# 大学生实践总结报告

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-03-04

*大学生实践总结报告（精选13篇）大学生实践总结报告 篇1 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。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我...*

大学生实践总结报告（精选13篇）

大学生实践总结报告 篇1

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。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我现在才明白其实真实的生活远没有想象中的那么简单这里会有很多想象不到的问题，很多问题中又有复杂的关联，这么想起来生活的确会很累。因此就必须提高自己处理问题的能力，让复杂的问题简单化，让自己的生活简单而又充实。想到这里我真的很羡慕那些懂得享受生活的人，我想那他们应该早就看透了生活成为个中高手吧。

通过这次社会实践我真正明白社会生活与校园生活的差距。校园毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们必须要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自语自在享受生活的人，总有着别人不知到的理想，总想着有一个辉煌的未来。但我现在开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，只有自己亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自己定位，确立相对现实的目标。

在实践后才会发现自己所学的东西是多么有用，自己是多么的需要进一步充实，其实实践也可以提高学习兴趣的。实践是检验真理的标准多少次说过这句话却不去想它所包含的真正意义，直到实践后才对这句名言有了更深的理解。现在我也明白了人的潜力是需要自己去发掘的，太多的不自信只会把机会一次一次地从身边赶走。通过实践你可以发现自己从未发现的方面，或许是需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点。

这次实践也让我坚定了坚持不放弃的信念，放弃就等于否定自己，自己对自己的否定几乎几十倍乃至上百倍的强于别人对自己的否定，这对一个人来说是相当可怕的。自己不去接触社会就永远不会知道社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能会被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

大学生实践总结报告 篇2

寒假结束了，一段假期，一场实践。整个寒假中，好像我都在为这件事努力和奔波，但却收获了数不清的体验和收获。回顾这次的社会实践，其实我也是在同学的提议后才想到要利用寒假的时间去体会工作实习。尽管如此，在参加了不同的假期工作后，我们每个人都收获了独属于自己的寒假的体会!现在，寒假已经结束了，但我心中的回味和感受却已经长长久久的改变了我如今的心态。反思这次的社会实践，我将自己的心得体会记录如下：

一、思想的改变

在寒假中，我来到了x超市的促销岗位。尽管这是一个很常见的兼职岗位，但却给我这个没有任何工作经验的大学生好好的体会了一番。

通过这次的工作，我在工作中感受到了累，感受到了父母话语里的那种辛苦!每天早出晚归，深知没有过多的休息和空闲的时间。如今，真正的体会过去工作之后，我才感觉到，父母说的真的一点也没错!及时是在最忙碌的高中阶段，也经常会有休息的时候，再加上我们不用为生活和明天担心，所以就更没法比了。

但经过此次的体验，我的思想也改变了很多，尤其是在对人生的看法上!当我真正明白了自己今后的道路会更加的严格后，我开始自觉的要求自己，改进自己，在工作中以高要求、高标准的思想态度要求自己并在今后的学习和生活中，我也会更加努力的锻炼自我，塑造更好的自己。

二、工作体会

在工作中，我第一次体会到了工作的要求和管理。和学校不同，工作中的要求更加的严格，并且在结束了培训之后，工作中的一切基本就靠我们自己去判断，什么时候补货，去哪里取货，又该怎么更好的招揽顾客……这些经验在过去我是完全没有体会过的新鲜体会。但也正是因为如此，也对我产生了更大的冲击，让我明白了，社会不仅仅只是根据书本上的要求学好我知识就可以了的。这个社会更加多变，及时是最简单，最普遍的兼职工作，也有这么多的技巧和经验!

参加此次的社会实践，让我学会了太多的事情。尤其是在交流、沟通方面，而且我还学会了以一名工作者的角度去思考，思考着如何进行下一步的工作，如何将自己的工作做的更好!

相信这些经验和体会都能在今后的工作中帮助我，让我在未来真正走向工作之时做的更好!

