# 大一思修实践报告2024字(5篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-09-09

*报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧社会实践报告3000字大学生篇1夏日里长长的暑期激起了我要...*

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

**社会实践报告3000字大学生篇1**

夏日里长长的暑期激起了我要在暑假参加社会实践的决心其实自己老早就有这种想法了我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会，以前总是在爸妈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。

临近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑期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，可以有助于大学生接触社会，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回报社会的一种良好形式.

拿到实践活动登记表的我们兴奋不已，纷纷参与讨论暑假该干什么。有的说去大城市里打一个月的工，他们说这样才叫真正的进入了社会能更快的了解并认知社会。有的说去当家教，这样也可以过一把当老师的瘾同时也可以巩固自己的知识。大家都显现出空前的积极性，其实我们早就对学姐学长们能够利用学习之余的时间去做兼职佩服的五体投地。现在我们也终于轮到我们了。

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚家工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。我的工作其实没什么时间规定，老板是一家开米厂，我一般只要坐在办公室里称那些稻谷的重量，然后在他们下完稻谷之后，退一下皮。操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，有时候一天或一次性有好多车稻谷来卖，一车一车，我就会忙不过来，还会出差错。有时不记得写卖稻谷人的名字，有时又忘记了写稻谷的品种，年月日有时也忘了，真觉得那时自己灰头土脸的。这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。刚参加工作的我刚开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被吵鱿鱼了。卖谷的人有时也很烦，他们有时不懂电子称，就不大相信我们，就和我们吵，没办法我只得和他们一遍遍的解释。还有人怀疑我们电子称上搞鬼，说我们稻谷少了称，没办法我又不能发脾气，也不能和他们吵，为了米厂里的生意，只能和他们心平气和的讲解电子称是很标准，是电脑样的东西不会有问题的。还有时为了一些生意上稻谷价格的事，他们也会和我们吵，有时也会扯进我，受了气也只能自己吞，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识。

办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里“大小姐”的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。

在工作结束后，我做了如下的总结：

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

2、要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心;他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的.告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

3、要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

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

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。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。

**社会实践报告3000字大学生篇2**

今年8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，（师范生社会实践报告）走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。20xx年大学生办公室文员暑期社会实践报告社会实践报告。

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8月17日到9月12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情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同于学校里的生活，而是转变成了正式的上班一族：早上8 ：30上班一直到下午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，主要实习的内容是打印处理文件、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能力 。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、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

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。通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，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告3000字大学生篇3**

一、实践目的

社会实践是每一位大学生必须经历的一个过程，它是一次很好的理论知识与实际操作相结合的锻炼机会，是在课堂掌握不到的宝贵经验。今年寒假，我也运用长假的机会进行家教社会实践，也终于感受到教授知识的不容易，而自己的教学理论和教学实践的结合有了非常大的收获，对我的今后学习非常大的帮助。

二、实践内容

1、实践安排概况

（1）实践时间：

20xx年1月10日 – 20xx年2月10日 每天9：30—11：30

（2）实践内容：

针对学生的在学习英语中的不足和薄弱环节进行加强辅导。

（3）实践地点：

新疆哈密铁路十二街小区。

2、实践工作内容

我的学生是一名高中生，作为他的老师，首先我了解他的基本情况，他是一个求知欲很强的人，但是有点懒惰，上课容易走神，特别是英语总是他的弱点，无论怎么学总是不见起色，以至于到后来只要看到有关英语的东西就头疼。因此他的英语成绩不尽人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考入重点大学。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

在第一天的两个小时的上课中，我尽量与他聊一些比较有趣的事情，当然是有关于英语的。对于他这样的情况我觉得我应该从培养他对英语的兴趣开始。从英语的一些趣味小故事，到比较较出名的美国大片。我发现他的表情也变得鲜活起来。但是只要我一提到他的课本，思想汇报专题或是一提到有关语法的东西，他的眼神又开始晃悠了。这使我有种深深的无力感和挫败感。一天的两小时家教时间很快就过去了，我跟他相处得还算愉快。

