# 2024年社会实践报告3000字大学生(二十篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-07-26

*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。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。社会实践报告3000字大学生篇一...*

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。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

**社会实践报告3000字大学生篇一**

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。

**社会实践报告3000字大学生篇二**

社会实践报告 从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在一个学期的大学生活中也找机会参加了几个招聘会，虽然不是作为一个真正的应聘者，但招聘会紧张的气氛让我深有感触，让我印象最为深刻的是在招聘会上，许多招聘大字报上都总写着“有经验者优先”，这让我深刻感受到，作为一个当代大学生应更重视培养自身的实践能力，积累更多的社会经验，提高自己的社会竞争力。

对于我们大学生而言，在学校的课堂上固然学会了许多理论知识，但真正运用到实际中还要依靠实践的力量，要将理论与实践相结合，投入到社会的大环境中，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。所以，我决定利用大学生涯的第一个寒假的时间开始进行社会实践，迈出与社会接触的第一步。

忙碌的大学生活暂告一个段落，寒假如期来临，我也照原计划回到了家，开始进行我的社会实践。对于毫无社会经验的我来说，对于这样活动并非得心应手，更不可能一帆风顺。

干些什么?这是我脑中想到的第一个问题，从我的专业方面入手吧。就这样，我找准了方向。有了方向，我便开始寻找搜索这方面的招聘信息，网络、报纸...我小心翼翼的寻找，生怕错过某个角落，但这样的寻找并没有给我带来希望。“本科以上学历(含本科)、有实践经验....\"

这样的应聘条件使我感到了失望。看到这样的结果，我便开始改变方向，看了许多服务方面的招聘，这些领域对学历的要求不是很高，便希望能从这些方面有所突破。这次，我亲自去了许多招聘单位进行实际的询问，但对于像我这样的利用假期打工的学生，用人单位并没有展现出很高的兴趣，他们大多想要找的是能长期进行工作的人。一天的寻找与奔波就这样结束了，最终没有得到任何想要的结果。对于这样的结局，我也开始对我的假期社会实践活动产生了质疑，我不能确定这项活动师傅还能进行下去，我开始茫然了，但也是这一天的经历，也是使我更加坚定了实践的信念，因为我真正感受到了实践的重要性。

又是新的一天，我又开始了我的找寻，行走在热闹的商业街道，不是在注视着玲琅满目的商品，而是在极力搜索着店家门口的招聘广告，希望能从中找到一丝希望。不知不觉，我走进了一家超市，穿梭于整齐的货架中，但我的脚步总是被阻挡下来，因为超市里的许多推销员总是会让顾客停下脚步，注意他们所推销的商品。突然，我的脑中迸发出一个想法，“推销员”我也可以进行这项工作啊!我的心中好像突然燃起了希望，我便欣喜的开始和一个促销员攀谈起来，了解了他们获得这项工作的渠道，具体的工作内容等等。并且，他还向我提供了一个令人欣喜的的信息，这个商品厂家还在招聘促销员，了解这一切之后，我向他询问了所在工作单位的电话，我便直接向工作单位进行询问，我还向他们表示出我愿意承担这项工作的意愿，他们便与我约定了面试的时间。很快就到了约定的时间，我的心中满是了紧张与焦虑，因为，这是我人生中经历的第一个面试。我不安的走进了面试地点，进去后我发现有很多来面试的人，比我想象中的要多很多，我突然意识到了竞争的激烈，面对这样激烈的竞争，我的心中更加的忐忑不安。我焦虑的走进面试的房间，小心翼翼的进行着每一个动作，坐下。我先开始进行自我介绍，之后，面试人员便向我提了几个问题，我也是小心翼翼的回答着，生怕哪一句话说错，当问到我有无经验的时候，我有些吞吐了，我便向他们讲述了我的情况，并表明我先信我的能力能够胜任这项工作，并希望能给我一个机会。之后，我便开始了漫长的等待，感觉这样日子比等地高考成绩的日子还要难熬，漫长的等待一天一天过去，我开始失望了，感觉失败了。正当这时，我突然接到招聘单位的电话，顿时，空气好像凝固了一样，弥漫着兴奋与喜悦。

我要工作了!好像我的生活将要开始一段新的旅程。我怀着喜悦的心情去参加了上岗前培训，我认真地听着讲解的每一句话，盼望着开始我的第一次的社会生活。

新的一天开始了，与往常不同，放下了沉重的书包，包里也少了必需的学习用品，而是带上工作服及工作所需的用品，踏上了我第一天的工作旅程。我的工作地点是一个超市，超市的规模很大，来往的人很多。我站在我推销的产品前面，面对熙熙攘攘的人们，我开始有点不知所措了，但我告诉自己，要有勇气，相信我能干好。我鼓足勇气，开始按照培训的要求进行推销，大声的叫卖来吸引更多人的眼球，耐心的讲解产品知识，产品功效等等。时间一分一秒的过去，我也渐入佳境，推销的越发顺畅，每当卖出去一个产品的时候，我的心中油然产生了一种自豪感，感到了一种从未有过的满足感，这也许就是这一天的工作给我带来的最大的快乐。晚上我回到家，已是疲惫不堪，但第一天的产量与满足感变成了我最大安慰，也称为我工作的动力。第一天的工作生活也就这样画上了一个句号。

第二天，我对工作变得更加的熟悉，也更加的得心应手。在超市里，于其他的工作人员相比，我的年纪最小，这样与那麽多比我年长的叔叔阿姨接触也是我从未面对过的，但通过慢慢的接触了解，以及我对他们的尊重，我们的关系都相处得很好。就这样，时间飞逝，我的假期社会实践活动即将进入尾声，回想着一个假期实践，感觉是我人生中的一次不凡的体验，其中有欢乐，有艰辛，有疲倦但我都坚持下来，因为我知道，如果没有这样历练，我的将来就不会一帆风顺。这样生活，是欢乐但更是辛苦的，我了解到了赚钱的辛苦，能更加体会父母的艰辛，以后要更好的报答他们!

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。

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二.在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你(20xx年社会实践活动报告)没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，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。”

四.工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。 以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。 大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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的基础。

**社会实践报告3000字大学生篇三**

今年的暑假，为了响应学校的号召，也为了锻炼自己，提高自己的社会实践能力，为将来的就业打好基础，我在平度市崔家集镇周家村的村委会进行了将进一个月的实践锻炼活动，具体工作主要为撰写稿件，会议纪录，广播通知，撰写稿件，列席部分会议并发表意见，协助村干部搞好和进行各项工作!

放暑假后，我立即联系平度市崔家集镇周家村村委会，表明希望参加和帮助村委会的日常工作，以期锻炼自己，同时为乡亲们服务的诚意。村主任刘兵经于部分村干部商量后，同意我在村委会挂名幷开展工作，主要负责基础的日常工作。听到消息后，我异常的兴奋，不仅因为自己可以顺利的参加社会实践工作，完成学校指定的任务，还因为自己找到了一个能够很好的锻炼自己、提高自己能力的机会，更主要的是终于可以运用自己的能力为家乡的人们服务了，这是我20多年来的一个梦想!!!

在农村里，我们学到了好多书本上学不到的东西，同时也看到了一些问题。这是我们这些大学生第一次如此热衷于农村问题，并且如此深入地思索农村问题。其中大家关心最多，也是讨论最多的，就是农村经济的发展问题。进入二十一世纪，我国将开始实施第三步战略部署，全面建设小康社会，加速推进现代化进程，对农业将提出更高的要求。我国的经济结构能否顺利调整，国民经济能否发展的更快一些、更好一些，在很大程度上取决于农业基础是否稳固。只有加强农业基础，确保农产品供给，才能顺利推进工业化和城镇化;只有加强农业基础，开拓农业市场，才能支持国民经济的快速增长。

农业效益和农民收入问题不仅关系到农村的改革、发展和稳定，而且关系到国民经济和社会发展的全局。十五计划纲要提出，必须高度重视农民收入问题，把千方百计增加农民收入作为做好新阶段农业和农村工作、推进农业和农村经济结构调整的基本目标。

靠天吃饭是几千年来中国农民祖祖辈辈唯一的谋生手段，但是随着时代的发展，这种方式显然已经不能满足时代的需要。农业发展进入新阶段后，农业生产受到资源和市场的双重约束，市场风险增加。在经济全球化的大背景下，我国农业将面临更大的竞争压力。根据?quot;三个代表的思想，周家村两委在调整农业和农村经济结构，拓宽农业增效农民增收的领域上做文章。吸引外资和引进国外先进技术，带领全村人走上了致富之路在产品供求关系发生变化、市场竞争加剧的情况下，必须对农产品的品种结构进行调整，面向市场，依靠科技，进一步加强优质品种的引进、选育、繁育和推广工作，尽快淘汰和压缩劣质品种，全面优化农作物品种结构，发展优质高产高效种植业。他们为村民们联系了南韩的育种辣椒和西瓜，辣椒20xx元/亩，西瓜4000元/亩，西葫芦5000元/亩，环绕村子还重了5000棵柿子树，每棵树收入200多元，年人均收入3800元。

虽然取得了这么大的成绩，但村两委并没有固步自封，他们清楚地知道地，也就种成这样了，要想再发展农村经济，还是要想办法，上项目。我觉得要想拓宽农业增效农民增收的领域，还要在以下三点上想办法：

(一)发展农业社会化服务鼓励农民服务组织创新，培育经纪人队伍，加强农业质量标准体系、农产品质量检测检验体系和市场信息体系建设，加快制订或修订农业行业标准和重要农产品质量标准，推广采用国际标准，创建一批农产品标准化生产示范基地。加强农村市场体系建设，有计划地兴建或扩建一批农副产品批发市场和科技、劳务等要素市场。搞好农业服务，大力推广优良品种，引导农民发展优质高效经济作物;搞好对农民的科技教育和培训，组织技术人员深入到农户，及时为农民提供技术指导和服务。

(二)大力推进农业产业化经营农业产业化经营，是在坚持家庭承包经营基础上推进规模经营和农业现代化的有效途径，也是加快农业结构战略性调整的重要带动力量。

1、鼓励采取公司加农户、订单农业等多种形式。要采取财政、税收、信贷等方面的优惠政策，扶持重点龙头企业发展。从信息、技术、资金等方面为龙头企业搞好服务，支持龙头企业建设农产品生产、加工和出口基地，引进、开发和推广新品种、新技术，支持农产品加工企业、销售企业和科研单位带动农户进入市场，与农户形成利益共享、风险共担的经营机制。合理调整农业生产区域布局，发展特色农业，形成规模化、专业化的生产格局。推进农业机械化，提高劳动生产率，降低农产品生产成本。

2、提高农产品加工水平和效益。农产品的转化主要是发展畜牧业和水产养殖业。目前，我国农产品加工业水平还很低，通过运用高新技术，实行对初级产品的深加工，还可以为农产品的增长提供极为广阔的市场空间。要加快农产品加工技术和设备的引进开发，发展农产品销售、储运、保鲜等产业，积极促进初级农产品的转化和加工，不断开发名、优、特、新品种，搞好优良品种的繁育。

3、扩大对外开放，发展创汇农业。十五期间，我国将加入世贸组织，要以此为契机，千方百计引进国外资金、先进技术和管理经验，促进我国农产品结构调整优化和升级。建设农产品出口创汇基地，重点扶持和扩大畜禽、水产品、水果、蔬菜、花卉及其加工品等劳动密集型产业、特色产品和有机食品的出口。有计划地组织劳务输出，参与国外农业开发、水利工程承包等。

(三)积极有序转移农村富余劳动力促进农村富余劳动力逐步从种植业向多种经营、乡镇企业和小城镇转移，是提高农业劳动生产率的必由之路，也是使农村丰富劳动力资源得到充分利用、多渠道增加农民收入的客观需要。1、向农业的深度和广度进军。引导农民更多地从事非农产业，要立足当地资源优势，重点发展农副产品加工、储藏、保鲜、运销等行业，加快改造传统工业，积极发展商业、运输、饮食服务、旅游等劳动密集型产业。

在我参加实践的最后一段时间，村委会召开了一次“关于平度市崔家集镇周家村未来发展方向问题的讨论”重要会议，参加会议的除村干部外，还有处在不同生活水平的村民代表和部分邻村村委会的主要负责干部，由于我上次写了一份关于平度市崔家集镇周家村这几年发展的文稿，对平度市崔家集镇周家村的实际情况有了很深入的了解，所以村委会决定也让我参加，并提出一些建设性意见。我又开始了紧张的准备工作，同样是上网查资料，找关于三农的问题，向专家咨询解决农村发展问题的办法，同时走访村民，听取他们的意见，并对临近几个近年来发展较快的村子进行走访和调查，然后综合平度市崔家集镇周家村家庭饲养牲畜多的实际情况，草拟了几条我认为适合平度市崔家集镇周家村发展的建议和具体措施。在讨论会上，大家都积极发言，为平度市崔家集镇周家村的积极健康稳定的可持续发展献计献策，会议重点讨论了怎样贯彻落实科学发展观和怎样建设社会主义新农村两大问题。我在会上作了一篇名为《贯彻落实科学发展观建设社会主义新农村------走出一条有自己特色的新农村道路》的报告，详细叙述了怎样结合平度市崔家集镇周家村的实际情况发展自己的特色产业，搞活平度市崔家集镇周家村经济，增加就业，完善农业和农村生活基础设施，提高人们生活水平。与会人员给予了我较长时间的掌声，我也深感到自己作为一名农村培养出来的大学生没有辜负乡亲们的期望，用自己所学的知识回报了家乡，回报了社会!

