

最新寒假实践报告精彩片段(通用8篇)

通过整改报告，我们可以清晰地了解工作中存在的问题，并制定相应的改进计划。以下是小编为大家收集的开题报告范文，仅供参考，希望能够对大家的开题报告写作有所帮助。

寒假实践报告精彩片段篇一

为了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。毕竟身在学校，接触社会的机会很少，趁着寒假有这样一个机会，好好的大干一场。

但是万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了在超市的工作之后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的。一个小小的超市的经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

我的实践时间是1月18日—202月18日,历时一个月，地址在茂名市电白县爱电区。

百发超市它是一家中型超市主要服务于小区居民的日常生活需求，它被分为八个部分：酒水组、粮调组、速冻组、小食品组、百货组、玩具组以及服装组。而我就工作在酒水组。之所以选择一个能在超市的工作有两个原因：1、能够接触更多的人要自己的交际能力能更好一些!2、我要看看我能否在忙碌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。

通过亲身经历我了解到，当售货员不是说只要站在超市里就可以了的，要做的事情其实有很多，比如给商品打标签，还有定时查价，看是否有涨价或者降价的商品，如果有新的商品，就需要帮忙上货，有时还要负责将一些零散的货物分类摆放。要在众多同事、干部眼里一开始就流下一个好的印象可不是一件简单的事情啊！于是，我制定了以下几大要点：

第一、我决不破坏超市的规矩。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。首先，必须要做到的就是遵守超市的上班时间。既然是在社会上，那最基本的一点就是遵守它该有的制度，这是原则。另外我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。所谓不可以串岗，就是不可以擅自离开自己的岗位。我们每个促销员都有自己的岗位——分属各个货架、产品。“不可以闲谈”也类似这个原因，如果几个理货员没事做的时候都在一起闲谈，那么就没人给顾客介绍讲解了，东西买不出去就完不成任务了啊！还有，“不可以把手机带在身上”，这个规定看似严格，其实是有其中的原因的。当然，还有很多的规定，比如：上班不可以抽烟、不可以坐下来等等。所有的规定我基本上都能自觉地遵守的。我认为，这些是最基本的，当然要遵守了。

食用油之类的货物就很重了。所以，不管有多累的活，我都会很积极很主动地去帮忙。于是乎，我在同事眼里我是个积极的，在干部面前我也给他们留下了好的映像！

第三、如果没有货要上的话要找点事情做。所谓“上货”，是我们常说的话，说通俗点，就是“补货”。货架上的货物被顾客买走了，货架不就空了吗？还卖不卖东西了？这不行，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。当然，不是每时每刻都有货上的。有时，货架上的货物都补齐了，不就是没有事做了吗？就站在一个地方看着货架发呆，还是来来回回闲逛？当然不是了！如果没有什么顾客，也没有货要补，

在过道里走来走去，被经理看到是不怎么好的，感觉上我没事做，在混时间！毕竟是老板，不会养一些闲人的。老板雇佣你，是要你为他创造财富的，不是养你的。所以，我应该找些事情做一下：抹货架。货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。这样不但给顾客流下了个坏印象，而且货物就卖不出去了。谁也不希望我们的东西卖不出去的。其实，抹货架还有个好处：可以坐下来！这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊？所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架。正是有了以上几点要领，我在超市表现还是相当好的。

寒假实践报告精彩片段篇二

要在众多同事、干部眼里一开始就流下一个好的映像可不是一件简单的事情啊！于是，我制定了以下几大要点：

一、我决不破坏超市的规矩。

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。我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。所谓不可以串岗，就是不可以擅自离开自己的岗位。我们每个促销员都有自己的岗位——分属各个货架、产品。比如，我是酒水这边的，就不能随便跑到食品那边去，食品上的人就不能随便走到我们酒水这边。为什么不可以随便串岗呢？其实是这样的：我们没一个人都有销售任务和自己负责促销的产品，你走开了你的产品就没有人介绍了哦！同样你走到别人那里抢了别人的商品不是更不好了吗？这也是我们常说的“偷货”。

“不可以闲谈”也类似这个原因，如果几个理货员没事做的时候都在一起闲谈，那么就没人能为顾客介绍讲解了，东西买不出去就完不成任务了啊！还有，“不可以把手机带在身上”，这个规定看似严格，其实是有其中的原因的。以前超市的同事们上班互相发短信息，不认真上班，没人看着货物。

所以，后来经理就规定了：不可以把手机带在身上！可以把手机带来上班，但使用不能过于频繁。对于这个规定，大家还是很理解的，毕竟上班要有上班的样子的，超市的营收和自己的收入有很大的联系的。当然，还有很多的规定，比如：上班不可以抽烟、不可以坐下来等等。所有的规定我基本上都能自觉地遵守的。我认为，这些是最基本的，当然要遵守了。

二、不管是谁，随喊随到。

在超市做促销员，有时还是很忙的。特别是星期一、星期二、星期三，这三天是结帐的'日子，很多的供货商都在这几天送货，然后顺便结帐。有时候，一连几家供货商送货来，这时候就忙了，有很多货物卸在收货处。仅有几个人在收货处是忙不过来的。既要验货又要把货装走。于是，他们就需要人来帮忙了。我是刚来的，当然不能待在一边看了，为了表现好一点，我都是很主动地跑过去，把各个柜台的货物分开，并分别送到各个货架附近，再卸下来。如果是一般的货物倒是没什么，但有时候有的商家送的是饮料、酱油、食用油之类的货物就很重了。一箱都是好几瓶！很重的！我们超市进货都是几百箱饮料、几十箱酒的，每卸一次都特别累！有时，睡觉到了早上，手膀都疼，还全身没劲！没办法，谁让我是新来的呢？所以，不管有多累的活，我都会很积极很主动地去帮忙。于是乎，我在同事眼里我是个积极的，在干部面前我也给他们留下了好的印象！

