

大学暑假个人社会实践报告(汇总7篇)

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。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢？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。

大学暑假个人社会实践报告篇一

时光冉冉，一年的时间又过去了，迎来了我的大学的最后一个暑假，因为我下半年大四了，在过去的暑假里，我都是浑浑噩噩的度过的，今年的暑假我想要过得有意义些。

尊老爱幼是中华民族的传统美德。今年暑假我和我们镇上的几位大学生来到了我们镇上的敬老院，看望住在那里的老人。

老人们一看到风尘仆仆的而来的我们，立刻关心起来，拉着我们的手问寒问暖，十分关心我们各方面的情况，体现出了老一辈对年轻一代殷切的希望和关怀。我也详细询问各位老人的生活起居情况，与老人们聊起了家常，帮助他们打扫卫生，很快就融入其中。我们没有因为酷热的天气埋怨过一句，取而代之的是满腔的热情。因为这次看似普通的活动其中实际上蕴含了巨大的人性价值，它是一种美德，更是老人与大学生之间心与心的交流与沟通。

在我眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所，但通过这次的活活动改变了我之前的观念。当今社会，不知道孝敬老人的人不在少数，他们忘记了他们的父母含辛茹苦的把他们拉扯，在自己有能力挣钱吃饭后，就将年老的父母给抛弃！任由他们艰苦度日。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院，他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天，而且因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近

的人生观念，更能让他们感到夕阳无限好。

在回来时有个朋友的话一直在我脑海中回荡：来到这里，是一种教育，也是一种锻炼，老人需要社会的关心，社会也应该给予这些老人一定的关注。

大学暑假个人社会实践报告篇二

广西医科大学青年志愿者协会二十多名成员在会长大人的带领下于xx年7月3日下午到达钦州小董那陵小学进行为期一周的暑期“三下乡”实践活动。一路上有点颠簸，对很多人来说是这样的吧？！从大伙的眼神就可以看得出了。我从小就习惯了那样崎岖的路途，再次经过类似的路时，心里苦苦地笑了一下。我朋友说：应该让城里人去下乡还差不多，我们本身就一乡土味儿了还去，那多没意思啊。可我还是来了，自然也有一些不同的感受，至少所处的地方不同。这里地形不算偏僻，交通呢就不算便利了。

学校还好：记忆里双人坐的长木桌与长方凳还在，晚上我们就用这些桌子拼在一块儿睡觉，开着窗，晚上有各式各样的虫子往里飞，有咬人的、有撒尿的，几天下来每个人都会受点小伤，不过大家都玩得很开心，晚上没事打打牌，聊聊天感觉还可以。

走访的时候，太阳很大，我们女生天不怕地不怕就怕晒太阳，回来个个像巧克力一样不免抱怨。感受最深的。还是去采访当地的村民，有一位老奶奶九十四岁了，被抛弃在一间破旧的屋子里，小屋很小又潮湿，只容下一张床，一个饭桌和一张椅子，我们五个人去都容不下且连个坐的地方都没有，只能蹲着，我不会讲白话，他们说什么都听不懂就索性到屋外来转转。心情很沉重，原来的这样的生活还存在于现实生活中。听同学说：这位老婆婆有几个儿子呢，只是谁都不愿意自己承担赡养老人的义务，只偶尔来看看，就这么耗着。呵，换成我的话，一定早就选择去死了。

至于支教方面，我和欣玲负责教手语，总空有三次课。感觉孩子们对动作方面的学习，还是有蛮高的积极性。我们首先教一些日常用语：有问候、介绍、节日、数字以及交通等，教完这些还教一首手语歌曲《萤火虫》，看着孩子们那么认真地学习，心里很欣慰地笑了。他们课后还积极主动地找我来一起复习，有青协的部分会员偶尔也会来跟着学习，不到三天，一首《萤火虫》手语歌曲就能上台表演了，所有的付出在那一刻让人感到小小的满足！

下乡很快就结束了，这期间发生不少事。我们一起吃喝打闹却也从不曾忘记自己的任务，有问题大家一起解决，这让我真正体会到了团队精神的力量，有时候独立惯了还得学学过集体的生活，体验一下彼此互助合作的滋味，能够为他人着想确实是一种美德！人，不能太自我了。这次活动相信每个人都能学到不少的东西，同时真心希望孩子们也能从中学到一些有用的东西！这段日子真的很令人难忘！

