# 返乡大学生社会实践活动总结(精选12篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-07-20

*总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。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...*

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。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。

**返乡大学生社会实践活动总结篇一**

我相信很多同学都和我一样，带着憧憬踌躇满志地开始了自我的家教之旅。也许有人会说，家教虽然赚钱，但不是浪费时间浪费精力吗?其实，在做家教的那的时候，我并不是一无所获得，我在收获了金钱的时候还收获了什么叫耐心，学习更明白了当教师的诸多不容易之处。有句话说得好：赠人玫瑰手有余香。家教丰富了我们的社会工作经验。这回报不是金钱所能比拟的，是你真实的生活，一生享用不尽的经验、回忆和启示。

今年暑假在家无所事的我就呆在了学校，经过同学找了一份家教，这是第一份家教，心里多少有些担忧，可是更多的是一份期待。我辅导的是个初三男生叫王敬贤，我在辅导他时并没有以一位家教教师自居，当然我本身也没有这种资格，而是以一个比他稍大几岁的哥哥的身份。家教的第一天，他的二姨把他的学习情景大致跟我讲了一下，他们的态度很和蔼，眼神里透露着对孩子的深切期望。同时我也明白了他的学习底子差，所以当时我就决定必须要尽心尽力地完成我的工作，否则就对不起他们。当天我先给王敬贤讲了八年级与九年级的物理，大致的讲了一下让他重新感受到物理其实是很精彩的。就这样在不知不觉中一午时就这样在我的讲解与他的聆听中流逝，当我反应过来时发现已经午时五点半了，意犹未尽之时让我告别了他们，他们对我一午时的付出也感到比较满意，就这样我开始了我的家教生活。多年的学生经验使我懂得，教师和学生之间不仅仅需要相互尊重，也需要互相沟通。上课时我需要扮演好一个好教师的主角，全心全意为学生服务，他解答疑难问题，了解他的困惑，从开始当家教到此刻家教时间虽然不长，也没有很分厚的酬劳，可是我已经觉得很满足。在这短短的时间中，我学到了不少东西。

第一，从事教学工作需要“专心”。为了教学任务的顺利进行，我做了充分的准备。虽说对于初中年级的知识不在话下，但我还是找来教材认真研究了一番，毕竟这么长时间了，教材也改变不少。由于我没有一点教学经验，所以不得不去向教师请教，并且从书上获取一些知识。每次上课之前我都准备好备课以及讲解资料，并且多次反复的研析，怕准备不足耽误他的学习。每次在上课时我都会在之前找一些题，当做练习来提高他的练习以及解题的本事，并增长他遇到题不怵的良好心态。

第二，从事教学工作需要“耐心”。应对一个初三的学生，对知识的理解本事都有必须的高度当时毕竟还是有些不足的，所以，在教学过程中我不能操之过急。所谓欲速则不达，所以，循序渐进很重要。

第三，从事教学工作需要“交心”。不仅仅要与家长交流，了解学生情景，共重要的还是与学生交流，沟通是彼此的桥梁，仅有了解学生的想法，教师才能有的放矢，使教学事半功倍。所以在每次上完课之后我都会与他谈一些课本之外的东西，比如大学生活，社会时事等等，用来增添他的课外知识，削减他的上课疲劳，增添上课的趣味性。

第四，好孩子是夸出来的。适当的进取的赞美和鼓励会让白痴成为天才。不恰当的指责和谩骂会让天才成为白痴。孩子如幼苗，幼苗需要在风和日丽的环境中成长。有些人说，好孩子是夸出来的这一点都不假。异常是当孩子取得一点点提高的时候，我们都需要给他以鼓励。给他们以表扬。让他充满自信的学习和生活。每个人都需要被认同，孩子幼小的心灵更是需要赞美和表扬。这样有利于孩子构成良性心理。有助于培养孩子的自信心。他会用进取的充满爱的态度去生活。同时，我们也需要为孩子的勇气去鼓励，鼓励他们从失败中站起来，鼓励他们勇敢承担自我的\'职责。人非草木，孰能无情，只要我们真正赏识孩子，信任孩子，孩子就会用他的提高来回报我们，用他的爱来回赠我们。

