# 最新暑期社会实践自我鉴定大全(23篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-01-09

*暑期社会实践自我鉴定一敬老院大门上写着上帅福利院，大门是紧锁的，喊了几声没人回应我们，以为没有人在。叫青梅帮我们拍了几张照片，原以为可以不用做事拍了几张照片就说广东技术师范学院校大学生志愿者暑期社会实践到上帅敬老院慰问老人的。在我们转身即将...*

**暑期社会实践自我鉴定一**

敬老院大门上写着上帅福利院，大门是紧锁的，喊了几声没人回应我们，以为没有人在。叫青梅帮我们拍了几张照片，原以为可以不用做事拍了几张照片就说广东技术师范学院校大学生志愿者暑期社会实践到上帅敬老院慰问老人的。在我们转身即将离去时，一位七十多岁的老爷爷拿着扫把扫地。青梅打过招呼后，我们进了老人院。首先大伙分工合作，扫地、拖地、擦窗等。我想在这说说刚进门的感觉。刚进门，映入眼帘的是桌上盆里的剩饭，似乎放了好几天，放上面一群苍蝇在群魔乱舞，旁边是一张粘满苍蝇的苍蝇贴，再旁边是一个不满灰尘的懒电饭煲，地面很脏很潮湿。整个房间散发出一种潮湿的霉味，尿味和吸了几十年的烟的烟酸味，有点呛鼻，但我们不能退缩，工作依旧进行。

清洁结束后，大伙和老人们聊了起来。在聊天中得知，这个老人院一共有七个人，都是没有子女的孤寡老人，而且都是男性。最年轻的是57，最老的是84岁。年纪最大的老爷爷走路时颤抖着的，迷惑的看着我们，他的眼神告诉我们，他不开心，他很孤独很寂寞，很想和我们聊聊天，只可惜他已经完全听不到我们的声音，所以他一直坐在门口看着我们和另外一位老爷爷聊天。最年轻的哪位，我想我不应该叫他爷爷，因为他也就比我的父母大几岁，我应该叫他大伯吧。五十七岁的那位大伯很少和我们说话，期间就一直坐在楼梯间看着我们说话，傻傻的笑着，那所剩无几的大黄牙配上凌乱的头发和那笑声，有点恐怖，我不敢与他对视，但我心中更多的是同情，我想和他多说说话，但是你会觉得不知道说些什么。所以基本上我们整个过程都是和那没七十四岁的了老爷爷聊的。一位七十三岁的老爷爷坐在角落看着我们，无神的眼睛里透露着忧郁，他渴望和我们说说话，似乎几十年没看过这么多人在自己的面前，似乎几十年没有人和他静静地坐在一起说说话啦!在怜悯之心的驱使下，我坐到他旁边，看着他吸一口自己卷的烟草，看着他吐出的白烟在空中缓缓散去，我问了他的年纪，可惜老人家太老了，耳聋啦，听不见我说什么，只是呆呆的看着我，用我听不懂的语言回答着他听不懂听不到的问题。那位七十四爷爷告诉我们，这位爷爷七十三岁，已经在这住了十八年啦，耳聋啦，听不到啦!天啊，很难想象在这里这十八年是怎样度过来的。

和七十四岁爷爷的聊天中，我们了解到了他们大概的生活状况。他们一天有三块钱的伙食费，一个月有十块钱的生活费用于购买洗衣粉油盐等生活必需品。当然我们知道这十块钱是远远不够的，那么不够怎么办呢，没有怎么办，就那样咯，没油就不用油咯，没盐那么做菜就不用盐咯。政府会派写米给她们，菜的话就自己种。爷爷告诉我们，他们是每个人自己种菜自己煮自己吃的。前面一大块空地就是他们的菜园，那块油麦菜就是七十四岁爷爷的。也就是说七十四岁爷爷每天的菜都是油麦菜，至于有没有放油盐就不知道啦。当我问他为什么不七个人一起仲裁一起住一起吃，那样菜式就多啦，爷爷说刚开始是这样的，但是有人不做事啊，后来就分开啦，各自种各自吃啦，懒的人没菜吃就吃酱油饭咯。有人问到过节有没有加菜，个人觉得这是个没意义的问题，平时的温饱问题都解决不了，何来的加菜呢。政府一年回来两次，那就是过年和中秋，每两年会有一套冬装的衣服，但是没有夏装的，那么他们的衣服哪里来的呢?有没有的穿都是个问题!

他们每个人一个房间，在二楼有一个公共电视，顺便说下，楼梯间没有灯。若是房间里的灯坏了也要自己买自己装，天啊，七八十岁的老人自己装灯，万一摔了下来呢，后果难以想象啊!我们在菜园的角落发现有人搭了一个棚，爷爷说，那是个私人厕所，因为没有肥料施肥，所以就搭了个厕所。

既然老人们无子女，那么政府们是不是应该做点什么呢?当问到有没向政府反映要求增加补贴时，爷爷说肯定是有的啦，但是反映没有用啊，还是这样。

也许你们会问老人家们平时吃完放是不是下下棋听听收音机啊的，错了，上面说了只有一个公共电视，除此外没有其他的任何娱乐工具，老人们的生活是极其单调孤独的，平时八九点睡觉，早上六七点起来，吃完饭就在街上慢慢地移动着，也就是所谓的散步，从街头移动到街尾再移回家，就这样过了一天。

虽然我们大家都很伤感都想为老人们做点什么，有人说给他们钱，但是，我们给的这一点钱也不能有什么用，我们不能长期供应他们，后天我们就离开这，他们的生活还是那样的。我想我们能做到的就是建议中小学每个月组织一次活动到老人院慰问老人，建议政府提高补助等，只可惜这一切我们都没能做到。最后我想到的是，这一代，下一代，男女比例如此失调，能够找到自己的另一半的，那么就好好珍惜好好相处好好生活，不管怎样，至少到老的时候，有人相伴，有子女孝敬，不至于孤孤单单一个人在老人院孤独寂寞的生活。

**暑期社会实践自我鉴定二**

自从踏入大学校园以来已经有两年了，自己在理论方面已经有一定的提高，但是对于就业方面，我们仍存在很多的挑战，特别是对于我们这些师范生来说，就业形势就更不是一般的严峻了。在如今社会，竞争越来越激烈，很多招聘会上都用大写字板写着“有经验者优先”的大字，但对于我们这些就像长在温室里的大学生，又能拥有多少经验呢？为了充实自我、锻炼自己、增加经验，我利用这个暑假办了一个补习班，主要辅导初二升初三的学生英语、数学和物理等科目。

怀着满腔热情，在暑假来临的前一个月，我开始准备招生，制作传单，发放传单，接受报名等等。当然，在这个月里，我也在准备期末考，但是由于平时的努力，我不用花费很多精力在复习上面。

期末考结束后，我开始了长达一个星期的“备战”——准备资料等等。为了突出重点和巩固各个知识点，我的资料和题目并不是直接从网上复制下来的，而是通过精挑细选和修改之后才把它们结合起来。

经过一个星期的“备战”，一切已经准备就绪，我怀着满腔的热情，提起十分精神，开始了为期半个月的“奋战”。当我站在二十几个学生面前，当他们以纯真的眼神看着我，正准备吸取新知识时，我感到非常的兴奋，同时也很有压力，我发现自己突然变得成熟了，我已经不是那个一直坐在教室里，静静的听着老师讲课的学生了，我已经成长为一个能够传授别人知识，为别人排忧解难的老师了。我已经不再是那朵温室里受保护的花儿，而是那棵能为别人遮风挡雨的大树。我觉得自己有义务担负起教育他们传授给他们知识的责任。