为了改善他懒惰和喜欢走神的毛病，我给他讲了我同学的经历，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，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大，其实我认为这是可以理解的。

在这中间休息的时间里，他会和我聊一些课外的话题，包括年轻人追捧的非主流，流行歌曲，以及他爱玩的网络游戏。对于他说的话题，我都认真去听，从这些我可以更多的了解孩子的心理。我和他一起分析这些流行文化，讨论发展的趋势和之所以能流行起来的原因，从中我发现他的见解很独特，同时在我的引导下，他也能有更多更正面的阐述。通过这些交流我告诉他，在分析一个事情时要从哪几个方面考虑才会更为全面，这些思路在文章的写作上是很有用处的。我平时会布置他用简单的英语写一些小随笔或是日记。他就在这段时间拿给我看，与我分享他的喜怒哀乐。我也就趁此机会修正他句子当中的错误，拓宽他的写作思路。

由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。那时，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，并耐着性子给他讲下去。

三、实践结果

1、实践收获

（1）工作的辛苦

一个月来，每天都是按时到学生家里进行辅导。整个假期几乎没有睡过懒觉，等到晚上还要对第二天的上课内容进行准备，是非常辛苦的。同时我也体会到了当老师的辛苦。每当老师认认真真的给我们传授知识的时候，我们应该体会到老师的用心和不易。我们应该尊重。

（2）人际关系

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。

如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，学会了如何让处理老师和学生之间的关系，如何让处理老师和家长之间的关系，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

（3）认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高！马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

（4）专业的重要性

我的专业是英语师范，所以在实践中，应该把在学校学习的知识运用到实践中。并且要灵活运用。要想使学生和老师配合的好，老师就要随时了解学生的心理变化，随机应变。书本的知识都是很系统的很笼统的，只有运用到实践才能使自己的知识和经验都丰富起来。准也只是学的好与坏，关键是在于在事件中运用得如何。

四、实践总结或体会

1、实践体会

（1）体会

转眼他就要开学了，我也结束了为期一个月的家教生活。他的学习态度比以前端正了许多，学习也知道勤奋了，以前的疑难问题基本得到了解决，写作水平也有了很大提高。他的父母很感激我这段时间对他的帮助，看到他的进步，我也很欣慰。这些天来，我把很大的精力放在了课程内容的安排上，他的进步就是我最大的喜悦。

这次社会实践，不但让我的实践能力，口才能力，处事能力有了比较大的提高，更是体会到了老师的苦心。我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，并且会让我受用一生。

（2）不足

在这次实践中我最大的问题是有些问题还不能准确的帮助他回答，这也反映出我的专业知识不是很过关，还有待提高。这也是给自己敲响警钟。警告自己，把专业知识学好学扎实，才能使自己在工作岗位上更优秀，更出色！

**社会实践报告3000字大学生篇4**

社会实践是大学生课外活动教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会发展、民生实际，增长经验阅历，在奉献社会的过程中，树立远大理想，提高综合素质，为经济社会发展贡献智慧和力量的重要机会。

作为一名大一的学生，社会实践应在结合我们实际情况，真正的踏入社会，而不是为了实践而实践。我觉得我们在社会实践前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从实践中锻炼自己、提高能力。所以，在这次寒假中，我在牡丹江市进行了一次社会实践活动。

这次社会实践我主要的任务是在牡丹江市机电公司做装卸员。此次我是服务群众，深入基层，亲身体验家乡和人民生活水平所发生的巨大变化。主要负责施工材料装卸工作以及相应的整理工作。面对一系列繁忙的日常工作任务及繁重的外协、验收任务，我和现场同事们一起共同探讨，在工作中找方法，从资料中找答案，以慎重的态度，完成了一项又一项的任务。从这些工作实践当中，这些工作细节当中积累和汲取了大量的`宝贵的经验。在这次的实践当中我受益匪浅。首先，此次社会实践活动给我自身带来了一些巨大的利益，我在实践的同时学会了很多在书本里学不到的知识，增长了社会经验阅历。虽说装卸工作看似简单，但其中有很多省力的技巧。我们在工作中要学会观察，把所要装卸的东西整理的规规矩矩，这样才有利于更有效率的完成工作。