大学暑假个人社会实践报告篇三

6月30日，下午四点。我们实践团以“地方教育发展状况”为主题，来到xxxxxxx地区贡xxxx农村实验中学。为使接下来几天的计划能顺利进行，我们跟学校方面进行商讨了对计划的安排及调整，并定下了后三天的安排，包括参观学校、听课、晚自习的上课和辅导以及调查问卷的准备等，所有准备在队长的合理分配和校方的全力支持下圆满完成。

7月1日，按计划在学校相关领导的带领下参观学校。在参观校园前，我们一行十一人被分配了解学校有关教学管理不同方面的内容，我被分配到的领域是安全管理，我在参观途中对此有意观察：消火栓在每层显眼处安放，每一期墙报贴心地宣传各类安全防护知识，教室外墙不起眼的小电箱门上贴着手写的“请勿触摸”字样，从这些细节可以看出学校在安全管理方面做得十分仔细谨慎。

当天下午，我们参观了学校的办公楼，兴趣楼，综合楼等，兴趣楼内开办英语、藏文、音乐、美术等兴趣班，综合楼内设生物、化学、物理实验室与计算机房。虽然条件远不如内地的学校，但我们从未听到抱怨，更多的却是老师们不求回报的辛勤以及学生们对知识的渴求。听老师们讲述，刚办校时学校条件非常艰苦，连给孩子们烧水做饭的柴火也不够，老师们为解决孩子们的吃饭问题决定上山砍柴。当时学校几位老师每天都要上四节课，结束课程后老师带孩子们上山砍柴，孩子们捡柴，就是在如此艰难的环境里，老师们坚持了下来，这才有了如今设施较为完备、成绩傲人的贡xxxx农村实验中学。在参观过后，我们更坚定了要做好这次社会实践为学校为地区教育状况的改进尽一份力的意念。

7月2日上午九点，我们已经以两人一组的形式安排进不同年级不同班听课。我们分别听了英语，政治，语文，藏文，数学等课。我被安排的是初一5班的英语课，课程内容汉语到英语的翻译，注重单词的拼写，知识点的通读。老师循循善诱，同学们也都十分积极认真。当天晚上的晚自习便是我们期待已久的上课和辅导时间。

上课前十分钟，怀着兴奋又忐忑的心情走进教室，便是一双双羞涩又有神的眼睛迎接着我们。在一番简单的介绍后，我开始跟他们进行学习生活问题上的交流，我了解到同学们普遍英语和数学较差，于是在第一节课我主要讲解了有关英语单词的各种变法和规律。同学们一个个把小手背在身后，丝毫不敢疏忽地念着黑板上的单词，接下来进行的英语对话也十分顺利。四十分钟的时间很快结束了，下课瞬间同学们就把我围了个水泄不通，各种关于学习和生活的问题迎面扑来，于是第二节，就变成了半节辅导课半节答疑课。我跟他们描述北京灰瓦红墙的胡同、讲学校里各种各样的社团活动等等。同学们听得津津有味，反应感受颇深，我们在这期间建起了良好的情谊。下课前几分钟，我们在各自班级分发了共一百张学生的调查问卷及二十张老师的调查问卷。这一晚结束的很快，却最让人难忘，下课后很多同学围绕着我们，很不舍

得跟我们道别，气氛变得有些悲伤。

当我途径你们的盛开，想用我所有的阳光和雨露，使你们更加灿烂地绽放。

此后校方进行安排了总结大会，会上我们实践团全体成员报告了这几天实践活动的行程安排、实践情况、成果，以及我们实践团对校方提出的一些建议，我们对校方给予的帮助和支持表示了衷心的感谢，总结会后我们团在贡xxxx农村实验中学的实践也圆满落幕。从贡xxxx农村实验中学教育状况我们看到地方教育主要在积极向信息化教育发展，地方教育状况在发展好普通教育的基础上正不断提高多元职业专业教育的发展状况，教学设备也总体上有一定的发展，发展前景较乐观。

