

# 大学社会实践活动个人总结 寒假社会实践活动个人总结(优质5篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效率，因此，让我们写一份总结吧。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 大学社会实践活动个人总结篇一

为帮助我院大学生坚定理想信念，外国语学院团总支认真学习省委宣传部、省团委、院党委下发的关于做好20\_\_年寒假学生社会实践活动的文件精神，并组织全院学生认真做好寒假社会实践活动。我院学生在寒假期间深入社会，在实践中办实事、受教育、长才干，积累了许多宝贵的经验，为实现宏伟目标打下了坚实的基础。

### （一）组织得力，行之有效。

外国语学院团总支本着“实现宏伟蓝图，奉献青春智慧”的主题，以及“同人民紧密结合，为祖国奉献青春”的口号，引导广大学生进行扎实有效的社会实践活动，并通过开展动员大会等活动提前做好宣传发动工作，使学生充分认识到了参加社会实践的重要性。广大学生均以积极的热情和认真的态度投于社会实践之中。

### （二）内容新颖，形式多样

外国语学院广大学生在寒假期间结合本专业的实际情况，进行了一系列卓有成效的社会实践活动：深入农村基层，为贫困地区的中小學生提供义务教育，切实体验了为人师表的不

易以及知识的重要性；通过实地调查研究，了解各地大学生人才市场需求的的具体情况，分析新时期人才需求状况和水平的变化，树立自己的成材目标；认真调查中央农村政策在当地的落实情况，更好地了解并体会了中央政策的重要性和时代性。通过这一系列的调查研究，广大学生更好地认识了自己，切实得到了锻炼和提高。

### （三）反馈良好，收效颇丰

外国语学院团总支于开学后第一周组织召开寒假社会实践总结交流会，学生们一起畅谈寒假期间的社会实践心得，认真分析总结，为步入社会打下坚实的基础。

总而言之，外国语学院20\_\_年的寒假社会实践工作取得了令人满意的成果，广大学生在社会实践中开阔了视野，锻炼了本领，培养了能力，找出了自己的有优势与不足，为今后更好的发展奠定了扎实的基础。外国语学院团总支将继续本着“以学生为本”的原则，从学生的实际情况出发，将今后的各项工作开展的更加出色。

## 大学社会实践活动个人总结篇二

从7月10日到16日我所在学校——xx医科大学进行了为期一周的大学生暑期“三下乡”活动。这次活动的主题是：千里汾河，清水复流——保护母亲河行动。口号是：发扬抗震救灾精神，投身汾河治理活动。我们这次活动紧紧围绕主题展开，我们先后进行了清理河道，参观蒙牛企业、养牛厂、绿色蔬菜基地并参加了收获大葱的欢迎来访劳动，之后又举行了义诊活动，听了省水文局李爱民处长关于汾河的讲座，最后参观了汾河二库。一切行程安排紧凑又充实。

在这次活动中，我是宣传组一员，和其它组员合作负责简报整理。每天的户外活动通常从早晨一直到下午，而每个人都

在外出集体活动中有任务。最多两个小时以后又要开总结会，然后开始工作直到九、十点。我的工作算轻松的，很多同学还要熬夜才能完成如此大的工作量。所以说，我们的确很累，连考试时都没这么累，但我的收获很大。首先，我学会了负责任的态度。我们的工作责任到人，每个人都需要为自己、为集体负责，所以要好好完成工作，不能逃避。其次，是对事人真的态度。既然不能逃避，就应该认认真真的工作，那不是为应付谁去做。我不仅为集体，也为自己，以及自己的心。再次，是对社会有了更进一步的认识。也许我们并没有直接面对社会，但通过此次活动以及各个方面对我们活动的支持、协调，我们也间接学到了社会上为人出事的道理。还有就是让我懂得了作为一个社会人，我们都应为社会尽相应的义务。

此次活动对社会来说是非常有益的一举。俗话说的好：五千年文明看山西。可见山西在中国的地位，而作为山西的母亲河，汾河就更重要了。虽然我们大学生不能做很多，但做到我们所力所能及的事，也是对社会做的一点贡献。

