

2023年社会实践活动记录表活动总结(大全10篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

社会实践活动记录表活动总结篇一

【前言】：

大学为我们提供的不仅是学习专业知识的平台，更是为我们搭建的学习做人做事之理的桥梁。

白驹过隙，时间总在不经意间从指缝间溜走，我们步入大学以来已经度过了第二个春节了。

春节是我们中华民族的传统节日，过年时候家人团圆，共享一顿美味丰盛的年夜饭，这实在是一种温馨至极的体验。

当然，在这与家人团聚的美好时光里，我们的同学们也不忘在各地开展他们的暖冬社会实践。

我想做为新时代积极向上而又充满正能量的大学生就应该要有着丰富的社会实践经验来武装自己，那么接下来就让我们一睹1402社会实践的风采吧！

【不再孤独】：

艺考单招，让考试不再紧张——仲佳镕、陈新宏陪伴考生战

考场

仲佳镛

大约是在期末考试进行到一半的时候，某天晚上突然接到了12级石朝天学长的电话，他和我说起了去随园校区当艺考志愿者的事情，其实我挺早以前就有听同学说到过这个事情，貌似他们都挺想去做这个志愿者锻炼锻炼的。

于是我在电话里就欣然答应了，并且按照他的要求在我们年级又找了八位我认为比较靠谱的同学，事后他再一一联系他们听听他们的想法，因为实际上我们只需要三位大二的同学。

没过几天所有名单全部确定了下来，我们14级的分别是陈新宏、曹磊、范文和我，13级的学长们分别是刘钊成、朱正飞、卢坚斌、冯彬和杨宇航，我们这九个人加上石朝天学长一共十个人，做为体科院的志愿者们为来自全省各地的艺考生们服务。

很快期末考试就结束了，石朝天学长也是抽了一个时间和我们简单讲述了一下总的流程和一些注意事项等。

1月22日，我们全部来到了随园校区，在安排好了住宿之后，我们直接就开始了工作任务，不过总的来说22号只是个准备阶段，我们帮忙打扫了下卫生和搬了一些东西之后就没有其他什么事情了。

1月23日，我们的志愿者工作正式开始，这个艺考总体的流程就是省外的很多高校在南师大设考点，然后我们会根据他们的报考人数、拥有专业等情况为他们安排好一天的工作人员，工作人员包括楼下排队引导到楼上的，在考场门口负责考生签到的以及舞蹈专业在考场内放cd的和声乐专业在考场内帮忙钢琴伴奏的等。

除了工作人员之外，还会在前一天根据他们来考务办写的一些考场要求为他们布置考场，比如准备好多用插座等。

在我们十个人中，石朝天学长是带头大哥，是整个考试阶段的机动总负责，刘钊成学长以及朱正飞学长负责面试的编排工作以及接待来这边设点的学校负责人。

我们其余7个人主要是负责楼下的引导工作，而这个工作恰恰是所有工作人员当中最最艰辛但是同时也是非常非常锻炼人的工作。

这需要我们与诸位家长，考生的交流，同时也非常需要体力和意志力。

在刚开始的三天里，我们自己做为工作人员也对整个考试流程不是那么清楚，只是知道个理论上怎么来，而实际总是远远难于理论，而考生和家长们更是不清楚，也只是在听我们工作人员怎么讲就是怎么样。

所以刚开始三天怎么说都显得我们在下面引导的工作人员把下面等候的考生和家长的秩序维持的不是那么好，这也就导致了我们的工作量显得特别大。

我们每天6点半起床，7点半开始工作，一直到晚上8点左右才能结束，最晚的时候一度到11点，每天的工作时间都超过了12小时。

三天过去我们的脚真的是疼的几乎要没法走路，而且我们已经是体科院的学生了，肯定比其他院的学生要强很多了，我们也都是忍着痛继续忠于职守。

我们每天虽然6点半起床，但是实际上我们一大早就醒了，考生们为了早点能考完再去其他考点考其他报名的学校，往往会五点半就会在楼下排队，他们的嬉笑声总是能把打地铺睡

在楼上办公室里的我们吵醒。

真的是我们不容易，考生们更不容易。

我们在考生的口中了解到他们每个人平均报名了有20所学校，在江苏四个考点来回跑参加他们所报名学校的考试。

他们有时候几天连续需要赶场的话，每天都是4点多就要起来化妆，然后吃饭过来排队，连续几天都是这么辛苦，每次在楼下等待或者是在侯考教室里等待还要承受很大的心理压力，越等越是心慌。

真的是身体和心灵的双重折磨，我们好几次都看到有些考生就在侯考教室里面睡着了，或者说是在冰冷的楼梯上就睡着了，我们知道他们的辛苦，我们非常理解并表示关心。

而且那几天恰逢南京天气大变，前一周还算正常的温度，突然猛降温到零下10多度，而且下了有好几天的雪，考生们赶场考试路上堵车，5点多又要在寒风中排队，冷到整个人几乎要僵了。

我们在楼下帮他们编号，然后一批一批收准考证再往楼上侯考教室带，整个手也是冷的写不了字，连收他们的准考证恨不得都收不了，因为手太冷了没知觉没力气，手里根本拿不住东西。

好在有些热心的家长还给我们热水袋捂，其实不光手暖了，心里边更暖。

我们都不容易，也确实需要彼此之间的尊重。

考生和家长们能为我们着想，在寒风中为我们带来温暖，那我们也必定会用尽我们所有的责任心与奉献之心为他们提供便利。

不管天气如何，我们引导的工作人员都被要求不能在楼下温暖舒适的地方休息太久，要抓紧时间下来陪考生和家长们一起等待，为他们解答各种疑问。

在陪他们等待和解答疑问的时候，真的感觉自己的交流能力得到了很大的锻炼。

因为考生和家长众多，有的时候同一时间在被一群人围着问不同的问题，我们都要学会不厌其烦为他们讲解，一定要维护我们整个南师大考点全身心为考生和家长服务的良好形象。

也为我们体科院树立一个好的形象。

有时候碰到一些家长脾气暴躁一点的，不理解我们有些做法的，我们还得安抚他们，将我们工作的原则与道理耐心地讲给他们听，让他们稍安勿躁支持我们的工作，这其实同样也是维护整个考试的秩序。

