

# 大学生暑假社会实践【优秀9篇】（大学生个人暑假社会实践）

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/8483f909c084b508b53516c5799903d2.html>

*范文网，为你加油喝彩！*

从地铁站出来，我们看到一片繁华的景象，心中不禁疑惑：我们的工地在哪啊，我们不会坐错车吧？我们一脸的“无知”啊。不过人民群众的力量是不可忽视的，我们求助后路人后，迅速搞定了方向。我们站在立交桥上，终于看到了我们的目的地——xxxx桥建筑工地。这次帅气的小编为您整理了大学生暑假社会实践【优秀9篇】，如果您对有一些参考与帮助，请分享给最好的朋友。

大学生暑假社会实践 篇一

今天是我们小组实践第二天，天还是那么的阴霾，没有蓝天和白云。我们实践的第二站是xxxx桥周围的工地，下午3：00我们出发了！

从地铁站出来，我们看到一片繁华的景象，心中不禁疑惑：我们的工地在哪啊，我们不会坐错车吧？我们一脸的“无知”啊。不过人民群众的力量是不可忽视的，我们求助后路人后，迅速搞定了方向。我们站在立交桥上，终于看到了我们的目的地——xxxx桥建筑工地。

所谓：看山跑死马。这句话我今天算是深刻的体会到了，我们看着建筑工地就在不远的南边，估摸着也就四、五百米的样子，可是实际上并非如此，我们走了半小时，还是没到达目的地。途中我们还遇到了一个正在卖废品的老奶奶，老奶奶已经66岁了，但是身体还是很健朗。她很热心的帮我们指明了道路，当我问及她这么大岁数了，怎么还出来捡废品。老奶奶跟我们说，她是重庆的，以前来xxxx打工，现在老了就在北京落了根了，北京现在对于农民工的待遇已经好多了，但是还是存在一些问题，比如医疗保险问题，看病还是个大问题，希望将来能够解决的越来越好。

告别老奶奶之后，我们顺着老奶奶指的路，经历千辛万苦，终于来到了工地。

到工地的时候已经快五点了，工人们也开始陆陆续续的下班了。当我们表明我们是大学生，正在进行一个社会调研时，他们表现出了极大的兴趣，好多热心的农民工都帮着我们做问卷。印象最深的是一个30多岁的男青年，他的脸上有着少许的胡子渣，给人一种极其沧桑的感觉。我问他为什么来北京，他说他是怀揣梦想来到北京，希望在北京能有自己的一份事业，但是现实总是“骨感”的。他说自己来xxx工作，租不起房子，每天晚上都是在网吧里睡觉，睡的腰酸背痛的。他还向我们反映了一个问题，就是工资被拖欠的问题。讨了很久都讨不回来，一脸的无奈。我看着有点心酸，想起昨天那几个50、60多岁的老爷爷也是来北京讨要工资来的，我不禁要问为什么那些老板会忍心克扣农民工辛辛苦苦得来的血汗钱啊！为什么政府总说“管、管、管”，最后还是

有那么多拖欠工资的现象。

回来的路上，我们看到了那些农民工居住的房子，低矮的房间里没有一丝的亮光，一副破败的样子。

天阴霾霾的，我们的心情也是如此。调研中，我们发现了越来越多的问题，农民工作为北京城建的主力军，但是他们的生活却没有得到保障。所以解决农民工问题还需要政府继续的做出更多的努力。

## 大学生暑假社会实践 篇二

生活，带着年轻人特有的蓬勃朝气。走入社会，了解社会，深入社会。暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多曾经根本无法懂得的道理。经过几天的实践，我们已经了解调研的精髓，并不是生硬地找当地人读语料，而是要通过聊天的方式让这些语料在人们不经意间说出来，只有这样，搜集到的语料才是最真实、最科学、最具有价值。

7月12日下午，我们14名队员包括罗老师在内来到了临夏回民的聚集地——八坊街，由于我们来的时间是3点，大多数居民都还在午休，贸然打扰人家总是不好的，我们选择了大门开着的人家去访问。

