

# 2023年社会实践报告办公室工作总结 大学生办公室社会实践报告(优秀6篇)

报告在传达信息、分析问题和提出建议方面发挥着重要作用。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编为大家带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

## 社会实践报告办公室工作总结篇一

实践职务：办公室文员

实践日期□20xx年8月5日-20xx年8月20日

- 1、深入社会，积累对社会认识的阅历和对增进社会工作的理解。
- 2、在实践中增长才干，锻炼能力，开拓视野，为以后的工作打好扎实的基础。
- 3、在实践中培养职业素养，增加工作经验，便于更好地投入真实的工作当中。
- 4、初步了解服装厂的概况：

(1)公司简介：公司创建于一九八七年，占地面积近2万平方米，固定资产近3000万元，现有员工1200余人，其中高层管理人员60人，各类技术人员182人。现已形成全毛系列、全棉系列、棉麻系列、毛涤系列的各式工装、休闲装、文秘装、职业装系列产品的生产加工；同时开发了防静电工作服、阻燃防护服等特种防护服的生产。公司拥有国际先进水平的服装生产流水线，自备水洗免烫、石磨喷砂等先进的服装后处理设备。太空牌职业装广泛用于电子、冶金、汽车、化工、制药、石油等行业，现已与许多国家大中型企业建立了长期合

作关系，并有部分产品出口到东亚、欧盟、北美等30多个国家地区。

(2)发展情况：经过多年的发展现已成为国家劳动防护服生产定点企业、重合同守信用企业□aaa级资信企业、在通过了iso9001-20xx国际质量体系认证后，先后获得了《全国工业产品生产许可证》、《特种劳动防护用品安全标志证书》，太空牌职业装先后被评为《驰名商标》、《江苏名牌》。

## 1、负责办公室文员的工作

8月5日上午来到公司，经理让我负责办公室文员的工作。如帮助经理打印材料，填写产量表，接听电话，收发传真，整理档案和负责办公室的清洁卫生。我原本以为这些事情会很容易，没想到看似简单的工作其实需要注意很多细节。刚开始我有些手忙脚乱，不知道应该先做什么。于是我主动请教旁边的那位阿姨，她耐心地告诉我该怎么做。经过几天的实习，我渐渐领悟到准确性是文秘管理的基石。它强调办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。并且它在一定程度上能够有助于保证领导工作及时有效地完成。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

## 2、参观车间

有时，我也会跟随经理进车间查看工人的生产情况。看到那些工人们忙碌的身影，我不禁感到自己应该对今后的生活有所计划了，因此现在就必须努力加油。通过了解服装厂的运营情况，我知道了它的基本流程是：订单生产库存客户。订单影响着整个企业的运营和发展；生产则是保证工厂持续发展的关键环节；库存是服装产销的必经阶段；客户是企业获取生存的对象。它们是环环相扣、缺一不可的。同时，经过与员

工们的交流，我也基本掌握了生产服装的基本工艺流程，它主要包括三个阶段：裁剪、缝纫、整烫与包装。每一道工序都有专门的技术人员进行操作，当然也都有其配套的机器，只有在正确掌握了服装的工艺流程之后才能更好地制作出高质量的产品。

### 1、增加了动手能力

通过担任办公室文员的这段时间，我很好地锻炼了自身的能力。打印材料、填写表格、整理档案这些看似简单的工作其实需要细心和耐心。而接听电话、收发传真、打扫卫生这些琐碎的事情则需要任劳任怨的精神。同时还要具备认真负责的态度，办事既要不失效率还要有条不紊。所有的这些经历都提高了我的动手能力，让我对办公室文员的工作有了更深刻的认识。

### 2、学会将理论运用于实践

的一个重要目的就是將所学的理论知识更好地运用到实际生活中。我通过这次短暂的实践，也发现了自己所学知识的实用性。英语专业的学生须具备一定的听说读写能力，而将这些能力很好地运用于文秘工作中则会提高办事效率。由于这个公司的产品逐渐走向了国际化，所以很多材料说明都需要翻译。这时我就会主动帮忙，可是有很多专业词汇以前都没有接触过，所以需要查字典或者请教其他的同事。这个过程不仅用到了我平时所学的知识，而且让我扩大了词汇量，还掌握了一些比较实用的技能。