最终，我在村委会完成了我将近一个月的社会实践，这些天下来，我收获了太多太多的东西，许多都难以用语言来形容和表达。而通过这次实践活动，让我感受最深的除了我的能力得到了锻炼和提高外，就是农村在这几年里的飞速发展，农村经济的欣欣向荣，农民生活的巨大改变都给我留下了深刻的印象!尤其是在党和国家关注三农问题并着手解决三农问题之后，农村可以说是发生了翻天覆地的变化，从税费改革到减免农业税，减轻农民负担，提出建设社会主义新农村的口号，制定农村可持续发展的政策和战略，无一不是关于农民民生的重大事情，这也说明了党和国家对农村工作的重视，也更加说明了在一个农业人口占大多数的国家里，农业兴，则百业兴，则国家兴!

作为一个在校大学生，能够在农村中参加社会实践，深入到农村基层，这对我以后的人生道路来说是一笔宝贵的财富。通过这次活动，我既开拓了眼界，增长了知识，锻炼了能力，而且还丰富了许多工作和生活上的经验，自己的认识和理论水平也明显有了较大提高，也让我对以后的生活和工作充满了信心，我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期的生活和学习!

**社会实践报告3000字大学生篇四**

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。

**社会实践报告3000字大学生篇五**

又迎来一个新的暑期，告别大一时的稚嫩、不懂事、整天只想过的舒服的想法，一直以来都没有认认真真的考虑过以后的生活，看着大四的学长学姐们在金融危机的情况下踏入社会的艰难，也渐渐的意识到所谓的社会压力，所以，为了使自己在毕业以后有更多的筹码让社会认可我，借着暑假这个机会我全身心的投入到了社会实践中，锻炼自己，磨练意志，丰富个人的社会阅历，以下就我这个暑假的经历总结此次的经验。

为了让这个暑期过的精彩又充实，，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。在放假前就给自己订好了暑期计划，并在高中同学的帮助下提前在家里找到了一份工作。工作内容很简单，只是做诺基亚手机柜台销售，这对于平时就做过很多促销兼职的我来说就是小菜一碟，本来自己的专业就是人力资源管理，简单说就是跟人打交道的，所以这个工作对我来说也是一次难得的历练，更何况，平时所做的促销兼职都是短时间的，一两天而已，这次的就不一样了，是要做一个多月的，像这样的底层工作对大学生来说很少能坚持下来的，所以我也很珍惜这次机会，早早的赶回家。

不过，天有不测风云。就在我回家的前夕，乌鲁木齐发生了7.5事件，我的家乡阿克苏也因此受到了影响，老板的店被砸了，我的工作也泡汤了，失望的同时也感到了痛心。在父母的安慰鼓励下，我打算在自家店里帮忙，给父母打工一样是工作。

由于是个体户，恰巧工作内容也是销售。不过办公用品的销售不同于其他的商品，他没有普通商品大的客流量，每天来看商品的人数都是有限的，很少会有观光型的客人，每个顾客过来看都是有目的的，再加上我们的销售点也只是办公用品批发的展示区，主要业务也是批发，接触的人就很少了。不过，这也给我的工作提出了更高的要求：在客流量小的情况下争取每一个客人都买我们的商品!下定了决心就开始认认真真的实干。

第一天，早早的起床准时去上班，心理有说不出兴奋，得意的带着工牌接受保安的检查，一切都显得那么井然有序。大学生就是未来社会的栋梁，是社会的希望，我想当时心中腾起的那一丝丝的骄傲应该就是所谓的主人翁责任感了吧!上午商场里没什么人，我认真的擦洗每一件商品、给办公桌办公椅打蜡、拖地扫地、保险柜开锁，新疆由于气候的原因空气中可吸入浮沉含量大，所以隔一个晚上物品上都会落上一层土，不断地打扫也成了每天的工作内容之一。做完这些就只用等待了，等着顾客的到来。

除了知道商品的价格之外，熟悉商品的性能、了解它的市场需求则显得更为重要，进一步要求就是根据这些来了解顾客的消费需求。老妈说这是长期历练才能达到的，不过这已经激发了我的斗志!再想到平时的经济学学的还可以，对这个工作更是充满了信心。意外的是我上班的第一天没有卖出一件，来看的人少之又少，老妈安慰我说礼拜一人本来就少的，这都是家常便饭了，有时一个星期都不开张的。心理似乎有些了安慰，晚上看了一部励志电影，在主角不放弃执着追求的精神感染下，第二天继续我的新鲜感。

就这样一连过去了好几天，我的新鲜感早飞到九霄云外了!随之而来的则是疲惫，精神的麻木，感觉就这样的日复一日没有丝毫的激情，更不愿早起去上班，那天老妈叫我起床，我倒觉得与其起那么早去上班还没一个顾客，还不如在家多睡一会。然后我就在老妈的脸上看到了失望与惊讶的表情，也许她觉得那不像是我说的话，更不像一个整天嚷嚷着要做大事的一个大学生说出来的。突然也意识到自己好像做错了，一日之计在于晨，好的开端就是成功的一半，早起去上班对顾客、对老板、也是对自己的尊重!

幸运的是我坚持下来了，我做到了!做销售业不是一件简单的事情，虽然不怎么累，却是对人各方面的考验。记得有一次店里来了一个维族的老汉，他想买椅子，他很直接的问我多少钱，然后我就问他要几个，他只是点头微笑，接下来不管我说什么他都只是标准的礼貌式点头微笑，原来他听不懂普通话，他自己也不会讲汉语，只会说三个字“多少钱”，而我却不懂维语，这下好了，语言作为人与人之间的交流沟通工具传承了几千年的文化，在那一刻也失去了它独有的魅力。跟外星人交谈估计都没这么困难那!平时遇到的维族的都懂汉语，不会说的至少也听得懂，店里也只有我一个人，我急得都要冒汗的时候他还在冲我点头微笑，这时刚好有几个维族的巴郎从门口经过，我急中生智把他们给叫了进来给我做翻译，终于松了一口气，在几个可爱的巴郎的帮助下，那个老汉很开心的买了东西走了!不过想到双方无法沟通而僵持的局面，心里都起毛。为了方便，我还是找了一个维族朋友给我补习，学习在销售中沟通最基础的常用语，学的很用心，可惜无用武之地，碰到的维族人都会汉语!不过艺多不压人，会一点，都是你受益终生的财富!

不过，简单的体验让我收获的还是做的政府采购的标书!当然，也是我的骄傲!以前总觉得课堂上学的东西在实际中没什么用处，理论跟实际的的脱节的，课堂上说的总是理想的，社会上实际的东西都太现实了，大部分都不能根据课本上来解决。这次，我总算尝到了知识的甜头。上学期公共选修课我选修了《招投标与合同管理》这门课，在老师的教导下学会了招投标的一些基本知识，虽然主要是建筑工程类的，但政府采购也属于这个范围，只是内容有些差异，没有建筑工程的复杂。记得当时做招投标作业的时候，要写大量的标书内容，记得刚开始的时候还不知道自己到底学的是什么，对课程的题目都不理解，更不知道学了这门课到底有什么用，稀里糊涂的就跟着老师走，考试的形式特别的别开生面，在教室模拟招标会，完了之后签订合同，做合同书。为了做好这个作业，上网、泡图书馆、电话咨询，甚至亲自跑到建筑公司询问，当然更重要的是跟同伴合作共同完成的作业。记得当时做的很辛苦，做完才知道招投标有多麻烦，工序有多复杂，但是很有趣。那天老爸在看一个招标公告，但是需要做标书，我自告奋勇的说：我来做吧!我学过的。说的很轻松，以为他不会给我做，我只是说我学过招投标，没想到他一口就答应了，还说这方面全部都由我负责，大学生嘛，都学过了，应该没问题!他去买了标书，当我拿到标书的时候才意识到事情的严重性，紧张的不知所措，心理开始打退堂鼓了，问爸爸可不可以交给别人做，他却说：你不是要做么，都学过了这对你也不是难事，学习嘛，中不中标都没关系，做吧!没办法只好硬着头皮去做了。

先把标书从头到尾认认真真的反复读了几遍，不懂的地方就问老爸，按照标书的要求开始编写我自己原创的投标文件。报价表部分很简单，内容也不是我的事情，但却是最重要的部分，其他部分就需要用书面语言在法律符合的范围之内作出准确的描述，牵涉到以后可能会诉讼于法律的可能性，语言表达到位也是非常重要的，尤其是要写承诺书，一个字的失误都可能造成不可挽回的损失。小心翼翼的做，有些模棱两可的格式还打了长途问以前合作的同学，毕竟作业是大家一起做的，各个人做的都有自己的侧重点，每个人负责的部分也都不一样，所以，以防万一，能用的手段都用上了，甚至为了售后服务承诺书的一句话，还特地跑到书城去查阅资料。投标时间很紧，标书必须在两天之内做完。在学校做作业写标书时老师给了两个礼拜的时间，这次是实际操练，时间又太紧，投标书的质量就会受到影响。我用一天的时间完成了初稿，给不同的人审核，不过更多的错误却是别字，老爸说，一个字错了，在法律上条文都会反了，说得我起了一身的冷汗。第二天再一次认真的修改了投标书，由于时间及资料缺乏的原因，投标书做的很简单，但主要问题都说清楚了，然后就小心翼翼的盖好章，按照招标书的要求封好包装，大功告成。

完成了任务，终于舒了一口气，心里忐忑的要求要去开标现场，同样的，父亲看到我这样积极主动地去参与社会的实践，欣然的同意我一同前往，他只用了一句话：“可以独当一面了!”足以鼓舞我去面对以后职业生涯中可能遇到的所有难题。简单的几个字，那也是一个父亲对子女的奖赏。

开标会很严肃，会上没有我的发言权，但稚嫩的脸蛋还是引起众人的小声议论，我只是不动声色的做着会议纪录。会上我见识了商场人物的魅力，问题争议时的唇枪舌剑，坚持自己的价码丝毫不动摇，双方一言一行都是对自己的维护，整个流程下来，各自都达到了自己的目的。这是我职场生涯的初体验，女强人的魅力和气质深深的吸引着我，看到她们在man世界用她们的智慧与之周旋、谈判，也对自己未来充满了信心，是的，要成为她们那样的优秀，实现自我。

有了前一次的经验，我很熟练的给老爸做了第二份投标文件，很认真的做了，老爸很满意，我尝到了用自己的知识来为他人服务的甜头，越来越坚定自己对未来从事经营方面的信念。当然，自身在各方面知识和能力等都还很欠缺，就拿那次去银行开电子汇票的事情来说吧，一张简简单单的汇票，会计学那门课也都学过，可我填了四次才把单子给填合格，作为一个大学生，填单大写要顶格写都不知道，急得我都快要哭了。真的很自卑。

虽然这次的经历经受了一些以前都没经历过的困难与挫折，但我也懂得了理论与实践相结合的重要性，这是我的无形资产。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。

在社会实践中我认识到培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力的重要性。书本上学到的东西会在不同的时期体现它的价值，以后的生活中我们还要多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。也不要简单地把暑期打工作为挣钱或积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的动手能力，认识自己的不足之处并改正!作为一名大学生，应该把握所有的机会，勇敢的去面对所有问题，充分发挥所长，相信自己!大学生之所以是大学生，其与众不同之处就是大学生的学习能力，相信自己没有什么不可以的!

这次暑期实践使我受益匪浅，当然，首先要感谢我的父母对我的理解与鼓励，并提供机会给我!在我遇到困难的时候指导我，给我提供帮助，帮我分析问题，让我在一次次的挫折经历中蜕变。同时也感谢我的高中和大学同学给我提供的帮助，相信我以后会更成熟的思考问题，成长为一个全新的我!

