# 最新暑假社会实践报告字(二十四篇)

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-08-28

*在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。那么报告应该怎么制定才合适呢？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。暑假社会实践报告字篇一我先从传菜干起的，在我的印象中，传菜不外...*

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。那么报告应该怎么制定才合适呢？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。

**暑假社会实践报告字篇一**

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，怎么着在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，不免有点失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和晚上五点钟。这一站就是四五个小时不能歇着，师傅先教我认了台号和房间，当客人陆陆续续进来时，正式传菜才开始。我眼睛都跟不上刨肉机的速度，我必须集中精力接好每一盘肉和菜，接肉时还要懂规矩，就是每接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知你地点，你必须回一声才能去传，刚开始我羞于出口，总是惜字如金，总是挨批，后来随着环境的熟悉，拘束感没了，自然也就没事啦。传菜可有学问，它不仅练体力，还练反应能力和菜名，几十种菜名几天就认清了，但体力是有点吃不消了，晚上回到家时累得一句话也不想说，睡觉时腿抽筋很厉害，开始那会真想打退堂鼓了。

累只是一方面，真正的考验是如何服务好客人，在打工期间里，服务员有的休班回家过年，留下来继续工作的不多，我们传菜员就客串了一回服务员，负责备小菜，出锅，酒水服务。不干不知道其中不易啊！作为80年代后的我们，平时在家象个小皇帝，享受着年轻所应有的优越，让我们一下子放下这一切去服务别人真是不习惯，客人有时是很苛刻的，对服务要求很高，我初来乍到，就惹了不少祸。大年初一，我在收拾台面时，不小心将汤桶弄翻，结果弄了旁边的客人一身，客人很生气，找到了老板，并喝叱我，当时我吓坏了，不知如何是好，这件事整整斡旋了两个小时才解决了，老板出于同情，并未罚我工资，但经过此事，我真是害怕了，做事反而拘束的不得了，心情也很差，从初一到初三这几天里，我始终是战战兢兢，也不知是怎么过来的，精神始终不振。好不容易修了一天班调整，我也主动找我同事虚心地向他们请教和学习，传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，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，不积小流无以成江海；不积跬步无以致辞 千里。”他为我指出了工作中的很多错误和缺点，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认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己，凡事要坚强，拿得起放得下。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，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？” 确实，听了我的领班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。

从那天开始，我重新树立了目标，重新找回了信心，在这几天里，我从没犯任何差错，始终默念一条原则，“客人永远没有错，我们永远有不足”。终于我的`努力有了回报，我第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句这么让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味，真的！我也认真学习其他工作，慢慢琢磨，总结，后来我成了多面手，除了传菜员，还能胜任洗刷工，喊菜员，吧台结算员等多种角色。

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学习知识，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用寒假期间参于社会实践 活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点本领，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。这个假期，我过得是如此的充实，如此有意义。 它是一笔财富。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，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。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。它也是一种动力，是体味人生的百味筒 ，是验证实力的试金石，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，父母的不易，懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到，钱来之不易。 走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，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。行不行，实践中看！

纸上得来终觉浅，投身实践觅真知。我相信，经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟稳重、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我相信，当代青年大学生不会再是小皇帝，我们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，在身体上受到了锤炼，在思想上得到了启发和升华，多了一份生活体验，社会实践经验和组织活动能力。这次社会实践，无论是对我以后的学习生活还是将来的工作都将是一次不错的经历。

**暑假社会实践报告字篇二**

这是我上大学以来的第二个暑假，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。况且也是大二学生，应该出去锻炼一下了，以便早日适应这个社会。回到家后，我与父母商量，准备找一份工作。我家不远就是肥牛大世界，放假的第二天就去应聘了。

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，怎么着在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，不免有点失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和晚上五点钟。这一站就是四五个小时不能歇着，师傅先教我认了台号和房间，当客人陆陆续续进来时，正式传菜才开始。我眼睛都跟不上刨肉机的速度，我必须集中精力接好每一盘肉和菜，接肉时还要懂规矩，就是每接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知你地点，你必须回一声才能去传，刚开始我羞于出口，总是惜字如金，总是挨批，后来随着环境的熟悉，拘束感没了，自然也就没事啦。传菜可有学问，它不仅练体力，还练反应能力和菜名，几十种菜名几天就认清了，但体力是有点吃不消了，晚上回到家时累得一句话也不想说，睡觉时腿抽筋很厉害，开始那会真想打退堂鼓了。

累只是一方面，真正的考验是如何服务好客人，在打工期间里，服务员有的休班回家过年，留下来继续工作的不多，我们传菜员就客串了一回服务员，负责备小菜，出锅，酒水服务。不干不知道其中不易啊！作为80年代后的我们，平时在家象个小皇帝，享受着年轻所应有的优越，让我们一下子放下这一切去服务别人真是不习惯，客人有时是很苛刻的，对服务要求很高，我初来乍到，就惹了不少祸。大年初一，我在收拾台面时，不小心将汤桶弄翻，结果弄了旁边的客人一身，客人很生气，找到了老板，并喝叱我，当时我吓坏了，不知如何是好，这件事整整斡旋了两个小时才解决了，老板出于同情，并未罚我工资，但经过此事，我真是害怕了，做事反而拘束的不得了，心情也很差，从初一到初三这几天里，我始终是战战兢兢，也不知是怎么过来的，精神始终不振。好不容易修了一天班调整，我也主动找我同事虚心地向他们请教和学习，传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，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，不积小流无以成江海；不积跬步无以致辞 千里。”他为我指出了工作中的很多错误和缺点，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认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己，凡事要坚强，拿得起放得下。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，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？” 确实，听了我的领班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。

从那天开始，我重新树立了目标，重新找回了信心，在这几天里，我从没犯任何差错，始终默念一条原则，“客人永远没有错，我们永远有不足”。终于我的`努力有了回报，我第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句这么让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味，真的！我也认真学习其他工作，慢慢琢磨，总结，后来我成了多面手，除了传菜员，还能胜任洗刷工，喊菜员，吧台结算员等多种角色。

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学习知识，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用寒假期间参于社会实践 活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点本领，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。这个假期，我过得是如此的充实，如此有意义。 它是一笔财富。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，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。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。它也是一种动力，是体味人生的百味筒 ，是验证实力的试金石，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，父母的不易，懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到，钱来之不易。 走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，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。行不行，实践中看！

纸上得来终觉浅，投身实践觅真知。我相信，经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟稳重、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我相信，当代青年大学生不会再是小皇帝，我们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，在身体上受到了锤炼，在思想上得到了启发和升华，多了一份生活体验，社会实践经验和组织活动能力。这次社会实践，无论是对我以后的学习生活还是将来的工作都将是一次不错的经历。

**暑假社会实践报告字篇三**

在离校之前，老师安排了专业实习认识的课程。虽然实习报告早已经完成，但它激起了我要在漫长的暑假参加社会实践的决心。

其实，自己早就有尝试依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需生活费的想法，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，以前总是在父母的庇护下长大不知外界社会如何现实。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。

怀揣着自己的美好憧憬，我开始了暑假的时间安排。最初是计划留校，因为我希望能在学校附近找到一个打工赚钱的地方，以此来实现我的社会实践。但事与愿违，由于有一学期没回家了，父母都十分的挂念，都不允许我留校，于是我不得不打消这个念头。回到家后，我仍旧没有忘记自己的社会实践，在多次与父亲的交谈后，父亲答应了推荐我去当地村委工作，给村支书做助理。没想到村支书真的答应了这件事，只是不能拿到工资，这也令我有一丝遗憾，但我知道这是一次难得的机会，也就没敢提多的条件。

村委的工作比较的繁琐，很多东西都是我能所不及的，所以我多的是学习支书的处事为人的方法。也没有规定的上班时间，因为村委的人本来就很少有时间值班，我的加入反而使他们的值班室有了人选，于是我每天上班的时间是自己定的。由于父亲在县里的农业部门工作，所以我们工作上见面的机会也很多，他经常会到村里考察农作物的长势，加上每天早上也是他叫我起床一起去上班，我也就成了他的半个助理。在村里没事的时候我就跟父亲一起去其他乡镇里考察。

夏日的天气总是不饶人，每次从下乡回来我们都是满身汗臭，脸没晒的通红，现在我才明白为什么当初父亲不让我学农学，因为实在太艰苦了。以前总是想父亲的工作一定很好做，在跟随他一起工作的这段时间才发现，父亲的工作是多么的困难，而他每次要把事情处理都恰到好处是多么的不易。

在7月末，父亲的单位开了月底工作总结会议，跟了父亲一两周，还没见父亲主持过单位内部的会议，于是开会的当天父亲允许了我去旁听。我坐在会议的角落，并没有引起其他人的注意，会议的气氛与自己在分团委工作开会的气氛是竟然不同的，少了唧唧咋咋，七嘴八舌，多了严肃认真。会议上首先是单位的陈叔叔讲了话，总结7月工作的经验教训。接着是父亲，他做了对未来一月份的工作安排，为了激发单位内部人员的积极性和团结。父亲做了题为“支部是我家，人人共建它”的演讲。提倡支部是一个大家庭，并以简单明了的四句话“支部是一个凝心聚力的家庭，支部是一个奋发向上的家庭，支部是一个充满活力的家庭，支部是一个幸福和谐的家庭”阐释了这个倡议。经过那次会议，我学到了很多，于是我决定的村支书提议我们也在八月份做一个工作会议，号召农民的积极性。村支书答应了我的提议，但我得为此次活动写计划并做好布置场地。为了让活动搞好，我请来了村里的其他大学生，要他们一起出谋划策，经过几天的努力我们终于计划在8月xx号天开展此次活动。

刚好在当天又下雨了，给了村民们时间参加此次活动。在x点多的时候，村民基本都到了，我们宣布题为“加强沟通，促进学习”的活动正式开始。活动中我们各自对农村学习提出了看法，并回答了村民们的提问，是村民们了解了学习的必要性，从而提高积极性，最后村支书做了总结，把我们的想法对村民们说了，引起了很大的轰动，村民们也保证了一定会好好加强沟通促进学习。在接下来的几天中我们又到村民家中了解情况，帮村支书做调查，给村民交谈并上报村支书村民的困难，使我的工作不在像前段时间那样的累，每天都过得很轻松愉快。由于上学的时间快到了，我不得不停止了村委的工作，回家玩几天，准备下学年的课程。

短暂的社会实践，一晃而过，在这其中，我领悟到了很多东西，而这些东西都将会让我终身受用。我也同样知道了身处社会会有很多难处。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。

大一暑假社会实践报告

在一个多月的暑假生活中，为了更好的了解社会，响应“大学生生活教育”的号召；也为了给个人今后发展奠定坚实的基础。我利用三十天的时间组织了一项名为“爱心辅导”的社会实践活动。现在活动已经圆满结束，我在此做一个总结，作为大学一年级暑假的社会实践报告。

活动的动机

在权衡了各项大学生可能参与的社会实践活动之后，我认为：家教是一份切实、有价值的方案。作为一名师范学院的学生，尽管我本身属于非师范类专业，但“为人师表”这个千年的古训却永远牢记在我的心中。我觉得，做一个好老师是非常具有挑战性的；同时，如何出色的.胜任老师的工作，对我也是一个很大的磨练。所以本着这样一个向往，我选择了组织家教这项社会实践活动。

活动的准备

为了能够增加此项活动的“含金量”。我为活动订立了“自己组织，自己分配，自己招生，自己工作”的基本宗旨。其中这里的“自己”实际上指的是一个群体：即所有参与到我组织的这项活动中来的和我具有同等学历的朋友们。他们分别是：万健（南京邮电大学信息工程与自动化管理系）、施政（南通大学数学系）、蒋舒（南京工程学院光电工程系）、贾楠（盐城工学院经济管理学院）等。在组织好人员之后，我于7号晚迅速草拟了两份材料。即：“爱心辅导介绍”广告和“爱心辅导活动会员条例”。（材料见附页）