### 3、开阔了视野，积累了社会经验

这次实践虽然短暂，但是我也从中学到了许多。办公室文员的工作让我学到了很多专业外的知识。通过参观车间，我对服装生产行业有了更多的认识。看到工人们辛苦地工作，我深切地体会到了挣钱的不易。在与其他工作人员的交往中，

我也明白了人与人之间沟通的重要性。所以这次实践让我开阔了眼界，也为我积累了一定的社会经验。

## 1、自我所得与感想

在实践的过程中，我既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是由于我并非文秘专业，所以对文秘有些工作的认识仅仅停留在表面，未能领会其精髓。但是一段时间的实习加深了我对文秘基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文秘管理工作有了一定的感性和理性认识。我认识到做好日常企业文秘管理工作要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。在这段时间里，我不仅培养了实际的动手能力，增加了对实际办公工作的了解，而且充分认识到了自己的不足，受益匪浅，为以后踏入社会打下了坚实的基础，也是我大学生涯中一个重要的里程碑。

## 2、对企业的认识

通过这段时间的实践，我认识到了一个企业或组织的生产和管理不可能完美无缺，毫无问题出现。企业或组织都是在不断地改进和探索中逐步成长起来的，管理者应当针对日常工作 and 生活中出现的问题和突发事件作出有效的处理和解决。而要解决和处理突发事件，可以建立预警机制，做好事先预防和防范，保证各项组织活动正常有序地进行。在江苏xx制衣有限公司的日常工作 and 生活中，同样会有一些问题和特殊情形出现。因此，公司的管理人员就有必要采取积极有利的措施，将出现的问题解决和处理好。同时，要对成功解决问题的经验和方法进行归类总结，以避免日后再次发生相类似的问题，或者为再次出现的类似问题提供处理依据和解决机制。如对于公司财产浪费问题，公司首先要认真开展公司全体员工的节约资源，从我做起的工作。最后一位离开办公室的员工要随手将工作着的电脑、空调、饮水机和电灯电源关掉以后再离开。日常中，看到没有拧紧正在流水的水龙头要过去随手拧紧。在宿舍中，各宿舍舍长要强调宿舍成员不应

浪费水电，晚上休息要按时熄灯。公司的高层要亲自作出表率，给下属树立节约资源的榜样，真正形成节约资源的良好个人习惯和企业环境。另外，公司员工的工作服装统一，可以有利于塑造企业形象和深化企业文化。一个企业的良好形象有助于提高其竞争力，而企业文化可以为其营造良好的工作氛围。

半个月的社会实践一晃而过，我却从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，也让我开拓了视野，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，我们的人生价值将真正得到体现，所以我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

## 社会实践报告办公室工作总结篇二

系部名称：某某大学某某学院专业：汉语言文学（高级文秘）

年级：11级班级：096（班）姓名：俞小学学号：09115555

实践单位：如皋市路翔公路养护有限公司

实践时间□20xx年8月1日——20xx年8月28日共28天

### 实践报告正文

炎炎夏日，我们迎来了我们大学生生活中的第一个暑假，这个夏天虽然格外的炎热，但是仍然阻止不了我参加暑假社会实践的决心，其实自己老早就有这种想法了，一来是为了给自己赚一点生活费，二来是为了更好的去接触这个社会，以便为自己的将来作准备，在进大学之前，很少有机会去实践，时间基本上都花在学习上，自己就像花朵一样，被父母细心般的呵护着，这次的社会实践还是为了证明自己能不能更好

的融入这个社会，看看究竟有多大的差距。

我们暑假放得比较晚放假回家后自己先好好修正了一下，时间过的很快，很快就到了七月底了，于是我跟爸爸妈妈说起暑假社会实践的想法，他们很支持我的决定，并且对我这个想法十分认同和赞赏，我也觉得自己可以通过这次社会实践好好地去接触社会，使自己得到锻炼。但是爸爸妈妈还是不放心的一个人出去打工，怕我因为不懂世事，被别人骗，所以爸爸在他自己的公司里给我找了一份文职工作，并且跟老板说将我跟其他员工一样对待，使我觉得爸爸妈妈的工作是很不容易的。虽然是到爸爸自己的公司工作，但是我还是很不安，不过最后还是鼓起勇气接受了这一份工作。