三、如果没有货要上的话要找点事情做。

所谓“上货”，是我们常说的话，说通俗点，就是“补货”。货架上的货物被顾客买走了，货架不就空了吗？还卖不卖东西了？这不行，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。当然，不是每时每刻都有货上的。有时，货架上的货物都补齐了，不就是没有事做了吗？就站在一个地方看着货

架发呆，还是来回来回闲逛？当然不是了！如果没有什么顾客，也没有货要补，在过道里走来走去，被经理看到是不怎么好的，感觉上我没事做，在混时间！毕竟是老板，不会养一些闲人的。老板雇佣你，是要你为他创造财富的，不是养你的。所以，我应该找些事情做一下：抹货架。货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。这样不但给顾客流下了个坏印象，而且货物就卖不出去了。谁也不希望我们的东西卖不出去的。其实，抹货架还有个好处：可以坐下来！这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊？所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架。正是有了以上几点要领，我在超市表现还是相当好的。

在超市里打工我还学到了很多的东西。现在，超市越开越多，大家为了吸引更多的顾客，自然价格战就打起来了。有时候，还能看到有别的超市的员工到我们这里来看价格。我们有时候也被经理安排到别的超市去看价格。对于做“间谍”，我还总结了一个经验：要装作是买东西的顾客，而且一定要像！一般超市是不会对真正的顾客有疑心的。最重要的是：不能用笔抄价格！有的超市的员工就在我们这里用笔抄价格！自然，被我们经理请到办公室喝茶是少不了的。

话说回来，商家的恶性竞争对消费者来说是绝对有好处的，但是作为经营者，我们是不愿意看到的！价格低了，利润自然就少了，我们的工资、奖金可都是与这个利润有着直接联系的啊！

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我提前进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。

总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践

这将会对我的以后学习起很大的帮助的。要记住：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。只有自己去适应这个社会才行！

寒假实践报告精彩片段篇三

—爱心送进敬老院，温暖送进老人心中
文摘要：我国自1996年起开始实施《中华人民共和国老年人权益保障法》，老年人的生活在法律上得到了充分的保障，然而在日常生活中他们是否也有物质生活和精神生活的保障呢？他们缺少什么？他们需要什么？为此，我和另外几名同学组成的社会实践队对安徽省巢湖市夏阁镇敬老院进行了走访调查。

关键字：老人社会责任

正文：曾经的峥嵘岁月

感激，对他们做点什么呢？

爱的蔓延

在敬老院走访过程中我们发现了一位“老寿星”——一百多岁的老奶奶，虽然身体并不是很好，但却很有精神。老奶奶说话已经很不利索了，工作人员告诉我们，虽然奶奶年纪大了，过的却是很幸福。每当过年过节的时候，奶奶的一双子女就会赶过来看她，陪她在这住几天。虽然都年介古稀可是却风雨无阻，这不，今年儿子陪她住了两个多月呢！听到我们在谈论她的儿子，奶奶干瘪的嘴唇荡起层层笑意，洋溢着幸福。看到这我突然决断的给幸福下了一个定义：作为父母，当生命快走到尽头的时候，身边可以有子女的围绕；作为子女，当年介古稀什么都不再重要时，父母依然可以守在自己身边。这就是幸福吧！

在我们走访的这家敬老院，住着几十位老人，但是在敬老院工作的阿姨却很少，一位阿姨一天要照顾很多老人，洗衣、喂饭、打扫屋子，他们可是忙的不亦乐乎。但是这些繁杂的小事并不能影响她们照顾老人的心情，喂饭时和老人聊聊天，打扫屋子时和他们解解闷，甚至爷爷奶奶不开心时的宽慰劝解，她们用心照顾着这群最需要爱的人。她们并不漂亮，也没有多渊博的知识，但是她们却用心去实践着天底下最珍贵的真理。

对于我们的到来，爷爷奶奶们非常高兴，刚开始还好奇的问：“今天怎么只有你们几个来了？”我们一头雾水，后来才知道，原来每到周六周日，巢湖市几所高校的学生就会过来看望她们，聊天、解闷、干点力所能及的活，从未间断过。突然，我为这座城市的大学生感到自豪，因为我们大家还存在着良知，拥有爱并且会付出爱。我们不可能事实陪在他们身边，但至少一周有两天他们不会孤单。

临走之前，我们和敬老院的全体人员合了影，我们希望能把在这里最美好的一天永恒的记录下来，因为这一天我们懂了太多。

爱的体会

服，梳头发时手还会不停的抖，不要催促我，要对我多一点耐心和温柔，只要有你在一起，就会有许多的温暖涌上心头。孩子！如今，我的脚站也站不稳，走也走不动。所以，请你紧紧的握着我的手，陪着我，慢慢的。就像当年一样，我带着你一步一步地走。

老人，他们是社会的弱者，可曾经他们也是社会的创造者，祖国之栋梁！没有他们过去的峥嵘岁月，怎能换来我们今日的幸福生活。老人，是需要我们关心的一个弱群体，我们应该不懈努力的为他们创造一个良好的生存环境，以报答他们曾经为社会做出的贡献！也将我们中国的传统美德继续更好的传

承下来!

结束语

这次实践给了我很多启发, 作为当今社会的一名大学生, 我们有责任有义务去关心这些弱势群体, 去关心这些需要临终关怀的老人, 因为他们曾用辛勤的劳动为我们创造了今天的美好生活. 他们理应得到这种爱. 我们要通过实际行动, 传递爱的接力棒, 给老人们带去物质支持和精神关怀, 引起社会各界对老年人群体更多的关注. 因为: 爱, 是我们共同的语言. 我们是所有老人的子女!

