# 最新寒假社会实践报告500字(16篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-08-01

*随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。报告的格式和要求是什么样的呢？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。寒假社会实践报告500字篇一这个号称世界500强企业有自己的文化内涵...*

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。报告的格式和要求是什么样的呢？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。

**寒假社会实践报告500字篇一**

这个号称世界500强企业有自己的文化内涵，为了体现企业的平等理念，管每个员工叫同仁，很是亲切，值得我们以后借鉴。当然管理制度也不逊色，这个厂特别大，我们在k区，培训时教官说：“你们这批八九千人不算什么，我们在深圳招工一天就有3万多人，经过立正稍息，队伍马上井然有序。”当然人与人的矛盾也不断产生，当员工和上级或干部与干部出现矛盾怎么办呢?有一次，我们去别的车间支援，其中有一个女生受了不公平待遇，去人资投诉，第二天，那位干部就被处理了。不公平也发生在了我身上，我和车间里的十几个实习生好几次被干部一大早召集起来，在车间门外站着等通知，但答案确实没活回去吧!没活干等于在这白花钱，我们不满别人有活偏偏我们没，去人资投诉，当天下午，科长、组长就来给我们保证不会有下次。就是因为有专门诉苦的地方，矛盾被扼杀在摇篮里，它才能宁静、稳健地发展。

小结：对于员工来说，要勇于维护自己的合法权利和尊严，活得坦荡荡。

对于管理者来说，要心系员工，解民众之所难，保证员工有说话的场所。由此可推广到国家：法院就是百姓说理的地方。

我们做的是一款iphone n94国际通用的手机产品，许多用英语写的说明书和标签，都不认识。还有和一块实习的本科生聊天得知：同样是大二他们六级都过了，我们四级过不过还是一回事呢!这就是差别，现在英语、计算机、驾驶是大学生要掌握的基本能力，我们需要努力。

小结：本科生几乎遍地就是，大专生不容乐观，我建议：我们要在学好自己专业知识的前提下，积极拓展课外知识，比如：英语、计算机……

**寒假社会实践报告500字篇二**

从开学到现在已经有两个月的时间了，社会实践活动已结束。这二十个小时的社会实践活动给了我很多感想。这次的社会实践活动的主要目的不仅仅是给我一个机会来回馈社会，还让我更接触到社会，给了我不少思想领悟，更是让我锻炼了自己的能力。我的知识大多数是来自于课本，对社会的了解少之又少，看几则新闻听几次讲座远远不能深刻了解到社会。而这次的社会实践活动让我接触社会，了解社会，参与到社会活动中，让我在实践中不断地动手动脑，不断思考，与他人打交道，不断的改进和提高。

团队合作是我在实践中学到的一个很重要的道理。无论是擦公交还是打扫理学院，我们都需要分工明确并且相互协调，才能更有效率的完成任务。不过于计较个人得失，积极完成任务是让团队更好更加团结的法宝。

吃苦耐劳是中华民族的优良品质，而在社会实践活动中更是需要这种精神。这次的社会实践活动体力活占大多数，要有不怕苦不怕累的精神才能顺利完成工作。想想环卫工人及其他劳动者所面对、承受的劳苦，我觉得社会实践的苦根本不算什么。

勇于尝试也是在社会实践活动中的一个必不可少的品质。如果在爱心义卖，即卖水献爱心的活动中因为害羞而不好意思向顾客说明情况，就会将想献爱心的人拒之门外。而社会实践的意义也在于锻炼人的交流能力，如果不勇敢的迈出这一步，社会实践就失去了一部分意义，个人能力也将得不到锻炼。

愈挫愈勇是在社会实践中最重要的必需的精神。遇到挫折不要气馁，不要因此失去信心，因为无论什么时候我们都不是一个人在战斗。被拒绝是常有的事，也是一种考验。很多时候拒绝不是对个人能力的否定，也许只是他人刚好没那个需要或心情。被人拒绝虽然让人心情挫败，但是如果习惯了看开了，心里就会愈来愈强大，而一个人走向成功，需要的正是这种不怕被拒绝的精神。

身为一个大学生，我认为我需要多多参与社会实践活动，多接触社会，而不是仅仅从书本上获取知识。通过社会实践来提高思想觉悟，来锻炼自己的能力。最后感谢社会给以我帮助，我以后也定尽自己的一份力来回馈社会。

**寒假社会实践报告500字篇三**

或许，这是我们度过的最后一个悠闲的寒假，已经是大三的我们，一不小心已经成了学校里的大人，看着蹦蹦跳跳，无比鲜活的90后的学弟学妹，会欣慰，会无奈，会心疼，会思考，更多的，是感慨，感慨自己老了，感慨时光飞逝，感慨曾经的岁月，可能速度有快慢，程度有大小，不管如何，我们都变了，体验了很多，朋友交往的纠结，社会工作的不易，考级考证的艰辛，在很多很多的事过去，我们慢慢成长成熟，慢慢学会忍耐与沉稳，增长的不可能只有阅历，还有岁月，现在的我们已经到了不得不思考人生方向的时候了，大学是个象牙塔，更多的时候我们只是把自己当孩子在象牙塔里安逸的过活，简单而快乐，寻一些幼稚的烦恼，偶尔会打开窗看看社会的一角，但却不曾走出那道门，的确，我们还有空间和时间去拒绝融入社会，但是，很快，大学也将不再容许我们的任性，明年的这个时候，我们中的大多数，必然在为以后的出路奔波，为了几十分之一甚至几百分之一的机会而拼命，不惜头破血流，这是没有办法的事，没有人可以拒绝长大，虽然有着太多的不确定和不情愿，但是，我还是不得不为自己未来的路做一些大体的规划。

大四的学生出路无非是两种，考研和工作。作为我们学校的日语系，以实用性日语教学为主，可能选择工作的同学会比较多，而且这些年考研的人数一年比一年多，竞争非常激烈，比起考研这条路，我更倾向于工作，当然我也不会彻底放弃考研的想法，接下来的一年我将去日本的大学学习，这将是充满挑战和新奇的一年，我会好好努力，然后根据我学习的情况来决定是不是可以继续考研，而工作方面，我想，去日企是一般日语专业毕业生的选择，我并不想把自己的就业道路定的太死，因为，现在的日本企业虽然比起其他一些欧美国家的企业数量多一些，但是，比起日企所需的人才量，符合要求的日语专业毕业生要远远高于需求量，所以，竞争会非常非常激烈，下面我会详细阐述现在的日企就业情况，我认为，去翻译社或者去培训机构都是可以考虑的选择。当然，这只是我目前可以想到的毕业规划，真正的出路还要根据明年实际的情况来决定。

基于以上的认识规划，这个寒假，我进行了方向明确的社会实践。因为家里的亲戚有一位去年考入上海交通大学的研究生，同样也是学语言的，利用这个有利条件，我去拜访了他，并与他交流了一些考研的经验与方法。同时，对我更倾向的工作道路，我参观了一家日系餐厅，并且，观摩及体验了服务员的工作。

