

社会实践总结(优秀10篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

社会实践总结篇一

今年暑假，我在杭州动物园参加社会实践。以往我到动物园，都是走马观花地游览，没有机会深入地了解动物园内部的工作。这次，我希望能真正地走进“动物园”，了解一些平时接触不到的事情。这次实践活动，我选择的“工作岗位”是动物行为观察员，我和其他组员了解了动物园的概况后决定对金丝猴进行行为观察。

行为观察首先要求观察员能辨别观察的几种动物，并编号；然后，每五分钟对动物进行一次观察，并且对照着行为代码表格记录动物行为。在工作中，我们遇到的第一个难题就是识别动物。金丝猴的猴舍内有两只母猴和一只小猴。小猴蹦蹦跳跳，很调皮，体型也小，很好识别。但是，两只母猴体型相近，再加上阴雨天气，透过玻璃窗很难分辨。后来，经过辅导员的指导，我们才发现可以从毛色和尾巴长度等方面区别这两只母猴。渐渐地，这项工作也顺手了。

观察工作完成后，我们将这几天记录的数据进行分析，并撰写了一份《关于杭州动物园金丝猴的行为观察及分析论文》(后附)，这也算是提前体验了大学生写论文的生活。

动物行为观察员是一个需要极大耐心的工作，但工作中也会发现动物之间的一些趣事。金丝猴经常会打打闹闹，但不久又会互相依偎着取暖。这也许是金丝猴之间的“猴际关系”吧，打闹过后仍是相亲相爱。

这次社会实践，让我了解了动物园分门别类的工作岗位，认识了更多可爱的动物们，也让我对动物研究产生了兴趣。

社会实践总结篇二

1. 封面内容：实践报告题目、团队名称；
2. 扉页：成员组成(姓名、班级、)、实践单位、实践时间等；
3. 目录：正文的各章节、团员感言、附件等。

二、实践报告撰写的内容与要求

一份完整的实践报告应由以下部分组成：

1. 报告题目

报告题目应该用简短、明确的文字写成，通过标题把实践活动的内容、特点概括出来。题目字数要适当，一般不宜超过20个字。如果有些细节必须放进标题，为避免冗长，可以设副标题，把细节放在副标题里。

调研报告的标题可以有两种写法。一种是规范化的标题格式，基本格式为“××关于××××的调查报告”、“关于××××的调查报告”、“××××调查”等。另一种是自由式标题，包括陈述式、提问式和正副题结合使用三种。陈述式如《东北师范大学硕士毕业生就业情况调查》，提问式如《为什么大学毕业生择业倾向沿海和京津地区》，正副标题结合式，正题陈述调查报告的主要结论或提出中心问题，副题标明调查的对象、范围、问题，这实际上类似于“发文主题”加“文种”的规范格式，如《高校发展重在学科建设——××××大学学科建设实践思考》等。作为公文，最好用规范化的标题格式或自由式中正副题结合式标题。

2. 学院及作者名称

学院名称和作者姓名应在题目下方注明，学院名称应用全称，用5号宋体字。

3. 摘要(有英文摘要的中文在前，英文在后)

报告需配摘要，摘要应反映报告的主要内容，概括地阐述实践活动中得到的基本观点、实践方法、取得的成果和结论。摘要字数要适当，中文摘要一般以200字左右为宜，英文摘要一般至少要有100个实词。摘要包括□(a)“摘要”字样。

(b)摘要正文：摘要包括以下三方面内容：第一，简要说明调查目的，即简要说明调查的原因；第二，简要介绍调查的对象和调查内容。包括调查时间、地点、对象、范围、调查要点及所要解答的问题；第三，简要介绍调查研究的方法。介绍调查研究的方法，有助于使确信调查结果的可靠性，并说明选用该方法的原因□(c)关键词。

