# 暑假社会实践总结 社会实践总结暑假社会实践(实用10篇)

作者：蒲公英之旅 更新时间：2024-03-28

*当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下我给大*

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

**暑假社会实践总结篇一**

在我补习教学的这一段时间内我感触最深的就是老师应以何种心态对待的学生，要成为一名合格的老师需要什么样的素质。

暑假让孩子上补习班的用心显而易见，无疑是希望自己孩子能更上一层楼。其中家长绝大多数不了解孩子们的真实想法，其中有二点是家长们普遍存在的想法：一是，上补习班总比没有好，多少都能学到点;二是看到其他的孩子在学习心里不平衡。就家长们存在的这种心理可以看出，所有的家长都希望自己孩子成绩可以取得进步，这是他们对孩子最真实的爱。而请家教就是他们体现这种爱的表现，尽管很多时候得不到孩子们的体谅。而其实大半的学生，与家长的沟通都不畅，学生不能理解家长的苦心，家长也不理解自己的孩子的内心活动，这也就是人们常说的代沟。而我们作为教师，就应该扮演联通代沟的桥梁角色。

在假期补习的过程中，我深刻理解了实践对理论的重要性，也深刻理解了在学习中我的不足。下面我将从以下几个方面谈一下我的经历。

我们在大三师哥的带领下几次到济南市里去作招生宣传，但都因为时间上的误差而错失良机，一次次的失利让我的自信心一次次下降，好像有点失望的感觉，又一次我意识到自己的实力是如此的薄弱。最后无奈之下师哥在他的家乡组织了这次办学，家教团变身为英语补习班。

1、 前期准备。根据最开始的安排，由我来讲解小学的数学课，由于没有同时给多人上课的经历，我是相当紧张的。加之本身数学又不是我的强项，极度的紧张让我差点放弃。但最后在师哥的鼓励之下我决定奋力一搏，试试又何妨!最后，由于种种原因，又做出变动由我讲授英语，开始的紧张逐步转化为开心，毕竟英语是我喜欢的科目。可事实却出乎我的意料太多。

2、 试讲。2008年7月15日第一次试讲，结果是我大失所望。简直糟糕透了!校长评价我讲课为：没有逻辑性，跳跃性太大，有点照本宣科。而我的自我评价则是：语无伦次、乱七八糟。自信心极度走下坡路，现在想来当时真怪自己太不了解自己，有太不了解学生了。试讲过后，我充分意识到自己的不足，当天晚上，我进行了恶补，从头开始重新选择课题，重新备课，重新组织讲课方式。

3、 正式开课。2014年7月16号，补习班正式开课。当天，我记忆最深刻的一天。从一开始的稍有紧张逐渐进入状态，慢慢的一上午就这样过去了。自我感觉也还可以，但总效果还是没达到预期，即刻我就自己的教学方法做了总结与思考。校长告诉我，上课过于死板，气氛不太活跃。他建议我多想一些比较娱乐的方式放在教学过程中，尽量让上课方式轻松而有效，多元而活泼。

4、 教学方式。

-->[\_TAG\_h3]暑假社会实践总结篇二

我作为电影xx会的一员在xx电视台xx栏目组进行了为期x个星期的暑期实践，收获颇丰。

在xx电视台，我学习的是活动策划和后期制作。周x到周x，我作为办公室人员在电脑前写策划、mv脚本，忙的时候帮忙接电话等等。周x、周x，我会跟着节目组出去拍摄xx节目和红歌唱响xx活动。虽然很累，但是学到的东西却很多。

在电视台实践期间，我发现了自己很多的不足与缺点：

一、刚到节目组的时候，因为性格原因，我在与人交流时碰到了一些小障碍，如：不敢跟师傅直接交流，不知道怎么称呼节目组的成员等等。但是经过我的努力，我渐渐融入了这个团队，跟师傅的关系也越来越好。

