

# 篮球社会实践报告(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。那么什么样的报告才是有效的呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

## 篮球社会实践报告篇一

今年暑假，经过多方接洽，我终于得到来上海惠迅电子科技有限公司进行为期月实习的机会。虽然我实习的是销售部门，跟我平时所学专长无多大关系，但还是很兴奋，毕竟能够在里感受一下上班族的生活也是不错的体验。第一天出门的时候我便告诉自己，我可要认真一点，真真正正学一点对我有用的东西。

刚开始几天的适应期，其实比自己想象的要好的多，因为跟部门的负责人之一正是我的校友，而我的任务便是协助他做好公司产品的市场销售工作。

以前都以为销售是一个再简单不过的岗位，然而此番亲身体验让我不得不对它做出一个最新的认识。因为，它并不是想象中的那么简单。其实大家都知道，一个产品的生长到最终获得收益，当中的每个流程都是非常重要的，销售这一环节当然也不例外。

实习刚开始，面对每天不断的电话资讯，我都有点慌乱了，实在是应接不暇，而且开始几天对公司的整个业务以及产品的一些特性都不是很清楚，然后便每每搞得自己焦头烂额，幸好这时领导及时给予了指导，我也开始耐心的搜集、阅读一些相关的资料，不清楚的地方也不厌其烦的问身边的同事，慢慢的便开始掌握了一些门路，不到几天我已经能够应对自如，面对来自各式各样的客户的电话，我都能够应付自然、处乱不惊。大概十来天之后，实习开始进入正轨，每天熟练

的处理公司分派的任务，都算比较顺利，偶尔被难倒了，在同事的帮助下也都能够迎刃而解，慢慢的，感觉自己就真的像是公司的一员一样，其实在当时自己确是把自己当成了公司的`一员，而且是重要的一员，因为我知道我每天都实实在在的在为公司做事。

当然，事情不可能总顺顺利利、波澜不惊。那天，经理忽然分给我一个任务，就是跟一个比较大的客户单独面谈。可想而知，当时自己是挺紧张的，因为之前都是在电话里跟客户交谈，电话通常都较短，谈的也是表面层次上的事情，比较容易应付。但是面谈就大为不同了，初生牛犊怎能轻易将一个老江湖摆平呢，况且这次对方还是公司的一个大客户，事关重大，万一一个闪失，对公司的影响可不小。

这时，经理似乎看出我的紧张心态，就拍拍我的肩膀，一脸微笑的说：没事的，你来公司就是要来锻炼的嘛，要多给自己一点信心！

看经理一脸期望值颇高的表情，我知道这回我可是真的要上前线了，于是，楞是挺了挺胸脯说：好，经理，我一定不会让你失望！

第二天，传说中真正的考验便来了，对方是一个五十岁上下先生，姓陈，举止颇具绅士风度，这让我紧张的心稍微松了一点。经过一番简单的沟通之后开始进入正题，刚开始我应对的很流利，把之前了解的公司信息以及熟记在心的产品功能非常清晰的描述了一遍。看得出来陈先生对我的一番话非常满意，除了微笑便是点头。正在我以为这次我必将轻松搞定的时候，他忽然问了一个我平时没有注意到的细节，而被问起之后我便知道了这个细节有多重要，正当我表情开始陷入尴尬不知道所措的时候，他仍然保持着微笑的脸庞，并替我情况分析了一下，我不好意思的不住点头，最后告辞的时候，他对我说：我再给你答复！简单的几个字让我的心情跌到低谷，我想，这下真的被我搞砸了，可不知怎么像公司交

代呢。

搭车回到公司的时候已是晌午，心里一直不能平静，尽在责怪自己之前怎么没有好好把问题弄清楚，否则也不会当场出漏子。

回到办公室，一坐下来便开始发呆，一会经理从身边走过，我抬头看了一下他，他只是像我点头微笑，之后便径直回自己的办公室了。我忽然想起来，我还没去汇报呢。于是便敲门进去。未等我先开口，经理却先说话了：呵呵，我都知道了，怎么样，这就是真正的考验，虽然这次你没有成功，但相信一定长了经验，失败乃成功之母，不管做什么行业都不能害怕失败，等你积累了足够的经历，将来便都能够应付自如了。另外告诉你，今天这位陈先生是老客户，其实他的订单早就签好了的，今天只是让你去锻炼一下而已啦。听到这里我才恍然大悟，心头的石头也终于能够放下来了。正如经理所言，失败并不可怕，多锻炼多积累经验才是最重要的。真的很感谢公司安排给我一次这么好的锻炼机会。