优秀寒假社会实践报告经典【精彩篇】.doc

将本文的word文档下载到电脑, 方便收藏和打印

推荐度:

点击下载文档

搜索文档

寒假实践报告精彩片段篇四

今年寒假我们学校放假比较早, 因为离过年还有一段时间, 我参加了一份社会实践: 做家教。

实践形式: 家教

时间：20__年1月6日——__年1月17日

地点：__市名雅花园

教学方法：教与学相结合、知识点与习题相结合、音标主要以教读的方法教学效果：三年级上册的书本基础知识学生基本掌握、培养学生一种奥数思维、学会如何去读音标和根据音标去拼单词下面是实践的具体情况：

首先我这次家教的对象是一个即将进入三年级的小学生，她九岁。由于在这份家教之前，我请教了一些曾经做过家教的朋友，知道与家长的沟通是十分的重要，毕竟，家长是孩子的第一任教师。所以，第一天我就提前了半个小时到达她家，经过与家长的一番详聊，基本了解了学生的学习情况和平常习惯。例如，该小女孩的数学基础不错，但由于她老师所教的题目都是比较浅显的，所以希望我教一些有难度的题目。还有她的语文认字能力较差，这表现在拼音的题目上。英语由于三年级才开始接触，所以未够了解等。这些信息对我之后的教学安排都是十分的重要的。她还有一个坏习惯，就是贪玩，这就是我在整个家教过程中所遇到的最头疼的一件事情。

由于这个学生具有不错的数学基础，所以我把三年级的书本知识与三年级的奥数结合起来，除了教授她三年级书本的理论和课后习题之外，我自己也出来一些有代表性的题目给她做。实践出真知，经过几天的书本教学，我发现这些对于她来说很简单，所以后来我专于教她奥数。我采取先例题讲述后练习加以巩固的教学模式，分专题来进行。例如“和倍问题”、“差倍问题”、“速算与巧算”、“填运算符号”、“找规律”等一系列专题。

在整个教学过程中，我发现了一个还没升三年级的小学生在文字理解方面未够成熟，这点可以从她做应用题的表现就可以看得出来。所以，我必须花多点时间和多点心思去给她

讲解题目，否则一味得教她怎样去做题，得出答案是没有用的！这就是一个小学老师一定要耐心的一个重要原因吧！在这么多的专题中，算式谜专题是最有难度的，它需要全面的考虑。在教她方法的时候她点头以示明白，但是当她在做练习的时候她就不会做了。这点让我思考良久，孩子总喜欢不懂装懂吗？还是我教学本身就存在着很大的问题？十分的苦恼！

经过十天的奥数训练，每天两小时，我发现了对于一个才刚刚进三年级的学生来说，奥数其实真的有难度，毕竟他们的思维还不够成熟，我坚持教她的原因其实只是想预先训练一下她的思维，培养那种数学的思维，活跃一下脑筋。这不是在浪费时间，这对于开发大脑是十分的重要的。正如现在的学生考试的时候必须要面对一道奥数题一样。

在教学过程中，我学会了灵活变通的教学方法，在有限的时间内我必须要让学生学有所获。其实最后我之所以停止奥数的教学，是因为这个学生其实真的接受不了奥数那些对于她来说十分深奥的题目。于是我转向专教她英语音标，这我也是征求了对方父母之后才拟定的教学方案。音标是会说英语的第一步。由于她是初次接触英语，所以我每天只是教了她6至8个的音标，每一个音标都有具体的简单的一些例子，这些例子有助于教她怎么利用音标去拼读一些单词。她很快就学会了，这一点让我很欣慰，让我至少感到一点点的自豪。

还有，在这个过程中，我还学会了一个东西，就是教一个小学生，可以采取软硬兼施的方法。就是说，一个小学生其实很容易对学习失去兴趣和热情的，那么我们必须采取一些方法去激励他们，不仅需要哄的方法，有时候必须摆出老师的架子，否则他们只会无视你的存在。当然也是要适可而止的，最好就是跟学生成为好朋友，那样无论是在生活还是在学习上对大家都有好处！

以上的这些都是我的实践过程以及一些感想。最后我最想做的一件事就是感谢我的老爸，是他每天不辞辛苦地载我去公

车站搭公车去做家教，是他和我的老妈每天都提醒督促我要做一个好老师！虽然这些不应该纳入我的实践报告，但是心中的感激之情始终压抑不住。

我的第一次社会实践就是这样。

寒假实践报告精彩片段篇五

想当初，老师充分征求我们的意见，而我们几乎以压倒性的优势选择了社会实践——走出校园去找一份工作，也许是头脑发热，也许是年轻气盛，也许是新鲜好奇，反正这是我们的选择。但是在听了老师对社会实践的具体要求后，我们就开始发现我们真是给自己出了一道难题。

首先，我们要六个人要走都走，要留都留；第二，我们要找一两天之内的短期工；第三，我们的工作要有创意，要学以致用，用在一定程度上体现大学生的价值；还要注意安全，还不能发传单；最后，最好能拿到报酬。我们5女1男，上哪去找符合上述条件的工作？去餐馆？没什么意思，千篇一律，不能学以致用；去进货？锻炼不了什么能力，再说，挣同学的钱也不算什么本事，没准还要亏本，那，我们去干什么？正在我们一筹莫展之际，无意间经过教四的黑板，蓦然回首，那纸条却在最显眼处“人大一机构招聘环境意识调查员，要求周六周日做，信息公司提供岗位培训，报酬：20元/份，有意者请短信至……”署名是校团委社会实践部。人大？环境意识？社会调查？还有培训和诱人的工资，还是校团委联系的业务，也不需要什么特殊技能，天哪！真是天上掉馅饼，踏破铁鞋无觅处，得来全不费功夫啊！这个工作基本符合老师的所有要求，简直是上天大发慈悲，暗中相助啊，于是我们迫不及待地报了名。