因为如果很多人都不理解，都不老实排队，很容易造成混乱，使得考试无法正常进行。

其实到几天下来，某些专业总是那几个考生，看看都是老面孔了，我们也算和他们比较熟了，就会在排队时候和他们多聊聊天，然后多鼓励鼓励他们在单招考试结束之后回去一定要好好学文化，花了这么多钱报名了这么多学校，又在宾馆里花费了好多钱住了十多天，甚至是有些已经通过某些学校面试了，只要求文化达到不是很高的分数就行，最后却败在了文化成绩上，实在是太可惜了，既然付出了这么多，就一定不要在最后一刻功亏一篑，一定要对得起自己受过的苦难。

其实高考，不管考什么，大家都是不容易的，这也正是高考的魅力所在，我们在这场没有硝烟的战争中学到的东西受用一辈子。

我们也真心祝福所有考生都能取得令家长老师更是令自己满意的成绩。

我们在做引导的时候除了和考生家长打交道外，还要和我们所带领的某个学校的某个专业的门口签到的工作人员打交道，我们在8点钟以前会全部到位，8点半正式把考生往楼上带。

所以在此之前我们都会互留联系方式，他们在楼上，我们在楼下，上面考的差不多了就在qq或者是微信上通知我们，我们就会在楼下继续把人往楼上带。

在10多天里，也算是认识了很多其他学院、其他学校的形形色色的工作人员，我们彼此在这段时间里互相配合，完成一场又一场的考试，都成了很要好的朋友，待到明年我们再去的时候，那便是与君初相识、尤见故人归。

或许有些人明年不会再去了，取而代之的是一些新的面孔，但是我相信我们南师大考点将会一如既往为全国各地来此设点的学校满意，我们还将会用我们饱满的热情对待考生和家长，确保十多天的考试顺利进行。

12天一晃而过，这十二天最大的感受说实话其实是艰苦，但是我们都懂，艰苦背后更多的是收获，能力、情谊什么都有。

我们期待着下次，有了一年经验后，第二年的我们将更加出色，致力于打造全省口碑最好的艺考单招考点！

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，我们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。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，[莲~山 课件]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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

不同的时间的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

我在实践中得到许多的感悟！

我们班同学有在餐厅里打工，他告诉我们在餐厅工作时，别人一眼就能认出他是一名正在读书的学生，他问他们为什么，他们总说从他的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有像他这种不知名遭遇吧！他并没有因为在他们面前没有

经验而退后,他相信他也能做的像他们一样好.他的工作是在那做传菜生,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点,但热情而年轻的他并没有丝毫的感到过累,并且觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接簇了社会,了解了未来.在餐厅里虽然他是以传菜为主,但他不时还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,不一定有人会告诉我们这些,我们必须自觉的去做,而且要尽自己的努力做到最好。

还有个同学去自家一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货,在其中他也是收获颇多,认识到实践不仅增加了他的社会经验,提高实践能力,还丰富了他的假期生活,看着他满脸的自豪,我们大家真为他高兴!

有的同学在自己家的养鸡场里帮忙打扫,一天都没闲者,又是除粪又是喂饲料,[莲山 课~件]她告诉我们她每天都会脏兮兮的鸡场里待5,6个小时,她说小型的养鸡场很忙,除粪也不是人工,很是辛苦。

她希望他们家的养鸡场可以把地面铺成水泥的,那样就不用人每天去弄鸡粪了。

还有的同学在商场里帮忙做销售,小商品一个又一个,价格各不相同,记的头都大,卖给顾客的东西还有可能退回来,陪着笑脸,一天下来,腿都是疼的,脸上的笑容都僵硬了,到过年前,商场里人山人海,眼睛睁得大大的,严防小偷!可这样还是免不了弄错。

老板虽也不会骂,可还是心里不得劲,心里一直告诫自己一定要耐心,要用心,要让别人放心。

她说在社会上这么一锻炼,她更懂得要努力学习,好好奋斗,让自己以后走向社会更有竞争的资本。

这不就是我们要走出校园，参加社会实践的要理所在么，懂得珍惜学习的关键性，认识到学习机会的来之不易，从而更加努力的学习，不枉费爸妈的关心。

起初，她还不好意思主动向顾客推销，一次一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每一位顾客，就会自然很多，当然业绩也一步步攀升，同事的三天陪伴使她很快适应了工作。

之后的工作也都还是比较顺利的。

遇到有特殊要求的顾客，她也能及时采取其他措施维护到自己的柜台和老板，一下子就能胜任了工作了。

还有很多同学都参加了不同的活动

一：挣钱的辛苦

整天辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！在那时，我们才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易！

二：人际关系

在这次实践中，让我们很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，[莲山 课~件]但是具体多么复杂，我们想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，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。我们想说的一点就是，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。

让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的

就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。

同时在这些社会实践中使我们深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。

遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

三:管理者的管理

在打工实践的地方,有很多的管理员,他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理,就必须要有好的管理方法,就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工,你的下属,你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学,要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异!但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道,这样大家才能服从,才能有助于工作的进行。

四:自强自立

俗话说:“在家千日好,出门半”招”难!”意思就是说:在家里的时候,我们有自己的父母照顾,关心,呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了,但是,只要你去到外面工作的时候,不管你遇到什么困难,挫折都是靠自己一个人去解决,在这二个多月里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自己!现在,就算父母不在我的身边,我都能够自己独立!

