# 大学生社会实践方案概述(20篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-06-14

*为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，...*

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生社会实践方案概述篇一**

以中国特色社会主义理论体系为指导，坚持实践育人、德育为先的理念，结合青年学生特点，通过开展“六个一”为主要内容的体验式社会实践活动，促进学生对社会的了解，强化学生的实践动手能力，增强学生的社会责任感，度过一个愉快而有意义的假期。

二、活动时间

20xx年1月——20xx年2月

三、活动地点

立足吉林，辐射全国。

四、活动主题

体验社会 勇担责任

五、活动原则

采取就近就便原则，立足于学生所在社区、乡村，便于学生广泛参与;坚持分散与集中相结合的原则，学生可以个人分散活动，可以就近自由组队，也可以由学院组织一些重点团队开展活动;坚持力所能及务求实效的原则，活动的设计和安排要切合学生实际，要以学生可以做到为前提;坚持保障安全的原则，要教育学生增强安全意识，落实活动的各项保障措施，认真负责地做好活动中的安全保障工作。

六、活动内容

本次社会实践活动是以“六个一”为主要内容的体验式社会实践，即一次走访、一个访谈，一项调研、一段经历、一种体验、一份感恩。

1、一次走访即“访母校，感师恩”高中母校走访活动。利用假期返乡之际，走访曾就读的高中，了解母校的基本情况;看望高中老师，感谢老师的培养;宣传吉林农业大学，了解高中所需报考信息，每年了解信息的渠道。

2、一个访谈即“访校友，促成长”优秀校友访谈活动。根据学校提供的校友名录，就近就便走访优秀校友，了解校友的工作生活状况及成长经历，以及他们对新一代大学生成长成才的看法和建议，增进校友与农大的沟通联系。了解校友需要学校为其提供哪些支持和帮助，并通过校友了解其所掌握的其他校友信息。填写《吉林农业大学校友登记表》，撰写校友访谈记录及心得体会。

3、一项调研即“访百县，走千企”企业考察调研活动。走进家乡所在地的企业，了解该企业的发展状况、企业文化及创业历史，了解该企业的经营内容、需求的专业及每年需求计划，5年需求规划，我校在该企业就业毕业生数量及其工作情况，填写《走访企业情况登记表》，撰写企业调研报告。

4、一段经历即“访千村，助成长”乡镇团委挂职活动。结合团省委、团市委组织开展的农村大学生社会实践活动，到家乡所在乡镇团委进行挂职锻炼，了解乡镇的基本情况、农业发展状况及团组织建设情况，考察到基层就业学生工作情况、发展情况等，撰写调研报告。

5、一种体验即“助三农，促发展”学生志愿服务活动。发挥专业优势及知识优势，为家乡的父老乡亲解决生产生活中的实际问题，通过开展科技支农、企业援助、文艺演出、文化宣传、环境保护等活动，服务社会主义新农村建设，撰写活动总结。

**大学生社会实践方案概述篇二**

今年我校暑假社会实践活动以“实践创新求发展，产业腾飞促和谐”为主题，引导青年学生同人民群众紧密结合，积极投身改革开放和现代化建设的伟大实践，认真学习贯彻党的xx大精神，高举中国特色社会主义伟大旗帜，以dxp理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，勤于学习，勇于实践，磨练意志，增长才干，努力实现全面发展。今年我校的大学生暑假社会实践活动将分为一般项目和重点项目。

20xx社会实践重点项目申报

重点项目将由校团委确定项目主题、内容和要求，并面向全校学生进行招投标。参与竞标的实践团队必须向校团委实践部上交重点项目投标书。校团委将针对投标书进行第一轮书面审核，第二轮将举行答辩会以确定最后的重点项目。为节约资源，今年重点项目将和党员学习科学发展观暑假实践相结合，因此每个重点项目团队中必须要有党员参加。对于重点项目实践团队，要求配备专门的联系人，并须定期向校团委实践部汇报项目进展，并向有关媒体报道其相关事迹。为了进一步发挥我校社会实践活动“科技服务地方”的优势，使同学们在体验基层生活的同时能够获得一定的实践成果，建议成立以研究生为主的实践团队。同时建议各学院组成重点项目联合实践团队，其成绩将分别计入各学院，这可以和组织建设中的院系共建联系起来。

一、活动安排

(一)宣传和立项阶段(20xx年5月—6月初)

重点项目由校团委向各院系和校直属学生组织开展宣传并招收课题。各实践团队应于20xx年6月1日前向校团委上交社会实践重点项目竞标书，校团委将在6月1日至6月5日间进行第一轮初审，并在bbs上予以公示。20xx年6月10日，将组织竞标答辩会确定重点项目，评委将由各对应领域专家和团委老师组成。重点项目落选者将根据其意向，可选择放弃或直接转化为一般项目。

(二)项目准备阶段(20xx年6月)

已确定的实践项目，在此期间应进一步做好实践活动的准备，并完善项目计划。在6月份将组织联系人会议和团长会议。

7月初，校团委将组织暑假社会实践活动出发仪式，各院系应派代表队伍参加，所有重点项目实践团队必须参加。

(三)项目实施阶段(20xx年7月、8月)

校团委将要求重点项目团队设立专门的联系人，以便于掌握重点项目团队的最新情况。

(四)总结和答辩阶段(20xx年9月)

各院系团委应当在暑假社会实践活动结束后及时进行总结，应在开学后两周内将总结材料、参加评选的项目材料报送校团委。

校团委将组织相关的实践项目进行答辩。

二、总结和表彰

重点项目将直接参加校团委组织的答辩，不占用学院的推荐名额。其中前十六名将作为上海交通大学的代表参加上海市的暑假社会实践评选。落选的项目将根据情况授予“优秀项目奖”。

三、上交材料

重点项目的材料由实践团队直接向校团委实践部提交，需要提交的文件包括竞标书和项目成员表，需要交纸质稿和电子稿。

电子稿提交方式：,用户/密码：，文件置于：“上传区”——“重点项目”。文件包括：竞标书和团队成员信息表。

**大学生社会实践方案概述篇三**

炎炎夏日，很多人都会选择待在家里乘凉，不会选择外出。不过我已经上大学里，如果整个暑假的时间都待在家中，也实在是没什么意思。今年暑假，我就会选择参加社会实践，锻炼自己的能力。不过到现在我还是没有想好我要参加什么样的社会实践，不过我会的，这是毋庸置疑的!

一、活动背景：

1、暑假是人们外出游玩的高峰期，然而同样也伴随着高峰的中暑等疾病的发生。尤其是一些户外运动爱好者或是工作者，尤为需要担心。因此，好的防暑措施，可以了却人们的后顾之忧，让人们开开心心出门，健健康康回家。药物解暑是比较快速的方法，但都不免会有一些副作用。因此，我们团队查找了网上的一些资料，发现，“伏茶”这种喝茶防暑的方法十分有效。

当然，喝伏茶防暑也需要注意的是，各人的身体底子不同，一些体质偏“寒”、胃口不好、饭后腹胀、大便溏薄的市民最好不要随便喝伏茶。同时，对于一些过于寒凉的伏茶，小儿因脾胃不足、老人因消化功能衰退，也都不宜饮用。但体质强壮、火旺湿盛、咽喉肿痛、大便淤结、舌红苔黄腻的人，不妨经常服用，“伏茶毕竟是药，要注意因人制宜，不能滥服，更不能作为保健药长期服用。” 一入盛夏，一些人不论哪里不舒服均归咎于湿热，认为伏茶和凉茶饮料能包医百病，无病服之能防病，甚至把它作为日常生活中必不可少的保健药。其实，这种做法是不科学的。体质虚弱者和婴幼儿，长期服用凉茶，易损伤人体阳气和脾胃，出现神疲体倦、多汗易感冒等症状。

尤其是脏腑娇嫩的婴幼儿，长期服用易损伤小儿正气，影响孩子健康成长。 饮用伏茶要适量。体质偏“寒”者应选用由茯苓皮、大麸皮等健脾配方烧煮的伏茶。同时，降温防暑不仅要适可而止，更应掌握一些防暑降温的知识，当你和家人享用伏茶的畅快时，小心别被伏茶的“凉意”寒及肠胃。

2、中国人口基数大，即使实施了计划生育，但仍然难以阻挡人口上升的趋势。这使得人们生活的竞争压力日渐增大，常常一天都持续着高负荷的工作和学习压力，伴随着的是人们越来越忽视了自己的身体健康。怎样缓解自己的精神压力，怎样调节身体的重要营养，怎样增强自身的体制，这些都是要引起人们重视的问题。对此，我们查找了资料，询问了一些医生专家，收录了一些简单易懂的生活健康知识，让人们能轻松做到健康生活。要知道，工作是为了更好地生活，

3、随着高楼的增多，居民之间的交流变得愈发困难。曾经一度引为美谈的邻里间的故事，如今已变得十分稀薄。人们每天更像是生活在独立的空间：出门——工作(学习)——回家。多年而不知邻里谁何的例子已屡见不鲜，有的甚至唯一的接触都是因为一些误会而引起的争吵。“远亲不如近邻”，生活中遇到困难时，反而是邻居更能给予你帮助。社会是互相沟通的群体，因为交流而和谐，因为和谐而进步。如果连天天都住在一起的邻居们都不能成为朋友，那么，舍近求远的朋友关系，又怎么能长久，怎么能深刻?居民运动会，小区晚会，正是拉近邻里距离，促进邻里情的很好的方法。

二、协助单位

小区附近的某酒店或餐馆

某运动品牌(特步、安踏、哇哈哈、康师傅…)

小区居委会

三、队伍组成

队长：林加奇

活动的策划，队员工作的安排

外联：林加奇

媒体联系：张思意

宣传单、宣传海报制作：王晶

采访、拍摄、记录：郑力超

博客发贴：王震

财务：张思意

四、基础设备：

1、摄像设备(dv、相机)

笔记本电脑

校徽、旗帜、队帽、个人生活用品(自备)

2、博客、邮箱建立

五、行程内容：

1、活动前期准备：制作宣传单100份，制作活动报名的电子海报一份，制作宣传横幅一条;

2、活动内容：

8月4、5日，与赞助商及小区居委会取得联系，确定活动内容，商讨活动方案。并且准备好免费伏茶供应活动所需材料、工具，联系好场地。将宣传海报及横幅张贴悬挂于小区内;

