# 2024年暑假实践个人总结(优质13篇)

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-08-30

*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。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，...*

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。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**暑假实践个人总结篇一**

随着社会的发展，人们的生活发生了很大的变化，也更加的方便。与此同时电力也几乎无处不在，但是在一些偏远的地方，人们还是与电力无缘!这次实践我们就是去那些无电区开展调查，了解其用电需求，同时了解新能源的发展状况，因此我们来到了内蒙古自治区赤锋市克什克腾旗境内的桦木沟国家森林公园内的放牧点进行了调研，在此期间，感触颇多。

这次调研，我们深入了无电地区，内蒙的无电地区主要有以下几个特点：一、主要是一些牧民，具有流动性;二、人群分散，几乎没有群居的无电地区;三、具有临时性，也就是说他们不是长期居于无电地区;四、交通不便利，许多处于深山中。这些因素给电力得供应带来了一定的困难。如果是架设线路，成本较高，而且很多时间会处于闲置状态，不利于资源的充分运用，并且，也给维护人员也带来许多困难。

从长远来看，解决这种无电地区的最优办法是使用太阳能发电。内蒙也有着充足的太阳能资源。通过太阳能电池板来发电对于解决这种流动性强而且处于荒山野岭的人群有着极大的优势，与架设线路相比，这种方式显然比较节约成本。不过，目前，这种方式成本也较高，但是，我国现在对于太阳能发电时大力支持的，成本在逐年下降，太阳能的利用效率也在慢慢提高，这对于太阳能的大规模推广奠定了基础，太阳能成为未来能源这一点毋庸置疑。对于解决这种分散性人群也有着得天独厚的优势。

内蒙古自治区土地广袤，克什克腾旗的村镇分布也比较分散，到每一个地方都需要车程两三个小时。三义乡是我们这次调研的主要地区，很巧的是，正当我们路过桦木沟看林人的住所的时候，看到电力工人正在架设线路。于是我们停下脚步，进入看林人的“家”中采访。经过简单的交谈我们得知，这里之前一直没有通电，从桌台上的还没有燃尽的蜡烛上我们可以得到印证。当天是该地通电的喜庆日子，看林人已经宰好一直羊羔等着通电后庆祝。虽然我们还没有感受到通电以后当地人民生活得到的确实改善，但是也被这股喜悦气氛所感染，还听了看林大爷给我们用二胡拉了一曲。既然该地已经通电，我们无电地区调研的目的还是没有达到。从看林大爷那里得知，路旁的草原远处生活着几处放牧百姓，由于草原太过辽阔，电力线路还远远未能触及。我们知道以后兴奋万分，告别了桦木沟，匆匆上车出发。进入草原，我们才真正的领教了它的无边无尽。草原上并没有公路，我们的车辆还远远没有达到“越野”的级别，两辆车中甚至有一辆陷入坑洼之中。安全起见，我们果断放下车辆步行前往。望着绵绵不尽的草原，我们甚至产生了一丝绝望的念头。经过一个多小时的步行，我们终于看到了错落在草原上的小帐篷，身边出现了黄牛和骏马。虽然我们玩心还比较重，但是还是忍住好奇心，进入牧点，工作为重。我们见到的是一个满脸皱纹的老奶奶，原来他们是夫妻俩在这里放牧，丈夫外出不在，我们没有见到。据老奶奶叙述，他们不是一直生活在草原上，只是在每年的固定放牧时间会搬到这里放牧，而且随着水草的变化还是会不断的改变放牧地区。我们告知老奶奶，桦木沟今天已经通电了，她听后也是抑制不住的喜悦，毕竟有电才有光明，生活才重新亮了起来。我们安慰了几句，并且说明了我们此行的用意，希望经过实地调查研究，提出切实可行的方案，帮助他们改善生活。结束了短暂的访问以后，我们回去寻找停在草原上的车辆，连拖带拽把车从泥土中推出，车上满是手印，虽然艰辛，但是快乐。

此外，我们也对风力发电设备进行了参观。一个个巨型的风车给了我们极大的震撼。在平均高度40米的风车下我们显得特别渺小。内蒙，新疆，甘肃等地是我国重点发展的路上风电基地，但目前，风电还存在一些它自有的问题。众所周知，白天的风力小，晚上大。而对于电力得使用，白天负荷多，夜晚负荷少。而白天发电量少，夜晚发电量多，两者很不匹配，所以储能技术成为当今研究的一个重要课题，如何把晚上生产的多余电能储存起来吸引了众多电力工作者。欧洲也风电发展最成熟的地区，他们解决这个问题的方法是风力发电和抽水学能发电厂联合使用，这是一个很好的解决方法，可以把夜晚富余的风能通过水电的方式存储起来，但是这种方法在我们西北地区显然不适合，我国西北地区水力资源不多，就拿我们调研的内蒙来讲，一路上有好多干涸的河流，水资源比较缺乏，抽水蓄能电站更是凤毛麟角。我们只能从另外的储能方式出发，但是目前的飞轮储能，电池储能，空穴储能，电磁储能，不是贮存的.能量不多就是技术不太成熟。这个问题只能期待以后的解决。此外，风力发电产生的电能质量不够好，并入电网的话对于电网有冲击，有时候需要进行一系列的整波才可以，这也给风电的发展带来了限制。如何把电能输送出去，对于发展内蒙古的新能源发电有着重要的影响，目前的解决方案为建设特高压输电，增加线路的输电能力，将西部剩余的电力资源输送到电力缺乏的东部地区。