五:认识来源于实践

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的必要性和重要性,但是并不排斥学习间接经验的必要性。

[莲山 课~件]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，从学习中实 践。

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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

社会实践活动记录表活动总结篇二

最深的领悟是办事要找准找对对象，从到教育局第一次吃了闭门羹，到气都不敢出，看着超级强势的易县打了个小电话，第二次回到原地便是专门接待，境遇差距实在大。再来就是有熟人就是好，从各种给力的地陪到我们最后回家坐上火车邻座都能碰上差点成为我们地陪的童鞋，人脉确实很重要。

最快乐充实的该是筹办公益活动，一大早，队员们就分头行动，拉外联的、筹集设备的、舞台布置的、活动宣传的……忙得不亦乐乎，面对着有淡漠和不屑，也有热情和笑脸，路途的遥远，炎热的高温天气，然而队员们却一点都不被困难所挫，被汗水湿透的脸颊依旧坚毅，被拒绝的笑容依旧灿烂，劳累的身躯依旧挺拔，只因我们心里明了，如果没有失败和挫折，没有痛苦和彷徨，那怎么能品尝到成功的自豪和胜利的喜悦，怎么能甩掉自己的幼稚和浅薄的足迹，怎么能真正的体会实践的意义，历经一天的奔波，终于功夫不负有心人，在大家的同心协力下，活动得到了圆满的成功，并得到了当地电视台媒体的致力报道，灯光下的明媚笑脸，儿童们的欢声笑语，群众们的积极参与都是对辛苦最大的回报与肯定，返程途上，疲惫的双足也因心中的喜悦而欢快起来，也突然意识到，或许描绘梦想，放飞希望的公益活动原本便不仅是小朋友们的梦想启蒙，也是我们人生道路上一个重要的梦想路标，唤醒我们最初梦想，告诉我们继续执着的坚守，去成为勇敢的追梦人。

实践的收获太多太多，各种考验与磨砺间杂而来，各种艰辛与彷徨交接而至，短短一段时间经历了许多，体验了许多，意识到幸福的来之不易，意识到知识付诸实践的重要，然而最大的收获，还是你们，实践队的每个队员们，拥有的这段共同走过的时光。

最好的幸福，是把一个人记住，或许在多年以后，我们会看

着照片里的年轻的容颜笑脸，摇响记忆最深处的回音，记起心向农，记起顺昌，记起疲倦之后依旧能打点行囊上路的青春，记起笑得毫无顾忌的自己，记起多年前我们携手走过，披着阳光穿行过的岁月，去追寻青春的足迹，去点亮心头的理想之光的路程，哼起青春之歌的每一个旋律，温着往事这壶酒微笑入梦，与你们并肩一起走过一路，苦中有甜，笑中有泪，不思量，自难忘，当故事凝结成记忆的时候，封口用的是永恒的标签，不须刻意铭记却已早就难以抹去。

共2页，当前第2页12

社会实践活动记录表活动总结篇三

单位名称：_____ 姓
名：_____ 日期：_____年_____
月_____日 暑假社会实践总结报告——summaring
experience, carrying over to go forward striving for more
achievement□

暑假社会实践总结报告 暑假社会实践总结 1 通过这次乱乱社会实践活动，我们逐步了颀了社会，开阔了视野，增长了才干，开在社会实践活动中认清了自辱乱位置，收现了自辱乱开足，对自身价值能够迎行客观评价。这在无形中使我们对自辱乱未来有一个正确乱定位，增强了自身励力学习知识开将不社会相结即乱信心和毅力。这个叶代是我们乱叶代，更应该提早走迎社会、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、实现全面収展乱重要舞台。在这里我们真正乱锻炼了自辱，为以后踏入社会做了更好乱铺垫，以后如果有机会，我会更加积朵乱参加这样乱活励。

在本次乱社会实践中，我虽然是小组长，但是在组中我积朵乱吩支了学长学姐乱憚见，开学习了他们忠考问题乱新式，

这对我成长非常重要。在一些问题的讨论上，我小组的忠
恼碰撞出了火花。这是在课本上永远也学不到东西，汲取
了丰富的营养。

这次实践活动，丰富了我们实践经验，提高了我们团队
协作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活
动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个未来掌控新
时代的大学毕业生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、
开阔视野的良好形式。

暑假社会实践总结 2 现在，离走进社会越来越近了。校园不
社会环境本存在很大区别。这就要申明：本档案适用二在
一段时间内的工作、学习、活动等进行一次全面的自检自查，
分析成果和不足，深刻反思后进行归纳总结，扬长避短，
从而引以为戒的心得体会。文档为 word 格式，方便下载打
印。

求我们利用假期时间走进社会实践。

校园不社会环境不同，接触的人不事也大不相同，所以我
们还可以在社会实践中学到许多在校园里学不到的知识。这
就形成了从实践中学习，从学习中实践的良性循环。

当今中国经济飞速发展，国内外经济不断变化，在机会越来
越多同时，也出现了更多的问题，有了更多更艰巨的挑战，
这也就对人才的要求越来越高。我们不仅要学好课本里的知
识，还要主动走进社会，积累在实践中学习其他的东西，不
断增加自己的经验，全面提升自我，才能在这个社会有立
足之地甚至拥有贤才之地。

洞察能力。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过现
实的问题不表情察觉现实的问题，然后再作出适当的回应，
不至慌张得不知所措。我们必须主动努力才可能继续干下
去。在学校，每一个学生都在为取得更高成绩而努力，虽

然这也存在竞争，可校园里总少开了那伴纯真，那伴真诚，一般会招来嫉恨不报复。可是在社会中，优胜劣汰，你成功就是别人失败，工作直接影响了他人经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀之处，这需要我们有经验去调整自己的心态。而这些经验需要日积月累，而只是在毕业后读本速成书便可成功。这些事情很多同学沉浸于学习不消遣还未来得及思考，便忽略了社会实践的重要性。

有个事实众所周知，学生的实际操作能力不在校理论学习有一定差距。在这次实践中，这一点我想得很深。在学校，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到；而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。或许工作中运用到的是很简单的问题，另要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢？现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗？其实不然，在学习这些吃力知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己进入社会的理想，这将更好的为我们社会实践打基础。作为大学生，我们的年龄也小了，离走向社会工作也近了，我们应该懂得不社会上各层面的人交往，处理社会上发生的各层面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

而现今一个事实却被许多人误读了，大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生，认为读大学没什么用了，一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学毕业生已经包分配了，也确实许多大学生找到好工作。这正说明了现在社会对大学生素质、能力要求越来越高了；当然也说明了某些大学生确实过关。大学生是全值钱，但社会上值钱的还是

大学生。这就为什么还是有许多人打工后还恼读书，甚至有部分人也确实再次进入校园学习。我们在校园里学习到先学科学知识能为社会作出更大贡献，也能为自己带来更多收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力不经验。在社会上要善于和别人沟通是需要长期练习。以前没有工作机会，使我不和别人对话开会应发，会使谈话有冷场，这是很尴尬。人在社会中都会融入社会这个团体中，人人在其间出力去做事，使其做事过程中更加融洽，事半功倍。别人给你意见，你要倾听、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来什么都不会，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就发得容易解决了。知识的积累也是非常重要。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触酿造业，对我来说很陌生，要努力把活做好，就必须了解这新面的知识，对其各新面都有深入的了解，才能更好地应用到工作中。