这是一场短暂的旅行，但它在人生路上却是很长的一段；

它让我相信，

所有的美好都从无限困苦中升华而来；

所有的等待在一直坚信后会获得回答；

所有的希望因不尽编织才得以实现。

我们看到完善的教学设备下优良的成绩，

更看到曾经资源困乏下不放弃教学的精神；

我们看到不断飞跃的脚步，更看到还能改进的道路；

我们看到老师们的不抛弃，更看到学生们的不放弃。

大学暑假个人社会实践报告篇四

20xx年7月16日——20xx7月21日

xx乡村

学生干部及指导老师

今年的暑假，我十分的高兴，因为我有幸参加了我校信息与通信工程系组织的三下乡社会实践活动。作为一名大学生，积极参加学校的各项活动是当代大学生积极向上与乐于进取的表现。当我在未考上大学的中学时代，每当暑假到来，看到很多大学生组织的三下乡活动，我都是怀着羡慕与尊敬的心情的。此次能够参加三下乡社会实践，这既是我积极进取的体现，也是老师对我的信任。所以，我一定要以自己的实际行动来展现自己的能力和为学校博取更大的荣誉。

此次三下乡的主题是：家电义务维修、关注社会留守儿童、廉政建设。我们活动的地点是淮阴区码头镇，我们住在码头中学。此次活动为时五天。时间为7月9号到7月13号。第一天是活动宣传，第二天和第三天是家电义务维修，第四天是关注留守儿童，第五天是廉政建设。

我们通信系参加三下乡活动的学生共有18人，另外还有带队老师赵靖哲老师，指导老师阴家龙老师和杨国柱老师。我与参加活动的老师和同学们都十分的熟悉，因此交流十分方便。

我们于9号早上出发，到达码头中学后，在码头中学校长带领下，我们来到了学生宿舍。我们简单的整理了宿舍的卫生，而且对床铺进行了简单的整理。此后，我们对码头中学周边的环境进行了了解与熟悉。

时间快要到中午的时候，我们在老师的组织下，在距离我们最近的饭店进行就餐。下午，虽然阳光还是那么的强，但是

我们还是早早的到校门前对场地进行了布置，对活动进行了宣传。学长朱德龙、梅超俊负责指挥，我们其余的同学负责粘贴条幅我们、悬挂旗帜。完成对场地的布置之后，我们就在校门前对前来围观的群众进行了宣传。

10号，我们进行的家电义务维修。一开始，送来的家电并不是很多，老师提醒我们不要气馁，因为我们的宣传才刚刚开始，而且周围的群众还不是十分的相信我们。果然，不断有群众向我们询问我们是不是免费的，究竟能不能把家电修好。我们说，我们是义务维修，完全是免费的，而且我们有两位十分专业的老师负责指导，具有丰富的经验。

当我们同学成功修好一台电饭煲，老师成功地修好一台电视机的时候，你当场有很多群众表示他们十分支持我们的活动，会把家里的家电运过来进行维修。10点半左右，果然送来的家电越来越多。我们由早晨很悠闲变得忙的不可开交。我与邢颢文负责修一台落地扇。这台落地扇的毛病是当开关开启，它转的很慢，经过分析得出可能是电容问题或者是电机问题。

我们两人对落地扇进行了拆卸，通过对电容的测量，发现电容没有问题，我们分析可以得到，肯定是电机的问题了。我们两人把电机拆开，对电机的部分零件用柴油进行了清洗，然后进行了组装。但是组装完以后，电机依然不转，在进行了多次的组装失败以后，我们只能请老师帮忙。老师说，这组装十分困难，需要一点一点的来做。在老师的帮助下，我们直到晚上才把这台落地扇修好。下午，下了一场阵雨，于是我们就把需要维修的家电搬到值班室进行修理。

11号我们还是进行义务维修，看着一台又一台家用电器被修好，我的心里开心极了。周围居民对我们的活动十分感兴趣，纷纷上来围观，看到我们同学与老师都忙的满头大汗，都点头赞许。到了下午，我们做了收尾工作，对能修好的电器进行了集中修理，不能修好的积极联系报修人，天很黑的时候才结束。经过两天的维修，大家都感觉很累，但是大家都十

分高兴，因为在助人为乐的同时，又学到了知识。晚饭吃的很香，觉睡的很香。

12号，我们进行关注留守儿童这个活动。经过调查可得，码头镇并不是十分发达的，低保人家很多，为了维持生计，许多青壮年都到外地打工去了，因此造成了留守儿童很多的现状。由于父母没有在身边教育辅导，孩子的心里健康就不能得到很好的保障。近年来，未成年人犯罪的增加，引起了社会越来越多的注意。