事情说好后，我稍微准备了一下，八月一号，我正式上班了，刚来的时候有一点兴奋，因为毕竟使自己人生当中的第一次感受真正参加工作的那种感觉，因为自己是做文职工作，所以也有办工作跟电脑，我的工作其实没什么特殊的时间规定，只要整理好老板交代的文件就可以玩了，听起来还蛮轻松的，但是毕竟是刚开始做嘛，还是有一些手忙脚乱的感觉，不过很快就适应了。

但是事情总不是一帆风顺的，我偶尔也会犯一些低级错误，有时候忘记写日期了，有时候把数值写错了，有时候忘记把做好的文件保存了，使得文件丢失，自己还得重新再做。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，不就要被吵鱿鱼了。那一些在公司工作时间比较长的同事，也有点倚老卖老，不知道自己改用什么态度去面对他们，但是后来自己仔细一想，也就是那么回事，自己不去计较就可以了，当然自己知道了这一些后心里也比较宽慰许多了，从中也学到了许多知识和与人处事的道理。

在办公室里自己也有一台电脑，因为到了大学后，自己对电

脑的接触也就比较多了，对电脑也就相对而言是熟悉的了，另外自己的打字速度还是可以的，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，我就要经常帮他修改，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，或者是看看报纸，又或者是上上网之类的，比起自己在家自由自在的待遇，简直就是天壤之别啊，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。俗话说的好，吃得苦中苦，方为人上人。任何事情怕吃苦的话是永远也做不好的，所以我也就不再抱怨了。

在实践的这段时间内，我接触了各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师会去告诉你到底要做什么，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。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。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，以提高自己的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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，人与人之间要学会团队合作，因为有些事情不是你一个人可以单独去完成的，所以我们要学会团队合作，另外团队合作可以使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取并且耐心、虚心地接受。而不要一意孤行，总认为自己是无可替代的，这样只会适得其反。因此我们在社会上去做事情时，要学会去沟通，去与别人合作只有这样我们才能把事情做的更好。

在工作上还要有自信。自信并不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。人一旦有了自信会变得很阳光，社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。天生我材必有用，千金散尽还复来，我们在自己的人生当中，要对自己充满自信，不要轻易的去贬低自己，因为其实我们的人生当中最大的对手是我们自己，如果我们被自己给打败了，那我们的人生还有何意义呢？所以我们要相信自己，追求完美，给自己赢得一个精彩的人生。

诚然，知识的积累也是非常重要的。在当今世界里，一个人如果没有知识，就很难在这个社会上立足。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次我实践的这份工作，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。这次工作也让我了解到知识的重要性，在一家公司里，你的知识越丰富，你的成就

也就越大。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。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的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。另外社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践开拓了视野，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。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 社会实践报告办公室工作总结篇三

最后就是语法，对于这个，我还是按照书上的顺序，正正规归来讲的，就像课堂上一样，讲好一个课时就做一些相应的作业当做巩固练习，有时是书上的一些题目，有些是自己出的，当然还是一比较简单的题目为主，主要就是要增强他们的自信心。当然也有一些经常做经常错的题目，针对这个，首先从题目本身着手，然后就这一类型展开分析，相同类型的题目稍加改变就会变得很不一样，但是只要见过就不会再

觉得陌生，所以要多练。但是每一件事都是有限度的，超过了就会变得很沉重，甚至产生厌恶心理，所以只是让他们做相应量的题目。

以上就是我辅导学生的大致内容与方法，时间总是这么快，就那两个月的家教工作已结束，在这个过程中，我对于自己第一次当老师的表现还是比较满意的，学生对英语的热情也给激发了出来，英语都有了一定的进步。

