

2023年暑假认知实践报告(大全8篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

暑假认知实践报告篇一

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，四十一天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

用一份日程工作来展示我一天的工作：

6：40 在车间门外结合排队准备接班，等待车间主任，班长的安排。

7：00 正式接班(白班与夜班的交换)。

11：30 正式午餐。

12：00 开始工作。

19：00 结束工作(由班长检查当天的工作)。

上面是白班的工作日程，每周日都要进行白班与夜(!)班的交换。周日白天每个班都只上6小时，这样就刚好能将白班和夜班倒过来。下面我介绍一下夜班的日程：

18：40 在车间门外结合排队准备接班，等待车间主任，班长的安排。

19：00 正式接班(白班与夜班的交换)。

00：00 正式夜宵。

00：30 开始工作。

7：00 结束工作(由班长检查当天的工作)。

在这企业中没有假日，如果你想休息，你可以找班长请假，但是每月每人的假期不得超过3天，这些都是公司的规定。公司里还有很多的文件规定，在那里除了工作外，还得学习这些文件，以及一些技术性的文件。

现今，在人才市场上我们已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然只有短短的两个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

我们大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。大学

生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

这次的暑期实践是我真正的第一次独立外出工作，虽然有短短的四十天但给了我许多的锻炼机会，也算是初步社会。

又一年暑假，不知不觉中大学生活已经匆匆过去了一半，是时候该想想步入社会该作怎么样的打算了。所以20xx年的暑假便想提前体验一下作为一个准社会人的感受。

炎热的夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的暑假和去年有所不同。其实学校要求我们参加社会实践，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。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级

欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。现今人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都有工作经验。

所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多

的大学生都清醒得知道 “两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习东本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参与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本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

在这种地方，看得到的机会，的挑战，有时会把自己与那些出入写字楼的同样年轻的人比较，心里真的感受到那很明显的差距，当然，这种差距并不是一时一日而起，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

因而，结束工作的时候，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人，的时候是社会，职业选择自己，面是不是的自己去选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧，总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

共4页，当前第3页1234

暑假认知实践报告篇二

众所周知，乡政府是最基层的国家行政机关，它直接应对老百姓，直接解决老百姓遇到的实际问题。在这十多天时间内，我们每个人都有收获，学到了许多在学校，在课本上学不到的东西，学会了怎样更好地与人沟通、怎样与人相处、怎样处理好人际关系等等。

学历只是敲门砖。记得有个人说过这样的话：你的学历有多高不重要，重要的是你的学习潜力有多强。因此学历高不能代表潜力必须就强，你的degree只能作为你获得某个职位的敲门砖，领导在面试时或许会把你的学历看得分量重一点，但仅此而已。你绝对不能凭学历获得更快的promotion和更多的money□

潜力决定前途。学校跟社会还是有很大区别的，一迈进社会，你在学校所有的成绩都统统被抹去，而不管你以前如何如何辉煌，因为没有人会把你以前的成绩当做排序规则。领导看中的的是你在今后一段时间内的表现，他们所关心的是你能否提高这个单位的工作效率。说白了，就是你的ability决定你的前途。当然，如果你说我有潜力啊，但是别人就是不明白我啊，我相信是金子总会发光的。那你就大错而特错了，千里马有很多，但是伯乐却相对短缺，再说了，领导也完全没必要天天为寻找千里马而费尽心思，因为总有一些人明白如

何让领导发现自己身上的闪光点。所以，时不我待，该出手时就出手。

工作效率是重中之重。不管是事业单位还是企业单位，领导看重的都是你的efficiency[]在某些西方国家，公司并不看好那些加班的员工，因为你加班意味着你的工作效率太低，不能在规定时间内完成自己的工作。因此，工作效率是很重要的，能够在最短时间内出色地完成本职工作才是领导最想看到的结果。那么，如何才能提过工作效率呢方法和思路!工作方法选取得当是诀窍之一，工作思路灵活是诀窍之二。有句话说得好：思路决定出路。要及时转变工作思路，选取最有效的工作方法，这样你就能事半功倍。

初入职场，要善于学习。初入职场，不能心高气傲，要随时随地向资历深的同事学习，学习他们为人处事的方法。要多听多想，而不是夸夸其谈，讨人厌恶。要持续良好的人际关系，而不是四面树敌，四面楚歌。待人接物要注意方式，说话要注意分寸，不能有过激的语言。总之，要低调一点。

也许，我们还年轻，还没经历过风雨，但我们能够慢慢学习，慢慢来……

另外，酒店的人才培养制度为我们带来了超多的学习机会，为我们带来了就业机会。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你带来的学习机会更多。只但是，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上带给的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

暑假认知实践报告篇三

社会实践是大学生提高自身素质的重要环节，也是学生们将

所学知识和文化应用于社会重要的过程。它既是学生学习实践成果的全面总结，又是对学生各方面能力的一次全面检验。

我校大学生暑期的“三下乡”社会实践活动坚持以深入学习实践科学发展观为核心，通过服务地方经济社会发展以及服务青年学生成长成才为主线，引导学生能够坚持理论联系实际，在多次社会实践中得出正确的社会观察的结论，真正实现“受教育、长才干、做贡献”。较为广泛地开展理论及成就宣讲、教育帮扶、医疗服务、科技支农、文艺演出、法律援助、社会调查等活动。通过对此次活动内容的深入阅读和理解，我院组织同学们参加了深入大孙庄小学及其周边村庄的调查和实践工作。

本次暑期社会实践活动，目的在于加强我院学生的社会实践能力，丰富我院学生的暑期社会生活，增强我院学生的交际能力和与人沟通能力，使我院学生之间能够更好的相互了解、相互认识，增加友谊；同时，为我院学生与学院老师之间的相互沟通及了解提供广阔的舞台，增强了师生之间的友谊。与此同时，这次活动的目的也是为了丰富郊区小学生的暑期学习生活，增强小学生对学习的浓厚兴趣，尤其是对趣味化学实验的兴趣，让他们感受到学习的乐趣，同时通过各种趣味游戏，丰富和充实他们的课余时间，同时达到教育和引导的作用，让他们懂得学习的重要性，以及学习对于改变自己命运和祖国明天发展起的决定性作用。了解新中国65年的风雨历程，增强爱国主义情感，努力为祖国的建设贡献自己的力量，用自己的辉煌在共和国的历史上画上最浓重的一笔。

通过搜集资料、参观考察、社会调查等方式，从历史和现实、理论和实践、成就和经验相结合的角度，充分学习、了解、感受新中国65年的发展道路和巨大变化。通过图片展、专题讲座宣传板报等形式在大孙庄小学和农村人民群众中宣传建国65年的成就，大力唱响中国共产党好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主旋律。

