

2023年大学生社会志愿者实践报告(汇总6篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。报告帮助人们了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学生社会志愿者实践报告篇一

实践心得及建议事项：

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”，可还在校园里的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢为了拓宽我的实战经验，这个暑假我参加了很有意义的社会实践活动。

实践让我走向科技应用，走出课堂。当前，我们缺少的主要不是知识，而是缺少将知识与实际相结合的能力。我们在课堂上所学的，与在实际当中遇到的是不尽相同的。其往往具有不具有明显的特征，这需要我们进行抽象概括才能解决各种问题。

作为当代中国的大学生，应该不再只是被动的等待别人告诉你应该做什么，而是应该主动的去了解自己要做什么，然后全力以赴的去完成。所以在大学期间我觉得多与社会接触，多了解自己所处的环境，多了解你将会面对的种种问题，对以后的发展和继续深造都是非常非常有益处的。

当然，也要摆正勤工助学于学习的关系，切不可因打工而荒废四年的青春，荒废人生宝贵的大学学习时期。正如有名的microsoft公司副总裁李开复教授曾说过的一样：“打工只

是学习生活中的一种补充，学习才是最重要的。”

虽然具体活动中遇到了不少困难，但总体来说这次实践是成功的，收获不少，经验如下：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。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。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、自信就是力量，在社会中要有自信

自信不是盲目的“黄婆卖瓜，自卖自夸。”而是对自己的能力做出肯定。找出自己有什么特长。在多次的面试中，明白了自信的重要性。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，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。最紧要的是当面试人员问你有什么特长，相不相信自己有能做这项工作时。你一定要予以肯定的回答。

三、要善于沟通

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。

四、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、工作中不断地丰富知识

在知识经济时代，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。

认识对实践具有巨大的反作用，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。社会实践活动是拓展大学生素质的有效形式和渠道。在实践中通过开展各种形式服务活动，磨练了广大学生意志，锻炼了能力，增长了知识。参加实践有这样的益处：

了解了民情及社会发展状况，明确了努力方向。

增强了社会责任感和历史使命感，进一步巩固了专业思想。

磨练了意志，奉献了爱心，培养了理论联系实际的良好学风。

服务回报了社会，实现了大学生自身的价值。

拓展了大学生自身的综合素质，锻炼了学生干部队伍。

大学生是党和国家培养的社会主义事业的建设者和接班人，也是忠实实践“三个代表”的生力军。实践“三个代表”既是党的教育方针的要求，更是大学生自身成长、成长的需要。

实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部分，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。

我们要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。使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。把实现自我价值和社会价值有机地统一起来。

“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。

一个多星期的社会实践，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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

我实践，我开心。

大学生社会志愿者实践报告篇二

随着人们对于“健康饮食”的重视程度越来越高，越来越多的人开始关注食物的来源与品质。为了更好地了解食材的来源和安全性，我参加了社会实践活动，进行了一次买菜体验。通过这次体验，我深刻体会到了买菜的重要性，也收获了不少的感悟与体会。

第一段：买菜前的准备工作

在进行社会实践之前，我首先了解到了一些基础的买菜知识和技巧。例如，如何辨别蔬菜水果的新鲜程度、如何与摊主谈判价格、如何选择称重准确的商家等等。这些对于我这个市井小民来说是十分重要的知识，也让我在买菜的过程中更加从容自信。

第二段：买菜的过程与体验

在买菜的过程中，我发现自己花的时间远远比平常多了许多。如果平时去超市，我只需要挑选好商品就可以付款了，但是在买菜市场中，我需要走许多摊位，和不同的摊主交流，看到才会选购，这要讲求耐心和细心。同时，我也发现在市场中价格的浮动较大，同样的蔬菜在不同摊位上的价格可以相差较大。在和商家谈判的时候，虽然不能太抠门但也不能被商家吓到。这次买菜过程，让我学到了如何更好的与人交流和协商。

第三段：对于买菜的认识和看法的改变

在买菜的过程中，深切感受到了食品安全的重要性。高峰期的人流、交叉污染等问题，都让人一到市场就觉得十分累。而我在买菜的过程中，推崇的是“食源性病原体抵制，并杜绝过度使用添加剂”的理念。也就是选择那些自然生产，没有经过多次处理的食物，本着健康的初心来挑选食品。这也

