# 最新大学生寒假社会实践报告800字(10篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-08-30

*在当下社会，接触并使用报告的人越来越多，不同的报告内容同样也是不同的。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。大学生寒假社会实践报告800字篇一在现今社会，就...*

在当下社会，接触并使用报告的人越来越多，不同的报告内容同样也是不同的。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**大学生寒假社会实践报告800字篇一**

在现今社会，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。招聘会上的大字报都总写着有经验者优先，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，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。

一开始，对自己手工艺期望很高，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。一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。总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。

于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点,但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，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!

做了几天之后，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，可现在只能端端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜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，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实习中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止:

1.首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2.我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3.注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4.在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5.按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6.上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7.处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8.保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说我一定能行那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，努力就有希望不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，踮起脚尖就更靠近阳光在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位置，现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作。

因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低!有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧!

**大学生寒假社会实践报告800字篇二**

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支布提供了参加实践活动的建议。这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。感谢学校给我们学生提供一个社会实践的平台。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从x月xx日到xx月号为期x个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

一、基本情况以及工作体会

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。我们第一天是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很积极、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样瞧不起人家呢？但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，因此慢慢的我就习惯了。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

二、实践感悟以及心得体会

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

1.在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

2.在社会实践中以及以后的工作中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

3.在社会中要克服自己胆怯的心态

自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

4.在工作中要不断地丰富知识

知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

三、本人存在的问题以及几点思考

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

虽然在实践中存在着一些问题，但是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。通过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

四、本次社会实践的问题和建议

一、在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

二、因为我的专业是经济方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真希望以后能再有这样的机会，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，系领导和老师对我们的支持是不可忽视的。正是系领导和老师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交能力及实践能力的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚定的基础。

我们说过，我们也努力过，因此在那段烈日与汗水的日子里，我们感到无悔，更感到骄傲。

**大学生寒假社会实践报告800字篇三**

在短短的30天的寒假生活中，我一直在思索着同一个问题——我活着究竟是为什么。以前的我总是在逃避这这个想回答又不敢回答的问题，直到自己升到了大二，在这次期末考试中失利没能考好，我知道我必须正视自己，寻找出答案，否则我只会继续欺骗自己，裹足不前。

为了寻找答案，我再一次地问了我的父母“为什么要挽救我这个生命?”“因为你是我生的。”简单的一句话，却满足不了我，爸爸似乎觉察到什么，说：“从明天开始，你来照相馆帮我。”这一天刚好是我回到家里的第三天，也就是2月6日。

从2月7日，我便开始接管爸爸在家乡开的达美照相馆第五分店。现在先让我简单介绍一下这间店的来历吧。其实这间相馆每月结算时不亏就不错的，因为爸爸开这间店时他说“要做些自己想做的事”。那时候我们还以为他会搞什么名堂，结果开了之后，我们全家都傻了眼。除了复印之类是按市场价收费之外，唯独照风景相是每张1元，别说其他的，连底片的成本也收不回。而且我爸爸把很多功夫都放在购买和更新风景背景上。其实我们早就对爸爸愚蠢的做法表示反对，但是看见他做得这么开心，我们也不忍心去劝他。当然咯，光顾我们相馆的客人却不少，而且绝大部分都是外省的打工子弟们。很快就要到新春了，店里的生意也日渐红火，很多人都来我们这里照相，然后把照片寄回家。

我在店里的工作主要是打杂，因为爸爸聘请了一名师傅——朱师傅来打理店里的大部分生意，在这十几天的工作中，都是朱师傅来指导我。下面是我在这个过程中的工作花絮。说真的，通过这段日子，我收获了许多，而且明白了很多，自己也找到了答案。

