

# 最新参观圆明园社会实践报告 暑假大学生实践活动心得体会(大全7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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 参观圆明园社会实践报告篇一

暑假的生活总是让人感到放松且悠闲，但自从成为一名大学生之后，我对自己的暑假也有了新的定义。对待暑假，我开始意识到自己还有除了游玩以为更加积极的方式。作为一名大学生，我希望更加主动的去发挥自己的的能力，并在社会中取得更多的收获。

为此，我在这次的暑假中，积极的参与到了社会实践的活动中，并通过自身的学习、努力，在活动中认识了社会，也更加认识了自己。现将自己的实践情况总结如下：

1. 锻炼自身吃苦耐劳的能力，走出校园的舒适区，加强自我的锻炼。
2. 体会社会环境，尝试接触社会工作，让自己能尽早了解社会的基本情况
3. 提高自我的管理能力，管理假期时间，积极有效的发挥假期的作用。

在假期里，我在离家比较近的地方找到了自己实践工作——餐厅服务员。虽然是十分简单的一份工作，但对于我这种毫无工作经验的暑假大学生而言，却是十分适合的基础岗位。

在工作方面，服务员负责的都是一些简单的任务，端茶送水，打扫收拾。虽然任务不复杂，但真的很消耗体力，同时也要具备十足的耐心和沟通应变能力。在我工作的时候，就遇上过许多让我难以理解的要求。这也让我受到了领导不少的责备。虽然感到有些难过，但经历了这些体会后，我也收获了很多。并学会了如何处理这些问题。渐渐的我在工作中不仅提升了自己的社会经验，更学会如何圆滑的处理沟通中的一些问题，在一些老客户中也得到了不错的评价。

在这次的实践工作中，我收获了很多为人处世的方法。虽然短暂，但而已渐渐适应了作为一名服务员的工作。这些收获和经历，都让我以一名大学生的失衡分的学习并体会了很多对社会的认识。

如今，我感到这次的实践虽然辛苦，但为了这些成长和收获都是值得的！这也教导了我，一份付出，才有一份收获！

回顾这次的工作，我其实也有许多做的不好的地方。如：在工作中走神导致上错菜，或是给顾客带来了一些不便……每一次犯错，对我而言都是一个警告，让我您能认识到自己不足和问题。对我而言，这也是十分重要的一次收获！我会好好的总结自己，并积极的改进不足，让自己今后能更加出色！

## **参观圆明园社会实践报告篇二**

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的毕业实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负

责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班；如果是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那也必须由经办人负责赔偿。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业。

所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。在我实习快要结束时，基本业务流程我也算是掌握的差不多了，所以偶尔在空闲时指导老师让我上岗操作。没想到，看似简单的业务处理，当真正上岗时却有这么多的细节需要注意，比如：对待客户的态度，首先是要用敬语，如“您好，请签字，请慢走”；其次与客户传递资料时必须起立并且双手接送，最后对于客户的一些问题和咨询必须要耐心的解答。这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度，这样才能在自己的岗位上有所发展。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

大学生实践活动心得体会800字（精选篇2）

## 参观圆明园社会实践报告篇三

人生是一场苦旅，走久了才知道倦累，人生是一次跋涉，走长了才知道艰难。在我看来，人生就是用来如此折腾的。时间不仅让我们看透了别人，也让我们认清了自己。

20\_\_年12月22日，伴随着学期结束，同学们陆续回家。参加社会实践的同学也踏上远行的路，为了锻炼同学们的自主能力，学院组织的社会实践得到了同学们的支持，超过了80%的同学参加了社会实践。

对于许多同学来说，这是他们第一次外出打工，第一次依靠自己的能力去赚钱，去体会赚钱的辛酸。很多同学坐上了远行的火车，寒风吹着远行的人，夜里10点钟，同学们到达火车站，在一翻忙碌后同学们做上了火车，在火车上许多同学兴奋的幻想着将来要承担的工作，幻想到领工资时的狂欢，但同学们不适应长途的火车，在车上不适应所以睡不足，调不过变化的环境。

到了社会实践地点昆山，同学们欢乐的走向新环境，但是很快，问题就出现了，许多同学水土不服，或者不适应饮食，也不适应从20多度到10多度的温度差，所以很多同学都生病了，许多同学都慌了，幸亏很快恢复了。

当我刚进入工作岗位时，极度的疲劳和与同事相处的方式不同而导致自己很疲劳，没有余力去做其他事，慢慢的，同学们相互疏远了，休息时间都爬在桌子上睡觉，工作时间争分夺秒做事，有时中间休息几分钟，都能爬在桌子上睡着，而刚刚融入新环境的我们精力不足，所以做得不好，后来经过调整，才慢慢融入新环境，慢慢适应长时间的，高难度的工作。

社会实践的第一个月，也是最难熬的一个月，平时懒散的我们没能融入环境，没能适应工作，而且正处在年末赶工作量，所以，当领导不停的催工作量，感觉心里特别烦，但是想想

别人行，为什么自己不行，于是又坚持了下来，工作中领导干部经常催，员工特别烦，所以经常出现员工与领导吵架的事，当我们慢慢适应了工作，渐渐，领导干部开始表扬我们。

年假结束后，各个部门的领导，老员工逐渐返岗，随着领导回家，我的压力降低了许多，于是渐渐有时间休息，结束后可以在休息室喝点水，也因为自己的努力博得了领导的喜欢，所以后来我的工作量不大。