不知不觉，一个月的社会实践工作也接近尾声了。能够在公司里发挥自己的能力，并通过努力实实在在的做事，为公司创造一定的价值，不管多少，都是非常有意义的事情。

通过这次实践，使我很好的锻炼了自己的才能，加强了自己的自信心，同时锻炼了自己的人际交往、团队合作、与人交流沟通的能力。又提高了自己在实践中发现问题、解决问题的能力，丰富了自己的工作经历，为将来的就业做好了准备。

虽然说一个月的时间很短，但对我来说也是相当重要的，在这过程当中不仅培养了自己认真负责的工作态度，也培养了自己的耐心和韧劲。相信此次的社会实践会对自己今后踏入工作岗位带来很大的帮助。在这期间所积累的宝贵的工作经验将会是我一生的财富。很高兴，自己最终很好地完成了这次富有意义的暑期社会实践的工作。

## 篮球社会实践报告篇二

时光从二十天前炎夏将至的北京，转眼溜至七月份尾巴上酷暑正当的上海。在xx市政工程设计研究总院为期三周的实践其实并不长，在实践即将结束的今天回想起来却是满满当当的充实。

作为研究生一年级的学生，由于就业尚早，所以在实践之前我对于本次实践并没有抱定十分明确的目标，仅仅是简单地想要了解设计院的工作性质，体验设计院的工作氛围和企业文化。令我惊喜的是，三周的实践给予我的不止于此。

南门一侧颇具田园特色的传达室是xx市政院予我的第一印象，仿造山林小木屋的设计小巧而精致。当时便想：传达室尚且用心建造，这个企业的文化氛围理应不差。不出所料，渐渐熟悉环境之后发现，无论是一楼大厅一角的钢琴、绘着跳芭蕾的姑娘优雅身姿的油画，还是二楼走廊里质量上乘的摄影作品，午后安静的咖啡厅，办公室内彩色的天花板，甚至电梯间的休息座椅，加班时间分发的水果，都无一不从细微处彰显出一个优秀企业对于它的员工的在人文上的关怀。而这些，对于单一枯燥加之工作量巨大的设计行业，无疑是重要的。也许这就是xx市政院所以能迅速发展、走向业内领军位置的原因之一。

就工作内容而言，设计行业的工作确实乏味而辛苦，高强度的画图，高密度的出差，经常性的加班，对于一个员工无论在体力还是脑力上都是挑战。实践期间指导工程师给我们指派了一些简单的任务，多半是描图、改图或者核图，他们告诉我们，新进员工在头两三个月每日从事的也就是这些任务。另外，单是实践期间每个同学都有过加班经验，甚至有的还几乎每天加班，可见工作量之大。因此，在日后择业的时候务必要先了解工作性质、看工作是否适合自己再做选择。

不过好在市政院的工作氛围并不像其工作性质那般沉闷。上

班时间时不时会有工程师之间就手头的项目进行交流探讨。经历头脑风暴才能出来优秀的作品，尤其对于大型的项目，共同承担项目的工程师之间的交流沟通无疑是设计的保障，而他们之间因思维碰撞擦出的智慧火花，便是作为实习生的我偶尔听上几句也能有所收获。相较上班时间的相对严肃，下班后的气氛就愈发活跃，员工们谈笑风生，或是就当前时事评论几句，或是相互调侃相约吃饭，在闲谈中便不觉舒解了工作压力。

除了这些之外，我想实践期间令我收获最大的还是与前辈们以及队友们的交流。当我们在工作中遇到问题的时候，市政院的工程师们尤其是清华的师兄师姐们热心指导，哪怕是很简单的问题也会耐心为我们解答；在平时的交流中，他们告诉我们在市政院工作的种种，畅谈他们各自的事业发展历程，为我们日后就业提供了宝贵的参考经验。