访问了几家，我们真的深切地感受到了回民的热情。虽说他们现在是在闭斋期间，但他们却热情的拿油果子等东西来招待我们，对于我们提出的问题也是竭尽所能的回答。我们这组的主题是关于临夏回族地区的婚丧习俗。在来这里之前，虽然我已查阅了大量资料，知道回族的葬礼是很简单的，但我一直有着那种几乎是根深蒂固的观念，丧事尤其重要，借着这次机会，我终于明白了回民丧事的简要。每一个逝去的回民，都是简简单单的在身上裹白布，没有任何繁琐的程序，就这样清清爽爽的离开了这个世界，就像他从来没有存在过一样。如果不是亲耳所闻，我真的无法理解他们的这种平和。

之后我们发现阿訇在回民的婚丧礼仪中扮演者一种很重要的角色，在罗老师的带领下，我们找到了当地的阿訇。总觉得阿訇是个很神圣的人物，可我们见到的阿訇是跟普通回民一样的装扮的中年男性。在和阿訇半个多小时的交流中，我们了解到了阿訇的一些情况。他们精通阿拉伯语、波斯语和汉语，是由当地人民选出来的，并非终身制。这位阿訇言语间透露着自己民族信仰的自豪和骄傲，他的语言平和而有序，这让我在不知不觉间觉得自己在倾听一位哲学家的教诲。

团队生活总是短暂的，在5天的临夏之行中，我们真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。不论第一天大家为了提高团队工作效率的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，为明日准备到深夜。

每天的采访，吃饭，采访，休息，成为了我们的主线，每每奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，实现自己的愿望。实践活动结束了，我仍旧怀念着大家在一起的日子，即使组团吃泡面，啃面包大饼，也觉得特别香，或许这就是团结的力量吧！

## 大学生暑假社会实践 篇三

7月13日，今天是三下乡支教的最后一天，我们十几位支教同学早上早早的起床，迎接这激动但

又充满离别悲伤的时间。

早上9点左右，我们在xxx县小侯希望小学迎来了来自xx师范学院和xxx县等各位领导以及各位家长。在各级领导视察校园结束之后，同学们集结在少年宫活动的教学楼前参加了商丘师范学院外语学院与xxx县小侯希望小学的实践基地揭牌仪式，大会上由xxx县领导和商丘师范学院领导以及志愿者代表上台发言，并签署合作协议。大会结束后，各级领导观看了各位小学生组织的文艺汇演。期间，各位领导向优秀小学生捐赠新书包并由学生为领导佩戴红领巾。最后，小侯希望小学的马校长为所有学生发放学习用品和面包。

八天里，我们相互认识，相互了解，我们共同进步，共同成长。美好的时光总是短暂的，离别的日子转眼间就来到了，每个人心中满满的都是不舍，八天的生活让我们彼此结下了深厚的情谊，我们不仅是他们的老师，更成为了他们吐露心扉的朋友，我们对他们的关爱不仅仅是这八天，以后的日子，我们一定会向他们更多的奉献出我们的爱心，帮助他们健康成长。至此，我们此次的大学生三下乡支教活动圆满结束，祝愿孩子们健康快乐，也祝愿xxx县xx乡人民日报希望小学越办越好。

#### 大学生暑假社会实践 篇四

“社会实践”这个词对于刚步入大学学校的我来说还是挺陌生的，在高中时，我们一心就是想着读书，考个好成绩，考个好学校。根本就没想要去参加什么社会实践，并且父母也不会主我们去做，怕是会影响我们的学习。

可是此刻在大学才觉得事情并不是那样的，作为一名大学生，我们不仅仅要在学习方面好，并且要在交际本事方面都需要到达必须程度。为了使自我能够得到更在程度的提高，我和几个同学在暑期的时候到康佳彩电南昌分公司大卖场做了推销员。

一开始我们就培训了一个星期时间，主要是了解公司产品和历史，怎样抓住一切机会让顾客买公司产品。虽然在卖场能遇到很多顾客，但工作并不好做，当我们上前问走过的人要不要买康佳彩电时，一个个都会毫不犹豫地说：“不要。”要么就是好像没看见你的存在，理都不理你，的有甚至用异样的眼光看你，一副不耐凡的样了。这很大程度上打击了我们的自信心。做了一天，业务却是零。当时真得很想放弃，心想干嘛要为了那么一点钱而让自我变得如此尴尬和不堪，有必要吗值得吗

