# 2024年社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字(5篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-06-18

*报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助...*

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字篇一**

在家里呆了几天，那种幸福的感觉就消失了，在每一年的年底，家人都很忙，我的好朋友还没有回来，每天都是无聊陪伴着我，我终于将我的打工梦提上了行程，我本来是想在家好好玩几天的。却没想到一个人的家里是那么的无聊，空虚，更是孤单。为了更好的完成学校给我的实践报告，我的打工自然要与学校给予的实践报告范围相符。我仔细的研究了学校给予的实践报告后，我依然决定去当家教。.。

我当家教有很多的原因，首先是我从小就梦想到老师，我感觉我可以将我所知道的知识传授给孩子们是一件很幸福的事情，有自豪，更有感恩。所以我上大学的时候报考的是一所师范学院。以便更好的完成我的梦想。其次是我的英语比较突出，当家教去教英语，完全发挥了我的长处。.

基本确定了自己要干什么，我就开始寻找自己的实践对象，由于是初次打工，我并不知道我的第一步该怎么走，我该怎么样去推销自己，张贴小广告？还是什么，呵呵，不过这点小事难不倒我，我决定去找我的高中英语老师裴高平先生，希望他可以帮我推荐给他的学生。说做就做，第二天我就去寻找裴老师去了，其实我并不知道他家在那里，不过我知道裴老师夫人在西湖市场开了个化妆品店，通过这个我第二天中午就见到了裴老师，晚上我没有回去，裴老师请我在他家里吃饭，晚上我们聊了很久，裴老师告诉我，他现在带高一，班里有个叫高峰的男孩，他十分的聪明，但是十分的顽皮，数理化都十分的好，就是语文和英语不好，由于顽皮的原因，这些要靠记忆的课都十分的不好，他说明天上课的时候联系下他的家长，希望我可以去给他当家教，因为裴老师所在的闻喜高中是一个全开放式的学校，虽然有少数的人住宿，但是大部分孩子都来自县城里，所以孩子们基本都是走读的，高峰也是走读的。听裴老师说，高峰家里住在西湖小区，父母都是公务员，家里的条件挺不错的，由于是独生子，父母挺溺爱他的，所以才导致他十分的贪玩，不过由于高峰十分的聪明，而且对数理化也十分情有独钟，却对英语十分的反感，甚至是讨厌，裴老师说高峰上他的课经常是睡觉，或者看漫画书，老师家长都没有什么办法，在了解了大概之后，我依然决定选择高峰作为我的第一个实践对象，我不会让我的第一个打工实践以失败告终。

在等了两天之后裴老师给我打来电话，告诉我他已经和高峰的父母交谈过了，他的父母十分的高兴我可以去为高峰当英语家教，当听到这个消息后我十分的高兴，我的家教实践就这样成功的迈出了第一步。后天就是星期六了，高峰也放假了，我决定那天去高峰的家里，把这件事情定下来，那天中午，我在学校门口等着裴老师下课，十二点的铃声终于在我漫长的等待中想起，裴老师带着一个长的十分秀气可爱的小男孩走过来，裴老师告诉我，这就是高峰，我已经和他说好了，现在就让他带你去他家，高峰笑着叫我邓姐姐，带着我向他家走去，一路上我们有说有笑，高峰告诉我，他不喜欢英语，那些奇怪的字母他看着就不舒服，不过他想考重点大学，由于英语如此之差，对以后考大学是个很大的障碍，他也曾想着要去好好学习，可是一旦实践起来，却十分困难，记单词根本就记不住，就算记住了也很快就忘了，他也希望我可以帮助他。晚上我和高峰家长聊了很久，高峰父母告诉我，他希望高峰以后可以考取重点大学，可是英语一直是他们一家人头疼的事情，希望我可以帮助高峰。然后我们说了关于补习的时间，以及费用，高峰晚上九点下自习回家，我每晚从九点半到十点半，补习一个小时，每小时二十元，晚上住在高峰家里，两周后高峰期末考试结束，在寒假里，从早上九点到十一点，下午三点到五点，每小时二十元，补习到腊月二十九，这样算下来，我当家教可以挣到将近一千元左右，想起来就开心，这样我就可以解决两个月的生活费了，更主要的是心理充满了期待，期待第一次的在外实践，第一次的挣钱养活自己。、