活动的实施

在x月9号散发了“爱心辅导介绍”广告之后，我们很快接到了许多家长的询问，并陆续登记好姓名和联系方式。x月xx号上午结束招生后我组织分配了各个参与同学的任务，其中我具体负责了一名四年级学生的语文及英语辅导工作。会议结束前我们再次学习了“爱心辅导活动会员条例”。下午同学们开始各自与负责的孩子家长联系，商定具体的实施细节。

22号活动正式开始，在辅导孩子的过程中，我始终遵守条例中的规定，牢记认真负责的态度，以学生为本，礼貌、耐心、亲切的完成辅导任务。同时，我尊敬学生家长，礼貌用词，耐心听从家长的建议。在具体学科指导中，我发现：这个孩子存在着偷懒和粗心的坏习惯。我针对这一点提出了狠抓辅导效率，减少学习持续时间但增大学习频率的方法，为这个孩子的提高作出了一定的贡献。活动结束时，在我和孩子家长共同组织的测验中，他取得了全优的好成绩。

在完成自己任务的同时我还统筹着全局，每天与其他四位同学保持密切的联系，时刻提醒他们牢记活动条例并注意自己的安全。保证活动的正常进行。

**暑假社会实践报告字篇四**

在离校之前，老师安排了专业实习认识的课程。虽然实习报告早已经完成，但它激起了我要在漫长的暑假参加社会实践的决心。

其实，自己早就有尝试依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需生活费的想法，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，以前总是在父母的庇护下长大不知外界社会如何现实。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。

怀揣着自己的美好憧憬，我开始了暑假的时间安排。最初是计划留校，因为我希望能在学校附近找到一个打工赚钱的地方，以此来实现我的社会实践。但事与愿违，由于有一学期没回家了，父母都十分的挂念，都不允许我留校，于是我不得不打消这个念头。回到家后，我仍旧没有忘记自己的社会实践，在多次与父亲的交谈后，父亲答应了推荐我去当地村委工作，给村支书做助理。没想到村支书真的答应了这件事，只是不能拿到工资，这也令我有一丝遗憾，但我知道这是一次难得的机会，也就没敢提多的条件。

村委的工作比较的繁琐，很多东西都是我能所不及的，所以我多的是学习支书的处事为人的方法。也没有规定的上班时间，因为村委的人本来就很少有时间值班，我的加入反而使他们的值班室有了人选，于是我每天上班的时间是自己定的。由于父亲在县里的农业部门工作，所以我们工作上见面的机会也很多，他经常会到村里考察农作物的长势，加上每天早上也是他叫我起床一起去上班，我也就成了他的半个助理。在村里没事的时候我就跟父亲一起去其他乡镇里考察。

夏日的天气总是不饶人，每次从下乡回来我们都是满身汗臭，脸没晒的通红，现在我才明白为什么当初父亲不让我学农学，因为实在太艰苦了。以前总是想父亲的工作一定很好做，在跟随他一起工作的这段时间才发现，父亲的工作是多么的困难，而他每次要把事情处理都恰到好处是多么的不易。

在7月末，父亲的单位开了月底工作总结会议，跟了父亲一两周，还没见父亲主持过单位内部的会议，于是开会的当天父亲允许了我去旁听。我坐在会议的角落，并没有引起其他人的注意，会议的气氛与自己在分团委工作开会的气氛是竟然不同的，少了唧唧咋咋，七嘴八舌，多了严肃认真。会议上首先是单位的陈叔叔讲了话，总结7月工作的经验教训。接着是父亲，他做了对未来一月份的工作安排，为了激发单位内部人员的积极性和团结。父亲做了题为“支部是我家，人人共建它”的演讲。提倡支部是一个大家庭，并以简单明了的四句话“支部是一个凝心聚力的家庭，支部是一个奋发向上的家庭，支部是一个充满活力的家庭，支部是一个幸福和谐的家庭”阐释了这个倡议。经过那次会议，我学到了很多，于是我决定的村支书提议我们也在八月份做一个工作会议，号召农民的积极性。村支书答应了我的提议，但我得为此次活动写计划并做好布置场地。为了让活动搞好，我请来了村里的其他大学生，要他们一起出谋划策，经过几天的努力我们终于计划在8月xx号天开展此次活动。

刚好在当天又下雨了，给了村民们时间参加此次活动。在x点多的时候，村民基本都到了，我们宣布题为“加强沟通，促进学习”的活动正式开始。活动中我们各自对农村学习提出了看法，并回答了村民们的提问，是村民们了解了学习的必要性，从而提高积极性，最后村支书做了总结，把我们的想法对村民们说了，引起了很大的轰动，村民们也保证了一定会好好加强沟通促进学习。在接下来的几天中我们又到村民家中了解情况，帮村支书做调查，给村民交谈并上报村支书村民的困难，使我的工作不在像前段时间那样的累，每天都过得很轻松愉快。由于上学的时间快到了，我不得不停止了村委的工作，回家玩几天，准备下学年的课程。

短暂的社会实践，一晃而过，在这其中，我领悟到了很多东西，而这些东西都将会让我终身受用。我也同样知道了身处社会会有很多难处。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。

大一暑假社会实践报告

在一个多月的暑假生活中，为了更好的了解社会，响应“大学生生活教育”的号召；也为了给个人今后发展奠定坚实的基础。我利用三十天的时间组织了一项名为“爱心辅导”的社会实践活动。现在活动已经圆满结束，我在此做一个总结，作为大学一年级暑假的社会实践报告。

活动的动机

在权衡了各项大学生可能参与的社会实践活动之后，我认为：家教是一份切实、有价值的方案。作为一名师范学院的学生，尽管我本身属于非师范类专业，但“为人师表”这个千年的古训却永远牢记在我的心中。我觉得，做一个好老师是非常具有挑战性的；同时，如何出色的.胜任老师的工作，对我也是一个很大的磨练。所以本着这样一个向往，我选择了组织家教这项社会实践活动。

活动的准备

为了能够增加此项活动的“含金量”。我为活动订立了“自己组织，自己分配，自己招生，自己工作”的基本宗旨。其中这里的“自己”实际上指的是一个群体：即所有参与到我组织的这项活动中来的和我具有同等学历的朋友们。他们分别是：万健（南京邮电大学信息工程与自动化管理系）、施政（南通大学数学系）、蒋舒（南京工程学院光电工程系）、贾楠（盐城工学院经济管理学院）等。在组织好人员之后，我于7号晚迅速草拟了两份材料。即：“爱心辅导介绍”广告和“爱心辅导活动会员条例”。（材料见附页）

活动的实施

在x月9号散发了“爱心辅导介绍”广告之后，我们很快接到了许多家长的询问，并陆续登记好姓名和联系方式。x月xx号上午结束招生后我组织分配了各个参与同学的任务，其中我具体负责了一名四年级学生的语文及英语辅导工作。会议结束前我们再次学习了“爱心辅导活动会员条例”。下午同学们开始各自与负责的孩子家长联系，商定具体的实施细节。

22号活动正式开始，在辅导孩子的过程中，我始终遵守条例中的规定，牢记认真负责的态度，以学生为本，礼貌、耐心、亲切的完成辅导任务。同时，我尊敬学生家长，礼貌用词，耐心听从家长的建议。在具体学科指导中，我发现：这个孩子存在着偷懒和粗心的坏习惯。我针对这一点提出了狠抓辅导效率，减少学习持续时间但增大学习频率的方法，为这个孩子的提高作出了一定的贡献。活动结束时，在我和孩子家长共同组织的测验中，他取得了全优的好成绩。

在完成自己任务的同时我还统筹着全局，每天与其他四位同学保持密切的联系，时刻提醒他们牢记活动条例并注意自己的安全。保证活动的正常进行。

**暑假社会实践报告字篇五**

今暑假对于我只有短短的十天，因为放假的第二天我就和同学一起坐上了开往深圳的大巴车。从小就没出过远门的我没有那种紧张敢，心里只有期待，想看看外面的世界。

大巴车第二天清晨就到了深圳，没有书上，电视上写到和看到的那么繁华，我记得那天是6月30。没有时间给我们准备，因为来之前老师说是要我们去富士康应聘普工的，听说有八轮面试当时就吓到了一片同学，不过我任然满心期待…或许是和我心里承受能力比较好，所以我的心态一直没什么大的波动。但是！当我们抵达富士康的招聘地点的时候，我，震惊了！面试的队伍足够三百多米长。我才知道富士康其实是一家很不错的企业并不像富士康之前跳楼事件时媒体所说的那么差。

后来想着既然我来了就一定要排队排到自己可以去面试了，总部能连面试都没搞就回家了，30号上午八点我们开始排队，到了中午的时候我们终于只有四五十米酒到我们了，但是有工作人员出来说上午面试的资格已经没了，请下午来排队…下面一片怨声载道，但是没有几个走的，因为大家都知道排到这个位置不容易，依稀记得那天的深圳和长沙的炎热不相上下，顶着烈日我们继续排队，肚子里面早已饥肠辘辘了，但是为了不让自己出去的时候让别人插队我们都忍住了继续站在那里…不久有卖面包的小贩过来兜售，但是那价格我够吃上一顿可口的午餐了，忍住，还没赚钱就要花这么多钱！所以没吃午饭我们继续了排队。之后一段漫长的等待，因为富士康是下午两点才开始招聘的。不断有人退了但是也不断有人加入，同伴和我咬咬牙都坚持住了，想着要是进入了富士康的话薪资还是很可观的。终于在等待中，富士康的工作人员现身了，又是继续排队中。终于快要到我们了，不过传来了对我们很不利的消息，富士康对湖南和河南的人不待见，要湖南和河南的人提前放弃，我们当时很绝望，一天时间的的等待换来这种结果，想着眼见才为实我们还是没有放弃。在快到我们的时候有富士康的工作人员出来喊话问有没有湖南的和河南的，我们心中咯噔一下紧张了。接下来的话让我们如遭雷击，果然传言没错，富士康的人果然对湖南和河南的人不待见。后来工作人员解释了原因，原来在前几天湖南的和河南几个技校的学生卷走了富士康的巨额金钱，至今没有追到。后来我们只能放弃，因为我们知道那样是没用的。

6月30号的努力宣告白费…但是我们明白了一句谚语的道理，一粒老鼠屎打烂一锅汤！只因为几个湖南的学生的行为使我们失去了去富士康学习的机会。

几个人在深圳又转了几天到处寻找可以工作的机会，由于我们做事的时间不是很长所以一直没有什么好的去处，在过了几天后身上没什么钱了同学把身上的钱都买了回程的火车票…我不甘心！在送走了同学之后我一个人还是留在了深圳！

一个人在深圳又徘徊了好几几天渐渐的自己带来的钱已经差不多只够买火车票的钱了，我咬咬牙买了一张地铁票穿越了大半个深圳，来到了一个更加陌生的地方——宝安区龙华，我对自己说要是还没找事做的话我就回长沙了，在穿行了半天之后看到了一个还在装修的网吧，我看到了机会，我跑了进去问老板这要不要招人，老板听了一下我的口音问我是不是宁乡的，我当时那个激动啊，我连忙用家乡口音和老板谈话，最后老板说要我做网管但是得等到装修完才可以做。

在几天后网吧的装修完了网吧迎来了开张的日子，那天也是我这个暑假最开心的日子因为我终于有工作了！还记得开业的那天网吧免费上网生意好得很，我从老板那学会怎么开卡，充值之类的以及电脑故障的处理办法，在以后的工作时间里我每天按时上班了，虽然说每天都是上的晚班而且时间更是达到十二个小时但我还是撑下来了，因为至少我找到了自己可以担当的位置！在到了一个月以后我辞工回到了长沙，虽然老板一直挽留但是我还是回来了因为我要回长沙倒时差了，不然就成夜猫子了。呵呵，这就是我这差不多两个月里在深圳的经历，很充实也很有价值！