最后，我希望全社会都发动起来保护母亲河，为山西能处于青山碧水之中而尽自己一分力。

年 月 日

XX

## 大学社会实践活动个人总结篇三

XX年夏天□XX师范大学三农服务社，选派了16名学生赴庆阳市镇原县开展为期15天的支教工作。我们一行8人作为西北师范大学的学生，受省教科所的选派到镇原县张大湾村支教。

时光荏苒。仿佛大学为我们召开的“西北师范大学暑期支教动员大会”就在昨天，为期半个月的支教工作已经到了尾声。

回忆已经过去的15个日日夜夜，有激情，有平淡，有欢笑，有泪水……有太多太多的感触涌上心头。

xx年夏天，是阳光明媚的季节□xx年7月14日，我们怀着满腔热情，奔赴镇原县，展开我们为期半月的支教生活。

盛夏的暖意丝毫遮盖不了沿途秀丽的风光。起伏连绵的群山，以及碧草秀丽的河川，都让我们这帮久在学校的学生们感受到了自然的气息。7月15日中午我们顺利到达支教地：镇远县张大湾村。迎接我们的有张大湾小学的曹国锋校长及任课老师，有村里的领导还有社区学习服务中心的各位成员。王支书和曹校长首先向我们介绍了这里的基本情况，张大湾小学现有教师7名，在校学生146名，因为张大湾村山大沟深，交通不便，导致基础教育师资力量十分薄弱，农村教师队伍整体水平和农村教育质量相对落后，素质教育的实施也是刚刚起步，再加上山村小学不同于城里的学校，硬件设施不足，教学手段也较为落后，尤其是作为整个村子来说□xx年7月才正式告别煤油灯，截至去年才过上了自来水的生活，自然条件的艰苦由此可见一斑，所以摆在我们面前的困难也是显而易见的。

活动中我作为支教负责人，总的来说就是负责安排好我们一行8人的教学任务，同时也教好我自己的课程。

我主要负责的是初中班(六年级及其以上)和中班(三、四年级)的综合课的教学工作，综合课就是政治、地理、历史的大综合，当初考虑开这门课的原因是考虑到下面的学生们接触外界新鲜事物的机会不多，而外部世界瞬息万变，一个人要立足于社会不能仅仅掌握书本上的知识，也应立足社会了解社会，掌握一些基本的为人处世的原则，从而才能做一个有益于社会的人。

正是出于这样的原因我才觉得这门课程很重要，因为它既不同于语文的言辞凿凿，也不同于数学的严密逻辑，而是更多

的注重一种内在的人文修养，是自身基本素质的积累，所以这门课程对我的第一次支教活动来说既是机遇，又是挑战。

机遇是我作为一名文科生，政治历史地理，作为接触时间仅此于语数外的课程来说，应该说是驾轻就熟，高中三年长时间的聆听老师的教诲，这一次终于有机会让自己一试身手，内心的激动是可想而知。但机遇与风险是并存的，而且这种不可预知的风险让我在支教初期吃足了苦头。

按原先的设想，我的课程是以奥运圣火的全球传递为主线，从中选取十个具有代表性的国家和地区，讲述当地的地理环境及风土人情，以及其政治、经济、文化、外交等等各方面内容以此开阔同学们的眼界，同时穿插一些关于该国的逸闻在增强课堂趣味的同时也便于同学们理解和记忆。

设想是不错，可是在上课第一天，这样的思路就遇到了挑战。首先，因为学科的特殊性，使得课程难度不易控制，这样造成的结果是同样的课程，对于初中班的学生们来说因为或多或少有所接触，所以相对来说这样的安排显得简单，而对于从未接触过这类事物的中班学生来说，这些课程是新鲜的，也是很具有诱惑力的，可问题是——他们听不懂。虽然第一次面对地球仪的他们很兴奋，一个个跃跃欲试想要一显身手，可显然他们也仅仅是被地球仪华丽的外表所吸引，而对于课程本身来说，他们就所知有限了。

在做过这些准备后，我的课再一次开始了。这一次我没有拿备课笔记，只是随身带了地球仪，因为今天的课程已经完全在我的脑子里。

初中班学生一如往常，可我不是昨天的我了。通过前一天的了解，我基本掌握了孩子们的期望，在做过精心准备之后，综合课注定不会让他们失望。……果然课程很成功，当下课铃声敲响的时候，学生们起身说再见，一个叫李文的学生跑过来对我说：杨老师，我觉得你给我们上课时间过得太快了！

