

# 2023年专业实践报告大学篇 大学生个人 社会实践报告(通用7篇)

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢?下面是我给大家整理的报告范文,欢迎大家阅读分享借鉴,希望对大家能够有所帮助。

## 专业实践报告大学篇篇一

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力,尤其在注重素质教育的今天,社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。对于我们大三学生更应抓住这个机会,为了拓展自身的知识面,扩大与社会的接触面,增加个人在社会竞争中的经验,锻炼和提高自己的能力,以便在以后毕业后能真正真正走入社会,能够适应国内外的经济形势的变化,并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。今年寒假社会实践的主题是四个“一”:一种端正的态度,一项熟悉的技能,一次实践的经历,一个正确的认识。围绕这四个主题,我开始了我这个假期的社会实践。

用端正的态度,正确的认识规划未来

大学生活已经过去大半,对于很多同学还有一年即将步入社会。或许对自己的能力还没有十足的把握,或许对这个社会还没有充分的认识,无论如何都应先拥有一种良好端正的态度,对自己的实际情况以及环境有正确的认识。只有拥有端正的态度,正确的认识,才能根据自己的实际情况,合理正确的做出自己未来的规划,切实努力,拥有更好的未来。

寒假刚开始,我就认真的思考了一下自己现在的情况,制定

了寒假以及自己将来的计划。对于当今大学生，想要更好的立足于社会，就应拥有一想熟悉的技能。我的技能是我所学专业一日语。但我对日语的掌握并不是很熟练，所以我在这个寒假和以后都要更加努力的学习日语。为了熟练掌握日语，对日语有更深的研究，我还决定考研。我的听力和日语词汇都比较差，因此制定了这样一份寒假计划：每天听一个小时的听力，背两个小时的单词。多看日剧，动漫。看一本日语书籍。与此同时，我也把自己考研学习计划制定好了。彻底放弃找工作，不要边找工作边考研。弄清考试范围，找准专业书籍，不惜代价，一定要准确。(可以参照同学那里海文的银卡报告)有些学校专业书指定在11月中旬。托关系，托同学也好，托朋友也好，托亲戚也好，找自己报考学校自己未来导师辅导。英语词汇要反复的看。心态要调整好，心平气和，静心学习，不为外界所干扰!有计划就要坚决按计划来执行!

## 拥有实践经验了解就业形势

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?因此对于我们，有实践经验至关重要。

在假期期间，我走访了泗阳县的两家人力资源公司：泗阳新华人力资源有限公司和泗阳县振兴人力资源有限公司。

通过于这两家公司的沟通，我了解到在宿迁等江苏省北方城市中，日资企业并不多，所以就业机会也并不多，在江苏省内，日资企业还是主要集中在苏锡常等南方城市，苏州的日资企业有一定的数量，加上日语人才的短缺，就业前景还是比较乐观的。

据统计，日语人才在各行业的就业比例为：日资企业占50%-60%;国家机关(包括外交部、各级政府、海关、外经贸办公室和贸易促进协会等)占20%左右;大学老师和日语导游各

占10%左右。

日资企业在东南沿海城市，诸如大连、烟台、青岛、苏州、无锡等都有分布，今后在中国的发展潜力很大，很多同学都把进入日企作为自己职业生涯的开始。

但是毕业后去日企工作的学生大部分是做文员，想再往上爬一个层次是很难的。

中国开设日语的院校达到了227所，数量并不小，所以，日语专业的学生想找份工作不难，可想找份好工作不简单。

学日语的学生想在日企有份好工作，就不能单纯的靠本专业——日语，还要学习其他方面，例如企业管理等方面的知识，精通日语的‘综合性人才会在今后有更宽广的事业发展空间。

日语专业的学生起薪一般为3000元左右，高于其它语种的学生。而且这种差距会随着工作时间的增长而拉大，最小差距也在千元以上。

日资企业需求人才突出要求是懂日语、具有专业操作技能，即“能说会做派”；同时要有日企特别重视的做事勤奋、为人谨慎、讲究仪表、懂得礼貌等优点。

日资企业薪资一般管理层高于国内企业1.5倍，技术操作工高于国内企业50%-70%。实习生薪资也有20xx元-3000元。招聘人才非常有竞争力。

日本公司的工作风格与国内、欧美都有差别。

日本公司要求员工同样勤奋，有奉献精神，不可斤斤计较；日资公司喜欢把工作的目标、进程订得细致清楚，然后一丝不苟地按部就班完成，不喜欢标新立异；凡事须向上司汇报，问

准方可行动。

面试时要守时，要穿戴整洁，着装要得体，最好穿职业装。对待面试官要态度恭敬、专注，否则会被日本人认为不够尊重。你需要清楚地知道自己的优势与劣势，对面试官“坦诚相告”。