4. 前言

介绍实践的目的,意义,相关背景、时间、地点、人员、调查手段组成, 实践单位或部门的概况及发展情况, 实践要求等内容。

有几种写法：第一种是写明调查的起因或目的、时间和地点、对象或范围、经过与方法，以及人员组成等调查本身的情况，从中引出中心问题或基本结论来；第二种是写明调查对象的历史背景、大致发展经过、现实状况、主要成绩、突出问题等基本情况，进而提出中心问题或主要观点来；第三种是开门见山，直接概括出调查的结果，如肯定做法、指出问题、提示影响、说明中心内容等。前言起到画龙点睛的作用，要精练概括，直切主题。

5. 正文

正文是实践报告的核心内容，是对实践活动的详细表述，主要是实践的基本情况、做法、经验，以及分析调查研究所得材料中得出的各种具体认识、观点和基本结论。这部分内容为作者所要论述的主要事实和观点，要对实践活动中得到的结论进行详细叙述。可按照实践顺序逐项介绍具体实践流程与实践工作内容、专业知识与专业技能在实践过程中的应用。以记叙或白描手法为基调，在完整介绍实践内容基础上，对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍，其它一般内容则简述。重点介绍对实践中发现的问题的分析，思考，提出解决问题的对策、建议等。分析讨论及对策建议要有依据，分析讨论的内容及推理过程是实践报告的重要内容之一，包括所提出的对策建议，是反映或评价实践报告水平的重要依据。

正文要能够体现解放思想、实事求是、与时俱进的思想路线，有新观点、新思路；坚持理论联系实际，对实际工作有指导作用和借鉴作用，能提出建设性的意见和建议；报告内容观点鲜明，重点突出，结构合理，条理清晰，文字通畅、精炼。字数一般控制在5000字左右。

6. 结束语

结束语包含对整个实践活动进行归纳和综合而得到的收获和感悟，也可以包括实践过程中发现的问题，并提出相应的解决办法、对策或下一步改进工作的建议；或总结全文的主要观点，进一步深化主题；或提出问题，引发人们的进一步思考；或展望前景，发出鼓舞和号召。

7. 谢辞

谢辞通常以简短的文字对在实践过程与报告撰写过程中直接给予帮助的指导教师、答疑教师和其他人员表示谢意。

8. 参考文献

参考文献是实践报告不可缺少的组成部分，它反映实践报告的取材来源、材料的广博程度和材料的可靠程度，也是作者对他人知识成果的承认和尊重。

9. 队员感言

团队成员感言：实践队员要用自己的语言对实践的效果进行评价，着重介绍自己的收获体会，内容较多时可列出小标题，逐一汇报。总结或体会的最后部分，应针对实践中发现的自身不足之处，简要地提出今后学习、锻炼的努力方向。

10. 附件

对于某些不宜放在正文中，但又具有参考价值的内容可以编入实践报告的附录中。

三、撰写实践报告的准备与主要步骤

实践报告的写作过程应包括以下步骤：收集资料、拟订报告提纲、起草、修改、定稿等。各个步骤具体做法如下：

1. 收集资料

资料是撰写实践报告的基础。收集资料的途径主要有：通过实地调查、社会实践或实习等渠道获得；从校内外图书馆、资料室已有的资料中查找。

2. 拟订报告提纲

拟订报告提纲是作者动笔行文前的必要准备。根据报告主题的需要拟订该文结构框架和体系。我们在起草报告提纲后，可请指导教师审阅修改。

3. 起草

报告提纲确定后，可以动手撰写实践报告的初稿。在起草时应尽量做到“纲举目张、顺理成章、详略得当、井然有序”。

社会实践总结篇三

七月流火，酷热难耐。正是这样的盛夏时节，我开始了我的假期社会实践。很荣幸的让我进入了德宝汽车销售有限公司的销售部。德宝汽车销售有限公司是以汽车销售、整车维修、汽车俱乐部及驾驶培训服务为一体的综合型民营企业。第一次参与社会实践性质的活动，让我对自己充满了期待。