二、在后期制作方面，师傅教了我很多东西，接触了很多以前根本没有听过的东西，比如ae、3d等等。

三、因为我的社会经历少，社会经验不足，所以导致我在处理一些事情时比较生涩，不够妥帖，不够周全。

四、我在写策划方案、mv剧本时，明显感到自己的文学功底不扎实，文学素养还有待提高。我的这些不足与缺点在实践过程中得到了弥补与改正。

在节目组待了x个多星期，感受最深的是：我们xx栏目组是一个团结、友爱、互助的团体，大家就像家人一样生活在一起，为了共同的目标一起努力，奋斗。特别是出外景的时候，更能体现这一点。不管是主持人、导播、摄像、还是后勤，大家都同心同德，努力把节目做好。我作为实习生，在他们身边感受得特别明显。所以当我要离开这个团队的时候，我真的很舍不得，真希望可以再留一段时间。不是因为要回学校训练篮球，我一定会多留x个月的时间在电视台实践。

这次在电视台的实践，我进步了不少：

一、提高了社会实践能力，充实了暑期生活，积累了更多的社会经验。

二、提高了自己在活动策划方面的组织能力、协调能力、交际能力、应变能力等。

三、学习了很多关于后期制作方面的专业技巧，为下学期的专业学习打下了坚实的基础。

四、本次实践活动让我清楚地了解到了关于节目的前期策划，拍摄过程和后期制作等一系列流程，让我深刻明白了一套节目完成的全部过程背后的艰辛。

总之，不管是暑假社会实践，还是我们以后的做人做事，我觉得“踏踏实实”是最重要的。踏踏实实做人，踏踏实实做事。认真对待每一件事，不管是小事还是大事。特别是对于小事，我们更应该认真对待。须知你连小事都做不好，大事就更不用提了。其实你做的每一件事都是在别人的眼皮子底下的，只要你在认真做事，大家都会看到的。关于专业方面的知识，我真的觉得应该好好抓一抓，利用在学校的空余时间学习一些当下流行的ps技术，网站管理技术，后期制作等等。我们应该与时俱进，不断学习。

**暑假社会实践总结篇三**

这个暑假我们参加了由院团委和泰山街道共同举办的“暑期假日学校”活动，暑假义务教员社会实践总结报告。作为义务教员，我们都分了组，各负责一个社区。我们小组由四人组成，所负责的教学点是浦东社区。浦东社区是今年刚加入暑期假日学校的，有一些不成熟的地方，不过社区的领导、家长还有孩子们都挺支持的。我们做的也很顺利，学生们也能坚持每次都到，这使我们感到很高兴。社区主任在开学典礼上跟我们说了，今年的学生可能不多，而且教学条件也相对比较简陋。但是我们既然参加了暑期假日学校，这就是我们的工作，不管孩子多少或是教学条件的好坏，我们都会尽自己最大的努力去做好。

这么长时间教学以来，我们在和孩子们的教学互动中，不仅学到了不少东西，锻炼了自己，也感受到了不少东西，让我们对生活和做人有了新的认识。

每次在教学辅导孩子们时，我们都会感到特别的充实愉快，当然也是认真的对待每一次的教学。虽然孩子不多，但是他们都很听话，我们之间的关系十分融洽，就像朋友一样，这样也给我们的教学带来了方便。记得有一次，坐在我们一个家教员身边的两名学生同时发现了问题，向他提出请求时，他一时不知该先给谁讲解了。就在此时，仅上二年级的小男孩主动提出让他先给现在上五年级的大姐姐讲解。听了这句话，我不由佩服起这位小男孩。虽然这只是一件很小的事，但他却体现出了这位小男孩的大度风范，让我不由想起了“孔融让梨”的故事。勿以善小而不为，勿以恶小而为之。从这件小事里，从这么小的男孩身上，我们至少可以说他在自己成人的道路上迈出了成功的一小步。是的，不是每个人都能成才，因为那是水平问题；但是每个人却都能成人，因为那是方向!本^文由.问题。我们会努力去使自己成人，也用我们的经历帮助小孩子们。这次实践给了我们一个回报社会的机会，我们会完成好自己的工作，做一个合格的社会主义建设~者，为下一代奉献自己一点力量。

