

# 2023年大一学生暑假社会实践报告(实用6篇)

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告对于我们的帮助很大,所以我们要好好写一篇报告。下面是小编为大家带来的报告优秀范文,希望大家可以喜欢。

## 大一学生暑假社会实践报告篇一

我在网上找到了一份兼职工作是做家教。教导的学生是小学二年级学生,我负责辅导他们语文,对我来说很有趣也可以锻炼自己。暑假过去了三天,我就开始在我们小区附近工作了。一开始我还是挺害羞紧张的,应为我从来没有做过家教,担心自己如果教导不好怎么办,紧张的心情总是不能平静下来,但是随着慢慢了解工作之后也就能够从容应对了。

在辅导学生的过程中,我也发现了很多学生学习知识都比我们过去学习的更加深奥。但对我现在的我来说并不难,辅导起来并不困难,最困难的是如何让学生学进去,如何让他们把成绩提升上来。我结合自己过去学习的经验,给学生安排了学习计划,并且每天都会监督学习进度,并且会时不时的抽查学生学习情况。

在假期我负责辅导的学生有好几个,大多数是在网上辅导,也有需要到学生家中指导,虽然工作简单,但是公司对我们也有要求,每个星期都会对学生进行考评,并且会从家长那里听取意见,如果得到了家长和学生一致好评,工资就会相应的更高,如果在教导过程中被投诉,或者教导不好,反而会被扣工资,甚至被辞退,在工作时公司时常提醒我们。

工作比学习累,不但有竞争,还有考核,想要得到就必须

付出，而且偷懒犯错都得自己买单，哪怕是做一个家教也面临着多重考验，如果不合格也会受到惩罚，我虽然不是师范专业，但是这次的实践锻炼让我的能力得到了极大的提升，我变得更加自信，也知道了积极应对工作，面对一些问题或者阻碍能从容应对，而不是退缩。在工作中退缩只会让我们被这道难关挡住，被工作所束缚。想要改变就必须要积极应对。

对于这次的社会实践我很满意，因为这是我第一份工作，也是我第一次接触社会，虽然有很多青涩的地方，但是我会以后学习中补足，让自己有更多的提升。做一名家教，我都需要具备足够的的能力，不但要思考如何提升自己辅导的学生成绩，更要想办法让家长满意，我在其中也遇到过很多问题，但都被我自己克服了。

进入社会有问题，没有人能够帮你解决，只有你自己去解决，自己去思考才能够提升，社会中的工作都充满了压力，时刻在警示我要在大学期间积极学习努力提升自己的成绩，同时也需要加强锻炼为以后做准备，这次社会实践虽然是学校要求的，但是我却得到了锻炼从而有了极大的提升和改变。我们大学生需要多参加社会实践，因为我们欠缺的是动手能力，只有多经历锻炼才能够成长更快。

## 大一学生暑假社会实践报告篇二

促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。接下来就是正式的工作。每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

## 大一学生暑假社会实践报告篇三

今年是我大学阶段的第一个暑假，一放假我就奔向xx[]到我爸爸打工的建筑工地上去了。放假之前我就准备着大干一场，我好歹也是读了一年的大学生啊，总能干一些别人干不了的事的！

去了之后，发现工地上并不缺人，所以闲着一个多星期，在爸爸的居住的宿搭舍了一个简单地床铺，每天早上6点左右，我在睡梦中迷迷糊糊的觉着工人们开始出们，中午12点的时候看着他们回来，满脸通红，蓬头垢面，全身是泥和水，一副疲惫不堪的样子。吃完午饭，又拿着安全帽和手套出门，下午6点回来，吃饭、洗澡、洗衣服然后就躺下了，这就是他们的一天。

爸爸是一个十分普通且没有多大本事的农民工，在工地上打杂，领班的看着工地上白住着一个劳力，就让我和我爸一起做事，捡废铁、搬东西、扫地、挖坑等都是我们的工作，一天12小时，都是体力活，这些事我都能做，就是怕头顶上的太阳。7月份的xx正是热的时候，太阳好像有烤焦大地上一切的架势，刚开始穿着短袖短裤的我，露在外面的皮肤被烤的生疼，从此再也不敢穿短衣出去干活了，从屋里走到外面去之后，感觉人好像被立刻扔到火炉里去了一样，怪不得xx被称为“火炉城市”，这次真正领教了。

