

辅导班暑期实践报告 辅导班老师的暑假 社会实践报告(优秀5篇)

报告在传达信息、分析问题和提出建议方面发挥着重要作用。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。下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟！

辅导班暑期实践报告篇一

作为一名大学生，最终是要走出校园，走入社会的。参加社会实践活动就是引导我们大学生从校园生活过渡到社会生活的一个有效途径。暑假是我们进行实践的重要时间。我认为，社会实践活动是一座这样的桥梁：它引导我们大学生去更好更多地认识和接触社会，帮助我们这些在校园中成长的的大学生完成由校园走向社会的转换，避免了大学生在出入社会时所发生的不知所措。

刚开始，由于没有经验，不知道如何教才好，自己到底教的快不快？孩子能不能听懂？我只能反复地问他们能不能听懂，让他们大胆地提出自己的疑问，但似乎没人这么配合。我只好尽量的放慢速度。同时，我积极的向其他老师学习经验，他们也很乐意地帮助了我。结合我自己上学时我的老师的教学方法，终于渐渐形成了自己的教学方法。我总结了一些经验：一天之计在于晨，早晨我安排了晨读，让学生读背古诗文、英语和语文。其次，小学生的自制能力差，督促检查一定要跟得上才可。还要和小朋友们建立好关系，把学生当成自己的朋友，闲时为他们讲故事和笑话，有些课用分角色做游戏的方法让他们对课堂感兴趣。兴趣是最好老师。讲课要与时俱进，用新思想好方法。

我们先给学生安排位置就坐，又给学生简单介绍以后的学习流程，以及对大家的要

求。教数学英语算是不难，毕竟通过这些天我们细致地备课，以及多次的试讲，应该没问题，可是对于第一次登上讲台没有教学经验的我们，也是一大挑战，难免有些紧张，但看到孩子们那一双双对知识渴望的眼睛，就对自己说，“就把他们当作你的朋友吧，放开些，他们会喜欢你的，让你的学生从你的讲堂学到自信与从容吧”。接下来的时间里我们很快和他们融为一体，紧张的感觉也渐渐的消失了。看着孩子们天真浪漫的双眼，我们深感老师的责任重大，老师是个神圣的职业，当今天自己讲课讲到汗水顺着脸颊一直流到脖子，流到后背，我们才明白老师是多么的辛苦，脚站的酸了，手写的累了，嗓子喊的沙哑了，但还是不得不顾一切地坚持到下课。

课下是我们了解学生情况的时间，我们主动和同学们聊天，问他们喜欢什么体育活动，爱看什么电视，梦想是什么.....一段时间后，学生们也逐渐放开来了，都愿意主动和我们交流了。但学生们学习的主动性还是不强烈，比如上交作业，有的同学每次过来不是说自己忘了就是说不会做的理由来不交作业，为此我们对他们积极督导他们，平时和他们多交流，并通过一些语言引导他们，事实证明这样做事对的，同学们都改掉了不写作业的坏习惯。特别是高阳同学，每次都不交作业，到后来他主动交作业，看到上面写的满满的，我们都非常高兴。

每天结束课后，我都会认真回想和总结。分析自己的不足和优秀之处，想出新的方法。认真备课。根据不同的学生想出不同了办法。一、和他们沟通，沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。二、要有热情和耐心。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致地对待工作，力求做好每个细节，精益求精。

爱玩是孩子们的天性，尤其是小学生，所以我们迎合学生们的兴趣开展了多项活动，

这些活动很好的体现了学生们好胜好动的特点，在这些活动中我们也感受到了学生们的聪明可爱，同时体会到“爱心”在师生中的关键作用，只有你对学生付出真爱，你才能取得学生对你的尊重与信任。做到“爱”与“严”的结合，有时候不得不跟他们生气，可是有时候又会遇到惊喜，对学生的爱一定要有个度，而且必须跟严相结合，该严的时候就严，只有这样学生才会理解你的爱。

也许，我们的这次的实践使他们天真无邪的心荡起一层淡淡的涟漪，带去一些小小的幸福和开心，让他们懂得其实每个人都可以有愿望，即使那些愿望在他们现在眼里看来有些遥远，也要努力去追求自己的愿望，并且为了这个愿望而努力奋斗。他们收获的同时我们也收获着，印象最深的是，第一次收到学生送我们的小礼物，它是一个用纸折的花篮，很简单，但是很精致，篮子的每一个角落上都写着给我们的祝福。手里拿着这个礼物我们心里充满了欢欣和满足感。现在想想自己的心里还是满满的感动。

要在适当的时候主动出击。当你可以选择的时候，把主动权把握在自己手中。只要勤学、勤问、勤做，就会有意想不到的收获。

结束语：

在成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，工作以外的人生经历，却是一份不可多得的宝贵财富。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我们的生活变得多姿多彩。社会实践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。社会和大学一样是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

