# 2024年暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右(九篇)

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-10-12

*“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。那么报告应该怎么制定才合适呢？下面是小编为大家整理的报告...*

“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。那么报告应该怎么制定才合适呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇一**

20xx年x月x日，天气晴朗，艳阳高照，我去了提前已联系好的广元万村农资有限公司三堆分公司的销售部报道。一到销售部门，变看见公司的物流车停泊在外面，两位老员工正在卸货，我走向柜台，找到了负责人——店长，简单介绍了自己，便在他的带领下，开始了我的实践之旅。店长是一个很朴实的人，他为人热忱，在农耕事业上更是经验十足，教会了我很多东西。

首先，他借着下货的机会，向我介绍了各种化肥和作用，比如说：

一、钾肥的作用：钾肥用于农业生产，它对农作物的主要作用是平衡氮、磷和其它营养元素，可促进植物蛋白质和碳水化合物的形成，调节植物的功能作用以达到发展根系，强壮枝干，提高抗旱和抗寒能力。钾肥还可改善作物的质量，使作物增产，结合土壤、气候条件和作物种类，按比例施用氮、磷、钾肥，对提高农作物单位面积的产量是非常重要的。

二、磷肥的作用：合理施用磷肥，可增加作物产量，改善作物品质，加速谷类作物分蘖和促进籽粒饱满;促使棉花、瓜类、茄果类蔬菜及果树的开花结果，提高结果率;增加甜菜、甘蔗、西瓜等的糖分;油菜籽的含油量。

三、氮肥的作用：

(1)提高生物总量和经济产量;

(2)改善农作物的营养价值，特别能增加种子中蛋白质含量，提高食品的营养价值。施用氮肥有明显的增产效果。在增加粮食作物产量的作用中氮肥所占份额居磷(p)、钾(k)等肥料之上。

当然，这些我记了很久，虽然高中学习了生物，但是也只是浅浅的了解了一些。

他不仅介绍了化肥的作用，还介绍了各种化肥的注意事项：

一、钾肥：氯化钾为中性、生理酸性的速溶性肥料，不宜在对氯敏感的作物和盐碱土上施用，如烟草、甜菜、甘蔗、马铃薯和葡萄。可作基肥和追肥，但不能作种肥(氯离子会影响种子的发芽和幼苗生长)。硫酸钾为中性、生理酸性的速溶性肥料，适用于各种作物，可用作基肥(深施覆土)、追肥(以集中条施和穴施为好)，可用作种肥和叶面喷施(浓度为2-3%)。

二、磷肥：过磷酸钙：能溶于水，为酸性速溶性肥料，可以施在中性、石灰性土壤上，可作基肥、追肥、也可作种肥和根外追肥。注意不能与碱性肥料混施，以防酸碱性中和，降低肥效;主要用在缺磷土壤上，施用要根据土壤缺磷程度而定，叶面喷施浓度为1-2%。钙镁磷肥：是一种以含磷为主，同时含有钙、镁、硅等成分的多元肥料，不溶于水的碱性肥料，适用于酸性土壤，肥效较慢，作基肥深施比较好。与过磷酸钙、氮肥不能混施，但可以配合施用，不能与酸性肥料混施，在缺硅、钙、镁的酸性土壤上效果好。磷酸一铵和磷酸二铵：是以磷为主的高浓度速效氮、磷二元复合肥，易溶于水，磷酸一铵为酸性肥料，磷酸二铵为碱性肥料，适用于各种作物和土壤，主要作基肥，也可作种肥。

三、氮肥：碳酸氢铵：适合于各类土壤及作物，宜作基肥施用，追肥时要注意深施覆土。尿素：尿素适合于各类土壤及作物，可作基肥、追肥及叶面喷施用(喷施浓度为1-2%)。作追肥时应适当提前。氯化铵：酸性土壤、盐碱地及忌氯作物(果树、烟草等)不宜施用氯化铵。氯化铵是水田较好的氮肥。施用氯化铵应结合浇水，氯化铵不宜作种肥施用。硝酸铵：硝酸铵宜作旱田作物的追肥，以分次少量施用较为经济。不宜施于水田，不宜作基肥及种肥施用。

20xx年x月x日至20xx年x月x日，在这期间，我主要负责种子的销售。我们店卖的有大白菜种子、小白菜种子、萝卜种子、胡萝卜种子、大头菜种子、芹菜种子、豌豆种子、冬茄种子、辣椒种子等等，根据需要的不同，村民购买种子的类型也不同。对于种子，我仅仅只是浅尝辄止，而村民个个都是行家。他们来买种，从来不会让我介绍各种种子，反而给我普及很多知识。和他们聊天很愉快，他们的纯朴总会让我会心一笑。

20xx年x月x日至20xx年x月x日，店长和店里的老员工带我去了农田，查看各种化肥的实际效果，和各种种子的生长状况。在大自然的怀抱，每口呼吸都很顺畅。种子从播种到开花，再到结果对村民来说真的是很不容易的事情，需要他们精心的照料。看见玉米地长满了饱满的玉米，忍不住多看了几眼，没想到这块地竟然是我们公司的实验基地，店长还亲自给我讲解了在不撕开玉米外面的“衣服”时，怎么辨别老嫩，其实很简单主要是看玉米的“胡须”，但是以前的生活里，这些简单的常识真的不太了解。

就这样完成了我为期11天的社会实践，虽然做的工作很简单，但是真的获益匪浅。土地是块宝，我们要学会好好呵护她。年轻人，种地不仅仅只是老一辈的责任，也是我们的责任，为社会做我们力所能及的事情吧!