而二十天来和支队其他十名队友的相处的点滴又是另一种收获。每天我们一块儿吃饭、相携上班下班，下班之后开展各类活动，或交流困惑，或畅谈未来，分享实践期间各自的收获和感悟，每一天都过得充实而快乐。

三周的时间匆匆而过，虽然工作多数时候都是波澜不惊、按部就班的程序，但这一次的实践经历依旧会成为我的生命旅程中精彩纷呈的一笔。在这期间我们也遇到过困难吃过苦，我们都一一克服过去了，临近离别，我深刻地体会到这支队伍比来时更加团结，相信实践之外我们收获的友谊也将是令彼此终生获益的一笔财富。

最后感谢学校提供的这一次实践机会，感谢市政院各位工程师前辈对我的耐心指导，也感谢队友们的悉心照顾和帮助。

## 篮球社会实践报告篇三

研究生暑期实习内容：导医

导医经历：天去的是呼叫系统，即咨询处。刚开始对病人的问题几乎是一无所知，但是在师兄师姐们的带领下，我也逐渐熟悉了各个诊室的位置以及怎样从挂号单上判断是哪个诊室。也逐渐记住了各楼层的科室分布、挂号处的分布。经过半天的锻炼我基本上可以应对患者们提出的问题。这让我很开心。接下来我每天去了一个诊室。但是由于我专业知识不够，大家都不会给我分配太多的任务。我只是偶尔帮忙拿个东西、换个口杯或其他这样的工作。护士姐姐们经验都很丰富，有过来咨询的患者她们也就回答了。我能帮上的忙不多，觉得有些惭愧。大部分时间都用来观察老师们或师兄师姐们的治疗。我看到了很多根管充填。还看到了几例补牙。还有一个切龈术。收学获习很网大。

## 导医感触

感触医生高超技艺这次见习让我深刻感受到用“心灵手巧”这几个字形容口腔医生是再合适不过的了。我去的是牙体牙髓科。这个科室常见的病例是根管治疗和补牙。医生们操作的平台不过是面积不到一平方厘米的牙齿里面的一个小洞。而他们用的器械大部分也是很小的很精密的，必须要手很巧才能完成这样的操作。一个根管直径不过一二毫米，却要填充进去很多牙胶尖和其他材料。而老师们的操作很娴熟，就可以在细细的根管里活动自如，灵活地填补和取出各种东西。他们的技艺不禁让我有些叹为观止了。还有一次看到一个老师补牙。用跟牙齿颜色非常接近的材料代替缺损的牙齿，按照牙齿本来的形态，把材料安放到相应的地方，再用工具多次修饰、从各个角度观看。最后做出来的牙齿真的是可以以假乱真。大概只有口腔医生自己才能看的出来是一颗假牙齿。我觉得他们治疗一个病人，就像是完成一件艺术品一样，精雕细琢，过程有可能很漫长很耗费时间和心思，但是最后看着做出来的成品，自己心里却体会到了最大的喜悦。

感触护士周到服务这次见习接触的护士姐姐们也很让我佩服。以前想当然地认为对人和蔼是一点都不困难。但是真的到了

医院却发现真是说起来容易做起来难。天我热情高涨，对每个病人真的是尽自己最大努力服务周到。但是随着一天天工作的劳累，就开始变得烦闷起来。每天回答的问题几乎都有固定的答案，时间久了我觉得自己就是一个复读机。于是见到病人说话能简短就简短；能不说就不说。而且开始见到病人都是微笑服务，但是后来我觉得掩盖在口罩下面的表情即使微笑也不会让人看到，自己的微笑也得不到回应。于是有了口罩的掩盖，我的表情一度很冷淡。但是护士姐姐们很让我佩服。她们天天跟病人打交道，跟病人交流时的用语也是只有固定的那么几句话。但是她们不因为自己的厌倦而改变态度，始终热心对待病人。而且她们跟医生配合十分默契，医生很少说要什么东西，因为护士们都会提前做好。这样看病的效率就非常之高。