关注留守儿童，让社会给予他们更多的关心与更多的温暖，有利于儿童更加健康与快乐的成长，有利于社会的和谐与进步。在周围居民的帮助下，附近的很多儿童都来到了码头中学的学校门口，与我们同学聊天做游戏。面对哭闹不止的男孩，学长梅超俊只有用糖哄小孩子开心，引得大家都笑了起来。同学们感觉好像一下子又回到了童年时代，与儿童们快乐的笑着、跳着。过往的人们有许多人拿出手机留下快乐的瞬间，好美好，真可珍。

13号，是我们三下乡活动的最后一天。最后的活动是进行廉政建设的宣传。干部是人民生产建设带头人，是人民走向富裕繁荣的领导者。干部的一举一动，都会关系到许多百姓的切身利益。廉政的'建设，必将促进社会的发展与进步。我们在老师的领导下走访许多家庭，并且做了调查。经过走访与调查，我们发现，在中国经济又快又好的发展的大背景下，领导干部是对人民负责的，人民对共产党的领导是满意的。

一位老奶奶这样动情的说：“我们家以前连饭都吃不饱，现在我的两个儿子都在城里有了固定的工作，她的一个孙子而且还考上了大学，生活越来越好，过的十分开心与快乐。”听了老奶奶的话，我们都十分的高兴，在共产党的领导下，在党的旗帜下，我们相信人民的生活水平将会得到更大的提高，经济将更加的繁荣昌盛。

此次三下乡社会实践活动，增进了同学们与老师间的友谊，我们青年学生在社会实践中逐渐成长，正如副院长徐建俊发表所说：社会实践是青年成长的必由之路，青年学生只有积极投身社会实践，才能扩大视野，增长才干，全面发展。

能用自己所学的知识为社会做出自己的贡献，为学校增得荣誉，我感到十分的骄傲与自豪。在以后的学习生活中，我会努力学习，积极参加学校组织的各项活动，乐于奉献，虚心向他人学习，努力提高为社会服务的本领，做一名对社会有用的人。

大学暑假个人社会实践报告篇五

通过应聘为酒店的服务员，正式成为一名酒店员工，直接参与公司日常工作，在自身工作实践中，发现问题，提出建议，最后对全体公司员工进行问卷调查，在调查中发现问题的，提出有利管理的建议与意见，促进公司管理水平的提高。

二、实践总结

实践目的：为了体会在社会中的工作生活，体验打工的苦与乐，为将来融入社会打下基础与作好心理准备；同时响应学校培养与提高大学生综合素质能力的精神，理论联系实际，学以致用，用所学的科学方法和理论去指导实践，与时俱进，我满怀信心地踏上了社会实践之路。

三、实践经历

在起先的日子里，我只是以观察熟悉为主，学会一些酒店的工作流程和服务的程序，经过我耐心的观察和经理及同事的细心教导与指引，我熟悉了我所要做的工作，其实说到底就是把顾客服务好，但真正要做好它并不是那么容易，它也像是人与人之间的一种交道，你要学会很多原则与方法。这当中多亏有同事们的帮助，让我得以应付我的工作。我的工作

任务主要负责大厅的顾客，有五个大桌和两个小桌，碗、筷、台都由我负责处理。另外一个重要任务就是送外卖，外卖都是周围的生活小区、写字楼、商场。后来的工作中，我想到了用问卷调查的方式来反映酒店管理存在的问题，联系我工作中所发现的，打印了多份问卷，请员工们填写，我回收后总结了些问题与建议，提交给了总经理，希望对他有所帮助。实习结束后，总经理给予了我__的工资，这是我的劳动所得。

四、实践成果

通过本次的社会实践我学会了很多，也体会和感触了很多，我相信这些东西都对我以后成长成才都很有帮助。我总结了以下认识：所学知识要用到实际工作中，需实践的经验，要下大功夫。在当服务员的过程中，我总把自己当作是个管理者来看待公司的日常工作，从一个的角度来考虑着一些问题，总想着用所学过的方法与经验运用到实际工作当中去，但我发现，储存在我脑中的知识少之甚少。那时我才发现我所学到的并没有那样的丰富，掌握的并没有那样的牢靠，就像一个不会打仗的战士，却拿着枪矛站在了战场上。其实这就让我学会了一种紧迫感，让我学好学更多掌握更多的紧迫感。