晚上将近10：30，我正准备关上店门时，来了一个小伙子，上前问我：“师傅，能不能帮我速照一张贴纸相?”此时我有点为难，因为店里的电脑还没修好，

要弄也要等到明天，但是我看见他着急的样子，觉得有点不好意义去拒绝他，便问：“贴纸相要等到明天才有，不如我帮你快相一张，只收你1元。”他想了想，“好吧，不过能不能等我一下，我要带上一个人过来照相。”“可以，不过要快咯!”没过一会儿，他带了一位姑娘进来，两人都跳了不少的风景来照，亲密，温馨，“一对年轻的情侣能幸福地在一起，真是让人羡慕……”我想。照完后，那个女的匆匆离开，只剩下那个男的在等着拿相片。“你的女朋友怎么不等上你?” “她是我的妹妹，今晚要加班，一直加到年三十……看来今年她不能回家过年。”店里恢复了宁静，我也不敢懈怠，赶紧把照片晒出。等到那个男的走后，我关上门，漫步在这条熟悉的回家路，但又有谁会知道回家是她的一种奢望呢?那些在剪影中兄妹相拥，在鲜花绿树中的欢笑的背后又隐藏着多少善意的谎言和真实的辛酸呢?

为了迎合春节，爸爸特意买了一棵桃花和一些灯饰，稍微布置一下，顿时令人感到春意盎然，同时也吸引了不少的人来留照。中午时分，来了一对中年夫妇，原来是租借市场铺位，卖水果的湖南籍夫妇。听爸爸说那男的前不久因为车祸而住院好几个星期。的确，他还是在他妻子的搀扶下一拐一拐地走进来。她们俩同样选择了桃花作为背景，所不同的是她们选择坐着，照相的时候，也许是伤口疼痛的原因，那男的颤抖了好几次，碰落了缕缕桃花，他的妻子一直紧紧地搂着丈夫的手，轻轻地为他擦汗……几分钟就能完成的照片，整整用了15分钟。待她们走之后，朱师傅望着晒出来的照片，自言自语地说：“这个年他们不回去过，可怜家里的几个孩子……真苦啊!”接着我便注意到刚刚在桃花之下喜气洋洋，就像是在自己家里一样的他们，拿到照片后就立即夹着一叠厚厚的钱，匆匆地去寄回家。就算是再甜美的梦都会有醒来的时候，现实就是这样喜欢作弄人。或许，刚才在桃花下的他们在这短短的十五分钟内就把这个年给过了。忙完一天，打扫着地面上散落的桃花瓣，微红的花瓣或许是承载不了他们对远方亲人的挂念与生活的无奈而飘逝，但我更想这是他们对亲人们的祝福，或许这就是她们所能做的……

明天就大年初一了。今天正值年三十，应该是一家人团聚在一起，开开心心地吃顿团年饭。当我正准备着早点关店时，门外来了一家子的人，其中一个男孩子问：“请问能不能在里面照张全家福?”“当然可以。”于是我便带她们进去找了一张山水画。“准备好……一……二……三”“咔嚓”一声，这时我发现这个男孩子笑得特开心。在我把照片交给那个叫“爸爸”的男子手中时，我对他说：“你们家的小孩看了一定很高兴，看，笑得多甜。”他却苦笑着说：“要是他的妹妹在就好……”团聚，对于她们来说是多么珍贵，也许那种分离的滋味是我无法真正感受到的，但愿他的妹妹也能看到这张全家福……

将要回校的我，不知怎的不想回校，对家总是依恋着，时间能否就此停下呢。整理着这些还没人来取的相片，我发觉到相片中是不会有泪水，只有那一幅幅温馨的场面，那一张张欢欣的笑容。现实的严峻与冷酷，却沾染不了那美丽的图画。或许，相中人的处境并不像相中的背景那样怡人无忧，但他们却在不断地努力着。正如他们现在因为种种原因而不能回到亲人身边，但是她们依然将自己最美最好的一面剪影下来。寄回家中年迈的父母，可爱的孩子，至爱的另一半。我想相对于他们寄回去的钱，这小小的一张照片就显得格外珍贵、无价。

游子们凭着这颗对家的寄托，便成为她们奋斗生存的信念。也许在人生漫漫长路中，各种欲望都有可能成为我的奋斗目标，但我决不会放弃我的生命价值在于我是为别人而活，为爱我和我爱的人。这就是我生存的信念。我之所以要奋斗，要拼搏，每天都把自己的生活排得满满的，最终也是为了向我的家人保平安，让他们知道我还在好好地活着!

最后，我作出了这次寒假的自我鉴定：明确生存的目的，不再彷徨，重拾信心，勇敢迎接挑战。我要加油，我要坚持，保持欢笑，因为家里人还在等着我!

