

社会实践的个人活动总结 社会实践活动 个人总结(优质7篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

社会实践的个人活动总结篇一

春华秋实，年月潇湘。转瞬期盼良久的为期一个月的社会实践就曩昔了。在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，咱们都知道社会上人际交往非常杂乱，可是详细多么杂乱，我想也很难说清楚，只需履历了才调了解。才调有深入的感触，咱们为了作业走到一同，每一个人都有自己的思想和特性，要跟他(她)们处理好联系得需求许多技巧，就看你怎样掌握了。

我想说的一点便是，在外交中，已然咱们不能改动一些东西，那咱们就学着习惯它。假如还不行，那就改动一下习惯它的办法。让我在这次社会实践中掌握了许多东西，最重要的便是使我在为人处世、怎样处理好人际联系这方面有了很大的前进。一同在这次实践中使我深深领会到咱们有必要在作业中勤于着手逐渐揣摩，不断学习不断堆集。遇到不明白的当地，自己先想方设法处理，真实不行能够谦虚讨教他人，而没有自学才华的人早晚要被企业和社会所筛选。

行善积德知道都来历于实践。实践是知道的来历阐明晰亲自实践的必要性和重要性，可是并不排挤学习间接经历的必要性。实践的开展不断促进人类知道才华的开展。实践的不断开展，不断提出新的问题，促进人们去处理这些问题。而跟着这些问题的不断处理，与此同步，人的知道才华也就不断地改进和前进！马克思主义哲学着重实践对知道的. 决定作用，

知道对实践具有巨大的反作用。知道对实践的反作用首要表现在知道和理论对实践具有辅导作用。

知道在实践的根底上产生，可是知道一经产生就具有相对独立性，能够对实践进行辅导。实践，便是把咱们在学校所学的理论常识，运用到客观实践中去，使自己所学的理论常识有用武之地。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，实践可为往后找作业打根底。经过这段时刻的实习，学到一些在学校里学不到的东西。由于环境的不同，触摸的人与事不同，从中所学的东西天然就不相同了。要学会从实践中学习，从学习中实践。咱们不只需学好学校里所学到的常识，还要不断从日子中，实践中学其他常识，不断地从各方面或许自己，才调在竞赛中杰出自己，表现自己。

一个月的实习日子，说长不长，说短不短，虽未承当过什么重要的作业，但却也据守本职，勤于学习，在平平淡淡的繁忙之中学到了许多书本上学不到的东西与做人的道理。社会实践加深了我与社会各阶层人的爱情，拉近了我与社会的间隔，也让自己在社会实践中开辟了视界，增加了才调，进一步清晰了咱们青年学生的成材之路与担负的历史使命。社会才是学习和受教育的大讲堂，在那片宽广的天地里，咱们的人生价值得到了表现，为将来愈加剧烈的竞赛打下了更为坚实的根底。期望往后还有这样的时机，让我从实践中得到训练。实践，不只训练着咱们的意志，它更大的作用是丰厚着咱们的常识，让咱们在实践中训练生长、训练成才。

社会实践的个人活动总结篇二

随着暑期的到来，为能在生活中给自己多增添一些生活意义，我参加了社区的社会实践服务活动。虽然之前从未有过的这样的经验和体会，但这次的活动却依旧让人兴奋不已。

为了能圆满的进行这次的活动，我认真听从领队的行动要求，

努力准备需要的东西，完善自己的准备。同时，自己还通过网络查询和请教家人，准备了一些相关的礼物和用品，让自己的准备更加充实。

随着x月x日的到来，我们的活动也终于顺利开展，在领队的带领下，虽然从外表看起来我们只是一支刚刚凑出来的队伍，但其实，身在队伍中，我才能感受到周围队员们的温暖和团结。

因为不少队员是第一次参加社会实践的活动。为此，一些阿姨们还特地多准备了一些用品，如：手套、口罩，以及一些消耗品，帮助我们这些新人补充自己准备上的不足。

随着队伍的出发，我们一路上也忍不住和身边的队员们交流了起来，在互相的沟通中，我认识到了身边很多队员的情况和参加这次的实践的想法，有些人是为了锻炼自己，也有些只是充实自己的生活。但无论他们的理由是什么，但他们的目的都是为了奉献自己的一份力量！这份认识，也让我更加自豪自己能参加这次的行动！