流程就行了细细的筹划。在前往目的地的途中，我们又把需要做的工作事宜进行了一次统筹。当大巴车在大孙庄小学的操场稳稳停靠的那一刻，我们参加暑期社会实践的同学也开始积极的展开了我们工作。我们首先与大孙庄小学的校长和大孙庄村的村委会进行了洽谈，商讨了今天实践活动的具体事宜，由于我和苏思源同学与大孙庄小学和大孙庄村委会的负责人提前进行了联系，并且对当地的实际情况进行了实地考察，所以我们的这方面的工作在非常顺利的过程中结束了。

然后，我们在大孙庄村委会成员的带领下对当地村民进行了我们自己设计的调查问卷(见附录)，虽然当地的水品村民的文化并不是很高，但是在我们的细心讲解下他们也非常乐意的配合我们的问卷调查；虽然我们对当地的方言还是有些不适应，但是在同学们的耐心倾听下和在村委会干部的热心帮助下我们也顺利的完成了我们的问卷调查；虽然当时的天气情况不是很理想，但是拥有吃苦耐劳精神的同学们没有一个抱怨，并且都很出色的完成了自己的工作。

在同学们的积极努力下，在村委会成员的热心帮助下，在当地村名的积极配合下，我们在规定的时间内按质按量的完成了我们调查问卷工作。

在实践结束之后，我们对调查问卷做了总结□XXXXX

虽然当地的生活习俗是中年以上的公民大多在家务农，而年轻人则是到城里或者附近的工厂上班，但是我们此次实践活动的时间选在了周末，这也保证了参与调查问卷的72名公民的年龄分布比较广泛，这也使我们的调查问卷更加有说服力、全面性和权威性。通过我们的调查问卷总结结果我们发现，不管当地的公民从事什么类型的职业，不管当地公民处在什么样的年龄段，他们都还是有相当高的环保和节水意识。通过第一、第二题和第九、第十题我们可以很清楚的看出他们大部分都很明确环保工作和节水工作是属于我们全体公民的义务，也是我们全体公民的义不容辞的责任，当他们看见有

破坏环境和浪费水资源的现象他们也会积极的去制止，这种环保和节水的责任感似乎已让每个人有了共识。通过第三、第四和第十一题我们可以得出这样的结论，当地的居民已经非常担心自己的居住环境，担心水资源短缺问题和后代子孙的生存问题，我想这些肯定会增强每位公民的环保和节水意识，增强危机感和责任感，这对于我们环保部门的环保和节水工作的顺利进行有着积极的意义。当然我们也不难发现，他们对于我国的环境污染形势和水资源短缺形势已经有了初步的了解，对于一些污染环境的已经落后的生活习俗他们也有了非常深刻的意识，并且正在逐步改正，慢慢的去寻找更加有效，更加有利于环保和节水的方法。

与此同时，我们意识到，虽然他们的文化水平不是很高，但是他们也有相当高的环保和节水意识，并愿意积极的投身于环保和节水工作当中；虽然他们只是在自己村庄周围活动，但是他们的环保和节水观念却不像我们想象的那么有局限性；虽然他们不懂可持续发展的真正含义，但是他们知道一些基本的类似可持续发展的环保和节水方式；虽然他们想让自己生活变得更加方便舒适，但是他们也不忘后代的发展；虽然他们希望自己的孩子学习好文化课，但是他们也热切的希望学校开展环保教育课。通过我们调查和接触到的种种现象表明，环保和节水意识已在每个公民心中扎下了根，已在每个公民心中烙下了印，环保和节水的普及工作已经在基层深入的展开，环保和节水的倡导已经深入人心。

完成了调查问卷工作的我们在上午九点回到了大孙庄小学进行我们的暑期安全教育和对小学生的爱国主义，爱校主义的教育。在大孙庄校长的提议下，在获得大孙庄全体老师的赞同下，我们参加暑期社会实践的同学通过分组，进入到每个教室，通过我们自己制作的视频和其他影视资料对各个年级的小学生进行暑假防水、防火、防骗等方面的安全教育和爱国主义教育、爱校主义教育，并督促他们要好好学习，为了自己的人生目标而努力奋斗。

通过对各个班级的安全教育和爱国主义教育，我们也对整个大孙庄小学有了一个比较全面的印象，这对于我们来到五年级一班和二班，进行我们的主体活动有了一个更加充分的认识和丈量尺度。这次活动共分两部分，一部分工作是由我和苏思源同学用我们自己配置的消毒液对学校 and 教室的各个死角进行消毒，为学校营造一个更加卫生和舒适的学习环境，并积极为预防h1n1甲型流感做宣传，使人们更加了解病毒的具体情况 and 传染方式并为积极做好预防工作。我们这些工作不仅体现了我们学院的特色，也使我们所学的知识与实际相结合，得到了大孙庄小学全校师生和学生家长的一致好评。

完成我们自己的消毒和宣传预防流感工作之后，我们来到教室与其他同学一起进行我们其他活动，这也是我们的第二部分的 activity，通过爱国主义和爱校主义视频，让大孙庄小学的学生内心油然而生的升起了一股爱国和爱校情怀，这种情怀源于心却表于情，这种情怀源于瞬间却化为了永恒，这种情怀源于赤诚却让人感动，这种情怀源于过去却昭示着未来，这种情怀源于童真却维系一生，这种情怀源于年轻却会化为憧憬。

通过有趣的化学实验——晴雨花、指纹鉴定、可乐变雪碧、茶水变墨水——墨水回变茶水——激发了所有同学的兴趣和热情，充分调动了同学们的积极性，使同学们也积极主动地上台进行活动，并非常热切的想自己动手完成实验，而在我们同学们的积极帮助之下，他们实现了这个小小愿望，并且也学到了很多知识，对他的学习兴趣的激发有非常积极的影响。实验虽简单，却让他们看到了化学的魅力，知道了学习的乐趣，明确了自己的学习目标；实验虽有趣，却让他们在趣味当中看到了知识在远方向他们招手，看到了自己的大学梦，看到了自己为这个梦想奋斗的身影。虽然这些现在看来有些虚幻，或许是一种幻想，但是这至少让梦想在他们幼小的心灵中扎下了根，慢慢的这个梦想会发芽，开花，最终将结出累累硕果。这硕果献给他们奋斗过得青春，献给他们不悔的人生，更重要的时献给我们的祖国母亲，献给祖国的一份贺礼。

完成了我们与同学们之间的活动，我们和同学们心中都留有一份不舍，虽然不知道那份不舍是怎样的一种感觉，但是我们都知悉，那份不舍却来源于内心的那份感动。在结束了我们的合影之后，我们带着那份源于耐心的不舍离开了我们的暑期实践基地——大孙庄小学，离开了与我们已有感情的小学生们，离开了让我们找回童年感觉的那片热土，离开了那些天真烂漫却又渴望求知的孩子。

