# 最新大学生寒假社会实践报告500字(十九篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-08-01

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。大学生寒假社会实践报告500字篇一来到以纯，我没有想太多，径...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的报告呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**大学生寒假社会实践报告500字篇一**

来到以纯，我没有想太多，径直走向收银台，询问了店长招聘寒假工的事，由于听朋友说以纯招人，所以就直接去。也许是一种缘分吧。在以纯工作的这段时间交到了很多好朋友，并且学会了推销，对于从未从事过的行业我感觉很好奇，每天推销的衣服价位在3000元以上就有奖金。虽然不多，但通过自己的努力换取的，我觉得特别欣慰。这是我第二次经历社会实践，去年暑假在一个装饰公司当一个小小的业务员，也学到了很多有关装饰方面的知识，对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质，虽然天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路，想通过亲身体验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。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，招聘会上的大字报总写着\"有经验者优先\"，可还在校园里面的我们这班子人社会经验又会拥有多少呢?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地走入社会，能够适应国内外的经历形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了以纯，开始了我这个假期的社会实践，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的，另一方面，实践可为以后找工作打基础，通过这段时间的实践，学到了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到的东西自然就不一样了，要学会在实践中学习，从学习中体会实践。

现如今中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内经济日趋变化，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，对于人才的要求就回越来越高。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。也许卖衣服和我们学会计的也没有多大关系，但是通过推销衣服可以知道钱的来之不易，可能在卖衣服的过程中会接触形形色色的人，那就得看你的变通能力和语言方面的说服力，这是我们在学校无法学到的，因为接触了社会，人才会有成长。不然老依靠父母给的物质保障那是完全不够的，虽然这次社会实践体验没有持续多久，也只赚了几百块钱，但有的东西是真真切切学到了，所以我认为这次实践很成功，也很值。在实践的这段时间内，我穿街走户接触各种各样的人和事，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，但在以纯，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最好。

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。记得曾经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。记得曾经老师说过，大学是一个小社会，但我总觉得校园里少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份，接触那些刚刚毕业的学长学姐。他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，在这次实践中，我感受最深的一点是，在学校，千里论的学习很多，而且是多方面的，几乎面面俱到，而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书上的知识一点，都用不上的情况。实践体会: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，而这些在学校是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习，以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有时冷场，这是很尴尬的，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，事半功倍，别人给你的意见，你要听听从、耐心、虚心地接受。在工作上还要有自信，自信不是麻木的自夸，而且对自己的能力做出肯定，社会经济缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信，其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了，就算没能解决，最起码自己是开心的。知识的积累也是非常重要的，知识犹如人的血液，人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭接触的导购业，对于我来说很是陌生，要想起工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。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，在今后我要更多的挑战社会实践，磨练自己的同时，让自己认识的更多的社会实践，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。

作为广大青年学生接触社会。不了解国情，服务大众的重要形式，对于青年学生接触社会。了解国家情，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。从社会实践中检讨自我。虽然在这段假期我没在我的专业知识点实践，没能在专业能力上有所提升，但是我感觉我懂得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。叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

**大学生寒假社会实践报告500字篇二**

时光如流水，总在我们不经意间静静地流逝。不知不觉在大学已度过了一学期的时光，迎来了我上大学的第一个寒假。大学生活正式步入了正轨，我意识到自己应该充分利用假期，来锻炼自己。把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析总结，从而提高自身的能力。我想一个大学生之所以有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力。在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。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。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。同时大学生社会实践活动是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径。实践，就是把所学的理论知识，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，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。同时，从中所学的东西自然就不一样了。要学会在实践中学习，在学习中实践。“ 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。于是，我决定今年寒假利用假期时间跟随“晨曦计划”的其他志愿者们一起做一项有意义的社会实践活动。

少年强，则国强。少年进步，则国进步。少年是祖国的希望，在城市化加快的今天，留守儿童成为社会关注的话题，留守儿童的健康成长关系到社会的发展与进步。为此，我们展开了为期10天的寒假回访工作，为乡村的孩子贡献出自己的一份力，让他们在求知的路上勇敢的面对重重的困难。

在为期10天左右的回访工作中，印象最深的是孩子们一张张稚嫩的笑脸，他们对知识的渴望，对大千世界的向往。感动了我们一行人。回访地点大多在深山中，交通很是不便，再加上我们对地形不是很熟，光找路就花费了大量的时间，好在村里的人们都很热情，在他们的引导下，我们完成了一家又一家的回访工作。

从刚开始的制定计划，到商量买孩子所需要的学习用品，再到制定具体行动路线一直到回访结束，这短短的十天是我度过最充实的日子。回访对象分布在县城内的4个乡镇，在每个乡镇又分布在各个村子，林散的分布为我们的工作带来很大的困难，不是这家孩子不在就是家里没人，在这期间，我们曾经失望过，沮丧过，甚至想要放弃。可是一想起孩子求知的脸庞，似乎所有的问题都不再是问题，所有的困难都不再是困难。下过雪的山路有些滑，走在上面胆战心惊，我们似乎可以体会到小孩子念书时路途的艰辛。当我们好不容易把买到的东西交到孩子的手中时，他们兴奋的表情以及家长会心的微笑，这些是最珍贵的。一家一家的回访，一户一户的调查，经过十天的努力，我们成功的完成了回访工作。在这十天的实践中，收获颇多。

一、待人要真诚

第一次踏进村委会办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每到一个村子的村委会我都会先向他们问好，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和伙伴们打成一片，我心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同行者的信任。他们把我当朋友，也愿意和我一起完成工作任务。

二、要善于沟通

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。

三、要有热情和信心

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，工作才一能做到最好。

四、要讲究条理

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，”这是联财镇村支书给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。在网上看到一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过关于他的这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

**大学生寒假社会实践报告500字篇三**

近日，随着寒假的到来，山大学子走出校门，了解社会，服务社会，积极开展丰富多彩的社会实践活动。山东大学团委印发了《关于实施-xx学年寒假学生社会实践活动项目立项资助计划的通知》和《关于组织开展—xx学年寒假学生社会实践活动的通知》，为学生社会实践活动提供了资金和制度保证。

学校各级团组织以深入贯彻落实党的xx大和xx届四中全会精神为主线，践行科学发展观，结合建设“山大特色、中国一流、世界水平”与“道德性、思想性、创新性、特色性”大学的办学目标与办学理念，围绕山东大学学生培养目标，扎实推进“社会实践经历”教育。

xx年寒假社会实践活动以“与祖国共奋进?与山大同发展”为主题，开展以xx大和xx届四中全会精神学习宣讲、“深入基层?心系家乡”活动、“我与祖国共奋进”社会观察、社会调查和专题调研、家庭角色体验、社会角色体验、志愿服务与服务社区、合校十周年和建校110周年纪念庆祝等活动为主要内容的社会实践活动;同时开展“相约山大?

励志启航”山东大学优秀学子母校行、迎接合校10周年和建校110周年特色社会实践活动、服务济南社区行动等专项实践活动。寒假前，各学院通过举办培训会、召开动员会、举行启动仪式等方式动员全体学生参与到社会实践这门“必修课”中来。

护理学院、材料学院、土建学院、经济学院分别召开动员会和启动仪式，控制学院举行了“学生党员家乡行”启动仪式。进入寒假后，各实践分队有条不紊地开展各项社会实践活动。

“相约山大?励志启航”山东大学优秀学子母校行活动在

全国各地展开。省内聊城分队的队员走进聊城一中和聊城三中，潍坊四分队的队员走进临朐一中，通过宣讲与访谈的形式直接与高中生交流，展示山大魅力，交流学习经验方法。

省外江苏扬州分队走进江都市仙城中学，浙江绍兴分队走进鉴湖中学，浙江绍兴分队走进鲁迅中学，浙江第三分队走进金华市第一中学，贵州分队走进铜仁地区民族中学，重庆“浩境励志”团队走进璧山县来凤中学，海南分队走进明光中学开展回访母校活动。

他们通过开展问卷调查、魅力山大介绍会、相约山大招生政策座谈会、交流互动、励志启航学习经验交流会等活动，使此次活动成为一次回访母校的感恩之行，一次回馈社会的有益之行，一次发扬山大精神的胜利之行。与此同时，各种岗位见习和调研活动也同步展开。

控制学院“翼翔”实习团走进鲁能菏泽煤电有限公司、兖煤菏泽能化有限公司等地实习调研;哲社学院和护理学院“展翼”住院学龄儿童爱心服务及专题调研团走进齐鲁儿童医院，身体力行帮助住院儿童辅导功课，减轻住院学龄儿童由学习而引发的焦虑情绪，缓解其心理压力;“川鲁情深?共建北川”社会实践团队到北川开始了为期6天的社会实践活动。

山大学生寒假社会实践活动得到了校内外媒体的广泛关注。大众网、《齐鲁晚报》分别以《山东大学学生利用寒假为住院儿童辅导功课》为题介绍了哲社学院和护理学院在齐鲁儿童医院对部分儿童进行爱心辅导的情况。

长治电视台、《上党日报》报道了土建学院“环保我行”实践队在山西省长治市开展的环保调研;《聊城日报》、包头市电视台也分别报道了“相约山大?励志启航”山东大学优秀学子母校行的情况。

**大学生寒假社会实践报告500字篇四**

在短短的30天的寒假生活中，我一直在思索着同一个问题 我活着究竟是为什么。以前的我总是在逃避这这个想回答又不敢回答的问题，直到自己升到了大二，在这次期末考试中失利没能考好，我知道我必须正视自己，寻找出答案，否则我只会继续欺骗自己，裹足不前。为了寻找答案，我再一次地问了我的父母 为什么要挽救我这个生命? 因为你是我生的。 简单的一句话，却满足不了我，爸爸似乎觉察到什么，说： 从明天开始，你来照相馆帮我。 这一天刚好是我回到家里的第三天，也就是2月6日。 从2月7日，我便开始接管爸爸在家乡开的达美照相馆第五分店。现在先让我简单介绍一下这间店的来历吧。

其实这间相馆每月结算时不亏就不错的，因为爸爸开这间店时他说 要做些自己想做的事 。那时候我们还以为他会搞什么名堂，结果开了之后，我们全家都傻了眼。除了复印之类是按市场价收费之外，唯独照风景相是每张1元，别说其他的，连底片的成本也收不回。而且我爸爸把很多功夫都放在购买和更新风景背景上。其实我们早就对爸爸愚蠢的做法表示反对，但是看见他做得这么开心，我们也不忍心去劝他。当然咯，光顾我们相馆的客人却不少，而且绝大部分都是外省的打工子弟们。很快就要到新春了，店里的生意也日渐红火，很多人都来我们这里照相，然后把照片寄回家。我在店里的工作主要是打杂，因为爸爸聘请了一名师傅 朱师傅来打理店里的大部分生意，在这十几天的工作中，都是朱师傅来指导我。

下面是我在这个过程中的工作花絮。说真的，通过这段日子，我收获了许多，而且明白了很多，自己也找到了答案。

剪影中的亲人2月10日 星期五 晴

晚上将近10：30，我正准备关上店门时，来了一个小伙子，上前问我： 师傅，能不能帮我速照一张贴纸相? 此时我有点为难，因为店里的电脑还没修好， 要弄也要等到明天，但是我看见他着急的样子，觉得有点不好意义去拒绝他，便问： 贴纸相要等到明天才有，不如我帮你快相一张，只收你1元。 他想了想， 好吧，不过能不能等我一下，我要带上一个人过来照相。 可以，不过要快咯! 没过一会儿，他带了一位姑娘进来，两人都跳了不少的风景来照，亲密，温馨， 一对年轻的情侣能幸福地在一起，真是让人羡慕 我想。照完后，那个女的匆匆离开，只剩下那个男的在等着拿相片。 你的女朋友怎么不等上你? 她是我的妹妹，今晚要加班，一直加到年三十 看来今年她不能回家过年。 店里恢复了宁静，我也不敢懈怠，赶紧把照片晒出。等到那个男的走后，我关上门，漫步在这条熟悉的回家路，但又有谁会知道回家是她的一种奢望呢?那些在剪影中兄妹相拥，在鲜花绿树中的欢笑的背后又隐藏着多少善意的谎言和真实的辛酸呢?

