# 大学生社会实践日记(6篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-07-14

*大学生社会实践日记一今天是正式实习的第一天，对于这个实习从刚刚放假到现在都一直很期待，对于各种各样的情形不知道在脑子了幻想了多少遍。在学校里虽然学的是金融专业，但是对于银行的实际工作还是缺乏全面具体的概念，理论和实践还是存在很大差距的，心里...*

**大学生社会实践日记一**

今天是正式实习的第一天，对于这个实习从刚刚放假到现在都一直很期待，对于各种各样的情形不知道在脑子了幻想了多少遍。在学校里虽然学的是金融专业，但是对于银行的实际工作还是缺乏全面具体的概念，理论和实践还是存在很大差距的，心里不免有\*白话文 \*些忐忑。

早上一来上班，唐总就带我认识了部门的成员：华姐，齐哥和路哥。上午，我还帮客户经理整理档案，我发现银行业务有很多的合同，有中文合同、英文合同，这与我在国际贸易课上学习的很多知识有很相似，觉得有些亲切感，但又有很多不了解的，深切感受到学习一定要真正学到位，半桶水的状态对今后的工作是非常不利的。下午，客户经理还为我讲解了整个部门的具体工作流程和主要经营的业务，让我对银行工作有了一定的了解。

今天早上我早早便起床了，整理好后提前到了实习的单位。上班第一件事便是帮唐总和部门成员倒水，整理办公桌，然后坐回自己的位置，等待任务安排。上午，路哥教我使用复印机，并帮忙复印了一叠文件，做完后觉得很有成就感，因为我终于学会了使用复印机。下午，华姐让我帮忙校对业务联系单，虽然只是很小的工作，却很考验我的耐心和细心程度。我明白了做什么事都要细心谨慎，千万不得马虎，因为一个小错误，可能就会给公司带来很大的损失。

今天依旧很早就到了单位，整理好办公桌后便开始了一天的工作。早上，华姐拿了一叠授信材料让我整理，她还教我怎样对文件进行分类，并进行标记，以便于查找。从这一小细节中，我明白了做什么事都要有条理，这样才能事半功倍。同时还要掌握一些工作方法，这样做起事来才能得心应手。下午，齐哥教我学习了银行风险管理系统，这是一个对银行有业务往来的公司进行管理的系统，里面涉及企业方方面面的信息，如财务信息，公司概况，及每笔业务往来的记录等。通过这一下午的学习，我对银行的工作有了更深刻的了解。

今天是实习的第四天，渐渐适应了在浦发的实习生活，也对自己的工作环境更加熟悉了，觉得实习并没有自己想象中那么难，并开始有信心自己能够很好的适应银行的实习工作。中午吃饭的时候，唐总还对我进行了交谈，了解我的适应情况，对我进行关心，我觉得很亲切，也下定决心一定要好好表现，一定不要让领导失望。今天最大的收获就是学会了贴发票，通过贴发票这件小事，我发现不管是任何一件事都是要认真做，尽管是一件小事，还是有很多的规定和要求，比如金额如何填写，大写字如何写，申报事项如何填写，贴发票的顺序等等。我们都能从一件小事中学到很多，只要你善于发现，善于总结。

今天是实习的第五天，虽然一直在按时上班实习，但因为刚开始上班，对很多东西都还是不熟悉，经理们都安排比较轻松工作让我做，加之实习是一个循序渐进的了解、熟悉和学习的阶段，这些天很快就过去了。这几天来，我感觉学习了很多以前在学校里学不到的东西，理论和实践还是有一定差距的，还是很开心能有所收获和成长。今天还和部门的前辈们聊天，感觉他们都很亲切，也教了我很多的经验，对我今后的工作和生活有很大的帮助。今天挺开心的，周末要好好总结经验和心得，下周继续努力，争取更大的进步。

放假回来，又开始投入一周的工作了。这星期的新的一天，新的开始。跟着前辈们实习已经有一个星期了，上周做的都是些比较简单的事情，主要是看、观察、学习。今天齐哥教我如何在风险管理系统录入会计报表，主要有三种报表：资产负债表，损益表，现金流量表。虽然以前在会计课上学过，但真正到实际操作中，还是处于比较模糊的状态。看着报表上一串串的数字，我感觉到很棘手，心里有些许忐忑，很怕录不好，录错让人失望。教会我后，齐哥便布置了企业20xx和20xx年度的会计报表让我实际操作。我刚开始录的是20xx年度的资产负债表，这张表格比较负债，数据比较多，我刚刚开始录，键盘都觉得很不熟悉，最后整张表格录完后，自动测算居然是报表不平衡，我就蒙了，检查了好几遍，还是没发现哪里出现了问题，最后重新录入，才发现是一个小数点后的数字录错了，把7录成了9。这张报表我就录了快40分钟。仅仅是一个小错误，就会让工作效率降低，所以做事一定要谨慎细致，这样才能提高工作效率。

