

2023年寒假个人社会实践报告在家待着(通用9篇)

报告是一种常见的书面形式，用于传达信息、分析问题和提出建议。它在各个领域都有广泛的应用，包括学术研究、商业管理、政府机构等。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

寒假个人社会实践报告在家待着篇一

实践时间: 20xx年1月23日 至20xx年2月20日

指导老师□ xx

学 院:xx建筑城规学院

班 级: 建筑121

学 号□xxx

姓 名: 陈xx

电 话: xx

又一个寒假来临。忆起往年的寒假，忙碌充实，只为高考复习，天天沉浸在书的世界里。而今年的寒假，我希望能与以往不同，因为这是大学的寒假，它理应有它不一样不同于高中的主题。我想，大学的寒假不能只是一次寒月里的假期，更不能只是大学生用来吃喝玩睡用来颓废度过的寒假；同时，也不应该只是一个让学生“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的寒假。大学里的寒假，有着它特有的鲜明的主题“接触社会，锻炼自我，让实践与理论并行”。一个大学生，从

小读书读到成年，学的大多都是理论知识，也许一个大学生满腹经纶、满脑才华，但是如果只懂理论，不懂实践，一切也只是纸上谈兵，用处不大。我认为，如果要想当一个真正有为的大学生，要想让自己脑子里的理论知识应用到生活，就必须先到社会上去实践，去接触社会，了解社会。只有这样，方有可能做到知行统一。寒假实践，实则是一种磨练，对于大学生来讲，机会难得，也是两全之举。一是锻炼自己的才干，二是可以体悟父母赚钱的不容易。正是因为自己认识到寒假实践的重要性与必要性，所以我寻找机会来到了唱享时光ktv开始了我的第一次社会实践。

实践的时间是从01月23日到02月20号为期20多天，实践的主题是进行实践学习当ktv服务员，主要内容有抱酒，倒酒，打扫包间，接待客人等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

我经亲戚的介绍，踏进了唱享时光ktv也开始了我的打工之旅。第一天走进去，有着懵懂与好奇，因为从来没有过这样的实践，也不懂ktv的一切运作流程；同时，我也带着自信与勇气走进去，因为希望自己能真真实实当好一名服务员，尽到服务员应有的职责，让客人满意，让老板放心。只是第一天进去，主要是去培训，还不算真正的投入实践，不过培训时也了解到一个服务员应有的一些基本的做法。给我们培训的是一位周主管，他说，服务员首先要具备的基本礼仪就是抬头挺胸，面带微笑面对客人，记得当时周主管还说我看起来不太爱笑，告诫我要时刻记住面带微笑，笑迎各方来客，无论对方是贫是富、是高是矮，都要以“礼”相待。

等到第二天了，轮到我自己去实践了，我才发现，很多事情看别人做很简单，自己做起来却不是那么容易。就记得那天我给包间里的一位客人倒红酒，不小心倒出了一滴在外面，那客人就说：“兄弟，你这样倒酒我不喜欢，我觉得不妥，还是我自己来吧。”当酒扎被客人接过手，我明白我确实做

得不好，毕竟倒酒是最基本的。那刻起，我从内心深处告诉自己：

以后一定要抓紧机会多练习倒酒，一定要把最最基本的做到最合格、最好、最能满足客人。之后，我慢慢地学会了如何打扫包间，同时也渐渐了解了整个ktv的运作。之前没在ktv工作的时候不觉得，来工作才知道ktv的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好，每个部份都有很多的讲究，里面也都蕴含着一定的管理文化和服务知识，经营理念。由于一开始几天属于试工，我都一直在努力地学习，努力地去感悟ktv的一切与一切，包括实践，服务，也包括思考ktv的工作性质，因为这一点是服务生最能亲身体会的。开始在ktv的几天，虽然会遇到一点点小挫折，偶尔也会做错事，不过我还是始终都积极投入地去做。