第五，父母给孩子最好的礼物是榜样，榜样的力量是无穷的，父母是孩子的第一任教师，教育就要以身作则，让自我去做孩子的榜样，去相信教育的真实性，仅有自我做了，孩子才会跟着学，如果只是说教，而自我不能为孩子作榜样，那么，这种说教可是是金玉其外，败絮其中的教育。使起不了丝毫作用的。例如：父母教育孩子要说实话，而父母自我却常常说谎，甚至自我在孩子面前。倘若有一天，孩子明白了，就会很难说实话，经常说谎，不再信任父母，且对父母持疑惑的态度。这种教育又怎样会成功呢?再如，孩子放学回家后，家长往往教育孩子，不再看电视，先做作业，而自我却在那里津津有味的看电视。这种教育也是苍白的。毫无说服力的。像类似的情景还有很多。但在很多问题上，家长完全能够做一个很好的榜样。这样，如果长期坚持下去，那么孩子的习惯也就构成了。

照就能开车一样的，就行了呢。我有点承受不了。但转念一想，教师资格证肯定也不会是那么容易考取的吧，不然全中国做教师的那不得多了去了啊。之后，又慢慢的明白了，考教师资格证只要考两门就行了：教育学和教育心理学。原先真的不是那么容易。这次做家教，我深深感受到天下无不是之父母，是父母就会望子成龙，望女成凤。这次家教也让我深深感受到一名教师记得不容易，这让我对教师平时的付出感到感激。

家教经历，丰富了我的暑假生活，增长了我的社会经验，锻炼了我的工作本事，经过这段时间的实践，我受益匪浅。我把知识以最可能简单的形式教给他，以尽可能容易理解的途径讲给她听。我也把我中学学习所领悟到的好的方法教给他，虽然他一时之间可能无法得到提高，但我还是尽我所能帮忙他。

在施教时，我懂得了与人沟通的重要性。由于他和别的孩子不太一样，不太善于与人交流，所以我说的话他都会听，这也给我家教带来了方便。我以一个大哥哥的身份在教他，并没有想到作为教师，很容易进入孩子的内心世界。

我觉得这次家教活动能够用八个字来概括，就是“有苦有甜，双方收益”。所谓“苦”，一方面自我离学生家住址较远，我每次要坐一小时左右的公交车;另一面，除了备课以外，还要搜题目，也就是她的随堂练习提。所谓“甜”，当学生掌握了一个知识点以后，我十分高兴，觉得自我的努力没有白费。学生家长的热情招待也令我十分感动。所谓“双方收益”就是在学生提高的同时，我的授课也变得越来越娴熟，讲课本事也在不断提高，这是个意想不到的效果。其次，经过这次家教，我进一步懂得了人际沟通的重要性。人际沟通是我们生存的法宝，在做家教的这段日子里，我作为一位“教师”与我的学生进行了交流，不只学习上还包括情感上的沟通，使我懂得年龄对我们每个人来说都是一种不可言喻的武器。人的心灵差距是不可小看的。毕竟我们的童心都已经离我们远去了。从学生那里我们得到了一些童年的趣味和回忆。这是我所得到的一笔不可多得的财富。

总而言之，这次家教活动是一次让人深得教育的活动。今后，我将更加努力，发扬优点，改正不足，力求做到精益求精。在家教工作中，用自我的汗水和学生的努力来到达学生成绩提高和我的教学水平的提高。我深深地感受到人生的许多经历会帮忙自我学会很多的东西，让你受益匪浅，实践中你学到的东西是你一辈子也用不完的。所以再感兴趣的事情做一天两天其实不难，难的是一个月、一年、一辈子不停的干下去。要有一种毅力，一种职责来驱使我们去做我们应当做的。虽然以前也听过不少关于毅力职责的例子，看过不少的文章，可是这一次有了更亲切的体会。正如用汪国真的诗：