虽然我们完成了20xx年的暑期社会实践活动，但是我们大学生实践之路仍然没有完成，我们大学生的实践之路仍然很漫长；虽然我们通过自己的努力，通过我们前期出色的准备工作非常完美的完成了此次暑期社会实践活动，但是以后的实践之路上还会有更多的艰难险阻，以后的实践之路还会更加坎坷崎岖。但是拥有年轻这笔财富的我们定会在此次社会实践的基础上，发扬大学生和年轻人的优良品格，再接再厉，积极创新，定能出色的完成我们的人生规划，享受俯瞰人生蓝图的愉悦；实现我们的人生目标，回首遥望崎岖人生路上的鲜花；登上人生的巅峰，品味一览众山小的快感。

或许在别人眼中，短短一天的社会实践活动并不能让我们收获很多，但是我收获了感动，感动于学院老师对我们工作的全力支持，感动于我们这个团体所有同学的辛勤付出，感动于大孙庄小学老师对我们工作的支持和帮助，感动于大孙庄村委会干部和大孙庄村民对我们调查问卷和宣传环保节水工作的大力支持，感动于我们此次暑期社会实践的那一点一滴的收获，感动于我们每个人能力的全面提高，感动此次活动中的每一个精彩瞬间，感动于每一个激动的时刻，感动于我们走过的实践之路让我们的人生不是空白。

在获得成功与感动的同时我们也意识到，我们此次暑期社会实践活动并没有将我们所有的能力和才华展现的淋漓尽致，我们不是有所保留，我们也不是不尽我们的全力去完成我们的工作，只是我们现在还没有将我们现有的知识和才华展现出来的能力，这也是我们参加实践活动的一个重要原因，这

也是我们以后在工作中需要锻炼的地方，这也是我们大学生需要提高的能力，使我们以后学习和生活中需要提高的能力。或许这种能力的获得并不是那么的容易，我们也非常清楚这种能力和获得对于我们有非同寻常的意义，但是我们也必须明确这种能力需要一个循序渐进的过程，需要我们不断的锻炼，需要我们不断地付出与努力，需要我们为了这一个目标而不懈的奋斗。

短短一天的暑期实践工作结束了，但是它留给我们的实践之路还没有完成，我们需要做的还有很多，作为大学生，作为中国年轻的一代，我们需要挖掘自己的潜力，展现自己的能力，在人生的大舞台上展现自己最华丽的舞姿，在人生的历史画卷上画最浓重的一笔，在共和国的建设之路上铺下最坚实的地基，在共和国的前进道路上挑起共和国坚挺的脊梁！

共4页，当前第4页1234

暑假认知实践报告篇四

今年暑假，我到xx有限公司-进行了时间的实践工作，通过它内部的人事部面试，我进入了氧化车间，岗位是下排。氧化车间的主要的业务流程是将挤压成型的市场铝材通过氧化，着色，磨砂，封孔，电泳等技术保护铝材。下排是氧化工序的最后一关，就是将氧化好了的铝材从排架上下下来放好，送到包装车间去。

没有实践，就没有发言权，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的暑假和去年有所不同，虽然去年也有过暑期找工作的经历，但那是家教，也没有什么挑战性，与社会的接触也不多。其实学校要求我们参加社会实践，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。才决定到企业

里去体验工作的。

为了工作的更好，除了公司的培训外我还去找过了好几过老员工来教导，在这些交流中我深深感受到人与人交流的重要性，其实在生活中我们只要真诚的用心去放心去与别人交流，你会获得很多意想不到的收获。

记得打工的第一天，我不小心把一个老员工伤到了，我当时不知所措，连声的说了几声对不起，结果意外的让我感到惊讶，他却没有任何的感到不好，他却说这没有什么大不了的，在这里干活很容易被伤到和伤到别人，以后自己要多加小心啊！我连声的说到谢谢，我会的。在这些交流中让我们感到很多的关心，也让我们学会怎么去关心他人。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。原来生活可以更加充实；原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

共4页，当前第2页1234

暑假认知实践报告篇五

转眼间已经是大三了，大学生活已经匆匆过了一半，是时候该想想步入社会该作何打算。所以便想提前体验一下作为一个社会人的感受。为以后真正的出入社会做好准备，积累点经验，

不至于在大学这个象牙塔中迷失自己，与社会脱轨，我们应该深入社会，了解到底需要什么样的人才，我们在学校中更重要的是学习什么，有方向的去学习把握自己。

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

“没有实践，就没有发言权”，只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。

雷会计根据我的实践时间，主要是让我了解财务的使用和会计处理的流程，并做一些简单的出纳。我认真学习了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程。实践期间我努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合。在实践期间我遵守了工作纪律，不迟到、不早退，认真完成领导交办的工作。一天正常的工作开始了。首先我要查缺前一天做的帐是否有遗漏，检查完毕后，雷会计给我看了以前她做好的凭证，告诉我一些在做凭证时应该注意的地方。在看凭证的时候我发现了一些问题，例如教育费附加、地方教育费附加、城建税、水利建设费等不知道是怎么计提的。还有一些科目和以前在学校学的有所不同，最简单的举例：课本上的“库存现金”到现实中企业里用的就是“现金”科目，还有课本上把付给职工的薪酬记入“应付职工薪酬—工资”但是企业中把它记入“管理费用—工资”还有很多关于薪酬都记入福利费、保险费等。通过雷会计的讲解使我了解到原来在企业里还有这么多我们以前不知道企业要

交的税。

会计本来就是烦琐的工作。在实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！

实践是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过这次的实践，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来大学里所学知识的巩固与运用。从这次实践中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。由于会计行业的特殊性我只能参加财务部门中较为简单的工作，如出纳及帮助会计进行帐目的核对等工作，但是，这帮助我更深层次地理解现在的企业会计，并且我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进步的掌握。不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。实践暴露了我许多知识上的不足，也是对理论知识的一种补足。会计工作中的每一个步骤都是十分重要的，只要有一个部分出差错，那么就会牵连到其他的部分，所以会计真的不是简单的算算记记，这是一项十分严谨的管理活动。并且计算机在会计中的运用越来越重要，在以后的学习中应该注意计算机和会计的结合，以后人工的会计将会被逐步取代。此外，我还结交了许多朋友、老师我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。在这次的社会实践中，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，也改掉了许多毛病。知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变。而为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于

不败之地!转眼间已经是大三了,大学生活已经匆匆过了一半,是时候该想想步入社会该作何打算.所以便想提前体验一下作为一个社会人的感受.为以后真正的出入社会做好准备,积累点经验,不至于在大学这个象牙塔中迷失自己,与社会脱轨,我们应该深入社会,了解到底需要什么样的人,我们在学校中更重要的是学习什么,有方向的去学习把握自己。

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存,同时,也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会,在实践中增长见识,锻炼自己的才干,培养自己的韧性,更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用,自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践,找出自己的不足和差距所在。