慢慢的，工地上的人越来越多了，当然也不缺乏好些大学毕业生，他们是基层技术员，我发现他们也早出晚归的，整天在太阳底下拿着纸笔跑来跑去的，也确实辛苦，由于是同龄人，我就和他们聊起来了，得知他们还是幸运的，他们还有好多优秀的同学都没有找到工作，此时，想到刚到工地上大干一场的想法，真是感到太可笑了。

做了一天事回来，感觉自己身上都发臭了，全身都是泥和汗水，疲惫的连饭都不想吃了，只想闭着眼睛平躺着不动，于

是便躺下了，真是舒服极了！爸爸回来了，硬是把我从床上拽下来逼我去吃饭，知道自己很饿，可就是吃不下，最后还是往肚子里塞了一些东西。那几天每天都做满满12小时的事，领班的看到杂事确实太多了，又从公司其他工地上调来2个我们的老乡，他们都是年过花甲的老人。

一天，电工要接电，我和一老乡去帮忙拉电缆线，我们把手腕粗的电缆线搁到肩膀上，身体大概与地面成60度的角拉着电线，把电线拉到一百多米外的配电箱那儿去，一步一步艰难移动，如乌龟和蜗牛一样。拉完之后，整个人无力的瘫坐在地上大口喘着气，连回去喝口水的力气都没有了，一老乡向我感叹道：“你还好啊，年轻力壮的，将来还有很长的路要走，还可以尝试着做很过事，像工地上这种打杂的事，你只需伸出舌尖尝一下就行了，大可不必再做了，而我们还要把这种苦嚼碎咽下去，你还在读书，大有可以改变命运的机会，而我们已经老了，命运已经定型了，要生存，只能一直干这个，没有尽头，也有尽头，那就是闭眼的那一天，你说的是吧？”说完他“嘿嘿”无奈的苦笑了两声。

当时听了他的一席话，顿时心里一怔，感到心酸，爸爸为了我，为了整个家庭不也是这样的吗？同时又感到自己是多么的幸福和幸运，确实啊，我不像他们，命运已经定型了，我还大有改变命运的机会！这不是我第一次在工地上打工，四年前我初中毕业，也和我爸爸在建筑工地上打工，只是那时没有感觉到有多累，没有这种刻骨铭心的感觉，可能那时我还没有到懂事的年纪，也可能是那时做事时一切由我爸爸担着，我顶着工作的名义在空隙中度过，不管怎样，现在的我已经不是以前的我了，我能和我爸爸一起担着做事，虽然累，但我仍然感到开心，因为这是长大的感觉，感觉自己脱胎换骨般的成长了。

## 活动日记1

7月25日，晴，太阳火辣辣的炙烤着大地，这样的天气已经持

续3个多星期了，无比期待能下一场雨。上午10点左右，领班的通知我们去抬水泥，我们需要把东边的20多顿水泥抬到挖机上，挖机再把水泥倒进汽车上运工地西边去。共4个人抬，两个人一起抬满一挖机，挖机把水泥倒进汽车，这两个人就休息一小会，再换另外两个，就这样交替着。

几个来回下来，上身几乎全部湿透，水泥伴着汗水裹着全身，几个手指抠水泥袋子的两角抠的生疼，手指背部在粗糙的袋子上擦破了皮，流出了水，出水的伤口再伴进一些水泥在上面，那滋味简直无语言表！尽管这样，还是要搬，就这样，一个来回再加一个来回。不知过了多久，这一堆庞然大物被我们啃了一个大缺口。真不知道我是怎么挺过来的，搬最后那一袋时欣喜无比！终于把你征服了。回来之后照照镜子，原来灰头土脸是这个样子的啊！