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇二**

调研信阳板栗产业发展为家乡建言献策

——经济与管理学院赴信阳板栗产业调查科技支农帮扶团活动纪实

为积极响应校团委践行“八字真经”投身“四个全面”号召，积极承担社会责任，践行核心价值观，投身家乡产业发展，为其建言献策，7月9日，xx农业大学经济与管理学院赴信阳板栗产业调查科技支农帮扶团前往xx信阳，本着“发扬信阳板栗为家乡建言献策”的理念，展开板栗产业调研。

众所周知，信阳有远近闻名的毛尖，板栗似乎一直没有得到人们的关注。由此团队成立社会实践小组，在前期进行充足准备。团队一行人多次在图书馆查阅相关资料，设计调查问卷，在发放时，为保证问卷调查更加真实可靠，该调查问卷涉及到各个年龄各个阶层，队员们深入到街道、超市、零售店公园等场地，大量发放争取做到份份有用。

随后与调查者交流，访问他们对板栗产业的看法与建议，其中有些人认为板栗食品加工行业应该规模化、标准化。而当地板栗专业户认为大规模种植板栗目前存在许多困难，仍需克服。

7月11日，团队前往信阳市浉河区金牛产业集聚区的多栗多绿色食品有限公司进行考察学习。抵达该公司后受到副厂长吴总和销售部门陈总的热情接待。随后带领队员们参观生产车间与生产程序，通过参观学习，了解到板栗汁加工需要采摘、剥壳、收购商收购、去壳、冷却、碾碎等一系列步骤。此外向队员们讲解了关于多栗多的品牌市场拓展和未来发展规划。该公司后期还将研发板栗罐头、板栗糕饼等一系列产品，丰富产品品种。

7月13日，在实践结束前，团队前往浉河公园进行团队的总结体会。

短短五天社会实践，设计问卷调查、与人沟通交流、实地考察板栗、了解板栗汁加工生产过程。他们并没有一帆风顺，有因为选择人群不太正确而遭受白眼与无视，有因为计划不够周全而未能顺利进行。但困难无法阻止他们前进的脚步，因为他们有梦。在他们的总结大会上，每个人都讲述了自己的收获与经验，包括对家乡板栗产业发展的建议。

板栗产业发展除了引进先进的全自动生产设备，为高品质产品提供了强力支持外，还需要通过软媒硬媒一体化，线上线下全方位宣传，加强品牌效应，同时政府相关政策的帮扶也是必不可少。

此次活动锻炼了队员们社会实践的能力，提高团队合作能力，进一步了解信阳板栗的生长，产业的发展与困难，对于推动信阳板栗产业发展献出微薄之力，同时用实际行动践行核心价值观，深入学以致用、学以为农的理念，为家乡发声，彰显经管学子魅力风采。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇三**

长庚医院是台湾台塑集团董事长为纪念其父亲王长庚所建的，在台湾已颇具规模。xx医院是第一家大陆医院，系与厦门海沧公用事业发展有限公司共同投资兴建。地处厦门美丽的马銮湾南岸、海沧新阳工业区北面。于20\_\_年5月获准设立，总投资约13亿元人民币，总建筑面积140万平方米，占地面积70万平方米。

此医学中心设立之主旨在使一般民众在病痛时能得到良好的医疗及照顾，在医院团队的合作下，不断追求经营合理化，使机构达永续经营的目标，透过盈余转投入方式不断提升医疗设备及病患服务，使其达到国际一流水平，并致力于保存发扬中国固有文化，达到中西医结合。

在此理念下必需致力于医学研究，人才之教育培养及与外界之交流。更希望通过市场经济及良好管理，使达到不浪费，更要追求经营合理化，并能运用其营运所产生之资金再继续为民众服务，扩大对民众之高水平医疗服务，使更多民众受益，真正做到服务社会。

本院引进了mri、ge64排螺旋ct、数字化摄片机、全自动免疫分析仪等相关大型设备;为使患者得到更好的服务，本院实行主治医师负责制，且针对患者的需求对我院的病房、批价柜台、药房、检验科进行特殊设置。

即患者一旦进入医院后，门诊、手术、住院及复诊等一系列的流程，从头到尾，都是由一位主治医师负责，从而便于医师更好的为患者服务。

1、门诊柜台采取开放式设计，无栏杆和玻璃阻隔，便于和患者面对面沟通。

2、柜台服务通过led灯显示，人员均经过专业训练，可根据现场需求灵活变更服务内容，避免患者久候。

3、门诊大厅入口处可借用轮椅，行动不便患者有专门柜台提供缴费、住院等服务。

(

我有幸加入长庚医院志愿服务团队，成为志工中的一员。我们主要在门诊大厅提供对民众的服务，帮助民众解决挂号、缴费事宜，指引诊室方位，讲解就诊程序，解答民众疑问，方便民众更好，更快的就医，同时也为医护人员分忧解难。在这里，我结交了许多志同道合的朋友们，我们都受到了医院所有工作人员的热情欢迎，他们也十分乐意为我们解答工作上的疑问，以方便我们更好的为民众服务。我们快乐的为民众服务，同时快乐享受服务他人的满足感，大家团结协作，共同为医院、为民众尽自己的一份力量。