**大学生寒假社会实践报告800字篇四**

不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。许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应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。当代大学生对社会实践的看法以及透析大学生生活实践情况，从而结合马克思主义哲学分析大学生社会实践所存在的问题以及提出解决方法，使大学生能正确对待社会实践，在实践中见真知。在往后实践中能更好地接触社会、实践自己的专业技能，寻找发展的机会，许多大学生都认为兼职是大学生的第二个“课堂”，通过兼职可以学到许多宝贵的东西。“存在就是合理”，职业没有高低之分，无论什么职业都有其可取与不可取之处，就看自己的需求。不少大学生觉得只要是能够赚钱的工作，就可以去试一试，品牌代理，促销等以前不会是大学生从事的工作，现在都成为了大学生们可以接受的工作。

二、实践内容：该公司主营茶品，并且兼售烟酒，未来我国茶产业的增长潜力巨大。因为国内外市场需求稳定增长。茶是世界三大饮料之一，而中国是世界茶产量第一大国、茶出口第二大国。从国内来看，喝茶已成为多数中国人的一种生活习惯，茶已成为社会生活中不可缺少的健康饮品和精神饮品，而且，随着人们健康消费观念的普及，茶正在被越来越多的人接受、喜爱和追求。从国际需求来看，中国茶出口一直保持稳定增长态势。另外中国茶产业已得到当地政府的大力支持与扶持，也得到投资者的关注，茶产业开始走向规模化、现代化、正规化，未来增长潜力很大。浙江、江苏、福建等产茶地区已经把茶产业作为重要的扶持产业，茶产业基地蓬勃兴起。制造茶的工艺技术开始从手工化向机械化、自动化、现代化过渡，制造企业也加强了茶品牌的建设。

我们分两个班倒一替一天倒，早班八点--晚六点，晚班十点--晚八点，我在首山分部主要负责销售，从点滴小事做起熟记产品报价对每一种茶叶的功效都能熟知。刚开始工作的艰辛与不易是不能言喻，对烟酒茶一窍不懂的我，开始像模像样的对客人进行介绍，摆在我面前的第一个问题就是张不开嘴不知怎么跟客人攀谈，但是强大的内动力推动着我，我想真诚的笑容也许是打动客人最好的方法，第二个问题就是‘站不住’，每天回家腿都疼、在柜台前也要将重心不断的更换觉得腿好像粗了，不过认为一切都是值得的。并且我现在也深知挣钱打工的不易，以后花父母的没一分钱都应该仔细，把钱花在刀刃上。

三、实践结果：我在售茶的同时也学会了一些选购茶叶的常识，茶叶的选购不是易事，要想得到好茶叶，需要掌握大量的知识，如各类茶叶的等级标准，价格与行情，以及茶叶的审评、检验方法等。茶叶的好坏，主要从色、香、味、形四个方面鉴别，但是对于普通饮茶之人，购买茶叶时，一般只能观看干茶的外形和色泽，闻干香，使得判断茶叶的品质更加不易。这里粗略介绍一下鉴别干茶的方法。干茶的外形，主要从五个方面来看，即嫩度、条索、色泽、整碎和净度。

另外，没有人选择反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验可以为以后的工作打基础。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢?所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建。

四、实践总结或体会：作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会;同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

通过这次社会实践，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。

在实践中，我也深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。这次社会实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的。我通过积极参加社会实践活动，认识了社会，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，真正达到了受教育，长才干，作贡献的目的。

**大学生寒假社会实践报告800字篇五**

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?谁说象牙塔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，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，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高校培养德、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，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、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。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。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。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，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。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二。在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三。在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四。工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

**大学生寒假社会实践报告800字篇六**

这个寒假我参加了小区里组织的社会实践活动，活动的内容是帮助小区的清洁工叔叔阿姨检小区内的垃圾。

虽然天气很冷，但是我很早就来到了居委会门口，原本以为我是最早的，可到了以后发现好多小弟弟小妹妹们早就在那里等候多时了。看到寒风中小弟弟小妹妹们被冻红的面孔，我身为一个合格高二的学生深感惭愧。社会活动是建设共产主义和谐社会的重要步骤，我们应该牺牲自己的学习时间休息时间以及一切的利益为之奋斗。在居委会的门口，我自责的低下了头，等待居委会大妈的批评。