虽然我所学的专业是国际经济与贸易，销售汽车和我的专业没有什么关系，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。这是锻炼我的一个好机会。实践，就是要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。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，又加入了世贸，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，我们不仅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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。所以我们学的虽然是国际经济与贸易，但在以后毕业工作中我们不一定是去做有关我们这一专业的工作。然而不同的职业间却有着一些相同的地方，走进任何企业，都要接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂。不管什么工作都是有竞争的。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，以提高自己的能力！

在实践的这段时间内，虽然我只帮忙接电话，复印资料，整理文件，开发票等，但我感受着工作的氛围，使我非常的开心，这些都是在学校里无法感受到的。但在这段时间中我主动出击也尝试了当一名销售员的滋味。虽然对那些有关汽车配置的有关问题我回答的不够全面，还是别人帮助了我，但在销售汽车的过程中使我受益匪浅。在销售的过程中服务态度至关重要。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。

社会实践总结篇四

已经开学了，可是自己的思绪不知道为什么总是那样不知不觉地回到了前阵子三下乡的回忆中，也许人生中有些事有些人的回忆是一种习惯，但有一些事一些人是刻骨铭心。而且在这次三下乡的活动也是让我受益匪浅，让我学会、懂得了很多在大学课本里学不到的东西，现将本人20__年暑假的社会实践总结如下：

一、躬行实践受益终身

一开始还很害怕自己无法胜任，但是一想到自己终于可以真正地面对实实在在的学生，而不是试讲时，我又对三下乡的义教充满了期待。而且三下乡是一次很难得的社会实践机会，它区别于我们任何一次曾经参加过的活动，它不仅锻炼了自己还服务了农村，所以我们团队的每一个人都是认真对待，都希望能为那里的小学生带去自己精心准备的课程。这一次我上的课程包括：社会（地理部分）、手语、体育。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”一个星期的教学过程当中，我深深的感受到所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。在备课当中，觉得自己应该准备得不错了，但是后来实践证明，这些与实践还有一段距离。在多次的试

讲当中积累的经验也不足于应付实际教学过程当中的一些突发状况。

哲人说：“实践是检验真理正确与否的唯一标准。”理论要回到社会实践中去运用，想事情办事情一切从实际出发，使主观符合客观。认识客观事物，要实现两次飞跃，从感性认识到理性认识是认识事物的第一次飞跃，而从理性回到实践是第二次飞跃。所以实践是检验真理的唯一标准。在当今的大学生，社会无时无刻不在发生日新月异的变化，而参加社会实践更显得重要，实践的能力强弱，决定着日后工作的好坏。

此次下乡，我们还精心准备了一个手语的舞蹈课程，背景音乐是《北京欢迎你》，带着北京奥运热，我们来到了这个小乡村，在这里我们同样也是感受到奥运的气息浓厚。小学生们对于奥运的小知识也回答得头头是道。他们热衷于北京奥运，所以对于我们带来的这只舞蹈，他们也是学得兴趣盎然的，看到了他们一个个兴致勃勃地歌唱着北京奥运，为北京奥运感到骄傲，为中国感到骄傲，在他们身上我看到了一颗颗爱国的种子正在生根发芽……由于手语舞蹈是一种新生的艺术舞蹈，在农村地区也许是前所未闻，可能还存在着某种偏见，但是我们仍然把着一种新事物带给了这群孩子，我们希望通过这样的学习，不仅可以让他们学到有关于手语舞蹈方面的知识，更重要的一点的是想让他们学会、懂得如何去接受新的事物，懂得去欣赏新的事物……以及对他们进行一个爱国主义教育，与他们一块庆祝北京奥运。

总结我的这次时期社会实践活动，从另一个侧面检验了自己的学习情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力；同时也发现一些了自己的不足，使我在以后的学习中不断的弥补和提高。可以说，这次实践让我“受益匪浅”，我战胜了自己的胆怯，在这一次的活动中我积累了一些宝贵的教学经验，相信这将是以后的职业生涯中最宝贵的一笔经验财富。