白驹过隙，不知不觉假期很快就要结束了，在这段时间了我已与那些孩子们剪下了深厚的友谊，我想着这对于我来说是一笔难得财富。经过实践锻炼后，我的个人素质、心里观念、沟通技巧等多方面都获得不同程度的进步，真正达到了社会实践的目的。此次社会实践或许会存在一些问题，但是我欣喜的看到，经过实践的磨练，我变得更加成熟，更加自信。我们有理由相信，当代青年大学生有能力承担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。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。社会经验缺乏，学力不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就会变得容易了。而自信程度，我们很大程度是取决于我们的知识含金量的。知识的积累也是非常重要的，知识犹如人的血液，人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，大脑就要枯竭。这次的实践活动，对于我来说，还是比较陌生的，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好的应用与工作中。这次亲身体会让我有了很大的感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加跟多的社会实践活动，磨练自己的同时让自己认识更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

人生没有彩排，每天都是现场直播。我们必须让自己的人生活得更更有意义，变得更精彩。经过了一个月的教学生涯，现在，我对于老师这个职业有了更深入的体会，当别人称

我“老师”时，已没有了昔日的逃避与羞涩。很多人说教师是太阳底下最光辉的职业，对此，我在暑期家教的过程中深有同感。虽然我只是做了一段时间的“老师”，可我分明感到了这两个给我带来的光荣与自豪感。的这个夏天，在我的内心里，我收获了阳光下最灿烂的感动我收获了属于自己人生道路上的成就。最后，想对自己说：继续加油！自己的路，得自己一步一步走，你已经迈出一步了！

大学生打工要为“能”而动，而不是为“利”而动。挣钱确实是不少大学生打工的目的，但这不应该是唯一目的。对大学生而言，利用打工增加社会能力，这无疑是一笔无形的财富。

## 社会实践报告办公室工作总结篇四

实践职务：办公室文员

实践日期□20xxxx年8月5日—20xxxx年8月20日

### 一、实践目的

- 1、深入社会，积累对社会认识的阅历和对增进社会工作的理解。
- 2、在实践过程中增长才干，锻炼能力，开拓视野，为以后的工作打好扎实的基础。
- 3、在实践过程中培养职业素养，增加工作经验，便于更好地投入真实的工作当中。
- 4、初步了解服装厂的概况：

(1) 公司简介：公司创建于一九八七年，占地面积近2万平方米，固定资产近3000万元，现有员工1200余人，其中高层

管理人员60人，各类技术人员182人。现已形成全毛系列、全棉系列、棉麻系列、毛涤系列的各式工装、休闲装、文秘装、职业装系列产品的生产加工；同时开发了防静电工作服、阻燃防护服等特种防护服的生产。公司拥有国际先进水平的服装生产流水线，自备水洗免烫、石磨喷砂等先进的服装后处理设备。太空牌职业装广泛用于电子、冶金、汽车、化工、制药、石油等行业，现已与许多国家大中型企业建立了长期合作关系，并有部分产品出口到东亚、欧盟、北美等30多个国家地区。

(2) 发展情况：经过多年的发展现已成为国家劳动防护服生产定点企业、重合同守信用企业□aaa级资信企业、在通过了iso9001—20xxxx国际质量体系认证后，先后获得了《全国工业产品生产许可证》、《特种劳动防护用品安全标志证书》，太空牌职业装先后被评为《驰名商标》、《江苏》。

## 二、实践内容

### 1、负责办公室文员的工作

8月5日上午来到公司，经理让我负责办公室文员的工作。如帮助经理打印材料，填写产量表，接听电话，收发传真，整理档案和负责办公室的清洁卫生。我原本以为这些事情会很容易，没想到看似简单的工作其实需要注意很多细节。刚开始我有些手忙脚乱，不知道应该先做什么。于是我主动请教旁边的那位阿姨，她耐心地告诉我该怎么做。经过几天的实习，我渐渐领悟到准确性是文秘管理的基石。它强调办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。并且它在一定程度上能够有助于保证领导工作及时有效地完成。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