我所拜访的研究生是跨专业考研的，原本英语系的他为了自己从小就钟爱的法律专业，克服重重困难，从一所很普通的师范类学校以高分考取了上海交通大学的法律系研究生，我们都知道，比起理科系同学，语言专业的学生考本专业的研究生难度是很大的，学术性强，学校选择范围小，报告显示，2024年考研人数为127.5万人，2024年考生人数为128.2 万人，2024年为120万人，2024年为124.6，而140万人参加了9日开始举行的2024年硕士研究生统一入学考试。这项考试在就业“寒流”中继续升温，报考人数创下2024年以来最高纪录，比上年增长13%。同时，针对依然严峻的高校毕业生就业形势和我国对人才的实际需求，今年研究生考试的一大特点是对专业学位硕士生的扩招。根据教育部要求，具有专业学位授权的招生单位要在去年基础上按5%至17%的比例减少学术型招生人数，调减出的名额全部用于全日制专业学位硕士研究生招生。由此，我们可以看出，近几年来，考研人数止降回升，处于上升趋势，对于我们而言，竞争是异常激烈的，当然夸专业也是一种不错的选择，至少考取更有把握一点，难度要稍微低一点。在与这位研究生的交流中，我也对考研的艰巨性有了更加深刻的了解，他说，在准备考研的过程中，他不仅买了大量的考研资料，同时也报了不同学科的考研班，从另一个方面来讲，考研就像是高考的升级版，比高考更艰苦，更困难，因为高考至少有老师全方位的指导和督促，父母无微不至的关心，而考研更多的是靠自己，考研资料和考研班虽然也有很多，但是，基本上都是各家说法，猜中率也有高有低，而且考研试题一年一变化，要完全依靠考研班是不可能的，所以，作为考生，更多的是靠自己的摸索和积累，他说，考研的半年时间里，他几乎没有出去玩过，早上6点就起床，简单的早饭后便背上厚厚的资料去图书馆，一直到晚上17点才回来，暑假都不回家，一直留在学校复习，在考研班，看到那么多跟自己一样以考研为目标的竞争对手，他都会更加有斗志去学习，对于一所二流大学的英语系学生，他深知要考取上海交大这样一流大学的法律系绝非易事，所以也花费了超于常人的努力。另外一个方面，他也提到，由于每年的题目都有所创新和改变，所以，考运也是重要的因素，当年的考题是不是自己复习的主攻方面，合不合自己的口味，都在一定程度在影响自己的成绩，也就是说，考研其实也是有很大风险度的，在考研人数逐年增加，考研试题逐年变难的形势下，能够如愿考上的学生只是很少的一部分，而能像我的这位亲戚一样，考取名校重点专业的更是少之又少。通过跟他的交流，我明白，要考研也是一个艰难而重大的决定，踏上考研之路，意味的不仅是人力物力财力，更是心力，没有坚定的目标和持之以恒的毅力是不行的，我必须要认真考虑，谨慎行事。

下面是去日系餐厅的体验，我所去的这家这家日本餐馆经营日式料理，做法和口味都还比较正宗，所以日本顾客很多，我首先作为客人的身分去体验，我发现餐厅内的服务员都是有一定日语学习基础的，能够说一些日常用语，特别是领班，日语非常流利，在接待顾客的过程中，普通员工先接待，对顾客进行一般性的询问与推荐，是中国顾客也会用汉语，但碰到日本顾客时，偶尔也会互相不明白对方的意思，这个时候，领班就会及时上前解决问题，基本都可以圆满解决。说明来意之后，我与接待我的服务员进行了一些交流，她告诉我，作为服务员，上岗前都要进行日语培训，主要是日常用语和店里的菜谱说明等，所以，她们会进行日常接待，但是遇到特殊情况时就比较麻烦了，而领班是专业日语系的毕业生，所以有较厚实的基础和较强的沟通能力，起领导作用。我看了一下他们的菜单，几乎没有可以一听中文就能翻译成日语的，这让我明白，虽然我以日语为专业学习了两年多，但是我学的都是比较死板的课本知识，但遇到这样专业性很强的专门术语时根本就手足无措，还不如只学习了两个月的初学者，如果让我来应聘一旦被要求即可上岗根本是不可能的事，我学的知识实在太少太狭隘了，在真正的社会实践中，几乎派不上用场，没有人会让你去背课文，雇主只会关心你对他们的行业了解多少，你不了解，并不代表别人也不了解，当别人比你多知道一点，你自然就被淘汰了，就业是很残酷的，只有让自己更强，才会有更多的机会。在观察服务员与日本顾客的交流中，我发现，其实，在工作过程中每一秒都可能发生你所意想不到的突发状况，也许是遇到你从未听过的单词，也许是被提出从未遇到过的要求，也许你自己犯了不同以往的错误，总之，有太多的意外可能发生，这个时候，能否沉着冷静的应对，能否把意外变成经验，能否在错误中有所学习，这才是我们可以不断进步的关键。没有不犯错的人，但是，不同的是一些人在失败的挫折感中无法自拔，另一些人却可以在失败中有所学习收获，从而化为经验继续前进，这样的人，才是值得我们学习的，这次的实践，让我深切的体会到，学无止境，竞争激烈，我必须时时刻刻保持学习的心态，学习的劲头，勇于实践，应用所学知识，最重要的是，不管何时何地，都不能放弃努力。

简单的社会实践让我感触颇多，也让我体会到，不管选择哪条路，都将是艰辛的奋斗，我必须保持一颗向上的心，才能让自己不停止脚步，只有一直往前走，我才能让自己变得更强。

**寒假社会实践报告500字篇四**

匆匆的两个月在手指间轻松地滑过，回头翻看这一个月的每一天，满满的全是充实忙碌的身影和沉甸甸的收获，感悟。很幸运选择了顶岗实习，不仅锻炼了自己，也使生活充满乐趣，惊喜，有滋有味！

记得第一次面对二三十个调皮可爱的孩子时，我慌了神，手足无措。之前学的一些方法根本没办法在他们面前实施，只想逃开。最希望其他老师让我去干别的工作只要别让我面对孩子。我实在没有什么好方法让那么多孩子的注意力全都集中到我的身上。近两个月的教育实习已经结束了，这短短的一个多月实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，体会到了一个作为老师的责任。

近两个月的教育实习已经结束了，体会到了一个作为老师的责任。同时，也使我的教学理论变成为教学实践，使虚拟的教学变成为真正的教学。刚来到学校，首先是对实习学校有初步的了解，对学校的基本情况和基本作息有所了解。其次是听课。现在的听课和以前完全不一样了：以前听课是为了学习知识；现在听课学习教学方法

目的不一样，听课的注意点就不一样，现在注意的是指导老师的上课方式，上课的思想。接着，根据在大学所学的教育知识和在中学实习听课所学到的，再根据具体的教学目的和学生的学习程度备课，试讲。做好上讲台的准备。经过几天的准备，终于把我的第一节课备出来了，并且通过了指导老师的审阅，可是在试讲并不成功，因为教学并没有根据学生的学习程度来合理地教学，对于刚接触英语的学生来说，并没有把知识点讲清楚。为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，在老师的指导下，并在听了同类课程的公开课之后，修改自己的课件和教案，终于得到了指导老师的肯定准备走上课堂。经过一周的备课之后，开始走上讲台。

刚开始由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了很多问题。如：由于讲课太快，没有给学生留下作笔记的时间；由于讲课不熟练，上课时没有好好关注学生，针对出现的问题，指导老师要求讲到重要内容时候要留下时间给学生作笔记，上课要多关注学生，对于不专心的学生要注意提醒，并且还指出了教学过程中没有注意的很多细节问题。每一节课指导老师都认真地听我讲课，并且提出了很多作为一个经验丰富的老师的宝贵意见。每节课结束，我都根据老师的建议修改课件和教案，不断地完善。

做一名好老师的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。这就要求教师不能只为了完成教学任务，而且还要多关心留意学生，经常与学生交流，给予学生帮助，让他们感觉老师是在关心他，照顾他。如何形成亦师亦友，积极健康的学习氛围和团结的集体关系，对于实习的老师来说是具有很大的挑战的。

刚到学校时，原任班主任刘老师就给我大概的讲了一下班上学生的整体情况，我只是大概的了解了一下，后来在刘老师的安排下，我第一次与学生们正是认识了，学生们对我们很热情，对我的工作也很配合，经过将近一周的跟班与相处，我逐渐和班上的学生熟络起来，对老师工作也逐渐得心应手。

班级活动方面：在原班主任刘老师的支持下，我们策划了一个主题班会。通过组织一次融知识、趣味于一体的活动，使学生在快乐中学到知识，在知识中收获快乐。

当实习老师的期间，我意识到，作为一名老师，不仅要管理好日常秩序，提供一个良好的学习环境，而且要时刻关注学生的思想动态、内心情感世界，这些并不容易做到。对学生要贯注了老师浓浓的爱心。“爱”是做好老师工作的秘诀，只要用心去做，没有做不好的。在这里也要感谢刘老师，他让我明白了很多做人的道理，教书育人，真的是要用自身去感化别人，不是单凭课堂四十五分钟的功夫。