此次实践让我们深刻地认识到了电力对人们的重要性，人们的生活离不开它。同时有“风电三峡”之称的内蒙古在我国风力发电领域中占有重要地位，对我国风电事业的发展起着不可替代的作用，并且在未来仍有其发展空间和潜力。随着研究的发展和技术的进步，内蒙古必将在风力发电方面走的更远。

**暑假实践个人总结篇二**

这次社会实践也让我更加确信了人生只有不断的挑战才能进步，只有不断的去接触新的，你才能在繁杂的人群中脱颖而出，才能在这个人世间留下属于自己的精彩!所以要不断的挑战，例如，现在的问卷调查就是我的新的挑战，之前我从没有接触过。在新的挑战中，我们会得到很多珍贵的东西，就让我们在有生之年，不断的挑战，创造出属于自己独特的经典人生。

青春需要刺激，如果带过于平淡，那我们的青春也就没有多少意思了!调研中被拒绝就如家常便饭一样，常常存在，给我们带来了困难和刺激，使生活变得更加大精彩，也使我的青春变的活力无限，真的很感谢这次调研，让我懂得了和明白了很多。

社会实践锻炼了我，也培养了我，通过这次社会实践我在各方面都有了提高，已不再是光会学习，不接触社会的雏鸟!我相信以后我会不断地提高，会比没参加社会实践的同学更能快速而又很好的融入社会，就让我继续这次实践的激情，精彩的去走自己的人生吧!

更多

**暑假实践个人总结篇三**

社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，它有助于我们大学生接触社会，感知社会，了解社会，奉献社会。同时，实践也是学生们学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。下面是小编为您带来的是暑假实践个人总结报告相关内容，希望对您有所帮助。

今年七月，我迎来了自己进入大学后的第一个暑假。我知道这意味着我第一年的大学生活已经宣告结束，这也让我不禁感叹时光的匆匆流逝，然后不禁回想，这一年的时间里，我做了什么，我是否对得起这已逝的大好时光。得到的答案是否定的。于是，我坚定了决心要在这个暑假里做些什么来充实自己生活的.意义。而参加这次学校组织的暑期社会实践便是我暑假的精彩开端。

社区作为城市居民的一个社会生活共同体，其功能和作用是多方面的，不仅具有经济功能，而且具有政治和文化功能，标志着一个城市的文化品位、文明程度和发展趋势。社区图书馆是社会进步和居民文化信息需求的产物，是建立在社区里的基层公共图书馆。虽然目前社区图书馆的建设仍然处于起步阶段，它所做的工作影响也十分有限，但其重要性以及对于推动社区精神文明建设所展示的作用已经逐渐显露出来。

而我们分队的任务正式针对\*\*市某几个社区的社区图书馆的建设及使用现状展开调查，并根据调查的结果做出从特殊到一般，从个体到总体的分析。

从7月3号开始的近一个星期时间内，我们\*\*实践小分队先后走访了\*\*市\*\*社区、\*\*社区、\*\*北苑和\*\*社区等4个社区的社区图书馆，以及浙江省图书馆。

在调查的过程中，我们遇到过很多困难。炎热的天气，拥挤的公交车，晕车，一无所知的公交路线，不配合的小区居民，还有小区门口严厉的保安等等。但是，这许许多多的困难，最终都被我们克服了，一个星期的时间，我们流着汗水顺利地完成了预定的任务。

当然，这次的实践，也让我对社区图书馆有了更多的了解。对社区图书馆的建设和推广上都有了自己的看法。这些想法虽然还很稚嫩，但是我坚信它们是无比珍贵的，因为它们都是我用汗水换来的。

而更重要的收获则是让我对自己有了新的了解。发现有些原本以为自己不能做的困难事情，其实只要大胆一点，耐心一点，自信一点，也是可以顺利完成的。同时我也明白团结的重要性，团结精神是领导一个团队成功的重要因素，没有团结精神我们就不可能完成实践的任务了。我很感谢我们的队员能够团结一起，尽最大的能力完成实践工作，也让我在这次的实践中留下了许多美好的回忆。

**暑假实践个人总结篇四**

就是在这样绚烂的7月，我们遇见了，那群孩子，那群笑容透明地如同天空的孩子。没有轰轰烈烈的邂逅，只是这样在了一起，简单而又带着美好。他们腼腆的脸庞带着羞涩的红晕，那是只属于孩子的颜色，那么至纯至美。他们倚在小桌子上，轻轻地诉说着他们的名字，我们就这样相遇、相识。

依稀记得小时候站在讲台还会害怕地躲到下面的经历，曾经胆小稚嫩的我现在已蜕变成了充满梦想和自信的女生。我知道，我没有给孩子们上过课的经历，所以，想要做到最好，就必须付出比别人更多的努力去让这堂课变得更加完美。当我真正站在孩子们面前看着孩子们渴望知识的眼神、听到孩子们那声“老师好”时我没有紧张，取而代之的是激动。我是一名老师了，心中突然升起了一种无言的自豪。孩子们都很听话，当我让孩子们记下知识点时，大家都纷纷拿出了笔和纸，似乎是一瞬间的事，教室安静得似乎能听到笔尖触碰白纸的声音，孩子认真地拿着尺子抵在笔尖，工整细心地一笔一划写着，那一瞬间我觉得我的努力，我的用心都是那么值得。

其实，微博说大不大，但说小不小，学院里的重视让我深知自己的责任很重大，支教过程中很多点点滴滴的细节都能让人有很大的感触，我用心观察着孩子，用微博诉说着他们的故事。有时候孩子会跑到我面前问我在干什么，我就告诉他们：老师在发微博，让世界上更多的人知道你们，看到你们的坚强，看到你们的笑容。”孩子笑着跑开了，带着我的承诺。孩子们，我会尽自己最大的努力让这个社会，让这个世界看到我们的博远，看到我们的坚持。