还好居委会大妈是一个很和蔼的中老年妇女，她本着共产党员良好的素质，世界的思想觉悟，发扬者中华民族几千年的宽容的传统，原谅了我因为睡到6点还没起来导致没有提早两个半小时到的到的生活作风错误，对大妈没有提前集合时间的行为我十分感动。

在听了大妈三刻钟的如何捡垃圾和安全教育以后，我，和那些祖国未来的希望们，被分成了若干个小组，由不同的大妈大叔带到不同的地方，准备和那些没有自觉消失的在马路上堆积了几天都不肯走的烟火残骸们，还有那些满地被主人抛弃的可怜的瓜子果皮之类的东西决一死战，为了建设我们完美无缺的和谐社会，我们必须在这满地的垃圾被那些图谋不轨的破坏分子曝光之前把他们彻底清除！！

在各位大妈大叔仅仅半个小时的动员后，我们的斗志完全被激起了！！像冲锋的战士一样像哪一个个垃圾堆跑去，有人带着红色手套，有人拿着白色的塑料袋，戴手套的同学捡垃圾，拿塑料袋的同学收垃圾，大家配合的十分默契，工作效率十分之高，不到两个小时一百平方米草地上的垃圾就差不多被检光了。虽然有着刺骨的寒风，但同学们的脸上都流下了一滴滴汗水，可依然努力工作，只有在去倒垃圾的路上才会稍微休息，聊两句话。

据了解，大多数同学都是没有吃早饭，空着肚子来参加社会活动的。当时已时至中午，可那些同学虽然肚子已经控制不住的在唱着合唱曲，但他们没有一丝怨言。还有的同学放弃自己一天10小时的补课时间，还有的同学放弃每天仅有的6个小时睡觉时间来参加这次活动，我大为震惊！！自己的思想觉悟根本不配做一名社会主义国家的高中生啊！看到了那些同学的表现，我彻底明白了什么叫做差距！

一个小时以后，战役差不多结束了，我们看着那坑坑洼洼的草地，还有居委会大叔大妈们依旧和蔼的笑容，一种莫名的快乐油然而生，嘴角都掠过了一丝小小的微笑。

今天我参加了小区里组织的社会实践活动，活动的内容是帮助小区的清洁工叔叔阿姨检小区内的垃圾。

虽然天气很冷，但是我很早就来到了居委会门口，原本以为我是最早的，可到了以后发现好多小弟弟小妹妹们早就在那里等候多时了。看到寒风中小弟弟小妹妹们被冻红的面孔，我身为一个合格大二的学生深感惭愧。社会活动是建设共产主义和谐社会的重要步骤，我们应该牺牲自己的学习时间休息时间以及一切的利益为之奋斗。在居委会的门口，我自责的低下了头，等待居委会大妈的批评。

还好居委会大妈是一个很和蔼的中老年妇女，她本着共产党员良好的素质，世界的思想觉悟，发扬者中华民族几千年的宽容的传统，原谅了我因为睡到6点还没起来导致没有提早两个半小时到的到的生活作风错误，对大妈没有提前集合时间的行为我十分感动。现在这个国家真是个很讲规矩的法制健全的社会啊！

在听了大妈三刻钟的如何捡垃圾和安全教育以后，我，和那些祖国未来的希望们，被分成了若干个小组，由不同的大妈大叔带到不同的地方，准备和那些没有自觉消失的在马路上堆积了几天都不肯走的烟火残骸们，还有那些满地被主人抛弃的可怜的瓜子果皮之类的东西决一死战，为了建设我们完美无缺的和谐社会，我们必须在这满地的垃圾被那些图谋不轨的破坏分子曝光之前把他们彻底清除！！

在各位大妈大叔仅仅半个小时的动员后，我们的斗志完全被激起了！！像冲锋的战士一样像哪一个个垃圾堆跑去，有人带着红色手套，有人拿着白色的塑料袋，戴手套的同学捡垃圾，拿塑料袋的同学收垃圾，大家配合的十分默契，工作效率十分之高，不到两个小时一百平方米草地上的垃圾就差不多被检光了。虽然有着刺骨的寒风，但同学们的脸上都流下了一滴滴汗水，可依然努力工作，只有在去倒垃圾的路上才会稍微休息，聊两句话。

