

社会实践报告大学生寒假三下乡 社会实践报告大学生社会实践报告(优秀5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。那么报告应该怎么制定才合适呢？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。

社会实践报告大学生寒假三下乡篇一

一、实践报告撰写的内容与要求：

一份完整的实践报告应由以下部分组成：

1. 报告题目

报告题目应该用简短、明确的文字写成，通过标题把实践活动的内容、特点概括出来。题目字数要适当，一般不宜超过20个字。如果有些细节必须放进标题，为避免冗长，可以设副标题，把细节放在副标题里。

2. 学院及作者名称

学院名称和作者姓名应在题目下方注明，学院名称应用全称。

3. 摘要(有英文摘要的中文在前，英文在后)

d)中图分类号。

4. 正文

正文是实践报告的核心内容，是对实践活动的详细表述。这部分内容为作者所要论述的主要事实和观点，包括介绍实践

活动的目的、相关背景、时间、地点、人员、调查手段组成，以及对实践活动中得到的结论的详细叙述。

5. 结束语

结束语包含对整个实践活动进行归纳和综合而得到的收获和感悟，也可以包括实践过程中发现的问题，并提出相应的解决办法。

6. 谢辞

谢辞通常以简短的文字对在实践过程与报告撰写过程中直接给予帮助的指导教师、答疑教师和其他人员表示谢意。

7. 参考文献

参考文献是实践报告不可缺少的组成部分，它反映实践报告的取材来源、材料的广博程度和材料的可靠程度，也是作者对他人知识成果的承认和尊重。

8. 附录

对于某些不宜放在正文中，但又具有参考价值的内容可以编入实践报告的附录中。

二、撰写实践报告的准备与主要步骤：

实践报告的写作过程应包括以下步骤：收集资料、拟订报告提纲、起草、修改、定稿等。各个步骤具体做法如下：

1. 收集资料

资料是撰写实践报告的基础。收集资料的途径主要有：通过实地调查、社会实践或实习等渠道获得；从校内外图书馆、资料室已有的资料中查找。

2. 拟订报告提纲

拟订报告提纲是作者动笔行文前的必要准备。根据报告主题的需要拟订该文结构框架和体系。我们在起草报告提纲后，可请指导教师审阅修改。

3. 起草

报告提纲确定后，可以动手撰写实践报告的初稿。在起草时应尽量做到“纲举目张、顺理成章、详略得当、井然有序”。

4. 修改、定稿

报告初稿写之后，需要改正草稿中的缺点或错误，因此应反复推敲修改后，才能定稿。

三、实践报告的写作细则：

1. 书写

实践报告要用学校规定的稿纸单面书写(必须用黑或兰黑墨水)或用计算机打印，正文中的任何部分不得写到稿纸边框线以外。稿纸不得左右加贴补写正文和图表的纸条，或随意接长截短。用计算机排版、打印一律用a4打印纸。版式要求如下：标题(“小二”“华文中宋”或“黑体”“加粗”居中)，学院及作者名称(“四号”“仿宋体”居中，学院名称与作者名称之间应空两格)，目录(“二号”“黑体”居中)内容(“小四号”“宋体”)，摘要(“四号”“黑体”“加粗”)：内容(“四号”“仿宋”)，关键词(“四号”“黑体”“加粗”)，正文内容(“四号”“宋体”)。实践报告中汉字必须使用国家正式公布过的规范字。

2. 标点符号

实践报告中的标点符号应准确使用。

3. 名词、名称

科学技术名词术语采用全国自然科学名词审定委员会公布的规范词或国家标准、部标准中规定的名称，尚未统一规定或叫法有争议的名词术语，可采用惯用的名称。使用外文缩写代替某一名词术语时，首次出现时应在括号内注明全称。外国人名一般采用英文原名，按名前姓后的原则书写。一般很熟知的外国人名(如牛顿、爱因斯坦、达尔文、马克思等)应按通常标准译法写译名。

4. 量和单位

实践报告中的量和单位必须符合用中华人民共和国的国家标准gb3100—gb3102-93，它是以国际单位制(SI)为基础的。非物理量的单位，如件、台、人、元等，可用汉字与符号构成组合形式的单位，例如件/台、元/km。

5. 数字

实践报告中的测量、统计数据一律用阿拉伯数字；在叙述中，一般不宜用阿拉伯数字。

6. 标题层次

实践报告的全部标题层次应统一、有条不紊，整齐清晰，相同的层次应采用统一的表示体例，正文中各级标题下的内容应同各自的标题对应，不应有与标题无关的内容。

7. 注释

实践报告中有个别名词或情况需要解释时可加注说明，注释可用页末注(将注文放在加注页的下端)，而不可用行中插

注(夹在正文中的注)。注释只限于写在注释符号出现的同页，不得隔页。

8. 公式

公式应居中书写，公式的编号用圆括号括起放在公式右边行末，公式与编号之间不加虚线。引用文献标注应在引用处正文右上角用〔〕和参考文献编号表明，字体用五号字。

9. 表格

每个表格应有自己的表序和表题，表序和表题应写在表格上方居中排放，表序后空一格书写表题。表格允许下页续写，续写时表题可省略，但表头应重复写，并在右上方写“续表××”。