其次，这次社会实践让我看到了一些生活在基层的劳苦人民，体会到了民生，体会到了生活的不易。作为一名大学生，从来没有体会到生活的不易。在家里都是衣来伸手饭来张口的，父母也不让我做一点家务，生怕耽误了学习累坏了身体。但是这次实践活动却让我懂得了生活的不易。有很多上了年纪的人依旧战斗在这么辛苦的岗位上，但为了生活，他们从来没有叫过苦，说过累。作为社会的未来之才，我深刻的明白要从基础做起，只有脚踏实地，才能仰望天空。

这次社会实践活动我深入社会基层，了解了民生实际，自己也增长了社会经验阅历，在奉献社会的同时提高了综合素质，为社会贡献了微薄的智慧与力量。短暂的实践活动的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧。我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。并且作为一名大学生，我认为这样的社会实践是有必要的，为我们将来步入社会工作打下坚实的基础，是一项很有实际意义的活动。

**社会实践报告3000字大学生篇5**

大学生社会实践是促进大学生素质全面发展，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、协作精神、实践能力和社会交往能力的重要途径。

今年五一的社会实践工作，得到了学院领导的高度重视。院成立了由党政领导、专业教师、学生辅导员组成的社会实践领导小组和社会实践成绩评定小组，对全院系学生社会实践做出部署。团委书记多次开会强调实践的重要性和相关细节活动，加班加点赶在学生放假前对学生提出明确要求，做出指导安排。根据学生处、团委《关于开展社会实践活动的通知》精神，组织全院学生进行五一期间社会实践暨招生宣传实践活动，我本人负责XX地区社会实践学生的选拔和组织工作，现将活动情况简单汇报如下：

一、精心准备，运筹帷幄高度重视，认真选拔社会实践活动得到了全校同学的积极响应，有近200名大一、大二的学生报名参加，经过自行的筛选工作，XX地区共筛选出较为优秀学生48人，定点实践，波及面较广，涵盖了XX地区，影响较为广泛，效果良好。

召开安全会议，明确责任根据学校部署制定详细、周密、安全的措施，明确责任，确定地区负责人和各县负责人，并统计联系方式，确保各位实习同学人手一份，公布组织老师和地区负责领导的电话，抓好落实。

为取得了令人满意的宣传效果，召开专门的社会实践课题宣讲会对学生进行培训，讲授社会实践的组织开展及注意事项等方面的知识。积极派发资料、开展宣讲活动、解答学生问题。

二、走向社会，感悟生活本次社会实践活动呈现出主题明确，分布地区广的特点。同学们深入到工作中，把实践要求化为责任，没有一丝的懈怠。

实践过程中同学们得到了负责领导的关心，领导和老师带冒着酷暑来到实践地区看望同学们，这让每一个人心里都热乎乎的。老师们耐心询问了同学们的实践感受、心得等。同时，学院充分考虑到外地同学的住宿交通花费问题，特意为同学们发放了社会实践基本生活补贴、交通补贴和通讯补贴，给同学们切实提供帮助。

三、及时总结，不断提升五一假期刚结束，同学们便纷纷递交了社会实践活动

心得体会

和总结报告，从同学们认真的态度和言语，我们可以感受到学生收获不菲。

我们还举办了实践小分队的总结交流会。实践队员们分别从不同的角度，汇报了在实践活动中的所见所闻，认识及感想，在场的同学们纷纷表示社会实践拉近了学生与社会的距离，也让自己在社会实践活动中开拓了视野，增长了才干，提高了自身素质。

今年的五一社会实践已经结束，但社会实践给学生带来的巨大影响却远没有结束。他们走出了校园的象牙塔，走向社会，到社会的大课堂上去经受风雨，见识世面，检验知识，锻炼能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。广阔的社会，还有许多未开拓的领域等待着年轻的大学生们，人文的莘莘学子们将在不断的学习与实践中，站在一个新的起点，以他们所拥有的理论知识、创新精神和拼搏精神，去展示新世纪大学生的风采。

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