培训：乱花渐欲迷人眼

三天后12月9日，星期五从下午1点到6点我们接受了宇江信息

公司的上岗培训。刚开始来的同学特别多，但在公司主管说明了工作要求后，人闪了一大半，因为我们要连续做两个双休日，而且是入户调查，还得一问一答，详细记录，根本不是我们原来想的在大街上随便拉个人，让他填一张表那么简单。不过我们有任务要完成，不能退缩。过了一会儿，信息公司的人搬来了录音笔和青蛙式收音机，地址编号本，问题出示卡，调查问卷，调查员培训材料，最后是访问员聘用合同。我们被这么多的东西整晕了，怎么这么麻烦？之后那位主管开始发话：“我们公司受人民大学一位教授的委托，招聘大学生帮助我们完成‘北京市民环境意识’的调查问卷，我这里是前期抽取的北京100个小区的详细地图和该小区各幢居民楼的地址编号本，你们要抽取一个小区然后到那儿入户调查，为了确保调查结果的真实性，公司要求你们每组都要随身携带录音笔以记录你们的工作过程。每天最少要做完5份。我们是做正规的学术调查，所以要保证抽取调查对象的随机性，你们进门后，要首先询问这家人中年满18周岁的北京市常住居民的个数，然后再找出这家地址编号的最后一位数字，在随机调查表上通过横竖交叉的方法得出访问对象的编号，1代表符合条件的人中年龄最大的那一个，以此类推。如果被确定的对象正好外出或是无法接受调查（如聋哑，痴呆等等）你们就必须放弃，再去找下一家，你们的谈话是全程录音的，如果作假一经发现问卷作废，扣除工资。还有因为我们的录音笔是贵重物品，你们要拿自己的有效证件（身份证或学生证）或100元人民币做抵押才能带走。还有你们出去要负责好个人的安全，一旦出现意外公司概不负责。最后要跟大家说明的是你们的工资和押金会在此项目结束之日即xx年1月15号发放，你们交回的问卷我们经核对无误后按份算工资，证件和押金也是15号退还。如果大家对我刚才的要求没有异议，就请交出证件或押金，然后签合同，做现场模拟，抽地址，领礼品，今天的培训就结束了，你们明天就可以上岗了。”好长的一篇话，我们第一次感到了作为雇佣劳动力的悲哀，突然想到电视里矿工与老板签的“生死合同”，但是为了得到这份工作，我们也只能同意了，自己多长心眼就是了。我们也隐约感到了这份工作并不轻松，但是已经快黑了，都饿

了，也没怎么多想就交了证件或100元，之后，我们签了生平第一份属于我们自己的合同，看着信息公司的大红色的公章和我们的签名，我们感到的除了兴奋，还有一丝沉重的感觉。做完现场模拟后，我们便怀着对未知明天的向往冲向食堂。

上岗：几分辛苦几分甜？

之后的两天——12月10日和11日里，王昕雪，孙羽菲，薛亘华，王小舒奔向了位于北三环的安华西里小区，史芸，张文葳开到了雅宝里小区开始的调查员的工作。每到一家门前，我们就隔着门向人家介绍：您好，我们是北京语言大学的学生，在跟着人大的教授做关于北京市民环境意识的调查，请问您有时间吗？我们发现，让别人开门是一件很困难的事情，而真正完成一份合格的调查问卷是更困难的事情。因为别人可以很容易地以“没时间”为理由拒绝我们，这样下去我们连一份都没法完成，所以，我们马上调整了策略，在自我介绍中加入了“我们的调查是完全公益的，是为迎接xx年奥运会环境数据分析的，希望您作为北京市民支持我们的工作，如果您接受调查时为奥运出了一份力，我们会非常感谢您并送给您一份精美的小礼物，不知是奥运的号召力还是礼物的吸引力，我们后面的工作相对顺利多了，起码可以成功地进门了，也许这是一种欺骗，不过我们认为这样做既达到了自己的目的又不损害他人的利益，所以这种善意的欺骗用用也无妨。进门只是第一步，确定调查对象是最头疼的，根据公司的要求，合适的对象有的不在家，有的是年龄很大的老人无法沟通，而且我们随身还带了录音笔也不能搞小动作，所以，完成一份问卷要平均要一个小时，而且中午12点到下午2点一般是居民的午饭和午休时间我们也不便打扰，下午5点之前我们就必须结束调查做公车回林业大学旁边的公司交录音笔和完成的问卷，而从小区到林大至少要一个半小时，堵车就更长。总之，我们逐渐不再奢望能做10份8份，能完成五份就已经阿弥陀佛了。大概晚上七点赶到公司，那里已经等候着附近几所大学的许多学生，我们只得waiting大概九点半才可以走人，回寝室已是十点多了，跑了一天，真是什么都

不想干了，就想睡~！

总结一下，两天里，我们见识了形形色色的人，大体分为以下几类：

1、态度友好型：

- (1) 这么冷的天快进来暖和暖和
- (2) 你们大学生出来做社会调查也挺不容易的
- (3) 我挺关心环境的，进来吧
- (4) 人大的教授啊，那进来吧

2、态度恶劣型：

- (1) 我对这不感兴趣。
- (2) 谁有时间陪你们干这个？

寒假实践报告精彩片段篇六

今天是我们到达**县开始正式暑期实践的第一天。我们小分队此次社会实践的地点是**县青少年活动中心。这个活动中心是共青团**县委和县教育体育局双重领导，由天津团市委和天津市公安局团委捐资援建，旨在为全县青少年开展丰富多彩的文化体育生活而创造一个良好的场所，以满足青少年文化体育活动的需要。昨天因为到达时已经是夜里了，没看到青少年活动中心的面貌。早晨起来时，首先应在眼帘的便是挂在活动中心大楼主体上横幅——“热烈欢迎西安音乐学院师生来我中心教学指导”。大家看后都相互会心的一笑，一种自豪感油然而生，同时也都感觉到了我们肩上的这份沉甸甸的担子。