活动开始的时候我们组织了看电影的活动。在活动开始之前我们做了精心的准备和挑选，最后我们选择了《暖春》这部电影。这是一部很有教育意义的电影。讲的是一个很懂事的小姑娘小花的故事。由于社区那边没有电脑，我们是用自己带去的笔记本电脑放给孩子们看。听说要放电影啦，孩子们都很高兴，因为之前我们一直是学习，可能孩子们也有一点累啦。电影开始啦，无论是孩子还是我们都聚精会神的盯着屏幕。随着剧情的发展，我们都忍不住掉下了眼泪。尤其是坐在第一排的小男孩，平时一副很淘气很酷的样子今天也哭啦，还真是一个可爱的孩子，真希望他能像电影里的小花也能变的懂事起来。通过,,观看这部电影我想孩子们一定会更加珍惜来之不易的学习机会，也会更加的体谅父母，做一个孝顺的孩子。之后我们又给孩子们推荐了一些其他很有教育意义的电影。我想通过,,这些影片可以使孩子们寓教于乐，使他们在紧张的学习之余能够放松心情，为今后更好的学习做好准备，同时通过,,这些影片也能使他们学会如何做人，这是一种很好的教育形式。

在这次活动中有一位老人给我们的印象很深，他就是我们浦东社区的贾校长，今年已经八十多岁的高龄，但身体很硬朗，一幅精神矍铄的样子。听说我们是义务家教来给孩子们辅导的，他老人家格外的高兴，他说他非常感谢我们能来这教孩子们而放弃回家与家人团聚的机会。每次我们去都会看到贾校长忙碌的身影，当我们讲的时间长了他会给我们打来水让我们喝，他会问我们有什么需要跟他讲,每次开始讲课之前他都会和孩子们说上一会，告诉孩子们要好好学习，孩子们也很尊敬他，每个人都睁大了眼睛认真地听贾爷爷的话。经过贾爷爷每次这么一说，孩子们都能很认真的学习。贾爷爷也经常和我们说现在的大学生多呀，让我们要好好的充实自己才能在将来有能力去找一个好工作，听贾爷爷这么一说我们真想好好的冲一下电。我想有像他老人家这样热衷于教育事业的人，还有这些勤奋好学的孩子们，中国的教育事业一定会更上一层楼的。

**暑假社会实践总结篇四**

一、实践状况根据学院安排及号召，结合自身实际条件，本次实践我选择了我村村民委员会。作为文秘专业的一名学生，当务之急我们需要做的是了解秘书人员的职能、工作内容等，进一步把课本上的理论知识进行完全消化，用于实战。因此，我这次在村委会实践就是协助秘书做一些简单的文员工作，必要时针对某一问题提出自己的建议及看法，也是以一个大学生的身份行使了参政议政的公民权利。

此次实践不只是一次单纯的秘书工作实践，也是作为社会主义中国的一名普通公民所进行的必要的权利实现。首先感谢我们村委会给我这样一个宝贵的实践机会，能让我有一个实战平台，利用我的专业知识，把理论实践化，进一步了解专业知识的实际作用，促进课堂的专业学习。在实践过程中，我跟随做秘书的堂姐，了解一个专业秘书人员在领导工作过程中实际扮演的角色，知道了秘书工作的重要性，把我的专业知识更加系统化。

同时我也在实践过程中感受到了课堂学习的重要性，无论怎么说理论对实践都有着必不可少的支撑作用，所以课堂上我们仍然要认真学习、把握理论知识，为今后走好职场之路打下良好的基础。当然，作为一名在校大学生，缺乏实战经验是限制我思想及行动等各方面的根本，这就致使我在实践过程中有着很多的不足。

首先，所谓的“初生牛犊不怕虎”在我身上得到了“完美的诠释”，考虑问题不全面，只有一股冲动的、事无惧怕的干劲，在调查过程中考虑问题不周到，并且针对具体问题给不出具体的应急方案。

其次，做事情不够细心。秘书职业的关键就在一个“细”字，可以说是一个很琐碎的工作，需要注意的问题非常多。也许在课堂上一些问题掌握的很好，但具体做起来我们并不一定能想得到，因此在以后的实际工作过程中一定要细心。感想这次为期一周的实践时间虽短，但我仍然从中学到了不少东西。都说大学实际上就是一个小社会，但当我们真的走向社会的时候才会发现，大学仍然只是一个学校，社会远比我们想象中复杂的多。在以后的社会工作中，人际关系尤为重要，因此在校期间我们要加强锻炼自己的沟通能力、表达能力，调节好人际关系。