“没有实践,就没有发言权”,只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。

雷会计根据我的实践时间,主要是让我了解财务的使用和会计处理的流程,并做一些简单的出纳。我认真学习了正规而标准的公司会计流程,真正从课本中走到了现实中,细致地了解了公司会计工作的全部过程。实践期间我努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化,尽量做到理论与实践相结合。在实践期间我遵守了工作纪律,不迟到、不早退,认真完成领导交办的工作。一天正常的工作开始了。首先我要查缺前一天做的帐是否有遗漏,检查完毕后,雷会计给我看了以前她做好的凭证,告诉我一些在做凭证时应该注意的地方。在看凭证的时候我发现了一些问题,例如教育费附加、地方教育费附加、城建税、水利建设费等不知道是怎么计提的。还有一些科目和以前在学校学的有所不同,最简单的举例:课本上的“库存现金”到现实中企业里用的就是“现金”科目,还有课本上把付给职工的薪酬记入“应付职工薪

酬—工资”但是企业中把它记入“管理费用—工资”还有很多关于薪酬都记入福利费、保险费等。通过雷会计的讲解使我了解到原来在企业里还有这么多我们以前不知道企业要交的税。

会计本来就是烦琐的工作。在实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！

实践是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过这次的实践，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来大学里所学知识的巩固与运用。从这次实践中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。由于会计行业的特殊性我只能参加财务部门中较为简单的工作，如出纳及帮助会计进行帐目的核对等工作，但是，这帮助我更深层次地理解现在的企业会计，并且我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进步的掌握。不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。实践暴露了我许多知识上的不足，也是对理论知识的一种补足。会计工作中的每一个步骤都是十分重要的，只要有一个部分出差错，那么就会牵连到其他的部分，所以会计真的不是简单的算算记记，这是一项十分严谨的管理活动。并且计算机在会计中的运用越来越重要，在以后的学习中应该注意计算机和会计的结合，以后人工的会计将会被逐步取代。此外，我还结交了许多朋友、老师我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。在这次的社会实践中，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，增长了见识，也

改掉了很多毛病。知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变。而为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地！

“千里之行，始于足下”，这近十天短暂而又充实的实践，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。通过这次的实践，我通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更重要的是检查一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认，找出自己的不足和差距所在。在这种地方，看得到的机会和挑战，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

因而，结束工作的时候，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人的时候是社会，职业选择自己，面是不是的自己来选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧，总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

“千里之行，始于足下”，这近十天短暂而又充实的实践，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。通过这次的实践，我通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更重要的是检查一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承

认，找出自己的不足和差距所在。在这种地方，看得到的机会和挑战，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

因而，结束工作的时候，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人的时候是社会，职业选择自己，面是不是的自己来选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧，总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

暑假认知实践报告篇六

实践时间□20xx年7月10日 至 20xx年7月23日 ，共计14天

似乎是从中学开始，假期社会实践这一词汇便在我们的脑海慢慢的留下印象，社会实践本应该是由自身自发参加，但是我们却赋予了它学分的价值，在目前中国教育由应试性转变的过程中，毫无疑问，强制力远远要有效于自制力，为了这门必修课，我们无疑要着手准备重视，然而完成一件事情，可以敷衍，可以认真，我们已经是成年人，理应应该去真正的做些什么事情来锻炼我们自己，同时承担一份自己力所能及的责任。社会实践的形式多种多样，我们选择成立爱心支教团，是因为我们能力有限，我们不可能去探究一些未知的新发明，或者去调查个什么事情，取得多么宏伟的成绩，那也是痴人说梦。我们的资本，就是十年寒窗的积累，在那些落后的地区，孩子们始终把大学当做多么遥遥无期的目标，他们包括父母家人的观念，都或多或少有一些局限性，的确，大学梦是每个家庭的梦想，然而教育水平的不发达再一次造

成了困扰，虽然只有十几天，但是我们会尽可能把握一分一秒，尽可能为他们解决更多的问题，要知道，不会的东西数不胜数，但是学习一些基本技巧，那会如虎添翼。我们在这十几天中，能够让他们感受到关爱，能够有所学有所信心有所希望，那当我们在踏上回家的归途时，可以问心无愧，给孩子们一个满意的交代，给寄希望于他们一身的父母一个满意的答卷，也是给我们此行画上一个完美的休止符，那便足矣。

本学期期末考试于7月9日结束，因为实践活动小组成员家住距离有远有近，有xx本省的，也有东北等地，考虑到回家的方便性，我们把实践时间定于7月10日开始。另外，虽然我们已满18岁，但还是学生，还是每一位爸爸妈妈的掌中宝，一切经济来源依旧是依靠父母，初定有两个实践地点：一是选择在xx鹿邑县；二是选择和其他大学团队一起去xx.因为xx是xx本地，加之有本地同学，在语言沟通交流，以及人身安全，包括花销成本，相对于方案二都有一定的保障，因此最后我们决定的实践地点，就是xx市鹿邑县xx村，之前经调查了解□xx村经济水平有限，很多大人都选择外出打工，所以有很多留守儿童。

队伍一行13人，相对于其他实践团队人数，有2倍之余，一同乘长途汽车也不方便带队，因此我们决定分两个小队出发，第一个小队于7月10日早晨到达目的地，负责活动正式开始前的前期准备，在当地进行此次活动的宣传，选定被帮助的学生，与当地村委会、政府取得联系，出示相关证明。有一个比较纠结的问题就是我们的住宿问题，我们初定方案是在被辅导学生的家中，但是也要考虑我们团队女生成员的安全问题，以及其他方面，因此第一小队在到达时，经过一天的奔波，熟悉了周围的环境，同时找到了一家小的家庭旅社，所有安排准备就绪，只等与第二小队会面。

7月11日早晨，第二小队出发，经过三个多小时的车程，在中

午到达我们的实践地点，13位成员碰面，为了保证教学质量，我们决定以一对一辅导的教学方式，早上一起从旅社到xx村，然后各自到各自的学生家中，中午间隔性的一起在外面的小餐馆吃午餐，之后回到各自学生家中午休，继续上课辅导，下午六点半于固定地点集合返回。

意料之外，也是情理之中的是，之前在联系13名学生的时候，便有很多家长闻讯主动上门找到了我们，请求为孩子辅导功课，孩子人数不断增加15人、20人、30人有的成员是将两三名孩子凑在一起辅导一天，而有的则上午去这家，下午跑到那家。

当然，关爱留守儿童，传递温暖，并不是单纯的辅导功课，我们也会将几家孩子集合到一起，陪他们做游戏，玩得不亦乐乎。也会给他们讲讲高中、大学的故事，孩子，因为梦想，因为单纯而伟大，至少，我们能尽可能的多帮助他们，树立一些希冀，为着他们对大城市、大学、新生活的向往而去逐梦。

这一次的支教活动，不论过程也好，结果也好，都超出了我们的想象，之前总是担心，因为条件艰苦，会有成员经受不住，打退堂鼓，或者出现消极应付等现象，但是后来发现，真的是杞人忧天了，我们每天早出晚归，赶上几天天气不好，还要踩着各种泥泞，中午简单的午休，大家在地上铺上一层大的塑料袋子将就着睡上一会儿，但是谁都没有说苦说累，仿佛看到了每个人在这次活动中的成长与磨砺。偶尔傍晚时分，大家一起出来散散步，吃一些当地的小吃特色，苦中作乐，笑的都是那么开心，忘却了白天的辛苦，真的有一种说不出的感觉，是感动，是欣慰，还是什么，我也说不清。