在深圳的这两个月下来我明白了很多，也收获了很多，成长了很多！总之不能过早的放弃，但是也不要盲目的坚持，在明知结果的情况下还坚持那叫愚笨，在未知的情况下坚持才叫勇敢！表达能力很差所以有很多的收获我也不知道怎么表达出来，但是看了我上面的文字应该会懂的！

**暑假社会实践报告字篇六**

今暑假对于我只有短短的十天，因为放假的第二天我就和同学一起坐上了开往深圳的大巴车。从小就没出过远门的我没有那种紧张敢，心里只有期待，想看看外面的世界。

大巴车第二天清晨就到了深圳，没有书上，电视上写到和看到的那么繁华，我记得那天是6月30。没有时间给我们准备，因为来之前老师说是要我们去富士康应聘普工的，听说有八轮面试当时就吓到了一片同学，不过我任然满心期待…或许是和我心里承受能力比较好，所以我的心态一直没什么大的波动。但是！当我们抵达富士康的招聘地点的时候，我，震惊了！面试的队伍足够三百多米长。我才知道富士康其实是一家很不错的企业并不像富士康之前跳楼事件时媒体所说的那么差。

后来想着既然我来了就一定要排队排到自己可以去面试了，总部能连面试都没搞就回家了，30号上午八点我们开始排队，到了中午的时候我们终于只有四五十米酒到我们了，但是有工作人员出来说上午面试的资格已经没了，请下午来排队…下面一片怨声载道，但是没有几个走的，因为大家都知道排到这个位置不容易，依稀记得那天的深圳和长沙的炎热不相上下，顶着烈日我们继续排队，肚子里面早已饥肠辘辘了，但是为了不让自己出去的时候让别人插队我们都忍住了继续站在那里…不久有卖面包的小贩过来兜售，但是那价格我够吃上一顿可口的午餐了，忍住，还没赚钱就要花这么多钱！所以没吃午饭我们继续了排队。之后一段漫长的等待，因为富士康是下午两点才开始招聘的。不断有人退了但是也不断有人加入，同伴和我咬咬牙都坚持住了，想着要是进入了富士康的话薪资还是很可观的。终于在等待中，富士康的工作人员现身了，又是继续排队中。终于快要到我们了，不过传来了对我们很不利的消息，富士康对湖南和河南的人不待见，要湖南和河南的人提前放弃，我们当时很绝望，一天时间的的等待换来这种结果，想着眼见才为实我们还是没有放弃。在快到我们的时候有富士康的工作人员出来喊话问有没有湖南的和河南的，我们心中咯噔一下紧张了。接下来的话让我们如遭雷击，果然传言没错，富士康的人果然对湖南和河南的人不待见。后来工作人员解释了原因，原来在前几天湖南的和河南几个技校的学生卷走了富士康的巨额金钱，至今没有追到。后来我们只能放弃，因为我们知道那样是没用的。

6月30号的努力宣告白费…但是我们明白了一句谚语的道理，一粒老鼠屎打烂一锅汤！只因为几个湖南的学生的行为使我们失去了去富士康学习的机会。

几个人在深圳又转了几天到处寻找可以工作的机会，由于我们做事的时间不是很长所以一直没有什么好的去处，在过了几天后身上没什么钱了同学把身上的钱都买了回程的火车票…我不甘心！在送走了同学之后我一个人还是留在了深圳！

一个人在深圳又徘徊了好几几天渐渐的自己带来的钱已经差不多只够买火车票的钱了，我咬咬牙买了一张地铁票穿越了大半个深圳，来到了一个更加陌生的地方——宝安区龙华，我对自己说要是还没找事做的话我就回长沙了，在穿行了半天之后看到了一个还在装修的网吧，我看到了机会，我跑了进去问老板这要不要招人，老板听了一下我的口音问我是不是宁乡的，我当时那个激动啊，我连忙用家乡口音和老板谈话，最后老板说要我做网管但是得等到装修完才可以做。

在几天后网吧的装修完了网吧迎来了开张的日子，那天也是我这个暑假最开心的日子因为我终于有工作了！还记得开业的那天网吧免费上网生意好得很，我从老板那学会怎么开卡，充值之类的以及电脑故障的处理办法，在以后的工作时间里我每天按时上班了，虽然说每天都是上的晚班而且时间更是达到十二个小时但我还是撑下来了，因为至少我找到了自己可以担当的位置！在到了一个月以后我辞工回到了长沙，虽然老板一直挽留但是我还是回来了因为我要回长沙倒时差了，不然就成夜猫子了。呵呵，这就是我这差不多两个月里在深圳的经历，很充实也很有价值！

在深圳的这两个月下来我明白了很多，也收获了很多，成长了很多！总之不能过早的放弃，但是也不要盲目的坚持，在明知结果的情况下还坚持那叫愚笨，在未知的情况下坚持才叫勇敢！表达能力很差所以有很多的收获我也不知道怎么表达出来，但是看了我上面的文字应该会懂的！

**暑假社会实践报告字篇七**

我们这一辈的人，相对于爷爷、奶奶、爸爸、妈妈那些人，简直就是锦衣玉食，生长在襁褓之中，不知生活艰苦，不知柴米油盐，更没体会过“锄禾日当午，汗滴和下土”的农耕生活。每当妈妈叫我在市场去买一些应时季节的蔬菜，我总是迷茫，尽管我现在是一名大学生，但是对农作物的四季更替真的是不甚了解，就会显得特别尴尬，古语有云：“耳闻之不如目见之，目见之不如足践之”，为了想更多的了解农耕方面的知识和常识，暑期社会实践我选择了一家农资公司。初期，在进公司之前，我很是犹豫，因为对农业这块真的是盲区，后来想想，我本来就是本着学习的心去了，用心学习就好，并且老子也说过：“九层之台，起于磊土;千里之行，始于足下”，于是我便鼓足了勇气，踏上了社会实践的征程。

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!

**暑假社会实践报告字篇八**

我们这一辈的人，相对于爷爷、奶奶、爸爸、妈妈那些人，简直就是锦衣玉食，生长在襁褓之中，不知生活艰苦，不知柴米油盐，更没体会过“锄禾日当午，汗滴和下土”的农耕生活。每当妈妈叫我在市场去买一些应时季节的蔬菜，我总是迷茫，尽管我现在是一名大学生，但是对农作物的四季更替真的是不甚了解，就会显得特别尴尬，古语有云：“耳闻之不如目见之，目见之不如足践之”，为了想更多的了解农耕方面的知识和常识，暑期社会实践我选择了一家农资公司。初期，在进公司之前，我很是犹豫，因为对农业这块真的是盲区，后来想想，我本来就是本着学习的心去了，用心学习就好，并且老子也说过：“九层之台，起于磊土;千里之行，始于足下”，于是我便鼓足了勇气，踏上了社会实践的征程。

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!

**暑假社会实践报告字篇九**

xx新城与xx店东站距离约30公里，有多条公路贯穿两地，货运方便快捷，但客运交通仍亟待完善。实践小组到达xx店东站后，举目望去是玉米地连畴接陇，没有公交站牌，只有零星几辆远途的大巴，司机称车并不途经xx。无奈之下我们只好选择了打车。

行进中看到道路平整宽广，纵横在一片碧海里：这是对xx交通的初印象。然而满街的小三轮又揭示了道路宽广并不代表交通完善的事实。进入xx新城，我们才知道xx缺乏完善的交通系统：几辆类似景区游览车的篷车代行公交的职能；老城内甚至没有见到公交站牌，有寥寥几辆公交也是招手即停；红绿灯标志不明显，在有的十字路口甚至没有。

但是简单的交通系统也为居民的生活提供了便利。略显简陋的“公交”价格便宜，从老城到国际箱包厂一人也仅需两元。驾驶游览车的大多是当地人，有年少的也有年长的。由于没有规范的运营管理，司机多是自主找寻乘客，有时因为人未坐满，在箱包城附近绕了几圈也不出发，引来乘客怨怼。更甚者，司机们为了多载乘客吵了起来，出口便是再熟悉不过的“国骂”，这也算是民风淳朴吧。

跟着游览车在老城和箱包城之间来回几趟，发现无论是老城还是新城，道路绿化都不是很好，但城市很小，车辆也比较少，由是扬尘也不是很多。

回程时计量着要不要打车去火车站，询问当地人才知道原来有到xx店东站的公交，不过是经过距离车站有一段距离的公路罢了。我们愤愤地想，来时一定是被司机们联合骗了……

xx在北京、天津、保定三角区的腹地中，有多条公路穿过，又即将修建到首都第二机场的快轨，实在是占得天独厚之利。把对xx交通区位优势的感叹留在身后，我们踏上归途。

**暑假社会实践报告字篇十**

今年寒假，我到我们市一所省级重点高中，与那里的心理辅导老师进行了几次交流，从中收获颇多。作为我省知名师范类学校毕业的硕士研究生谢老师，他为我介绍了很多有关于心理学前景及就业方面的知识，另我的视野再次开阔。 很多人以为心理学就是作教师，从事心理咨询什么的。上海目前的情况是，如果你是硕士毕业，你在上海的高校不可能拿到教师岗位，你只能从事辅导员工作，在上海进入高校起码博士学位。很多人想从事心理咨询工作，从目前我国的现状来说，单纯从事心理咨询工作是不能够维持一定的 生活水准的，除非你肯花上十年以上的精力在上海创出明堂。上海的高校目前心理咨询的岗位已经足够，估计在未来三年内你们毕业后很难在进入，一个萝卜一个坑。更多的各位如果想进入高校的话，很多人都会去作辅导员。心理学目前比较好的前途是进入企业，主要包括猎头（人才中介），企业咨询和人力资源管理。

他还为我介绍了心理学硕士毕业的工资情况。

1.高校辅导员，3000，不包括奖金

2.高校心理咨询人员：2500，不包括讲课费，奖金，额外收入等

3.人才中介，不一定，一般说来年限越久就越是容易，5年后一般年薪大概在20万左右，

4.企业管理咨询，私营企业大概在3000－5000（员工），如果到企业讲课的话，讲课费用一般是1000－3000一天，最高可以做到20000一天，但是很难。

5.人力资源管理，私营企业3000起薪，外资企业大概在8000左右

6.公务员收入在上海大概在3000－5000，额外收入另计

7.高校教师收入据统计年薪平均在70000左右。

8广告公司，市场调查公司等收入在5000左右。

目前我所知道的心理学硕士最低工资在2500元。不包括奖金。

心理学的火热是最近几年发展起来的，是在近几年的青少年心理问题的日益严重的基础上成长的`。资料显示，我国精神分裂症的人群患病率达1%，即平均每100人中就有一名精神分裂症患者。抑郁症的患病率更高，20xx年世界卫生组织调查显示，我国北京、上海等城市 抑郁症患病率高达4%—8%。目前我国各类精神障碍患者已超过8300万人，以精神分裂症为代表的重性精神疾病患者达1600万人。此外，存在暴力攻击、自杀自伤等心理行为问题的儿童青少年已超过3000万人。近年来，以神经症为代表的各种情绪问题日益突出并呈逐年上升趋势，而随着自然和人为灾难事件的频繁发生，与之相关的精神障碍也日益增多。这一问题在“非典”迄今体现得尤其的突出，大概是平时的2倍。