## 2、参观车间

有时，我也会跟随经理进车间查看工人的生产情况。看到那些工人们忙碌的身影，我不禁感到自己应该对今后的生活有所计划了，因此现在就必须努力加油。通过了解服装厂的运营情况，我知道了它的基本流程是：订单生产库存客户。订单影响着整个企业的运营和发展；生产则是保证工厂持续发展的关键环节；库存是服装产销的必经阶段；客户是企业获取生存的对象。它们是环环相扣、缺一不可的。同时，经过与员工们的交流，我也基本掌握了生产服装的基本工艺流程，它主要包括三个阶段：裁剪、缝纫、整烫与包装。每一道工序都有专门的技术人员进行操作，当然也都有其配套的机器，只有在正确掌握了服装的工艺流程之后才能更好地制作出高质量的产品。

## 三、实践结果

### 1、增加了动手能力

通过担任办公室文员的这段时间，我很好地锻炼了自身的能力。打印材料、填写表格、整理档案这些看似简单的工作其实需要细心和耐心。而接听电话、收发传真、打扫卫生这些琐碎的事情则需要任劳任怨的精神。同时还要具备认真负责的态度，办事既要不失效率还要有条不紊。所有的这些经历都提高了我的动手能力，让我对办公室文员的工作有了更深刻的认识。

### 2、学会将理论运用于实践

的一个重要目的就是 will 将所学的理论知识更好地运用到实际生活中。我通过这次短暂的实践，也发现了自己所学知识的实用性。英语专业的学生须具备一定的听说读写能力，而将这些能力很好地运用于文秘工作中则会提高办事效率。由于这个公司的产品逐渐走向了国际化，所以很多材料说明都需要

翻译。这时我就会主动帮忙，可是有很多专业词汇以前都没有接触过，所以需要查字典或者请教其他的同事。这个过程不仅用到了我平时所学的知识，而且让我扩大了词汇量，还掌握了一些比较实用的技能。

### 3、开阔了视野，积累了社会经验

这次实践虽然短暂，但是我也从中学到了许多。办公室文员的工作让我学到了很多专业外的知识。通过参观车间，我对服装生产行业有了更多的认识。看到工人们辛苦地工作，我深切地体会到了挣钱的不易。在与其他工作人员的交往中，我也明白了人与人之间沟通的重要性。所以这次实践让我开阔了眼界，也为我积累了一定的社会经验。

## 四、实践总结

### 1、自我所得与感想

在实践的过程中，我既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是由于我并非文秘专业，所以对文秘有些工作的认识仅仅停留在表面，未能领会其精髓。但是一段时间的实习加深了我对文秘基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文秘管理工作有了一定的感性和理性认识。我认识到做好日常企业文秘管理工作要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密相结合。在这段时间里，我不仅培养了实际的动手能力，增加了对实际办公工作的了解，而且充分认识到了自己的不足，受益匪浅，为以后踏入社会打下了坚实的基础，也是我大学生涯中一个重要的里程碑。

### 2、对企业的认识

通过这段时间的实践，我认识到了一个企业或组织的生产和管理不可能完美无缺，毫无问题出现。企业或组织都是在不断地改进和探索中逐步成长起来的，管理者应当针对日常工

作和生活中出现的问题和突发事件作出有效的处理和解决。而要解决和处理突发事件，可以建立预警机制，做好事先预防和防范，保证各项组织活动正常有序地进行。在江苏华美制衣有限公司的日常工作生活中，同样会有一些问题和特殊情形出现。因此，公司的管理人员就有必要采取积极有利的措施，将出现的问题解决和处理好。同时，要对成功解决问题的'经验和方法进行归类总结，以避免日后再次发生相类似的问题，或者为再次出现的类似问题提供处理依据和解决机制。如对于公司财产浪费问题，公司首先要认真开展公司全体员工的节约资源，从我做起的工作。最后一位离开办公室的员工要随手将工作着的电脑、空调、饮水机和电灯电源关掉以后再离开。日常中，看到没有拧紧正在流水的水龙头要过去随手拧紧。在宿舍中，各宿舍舍长要强调宿舍成员不应浪费水电，晚上休息要按时熄灯。公司的高层要亲自作出表率，给下属树立节约资源的榜样，真正形成节约资源的良好个人习惯和企业环境。另外，公司员工的工作服装统一，可以有利于塑造企业形象和深化企业文化。一个企业的良好形象有助于提高其竞争力，而企业文化可以为其营造良好的工作氛围。