临近结束时，很舍不得和学生们分开，一个多月的时间里他们已经成为了我生活的一部分，每天与他们谈话聊天，学生们给了我很多欢笑，我也从他们身上学到了很多，在这里，学生们给我留下了一段一段美好的回忆。最后一节班会课时，我很激动，说了很多自己在中学时的经历，希望他们可以好好读书，少走些弯路，将来考上好的大学，还说自己有空会回来看望他们。这一个多月的时间里，我经常帮他们克服在学习，与同学相处中遇到的困难，还和他们一起分享自己的成长经历。经常和他们聊天，有时和他们一起玩游戏，融入了他们的生活，学生也也很愿意和我分享他们的心情。他们是我带的第一批学生，无论以后自己是不是做一名教师，我都会记得在自己大学的时候曾经有过这样一批学生，给我带来那么大的触动，让我再一次体会到天真烂漫，再一次经历心灵的冲刷。我真心地希望他们可以快乐成长，学业有成，将来考上自己理想的大学。真心希望他们在人生的旅途中，希望他们可以走得顺利一些，我只能陪你们走一程，以后的路，就要靠你们自己把握。

教育界的李镇西说过：教育是师生心灵的和谐共振，互相感染、互相影响、互相欣赏的精神创造过程。它是心灵对心灵的感受，心灵对心灵的理解，心灵对心灵的耕耘，心灵对心灵的创造。通过教师实习让我认识到：现代教育要求教师除了精通某一学科的专门知识，懂得教育理论，掌握教育方法以外，还要求教师具有较好的语言表达能力和文字表达能力，有较为广博的知识面，有较好的沟通人际关系的能力，有扎实的基本功和一定的教学艺术。同时要求教师有正确的人生观和价值观，有一定的文化修养和高尚的审美情趣。

教师作为一个特殊的职业，需要具备很强的语言表达能力，才能把自己已有的知识尽可能多的、高效的传授给学生。教师是书本知识与学生之间的联系纽带、运输通道。古代文学家韩愈说过：“师者，传道、授业、解惑者也。”无论是传道、授业还是解惑，都要通过语言尤其是口头语言来完成。以前在学习的过程中，就有听老师教导在文理课程上有偏科的学生说，语文如果学不好，理解能力差，会对数学等理科学习造成影响。现在我才发现，对学生是这样，对教师，其实也是这样，表达能力和方式有欠缺的话，会直接影响课堂教学的效果，降低课堂教学的效率。同样一个教学内容，同样的教学方法，不同的教师讲出来的效果可能完全不同，学生的学习效果也可能完全不同。这种情况下教师口语表达能力的强弱直接决定了课堂教学效果及整个教育质量的好坏。所以，教育学家苏霍姆林斯基说：“教师的语言素质在极大程度上决定着学生在课堂上的脑力劳动效率”。我从实习工作中明白了其重要性，同时也得到了一定的意识和能力的提升。

**寒假社会实践报告500字篇五**

在今年的寒假中，作为大学生的我没有在家待着，而是去参加了社会实践，在实践中，让我们学到了很多东西。在寒假结束之际，现将寒假的社会实践情况报告如下：

活动主题：关于空巢老人的社会生活

活动时间：20xx年x月x日-20xx年x月x日

活动地点：

活动内容：帮助空巢老人的生活，调查空巢老人社会生活，来呼吁更多的人帮助弱者。

调查方法：探问，实地调查，道听途说等等。

实践人员：生活中有许许多多的人需要社会的帮助，例如，孤儿，贫困学生，贫困家庭等，但有一类人更需要社会的帮助，那就是空巢老人。

空巢老人曾辛辛苦苦拉扯大五六个孩子，用尽自己一生的力量无微不至的照顾自己的老伴，直到他的离去。但面对老伴的离去，孩子们为了自己的家庭忙碌工作以至于无暇顾忌自己的父母。但对于身居农村的空巢老人，他们有的儿女在身边或离自己很近，当然也有儿女不在身边的。老人却仍然得不到他们的呵护，甚至他（她）的儿女们希望他（她）早日去逝。可见，空巢老人们承受着巨大的心理压力。并且有的人还认为，她（他）的丈夫（妻子）的灵魂会将他（她）杀死。当然这只是迷信。世界上根本就没鬼，却仍然存在于老一辈的记忆中，他（她）们总是承受着别人和自己意识的折磨。因此我们更应该关注一些空巢老人的生活，以减少他（她）们一些心理和精神上的压力，让他（她）们心理和精神上都能得到一些慰藉。

作为当代青年，我们有着为人民服务的理想，因而我们应该多帮助这些老人。我们很多大学生一到大学就加入了青年志愿者协会，但每次活动明额有限，我们很难得到一次历练的机会，我们何不放开视野观望周围需要帮助的人，其实做好事处处可以做，何必只等着上面吩咐任务，只要我们本着为人民服务的理想，我们历练的机会很多，就像谈到空巢老人，他（她）们如果可以得到你的帮助，他（她）会多么的感动。

x月xx日我到外婆家了解了她的一些生活情况，当时正是中午，她说这里有鱼，你自己切好自己喜欢怎样吃就怎样煮，她就去洗米了，接着就在电饭煲上煮饭了，我在一边用煤气在锅里煮鱼时，却发现电饭煲上的閘我外婆忘按了，我就帮着按了一下，过了一会，电饭煲好像停了，却无意看到我外婆家里也安上了电表。我想我舅舅，舅妈怎么会这样对待我外婆这样一个空巢老人。以前，我们过来时，他们可是很好的，如今却……后来我外婆就在灶上煮饭，我就负责在煤气灶上炒菜。

过了好长时间我们才吃上饭，边吃饭时外婆告诉我：“你隔几天来一次，帮我做顿饭我动不了，自己一个人也不想煮饭，一直都是一天吃一两顿，我立刻就答应了，想到自己这次有好长的假期。吃完饭后，我问她：“你的被单要洗吗？”她说：“不用你洗，我知道你妈妈身体不好，不可以像以前一样指望着她来洗了，你家里也有好多事需要你做，我就自己洗了，但叫你大舅叫了半天他都不动，我就自己去清了，清了半天都没清干净，后来累了就坐在门口，过了一会，看到有人往这边走，就喊他帮我清了。被单被套就不用你洗了，你只要隔几天来给我做顿饭吃，我就会很高兴的。”我坐了好长时间才回家了，在回家的路上我在想，我外公去逝后，我外婆一个人一直坚持到现在，什么事都是她一个人做，现在她都八十多岁了，以前还有我妈妈帮忙，现在我妈妈身体不好也无力帮她了，而我舅舅他们虽离她很近，但却都不管她。

通过以上的调查，我认为空巢老人真的需要儿女们的呵护与关心，我写这次报告也是希望的人可以关心自己的父母与身边的老人，当老人受到重视时她（他）们就不会承受心理和精神上的巨大压力。社会上许许多多的老人，他（她）们各自承受着不同的压力，痛苦以及面临各种各样的困境，无不值得我们伸出援手。而据我所知，只有福利院的空巢老人才真正得到我们年志愿者协会的帮助，可见我们青年志愿者协会的一大弊端。

因此，我希望我们作为新青年要好好把握自己的学习时间和命运，不仅是为了我们自己过上幸福的生活而努力，同时也是为我们的父母和儿女创造优越的生活条件。因此，我们一起努力吧！尽全力去奋斗，以避免今后怨天尤人。

如今随着我们国家的经济水平不断提高，我们各方面的生活条件也得到了改善，所以，我们更应该好好珍惜眼前的时间，让我们的生命发挥出应有的价值。

总之，空巢老人的生活条件不仅需要社会的帮助，同时也需要儿女，子孙们的帮助。那就让我们一起携手创造好的生活条件。让辛苦的老一辈人们能够更好地安享晚年。

在此次走访中，我认识了一位叫王成的老人，他现在已经65岁了，在新中国成立之后当过军人，年纪大了之后由于家里子女忙碌没时间照顾他。他告诉我说他小时候的生活相当贫困，家中子女又多，父母根本就顾不过来，很多事都是自己学会的，自己从小就懂得很多，后来父母不在了就自己慢慢一路走来，直到现在，如今生活好了，自己在这里没有人照顾，子女也不关心，他感到很失望。老人的一番话让我对现在的生活感到倍加珍惜。