另外，文秘教育是一个特殊的、也是一个新生的专业，我们必须对自己的专业充满信心，掌握好专业知识；更要对以后的职场工作充满信心，在校期间不断充实自己，以在以后的工作中更具竞争力。各行各业都需要秘书，但是由于专业界限的模糊，又使得我们的竞争对手大幅增加，因此我们应该增强自身的竞争力，就要不断给自己充电，熟练掌握各种相关知识。在校期间我们要做的并不是只有学习专业知识，其他如计算机证，英语四、六级证，驾驶证等证件也要力求高分拿下，毕竟在信息化时代这些附件对于增强我们的职场竞争力有着不可小觑的作用。在以后的职场中，大都是自动化办公，计算机发挥着巨大的作用，因此我们最起码也要掌握基本的计算机技能。总而言之，实践出真知，我们能在实践中有所收获，这才算得上是一次成功的实践。

**暑假社会实践总结篇五**

在一个月的假期打工生涯中，发现在实际工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实际的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。

同时我也明白了许多：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。

我也从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，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，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。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打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，二十四天的打工生活，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。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。假期虽然只有短短的一个月，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。

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，不要简单地把假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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。在这次寒期的工作中，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。

这次的实践的确给予了我很多。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

**暑假社会实践总结篇六**

踏入大学这个小社会之后，受着身边人和事的影响，内心对于尝试工作的想法变愈加强烈。于是，在迎来了大学的第一个暑假之际，我也开始了我制定已久的计划——进行一个月的工作锻炼。

既然计划已定，那么下一步应该考虑的便是时间问题，一个月，具体应该定在哪个时间段。毫无经验的我选择了越早越好，于是，选择了夏天最热的一段时间。接下来便是找工作，这一步让我认识到社会最残酷的一面，亲身经历过找工作这一环节，对于那些不停地被淘汰的事情就不难理解了。一个公司不会无缘无故聘一位不能带给他利益的人。所以，这也是社会真实的一面，给踏入社会之前的我有了一个重新的定位，尽早地认识到了自身的不足，这样也能及时的改正自己、完善自己。

最后，在别人的帮助下找到了一份装饰品导购的工作。这对于不擅长交流的我来说，是一个很大的挑战。从商品的类型、价格到房屋的结构和装修风格，每一样都不可忽视。一开始总是要不停地翻资料，介绍过程中也是扭扭捏捏，不能准确地给别人介绍所需要的产品。经过几天的了解，很快我对商品有了初步地了解，对客人的需求也有了大概地定位。在剩下几个星期还算顺利的实践中，我学到的最多的便是诚信和换位思考，作为导购，要细致的和顾客交流，从顾客的角度看待商品。

一个月的坚持也让我认识到了工作的辛苦、钱的来之不易。不管从事一份怎样的工作，重要的是自己的心态和对待工作的热情。总之，这次社会实践是我学习生涯中最生动的一课。

假期社会实践活动总结2

面对大学的第一个暑假，我决定过得有意义点，找一个正式点的工作。在权衡了各项大学生可能参与的社会实践活动后，我最后选择到专卖店做促销。作为一名中文系学生，所学专业又是属于教育方面，我需要从各方面完善自己，尤其是胆识和口才，而促销这一工作就能从各方面使我达到锻炼的目的。

由于这是我第一次做服装类的促销，刚开始我还不能放开自己，总是带点局促，另外我对这一块又不熟悉，所以更觉得无措…后来，我就回忆以前做兼职时的场景，与现在结合才逐渐放轻松，也不再总是紧张兮兮的；能与顾客开玩笑了，也能不动声色地推销自己的产品。

**暑假社会实践总结篇七**

单位名称：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 姓 名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 日 期：\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日 暑假社会实践

总结

精选——summaring experience, carrying over to go forward striving for more achievement。

