# 2024年社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生(16篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-07-27

*随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇一第一天“上班”由于...*

随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇一**

第一天“上班”由于自己什么都不会而对汽车这个家伙的内容一无所知店里的主管领导便给我找了个师傅，他是个钣金工，叫马龙，人很和善，让我叫他龙哥就好，龙哥说我什么都不会，所以先学钣金以便对车有个大概的了解。

由于是第一天我的积极性特高，不管龙哥干什么，我都想帮忙，可无奈自己是个菜鸟，干什么都笨手笨脚的，也做错了不少，不过龙哥从不斥责我而是细心的教我，车间里的站一直都开着，所以车间很冷，温度和外面相差无凡，才半天的时间于冻得就麻了，但是一进烤漆房，里面60度的气温马上就让人大汗淋淋，感觉真是冰火两重天，好不容易熬到了午饭，吃过午饭休息一会儿便马上投入工作中了，下午可比上午强多了，不那么笨手笨脚的了，师傅也在空闲时给我讲很多汽车方面的知识。一天的时间很快就结束了，回到家，看到自己一天就把白色的工作服穿成黑色时，不免觉得愧疚，不过心里还是美的，一天的时间，我学会了很多认识了各种从前不知为何物的修车工具，对车身框架有了一个大概的认识。

在师傅的教导下，才三天我便可以一个人拆卸车门，给车更换玻璃了，看着第一辆自己修好的车开走心里有着莫大的成就感。

眨眼间一个礼拜的时间就过去了，我从钣金部门换到机修部门，开始学习发动机，变速箱等部件的知识，在这里我认识了李单、一个同样是军需学院汽车系毕业的师傅，他同样细心的教我，各部件的构成和工作原理，让我这个门外汉也变成半个内行，并且还学会了电脑检测车辆故障。

两个礼拜很快就过去了，我因为有别的事不得不离开了恒达销售店。在恒达的半个月里，我学习了汽车各部件的常识，为既将开设的《汽车构造》课程打下了基础。此外，还学会了很多别的知识，学会了处事的态度，建立了正确的人生观，相信这些会对我以后的生活工作有很大帮助。

怀念在广本的日子，期待着下次实习的到来。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇二**

这是我迈入大学校园的第一个暑假，一年的法律专业的学习为我打开了一扇通向法律殿堂之门，但法院对我们这些还生活在象牙塔里的大学生来说还是既神秘又好奇。而今年暑假我有幸来到家乡南昌市西湖区人民法院民一庭实践，在近一个月的实践过程中，让我深深感到作为一名法官是多么令人骄傲。在这里我不仅找到学术理论体现和验证，更找到了一种神圣的使命感。

进大学校门，就接受了这份新鲜而有挑战性的社会实践活动，感觉到很能锻炼自己的能力和增强自己的勇气，毕竟己经开始尝试着用天真的思想去触摸这个社会。尽管有些思想和观点还比较稚嫩和单纯，但毕竟已经迈出了第一步。

进法院实践后，我虚心地向法官们学习，并与他们建立了良好的关系，积累了一些社会经验，这是在学校和课本上学不到的，让我终生受益。与此同时，我也看了许多实际案例和一些专业书籍与杂志，让我初步地进入了角色。

一开始实践的时候，我就旁听了庭审，了解到法庭审判的大致流程；通过整理卷宗、翻阅案例、合议庭笔录等都让我逐渐熟悉了法院的实务操作。通过实践，让我了解了本专业在实际中的应用，将理论用于实践中，这样才能使我今后更好地掌握基础理论知识，加深对本行业的了解，为以后的学习和工作打下较好的基础。不久我还很幸运的有机会同法官去豫章监狱处理一起离婚案的调解，第一次走进高墙之内，仅仅一道铁栏之隔，却是两个不同的世界，看着他们眺望远方的眼神，那是一群向往自由的灵魂。

而实践中整理卷宗是我们一项很重要的工作，这个是我在以前的学习中没有接触过的，鉴于卷宗将成为永久性的档案，在整理前我都问得很仔细，然后做得很认真，整理完后觉得自己很有成就感。尽管做的事情都比较微小、繁杂，而且第一次上手，但每一件看似平凡琐碎的小事都蕴藏着丰富而深刻的学问，特别对于法律这门彰显公平与正义的学科，每一个细微的环节都事关当事人的切身利益，因此我在处理每个细节时都抱着“处处小心，时时留意”的态度，虚心地向法官们请教，他们也不厌其烦地对我进行传帮带，使我从中受益匪浅，同时我也深深地明白了作为一名法律人身上所肩负的崇高使命与社会责任，我为将来能成为其中的一员而感到无比地骄傲和自豪，但更感到重任在肩，任重而道远。