在这短暂的四十天里，我的观念，我的心态，我的能力在逐渐地发生变化，从中我

也领悟到作为一个教师，一定要戒骄戒躁，要时刻以一种学习的态度来对待自己的工作，注重经验的积累，不断提升自己的能力，这是一个成长的过程，也是必须的过程。

通过这一段的工作，深深感受淡了父母的不容易，挣钱真的很不容易。我在这个辅导班一共教了一个月，每天工作六个小时，一共挣了500元，。虽然说目的不在于挣钱，在于积累经验，但是还是体会到了钱的来之不易。再想想父母，日日夜夜的工作，却从不抱怨。再想想自己花钱时的爽快，真的很惭愧。我们不是富二代，我们需要体谅父母，对他们多多关心，用钱的时候不大手大脚。而且每次告诉他们要好好学习，更加坚定自己要好好学习！总之，作为当代的大学生，我们也肩负着责任，我们需要勇敢的面对生活。要有愈挫愈勇的精神，敢于向生活挑战。我们更要多多汲取文化知识，让自己成为一个有思想有内涵的人。另外我们也要学会关心他人，自己的父母和同学，还有那些需要帮助的人。我们早晚要走出校门，面对社会，我们要有勇气与决心，让自己的生活更精彩！

辅导班暑期实践报告篇二

暑假到了，大学生们又开始四处寻找实习机会了，有的学校还需要填写实习鉴定表，下面是本站小编给大家带来的暑假实习报告表格模板下载及范文预览，欢迎阅读。

点击下载：

暑假实习报告表格范本

相关阅读：暑假实习报告填写格式及要求

实习报告格式

系部名称： _____

专业： _____

班级： _____

姓名： _____

学号： _____

实习单位□xxxx有限公司

实习时间□20xx年x月x日至20xx年x月x日，共xx天

实习报告正文

一、实习目的：

介绍实习的目的, 意义, 实习单位或部门的概况及发展情况, 实习要求等内容。这部分内容通常以前言或引言形式, 不单列标题及序号。

二、实习内容：

先介绍实习安排概况, 包括时间, 内容, 地点等, 然后按照安排顺序逐项介绍具体实习流程与实习工作内容、专业知识与专业技能在实习过程中的应用。以记叙或白描手法为基调, 在完整介绍实习内容基础上, 对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍, 其它一般内容则简述。

三、实习结果：

围绕实习目的要求, 重点介绍对实习中发现的问题的分析, 思考, 提出解决问题的对策、建议等。分析讨论及对策建议要有

依据,有参考文献,并在正文后附录。分析讨论的内容及推理过程是实习报告的重要内容之一,包括所提出的对策建议,是反映或评价实习报告水平的重要依据。

四、实习总结或体会:

用自己的语言对实习的效果进行评价,着重介绍自己的收获体会,内容较多时可列出小标题,逐一汇报。总结或体会的最后部分,应针对实习中发现的自身不足之处,简要地提出今后学习,锻炼的努力方向。

五、标题字体:

黑体三号;正文字体:宋体小四号字。(仅供参考)

辅导班暑期实践报告篇三

应对现实社会,我们大力培养自己的实际动手潜力和良好沟通潜力是尤为重要的。在我们学校,老师及校领导关切地鼓励我们多参加社会实践活动。利用寒假,我很幸运的去万州区双河口街道办事处社会事务科工作。在工作中,我了解了作为政府职员应具备怎样的素质,同时,也意识到:凡事学着尝试,学着自己动手是十分重要的。

走出绿绿的校园,告别年轻的欢笑,我们都应学着坚强,慢慢变得成熟。

幼年的时候,总是被爸妈强制要学着早睡早起,尽管我是十分的不愿意,但就是不会反抗。以后,天真、爱幻想的我喜欢躺在野外的干净石头上、呼吸着简单的空气、用脸应对清爽的蓝天、一个人慢慢的渴望。童年的时候,我渴望我能够瞬间长大,离开所有人的庇护,独自成长。之后啊,我一向渴望明天能够自由自在。我渴望在很多时候不要爸妈的决定;

我渴望有一天我成为“能人”，什么都会做；我渴望我能在爸妈不明白的状况下进行一次大胆的尝试！

这天，我最后成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；这天，我最后迈开了走向社会的第一步，自己应对自己的灿烂未来；这天，我最后抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

这次实践活动的工作是在学校的帮忙找到的。在上学期期末时，我收到老师的通知说是期望参加寒假社会实践的同学能够报名参加。我当时一惊，兴奋得不得了。这不就是我一向渴望的吗？我报名了。大概三天后，我又接到通知说是要去参加寒假实践活动的培训及动员大会。我很高兴，就把这一好消息告诉了爸妈。他们很体谅我的情绪，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在休息，只有我在工作，这样我会不高兴。我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加寒假社会实践的培训及动员大会我是极其的高兴，在高兴之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很害怕在实践过程中会出现些差错，造成别人麻烦。我更害怕我去了单位上什么都不会做。因此，我留意翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。在培训中，我明白了自己的实践地点和时光伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。可我还是很开心，因为我即将开始我的梦幻生活。