谁在最需要的时候轻轻拍着我肩膀

谁在最快乐的时候愿意和我分享

日子那么长，我在你身旁

见证你成长让我感到充满力量

……

我和你一样，一样的善良

一样为需要的人打造一个天堂

歌声是翅膀，唱出了希望

所有的付出只因爱的力量

和你一样

我们因为同一个梦想走在一起，相遇、相知，携手支教助学，用真情播种希望。我们因为同一个梦想走在一起，相识、相亲，用心创造奇迹，用爱感动你我。

**暑假实践个人总结篇五**

通过这次三下乡，我觉得我不懂的还有很多。&;l理论与实践相结合&;r不能只挂在嘴上，必须要付出实际行动。

七月流火，酷暑难耐，又到了暑期下乡进行时间活动的时候了，我们萤火虫学社小分队来到了我们时间的目的地南漳。一路的颠簸，我们最终到达了我们的目的地完全小学。

先从我们的晚会开始说起吧。在到达第二天，我将队伍分成了两组，一组去打扫厨房，一组去发我们的晚会宣传单。我们的队员们很快就完成了任务，到了晚上我们的晚会也就开始了。晚会的质量非常的高，有相声、小品、舞蹈、歌曲等。受到了当地群众的一致好评，而且当地群众也参与了晚会表演。在晚会中，我们特别提到了王老吉公司对这次活动的大力支持。晚会能够举办的如此成功也与我们的长期准备是分不开的，在这之前我们进行了大量的训练。

从做饭这件事情来说吧。这是一件生活中看似非常容易的一件事。平时我们也没怎么地注意。当我们真正去做的时候，我们才发现做好一顿饭也不是我们想象中的那么容易。你必须去买菜，和别人讨价还价。然后回来洗菜、淘米。经过一系列工序后，才能开始做饭。在做饭的过程中还必须要注意控制火候，火太大或太小都不好。和做一件事情一样，必须一定要把握好分寸。这样才能做到恰到好处。就这样一件事，我们前前后后忙活了几个小时才做起。看来做任何事最好不要眼高手低，不然吃亏的就是自己。

对于支教我受益匪浅。首先，从我和当地学生交流上讲，我并没有多少与小学生交流的经验。虽然我也是从小学时代走过来的。但现在的小学生和我们那个时代的不同。他们更加活泼好动。和他们交流必须要注意方法和技巧。刚来的当天晚上，我们和他们讲了一些关于理想的事。我发现空谈大道理根本没有用，他们也听不懂。而且连我自己也觉得和空泛。于是我们便改变了方法，讲一些和他们有关，他们喜欢的事情，就收到了很好的效果。这样也便于和他们沟通，赢得他们对于我们的信任，便于他们能够接受我们所传送给他们的方法和思想。能够对他们未来的发展起到促进作用。无论在什么时候，说别人喜欢听的话，做别人愿意干的事是很重要的。

另一件印象深刻的事就属社会调查了。我们划分好组，划分好地区，便开始挨家挨户进行走访，让他们来帮助我们完成问卷调查。在走访中我们也遇到很多问题，比如说有很多人因为家里条件的关系，有的即使知道了解可是以为我们是搞推销之类的，因此很不合作。再加上我们听不懂襄樊话，这更加剧了我们工作的难度。但是我们却耐心的一家一家走访，发扬不怕苦的精神，终于做完了问卷调查。在这个实践中我学会了耐心，坚持不懈的精神。在社会调查中，我们广泛的深入农村。挨家挨户的进行社会走访调查。这是一件很枯燥无味的事，但为了获取第一手真实可靠的材料，我们又必须这么做。有时候想要做承一件事，未必有捷径，必须脚踏实地地一步一步地走下去。怎么说了，坚持就是胜利。一开始我们队员都很担心自己做不好这件事，因为他们们没有这方面的经验，只好硬着头皮去做。结果事情进行的出奇的顺利，他们很快就完成了社会调查。只要用心去做，一切都将变成为可能。

总之，三下乡之行很有意义，使我得到了全面的锻炼。我也学到了很多的道理。真正的做到了理论联系实际。

**暑假实践个人总结篇六**

20xx的这个暑假，以人口老龄化为课题的社会实践给我留下了很深的印象。最美不过夕阳红，可是现今社会，人口老龄化已经成为一个影响社会持续发展的长远问题。尊老爱幼是中华民族的传统美德，我们大学生正处在人生观、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，为了加强对自身的思想培养，在日常生活中养成良好的品格和行为习惯，我们特地参与了学院要求的社会实践活动。

“尊老”是中华民族的传统美德，作为新世纪的大学生，更有责任和义务发扬这一美德。

我们“向日葵”小队为调查人口老龄化相关问题走进了敬老院。我们所调查的敬老院设施能够达到一定标准，周围环境也比较幽静，不足的是周围住宅比较老旧。食宿条件也不错，尤其菜谱比较丰富，老人们普遍比较满意。

在慰问了老人后，我们主要通过聊天来了解老人的家庭及生活状况。本以为聊天只是再简单不过的事情，但我们马上意识到原来同老人聊天也是要有技巧的。敬老院的老人们大都是岁数比较大的，他们有的语速很慢，有的听力很差，这都需要我们有足够的耐心。同老人聊天的内容也是很有讲究的，毕竟是相差了大半个世纪的人了，于是尽力去想一些我们所知道的老人那个年代感兴趣的事情，比如同老人聊子女的工作，聊最近的天气或是聊老人的身体近况等等。在聊天的过程中，老人们精神状态越来越好，侃侃而谈，我们的热情也随之高涨，不多久，与老人之间就少了份隔阂，多了份亲热。在与老人聊天的过程中对老人的家庭也有所了解，现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；而且因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，更能让他们感到夕阳无限好。队员们分工明确，拍照、摄像、聊天、记录等均有条不紊的进行着。在此过程中海碰到了来看望老人的家属，看到老人见到家人时由衷的笑容我们也是感慨良多。百善孝为先，看到这个场景，更加理解“常回家看看”的含义。