8月6、7、8、9、10日，开展免费伏茶供应活动。同时进行健康宣传传单的发放;

8月9日，开展小区运动会;

8月10日，举办小区文艺小晚会;

7月11日，整合资料，总结，完成暑期社会实践报告。

六、注意事项

1、每晚开一次例会，做好该天的总结，做好资料整理工作，讨论第二天工作内容，制定人员安排等。

2、每晚都要更新博客，记录每天的工作内容及工作成果。

3、每晚做好财务预算及统计，由财务负责人负责收官发票及帐目记录。

4、每人每天注意仪表，佩戴校徽、拿好旗帜、戴上队帽，注意自己的言行举止。

七、经费预算

1、团队部分：

车费：400

宣传单、海报、横幅：120

合计：820

2、赞助商部分：

(1)某酒店

伏茶等饮用工具：300

(2)运动品牌、运动饮料品牌

小区运动会器材：200

奖品：200

八、赞助商工作

酒店或餐馆：

1、烧煮工具的提供

2、碗盆的提供

3、帐篷、桌椅的供应

4、推车提供

运动品牌：

1、现场协助布置

2、运动器械的提供

3、奖品的提供

这一次策划活动是我的第一次，起初有很多不懂的地方，不过这些都不是困难，因为有同事和朋友的帮忙，我已经做的很好了。在不断的发展中，我有了更多的认识。这一次实践对我来说，极有意义，因为从此我知道了自己将会在以后的工作中遇到的问题，还有怎么去解决的事情。不断的前进中自然有更多的问题出现，不过我相信我会做的更好的，没有难的倒我的事情!

**大学生社会实践方案概述篇四**

为促进我镇大学生在社会实践行动中深入学习实践科学发展观，以社会主义核心价值体系为引领，在实践中接受教育、增长才干，培养大学生的学习能力、实践能力、创新能力，促进大学生全面成长，为将来毕业后尽快融入社会作好充分准备，镇团委、镇关工委根据团市委《关于开展20xx年大学生创业(社会)实践行动的通知》要求，结合我镇的实际，制定出本方案。

一、活动主题

我和祖国在一起社会实践促成长

二、活动时间

20xx年月至月

三、指导思想

坚持以深入学习实践科学发展观为指导，以社会主义核心价值体系为引领，坚持“属地管理，村(社区)结合”的管理体制和“党政主导，关工委指导，团委主抓，部门配合”的领导机制，坚持“深入实际，深入基层，深入群众”、“就地、就近、就便”的原则，通过开展体验教育、创业实践、志愿服务、素质拓展、学习交流等实践活动，让大学生在实践中熏陶思想感情、充实精神生活、提高道德境界、增长知识才干，为“建设新东坑，实现新发展”作出积极贡献。

四、成立机构

为了加强对我镇大学生社会实践行动的领导，确保整个活动收到实效，镇团委、镇关工委决定成立“20xx年度大学生社会实践活动领导小组”，成员名单如下：

五、活动内容

(一)开展弘扬爱国感情的教育活动

1、思想引领。开展学习实践科学发展观以及以社会主义核心价值观为引领的“我与祖国共奋进”主题诗歌朗诵、“社会实践促成长”主题征文比赛，通过以爱党、爱国、爱社会主义为主要内容的诗歌比赛，培养以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，教育和引导大学生树立民族自尊心和自豪感，增进对党的感情，坚定他们转型发展的信心，肩负起时代赋予的使命。

2、了解社情。充分利用虎门销烟纪念馆、东纵纪念馆、袁崇焕纪念园等丰富的历史文化资源，组织大中学生学习英雄的先进事迹，通过参观纪念场馆、观看陈列展览、瞻仰历史遗址、寻访革命老战士等实践活动，聆听“五老”队伍(老干部、老战士、老专家、老教师、老模范)讲座，参观城市建设亮点工程，感受东莞的变化，弘扬革命传统，教育引导大学生继承发扬东莞青年敢为人先，艰苦奋斗，务实进取，开放包容的光荣传统。

3、宣传亚运。深入贯彻省委书记汪洋同志的号召，组织以“迎接亚运会、创造新生活”为主题的宣传教育团队进社区、进工厂，开展以“唱响新生活”为主题的亚运歌曲和亚运志愿者歌曲传唱活动;以“和谐新生活”为主题，倡导友爱和谐、共建家园的社区新生活理念，推动形成睦邻友好、秩序井然的和谐社区关系;以“文明新生活”为主题，开展倡导文明新生活、树立文明新形象宣传活动，增强基层群众文明意识，共建文明社区，引导大学生融入亚运，服务亚运。

(二)开展劳动实践活动

1、培养创业意识。积极为大学生、中职生与本土青年企业家搭建面对面沟通学习平台，发挥榜样作用，激发广大青年的创业激情，举办大学生创业知识网络学习论坛，为大学生、中职生分析就业形势，传授择业技巧，解答创业疑难，介绍成功经验，进一步增强他们的创业意识，提高创业能力，转变就业创业观念。

2、进行岗位锻炼。及时了解大学生实习的岗位需求，积极物色不同类型单位和企业，建设一批联系密切、合作成效突出、有典型示范意义的大学生创业(社会)实践基地，拓宽大学生岗位锻炼渠道，选派优秀大学生到社区、企事业单位开展挂职锻炼，让大学生走到生产第一线，走进社会各个阶层，体验创业就业的艰辛和社会各阶层的状况。

3、商海实践活动。为大学生、中职生提供试创业机会，积极引导他们用科学发展的思维适应新经济的发展模式，充分利用专业技术进行小型投资活动，开展工商模拟市场大学生商海实践活动，为他们的创业尽可能提供各种便利。通过开展商海实践活动，使大学生、中职生尽早培养创业思维，掌握创业方法和技巧，树立正确投资创业理念。

(三)开展体验教育和志愿服务活动

1、巩固文明成果。要在我镇成功创建东莞市文明镇街的基础上，鼓励大学生积极参与志愿服务，为我镇志愿事业注入更多活力，形成人人参与志愿服务的良好氛围，关注和帮教失足、失业、失学青少年，为孤寡老人提供力所能及的志愿服务，开展“文化进社区”、“文化三下乡”、“繁荣企业文化”等活动，进行文明宣传、文化普及，丰富市民群众的文化生活，倡导文明礼仪，提高群众的文明生活素质。

2、拓展志愿项目。引导大学生发挥自身专业特长，成立相关专业服务队，不断拓展服务项目。组织师范专业大学生，为需要帮助的学生提供义教服务;组织医学类大学生，到农村、社区开展各种流感等流行性疾病防治宣传和普及禁毒知识等活动;组织心理学专业大学生，深入农村、社区开展心理健康咨询，特别是针对弱势少年儿童群体显性和隐性的心理压力进行疏导，帮助他们学会处理人际关系。

3、倡导绿色环保。动员大学生广泛参与绿色志愿服务，通过开展单车环保行活动，宣传环保法律法规，倡导环保消费，发动和鼓励更多的社会公众参与保护生态环境活动中来，提高公众环境意识，树立节能减排的观念，在全社会倡导和树立生态文明意识和可持续发展意识。

(四)活动的总结阶段

1、评选。对活动过程中涌现出来的先进典型进行评选，内容包括表现突出的学生、实践基地，以及优秀的心得体会。

2、表彰以及成果展示。召开20xx年大学生实践成果展示表彰会，对在实践中的积极分子进行表彰，树立典型。

3、资料归纳和整理。收集整理活动简报、优秀的实践心得、调研报告、相片、dv影像等实践活动材料，编辑成册。

4、信息反馈。镇大学生社会实践活动领导小组对参加活动的学生作出评价。

六、活动要求

(一)要求参加实践的学生要遵守国家法律法规，不能做违纪违法的事情，注意自身形象。

(二)在实践锻炼过程，必须遵守实践单位的规章制度，要服从分配，服从安排。不得无故缺席。

(三)在上下班或外出参观的过程中，要遵守交通规则，注意交通安全。

(四)实践活动结束后，应通知实践基地，并感谢实践基地提供的帮助，并且要求每位参加的学生在实践活动结束后撰写一篇1500字左右的活动心得上报镇志愿服务中心。

**大学生社会实践方案概述篇五**

为了响应学院团[20xx]11号文件精神，提高大学生的环保意识、加强学生及社会人士的环保观念,以及为包头市东河区冬泳协会铁人三项赛做志愿者。因此我系将要组织进行暑期社会实践活动。

一、活动主题：“青山清我目、净水静我心”

二、活动时间：20xx年8月24日

三、活动目的：

1.通过深入人口密集的旅游区，大力普及环保知识，提高游客的环保意识，培养市民和学生关注社会发展的责任感，热爱并支持环境保护;

2.在宣传教育别人的同时，不断提高自己的环保意识，让我们彼此交流，担负起环保责任，全面提高对环境的保护意识，树立正确的环境价值观和环境道德风尚，从身边点滴做起;

3.建设绿色家园，弘扬社会道德风尚，促进社会和谐发展;

4.带领学生深入实践，提高环保意识。

四、活动的主要内容是：

在环保日益被关注的当今社会，环保生活俨然已成为一种趋势和必要，那么当代大学生应该作为这种趋势与必要的先驱者和倡导者。在南海公园向游客进行社会环保实践宣传，向其宣传及倡导生活环保的必要性和具体行动措施。而对于占据中国人口近八成的城乡来说，环保生活具有重要意义，每个人一个小小的举动放大几亿倍之后，将会产生不可想象的作用。而且要做到环保生活只需一些简单却又行之有效的举措，任何人都能做到。(例如：多植树、出门坐公交车、日常骑自行车、随手关闭电源、买运输里程很短的商品、坚持爬楼梯等)这些简单的事就成功的阻止了环境污染。这次活动一方面是向游客宣传关于社会环保的意义和必要性，另一方面是与游客相互交流如何在日常生活中更好的做到低碳环保。在宣传的同时，我们自觉的成为环保的践行者，同学们提前准备了可降解的塑料袋，将我们所到之处的白色垃圾进行主动清理。

具体内容：

1.深入南海公园内部等地进行环保知识的宣传;

2.清理所经过地区的白色垃圾;

3.“绿色环保”倡议签名活动。

活动形式：

1.上网查询资料,召开动员大会，制定宣传计划;