一月十一日。这天，我清楚地记得。前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。我还有一位“实践伙伴”。也是女生，我暗喜女生好相处。第一天到了我们的实践单位上，做的第一件事就是报到。在完全陌生的一个环境，我们有些不知所做，并且还是这样一个严肃的地方。我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。能够没办法，我们反正都要应对的事情，无法有实践与地点让我们来躲避。于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实

践生活”。

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要应对的工作岗位有了些认识。参加寒假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我务必做到时时警惕，凡事细心。因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等？因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

（一）、告别了幻想的年纪，就就应踏踏实实、勇敢应对现实，学着生活。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。由于我们所在的双河口街道办事处属于乡镇级，所以我们会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。但是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期盼，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，但是，他们重来都不放下自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们能够为了了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放下。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不明白，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。

想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是就应好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

我记忆中有这么一位老婆婆。身穿蓝色的布衣，弯曲的身体幅度让人有时看不清她的容貌，白白的头发蓬乱着。她提着一个塑料袋，里面有一大把的纸票。她喘息着用微弱的声音说道：请问一下，这个，住院报账在哪儿弄啊？这时，有一大群的目光聚集在老人身上，老人抬起头，前额上的几丝头发微微的随着摇晃了几下，然后用十分期盼的混色眼神左右看了一下。这时的我，我自觉的就吧一板凳送上前，然后让她坐下。看到这一幕，我的心又惊又抖：她为什么会自己来？她的儿女呢，去哪儿了？我转过头，斜眼看过去，从她的身上我看见了妈妈的影子。我很悲哀，我妈妈以后也会是这样吗？我暗暗地下决心，不能这样。

体会了那么多不一样的人，才明白，生活并不像电视剧里“灰姑娘遇到王子”那么美妙。他远比战争要残酷得多。我想，走出社会，应对现实，理解生活，这会是我们的又一课程吧！

（二）、作为“人民的奴隶”，就务必掌握坚定地岗位知识，凭着实力，团结同事，踏踏实实为人民服务。这对我以后可能选取的工作岗位有很大的帮忙。

1、耐心、静心、细心“三心”务必有。这是我的认识，也将是我培养自己的一个方面。

接触了他们才明白：他们的工作很杂，很靠脑力，很零碎，量很大。在我的脑海里，一向都认为“人民的公仆”工作很多，但是会很简单。没想到，他们的工作原先很考验一个人意志。

我所在的社会事务科，不议就是处理社会家庭事务等琐碎小事件的。每一天会有很多不一样的、相同的问题、情节在办

公室里发生，但是，科室里的工作人员们不辞辛苦，耐心的一遍又一遍的解释、解决。可能口会说的很干，嘴皮会摩擦的很软，但他们也只能理解。有些话，有些原因，在办公室里实践的我就学会了，有时还会帮忙解释呢。但是，作为“公仆”的他们无权反抗，务必理解，一点一点的解释给群众们听。我想，他们的耐心必须不差吧。

因为是处理琐碎杂事，作为办公人员，他们务必很留意，不容许有半点差错。在他们心中：人民的事情出了半点差错，人民的丁点儿事情没得到解决，他们算就是失职，这样的职责他们不愿担当，也担当不起。因此，在平常工作中，就应更加的细心才是。

办公职员的大脑必须要灵活，应用的知识很多，有问题必须要学着立刻立刻处理，这点是很重要的。另外，问题不可能永远都发生一样的，所以要学会变通。第一次触摸复印机的时候，心里很担心，不知从何下手。在老师的帮忙下，我学着去了解它，认知他，发现他其实并不难使用，之后，我总是有意识的去接触他。比如，在办公室里有谁需要复印的，我会立刻提出来我去做。这样，我就学会了简单的使用复印机了。真的很开心，因为试一次小小的成功。

（三）、和陌生人大方的、有底气的交谈，是我们生活的另一门课程。

刚开始到单位的时候，一个人也不认识，什么都不明白。也不了解他们的职位、姓氏，都不明白怎样称呼别人，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。

之后慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。但是如果要和陌生人进行长时光的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉潜力了。这需要交流双方有共同的

话题，兴趣点。最重要的是：不明白要怎样开口。比如，在实践中给乡村干部打电话通知事情的时候，我既要大声的以办事处的名义介绍自己，也要向他通知清楚事情，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，电话那方的人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。

在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

（四）、充分发挥自己的主观能动性。这对我们的人生有很总要的好处。

“随时要想着自己找事情做！”这时参加寒假社会实践的时候老师嘱咐我们的。我一向怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。因为，事情自己不会指定对象被做。

（五）、作为大学生，我很自豪。

一向认为，作为我们这一代的大学生是很渺小的，很有可能会被世人所忽略。但是，到了时光单位的时候，我感受到，作为大学生，我就应是很自豪的。

在我们还不熟悉那个严肃的单位的时候，总是自己介绍说：我们是xx学院的学生，到贵单位实践的。而他们总会代问一句：你们是大学生的啊？之后，每次科长向不认识我们的人介绍，就会说到：是我们科室来实习，都是大学生……每次他们提到我们是大学生的时候，我们的心理都会感到乐滋滋的。