过年的时候是我们最难熬的，想家，再加上工作压力，自己几乎放弃，但是我庆幸自己坚持了下来，每次和父母通话，父母思念的语气，及自己想家的情绪，眼泪几欲流出，但是想想自己身边有那么多同学，还是坚持了下来，随着时间推移，离社会实践的结束越来越近，返回学校，回家的心情也越来越急切，有时看着日期，默默的对自己说只有几天了，马上就要回去了，返校时间到了，我们拉上了自己的行李迫不及待的踏上了回家的路，在车上欢呼，用手机给家里打电话，报平安。父母的欣喜及自己的急切，瞬间明白了家的含义。

有时候，真的感谢这次实践，让我成长了许多，体会到了社会的艰苦，挣钱的不易，也明白了要懂得珍惜。

## 参观圆明园社会实践报告篇四

梅开春烂漫，竹报岁平安。愉快的寒假生活已经结束，为了让每个少先队员度过一个“安全、充实、健康、文明”的假期，结合慈溪市少工委有关工作要求[]20xx年的猪年寒假，西二小学少先队大队部为孩子们制定了“践行尚德教育 欢度猪年寒假”的活动方案。

开学伊始，孩子们带着微笑，带着寒假的收获回到了春意初显的校园，交上了一份令人满意的“寒假答卷”。

这次寒假活动，大队部分四部分要求学生过一个有意义的寒假。

一是开展“尚德”活动，奉献一片爱心，争当“尚德小标兵”。要争当“尚德小标兵”得从三个方面入手，那就是“敬老人，孝父母，爱同伴”。孩子们通过送老人礼物，给老人表演节目，陪老人吃饭等形式给村里的孤寡老人带去了春节的喜气；通过帮助父母劳动，对父母说感谢等形式向父母回报了恩情；通过为同伴制作贺卡、礼物等形式增进了同伴间的友情。这项活动，全校有335名队员参加活动，大队部择优选出了64位“尚德小标兵”。

二是开展实践活动，发扬传统美德。大队部鼓励学生积极参与社会实践活动，争当“小小践行家”；合理利用压岁钱，争当“小小理财家”；学会当家作主，争当“能干的小管家”；开展环保活动，争当“环保小卫士”。队员们通过照片、写理财经、制作环保作品等形式，认真完成了这项活动。

三是开展读书活动，建设书香家庭。大队部给各个年段推荐了优秀书目，建议全体学生寒假读好书，好读书，争当“小小阅读家”；一到四年级找爸爸读、找妈妈读，争当“书香家庭”；五、六年级读书写感受，争当“未来小作家”。队员们用照片、读后感的形式，充分展现了自己过了一个有意义的寒假。

四是增强自护意识，加强安全教育。要求队员们做到绿色上网；欢度春节；注意安全；文明卫生。

这次活动的展现形式除了发各类奖状外，大队部还把各项资料收集起来，制作成手抄报在橱窗展出。最特别的是，大队部还将精美的贺卡、礼物、环保作品等收集起来，进行了一次展览，号召全体队员利用中午时间参观各类优秀作品。队员们在欣赏交流的同时，也得到启发，为下一次的寒暑假活动储备了知识和能力。

## 参观圆明园社会实践报告篇五

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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。它有助于当代大学生接触社会，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，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生

的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，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。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，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。

自信不是麻木的自夸，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。

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。”其实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，那一切都变得容易解决了。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。”

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。

这一次的社会实践使我明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬

起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

## 参观圆明园社会实践报告篇六

寒假虽然短暂，但在岔口乡人民xxxx工作的时光却无比珍贵。这短短十几天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

尽管我在xxxx的工作很简单，但在这一过程中我收获了很多。我感受到了自己微薄的力量，以及献出自己的一点力量所得到的回报。

虽然工作不难，看似很简单，仅仅是电脑办公，以及递送资料，但它锻炼了自己的电脑操作能力，增强了口头表述能力，入党申请书学会了与人交流，真正走出了课堂，在实践中学习，在实践中成长，充实自我，享受到自己的劳动成果带来的喜悦。

## 参观圆明园社会实践报告篇七

不知不觉之中，寒假又到了，回头想想自己大一的生活，又想想自己将如何面对寒假，是回家还是在外边找工作，一时茫然。

毕竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人宣布趁着寒假有这样一个机会，好好的大干一场。

放假之后的一个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后三天过去了，我还是一无所获，我终于知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才适合自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一

个礼拜就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行！

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。

这次我不再把眼光放的那么高，我想到自己是学市场营销的，所以我就专门去找那种大型超市，看下是否需要导购，终于在一个商场里面找到了一份导购工作。

第一天工作就是小组主管交我商场里面的规定。

- 1、严格遵守商场的规矩。俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。
- 2、做事勤快，不能偷懒，不仅要做好本职工作，还要帮助其他人。
- 3、虚心向别人学习，努力完善自己。
- 4、对待客人要面带笑容，耐心服务。
- 5、要与同事和睦相处，争取在大家心中留存一个完美的形象！

大学生2022年寒假社会实践活动心得体会

大学生暑假社会实践活动简报

大学生暑假社会实践活动报告

关于大学生社会实践调研活动报告

大学生暑期社会实践活动简报