10. 插图

文中的插图必须精心制作，线条要匀称，图面要整洁美观；插图6幅以内，用计算机绘制；若为照片，应提供清晰的黑白照片，比例一般以1：1为宜。插图一律插入正文的相应位置，并著名图号、图题每幅插图应有图序和图题，图序和图题应放在图位下方居中处，图序和图题一般用五号字。

11. 参考文献

参考文献一律放在文后，参考文献的书写格式要按国家标准gb7714-87规定。参考文献按文中引用的先后，从小到大排序，一般序码宜用方括号括起，不用圆括号括起，且在文中引用处用右上角标注明，要求各项内容齐全。文献作者不超过3位时，全部列出；超过3位只列前三位，后面加“等”字或“etal”。中国人和外国人名一律采用姓名前后著录法。外国人的名字部分用缩写，并省略。

社会实践报告大学生寒假三下乡篇二

于是为了进步自己的能力,增加团队工作经验,不少人竞选班委、学生会职务;在档案上留段字为日后的工作添筹码。

有了这些经验就能够解决社会实际题目了吗?答案是不够的。校园与社会环境本存在很大的区别。这就要求我们利用假期时间走进社会实践。这也是老师要求我们写社会实践论文的目的。

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。实践也是检验真理的唯一途径。

在实践中我们还可以检验自己学习的成效、检测自己的所缺,以便我们日后学习有个侧重点。另外,校园与社会环境的不同,接触的人与事也不大相同,所以我们还可以在社会实践中学到很多在校园里学不到的知识。这就形成了从实践中学学习,从学习中实践的良性循环。

当今中国经济飞速发展,国内外经济不断变化,在机会越来越多的同时,也出现了更多的题目,有了更多更艰巨的挑战,这也就对人才的要求越来越高。

我们不仅要学好课本里的知识,还要主动走进社会,积极在实践中学习其他的东西,不断增加自己的经验,全方面武装自己,才能在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。

201x年冷假一回到家乡我就积极在家乡的一家超市找了一份冷假临时工——做促销员。挂着实习生的牌子站在柜台旁,我一脸幼稚、迷茫地站在那,不断地提醒自己要大胆地接近顾客,拉拢顾客,可好长一段时间站在那一声不吭的。一个大姐在顾客少的时候教我如何倾销产品。

我也慢慢地放开胆往尝试,实在这种交流比想象的轻易多了。就好象上台前紧张兮兮,但在台上只顾着自己的表演而忘了紧张。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。

在超市做促销员不能坐着,也不能在超市随便逛来荡往,得时刻留意服务顾客。固然天天只有上午或下午班,但一段时间下来,还是腰酸脚痛。或许也正如孟子所说“天将降大任于斯人也,必先劳其胫骨,饿其体夫,空乏其身。”

在学校,天天有作息时间表约束你。课程表会告诉你,今天该干什么,明天又有什么事情要做。而在这里,你可以无所事事地像木瓜呆在那儿,然后老板不满足你的表现扣你工资或者将你开除。

积极的就是主动接近顾客,拉近与顾客的距离,然后耐心的倾销产品。这也实在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。我们胆大了才能冷静,冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法,然后再作出适当的回应,不至于慌张得不知所措。

我们必须主动努力才可能继续干下往。在学校,每一个学生都在为取得更高的成绩而努力,固然这也存在的竞争,可校园里总少不了那份纯真,那份真诚,一般不会招来嫉恨与报复。

可是在社会中,优越劣汰,你的成功就是别人的失败,工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等,关系复杂,这一切都需要我们有经验往处理。

尽管存在竞争,我们还得不断学习别人优秀的地方,这需要我们有经验往调整自己的心态。而这些经验需要日积夜累,而不是在毕业后读本速成书便可成的。这些事情很多同学沉醉于学习与消遣还未来得及思考,便忽略了社会实践的重要性。

有个事实众所周知,学生的实际操纵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,学习的理论知识很多很多,几乎是面面俱到;而在实际工作中,很可能是书本上的知识一点都用不上。或许工作中运用到的只是很简单的题目,只要套公式似的就能完成一项任务。

有时候我会想,实际操纵这么简单,但为什么我们要学习那么深奥的知识呢?现在的教育真的存在很大的弊端,严重的脱离了社会实际应用吗?实在不然,在学习这些吃力的知识的同时,我们的学习能力进步了,理解能力和逻辑思维能力也增强了。