二、团队合作共同进步

三、摄影记者专业实践

在这几天的三下乡中，由于专业的优势，我还负责摄影记者的部分工作，所以除了上课之外，其他的工作就是用我的照相机记录下那些让人感动的最美丽的画面——队友深夜备课的呕心沥血、讲解散架上奥运知识时的孜孜不倦，文艺汇演时的青春激昂，拍摄时的不辞辛苦，这些在我的镜头下闪烁着的熠熠生辉的光亮，灼热着异常耀眼，我只有做到最好，帮助他们记录下这些美好的时刻，在这个活动结束之后，看到这些照片，会填充他们最美好的记忆，犹如璀璨夜空下飞过的无数的流星。看着那一张长具有新闻价值的照片在我的精心取景下拍摄而成，一种收获的感觉油然而生。

这一次的社会实践，不仅仅让我过足了教师隐，也让我自己所学的专业有了一个难得的实践机会。实践，就是我们把在学校所学的理论知识，运用到实际中去，使自己学到的理论知识有用武之地。通过实践可以学到一些在学校中学不到的东西，以前我在学校拍摄的作品以及获奖的摄影作品大多数是一些景物，但这一次我是从一个摄影记者的身份出发，我拍摄的作品也更多是的是与新闻报道有关的。通过这一次的社会实践让我也知道了原来接触的人与事不同，学到的东西自然就不一样了。现在社会经济飞速发展，每天都有新的东西出现，在拥有越来越多的机会的同时，也就出现的更多的挑战。昨天学到的东西说不定明天就淘汰了。现在社会对人才的要求越来越高，我们不只要学好学校里学到的知识，还要不断在生活中和实践中学学习其他的知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己和表现自己。

四、留念处，念去去……

27号是我们离开亭头小学的时间，那天跟很多的学生拍了照片留影，感觉之前对于他们的淘气捣蛋一点也不在乎了，这

时倒是觉得是他们的可爱之处，之前为了奖励他们送了他们很多小礼物，没想到临走的时候，他们也送了我们一些小礼品，看着他们亲手做的手工艺品，和他们写的感谢信，无名的感动，学生有说不出的感恩，我们有说不出的感动，但是天下哪有不散的宴席，车开始开了，身后传来的仍然是那首熟悉的《北京欢迎你》，原来这首歌早已经成为我们之间的感情密码了。“北京欢迎你，为你开天辟地，流动中的美丽充满着朝气。”那一刻，我又流泪了，车后面有好多学生追过来，泪水湿润了你我的眼睛，走了，老师真的走了，离开了你们，你们要听话，好好读书，有时间的话老师会回来看看你们的，再见了，亲爱的！

社会实践总结篇五

7月13日上午九点，许昌学院赴许昌市及周边地区调查果蔬残留化学药剂对人生活的影响暑期社会实践队队员在化学化工楼前集合，举行社会实践的总结会议。参与此次会议的有带队老师张万强老师以及实践队所有队员。

九点整，张老师与队员们齐聚在化工楼一楼，会议主要由张老师总结此次实践活动的不足之处。张老师向队员们询问活动进程，以及活动中各个组负责人各组的具体工作。

首先，新闻组汇报了十五天以来新闻的数量以及质量问题，实践队如实汇报；随后，问卷调查组组长张帅汇报了问卷调查的地点以及内容。取样组汇报了取样的地点以及种类，张老师提到，取样一定要具有代表性，不足之处是没有到专门的水果蔬菜批发市场上采集样品，果蔬最重要的来源没有找到，只有找到源头才能从根本上了解农药的使用问题；接下来，实验组组长任盼龙总结了实验的结果，以及在哪些采样点存在农药超标。由于条件有限，不可能用实验室现有的实验设备进行大批量的定量分析。最后，张万强老师为实践队讲解了此次实践的成功与失败的之处，以及关心实践队队员们实践结束后的动态，做到安全方面的保障。

至此，为期十五天的实践活动宣告结束，虽然实践结束了，但是队员们认识到在维护果蔬农药残留问题这条道路上任重而道远，相信队员们在这半个月里都有所收获，在今后更加关注果蔬安全，关注民生。