星期天裴老师接了我两本高一的英语课本和练习册，我仔细的研究了下，好好的开始了自己的第一次备课，高一总共十单元，我决定每两天一单元，利用寒假吧高一课本给结束了，星期天从下午两点我就开始看书，一直看到晚上十点，一遍一遍的对着自己说着课本的内容，我都快把第一单元的两篇reading给背过了，课文，单词，语法，以及练习册上面的习题，看了不知道多少遍。那晚我梦到我再给高峰补习英语，我很成功，高峰十分喜欢我给他补习英语，效果也十分的明显，我带着笑被妈妈叫醒，我才反应过来，原来是个梦。星期一的早上 ，我就开始准备了，由于晚上在住在高峰家里，我决定背上我的单肩包，课本 练习册，笔，手机，钱包，我一边一边的检查自己的东西，这时妈妈突然问我，不是晚上再去吗？现在就要走吗？一下子把我问倒了，我太紧张了，是啊 ，晚上才出发，现在才早上，确实太早了。感觉这天好漫长，充满着期待我来到了高峰的家里，那时是九点二十多，高峰还没有到家，他妈妈已经把我的卧室收拾好了，我在高峰父亲的书房给高峰补习，终于等到高峰回来了，坐在高峰的旁边，我紧张到双腿发抖，我一直在告诉自己，这是高一的东西，那么简单，紧张什么，再说昨天备了那么久的课，不要紧张，。.。.。.。.。.。.。.。.。.。.。.。.。那晚我失眠了，我哭了，我感觉自己很失败，一切都和我想的不一样，我没有想到第一节课竟然是这样，高峰根本就听不懂我在说什么，reading部分高峰根本就听不懂，他甚至不知道old是什么意思，语法更是一窍不通，就和天书一样，我到最后也是越讲心里越乱，再加上高峰的无奈，我甚至不知道最后十几分钟我在说什么，好漫长的一小时，我感觉想坐在那里过了一天，那晚，我想了很久，我不知道我到底失败在那里，我认为很简单的东西高峰为什么就听不懂呢，到底哪里出了差错？