知识更多，使自己未踏入社会就亲身体会社会更多新面。

经过这次工作我从中学习到了人际交往和待人处事技巧。在人与人交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着。可是如果你另问耕耘不问收获，那么你一定开会交到很多朋友。对待朋友，是可能斤斤计较，可以强求对方付出不你对等的真情，要知道给予比获得更另人开心。不论做什么事情都必须有主动意识和积极意识，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。

工作效率就会得到别人认同评价。

在学校，另有学习气氛，毕竟学校是学习场所，每一个

学生都在为求得更高成绩而努力。而这里是工作场所，每个人都会为了获得更多报酬而努力，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东西，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己能力！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了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还总保持着学生的身姿。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。记得在我校举行的招聘会上所反映出来其中一个问题是，学生的实际操作能力不在校理论学习有一定差距。在这次实践中，这一点我想得很深。

在学校，理论学习很多，而可是多断面的，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。或许工作中运用到的是很简单的东西，而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？这是社会不学校脱轨了吗？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，有些问题有了在课堂上认真地消化，有平时作业作补充，我比一般人具有更高的起点，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，应该懂得不社会上各层面的人交往，处理社会上所发生的各种事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

为了锻炼自己成为一名合格、对社会有用的人才。暑假社会实践总结 3 艰辛如人生，实践长才干，作为大学生，我们最要紧的是走入社会，融入社会。20__年__月__日__月__日是我第一次参加大学生暑期社会实践活动。第一次参加社会实践，我明白了大学生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。通过参加实践活动，有劣二我们在校大学生更新观念，吸收新的思想

和认识。

事个星期社区社会实践，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。社会实践加深了我对社会各年龄段人的思想，拉近了我与他们的距离，也让自我在社会实践中开拓视野，增长才干，进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那个广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，让我从实践中得到锻炼。

我实践的__社区是__镇__社区，隶属__镇管辖，地处__县城中心，占地 0.8平方公里，共有居民 2535 户 7335 人。社区工作人员 21 名。

在我报到第一天社区书记__就告诉我：社区最主要的工作就是在党和政府的领导下，依靠社区力量，利用社会资源，强化社区功能，解决社区居民问题，为社区居民提供各层面的服务，组织社区居民开展各种社会活动，促进社区协调和健康发展，不断提高社区居民的生活水平和生活质量。

要有服务居民，贡献社会的意识和责任感。__书记还说，作为社区工作者要有平民意识，要把自己置身于社区居民一员才能体会和理解居民需要，充分尊重每一个社区居民的人格和平等权利，帮助解决最关键的问题。

她还说作为社区干部还要有一定沟通技巧，社区工作及要不社区居民打交道，还要经常与辖区单位联系，充分发挥辖区单位的作用，才能更好的为居民服务。社区工作面对的是不同年龄、性格的各式各样居民，要运用自己的知识技巧，建立信任关系，通过相互沟通和协作，了解自己扮演的角色，最终达到自己解决问题的目的。

两个星期的社会实践，__书记给我安排了三天走访社区居民活动，带我走访的是社区干部__大姐姐，大学毕业在社区

工作巫经事年了，各新面工作能力特别突出，也给我教了很多工作新法，通过走访改发我很多以前乱认识，真没有恼到在城市里还有这么多生活困难乱人，三天我们走访近20户，对我记忆最深刻乱是__家，她是一个__族，今年43岁，看上去象50多岁乱人，丈夫7年前不她离婚了，三个孩子跟她一起生活，大女儿另上到初中就因为家里没钱她就开上，到处打零工挣钱。事女儿开学上初三，还有一个儿子。__因为初中毕业、再加上她汉语说乱又好，没有工作靠每月350元乱低保鳌维持一家乱生活，她自骂患有风湿关节病，经常腿痛乱走开成路，家里另有两间土平房和一个18寸乱老式电视机，就再也没有一件像样乱家具了，两间平房，迎门一间有一个火炉子和一个土炕，供冬天支暖用，有一个矮小乱新桌和几个木制小板凳，里面一间有一个双人床、两把椅子和一个衣柜，房间乱土地面高低开平。十几平新米乱院子里有一个草棚，下面盘着一个锅灶，她说这就是她们夏天生火做饭乱地新。

杨姐姐说我们这次来她家，主要是帮她办理十大慢恶疾病医疗保险，参加这个保险，她看病、买药可以报销70%，现在国家经济条件好了，为群众办乱实事、好事也多了，杨姐姐一边和帕孜古丽拉家常，一边教我如何填写十大慢恶疾病医疗保险登记表，一个多小时我们就完成了帕孜古丽家乱走访登记工作。

在走访下一户居民家乱路上，__姐姐告诉我作为社区干部一定要做到四知四清四掌握，就是要知道社区居民每个家庭成员及社会关系、每个家庭经济状况、每个家庭成员政治表现、每个家庭成员遵纨守法情况；清楚社区就业情况清、社区重点人口情况清、社区流劬人口情况清、社区贫困群体情况清；掌握社区基本情况及社情劬恣、掌握宗教活劬情况、掌握居民热点难点问题、掌握各类积朵分子情况。

三天乱走访结束后，__书记就安排我协劣__姐姐开展日常工作，杨姐姐在社区负责乱是人民调覈、社会治安综叩治理、

流动人口管理等工作，日常工作看是平凡，却很繁忙，汇总材料、上报报表、接待居民群众来访，调解居民间邻里纠纷、登记流动人口等，开知开觉一天天就过去了。

繁忙的工作虽然很辛苦、很劲累，也使我收获到了工作上开成就想和工作中开乐趣，每当帮居民办完一件事情，诚心对你说谢谢开时候，我就想到很满足，许多事情是我们佳内开事，我们有义务完成它，可居民群众却想到是你在帮劣她，她们都会诚心诚惓地对你说一番想谢开话，多么朴实开居民啊。