感触求学学无止境这次见习还让我体会到了一个词“学无止境”。开始我跟的是教学号，也就是一个老师带一些研究生或博士生。看着这些师兄师姐们的操作，我觉得他们已经很厉害了。但是接下来几天又见到“名老专家”们的治疗，他们真的是更技高一筹。他们的操作更娴熟，观察更仔细，定位更准确；而且，他们对待病人的态度更好，让人有如沐春风的感觉。从而我觉得医学这个科目真是一个让人可以，而且必须终身学习的科目。经过进入大学校门之前十几年的寒窗苦读，和进入大学以后七年或者更长的漫长求学之路，等到毕业的那时候我们可能觉得自己已经很了不起了，在别人眼里经过这么多年学习的医生也已经很厉害了。但是其实我们刚毕业的那个水平和这些高水平的专家们还是有很大差距的。在这之后的人生路上我们还要不断学习，要学的东西还有很多。

感触病人需要呵护几天的经历让我看到了病人的“弱者”形象。来医院的病人，不管工作岗位、社会地位、个人收入、生活环境如何，在这里似乎都是同一个形象。他们都很尊敬地对待医生，脸上总写着一脸焦急，医生要求陈述病情的时候总是尽力地多说一点，直到医生说好几次“晓得了”才会

停下。在一个病人的工作岗位和生活圈子里，他也许是一个很优雅的人，也许是一个很张扬的人，也许是一个很沉默的人，但是在医院里，所有这些性格特点似乎都看不出来。在面对自己的身体时，人往往是最本质的，最真实的。在医院里，来看病的人，不管是谁，他们面对的是自己的缺陷，自己的身体发肤。这时候他们是弱者。是柔弱的。而能够补救他们缺陷的，就是医生。这个想法每每让我反思自己对病人的态度，让我想起希波克拉底誓言那庄严的誓词。健康所系，性命相托，面对此时的“弱者”我们医生担负这很艰巨也很神圣的任务。

我的想法经过这次导医我认识到动手的重要性。我觉得自己的动手能力很差，以后要注意锻炼动手能力，一定要自己找机会多练手。另外还要注意自己的语言表达能力、交流沟通能力。这些对于一个医生来讲也是至关重要的。

导医印象这次导医是次时间较长呆在医院，给我留下了深刻印象。我初步了解了口腔医学的分科情况以及牙体牙髓这个科室的常用材料和器械。对治疗过程也有了一个很粗略的了解。虽然这些知识都很浅薄，但是我相信在以后学习专业知识时我会回想起这次导医的经历，而且这次导医让我接触到的东西可以对以后的学习有所帮助。

这次暑期实习安排的导医活动让我受益匪浅。医院里的老师们和师哥师姐们看到我们有这样的机会也很羡慕。我觉得我没有浪费了这次机会，自己有了很大的收获。次社会实习的经历就让我体会到了它的重要性。它是我们在课堂之外另一个学习的机会。如果有机会，以后一定要多参加社会实践活动。

《研究生社会实践报告范文》



## 篮球社会实践报告篇四

今年暑假，经过多方接洽，我终于得到来上海惠迅电子科技有限公司进行为期一个月实习的机会。虽然我实习的是销售部门，跟我平时所学专长无多大关系，但还是很兴奋，毕竟能够在公司里感受一下上班族的生活也是一个不错的体验。第一天出门的时候我便告诉自己，我可要认真一点，真真正正学一点对我有用的东西。

刚开始几天的适应期，其实比自己想象的要好的多，因为跟部门的负责人之一正是我的校友，而我的任务便是协助他做好公司产品的市场销售工作。

以前都以为销售是一个再简单不过的岗位，然而此番亲身体验让我不得不对它做出一个最新的认识。因为，它并不是想象中的那么简单。其实大家都知道，一个产品的生长到最终获得收益，当中的每个流程都是非常重要的，销售这一环节当然也不例外。