是我对于食品的安全性的认识和标准的变化。在此之前，我更多的是看标签上的价格，而在体验的过程中，我不得不承认那些价格低廉的食品很可能是了经过农药、添加剂等辅料的食品。

第四段：买菜的重要性

买菜是饮食生活中的一个重要环节。它不仅关系到我们餐桌上的健康，也直接关系到农民的血汗劳动和发展农村经济。在市场中，能够明显地感受到大家的对本土食材越来越有认同感。尤其是当我们选择那些自然生长的蔬菜水果时，也在支持那些秉承初心的农民和小商家，让本土食材得以更好的发展和推广。

第五段：结束语

总的来说，这次买菜体验给我的最大的收获，是让我重新认识了我们的饮食生活。在市场上，我们可以看到许多追求新鲜、健康和独特口味的食品，这些不仅能够给我们的餐桌增加多元化的选择，也让我们变得更加健康和生机勃勃。希望今后更多的人重视买菜的重要性，坚持本土、健康、安全的消费理念，为我们的饮食生活和农村的经济发展贡献力量。

大学生社会志愿者实践报告篇三

社会实践买菜是一项提高学生实际操作和社会适应能力的必要课程。通过亲身参与市场、了解价格、选择优质食材、砍价等一系列买菜经验，可以让学生更好地适应社会生活，培养实际操作技能，掌握经济常识，加深对社会的理解和认识。

第二段：社会实践买菜让我意识到消费要理性

在这次社会实践买菜中，我意识到消费要理性，不能一味地追求低价。虽然价格低有让人心动的诱惑，但我们也要考虑

食品质量和安全性，购买食品时要看清标签和生产日期等信息，不要盲目追求价格优惠而让自己吃亏。

第三段：社会实践买菜提高了我的砍价能力

在市场上买菜是需要砍价的，而我之前并不是很擅长这个技能。这次社会实践买菜中，我向班里的老师请教了一些砍价技巧，比如从购买量、购物时间等方面入手。通过一天的买菜体验，我的砍价能力也有了提高。

第四段：社会实践买菜让我懂得感恩

在买菜的过程中，我们也会遇到一些耐心热情的摊主，他们会给我们提供一些购买建议和帮我们找更优惠的价格。这让我感到很感动，也让我更加懂得感恩，懂得感谢身边的人和事。

第五段：社会实践买菜帮助我更好的适应社会

总的来说，这次社会实践买菜，让我体验到了市场购物的过程，更好地适应了社会生活。在未来的日子里，我也会把这些学到的课程运用在实际生活中，争取以更好的状态去面对社会的挑战。社会实践买菜是我们的第一次外出实践，也是我们成长的一次飞跃。

大学生社会志愿者实践报告篇四

xx年8月25日，随着k577到来，我在新东方学校总部实习的日子就宣告结束了，在这为期56天的实习生活中，每一天新东方都带给我新的体验和新的知识，让我从一个学校懵懂的纸上谈兵者变为实战演练者，从一个不切实际的象牙塔学生到一个慢慢面对现实的社会人，让我在脚踏实地时能够更加自信地去仰望星空。

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。不要简单地把暑期社会实践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。

在北京新东方学校客户服务部店面商务中心担任咨询顾问一职，主要负责的是咨询课程和维护报名大厅的秩序。在正式上岗之前我们进行了为期一周的时间培训，虽然去年的时候我来过，对业务流程了解一些。可是一年没有碰触这些课程有些生疏了还有部分的课程有所改进。虽然和去年的培训东西差不多，但是我却有不一样的体会。每天面对来报课的家长，我们都得以笑脸迎接(即使我们受了委屈)，家长的问题我们都得一一回答并且让家长信任我们他报的课程就是对的，我们都得找各种理由去说服家长，让他们满意不仅仅是我们的课程还有我们前台的服务。在新东方工作的这段时间我也学会了化淡妆，因为这是公司的要求，做服务行业的工作面貌一定要好。每天早上的化妆也是我们必须做的工作。