现在说说我在唱享时光ktv里的主要工作情况吧：我们是每天下午4点半上班到凌晨3点，我们每天的工作就是在客人来之前把包间的卫生都弄干净，整理好自己包间的里里外外使房间整洁，并根据客人的需求，准备好酒、饮料、小吃等等一切必备品。在我看来最累人的，就是每次8点以后的立岗，挺直腰杆，面带微笑，一晚上下来腿跟腰都会感觉很酸，刚开始的时候我真的有点受不了，不过后来站习惯了，也就习以为常也适应了。有时在大厅工作，客人多的时候，老是忙得头晕脑胀，脚酸腰疼，甚至连喝口水的时间也没有，结果是唇焦口燥再加腰酸背痛。不过累是累，还是觉得很乐意，毕竟这样的生活很充实，也毕竟看到客人的微笑与听到老板的赞许时，内心满是愉悦。当然了，偶尔也会遇到很难缠、态度很不好的客人，要么是过于挑剔，要么就是素质不高。记得有一次，有一个包厢里的客人喝醉酒，然后乱说话乱发脾气，吓得我几乎不敢进包间里。所以说，面对难服侍的客人，我们当服务员的都必须谨慎小心，甚至三思而后行。

总而言之，一个ktv服务生的工作看似简单，但操作起来还是

有很多细节需要注意需要小心的，有时也真的挺麻烦的。但是再麻烦也要记住顾客就是上帝，而我们是一个服务生，就理应有服务生所具备的样子和行为。

刚开始工作的时候感到有一点点紧张，有一点点不适应，甚至在最初的时候不敢面对客人，不过我告诉自己必须鼓起勇气，告诉自己自信做下去勇敢做下去我一定行的，我告诉自己以前在校是专心读圣贤书，现在在外要用心学社会事，后来慢慢的我也就习惯了。也因为我每天都要挤着公车去上班，有时候会觉得很奔波很烦，不过后来也就习惯了，也深刻地体会到赚钱的艰难，体会到爸妈赚钱养家的艰辛。我也打心底里感谢唱享时光ktv是它给了我这么现成的一个实践平台，是它给了我机会锻炼我自己，是它给了我机会挑战自我。

我以“应用所学知识，增加社会经验，提高实践能力，体验打工生活”为宗旨，利用短短的寒假假期参加这次有意义又一举两得的社会实践活动，走向社会，接触社会，了解社会，在亲身投入到社会中，从社会实践中检验自我，认识自我，锻炼自我。我深刻地感受到这次的社会实践我获益颇多。现在举例如下：

一、在工作中要有团队精神要有合作理念要懂得互相帮助。就比如ktv里工作每个人都会管好自己的包间，而当自己的包间的工作做完时就应该去其他包间帮忙，而不是躲在自己的包间里偷懒。还有要懂得合作，才能使各个部门的工作都有条不紊地进行。

二、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人，认识了各种各样的客人，以及ktv里各级的员工等等。如何与别人沟通好，这是一门难得的技术，也是一门需要学习的艺术，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，我与别人对话时应变的能力还不是很强，有时甚至会出现谈话冷场，这是很尴尬的。无论是在ktv还是在哪个地方工作，反正人在社会中都需要融入社会这个团体

中，也就需要有效的交流与沟通。人与人之间沟通得好了，会让事情做起来容易轻松的多，也会使做事的过程中更加融洽，更事半功倍。

三、在社会实践中以及以后的工作中要有自信，要勇敢。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定，而是面对错误也不慌不忙。就像刚开始时我到唱享时光ktv那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气，勇气给了我力量，让我更有活力更有精神，让我开心地度过我的寒假实践。

四、在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度。如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了”。在当服务员的这段日子，我便深有体会。我慢慢克服那一点点恐惧。其实没有任何一个人一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切就会迎刃而解了。战胜自我，只有征服自己才能超越自我。有勇气面对是关键，勇气是一切成功的催化剂！

五、在工作中要善于积累一点一滴的知识，要不断地丰富自己的知识结构。任何知识都好，无论是专业知识，还是管理知识、服务知识都好，都要学会慢慢去积累。可谓好的知识如韩信点兵，多多益善。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。所以知识是无比重要的，当然在学知识的同时，要懂得适时地把知识运用到现实中去。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，增强了我的服务意识、团队合作意识，也增强了我的语言交流和表达能力，可以说真真正正增长了我的社会经验、为人处事经验。同时，我也领悟到一个道理；很多事情要亲历亲为，