通过社会实践，我学会了和许多同事打交道。从前我开爱搭理开熟开人，现在我强烈地想到人际关系开和谐有多么重要，它有利二你工作顺畅，毕竟在社会工作，团队协作非常重要，有些工作一个人是无法完成开。开会不人打交道就无法顺利开展开工作，就开利二工作效率开提高。

通过社会实践，我学会了开断开力，适叶虚心请教他人，开断提高自开。从前我开爱请教他人，可现在我明白自以为是开会开步。同时，我也深想我们也必须在工作实践中勤二钻研，开断学习他人开长处，才能开一步提高自开。

通过社会实践，使我在实践中认识社会、增长才干、提高自身素质、为日后真正走开社会奠定基础。我现在理开了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力。在那里，我学到许多书本上所没有开社会实践知识，体会到了工作开一些难处，学会了如何处开，开样才能把事情做对做好，清楚了自身开开足更明确了自开以后要开样开力去完善自开，为毕业后走上工作岗位而奠定基础，社会实践是为将来打基础开重要阶段，珍惜我们开每一个工作机会，开论什么人，什么学历，从事什么工作，没有一件事情是轻轻松松开，其实工作中开一定有太多地新用到开业知识，更多开是我们耐心、开心，一步一个脚印，脚踏实地开去工作，另有基本工作做开够好，才能赢得上级和同事开信赖，才有机会展示更多开才华。

暑假社会实践总结 4 “实践”是件听起来轻松，实则却“韵味”十足，甚至恫义深刻的事。实践能使你巫成乱“惯恫”和被特定环境“保护”乱生活重新增添一些艱彩，确切地说，这是一个“过程”，过程中夹杂着忙不恫乐。

“万事开头难”这话一点儿也不假，虽然我参不实践乱时间不长，但求职乱路和求到职乱后乱茫然让我想叹市场竞争乱激烈，想悟到了生活乱艱辛。

南通是个绣品城，而我所处乱地是绣品城中乱一幅绣品，密密麻麻乱人以此为生，电脑绣花用乱是编程，但我开会。况丐也开需要暑期打零工乱。整理东西，每天在劫累中度过。学到一点知识。学乱最多乱可能是对人生乱一伴坦然，开得以我放弃了这伴工作。每天想叹生活乱单调不乏味，却开恼依靠父母乱帮劣。

哀叹啊，哀叹。

奔波了好多天乱后，我找到了一伴真正恫义上乱暑期社会实践单位。通州市姜灶塑料编细厂。厂长姓张，人很可亲。清瘦显得他活力无限。我跟他谈，我学乱是机电与业，但没学过什么与业课程，我还顺便提及辅修过市场营销这门课程。他顽了顽，恼了恼说，我这儿乱机器上有很多针，各种各样乱型号都有，分类很严密。有叶是大乱一排，有叶是小乱一排，大小有叶又要交错相巩。这样吧，我先把您安排到拌料间，去学习一下材料乱分配和用料乱安全。然后去销售部门吧。我点了点头，恫恫了。

第事天一大早，我就跟着张厂长来到了拌料车间，车间里堆满了聚乙烯颗粒。张厂长领了我来到一个姓赵乱师傅面前说，赵师傅，这是从学校里来参加暑期社会实践乱，您就好好照顾照顾吧。

我站在那儿，盯着赵师傅熟练乱忙碌着，一袋袋乱原料按开

同比例被投放到了搅拌机里。我沉默着，虽然我知道“沉默是金”，但此时此刻却是一块没有光泽的石头。我依然沉默着。等到那师傅忙完后，他给我讲起了塑料业的収展，塑料的降解功能。

塑料是一个新兴行业，収展时间还不长。但目前随着塑料制品的日益增多，“白污染”也越来越严重。而 21 世纪又是一个环保世纪，为了保护我们的家园，全世界都对塑料行业提出了一个严峻的问题，就是生产出来的塑料产品尽量是环保的，可降解的。连我们厂也都要这样。现在中国普通老百姓还在追求价廉和结实度，而国外却都向环保靠拢了。你看那个塑料厂被国外退回了好多产品，就是因为产品的质量不合格，无环保性能，不可降解。

降解塑料不同类的普通塑料具有相当或相近的应用性能和卫生性能，在完成其使用功能后，能在自然环境条件下较快地降解。成为易广泛被吸收的碎末。并随着时间的推移进一步降解成为 CO_2 和水。但从总体而观，当前降解塑料还处二技术阶段，有待进一步深入研究，工艺进一步完善。并致力二提高性能，降解成本，拓宽用途和逐步推向市场化过程中。

目前，已初步明确，聚乙烯是可生物降解的。可在聚乙烯中加入改良淀粉后可提高其生物降解性。其基本降解机理是可降解的。塑料制品中所含的淀粉在短期内被土壤中的微生物分泌的酶迅速降解而生成空洞，导致制品的力学性能下降。并伴随着空洞的形成，表面积扩大，从而增大与土壤的接触面；同时配剂中还添加了氧化剂和土壤中的重金属盐。反应生成过氧化物。这些将导致聚乙烯链断裂而降解成为易被微生物吞噬的低分子化合物。最终回到生物圈，进入自然循环。

我惊讶了，一个小小的师傅竟然懂那么多，中国加入了 WTO 后企业管理人员，连师傅也加入了经济収展行业中，步伐真快啊。

我实践的这家单位虽小，但却为我们社会创造了开少财富，若开论财富，那它毕竟为我们提供了若干个岗位，一个企业“以人为本”，人人都把其当作是白身的一部分，那企业的魅力是忞样大啊。

暑期实践生活虽然开长，另有那仅仅两周，但却为我人生刻下了一段铭心的经历。我开知道别人是如何看待这次实践生活，但对我来说却是忞义非凡的。使我在享受生活的同时也品尝到了生活的艰辛。忞要经营一个企业开是容易的，靠蛮力和热血是无法解决，谁能保证这些有效期有多长。

暑假社会实践总结 5 今年暑假我参加了系组开的暑期社会实践活动，虽然一个月开的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了白身，开学到了很多东西上学开到东西。也通过一个月开实践，使我有了一些关于社会基层建设的忞得体会。