因为妈妈在这个饭店工作，所以，我并没有花费太多时间去找工作，很顺利的，我就成为了一个服务生。

记得我刚穿上服务生衣服的时候，妈妈就跟我说了一大堆，让我小心这个小心那个，我由于太兴奋了，就没有认真听，结果，第一天，就被一个客人给说了。

因为第一天工作，所以那些老服务生对我特别的照顾，告诉我应该怎样上菜，怎样摆放，怎样询问客人的需要，怎样服务……等等。比如说，上菜的时候要小心烫到客人，还要适时的询问客人需要添饭、添汤(由于团体餐，所以饭店规定可以加饭、加汤)。

第二天，还要挣扎着起来，继续第一天的工作……

由于有了第一天的实战经验，我对工作有了大致的了解，工作起来就比较顺手了……

可是，在客人吃饭的时候，那种只能看不能吃的感觉，真的很折磨……

这就是我的暑期社会实践。

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，我学到了很多的东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际能力上，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。我们组织组员一起去打羽毛球，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，我们就一起去麦当劳填饱肚子。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，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，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，现在已经86岁了。可以想象他这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，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，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助。我由衷的希望，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，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。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起练习舞蹈。

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。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。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于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一定的距离，有一定的不足，但是，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，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动——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己应有的水平。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。而且还不只一次了。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，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都

没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以赴，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，但是，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。现在，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，使我在许多能力上都有所提高。我真的感到很高兴。

暑假如期而至，这个暑假是我大学生活的第一个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在学习的同时积极参加社会实践活动。这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在人际交往等方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近的一家印刷厂打工进行社会实践。

我一开始去的那个车间在公司里面主要负责的是设计与排版，虽然后来我也去过别的车间学习，可是觉得还是在这个地方更有价值，他们所设计的是其实只是一些制品例如塑料标签、塑料制品等的大小、形状、颜色等。

可是考虑到我本身学经济学的，对印刷专业知识一无所知，要让我先学会设计的话，由于时间的关系，可能是不行的，又担心在设计上有些问题，要明白对于印务公司来说，设计一错，后面的可就全完了，所以我的岗位首先侧重的是排版。一般的工作过程是，客户发到我们部门，其产品的简单介绍和一些图片，然后排版工人就按照客户的要求精心排版。这种排版和报纸的排版区别还是很大，起码每一期的报纸在编排上都会有突出主题和主流思想，而这些塑料类制品哪里有

这些，都只是突出广告价值。可是这些包装品的文字与图片所能出现的空间要比报纸少的，更显出对于文字与图片审查的重要性。即使客户自己对于发过来的作品很满意，我们这里还是为了使得产品印刷出的更漂亮更准确，还是要对作品检查和修改。回想当初刚来做这份工作时，可想而知所遇到的问题将是比别人要多的多，学历虽比人高，可经验哪里有人家的丰富。但这没什么，万事开头难，像那些图片怎么简单处理的，我也不清楚。保持积极心态，我在排版工人旁边协助边学习，帮助接受客户的文字和图片内容，并且对文字和图片内容进行检查。这里的文字要求简短，格式统一，占用空间少，而图片的选取要就有一定的广告的宣传效果。

想想排版还是太过于轻松，当然只是从劳动强度上来说，要比生产车间里的人好一点。8月份刚到，公司生产任务好像多了一点，于是我就来到了有点不愿意的生产车间帮忙。这个是做塑料包装品的车间，经过这段时间在车间里的磨练，印刷工艺的生产流程、各种塑料包装品的生产过程，见识到不少只能在书中的听闻到的机械实物，认识了不少新朋友，这三处是我认为的收获。当然辛苦是必然的，工作量大也是正常的，污染也是不可避免。

其实我并不害怕辛苦，我知道在这个社会赚钱是不容易的。我真正在意是能否和同事和上级处理好关系，这将会是我们以后必须面对的实际问题之一，也是今后所对待比较重要的人际关系之一。在这里的经历，潮汕人多一点，确实就好处理的多，毕竟周围都可以看成是自己人。在实际生活中，可以通过一些细节体现，例如能够一上班，就能热情的微笑和其他同事打招呼；偶尔无聊时还能谈谈心，说说话；没事时还能走在一起，边听潮剧，边喝功夫茶等，这些看是很平常的举动是会有良好的影响。当然人人都搞好关系是不可能的，有些同事就不太理解，似乎我们的实践是来抢他们的饭碗的，在某些方面提出不一样意见，但是这些人还是少数的。说到底他们都是在为公司服务，也都是在辛苦的赚钱，为他们的理想而奋斗，我也就不去计较多少。