你才能真实感受 它的难易程度。每个父母为了孩子的成长成才，辛苦打工赚钱是很不容易的，作为大学生应该懂得珍惜父母的血汗钱从而好好学习，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

在实践中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的心理素质还是不够高，有时做错一点小事还是会很慌忙，不够镇定，以后要在日常生活中学会这种随机应变、灵活处理事情的能力。

第二，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中慢慢学习和提升。

第三，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

第四，管理能力还欠佳，有时候领导把任务交给我，我还不怎么会把任务分配到最妥当，这一点要慢慢学，也要多学一些管理知识。

一. 在同一个地方的时间不是很长，社会实践不完全等于上班工作，由于它的时间短而可能很多同学不会感到厌恶，所以有机会的话应该尝试一下更长时间呆在一个地方，从而考验学生的工作热情和工作耐性。这样另一方面也可以使学生对该实践单位有深入的了解。

二. 如果时间与条件允许的情况下，大学生还是以自己的专业知识进行相关的社会实践，在巩固自己专业知识的条件下再加以扩充其他知识。

三. 如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

寒假个人社会实践报告在家待着篇二

为了更深入的了解劳动生产的具体劳作方式，体会农村人民劳作的辛苦与困难，从而激励我们现在的大学生为自己的梦想而努力奋斗，对得起父母为自己付出的一切。

实践的场所是在一个以种植西瓜为主要生活收入的农村，要求减少对一些用品的破坏，提高工作效率，保证工作质量。

农业劳动并没有那么简单，需要我们一点点的努力，才能把他做好。每天就这样的劳作，无论怎么劳累，里面的活一直都在，直到丰收。自己深深的了解到了劳作的方式，体会到了农民的辛苦与不易。明白了这么多年父母就这样一直为了我有个好的未来而辛苦劳作着。

通过此次实践，我真心的感到做农活真的太不容易了，做农活并不是我们所想象的埋头苦干，在这其中需要我们有一份耐心，有一份恒心，还要细心，更要吃苦耐劳。我们大多数都应该是农村的孩子，想一想父母辛辛苦苦的挣钱来供我们上学，拍拍自己的胸口想一想自己现在所做的一切对的起他们吗？有时且恰逢假期回家一趟，父母问寒问暖，生怕我们受什么委屈，这么长时间不回家一趟，我们又何曾问候过父母，替他们做做家务？难道还想让他们劳作后为我们忙来忙去吗？自己的良心何在，自己忍心这样做吗？既然如此我们就要做好我们自己的本职工作，自己好好努力，为自己创造一个好的未来。

虽然只是干些农活，但也是需要领导者为我们指挥工作，只有有秩序、有条理的工作才会有效率、有质量。我们可以领会到领导者的风范，作为一个领导者，怎样去指导工作，怎样让下属心服。对于每个人都会有自己的优缺点，根据他们的优缺点对他们做合理的分工。在生活，学习及以后的工作中，自己做事一定要灵活，只有用简单的方法把事情解决，才能提高办事的效率。要理智的去解决问题，更要学会独立，

在以后的道路上没有人会一直伴随着自己，帮自己去解决自己不能解决的事，自己要明白，靠人不如靠自己，自己能做的事情自己一定要做，不要总对别人形成一种依赖，只有在困难中我们才会成长的更快，学会锻炼自己。

实践过后，真真正正的认识到了实践的重要性。通过实践可以学到平时学不到的知识。在实践中可以发想问题，解决问题，可以做到学有所用，清楚地了解到自己哪些方面存在不足，并及时去弥补。我们也可以接触到不同的人与事，并可以学习如何去相处去处理，使自己更好的去接触社会。实践使我感触最深的是我深深的体会到了父母的辛苦，父母挣钱的不容易，这使我清楚地明白自己在今后的日子里该如何去做，如何去努力才能对的起自己的父母。自己要运用在这次实践中所学到的知识，弥补自己在实践中存在的不足，使自己变得更优秀。