更在很多书本中教我们如何往做好自己,教我们树立自己远大的理想,这将更好的为我们社会实践打基础。作为大学生,我们的年龄也不小了,离走向社会工作也不远了,我们应该懂得与社会上各方面的人交往,处理社会上发生的各方面的事情,这就意味着我们必须得重视社会实践。究竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会,就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会,为社会服务。

而现今一个事实却被很多人误读了,大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生,以为读大学没什么用了,一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学生已经不包分工了,也确实很多大学生找不到好工作。这正说明了现在社会对大学生素质、能力要求越来越高了;当然也说明了某些大学生的确不过关。大学生不是全值钱,但社会上值钱的还是大学生。

这就为什么还是有很多人打工之后还想读书,甚至有部分人也确实再次进进校园学习。我们在校园里学习到的先进的科学知识能为社会作出更大的贡献,也能为自己带来更多的收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实把握专业知识还有社会实践能力与经验。这次冷假社会实践我以“善用知识,增加社会经验,进步实践能力,丰富假期生活”为宗旨,利用这段宝贵的时间参加有意义的实践活动,接触了社会,了解了社会,并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在这,我总结以为以下四点是在实践中不可缺少的。

一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我熟悉更多的人。如何与别人沟通好,这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会未几,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。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融进社会这个团体中,人与人之间协力往做事,使其做事的过程中更加融洽,更事半功倍。别人给你的意见,你要听取、耐心、虚心地接受。

二. 在社会中要有自信。自信不是麻痹的自诩,而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中,我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的,没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候,知道要打假期工时,自己就害怕了。自己觉得困难挺多的,自己的社会经验缺乏,学历不足等种种原因使自己觉得很渺小,自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“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。”实在有谁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,那一切都变得轻易解决了。战胜自我,只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键,如某个名人所说:“勇气通往天堂,怯懦通往地狱。”四. 工作中不断地丰富知识。知识如同人体血液。人缺少了血液,身体就会衰弱,人缺少了知识,头脑就要枯竭。

以上是我自己在这次寒假社会实践中所学到的,是我自己以为在社会上立足所必不可少的要求。

最后我要说的是:大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地,我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地,能将学校学的知识联系于社会,我感觉学习与社会实践是密不可分的。实践是学生接触社会,了解社会,服务社会,运用所学

知识实践自我的最好途径。亲身实践,而不是闭门造车,实现了从理论到实践再到理论的奔腾。社会实践增强了我熟悉题目、分析题目、解决题目的能力。为熟悉社会、了解社会、步进社会打下了良好的基础。

(本文素材来源于网络,如有侵权,请联系删除。)

社会实践报告大学生寒假三下乡篇三

在本学期暑假中,我们进行了一次以“北京市卫生和环境状况”为主题的社会实践。通过这次的社会实践活动,我们走访了相关的单位和部门,搜集到了我们自己认为较为真实的资料。这不仅仅对于社会实践活动有一定的帮助,对于我们自己来说也是收益非浅。这次活动之中,虽然我们竭尽全力的搜集我们所能找到的资料,但是对于这次的活动也仅仅是让我们基本满意。这次社会实践活动的小组成员是由我和留宇慧同学组成,当然人员是很有限的,也就对我们的社会实践调查有一定的限制,我们所调查的一些资料基本上仅限于我们的居住地,延庆县和海淀区和丰台区,自然就缺乏了一定的代表性,但是我们的数据和资料是亲力亲为的相信可以弥补这些缺陷的。本次社会调查实践活动内容主要有三项内容:

一北京市卫生建设调查

二公民综合卫生素质调查

三北京市防疫工作

在这三大项的调查工作中,我们竭尽全力,遇到了不少的困难,当然也就克服了不少的困难,让我们收益非浅。

社会实践报告大学生寒假三下乡篇四

大学生社会实践是在校园生活中难得的机会。这是自我认知,

人生阅历和人际交往的绝佳渠道。在社会实践中，学生能够亲身感受社会的多元性和复杂性，得到学校课堂教育所不能给予的体验。在社会实践过程中，我深刻体会到了大学生作为社会主体的责任和义务，并从中受到了极大的启发和帮助。

第二段：体验

我的社会实践主要是在一个公益组织中进行的。在这段时间里，我坚信一个人的身体和精神才可以自由掌握命运，只要有一个好的社会，人的生活就会更加美好。因此，我们的工作就是为社会做出积极的贡献，推动社会进步。在这个公益组织中，我从事了各种相关工作，例如组织义卖，参与环保活动，为流浪者和孤寡老人看护等等。这让我更加深入地了解到社会发展面临的各种问题和难题。经过深入分析研究，我认为，公益组织应该更多地关注弱势群体，提高这些群体的生存水平和幸福感，推动社会公平和谐的发展。