据了解，大多数同学都是没有吃早饭，空着肚子来参加社会活动的。当时已时至中午，可那些同学虽然肚子已经控制不住的在唱着合唱曲，但他们没有一丝怨言。还有的同学放弃自己一天10小时的补课时间，还有的同学放弃每天仅有的6个小时睡觉时间来参加这次活动，我大为震惊！！自己的思想觉悟根本不配做一名社会主义国家的高中生啊！看到了那些同学的表现，我彻底明白了什么叫做差距！

一个小时以后，战役差不多结束了，我们看着那坑坑洼洼的草地，还有居委会大叔大妈们依旧和蔼的笑容，一种莫名的快乐油然而生，嘴角都掠过了一丝小小的微笑。

**大学生寒假社会实践报告800字篇七**

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。

**大学生寒假社会实践报告800字篇八**

对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，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。

在现今社会，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。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，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。

一开始，对自己手工艺期望很高，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。一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。总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点,但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来。

在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!

做了几天之后，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，可现在只能端端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜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，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实习中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止:

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3. 注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4. 在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6. 上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7. 处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一、乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二、自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三、肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四、谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作;因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低!有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。

**大学生寒假社会实践报告800字篇九**

引言：

金融危机的寒冬已在艰难的撤退，就业的春天正慢慢临近。为了学习两会精神，全面贯彻科学发展观以人为本的要求，更是为了莘莘学子的切身利益。为此，我们教育科学系精心策划了以科学前沿、社会热点、重大事件等为专题的主题社会实践活动。

家事国事天下事，事事关心作为新时代的大学生，作为淮南师范学院教育科学系的一员为了强化对本专业知识的学习，增强实践能力，及早积累职业经验以适应残酷的社会竞争，\_\_年的暑假我来到了合肥海创广告有限责任公司开始了我的暑期社会实践活动。虽然此次社会实践的时间只有短短的一个月，但是综观整个过程，从前期的准备工作开始到实践，直至最后圆满完成任务，粗略算一下，将近三个月。在这一漫长而又短暂的过程中，困难与挫折是不可避免的，真可谓是酸甜苦辣涩味味俱全。但我并没有因此感到丝毫的伤感和后悔，留下的却只有美好的回忆和记忆犹新的教训。

前期准备工作：

虽然大学生活已过去一半，然而对于社会我们也确实还有许多方面不是很了解。社会实践虽早已耳熟能详，但曾经也有类似这样的疑问：社会实践到底干什么，实践什么，与实习有什么区别?社会实践，就是把我们在学校里面所学的理论知识，运用到客观实际当中，使自己所学的理论知识有用武之地。这是我实践前所理解，所能体会到的，带着种.种的疑虑和些许冲动，我开始了新一年的暑期社会实践。

说起准备，那还要追溯到去年的暑假，记得那是在宿舍，闲的无聊的我们在寝室谈天说地，说着说着，社会实践这个名词便进入了我们的话题。由于当时正值期末复习考试就社会实践这一话题也没有深究，然而渐渐的在周围同学及其整个校园文化的熏陶之下，社会实践又再一次在我的心中引起了波澜，正所谓一波未平一波又起。与此同时，学校团委、各系也在积极号召广大同学开展大学生三下乡暑期社会实践活动。

于是乎，会同几位同学在班里招兵买马。经过一番交流，征求不同意见最终我找到了另外三名志同道合的同学组成4人小组决定放假后一起到省会合肥找工作。接下来的便是讨论、统一思想、路线与方针、分工、策划。经过一番讨论，最终我们决定首先到合肥市人才市场，考虑我们所学的专业涉及到设计与制作等方面的知识这与广告设计制作很相近，于是我们就把目标瞄准了广告公司。

