

# 2023年高一暑假实践报告(实用5篇)

在当下这个社会，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

## 高一暑假实践报告篇一

不知不觉，为期一个多月的社会实践已结束了，通过这次的社会实践，让我领悟了很多东西，而这些都将使我毕生受用。

人这一生中，学校不多是永久的学校。真正永久的学校只有一个，那就是社会。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门，走向社会，积极地往了解社会，并投身社会的良好情势；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才华的好机会；是提升我们修身，建立服务社会的思想与意识。

的经济、政治、文化的迅速发展，更增加了我们的压力，我们必须时刻进步警惕，而且也要积极地投身于实践当中，这样才有益于个人的全面发展，更好地跟上时代发展的脚步，为未来的竞争打下坚实的基础，使自己在竞争中立于不败之地。

在实践中，我也深入地了解到，自己还有很多不足的地方，在很多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了很多错误，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，时刻提示自己，不再出现类似的题目。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了进步，思想更加成熟，希看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，奋发学习，努力进步本身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。

## 高一暑假实践报告篇二

自20世纪80年代以来，以经济建设为中心、市场经济的发展、全方位的对外开放，加速了中国城市化和工业化的进程。

在农村劳动力大量流动的情况下，中国的农村社会养老制度尚处在改革探索之中，国家尚未对农村老年人实现了普遍的社会福利，再加上相关社会制度支持度的不足，使得农村老年人生活不太乐观，这一弱势群体的养老问题的解决与否，不仅仅关系到这一群体是否老有所养，还关系到建设新农村的成败。

老年人是社会上的弱势群体，针对当今的经济全球化趋势，经济发展速度日益增快，虽然社会福利制度和养老制度在不断完善，但农村还是有些许老年人生活较艰苦，甚至孤单度日，这值得大家关注。

随着社会经济的快速发展，城市化速度也在不断加快，人口大都从农村迁往城市，种田在也不能满足人们日益增长的物质和精神文明建设需求，所以大部分青、中年人都外出打工，每次回家，都感觉到人烟稀迹，看到的大都是老人、妇女和小孩，没有太多的嘈杂，一般是一片沉寂，除非是农忙时节，否则很少听到吵闹声，希望通过寒假这几天的实践，去观察农村老年人的生活状况，从而引发思考，去更加现实地接触乡村生活，了解农村老年人的生活状况。

1、衣：经过观察，大都穿着朴素

2、食：三餐较简单，菜色较少

3、住：一般都住在大约几十平方的就房子，房屋摆设简单，家具简陋

4、行：一般都呆在村子里，偶尔去赶集买生活用品，没有像城市社区那样的健身场所

1、老年人一般都带有各种小病

2、农村医疗条件较差，一个村有时一个卫生所都没有，一个乡才有一个大型的医院

3、有的老年人还种着几亩田，经常下地劳作

1、农村青、中年人大都在外打工，子女陪伴在身边的时间较少

早在我还是一名大一新生的时候我就听说学校鼓励大学生去乡村里面支教，去帮助农民做一些力所能及的事情，这样一方面可以锻炼大学生的社会实践能力以及社会生存能力，还可以帮助加快城乡差距的缩小，提高乡村小孩的科学文化素质，为新中国的发展是有一定的积极意义的，这也是当今社会对大学生的一些小小的要求和期盼。

当我的一位同学问我想不想去三下乡去的时候，我果断说我去，不管去哪里，因为我怀的是一种体验生活的感觉。所以我早早报了队，就为了可以体验一下生活，感受一下其他地方的特色和不同，为我以后的人生之路可以做一些很好的铺垫和准备。

尽管三下乡之前我们经历了残酷的军训生活，可是这反而是一种好的事情，军训让我们学会了再大的苦都是浮云，有什么还比军训更苦呢。在军训结束后我们仅仅休息了一天便开始启程前往赤水。之前我对这个地方是十分茫然的。当我们经历了长达x个小时的车程是，我们每一个人都变得十分憔悴，

那个路不是一般弯，是相当的弯，导致我们在车上就上吐下泻，甭提有多么痛苦了。可是当我们到达目的地是，每一个成员都显得异常兴奋，可能是想到自己可以休息一下，躺在床上就无比的幸福啊。

可是因为任务紧时间还短，所以在经过短暂的休整后，有的人便去找政府的人说一些事情，做一些前期的准备工作和调查，而其余一些人就去了解一些这个地方周围的环境，为以后出行和做活动服务，方便。在第一天的晚上，我们开了一个很长很长的会议，主要围绕我们今后几天的活动而开展的，人物分配很是详细和具体，每一个人也都有他自己的人物和负责的方面，第一天就这样过去了，正式的活动还在今后几天。

一个活动往往有一个比较正式的开幕仪式，当然我们的也不例外，我们在政府借了一个小家就开始了，兴奋地是竟然是副镇长来致词，而接下来便是在外面的一个外场宣传，为我们的支教招生，令我们没有想到的是这里的人竟然这么热情，报名的异常多，这也是对我们的一种信任，所以我们每一人都倍感压力很大，为的是不让这里的家长和小孩失望，希望我们可以教给他们一些真正的有用的东西。