第二天在家里，我一直在想这个问题，到底是哪里出错了，为什么会这样，我想起了我刚开始学英语的时候，初次接触一种新的语言，心里充满了好奇，发誓要学好它，每天狂练单词，狂背课文，英语课总是充满了期待。难道是高峰的英语太差了？以至于就讲课文和语法他接受不了？难道是高峰对英语根本无法充满期待？甚至是逃避英语？我突然明白了，对于英语这种语言课程，对于一个英语底子十分差的高中生，补习英语根本不能从高一开始补，而且对于一门语言课程，培养兴趣是多么重要的事情，我立马想起了什么，我跑到自己的书柜里，把弟弟的初中英语书全部翻出来，单词全部撕下来，定成册子，把初中很简单的语法总结道一起，把初中的课本全部带上，我决定对高峰的补习从初中开始，从最简单的开始，从兴趣开始培养，从英语的重要性开始说起，初中和高中一起复习，以单词和课本为主，语法其次。晚上，在明亮的灯光下，我看到了高峰的无奈，和昨日的无奈一摸一样，那种表情，似乎放弃了我，放弃了英语。我并没有直接对高峰讲课，而是对他说了很多，你知道吗，语言对人类的重要性吗，作为人类基本的沟通方式，语言是最重要的，。.。说了很多和英语没有关系的，关于语言的重要性，当我拿出初中单词册时，他高兴的说里面有很多他都认识，我有让他看了初一的课文，他说挺简单的，他只有少部分不会，我很高兴，我希望从初中英语上来培养他的兴趣，培养他的英语自信心，更用以弥补他的英语基础，增加他的词汇量，我告诉他，既然很简单，每天在学校利用课下时间必须记住三单元，课文记住三篇，怎么样，我相信你应该没有问题，他高兴地答应了，说这么简单一定可以，我晚上负责抽查他记忆的情况，并且教他高一的单词，一晚上教他十个，我不希望太多的量压垮他，让他失去信心，就这样，他每天都按我们所说的那样，努力的复习初中的英语知识，我晚上教他少量的高一英语知识，很快两周过去了，他高兴地告诉我其实英语也不怎么难嘛，初一后面的课文由于他单词全都记住了很简单就看懂了，他也不是很讨厌英语了，我很高兴他的变化，我并不会奢求在二十多天的时间教会他多少英语知识，我只希望我可以让他真正的喜欢英语，真正的爱上英语，期末考试结束了，他告诉我，英语他考得还是一样的糟糕，根本看不懂那是什么，阅读短文基本上很少有能看懂的，我告诉他，没关系，毕竟我们才开始复习嘛，期末又不是高考，并不代表什么，我相信下次考试，你一定会有很大的进步，就这样，我按照我的方法和计划初中高中一起复习，以增加他的词汇为主，二十多天很快就结束了，我明显感觉到高峰对英语已经不再像以前那样充满厌恶和反感了，而是一说起英语反而情趣勃勃，还没事主动学习英语，记单词，我很高兴看到他的改变，虽然短短的二十多天我并没有教他什么英语知识，但是我还是十分的激动，因为我让他知道了英语的重要性，帮助他培养了学习英语的兴趣。

在腊月二十九下午，在那顿离别餐上，我一言不发，我怕我随时会泪流满面，我不舍，我的第一次打工，第一次挣钱，第一次实践，第一个学生，那顿饭吃了很久，在出门的那一刻，我终于无法控制住想潮水般的泪水，是激动，不舍，更是欣慰。.。.。 经过这次家教实践，我收获很多很多，我感觉到了挣钱的艰辛，感觉到了血汗钱的宝贵，这次寒假的家教实践，带给我的不仅仅是那薄薄的一叠百元大钞，而是我所获得的社会实践经验，所获得的那种宝贵的第一桶金。

**社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字篇二**

有的人说大学是象牙之塔，大学是恋爱的美好天堂，可以潇洒自如的过着日子，享受大学的乐趣，我不会全然否定它们，因为各种事物只要存在就有它存在的理由，其实我只想说，当你身处象牙之塔，认为自己足够享受之时，你体会过塔外的酸甜苦辣与辛酸吗？如果你们觉得自己是生活在天堂里的快乐鸟，那你们是否用你们的翅膀尝试过天堂外面的风土人情呢？大学是一个小小社会，步入大学就等同于开始进入了人生的战场，在这里不会有人要求你去做什么，也不会有人强迫你去干什么，但是我们也不能在这所充满激情的大学里迷失自己，更不能玩物丧志。毕竟有一天我们会走出小小社会，进入大社会。有一句话说得好：“与其坐失良机，还不如主动出击”，因此在今年的寒假里我就去尝试了一下与社会接触。我通过这数十天的经历，深刻地认识到社会实践是一笔巨大的财富、是体味人生的百味筒，是验证实力的试金石，社会才是一所更能锻炼人的综合性大学。我们的工作在那里，必有一天我们要带着自己的能力，带着我们的课本知识奔走在它那包罗万象的怀抱。

这是我在大学的第二个寒假，面对一个多月充裕的假期。我觉得是不是可以做点什么，与这个大社会来次亲密接触，那天，我去街上买东西，因为年关将至，各式各样的年货令郎满目，想到是不是可以批发零售春节的必需品，比如：春联，回到家里跟爸妈商量后，他们同意拿出1000元让我尝试一下，于是我又拿出了自己储蓄的几百元，然后孤身一人来到安徽大市场做一次考察市场，最后和一家春联销售批发公司定下了1500元的货物。腊月十三号，我便开始骑着三轮赶集会，做生意是很困难的，看着那么一大箱子的货，我开始有点担心，生怕把父母的心血就这样给浪费掉，于是我采取了以下促销措施：