通过在长庚医院长达20天的志工服务，我深深被这家医院的氛围所感染，在此之前，我从未来过私立医院，也一直陷入私立医院远远不足公立医院的误区，因此我要就个人对私立医院及公立医院谈谈我个人看法，具体看法如下：

长庚医院是一家环境优美，设备先进且齐全的私立医院，虽说公立医院拥有国家资金的支持，不论在环境还是设备上丝毫不逊色于私人投资的医院，但是长庚医院秉承了台湾医院的优良作风——人性化。走在医院的每一个角落，都不会闻到公立医院浓烈的消毒药水味儿，十分环保。医院遵循环保理念，医院内不采用塑料袋，对写错的初诊资料表等都积极回收，注重废物利用;在诊室，有十分完善的便民措施，诊室门口设有电视方便候诊的民众打发时间，每一位医师的诊室都有一名护士协助，并及时帮助有需要的民众解决他们的疑问。门诊部志工的热心服务，就让民众有并至如归的感觉。

相比公立医院，私立医院的医护人员拥有非常好的服务态度，医院设立志工服务处的同时，设有护士咨询台，免费的营养咨询，健康讲座以及免费的血压血糖测量处，除此之外，还有食堂，方便在医院的民众用餐而不仅仅只服务与医院的医护人员。在长庚，医师承诺在工作时间内民众若能挂的进医师的号，医师保证无论到何时都会为所有的病人看诊，并且耐心的为他们解答任何医学上的疑问。而公立医院，时常会出现医护人员服务态度差，但是民众常常无法维护自身权利，因为他们还需要这些医护人员的帮助，此种现象自然愈演愈烈。

长庚医院是台湾私立医院，它拥有许多医术高明的台湾名医，xx便有许多来自台湾的名医前往支援，在他们当中许多都是留美，留澳的高材生，具有资深的外科手术经验和先进的医学知识。同时，这些台湾医生也承继了西方的传统——不讲人情，医师只认号，不认人，更加的公平，公正。然而，这在公立医院，“走后门”的现象屡见不爽。

由于长庚医院不以营利为目的，其经营理念是希望更多的人能够有能力就医，因此在费用上医院采用平价，三人病床每天只需50元。医院同时可享有医保，相对公立医院的费用，除拥有医保的公务员、公司职员来说，一些普通的民众更加倾向于选择价格低廉的长庚医院。

长庚医院相比公立医院人数较少，就诊等待时间较短，服务更加周到。除在医院挂号外，长庚医院还提供网上及电话24小时预约挂号，不仅省时且省钱，更加贴近民众的心理。同时，医院为民众提供免费接送车，方便民众乘车就医。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇四**

暑假一开始，我便踏上了××的路程，准备一个人去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的社会阅历，锻练自己的能力，使

自己在将来的社会生活中更好地生存。

来到××，经过三五天的奔波，在自己亲自找工作的情况下，我到了××商务酒店工作，进行了一次实践，接受了一次磨砺，收获了一笔财富，这个暑假也过得很充实。实践期间，我的职务是服务员兼咨客，实践之前并不是很重视这份工作，觉得一切都很简单，真正开始后才发现当好服务员也是一门很有深度学问的。

记得上班第一天，我都不怎么开口，不知道如何开口与客人沟通，与同事之间也没有什么话要话。就简单的铺台布也大有学问，原以为只要铺上就好了，可在商务酒店里有很多要规范的，就连站姿都有商务的标准。夏天天气热工作那里有空调，工作环境与伙食还是相当不错的，刚开始我还有点飘飘然，感觉到了上流社会的生活，但酒店的人事管理很有问题，有好几次我都被气得想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。

在我的工作中，明白了很多很多：在工作时上司总有责备下属之时，这都是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与下属打成一片，也要保持自己的威严，虽然事实如此，但这也给我上了保贵的一课。它让我明白到别人的批评或是听取别人的意见时，一定

要心平气各，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是难受的，而且要明确表示你是真心接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这是我应该做的。

我也从工作中学会了人际交往和待人处世的技巧。在人与人效中，我体会到了同事之间真的没有知心朋友可言，在利益面前，第人都会为了自己。人往往是执着的，对待同事要圆滑点，不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周边的人沟通思想，关心别人，支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦泪，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工人有过这种感觉，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，值得回忆。即使曾经哭泣过，现在想想都已经没有什么大不了了。

现在想来，暑假的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活道理是学校无法体会的，这也算是我的一等财富！暑期虽然只有短短40天，但是在这段时间里体会到了工作的艰辛，锻炼了一下意志品质，同时积累了一些社会经验和工作经验。更重要的是我的认识了客人雷生，是雷生陪着我一路走来，所以我坚持下来了。雷生是我的恩师，他是一个好人。

大学生除了学好书本知识之外，还需要参加社会实践。因为很多大学生都知道“两耳不闻窗外事，一心只读对贤书”已经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。

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，充分发挥自己所长，以便进入社会可以尽快走上轨道。在这次最后的暑假中，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。

感谢××，是你给了我一个起点，这个起点将会促使我遯步走向社会，慢慢走向成熟，现在我的心也感觉到成成熟了，也许在进步中了。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇五**

这个夏日我没有选择躺在家里吹着冷气舒舒服服的看奥运，而选择了出去实践学习。正是因为有奥运这样的环境，更激起了我要在暑假参加社会实践的决心，奥运精神就是挑战自己。

看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，学会自己照顾自己的同时证明自己的能力能否被社会所承认，更想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。 于是，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。