然而实际情况却出乎我们所料，几乎所有的公司或企业在招聘人才时都将工作经验与实践能力放在首位。我们有什么呢?要经验没经验，因为我们还没有毕业更没有实际工作的经验。要能力我们也没把握，因为我们初出茅庐。再者，很多公司或企业招聘的大都是长期工，像我们这样的暑期工或实习生很少需要。尤其是一些技术性要求高一点的部门。在费尽一番周折之后，我们找到了合肥雪地冷冻食品有限责任公司。虽然与当初的目标南辕北辙，但毕竟是一个锻炼自己的机会。就这样我们在那干了二十来天，后来因为天气转凉市场对冷冻食品的需求减少的缘故，老板辞去了我们的工作。由于距离开学还有一段时日，我们几个再一次决定到人才市场碰碰运气。就这样促成了我们到合肥海创广告有限责任公司的愿望。后来经过我们的一番考察，得知虽然这家广告公司成立的时间不长但该公司在短短的几年时间内就把业务拓展到全省乃至全国范围内。业务也由当初单纯的墙体广告拓展到广告牌制作、户外媒体、丝网印刷、开业庆典等。公司的经理只有三十来岁，可以算得上是年轻有为。在这样一个充满朝气和干劲的年轻公司虽然不能和一些知名的大企业大公司相提并论但对于我们来说已经是很难得的机会了。

就这样我们在海创实践了一个星期，同时我们还和公司经理达成协议下个暑假我们直接到他们公司带薪上岗。这就是我要在今年放假之后直接到合肥海创广告有限责任公司的原因之所在。

可以说在经过几个月的准备之后，一切只欠东风了。

颠簸的路上：

唐代诗人李白有诗云：蜀道难，难于上青天。就像这首诗描绘的我们的旅途也并不那么一帆风顺。闷热的7月，我们提上我们的行李蓄势待发。火车站车水马龙，人头攒动，不时从远处传来火车的汽笛声，候车室里有排队检票上车的，有坐着看报纸杂志的，有站着抽烟聊天的，有躺着睡觉的，还有大声喧哗的，他们各行其是，人何其多也。身为21世纪的大学生，祖国的未来，心中应感到高兴和自豪。然而此次的出行却并没有带给我们多少的欢笑。因为前面还有太多的未知，一切都充满太多的变故。望望窗外依旧酷热的天气，没多久，我们有秩序的检票上车了。车上人还是那么多，好不容易找到了我们的位子，放好行李后，一颗悬着的心总算有着落了。伴随火车的启动，我们的旅途也开始了。

实践过程：

虽然我们所学的某些专业课与广告有关，但毕竟不是广告专业。经理虽然答应我们今年可以带薪上岗，但我们也只是作为墙体广告的一线员工。或许墙体广告对大多数人还不是很熟悉，但这种广告形式在很早以前就已经出现了。还记得电影电视里那些写在墙上\_日本帝国主义之类的标语吗。墙体广告就类似这样的标语，只不过它经过一定的设计，运用不同的涂料喷刷而成。这样的广告看上去会更美观更显眼，更能达到广而告知的目的。我们所做的就是把这种效果做出来。由于广告是面向全国发布的，对于不同的生产商和代理商会根据自己产品的销售区域的不同选择不同的广告区域。因而不同的广告又会在不同的区域里做。

还依稀记得我们所接的第一份广告是力帆汽车广告。销售商要求在蚌埠市做50块，面积约\_\_平方米。接到任务的当天下午我们就乘坐我们的施工车辆前往蚌埠。这是一段不近的旅程，一路的颠簸大约四五个小时之后我们到达了目的地。到达之后，就找了一家饭店吃饭。吃完饭还未等休息就开始工作。以后的十来天时间都像这样，每天五点半左右起床，晚上六点半左右收工。中间除了吃饭其余的时间不是找墙面就是干活。偶尔有下雨的时候才能好好的玩上一玩。日子就这样平淡而又带点无聊的一天天过去。当做完第50块的时候只觉得心里是如释重负，心情不知不觉的好。在回去的一路上，看着路边同样的风光却有别样的感受。

回到合肥公司，在合肥又做了三四天的零工。之后又接到一个新广告，这个新广告是做三洋洗衣机的要求做100块，4000平方米面积。接到任务后，经过半天的准备带齐做广告所需的涂料粉、刷子、小桶、梯子、模具等，下午又要踏上征程了。与上一次不同的是这次去的是宿州和淮北。我在心中暗暗高兴着，因为我家就在宿州。这就意味着这次有可能经过我们家，那是一种什么样的感觉。也许只有自己亲身经历了才能体会。

**大学生寒假社会实践报告800字篇十**

白驹过隙，一转眼，我们已迎来了寒假，是啊，去年的这个时候我们还是一个没毕业的高中生而已，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半年了，弄不清是什么时候褪去的“新生”的外衣，仿佛一切都在一夜之间，让人猝不及防。来不及多多回忆这半年的生活，寒假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛苦却也充实，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，且说这个寒假我是如何度过的吧!