半个月的社会实践一晃而过，我却从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，也让我开拓了视野，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，我们的人生价值将真正得到体现，所以我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

## 社会实践报告办公室工作总结篇五

又一年的暑假来临了，在家过了几天纸醉金迷的生活后，我开始了今年的暑期实践。与以往不同的是，这次我去的不再是一些工厂，而是幼儿园。虽然以后从事的是教师这个职业，但是跟这些懵懂的小朋友是打不上交道的。因此，这次的暑

期实践，我充满了期待。

由于幼儿园也是放了几周的假，卫生情况不是特别好。于是在第一天，我协助幼儿园的园长张老师打扫幼儿活动场所，整理幼儿寝室。平时在家都不怎么干活的我，这一次可来了一个真正的大扫除。40多把小椅子、6、7张桌子，要擦得仔仔细细，还要按比例配上消毒水。几小框玩具倒上洗衣粉洗两遍。待教室打扫得差不多了，我又和一个老师去库房领孩子的东西。薄薄的单子、枕巾、小毛巾，数来数去总是数不对，我们几个人数的头都大了，最后大家轮番上阵，数了几遍才确定了。被子、褥子，别看只是迷你版的，几十件也重的不得了。回到教室，还要将床上用品都分好，放在小床上，毛巾要洗干净，餐具要把商标抠掉放消毒柜里消毒。如此忙碌了一番，一天下来，腰酸背疼。

谢桥幼儿园并不是十分大，老师也没有想象中的多。而这次在暑假开班，作为园长，张老师主要负责幼儿的管理。幼儿园的老师们负责保健、养育、并对幼儿进行教育。而实践的我们的任务是协助她的工作，并能帮她分担。

第二天，孩子们在家长的接送下开始来熟悉环境，我们要做好家长的工作，带家长们参观一下这里的生活环境。会后许多家长都留下来向老师咨询一些问题，介绍自己孩子的性格，希望老师们多多照顾，看得出来，家长们对孩子浓浓的爱。当然其中很多小朋友都是以前来过的。把小朋友安排在相应的教室后，让每个孩子都简单的介绍了一下自己，姓名、年龄等。有的孩子落落大方，很配合；而有的孩子十分腼腆，躲在家长身后不敢说话，还没进园，就开始哭了。我们手忙脚乱的哄了半天，让我感觉把自己从小到大所有能用的招都用上了。

来的孩子没有预算中那么多，让人有些意想不到。特别是小班，才来了四个。于是园长把中班和小班合成中班，这样合起来就有15个孩子。这15个孩子以后就由我来协助教育。这

个班的孩子差不多都是4、5岁，个个都天真活泼。应张老师的要求，每天早上我需要给他们上一节正式的课，其余的时间可以给他们自由活动或者组织一起听课画画之类。因为我是数学专业，只能给他们上一些很简单的加法运算。面对他们那一张张纯真的笑脸和一双双充满好奇的眼睛，我感觉到了肩上的重担，这一刻我才真正的体会到人民教师的责任之重。上课前，我不断回想以前老师上课的情景：老师那始终带着笑容的脸和丰富的肢体语言，我告诉自己笑着上好人生中的第一节课。开始上课了，我怀着万分激动地心情，揣着已修改多次的教案迈上了人生中的第一个“讲台”。虽然很紧张，但是我不断提醒自己，不要紧张。课上，孩子们都非常认真。有些可能家长已经教过，所以学起来很快。一节课下来，我还是感觉很有成就感的，对我教的简单加法运算，几乎全班都掌握了。更有一些好学的孩子，让我在他们自由活动的时候出几个算术题目给他们做。在这过程中，我深深体会到作为一个老师的自豪感。临近中午，在他们吃完中饭后，我们要安排孩子们睡午觉。有些孩子很听话，说好要睡觉后就乖乖的闭上眼睛准备。但有些孩子非常不听话，一直不停地发出声音，在温柔策略失效后，我开始改变自己的方式。语气渐渐开始放凶，威胁他们说睡觉会有怎么样的惩罚等等。终于，这群让我欲罢不能的小孩子相继进入了梦乡。这时，我也有了喘息的机会，看着有着可爱卡通图案的小床上，一个个正在酣睡的孩子。心里充满了羡慕，他们真是幸福啊！希望他们都能快乐成长，有个完美的人生。不过，下午有了场\*\*，有个家长来接孩子的时候，脸色很不好。走到我跟前就说：“一个班怎么那么多孩子啊！这样能行吗？地方又小，环境空气不好，又那么吵，你们老师怎么都不管管的啊”我说：“现在的老师是老师很有经验，能够很好的教导孩子...”但是他们根本就不听我的解释。一直吵吵说幼儿园不好。这时我心里有说不出的委屈。心里想，你们应该问园长啊！再说这又不是我的错啊。这时我才发现做好家长合作是多么的重要。