**社会实践报告3000字大学生篇六**

一、实践目的：

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。为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了广东燕京啤酒有限公司，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。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。

二、实践内容与经历

在20\_\_年\_\_月\_\_日，我来到了\_\_\_\_\_\_啤酒有限公司。在负责招聘的陈小姐的安排下，我大概了解到自己的宿舍、工作地点、工作岗位等等。\_\_日。我和同学分别被领到不同的车间，分配到不同的生产班中。这一天也是我下车间的第一天，面对那各色各样的生产机器，我东张西望，心中充满好奇。我的工作岗位是三包车间人工验瓶，这是一项相对比较简单和轻松的工作。每位新来的员工都有自己的带教师傅，工作上的问题都有师傅的指导和帮助。人工验瓶岗位的主要工作就是检出不合格瓶子，并将不合格瓶子分类处理，此外，还要保持岗位卫生，确保微生物合格。人工验瓶这岗位的工作虽然简单，每天都是重复着同样的工作，但工作环境不是什么人都承受的了的。车间的一般温度在四五十度左右，湿度高达98%，而且车间是密闭的环境。那时候我真的想在这样的条件下我能坚持么，我的带教师傅告诉我“打工是苦是累的，还是学校轻松啊！你们有机会不要步入打工行列。不过来吃吃苦对你还是有利的……”。师傅说了好多，我也认真的听着她的劝戒，虽然都是已经烂熟于胸的道理，但是现在却别有一番深层含义。除了岗位上的工作外，我们还要定时参加一些培训，例如：安全培训、5s卫生培训、设备检修培训等等。遗憾的是我们实践的岗位与我在大学学习的专业完全不沾边。“人工验瓶”这岗位虽说也属于“检验类”，但是和我学习的“食品营养与检验”这专业的检验是完全两码事。人工验瓶是属于物理检验，但靠检验员的眼睛就可以检验出来了，而“食品营养与检测”则是化学检验，必须借助一些仪器，化学药品等才能检验出来。

三、实践感想与体会

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而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两个月的实践期，回首这两个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。 这两个月，在磨砺自己的同时，我对自己的能力有了更深的了解，我深切意识到，生活在象牙塔里的大学生不要以单纯的想法去理解和认识社会，只纸上谈兵是远远不及的，而是要步入社会，进行深入地探索。在学校学会更多得书面知识，在实践中好好利用知识进行运作。接触、了解社会，从实践中检验自我。

我在实践中得到许多的感悟！

1、挣钱的辛苦

在\_\_啤酒厂的包装车间做一名普通的检验工，每天都要工作十二小时，还要日夜倒班。在实习的这两个月里，我感受最深的是：在\_\_啤酒厂，只有上下班之分，没有白天与黑夜之别的。白班是：早上7：00—晚上7：00，夜班是：晚上7：00———早上7：00。吃饭都是在车间吃的，每顿饭规定在半个小时内完成。我的工作是人工验瓶，岗位职责是检验出不合格的空啤酒瓶，每天大概会有四十万个瓶子在我眼前流过。在刚刚开始工作的第一个星期，是最辛苦的，不适应工作环境，不适应工作内容，看着那些空啤酒瓶在眼前流过，我感觉是在晕车似的，有要晕倒呕吐的感觉，那感觉真的很辛苦。每天在车间辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，做的事情也是一样的，时间一长了，真的好无聊啊！然而，工作时间那么长，所的到的收入却不多，在这两个月我终于体会到父母的挣钱的艰辛。在以后我一定要在生活上节约用钱，好好的珍惜在学校念书的最后不多的日子。

2、学会吃苦

在实习的这两个月，我最大的收获就是学会吃苦。首先，在车间工作的环境很辛苦。密闭的车间温度高达四五十度，湿度也高达98%。一进车间，汗就不停的流，衣服很快就会湿透的了。在这样的环境下工作，一天十二小时下来，整个人都会虚脱了。其次，就是工作强度大。在没出来实习前，我在家是“十指不沾阳春水”的，但是在燕京实习，我就跟男孩子一样，每天都要搬搬抬抬的。每天除了在验瓶，我还要处理那些不合格的瓶子。一箱箱的不合格瓶子要搬上车，又要一车车的拉到指定的地方。在这里实习，真的很辛苦，有些时候我真的以为自己坚持不下去了，很想要放弃。和我一起来实习的同学，有些已经坚持不下去，离开\_\_了。有时候我也想像他们一样，不再坚持下去了。很庆幸我没有像他们一样半途就离开了，我一直坚持到现在。在这两个月里， 日子虽然很苦，但是我坚持到现在了，在苦中寻找乐趣，我更懂得了，苦，是一剂催化剂。催化着我的心灵愈加坚实，催化着我积极奋斗的信心，催化着我人生的步伐更加稳健！学会吃苦，便是我面对考验继续坚持与努力的保证。

现在很多企业把“吃苦耐劳”明确的写进招聘要求，有点甚至还放在了第一条。我学会了吃苦，对我以后的应聘与就业都有很大的优势。我可以很骄傲的对企业说，我能吃苦耐劳，在\_\_那么苦的环境我都能承受，坚持到最后了，相比一些“瓷娃娃”的大学生，我更有能力去做的更好。

3、我学会了沉淀自己

在车间是很考验一个人的耐性的地方，每天面对的人和事都一样的，时间长了就会感觉到乏味。刚到车间的时候，我的心很燥，做事和做人都不能够令人满意。但是现在我慢慢学会淡定了，在很多时候遇到问题都会很平静，都会先思考了再去决定怎样做。很开心，我能在车间里慢慢的成长，慢慢的沉淀自己！！“心态放平点，姿态放低点”，我想用这句话来总结我现在的状态。

4、人际关系的处理

在这次实践中，让我还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，我们不能改变他人，只有改变自己。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。我们虽然是个大学生，但是身边的每一个同事都有可能是你的老师，我们要把姿态放低一点，虚心请教他人。在人与人之间的交流，个人心态一定要放平。

5、管理的哲学

在任何的企业都有管理者与被管理者，不想被管理，就要有能力去管理。但是想成为一名好的管理者，就必须要有好的管理方法。在\_\_\_\_啤酒有限公司里，有一套很好的管理方法，叫“绩效飞轮”。在没来实习前，我从来没有听过这个名词。“绩效飞轮” 是一套简单实用的绩效管理工具，企业达成绩效就象飞轮，要启动、推动、检修、加油、循环往复，直至自动运转，飞速前进；刚开始会不容易，一旦转动起来绩效飞轮将势不可挡。我觉得这套管理方法很适合目前企业。在以后我有机会做管理者的时候，可以借助这个工具，把企业和员工管理的更好。

6、团队精神

\_\_是一个非常注重团队精神的企业，在这里，我能感受的什么是集体，什么是团队。在这里的团队很多，分小组，班组，生产线组，车间等等。每个人在这里的角色都不是个人，而是集体的一份子，都是先集体后个人的。集体的荣辱关系到个人的荣辱。在进车间的第一个月，车间的领导就组织我们观看《冲锋陷阵》这部电影，教会我们要有团队精神，让我懂得了团队在工作中的作用。

四、结束语

在\_\_实习的两个月，我在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。

这短暂的两个月，不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

**社会实践报告3000字大学生篇七**

自从我们进入了大学，一切的生活就是间接性把我们推入社会，让我们去适应社会，大学的生活其实就是一个我们从读书的学生转变成在社会工作的成年人的过渡时期，但是我们应该如何面对这个过渡的时期呢，我们该怎么做呢，这一切都会在实践中出真知。

我们的大学生活是丰富多彩的，而我们的暑假更是无限的欢乐，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，毕业之后，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，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。以后的人生旅途是漫长的，因此我们必须锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

而且，我深感到,我进入大学并不是人生的终点,只有多吃苦,才知道生活的艰辛,不易。虽然只是短短的时间,我却觉得像经历数年。增长了许多课本上没有的知识。记得曾看到过这样的话：知识犹如人体的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱;人缺少了知识，头脑就要枯竭。

在这个暑假还没开始，我就暗自下决定要好好的找一份工作，好好的干，让自己的暑假不留遗憾，所以我利用周末放假的时间，就开始好好的找工作了，其实当我真的开始找工作才知道，现在的社会就业真的很难，特别是那些没有工作经验，没有特长的人，在现今社会，招聘会上都总写着“有经验者优先”，可一直处在象牙塔的我们社会经验又会拥有多少呢?在还没工作以前，我信心满满，总以为自己可以找到一个合适自己的工作，夏天不晒太阳，还在办公室坐着，吹着空调，享受这一切安逸的生活，拿着数目客官的工资，但是现在就是残酷的，在我找工作的那期间，一切梦想瞬间破碎，我没有特长，没有工作经验，似乎一切的工作机会都为我关闭了大门，我开始紧张，开始怀疑自己是否适应社会，在面对一次的被拒之后，我就害怕了，我甚至不敢去敲应聘单位的大门，不敢面试的工作人员，不敢说一句话，每次都兢兢战战的回答他们的问题，在如此往复的失败中，我变的有点气馁了，会发脾气，会沉默，只要爸妈提起一点工作的事，我就会生气，我想我只是为了一份功过而已，至于跟自己过不去吗，我花了一晚上的时间让自己冷静下来，开始重新找工作，分析自己的长处，和自己的失败的地方，我想可能大家都和我面对一样的问题就是过于的眼高手低，在找工作的时候，工资低的不想做，工资高的不让做，我开始检讨我自己找工作的思维，开始换一种方式找工作，我想我现在需要的仅仅是锻炼。

弄清楚自己的目的之后，我很快在一家服饰店找到一份工作，我们是做导购的，经常和顾客打交道，每天面对形形色色的人，和各种各样的事情，会忙的晕头转向。销售的工作真的不是那么好做的，我每次去购物都感觉那些导购的工作都很轻松，向我介绍一下他们的额产品，给我产品，好了，付钱，但是实际的是，这里蕴含的东西，是我从没接触过的，也是自己从没想过的问题，

我的工作是推销我们的新款服装，推销工作也不像我想象的那么简单，先是培训教导你怎么推销，接着是到现场进行一系列的准备工作，然后才是正式到店面里上班。在学校里，所有的事情老师几乎都已经为我们安排好了，每天有固定作息时间表约束和课程的安排，根本就不需要我们自己操心。而在这里就不一样了，凡是你都要自己安排，但你不能马马虎虎、随随便便的。你要积极主动的接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的推销产品。这也是在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。因为购买产品主要人群大多的中年妇女。所以你要大胆的向这些顾客介绍你所推销产品的优点，功效与其他产品的不同之处，能调动他们的兴趣。但在此前提之下，你要先做好准备，要对你所推销的产品非常的了解，怎

样说能让这些顾客拥有购买欲望。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，才能在介绍时吐字清晰、口齿伶俐，才能让客人明白你在说什么，才能在客人提问时作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。在这里，不仅要受到公司的监督，而且里也要听从现场人员的调配。

在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们去调整自己的心态，在一个最佳的状态下，才能很好的工作，吸取经验。而这些经验需要日积夜累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。

在这次实践中，我的口才得到了提高。在与顾客交谈的过程中我十分注意语境及说话的口气，并且及时改正一些不得体的地方，使我说话比以前更大方得体了。我觉得对于口才的提高，多说很重要，要尽量动脑筋说，大胆地说，不能像我第一天上班那样，不知说什么好。我相信说的多了，能力在不知不觉中就提高了。

我开始很不适应我的工作，我不敢和顾客说话，变得唯唯诺诺的，不敢正是顾客的眼睛，，这样很不利于我的推销，我知道自己很笨，但是就是不敢正视自己的问题，后来我开始慢慢的适应，逐渐去面对我的顾客，去解决他们所需要我解决的问题，去帮其他的同事解决她们呢要我帮他们解决的问题，在经过一段为期不短的工作生活后，我深深的体会到了工作的艰辛，以及我在学校里微不足道的经验根本就不能够良好的适应社会的复杂。在工作的过程中，我学到了很多，不仅仅是工作上的经验，还有和上司、同事相处的技巧。以下是我在工作中总结下来的。

关于金钱，我开始有点了解到父母工资的不易，我的月薪在一千块，当我卖出一定数量的服侍才会加工资，这样我必须每天面对不同的客户去满足他们的要求去购买的我商品，每天工作都必须八点半上班，开始站在我需要负责的区域，为顾客查货，试衣服，帮她们解释衣服的款式，和材料，每天最多的就是不停的说话，导致我刚开始几天回到家，根本不想说话。脚也站的特别酸，当看到自己的工作有了业绩之后，变得开心了点，我的父母是做着比我更辛苦的工作，我真的不知道他们是怎么坚持的，看着父母花白的头发，我心理难免不心酸啊。以前在学校的大手大脚让我自己也很羞愧，我的每一笔生活费，和每一笔学费都是父母的血汗钱，当我在海吃海喝的时候，我的父母可能还在热火朝天的车间做着笨重的工作。每个月领着几千块的工作，还要分给我一半，我实在为自己的行为感到羞愧。自己工作之后，每一笔钱都是来之不易的。