第三段：思考

在社会实践的过程中，我认真思考了很多问题。首先，我认为，大学生应该对社会承担起更多的责任。我们不仅是学校的学生，更应该成为社会的一份子，积极地为社会做贡献。此外，大学生应该不断地更新自己的思维方式和学习方式，提升自己的知识和素质，才能更好地适应社会的发展变化。最后，大学生应该真正关注社会需要和弱势群体的问题，做出实际行动，用自己的力量为他人和社会努力。

第四段：心得

社会实践让我看到了正义、公平和爱的力量。通过这个实践，我从不同的方面感受到一个公益组织的重要性，了解到社会发展面临的种种问题和难题。同时，我坚定了为弱势族群争取权益决心。这也让我更深地认识到自己的使命和责任。

第五段：结论

通过社会实践，我深刻体会到了大学生应承担的社会责任，社会实践也为我以后的成长道路开辟了新的空间。我相信，在未来不远的日子里，我会继续为社会的发展和进步做出贡献，用自己的实际行动为他人创造美好的未来。我也希望同学们能够积极参与社会实践活动，让我们一起携手奋进，为社会和自己创造更美好的未来。

社会实践报告大学生寒假三下乡篇五

暑期社会实践是大学生拓宽眼界、提升综合素质的一种重要方式。在暑假期间，我有幸参加了一次社会实践活动，既见识到了社会发展的蓬勃景象，也体验到了真实生活的艰辛与挑战。通过这次实践，我受益匪浅，不仅提高了自身的实践能力，也深刻认识到了自己的不足之处。接下来，我将分五个方面进行总结与体会，以期更好地提高自身的能力素质。

首先，社会实践让我深刻认识到了自己的不足之处。在这次实践过程中，我与其他同学相比，不仅在沟通与协作工作中比较被动，在遇到问题时也缺乏独立思考的能力。尤其是在与企业代表进行交流时，我往往因紧张而言语不流利，没有灵活应对的能力。这给我留下了深刻的教训，我意识到了自己在即将步入社会的现实环境中，需要不断地充实自己能力，提高自身的综合素质。

其次，参与社会实践让我更加清晰地认识到自己的职业规划和前景。通过与企业代表和职场人士交流，以及参观实地考察，我对各行各业的发展情况有了更深入的了解。我发现，不同领域的职业发展前景差异明显，一些传统行业逐渐式微，而互联网、金融、医疗等新兴行业则具有广阔的发展前景。这让我认识到，选择一个正确合适的职业方向对于个人的发展至关重要，我需要根据自身的兴趣、优势和市场需求来进行职业规划，为自己的未来做好准备。

第三，参与社会实践让我对社会问题有了更加深刻的认识。通过实地参观社区和与社区居民的交流，我看到了社会问题的真实存在。比如，部分居民生活环境恶劣，垃圾乱堆乱放、公共设施破损等，“病态”文化缺失等问题。这些问题让我思考，作为一名大学生，我们应当如何通过自己的努力和行动，为社会的和谐发展做出贡献。同时，也让我认识到，社会需要我们这些新一代的年轻人去接手和改善，提升城市文明程度。

第四，参与社会实践让我更加理解了团队合作的重要性。在实践中，我们组成了一个小组，共同合作解决问题。在分工合作和紧密协作中，每个人都发挥了自己的能力和特长，取得了良好的效果。通过这次团队合作，我深刻体会到，团队合作的力量远大于个人能力，只有团结一心，才能克服困难，实现共同目标。同时，我也认识到，一个成功的团队，需要成员之间的相互信任、有效的沟通和合理的分工，这需要我们不断地学习和提升。

最后，参与社会实践让我更加关注社会公益事业。通过参与实践活动，我接触到了一些社会公益组织，见证了他们为社会做出的贡献。我意识到，作为一名大学生，我们应当积极参与社会公益事业，为弱势群体提供帮助，传递阳光正能量。无论是捐助物质，还是关爱行动，我们都能为提高社会公益发展出一份力量。因此，我决定将来会积极参与社会公益活动，为社会的进步和繁荣贡献自己的一份力量。

通过这次暑期社会实践，我不仅开阔了眼界，拓展了知识面，还增强了自信心，明确了自己的职业目标和前景规划，更加关注社会问题和公益事业。我深感社会实践是一次宝贵的学习机会，它既让我在各个方面受益，也将对我未来的学习和工作产生积极影响。因此，我将把这次实践的体验和收获作为自己未来的发展方向的基石，不断学习和提升自己，为将来的职业道路做好准备，为社会贡献自己的智慧和力量。