精神疾病已成为社会和家庭的沉重负担。卫生部发布的资料显示，与精神疾病和行为障碍相关的疾病负担占全部疾病负担的20%，在我国疾病总负担中排名首位。据预测，进入21世纪后各类精神卫生问题将更加突出，并将上升至全部疾病负担的1/4以上。此外，由于中国心理咨询业起步较晚，仅从公益性的诊所来看，机构和专业人才也极为缺乏。据星雨热线提供的有关资料显示，“在中国，每百万人口只有2.4个心理工作者；而在美国，每百万人口就有550个心理学家。在香港的大学，平均每1000个大学生就有一位专职的心理咨询医生，而内地的1000多所高校中，只有30%的学校设立了心理咨询机构，而且其中很大一部分没有专职工作人员，受过心理咨询师职业培训的人更少。”中国的心理咨询业处于一种供求极不平衡的状况中，精神疾病患者严重超过医疗机构的容范文网纳数量，直至20xx年，我国仅有精神科机构572所，病床11万余张，精神科医师1.5万余名。而全国目前的精神疾病患者人数为1600万左右。也就是说，床位和精神疾病患者并不是一一对应，而是1张床位对应146个精神疾病患者，床位使用率竟超过百分之百。

基于这个供求的严重平衡和社会对于青少年心理学、教育心理学、犯罪心理学的的重视，心理学的发展是极其迅速的，这很快的就带动了心理学的培训市场、包括心理咨询师认证培训和心理在职研究生等形式的教育。

**暑假社会实践报告字篇十一**

今年寒假，我到我们市一所省级重点高中，与那里的心理辅导老师进行了几次交流，从中收获颇多。作为我省知名师范类学校毕业的硕士研究生谢老师，他为我介绍了很多有关于心理学前景及就业方面的知识，另我的视野再次开阔。 很多人以为心理学就是作教师，从事心理咨询什么的。上海目前的情况是，如果你是硕士毕业，你在上海的高校不可能拿到教师岗位，你只能从事辅导员工作，在上海进入高校起码博士学位。很多人想从事心理咨询工作，从目前我国的现状来说，单纯从事心理咨询工作是不能够维持一定的 生活水准的，除非你肯花上十年以上的精力在上海创出明堂。上海的高校目前心理咨询的岗位已经足够，估计在未来三年内你们毕业后很难在进入，一个萝卜一个坑。更多的各位如果想进入高校的话，很多人都会去作辅导员。心理学目前比较好的前途是进入企业，主要包括猎头（人才中介），企业咨询和人力资源管理。

他还为我介绍了心理学硕士毕业的工资情况。

1.高校辅导员，3000，不包括奖金

2.高校心理咨询人员：2500，不包括讲课费，奖金，额外收入等

3.人才中介，不一定，一般说来年限越久就越是容易，5年后一般年薪大概在20万左右，

4.企业管理咨询，私营企业大概在3000－5000（员工），如果到企业讲课的话，讲课费用一般是1000－3000一天，最高可以做到20000一天，但是很难。

5.人力资源管理，私营企业3000起薪，外资企业大概在8000左右

6.公务员收入在上海大概在3000－5000，额外收入另计

7.高校教师收入据统计年薪平均在70000左右。

8广告公司，市场调查公司等收入在5000左右。

目前我所知道的心理学硕士最低工资在2500元。不包括奖金。

心理学的火热是最近几年发展起来的，是在近几年的青少年心理问题的日益严重的基础上成长的`。资料显示，我国精神分裂症的人群患病率达1%，即平均每100人中就有一名精神分裂症患者。抑郁症的患病率更高，20xx年世界卫生组织调查显示，我国北京、上海等城市 抑郁症患病率高达4%—8%。目前我国各类精神障碍患者已超过8300万人，以精神分裂症为代表的重性精神疾病患者达1600万人。此外，存在暴力攻击、自杀自伤等心理行为问题的儿童青少年已超过3000万人。近年来，以神经症为代表的各种情绪问题日益突出并呈逐年上升趋势，而随着自然和人为灾难事件的频繁发生，与之相关的精神障碍也日益增多。这一问题在“非典”迄今体现得尤其的突出，大概是平时的2倍。

精神疾病已成为社会和家庭的沉重负担。卫生部发布的资料显示，与精神疾病和行为障碍相关的疾病负担占全部疾病负担的20%，在我国疾病总负担中排名首位。据预测，进入21世纪后各类精神卫生问题将更加突出，并将上升至全部疾病负担的1/4以上。此外，由于中国心理咨询业起步较晚，仅从公益性的诊所来看，机构和专业人才也极为缺乏。据星雨热线提供的有关资料显示，“在中国，每百万人口只有2.4个心理工作者；而在美国，每百万人口就有550个心理学家。在香港的大学，平均每1000个大学生就有一位专职的心理咨询医生，而内地的1000多所高校中，只有30%的学校设立了心理咨询机构，而且其中很大一部分没有专职工作人员，受过心理咨询师职业培训的人更少。”中国的心理咨询业处于一种供求极不平衡的状况中，精神疾病患者严重超过医疗机构的容范文网纳数量，直至20xx年，我国仅有精神科机构572所，病床11万余张，精神科医师1.5万余名。而全国目前的精神疾病患者人数为1600万左右。也就是说，床位和精神疾病患者并不是一一对应，而是1张床位对应146个精神疾病患者，床位使用率竟超过百分之百。

基于这个供求的严重平衡和社会对于青少年心理学、教育心理学、犯罪心理学的的重视，心理学的发展是极其迅速的，这很快的就带动了心理学的培训市场、包括心理咨询师认证培训和心理在职研究生等形式的教育。

**暑假社会实践报告字篇十二**

将所学的理论知识与实践结合起来，培养勇于探索的创新精神、提高动手能力，加强社会活动能力，严肃认真的学习态度，为以后专业实习和走上工作岗位打下坚实的基础。

肇庆市丰驰精密金属制品有限公司位于风景秀丽、交通便捷的中国著名优秀旅游城市-肇庆市,距广州市约100公里。建于1999年（原肇庆明兴金属制品厂）,是一家专业加工生产合金压铸模具部件、汽车零部件、金属冲压件、金属制品加工组装及焊接加工的民营股份制企业。

公司拥有高素质的管理及配套齐全的加工制造、生产与检测设备（高精密全自动的数控加工中心、数控车床/铣床、数控电火花机、电脑数控线切割机、高精密外圆 / 内圆磨床 / 平面磨床、深孔钻床、普通车床、剪床、压力机及脉冲式焊接设备数十台），健全的质量保证体系，并拥有自己的技术科研队伍。形成了设计制图、模具开发，加工生产的流水线作业。公司现占地面积 3500多平方米的标准厂房，员工人数72人。产品涉及：汽车、机械、电子电工、通讯等数个行业；下设：有两个制造工场；产品技术部、质检部、冲压部、机加工部、压铸部（计划中）、焊接部、模具制造部等部门。技术部门设有新产品开发组，可根据用户的图纸或样品制造供货。同时还跟：广汽丰田、广州本田（东风本田）、东风日产、联大化工集团等多家知名企业达成了长期合作伙伴关系；业务范围遍布全国。

目前主要产品有：汽车零部件、汽车合金压铸模具部件、金属精密冲压件、金属制品加工组装及焊接生产等。

公司经营方针：发展与质量并重，诚信和服务第一，优质高效客户至上，持续改进。

公司质量方针：以独特的制造技术及先进的管理为基础，向用户提供优质产品。

1）安全第一：

对于任何机械厂，安全始终是重中之重。在班长的带领下，首先对我们进行了一些安全教育和以及在实习过程中的安全事项和需注意的项目。比如在进加工车间时了，不允许穿凉鞋进厂；进厂必须穿长裤；禁止在厂里吸烟，进厂后衣服不准敞开，外套不准乱挂在身上，不得背背包进厂；人在厂里不要成堆，不要站在生产主干道上；在没有班长的允许情况下，不准乱按按扭、开关；

2)特殊规定

车床规定：

1、 找正工件时只准用手板动卡盘或开最低速找正，不准开高速找正。

2、 加工棒料时，棒料不得太长，一般以不超出主轴孔后端300毫米为宜并用木片在主轴孔内卡紧。如超过300毫米以上，应用支架支承，确认安全后方可加工，但不准开高速度。

3、 加工偏重工件时，配重要加得恰当，紧固牢靠，用手转动卡盘检查无障碍后，再低速回转，确认配重符合要求，方可加工。

4、 用尾座顶针顶持工件时，尾座套筒的伸出量不准超过套筒直径的二倍，同时注意锁紧。

5、 用尾座装钻头钻孔时，不准用杠杆转动手轮进刀。

6、 装卸较重的工件时，要在床面上垫块木板，防止发生意外。

7、 装卸卡盘时，只准用手转动三角皮带代动主轴回转进行，绝对禁止直接开动机床强制松开或拧紧，同时要在床面上垫块木板，防止发生意外。

8、 溜板作快速移动时，须在离极限位置前50~100毫米处停止快速移动，防止碰撞。

9、 车刀安装不宜伸出过长，车刀垫片要平整，宽度要与车刀底面宽度一致。

10、车削外圆时，只准用光杠而不准用丝杠代动溜板走刀。

11、改变主轴回转方向时，要先停主轴后进行，不准突然改变主轴回转方向。

12、工作中不准用反车的方法来制动主轴回转。

13、加工钢件改为加工铸铁件或其他有色金属件时，应将切屑彻底清除及擦净冷却液。加工铸铁件或其他有色金属件改为加工钢件时，应将切屑清除，彻底擦净导轨面并加油润滑。

14、作高速切削时，必须注意：

① 切削钢件要有断屑装置。

② 必须使用活顶尘

15、大型车床的工件重量转速，一定按使用说明书要求进行。

磨床规定：

1） 外园磨床、端面磨床:

a)磨削开始前，应调正好砂轮与工件间的距离，以免砂轮座快速引进时砂轮与工件相碰。

b） 工件的加工余量一般不准超过0.3毫米。不准磨削未经过机械加工的工件。

c） 磨削表面有花键、键槽和扁圆的工件时，进刀量要小，磨削速度不能太快，防止发生和撞击。

d） 修正砂轮时，应将砂轮座快速引进后，再进行砂轮的修正工作。

2） 内圆磨床

开动砂轮前，须将换向的柄放在使砂轮离开工件的位置上，以免发生意外。

3） 平面磨床：

a） 工作前，须先接通磁力盘开关，检查磁力盘的吸力应符合要求，检查磁力盘与砂轮启动的互锁装置应可靠好用。

b) 安放工件时，须将磁力盘擦试干净。磨高的或底面积较小的工件，须加适当高度的挡块（一般以低于工件3~5毫米为宜）并用的扳动工件，检查是否吸牢。

c) 不准磨削薄的铁板。不准在无端面磨削结构的磨床用砂轮端面磨削工件端面。

3）毛坯选择

首先我们来到了零件的原始毛坯加工车间，在老师的指导作用下，我们了解到了下面知识，零件一般是由毛胚加工而成。而在现有的生产条件下，毛胚主要有铸件，锻件和冲压件等几个种类。铸件是把熔化的金属液浇注到预先制作的铸型腔中，待其冷却凝固后获得的零件毛胚。在一般机械中，铸件的重量大都占总机重量的50%以上，它是零件毛胚的最主要来源。铸件的突出优点是它可以是各种形状复杂的零件毛胚，特别是具有复杂内腔的零件毛胚，此外，铸件成本低廉。据指导我们实习的师傅说，我们厂主要就是靠这种方式制作毛坯。但其缺点是在其生产过程中，工序多，铸件质量难以控制，铸件机械性能较差，而锻件是利用冲击力或压力使用，加热后的金属胚料产生塑性变形，从而获得的零件毛胚。锻件的结构复杂程度往往不及铸件。但是，锻件具有良好的内部组织，从而具有良好的机械性能。所以用于做承受重载和冲击载荷的重要机器零件和工具的毛胚，冲压件是利用冲床和专用模具，使金属板料产生塑性变形或分离，从而获得的制体。冲压通常是在常温下进行，冲压件具有重量轻，刚性好，尺寸精度高等优点，在很多情况下冲压件可直接作为零件使用。