**大学生社会实践日记二**

生产实习立刻就要开始了，我选取了设计院作为实习地点，这主要是根据个人的发展方向来决定的，在设计院里能够了解建筑和结构设计方面的工作，有机会下工地了解施工方面的知识。这天是我参加实习的第一天，情绪有点激动，但同时难免有些紧张！

早上八点半上班，我很早来到了公司。由于初来乍到，对许多事情的运作都不了解，感觉一头雾水，不明白从何着手。我下定决心，把那里当作人生的战场，来走好人生的关键一步。还好，新同事们给我提了些推荐，让我先从最基本的画图开始学起，因为以前学过一点，这天我开始熟悉了autocad20xx版的基本资料和基本操作以及每一项在实际中的运用，简单操作了下。下午我独立完成了一幅结构平面图，画了好久才完成。看来自我得加把劲了。

这两天都在联系cad，毕竟是基础嘛，必须要扎实了。所以我更得抓紧时光练习。中午我去附近图书馆买了一本最新版的cad教程，里面有好多建筑和结构方面实例，还附有光盘。我计划用一周的时光好好研究，不懂得就翻书，问同事。这天，我照着那cad教程操作了几个简单的命令，l是画直线，o是偏移，sc是缩放线性比例，e是删除，s是拉伸，tr是修剪，co是复制，m是移动。绘图过程中还能够设置对象捕捉的功能，用起来十分方便。

在学习过程中，学姐给了我很大的帮忙，教会我怎样用快捷键，透过不断练习，我的画图速度明显提高了，也学会使用快捷键，确实到达事半功倍的效果，避免走一些弯路。不懂的要经常去问，当然，在他们忙得时候我不会去妨碍他们的工作，我一般都会把不懂的问题先记下等到他们谁有空的时候，就拿去问个明白，画图的问题是逮到谁就问谁，结构方面的问题当然就要问师兄。师兄毕业7年了，有很丰富的工作经验。

下班回去后我看了会书，明白了画图的时候应先进行界面设置：limits--zoom--a（全图显示）。其次要建个图层，比如，通常是用红色点划线来表示，也就是说这张图上所有的轴线都是这样表示的，墙体、门窗、楼梯、细部、文字、标注等都应各设一个图层，颜色的设置最好是有所区别，看图和绘图以及修改时都会很方便。

所以我一开始很认真的设置了图层，照着书一步一步做下来，虽然是慢了点，但是熟练了以后速度必须会提高的。对这些方面有了大致的了解后，我进行了实际操作--绘图。绘图所用程序为autocad--计算机辅助设计。程序具有二维，三维绘图功能。要先对功能进行了解，再就是熟悉里面各个工具的用法。

绘图的时候也有步骤：轴线--墙线--门窗--楼梯--屋内布置--标注。还要一边绘制一边修改。刚开始画一些简单的房屋平面图，学着用快捷键做图。在绘制的过程中也遇到一些困难，如弧线与直线的交接，图形的闭和，楼梯的绘制，在做这些时候经常出现错误，影响下一步的操作。在这些操作中，就需要有足够的细心和耐心去修改。

结构施工图编号前一般冠以“结施”字样，其绘制应遵守一般的制图规定和要求，并应注意以下事项：1图纸应按以下资料和顺序编号：结构设计总说明、基础平面图及剖面图、楼盖平面图、屋盖平面图、梁和柱等构件详图、楼梯平剖面图；2结构设计总说明，一般是说明图纸中一些共同的问题和要求以及难以表达的资料；3楼盖、屋盖结构平面图应分层绘制，应准确标明各构件关系及轴线或柱网尺寸、孔洞及埋件的位置及尺寸等等。4基础平面图的资料和要求基本同楼盖平面图，还应绘制基础剖面大样及注明基底标高，钢筋混凝土基础应画出模板图及配筋图。5梁、板、柱、剪力墙等构件施工详图应分类集中绘制。