我不去想是否能够成功，

既然选择了远方，便只顾风雨兼程。

我不去想身后会不会袭来寒风冷雨，既然目标是地平线，留给世界的只能是背影。

**返乡大学生社会实践活动总结篇二**

优秀作文推荐！作为新时代的一名大学生，大学就像一座象牙塔,我们应该积极地投身于社会实践活动。而不是悠闲地待在校园里，享受着衣食无忧的安逸生活。这就需要我们走出去，融入社会、感受身边所发生的一切。自从步入21世纪，我国的人口老龄化问题也在不断加重，应当引起社会各界的高度关注。

尊老爱幼是中华民族的传统美德，我们大学生正处于人生观、世界观、价值观的重要形成时期，肩负成为合格建设者和接班人的重任，为加强自身的思想培养，在日常生活中养成良好的品格和行为习惯，所以特地到镇中心敬老院参加了首次暑期社会实践活动。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所。但进去之后才发现，原来在这些老人们之中有许多有着共同的兴趣爱好，相近的人生观念，在这里也能让他们感到夕阳无限好。但他们真正缺乏的就是子女们的关心，希望能多陪他们聊聊天。

到了中午吃饭的时间，我就跟着负责分饭的管理员一起一边慰问一边帮助了老人们进行就餐。有的老人就餐很不方便，一定需要一边喂才行。虽然我的动作有点笨拙，但看到老人们高兴的样子，我也觉得挺开心的。等老人们吃完饭，一般这时都要出来散步和锻炼身体了。敬老院有个很大的院子，里面有许多锻炼身体用的运动器械。敬老院门口也有几位老爷爷围在一起下着象棋，老奶奶们则相互之间有说有笑。此时感觉到他们挺幸福的。

通过聊天，我了解到老人们的一些日常生活习惯。老人们有些是

老人们也曾年轻过，他们也曾为家庭、为社会、为国家贡献出自己的岁月。不能因为他们现在不能继续创造更多的经济价值，就把他们抛弃于社会之外。这是种不尊重历史、不知道感恩，一味追求眼前现实的经济利益的畸形社会形态。作为新时代的社会主义接班人，我们应该致力于营造出一个爱老、敬老的社会风气。所以不要毫不负责的天真以为爱老、敬老是一件无足轻重、于己无关的事情。总之，还需要的是我们更多的行动。

虽然实践的时间不是很长，但我也明白了很多，我们同样也可以做一些力所能及的事情。比如多陪他们聊聊天、为他们做一些简单的卫生劳动工作，多陪陪他们，听听那些属于他们成长中的故事。让老人们认识到他们不再是孤单的群体、不再缺少温暖，也不再缺少关怀。因为社会上还有很多人在关注着他们，希望他们可以度过一个安详的晚年，没有什么遗憾、也不再有什么牵挂。

尽管，我一个人的力量很微小，这就更需要社会各界的高度关注。也许，今天我们做不了什么。我们不能改善他们的居住环境，我们不能驱散他们的孤独与寂寞，更加不能直接解决人口老龄化问题。但作为一名新世纪的大学生，应该做到一些力所能及的事情。“老吾老以及人之老”，四、五十年后的我们也会渴望心灵的温暖。经过这次的社会实践活动，深深的震撼了我的心灵，也给我留下了宝贵的精神财富。

这次社会实践活动是一次锻炼，也是一次有意义的经历。在这个高速发展的时代，请停下我们的脚步、关心下身边的老人。他们不再年轻，但他们却依然热爱着生活，渴望关怀。我们有许多事情要做，我们也可以做的更多。

**返乡大学生社会实践活动总结篇三**

为响应我校团委号召，江汉大学法学院开展社会实践活动，切实引导大学生从象牙塔走向社会，锻炼自我融入社会。本次社会实践活动调研项目较多，调研活动涉及政治、经济、文化、社会等各个领域，活动范围较广，时间较长。

1、全院动员，体现重视程度

从20xx年上半学期期末开始，社会实践活动的宣传工作就开始了，法学院召开动员大会和实践经验分享会，并通过法学院官方微博、团委学生会工作群等方式进行广泛宣传，不仅学院领导重视，也同样引起了学院学生的重视。在全院上下共同努力下，20xx年暑期社会实践申报项目达41项。