这次活动的意义，不止是对于我们个人的成长，当然还有我们帮助的那些孩子们，孩子的家长们不止一次的说起，这些辅导对于孩子们的效果，以及我们讲的一些其他方面的东西，真的很有作用，临走的那天，看到给他们的帮助，以及全村

人的热情与赞扬，我们也算是给这一次的活动，给我们自己，给孩子们，给那些爸爸妈妈爷爷奶奶，交上一份满意的答卷。

同时，我们经过每天微博的编写，也得到了xx媒体的肯定与支持，学校领导的关注，宣传作为华水学生的形象，也让越来越多的人关注身边的那些留守儿童，传递爱心，分享感动，让爱，在我们的身边，经由我们，蔓延。

白驹过隙，转眼已经过去了快两个月之久，翻翻那些曾经的照片，一切情景，好安静、好熟悉，仿佛如昨日般重现在脑海，再回首，恍然如梦。

那段时间，大朋友和小朋友们一起生活。那段时间，我们一起计算着统计、分数、全等与相似那段时间，我们一起背诵着张xx□李白、遍插茱萸少一人那段时间，我们一起说着whats your name□一般疑问句□how□which忘不了大家嬉戏打闹捉迷藏的日子，忘不了大家顶着烈日、踩着泥泞的生活、忘不了作为一个城市人，初次坐上三轮那种意外的浅薄。

还记得临走的那天，孩子们一窝蜂一样，把自己精心准备的礼物送给我们，抱着我们拍下一张张照片，稚嫩地写下我们的联系方式，充满希望的问着我们还来不来了、什么时候再来，以至于某几个和煦的午后，当我在家享受着下午茶时，电话突然想起，熟悉的孩子声音回响在耳边，我们想你们了，像是被谁捉弄吃了一口芥末般，眼睛骤然酸酸的，放下电话，一片空虚蔓延，吞噬。

有些时候总是在想一个问题，我们究竟是为什么来到这世界上，而来到这个世界，我们所做的一切事情，究竟是上天早已安排命中注定的还是为何？人类，始终是一种复杂的生物，我们在中学时代的清纯，甚至在孩童时期被教育的责任感，随着年龄在慢慢地削减，这个谁都不可否认，自私是人类的天性，生活中我们每一个人，都会或多或少的为自己的利益驱使。当我们走入一片乡村，正如一句话所讲，城里有着乡

下人的梦想，而乡下，则有着城里人安心的向往。走在乡村的街头，感受到的就是不一样的气氛，那些叔叔阿姨们的热情、淳朴，正是现在城里很多所感觉不到的，仿佛就是回家了一般，兄弟姐妹们一起学习、一起生活。

而我们，要做的事情是让它更有意义，很多人在网上谈论关于支教的黑化，不可否认，在这种世俗功利的社会，学分就是大学生的利益，但是我们自己，作为这个群体的一份子，就是要通过我们的行动，问心无愧，来抵触这些负面的影响，担出自己应该的责任，作为当代的大学生，不求代表全中国学生来树立一个所谓的形象，至少，在我们身边，那些被帮助的孩子、家长们，能有一个评价：现在的大学生，真好！我们长大了也要这样，慢慢的去传播，去传递，那么我们这次的实践活动，无论公众如何去评判，至少我们心里清楚，我们做的，比任何人都优秀！

这次活动，是给那些孩子们爱心与温暖，而不是任务，倘若只见一次，留下的，我想便是一生的遗憾与思念吧，所以，机会时间有很多，而我们这个爱心团体，只是小憩，不是解散，因为我们是family,一个为留守儿童建起的family,若有机会，我们会再次与孩子们相聚，摸着他们的头，说一声：

好久不见，我们回来了。

1、社会实践总结或调研报告要求不少于一千五百字，最好图文并茂，争取打印后附在本登记表后面，并将电子文稿保存备用，如不具备打印条件，也可以提交手写稿，但要求字迹工整，标点准确。

2、学生应以团中央、自治区团委和学院当年的学生暑期社会实践主题为基础，结合社会热点问题，对社会问题、社会现象等进行一定深度的实践、调研活动，经过自己的思考、总结和分析，撰写一篇真实、客观、可信、反映个人看法与见解的社会实践调研报告。

3、社会实践总结或调研报告为学生暑期社会实践必需内容，无总结或调研报告视为未按要求进行社会实践。

4、实践总结或调研报告题目用三号黑体字体，正文用小四宋体，行间距为1.5倍，否则予以退回重写。

暑假认知实践报告篇七

作为当代大学生,社会实践尤其重要。下面是本站小编为大家整理的暑假实践报告范文3000字，欢迎大家阅读。

通过暑假的20天的家教活动，也让我懂得了作为教师的伟大，和对同学教育的关心。

在上大学前，我就有感觉，作为新世纪的一名大学生，和以往的小学生中学生不同。你的生活不再被繁重的书本所压迫，这并不是说大学生学习不重要。作为大学生，在学习的同时，还要学会与别人交往，做些兼职家教什么的，要进一步的深入社会。大学生已经是成年人了，从父母送我们到大学直至住校，半年才回一次家，我们已经在接触社会了。所以很有必要尽自己的努力去服务社会，回报社会，这是自己成长必不可少的。所以我就有打算，在尽自己努力去锻炼能力的同时，也为社会做点什么。在这个暑假，也算是老师交给我们的任务，要写一份社会实践报告，我的家教生活也在暑假开始的同时一同前进。

暑假刚回到家的时候，我就对父母说了我当家教的想法。起初，父母感到很吃惊并且并不同意我这个想法，他们认为，在学校一上就是半年学，好不容易回一次家，与其当个家教累自己不如好好在家养养身体，多注意休息。我知道父母这么说是关心我，但是已经做好的决定怎么就会破灭，并且失去了一次这么好的机会。于是我打算和父母心平气和的说自己当家教的想法以及对自己以后步入社会的好处。很快父母

接受了我的意见，并且父亲还对我母亲说，你看咱儿子果真是大学生，思想都比咱们进步了不少，咱们只看现在的利益还真没想到咱儿子以后的生活。听父亲这么说我真的觉得很高兴，更加期待即将到来的的家教生活了。

就在放假的第三天我在父母的陪同下来到了我们那的一家家教招聘中心。刚进家教中心，那的接待员就问我你是什么学校毕业的。我就如实告诉他我在贵阳医学院就读，说真的，当时接待员一听就露出疑惑的目光。他说，我们这的家教都是专门辅导初中生数理化 and 英语，并且对中考的一些题型要有所掌握，你学的是医学是不是有点不对口？介于我对自己初中知识还是很有把握，于是我如是的说，我还是很相信自己的个人水平。也许接待员看到我自信的眼光，就来一句，好吧，我们先暂时记下你，后天的时候你来我们这，为了对初中生学习的负责，我们要给你一些相应的数学考卷让你去尝试做一下，成绩优秀的话我们会考虑录用你的。