2.以访问和传单的形式向游客宣传环保知识和信息;

3.在南海周边、公园草坪捡拾白色垃圾;

4.主动帮助公园内需要帮助的人;

5.对不同年龄段人群进行实地访问;

6.环保横幅宣传;

7.环保践行签名。

五、本次活动的宗旨：

对社会环保和白色垃圾污染知识进行宣传。环保生活，对于我们这些普通人来说是一种态度，是你愿不愿意和大家一起创造环保生活习惯的问题，我们日常生活中就可以做到很多。环境保护反映的是世界可持续发展的老问题，它反映了人类因气候变化而对未来产生的担忧。人类意识到生产和消费过程中出现的过量有害气体的排放是形成气候变暖的主要因素之一，因而要减少其排放量就要相应优化和约束某些消费和生产活动等;

六、活动意义

1、“团队精神、共同合作”在工作中的重要性。

每个人对每件事的看法是不同的，所以处理事情有分歧是很正常的，但随着大家互相的理解，分歧会慢慢减少，工作开展也会越来越顺利。只有大家的思想统一了，心往一处想，劲往一处使，工作才能顺利出色的完成。

2、前期准备工作在整个过程中的重要性。

“好的开始是成功的一半”，工作前要认真制定计划，召开大会，共同探讨工作计划中可能出现的问题，一定要分工明确，准备充分，做好活动的宣传，带动大家共同参与进来。

3、与群众积极互动，共同学习，展现大学生风采

我们在发放宣传单的过程中肯定会出现垃圾的问题，所以在发放传单时，队员们要及时地清理周边的垃圾，要做到宣传的同时也保护身边的环境。在整个实践活动过程中，我们要主动地去帮助那些需要帮助的人，同时邀请广大群众将自己的名字签到条幅上，一起合照，做到和群众热情互动和沟通。

同学们要以良好的形象向社会进行环保知识的宣传，让我们的行动不仅感动我们自己，更能影响广大市民，从而获得市民的好评。我们铁道职业技术学院学生的风采也定会在此次活动中得到很好的展现。

七、活动经费预算

横幅一条：150元往返路费：30\*2\*2=120元

矿泉水：100元迷彩服租用费：300元

遮阳帽：200元手套：80元

预备药品：150元门票：600元

宣传资料：500元

其他如签字笔、胶带、垃圾袋、铁钳200元

预算费用合计：2400元

**大学生社会实践方案概述篇六**

今年暑假，我在学校的号召下参加了社会实践，与大多数同学一样选择了参加“打工一族”，走进社会，了解社会。9月，我在新快报媒体广告有限公司医药健康事业部当上了一名实习生，虽然时间不长，而且这与我所学的专业联系不大，但是我相信，对工作负责、认真，虚心讨教的正确态度是从事任何一个职业所要首先具备的素质，这也正是我在这次难忘的暑期实践中所学到的宝贵经验，相信这些难得的经验一定会成为我今后学习、工作中的助推器。

在实践过程中，我逐渐体会到了打工的不容易，以下是我自己的一些小小的实践心得。

一、待人待事皆需“真诚”

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去新快报实习，我怀着兴奋的心情，因为从没有去过广告公司实习过。当实习生最重要的是态度，是诚恳踏实、积极向上、勤奋努力的工作态度，必须付出比老员工多几倍的努力去熟悉工作程序、工作要领。只要树立信心，战胜自我，就可迈出走向社会坚实的第一步，前途就充满希望。

刚踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑地说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。因此，我担心变成“透明人”的事情根本没有发生。同事们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

其实，不仅待人要“真诚”，对事也要“真诚”。人无完人，医药部的其他同事在制作广告版面时，也时常会有错误发生，像语句表达不清等。我于是“不知天高地厚”地把自己的意见诚心诚意的提出来。没想到，竟被欣然地接受了。在他们面前，我只是经验浅薄的“小字辈”，但我觉得对待工作我们不应该论资谈辈，有意见或建议，只要对工作有利，都应该诚恳的提出来，大家一起探讨。其实，只要你是真诚的，谁会在乎你资历小，又有谁会小看你呢?真诚，让我走出了显示自身价值的第一步。

二、实践出真知

我在医药部实习的时间不长，主要做一些文职工作，也很难说具体学到什么，但是有一点是肯定的，在广告公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象，很需要你具备实际动手操作的能力。

以前，在学校里学知识的时候总是老师往我们的头脑里灌知识，自己根本没有那么强烈的求知欲，大多是逼着去学的。然而到这里实习，确使我们的感触很大，自己的知识太贫乏了。就好象会员服务(会员的资料收集，对俱乐部会员进行服务及信息咨询管理)、项目策划协理(针对俱乐部实施的项目，参与并协助策划、执行)、外联协理(俱乐部对事务外的沟通、联络及协调)、俱乐部入会申请表的文案、撰写活动策划书等，这些都是我在课本中所不能学到的东西。

录入工作看起来虽然简单，但是重复单调——每天上班打开电脑就会看到一样的画面，不停地重复做同样的动作，而且工作量不小。不过，我就把它当作是一种精神刺激，可以坚持下去就是一种工作学习的态度，能坚持就能胜利;再如文案工作，开始时，总觉得是一些简单而不起眼的工作，但做了一段时间以后才发现这些工作虽然简单，但都是非常重要的，绝不能有半点差错，因为，这是要出现在报纸版面上的东西，产生歧义误导了消费者就会造成不良的影响，所以千万不可以因为它们简单而小看它，必需小心谨慎的完成每一个环节。这种“咬文嚼字”的工作无疑对我所学的新闻专业知识具有极大的锻炼作用。

另外，我还第一次尝试参与了医药部的活动策划，第一次学会写活动策划书，才发现原来小小的活动策划书要做得全面而具有可行性，是需要慢慢斟酌和考虑周到的。最后，通过自身的努力，我参与策划的“和谐社区健康行”活动策划案已经提交并通过了。这些经历都开阔了我视野，丰富了我知识。这里，要感谢医药部的其他同事们，他们总能不厌其烦地教会我，在他们耐心的教导中我不断走向成熟，也积累起一定的工作经验。

**大学生社会实践方案概述篇七**

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，xx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“打倒日本帝国主义”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xx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。

**大学生社会实践方案概述篇八**

为贯彻中宣部、中央文明办、教育部、共青团中央、全国学联等5部门《关于组织开展20xx年大中专学生志愿者暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》精神，我校团委于6月下发了“关于组织开展20xx年大学生志愿者暑期‘三下乡’社会实践活动的通知”，通知对大学生进行社会实践的重要性作了全面的阐述，并对活动主题、内容形式作出了初步的规划;校团委紧接着又在七月下发了“南京农业大学20xx年大学生暑期‘三下乡’社会实践活动方案”，方案对暑期社会实践的安排作了周密的部署，各学院结合专业特点，采取不同的方针路线，开展丰富多彩，不同内容的实践活动。通过实践活动，旨在加强我校青年同学树立正确的发展观，践行社会主义荣辱观，对促进城乡统筹发展，构建社会主义和谐社会而努力，他们将在实践活动中打下坚实的基础。我院组织“新农村建设”博士生考察服务团于7月8日至11日在连云港东海县进行为期四天的新农村建设实地考察。同学们本着“磨练自我，服务农村，造福社会”的宗旨，认真扎实地组织开展了本次暑期“新农村建设”社会实践活动。

(一)筹措准备阶段——未雨绸缪、加强组织

1、认真动员，精心组队。按照惯例，本次的实践活动除博士生外，主要由04级本科生组成。由于本科生对社会实践活动认识相对有限，因此加大前期的准备工作非常必要。通过文件通知，材料学习，使得全院本科二年级的同学对社会实践有了全新的、更为深刻的认识。早在6月底，本科生部的报名工作就已经如火如荼的展开，报名人数众多，远远超出需要的人数。经过对所有报名者各方面能力与素质的综合评定，最终确定了成员名单。7月7日，在院团委学生会例会上，辅导员庄森老师就暑期“三下乡”人员名单进行了口头通知，会后学生会办公室正式下发通知，正式确定了高杰、陈琼、甘立胜等十名本科生成为队员。与此同时，为了满足实践服务工作的不同需求，学院还召集了不同年级，不同的学历的成员，总共有两位老师、四名博士生、一名硕士生和十名本科生组成了新农村建设考察服务团。

2、加强组织、明确分工。考虑到服务团成员特殊的专业背景和应对考察的实际情况，新农村建设考察服务团一行17人被分成两个小组，每一组有一位老师带队，分别前往连云港市东海县不同的乡镇进行实地考察。在深入各个村走访农户的时候，分工则更加细致，每个小组都又被分为三个小分队，分别前往不同的农户家进行调研。同时为了更好的开展工作，考察团内部也成立了专家组、宣传组、博士组、本科生组等，各组分工明确，各司其职，便于社会实践工作的顺利开展。

3、熟悉情况，拟定实践内容。新农村建设考察服务团在下乡之前，就通过因特网查询了东海县以及石榴镇、房山镇的详细情况，结合当地政治、经济、文化等发展情况，拟定了以科技支农和农业区域规划为主的活动内容，选择了农业经济发展情况了解、农村现状问卷调研和召开新农村建设主题座谈会三个调查步骤。

4、领导重视、专家指导。学院历来十分重视大学生暑期“三下乡”活动，在动员大会上，院领导对此次“三下乡”做出了十分明确的要求，要求各队在“三下乡”活动中不但要规范化，还要基地化、科学化，思想是行动的先导，思想问题是最根本的问题。领导的一席讲话鼓舞了“三下乡”志愿者，也使得我们在下乡过程中要注意许多以往没有注意到的问题。学院还邀请有关方面的专家带队进行指导，保证实践工作的顺利完成。另外，还邀请前两年参加过暑期“三下乡”活动的同学在全院召开暑期“三下乡”实践活动经验总结交流会，为这届服务团成员提前热身。

5、积极准备调研问卷、宣传资料。为将此次考察活动进一步深入进行，考察服务团精心准备了调查问卷。指导老师和队员们一起，在学习党中央关于“社会主义新农村建设”的相关政策和材料的同时，通过网络、相关书籍、党和政府的相关政策条文，以及学院专家、学者的建议，编辑整理了“新农村建设”调查问卷。另外为达到“送科技到户”目的，服务员团结合当地实际，通过精心挑选，还带去很多科技宣传资料，向当地群众发放。