## 活动日记2

8月10日，刚下一场大雨不久，工地上的挖机、吊车、汽车等机械设备仍然来来去去忙碌着，到处都是泥浆，一大堆钻头、导管、钢筋和大型的机械零部件立在泥浆里面，其他人都去干别的事去了，领班的让我一个人配合挖机把这些东西刁走，我说我没干过这些，不会干，他说：“只需要把那些东西套上钢丝绳就可以了，不会的话叫开挖机的帮你。”说完就走了。

于是我就只好硬着头皮去了，经过挖机师傅的指导，我才知道套钢丝绳确实简单，但也是有技巧的，比如长长的钢架和钢筋刁的时候要让它空中横着，钢丝绳要套在物体两端，刁一些大型无规则的零部件时，钢丝绳要尽量从中间穿过，不要从零件边上的空中穿过，套好之后要走远打手势告诉挖机师傅开始刁，物体刁起来之后，千万不要站在物体的正下方，以防万一。慢慢的这一个个庞然大物再次被我征服了。

## 大一学生暑假社会实践报告篇四

暑假如期而至，这个暑假时我大学生活的第一个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在学习的同时积极参加社会实践活动，这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在人际交往等反方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近的一家印刷厂打工进行社会实践。

我一开始去的那个车间是在公司里面主要负责的是设计与排版的，虽然后来我也去过别的车间学习，可是觉得还是在这个地方更有价值，他们所设计的是其实只是一些制品例如塑料标签、塑料制品等的大小、形状、颜色等，有时甚至还要设计出大概的产品的成本与收益。

可是考虑到我本身学经济学的，对什么印刷专业知识一无所知，要让我先学会设计的话，由于时间的关系，可能是不行的，又担心在设计上有些问题，要明白对于印务公司来说，设计一错，后面的可就全完了，所以我的首先岗位是侧重的是排版。一般的工作过程是，客户发到我们部门，其产品的简单介绍和一些图片，然后排版工人就按照客户的要求精心排版。这种排版和报纸的排版区别还是很大，起码每一期的报纸在编排上都会有突出主题和主流思想，而这些塑料类制品哪里有这些，都只是突出广告价值。

可是这些包装品的文字与图片所能出现的空间要比报纸少的，更显出对于文字与图片审查的重要性。即使客户自己对于发过来的作品很满意，我们这里还是为了使得产品印刷出的更漂亮更准确，还是要对作品检查和修改。回想当初刚来做这份工作时，可想而知所遇到的问题将是比别人要多的多，学历虽比人高，可经验哪里有人家的丰富。但这没什么，万事开头难，像那些图片怎么简单处理的，我也不清楚。保持积

极心态，我在排版工人旁边协助边学习，帮助接受客户的文字和图片内容，并且对文字和图片内容进行检查。这里的文字要求简短，格式统一，占用空间少，而图片的选取要就有一定的广告的宣传效果。

在这里的边工作边学习，别人会搞的，我努力后也会弄的，时间一久，经过一段时间的练习与实践，慢慢对于这些的排版技能也多少积累了一点，自己也会慢慢的知道如何解决和应对这些问题，相信也会有自己的一套道理的和做法，想想排版还是太过于轻松，当然只是从劳动强度上来说，要比生产车间里的人好一点。

x月份刚到，公司生产任务好像多了一点，于是我就来到了有点不愿意的生产车间帮忙。这个是做塑料包装品的车间，经过这段时间在车间里的磨练，印刷工艺的生产流程各种塑料包装品的生产过程，见识到不少只能在书中的听闻到的机械实物，认识了不少新朋友，这三处是我认为的收获。当然辛苦是必然的，工作量大也是正常的，污染也是不可避免。

其实我并不害怕辛苦，我知道在这个社会赚钱是不容易的。我真正在意是能否和同事和上级处理好关系，这将会是我们以后必须面对的实际问题之一，也是今后所对待比较重要的人际关系之一。在这里的经历□x人多一点，确实就好处理的多，毕竟周围都可以看成是自己人。在实际生活中，可以通过一些细节体现，例如能够一上班，就能热情的微笑和其他同事打招呼；偶尔无聊时还能谈谈心，说说话；没事时还能走在一起，边听x剧，边喝功夫茶等，这些看是很平常的举动是会有良好的影响。