2、师生联动，提高项目质量

我院严格审核调研项目，全院上下很多老师都参与了本次社会实践活动。同时，采取师生直线联系、指导老师与调研小组一对一辅导的方式，保证了老师与学生的即时信息沟通，问题解决及时迅速，从而减少了调研小组在实践活动中的压力和阻力，一定程度上提高了各项目的质量。

3、统筹全局，坚持突出重点

我院团委和部分学工办老师在自身担任项目指导老师的情况下，仍然通过电话、短信、qq等方式联系项目负责人，指导活动开展，及时通知重要信息，发挥了统筹全局的重要作用。同时，对于重点项目，学院给予限度的支持，老师指导、学院证明材料、提供宣传资源等等都体现了学院的大力支持。

在全院上下的共同努力下，20xx法学院社会实践活动正如火如荼地开展着，笔者相信，法学院暑期社会实践活动必将取得圆满成功，为实践科研再添多彩一页。

**返乡大学生社会实践活动总结篇四**

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况还在我脑海里回旋，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提供了广泛接触社会、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助。向他人虚心求教，与人文明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的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保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。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以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的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

通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。这在无形中使我们对自己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，更应该提早走进社会、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。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的.活动。

**返乡大学生社会实践活动总结篇五**

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。

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。

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。

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。

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。

**返乡大学生社会实践活动总结篇六**

大一的暑假就这么匆匆的来了，正敲报告的我明天也将踏上回校的大巴。回想这个带给我无尽感想和感动的暑假，心中有丝丝不舍，有丝丝感动。这个教给我成长的假期，即将和你说再见。明天，你会遇见一个成熟与懂事的我！

机缘巧合，我有幸参加了xx市xx宝贝专业儿童摄影暑期的一个人才培训，在这里，我收获的友谊，收获了成长，收获了感动。

xx宝贝专业儿童摄影，顾名思义。在参加完报名后的第二天我就去参加了培训。在我们地方的一个五星级饭店的会议室里，几百个人坐在桌子边听着讲台上老师的讲话，从进店要求、宣传方式到生成订单、人员确定，老师都进行了详细的说明，并且这一天我们上了地方电视台。之后的军训、团队合作的训练也让我结实了很多小伙伴。

最初的一个多星期里，我们被分成了4个小组，分别是超越队、无敌队、超越无敌队、扛霸队。每天早晨8点集合，然后由组长带领我们进行每天的培训任务。这次培训，xx宝贝家找了几个培训老师，其中我印象最深的就是我们的xx老师。xx老师是来自xx的一个营销培训老师，年纪轻轻就全国各地的进行培训等工作。

记得刚进店里的时候，xx老师特别的细心，她抓住我们是学生、学习能力比较强的优势，耐心地给我们进行宣传活动卡讲解，亲自给我们做示范。对于从来不敢和陌生人讲话的我来说是一个很大的挑战。xx老师看出了我的心理，她对我进行了鼓励，我试着和老师进行更深的沟通。在不断的尝试和努力之后，我终于排练出了理想的效果。之后我跟着队长去挨家挨户的进行宣传，一次次的磨砺之后我的业绩越来越好，成为了队里公认的优秀员工，得到老师和小伙伴们的肯定，心理非常的欣慰。

有一次我们搞活动，让我们大伙一起下乡。我收拾好防晒霜、帽子就随同大伙去了xx县xx镇。在人来人往的中心街，我们跟随自己的队长到事先安排好的地点，开始了我们的宣传工作。我和小伙伴们抱着宣传单，看到有带孩子的家长便走上前去，给他们讲解我们现在店里搞的活动，包括拍照效果、拍照地点、各种福利。有些家长听到搞活动，便想详细地多了解一些。我碰到很多的家长都是想在孩子生日前给孩子留下纪念，当做一种礼物。于是我大胆的给他们推荐，并带领他们去到我们的`专业老师工作室，在老师的帮助下，我完成了第一份订单！那激动的心情难以言表。有了第一次的成功，我的自信心一下子就来了。我开始更加努力，更加大胆，更加激情。一天下来，我晒黑了很多，脚也有点疼痛，但一想到我一天5份订单的佳绩就忍不住的笑。