又是新的一周开始了，上个星期主要是练习cad，此刻我已经能够画一些简单的建筑平面图了，从一开始图层的建立到最后的尺标注，图案填充等细部的处理。cad入门不难，但要用的好，还是要花功夫的，这就是时光的问题了。这天我旁站了（观图）了整个上午，收获很多。那里的每一个人画图的速度都相当快，我站在旁边看得时候，往往是没看到他们敲击任何命令，只听到劈里啪啦的键盘声和滴滴的鼠标点击声，图形就很快的出来了，而我却连他们的画图思路都还没看明白。

透过几天的旁站（就是站在旁边看那里的人画图），我发现每个人的画图思路都不一样，同样的目的却能够透过不一样的方法去到达。如何做到最快，不光是要靠敲击键盘速度和灵活的鼠标运用，更重要的还是由画图思路来决定的，如果思路不对，可能会让我们在画图的过程中走弯路，做重复劳动，甚至是无用功，白白浪费了宝贵的时光。所以说思路很重要，要想掌握正确的绘图思路，也是务必要靠长期的绘图经验积累，多思考，多总结。

我总结的经验真的很管用，早上坐车来的时候居然没感觉到晕车，因为我一路上都在做着美梦，我透过一个月的设计院实习，学会了cad，学会了pkpm，了解了建筑设计和结构设计的大概步骤，工地也去了不少次，看见工人们如何打桩，如何绑扎钢筋，如何支模板，如何浇筑混凝土。.。想着想着就到了该下车的时候。此刻说是美梦，但我相信在不久的将来，必须会美梦成真的。

这天，我照着那本借来的cad教程操作了几个简单的命令，l是画直线，e是删除，s是拉伸，t是修剪，c是复制，m是移动。.。绘图的时候还能够设置对象捕捉的功能，用起来十分方便。这比起用手绘图要快多了，想到上学期期末的那几个课程设计手画的图，花了我多少时光啊，从早到晚不停的画，拿到电脑上，一个小时能够当一天来用。但是话又说回来了，只有透过手绘图才能加深对那些细部的理解和认识，为cad制图打下坚实的基础。

**大学生社会实践日记三**

实习地点就在金丰城分行，招行的原则是，只要有效益，支行网点能够到处设。因此，南山支行设在罗湖和福田交接处；据说蛇口支行也有设在罗湖的分行，晕。

到了分行，首先和行长见面，高行长和彭行长，两位女性，前正后副，上级一般上班比较晚。但彭行长已经开始工作了，显然是个以身作则的领导。应对面谈话，也是聊些基本状况，聊家常，她说她初中也是实验人，但是显然不止比我大几届，人家努力了十年才当上行长。必须要说努力，因为那代表用心、奋发、不懈怠。她叮嘱我，在那里不能混。但是混，其实也能够很努力。之后见了高行长，她让我明确自己的方向，我也期望自己的方向能够逐渐明确。

我实习所在主要属于理财产品营销，他们做的最多的是接待和打电话。带我的是比我年长一届的小赵，他做的我也能做，只是他更熟。但他挺热情，会说会教，不耐烦。在他那里我坐了半个早上，vip柜台与外面柜台一样，一向要有服务员，他们一天加起来只有不到一小时休息。

结束还要平帐。理财业务经理还要一向跟进各种金融产品的状况，随时和客户联系，我光动手抄客户资料登记就接近两个多三个小时。一般柜台员都只有c级权限，处理的金额存取汇兑有限，会比较厉害。副行长是，所以不要以为行长只会坐办公室。

一天下来，肚子首先受不了饿，但营销部各位还是要咬牙开会，他们就是为效率问题讨论了一个钟，似乎行长很急，但是其他人却很无奈。有一种新推出的营销产品有千分之一个人收益。厉害那个能够这个月收多了1600。此刻招行的第59~第64号“外汇通”外汇理财收益产品新推出，炒外汇的人们赶快过来坐收渔人之利咯。有美元的，有港元的，最短3个月“短期增长型”，最长1年“稳健收益型”收益率都在3.80%以上。

身旁就是汇丰银行，明年个人银行业务全面开放，那里直接短兵相接。

**大学生社会实践日记四**

7月28日 星期四 阴

今天是实习第十八天。

下了一夜的雨，窗外没有芭蕉，听不到雨打芭蕉；也没有船，可以画船听雨眠；没有小巷，看不到烟雨江南。只觉淅淅沥沥，雨打树叶，窗户玻璃上落满了雨，划出一道道痕迹。天空在阴霾里隐没，听凭雨从天降，带着人们的期望，降临人间。