1、与村邻沟通，看是否可以在家门口就可以销售；

2、和亲戚家里协商，以略高于批发价销售给亲友；

3、在集市中以略低于市场价格的销售方式零。苦心志、劳筋骨、饿体肤是在所难免的，经历了五六天的奔波，终于我有所收获。加之，年越来越进，市场也彻底打开了，年底天下雪了，我知道风雪只能挡住我前进的眼睛，永远也挡不住我渴望幸福的心。

在集市上，开始我只是小摊小卖，后来下雨了，撑起了帐篷，这是从别人家借的，有时候中午会很忙，就让家人送点吃的来，自己就在那看生意，就这样持续了几天，本以为这批春联会麦完了，毕竟只是第一次做这样的生意，而且竞争力也比较打，可是没想到当再次换个地点后，加之xx年新年的即将来临，销售又红火起来了，于是我又去批发了一批货物，就在大年26，27，28、29这四天时间，卖出一千块钱的货，我会心的笑了，想到妈妈告诉我的，做生意就要起早，代晚，不歇中；想到爸爸的几日陪伴与支持，想到弟弟的不辞辛苦的坚持给我送饭，帮忙，我含泪的笑了，感谢你们，感谢我的家人，谢谢你们给我的支持！

为了以后更好的发展，为了健全自己各方面的能力，寒假经历告诉我:要先修德，成为一个有德之人；再学好专业技能，成为一个有才之人。还有就是拥有一个好的口才，这一点我深有体会，没有好的口才再好的才华也会被埋没。口才是连接人与人的必备武器，是被别人更清楚地了解自己的窗口，是把已包装好的自己推销出去的最好手段，是面试和找工作的最大筹码。如果你是一个不爱说话或不善言谈的人，请告诉自己：“社会不需要一个自闭的人，我要改变自己，要成为一个能说会道的人。”再就是社交方面，如果你的社交关系不好，在社会上你就会感到寸步难行。我们要懂得人脉等于钱脉这个关系，社会实践调查证明，30岁以前靠的是个人的实业能力，而30岁以后靠的则是人脉关系。人脉关系差的人无论是找工作，还是办事都很难成功，甚至走后门都没人理，但是人脉好的人就一个电话或短信也许就能搞定一切。这就告诫我们从现在开始要积累我们的人脉，珍惜身边每一个朋友和每一个陌生的人。也许他或她就是能帮助你的人，能为你人生添滋喝彩，为你事业搭桥建梁的人。

**社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字篇三**

如果说太阳的第一缕光线能给予人们希望，那它的持续照耀就能让人倍感温暖。就好像我们xx义工会的战友们。也许当初的加入有人只为圆自己一个梦，有人只想发一分光热，也有人只凭自己的一腔热血……不管目的何在，最后都会在这个充满爱的领域扎根，发芽。在这里的奉献不求索取，在这里的付出不图回报，我们只想多出一份力，持续的。多发些光，只求这片爱的土地更加丰盈茂盛。

虽然xx义工会成立不久，但在大家的共同努力，本着服务社会，不仅发挥了极大的作用，更为能尽自己一份力量而欣喜不已。

做义工不是一时的热情，而是恒久的坚持。人，是平凡的动物，人也终会衰老，有的老人会与家人安详的度过自己的晚年，但也有很多的老人却只能在敬老院中寻求自己的生活。敬老院，或许在很多人看来那是个不错的养老地方，但只有在那里的老人们心里最清楚他们要的究竟是什么。是安逸的生活吗？是娱乐的场所吗？不，他们要的只不过是一家人在一起其乐融融的团聚。虽平淡如水，却情暖人心。