时间过得很快，我们的xx老师要离开去下一个目的地，而我们这个团体也面临着解散的结局。最后一天，大家聚在一起，聊着笑着，回想着过去的半个月时光。有过泪水、有过欢笑、有过摔倒、有过牵手。虽然仅是半个月时光、面对分离时，我还是忍不住的哭了。看着小伙伴们眼中的泪花，我们拥抱在一起，承诺：不许忘了大家，明年再见！

这个暑假，懂得了要勇敢、要迈出第一步，只要用心做事，我不会比别人差！收获到的友谊更是我一辈子的财富。再见！

**返乡大学生社会实践活动总结篇七**

一直以来我都想做一名义工，为社会献上自己的一份绵薄之力。因此，这个暑假，我利用自己的时间、自己的专业知识、自己的经验主动为那些备战高考的同学辅导。在xx天的志愿活动中，我收获颇多，感慨颇多。虽然这次志愿服务充满了挑战和劳累，但是细细回想，却是幸福和快乐的记忆占据了脑海的大部分空间。志愿服务的感觉，就像加了糖的咖啡，初尝是苦的，涩涩的，但不久之后，就会感到沁人心脾的醇香。

培养自己的组织能力；

如何与同学们搞好关系。更重要的一点就是让我真正明白了陆游的那句“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

在这短短的xx天的`志愿活动中，我付出了汗水却感受到了无尽的喜悦！在辅导中，我为同学们掌握了以前不懂的问题而高兴，为同学们背过一篇文章而喜悦，为同学们在考试中取得好成绩而激动。当我结束这一段辅导回家时，收到同学们精心准备的小小的礼物而感到快乐。有的同学说“姐姐，这些天辛苦你了，等我们高考完之后一定去找你玩啊！”听到这些话真的让我感动万分。人需要快乐，快乐的多种多样，但奉献的快乐却是其他快乐不能比拟的。志愿服务就是一种生活态度，选择做义工就是一种生活方式。“送人玫瑰，手有余香”，我在奉献的同时，收获着精神上的愉悦与满足！

志愿服务是奉献社会、服务他人的一种方式，是传递爱心、播种文明的过程。对被服务对象而言，它是感受社会关怀、获得社会认同的一次机会。对社会而言，它是提升社会文明风气、促进社会和谐的一块基石。在这次辅导中，我毫无保留的，不求回报的向那些需要我帮助的同学们伸出了援助之手。社会实践既帮助了那些同学，同时在志愿服务过程中，我自己也得到提高、完善和发展，精神和心灵得到满足。志愿服务既是“助人”，亦是“自助”，既“乐人”，也“乐己”。在帮助别人的过程中，纯洁的是自己的心灵，净化的是自己的灵魂！

**返乡大学生社会实践活动总结篇八**

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候有了参加社会实践活动的想法。这是一种磨练，也是一个机会，对于学生来讲，实践真的难得啊。这样的机会是非常难得的，不过在这个寒假中，我有了更多的机会。在现在的教育中，我们学的大多数是科学理论知识，实践确是一个难题。因此我非常感谢社会和学校给我们的众多机会，来展示自我，发扬自己的个性。在这些众多的平台中我们会走出自己的路。

这次我是在我家乡中的一家餐厅里工作，实践一个月，主要是进行相关的实践学习，为人处事等。同时我还在一家超市里当服务员，去亲身体会这个岗位的意义。早上就在餐厅里工作，下午就当服务员，当售后服务员也只有一周的时间。我是通过亲戚的介绍才找到实践的机会。第一天进去什么都不懂，因为以前通常以消费者的身份进的餐厅。没关系，先调整心态，一切都会过去，同样下午的.工作也是一样的陌生。