文档为doc格式

寒假个人社会实践报告在家待着篇三

拿店再有几天就开业了，需要大量的人来帮忙，放假你来便是了，来时再带上你的几个同学更好！

于是从十八号放假那天起，我的寒假工生活便正式开始了。刚一下火车，姐姐便在车站等着我，她带我来到宿舍，相继便见到了我的同学（他们放假比我早一些）。中午2：30上班，我随她们一起到店里（重庆小调、四季火锅），进门很让我吃惊，还没有开业暂不说吧，里面更本就不像个店，除了桌子椅子之外，什们也没有。所以接下来的五六天中，老板忙着买东西，我们就擦东西，大冬天的全用凉水，好多同学都把手给冻了，然后闲余的时间里还要进行培训，我们都干的是服务员，都是短期的学生工，什们都不会，所以主管就在闲余时间里对我们进行培训。这样的生活一直持续到了元月二十六号。

因为元月二十六号店里才开始试营业。试营业的第一天，老板、经理、主管，包括我们都非常紧张，因为不知道第一位客人会怎样来评价我们的服务。当时我就站在大厅的最显眼处，所以客人一上楼第一眼就能看见我，我们店的第一桌客人就是我接待的。因为每个服务员都有自己掌管的台，我的是三个散台，记得第一桌客人只有三个人，两个女的，一个男的，当时他们一来，先招呼他们坐下以后，突然一下子我们平时培训的我都忘得一干二净了，不知道接下来该干什么了脑子里一片空白，经理好像看出了我有一些不知所措，于是便立马让主管过来帮我，从倒茶、点菜、询问酒水、餐纸等，再到上锅、开火、下菜、添茶、买单、送客等等，整个流程下来，我最大的感觉就只有一个字：累！但是当我看到客人填的顾客意见表时，我十分的高兴，他们说服务态度非常好！看到这句话时，我感觉我是无比的伟大，因为这说明我成功了，虽然说只是很简单的事而已，但是真真办起来确实不容易！

很快三天过去了，虽然我们都非常累，每天早上九点半上班到下午二点下班，然后又要去为店里做宣传（发传单和餐巾纸），下午四点半又必须回到店里，然后一直但晚上十一点才能歇息。紧接着五天过去了、十天过去了、十五天过去了、很快一个月便过去了。

最后当我们要回家的时候，彼此都还很舍不得，在此之间我认识许多人，许多朋友！这也是我的一笔财富。

最后我们就收拾好东西就各自回家了，到了晚上睡觉的时候一直都睡不着，因为我的脑海都一直在想着综合实践的事，我心里想：虽然这次的综合实践是很累，但是我觉得这都是值得的，因为我在从中不仅学到了很多的知识，而且我还明白了一个道理：只要努力，就一定会有收获。同时，我也真正体会到了父母平时的辛苦！

寒假个人社会实践报告在家待着篇四

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！

寒假个人社会实践报告在家待着篇五

我理解的所谓社会实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。在中国经济飞速发展的今天，国内外经济日趋变化，每天都有新的东西涌现，我们不仅要学好课本上的知识，还要不断从生活中和实践中吸取经验，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

但作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会，就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识，所以我开始了我这个假期的社会实践——走进永和豆浆。

下面汇报一下我的社会实践经历。

1月11日，通过朋友介绍，我进了一家永和豆浆店。刚走进去，别人一眼就能把我认出是一名正在读书的学生，而且感觉他们用一种特别的眼神看着我，但是我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。趁中午吃饭时间，经理召开会议，把我介绍给大家，并安排了我的工作任务——餐具收放。然后，他私底下给我讲了一系列工作应该注意的问题，我认真的听着，恐怕会漏掉中间哪一条。下午登陆了个人信息，领了工作服和胸卡等东西我就回家了。

1月12日，是我第一天上班。心里有一种莫名的欣喜感和好奇心，我第一个到达工作的地方，比上班时间早了20分钟。换上工作服，把自己收拾了一番，为新的一年加油打气。虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以餐具收放为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些收银的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去学，而且要尽自己的努力做到最好。一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

1月13日，是我工作的第二天，明显感受到和学校生活大有不同。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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。上次，我参加了我校举行的招聘会，其中所反映出来的一个问题就是学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意社会实践，社会实践必不可少。毕竟，再一年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书，而已在社会的人都宁愿回校读书。