可是看到其它人也都在不停得努力，我怎能放弃怎能半途而废于是我鼓起勇气，将苦水往肚里咽。我面带微笑不厌其烦地讲解，让顾客了解我们彩电的特性，和我们产品的优势果真上天不负有心人，第二天我的业绩上去了，很多顾客都主动地往我们卖场里走，也有很多人买了公司产品。看到他们一个个都高兴的样貌，我也感觉得到我在慢慢得成长。

从这次的实践中我体会到了很多的事情是要坚持的，只要在那一刻你挺过去了，之后就是灿烂的明天。我们不能因为一是的失败和不顺就放弃继续做事的勇气和决心，很多事也不像我们想象中那么简单，理论和实践还相差一段很长的距离，仅有当自我真有亲身经历了之后才能有那种刻骨铭心的感觉，所以人是要在不断学习和失败中成长的。

精神文化水平也相对落后，面临的问题还很多。但我们坚信在三农问题日益受到关注的今日，只要我们能切实转变思维多真抓实干，那么建立社会主义新农村将不在是梦。而农村地区的法制建设也将蒸蒸日上迈上一个新台阶，农民群众的民主法制精神也将有一个质的飞跃。

## 大学生暑假社会实践 篇五

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了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

今年暑假的第二天我便和同学一起来到广东省东莞市的万年春实业有限公司，现在经常有大学生集体被骗的事件，并且以前来过这里来玩过，为了防止被骗我们就不辞路途遥远，跋山涉水，坐火车来到了这里，这里和以前有很大的变化，首先街道比以前更整齐了，感觉不是那么乱了，第二也是很重要的，我感觉天气不是那么热了，到了这一切都还很顺利，就是来的时候由于火车晚点比较严重所以没赶上最晚的公交车，天又有点晚了，不过也顺利的解决的，出了学校什么事都要小心，社会上虽说好人不少，但坏人也多，并且听人说东莞这里还特别混乱。到了工厂简单的安顿好了之后，人事部的就安排宿舍，来这里住之前我就已经有了心理准备，这里热就不用了，人还是住的满满的，住在一起都是学生，到了一个陌生的环境又需要适应两天，不过我自我认为我的适应能力还是不错的，大家都来自各个地方，在一起可以锻炼自己交际能力和适应能力，这里每年都有很多的学生来做暑期工，我们一起来应聘的有很多学生，厂长说先让大家熟悉岗位一段时间，之后大家重新组成一条新的生产线。总的来说宿舍条件相比那些厂里面还是稍微好一些，就这样第二天便开始熟悉工作，这个工厂是生产饮用纯净水的，工厂不是很大，工作一段时间之后我得知这里有7条生产线，有二三百人，据那个厂长口中得知正在建造新厂，说广州还有一个分厂。

工作时间学生没有特殊通知每天八点上班，中午十二点下班休息一个小时带吃饭，然后一点上班一直工作到傍晚六点，如需赶货也要加班，第一天工作我和我的同学被分配到了生产线的始端，工厂里面叫排瓶车间，看着挺轻松的，那些阿姨们干的都挺轻松的，厂长交代他们教我们怎么弄，练习了一会站在那里感觉腰酸背痛，手还被弄了几处伤口，虽然知道钱不是好挣的，但还仍需体验一番才知来之不易，两个小时之后来了两个人和我们换班，又去套水瓶上的手提，这个应该不难，我心里这样想，但是和排瓶一样，这个也是要讲求速度的，你跟不上就会漏掉很多瓶子没套上，这样水的质量就会存在大问题，这个就有一个好处可以坐着弄，就这样不知不觉一早上就过去了，中午吃饭时间到了，这里吃饭也是刷卡的，大家都还很有秩序依次排队，米饭煮的不是怎么好，还有三个菜两荤一素，吃的时候不禁发出这样的感慨，想当初上高中时的饭菜其实并不难吃，现在回想起来特别不错，价格也比较合适，大学里的饭菜也比这里的好不了多少，并且价格也不菲，直到最后在这里吃饭已不在是吃味道，而是为了满足肚子的需求，吃完饭找了个凉快的地方休息了半个小时，接着又是艰巨的任务等着我们，下午还是重复上午的工作，今天由于是初次接触，所以感觉很新鲜，时间过得还是很快。