带着满满的自信，我回到家中看起了初中数学，对一些书上画的重点详细的看了一遍，并做了一些相应的题型。迎接家教招聘考试的时间终于到了。就在那一天，我来到家教招聘中心，还是那个接待员，他带我来到一个教室，把初中数学考卷发给我，限定2个小时，我用了1个半小时把数学试卷做完，并以优异的成绩正式迎接了我的家教的生活。

就在家教中心录取我的第三天，就有男士给我打电话，说聘我去辅导他家俩双胞胎的数学功课。听到这个消息我真心激动，但又会有些羞涩。毕竟第一次去别人家辅导孩子的学习，不仅在穿着上还是行为上都要做的得体。于是我穿了一件衬衣和牛仔裤来到了那位人家。刚来他家的时候是那位先生热情的接待了我，我坐在沙发上，他给我倒了杯水，对我说他家有俩孩子。是双胞胎哥俩，都是要上初三了，面临明年的中考，但是这俩孩子就知道天天玩耍，初中两年了，这数学就从没上过60分，什么全等三角形，函数的一窍不通，总之数学是白学两年了。学校数学老师对他们已经是彻底放弃了，

说是天生俩活宝。让我想想办法在假期提高一下他们数学成绩。于是我和这位先生约定每天学4个小时，上午八点到十点，下午三点到五点。这位先生很高兴，并对我说可得真要谢谢你啊。说完就让那俩双胞胎来见我，向我问好。

这俩双胞胎很好客，看到我上课都感觉热情，一会儿问问我哪个大学读，一会儿又问问初中成绩怎么样等等。我都耐心的回答了他们的问题，也算是与对方的初次了解。开始上课了，我先询问了一下这两位双胞胎的学习成绩。他们很无奈，说成绩真的不怎么样，初中两年了数学貌似什么都不会，而且他们也打算要好好学习，但就是上课不能认真听讲，也可能是实在无法听懂数学内容，听半天也是听着天书，所以对数学就有点想放弃了。听到这以后，我突然觉得我的任务很大，要在20天的教学让他们对数学知识要有详细的了解，对一般的题型要有大致的认识。说真的对于第一次当家教的我还真有点不知所措。在教他俩的第一天我只是把初一最简单的内容让给他们讲解了一番，这哥俩听的还算是比较认真，我提的问题他俩也是抢得回答，都表现了比较积极的一面，思维也是比较敏捷，一看就是聪明的哥俩。看到这我感到非常欣慰，也鼓励了我对以后教学的信心。上完课后，这哥俩的父亲想留我吃顿饭，我谢绝了，说不用了，明天还是会来上课的，一定会尽自己最大的努力让这哥俩在暑假的数学成绩要有一定的飞跃，那位先生听到后很高兴，对我说，作为父亲对孩子的现今希望就是好好学习，而我这么一说，也就是对孩子的学习有了信心，一定会让哥俩在假期的学习有所收获。带着这位父亲的希望，我回到家里准备明天的课程，以及对他们的学习能力研究了一下，制订了教学计划和适合他们的学习方法。介于他们数学基础很差，所以出的题型还是以基础为主，在重点方面基础题型明白的同时还是要逐渐加深题型的难度，以便于在中考的时候会有更好的把握。就在第二天，我把教学进度和这哥俩说了一下，他们是没觉得有什么不好。于是正式的家教开始了。我先叫这哥俩做了一些计算题，算是对他们的基础功进行巩固。其实最后我真的感觉到虽然这哥俩很聪明，但是在做题的时候确实很不认真，

不是小数点点错，就是乘除算错。但是我依然很认真的为他们解答，他们对我说在做计算题的时候做着做着就会犯困，确实提不起来学习的兴趣。我就对他们讲，学习是自己的事，既然选择了上学，就要认认真真的做好每门功课的学习，不能学着无聊就犯困，这样的学习不仅是辜负了父母对自己的期望，也是对自己的将来一种不负责任的表现。听到这，哥俩有所感悟，对我说他们一定会像我说的那样好好学习。这一天，哥俩的学习效率确实比我来的第一天好了不少，而且有不懂的问题也敢于提问，不到明白誓不罢休，这一点作为第一次当老师的我，真的对自己能做到这一步表示非常的高兴，至少在与学生的交往中他们还是很赞同我的想法的。再后来的几天我对他们的学习很严格，每天做题量要与题型的难易程度成正比，要让他们对我讲的每一道题都有进一步的了解，做到举一反三。其实说真的，虽说是哥俩，但是弟弟貌似思维更敏捷一些，比他哥哥对题目的理解会更容易。因此这也是我在家教的环节中又遇到的一个难题。因此再给他们讲题的时候我对哥哥更加关心，直到哥俩都明白题目才进行下一道题的讲解。哥俩学的高兴，身为老师的我也感到快乐。20天的家教就这么结束了。在临走的一天，我把学数学的一些技巧告诉他们，带着我对这哥俩的期望，他们表示一定会努力学习，在初中的最后一年努力抓紧时间，刻苦学习数学，在中考中数学不要成为自己拖后腿的一科。那位哥俩的父亲对我说，每天上课结束，俩孩子都对我说老师讲的内容很深刻，数学成绩一定会上一个台阶。

就这样，20天的家教结束了。虽然这些天我感到很疲倦，但是也让我懂得作为人民教师的伟大，那种无私奉献、不怕辛苦的天使般心灵。也许第一次的家教没有像那位父亲和哥俩说的那么成功，也许很多内容没有讲的那么出色，但是第一次永远都是最珍贵的，让我接触到人与人之间的一种信任，以及父母对子女望子成龙的心切。这时让我回想起在初中的时候父母为我报那么多补习班可我却有那么多怨言，那时的不懂事和无知现在看来是多么可笑，这可能是每个父母都希望子女成才所做的最大努力。还有一点，就是改变了我平时

暑假爱睡懒觉，天天无所事事，过着无忧无虑生活的坏习惯。我们对未来的生活是未知的，所以有必要适应各种各样的生活环境，在艰苦中成长，才能成为一名社会有用的人才。这些难得的社会体验一定会鼓励我，对我以后的工作生活产生积极的影响。

作为当代大学生，社会实践尤其重要。唯有在社会中充分锻炼自己，才会使自己在实际工作中让自己成熟，在劳动中感受未来社会对我们的挑战。也只有这样，我们这些在大学里养尊处优的所谓天之骄子，才能够在挑战和经历中更加认真地学习和生活，为将来打好基础。当然，社会实践也能或多或少地为我们取得一些额外的经济来源，以购置自己所需要的学习和生活用具。