这是我上大学以来的第一个寒假，理所当然要回家和父母亲人团聚。不过，在回家的路上我想身为当代大学生，不应该还是像高中时代一样在学校学习回家继续学习，应该稍稍接触一下社会，多了解社会语言，社会习惯，和社会文化，那些应该和学校里老师教我们的有所不同吧。所以我决定回到家休息几天就去找一份社会实践工作，找一个锻炼自己的能力和实现自身价值的机会，让我的寒假生活更加丰富彩。

但是，回到家和父母商量后，因为存在安全问题，他们不同意去一些饭店，酒店之类的地方做服务员，他们建议我做一份英语家教的工作，这样既不会太累，还能充分运用我的专业知识去帮助别人，我也同意父母的说法，当即准备一些为别人当家教所需要的资料，同时，母亲通过同事为我找到一份我满意的工作，得到此工作时，我的内心有着一种说不出的兴奋之感，因为自己得到了一个锻炼自己能力的同时体现自身价值的机会，我的寒假生活又增添了一道绚丽的风景。

工作是教两个女孩儿英语，一个小学即将毕业，一个初中即将毕业，我就没有把她当成我的学生，而是当作妹妹来看。我要做的是他们整合重点，复习一下容易忘记的，详细讲解那些依然不明白的。

辅导是在其中一个孩子家进行，时间原定是每天上午9点到11点个小时，中间有一段休息的时间，下午3点到5点，其实，如果任务多的时候，需要一直辅导到午饭时间。第一天辅导，我并没有马上开始打开课本就课本上的东西惊醒讲解，而是围着桌子坐成一圈听他们说说自己的情况，哪里比较感兴趣，哪部分还很薄弱，也许是学校的老师从来没有这样问过她们的学习意见，她们顿时打开话夹子，争先恐后地对我说她们平时在学校上课时的很多不明白和很多她们认为不合适的地方，从学习讲到活动，从课堂讲到作业，从性格讲到爱好，最后，我们并没有因为讲了不少不开心的事而烦恼，反而都笑地很开心从那开始，我们成了真正意义上的朋。

在交谈中，我可以感受到她们都有很强的求知心，但是由于诸多原因，她们的成绩很不尽如人意。父母对她们抱以很大的期望，希望她们能够考上重点大学。而现在的学习情况，让父母感到担忧。我感受到父母心中那种望子成龙的殷切期望，感受到父母对孩子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了孩子的未来，我被父母对子女的这种情义深深打动了，同时感到肩上的担子很重，对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个“挑战”。

家教的第二天，我们开始正式辅导，但是我发现她们在学习上很随意，对自己要求不严格。开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。我讲了我的同学的经历，阐明了学生的职责和学习的目的。她们似乎懂得了什，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。她们的听课状态比以前有了很大的改观。我在以后的讲课中，对她们的要求渐渐严格起来，并经常讲解懒惰的害处。她们虽然听得进去，但改观不是很大，不过这是可以理解的，毕竟还是小孩子。

由于做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。每天早晨按时起床，上课，回家后总会有一种十分充实的感觉。转眼她们就要开学了，我也结束了为期二十天的家教生活。她的学习态度比以前端正了许多，学习也知道使劲了，以前的疑难问题基本得到了解决，英语水平也有了很大提高，她们的父母很感激我这段时间的帮助，看到她们的进步，我也很欣慰。临别时我们拥抱了一下，那时，我真的感觉自己拥抱的不是我的学生，而是我的妹妹。这些天来，我把很大的精力放在了课程内容的安排上，孩子的进步就是我最大的喜悦。

通过在假期的这段家教生活让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，让我得到了很多感触。最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识。还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。同时。这二十天锻炼了我的表达能力，交往能力以及职业技能，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自己的奋斗目标。这些收获将影响我以后的学习生活，并对以后的工作产生积极影响，我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，而且会让我受益匪浅。

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

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