4）加工车间

来到加工车间，这里给我的第一感觉就是太大了车间共分为五部分，分别为车削加工，铣削及其他加工，钳工，数控加工，焊接，几乎是涵盖机械加工的各个方面，大概有30人同时在里面进行各种零件加工，虽然我们在学校的时候也进行过金工实习，做过一些零件，对机床也有一定认识，但是真的处于那种加工零件的气氛下，有很大的不同，一是我们学校的机床都是有一定年代的，很少近年出来的新型加工机床二是在速度上，我们的加工速度也太慢了，加工同一个零件，我们需要的时间大概是这些加工师傅的五六倍，根本不能进行工业化的生产。在此次对加工车间的认识过程中，我更加明白了机械加工一些流程；胚料——-划线——-刨床(工艺上留加工余量)——粗车——热处理,调质——车床半精加工——磨——齿轮加工——淬火(齿面)——磨面；齿轮零件加工工艺:粗车——热处理——精车——磨内孔——磨芯,轴端面——磨另一端面——滚齿——钳齿——剃齿——铡键槽——钳工——完工。

5）装配车间

任何机器都是有一个又一个零件装配而来，在装配车间，这里大概有接近一百多人在进行零件的收集和装配，以及包装，再发送至储货厂，在这个车间，工人师傅首先将起所收集的零件进行飞类，一便于进行组装，确定装配方法，装配顺序，所需工具；再进行清洗零件，去除油污，锈蚀，涂油，确保机器组装以后，表面整洁美观。在产品装配完成以后，还要对零件各方面进行调试，检查运动件的灵活性，密封性等性能，再转箱入库。

车工是我实习的第一个工种，也是我练习时间最长，自我感觉掌握程度最好的一个工种。师傅似乎很轻松，因为他们除了简单的介绍了一下车床的使用方法以外基本上就是在闲坐聊天，偶尔出来帮忙看看我们的练习进度。再就是我们谁要是一个不小心把车刀给磨坏了，需要老师帮忙出来磨一下刀具。除此而外，基本上都是我们自己在探索在瞎摸在尽情的折腾。也不能说这样的.折腾没有效果，毕竟我们都做出了那么多玲珑小巧又可爱的小玩意。这不能不说是我们的一个小成功，因为没有差强人意的技术，这种小玩意即使做出来也不好看。因此，车床上的工作，最讲究的是一个脑力劳动。我们学习的又是普通车床，一切的操作都是人为的控制，要想做出精美的工艺来，非有娴熟的技术和缜密的安排难以达到要求。它需要你再拿到一个需要加工零件的零件图时，不仅仅懂得安排先处理那块，后处理那里，还必须懂得在处理的时候两手、大脑、身体各个部位都要全身心地协调配合起来。真可谓是“牵一发而动全身”。而且，车床的工作当中注意事项相当的繁杂，更需要你有耐心有恒心有毅力。

在这一过程中，我认真的观察和认真的学习，初步了解了车工、磨床工作中的具体知识，拓展了所学的专业知识，为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响最大的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，这些都是我在校学习中不曾接触过的方面的认识和经验。 通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，需心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！

**暑假社会实践报告字篇十三**

将所学的理论知识与实践结合起来，培养勇于探索的创新精神、提高动手能力，加强社会活动能力，严肃认真的学习态度，为以后专业实习和走上工作岗位打下坚实的基础。

肇庆市丰驰精密金属制品有限公司位于风景秀丽、交通便捷的中国著名优秀旅游城市-肇庆市,距广州市约100公里。建于1999年（原肇庆明兴金属制品厂）,是一家专业加工生产合金压铸模具部件、汽车零部件、金属冲压件、金属制品加工组装及焊接加工的民营股份制企业。

公司拥有高素质的管理及配套齐全的加工制造、生产与检测设备（高精密全自动的数控加工中心、数控车床/铣床、数控电火花机、电脑数控线切割机、高精密外圆 / 内圆磨床 / 平面磨床、深孔钻床、普通车床、剪床、压力机及脉冲式焊接设备数十台），健全的质量保证体系，并拥有自己的技术科研队伍。形成了设计制图、模具开发，加工生产的流水线作业。公司现占地面积 3500多平方米的标准厂房，员工人数72人。产品涉及：汽车、机械、电子电工、通讯等数个行业；下设：有两个制造工场；产品技术部、质检部、冲压部、机加工部、压铸部（计划中）、焊接部、模具制造部等部门。技术部门设有新产品开发组，可根据用户的图纸或样品制造供货。同时还跟：广汽丰田、广州本田（东风本田）、东风日产、联大化工集团等多家知名企业达成了长期合作伙伴关系；业务范围遍布全国。

目前主要产品有：汽车零部件、汽车合金压铸模具部件、金属精密冲压件、金属制品加工组装及焊接生产等。

公司经营方针：发展与质量并重，诚信和服务第一，优质高效客户至上，持续改进。

公司质量方针：以独特的制造技术及先进的管理为基础，向用户提供优质产品。

1）安全第一：

对于任何机械厂，安全始终是重中之重。在班长的带领下，首先对我们进行了一些安全教育和以及在实习过程中的安全事项和需注意的项目。比如在进加工车间时了，不允许穿凉鞋进厂；进厂必须穿长裤；禁止在厂里吸烟，进厂后衣服不准敞开，外套不准乱挂在身上，不得背背包进厂；人在厂里不要成堆，不要站在生产主干道上；在没有班长的允许情况下，不准乱按按扭、开关；

2)特殊规定

车床规定：

1、 找正工件时只准用手板动卡盘或开最低速找正，不准开高速找正。

2、 加工棒料时，棒料不得太长，一般以不超出主轴孔后端300毫米为宜并用木片在主轴孔内卡紧。如超过300毫米以上，应用支架支承，确认安全后方可加工，但不准开高速度。

3、 加工偏重工件时，配重要加得恰当，紧固牢靠，用手转动卡盘检查无障碍后，再低速回转，确认配重符合要求，方可加工。

4、 用尾座顶针顶持工件时，尾座套筒的伸出量不准超过套筒直径的二倍，同时注意锁紧。

5、 用尾座装钻头钻孔时，不准用杠杆转动手轮进刀。

6、 装卸较重的工件时，要在床面上垫块木板，防止发生意外。

7、 装卸卡盘时，只准用手转动三角皮带代动主轴回转进行，绝对禁止直接开动机床强制松开或拧紧，同时要在床面上垫块木板，防止发生意外。

8、 溜板作快速移动时，须在离极限位置前50~100毫米处停止快速移动，防止碰撞。

9、 车刀安装不宜伸出过长，车刀垫片要平整，宽度要与车刀底面宽度一致。

10、车削外圆时，只准用光杠而不准用丝杠代动溜板走刀。

11、改变主轴回转方向时，要先停主轴后进行，不准突然改变主轴回转方向。

12、工作中不准用反车的方法来制动主轴回转。

13、加工钢件改为加工铸铁件或其他有色金属件时，应将切屑彻底清除及擦净冷却液。加工铸铁件或其他有色金属件改为加工钢件时，应将切屑清除，彻底擦净导轨面并加油润滑。

14、作高速切削时，必须注意：

① 切削钢件要有断屑装置。

② 必须使用活顶尘

15、大型车床的工件重量转速，一定按使用说明书要求进行。

磨床规定：

1） 外园磨床、端面磨床:

a)磨削开始前，应调正好砂轮与工件间的距离，以免砂轮座快速引进时砂轮与工件相碰。

b） 工件的加工余量一般不准超过0.3毫米。不准磨削未经过机械加工的工件。

c） 磨削表面有花键、键槽和扁圆的工件时，进刀量要小，磨削速度不能太快，防止发生和撞击。

d） 修正砂轮时，应将砂轮座快速引进后，再进行砂轮的修正工作。

2） 内圆磨床

开动砂轮前，须将换向的柄放在使砂轮离开工件的位置上，以免发生意外。

3） 平面磨床：

a） 工作前，须先接通磁力盘开关，检查磁力盘的吸力应符合要求，检查磁力盘与砂轮启动的互锁装置应可靠好用。

b) 安放工件时，须将磁力盘擦试干净。磨高的或底面积较小的工件，须加适当高度的挡块（一般以低于工件3~5毫米为宜）并用的扳动工件，检查是否吸牢。

c) 不准磨削薄的铁板。不准在无端面磨削结构的磨床用砂轮端面磨削工件端面。

3）毛坯选择

首先我们来到了零件的原始毛坯加工车间，在老师的指导作用下，我们了解到了下面知识，零件一般是由毛胚加工而成。而在现有的生产条件下，毛胚主要有铸件，锻件和冲压件等几个种类。铸件是把熔化的金属液浇注到预先制作的铸型腔中，待其冷却凝固后获得的零件毛胚。在一般机械中，铸件的重量大都占总机重量的50%以上，它是零件毛胚的最主要来源。铸件的突出优点是它可以是各种形状复杂的零件毛胚，特别是具有复杂内腔的零件毛胚，此外，铸件成本低廉。据指导我们实习的师傅说，我们厂主要就是靠这种方式制作毛坯。但其缺点是在其生产过程中，工序多，铸件质量难以控制，铸件机械性能较差，而锻件是利用冲击力或压力使用，加热后的金属胚料产生塑性变形，从而获得的零件毛胚。锻件的结构复杂程度往往不及铸件。但是，锻件具有良好的内部组织，从而具有良好的机械性能。所以用于做承受重载和冲击载荷的重要机器零件和工具的毛胚，冲压件是利用冲床和专用模具，使金属板料产生塑性变形或分离，从而获得的制体。冲压通常是在常温下进行，冲压件具有重量轻，刚性好，尺寸精度高等优点，在很多情况下冲压件可直接作为零件使用。

4）加工车间

来到加工车间，这里给我的第一感觉就是太大了车间共分为五部分，分别为车削加工，铣削及其他加工，钳工，数控加工，焊接，几乎是涵盖机械加工的各个方面，大概有30人同时在里面进行各种零件加工，虽然我们在学校的时候也进行过金工实习，做过一些零件，对机床也有一定认识，但是真的处于那种加工零件的气氛下，有很大的不同，一是我们学校的机床都是有一定年代的，很少近年出来的新型加工机床二是在速度上，我们的加工速度也太慢了，加工同一个零件，我们需要的时间大概是这些加工师傅的五六倍，根本不能进行工业化的生产。在此次对加工车间的认识过程中，我更加明白了机械加工一些流程；胚料——-划线——-刨床(工艺上留加工余量)——粗车——热处理,调质——车床半精加工——磨——齿轮加工——淬火(齿面)——磨面；齿轮零件加工工艺:粗车——热处理——精车——磨内孔——磨芯,轴端面——磨另一端面——滚齿——钳齿——剃齿——铡键槽——钳工——完工。

5）装配车间

任何机器都是有一个又一个零件装配而来，在装配车间，这里大概有接近一百多人在进行零件的收集和装配，以及包装，再发送至储货厂，在这个车间，工人师傅首先将起所收集的零件进行飞类，一便于进行组装，确定装配方法，装配顺序，所需工具；再进行清洗零件，去除油污，锈蚀，涂油，确保机器组装以后，表面整洁美观。在产品装配完成以后，还要对零件各方面进行调试，检查运动件的灵活性，密封性等性能，再转箱入库。

车工是我实习的第一个工种，也是我练习时间最长，自我感觉掌握程度最好的一个工种。师傅似乎很轻松，因为他们除了简单的介绍了一下车床的使用方法以外基本上就是在闲坐聊天，偶尔出来帮忙看看我们的练习进度。再就是我们谁要是一个不小心把车刀给磨坏了，需要老师帮忙出来磨一下刀具。除此而外，基本上都是我们自己在探索在瞎摸在尽情的折腾。也不能说这样的.折腾没有效果，毕竟我们都做出了那么多玲珑小巧又可爱的小玩意。这不能不说是我们的一个小成功，因为没有差强人意的技术，这种小玩意即使做出来也不好看。因此，车床上的工作，最讲究的是一个脑力劳动。我们学习的又是普通车床，一切的操作都是人为的控制，要想做出精美的工艺来，非有娴熟的技术和缜密的安排难以达到要求。它需要你再拿到一个需要加工零件的零件图时，不仅仅懂得安排先处理那块，后处理那里，还必须懂得在处理的时候两手、大脑、身体各个部位都要全身心地协调配合起来。真可谓是“牵一发而动全身”。而且，车床的工作当中注意事项相当的繁杂，更需要你有耐心有恒心有毅力。