在整个辅导过程中，我主要是为他们查漏补缺，然后让他们做相应的练习加以巩固和提高，并加以评讲和引导。让他们自觉、合理、科学、有效率的学习。

而整个过程中，我的教学是秉着“授之以鱼，不如授之以渔”的宗旨传授知识，教给他们思维和方法，而不仅仅是教他们做某道题以应付考试。让他们能够举一反三，灵活应用。

为了能够让学生更容易接受知识，增加课堂的趣味性和生动性，我在讲课过程中会不断引用生活中常见的现象；比如在讲到光的传播和声音的传播，为了能够让学生对比一下声速和光速的差别有多大，我以雷电为例，让他们能够联系实际，加深他们对知识的理解。同时为了能够让学生学会创新性思维，我会经常让他们做假设性的想法，看能不能得出什么特别的结论；比如，在讲到声速为340m/s时，我们可以让学生假设声速为34cm/s时，会出现什么现象（比如一个人往家里边走边跟家里的人说话，那最后一句话将会最先被听到，第一句话会最后听到：或者假设有一个学生迟到了，站在门外喊“报到”，老师看到他来了就点头叫他进来，他进来坐下去后才听到“报到”传了进来等等）。

当然，在教学过程中也出现了不少问题，体验了许许多多，也学到了很多。以下是我这次暑假的主要心得：（1）在这过程中，最难兼顾的问题就是不同层次的学生，要怎样做才能够让他们听懂你的课，都能够学到自己想学的东西。我的补习班里面，成绩的能够考到全年级的一二名；而成绩差的，有理数的加减（-3+4）都成问题。我想这种现象不仅出现在我的补习班，这是一个很普遍的现象。想要当一个好老师，最先要解决的就是这个问题。解决的方法就是从低年级抓起，从基础知识抓起，分层次教学。（2）一定要端正学生的学习态度，教他们学习要先教他们做人。有一些学生并不是自愿学习的，而是父母和老师强制的，他们并不懂得学习的正真意义。所以，一定要给他们灌输正确的思想，要培养学生的学习兴趣，让他们能够自觉地学习。（3）帮学生找到最适合他们自己的学习方法，让他们能够高效率的学习。每个学生都是不同的，适合我们自己的方法并不一定适合别人，所以，我们要因材施教，而不是墨守成规，一概而定。（4）知识的源泉是创新。所以我们要注意培养学生的创造性思维，防止“依葫芦画瓢”的不良现象。实践也是知识的动力，所以切勿脱离实际只注重理论，出现“纸上画兵”的现象。

总之，这次的补习班将会是我教学生涯一张启明灯！

**暑期社会实践自我鉴定三**

大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。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，锻炼自己的才干，培养自己的韧性;想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从融，外文专业西游取金，历史专业谈股论金，医学专业精益求金。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

暑假社会实践报告自从走进了大学，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，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，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。

实践报告相关文章：

​

**暑期社会实践自我鉴定四**

今年暑期，我们在确定考试完成之后，选择了去做担架志愿者。

每天早起早睡是必要的，所谓的辛苦也不必多说，只是对所见所闻感触颇深。我只讲两个来大致总结下自己的心得

大概是第二天的上午，我们接到电话，去了一个很老的楼房，说这里有病人昏厥，家里有八十二岁的看人以及他五十三岁的儿子。昏厥的正是这个儿子。看他有明显的缺氧症状，但血压正常，立即抢救。过程中我们试着联系他其他亲人，兄弟姐妹都说不认识他，儿子女儿也不愿理会他，只有他的老母亲在哪儿着急。关于他的病史，只有吸毒一条，我们也是无语——这种众叛亲离似乎是注定的。只因为你做错了事，并且一错再错。犯错是难免的，毕竟自古就有“人非圣贤”的说法，即使你不道歉，人家也会原谅你，但你一错再错，结局注定不会太好吧。然而，母爱的伟大也是可以看出来的，即便他再不争气，终于还是自己的儿子。由此可见，吸毒害人害己，是绝对错不了的。

再有就是面对死亡的态度。第三天上午，接到电话时，外面开始下雨了，在去的途中雨越下越大，还夹着冰雹……到了一个车站站牌，一个人躺在哪里，身体被水泡了一半，周围有几个人围观，但都不敢动。我们到了的时候，那人几乎是没有呼吸了。赶紧送到最近的医院。急诊室里人很多，几乎是只有几个人站的地方。经过一系列抢救，依旧无望了。在等家属来的时候，我出去看了看。这个急诊室内外很有意思，一道门帘，里面生离死别，情绪大起大落;外面依旧是市井繁华，车水马龙……怪不得人家总说人生如梦，想来也只是所处不同，因此所感也有所不同。简单的说，我们不该怀有过多情感去对待这样的工作，而是怀着善念，尽力去做。至于结果，只是不后悔而已吧。

第四天上午，听说是车祸，我就去看了一下，结果是一个老太太被车轱辘着脚了……老太太特别痛苦，不时苦闹。其实这种肇事司机没跑，老伴儿又在身边的，完全可以淡定些。我大概会笑，可我后悔了自己那时候去笑。因为我只是看到了钱和公平这个方面，却忽视了更重要的东西，老太太以后得日子该谁照顾，很不方便的她会不会给家人添很多麻烦……所以，我们能体谅别人的很少，疾病给人带来的更多的是精神上的伤害，我们该去体谅

这个活动很有意义，但其体会要大于经验，在我看来，平静下来才能对付一切，这正是一个让自己平静的过程吧。

**暑期社会实践自我鉴定五**

实践意义：

骄阳如火的暑假，我一如既往的选择回家。开始几天，每天翻翻带来的书，听听音乐，看看电视，甚为消闲，不过时间一久，便觉得无聊。碰巧遇到评选文明县城活动，各个社区组织实践服务活动，我立即报名参加。做一点志愿服务活动，一来丰富生活，增长阅历，培养组织沟通能力，二来以一颗感恩之心，传递关爱，回馈社会，非常有意义。

实践内容：

我的任务是一周服务三天，为期三周，服务项目主要有社区卫生保洁，消夏文娱活动服务，弱势群体一对一帮护等。虽然成就不大，但自己努力付出并认真完成了任务，这个过程中体会颇多，获益匪浅。

我所居住的小区，卫生环境还算不错，但入口处是一条狭长的小路，道路两旁蔓草丛生。从前一直觉得，曲径通幽，芳草萋萋，别有一番情趣，无奈杂草日盛，本就狭窄的小路被挤占了大半，草丛间夹杂纸屑果皮塑料袋，更显杂乱。于是周一清晨，我起了个大早，我了一双麻布手套，一把锄头，兴冲冲来到目的地。一开始，我用力把锄头扎进草堆中，前后猛砸，只觉手臂酸胀，腿有些发抖，而土块被翻起大半，草依然顽强的留在那里。折腾了大半个小时，只是白费力气，索性锄头一丢，双手拔起来。晨练的大妈刚好路过，笑道：锄地不光是力气活，还是个技术活。眼手一致，有力均匀，姿势要正确。她很耐心的讲解起来，边说边示范。弯腰，弓腿，我的姿势笨拙甚至滑稽，但慢慢也就适应，速度也快起来，忙活了一会儿收拾出一块空地来。