在回住处的路上想着在幼儿园的一天的生活，虽然有些累，

但和小朋友在一起还是很快乐的。在心里做下决定，以后要好好努力！

现在的孩子们在家都是娇生惯养的独生子女，从小的溺爱与呵护让他们活得很自在，他们不仅聪明，接受的东西非常多，而且胆子也很大，各个都很活泼。深深感觉到现在的家长都很注重素质教育和艺术培养，听园长说起码有百分之六十的家长从小就开始培养孩子，而有的孩子的技巧水平几乎都超过了老师！而作为幼儿教师如果没有坚硬技能技巧的底蕴，根本没有办法在幼儿园呆下去，突然明白，现在的竞争里那么激烈，何况仅仅是一名幼儿教师呢！

不过这些孩子也有让人非常操心的地方，他们的自理能力实在是太差。每天都会有小孩子尿裤子，班里有个孩子，连续两天尿了裤子。幸亏家长已提前做好准备，多带了一条裤子。我得时时把他放在我的视野之内，随时提醒他要去上厕所。两个孩子，为了一个小玩具，就可以打上一架，一不小心就会有孩子被弄哭。所以，我的视线不可以离开一下，得处处留心。有的不会穿衣服，有的不会上厕所，有的连吃饭也要喂；有的孩子爱粘人，有的孩子就爱一个人坐着，什么也不说。每一个都要仔细对待，面对不同的孩子，我只有努力学习去接受他们，让他们能学到新东西。

这次实习，我学到最重要的东西，便是去培养孩子们的自理能力。记得刚去实践的时候，看到小朋友椅子放得不整齐，我就会帮他们放好；他们告诉我饭菜吃不完，我就叫他们不要再吃了；他们要上厕所，不管当时在做什么活动，我都以为应该让他们去上厕所，他们不会自己脱衣服的时候，我会主动帮他们脱等等。我以为我是在帮助他们，可事实却并非如此。经过园长老师的提示后我才认识到我的行为的后果就是他们永远都不能学会自己的事情要自己做，不能养成良好的行为习惯。况且，这么多孩子都需要爱，我们不能同时忙过来，所以只有培养他们自己的能力。我的行为的出发点是关爱幼儿，但结果却是溺爱他们。所以经过反省我觉得幼儿教师心

中应有一把尺，这把尺其实就是教则，这些原则的出发点和终点都应的发展和提高幼儿的能力。应该就是“授之以鱼不如授之以渔”。因此，在接下来的实习阶段，我总是鼓励幼儿，让他们自己来，学会穿鞋，学会上厕所。这些简单的动作，对于孩子们，学起来却会很困难。为了激励他们，园长老师还买了小红花，谁表现好都会贴到衣服上，哪怕只是一点点的进步。没几天，家长们来了就会说孩子在家如何进步了，如何懂事了。家长们高兴，我听了，更像吃了蜜一样甜。以前，我总认为，一个老师记住这么多孩子的性格、优点、缺点是很不容易得，可真的体会一回，发现其是并不难，因为此时我心里有他们，关注他们，爱他们，仅用2天，我就记住了全班孩子的名字。我想。这就是教师的责任，要去爱每一个孩子，是一种大爱、博爱。