在聊天的过程中，我们深刻体会到老人们对我们的喜爱和对儿女的思念。他们谈起儿女是的满心喜悦，看着我们说“年轻真好”，都让我们感慨良多。看到老人们精神矍铄，我们也发自内心的感到高兴。回来后，经过汇总及查询相关资料，我们发现解决人口老龄化问题，根本在于加快经济发展，壮大国家经济实力。但是老龄化问题又有其自身的特殊性，处理的好，会成为经济社会发展的积极因素；处理不好，则可能成为制约因素。\"老有所养、老有所医、老有所为、老有所学、老有所教、老有所乐\"内容，这是对中国老龄工作的综合概括，是促使经济社会可持续发展的重要内容，是解决好我国人口老龄化问题的主体思路。面对我国人口老龄化趋势，老龄工作只能加强，不能削弱。资料显示中国人口老龄化呈现出一定的阶段性：1982年至1990年为初露端倪阶段。总体上，当时中国65岁及以上老年人口占总人口的比例还不高，1982年第三次人口普查时只有4．9%。

1990年至20xx年为萌芽过渡阶段。在这段时间，65岁及以上老年人口占总人口的比例上升，中国人口年龄结构类型将从成年型转向老年型，一个全国性的老龄化时代到来。预计到20xx年，中国65岁及以上老年人口占总人口的比例将超过7%，从而进入老龄化社会。

20xx年至20xx年为加速发展阶段。在这一阶段，中国65岁及以上老年人口占总人口的比例将从7%左右上升至超过12%，年龄结构已成为典型的老年型人口类型，彻底完成了从成年型向老年型的转变。

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。但做为一个新世纪的大学生，应该做到一些力所能及的事情。“老吾老以及人之老”，四十年后的我们也会渴望心灵的温暖。经过这次的社会实践，深深的震撼了我的心灵，给我留下了宝贵的精神财富。

**暑假实践个人总结篇七**

大家好，我是来自学前教育系的杨亚媛，是一名2024级的学生。担任班级宣传委员，院学生会学习科创部干事。我是一个热情开朗，动静皆宜的女生。生活中的我时而严肃认真，时而搞笑幽默，坚决以负责任的态度做事，每一个细节都认真细致地做好，结果才会完美！努力让优秀变成一种习惯！

七月九日至十二日，我跟随学院团委关爱留守儿童小分队前往彩石镇玉河泉村开展为期四天的暑期社会实践活动。村口刚下车，就有小朋友前来迎接我们，心情无比激动。同一组的搭档是斐斐同学，与我们结对是一个非常可爱的小男孩，我们进行了作业辅导，陪小孩愉快地玩耍，一起将所拍照片制作了diy相册。我们将自己想说的话及联系方式也都写在了相册上，制成了一份美好的回忆。返校后孩子们一直给我们发消息说很想念我们，因为小孩打错字，还使我多了一个“缓缓姐姐”的外号。整整四天，虽然相处时间不长，但我们的感情已非常深厚，分别时都非常的不舍，希望小朋友可以快快乐乐地成长，有幸福的未来。

本次社会实践为我们搭建了一个融入社会、学习锻炼、送温暖也获得温暖的平台。这次实践带给我的不仅是能力的.提升和锻炼，更多的是一种精神上的充实和富足。每个小孩都是天使，我们平凡却不平庸，祝孩子们在今后的学习和生活中可以快乐幸福！创造精彩！

**暑假实践个人总结篇八**

      我终于踏出了真正的社会的第一步－以纯专卖店导购员。这次不同于之前的

社会实践

是在于它是我靠自己的能力争取来的。通过层层面试而脱颖而出的我，更加珍惜这个来之不易的实践机会。现在我就对这一个月的实践做一个工作小结。在以纯店的一个月里，工作的节奏十分紧张，上班时间分为早班，中班和晚班，迟到一分钟要扣掉1元钱作为爱心款。刚去店里报告，就马上开始上班，先从熟悉店内货品开始，经过几天的工作后，我对服装的尺寸、颜色、价格、面料及洗涤方法都十分熟悉。每天高峰期是下午交接班6点和晚上9点的时候。人流量最多，买单都会出现排长队的情况。因此大家积极性都很高。那段日子真是即紧张又充实，虽然很累但也从中总结了不少服装销售的经验，其实销售中最重要的就是揣摩和把握住顾客的心理，我将顾客分为三类：随意闲逛型、品牌信任型、比较购买型。能够从顾客的表情、举止中分辨出其类型，准备有针对性的服务。不管顾客最终是否购买，都要一丝不苟的向顾客介绍产品的相关信息，这增强了我应对顾客各种疑问和要求的\'经验。以纯店是当天的事情当天必须做完，所以经常性的下班都很晚，节假日几乎都是半夜一两点，经常两点多到货，更延误了下班时间。但是每天工作时，我都让自己保持精神饱满地状态出现在店堂里，很热心地、快捷准确地为每一位顾客服务，以礼待客。我会先了解顾客对商品的兴趣和爱好，真诚地希望每一位顾客穿上最适合自己最舒适的服装。同时也会认真回答顾客对商品提出的疑问，让顾客购买到最适合自己的服装，当顾客穿着合身满意的衣服，带着赞美的离开店时，是我最大的快乐。