飘落的桃花2月13日 星期二 阴

为了迎合春节，爸爸特意买了一棵桃花和一些灯饰，稍微布置一下，顿时令人感到春意盎然，同时也吸引了不少的人来留照。中午时分，来了一对中年夫妇，原来是租借市场铺位，卖水果的湖南籍夫妇。听爸爸说那男的前不久因为车祸而住院好几个星期。的确，他还是在他妻子的搀扶下一拐一拐地走进来。她们俩同样选择了桃花作为背景，所不同的是她们选择坐着，照相的时候，也许是伤口疼痛的原因，那男的颤抖了好几次，碰落了缕缕桃花，他的妻子一直紧紧地搂着丈夫的手，轻轻地为他擦汗 几分钟就能完成的照片，整整用了15分钟。

待她们走之后，朱师傅望着晒出来的照片，自言自语地说： 这个年他们不回去过，可怜家里的几个孩子 真苦啊! 接着我便注意到刚刚在桃花之下喜气洋洋，就像是在自己家里一样的他们，拿到照片后就立即夹着一叠厚厚的钱，匆匆地去寄回家。就算是再甜美的梦都会有醒来的时候，现实就是这样喜欢作弄人。或许，刚才在桃花下的他们在这短短的十五分钟内就把这个年给过了。忙完一天，打扫着地面上散落的桃花瓣，微红的花瓣或许是承载不了他们对远方亲人的挂念与生活的无奈而飘逝，但我更想这是他们对亲人们的祝福，或许这就是她们所能做的

团聚月17日 星期六 晴

明天就大年初一了。今天正值年三十，应该是一家人团聚在一起，开开心心地吃顿团年饭。

当我正准备着早点关店时，门外来了一家子的人，其中一个男孩子问： 请问能不能在里面照张全家福? 当然可以。 于是我便带她们进去找了一张山水画。 准备好 一 二 三 咔嚓 一声，这时我发现这个男孩子笑得特开心。在我把照片交给那个叫 爸爸 的男子手中时，我对他说： 你们家的小孩看了一定很高兴，看，笑得多甜。 他却苦笑着说： 要是他的妹妹在就好 团聚，对于她们来说是多么珍贵，也许那种分离的滋味是我无法真正感受到的，但愿他的妹妹也能看到这张全家福

无题3月1日星期四 阴

将要回校的我，不知怎的不想回校，对家总是依恋着，时间能否就此停下呢。整理着这些还没人来取的相片，我发觉到相片中是不会有泪水，只有那一幅幅温馨的场面，那一张张欢欣的笑容。

现实的严峻与冷酷，却沾染不了那美丽的图画。或许，相中人的处境并不像相中的背景那样怡人无忧，但他们却在不断地努力着。正如他们现在因为种种原因而不能回到亲人身边，但是她们依然将自己最美最好的一面剪影下来。寄回家中年迈的父母，可爱的孩子，至爱的另一半。我想相对于他们寄回去的钱，这小小的一张照片就显得格外珍贵、无价。

游子们凭着这颗对家的寄托，便成为她们奋斗生存的信念。也许在人生漫漫长路中，各种欲望都有可能成为我的奋斗目标，但我决不会放弃我的生命价值在于我是为别人而活，为爱我和我爱的人。这就是我生存的信念。我之所以要奋斗，要拼搏，每天都把自己的生活排得满满的，最终也是为了向我的家人保平安，让他们知道我还在好好地活着!

最后，我作出了这次寒假的自我鉴定：明确生存的目的，不再彷徨，重拾信心，勇敢迎接挑战。我要加油，我要坚持，保持欢笑，因为家里人还在等着我!

**大学生寒假社会实践报告500字篇五**

我很庆幸在这个寒假中进行了为期一个月的社会实践。接受我的单位是武汉市江岸区新马路小湖南酒楼，我任职服务员。在这一次实践中，我终于体会到了生活中的苦与乐、痛与累。同时，我也学会了很多以前不懂的东西。

在刚去的头三天里，我真的是不想干这份工作。但是我心中有一个念头就是不管怎样，既然已经找到了工作，还不如踏踏实实地干下去，好好做事，人生总得有第一次嘛!最后我还是坚持下来了。过了一个星期之后，我就开始慢慢地学会了如何倒茶，如何点菜，嘴巴也开始会说些客套话了。

慢慢地我开始能接受这份工作。在这个月里，小湖南的员工们由开始的冷眼变成了热情和宽容。我真的感谢他们，使他们让我知道了生活的苦与累，是他们给了我这一次锻炼的机会。我虽然能顺利地完成了这次社会实践，但我还是有很多地方感到不满意。比如说，客人问服务员哪一种菜是用什么做成的，其中又放了什么配料，我总是一头雾水地乱说一通，有时候有的客人总是很为难服务员。通常地，给客人倒茶是我们的职责，但是当我们倒茶时，他偏要喝白开水，作为服务员的我们必须以客人为主。

在去的第一周里，酒店里因没有经理管，那些老员工总是欺负我们这些新员工，因为刚刚去什么都不懂啊。然后，也只能老老实实地去学着做。最后来了个刘经理，刘经理对我们新员工还是蛮体谅的，总是很有耐心地叫我们怎么做，每一个细节、所要说的每一句话，都慢慢地教了我，每天早上他都要我们所有员工记一遍小湖南的标语：“嘴里甜一点，脑筋活一点，行动快一点，效率高一点，做事多一点，理由少一点，度量大一点，脾气小一点，说话轻一点，微笑露一点。”再次便教我作为一名合格的服务员要必须记住五声原则：第一看到客人进门要有迎声;第二客人叫喊要有应声;第三服务不周要有歉声;第四客人帮自己的忙要有谢声;第五客人出门要有送声。同时，在厨师们给我们菜谱培训时，我也非常认真地记了下来了。现在，那本菜谱我基本上能背的下来了。

再回首，只觉得刚去的时候，自己像个傻瓜一样，笨手笨脚的，不是把客人的口杯给弄倒就是撞到客人，不是不小心把打火机弄到客人的菜中，就是把客人的菜弄倒。然而，通过一个月的实践和刘经理教导，我真的有了很大的成就感，因为我真的看到了我一直在进步着。我真的很感谢小湖南里的所有员工们，是他们一步一步地教会了我，是他们一句一句地提醒了我，是他们一手一脚地把我扶过来的……这期间我也受过不少的委屈，流下了无数次心酸的泪。可是，我还是不停地鼓励自己，这一点痛又算得了什么呢?只要自己学会了东西，有过了一次、两次的经验就行了。但是当他们指责我，责骂我时，尤其是在刚刚去的前一周里我不能容忍的就顶了几句，后来慢慢地熟练了，跟他们的关系就慢慢地越来越好了。但是，慢慢地我也适应了那种生活，没有他们的责骂，我犯的错就会越来越多。然而，作为一名服务员，不受苦受累，不受委屈是假的服务员，我认为这种苦与累就是给我一次锻炼的机会吧!

我在慢慢的学习的过程中有过苦与累，委屈与耐性是避免不了的。而现在，我终于明白了，当时他们所说的苦与累是多么的苦多么的累，苦的连走路都差点就要跌倒了，晚上连睡觉都睡不着了，在抱怨着…….每天晚上我都在想着我的选择是对的还是错的。今天受到的委屈，明天受到的指责，让我无可奈何，心里想着到什么时候这种生活才能结束啊，我何时才能摆脱掉呢?最后，我还是坚持到底了。在这一个月里，我终于学会了宽容大量，对人要讲礼貌，做事要迅速手脚从笨拙变得灵巧了。

我在此衷心的感谢小湖南给了我这一次机会。同时，我也意识到以前老师所说的“吃得苦中苦，方为人上人”之意了。感谢小湖南的所有员工对我的支持与帮助，指责与教导，我真的很感动。社会实践报告2

雨还是经常的下，一个星期都滂沱大雨。抚河再也受不论如此的的压力了。唱凯堤轰然倒下了!千万的抚州人民无家可归。

6月23，上午 一个突如其来的会议，一个惊人的消息在整个校园炸开。随后是一个紧急的命令：马上回到宿舍收拾东西，在24日15点之前全部撤离学校!就这样，我们就希里糊涂地放假了。

上网，看电视……原来，由于空前的暴雨导致抚河决堤，更导致了几万的灾民无家可归。学校就提前放假，空置出宿舍个一灾民居住。早上还正常去复习的我，愣了许久还没反应过来就被活活的拖去帮东西了。

很早，我就计划好到东莞打暑假工了。现在，正好让这个计划早点实现吧。毅然决然地买了到东莞的火车票，带着些许不舍和期待。24日傍晚就踏上了东莞的土地。

我没有直接到爸妈那边，虽然他们也在东莞。到我先到了同学那里，因为不想一直都在父母身边。有时候，还是必须一个人自己去做自己喜欢的事或者去尝试离开温暖的包裹的。

我必须深刻地明白，自己已经是一个大学生了。大学的生活和中小学的是很不同的。迈进大学，我们就是一个该为自己负责的男子汗了。很多事是要用自己的责任感去决定的，用自己的理智解决的，用自己的智慧去做的。你可以自己选择并不轰轰烈烈的但一定充实的生活，你可以自己选择感兴趣的课，可以学习各种的知识，可以做以前想做却一直没时间或者没勇气做的事情……作为一名班干，可以这样说，大学里的班干部就相当于中小学里的班主任。可以不断为锻炼自己寻找机会，为提升自己提供平台。

虽然，大学就是一个小型的社会。而这个小社会和我们生活和工作的大社会还是有很大的差别的。社会并不是风平浪静的，也不是那么的容易理解的。自己的社会经验可以说几乎为零。我常常对自己说，不能再留在父母的身边，不能再在父母的臂湾里做任何事了。所以，这一次。我决定了去找同学，而不是在父母身边。

到了同学那里，安顿好后。就跟他去他工作的那个工厂应聘。

他工作的那个厂挺远的，要走三十分钟左右。那厂有个很好听的名字：启源。是一个生产酒杯，玩具等包装纸盒的制品厂。那厂很小，就是一间用铁板盖成的一层板房。别小看这一间厂房，里面可有三个工厂。两个小制品厂，一个模具厂。然而名义上是一个厂，也许这就是各位老板的精明之处了吧!