这些年，南方一些城市的一些独资企业、合资企业、商社、旅行社对日语人才的需求量都比较大；像烟台、威海、青岛等北方的沿海城市对日语人才的需求量也比较大。另外，国家部委、各省市政府机关对日语人才的需求量有增无减。尽管可能没有日资企业的待遇丰厚，但是却反映了国家对日语人才的重视程度在不断提高。所以，在不远的将来，相信我们日语专业的人才就业形势将一片大好！

## 专业实践报告大学篇篇二

全球性经济危机的直接影响就是给大学毕业生的就业问题雪上加霜，为适应不久将来的工作竞争压力，这个暑假我来到了国际化大都市xx[]希望在那里见识一下。在亲人的介绍下我进入xxxx焊割机械有限公司的生产线上工作。在这里体验了一个月左右的工厂生产学习，学到了许多在学校没有学到的东西，增强了自身综合素质的培养，锻炼了自身意志同时也体验到了劳动带来的快乐！

xxxx焊割机械有限公司位于xx市xx区xx镇，闻名全国的同济大学就在其附近。公司生产各型焊接机、切割机，并且远销欧洲数个国家！

初次来到xx人事部时我并没有道明真正来意，而是以应聘的身份和xx签订了就业合同，并被安排到二楼钳工组装区工作。每天跟着工人师傅们刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线等。我进厂的那些天恰逢公司举办展销会，领导要

求我所待得车间赶制出一批用于展销的产品其中重点是仿形这类切割机!由于在学校金工实习期间并没有真正掌握钳工生产要领,加之没有任何生产操作经验,因此常常会感到手足无措。

庆幸的是车间的师傅们看我刚从校门走出,知道我没有什工作经验,虽然上面交代的任务比较紧去仍然花很长时间细心的来教我如何组装手轮、如何正确使用钻床并使钻出的孔符合生产尺寸、如何调试机器等。在学校实习的时候就领略到了钳工的辛苦,所以在工厂生产线上更不用提了,印象最深的就是7月8号那天,我想都不敢想自己是怎么坚持下去的,师傅们让我给他们弯钢构,全是那种20~30公分长的短钢筋条,一天时间加上晚上加班一刻不休愣是把一口袋的钢条弯完了,晚上回去之后才发现两个手掌心都磨破了。虽然心里知道自己不是真正准备在这里长期待下去,也产生过放弃的念头,但每次看到师傅们对手头工作的那种专注之情时,我还是咬牙坚持着,并且告诉自己能行!

后来,不知道是怎么回事,厂里领导竟然找到我跟我说要调我到比较舒服一点的车间,随后将我安排到另外一个生产车间并告诉车间带班的李师傅好好教我。

在接下来的一段时间里,在李师傅的细心教导下,掌握了xx一些产品如cg2-30滑轮式焊接小车、马鞍形切割机□hk-103等的组装、调试。并且了解到了xx所生产的部分产品的型号、工作原理等。期间xx老总也找我谈了一次话,那是刚调进李师傅车间的第二天,我正在做着李师傅交代的事,老总走到我面前跟我寒暄了一会后便开始问我一些电工专业类的东西,而且告诉我任何成功的企业老板开始都是再生产一线锻炼出来的,所以要我重视眼前的事,虽小却有很多锻炼的机会!有跟我说了他创业时的故事。那个下午我真得觉得好激动,没想到一个企业老总会和我说这些,他的和蔼也鼓舞着我在接下来的工作学习。

在短暂的实习过程中，我和其他工人一样每天上班打卡、下班吃饭，体验着工人人们的辛苦。我采用了看、问，亲自动手等方式，发现自己存在的问题纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

理论偏离或联系不上实习是摆在我们面前的最大问题。我们的教育应该与社会实习更多得结合起来，采用理论和实习的办学模式，做到课堂教育与社会实习的关系，暑期实习与平时实习的关系，社会实习广度与深度的关系，分别同过课堂，暑期和实习把我们所学的和运用想结合起来，才能更完全的掌握。

千里之行，始于足下，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个非常重要作用，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。更重要的是要向他人虚心求教，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。领导和同事们的经验，好的习惯和他们的知识也会是我们人生中的一大宝贵的财富。这次实习更让我肯定了做事先做人的道理，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，我们可以向他们学习很多知识、道理。