       暑假实践这段时间里，店堂里每天像个菜市场一样热闹，当我们店这个月15万的业绩达标后，大家很欣慰，因为每天像打仗似的日子，终于有所回报。一个月没有休息过一天，虽然大家都十分辛苦，但都为自己取得的成绩感到骄傲。在以纯店我学会了顾客服务、店铺运作、帐目和物品管理。我真正体会到了工作的艰辛，但是这也让自己得到成长。在以纯店中我的销售业绩算是突出的，半个月卖了两万多，店长表扬了我，真是有种自豪的感觉。因为我觉得自己付出了很多努力，同时得到的回报也很多，每天紧张有序的工作，让我深深的体会到团队协作的重要性，一个人的力量十分有限，就因为凝聚和团结了所有员工的力量，以纯店才能取得每月业绩第一的辉煌成绩。社会实践的时间虽然并不长，可它让我认识到：人的一生中，校园并不是永远的学校，真正的学校只有一个，那就是社会。本文信息由大学生个 人简历网

http:///

收集一个月的实践一晃而过，却让我从中悟到了很多我们从课堂学过的一些道理，一些东西，而这些东西也将让我终身受益。社会实践加深了我与社会各阶层人的情感，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，为将来打下了坚实的基础。

      此时此刻；即将面临毕业，最深切的感受就是，无论从何处起步，无论具体从事哪种工作，认真细致和踏实的工作态度才是成功的基础。

**暑假实践个人总结篇九**

为进一步发挥社会实践在加强和改进大学生思想政治教育中的积极作用，引导我院广大青年学生在社会实践中认真学习实践，深入了解基本国情，进行正确的社会观察，不断增强在夺取全面建设小康社会新胜利的伟大实践中奋发成才的使命感和责任感。按照提出的“坚定理想信念、勤奋刻苦学习、勇于艰苦创业、培养高尚品德”的要求，我院积极组织开展了形式多样、特色鲜明的社会实践活动。

我院今年的暑期社会实践活动以服务新农村建设和抗击各种自然灾害为重点，广泛开展灾后重建服务、教育帮扶、科技支农、文艺演出、法律援助、社会调查等活动，注重志愿服务与见习调研相结合、短期实践与长期合作相结合，依托社会实践和实习基地，充分发挥学院专业特色，在继承传统实践活动的基础上，突出特色和创新，重点组织了多支重点社会实践队，指导学生深入乡镇企业、农村基层及灾区，锻炼学生能力的同时也取得了良好的社会效应。

下面简单介绍一下我院组织的四只重点实践队情况：

本次社会实践的目的主要有三个：一是走进新农村，服务三农建设， 落实“百校千村”计划，送文艺下乡，送科技卫生知识下乡。建立大学生社会实践基地，搭建大学生走向社会、服务农村的平台;二是走进车间，深入企业开展实践见习活动，座谈活动。了解张夏镇民营企业经济发展的情况，充分发挥学院专业优势，积极献计献策;三是社会调研，主要包括对当地饮用水质量的调研及后期宣传。同时走进田间，走进果林，通过对当地特色农业的产业化建设情况进行调查，同时对其存在的问题和不足提出可行性建议。

实践期间，队员们紧密围绕活动主题，先后组织开展了“爱心支教、走进敬老院、走进莲台山、饮用水质量调研、走进车间、科技下乡”等活动。实践期间，队员们利用自己做兼职所赚的钱为孩子们购买了图书，并耐心的进行了爱心支教。给孩子们带去了知识和快乐。广大队员不畏酷暑，在镇集市上宣传科普知识，发放两千余份传单，现场答疑，回答村民提出的问题。走进田间果林，下田地帮助农民采摘蔬菜，送去最新的农业科技知识。走进车间，队员来到张夏供水换热设备有限公司进行参观实习，同时开展了“校企互动座谈会”与公司经理进行了交流。红歌走进敬老院，在活动的最后，队员们又来到当地敬老院慰问孤寡老人，奉献一份爱心，为他们带去了水果和生活用品，同时开展了“红歌会”文艺活动，丰富了老人们的生活。

本次社会实践活动得到校团委和张夏镇镇政府的大力支持，在活动期间实践队员充分发挥在经济调研、市场研究和管理科技等方面的专业优势，为当地的新农村建设和生态建设贡献了一份力量。同时长清地区电视台予以视频报道同时登上了当地报纸上热点话题。本次实践活动也得到社会媒体的关注与好评。

2、“关于东营文明建设的调查研究”- 赴东营“青春文明在行动”宣传社会实践队

自十四大召开以来，东营市委、市政府在各届党代会精神的号召下，于20\_\_年\_月\_日，明确提出了全市创建文明城市的工作目标。近6年来，东营市政府重点实施了市民素质工程、城市建设管理工程、信用东营建设等八大工程，取得了明显成效，但在一些细节方面还是出现了一些问题，妨碍东营发展的不和谐、不文明的因素依然存在。

本次 “青春文明在行动”宣传社会实践队着重在敬老文明、公交文明、社区文明、油田文明等领域开展了细致深入的调查，短短一周的时间，我们走访了辛敬店敬老院、东营市交通局、东营市公交总站、东营市兴河南南区、东营市油田开发局，通过发放调查问卷、采访等形式，深入了解了东营市文明建设各方面的情况，更好的提升了我们团队的凝聚力与实践性。我们此次调查活动目的在于探究东营文明建设，并基于调查提出我们对于推动东营文明建设进一步发展的看法与建议。得到了社会有关部门的关注和群众的一致好评。