关于自己工作的环境，我一直以为自己会找到一份工作环境不错的工作，至少我不会站着上班。但是现实呢，是我每天都要站到八个小时。两只脚实在是受不了这苦，面对新同事，新的工作，我要学会与人交往。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。 我让自己去主动和同事交流，和老板交流意见，服从安排，让自己的工作进行的更顺利，

在经过一段为期不短的工作生活后，我深深的体会到了工作的艰辛，以及我在学校里微不足道的经验根本就不能够良好的适应社会的复杂。一、在社会上待人要真诚。在社会上要善于与别人沟通。三、在社会中要有自信，自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。当你在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你毫无阻碍和人沟通就是你自信的

表现，当你没有足够的自信心，你根本就不能很流畅的和他人交流。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，所以没有必要感到自卑。你的自信有时能够感染其他的工作伙伴。。

四、在社会中要克服自己胆怯的心态。自己心生胆怯，做事就会畏畏缩缩，无法展示你的最佳状态，办事效率就降低了，同时也让上司、同事厌恶。

五、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。

六、微笑是在这社会中最强而有力的武器。有人说，面对失败和挫折，一笑而过是一种乐观自信，然后重整旗鼓，这是一种勇气;面对误解和仇恨，一笑而过是一种坦荡宽容，然后保持本色，这是一种达观;面对赞扬和激励，一笑而过是一种谦虚和清醒，然后不断进取，这是一种力量;面对烦恼和忧愁，一笑而过是一种平和释然，然后努力化解，这是一种境界。所以在任何的情况下我们都要学会一笑而过。学会忘记是生活的技术，学会微笑是生活的艺术。而且，真诚的微笑也会赢得他人对你的好感，化解人与人之间的不愉快;亲切的微笑客人感觉到你的重视。微笑也是社会实践中必须要锻炼的能力。

我的暑假工作虽然与我的专业无关，但是也让我自己的到了锻炼。有时过的真的很难受、很憋屈，可生活还得继续，还得面对学习，面对走出校门，面对找工作。不过，让我们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”，为以后走向社会，起到一个桥梁的作用吧。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。

实践是检验真理的唯一标准，这句话真的没错，我在实践中，真的有充分是认识到自己的不足，和发现了自己的闪光点，我想我会在接下来的学习和生活中慢慢为自己找到方向，并为之奋斗。

**社会实践报告3000字大学生篇八**

时光荏苒，一个多月的时间转瞬即逝。在20xx年07月15日至08月25日40余天的日子里，我度过了我在兴业银行分行的实习时光。第一天实习的情景任然历历在目，从走进兴业银行大厅开始第一天的实习生生活时的新奇、紧张一切都仿佛就在昨天。

在这段实习的日子里，我从一个未出校园但即将离校的大学生到已具备基本职业素养的银行实习生，在此期间我经历了很多也学到了很多。同时对兴业银行有了进一步的了解，以下便是自己对实习阶段进行的总结：

实习单位：兴业银行分行

兴业银行(industrial bank)，原名福建兴业银行，是总部位于中国福建省福州市的一间全国性股份制商业银行。

开业20年来，兴业银行始终坚持与客户 同发展、共成长 和 服务源自真诚 的经营理念，致力于为客户提供全面、优质、高效的金融服务。

1、各项业务持续、快速、健康发展

截至20xx年6月末，兴业银行资产总额为9169.64亿元，股东权益为438.82亿元，上半年累计实现净利润65.44亿元。根据英国《银行家》杂志20xx年7月发布的全球银行1000强的最新排名，兴业银行按总资产排名列第124位，比20xx年提升21位，按一级资本排名147位，比20xx年提升113位。

2、服务网络日益健全

兴业银行已在北京、上海、广州、深圳、南京、杭州、天津、沈阳、郑州、济南、重庆、武汉、成都、西安、福州、厦门、太原、昆明、长沙、宁波、温州、义乌、台州、东莞、佛山、无锡、南昌、合肥、乌鲁木齐、大连、青岛、南宁、哈尔滨等全国主要城市设立了40家分行、400多家分支机构，在上海、北京设立了资金营运中心、信用卡中心、零售银行管理总部、资产托管部、大型客户业务部和投资银行部等总行经营性机构，建立了网上银行 在线兴业 、电话银行95561和手机银行 无线兴业 ，与全球近1000家银行建立了代理行关系。目前，兴业银行已在全国主要经济中心城市设立了 260多个分支机构，推出了面向全国的网上银行 在线兴业 ，开通了全国统一的客户服务热线 95561 ，并与全球550多家银行建立了代理行关系，基本形成了虚实结合、辐射全国、接境内外的服务网络。

3、业务创新积极推进

兴业银行始终紧跟市场变化，坚持传统服务与新兴业务并重，在依法合规的前提下积极推进金融创新，基本形成同业、公司、零售、资金市场四大板块、品种齐全、技术含量较高的金融产品序列。

兴业银行始终紧跟市场变化，坚持传统服务与新兴业务并重，在依法合规的前提下积极推进金融创新，基本形成同业、公司、零售、资金市场四大板块、品种齐全、技术含量较高的金融产品序列。

4、科技建设成效显著

兴业银行始终重视加强金融科技建设，在国内银行中率先实现了全行数据大集中，并不断在生产系统、安全系统、管理信息系统以及硬件建设取得重大突破。人才队伍精干高效

经过十多年的改革发展，兴业银行初步集聚并培养起一支精干高效、专业优良、团结敬业的金融精英团队。截止 20xx年末，全行员工总数6250人，其中拥有大专以上学历的占84%。

兴业银行从创业之初到现在，一直在用自己的奋斗在书写着传奇。截至20xx年末，兴业银行资产总额为10209亿元，全年累计实现净利润113.85亿元，不良贷款率0.83%。

企业文化

兴业使命：真诚服务 共同兴业 兴业愿景：一流银行 百年兴业

核心价值观：理性 创新 人本 共享 兴业精神： 务实 敬业 创业 团队

实习目的：

1、通过实习增加工作经验，实现自我增值;

2、了解储蓄和会计岗位的有效运作的过程，以及管理的各个职能部门是分工协作地开展工作的过程;

3、通过在兴业银行长沙分行的实习，掌握银行业务的基本技能，熟悉银行日常业务的操作流程以及工作制度等;

4、培养团队合作、与人沟通、吃苦耐劳、终身学习等素质和精神。

实习内容及过程：

我这次实习所涉及的内容，主要是会计业务，并综合了解了储蓄业务、信用卡业务、贷款业务以及其他需要我完成的力所能及的业务。会计业务的学习占用了大部分时间，而其他业务也初步涉及。

1、会计业务

对公业务的会计部门的核算(主要指票据业务)主要分为三个步骤：记帐、复核与出纳。这里所讲的票据业务主要是指支票，包括转帐支票与现金支票两种。对于办理现金支票业务，首先是要审核，看出票人的印鉴是否与银行预留印鉴相符，方式就是通过电脑验印，或者是手工核对;再看大小写金额是否一致，出票金额、出票日期、收款人要素等有无涂改，支票是否已经超过提示付款期限，支票是否透支，如果有背书，则背书人签章是否相符，值得注意的是大写金额到元为整，到分则不能在记整。对于现金支票，会计记帐员审核无误后记帐，然后传递给会计复核员，会计复核员确认为无误后，就传递给出纳，由出纳人员加盖现金付讫章，收款人就可出纳处领取现金(出纳与收款人口头对帐后)。转帐支票的审核内容同现金支票相同，在处理上是由会计记帐员审核记帐，会计复核员复核。这里需要说明的是一个入帐时间的问题。现金支票以及付款行为本行的转帐支票(如与储蓄所的内部往来，收付双方都是本行开户单位的)都是要直接入帐的。而对于收款人、出票人不在同一家行开户的情况下，如一些委托收款等的转帐支票，经过票据交换后才能入帐，由于县级支行未在当地人民银行开户，在会计账上就反映在 存放系统内款项 科目，而与央

行直接接触的省级分行才使用 存放中央银行款项 科目。而我们在学校里学习中比较了解的是后者。还有一些科目如 内部往来 ，指会计部与储蓄部的资金划拨，如代企业发工资; 存放系统内款项 ，指有隶属关系的下级行存放于上级行的清算备付金、调拨资金、存款准备金等。而我们熟知的是 存放中央银行款项 ，则是与中央银行直接往来的省级分行所使用的会计科目。一些数额比较大的款项的支取(一般是大于或等于5万元)要登记大额款项登记表，并且该笔款项的支票也要由会计主管签字后，方可支取。

一天之际在于晨 ，会计部门也是如此。负责记帐的会计每天早上的工作就是对昨天的帐务进行核对，如打印工前准备，科目日结单，日总帐表，对昨日发生的所有业务的记帐凭证进行平衡检查等，一一对应。然后才开始一天的日常业务，主要有支票，电汇等。在中午之前，有票据交换提入，根据交换轧差单编制特种转帐借、贷方凭证等，检查是否有退票。下午，将其他工作人员上门收款提入的支票进行审核，加盖 收妥抵用 章，交予复核员录入计算机交换系统。在本日业务结束后，进行日终处理，打印本日发生业务的所有相关凭证，对帐;打印 流水轧差 ，检查今日的帐务的借贷方是否平衡。最后，轧帐。这些打印的凭证由专门的工作人员装订起来，再次审查，看科目章是否盖反、有无漏盖经办人员名章等，然后装订凭证交予上级行进行稽核。

下面是综合了解的其他业务情况，实习前几天让我了解的业务：

2、储蓄业务

储蓄部门目前实行的是柜员负责制，就是每个柜员都可以办理所有的储蓄业务，即开户，存取现金，办理储蓄卡等，凭证不在想对公业务部门那样在会计之间传递，而是每个柜员单独进行帐务处理，记帐。但是每个柜员所制的单据都要交予相关行内负责人先审核，然后再传递到上级行 事后稽核 。

3、信用卡业务

信用卡按是否具有消费信贷(透支)功能分为信用卡与借计卡。信用卡又按持卡人是否向发卡银行交纳准备金分为贷计卡与准贷计卡。贷计卡是银行授予持卡人一定的信用额度，无需预先交纳准备金就可在这个额度内进行消费，银行每月会打印一张该客户本月消费的清单，客户就可以选择全部付清或支付部分，如果选择后者，则未付清部分作为银行的短期贷款以复利计。而准贷计卡则是交纳一定的准备金，然后银行再授予其一定的消费额度的一种信用卡。借计卡是没有透支功能的，但可以进行转帐结算，存取，消费的一种卡。如建行的储蓄龙卡。信用卡还可以按使用对象分为单位卡与个人卡;按信用等级分为金卡与普通卡。

4、信贷业务

由于目前的实际情况，中小企业融资难，尽管央行一再出台有关鼓励银行向中小企业贷款的方案，但是，在各个银行内部都有严格的控制。建行也是如此。所以，银行目前也投入了个人贷款领域。需要注意的是，银行的个人贷款业务并不是直接将款贷给个人，而是与商家签订一定的协议，其实是将款贷给商家，然后商家把商品卖给个人，个人再还款给银行。银行在与商家签订协议时，审查商家的证件是否齐全。而个人要向银行提供有关的收入证明，身份证明等。一般都是以购买的标的物作为抵押，最常见的就是动产抵押(如汽车贷款)和不动产抵押(如住房贷款)。信贷部门实行的是审贷分离制，就是进行贷款客户开发与具体发放贷款，审核贷款可能性的工作人员是各司其职的。

目前，世界上实行储蓄实名制的国家和地区很多。例如在香港分两种情况：一种叫单名制，也就是储蓄者本人带有效证件去储蓄;另一种叫联名制，即储蓄者可委托他人为自己代办存款业务，但需要有一份授权委托书，写明受权人的权限范围等，并要有双方证件证明。这样，如果本人不方便也可请他人代劳。

在美国，每个有经济活动的人都有一个社会保障号码。人们申请工作、支取工资、租房、赋税等，都要出示和登记这个号码。每个人都有一个帐户，户主的每一笔收入、纳税、借贷、还款等情况都记录在案，包括业余兼职的报酬。国家设置专门的机构用电脑统一联网，每个人的信用记录无论好坏都可以在银行查到。