但当夜幕降临之时，工作一天的疲劳感侵袭了整个脆弱的身体。早上七点钟拖着疲惫的身体从床上爬起来，而此时盛夏的骄阳大清早已经炙烤着这个南方的小城市，洗漱完毕吃了早餐又要开始今天的工作，第二天大家已经没有了第一天的干劲，我也一样，不禁有点后悔到这里来，但是想一想，再看看其他人都能坚持下来，自己也就没有什么怨言了，这样的日子重复了几天，当大家在不同的岗位上熟悉了之后，厂长就再次把大家召集起来，决定重新组成一条学生线，之前有些比我们先来的学生已经组成了一条，在我们一起来的学生中，有一个成为了我们的班长，负责我们这条学生线的运行，在他的带领下，很快我们这条线就运行正常了，每天的产量虽然不是很高，但大家都能和睦相处互相帮助，一天比之前也更有干劲，下班后大家在一起有说有笑，当然上班的疲劳还是必然的。

不知不觉一个月的暑期社会实践接近尾声了，干到如今大家已经完全熟悉了各自的工作任务，彼

此之间也有了些许默契，结工资那天不知怎么搞的莫名的产生了一种不舍感，虽然在刚开始有些初中毕业的学生工作不太积极，但想想自己作为一个上大学姐姐是应该体谅一下，心里顶多就抱怨一会，不过平时工作他们还是很认真的，所以就无所谓了。天下无不散的宴席，大家日后还有很长的路要继续走，这次锻炼或许只是我们人生中的一个小片段，但或许很多年以后大家仍清晰的记得这次不同寻常的锻炼。现在回想这一个月艰辛我甚至感觉上了这么多年的学在实际生活中其实用的并不是很多，而在这里的一个月学到了很多在课堂里所学不到的经验和知识，而这些也将伴随我的一生，或许这就是所谓的实践出真知吧。

“纸上得来终觉浅”目前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社会实践工作。打工实践虽然很短，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知识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。

## 大学生暑假社会实践 篇六

时光如梭，转眼就到了10年的暑假了。伴着暑假的到来，就意味着我们已经在大学里学习了一年了。这一年，收获颇多。这一年，让我圆了孩提时的梦想——上大学。这一年，让我知道了什么是大学生活，并让我深刻了解到了“不经历大学的人生不算完美的人生”这一句话的意义。

大学是一个相对自立的生活学习环境。在这里，没有老师的督促，有的是学生们互相的攀比和帮助；在这里，没有固定不变的死知识，有的是探索和实践得来的应用知识；在这里，没有条条规定，有的是学生们自律自强。一年的大学生活，让我感觉到“书中自有黄金屋”这句话似乎有点，有点误差。

也许是长大了，也许是大学里的师哥师姐们的影响，我也想在假期打工，来充实自己，在实践中锻炼自己各方面的能力，另外，还可以赚点生活费。于是，经亲戚介绍，我就在假期出来打工了。

期末，总是让人忙，不管是平时学的好的还是相对差一点的，大都在自习室或是宿舍里拼命看书，并不是说我们平时没有努力，没有学好，毕竟是期末嘛，检验我们这学期的时刻就要来到了。我在紧张复习之余，还在考虑暑假打工之事。我准备考完试就走，先不回家了，干够一个月后再回家，不但打工了，还能有时间回家。在打工期间，不管发生什么事，都尽量不回家，不改变原定计划。

考试如期来临，计划也一点一点来临。7月15日计划开始实施。一路颠簸，我来到了本溪市桓仁

县雅河乡。一路赏山赏水赏人情，满眼的绿色，扑鼻的瓜香，蜿蜒的公路伴着同样蜿蜒的河水，令我赏心悦目，再加上马上就要实现我的计划，竟忘记了颠簸与疲惫，欣然前行。

其实，出于无聊，在高考之后的那个夏天里我就来过这个地方干过活了。熟悉的山，熟悉的水，不熟悉的桥梁（因为照去年多修了好多）和陌生的工人，让我有了像是回家了的感觉但又有点生疏。简约的宿舍，窄窄的床铺，和那水分较多的伙食，立刻让我知道了在外打工的不易。熟悉了各位领导之后，我就要开工了！