其实，我们都因该这样：从内而外的自豪，我们是大学生。

这次实践对我来说是一次十分大的成功。在这过程当中，我拒绝了父母一丝不苟的庇护；在这二十几天中，我远离了朋友们真心真意的关心；在这段时光内，我感受到了老师细致

入微的关爱；在这寒冷的冬天里，我享受到了陌生人好意的问候；在这热呵呵的阳光里，我送出了我真切的爱心；在这热闹的新年里，我送走了旧时的我，改造出一位大方、坚持、成熟、实实在在的我！

很幸运，能够有这样的机会让我们得到锻炼，因此，感谢市政府、市委细心地为我们着想，为我们带给这样好的时光机会。另外，这次能够顺利的完成社会实践，我发自内心的感谢xx老师，因为在这之间我们遇到了很多困难都是求助于他，不管有多晚、多忙，他总会帮忙我们，真心的感谢老师。另外，我要对我们辛勤的辅导员老师说声多谢。虽然在实践过程中他不直接负责我们这一小组，但是，只要我有问题求助于他，他都会尽力帮忙解决。最后，很多谢办事处的叔叔阿姨们对我们的照顾。即使是给他们添了麻烦，他们也会耐心的教导我们。很感谢他们，在很多时候能想起我们！

感谢！

辅导班暑期实践报告篇四

今年暑假我在盐城一家文化辅导中心参加了为期一个多月的暑期社会实践活动。现在我将具体情况做以下汇报。

这家文化中心是盐城最大的文化辅导中心之一，面向全市乃至更大范围招收小学至高中的学生参加寒暑假周末的补习。

1、负责招生

2、走上讲台教书

第一阶段

工作时间：每天早上七点半到十二点

下午一点半到七点半

工作任务：

- 1、负责咨询：让前来咨询的家长学生了解这个文化辅导中心的宗旨，上课时间，课程安排，师资力量等等讯息。
- 2、留下联络方式：前来咨询的家长学生一般都是有意向的。若是没有立即报名，则需要我们自己发挥聪明才智让家长或学生留下联系方式，以便进一步取得联系。
- 3、报名：招生工作的主要目的。所以在有家长学生来咨询的时候，需要我们尽自己的能力说服他们当场报名。

第二阶段

工作时间：早上10：30—12：00

下午2：00—5：00

工作任务：

课前备课

课上注意纪律和安全，讲课要注意面向全班。

布置作业。还需要出试卷。

学生是一个学校的主体。当一个学校招收不到学生的时候，这个学校也面临着倒闭或者是被兼并。因此，在招生阶段，上至校长小至每个员工，都在用尽一切方法招学生前来学习。

我个人觉得招生很能锻炼人。首先从工作时间跟工作环境来说：从上面的工作时间可以很容易看出，上班时间已经超过了国家规定的八小时工作时间；还有负责招生咨询是在室外

工作的，我们都知道天有不测风云，室外的环境我们不能人为的控制，在夏天刮风下雨以及烈日当头都是一种常见现象。所以我觉得招生工作对我来说是一个很大的挑战，体力和毅力的挑战。特别是在高温35度下工作更是一个考验。能够将二十多天的招生工作坚持下来，我从内心里面很佩服自己。在以后的人生中，我有了吃苦耐劳的宝贵财富。其次，招生能接触到形形色色的人。社会是个大锅炉。我们这些大学生至今没有真正走上社会。在这次的招生中，接触到各种各样的家长，见识到人性的各个方面，也算是踏上社会的一小步吧。还有就是，通过这次的招生，大概了解了下这种性质的补习班的运作方式。社会有其自身的运作之道，只有经历了才知道这个社会的潜规则。盈利性的机构始终是以金钱为目的。

再说说那个教书阶段吧。当时去那家文化辅导中心，就是抱着试试当老师的心态去的。校长开出的要求就是先给他招生。所以当我站在讲台上的时候真的有一种苦尽甘来的感觉。要是说招生能锻炼人的交际能力也毅力的话，教书就是在锻炼我的耐心、组织能力、管理能力以及检测自身的知识水平吧。我教的是初中的学生，初二初三的学生还是比较乖的，毕竟人大了也会相对比较的懂事。至于那些初一的学生，由于刚小升初考试结束，正处于想放松的阶段，比较散漫，所以对着那堆小孩就特别需要耐心，以及管理策略。还好我的小孩缘比较好，跟他们每天把时间划分好，注意力集中的时候上书本上的知识，注意力开始分散的时候就要将点有趣的课外知识而且这些知识是跟课本有点联系。至于那些初二初三的学生则会遇到这样的问题，他们的思想比较早熟，又有自己的独立见解，有时候还认为只有自己的在校老师才是老师，这时候就需要我拿出做老师的魄力来。呵呵，千万不能被一些小孩给吓到。不仅要有魄力还要有让学生信服的资历。所以课前充分备课是很重要的。更要我不断充实自身所学知识。