在这个村中住着很多家中子女无暇照顾的老人，还有没有了亲人和一些退伍的军人。老人们在这里生活得很辛苦，每天的闲暇时间不多，自己睡睡觉，或是找几个人聊聊天，打打麻将，过得很不充实。我开始去的时候就看见有两位老人们还在田埂上干活，旁边还围了三四个小孩帮忙，整个场面让我心酸不已。

在我走的时候，老人们都过来送我，说下次一定要再来看他们，我点点头。然后跟老人们打招呼后便告别了那个生我养我的地方。

这次社会实践，让我对空巢老人这些相对于我们的弱势群体有了更多的了解，他们需要社会对他们的更多的照顾，他们曾经都为社会做出过贡献，都有年轻辉煌的时候，现在虽然年纪大了，却不应该受到社会的排挤，也应该有自己的地位，更应该受到人们的尊敬。这回走访老人，让我也看到了老人们的活力，虽然年岁已高，但却活力依旧。他们都乐观开朗，没有子女在身边的照顾，却能交到更多老年朋友，拥有更多的共同语言。他们并不因为自己年纪的原因而放弃自己的梦想，他们照样像年轻时候一样生活、学习，他们自己在心中也坚信自己有自己的一片天空。这次的社会实践活动让我收获很所多，我也会继续关注这些弱势群体的人们，也呼吁大家一起来关心他们，让他们生活地更开心。

目前xx村委会的空巢老人共有9人，他们由于年事已高，体弱多病，没有儿女照顾，普遍存在独孤、悲观的心理问题。从今年开始，xx镇在xx村委会试点举办“关爱农村空巢老人”活动，工协会成立医疗组，每月定期探望农村空巢老人，充当“儿女”照顾他们，给他们送上社会的温暖。镇上也决定建立福利院，让空巢老人能安享晚年。

“阿佰，我来探望您啦！”2月5日下午，xx镇xx村委会的空巢老人何佰洋溢着幸福的微笑，他原本寂静的家顿时变得热闹起来，我是第一个前来探望他，在这个即将过年的时刻，我先给老人的住所清除灰尘，打扫卫生生，洗衣做饭，并为他购买年货。完后，我便和老人坐在了一起并同老人聊起了家常。话题从日常生活的照料到健康心态的调整再到新旧社会的变化，我与老人都聊的十分开心，老人们乐在其中。

随后，我又先后探望了xx村委会的其他6位空巢老人。xx村委会的何佰现年78岁，他早年参军，在部队打过仗，立过功。目前他每月都领取政府的补贴，衣食无忧，但年事已高，独居生活，难免孤独。自从知道镇上决定建立福利院后，对未来的生活充满希望。

此次来到x村看望老人给我留下了深刻的印象。老人家的慈祥、质朴及平易近人更是令我难忘。我觉得自己和老人之间虽没有进一步更详细的了解，但彼此之间却多了一份牵挂。

经过一小时的车程，我回到了自己家，但老人粗糙的双手却不停的在我眼前浮现，老人们和蔼可亲的目光让我就就不能忘怀。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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。

寒假如期而至，这个寒假是我高中生活的第一个寒假。想充实下寒假生活，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，而且可以在人际交往方面可以得到提高，扩大自己的社会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毕业后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活和工作中很好的处理个方面的问题。

而这个寒假我在一个日用品有限公司里打工，由于每个暑假都会出来打工进行社会实践，所以对此并不陌生，但从未在寒假打过工，在这个天寒地冻的的节气里，为干活增添很多麻烦，我所在的部门是餐具包装，对于以出口为主的公司来说，各方面要求都很严格，这就要求我们工作必须做到极为细心。

我们负责把后面制成的餐具进行机器清洗、包装，孰能生巧在各个环节都很重要，熟练才能够提高产品质量和数量，也许刚开始工作很难适应，但很重要的一条就是去掉“学生味”不把因为还是学生作为做错事的借口。但毕竟打工比在学校要累好多。比如我们要早早起床吃早饭去上班，这对平时爱睡懒觉的我们也是个考验。晚上，下班时都天黑了。每天拖着疲惫的身子回去，再累也咬紧牙关，因为不肯服输，这是我的性格。

通过这次寒假实践，让我在冬季寒风中理解了父母的辛劳，打工的不易。明白了更多道理，在社会实践中我们应该要求我们把在学校的所学的理论知识运用到客观实践中去，是自己所学的知识有用武之地，只学不实践那么我们所学的就等于零，理论应与实践相结合，为将来找工作打下基础。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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

我们不仅要学习学校所学的知识，还要不断从生活中实践中学其他知识来武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己，很多在学校读书的人说宁愿出去工作，不愿在学校读书，而已在社会的人，宁愿回炉再造，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来更好的融入社会，并贡献自己的一份力量，今天的我们应该努力掌握专业知识，明天才能为社会更好的绽放自己的光芒。

**寒假社会实践报告500字篇六**

一年一度的寒期又开始了，由于这个寒假有点长，所以我决定在这个寒假里去体验社会，进行一次社会实践。

由于现在一般的私人企业都很少招短期工，尤其是学生，所以几经周折我才找到一家药店，而我在药店的工作是收钱。

这个药店是一家比较大的药店，收钱是要两个工作人员互相交班的，营业员有十个左右，这就是大概工作人员，收钱并不是简简单单的收钱，我的任务是把电脑合计打印，有打印机输出的账单(每个买药者在营业员那里买药的合计单)给撕得整整齐齐，并按总数收钱，可是这个看似简单的工作，对于对钱不怎么敏感的我来说并非像说的那样简单。

在那里工作的时候，我每天去了要打扫卫生，并且还要保持我所管辖的范围卫生清洁，还要把进货用完的纸箱整理好，剩下的工作就是收钱了。诶，这个收钱所用的工具可是哭了本人了，那个可爱可气的打印机在不高兴的时候就卡纸，时不时的色带还会掉，诶，这就意味着，不仅要在前的真假多少上费功夫，还要会正确使用打印机和修打印机，因为打印机卡纸的后果可不怎么样，那将会出现一排人候在那把钱递给你，尤其是在每天的高峰期，那可想而知了。除了交现金，买药者还有另外一种缴费方式就是刷卡，刷卡到是操作简单，可是有的年纪打的老奶奶和老爷爷，卡里钱数不清楚，所以你要在刷卡前后和他们说清楚，因为到时他们会说你多刷的，当然不会说你少刷的，呵呵。所以在分贝加大的同时，还要带着笑脸，以免被人认为不尊重老年人哦。

在我工作的那断时间，多少也出现过错误的，呵呵，如果到了下班结账时，钱对不上，可要自己掏腰包的，我还补了几次呢，诶，心疼呢。记得有一次我少了七元多，而那天有有点累，回到家里我就哭了起来，那时候真的有点冲动的想和他们说，不干了，可是一想到自己之前的努力，而且这么大了，不能在由着性子来了，所以还是坚持了下来。所以我告诉自己要认真仔细，也许以前不在乎那点钱，但是自己辛苦赚的就心疼了。

来药店买药的人也是形形色色的，有那些衣着华丽的，买了点不怎么很健康的减肥药就要花掉好多钱，而且还那么的不当回事，可是当看到一些贫困的老爷爷老奶奶们用积攒了很久的零钱买药时，心里就会觉得社会不公平，也影响了我以后生活中不能奢侈浪费。除了收钱，我还学会了一些关于药的知识，一些基本常识我都有学会。

休息的时候，我也主动找领导和同事们请教和学习，他们为我指出了工作中的很多错误和缺点。领导还对我说，一个人做事要勤快踏实，应该多学习，不断充实自己，提升自己，年轻人不吃苦，难道要到老了再吃苦吗?领导和同事们给我的建议让我从中借鉴，取长补短，给了我很大的帮助。

确实，很多时候在学校里我们杰出的人很少，思想上也只是单纯的只要学习，在这次社会实践中，的确让我的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。

**寒假社会实践报告500字篇七**

寒假就这样结束了，新的学期也已经开学了，现就寒假的实践情况报告如下：

实践前——思考

20xx年x月xx日，学校正式放假。

经过一天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的大学生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”———就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，希望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮助。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于考虑到自己各方面的实际情况，决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践中——行动

xx日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自己仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。

虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一直在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自己去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮助”，因为我知道，从小到大我一直都生活在父母的扶助中，现在的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去意义，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自己的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的心情走进了装饰公司的大门……

半个多小时过后。

“成功了！”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原来，他这既是监督我又是关心我，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自己真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自己的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到这里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

这次的社会实践，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，进一步明确了自己的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**寒假社会实践报告500字篇八**

不知不觉，转眼期盼许久的为期一个月的社会实践就过去了。第一次参加社会实践，我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。通过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。

近半个月的社会实践，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。我在实践中得到许多的感悟！

在这次实践中，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，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，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。

俗话说：＂在家千日好，出门半＂招＂难！＂意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得考试吧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立！

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。

半个月的实践生活，说长不长，说短不短，虽未承担过什么重要的工作，但却也坚守本职，勤于学习，在平平淡淡的忙碌之中学到了许多书本上学不到的东西与做人的道理。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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。实践，不仅锻炼着我们的意志，它更大的作用是丰富着我们的知识，让我们在实践中锻炼成长、磨练成才。

**寒假社会实践报告500字篇九**

今年暑假我来到了医院进行为期一个月的护理见习。我深入到护士的日常工作中，亲身体会了做护士的酸甜苦辣，这才发现做护士并没想像的那么容易。做护士的确很辛苦，一会儿是输液、抽血，一会儿是打针给药。病人若有不适首先会想到护士，病人如有问题找的还是护士，病人要换药、换液又得叫护士病房里永远有护士忙碌的身影。

感受最深刻的是，临床是理论基础知识的巩固基地。临床的实地见闻，实地操练，让我重现在校学习那些枯燥又顽固的知识时提出的种.种问题。例如：我干嘛要读这些药理病理?背了对我有什么用?好像知道了以后还是一点儿意义也没有，知识是统揽了，但学过后总的感觉是，一直只为考试而学习，没有几分属于我自己。在学校里，没有人问我这些药吃了会有什么不良反应，即使我知道有这些不良反应，但是我从来没有真正见到过，我不知道一种药用错后有多么严重，没有人问我这种病有什么临床表现，我也没有真正见到过这些临床表现，到底是怎样的呢?是不是就是书本上的一样呢?

在我以前的印象中，护士就是耐心和细心的代名词。我一直以为，她们的工作很轻松、很简单，只需要执行医生的医嘱，“照方抓药”就行了，其他的工作也都是些琐碎的小事情。这一次我通过护理见习，才发现原来做护士并没有我想象中的那么简单。护士的工作很辛苦，我每天跟着他们跑都累得不行，

而他们不但要不停的在病房间走动，还要给病人扎针换药，实际上比医生累多了，但他们一句怨言也没有。一名护士，只要在工作岗位上，她就充满了力量。她们全身心的投入在一场战斗中：把自己的活力完全展现在病房内外;把自己的能量连同微笑毫无保留的奉献给病人。

这一个多月的见习生活也对我在将来工作时做到医护配合大有帮助，医生和护士的职责是相同的，都是为了给病人解决生理和心理的痛苦。只有当医护做到密切配合，才能给病人带来最大的利益。而要做到这一点，首先要了解自己的工作和对方的工作。作为将来的一名护士，必须了解护士的工作，所以这次见习我觉得既起到了早期接触临床的桥梁作用，又增进了临床思维能力，培养了动手能力，增强了信心。

见习期间，我跟随老师，细心听取讲解与指导，了解了许多医疗设备的基本操作，观摩并实践了许多种医疗操作，比如生命体征测定体重、血压、呼吸、脉搏、体温等等。有许多专业仪器我都是第一次见到。有许多看似简单的护理操作，真正做起来才知道并非如此。在医院的短短五周，新鲜事物接踵而至，时时给我带来兴奋的冲击。我充满好奇，留心观察，积极提问，护士们耐心的给我讲解，使我了解到了一些医疗仪器的使用方法、基本掌握了护理操作的要领和注意事项。她们生动的分析一个个看似简单的操作，并且在规章制度允许的前提下给我很多实践的机会，让我有机会使用这些仪器和设备，实践

护理操作。这些都使我对将来从事的工作有了一定的感性认识。

我会在今后的学习工作中更加不断努力地学习，以不断提高自身的专业水平。使自己的理论知识及操作技能更上一个台阶，以便能更好的服务于患者。争取做一名优秀的护理人员，以无愧于白衣天使的光荣称号!

**寒假社会实践报告500字篇十**

寒假的生活总是多姿多彩而又轻松的，我们有着充足的时间去安排各项活动，当然也少不了寒假的社会实践。

在这个寒假里，作为大学生的我们决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我们来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我们便开始了实习。我们分成了两个小组，第一个小组负责前台登记，账务结算。

第二个小组负责客房的服务和打扫。然而，前台登记并没有我们想象的那么简单。我们先了解了怎样登记，怎样刷房卡，怎样扫描客人的身份证和输入客人的信息并发送到公安局。在简单学习怎样解决一些紧急状况之后，我们开始了实习。不一会儿，来了几个客人，询问了一下房间的价格，我们怀着微笑回答。或许因为我们热情的服务，客人二话不说便决定入住了。

在我们登记了旅客的信息后，我们把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。第一次登记，便让我们几个成员有了成功感。我们继续保持着这份感觉，愉快的奋斗了一个早上。

虽然有些辛苦，但汗水见证着我们的劳动，留下了我们辛苦后的痕迹。但下午的工作却没有早上那么顺利，在将近1点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最热的时间段，很多客人打来了电话。有耐心询问的，当然也有大发牢骚，怒气冲天的。但我们现在是服务生，所以我们平静自己焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。

虽然有些客人还是听不进去，但我们可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我们也就松了一口气。当我上楼的时候，发现第二小组的成员忙不开交，干的都是累人的体力活，但是这也是一种工作，也要做好。他们首先要认别大小被单，被套，床单，床套。然后学会整理床，包括套被子，放床套，铺床单，套枕头套。还要打扫房间和卫生间，扫地和拖地，换掉用过的毛巾，浴巾，牙刷，牙杯，清洗浴缸等。不时在打扫的过程中，还要给房间的客人送去他们所需要的物品，为不会开门的客人开门。

当然，打扫房间的质量要高。他们第一次打扫的时候没仔细，没清理掉墙角的烟灰，客人知道后便向经理反映。他们了解情况后也就吸取了教训，开始仔细认真地打扫，并热情地为客人送物品。但半天下来，他们便累趴下了，但他们在中午休息一下后，又开始清理楼梯了。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我们便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我们在以后的生活里更好地经营理财，规划等。

在接下来的几天里，两个小组都慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。前台登记的成员和客房清理的成员都提高了他们工作的效率和质量，开始默契地配合。

例如，在客人退房后，我们总台的服务生会打电话通知打扫，他们打扫完后再通知总台，进行房间清理的登记。当在房间里的客人需要什么时，总台的服务生也会通知他们把东西送到房间。避免了自己运送的时间浪费，也提高了整个经营的运转效率。在快要结束的时候，我们向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

例如，在周末，节假日的时候往往房间的入住率会比较高。当然这也会受到一些特殊情况的影响，像台风，停电，停水等等。所以我们认为应该要把握好房间入住率的基本情况，针对现实的情况，实行相应的策略。当然，在一段时间的经营后，可以考虑对房间进行一些装修，从而可以大大提高房间的入住率，给客人带来新鲜的感觉，提高旅客的满意度，有利于做“长久生意”。

总而言之，我们不能拘泥于现状，要不断地推陈出新。这样，我们经营的宾馆才不会随着时间的推移而“变老”。同时，我们也要完善经营管理制度，实行奖罚分明的政策。在小的经营范围内形成一个良好的运作机制，从而能使宾馆可持续地，高效，健康的发展。在经营的同时，让自己不断学习经营之道，理财之道，规划之道，投资之道。结合科学理念和现实状况，使我们的工作事业蒸蒸日上！