整个工作下来，不仅让我体验了真正的工作生活，还留给我一笔宝贵的经验，这段时间工作中所学到的东西让我养成了良好的习惯。

第一，工作中，要使用尊称，满足客人的需求，热情亲切地送别客人。生活中亦是如此，当你想要认识一个人的时候，你首先就要先记住他的名字，这是对他人最基本的尊重，只有这样别人才不会觉得你失礼，这也是与他人进行深入交流的第一步。

第二，工作中，客人使用酒店公共设施时应该自觉礼让，让客人优先使用，如让客人优先出入电梯，在走廊通道礼让客人先走。生活中，作为新时代的文明大学生更要学会礼让，这不仅是中华传统美德，更是每个人应该学会的基本礼仪。

第三，工作中，保证对你面前3米内的客人和员工微笑致意，并让电话中的客人听到你的微笑，微笑不仅会带来客人的喜悦，而且可以化解客人的不满。生活中，微笑不仅能够给人带去温暖，带去幸福，有时候可以化为一种无形的力量，也许是你的一个微笑能够换来他人的一片晴天。

第四，工作中，积极沟通，消除与其他人之间的偏见，不要把责任推给其他同事，对内要分清责任，对外要维护店的整体形象。生活中，因自己的失误造成的后果决不能推卸给其他人，自己的错误要勇于承担，知错就改，只有这样才能得到他人真正的谅解。

第五，工作中，制服要干净整洁、合身，鞋要擦亮，仪容仪表端正大方，上岗时要充满自信，充分展示店面形象和管理水平。无论是在我们的'生活还是工作中，我们都要自信的面对每一天，以完美的姿态去享受每一天，充实而满足地度过每一天。

第六，工作中，员工必须明确自己的工作范围和工作目标。工作总目标要靠全体员工的努力才能实现，员工最需要知道的是上级对自己的期望和要求。他们对这些目标的认知和理解，直接影响最终的服务质量。所以，生活中，我们也要树立一定的目标，建立正确的信念观，在自己的工作范围内实现最后的目标。

第七，工作中，为满足顾客的需求，充分运用上级赋予你的权力，在遇到困难时，寻求主管或总经理的帮助。在我们生活中，当我们手足无措时，我们应该主动寻求帮助而不是选择等待，在逆境中保持理智的头脑。

此外，我还学到了员工与员工之间一定要有合作精神，做到认真负责，迅速合作，这样都能使工作更顺利。自己不但能愉快地胜任自己份内的工作，也应该能发现并了解同事们的困难，并立刻知道在何处以何种方式来协助同事。而这种合作精神也是我们在以后的工作中应该掌握的。

总之，此次社会实践的亲身经历给我留下了深刻的印象，不仅锻炼了自己也丰富了自己的阅历，让我学到了书本上无法学到的知识，受益匪浅，希望今后自己还能有更多的机会参与这样的活动，让自己在磨练中不断成长。

文档为doc格式

寒假个人社会实践报告在家待着篇六

体验社会上的一些人情世故，多经历一些事情，有利于以后更容易融于社会。

二、实践时间

_年_月_日至_月_日。

三、实践单位

_服饰。

四、实践内容与总结

我在酷寒中迎来了作为大学生的第一个寒假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气寒冷，我毅然踏上了社会实践的道路。

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走入社会，适应社会，我通过朋友介绍来到了_服饰做一名导购员，虽然工作时间并不是很长，但我也体会到了工作的艰辛，赚钱的不易。

导购这个工作其实需要技巧的，一些老员工告诉我，在面对消费者时一定要诚恳，面带微笑，这样才能得到初步信任。其次必须要懂得一些基本常识，知道哪些身形穿什么样的衣服，不能胡乱搭配。不同的肤色也有不同的颜色搭配，这些都要记牢。当然还需要根据不同人的喜好适时改变，而不要太过死板，这样才能取得好的销售业绩。

在实践的这段时间内，我接触到各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己去做，而且要尽自己的努力做到。

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！

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。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。