3、“情系汶川，真情服务”- 赴汶川灾区大学生志愿服务社会实践队

20\_\_年8月11日，我们经管学院赴汶川灾区大学生志愿服务实践队走进了汶川。为了更好的走进重建后灾区人民的生活，我们秉着“情系汶川，真情服务”的主题，在汶川进行了包括调研、温暖老人、志愿服务、支教等内容的实践活动。通过走访居民点、发放相关问卷、与个体商户座谈等方式对汶川人民的收入、待遇等问题进行了深入调研，并为孤寡老人、贫困儿童送去温暖，让他们感受到大学生的一份责任心、爱心和社会对他们的关怀。

通过这一系列活动我们了解到汶川县的福利待遇已经到达了国家相关文件的规定标准;汶川县的经济正在逐步走上正轨，在恢复过程中渐渐成长;同时我们也了解到还有许多山区的孩子需要更多人的长期的帮助，不仅是生活上还有学习上;这里的人们纯朴、善良、热情，地震没有压垮他们，却让他们更加坚强，更加懂得生活;泥石流也并不可怕，它可以夺走人的生命，却夺不走汶川人民的坚强信念!本次实践活动通过走访、发放调查问卷等方式，获得了实践地灾后重建的第一手资料，活动得到了汶川电视台的全程关注，同时获得了汶川县政府、汶川县团委、汶川县工商局及汶川县人民的高度认可。

4 “农校对接”实践活动调研-赴山东平度市大学生暑期社会实践调研队

我们社会实践实践队伍此次暑期社会实践，主旨在于通过当代大学生所处的特殊位置以及对于农村的一腔服务与帮助热情，在山东平度市初步探索、调研关于教育部、农业部、商务部共同下发的《中共中央国务院关于20\_\_年促进农业稳定发展农民持续增收的若干意见》，并进一步做好高等学校食堂安全与卫生工作，开展鲜活农产品基地直供高等学校食堂试点工作(以下简称“农校对接”)。

此次实践我们得到了平度市政府、明村镇、白埠镇政府、郭村村委会等的大力支持，他们对我们的工作给与充分肯定并且给与支持鉴定，并寄予我们很多希望。

回顾整个暑期社会实践，我院有以下几个方面的特色工作：

(一)思想重视，组织严密

我院团委自六月中下旬开始着手准备今年的暑期社会实践工作，学院党总支提出“学知识、受教育、长才干、做贡献”的组织原则，鼓励学生积极走入社会大课堂，以我所学服务社会，同时严格要求院团委严密组织，在确保社会实践活动多样性、实效性的同时保证安全保障工作落实到位。

院团委在六月底通过各年级大会的形式将今年校团委的《通知》向大一、大二及大三的学生做了详细的解释，动员1000余名大学生、二十多支社会实践队投入到暑期社会实践当中，其中为校级和院级重点队配备了专业指导老师，充分保证了今年暑期社会实践活动的质量。

(二)大学生社会实践与就业见习相结合

今年我院将大一学生的社会实践与大二学生的社会实习结合起来，优势互补，资源共享，如有较好的就业见习单位，大一的学生可以和大二学生一起到企业参加实习锻炼，有较好的社会实践机会，大二学生也可以到低年级参加实践见习，从而通过多种途径，帮助大学生深入了解国情、了解社会，正确认识就业形势，促进大学生树立基层意识，引导大学生深入基层、了解基层、服务基层，到基层建功立业。今年暑假在学院领导的大力支持下，我院在东辛采油厂、胜利物探公司、黄河钻井公司、济南供水设备有限公司等单位建立了见习基地，为大学生了提供就业见习岗位，同时安排了十余名见习指导教师，组织开展见习和就业培训，帮助其积累经验，增长才干，提高大学生实践能力和就业竞争力。

(三)主题鲜明，重点突出

今年我院共组织社会实践队二十余支，共有1000余名学生参与了各种形式的实践和实习活动，在活动开展过程中各支队伍旗帜鲜明，紧密围绕校团委“服务三农建设，建设美好家园”的活动主题，将“深入农村、服务基层”和“就业见习，增长才干”的思路放在活动开展的重中之重，二十余支队伍中有十支队伍以社会主义新农村建设、社会主义荣辱观学习及和谐社会建设为主题，多支队伍以“深入企业，了解就业”为主题，重点突出，效果显著。

其中经济管理学院赴张夏镇、平度等社会实践队更是紧贴“三下乡”的活动主题，深入到建设有特色、发展有思路、规划有蓝图的社会主义新农村建设示范点中进行形式多样的调研和服务活动，既服务了社会，又增长了才干。

(四)深入服务，强调锻炼与参与

我院20\_\_年暑期社会实践活动改变以往以“传统调研”为主体，重点突出参与和锻炼，加强与社会主义新农村、大学生就业与和谐社会建设相关内容的调查和服务，尤其突出对社会主义新农村建设的“三下乡”服务和地方企业的帮扶。

在今年社会实践过程中，我院共向农村发放科技文化类书籍、传单3000余本(份)。继承科技、卫生“三下乡”的社会实践活动主题，组织下乡文艺演出、生活安全常识及卫生常识宣传，赠送各类科技文化书籍，讲授安全、疾病知识，资助贫困学生等。这些活动受到当地群众的热烈欢迎和好评，并且受到当地相关媒体的报道。

(五)发挥优势，成果显著

今年为了更好的发挥我院的专业优势，提高社会实践效果，学院专门配备了十余名经济学和管理学方向的专业教师加入到活动指导工作中，从专业的角度对于活动内容和调研结果进行指导和分析，保证了实践活动成果的可行性和专业性。