旁听庭审也是一个学习的好方法，庄严的国徽下，现实中并非我们想象的那样严肃，因为民一庭处理的很多案件是婚姻家庭案，而当事人也基本上是第一次参与庭审，有时双方会激烈的争吵，这时总要法官一遍遍讲诉法庭纪律。甚至有当事人因为不肯离婚差点在庭上服敌敌畏自杀。而法官就必须马上控制局面，安抚当事人。

我深刻地体会到：法律是一门实践性很强的学科，它仅有基本的专业知识是远远不够的，它更需要的是实务操作、办案经验和社会阅历，作一名法官不仅需要有独立的法律人格，更需要有崇高的法律素养。作为刚跨入法律门freshman，我们有激情、有干劲，但是我们在拥有这些年轻财富的同时，缺乏经验与理性是我们的致命弱点，我们有时对于案件的庭审容易受到外界的干扰，有时过于感性和头脑发热，甚至会因为当事人情绪的波动而产生恻隐之心，这些都是我们在法律职业化的过程中需要克服与避免的我们还需要一个冷静的头脑和一颗正直的心，我们的心中必须时时都有一杆天平，公平与正义是我们不可推卸的责任，也是我们永远的精神目标和价值追求！

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇三**

假期来了，我还能像以前一样来挥霍自己的时间吗?一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼?谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷……

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。

虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践 增强了我的办事能力交往能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇四**

在这10多天的实践中，我感受到了很多，在我们实践开始的第一天，让我最震撼的是那边的地理位置和那里的经济状况。 xx乡海拔700米，各村之间的距离有好几公里，并且当地没有菜场，上下来回的公车只有两班。当地的很多房子都是空荡荡的，留下来的村民大多靠自家种粮食来维持生活。

6月26日刚来到这个地方，我们就住进了xx乡中心小学的宿舍里，在准备好一切之后，我们便在周围的村子进行了招生，同时做了一份关于学生的身心、家庭状况和所在学校的状况的问卷调查。在后面的几天，我们努力在文化知识和兴趣爱好上让学生们感受学习的快乐。经过几天的相处，我深刻地感受到他们对知识的渴望和对兴趣班的热爱。由于学校教学环境的制约，这边的教学设施并不能满足他们全部的需求。

我们在这边受到了乡镇府、妇联和学校的大力支持，在7月3—4日，我们组织了一个小队伍来到了大若岩风景区进行了一次关爱留守儿童的募捐活动。并且我们开展了一对一的形式来帮助困难留守儿童，虽然我们不能在物质上提供很多，但是我希望我们能在精神层面给他们最大的鼓舞。

时间总是很快，实践很快接近了尾声，在最后一天我们在老的中心小学的舞台上开展了激烈的高年级学生演讲比赛，当中穿插了不少他们的表演。我体会到他们不是没有才华，只是缺少了这样的舞台让他们展示自己。

在离开的前一天晚上，我和几个队友做在学校的走栏上看天上的繁星，山里晚上的天特别黑，星星特别的亮也特别的多，看着，看着，我们不禁不忍离开这我们实践的地方，不忍与那些天真可爱的学生们分离。那一夜，我们失眠了。

7月6日，我们坐上离开的班车告别了xx乡，告别了那里的学生，结束了我们的社会实践。这一次实践让我永生难忘。

写下这篇总结，不只是因为这是三下乡工作的一部分，更是因为这是四年大学生涯中一次重要的学习经历，希望大四毕业的时候看到这篇总结，能够再次享受这次美好的回忆，并且有新的心得感悟。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇五**

生活，带着年轻人特有的蓬勃朝气。走入社会，了解社会，深入社会。暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多曾经根本无法懂得的道理。经过几天的实践，我们已经了解调研的精髓，并不是生硬地找当地人读语料，而是要通过聊天的方式让这些语料在人们不经意间说出来，只有这样，搜集到的语料才最真实、最科学、最具有价值。

7月12日下午，我们14名队员包括罗老师在内来到了临夏回民的聚集地-----八坊街，由于我们来的时间是3点，大多数居民都还在午休，贸然打扰人家总是不好的，我们选择了大门开着的人家去访问。

访问了几家，我们真的深切地感受到了回民的热情。虽说他们现在是在闭斋期间，但他们却热情的拿油果子等东西来招待我们，对于我们提出的问题也是竭尽所能的回答。我们这组的主题是关于临夏回族地区的婚丧习俗。在来这里之前，虽然我已查阅了大量资料，知道回族的葬礼是很简单的，但我一直有着那种几乎是根深蒂固的观念，丧事尤其重要，借着这次机会，我终于明白了回民丧事的简要。每一个逝去的回民，都是简简单单的在身上裹白布，没有任何繁琐的程序，就这样清清白白的离开了这个世界，就像他从来没有存在过一样。如果不是亲耳所闻，我真的无法理解他们的这种平和。