在这一过程中，我认真的观察和认真的学习，初步了解了车工、磨床工作中的具体知识，拓展了所学的专业知识，为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响最大的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，这些都是我在校学习中不曾接触过的方面的认识和经验。 通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，需心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！

**暑假社会实践报告字篇十四**

假期来了，我还能像以前一样来挥霍自己的时间吗？一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷……

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在药校蔚然成风。

经亲戚介绍来到一家连锁宾馆打工，在宾馆，那些叔叔阿姨们一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是跑销售 ， 也很就是免费为各大人群办理会员卡。每天9点钟-中午12点再从下午的1点-5点 。别看我大大咧咧的，但是一遇到正事 ，就乱了手脚，因此，我可下了不少功夫，了解企业文化，查资料，发传单，由于半会员卡需要填身份证号码，人家都不相信，这让我有点灰心了 ，为此，店长还批评了我，这让我心里更加难受了 ，那个眼泪就落下了，但是，又想到别人都能做 ，为什么自己不能。在那里，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，。在以后的日子里，我慢慢的习惯了，也办理了一下会员卡。其实也很感谢我们10高职生物制药班的同学以及我的朋友，家人们，他们都给帮忙了。虽然天气很热，晒成非洲人，但是挡不住我前进的脚步，挡不住我内心的热爱，挡不住我的自信。我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。

就这样一个月过去了，店长就不让我做销售了，也许由于性格的问题，我根本就不是做销售的料。然后就把我派给了客房主管，和客房主管一起查客房，监督卫生的保持，有时还和清洁阿姨学习铺床，每一天跑上跑下，感觉很充实。在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我药校举行的双选会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，1年之后，我们已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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！

整天在宾馆辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！奔溃了。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！

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面， 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。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，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。

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！

一切认识都来源于实践。学会从实践中学习，从学习中实践。

我们上学，学习知识，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！最后感谢7天给我提供这个实践的机会，感谢10高职生物制药班我那些可爱的同学们，以及我的家人朋友们，给予我的帮助！

**暑假社会实践报告字篇十五**

假期来了，我还能像以前一样来挥霍自己的时间吗？一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷……

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在药校蔚然成风。

经亲戚介绍来到一家连锁宾馆打工，在宾馆，那些叔叔阿姨们一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是跑销售 ， 也很就是免费为各大人群办理会员卡。每天9点钟-中午12点再从下午的1点-5点 。别看我大大咧咧的，但是一遇到正事 ，就乱了手脚，因此，我可下了不少功夫，了解企业文化，查资料，发传单，由于半会员卡需要填身份证号码，人家都不相信，这让我有点灰心了 ，为此，店长还批评了我，这让我心里更加难受了 ，那个眼泪就落下了，但是，又想到别人都能做 ，为什么自己不能。在那里，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，。在以后的日子里，我慢慢的习惯了，也办理了一下会员卡。其实也很感谢我们10高职生物制药班的同学以及我的朋友，家人们，他们都给帮忙了。虽然天气很热，晒成非洲人，但是挡不住我前进的脚步，挡不住我内心的热爱，挡不住我的自信。我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。

就这样一个月过去了，店长就不让我做销售了，也许由于性格的问题，我根本就不是做销售的料。然后就把我派给了客房主管，和客房主管一起查客房，监督卫生的保持，有时还和清洁阿姨学习铺床，每一天跑上跑下，感觉很充实。在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我药校举行的双选会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，1年之后，我们已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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！

整天在宾馆辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！奔溃了。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！

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面， 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。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，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。

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！

一切认识都来源于实践。学会从实践中学习，从学习中实践。

我们上学，学习知识，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！最后感谢7天给我提供这个实践的机会，感谢10高职生物制药班我那些可爱的同学们，以及我的家人朋友们，给予我的帮助！

**暑假社会实践报告字篇十六**

作为祖国未来的事业的继续人，新一代大学生应当尽早建立自己的历史责任感，进步自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，而是将其视为参加社会实践、进步本身能力的机会。很多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识利用到实践中往，进步各方面的能力；另外一方面可以积累工作经验对往后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而进步自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到应用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一位还没有毕业的大学生，由于本身具有的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次寒假社会实践的方式。目的在于熟习社会。就职业本身而言，并没有高低贵贱之分，存在即为公道。通过一个月的打工经历可让长时间处于校园的我们对社会有一种更直观的熟悉。

自从走进了大学，就业题目就仿佛总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在当今社会，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具有多少呢？为了拓展本身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和进步自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走进社会，能够适应国内外的经济情势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的题目，我开始了我这个假期的社会实践—走进龙胜县临江休闲美食街聚福园餐馆。

⑴、地点：时间：20xx年的整个暑假。

⑵、具体进程

聚福园是一间面积有150多平方米，分上下两层，五个包厢的小型餐馆。主要经营各种火锅，快餐小炒。

老板亲身主厨，一个帮厨，一个收银员，两个服务员，固然我就是其中的一个服务员。一共有五个人。早上九点往上班，首先就是打扫一边卫生。然后把老板买回来的各式素菜都要仔细摘剔清洗，分盆装好。油辣子是天天新制的，其中加进老板秘制的香料。店里各个角落逐一打扫，碗筷煮沸消毒。这些看似简单的工作，却能忙上一个上午，容不得半点马虎。中午11点到下午两点左右，客人们就陆陆续续前来光顾，他们大多数都是下了班后来吃快餐的，也是一天中比较忙的时段了。而最忙的时候是晚上，三五成群的来吃火锅的。而平时的工作就包括了记录点菜，添加碗筷凳子，盘点酒瓶结账，整理桌子，迎接新来的客人等。而闲暇的时候，就看看客人们酡颜颈涨地行酒令，听繁忙后的司机讨论地区的时势，市井的热烈总会令人心中出现热意。这就是实实在在的生活，脚踏实地，无可置疑。感觉繁忙而充实。

工作日复一日，固然单调，但却踏实。不觉已经是辞别的时刻。老板笑咪咪地递来一张信封，嘱咐我盘点一下，另还夹着几张一百的钞票，是对我工作努力的奖金。轻轻的一声谢谢，心中的欣喜都回报在一个浅浅的微笑里。有一天，当自己习惯性地在银行查看工资卡时，或许体会不到此刻微笑中的含义了吧。领到工资后给自己买了两件衣服，然后还存了点作为自己的私租金，很有成绩感。钱虽未几，但满足常乐；事虽不大，可脚踏实地。洗往年轻人的轻浮，成熟总是厚重稳妥的。凡事都是从简到繁，相信现在耐心的积累，总有一天会成为不可替换的财富。

在餐厅里固然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作之外的事情，有时要做一些清洁的工作，打杂甚么的。在学校里或许有老师分配说今天做些甚么，明天做些甚么，但在这里，不一定有人会告知你这些，你必须自觉地往做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效力就会得到他人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，究竟学校是学习的场所，每个学生都在为获得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每一个人都会为了取得的报酬而努力，不管是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习他人先进的地方，也要不断学习他人怎样做人，以进步自已的能力！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，虽然是大学高校，学生还终回保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得往面对我从未面对过的一切。学生的实际操纵能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。

在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几近是四平八稳；而在实际工作中，可能会碰到书本上没学到的，又多是书本上的知识一点都用不上的情况。也许工作中应用到的只是很简单的题目，只要套公式似的就可以完成一项任务。有时候我会抱怨，实际操纵这么简单，但为何书本上的知识让人学得这么费劲呢？这是社会与学校脱轨了吗？或许老师是正确的，固然大学生活不像踏进社会，但是总算是社会的一个部份，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，有些题目有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的出发点，有了的知识层面往应付各种工作上的题目，作为一位新世纪的大学生，应当晓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留意到社会实践，社会实践必不可少。究竟，3年以后，我已不再是一位大学生，是社会中的一份子，要与社会交换，为社会做贡献。只晓得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一位合格的、对社会有用的人才。所以很多方面的锻炼自己，增强自己的实际动手能力，多参加社会实践活动。

**暑假社会实践报告字篇十七**

作为祖国未来的事业的继续人，新一代大学生应当尽早建立自己的历史责任感，进步自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，而是将其视为参加社会实践、进步本身能力的机会。很多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识利用到实践中往，进步各方面的能力；另外一方面可以积累工作经验对往后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而进步自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到应用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一位还没有毕业的大学生，由于本身具有的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次寒假社会实践的方式。目的在于熟习社会。就职业本身而言，并没有高低贵贱之分，存在即为公道。通过一个月的打工经历可让长时间处于校园的我们对社会有一种更直观的熟悉。

自从走进了大学，就业题目就仿佛总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在当今社会，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具有多少呢？为了拓展本身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和进步自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走进社会，能够适应国内外的经济情势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的题目，我开始了我这个假期的社会实践—走进龙胜县临江休闲美食街聚福园餐馆。

⑴、地点：时间：20xx年的整个暑假。

⑵、具体进程

聚福园是一间面积有150多平方米，分上下两层，五个包厢的小型餐馆。主要经营各种火锅，快餐小炒。

老板亲身主厨，一个帮厨，一个收银员，两个服务员，固然我就是其中的一个服务员。一共有五个人。早上九点往上班，首先就是打扫一边卫生。然后把老板买回来的各式素菜都要仔细摘剔清洗，分盆装好。油辣子是天天新制的，其中加进老板秘制的香料。店里各个角落逐一打扫，碗筷煮沸消毒。这些看似简单的工作，却能忙上一个上午，容不得半点马虎。中午11点到下午两点左右，客人们就陆陆续续前来光顾，他们大多数都是下了班后来吃快餐的，也是一天中比较忙的时段了。而最忙的时候是晚上，三五成群的来吃火锅的。而平时的工作就包括了记录点菜，添加碗筷凳子，盘点酒瓶结账，整理桌子，迎接新来的客人等。而闲暇的时候，就看看客人们酡颜颈涨地行酒令，听繁忙后的司机讨论地区的时势，市井的热烈总会令人心中出现热意。这就是实实在在的生活，脚踏实地，无可置疑。感觉繁忙而充实。

工作日复一日，固然单调，但却踏实。不觉已经是辞别的时刻。老板笑咪咪地递来一张信封，嘱咐我盘点一下，另还夹着几张一百的钞票，是对我工作努力的奖金。轻轻的一声谢谢，心中的欣喜都回报在一个浅浅的微笑里。有一天，当自己习惯性地在银行查看工资卡时，或许体会不到此刻微笑中的含义了吧。领到工资后给自己买了两件衣服，然后还存了点作为自己的私租金，很有成绩感。钱虽未几，但满足常乐；事虽不大，可脚踏实地。洗往年轻人的轻浮，成熟总是厚重稳妥的。凡事都是从简到繁，相信现在耐心的积累，总有一天会成为不可替换的财富。

在餐厅里固然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作之外的事情，有时要做一些清洁的工作，打杂甚么的。在学校里或许有老师分配说今天做些甚么，明天做些甚么，但在这里，不一定有人会告知你这些，你必须自觉地往做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效力就会得到他人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，究竟学校是学习的场所，每个学生都在为获得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每一个人都会为了取得的报酬而努力，不管是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习他人先进的地方，也要不断学习他人怎样做人，以进步自已的能力！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，虽然是大学高校，学生还终回保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得往面对我从未面对过的一切。学生的实际操纵能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。