教书的时候要打交道可不仅仅是那些小魔头啊。接下来我想谈的就是办公室里面的点滴。。初次踏入社会，什么都不懂。

有不小的心理冲击。不要以为你对别人微笑，别人就会对你回以笑脸。不要以为你工作认真负责，别人就会认同你。不要以为那些慈祥的老奶奶，会有颗热心肠。一所小小的私人学校，几间不大的办公室。却能充满着勾心斗角。身为前辈，不愿意指导后辈，倚老卖老。我们从小接受的教育告诉我们要相互帮助，礼貌待人，尊老爱幼。到了社会这个大学里面，这些似乎就成为了垃圾。若说社会是一个大学，我是否能顺利毕业呢。体验社会是迟早的事情，当我把自己推向社会的的大门的时候，也把自己推向了窘境。

1、人活到老学到老这话真的是很不错。要是自身有实力在哪里都能得到发挥。所以不管在什么时候什么地点，不要忘记给自己充电。

2、在校大学生真的很有必要去阅读学习《职场新人》之类的书。提出这个并不是要大学生学会在今后的工作中钩心斗角，而是要学会正确的为人处世，学会认清社会不是学校也不是温室。

3、不管在什么情况下都要学会自我价值的保护。现在社会上有很多压榨大学生的人存在。所以，不能因为别人的一句没有经验就成为别人的廉价劳动力。要知道，我们的知识在将来会成为宝贵的经验。所以即使是在暑假的短期工，我们也要熟知劳动法，按法律按合同办事。

辅导班暑期实践报告篇五

一、新农村建设调研

20xx年7月14日，我们怀着无比激动的心情向位于陕西南部的汉中地区进发，途中我们在隶属汉中的勉县和宁强县开展暑期实践活动，每到一个地方，我们都通过发放传单和调查问卷以及面对面和农民同志交流，认真了解当地人民的生活

习惯、并拍摄照片，记录在新农村建设下的农村人民的生活状态。

汉中民风淳朴，环境优美，号称西北小江南，向来以发展旅游业为振兴汉中经济的主要来源。

但由于地理缘故，汉中交通不便，尤其是属于山区地带的宁强县，是2008年陕西省的地震重灾区。

因为人才资源稀缺，所以汉中市的科技，教育，文化等诸多方面都落后于与之毗邻的安康，宝鸡等市或地区。

1、扫盲工作仍需继续开展

在我们开展调查问卷的过程中，我们发现部分农民朋友竟然不认识汉字，当我们把调查问卷发到他们手上时，有一位农民朋友说：“你们发这些，我不认识怎么办”。

这句话对于我们大学生来说是很震撼的，国家对新农村建设高度重视的，新农村建设要求农村人民利用国家的优惠政策积极开展农村生产，不管是国家下达的重要文件，还是国家给与农村的科技技术支援，都需要农民朋友们具备一定的文化素养，如果部分农民不能识字必然对新农村建设的实质内涵不了解，对国家给与他们的新技术新思想不能接受，从而影响到整个村子乃至整个乡镇的新农村建设的进展。

2、农村也要加强思想教育

在我们调查问卷的过程中，当我们问及是否了解国家近几年对新农村建设政策时，许多人摇头表示不知道，当我们举例说到关于农村房屋建设，以及国家免除农业税等方面得话题时，他们才能意识到这些原来就属于新农村建设的政策，只是他们平时都没有系统的了解过国家的新农村政策。

通过这些事情也让我们意识到，作为中华人民共和国公民了解国家政策是我们的权利，也是我们应尽的义务，生活在国家的政策之下，如果连国家的基本政策都不了解，我们很难在国家框定的社会秩序下顺利的工作学习和生活。

3、及时获得最新的农产品买卖渠道

这次新农村建设调研，我们在宁强县高家坪村签订了大学生村镇挂职锻炼基地，我们从宁强县的多个村子了解到，很多村子原本有自己的特色产业，但是当人们怀揣热情投入到新型农业生产并得到劳动果实之后，却苦于找不到宽广的市场需求，或者因为外界的收购价格过低打消了再生产的积极性。

作为国家最先进的人才队伍，我们大学生应当积极发挥自己的主观能动性以及自己的特长，把网络和计算机引入农业生产环节，利用网络和计算机帮助农民群众获得更多的市场需求以及更多的先进农业生产技术，使他们发展新型农业的积极性得到增长，为增产增收提供强有力的保障。

二、大学生暑期教育调研

这次的暑期社会实践活动，我们作为学院首支到达地震灾区签订支教基地的队伍，签订大学生暑期社会实践基地是我们有一项重要的任务。

之所以签订社会实践基地的原因有三。

一是每年暑假大学生应当积极参加课外实践活动，认真了解当前社会形态，了解国家的基本国情，这对于我们今后进入社会工作，能更好更快的了解社会打下一定得基础；二是在许多大学生眼里，他们并没有真正认识到社会实践的重要性，对于学院每年下发的暑期社会实践表格仅仅盖上签收单位的公章就算完事儿，当然也有的同学凭自己的努力找到了实践单位，但是对于大多数同学来说找到一个合适的实践单位，