大学生实践总结报告 篇3

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。不同的时间的社会实践，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。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，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矗。

在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

在这次寒假社会实践中我得到了很多感悟：

一、挣钱的辛苦

整天辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我们才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二、人际关系

在这次实践中，让我们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，我们想也很难说清楚，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.我们想说的一点就是，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。让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这些社会实践中使我们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。

三、管理者的管理

在打工实践的地方，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理，那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道，这样大家才能服从，才能有助于工作的进行。

四、自强自立

俗话说： 在家千日好，出门半 招 难! 意思就是说：在家里的时候，我们有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

大学生实践总结报告 篇4

有句话说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为x世纪的一名合格人才，必须要实践。通过这次实践活动，我在人生观和价值观上有了新的启发，在政治觉悟上更有了新的突破。我更加牢记了：全心全意为人民服务。我更应该将全心全意为人民服务作为义不容辞的责任和毕生的追求，不仅在现在的工作上为同学们服务，更在伟大的人生旅途中为广大老百姓服务。

社会在向前发展，时代也在不断进步，各行各业的人们都以新的形象展现在新的时代。作为大学生的我们同样也要与时俱进，要以新的形象去面对新的时代，以新的特点去适应新的时代，这对每个大学生是十分重要的。我认为大学生应重于实践，还要学会为人民服务。

这次实践活动让我对x的性质、指导思想、基本理论和基础知识有了更全面更深层次的理解，入x动机得到了进一步的端正，同时也增强了自身的时代使命感和历史责任感。这次活动让我意识到对待x的基本理论切勿纸上谈兵，而应该真正把握其内涵。我们x任何理论、政策制度的提出都有其历史必然性。它们的目的都是为了建设有x特色的社会主义，维护广大人民群众的根本利益。这些理论政策并不是如我以前所想象的在坐而论道，而是源于实践，在实践中得到检验，并最终指导着实践。

我认为事件的最根本任务在于为人民服务。全心全意为人民服务是我们必须做到的，如果一个人不为人民服务，心中只有自我，是难以有所作为的。有人认为要为人民服务就得大有作为，其实不然，只要能补一块砖，添一块瓦，都是可以的。

具体到一名大学生，我想我们应该自觉地将全心全意为人民服务的宗旨融入到日常的学习生活中，从而摆脱学习只是为了混文凭的狭隘动机，自觉地将知识的学习与建设x特色社会主义事业进而实现伟大目标相联系。在与老师同学的交往过程中，要想他们之所想，急他们之所急，接受他们的中肯批评，同时也应大胆真诚地指出他们的缺陷从而共同进步。生活在学校这个大集体中，我们应该有强烈的集体荣誉感和团结协作精神，应努力建立良好的人际关系和广泛的群众基础。不求轰轰烈烈的做一番大事业，但求默默无闻的奉献和贡献自己的一份微薄的力量。

这不仅是一次x课的实践活动，更是对精神的一次洗礼与升华。当代大学生是精神最好的传递者，更应该肩负起自己的使命，将x的宗旨和先进性传承下去。我们大学生是未来x伟大复兴的最大动力，应该更加谨记自己的任务，不断丰富自己的文化知识，自觉接受x的熏陶，继续x民族的伟大复兴之路。

会想不等于会做，我们要致知于性，把书本上的理论知识应用到实践中去，参与实践，树立正确的人生观、世界观、价值观，不断地努力，不断地完善自己，积极向组织靠拢，争取以一个各方面全面发展的人才的身份走向社会，在实践中检验真理的正确性、可行性，在实践中使自己发挥更大作用!实践创新，完善自我!在实践中锻炼和成长。

大学生实践总结报告范本8

新年过后，一切又开始平静了下来，我也终于开始了我的第一次社会实践活动。

我的实践地点是居民楼下的一家小商店，在一栋大楼的拐角处，面向一个十字路口。而它的名字就叫四方商店。这家商店是一家很小的小商店，是一对老夫妇合开的。它主要经营的是副食品和少量的日用品。它的主要消费人群则是小孩和抽烟的成年人。