在这为期56天的实习生活中，每一天新东方都给我新的体验和新的知识，从一个不切实际的象牙塔学生到一个慢慢面对现实的社会人。在学校的时候总是天天无所事事，上网聊天玩游戏谈恋爱消磨时光，在学校这么好的环境我居然是这么消极的度过，现在想想真的有点后悔，悔不当初。在新东方的每一天晚上我都会看看一些职场方面的书籍来增添自己对职场方面的不足，并了解这个现实的社会。实践的时候我默默地做了个决定回到学校一定要好好学习至少不再那么的浪费青春，想想暑假看的电视剧“北京青年”，剧中的何东很有魄力的去重走一回青春，我不能像他那样应经走过的青春却因为自己后悔当初再重走一次，所以现在开始规划自己的未来，有计划的度过每一天。

通过这段时间的实习，我发现自己还存在着很多的不足，需要在以后的学习、生活中不断改进。

做事不够细心。在新东方工作的日子里，由于我的不细心给我工作上很大的困扰。比如说，有家长问我，我们家的孩子想出国，英语不太好应该怎么办，能不能给我们孩子做一个规划。这时我就很为难，因为我对课程不太了解也不敢对家长们乱说。如果我能理解熟悉课程也许我就不会出现这样的问题。还有一次，在存证待转上有一次出现了问题，在听课证上明明写的是实缴50元优惠1530元，我扫了一眼就认为是实缴1530元优惠50元，一次的惨重的教训为了不让主管知道我就主动的打电话向家长道歉，并希望他可以再来新东方我在给她重开一张证明。可是明明约好的下午来家长却没有来。没有办法我不埋怨家长因为这是我自己出现的工作问题，为了不给家长带来工作上的困扰我就给家长发短信，表明我的歉意希望家长能够体谅与谅解。做事的不够细心只能给自己带来工作的压力，而且没有人会主动的帮你，不细心的.后果只能自己去承担并积极地去解决。

大学生社会志愿者实践报告篇五

社会实践是现代教育中不可缺少的一部分，它旨在让学生在实践中学学习，让学生真正地享受到生活中的滋味。在这次社会实践中，我得到了很多经验，也学到了很多知识，我的思想受到了极大的提高。

二段：学习到的技能

在这次社会实践中，我学习到了很多技能。首先是如何独立思考。在和同伴们互动的过程中，我意识到应该多想自己的一份力，而不是只按照别人的意见行事。尤其是在一些突发情况下，需要立刻想出解决方案。其次是沟通技能——毫无疑问，社会实践是一个团队活动，其间，沟通是不可避免的。我和同伴们一起交流、分工、协作，感到深深地体会到了团队的力量。同时，在与新朋友交往时，我对自己的外语口语技巧有了更明显的认识。这些学习的技能对我今后的各个方面的学习和生活将大有裨益。

三段：认识到的问题

社会实践中，我们也遇到了不少问题。比如，我们在安排时间时显然有点不太灵活，还有就是与他人沟通中会出现一些小差错。这些问题在我们的实践中十分微小，但如果这个问题长期存在，形成习惯，那对我们的成长就会产生很大的影响。我们在实践中也经常会遇到各种人际关系挑战，如何处理影响了我们的针对个人和团队的表现。在实践中，发现问题并积极扫除它们才是进步的前提。

四段：感受到的成长

在这次社会实践中，我深深地感受到了成长的存在，这种成长不仅来自于技能的增长，还来自于所获得的心态上的成熟。感受最深的莫过于认识到团队的力量。在实践过程中，我渐渐体会到“观之余必行，行之余必虑，虑之余必进”的道理。学会了多思考，果断决策和优化表达。实践中，我们会遇到各种各样的挑战，真正懂得了一份耐心和勇气，自然就会有所成长。在实践中，我们通过不断的努力也会获得更多的信心、独立性和责任感，明白我们要做出的都是成为一个成熟、有价值的人。