### **专业实践报告大学篇篇三**

为了确保实践工作的顺利进行，我们的老师确定了我们实践的基本内容、任务要求和工作，并且指导我们如何在实践期间抓重点，完成实践任务。

院系为我们整个班级体安排到了xx中实践，我们都被安排到了高一年级组听课。我们遇到的老师都很热心地让我们去听他的课，并给予了我们听课、记录、让我们愉快而又充实的完成实践任务。

- 1、听课做笔记
- 2、实践学校所学习的相关知识。
- 3、熟悉相关教职工的工作。
- 4、积累基层工作经验。
- 5、接触学生，深入了解学生。

1、我们一定要学习老师们先进的教学理念和，与时俱进，不断创新教学模式。

2、老师注重与学生的情感交流。我们注意到，在教学过程中，授课老师的眼神、动作、语言和神态都与学生的学习活动配合完美，老师通过用眼神和动作对学生的回答和思考进行鼓励和引导，也向学生传递自己的教学思想。

4、优质课的授课过程和我们的试讲存在巨大的差别。无论是在课前的准备，还是在授课过程中教师该具有的丰富理论知识和高超授课技巧。

在为期一周的实践工作中，我真的有很大的感慨，我第一次感受到自己从一名学生向一名教师靠近，走在校园里，每当有学生叫我一声老师，我在感到无比的自豪的同时也感受到了自己肩上的责任。

## **专业实践报告大学篇篇四**

寒假期间我走访了邻居的优秀老党员某某同志。与老党员的谈话给了我很多教育和启发。

访谈记录：

优秀共产党员：某某 走访人□azurelily7

走访时间□20xx年2月18日 星期一

地址：某某家

某某同志于某年加入中国共产党，40年来在多个岗位上默默奉献，任劳任怨，做一行爱一行，爱一行精一行。无论是某年至某年在南京空军机械部队服役，还是退伍后在检察院工作，虽然没有什么惊天动地的特殊事迹，但某某同志总能通过刻苦的学习掌握过硬的工作能力。在部队时，依靠过硬的工作技术，他可以很快解决别人无法排除的飞机故障，得到了战友们的认可和尊重。退伍后在检察院工作，没有什么学历文凭的他依然没有懈怠，自学法律，成为全院第一年二十多名报考法律证书中仅有的三名考取证书的学员之一。在家人眼里，某某同志也是一名工作认真，积极向上的好同志。退休在家的他也没有停止奋斗。近几年他又在家创建了社区养老院，为社区老人提供了很大的便利。

后记感想：

在与某某同志的聊天中，我受到了很大的启发。一名优秀的共产党员不一定要干什么惊天动地的大事，也不一定要有什么丰功伟绩，尽职尽责完成自己的本职工作，掌握过硬的专业技能，乐于为社会奉献自己的力量是一名优秀党员的基本素质。我们作为学生，现在的本职工作就是完成自己的学业，只有先掌握过硬的工作技能，才能在今后的社会工作中为社会贡献力量。

## 专业实践报告大学篇篇五

根据学校的要求□xx年xx月我到了基层人民法院——省市人民法院，在民二庭进行了为期一个月的实践。首先我要向所有为我的这次社会实践提供帮助和指导的市人民法院民二庭的



工作人员以及亲自指导我的xx庭长□xx法官和xx法官表示感谢，感谢他们为我的顺利实践提供的帮助。

通过这次实践，我在专业领域获得了较为丰富的实践经验，巩固并检验了自己两年来学习的知识水平。实践期间，我了解了大量的民事案件尤其是经济合同纠纷案件从立案到结案的全过程，在一些案件的审理过程中，我对案件提出了自己的一些想法。在此期间，我进一步学习了相关的法律知识，对立案等程序有了更深的理解，同时注意在此过程中将自己所学的理论和实践有机结合起来，实践结束时，我的工作得到了实践单位的充分的肯定和较高的评价。

在法院实习虽然很短暂，但体会到了学校和社会现实毕竟是有有一段较大的距离，以前不懂社会的复杂，然而一个月使我感受到很多。在我实习期间，我和好几个法官谈过，他们抱怨说自己的案子太多了，太辛苦了。我的感觉就是他们凭着一腔热血去办案，一旦出了一点问题，全年的评先进之类的，就别指望了。一个指导我的法官，他也是政法院校毕业的，他去年全年审结了多件案，这在我们市整个法院系统，可以排第三。但在我实习期间，他因为一个管辖权异议的案件被中院裁定改变后，他全年的努力可以说是要受到很大的影响。但他并没有消极的去工作，仍然充满热情去做好自己的工作。别的地区我不敢说，因为没有调查就没有发言权，但是就在我实习的法院我感觉法官和其他工作人员还是相当敬业。每天早上八点上班，在八点之前，绝大多数人已经到了办公室，除去一些在外地办案的人员。这可能也和严格的管理有关系，因为每天所有法院的人员都需要在入口处打卡计时。

我个人觉得作为一个法官起码应该有条须做到：原则，良心，灵活性。所谓原则，我的理解就是法官必须遵守法律，不可逾越法律进行枉法裁判，徇私舞弊；所谓良心，就是法官内心要有一种正义感，这是一种实质正义，在正义的天平上，两边等重在有些情况下或许不是最佳状态，这需要法官根据实

质正义观去衡量;而灵活性,就是要求法官是有一种解决纠纷的灵活性,不可过分拘泥于具体的.规定。康德曾经伫立于旷野,仰望满天星辰而泪流满面——因为他深为自己生活在如此有序,自由的宇宙中而感到庆幸。如果他活到现在,也许他会失望,但绝不会因此而绝望。因为一种制度的变革不是那么容易的,总要经历阵痛,就像一个新生命的诞生总是要经历那么多磨难。

其次,我们在学校能够学到的东西毕竟是太有限了,远远不够我们去解决现实生活中的实际问题,不像我们所想的光用逻辑和理论凭逻辑三段论来推导一下就可以了,记得一位美国的智者就说过:法律的生命不在于逻辑,而在于经验。特别是对非讼案件中,它对法官的社会经验提出了更高的要求,更强调其亲和力,说服能力和控制能力。指导我的另一个法官,是庭长助理,也是有着八年审判实践经验的年轻法官,在他手下调解,撤诉的案件有七成以上。在跟他学习的一个月里,我更加体会到了这一点,有时调解成功完全是因为双方当事人都很信任法官,能够被他个人的能力和经验所征服。

这次实践是我大学生活中不可缺少的一段重要经历,也是自己踏入社会所获得的第一笔财富,是我第一次直面社会,体验社会万象。通过实践,我将自己所学的运用到实际的工作中,开阔了我的视野,对法律在现实中的运作有了较好的理解。最后,我想借此机会,再一次向帮助我的市人民法院的工作人员和我的指导法官,在实践过程中帮助我的朋友们表示衷心的感谢!

## 专业实践报告大学篇篇六

今年寒假我去参加了社会实践,是到当地的邮政局实习。作为免费劳动力,开始内心自然也有多般不乐意,却也想想就当锻炼自己的能力也没什么大不了的,毕竟我是去学习的,也学到了不少东西,于是乎内心就少许平衡了。也因为此次的实习,也让我确定自己似乎不适合干这一行,内心没有这

样的诉求。

回忆自己实习的第一天，还是蛮有激情的，对一切新鲜事物都充满了好奇心。想当然我的实习很简单，也符合自己的专业：工商企业管理——快递方向。作为一个实习生，我就在一个营业窗口跟着师傅收件，真是不离本行啊！快递，包裹，挂号信，印刷品挂号，还有快递包裹的，还真是应有尽有。说到这些还真是令人厌烦！每天都在检查物品，给物品包装，最重要的就是要录入电脑。就像每次上电脑课一样，面对电脑是我最烦躁的，却也是每天的必修课，真可怜啊！只能说顺其自然，不然又能怎样！不过看看旁边那些个姐姐，储蓄，转账，存款取款没有个停歇，我的心是宽了不知多少，总比她们和无数的钱打交道要轻松许多。

在社会实践中，也学到了不少做人的道理。毕竟每天都要与各式各样的人打交道，普通老百姓，银行工作人员，超市工作人员，警察，工商部门，外来务工人员……虽然不是每一种人都是来寄快递或包裹的，但是总有些许接触。怎样的人用怎样的方式与他们交流。见人说人话，见鬼说鬼话，还真确有道理。

不过邮政快递做的还真不错，严格就是之一。当然我说的是我实习的地方邮政局，有些地区的邮政局做的还是有缺陷的，这里我就不举例说明了。还是说我们这里的有证据吧！比如说我们这里禁止寄递的物品严格拒收，毫无通融。液体物品，易碎物品，手机，打火机等比较常见的一概拒收。也有些人强行要寄递电器什么的，电磁炉，电饭煲，加湿器等等。只要你同意损坏自负的原则，问就同意给你寄递。所以说做生意是一门技术，不是所有人都适合做生意的！

在实习期间我也犯过错误，就说我永远也搞不清楚挂号信或者印刷品挂号的计价方式，有时候过个精致的信封我就变白痴了，孺子不可教也。不过挂号信我还是会的，只是偶尔重要大了，我就会犯迷糊。挂号信分海宁范围和外埠，20克以