常言道， 眼高手低，至此我猜真正体会到这种落差。多年读书，自认为积累不少知识，但将来进入社会，能否将其用于实践，值得深思。增强实践能力，多看，多思，勤学，勤问，不单单锄草如此，将来的求学，工作也应秉承这种态度。正如古人所说纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行 。

几个清晨的忙碌，终于清理出整洁的路面，虽然身体疲惫酸痛，但心里着实开心。每当走在社区里，总会下意识的捡起地上的垃圾，看到街上的清洁工人也开始冲他们友善的笑笑。尊重别人的劳动成果，为社会献一份绵薄之力，收获的是家园和心灵双重的快乐。

为丰富广大居民生活，提升精神文明，社区号召全民参与文娱活动。然而多数居民喜欢带着家中，邻里互动交流较少，气氛不浓。社区打算举办周末消夏活动，我应召帮忙宣传和组织。跟居委会负责人商量过后，大体确定了象棋，扑克牌，广场舞等几个活动，首先，写好活动策划，定好流程，第二，规划好场地，列好桌椅音响等物品清单;第三，安排好活动负责人以及服务人员。接下来，就是在醒目处张贴海报，挨门挨户动员大家参与了。有些住户推脱有事，我得耐心诚挚的邀请，如承诺帮他们照看小孩，帮忙买菜，活动现场提供冰镇饮品。这个过程，需要不断沟通交流，善于了解不同居民的实际需求，以诚动人。几天的上门邀请，大家的态度由冷漠到关注，积极性挺高。八月的夜晚，热气慢慢散去，小区的人们三五成群聚在一起，或下棋，或打牌，或散步，或跳广场舞，怡然自得，乐在其中。我加入广场舞的队伍，帮阿姨们放放音乐，搬搬桌椅，拎几瓶矿泉水，事情虽小，但这种简单的交流却能真正打动人心。她们的快乐感染到我，身心都轻松愉悦起来。无论动作是娴熟曼妙，还是错乱笨拙，每个人都在认真的踏着自己的节拍，舞动自己的快乐。我见到一位老奶奶，跟在队伍后，跳得十分卖力，正如她对身边的人所讲：人奋斗一辈子，不图名，不争利，能挣得个终日快乐，就是的幸福。幸福的涵义见仁见智，在未来的生活中，要笑对烦恼，适时减压，善于收集生活中的快乐，传递希望和幸福。

我的邻居有一对老夫妇，儿女常年不在身边，丈夫中风多年，经济上虽宽裕但生活得非常落寞。我每周抽半天时间陪这两位老人，刚开始只是读读报纸，唠唠家常，但总是我说个不停，他们礼貌的应上几句。问有什么需要帮忙的，他们总说没有。我想，两位老人经济上宽裕，吃穿用度不用操心，老爷爷的病虽难治，但政府和子女做保障，医药费不愁。精神上嘛，老人家看看电视，我再讲点趣闻乐事，应该有所改善。

接触的久了，才发觉老人的实际困难。大娘买粮油果蔬从来都是少量的买，不是吃不完，而是提不动;她夜晚很少出去散步或参加文娱活动，因为眼睛不好，体力有限，担心跌跤;大爷行动不便，不能定期到医院检查，只能随意买些药来治;灯泡坏了没法及时换;水龙头出问题自己修不了;大娘遇到头疼脑热的病，还要照顾老伴，非常辛苦。诸如此类的琐碎事情，在我们看来没什么，在他们生活中就显得非常不方便。有一次刚好碰见大娘给老伴买新药回来，我帮忙看说明书，一看才发现这种药副作用极大，尤其不适用中风患者，盲目服用后果不堪设想。老人眼睛不好，哪里能顾及此?想到这里，忽然忧心忡忡起来。

我个人力量有限，只能偶尔帮他们买买菜，收拾屋子，读读报纸，聊聊天什么的，但我想，发动整个社区的人关爱身边的弱势群体，真正深入到他们生活中，老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼，用爱心和耐心付出，那这对老夫妇以及更多需要帮助的人将生活的更加舒心和欢乐。大家能形成一个组织，轮流照顾，轮流帮忙，把这种风气推广和传承开来，这样的帮助才能持久。

社区服务的时间虽短，但我从中体会到人生的道理，对未来的人生规划，也有了清晰和务实的把握，在此过程中，自己的组织沟通能力也得以锻炼，同时更加关注社会热点，对一些问题有了更深的认识和思考，也开始意识到自己身上的责任感，愿尽自己的力量帮助他人，奉献社会。

**暑期社会实践自我鉴定六**

学生社会实践活动是提高学生综合素质的主要途径。根据国家教育部与厦门市教育局要求，社会实践的数量和成绩是学生是否具备毕业资格的重要要件之一，学校非常重视，按计划、按要求积极开展社会实践活动，现总结如下：

1、精心准备

由政教处发起组织，各年段认真规划好社会实践（或社会调查）主题，各班级积极动员，做好布置，分组进行社会实践，把社会实践、社会调查与日常教学、德育和研究性学习结合起来，培养学生创新能力和良好的意志品质。

2、积极组织

各年段以村为单位，划分小组，指定专人负责，各组负责人能进一步明确活动意义，加强指导，对学生进行安全、纪律教育，并做好协调、组织工作，确保社会实践活动顺利进行。

3、及时总结

社会实践活动结束后，班主任按时组织学生填写《厦门市中学生社会实践活动登记卡》，并经接待实践单位或部门提出鉴定意见评定成绩并加盖公章，之后汇总送学校政教处存档备查。班主任还及时将学生参加社会实践活动情况登记在《厦门市中学生社会实践活动考核登记表》，并将此表送交教务处，做为审查学生是否具备毕业资格和升学考试报名档案的必备材料。各年段还认真写出总结报告，及时总结经验。

通过实践，全体学生扩大了知识面，体会到家长的辛劳，认识到社会的多样性，进一步增强了判断能力、动手能力，培养了良好的道德品质，形成了良好的劳动习惯。

**暑期社会实践自我鉴定七**

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是系科给了我学习实践的机会，是系科给了我们极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能对得起养育我们教育我们影响我们的祖国。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层,同基层领导谈心交流，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，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，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，对自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。我是一名大三学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。“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“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤„„”。 在短短三天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把淮师人永争第一的精神带去了社区，把淮师学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们的暑期社会实践曙光城也给社区留下了光辉灿烂的一笔。

学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二.在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我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。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”四.工作中不断地丰富知识。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。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

**暑期社会实践自我鉴定八**

暑期的一个多月我很庆幸的成为上海君瑞实业有限公司一员，被贵司录用为销售助理一职，虽然和我现在的专业不搭架，事实做下来我还是收获不少。这是我第一次正式与社会接轨，来了一次零距离的亲密接触，社会现实的可畏，人际关系的复杂!让我尝试了社会的酸甜苦辣!

第一天上班，感觉还不错。因为家离公司比较远，所以早早的就要起来，哎，还真有点不习惯，但是想到第一天上班，久违的兴奋感一涌而上。国家规定的8小时制，当能我们公司也不例外。中午在公司用餐，晚上5：30下班!时间过的真快，晃得一下8小时就过去了，还真不过瘾!这就是我一个多月的两点一线的社会实践日!

我主要负责的工作流程，客户发询价，用我们自己的抬头做一个word表格，再找我们的供应商报价，接到供应商报价后在乘我们的系数，加运费再报给我们的客户，报价后在跟踪，听取客户意见，尽力满足客户的所以要求，在接到客户订单后，先签字并盖章回传!之后再下单给我们的供应商，管理好供应商一定要在规定的交货期内交货，在近交货期的时候要打电话给供应商，看看工厂生产情况。收到货后当天把货发到我们的客户工地上!在送货期间要跟踪货运情况!客户收到货后再听取客户的反馈!