老人们的心思要我们义工们去体会和理解，老人们的渴望我们义工们争先去满足。农历八月十五，是传统的中秋佳节，当许多人和家人团聚在一起时，我们的xx义工团体却早已想到了时时需要社会关心的特殊人群，希望能给他们带来节日的问候。在9月18日，为了能在佳节到来之际给老人们一个“家”的温暖，我们利用自己的休息时间，带着水果，生活用品以及联同马坝益街坊大药房（赞助月饼及日常用药一批）前往xx区马坝镇福利院，为那里的老人们奉献自己的一份爱心。

义工们的心思缜密，深知老人们的需要，因此，我们多做的就是生活中的事情。我们给老人捶背，虽不是专业按摩师，但却总能为老人们增加更多的舒适和精神。捶背过后，老人们总会乐呵呵地感叹：“真舒服！还有义工的孩子们为老人唱歌跳舞，让老人们感觉好像就是在看自己的孙女一样，脸上露出了开心的笑容。多数的老年人随着年龄的增长而看不清楚自己已经长长的指甲。细心的义工们会用指甲刀给老人仔细小心修剪，这样干净的指甲会让老人减少很多不必要的麻烦。也为老人的健康提供了有力的保障。不足的是那次活动没有带上针线，因为有些老 https:/// 人家的衣服有破损而未及时缝补。

也许现代的我们还可以到处逛逛，随处玩玩，有使不完的力气，有花不完的经历。我们用尽各种方法寻求刺激，可是对于年过花甲的老人们，他们的圈子在一天天的缩小，能玩的活动也在一天天的减少。他们的身体等等限制了他们的活动，但并不意味着好动的心也停止了转动。

他们也想用些方法改善下自己的生活。因此，我们的义工会的义工们没事就陪老人下下棋，聊聊天，唠唠家常。闲聊中我们发现，其实老人们的要求很简单。只要没事时陪陪他们，和他们说说话就已满足。大鱼大肉，金银富贵，他们不稀罕。也许就是这样平淡的感觉，却能时时温暖着老人们的心。孤寡老人们激动的泪水也仿佛告诉我们，一切的付出都是值得的。

人，就是这般的感性，在优越的环境也不能将一颗冰冷的心解冻，唯有人间的真情最动人，那温度足以燃烧整个宇宙。你的心暖了，何时不是春天呢？

**社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字篇四**

通过这次寒假的社会实践活动，我得到了很大的收获。

1、要有一颗感恩的心。

这次寒假，我帮爸爸、妈妈做了许多家务事，有扫地、选菜、端碗、倒垃圾…虽然事情很小，但从这些琐碎的事情我体会了爸爸妈妈平时是多么的辛苦。以后，我一定要努力学习，好好的孝敬他们。

2、帮助别人是一件很快乐的事情。

当别人有困难时，我们应该立即帮助他们，甚至是素不相识的人。在春节时我帮助门卫伯伯打扫院子里的落叶时，心里甜蜜蜜的。也感觉到在帮助别人的同时，自己也会有一种特别踏实的感觉。

3、读书真好。

我记得高尔基曾经说过一句名言“当饥饿的人扑在面包上，就像我扑在书本上”。我终于理解这句话的意思，从书中能够学到丰富的知识。我今后一定要养成读书的好习惯。

4、多动手、多动脑。

通过一些小制作小发明，使我的手变的更灵活，同时也锻炼了我的手工能力。使我的头脑变得更聪明。

**社会实践总结报告1000字 社会实践总结报告3000字篇五**

作为一名初入大学的新生，在一学期为期五个月的学习生活结束后，我开始了自己大学生涯的第一个长假，顺利的买到回家的火车票，再次踏上了故乡的土地。如何成为一个合格优秀的大学生，不只是要完成象牙塔中的学习，在社会中的实践与磨练更是显得尤为重要，所以在这一个月的长假中我要认真的完成老师布置的社会实践任务。