到达目的地后，我们通过和当地敬老院的沟通，了解了老人们当前的情况，并按照领队的安排，开始负责自己的任务，搬运、打扫以及陪同老人。作为队伍中的青年，我们学生负责的主要都是一些比较繁重的工作。尽管没能第一时间去照顾老人，但我们也清楚自己的经验十分有限，为此，选择了在更适合的地方发挥自己的作用。

虽然做的都是辛苦工作，但和大家一起的劳动中，我也乐此不疲的和周围的队员们分享着自己的感受原创，体会着敬老院中的环境。后来，我们还一起参与了照顾老人，陪伴老人的行动，这又给我们带来了另外一番感受。

在此次社会实践中，虽然我在活动中积极主动的负责了自己的任务，但和其他队员对比的时候，却又让我感到自己好

像什么都没做。那些经验丰富的叔叔阿姨们，不仅在工作上处理的十分细致又迅速，连照顾老人这方面，也十分的耐心。对比起来，我感到自己的经验实在缺乏，还有很多需要学习和锻炼的地方。

尽管如此，这次的实践还是让我学到了很多，也在思想上更加的成熟了一些，相信在今后的学习和生活中我都会有更好的表现！

社会实践的个人活动总结篇三

团结，奋进，坚持和希望，我想，这是我在这次社会实践中学到的东西！现在回头想想，真的很庆幸自己能够参加这次暑期社会实践活动，我的第一次社会实践，最特别，最意义的一次旅程！

通过这次灾后重建实地调查我明白了灾后恢复重建工作是一项系统复杂的工作，需要国家各部门间统一协调，各尽其责，共同协作才能做好。这次我们通过对西和县河坝镇灾后重建情况问卷调查的统计结果可以看到，当地灾民对灾后政府的工作还是很满意的，灾后，他们受到了政府在住房建设、医疗保障、教育政策、交通改善等方面的帮扶。而且大部分人认为在后的社会治安情况与之前相比，有了较好改善，他们通过这次灾难，对生活和社会爱心组织，还有政府援助又有了更多的认识和感受，他们也愿意加入社会爱心组织，为其他受灾人民送去关爱。

在为期一周的支教活动中，我被西和县河坝镇职中的孩子们深深的打动了，他们的单纯、可爱、聪明、天真。他们很直率，喜欢什么不喜欢什么，都会完完整整的表现出来。他们不会掩饰，没有隐藏！

第一次当老师，面对那么多双充满求知欲的眼睛，我有些紧张，也发现了自己身上的责任。正如我们一起的一位队员说

的那样，我们自己当了老师，才知道老师负有的责任感并不是天生的，而是被孩子们激发出来的，很对！虽然我们也只是大二的学生，可是面对这些可爱的充满的孩子，那种责任感便被不得不激发出来！想想自己也已经上了十八年的学了，可是当我站在讲台上给孩子们讲课的时候才发现原来自己不懂得还有好多好多，很多自己不确定的问题也不敢给他们讲，他们问的我不懂得也不能讲，每天下课后都要去把这些问题弄清楚，查明白，才有信心告诉他们答案，因为这些孩子们的眼睛里对你讲的每一句话都显得是那么的相信，他们是我们的责任！他们年轻，他们对什么都很好奇，他们充满求知欲，他们充满希望！

我只当了七天的老师，可是我深深的体会到了老师的辛苦。每天我只带5小节课，可是一天下来，腿已经累的站不住了，而且每节课都有大声讲课，嗓子也很累，尤其在农村，教室学生多，而且没有先进的扩音设备，讲课全靠老师的嘴了，以前当学生很少为老师想，现在自己经历了才明白。