早上来到办公室，看见民庭要审理一起婚姻财产纠纷案，民庭庭长打电话通知当事人，当事人说，你派个人来接我一下，我不知道在哪开庭。民庭庭长马上派人去接，这情况也太和谐了，我写的看不出来当事人那种有点颐指气使的感觉，等到当事人来了之后，还很生气，说，都不知道提前通知他一下，害的他在法院旧区晃荡了半天。我便呈惊讶状，后又觉正常了，遂不再思量什么，现在和谐社会创建，一切和和谐靠拢，而且在网上也发现了，如果你写一篇过于现实的文章，马上会被和谐掉了，整个社会看起来欣欣向荣，而背后究竟隐藏着多少肮脏和龌龊的东西，又如何算得清呢？

比如动车追尾，我不说太多的观点，那些遇难的人们是最无辜的，他们仅仅是旅客，满心欢喜踏上旅程，不管事故究竟是因为什么原因，我们只看得见，动车隐藏的漏洞竟要无辜的旅客用生命来买单，看着不断更新的伤亡名单，那长长的名单里，一个个鲜活的生命如今真的成了纸上的字再也没有了生机，尘封在那个瞬间，让人的心止不住的颤抖，尽管对于网上这个事件几乎有千家评论，万家解析，我只想问，这有用吗？或许有用吧！我不想在再为此而多加评论，每日早晨，广播会播放最新消息，国家采取了很多措施，而事实是逝去的人们不会再回来，他们走了，永远地走了，在那个高架桥下，灵魂就已然破碎了，留下的是什么？是控诉亦或是迷惑。

我在这个刑庭办公室看到了太多生命的逝去，那么仓促，那么让人措手不及，于是就明白了，生命是很脆弱的，没有谁可以完全肯定下一秒会发生什么，所以那个叫珍惜的词语就在此刻体现的淋漓尽致，在你的生命里，珍惜每一个爱你的人，珍惜每一个你爱的人，每个人都有自己的人生，珍惜了便无怨无悔，每一天，每一秒都是弥足珍贵的，把时间当成手心里的宝，好好利用，我们珍惜生命了，人生就有了深刻的意义，珍惜生命不仅仅是对自己负责，也是对亲人负责，当我们匆匆行走的时候，生命的活力在跳跃，我想每个人都能感受到吧！源自于生命源泉的活力足以让我们对自己的人生充满了希望。

对于生命，以前理解的不够透彻，这段时间对于生命让我看的惊心动魄，一个生命的消灭，谁也预料不到，在生命中的每一天让自己开心，幸福。因为没有那么多时间让你忧伤和莫名的惆怅，学会面对，自会学会生活。

8月1日 星期一 阴

今天是实习第十九天。

转眼已是十九天，已度过我暑假的一个月了，八月一日，是建军节，也意味着新的开始，这一天发生了一些不大不小的事，挺发人深省，也让我有了一种对这个工作新的看法。早上看见了开庭公告，今天审理案件，于是去打扫了1号法庭，刚打扫完听见书记员叫我，我去了才知前几天装订的案卷要重新装订，书记员说，上面又有新规。

今天是至今为止所有实习的日子里最让人感触颇多的一天，早上刚来到办公室，昨天那位中年男人就来了，于是书记员和我一块陪他去司法局，到了地方看见门牌上写着小区矫正办公室，里面只有一个办公人员，说明来意，那人便问当事人当前居住情况，当事人办暂住证，说这回证接不了，要法院拿回去办好才行，很明显那人在借故推托，连我都能看出来，好一阵子，书记员和我拿着那些数据和当事人出来，真正是办事效率差得很，我这次算深有体会，占着岗位不工作，堂堂司法局这么小的份内事都推三阻四，让人很是愤懑啊！可谁知接下来的一系列的事才让我大开眼界了。

回到法院，我们一行四个人坐法院车先去金台区看守所送回证，找了几个来回终于找到已经搬迁的看守所，找到办公人员说明来意，那人一看押题票一脸严肃的说，这得金台区检察院的押题票才能提人，我们听了，金台区检察院的押题票一般不给外地法院开，这可如何是好！这时书记员就给了那人一支烟说，要不麻烦你一下，我们不见人，你把回证拿进去让他签个字就行，也没别的事。那人犹豫了一会儿答应了，不到五分钟就办完了，我从开始看到结束也没看懂，是不是什么地方都少不了应酬，如果不是书记员那一支烟，估计我们就得无功而返，看守所对法院都这样，那对普通人会怎样呢？