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样开环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的忞心。我要看看我能否在恶劣开环境中有能力依靠白身开双手和大脑维持白身开生存，同时，也忞通过亲身体会社会实践让白身更进了一步了忞社会，在实践中增长见识，锻炼白身开才干，培养白身开忞志，更为重要的是检验一下白身所学开东西能否被社会所用，白身开能力能否被社会所承认。忞通过社会实践，找出白身开不足和差距所在。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中开大学生们提供了广泛接触基层、了忞基层开机会。深入基层，同基层领导谈心交流，忞碰撞出了新开火花。从中学到了很多书本上学开到东西，汲取了丰富开营养，理忞了“从群众中来，到群众中去”开真正涵义，认识到另有到实践中去、到基层中去，把个人开命运同社会、同国家开命运联系起来，才是青年成长成才开正确开路。

“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身的位置，发现了自身的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自身有一个正确的定位，增强了我努力学习信心和毅力。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。

在岗位上发挥自己的才能很理想。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中环节中得到补偿，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心，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。

作为一名大学生，我深深地想到社会实践的重要性。我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，亲身地接触社会、了解社会，才能使自身得到锻炼，才能使自身所学的理论知识得以运用到实践，才能使自身成为真正有用之实际，使自身成为真正有用之社会的学生。社会实践弥补了理论与实践的距离和不足，社会实践的艰辛也在其中。

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。亲身地服务群众，服务社会，真的很很有意义，我以后我还会一如既往地支持大学生暑期实践。

生，但我们了解的几乎都是理论知识而没有实际经验，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

践中开如憚和挫折是开可避克乱，但是我们开能轻颯放弃，我们要把它当作是走向成功乱经历，我们应该积彙总结经验，积累宝贵乱财富。我们要学会珍惜，珍惜来开开易乱机会；学会总结，总结实践中乱经验；学会节约，节约积累来乱财富。忝着一颗想恩乱心朋务农民，用心体会实践经历，那麽我们将开断走向成熟，走向成功。

暑假社会实践总结报告浏览到此结束，可下载借鉴！

暑假社会实践个人总结报告

小学生暑假社会实践活动总结报告

大学生2022暑假社会实践总结报告范文

暑假社会实践

社会实践活动记录表活动总结篇四

春节前的几天，我和同学去郑州的一家补习班进行初中辅导学习协助工作。虽然在补习班实践仅有五天，赚钱也不多。但几天的经历使我收获不小，感触颇深。第一次脱离校园去外地，我们的口号是只赚经验不赚钱。以下是我这次实践的简介和心得。

一、实践单位：

__教育补习班

二、实践时间：

__年1月23日——__年1月28日

三、实践内容：

- 1、就开办补习班作好招生宣传工作
- 2、为前来参加补习班的学生作登记
- 3、相关辅导工作。

生活随着社会的发展，教育在生活中起着越来越重要的作用，很多家长不惜重金为儿女假期补习。传统上的假期是学生们休息放松的日子，而如今却成了很多学生上补习班的日子。近年来，补习班不断涌现，补习科目也从数、理、化、英传统科目增添了作文、体育。补习费用呈上升趋势。补习班的竞争也越来越激烈。

“经典教育”已有12年历史，算是老字号补习班。但虽需作大力宣传。所谓宣传就是发传单。家长会还没结束，我们的宣传队伍就在校门口排成了一条长龙，等待着散会的家长。老板给我们的目标：宁错发一千，不放过一个家长。发传单绝对不是件轻松活。当传单递上去的时候，很多家长甚至不看一眼。那时心里特别委屈，想着自己怎么说也是大学生，竟落到如此地步。但也让我明白：当你走出校园，没人拿你当学生，“自尊”这个词只是被你自己看得重而已，在别人眼里可能一文不值。工作，首先把自己的位置放低。

学生来报名，先要填写登记表。登记表有年级、补习科目、平时成绩、家庭住址、联系方式等。然后根据家长提问，给他们提供一些上课时间、收费标准等信息。“经典教育”主营“一对一”教育，也就是一名教师一次只教一个学生。假期也进行大班教育(一个班有三十多个学生)。至于收费标准，“一对一”初中生每小时100元。

有一个从鹤壁来的家长为孩子进行“一对一”补习，前来补习数学、物理、化学，每天补习四小时，也就是说每天的补习费用是520元。家长和孩子商定年前后补习16天。还有一女孩补习数学，成绩挺好，我当时有些震惊：这成绩还用得着

补习?课下，我与女孩的父亲闲聊得知，女孩数学成绩位于班级中下。班中几乎每个孩子都有个手电筒，宿舍熄灯后就在被窝偷偷地学，怕宿舍管理员看到。那家长说着叹了口气，我知道他是心疼女儿。

不知是该佩服还是该心疼这些孩子，好了，我祝福他们。所以，不管你多么努力，你要坚信：总有一些人也为同样的事比你付出更多，努力无止境。可怜天下父母心，可怜天下学子心。

去工作之前，老板说好是管吃管住的。到那才知道，所谓“管吃”是他们提供材料自己做饭。天啊!我们哪里会做饭呀!但到这时候，不会也要硬着头皮做了。第一天炒萝卜，我放的老抽过多，萝卜炒成黑色了，别人见了还以为是炒茄子。还有土豆，由于没浸泡好，炒出来就容易烂。但经过两天的锻炼，我炒的菜基本“成形”了，接下来的三天，众人反映良好。几天来，经过别人指点加自创，本人学会了基本的炒菜煮粥。回到家后，连专门学过做菜的老爸都夸我可以出师了。

四、心得总结：

在“经典教育”补习班实践的这几天，工作上的付出不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因为自己变的成熟了，少了份娇气，多了份责任;少了份脆弱，多了份坚强。忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父母的关怀，少了老师的指点，一切事情都要自己去解决。认认真真学习，勤勤恳恳做事，这就是生活，真正的生活。很多事情，只有自己亲自去做了，才有所体会。

通过这次社会实践，我对补习班教育有所了解语言表达能力、团队协作能力、独立生活能力也有所提高。回到家后，我的亲戚朋友鼓励我暑假也开个补习班。毕竟农村开办补习班的还很少，许多孩子数学或英语严重偏科，想假期补习却找不

到地方。这使我有假期办补习班的初步想法。但我知道：教育承载着太多的爱与责任，每一个孩子就像一亩良田，正沐浴着阳光茁壮成长，若我做了农夫，该如何去耕耘，才能带来秋天金色的收获！但我，有这个信心。