我在这里是从二月十号开始工作的，一直到二月十九号，共十天。在这十天中，我觉得收获还是蛮大的。因为在这几天里，至少我一直在与人交流。我生性有些胆小怕事，特别害怕与陌生人交流。在这里，因为来往的主要是小孩子，两岁、三岁、五岁、九岁、十一二岁不等，所以，我的信心也足一些。小孩子应该是交流最简单也最繁琐的。必须秉着耐心，耐心的和他们交流。但如果你特别较真的话，那你一天下来可就心力交瘁了。因为他们这些小孩子，有时候为了选草莓味的果冻还是荔枝味的果冻就需要纠结半天，有时候为了选吃糖还是选吃袋装麻辣又要纠结半天。要是你看不下去了，对他说，要不你先买这个吧，下次再买那个。有可能，他认命似的选了其中一包;有可能，他两个都不买，而选了另外一种同样好吃的东西;有可能，他看了你一眼，继续纠结。

不知道是因为这家店是老年人开的，还是其他的什么原因。每天来这里坐坐的老人家特别多，他们一般也不买什么东西，只是纯粹的坐坐，和店家聊聊天，呆了不久也便离开了。每次，我的心中都有一种别样的感受。一种说不出的感受。

大概是因为在居民楼下的原因吧。每天，来往的人买烟的也特别多。有人来买烟，是我最难受与尴尬的时候，因为，烟的价格，我总是记不住。即使是现在，我也只能记住寥寥无几的烟的价钱。经常都需要问店家什么什么是多少钱，每次这个时候，都会迎来顾客质疑的眼神。更尴尬的是，有时，我都无法认出他说的是哪盒烟。比如，他说，拿盒一代。要是没有店家的提醒，我根本不知道那个是白沙烟的一种。庆幸的是，在两天之后，我终于可以熟练的取出某某某某烟了，当然，价格依旧是没记住几个。

十天的时间当然很快就结束了。虽然在这段时间内，没有机会赖床，睡懒觉。每天都需要去店里看店，卖东西，甚至吃饭的时候都有人来买东西。我的妈妈一直都以为我很难坚持到底，因为我做事经常会有始无终。在这段时间里，虽然一直有点疲惫，但还是坚持过来了。可能，这是我最大的胜利吧!

但是，几天终究改不了我一直以来的陋习，在这之后，我每天依旧还是会赖床，睡懒觉。但在我的心中已有收获。

大学生实践总结报告 篇5

社会实践活动是大家接触社会、了解社会、运用所学知识实践的最好途径与方式。我们也希望通过自己的亲身实践，进一步认识、了解巢湖滨水景观。这次活动以滨水景观设计为主题，以形式多样的分析为载体，为创建更美好的巢湖而努力。

通过参加此次社会实践活动，使我们受益良多，不仅加深了自己对巢湖的了解与认识，还在实践中充分提高了自己的能力，使自己获得了全方位的提高。从实践主题的提出，围绕主题的扩展研究，我们学会了如何在团队的协作下从头到尾的解决一个问题，我们学会了在团队中各司其职、互相配合、学会合作，这将成为我们成长轨迹上一次重要的突破，我们想社会实践活动就是这样一座桥梁，引导我们去观察生活。

简短的实践生活，既紧张、又新奇、收获也很多，通过学习，我们对巢湖滨水景观有了更深的认识，对它的发展前景有很大的信心。

实践收获，主要有三个方面，一是通过实践活动的过程，学到了实践知识，同时进一步加深了自己的了解，是理论与实践都有所提高;二是提高了实际工作能力，为将来的工作取得了一些宝贵的实践经验;三是团队协作力量是不可估量的，，让我们的体会更加深刻。城市滨水区是构成城市公共开放空间的重要组成部分，并且是城市公共开放空间中兼具自然地景和人工景观的区域，其对于城市的意义尤为独特和重要。营造滨水城市景观，即充分利用自然资源，把人工建造的环境和当地的自然环境融为一体，增强人与自然的可达性和亲密性，使自然开放空间对于城市、环境的调节作用越来越重要，形成一个科学、合理、健康而完美的城市格局。