**大学生社会实践日记五**

20xx年7月16日，暑期实践的最后一天，而走进敬老院也将成为我们这次活动的最后一项内容。

上午十点，我们乘坐公交车来到上栗镇福利院门前，在走进福利院之前，大家商量着带点什么礼物去看望敬老院的老人们，最后在大家的一致同意下，考虑到时值盛夏，我们在敬老院前的水果摊上购买了好几个特大的西瓜，之后进入了敬老院的大门。

刚走进敬老院的那一刻，很多老人的身影映入我们眼帘。老人们看见我们身着志愿者的服装很快明白了，其中有一位热心的爷爷带着我们上楼找到敬老院的院长。院长听完我们的来意，很欣慰，热心地配合了我们的活动开展。在敬老院，我们做的第一件事便是找来桌子，将买来的大西瓜切成小块送到各位老人的手中，老人们乐呵呵地结果西瓜，满口的谢谢之词。其中有位奶奶很活跃，走哪都跟着我们的宣传部长手中的相机，奶奶很喜欢拍照，我们中的大部分成员都和奶奶有合影。还有老人说真的很谢谢我们来看望他们，因为自从他们来到敬老院，这还是第一次吃到西瓜。看着敬老院的老人们，我忽然间想到了家中的爷爷奶奶，不知道这些老人是在敬老院和同龄的老人们生活得快乐还是和家人在一起更开心？总之，我知道，他们似乎很久没有接触到外界了，对于我们的到来，老人们似乎比孩子们还要开心。

在吃完西瓜之后，我们的队员还和老人们在一起聊天，了解他们的身体情况和生活状况。随后，大家还拿出了自己的看家本领给老人们表演节目，甚至我们用自己的方式为老人们表演了千手观音，老人们都露出了似乎很久没有过的笑容。

老实说，在看望敬老院的老人们时，我有种心酸的感觉。因为在我心里，老人们似乎更想在晚年时期和家人们在一起共享天伦之乐，而如今的他们或许一年到头都难得看到自己思念的家人。

情暖敬老院，希望我们的到来会让老人们感到亲切，感到欣慰，也希望会有更多和我们一样的人有空时去看望那些孤独的老人，尤其是他们的家人。

**大学生社会实践日记六**

20xx年7月12日，暑期实践正式开始的第三天。

在这之前，我们向村长和村支书了解了卯田村今年的高考境况，统计了村上大概的高考生人数和名单，上午我们的活动内容便是走访今年的高考生，了解一下他们今年高考成绩的状况及报考志愿的想法。

虽然，高考离我们已经远去了，但当年为了高考而奋战的情形大家都记忆犹新，每一次熬夜拼搏的经历仍历历在目。

首先，我们来到了一个高三女生的家里，这位同学告诉我们今年高考考了521分的成绩，也许只能报理工二本的志愿。考虑到这位同学和农大招生的情形比较相似，于是大家为介绍了江西农大的概况。同学对我们讲解的内容很感兴趣，并说填报志愿时会考虑农大的一些优势专业，尤其是园艺学。

之后，我们还走访了一些和这位女生情况大致相同的高考生，有些同学很遗憾，今年没能考上二本线，我们中几位参加过复读的队员用自己的亲身经历鼓励他，只要肯努力，明年一定会考出比今年好很多的成绩。

这次走访，大家记忆很深。因为仅仅两年我们也和他们一样，刚刚走出高中校园，刚刚不用再为了高考而奋力拼搏，刚刚高考完焦急地在家里等待高考成绩和录取信息。因为经历过，所以大家感觉很熟悉。

高考，对于每一个高考生甚至每一个家庭来说，都有着很重大的意义。也许，就从这里开始，将会是一个人人生的转折点。记得两年前的今天，和他们一样，拿着高考成绩的我很迷茫，因为家里没有读过大学的人，所以对于填报志愿，选择合适自己的大学和专业，很茫然，多么希望那时也有这样一些学长学姐和我交流读大学的经验。

关爱高考生，关爱下一届的学弟学妹们，在我们看来，或许这将是此次活动最有意义的部分。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找