当然人人都搞好关系是不可能的，有些同事就不太理解，似乎我们的实践是来抢他们的饭碗的，在某些方面提出不一样意见，但是这些人还是少数的。说到底他们都是在为公司服务，也都是在辛苦的赚钱，为他们的理想而奋斗，我也就不去计较多少。方正我在这里的时间又不是很长，他们做法又

不够过分，只要能处理好大部分人的关系就好了，我就心满意足了。

通过这次实践，初步知道印刷工艺中的排版工艺，生产流程各种塑料包装品的生产过程，见识到不少只能在书中的听闻到的机械实物。虽然时间不是很长，但还是要面对许多实际问题，主要的是生产上的问题，本身就对印刷专业知识一无所知，可想而知所遇到的问题将是比别人要多的多。但这没什么，万事开头难，像那些很普通塑料袋怎么弄来的，我也不知道。但我在这里边工作边学习，别人会搞的，我努力后也会弄的，时间一久，自己也会慢慢的知道如何解决和应对这些问题，相信也会有自己的一套道理的和做法。坚信只要积极心态，尽自己的努力来做，有恒心，有毅力，没有什么事是永远办不好的。

在这里的长达一个多月的时间里，思想端正，道德高尚，对这里的工作也比较上心，表现良好。既没有迟到拖拉现象，也没有缺勤早退，和他人相处良好，没冲突，也没吵架斗殴，尽量保持出一个大学生应该给人的那种好的印象。其实有时这个时间也是我最害怕的时间，一开始是信心满满，渐渐的感觉是要失去信心。在学校的时光其实是最美好的时光，可以上课，可以看书，可以上网，而不用担心经济来源，因为自己总是想当然的花父母的钱。如今通过自己这几天的切身的体验，接触到最基础、最平凡、最坚苦的岗位，方能体会出赚钱的艰辛，更能体会得到为人父母的令人感动那种辛苦。

每当提起这一段印刷公司的实践经历，我总是感悟良多，认识深刻，备受教育。在还有不多的大学时光里，认真的学习专业知识，掌握点实用专业技能，为不久之后走向社会做好准备。而未来不管是处在什么类型岗位，只要努力，肯刻苦，相信总会获得成功和收获的。

文档为doc格式



## 大一学生暑假社会实践报告篇五

此次暑假社会实践是在一个商场进行的，我在商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点的促销员。在为期一个月的实践中，我充分锻炼了自己的才干，增长了见识，自己的惰性也得到了消除。在与前来购物的顾客的面对面的交流中，我的人际交流能力得到了提高，性格素质和各方面的能力也得到了直接有效的锻炼和培养。这一个月的职业生活还丰富了我的人生阅历，获得了宝贵的经验和认识，加深了对社会的了解，并收获了不少各领域的心得和体会。

步入大学殿堂之时同时也是我度过了将近20个春秋之时，然而，这二十年来我并不像其他同龄人一样有过或长或短的社会经历，我从来没有真正自己独立地去赚过第一桶金，没有真正体验过社会生活。以往的寒暑假都是在家里通过看电视，上网等方式一点一点地荒废掉，但是这一次不同，我已经是成年人了，我已经是一名大学生了，大学的第一个暑假不能再是一个无所收获的虚度过程，再加上家人和朋友的支持和鼓励，我决定要度过一个真正有意义的假期生活。

我的求职过程并不像其他人一样的难，我算是比较幸运的了，我这份工甚至没有经过面试就可以顺利地入职了，我通过一位刚好在一个商场打工的亲人的介绍顺利地进入了该商场作一名散装糖果、散装巧克力以及散装糕点促销员，可能只是一名短期工吧，所以公司并没有太多的要求。办理完包括健康证，工卡等一系列入场手续后我便开始了自己的第一个职业过程。促销员这份工作并不是一个很艰难的工作，主要是负责好自己所负责的堆头，包括不定期地上满货，整理堆头的排面，力求做到排面整洁美观，当有顾客前来选购时要积极地向顾客推销产品，介绍产品，并负责打包、打秤等，力求销量更多。