实习的心得体会：

通过这两个月的毕业实习让我觉得很充实，收获颇丰。不但使我对于银行业务上有了详尽而深刻的认识和了解，也是对我大学里所学的专业知识的巩固和运用，也使我积累了许多在学校无法学到的经验，真正体会到了 书到用时方恨少 。但是俗话说 千里之行始于足下 ，一些最基本的实物和技能是不能在书本上彻底理解的，需要更多的是我们去实践去进行实际的训练和操作。另外，在实习中的另外个体会就是在工作中，我们都要有强烈的责任心，不仅要对自己的岗位负责，也要对自己办理的业务负责。办理的业务要作到细心周全，不能马马虎虎，丢三落四。使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。

这段时间里，我把自己当成是一个真正的员工去对待工作，感觉自己已经不是一个学生，每天早上7点起床，然后像个上班族一样上班。实习过程中遵守该行的各项制度，虚心向有经验的同事学习。一个多月的实习使我懂得了很多以前不知道的东西，对兴业银行也有了更深的了解，这期间的实习收获总的来讲可以概括为以下三个方面：

(一)是通过参与银行业务的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高。

(二)是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。

(三)前辈们的教诲使我的人生增加了一笔财富。

同时在这期间的空闲时间里，我发现银行有很多金融、证券方面的杂志、期刊和报纸，于是，利用这个契机一有空闲的时间我就埋在这些资料中，从这里面我也学到了许多当前的金融状况，银行实际工作中的各种有用知识。通过这次实习中，我也认识到了自己存在的一些优点和不足：优点是(1)发现自己在与人沟通方面有待加强;(2)认为自己是一个能够吃苦耐劳的人，能从一天的辛苦工作中找到乐趣。

不足之处有：(1)与真正的社会大家庭接触较少，缺乏足够的社会实践经验;(2)自信心不够充分，有时会产生打退堂鼓的念头。

实习是每一个大学生必须拥有的一段经历，这次的实习使我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的。我们在实践中

了解社会，学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下了坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。

这次实习，让我拥有了宝贵的实习经验，我想这将是我即将踏入社会走向工作岗位的一笔不可估量的财富，这对我的人生都是一段珍贵的经历。它让我懂得了作为一个学生，想要更好的在社会上生存，想在这个竞争激烈的环境中脱颖而出，那么就必须理论与实际相结合。在返校后的这段大学生活里，我一定会努力加强自己的基本业务能力以及系统的专业知识，争取以自己最好的一面步入社会。

**社会实践报告3000字大学生篇九**

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。

**社会实践报告3000字大学生篇十**

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。

**社会实践报告3000字大学生篇十一**

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，同学们都在发奋的透过各种机会来磨砺和充实自己，期望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮忙。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刻里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有好处的寒假。

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。由于思考到自己各方面的实际状况(一没经验;二没学历;三时刻有限)，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。一向在一旁的父亲看出了我的心思，说道:“要不我去帮你问问，看看人家要不好人，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“帮忙”，正因我知道，从小到大我一向都生活在父母的扶助中，此刻的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去好处，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，正因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，带着忐忑不安的情绪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，正因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:“我之因此录用你，是正因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。”想到那里，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，正因上午和经理商量过，由于我的潜质和时刻有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每一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，其它时刻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务必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，这时一向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，看的怎样样了?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:怎样办呀，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潜质，一方面是要求我不管做什么事情都必须要认真仔细，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。

一向都认为打扫卫生是个再简单但是的工作，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，洗漱台下方也有不少灰尘，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，应对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时刻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”更深层的明白: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)检查的学习状况;(正因那天经理说要检查，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刻，大家互相也有了必须的了解，透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;(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，基本的营销礼仪是务必掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多搞笑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能够在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习状况的总结。(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，有规律的工作时刻，让我在寒假依然能有正常的作息时刻，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮忙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应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。透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。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告3000字大学生篇十二**

21世纪的前20xx年，是我们国家、我们民族发展的一个重要战略机遇期，也是我院必须紧紧抓住并且可以大有作为的重要战略机遇期。党的xx大明确提出到20xx年我国要实现全面建设小康社会的发展目标，并把形成比较完善的现代国民教育体系，人民享有接受良好教育的机会，形成全民学习、终身学习的学习型社会，促进人的全面发展等作为全面建设小康社会的重要内容之一。北京市提出要通过实施\"新北京、新奥运\"战略构想，在全国率先基本实现现代化，为把北京建设成世界一流的现代化国际大都市奠定坚实基础。作为首都经济社会发展中具有先导性、全局性、基础性特点的基础设施和知识产业，教育的现代化，既是首都现代化的重要组成部分，又是首都现代化的前提和关键。因此，我们必须树立强烈的机遇意识，聚精会神搞建设，一心一意谋发展，在建成示范性职业技术学院的基础上，要努力取得无愧于时代、无愧于伟大历史机遇期的新成就，实现学院的新发展。

20xx年学院工作的指导思想和总的要求：

以邓小平理论和\"三个代表\"重要思想为指导，认真贯彻党的xx大、xx届四中全会和市委九届九次全会精神，紧紧围绕\"新北京、新奥运\"战略构想，以开展\"保持共产党员先进性教育活动\"为契机，以提高办学能力为重点，全面落实科学发展观，大力加强教学内涵建设;以课程建设和考试改革为重点，深入进行教育教学改革。狠抓当前，规划长远，继续落实学院十五发展规划。坚持育人为本，全面加强和改进大学生思想政治教育工作。以最好成绩迎接示范性学院验收工作，确保顺利实现建设示范性职业技术学院的奋斗目标。

(一)以科学发展观统揽全局，促进学院全面、协调、可持续发展，为示范性学院评估验收工作做好准备。

1、加强对学院发展的宏观规划和战略研究，坚持科学规划、合理定位、内涵发展、办出特色，切实提高教育教学质量。贯彻落实全国职业教育工作会议和《教育部等七部门关于进一步加强职业教育工作的若干意见》的精神，落实北京市教育大会提出的目标和任务，制定完成学院\"\"发展规划，进一步勾画学院全面、持续、健康发展的蓝图。

2、加强专业建设，稳步推进学制改革。加大对机电技术应用和测量工程专业的投入，形成专业\"亮点\",推动其它专业的教学改革。加强专业设置的论证工作，对我院较长一段时期内的专业布局进行科学规划，提高适应市场的能力。要按照教育部关于试办两年制高职教育的精神，积极稳妥地推进两年制高职教育，在总结和借鉴xx级两年制数控技术及应用专业改革经验的基础上，今年在汽车检测与维修、工商企业管理、市场营销、电气自动化技术、建筑工程技术等五个专业试办两年制。各有关专业要做好培养方案和教学计划、教学文件等的开发与建设工作。

3、加强课程建设，深化考试改革。课程的建设要与教学内容改革相适应，使教学内容进一步反映当前社会先进技术水平，突出岗位资格要求，与学生职业资格证书考试相适应。以优秀课程和精品课程建设为抓手，力争在xx年以前我院20%的专业课程达到优秀课程的标准，建成20门左右的精品课程。积极推荐、申报市级、国家级精品课程评审，今年争取申报2门市级(国家级)精品课程。各系申报与学院指定相结合，今年再立项4-6门课程进行精品课程建设。年底以前要完成xx年立项的4门精品课程建设工作。争取在xx年能有1-2门课程成为国家级或市级精品课程。

考试改革要坚持严格性、多样性、选择性、理解性、阶段性原则，考试形式改革与考试内容改革相结合，阶段考试与目标考试相结合。在考核内容上，既考核理论知识，又考核实践技能;在考试形式上，笔试和口试相结合，闭卷和开卷相结合。要重点做好口试和阶段考试的改革工作。

4、加强教科研工作，重视科研人才队伍建设，逐步提高科研和技术开发水平。科研是高等院校非常重要的一项职能。学校的科研、技术开发、技术服务能力是建立校企合作办学机制最重要的前提条件。因此，要进一步加大科研工作力度，20xx年立项课题要进一步提高科研课题的比例，减少教研课题比例。要给予科研工作以宽松的政策和充分的经费保障。要加强同企业间的联系，积极争取和承接横向科研课题，努力提高科研成果的水平，培养一批科研骨干。

5、加强教学管理，提高现代教育技术水平。从20xx年起，教学计划、教学任务、选课、成绩考核等都要实现计算机软件管理，全院教学管理人员和广大教师要认真熟悉教学管理软件的使用方法，严格遵守软件使用的有关规章制度，使我院的教学管理水平迈上一个新台阶。目前，我院现代教育技术的推广工作已基本完成。从20xx年起，要重点提高其应用水平和效果。要组织专门的研讨会，探讨和交流现代教育技术使用经验，使教学设备的潜能得到充分的发挥，使教学效率和教学质量进一步提高。

6、认真研究高职高专教学质量的内涵和特点，结合我院的教育教学改革，以调动\"教与学\"两个方面的积极性为核心，借鉴iso9000质量管理和质量保证体系，进一步完善教学质量监控体系，全过程、全方位地加强教学质量监控。除继续做好日常教学检查、教师试讲、现代教育技术应用情况调查等工作外，要进一步规范实践教学管理，对实践教学指导教师要进行量化考核;要既督教又督学，进一步完善学生学习激励机制，提高学生学习的主动性和积极性。

7、全面加强教学建设与改革工作，夯实基础，充实内涵，积极准备，迎接验收，确保示范性职业技术学院建设目标的实现。继续加强实验实训设施建设，利用北京市200万专项资金，完成好数控实训基地扩建任务。北京市专项预算批准的项目，都要按要求做好建设工作。示范性职业技术学院建设项目要认真准备验收资料，确保顺利通过国家验收。国家财政重点支持的示范性职业技术院校建设项目今年进入整改总结阶段，要对照建设方案，认真检查、验收、总结和整改。

(二)抓好队伍建设，全面提高教职工素质

8、要牢固树立以人为本的观念，全力抓好队伍建设，构筑引领学校教学、科研和管理上水平的人才支撑。根据教学、科研和学科建设的需要，保质保量地做好补充教师的工作，逐年提高教师在教职工队伍中的比例。严格执行教师任职资格制度，把住\"入口关\",不具备任职条件的一律不得进入教师队伍。积极创造条件，提高教师实践能力，培养\"双师\"素质教师。加强教师的思想政治工作和师德教育，倡导无私奉献、为人师表、敬业爱生、严谨治学的精神，引导教师树立正确的教育观、质量观和人才观，增强为国家经济建设培养高素质人才的责任感和使命感。

9、继续加强教师学历学位提高。继续支持教师的学历学位进修，改善教师队伍的学历学位结构。按照《-20xx年教学改革意见》规定，凡经批准参加硕士、博士学位进修的教师，全额报销学费，并将其毕业论文和课题列为本院科研项目，予以经费支持，支持经费的上限分别为1.5万元和3万元。

10、巩固新一轮干部人事制度改革成果，签订聘用、聘任合同，实施聘约管理，加强履职绩效考核，强化全员职责意识。做好新教师接收、岗前培训和xx年参加工作教师的考核、转正工作;做好专业技术职务职称的评聘工作。

(三)加强和改进德育工作，坚持以人为本，促进人的全面发展

11、认真学习贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》和在全国加强和改进大学生思想政治教育工作会议上的重要讲话精神。进一步推进学生教育与管理工作创新，切实提高学生工作质量。要总结管理重心下移的工作经验，重新调整学生工作领导委员会，探索建设一支专兼结合的大学生思想政治教育工作队伍。以学风建设为龙头，构建德育教育的新平台;继续通过各种渠道加强同学生交流，开好学代会，倾听学生的意见和建议，解决学生在学习、生活中的问题;加强对学生的人文素质培养，抓好学生的安全教育工作。

要不断改进方式方法，结合长征70周年、抗日战争胜利60周年庆祝活动，积极开展\"民族·历史·未来\"主题教育活动。围绕\"人文奥运\",组织更多的同学参加首都青少年\"情系奥运，文明礼仪伴我行\"等活动。

(四)为师生员工的工作生活提供优质服务，提高学院持续发展的保障能力。

12、完成校园整体规划。做好综合楼开工建设和新购50亩地的开发建设准备工作。完成锅炉房搬迁和校园供电线路改造工作。做好学院的美化绿化工作。开工建设学院文化广场。进行三号学生公寓区外环境建设。本着经济实用、美观大方的原则，整修学院内部主要路面，对校园老建筑外墙进行粉刷装饰。提高绿化水平，营造高雅、温馨、舒适的校园环境。搞好职工福利和医疗卫生及计划生育工作。

13、做好学生食堂、学生宿舍的管理与服务工作。健全完善学生食堂、学生公寓管理办法、专项维修管理办法等规章制度。以饮食卫生安全为重点，继续落实办餐人员的办餐行为规范制度，加强食堂物资采购规范操作监控，加强食堂基础设施完善与改造，巩固a级食堂食品卫生量化等级。力求完成标准化宿舍、标准化食堂的建设验收。