我穿着运动鞋，带着我的鸭舌帽，骑着我的自行车，带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。一开始，对自己期望很高，一般的活不想干。

经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。

经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面的原因。一个方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。

总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置，既然是实践学习，就要敢于吃苦。于是我找到了一家经贸公司。虽然名头很响，可是我来是做卫生员，说白了就是打扫卫生的。第二天，我便开始了我的暑期社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。

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，可现在只能擦擦地，抹抹桌子，心理倍感失落，再加上卫生部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。 但是，人总是要适应自己自下而上的环境，曾经有个老师告诉我：环境无法适应你，只有你适应环境。我不能改变这个现实，所以我要适应环境坚持下去。要在自己的工作环境中让自己的工作的很轻松，首先把自己同领导和同事之间的关系搞好。因此我只好先把脾气都收起来，尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一幢高楼的八层，八楼的办公室特别多，而且天天接待的人也很多。

走廊就是卫生员的战场，尤其是人多的时候，那种场面让卫生员看见，真是担忧，因为人的素质有高有低，不知谁就不注意个人卫生，随地吐个谈啦，乱扔烟头啦什么的，这方便自己的同时也增加了卫生员的负担。所以卫生员就要一遍一遍，不辞辛劳的清理、清洗。我就这样不知疲倦的一遍一遍，一次一次的反复着。起初我做的并不好，虽然在家里我也干活，可是和这大楼里的清理是不一样的，起初力不从心，于是我观察老手的清理，向他们请教，为了不打扰他们工作，我经常是在旁边默默地看，不久就驾轻就熟了，于是我抱着愉悦的心情快乐的工作着，经常我们公司的老板还会从我身边经过，我就非常有礼貌的跟老板打招呼，领班来检查时，我也非常谦虚的站在旁边，我的快乐表现在我的微笑上，领导都感觉不错。

休息的时候，我也主动找我们的领班和同事虚心地向他们请教和学习，经常大家也一起聊天，他们都那么朴实，而且普遍年龄较大，他们也很关心我，我从他们身上学到了很多自己照顾自己的能力，和照顾别人的能力。卫生部的领班跟我说：“我知道你是大学生有志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的。”

这个道理就是不积小流无以成江海；不积跬步无以至千里千里。他为我指出了工作中的很多错误和缺点，我也一直很虚心地请请教领班，领班还对我说：“我看一个人怎么样并不是看他学历、文凭怎么样，关键是看此人做事是否勤快踏实，我在这个岗位干了将近10年了，我就踏踏实实的工作，你别看那些坐办公室的天天很让人羡慕的，但是我告诉你，我在的这10年里，不知道换过多少人了呢，有些人在工作岗位上上去了，有些人下来了，上去的少，下来的多。

而我在这里踏踏实实，领导都看在眼里，现在如果我要走，领导都会挽留我，我虽然干的是下层的卫生工作，但是也算成功了，起码现在当上了领班。” 领班还对我说：”你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，不怕累的人就能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？”确实，听了我的领导对我所说的金玉良言。我的确让的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，求知欲要非常强烈，想方设法地想多学点东西，增长见识”。

总结我的这次暑期社会实践活动，我认为是一次成功的，有用的，这次社会实践这将会对我以后学习起很大的帮助。

三百六十行，行行出状元，不能说领班他做的已经做到状元的级别了，但他的话字字句句在我的心里。老板的话更让我对我的青春充满信心。我将来会做一名人民教师，做教师也需要艰苦奋斗，虚心学习的作风，所以任何的学习只会对人有益，实践学习受益匪浅，有些学到的东西无法用言语表示，却会在今后的学习中潜移默化的发挥着作用。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇六**

作为一名在校的学生，这是我第一次脱离书本，接触社会，下到乡里，顶着烈日的灼烧感受生活的艰辛，这些都让我心里充满激动。同时，我也怀着些许的担忧，毕竟从未真正走入社会，不了解人生百态，我要怎样才能去适应它?考试吧为大家整理了关于期三下乡实践个人社会活动总结报告，阅读!

为了响应校团委学生会召开大学生暑期三下乡的号召，我积极报名参加了本次暑期三下乡追寻红色足迹的实践活动，在此次活动中，我接触到了很多在市区从来没有接触过的东西。从老红军和山区人民身上我学到了吃苦耐劳、勤俭朴实的精神，在接下来的时间里我会将本次实践活动所学到的东西积极的运用到学习和工作中去。

此次追寻红色足迹暑期三下乡实践小分队的成员由下列8位组成：

带队老师：x

队长：x

副队长：x

队员：x

7月5日上午9点30分，我们在带队老师潘喜娟老师以及队长吴宇婷同学的带领下出发前往仙居县上张乡进行社会实践，经过两个小时的车程才到达目的地。当地乡政府的领导很热情的接待了我们，并邀请我们在食堂一起用餐，食堂的饭菜不是很丰富，却满含着当地政府对我们的接风洗尘之意。当天下午3点，我们与崔书记一起开了一次会，会议具体的安排了我们接下来几天的行程以及住处、伙食等。