完成作业的第一个问题摆在了面前：要确定一个什么主题去实践？想到自己是学经济的，就一直考虑去了解了解自己县城的年财政收入以及民生方面的财政投入，就在我思前想后难以入手的时候，一件大事让我有了思路。二零一零年元月二十四日上午十时三十六分，邻省山西的运城市河津市、万荣县交界发生4.8级地震，由于我们渭南市和山西省隔河相望，跨过一座黄河浮桥就到了山西境内，老家农村在山西打工的亲戚朋友邻里乡亲数不胜数，再加上我们县城就有明显的震感，大家一时间都是忐忑不安，为那里的人们担心不已，了解到情况后才松了一口气。我终于有了自己的实践主题，那就是“了解农村偏远地区的地震防护工作”。

说干就干，我整理了思路，开始了自己的假期实践。

一、 上网了解地震灾害的成因以及我国的地震带分布及近年来的特大地震灾害

经从网上查找，我得知地震的原因主要有：地球各个大板块之间的相互挤压以及火山喷发。地震分为天然地震和人工地震。天然地震主要是构造地震，它是由于地下深处岩石破裂、错动把长期积累起来的能量释放出来，一地震波的形式向四面八方传播出去，到地面引起的房摇地动。构造地震约占地震总数的90%。其次是由火山喷发引起的地震，称为火山地震，约占地震总数的7%。此外，某些特殊情况下也会发生地震，如岩洞崩塌、大陨石冲击地面。人工地震是由人为活动引起的。如工业爆破、地下核爆炸造成的振动：在深井中进行高压注水以及大水库蓄水后增加了地壳的。压力，有时也会诱发地震。地震是极为频繁的，全球每年发生地震约500万次，对全球社会有着巨大影响。

我国位于世界两大地震带-----环太平洋地震带和欧亚地震带之间，受太平洋板块、印度板块和菲律宾海板块的挤压，地震断裂带十分发育。二十世纪以来，中国共发生六级以上地震近800次，遍布除贵州、浙江两省和香港特别行政区以外所有的省、自治区、直辖市。我国的地震活动主要分布在五个地区的23条地震带上：① 台湾省及其附近海域；西南地区，主要是西藏、四川西部和云南中西部；西北地区，主要是在甘肃河西走廊、青海、宁夏、天山南北麓；华北地区，主要在太行山两侧、汾渭河谷、阴山—燕山一带、山东中部和渤海湾；台湾省位于环太平洋地震带上，四川、青海等省份位于喜马拉雅—地中海地震带上。

1976年7月28日，河北唐山7.8级大地震

xx年5月12日，四川汶川8.0级特大地震

xx年12月19日，台湾花莲海域6.7级地震

xx年2月27日，琉球群岛7.2级地震

……

二、 收集资料，了解我们陕西地区的地震历史以及所处地震带的情况

据我查找资料，历史记载的陕西大地震，1556年1月23日的陕西华县8级大地震，死亡人数可能高达83万人，是近代来极其严重的大灾难。还有13xx年山西洪洞8级大地震。

陕西最著名的就是汾渭地震带，。北起河北宣化—怀安盆地、怀来—延庆盆地，向南经阳原盆地、蔚县盆地、大同盆地、忻定盆地、灵丘盆地、太原盆地、临汾盆地、运城盆地至渭河盆地，是我国东部又一个地震带。

三、 走访县防震办公室，了解县上的地震防护工作都有哪些

办公室的工作人员告诉我，他们的主要任务有：

（一） 大力开展防震减灾宣传教育，增强全民防震减灾意识。

（二） 完善宏观地震异常观测点，推进“三网一员”建设，切实加强群测群防工作，大力提高地震监测能力。

（三） 要突出防御重点，消除地震灾害隐患，依法加强对地震安全性评价工作的管理。

（四） 积极做好地震应急救援准备工作，提高地震应急处置能力。

（五） 把防震减灾纳入国民经济和社会发展规划，列入政府议事日程。

（六） 建立全面的防震减灾组织领导体系，制定实施防震减灾工作实施方案。

四、 做调查表，在县里及农村开展调查，调查人们对地震防护知识的了解程度

为了了解人们对地震知识的了解，我自己设计打印了100份调查表，调查表如下：

你了解地震的科学成因吗？

是 否

你亲身经历过地震吗？

是 否

你知道地震时哪里最安全吗？

是 否

你是否知道地震受伤后的自我救护？

是 否

你知道我们这里要求的房屋抗震指数至少是多少吗？

是 否

你家附近是否有可以躲避的大广场？

是 否

你家里是否有急救包、应急包？

是 否

你是否知道自己居住的房屋抗震指数是多少？

是 否

你是否参加过地震演练？

是 否

如果传言有要大地震，你是否会惊慌失措哦、外出躲避？

是 否

对调查结果分析后，我发现人们普遍不了解地震的科学成因以及科学防护，但是都知道一些简单的避震方法，比如看动物有无异常、在宽广地带躲避、不能跳楼等等。由于我们县城的地理位置，大多数人没有亲身经历过地震。而且反映出人们面对灾害，缺乏理性，容易轻信谣言，造成恐慌。

这就更说明了基层的地震防护宣传以及政府出面辟谣的必要性和重要性

五、 参加县地震局的下乡宣传工作，向人民群众讲解地震知识，发放地震防护手册

工作人员告诉我，他们办公室这段时间刚好正在开展地震知识宣传活动，我可以跟随他们一起去看看、实践实践。我很高兴的参加了他们在年前举办的下乡活动。

我们上午出发，去了县城附近一个小镇子，随车带了桌椅。到达后，摆好桌椅，取出宣传册，还有个扩音喇叭，开始了一天的工作。他们的小册子做的很细心，有针对小朋友做的带插图拼音的，也有针对大人讲述怎样保护孩子的。工作很简单，就是用喇叭介绍情况，然后发放东西。忙了大半天，村民们已经散去，我们也收拾东西准备回城，收获还是可以，小册子基本发完。

六、 总结实践过程，完成好实践报告

自零八年汶川特大地震灾害以来，人们对地震的灾难性有了清醒的认识，对它所造成的毁灭性的打击可谓是谈之色变，天灾难以避免，但我们可以尽全力去让损失降到最小，尽可能的保护好人民的生命财产安全。这就需要我们每个人都能够了解简单的地震防护知识，具备好的自我保护能力，同时有着乐于救助他人的优秀品格。地震防护，尤其是农村偏远地区的地震防护，是重中之重。因为广大农村偏远地区，基础设施差，建筑质量差，医疗条件差，人民的知识水平低，这就意味着在遭受灾害时，要受到的考验更严峻，要受到的损失更惨重，所以做好这些地区的工作是最为重要的。

回顾自己假期的实践过程，总的来说是顺利的，但是还是暴露出诸多问题，特别是在面临一些具体问题时难以下手。比如刚开始去政府大楼找资料，工作人员不信任，不让进去，就一时想不出解决的办法，最后终于在拿出学生证等证明材料后顺利拿到资料；还有做调查表时，别人不理会把表格当做玩笑，自己轻易就放弃了，最后还是硬着头皮一个人一个人问解决了问题。

这些经历都让我认识到：

一、 理论付诸实践，总是有一定距离，这就需要自己有周密的计划以及详尽的安排，在实际中总会出现种种意想不到的问题与麻烦，所以行动前要考虑清楚，想到各种可能，然后逐一解决。

二、 再就是实践行动中，人际交往尤为重要，往往决定着事情的成败与否，所以和别人交往要慎言慎行，但最重要是要真诚，又不可太学生气。

三、 大学，是一个学习真本领的地方，是一个学习为人处世的地方，课堂外的知识也是必不可少的，要努力完成从一个听老师家长话的高中学生向一个有思想、有见解、有头脑的大学生转变，学会自己处理事情。

如上所述，就是我寒假一个月完成的实践报告，请老师批评指导。

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