也许是为了抓工期，也许是为了交叉作业，这里很容易有晚班。尤其是路基组，刚到的那个晚上，他们就用大功率的推土机回填，而施工位置恰恰在离我们宿舍不足十米的地方，一夜的轰鸣啊！再经常有夜班的就是混凝土组了，晚上打灰（即是浇注混凝土，工人前辈们都这么叫，我也就随俗了）似乎是常事，这个的原因我没打听到，也许是出于对温度和阳光的考虑吧。恰巧，我刚到的那晚，这面回填，那面打灰！好像是约好了似的，等到我们木匠组等起床吃饭的时候，他们都停了，都干完了！刚好我们在这时候起床。要说的是，我在学校时一般都在早上7：00起，感觉那还挺早；而在这，4：30！第一天起简直就是挑战！但我来的目的就是锻炼自己，所以我这样鼓励我自己，硬是起来了，还和他们一起吃了在学校时很少吃的早饭。也许，我达到了我的目的。

第一天上班，早已准备充分，工作服，胶鞋，手套，这些装备可是平时在学校里穿不到的。我今天的任务是与另外一名工友一起养生。养生，就是在浇筑完混凝土之后用尼龙布（或其他吸水材料制成的布料）将混凝土盖住，然后在其上浇水，以防止混凝土因过快蒸发而产生裂纹，影响承受力。一般养生期为七天。所要养生的这个桥面是一个e字形的互通桥。它既有弯度，又有一定的坡度。所以对它养生就容易了许多，只要将水管放在高处让水顺势下流即可，然后再拿着水管检查一下是否有干燥的地方，确保处处都有水分。就在去尼龙布的过程中，我就发挥了想象。因为尼龙布的宽度有五米，其重量并非两人所能抬起。于是我就取了两辆推车，一人一辆，分别作用在尼龙布的两端，我二人一起用力，发动了我们的“运输车”。向右转弯，则右面的停下，左面的前进；向左转则相反。上坡时则一齐用力。因为路面还没有回填到桥面的高度，所以要把尼龙布搬到桥面上又是一难题。此时，我就想起了杠杆原理，将两根木棍斜放在桥面与路面上，再把尼龙布从推车卸到两木棍上，最后，我二人再抬起木棍，直至没过头顶，尼龙布顺势滑下，滑到了桥面上。就这样，笨重的尼龙布就被我们二人抬到了指定位置。那位工友说，不愧是大学生啊，脑子就是好使。

像这样需要动脑的工作有很多。有些时候，领导们就只给我们下任务，具体怎么做就不管了，说那是我们的事，连这都干不好还出来打什么工。有的工作确实很难做，他们根本就不考虑。于是，智慧就在这时候体现出来了，只要是不上天，不入地，只要领导吩咐，我们工人就能想出办法来解决难题。也许，领导们早已知道压力越大动力就越大成绩也越大这个道理，才给我们出“难题”了。不过，我觉得最难的还是跟着测量的师傅们干活了。

测量，就是利用一些精密仪器来测量、计算出桥体的各个部位实际所在的空间位置，这些仪器主要包括水准、塔尺、全站、棱镜、经纬仪等。我所在的工地，以前四种为主。水准是测量高度的，与塔尺配合。全站是测量空间点在地面的投影位置的，与棱镜配合。再加上设计的图纸，就可以知道桥啊、路面啊该修在什么位置了。

有几天，我被派去帮忙测量。开始，师傅只是让我拿拿仪器架子，听说我是大学生，就让我也试着学习使用这些仪器了。期间，我没少挨批评，因为毕竟是初次接触这些东西，之前的实验课业没有类似的仪器，所以总是会笨手笨脚的，所以就挨批评了。但是，越是说我笨我就越是努力去