(二)实地考察阶段——不畏艰苦，依托专业为农民服务

1、深入田间地头，为农民农业生产排忧解困

7月9日上午，在团县委李书记的带领下，第一小组前往县城郊石榴镇进行参观考察。镇韩书记负责接待工作。农经站范站长对石榴镇农业生产状况作了一个简要介绍。石榴镇地处城郊，利用地理位置及交通优势，大力发展蔬菜种植，现已成为农民增收的主要手段。种植以简易拱棚等为主。农业企业，大户养殖少，种植面积广。接着队员们深入田间地头，参观了当地的蔬菜种植基地和果树栽培基地。

行动一、参观西榴村蔬菜种植基地。据该村村委李书记介绍，村蔬菜种植面积近20xx亩，全村共3922亩土地。村委将围绕“社会主义新农村建设”在未来4年内，争取在不增强群众负担的情况下投资30万建立西榴村蔬菜基地;新建四个电站;修两道共5000米的水渠，解决缺水问题;普及沼气，减少污染，变废为宝;植面积扩大到三千亩以上，进一步规范种植。规划一个约50亩的市场，实现产、供、销一条龙服务。预期到20xx年，农民人均纯收入达8000元。在该村7组村民孙秀梅的豇豆田中，我们看到，豇豆长势喜人，据她介绍，她家种植豇豆4分地，此季连续收获能达到1800元。换季后，可以种植水萝卜，季收入能够达到2500元。考察团成员们在了解了豇豆的生产情况之后向孙秀梅讲解了在豇豆种植中的一些注意事项，并告诉她一些比较先进的，科学的生产方法，最后还向她赠予了农业科技读物，希望能够帮助农民朋友更好的从事农业生产。

行动二、参观杨圩村果树栽培基地。该镇桃树种植面积达80亩。据包产大户李兰廷介绍，当地土质适于种桃，尤其(更多精彩文章来自“秘书不求人”)是黄桃，品质好，个头大，成熟期早，头年亩产达20xx斤，第二年就能达4000斤，第五到第七年就能达10000斤。他已投资7万元在自已的40亩桃园上。但在实际栽培中，他也遇到了一些问题，他种植的黄桃虽然口味香甜，但是因为侵染病虫害，卖相不好，只能销往罐头厂进行深加工。除此之外，由于黄桃采收后，果肉容易变软，在自然条件下贮存期限不宜超过一天，大大影响了其经济价值。他也曾请了技术人员帮其处理，但是光治虫不治病，效果并不明显。见到南农大学生，他分外热情地介绍了自身情况，并希望师生能为他提供帮助。实践队员们返校后经过多方求证，终于找到了解决方法，并以信件的方式告知了李兰廷。

与此同时，第二小组一行7人在县农业局刑局长的带领下，由农学院段平华老师带队，前往房山镇。在房山镇政府，尹镇长对该镇的农业生产情况进行了简要介绍。然后，队员们先后走访了兴谷村和山前村。通过与农户的深入交谈，队员们了解了该镇的社会主义新农村建设的基本情况，在调研的同时服务团还针对农户的需要发放了一些农业科技书籍、回答了农民在农业生产过程中遇到的问题，受到了农民的广泛欢迎。

2、走访农户，深入进行访问调查

7.9下午，新农村建设博士考察服务团一行17人兵分两路分别去东海县不同的乡镇深入农户进行调研。第一小组7人跟着带队老师去了石榴镇。上午参观了蔬菜种植基地和桃园之后，队员们就马不停蹄的带上调查问卷，农业科技读物和一些赠与农民朋友的相关资料开始了调研工作。

(三)实践总结阶段——认真总结，让实践效果更加深入

在20xx年暑期炎热的日子里，在团省委的关怀指导、学院领导的关心以及连云港当地政府支持下，在带队老师和全体队员的共同努力下，实践活动取得了丰硕的成果。

1、这次社会实践活动给连云港的农民朋友带去了知识，带去了技术;为当地农民朋友解决了一些农业生产中遇到的困难，为农民朋友办了几件实事。

2、和当地政府加强了联系，为以后社会实践活动的开展开了一个好头。

3、为当地新农村建设整体规划献计献策，为农业区域发展，农业产业化经营的尽快实现贡献了自己的力量。

4、通过深入农户问卷调研或得了很多有关新农村建设的第一手资料，为农村社会，经济等方面的研究提供了珍贵材料。

5、起到了良好的宣传作用，不仅宣传了农学院，更提升了南京农业大学的社会影响力，南京农业大学始终活跃在社会主义新农村建设的第一线上。

为期四天的社会实践，受到当地政府以及农民朋友的热烈欢迎和大力支持，产生了良好的社会效益和经济效益，同时也受到社会各界以及各大媒体的广泛关注。其中，新华社、新华网、新浪网、中央政府门户网站、西部在线等媒体都对这次农学院赴连云港考察进行了详细报道，在我校新闻网的要闻导读上也可以看到相关链接。

实践队员们不怕苦不怕累，深入田间地头、生产一线，利用自身优势，发挥专业特长，想农民之所想，急农民之所急，为农民朋友办实事。正如农学院党委戴廷波副书记一再强调，“我们下去(到农村去)，是去解决问题的，不是走走形式”。

通过实践，同学们丰富了知识，拓宽了视野，提高了发现问题，分析问题，解决问题的能力，增强了队员们的人际交往经验，进一步明确了自己的专业定位，坚定了人生的奋斗方向。实践队员们用知识去贡献新农村建设，用实际行动去服务“三农”，诠释“八荣八耻”，实践青春诺言。

**大学生社会实践方案概述篇九**

很快地炎热的暑期已经接近尾声，从7月20日到8月20日这段期间，在顾康电子商务有限公司实习，总的来说学到了很多的东西，每次都有新的收获。那么接下来就让我从几个方面来阐述自己的心得体会吧。

一、专业学习方面

我是一名广告学专业的学生，大一暑假的时候就在一家广告公司实习，当然那个时候因为大一学的东西都是理论上的，所以实战方面进行的很少，但是也学到了很多的东西，也体会过了一家广告公司是怎样的一个经营模式，以及那些平面广告的成品的制作过程，当然也初步的学习了专业方面的软件。收获颇多，这也是我坚持大二的时候也一定要出来实习，不要呆在家里荒废时间的原因。

暑期实践是一个可以很好的实现自己能力的平台，我这次所在的顾康电子商务有限公司是一个正在起步的公司，可以跟随着企业一同成长，这可以说是一个千载难逢的好机会。而我也很珍惜有这样的一个机会，我在这边主要负责的就是公司前期的网络推广以及网站的美工制作，感觉自己已经进入实战了，在课堂上学的很多的东西都进入到了实际操作，包括dm、网络营销、线上线下一体化、企业营销策略等等，当然也包括自己广告专业最基础的photoshop、coreldraw、dreamweaver这几个软件的运用。

首先公司前期的网络推广工作是有点琐碎的，因为公司成立初期，很多消费者对公司的认知度不够，因此在信任度方面也会缺少，所以在刚开始进入市场的初级阶段，很多的工作要做，包括目标市场定位、目标消费者分析等等，那么我所在的公司的目标定位很明确就是一家以绿色保健产品、进口食品、天然药妆系列、绿色有机美颜产品为主要销售产品的专业电子商务公司。公司旗下主打网站品牌——伊康尚品网，主要针对都市白领亚健康状态以及内调外养需求而推出各系列天然产品，公司的运营高层来自于医疗系统，早年是医院临床人士，正因为想改变目前这个市场混乱的局面，立志全力打造中国都市白领专业时尚放心安全的健康品网上商城。所以目标消费者也很明确就是都是白领。

那么根据都市白领的生活习惯，他们都很“潮”。所以紧随着时尚的潮流，他们平时喜欢上网、看资讯、聊天、玩微博，所以根据这些生活习惯我们广告的切入点，也可以从这些方面入手，因此我尝试着在微博、博客里面发一些关于伊康尚品网的资讯，并给他们提供相应的链接，让顾客在选购产品的时候更加的方便快捷，但是现在的年轻人好像对这种广告有种很深恶痛绝的感觉，所以在微博里的粉丝是越来越少，看得我很揪心，仔细得归纳一下，对于微博而言，可以说是一个新兴的东西，但是它更适合走软推销的路线，而不是合走这种强行的广告路线，因此，我在争得经理的许可下，转换了一种路线。首先就是把里面的标签给转换了一下，把那很深奥的标签比如：b2c之类的转换为时尚等这些很普遍的标签(玩微博的人应该都知道在微博里有这样的一项功能就是可以通过标签来寻找好友，这就像是一张身份证一样的，这样可以拉近与其他网民之间的距离，实现与更多的人的互动)，然后就是转变推销的方式从刚开始的硬性推广，转为走“邻家女孩”的路线，就是在网民心中树立一个网上健康专家的的形象，每天通过在里面写一些关于养生、保健之类的日常小知识，这样子更具亲和力，也可以更让人们普遍的接受，那么在消费者心目中“伊康尚品”的品牌形象也就会渐渐的树立。进而让消费者产生对其认同感及信任感。虽然对于像博客、微博推广这些方面是比较草根的做法，但是这样做也是一个很有实用性的方法，可以更加的深入人心。然后除了在博客上宣传以外，对于网络广告其他的方式也在同步运行当中，比如：关键词广告等还有就是一些论坛，贴吧以及发送邮件等等这些方式。

其实很早就听广告行业的相关专家分析过网络广告的潜力是相当巨大的，它的发展空间很大，而且目前网络的普及率也很高，之后也必定会是一直呈现增长的趋势，那么学习如何做网络推广，也就是网络广告也是个很不错的idea,然后我也在这方面学到了很多，如何做到让一个品牌深入人心，如何做到在消费者心目中树立一个良好的品牌形象，这个是公司目前要做的。但是树立好的品牌形象一定是要真实可靠地，消费者的利益是我们解决要维护的，所以我们公司也有淘宝店，有很多的淘宝店的商家都在树信誉，但是经理的一句话然后我感触很深，他说他们只是一个小的店铺，而我们是一家公司，如果我们跟他们一样，那我们就没有必要注册一家公司。仔细想想是的，一家公司的赢利是要走长远的路线的，而不是只是单纯得做一个门面给别人看。所以公司的员工就秉着这个原则兢兢业业地做着，很多时候遇到问题，但是为了消费者都是宁愿自己亏钱，但是却不可以让消费者的利益有损害。经理这样的做法让我也学到了很多，如果每位商家都能够这样子为消费者着想的话，那么消费者的权益还会被侵害吗?真希望多一点像这样的商家。