还有我们的团队，我的感触也很深！虽然我们来自不同的专业不同的班级，甚至我和有些队员以前都不认识，但是当我们组成一个团队，一起去承担这项支教任务的时候，我们之间的团结把我深深的感动了。不管是生活中还是在教学工作上，我们就像一起共生死的兄弟姐妹一样，不离不弃，同舟共济！

随着时代进步，社会对我们大学生的要求不断提高。除了知识的储备，大学生还要尽可能多的接触社会，提高自身认识问题、分析问题、解决问题的能力，增强自身的社会责任感。

社会实践的个人活动总结篇四

今年6月~10月，我志愿参加了服务深圳大运社会实践活动之中，和我院近1000名师生团结奋战，坚守自己的岗位，最终顺利的完成了此次的社会实践活动。现对自己的个人总结如

下：

经过近一个月的岗前培训，6月9日晚上7点，我们第二批参加大运服务的同学踏上了前往深圳的路上。经过12个小时的车程，我们顺利的到达了深圳坂田驻点。睁开朦胧的睡眼，望着窗外高高的陌生的环境，我们开始此次的深圳之旅。第一批先到的同学这时也主动的出来迎接我们的到来，三三两两的帮着提行李，引我们进他们打扫好的宿舍。随着一行人，我入住了f304宿舍，并在那里生活工作了四个月的。

先前的几天不用上班，只是熟悉周围的生活。每天都有负责人的催着我们去打饭、吃饭；课余时间，带队老师和主要学生干部组织开展了乒乓球赛，热衷了乒乓球赛的我也主动参加，并在接下来的比赛里获得了冠军。6月12号，由公司组织、老师带领，我们第二批志愿服务的同学参观游览了莲花山公园、大梅沙水上公园以及世界之窗，并到附近地铁站参观学习地铁安检现场工作。集体出发并一个不少的回到宿舍区，顺利的完成了此次游玩活动。

随着日常生活的稳定，经过我院师生的争取，通过与深圳安保公司的协调，宿舍区的娱乐设施也逐渐变得丰富起来。球桌、电视、图书馆等也相应的完善，极大的增添了深圳同学们的业余生活，让同学们开始适应在深圳坂田的工作生活。6月15日晚，从22点到凌晨1点，经过近3个小时的制服下发，同学们终于要开展工作了！

我院师生是一支战斗力强的队伍，是一支适应能力强的队伍，在短短的几天内，能在陌生环境里迅速的安定下来并开展工作，不断的创造新环境，营造新氛围，尽管期间发生了一些不愉快的突发事件，我院师生都能一起肩并肩的承担和度过，这让我能融身这样的集体感到自豪。在刚到深圳的几天，学院师生成立了一个临时学生管理委员会进行开展工作，我成为了临时学生会秘书部的一员，随老师开展了一系列的活动，如气排球赛、广州参观、中秋游园等，成为我深圳之行的重

要组成部分，感受到了学院领导老师的智慧。

刚到深圳前几天，由于在系团总支学生会的工作经验，我加入临时学生管理委员会，成为秘书部的一员，协助带队老师开展相应的后勤工作以及策划活动，并统计同学们的资料数据，协助公司下发衣物。上岗了，我被任命为深圳北、白石龙、民乐三个站的中队长。在担任中队长期间，我积极的和三个站的同学交流和沟通，并协调与站内人员的关系，和同学们一起上班下班，彼此间建立了良好的友谊关系；7月开始，我担任的是上塘、龙胜、龙华、青湖四个站的轮休班长，与各站的中队长、安检员相处融洽，工作得到同学们的配合与肯定；7月25号开始，我被调回后勤工作组担任老师的助理，主要工作是协助老师组织策划开展活动、联系各班班长、传达上级会议精神。同时与其他4名同学负责线上同学们的送餐问题，保障同学们的日常饮食，和后勤的同学同事建立了深厚的友谊，在快乐中工作，在工作中收获快乐。

深圳是一座美丽的城市，也是我生活过的第三座城市。那里经济发达、交通便利，当然竞争压力也很大。来到深圳的第一天，放好行李，同行的同学们都洗完澡休息，发现自己没有带饭盒就一个人走出去，顺带熟悉周围的环境。来到便利店，一个饭盒要8元，心想，不如用12元买一袋泡面，有饭盒送得那种，于是一个人走了许多家便利店和超市，不知不觉竟然走到了坂田市场，而最终还是无功而返。