我们根据环巢湖地区旅游资源的特点,分析了旅游资源开发中存在的问题,主要集中在水环境、特色旅游项目、景区环境、经营管理等方面,从宏观调控、法规法律、资源调查和保护、地区联动和环境教育等角度,提出了环巢湖地区旅游业可持续发展的主要对策。巢湖是全国五大淡水湖之一,为国家重点风景名胜区。大自然的神功造化了这块山青水秀的宝地,历史的烟云在此留存了丰富而宝贵的文化遗产，我们更加需要珍惜。

社会实践锻炼了我们，也培养了我们，通过社会实践这样一种形式，使我们在各方面都得到了充分地成长，同时，社会实践也成就了我们，社会实践都已成为了我们大学生展现自我的一个舞台，在这样的一个舞台上，我们可以尽情地展现我们青春的姿态和敏捷的才思。社会实践是一个窗口，通过这个窗口，帮助我们大学生认识了社会，也帮助社会了解了我们这一群充满理想与朝气的大学生，终有一天我们将真真正正地在社会这个大舞台上展现我们的抱负和智慧。

大学生实践总结报告 篇6

由于经济原因我家在x年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己专业的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂不更忙。于是我还是决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销售量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。

做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。

今年我家的对联是，上联：您的光临是我最大的荣幸。下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。成信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每天六点种起床，十一点才休息，冬天父亲每天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢?我知道，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗!我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。

有很多商品要早上搬出，傍晚再般回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢!我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

大学生实践总结报告 篇7

可对我们来说也是个关键的时刻。现在已经大二结束，在下个学年结束后我们就要出去实习，所以，也可以说我们这是最后的一次也不为过。如何好好的运用这个呢?我也曾想过，究竟是好好的在这个提升自己的专业知识，还是用来参加的时间来让自己提前体会一下工作的感觉。

虽然两边的选择都不错，可我最终还是被“实践出真知”这句话打动了。比起在书本上纸上谈兵，还是自己去实际体验一下比较好吧。

选择了去实际工作，并在经过了努力之后，终于找到了一份x的工作。虽然在这段时间过得很苦，但我却一点都不后悔自己的这份决定。工作虽苦，可带来的提升也是实实在在的。为了能更好的看清自己在这段实践的工作之后的改变，我写下了这份总结，来看看自己的提升和剩下的不足。我的总结如下：

一、在思想上

找工作确实很辛苦，为了找到一份适合的工作，我可是奔波了很久。所以好不容易得到的这份工作也是让我下定决心要好好地做好。

在思想上我最大的变化就是改变了自己睡懒觉的习惯!是的，在进入了大学以来，因为没了老师严格的管教，我这个习惯是非常的根深蒂固的，要是没有同学叫我起床，我可能都不知道迟到了多少次!可是在参加了工作后，我每天都是靠自己醒来，而且在工作期间，从未有一次迟到的事件发生!这也许就是工作的责任意识吧。

二、在工作上

虽然只有短短两个月，可我依然在这份工作中学到了不少的东西，但硬要认真说起来，与其说是在工作中学到了很多东西，倒不如说是在同事们那里学到了更多的经验!因为我们都还没毕业，在这些老员工的眼里，都不过还只是个孩子罢了，所以他们也乐于向我传授一些在工作上的经验和方法，这些都是我的额外收获!

三、总体改变

在工作结束之后，我感觉自己变得更爱说话了，人也变得更加的开朗。变得不再是只对熟悉的人滔滔不绝，现在的我，就算是不熟悉的陌生人，现在的我都能和他聊上一段时间。毕竟作为x，我们就是为了与人交流，要是连这点收获都没有，那才真是白去了。

四、总结

总的来说这次的工作确实是不虚此行，不仅对专业有了更好的认识，还提升了自己的交际能力，面对自己的一些问题也有了发现。现在，我能够更好的制定我在大三时候的学习计划了，我会针对自己的弱点去强化自己，让自己能在大三这最后的学习中进一步提升!