二、人际交往方面

因为我所在的地方是一个大学生的创业园区，所以身边基本上也是些大学毕业的人在这边，可以说在这边的氛围是蛮不错的，还有就是那些墙上的墙体广告贴的也都是马云、李开复等他们的名言，所以我也有幸在这样的一个环境下受熏陶了一回，感受着大学生创业的酸甜苦辣。深刻体验着他们创业的艰辛以及他们对理想的孜孜追求。

在公司我很快就能够融入到工作的环境当中，并且和公司里的员工的合作也越来越有默契，因为我来到这里是位新手，当然我也根据自己的情况，很好地做到了这一点，很快的进入了轨道，也根据自己所学的职业礼仪规范得要求自己。

在宿舍里也能够很好的做到与室友很好的相处。她们除了一位姐姐是在这边自主创业的以外，也都是在校的学生在这边实习，很有缘分的大家在一起，周末的时候我们还一起出去逛街购物，俨然成为了好朋友，真的很难得能够和她们在这里相遇，更有缘的是还有一位大一的也是学广告的在这边实践，她有时也会请教我一些广告方面的问题，我也很乐意地为她解说。

三、在性格培养方面

这个也就是在工作的过程中，出现的一些状况，让我更全方位地认知自己在各方面的不足。

记忆犹新的一次是那次出的状况，就是我在做一张伊康商品网的会员期刊，然后可能是因为太热的缘故，电脑死机了，可是做的东西没有保存，我花了一个下午的时间做的东西只能够重新做。所以到了晚上，我就想着一定要保存，后来做好了，准备下班，心里乐得呀，一下子兴奋结果把那张没有用的图片给保存了下来，把那张我辛辛苦苦做的页面给替换掉了，我当时真想找个地洞自己钻下去，当时眼泪就在眼眶里打转，可是这个又有什么补救办法呢?只能怪自己了，第二天又重新做，真的是作孽啊。经过这样的一次教训，我想以后做事情就不应该那么毛毛躁躁的，应该善始善终地尽心去完成一件事情。

还有就是在工作中养成良好的习惯，需要合理地安排自己每天的任务，当天的事情确保当天就可以完成，每天必须要做更新的和新增的工作任务要合理得统筹安排，这样才能够确保每天的工作量。

四、总结

总之，这次的暑期社会实践活动我学到了很多在学校里学不到的东西，这也就让我觉得暑假这一个月的时间没有自己白白的浪费，而是让自己喝了很多地墨水，各方面都充实了很多，虽然一个人在外面，甚至暑假回家都没有好好得陪奶奶话话家常，可是人总是会学着自己长大，我也次那个刚开始的担心来到这里，是个完全陌生的地方，担心和宿舍的人她们相处地可能会不习惯，可是事实证明我可以做到，并且最好这一些，这是让我觉得非常欣慰的事情，跟她们这么难得地相遇并且能够成为好朋友，而且在工作上我也能够很好地严格要求自己做到规范，并且好几次被经理夸奖很有进步，对于我而言，这样的一句话比给我吃蜜还甜，因为能够得到认可，从刚开始的不知道该如何下手，到后来的轻车熟路，这有一个过程，在这个过程当中我也在不断地进步着，这也就是我最大的收获了。

没有实践就没有发言权，对于大学生而言，我们不应该把自己锁在那个学术的象牙塔里，我们更应该在社会上多实践，把我们在学校里学的知识都运用到实践当中，只有我们亲身体验过才会有这样的深刻体会，可以理解父母工作的辛劳，可以了解自己今后所涉及的行业的一些基本要求，这样可以让我们在大学毕业的时候更快地融入社会，而不是措手不及。

**大学生社会实践方案概述篇十**

我乘坐公共汽车到达舞钢市实验高中。首先见到的是我最敬重的老教授张老师。张老师今年已经65岁高龄了，他原在华东师大任教，退休后到我们舞钢养老，被我母校聘用，在我母校德高望重。他连续教授我们思想政治课三年，和我们结下了深厚的感情。我见到张老师后，我和张老师热烈地握手后，彼此在办公室就坐，相互交谈了别离后的情况。我高中时不爱说话，口语交际能力很差，经过大学半学期的磨练，我大胆的向他汇报了我的情况，张老师听完我的汇报后，夸我表达能力有了很大提高，并鼓励我继续努力，将来定有大出息。他告诉我，在大学，应注重能力的培养，在学校积极参加学校组织的活动，踊跃和老师交流，进一步培养快速融入集体的能力。他还说高中时代主要注重学习成绩，进入大学后应转变这一观念，把学习和能力放在同等重要的地位，在业余时间，参加勤工俭学，经常到学校走走，和社会上的人打打交道，增加社会阅历。他又说，现在我国教育制度存在一些问题，高校出现了理论和实践脱节的问题，要规避这些问题，必须做到“读万卷书，行万里路”。当今就业形式危急，特别是公务员考试，竞争一个岗位多的就有几百人，甚至几千人。只有从现在起，把自己锻炼成一个理论与实践并重，德智体美全面发展的合格的大学生，才能奠基未来，成就未来。

由于张老师前几年摔伤了胳膊，现在出现了请度的积水，我问候了他的病情，并嘱咐他安心调养，积极治疗。

又见到了副校长兼英语课程的王老师，王老师今年担任20xx年高三补习班的英语教师。我们热烈地握手后，便谈起了今年的河南高考。今年河南高考人数达到95万，为历年来的高峰，从xx年至20xx年，河南高考人数每年以10万人的速度递增。考生压力一年比一年大。当我们谈到今年(20xx年)河南教育部将要实行公立学校禁止招收补习生的政策时，王老师发表了他自己的见解，他指出，这个政策只是一个预案，尽管我党实行惠及“三农”的政策，实施“工业反哺农业”措施，发放农业补贴，农村有很大改观，但农村仍不富裕，再加上高等院校学费贵，农村学生上大学依然是问题。另外，河南农村考生占了考生的70%以上，再加上农村学生都想上一个学费低，教学质量高，有知名度的大学，补习当然成了主流，所以，这一政策能否实施还是一个悬念。

随后，我又看望了另外几位老师，也进行了热情的交谈。他们都夸我知道感恩，“吃水不忘开井人”。

有过了几天，我和几位老同学相互联系后，我们在2月5号从各地感到寺坡，在苏同学家聚会，阔别数年，我们都很思念对方。我们谈论大学里、社会上的新鲜事，社会上的见闻交流我们的心得体会。我们谈论电脑在大学生活中的用途，英语在现代社会的前景。我们还讨论了知识在大学是否重要的问题。高同学说知识固然重要，但我们更缺乏实践能力，更需要培养灵活学习、适应社会的能力。这位同学说得有道理，在学校，只有学习的氛围，当我们毕业后，只懂纸上谈兵是远远不够的。很多在校的读书人宁愿去工作，就是这个原因。我们现在学习专业知识是为指导实践的，所以我们还是要学好知识的，不能虚度光阴，在学习后用知识指导实践这才是学习的终极目的。

通过师生会，同学会，我们增进了我们之间的感情，也进行了感恩的教育，我们在结识新老师同学的同时，不忘过去的老师同学，这才是一个有心人。古人曾说，“你有一种思想，我有一种思想，咱们交换后，各有两种思想”通过交流，我进一步提高了思想觉悟，语言表达能力又得到进一步提高，学到了书本上没有的知识，又增加了沟通技巧，增强了社会实践能力。我们互相交流学习，符合现代社会发展的要求，是共赢的良策。

**大学生社会实践方案概述篇十一**

时间过得很快，在不知不觉中，半年的大学生活就这样过去了，当我还在回味半年里的点滴的时候，更多的任务在向我招手。确实，回味过去不如展望未来。作为一名大学生，我不仅仅要明白学习什么知识，更要懂得如何利用知识回馈社会。

作为一名大学生，我们不仅仅要学习专业知识，还要实实在在的干活。以深入学习实践科学发展观为核心，以服务地方经济社会发展、服务青年学生成长成才为主线，引导青年学生坚持理论联系实际，在社会实践中得出正确的社会观察结论，真正实现“受教育、长才干、作贡献”。这就是开展大学生社会实践活动的目的，而我也向着这样的方向，开展了为期5天的社会实践活动。

在一个多月的寒假里，我选择了在过完春节去开展为期5天的社会实践活动———在云浮市的新顺周石材厂担任秘书工作。在那里，我并不是第一次参与工作，所以，适应还是比较好的。秘书的工作：主要是记帐，整理收据、出货单，还有打扫办公室等等。

在工厂里做秘书，一般是不用外跑的，多数是比简单的数据整理，出货的单据等等。感激此刻的科学技术，此刻算数不用笔算，而是利用计算机了。在石材厂工作计算方数是件很考人的事，因为很多事很多小件石头的单，我的工作就是要计算每一块石头的方数，总的方数，石头的价钱，石头究竟是按顿来买赚钱还是按平方来买赚钱，我就要计算使工厂赚尽量多钱的方案。这是必须要有耐心和细心，一个数据出错了，也许计算出来的方案是亏而不是挣钱。

接触商业多了，就会明白钱对于一个企业的发展和生存是多么的重要，所以，记账是件错不得的事。我不仅仅不能够让账错，并且要明白每一笔钱的来和去。要明白钱什么时候到帐什么时候出账。

虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有必须的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上职责人的章，才能作废。而写错摘要栏，则能够用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，必须要靠左写起不能空格，对于数字的书写也有严格要求，字迹必须要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个厂的收入，是一个工厂以后制定发展计划的依据。

这两个任务使得我有喜有悲，它能够让我学到很多，学会如何在工作中把困难解决，在困难中找冷静。在工作中，有难也有易。例如整理收据，打扫办公室都是些简单的活。在家也有类似的工作，也许是有加重做家务的经验，做起来也得心应手。

秘书的工作真的不简单，可是，每一种工作都是挑战，每一种工作都是机遇。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。在秘书这个职位上，技术性的劳动并不多，大多是些琐碎重复的工作，因而秘书在工作中所会遇到的挫折。针对秘书这个职位的特点，具体到挫折时，不妨从调整心态来舒解压力，应对挫折