大一的这个暑假，正是抱着磨练自己和赚钱的两种念头，我来到厦门投奔打工的姐姐，希望能够找到一份暑期工。在去之前我可是踌躇满志、气焰高昂：怎么说我也是西大的一员，是一个重点大学生，找一份暑期工，应该没有多大困难吧！可是到了厦门，我才发现，我极大地高估了自己。这根本就没有我所想的那么简单。下面我就举一些我所遇到的问题吧：

一、竞争激烈 厦门本身就有厦门大学、厦门理工学院等一些高校。尤其是厦门大学，在国内外享有盛誉，因此我这个西部来的人，面对他们，几乎就没有成功的概率。除了厦门大学，其他的学校应该都不及我们西大，但是，我还是会败下阵来。原因很简单，厦门通用闽南语，当地的大学生，即使不会说，也听得懂。而我是一个十足的方言白痴，连最简单的重庆话都不大明白，又怎么听得懂闽南语呢？尽管我也觉得它蛮好听的。

二、不招暑期工或招满或是证件不齐全 我去过好多的星巴克、麦当劳、肯得基、得克士等需要懂英语的快餐店，却发现他们早在放假之前就招满了满满的一批人了。我这个吃来的人连面试的机会都没有。这也只能怪我自己了。另外有很

多的宾馆酒店之类的餐饮服务行业，都不招收暑期工，这只能怪我自己事先没有问我姐具体情况了。我曾经尝试隐瞒自己的学生身份，去应聘。到了后来，却发现也不行，因为我没有齐备的证件：什么健康证、暂住证、未婚证之类的。甭说有，有的我都没有听说过。

三、没有充分的工作经验 我曾经到一个较为大型的网吧里去应聘网管。竞争对手是一个17岁的初中生。老板对我非常满意，我也认为这项工作是志在必得。但是，当老板问到工作经历时，我只有在竹子加工厂工作和做家教的经历。而竞争对手却在家里的麻辣烫店里帮忙过。就因为这样，老板最终选择了她。理由是：网吧是个人多且杂乱的地方，要接触不同的人。这需要有好的应变能力，懂得和特殊的人周旋的能力，这是不可以通过培训获得的。而我是在校大学生，接触的事情没有很多，因此不够格。而我缺少的，也是对方所具备的。

以上都是我在服务行业求职时遇到的问题，既然在这里失败，我就到别的地方去碰运气，没有想到的是，运气依然不惠顾我。最先到光辉科技有限公司应聘文员。笔试过关后，是面试。原本很顺利的时候，对方突然问到，既然英语对你所学的专业那么的重要，为什么你大一没有过英语四级呢？能否告诉我们原因吗？当时我就晕了。这个问题真的让我措手不及。我知道，英语没有过级不重要，重要的是我居然连参加过级考试的资格都没有。我如实解释完之后，几乎是抱头鼠窜了。

另外一次是应聘华运软件公司的接线员。一听到软件公司，我想肯定是和电脑有关，应该没有那么简单吧。可没想到，对方听说我是大学生，懂得英文，而且专学普通话，如获至宝，面试几乎没有什么困难就过了。接下来，就要求和我签订合同。我马上警觉起来。便提议先试一天再说。他们没有办法，就让我次日下午去工作地点熟悉一下环境。当我借来蓝色的工作服，到达工作地点时，却大失所望。什么软件公司的接线员，所做的只是为一些夜总会拉客的工作。只不过

不是面对面，而是通过打电话的方式，。原来该公司在中国台湾兼营好多的夜总会、歌舞厅、酒吧等娱乐场所。我们这些接线员所做的就是打电话给中国台湾年轻的男士，以你的“个人语言魅力”让他们到本公司消费，按人头算提成。电话对方大多是不大正经的混社会的人。这算什么工作？在“熟悉工作”的过程中，看着那些和我年纪相仿的女孩子用或是娇滴滴或是嗲声嗲气等各种语调(有的甚至粗俗不堪)，给未知男士通电话，想方设法让对方上钩时，我几乎要吐出来了。我做不到那副撒娇样，也无法以自己大学生的身份去从事这项工作。是我架子大，或许是我自作清高，反正我当天就跑了。

又是一年暑假, 大学生活已经匆匆过了一半, 是时候该想想步入社会该作何打算. 所以今年暑假便想提前体验一下作为一个社会人的感受.

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的暑假和去年有所不同。其实学校要求我们参加社会实践，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。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听

他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。现今人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都有工作经验。

所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题的能力。通过参加一

些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习东本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参与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本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

在这种地方，看得到的机会，的挑战，有时会把自己与那些出入写字楼的同样年轻的人比较，心里真的感受到那很明显的差距，当然，这种差距并不是一时一日而起，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

因而。结束工作的时候，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于

像自己一般的人，的时候是社会，职业选择自己，面是不是的自己去选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧，总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

暑假认知实践报告篇八

大学生社会实践是高校实践育人的重要组成部分，是学生升华知识、认识社会、提升自我的重要方式。本文是本站小编为大家整理的暑假实践报告范文3000字，仅供参考。

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的了。

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。

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。还有人怀疑我们地电子称上搞鬼，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“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农民，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。

暑假的社会实践时候我盼望已久的事情了，在我刚上大学的时候，我就计划着合适才能到社会上实习呢，不过这个愿望不会等太久，很快就快实现了，我已经迫不及待了。

我已经做好的心理准备了，那就是实习的时候一定是很累的，要吃很多在学校吃不到的苦，但是我既然能从高中那样艰苦的学习中杀出重围，考上大学，那在实习中的苦又算得了什么呢。

盼啊盼，终于盼来了结束我的实习生活的时候，不是因为我怕苦怕累，而是盼着回到学校见我的老师，见我的同学，盼着向他们述说我那刻骨铭心的实习经历，而今天我终于可以一个人静静的坐下来诉说我的那些酸甜苦辣的经历了。

炎炎夏日烈日当头，而依然是那么凉爽，正是因为有这样的环境，激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我

是否有能力依靠自己的双手与大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的专业能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

那天终于来了，我的社会实践活动是我们系主任孟老师为我安排的，我们一同20多人来到了“宾馆”从此我的实习工作就拉开了序幕。接待我们是一位很和蔼的李姐，她为我们安排好了一切后就离开了，我们也收拾了一下就休息了。第二天我第一次见了另一位李经理，他见了我第一句问我：“你们俩班谁学习最好？”我一下不知道该怎么回答，如果让我说，毕竟是两个班我说了谁其余的同学会怎么说我，谁知道他这么问一定会关系到我们明天的安排工作，如果我不说经理一定会说我的不是，后来没办法了就说：“我们来都是俩个班最好的。”他不满意，还是要我指出是谁，我就在我们班挑了个学了三年的同学和另一个班的第一名。