他们很难迈出这一步，针对这样的情况，学院应当提供社会实践基地，为以后的社会实践活动提供便利条件。

让更多的学生更好的进行课外实践活动；三，就以往所开展的社会实践活动的效果来看，很多队伍到了当地后才联系实践单位，在实践的过程中由于没有了解当地的实际情况，因此他们的实践活动是在探索中进行的，但是大学生实践活动的时间很短暂，往往等到大家适应了环境，摸清情况准备好好锻炼的时候，活动的时间已经所剩无几了。

为了有目的的开展实践活动，也为了使我们的支教活动准备的更充分一些，在我们签订实践活动的同时，我们积极与当地的学校沟通，比如在宁强县高寨子镇中心小学，我们与小学总务老师聊了很长时间，从谈话中我们了解到，该学校的硬件设施在整个宁强县来说是比较先进的，学校的每间教室里都配备了多媒体设施，这在小学教育来说是非常先进的设备，但是该小学懂得电脑技术的人员不多，很多老师宁可在黑板上多用粉笔画图也不愿意利用电脑授课，这样一来造成了资源利用率降低。

我们学院对于学生计算机的要求很高，一些常用的办公自动化软件我们都能用到得心应手，因此结合高寨子镇中心小学的实际情况以及我们学院学生的特长，在明年的寒暑假支教活动中我们会尽可能选派电脑技术水平高的学生到这里实习，一来给学生讲述课外知识，二来帮助该学校的老师更好的掌握电脑知识，为他们今后的工作带来便利，也让学生的学习变得更加生动活泼。

不论是农村大人还是农村的孩子，他们都向往美好的生活，身处山区他们接受先进知识的机会很少，与生活在大城市的人们相比，在诸多方面他们都有很多需要改善和学习。

农村人民需要先进的技术和迅捷的信息通道才能更好的发展生产，把自己的家园建设的更加美好。

农村的孩子非常渴望新知识，除了在课本上学到的知识，他们更需要从不同的渠道获得不同的信息，开阔学生视野应当引起当地教育机构的高度重视，也是每个支教志愿者应当给山区孩子们培养的。

作为一个山区孩子，上大学是他们毕生的梦想，在大学校园里，来自山区的孩子和来自大城市的孩子有很大差别，虽然都考上了大学，但是二者的见解思想，个人修养，思想素质有很大的差别，我认为原因就在于教育机会的不均等，二者接受教育的平台不同：大城市的孩子能够接触到更多的信息，虽然有的东西并没有深入学习，但其影响却是深远的，这应当算是人生阅历的一部分。

而山区的孩子没有便利的条件，弹钢琴、学画画，学电脑对他们来说都是一种奢求，有的孩子甚至没有学过英语。

我希望山区的孩子通过大学生支教能够获得更多知识，从科学文化素养等各方面全面提高自己，尽可能缩小自己与城市孩子的差距，也希望所有灾区的孩子都能够考上大学，将来把自己的家乡建设的更加美好。