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。

我希望下次还能有更多的机会去从事更多的行业，更感受各

个行业的与众不同。

文档为doc格式

寒假个人社会实践报告在家待着篇七

专业：信息管理与信息系统

姓名□xx

实践单位□xx毛织服装有限公司

实践时间□xx年01月20日至xx年02月15日共25天

实践报告正文

通过参与生产部门相关的工作，一方面可以掌握服装制作工艺。另一方面了解服装生产运作流程，服装生产管理的技巧。理论联系实际，在实践中巩固，深化服装知识，即熟悉了服装生产运作，提高动手能力，又帮助适应社会企业就业和提高社会经验。我寒假实践单位是xx实验区xx毛织服装有限公司，专业生产各种各样毛织服装，包装产品的企业。公司拥有生产、办公场地百余平方米及国际先进流水生产设备。

这次实习我被安排到生产部门，以下是我在生产部门里实习内容和过程。

服装缝制生产过程的合理组织是提高服装生产的重要保证，其目的是使产品在缝制生产过程中的工艺路线最短，加工时间最省，耗费最小，生产出满足客户要求的产品。所以要做好工艺设计，也即把人，设备和空间合理地组合起来。

因为没有参与操作的机会，我只能看员工如何操作，毕竟很多机器在学校都没接触过。缝纫设备的购买和维修都由保全

部门负责，公司针对缝纫设备让保全部门给我们开了个讲座：机器设备介绍(认识各种衣车的名称，性能和用途;介绍维修工具和使用方法;介绍常见故障和维修方法，设备的保养和维修制度等。)

因为在车缝车间只呆四天，而机台都是固定员工操作，主任也很为难怎么给我们分配工作。后来我做的是类似打杂的工作：捆扎衣服，撬扣子，钉扣子，配帽子，把返工服装分类等等。我禀着以最少的时间了解最多公司的情况和尽可能学到更多的知识的原则，采取了多看，多问，多动手，多怀疑的态度，在完成主任安排的任务情况下争取多做事情，看了大量该公司的文件，如人机布置图，外发派工单，订单进程表，单元流水工序排图，生产配料单，工艺制作单等等。在参观车间的过程中深入了解了大货生产的工艺流程。并与主任的聊天中了解了生产部门管理方法，工资机制等有关生产部门的情况。

我也做了几天拉布工作。我和一位员工从布匹拉出面料，另两位员工将面料与裁床上的排板末端记号叠对整齐，用压铁固定面料末端的位置，拉直面料(防止面料起皱和过度拉)然后我跟先前那位员工断料。不断重复上述的工序，一匹布拉完后，如果面料的正反面差别不明显，则要铺上隔层纸，再拉另一匹布，以防止色差疵点的产生。如果面料的正反面差别明显，则不需要隔层纸，只要接匹时把面料反过来铺就行。重复上述的工序，铺到工艺所需的层数为止。拉完布后，铺上排料图，开始剪裁。最后把裁片送到车缝车间。

我发现xx毛织服装有限公司在管理方面存在一些问题，虽然我不是工商管理专业学生。就像样品部的工作简单，是见眼就会做的工作。但该公司却安排了多余的工人，浪费了人力物力。所以我认为公司应认真做好工作人员分配，充分利用人力物力。还有该公司的'工资制度是按时计的，不能提高工人的积极性。所以我认为公司应实行按件计工资，这样就可以提高工作人员的积极性，为公司创造更多财富。

我在实践中成长的更加成熟了，无论在心理还是思想上。通过这次实践，我更加了解了服装生产运作和管理。同时结识了很多同事朋友，他们让我更深刻了解社会，他们拓宽我的视野，增强了我的沟通能力和表达能力。我深切体会到不管从事哪个行业都需要有扎实的专业基础，而且也认识得学得多还不如学得精。这是个知识化的社会，知识是必备的，否则只能靠出卖廉价的劳动力谋生，像那些车间工人，工作累工资低。也深切体会到无论是企业还是员工都面临越来越强的竞争，群雄逐鹿，鹿死谁手？机会总是为有准备的人留着。我也清楚自己的能力知道以后努力方向。