学习，虽然说有点累，但我相信：我可以的，毕竟这次社会实践对我来说也是第一次，我相信自己。

时就无须在忍，我们要维护自己权力于尊严。

这可是给我了一个独立锻炼、独立挑战的机会。这个假期社会实践活动，给了我不少收获。使我接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。虽然说困难重重，但敢于参加社会实践中困难的挑战是一种基本的个人素质与胆识。那几天冻雨四溅，北风瑟瑟触水寒，冰冻几十厘米，我还是进入了社会实践的人群中，想通过亲身体会社会实践给自己更进一步了解社会，阅读社会，适应社会。在社会实践中增长见识；在磨练中增强毅力；在困难重重中挑战自我培养自己的素养；想通过社会实践来拯救自己和别人的差距与不足。在当今社会，在就业问题中，无经验者往后排，茫茫人海独徘徊，没经验，自然而然做什么都感到陌生而犹豫。

为了拓展自身的知识面，社会经验，工作经验，我们必须扩大与社会的接触面，增加个人的社会竞争能力，逆水行舟，背水一战的决心超越自我。在社会实践中培养自己的智慧和技能；在社会实践中成熟，少一点嫩气；在社会实践中多份坚强，少一份脆弱；在社会实践中多了一味工作经验味，少了一味书生气味；在社会实践中学会了独立自强，减轻了父母的操心亲戚朋友的担心。

会了自己的动手能力也警示了自己的不足，在社会上，更得到那些社会经验丰富的人沟通交流，使自己在以后工作之前得到了免费的练习，在以后工作能不会和别人对话时不会应变而烦恼，会使谈话冷场的现象打预防针也使自己体会到人与人之间的默契；在做事过程中更加融洽取到事半功倍的效果，别人给你的意见，自己要听取耐心虚心地接纳。自信人生三千里，自信固然好，但如果在工作中太过于自信就变成自负麻木，这种刚愎自用的行为导致工作的滞慢，心情不快。还是纸上得来终觉浅，深了此事要实践。这次社会实践上使我懂得了“梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香”的做人经验。

如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

当然在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题，本人的人际交往的能力还欠佳，还应多加努力学习。缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，这一点只做到了一部分，还要多加努力。

最后，很高兴在社会实践中生活，虽然时间短，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。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更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。

**返乡大学生社会实践活动总结篇九**

经历了将近x个月的暑期社会实践，我感受颇多。从最开始的组建团队、确定实践主题、设计队名与队标，再到订制队服与条幅、编制问卷，以及后来一系列的发放问卷等实践活动都留给我以深刻的印象。这些对于即将步入大x的自己是一次十分有益的锻炼。

社会实践首先带给我的是团结协作。“xx”的成员中除了我之外都是xx的，导致在后来的多次实践活动中我都是作为一个幕后工作人员并没有太多的亲身实践。但是，正是这一次次的幕后工作让我领悟到了团队协作的重要性，并不是没有个活动都需要所有的成员参加，大家各司其职，尽力完成队长分配下来的任务。大家只有团结一心，才能将每一次的实践活动都准备得圆满又出色。

其次，社会实践也确实磨砺人的意志。有几次感觉自己快要放弃了，对社会实践失去兴趣了。但是，队长一次又一次的任务下达，一次又一次的特别强调，让我明白为了团队的荣誉，为了不让伙伴们的辛苦付之东流，我不能放任自己的懒散，必须要重新振作起来。就这样在一次次的放弃与振作之间徘徊，每一次都凭借坚强的意志战胜懒散，坚持完成每一项任务。记得在社会实践动员大会上有学姐曾经说过，在社会实践的过程中总会有队员放弃，但队长都要承担下来这些担子，队长一定要坚持到最后。学姐的一席话给予我很大的鼓舞，虽然我不是队长，但是我也不愿意做那个让队长承担重担的队员。

不过，社会实践最为重要的则是接触社会进行实践活动。令我印象最为深刻的就是发放问卷，在这个过程中总会有那么一些人选择拒绝填写问卷，每当这个时候自己总是感觉愈发失落。也曾经有人对我说，你干脆自己都填了得了省得费这些功夫。但是我们发放问卷是为了根据数据分析来对群众进行关于雾霾问题的宣讲活动，如果全都自己填了那又何来真实性可言呢。被别人拒绝了没关系，关键的是自己不能拒绝自己，在自己愈挫愈勇的\'精神鼓舞下，终于将问卷全都发放完毕。一次简单的经历足以给予我大大的启发。