接到客户询价的在做word表格的时候，因为我是个马大哈，所以经常做错，还因为对产品的不熟悉，所以经常把材质，标准和备注弄错了，材质弄成标准，备注忘了备注上去!看似简单的事情，做起来竟会是我的一大通病!这是我在做表格的一大失败，所以会经常被领导批评!哎!只有在这时我才发现我马大哈的缺点。又因为对公司产品的第一次接触，客户都是用英语表示的，专业术语的难度，也只有在这时我才能发现学历诚可贵，知识价更高!在那时我暗暗的下定决心，在琼台的最后一年，我一定要好好的学习英语，抓紧最后一年的时间努力学习最宝贵的知识，珍惜在琼台所有一切的一切!

再者就是管理好供应商了，找供应商的时候，我便只身成了采购，用俗话说好像是个有钱有权的人要买东西似的!可事实并非如此!找供应商是一件简单的事情，但是要真的找一家好的供应商就不简单了。又是一大难事，找到一家好的供应商，首先要具备的是物美价廉!价廉是要在至少三家供应商比价之后才可以知道的，但是物美，怎么比呢?不可能要三家的供应商给我看好样品之后再决定啊，到那时煮熟的鸭子早就飞了，这样就永远也拿不到客户单子!只能看供应商网站上的东西，诚信，设备，产品，证书~~~~!再对比决定!但是在报价的时候还不可以报三家最便宜的价格，要报中间价，这样至少我们就不亏啊!这便是采购的一大麻烦事!

从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角，老师变成经理，同学变成同事，相处之道完全不同。它让我看到了企业和人与人之间的残酷的竞争。我在公司的职责就每天联系我的客户，满足他们的需求。客户有的是需要我们的钢管·齿轮等等，而我公司必须要清楚他们需要多少，发货和到货时间，还有货的价钱。这时我要做的就是做excel来规范他们的订购，还有报价单也是必要环节。近40天的时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人的，做事的，做学问的。

暑假的社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。由于我所工作的地方是一家私企，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。只是每天都要守在电话和电脑旁边，接电话，在电脑上记每天的销售，制作一些简单的报表```很耗时间。但是渐渐的习惯了。现在在办公室，有闲的时候就会看一些工厂货物的名称。在此期间，曾有几次想过干完一个月不干了。也许我是刚开始工作，有时受不了同事和经理给的“气”， 自己心里很不舒服，就想辞职再重新换个工作得了。但静下心来仔细想想，再换个工作也是的，在别人手底下工作不都是这样么?刚开始，就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。不然，以后干什么都会干不好的。我现在的工作，相比其他人来说待遇挺不错的了，也不是和其他人比，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习对人怎么说话、态度及其处事。现在才明白，在校做一名学生，是多么的好啊!早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。所以，现在我很珍惜学习的机会，多学一点总比没有学的好，花同样的时间，还不如多学，对以后择业会有很大的帮助。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。除了少许的英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少。我担任的是文员一职，平时在工作时只是打接电话联系客户，或者是做表格，几乎没用上自己所学的专业知识。。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的，我们必须在工作中勤于动手动脑慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行则虚心请教他人，没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰!

由于我没在自己家里，和朋友住了一个小房间，离公司还是有一段距离的，所以每天7点就得起床，洗漱完后随便吃点早点就要踩着电动车去上班。，就算天气再恶劣，只要不是休息，都得去上班，有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，留给个人支配的时间就更少。我们必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候偷着逃课，自由许多。

给我印象最深刻的就是 7.25这天，那是一个周六，本来我周末时休息日的，可是由于客户的时间关系，我必须要在贵公司规定的时间内把货准时发出去，于是我的经理要我在这天加班，。早上9点开始，我的司机到我家来接我，我拿着一些被遗漏的货开始了我一天的奔波。首先是要去南汇区打一个被漏掉的钢印。接着还去过嘉定区·闸北区· 普陀区，最后一个就是宝山区，也就是我们公司的仓库，到取走了发放到兰州和青海的货物，然后到达发货中转站时，我又必须得把货从车上卸下来，告诉他们每样货的发放地点，和清点货是否对数，最后交易的就是发货费。一直忙到下午17：30，我终于圆满的完成了我加班的目的。现在想起来，当时是很辛苦，可是现在还是觉得蛮有成就感的，至少我成功了，没有辜负经理对我的期望。

针对文员这个职位的特点，遇到挫折时，必须调整心态来舒解压力，面对挫折。古曰“天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，增益其所不能。”树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，应该认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。我们遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错误领导责骂时不能赌气就辞职。复印、接电话、做销售表等文员工作我都基本熟练。正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文字能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说每天都要记一些销售，顾客打来电话需要的货物，记下这些东西时，用词要准确，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，刚出校门的我们很多时候无法适应。一般公司的任何一个员工，他们都会很注意对自己客户资料的保密，以防被同事抢去自己的业绩，因而关系显得有点淡漠。但是环境往往会影响一个人的工作态度。一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。而偶尔的为同事搞一个生日party，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个其乐融融的工作环境。心情好，大家工作开心，有利于公司的发展。我认为我能做的就是“多工作，少说话”。而在临近毕业的最后一年里，我会应该更加珍惜与同学间的相处。

针对这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将在报告中首先讲述我在实践期间积累的这方面的认识和经验。 通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，需心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色! 不管是在什么地方任职，都会努力! 通过这次的社会实践，让我体会到管理公司的难度有多大;在老师那里和书本上有很多精彩的谈判案例，似乎轻而易举，但经过身临其境、亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。通过实践，让我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，在今后的学习中更加努力地丰富自己的头脑，为将来自己毕业后的创业做准备。

**暑期社会实践自我鉴定九**

自从进入大学，就业问题就总是围绕在我的身边，成了说不完的话题，在大学校园的宣传板上的各种招聘的广告更是琳琅满目，并且每条广告都有这样的一句话：“有实践经验的优先。”但对于仅仅生活在大学校园的我来说哪有什么实践经验啊!所以我把目光放在了今年的暑假，实践就是为了扩展自己的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便毕业后真正走进社会之后，能够适应当今社会的发展形势，并且能够很更好的处理在生活和工作方面的各种问题。因此就这个暑假经朋友介绍，我来到了湖北省武汉市洪山区光谷总部国际武汉xx科技有限公司，并且在这里我开始体验我的打工生活，第一次进行社会实践。

大学生生活不算是纯社会，但总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。我们要感谢老师不倦的教导，让我们比一部分人有了更高的起点，有了更多的知识去应付各种困难。作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各个方面的人交往，处理社会中所发生的各个方面的事情。这就意味着大学生需要主动到社会中去实践，毕竟几年后我们将不再是一名学生而是会成为社会的一份子，要与社会交流，为社会做贡献，只懂得纸上谈兵是远远不够的。以后的人生旅途是漫长的，为了把自己锻炼成一名合格的、对社会有用的人就必须不断实践。

在忙忙碌碌的这两个月我觉得我过的很充实，期间主要从事制造处导线班激光导线的装配与制作。在这里我认识了很多80后朋友，有他们的陪伴我过的很快乐。流水线上的工作，我上班之初干的很不习惯，但是在朋友们的细心指导下，我坚持了下来，并顺利完成了生产任务。在这里上班的期间我收获了很多，认识到了我们外来人求职之路的不容易，体会到了上班生活的酸甜苦辣，积累了丰富的实践经验，锻炼了实践动手的能力， 感悟到了未来就业之路的坎坷与艰难。总之在我人生中的最后一个暑假，我学到了很多，体会了很多，我无悔!