思考，去体会领悟。前进之心怎么会因为几句批评就退缩。经过我的学习，了解到一些知识，如下文汇报。

水准是用来测量高程的。在最初选建设地点是会留下一些已知高度、位置坐标的参考点，在测量时称它们为后视。比如在测量路缘石该砌到什么高度时，只要将水准仪架好，把塔尺竖直放置在后视点上，通过水准仪读出数据，在把塔尺竖直放置在准备砌路缘石的位置上，读出数据，因为后视点的高度是已知的，就可以通过计算相对高度，再加上设计图纸，从而计算出路缘石砌在什么高度了。全站仪是用来计算地面位置坐标的。棱镜竖直放置在已知或未知的点上。全站仪可以发射特定的不可见光，而且可以利用重力、磁场等测出自身与南北的偏角，通过反射回来的不可见光反映的全站和棱镜间的距离，就可以计算出位置坐标了。水准与全站配合，即可测量出空间的位置坐标了。在架水准时，水准上有像实验课时用的仪器一样，有一个水平泡，只要通过调节到水平即可。而全站，在通过已知点测量未知点时，就要架在特定地面位置，只能上下可以移动，而左右不能有误差。所以在架时就有一定的难度了，这也就是我被批评的主要原因了。所以，每当吃完晚饭，这是全天唯一空闲的时间了，我就去师傅那里，偷偷的练习架仪器。有几次还被发现了，他只是笑笑，问我在哪里念书。他说，现在的大学生，放假在家的是少，但在外打工的就差不多了。会读书的不少，但肯吃苦的就差不多了。像他那样每天都会训我，但还有上进心的，真是少了，所以就问问我在哪里读书。

在这一个月里，我还发现了不少以前从不知道的知识。在这里，让我知道了什么是钢筋混凝土的时代。不说别的，就说桥面，在铺完箱梁之后，就在上面铺上直径12mm的螺纹钢，纵横都有，编制成钢筋网，间隔大概有10cm，远处望去，全是黑的，就像是铺上了以曾铁板一样。然后再浇筑混凝土，还用震动棒震动，使每个角落都流进水泥。就这样，钢筋混凝土的大桥一步一步的修好了，怪不得现在的桥梁都有那么大的承受力。另外，这还是“数字”大桥。因为，从最初的设计和逐步的施工，都没有离开数字。每一个部件，都有几个，甚至几十个点出现在设计图纸上，确保桥体的位置准确明了。在逐步施工中，都会反复的测量各个位置，确保桥体能够准确的按照图纸施工。所以，我们的测量师傅说，干我们测量的，就是和误差做斗争，误差是避免不了的，我们只能将其缩到最小，否则，桥就白修了。因为如此，我也认为钢筋混凝土的大桥也是“数字”大桥。

最重要的，在这一个月里，我真的得到了锻炼。先是独自一人去陌生的地方，因为都不熟悉，而且还是一个人，所以各方面都要注意。然后又是努力承受庞大的工作量。在那里工作，一天要12小时，足足可以抵过我一个月的体育课的运动量。一天还可以，但时间久了，真的锻炼了我的忍耐力，我的承受力，和我的毅力。相信，现在回去上体育课，我绝对不会嫌累了。在这里，还锻炼了我的动手操作能力。因为这里有充分的动手实践机会，因为这是工作嘛。每天都会用到不同的工具，连手都在不同的位置磨出了水泡，都是不同工具作用的结果，也是对我工作的检验和证明。尤其是测量那会，每天要测量的对象不同，所以要选择的后视点也不同，要用的测量方法也不同，师傅还总是考我，让我试着测量，所以这就充分锻炼了我理论知识结合到实践中的能力了。我觉得最大的收获还是我的承压能力。因为在这里工作，所要承受的压力要比在学校学习大的多了，但我没有退缩，硬是坚持到了预定的回家日期。这，是最难得的。

秋风已凉，天高气爽。秋天，收获的季节。开学的日子来了。这一年的收获，令我很是满意。在学校的锻炼，让我长大了不少；在本溪的打工经历，更让我成熟了不少。多么有意义的暑假，可惜时间有点短。要是再长些我就可以得到更多了。如果有机会，再有时间还会去打工，以增长实践经验。