通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。这在无形中使我们对自己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，更应该提早走进社会、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。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

**返乡大学生社会实践活动总结篇十**

两个月的暑期就这样匆匆结束了，我在大禾寿司当一名实习生的社会实践也随之结束了。在这次实践中，整日呆在象牙塔中的我，第一次的尝到了生活的现实和不易。这种真切的体会，让我获益匪浅。

我知道了挣钱的辛苦——几乎每天都在店里工作，服务着形形色色的人，做着同样的工作;无论风吹雨打，都要照常出门上班;再苦再累也要坚持到下班;不论心情好不好，都要笑脸迎人再者次实践中，我充分体会到了“谁知盘中餐粒粒皆辛苦”，原来父母的钱真的赚得不容易啊!这次的经历，让我更加坚定了努力读书的决心，再也不能浪费光阴了!

我明白了人际关系很重要——大家都知道社会上人际交往非常复杂,但是具体多么复杂,我想也很难说清楚,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。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我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。

我看懂了管理者的管理——在店铺里,总需要有管理层，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者,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下属。要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异!同时又要做到以身作则，树立榜样，公平待人，对事无情，对人有情。

我懂得了自强自立——俗话说:\"在家千日好,出门半\"招\"难!\"意思就是说:在家里的时候,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,让我学会了容忍、独自面对问题、自己想办法解决问题!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!

我体会到了认识来源于实践——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必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。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。

总之这次实践让我学会了很多东西，给予我了很多启发。但实践也只是个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断的进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会、作出更大的贡献。

社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。

社会实践是一种动力。看到在土地上耕种的农民，在工地上挥汗的工人，在边防上守卫的战士，我明白了书桌的分量，一种强烈的责任感油然而生，是人民哺育了我，是国家培养了我，给了我知识和一切。作为一名大学生，在祖国需要的时候，我会无条件地把所学的知识和一切奉献给祖国和人民。

社会实践是体味人生的“百味筒。”让我深刻体味了一下生活的酸甜苦辣咸，为以后出了社会后将所面对的现实作好了心理准备，是自己到时候不在迷茫、不在彷徨。

社会实践是验证实力的“试金石”。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看!在实践中我们才能真正的知道自己有几斤几两，不要以为自己是大学生就很了不起，我们需要学习的东西还多着呢。我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

社会真的是很残酷，很现实。我唯一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。一次宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁，当我们还躲藏在家长老师的庇护之下对未来感到渺茫的时候，倒不如鼓起勇气勇敢的踏出第一步，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静，还有慌乱整理错误的时间，千万不要忽视每一件细微之处，因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我们的生活变的多姿，实践让我们的人生变得多彩。

**返乡大学生社会实践活动总结篇十一**

本站后面为你推荐更多大学生社会实践活动总结！

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽寒假天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验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，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着有经验者优先，可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，开始了我这个假期的社会实践。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。

一开始，对自己手工艺期望很高，经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面。一方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。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，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！做了几天之后，刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能端端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实践中，我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1.首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2.我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3.注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4.在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5.按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6.上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7.处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8.保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说我一定能行那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，努力就有希望不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，踮起脚尖就更靠近阳光在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了！要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的`需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位置，现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作；因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低！有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧！

**返乡大学生社会实践活动总结篇十二**

一、摘要：

经过又一个学期的学习，我在大学里学习的知识还没来的及运用在社会实践上。在这一次暑期社会实践上，我有机会做到理论联系实际，使知识完整化，通过社会实践，把自己置身于社会中，接触各种社会现象，在公司里接触生产一线技术人员，操作工人等。实践期间，公司同事对我很是关照，在我刚进公司，同事们就对我进行必要的安全培训，接着到实际操作室熟悉一些操作，平常的工作中，主要进行变压器的巡检和维护，对一些线路的排版有一定的了解。