不知道怎么的，那一刻就被这个孩子给感动了，这也许就是教师职业最为吸引人的地方吧，因为不知道什么时候，感动就会突然跳出来缠绕着你，让你为之眼角湿润。

作为我们支教课程又一个比较突出的亮点，每天下午长达一个半小时的素质拓展课无疑是具有很强吸引力的。在这节课上我们根据学生们的爱好为他们开设了武术，舞蹈，合唱，篮球，乒乓球等妙趣横生的课程，而其中的前三项是要服务于我们最后的一项同郑州大学的文艺汇演的，所以时间紧任务重，人人心里都憋着一口气。我在素托课上教的是乒乓球，乒乓球既然作为中国的国球，那么整体水平肯定是很高的，果然学生们的表现都让我很欣慰。

在这个世界上，农民是最勤劳最朴实的人。他们一辈辈面朝黄土背朝天，耗尽心血也只为了田地里那一点微薄的收成，他们是最可爱的人！我的老家就在农村，幼时的农村生活让我始终不能忘怀家乡人民的淳朴与热情，即使现在在张大湾，可当我面对他们的时候，他们的面目间依旧有我父辈的影子在闪动，所以有时候真觉得自己有种要哭的冲动。

作为我们活动的第二重任——支农工作无疑也是很有分量的。为了让我们的下乡活动能有个满意的收获，我们早早就做了准备——画了宣传画，贴到了村里最为醒目的地方，以此来吸引听众；让学生们带话给家里人，说学校安排了丰富的农业信息，欢迎各位家长的光临；并请村里领导事前做了动员等等。而我们，也确实为了那天的活动准备了许多丰富多彩的项目。

我下乡的第二项任务就是负责搞村民运动会。计划很详细，而且可行性也很大，可因为时间紧张而取消了，但我们其他一些活动依然趣味十足。我们选择了村里赶集的这天来作为我们支农活动日，在这一天里，我们集中展示了我们的学生们自己的作品，形形色色的彩画，以及琳琅满目的书法，还有各式各样的剪纸，刺绣、香包等民间工艺，另外还有学生们个人的才艺展示，家长们看着自己的孩子在众人面前落落

大方的表演节目都很高兴。我们的支农讲座也同样搞得有声有色，在关于家庭教育的问题上我还和一个村民详细说了我眼中的家庭教育，大家聊的都很热烈，而且通过和我们的谈话家长们都很放心的把孩子们送到我们这里来。

支农活动的重中之重便是已经持续好几期的村民同大学生篮球赛，老师们、村民还有我们志愿者都积极的参与，打的很激烈。

下乡中最辛苦的活恐怕就要算是调研了，因为张大湾交通不便，出门就是山路，两家往来山路行走半个钟头是很平常的事，却也突出了调研工作的典型性。很遗憾，我没能亲身参与到调研实践中去，但从其他队友口中也听到不少对调研的感悟，也就算是借鉴经验吧！

短短十五天的支教活动转眼就要结束了。

放学了，我们可爱的学生们不肯离开，呜咽着围在我们身边，默默的用他们的眼泪来为我们送别。那一刻，当我们置身其中，我们才真正感到所有言辞是那么的苍白无力，我们面对那群质朴可爱的孩子们时，所有的一切都显得微不足道，时间也仿佛凝固了，哭泣声响成一片——学生们，我们那些可爱的学生啊！

第二天早上，当我们乘坐的班车离开曹湾小学时，学生们又一次留下了眼泪，而车厢内的我们也已经是泣不成声；当班车渐行渐远，车窗外的视线里又一次出现我们曾为之奋斗过的张大湾小学那熟悉的操场，校舍，熟悉的学校前的那道沟谷，往日的一切欢乐又一次在眼前浮现——别了，张大湾；别了，我可爱的学生们！