以上就是我在暑假打工之后的体会，由于才学疏浅，只能写到这样了，可能不符合实践论文的要

求，但这确实是我在实践后的真实体会，还望得以通过。

## 大学生暑假社会实践 篇七

今年的暑假，我按照学校的要求，也算是自己的一种挑战，通过同班同学的介绍到了xx商厦做了一名销售员，虽然工作不是很难，但是黑黑白白的不定时活动让自己感到了劳动的勤苦和劳动者的艰辛。

“实践是检验真理的唯一标准”。通过本次的活动工作让我真正明白了邓小平同志的这句话，虽说自己有着十几年的学习知识，有着非一般的算术能力，有一口超强能力的口才，但是到了经营场合，自己的脑子立刻变成了一张空空的白纸。这才感觉到自己所拥有的只是空谈理论而已，自己还是一个不成熟的人。

在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养学生德、智、体、美、劳全面发展的优秀人才的重要途径。大学是一个小型社会，通过社会实践的磨练，我深深地认识到社会实践的财富性。在社会实践中可以学到书本上没有的东西，让我开阔了视野，了解了社会，深入了生活，使我回味无穷。

我在xx商厦做的是一名皮鞋销售员，在商厦中一个比较大的店铺里，在工作中每天都要与形形色色的人打交道。不管买方年龄性别都要学会去了解他们的爱好，这样才能给他们提供更好的服务。有的时候客户不满意会随口说几句不好听的话，这也是锻炼自己忍耐心的最好机会，让自己变得更加心胸开阔。黑白相间的工作必然会导致身体的不适，这让我懂得了他们生意人得艰辛，让我懂得了什么是知识改变命运，更加激励了我学习的劲头。通过这个暑期社会实践我一共总结了五点：

一、实务工作与书本中的最大不同点是，实务中的一些原始数据需要经过自己的判断和计算得到，书中基本上都以条件的形式给出。实物中原始数据得到的难易程度关系到工作的复杂程度。比如说平时销售的数据单子还有销售总额都要自己去算，还要自己总结自己的销售经验以做到最好程度的销售数额。

二、以前依照书本，未能接触到现实的实务，通过这次学习使我对会计的感性认识上升到理性认识。为我为将来步入社会打下良好的基础，系统的学习并较好的掌握了本单位的会计实务工作，理论水平和实际工作能力均得到了锻炼和提高。

三、我觉得学习工作以后，不仅学历重要，个人的业务能力和实际能力也显得非常重要。任何工作做的时间久了都是会做的，在实际工作中动手能力更重要，因此，我认为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，与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

四、实际工作中必须处理好，商场内部的关系，处理好商场内部同事的关系，这样在遇到难题时，同事往往主动详细的提供帮助，处理好与业务同事的关系，与业务人员及时沟通，以保证进行有的放矢，及时得到需要的信息，处理好商场业务部门同事的关系，往往能提高销售效率。

五、笑容，每一个人的工作都脱离不开同事，尽管曾经我想过一种不被打扰的生活，不需要与人交道的的生活。但是当我与人交道，当我对人欢笑，我才知道这样过日子才是动人的。所以我渐渐从一个很安静的角色，开始了打趣的变换。我告诉自己，坚持开心也是对意志力的训练。作为训



练一层而言，这样也还是挺好的。我知道我的高兴是不是发自内心。有的时候会稍微错了谈笑的尺度，但是一次一次得就越来越能够知道，自己喜欢的是怎样一个角色。即使自己平时受到什么挫折，然而就是挫折后的一个微笑，虽然只是勉勉强强，最终带给自己的还是一颗愉快的心情。记得曾有人说，大学的目的就是塑造性格。也是的，在我来到大学以后，渐渐的接受这个观点，大学，以学为大；书香，因淑而香。我很爱我的名字，人们都说妈妈是个有文化的人，这个我怎么可能会不知道呢，我很感谢妈妈给了我生命，还给了我这么一个好名字。一个人的笑脸若是能够打动人，她的内心必定是感恩的。感恩，甜美，后而明媚！我很难以想象冷漠的笑，那显得可怕。

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了一个月的工作期，回首这一个月的工作期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。实践过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。通过这次实习，我发现了自己与同事的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，商场的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。