社会实践总结篇六

今年暑假，我有幸和来自各个院的小伙伴们组成了名为“钱钱去哪儿了？”的暑期社会实践团队，合作完成了题目为“红包里暗藏的社会——从压岁钱变迁看社会发展”的暑期社会实践。而我希望的，不仅是通过社会实践达成大学生接触社会的目的，也希望能将自己在学校里的所学运用到实践中去。

本次实践，南京地区的问卷发放分别以鼓楼校区和仙林校区为中心展开。我和另一位同学董茜负责鼓楼地区的，而__同学则是负责仙林地区的。一大早，绵绵的江南细雨中，我和董_同学在南京大学鼓楼校区正门口汇合。一开始，我们错误地选择沿街发放。可想而知地，行人们都不愿在雨中停下脚步填写问卷。之后，我们改变策略，走进了附近的一家大型购物中心，一开始的失败尝试让我俩都有点畏缩，但是真正尝试主动出击之后，才发现被调查者都是十分配合的。为了保证样本的多样性，我们特意选择了各个年龄段和各个职业的路人：一起来逛街的学生，年轻的营业员，带着女儿的妈妈，在等人的老爷爷……后来，经过统计，我们整理出了一份综合性的问卷报告。

在这次活动中，我克服了自己的内向，勇敢地和陌生人交流；我结识了来自各个院的小伙伴，学习了学姐们出色的办事能力。在接下来的校园学习中，我希望能进一步提升自己的知识水平和各方面的能力。如今，我也已经迈入了大二，希望我也能成长，为学弟学妹们树立新的榜样。

社会实践总结篇七

作为一名班主任我深知一个班级的好坏对学校的工作有重要的影响。我深知自己责任的重大。在近几年的班主任工作中可以说有许多的得与失。现在我就如何管理好班级谈谈我的一点体会。

一、巧妙选拔班干部，培养同学们的主人翁意识

一般的班主任在刚接一个班时选拔班干部大多都是老师指定。而我每接一个新班，都要先组织一系列的活动，从中观察、发现、挖掘有头脑、有能力、有口才、有吃苦精神、有自信心、有主人翁意识的人才，通过民主评议，大家推选，选出班委成员。这样选出来的班干部有工作热情，责任心强，有强烈的竞争意识，有工作的魄力，同学们也对他们心服口服。班委会成立之后，尽快使他们熟悉自己的岗位，明确自己的职责。每周的班会上，我都要求每位干部在班里总结自己的工作，找出存在的问题，然后，我进行讲评。在讲评中，我侧重表扬，突出教育，重点是给予指导。这样，班干部的工作能力有了很大的提高，班级工作也井然有序，更重要的是培养他们的主人翁意识和责任心。

二、制定好班规，规范学生的行为

俗语说得好：“没有规矩，不能成方圆”。只有学生有良好的组织纪律和良好的行为习惯，学生才能全身心投入学习。为了约束学生的行为习惯，必须制定好班规。我在充分了解本班学生的实际情况的基础上，广泛听取班干部、学生、科任老师的意见，然后委任班干部针对自己所管的方面制订一些措施出来。然后逐条让全班同学讨论，老师补充成文，这样制订出来的班规可行性和操作性较强，管理才能到位，而才能真正做到行之有令，有令必行，有令必止，让学生在很短的时间内规范自己的言行，养成良好的习惯。

三、让学生树立远大理想，激发学习的动力

一个人如果没有理想，就好像大海上一艘迷失方向的船，飘到哪儿算哪儿，没有目标，就没有动力。平时利用报纸和优秀文章来和感染学生，让学生明确学习的目的，知识的重要性。每月制定自己的学月奋斗目标，只有让学生明确了自己的奋斗目标，学生才会知道自己应该做什么，如何做。才会有学习、生活的动力。