暑假社会实践总结 暑假社会实践总结 1 暑假，学校组织同学们做了一次有意义的活动，那就是做社会实践活动。我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。

现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。

他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗?他们知道，但他们还是那么做了。

看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗?他们肯定知道。

我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。

我用铲子把他们刮下来，好累哦!真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛苦。

学校让我们做这个活动的原因，也是为了让我们更多的接触生活，在生活中体会到一些东西。

做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。

在做这个活动的过程中，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。

曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。

申明：本文档适用于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，分析成果与不足之处，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。

那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。

为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。

我们现在的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的精神有好处，以后能在社会上更好的立足。

平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果不加强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。

在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛苦和艰辛。

每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。

我们周边的环境是美丽的，如果不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们赖以生存的地方，我们应该加以保护。

通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发现很多的小问题。

学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发现一些问题。

没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。

现在我们的学习科目――物理、化学、生物，都要通过很多的实验来得出最终的结果，可以得到我们原先不知道的一些东西。

只有做了实践才能得到这些道理，不是吗?1978 年，中国共产党说出了“实践是检验真理的标准”。

这些都证明，只有真真正正的去实践过，才能的出真道理。

我们现在已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。

希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

暑假社会实践总结 2 炎炎夏日，烈日当头。正是因为有这样的环境，才激起了我参加暑期社会实践的决心。我的想法很简单，就是想通过这次实践看看自己能否在恶劣的环境中依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过社会实践更多的了解社会，在实践中拓宽自己的视野，增长自己的见识，锻炼自己的才干，培养自己的耐力，使自己在独立自主和为人处事的能力上得到更大的提升;更重要的是想检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否得到社会的认可，能否在社会中实现自己应有的价值。

想通过暑期社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于我们更多的接触社会，了解社会，同时实践也是我们学习知识锻炼才干的有效途径。

斗精神能够坚持才是一个中学生应该具有的素质。

在这短短的几天中我碰过壁，流过汗，但我却成长了。用实际行动赢得了社会的认可和好评，也通过走进基层了解了更多现实问题，树立了正确的成才观，这次亲身体验让我有了深刻感触，我们还有机会参加了电器厂的生产流水线，才意识到生活中许许多多很不起眼的小电器都要通过这么多步骤，才能最后装配成功，少了一步也不行，错了一步问题也会很严重。

原来任何一份工作都要我们尽心尽力去完成，以后自己走上工作岗位，不论是什么样的岗位都要认认真真的完成每一项工作。这次参观对我们以后的就业观念起到了启蒙的良好作用，这些在家里和学校里无法学到的知识通过这次的实践我们都学到了，很高兴自己有这么一次机会可以去接触社会接触形形色色的人，这使我认识到社会才是那个我们一生中都要学习的学校，真正的学校是社会。

大学生社会实践是引导我们走出校门，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，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会思想的有效途径。通过参加社会实践，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想和知识。几天的实践很快就过去了，但我从中领悟到很多东西，而这些东西将使我受益终身。社会实践加深了我对社会的了解拉进了我与社会的距离，也让自己在实践中增长了知识，明白了更多人生道理，进一步明确了我们青年学生的成才之路与肩负的历史使命。

太长的时间，但在这七天中我却得到了人生最宝贵的经验，这几天将使我人生中最宝贵的回忆。这些天来，虽然付出了很多汗水，也感觉很累，但从这次实践中我的意志力得到磨练。我慢慢的开始明白为什么大家都希望我们能更多的参加社会实践，我们也真忠告受到科学技术是第一生产力的真正涵义。

“机遇只偏爱有头脑准备的人”大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在于社会的接触过程中，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。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，将在实践中学到的知识与经验更好的用于学习中，争取在学习上取得更大的进步，提高自己的学习能力和实践能力，做一个对人民对社会对国家有用的人，努力为现代化建设做出自己的贡献!这次实践是一次经历，是一次挑战，更是一笔财富!值得我永远牢记!暑假社会实践总结 3 暑假对于我们大学生来讲是个难得的假期，因为在这段时光里我们能够掘起所好，做很多自我想做，但平常又没有时光做的事。满满当当的安排假期生活，快乐又充实。很多大学生都会选取抓住机遇，做一些社会实践活动，用心投入到社会这个圈子里，既锻炼潜力，又能增长见识，何乐而不为呢? 两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