一、实习目的

尝试经商的滋味，增加自己的阅历，因本人是文科生，需要有更多的体验，更多的经历。

毕竟身在学校，接触社会的机会很少，趁着寒假有这样一个节日，好好大干一场。

二、实习时间

20**-7-18—20**年8月20日

三、实习地点

亿鑫超市

四、实习单位和部门

私人永和饭店

五、实习内容

炎炎烈日当头，正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。

想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

由于家庭经济的原因，我不能像大多数同学一样，暑假可以好好在家玩玩、休息休息。

我必须为我下学期的生活费考虑。

我从高中毕业那年的暑假开始就在超市里打工了。

由于我的表现还不错，老板比较喜欢我，所以这个暑假答应我在他的超市打工是理所当然的了。

还没有放假，我就打电话到超市了，问老板是否愿意让我在他们超市工作，老板满口答应，非常希望我来工作。

我当然非常高兴啦！

闲话少叙，言归正传。

那年我还没有到超市上班之前，我有一个长辈就跟我说：上班要多做事，少说话！话虽简单，但真正做起来就不简单了。

俗话说：做坏人简单，做好人难啊！只要做一件坏事，在别人的眼里，这个人就是坏人！要想在别人眼里改变形象的话，就要做无数的好事，但还不一定能改变。

要在众多同事、干部眼里一开始就流下一个好的映像可不是一件简单的事情啊！于是，我制定了以下几大要点：

一、我决不破坏超市的规矩。

俗话说：国有国法，家有家规。

自然，作为一个单位也有相应的规定了。

我们超市制定了很多的规定，比如：不可以串岗、不可以闲谈、不可以把手机带在身上等等。

所谓不可以串岗，就是不可以擅自离开自己的. 岗位。

我们每个理货员都有自己的岗位——分属各个货架。

比如，我是百货这边的，就不能随便跑到食品那边去，食品上的人就不能随便走到我们百货这边。

食品那边比较大，还分三个部分：饮料和冷柜、饼干类、休闲食品。

为什么不可以随便串岗呢？其实是这样的：我们乡下，顾客不像大城市的市民素质高，经常会有顾客偷东西的。

如果我们随便离开自己的岗位，那么这边的货架就没有人看着，东西就很容易少掉！同样，“不可以闲谈”也类似这个原因，如国际歌理货员没事做的时候都在一起闲谈，那么就沒

人看着货物了，东西少了又是损失!还有，“不可以把手机带在身上”，这个规定看似严格，其实是有其中的原因的。

以前超市的同事们上班互相发短信息，不认真上班，没人看着货物。

所以，后来经理就规定了：不可以把手机带在身上!可以把手机带来上班，但要放在办公室。

对于这个规定，大家还是很理解的，毕竟上班要有上班的样子的，超市的营收和自己的收入有很大的联系的。

当然，还有很多的規定，比如：上班不可以抽烟、不可以坐下来等等。

所有的規定我基本上都能自觉地遵守的。

我认为，这些是最基本的，当然要遵守了。

二、不管是谁，随喊随到。

在超市做理货员，有时还是很忙的。

特别是星期一、星期二、星期三，这三天是结帐的日子，很多的供货商都在这几天送货，然后顺便结帐。

有时候，一连几家供货商送货来，这时候就忙了，有很多货物卸在收货处。

仅有几个人在收货处是忙不过来的。

既要验货又要把货装走。

于是，他们就需要人来帮忙了。

我是刚来的，当然不能呆在一边看了，为了表现好一点，我都是很主动地跑过去，把各个柜台的货物分开，并分别送到各个货架附近，再卸下来。

如果是一般的货物倒是没什么，但有时候有的商家送的是饮料、酱油、食用油之类的货物就很重了。

一箱都是好几瓶！很重的！我们超市进货都是几百箱饮料、几十箱油的，每卸一次都特别累！有时，睡觉到了早上，手膀都疼，还全身没劲！没办法，谁让我是新来的呢？所以，不管有多累的活，我都会很积极很主动地去帮忙。

于是乎，我在同事眼里我是个积极的，在干部面前我也给他们留下了好的映像！

三、如果没有货要上的话要找点事情做。

所谓“上货”，是我们常说的话，说通俗点，就是“补货”。

货架上的货物被顾客买走了，货架不就空了吗？还卖不卖东西了？这不行，得从仓库把同样的产品拿来补到原来的位子上去。

如果超市的顾客很多的话，不能只顾着补货，要看着点的。

当然，不是每时每刻都有货上的。

有时，货架上的货物都补齐了，不就是没有事做了吗？就站在一个地方看着货架发呆，还是来回来回闲逛？当然不是了！如果没有什么顾客，也没有货要补，在过道里走来走去，被经理看到是不怎么好的，感觉上我没事做，在混时间！毕竟是私企老板，不会养一些闲人的。

老板雇佣你，是要你为他创造财富的，不是养你的。

所以，我应该找些事情做一下：抹货架。

货架一段时间不抹后，就会有一些灰尘，顾客看到有灰尘的产品，感觉上就像这件产品时间长了、旧的，自然就不会买了。

这样不但给顾客流下了个坏映像，而且货物就卖不出去了。

谁也不希望我们的东西卖不出去的。

其实，抹货架还有个好处：可以坐下来！这个很好，在超市是不可以坐下的，谁能连续站那么长时间啊？所以，在没有什么顾客而且没有货补时，可以抹货架。

正是有了以上几点要领，我在超市表现还是相当好的。

在超市里打工我还学到了很多的东西。

现在，我们镇上的超市越开越多，大家为了吸引更多的顾客，自然价格战就打起来了。

有时候，还能看到有别的超市的员工到我们这里来看价格。

我们有时候也被经理安排到别的超市去看价格。

对于做“间谍”，我还总结了一个经验：要装作是买东西的顾客，而且一定要像！一般超市是不会对真正的顾客有疑心的。

最重要的是：不能用笔抄价格！有的超市的员工就在我们这里用笔抄价格！自然，被我们经理请到办公室喝茶是少不了的。

话说回来，商家的恶性竞争对消费者来说是绝对有好处的，但是作为经营者，我们是不愿意看到的！价格低了，利润自然就少了，我们的工资、奖金可都是与这个利润有着直接联系的啊！

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。

我提前进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。

我穿着大头皮鞋，带着我的绿色毡帽，骑着我的二手脚踏车带着希望与渴望，开始了我的找工作的征程。

一开始，对自己手工艺期望很高，没有月薪两千不干。

经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。

经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。

主要有两个方面的原因。

一个方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，五个方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。