大学生实践总结报告 篇8

作为刚步入大学的一名学生，根据团总支的指示，我在寒假进行了社会实践活动，我认为社会实践让我们大学生更进一步的接触了社会，接触了不同的人和事，丰富了我们的阅历，增长了我们的见识，从实践中锻炼自己，思考人生。

寒假中我所实践的单位是一家家政公司，我在公司的工作是宣传员和保洁技师，开始的时候，我做的是宣传，后来我就改成了保洁技师，因为我想体验一下不同的工作，学到不同的经验。

当保洁技师的我们学生工，仅仅培训了一天，了解了工作的流程，主要学习了擦玻璃，开始培训擦玻璃，我们师傅说根据玻璃的不同，有两种玻璃擦，一种是单层单面玻璃擦，另一种是双层双面玻璃擦，他们主要的区别是磁性强弱的不同，师傅说，这玻璃擦是一名农民发明的，虽然原理简单，但是一个很实用的发明，值得你们这一群大学生思考思考，接着，我们就开始练习擦玻璃，看似简单的擦玻璃，但是我们练习了一下午，胳膊很疼，但看到自己擦的那样明亮的玻璃是，心里真的很开心。

第二天我们就开始正式上班，在工作中，被投诉过，也被表扬过，我去的第一个可或是一个退休干部的家，对他家进行的是全面打扫，一直打扫到下午五点多钟，在过程中，那位退休干部说，“你看起来不像老员工，打扫的慢，而且不够熟练，”我回答道：“确实，我是一名学生工，寒假出来锻炼自己。”他说：“大学生出来不容易，没事，干得慢只要弄干净就行了。“当我听到这句话时，心里很欣慰，也不再紧张了，上班的第一天很顺利，也很幸运，碰到了一位和蔼的爷爷。

当然不同的人有不同的性格，对不同的物资也有不同的要求，记得去经三名筑小区的第一个客户，来到他家看起来这个客户也就二十七八岁，询问了他打扫哪些地方后，就开始了我的工作，在工作的过程中，他总说我们干得慢，干得不达标，而且在我们干完的时候少给了我们一小时的票，还投诉了我们，当时我们作为一名学生工，真不知道怎么说，也只有忍了。在工作中，这种情况还好些，更气人的是，当你来到客户家门前时，别人打开门一看到你是学生共，就把你拒之门外，根本不让我们进，遇到这种情况，我们真的觉得很不公平，很受打击，你们有考验我怎么知道我做的不好?

然而，在x的小区内，给一个客户打扫卫生时，我们收到了这位客户的表扬，并且要了我的联系方式，说以后打扫卫生还找我，并且还留我吃饭呢!我觉得很欣慰，我的付出还是会有回报的!

在十几天的工作中，也总结出了一些工作经验，不同的人有的要的是干净，有的人要的是速度，根据不同的客人我们就要更加努力，达到客人的要求!根据房间的不同，干净程度不同进行打扫，让客户更加满意，工作中也体会到了服务行业的艰辛，弄不好，就要被投诉。

在我们工作中，有苦也有乐，苦就是每天起得很早，去上班，工作中每天手都泡在凉水中，洗抹布，不管刮风下雪，每天都背着工具包骑着自行车穿梭在各个小区内。

乐就是我们几个人天天在一起上班一起吃饭，闲的时候一起出去玩，到宿舍是都会互相发个短信，这使得我们都是快乐的。

通过这次实践活动，我遇到了不同的人和事，还交了几个外校的朋友，提升了自己的能力，增长了自己的见识，也让我知道了人际关系的重要性，要处理好这个人际关系，需要很多的技巧，就看你怎么把握了。还有就是，在交际中，我们有些人和事是不能改变的，我们要学会适应找到不同的处理方法，这些是我在社会这个大集体的教育下学到的。

还有就是管理者的方法，管理者要有很好的管理方法，你不仅要处理告你与上司的关系，还要处理好你与下属的关系，还有最重要的一点就是，每个人都有自己的性格特点，在管理的时候要因人而异，随机应变!

第三就是：要学会独立，在家我们有家人呵护，在学校有老师同学帮助，在社会中，最然有朋友，但是在这种经济社会下，我们学会独立，要学会自强，遇到事情要学会承受，要学会团结合作，总而言之，做到随机应变是我们处理好每件事情的基础。

大学生实践总结报告 篇9

今年我参加了学校组织的社会实践活动，固然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了些关于社会下层建设的心得。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔腾。社会是个大课堂，对我们涉世不深的大学生来讲，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

多多向社会学习，在学习中发现自己的不足，以而完善自己，进步自己，只有这样我们才能在未来的社会中立于不败之地。社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神;晓得科技、晓得创业、更是现今大学生更趋势的社会实践项目。夏日列日当头。

正是由于有这样的环境，正激起了我要在参加社会实践的决心。我要看看我能否在卑劣的环境中有能力依托自己的双手和大脑维持自己的保存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才华，培养自己的韧性，更加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。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层，同下层领导谈心交换，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟习到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才华”。通过展开丰富多彩的社会实践活动，使我逐渐了解了社会，开阔了视野，增长了才华，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足。

对本身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一位大三学生，即将走上社会，更应当提早走进社会、熟习社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最好结合点。特别是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，常常在实际工作岗亭上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合本身专业特点，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，本来理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对根基原理的理解和消化在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，首创我们美好的未来。

大学生实践总结报告 篇10

社会实践是大学生思想政治教育的一个重要环节，对于促进大学生了解社会、了解国情、增长才干、奉献社会、培养品格、增强社会责任感具有重要作用。而学校对每年的假期实践都相当的重视，为学生提供了一个良好的平台与机会，并为我们保驾护航，期待着我们能从中得到锻炼，学到在学校里学不到的知识与能力。而我们也正是本着对自己负责对社会热心的态度，积极响应学校的号召参加了这次实践。

在忙碌中，时间总是如瀑布般飞流直下，转眼两个星期的集体活动——社会实践就要结束了，感觉有很多的不舍，不过还好在这里我收获了许多，也学到了很多。可以这么说，因为参加了这次活动让我觉得这个夏天是充实而有意义的。因为这个实践让我成长了很多，在思想上有了一个相当大的转变，也更加明确了自己的方向。

在实践中，我们一定要做一个有心人，要懂得利用自己的逻辑思维，提高自己的语言表达能力和沟通能力。不仅要敢说敢讲，还要去思考你如何去讲才可以让大家对你讲的感兴趣，如何讲才会使你讲的内容更吸引人，更易让别人接受你的观点。

我永远不会忘记与和朋友们一起走过的短暂而充实的日子!时间虽短，但我们通过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作能力、丰富了生活阅历，这将是我们走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了一些思想认识问题，促进了自身世界观的转变，为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观的评价，发现自己与现实之间的差距。

有句许说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。有的时候我就是缺乏自信，也并不是我一直就这样，只是人长大后才变成这样!参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。

在炎炎夏日，我和队友们穿着志愿者服装奔走在大街小巷，一起用汗水浇灌青春，用笑容同阳光比灿烂。这是一笔珍贵的财富和一份不可多得的回忆，我们的因为有它而没有虚度，我们的阅历因为有它而更加丰富!

以上是我的社会实践个人总结。在劳累忙碌的十几天里，我也体会到了实践的快乐，同时也感到了所学知识的不足，在以后的日子里必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在以后的日子里，不可避免的，我还将面对的问题，将承担更大的责任，并在其中更加成熟和真正走入社会。而这次社会实践，就算是我走向社会的第一步吧。

大学生实践总结报告 篇11

为期两周的社会实践结束了，这两周有辛酸有苦楚，也收获了欢乐。不是35°的高温就是可以淹没金陵古都的暴雨，要么是顶着烈日跑遍南京各大小旅游景点，要么就是冒着大雨去各个组织机构碰壁。这两周，认识了以前完全陌生的队友，这两周，在空荡荡的校园自己陪自己。

放了假的学校很安静，特别是东区，但是也很荒凉，东区的食堂关了，于是东区的孩子的午饭就是各种泡面米线。早上，挤上拥挤的公交车再转地铁，随着漫不经心的游客涌进了旅游景点，可是我们没有时间停下来漫步，我们也没有时间去观赏那美丽的风景，我们关注的都是各种景点的指示牌及标志，看多了以至于条件反射到哪都会看看这儿的标志对不对，哪错了，正确的是怎样的。

其实，来了南京上学这么久，从来没有去过南京的旅游景点，这次算是把这四年里要去的地方去遍了。

这两周很想家，特别是累了，饿了，热了，一个人的时候。原本30号考完就会收拾行李马上回家却因为社会实践留了下来。看着同学们一个个都收拾回家了，小寝空了，大寝空了，宿舍楼空了……晚上一个人躺在宿舍也会怕，也会无聊起来。

其实在团队跟大家在一起的时间还是蛮快乐的，大家一起走访一起收集对青奥的祝福，一起在肯德基吃超值午餐，一起走冤枉路，一起淋雨，一起整理资料……

晚上，因为宿舍太热睡不着，等着日出，早上有精神的去走访调查。不得不说，团队里的女生很给力，不怕苦不怕累，不会喊腿酸，没有怨言，队长也很给力，很有想法，第一次做社会实践就能想的很周到。

不管怎么说，这次的社会实践是告一段落了，还有好多东西要整理，大家一起加油吧。

社会实践快要结束了，在这个时候，突然闲下来了，看看外面阴雨绵绵，庆幸同时也不由得有很多想法。

在这社会实践同时也是学习的中，给我最大的感悟当然是团队的作用。不是有句话叫一个人赚钱难，一群人捐钱容易吗?人多力量大，而对于团结的团队而言，这里力量更有效率。就像那天在办公室里整理问卷一样，在大家的欢声笑语中，我们以两人一组的方式，高效准确地整理出来了。而事实上，那天上午，我曾一个人坐在桌前，整理问卷，却多次出错，最终以失败告终。唉，一个人办事难啊!幸好有这么一个优秀的团队带着我前行，感谢大家。

大学生实践总结报告 篇12

暑假期间，我进行了一次社会实践，有幸在当地的一所电脑学校教电脑。我教的都是一些基本最基本的知识，本以为以我的电脑，教这些生手应该是绰绰有余了，没想到，在教的过程中，体验了一系列的困难。这才恍然明白，原来传道授业解惑真不是想象的那么简单呀。针对自己在教学过程中遇到的一系列问题，参考了一些书目，提出了一系列的方式。一方面让我深切的体会到了老师的不容易，另一方面记录者我的成长。以下是我的社会实践报告。

因为从来没真正的走上讲台正式的授课，初次登台时还真是很紧张。尽管课前已经做了相当充分的准备，但在讲台上时还是控制不住的心慌，流冷汗。幸好我一直相信“坚持就是胜利”这一格言，没有让自己的怯场流露出来，最后终于比较成功地结束了一堂课。不能不说，这也是我的一次超越呀!

当了老师才知道，光自己肚子里有货还不行，还得找到一种行之有效的方式来传递给学生，只有学生真正学到了，那才叫好老师。而我，在教学初期恰巧遇到了这个问题。常常我是吃亏不讨好，花了大力气来讲课，把自己搞得汗流浃背，结果大部分同学依然不懂，心里异常着急。后来与有经验的老师沟通交流后才有了些许改善。

在教学过程中，我就遇到了这一问题。学生们往往不能按我的主观愿望去做学习做事。当然，我很能理解这种情况，毕竟每个人都有自己主观能动性，我又怎能将自己的期望强加于他人身上呢。可是，当我试着去改变去努力的时候，情况虽有所改观，但仍没有我期望的那样顺利，心中难免有些挫败感，甚至因为少数同学而影响了大部分同学的学习。

从学生到老师的角色变化，我的视角也发生了很大的变化。作为老师，辛辛苦苦的教学，大家都希望学生们能切切实实的掌握所学的知识。可是，无论我付出多大的努力，苦口婆心的谈心交流，掏心掏肺的跟他们沟通，仍有些学生不为所动，依然我行我素，爱学不学的样子，真的很令人头疼!

如何把自己掌握的知识传达给学生，是做老师必须知道的。同时，了解他也是做好老师的关键问题。当然，这个问题也涉及到多方面的问题。好教师应该了解自己所教学科的课程，掌握教学技能，完成所有有效教学所涉及的所有活动。对有效的教学而言，学科的课程并非是包罗万象的百科全书，所以教师要做的是不仅要了解起学科课程，而且要能够将知识传达给学生

做个有意识的教师;所谓有意识为某个原因有目的地做一些事情，即有意识的教师明白最大程度的学习不是偶然发生的，而是千里之行始于足下的。在做出决策时，在教学中会应用教育心理学的基本规律，能将教育心理学的研究结论与常识结合起来。

“如果学生不愿意把自己的欢乐和痛苦告诉老师，不愿意与老师开诚相见，那么谈论任何教育总归都是可笑的，任何教育都是不可能有的。”学生们对老师的看法往往影响着他们对该门课程的热情度。关系好了，能够大大的促进教学过程;处理的不好，则很有可能适得其反。

大学生实践总结报告 篇13

作为一名大学生，不仅要学好专业知识，社会知识也是必不可少的。因此，每年一度的暑期社会实践便成了我们学习社会知识的一个很好的机会。在社会实践中，主要可以学习一些人际交往、处人处事以及做事应变、执行力上的知识与能力。

在本暑假中，为了能够得到更多的锻炼，学习更多的社会知识，也响应院校的号召积极的参与了社会实践的大军之中。虽然没有别人参与的那么与自己的专业对口，也没有那么的轻松实践活动。只是在一家农家乐做杂工。每天8：30上班，中午一点半下班，再到下午的4点上班，晚上8点半下班。每天早上到饭店后首先打扫卫生，包括摆餐具、扫地、拖地、打开水等等。到10：00吃饭，吃完饭收拾好后开始站岗，迎客。“欢迎光临”“请问几号包厢”“请问几位”“这边请”之类的话开始在菜馆里四处飞扬。加茶、拿饮料、倒酒、上菜、打饭紧接着而来，完全可以让你忙得焦头烂额。特别是当你一个人看几个桌子时，若几桌人同时叫服务员，你会觉得特别痛苦，然后就是忙上忙下，跑进跑出。让你再一次明白什么才叫真正的“供不应求”，是呀，这里的服务员真的不多了，所以在职的便特别辛苦。“您请慢走”“欢迎下次再来”“请带好随身物品”送走了一批客人，然后收拾残局。到一点半后如果没有客人就可以回家休息了。下午4：00准时上班，，吃完员工餐，开始做准备工作。做好准备工作后又开始重复上午的工作，站门、迎客、送客、收拾，到8点半下班。但值班人员要等所有的顾客走完，才可以离开。

这就是我们服务员一天的工作行程，不是夸张，是事实，特别是有时遇到故意刁难或是蛮不讲理的顾客，你这一天过得更是“凄惨”：一，你不能得罪顾客，因为他是上帝;二，你不能坏菜馆的声誉，因为你还想在那里工作下去;三，所有的错都是服务员的错，即使那错是因为别人而犯或是本身就是别人犯的，只要关系到顾客，你就得认栽;四，做的好，没奖;犯点小错，就要罚!罚!

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。”我现在才深刻体会到这句话的含义，在现实中课本上学的理论知识用到得很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯，很多东西都不懂，幸好有同事的耐心帮助、老板老板娘的耐心教诲，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，更重要的就是使我在待人接物，如何处理人际关系等方面有了很大的进步。

这次社会实践，我学到了很多东西，认识了很多东西，有很多菜原本我是不认识的，经过这次社会实践之后，我认识了很多菜，很多鱼，开阔了我的视野。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

现在我知道了，只顾着学习是没用的，有用的是要学以致用，理论和实践相结合，这样我们学到的才会更多，实践可以让我们事倍功半，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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前的我并不善于与人沟通特别是初次见面的人场，通过这次的实践我这方面的能力有了河大的提高。人都要学会融入社会这个团体中，人与人之间齐心协力，才能使做事的过程更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要认真听取，虚心地接受。

在工作上要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出的肯定。社会经验缺乏，学历不足等种.种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。要想把工作做好，就必须学会相关方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！