这是一份与我所学的数学专业可以说没有多大联系的工作，虽然可能不能得到在自己专业上的很好的锻炼，但是对于我

这个毫无一点工作经验，一个初出茅庐的大学没毕业的学生来说，一天工作8小时，60元一天，如果春节前加班多两三个小时还可以有85元一天的工资已经是满意的了，加上这是一个非常不错的赚钱和学习锻炼的好机会，所以我并没有放弃，决心做下去。起初工作并不忙，只是我是新人，对所在的工作环境和内容并不熟悉熟练。我开始并不知道所谓的“上满货”是怎样一个“满”的程度，通过向其他老员工同事对比我才发现我和她们定义的程度不同，她们把货上得比我上的满，于是我才改正了这个错误。我还犯了另一个一名销售人员最不该犯的错误，就是我把一些包装破损了的货上了，好在我的同事及时地发现了，不然就会产生极不好的后果。

这份工还有一个我认为非常有趣的任务就是打秤，散装食品最重要的工作之一就是打秤，商场一楼的所有的散装糖果、饼干、巧克力、糕点，每种都有不同的价格，比如糖果就有好几个品名的，每种品名又不一样的价格，每一位顾客选购的商品又不同，要为这么多顾客打秤似乎是非常复杂的一件事。当我第一天来到打秤台前，看着别的员工熟练地打着秤，一袋又一袋商品被她熟练地打出来了，我忍不住发自内心地赞叹她们，经过观察我发现有些商品还要输入该商品的条码，每一个6位数的条码对应一种商品，商场这么多商品，各种各样的商品都看得我眼花缭乱，更别说记住这些条码了，顿时我就觉得我做不了打秤这项工作，甚至还想向主管提议说不打秤了。可是后来我想，尽管我岁数都比那些老员工小，工作阅历和经验都比她们少，但是我跟她们领同样的工资，甚至都比他们当中好多人的工资要高（短期的工资会高一些），怎么可能不打秤呢，再说我是一个大学生，比她们的学历都高，如果这样做就必定会让人觉得大学生太娇气，吃不了苦，何况这是个锻炼自己识记能力、反应能力和学习能力的好机会，于是我决定要打秤。我就从辨认商品开始，逛遍所有的散装商品，这样有助于当顾客拿来不同的商品时我可以反应出该商品的品名，接着就要记住商品名在秤上的位置，其实掌握了这两点就可以打秤了，但是如果要做到效率高以至于当顾客多时不会让人等太久就要熟记好那些品名没有标在秤

上的商品的条码，通过熟悉我发现了条码的规律，那就是同一个牌子的商品的不同类型其实只相差一位数，这样就可以以牌子的系列为单位，记起来就容易得多了，通过慢慢地锻炼我已经可以记住所有的条码，打起秤来也很熟练了，甚至在双休日和春节前等人多的情况都可以应付过来了。在打秤的过程中我确实收获了很多，比如在人非常多时，十几个顾客围着一台秤足以令人忙不过来，这时心里就会有压力，既怕打错秤（如果打错了遭到顾客投诉可就要罚款的）又怕忙不过来让顾客等太久，如果不幸遇上秤出故障就更焦急了，这就锻炼了我遇事的态度，磨练了我沉稳冷静的性格提高了自己对突发事件的应变能力，改变了自己急躁的性情。

在与顾客面对面的直接交流的过程中我也锻炼了不少。在商场，每天面对的顾客各式各样，什么样的人都有，但不管在什么情况下，我始终要做到一名促销服务员应该做到的事，在交谈中要有礼貌，尽量满足顾客的各种各样的需求，使他们买得开心。记得有一次我上晚班，来了一位喝醉酒的男顾客想要买糖果，这位顾客一来就说：小妹，这堆糖果帮我抓两、三斤！一看到他我就知道一定是个醉酒的顾客，心想这下麻烦大了，因为一个正常的顾客一般都是亲自挑选商品，可是我又不能拒绝他，只好按他的话做，可是他说的重量是个模糊的数，到底是两斤还是三斤，这时我就有点不安了，好在最后他并没有刁难我，他临走时我还闻到了一阵酒气，现在想想都还有后怕。