总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置，仅正是社会实践只要有工作，能供饭吃，任何苛作都干。

于是我找到了一家餐饮酒楼。

老板看我人高马大，身体强壮，就让我来做传菜员。

第二天，我便开始了我的暑期社会实践生活。

刚开始的时候心理极不平衡。

心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能端盘子，瑞怎么着在学校里也

是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想赐开始就干不下去了，不行，我一定要坚持下去。

要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。

因此我只好暂时避其锋芒。

尽快地熟悉自己所在的工作环境。

我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨管理的机会。

厨房是厨师的战场，由其是是生意非常的时候，那种场面真的就跟战场上打战一样，厨师的工具以及厨房的任何摆设和物品(包括调味品和原材料)都是厨师的武器，锅、碗、瓢、盘也为威望工作编奏出一首首生活的乐谱。

墩子也叫切配，专六负责原材料的精加工，打盒负责将切好的原材料拿给灶上的师傅，并且做好装盘，菜品的装饰。

蒸菜师傅负责使用蒸箱蒸菜，灶上师傅掌勺用来专门负责菜品的烹制，点心间的师傅专门负责面食点心的制作，凉菜间在另一间房里，负责冷菜的制作以及水果的制作，我们传菜间的工人很简单，只要反台上做好的菜将盘子边上多余的菜汁擦干净，需要配上味碟的将味碟配上，有汤的菜配上汤勺，并且注意菜品的出品顺序和出品的速度快慢并且要保持好住处的有效，随时传递好前台以及威望之间的住处所以每天工作和学习，在传菜部很累很辛苦，但是每天都活行很大有充

实。

休息的时候，我也主动找我们的领导和同事虚心地向他们请教和学习，传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的，不积小流无以成江海；不积跬步无以致辞千里。

”

他为我指出了工作中的很多错误和缺点，我也一直很虚心地请都领班还对我说，我看一个人怎么样并不是看他学历、文凭怎么样，关键是看此人做事是否勤快踏实，然后他也跟我说：“你看到那掌勺的师傅和做基层工作的徒弟吗？你能看行出他们有什么区别吗和联系吗？”我说：“看不出”。

“那我来告拆你，领班说”，做切配的做打盒的徒弟经过长期的踏实的努力就能成为灶上的师傅就能掌勺就能独当一面，这就是他们之间的联系和区别”。

领班还对我说：“你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？”确实，听了我的领导对我所说的金玉良言。

我的确让的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习东本，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用暑期时间参予社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的

事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点东本，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。

同时我认为，我们当代的大学生在找工作的同时也应该有所注意：收取押金实为骗钱，对于有些用人单位，要先收取一定的押金以保证其利益的时候，往往是想骗取你的钱而不是想雇佣你。

黑中介最喜欢“拖”，拖来拖去。

浪费的知道是我们的时间；找借口解雇，克扣工资：最可耻的就是这些黑心的老板，我们辛辛苦苦的干活，却换来的只是他们的奸诈；高回扣诱惑你搞传销，很多商家利用大学生求职心切的心理，利用高额的回扣，引诱大学生作传销工作，并说这些都是没有风险的；娱乐场所高薪，另有企图，去娱乐场所的待遇很高，那是因为老板招引你来并不是为了让你安心的工作，而是另有所图，尤其是女孩子更应该加倍小心！声称找家教，专骗女学生，这样的事情在这些年已经屡见不鲜了，有些换人以招家教为名义，实质上是为了侵犯女学生，我们的生命都有危险了，一定要小心。

对于我们这些急于找工作的大学生来说，谨记以下几条有助于我们成功的走上工作岗位。

1、查中介资格。

委托中介机构介绍前，应先查看是否有工商局颁发的营业执照和劳动部门颁发的职业介绍许可证原件，办公地址是否与证件一致；同时，还可从公司招牌是否醒目、办公设备是否齐全、办公人员工作状态等，来判断中介是否可信。

2、不要轻易掏钱。

不要轻易交钱给中介机构或用人单位，交钱前多咨询情况，一问三不知、急着收钱的单位，多半是“黑中介”、“黑企业”。

此外，还可从中介广告来判断岗位的可信度，越是“常年招聘”、“高薪急聘”岗位，越要小心，应聘时不要轻易交钱。

3、签合同。

应聘成功，应与兼职单位签订劳动合同，以书面形式确定自己的权益。

大学生假期兼职属短工行为，合同中最重要的是约定具体工作时间，确定工资数额、工资支付时间及方式。

具体条款可参照劳动合同。

4、不要轻信路边的招聘信息(广告)。

5、拒绝高薪诱惑。

天上不会掉馅饼，天下也没有免费的午餐，高薪虽然诱人，但要清楚自己的条件和特长，看自己是否能为用人单位创造良好的效益，是否能对得起“高薪”。

若答案是否定的，则要在心里多打几个问号：为什么他们会录用我？多个心眼便少一个受骗的可能。

总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。

要记住：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。

因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。

只有自己去适应这个社会才行！