14、加强对校办企业的管理，严格履行合同和奖惩制度。加强校办企业同教学、科研的结合，促进企业产品更新换代，将校办企业办成我院稳固的实训、实习、科研基地。

(五)其他工作

15、加强政策、程序、规章制度建设。贯彻落实《国务院全面推进依法行政实施纲要》和《北京市全面推进依法行政实施意见》，认真实施《行政许可法》，落实相关配套制度，推进科学、民主、依法治校。清理学院规章制度，规范学校的管理。切实维护教师、学生的合法权益，规范违纪学生处分程序，推动学院建立校内教师、学生申诉制度。坚持以推进基建工程公开和财务公开为重点，进一步深化校务公开制度。要通过公开，形成上下多方面的互动机制，实现学院的科学决策、民主监督和有效监督;要通过公开把广大教职员工和社会大众的知情权、参与权、监督权真正落到实处。

15、做好招生就业工作，20xx年计划招生1800人，使在校生规模达到7200人。加大学院宣传力度，进一步扩大学院知名度。各系部要积极配合就业指导中心加强对毕业生的思想教育，指导帮助毕业生树立正确的职业观、择业观和就业观。提高就业指导和服务水平，提高就业质量，争取就业率达92%的指标。积极发展成人教育，使其成为学院发展的一个新的增长点。

16、做好全年的财务工作。严格财务预算管理，保持财务工作良性运行。健全管理机制，完善审计工作制度，搞好财务的常规化自查，强化内部审计。要厉行节约，杜绝浪费，严格控制办学成本。进一步增加职工收入。

17、继续重视并做好离退休人员工作。充分发挥老干部工作领导小组和职能部门的作用，认真落实老干部工作责任制，使离退休人员健康、幸福地安度晚年。以老干部为主体，成立学院关心下一代工作委员会，发挥老干部余热，教育和引导好未成年人的发展。

18、做好建校五十周年庆典筹备工作。成立校庆工作领导小组和校庆办公室。按照\"隆重、热烈、简朴、务实\"的工作原则，集中智慧，创造性地做好xx年建校五十周年庆典筹备工作。

19、全力维护校园安全和稳定，构建和谐校园。进一步做好安全保卫工作，提高科技创安水平。完善安全稳定工作预警体系和突发事件应急处置机制，提高处置突发事件的能力。继续开展校园网有害信息清理整治。完善正确处理人民内部矛盾的工作机制，落实信访工作责任制，健全校内劳动争议调解制度。开展大学生安全教育进课堂工作。继续整治校园周边环境，不断改善师生学习工作生活环境。

各位代表、同志们，20xx年是我院全面贯彻党的xx大和xx届四中全会精神，落实\"十五规划\",再谋发展的关键一年。学院在过去几年间，有了长足的发展，我们已经积累起较为雄厚的基础，今年学院各项工作任务非常繁重，其中重中之重的工作是认真开展好保持共产党员先进性教育活动，做好迎接教育部组织的示范性职业技术学院评估验收工作。这些工作的完成，必将促进学院新的发展，必将为我们更高奋斗目标的实现奠定更加坚实的基础。这次大会，我们还将讨论学院\"\"发展规划，这个规划从学院的实际出发，提出了未来一个时期学院的奋斗目标，那就是积蓄力量，等待时机，争取早日提升办学层次，为中国职业技术教育做出更大贡献。天时人事日相催，冬至阳生春又来。让我们在上级主管部门和院党委的坚强领导下，高举邓小平理论和\"三个代表\"重要思想的伟大旗帜，同心同德，再接再厉，奋发图强，以更加高昂的斗志，更加富有成效的工作，为铸就工业职业技术学院新的辉煌，为创造工业职业技术学院更加美好的明天而努力奋斗!

进入公司的当天，商标部杨经理提醒我，\"你虽然是名实习生，但是也要跟普通员工一样先得学习企业文化\",她还特别强调了学习企业文化的重要性。了解了企业文化，\"想别人不曾想的事，才能创造新的奇迹;走别人没走过的路，才能达到新的顶峰\"的发展信念，与 \"敬业进取，实现自我价值;协作奉献，强化团队力量\"的执业理念，已经深刻得印入了我的脑海，指导着我日后的工作

.随后我对商标的种类及其特点，国内注册知识包括商标审查、初审公告、注册公告、领取商标注册证、商标注册的途径、商标注册申请所需书件及要求、商标注册申请人等，代理业务的分门别类┅这一系列有关商标代理业务逐一消化吸收。入世啦，我国企业在进军国际市场之前，必须做好知识产权国际保护计划，提前在相应的国家注册自己的商标，避免其被他人抢注而给企业造成不可估量的损失。

**社会实践报告3000字大学生篇十三**

第一次参加社会实践，我明白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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一起去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自己的实际动手能力。后来自己认真想想，应该做一些对自己有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

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。

**社会实践报告3000字大学生篇十四**

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。

**社会实践报告3000字大学生篇十五**

作为祖国未来的事业的继承人，新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、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。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习 ，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

实践过程：自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘 会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践-走进赣州市金源休闲餐厅。

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。

在餐厅里，别人一眼就能把我人出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。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班，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，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，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。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。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。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。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了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，3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。

实践心得 ：虽然这次的实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会客服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定会要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，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，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。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。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。

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。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。

**社会实践报告3000字大学生篇十六**

20xx年8月18日，我们自强社的23位队员带着一腔热情踏上了下乡之旅。目的地是河源市连平县上坪中学。28日，载着收获的喜悦和无限的不舍，我们沿着熟悉的路回来了。2天的车程，1天的活动报名，7天的正式活动，还有1天的武当山之旅。经历了短短的11天，我们的下乡之旅终于画上了一个圆满的句号。这段时间，我们23位队员付出了很多，也收获了很多。此时此刻，我满怀兴奋，内心汹涌澎湃，回忆很多，想说的话很多，现在就让我再细细回味一下。

一、三下乡之生活篇

来到上坪，这里并不是我们想象中的那么差，它是一个被九连山围绕的小镇，是水蜜桃之乡，山清水秀，空气清新，街道也很热闹。我们的宿舍是新建的，配有小阳台、厕所。有水龙头，但没有水，只好到饭堂提水。有灯，但只在晚上开一小时。没有风扇，大热天没风扇晚上怎么睡得着呢?但我们没必要担心这个，因为晚上睡觉还要盖被子呢，风扇对我们来说是多余的，没被子只好把衣服也盖上。这里什么都不多，就是蚊子特别多，每到晚上，他们就会成群结队向我们进攻，连我们带的蚊怕水、风油精都不管用了。一到晚上，我们的手、脚都在忙，进行灭蚊行动。这些蚊子可不能小看它们，它们的嘴巴又尖又长，哪怕是隔着衣服，也会照样一口咬过来，可能是它们太饿了。

而在伙食方面，我们每天在饭堂就餐，午餐和晚餐都很丰富，四菜一汤，把我们养得胖胖的。每到吃饭的时候，每一桌的人都会一边吃一边聊天，特别是说到课堂上的事情、某个学生或学生的日记，大家都说的格外兴奋，常常会哄堂大笑，这段时间的朝夕相处，我们越来越像一家人了。

二、三下乡之我们的付出

来这里之前，我们还一直充当着学生的角色，到了这里，我们就是一位老师了。做了几天的老师，我终于深深地体会到作为一名老师应有的爱与责任。我不知道自己做的够不够多，但我知道我们已经做到了。从19号开始，我们23位队员就开始了忙碌的工作。当天早上忙着学生的报名工作，还有课室的卫生清洁。我们的原计划是招收150名初三学生，因为学生太多的话难于管理。但来报名的学生源源不断，很快名额就满了。开始我们声明停止报名，但看到孩子们的一腔热情，有的是千里迢迢赶来报名的，我们是在不忍心拒绝，于是把名额放宽到170多名。下午各个班主任把学生名单分成了5个班。

前期工作都搞好了，20号早上，学生都很准时来了，我们在运动场上进行了下乡的开幕式。之后是由各班班主任及科任老师开展班会课。班会课上，先由老师自我介绍，然后是学生。但这里的学生都很腼腆，只是站起来说了一下自己的名字。我们另辟新路，让学生上台竟选班干，有学生确立自己班的班名、口号，而不是局限于由老师来安排班干人选，更不会把5各班的班名设为1—5班。目的是发挥学生的表现能力和想象能力，让他们知道每个班就是一个团体。从学生的自我介绍、班干竟选，我们了解到了一些重要的信息：这些孩子不够自信，不爱展现自我。因此接下来几天，我们要对症下药，让他们找回自信。而我们行动的第一条路径是：让他们每天写日记，并且交上来。他们听到要写日记，面带几分恐惧。

21号开始正式上课，早上第一节是数学课，上课铃响了，我胸有成竹地走进教室，第一次站在讲台上，面对台下30多位学生，心情难免会有些紧张，昨晚备了一整晚的课，该说些什么话，此时全都乱套了，但我很快就镇定了下来，顺顺利利地上完了一节数学课。但感觉心里不踏实，总感觉课堂气氛欠缺。而有一点我觉得做得不错，在昨晚我把全班学生的名字都记在脑子里了，今天我叫到的学生都能说出他们的名字。下课了，我没有匆匆忙忙赶回办公室，我想多点时间留在课室，和学生聊天，我很想走进他们，了解他们，给与他们鼓励和支持，希望得到他们的信任。

上完课后，我又去参加了健康知识宣传活动，地点是：上平镇街道。我们在那里挂上了我们的宣传标语、海报。站了半天，来看我们的宣传的人不多。回去后我们总结的经验教训是：会讲地方方言对宣传活动很重要，同时很有必要做一些宣传小册子派发给路人。

我们把下午的第三节课设为第二课堂，主要是学习军体拳、健美操、手语。我担任5班的手语老师，我很喜欢手语课，因为学生都很喜欢学，很认真的学，而我也很有耐心地把一个个动作教给他们，《隐形的翅膀》，大家对这首歌是再熟悉不过了。

晚上，我们吃了晚饭，洗完澡和衣服后又回到我们的办公室。有的备课，有的批改日记，有的排练节目，有的跟学生聊天••••••总之各有各的忙，到了8：00是我们的总结会议时间，我们各自汇报了一天的教学情况及遇到的问题，然后一起商讨解决，而最精彩的部分是经验交流，每个人都有不同的感想，我们也在交流过程中慢慢成长、进步。

说到批改日记，这是每位老师都喜欢的事情，因为日记里有学生的心里话。他们信任我们，跟我们谈心了。为了能赶在下午把日记本发给学生，有些老师舍弃了中午的休息时间，忙着批改日记，仿佛这不是什么任务，而是一种享受。日记里学生对你说的一句话就足以让你激动一个晚上，感觉他们慢慢地被你感化，这是我们欣慰不已的。

众所周知，农村的教育水平远远落后于城市，据这里的学生透露，学校从来没有开展过文艺活动、趣味性游戏，而仅有的活动室一年一度的校运会。学校把重点放在学习上，每个年级开设2个重点班，重点班和普通班是有天壤之别的。学生每天除了学习还是学习，缺乏娱乐。这样培养出来的学生也就可想而知了。我们摒弃传统的教学理念，针对学生的情况，我们开展了团体培训活动，让学生玩游戏，从中感受团体合作的精神，让他们变得活泼开朗。

其实每个班总会有几个调皮捣蛋的学生，对待他们传统的教育方法是：批评教育，但这种方法已经行不通了。为了应付那几个特殊的学生，班主任可是绞尽脑汁，采用了另类的办法：多余他们沟通交流，用关心和鼓励来感化他们，我们反对批评主义。

7天的时间很快就过了一半，原计划我们要给学生进行一次综合测试，评选优秀个人、优秀班级。但我们发现这些环节太过于形式了，跟传统的教学理念没有差别。于是我们大胆地把这些内容删掉了，取而代之的是给每班颁发一个奖项，最终确立下来的奖项是：铁塔239班—最具活力奖，非同一班—最具潜力奖，飞跃班—最具进步奖，柠檬班—最具人才奖，rainbow班—最具魅力奖。这些奖项是我们临时想出来的，不过很有创意。

闭幕式即将来临了，每个班都在忙着搞自己的节目，我们23位老师上台表演的节目有：小品，合唱。学生的团体节目有：军体拳、健美操、手语。我们利用课间操和第二课堂的时间带领学生排练，在短短的几天排练节目，这可能吗?答案是肯定的，因为一切皆有可能!

在闭幕式的前一天晚上，我们23位队员都忙得不得了。除了要把一沓厚厚的留言本写完之外，还要排练节目，安排好当天的活动流程，场地布置，一直忙到深夜的2点，有个别队员队员为了把留言写好写长点，宁可在办公室通宵达旦。为了这班孩子，为了这份情，通宵一晚有算什么呢!