四、以人格魅力去感染学生

这虽是一种“无声的教育”，却能达到无声胜有声的效果，古人云：“以今率人，人若身先”，“身正”，对班主任来说尤为重要。班主任要为人师表，言行一致，以高尚的道德，良好的个性教育学生，做到“以德感人，以德服人，以德育人”，我要求学生做到的，我会首先做到，如我要求学生不迟到，我上课就绝不迟到；我要求学生按时交作业，我就一定会按时批改完作业。做不到的事就不说，说到就一定要做到，力求“己所不欲，勿施于人”。老师的这种示范表率作用在学生的身上会转化为一种巨大的教育动力，这样班主任就能在学生中享有崇高的威信。

五、多表扬，少批评

表扬是最好的教育方式。只有让每一位学生都看见自己的优点，才会树立其自信心和自豪感，才会有学习的兴趣和动力，多表扬，少批评，所以我喜欢在每一周认真评选“班级之最”。每周评选学习积极举手的学生、积极回答问题的学生、好人好事等。让每位学生都能找到自己的位置，同学们的热情高，效果很好，全班形成一种“学先进，赶先进”的现象，这样良好的班风就能逐渐形成。

六、多与学生交流，多与学生谈心

要管理好班级，就要多与学生多交流和谈心，多与家长沟通，掌握学生在家的情况，知道他们的家庭背景，这样你对学生的教育就能收到事半功倍的效果。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

社会实践总结篇八

又一个学期结束，又一个暑假开始，开始结束，回环往复。

随着学年、年岁的增长，随着就业压力的不断增大，越来越感觉到自己的实践能力方面的不足以及“胸中墨水”的缺乏，心中苦闷，无处排解。

暑假漫长，总想趁着暑假做点有意义的事情，或者使自己的专业技能有所提升，或是使自己的知识面更广、更深，或是为以后的就业面试所需要的履历表添砖加瓦，然而，“事与愿违”、“计划永远赶不上变化”等熟语恰是我的暑假生活的真实写照。

在加入龙岗区大学生联盟之前的日子里，每天都觉得自己过得碌碌无为，盲目呆板，郁郁不得欢，“真窝囊”三个字就

是自己对自己的“暑假”生活的总结。总想着改变现状，总想着自我提升，但结果都是雷声大雨点小，或者说根本就没有就没有雨点。缺乏改变的途径，缺乏改变的动力，对自己的窝囊感到郁愤难平，但是不管怎么苦闷，怎么自我剖析，心中总有一个声音在告诉自己——要改变这种苦闷无聊的生活还是得靠自己的努力、主动、积极。

于是，一个不甘于枯燥、平庸的人出现了。在同学的qq签名上看到了加入“龙岗大学生联盟暑期社会实践活动”的号召，又在跟同学聊天时聊到我的无聊暑假，就在这样的机缘巧合下我加入了“龙岗大学生联盟”并且加入了秘书部成为了当中的一份子，一开始，我还没决定参加的时候也有过忐忑和犹豫，总觉得中途加入，总会有生疏、无所适从的感觉。但是，我不愿意放弃这样一个难得的可以摆脱无聊、郁闷生活的暑期实践机会，我想着，不管参不参加，总要先去了解之后再决定，不能够再干让自己后悔的傻事，不能把实践机会扼杀在摇篮里。于是我第二天就去了龙岗区团委所在地——海关大厦。那天的会议恰好是以关于秘书部与调研部合作搞好“新老生经验交流会”为主题，也就是说我一去到简单的认识之后就要投入工作，开始，我对一切都感到茫然，因为别人都有所准备，有所计划，而我就像一张白纸，一切都要从头来过，而我自问不是一个非常有“急才”的人，于是，那种自卑的忐忑又开始了，但是“既来之则安之”，我还是认真投入了那次会议，尽最大努力把我能想到的都提出来，至于能否被采纳就看大家的意见。经过了一番讨论，我清楚了自己的工作和任务，也得出了一个结论——什么事情总要去体验过之后才能知道是难是易，即使是难也不应该马上放弃，总要努力一番，尝试一番。