五段：反思和未来展望

在实践中的反思，在未来的活动中，我会继续加强技能提高的训练，也不断地反思过程，寻找不足，努力追求完美。让自己明白做事要认真，要目标意识明确，才能达成目的。未来我将在更加复杂的环境中接受更多的挑战，在承担责任的基础上，躬耐学习，积极探索，以赶超自己的潜能为一直的理想。在实践中，要成为容易相处和协助的伙伴，成为一个领袖范本，给我这个会变得更加强大的小心灵带来更多责任的打击，让我成为更优秀的我。

大学生社会志愿者实践报告篇六

暑期社会实践对于我们大学生来说，是一件有着非同寻常意义的大事。而暑期社会实践应该采取何种方式进行一直是倍受所有老师和同学所关注的！作为老师，当然希望我们学生能通过暑期实践接触到一些大学里所接触不到的事物、学到无法通过课本来学习的社会知识；而作为学生来说，我们自然也不甘于暑期就无所事事地窝在家里，我们也希望通过暑假这个较为难得的机遇，来锻炼自己，完善自己，实现自我价值，以及自我价值的增值！

与此同时，长期以来，学生的暑期实践一直难以摆脱被作为廉价劳动力的命运。难道被当作廉价劳动力使用的学生就真的使自己得到了锻炼吗当然，我们并不是要否认到饭店里端盘子、打扫卫生等一些所谓的暑期实践，诚然，这些工作也能是我们这些从小娇生惯养的独生子女得到一定的历练。但是，我们要时刻铭记，我们是学生，我们之所以要参加暑期社会实践，就是为了更好的服务于我们的课程、服务于我们的专业；将平日里课本学到的理论知识应用于实践，并用实践予以检验；服务于对祖国、对人民有利的事业；但绝不是为一些不怀好意的商人所利用！不少商人早就扬言暑期是盈利的绝佳时期，这并非仅仅因为暑期是学生消费的黄金时期，更主要的是因为暑期会使大量的学生涌入这个劳动力市场。对学生来说，只要能找到一份工作，只要能够有点收入就已经满足得不得了了；而不少商人则认为：学生的暑期社会实践（我们现在看来其实多为盲目的打工），给他们的大规模盈利提供了廉价劳动力，只要稍微给学生一点甜头，这些傻学生就会为自己忙得不亦乐乎。因此暑期的市场上最不缺的就是廉价学生劳动力。同时商家给学生冠以暑期社会实践的名义，一方面就可以少给学生工资，毕竟给了你锻炼的机会，你又怎好过多的跟人家多谈工资啊，既能实践了，工资嘛，有总比没有好吧，管他多少呢！另一方面，又可以逃避劳动部门的检查，我们用的是学生，是让其实践的，不是正式录用的，因此大可不必受相关用人法规、最低工资标准的约束

了！对企业来说，既少花了钱，又合法，何乐而不为呢？从表面上看来，这是一件双赢的好事，但是细想下来，对企业来说毫无损失，而且大赚特赚；而对于学生来说，就成了毫无发言权的弱势群体了，为别人赚钱，自己却得不到应得的，到底冤不冤啊！

去学习和巩固的；毕竟大学里还是有各种考试我们必须去面对的；毕竟大学的生活对我们合理安排和规划时间的要求相当高，那么我们所剩的真正的空余时间其实就不是很多了，再去选择社会实践，我们就要学会相对性的选择，选择和自己专业相关的一些工作去实践，这样也就为以后的学习、工作打下了基础啊，至少这样会减少一些“书本无用主义”和“唯书论”者，让我们这些目的和理想不是很明确的学生找到学习的动力和方向；同时从一定程度上也能减少毕业后专业不对口的尴尬，至少能通过实践知道我们现在学的，将来有哪些工作自己可以去做。这样我们的暑期社会实践也就达到了其应有的效果了！

因此笔者再次呼吁准备暑期实践和正在进行暑期社会实践的广大准大学生和大学生们：明确暑期社会实践的目标是十分必要的！只有在一个有详细计划、有明确目的指导下的社会实践才会达到其本身所应有的作用的，否则，不但达不到目的，反而浪费时间、耽误学业，适得其反、得不偿失！

最后笔者在此恭祝各位有雄心壮志的准大学生和大学生们在这个与众不同暑假里能有所收获。