其中赴张夏镇社会实践队通过大学生校企互动座谈会对于当地民营经济的发展及产业结构调整从理论上进行了分析和建议;并对当地新农村的建设提出了一些可行性建议，得到当地政府的认可。“青春文明在行动”宣传社会实践队通过对东营文明建设的调查研究，通过开展各项活动，努力促进文明和谐，积极发现与文明不相协调的因素并提出解决方案，为东营更加文明和谐的发展献计献策。

(六)实现短期实践服务与长期合作联系相结合

在暑期社会实践活动过程中我院注重加强与校外单位的联系，争取建立长期合作关系，在学校和学院教学系的联系帮助下，我院今年在济南市张夏镇、广东社工站汶川县大同社会工作服务中心平度市白埠镇人民政府、建立了新的大学生社会实践基地，并与东辛采油厂、胜利物探公司、济南供水设备有限公司等单位达成了建立见习基地的共识，实现了短期服务与长期合作的结合。

(七)注重实效，鼓励先进

今年我院在社会实践过程中将“在实践中熏陶思想感情、充实精神生活、提高道德境界，增长知识才干”做为核心指导思想，避免在实践过程中走形式，广大学生在实践过程中切实锻炼了能力，收到了很好的效果。另外在暑期社会实践结束之后，我院按照校团委要求对20\_\_年暑期社会实践工作进行了认真总结和交流。

同时学院开通社会实践专题网站并通过召开20\_\_年暑期社会实践经验交流会的形式对本年度的社会实践活动的组织和开展做出了经验总结，为以后的组织工作提供了可借鉴的范本。

以上就是我院20\_\_年暑期社会实践活动的总结，当然在活动过程中还存在着一些不足，但是我们相信在校团委和兄弟院系的大力支持下，我们的暑期社会实践活动会在今后开展的越来越好!

**暑假实践个人总结篇十**

就是在这样绚烂的.7月，我们遇见了，那群孩子，那群笑容透明地如同天空的孩子。没有轰轰烈烈的邂逅，只是这样在了一起，简单而又带着美好。他们腼腆的脸庞带着羞涩的红晕，那是只属于孩子的颜色，那么至纯至美。他们倚在小桌子上，轻轻地诉说着他们的名字，我们就这样相遇、相识。

依稀记得小时候站在讲台还会害怕地躲到下面的经历，曾经胆小稚嫩的我现在已蜕变成了充满梦想和自信的女生。我知道，我没有给孩子们上过课的经历，所以，想要做到最好，就必须付出比别人更多的努力去让这堂课变得更加完美。当我真正站在孩子们面前看着孩子们渴望知识的眼神、听到孩子们那声“老师好”时我没有紧张，取而代之的是激动。我是一名老师了，心中突然升起了一种无言的自豪。孩子们都很听话，当我让孩子们记下知识点时，大家都纷纷拿出了笔和纸，似乎是一瞬间的事，教室安静得似乎能听到笔尖触碰白纸的声音，孩子认真地拿着尺子抵在笔尖，工整细心地一笔一划写着，那一瞬间我觉得我的努力，我的用心都是那么值得。

其实，微博说大不大，但说小不小，学院里的重视让我深知自己的责任很重大，支教过程中很多点点滴滴的细节都能让人有很大的感触，我用心观察着孩子，用微博诉说着他们的故事。有时候孩子会跑到我面前问我在干什么，我就告诉他们：老师在发微博，让世界上更多的人知道你们，看到你们的坚强，看到你们的笑容。”孩子笑着跑开了，带着我的承诺。孩子们，我会尽自己最大的努力让这个社会，让这个世界看到我们的博远，看到我们的坚持。

谁在最需要的时候轻轻拍着我肩膀

谁在最快乐的时候愿意和我分享

日子那么长，我在你身旁

见证你成长让我感到充满力量

……

我和你一样，一样的善良

一样为需要的人打造一个天堂

歌声是翅膀，唱出了希望

所有的付出只因爱的力量

和你一样

我们因为同一个梦想走在一起，相遇、相知，携手支教助学，用真情播种希望。我们因为同一个梦想走在一起，相识、相亲，用心创造奇迹，用爱感动你我。

**暑假实践个人总结篇十一**

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，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动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的重要途径。寒假期间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。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。

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。而且自从走进了大学，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。在现今社会，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，于是我觉得在这个暑假进行我人生的第一次社会实践。

在这个炎炎夏日，我迎来了大学生涯的第一个暑假。这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是参加了中国电信举办的大学生暑期社会实践活动，这个活动为期11天，在这11天中，我过的十分充实。在此次实践过程中我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、回味无穷。也对自己一直十分想了解的3g手机知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，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。这次的社会实践收获不少。既于同龄人有了学习上的交流，也对社会，对工作有了一定程度上的了解，真是受益匪浅。

通过这次的社会实践我了解到，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我和组员们去营业厅了解各个公司的手机现状，向自己的同学进行调查，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时还和别的组的同学一起合作，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最好，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！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不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。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的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。

在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，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的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只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？这是社会与学校脱轨了吗？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，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了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，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

**暑假实践个人总结篇十二**

时光悄悄流逝，不知不觉自己已经历了二十年春秋。回想过去的一年大学时光，自己已不再是那个只会埋头苦读的高中生，大学的生活精彩丰富，这一年我收获了很多，无论知识亦是友情。通过这个暑期实践活动，我收获良多。不仅锻炼了自己的实践能力，而且了解了江南古镇的悠久历史和兴衰过程。