在这里的长达一个多月的时间里，对这里的工作也比较上心，表现良好。既没有迟到拖拉现象，也没有缺勤早退，和他人相处良好，没冲突，也没吵架斗殴，尽量保持出一个大学生应该给人的那种好的印象。其实有时这个时间也是我最害怕的时间，一开始是信心满满，渐渐的感觉是要失去信心。在学校的时光其实是最美好的时光，可以上课，可以看书，可以上网，而不用担心经济来源，因为自己总是想当然的花父母的钱。如今通过自己这几天的切身的体验，接触到最基础、最平凡、最坚苦的岗位，方能体会到赚钱的艰辛，更能体会到为人父母的令人感动的那种辛苦。每当提起这一段印务公司的实践经历，我总是感悟良多，认识深刻，倍受教育。在还有不多的大学时光里，认真学习专业知识，掌握点实用专业技能，为不久之后走向社会做好准备。而未来不管是处在什么类型的岗位，只要努力，肯刻苦，相信总会获得成功和收获的。

作为当代的一名大学生，促进大学生自身的素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是为了让自己接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。大学生社会暑期实践活动引导大学生走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去经受风雨，见识世面，增长才干。

一、实践目的

通过亲身体会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。让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的工作学习中，需要有更多的体验，更多的阅历。毕竟身在学习，接触社会的机会较少，趁着暑假有这样一个机会何不好好锻炼下自己。

二、实践内容

为顾客介绍、寻找他需要或者是他适合的商品，负责散货的商品归类以及新到货物的搬运，将货架上被顾客拿走的商品及时补齐，不定时的拖地以及抹货架，给货物打价格标签，整理等。

由于我以前没干过超市的服务员，刚开始时也不能适应那里的很多规定。不过，在经历了几天的磨练之后，我就适应了那里的一切，很快熟悉了自己的工作环境。虽然一天下来，累的腰酸背痛，可心理感觉还蛮高兴的，因为我努力工作了一天，我的付出会有回报。

三、超市的存在的问题与我的意见

第一，提升员工的责任心。超市货架上的商品总给人一种凌乱的感觉，缺少货物时没有谁能及时地补充而参差不齐；营业员不能及时地解决超市内存在的小问题。例如，当在货架上发现有过期或损坏的商品时，不能及时的下架处理。要实现员工具有责任心需要加强改善管理机制。对发现此类问题的员工实行奖金鼓励方法，促进其积极的态度。

第二，大厅卫生状况不佳，居然出现了卫生死角，就在大厅的西南角，卫生状况很差。在实习期间，实习小组成员中很少到过这个角落。相应的存放于这个位置的商品也是很少有人来管理，存积灰尘太多。超市卫生状况对于顾客来说相当重要，因为顾客很容易将其联系到超市内所陈列的商品卫生状况，会存在许多的疑虑。

第三，实现促销手段多样化。在超市很少能见到一些促销活动。一般超市里面悬挂着各式各样的降价打折广告，五彩缤纷特别引人注目。学生群体大多数虽然不是工薪阶层，但是对于许多的优惠活动很感兴趣，而且大多数所购商品都是属于冲动性购买，感性大于理性。超市可以利用这一点抓住商

机。

四、实践感悟

做事要有耐心，尤其是在超市工作，有些顾客对一些产品不了解你再三解释他都可能不明白，这个时候要是遇见一个没耐心的售货员可能早就不理睬了，这样下去顾客自然不会再来你这里买东西。如果你的服务态度好，即使你的商品稍微贵一点顾客也不会那么在意，这一点我深有体会，因为有一次顾客到我家买东西，就是带着对别家的抱怨来的，他说某某家超市老板怎么怎么不好，就算他们家东西比你们家便宜我也宁愿到你家来买东西，听到顾客对我家的认可，心里别提有多开心了，所以说对顾客有点耐心，态度好一点真的是销售的保证。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。以前总觉得读书还不如早点去找工作挣钱，以为工作是很简单的一件事，没到月底也习惯性的向父母伸手要生活费，也不懂得节约，通过这次的实践，每天在超市辛苦的工作，天天面对同样的事物，还要受超市规定的约束，通常一站就是几个小时，甚至有时还要面对顾客的刻意刁难，我算是体会到了打工挣钱的不容易，让我更能够体谅父母，也学会了节俭。我进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。和以往的实践不一样，这次的我真的看到了自己的不足和优势，当我认真工作起来就会很投入，但是当我遇到挫折的时候我就会手足无措，毕竟还是学校里养着的学生，做起事情来一点也不老道。社会实践的作用就是让我提前知道自己的缺点，让我们在一次一次锻炼中学会客观地看自己，不要把自己看得比天还要高，以免以后毕业了择业眼高手低，到头来一事无成。