三、三下乡之我们的收获

俗话说：“有付出就会有收获。我们曾经想过那么少的课程，我们能带给他们什么?现在我们可以自豪地说，我们的下乡活动硕果累累，我们改变了他们的态度，收获了感悟、感动、友谊。

还记得在最后一次的班会课上，班会不再是有班主任主持，站在讲台上的是学生，大部分学生已经走出了自卑的圈子，主动上台讲述这几天的感受，在大家面前展现自己。尽管他们站在讲台上还会满脸通红，两手发抖，但能站在讲台上已经是一种进步，不敢上台的也会主动向我们提出一些问题。短短的几天，他们的确成长了不少，我激动得流下了眼泪。

还记得上完最后一节数学课，我碰到了一个调皮的学生，他尊敬的叫了我一声老师，简简单单的一声称呼让我激动了一整天。我想我们的哦教育方法是行得通的，瞧，那些捣蛋的学生已经端正了他们的态度，来了上课，他们会静静地听，不会捣乱课堂。所以没有绝对的坏学生，因为人之初，性本善。也许以前他们在学校得不到老师的肯定，收到同学的排斥，他们爱张扬个性，自尊心强，总希望做一些事情来引起别人的注意，其实他们累心深处是很孤独、自卑的，渴望别人的关心、肯定，因此我们有耐心、爱心，鼓励感化他们。

闭幕式那天，我们和学生的节目都表演得很出色，在短短的时间里，我们创造了奇迹。看完军体拳的表演，真的让人太振奋了，他们打得很整齐，很有气势。在这一天，我们让从来没上台表演过的人一次上台的机会。我们知道他们的内心一定很兴奋紧张，但他们仍然表现得很出色。谁说上坪中学的孩子是书呆子，今天你们就来见证一下，他们都是千里马，只是伯乐还没出现而已。

下乡的活动即将要结束了，我们受到了学生的礼物，更多的是他们的留言，他们用真诚的心跟我们道别，他们用亲切的声音叫我们姐姐哥哥。我知道，每一句话他们都是很认真很用心的写，代表了深深地感谢和不舍。7天的情谊比山高，比海深，看完他们的留言，我的眼睛被泪水模糊了，声音也嘶哑了。中国有13亿人口，23位老师和170几位学生能在茫茫人海中相遇、相识，这是一种缘分。这段旅程，我们收获的是在太多太多了。

四、三下乡之离别的日子

28号上午，我们拿着行李要走了，一些学生专程赶回来学校和我们道别，我们上了车，在这个挥手的时刻，我终于感受到难分难舍的滋味。看到他们被泪水模糊的双眼，我默默地对他们说：“地球是圆的，我们总会有重逢的一天!”

经历了一个暑假，我发现我长大了。我经历了未曾经历的，感受过未曾感受的，这是我人生的一笔无价之宝。

**社会实践报告3000字大学生篇十七**

社会实践是大学生提高自身素质的重要环节，也是学生们将所学知识和文化应用于社会重要的过程。它既是学生学习实践成果的全面总结，又是对学生各方面能力的一次全面检验。

我校大学生暑期的“三下乡”社会实践活动坚持以深入学习实践科学发展观为核心，通过服务地方经济社会发展以及服务青年学生成长成才为主线，引导学生能够坚持理论联系实际，在多次社会实践中得出正确的社会观察的结论，真正实现“受教育、长才干、做贡献”。较为广泛地开展理论及成就宣讲、教育帮扶、医疗服务、科技支农、文艺演出、法律援助、社会调查等活动。通过对此次活动内容的深入阅读和理解，我院组织同学们参加了深入大孙庄小学及其周边村庄的调查和实践工作。

本次暑期社会实践活动，目的在于加强我院学生的社会实践能力，丰富我院学生的暑期社会生活，增强我院学生的交际能力和与人沟通能力，使我院学生之间能够更好的相互了解、相互认识，增加友谊;同时，为我院学生与学院老师之间的相互沟通及了解提供广阔的舞台，增强了师生之间的友谊。与此同时，这次活动的目的也是为了丰富郊区小学生的暑期学习生活，增强小学生对学习的浓厚兴趣，尤其是对趣味化学实验的兴趣，让他们感受到学习的乐趣，同时通过各种趣味游戏，丰富和充实他们的课余时间，同时达到教育和引导的作用，让他们懂得学习的重要性，以及学习对于改变自己命运和祖国明天发展起的决定性作用。了解新中国65年的风雨历程，增强爱国主义情感，努力为祖国的建设贡献自己的力量，用自己的辉煌在共和国的历史上画上最浓重的一笔。

通过搜集资料、参观考察、社会调查等方式，从历史和现实、理论和实践、成就和经验相结合的角度，充分学习、了解、感受新中国65年的发展道路和巨大变化。通过图片展、专题讲座宣传板报等形式在大孙庄小学和农村人民群众中宣传建国65年的成就，大力唱响中国共产党好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主旋律。

在本次暑期社会活动进行之前，我们参加此次社会实践的所有同学通过自己的努力对此次实践活动进行了积极而又充分的准备，做好了需要展示的视频，准备好了做实验需要的药品和器材，并对整个活动

流程就行了细细的筹划。在前往目的地的途中，我们又把需要做的工作事宜进行了一次统筹。当大巴车在大孙庄小学的操场稳稳停靠的那一刻，我们参加暑期社会实践的同学也开始积极的展开了我们工作。我们首先与大孙庄小学的校长和大孙庄村的村委会进行了洽谈，商讨了今天实践活动的具体事宜，由于我和苏思源同学与大孙庄小学和大孙庄村委会的负责人提前进行了联系，并且对当地的实际情况进行了实地勘察，所以我们的这方面的工作在非常顺利的过程中结束了。

然后，我们在大孙庄村委会成员的带领下对当地村民进行了我们自己设计的调查问卷(见附录)，虽然当地的水品村民的文化并不是很高，但是在我们同学的细心讲解下他们也非常乐意的配合我们的问卷调查;虽然我们对当地的方言还是有些不适应，但是在同学们的耐心倾听下和在村委会干部的热心帮助下我们也顺利的完成了我们的问卷调查;虽然当时的天气情况不是很理想，但是拥有吃苦耐劳精神的同学们没有一个抱怨，并且都很出色的完成了自己的工作。

在同学们的积极努力下，在村委会成员的热心帮助下，在当地村名的积极配合下，我们在规定的时间内按质按量的完成了我们调查问卷工作。

在实践结束之后，我们对调查问卷做了总结：

虽然当地的生活习俗是中年以上的公民大多在家务农，而年轻人则是到城里或者附近的工厂上班，但是我们此次实践活动的时间选在了周末，这也保证了参与调查问卷的72名公民的年龄分布比较广泛，这也使我们的调查问卷更加有说服性、全面性和权威性。通过我们的调查问卷总结结果我们发现，不管当地的公民从事什么类型的职业，不管当地公民处在什么样的年龄段，他们都还是有相当高的环保和节水意识。通过第一、第二题和第九、第十题我们可以很清楚的看出他们大部分都很明确环保工作和节水工作是属于我们全体公民的义务，也是我们全体公民的义不容辞的责任，当他们看见有破坏环境和浪费水资源的现象他们也会积极的去制止，这种环保和节水的责任感似乎已让每个人有了共识。通过第三、第四和第十一题我们可以得出这样的结论，当地的居民已经非常担心自己的居住环境，担心水资源短缺问题和后代子孙的生存问题，我想这些肯定会增强每位公民的环保和节水意识，增强危机感和责任感，这对于我们环保部门的环保和节水工作的顺利进行有着积极的意义。当然我们也不难发现，他们对于我国的环境污染形势和水资源短缺形势已经有了初步的了解，对于一些污染环境的已经落后的生活习俗他们也有了非常深刻的意识，并且正在逐步改正，慢慢的去寻找更加有效，更加有利于环保和节水的方法。

与此同时，我们意识到，虽然他们的文化水平不是很高，但是他们也有相当高的环保和节水意识，并愿意积极的投身于环保和节水工作当中;虽然他们只是在自己村庄周围活动，但是他们的环保和节水观念却不像我们想象的那么有局限性;虽然他们不懂可持续发展的真正含义，但是他们知道一些基本的类似可持续发展的环保和节水方式;虽然他们想让自己生活变得更加方便舒适，但是他们也不忘后代的发展;虽然他们希望自己的孩子学习好文化课，但是他们也热切的希望学校开展环保教育课。通过我们调查和接触到的种种现象表明，环保和节水意识已在每个公民心中扎下了根，已在每个公民心中烙下了印，环保和节水的普及工作已经在基层深入的展开，环保和节水的倡导已经深入人心。

完成了调查问卷工作的我们在上午九点回到了大孙庄小学进行我们的暑期安全教育和对小学生的爱国主义，爱校主义的教育。在大孙庄校长的提议下，在获得大孙庄全体老师的赞同下，我们参加暑期社会实践的同学通过分组，进入到每个教室，通过我们自己制作的视频和其他影视资料对各个年级的小学生进行暑假防水、防火、防骗等方面的安全教育和爱国主义教育、爱校主义教育，并督促他们要好好学习，为了自己的人生目标而努力奋斗。

通过对各个班级的安全教育和爱国主义教育，我们也对整个大孙庄小学有了一个比较全面的印象，这对于我们来到五年级一班和二班，进行我们的主体活动有了一个更加充分的认识和丈量尺度。这次活动共分两部分，一部分工作是由我和苏思源同学用我们自己配置的消毒液对学校和教室的各个死角进行消毒，为学校营造一个更加卫生和舒适的学习环境，并积极为预防h1n1甲型流感做宣传，使人们更加了解病毒的具体情况和传染方式并为积极做好预防工作。我们这些工作不仅体现了我们学院的特色，也使我们所学的知识与实际相结合，得到了大孙庄小学全校师生和学生家长的一致好评。

完成我们自己的消毒和宣传预防流感工作之后，我们来到教室与其他同学一起进行我们其他活动，这也是我们的第二部分的活动，通过爱国主义和爱校主义视频，让大孙庄小学的学生内心油然的升起了一股爱国和爱校情怀，这种情怀源于心却表于情，这种情怀源于瞬间却化为了永恒，这种情怀源于赤诚却让人感动，这种情怀源于过去却昭示着未来，这种情怀源于童真却维系一生，这种情怀源于年轻却会化为憧憬。

通过有趣的化学实验——晴雨花、指纹鉴定、可乐变雪碧、茶水变墨水—墨水回变茶水——激发了所有同学的兴趣和热情，充分调动了同学们的积极性，使同学们也积极主动地上台进行活动，并非常热切的想自己动手完成实验，而在我们同学们的积极帮助之下，他们实现了这个小小愿望，并且也学到了很多知识，对他的学习兴趣的激发有非常积极的影响。实验虽简单，却让他们看到了化学的魅力，知道了学习的乐趣，明确了自己的学习目标;实验虽有趣，却让他们在趣味当中看到了知识在远方向他们招手，看到了自己的大学梦，看到了自己为这个梦想奋斗的身影。虽然这些现在看来有些虚幻，或许是一种幻想，但是这至少让梦想在他们幼小的心灵中扎下了根，慢慢的这个梦想会发芽，开花，最终将结出累累硕果。这硕果献给他们奋斗过得青春，献给他们不悔的人生，更重要的时献给我们的祖国母亲，献给祖国的一份贺礼。

完成了我们与同学们之间的活动，我们和同学们心中都留有一份不舍，虽然不知道那份不舍是怎样的一种感觉，但是我们都知道，那份不舍却来源于内心的那份感动。在结束了我们的合影之后，我们带着那份源于耐心的不舍离开了我们的暑期实践基地——大孙庄小学，离开了与我们已有感情的小学生们，离开了让我们找回童年感觉的那片热土，离开了那些天真烂漫却又渴望求知的孩子。

虽然我们完成了20xx年的暑期社会实践活动，但是我们大学生实践之路仍然没有完成，我们大学生的实践之路仍然很漫长;虽然我们通过自己的努力，通过我们前期出色的准备工作非常完美的完成了此次暑期社会实践活动，但是以后的实践之路上还会有更多的艰难险阻，以后的实践之路还会更加坎坷崎岖。但是拥有年轻这笔财富的我们定会在此次社会实践的基础上，发扬大学生和年轻人的优良品格，再接再厉，积极创新，定能出色的完成我们的人生规划，享受俯瞰人生蓝图的愉悦;实现我们的人生目标，回首遥望崎岖人生路上的鲜花;登上人生的巅峰，品味一览众山小的快感。

或许在别人眼中，短短一天的社会实践活动并不能让我们收获很多，但是我收获了感动，感动于学院老师对我们工作的全力支持，感动于我们这个团体所有同学的辛勤付出，感动于大孙庄小学老师对我们工作的支持和帮助，感动于大孙庄村委会干部和大孙庄村民对我们调查问卷和宣传环保节水工作的大力支持，感动于我们此次暑期社会实践的那一点一滴的收获，感动于我们每个人能力的全面提高，感动此次活动中的每一个精彩瞬间，感动于每一个激动的时刻，感动于我们走过的实践之路让我们的人生不是空白。

在获得成功与感动的同时我们也意识到，我们此次暑期社会实践活动并没有将我们所有的能力和才华展现的淋漓尽致，我们不是有所保留，我们也不是不尽我们的全力去完成我们的工作，只是我们现在还没有将我们现有的知识和才华展现出来的能力，这也是我们参加实践活动的一个重要原因，这也是我们以后在工作中需要锻炼的地方，这也是我们大学生需要提高的能力，使我们以后学习和生活中需要提高的能力。或许这种能力的获得并不是那么的容易，我们也非常清楚这种能力和获得对于我们有非同寻常的意义，但是我们也必须明确这种能力需要一个循序渐进的过程，需要我们不断的锻炼，需要我们不断地付出与努力，需要我们为了这一个目标而不懈的奋斗。

短短一天的暑期实践工作结束了，但是它留给我们的实践之路还没有完成，我们需要做的还有很多，作为大学生，作为中国年轻的一代，我们需要挖掘自己的潜力，展现自己的能力，在人生的大舞台上展现自己最华美的舞姿，在人生的历史画卷上画上最浓重的一笔，在共和国的建设之路上铺下最坚实的地基，在共和国的前进道路上挑起共和国坚挺的脊梁!