下乡十五天，每天都有一次例会，其中感受最深的，就是队长每次都会提到的一一注意细节，细节决定成败！

举个例子，因为我们去了曹湾和张大湾两个学校支教，所以“奥运杯知识竞赛”活动我们搞了两次，两次的内容几乎是相同的，但效果却是不一样的。第一次，我和焦志强的策划自以为已经很详细了，剩下的也就是场上的正常发挥和随机应变，大家也都是坚信活动会很圆满，所以也几乎没有在意队长一再强调的：要考虑周到，不要只计划个大概，要详细。可等活动正式开始后，我们才发现队长的顾虑与提醒根本不是多余的，每一个细节问题都会影响到大局。我们在场上就出现了很多细节问题，比如负责计分的人员少，统计速度太慢；在某些节目没有人负责倒计时的时间；其中参赛人员有作弊的现象；活动现场秩序的维持……到这时候我们所有的人才真正明白——细节决定成败这句话的分量。也确实只有亲身经历过才会知道有多少事是事先没法精确估计的。整体的感觉还不错，算是比较满意的结束了。毕竟都是第一次参与组织。

## 大学社会实践活动个人总结篇四

20\_\_年寒假我参加了假期社会社区服务实践活动，虽然只有半天的时间，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。也通过今天的实践，使我有了一些关于社会基层建设的心得体会。

高中生寒假社区服务是对自己的一次考验。在父母羽翼下成长的我们到底有没有能力，在社会上用双手来收获什么。到底我能干什么？心理上总有这样的疑问，寒假社区服务就是证明自己能力的一个平台，迎接未知，考验自己，把想象和实际联系起来。看看自己是不是温室里的花朵。可能高中生的我们还没有多大的本领，但是即将成为栋梁的我们在真正走入社会钱来一次预演。做个社区安全宣传员，一次不算难的活动，却可以让我们认识自己。我很庆幸自己参加了这次如此有意义的活动，让我接触到了平常时很少接触到的东西。这次活动，给我留下了难以忘却的回忆，让我获益匪浅。

“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。给社区群众宣讲安全用电、安全用气、防火防盗等知识，使我将所学的专业理论知识得到巩固和提高。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。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

“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我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名高一学生，应该提早走进社会、认识社会、适应社会。张瑞敏曾说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”我感触最深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。工作也一样“一分耕耘，一分收获。”只有自己体验了才会知道。自己付出了多少，就得到多少回报。只有认真做了，才能有所得。认真学习了，会有好成绩；认真工作了，会有成果。通过自己的努力付出，不管结果如何，那个过程自己肯定是受益的。

在活动的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，

对自己的疑惑，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了进行社区服务的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的”。于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好！寒假的社区服务实践活动已经结束了，但实践活动给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。社会实践虽然比较辛苦，是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，与群众沟通，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。“机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

通过这次实践，给我留下了深刻的体会。当你做一件事的时候，无论是会还是不会，你都要有勇气面对它，尝试一下。做了，你是困难的领导；不做，你是困难的俘虏；而我在实践中收获了许多，同时也发现了许多自身的不足。所以，我会在今后的学习当中更加努力，不断地充实、完善自己！总而言之

之，寒假的社会实践活动让我们学到了许多东西和知识，在实验中学小区我们得到了小区领导和群众的支持厚爱。我觉得我们确实度过了一个“快乐、健康、安全、有益”的寒假。社会实践活动可以让我们更好地了解这个社会，融入到社会中去。所以多多参与，有利于我们积累经验和增长见识，希望有更多的人融入进来！

## 大学社会实践活动个人总结篇五

经历了将近一周的社会实践，我感慨颇多，我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情景还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们供给了广泛接触社会、了解社会的`机会。

“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忙。向他人虚心求教，与人礼貌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一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体坚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。对于自我这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的教师，正所谓“三人行，必有我师”，我们能够向他们学习很多知识、道理。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，解决问题的本事。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自我，用书本充实自我，为以后服务社会打下更坚固的基础！

经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我的位置，发现了自我的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自我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，更应当提早走进社会、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。在那里我们真正的锻炼了自我，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加进取的参加这样的活动。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，认识到仅有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作本事，使我们经过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮忙享用一生。

作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的梦想，明确自我的目标，为祖国的发展贡献一份自我的力量！