整个八月份的时光我都在打工，这次选取的工作地点是在家乐福大世界店，因为九月份开学的来临，所以选取做马培德文具的暑期促销工作。八月份这个时候，面临孩子们的开学，几乎每家大型超市都会有这个学讯的促销，商场里的各大文具厂商也会开始降价，以便吸引学生和家长的眼球。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作就应会很简单。但是不然，上班之后，不久要按家乐福员工的上班时光，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每一天坐公交车还是有点辛苦。去年我在太平洋全兴店给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较简单的，只用负责自我份内的工作就好了，但是在超市里，每个厂商的促销员不仅仅要负责本厂商的促销工作，每一天还要帮忙家乐福负责本课其他的商品。例如给在文具区域的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每一天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每一天的工作不仅仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。刚开始的时候，我对帮忙其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个厂商做促销工作，其他的工作不就应我负责。但是工作几天之后，我也明白了这些好像都是超市里面的规矩，作为促销员不仅仅要为厂商工作，同时还要为商场工作。此刻的超市其实也是在节约成本。所以这些我每一天都已经习惯了，忙忙碌碌 的，也很充实。

都是在学校里学不到的，是靠自我在社会上的积累得来的。此刻的我们赚钱不是主要的，作为学生，就应一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自我找工作，实践社会的资本。

在家乐福里面工作，我还是看到了超市里面管理上存在的一些问题，虽然我学的并不是工商管理。例如有些商品需要放在花车上，这天看到同事很辛苦的把商品一个个摆好，明天领导来了，又让把商品摆放在其他的位置。这样的事情经常发生，很浪费时光和人力，我觉得这些就就应尽早安排好，不要等到都做好了又否定。我还碰到了一件事情，就是一件商品的价格在不一样的时光差了太多。工作的一位同事在今年六月份的时候买了一款全新的拉杆书包，特价 59 元，因为当时可能是还剩了很少的货，所以价格很便宜。八月份的时候，厂家又来了很多同款的书包，这款书包的原价是 199 元，此刻促销价是 148 元。同一商品 59元和 148 元之间真的差了很多，六月份的时候买书包的顾客很少，难道是因为此刻要开学了，买书包的顾客每一天都有很多，所以这价格就相差了这么多?此刻的顾客都觉得大型超市里面的东西比较公道，有一次我遇到一个厂家，从她的口中我得知了一款书包超市的进价是105元左右，此刻销售给顾客的价格是150元左右，一款书包超市的利润就将近五十元左右，利润相当于进价的二分之一，所以超市每一天的利润就应是很大的。

八月三十一号，短暂的实践生活就这样结束了，除了收获，还有很多值得我思考的问题…… 主要体会：

这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将

让我终身受用。工作的时候要学会全力以付，不要太计较自我付出多少，尽量做到多做事，做有用的事情。自我努力的工作，旁人也会看到。不管怎样，重要的是工作的成效和业绩，这才是领导看重的。

不管做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

我的思考：

社会实践能让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的潜力和表达潜力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自我的奋斗目标。期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以上就是我的暑假的经历和感受，虽然不是那么的轰轰烈烈，也不是平淡无味，但至少它是充实的，给我或多或少的带来的对于人生感受，和必须的影响吧!暑假社会实践总结 4 打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一

份工，为以后的成功奠基吧!不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚。所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了总之，这个暑假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。…… 我也从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，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，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。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打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，二十四天的打工生活，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。

在这次工作中，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。

暑假社会实践总结 5 暑假如期而至，这个暑假是我中学生活的第一个暑假。想充实下暑假生活，必须在学习的同时积极参加社会活动，这样不仅可以增加自己的社会经验，而且可以在人际交往方面可以得到提高，扩大自己的社会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毕业后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活和工作中很好的处理个方面的问题。