上午，我们的5位同学分别都明确了自己的工作任务。舞蹈系大三的xxx和xxx每人带一个舞蹈班，年龄都是4到8岁左右的孩子；音教系大三的xx带的是电子琴课程的教学，有30多名学生；钢琴系的xx的工作是钢琴课的教学，采取的是一对一式的教学方式；声乐系大一的xxx则要教童声歌唱。开课前，活动中心的x校长向来自全县各地的小学员和家长们隆重地介绍了我们的老师和同学，在大家热烈的掌声中，我们的同学向家长和学员们做了专业展示，顷刻间便以精湛的技艺和艺术魅力得到了大家的热列欢迎。尤其是付xxx和xxx优美的舞蹈动作，娴熟的舞蹈技巧在小学员和家长们的惊呼赞叹中得到了大家的一致认可和交口称赞。随后5位同学便很快地融入了自己相应的角色中，开始了愉快而耐心细致的教学。

中午□xxx老师因为还要深入其他小分队去指导工作，而xxx老师也结束了学院的青年教师培训，今天下午也就要第一时间赶到。所以x老师就先行离开了我们的小分队。傍晚7点30分□xx老师到达**。我们小分队在第一时间召开了小组会议□x老师首先问候了大家的吃住环境、工作开展和身体情况，随后就我们小分队的任务计划和工作的开展和大家做了讨论。在和谐而愉快的气氛中，大家都一致表示一定要出色地完成任任务，并且要干出特色，实现自己的价值，觉悟、奉献、真诚、敬业，为学院争光，为团徽添彩。

寒假实践报告精彩片段篇七

寒假大学生社会实践报告三

本次我进行实践活动的单位是超市。它是位于我们市中心的一家综合性的购物中心。我在这家超市的工作岗位有导购员、收银员，还有保洁员。本次我的实践活动圆满结束，并且达到了我预期的目的。实践的内容包括了主体、总结以及实践体会等内容，并且附实践论文一篇。以下是我对此次为期2周的实践活动的具体说明。

主体主体内容共包括了3个方面：实践前期工作、实践过程以及实践的体会。以下我将会分别从这三个方面来谈谈我此次实践的收获。

实践前期工作在实践前，我先了解了下附近几家超市的情况，并通过分析自身的条件，最终选择了较为合适的一家进行寒假实践活动。在确认了进行社会实践的地点之后，我联系了超市的负责人，并对实践一事征得其同意，自己是无偿对超市义务劳动，他也表示愿意提供力所能及的帮助。

在正式超市进行实践活动前，我首先向相关负责人了解些具体的情况，包括工作人员的概况，工作的日常以及对自己所要进行的工作的规章熟悉。其中，我认为对超市内秩序的维持和收银，是我此次实践活动的重点。为此，我首先了解了超市管理规范并记录了其中重要的几点：

1. 服务态度要认真，要谨记顾客就是上帝
3. 不可监守自盗，违者重罚
4. 应当按时上下班，不可迟到早退，有违者扣奖金
5. 超市内保持清洁，禁止抽烟明火

以上就是我根据超市内的条例自己简单记下来的几点。从事超市工作是一件简单但是重要的事情，直接关系到社会的稳定和发展，我整理好了自己的状态，准备投入到这为期两周的实践活动中。

实践过程今天是我实践活动的第一天，也就是上班的第一天吧。负责人把我交给了人事部的李经理。李经理简单的给我介绍了超市内各方面的工作，总结起来大概分了5类：一类是关于货物的存取和搬运工作，一类是关于超市内清洁和物品分类及标价摆放的问题，一类是超市收银问题，一类是关于

超市内保安问题，最后一类是关于超市内的秩序维持问题。因为是第一天来，他先让我熟悉下超市内的各方面环境以及各个环节的大概工作流程，好在心里有个底。我大概在经理部呆了多半天，听了经理的介绍后，对这里的工作有了大概的了解，并认识到，其中两类是适合我们女生的工作，今后的实践重点也就放在了这两个方面，当然其它方面也会简单的涉及一点，用来全面的完成我的实践活动。随后的一天时间里，我在超市的各个岗位都流动了一遍，做到了初步的熟悉，我知道接下来的将会是几天忙碌的实践活动了。

超市的上班时间是8点整，我早上起来收拾好后就来到了超市内，经理在昨天就交代我今后几天的实践内容就是在超市正式员工的帮助下进行其中一类的工作就是关于对超市内物品的摆放以及标价问题。这是一项看似简单实际操作起来却又十分繁琐的事情，首先，物品种类繁多，虽然有专门的区域共你来区别摆放，但是由于现在临近新年，某些东西的消耗特别巨大，就需要我们特别的忙着补齐所消耗的货物，以求做到供需平衡，要把需要的东西摆放正确，才不会误导顾客，才能避免不必要的麻烦，总之这是一种一刻也不能停下来的活，还需要你集中精力去认真的做；其次就是物品的标价问题，这是整个环节的重中之重，因为在超市买东西，上面的标价一定要正确，避免标价错误导致不必要的纠纷，而超市内形形色色的各类物品多如牛毛，就需要一个人的耐心和细心，才能完全胜任这项工作的。我花了很多时间在记住某件物品的价格，可是有时候还会记错，在其它姐姐的帮助下，我才能顺利的完成，这里不得不佩服这些超市的工作人员。接下来的几天我一直在这个岗位上工作，跟着姐姐们学习到了不少东西，也从中吸取了不少经验。在这个岗位工作的同时，有时其它岗位有需要帮助的时候我也会帮助，比如超市内货物的搬运，由于人手的短缺，我也帮忙搬运小件物品，那天还是我身体最累的一天，不过，这类工作一般是有男生来做的，我们只能帮着搬运或者暂时看管的。其中还有帮助保安维持超市秩序的工作，当带上那个袖标的时候，感觉还真有一种沉甸甸的责任感，过年了人流特别的多，我们主要进行