二、实践内容：

1、公司简介：

江苏省丹阳市供电公司坐落于玉泉路218号，是丹阳市区唯一的供电单位，20xx年供电量为1.8亿kwh，每年按15%的新增电量递增，公司行业为电力供应。丹阳供电有限公司始终坚持“为丹阳经济社会发展服务”的宗旨，主动承担社会责任，努力打造“责任电网、和谐电网”。作为地方的龙头企业，丹阳供电公司根据行业特点，制定行业服务规范，广泛开展电力优质服务，通过主要媒体公开服务承诺和停电检修计划，提高服务质量。

2、实践目的：

通过测控专业的特点通过实践了解并熟悉一些相关设备种类及其特点、相关的理论知识，所采用的控制手段及有关的控制原理；进一步了解公司的基本运作管理，技术开发创新，市场服务与开拓方式、特点、成功经验等。

3、事件背景：

20xx年7月中旬，我很高兴的来到丹阳供电所进行社会实践，它坐落于离家不远的市区，这里设备齐全，刚进入公司还觉得有点紧张的，在和经理和同事的一些交流之后，发现他们对我都很关照，而且待人比较温和，就这样，我在丹阳供电所实习了。

4、实习期间：

丹阳供电局为加强文明服务和窗口建设，在全县市14个乡镇供电所共设立了8个高标准的营业窗口。推行文明用语，公布服务承诺、服务标准及工作流程，设置群众意见箱、举报箱等，100%兑现供电服务承诺。在全县市先后投入资金6481万元，完成一、二期农村电网、无电村通电工程、完善农村电网等改造，完成了一户一表改造110690户，供电可靠率由改造前的76%提高到90%以上，大幅度降低了农村电价，每年为农户减负800多万元，使党和政府的“民心工程、德政工程”得到有效落实。时间内容分好几步进行：

1、学习安全知识和有关电力的政策法规。同供电所工作人员一起到用电客户家里检修线路，并向用户宣传安全用电知识。

2、学习丹阳供电局完善的管理运行模式和安全生产责任体制。丹阳供电局始终坚持“安全第一、预防为主、综合治理”的\'方针，“严、细、实、新”贯彻落实安全生产目标和工作重点，坚持每周安全例会和每月安全分析会制度，及时对安全生产工作进行分析指导。

3、学习《供电管理信息系统jn20xx》，了解系统功能及运行环境，学习掌握jn20xx的使用。由于我所学的专业接触jn20xx让我对本专业的学习方向及学习目标有了更为深刻的了解。

4、供电局长期以便民服务、优质服务为宗旨，推动优质服务工作深入开展，全力帮助客户交费难问题，让客户缴纳电费有了更多的选择，充分满足广大用户的需求。目前已开通了电费、电量等短信查询告知业务，客户当月便知详情。除了这些便利客户的服务项目之外，该局又将推出三大平台：一是实现pos机刷卡缴费：二是利用电费充值卡：三是通过网上银行缴纳电费。客户可以在该局营业厅自助查询系统，输入相关帐号就可轻松完成查询电费。还可以通过上网登录网站，查到电费情况，还可以电话咨询，这些便民措施的推出，客户电费缴纳有了更多的自主权，必将受到客户的欢迎，也对及时回收电费起到了积极的促进作用。在我活动期间，丹阳出现了入夏以来持续的高温天气，电力系统用电高峰负荷持续攀升，面对用户困难，丹阳供电局技术人员冒着、高温，连续奋战，顺利完成了10千伏城关i路2杆“t”

接新建10千伏通广箱变电缆的任务，有效地缓解了变压器周边夏季供电用电高峰负荷持续攀升的紧急状况。电局工作人员的敬业精神给我留下了深深的印象。

三、实践总结：

一个多月的社会实践，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。社会实践加深了我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。在学校里学不到的知识和经验，在这里可以粗劣的学到一些，在这里不仅仅的是学习，更重要的是使我们对社会有充分的了解，无论是做人还是处世之道都得学。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。

这次的社会实践，我第一次更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的运营规律，了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实践报告，使我学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业问题的能力。非常感谢供电局领导给我这次实践机会，令我受益良多。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn