# 实践报告5000三下乡(二十四篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-08-05

*报告，汉语词语，公文的一种格式，是指对上级有所陈请或汇报时所作的口头或书面的陈述。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!实践报告5000三下乡篇一打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有...*

报告，汉语词语，公文的一种格式，是指对上级有所陈请或汇报时所作的口头或书面的陈述。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

**实践报告5000三下乡篇一**

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，十几天的打工生活，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。

时光飞逝，转眼间告别了暑假，回到了学校。回忆我的暑假打工生活，点点滴滴仍然历历在目，我想那为期十几天的打工经历是我人生中的一笔宝贵财富。在我的打工生活中，我也明白了很多：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。

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。

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。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。

没有实践，就没有发言权，只有亲身经历过才有那种超乎平常的感觉。今年的自己的社会实践和去年有所不同。其实学校要求我们参加积极暑期社会，无非是想让我们提早接触社会，了解社会，这样才不会在真正走向社会的时候找不到生活的重心。于是我才想真正接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。于是带着好奇，忐忑的心情，怀着重新学习的目的进入了这所名叫江西明正建筑工程咨询事务所。

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。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。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，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，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，对于人才的要求就会越来越高，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。在工地里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。每天六点钟-十一点再从下午的三点-晚上八点，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在学校里有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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，以提高自已的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，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。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。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。

**实践报告5000三下乡篇二**

一、实习的目的和要求

暑期社会实践是对会计专业学生进行认识社会的实践环节。利用假期对社会进行调查，接近社会、了解社会、利用所学的会计专业知识服务于社会，要求学生深入到企业和事业单位进行认真仔细地调查，对调查的资料和结果进行认真的分析和研究并得出相应的结论。对于以后毕业将要工作的本专业学生可以更好地适应工作岗位，更能适应社会要求。

二、实践情况

这次暑假，我来到了我们当地的一家纺织厂，通过熟人的介绍，进入了该厂的财务部门实习，财务部门只有几个人，其中有一名经验丰富的中级会计师，发挥实际作用的是这位中级会计师。

开始单位没有让我干什么，观察我是否有耐性全身心的投入本行业。然后是大批量的工作，数量和难度都很大但是要求不高，这是考察我的能力，也让我找到自己的位置。单位里完全按能力来分配待遇，而不是学历。社会的准则就是不能劳动的人就是废物，即便你是大学生、文化高、素质高、说话有水平、气质高、斯文做作等等。山外有山，人外有人，虚心向他人学习有真材实学才是当务之急。

作为学习了这么长时间会计的我们，可以说对会计基本上能耳目能熟了。有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我们都基本掌握。通过实践了解到，这些似乎只是纸上谈兵。倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我们也会是无从下手，一窍不通。下面就是我通过这次会计实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的特点和积累，以及题外的很多道理。

会计实践中最实际的就是做账，做账看起来很简单，但是实践起来，很繁琐。会计做账的每一个步骤会计制度都是有严格的要求的，例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章，才能作废。对于数字书写也有严格要求，字迹一定要清晰，按格填写。并且记账时要清楚每一明细分录及总账名称，不能乱写，要做到谨慎处理。

每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，一一登记入账凭证，记明细账、日记账、总账等。漏账、错账的更正都不允许随意添改，不容弄虚作假。 该厂每天每月都有结账，每一账页要结一次，每个月也要结一次，还有许多税务方面的账要记，计算时总是会出现许多大大小小的问题，还好会计总是能耐心的教我，从他那学到了不少知识。

登账的方法：首先要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记账凭证。然后，根据记账凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表， 最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等年度报表。这是会计操作的一般顺序和基本流程，在工作中要安格按照要求去做，不能有任何投机取巧的想法。

在实践中我也发现，会计具有很强的连通性、逻辑性和规范性。其一，每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。其二，会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。其三，在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。体现了会计的规范性。

通过一年多的会计知识的学习，积累了一些有关会计的专业基础知识，基本理论，基本方法，但是在实践中，尤其是刚开始实习的时候，并不能把课本的知识和实践结合起来，总是在出错，出错之后总是在改，有时候需要改好几遍才能做对账，使得我不得不带着课本去工作，时刻检查自己的工作有没有按照要求来做。

下面是我总结的几个在会计实际操作中应该认真履行的原则及注意事项。

(一)：期初建账及余额的录入

会计是对一个会计主体在一段会计期间的经济业务的反应，监督、预策、决策等。首先我们得从建账开始，建账就是要根据公司有可能发生的经济内容做一个初步的规划，除了企业必须有的科目之外，还应该从实际的经济业务中来开设相应的会计科目。因为会计科目是反应企业经济业务记录核算的基础，根据企业的起初账务情况，建好总账和明细账，然后就是期初余额的录入，如实地将企业前期余额反映在所建的总账和明细账上。

(二)：填制会计凭证，并对凭证进行审核

在设置好会计科目和建好总账明细账的情况下，就是要按照时间顺序对公司所发生的每一笔经济业务，依据原始凭证进行填制记账凭证，在填制记账凭证的时候要认真审核原始凭证是否符合要求，依据审核后的原始凭证真实地填制记账凭证。在实训的过程中，我们用的是双金额式的记账凭证，有时候不小心就会将金额的方向填错，在记账凭证上还要如实的记录原始凭证的张数，在记账凭证的背面还要粘贴好原始凭证，真实的反映企业的每一笔经济业务的内容，做好记账凭证以后交给会计前辈审核一下，之后就可以登记总账和明细账了。

(三)：会计帐簿的登记与结帐

记账凭证通过审核后就可以进行登记账簿工作，登记总账就是把已经签字了的记账凭证做为依据，逐笔将经济业务记录在总帐和明细账中，以便期末对经济业务的汇总核算，如实的反映企业在一个会计期间内所发生的经济业务。在会计期末时依据总账和明细账进行成本的核算和利润的分配，登记总帐和明细账一定要细心，不能出现金额的错误，或者方向的错误，因为记录错误的总帐和明细账是不能如实的反映企业经济业务的，会导致期末科目汇总时的数据不真实，试算不平衡等等多方面的问题，从而不能结帐，而且在反查账务的时候工作复杂力度加大了。给会计工作的时间上造成了推移，不能及时的反映经济情况，所以，早登记总帐和明细账的过程中我们主要把握好谨慎性原则，才能如实的不记账凭证完整的登记入账。

(四)：会计报表的填制

记账完后要做的就是填制会计报表，由于20xx年的新会计准则的变动和修改，我们在填制会计报表时必须依据新的准则中的要求去填制，这对于我们来说是一次真正的改变，很多以前学到的知识得到了很好运用，也增加了很多新的知识，在原来的基础上得到了很高的强化，接受了更多的新知识，强化了我们在会计报表的填制上应该注意的细节。

同时，在和同事交往过程中，我总能学到不少东西，但也看到自己的差距和不足。主要如下：1、知识量少搭不上话。2、知识结合实际工作慢跟不上。3、在校所学知识老化、单一、片面、虚无。4、房地产企业方面的知识很少。5、财务管理、财务处理之知识肤浅。6、税法税务实务纯粹纸上谈兵。7、核对文件效率低下。8、加强对excel、用友、数据库等专业知识的学习。9、帐务处理还要细化学习。10、实践工作能力有待加强训练。11、加强金融知识的学习。14、及时对新会计准则学习。

三、几点体会

经过短暂的实习。我真正做到了从课本走到现实，细致地了解了企业会计工作的全部过程。实践期间我努力将自己在学校里所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，不再是纸上谈兵，而是确确实实的做到了熟练地掌握会计实务。

会计工作本身就是一个复杂繁琐的工作，既然选择了这个行业就要努力让自己静下心来，在工作的时候做到心如止水，不烦躁，只有这样才能保证会计做账过程中的准确性，才能减少后期一些不必要的麻烦。

四、实践建议

为规范化会计工作，我国新订立了会计制度，对一定会计科目作了相应调整，即企业会计准则体系包括1项基本会计准则和38项具体会计准则和企业会计准则应用指南等。并以20xx年01月01日起在上市公司施行，同时鼓励其他企业执行。随着这一系列的制度改革与完善，对会计人员的技能要求也更高了。

在会计实践教学中，必须加强与会计实业界的联系，培养市场需要的会计人才;适时设置实验实习环节;增加会计上机实验，强化常用软件工具的应用;实现毕业生的双证要求，增加毕业生的务实经验;加强教师培养，提高教师素质;加大校外实习基地的建设力度，由于我院会计专业是后起的专业之一，多数设备仍然不齐全，这使得我们的实际实践活动受限。为此，我在这里就本专业提出一点点建议：应为学生提供更多的实践平台，锻炼学生的动手能力，只有动手动脑能力都强的人才会被企业被社会所认可。相信在以后的教学中我院的教学后勤工作会更加完善可行，能更好更多的培育出高技能水平的社会所需的人才。

通过此次实践活动，让我更加深刻地了解了会计究竟是做什么，怎样做?弥补了以前来不及学到的基础知识，加深了对前段时间所学知识的巩固，强化了我们的专业技能。会计是一门活学活用的专业，而且随时都因为国家政策的变动而变动。但是最重要的基础是不会变的，希望老师们在今后的教学过程中以基础知识的教育为重中之重，有了较好的基础知识，再加以适当的实践训练，就能更好地完善我们的专业，强化高职高专会计专业学生的实际操作能力，为社会培养符合需求的高级应用型人才而努力!也为自己以后走向工作岗位打下坚实的基础!

**实践报告5000三下乡篇三**

转眼间我以来金昌市邮政局实习已经有9个多月了，在这期间我学习到了许多课堂上学不到的东西，不但拓宽了知识面也学习到了很多社会实践经验，受益匪浅。同时也对中国邮政这个百年企业有了自己的认知和看法。

入局9个多月的时间，从入局见习、培训，再到各专业局，支局锻炼以及到计划财务科的实习，各个新环境的不同学习、认识、感受，苦也融融，乐也融融，让我觉得自己正在邮政企业中渐渐的成长，走向成熟。

回顾这九个多月的实习，说心里话，我感触很深。因为这次实习时间短，加之又是各个科室任务量最大最繁忙的时候，所以每到一个点我不仅要靠前辈的悉心指点和帮助，更要自己看着学着每一项工作的具体流程。最终在科班领导及班组的关怀和指导下，在各位同事的支持和鼓励下，我不仅大致掌握了邮政的业务知识，还能够协助我们的业务人员为用户服务，这使我觉得很充实也很满足。下面我将就我在各个专业局及科室实习的主要内容及感受做了简单概述：

一、营业前台实习

营业前台是邮政的重要组成部分，更是展示我们邮政企业形象，体现我们精神面貌和综合素质的窗口。实习第一天，当我站在这里，我内心又激动又自豪，我很荣幸我职业生涯能站到这里。在邮政营业大厅的前台工作不仅接触的用户多，需要协调的事情也多，特别是在奥运会进行的重要时刻，每一项工作对我们来说都是一个挑战。给我感触最深的就是我们的包裹收寄。我们的业务员不仅要详细的咨询用户的寄出地点，仔细查看用户要邮寄的物品，更要慎重的检验每一件物品。有时候检验过程太过仔细就会遭到一些用户的冷嘲热讽或者不满意，说我们邮政服务工作没有效率。每到这时候，我们的业务人员不是用微笑带过或者就用和蔼的口气告诉用户这样仔细的原因，得到用户的认可和接受。这样的态度，这样的素质，真的是很难得值得我这个新人学习的。

这次实习主要学习的是我们邮政传统业务的工作流程---函件业务，特快专递，包裹收寄。现在由于各个流程都有配合使用电脑终端，所以这几项业务的办理也变得比以往简单了。其中业务量最大的就是我们的ems，很多时候甚至超过了普通信件。这让我觉得很自豪。因为就我所知道的，目前国内有很多和邮政ems竞争的快递公司：天天、中通、申通、宅急送等等，但是没有一个可以和邮政的ems相提并论。这就充分体现了我们邮政ems拥有很高的名气和声誉，被广大客户所认可。但是提到我们邮政的包裹，我觉得需要改进的地方很多，由于我们邮政禁忌的物品太多，检查太严格，使得很大一部分用户流失。这造成的经济损失是小，但是对我们今后的业务发展影响是比较大的。在奥运这一特殊时期国家安全放在第一位是有必要的，但是从我们邮政局长远的发展来看，需要做一些相应的挽救措施，使得邮政包裹重新做回国内的老大。

二、邮政通信营业厅实习

在建设路通信营业厅实习，刚开始我对这个网点具体是做什么的都不了解，由于我是新来的，在那儿的人又是比我大几岁的姐姐们，所以都很照顾我，不但给我进行了详细的业务介绍，还给我讲解了许多前台应该注意的问题。我了解到在通信前台不但要办理各种业务，还要听取客户的各种意见，解答客户的疑难问题，有时还要饱受客户各种不满的态度，甚至是粗鲁的言行。但这都是作为一名营业员需要去面对处理的，而且态度必须诚恳和蔼。这和邮政综合营业厅差不多。邮政代理的移动通信业务，主流三大业务为神州行、动感地带和全球通，外加一个集团网业务。光神州行最近更新就有四种套餐，为了能够流利地解答客户提出的问题，营业员们必须对各种套餐业务了如指掌。由于实习的时间紧迫，我主要负责开户和收缴话费等一些简单的操作工作，对其他业务流程进行了一般的了解。短短的三天就被调离了岗位换其他地方实习了。虽然只有三天，但这三天也让我感受到了一名邮政工作者应有的热情。

三、储蓄前台实习

在储蓄前台实习后我的深刻体会是工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。这一点我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在储蓄已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。在我实习快要结束时，基本业务流程我也算是掌握的差不多了，所以在空闲时师傅们让我上岗操作。没想到，看似简单的业务处理，当真正上岗时却有这么多的细节需要注意，敲打每个数字都要很小心谨慎，如果是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那也必须由经办人负责赔偿。这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度，这样才能在自己的岗位

位上有所发展。我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力，这才是我们实习的真正目的。

虽然我在每个前台呆的时间都不是很长，但是我深深的体会到作为一名合格的邮政营业人员，不仅要具备较高的业务水平，更需要具备良好的职业素质和心理素质。营业员，是我们企业最普通、最平凡的岗位，但作为企业的最前沿，代表的却是我们邮政企业的整体形象。我们应该认真向那些在平凡岗位上做出不平凡事迹的营业人员学习。

四、计划财务科实习

在这五个多月里，我大多数时间在财务科实习。会计是我大学所学的专业也是我最喜欢的职业。由于去年见习期我在财务实习过，所以对财务的人和工作已经有了一定的了解，为我这次真正的实习奠定的一定的基础，也为我能更顺利的工作打下了基础。

在见习期我就对邮政使用的财务系统，原始凭证的审核和编制记账凭证有了深入的了解，这次实习由于情况特殊，在我实习时间不久师傅就休假了，把报刊、损益核算的任务都交给了我，对新人的我来说是一个考验，但是机会和挑战总是并存的，考验的同时也是证明我自己能力的一次难得机会。工作时我认真审核每一张凭证的附件，制作收付转凭证;按月与网点核算报刊欠费;清理报刊欠费，做好欠费清缴工作;在每月月初做损益核算报表。努力使科长安排给我的工作做到最好。财务的工作是繁忙而又紧张的，在科长的指导和同事们的帮助下，我对邮政的财务工作已经基本掌握了一些，但仍有许多缺点和不足束缚着我，如对邮政各专业局的具体业务不熟悉;对一些问题上强调客观困难多，没有充分发挥主观能动性;对一些新问题的解决，不能系统地考虑问题，对问题的理解和看法站的高度不够等，这都是我本人急需攻克的弱点。

五、函件局实习

函件是中国邮政的基础性也是核心业务，直接关系到整个邮政事业的持续健康发展。金昌函件局有七人组成：一名局长，一个经理，两个电脑制作，两个营销人员和一个核算员。在未到函件局实习之前我单纯的认为在电子通讯、电子商务越来越发达的今天，函件业务作为邮政的基础业务、核心业务也许会渐渐萎缩。但是到了函件局之后我对邮政函件的认知发生了改变：在社会经济高速发展、各项通讯设备蓬勃发展的今天，函件作为社会传媒仍然具有十分广阔的发展空间，这也就是国家邮政对函件局做出的新的定位——社会传媒业。为了响应国家局的号召，金昌函件局开发以及亟待开发的项目有很多。在我实习期就正是dm广告册招商最繁忙的时候。大家集思广益，为邮政dm广告册的制作献计献策。函件局的实习，让我看到了团队协作对大局事业发展的重要意义。由于我没有营销和制作的经验，所以就只能帮助他们做一些基础性的工作，例如建立数据库。数据库是现代营销的重要的方式，有时是否达到营销的目的就看营销人员是否具有完善的数据库。不能盲目的营销但是也不能毫无目的的营销，所以要建立详细的数据库。反过来想想看似简单的工作其实也并不简单，我在为成功的营销打基础呢。

在函件局，大家为了共同的事业纷纷出力，献计献策，有这样的精神就不怕函件业务发展不起来，这也正是经济学表述的：1+1>2模式。这就是我在函件局的感受，它不仅让我对邮政事业的发展充满了信心，也让我知道了我们应该怎么去发展，同时更让我知道了团队的重要性。

六、报刊局实习

报刊局，我的第一站是业务部，但是由于报刊大收订已经结束，也没有什么工作要我干，在了解了报刊收订的流程后，我就主动申请到报刊封发和邮件分发了。封发和分发有一个共同点就是都分进口和出口，只是工作的内容不一样。我此次实习的目的就是要了解邮政的基础业务，实习第一天就进入了工作状态，也能为各位前辈们分担点工作。在这的上班时间和其他部门不一样，三点钟上班来了在门口等邮车，等邮车一到我们就把金昌的邮包卸下来，卸的时候报刊邮件送到封发部和函件邮件送到分发部，卸完就可以回各部室分发了。封发部是将《报纸分发表》和《杂志分发表》按报刊代号录入电脑，然后在检索屏幕上录入报纸和杂志的代号和期发号，屏幕上就显示出要封发的报刊和杂志的名称和份数，同时在每个蜂巢箱上都会显示该段应该封发几份报纸和杂志。说起来很容易但实际操作起来可真是个经验活，当一个段要几百份报纸时数报纸就不是那么容易了，数数是我们在幼儿园里就会的，但是现在在这数数的快慢就决定着你工作的效率，我跟着师傅学数数和墩报纸。报纸来的时候首先要把它墩齐才能数，要不然数的数字就不准确，而且也不好数，

就会影响封发的效率。我和师傅学了三天，只能说是知道了工作的流程，还没有熟练的掌握。在分发部也是一样，我了解了基本的工作流程以外还学会了扎邮包，打小就看父亲扎邮报是那么的熟练，自己扎起来还是学了好长一段时间才熟练的。

在报刊局，我认真学习着每样工作，每样工作都带给我不一样的感受，平时觉得再简单的工作，到了这儿若想做到不出错似乎都不是那么简单，就连最小的数数和扎邮包，这些看似很简单的工作真正干起来都是那么的不容易，在师傅们的身上我学习到了无论做什么事，态度是第一位的，认真细致是做好事情的基础，同时我也深刻体会到了报刊局工作人员的辛苦：他们往往一站就是五六个小时，送报纸骑自行车不知不觉就是四五个小时，他们的工作力度是一般人所不能接受的，但是每个人、每一名职工都在认认真真的干着自己的工作并力争把它做好，报着不分错一份报刊和邮件的态度，用积极心态的面对每天的工作。

七、集邮公司实习

在集邮公司，经理让我在集邮门市部实习，集邮前台主要的工作就是日常取票和出售集邮票品。在我实习期，发行了一套石涛作品集，由于金昌只发行八十套，所以邮票销售的很紧俏，有些集邮用户买不到，就会产生不满的情绪。在这种情况下，工作人员都会耐心的给用户解释。在这我了解到每个集邮用户收藏邮票的习惯都不太一样，有的用户喜欢带邮票印刷厂厂名的;有的用户喜欢带有过桥邮票的;有的用户喜欢邮票上面带有印刷版号或者色标的，每次取票工作人员都教我按照集邮用户的要求给他们领取，满足他们的需求。票取好后打印取票清单，并帮助用户核对邮票。在工作中，我发现用户在领取邮票时，有的人会特意带本杂志或者大信封来夹放邮票，但是有的用户就将邮票随便卷在报纸里，且不说新印刷的报纸容易出现掉墨的情况，不小心会让油墨污染了邮票，就是眼看着也不安全，邮票很容易从报纸里面掉出来，有些住在邮局附近的用户来取邮票时甚至是空手而来的，取完邮票后，直接用手拿着就离开了邮局，更有甚者直接把邮票装进了衣服口袋里。为此，集邮的工作人员专门为客户准备了免费的集邮袋，充分体现了为客户服务的遵旨。

在我集邮公司我知道了什么是邮票、邮品、小型张、四方联和不粘贴等基本的集邮常识，学会了给客户取票，也知道了集邮公司充分为客户服务的遵旨，仅仅一个星期的实习也让我受益匪浅。

八、速递物流公司实习

在速递局实习的时间是7-8月，这也正是高考录取通知书下来，送递通知书最繁忙的时候。这一时期是莘莘学子们十二年苦读期盼结果的时期，速递局充分考虑到各位家长和学生的心情特推出了高考通知书鲜花礼仪服务。通知书一到，我们先做逐一的登记，然后依据每位学生的联系电话，给他们打电话征求学生的意见如要我们专车送到，我们速递公司就会在当天把通知书送达，如若不需要我们送我们会在通知书到达的第二天送到学校，让学生自己去取。送达每个学校的通知书也要逐一的做好登记工作。很多时侯通知书需送达到偏远的农村地区，例如永昌六坝、龙首村等，路途遥远，需四五个小时才能送到。我和司机还有其他工作人员一大早就出发，大概中午才到，在村民家或者自己带午饭，简单的吃完后，再继续送通知书，到了晚上很晚才能到家。这两个月的时间，大概每天的工作时间都在十小时以上，我们本着不说苦不叫累的精神，认真的把这一阶段的工作完成了。从工作开始直到结束，我们做到了“不误丢和误送一份通知书，保证及时送达每一个通知书”的工作宗旨。

在物流局实习已经是农资配送的收尾阶段了，我有幸能跟着马师傅去配送化肥。早晨十点多我们就开车出发，从双湾拉了五吨的金大地复合肥，又到永昌水源把化肥卸了，回到市局已经是下午四点多了。一路上马师傅一言不发认真的开车，我只能看着沿途的戈壁渡过漫长的时间。有时候，马师傅也说他路途中遇到的事，有有趣的，但大多时候，他去配送的途中都是一个人开车走很长的路，没人说话，只有寂寞和漫天飞舞的沙尘相随。听他这么说，我心里一阵难受，原来在我心里，当邮局的司机很风光，但自从在物流局实习完后，我觉得自己原来的想法是多么幼稚：每个岗位都有每个岗位的职责，有它的特殊性。邮局司机的工作量比其他司机要大很多，因为他们的工作就是开车配送，上班时间就是开着车跑来跑去，既费神又劳心。但据我所知，在如此大的工作量的情况下，我们局里的司机没有出过一次重大交通事故，在此，我向他们表示深深的崇敬之情。

作为一个迈入社会的新人，也要注意一下几点：

一、要有吃苦的决心，和平的心态和不耻下问的精神。作为一个新人，平和的心态很重要，做事不要太过急功近利，要多学多问，不懂得要及时问师傅，领导和同事。表现得好别人都看得到，当然表现得不好别人眼里也不会融进沙子。

要努力做到最好。

二、工作中要多看，多听，多观察，少讲话，不要说与工作无关的内容，多学习别人的艺术语言和办事方法。

三、除了工作具有责任心外，要善于经常做工作总结。每天坚持写工作日记，每周做一次工作总结。主要是记录，计划和总结错误。工作中坚决不犯同样的错误，对于工作要未雨绸缪，努力做到最好。

四、善于把握机会。如果上级把一件超出自己能力范围或工作范围的事情交给自己做，一定不要抱怨并努力完成，因为这也许是上级对自己的能力考验也是一次展示自己工作能力的机会。

五、坚持学习。不能只学习和会计有关的知识，还要学习邮政业务相关的知识。因为一个企业的发展不仅在于内部的运作，还要靠外部的推动。要按经济规律和法律规定办事。有一位教育学家说过，当我们把学过的知识忘得一干二净时，最后剩下来的就是教育的本质了。这里我把“教育”改成了“知识”，我们在大学里学习的知识也许会被淘汰，但那些最基本的学习方法永远是我们掌握最新知识的法宝。

在以后的工作当中，我要当好领导的参谋，确保完成局里下达的各项任务。本着“严、深、细、实”的原则，在搞好自己本职工作和各专业局在千辛万苦抓增收的基础上，力争完成省局下发的各项任务指标。同时，认真参与搞好邮政开展的各项业务，对各专业局下达的各项任务积极配合完成。

总之，对于新加入邮政队伍的我来讲，一切都是新的开始，面临着新的挑战。在工作方面，我要不断的学习，悉心听取前辈们的教导和指示，该加班时就加班，顺利完成领导安排给我的工作。在人际关系方面，与各个部门的人打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。工作最重要的是具备正确的心态和良好的心理素质。牢记做事高三级，做人低三分的道理。我要做到在学习中进步，在进步中不断学习。所以，在来年的工作中努力努力再努力，日常管理上勤奋勤奋再勤奋，不断的使自己有所进步，我相信：用心一定能赢得精彩。

**实践报告5000三下乡篇四**

一、电话营销实习时间：

××××年××月××日到××××年××月××日

二、电话营销实习地点：

××××科技有限公司××分分公司

三、电话营销实习单位、部门及职位：

电话营销实习单位：××××科技有限公司××分分公司

电话营销实习部门：商务一部

职位：商务代表

四、电话营销实习目的：

大学生大部分时间都在学校里学习，对于如何将学到的东西使用起来就成为了众多大学生的迷惑，学校里学习的是理论知识，而很少实践，我们还不能做到学以致用!在这里必须得提到的一点，公司所需的人才与学校培养的人才存在脱节，大学生在学校里学习的一些技能跟本就达不到公司所要求的程度，而且学生也对公司的要求了解不是深，所以在选学方面会出现一定的差错!

刚出来工作的大学生存在着一个严重的问题—那就是没有工作经验!公司的根本目的都是以益利为目的的，它不是慈善机构，所以一般不会让你去它那里学习经验什么的，它要的人才是能为它创造价值的人才，最好就是马上能见效的人才，不必再为培养人才而花多那些成本!对于刚进公司里面什么都不懂的大学生来说，如果不能在它规定的期限内为它创造价值，那么它就不会在乎你是专科生还是本科生，只有走人的份了。

其实也不用奇怪，想想就明白公司为什么这么做，第一：它想马上见到投入的成本转变为价值。第二：现在人才流动很频繁，谁也不愿意投入成本好好培养一个人才，当见到这个人可以为公司创造价值时，却跳槽了!第三：受这俩年的金融危机的影响，大量的人失业，劳动力市场供过于求，企业不怕找不到人!

基于上面的一些原因，我们大学生电话营销实习就成为了必然的课程了，通过电话营销实习可以让学生更好的认识公司与学校的不同之处、认识到自己与公司的要求还差多少、认识到社会上所需要的人才类型是什么，从而更有针对性的去祢补自己的不足。通过电话营销实习把所学到的知识用于公司，为公司创造价值!如何去利用电子商务知识来解决公司所存在的问题以及如何运用电子商务来提高企业的效率成为我们的重中之重。

五、电话营销实习内容：

1)熟悉环境：

有人可能会觉得奇怪，熟悉环境属于哪门的电话营销实习呀，你是不是没东西写了?这样想的话就错了，我为什么要把熟悉环境作为电话营销实习的内容之一呢?原因在于每一个人当他到了一个新的环境时，他能否可以在最短的时间内熟悉所在的环境，那么他就掌握了主动权，他的适应环境的能力是比别的人要强的，尤其是做商务的人。人人都说现代是信息时代了，这句话一点都没有错，一个人来到一个新的环境后能以最快的速度熟悉所在的环境后，他所对于当地的信息了解得就比较全面，比较快速。

来到××后，发现这里也是很发达的，整齐的高楼大厦，给我的第一印象是这里的城市规划比××那边还要好，楼房没有防盗网，看起来很舒服，心里在想会不会××治安比××好?在后来的日子证明了××的治安确实比广东好。公司的同事带伙们来到我们住的地方，我们几个电话营销实习生都头痛了，虽然我对住房的要求不高，但这儿比我想象的要差，没有厕所、没有冲凉房，晚上小便是在楼下街道上的一个垃圾池里解决，若是大的就麻烦点，只能白天去离住处一百米外的公厕所(因为晚上是不开的)。

这些情况一点都不夸张，每个地方的生活习惯不同，只能是自己去适应环境而没有环境去适应你的。同样的情况下，其它人为什么就可以在这里生活而我们就不行呢?谁能保证以后的情况会怎么样，有可能比这里差一百倍也说不定，我没有抱怨，抱怨于事无补的!电话营销实习的目的在于提高个人的整体能力，去适应环境也是电话营销实习的一部分之一，遇到这种环境只有自己去调节，去改变，才能让自己成长得更快!

2)培训：

第一天上班的时候，我们知道了公司每天都会开早会，公司里的同事用pk来激发斗志、以玩游戏来放松心情，感觉上这公司还不错的，这就是我们常说的企业文化吧!第一天上班，公司里的马老师来给我们培训，这个是工作之前必要的。不管是从事销售工作，还是在工公司做其它的事务，公司里每个员工都必需清楚了解到自己公司的产品是什么?有什么作用?怎么去用?公司是怎么样的?等等一系列的问题。作为公司的一位员工，连自己公司是做什么的都不知道，他一定是不负责的人，也不会为工司带来多大的价值。

我们汇海科技主要卖的产品是信息名址，以应用推广为铺!马老师给我们简单地讲了什么是信息名址，如何去用信息名址用一些成功的例子。你去了解信息名址的定义五分钟就足够了，但是要真正了解它的话就不是一件容易的事情，你了解什么是信息名址后，你还要了解到它的卖点是什么，客户为什么要买你的信息名址呢?它又与我们今天息息相关的3g又有什么区别，信息名址跟mobi合作后又会是怎么样的一个场景?

这些都不是说培训一俩天就可以全部明白，当你明白后又怎么样去用这些你了解到的去跟客户讲清楚?看似简单的东西其实一点都不简单，要不然为什么汇海科技怎么会用那么短短几所的时间就将一个几个人的公司发展到现在200千多名员工，三十几个分公司的准备上市企业呢，这一点都不简单!所以虽然我们知道什么是信息名址，但更深层次的理解我还没有，有很多事情都不明白，但就是心里又说不上那里不明白!

3)找资料：

1、找资料：就是利用各种途径来获取企业负责人或总经理的电话号码及公司地址。在整个工作过程中，找资料是前提条件来的，如果说在找资料的那几天你没有较多、质量较高的资料，那么你就在邀约中处于被动，而邀约不好那就直接关系到你的到场客户，而到场客户的数量决定了你这次会议签单的机会，也就影响着你个人这个月的工资及整个公司的业绩，所以说找资料是整个会议的前提条件，没有了这个前提条件就什么也没得说的了。

2、找资料看起来是最轻松的一件事情同样的也一点都不轻松。第一次找资料是在刘经理给我们培训怎么去找资料的那一天。刘经理简单给我们讲了下客户资料如何收集:通过各地商会、不太出名的b2b网站、黄页、跟别人交换信息、绕前台、从别人手中取得等多种方式来获取资料。第一次的任务是每人100个老总的电话号码，这下可把我给难倒了，我要怎么去找，以前从来没有接触过这个活，心理非常没底，我们5个人走出公司后都很迷茫，但是有一个共同的方法—去网吧查找，在网上黄页上很多公司的负责人，这样一来100个资料并不难，弄完后可以直接回宿舍了，多轻松(以后的日子证明了，这个方法最不中用)。

3、老员工与新员工：老员工找资料的那几天是最轻松的几天，因为他们都有一整套的找资料方法，有的因为关系方面可以去跟那些做名片店里买ps回来，有的跟其它公司的熟人交换资料、有的直接去扫名片(就是去偷名片)，他们所积累的资料几次会议都打不完，所以他们完全可以在公司看电影，上网或直接回家里睡觉也行，反正公司的销售模式是会议营销，对公司来说最重要的是你有客户到场并签单就行，所以他们过得是非常轻松自在的，这就是老员工!我们新员工都有了一个错误的想法，就是他们在找资料时那么轻松，我们也一样的轻松，谁不知道我们是什么都不懂的新员工，也没有一点像样的资料，所以在找资料这几天中过得越舒服，往后的日子就过得越难，因为找资料直接决定了你这个月的会议的成绩。

4、我们找资料的几天：一开始找资料时确实比邀约轻松，但是过不了俩天我们就陷入了困境。那是因为我们都还没有意识到问题的严重，我们根本就没有什么有效的方法去找到有质量的资料。方法大家都知道是通过各地商会、不太出名的b2b网站、黄页、跟别人交换信息、绕前台、从别人手中取得等多种方式来获取资料，但是网上的资料是最差的，不止你一个人在网上找，大把的人都在网上找，所以网上的资料都被别人打烂了，你很难可以在这些人中找到签单的客户。

跟别人交换信息，在这儿人生地不熟的，去跟谁换资料，没有。从别人手中取得对于我们刚刚做的人来说也很难行得通!绕前台是可以的，但是一开始也因为不会说话而做得很难!我们几个有俩三天是跑出去抄路牌的，但是因为效率太底了，而且抄的资料质量都不好，我们陷入了困境了!我发现了，方法给你了也得靠你不断去尝试，不断去实践，才能形成自己的一套方法，而不是说方法给你了，你就马上找资料就很厉害，打个比方说，给个药方你你就会给人看病了吗?答案是否定的，工作并不是想象的简单。

4)邀约：

1、邀约：就是以电话邀约为主，通过收集来的资料打电话给那些老总及负责人，邀约他们在指定的时间指定的会场来参与公司组织的有关3g及信息名址知识，来激发客户的激情从而使客户签单!找资料是整个会议的前提条件，而邀约则是重点，几天的资料收集也就是为了二到三天的邀约准备。而邀约是直接影响客户到场人数，总结出来，一场会议它的业绩有多少?直接跟到场人数有关，到场人数多，到场客户资质高那签单业绩就会很高，当一块会议人数少的话，直接影响到在场客户的心情。

2、资料：前面说过，找资料是整个会议的基础来的，由于我在找资料方面存在了问题，找的资料质量不高、数量不多，直接地影响我的邀约，因为那些资料都被人打烂了，当客户听到是叫他去开什么会或推销什么的时候就马上就挂了你的机，有些人还不给你说话的机会。他们总会想些理由来拒绝你，这些都是比较好的，最不好的人就是骂你是不是骗子、警告你不要再打电话过去烦他，态度是极不好的。这也很难怪的，每个人心里都会对陌生电话有所防备，他不认识你当然不会轻易地相信你。有些老总又比较忙，他们不对这些都很烦，所以不愿意去听你说什么。

3、胆怯：这个问题一直在困绕着我。因为对方都是一些企业的总经理及负责人来的，他们都是在商海打拼、了不起的人物，他们说话都比较有底气，而自己确实在底气方面做得很差，说话无力。那都是因为始终是自己的内心胆怯，又怕自己说得不好，又怕被他骂一顿，所以老是邀约的不是很自然。后来经理跟我说，邀约的时候不要胆怯，不管对方是谁，我们都是在平等的地位说聊电话的，我们只是负责通知他们去开个会议而已，有些话说来简单，但还是要自己去适应，去煅练。

4：普通话不标准：呵呵，这个问题让我哭笑不得的。来自广东的我们带有粤语口音，而常州人也带有他们的口音，所以在打电话交流时有一定的阻碍，最明显的就是那个“g”的读音，我们的广东与外省的发音是不同的，然后每次都习惯性说成广东口音的“g”，别人都听不懂，有些人一听就听出来你不是本地人了，所以他们的防备心理更强了。

5、对于产品了解不深入：当我们说“我们是3g组委会的工作人员”，然后他们问题你什么是3g呢?因为自己对于这些都了解不深，只能大大概概地说，一开始时被问到不会回答的问题时，说话就会断断续续，那时心理就更胆怯了。所以电话营销必须自己得清楚了解自己产品及相关的事物，因为你无法确定他们有什么不懂的，他们会问你什么问题。

5)跟催：

1、跟催作为邀约的后续工作，你之前邀约的客户不一定会来，也不一定会记得有这样的一件事，有的还没有确定到底要不要来开会，所以跟催就是邀约的后续工作了，跟催比邀约更难，你可以每天邀约10个人，但是你要是从你邀约的30个人中跟催来6—10个人的话，也就不错了，加上那6—10个人中是资质比较好的话，其中有俩个人签单，那么你的会议就没有白开，工资的话就要看你的客户签单的大小了，可能这个会议你只有一千块，也有可能拿到几万块钱，就算一次会议你只拿那一千多，一个月三次会议来算的话，你这个月也有四千多块钱的工资了，不算很高，但也不会说低!

2、我很无奈，一连串的连所反应，找资料工作没有做好，影响了邀约工作，邀约邀不到客户的话，跟催就没有自己的份了，好不容易才邀约了几一客户，但是却在跟催的时候都说不来了，内心很痛苦!现在要做的就是调节好心态，等待下次会议的到来，把希望放在下次会议了。

6)会议：

1、找资料是前提，邀约是重点，那么会议就是重中之重了，能否签单，签多少单都看接下来的会议了，这是公司的根本目的，也是公司的利润所在，会议时我们是做引坐，就是客户来了之后就带他们到指定的位置上坐好就行，这个与我们上课时的礼义课息息相关，我们都要穿正装，打领带，怎么去引坐，怎么微笑都很有讲究。每一个员工都代表着公司的整体形象。

2、会议是通过讲师来为企业家们讲下现在3g时代的好处、3g的发展前景、3g能为企业带来什么效果，让企业家了解到公司信息名址的重要性及意义，与mobi合作后所带来的一系列变革。

六、电话营销实习总结

1、自身能力：通过这次电话营销实习后，发现自己所存在的很多不足之处，而这些不足之处是你没去电话营销实习就无法发现的，自身的整体能力不足，比如说沟通能力、一些销售技巧、与同事与领导相处的技巧，因为公司就是公司，不是学校，在学校里，同学与同学之间同学与老师之间都是很好相处的，但是在外面的话就不一定了，你必须懂得一些相处的技巧。

2、专业技术：在学校里学校的专业知识都比较基础，要使这些知识用于公司还远远不够，不能满足公司的要求，所以还得自己去提升，继续去学习。还有学校里学的东西有时在外面不一定可以用得上，这要求我们快要毕业的同学去留意社会上的需求，因为学校学的东西与社会上需求的东西有个时间差在里面，学校里学的东西也不会去针对某某个公司来开设课程，所以每个公司都有自己的实际情况，要根据自已公司的要求来提高自己。

3、心理上的调整：现在的学生不再是以前的天之娇子了，不管是专科生还是本科生甚至是研究生社会上都一大把，不要以为自己读那么一点读就觉得自己很了不起的样子，其实一个有高文凭有时还比不上一个有经验的人，所以快要毕业的同学们要调整心态，不要高不成低不就的。

**实践报告5000三下乡篇五**

调查目的：时下，大学生通过利用课余时间找份兼职工作打打工或在假期积极参与社会实践，打暑期工、实习体味生活已经成为了一股热潮。对大多数学生而言，挣钱是打工的首要目的。有的却认为挣钱并不是大学生打工的惟一目的，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。通过调查可以了解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。

调查对象：大学生成长成才，是高等院校普遍关注的问题。而大学生社会实践已成为培养合格大学生的重要组成部分，也决不能忽视或放弃大学生社会实践。因此这次调查就选择了在读大学生50名，其中广州大学20名，中山大学10名，广东外语外贸大学10名，华南理工大学5名，广东工业大学5名。年级分别为大一学生5名，大二学生30名，大三学生15名。

调查内容：本次调查通过对大学生有否参加过暑期工、兼职或实习，最想参与何种社会实践，所参与的打工或实习是否与所学专业相符，能否体现实践与理论知识相结合以及在工作或实习中获得了什么等问题进行展开。

调查方法：通过派发问卷进行调查，发放问卷共50份，收回有效问卷50份。(调查问卷及数据统计详见附录)

调查结果：从调查中发现，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。

有52%的同学认为如果要参加社会实践，最理想的就是到企事业单位进行实习交流，其次是打工或做兼职占40%;而56%的同学有做过兼职，20%打过暑期工，14%参与过实习，表示从未做过的仅占10%;现在大学生兼职、打工，除了做家教(14%)、网络的实习实践(6%)外，越来越多的大学生在兼职或打工时从事派传单、商品促销(22%)、校园销售(14%)、当餐厅服务员(8%)等简单、不需要特殊技能的工作，但却与所学专业知识相去甚远，76%学生认为所实习或兼职的工作与自己专业不全相符或完全不符，仅24%的人认为完全或基本相符。能够使大学里的理论知识应用到实践中去的只占38%，在实习或工作中66%的人满意自己的课外实践能力;12%的学生认为兼职是为以后的求职做准备，在选择实习或打工目的是什么的时候，有32人选择“接触社会，积累工作经验”，占了总数的64%，选择“赚取生活费”，占了20%。从选项人数中显示，大学生兼职以赚钱和充实自己为主要目的。现在的大学生已经将打工看得很重了，钱虽然是一定因素，但是希望通过打工获取的经验对将来就业时有所帮助应该是更多学生考虑的问题。大学生在打工时间上的弹性还是很大的，这应该和他们宽松的学习环境有一定关系。56%的人会选择在假期实习或打工，30%会选择任何没有课的时间，12%会选择周末。有31人认为在不影响学习的基础上赞成合理兼职或打工实习，19人很赞成兼职、打工，没有人反对。54%的人都提出学校除了提供就业指导以及专业课程外，还应该提供实习机会，22%觉得学校应该提供就业体验，至于选择素质拓展和职业生涯规划的各占12%。

调查结果分析：

在调查中发现没有人在参加社会实践上选择“参加‘三下乡’活动”一项，说明当代大学生与以往的大学生相比较，他们的求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，他们意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。当前，大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。参与“三下乡”实践，其目的是为了支援农村的教育事业，同时给农民带去相应的指导，本着为人民服务的宗旨，同时把自己在学校学到的知识与劳动实践相结合，并从群众中学到做人做事的道理，用于知道自己的将来的学习生活工作。现在大学生，除了一部分学生来自农村以外，很有一部分是来自城市的，往往这些学生家庭环境好，父母亲更是不允许或者不支持自己的孩子参加所谓的“三下乡”实践活动，这样，学校所提倡的通过“三下乡”实践活动来提高学生素质的目的就未能够达到。在马克思主义哲学中，三观指的是世界观、人生观、价值观，而个人的世界观、人生观、价值观是紧密联系在一起的。在个体价值观体系中，人生价值观处于主导地位，决定着总的价值取向，对价值观系统中其它价值观起着指导和制约作用。由于当代大学生的价值观主要是围绕自#己出发，致使大学生自身社会阅历和实践经验不足，更不用说参与“三下乡”活动服务人民了。

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，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

结论与建议：

马克思主义哲学认为实践是人自觉改造客观世界，使外部对象发生某种改变的现实的物质性活动。实践是人的活动，而人是社会的人，处在一定的社会关系之中，因此，实践不是单个人孤立的行为，而是社会的活动。所以，实践作为物质世界长期发展的一个阶段，是在社会历史中不断发展演变的。实践的主体是人民群众。“三下乡”是大学生社会实践活动在新时期的深化发展，是促进农村两个文明建设的有益补充，具有重要的现实意义和长远意义。实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。了解国情是年轻人的首要任务，这就需要放眼960万平方公里的土地、对占人口80%以上的农民有所了解才行。学生利用假期时间参加“三下乡”社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高。马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择;二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。现在大学生社会实践是一种比较普遍的形式。很多学生利用业余时间到各地和很多行业去进行社会实践和社会考察，回校后进行认真的讨论总结，用他们自己的视角来理解社会，思考未来的人生道路。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

**实践报告5000三下乡篇六**

在 考试 结束之后,我们迎来了盼望已久的实习。这次实习从第十七周持续到二十周,由我们国际经济与贸易专业的全体老师轮流指导我们在erp实验室和实践基地完成。我认为，实习是十分必要的。实习中的各类 单证 如 信用证 、汇票、海运提单、商业发票等等都是我们专业知识的凝聚和承载。因此,认真地履行实习要求,努力完成实习,不仅有利于我们巩固本学期所学到的国际 贸易实务 和国际结算的专业知识,更利于我们预先观察日后工作中的主要内容、方法以及各种困难,利于我们察觉到自身存在的不足和缺陷,以便我们更好地进行学习和工作,利于我们更快地把所思所学转化为实践动手的能力,把专业知识和技能转变成工作能力和实际经验,而且,相对于出外到某些单位进行工作实习,这种实习的方法可行性更好,针对性更强。

在这四个星期中,我认真地完成了实习的全部内容。实习中的大部分题目我都能按照要求以较高的质量完成,但也有部分题目让我费尽脑筋。比如, 信用证 开立和商业发票的填写等问题,主要是对基础知识和细节问题的考察,因此,我能比较顺利地完成。而诸如填制海运提单等问题,由于格式比较灵活,且填写步骤较复杂,因此使我遇到了不小的阻力。总的来说,这次实习的过程比较流畅顺利。这说明,经过这次实习,我们的专业基础知识得到了巩固,专业技能得到了提升。当然,我们还须要从实习中发现自己的不足之处,争取利用假期和日后的学习来弥补,真正地锻炼自己、提高自己。同时,我们也应该珍惜利用每一个机会,利用各种实习来帮助自己消化专业知识、塑造专业素质。

这四周的实习让我获得了很多颇有意义的实际经验。这次实习不但巩固了我们平时所学，也为我们日后的专业工作提供了十分实际的便利。作为一名大学生，应当具备较强的举一反三的能力，而在这些实习中，恰有很多 单证 的填写是相互联系、相互依靠的。例如，一般原产地证书和普惠制产地证书的基本格式具有较大的相似性。两者都需要填写进出口双方的公司名称、运输方式、唛头、货物描述等等，甚至连具体需要填写的空白位置都相似。因此，我们应当举一反三，利用诸多单证格式和填写原理类似这一特点，将各类单证的填制和审核紧密联系到一起。这样做无疑可以大大提高我们的学习效率。也可以使我们的实习结果相互对应，利于即使查缺补漏，保证单证记录内容的准确有效。再以商业发票为例，商业发票是出口商向进口商开立的说明货物名称、数量、价格的清单。商业发票在出口商必须提供的单据中起核心作用，其他单据均需要参照它来进行缮制。在整个实习中，商业发票是我们重点练习的一个环节，因为商业发票记载的各项内容是其他单据核心内容的重要依据。比如，发票中关于合同规定货物的各属性描述(货物价格、货物包装等等)是汇票、产地证、海运提单等贸易单据填写的参照。因此，我们还必须能够以一项单据的填写来影响到其他单据的填制。只有保证核心单据的准确、系统、完整，才能利于其他单据的制作，促进整个贸易流程顺利开展。当然，我们也必须严格注意各类单据记载内容的一致，以单单一致、单证一致来求得结汇工作的顺利进行。

这次实习的完成对我们专业知识的巩固起到了不可小觑的作用。通过这次实习，我全面地、综合地对本学期学到的专业知识进行了复习和梳理。例如，通过填写商业发票使我真正认识到了商业发票在全部单据中的核心地位。这在实习中有着明显的体现：在很多题目中,商业发票和 信用证 都作为仅有的已知条件给予了我们。而汇票等许多重要单据的填写都离不开商业发票的记录内容。再比如，通过练习汇票的填制，我又一次对汇票的填写过程有了一个深刻且直观的复习：“at \_\_\_\_ sight”处填写付款期限，“for”后跟支付金额的小写，“draw under”为出票依据。“pay to”后面加收款人的名称，“to”跟付款人名称地点。在实习中，我清醒地感觉到自己对很多知识的把握还不十分牢固，得到信用证后还无法很迅速、准确地完成汇票的填写。这也敦促我及时地复习、回顾课本上的基础知识。

我认为，实习并不同于 考试 。 考试 的考察对象重在对文字理论的记忆和理解，如名词解释、问答等等。而实习则是重在考察我们对单证填制过程的掌握。因此，很多死记硬背的方法可以应付考试中的部分题目，而实习的完成就必须依靠平时对基础知识的理解、对理论方法的灵活运用和对实习中遇到的各类情况的应变能力。可以说。实习是一种更综合、更严格的学习考察方法。

通过这四周的实习，我还获得了很多宝贵的学习方法和规律以及一些国贸人才的必备素质。在前面已经提到了， 贸易实务 中许多单据的格式和制作方法有着很多相似之处，例如商业发票和装箱单、出口货物 报关单 和进口货物 报关单 、一般原产地证和普惠制原产地证等等。因此，我们可以自己着手进行一些必要的、可行的总结和整理

理――将类似单据的填制方法和填制过程总结出来，这样不仅仅是我们巧妙的学习方法，也是我们学习经验的层层累积，利于我们日常的工作和学习，利于我们寻找问题的突破口。

关于本次实习中各类单据的填写步骤和方法，我自己总结如下：

1.仔细审题，把要求填写的单据预览一遍。在这期间，最重要的就是明确目标单据的空白处需要填写的主要内容。例如，在填写保险单时，“被保险人/insured”就应填写出口方的名称;原产地证书中，“consignee”即收件人，应填写进口公司的名称。只有把需要填写的各个单据中的空白处的内容弄清楚，才能有目的地去浏览各项已知条件，使整个实验过程更加具有效率和针对性。

2.认真阅读手中的已知条件，如信用证、商业发票、合同协议等等，并从中提取出填制单据所需的关键、有效的基本内容，如进出口双方的名称、贸易方式、合同金额、货物描述、起运港和目的港等等。这些都将在填写单据时用到。

3.根据从已知条件获取的各项信息，对单据的空白处进行填写。在这个过程中，我们一定要保证各个单据填写的内容与已知条件中的描述一致。因为在信用证项下只有单单一致、单证一致才能顺利结汇。

4.根据已知条件中的内容对单据的填写工作进行精确、严格地审核，认真审查各单据之间记录的内容是否一致，是否相互照应。精确谨慎的审核工作是确保单单一致、单证一致的重要环节，这是实习过程中必不可少的，也是我们在日后工作中需要特别注意的一点。

这次实习在巩固我们平时所学的基础知识的同时，还帮助我们发现自身存在的种种不足和缺陷。我想，查缺补漏本就是本次实习的一个重要目的。因此，我会正视且重视这些不足，争取在以后的学习中提高自己。我的不足主要有：

1.对很多基础知识的把握还不甚牢固。这主要表现在，当题目灵活变化时我便会捉襟见肘，遇到一些本不应该有的阻力。例如，在制作海运提单的时候，我经常会犯一些细微的错误。而在很多单据的开立时间填写上我也出了很多问题。这些都是一些比较基础的问题，虽然简单但容易犯错。实习中的问题为我指出了基础知识上存在的一些漏洞，我应当以此为方向，努力夯实基础知识。

2.专业知识应用不够灵活，掌握太拘泥、太死板。比如，在填写汇票时，共有三种形式的汇票供我们填写，我在每种汇票的填写开始时都有比较强的生疏感，过了较长一段时间才慢慢地找到门路。这充分说明我对知识的掌握太拘泥于书本，面对新格式的单据往往会因为素昧平生而束手无策。实习是检验我们活学活用能力的途径，只有将平时所学真正消化、灵活运用，才能应对日后工作中千变万化的各种问题和要求。

3.计算机文化知识的匮乏。可能是由于较长时间没有进行专门的计算机文化知识的学习，我对word方面的很多知识技巧有了比较严重的遗忘。这使我在填写单证的过程中遇到了很多棘手的问题。例如，在输入文字时，word设置了自动缩进，我就不知道该如何调整。再比如，在填写产地证的时候，由于表格下方的空白处需填写的货物描述、唛头、货物包装等内容是分行分列的，所以普通键入变的异常麻烦，这使我浪费了很多时间。

4. 英语 单词 积累不够，尤其是经贸 英语 专用 词汇 的缺乏影响了我顺利完成实习。虽然相对于前几次实习我的 英语 词汇 有了一定的积累，在阅读单据主要要求和叙述时没有太大的障碍，但在一些细节问题和关键 词汇 上我还是有些拿捏不准，这导致我对整个单据的理解出现了一定的偏颇，因此单据的填写难免会受到一些影响。

5.在实习中，我还暴露出了粗心大意、心浮气躁的缺点。比如，在上传作业时我曾经把作业顺序颠倒，而遇到困难时，我经常不能冷静思考。这些不好的心态都不利于我解决困难，而只会让问题越来越糟。

根据在实习中发现的自身不足和缺点，我也有针对性地思索了一些解决方法：

1.继续加强对基础知识的掌握，一定要定期回顾课本，防止遗忘。要多利用各种专业丛书，一方面可以拓宽自己的知识面，另一方面也可以经常巩固专业知识。当然，还可以寻找一些题目来做，在实践中检验自己的所学，灵活运用自己的专业知识来解决遇到的困难。只有经过扎实的题目训练，才能使各种知识长驻于自己的头脑之中，这是灵活运用的重要基础。

2.积极补习计算机文化知识，做一些word和excel的练习。计算机是人类社会工作的主流集成工具，熟练地操控计算机是大学生的必备素质之一。我们国际贸易专业日后的很多工作都将依靠计算机来完成，而且电子商务和国际贸易的结合也日趋紧密，因此我们必须把计算机操作搞好，这样才能更好地利用这一强大工具。比如，在上面我曾经提到了一个填写

产地证时遇到的表格问题，如果我们不用普通键入，而在单据的表格中重新插入一个表格并在这个新表格中输入货物描述、唛头等内容，这样就可以轻而易举地解决问题。

3.继续刻苦地学习英语，稳步地提高自己的英语水平。作为国际经济与贸易专业的学生，英语的重要程度已经无须赘言，可以毫不夸张地说，英语是打开国际贸易专业大门的钥匙。因此，我们要不遗余力、坚持不懈地学习英语。我认为英语的学习重在日常的积累，我们一定要从日常的学习抓起。在各类单据的制作中，大部分英语词汇还是比较集中的，所以我们在单据的填写过程中，遇到了不会的生词就应当尽快记住，并在平时多加以利用(可以自己造一些句子或大声朗读)，这样就利于牢记生词。如此一点一点的累积下去，我们的阅读水平和 翻译 水平会得到逐步地提升，填写单据时的诸多困难也可迎刃而解。

4.努力使自己养成细心谨慎、冷静沉着的品质。制作单证时，细心沉着是一项基本素质。只有细心耐心地处理单据中的每一个细节，才能力保单据之间一致。相反，浮躁着急的作风会引起人的思维混乱，导致问更加难以解决。

我不害怕发现问题，而发现了问题不去解决才是可怕的。既然在实习中检验到了自己在某些方面的不足，我一定会在以后的学习中更加注意，并争取以自己的实际付出来早日解决自己的不足，改正自己的缺点。

综上所述，通过这次实习，我掌握了很多日后工作所需的基本技能，检验了平时所学习的基础知识，衡量了个人的能力和水平，发觉了自身存在的不足和缺点。这于我来说无疑是受益匪浅的。我相信，这次实习让我获得的经验、心得会促进我在下学期的学习甚至未来的学习、工作中寻找到正确的方向和合理的方法。

**实践报告5000三下乡篇七**

经过几天的休整，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学习生活，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(一没经验;二没学历;三时间有限)，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。

实践前———行动

15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艾帝尔装饰公司的大门……

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(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，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。

当天下午2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的能力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自己看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自己这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5：00了，这时一直在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎么样了?看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!?”我心里不禁一惊：怎么办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才知道，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收能力，一方面是要求我不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一直都认为打扫卫生是个再简单不过的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色?就是更细致的清洁!从新审视了整个卫生间，我发现自己之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下面也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自己家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，面对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自己打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自己却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中———体会：

1)检查《家居忠告》的学习情况;(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自己的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2)谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法;(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了一定的了解，通过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问，与人的沟通除了语言的表达外，最重要的就是肢体语言即礼仪，为了能给客户留下较好的服务印象，顺利开展接下来的工作，基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多有趣的哲理小故事是启迪人生的金钥匙，工作中的不明白的很多事理都可以在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习情况的总结。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书，作了一些读书笔记，可我觉得我所收获到的远不只这些。首先，有规律的工作时间，让我在寒假依然能有正常的作息时间，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮助我养成了更健康的生活习惯。再者，让我更清醒的认识到了自己在面对就业这一方面还欠缺哪些东西，以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考。

实践后———感悟

第一次参加社会实践，让我明白了大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;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。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

**实践报告5000三下乡篇八**

对于一位知识青年，当代的大学生，社会实践是学校教育向课堂外的一种延伸，是大学生了解及社会、锻炼自我的一种有效途径，是培养学的树立正确的世界观、人生观、价值观的一次历练，同时也是至关重要的人生历程。

进入新世纪以来，党和国家号召进行社会主义新农村建设，取得了一系列的可喜成绩。然儿事物的发展都具有两面性，我们要对其进行全面的认识，因而要进行全面的实践调查。新农村建设对我家乡的变化起了很大的作用。通过我国在xx大，等重要会议中对“农业,农民,农村”三农问题的再三强调，可以看得出国家对新农村建设的高度重视。建设社会主义新农村是党和国家全面建设小康和现代化，推进工业化，城镇化进程的重大战略部署，是我国贯彻落实科学发展的重大措施，是实施可持续发展观的必经之路，是时代的呼唤，是广大农民的迫切愿望和心声。

经过几年的新农村建设，我的家乡发生了很大的变化，这次利用实践机会，对家乡的新农村建设做了调查，了解了新农村建设前后村庄及人民生活状况的变化，同时也 发现了当中存在的一点不足和问题，希望能对当前社会主义新农村建设中的有关方面起到一点参考和借鉴作用。现将有关情况和本人对此的一些问题思考，报告如下：

一 新农村建设的成就

调查中发现，在国家西部大开发战略的和建设社会之一新农村的目标的提出，我镇党委、政府在新农村建设过程中，始终以农村发展、农民增收为核心，不断加大基础设施投入，积极推进经济结构调整，大力推广先进生产技术，扎实开展招商引资，富有成效地推进了全镇农业和农村经济跨越式发展。为全面实现“生产发展，生活宽裕、乡风文明、村容整洁、民主管理”的总体目标而努力。通过我镇政府和党委以及广大农民的共同努力，我镇的新农村建设取得了可喜的成绩。具体有如下几点：

(一)物质生活

在十几年以前，当你走在乡村首先映入眼帘的是那一排排参差不齐的破旧土木结构的房屋，和那狭窄脏乱、高低不平的乡间小路。每当下大雨的时候，屋内就到处漏雨，呈现出一种外面下大雨，屋里下小雨的景象;那乡间的小路就更不用说，坑坑洼洼、雨水聚集、泥泞不堪，人们根本出不去。然而进入二十一世纪后，特别是最近几年，我镇宁村的房屋有了明显的变化，从以前破旧的土房子变成了现在一栋栋宽敞明亮的大红砖瓦房，有的农民甚至盖起了两层小洋楼，屋内一装饰，在配上一些现代化的家电设备和城里人不相上下。至于交通那更不用说了，政府大力投资乡村公路建设，努力实现村村通公路，截止目前已经基本实现这一目标。现在人们的出行十分的方便，乡村的公交就从家门口经过，随时都能坐上。人们常说：“要致富，先修路”，这句活一点都不假，农村公路的修建极大地推动了当地农业、牧业等其他产业的发展，我镇政府和党委积极探索，结合当地的特色，扎实开展招商引资，在银星，兰星，兰丰等地建起了特色农业园，发展现代农业。农业园的建设不仅带动当地经济的增长，而且解决了农村的剩余劳动力问题，为农民增收提供了途径。

此外，由于生活水平的提高，人们也追求时尚、快捷、方便，大多数家庭都购买了大的电视、dvd、电冰箱以及电磁炉、豆浆机等家用电器。人们现在不仅要求吃饱，而且要求吃好，吃出质量，吃出营养，吃出品味，新农村建设到处都突出 一个“新”字。

(二)精神文化

在过去，由于经济条件的限制，人们买不起电视，因而闲暇时没有可消遣的，看不到电视剧等一些文艺节目，根本谈不上丰富精神文化。但现在，家家都有电视有的甚至还有电脑，人们在闲暇之余都能通过这些来了解世界的发展，中国的发展以及社会的变化，大大的拉近了农民与世界的距离，丰富了农民的娱乐生活，同时也让他们从中学到知识。此外，每到过年过节的时候，乡政府也会组织一些娱乐活动，什么开花灯会啊，组建秧歌队，高跷队。。。积极调动当地农民的兴趣，让他们积极参加，极大地丰富了农民的精神文化。

(三)思想文化教育

农村教育也是一个十分重要的问题。科学技术是先进的生产力，有了先进的生产力农民就更容易致富。在国家重要会议上，国家领导人也多次提出“科教兴国，人才强国”战略，大力发展教育，提高国民素质，为建设社会主义国家培养一大批顶尖专家以及数以千万计的高素质劳动者，是我国从人口大国向人才大国转变。目前，我国农村人口的比例约占全国总人口的70%，因此大力发展农村义务教育是当务之急。

对此，国家出台一系列政策，从20xx年上学期开始，农村义务教育全部免费，除免收学费和教材费之外，对寄宿费进行补助，仅收本子和教参费。公共费用上，国家财政部加大对公共教育经费的投入，从以前的2%加大到4%，这使得一些教育设施得到改善，办学条件及办学效益得到提高，更优质的教育资源得到利用。

而在教师方面，国家对教育经费的投入，极大地改善了教师的教学、生活状况，教室工资待遇得到明显提高，同时还为教师建造了一些经济适用房，解决了教师的住房问题，这些举措使得教师工作积极性明显提高，更加努力的向一个人民的好教师做起。

二 新农村建设面临的主要矛盾与问题

从这次调研的情况来看，新农村建设总的形势较好，我们在发展经济和新农村建设工作中的确下了很大的功夫，也取得了很大的成效，但同时也存在一些不容忽视而又一时难以解决的问题。

新农村建设关键是解决“三农”问题，解决农民增收、农业增长、农村稳定的问题。“三农”问题不解决，短期来看，不利于国民经济的持续稳定发展;从长期来看，将会阻碍中国经济的可持续发展，将会使中国实现工业化、现代化目标的步伐停滞甚至是后退。此外，也不利于社会稳定。解决“三农”也是为了20xx年前更好的实现全面建设高质量小康社会这一目标。如何正确处理好三者的关系。协调好三者的内外矛盾是关键，也是重中之重，本次调查“三农”问题主要有以下几个方面：

(一)农民问题

新农村建设中农民发挥着主体的作用，是社会主义新农村的利益主体和实践主体，他们评价的好坏直接影响到新农村建设的成效，同时也影响到政府工作的好坏，如何让农民得到更大的收益是问题关键。经过这段时间的实际调查，现存在严重问题有：

1.农民素质差距大。小农思想从古至今，在人们的脑子里根深蒂固，利益观念顽固不化，有不少农民为个人私利不顾他人健康生命安全害人害己。随意丢弃垃圾废旧物品，公共场所不注意个人言谈举止，大声喧哗，随地吐痰等现象屡见不鲜，就业观念陈旧落后，只看重眼前，没有长远的眼光。

2.农民增收门路狭窄，增长点不多。农业增收既面临着农业内部受资源约束，增收潜力不大的压力，又面临着农业外部就业竞争加剧的巨大压力;产业结构调整缓慢，新型农业发展滞后，传统农业只能解决农民的“吃饭”问题，而不能根本上解决他们的“致富”问题。大部分农民把增收的希望寄托在外出打工上。虽然收入相对较高，但受群众观念、农民素质、就业门路所限，盲目性大，流动性强，难以稳定就业，也不是长远之计。

3.农民法律意识淡薄。农民受自身文化素质的限制，对于社会主义法制认识甚少，一些农民或是不懂法，或是法制观念淡薄，对法律没有一个清醒的认识：什么该做，什么不该做，如何正确维护自己的生命及财产安全都不是很清楚，这就导致很多农民外出打工要不到工资，或因公受伤无人负责的情况频频发生;还有一些不法分子，正式利用农民法律意识淡薄这一特点，对其进行坑蒙拐骗，用一些花言巧语让农民相信“一夜发大财”，这就使许多农民在不知不觉中触碰法律。

(二)农业问题

农业是农民的生存之本。我国农业历史悠久，占世界约7%的土地养活着全世界总人口22%的民众。农业的重要程度非比寻常，提高农业产量、保持粮价稳定增长、保证农产品的质量和品质、进一步开放农村市场、保持并提高农民生产积极性是农业发展的必经之路。目前来看，根据我国国情立足实际发展现代农业势在必行，急需增强农业的科技含量和土地有效的利用率。转变农业生产方式和增长模式发展生态农业也是一个长期的过程。农业的标准化以及农产品的统一规范化生产、深度加工、销售、食用等是建立现代农业全面发展体系的重要内容。在调查中发现的严重问题有：

1.粮食作物产量低。现在农村严重缺乏技术人员，由于没有技术人员的专业指导，农民对当地土壤地质，耕作性，水肥特性等人士不足，种田只靠经验来，没有一套科学有效地种植方法，这样的结果就是农民花了钱，干了活，但最后得不到好的收成，不能很好的发挥徒弟的生产能力，这是一种极大地浪费。

2.产品不优，没有品牌。在农产品种植过程中，不少农户片面追求数量，二不注重产品质量，在蔬菜、水果上喷撒催熟剂、膨大剂等农药，这些农药虽然可以是蔬菜、水果的生长周期变短，但是残留在上面的农药会对人们的健康造成一定的危害。还有就是不注重品牌的建设和发展，只是盲目的跟随，机械效仿和低水平生产现象比较突出。

3.过于传统，缺乏特色和优势。就拿家乡本地来说，绝大部分土地上一年四季就是小麦玉米，果树、花卉、蔬菜的面积只有一小部分。我认为主要是缺乏地方扶持和农业人才，积极性不够高，优势品底蕴挖掘不出来。发展农业特色产业符合可持续发展的要求，也是发挥农业内在潜力的重要方式。

(三)农村问题

我国农村地区广大，广大农村地区的稳定直接影响着整个社会的和谐安定，搞好农村的和谐稳定是国家长治久安的大计。发展农村经济，缩小农村、城镇收入差距，是国家目前发展的当务之急。没有稳固的经济支持，新农村建设知识一纸空文，抓好国家经济是根本。农村沿用的思想与长期的生活方式已经根深蒂固，这就使新农村建设具有了一定的难度。现将存在的问题总结为以下几点：

1.市、集、会等人口聚集场所欠规范。不文明，不健康活动应该坚决打击，文明风气急需建立。提倡公平交易，设立公用放心称，质量检查力度需要加大。

2.农村缺乏娱乐设施和文化建设。目前，绝大多数农村没有像样的娱乐场所和体育健身设施，农民在闲暇之余没有其他的娱乐方式，身体也得不到锻炼;此外，还应该建立一些活动室、书屋、网络室等，这些不仅能满足人们的精神需求，还能学到科学文化知识，了解最新资讯，能有效地推进新农村建设的步伐。

3.农村安全问题存在隐患。由于现在农村里的大多数青壮年都出去打工，村里剩下的都是一些老弱妇孺，这就给犯罪分子有了可趁之机，偷盗、拐骗行为有时会发生，农民的生命财产不能得到保护。

4.农村公共卫生事业发展艰难。一方面，乡镇医院运转困难。由于政策和经济条件的原因，目前乡镇医院条件差，医务人员待遇低，结构不合理，导致人才引不仅、留不住。另一方，看病难的问题仍然严峻。新型农村合作医疗虽然给没那么看病难问题带来了福音，由国家、区、市财政共同补贴，每位农民只需交10元，即可享受医疗保险，看病报销40%的医药费，住院报销60%的医药费，不过这些合作医疗的医院大多是县、乡级的一些医院，由于政策和经济的问题，他们的医疗水平和条件比较差，对于一些小病还可以，但如果是大病的的话，还得上市里的大医院，然而医药费由会成为他们的苦恼。

三 、 对策和建议

农业是基础，农民是关键，农村是重点。基础不牢，地动山摇;农村稳，则天下稳;农民富，则天下富。加强社会主义新农村建设，必须首先大力发展农村经济，加快推进农业产业化，多渠道促进农民增收，农村发展。

1. 调整农业结构。一是调整种植业结构，采取多样化的种植，根据当地土壤、气候等条件因地宜，发展特色，提高农产效益。充分合理的利用土地和水力资源，使其充分发挥它们的作用。二是调整畜牧业结构，维持畜牧业价格稳定。发挥规模化养殖效应。根据实际，不断调整和完善农业结构，挖掘最优的农业结构配比，使其在在全面建设小康社会中发挥出应有的效能。

2.增加科技投入。积极引进先进的科学技术，科学规范化指导各项农业技术措施。发挥科技优势，快速高效的使农民获得有效的经济利润。经常派技术人员下乡考察指导，帮助农民解决遇到的农业问题对于科技你的经验积累会起到推动作用，同时可以促进科技的创新，及时发现新问题积极研究解决，提高解决新问题的能力。

3.加大创新，加强和培植市场主体。一是扶持种养大户，培植农业生产主体。通过对一些市场意识强、科技素质高的种养大户，采取政府扶持支部引导、农户投资的办法，大力发展规模养殖，引进优良品种，采用精细的管理方式，逐步发展状大起来，使他们不仅是科学种养致富的典型，而且成为农村先进生产力的代表。二是通过政府支持引导，并联合村里的大户、致富能手等把农民科学合理的组织起来，使他们成为一个主体，提高农民组织化程度，提高农村经济的自主发展能力。

4.必须进一步加大新型农民培养力度，全面提高农村劳动者素质。实施失地农民培训、农村劳动力转移培训和新型农民科技培训工程，造就有文化、懂技术、会经营的新型农民。加强农村精神文明和文化阵地建设，以文明村建设抓起，倡导健康、文明、科学的生活方式，大力开展以遵纪守法，建我和谐家园为主要内容的思想道德教育，推进农村和谐稳定发展。要加强法制科普宣传，建设农村文化基础设施，努力构建农村公共文化体系，丰富广大农民的文化生活，提高农村劳动者素质。

5.转变政府服务管理，不断完善农民保障。是适应农村经济社会协调可持续发展的需要，彰显了以人为本的执政理念。符合“权为民所用，情为民所系，利为民所谋”的新“三民主义”的倡导，要把实现好、维护好、发展好最广大人民的根本利益作为政府工作的出发点和落脚点。积极开展城乡社会公利服务建设，提高政府服务水平和管理水准，努力向着建设服务型社会的目标迈进。同时要大力推进农村民生工程建设，建立健全以新型农村基本养老保险制度，农村合作医疗制度和农村最低生活保障制度为基础，以就业帮助，医疗救助、教育救助等救助方式，让农民老有所养，病有所医，贫有所济。 社会主义新农村建设，是物质文明，精神文明，政治文明与和谐社会的共同建设，真正提高gnh才是目的，而不仅是单纯提高gdp。新农村建设任重而道远，我们在思想认识上要有长远眼光，在发展规划上要有长期打算，要有信心，有决心打好这场仗。祖国的未来离不开新农村的发展，搞好新农村建设时国家长治久安的大计。

**实践报告5000三下乡篇九**

终于等到了实习的时候了，很早以前就从师兄那里打听到了有实习，那时候可以说是急切地期盼着这一天的到来，因为大家再也无法满足于课堂教学，尽管从同学朋友那里了解到实习并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

蓦然回首，转眼为期一周的铣工实习结束了。在实习期间虽然很累、很苦，但我却感到很快乐!因为我们在学到了作为一名铣工所必备的知识的同时还锻炼了自己的动手能力。而且也让我更深刻地体会到伟大的诗人李白那一名言：只要功夫深，铁杵磨成针的真正内涵!我们实习的第一天看了关于铣工实习的有关的知识与我铣工实习过程中的注意事项的碟片。看到那飞转的机器、飞溅的铁花，令我既担心又激动。担心的是，如果那飞转的机器隆隆声让人心惊肉跳和那鲜红的铁花四处飞溅的发出耀眼的的光芒令人眼花缭乱;激动的是，等待了将近一年的铣工实习就要开始了。这是作为学生的我们第一次进入工厂当令人尊敬的工人，也是第一次到每一个工科学子一试身手的实习基地。

其实，对我们这些工科的学生来说这是一次理论与实践相结合的绝好机会，又将全面地检验我们知识水平。铣工实习是机械类 各专业学生必修的实践性很强的技术基础课。学生在铣工实习过程中通过独立地实践操作，将有关机械制造的基本工艺知识、基本工艺方法和基本工艺实践等有机结合起来的，进行工程实践综合能力的训练及进行思想品德和素质的培养与锻练。

一、实习目的

铣工实习是培养学生实践能力的有效途径。又是我们大学生、工科类的大学生，院的学生的必修课，非常重要的也特别有铣工实习又是我们的一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们会感受到车间的气氛。同时也更加感受到了当一名工人的心情，使我们更加清醒地认识到肩负的责任。

通过老师的讲解。我终于明白了什么是铣工。同时也懂得了为什么有人说“当铣工是最累的!”铣工是以手工操作为主，使用各种工具来完成零件的加工、装配和修理等工作。与机械加工相比，劳动强度大、生产效率低，但是可以完成机械加工不便加工或难以完成的工作，同时设备简单，故在机械制造和修配工作中，仍是不可缺少的重要工种。铣工的常用设备有铣工工作台、台虎铣、砂轮等。

二、具体内容

本次实习，我主要是做铣工，所谓铣工就是根据设计零件图纸用铣床(加工零件的设备)进行零件加工的技术工人，分为初级工、高级工。零件加工精度要求高。

铣工的操作要求

1、铣台要放在便于工作和光线适宜的地方;钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。

2、使用机床、工具(如钻床、砂轮、手电钻等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。

3、台虎铣夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。

4、使用电动工具时，要有绝缘保护和安全接地措施。使用砂轮时，要戴好防护眼镜。在铣台上进行操作加工时要有防护网。

5、毛坯和加工零件应放置在规定的位置，排列整齐、安放平稳，要保证安全，便于取放，并避免碰伤已加工的表面。

6、钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻螺纹、套螺纹时，工件一定要夹牢，加工通孔时要把工件垫起或让刀具对准工作台槽。

7、使用钻床时，不得戴手套，不得拿棉纱操作。更换钻头等刀具时，要用专用工具。不得用锤子击打钻夹头。

铣工的实习目的：

了解铣削加工的工艺特点及加工范围。

2.了解常用铣床的组成、运动和用途，了解铣床常用刀具和附件的大致结构与用途。

3.熟悉铣削加工的加工方法和测量方法，了解用分度头进行简单分度进行的加工。

4.在铣床上正确安全工件、刀具并完成对平面、沟槽等的铣削。

以上是铣工的基本知识，实习时我时刻牢记的内容，也是对书本知识的巩固之处。

接下来说说我的实习经历了。

第一节理论课上，老师首先强调铣床操作过程中应注意的事项，然后老师详细介绍了铣削加工的概念、特点、加工范围及有关的物理量，并带领我们参观讲解卧式、立式铣床的组成部分、联系讲解完上面的内容，老师带领我们来到铣床上，详细介绍了如何装夹工件及有关操作，如何进行平面的铣削。

2.练习的时间到了，我们5个人一组，分别在铣床上铣削平面。从最简单的开机、停机，到装夹工件，再到对刀、吃刀直至最后完成对工件的加工，我们小组取得喜人的成绩。

3.由于我们刚开始是在立式铣床上铣削平面，因此我们小组和别的小组交换机器，我们到卧式铣床上练习。卧式铣床铣削平面速度就是快，只可惜，学校的两台卧式铣床的油泵坏了，工作台的横、纵、垂直进给三三个方向的自动移动也都坏了，还好，我们人手充足。最终，在我们的齐心协力下，一个个合格的工件顺利“诞生”。

4.第二天实习，难度有所提高。理论课上，老师讲解了铣床上常用的刀具以及它们的特点和使用方法，讲解了如何铣削沟槽后，我们就开始我们的“工作”。沟槽的加工可比平面难多了，为了保证工件的精度，我们处处小心，每一个操作都小心翼翼，结果有的工件还不合格，也许是刀具的原因吧!

5.平面、沟槽的联系已告一段落，我们也开始了我们的小测试，在老师的规定时间内，完成对工件的加工，经过一番努力，终于顺利通过测试。

6.第三天实习，难度更大了，本来既要练习铣削台阶面又要铣削等分零件的，但时间有限，我们只练习阶梯的铣削，对了等分零件，我们只利用万能分度头进行等分，并未在铣床上加工。

三、经验总结

通过实习，对铣削加工的特点、加工范围，对铣床的组成、工作原理和用途都有深刻的了解;已经具备独自完成对工件测量、平面、沟槽加工，更换、安装刀具的能力;已达到实习目的

2.铣床的操作简单易学，但操作过程中也不可松懈，以防止事故的发生。

3.我们知道了铣工的主要内容为划线、錾削、锯削、锉削、刮削、研磨、钻孔、扩孔、铰孔、锪孔、攻螺纹、套螺纹、装配、和修理等等。了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。

4.了解机械制造工艺知识和新工艺、新技术、新设备在机械制造中的应用，培养、提高和加强了我们的工程实践能力、创新意识和创新能力。

5.铣工实习培养和锻炼了我们，提高了我们的整体综合素质，使我们不但对铣工实习的重要意义有了更深层次的认识，而且提高了我们的实践动手能力。使我们更好的理论与实际相结合，巩固了我们的所学的知识。

6.我们同时也学到老师的敬业、严谨精神。老师们不耐其烦地帮我们查找程序中的错误，一遍又一遍。有的程序特别长，可老师才不计较这些，只要有一点毛病，就一定要把它揪出来，尽自己最大的努力把同学们的作品修整得更为完美一点。有的老师会一次又一次地给同学演示如何操作，直到同学真正清楚。

实习过程中我们也发扬了团结互助的精神男同学帮助女同学、动手能力强的同学帮助动手能力弱的同学，大家相互帮助相互学习，既学会了如何合作又增强了同学间的友谊。

7.在实习过程中我们取得的劳动成果——精美的螺母、螺钉等。这些曾经让人难以致信的小铁器，竟然是自己亲手磨制而成，这种自豪感、成就感是难以用语言来表达的。

8.作为金属切削加工中常用方法之一的铣削加工，由于使用多刃多种类刀具铣刀的主运动又是旋转运动，故铣削加工效率高，加工范围广;另一方面，铣削加工的工件尺寸公差等级一般为it9-it7级，表面粗糙度值较低，又适合与大批量生产，成本较低，因此铣削加工成为金属加工中得到普遍的推广。

我相信，随着技术日新月异的发展，铣削加工一定会以其强大的生命力为工业生产开辟出新辉煌。

四、实习心得

在实习期间我有很深的感触，很感谢学校能给我们提供这个实习的机会，让我们提前体验到学工科的不易，获得了课堂里边得不到也想不到的知识，也许将来不会走上这个岗位，但是现在所学的知识和感受却是终生难忘。虽然脏点累点，这些都无所谓，重要的是我们有了收获、也有了成果。

两年后我们就业的时候，就业单位不会像老师一样点点滴滴细致入微的把要做的工作告诉我们，的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。就像我们接触到的铣工，虽然它的危险性很大，但是要求每个同学都要去操作而且要做出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气。另外像铸工和看似简单的拆装，都需要我们细心观察，反复实践，失败了就从头再来，培养了我们一种挫折感等等。这次实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的。

在实习过程中，我真的明白了许多，许多在学校掌握不到的东西，我非常幸运我能得到那么有效的实习。现在我的工作已经找好了，毕业后就要去参加工作了，直接由校园走进单位，由于之前我实习的已经很出色了，我相信在新的工作岗位上，我能够做的更好。实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。铣工实习更让我深深地体会到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针!

**实践报告5000三下乡篇十**

20xx年x月xx日至xx月x日，我在顺德xx中学进行了为期近两个月的。在班主任和指导老师的帮助下，我顺利地完成了教育实习任务，实习工作获得了圆满的成功。回味这短暂而充实快乐的日子，觉得日子真如白驹过隙一般，匆匆滑过指尖，不容我挽留，而我唯一可以做的，就是记录下来这段日子来我心灵的感悟，以及对实习的。

9月13号下午，我们实习队15个人搭着包车来到了顺德xx中学。第一天主要任务是熟悉学校的住宿情况和地理位置。第二天下午，学校和高一级的老师们在教师办公室和我们召开了见面会。会议上何校长简要地介绍了学校的一些基本情况，如学校的规章制度、学生情况、教学时间安排等，同时对我们以后实习的主要内容作了简要的说明。会议上我们每个实习生都认识了各自班级的班主任指导老师和科任指导老师。会议结束后，班主任郝阳老师和副班主任李月宁老师很热情地请我到学生饭堂吃饭，并跟我介绍了高一9班的基本情况。那天晚上，实习队召开了例会，队长斯华布置了我们各自的实习任务，很快地我们就进入了实习老师的角色之中。

教育实习的生活主要分为课堂教学、班主任工作和教学调研三大部分。下面我从这三个方面和我的队长工作来对实习进行。

一、课堂教学

1.听课

我的科任指导老师是陈庆乾老师。他负责高一四个班级的化学教学工作：5班、9班、10班和13班。除了5班是重点班之外，其他班级都是普通班。他是一个具有丰富教学经验的化学老师，虽然今年已经五十岁，但看起来仍然像三十多岁的年轻人。陈老师的教学理念也是与时俱进，课堂教学也使用ppt课件。他告诉我，刚刚开始的两周主要是以听课为主，而且鼓励我多去听听别的老师的课。在这两个星期里，我坚持每天听两到三节课。实习第一周，我不但听了指导老师的化学课，而且还听了高一年级其他两位化学老师胡湘红老师和杨永梅老师的课。三位老师上的课各有特点。陈老师上课驾轻就熟，对课本了如指掌，对基本知识点的讲解十分透彻。胡湘红老师是高一化学备课组组长。他上课幽默风趣，通俗易懂，学生们都很喜欢上他的课。我也很喜欢胡老师的教学风格，经常去听他的课。杨永梅老师是一位新老师，她上课的时候很注重教学设计，重难点分明，课件做得很清晰明了，很多学生都能积极地去听她的课。听三位老师讲课，我们看到了自己和他们的差距，更加感慨教学是一门艺术：教无定法，条条大路通罗马。就好像胡老师说的，均中学生的化学基础普遍比较差，我们上课就是要“不择手段”地让他们弄懂知识点。胡老师上课充满激情，并且经常运用比喻，把一个抽象的知识点用非常形象生动的语言让学生接受。听他的课我知道了什么是深入浅出。这不就是教师的作用吗?

第二周以来，我开始去听高二级化学老师的课，有些队友提前讲课的，我也去听了，真正地做到了跨年级，跨学科听课。听高二化学备课组组长吴月琪老师的课，使我看到了高二化学教学和高一化学教学的不同：更加的注重练习，更加地注重学生的主体性——课堂上吴老师经常让学生回答问题，让学生去做题，而不是自己讲。听不同学科的队友的课，让我看到了不同的思维方式和不同的教学方法。总之，听课这两周来我学习到了很多：不仅是在教学设计和教学方法上，还有课堂管理手段，课堂时间的把握等，为以后的讲课做好了铺垫。而我除了写下听课记录和自己的感想，也开始准备新课的教案和ppt课件了。

2.上课

其实在国庆节之前，我已经陆续地站上讲台，开始讲实验课了。因为化学实验课课堂气氛比较难控制，所以我们三位化学实习老师都参与到实验的教学之中。每节实验课开始之前我们都会提前15分钟到实验室，确保每一位学生桌面的仪器和试剂是齐全的——如果有缺漏要补好，很多化学试剂都是自己配出来的。听陈老师讲了一节实验课之后，我便上台给他们讲。配合板书，我给他们讲解了实验的过程和注意事项，然后让他们自己动手做。实验课气氛的确比较难以控制，两天三节课下来，我喊到喉咙都干了。这时我感受到了老师的辛苦之处。

实验课上台时间只是10分钟左右，不能算完整的一节课。国庆节回来以后我才真正站上了讲台，在9班讲了一节40分钟的习题课。原本以为习题课比较容易上，而且自我感觉讲的还好，但是晚自修辅导学生的时候发现一些学生对试卷上讲过的题还是不懂。陈老师给了我一些讲习题课的建议，并且告诉我要充分地备课。于是在接下来给9班学生讲的第一节新课《物质的分类》，我充分地备课，提前做好了课件和教案给陈老师修改，并且让老师提出建议。上课的时候我已经胸有成竹，把各个环节，具体到哪里要叫学生上台，哪里要全班一起回答都想好了。上课的效果有了很大的改善。陈老师也去听课了，评课的时候，他肯定了我的进步，同时指出我在教态、语言等方面的不足。我虚心地接受，并且及时地写下了教学反思

思。在接下来的每节新课，我通常会先去听老师讲课，学习老师教学中是如何突破重点和难点的，哪一些元素是我可以学习的，在我自己上课时可以现学现用。上完课之后，我会根据学生具体情况给他们布置作业，并且认真地批改，写上评语。晚自修的辅导也让我对自己的上课情况有了大致了解，并且在接下来的课前解决上节课大多同学不懂的问题。就这样我在9班上了一周的新课，教学技能得到了很大的提高。后来，陈老师把10班的化学课也放手让我教了。教两个班是一种挑战，我要保持9班和10班上课进度一致，备课需要更加充分，所以每天都很忙碌。上重复课使我有更多的时间进行教学的改进，感觉第二节课上得会更好。上了两周的课后，我对教学已经有了一个很好的把握，开始更多地思考如何把课堂气氛搞活，如何让学生更加容易接受这些抽象复杂的知识。第三周上课，我的课上得更加如鱼得水，受到了很多学生的喜欢，在这里要十分感谢陈老师和胡老师的谆谆教导!

二、班主任工作：

我的班主任指导老师是郝阳老师，他虽是一位新老师，但是对班级的管理却做得很好。我刚来实习的时候，感觉高一9班是一个纪律散漫的班级，后排的男生很调皮，然而郝老师在他们的心目中已经有很高的形象。后排的男生也很怕他，只要他在场，班里纪律就会很好。我刚到班里的时候学生们都很好奇，特别是后排很多男同学总在试探性和我拉关系。这个时候郝老师告诉了我一个经验：对班里的学生要树立先严后爱的形象。先不要和他们关系拉太近，否则后来就很难管理，特别是对9班这样的普通班。因此实习的第一周我和学生不是很熟，但是我已经通过早读和晚自修监督纪律的时间记住了全班50位学生的名字。非常感谢郝老师给的建议，在我后来上课的时候班里课堂纪律都很好。我们实习队就有队友是反面的例子：刚开始和学生关系太好，导致后来上课纪律都难以控制，学生们经常和他称兄道弟。

我负责的班主任工作主要是早上卫生的检查、课间操监督纪律和看班里的晚自修，还有就是上了两节主题班会课。

1.早读

作为实习班主任，每天早上7点钟都要到班里看早读。检查值日的同学是否做好了卫生工作，监督学生早读不要吵闹。这些很烦杂的工作，都是班主任的本职。一开始有小部分学生总是偷懒，针对这种情况，我和郝老师制定了一张奖励和处罚的量化分数表，并按照每位同学每天的表现把加分和减分的情况都写在教室后面的公布栏上，使班里的卫生和纪律情况有了很大的改善。无规矩不成方圆，班规、班集体氛围很重要。

2.晚自修

每天晚上7点钟是学生的晚自修时间，外宿的同学也要过来，全班同学一起学习。对我来说，晚自修除了要过去监督纪律之外，还有一个很重要的任务，那就是辅导学生。9班的学生都很好学，往往是我每天晚上过去的时候，学生不仅问化学的问题，而且还问数学和物理的问题。我都是知无不言言无不尽。怎么跟学生讲解也是一门艺术。经过几次晚自修辅导，我总结了几条规律：要根据学生的基础，控制讲题的速度。有时要把一道题讲透，必须把知识点分解来一个一个讲。另外，要让学生不仅明白这一道题，而且懂得这一个知识点，懂得解这一类的题，也就是会举一反三。后来我也经常走到10班和其他班级辅导。晚自修的辅导使我更加了解学生，给第二天的讲课提供了灵感和依据，备课要备好学生，这一点真的是很重要。要把自己表现得最好，尽量让学生在课堂上都能听懂，这样课堂效率才能提高，学生晚自修的问题也会减少，就算是教学进度慢了一点也没有关系。

3.课外活动

xx中学的课外活动是丰富多彩的。我们实习的时候刚好赶上学校的体艺节，因此高一级举行了很多大型的活动和比赛。作为班主任老师，在每次活动举行的时候，我们都会和学生在一起。印象最深刻的是，在高一级举行的两次大型班级比赛——红歌比赛和广播操比赛之中，9班都获得了一等奖。还记得和郝老师还有9班的孩子一起练习红歌直到晚上六点多，练习进场仪式和表演动作;还记得我们让做操不自觉的学生留下来继续做，一个一个过关;还记得体育课和孩子们一起练习三十人三十一足的快乐和温馨……9班的孩子都不负所望，在比赛的时候非常积极，表现出了班级的团结和风采。所以，我们载誉而归，我们相信，有付出总是有收获的!两次大型比赛的一等奖，大大提高了高一9班的班级凝聚力，使班风有了明显的改善，平时的纪律也变得越来越好了。

4.主题班会

郝老师告诉我，一节成功的主题班会能很好地提高老师在学生心目中的形象，使班主任快速地融入班集体。因此郝老师对我的主题班会课很是支持。在实习期间我一共进行了两次主题班会教学，实习第二周周二，我在班会课上跟他们讲了关于化学的学习方法。班会课前半部分郝老师讲了一些班级的任务和思想教育，只剩下十多分钟的时间给我讲。我也

是根据自己做的课件和我高中的学习经验，一条一条地讲给大家听。自我感觉讲得有点快了，后来听一些同学说觉得有点像是泛泛而谈，所以第一次主题班会课收到的效果并不是很明显。

第二次班会课是在实习第七周的时候，我跟他们讲《我的大学梦》的主题班会。那时随着班主任工作的深入和化学教学的进行，我跟大家都已经很熟悉，能够叫出每一位同学的名字，并且了解他们的大致情况。我以我的大学为例子，从建筑、大师、图书馆、实验室、社团、文体活动、比赛评优、社会实践之大跟他们介绍了什么是大学，引导他们树立理想，要努力考上大学。由于这一次班会课准备很充分，大家也都很配合地认真在听，可以说是在轻松愉快的气氛中跟他们讲关于大学和未来，很多同学都备受鼓舞，收到了很好的效果。

三、教学调研：

我们实习队教学调研的题目是《“初高中”转折期学生的心理变化》。在副队长颖欣的组织下，我们在例会上确定了各自的任务，然后分工合作，在国庆期间就开始了教学调研的前期准备——文献查找。在接下来的四周时间里，我们分工设计出了调查问卷和教师、学生的访谈提纲，并分配到各个班级。队友们和老师、学生协调好时间，按时做好问卷发放回收以及采访工作并做好记录，最后由两位队友做好了汇总和共享，由大家自己做好调研的撰写。整个调研大概持续了1个月，获得了完整的数据，调研结果基本符合预测目标，圆满完成了学校交给我们教育调研任务。

四、队长工作：

作为实习队的副队长，我主要负责实习队的财务工作、联系实习队往返的包车，负责办公室和电子阅览室的卫生和纪律工作。工作虽然繁琐，但是我却十分耐心认真去做，它锻炼了我的组织协调能力和人际交往能力。在这里也要感谢各位实习队友的支持和配合，最后我也获得了“实习积极分子”的光荣称号。

实习已经接近尾声。这两个月来我亲身体验了教师的生活，很好地锻炼了自己的教学技能、学生管理技能和人际交往能力，为日后走上教师的岗位打下了良好的基础。 这次教育实习将是我大学生活中乃至人生中的一次非常宝贵的经历和美好的回忆。为人师表，一生修为。今后我将更加努力，争取做一名优秀的人民教师!

**实践报告5000三下乡篇十一**

毕业实习是每个大学生走出校门前都要经历的一件事，它使我们在实践中了解社会，为大家正式走入社会打下基础，算是从学校到社会的过度，并且，我们在课堂上学的理论也能应用于实践工作中。毕业实习，还会让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

这次实习的目的就是在正式走入社会工作之前对邮政储蓄银行都各项业务工作能有一个大概的了解，为以后能更快的投入工作打好基础。怀着这个目的，在即将毕业前的一个多月里，我在中国邮政储蓄银行政和县支行进行毕业实习。

一、中国邮政储蓄银行简介

中国邮政银行自1986年4月1日恢复开办以来，经过20xx年的长足发展，已成为我国金融领域的一支重要力量，为支持国家经济建设、服务城乡居民生活做出了重大贡献。现已建成全国覆盖城乡网点面最广、交易额最多的个人金融服务网络：拥有储蓄营业网点3.6万个，汇兑营业网点4.5万个，国际汇款营业网点2万个。其中有近60%的储蓄网点和近70%的汇兑网点分布在农村地区，成为沟通城乡居民个人结算的主渠道。

截至20xx年底，全国邮政储蓄存款余额达到1.6万亿元，存款规模列全国第五位。持有邮政储蓄绿卡的客户超过1.4亿户，每年通过邮政储汇办理的个人结算金额超过2.1万亿元，其中，从城市汇往农村的资金达到1.3万亿元。在邮政储蓄投保的客户接近2500万户，占整个银行保险市场的五分之一。邮政储蓄本外币资金自主运用规模已接近1万亿元。邮政储蓄计算机系统运行安全稳定，跨行交易成功率位居全国前列，交易差错率保持全国最低水平。

邮政储蓄注重开发多样化的金融产品，目前形成了以本外币储蓄存款为主体的负债业务;以国内、国际汇兑、转帐业务、银行卡、代理保险及证券、代收代付等多种形式的中间业务;以及银行间债券市场业务、大额协议存款、银团贷款和小额信贷为主渠道的资产业务。

中国邮政储蓄银行有限责任公司承继原国家邮政局、中国邮政集团公司经营的邮政金融业务及因此而形成的资产和负债，并将继续从事原经营范围和业务许可文件批准/核准的业务，继续使用原商标和咨询服务电话，各项业务照常进行，客户毋需办理任何变更手续。

我的实习单位是中国邮政储蓄银行政和县支行。20xx年5月28日，中国邮政储蓄银行政和县支行正式挂牌成立。目前，拥有邮政储蓄营业网点11个，汇兑营业网点13个，atm机2台，并与全国3.6万个邮政储蓄网点实现互联互通。截至20xx年6月，政和县邮政储蓄存款余额达3.6亿元，居民储蓄存款市场占有率32.86%，拥有储蓄账户14.3万户、绿卡客户5.4万户以上。户籍人口21.97万人(xx年末)，账户持有率接近70%，绿卡持有率25.6%。

二、实习过程

我的实习分别在两个部门，六个岗位上完成，其中要参加两个业务的学习。

第一个实习部门就是县支行中心营业网点。时间：1月16日―2月3日，由于营业网点对外性强，实习生没有工号，时间安排也很有限，缺少实际操作，只是对营业网点都基本业务有了大概都了解。

第一个实习岗位就是综合柜员，主要是负责对普通柜员当日的各类帐务进行核对、监督、审查等非对外业务。特殊性柜面业务经办流程的解释、银行规章制度执行情况的检查监督等。因为只实习三天，我就学习了凭证整理，其他的都是看指导人员操作。

第二个实习岗位就是普通柜员，首先必须熟悉整个邮政储汇的操作系统，目前使用的是邮政储蓄统一版本。刚开始实习时，熟记主交易菜单的交易码，特别是日常的交易代码，如：活期存取款代码是010102、010103;卡存取款的代码是020xx1、020xx4;现金转帐代码是010701;帐户到帐户转帐代码是010702等等。

普通柜员需要掌握都业务操作有：1、存取款储蓄业务，邮政储蓄业务种类有：活期储蓄、定期储蓄、定活两便储蓄等;2、汇兑转账业务，国内邮政汇兑业务品种主要有普通汇款、电报汇款、入账汇款等;3、代理业务，业务品种主要有代理保险、代理国债、代收代付(代收电话费)等。

除此之外，这两天的实习工作还包括帮助客户复印身份证，通过联网核查公民身份信息系统核对公民身份信息。第二代身份证直接读取磁数据就可以了，第一代身份证需要手动输入;还要学习点钞、捆钞。

第三个实习岗位就是对公业务，从20xx年初开始，邮政储蓄银行在全国各地陆续进行了公司业务的试点工作。目前正进一步铺开业务，现有的业务主要有银行汇票、商业汇票、本票、支票、汇兑、委托收款、托收承付、商易通、pos结算等对公结算服务。实习代发工资报表的制作，丛操旧业，很快上手，也就粗心把卡号少输了1位。

我去的第二个实习部门是稽核组;时间：2月4日―2月8日。主要实习岗位有业务会计，事后监督，汇储出纳。

第四个实习岗位是业务会计，指导我的人是文雯姐，主要实习内容有以下几点：

1、每天上班的第一项工作就是，日资金头寸预报，填报清算户与备付户金额，上午8：30之前必须上报省中心。如清算户余额不足，从备付户调拨，若备付户亦无足够金额，可从运用户调拨，需提前三天向省中心申请。很不好意思，杨文姐去福州学习了一个星期，我替的班，结果清算户透支了。

2、上午上班需要查看是否有网点申请拨款，有则做下拨款操作;下午下班之前查看网点缴款情况，做收到缴款操作。最后打印出全日余额，与出纳核对无误，下班。

3、打印历史报表，一般为前一营业日，然后整理核对报表。这项工作很繁重，量很大，一上午打印机就没有停，下午就对各报表进行分类整理，刚开始实习就从这个做起的。

4、查看公司业务系统，及时处理各项对公来账业务。打印出来账登记，通过邮政储蓄统一版本，做入账操作，然后通知网点上账。

5、各种款项划出操作，做好支票登记。

6、查看300915现金分户，及时发现问题，查出问题所在，通知网点及时处理。在我替班期间发现一笔错误，有一笔30元的代收电话费没有上账。打印出前一日所有代收付金额，计算出各网点的交易额，通过数据集中系统，查询每个网点的交易明细，终于发现了是胜利网点漏了一笔30元的电话费没有上账。

7、存款等其他业务

第五个岗位是事后监督，对营业处及个网点的交易进行严格把关，是一项繁琐的“校对”工作，它意义重大――尤其体现在对潜在风险(如大额支付、可疑支付等)进行全面地、系统地监督。相比之下，实时监控则体现出了防范风险的“时效性”。

1、事后监督的操作

先按每日营业轧帐单上登记的各类基本业务的交易总笔数、总金额分别与原始凭证进行校对，确认无误后，接着按照原始凭证的任意顺序，逐笔输入凭证打印的交易流水号和客户填写的交易金额，系统自动核对两项内容，回显交易流水中的其他内容。如果发现了不相符的情况，则手工联动登记差错。监督内容有三个方面：

大额支付监督：a、定活期开户无论金额多少都要监督，刚好赶上银行拿到了社保项目，开户数都集中在四月，工作量很大;b、存取款大于五万开始监督，存款达到20万，取款超过5万，本地转账超过5万，外地转账大于5000，都要核查身份证。

特殊交易监督：a、挂失监督，有密码、存折、卡、卡和存折挂失;b、客户资料变更监督，有更改姓名，证件号码等重要信息。

凭证使用监督：各种凭证使用情况监督。

2、监督大额可疑支付

对可疑支付交易的参数[3]规定是：一日累计取款超过50万元;单个帐户10天内集中(一次性)转入金额超过100万元并超过3次分散转(取)出。单个帐户10天内累计现金支付超200万元，清户前10天发生过200万元现金收付

3、实名制核查

储户开户、挂失、大额存取款等都需要通过居民身份证核查网站进行身份证信息核实，由柜员操作，事后监督，经常有网点的定期开户没有核查。

以上都监督完就开始了盖章的工作，之后就是整理好装订。

第六个岗位是汇储出纳，主要负责的工作有：

1、各项工作与业务会计相对应。

2、到各营业网点送款、收款。

3、至少2个出纳一起，在金库点钞、捆钞，而后入库或转存人行，最近人行已不再受理存款，实习所在支行现金存款由建行代理。点钞也是很有技巧的，刚开始没有掌握好，点钞机经常报警，熟能生巧，我很快就发现把钱略微松开就可很顺利的通过了。大家都以“数钱数到手抽筋”来祝福发财，第一天点钞，腰酸背痛，也才整理了三百万，挺失败的。

业务学习：关于pos消费机的学习和信用卡业务的学习。顺便也参加了单位关于深入学习实践科学发展观学习活动。

三、实习收获

(一)邮政储蓄银行的优势。

①邮政储蓄银行将充分依托和发挥网络优势，完善城乡金融服务功能，以零售业务和中间业务为主，为城市社区和广大农村地区居民提供基础金融服务。截至xx年底，全国邮政储蓄存款余额达到1.6万亿元，存款规模列全国第五位。持有邮政储蓄绿卡的客户超过1.4亿户，每年通过邮政储汇办理的个人结算金额超过2.1万亿元，其中，从城市汇往农村的资金达到1.3万亿元。投保的客户接近2500万户，占整个银行保险市场的五分之一，本外币资金自主运用规模已接近1万亿元。

邮储银行将专门设立农村金融服务部门，积极完善网络服务功能，面向\"三农\"开展业务。考虑到邮政储蓄有2/3的网点分布在县及县以下农村地区，特别是在一些偏远地区，邮政储蓄是当地居民唯一可获得的金融服务，因此，从满足广大农村群众日益增长的基础金融需求，完善农村金融服务角度出发，未来邮政储蓄银行的农村网点要从服务\"三农\"的大局出发，农村网点要通过完善功能，充实业务，通过加强与政策性银行和农村合作金融机构的全面合作，进一步加大邮储资金支农力度，进一步扩大农村基础金融服务的覆盖面和满足度。

②中国邮政储蓄银行政和县支行，拥有邮政储蓄营业网点11个，其中城关5个网点，乡镇6个，汇兑营业网点13个，atm机2台，并与全国3.6万个邮政储蓄网点实现互联互通。截至20xx年6月，政和县邮政储蓄存款余额达3.6亿元，居民储蓄存款市场占有率32.86%，拥有储蓄账户14.3万户、绿卡客户5.4万户以上。户籍人口21.97万人(xx年末)，账户持有率接近70%，绿卡持有率25.6%。本县有三家商业银行，其中建设银行2个网点，atm机3台，农业银行3个网点，atm机3台。占据城关银行网点半壁江山，优势明显，乡镇更是毋庸置疑。

(二)面临的挑战

①历史上由于邮政储蓄长期作为邮政的一个内设机构进行经营管理，内部控制和风险防范机制相对薄弱，人才储备比较缺乏，这些都将对邮政储蓄银行的发展造成一定制约。邮政储蓄银行成立后，将加强专业化管理。在相当长一段时间内，这些问题仍将在不同程度上存在。我实习所在支行最高学历也只是大专，而且从业人员的业务水平较低，经常碰到业务不会做的问题。

②邮政是最传统的服务行业，成立不久的邮政储蓄银行在提高服务质量、开拓服务领域等方面取得了明显成效。但应该看到，多年的垄断经营给这个行业养成的不良习气还在一定程度上存在。与其他商业银行相比，其服务意识和服务水平还有待提高。从业人员的业务水平较低，严重影响了服务质量。

(三)对邮政储蓄银行的建议

①金融企业要打好服务牌，必须有充足的人才保障。对于邮储银行来说，人才缺失的问题尤其突出。邮储从业人员管理能力弱和审贷经验不足的问题亟待解决。邮储银行人才问题的解决必须双管齐下。一方面从外部引进，尤其对一些重要的关键岗位，这种方式成本高，但见效快;另一方面，通过各种业务培训以及利用远程教育、电视等现代化培训手段，提高现有人员的业务水平，并力争制度化、日常化。政和县支行每周二晚上的业务学习就是一个很好的方法，希望这个传统能一直延续下去，建立一家学习型银行。

②相对于其他金融机构来说，邮储银行在人员、产品、服务和硬件设施方面都还有所欠缺，但邮储银行网点多，机构遍布全国，市场需求大。由于目前大量中小城镇和农村还面临缺乏资金的局面，邮储银行只要树立为基层服务的战略思想和完整的战略规划，不要一味“向上看”，“向下看”同样能大有作为，能找到很多盈利途径和盈利方式。

③突出重点，狠抓信贷资产质量。邮储银行在信贷资产质量方面是没有历史包袱的，完全可以轻装前进，但这并不意味着我们就可以高枕无忧、盲目乐观。相反，我们需要切实增强责任感、使命感和忧患意识，要防微杜渐，如履薄冰。

(四)实习感想与收获

短短40多天的实习结束了，六个岗位的实习，三个字：相当累!我现在真实地感受到了银行的生活并不像我之前想象的那样，截然不同。它是一个需要高度认真，需要超常的耐力、踏踏实实地工作态度，锲而不舍的精神的行业，对任何人它都是一种挑战。

实习过程中出了2个小错误。一个是做对公业务代发工资时把客户都卡号少输了1位。在学生处资助中心做了三年学生助理，一直负责学校勤工助学工资，对银行代发工资很熟悉，所以很快就上手了，也就粗心。二是做业务会计岗时向人行存款多付了一笔手续费5.5元。

业务会计岗是我实习中最有挑战的。带我的前辈只指导我四天就去福州学习了，银行里人员紧张，我就这样赶鸭子上阵了。繁多的交易代码需要记忆，七八个系统要去熟悉。庆幸的是，我比较顺利的完成了任务，虽然出了点小错误。

总得来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。我明白，今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会。因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会能更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

短暂的实习让我结识很多朋友，每一位带我的指导人员都很细心。实习的最后一天还给我开了个饯别晚餐，很感动，再次感谢你们。再次回首，看到那热情洋溢的一张张笑脸的时候，我知道银行里还有好多好多要学的，我的职业人生也将从邮政储蓄银行开始。

业务会计岗是我实习中最有挑战的。带我的前辈只指导我四天就去福州学习了，银行里人员紧张，我就这样赶鸭子上阵了。繁多的交易代码需要记忆，七八个系统要去熟悉。庆幸的是，我比较顺利的完成了任务，虽然出了点小错误。

总得来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。我明白，今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会。因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会能更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

短暂的实习让我结识很多朋友，每一位带我的指导人员都很细心。实习的最后一天还给我开了个饯别晚餐，很感动，再次感谢你们。再次回首，看到那热情洋溢的一张张笑脸的时候，我知道银行里还有好多好多要学的，我的职业人生也将从邮政储蓄银行开始。

**实践报告5000三下乡篇十二**

为期两个月的实习结束了，在这两个月的实习中我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益非浅。以下是我的毕业实习报告总结。

随着市场经济的高速发展，会计成为了公司的重要组成部分。这给我们会计专业造就了前所未有的机遇，同时也给我们带来了新的的挑战，作为一名刚走出学校大门的大学生，提高自身素质，增强专业技能并且能够把课本上的知识转化为自身的能力，就成为了我目前的迫切任务。会计实习是我从大学校园走入社会的第一个舞台。为了将有关会计的专业知识、基本理论、基本方法及结构体系变为自身的职业素质，避免纸上谈兵。因此，我选择在武汉国信达财务咨询有限公司实习，为走向工作岗位打下坚实基础。

我实习的公司是武汉国信达财务咨询有限公司，是一家经汉阳区财政局特许审批，取得《代理记账许可证》资格，以承接代理记账、代理税务申报税收筹划企业内部审计、财务咨询、公司事务代理等业务为一体的专业性会计服务公司。我公司注重软、硬件建设，拥有各种必备的办公设施，使用正版财务软件为客户提供服务，全面实行会计电算化。本公司制定有规范的代理合同、严格的管理制度，依据《会计法》、《税收征收管理法》、财政部《代理记账管理办法》等规定从事代理记账和纳税申报服务，不做假账。为客户把握财税政策，帮助企业做好合理税务筹划，规避财务风险，合理合法的企业谋求最大的经济利益，促进企业的发展。

我所学的是针对于公司制增值税一般纳税人、小规模纳税人、个体户一般纳税人和小规模纳税人的账务处理以及提供每月抄税、报税、纳税服务，和会计咨询以及一些代办业务。

对于现代企业来说，会计工作是一项重要的管理制度，是要为实现企业的经营目标服务。因此，可以认为，实现企业的经营目标是企业会计的根本目标。带着这个目标，我开始了在我所在的实习企业进行了有目的实习。在此之前，我认真学习了《会计法》以及财政颁布的《企业会计准则》、《企业财务通则》等作为过渡的新的行业会计制度和财务制度，因为这些大学法规我国会计制度改革进程中的一重大举措。

通过这次实习，我对会计工作有了以下更深的了解：

以前，我总以为自己的会计理论知识扎实较强，正如所有工作一样，掌握了规律，照芦葫画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，应该没问题了。现在才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。离开操作和实践，其它一切都为零!会计就是做账。

其次，就是会计的连通性、逻辑性和规范性。每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，一一登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。这为其一。会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性，这为其二。在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提、为基础。体现了会计的规范性，这为其三。登账的方法：首先要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记帐凭证。然后，根据记帐凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

20xx年2月22号我怀着激动地心情来到公司上班，看到同事们都在忙忙碌碌的做事，氛围非常的好。第一天我们了解公司的基本情况，本公司是月底先打电话给客户收取原始凭证，通知一般纳税人在月底之前将取得的增值税专用进项发票月末前持发票的抵扣联去税务局进行认证，当月认证当月必须抵扣，未认证的发票从开票日期至180天内有效。然后根据当地税务规定的的抄税时限(次月的1-5日)。

将已经开具使用的发票信息抄入到金税卡中并携带金税卡去国税局抄税。最后在15号之前报国税和地税，之后就开始做账务处理。

经过差不多2个月的学习，我基本上学会了公司的整个流程。首先，从客户那里取得原始单据回来，我们开始粘贴原始凭证，粘贴原始凭证也有很多技巧，怎样粘贴的好看、整齐，等到时候附在记账凭证后面很美观。由于我们公司用的是速达财务软件，下一步我们就是在电脑上做账。账做完之后我们可以查看明细账和总账，然后通过速达直接生成资产负债表和利润表。

一、实习会计流程：

(一)关于凭证整理：我们首先从客户那取得真实、合法的凭证，其中的凭证必须是为生产经营所发生的相关收入，费用，其取得的凭证必须是符合会计法规定的要求，然后我们将这些凭证进行分类、归集、整理并粘贴。

(二)关于申报纳税：我们通过粘贴好的原始凭证进行凭证录入审核后进行期末结转登账，记账。通过收入我们可以填写本月应缴纳的增值税和地税。其中分为核定征收和查账征收，按照其企业不同的基本情况的如实填写纳税申报表。每月的15日之前必须将上月的税报完并且上交税款。对于一般纳税人每月都要通知其纳税人到国税进行抄税，或者取得进项税票也要同时到国税去认证才能抵扣销项税款。通过这些数据如实填写一般人纳税人申报表。

(三)关于其他业务服务：我们通过这一段时间的学习，我懂得了办理一般纳税人的要求和流程，办理一般纳税人需要符合税法的相关规定。办理一般纳税人要购买金税卡，金税卡的发行，流程和所需证件。每一年纳税人还要对税务登记证进行工商年检，其年检应在6月30日之前完成。

(四)关于个人： 还有在公司应注重同事之间，客户之间的沟通和交流。做会计的我们要管好自己的嘴，不能随意透露顾客的商业机密。在公司我们要遵循公司制度和规定，服从公司的管理，更好的为他人服务。

二、会计实务工作的改革思考：

会计管理作为国民经济管理中的一个重要组成部分，其在社会经济发展中的作用将越来越大。随着知识经济时代的来临、管理方式的变化，会计工作的重点应日益从信息加工演化为对知识、信息的分析、判断和运用上来，会计实务工作方面的改革势在必行。

1、不断扩大会计职业范围。在知识经济时代，会计工作的基点已经不是仅仅满足于过去的信息(计算机能轻而易举地在极短时间内完成此项任务)，而是将信息控制、未来预测作为工作的重点。会计工作除传统的企业会计核算外，财务管理、经营计划制订、财务控制系统设计、投资决策等应成为重要的职业范围。因此会计实务工作者应不断拓宽视眼，延伸和转变会计工作的功能，充分发挥会计在知识经济时代应有的作用。

2、不断更新会计知识体系。在知识经济时代，企业组织结构将出现较大的变革;其税法也在不断的更新，完善;按工作成果取酬的弹性工作制将成为普遍的工时制度;企业越来越重视人力资源和人力投资，员工也希望将自己的智慧财产投资于企业;企业的更多精力将放在新产品的研究上。另外，经济各部门之间的联系更为紧密，经济运行的“触角”也延伸向经济部门以外的其他领域，如政治、文化、环境等等，近年来出现的绿色会计、行为会计等就是这种趋势的端倪。因此会计实务工作者应适应社会变革，不断增长和更新知识。

3、不断普及与深入信息技术的应用。在知识经济时代，财务信息的收集、分析和处理，资本的筹集、调度和投入，产品的设计、加工和制造等关键性的过程，都必须依靠健全的信息技术才能顺利进行，随着经济信息化的出现，会计软件运用的越来越广泛，其会计软件已代替了老式的手工模式，使得会计处理数据变得精确化、简单化、国际化。而税控方面也越来越严谨，软件系统便成了一个不可缺少的桥梁。使得国际互联网(internet)、企业内部网(intranet)成为会计人员的常用工具，手工处理方式已经到了非变革不可的时候。信息技术在会计中应用的不断普及与深入，及其本身技术、知识更新的不断加快，必将进一步加大对会计职业发展和会计人员知识结构的要求。

三、实习心得

一、 作为一个会计人员，工作中一定要就具有良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，一定要有很高的素质要求。

二、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以我们一定要加强自己对数字的敏感度，及时发现问题解决问题弥补漏洞。

三、作为一名会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。在于各个部门各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。工作重要具备正确的心态和良好的心理素质。记住一句话叫做事高三级，做人低三分。

四、作为一个即将工作或刚迈入社会的新人，也要注下面是我通过这次会计实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的特点和积累，以及题外的很多道理。

五、在知识经济时代，会计教育培养的是高素质的“通才”，教师不仅仅是传授专业知识，更重要的是给学生创造一个有利的学习、生活氛围，本着能构建完善的知识结构和能力结构，拓宽知识背景和能力基础的原则，让学生学会“做人、做事、做学问”。 一个人只要有一、二个月不学习，就会落后，会计人员将不断回归教育，“活到老、学到老”正是为此需要做了很恰当的诠释。在知识经济时代，知识将不断创新，“不创新，就灭亡”，就会计教育而言，一方面，它要求培养的人才有独立思维的能力、分析和解决问题的能力、自我认识和评价的能力等;另一方面就是要不断地进行自我充电，让自己具备更坚实的理论知识，相信知识能给自己带来财富，带来机遇，注重知识更新的动态。

毕业实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节也是我们大学生走出校园的第一个舞台以及告别学生角色的一个桥梁。在学校我学到的永远是理论知识，能不能把我们学到的知识应用到生活、工作中是我们能否适应社会的基本体现。如果不能巧妙的应用理论知识，我们学的再好那也是纸上谈兵。

通过毕业实习是学生更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业会计的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的会计运营规律，特别是企业市场营销工作的基本规律;了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实习报告，使学生学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业市场营销问题的能力，并为撰写实习报告做好准备。在两个月的实习时间里，我在我的实习单位，了解和研究了企业主要的一些基本会计情况和问题，现作出以上报告。本次实习是我大学生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。首先，我可以将自己所学的知识应用于实际的工作中，理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，教学能力也得到了锻炼;其次，本次实习开阔了我的视野，使我对现在的企业会计，工作生活有所了解，我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进一步的掌握;此外，我还结交了许多朋友、师兄，我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

以上就是我的毕业实习报告书。在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。我知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地!

**实践报告5000三下乡篇十三**

所谓诚信就是诚实守信。诚实守信是中华民族的传统美德，千百年来源远流长，亘古不变，为中华世代儿女所追寻的高尚美德，对于实现中华民族的腾飞，具有重要意义。大学生是富有知识群体，是未来国家建设的接班人，他们的思想道德素质、诚信品质，是需要非常重视的一部分，同时，大学生在社会中所占比例越来越高，通过大学生的表现可以看出整个社会的缩影。因此加强对大学生的教育培养，对在全社会倡导“明礼诚信”的文明新风有着重要作用，会深深影响整个社会.我通过大学生诚信问题调查这次社会实践机会，对学校诚信现状、考试作弊、说谎等问题的调查，具体分析了大学生诚信问题的现状，并探讨了提高大学生诚信问题的对策与措施。

一、对象与方法

为了了解当前大学生的诚信道德状况，我个人以“大学生诚信问题”为课题开展了一次调查。本次调查主要采用问卷调查法。共发放51份问卷，回收问卷51份，有效问卷51份。调查对象主要是上海海事大学在校学生。本次参与调查的有25名男同学，26名女同学，大一、大二、大三 三个年级占的比例分别为37.25%，54.9%，7.84%，绝大多数同学的政治面貌是团员，少数是预备党员，极少数是群众。调查内容主要涉及到与大学生诚信相关的一系列问题，如考试作弊，学校诚信现状的了解、提高大学生诚信的对策与措施。

二、调查结果与问题存在的原因分析

1.了解诚信状况

通过“你认为学校的总体诚信状况如何”该题可知，54.9%的同学认为学校的总体诚信状况是一般，还有33.33%的同学认为学校诚信状况很好，只有少数部分的同学人认为较差，以及极少数的同学认为很差。从此可以看出同学们对于学校的总体诚信状况还是相对满意的，说明同学对诚信这一品质很重视的，将诚信作为一种基本的社会道德标尺来衡量一个人。但以此为基点，在现实生活中很多大学生都没能以身作则的做到诚信待人，诚信为人。也从此可以看出 ，虽然同学们基本上都能认识到诚信的重要程度，但是在这个极具诱惑力的世界上，很难一贯坚持那份诚信，因此，有些同学的自身诚信道德还有待提高加强。在这个蔚蓝的天空下，我们要做一个“诚实创新，自强不息”的社会人才，同时我们还要执著地呼唤一种传统的精神，也是一种时代的精神，那就是--诚信。让我们共同建设诚信家园，营造讲诚信、树新风的积极社会氛围。

2.学习考试方面情况严重

抄袭成风，蒙混过关。在这个高科技的时代，资源共享的时代，好像让一切都变得那么容易。敲几下键盘，“百度一下”，问题答案摆在你的面前，让同学们享受到前所未有的快感，作业就这么几下的事，这种经历就是高科技的想要的结果吗?肯定不是，这是我们自己扭曲了高科技带来的成果。

在大学制定的教学计划中，给学生留有很多自习时间用来预习、复习课程或涉猎课外知识。但现在有很多学生把这些自习时间用来上网聊天，大网络游戏等，要到交作业时，借其他人的作业花一、二十分钟完全抄袭过来就算完事。到最后导致知识没有及时掌握，上课越来越糊涂，越来越对课堂失去热情，慢慢地课堂一个神圣的地方变成了“煎熬的地狱”，上课玩手机，聊天，补觉等本不应在课堂出现的现象通通变得那么司空见惯，这都是我们自己造成的后果，是因为我们学生自身没有坚持诚信，没有诚信对待学习，导致最终严重的后果，然而最严重的就是考试作弊了。

考试作弊，是大学学生和老师心头永远的痛。考试作弊者是虚伪的，虚伪的背后不乏愚昧。虽然也有一颗向往“荣誉的心”,但是，透过作弊本身我们发现的却是被“分数、名誉”扭曲了的心，是被混杂了虚荣、懒惰等因素迷惑的表现，归根到底是丢失了诚信的心。尽管丢了诚信不痛不痒，但由于缺失了诚信而愈发执迷不悟的心却会依赖于这种虚假，“虚伪的真诚，比魔鬼更可怕”，假的真了一时但绝不会一世，那卷面的分数也许会换来某些荣誉和名利，但由此而丧失的宝贵的真诚和做人的尊严，却绝不是一句“后悔”就能挽救得了的。根据调查统计，大部分同学在考试中都或多或少的有作弊的经历，所以在现在这个学习氛围看来，考试作弊已经是一个司空见惯的现象了。但同时通过“当你考试看到旁边同学在作弊，会怎么做”这一问题的调查结果显示，将近70%的同学看到考试作弊的现象，心里都是不平衡的，但是不会举报，这又说明同学们对考试作弊是有一种矛盾心理的。 对于在这么一种矛盾心理的作用下泛滥的考试作弊问题，肯定有其原因，可以归结为一下三点：

(1)大学的学习比较自由，但是许多大学生也因此没有合理安排自己的学习时间,平时不注重学习的积累,期末期间临时抱佛脚,最后为了保证自己能通过考试,采取了作弊手段.

(2)有些大学生为了获得奖学金及各种荣誉,在自己劣势学科中暴露了自己的不诚实行为.

(3)部分学生为了拿一个较好的成绩去应付家长和老师,作弊就成了他们最便捷的方式.

作弊变成了一种“潮流”，这是令人发醒的，这不仅仅欺骗了周围的人，更大的欺骗者是作弊者自身啊，考试只是一种检测学习状况的一种方式，而不是目的。作弊使得大学生不能及时了解自己的学习和掌握的程度，到最后毕业了，到了真正的岗位上，需要我们用知识解决问题，然而这时才发现其实自己什么也不知道，那不是很悲催的吗?最终受害的是作弊者自身啊!!!

3.生活中的诚信问题

通过“你会向爸妈撒谎多要生活费吗”这一问题的调查，72.55%的同学认为是不会欺骗家长来多要生活费的，23.53%的同学会偶尔会，只有3.92%的同学认为生活费的确不够花，会向父母撒谎多要生活费。从调查的结果可以看出，大学生在对待亲人方面还是做得挺好，生活中都挺节俭的，在这儿我们自身又得反思了，生活在这个大社会中，就是生活在一个大家庭中，社会中的每一位成员都是我们的亲人，我们都应该以诚相对，诚信待人。想象如果一个社会失去了诚信，那么一切社会保障将不复存在。国家的政策，法规，律法无法取得效果，社会公平、公正无法实现，社会秩序将处于混乱无序状态。那我们还能在这个社会上生存吗?为了我们共同和谐地在这个社会的生存，我们有义务也有责任去诚信对待这个大家庭的每一员。

通过对“捡到一个iphone6手机的处理方式”的调查，可以看出84.31%的同学都会选择还给手机主人，以免主人着急，只有很少的一部分同学会自己留着用一段时间或者低价转卖给其他人。这样的调查结果或许可以给我们这个社会些许安慰。在遇到比较大的金额的时候，大学生还是大多数能够做到诚信，及时把捡到的手机归还给手机主人，不会占为己有。

社会诚信是学生诚信最重要的体现，是其今后踏入社会后最应该具备的素质，大学生应该在平时注重该品质的培养与提高，这样才能在未来真正加入社会站得住脚，不至于迷失方向。

4.大学生诚信问题成因分析

总体来看，大学生出现各种诚信问题与外界环境的影响是分不开的。首先是传统文化具有局限性，传统的“信守”道德理想化远大于实际，且仅局限于亲人、朋友间而不适用于其他社会成员;其次是社会形态失衡，社会主义市场经济转型期间经济秩序混乱、政治腐败和社会不良风气滋生对大学生影响深远;再次是学校在信用教育的方式、方法上重理论轻实践，重灌输轻引导，忽视学生在德育过程中的主体地位;大学生信用缺失固然与学校教育的不到位、社会大环境的污染有一定的关系，但是在很大程度上还是源于家庭教育的不足，家长只看成绩好坏不重人格培养，只提出高标准而不能以身作则都不利于学生的成长;此外虚拟网络的失控也是大学生诚信问题的成因之一。

三、对策与建议

针对诚信缺失的原因,我们提出了几点对策与建议.

1.国家和政府加大管理力度,消除不诚信现象的发生根源,避免不诚信现象的发生.为此,国家应该出台相关的政策,严惩不诚信的行为,为大学生形成正确的诚信观创造一个良好的环境.国家和政府也应该加大对诚信的宣传,营造良好的氛围.社会上企业也应该在自己的运行发展中,做到诚信经营,为大学生树立诚信的榜样,对大学生诚信品质要有严格要求

2.家长首先应该端正自己的态度,不要仅仅把学习成绩作为唯一评价孩子的标准,更应该重视诚信等道德品质方面的培养.作为孩子的效仿的对象,父母的言行对孩子的诚信品质形成有直接的影响.家长自身要言行一致,做好表率,承担起言传身教的责任.

3.学校应该加强道德教育,多开展有关德育的活动,比如开展与诚信主题相关的活动、定期做一些诚信讲座的宣传等，使诚信观念深入人心.同时,通过本次调查，很多同学还是支持学校建立“个人诚信档案”的，学校也应当建立一些相关的奖惩制度，并加大执行力度，要有威慑力同时又能鼓励大学生从生活中积累经验，相信，诚信的品质会潜移默化的深入大学生心底的，未来真正在社会中打拼时，同学们将会受益匪浅的。

在任何时代，诚信的美德都不应该被丢弃，特别是肩负历史使命的当代大学生，更应恪守诚信的原则。通过这次社会调查，我们对大学生诚信问题有了更加深入的了解，发现了一些问题并提出了自己的对策和建议,当然，当代大学生的整体诚信意识是还是给人些许安慰的，但是离我们所期盼的那个真正“诚信待人”的和谐社会还有很大的距离。我们相信只要我们一起努力，不断提高自己，永远铭记孔子所说“言必信，行必果”以好的思想品质去感染别人，我们的社会会不断进步!

个人感受：这是我第一次自己组织的社会调查，通过本次社会实践，我深感体会，让我掌握了一些做调查的方法和技巧，同时加强了自己的社交能力，统计分析问题的能力，这是一次很好的经历，从中收获很多，希望以后可以找到更好的课题做调查，谢谢张老师的指导。

**实践报告5000三下乡篇十四**

时间飞逝，转眼间，20xx年冷假过往了，又迎来了布满挑战新学期了。我在路远工程公司的会计部进行了社会实践学习，以下是我此次学习的一些心得和体会。

社会实践活动是挑战也是机遇，只有很好的掌控，才能够体现它的意义，因此，固然实践活动不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融进到工作中了，觉得自己一直过得很充实，天天都有所收获。

公司的会计对我非常和气。先是耐心肠向我先容了单位的基本业务、会计科目的设置和各类科目的具体核算内容，然后又向我讲授了作为会计职员上岗所要具有的一些基本知识要领，对我所提出的疑问困惑，她有问必答，特别是会计的一些基本操纵，她都给予了仔细的指导，在她的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

刚开始进行的是填制凭证的工作。由于之前有过几次简单的实践经验，所以对凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上学校里学的理论对区区原始凭证可以熟练把握，也就是这类浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石会计分录，以致于后来制单时有点手足无措。会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深入的印象。别以为光是熟悉就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，并装订好，才能为记帐做好预备。

填制好凭证以后就进进记帐程序了。虽然说记帐看上往有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作假如没有一定的耐心和仔细是很难胜任的。由于一出错其实不是随意用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔画横线，再用钢笔在起上面更正。而写错摘要栏，则可以用蓝笔画横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了避免摘要栏被人任意篡改。对数字的书写也有严格要求，字迹一定要清楚秀气，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总帐的借贷双方就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这其实不是造作业时或考试时出错了就扣分而已，要是在以后的工作中，这是关乎一个单位的帐务，是一个单位以后制定发展计划的根据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每帐页要结一次，每月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间用度和税费了，按计算机都按得手酸，而且一不留心就会出错，要复查两三次才行。而且，任何填有单位帐号的凭证及汇款单据都不能留在单位之外的地方，需要及时烧毁，留意保密性。

从制单到记帐的整个进程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐究竟是怎样一回事。根据实习资料教程得知每种银行帐单的样式和填写方式和甚么时候才使用这类帐单，有了个基本熟悉以后学习起来就会更得心应手了。实在课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，捉住了最基本的就能够以不变应万变。如今有很多学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作展垫，又哪应付瞬息万变的社会呢随着会计制度的日趋完善，社会对会计职员的高度重视和严格要求，我们作为未来社会的会计专业职员，为了顺应社会的要求，加强社会竞争力，也应当严于本身的素质，培养较强的会计工作操纵能力。

会计本来就是烦琐的工作，实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。越错越烦，越烦越错，这只会致使雪上加霜。反之，只要你专心往做，反而会左右逢源，越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下往，趣味自然会发生，因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、仔细和毅力，那才会到达成功的彼岸。

公司的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而教导我的是老会计霞姐。刚到会计部霞姐就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于之前的暑假有过类似的社会实践经验，所以对凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上大学里学的理论对区区原始凭证可以熟练把握。也就是这类浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石会计分录，以致于后来霞姐让我尝试制单的良苦专心。因而只能晚上回家补课了，把公司平常较多使用的会计业务认真读透。究竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深入的印象。别以为光是熟悉就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好预备。

制好凭证就进进记帐程序了。虽然说记帐看上往有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作假如没有一定的耐心和仔细是很难胜任的。由于一出错其实不是随意用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔画横线，再盖上责任人的章，才能作废。而写错摘要栏，则可以用蓝笔画横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了避免摘要栏被人任意篡改。对数字的书写也有严格要求，字迹一定要清楚秀气，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这其实不是造作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的根据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每帐页要结一次，每月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间用度和税费了，按计算机都按得手酸，而且一不留心就会出错，要复查两三次才行。一开始我把握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是由于粗心大意反而算错了很多数据，好在霞姐教我先用铅笔写数据，否则真不知道要把账本涂改成甚么模样。从制单到记帐的整个进程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐究竟是怎样一回事。霞姐很要耐心的跟我讲授每种银行帐单的样式和填写方式和甚么时候才使用这类帐单，有了个基本熟悉以后学习起来就会更得心应手了。

除做好会计的本职工作，其余时间有空的话我也会和出纳学学知识。他人一提起出纳就想到是跑银行的。实在跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原来跑银行也不是件轻易的事，除熟知每项业务要怎样和银行打交道之外还要有吃苦的精神。想一想严寒的冬天或是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往银行跑，那就不是件轻易的事了。除跑银行出纳还负责平常的现金库，平常现金的保管与开支，和开支票和操纵税控机。说起税控机还是近几年推广会计电算化的成果，甚么都要电脑化了。税控机就是打印动身票联，金额和税额分开两栏，是要一起整理在原始凭证里的。实在它的操纵也其实不难，只要略微懂office办公软件的操纵就很轻易把握它了。可是其中

的原理要完全把握就不是那末简单了。因而我便在闲余时间与出纳聊聊税控机的使用，学会了基本的操纵，以后走上工作岗位也不会莫衷一是，由于在学校学的课本上根本就没提过这类新的机器。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，捉住了最基本的就能够以不变应万变。如今有很多学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作展垫，又哪应付瞬息万变的社会呢经过这次实践，固然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，相信人际关系是当今很多大学生

刚踏出社会碰到的一大困难，因而在实习时我便成心观察先辈们是如何和同事和上级相处的，而自己也尽可能虚心请教，不耻下问。要弄好人际关系其实不仅仅限于本部分，还要跟别的部分例如市场部的同事相处好，那工作起来的效力才高，人们所说的和气生财在我们的平常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与先辈们聊聊天不但可以轻松一下神经，而且可以学到很多工作之外的事情，虽然很多情况我们不一定碰到，可有所了解做到心中有底，也算是此次社会实践的目的了。

**实践报告5000三下乡篇十五**

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。

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。

全球在发展，国家在发展，城市在发展，社区也在发展，我们大学生更要肩负起发展的重任，从帮助他人做起，从小事做起，点滴汇聚成海洋。暑假一个月的假期，我有空就去居委会服务,帮那里的工作人员整理资料和文件,走访人民群众,了解社区居民的生活情况。

二、调查对象和方法

张瑞敏曾说过:“把一件简单的事做好就是不简单,把一件平凡的事做好就是不平凡。”我把目光放到我们社区，集合我们社区的大学生进行劳动，科普宣传，慰问老人等活动，帮助居委会把我们社区建设的更加美好。

从街道办事处了解到，我们正努力建立社区服务中心以争创社区建设示范街道，这也是打造服务型、魅力型、特色型社区的需要;社区服务中心是依靠社区力量，利用社区人员，协调社区关系，为社区居民群众服务的一个组织。为真正实现“上为政府分忧，下为百姓解难”这一目标，居委会在中心分别设了信访接待、党建服务、民政服务、社区服务、法律服务、劳动保障、人口计生、家政服务等8大窗口，随时随地为居民提供全方位的优质服务。并建立一家“爱心超市”，帮助社区贫困居民解决日常生活中的部分实际困难。同时，也可解决单位和群众“有爱无处献”的问题，有的人苦于找不到献爱心的渠道，想捐而无处捐。因此，建立“爱心超市”，是建立了一条方便、快捷、简易、广泛的捐助通道。

三、调研结果与分析

刚开始的时候,我并不适应那里的工作,觉得很无聊,很没用。但是,通过与当地居民和工作人员的接触,我逐渐了解到了这个社区服务的乐趣。

只有自己体验了才会知道。自己付出了多少,就得到多少回报。只有认真做了,才能有所得。认真学习了,会有好成绩;认真工作了,会有成果。通过自己的努力付出,不管结果如何,那个过程自己肯定是受益的。这次劳动并不是很难,想想父母每天都要工作,辛苦挣钱供我们读书,而我们只要坐在教室里学习,没有负担,我们没有理由不认真学习。

我们应该珍惜眼前的生活,想到父母小时候连吃都吃不饱,更别说读书,比起父母来,我们幸福多了。或许赚钱这么辛苦,甚至比这样更辛苦。一想到父母,我真的觉得好愧疚。因此,我在心底暗暗的下决心,以后一定要让父母过上幸福快乐的日子。让父母以我为骄傲。

劳动改造人。通过这次社区服务劳动,我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了,改变自己。劳动中,我知道了许多自己的不足之处。平时,在家的时候爸爸妈妈都把我们当宝一样的伺候,这次我们算是亲身实践了,而且我们都努力的去做了。我们做了将近半天的活,包括拖地、扫地、擦窗等。最后当事情全部完成的时候,我们松了一口气,嘴角露出一丝笑意。刚开始劳动是有点累,但很高兴,有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜,心里会很幸福高兴。

从这次劳动中,我还明白了我们应该尊重和珍惜他人的劳动成果。这样的一次劳动对我的身心都起到了积极的作用,我想不管以后从事什么样的工作都得认真负责,以主人翁的态度来对待,这样所得到的和所收获的经验和价值是值得学习和珍藏一辈子的。

在实践的这段时间里,我通过自己的努力奋斗,体会到了工作中的酸甜苦辣,这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段,还没能真正地接触事业,没能真正地了解到工作的难处和辛苦。

在义务劳动的过程中,我认真、负责地做好每一件自己该做的事。社区实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会,增强我们的社会责任感和社会适应能力，也提升了我们内心的自豪感。

但在社区建设中还存在许多的问题，如社区服务领域有待进一步拓宽。 目前，社区服务领域虽然在逐步拓展，服务的内容不断增多，但还是不能满足居民群众的需求，居民日常生活中的修修补补、理发和量量血压等服务项目比较普遍，而当前居民群众也很关心的金融保险、劳动就业、医疗卫生、社会教育等服务项目还不够普及，居民群众就近就地得到帮助比较困难，一般都要去有关职能部门咨询了解方能掌握。此外，居民群众喜闻乐见的文化活动还不多，一些老小区除场地、经费难以落实外，文艺人才缺乏也是难点之一，对于一些技术要求较高的服务项目，诸如修理彩电、冰箱、电脑等，还是有局限的一面。再如社区服务设施有待进一步配套。近年来，各级政府在社区建设中投入了大量的财力，为完善服务设施，提高服务质量提供了有力的保证。但由于各个社区新旧不同、地域不一、基础各异，在一定程度上，造成了服务设施的不平衡性。

如有的社区是新建设居住区，条件优越，各类设施齐全，功能配套。而有的社区是老居民区，房屋陈旧，条件简陋，服务设施缺乏，居民群众在就医、休闲、娱乐等方面难以满足。如我街道的两个社区，有常住户4300余户，暂住户500余户，人口11600余人，由于是老式居民区，大多数居民仍然住在不配套的房子里，天封社区现仅有两处室外健身广场和一个医疗服务站，莲桥社区因无场地和房屋至今未建，居民活动空间很小，尽管琴桥音乐广场的建立给居民带来了欢乐，由于部分老年居民身体较差且远离广场，所以还是可望不可及。并且社区服务质量有待进一步提高，社区服务投入也有待进一步加大在社区建设中，上级部门提出一定的硬性指标和规定也是必要的，但不管社区的实际搞一刀切也是不可取的。这样做，既不利于社区的全面建设，也会造成一定的资金浪费。如一方面规定社区某某室某某所要达到多少面积，才能参加哪一级的评比，否则靠边站，从而挫伤了部分条件较差的社区干部积极性，影响了为居民群众服务的质量。另一方面，对条件较好、新建的社区投入较大，各类设施建设可谓锦上添花，这也是需要考虑的。

四、思考建议

1、健全机制，完善网络。

在社区服务中，健全机制、完善网络是重要基础。随着居民生活水平的不断提高，精神和物质的需求越来越高，现有的社区服务机制和网络还不能完全满足广大居民群众及辖区单位的需求，需要进一步健全机制，完善服务网络。同时，服务的形式既要符合市场经济运行规律，又要体现社会主义道德风尚，在政府引导下逐步走上市场化道路，采取无偿和有偿(低偿)相结合的途径，志愿者服务作为有益和必要的补充。

2、整合资源，提高效率。

在社区服务中，整合资源，提高效率是有效载体。社区资源是多种多样的，不同社区资源不同，如政治资源、物质资源、文化资源、自然资源等等。不同社区的资源不尽相同，如新区与老区、城区与郊区、单纯居住区与商居联合区等的资源都因时间、地域和商贸发展因素造成社区资源的不平衡性，因此，利用资源上要做到既科学又合理，因地制宜，不能搞单打一和一刀切。

3、加大扶持，形成规模。

在社区服务中，加大扶持，形成规模是可靠的保证。应该说，近年来政府对社区的扶持力度是大的，措施是有效的，尤其是在社区服务中心、社区创建、弱势群体等方面的扶持成效是明显的，得到了广大居民群众和基层干部的欢迎。但是社区服务工作中需要政府扶持的项目还很多，个别问题已经影响到社会的稳定。对此，我认为应抓住重点，量入为出，逐步改善，稳定民心。

4、务求实效，消除形式。

在社区服务中，务求实效、消除形式是最终目的。在目前社区服务中，还存在一些不对称的现象，如社区志愿者数量不少，但服务活动不多;社区服务的项目不少，但真正受益的居民不多;各类组织不少，但真正起作用的不多。因此，要解决这种不对称现象，使社区服务走上健康发展的轨道，体现以人为本，真正为民办实事，办好事。

在经过简单的分工之后，我们大学生志愿者积极地投入到活动中来：有的用铲子清除贴在墙上的广告纸，有的清除张贴在行人道上的广告，有的在小心的清除贴在树上的广告，还有的则在物业的配合下清理那些乱写乱画的广告。虽然室外温度较高，但志愿者们干得格外起劲。由于小区内的广告较多并且比较难清除，在认真的清理了两个小时后，小区内的广告已基本被清理干净。此次活动帮助小区物业清除了小区内的广告，有效地维护了小区形象，保证了小区居民正常的生活。

**实践报告5000三下乡篇十六**

一、实习目的

在本学年的暑期期间我曾在校外实习，通过实习发现自己有不少的缺陷，还需要多在社会实践工作中锻炼，同时作为应届毕业生即将走向社会，了解社会，必须增强劳动观点和社会主义事业心、责任感;学习业务知识和管理知识，巩固所学理论，获取本专业的实际知识，培养初步的实际工作能力和专业技能。怀揣这样的想法和目标我再次加入和中国人寿的实习工作中。

二、实习期间的工作要求具体要求如下

1、锻炼从事销售工作的业务能力。了解并熟悉保险代理人的日常业务和工作流程，学会进行工作，广泛的约访客户，进行沟通交流，在于客户交流中提升自己的专业素质和销售能力。

2、学会运用所学的基础理论、基本知识和基本技能去解决经纪中介实践中的具体问题，做到理论联系实际。同时不断的向周边的人学习借鉴，做到不耻下问，快速成长。

3、厚积薄发，虚心学习，全面提高综合素质。在实习中拜广大工作人员为师，虚心学习他们的好品质、好作风和好的工作方式，提高自己的综合素质，把自己培养成为合格的经济工作者。

4、培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。不管多累多辛苦，始终保持敬业，严谨认真的工作精神和习惯。

5、预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备。

三、实习经过

1、必备晨会：星期一至周五早上、，通过参加晨会吸收新知。会上一般是总结工作，分享经验，开展专题讲课，发布通知等。我认真做笔记，从中吸收到了新的知识，间接获得了工作经验。尤其是经理和师傅们的早会讲座，开阔了我的视野同时也丰富了我的知识和经验。

2、虚心请教：了解人寿的寿险产品，熟悉银行代理专员的日常业务、工作流程和工作方法等。了解到的人寿寿险产品有“康宁终身重大疾病保险”“国寿新瑞鑫两全保险”“国寿福禄双喜两全保险”“吉祥卡”等。熟悉保险代理专员的日常业务是为客户服务，寻找客户。

3、工作流程：引导客户、了解客户、介绍产品、成交和售后服务。这五个步骤构成一个销售循环。其中售后服务包括收费、保全、理赔、递送生日卡或客户服务报等。如果保险银行代理专员提供了令客户满意的售后服务，就会产生转介绍，这样又会获取新的销售机会，新的销售循环又开始了。工作方法有很多，如怎样与客户打交道，这包括怎样去拜访客户，怎样跟客户讲保险，怎样为客户做保险计划等等。

4、在经理的安排下，作为公司客户服务质量回访中心的工作人员，对客户进行了电话调查。首先随机抽取两个展业课的部分收展员的《区域活动日志》里面有收展员每天拜访了的客户名单和联系方式、，然后根据日志里面的客户名单，打电话给客户，与客户进行沟通。主要调查客户认不认识公司的某某收展员，收展员对客户做了哪些服务，客户对收展员的服务满不满意，客户觉得收展员的服务有哪些地方需要改进等。

四、实习认识

1、真诚。

“精诚所至，金石为开”，当人处于一个陌生的环境时，用什么去打开别人的心灵，得到别人的认可?真诚!记得踏入保险的第一天，故做镇定的我心里底气不足，因为陌生的面孔和新鲜的环境即将闯入我的世界，而我也要撞入他们熟悉的环境中。但这种心理在十分钟后就消失了，宽敞明亮、温度适宜的办公室，态度和蔼、诚恳可亲的同事，亲切的问候，亲和的微笑和串串欢迎的语句，顿时令我感动不已，我觉得办公室里荡着一缕甜蜜--真诚!从那时刻起，我方才领略到保险公司为何把诚信放在首位。真诚是生存的前提，守信是发展的根源!公司如此，做人亦是，由此，颔首微笑，问候请教就成了我这几个月的实习行为规范，我想真诚应是自我价值实现的第一步!

2、沟通。

在保险公司，部门与部门之间，个人和个人之间应该是分工合作关系，在我的实习部门，我觉得每个成员的独立工作能力很强，但合作精神却处处体现。分工的同时需要沟通，否则就无法实现既定目标，无法让工作完成得更出色。新人上道，自然容易多犯错。我认真做好每件事尽管还是会出小差错，还是会心慌，但我会及时与部门里的同事沟通，及时获得他们的帮助!

3、激情与耐心。

激情与耐心就似火与水的\'较量，往往火的激情总是容易被水的耐性所控制，工作亦如此，这是激情与耐心必须并存的事情。初进办公室，我的心情是激动兴奋的，这应该是我幻想许久，畏惧又期待的社会生活。尽管我仍未够资格做一个社会人但我是用一种完全社会人的心态来接受这两个月的考验。激情澎湃有点夸张但我是充满激情地过完这两月，可是，除了对工作的激情外，我深刻地认识到耐心的重要性。光有激情没有耐心做出来的工作是浮躁的，只有耐心缺乏激情做出来的工作质量是底下的。尤其对于是实习生而言，许多人说实习类似于“打杂”，搞卫生、整理办公室文件、复印、打字、传送文件……来公司之前，我已有充分的心理准备，书记在动员大会上教育我们要做好每件小事情，在部门的工作做得越多也就学得越多，更觉得同事交付更多的工作则代表他们对我的器重和恩宠更多。

4、创新。

技术大家可以学，但创新却只属于你自己!这是自我价值实现的方法。每个方案的设计，每项工作的展开，都不能离开创新，而这个对于我们部门的各成员来说，我是望尘莫及的。因此，做工作的时候我难免会做些弯路，不能做得尽善尽美，幸亏经理和同事指点迷津，才让我不至于陷入艰难状况。保险公司向来是个招贤纳士，广纳百川的地方。所以进入保险公司就感觉进入了精英荟萃的殿堂，深深的感到自己知识的欠缺，不仅表现为专业知识，综合知识更是有待提高。学有专精，重在一个项目的钻研与精通，但在这之外，更不妨有多项才能，所以“一技之长”变为“数技之长”，具备了一些技能创新必会层出不穷，工作必能左右逢源。

5、主动出击。

实习的目的也就是学习，学习社会和工作上的许多知识。“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”，只有行动才能让正确的理论和方法得以吸收和理解。但在保险公司更加强调行动的积极性，想法的先进性，被动的学习工作，效果是低下的，所以，我们需要主动出击。只有主动出击才能使许多问题迎刃而解，许多知识才能尽快享用!在实习期间，我觉得这一点我做的不足，总是怕打扰同事的工作，所以不敢贸然请教他们关于工作之外的保险知识和工作经验，从而使我错失了许多宝贵的求知经验。在以后的日子里，我定会吸取此次教训，主动出击，把握更多机会，获得更多知识和经验。

6、客户服务。

在实习期间，通过和客户的接触，以及自己的签单经历，我总结出服务客户的经验，和认识到客户精细化管理的重要性。在客户管理及维护过程中的方法和程序。同时在不断的摸索中我不仅学到了丰富的知识和经验，同时也锻炼了我与人交际和沟通的能力。

五、实习总结

一进入岗位，我意识到没有规矩无以成方圆，虽然公司没有老套的束缚，它有不可违反的规定，我就应该严于律己，这样不仅可以遵守公司的规矩，对我自己更有好处。与公司员工的相处中，我也学到了待人、处事的态度、方式，有很多值得我学习的地方。这次是我们用金钱买不到的机会，无论从工作、学习、做人上，我们都有很大的收获。

这次实习，与我而言是受益匪浅的，它不仅使我认识到自己的缺陷所在及以后的奋斗目标，更可贵的是以上的五把金钥匙对我今后人生的影响是举足轻重的。遗憾的是，此次实习的时间较短，没能体验到在一线战场上营销保险的酸甜苦辣，但“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，在未来的日子里，我定会通过更多的渠道来锻炼自己。

在实习的同时进一步的对保险公司及行业的了解，也发现一些保险公司经营管理中存在的问题。面对竞争日益激烈而尚欠规范的市场环境，基层公司在处理速度和效益的关系上存在观念上的偏差，重速度、轻效益，风险管理意识和风险控制水平不高，部分业务质量较差，为完成保费任务不计成本地承保一些赔付率高、连年亏损的业务，经营效益水平低，制约了保险公司的快速健康发展和壮大。保险代理人考核制度不够健全，保险业务员职业素质参差不齐，出勤制度不够完善，分工不定期不够明确等需要改善。

我觉得提高提高保险公司经营管理水平的措施，上级公司要加强对基层保险公司管理工作的监控和指导，确保统一法人制度的顺利执行和政令的畅通，同时建立配套的责任追究制度和奖惩措施，加强对基层公司经营管理行为的约束。保险监管部门要加强对基层公司市场行为的监督和管理，加大对违法、违规行为的查处力度，培育有利于基层保险公司发展的规范有序的市场环境。

这次实践教会了我许多，不仅让我扩展了知识，搜集，整理的视野，增长了社会见识，无规矩不成方圆，一个木桶的容量决定于最短的那块木板，只有提高个人的管理意识，进而提高整个团队的管理意识，按照规则做事，才能发挥团队的能量。

**实践报告5000三下乡篇十七**

一、摘要

20xx暑假已经到来，许多的学生放假在家。他们每天除了完成老师布置的作业，还可以进行体育锻炼，参加各种补习班，或外出旅游等等。假期本就是一个放松的时间，可以随心所欲。

二、问题的提出

轻松愉快的暑假是每一个中小学生所向往的。那么，在暑假期间学生们又在做些什么呢?他们是在家复习功课，和父母出门旅游，还是参加各种各样的学习班培养自己的特长等等。中小学生的暑假还存在哪些问题?学生们的暑假究竟该怎样度过?针对这一系列的问题，我对当地的中小学生的暑假生活进行了调查。

三、正文

现在多数的家庭父母都有自己的工作，平时父母上班，孩子上学。可到了暑假，学生常常是自己在家。没有了父母和老师的看管，这些未成年人能管理好自己的生活吗?处在这样一种无组织、无规律的生活之中，学生的人身安全是最大的隐患。

在走访的过程中发现，超过6成的学生在暑假期间是独自在家，没有父母或其他大人的照看。他们安排自己每天的生活，什么时候学习，什么时候看电视，什么时候出去玩，什么时候参加课外的补习班尽管每个学生的暑假生活会有所不同，但基本的内容是一致的。

值得注意的是网吧是多数学生打发假期时间最常去的地方，另外，暑假天气炎热，很多学生为了避暑去野浴，这都是很危险的行为。据调查，本市有一半以上的中小学生，整天泡在网吧或是游戏厅里，给孩子们生命安全造成了很大的隐患，也给家长的工作和学习带来了很大的影响。如家住本市湘北市场姓王的同学，今年14岁，暑假的第一天进游戏厅玩耍，另一个姓杨的同学上前找王要游戏币，王不肯，杨便操起椅子向王猛砸，尔后又用木棒打其后背，将王打得鲜血直流，晕倒在地，终因抢救不及时，流血过多而死亡。又如一姓胡的孩子暑假在家无所事事，便和几个同学去附近农村的坝里游泳，胡本来还会游几下，但由于水草缠身，一时慌张，弄不清方向，他拼命地往深水处挣扎，终因体力不济而活活淹死。其年近七十的奶奶突闻噩耗，一时支持不住，心脏病复发，抢救无效而死亡。

如果这些学生有大人的照看，有人来管理他们的生活，这些惨剧或许就不会发生但既然已经发生，我么就要从中吸取教训，避免类似时间的再次发生。

暑假的时间很长，很多家长并不放心把孩子单独放在家里。于是，家长为孩子报学习班，既希望能培养学生的某些特长，又能让学生的生活有些规律，毕竟学习班里有老师看着学生，情况会好些。

根据有关部门的数据显示，32%的中小学生在暑期中参加了课外辅导班，但喜欢参加课外辅导班的孩子数只占6%。数据显示，家长在孩子学费上的支出占所有支出的65%，学习科目主要集中在英语、计算机、数学、文艺等方面。其中，28%的家长希望孩子通过参加暑期活动来提高学习成绩，26%的家长希望孩子能够提高学习兴趣。

所以在暑假期间经常可以看到很多的学生背着书包坐公交车到各各学习班上课。商家也看准这个时机，开设各类的补习班招揽生意。

作为假日经济的一种延伸，长达两个月的暑期成为不少商家获得经济效益的黄金时期。这对有些孩子而言，假期却十分难过，他们那望子成龙、望女成凤的父母又会给他们报上各种各样的学习班、特长班，对此，家长们也有自己的难处。

(一)商家办班很积极。自实行素质教育以来，特别是高考改革，实行3+x制以后，对学生的能力和全面素质要求越来越高。商家看准时机，利用暑期推出形形色色的培训、补习、家教，打出能力与应试并重、文化与特长并举等富有时代气息的标语，吸引广大中小学生前来报名。据调查，常德市自6月底开始，商家就在市城区开展铺天盖地的广告宣传，数不胜数的培训中心看得人眼花缭乱。市内规模比较大的培训中心有剑桥少儿英语培训中心、新世纪暑期英语培训中心等。他们在全市各地设有咨询处，并设立多个报名点和教学点，形成了连锁点。有的培训中心，如常德市阳关琴行、师院的暑期中小学生培训中心，都是综合性的培训中心，既有文化培训又有特长培训。文化方面有英语、数学、物理、化学等，特长方面有音乐、美术、书法、体育运动等。这些成规模、成气候的培训部一般采取办班的形式，进行集体教学，有比较严格的组织。另外，不少商家和中介机构还向中小学生提供家教服务，推荐一批大专院校的学生给需要家教的人。与遍布大街小巷的家教游击大军一样，他们主要是针对小学、初高中各门功课，采用一对一的教学方式，为中小学生查漏补缺或让其超前学习课本知识。

(二)学生家长更踊跃。对于各种培训和家教补习，家长似乎更为热情。早在暑期前夕，许多家长就开始精心设计孩子的暑期生活，到处收集有关培训的广告、打听其教学质量、观望别人参加那些培训;还有的家长四处托人寻找本科、研究生当家教，经过面试和筛选，留下最满意的，来给孩子进行一对一的补习。参加培训、请家教几乎形成了一种争先恐后、你追我赶的风气。家长之所以热衷于送孩子进班学艺原因有：一是学生升学的形势严峻。中小学生都希望进入市内重点学校，但人多名额少，向重点中学进军不仅是文化成绩大战，更是特长大比拼。激烈的竞争不仅给学生带来巨大的压力，也使望子成龙的家长焦虑非常。因而让孩子利用暑假多 充电，以期考上理想的学校。二是对部分家庭而言，孩子一个人呆在家里不放心，最好的办法便是送去参加培训班。三是学特长可以为孩子将来更好地适应社会打好基础。知识经济时代越来越需要全才，多一门特长便多一门谋生的本领。四是英语、电脑已经成为一种必备的基础技能，如果不从小就进行这方面的学习和锻炼，将来会很难适应。因此，如常德市内的少儿英语培训、电脑培训生意兴隆、人满为患。

(三) 学生减负愿望落空。对常德市城区随机抽样30名中小学生调查结果表明：学生对暑期参加培训班表示愿意的占22%;可以接受的占40%;有的愿意有的不愿意的占21%;不愿意的占17%。暑期参加一种培训班的有6人，参加二种培训班的14人，参加三种培训班的有8人，参加四种培训班的有2人。少部分学生自主意识较强，有参加培训或请家教的要求，能主动选择自己想参加的培训班。但大部分学生，尤其是小学生对培训和补习是带有抵触情绪的。由于年龄小，没有形成自己的观点;或是害怕家长，不敢发表自己的意见。所以一般只要家长有这方面的要求、做出参加培训或请家教补习的安排，他们也就接受。但如果压力太大，他们有时也会发泄心中的不满。如本市紫桥小学上三年级的陈同学，暑假期间每天要学两个小时的英语，1个小时的古筝，1个小时的钢琴。回家后还要做暑假作业、读英语、练琴。小女孩常向妈妈抗议说：无聊、比读书还紧张，并强烈要求出去旅游。12岁的郑同学在本市名牌中学(长怡)读初一，她不仅成绩好，而且多才多艺。暑假里她有四门课程：英语、手风琴、书法、舞蹈。虽然平时很自觉，但辛苦久了，有时也忍不住想出去玩，偶尔还会来个先斩后奏，先玩一两天再说。可见，爱玩是孩子的天性。7月中旬常德市气温高达39度，室外气温有的高达42度，街道上行人稀少，偶尔看见几个，但大多数是赶着参加各种培训班的孩子们。

(四) 暑期乱办班、乱收费现象较为严重。暑假补习班众多，但补习质量参差不齐，收费与办班质量相比悬殊。如：本市东方红小学，几位家长为了管好孩子，同时又解决小孩假期学习知识，一并请了一位自称是富岳外国语学院的老师，给孩子们辅导英语。学期一个月，学费每位220元，头几天教得还算满意，于是家长们都很乐意地交了钱，但之后几乎天天迟到。一位家长直言不讳地说：师者所以传道、授业、解惑也，传道是第一重要的，你这样天天迟到怎能给学生作表率呢?这位老师不仅未改正，而是撒手一去不复返了。使得这几位家长互相责备，而却又无奈之至。暑期乱办班、乱收费现象较为严重。据调查，目前除少数培训班比较正规、有执照外，大部分都是短期的经营，没有办理营业执照，有些培训班教学水平的高低、师资力量的强弱无从知晓，培训市场因而良莠不齐。常德市文化培训每期时间一个月收费从200元到400元不等，特长培训班则还要高，如有些游泳班10天一期，也要300元;如果请家教，价格会更高，而且浮动也大。一般情况下，家教是每小时10元，但有些自身水平较高的本科生、研究生每小时15元、20元甚至更高;市内某些特长方面的名师如果进行一对一的教学，每小时收费则高达50 元、80元。今年常德市各种暑期培训班收费标准均比去年同期上涨，有的上涨幅度高达100%，如：某英语培训班去年同期每期(30天)为200元学费，而今年同样的天数收费却高达400元。

关于上面提到的问题的几点建议：对于暑期形形色色的培训、补习、家教班，有关部门应出台相应的规范措施，清理整顿，严格审批程序，明确收费标准，坚决制止乱办班、乱收费现象。教育主管部门还可以组织名师巡回讲演团替代现存的形形色色的培训、补习、家教等班类，以满足社会的需求。公安部门、城管部门加大网吧的管理和监督，与吧主签订协议，严禁未成年人进入。也希望家长不要在不了解自己孩子的情况下盲目地投资，让孩子去学习并不适合自己的各种科目，导致孩子倍感压抑和疲劳，不仅加重了自己和孩子的负担，更容易错过孩子发展的机遇，耽误了他们的前途。

为了让学生们充分利用假期接触社会，开阔视野和提高素质，学校应成立暑期领导小组，对中小学生进行暑期安全和法制教育。制定假期工作计划，落实活动内容，做到各项活动均有专人负责，防止出现人身伤亡事故。结合爱国主义教育，可引导学生利用假期深入调查城乡的历史变革、文化习俗、风土人情，挖掘家乡的文化内涵等活动。建立学生暑期科普活动基地?熏开展大型暑期科普活动，举办中小学生暑假读书动手小制作、小发明作品展览。组织学生参加拥军优属活动，为五保户、特困户、残疾人做好事。引导学生投身社会、增长知识、陶冶情操、锻炼意志，增强学生自立、自强、自律能力。

各街道办事处、图书馆、科技馆等单位，应积极创造条件，大力开展以培养学生兴趣、发展学生特长、拓展学生视野为宗旨的音、体、美、劳、电脑、航模兴趣活动、读书演讲活动、社会调查、社会公益活动(小交警、军事训练等)等各项活动。有条件的单位，在暑期可为中小学生免费开放各种娱乐室。

总之，用有益的活动挤走空虚、无聊、孤独、没劲， 让中小学生度过一个健康、愉快、充实、安全又有意义的假期。

四、结语

综上可看到，暑假不仅仅是学生们放松休息的时间，还是培养自己的特长，陶冶情操的好时机。学生们可以利用这个时间做很多有意义的事，不仅限于完成老师的家庭作业。学生应当学会利用自己的课余时间，假期时间来主动地学习，自主学习的效率远比被动学习的效率高得多。

同样暑假也是也是一些商家赚钱的好时机，开设各种各样的补习班不仅能让暑假在家的学生有一个再次学习的地方，而且也能丰富当地的文化氛围，可谓一举多得。只要是合法、教学质量优秀的补习班，政府应给予一定得支持。

这次的社会调查，让我感触颇多。虽说有些累，但收获还是不小的。大学生只有多接触社会，才能锻炼自己的能力，开阔自己的视野，丰富自己的阅历。既学会调查的方法，又学会待人接物所以说社会实践是一举多得的活动。我会一直坚持做下去。

**实践报告5000三下乡篇十八**

x年x月xx日至20日，由来自x大学法学院、经济学院、管理院三个不同专业的十名同学组队赴甘肃省x县x镇进行为期五天的暑期社会实践。我们在x镇党委和x镇人民政府的大力支持、帮助下，按照计划，顺利开展了社会实践活动。

x县x镇距省城x93公里，地处洮河下游河谷地带。全镇总面积128.91平方公里，现辖30个行政村。随着兰临高速公路的建成开通，中心大镇的区位优势更为突出。x镇将自己定位为x市的卫星城和后花园，在规划理念中提出碧水蓝天、绿地鲜花、淡墙红瓦。近年来，镇党委、镇政府依托区位优势，大力发展城市经济和城郊型经济，调整产业结构，培养发展蔬菜、花卉、文化、旅游、社会服务等产业。

在为期五天的活动中，我们分别走访了x镇的木厂村、双联村、阳屲村。我们对这三个地理位置、经济发展、自然环境均有所不同的村落，分别进行了乡村支教、劳动、农户走访活动以及有关法律、经济等方面问题的解答和知识普及。

(一)、走进木厂村

木厂村距离x县中心不远，洮河水和高速公路邻村而过。凭借着十分优越的地理环境，木厂村的经济、政治文化发展在众多行政村中有着较高的水平。

木厂村共1891人，人均收入达到3000元/年。村子中田地较少，多为蔬菜供给地，经济收入多来自于外出打工的和食品小作坊。木厂村较重视教育，在村政府设置了农家书屋，农家书屋共1463册图书，总价值达2.5万元。村里面对考上大学的学生一次性资助6000元以示鼓励并在假期对村里的学生进行补习。

14日下午，我们对木厂村的状况进行了了解，并在村支书的带领下大致参观了木厂村村政府、五个社区(大队)以及特色小作坊。在与致富带头人的闲聊中，我们了解到政府对村上的企业与小作坊的支持力度比较大，在经济和政策方面给与鼓励，这是得小作坊有着良好的发展。腐乳生产在木厂村的小作坊中占10%，一家制作单位负责人告诉我们，他们家的腐乳主要送往x县进行销售，因为是祖传的秘方，销量和口碑不错，但由于经济及管理上的问题，所以在制作规模上并不能有效的扩大生产。

15日与16日上午，我们对村上的暑假补习班进行支教。班上的孩子都是小学二年级到初二的学生，他们阳光般的笑脸，让人觉得朴实而快乐。这些孩子中只有两个人去过x市，而其他大多数孩子从没有离开过x镇。所以我们并没有在知识上进行支教。“授人以鱼，不如授人以渔”，我们回答了孩子们的提问，并给他们讲述了大学生活的点点滴滴。在课间休息的时候，我们还和孩子们一起玩了篮球和久违的跳皮筋，那种童真感染着我，让我不会在意那个看起来像是有着百年历史的篮球、不在意那狭小的活动空间。我们将学长学姐捐献的书籍赠送给了木厂村的政府，希望我们可以近一点绵薄之力。

15日下午，我们分组走访了农户家。村上正在建广场，因为农忙过了，所以村上很多老人都来帮忙，他们说这是他们的义务，所以只会象征性的拿一些工资。工程要持续一个半月左右，每天大概要干将近八个半小时的工作，工资在20元到45元不等。工人们说，大多数农家的年轻劳动力都在这个时候外出打工了，留守的多是老人和孩子。据了解，因为地少，自己家种的粮食和蔬菜基本没有剩余，外出打工挣得的钱一般都用于生活费，如果家里人生了大病，通常还要借钱治疗，一年根本剩不下几个钱。如果孩子考上大学，学费会成了他们最大的困扰。如果没有上学，家里面就会攒钱给孩子结婚。一场婚礼中，男方家除去房子还要花将近四五万元，而女方家也至少要出一万元以上的财礼钱。在聊天中得知，一般村里的女孩子在法定结婚年龄之前就已经结婚。

一位老大爷告诉我，给外打工的单位不仅会克扣工资，甚至有时还会拖欠工资。而在外打工的人员一般也只会与雇佣单位达成口头协议。在了解中得知一户姓史的人家就因事故打了一场官司，我们一行人就匆匆赶了过去。史家的大儿子史咏平是x镇木厂村上的人，xx年去打工，在地质公司干建筑方面的工作，并未与公司签订雇用合同。工作的第十一天，在替他人顶工时，不慎从架子上坠落造成重伤。公司在事发后前两个月中一直向史咏平家中保密，两个月后，听说一直没有联络的儿子躺在医院时，史母立刻进了城。在得知史咏平的伤势后，其妻子带着仅一岁的女儿走了，只留下了一纸离婚协议。家里的地荒了很久，无人打理，而拖欠医院的医疗费却与日俱增。史咏平一家在与公司商量未果后，决定上诉。农村人一般是不愿意打官司的，但面对数额巨大的医疗费和躺在床上的儿子，不识字的母亲决定请律师打官司。然而，事情的结果仍旧难以让人满意。当我们一帮法学院的学生站在史家的院门口和他们挥手道别的时候，我觉得很痛心，很悲哀，很迷茫。

在木厂村的三天让我感慨颇多。因为村子距离镇上比较近，所以经济条件和文化生活都有着城镇的影子。村里的民风很淳朴，村民们没有什么很高的奢求，只是希望平平安安的过上比较舒适的生活。在聊天中，老大爷老大妈总是说他们现在享上了清福，他们很满意。当然在这些天里，我们也听到了许多抱怨、许多无奈和许多不尽人意，但大多数的家庭还是过着幸福安和的生活。

(二)、走进双联村

双联村距离镇中心比较远，在乘车很长时间后才能到达。双联村共有404户人家，838个劳动力(其中东乡族、回族有89户，351人)。村支书告诉我们村上人均收入可以达到2223元/年，来源主要是劳务输出、专业人员培训工作、渔业、玉米和冬小麦种植业以及花卉养殖。村上的经济发展目标是产业化、现代化、集约化、园林化，目前他们已经建立了养猪场、养鹿场，以及草莓种植基地。由于并未提前联系好，所以我们没能前去参观。

因为有支教团，所以双联村小学还没有放假，我们便将带来的很多衣物、学期用品和书籍捐献给了小学，我们将衣物亲手发到孩子的手中并激励学生们好好学习。我们在小学里四处转了一下。小学很小，在校学生共60余名，平均一个年级只有十几人。学校里只有一台电脑，但具体用于教学的哪一方面，并没有人告诉我们。孩子给我说，他们的音乐课是由班主任来上的，二班主任还要教语文、数学、思想政治及自然。小学里有两个英文老师，其中一个会弹奏手风琴，所以也会带音乐课。但是，孩子们只有在过六一儿童节的时候才能听见手风琴的声音。

随后，我们在双联村进行了走访。双联村在众多村子中属于经济发展比较差的。我们走访的一户人家仅有两间房，而每间房的面积大概在六平方米左右。家里面有四口人，夫妻二人、儿子以及老母亲。丈夫长年在外打工，家里的地一般由妻子打理。我们初进他们家时，他们还显得有些拘谨，在我们解释完来意时，他们变得大胆起来，并告诉我们村上的政治并不民主化，他们几乎不知道村上的每一笔开支都用于什么，他们也并没有觉得自己从中受惠。村里面的村长是由村民自主选举产生的，村支书是由上面派下来的。但是在村里，所有的大权都掌握在村支书手中，而村长就等于是个虚职。据说，就连村上的特困户一般都与村支书多多少少有些关系，才能评上。

在结束走访时，我们又碰到了补习的孩子。看得出来，孩子们很高兴，但是又很害羞。我们一起聊了有关学习的事情以及家里的状况。一个二年级的小女孩扑闪着眼睛告诉我们，父亲因为打工摔坏了腿，家里只有母亲一人干活，而她还有一个也在上小学的哥哥。孩子的脸上没有消失过笑容，仍旧很高兴的告诉我们她一定会好好学习的。

(三)、走进阳屲村

阳屲村是x镇最偏僻的干旱山区村，却也是x县最有名气的一个村。xx年以来，阳洼村就被列为西部新农村建设的示范基地，当地的经济迅速发展起来，靠着先天的自然资源优势，发展沼气、药材、食用菌种植等产业，生活水平有很大改进。该村在经济上取得的成绩多次被央视新农村建设所报道。村里用上了沼气池，80%的农户买上了“卫星锅”，看上了大彩电，很多农民成了“手机族”，每家每户都不用再去打井水，因为自来水贯通了整个村子。

村子在山上，远离了城市的喧嚣，同时也远离了城市的繁华。但是在村支书的带领下，阳屲变成了一个在城市里也很有影响力的村子。不论是还是时任甘肃省省长、现任甘肃省委书记陆浩他们都曾坐在村支书瓦广吉家的沙发上拉着他的手感慨着。

村里面到处都是丰收的胜景。我们一行人便下地帮助农家进行劳动。一把把捆好的麦子被一批批的压在了麦垛上，我们就负责运送和传递。在男生们扬麦秆的时候，所有的女生都已经挽起袖子开始做饭了。大家分工明确，我负责架火。这是一项艰难而又有趣的事情。在烟熏得发黑的灶台前，把玉米杆一只一只的插进灶口，这是一个机械而又简单的动作，但是如果想不把火捅灭并掌握火势的大小，这可是一件有技术含量的事情。

吃饭的时候，村支书告诉我们村里面主要依靠土豆、养殖和劳务输出致富。他还向我们展示了各个领导人和他的合影照片。

随后的时间里，我们去了街头，为大家解释出现的有关法律、政治、经济等问题。

在几天的实践活动中，我深感村与村之间的不同。但是，无论是哪一个村子都存在着以下问题：

1、教育问题

所有我们走访过、听说过的村小学的教学设备都极为简陋。孩子们就是在泥土的校园和砖头的教室，进行着义务教育。虽然有着国家的政策，但是还在在上完初中后、甚至小学后，就开始打工挣钱了。

村里小学的师资力量极为薄弱，很多教师都不是通过正式的聘任程序和制度进来的。这些老师有些从小也没有收到正规的学校教育，操着一口浓重的方言继续给他们的下一代传授知识。尤其是英语发音，更是带着浓郁的中国风。

学校的教学设施很贫乏。有些小学有远程教育系统，但从来都没有用过。究其原因，竟然是没有老师会用，设备就这样安静的被锁在尘封的房间里。

村里面有图书室，但是几乎所有的图书连折痕都没有。不知道，为什么书在这里的作用竟然是展览和摆设。

2、观念落后

农村经济的发展和与外界联系的增多，并没有真正改变村民们的观念。比如：有许多村民家都有音响设备，但却只是摆设;村小学还是一样的落后，孩子们满足了物质的需求却忍受着精神的贫乏;孩子上完初中就不让继续上学，即便考上了县上的学校也不让去，所以村里的大学生很少见，平均一年连一个都没有。新农村建设要实现经济、政治、文化和社会的和谐发展。从根本来看，要彻底改变当地的贫困状况必须从观念抓起，从教育抓起。

3、表面功夫

在双联村，我们很容易看见村政府，因为只有村政府是两层小楼;在小楼里，我们还看见皮革制的开会椅、阔气的大圆桌。

我们发现，所有村子的医药箱上都覆盖着灰尘，应该没有实际运用过。而村上的农家书屋中，也很少有翻阅的痕迹。

4、政治民主问题

双联村的村民告诉我们，村长是由村民们选举产生的，但是村中所有大权都掌握在村支书手里面。村支书是上面派来的，不体察民情而且还有许多小动作。

在其余两个村里，我们也听说了许多有关评选低保、先进等活动中，村支书起的作用。在所有的村中都有政务公告栏，但是上面的内容并没有涵盖比如经费的运用、财政的支出等。

村民自己觉得，他们并不是村上的主人，因为他们并没有真正的政治权利。

5、法律意识淡薄

大多数在外打工的村民都不会与单位签订有关合同，在事发以后，也多是采用私了的方式解决问题。很多人觉得“人家财大气粗，我们只是没见过世面的乡下人”“官官相护，法律就一空架子”，就是这种观念导致了广大的农民工弱势群体，在遭遇事故、拖欠工资等事情面前会采取其他不当行为。一位村民甚至告诉我们他决定用直接扣押对方家的车辆来解决经济纠纷。

很多村民没有听过法律援助，听说过的也并不知道如何申请。害怕打官司、不想打官司让那些不法分子有机可乘。

6、经济发展问题

村里面大多数都已经开始集约化的生产，但是规模、科技、卫生、经济前瞻性都还有待提高。只提出口号并不加以实施是没有效果的。在科学技术投资方面，很多村子做的还不够，他们甚至并不舍得在这方面进行投资。有关书籍对于他们来说也只是摆设而已。

7、文化体育生活

留守的老年人很多，除去做饭，收拾屋子，喂牲畜以外，他们就只能串门子。村上应该开展老年活动，设置老年活动中心。

孩子们学习之余也只能在设施简陋的学校操场进行玩耍，他们的体育用品已经经历了太多，需要置换。

一些村里的常规活动已经变少了，只有逢年过节的才能看见扭大秧歌，踩高跷等等活动。并且，现在越来越少的人会进行这种活动，在青年里会唱秦腔的人也非常的少。

8、交通问题

虽然村上的主干道都已经进行了硬化，但是已有暴雨就又毁坏了。很多人家门前泥泞不堪，连村政府门口都是一片狼藉。

经历了多天的农家生活，看到了许多曾经没有看到的东西，尝试了许多以前没有机会尝试的东西，我想这是我此行的最大收获。虽然一路上我们看到了那么多有待发展的事情，但是我想，农村的发展定会越来越好的。

**实践报告5000三下乡篇十九**

参加社会实践，我明白了大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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个星期的社会实践，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。

众所周知，课程实习是大学本科教育中的一个极其重要的环节，尤其是对于我们法学专业学生而言更是如此，它是对我们学生的专业知识进行综合培养和检阅的教学形式。在今年为期一个多月的暑假中，我在洛水实习了一周。通过这一周的实习，我了解并学习到了法律在审计方面的应用，审计与其法律责任等。

首先我了解到了审计的含义，一直以来，从字面意思看，我认为审计和会计没什么不同，并且认为审计师会计的分支，但事实告诉我错了。审计是指由专设机关依照法律对国家各级政府及金融机构、企业事业组织的重大项目和财务收支进行事前和事后的审查。认为审计和会计是相同的，或认为审计是会计派生出来，其本质仍与会计有关的想法都是错误的。会计是以货币为主要计量单位，以提高经济效益为主要目标，运用专门方法对企业，机关，事业单位和其他组织打经济活动进行全面，综合，连续，系统地核算和监督，提供会计信息，并随着社会经济的日益发展，逐步开展预测、决策、控制和分析的一种经济管理活动，是经济管理活动的重要组成部分。事实上，审计与会计是两种不同的但又有联系的社会活动。审计与会计的联系主要表现在：审计的主要对象是会计资料及其所反映的财政、财务收支活动。会计资料是审计的前提和基础。会计活动是经济管理活动的重要组成部分，会计活动本身就是审计监督的主要对象。我国古代的“听其会计”和西方国家的“听审”，都含有审查会计之意，检查会计资料只是审计的一种手段和方法。

审计具有两个本质特征：其一是指审计是一种经济监督活动，经济监督是审计的基本职能；其二，是指审计具有独立性，独立性是审计监督的最本质的特征，是区别于其他经济监督的关键所在。与经济管理性活动相比，审计又具有以下几个特征，即独立性特征和权威性特征。独立性体现在：1，独立性是审计的本质特征，也是保证审计工作顺利进行的必要条件；2，国内外审计实践经验表明，审计在组织上、人员上、工作上、经费上均具有独立性。然后，权威性又通过这几个方面表现出来:1, 审计的权威性，是保证有效行使审计权的必要条件；2，审计人员依法执行职务，受法律保护。任何组织和个人不得拒绝、阻碍审计人员依法执行职务，不得打击报复审计人员；3，根据我国审计法规的要求，被审计单位应当坚决执行审计决定，如将非法所得及罚款按期缴入审计机关指定的专门账户；4，我国社会审计组织，也是经过有关部门批准、登记注册的法人组织，依照法律规定独立承办审计查账验证和咨询服务业务，其 审计报告对外具有法律效力，这也充分体现它们同样具有法定地位和权威性；5，与权威性密切相关的是审计的公正性。从某种意义上说，没有公正性，也就不存在权威性。审计的公正性，反映了审计工作的基本要求。

在这此社会实践中，我深刻明白了人际关系的重要，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,那我们就应学着适应它.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。

另外，以前管理学讲到了领导者的管理手段，以及自身的魅力。,他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理,就必须要有好的管理方法,就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工,你的下属,你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学,要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异。

刚到实践单位的时候，我很不适应，同事都是陌生人，而且他们都有自己的事情做，专业知识十分丰富，因而不是很自信，比较生疏。但以诚待人总是对的吧，我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，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，我就和同事们打成一片，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，换取了同事的信任。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。

马原告诉我，认识来源于实践。一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不止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。

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育,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学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在大学里蔚然成风。

学校是一个小社会，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。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，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，对于人才的要求就会越来越高，我们不止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。

在实践的这段时间内，我们接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许会有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。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！记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，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，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

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，而这些在学校里是学不到的。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，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的，有时候还要学会察言观色，毕竟人在社会中，最终都要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，你要听取、耐心、虚心地接受。

在这次社会实践中，虽然我没有学到很多专业的知识和丰富的经验，但是我认真度过了这段时间，我也觉得值得。我没有会计的专业知识，但在工作中一些基本的东西还是要做要学的。有时会犯错，平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，这在审计方面体现得尤为重要。因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失，这样看来专业还是非常重要的。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我已经是一名大二学生，开学就大三了，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

古人说的好：“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。

通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！社会上有课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己以后就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实践就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提高自己，实现自己的理想。

**实践报告5000三下乡篇二十**

1、实践内容

随着工业过程自动化水平的不断提高，企事业单位与高校实验室等相关需求企业对自身的一些需要进行大量重复性工作的机电控制设备提出了一些自动化工作要求。我在测试控制设备厂进行专业实践时，主要就是结合某企业的设备自动化升级改造要求，对该企业原有的一套手动控制传动设备进行现代化升级改造，在近一年的专业实践中，我全程参与了该改造任务的全部工作，这对我的专业知识的积累以及本专业现有加工与设计技术水平有了长足的认识与提高。

针对原有的手动控制传动设备进行自动化升级改造的研究过程是一个多学科领域交叉与融合的研究过程。在本次专业实践工作中，首先在多次深入了解该企业现有的手动设备的工作情况与性能需求以及使用方其他一些设计要求等调研的基础上，提出了基于现有设备的自动化设计改造方案，该方案力求设计合理、节约成本的基础上，实现设备的自动化控制，节约人力并提高产品可靠性等目的。通过该设备的升级改造，在与实习企业兴平市秦通测试控制设备厂的共同努力下，我们积累了一套手动控制设备升级改造为自动化设备的实际设计与改造经验。本次实践工作的总体内容主要包括以下几个方面：

(1)机电传动控制设备性能需求与工况要求分析

通过多次深入进入该企业车间了解以及与该手动设备的现有使用人员的多次交谈，并结合该企业相关技术人员与领导同志多次协商的基础上，我们了解了对方的主要改造需求：该手动设备需要完成大量重复性工作，并且本身有一定的精度问题，希望能够将其改造成一套自动化控制设备与适当提高其运动精度并且能够记录其所加工产品的相关信息以备后查。同时，我们考查了该设备的现有使用条件与工况要求，以为进一步的改造工作提出一些环境要求。

(2)机电传动控制设备系统方案设计与分析

结合多次的协商与沟通的基础上，我们在分析设备性能分析的基础上，我们提出了一套手动与电动两套动力系统，滚珠丝杠为运动传动部件，利用光学光栅尺进行测量反馈，并利用自主开发的软件系统进行控制的软、硬件系统结合的设备改造方案。

(3)机电传动控制设备各个子模块结构详细设计

根据上述设计方案，我们首先进行了明确的工作划分，这样就可以提高人员利用效率，结合任务需求，我们将任务分为软件系统和硬件系统两个子模块，我加入硬件系统模块。硬件系统主要负责电动机、减速器与光栅尺组件的选型与采购，工作平台的设计，基准以及其他组件的设计加工工作;软件系统负责整个系统的软件平台的开发。

(4)机电传动控制设备软、硬件加工与制造，以及购买部分组件;

在结合兴平市秦通测试控制设备厂现有技术条件的基础上，我们对软、硬件系统的部分组件选择了进行外协的方式，对于我厂的特长的加工与设计方面的组件选择了自行设计与加工制造。

(5)机电传动控制设备软、硬件协调安装与调试;

在分别完成软、硬件系统各个组件的加工制造与外购后，我们进行软、硬件系统的联调联试，在该过程中发现了一些小的技术问题与错误，在经过多次的沟通与协调，并重新设计制造部分组件的前提下，最终完成了调试工作。

2、工作成果

(1)完成了该企业原有手动控制设备的自动化升级改造评估与改造方案;

(2)根据改造方案，完成了软、硬件系统的设计与加工制造、选型任务，并最终完成了软、硬件系统的联调联试，最终完成了设备升级改造任务。

3、收获与体会

专业实践我是在学习专业课程之后进行毕业设计时不可缺少的实践环节。通过实习，我可以更广泛的直接接触社会，了解社会需要，加深对社会的认识，增强对社会的适应性，将自己融合到社会中去，培养自己的实践能力，缩短我从一名研究生生到一名拥有实际操作能力的研究人员之间的思想与业务距离，为我毕业后社会角色的转变打下坚实的基础。

在该专业实践中，我主要负责该手动设备升级改造中的硬件设计改造与最后的调试工作：首先多次去该企业进行了该设备现有使用情况与其目前性能特点的调研工作，然后详细提取了相关技术人员、使用人员与其他一些人员对该设备现有使用情况的说明以及对该设备改造升级的一些想法与要求，以备为后期的设计工作提出要求。接着又对社会上该相关设备的自动化水平进行了调查研究，然后结合该企业的需求以及相关设备的现有自动化水平，我们提出了一套手动与电动

两套动力系统，滚珠丝杠为运动传动部件，利用光学光栅尺进行测量反馈，并利用自主开发的软件系统进行控制的软、硬件系统结合的设备改造方案。然后根据设计方案，分工完成了软、硬件系统的设计改造以及部分外协工作，然后进行了软、硬件系统安装与调试工作。在这个过程中，我们遇到了一些问题，比如由于之前对一些技术细节的不了解，设计的图纸对加工精度提出了过高的技术要求，一些小型零部件由于没有设计经验，设计的尺寸不满足实际使用要求，这些工作我们进行了重新设计与加工制造，在调试过程，也由于经验的一些问题，使得我们进度缓慢，不过在导师和该企业相关技术人员的协调下，我们最终顺利完成了该设备的自动化升级改造任务。

很快就结束了我的专业历程，回首有些留恋，老师的教诲指导实践为我以后步入社会奠定基础，它是我从学校向社会跨越的一个平台，因为有他们的指导，才使得我顺利完成了实践任务。经历此次专业实践，我学会了细心认真地去生活学习，学会了如何待人接物，在生活的道路上，不经历风雨怎见彩虹，今后我将珍惜每一次机会，勇敢地挑战自我，完善自我，让自己成熟起来。通过此次实践，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责。我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

回想自己在这期间的工作情况，不尽如意之处。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。收获快乐，在微笑中赢得尊重，

以前我们学的东西仅限于课本，对实实在在的应用还比较模糊，这样的认识实习，有利于同学们学习目的的明确性和主动性。如果我们一直不参加认识实习，我们永远都不知道我们哪些东西是应该确实掌握的，在学校里，没有实实在在的实践，我们总以为学的东西没太多用，当我们在认识过程中了解到我们学的东西是如此重要时，我们学习的积极性有了，目的性提高了。

通过参加这次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，研究生更应该转变观念，不要简单地只留在学校跟着自己的导师搞学术型的东西，毕竟社会需要的更多是具有实际操作能力的人才。跟着导师做学术研究的人只适合将来在高校任职教书。在企业参与实习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研究生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名研究生，就应该把握机会，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。

一年来得实习虽然短暂而且难忘，但是这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一年的实习期，回首这一年的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

现时代就业环境的不乐观，竞争压力的日趋激烈，很多企业反映所招的研究生实际操作能力差，于是国家新增了工程硕士这样的特殊专业，要求工程硕士不单单只留在学校搞学术，需要一年的时间去体验社会，通过学校与企业的联合培养，能培养出更适合社会任何的高人才。所以就有了像我一样的在校研究生研二参加社会实践工作。专业实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会到工作的辛苦，锻炼了自己的意志，同时也积累了一些社会与工作经验。这些经验是一个大研究生拥有的“无形资产”，真正到了毕业刚参加工作时刻，这些实践经验就会为我赢得更多的就业机会。工程硕士除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的专家都清楚的知道“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。研究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。这次的专业实践只是一个开始，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，更适应社会标定的人才标准。

**实践报告5000三下乡篇二十一**

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。

**实践报告5000三下乡篇二十二**

社会实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。这是我进入大学以来的第一个学期，当然，也是我第一次经历社会实践。

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉;另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，我带着心中的问号，踏上了社会实践的“道路”,也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

那么现在自然先是得选择好打工的种类。时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。据说现在做家教就等同于骗钱。这可是我们班上十几位做家教的同学一致的心得体会。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，

说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易?可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢——说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7：00起来，下午6：30下班。听听元老们的工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀!但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。 “两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

对于大学生打工，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。

打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

老板对我很好，对员工们都很好，第一月虽然没有学到多少东西，但是，我对公司的印象还是比较不错。我会更加努力的去做。不会让公司的员工失望的。

打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。 小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧!不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

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，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，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而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。暑期虽然只有短短的两个月，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。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

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。

**实践报告5000三下乡篇二十三**

时代在提高，社会在发展，而随之而来的竞争也十分严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才，时代赋予人才新的定义：不仅仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的本事。可是，再看看我们，只是被禁锢在四角高墙内，捧着书中自有黄金屋的古训，做着日后事业有成，飞黄腾达的白日梦。我们的传统，我们的教育制度还有我们本身使我们缺乏勇气走出象牙塔，去理解实践的检验和社会竞争的洗礼。在这样一个知识与实践完全脱节的环境里，我们又有什么资本去谈成才、谈竞争、谈事业时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有应对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自我学习和生活的目标。

我们经过走访请求帮忙分几组联系了环保局，建设局，新闻报社，电视台!经过不断努力查阅了无数资料。我们的准备工作最终完成了，我们有充分的准备所以一开始我们就相信我们这必须是个成功的实践团，我们的努力不会白费!坚持和团队精神打造奇迹，我们需要!这次实践，我想我们其中每一个成员都清楚这一点——我们是一个紧密的团队，为了共同的目标聚在一齐，去完成一项共同任务的团队，仅有大家都做好，才能收到预期的效果。并且这样的组队方式能够锻炼与人合作的本事。全心全意地投入自我选择所要做的事，尊重选择!在调查的过程中，我们有时需要在烈日下和雨天下做，有时会遇到在家的人十分少，有时人们会拒绝做调查，甚至说一些比较难听的话语，有时…虽然这项工作可能比较难，也比较辛苦，但看到外国的等朋友们是如此全身心地投入自我选择所要做的事，我觉得好对，这不是辛不辛苦，难不难做的问题，而是你自我尊不尊重自我的选择，愿不愿意去做的问题，既然选择了，就要好好地去做好自我所选择的事，全力做好工作，完成任务既要相信自我，又要相信他人。我们都明白，天下没有免费的午餐，守株能待兔最终会遭到失败——仅有全心投入，才能有真切的感受。

最令我难忘的是在调查过程中请人帮忙填问卷的情境——很多时候两个多钟的时间只做了10来20张的问卷!填一张最多只要5分钟而已!其实也有原因的，主要是不相信，被问人不相信这些，所以拒绝;有时候是我们自我不相信自我，不敢随便问人，因为自我怕被拒绝以及听到一些难听的话语，所以不停寻找一些少拒绝的对象。之后问着问着，可能问多啦，胆子也大了，也可能觉得被拒绝也没有什么，能够再来的，就没有那么多的顾虑了，放开胆子去请他们帮我做调查，被拒绝了，还带微笑说：没有所谓，多谢，情景也便逐渐好多了，自我从中也锻炼了口才。此刻再想一想，其实只要正确地看待被拒绝，机会能够自我去创造。我们应当懂得相信自我，也懂得相信别人炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有本事依靠自我的双手和大脑维持自我的生存，同时，也想经过亲身体验社会实践让自我更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自我的才干，培养自我的韧性，更为重要的是检验一下自我所学的东西能否被社会所用，自我的本事能否被社会所承认。想经过社会实践，找出自我的不足和差距所在。

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梦想。经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，在实践中检验自我的知识和水平。经过实践，原先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。今年的暑假社会实践活动日子早已远扬，回顾起来，至今仍历历在目，感触良深，在这次社会实践中不断经受锻炼，在短短的几天日子里，其活动资料之丰富，场面之感人，百姓之热情，都让我们每个青年志愿者都难以忘怀大学生暑期纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。只是一名大一学生的我，抱着贴近社会，锻炼自我的愿望，参加了大学生社会实践。期望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，团结合作等等。

经过重重考验，我最终成为实践的一员并坚信任何的实践机会都能给我带来课本上无法得到的知识，所以在实践中我多听多学多做，进取按时超量完成任务。俗语说：中国教育看江苏，江苏教育看南通。一句话道出了南通教育的传统优势，尤其在改革开放30年中，南通的教育更是得到了飞速的发展。经过这次实践活动，我们从南通本身拥有的良好的教育资源着手，简析了其发展历程，使我们更深入地了解了南通教育的精神本质。为了能提高活动的效率，也能更好、更顺利地完成这次社会实践活动，在出发前，队长召集我们讨论了活动的安排情景，同时结合我们自身的特点，分配了各自的任务。于是，我在这次实践中负责平潮地区的调研工作。在调研开始前期，我首先经过浏览政府及学校网站初步了解平潮教育的历史与发展概况，拟定访谈资料与补充问卷问题。然后与其他队员讨论交流各自的实践计划，从而具体充实了自我的调研计划与资料。一切准备工作就绪，我首先联系了江苏省平潮高级中学的办公室陈炎主任，诚恳地向其说明了我们的调研资料，从而约定了7月14日进行访谈。在访谈过程中，陈主任耐心地向我介绍了平潮地区教育的历史与发展变化，使我对平潮的教育情景又有了更深入的了解。然后，我走访了平潮地区的村镇，进行了一系列的问卷调查，并向部分学生与家长询问了教育方面的问题。

最终，我对收集的材料进行整理汇总，并将实践报告与相关重要数据上传给队长，顺利完成实践任务。经过这次实践，我深刻地认识到平潮地区教育日新月异的发展变化。改革开放30年来为国家培养了数以万计的各类人才：从劳模到诗人，从将军到作家，从中央委员到科学博士…。其中在国外有影响的企业家、科学家、工程师、教授和学者都不乏其人。并且平潮中学历年中、高考成绩居全市前茅，有几年高考还取得了全市第一的好成绩，今年高考也取得了可喜的丰收。而如此骄人成绩的背后，不再是依靠单纯的填鸭式教学，一言堂式的个人权威，而是一种互动的教学模式，教学相长的教育理念。

学校充分发挥工会、共青团、少先队、学生会等群团组织在教育管理中的作用，异常是加强班主任队伍的建设，积累了较为丰富的管理经验，学校对教师进行严格考核，相继出台了学生测评教师、校长考教师等一系列措施，以构成优者进，能者上，平者让，庸者下，功者奖，过者罚，劣者出的充满生机和活力的用人机制，从而在管理机制上为教师教学水平的提高创造了条件，良好的基础设施，良好的教学质量和学校管理。教师是我们的知心朋友，是我们的引路灯，是我们知识的源泉，教师给予学子的，是知识、是温暖、是财富、是信念，教会我们怎样在逆境中不屈不挠、自强不息，她燃烧自已，照亮他人;她奉献自已，造就我们。

人的地位再高，成就再大，资格再老，在教师面前，他永远年轻，永远的不成熟，教师——是我们终身的良师益友。而教师待遇的提高，教师社会待遇的提高对于教师的工作水平，与热情的提高有着巨大的作用。加强师资建设，构成攻坚团队，。学校除了经过名师带徒、岗位练兵、嘉奖激励等措施，从内部提高师资质量外，还在全市第一个走进高校选教师，第一个发布广告公开招聘名师，从而打造出一支师德高、师风正、师才优的高素质教师队伍。您的支持￥!教师在加强基础，培养本事，发展智力，提高素质上下功夫，在搞好课堂教学的同时，大力开展课外活动，开设选修课程，组织各种兴趣小组，安排了丰富多彩的文体活动，活跃学生身心，定期组织学校之声音乐会、运动会、开展各类比赛，为学生全面发展、展示特长、大胆创新供给了广阔天地。全面的素质教育人才才是学校的真正培养目标。

30年中学校教学设施与氛围的改善，多媒体设备的运用，学校绿化的普及等校容校貌的巨大提高也为平潮地区教育蓬勃的发展的供给了强大的动力。在调查走访中，我更深切地获知了一个感动人心的事实。每年，部分生活富裕的人们自发资助一些品学兼优但家庭贫困的学子，为其学习解决了后顾之忧，为祖国人才的输送默默供给了保障。以上是我的社会实践个人总结。在劳累忙碌的十几天里，我也体会到了实践的欢乐，同时也感到了所学知识的不足，在以后的日子里必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自我，在实践中长知识求发展。在以后的`日子里，不可避免的，我还将应对更多的问题，将承担更大的职责，并在其中更加成熟和真正走入社会。而这次社会实践，就算是我走向社会的第一步吧。

**实践报告5000三下乡篇二十四**

大学的第一个寒假到来了，应学校的提议和社会对大学生的要求，我参加了寒假社会实践活动。在这一次活动中，我学到了很多，也感悟了很多。

下面就我这次寒假社会实践的心得做一总结。寒假社会实践，是我们大学生充分利用假期的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观;大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节,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.积极投身社会实践,深入群众,了解社会,增长才干,是青年学生成长成才的正确道路,是青年学生运用所学知识技能,发挥聪明才智,积极为社会作贡献的重要途径。假期社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。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。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这为我们以后走出社会打下坚实的基础!年轻，是我们值得骄傲的资本，这个时代注定要我们去开拓!我们年轻而勇敢，我们都想成为在天空展翅翱翔的雄鹰，去搏击浩渺的蓝天;我们都想成为在草原自由驰骋的奔马，来一个惊天动地的嘶鸣;我们都想成为在史册著名的伟人，在人生的画图上留下光彩的一笔!我们好想好想，用自己的行动开拓一片完全属于自己的天宇，成为瞬间飞逝的流星，把短暂的生命定格为永恒。而这一切的一切，需要我们用行动把空想变为现实，用实际行动证明!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?谁说象牙塔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。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。对于出生在农村的我而言，假期打工是理所当然的，这样既可以赚点钱为父母减轻经济负担，又可以充实寒假生活。这个假期，我报名参加了我们县信誉楼商厦的假期工，开始两天的培训里我听到最多的话就是微笑带给顾客好心情，服务行业里最重要的就是服务态度，我被分到了干果柜台，时逢过年，大家都在备年货，我的腿站麻了酸了，可是柜台前的人还是那么多，是啊，回想自从改革开放以来，农村的经济的到了巨大的发展，这从车辆的增多就能大概的说明。农民的物质需求不断提高。

最主要的转变是由过去的“无钱可花、有钱不敢花”变为“能挣钱、会花钱”。拿到第一笔工资时，虽然觉得有些累，但我还是感到特别开心。我总算领悟到了打工的“真谛”：一要吃苦，二要脸皮厚。如果有人问我以后还愿不愿意接受这样的挑战，我会毫不犹豫地说：“of course”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，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。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，你要听取、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，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，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。在今后我要参加更多的社会实践，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。一个大学生，如果缺乏交往能力，以后走出社会如何能与他人交往，而这个社会需要我们每个人去适应。是啊，一个人如果没有勇气去做他想做的事，他哪能成功呢?曾经一位伟人这样说过一句话：一个人不会随随便便的成功，上帝不会白白馈赠给帝王蛾一双奋飞的翅膀，一个人的命运就掌握在自己的手里!通过这次社会实践，我感觉自己实践能力，沟通能力有所提高，同时加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，开拓了视野，尤其提高了观察、分析和解决问题的实际工作能力。打工的日子里，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。有人说，吃苦是一件乐事，它能让你从中得到彻底的磨炼，使筋骨更为强韧，如果能有苦中作乐的心态，那么成功也将不远了。

孟子曰“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”俗话说得好：吃得苦中苦，方为人上人!哪一个想收获成功果实的人，不付出辛勤的汗水会轻易地得到呢?所以这份工作虽然辛苦了点，但我还是坚持了下来。在这次实践中我学到了许许多的东西，它教我要善于与人交流，经过一段时间的工作，让我认识了更多的人;它教我吃苦，教我要学会苦中作乐，时时刻刻都要有一种敢于吃苦的心态;他叫我要自信，一分自信一分成功，十分自信十分成功。总而言之，这次实践，使我终身受益!是啊，大学是一个教育我们、培养我们、磨练我们的圣地，我们应当为我们能在这里成长而倍感荣幸。能将学校学的知识联系于社会，社会是一个很好的锻炼基地。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最好途径。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基础。时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。现今，在人才招聘会上，面试的大学生很多，而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假期打工。假期虽然时间不长但是在这段时间里，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。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。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，不要简单地把假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。在这次假期的工作中，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。时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后，我们要找准自己的位置，找准自己的方向，勇往直前，决不轻言放弃!我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。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。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，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，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，对于人才的要求就会越来越高，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。“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。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。感谢学校给我们这次把自己推向社会的机会，也感谢在实践中那些给予我无私帮助的人。我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

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