**寒假社会实践报告500字篇十一**

社会丰富多彩而又充满挑战，作为大学生，我们马上就要踏入社会，接受机遇和挑战。

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。在大二这个寒假中，计网1231的同学们积极投身于社会实践活动，度过了一个祥和、文明、充实而有意义的寒假。

我们通过精心组织，认真发动以及同学的自发组织，保证了大多数学生投入到活动中去，使活动搞得扎扎实实、丰富多彩。寒假中同学们自发组成了社会新农村建设寒假调查实践小组。他们从各自的家乡搜集到了很多新农村建设的第一手资料，归纳分析总结后，发现了湖南省进行新农村建设中的各个地方的长处和短处。由此对各个地方的新农村建设提出了新颖的意见和建议。受到了各地村委的表扬和支持。

有的同学还成为了家乡社区寒假志愿者，每天帮助社区办公室整理文件，对社区发生的问题出谋划策。在社区选举期间整理选票。同时还完成了对社区的各个地方进行拍摄来做为社区资料的任务。相信通过这些实践活动，同学会对为人民服务这句话有更深刻的理解。当然，更多的同学选择的社会实践的方式是寒假打工。张雄峰同学在肯德基打工，做了一名服务员。这是我第一次自己去打工赚钱，对我来说意义非凡。

寒假一个月见识到了很多不同的人，也交到了一些有意思的朋友。做收银员不仅锻炼了我的反应能力和与社会上的人相处的能力，也提高了我对于时尚的品味。雷慧同学在家乡广场的咖啡厅做兼职服务生。她每天都会碰到很多外国人，对外语水平的提高很有帮助。

做服务生也让她变得更加有服务和方便他人的心态来面对这个社会，并且懂得在社会上赚任何钱都不是容易的事儿。她说道：虽然来我们店的都是高档的消费者，可是我们每天都会碰到形形色色的客人，有的礼貌非常，有的却也粗鲁无比。这也让我更加深刻体会到了社会的复杂性。而当服务员的辛苦也让我意识到在社会上赚任何钱都不是那么容易的。这会促使我更加努力学习，充实自己。

社会实践是一笔财富，社会是一所能锻炼人的综合性大学。同学们通过社会实践，更好的了解社会、服务社会，发现自身不足；社会为大学生的进一步学习提供了无数鲜活的案例，又为大学生上了最生动的一课，社会以及社会中的各个机构组织在行使自己的专业职能的同时也行使了教育职能。

这是教育实践通过大学生社会实践的方式对社会索取的表现。当然社会给予教育的支持绝对不仅仅是提供教案这么简单，还有很多种表现。但是无论如何，教育活动最终是服务于社会的，高校通过学生社会实践的重要方式与社会产生了互动。因此我们感谢社会给予我们大学生社会实践的机会。这为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件。

**寒假社会实践报告500字篇十二**

我短暂的三天无偿社会实践到今天就结束了，虽然只有短暂的三天，但是在这三天中的收获却是在学校所得不到的。请原谅我做如下的平铺直叙吧!

我这次的实践单位是一个个体工商户，在偌大的城市中像这种小门市、小单位数不胜数。我认为只有深入基层才能更深刻体会基层工人的生活，了解他们的心理状态，了解他们的需求，进而激发我们这些未来的技术人员的研发技术的努力方向。

在这三天中，我的主要任务是送货和开货单。关于送货，我想我就不必多说了，关键是认识路，别送错地方就ok了。关于开货单，这是我这三天来最头疼的一件事了，也是最令我痛心的问题了，这也是在我仅有的任务中唯一一个和我专业多多少少有关系的任务了。开货单不是单纯的在打印机上打印一张有字的纸，而是通过某一软件找到货物，并在这个软件上输入个数、单价等一系列操作后打印。这个软件可是很厉害，各种操作功能应有尽有，就如大闹天宫的孙悟空，想干什么就干什么。可是这个软件的弊端也就是在这里，我的老板只会这软件上的几种功能，对其他的功能却是一无所知。老板每次使用软件的时候，他都依次点击早在他脑袋里记住的点击顺序，每一次都是 那么的小心翼翼，生怕一不小心点错，坏了整个软件的数据。(曾经因操作失误软件瘫痪过)我想这个软件制作者扩大软件使用范围，勉强加大它的兼容性，目的无非是提高它的经济效益。但是我想说，我们的技术不是为人们谋便利，更好的为人们服务的技术吗?一味的追求经济效益你能推动社会进步、发展、引领社会风尚吗?单纯为了经济效益这也是自私的表现。好的目标，可以让我们更勇敢、更具创造力。

突然想起市面上的八核、四核智能手机，众所周知，八核、四核分别是八个cpu，猛的一听，八个cpu，好高端啊!八个cpu一定比四个cpu贵，事实也的确如此，在市面上，同款手机八个cpu的确比四个cpu的贵。其实，厂家在出厂同款手机的时候都是八核的，至于为什么会出现四核手机，这也只是销售策略罢了。又如房地产……在这里我就不多说了，相信稍微专业点的都应该知道销售内幕吧。

我认为，为了利益而致力于事业，非常的不好。虽然你赚的钱越多，代表你为国家做了更多的贡献，像提高就业率呀，拉动经济增长啊等等，但这些都不能成为你成为利益奴隶的借口。以人为本，不应该只成为政府的政策，更应该深入各个行业中。望我守住本心，用我微薄的力量传递一股正能量吧!

三天的无偿社会实践虽然很短暂，却足以让我思考我整个人生。

**寒假社会实践报告500字篇十三**

匆匆的两个月在手指间轻松地滑过，回头翻看这一个月的每一天，满满的全是充实忙碌的身影和沉甸甸的收获，感悟。很幸运选择了顶岗实习，不仅锻炼了自己，也使生活充满乐趣，惊喜，有滋有味！

记得第一次面对二三十个调皮可爱的孩子时，我慌了神，手足无措。之前学的一些方法根本没办法在他们面前实施，只想逃开。最希望其他老师让我去干别的工作只要别让我面对孩子。我实在没有什么好方法让那么多孩子的注意力全都集中到我的身上。近两个月的教育实习已经结束了，这短短的一个多月实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，体会到了一个作为老师的责任。

近两个月的教育实习已经结束了，体会到了一个作为老师的责任。同时，也使我的教学理论变成为教学实践，使虚拟的教学变成为真正的教学。刚来到学校，首先是对实习学校有初步的了解，对学校的基本情况和基本作息有所了解。其次是听课。现在的听课和以前完全不一样了：以前听课是为了学习知识;现在听课学习教学方法

目的不一样，听课的注意点就不一样，现在注意的是指导老师的上课方式，上课的思想。接着，根据在大学所学的教育知识和在中学实习听课所学到的，再根据具体的教学目的和学生的学习程度备课，试讲。做好上讲台的准备。经过几天的准备，终于把我的第一节课备出来了，并且通过了指导老师的审阅，可是在试讲并不成功，因为教学并没有根据学生的学习程度来合理地教学，对于刚接触英语的学生来说，并没有把知识点讲清楚。为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，在老师的指导下，并在听了同类课程的公开课之后，修改自己的课件和教案，终于得到了指导老师的肯定准备走上课堂。经过一周的备课之后，开始走上讲台。

刚开始由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了很多问题。如：由于讲课太快，没有给学生留下作笔记的时间;由于讲课不熟练，上课时没有好好关注学生，针对出现的问题，指导老师要求讲到重要内容时候要留下时间给学生作笔记，上课要多关注学生，对于不专心的学生要注意提醒，并且还指出了教学过程中没有注意的很多细节问题。每一节课指导老师都认真地听我讲课，并且提出了很多作为一个经验丰富的老师的宝贵意见。每节课结束，我都根据老师的建议修改课件和教案，不断地完善。

做一名好老师的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。这就要求教师不能只为了完成教学任务，而且还要多关心留意学生，经常与学生交流，给予学生帮助，让他们感觉老师是在关心他，照顾他。如何形成亦师亦友，积极健康的学习氛围和团结的集体关系，对于实习的老师来说是具有很大的挑战的。