上班，以后每天的上班和下班都是大巴接送，继而转乘地铁。第一次做地铁真的感觉很新鲜，以后的休息时间，我们都可以免费乘坐地铁到深圳的各处去参观和游览。在线上上班的日子，我要求自己坐车时候不与人抢座；吃饭最后一个人吃。

随着认识的朋友越来越多，对深圳的越来越熟悉，有空的时候我便和好朋友们外出游玩。去了大运会现场看比赛；去了爬深圳第一高峰——梧桐山；去了老街购物；去了深圳书城、音乐厅参观。常常夜晚来临的时候就站在高高的楼上眺望远

处的夜景，蓦地发现，自己爱上这里了，以至于离开时候还恋恋不舍，深圳留给我太多不舍和美好的回忆。

来到深圳参加工作，让初涉职场的我收获甚多。首先，它让我学会了对待工作要有严谨态度，要有高度的责任心，因为态度决定高度，什么因有什么的果，只要做出成绩了，领导者一定看在眼里。无论担任中队长、轮休班长还是后勤老师助理，我都同样要求自己，让自己工作得以顺利开展。记得刚调到后勤工作的时候，龙胜、龙华站得同学邀请我留下来当他们的站得班长，这让我非常的感动。

其次，深圳之行让我学会了巧妙的为人处事。人际关系的好坏直接关系到个人的前景发展，如果一个人过于斤斤计较，没有人愿意和自己深交，更谈不上帮助自己发展。适当的放弃能为自己带来更大的契机。在后勤工作的日子里，当线上有需要，我放弃了自己的休息时间去帮助他人顶班，这让学生在同学中得到了一定的支持。一次，下发购物卡时少了一张，我主动把自己的卡让给了他人，戴书记知道后表扬了我，并补回了一张予我。在今后的日子里，我会以这种先人后己的精神继续开展工作，我一定会取得更大的成功！

第三，深圳之行让我结交到了一批志同道合的朋友，包括老师、同学。千里难寻是朋友，朋友多了路好走。在深圳工作的日子里，我和许多的老师、同学建立了深厚的友谊，在我最困难的时候，包括感情受挫，他们都给了我很大的鼓励与帮助，让我振作起来，勇敢的承担，成熟的面对，让我坚信我的未来一片光明！

第四，深圳之行让我的综合能力得到了普遍的提高，增长了 my 的阅历及工作经验。如果不是因为在深圳生活了四个月，那么即将出到社会的我将是一片茫然。深圳之行增加了我的底气，更让我有了闯的欲望。在深圳协助老师开展了很多的活动，包括管理图书室、策划气排球赛、中秋游园活动、广州丰田汽车公司参观、协助办理生源地贷款等，一方面提高

了我的电脑技术处理水平、组织策划能力，另一方面增强了我的沟通交流能力，团队合作精神，锻炼了吃苦耐劳的精神，这将是今后开展工作的一笔宝贵的精神财富！

第五. 深圳之行让我学会善于做工作总结。每次活动开展完后我要求自己主动做一个总结交给领导老师，返校前的一份总得后勤总结，戴书记给了很高的评价，这让我懂得了事后作总结的重要性及主动性。

从一名学生中队长到轮休班长，再到后勤助理，岗位一次次的变换既是老师对我工作责任心的肯定，也是我自身能力不足的体现。这给我提了一个醒，我必须要锻炼自己的领导能力，争取取得更大的突破。

在调到后勤后，有几次个别站点中队长的调离，需要重新确定中队长，但我没有争取机会，以至于错过更大的锻炼机会。能力首先是胜任一个岗位必要条件，但机遇更应该好好把握。在今后的工作中，我在锻炼自己的能力的同时，要注意机会的把握，促成自己的发展。