了人员的疏散和引导，以维持超市内正常活动秩序。

前面的工作大概持续了一周多，在接下来的几天，经理把我安排到了收银台，让我在一位姐姐的指导下进行收银结账的工作。这是另一个适合女生的工作类别，是特别需要细心才能够胜任的工作。不用说，这是超市内最简单最繁琐却又最重要的工作。这个工作不仅要为顾客保持着几乎机械式的微笑，还要求反映迅速而不出错，在实际工作的时候，我心里是十分的紧张，连手心都捏着一把汗。这个工作是在反复的对账与收账重复的，如果没有耐心，是不能顺利的完成这项工作的。此外做这个工作还要在之前的工作的基础上才能做，因为你要了解一下物品的大概价位，才能对特别的顾客的一些突发事故做出相应的反应来。总之，这个工作我一直做到我实践2周结束，感觉每天都提心吊胆的，生怕收账时会出什么问题，还好，我坚持到了最后，并且我的工作得到了李经理的肯定，自己的付出总算也没有白费。

实践体会这就是我的第一次社会实践，它引导我走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会。这次社会实践活动让我更新了观念，吸收了新的思想与知识。让我明白社会才是学习和教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我的人生价值得到了体现，在那片广阔的天地里，我的劳动，我的付出得到了让我兴奋的回报。

而且在这个过程中，我也深深认识到了作为一个从事超市工作者的辛苦，做工作没有简单与难之分，只要有付出，就一定能都得到回报的。

总结在这为期14天的实践活动中，使我充分认识到，没有任何一项工作是轻松的，虽然是这种从事超市工作的人，他们的辛苦不仅仅身体上的，因为我深深的感觉到，要关于做好自己手头的工作，履行好自己的职责，是件多么不容易的事：我们必须要有很好的耐心和毅力，并且要足够的细心才能够很好的完成这项看似简单的工作。

经过此次实践，我丰富了自身的社会经验，同时也看到了自己身上所欠缺的耐心和细心，我今后一定多参加社会实践活动，从各个方面来提高自己的能力。

在最后，我要感谢给我实践活动机会的超市负责人以及在实践过程中给我指导和帮助的各位姐姐们，谢谢你们！

论服务社会之超市实践活动每个人都是社会的一份子，每个人都在努力做好自己的工作来服务这个社会。我们所要做的就是不断完善自己，不断提高自己，以贡献给社会自己更大的力量，来体现自己的人生价值，而实践活动，就是我们学生服务社会的一种方式，是锻炼我们实践能力的一个机会。

我们终究要投入到社会中去，并在社会中以自己独特的方式来为这个社会服务。我认为，社会实践活动就是为服务社会打下的一个结实的基础，使我们掌握了一些经验，让我们在实践中得出真知，同时，这也是我们作为学生来接触社会的一种方法和经验，以便将来我们能够适应各种复杂的社会环境。由此可见，实践活动就是服务社会的一种体现和实践活动的必要性。在寒假到来之时，本着服务社会，认识社会和完善自我的想法，我选择了去超市实践，来完成自己的寒假目标。

超市，是一个便利人民生活的一个综合性的商场，它的存在极大的方便了人民的生活，也是人民生活水平逐步提高的一个体现。超市内物品齐全，种类繁多，由于它的地理位置相对不错，解决了人民实际生活中的很多问题，比如说出行难，买菜难等等，可以说，超市的出现，不仅仅是一个市场，更是一种文化，一种象征，象征着这个地方的经济和人民生活水平的高低。我认为，去超市实践，是关注社会，体验民生的最好的办法，也可以让我们更好的接触社会，适应社会，也是为人民服务的一种体现，也能为和谐社会的发展，贡献自己的一点微不足道的力量。同时选超市内的实践活动，我还可以关注下今年的物价，由于今天的经济波动，物价一直

上涨，我想通过在超市工作，可以了解下这方面对于人民生活的影响。作为一个大学生，我有必要认识这些，以为将来更好的服务社会打基础。

同时选在超市进行实践活动，一方面可以避免过早接触复杂的人际关系(自己还是学生，接触社会是一个渐进的过程)，另一方面也可以检查下自己的工作实践能力，也是尽到了自己服务社会的目标。

在超市的实践活动，包括了实践前期工作、实践过程和实践体会一共三部分内容，每一部分都是和服务社会息息相关的。前期工作是对实践内容的初步了解，实践过程是对服务社会的根本认识和行动，而实践体会则是对于服务社会的思考和反映。而在实践过程当中，我作为一个参加到其中的人，所感受到的是作为一个超市工作者，自己身上的那种社会责任和工作义务。这里没有钩心斗角，有点只是微笑和温暖。作为社会的一份子，一个好的超市工作者是必要的，正是由于他们的渺小，才铸就了城市的辉煌。能够完成这次实践活动，为服务这个社会贡献自己的力量，我觉得非常有意义。