内前者3.8元，后者就要4.2元，超出部分以40克，60克，80克……前者按0.8元增加，后者按照1.2元增加，所以计算有难度，我也会收错钱的，目前就少收了0.5元。

很向往某些同学乘着寒假去工作赚钱，实习不是王道，虽说实习比较轻松，吹吹空调看看报纸，纯净水无休止供应，还可以看看电视听听歌，偶尔来点小零食。这也说明在一个好的单位是多么重要的一件事，在事业单位工作更多是享受，也是别人羡慕不来的。当然也只有身在其中才知其中的不易。日复一日年复一年做着相同的工作是很枯燥的事情。虽说其他工作也是这样，但是没有激情没有挑战，更没有改变，日子久了也就厌倦了。

实习既是成长，也有收获，去面对社会，感知社会，了解社会上的诸多不易，并非一件易事，却也其乐无穷！

文档为doc格式

## 专业实践报告大学篇篇七

不知不觉中我已成为了大四的学生，少了一份低年级时的稚气，多了一份大学生式的成熟，新的学期，新的学习，新的任务，空气也变得与众不同。以前的我总喜欢听教师同学讲大四生活是多么的丰富多彩，多么充满乐趣，虽然教师的话语里的大四有着对我的无限激励。如今我真的来到了大四才发觉大四并没有那么完美，大四的生活是忙碌的，并不像想象中那么完美，为了增强我们的社会实践能力，我们要在大四第一学期结束时进行实习，这是锻炼我们的一个很好的机会。

我于\_年\_月份在\_小学进行了实习，我实习期间做的是行政助理工作。经过这次实习活动，能够巩固行政管理专业的专业知识，丰富实际工作和社会经验，掌握操作技能，将所学知识用于实际工作。

工作岗位职责：

行政助理主要是协助学校教师开展行政工作，其工作资料以学校的日常运营为主，工作资料较多元化，但较基础。

- 1、协助学校教师完成学校行政事务工作及内部日常事务工作。
- 2、协助审核、修订学校各项管理规章制度，进行日常行政工作的组织与管理。
- 3、协助学校教师进行内务、安全管理，为其他部门供给及时有效的行政服务。

## 二、实习资料

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。

实习的第一天当然是先熟悉工作环境了，在办公室看教师如何的工作，跟他们一起办手续，看他们都需要去哪些地方办哪些事。在工作的一开始，我都是从复印资料开始做的，帮教师复印、整理一些资料。这些工作看起来很简单，可是里面还是有很多需要去掌握的东西。要记得哪些资料是有用的，哪些是没用的，还有需要的份数等等。随后，看了几次应当如何去装订和哪些资料应当盖哪些章后我就开始尝试着自己来装订了，这个时候我就又充当了一名装订和盖章的主角了。虽然工作很简单，但能够帮上一些忙，感到很开心。

然后，就是学习对一些学生档案进行修改归档，因需上交到教育局去登记，刚开始的时候，很糊涂，很多档案修改都要细心，修改的时候要注意很多细节，如果出错了那麻烦可就大了。档案修改好后，就要做一些相关的记录。在档案装订好之后就要及时上交到教育局，这当中有很多知识要去学习。

在随后的几天我同教师到\_市教育局办事。在\_教育局的办事

讲环节中，是最多感受的，因为这个时候你是和教育局工作人员直接的接触，能够及时了解的政策要求；同时，办事的时候也是各个学校教师云集的时候，利用这个机会和他们交流经验或倾听他们讨论工作中的问题，对以后的工作也是十分有用的。

### 三、实习总结

这就是我主要负责的工作了，平时也会有点琐碎的事情需要做，有空时还会去帮忙其他比较忙的部门工作，在此不一一陈述，下头谈一点心得体会。

实习这一个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是期望自我在工作中积累各方面的经验，为将来自我走上社会做准备。毕业实习是每个大学生必须拥有的一段经历，能使我们在实践中了解社会，让我们受益匪浅，也让我们打开了视野，增长了见识。仅有在实习期间尽快调整好自我的学习方式，适应社会，才能被这个社会所接纳，进而生存发展。

在最后，我有些话要对学弟学妹们说。学弟学妹们，不要抱怨大学啥都没教会你，大学教会你的其实很多，此刻你们还是学生，还在学校学习，在校期间学习要认真刻苦，要吃苦耐劳，有上进心；为人要诚恳、虚心好学，要能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想要进取上进，要培养自我的理解能力和独立能力，要培养自我的团队精神和团体荣誉感；做事要认真负责，要有职责心；要继续秉承大扎实、厚重的学风，一路向前。

祝福我们所有大四毕业生和我们母校的将来都越来越完美！