在工作中，与领导、老师交流时语言沟通能力缺乏，不知道该说什么。在朋友间我能侃侃而谈，唯独在领导老师面前我变得相对的木讷，究其原因是我知识水平的不足与社交能力的匮乏，在今后的日子里，我要多注意和领导者之间的沟通和交流，学习他们之间的沟通艺术，让自己摆脱尴尬的境地。

遇到工作多时，我容易心烦意乱，不知所措。在发工作服时，由于数量过多，我不小心统计错了两位女生的衣服型号，这让两位女生第一天上上班时没有制服穿，这是我工作上的疏忽与失职。在老师的帮助下，我渐渐的改变了这个毛病，做事分清主次，复杂的事情简单做，简单的事情细心做，取得了事半功倍的效果。

此次的深圳大运社会实践教会了我成长，让我在今后的职场

上奋勇向前！为明天喝彩！为梦想加油！

社会实践的个人活动总结篇五

这次的三下乡很快就结束了啊，一个星期的时间，眨眼也就过了，虽然很不舍但是很残酷地就要跟那些小朋友们说再见了。怀着不舍的心情在这里也写下心得体会吧。

其实一开始去三下乡的想法也是听部长说三下乡好玩，也就是报着玩的心态去的，不过去了之后还真的发觉玩有所，还是学到了东西的，跟这个学生会也相处得更好了。

开始去到海丰德成中学的时候对那里的第一印像就觉得这哪里算是下乡，那里还是挺繁荣的，当去到宿舍的时候，只能感叹华师的住宿条件还真的是超级无敌烂啊，这明明就是出乡啊，不是下乡。在那里住感觉还是挺不错的，山清水秀的，消费也合理，还真的想一直住下去啊。

开始知道自己是教社交礼仪，感觉还是挺别扭的，也不喜欢这个课题，对自己来说也是个挑战。在这里也是要感谢下我这组的组员啊，要不是她们我还不知道是怎么死的’啊，在备课时也得到了很多的帮助，才使得自己没有那么无助啊。一开始上讲台的时候，还是有些不踏实的，怕自己应负不来。还好调整下来也觉得没有怎样了，讲得也挺安心的，虽然说一直讲同样的课题是有点无聊了，不过对自己那么可怜的师范技能水平还是有点提高的。也感受到了老师的不容易。

分别的时刻很快也就到了，真是不舍得啊，最后一晚上那些同学们都兴师动众地送我们送到门口，而且还依依不舍弄到老师来赶人了。其实到后来也发现自己好像没有给他们带来什么啊，不过他们还是那相对我们不舍，顿时觉得自己还是有那么一点的邪恶。

其实在这时也突然想起高中时我们语文老师在我们军训结束后

跟我们说的，那时候我们刚军训完要走的时候对依依不舍，对教官也是哭得死去活来，这时老师看来过去了，说啊：“那些教官跟你们只是相处了一个星期就那么哭得死去活来，那老师教你们教几年了啊，又不见你们哭，真是狼心狗肺啊。”现在想起来不管那个老师用词样不好，但我们很多人都真的忽视了自己的老师啊，不管老师好不好，起码他们都教育过我们了。

好了，不多说了，这次三下乡还是学到了很多，很高兴，感谢学生会啊，感谢德成中学，感谢自己。

社会实践的个人活动总结篇六

真的没有想过，三下乡会是这样的一件事情。之前对三下乡憧憬很多，却从来没有想过三下乡会是这么一个过程。那八天太难忘了。

首先给我第一个印象就是那里的宿舍实在是太好了。我们明明是去三下乡，但是为什么乡下的宿舍条件比我们那里还好呢？看到的时候都不好意思觉得我们是去三下乡。

首先最震撼我的还是学街舞那天。那天晚上的日记我写得很沉重。因为那天下午的事情实在是让我很受不了。那天下午明明有很多人想学街舞的，但是为什么那么多人受限于周围人的眼光，周围的舆论压力，而不敢去。自己想要的东西肯定是要自己去争取的。在那么一个环境，尤其是有那么一部分没有追求的人，他们是不会理解你的想法的。燕雀安知鸿鹄之志哉。我觉得在以后的日子，肯定还有很多事情是别人不理解不支持你去做。也许很多人都反对你去这样做，但是只要你觉得是正确的，无论那件事是彻头彻尾的一个大错误，我觉得都需要去做。毕竟如果不去做，以后会后悔。做了，即使错了，以后也不会后悔，或者还会收获到一份很好的经验呢。