刚到学校时，原任班主任刘老师就给我大概的讲了一下班上学生的整体情况，我只是大概的了解了一下，后来在刘老师的安排下，我第一次与学生们正是认识了，学生们对我们很热情，对我的工作也很配合，经过将近一周的跟班与相处，我逐渐和班上的学生熟络起来，对老师工作也逐渐得心应手。

班级活动方面：在原班主任刘老师的支持下，我们策划了一个主题班会。通过组织一次融知识、趣味于一体的活动，使学生在快乐中学到知识，在知识中收获快乐。

当实习老师的期间，我意识到，作为一名老师，不仅要管理好日常秩序，提供一个良好的学习环境，而且要时刻关注学生的思想动态、内心情感世界，这些并不容易做到。对学生要贯注了老师浓浓的爱心。“爱”是做好老师工作的秘诀，只要用心去做，没有做不好的。在这里也要感谢刘老师，他让我明白了很多做人的道理，教书育人，真的是要用自身去感化别人，不是单凭课堂四十五分钟的功夫。

临近结束时，很舍不得和学生们分开，一个多月的时间里他们已经成为了我生活的一部分，每天与他们谈话聊天，学生们给了我很多欢笑，我也从他们身上学到了很多，在这里，学生们给我留下了一段一段美好的回忆。最后一节班会课时，我很激动，说了很多自己在中学时的经历，希望他们可以好好读书，少走些弯路，将来考上好的大学，还说自己有空会回来看望他们。这一个多月的时间里，我经常帮他们克服在学习，与同学相处中遇到的困难，还和他们一起分享自己的成长经历。经常和他们聊天，有时和他们一起玩游戏，融入了他们的生活，学生也也很愿意和我分享他们的心情。他们是我带的第一批学生，无论以后自己是不是做一名教师，我都会记得在自己大学的时候曾经有过这样一批学生，给我带来那么大的触动，让我再一次体会到天真烂漫，再一次经历心灵的冲刷。我真心地希望他们可以快乐成长，学业有成，将来考上自己理想的大学。真心希望他们在人生的旅途中，希望他们可以走得顺利一些，我只能陪你们走一程，以后的路，就要靠你们自己把握。

教育界的李镇西说过：教育是师生心灵的和谐共振，互相感染、互相影响、互相欣赏的精神创造过程。它是心灵对心灵的感受，心灵对心灵的理解，心灵对心灵的耕耘，心灵对心灵的创造。通过教师实习让我认识到：现代教育要求教师除了精通某一学科的专门知识，懂得教育理论，掌握教育方法以外，还要求教师具有较好的语言表达能力和文字表达能力，有较为广博的知识面，有较好的沟通人际关系的能力，有扎实的基本功和一定的教学艺术。同时要求教师有正确的人生观和价值观，有一定的文化修养和高尚的审美情趣。

教师作为一个特殊的职业，需要具备很强的语言表达能力，才能把自己已有的知识尽可能多的、高效的传授给学生。教师是书本知识与学生之间的联系纽带、运输通道。古代文学家韩愈说过：“师者，传道、授业、解惑者也。”无论是传道、授业还是解惑，都要通过语言尤其是口头语言来完成。以前在学习的过程中，就有听老师教导在文理课程上有偏科的学生说，语文如果学不好，理解能力差，会对数学等理科学习造成影响。现在我才发现，对学生是这样，对教师，其实也是这样，表达能力和方式有欠缺的话，会直接影响课堂教学的效果，降低课堂教学的效率。同样一个教学内容，同样的教学方法，不同的教师讲出来的效果可能完全不同，学生的学习效果也可能完全不同。这种情况下教师口语表达能力的强弱直接决定了课堂教学效果及整个教育质量的好坏。所以，教育学家苏霍姆林斯基说：“教师的语言素质在极大程度上决定着学生在课堂上的脑力劳动效率”。我从实习工作中明白了其重要性，同时也得到了一定的意识和能力的提升

**寒假社会实践报告500字篇十四**

实践目的：

为响应我院举办安徽工程大学第七届挑战杯大学生创业计划竞赛和完成寒假社会实践工作，我以创新为主旨来完成我为期一个月的社会实践，通过创新行业的发展，从中得到各种管理原理，利用各种科学管理手段来经营，从而获得不小的创新经济。

实践内容：

此次的社会实践为期一个月，地点在自己的家乡-无为县，实践场所就设在无为最核心的地区-无为商之都;此次社会实践我还请我姐做我的助手，一起完成任务;实践形式是通过临时摊位来完成的，对于内容就是销售无为本地不常见的木质模型拼图。这次实践时间虽说是1月13日开始，但正式销售时间是1月17日，在这期间我需要要各项准备工作。对于此次实践有几大问题需要解决，一：销售内容;二：销售地点;三：销售时间;四：销售策略。在短短的几天里，我和我姐针对这几个问题做了深刻的思考和充足的市场调研。下面就是我对这四项问题的具体解决方法：

一：销售内容;为响应挑战杯大学生创业竞赛和我定的创新主题，我决定寒假我的实践内容必须要是新奇的，而且是本无为市场找不到的产品，以奇制胜。为了解决此问题，我和我姐白天就在无为市场上进行调研，了解目前市场上主流的商品，然后回到家通过互联网查阅信息，经过俩天的时间，我最终把目光投在无为市场上根本没有的木质拼图模型上。对于木质模型的选择基于这三点理由：一，这种商品够新奇;二，适用人群广，各种年龄段都会有一定的消费量;三，成本较低，有效减少此次实践的经费。

二：销售地点;所谓天时，地利，人和，一项项目的成功缺不了这三点，地点的选择尤为重要。针对木质拼图模型的特殊性，它最主要的面对群体还是青年学生，就此，我结合无为县城城区各大商业街的人流情况，我将销售地点定在县城最中心地段-无为商之都门口，这里也是无为人流最集中的地段。这势必更有益于此次社会实践。

三：销售时间;就销售时间问题，我和我姐起初有很大的分歧，我姐认为晚上销售比较好，我不以为然。现实不会欺骗我们的，我和我姐在商之都待了一天来观察人流量变化情况，最终我胜了，因为接近年关，气候寒冷，晚上大街上几近无人，因此我们把时间定在温暖的下午。

四：销售策略;对于木质拼图模型，很多人不知道这到底是什么?因此我采取现场表演的方式，我姐负责销售，我负责解说和现场拼装，将拼好的模型放上展台。如我所愿，这种营销策略获得了巨大的成功。

当然前期的准备工作还有进货程序，我在网上联系好供应商，通过网上查询和市场调查确定好进货种类，一切都进行的很顺利。

1月17日，真正进入市场销售阶段，我自己心里很紧张，因为一旦没人理睬我们的商品，就意味着我们的社会实践宣告失败，一千多元的成本即将血本无归;但是我也很有信心，我相信我的市场判断力和我的商品的吸引力。果然，大批的顾客很好奇我们的商品，在我和我姐的讲解下，争相购买，当天，俩个小时的销售时间内，我卖了800多元，乐的不可开交。随后的几天里，我们继续保持不错的销售业绩。

1月20日，库存货物买完了，我及时联系供应商，可是物流已经放假，只有走快递途径，第二次进货，物流费多花了接近200元，而且20，21，22，23这四天由于缺货，销售额急剧下滑，还好24号第二批货终于抵达，才让销售额得到反弹。但是由于当初的决断时间的滞后，导致四天几乎没有收入，造成了不小的损失。

这次社会实践我全程关注管理无缺陷原则，顾客至上，一切为顾客着想，本来我们的摊位是一个流动摊点，但是为了让顾客好找到，我和姐姐每天11点多就来到展区点，天天就在一个固定的地点。这也带来了预期的影响，一些顾客买回家后觉得很不错，并想继续购买，甚至介绍朋友同学来购买，保持销售地点的不变性，得到了很多回头客的光顾。2月12日，实践时间结束，家里最后一批货物也销售完全。

实践结果：

通过这一个月的实践，成果不错，这一个月，我前后进20xx多元货物，总销售额达到6000多，创造了翻番的经济成果。纵览此次实践过程，无不例外深深联系着管理这门学问，整个实践过程都有着统筹学作为理论铺垫，考虑全局，对整个市场进行调查统筹，从市场中发现商机，做出正确的市场决策，再利用创新产品来打入市场，对商品的销售的各个阶段充分管理，合理销售，从而达到了很好的成果。