我想这一次的打工，会永远记在我的心里，毕竟那是我第一次感到：无论什么事都不能靠别人，只有靠自己！但是这一切首先，是要拥有知识、能力还要有持之以恒的决心。

大学暑假个人社会实践报告篇六

xx乡村

学生干部及指导老师

20xx年7月15日，我参加了大学生暑期社会实践活动，这次“三下乡”实践活动，让我这个在大学最后一个暑假变得十分有意义，对于我来说是难以忘怀的，虽然只是区区三天的时间，但在这三天里，我感受到了乡亲们的朴实和热情，暑期“三下乡”社会实践报告。在赴毕节地区、化屋村、太来村的道路上，抬头望着四面环绕的大山，大自然的“绿装”深深吸引着我。社会实践是一个锻炼自己的平台，也是一名大学生了解社会、服务社会的机会。我很荣幸的成为全国百支大学生医疗卫生服务团其中的一员。

15日上午，我们早早的来到了团委办公室，把这次“三下乡”准备的物品搬上了车。车队出发后，虽然大家都沉浸在喜悦与兴奋中，但并没有忘记各自的任务。经过近5个小时的路上颠簸，我们来到了第一个目的地——毕节学院，分别参观了毕节学院校区、毕节试验区二十年成果展、毕节市塘房村新农村建设。我们看到了毕节地区经济与教育体制的协调发展。在科学发展观的前提下，毕节地委政府将社会主义新农村建设与塘房村当地实际相结合。

16日和17日，我们分别来到黔西县新仁乡化屋村和太来乡芭蕉村，在乡政府会议室开了一个简短的会议，会后我们队员在政府工作人员提前为我们搭建好的医疗站点挂起了横幅和旗帜，看着那一面面飘舞的旗帜，我的心有一种难以言表的激动。我们的医疗队的旗帜引来了很多乡民，看到乡民带着微笑满意的离开，我想这就是“三下乡”的目的！那乡亲的笑颜和话语，是对我们最好的回答。虽然我们在烈日下为乡民们义诊感觉到身体的疲惫，但心事轻松愉快的，我虽然没有做到十全十美，但我尽最大的努力，认真做好每一项工作。

坐在车上，我们队员们一大群说笑、虽然从镇上去村子里的山路总是那么陡峭惊险，我感受到更多的是围绕在我们每个人中间的.融洽氛围。在前往芭蕉村的途中，碎石和沙堆挡住了我们的去路，队员们拿出十足的干劲，做起了从来没做过的体力活，大家拿起铁铲齐心协力，终于将挡在路中的碎石和沙堆铲倒路旁，汗水将衣服打湿了，但我们在劳动中体会到了无限的快乐。

16日，义诊完后我们参观了乌江源头，在如此封闭的'环境下，我看到了道路两旁正在修建的房屋，想到了改革开放30年来我们的农村发生的巨大变化，还有乌江源头美丽的风景，这一幅幅画面清晰的印在我的脑海中，感受到社会主义新农村和谐美好的画面。

义诊的过程中，在专家们为老百姓诊断的同时，我们在一旁向专家们虚心学习，让我了解了许多疾病的症状和诊断标准，弥补了在学校理论学习的不足，帮助在今后的学习中找到不足且及时弥补。

作为一名当代大学生，参加这次暑期“三下乡”社会实践活动不仅是一次体验社会展现自己的舞台，更是一次回报社会回报祖国的机会。所以感谢团委老师给了我这次机会，让我能够锻炼自己，提高自己，能够亲身经历，体会这一切，能够收获如此之多，怀揣一颗谦卑的心去学习知识，学习经验，学习技能。相信通过这次“三下乡”活动，我会在以后的学习和生活中做的更好。