其实，社会实践中的很多东西都是在校园中无法触及到的。大学生，最重要的是学习，但是在学习的同时，也要参与实践。学习与实践的结合是很重要的。大学的校园虽是社会的小模型，但它们还是有一定差距的，它们的运行规则有很大的不同。学校与社会的一定隔离，往往使得呆在象牙塔里的我们对社会的看法趋于简单化和理想化。在这样的环境中培养的大学生，在学校之中可能很优秀，一旦踏入社会，其缺点便暴露无遗。所以，大学生应该注重在就业前培养自身适应社会、融入社会的能力。借助社会实践平台，可以提高大学生的组织管理能力、心理承受能力、人际交往能力和应变能力等。此外，还可以使他们了解到现代社会的就业环境、政策和形势等，有助于他们找到与自己的知识水平、性格特征和能力素质等相匹配的职业。

我希望自己通过大学的学习后，成为社会中的有用人才，能够适应社会的需要。因此在学习期间，我会积极参加社会实践活动，认识社会，认识自己在社会中所处的位置，调整和完善自己的知识结构，战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，为适应以后的工作做一定准备.这也是我参加社会实践的目的之一.通过在社会实践生活，我受益良多。

最后，以此来致敬我终将逝去的青春!

**暑期社会实践自我鉴定篇十**

尊敬的各位领导、亲爱的老师、同学们：

大家下午好!

今天，我们在这里隆重举行xx年寒假社会实践总结表彰大会，表彰在寒假社会实践活动中表现突出的先进个人，总结我校在寒假社会实践活动中所取得的优异成绩，从而推动我校学生社会实践活动的蓬勃发展。首先，请允许我代表全体师生向出席此次表彰大会的领导和嘉宾表示衷心的感谢，向在社会实践活动中付出辛勤汗水，投入艰辛劳动的老师们、同学们表示诚挚的问候!

为进一步贯彻落实鹰潭市政府和学校相关文件精神，充分发挥社会实践活动的育人功能，提高我校人才培养质量，根据xx年学校寒假社会实践活动的整体安排，招就办积极部署开展了以“青春勇担当，实践长才干，助力中国梦”为主题的xx年学生寒假社会实践活动。此次实践活动参与学生人数众多，涉及我校各个专业，工作难度大。学校高度重视此次寒假社会实践活动，成立了以副校长为组长招就办主任为副组长的xx年寒假社会实践工作领导小组，具体负责寒假社会实践的领导和组织、协调工作。经广泛宣传，多方动员，

此次实践活动我校共组建了2支团队，参与实践人数共计101人，精心选聘2位优秀指导教师。招就办专门编写了《鹰潭应用工程学校寒假社会实践活动手册》，组织召开了鹰潭应用工程学校寒假社会实践工作会议，从安全教育、实践内容、实践过程、实践总结等方面对参加社会实践的学生进行了全面培训，使全校学生从根本上认识到寒假社会实践工作的重要性，确保实践育人工作的有效进行。

在实践活动中，同学们在指导老师的精心指导下，不畏艰苦，团结协作，充分展现了我校学生心系学校、服务企业、脚踏实地、注重实践的良好精神风貌，赢得了美的贵雅照明、余江阳光公司的关注与好评，圆满完成了此次寒假社会实践活动。

本周，招就办组织开展了“实践归来话成果”主题活动，交流活动体会，认真总结社会实践成果，切实帮助广大同学在实践过程中“受教育、长才干、做贡献”，进一步增强了社会实践的育人效果。

虽然我校在xx年寒假社会实践活动取得了丰硕成果，与往年相比有了大的跨越，但仍存在不足与亟需改进之处。比如：实践氛围营造不够全面，部分学生对实践的目的、效果认识不够深入，寒假社会实践总结还停留在感性的认识上;部分指导教师缺乏经验，由于今年寒假实践活动学生数量众多，选聘的部分指导教师缺少指导社会实践的实际经验;与学校有长期合作的实践基地数量较少，稳定性不足，难以满足众多学生的多样需求。

同学们，学生社会实践活动是一件社会、学校、个人“三赢”的好事，凡是参加过社会实践的同学总会发现社会实践的重要作用。古人云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。在学校里，各位同学不仅要学知识，还要学文化;不仅要重视学业，还要把自己的成长当作追求的目标。而这些东西，光靠在课堂上学习是不够的，光靠在图书馆翻阅资料获得知识也是不够的，人生的体会和智慧需要通过积累和磨练，而社会实践能够让我们更多地获得智慧。作为当代的青年学生，希望我校广学校子革新观念，虚怀若谷，脚踏实地，自觉投身于社会主义现代化建设的实践之中，把爱国主义精神和时代精神融入头脑，将个人的成长与祖国和企业的需要紧密联系起来。只有这样，我们的人生境界才会提高，我们的理想才有坚实地基础，才能站在一个更高地位置来看待学习，看待人生，面向未来，才能成为社会发展所需要的高素质拔尖创新型人才。

谢谢大家!

**暑期社会实践自我鉴定篇十一**

作为祖国未来的事业的继承人，新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打短工作为社会实践的方式，目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短一个月的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

暑假，多么漫长的1个多月，好好利用这个暑假的话，会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职，于是，我顶着炎炎烈日，在外面开始找工作了，开始，我给自己定位太窄，与电子无关的都不会去看一眼，因此第一时间未能找到工作;后来我拓宽了就业范围，很快，我就看到了鑫盈宾馆的招暑假工的通知，较合我意，终于，我宾馆服务生的旅途正式开始了。

一、实践基本情况介绍

其实，对于宾馆的一切，我了解的很少很少，一点工作经验都没有，而像我们这样没有任何经验的新手，很容易被前辈欺负，也很容易犯一些低级错误，7月18号我怀着忐忑，焦虑的心情来到了宾馆，开始了我全新的工作。我想通过这一次实践，能了解宾馆的经营模式以及一些经营策略，甚至也可以多了解一些商业成功人士的经历。也能提高自己的社会交际能力。同时，也能在这次实践中给自己一个很好的定位，不能总是眼高手低，不能好高骛远，要扎扎实实从最基本的做起!总体来说，我总结了几个我这次实践的几个基本目的：1，通过实践锻炼我在任何环境下的忍耐力，坚持毅力!丰富自己的思想，加深自己对社会的认识!

2，切身了解社会服务市场的目前状况，为将来自己进入社会做好准备。3，熟悉宾馆服务环境，服务模式，为将来全面发展打好基础。

4，通过自己亲身体会，以及前辈的现场指导，希望能学到许多学校学不到的宝贵经验。5，,宾馆实习是对我的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动我的主观能动性，深入细致地认真观察、实践，使自己的动手能力得到提高。

6，通过和前辈的交流以及接触不同类型的人，增加自己的社会交际能力。7，学习到一定的管理能力，俗话说“知人善用，此乃王道”。

8，学会处理好人与人之间的关系，尤其是和自己同事之间的关系!处理好关系，才能让自己更好的适应不同的环境，也能让自己得到很多人的帮助。

二、调查对象和方法

我此次实践的地方是在银川的鑫盈宾馆，宾馆整体情况还可以，规模还可以。比较大，大堂的装修也还可以，房间的电器配备很齐全，房间也通风而且还狠宽敞，至于卫生方面，都是不错的，能接触的东西基本上都是消过毒的，服务效率还可以，每个楼层都有专门的人管理，这是我进入这宾馆对于他的一点初步印象。在这里工作，我有可以看到厨房管理的机

会。厨房的卫生以及其他方面都要求很严格，在空暇的时间，我也有机会见识到大厨的手艺，我们的领班，他对我说：“我知道你是大学生，有很远大的志向，可能不喜欢做这些粗活，你们都是受过高等教育的，也可能看不起做这些事的人吧，但大事总是由小事一步一步积累而成的，“不积小流，无以成江海。不积跬步，无以至千里。”你知道那些师傅和学徒，他们的区别在哪吗?。我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，积累了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们师傅能做的，相信他们的学徒能做的更好，毕竟“长江后浪推前浪”嘛。所以，小伙子啊，你也要脚踏实地地去干，千万不能好高骛远啊。听君一席话，胜读十年书啊。确实，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛苦苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这宾馆，领班给我上的第一堂思想课。

还记得上班第一天，我都不怎么开口，不知道如何开口与客人沟通，与同事之间也没有什么话要讲。第一天就那么的埋头的跟着先来的服务员学习拖地，洗拖把，冲马桶，铺台子，摆碗筷子，写菜单，拿酒水以及一些应付那些客人的刁蛮的“服务”。知道吗?就简单的铺台布也大有学问，原以为只要铺上就好了，可在宾馆里有很多东西是很规范的，就连站姿都有一定的标准。夏天天气热工作那里都有空调，工作环境与伙食还是蛮不错的，刚开始我还有点飘飘然，感觉到了上流社会的生活，但宾馆的人事管理很有问题，有好几次我都被气得想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的。

接下来的几天，我们新招进来的一批员工就得进行员工培训。教我们如何工作，有些什么工作的注意事项啊以及对于宾馆布局的介绍，还给我们各自划分了不同的工作区域。接着，由老员工带领我们去现场进行了模拟实习，好让我们在亲身工作中摸索、思考。使后面工作的开展能过更顺利的进行，从而配合老员工进行工作，以减轻老员工的工作压力，也能更好的配合宾馆的各项工作的顺利完成。现在，我还清晰的记得，为了让自己少犯错，我把老员工说的一些常见的错误以及一些经验都记在手机上，这样，我就可以经常看看，避免以后犯一些低级错误，省的让别人笑话。我记得最深的一个就是，一个老员工特别向我们强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特别是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免出现意外事故，造成不必要的损失。她跟我们讲了许多以晚发生的事故，其中的种.种原因都是没有和客人保持一定的距离。她希望我们在工作中要特别小心不要在发生事故，要不然可就白干了。我那时候在想，这可相当危险啊，白干了不说，还很容易得罪人啊，以后得多加注意才行!因为公司有相关规定，那就是在工作中如果是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。她说她不希望我们辛辛苦苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高高兴兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的，这正符合我谨慎小心的性格特点。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了介绍工作的事情，带我的这个老员工也非常关心我们在学校的情况，询问我们学习是否顺利，生活是否开心，和同学的关系处理的好不好，是否参加过学校的活动?她对我们这次实践活动给予高度的肯定，赞扬我们是难得的好学生，同时也对我们第一次来到她们宾馆表示热烈的欢迎。她的一言一词都流露出了和蔼可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答她对我们的关心。

7月20号，今天是我工作的第一天，由于该环境的地理位置好，而且服务、管理、卫生等方面都比较好，所以，生意特别火爆，常常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满意，记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。而且，由于长时间走来走去，我的脚也被磨出了几个泡，但为了工作，为了自己不让别人再笑话，我只得忍痛坚持

了下来。就这样，我坚持了一个多星期，对于宾馆的一些基本工作流程我也渐渐的熟悉了。接下来的日子，我就更有的受了，我们宾馆规模算比较大的，但生意好的时候，人手是远远不够的，而且还有部分老员工偷懒，全把工作安排给我们新员工。所以，我的工作量远远超过简单的一个服务员的工作，常常是一个人做几个人的事。做这些简单的事，我倒是能接受，也不算很难，但令人头痛的是，有的顾客很喜欢刁难人甚至有的顾客很没素质。你在这边忙的要死，他们还是作死的叫服务员，吵得我心烦意乱，就更容易出错了。甚至还有顾客开骂，这叫我如何受得了，有时候我会回几句。我知道这样的脾气不好，这样做也很不对，但实在很难忍受别人的讥讽。最近一个星期，我不知道和顾客吵了多少次，领班因为觉得我还是个学生，毕竟也年轻气盛，也就包容了我，我自己也在慢慢改，我想，不管这个月多么的艰难，我必须得忍受过来，长这么大没受过这种气，但不管怎么样，我必须得坚持下去。并且，我也会学到很多学校学不到的东西，多接触不同类型的人，才会发现人与人之间的差距，才会学会如何与人相处，才会学会如何认清自己。一些人情世故，我想，我也该慢慢领会了。这样接触社会，我会受很多伤，但我不怕，受越多的伤，我的胆量却会越来越大，这更能磨练我的意志，我想，我的潜力还是有待激发的。

三、实践结果与分析

通过这次实践，我知道，任何一项看似简单的工作都需要很大的努力才能做好，别看服务是一项简单的工作，以前，我看着那些服务生就是走来走去，看起来很简单嘛，但你真的做起来的时候，你不懂技巧的话，那可真是一种煎熬啊，开始工作时我感觉很累，而且很不适应，几度想就这样放弃得了，但最后我还是坚持了下来。宝贵的实践经历胜过我们在学校学到的任何理论，虽然这样的实践很平常，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样宝贵的经验后，会给我们以后提供很多有利的帮助的。以后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比校内的学生多了一份淡定和冷静。在生活中，我们也要多注意细节，细节决定成败，这是很多成功人士的人生格言，对我也会是很有帮助的。社会实践虽然骨感，但给我的社会却不是那么一点点。你多实践，你的生活就会越来越精彩，你多实践，你的人生也会越来越精彩。

四、自我反省与领悟

这次暑期社会实践真的让我收获很多,特别是让我看清了自己这样的大学生在成人的世界里是什么样的,我们真的做好准备踏入这个社会了吗?自以为满腔热血,满腹经纶,就能干出一番伟绩的我们,应该收起那副为我独尊的架子,宏图之志,我们应该有,但我们更应该看清自己的实力,认清社会的现实,有的放矢.不然我们会摔的很重很痛,痛到我们连面对自己的勇气都没有,这次实践,虽然没能和我的专业直接接洽,但是通过这次实践我学会了做好管理最基础的东西,这些是在课本中学不到的.管理是要和许多不同的人沟通的,他们或许是高阶层的,也可能是生活在社会最低层,这次实践锻炼了我怎样与不同身份的人沟通才能达到预期的效果.才能实现双赢.我想在宾馆里，只要你用心学好技能，任何一个岗位都有实现你理想的机会，也同样值得为自己喝彩，在前段时间来度假村巡回演示的全国旅游饭店服务技术能手，两位客房服务员出色的做床表演博得了阵阵欢呼，这不也正说明了做客房也可以大有作为的吗?做客房的确很累，但是做宾馆这一行业哪有不累的呢?每个岗位都会“累”，只有我们摆正心态才能在岗位中做得开心，做得成功。最基础的都做不好,是不可能有所作为的.这次暑期实践在我以后成人成才的路上一定是一块不可缺失的垫脚。在社会中，我们可以扮演很多角色，但只要你做好最基本的事，那么你可以扮演好任何一个角色，不管你家庭背景如何，不管你是否有天赋做某项工作，不管你周围的环境如何，只要你持之以恒的努力，坚持。成功终将会属于你。

**暑期社会实践自我鉴定篇十二**

xx年夏天，我的大二暑假，我如愿的参加了学校的暑期社会实践活动。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。

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。现代大学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是仅凭读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践则为我们打开一扇窗口。它让大学生广泛地接触社会，了解社会，不断地参与社会生活，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。通过社会实践，大学生能以现实主义的眼睛，以人文关怀的深度，去观察、体验这个我们既熟悉又陌生的社会。

而我，作为这次实践队的队长，这项活动亦给了我更多的责任与挑战，同时，我也从中获得了更多的的能力与认识。从课题选定的一开始到组建好我们的团队再到队员一起为活动奔赴往返，到最终完成我们的成果，一步步一天天，我与它同在，牵挂着它，与它一起成长。我明白了要带领大家去做成一件事，首先自己要成竹在胸，有比较成型完整的想法，并且要有一定的自信，这样队员们才有可能信服你，与你一起完成任务。 同时，沟通，这是一个不容忽视的问题，队员之间相互交流彼此的看法 ，我们要的是一个开放自由的合作氛围 ，大家各抒己见，不时的改善我们的活动 ，使我们的行动向着更有效的方向发展。但在这一点，自己做的就不很好了，没能把男生女生带活跃起来。另外，作为队长，还需要协调好外部与内部的关系 带领队员适应不同的新形势。

每天的努力，让我们体会到了学习的重要性，每天我们各自奔波在我们的实习岗位，尽管辛苦，也有不同程度的身体不适，但我们依旧没有放弃，相互鼓励，以一个集体的力量坚持下去。作为一个学生团队，虽然我们缺乏相应的系统性知识，而且并不像政府部门那样具有权威性，但是通过我们大家的努力，紧密的联系，一起讨论，一起做事，一起总结，一起面对困难，实事求是，求真务实，同样能把最真实的成果展现在大众面前，让人们认识到恩施地区烟叶的生长现状、烟农对烟叶评价及以后的发展如何，出现问题能够及时提出并能找到解决的办法，给自己增长知识， 相信通过这个活动大家的团队精神、合作意识以及成果意识都有了进一步的提高。

虽然在活动进行时，不可预见的辛劳与看不到的成果让我的一些队员退出了，但我看着我的其他队员，他们依然能不惧艰辛，他们和我一样，不甘放弃，这已是责任，背在肩上，我们年轻，我们不怕输。我们倔强的相信我们能坚持到最后，我们能做出一份成果，这就是回报。

\"千里之行，始于足下\"，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓\"三人行，必有我师\"，我们可以向他们学习很多知识、道理。

与人交往，关键在与真诚。初到办公室，周围都是些新面孔，一句早上好，就能拉近同事间的距离，都会获得别人的微笑。有时候尽管只是一些细微的东西，比如早晨的一声问候，给同事倒杯水，都会博得大家的关心和重视，因为它表达了对同事尊敬，也让他人感觉到被重视与被关心。我和同事们我相处十分融合，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们相信我，也愿意把工作分配给我。其次就是要善于与他人沟通。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。做事要保持一种热情和信心。其实，不管在哪个岗位，热情和信心都是不可或缺的。虽然是处理一些日常的小事，热情让我对手上的工作充满激情;耐心又让我认真的对待工作，哪怕是小事，我都想办法把它做好。俗话说：事在人为，成事在心。只要你有心去做，没有做不好的工作。在工作中，要主动出击。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。做杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。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。要想收获更多，只有勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，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，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

**暑期社会实践自我鉴定篇十三**

曾经的自己梦想我在毕业之后能够找到一份好的工作，能够更好的实现自己的人生价值，现实情况下，我对自己说，我需要更加不断的努力了，只有这样，自己才可以做的更好，只有这样，以后的道路才不会曲折，才会更加完美的出现在我的面前。不过现在这一切都是幻想，不切实际，我会一直不断的努力下去，做好自己，才能够努力，我相信自己可以做的更好的!

我在酷暑中迎来了作为大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气炎热，烈日当头，我毅然踏上了社会实践的道路。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，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

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”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了开大建筑公司，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

现在想来，暑假的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。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暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月，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。

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，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。

**暑期社会实践自我鉴定篇十四**

短短的社会实践实践并不能让我完全的明白我将来要做的事情，但是实践中总是会有很多的收获，比如前几天我去衡水参加社会实践，我就在实践中学习到了很多的东西，虽然没有质的飞跃，但是很多小小的收获已经让我明白了很多。社会需要慢慢的适应：

活动概括：

为了响应我院提出的主题为“践行社会主义荣辱观，走进社会主义新农村”大学生暑期社会实践“三下乡”的号召，我院学生会7名成员在一名老师的带队下，于20xx年7月9日，赴衡水进行暑期社会实践活动。

再将近一周的时间里，我们参观了国家级自然保护区衡水湖，体会了衡水湖美丽的风光;了解了举世闻名的“衡水三绝”;与衡水学院院学生会进行联谊;并去了衡水市彭杜乡刘家南田村及侯店，进行八荣八耻及建设社会主义新农村的宣传并进行调查，了解那里的风土人情和生活变化。

我们再求知和收获的同时顺利的完成了实践的任务。在这次活动中，我学到了许多以前从未接触过的知识，开阔了视野，增加了社会阅历，对今后的学习工作有很大的帮助。

社会实践内容：

1、了解“衡水三绝”。

2、与衡水学院学生会进行联谊活动，促进学院之间的联系。

3、宣传八荣八耻及建设社会主义新农村。

4、参观国家级自然保护区----衡水湖

实践过程：

xx年7月9日我们衡水社会实践小分队起程去衡水，我门乘坐的 车是很普通的列车，我们没有座。乘客长途较多，上车时人不少，超员，但中途下的少，上的多，一路上人在逐渐的递增，车厢不是很干净，可价钱便宜。开车时，列车员还送了一趟开水，少见。我们站着有说有笑。车晚点到达衡水车站，在出站口，衡水学院的同学已经在车站口等候多时，一见我们便热情的迎上来帮我们拿行李。我们在衡水车站逗留片刻便奔赴我们的住处。之后进行了热烈的学习讨论。

随后几天，我们开始了实践活动。经过一番磋商之后，我们的第一站决定去国家级自然保护区衡水湖。我们乘上了10路(南线)车，中巴，票价一元，车况不是很好，一路颠簸，30分钟后，来到了衡水湖。

衡水湖坐落于冀州市市区北侧，是目前华北平原上最大的淡水湖之一，总面积130平方公里。该湖区属于平原淡水湖泊，水质优良，水源有可靠保障。湖区内有国家级及省一、二级保护动物丹顶鹤、白天鹅、灰鹤、白额雁、天鹅、小鸥等各种水禽达150多种。整个湖泊分为深水区、浅水区、滩地三部分。湖水清澈，碧波荡漾，可驾舟赏景，也可垂钓怡情。

衡水湖自然保护区不仅生物多样性丰富、自然风光优美，而且文化底蕴丰厚，源远流长。位于衡水湖南岸的冀州古城建于汉高祖六年(公元前2xx年)，史有“天下分九州，冀州为首”之称。汉城墙、明城墙、众多汉古墓、石碑、李三娘石磨及竹林寺飞升上天的许多传说再现了衡水湖的自然、历史、人文景观，让人无不感慨衡水湖的神奇与秀美。经过一天的参观，足以让你感受到衡水湖的美丽壮观。

衡水毛笔，亦称之为“侯笔”，古称象笔。始于明永乐年间，距今已有五百多年的历史，清朝被奉为御用，衡水因此被称为“毛笔圣地”、“北国笔乡”。衡水毛笔品种多达二百七十多种，笔长杆硬，刚柔相济，含墨饱满而不滴，行笔流畅而不滞。主要产于“衡水毛笔之乡”桃城区候店村。衡水毛笔笔尖选取黄狼尾、香狐尾、南山羊毛、羊须、白马毛、牛耳毛等各种动物毫毛为原料，笔杆采用毛竹、紫竹、斑竹、湘妃竹、凤眼竹等材料，笔杆上嵌装牙、骨、角、竹、硬木等多种样式口顶。生产工艺精细，样式新颖、造型美观。尤其配上红木、黄杨木和象牙等材料，精心雕刻镶嵌的二龙戏珠、龙凤呈祥、双凤展翅、凤凰戏牡丹以及古装人物、山水花木等图案的高档笔杆，更似锦上添花，成为一件件既有实用价值，而又精致高雅的工艺美术品。深受国内外书法爱好者的喜爱和赞赏。

制笔工艺分水盆、零活、干作、刻字、色装等三百多道手工操作工序。整个流程全部执行严格的检查验收制度，使产品质量稳定可靠。衡水毛笔中“风云”、“水月”、“小狼毫”等多种毛笔被天津口岸定为“信得过的免检产品”。衡水毛笔畅销日本、新加坡等十多个国家和地区，年出口量达三百多万支。

鼻烟壶最初在我国满、蒙、藏等少数游牧民族中使用，主要有铜、银、瓷质几种。明朝以后，烟壶随着鼻烟一起传入内地。后来，烟壶的品种逐渐增多，到清乾隆时期，玉石、翡翠、晶石、宝石、玛瑙、陶瓷、铜银、竹木雕刻、套料、内画等烟壶品种都已出现。加上工艺水平的不断提高，使之不仅为实用品，而且也成为人们喜爱的工艺美术品。内画鼻烟壶材质有玛瑙、晶石、琥珀和料的几种。绘画前，先用铁砂球和金钢砂将烟壶内壁均匀磨砂，然后根据壶的形状设计绘画出各种题材的作品。

清嘉庆以后，内画鼻烟壶的工艺水平已达到很高程度。著名人物有清咸丰时的周乐元，清末民初时的叶仲三，民国时期的马少宣等。中国衡水习三内画艺术院内画艺术大师王习三在继承叶派的基础上，博采众长，经过长期苦炼，使自己的作品具有构思新奇，意境高雅，设色古香，勾勒清晰，气韵生动的艺术特色。他的独特风格受到国际上的高度赞誉，被称之为“冀派”。

出自于中国衡水习三内画艺术院的内画鼻烟壶，以其小巧玲珑的造型，丰富多彩的材质，精美绝伦的工艺，匠心独具的装潢，被国际上誉为集中国多种工艺之大成的袖珍艺术品。

创建于1988年的中国衡水习三内画艺术院，目前拥有18位在海内外颇有影响的内画师。他们以自己独特的画风和精湛的技艺成为冀派内画的侥侥者，受到各国收藏家的好评。其作品中以各国元首画像最为著名，多次被国家作为高尚礼品赠送给来访的美、英、巴西等国元首。

金鱼是中国的国宝。金鱼五彩缤纷，形态优美、娇姿艳体、千姿百态，令人赏心悦目，陶冶情操，国内外称之为金鳞仙子、水中牡丹、东方圣鱼等。被视为美的艺术，成为举世闻名的名贵观赏鱼类。

金鱼的祖先是野生鲫鱼，至今已有1700多年的历史。据记载，经演变和发展，至今已有162个品种。主要分为四大类：即草种、文种、龙种和蛋种。金鱼的养育始于南宋时期的杭州，后传到上海、镇江、北京、天津等地。在明正德年间，即约在1520xx年左右，北京的皇宫和皇府开始养育金鱼而四季不断。在我国主要分为南北两大派别：一是杭州金鱼;二是北京金鱼。杭州是金鱼的发源地，北京则对金鱼品种有了进一步的发展和育新。衡水市园林管理处来顺宫廷金鱼养殖场于1982年建立，由北京宫廷金鱼饲养世家第十代传人徐立才先生精心管理。现养殖水面达1800多平方米，年生产能力达十几万尾。近年来，徐立才先生挽救和培育出的金鱼品种已达十余个，现有品种 64个，较为名贵的有：鹤顶红、王字虎头、朱砂眼水泡、喜鹊花龙睛球、十二块红龙睛、玛瑙眼、桔瓣狮子头、赤兔眼虎头及白玉冠等。从1986年以来，本场金鱼先后销往印度尼西亚、香港、新加坡、美国等国家和地区。金鱼加强了我国同世界各国之间的联系和往来，它是友谊、和平、美好的象征。

进行荣辱观及建设社会主义新农村的宣传，最后我们来到了衡水市彭杜乡刘家南田村进行八荣八耻的宣传和建设社会主义新农村的宣传，这项活动得到了南田村村委会的大力支持，广播宣传荣辱观，在村委会门前进行宣传，群众在认真的学习我们以广播和发传单讲解的形式作出了有力的宣传，让广大村民有了初步的认识。

社会实践感受：

时光飞逝，而快乐美好的时光更是容易逝去。感人的画面和熟悉的面孔还在眼前，一个笑，一滴泪，是那么的清晰。回想一个月前，烈日炎炎，我们踏上前往衡水的火车，每天都在蒸笼一样的天气下进行着实践，这是对我们耐力、意志力的考验，我们克服了，我们是成功的!这些是我们团结的成果，同舟共济，永不放弃!这次社会实践的收获是丰富的，与衡水学院学生会的联谊不仅在工作上让我们两校有了进一步的认识，而且我们也交到了很好的朋友。这次实践能够顺利完成是和他们的热心帮助分不开的，在此我们非常的感谢他们。这次实践不仅要我感到了衡水的水美，也要我们感受到了衡水的人更美。

短短的一周社会实践活动，让我们接触了社会，了解了社会。在实践活动中，让我们这个小分队更加的团结，更加的亲密，我们坚信我们就是一家人!实践已经接近尾声，在这次实践锻炼过程中，丰富了我的实践经验，提高了我对自己的信心，使我通过这次实践更加了解社会，给我的以后再次涉世有更好基础。

社会实践中，很多的事情需要我去解决，这一直是我很费解的事情，实践中的事情和结果都是自己之前没有遇到过的事情，所以我一直在实践中找到自己的不足，我一直在不断的进步中，可是我还是不够，成长是需要很多的积累的，量变到质变是很难的，多以我还是会继续努力的!

**暑期社会实践自我鉴定篇十五**

实践单位： 肯德基

实践时间： xx年7月20 至 年8月30日 共 40天

今年的暑假是我过的最有意义的暑假，因为这个暑假是我自己靠自己的劳动来养自己，独立的过了一个暑假。因为我在暑假有了一个打工的机会——在肯德基做服务生。

第一次参加社会实践，我明白社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务我们要走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，要好好锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力!

在实践中我明白了人际关系有多么的复杂，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。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。更重要的是我在社会实践中学会了自强自立!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。

在这次社会实践中，除了培养出了我各种能力之外，还让我了解到一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中

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！