虽说是去应聘，其实也没有什么应聘流程。老板没看到，甚至连一个文员也没看到。突然来了一个工人，看见我在门口，就直接过来说：“你是来应聘的吧?跟我来吧。”我还以为他会带我去面试，登记。天啊，他直接就叫我去干活了。然后我就说：“我今天还不打算上班，只是来看看的。”这个厂也太不正规了吧?!啥都不问就直接可以去上班。不过想想也是，这么小的一个工厂用不着搞那么麻烦。

6月28日，早上我的闹钟准时响了起来。8点，我的工作正式开始了。刚开始，那个拉长叫我去补胶水。就是把那些粘不住的杯底重新用胶水粘住。刚在那做了十分钟，就又被另外的一个主管叫去了。他把我带到办公室去，和我的同学，还有一个不认识的人。不是吧?!带我去办公室，到里面去做事?正纳闷着，原来是叫我们扎蝴蝶结。

一个盖子，在里面的两边粘上两条带子，后扎一个蝴蝶结。三个人分工合作，一个把玻璃胶打在带子上，一个把带子粘到盖子上，最后一个就把蝴蝶结打完。一个流程就好了，一个生动的蝴蝶也随之生成了。我负责把带子粘到盖子上，这是一项稍微有点危险的工作。好几次被玻璃胶烫到手了，手上竟然起了几个水泡。我们一边工作一边聊天。那个跟我们不认识的男孩子挺多话的，虽然仅仅初中毕业，但是却懂很多知识。和他聊物理，谈化学……我们聊得很来劲。他没上过高中，但是他却知道很多关于高中的知识。我很惊讶，他告诉我。因为工作之余，他喜欢看书研究问题，他做过机修，学过数控。我非常佩服他，在社会上学到了那么多的知识。其实社会上对于知识，存在两种人。一种是甘于现状，走出校门后就不会拿起书本了的;一种是不甘于现状，看到感兴趣的东西就会努力去弄透，去问个究竟。“it\'s never too old to learn .”就是对于在工作中一直有上进心的人而言的吧!

一连几天，我都是在扎蝴蝶结。虽然，永无休止地重复着同一个工作。但是有我同学陪着，一边聊一边工作也没觉得很无聊。

几天下来，我觉得越来越疲惫了。每天都重复着那些毫无挑战性的工作，总感觉提不起精神。原来，一个人，投身到一项毫无挑战的工作中时。会觉得如此的浪费生命，觉得如此的苍白无力的。

接下来的日子，我在各种工作岗位上都工作过。那个主管不知怎么搞的，不管做什么事都是喜欢叫我去。做得好，是没有鼓励的;做的不好就肯定会挨骂的。说实话，整天被他骂很不是滋味，被管着也很不自在。又没有反抗的余地，心中有时憋着一肚子的气。但是没有办法啊，人家是主管叫你做什么就做什么。

在那里，无聊是有点的。但还是认识了挺多的人。在里面做久了一点，我就感觉到脑子好象生锈了一般。每天做的事，都不需要经过大脑去思考的。不象在学校，整个人就像在学术中包围一样。所以，晚上我又拿起了好些天没碰过的书本。书是好东西，里面有知识，有精神食粮。从中总会收获到不一样的知识。在这段时间我看了姜戎大师的《狼图腾》，深刻学习了北方狼的战术和生存之道。

一个月后，老板对我们说：“你们就做到今天吧，因为现在已经没有什么事情做了。“很明显，我被炒鱿鱼了!!

第二天，我们就去领工资了。拿着那鲜艳的十来张一百元，虽然挺少的。但这毕竟是我的第一份工资。心中还是止不助的兴奋。

就这样，我的第一份工作结束了。心中感慨万分。我很庆幸自己没有像那些打工族一样，自己还有机会去上大学，还有机会学习知识。我很害怕那种不需要大脑思考的命运，很恐惧那些毫无挑战性的生活。仅仅是简单的机械重复的工作。大学，我再也不能碌碌无为了，再也不能扼杀青春了。下学期开始，就要放开手去学习，上课要全神贯注，在教室一分钟就要听一分钟的课。不要再把时间像垃圾一样挥霍了!学习才是我的责任，我没必要带着枷锁去学习。希望，我能好好地把一切有用的知识收入囊中!

老实说，这次打工的经历。让我清楚深刻地认识了不少问题。在我以后的生活和工作中会起到举足轻重的作用的

**大学生寒假社会实践报告500字篇六**

一、实践目的

xx年的寒假，有幸来到广播电视局进行为期十天的工作实践。实践意在提高锻炼自己的能力。对于即将步入社会的大三学生来说，社会实践显得尤为重要。因为本身对广播电视方面有着很大的兴趣，所以来到这里工作希望能够好好体验。

连云港市灌云县广播电视局，位于灌云县伊山镇健康路8号，成立于1989年5月，为县政府直属事业局，主管全县的广播电视宣传和事业规划、建设、管理等，全系统现有职工266人，其中在编在职职工133人，县局83人，乡镇广播电视站50人。

灌云县广播电视局自成立以来，始终牢牢把握正确舆论导向，遵循团结、稳定、鼓劲的宣传基调，坚持贴近社会、贴近群众、贴近生活的宣传方针，围绕中心，服务大局，积极开展广播电视宣传工作，大力实施名牌战略，重抓栏目，精办节目，自办节目不断推陈出新，目前灌云电视台共有《灌云新闻》《热点聚焦》《创业时空》《连心桥》等倍受观众喜爱的栏目30个,连续两年被省局评为广播电视新闻节目抽查先进集体，被省“科普宣传周”领导小组分别授于第xx届科普宣传周宣传报道先进集体和第xx届科“技宣传周”最佳宣传荣誉称号。

有了这样的机会，寒假社会实践就这样开始了。

二、实践内容

1、实践安排概况

(1)时间

xx年1月10日—xx年1月20日

(2)内容

在办公室充当秘书职责，帮助整理文件，接听电话，传递信息等。

(3)地点

灌云县伊山镇健康路8号

2、具体流程内容

首先，整理文件。在广播局实践，可以接触到有关广播局历史，发展以及未来发展规划等等得资料。我的工作便是整理这些文件，将有关文件按照不同类别进行分类，并合理的总结归档。在整理资料的同时，我发现我以前对他的理解存在着很大的偏差，从这次实践中我了解到广播局的内部工作部门包括很大的范围，其中有办公室，财务科，事业股，总编室，稽查队，新闻中心，广播电台，转播台，广告文艺中心，服务公司，广电网络中心等部门。部门分类齐全，各部门分工合作，明确。

其次，在办公室接听电话。办公室是个繁忙的部门，事情杂乱而繁多。每天上班时间，就会有各种人打电话询问各种问题，而我负责接听，解决一些小的问题。有关专业或者更重要的事情交给领导处理。还帮助制作一些表格，统计数据。同时还学习观看画图，关于线路连结的方法。

我的专业是英语师范，在这里基本上没有太大的用处。偶尔会有一些工具上的英文，我会帮助翻译。虽然没有用到我的专业，但是在校期间学习的计算机word,excel等基本操作方法对于整理文件时起了很大的帮助。

三、实践结果

对于在实践中的最大发现就是，广播电视局在有线电视方面的管理。因为我所在部门主要接触到有线电视管理方面比较多。灌云县城的电视主题都是收看有线电视，每年每户都要缴纳一定的费用。在这方面的管理存在着不当。首先，如果有的家庭想要装有线电视必须到广播电视局办理相关手续，并交纳一定费用后由员工到家庭去安装有线电视。然而许多家庭都私自买电线，偷接有线电视，这样可以逃脱交钱。广播局的员工就会负责定期的查看各乡各镇的有线电视情况，一旦发现有私自拉接电线的情况，根据情况严重程度进行不一样的惩罚。其中包括没收私自偷接的电线，或者进行罚款。还有一些网吧会出现违法电线连接的情况，一经发现会按照广播局相关规定进行处罚。

其次便是缴费。问题还是许多家庭经常用一些不当手法逃脱费用交纳，有的甚至会出现拒绝交纳费用的情况。这是很普遍的情况，经常给员工工作带来很大的困难。

出了这些方面以外，当县里遇到很多大型的户外户内的活动时，广播局通常都是不可缺少的主办方。因为这里可以提供活动所需的许多工具，工作人员等。总之广播局在一个县城来说是不可缺少的一部分。与人民的日常生活密切相关。我认为对于在这些方面出现的很多问题，广播局应该根据多年来的处理情况及结果商讨一定的解决方案，以防许多情况下出现的资源浪费。

四、实践总结或体会

在广播电视局实践了十天，日子过得很快，我感觉很充实，而且受益良多。对于即将踏入社会的大学生，我相信这是一个难得的体验机会。在这短短的十天里，我学到了很多，不仅仅是一些知识，更重要的是一些宝贵的经验，与人相处的技巧。

如果没有这次实践机会，我想这十天也是浪费掉了。首先，我发现自己对于文书这种工作有了一个大体的理解。从中我学到了整理资料最需要的就是耐心，面对一大堆的资料，不知该从何下手，那种纠结的感觉最有体会。也许有人会说这不是什么难事，事实上，这确实不是难事，但是对于在放假这个时期就必须要克服惰性心理，战胜自己的心理，这样才能取得更大的成功。

虽然在这次实践中没有用到自己的专业，但是我没有遗憾，我们的学习不应该仅仅局限于本专业，更应该多多涉及其他方面的学习。虽然这对我们未来的发展不一定有很大的帮助，但是也许会对我们的生活有很大的帮助。以后我还会积极的参加社会实践，为自己的人生道路增添色彩。

**大学生寒假社会实践报告500字篇七**

在我大学第一学期临近期末之时，突然接到了一项在寒假中必须完成的任务，准确的说就是一次社会实践活动。就我而言我很少参加此类活动，对于所谓的社会实践也算得上是知之甚少吧。于是，经验并不丰富的我决定和我们班的同学一起开展这次假期的社会实践，就其经验不丰富的我对于社会实践这一概念所最先想到的就是去敬老院，尽己所能来帮助一下那些身体不好的老人们。于是当这一提案被提出之后我是非常的推崇，因为这不仅仅是一次社会实践，更是一次有意义的尊敬帮助老人的活动啊!活动时间定于考完试之后的第一天，而地点则定在离学校不远的龙门敬老院。而我也十分热切的盼望着那一天的到来。

在出发之前，班上作了不少的准备工作，参加实践的同学纷纷慷慨解囊，大家凑钱购进了许多水果、一袋大米和一项酸奶，作为孝敬老人们的礼物。于是在24号的上午方7点多的样子，同志们就踏着轻快的脚步出发了。

我们要先出发去学校新区，再在新区赶7路公交，只需坐两站的路程就能到达。因为天色尚早，除开少数我估计是上班的人外，整辆车基本上都是咱班的同学了，大家一路上欢声笑语，感觉像是去春游一样，可见没有人把此次活动作为一个负担，大家都把它当做事了一次有意义的事，准备以饱满的热情和自己的努力来把它做好。

终于，汽车到站。我们一大堆人跟着班长向传说中的龙门进老远走去。我看了看四周的环境，觉得这里是一个满偏僻的所在，虽说偏僻一般适合静养，对老人不错，不过我总觉得像这样一个穷乡僻壤的地儿对行动不方便的老人而言也许并不是一个非常理想的所在。不过再想想自己毕竟对附近不熟悉，也许这里也很方便也说不定，于是就放下了这个念头。

站在敬老院的门口，我觉得这个敬老院与想象中的差距太大了，虽说我没有去过类似的地方，但是在我的印象之中敬老院应该是有点像小区和医院似地综合式建筑群，而这里仅仅只有一个小小的中央花园和一座比较宽敞的平房而已。要不是门口三个大字，我一准会把它认作是哪个农家小院。门外的环境还不错，有条小河(如果可以称作是河的话，它更像是条快干的小溪)，河中有白鹭(也可能使其他的鸟，不过我看着像是鹭)在哪里游来游去，时而飞到一边。树荫比较少，给人感觉像是在小山村里的某个地方一样。

敬老院中的老人们对我们很是热情，大多数老爷爷老奶奶对我们都是满脸堆笑，还有一个年纪比较轻的(只是相对而言)奶奶还主动向我们介绍这里的情况以及老人们一天的活动等等。虽说如此热情，但是我们还是迷茫了好一会，因为我们本打算在这里帮忙扫地或者整理院子，可是当我们进去之后发现这里是如此的干净，以至于完全没有我们插手的余地，而在这之前我们完全没有料到这一点，也没有做好充分的准备，以至于我们比较尴尬的站了好一会儿。老人们似乎看出了我们的尴尬，他们主动邀请我们中的一些人陪他们打麻将、打扑克、下象棋等等，而同学们渐渐也放开了，主动的融入老人们中去，陪他们聊天打牌。似乎终于摆脱了开始时候的尴尬气氛。

我也和一个老人扯起了家常，一开始是我、丁健康、佘义三人和他聊天，我们谈了谈他的身体状况，聊了聊这里的生活，以及这里其他老人们的生活习惯等等。丁健康同学还很热心的帮老人把电视机的声音调大(主要是因为那个电视的按键出了问题老人不会调)，之后他俩走了，我和王怀鹏陪他聊天。我们惊喜的得知他是一名抗美援朝的老兵，于是请求他给我们讲一些当年的故事，老人十分健谈，很高兴的给我们讲起往事，因为我的爷爷和王怀鹏的姥爷都是老兵，而且我俩都算是和东北那边扯得上关系的人，所以老人和我们俩讲得格外的情切与生动，聊到了抗美援朝的一些战事和细节，还有他回国之后在南京的一些个故事等等，甚至还教我们俩说了几句朝鲜话，虽说到现在我基本都忘记了，但是我觉得这次谈话非常的有趣，兴许以后和别人吹牛的时候还能用的上呢!

通过刚才的老人，我们又认识了另外一个老人，这个老人从外表上看年纪就非常的大了，满脸丛生的皱纹密密麻麻的延伸到了脖子下面，骨瘦如柴的身材加上基本脱尽的牙齿，以及他有点点背的耳朵，一看就知道是一位有历史的老人。听说他曾经参加抗日战争。于是我们又和他聊了起来，但是他的发音因为牙齿脱落的缘故含糊不清，我也只能凭其一言半语猜出他所要表达的意思，但是我还是耐心地听他讲完，大概了解到他是军队中搞测绘的，因为老人一直不停的再给我们讲地理知识，虽说含糊但也比较有趣啊。

之后的事也就不做细说，总之，大家都比较愉快。临近中午的时候我们向老人们告别，并且和他们合影留念，老人们很热情的挽留我们吃午饭，只是我们下午有人要回家于是婉言拒绝了，并且说以后还会回来看他们。

经历了这次活动，每位参与的同学一定都感触颇深，最近老人并不是一句挂在嘴边的话，而应该是一件放在手中的事，这是我在这次似箭中最深刻的体会了。当然也希望所有人都关心爱护身边的老人，虽说敬老院并不简陋，不过我猜测老人们还是应该更喜欢自己的家，也许有一天社会上不需要敬老院这种形式上的集体之后，人们才真正懂得了关心爱护老者吧。

**大学生寒假社会实践报告500字篇八**

在这个寒假，我前往了xx村，在观光游玩的同时体验了一回农家的生活，颇有收获和体会。品味到了纯情朴实的农村生活，也体验到了“回归自然的人生境界”。久居喧嚣闹市的城里人到此一游，可以一洗烦嚣，陶冶性情，使身心得到调养。我这次的实践主要是当了回小导游，当导游当然先要了解xx村的历史，现状及发展前景，为此，我做了一系列的调查，使我能更好的完成这次的实践活动。

据介绍，生态村位于岛中北部，于从一片滩涂中围垦而成，总面积x亩，人口x人，经过多年的艰苦创业，目前已形成集农、工、副、商、游全面发展的生态村，投资规模达x.x亿元。昔日一片荒凉的沉寂小村，如今是既具城市风光，又有田园诗意，这里水洁、土净、空气清新，花果绕村争香斗艳，碧波锦鳞鳖蟹嬉水，大棚喷灌一派风光，树木成林鸟语花香，漫步绿茵深处健身苑之间，疑是桃花源中行，使人感到人与自然的高度和谐。将工业下脚、菜园黄枯，人畜粪水等废物变成了资源，环境得到了保护，使工业、农业、副业、旅游业等产业得到协调发展，国内外农业专家近年纷纷前往xx村参观调查，对这里的生态工程赞不绝口。自x年以来该村连续被市委、市政府命名为“五好村党支部、”“标兵村”，xx年又被评为“全国绿化千佳村”、“全国科普教育基地”，xx年被联合国在土耳其授于“全球环境佳”提名奖。

千禧年之际，生态村隆重推出“农家游”旅游项目，让游客“让游客“吃农家饭、住农家屋、学农家活、享农家乐”。做一天真正的xx人，享一回有趣的“农家乐”。目前，xx村共有x家接待农户，其中x家为aaa级，x家为aa级，“农家乐”上了新的台阶。在领略田园风光之际，亦有观赏斗鸡、鱼鹰表演，到古村踩水车、学推磨、坐花轿等游乐项目，另外，还有更多的休闲娱乐设施还在建设之中。

旅游，随着人民生活水平的不断提高，已成为时尚选择。旅游业的开发，不仅能充分利用区域资源优势，还能推进环境治理，营造文明向上氛围，挖掘能供游览的景观特色，不断塑造区域绚丽多姿的美感，吸引游客观光。生态农业旅游区农家旅游项目，正是在社会化旅游大格局不断形成的背景下，抓住机遇脱颖而出的。本着政府搭台，农户唱戏，为民办事，大众参与，协调管理的原则，旨在绿化、净化、美化村庄，加大生态农业全球佳环境建设，充分发挥小区市级文明功能优势，围绕经济建设这一中心，致富百姓，展示精神文明建设风采的宗旨。在县委、县政府和县旅委、镇党委的直接关心支持下，金秋十月隆重推出的“住农家屋，吃农家饭，学农家活，享农家乐”活动一炮打响，赢得了声誉，取得了较好的经济效益和社会效益。

实践证明，开发农家游旅游特色项目，深得都市游人的欢迎，其开发市场广阔，前景无限美好。据有关人员介绍，计划x年内通过不断建设和自我完善，使生态村农家游成为上海地区乃至全国一流的休闲新景点。

在采访了有关的领导之后得知，“农家游”在上海地区目前没有现成的模式，在考察总结四川成都“农家游”经验的基础上，因地制宜，从实际出发，探索出一条独具特色的生态“农家游”经营机制。准备组建“农家游”旅游接待服务公司，其职责主要是与大西洋旅行社合作，对外宣传促销，组织团队，对内做好服务接待工作，并成立旅游接待处和综合服务队。其次是提高服务水准。“农家游”虽不象宾馆那样正规，但在服务接待上，严格按照宾馆的服务体系，贯穿于整个接待的始终。一是服务上体现优质化。加强对接待人员和农户的培训，提高其综合接待素质。在接待过程中既要体现农家的热情好客，又要树立“以人为本”的服务理念;二是在操作上形成规范化。游客统一在旅游接待处登记，选择所食宿的农家。对团队游客，导游(讲解)员按照接待程序组织游览和各项参与性娱乐活动，对散客，由接待员负责做好旅游向导;三是在管理上形成制度化。成立“农家游”督查队，定期或不定期地对负责接待的农户、警务室、“农家游”招待所等进行日常监督、检查，确保整个接待过程安全、合理、卫生;四是在菜肴上形成特色化。推出酱瓜白扁豆、煮豆节等农家特色时令菜肴。

通过这次的调查和实践使我对xx村有了全面的认识和了解，也锻炼了我自己的社会工作能力，意义颇大。相信随着大开发、大开放，xx村的前景也将更加灿烂，期待的同时我也祝愿这个美丽的地方。

**大学生寒假社会实践报告500字篇九**

留校勤工俭学、家教、零工等更侧重经济利益，是一些家庭困难学生的首要选择;具有一定经济基础的学生选择做义工、支教、支农，既锻炼了能力，又奉献了爱心;更多学生则出是倾向于选择和专业相关的单位实习(包括有偿和无偿)，在中小学也有在实践基地或军训基地的活动，亦称“社会实践”，主要是对于陶艺、手工、电脑、户外拓展等进行训练。

大学生寒假社会实践报告范本一：

一、实践目的：

不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。当代大学生对社会实践的看法以及透析大学生生活实践情况，从而结合马克思主义哲学分析大学生社会实践所存在的问题以及提出解决方法，使大学生能正确对待社会实践，在实践中见真知。在往后实践中能更好地接触社会、实践自己的专业技能，寻找发展的机会，许多大学生都认为兼职是大学生的第二个“课堂”，通过兼职可以学到许多宝贵的东西。“存在就是合理”，职业没有高低之分，无论什么职业都有其可取与不可取之处，就看自己的需求。不少大学生觉得只要是能够赚钱的工作，就可以去试一试，品牌代理，促销等以前不会是大学生从事的工作，现在都成为了大学生们可以接受的工作。

二、实践内容：

该公司主营茶品，并且兼售烟酒，未来我国茶产业的增长潜力巨大。因为国内外市场需求稳定增长。茶是世界三大饮料之一，而中国是世界茶产量第一大国、茶出口第二大国。从国内来看，喝茶已成为多数中国人的一种生活习惯，茶已成为社会生活中不可缺少的健康饮品和精神饮品，而且，随着人们健康消费观念的普及，茶正在被越来越多的人接受、喜爱和追求。从国际需求来看，中国茶出口一直保持稳定增长态势。另外中国茶产业已得到当地政府的大力支持与扶持，也得到投资者的关注，茶产业开始走向规模化、现代化、正规化，未来增长潜力很大。浙江、江苏、福建等产茶地区已经把茶产业作为重要的扶持产业，茶产业基地蓬勃兴起。制造茶的工艺技术开始从手工化向机械化、自动化、现代化过渡，制造企业也加强了茶品牌的建设。

我们分两个班倒一替一天倒，早班八点--晚六点，晚班十点--晚八点，我在首山分部主要负责销售，从点滴小事做起熟记产品报价对每一种茶叶的功效都能熟知。刚开始工作的艰辛与不易是不能言喻，对烟酒茶一窍不懂的我，开始像模像样的对客人进行介绍，摆在我面前的第一个问题就是张不开嘴不知怎么跟客人攀谈，但是强大的内动力推动着我，我想真诚的笑容也许是打动客人最好的方法，第二个问题就是‘站不住’，每天回家腿都疼、在柜台前也要将重心不断的更换觉得腿好像粗了，不过认为一切都是值得的。并且我现在也深知挣钱打工的不易，以后花父母的没一分钱都应该仔细，把钱花在刀刃上。

三、实践结果：

我在售茶的同时也学会了一些选购茶叶的常识，茶叶的选购不是易事，要想得到好茶叶，需要掌握大量的知识，如各类茶叶的等级标准，价格与行情，以及茶叶的审评、检验方法等。茶叶的好坏，主要从色、香、味、形四个方面鉴别，但是对于普通饮茶之人，购买茶叶时，一般只能观看干茶的外形和色泽，闻干香，使得判断茶叶的品质更加不易。这里粗略介绍一下鉴别干茶的方法。干茶的外形，主要从五个方面来看，即嫩度、条索、色泽、整碎和净度。

另外，没有人选择反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验可以为以后的工作打基础。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢?所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建。

四、实践总结或体会：

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

通过这次社会实践，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次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。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。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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。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。

在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。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。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。”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。

在实践中，我也深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。这次社会实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的。我通过积极参加社会实践活动，认识了社会，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，真正达到了受教育，长才干，作贡献的目的。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十**

寒假期间，我到山东省\*\*市工商银行进行了实践，发现了一些引入思考的问题，大学生寒假社会实践报告。

经调查，主要原因是银行的借贷回收率很低，加上前几年积累下来的国有企业拖欠旧账的固疾，近几年来，国有企业改革过程中，银行受前几年的影响，不敢过多的放款，呆坏账率过高，使得银行不敢盲目贷出无抵押的信用借贷，信用货币创造体系在很大程度上被抑制，大家都知道银行是经济的核心，核心受阻，必然抑制经济部门的发展，如保险、证券业等，也必然反作用于国有企业改革，并形成恶性循环，当然，解决方法是有的。首先，源头上，最主要的是解决大、中、小型企业改革，改革的具体措施，需由当地各级政府因地制宜，借鉴一些企业改革成功的经验，也可以聘请专业经济学家、咨询机构对企业进行重新评估、考察，找到解决途径和措施，企业是解决的最关键一环，国有企业改革好了，下岗职工复岗问题自然解决，职工有钱了，消费自然旺盛起来，扩大内需自然容易解决了，经济增长率自然提高了，银行的借贷自然能还上。

主要是由于有物权作保证，《经济法》上说过当物权超过债权，在借贷人无能力偿还借贷时，银行有权对抵押物进行处置，使得银行自然加大借贷力度，积极放贷，我国住房、买车借贷迅速增大会是很自然的事情，对于与房地产、汽车、钢铁、建材相关的产业发展，起到了积极的推动作用，社会实践报告《大学生寒假社会实践报告》。但是，这不能解决银行呆坏账率过高、经营风险较大的根本问题，因为毕竟放贷的数量有限，规模不大，现在苏南、浙江盛行对民营企业借贷，各地银行积极学习经验，在我看来未必可行：

1、江浙地区有良好的民营企业经营氛围，中、小型国有企业很少，很多人愿意私人当老板，另外，个人信誉度较高，银行的信用借贷可以及时还上，但其他地区是否具备这种氛围，还很难说。

2、在微观经济四大要素中，劳动、土地、资本、企业家才能，企业家才能是很难界定的，也就是说，在决定某项借贷时，到底谁更具有才能呢？只有企业发展到一定规模有向上扩张的趋势时，或者该企业家以前信誉较高，银行才有可能进行发放，但是，这种情况如何进行界定的呢？可以说困难重重，寻租行为时常发生，造成货币供给使用效率很低，竞争不公平。何况，民营企业淘汰率过高，但是江浙地区不同，前面已经说过，那个地方已经有很好的传说，何况大型民营企业也较多。“温州模式”、“苏南模式”，这使我迅速想到经济学家，不但是要有进行某些定性分析，更重要的是设计一些切实可行的定量分析，上例中，如建立一套符合中国现实情况的标准体系，包括对企业的未来的评估，企业家个人才能的评估，企业家信誉的评估结合起来的评比的在套类似西方发达国家的评比参数，而很多经济学家只做大体上的讨论，却不去做更精、更细、更周密的计算、调查，我想这也是经济学不如数学、物理在生活中实用的重要原因吧！

**大学生寒假社会实践报告500字篇十一**

xx年2月，我来到武汉市蔡甸区人民法院民一庭实习，为期三个月。经过这两三个月短暂的实习生活，我不仅巩固了大学三年以来所学的法学专业知识，还锻炼了法律实践能力。通过与该法院的各位老师的沟通与交流与其建立了良好的关系，大大增加了我的人际交往能力，增长了社会经验，开阔了眼界，令我受益匪浅。

初到法院的我满怀着激情，虽然还未曾工作过，对法院的工作流程亦不甚了解，但我对一切都充满了信心，相信只要自己多与那些法官、书记员沟通，不懂的地方多向他们请教然后再慢慢去领会，自己在较短的时间内一定能够很快适应这里的工作。

刚来的一段时间，几乎都是学习法院的有关规章制度以及工作纪律，熟悉各科室，然后跑跑办公室、送送文件什么的，再就是陪同书记员一起去送达裁判文书等。似乎觉得工作很单调，但我知道面临一个全新的环境总得有一个慢慢适应的过程，况且任何一门工作都不是简单就可了事的，比方说对于裁判文书的送达要严格依据法定程序，文件也得有专门的负责人签收。趁这段时间也正好可以熟悉一下这里的工作环境和工作流程，以便能更好的融入到这个新的集体之中。

大约过了一个星期，主管民庭的戴绍军庭长找我和另外一个一起过来实习的同学开了个座谈会。他首先是对我们这段时间的工作热情和工作态度表示肯定，其次是针对对我们的具体情况提出了一些希望和要求。他希望我们能够把握这次实习的机会，以巩固自己大学几年以来所学的专业知识，更重要的是要勤学好问以增长自己的实践经验。还对我们分析了目前大学生就业的形势，以及他这些年以来的工作体会。

他告诫我们要在当前就业严峻的形势下端正自己的心态，对自己要有一个合理的定位，不要心浮气躁而应该脚踏实地地去学习和掌握更多的知识和经验。同时，对我们所学的法学专业的就业状况进行了分析，鼓励我们要树立信心，努力去学习，力争通过国家司法考试甚至是公务员考试，为将来能从事法律工作做准备。最后，给我们介绍了指导我们实习的法官，并希望我们能够虚心向他们学习，对一些不懂的问题及时向他们请教。

我的指导老师是民一庭的侯邦生庭长，他是蔡甸区人民法院十大杰出青年法官之一，他有扎实的法学专业知识和丰富的司法实践经验，为人和善而不失严肃，对每一个当事人都能细心地接待他们，并解决他们所提出的任何问题。工作上更是严谨细致，给我印象最深的是他的办公桌上的那本日历上清楚地记载着每次开庭的时间与日期，工作日志里更是清晰地记载着会议摘要、与会人员、开庭安排、来访人员记录、调解记录等。

与侯庭长同办公室的还有罗英法官，她虽然作为一名代理审判员，却有着多年的涉及婚姻家庭案件方面的审判经验，为人亦谦虚和善，对待来访的当事人都能耐心的倾听他们的意见然后耐心地劝解。工作上细致，充分准备着每次的开庭工作，业余时间多在专研自己的业务知识。针对一些具体的案件，我时常与她一起交流并发表自己的意见，同时请教一些尚不懂的问题，她均能熟练解答并对我所提出的意见给予一定的肯定。

侯庭长经常告诉我说，作为一名审判人员，要时刻牢记最高人民法院关于“五个禁止”的规定，严肃地约束自己的行为，模范地遵守宪法和法律，维护宪法和法律的实施。从事审判工作，不仅要有丰富的法律专业知识和工作经验，而且还应该有较高的法律素养，对待当事人要细致耐心地劝解。适用法律时，更应该要谨慎，尤其是在行驶自由裁量权时，从而切实维护当事人的合法权益。在从事法庭审判工作之外的工作时，如案卷的装订、归类入档等亦应该做到严肃认真，不可草率马虎了事。

在侯庭长与罗法官的指导下，我负责写出庭通知书、整理当事人所提交的诉状与证据材料、通知相关工作人员做好开庭准备工作，以及在案件审结侯和书记员一起装订卷宗，并分类归档。这些工作看似简单，但亦不能随随便便就去做，比方说开庭通知要严格规范地书写，并在法定期间内张贴在公告栏显目的位置，以便让当事人在第一时间知晓开庭的情况。装订案卷与归档亦马虎不得，首先要得核实卷宗的数目，以及相关材料是否齐全。还要按要求分门别类的入档，以便备查。

实习的另一方面的内容就是开庭时去旁听，在庭审现场感受庭审氛围。在这庄严肃穆的环境下，审判人员驾驭庭、审查明事、实适用法律、平衡利益及调判结合的能力，全都能在这个过程中得到很好的体现。同时，审判人员的形象素养亦能在此过程中得到全面的展示。

几乎每一次开庭我们都是第一时间赶到审判庭，帮忙布置法庭。庭审中，专心倾听双方当事人及其代理人或者监护人发表的的代理意见，尤其是双方争论的焦点问题。有些案件案情简单明了，有些案件就显得稍微复杂。开完庭之后回去记载着有关庭审的情况，和侯庭长、罗法官谈论案件，发表自己的看法，请教他们一些尚不懂的问题。

xx年2月19日审理的一起关于租赁合同纠纷案件，让我至今记忆犹新。该案具有典型性，它较好地反映了审理案件的法官在查清案件事实的基础上调判结合，合理地适用法律，平衡当事人双方的利益的审判能力。下面有关该案的情况做一简介。

该案案情：

被告租赁原告的门面房从事服装经营，双方与xx年1月8日签订书面租赁合同，期限是两年。xx年12月中下旬，原告通知被告合同即将到期，请求腾房事宜。被告提出因受金融危机的影响生意一直不景气，尚有大量的服装库存滞销，希望原告能够宽限至农历年底，原告应允。至xx年农历年底，原告催被告腾房，被告说因到年关现在生意刚有回升，希望能够续期，待库存服装再销售一部分后退房。原告再次同意了再宽限一个月，但没有同意续签合同。xx年2月，原告要求被告腾房时遭拒绝，遂向该法院起诉。

本案适用民事简易程序审理。开庭前因被告未明确表示同意调解，经法官劝解并申明厉害关系后仍未明示同意调解，于是法官依法律程序主持了庭审。庭审中，原告提供了相应的证据请求法院裁决房屋租赁合同到期，由被告承担诉讼费用并要求被告支付房屋到期后的适用费用。被告对此均无异议，也同意原告的诉讼请求同意退房，但提出由原告接手其库存货物的不合理辩求。

法庭辩论终结后，法官又一次主持了调解。针对被告目前所处的状况，国内的经济形势，告诉原告希望他能够再给予其一定的宽限其，同时要求被告支付房屋使用费。针对原告为下岗工人，生活艰难以及当前消费水平偏高的状况，要求被告能够相应的提高房屋租赁费用。最后双方在法官的主持下同意了此调解，并达成了一致的调解协议。

本案中，双方当事人的权利义务关系明了，根据所查清的事实与认定的证据，法官完全可以依法做出不利于被告的裁判。但是，本案的法官却能结合案件事实与当前双方所处的状况，平衡双方的利益，从而使得本案的当事人皆大欢喜，并产生好的社会效果。从另一个方面来看，本案虽然是一个案情简单的民事纠纷，但却能够体现出法官在新的形势下认识和把握大局的能力，认识和把握社会矛盾的能力，认识和把握社情民意的能力，以及认识和把握法律精神的能力。该案由此可见一斑!

“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行。”短暂的实习时间就这样慢慢地逝去，在短暂的实习过程中，在指导老师的关怀与教导下，我更加巩固了所学的法学专业知识，提高了法律实践能力。但我也深深地感触到自己所学的知识的肤浅和在实践应用过程中专业知识的匮乏，以及实践经验的不足。我将在今后的学习、生活和工作中倍加努力、勤奋学习，以掌握更多的知识与经验。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十二**

经历了将近一周的社会实践，我感慨颇多，我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。

这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。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飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

**大学生寒假社会实践报告500字篇十三**

一 实践目的：

炎炎夏日烈日当头，正是因为有这样的环境，激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看自己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，也想通过亲身体验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。只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的假期和去年大致相同。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 , 于是我决定再次真正的去接触社会 , 品尝社会的酸甜苦辣。

二 实践内容：

假期的第二天我依然来到相约台球俱乐部担任收银员，作为会计系的一名学生我想能参与和自己专业有关的职业是再好不过的。可能因为去年假期的时候就在那里工作过，稍微看一下便能操作，和我一起工作的其他员工也很快熟悉，看着眼前的一切是既熟悉又陌生，我不敢耽搁，尽快地投入工作中。收银员看似轻松可实际上不只是收钱，还起着领头的作用，台球厅里的大小事情都要注意到，遇到任何事及时处理并负责其他员工的监督等。工作时间是八小时，两批人换班，一周白班一周晚班。在那里上班的都喜欢上白班，上午九点开门营业，打扫卫生收拾一下，但上午一般没人，下午两三点人就开始增多，直到五六点是高峰，白班五点下班，基本不忙。晚班五点上班，刚上班人就超多，晚上饭点人就逐渐少些，十点就会再增加。按正常说晚班一点下班，可实际比较灵活，如果十一点的时候台球厅没有客人，我们就可以停止营业关门睡觉，如果有的客人一直玩，即使超过一点我们也不可以赶人，还要好几个人等着，开着空调和音响。我上晚班就经常熬夜，大多数是两三点，熬夜多了就头疼。

在上班之前，我是个粗心的女生，什么事情都不懂思考和计划，直到犯错才狠狠记住教训。那天我上晚班，台球厅每天十一点停水，而正好人很多并且有几个走的晚，差不多三点了，我当时熬夜也很累，关门之后没有检查也没有督促其他员工检查便去睡觉了，第二天还没睡醒朦胧听见保洁阿姨叫喊，连忙起身去看，三楼地板上铺满一整层水差点顺着楼梯往下流。原来前天晚上停水后不知哪个客人洗手发现没水也没关水龙头，第二天六点来水后就一直流，幸好保洁阿姨及早发现。老板知道后告诉我凡事要谨慎和富有责任感并没过多责备，自己的疏忽大意犯了错，给他人带来麻烦，我心里还是很难受，至此我以后都没再犯这种错。

我还记得那次正好老板在那，还给我们几个人买了水果，我自己也不知道怎么了，有人来结账，我稀里糊涂地就给人关了一台球桌，没想到关错了，不是要结账的那台，我已经关闭的还有客人正在玩，当时我就意识到犯错了，脸一下红了，等客人走后老板指出我的错误并且告诉我一定要谨慎，这不只是钱多少的问题更是态度问题，我点点头。在台球厅，老板和其他员工都对我特别好，尤其是老板，他总悉心教导我，包容我的错误。收银员接触钱最多，兑账兑货都不能疏忽，实际中找错钱而少钱的不多，经常是货物饮料和库存不符收银员自己补钱，还要学会鉴别纸币的真伪，这些都要认真细心。可能有些人认为台球厅是比较乱的地方，我理解，娱乐场所人员流动性大，可不代表台球厅就是个乱地方而在那里上班和去那里玩的都是坏孩子，或许真的只有亲自尝试后才知道。

三 实践结果：

在实践中让我很有感触的一点就人际交往方面， 大家都知道社会上人际交往非常复杂,但是具体多么复杂我想也很难说清楚，只有经历了才能了解才能有深刻的感受。大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧,就看你怎么把握了。我想说的一点就是在交际中既然我们不能改变一些东西，那我们就学适应它，如果还不行，那就改变一下适应它的方法。在社会实践中掌握最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。我同样认识到自身很多的不足，社会实践使我成长，要认真细心，富有责任感，学会计划，周密安排事情，不能感情用事，要以大局为重。 四 体会：

暑期参加社会实践，我更加明白中学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。一个多月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。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。我在实践中得到多的感悟!

面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。我相信经历将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十四**

寒假如期而至，这个寒假时我大学生活的第二个寒假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在学习的同时积极参加社会活动。这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在人际交往等反方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用寒假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近电脑配件柜台帮忙卖货。

这是我第一次经历社会实践。对于一个学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过，亲身体验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，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

学校是一个小社会，步入高中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，体现高中生的自身价值。

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。

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。

本以为在这里打工是一件很容易的事情，但凡事想时容易，做时难。让我没有想到的是，刚去的第一天下午就犯错了，在帮顾客拿货时，不小心摔坏了一个耳机，我当时吓的不得了，刚好被领班发现。我什么也没有说，只是让我交120元的罚金。我心想怎么会是这样啊！

刚来钱还没有挣到反而被罚了，心里很是不情愿，可是事实就摆在我的面前，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得我说不出话来，脸都通红，他们告诉我：在工作中时容不得半点马虎的，在开始讲的很清楚，出现其他的事个人负责。

我也没办法狡辩，这确实也是由于我的不认真造成的，没办法，就交了120元罚款。哎！我想这是第一次做着工作了，也算120元买个教训吧！可是我的心里久久不能平静，总以为这些错不应该发生在我身上，可是又有太多的可是，从这件事中我深深体会到想干好一项工作很难，即使一件小事。心中总有一种想法不愿意从事简单繁琐的工作，可是一屋不扫何以扫天下的道理，我们都懂，我想万事开头难吗？在接下来的工作中我会认真。

由此我明白了一个事情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。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，头脑就要枯竭。

除此之外，我还学到很多东西，当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

20天的打工体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，这是从小爸爸给我的忠告。在售后服务部的文件材料很多，这就需要很有条理的去整理好，以免用的时候翻箱倒柜的去找，耽搁时间，浪费精力，误了事情。

所以主管的桌子上总是收拾得井井有条。这一点对我感触很深，同时让我联想到在一本书上看到这么一个故事，一位在美国电视领域颇有成就的美籍华人当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。他说，虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要验让我懂得了很多，心中也有了万分的欣喜和快乐，真是一份更与一份收获，不经历风雨怎能见彩虹。

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。

在一些具体的工作当中也是这样的：记得刚来公司实习的时候老板安排我学习安装winxp操作系统，我本想这应该是非常简单的事，可没想到出现了很多问题，还是在师傅一步一步的教导下，直到最后才把系统安装成功，用了整整两天的时。通过自己的摸索，调试，自此，我算是真正的弄明白了计算机的硬件安装，维护和更新。后来我又进行了各种计算机操作系统的反复安装调试，一遍又一遍的调试安装，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于硬件故障的经验。

比如说：我们可以在电脑启动的时候就可以通过声音来判断故障：1短：启动正常，2短：非致命错误，1长1短：显示错误，1长2短：键盘错误；计算机蓝屏的原因有：一、系统重要文件损坏或丢失引起的（包括病毒所致），二、内存超频或不稳定造成的蓝屏，三、硬件的兼容性不好引起的蓝屏，四、硬件散热引起的蓝屏故障；计算机经常死机的原因有：一、系统出现错误包括病毒所致，二、主板的芯片或者其他的零部件损坏，三、显卡接触不良，四、内存接触不良，五、cpu风扇散热不良，六、计算机的电源有？题，七、硬盘出现故障等；计算机黑屏的原因：一、显示器断电，或显示器数据线接触不良；二、主板没有供电；三、显卡接触不良或损坏；四、cpu接触不良；五、内存条接触不良；六、机器感染cih病毒，bios被破坏性刷新等等。

因为我师傅是硬件方面的工程师，对软件了解可能比较少吧，所以在软件方面的故障我接触的比较少，大多客户都是中病毒引起的，直接重装系统就解决问题了。但是我觉得重装系统实在是耗费太多的时间了，所以我就自学了很多软件方面的知识以完备自己。在公司里我问师傅，查资料，一个个问题迎刃而解，自己在这方面的知识得到了充实。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

虽然只有短短的二十五天，可是就在这20天里我认识了宾馆的很多工人员，结识了社会上形形色色的人，学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心服务每一位顾客。现在自己还是一名大学生，都说大学是半个社会，可是我认为截然不同，社会上的人不会像老师那样给我们讲解，他们的言辞很锋利，直戳到我们的心里。但是为了挣钱我们只有忍耐了。20天结束了。我拿到了九百多元的工资，钱是不多可是我了在心里，因为我学到了书本上没有的知识，增加了我的个人阅历。我相信这个开始会成为我人生中的美好回忆，他也会时刻的鼓励我不断前进在人生的旅途中越走越远。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十五**

夏日里长长的暑期激起了我要在暑假参加社会实践的决心，其实自己老早就有这种想法了我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会，以前总是在爸妈的庇护下长大不知外界社会如何现实.我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

临近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑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，可以有助于大学生接触社会，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回报社会的一种良好形式

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚家工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。

打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里大小姐的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、 要善于沟通，像和同事之间等。

2、 要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑。

3、 要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那梨园些生意人，有时也会得罪老板;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十六**

在一个月的寒假打工生涯中，发现在实际工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实际的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。

同时我也明白了许多：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，这次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，二十四天的打工生活，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。

现今，在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。

通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。

面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把寒假打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。

作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确给予了我很多。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。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十七**

实践任务

本实践是工程管理专业的学生在基础课学习结束后，专业课开始之前进行的初级的专业认识和时间课程。通过本次实，目的是为了增加学生对工程现场施工管理的感性认识，使学生能对工程施工组织与管理进行思考，提出问题，激发学生的学习热情了解专业课程所涉及的内容，为专业课的学习打下一个良好的基础。

实践简况

实践时间：20\_\_年1月8日至20\_\_年1月19日。通过认识实践，了解各种工程程序;通过阅读图纸，了解设计的意图、设计方案、施工细部;了解在工程建设中可能发生的实际问题，并学习切实可行的解决方法等。

实践内容：

通过本次实践，对建筑工程的现场施工和管理有更直观地认识，增强对所学基础理论和专业知识的感性认识，并综合运用自己所学过的知识，同监理或施工工长一起解决工程中所遇到的问题

第一天(07.1.8)：实践动员

指导老师：\_\_老师

周老师对实践的相关情况进行详尽的说明，包括本次实践的性质和任务，教学内容和基本要求以及安全等相关问题。 现将教学内容和基本要求摘录如下：1、了解所在实践工程点的建筑、结构施工图了解工程的性质、规模、生产工艺过程、建筑结构与结构体系、地基与基础的特点等，个人对设计图纸等的见解;2、参加单位工程或分部工程的施工与组织管理工作(1)了解施工方案(地基与基础施工方法、结构特点及主要承重结构施工方法、施工技术措施及个人对施工方案的见解)(2)了解工程进度计划、作业计划(绘制方法、执行情况、进度横道图或网络图管理计划及个人对计划的见解)(3)了解施工预算的编制机器用途3、了解主要工种的施工方法、操作要点、主要机器设备及用途、质量要求 4、了解建筑施工单位的组织管理系统、各部门职能和相互关系、了解技术人员的职能与业务范围5、了解新技术、新工艺、新材料及工地实行管理现代化的情况

第二天(07.1.10)：参观西院厂房

指导老师：\_\_老师

此厂房由对称的两部分组成。梯形屋架，工字型屋面梁，有吊顶。并采用排架结构，排架结构中柱与屋架铰接与基础刚接，这种结构能承受较大的荷载，在冶金和机械厂房中应用广泛，它的吊车吨位可达150吨以上。排架结构的厂房跨度大、高度较高、吊车吨位也大。这种结构受力合理，建筑设计灵活，施工方便。包括横向排架：由基础、柱、屋架组成;纵向连系构成：基础梁、连系梁、圈梁、吊顶梁等组成。最后吴老师还介绍了侧面采光和天窗采光的情况及其屋面受力的相关知识，收益匪浅!

第三天(07.1.12)：参观\_\_飞轮有限责任公司工业厂房

指导老师：\_\_老师

\_\_飞轮有限责任公司工业厂房在建有两个厂房，总建筑面积5700m2。因为2号厂房在施工。我们在监理师的带领下只参观的1号厂房，此厂房钢结构，纵墙有11个柱，柱间距为8m。钢架结构中柱与梁刚接与基础通常为铰接，因梁柱整体结合，所以这种结构的刚度差，仅适用于屋盖较轻的厂房或吊车的吨位不超过10吨跨度不超过10米的轻型厂房或仓库。我们主要了解了钢结构的特点，其特点如下：1材料强度高，在相同荷载和约束作用下，采用钢结构时，结构的自重通常较小。当跨度和荷载相同时，刚架的重量只有钢筋混泥土的1/4-1/3。所以钢结构特别适用于跨度大.高度高.荷栽大的结构，也最适用于可移动，有拆装要求的结构。2.钢材料的塑性和韧性好，由于钢材料的塑性好，所以钢结构在一般情况下不会因偶然超载或局部超载而断裂。钢材料的韧性好使钢结构对荷载的适应性较强，钢材料的这些性能对钢结构的安全可靠提供了充分的保证。3.钢材料更接近均匀体，计算可靠。 4.建筑用钢材焊接性良好。 5.钢结构制造简单，施工方便，具有良好的装配性。 6.钢材的不渗漏适用于秘密闭的结构7.钢材料易于腐蚀。应采取防护措施。8.钢结构的耐热性好，但纺火性差。温度变化时，厂房结构将产生温度变形，所以当厂房面积尺寸很大时，为避免产生过大的温度应力，应在厂房的横向和纵向设置温度缝最后经监理的介绍，我们知道了50万以上的工程国家强制设立监理，监理为三方，同时对甲乙两方负责，甲方向监理付费。

第四天(07.1.13)：参观售楼处和建材市场

指导老师：\_\_老师

今天参观了“公园天下”售楼处和家世界建材市场 “公园天下”售楼处坐落在莲湖区桃园南路21号，建设规模101385 m2，建设面积93393m2，房屋套数855，取得价格：土地价格为五级。合同价格15358万元，开工日期20\_\_-3-1，竣工日期20\_\_-10-25。通过售楼处小姐介绍，我们知道此工程一期房屋已经售完，二期还没有破土动工。整个居住环境幽雅，绿地面积占40%。所有房屋均为中高层，买房需预付12-13万，以后可分期付款;之后我们来到了建材市场，由于建材琳琅满目，我们只粗略参观了一下，重点了解了地板的情况。一般家庭装饰常用木地板种类有实木淋地板、铭木实木地板、强化复合地板素面实木地板四种。竹木地板一般在家庭装饰中主用较少，这里不作介绍。各种木地板材质不

同，生产工艺不同，造成其装饰效果、价格和质量的不同。从木地板产地来讲可分为：国产木地板、合资木地板、进口木地板三种。在北京地区装饰材料市场上，实木地板以国产产品为主，有少量进口产品;铭木实木地板多为合资企业产品;强化复合地板则多为进口产品。各种木地板的种类很多，规格尺寸各异。

第五天(07.1.15)：专业汇总

指导老师：\_\_老师

吴老师重点讲了两个方面：一是对工程管理的发展历史和研究方向进行了汇总;二是简单介绍了土木工程概论的部分内容。工程管理培养的是复合型人才，作为一个工程管理学生，必须有技术、管理、经济和法律的相关知识，除此之外，还必须多考取几个相关证书!土木工程概论部分，重点了解了建筑工程，包括各种基本构件的受力特点;高层建筑的基本结构类型和受力特点;建筑结构设计的基本步骤。

第六天(07.1.16)：参观建筑工地-----钢筋

指导老师：\_\_老师

钢筋相关知识。钢筋比重大，既能承受压力，又能承受张力;混凝土比重较小，但是能承受压力，不能承受张力。如果全用钢铁造大楼，不仅造价昂贵、保暖性能极差，而且地面承受不了如此巨大的压力;如果全用混凝土盖大楼，虽然价格比较便宜，却不坚固。但是在混凝土中加进钢筋，就把二者的优点都利用起来了。钢筋的绑扎，底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外，接头要尽量放在受压区内。在砌墙的过程中，如遇到墙要转角或相交的时候，两墙要一起砌起来，在留槎的过程中，可以留斜槎，如果要留直槎，则必须留阳槎，且要有拉结筋，不能留阴槎。在进行混凝土施工的过程中，要特别注意混凝土的配合比，在天热的时候要注意养护;钢筋连接方法：我国目前建筑市场上使用的钢筋连接方法有：钢筋绑扎搭接，机械冷挤压连接，钢筋电阻电焊，钢筋闪光对焊，钢筋电弧焊，钢筋电渣压力焊，钢筋气压对焊，预埋件钢筋埋弧压力焊，螺纹套管连接等。现阶段最主要使用的方法有：搭接法，闪光焊，电渣焊，气压焊，以及螺纹连接等几种钢筋连接方法。

第七天(07.1.17)：参观碑林区人民法院审判楼

指导老师：\_\_老师

此工程施工单位为浙江淮云。今天是张老师和一个总工带领我们参观。首先总工介绍了工程概况，法院主楼楼高23层(包括地下2层)，墙体为框架-剪力墙结构，楼体寿命为70年。随后总工带领我们参观地面构件并介绍了钢筋的种类及使用方法，包括钢筋弯曲机和调直机的使用。框架-剪力墙结构也称框剪结构，这种结构是在框架结构中布置一定数量的剪力墙，构成灵活自由的使用空间，满足不同建筑功能的要求，同样又有足够的剪力墙，有相当大的刚度，框剪结构的受力特点，是由框架和剪力墙结构两种不同的抗侧力结构组成的新的受力形式，所以它的框架不同于纯框架结构中的框架，剪力墙在框剪结构中也不同于剪力墙结构中的剪力墙。因为，在下部楼层，剪力墙的位移较小，它拉着框架按弯曲型曲线变形，剪力墙承受大部分水平力，上部楼层则相反，剪力墙位移越来越大，有外侧的趋势，而框架则有内收的趋势，框架拉剪力墙按剪切型曲线变形，框架除了负担外荷载产生的水平力外，还额外负担了把剪力拉回来的附加水平力，剪力墙不但不承受荷载产生的水平力，还因为给框架一个附加水平力而承受负剪力，所以，上部楼层即使外荷载产生的楼层剪力很小，框架中也出现相当大的剪力。最后总工拿来了工程的甘特图，我们共同讨论了施工的程序及在施工中如何控制施工的快慢及遇到不测原因造成的工程拖延的应对策略。他给我们指明了了甘特图的关键路径，总工期，并说明甘特图只能说明工序的逻辑关系，具体施工要按工程的时标网络图执行。并且每周要有工程的进度报告，如发生意外情况，要开会讨论后作出具体方案。

第八天(07.1.18)：参观工地------桩基础

指导老师：\_\_老师

今天参观了两个基础，且均为桩基础，一个要建22层，另一个要24层，均为水灌浇注桩，柱深35m，柱承载力在400吨以上;桩基础，一般由桩身和承台组成。桩基础包括：端承桩，结构力通过桩基直接传递到持力层(岩层)，适用于地面以下一定深度有坚硬岩层的地质条件。摩擦桩，结构力通过桩身与土层的摩擦作用传递给土体，适用于结构自重较轻，受力较小的建筑。扩大基础：比桩基与土体的接触面积更大，所以单位面积对土体的作用力较小，对土层强度要求低，埋深较浅。适用于岩层埋深非常深或则非常浅的地质条件。两者各有优缺点，没有很明确的适用条件，具体情况要根据方案经济和技术条件比选来确定。桩基础属于地下隐蔽工程，与建筑地区的工程地质及水文条件发生极其密切的关系，地基上的勘测资料是桩基设计与施工的重要依据，因此一定要牢牢掌握实际地质资料，否则再严密的公式也只是一纸空文，和实际情况相去甚远。灌注桩已得到广泛地采用主要是因为它具有设备简单、施工方便，经济效益较为明显，具有极强的适应性等优点。

实践感想：

实践对于我们将要走入社会的学生来说是熟悉社会,了解社会的好机会.实践是我们了解社会的第一站.通过本次实践，我对建筑工程的现场施工和管理有了直观地认识，增强了对所学基础理论和专业知识的感性认识，并综合运用自己所学过的知识，同监理工程师以及总工等一起解决工程中所遇到的问题;并且在本次实践中，我对建筑工程的各方责任和角色有了更切实际的了解，深刻体会到工程建设中所包含的种.种矛盾、种.种限制、种.种实际问题;亲眼所见了建筑工人的辛苦，以及他们在实际施工中各种手法的巧妙性和实用性，比如，钢筋的绑扎，底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外，接头要尽量放在受压区内。在砌墙的过程中，如遇到墙要转角或相交的时候，两墙要一起砌起来，在留槎的过程中，可以留斜槎，如果要留直槎，则必须留阳槎，且要有拉结筋，不能留阴槎。在进行混凝土施工的过程中，要特别注意混凝土的配合比，在天热的时候要注意养护等等。在工地上所见所闻，更加激发了我对本专业的热爱和憧憬，也深深体会到要在建筑这个行业上有所作为必须付出更多的努力，不仅仅是在理论上，更是在实际的应用中。与此同时，我也深深的体会到一份责任，希望能够通过自己的努力，为祖国的大建设添砖增瓦，实现自身的价值。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十八**

为了使自己更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份饭店服务生的工作，虽然仅有一个月的时间，但我觉得受益匪浅，短短的工作经历让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地里无法体会到的“愉悦”。

当我穿上那件鲜红的工作服时，就表明着我的工作会给我带来快乐。我们都明白万事开头难的道理，所以我对刚开始的工作格外小心，在这个“人生地不熟”的餐馆里，我显得是那么的“孤单”。在我的印象中，服务生的工作无外乎把菜传到服务员的手中，仅此而已。但实际上我想错了。每天早上九点上班，九点半准时点名，然后我们服务生的工作就是打扫卫生，包括楼梯和谁也不愿意打扫的卫生间，每次都会有人喝醉，卫生间吐的哪里都是，由于是刚开张，并没有招到特定的打扫卫生的人，好几次都想吐，在家都没有做过这样的活，就开始打退堂鼓。

做完这些之后，就要开始站位，等着客人的到来，然后我们的正式工作就开始了。也就是把菜从后厨端到前厅指定的桌位就可以。两点半下班就可以休息了，下午四点半开始点名，再重复上午的工作，直到十点回家。工作很简单，就是累了些。想想啊，把菜从一楼运到二楼还有三楼，一趟一趟的跑，最后客人走了还要把碗盘都搬回一楼厨房，这样一天上跑多少趟已经记不清了。只知道晚上下班后腿是谁的都不知道了，浑身上下酸的厉害，不过有一个好处就是易于睡眠。

经过几天的重复性工作，虽然很累，但是为了给他们留下一个好印象，我努力的做好我的本职工作，还时不时帮服务员和后厨的一些忙。我已经对饭店的其他员工有了一些了解，就以为和他们“混”的很熟，心中的束缚好像就没有了，我开始有点飘了，开始学会了偷懒，开始学会了，这些不该学习的不良习惯让我受到了批评，得到了教训。

由于饭店是刚开张，客人非常多，我不仅担任服务生的工作，有的时候还担任服务员的工作，这无疑是又给我的打工生活增添了色彩。服务员的工作与服务生的工作有着本质的区别，服务员这个工作是“人家坐着我站着，人家吃着我看着”，而且还得随叫随到，随时听从客人的使唤。这也让我深刻体会到小社会里的大天地。在这里客人就是上帝，我不能由着性子乱来，不管客人说话怎么样，说话有多难听，我们都必须微笑对待，哪怕是受到天大的委屈，也不能把它发泄出来。因为我们就是干这一行的，要干就要干的最好！

当第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味。

**大学生寒假社会实践报告500字篇十九**

短暂而难以忘怀的寒假征程就像远处的流星，一扫而过，而这其间的感受是美的，让我受益匪浅，在每日充实的工作环境中不觉间我已经走过了一个月的“萨莉亚”寒假实践期，蓦然回首，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

学校元月15号回到佛山这里，为打发原本漫长的寒假，16号在爸妈上班后自己不觉中想找寒假工，正好不远处桂城海三路新开了一个鸿大广场(大润发)。徒步在那里，看到了很多现场招聘，于是自己过去尝试了两家餐厅的面试，一是肯德基，面试是过了，但最后却是说要我上课期间的周末也要过去上班，我没能答应;第二家是意式餐厅——萨利亚，进到那家店感觉很不错，对我口试的是厨师经理，毫无疑问，我的工作就是厨房了，很快的，了解到工钱和工时，我就答应第二天去试工，因为是做兼职，计划是每天工作四个小时的，中午和晚上分别两个小时。

我的寒假社会实践征程就这样开始了，不怕说笑话，在我走过的19个岁月中，这是我的第一份工作，那一天的节奏畅响了我的第一次工作，这是我第一次挣钱。17号，我走进萨利亚，走进厨房，走进我的第一份工作，我怀着无比激动的心情，但我并不紧张，虽说我没有真正做过什么工，但我清楚，只有内心自信才能将自己的工作做好，才能不被别人看扁自己，才能在更短的时间了解到自己立场的更多情况。

我走进厨房，我对一切都是好奇的，包括储物室旁边的更衣室，我以为自己不能进去，进内厨不知道说要带帽子。厨师长将我交给了阿均，我走进了色拉间，第一件事就是洗圣女果，满满的一袋很快的洗完了，接下来就是学色拉间里面的活了，原以为很复杂，但并不其然，我在比较短的时间学会了里面色拉的处理，包括色拉备份和其他原材料的处理以及各种色拉的做法，一个时间段过了，毕竟自己是兼职，工作时间段并不会很长，因为我们兼职是算工时的，下班了，因为是第一次工作，真的是很不想走，但我已做了三个钟，很不错了。出到门外，比我前两天到的小田叫我吃饭，我懵了，原来萨利亚每天还给16元员工餐的，我也就更加喜欢这份工作了。

晚上六点上班，我提前二十几多分钟就到了，因为我没有忘记走进萨利亚前的承诺：用更短的时间学更多的东西，用勤奋弥补自己的不足。走进色拉，我开始背起了各成分的重量和大概的评估，因为开始听说结束后要进行考试，后来才知道只有全职成员升级才会考试，但我并不觉得白费心力，而是让我对自己的工作更为喜欢和自信。那个晚上，我一个人在色拉间迎来了一阵高潮，每每机子上出单时我就会有些许兴奋和紧张，当同时出很多单时，还真的会担心自己会招架不来，就连店长也对我说：你啊，不要紧张，你一紧张，就会做错单，外面就会端错单，然后就会乱成一团。我点了下头，说我不紧张是不可能的，那是我的第一份工作，而且我做的那个色拉是不需加工就直接供客人享用的，怎么可能会不紧张，但我会记得店长的话，因为她真的说出了我的内心和我一直担心的问题，第一天就这样过了，似乎我的厨房小师傅阿均对我的表现评价不差，我怀着喜悦的心情告别了我的第一份工作的第一个日子。

一天又一天的过去，在厨房里面，我慢慢的了解到里面的我和与我同在的几位兼职都是厨房的后勤助理，但我心甘情愿，也很高兴能够拥有这样的工作，我为自己的寒假工感到骄傲，我们厨房的每个人都会尽量的学会里面所有的岗位和后勤工作，我先后学会了分“sp”、分“j”、压“d”、做披萨、煮黄饭，打色拉酱和去皮茄、切羊排、配蜗牛、洗碗、刷地板……

自己努力，希望用行动证明自己，况且得知从2月1日起工时会从9元变到11元，在厨房大家又会很热心、友好，真的很棒，希望自己第一次工作可以为自己以后的路开个好头，真真切切鼓起自己内心深处事业的那颗仍柔睿的心。

每天的工作，不仅帮助我打发了时间和完成学校布置的作业，还让我尝试了一系列的第一次，第一次了解到微笑才是最好的沟通，第一次了解到洗碗也会有属于它自己的学问，第一次了解到就算是对手也应对他微笑，第一次懂得什么叫打卡，第一次懂得储物室的分配是如此讲究，第一次懂得就算是再大的梦也要从零一步一步的攀升。

厨房的我们，总是沉浸在微笑或繁忙中，每天的12：00——14：00、18：00——20：00是店里的高峰期，那个时候，我们大家都是分工清晰，合作有致，当完成很多单时大家就会欢呼，我们兼职的也不例外，因为店里生意好，我们兼职就会有机会加工时。

在里面，我会很认真的悉听长者的话语，花比别人多的时间做同样的事情，我会时不时看看哪里会更需要自己的帮忙，看看主位会不会缺点什么;在那里，通过很多的细节，我看到了自己很多的不足，应该在需要的场合学会一心多用，在必要的时候学会“好”和“快”兼并，在繁忙中学会淡定和稳当。不要总是过于依赖，要主动学习知识，要有属于自己最精的一档。比如说在洗碗的时候真的应该能够洗得更加快一点，在做披萨时要注意主位有没有叫自己加芝士或是有没叫自己拿点“d”过去，在多个工作同时需要做时怎样学会侧重和稳住自己的同时加快速度。下班后点到餐时，没事我就会在外台帮帮忙，原因很简单，与更多的人接触能学到更多的东西。当然啦，那个时候反正闲着也是闲着，那样还可以与外台人员沟通下，有益无害的，何乐而不为呢?

一个月很快的就过去了，我刚好做了30天，前半个月有68工时，后半月有57工时+12工时，我很高兴，在昨天我查知工资卡已有工钱时，我真的是无比激动的，那是我挣的第一笔钱，我笑了，我爸妈也笑了，我在沉思着，这个寒假虽说没能回老家，但仍是我最珍贵的个寒假，我会记得。我没有动工资卡里面的钱，我很激动，不知该怎样感谢我们的厨师长和店长给我的这次机会，不知怎么感谢阿均和副厨师长的精心教导，也不知怎么感谢其他的兼职陪着我一起走过这不寻常的寒假。

每每有机会我就和店里一些长辈聊聊琐事，我了解到店里的一些福利流程，工资安排情况，用人精处和价位安排的合理性，懂得要把自己和所在店紧密联系起来，要另自己言行举止与所在店联系起来，时刻为店做宣传，提高店与自己的形象，也懂得通力合作的力量，在一个团队中仅仅靠自己的能力是不可能搞好一番事业的，只有在一个有人缘和能力兼并的领导下，各成员能够毫无保留的努力工作，将工作与切身利益相结合才能维持和操办好一个企业，还有就是了解到在里面工作的很多“训练员”在大学期间的所学的专业和他们现在的工作是没有关系的，这也就说明大学生除了学习书本上的知识外，还得多参加社会上的实践活动。总是“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人是不能适应当代讲究的人才社会的。大学生要懂得在实践中带着自己的思维去思考问题。用实践活动巩固所学过的理论和开发新的理论，在实践中总结经验，然后将自己的能力充分得以表现和锻炼，更为重要的是借机培养自己的创业和社会适应能力。

前天，我工作的最后一天，我和另外两个同事喝了一瓶酒，只为大家高兴，这个日子，我记着，我工作满一个月的日子，当我在店里做每一件事时，我总会将它视为最后一次的去珍惜，我虽是笑着，但内心的不舍得又怎有稍息的怠慢呢?我们倾计了很久，什么都讲，还去免费喝了店里的饮料，想到这里心里就会自然而然的想笑，我不会忘记曾经有过他们的陪伴，也不会忘记他们的面孔。在那里，我看到了一股泉流的力量，将会越来越大，绵绵不断的承袭下去。

店长管理方案的成功，厨师长的领导能力和亲和力，副厨师长的认真和公正，新东方分店厨师长的严格和能力，阿均的稳当和随和，阿杰的努力和雄心壮志，阿海时不时的露齿，阿超倒的飘香奶茶，阿强的微笑，和阿棠一起回家的路……，这些都会是我永恒的回忆，时间过了，寒意却还是很浓，就在鸿大广场的萨利亚，驻扎了我永恒的回忆和财富。我深深的记着。

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