5点，我们同乡政府领导一起拜访了第一位老党员——年过80的朱小香老人。我们到朱小香老人所在的杨柳下村时，得知朱小香老人正在番薯地里劳作，我和另外几位队员便又赶往番薯地，在离村子不远的地方，我们见到了挥舞着锄头的朱小香老人，老人得知我们是来慰问他时，十分开心，几位队员在老人的指导下帮老人做完了农活，随后，我们与老人一起赶回老人家中，在老人家里，他跟我们讲述了他当年的革命史。老人是在16岁得时候被党组织吸纳的，老人的左腿也不怎么方便了，是当年参与对反动派政府的战斗中受伤遗留下来的，老人告诉我们，我们现在的生活，比起他们那会，真的是好上百倍，他们那个时候，连加急文件都只能靠双腿跑着送，现在还有车有电脑。在与老人交流的最后，乡政府的领导和我们台州电大暑期三下乡追寻红色足迹实践小分队的副队长李贞贞同学一起送上了慰问金和慰问品，老人也欣慰的收下了。我们第一次拜访老党员之旅圆满结束。

随后几天，我们陆续拜访了姚西华、姚西唤、吴胡南、滕西乾等七位老党员，老红军。从与他们的接触攀谈中，我真正认识到了作为一名中国共产党员所应该具备的那种愿意为了国家，为了我党，为了人民，能够并愿意付出一切的精神实质。我作为一名党校结业的学生，想要达到加入中国共产党的自身的素质要求，所需要从他们身上学习的还有很多很多。我认为，那些生活在革命年代的老党员所具备的不畏艰险，宁死不屈，实实在在为人民做事以及奋发向上的精神都是值得我们这个年代的党员以及党外份子们学习的。

7月7日上午10点，我校党委副书记、纪委书记方敏德老师与我校团委副书记陈红华老师等一行3人到我们实践的上张乡视察指导。中午，我们实践小分队全体成员在厨房亲自动手，为老师们准备午餐，并邀请上张乡政府领导与我校领导会餐。

下午3点，我们参观了善音村的瓯江彩锂稻田养鱼生态基地，在基地里，我们队员主动的向农户请教稻田养鱼基地的基本情况，农户们也非常乐意的告诉我们队员，他们的基地是20xx年在仙居县政府和海洋渔业局的指导与支持下建立的，一个有着150亩地的瓯江彩锂立体养殖基地，在水稻田中间有一个个的鱼坑是平时用作鱼儿休息以及收割稻谷的时候蓄鱼用的，瓯江彩锂可以用作观赏也可以用来食用，一般鱼苗会在5厘米长时投放下去，等到10厘米左右时捕捞销售，这些鱼一般销往本地的一些农家乐。

7月8日，早上我们拜访了姚岸村的4位老党员。下午，我们带领台州电大系统党外知识分子联谊会的老师前往中共仙居县委旧址纪念馆参观，随后，我们在纪念馆门前与队旗合影留念。

7月9日，行程的最后，我们拜访了住在方山村的老党员。我们为老人送上慰问品时，老人竟然对我们深鞠一躬，大家在掺扶起老人的同时，心里也非常感动，我们本就是抱着向老党员学习的目的而来，在学习之余，为老人们送上些微不足道的慰问品，老人作为一个老辈，却向我们鞠躬，这让我们队员在不敢受礼的同时，也再一次体会到了老党员们的素质之高。

上午9点，所有工作完毕，我们登上了返校的路途。此次活动让我们感触颇深，从我个人来讲，我着实被老党员们的精神所感动，根据我们的了解，8位老党员中，年龄最大的已经84岁了，但是他们每天都还坚持在做农活，发挥出他们人生最后的余光，为我们国家的建设献出最后一点力量，

我认为，我们此次活动是非常成功的，因为我们团队的成员都非常优秀，在5天的实践活动中，有人受伤，也有人生病，但是没有一个人喊苦喊累，没有一个人抱怨生活条件的艰苦。每次团队活动中，大家分工明确，互帮互助，团结努力。大家都在此次活动中学习到了很多实用的经验，我相信大家会在接下来的在校生活亦或毕业工作后都会运用到。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇七**

时间飞逝，看似漫长的暑假两个月生活即将结束。通过暑假打工，我将更加深刻地理解了生活，理解了工作，在工作中学习，在学习中成长。

今年的暑假，我是在河南前进铸钢有限公司打工度过的。首先说我的应聘，这个企业是我们村的一个家族企业，我首先给我的一个小学同学（他爸是企业的负责人之一）打电话，麻烦他帮一下忙，然后我就到工厂找厂长，说明来意，就给我安排了工作，直接归办公室管理，平时做一些后勤的杂活。这不禁使我联系到将来的找工作应聘，我们需要建立广泛的人际关系网，这样说不定谁帮谁的忙，说不定其中一个貌不惊人的朋友可能就是你求职应聘的贵人。俗话说多个朋友多条路，不就是这个道理吗？

最开始的一段时间，因为一个扫地的阿姨请假回家盖房，所以就让我干起了她的那份工作——打扫宿舍楼卫生。开始我还很抱怨，自己好歹大学生一个，就让我干扫地这活。上下两层楼的走廊，宿舍大院都是我的工作，首先将地面扫净，把垃圾桶中垃圾倒了，然后涮拖把、拖地。30多度的天气，再加上特别爱出汗的我，拖了一会儿，便汗流浃背，等到工作结束，我已累得像散了架。心中一直挺郁闷的，后来想起邓小平爷爷，他老人家三起三落，从国家重要干部下放到工厂做工，那是何等滋味儿，邓爷爷心里能高兴吗？关键时刻，经得起考验，才能成就大业，不正是这个道理吗？想到这里我心中就豁然开朗了，我也没什么了不起的，干这点活又怎么了。又想起时传祥、李素丽、徐虎等，他们都是在自己平凡的工岗位上，兢兢业业、勤勤恳恳，十年如一日，最终不也获得全国劳动模范的光荣称号吗？正因为如此，我们应该干一行爱一行，做工作不能挑肥拣瘦，拈轻怕重。每每拖地心烦意乱的时候，我就想想这些伟人劳模的故事，榜样的力量是巨大的，我很快又恢复了心中的那份平静，安心做好自己的本职工作。