之后我们发现阿訇在回民的婚丧礼仪中扮演者一种很重要的角色，在罗老师的带领下，我们找到了当地的阿訇。总觉得阿訇是个很神圣的人物，可我们见到的阿訇是跟普通回民一样的装扮的中年男性。在和阿訇半个多小时的交流中，我们了解到了阿訇的一些情况。他们精通阿拉伯语、波斯语和汉语，是由当地人民选出来的，并非终身制。这位阿訇言语间透露着对自己民族信仰的自豪和骄傲，他的语言平和而有序，这让我在不知不觉间觉得自己在倾听一位哲学家的教诲。

团队生活总是短暂的，在5天的临夏之行中，我们真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。不论第一天大家为了提高团队工作效率的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈阳晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，为明日准备到深夜。

每天的采访，吃饭，采访，休息，成为了我们的主线，每每奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，实现自己的愿望。实践活动结束了，我仍旧怀念着大家在一起的日子，即使组团吃泡面，啃面包大饼，也觉得特别香，或许这就是团结的力量吧!

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇六**

转眼之间，我已经正式告别了这一学期的学生生涯，迎来了我大学的第一个假期，蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那些无奈，为了不留遗憾，为了使这个漫长的假期过得更加充实，我将为我的这个假期做一个详细的规划，提早进入社会，开阔视眼，增长见识。

假期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，有助于我们当代大学生接触社会，了解社会，同时，实践也可以让我们学习知识，也是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，因此，我一定会倍加珍惜这次的实践机会。

这次实践我去了派派乐打工，“凡事想时容易，做时难”本以为这里比其它餐馆干净点，打工也可以轻松点，不就是给顾客点一下餐，收拾一下桌子吗?这些平时在家也做过，心里还存在侥幸的心理，可是让我么想到的是刚去的第一天下午就犯错了，在给顾客点餐时出了差错，刚好被领班发现，被骂是不能避免的。因此，我心中也是有许多委屈，可事实摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓的我说不出话来，我心想万事开头难，早接下来的工作中我一定会更加认真。

派派乐里非常忙，每天得等到所有的顾客走完我们才可以下班，所以每天回家也已经很晚了，在加上累，于是我有了辞职的想法，可是又想如果就这样就半途而废，什么也学不到，我又觉得很惭愧。而且自己需要学的的还很多，所以我一定要坚持下去。正是有了这份坚持我后面的工作也顺利了很多，失误也减少了。

通过这次实践让我认识到凡事一定要坚持，面对社会上形形人，也要学会怎么面对，同时，我也学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心去对待身边的人。我相信，这次经历会成为我人生中的美好回忆，它也会时刻的鼓励我不断前进，在人生的旅途中越走越长。

时间飞逝，告别了短暂的假期，新学期即将开始，在新的学期里我将会收起那颗脆弱敏感的心灵，用坚持不懈的汗水为自己的明天，为自己的目标而奋斗，我坚信那溅在路上的滴滴汗水，是为我将来的成功奏响的旋律。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇七**

这是迈入大学校门后的第二个寒假，为了使这个漫长的寒假过得充实，为了对这两年来所学的知识、所培养的能力作一个除期末考试以外的另一个侧面的检验，在这个寒假我进行了一次教学实践活动。现将该次实践报告的具体情况作如下报告：

准备工作：我先撰写海报宣传单，做好宣传工作。在一所空房子中安好桌椅。一切准备就绪我开始贴海报发宣传单。当天就有八位学生的家长报了名。报名截止到7月10号总共报名人数达到10人。

实践对象：本村小学学生(学习成绩较差)共十个人，二年级四个，三年级两个个，四年级两个，一年级两个.

实践目的：对该阶段学生所学所学知识作全面复习、巩固、提高，使其对即将所学的知识作初步了解;

实践过程：

第一阶段：我先把他们按年几级分好座位以便教学。第一天我先检查了他们做寒假做作业的情况，针对不同学生的作业情况我制定了不同的教学计划。在第一个星期中我把他们作过的作业统统都讲了一遍，不懂得问题为他们细心的讲解。剩余的作业作为课后的作业，开学之前能够保质保量的完成。

第二阶段：经过一个星期的稳定我们开始正式上课，由于人少，且集中。教起来就比较方便。主要教授英语、数学。对于二年级的学生来说新学期开始他们要开设英语这门课，打好基础很重要，因此我格外注意。我还采互动教学，让高年级的学生帮助低年级的学生。这样不仅增进了学生之间的交流，也有利于教学顺利的进行。这一阶段我们一共进行了三个星期的教学。其中我没有让他们只是在课堂上学习，我还组织了两次课外活动爬山和跑步比赛。让他们在学习的同时不忘记锻炼身体。

第三阶段：这是最后一个星期的教学，我没有进行新知识的教授而是进入巩固阶段的学习。让学生对前面所学做一个全面的总结。最后几天对他们进行了几次测验，取得了良好的效果。得到了家长们的一致好评。

实践结果：二年级的学生英语基础掌握的比较好，在测验中他们两个人的平均成绩都在80分以上

，四年级学生数学也得到了明显的提高。其他学生都较之以前有很大进步，这让学生家长感到很欣慰。

实践体会：

第一，从事教学工作需要专(钻)心：我为这次实践的顺利进行，我投入了大量的精力准备。虽然说对于他们所学知识不在话下，但我还是找来了教材和教参等专心备课，力求做到在知识上准确无误;除了在教什么上下功夫，我在怎样教也丝毫不敢马虎，我翻阅了《教育心理学》、《发展心理学》、小学语文、数学教学法等专业书籍，上网查询了有关经验交流，在充分尊重儿童身心发展规律的前提下开展教学活动。

第二，从事教学工作需要耐心：面对不同阶段的，从未接触过的学生，我们在教学中不能从自身主观出发想当然之。对学生在学习中所遇到的障碍要耐心的讲解，一遍不行就两遍，两遍不行三遍，同时也应该反省自己的教学方式是否对路，切忌简单粗暴。第三，从事教学工作需要与人交心：在教学中不能够闭门造车、一叶障目，不视泰山，要多与外界交流，掌握更多的信息，丰富自己的教育背景。我注意了与家长的交流，一方面更深入了解学生的情况，有利于我有的放矢;另一方面我及时将教学进展及时反馈给家长，有利于家长的配合与支持。同时，我还向多位我以前的老师请教，他们的经验都给了我莫大的帮助。

我通过这次为时一个月的实践，从另一个侧面检验了自己的学习情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力;同时也发现一些了自己的不足，使我在以后的学习中不断的弥补和提高。可以说，这次实践让我是受益匪浅。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇八**

今年暑假，我到xx有限公司-进行了时间的实践工作，通过它内部的人事部面试，我进入了氧化车间，岗位是下排。氧化车间的主要的业务流程是将挤压成型的市场铝材通过氧化，着色，磨砂，封孔，电泳等技术保护铝材。下排是氧化工序的最后一关，就是将氧化好了的铝材从排架上下下来放好，送到包装车间去。

没有实践，就没有发言权,只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的暑假和去年有所不同,虽然去年也有过暑期找工作的经历,但那是家教,也没有什么挑战性,与社会的接触也不多。其实学校要求我们参加社会实践,无非是想让我们提前接触社会,了解社会,这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心,于是我才决定今年要真正的去接触社会,品尝社会的酸甜苦辣。才决定到企业里去体验工作的。

为了工作的更好，除了公司的培训外我还去找过了好几过老员工来教导，在这些交流中我深深感受到人与人交流的重要性，其实在生活中我们只要真诚的用心去放心去与别人交流，你会获得很多意想不到的收获。

记得打工的第一天，我不小心把一个老员工伤到了，我当时不知所措，连声的说了几声对不起，结果意外的让我感到惊讶，他却没有任何的感到不好，他却说这没有什么大不了的，在这里干活很容易被伤到和伤到别人，以后自己要多加小心啊！我连声的说到谢谢，我会的。在这些交流中让我们感到很多的关心，也让我们学会怎么有去关心他人。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。原来生活可以更加充实；原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，四十一天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

用一份日程工作来展示我一天的工作：

6：40在车间门外结合排队准备接班，等待车间主任，班长的安排。

7：00正式接班（白班与夜班的交换）。

11：30正式午餐。

12：00开始工作。

19：00结束工作（由班长检查当天的工作）。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇九**

春运是铁路客运面临的最艰巨的任务，而列车员是处于春运最前沿的铁路劳动者，经过这一个多月的临时列车员的工作，我的收获颇多，锻炼颇大，感触也是颇深。

凌晨4点41分，穿上制服到达岗位，心里有种小小的激动，看着陆陆续续走来的旅客们，脑海里响起车长告诫我们的话语：只要穿上这身铁路制服就要明白我们肩上担负的责任。我积极地提醒乘客们安全的重要性，同时耐心地扶老携幼帮助他们，帮他们提大件行李，保证乘客们的安全乘车。

从一开始，身上一直有种沉甸甸的压力，总觉得回家是件很神圣的任务，而把回家的人送回家这个任务更富有使命感。对待每一位乘客我始终小心翼翼地照看着。

还记得当时开会车长告诉我们：只要穿上这身铁路制服就要明白我们肩上担负的责任。没错，列车员的工作必须要求严格，在铁路系统工作，安全永远是第一位的，无论是对于旅客的安全还是对于列车员自身的安全，都要作为工作的重中之重。

春运期间客流量特别大，人员拥挤而且大多携带大件行李，旅客上下车时容易发生被挤倒或者踩空摔倒等事件，所以我们必须不厌其烦地宣传提醒乘客们安全的重要性，车门的锁闭则是我们工作的核心，容不得我们有半点偷懒或马虎！

在车上我们需要积极热情地和乘客们进行沟通，及时给予他们帮助和关心。对老人小孩和行动不便的旅客们要做到重点照看，小孩子一个人接水时，我们必须帮助以免烫伤。车厢许多乘客喜欢边充电边玩手机，我们必须及时提醒并且告知：为了保证行车安全，手机必须在关机状态下充电。

中午时分，待到乘客们吃过午饭午休时，我们的工作就是及时清扫车厢垃圾，保证车厢的卫生整洁。下午我会和乘客们聊聊天，依旧观察他们有什么需要帮助的。和他们度过愉快的一天后，进入夜间行车时，作为工作人员必须宣传用电的安全性，加强对车厢的巡视，恢复车厢的卫生，让乘客们舒心地进入睡梦中。在车上，旅途漫长且枯燥。我时不时地喜欢和我的客们聊聊天，问问他们有什么需要我帮忙的。形形色色的人们，许多有趣的事情也就随之发生了。

有一次夜间值班，车厢里一片寂静，大家都在浓浓的睡意之中。一个小男孩充满好奇的小眼神儿跑到乘务室外把我望着，我问他干嘛呀，怎么还不睡觉呀……可是无论我怎样和他说话他都不搭理我，只是一个劲儿地把我望着。过了一小会儿他问我：警察，你不睡觉么？当时我没忍住噗嗤一声笑了出来，我拿出糖果给了那个可爱的小男孩，慢慢的他禁不住糖果的诱惑开心的和我玩了起来。和我一起剥瓜子，一起唱歌，一起猜硬币，一起比赛吃东西......就那样愉快的度过了夜间的工作时间。

在我休班期间，听朋友说他一直嚷嚷着要找我玩儿。接班后我告诉他:还不能陪你玩，姐姐得扫地，然后他就在我扫地的时候一只在我屁股后边跟着，还积极地给我帮忙，拿拖把一个劲的拖地。时不时地还给我喂他奶奶给他的小馒头。

20xx年春运是一个难忘的时刻，收获了很多，有累，有苦，有甜，更有辛勤劳作后的喜悦与幸福。

在工作之中，也特别感谢带队老师以及列车工作人员对我们无微不至的关心，支持以及帮助，是他们用宽容的心去容纳我们的缺点与不足，帮助我们在这次顺利结束的实习中学到更多。

通过这次春运列车员实践工作的锻炼，在以后的学习工作中将产生积极的影响，我们将以饱满的热情和主动的心态面对未来。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十**

正式工作

7月15日至8月15号日为正式工作的一个月，在这个月中我一直上晚班，工作时间为6：40pm——2:00am。工作内容主要为提升、优化服务质量。包括加强礼貌用语的\'运用(晚上好，欢迎光临;谢谢光临请慢走，欢迎下次光临;对不起，打扰一下;祝您欢唱愉快等等);熟悉包间价格;推销酒水套餐(分为啤酒系列，洋酒系列，红酒系列);调制酒水(必备工具：扎壶、冰块、开瓶器(红酒)、酒杯;洋酒所配软饮一般为绿茶，红酒所配软饮一般为雪碧;根据客人口味不同，决定浓淡);包间服务(开酒、调温、帮助使用点歌系统等);清包(难度加大，晚场喝酒的较多，包间内粘湿，需要刮地)。

正式工作心得

如果不能改变环境，那就要去适应它。当我适应了ktv的环境之后，一切似乎都变得得心应手。生活不再那么单调，每天接触形形色色的人，本身就是一个挑战。林子大了，什么鸟都有，遇到蛮不讲理的客人几乎是家常菜，但只要及时调整心态，就没有过不去的坎儿。同时要承认的是通情达理的客人当然还是大多数。做事积极主动一点，公司要求掌握的就尽早尽好的掌握，因为在被领导训斥了之后你还是得掌握。和同事处好关系，因为你生活在一个团队中，不可能独自完成公司交给你的所有任务。

工作花絮

1、向客人问候：欢迎好，晚上光临(应该是晚上好，欢迎光临，还好客人没听出来)

2、ktv超市营业员推销口香糖：没有2块钱了，找您一盒口香糖可以吗?

3、使用对讲机一定要记住所有人都听得到。记得一次清包时刮地，我半开玩笑半生气的对同事讲我刮你个头啊，领班就直接在对讲机里说说这句话的人下班到我这里签罚单。

4、某包间客人不会使用点歌系统，说我们设备有问题，我进去一看，已点歌曲一首也没有。

5、巡场时,经常会看到东张西望的客人，这时我便会说您好，洗手间这边请，客人会很感激的说谢谢。眼神流露的意思是说你怎么知道我在找卫生间。

6、刚开始清包时，会看饮料瓶盖内有没有再来一瓶，好多次无功而返，便不再看了。后来和同事清包，我指着桌面上的瓶盖说去看看有没有中奖，他拿起一看后来，我不放过一个瓶盖。

社会实践心得

1、找工作时一定要如实讲述自己的情况，公司肯定比你聪明。

2、踏实工作，即便刚开始你会觉得很累，但你的努力迟早会得到别人的肯定。

3、同事有困难时，最好伸出援手，不要不好意思，人都会感恩的。

4、最好和上级处好关系，不然会吃哑巴亏。即便不喜欢他，也别公然和他对立，他毕竟是领导。

5、与人相处时，要投其所好，但不要低贱。是在相处不来，就算了。

6、微笑是解决问题的一个很好办法。

7、不要相信领导给你的口头承诺。

8、尊重不是别人给的，而是自己争取的。

9、不要试图偷懒，即便只被领导发现一次，他也会觉得你经常偷懒。

10、收入和体力劳动是成反比的，想要获得财富，最好还是多动动脑子。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十一**

这次为期五天的实践，让我这个生活的在校园里不谙世事的学生增长了不少见识。虽然短暂，过程遭遇不少问题。但是对于我们8个人而言却是一般难忘的回忆。

首先在拜访兰田村的过程中让我感触很深，他们的生活的在逐渐改善。但相较于其他人而仍是不太乐观。在参观兰田小学，康美镇兰田村南音班，老年活动中心的过程中让我看到了兰田村对于教育，以及丰富精神生活的和文化生活的的重视。在参观南音班时，小孩们的热情与优美的歌声和乐声感染了我们实践队。也给我们带来震撼。而走进兰田小学时，映入眼帘的是因扩建而一片狼藉的操场。从校长的口中得知。兰田这几年的发展，人口有了大量的增长并吸引了村外的学生来就读，于是现在正在修建校舍。从兰田小学的例子我深刻体会到别人对自己的肯定才是最大的成功。而从老年活动中心经过时没能进去参观是一个遗憾。但也反映出了不管是小孩亦或是老年人，他们仍然有丰富自己精神生活的和文化生活的的权利和待遇，或许这是许多人遗忘的地方。

后来来到农民素质培训学校，在这里遇到了一个对于兰田小学村的发展有重大贡献的人，即潘春来。他致力于新农村的建设，他研发出一套为兰田村量身订做的发展模式。他深刻地告诉我们每一个贫困地区的情况的及具体缺陷不同。所以应根据其具体情形来为其制定发展模式。而兰田村便在他的带领下走出了一条世纪之村的新道路。而这条专属于兰田村的发展道路正引领兰田村走向富裕强大。潘春来同志对兰田村的发展投入了大量精力。并希望我们大学生能够跟随他的脚步为新农村的发展做贡献。而这也是我们努力的一个的。服务于群众，服务于社会。

潘春来同志的事迹吸引了许多人的眼球。深刻地告诉我们社会需要发展，社会需要像他这样的人。而中国的发展也一样。要根据中国的国情走一条适合中国发展的道路。

而兰田村的例子正说明，发展是硬道，只有人们过上幸福，舒适的生活的，社会才会安定，才会和平。兰田村因其独特的发展模式而被大众所宣扬。但是最重要的使农民的心声。在走访农户的过程中，体会到了纯朴的农民们的生活的得艰辛。不管是谁，他们对于他们这群初出茅庐的小孩的热情与宽容让我们极为感动。停下手中的农活，不顾劳累地向我们诉说他们的感受。而这也确实地明白了，兰田村的发展对于他们而言是如何，每件事多有两面性。很多人确实地融入了世纪之村这个大家庭，但仍然有一些人因文化教育程度的限制，仍无法灵活地运用世纪之村这个平台。

这次的实践让我收获很多。虽然只是短暂的几天，但是走访兰田村的过程中还是有喜有悲，有惊有叹，或许这才是让我们开眼界的最好的方式，没有人能够完全地告诉你所有的东西，除了自己去实践去体会，而过程中的酸甜苦辣会教会你所有的东西。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十二**

一、社会实践目的

教学与实践相结合、注重实践经验，这应该是我们中原工学院亚太国际学院的一大教学培养特色。

大一上半学期即让参加社会实践，获取经验，虽然在学生之中并非没有先例，但对大部分家庭宠惯着的独生子女来说，还是有一定的新奇性。

既然是学习服装设计的学生，那找工作当然首选服装领域的职位了。(当然，并不排斥其他行业的工作，以能找到工作为最优先考虑。)而目前处在大一上学期这一特殊时段，还并未过多的接触到服装方向的各个专业领域，我们能做的还很少，所以想到的实践暂时也只有服装销售这一块儿了，因为营业员的专业技能相对来说较为低一些，便于上手;且在日常交往中也有所了解，容易补足自己。

二、社会实践内容

(一)寻找实践部门

有两种选择：自己找;亲友介绍。

作为社会实践很关键的一项，我决定先自己尝试一下。

沿街边小店走进去，逐一寻问是否需要短期工，店长们却都以只收长期工为理由拒绝。

偶然遇到一家大型连锁超市在招收短期工，就前去咨询。在填过基本情况表(如曾经的就业岗位及薪酬待遇、期望薪酬待遇、选择本公司的理由、自我推介等等)之后，负责人开始面试。可惜很不幸，我因无工作经验且不适合连续性重体力劳动而被刷了下来。

虽然很不情愿，但也只有通过“亲友介绍”这条路了，毕竟靠自己的力量获得一份工作这样的事情，依现在的自身条件来说，是无法顺利完成的，我们缺乏而需要学习的东西还有很多。

最终决定的实践地点是在当地步行街的一家花花公子羽绒服女装分店，由亲友介绍当了临时营业员。为期一周，无薪酬。

(二)了解品牌文化

一个调皮的兔头加上“play

boy”(花花公子)，这个几乎可以在任何消费产品上见到的标志，是1953年由美国人休·赫夫纳创造的服饰品牌。playboy的译意为：“时尚，风雅，快乐”，蕴涵着永远流行，永远年轻的风格。

playboy历经了五十多年的风雨洗礼，在创建初期公司主要以生产、销售休闲、简约、大方的男装而闻名全美国，之后响誉世界，几经磨砺、化蛹成蝶，成为了全球时尚潮流的国际知名品牌，销售网点遍及全球，有逾千家连锁专卖店(柜)。随着全球经济一体化的进程，花花公子休闲不断在市场扩大份额，1986年playboy“花花公子”品牌服饰进入中国市场，十余年的精心打造，已让中国广大消费者领略了国际品牌的风采，其“时尚，风雅，快乐”的风格已成为现代人士高贵身份的象征。

世界名牌美国花花公子play

boy将生活中瞬间美感凝固于服装，这一艺术形式中，充分展现顾客的独特个性与品格，而在未来，仍将继续这一宗旨，除仍以欧陆风格为主外，亦融合东方文化精粹，结合全新的服装设计理念，创造中国都市男女心中独具魅力的服装。

服装以外的play

boy商品，其种类繁多，包括文件、代类、恤衫、领带、袜子、内衣内裤、文具等，如今已迈向运动鞋和高级皮鞋的市场。所以，play

boy，在全世界的时常上已建立了它的精神和理念，巩固了它高尚的地位。

play

boy的服装，从纺织品的开发、企化、设计、批发、零售，都是十分严格和精心的，无论对于质料的精挑细选，或是流行款式的认真研究和精心设计，都是立足于世界领先潮流的概念之上。每年都派员到欧、美、日等地考察，不惜成本代价来配合高读技术的电脑化设计，以力求达到尽善尽美的境地。play

boy是一种文化，是一种精神，视休闲与工作为一体的人们的首选。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十三**

1月11日—1月25日

四合永镇医院

在口腔科见习半个月

在口腔科见习半月xx年1月11号一xx年1月25号

1 认识器械、材料及它们的用法。

2 了解了其他常见病的护理及预防原则。

3 熟悉了常用医疗无菌,污染物品的处理方法。

4 积累了与患者沟通的技巧,提高了自己的觉悟.不足之处。

5 门诊病历的书写方法。

1 做根管治疗时患者若张嘴时间过长，可在其嘴角涂抹凡士林， 防止嘴角裂。

2 加失活剂后可加丁香油棉球加氧化锌，棉球的作用是减压。

3 瘘管，口腔及颌面部皮肤形成瘘管，大量炎性肉芽组织增生，处之易出血，长期排脓，有死骨形成。

5 若无炎性渗出或符合根充指征，就可行根管充填。瘘管会慢慢消退。

6 最好每一次扩管都要用酒精棉球擦拭扩大针，以防止污染其他根管，同样擦拭牙胶尖。

7 前牙开随用球钻，熟练后可用裂钻。

8 扩管时若患者疼痛剧烈，可根管注入少量地卡因或利多卡因。

1 口腔常用药甲硝唑、利君沙等只可用于18岁以上的患者服用，年龄较小者应适当减量。

2 拔牙时除询问患者是否有高血压、心脏病、糖尿病等病史外，还应询问是否患有感冒，感冒患者抵抗力低下易导致创口感染

3 拔牙后不能漱口，因为自来水中含有许多细菌。

(1)术后2-4小时，进食无渣冷流食，如排骨汤、鸡汤、酸奶、凉牛奶、冰激凌、果汁等。

(2)术后4小时至次日可食半流食和软食，如蛋羹、米粥、蔬菜泥 汤等。

(3)术后三天开始进食高蛋白饮食。

在口腔科实习的半个月学到了很多知识.明白了理论与实践相结合的重要性.见到了---病的临床表现,症状体征，了解了患者的心理状态，体会了整体护理实施的关键所在。 加强了对常见药物的计量用法。进一步学习了对龋、牙髓炎、尖周炎的症状、治疗方法。积累了与患者沟通的技巧。熟悉了医院的各项规章制度和身为一个医师的基本工作职责. 时间虽然短暂,却开阔了眼界.在此谢谢各位老师的关爱及教育。在今后的学习中我会继续努力，争取理论结合实践，早日做一名优秀的口腔医师。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十四**

今年的寒假，步入大学校门两年半的我，终于选择出去打工了，虽然打工的时间非常短暂，报酬也低得可怜，但这些并不重要，重要的是我第一次与社会接触了，用非学生的身份第一次和社会进行接触。

我打工的地点是一家酒店，虽然谈不上星级标准，但是规模也不是一般小饭店能比拟的，自然纪律就比较严格一些，对于临时工和正式员工的对待标准是一样的，所以刚开始要学的规矩自然很多。

第一天是最难熬的，什么都不懂，都要从最基本的开始学起，不过幸好还有一个学生也在那里打工，比我早去几天，对规矩了解了一些，于是乎在他的带领之下，我就一点一点的明白了很多规矩了。

有一个场景我现在还记忆犹新呢，我站的那个地方在凉菜厨师的旁边，所以他每出一道凉菜，我就端到客人的手里，并且告诉客人菜的名字，我用了一天的时间，基本上把所有的他能出的凉菜的名字都记下来了，然后后来的日子，他出的凉菜都不用告诉我名字就可以了。有一次他对我说，很多人干一个月都记不下来这些菜的名字，我只用了一天就都记下来了，夸了我一下，我自然是非常高兴了。

我感觉做什么事情只要用心去做就能做到自己最好的水平。

还有一点别人对我叮嘱万分，就是菜和汤千万不能弄到客人身上，千万不能上错菜，这两个千万可是让我十分注意!所以我一次错误也没有出。嘿嘿!

虽然没有干几天，但是这种经历对我来说是难得的。

不知道以后还会不会再出去打工，不论如何，这次的经历我都不会轻易忘记的。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十五**

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

这个暑假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，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。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与别人沟通

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练习。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。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。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，没有第一次又何来的第二、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，知道要打暑假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。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，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。”努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的暑假工能学到什么呢？就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体验实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，承担起该有的责任。

这个暑假，见识了很多事，认识了很多人，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

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。

**社会实践报告8000字 社会实践报告800字高中生篇十六**

一、活动记录

今天，是我们支教小分队到达\_\_\_\_\_\_\_\_山市\_\_\_\_\_\_\_\_村\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_希望小学的第二天，经过昨天下午的初次实践，我们今天顺利地完成了预期教学内容。

上午8;40，小学开始一天的课程。在短跑过后，由我们支教小分队的曹老师带领全体学生朗诵弟子规。

在学生们上过一堂常规教学课后，上午9：50，我们支教小分队四个人开始进行分工授课。杨老师和曹老师分别为一二年级(低年级)和三到五年纪(高年级)上了音乐课和趣味英语课。

今天的音乐课主要教学生们推荐学习的歌曲，《荷塘月色》和《剑心》，培养同学们的音乐表现力。而英语课主要教授二十六个英文字母以及英文歌和简单的英语问候。而下午同样是在常规课程后，曹老师给低年级学生上了趣味国学课详细解释弟子规及其故事。

而同时梁老师也给高年级同学上地理课，让他们简单认识了自己的家乡的位置以及风景名胜，增长同学们的见识。

下午的第三节课，由刘老师带领其他三位支教分队成员组织全体同学(按照高低年级分组)在操场上进行体育活动，旨在锻炼身体的同时也培养团队意识。

二、经验教训

对于支教这一活动，提前准备与耐心非常重要。

由于这是第二天，还没有充足的教学经验，前一天晚上我们就开始着手准备今天上课的内容，寻找资料，制作一些必要的课件。但是仍然感觉授课内容没有预期的丰富，而学生也因为接触较少，某些课程学习较为吃力，因此仍需要再做更加充足的准备。

其次，由于这些学生的年纪都较小，自控能力较差，尤其是男孩子比较闹，上课时常常需要停下来组织纪律。因此，这需要我们培养自己的耐心，寻找更佳的与学生沟通交流的方法。

最后，我想说的是假期支教一直是支教中的热点话题，不少人诟病支教的扰民。但是我想说的是，一切从实际出发，具体问题具体分析。每次支教活动必须根据支教学校实际来策划，通过支教志愿者与小朋友们心与心的沟通达到支教效果。支教志愿者必须放下姿态，真心与小朋友们做朋友，可以没有现代设备，但不能没有炽热的心。在支教实践，可以与当地的文化相结合，开展一些符合当地文化氛围的活动。

\_\_\_\_\_\_\_\_情，惠园系。支教在路上，我们正青春。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找