大学暑假个人社会实践报告篇七

敬老院社会实践

xxxx敬老院

20xx

“纸上得来终觉浅，投身实践觅真知”。我欣喜地看到，经过社会实践的磨练，我们变得更加成熟、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我们有理由相信，当代青年大学生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，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动！

烈日炎炎的夏季，就连空气中都夹杂着几分热气。我积极响应我校“大学生暑期社会实践活动”的号召，热情洋溢的在家乡参加了我家乡特地为我等在校大学生提供的暑期特别社会实践活动。

活动的第一阶段为体现我等当代在校大学生热爱祖国、热爱人民、奉献社会、服务家乡的高度政治觉悟，指挥安排我等志愿者在敬老院为老人们献出自己的一片爱心，为构建和谐社会贡献出自己的一份力量。

在敬老院里，各个上了年龄的老爷爷、老奶奶们，在他们年轻的时候也像如今的我们一样，满腔热诚，拥有报效祖国，服务国家社会人民的远大志向，并在他们青春依在的时候，为建设祖国，建设家园奉献出自己宝贵的青春，抛洒自己满腔的热血，流尽自己辛劳的汗水。每个为祖国、为社会、为人民作出过贡献的人们都值得我们尊重，我们应该好好尊敬他们，给他们以关怀、爱护，让他们深刻体会到曾经为建设祖国而作出的努力没有白费。

我们每天早早的到了工作地点，打扫、收拾、整理等，这些活干完以后就进入了最主要的工作，其实老人啊，不是需要多么丰富的物质、多么舒服的感受，他们想要的是能够受到别人的尊敬，能够有人与他们交流，没有那种人到老年就有的那种日落西山的寂寞、失落感，所以多与他们聊聊天，反而是给予他们最大的关怀。所以我很多时间都用在了与老人

们拉家常上了。不要这很无聊，老人们都是阅历无数、博闻强知的，我们与他们的谈话中能学习到很多知识经验，还能听闻许多名人趣事。

活动的第二阶段是我们用我们学习的知识辅助那些人仍在高中考学习前线上的学弟学妹们。我们实施承包责任制，每个人负责一名同学，也就是一个辅导员要对其辅导的学生的成绩负责。这样每个人都有一种强大的压力感和责任感，这样迫使我们认真负责我们的工作，从而也在我们志愿者之间也形成一种竞争，让我们不断提高自己的能力。

这次辅导学生我是第一次，没有任何经验只有靠自己去摸索，当然，在这样的摸索过程中，又不免在犯错误的同时被有些有经验的志愿者嘲笑稚嫩，或是在众人场面下不留情面的喝斥批评，但当自己决心要学有所成的时候，再困难再丢面子的错误都要不弃不馁，毕竟，有过失败才能尝到成功的甘甜。

第一周下来考试的时候，我辅导的学生的成绩不怎么理想，这让我很有一种挫折感和失败感，但很快我就认识到：人总是在挫折中不断进步的，不能就此堕落下去，要有一种在哪里跌倒就要在哪里站起来的精神，正因如此，我才有强大的精神动力，不断的奋进。先我想了想问题出在哪里，为什么我会得到那样的结果，而别人却取得很好的成绩，我自己的问题吗？虽然辅导员个人能力有高有低但也不会有那么大的差距啊，何况我不觉得我的学习能力有任何问题，那是什么问题呢？后来我请教了我的高中老师，她一句话惊醒梦中人：我们不能强迫学生学习，要让他们自己主动去学习，这就少不了沟通。

问题就出在这沟通上，从而我认识到：把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下。后来在我的主动沟通下我们成为很好的朋友，因此关系得到了改变，我教他也教的得心应手了，最后的考试他取得了不错的

成绩，我也因自己的努力感到高兴，经过这么多的波折也让我格外的珍惜自己的成功。

短暂的一个多月很快就过去了，这次参加社会实践活动让我深刻的认识到：一次宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁，当我们还躲藏在家长老师的庇护之下对未来感到渺茫的时候，倒不如鼓起勇气勇敢的踏出第一步，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静，还有慌乱整理错误的时间，千万不要忽视每一件细微之处，因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我们的生活变得多姿，实践让我们的人生变得多彩。