在临近春节的时候，是一个商品销售的大好机会，这也是公司也要求我们要加班多三个小时，当然是有加班费的。由于我们工作时都是站着的，我可能是没有站习惯，脚还不适应这种长久的站立，渐渐地，我的脚底开始生疼起泡还脱皮了，虽然也不是说入骨的疼，但是也很难受，总是盼着早点下班。但我还是坚持下来了。从中我也锻炼了自己吃苦的能力，培养了自己的意志力。

通过促销员的实践中，我也得到了一些市场竞争的体会。商

场商品种类繁多，同一类商品就有不同的厂家生产，就拿散装糖果来说，有徐福记，雅客，黎祥，中意等，各种品牌要在市场上站得住脚，主要体现在销量上，而要提高销量就要抓住顾客的心，而抓住顾客的心就要靠很多因素的了。首先是产品质量，要吸引顾客首先是价格，但要留住顾客的心就要从质量上下手了，仅仅是靠低价是不能从根本上留住顾客的，因为如果顾客买后发现质量不满意也就不会做“回头客”了。另外产品的知名度也很重要，从广告上提高产品的知名度是一个非常有效的途径，但也要质量和广告双管齐下，才能有深入人心的效果。徐福记是中国的名牌产品，销量也是名列前茅，其知名度也可以说是妇孺皆知了，这其中靠的就是广告和质量来提高知名度。

在商场中我也结识了一些同事，了解到她们大多数来自外省，学历大部分是初中，工资也只在1200上下。我还询问了她们没有继续读下去的原因，有的是因为没考上高中，有的是因为家里供不起，她们有几个年龄也是和我相仿，16岁就来到这座城市打工，从她们的言语中我感受到了她们对读书的向往，这让我觉得更要认真珍惜这个可以获得更多知识的机会。但我也从她们身上学到了天道酬勤的道理，尽管她们学历不高，但是她们也要靠自己的双手挣钱养活自己和家人，真的让人感动。

在这次暑假的社会实践中，我通过锻炼，在各方面都长进了不少，思想素质得到偶来提高，变得更加成熟，对社会有了更深刻的了解，丰富了自己的人生阅历，度过了一个非常充实而有意义的假期。希望我在以后的长假社会实践中可以做更多有意义的事，从更多方面锻炼自己，得到更好更全面的锻炼，学习到更多有用的知识为自己以后步入社会打好坚实的基础，实现自己的价值。

## 大一学生暑假社会实践报告篇六

社会实践是社会主义教育的一个不可缺少的组成部分，是培

养四有新人的重要途径。近几年来，在校大学生走入社会越来越引起人们的重视，社会经验有了较大幅度的提高，大学生能力得到加强，有利地促进了社会主义一代新人的健康成长。

在火辣辣的七月又迎来了我大学时期的第二个暑假。怀着异样的心情，我期待而又害怕着7月25号这一天的到来。因为从这一天开始，我将迎来我人生中的第一份相对正式的社会工作。

终于等到了我正式上岗的这一天，我手里拽着那张工作分配单和聘用合同，站在便利连锁店分店门前深吸了一口气，强压下心里陡然生起的恐惧和无措。要知道，早在收到录用确认通知的那前一周，我就开始幻想踏进那道门后可能面对的种种情况并想好了相应的应急措施。然而，做再多的准备还是枉然，我现在光站在门外就感觉神经紧绷了，手心也冒出了丝丝冷汗，那时居然还有了要放弃的想法。不过，回想起当初为了得到这么一个机会所做的努力，我坚定地迈进了店里。迎接我的就是一声热情的“欢迎光临”和一张年轻的男性笑脸，虽从未有机会光顾该连锁便利店，但其良好的服务态度和服务品质是早有耳闻的，看来并非徒得虚名啊。看到只有这一位看起来年纪与我相仿的男店员在打理着店面，我稍微松了一口气，并跟他说明了我的来意。接着他往后房叫出了店里的经理，一个瘦高的年轻男子。接受过程简单得超乎我的想象，他只是接过我带来的资料然后告诉我第二天的上班时间就让我回去了，跟我之前设想到的怎么应对百般刁难的老上司的情况相差甚远。我为之备战已久的第一天“相工”就这样草草收场。