在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几近是四平八稳；而在实际工作中，可能会碰到书本上没学到的，又多是书本上的知识一点都用不上的情况。也许工作中应用到的只是很简单的题目，只要套公式似的就可以完成一项任务。有时候我会抱怨，实际操纵这么简单，但为何书本上的知识让人学得这么费劲呢？这是社会与学校脱轨了吗？或许老师是正确的，固然大学生活不像踏进社会，但是总算是社会的一个部份，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，有些题目有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的出发点，有了的知识层面往应付各种工作上的题目，作为一位新世纪的大学生，应当晓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留意到社会实践，社会实践必不可少。究竟，3年以后，我已不再是一位大学生，是社会中的一份子，要与社会交换，为社会做贡献。只晓得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一位合格的、对社会有用的人才。所以很多方面的锻炼自己，增强自己的实际动手能力，多参加社会实践活动。

**暑假社会实践报告字篇十八**

随着生活方式的更新和社会交往的活跃，我国吃西餐的人越来越多。在组织的涉外活动中，为适合国外客人的饮食习惯，有时要用西餐来招待客人。西餐厅一般比较宽敞，环境幽雅，吃西餐又便于交谈，因此，在公共关系宴请中，是一种比较受又方便可取的招待形式。西餐源远流长，又十分注重礼仪，讲究规矩，所以，了解一些西餐方面的知识是十分重要的。今年暑假，我在xxx有限公司实践了一个月时间，获得了经验，更增长了见识，使我对西餐有了更深的了解。

在xxx有限公司一个多月的实践已划上了圆满的句号。在这里，第一次接触社会的实践生活，体验到生活的艰辛和不易，总体来说还是有不少的收获和所得。从一个对西餐行业无知的少年变成一个既具有西餐知识，又懂得西方礼仪和社会交往的青年。实践的收获是不能用语言一一所能描述的，总的来说有酸有甜、有苦有乐，苦的是让人记住那些几十种西餐食品的特点与制作方法，还得分清它们的消费对象。还有那些中国人不太懂得的西方礼仪培训工作快乐的是和同事领导的和睦相处以及老板的风趣幽默快乐的是顾客对自己付出服务的肯定与赞赏乐的是自己既充实又有滋有味的实践生活过程。其实实践的日子不是很长，当初的我们不知道牛排还要吃七八成熟？不知道生菜沙拉和水果沙拉是什么东西，以及自己不怎么熟练的在西餐厅铺台布。摆刀叉，给客人介绍菜单的种种场景就像昨天才发生一样，是那么的叫人印象深刻。在这里，自己对西餐方面有了比较深刻的认识，品味西餐文化，建议大家到正宗的西餐厅看一看，一般都法国浪漫派风格布置的西餐厅比较好，装璜华丽典雅，乐池内小乐队演奏着古典的名曲，服务员是身着燕尾服的小伙子。研究西餐的学者们，经过长期的探讨和归纳认为吃西餐最讲究6个“m”。第一个是“menu”（菜单），第二个是“music”（音乐），第三个是“mood”（气氛），第四个是“meeting”（会面），第五个是“manner”（礼俗），第六个是“meal”（食品），这些都是西餐行业内必须具有而且重视的地方，好的西餐老板会特别重视这几个方面的投资与开发研究。西餐礼仪也是特别重要的方面，好的西餐厅店，会对所有的员工进行西方礼仪的培训，会对服务人员进行定期的考核和认定。

在xxx实践最刻骨铭心的是xxx员工竭尽全力为客人提供\"温馨细微，物有所值\"的服务。还有就是典雅淳美的美国西部音乐，韵味悠长的咖啡，以及闻名遐迩的菲力牛排。都说服务是餐厅的形象之本，是西餐厅的竞争之道，那么xxx的服务魅力有表现在哪呢？那就是一张诚挚动心的笑脸，一声声悦耳动听的话语，一次次全身心投入的服务而凝结出一个个回味无穷的优质服务。在那里实践的一个多月期间学到的东西可不少，感触也颇多，若要为客人提供优质的服务，就是要充分读懂客人的心，充分理解客人的需求，甚至是超越客人的期望，在日常工作岗位上为客人提供富有人性化的和艺术化的服务，高层次的满足客人的需求，让客人愉悦地有频频光顾的欲望。有人说服务是个即时的工作，过去了就不会再来，所以要在当下满足客人的多方面要求，把服务的质量提高。

在西餐厅实践的这一个多月，在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，增强了自己的自信心，从这次实践中我深深的体会到没有自己办不成的事，只有自己不去做，认认真真的学习，勤勤恳恳的做事，这就是生活，是真正的生活，通过实训、实践，我对西餐的专业知识有了很大的提高了，尤其是服务意识、语言交流与表达能力、外语能力、处理宾客关系能力、团队协作能力等方面具有明显的提高，特别是自己的外语口语交际水平有了一个很大的提高，以前在学校里面没有条件锻炼自己的口语，在这里，来吃西餐的`也会有很多的外国朋友，锻炼了自己的口语说得能力，为自己以后走上社会做了个好的开始。社会上由课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己明年就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实践就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提高自己，实现自己的理想。

结束语，通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加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。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交往能力，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！

**暑假社会实践报告字篇十九**

随着生活方式的更新和社会交往的活跃，我国吃西餐的人越来越多。在组织的涉外活动中，为适合国外客人的饮食习惯，有时要用西餐来招待客人。西餐厅一般比较宽敞，环境幽雅，吃西餐又便于交谈，因此，在公共关系宴请中，是一种比较受又方便可取的招待形式。西餐源远流长，又十分注重礼仪，讲究规矩，所以，了解一些西餐方面的知识是十分重要的。今年暑假，我在xxx有限公司实践了一个月时间，获得了经验，更增长了见识，使我对西餐有了更深的了解。

在xxx有限公司一个多月的实践已划上了圆满的句号。在这里，第一次接触社会的实践生活，体验到生活的艰辛和不易，总体来说还是有不少的收获和所得。从一个对西餐行业无知的少年变成一个既具有西餐知识，又懂得西方礼仪和社会交往的青年。实践的收获是不能用语言一一所能描述的，总的来说有酸有甜、有苦有乐，苦的是让人记住那些几十种西餐食品的特点与制作方法，还得分清它们的消费对象。还有那些中国人不太懂得的西方礼仪培训工作快乐的是和同事领导的和睦相处以及老板的风趣幽默快乐的是顾客对自己付出服务的肯定与赞赏乐的是自己既充实又有滋有味的实践生活过程。其实实践的日子不是很长，当初的我们不知道牛排还要吃七八成熟？不知道生菜沙拉和水果沙拉是什么东西，以及自己不怎么熟练的在西餐厅铺台布。摆刀叉，给客人介绍菜单的种种场景就像昨天才发生一样，是那么的叫人印象深刻。在这里，自己对西餐方面有了比较深刻的认识，品味西餐文化，建议大家到正宗的西餐厅看一看，一般都法国浪漫派风格布置的西餐厅比较好，装璜华丽典雅，乐池内小乐队演奏着古典的名曲，服务员是身着燕尾服的小伙子。研究西餐的学者们，经过长期的探讨和归纳认为吃西餐最讲究6个“m”。第一个是“menu”（菜单），第二个是“music”（音乐），第三个是“mood”（气氛），第四个是“meeting”（会面），第五个是“manner”（礼俗），第六个是“meal”（食品），这些都是西餐行业内必须具有而且重视的地方，好的西餐老板会特别重视这几个方面的投资与开发研究。西餐礼仪也是特别重要的方面，好的西餐厅店，会对所有的员工进行西方礼仪的培训，会对服务人员进行定期的考核和认定。

在xxx实践最刻骨铭心的是xxx员工竭尽全力为客人提供\"温馨细微，物有所值\"的服务。还有就是典雅淳美的美国西部音乐，韵味悠长的咖啡，以及闻名遐迩的菲力牛排。都说服务是餐厅的形象之本，是西餐厅的竞争之道，那么xxx的服务魅力有表现在哪呢？那就是一张诚挚动心的笑脸，一声声悦耳动听的话语，一次次全身心投入的服务而凝结出一个个回味无穷的优质服务。在那里实践的一个多月期间学到的东西可不少，感触也颇多，若要为客人提供优质的服务，就是要充分读懂客人的心，充分理解客人的需求，甚至是超越客人的期望，在日常工作岗位上为客人提供富有人性化的和艺术化的服务，高层次的满足客人的需求，让客人愉悦地有频频光顾的欲望。有人说服务是个即时的工作，过去了就不会再来，所以要在当下满足客人的多方面要求，把服务的质量提高。

在西餐厅实践的这一个多月，在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，增强了自己的自信心，从这次实践中我深深的体会到没有自己办不成的事，只有自己不去做，认认真真的学习，勤勤恳恳的做事，这就是生活，是真正的生活，通过实训、实践，我对西餐的专业知识有了很大的提高了，尤其是服务意识、语言交流与表达能力、外语能力、处理宾客关系能力、团队协作能力等方面具有明显的提高，特别是自己的外语口语交际水平有了一个很大的提高，以前在学校里面没有条件锻炼自己的口语，在这里，来吃西餐的`也会有很多的外国朋友，锻炼了自己的口语说得能力，为自己以后走上社会做了个好的开始。社会上由课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己明年就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实践就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提高自己，实现自己的理想。

结束语，通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加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。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交往能力，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！

**暑假社会实践报告字篇二十**

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。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。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。我会继续努力的，在以后的暑假会使自己更加的充实，继续在社会实践中锻炼自己。暑假时间比较短，然而，对时间的合理安排和对自身的合理调整，却足以让我认识到；暑假除了和亲友团聚，还有更为丰富多彩的内容。暑假时间是xx天，在亲友的帮助下，我来到xxxx有限公司，进行了为期两个星期的社会实践活动。

这家公司主要是进行室内外装修工作的。由于接近过年，我没有机会参与直接的装饰工程，而是在该公司的办公室中做一些实习的活动。工作期间，我得到了该公司员工的善意接待，从这两个星期的实习中，掌握了一些办公软件的使用，也让我认识到了办公室生活的优点和一定的局限性。当刚刚来到公司办公室的时候，不从事第一线生产的人都在一个办公室里办公，我没有固定的位置，因此为了不让自己看起来的多余，我开始看找些事情干一下。然而除了打打扫扫，似乎看不出来有什么可以让我插手的地方。但是，随着时间的推移，我终于发现了可以让我有一定作用的地方了。

虽然如此，但是从现在看来，我并没有深入的涉足到这家公司的`真正工作中，看起来这次社会实践并不是很深入。由于我参加了这家公司的一次工作总结会议，我于是对公司的运转还是有了一定的了解。如下是我在这次社会实践中总结出来的经验。在工作中，一定要多积累平时的运作经验，多观察，动脑再使用技巧，才能够制作出独一无二的工作总结。工作者要求在平常的时候多多积累素材，为在工作中有出色的发挥做好准备工作。要多多关注工作中的主要事情，因为在工作的总结中，为了使自己的直接上司看清楚自己的工作，真的要做出来很详细的报表，而这中间，如果不能突出工作的重点，只能让上司提点着，是很危险的。

我看到一个工作人员就因为这个原因被狠狠批评了一次。工作中一定要有自己的观点态度，要用心投入到工作中去。曾有人说：“如果只想做好一个雇员，听到公车的声音就可以收拾工作了，但是如果要成功的为自己的未来做出准备，这公交车的汽笛声则仅仅是开始深入思考的信号”我想这句话是很有道理的。虽然在工作中，倒不至于每天都要拼命，但是我看到很多优秀的有效率的员工，下班之后仍在进行着很有意义的工作，我想他们也一定深深知道这个道理吧！