而这个暑假我在一个日用品有限公司里打工，由于每个暑假都会出来打工进行社会实践，所以对此并不陌生，但从未在暑假打过工，在这个节气里，为干活增添很多麻烦，我所在的部门是餐具包装，对于以出口为主的公司来说，各方面要求都很严格，这就要求我们工作必须做到极为细心。

我们负责把后面制成的餐具进行机器清洗、包装，孰能生巧在各个环节都很重要，熟练才能够提高产品质量和数量，也许刚开始工作很难适应，但很重要的一条就是去掉“学生味”不把因为还是学生作为做错事的借口。但毕竟打工比在学校要累好多。比如我们要早早起床吃早饭去上班，这对平时爱睡懒觉的我们也是个考验。晚上，下班时都天黑了。每天拖着疲惫的身子回去，再累也咬紧牙关，因为不肯服输，这是我的性格。

段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

我们不仅要学习学校所学的知识，还要不断从生活中实践中学其他知识来武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己，很多在学校读书的人说宁愿出去工作，不愿在学校读书，而已在社会的人，宁愿回炉再造，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来更好的融入社会，并贡献自己的一份力量，今天的我们应该努力掌握专业知识，明天才能为社会更好的绽放自己的光芒。

暑假社会实践总结精选浏览到此结束，可下载借鉴！

暑假社会实践总结范文

暑假社会实践活动总结

暑假社会实践总结宝典

高中暑假社会实践总结

暑假大学生社会实践总结范文

-->[\_TAG\_h3]暑假社会实践总结篇八

暑烈日，灼烧不了我们的实践热情。我们一行10人以“关注弱势群体，共建和谐社会”以主题，走进绍兴，走进弱势群体，去采摘属于我们的盛夏果实。

抱着贴近社会，服务社会的愿望，我参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，如何与人合作等等。我相信任何的工作都能给我带来课本上无法得到的知识，所以在工作中我多听多学。在这期间所做虽无大事，但从点滴做起，所获亦非浅。

去年高考完之后，我就开始在社会上也试着锻炼自己，但也难免在实践中有许多的不适应之处，因此也总会出现一些小错误，但我认真学习，有不懂的地方就问，学会如何通过合理的分工、有效改善工作流程、发挥团队最高战斗力、使工作效率最高化。我深深的感觉到自己在实践中所学到的东西和在学校所学的理论有一定的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践必须紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，必须在实践中培养自己各方面的能力。

从这次实践中我很深刻地认识到独立认知和分析能力的重要性：我们大学生应该有而且扎实地掌握这种能力。独立的认知能力使你不拘泥于传统，这是个讲求效率，讲求实际的时代，有独立认知能力或许会给你带来创新的灵感和机遇。当然，这并不是说偏激，摆酷。独立分析能力我自己认为也相当重要，特别是在某些大是大非面前，更应该审时度势，准确判断，坚持立场，否则很容易走弯路，走偏路。在工作中，我还认识到自己有许多不足之处，例如主动性不够，沟动意识有待提高，以后，我一定会不断提高自己，因为我知道，只有沟通，才能相互了解、相互认识；只有沟通，才能在实践中不断提高。如果在一起的时候大家很少谈论工作中的事情。这样就不利于彼此工作的提高。因为工作中的得与失只有通过交流、沟通，相互学习、参考，才能避免走弯路，才能真正达到共同提高的目的。

我永远不会忘记与和朋友们一起走过的短暂而充实的日子！时间虽短，但我们通过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作能力、丰富了生活阅历，这将是我们走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了一些思想认识问题，促进了自身世界观的转变，为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观的评价，发现自己与现实之间的差距。

有句许说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。有的时候我就是缺乏自信，也并不是我一直就这样，只是人长大后才变成这样！参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。

在日后的日子里，我会充分发挥自己的能力，展现自我，积极向上。

**暑假社会实践总结篇九**

xx年，又是新的一年来临了。我也迎来了自身大学生涯的第一个寒假！在我还沉浸在步入大学的喜悦中时，八分之一的生活已经结束了。没有我想像的那样轻松愉快，但让我离社会又进了一步！尽管在我看来这一学期学习上并没有什么突破，但起码在实践方面有点起色。