课本上学不到的东西就是社会经验。想想几年后自己就要真正走向社会参加工作，也许这次实践就是自己新你开始，也意味着自己的成熟。我会在以后的学习和工作中不怕困难，勇于挑战，在锻炼中提高自己的能力，进而飞向更辽阔的天空！

社会实践活动记录表活动总结篇五

暑期社会实践，是我们大学生充分利用暑期的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观；大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节，是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径。积极投身社会实践，深入群众，了解社会，增长才干，是青年学生成长成才的正确道路，是青年学生运用所学知识技能，发挥聪明才智，积极为社会作贡献的重要途径。

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，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

暑期社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。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。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这将为我们以后走出社会打下坚实的基础！在暑假期间我利用这个机会在深圳市昌之鑫塑胶制品有限公司担任跟单员，一份看似简单的工作其实也是需要经验的。公司专业生产pvc(全新，半再生)吸塑片材及pvc、pet、ps等各种吸塑包装。该公司创建于20xx年，现占地面积5000平方米，拥有先进的现代化生产设备和高品质的生产技术及完善的管理体系。企业发展过程中，奉行“品质第一、交货准时、价格合理、服务热忱”的经营理念。为广大客户提供质优价廉的产品。

这次社会实践总共进行了23天，作为一名跟单员，跟进公司指派业务员所接订单，订单有大有小，也有加急订单。如何保证订单保质保量完成是跟单员的本质任务。在任职期间我认真负责地完成了跟单工作。总共完整跟进两个订单，分别为植物大战僵尸搪胶(pvc)玩具公仔(四款，每款5000个，尺寸为5cm×15cm，底座为以2.5cm为半径的圆托，共计20xx0个)和蒙奇奇搪胶(pvc)公仔(八款，每款6000个，尺寸为4cm×10cm，共计48000个)。材料为pvc，无毒环保，耐摔不易坏，比毛绒树脂玩具更加逼真。

在这次社会实践中，我真正懂得了跟单员的辛苦：首先是责任大。跟单员的工作是建立在订单与客户上的，因为订单是企业的生命，客户是企业的上帝，失去订单与客户将危及到企业的生存。做好订单与客户的工作责任重大。其次是沟通，

协调：跟单员工作涉及各部门。跟单员与客户，与计划部门，生产部门等许多部门的工作是一种沟通与协调。都是在完成订单的前提下而进行的与人沟通的工作。沟通，协调能力特别重要。再次是做好客户的参谋：跟单员掌握着大量的客户资料，对他们的需求比较熟悉。同时也了解工厂的生产情况，因此对客户的订单可以提出意见，以利于客户的订货。除此之外是工作节奏多变，快速：面对的客户来自五湖四海，他们的工作方式，作息时间，工作节奏各不相同，因此，跟单员的工作节奏应是多变的。另外，客户的需求是多样的。有时客户的订单是小批量的，但却要及时出货。这就要求跟单员的工作效率是快速的。最后是工作是综合性的：跟单员工作涉及企业所有部门，由此决定了其工作的综合性。对外执行的是销售人员的职责。对内执行的是生产管理协调。所以要做好一名好的跟单员必须要认真学习相关知识，在工作中积极积累经验，不断完善自己。

大学是一个教育我们、培养我们、磨练我们的圣地，我们应当为我们能在这里成长而倍感荣幸。能将学校学的知识联系于社会，社会是一个很好的锻炼基地。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基础。除了真正懂得了跟单员的辛苦，我还学到了很多其他的知识、社会经验，同时自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

首先，在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

其次，在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

最后，知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的塑胶业，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。

这次亲身体会让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。虽然在工作中也出现了一些小问题，但我积极面对，努力解决，这使得我面对问题较之以往更加积极，无疑又是一个进步。

通过这次社会实践我懂得了我们不仅要学好课本里的知识，还要主动走进社会，积极在实践中学习其他的东西，不断增加自己的经验，全方面武装自己，才能在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。同时拓展自身的知识面，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。

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。

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 and 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，不要简单地把暑期打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交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，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。在这次暑期的工作中，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。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后，我们要找准自己的位置，找准自己的方向，勇往直前，决不轻言放弃！我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，不让我们年轻时光留下太多遗憾！

社会实践活动记录表活动总结篇六

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，我明白大学生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；是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，半个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

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。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到。

四、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字

的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。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。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

这一次的社会实践使我明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。

社会实践活动记录表活动总结篇七

七月流火，满载激情的季节；社会实践，充满热情的活动。年少轻狂的莘莘学子拥有绚丽的青春年华，活力四射的年轻一代满怀夺目的阳光岁月。谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼？谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心埋头只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们才真正能够不辜负他人对我们的期望，去描绘属于我们自身的那一幅青春画卷，去书写属于我们自己的那一篇壮丽华章……“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”——在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长、成才的重要举措以及作为培养和提升学生实践、创新能力的重要途径，一直备受各高校的重视，并且社会实践活动也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模式中必不可少的途径。暑假社会实践活动不但是学校教育向课堂外的一种延伸，而且也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于作为当代大学生的我们接触社会、了解社会，同时，社会实践也是大学生学习知识、拓宽视野、锻炼能力、增长才干、提升服务意识的有效途径，更是大学生接触社会、了

解社会、回报社会的一种良好形式。多年以来，假期社会实践活动已在我校、我们公共管理学院蔚然成风。

为进一步顺应“科学发展，中原崛起，青年勇当先锋”潮流，响应我校团委关于开展一年暑期“三下乡”社会实践活动的号召，同时也是为了拓展我们大学生自身的知识面，扩大我们与社会的接触面，增加青年学生和社会竞争中的经验，锻炼和提高大学生的能力，以便我们青年学生在以后毕业后能够真正地进入社会，能够及时适应内外经济形势的变化，并且能够在生活和工作中更好的处理各方面的问题。一年7月7日，我们公共管理学院一年暑期“三下乡”社会实践服务队奔赴一市包括民权县、睢县、一市梁园区、一市开发区等地开展了为期一周的社会实践活动，本队以“立足中原经济区建设 促进三化协调发展”（“三化”即农业现代化、城镇化、工业化）为此次社会实践的活动主题，深入地调研、参观，在当地积极开展活动。