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”初读此句时，我并没有异常的感觉。然而就在这不长的社会实践后，我不仅仅真正明白了它的意义，更深切体会到它的内涵。是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情景怎样变化，抓住了最基本的就能够以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢?经过这次实践，虽然时间很短，可是，学到的却是不能用多少来衡量的经验。

**大学生社会实践方案概述篇十二**

今年夏天，注定是个收获的季节。暑期一开始，看着身边的同学或是高高兴兴的回家，或是暑期兼职，或者结伴去旅游，我心里面还有些许的抱怨，因为作为暑期社会实践调查小组队长，休闲和娱乐并不属于我们。可是现在当我回看我们的历程时，我觉得我们的牺牲是值得的，我们努力了，不管结果如何，对于我们自己而言，都是成功的。

这次暑期社会实践活动我们的主题是“武汉周边地区旅游资源调查”，也许对于工商管理专业的我而言，这个课题对我来说并不很合适，可是，带着对该课题深深的兴趣，我和班里几个同学组成了调查小组，一起前往武汉市黄陂区进行调查。

旅游业是我国的新兴产业之一。由于受收入、消费偏好、各种文化以及不同生活方式等多方面的影响，人们对旅游业发展有不同的看法。随着经济的发展，旅游产业在地区经济发展中战略地位逐渐凸显，以发展地方特色旅游产业推动地区经济发展，是各地区经济发展的一大优势，所以在新的经济形势下，研究城市周边地区旅游业发展状况，对推动当地的经济发展和产业转型具有重要的借鉴意义。 怀着兴奋的心情，我们来到了目的地——黄陂区。该区位于武汉城郊，旅游资源十分丰富，于是，我们就针对景区游客和当地居民展开了调查，采用调查问卷的方式。

由于刚下过雨，地面上还是湿漉漉的，才走了不远，我们的鞋就增厚了几厘米，可是我们并没有人抱怨，也没有人退却，我们依然兴奋的找寻着一个个可以成为我们目标的调查对象，功夫不负有心人，在大家的努力下，我们终于开始了我们的调查问卷。当地很多居民热情，很支持我们的活动，但也有少部分看起来不是很乐意的，可是我们还是坚持做完了我们的事先准备好的调查问卷，由于部分居民的文化程度不高，我们必须每个题目都念给他们听并做出相关的解释。但这仅仅是开始，迎接我们的是更多的挑战。

回首这几天的社会实践，我感触良多。首先是对课题的进一步了解，就我们所调查的旅游资源的开发与保护而言，政府在很多方面做的还是不够，在调查期间，有位农民明确的表示了希望政府可以在景区建设方面提前做好规划工作，切实的维护当地居民的利益;确实，发展旅游业的目标是让当地老百姓过上更好的生活，如果在景区开发过程中以牺牲人民的利益为代价，就违背了以人为本的国家政策。其次，通过暑期社会实践，不仅锻炼了我们沟通社会的能力，而且还学到了书本上所学不到的知识，在调查过程中，我们需要用各种词语搭配去诠释一个对于我们而言显而易懂，对于文化程度不高的农民却晦涩难懂的问题。由于我来自南方沿海地区，这次暑期实践活动在一定程度上让我体验了华中地区美丽的风光以及湖北人民的生活方式，这些实践经验必将在我以后的生活工作中绽放光芒。

总结这次社会实践活动，我觉得不虚此行。我们付出了很多，同时了收获了很多，学到了很多，这些经历将是我们一生的财富。

**大学生社会实践方案概述篇十三**

自校团委下发“xx大学关于开展20xx年大学生暑期社会实践活动的通知”伊始，我们根据通知精神，在学院分党委和学工委的领导下，开展组织宣传、实践培训、组队审题、出征教育等一系列的具体工作。

活动开展总体情况：

20xx年我院共组织35支实践团队，达180人次，赴祖国近30个省市，开展形式多样的暑期社会实践活动。其中包括了“一带一路专项暑期实践”“大学生自主创业”、“工业流程改进”、“企业文化”、“生态建设”等多个主题。在此期间，奔赴全国各地的化工学子实践团队，陆续向学院团委发送简报。学院在此次实践中对外界宣传主要通过微信平台“化工青年集结地”和人人网“化工小新”。截至7月31号，我院已有11支团队奔赴上海、内蒙古、新疆等多个省份开展暑期实践。期间我院共发出通知发文6篇、新闻稿和化工简报28篇，包含了从暑期社会实践通知下发、学院组织筹划、动员培训、实践项目开展等几个步骤，内容详细全面，真实准确的反映了暑期社会实践开展情况。

特色活动和创新点：

我院此次暑期实践共有三大活动特色和创新点：

一是此次实践地点向西部地区尤其是“一带一路”相关省市偏移

有十余支团队将实践地点定在新疆、内蒙古、甘肃等地。其中“丝路食品发展——现代化工技术对内蒙古伊利实业集团等食品产业发展的影响”实践团队以“一带一路”为时代背景，深入内蒙，探讨中坚企业在丝路发展当中面临的问题和发展机遇，更是在实践之余走进社区，积极践行和宣传社会主义核心价值观。

二是在实践过程中融入了更多创新创业精神

今年的暑期实践中，我院加强了对大学生自主创业精神的培养，要求各支团队在对企业进行参观学习的同时，加强对自身创新能力的培养和相关创业模式的探讨。其中“大学生创业前的准备工作以及必备条件的探究”团队搜集大学生自主创业案例，探究创业的必备条件，从优秀的案例中总结经验。

三是新媒体宣传的广泛应用

我院在暑期社会实践动员培训会中便加大了对新媒体宣传的重视与指导，此次社会实践在微信推送、新闻稿和化工简报的及时发布、暑期实践记录视频和微电影的制作等方面相比去年都有了较大提升。

工作思考和建议：

通过近一个月的暑期社会实践的观察，我院认为我们暑期实践的优点：

一、特点突出，所有的活动能够和我们所学的知识进行有机联系，并且我们能进行深度的思考反思，以便能够应用到今后的学习工作之中。

二、我们的暑期实践活动项目丰富，能够充分锻炼学生的实践能力，做到学习和工作相联系，活学活用。

我们同时也暴露出一些缺点，比若说对社会的反馈不够多，学院对各支团队的考核评定机制还存在一些不足等。为了弥补这一缺点，我院将在后续工作中加强与各支团队的沟通，及时传达校团委的相关部署，同时积极完善考评机制，使暑期社会实践不仅趣味横生，更踏实有效。

实践小贴士

1、出行

暑期正值各地学生回家及酷热地区人民旅游避暑高峰，出行人数较多，建议提前十天以上确定好行程定好出行车票;乘长途汽车应到站内乘坐具有营运资格的汽车，不乘坐黑车。

2、行装

暑期社会实践乃参观各工厂先进生产方式和学习各地历史人文的好时机，应轻装简行，便于行程机动性和灵活性，但出发之前需密切关注天气情况并结合当地同学建议准备足够保暖的衣物(早晚温差大的地区应尤为注意);此外应尽量选择运动鞋，避免穿凉鞋、高跟鞋出行;为防止太阳晒伤应避免大面积裸露皮肤并涂抹防晒霜，携带结实雨伞也可防暴晒和下雨;用一个随身小包将贵重物品随身携带避免异地丢失给出行带来困难。临行前务必检查生活必需品是否备齐，将行李压缩打包，精简为宜。

3、防病

避免在高湿、高温、阳光直射的环境下长时间活动;合理安排作息，保证充足睡眠，避免过度劳累;注意饮食卫生，避免暴饮暴食;携带一些常用药品，包括感冒药、退烧药、止泻药、晕车药、消食片、红药水，酒精，棉棒，创可贴，风油精，花露水等(用药谨慎，避免滥用)。

4、饮食

当外出就餐或买食品时需注意以下几点：

1)店堂干净吗?肮脏的地板、工作台及桌子上带有细菌，吸引蚊虫，如果店主不能保持他们的店堂卫生，那么他们也不能保证你的食物卫生。

2)工作人员外貌整洁吗?整齐的外表是非常重要的--洗净手及指甲，头发向后梳拢，制服应干干净净。

3)如果你能看到正在烹调的食物，注意一下操作是否卫生，你的食物是如何拿的?用夹子的话比用手套好些，除非做完每一道菜都换手套。

其次，饭菜应清淡，多吃新鲜蔬果，不饮生水，少饮冰水

5、住

在选择住宿地点时，一定要谨慎，建议住在正规旅店。注意保证睡眠充足，按时作息，以养精蓄锐。住宿财物要保管好，贵重物品随身带。房里最好要有人看守，不要把行李放在宾馆房间提供的柜子里，以免出行匆忙忘记携带。

6、其他

随时保持手机畅通，带好充电器，保证不停机。

7、温馨提示

如有紧急情况请及时联系联络员。

8、记录

在社会实践中做好影音资料的记录，多种记录方式有利于后期回顾与整理，录音与录像相比笔记和照片能更好的进行分析。

**大学生社会实践方案概述篇十四**

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一向是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假假一放，我便来到重庆市江北区鱼嘴镇文化站办公室开始了一种全新的生活社会实践。

我的实践时间从7月17日到8月\_日。

作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心境去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。

虽说只是实践，但生活的方式却已完全不一样于学校里的生活，而是转变成了正式的上班一族：早上8：30上班一向到午时5：00下班，这一天的生活便度过于这小小的办公室之中。

此次实践，主要实习的资料是打印处理文件、日常电话接听、客户接待工作，以及给各种杂活。

简单来说就是学习做一位办公室文员。

在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的本事。

这次实践后才能深刻体会这句话的含义。

除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。

刚开始去的时候，还真有点不习惯。

很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮忙，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的提高。

同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。

遇到不懂的地方，自我先想方设法解决，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学本事的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。

经过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**大学生社会实践方案概述篇十五**

在这个经济快速发展的时代，促进社会和谐已经成为一股不容忽视的潮流。片面地追求经济的发展，并非我们所追求的科学发展。只有贯彻落实好社会和谐问题，人民群众的生活才能真正得到保障，我们的国家才能变得更加繁荣富强。而作为社会的一员，我们不能盲目的等待社会带给我们和谐安逸的日子，而是要尽自己的努力去争取。创先争优谋发展，扶贫助困促和谐，把自己所学的东西运用到社会中去，为社会的和谐发展贡献自己的一份力量。