为了让我在以后能更好的与人相处，我在寒假期间在当地的杨圩社区进行了为期三天的实践活动！虽然家乡的气候没有东北如此寒冷，但冬末春初的天气还是挺冷，尤其对于我刚从东北的暖房回家有点不适应！在xx月5号这天，我来到社区。在和值班的.杨大爷说明来意后，他非常热心地帮我联系了相关人员，告诉我在8号这天社区的劳动人员要进行植树造林的活动，以此来美化小区的生活环境。而我可以跟随他们进行实践！另外，我还可以帮助他们清扫小区卫生，帮老人们打扫室内。

听到杨大爷这么说，我非常高兴。终于在我的第一个寒假中可以做一些有意义的事了！我在家好好休息了两天，以便养精蓄锐，迎接即将来临的工作日！8号这一天，我早早地来到了杨圩社区。此时的杨大爷正带着其他人在整理要栽种的冬青。我也凑了上去。很显然，对于我这种外行来说，根本不知道该怎么做！杨大爷似乎也看出了我的担忧，笑这对我说，没事的，放手做，这以后还得靠你们这一代。

听到大爷这么说，虽然没了那多顾虑，可心里还是很担心。没办法，既然“领导”都说可以了，我也就试着放胆做一回吧！于是，我就走上前去帮忙把冬青从车上卸下来。刚一碰到觉得有些扎手，还好不是太痛。我也在他人的帮助下运了几棵树下车，紧接着又把这些树搬到了楼房的后面。看到那些已经挖好的坑，我心里还真有点发毛，毕竟真没种过树。我站在一边看着他们先小心地把树根部的干土浇了点水，接着非常小心地把树扶正，直直地放进了坑里。一个人用手扶着，另一个用铁锹埋土。所有的一切都是那地小心翼翼，生怕毁了一个小生命。看完这一切，我也大概会了一点。就学着刚才的样子试着种了一棵。尽管刚才的过程亲眼目睹，但自身做起来还是有点困难的。因为家里的冬季还是有点寒意的。我的手冻得有些发抖，手指也没了知觉。我真的很纳闷他们耐力这么强！经过九牛二虎之力的忙碌后，总算是完成了一棵。在这一两度的天气中，我也流出了汗。我又过去搬了一棵过来，总结了上一棵的经验，这次的轻松了点。忙了整整一上午，种了一大半的树，也到中午了，要回家吃饭了。我拍拍手上的土，不经意间闻了闻手，哇，好难闻的气味，难道这就是冬青的味道。

下午我又来到了这里，这次又轻松了，有经验，树又少。当然不能掉以轻心，我又忙了一下午，终于和他们一起把小区的楼后都种满了树。看着这些也有自身的劳动，心里还是挺高兴的！

第二天帮区里的老人们打扫了一下卫生，这还是没什么难度的，就是累了点，晚上睡在那总感觉胳膊又酸又痛，看来很久没有劳动过了。不过劳动光荣，就当做锻炼身体了！又一天我来到这，快过年了。家家户户都准备着年货，春联。对于一些年纪大点的老人来说，春联还是自身写的好。我也有幸学了点，不过写过之后都不能往门上贴，毕竟自身不是写字这块料。说实话，我真是浪费了他们的红纸。心里还真有点过意不去！既然他们没说，我也就厚着脸皮没说。

三天的体验结束了，还是蛮有收获的，学到了点怎么种树的皮毛，对我们历史悠久的毛笔文化也有了进一步了解，也认识到我是没练字的天份了。说句心里话最有感触的还是种树，就要到植树节了，我还真想再实践一番！

虽然这个寒假做了点事情，总觉得对自身的社会能力没什么帮助。想来想去，可能是自身只局限在一个小区里了。我已经下定决心，暑假期间要真正做些事，就算出去打工也行。前提是必须在这一学期努力学习，我要为暑假做好准备！

**暑假社会实践总结篇十**

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的\'苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。

收获太多，只是没有必要将它一一列出，因为我们知道实习期间的收获将在今后工作中有更好的体现，所以我们用某些点线来代替面，用特殊代表个别。总之在感谢xx院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床护理工作能力，对护理事业尽心尽责!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com