实习刚开始，面对每天不断的电话资讯，我都有点慌乱了，实在是应接不暇，而且开始几天对公司的整个业务以及产品的一些特性都不是很清楚，然后便每每搞得自己焦头烂额，幸好这时领导及时给予了指导，我也开始耐心的搜集、阅读一些相关的资料，不清楚的地方也不厌其烦的问身边的同事，慢慢的便开始掌握了一些门路，不到几天我已经能够应对自如，面对来自各式各样的客户的电话，我都能够应付自如、处乱不惊。大概十来天之后，实习开始进入正轨，每天熟练的处理公司分派的任务，都算比较顺利，偶尔被难题了，在同事的帮助下也都能够迎刃而解，慢慢的，感觉自己就真的像是公司的一员一样，其实在当时自己确是把自己当成了公司的一员，而且是重要的一员，因为我知道我每天都实实在在的在为公司做事。

当然，事情不可能总顺顺利利、波澜不惊。那天，经理忽然

分给我一个任务，就是跟一个比较大的客户单独面谈。可想而知，当时自己是挺紧张的，因为之前都是在电话里跟客户交谈，电话通常都较短，谈的也是表面层次上的事情，比较容易应付。但是面谈就大为不同了，初生牛犊怎能轻易将一个老江湖摆平呢，况且这次对方还是公司的一个大客户，事关重大，万一一个闪失，对公司的影响可不小。

这时，经理似乎看出我的紧张心态，就拍拍我的肩膀，一脸微笑的说：没事的，你来公司就是要来锻炼的嘛，要多给自己一点信心！

## 篮球社会实践报告篇五

20xx年七月十四日，我怀着一丝紧张和兴奋的心情踏入了xx华电工程设计院有限公司的办公室，开始进行为期一个月的社会实践。接待我的是王经理，人挺和气，一番寒暄过后，他便给我介绍起了公司的情况以及给我安排的工作。公司刚成立不久，百废待兴，许多工作也是刚刚步入正轨。之前我和公司已经有过沟通，在了解了我的实际情况后，安排给我的工作是计算机管理与维护。介绍完公司的情况，王经理又把小林介绍给我，原来他现在在公司就做计算机管理与维护的工作。小林也是刚进公司，年纪和我也差不多，所以对我很是热情，也没什么架子。还没等我问他工作安排，他就指着桌上的电脑，笑着说道：“来吧，我们开始工作吧。”于是我的工作就这样开始了。

我们目前的工作是给公司组建局域网。对于这方面的知识我在学校学过一些，加上之前也曾在寝室和同学一起组过局域网，所以对这项工作我是充满信心。我来之前小林还没想好到底如何组建局域网，于是现在就和我商量起来。电脑十二台左右，要求只是进行文件的互相传输，达到资源共享的目的。讨论下来，最后决定通过集线器来连接各台电脑从而构成星型网络。我们舍弃了购买交换机的想法，虽然交换机处理数据的能力更好，但是因为公司目前只需要组建十多台电

脑的小型局域网，对于数据的处理要求不高，暂时也不会需要共享上网，一段时期内公司也不会进行大的扩展，而且通过集线器组建的网络成本较低，也比较方便。为了布线的方便，我们也向领导提出了适当调整办公室的布局，同时也把组建局域网的构想做了汇报，得到了领导的同意。我们罗列了需要购买的物件的清单，设计好了办公桌的布局，测算了一下需要购买的网线的长度。接着，我们买好了集线器、网卡、网线等需要的设备，办公室的布局调整也已经完成，接下来就开始组网了。首先给每台电脑都安装上了网卡，之前已经定好了集线器的摆放位置，接着用网线把每台计算机的网卡和集线器相连，我们购买的是十六口的集线器，足以应付目前这十二台机器，多余的接口可为将来增加的计算机所用。通过集线器以及网卡上的指示灯可以来判断是否已经连通。各台电脑连通之后，接下来就进行软件设置了，我们添加了一些网络协议，给每台电脑设定了ip地址和子网掩码，并且设置了工作组，便于以后的访问和查找。对于每台电脑进行有序的数字编号是必要的，这将方便今后的管理。对于连接打印机的电脑也进行了单独的设置，已使得其他机器能通过该台电脑进行打印的操作。进行到此，我原本觉得应该大功告成了，再接下去的试用阶段，一切都很顺利，我心中忍不住一阵高兴。可是没高兴多久，问题便出现了，原来装有windows20xx操作系统的机器可以访问98操作系统的机器，但反过来就不行，这也是事后才得出的原因，当时我只是认为造成不能访问的原因可能是网卡或是集线器、网线的问题，或者就是设置里的问题，于是赶紧换接口、换网卡，忙活了一阵还是没能解决。当时我也是很焦急，回家静静的思考，才想起可能是操作系统不一致的问题。后来上网查找了一些资料，果然印证了我的想法，并且找到了解决办法。原来需要在20xx的操作系统下先设置一个用户帐号，98系统下的机器只要凭此帐号就可以登陆20xx的机器了。如此一来，总算把这个问题解决了。这样，公司的局域网终于是架设完成了。