寒假个人社会实践报告在家待着篇八

在北方小城镇开办供热公司进行集中供暖的可行性评估。

与当地居民交流，调查获得所需数据，得出可行性评估。

至XXXX年寒假期间。

XX省XX县XX镇。

1、概况：与南方广大地区不同，北方冬季是十分寒冷的，最低温度经常能达到零下十几摄氏度，家家户户在冬季都采取各种措施进行取暖。而具体到广大乡镇地区，对于大多数居民来说，使用空调或电暖气取暖都过与奢华，所以使用燃煤取暖成为绝大多居民的首选。随着近年来改革开放的不断深入，国家建设全面小康社会步伐的不断加快，人民生活水平得到了很大的提高，很多乡镇居民都搬进了二层楼房或是盖起了整洁的平房，但绝大多数居民还采取自家燃煤取暖的方式，集中供热在广大小乡镇地区基本上处于空白状态，特此进行此次社会实践调查活动，对在北方小城镇地区开办供热公司，进行集中供暖的可行性进行评估。

2、实地调查，采集数据。了解目前煤炭市场价格，统计一般

家庭一个冬天自家生锅炉取暖所需煤量，了解附近县城供暖公司集中供热的市场价格，了解小城镇居民对集中供暖的态度。

3、数据整理。

- (1)、目前煤炭市场价格：500元/吨左右；
- (2)、一般家庭冬季耗煤量：5吨/百平方米左右；
- (3)、附近县城内集中供暖市场价格：23元/平方米。

4、数据分析，可行性评估。

首先，若以100m²为单位，一般家庭冬天平均在燃煤方面的开支为5×500=2500元左右，而采取集中供热的家庭为2300元，通过对比得出集中供热方式在价格上有一定优势；另外，自家生炉子取暖往往通过暖气片散热，室内温度一般只能达到20摄氏度，而现代集中供热多数采取地热取暖，不仅室温可达到20摄氏度以上，而且室内空间更加宽敞；还有，自家燃煤取暖需要囤积大量的煤，而且还要起早贪黑地生锅炉，既不卫生又不安全，还很累人，居民们怨声载道；最后采取集中供热可以更有效地利用煤炭资源，控制环境污染，如果真能建起供热公司的话，还可以为更多人提供就业机会，为国家纳更多的税，拉动地方经济发展。

但另一方面，由于城乡建设推进的不够深入，有能力搬进楼房的居民还是少数，所以供热公司将面临客户较少的困境；另外由于在一开始小城镇建设规划时没有考虑到集中供热，使已建成的二层楼房没有与集中供热相配套的结构与设施，这样居民采取集中供热的房屋改造成本很高，居民不一定愿意，而新型商品房的大规模建设还有待时日。从这方面讲，在小城镇开办供热公司是利弊共存啊。

经过以上调查与分析，可以看出，在北方小乡镇开办供热公司进行集中供暖虽然有很大潜力，但起步阶段必定会经历很大的困难，但随着中国全面建设小康社会步伐的推进，小城镇居民的生活水平会逐步提高，越来越多的人会搬进干净的商品房，集中供热将会成为一种必然的发展方向。所以希望有能力的公司或个人把握商机，果断决定，向小乡镇这一广阔的供暖市场进军。

个人寒假社会实践报告

大学生寒假个人社会实践报告

个人寒假社会实践

个人寒假社会实践心得

【精】 寒假社会实践报告

【荐】 寒假社会实践报告

寒假补课社会实践报告

农村寒假社会实践报告

寒假临床社会实践报告

寒假个人社会实践报告在家待着篇九

这个寒假我选择了去餐厅做寒假工，即使放假离新年只有xx天，但是我还是愿意去参与社会实践。

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。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。

因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

虽然我只是大二，离真正参加工作还有两年时间，但从我进大学以后，觉得时间过得真快，恐怕自己还趁早学就再也没有机会了，我的很多的落榜同学有的已经踏入社会，结婚生子，苦苦的熬。我深感到，我进入大学并不是人生的终点，只有多吃苦，才知道生活的艰辛不易、在餐厅里，别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！

我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8：30分上班，虽然时间长了点但，热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工

作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去 做，而且要尽自己的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。

这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

一个月的实践，我感觉自己长大不少，终于认识到校园其实还是很小的，虽然它占地千余亩，但它仅仅是社会的一小部分，仅仅是一个引导人的机构。在学校，我们学的是理论，

讲的是道德文化，而走出校门，步入社会，我们学的便是素质与能力，讲的便是气质与内涵，但两者还是相通的，为的都是顺利进入激烈的社会竞争，求的都是出类拔萃。