中国共产党第十七次全国代表大会，是在我国改革发展关键阶段召开的一次十分重要的大会。大会的主题是：高举中国特色社会主义伟大旗帜，以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，继续解放思想，坚持改革开放，推动科学发展，促进社会和谐，为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗。为了进一步深入贯彻落实好xx大报告中的科学发展观，进一步引导广大青年学生把成才愿望与建设社会主义和谐社会的宏伟目标结合起来。有鉴于此，广东商学院要求其学子积极参与社会实践活动。同时，通过这个寒假的社会实践，也让大学生在服务社会的实践中创先争优，谋求自身发展，推进扶贫助困工作的顺利进行，促进社会和谐发展，使广大学生在社会实践中真正实现“受教育、长才干、做贡献”这一有意义的目标，全面提高思想政治素质和综合能力。

xx大报告中指出，科学发展观的第一要义是发展，核心是以人为本，基本要求是全面协调可持续，根本方法是统筹兼顾。要想实现创先争优谋发展，扶贫助困促和谐，就应当把科学发展观贯彻落实到和谐社会的建设中去;就应当按照民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处的总要求和共同建设、共同享有的原则，着力解决人民最关心、最直接、最现实的利益问题，努力形成全体人民各尽其能、各得其所而又和谐相处的局面，为发展提供良好社会环境。

贫困问题是一个不容忽视的问题，也是制约社会和谐发展的一个重要发面。为了贯彻落实好科学发展观，在社会实践中实现创先争优谋发展，扶贫助困促和谐，就要着力解决好贫困问题，真正维护好人民群众的切身利益，提供更多就业的就业机会，为构建和谐社会搭建一个平台。对于创先争优谋发展这方面，深圳的发展给了我不少的启示。因为深圳成为特区之初，便充当着全国改革的“试验田”、“排头兵”。因此，深圳就是吃“改革饭”长大，以改革创新来立业的，深圳最大的优势就是改革创新。深圳最大的贡献和成就，就是改革创新的贡献，是体制机制性的贡献，是发展模式的贡献——30年来，深圳率先引进外资企业和发展民营经济;率先尝试国有土地使用权的有偿转让，实行工程招标承包制;率先进行股份制试验，创办深圳证券交易所;率先建立起覆盖全社会各种所有制形式的社会保险制度;率先进行行政管理体制改革和行政审批制度改革……这些方面都在告诉我们，要先自身得到发展，就要敢于创新，而不能仅仅停留在过去。

作为一名当代的大学生，我深知自主创新的重要性。而在广州成长的经历，则让我深刻感受到就业形势的严峻。因此，要想自身能够真正得到发展，要想为社会和谐贡献自己的一份力量，就要自觉地创先争优，努力摆脱贫困，努力谋求更高品质的生活。所以这个寒假，我并没有无所事事地度过，而是选择去广州市坤盛贸易发展有限公司进行实习。初次体验文员工作，我感到兴奋而紧张。期间我为公司里的工作人员分发、打印文件，也与他们交流一下工作的心得和感受，他们对我的工作表现也是赞不绝口。这不禁让我想到，当我们走向社会后，不能总是以自己的想法为主，要学会设身处地的站在别人的角度想，这样你才能让自己在这个复杂的社会中更好的发展，避免一些不必要的争端的发生，这也是对社会和谐的贡献。

总之，要想自己能真正成为社会的主人公，要想在激烈的社会竞争中能占有一席之地，仅仅坐以待毙是不会得到什么的，因为付出与回报是相对应的。所以，要想有所取得，就要有所付出。而在当今这个处处提倡和谐的社会，自私自利的人是不会得到别人的支持的，要想在社会中更好的生存，就应当积极地参与到社会公益事业中去，向贫困山区的人民传递爱心，传递温暖，传递希望，扶贫助困，为那些需要帮助的贫困山区的孩子贡献自己的一份力量，从而更好的实现创先争优谋发展，扶贫助困促和谐，让自己在社会这个大舞台上更好的成人成才。

**大学生社会实践方案概述篇十六**

7月20日至8月10日，我进行了为期20天的社会实践活动，在自己和几个朋友办的美术工作室做教师，其中有5岁至14岁的小朋友。我们的主要任务是对其进行美术动手绘画基础，艺术设计专业基础课程教学等的艺术培训。这次实践的目的有三个：亲身体验教师的工作，发挥所长，把课本知识转化成实际能力;深入了解不同年龄阶段儿童的学习行为特征;检验自己所学的东西能否被社会所用。

为能较好地达到预期目的，我为每个小朋友准备了一份记录资料，里面包括有他们的姓名、性别、年龄、说话特点、性格类型推论、表现美术特长等等，这能直观地看到他们的不同之处和差异程度。但这些都只是基础工作、皮面程序，要想精确、科学地分析、结论，还必须通过测试方法才能得出有说服力的结论。由于条件所限，我未能完成这一步骤。这是本次实践中的一大缺陷。

每天的课程是简单重复的。前十天的时候，上午教小朋友美术理论知识，再进行画画训练，下午完成图作后再针对作业对其进行讲解。后十天的时候，就教他们一些艺术设计基础知识，进行一些这两个角度上，不同年龄的小朋友表现出来的很不一样，同龄的之间也存在或多或少的差异，也就是心理学上所讲的个别差异。我虽然不是学前教育专业的，但我认为在学生专业补习班实践能拓宽我的眼界与知识面。小孩子纯真无暇，其表达的是内心最为真实的东西。能真正做到“言行一致”，“表里如一”。这些孩子在各个方面都在转变，比如在认知方面：创造力、想象力发展;在社会化方面：自我意识开始增强。具体来讲，这一阶段的儿童思维发展有两个局限性特点：思维的片面性和我想思维。

首先，思维的片面性指儿童此时的思维有集中于事物的某一方面而忽视其他方面的倾向。对此，我们用两根小木棒对想朋友们作了测试。用两根长短相同的木棒，但摆放方式不同，先把两根木棒摆成平行状，第二次把木棒摆成一前一后。测试结果表明：5至7岁小朋友较难集中注意力，所以不能给予答案;7至10岁小朋友知道前一种摆法是两根木棒等长，第二次摆法，大多数这一年龄的小朋友都认为摆得往右靠一点的棒子长一点;10止14岁小朋友对前一种摆法与7至10岁小朋友表述相同，当他们被问到第二种摆法时，他们会试着把木棒移动到平行位置再作判断，不过这一现象并非占大多数，这可能与小朋友各自因素有关。但就此我可以得出结论：不同年龄的儿童的思维发展层次是不同的，同一年龄的儿童对待、处理事物的方式也出现差异。只是这一差异是否显著，或说这差异来源是什么则有待进一步的计算。

其次，“自我中心”即为“我向思维”，是指儿童倾向于自己的角度出发看待事物和进行思考，即他们认为别人的思考和运作方式应该与自己的思考完全一致。这时的小朋友还没意识到别人可以有与自己完全不同的思考方式。这一点，从我对小朋友的日常观察中可体现出来。如，有几个小朋友，他们有个通性，就是极爱向老师打小报告，看到某个小朋友的说话做事与自己或周围不一致时，就觉得“他不应该这样”，“他应该受到老师的惩罚”等。总结起来，我认为小朋友们爱告状有如下几个原因：一、对老师的要求或自己知道的一些道德要求堪的过于僵化，是非对错“黑白分明”，不懂灵活处理事情;二、为了引起老师的注意，想在老师面前表现自己，讨好老师，这点突现出小朋友开始“自我评价”，有功利心和自尊心;三、用告状来发泄对其他小朋友的不满，或报复与自己有小矛盾的同学，虽然告状并非都出于恶意，但事事告状，时时告状就是不好的，告状不是解决问题的有效方法，更重要的是“告状”导致儿童总是盯着别人的缺点，不会全面地认识别人，时自己也变得心胸狭窄了。而且你告我，我告你，长此以往也影响小朋友间的友谊和团结，阻碍自身的健康成长与发展。

从另一角度看，他们在道德发展阶段中属于习俗前道德，处于外在控制时期，服从于得到奖赏、逃避惩罚的道德原则。所以，他们时常表现出爱受老师表扬、爱打小报告，有从众心理，看到某个小朋友做得好被老师表扬，自己也会学他，使自己深得老师宠爱。

此外，我发现，不同年龄的孩子对绘画的接受程度有较大差异，犹其在5岁与6岁的小朋友间，5岁的小朋友任老师怎样一笔一划教画画，都画不出来，而6岁小朋友则能根据老师画的模板，创造出更多漂亮的画，或是给模板加工，这两个年龄段的小朋友虽可以说只有个过渡期，可绘画能力却相差甚远，其它能力也是如此。不过，也有极个别性格特别外向活泼的小朋友，虽只有5岁、6岁，绘画、想象力都发展得很好这也许跟其遗传、天分而和家庭的教养有关。同时，我还认为，艺术方面的能力会随年龄的增长而不断提高，性格较为开朗外向的，在这方面也会发展得较为完善。

虽然只有短短20天实习时间，但我达到了我自己的预期目标和要求，受益匪浅。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在这个暑假实践过程中，我深深的感受到所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。在学校总以为自己学得还可以，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这些与实践还有一段距离。这次实践真的收获不少，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。社会实践活动是拓展大学生素质的有效形式和渠道。在实践中通过开展各种形式服务活动，磨练了广大学生意志，锻炼了能力，增长了知识。参加实践有这样的好处：

1、了解了民情及社会发展状况，明确了努力方向。

2、增强了社会责任感和历史使命感，进一步巩固了专业思想。

3、磨练了意志，奉献了爱心，培养了理论联系实际的良好学风。

4、服务回报了社会，实现了大学生自身的价值。

5、拓展了大学生自身的综合素质，锻炼了学生干部队伍。

如今的人们开始比以往更多地考虑从为数众多的可能性中为自己选择职业。职业选择的过程是一种决策过程，是将个人特点与工作需求最大限度地相匹配的过程。就像世上没有完全相同的两片树叶一样，世上也没有完全相同的人。每个人都具有独特的、与众不同的心理特点，也总存在着一些更适于他做的工作。