此后，我也就正式开始了工作，在这件事上，我自问我认真的做好了自己的工作，尽最大可能参与会议，即使我有请假，那也是事出有因，并非有意，实属无奈。

令我印象最深的是那一次“新老生经验交流会”的活动现场。

我们为这一个活动也着实付出了许多的汗水与努力，从筹划到邀请观众到举办，真的是不容易。那一天，烈日炎炎，我们顶着火辣的太阳，一点半就到达了龙岗区图书馆的学术报告厅，开始了准备工作，大家都认真对待，服从安排，相互合作，各自做好自己的工作，把瓶装水装进购物袋，派发宣传单，带观众入场，给观众派发礼品，尽最大的努力找到最多的观众等等。我的工作先是把瓶装水装进购物袋，派发给在场观众，然后又帮忙站在门口派礼品，还有就是观众提问环节递麦克风给观众，工作名目虽然比较多，也比较累，但很充实，也很开心。看到交流会能够举办成功，真的是很高兴，就像是看到自己播种的秧苗长出果实一样，很有成就感。

总的来说，虽然我参与的龙岗区大学生联盟的时间短，次数也不多，但是我感受良多。最初我就在想，为什么别人都能够有参与社会实践的渠道，而自己就这么的孤陋寡闻完全不知道大学生联盟的存在呢？这也使我开始反思自己的人际关系的问题或者是在同学圈里的交流问题等等。但是，龙岗大学生联盟的存在真的很有意义，它使得那么多的龙岗区的大学生获得了参与社会实践的机会，祝愿龙岗区大学生联盟越办越好，吸纳更多的志同道合的大学生参加，举办跟更多的有意义的、创新的活动！

个人社会实践总结报告

社会实践总结报告

大学生暑期社会实践个人总结报告

寒假社会实践总结报告

客服个人总结报告

个人总结报告范文

军训个人总结报告

个人自查总结报告

医学检验个人总结报告

出纳年终个人总结报告

社会实践总结篇九

今年暑假我参加了系组织的暑期社会实践活动，虽然一个月的时间活动让我觉得很累很辛苦，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。也通过一个月的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会。

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会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，更为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。我是一名大一学生，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。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。

建议

暑期社会实践活动是大学生从象牙塔迈向社会的桥梁，它有

助于大学生认识社会，了解社会，适应社会。实践活动可以提高自己的动手能力，锻炼自己的交际能力，加深对社会全面认识。但是，在实践中，我们是要真正走进基层，体会基层农民的生活，所以我们要放下学校里的纸上谈兵，放下家里的娇生惯养，虚心学习。既要对自己有只要我干我能行的信心，又不能自满自负，要踏踏实实一步一步地进行，急于求成只能是欲速则不达。虽然我们是受过高等教育的大学生，但我们了解的都是理论知识并没有实际经验，所以或许还不如未受过高等教育的农民，因为他们在实践中总结了许多宝贵的经验。因此，我们要摆正心态，拥有一颗平常心，一颗谦虚求教的心，一颗乐观的心去面对社会里的人。在实践中不如意和挫折是不可避免的，但是我们不能轻言放弃，我们要把它当作是走向成功的经历，我们应该积极总结经验，积累宝贵的财富。我们要学会珍惜，珍惜来之不易的机会；学会总结，总结实践中的经验；学会节约，节约积累来的财富。怀着一颗感恩的心服务农民，用心体会实践经历，那么我们不断走向成熟，走向成功。

暑假社会实践总结报告

社会实践总结篇十

实践时间□xx年2月10日—2月14日

实践目的：

第一，丰富假期生活；

第二，锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获；

第三，了解基层劳动人民的工作情况，体会劳动人民工作的不容易。

在我的这次“打工”生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

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，那么你一定不会交到很多朋友。

做苦工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是做苦工生活的全部吧。我不知道多少做苦工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的做苦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，五天的实践生活，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，这也算是我的一分财富吧。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。社会实践虽然只有短短的几天但是在这段时间里，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，更能认识到父母为我们付出之多，更让我坚定了好好学习来报答他们的信念。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。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验

和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期做苦工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的人际能力。作为一名大学生，只要是自己能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

在这次假期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的做苦工是1个开始，也是1个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。