接下来的实践，随着和幼儿园的老师不断交流，我也在管理孩子的方面上有了点经验，慢慢的我也进步了不少，也懂得了如何和孩子们交流，怎样照顾孩子的生活起居。在与孩子们的相处中，让我震撼到的是孩子们的话语。有时候他们的话可能不怎么中听，但是都只是真话。孩子们的心都是单纯直接的，他不会像大人们说话那样拐弯抹角，他们喜欢就是喜欢不喜欢就是不喜欢。

幼儿园的这几天真的收获很多，感觉自己前两年的学习很理论，实在是需要让自己多多实践!所以要想在今后的教师路上走的更加顺畅就必须从现在开始，抓好基础，拥有较高的文化素养!充分的利用在校时间，努力充实自己!使自己得到最好的锻炼。

不知不觉中，我的实践生涯就结束了。时光老人就把我实践的一周的时光一笔划过了。

## **社会实践报告办公室工作总结篇六**

实践主题:跨专业的办公室实践

时间:20xx年1月15日至2月10日

地点:xx校办公室

为响应学院有关大学生社会实践活动的号召,本人积极参加,认真的完成了社会实践活动,现将此次实践活动的有关情况汇报如下:

我的家乡地理位置偏僻,经济极其不发达,没有什么机械类

工厂可以供我学习实践,于是我来到了我的母校——xx校办公室开始了为期近一个月的社会实践。对于学模具专业的我,对办公室的文书工作生活还不很熟悉,此次社会实践给予我很大的帮助。我加深了对社会的认识,渐渐熟悉了办事程序。近一个月来,我积极配合办公室的其他老师参加文件处理工作,整理档案,并做一些文字修改工作。通过反复的计算机操作,我已能非常熟练地使用word20xx和excel20xx[]这些使我受益匪浅。此外,我还积极打扫办公室的卫生,负责收发办公室邮件、传真,打印复印材料,教师工作年终审核,批阅学生试卷,参加会议记录传达消息,接听电话并作笔录,接待来访的学生家长等等。

通过此次社会实践,我学到了很多在我这个专业上学不到的实践经验:

第一,耐心。

办公人员需要批复大量文件,简单重复的工作是主题。浮躁缺乏耐心是无法做好工作的。对于学模具的我在毕业后的前几年里,必将在工厂中长时间负责同一工序,成天面对冰冷嘈杂的机械设备,工作环境狭小单一,久了难免感到疲倦。然而即使这样还是必须有充分的耐心,否则工作难以完成,更别提想要升入高层。

## 第二，细心。

在办公室学习过程中，学校老师认真细心的工作态度和详实具体的工作方针给了我深刻的印象。现代机械设备需要很高的精密度，在模具画图标注数值符号时，零点一毫米的错误都可能使一台机器报废，造成巨大的经济损失。通过近一个月的工作，我逐步改掉了粗心的坏毛病，这对我在今后的学习和工作中定是一笔不小的财富。

## 第三，待人接物从容不迫。

这次实践让我见了世面，开始改掉见人退缩的毛病，逐步学会大方的对待每一个人，搞好和同事领导的关系。这是我走向社会的第一步，也是最基本的要求。

## 第四，工作办事有条理，热心。

有条不紊的完成各项份内工作任务，积极主动的要求其他工作并顺利完成，这是我尝试接触实际工作的一个成功的开端。

## 第五，对新事物的学习和接受。

例如打印复印文件材料和接受传真等等是我以前没有操作过的，此次实践活动给了我一个很好的实际操作机会，我已经可以熟练使用这些设备。

“千里之行，始于足下”，这近一个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和老师们的教导，这是我

一生中一笔宝贵财富。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它是在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，学校之所以重视我们大学生参加实践活动，就是想让我们在实践中得到锻炼，在实践中得到真正的知识。

通过这次实践引发我不断地思考一些实际问题：该怎样更广泛的积累知识以及明确今后的努力方向，我深觉自己有许多不足之处，在今后的生活中，我会朝着自己的目标，不断努力学习，弥补不足，为自己的理想而奋斗！

最后，衷心感谢我的母校——xx校，给我提供这次实习机会，感谢办公室领导和老师在我实习期间对我的关心与帮助，使我能够圆满的完成此次社会实践。