我认为，只有很少的人可以在几乎一切工作上都能得到满足，和获得职业上的成功;只有很少的工作(如马路清扫工作)是几乎任何人都可以胜任的。即使是马路清扫工作这种几乎什么人都可以胜任的工作，也并不能给所有的人(甚至不能给多数人)带来满足感。对于大多数人来说，总有一些工作更适合他的特点;对于大多数工作来说，也总有一些更适于承担之人。为了获得职业上的成功，为了生活得更好，有必要更多地了解和更准确地认识自己的心理特点，更多地了解自己的长处和短处。

在考虑职业选择时，能力倾向是最重要的因素。智力水平因为影响到人在各种职业中的成就，因此对职业选择来说并不重要。对某一职业领域中专业知识的学习，通常是在职业选择之后进行的，因而对职业选择的意义也不大。由于每个人的能力倾向不同，一个人在某一些职业领域上如果遇到了较大的困难，他完全可能在另一些职业领域上获得很大的成功。因此，了解自己的能力倾向，对于职业选择来说就非常重要了。

要工作，岗位还是有的，就看我们放不放得下“大学生”这顶帽子。读了这么多年的书，我们高估了自己，也低估了社会。这个月挣了一千多块，一千块钱的工资确实太少了，在大城市简直就无法生存，更别说有钱送回家孝敬父母，毕竟这是靠自己能力挣来的。在这个社会里，好多人挣扎，挣扎，见到工作就去做，无论什么也好，最重要的还是钱。楼价升，肉价升，物价也在节节升，惟独人工不升，太不平稳了，压力很大。公司就说是大学生低能，素质也低，不值得高薪聘请;而毕业生就说是黑心公司看准他们求职心切而故意压价;再来又有人说终归是中国大学的教育体系有问题。怎么说都有理，到底要怎么摆正心态才是我们应该思考的。大学毕业后，学得好，学得不好，现在似乎也改变不了，毕业后就是社会这个大机器的一颗钉子，与其天天盼做高薪阶层，不如踏踏实实的做一些能发挥自己专业优势的工作。

一个人在他的学生时代最重要的是学习点东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，利用暑假时间参加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东西，放假的时候，经常各个地方到处跑，不为别的，就为了增长见识

想得很多，可是我这个人很懒，做的事很少，不过这就是我的步伐，对于艺术，我想用自己的步伐来走下去。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。

暑假就这样过去了，希望我的这份暑假实践报告对同学们有所作用!

**大学生社会实践方案概述篇十七**

俗话说：“没有实践，就没有发言权”，仅有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。其实学校要求我们进取参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心，于是我才决定今年要真正的去接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。

这是我上大学以来的第一个假期，由于学校在离家很远的地方上学，一向都很想家，理所当然要回家和父母亲人团聚，可是身为当代大学生，作为一个成年人也应当有所作为了，也应当出去锻炼一下自我了。今年假期我一开始，我开始了紧张的假期实践，我想和同学一齐去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自我的实际动手能。当我告诉父母说要去打工时，他们都感到惊讶：在他们眼中我还是孩子，平时又懒，还能一个人出去打工?肯定吃不了苦，干不了几天就会回家。不管他们的看法，我就准备出去找一份工作了。我家不远就是\_\_大酒店，放假几天我就去应聘了，由于天气太热所以有些员工都走了，所以我很顺利就应聘成功了。\_\_大酒店是一家大型的餐饮、住宿、娱乐合为一体的酒店。

记得打工的第一天，我都不怎样开口说话，不明白该怎样接待顾客，刚开始我做的是传菜员，在我的印象里，传菜不外乎是把菜交到服务员手里就什么事也没有了，但实际上我想错了，那里的传菜员工作很多，当点完菜名后，就要把前一天的酒瓶都收起来放到洗刷间等人来卖掉。接下来就是最脏的活了—打扫厕所，每次都要用刷子刷干净，好几次都想吐，真不容易啊!当把这些活干完，我已是气喘吁吁筋疲力尽了，这时候心里异常难受，突然好想回家，好想爸妈，想在他们面前撒撒娇，闹闹情绪，想着想着…….泪水情不自禁就流下来了，可是突然又心想从小到大读了这么多书，家里花了那么多的钱把自我培养长大，可此刻只能干这些零活心里不免有些失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和午时五点。这一站就是五六个小时不能歇着，有时候脚很痛很痛，但还是必须要坚持。师傅先教我认了台号和房间，当客人陆续进来时，正式传菜才开始。我必须集中精力接好每一道菜和肉，没接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知我地点，我必须回一声才能去传，因为我是女生所以每次喊声音都很小，所以总是挨批，之后随着环境的熟悉，约束感没了，自然也就没事了。传菜并不那么简单，他不仅仅练体力，还练反应本事和记忆力，几十种菜名几天就要记住，可是体力有点吃不消了，晚上回到家累得一句话也说不想说，睡觉时腰酸背痛，可是我想这点事都做不好以后还能干什么大事呀!所以坚持就是胜利，加油!

累只是一个方面，真正的考验是如何服务好客人，在打工期间里，服务员有的回家了，留下来继续工作的不多，于是我们也做了几天服务员，这一做才明白有多不容易。有些客人真的很挑剔，而我们还得耐心得为他们服务，因为顾客是上帝!

作为90后的我们，平时在家里像个小皇帝、小公主，享受着优越的生活，记得有一次因为有人要结婚定了席，所以人很多，我们忙的是晕头转向，一不细心就撞了客人，当时还端着盘子，我以为他必须会骂我的。可是，他没有骂我反而叫我细心点别烫着自我，当时我真的很感动，从这件事我也学会了如何宽容的去对待别人。

工作是人生的一部分，人生是社会的一部分，我在工作中看到了社会的一些角落，也是我对人生的一种体验，感激这次工作经历，为我的将来做了一个很好的铺垫。

**大学生社会实践方案概述篇十八**

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。经过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一齐去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自我的实际动手本事。之后自我认真想想，应当做一些对自我有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自我这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而欢乐，可我却看到了“危机”———就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的经过各种机会来磨砺和充实自我，期望能多学习一些东西对自我将来走进社会有所帮忙。然而，大学只是一个沟通学校与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自我知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠学校里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自我在寒假这个短暂的时间里学到一些学校里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自我的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于研究到自我各方面的实际情景(一没经验;二没学历;三时间有限)，决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前———行动

15日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自我仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一向在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自我去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮忙”，因为我明白，从小到大我一向都生活在父母的扶助中，此刻的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去意义，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自我的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的心境走进了艾帝尔装饰公司的大门……

半个多小时过后。“成功了!”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原先，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自我真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自我的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到那里，再一次庆幸自我之前没让父亲为自我去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自我信心和勇气的机会。

当天午时2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自我的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的本事和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每一天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自我看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自我这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5：00了，这时一向在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎样样了看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!”我心里不禁一惊：怎样办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自我的事情了。这时我才明白，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收本事，一方面是要求我不管做什么事情都必须要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自我负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一向都认为打扫卫生是个再简单可是的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色就是更细致的清洁!从新审视了整个卫生间，我发现自我之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下头也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自我家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，应对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自我打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自我却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中———体会：

1)检查《家居忠告》的学习情景;(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自我的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2)谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法;(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了必须的了解，经过谈自我的缺点来更加清楚的认识自我，改正缺点弥补不足，共同提高。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问，与人的沟通除了语言的表达外，最重要的就是肢体语言即礼仪，为了能给客户留下较好的服务印象，顺利开展接下来的工作，基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多趣味的哲理小故事是启迪人生的金钥匙，工作中的不明白的很多事理都能够在这样的小故事中找到答案。)

5)对自我近期学习情景的评价。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书，作了一些读书笔记，可我觉得我所收获到的远不只这些。首先，有规律的工作时间，让我在寒假依然能有正常的作息时间，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮忙我养成了更健康的生活习惯。再者，让我更清醒的认识到了自我在应对就业这一方面还欠缺哪些东西，以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考……

实践后———感悟

第一次参加社会实践，让我明白了大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。经过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自我的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**大学生社会实践方案概述篇十九**

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

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一齐去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎!玩累了，我们就一齐去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际扩大了不少，认识了很多同学。

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

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈教师何教师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们仅有三天的学习时间，可是，我们每一个人都十分认真的学习。我明白，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有必须兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一齐练习舞蹈。

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

最终，我们进行最终的一个活动――――第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自我应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了?因为他们都光顾了我们的每一个摊位。并且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，午时早早的就在公园正门摆好摊。应对着炎热的太阳，热得满身大汗。

虽然辛苦，可是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以付，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，可是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。此刻，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊!也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊!

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

**大学生社会实践方案概述篇二十**

实践活动：家教

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

时光如流水，总在不经意间静静地流逝。不知不觉在大学已度过了半年，迎来了我上大学的第一个寒假。同学们都迫不及待地准备着回家，我理所当然也想要回家和父母亲人团聚。不过作为一名大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培德、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。因此，我决定与父母商量，准备找一份工作来锻炼一下自己，终于在假期即将开始时，我找到了一份家教的工作。这是我大学假期的第一份社会实践工作。得到了一个锻炼自己的能力和实现自身价值的机会;我的寒假生活更加丰富多彩。通过家教工作让我学会了许多，体味了许多，思考了许多。

一、我的学生叫，是中的一名学生。第一次到他家做客，他的母亲热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从她儿子的性格爱好谈到他的学习情况。我第一次全面了解我的学生时，是通过与他交谈篮球开始的，因为我们都比较喜欢篮球，从对方喜欢的事物谈起才能引起他的好感，才能更容易地了解对方。在交谈中，我了解到以下情况：他有很强的求知心，人很聪明，有些顽皮。但是最近一段时间来懒于学习，贪于玩乐。由于上述诸多原因，他的成绩很不尽如人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入理想大学，靠自己创造美好的未来。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。他们看的很远，看到了儿子的未来;我被父母对子女的这种情义深深打动了，真是可怜天下父母心啊!我也同时感到肩上的担子很重。对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个挑战。

二、家教的第一天，我发现他在学习上很随意，对自己要求不严格。我开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。俗话说，态度决定一切嘛!

第二天，我给他讲了我以前同学的经历，有正面的也有反面的，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来。冰冻三尺非一日之寒，九层之台，是需要起于垒土的。

三、由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。上午我还有一部分时间用来给自己充电。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。有时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，他却置之不理。好在我很有耐心。每当他走神时，我都会提醒他，耐着性子给他讲下去。

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