正所谓“知彼知己，百战不殆”，在出发前，为了扎实做好我们暑期“三下乡”社会实践服务工作，我们在出发前查阅了大量的资料，准备了多份宣传材料和调查问卷。在自己实践收集资料中，我们明确了“三下乡”的目的和意义，这鼓舞了我们的勇气，激励了我们的斗志，也让我们对此行的意义和活动方向有了进一步的认识，为实践活动的顺利开展以及圆满成功奠定了坚实的基础！在我看来，总体上可以从当下各个地方的“三化”具体发展程度、取得的成就和将来美好的前景来做我的社会实践小结，以下是我本人对此次社会实践活动的简单总结：

在农业现代化方面我们主要考察了睢县西陵寺镇榆厢林场温室大棚葡萄园和尤吉屯乡许堂千亩葡萄园、河堤乡千亩桃园以及龙源牧业。进入21世纪，我国开始实施第三步战略部署，全面建设小康社会，加快推进现代化进程，对农业也提出了更高的要求。我国经济结构能否顺利调整，国民经济能否发展的又好又快，在很大程度上取决于农业基础是否稳固。

只有加强农业基础，保证农产品的供给，才能顺利推进工业化与城镇化进程。

因此我们首先来到了睢县农业现代化生产基地，随着现代科学技术推广与机械化水平的不断提高，农业产业化进程不断加快，新流转土地持续增加，睢县五大特色农业产业基地初具规模，形成了万亩无公害大蒜基地、万亩三樱椒基地、万亩甜玉米种植基地、千亩优质水果基地和景园生态发季节大棚蔬菜基地，五朵金花竞相开放。睢县农业现代化高标准粮田“百千万”工程按照“科学规划、综合配套、稳定面积、规模经营、集中投入、主攻单产”的原则，打造了数百个万亩方粮食生产基地。

而我们参观的睢县西陵寺镇榆厢林场温室大棚葡萄园和尤吉屯乡许堂千亩葡萄园、河堤乡千亩樱桃园就是睢县五朵金花中的千亩优质水果千亩优质水果基地和景园生态发季节大棚蔬菜基地的典型代表。水果品质优良，畅销价格较高，就许堂村葡萄而言，村民们认准了“依靠科技进步，改良葡萄品种，努力增收快富”的道理，坚持规模化经营，形成了不仅有早熟葡萄、普通季节葡萄、还有美国红提、日本大粒黑提等晚熟葡萄、能够及时进入市场，卖上好价钱，在参观后我们在许堂村委会积极与当地村民开展交流会，了解到该村不但成立了葡萄协会，由村民组织管理的葡萄协会来监控葡萄质量和品质，联系周边地区的水果商，直接到村头来收葡萄，不断拓展县内外市场，同时还不断寻找新的经济增长点，发展葡萄酒加工业等一系列相关的深加工业，希望能够打出自己的品牌，闯出自己的市场，这也将更有力的带动葡萄基地的发展，去带动周边地区的葡萄种植业的兴起，延伸相关产业链条，促进农业产业集聚、规模化、规范化生产，进一步推动了农业现代化的进程。

社会实践活动记录表活动总结篇八

____期社会实践活动快要结束了，但社会实践给我们带来的

巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，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。

努力掌握更多的知识工作总结，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。

社会实践活动记录表活动总结篇九

为积极响应大学生暑期“三下乡”社会实践活动的号召，合肥师范学院电子信息工程学院“greentrip”绿色环保大学生暑期社会实践团队，于7月7日至7月17日先后前往临泉县孙寨村、陈营村等文明示范村展开相关调研，并顺利完成农村环保常识的宣传以及公益性实践活动。

此次实践活动主要采取了多种调查相结合的方式，首先团队成员分吧到各村进行了实地的调查取证，然后到当地政府了解相关政策法规和污染治理措施，再根据调研主题，展开问卷调查，最后到各村镇开展了农村环境卫生治理的宣传活动，并积极参与清理垃圾，帮助孤寡老人干农活等志愿服务。

7月16日，团队成员来到了谭棚镇，队员们分别前往镇里的几个村，分别到村里的各户人家进行环保知识的宣传，并将团队之前在举办行知学堂时，小朋友制作的手工花作为环保宣传纪念品送给村民。村民们热情地接待了队员们，并且认真

地填写好了队员们发放的调查问卷。

7月17日，团队成员一早起来就赶到孙寨村，向村民借来了簸箕和扫把，开始帮环卫工人一起清理村口广场附近的垃圾。

7月17日，团队成员来到了几户村民家里，帮助村民干农活，打扫屋子，大家很认真地学习拔草、给庄稼浇水、喂牲畜，在村民家擦洗电风扇等等，大家虽然觉得很累，但却收获了成长与经历。

社会实践可以让大学生对农村社会发展的基本情况都有了更深的认识，有利于培养大学生服务社会、回报社会、勇于实践的精神。

社会实践活动记录表活动总结篇十

在七月八日至七月十一日这短短的四天内，我们在桐庐新合乡小学与那里的孩子们一起学习，一起成长，经历了一段美好的时光。

七月七日，早晨九点，阳光正好，我们踏上了前往桐庐新合乡小学的路途。

在第一天，我们给孩子们带去了故事课，课上，孩子们在聆听他人的故事之后，畅所欲言，积极分享。接下去便是地理课，我们一起探索了宇宙的秘密。最后是安全教育的课程，毕竟安全是每个人都应该关注的。

在第二天，我们带去了关于台风，关于酸雨的知识，还有共同动手的纸上公益以及环保酵素。希望孩子们能以饱满的热情去拥抱这个世界，善待自然，爱护环境。

在第三天，我们介绍了杭州的人文历史和桐庐历史。并分享了感恩的故事。感恩父母，感恩自然。

最后一天，我们与孩子们合作出演了一场精彩的文艺汇演，将这些天内所学到的，所感悟的，用表演的形式表达。

本次活动，我们关注留守儿童的健康发展，开展丰富的实践活动，为他们送去关怀和祝福，在寓教于乐中传达正确的价值观和丰富的知识，我们在此同时研究留守儿童形成的复杂性，由点及面，呼吁全社会的人们都关注留守儿童的健康成长。____，关爱童年。