这也许也就是我给李经理的第一印象——不好。第三天我们安排工作，我“有幸”和女同志们分在客房服务打扫客房，说实在的我并没有看不起打扫卫生的工作，我是比较郁闷，为什么xx200多人的客房服务生就我和我们班另一个男生？还有好多工作，我还会干其他的，我找李经理，要求给我换工作，但是我一直干了六天也没有给我换，这时和我一块的那个男生已走了，客房服务就我一个男生了，这天又有几个同学要走，李经理不高兴了，把我叫去指着问我是怎么当负责人的，我很生气，他们要走，我能有什么办法。最后我说：“我当不了，我中午就走。”说完我就走了。

虽然我结束了我6天的生活，但其实并没有结束。我刚走还没来的及给主任打电话，就有人告诉我：“他们说带一大帮人从逃了，主任也是这么说的。”我一听非常郁闷。别人怎么说我我不管，但是我不想让孟老师这么认为，我做的是不对，

我是从逃了，但我不可能做出带他们一起逃这样对不起他的事。我很是气愤，我逃走只是工作不适合我。“我回家了，我不实习了，”我给我姐打电话，说的我都快哭了，后来我姐安慰我说：“帅，你不能走，你要是回了家向孟老师就更解释不清了，那时他会更生气的，你坚持下来他是不会怪你的。”后来我就开始找工作，工作不是那么好找，我去了餐厅，看了酒吧等，我认识几个大二的学姐，在他们的帮助下我找到了适合我另一份工作——按摩美容中心。

第一次来到店里，老板很客气的接待了我，他说了他的条件：工资600，时间不定，负责收银。当时我想也没想我就答应了，因为我一进店满满的一屋俄罗斯人，我实习很重要的一个目的就是和俄罗斯人交流。第二天我就开始工作了，刚来我还是比较陌生，再加上我心情很坏，总是有人问我为什么要从大庆出来，孟老师那边你解释清楚了吗？我每天不说一句话，我只是干活，干完我的活我帮他们收拾房间，洗大白褂，晚上下班一个人出去闷头闷脑的喝点啤酒就睡，从学校出来短短的9天，我瘦了7斤。第三天我又决定了回家，我实在受不了这样的心理压力，我真的受不了了。这时我的孟老师来看我了，当时我真的很想在他老人家面前大哭出来，但是我没有，我忍住了，因为我知道他不想看到我那么脆弱。我们聊了两句，他说让我好好工作，不用想那么多，他没有生我的气。我当时一下子轻松了好多，从那以后我就慢慢的平静了，开始了我正式的实习生活。

我的工作态度，老板很满意，也很放心，有时他有事出去就把整个店交给我，我也不辜负他，从我开始工作到最后结束，我帐上没有出一次错，我还有时开玩笑的说我是“中国小神会（会计，我干的工作就相当与会计）”店里的不论是按摩师还是美容师都对我很好，我也尽量帮他们，教他们学俄语，他们听不懂我也尽量帮他们弄明白，他们忙的时候帮他们换水，换床单，洗毛巾等。他们也同样没有忘了我，请我吃饭，教我按摩。在没事干的时候我就坐到按摩室和美容室和俄罗斯人聊天，要不就和他们学习按摩（我现在按摩谈不上专业，但

也能起到舒服的作用)短短的几天我发现我的听力，表达都有了很大的进步，并且俄罗斯人整体的素质高，跟他们聊我学到了很多，俄罗斯人特别友好，凡是来过我们店的最后都成了我的朋友。我们店地理位置好，对面是天津工人疗养院，靠近友谊与金山两大宾馆，所以生意挺好，后来我认识了好多和我年纪相仿的俄罗斯大学生，每天晚上我下班后他们就来找我，我们一起吃饭喝啤酒，一起跳舞，一起聊天，我也请他们吃中餐，教他们说中国话。虽然我有好多都听不懂，但我们可以用英语，有的实在听不懂我就查字典□

在我工作快结束时，我妈妈打电话让我和我姐回家，说我二爷爷得了胃癌，我姐那几天特别忙走不开，我没有告诉我姐在18号我回家了，回家时我们店里也忙，我实在是好想再帮我的老板几天，没办法，我必须的回家一趟。在我要走的前一天晚上我们店里一块去吃了顿饭为我送行，当时我特别感动，东北人的实在、热情我算领教过了(我们店里所有成员都是哈尔滨人)，我永远不会忘了和我一起度过我的实习生活的他们。回到家我爷爷已经躺在床上起不来了，我陪了爷爷5天就开学了，我不得不返校，因为还有好多事等着我办。当我回学校的第二天我二爷爷就去逝了。这时我的整个暑期实习生活也算是告以段落了。

这次的暑期实习带给我的不仅仅是一种社会经验,更是我人生的一笔财富。更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友包括俄罗斯朋友，他们给予我不少的帮助。俗语说：纸上得来终觉浅.没有把理论用于实践是学得不深刻的。而我已深刻的体会到我经验的不足了，并且也认识到了我所学的浅薄，相信这次实习对我日后的学习和工作有所帮助。感谢在这期间所有帮助过我和关心过我的人！

这次暑假实习我学到了很多，首先就是如何说话，刚开始的时候在宾馆我做的不好就是不会说话，得罪了领导，这不是明哲保身的方法，我要做的还是要处理好和周围人之间的关系的，这是很值得我学习的地方。

我还学到了知错就改是很好的，这是我成长中的巨大财富，做错了并不怕，怕的就是以后学习路上不知道困难，知道困难后也不改的愣头青作风，我要学会动脑子，时刻做好自己。

我相信我在以后的学习生活中会做的更好的！

社会实践是大学生课外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，能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，提高自我能力的重要的机会。作为大二的学生，社会实践也不能停留在大一时期那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应在结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我觉得我们在进行社会实践之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，从过程中锻炼自己、提高能力。

因此，为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份促销的工作，虽然仅有10多天时间，但我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的力，自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

促销是一种很好的工作体验，通过, , 人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如不过的人过春节的习惯习俗，春节期间的旅游计划等等。我的促销工作主要是促销电器。

促销的一天基本工作安排：

促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。

接下来就是正式的工作。每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的体会及感触：

促销通过,,我实践我觉得就是通过,,自己把厂商的产品推销给消费者,对于一个促销员来说,促销产品的同时也是向别人推销自己,同自己的言语、形态让他人了解自己。因此对于一个优秀的促销员来说必须具备以下素质：

一、要有良好的专业素质

当我们促销一种产品时,首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识,大量的相关知识的贮备可以使我们在促销过程中面对顾客的一系列问题,通过,,自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题,能使客明明白白的消费(本站)。

二、要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力

促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流,所以语言表达必须合理得当,说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过,,自己层次清醒的说明,把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客,让他们通过,,自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态,不能自乱手脚、语无伦次。

三、要有良好的心理素质及受挫折的心态

促销每天会面对社会上的形形色色的人,由于每个人的道德修养及素质的不同,会使工作中遇到很多问题。比如有的顾

客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

四、要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈。

促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

本次社会实践总结：

不管做什么事，态度决定一切。

做一项服务工作，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。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

明确目标，合理的设计规划自己。

我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过，社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，为社会服务。

短暂的促销工作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。