和整齐的房舍，以及道路两旁一望无际的大蒜田，与我想象中的农村有着相当大的区别。待融入到村中去以后，可以深切的感受到村里的治安情况相当好。经济上的宽裕和生活上的安宁，使我毫不夸张的用了安居乐业来作为周家村给我的第一印象。

听村里的领导介绍，村里的主要收入于种植业，其中200亩潮菜收益可达每亩1000元左右，而大蒜更是达到了每亩xx元。但当我们问到村中是否有自己的企业和项目时，村里领导向我们道出了苦衷：数年前曾有一罐头厂，在村里投入生 产，但不到3年，罐头厂就因接连亏损而在村中消失，而其后的几次上项目的想法，都因缺资金少技术(尤其是少技术少人才)而夭折。

人才、教育在我心中留下了深刻的烙印。在其后几天给村民上课的过程中，这个烙印日渐加深。

下乡过程中所见所闻很多，但我认为最重要的还是教育问题。科技是第一生产力!新时期农村的教育事业依然面临很多的问题，解决好这些问题将极大的促进农村的发展.

这次社会实践的时间为9天，参加队员有20名。在这短短的几天里，我们主要开展了四项较大的活动，下面我就简要的进行一下汇报。

在关爱留守儿童的活动上，我们组主持的专题叫“关爱花朵，精彩大棚”，做这个活动我们的初衷是想借我们的行动展示给这些缺乏关爱的山村孩子们的父母一个感性的认识，那些礼都是村委出钱资助给我们活动的。 我们这个活动是在这期志愿活动里的一部分。当我们给孩子们送去一些糖果和书本文具时，孩子们那种渴望爱的眼神深深的打动着我、震撼着我，缺爱、纯真、努力、上进是在场的每一个孩子都具备的，从他们那双充满求泪水的眼睛里，我可以清清楚楚的看到。

和孩子们一起的几个小时里，我过得快乐而充实，仿佛又回到了自己的童年，当一个小孩子代表给我们佩带红领巾的时候，我真的很激动，激动的程度不比我第一次带红领巾的时候差;当孩子们用洪亮的声音唱着《春天在哪里》时，我不知为什么，也许是一种冲动。我的眼睛开始模糊了，我想我真的是被他们感动了，被他们的纯真、活泼、朴实感动了。

在这些孩子的身上，我真正体会到了“我们社会对留守孩子的关爱是重要的”这句话的深刻含义，让我感觉到我的做法是对的，如果这次活动能增强他们对未来美好的憧憬，那我们的这个活动就算是成功了!

我们的这次活动得到了当地领导、村委、村民的一致好评。

为了尽快了解大棚村，我们第二天一大早就和村干部进行了座谈，座谈会的地点就在村委会，形式很简单，但内容却很充实。

村干部介绍说：“大棚村共一万三千亩耕地，种植的主要作物是水稻，其他还种一些蔬菜，象大蒜，潮菜什么的。养殖业也不算发达，正处在刚刚起步的阶段，还没有形成什么规模，主要品种比较单一，就猪、鸭、鸡等传统品种，特种养殖还没有。”

我们组有个成员是农学院学机械的学生，这次下乡的目的有一个就是调查一下农业机械在农村的普及程度和农民需要什么样的机械。但当我们问到这个问题时，村干部很干脆的回答：“我们村根本不存在农业机械化，一切农活全部由农民手工去做，完全是原始的东西，不存在什么机械化。”当时我真的很惊讶，问他们为什么不用一些机械代替人来做这些重复性很强有很繁重的工作时，他们是这样回答的：“如果都机械化了，那不就有更多的剩余劳动力了?”我想农民他们是有自己的想法的，也许他们就是这么认识的，我们的任务是来调查的，在短短的几天里，我们不可能改变他们的思想，就没有在往下追问。

于是我们就转换话题，说：“在现在的这种耕作过程中，有没有哪种工作是农民认为比较繁重的，希望由机械代替的?”村干部想了想说：“现在有一个问题就是水稻田被收割后，翻地再种主要由人力和畜力来完成，又费时又费力。希望有一种耕田的机器代劳。” 我个人认为，市场上应当有这种机器，只不过当地的信息不是很丰富。打算回来在网上或者从别的渠道帮农民们找找。

其他的队员也就他们自己的专业问了些问题，例如，学法律的就比较关心农业的法规政策等问题，像税费改革什么的;学化肥的就问的是作物的一些疾病。在他们问的时候，我就仔细地听，然后认真地作笔记，我想虽然这些跟我的专业不相关，但是多知道一些总没有坏处。

座谈大概持续了两个小时，我们对旧堡的总体情况有了个整体的认识，但光听村干部讲，是绝对不能完全了解的，所以我们决定下午亲自到农民家里去看一看。

吃过午饭，我们来到一家养鸡的专业户，它是全村开始养鸡较早的一家，直到今年已经5年了。我们去的那天是下午，正好她丈夫赶着鸡场去看看了，家中只有女主人和3岁的小女儿在，15岁的大女儿今年开学上初二，放假去学校补课了。

她家养鸡的数目是全村最多的，现在有500只呢;总共有4亩半地，除了一亩地种的是粮食，其余种的都是青菜，每年收获的大米和水稻有一般是用来喂鸡，但据她所说，这些是远远不够的，还需要一定量的饲料。

为了节约时间，我们制定了十六字的访问过程，即“赠送资料、说明来意、了解情况、记录问题”。有了明确的过程，我们访问起来，越来越得心应手了。

建立这个服务站的目的或者说是初衷就是使农大的学生与农民保持密切的联系，充分了解农民的需求，在他们的学习当中，根据自己的兴趣爱好有所侧重，真正做到学有所用，这样，他们学习起来就更有动力了;

同时，农民也能得到真正的实惠，首先，他们所提供的资料、信息都是免费的，没有经济利益在其中，也就不存在什么欺骗，不像有些种子公司卖假种子可以得到更多的利润却不顾辛苦一年而颗粒无收的农民，他们不会;其次，是长期合作，农民可以随时把遇到的比较棘手的问题通过服务站告诉农学院，要是他们能解决、有把握的东西，会毫无保留的告诉农民，如果他们解决不了，或者把握不大，他们也会负责的告诉农民，让他们先等等，他们会替他们去请教学校里专家、教授们。 这次建站我们主要做了以下几项工作：

1、制定“农业大学农村发展研究会旧堡农业科技服务站”管理制度的暂行办法;

2、经过走访农户，对农民进行了解，确定农业科技服务站站长以及旧堡村科技带头人;

3、 向农业科技服务站捐赠图书、光盘等资料，其中部分留在服务站作为保存本;

4、由于怕耽误农民的时间，我们决定为农民送书到家，加强对服务站的宣传。

这种人才流向并非只存在于农村和城市之间，也同样存在于小城市和大城市之间，落后地区和发达地区之间，以至于我国的西部和东部之间及国内和国外之间。

四、农事实习。说起来是很简单的活，就是给大蒜地锄草。

虽说这不是我长这么大以来第一次干这种活。但一开始乱锄一气，草没锄掉几棵，手上倒磨出了几个泡，后来慢慢的掌握技巧了，也锄的快多了，不一会我就把一垄锄完了。大蒜地里风很大，我这才亲身体会到了农民们的不容易，作为农大的学生应该给农民办点实事，更坚定了我们把农业科技服务站建下去的决心。

以上是我对主要活动进行的简要介绍，其中穿插了一些感想，下面我要对整个活动谈一些感受：

1、“团队精神、共同合作”在工作当中的重要性。

每个人对每件事的看法不会是完全相同的，所以处理事情有分歧是很正常的，但随着大家相互的逐渐了解，分歧会慢慢减少，工作开展也会越来越顺利。只有大家的思想统一了，心往一处想，劲往一处使，工作才能顺利出色的完成。

2、宣传工作和前期准备工作在整个工作中的重要性。

“好的开始是成功的一半”这句话都被人说烂了，可只有经历以后才能体会到它的真正含义。你要开展一项活动，如果宣传工作做的不到位，没有人来参加，活动怎么能开展下去呢?即使你准备的再充分再也白搭，给谁看呢?如果你前期准备的不够充分，观众或者说参与者一多，你准备的不够充分，肯定就会手忙脚乱，更别提发挥水平了。 从这次活动中，我充分认识到准备工作是一切工作的前提，只有做好充分的准备才有可能出色的完成任务。

3、我觉得做一件事情只要你努力了，用心去做了，不管结果怎样都是成功的!

这次的社会实践我的收获很大，感受也很多，以上只是一部分，请老师给予批评、指导。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十三**

回想起过去八天的社会实践经历，现在依然历历在目，这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全。在这短短的八天里，我体会到很多，感受也很深。

为了过一个特别的不同以往懒散的寒假，增强自己对社会的了解及提高自己的各项能力，我和初中的同学决定要在这个寒假开始我们人生的第一次创业—在春节到来前卖春联和利是。虽然这是一个小本钱的创业，但我们都很认真的做好每一个准备。尽管如此，一开始我们还是遇到了很多让我们措手不及的情况：从不知去哪里进货，向哪个部门租摊位，到不知如何摆放货物，再到一天的销售额只有十几块。第一天我们都很努力地在卖东西了，但就是没有客人上门买，而邻近的摊位生意却很好，那时我们开始担心我们是不是连本钱都赚不回来了。经过大家的商量后，我们决定去观看一下别的摊位的人是怎么做同类生意的，为什么我们的销售额会差这么远。

后来发现，第一：虽然我们对停在摊位前的客人都很热情却不对走过的客人叫卖;第二：虽然我们的对联和利是也很齐全且漂亮的，但对联和利是的摆放很乱更没有规律可言，而客人买对联和利是的时候都是按一定的顺序来拿的。经过总结，我们开始对路过摊位的人叫卖，刚开始叫卖的时候真的很不好意思不敢大声地叫，后来习惯了就越叫越大声了，发现叫卖其实是挺有意思的一件事。我们还把对联和利是按照颜色的不同和农村人贴对联和利是的习惯重新摆放一次。果然，第二天开始我们的生意就越来越好，虽然每天都很累我们却做的很开心，>收获也很大。

从这次社会实践中，我们学到：作为一个服务行业，顾客就是上帝，良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量，而想要提高销售量就必需让顾客满意。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。对于那些态度不好的顾客我们更要耐心地对待，让他们认为他们的消费是值得的，让他们心甘情愿地开开心心地消费。

经过我们的努力，我们赚回来本钱并获得了一定的利润。尽管利润不多，但我们从中学到：只有付出了才会有收获，但付出了不一定就能换来很好的收获，我们还要在付出的同时思考怎样才能让自己的付出有最大的收益。更要学会从别人的身上看到自己的不足之处并努力改进，也学习别人好的方法和技巧，只有这样我们才能不断的进步和不断地完善自我。

从这次实践中，我们也学会了如何更好地与别人打交道，无论是交际能力还是处事应变能力都有很大的提高。也更了解到社会这个大课堂真的很奥妙，我们有很多很多需要学的东西。

现在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。打工实践时间虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会到工作的辛苦，锻炼一下意志品质和各项能力，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。

我们都知道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地知道“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就业人才。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知识，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，我觉得我们应该转变观念，不要简单地把寒假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，交际与应变能力，让自己的人生观与价值观得到更大的发展。

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。在校其间就把握实践机会，锻炼自己的各项能力，为以后正式进入社会打好基础，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

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。但经过这次实践我学会了无论工作是繁重、繁忙还是清闲，都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对每一天。因为快乐的心态会使我们忘却工作的不顺，并能提高我们的工作效率。

这次社会实践拉近了我与社会的距离，让我深切地感受到社会与校园的不同，让我在社会实践中开拓了视野，学到了有别于课堂上的知识，也深刻地认识到创业是一个充满汗水与泪水的艰辛历程，进一步了解到要想实现目标必需付出更大的努力。社会是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，通过社会实践，我们的人生观和价值观会得到极大的提升，各种能力得到极大的发展，为将来进入社会做好了充分的准备。

这次社会实践的认识是一个开始，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。我相信这次的社会实践的经历会随着我的成长不断升值，因为它让我以一种清醒的姿态去追求自己的梦想。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十四**

一. 毕业实践目的

通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，为顺利毕业进行做好充分的准备，并为自己能顺利与社会环境接轨做准备。通过这次实践，使我们进一步理解和领会所学的基本理论，了解计算机技术和信息管理技术的发展及应用，较为系统地掌握计算机应用技能和信息管理技能，把所学知识与解决实际问题相联系，能够利用计算机处理工作中的各种信息，培养我们发现问题、分析问题和解决问题的能力，从而提高我们从事实际工作的能力。

通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，了解设计专题的主要内容，使我们能够了解社会、学校的需要，在实践单位领导的帮助，对自己今后所从事的事业有一个实习了解的过程。为自己能顺利与社会环境接轨做准备。

实践可以加强锻炼我们的能力，了解社会、熟悉民生，看清自己的定位是很有帮助的。而从就业角度来看，拥有丰富实习经历的学生在就业时的优势也是比较明显的。

二. 毕业实践单位概况

广州\_\_\_\_\_\_\_\_新材料科技有限公司，地处广州市中心城区，是一家专业从事新材料技术开发与产品应用推广的技术型企业，主要发展方向为前沿技术、环保等领域，产品应用于化工、建筑等行业。

广州\_\_\_\_\_\_科技有限公司应势而生，通过整合优势资源，强化核心竞争力，做好品牌推广与产品应用工作。公司已与广州市\_\_\_\_\_\_科技有限公司形成战略合作，成为\_\_\_\_\_\_混凝土增效剂产品全国总经销商。目前共有三十多家分销商，\_\_\_\_\_\_混凝土增效剂产品自20\_\_年投放市场，已成为混凝土外加剂应用行业新技术、新思路的创造者和引导者，市场前景广阔。

\_\_\_\_\_\_坚持“客户至上，倾心服务”的经营理念，组建了一支富有经验的市场服务团队，建立了完善的产品研发、供应和质量管理系统，能不断满足市场对产品和服务的需求。

与您携手，是我们的荣耀!我们坚信，展现在我们面前的必将是一个规范、有序、可持续发展的美好未来! 毕业实践内容

我在学校做代码的时候多一点，计算机硬件这里，接触的还真不多，技术成度介于初学者和高手之间，那种尴尬的中间部分。于是，我在毕业的一个月内，来到了这家公司，大部分都是我这种刚毕业出来的。公司的办公地点可以称做那种在闹市区的小店，但是老板告诉我们说有分公司，而且要在半年内做大做强，成人高等学历教育计算机应用技术20\_\_级专科\_\_\_\_\_\_毕业实践报告

把的自己的产品推销出去，所以需要招一个懂电脑方面的帮公司维护电脑和网络的畅通能正常的使用。俗话说：我不在乎有没有钱，我在乎的是有没有前途，大家看到这位老板有这么大的雄心壮志后，就决定在这里好好的干，当然做为新人的第一个月，工资非常少，1600元一个月，没有补助，半个月放一回假(新来的人都很有干劲，头一个月谁都没有休息)。做为一个有雄心壮志的人，这些问题对我来说没有什么，我真实的想法是希望通过在这家公司的工作，可以帮助我在技术上得到提高，使自己能达到一个质的变化，有所成就。

我实习所在的部门是技术部，主要从事网络、电脑维修工作。刚开始实习时，办公室的同事给了我一些有关部门运营和计算机维护的公司的规章制度，让我对公司运营情况和计算机计网络维护--特别是系统维护有了一定的认识，真正体会到了一个企业单位对人事的重视，理解了技术部的电脑维护工作虽然是企业部门运营的一个小侧面，但关系到企业在广大市民心目中的形象，我们中有经验的前辈还给我仔细讲解了计算机维护的每一款注意事项。

刚开始的时候有点手忙脚乱，不是这边搞错就是那边忘了，很多用的器材都叫不上名字，环境也很不熟悉，毕竟是刚出来工作的嘛，很多都是同事指导和帮助我。由于后来心态的调整和渐渐的熟练，慢慢地学得差不多了，就呆办公室里，有工作就安排给技术员，没有就闲着，忙的时候一直忙，闲的时候就发呆，和同事套近乎，期盼着能有多点事情安排给我做，不然实在是太无聊了。在部门领导及全体同事的帮助指导下，经过多天的学习、工作，我已熟悉整个维护服务的流程，可以独立、熟练地比较准确地报出各种网络故障问题。

我主要做的是电脑组装和硬件维修，电脑组装这个活不难，可是重在实际操作，因为在学样的时候，偏爱软件方面多一些，所以这硬件的活还真生疏了不少，不过在一些同事的带领下，我很快就掌握了这些本领，并且通过实际工作，很快就可以独立掌握给用户安装电脑了。

安装电脑

组装电脑这个活，经过我总结发现，有以下几点：

1、实际操作能力。工作时，如果你只是把书看的明白，可没有实战过，那么在实际操作的时候，你会变的手足无措，不知道从何处下手。

2、工作时，要细心、注意细节。电脑硬件这些东西，有些部件是十分的娇贵的，要小心对待，那种感觉就像是对待初生的婴儿似的，比如cpu就要物别小心，不能把上面的针角弄坏了，哪怕是一个，都会影响它的使用，还有就是主板，使用的时候也要小心，因为主板就像是人的身体，身体一坏也就不能工作了，这些都是注意的地方。

3、及时了解市场动态信息。因为电脑硬件更新快，价格变化也快，所以只

成人高等学历教育计算机应用技术20\_\_级专科\_\_\_\_\_\_毕业实践报告

有经常浏览相关信息和到批发市场上了解最新的产品才可以，否则，就会在激烈的市场竞争下被别人的店给淘汰的。 组装电脑的工作流程：

组装电脑时，我们会根据公司的需求，列出电脑配置单，然后去采集相关贷物，在安装时，首先拿出主板，然后安装cpu和风扇，这时在将已安装cpu的主板放入机箱内固定，安装其它硬件，如显卡、网卡、硬盘等，最后进行跳线，在跳线时要注意线序，因为有的前置usb接口没有标识，所以很容易安错，结果导致跳线烧毁，这都是要注意的。当安装完毕后，我们还要安装操作系统，这个可以使用特定的系统盘，十分钟左右就可以搞定。最后，一台电脑安装完毕，我们拿给有需要的同事试用，看看有没有需要其它的软件要安装的。

电脑维修服务

电脑维修也是我经常要做的工作，通常我们会接到其它办公室的电话去解决问题，一般用户电脑出现的故障主要有：

1、操作系统损坏或种毒

使用自己从网上找来的系统文件，按照在学校的学到的知识，简单熟练的把系统给安装完了，而用户一般出现安装系统的情况大多是，系统种毒，或因使用不当造成系统文件损坏。

有一次，办公室的同事拿来一台新电脑，叫我帮我重装一下系统，以前在学校觉得装系统是很简单的一件，于是我大声的说没问题。下午可以过来拿，我记录他的对电脑系统的要求，需要什么软件我一一的记录了下来。就要开始我的装系统之旅，原本的系统是新买时的原win8系统，叫我换成win7,然而我像平时那样操作了起来，但装完我发现没装上，当时还以为是我没有安装到位，这一次我认真了起来，对系统重新装了一次，但还是没有装上去，于是我开始慌了。毕竟这是我刚来公司，对同事所做的第一件事，我必须得留下好印象，于是我开始了在网上找资料看一下是什么原因。网上说是硬盘接口类型要改一下，要在bios改一下硬盘接口类型，才能装上系统，于是我进入了bios后怎么都没有发现网上所说的那个选项，当时我就懵了，当时在学校学习的时候以win7为主，还没有win8的系统。当时我冷静了一下，在想着要怎么解决这个问题。后面我突然想到有一个朋友在学校实习，于是我立刻打电话过去请教他。经过他的指导，我把系统的硬盘全格后，然后在分区工具里面把硬盘的接口类型改了另外一个，然后重新分区。然后再装系统。最后把它给装上去了。到最后我不得不感叹科技的发展实在是太快了，人只有在不断的实践、学习才能跟得上科技的发展。才能在这个残酷的社会上生存。

2、计算机上不了网

成人高等学历教育计算机应用技术20\_\_级专科\_\_\_\_\_\_毕业实践报告

用户计算机上不了网，是第二大问题，多数原因是路由器配置出现问题，或ip调控出现问题，一般我们会帮助用户调整ip或处理路由器。也有机子是系统方便的问题。这个两个方面都还是不能解决的话上不了网，我会抱歉的跟同事们只能装重做系统。遇到这种问题是我最不想出现的。这样会让同事感觉你的技术不是那么扎实，给人的印象不是很好。当然有的机器上不了网是硬件出现问题，这样我就会登记好是什么硬件，然后像财务报备一下，需要采购一下硬件。

3、计算机无法进入系统

这种情况大多是出在计算机业卡上，或者是计算机电源上，这时我们需要使用专门的故障检测卡来检查计算机硬件，并对出现问题的硬件进行更换处理。

通过在电脑维修工作，使我的技术得到了极大提高，也使我的个人社会交往能力有了进步，因为上门服务除了修机器就是接触人，通过接触客户，和客户进行沟通，使我自己在与人交往上变的更加有自信了。尊敬的老师，通过这次实习，我在各方面取得了进步，在今后，我将会更加努力的工作，已报答老师和学校对我的培养。

作为实习生，我严格的要求自己，甘于吃苦，任劳任怨，尽心尽力，遵守公司的规章制度，主动打扫办公室卫生，尊重领导，维护领导的威信，适应领导的工作习惯、工作方法、工作风格以及工作特点。主动向领导、向办公室同志学习，取长补短，加强沟通，增进了解，提升能力。对领导和办公室交办的日常文字材料，即接即办，保证按领导的要求按时、准确办结，不断提高工作效率。

我的领导逻辑性较强，凡事爱有个前因后果，对这样的领导就要在谈工作时要讲事实，摆观点，有分析有推理，了解领导的工作风格和特点，目的是为了更好地做好工作。当然，在尊重领导的前提下，要敢于提出自己的观点，要有维护真理的精神。在协调与本部门领导的关系时，对待当事人要热情周到，庄重大方，言行得体，不卑不亢，树立起一言一行，都直接、间接地影响办公室或领导的形象的意识。

我所学的，我知道的知识还远远不够。每个礼拜，我们要做一次材料计划表。其实这个表是很简单的。这些简单的文档操作平时觉得是微不足道的一些知识好像根本就不用多说的问题。但真正自己在实际操作中确实是模棱两可的。这说明自己对自己所学知识太浮了们有深入，这种眼高手低的毛病在工作中是最忌讳的。所以在工作中端正态度是必须的。

感触最深的是自己的社会经验不够丰富，我觉得工作并没有想象的那么轻松，接触的都是有很多年社会经验的大人，跟他们在一起，需要把自己摆在大人的立场上说话，思考问题，说话办事都要有所注意，有时会觉得很累，但是我把这次实习当成是锻炼自己，接触社会的平台，不管有多困难，也要努力克服，要

成人高等学历教育计算机应用技术20\_\_级专科\_\_\_\_\_\_毕业实践报告

抓住这次机遇，不断的向他们学习，充实自己。

虽然实践用到的计算机专业的知识不多，但是我仍然能够感觉到自己的计算机知识还是不太扎实，如果要学以致用，还需要进一步加深自己的知识水平。

在实践期间，我深切地感受到，技术服务部是一个团结、上进、充满活力的集体。每天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，办公室里仍然会听到笑声;面对客户，大家总是热情真诚;面对工作上的困难，大家总是互相帮助，直至解决难题。整个部门和睦相处，就像一个温馨的大家庭。而部门领导就是这个家庭中的家长，给每个人很大的空间自由发挥。从他们身上，我真正体会到了\"敬人、敬业、高效、高水平服务\"的真实意义，体会到了服务部\"服务、奉献\"的意义，体会到了\"创造完美、服务社会\"的服务理念，知道了什么是\"创新就是生活\"。特别令我感动的是，每当我遇到困难向大家求助时，谁都会无私的告诉我;我对能到这样的公司实践感到骄傲，感到自豪。我很庆幸自己能在这样有限的时间里，在这么和谐的气氛中工作、学习，和同事们一起分享快乐，分担工作。所以我努力向同事学习，不懂就问，认真完成领导和同事交给我的每一项工作。部门领导和同事也都尽力帮助我，给我有关知识.

三. 毕业实践心得体会

在这段的实习期间中，我学到了许多书本上学不到的知识。从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，你可以有很好的同学，很好的朋友，大家相互嘘寒问暖，不必勾心斗角。而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。存在着利益关系，又工作繁忙，就多了份人情世故。诸此种.种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

通过实践使我对计算机有了更具体认识，通过对计算机的具体操作和亲自实践巩固了课本上学的知识，在这个基础上把所学的计算机应用专业理论知识与实践密切结合起来，培养自己实际工作能力与分析能力，达到学以致用的目的。理论与实际的结合，学校与社会的勾通，进一步提高了自己的思想觉悟，业务水平;尤其是观察分析和解决问题的实际工作能力，实习的一个重要功能，在于运用教学成果，检验教学成果。运用教学成果，就是把课堂上学到的系统化的理论知识、尝试性地应用与实际的工作中。我在就业心态上也有了很大的改变，以前我总想找一份适合自己爱好，专业对口的工作，可现在我知道找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触。所以我现在不能再像以前那样等待更好机

成人高等学历教育计算机应用技术20\_\_级专科\_\_\_\_\_\_毕业实践报告

会的到来，要应尽快丢掉对学校的依赖心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。再就是时常要保持一颗学习、思考的心。作为一名大学生，最重要的就是自己学习和思考的能力。在环保公司这样一个新环境中，有我们很多值得学习、值得思考的地方，这就需要自己保持一颗学习、思考的心。首先在技术方面，要刻苦的补充自己的不足，认真地对待工作，时时刻刻的思考和学习。同时，在企业的环境中，更要注重学习他们先进的管理和人文文化，以丰富自己的社会知识和管理文化知识。这样，可以为自己日后的职业生涯打下良好的基础。

总之，这次实习使我获得了人生第一笔宝贵的工作经验，虽然在步入社会后，还有很多东西要学习，很多教训要吸收，我知道这些给我的仅是初步的经验积累，对于迈向社会还是远远不够的但我想我已经做好了足够的准备，无论是心态上还是技能上。现代社会的竞争是残酷的，但只要努力地付出，我的职业生涯就必定会开出希望的花，我相信我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会把你拒之门外的。

实习，是开端也是结束。实习的同时也让我了解到了自己的不足,在今后的工作和生活中，我会继续努力,完善自我。更加努力的奋斗下去。

对毕业实践单位改进的意见、建议和总结

感谢广州\_\_\_\_\_\_科技有限公司的各位领导和同事，是他们对我孜孜不倦的支持、帮助和指导，才使我满载而归，是他们给我上了步入社会前的第一堂课。我会加倍努力的学习，为真正的步入社会打下坚实的基础。在这实习期间我对公司提出一点意见仅代表个人意见。

1、公司有经济的条件下可以换个更高级一点的路由器，在实习中我发现公司的路由器的功能不是很齐全。虽然能满足现在的工作量。但有些功能还是达不到的虽然那些功能暂时不怎么要用但为了长期的我建议可以换掉。

2、公司的模式流程个人觉得有点复杂。例如报销费用不用大小都经过总经理签名才能报销，可以设置报销金额的大小还决定。有时候报销一笔小费还要等上个把星期等到经理来才能报销。

以上两点是我对公司的意见。希望公司在后期能改进一下。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十五**

转眼间大学第一学期已将结束，大家都归心似箭，希望赶快回家，同时各自也在为自己制定这的寒假的实践活动，随着假期的到来，束缚已久的身心终于可以迎来自由自在的天空，呼吸着冬天特有的味道，去享受体会属于自己的假期。寒假是学生充实自我、增加阅历、了解社会的重要阶段。作为社会中思想最活跃的群体，大学生都有着自己精彩的假期计划：打工，是一种身心的磨练，在赚取生活费用的同时，又可以亲身感受社会这个熔炉;有人抓紧机会去进修，让自己的知识得到更完善的补充;有人则准备跋山涉水，去游历神州各个地方，扩大自己的视野、丰富自己的阅历…… 而卧则是希望能够深入校园，融入学生的群体中，所以我参加三下乡调研支教这项活动。

假期实习能够锻炼我们的能力，但不是朋友一拉、老师一说参加实践有这样那样的好处，脑袋一热就上了，一定要保持一颗平常心去面对。在持有正确的态度，向有经验的老师和同学咨询，然后真正的全身心的投入到其中。可以很好的提高学生的观察力，能发现问题分析问题，更深入的了解学生的生活学习情况，毕竟大学生大多是来自于农村，最后也要服务于农村，及早深入社会有助于大学生为将来的工作与生活做更充分的准备。

从准备下乡到下乡结束,我始终都是怀着学习进步、提升自身的思想来积极参与暑期“三下乡”社会实践的。从和三岔村乡亲们接触到磨合，再到打成一片,该村亲们对我们关怀备至,使我们体会到该村亲们的淳朴及该屯民风的淳厚，让我们真正感受到社会主义新农村建设的新风吹遍大江南北，人民生活水平不断提高。

我们在下乡实践的同时也为社会主义新农村建设注入了新活力，为农村带去了新知识。我们每天都在忙碌地调研，支教，把热情挥洒在这社会主义新农村中，践行我们的诺言。在服务期间，我们深切感受到农民在平时劳动中总结的种植经验，令我们收益颇多。这短短的七天,我和村民们结下了深深的情缘。

通过此次下乡，我有如下收获：

大学生参与\"三下乡\"活动是青年学生健康成长、将自身价值与祖国命运紧密相连的必由之路。把学习书本知识与投身于社会实践统一起来，自觉走与实践相结合、与人民群众相结合的道路，努力缩短自身成长与社会需要之间的距离，提高解决实际问题的能力，到改革开放和现代化建设最需要的地方去见世面，长才干，这对我们青年大学生具有十分重要的意义。

有利于了解国情。我们出生在改革开放的大浪潮之下,成长在邓理论不断发展的年代，对社会主义初级阶段的认识，对改革开放的认识，单从课堂上是难以深刻体会到的。因此我们必须走向社会，深入农村，去深刻地了解占全国人口80%的农民生活现状，了解他们的所思所想，真正在实践中深化对邓理论的认识，深化对改革开放的理解，提高对胡所提出的“八荣八耻”精神的理解。

有利于体察民情。淳厚民情和朴素民风中的情感滋养，是难以尽得于书本的;贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园。走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

有利于增长才干。坚持学习书本知识与投身社会实践的统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准。到祖国最需要的地方磨练意志，砥砺品格，把学得的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才。

实践充分证明，社会实践促能进大学生的全面发展。通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触、深入了解和亲切交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感随之增强。在实践中，我们的人生观、价值观得到进一步的强化，认识能力也有较大的提高，适应能力和创新能力也会大大的提升。

我们在通过大学的学习后，要想尽快的成为现代化建设有用之才，适应社会的需要，就要在学习期间，积极参加社会实践活动，认识社会，认识自己的社会位置，明确自己的历史使命，激发自己的学习热情，调整和完善自己的知识结构，战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，为适应以后的工作做一定准备.这也是我们参加\"三下乡\"活动的目的之一.

1、农村是一个使人心情趋于平静的地方;

2、与农民多沟通可以使我们打心底感觉到最淳朴的真诚，

3、安全问题应该是农村的一个隐患，相关部门应做好农村治安管理工作;

4、做农活掌握时令非常的重要，应引导农民按时令进行生产;

5、一个村屯与另一个村屯虽近但农作物却有很大的不同，因地制宜很重要;

6、农民富裕后，脑子里想的是怎样用农业收入来进行生意投资，相关部门应注意引导;

7、民风民俗的形成，需要很长的一段时间才会有大的改变。

8、要像农民那样真诚待人事物、踏实做事。

9、不注意卫生是农民生活的最大问题，生活富裕了卫生却没“富裕”。

亲身体会农村的风土人情，近距离接触纯真的孩子们和淳朴的村民们，三下乡真的是特别难忘的经历，不仅实地调研，收获农耕知识，而且在精神上也是有很大收获，在传递给孩子们美好信念的同时，我们也被自己感动。原来，面向朝阳吼出的不仅是歌声还是我们对于生活的热爱。响亮的支农口号，喊出的是我们支农惠农的决心。身为大学生，未来社会的建设者，深刻体会到超乎小我的社会责任感。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十六**

在这个漫长的暑假中，我接受我院学生会的倡议，积极参加学校内外组织的的各种假期社会实践活动。作为一名未来要迈入社会的学生，深入社会、实践锻炼是一门必经的功课。因为我相信因为经历所以懂得，只有了解社会，你才能真正做到融入社会。

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，它让你开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。 放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定， 也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。

这段时间，我帮忙接电话、复印资料、整理资料，帮忙签字。在学校，会有人通知你做什么，有老师、同学督促你。可在这里，必须自觉去做，而且要努力做好。更重要的是，必须放下尊严，老老实实做一个打工者，在现实面前，我们要学会忍耐，社会是不公的，公平是要去争取的。有时遭批评时会感到委屈，但接受并改正又是防止再一个错误发生的前提，因为激烈的竞争随时使你面临失业。

暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值。

虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升·但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。经过实践的修正，当刚回到家的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”—就业危机，因此而为将来而感到紧张

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流交往的能力，有些东西以前没有尝试过，难免会出差错，如果我还这样的话，以后很有可能在社会上没有立足之地，现在的社会不仅要有知识，还要拥有一些应辨能力等综合素质,只靠在学校汲取知识，远远不够，从现在开始，就要培养自己的能力。

而且我还明白了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。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事。在学校，更多的是学习氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更好的成绩而努力。而工作的场所，每个人在为获得更多的报酬而努力。学校里主要学习理论，我们经常抱怨理论与实践不能结合，，在学校读书的人宁愿工作也不想读书，而已在社会的人都宁愿回校读书。我即将不再是一名大生了，而是社会的一分子啊!我们只有学习了先进知识，比别人具有了更高的起点，才能应付各种工作上的问题。

“真理来源于实践，实践出真知”我们只有在不断参加社会实践中才能将我们在学校所学的知识与社会实践相结合。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

我欣喜地看到，经过社会实践的磨练，我们变得更加成熟、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我们有理由相信，当代青年大学生有实力承担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动!

总之这次实践让我学会了很多东西，给予我了很多启发。但实践也只是个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断的进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大的贡献。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十七**

实践人：

实践时间：20xx年1月25日--31日

实践活动：：

实践目的：

第一、勤工俭学;

第二、丰富假期生活;

第三、应用所学专业知识，做到理论与实践相结合;

第四、锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获;

值春节到来之际，我市贝克大酒店发布兼职信息，趁着时间充裕，我利用寒假时间在贝克大酒店进行了为期六天的兼职实践。

郑州贝克大酒店位于巩义市中心市区的繁华地段，是河南大峪沟矿业(集团) 责任有限公司和美国好运来集团公司共同投资兴建的中外合资企业，是巩义市首家被国家旅游局批准评定的三星级旅游涉外饭店，是巩义市对外改革开放，接待中央、省、市领导大型会议的窗口。

郑州贝克大酒店拥有标准客房和豪华套房200余间(套)，设施完备的大型多功能厅，13个不同格调的高级行政会议室。“现代化的三菱电梯，先进的中央空调，卫星电视，电脑烟警报警及自动喷淋消防系统一应俱全，国际国内电话打进打出均为直拨。设有五百座位的中西餐厅及14间情调各异的高级包厢，由广东、四川名师主理川、豫、粤菜及四季海鲜，东北泡菜、炖菜，特色风味面庄系列更使您一饱口福。并有咖啡厅、酒吧、夜总会、卡拉ok舞厅、ktv房，美容美发、桑那按摩，娱乐中心、地下双层停车场等配套设施。现代化的商务中心提供：电传、传真、打字、复印、预售全国各地机票、火车卧铺票及商务洽谈等服务。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样，贝克大酒店岗位主要有大厅、总台、客房、餐厅、酒吧、商场、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人用膳的主要场所，也是饭店获得最隹经济效益、弹性最大的部门之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味隹肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点之后，但是我却从中学到不少书本上没有的知识，也顺利的将所学充分运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

一、服务

在服务中，有不少礼貌礼节是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热情和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我的理论知识帮了我很大忙，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了毫不马虎，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

二、质量

饭店是我国旅游业的重要组成部分。饭店服务的质量是饭店的生命线，要提高饭店服务质量，关键在于提高饭店员工文明礼貌这个最基本素质。讲究文明礼貌，既体现饭店员工对宾客的基本态度，更反映了一个国家精神文明和民族文化修养，就个人而言，则是衡量道德水准高低和有无修养的尺度。因此，饭店员工必须十分重视饭店服务礼貌礼节知识的学习和修养，而所有有名的饭店，都是和至高无善的服务是分不开的。

在这一点上，经年累积的素质和文化水平使得我应付自如，完全没有任何阻碍，我让我和同事们相处愉快，度过了美好的六天。

三、微笑

饭店能够做得好，还离不开一个主要因素：微笑。古人云：“没有笑颜不(20xx火车站社会实践报告)开店”。微笑可以赢得商朋满座，产生最大的经济效益。所以，可以说笑是对一个饭店的治店法宝，企业的成功之道。

微笑面对顾客也是我们的准则，所以领班要求我们像面对家人一样服务顾客，做到微笑自然、自信，这对兼职的我有一定的困难，但我也努力按照标准去完成，虽然并没有完全适应，但至少可以微笑以对。

通过这次的兼职实践，我也观察到我市旅游业的严重问题：

首先，旅游消费指数低，我市三星以上饭店尚不足五家，而本市人民消费水平还没有得到完全开发，所以对星级饭店的消费明显少，致使星级饭店的少量化。

其次，服务质量低下，全市有不少饭店旅社，但规模实力小，经营管理分散，体制不活，营销手段滞后，技术依托和网络化水平低，市场尚不规范，绝大部分为“小作坊”经营方式，只有几个员工，顾客的服务得不到完全满足。

再次，在消费层次低的情况下，当前的饭店市场竞争是单一的价格竞争，这是一种低层次的恶性无序竞争，恶性价格竞争最终导致行业利益的损失和消费者所应享受的服务质量下降。

希望在未来五年中，有更大优秀的旅游服务人员出现，能够解决这些问题。而我也会努力学习专业知识，将来必将投入我市的旅游发展中，充分发挥自己的才能，为家乡的发展做贡献。

**假期实践报告400字 假期实践报告1000字篇十八**

白驹过隙，一转眼，我们已迎来了大学的第一个暑假，这也就意味着再等到新学期开始我们可就是学长学姐了，让我不得不再次感慨时间飞逝，是啊，去年的这个时候我们还是一个刚刚毕业的高中生而已，准备用整个暑假的时间把高中三年的压抑释放出来，而现在已然是一名大学生一年有余了(当然，如果按开学时间来算自然是不大到一年)，弄不清是什么时候褪去的“新生”的外衣，但是这会儿却颇有一种“老生”的滋味。仿佛一切都在一夜之间变老，让人猝不及防。 来不及多多回忆大一的生活，暑假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧!不再多言，且说这个暑假我是如何度过的吧!

坦白说，本打算在暑假里到工厂找一份临时工作的，遗憾的是并没有找到，附近的工厂里都没有熟人，厂子里似乎也不缺人，远的工厂里就更不可能找到活干了(也许是不够远，后来听说许多同学都在外地打工，而没有回家，由此不免感到有些惭愧)。倒是在一开始找了一份在饭店端盘子什么的工作，不过离家较远加之还要上夜班，所以必须得住在那儿，后来让我给推辞掉了，因为那样一来几乎天天不能在家了，而我想多陪陪母亲。就这样一连十多天都闷在家里，没有找到任何工作。 一天接到高中同学打来的电话，说是次日七八个同学小聚一下，心想也是，毕竟一旦开学而同学又不在同一个城市，连见面都不太可能，更别说弄一个小小的聚会了，遂决定参加聚会。

事实证明，我的决定是非常正确的，聚会那天中午一起吃饭喝酒的时候，大家无话不说，最让我受益匪浅的是，有两个同学大一一年利用空闲时间自己挣了不少工资，更重要的是他们藉此锻炼了自己在社会上闯荡的能力，此外还有一个同学就在这个暑假办了一个补习班，收了五六十个即将上高中的学生，保守估计一个暑假下来净赚几千元。其间，“社会”一词必然成为话题的重中之重，彼此交流闯荡社会的经验、趣闻，以及个人对社会的认识，一顿饭的工夫，我觉得自己的思想已经相当落后了，自己对社会的认识恐怕多半是纸上谈兵吧!因此，我自是沉默而少言，有同学禁不住问我这个暑假没出去打工?我如实诉说，不想同学竟帮我出主意，他们比较了解我的性格，有些内向，所以出的主意多半是要我突破自己，多和人打交道，说在社会上不会交际是不行的!最后，一同学说暑假有很多商场都在搞活动，恰好他姨市某大型超市的经理，说可以帮我问问她那要不要人。我欣然说好!不几天同学打来电话叫我去他姨在的那家超市工作，同时还有另一个同学和我一块。 到那儿之后，工作并不是当售货员，而是这段时间超市在搞家电“以旧换新”的活动，也是顺应国家号召家电下乡的举措，而我的工作就是负责向市民宣传这一活动兼咨询员的身份。具体细节，在下文中会有详细说明。

那是一个有点阴的早晨，给我介绍工作的那位同学和我一块去了那家大型超市，到那后与另一个参加工作的同学会面，然后我和那同学一块被引荐给给我们介绍工作的同学他姨，我们都很有礼貌的称她为姨。随后，她把我们俩领到了一个会议室，让我们在这先休息休息，过会儿会有人来告诉我们具体的工作流程等。是时，会议室已经有几人学生摸样的人在那儿了。大约十分钟后，来了一个二十五六岁的男子，进门后他做了一个极其短暂的自我介绍，随即切入主题，现在由他正是为我们培训。 他发给我们一人一张活动宣传传单，不等我仔细看那张宣传单，那人便像我们介绍起来：“我们这次搞的这个活动叫做‘家电下乡，以旧换新’，什么意思呢?就是说，你们看着那张传单，你看那个电视是不是标有两个价，一个是原价，另一个是以旧换新价。什么叫以旧换新呢?怎么个换发呢?传单上说的很清楚，但是我还是要跟你们讲一遍，因为你们得比一般人更加明白，你们说是不是?!”在座的有人点头，有人说是，还有人在莫名的偷笑。那人接着半开玩笑似地说道“认真听啊!这可不跟你们上课一样，上课走个神一般不会有什么严重后果，是吧?但是在这，一会没听明白给我走人。”我们都笑了。笑后想想，他说的很在理，等到真正参加工作时，如果态度不认真负责，那么结果很可能就是失去这份工作! 那人仍在孜孜不倦地跟我们解释，不仅脸上的表情丰富，肢体语言也很有特色，似乎生怕我们不能理解他所说的任何一个字：“所谓的以旧换新就是把旧家电折合成一定的现金，当然这现金不能兑换，只能用于买传单上的那些电视机，旧家电不一定非得也是电视机，什么洗衣机、电磁炉的，只要是家电就行，当然手电筒是不行的。”我们又是一阵欢笑，渐渐佩服起他的幽默来，“这家电呢，不论它坏没坏，不管它坏的程度怎样，都能拿来换。当然有人会问，21英寸的旧电视跟25英寸的旧电视折合一样的钱?对!大家都知道，旧家电回收后就只是拆它的那一点稀有金属，而不管你是什么样的家电这部分的含量都是差不多的。说句实在话，旧家电值不多少钱，关键是国家补贴的那13%。不同价位的电视优惠不同，你看那传单上，是不是越贵的优惠的越多?”我看了一下，的确是。

培训临近结束，那人说道“大家都明白了吧?不懂的抓紧问……一次机会，两次机会，好，没机会啦!”我们只是笑，听他讲的那么细，谁还会不懂呢?看见我们都懂了，他接着说“好。看来大家动明白了，那现在我给你们分派一下任务和地点，咱们还有几个分店，总店这边就留两个人。一会呢，你们每人拿一摞这个传单，到时有人向你们咨询时发给他一张，再一个，不咨询的碰上了也发一张。发了他不就咨询了嘛。你们工作的地方呢，条件还是很好的，到时候在超市门口外边搭一个帐篷，你们就在那个帐篷里，有人就会过来问你们了。”之后，他给我们分了工作地点，我很幸运的留在总店。

其实，在以前我曾见过这种活动，所以这次培训效果还是比较显著的，没用多大点功夫我就熟知各项事宜。于是，不自觉的在心里做着各种各样的实景模拟，甚至在想到时要不要说普通话。想归想，还是要付诸实践才行。半个小时后，我已坐在帐篷里当起了“咨询员”，面前有张桌子，桌子右前方竖着一个牌子，上写着“咨询处”，而帐篷上也挂有横幅“家电下乡 以旧换新”。看着感觉着这些，心里莫名的感到一种自豪。原以为是两个人同在一顶帐篷里工作，不想却是分开的，超市有两个入口，可谓前后门，所以一个门口搭了一顶帐篷。不过，自己干就自己干，没什么大不了的。

我的第一个服务的对象是一位老大爷，他说一口地地道道的本地话，受他影响我怎么也说不出普通话来了。老大爷似乎对一切都很好奇，一直在问，问得很是仔细，我并没有感到厌烦，反而觉得能把我知道到表达出来，从而让别人明白，这是很令人自豪的事情。我发现在我耐心给老大爷解释的时候，老大爷的身后旁边又都聚集了好些人，他们都在全神贯注的听我讲解，忽然感到一阵紧张，在这之前我哪有当着这么多人说这么多的话过呀!我想这就是社会，这就是生活吧，与人打交道，没什么可畏惧的，想到这先前的紧张渐渐变得很淡很淡了。我尽自己最大的努力把自己知道的以及自己的理解统统告诉人们，看见他们带着一种理解了的表情离去，真的很是欣慰!

“以旧换新”的活动只持续了四五天，之后是商场各式各样的促销活动，工作方法大同小异，都是在一直跟人说话都是待在那顶帐篷里，再热的天有顶帐篷，心里也会感到一丝凉意的，这样一直工作了十几天直到商场活动告一段落。虽然时间不是很长，但是在此期间我还是学到了许多东西，明白了许多道理，对人生也有了新的领悟。

这十几天的时间都处在跟人说话的状态，渐渐认识到说话也是一种艺术，要让别人心服口服的接受你的思想必须在说话上下大力气，要循序渐进，语气要恰当温和，要给人一种亲切的感觉。顾客是上帝，这话没错，一定要微笑待人，决不能板着一张脸，尤其是不能带着情绪上班，这是工作的大忌。社会是人的社会，在社会上就要认识人，认识更多的人，与人交流，与更多的人交流，而不能恪守所谓的不和陌生人说话，所有的一切且都是从零开始的，人和人都是从不认识到认识的，试着让自己去接受他人，同时也让别人乐于接受你。予人玫瑰，手有余香。 纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。真的，通过实践，你会发现你所学到的要比从书本上或者从别人那里直接灌输过来的要深刻很多倍，通过实践你把自己的知识也好，思想也好，都和实践相联系，并不从实践中学得的东西真正转化成自己的一部分了。我想实践与认识的辩证关系在高中我们就已学过了，就没必要赘述了，我想强调的是，通过亲自实践你会更加明白实践与认识的关系的!

总而言之，作为大学生的我们，一定要让自己多多参与实践，使得思想在实践中得到升华，更好的认识和适应社会生活，更好的领悟人生的真谛和做人的道理，为将来以后走出校门，走向社会打下牢固的基础!

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