工作中教会了我许多，我将受益终生。首先要听从领导指挥，执行领导决定。“服从命令听指挥”这句部队的常话在工作中依然适用。其次要正确处理好上下级的关系。既不能过分接近，这样不免有些近乎谄媚，又不能太过于疏远，这样怎能得到领导的器重和赏识呢？这或许就是“保持距离，注重影响”的人生哲理，恰到好处的距离方能使我们在工作如鱼得水。再次工作不像我们的学习考试。学习中注重的是过程，当然希望一个好的结果，如果不太理想，也没什么大不了的，只要过程精彩就好，这就是“只问耕耘，不问收获”。但是工作中恰恰相反，领导不管你采用何种方法，过程如何辛苦艰辛，“黑猫白猫抓住老鼠都是好猫”，领导看重的是结果，任务完成了，一切就ok了。例如领导下达命令要求某个铸件明天早上交货，工人们就是加班到第二天早上7点只要完成任务，都是应该的。

工作中还有许多事情，可做也可不做，可现在做，也可以以后再做，我们该怎么办呢？例如工厂南边墙边有许多草，这本来属于养花匠（属于办公室管理）的工作，但是他整天很忙的，顾不过来，况且草长的那么高，领导看到了肯定不高兴，再把这任务布置下来，那就不太好看了。因此，科长派我们去拔那些草，深深的根，拔起来很费劲的，后来还淋了点小雨，虽然汗流浃背，但看到墙边那荒草丛生的场景消失了，心里别提多高兴了，更重要的是没有日后被领导批评，这能不喜悦吗？！可见主动工作之重要，因为被动就要挨打。我们的学习工作都是如此，只有掌握了学习的主动权，我们才能更好的听课，更好的复习，更好的成长。

现实就是这样，工作中的许多东西道理，都是我们这些只知读书的学生，迫切需要学习领悟的。也许有人要说，这样人人不就都变得圆滑世故了，社会就是如此，我们既然无力改变，不妨去适应这个大环境，希望环境去适应你的人注定是要被社会所淘汰的，“物竟天择，适者生存”不正是这个道理吗？

工作中还有要特别注意安全，工厂生产的每一环节都要以安全为前提。听他们说，几个电工去车间修理电缆线，要把两段电缆接起来，没有办理工作票，开始了习惯性违章，一端没有电，他们都忘了另一端还有电，没有把闸刀拉下来，一个电工拿起接口正要接，噔的一下，把他打了一下，另一个电工马上意识到没有停电，立马去拉下闸刀，然后把他拖开，火速打120，把工友送到医院，才算保住一条命，但身体非常虚弱，手上全部蜕皮了。因此安全生产重于泰山，居安思危，警钟长鸣，要防范这些习惯性违章，如果处处按照安全生产规章办事，各种事故是可以大大避免的，这样不仅为厂里创造了效益，更使我们的生命安全得到了保障。

近两个月的打工生涯教会了我许多，但我深知还有许多是我要虚心去学习中，从说话办事及言谈举止，向师傅们请教，向长辈们请教，“三人行必有我师”，广泛学习，吸收运用，我们方能在将来的工作中大显身手，早日成为工作中的佼佼者。

最后，深深的感谢为我提供打工岗位的公司的领导，感谢那些在工作中给我指点的工人师傅们，是他们的热情教导，细心教育，我才能有很大的收获。衷心的感谢你们，祝愿公司的明天会更好，工人师傅们前途会更好。

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇八**

当前的消费市场中，大学生作为一个特殊的消费群体正受到越来越大的关注。由于大学生年龄较轻，群体较特别，他们有着不同于社会其他消费群体的消费心理和行为。一方面，他们有着旺盛的消费需求，另一方面，他们尚未获得经济上的独立，消费受到很大的制约。消费观念的超前和消费实力的滞后，都对他们的消费有很大影响。特殊群体自然有自己特殊的特点，同时难免存在一些非理性的消费甚至一些不合理消费的问题。为了了解当前我国大学生的消费文化现状，引导大学生消费文化的健康发展，本人于xx年7月，在我市做了一次“高校大学生消费文化现状调查”，弄清楚大学生要花多少钱，花在了什么地方，花的是否合理，如果不合理怎样改进等等问题。调查结果显示，当代大学生的消费观念正在发生着深刻的变化，这种变化可喜亦可忧。如何更好地帮助大学生树立正确的消费观念，引导大学生确立健康文明的生活方式，已经成为当前高校思想政治教育工作的一个新热点和新问题。