每个做出了工作报告的人，他们的报表或长或短，但是，有一个不容置喙的现象就是，他们都深深的分析着自己的工作，得与失，还有对未来工作的设想和预期，这些让他们的工作报表至少在我看来有着很明显的远见性。据我所知，这家公司有员工参股，尽管他看起来更像一家合伙制的企业。每个人都很明白他们的职责，也把公司的未来前途看得很清楚，因此我想，这家公司在未来的道路一定会越来越宽阔平坦。在两个星期的工作中，我有着太多的感受和触动，我更加明白的看到了生活和工作两者之间的关系，也明白了工作的重要，对工作要担负的责任，对家人的恶人，还有很多很多，总之，在这次社会实践中，我学到了很多知识，这些知识也将会对我以后的学习树立起明确的目标，伴我向前进步。

“千里之行，始于足下”，这近半个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。

做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

**暑假社会实践报告字篇二十一**

今年暑假我做了一份特别的工作，跟我的专业完全一样，我很喜欢这样的工作，并且希望积累更多的工作经验，以便将来适应不同的工作环境，更好的投入团队中。

我在xx有限公司工作了一个月，那个厂还是蛮大的，有好多工作车间，以前对这些根本不了解，我们文科学生本来就很少有机会接触这些东西，在机电厂里看到不同的设备，不同的分工，虽然至今我仍有很多地方不明了，但比较以前而言，我学到了许多，人也更加的成熟了。

机电厂里许多设备写的都是英文，还是要好好学习啊，不然的话你根本看不懂。很多设备都是进口的，说明我们国家跟发达国家的差距还是有的，就算为了振兴国家，也要在校园期间好好学习啊。在工作期间，我帮焊工师傅打杂了一段时间，这是我第一次亲身进入焊机房，也是我第一次自己焊焊条，以前听到别人当焊工的经历时，认为焊接很简单，我主要做的工作还是帮焊工师傅搬点东西什么的，我本来以为焊工应该蛮好学的而且好玩，可后来发现自己完全错了，做一名焊工可没那么简单，有风险，我也照师傅怎么做的，操作了几次，记得有一次我一做就左右摇晃，焊条果然和铁板脱落了！后来就感觉好多了，心里也不那么害怕了。可是我点燃焊条又遇到了一些困难，怎么划啊、点啊。焊条就是不能燃烧，我就请叫别人，可他们也就说就是那样一点就成，我心想肯定有技巧。

刚开始，我就想要找到点燃焊条的方法技巧，我摩擦引弧后，把焊条拿得很高。只见那火光向下冲，简直像火箭升空时一样！我以为把焊条拿的高一点，冲力就会小一点，所以第一根焊完后，铁板上除了散乱的小铁珠外，什么也没有留下！而且长时间将焊条停在一处，那个地方会被焊弧前的高温火焰熔化，铁片熔个洞。

现在才发现不管做什么工作都不容易，那些工人真的挺辛苦的，从一大早，一直忙到晚，挣钱不容易，如今在这个社会，生活成本很高，每天睁眼，闭眼就要花钱，想生活，就得学会挣钱啊，很多大学生根本不理解生活的辛苦，还到处乱花父母的钱，实在太不应该了，面对面朝黄土，背朝天的父母，只有惭愧之情。

暑期的社会实践，给我的感触就是要做任何事都要自信和认真。自信不可盲目，更不要自大，一切有真实学和能力的人往往对次把握的游刃有余。认真是一种作风和态度，是一个人品质的集中体现，也包含对事业责任心！有时候我们需要的太多，我们不妨就从这两方面做起，去挑战自己！

在机电厂里，我还在外厂工作了一段时间，露天的那种，8月份最热的那几天炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在考验自己的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”，通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

**暑假社会实践报告字篇二十二**

今年暑假我做了一份特别的工作，跟我的专业完全一样，我很喜欢这样的工作，并且希望积累更多的工作经验，以便将来适应不同的工作环境，更好的投入团队中。

我在xx有限公司工作了一个月，那个厂还是蛮大的，有好多工作车间，以前对这些根本不了解，我们文科学生本来就很少有机会接触这些东西，在机电厂里看到不同的设备，不同的分工，虽然至今我仍有很多地方不明了，但比较以前而言，我学到了许多，人也更加的成熟了。

机电厂里许多设备写的都是英文，还是要好好学习啊，不然的话你根本看不懂。很多设备都是进口的，说明我们国家跟发达国家的差距还是有的，就算为了振兴国家，也要在校园期间好好学习啊。在工作期间，我帮焊工师傅打杂了一段时间，这是我第一次亲身进入焊机房，也是我第一次自己焊焊条，以前听到别人当焊工的经历时，认为焊接很简单，我主要做的工作还是帮焊工师傅搬点东西什么的，我本来以为焊工应该蛮好学的而且好玩，可后来发现自己完全错了，做一名焊工可没那么简单，有风险，我也照师傅怎么做的，操作了几次，记得有一次我一做就左右摇晃，焊条果然和铁板脱落了！后来就感觉好多了，心里也不那么害怕了。可是我点燃焊条又遇到了一些困难，怎么划啊、点啊。焊条就是不能燃烧，我就请叫别人，可他们也就说就是那样一点就成，我心想肯定有技巧。

刚开始，我就想要找到点燃焊条的方法技巧，我摩擦引弧后，把焊条拿得很高。只见那火光向下冲，简直像火箭升空时一样！我以为把焊条拿的高一点，冲力就会小一点，所以第一根焊完后，铁板上除了散乱的小铁珠外，什么也没有留下！而且长时间将焊条停在一处，那个地方会被焊弧前的高温火焰熔化，铁片熔个洞。

现在才发现不管做什么工作都不容易，那些工人真的挺辛苦的，从一大早，一直忙到晚，挣钱不容易，如今在这个社会，生活成本很高，每天睁眼，闭眼就要花钱，想生活，就得学会挣钱啊，很多大学生根本不理解生活的辛苦，还到处乱花父母的钱，实在太不应该了，面对面朝黄土，背朝天的父母，只有惭愧之情。

暑期的社会实践，给我的感触就是要做任何事都要自信和认真。自信不可盲目，更不要自大，一切有真实学和能力的人往往对次把握的游刃有余。认真是一种作风和态度，是一个人品质的集中体现，也包含对事业责任心！有时候我们需要的太多，我们不妨就从这两方面做起，去挑战自己！

在机电厂里，我还在外厂工作了一段时间，露天的那种，8月份最热的那几天炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在考验自己的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”，通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

**暑假社会实践报告字篇二十三**

这是我上大学以来的第2个暑假，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”的无所作为。况且也是大二学生，应该出去锻炼一下了。回到家后，我与父母商量，准备找一份工作。我家不远就是xx大世界，放假的第二天就去应聘了。

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，但实际上我想错了，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了。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。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，怎么着在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，不免有点失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和晚上五点钟。这一站就是四五个小时不能歇着，师傅先教我认了台号和房间，当客人陆陆续续进来时，正式传菜才开始。我必须集中精力接好每一盘肉和菜，接肉时还要懂规矩，就是每接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知你地点，你必须回一声才能去传，刚开始我羞于出口，总是惜字如金，总是挨批，后来随着环境的熟悉，拘束感没了，自然也就没事了。传菜可有学问了，它不仅练体力，还练反应能力和菜名，几十种菜名几天就认清了，但体力是有点吃不消了，晚上回到家时累得一句话也不想说，睡觉时腿抽筋很厉害，开始那会真想打退堂鼓了。

累只是一方面，真正的考验是如何服务好客人。不干不知道其中不易啊!作为00年代后的我们，平时在家像个小皇帝，享受着年轻所应有的优越，让我们一下子放下这一切去服务别人真是不习惯，客人有时是很苛刻的，对服务要求很高，我初来乍到，就惹了不少祸。传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生常有志向，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，不积小流无以成江海;不积跬步无以致辞千里。”他为我指出了工作中的很多错误和缺点，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认真勤快踏实，对事对物要对的起良心，对的起自己，凡事要坚强，拿的起放的下。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，年累人就得能挑大梁，年轻的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗?”确实，听了我的领班对我所说的金玉良言。的确让我的.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。

从那天开始，我重新树立了目标，重新找回了信心，在这几天里，我从没犯任何差错，始终默念一条原则，“客人永远没有错，我们永远有不足”。终于我的努力有了回报，我第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句这么让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味，真的!我也认真学习其他工作，慢慢琢磨，总结，后来我成了多面手，除了传菜员，还能胜任洗刷工，喊菜员，吧台结算员等多种角色。

在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。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。它也是一种动力，是体味人生的百味筒，是验证实力的试金石，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，父母的不易，懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到，钱来之不易。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，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。行不行，实践中看!

纸上得来终觉浅，投身实践觅真知。我相信，经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我相信，当代青年大学生不会再是小皇帝，我们有实力承担起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，在身体上受到了锤炼，在思想上得到了启发和升华，多了一份生活体验，社会实践经验和组织活动能力。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。

**暑假社会实践报告字篇二十四**

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。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。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。我会继续努力的，在以后的暑假会使自己更加的充实，继续在社会实践中锻炼自己。暑假时间比较短，然而，对时间的合理安排和对自身的合理调整，却足以让我认识到；暑假除了和亲友团聚，还有更为丰富多彩的内容。暑假时间是xx天，在亲友的帮助下，我来到xxxx有限公司，进行了为期两个星期的社会实践活动。

这家公司主要是进行室内外装修工作的。由于接近过年，我没有机会参与直接的装饰工程，而是在该公司的办公室中做一些实习的活动。工作期间，我得到了该公司员工的善意接待，从这两个星期的实习中，掌握了一些办公软件的使用，也让我认识到了办公室生活的优点和一定的局限性。当刚刚来到公司办公室的时候，不从事第一线生产的人都在一个办公室里办公，我没有固定的位置，因此为了不让自己看起来的多余，我开始看找些事情干一下。然而除了打打扫扫，似乎看不出来有什么可以让我插手的地方。但是，随着时间的推移，我终于发现了可以让我有一定作用的地方了。

虽然如此，但是从现在看来，我并没有深入的涉足到这家公司的`真正工作中，看起来这次社会实践并不是很深入。由于我参加了这家公司的一次工作总结会议，我于是对公司的运转还是有了一定的了解。如下是我在这次社会实践中总结出来的经验。在工作中，一定要多积累平时的运作经验，多观察，动脑再使用技巧，才能够制作出独一无二的工作总结。工作者要求在平常的时候多多积累素材，为在工作中有出色的发挥做好准备工作。要多多关注工作中的主要事情，因为在工作的总结中，为了使自己的直接上司看清楚自己的工作，真的要做出来很详细的报表，而这中间，如果不能突出工作的重点，只能让上司提点着，是很危险的。

我看到一个工作人员就因为这个原因被狠狠批评了一次。工作中一定要有自己的观点态度，要用心投入到工作中去。曾有人说：“如果只想做好一个雇员，听到公车的声音就可以收拾工作了，但是如果要成功的为自己的未来做出准备，这公交车的汽笛声则仅仅是开始深入思考的信号”我想这句话是很有道理的。虽然在工作中，倒不至于每天都要拼命，但是我看到很多优秀的有效率的员工，下班之后仍在进行着很有意义的工作，我想他们也一定深深知道这个道理吧！

每个做出了工作报告的人，他们的报表或长或短，但是，有一个不容置喙的现象就是，他们都深深的分析着自己的工作，得与失，还有对未来工作的设想和预期，这些让他们的工作报表至少在我看来有着很明显的远见性。据我所知，这家公司有员工参股，尽管他看起来更像一家合伙制的企业。每个人都很明白他们的职责，也把公司的未来前途看得很清楚，因此我想，这家公司在未来的道路一定会越来越宽阔平坦。在两个星期的工作中，我有着太多的感受和触动，我更加明白的看到了生活和工作两者之间的关系，也明白了工作的重要，对工作要担负的责任，对家人的恶人，还有很多很多，总之，在这次社会实践中，我学到了很多知识，这些知识也将会对我以后的学习树立起明确的目标，伴我向前进步。

“千里之行，始于足下”，这近半个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。

做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

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