服务社会的多少，不在于你的岗位的好坏，而在于你的内心是否强大，决心和耐心很重要。超市的实践活动，同样可以尽最大的努力来回报社会，服务社会。坚持下来的人，才伟大。

做好我们每一分子，来服务社会使其更美好。

寒假大学生社会实践报告四

【研究背景】

新年期间，人民群众的购物需求急剧增大，伴随着买方市场的越来越明显，超市的物价也有所浮动，针对这一现象，我们展开了调查。

【研究目的与意义】

通过这次研究性学习活动，我们了解了新年对物价的影响。与此同时，我们也开始考虑到同样作为消费者的我们要如何应对。

【活动计划】

通过查找资料了解现在的物价情况，在新年前后在同一家华润苏果超市对不同种类的家庭用品和食品进行了价格调查，由此来比较物价的变化。

1) 工作安排

查找资料：

实践实施：

报告盖章：

2) 调查概况

我们于2月份，对宝应的华润苏果超市进行了调查。通过调查研究，对当前物价上涨情况有了初步认识和了解。

3) 调查的具体目标和方法

(一) 具体目标

1. 物价变动的具体体现
2. 物价变动的原因
3. 物价变动的影响及应对措施

(二) 调查方法

访问法：深入宝应华润苏果超市人流量比较大的地方进行了访问，内容涵盖近几年新年前后的物价对比、百姓眼中物价浮动的原因、物价浮动带来的影响。

文献法：多次上网查询关于物价变动的情况，并找了近几年的物价情况的资料，通过书面材料，统计数据等文献对物价变动情况有了一定了解。

观察法：多次深入百姓之中，观察他们购买生活用品，记录他们的言行；新年前后在同一家超市记录相同物品的价格。从日常的小事去观察社会中的大事，从中获益不浅，并提高了与人交流的能力。

4) 表达形式：报告

【活动过程】

在1月24、25日和20年2月14、15日里，我们在先前挑选好的人流最大的华润苏果超市对不同商品的价格进行记录以及询问消费者的购买情况，得到我们所需要的信息。

【活动成果】

新年前后物价的浮动情况

生产、分配、交换、消费是整个社会生产过程中的四个环节，它们互相联系、互相制约，共同组成生产过程。其中消费指利用社会产品来满足人们各种需要的过程，是社会再生产过程中的一个重要环节，也是最终环节。

生产决定消费，消费又反作用于生产。物价，人们的收入水平，商品的功能、质量、售后服务以及销售者的服务态度等

都是影响消费的因素，其中物价是影响消费的主要因素。

近来，粮食、肉禽蛋等主要副食品价格上涨幅度较大，引起了社会各界的广泛关注。于是我们就物价情况在宝应苏果进行了调查并整理出此报告。

本次调查主要分两个部分：记录年前后价格，询问消费者对价格浮动的反映和看法。

统计结果显示：

对消费者的调查结果：

对于年前后物价波动情况，认为显著上涨的消费者占52.5%，认为有所上涨的占45%，认为对此没什么感觉的占2.5%。

涨价前有18%的人食物类支出占家庭总支出50%以上，有42%的人是占了30%~50%，以；有38%的人是占了10%~30%，有3%的人是占了10%以下。

物价上涨后消费者所采取的应对措施也有所不同，对于食品类而言，选择减少消费量的和选择寻找替代品的人各占26%，选择保持稳定的购买量的则高达63%。

f.对于食用油价格波动情况，84.6%的人认为上升，15.4%的人认为基本稳定。

对于谁是商品价格上涨的最大受益者，11%的人认为是政府，30.5%的人认为是商人(流通领域)，9.8%的人认为是农民，28%的人认为无人受益，20.7%的人表示不知道，另外还有人认为是垄断行业。

对于采取什么样的应对措施这一问题，75.3%的人认为应该由政府调控，14.1%的人主张市场自行调节、反对政府干

预，7.1%的人表示支持养殖业，3.5%的人对此没有意见，另外还有人认为应扩大供给。

人们会通过各种因素来对未来物价进行预期，比如未来收入水平、天气因素等。调查人群中，15%的人认为未来物价会大幅上涨，50%的人认为会小幅上涨，17.5%的人认为会基本稳定，17.5%的人认为会有所回降。

现在我们提取的结果比例来进行对比：

宝应居民居中低阶层的比较多，受物价上涨影响较大。

物价浮动或多或少影响消费者生活水平。与此同时，消费者又不得不增强消费，办置年货。

新年前后，物价的变动对居民生活产生了诸多影响，主要表现在如下几方面：

第一，持续且逐月扩大的负利率，使居民财产严重缩水。

第二，物价高企导致低收入阶层生活水平下降。

第三，个事业单位年终分红福利政策，使得居民消费需求出现膨胀。

第四，新年期间，群众办置年货，使得一些商品在短期内成为必需品。

专家意见：

面对当前形势，通过网上搜索了解到专家的提议，要在加强价格监控和调控，大力提高居民收入的同时，积极促进居民消费。专家希望政府能坚决制止搭车涨价和哄抬物价的现象，维护市场的稳定；对低收入阶层在扩大就业、提高低保水平、确定最低工资标准等方面出台操作性强的政策，努力提高中、

低收入和贫困居民的收入水平，增强市民对价格变动的承受能力；培育新的消费热点，鼓励和引导合理消费，提高城乡居民消费能力，从而带动消费对经济增长贡献度的大幅提高，促进经济的持续快速发展。

寒假实践报告精彩片段篇八

实践时间：20__年1月12日到20__年1月26日

实践内容：补课

实践目的：

- 一。勤工俭学；
- 二。丰富大学生活；
- 三。增强与人交往的能力；
- 四。对专业的一次训练

关于补课“补课”，查《新华字典》意为“补学或补教所缺的功课”。“补学”，是从学生角度说，所学“功课”有缺失，需要“补充、补足、填补”；“补教”，是从教师角度说，所授“功课”有缺失，需要“补充、补足、填补”。无论是从学生角度说，还是从教师角度说，“补课”都是弥补“功课”的缺失，使“所缺的功课”得以修补。再从“补课”一词的构成来看，它是动宾式，为动词。因而，“补课”的关键就在“补”上，是查漏补缺。它充分尊重学生的个性和差异（知识），给他们完全自由的选择权，把学生当作补课的真正主人。这样的补课，学生是主动的，处于主体地位，而不是被动的，处于被死灌的地位。这样的补课，学生是有选择的，按需而选，“点菜吃饭”的形式。