**社会实践报告3000字大学生篇十八**

第一次参加社会实践，我明白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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一起去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自己的实际动手能力。后来自己认真想想，应该做一些对自己有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

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。

**社会实践报告3000字大学生篇十九**

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，同学们都在努力的透过各种机会来磨砺和充实自己，期望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮忙。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，从而度过一个有好处的寒假。

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。由于思考到自己各方面的实际状况(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。一向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“帮忙”，因为我明白，从小到大我一向都生活在父母的扶助中，此刻的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去好处，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，带着忐忑不安的情绪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。原先，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。”想到那里，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，由于我的潜力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每一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务必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，这时一向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，看的怎样样了?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：怎样办呀，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。这时我才明白，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收潜力，一方面是要求我不管做什么事情都必须要认真仔细，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。

一向都认为打扫卫生是个再简单但是的工作，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，应对一些顽固的污渍，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》的学习状况;(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，大家互相也有了必须的了解，透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，基本的营销礼仪是务必掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多搞笑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能够在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习状况的总结。(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忙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应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。透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。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告3000字大学生篇二十**

数控金工实习报告 “金工实习”是一门实践性的技术基础课，是高等院校工科学生学习机械制造的基本工艺方法和技术，完成工程基本训练的重要必修课，数控金工实习报告。它不仅可以让我们获得了机械制造的基础知识,了解了机械制造的一般操作,提高了自己的操作技能和动手能力,而且加强了理论联系实际的锻炼,提高了工程实践能力,培养了工程素质。这是一次我们学习，锻炼的好机会!通过这次虽短而充实的实习我懂得了很多。 在实习期间，我先后参加了车工，数控机床，钳工，焊工的实习，从中我学到了很多宝贵的东西，它让我学到了书本上学不到的东西，增强自己的实践能力。

一、车工

第一次金工实习，对我们来说感觉很新鲜，中午乘坐校车到南校区实践基地，老师对我们专业的48名同学进行了分组，我所在的第一组首先接触的车工。

车工是在车床上利用工件的旋转和刀具的移动来加工各种回转体的表面，车销加工时，工件的旋转运动为主的运动，刀具相对工件的横向或纵向移动为进给运动。

面对着庞大的车床，我们除了好奇外，对它十分的陌生，老师给我们细心的讲解车床的各个部件的名称和操作细则，我们逐渐熟悉车头，进给箱，走刀箱，托盘等主要部件的控制，老师要求我们先不开动车床，重点进行纵横向手动进给练习。要求达到进退动作准确、自如，且要做到进给动作缓慢、均匀、连续，到一定程度后可开车练习，每项操作都进行到我们熟悉为止。

然后我们开始了实际的加工工作，我们的任务是要用塑棒加工一个锤柄和一个阶梯轴。老师先给我们演示了一遍加工过程，看着老师加工出来的精致工件，我们一个个都跃跃欲试。看老师加工的时候特别轻松，操作自如，我自己加工的时候才知道什么叫差距，且不说开始时候对车床的恐惧感，尺寸的测量和进刀量的控制就得忙活半天，有时候还会忘记了加工的步骤，有点手足无措的感觉，最后在老师的指导下终于完成了自己的锤柄，虽然称不上杰作，但看着自己的成果，心里还是美滋滋的。

车工是产品加工中非常重要的一个工种，是对经验和熟练程度要求较高的一个行业，经过自己的实际操作才知道，功夫真的不是一天练就的，老师做的时候在自动走刀和手动走刀的衔接非常流畅，几乎看不出什么痕迹，经过老师的讲解和我们的实际操作，我们对于车床的加工范围和工件的加工顺序有了更深的了解，知道了什么样的结构在车车床上是可以轻松而精确加工的，哪些是比较

难加工的，这样如果我们需要做一些简单的设计时就能做到心中有数，使结构尽可能合理，易于加工。

二、数控机床

数控车床的操作是我们实习的第二个工种。就是通过编程来控制车床进行加工。通过数控车床的操作及编程，我深深的感受到了数字化控制的方便、准确、快捷，只要输入正确的程序，车床就会执行相应的操作。比起我们前三周车床的操作要方便的多，可以让机床自动连续完成多个步骤，同时在加工之前还可以进行模拟加工。通过老师清晰明了重点突出的讲解，我们很快掌握了数控机床编程软件的应用，对常用的功能能够熟练操作，并且学会基本语法和常用的编程语句，能够进行简单的编程操作。随后我们开始按照图纸进行程序编辑工作，开始的时候不太熟悉，总是出现加工出错的情况，经过反复的研究和修改，第一个程序终于顺利完成了，看着界面上成功模拟出加工的过程，加工出成品，心中陡然升起一股成就感。

虽然我们所用的设备是仅供实习而专门设计的，与真正的生产加工用的设备有一定的区别，而且比较陈旧，但我们还是从中了解了数控机床加工的基本原理，只要将机床通过一定的接口与计算机相连接，通过一定的应用软件就可以成功的控制机床，将机床的转速、进刀量、进到速度等通过编程来控制，使加工自动化程度和效率大幅度提高。数控机床还可以自动完成一些复杂的加工过程。

经过努力，按照老师的要求，我成功完成了任务，用三种方式(绝对坐标、相对坐标、循环)编出了加工程序。我们所做的只是最基本的加工，相对于真正的生产加工还有很大的区别，但还是感觉收获颇多。

三、钳工

钳工是我们这次金工实习中相对最累的一个工种，我们的任务是要将坯料加工成一个锤子。 在操作之前老师先给我们讲解了有关钳工工种和所用工具的一些内容，我们了解到，钳工的种类是很多的，例如说装配钳工、划线钳工等，钳工是金属加工中相当重要的一个工种，在产品的加工、机械维护以及修理中都需要钳工的参与。钳工所用的工具最重要的就是虎钳了，还有手锯条，锉刀，以及钻床。我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线;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。首先要正确的握锉刀，锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键，锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时，前手压力逐渐减小后手压力大则后小，锉刀推到中间位置时，两手压力相同，继续推进锉刀时，前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。

老师告诉我们，钳工是一项完全靠手工来制作出各种零件，是最能锻炼一个人动手能力的，一些伟大的工程师，他们都很重视自己在钳工方面的锻炼，而且都能很好的掌握钳工。听了老师的话，我们顿时觉得钳工是一项很了不起的工种，实习期间应该好好去体验。

我们先将坯料用虎钳夹紧，用锉刀锉出两个光洁平整的平面，这个看似简单的工作还真是一项技术活，需要掌握好锉刀的角度和力度，而且运动要平稳，只有这样才能很好的锉出平整的平面来。首先要把握好方向，不能发生偏斜，力度要均匀，而且要比较专注，否者很容易把锯条折断。一次锯割的量是比较小的，太快了反而会因铁屑附着在锯条的表面而影响了锯割的速度，需要合理把握力度，才能适当的是效率得到提高。经过一番努力，终于锯了下来，虽然表面不是很平整，还是比较满意的。我们的锤头轮廓清晰起来，随后进行适当的表面锉削，把锤头锉成方形的，使各个表面平整，并锉掉锋利的棱角。我们的锤头终于完成了。

在老师的指导下，我们将自己的锤头和锤柄进行了锚固，我们的锤子终于全部完工了，虽然因为技术不太熟练，难免会有些瑕疵，但那毕竟是自己一手打造的，看着自己亲手做出来的小锤子，心里还是有难以抑制的喜悦，这将是金工实习结束后我们可以走的除了经验和美好回忆之外最值得纪念的东西了。

四、焊工

早就见过路边工人焊接工件时的样子，大的面罩，刺眼的光，是我们对焊接最初的认识。通过这两天的学习和亲手操作，我们就不只是停留在这样浅层的认识上了。

老师具体向我们介绍了几种连接方法，焊接的概念、过程，常用焊接方法，特别是手弧焊，交流弧焊机，焊条的种类、型号、组成和作用，工艺参数的选择等，详细讲解了焊接的操作：引弧、运条、焊缝收尾，并一一向我们演示，指出各种大家易犯的错误，还说明了一些情况的处理，最后老师讲述了一些注意事项，焊接所产生的气味和刺眼的光对人体都是有害的，我们在操作时要懂得保护自己，带好手套和面罩。从老师的讲解中我了解到：焊条的角度一般在七十到八十之间，要按照螺旋线来运条，运条的速度，要求当然是匀速，然而在实际操作中，我们往往是不快则慢，很难保持匀速，因此焊出来的结果是很不流畅的，有的地方停留时间短则当然没有焊好，还有裂纹，停留时间长的地方，则经常会出现被焊透的毛病，出现了漏洞;焊条的高度要求保持在二至四毫米，然而在自己刚开始的时候也是漏洞百出，因为在运条的同时，焊条在不断的减短，因此要不断的改变焊条的原有高度，这控制起来就有些困难了，高了则容易脱弧，而低了则容易粘住。通过实际操作，我们已经掌握了点焊接的知识，但要想作到职业工人那样标准，需要我们反复的练习，熟能生巧。焊接虽然很累，也很危险，但我们亲手焊接过，体验过，以后有机会再好好实践。

以前在金属工艺学上就学过有关焊接的知识，但只是停留在书本上的认识，通过这两天的学习，我们更直接的认识了焊接设备，掌握了手工电弧焊最基本的一些操作方法，虽然跟老师比差的相当的多，但我们所练习的是最基本也是最实用的东西，我想如果以后真的遇到需要的情况，我能够成功的应付一些简单的情况了。

结束语

为期12周九次的实习生活结束了，感谢我们的老师，从他们的言传身教中我们受益匪浅，从刚开始的什么都不懂，到现在对各种机器的深刻认识，并掌握一些基本操作。本次的金工实习——令人难以忘怀。12周的金工实习带给我们的，不仅仅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，更多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，使这次实习达到了它的真正目的。

身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。金工实习给了我们一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们感受到了车间中的气氛。同学们眼中好学的目光，与指导教师认真、耐心的操作，构成了车间中常见的风景。久在课堂中的我们感受到了动手能力重要性，只凭着脑子的思考、捉摸是不能完成实际的工作的，只有在拥有科学知识体系的同时，熟练掌握实际能力，包括机械的操作和经验的不断积累，才能把知识灵活、有效的运用到实际工作中。我国现行的教育体制，使得通过高考而进入大学的大学生的动手实践能力比较薄弱。因此，处于学校和社会过渡阶段的大学就承担了培养学生实践能力的任务。金工实习就是培养学生实践能力的有效途径。基于此，同学们必须给予这门课以足够的重视，充分的利用这一个月的时间，好好的提高一下自己的动手能力。这里是另外一种学习课堂。通过我们动手，对掌握的理论知识进行补充与质疑。这与传统的课堂教育正好相反。这两种学习方法相辅相成，互相补充，能填补其中的空白，弥补其中一种的一些盲点。通过金工实习，整体感觉实际生产方式还是相对落后，书本中介绍的先进设备我们还是无法实际操作，实习中的设备往往以劳动强度大为主要特征，科技含量较低，但还是有一些基本知识能够在实践中得到了应用。

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