7月26号，我正式开始上班的日子，为了给同事和上司一个良好印象，我提前了半个小时来到店铺，而他们显然对我的早到有点吃惊。在换上工作服、打卡并聆听了经理的关照后，他微笑着对我说“以后准时来上班就可以啦，其实不用来那么早的。”之后的情况就可想而知了，我几乎每天都是踩着

秒针进门的，连他们也不得不佩服我的计时功力。不过令他们满意和我自己自豪的是我从未迟到过。潜移默化地，守时早已成了我的生活习惯和人生原则之一。尤其是经过这一个月的工作实践，更让我懂得了守时对塑造自身良好形象的重要性。

在便利店的工作看起来非常简单，但对我这从未试过连续工作八个小时的新手来说却是耐力和体力的挑战。按照公司规定，上班期间不允许坐下休息(其实也没椅子之类的东西可以坐)，不允许员工间闲话家常，不允许在工作区域内吃东西或打电话……对于诸多的行为约束，刚开始我是满腹牢骚、颇为不满，然而渐渐地我就体会到，作为服务业中的一个成功典范，其良好的信誉就是通过其员工的良好素质和提供优质服务建立起来的，而优秀的员工也应该是得益于公司严格的管理制度和规范吧。慢慢地，我适应了下來，同时也了解到了那些最基层的但也是我们日常生活中最不可缺的服务工作人员的辛酸与寂寞。因此，当我站得脚底长水泡的时候，我也要忍着保持最佳状态为顾客提供最满意的服务，因为这是我的职责所在；当我对每天都吃的快餐和面包感到反胃的时候，我也得忍着那些无谓的抱怨，因为我知道这只不过是诸多社会工作者必不可少的生活的一部分而已，权当社会生活初体验而已。通过观察和体验他们生活中的点点滴滴，让我认识到谋生活的艰辛与劳动所得的来之不易。

然而，令我感到庆幸的是我遇到了一班好同事和一个好上司，让我在辛苦之余感受到了被关怀和帮助的快乐。对于我不懂的地方，他们总是会耐心地给我讲解，而对于我工作中的不当之处，他们不仅没有埋怨或责怪，更多的是给予我安慰和鼓励。在他们的引导和帮助下，我对相关工作流程和程序操作上手很快，对自己的工作能力和模仿学习能力信心倍增。除了传授给我工作上的知识外，他们还教给了我有关社会的、生活的和个人的一些生存潜规则和技巧等。经过实践性的观察和体验，让我看到了一个与我所处的象牙塔迥然不同的另外一个世界，原来社会远比我想像的复杂，其中的人与人的

关系也是如此。回想起刚踏进大学校门的时候，爸爸和哥哥对我说的“在大学期间，学会怎么为人处世才是关键”，现在算是有点懂了。

另一方面，由于工作的服务性质，每天要跟不同阶层不同素质的人打交道是在所难免的，如何应对和处理顾客与个人间的利益关系是我必须得学会的。记得有一次，遇到一个要求比较苛刻挑剔的男顾客，由于正值顾客高峰时段而一时无法立刻达到他的要求，劈头盖脸就是一顿无理的谩骂和指责，而我能做的就是保持微笑并不断陪不是，尽快满足他的需求，面对着其他顾客同情的微笑和同事安慰的眼神，我也只能把委屈往肚子里咽，继续投入到自己的工作中去了。后来，我才知道，这对工作了好几年的他们来说，这些都不过是司空见惯的小事而已，所以说“顾客就是上帝”这句话对他们来说是何等沉重，而说出“习惯就好”又是多么无奈。自此，我改变了以前对那些服务工作者的看法，对他们多了点敬佩和体谅，也懂得了如何更好地克制和约束自己。

一个月的社会实践很快就结束了，然而它留给我的一些反思和体会却会令我铭记终生，受益不尽。同时，在实际工作中也认识到了自身综合能力和实践经验的不足，为往后的自我提升奠定了基础。

2021大一暑假社会实践报告

大一学生暑假工作社会实践报告

暑假社会实践报告范文

暑假招生社会实践报告

大一新生假期社会实践报告

暑假做义工社会实践报告

# 暑假社会实践报告优秀范文