实践总结与体会：

本次的寒假社会实践，对于一个还在校园的大学生来说，成果丰富，通过创新产品来推动了创新经济的发展，实践结束后，我有了以下几点总结：

1.》天时，地利，人和。对于一个成功企业来说，天时，地利，人和这三点必不可少，这也是对于企业管理者的最低要求，一个企业要是想得到发展，必须要利用好一切的优势，确定的经济区位和有一批最适宜企业发展的消费群体。这次寒假社会实践我即是事先对市场进行了调研，从而获得了不少市场信息，这为我确定销售地点提供了很好的前提。

2.》价格歧视政策。由于此次实践的内容是新奇产品，本无为市场根本就没有其他地点售卖，因此我根据《西方经济学》原理，制定了价格歧视政策。木质拼图模型成本也很高，如果价格过高或者过低，势必影响销售额。因此准确的市场定位尤为重要，商之都地带属于无为商业最集中地区，因此各种消费人群皆有，土豪者甚多。因此我将产品价格定在8元每个(小板)，价格属于大多数消费者都可以接受的价格。对于一些乐于讨价还价的顾客，通通采取多买多惠的政策，单件拒绝还价，这一政策也获得了不少优点，没有一个顾客会回头说自己买贵了!另外中间还有个春节，节后一些回头客前来购买时，价格不变，获得回头客的一致好评，并因此带来更多的顾客光临。

3.》展销一体化。这次实践我采用展销一体化销售模式，对于一种创新产品的销售，大多数消费者都不太熟悉产品的具体应用价值，展销一体化的销售模式必定会有意想不到的结果，我在销售地点摆一张展台，将拼装好的一些产品进行展览，同时在展台旁边我还置一个工作台，进行现场的拼装表演，果然，这种销售模式吸引了一大群人的驻足观看，我们的产品也获得了大家一致的好评，销售额当然有了很大的提高。

当然这次实践也有很多值得注意的地方，这些地方值得在今后的实践中引以为训。一，此次实践的实践虽说是为期一个月，但是真正的销售时间仅有短短的12天，并且每天的销售时间仅有3个小时左右。除了这12天，剩下的时间几乎是市场调研和中途进货耽误的时间，这中间耽误的时间是一项极大的损失。二，迎合消费者口味，第一次进货，拼图品种很多，但是销售一段时间后发现，一些市场畅销的品种我没进几个，那些市场不太好销售的我却进了不少，这一点也着实影响销售业绩。

通过这一次的寒假社会实践，我充分体会到了管理的艺术，利用管理学的知识，发掘新的商业经济。但是在这其中也暴露了我不少管理方面问题，对于市场没有做好及时的预测导致停售甚至滞售。只能说对于管理这门科学，我们还有很多需要学习。运用管理学知识，通过创新行业带动创新经济的发展。

**寒假社会实践报告500字篇十五**

\_日，我们去了社会实践的第二站，\_市老年公寓。很巧的是，我们去的时候看到了，我们学校的话剧团也在社会实践。他们在为表演话剧。

我们却被分派新装修的房间里打扫卫生，具体的就是擦窗户，擦墙砖。我们来福利院就是帮忙的，当然也不能挑三拣四。不能怕苦不能怕累。可是，透过，这个现象，我们也不得不思考一个问题，技多不压身。在我们毕业的时候，我们是不是应该有自己的一技之长呢。而不是靠我们的体力来劳动。我们应该有思想。当然，劳动不分贵贱。我们应该向所有劳动工作者致敬。但我个人，或许更提倡用思想去劳动。长期的体力劳动对人的健康也不好。大热的天，我们在没有空调的屋子里打扫卫生。我们够不到的地方，就让我们去搬个床头柜站上面。男生劳动的时候都特照顾女生。男生做完自己的手头的活都会主动来帮我们女生，让我们去屋子外面凉快一会。

这就是我们的男生，新装修的屋子里没有水龙头，我们都是用盆子里的水在擦东西。由于天真的很热，才一会，我们就需要不停的擦汗。那是咸咸的味道。衣服也是了，到最后衣服估计会拧出水。脏兮兮的玻璃被大家猜的很干净，大家心里是满足和幸福。我捕捉到了他们的笑容。最后的窗户我们完全可以用来做镜子，能映出人来。我还对着镜子拍了一张。

在我们劳动的最后，因为天太热，所以我们去室外找水龙头，洗洗脸。那是室外他们洗菜的地方，旁边是食堂。这一次去老年公寓，真的感觉不太好。或许这个老年公寓时间久了。虽然有一些新装修的房子。但是，它做饭的地方看上去，我真的没有吃饭的冲动。还有楼道里的味道也不太好闻。有些老人生活不能自理，但是工作人员如果清理的勤快，味道不会那么浓。院子里的娱乐运动设施也不太健全。

政府可以用筹集善款等方式，去帮助老年公寓，更好地改变一下环境，这样老人才能更舒心。在这个地方，我看到的都是中老年人，没有年轻的力量，应该是老年人照顾老年人。可是由于工作人员是老年人，我想无论在力气还是什么上，年轻人可能更好些。或许只是学护理专业的学生，毕业不愿意来这种地方呆着。这就需要政府和年轻人的反思。如果，政府加大对老年公寓的投入，改善其环境，提供相对合适的工资，这样不就有学生去了，这样政府也促进了就业。

如果，年轻人自己的思想得到更好的提升，或许也会有更多的青年力量风险给老人。最美不过夕阳红。老人们辛辛苦苦忙碌一辈子，贡献了一辈子，做儿女的不应该养着他们吗。社会不应该更好地去服务他们吗。

最近老年法进入了修订的阶段，其中特别增加了这样的内容，对于那些独居的老人，负责赡养老人的子女有义务经常回家看看老人。这样一个法律规定国际上来说是相当罕见的，但是我觉得它体现了中华民族的传统的美德。另外从当前这个现实来讲，这样一个法律规定也是有必要的，最主要是把一种原来从道德上、从传统上大家都会自觉去做的一些事情，现在把它给予一个法律的要求。可是这种做法我们不该深思吗。

现在中国已经有超过1亿的老人他们是空巢的，就是说他们不跟子女住在一块。如果说老年人在经济方面生活有困难，相应的会有地方上照顾，有小区的照顾，但是对于老人来说，最重要的还是精神上的慰藉，就是子女能够经常陪着自己来看看自己。这样一种要求绝对不过分，但是现在确实有一些子女他们就不能经常，甚至不回家去看。

如果这个老年法经过修订以后它能够正式成为法律条文，人们可以根据相关的法律条文起诉这些子女，基本上人们也不希望用法律要求子女去看父母，但是有了法律规定之后，他会成为对一些不孝敬父母的子女对他们是一种约束。可是有哪个父母会告自己的儿子。

所以，爱父母，多回家看看，也不要送他们去老年公寓。你也不想自己以后被儿子送进去。就现状来说，中国的保障体系有待完善，老年公寓也不见得是老年人的天堂。你做的事情，你的儿子也在看着。言传不及身教。

真心希望，我们更爱老人，社会也能给予更好的服务。

**寒假社会实践报告500字篇十六**

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支布提供了参加实践活动的建议。这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。感谢学校给我们学生提供一个社会实践的平台。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从x月xx日到xx月号为期x个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

一、基本情况以及工作体会

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。我们第一天是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很积极、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样瞧不起人家呢？但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，因此慢慢的我就习惯了。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

二、实践感悟以及心得体会

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。现在举例如下：

1.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。

2.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。

3.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。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。”

4.在工作中要不断地丰富知识

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。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

三、本人存在的问题以及几点思考

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

虽然在实践中存在着一些问题，但是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。通过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

四、本次社会实践的问题和建议

一、在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

二、因为我的专业是经济方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真希望以后能再有这样的机会，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，系领导和老师对我们的支持是不可忽视的。正是系领导和老师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交能力及实践能力的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚定的基础。

我们说过，我们也努力过，因此在那段烈日与汗水的日子里，我们感到无悔，更感到骄傲。

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