实践实际上就是一次就业的演练，在实践中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

## 大学生暑假社会实践 篇八

时间过去，我感觉自己也到了一个关键时期了，毕业总感觉遥遥无期，但是现在也快到了那一步了，这次暑假虽然短短两个月，从思考到下定决心，找了一份自己从来没有去做过的工作，但是这也在极力的鼓励着我，可以说是我前进的动力，落实一些好的东西，跟周围的同事相处的很好，关键我知道获得回报不易，因为这次去造的是一家工厂，每天的工作非常的忙，每天都停不下来的样子，但是我也非常的充实，希望能够进一步的去打磨自己，这样的感觉是非常到位的，也是非常好的，虽然暑假过去了告一段的工作，但是回到家之后想了想，自己确实是缺少这方面的磨砺，映象深刻是我差点没能坚持。

这次在这边工作，我感觉自己进步了很多，换了一个环境，但是主要还是积累吧，也要去跟别人打交道，社交能力是一方面，更重要的是自己坚持这份工作，更加的重要，也是把重点投入日常工作，有时候会感觉缺少一些严谨的调整，所以自己要好好的去维系，这样一个状态，这才是最难的一面，现在我想了想，自己也坚持过来了，真的非常的美好，真的很不容易，这也是我需要的一个过程，自己养好精神，才能够有精力去体验这样的方式，去积累这方面知识，把过去一些没有做过的事情，把这些遗憾做得更加到位，我会慢慢地去成长自己。

当然，未来我也会慢慢的去加强自己的学习经验，持续发挥好这样的状态，两个月的时间下来，我更加让自己填充了很多，更像是一种乐趣，相信这会让我保持好非常重要的一个心态，怀着慎重的心情去做好，像这样的时间机会，我希望未来还会有机会去体验，做一名有社会经验的大学生，这或许是最合适的方式，持续下去的话，是维系也是充实自己，有和别人不一样的经历，暂时非常到位的，也是更加让自己有信心的一些经历，是因为这次的机会让我感觉自己的一些事情上面变得更加的细心，也丰富了我的社会阅历，持续下去的话，也能够保持好好一个精神面貌，我非常感激这短短两个月的经历，让我变得更加的稳重与成熟，体会到了不一样的东西，未来我也会继续做好的。

## 大学生暑假社会实践 篇九

xxxx年8月7号。我踏上了我的打工之旅，虽然这段生活已经结束，但现在的我依然被这段生活给震撼了，他让我懂得了更多的东西，明白了更多的社会现象，我相信它给我带来的决不是那区区的950块钱和满脸的黑色素！

通过一段时间的工作经历，让我更深地认识到社会的复杂，人心的复杂，最深的体会，让我觉得：金钱的万能。

虽说钱并不能买到一些真感情，试问：人这一生中接触的这么多人当中，真正地会有几个会象父母那么无私呢？有几个不会涉及到这方面的问题呢？更何况我们是生活在一个现实的社会中。

同时，我也可以深刻地体会到钱的来之不易。它的背后可能会有多少的汗水与辛酸，而在这种情况下，忍耐是通往梦想地带的必要基础、必经之路。对于服务行业而言，一些刁蛮的顾客或多或少总会难到一些，而对于一些性子急的人来说，吵架或更恶劣的事情的发生总是难免的，而这时就需要忍耐。因为你毕竟是给别人打工，这样的所作所为，对老板来说总会影响，所以责任就可能全降到你一个人的头上。这时候扣薪水或放你大假是时有可能发生的，所以成大器者必先会忍，要改变局面也必须要忍。

其次，学历高低直接影响薪水、职位的高低，故其对今后有一定的影响。再次，一定的特长对于这个发展的社会也是必须的，它能提高你的就业率，在这个高速发展的时代，拥有一技之长是防止被淘汰的法宝之一，所谓世不压身。从小事出发，从点滴做起，从自身做起，体验人生的快乐和美好。其实，幸福无处不在，欢乐无时不有，只要付出过努力，我相信世间自有公道，付出总有回报，怕只怕自己不肯去做，不敢去做，怕那些不成困难的困难吓倒了自己，从而止步不前，不肯努力，不肯努力拼搏。吃得苦中苦，方为人上人，要成就事业，就得付出。要做真正的自己，做有用的人才，必须要先耕耘，再苦再累都要永不言弃。锻练自身，着手现在，创造未来。

更多 范文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发