一。学生情况介绍

对于我上大学的第一个寒假，作为一名新一代的大学生，我想在寒假一定要做些有意义的事。于是，我在父母的帮助下，做起了家教的工作，因为我平时给大家的印象就是很有耐心而且知识的储备还可以，所以在招学生方面我并没有遇到困难。这是我大学生活的第一份社会实践工作，得到了一个锻炼自己的能力和实现自身价值的机会，使我的大学生活更加的丰富。通过家教的生活使我学会了很多，思考了很多，体味了很多。

由于自身的精力有限，并且为了补习的效果好些，我补习了自己最擅长的数学，在学生数量上我控制在4人。学生a□男孩，初一，成绩突出，性格活泼，多动；学生b□女孩，初一，成绩突出，性格内向，但十分聪明；学生c□女孩，初一，成绩中等，性格内向；学生d□男孩，初三，成绩偏差，性格骄傲。

通过与学生的交谈，我了解到：

学生d爱好广泛，喜欢打篮球，大学第一学期学习篮球的自己自然和她有共同的话题了，在学习上很是随意，对自己要求不严格，我想我的首要任务就是纠正他的学习态度。

二。实践内容

第一堂课，我还经历了一番心理斗争。因为毕竟是第一次，从没有经验，害怕教不会他们，误人子弟！不过，还是咬紧牙关默默的告诉自己，既然接他们了，那就好好的带下去，对他们好好负责，决不能辜负任何人！

第一堂课就这样开始了，我也开始了第一次真正意义上的在学生面前讲课，不免有些手足无措。因为我的姐姐就是一名老师，我特意邀请她旁听，希望她能指出我的问题。在上课前我就做了充分的准备，如我的学生是在两个年级的，所以

我先给初一的3名同学讲解知识点，期间初三的学生自己预习，初二的学生有了基础后自己在做练习题，这时我再给初三的学生讲解。我深知我仅仅是一名大二的学生，我的威严问题一直是我很担心的一件事，姐姐交给我经验是：课堂上不凶，但也不笑，一直比较严肃，最重要的是课堂上要有纪律，无规矩不成方圆，在一个没有纪律的课堂上，教的再好也是白搭，课堂就是课堂，可得严肃对待。有了姐姐的方法后我的第一堂课纪律很好。

我所面临的第二大问题就是“怎样让我的学生集中注意力”，首先，我将我的音量提高，使得发音更清晰，让学生感觉我是一个精力充沛的人给他们一个生动的、充满激情的课堂氛围；其次，在讲解我的数学的同时我也会加一些英语，地理等，因为我给学生这方面的知识越多，学生就越容易感兴趣，课上注意力也就越集中，课堂效率也就高了。而且，学生会对我产生一种钦佩之情。这样就大大增强了我在学生中的威信，课堂效率也就有了保证。最后一个方法就是我增强了我们之间的情感交流，我常常会问一些他们的梦想，他们的爱好，同时我也会给他们讲讲丰富多彩的大学生活，增强他们对学习的兴趣。

补课的过程中，我也遇到了我没有料到的麻烦，就像初三的学生小a由于基础就不好，他在自己预习中经常溜号，后来的几天我就让他在这段时间抄写我所要讲的重点公式，概念，之后的效果还是不错的，还有就是我的学生数量让我无法有求必应，有可能大家都是独生子女的原因，他们经常希望我站在自己的身边，做一题后就询问答案，以得到肯定，因此，我就围着他们，经常看他们的答案，尽量使他们被关注的机会相同。姐姐也告诉我，我在讲课中语言应该更简洁，我的口头禅太多，而且我需要让学生经常复习。

短短的15天很快过去了，虽然只进行了15天，但收获了很多，明白了很多……看到他们一点一点地学到我教给的知识，心里很高兴！离开那一帮可爱的孩子们的时候还真有些不舍~有

些事做过了才知道，有些道理经历了才明白。老师真的不是那么容易当，这帮可爱的孩子们，让我这个假期有了一段美好的回忆，而且学到了很多。

三。实践

有了一次老师的体验后，我的感慨颇多，老师真是一个综合素质的职业，我的体会如下：

1、老师要有耐心。在很多情况下，我自认为讲的很是清晰，可是学生偏偏理解不了，讲了好几遍，学生却说听不懂，这就极大的考验老师的耐心了。我经常就会默默的告诉自己，我讲的对象是学生，他们听不懂就是自己讲的不好，这样一想我就又充满了斗志，转换思路再讲一遍，尽量多用图像和生活实际相结合。我的耐心真是得到了极大的锻炼。

2、老师要有爱心。作为他们的老师，爱心真的是很重要，学生学习的热情与学生学习时产生的情感因素密切相关。让学生获得成功的喜悦、得到老师的肯定，能很大程度上激励学生更好地参与学习。因此，老师在课堂中要适时地启发诱导、及时评价，提供榜样，鼓励进步并寄以希望，从而调动学生的积极性真的很重要，这就需要一名老师要真正的爱自己的学生。

3、老师真的很辛苦。自己有了这次的经历后，才意识到我要对所有教过我知识，给予过我帮助的老师说声谢谢。每天讲课2个小时的说话量可能是平时两天的说话量，嗓子疼的厉害，一直围绕着他们转，两条腿都受不了了，他们知识掌握的不好，自己真的是着急啊！

真的很感谢这次补课的机会，体验了当老师的感觉，更得到了锻炼，学到了课本上学不到的知识。总的来说，这次实践活动的收获实在是太多太多了，不是短短的几页纸就能说完了。经过这次社会实践，我的表达能力和教师的素质等各方

面得到了一定的提高，对学校教师生活的认识有了进一步加深，这一切都将会对我今后的学习生活产生深远的影响。我想，在今后的学习生活中一定会表现得更好，更多更积极的参加社会实践，不断提高自己的综合素质！