另外，我也收获了很多友谊。感谢这次三下乡，让我和更多人接触得更深。有一些是平时关系已经很好的，像创源他们。有一些是平时只是知道是谁的，比如庆城他们。更有的是没有这次三下乡做平台，我根本就不认识，比如说是红彬。而且，大家都是互相关心的。三下乡那几天，由于那个饭盒实在是太小了，我光吃一个吃不饱，结果大家都把很多饭给我，虽然吃不饱，但比不给的时候要好多，感动得无语了……还记得回学校的前一天晚上，我们玩杀人游戏玩到几乎没有睡觉。虽然说第二天大家都是眼红红的，还有那大大的眼圈，但是还是很开心的。就这么一个星期，大家从相知到相识，由相识到相熟，不容易吖。感谢组织这次三下乡的全体工作人员哦。我还记得学生会去唱k那天下午，本来是考完试大家一起轻松happy的时候。但是泽琳和佳妮还在别人玩的时候去愁包车的问题。如果没有她们这样的工作态度，我们哪有那么廉价的车坐呢。

通过这次三下乡，大家的关系更上了一层楼，希望我们明年合作愉快吧。

社会实践的个人活动总结篇七

这个暑假，我参加了学校组织的“一带一路”对西安旅游业发展影响的社会实践调查活动。

在这次社会实践活动中，我学到了很多，在许多方面也有所提高。活动中需要向陌生人做问卷调查，这需要我们能更加勇敢的去与陌生人沟通，并让他们接受协助我们工作的邀请。这任务让我能敢于更加主动的去认识新朋友，扩大自己的交际圈。

我们“一带一路”对西安旅游业发展的影响调研小队一共9人，在西安进行了为时3天的社会实践活动。此次调研，重在调查国家“一带一路”政策的实施对西安旅游业发展的影响，分析探讨西安旅游业未来发展的方向，以此响应国家“一带一

路”发展战略。

如今，西安作为西北五省的中心城市，是“一带一路”战略的“中心线”，必将在新丝路上发挥重要作用，而西安旅游业的发展必定也会有或多或少的影响。我们分为两组行动，我所在的小组共去了以下几个地点进行调查问卷的工作和随机采访。

西安古城墙

古城墙是西安古城的一大特色旅游景点，我们将这作为调研的第一站。为了调查旅客对“一带一路”认识和看法，我们此行第一站便在城墙的旅客进行问卷调查和随机采访等调研活动。这些活动既是对“一带一路”对西安旅游业发展的调查，也是对我们队员的锻炼。大家从羞涩到应对自如，都觉得颇有成就感。而游客们对我们调研工作的配合与支持更让我们感动和意外。也让我们看到了他们对西安在未来旅游业发展的关注和期待。

长安区政府和户县旅游局

接下来，我们来到了西安长安区政府，对政府工作人员进行了采访调查，从中了解到了许多政府对如今西安旅游业发展的态度和政策。又去了户县旅游局，通过旅游局的资料和工作人员的口头介绍，了解了许多景点近年来的游客数量和一些数据统计。这些都为我们这次的调查活动提供了许多有利数据。

农民画展览馆和西安电视塔

在户县农民画展览馆感受民间文化的同时，也对展览馆的做了一定的了解工作，从历史到文化，我们深深佩服农民画成功。最后我们来到了西安电视塔，进行了最后的问卷调查活动，并且上了塔对塔内的游客情况也有了一定的了解。

短短数日的调研很快结束，从这次社会实践活动，我们学到了许多，对西安的旅游业有了更多的了解，也让自己的某些能力得以提升。我们相信“一带一路”政策的实施一定会让西安这颗古代丝路明珠在这新的历史时期重放光芒，到西安旅游的人也会持续增加。