## 高一暑假实践报告篇三

寒假第一次留在武汉进行社会实践，有幸能够来到世纪联众保险代理公司接受了一个月的锻炼，直接深入到社会职场中，与客户面对面的接触与交流，一方面把自己所学知识与实践直接相结合，另一方面又学到了许多学校里所学不到的经验与教训，从而使自己对自己有了更加全面的了解，因为自己学的是金融进入保险有些不情愿，但是一个暑假的社会实践结束，自己觉得其实这样的经历才是自己最想要的。

x月13号正式来到汉口世纪联众，老总热情的接待我们，然后

我就被安排到了卡单部社会实践，卡单这个概念是第一次接触，其实就是短期意外险的另一种说法，这是最先让我觉得新鲜的东西。然后开始学习如何填写保单，第一天就填错了几张保单，发现自己原来是这么粗心，好在公司对我们都非常宽容，让我非常感动。这时明白了什么是宽容。

接下来的几天我就一直在卡单部社会实践，每天每天要背卡单产品的信息，哪家保险公司有哪些产品，保障额度多少，适合哪些职业种类，适合那些人群，有哪些是拒保的职业。一下子记这么多东西，感觉头都有点大，但是要接待客户的话，必须要记住，所以每天都告诉自己要加油。这时明白了要永远对自己有信心。

在卡单最紧张的一天是第一次坐到前台正式接待客户，登帐、填单子、收费每一步都要认真细致，但是当天客户来的非常多，对还不熟练的我来说，简直有点力不从心，虽然很认真的去做，还是出了好多错误，幸亏有师傅帮忙善后，才不至于有太大损失，这一天让我深刻的感觉到业务熟练的必要性和重要性，稳重的重要性从这里开始发掘。

再后来到车险部进行社会实践，幸运的是刚好赶上公司培训新的员工，我就跟他们一起学起了车险算费，这里的学习不像在学校里的学习一样理论性那么强，这里注重的是实际操作能力，这里面有很多都是公司的老员工通过长期工作总结下来的经验，在实际工作中非常有用，因此感觉特别宝贵。等我们黄浦三期学员毕业时，公司朱总专门给我们讲了一下午的保险市场的发展现状及公司准则和公司的未来发展等，为我们描绘了一个美好的愿景，让我们在以后的工作中既不至于太盲目，也不至于没有动力。

公司现在与中国石化合作在很多加油站点开了一些车险的直销网点，这在全国乃至全世界都是一个创新，而且在公司良好的管理方式的运作下，正在有条不紊地开展，让人感觉到创新的力量。真的非常佩服老总的头脑。这在我们以前接触

保险的时候根本就没有想过的事情，想不到竟然在市场上悄然萌发，并展现出强大的生命力，真是震撼在以后的学习中告诉自己一定要懂得活学活用，读死书，死读书竟会变得没有未来。

自己在世纪联众的每一天的是在发现自己，加速自己的成长，但是这种锻炼也是要付出代价的，自己每天早上挤公交从武昌到汉口，下午在从武昌到汉口，每天这么轮回，搞到现在看到汽车都有点晕，好在还知道坚持，坚持去发现美好的东西，学习有用的知识，虽然有点苦，但是痛并快乐着。

在这里学习社会实践虽然有时自己也在抱怨，但是有两点让我感到收获最多：

一是做事要严谨。以前从来不知道自己原来是这么的粗心，填写报单的时候任何一个数字，任何一个汉字都不能写错，一错就得作废，而且一天要填写上百张报单，这是细心，耐心等要求就来了。更甚的时候，柜台前突然就来一大堆业务员，各个急着出单，这是就要在保证准确的前提下，保持有条不紊的工作状态，而且要同时积极与业务员交流，让自己的态度去感染他们，而不能让他们把自己搞得手忙脚乱。

第二个就是要学会坚持。就象前面说的自己每天武昌汉口两头跑，下班也很晚，一天的工作更是紧张而忙碌，以为自己会很坚强，但是还是脑海中还是不断的冲进要放弃的念头，自己有时也在笑自己的傻，但是骨子里还是时刻的鼓励自己去坚持，是的，我坚持了下来，一起去的四个同学中就只有我完整的按照开始的计划做了下来，这是我的收获也是我的骄傲，我不回避。

通过学习与锻炼让自己意识到了学校时光的宝贵，知道了工作的辛苦，知道了如何学会克制自己，学会了如何积极的去与人打交道，如何全身心的投入到工作中，更重要的是通过不断的食物与成功让自己更加清楚的认识到自己的优势与不

足，能够有一个更加明确的目标去面对未来！

## 高一暑假实践报告篇四

时间如白驹过隙，转眼间，寒假过去了。在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

本人姓名，年龄22，籍贯河北省xx市xx县，社会实践职业：销售员。

由于经济原因我家20xx年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己专业的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂不更忙。于是我还是决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知之甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销售量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

今年我家的对联是，上联：您的光临是我最大的荣幸。下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。诚信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每天六点钟起床，十一点才休息，冬天父亲每天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢？我知道，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗！我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有很多商品要早上搬出，傍晚再般回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢！我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

通过一个多月的实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，也使我更清楚地认识到自己的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努力学好自己的专业技能，将来回报父母，回报一切关心我的人。

## 高一暑假实践报告篇五

时间飞逝，转眼间，寒假社会实践已经结束了。第一次参加社会实践，我明白中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。通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。近三个月的社会实践，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。我在实践中得到许多的感悟！

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！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，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，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。

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！

俗话说：“在家千日好，出门半”招“难！”意思就是说：在在家里的时候，有自己的父母照顾，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，挫折都是靠自己一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立！

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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

选择了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟

不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。