局域网架设完成后，使用起来一切都很顺利。几天后，有同

事说他的机器不能打印，时好时坏。我尝试着重新给打印机装了驱动程序，还是不能打印。之前能用的，怎么现在就不行了？我也是不得其解。抱着试试看的想法，把那位同事的机器里的网卡驱动程序安装，重新设置了一番，结果行了。我虽然松了口气，心中还是有些疑虑，实在是不清楚哪里出了问题。第二天，那位同事又说电脑不能打印了。我一时没了主意，难道还像上次那样重装驱动程序？显然那并不是问题所在。我不经意的看了一下网卡的指示灯，没什么问题，是正常状态的绿灯。但突然我又想到了集线器，我一看集线器，果然有一个接口的灯是红色，表示未接通状态。我一查，这个接口的线果然就是连着那台电脑，换个接口一插，还是红灯，又试了几次，时好时坏。

看来是这根网线的问题，接头的接触不是很好。于是换了根网线，问题就解决了，电脑可以正常打印了。此后，也没出现什么问题。看来实践中有些问题是书本上永远也学不到的，只有通过自己的实践才能发现问题，从而想办法解决问题。这或许是这次实践给我带来的最大收获。当然，能够把自己所学的知识应用到实际中，发挥自己的所长也是一件令人愉快的事情。小林也是第一次组建局域网，开始他心里没什么把握，我的到来自然是帮了他不少忙。但我毕竟只是来实践的，小林可是承担着工作的压力的，但他工作时的认真态度实在是令我感到敬佩。做计算机管理维护的工作，经常会遇到一些预想不到的问题，问题有大有小，如果没有冷静的头脑，充分的专业知识，以及认真负责耐心的态度是很难出色完成工作的。

忙完了局域网的架设，工作也就轻松了一些，日常一些小问题也是很容易解决的。领导对我和小林的工作也是比较满意。做计算机管理维护的工作，有机会接触到公司各个部门的同事，所以和人打交道的机会也比较多。一般说来，对方都是有求于你，态度都比较友善，能够立刻解决问题，自然皆大欢喜。有时可能一时解决不了的，和小林讨论一下，看看相关的资料，也能尽快给予解决。所以工作时彼此都很和善，

加上小林工作的认真态度，也使我在工作中自觉地认真负责起来，所以总体说来工作得较为顺利。与同事交流多了之后，我开始不再只是帮助解决一些计算机的硬件问题，有时一些软件的问题我也会帮忙。对于一些常用的软件，包括办公软件我平时用的也比较熟练，所以也就尽可能的给他人一些帮助。当然对于工程设计的一些专业软件来说，例如autocad我可是一窍不通了，不过乘着工作空闲的时候，我还是自己学了一点，也算是这次社会实践的一个额外的收获了。

一个月的社会实践工作结束了。能够将自己所学的知识应用于实践中，是一件很有意义的事。通过这次实践，使我很好的发挥了自己的才能，加强了自己的自信心，锻炼了自己的人际交往、团队合作、与人交流沟通的能力。同时又提高了自己在实践中发现问题、解决问题的能力，丰富了自己的工作经历，为将来的就业做好了准备。虽说这次所做的计算机管理维护工作并不是公司运营中利益攸关的，但也是相当重要的，是对公司正常运作的保障。事无大小，自己都倾力而为，在这过程中不仅培养了自己认真负责的工作态度，也培养了自己的耐心和韧劲。相信此次的社会实践会对自己今后踏入工作岗位带来很大的帮助。在这期间所积累的宝贵的工作经验将会是我一生的财富。很高兴，自己最终很好地完成了这次富有意义的暑期社会实践的工作。