调查目的：通过调查以帮助大学生了解自身的消费情况，从而有助于大家形成健康正确合理的消费观，促进自身全面发展。

调查采样地点：xx大学，xx大学，xx学院

调查时间：xx年xx月xx日—xx年xx月xx日

调查问卷：共发问卷250份，收回216份，回收率达86.4%

1、家庭平均月收入。经调查，家庭平均月收入在1000元以下的学生占18%，1000元～5000元占66%，5000元～10000元占12%，10000元以上4%。其中家庭月收入在1000元以下的学生来自城市的占2%，来自农村的占98%。可见，大部分贫困学生来自于农村，我国的城乡差别仍然巨大。而生活奢侈的学生绝大部分来自于城市。一般来讲，贫困家庭大学生的每月消费支出较少，而特别富裕家庭大学生的生活可能较奢侈，比如有的学生在校期间购买了20多万元的轿车。

2、月平均消费金额。月平均消费金额500元以下的占8.5%，500元～1000元占73.5%，1000元～20xx元占13%，20xx元以上占5%。由此可见，大部分学生的月平均消费金额为500元～1000元，每月消费金额超过20xx元的只占5%。

3、每月的生活费。大学生的生活费主要来自于家庭，也有一部分学生通过打工赚取生活费甚至学费。感觉生活费月月有余的学生占6%，感觉刚好够花的占51.5%，感觉不够花的占42.5%。可见接近一半的当代大学生用钱缺乏计划性，缺乏理财能力。

4、消费方式。大学生在消费时选择能省则省的占11.5%，有计划消费的占6.5%，想花就花的占36%，选择其他的占46%。可见许多大学生的消费方式比较随意，缺乏计划性，所以导致钱不够花。

5、每月的饮食开支。每月饮食开支在200元以下的学生占8%，200元～400元占37.5%，400元～600元占41.5%，600元以上占13%。每月饮食开支在200元以下意味着每天的饮食开支只有6元多一点，在目前学校食堂一个炒肉3元钱左右的条件下，意味着这样的学生每顿饭只能打一个菜，每天只能吃一顿肉。而每月饮食开支在600元以上的学生，除了正常的就餐外，几乎天天买饮料喝。

6、平常购买学习资料的钱。大学生每学期购买学习资料的钱，10元以下的占41.5%，10元～50元占49.5%，50元～100元占6%，100元以上占3%。可见大学生平时买书的并不多，除了一部分考研、考各种资格证的学生外，一般不买教科书以外的书。

7、每月与恋爱相关的开支。在每月与恋爱相关的开支中，选择50元以下的占12%，50元～100元占4.5%，100元～200元占15.5%，200元以上占22%，另外46%的学生回答没有恋爱。由此可见谈恋爱的学生，每月在恋爱方面要比其他学生平均多支出100元以上。

8、平均每月电话费。平均每月电话费支出在30元以下的大学生占1%，30元～50元占7.5%，50元～80元占43.5%，80元～100元占32%，100元～150元占10%，150元以上占6%。大多数大学生的电话费支出在50元～100元之间。少数学生远程恋爱，煲电话粥，导致每月话费在150元以上。

9、每月用于上网的平均消费金额。大学生每月用于上网的平均消费金额在10元以下的占38%，10元～30元的占21.5%，30元～50元的占29%，50元以上的占11.5%。由此可见大部分学生都只是适当的上网，沉迷于网络游戏的学生并不多。

10、当手中有余钱时最愿意选择的消费项目。29.5%的大学生选择吃喝，24%选择旅游，17.5%选择穿着打扮，16%选择上网吧，7%选择储蓄，5%选择买书，1%选择其他。可见民以食为天，吃喝还是主流。爱美之心人皆有之，大学生们也重视自己的穿着打扮，追求时尚成为部分学生的副业。外出观光旅行，上世纪90年代在我国大学生中才开始流行，但发展的势头强劲，大学生已经成为青年旅游者中的主体。迪厅，ktv等新兴的娱乐方式也正日渐受到大学生们的宠爱。

11、想买东西钱不够时怎么办。40.5%的大学生选择先向别人借了再说，38.5%选择向父母要钱，13%选择用自己平时存的钱，8%选择其他(放弃购买等)。可见大学生平时存钱的较少，花钱时向父母要，向同学借的较多。

从以上调查分析可以得出以下的结论：

(1)大学生的消费构成跟上社会发展的潮流，与社会接轨。从调查中可以看出，大学生外出聚餐、请朋友吃饭、外出旅游、通讯网络方面的费用较多，俨然大学生圈子也成了一个小社会，大学生更多地意识到了要提早接触社会上的一些新的生活消费方式，进而提早融入社会。而银行卡、信用卡等消费方式也受到大学生们欢迎，可见，大学生作为社会上一个活跃的群体，虽然在经济实力上未能跟上社会，但消费意识上却早已和社会发展同步。

(2)理性消费仍为消费主流。大学生的绝大部分支出是用于饮食方面，而玩乐方面的支出不算多。由此可见，大学生还是清楚知道自身的使命还是以学习知识为主，而不会沉迷于玩乐。由于消费能力有限，大学生消费时都会较为谨慎，尽量精挑细选，不会一味求贵，或者只注重便宜的价格而不注重质量。所以较为理性的消费是大学生消费的主流。

(3)消费呈现向多元化发展。大学生在实现温饱的同时，也在服饰装扮这一方面明显消费。而作为饱读圣贤书的天之骄子们，学习之余也会不忘逛逛学习用品店和书店，为取得各类证书的补课充电也成了大学生的一个消费热点。部分手头宽余的学生还手头上还会拥有一些如照相机、mp3等数码产品。可见，大学生的消费取向逐渐向多元化发展。

(4)恋爱费用支出过高。大学生刚开始恋爱为稳固恋情和讨恋人欢心所付出的“恋爱费”比较高，这是大学生消费中很不合理的一部分支出，因谈恋爱而每月的生活费入不敷出的大学生大有人在。这种不合理的消费也会导致一种错误价值观的形成，容易让大学生们认为爱情是建立在金钱之上的。所以，恋爱支出过高的现象应制止。

(5)贫困生的消费水平虽然偏低，但消费构成比较合理。贫困生因为消费能力有限，他们日用的资金来源除了家里提供之外，还有国家、社会资助和勤工俭学等途径。正因为他们的钱得来不易，故他们会对生活的各种开支精打细算。他们主要的花费在于饮食、生活用品和学习充电方面。另外，由于对接触社会的要求更为强烈，他们能够把握到社会一定的消费动向，而能否择优地去跟随。

(6)合理理财和储蓄观念仍十分淡薄。调查中，大部分的大学生都清楚地认识到自己的消费组成不很合理，但极少数的大学生会有规划自己的消费组成的意识。他们大多会在不知不觉中盲目地追随了流行于校园中的消费大潮，而缺乏了自我判断和自主意识。调查中发现，大多数大学生每月的生活费用都超出了预计，只有极少数的学生能够在银行帐号上拥有自己的一笔积蓄。

针对以上所存在的问题我列出了几条给在校大学生的建议：

1、合理规划自身消费构成，增强理财意识。要在社会的激烈竞争中站稳脚跟，学生们对自身的消费现状需要有更理性的思考，在大学生活中就要注重养成健康的消费心理和良好的消费习惯。要强调“合理和适度”消费，提倡“量入为出”有计划的消费。注意发扬勤俭节约的传统美德，自觉抵制不良消费风气影响。

2、注意克服攀比心理，不要盲目追求高消费。大学生没有独立的经济来源，所以在消费的过程中要做到“一切从实际出发”。要选择适合大学生群体的消费标准，而不能因为攀比而一味追求和高标准、高消费。要克服这种心理，大学生们就应树立适应时代潮流的、正确的、科学的价值观，逐渐确立正确的人生准则，给自己理性的定位。

3、贫困生应正视自身消费现状，养成良好的消费心态。贫困生们作为大学生中一个特殊的群体，消费能力是相对落后的，但是他们的消费欲望并没有衰减。所以，贫困生更要注重正视自身的实际情况。调查中一位贫困生说过这样一句话：“在清扫校道时，我会对走过的每个人微笑，因为我知道，靠自己双手挣的钱是最光荣的”。这是一种很好的心态，贫困生应积极地面对自身情况，按切身实际分配消费。

4、注重精神消费，养成健康习惯。对于尚未有固定经济来源的大学生而言，精神消费不但能弥补物质生活上的不足，还能让大学生有更深的精神内涵和更丰富的精神生活。所以，大学生应通过各种教育和文化活动，把娱乐和知识摄取结合进行，以陶冶性情，获取知识。另外，要注意强调绿色消费，反对不利于保护生态环境的消费行为。

总之，不管大学生群体消费市场如何的在扩大，我们大学生都应该树立合理健康正确的消费价值观。

附件：大学生消费结构调查问卷

第1题您现在所在的年级? (必答)

a、大一b、大二c、大三d、大四

第2题：您平均一个月用去多少生活费? (必答)

a、300元以下b、300—500元(包含500元) c、500—1000元(包含1000元)

d、1000-1500元

第3题您每月消费的主要项目是什么?(可多选)(必答)

a、伙食b、交通、通讯(电话、上网) c、购物(服装、饰品) d、学习费用(书籍) e、娱乐

第4题：您平均每月购买衣物的花费? (必答)

a 100-150元b 150- 200元c 200-250元d 250-300元e 300元以上

第5题：您平均每月的伙食费(包括零食饮料)为多少? (必答)

a 200以下b 200-400 c 400-600 d 600元以上

第6题：您平均每周上网的费用(必答)

a、10元以下b、10-30 c、30-50 d、50以上

第7题：您平均每月购买日常用品的花费为多少? (必答)

a 20元以下b 20--40元c 40-60元d 60-100元e 100元以上

第8题：您平均每月的交通费为多少? (必答)

a30元以下b30-50元c30-40元d40-50元e50-70元

第9题：您平均每月的手机费为多少? (必答)

a20-30元b30-50元c50-80元d 80元以上

第10题：若您拥有电脑，其价格为( )元(必答)

a、3000-5000 b 6000-7500 c 8000-9000 d10000以上

第11题：您家庭月收入多少(选答)

a、1000以下b 1000-5000 c 5000-10000 d、10000以上

第12题：当手中有余钱时最愿意选择的消费项目(自己填)

**暑假社会实践报告格式 暑假社会实践报告500字左右篇九**

大学生的最后一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从“

融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

暑假社会实践报告自从走进了大学，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，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。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。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，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。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时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了一块墙板。

既然墙壁已经毁坏，又早就想拆掉，也就别无选择了。在荷勃的帮助下，施耐德和儿子当即动手干了起来。经过不到一夜的忙碌，一堵墙就折腾没了，企盼已久的明媚阳光终于洒满卧室。人一旦把帽子扔到墙那边，就会打消一切疑虑，从而全力以赴地攀墙而过了。所以，当一项任务看上去艰巨得难以完成时，你不妨把帽子扔过墙去试试看。

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。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了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。

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