我们说的江南古镇一共有六处，分别是江苏的周庄、同里、f直；浙江的南浔、乌镇、西塘。虽然没有一一去过这六处古镇，但经过资料的整理和专家的评价以及对于如今的现状和游客的意见得出以下排行：

1、西塘――最具原生态型的古镇，

虽然建镇时间在六古镇中较短，但它是最大的古镇。其完整的明清代古建筑，在江南水乡古镇难得一见。古镇薄雾似纱，两岸粉墙高耸，瓦屋倒影，酒香飘溢，人处其间，恍然桃源琼瑶，不知是人在画中游，还是画在心中移。

2、周庄――中国第一水乡

保护意识最早的古镇，也是最有名的水乡，游客络绎不绝。其独特的魅力在于徜徉了近千年后，依然俏立于画家陈逸飞的笔下，亭亭玉立地走到了人前，水乡风景如画――小桥、流水、人家，成为江南古镇之典范，是中国江南的代表。

3、南浔――中西合璧的巨富古镇

它是江南最富庶的古镇，是中华民族资产阶级的发祥地之一。“四象、八牛、七十二金狗”的财富典故以及西式古典建筑向世人传达着奢华和靓丽，是江南古镇中独一无二的。同时，明清中式建筑又透露着对儒家传统思想的传承。

4、同里――东方小威尼斯

古镇被众多小河分割，同时又有众多石桥相连接。自然悠闲的水乡，水田肥沃，物产丰盛，人杰地灵，文化深厚。拥有较多的明清宅院，还有江南古典园林、世界文化遗产――退思园。品味古镇：醇厚古朴，清丽典雅。

5、f直――江南的“桥都”

古镇的名字难记，但却很难忘。拥有地道的江南水乡风情――水多、桥多，古镇人贴水成街，朴实无华。它不张扬，不厚重，默默地在水流交错中感受着四季，安静地似一个内向的少妇，在向人们诉说着江南古老的传说。

6、乌镇――商业开发最成功的“枕水人家”

它是茅盾先生的故乡，人文气息浓厚。古镇有江南水乡中少有的水阁，“枕水人家”由此而来。对古镇开发的资金投入首屈一指。建筑格局精巧雅致，堪称最佳的影视基地。而它依然在一片片争议声中保持着独特个性，展示着水乡风情。

诚然，作为江苏人，地处江南，而江南又有“上有天堂，下有苏杭”的美誉。作为地地道道的江南人，又有谁从未到过江南的古镇呢？虽江南有六大古镇，但散落在江南各处的小古镇又何其之多。就拿木渎来说，木渎有着和江南其它古镇一样的特点：小巧别致富有柔情。一走进就看到绕着小镇的河流边杨柳依依，树上蝉鸣不断，聒噪的同时却另有一种安闲舒适之感。小河里时不时有摇橹船划过，留下水痕点点。木渎历史悠久，是与苏州城同龄的水乡古镇，迄今已有2500多年历史。深厚的历史文化底蕴，使木渎充满了无穷魅力。木渎又有“园林之镇”美誉，有严家花园、古松园、榜眼府第等古典园林多处。镇上老街纵横，山塘、下塘、下沙、中市街，历经沧桑，风貌犹存。老街古巷中深宅大院荟萃。是著名的旅游胜地。

文化，是古镇的灵魂。随着时光的流逝，政治、经济等等积淀成文化形态，渗透于建筑、交通、习俗、方言、服饰、饮食等诸多方面。古镇的街道上开设菜馆、茶馆和各种各样的商店，店铺招幌林立，酒香四溢，不时还有进香的人们前往庙宇叩拜，热闹非凡。游走码头的优伶们，也纷纷前来唱曲，古镇的文化风情也就浓郁起来。与大都市的繁华、喧腾和快节奏相比，古镇的人们始终享受着一种恒定、安逸的生活，不奢华，却舒适，不匆忙，却惬意。人们在狭小而又熟悉的街巷里，完成商品买卖、亲邻交往、休闲娱乐，甚至终老一生。旖旎的水乡风光、安定的生活环境、良好的文化氛围，往往吸引许多文人雅士来这里居住。他们在江南古镇留下了无数历史遗迹，也促使古镇形成了稻米莲歌、耕桑读律、科名相继的传统。这种崇文重教的传统，一直延续到了今天，从未衰落。那些在官场或商场混了大半辈子，口袋里有了许多银子，心里却感到很失意的人们，离开都市，来到水乡古镇修筑院宅和花园。他们觉得莳草弄花，吟诗作画，是寄托清高，寻求安逸的最佳选择。所有这些，让古镇积聚了丰厚而稳定的文化底蕴。

人们总是喜欢把古镇比喻成世外桃源。事实上，千百年间，星罗棋布的江南古镇，无不经历了兴衰的过程。与大城市相比，古镇兴盛与衰落的轨迹更加清晰，更能给我们提供考察研究的范本。然而，随着江南各地旅游业的迅猛发展，中国古代遗留下来的历史文化也面临着严重的摧残。

游玩古镇不难发现卵石铺就的小街，狭窄得只容两人错肩而过。临街的房屋全都成了店铺，出售快餐、熟食、饮料和水果，原来的原住民都搬出去了。宽敞点的，就开设超市。从肤色和服饰已很难看出是哪里人，但店主们充满热情、紧张、期盼的神色，却分明告诉我们，他们是门面的租赁者，在这里各显神通。果然，一开口，卷舌音都很重。从那里我似乎感觉不到那些所谓的乡土气息和原汁原味的古镇风情。一切都因为旅游业的兴起游客的增多外来人的普及而变了原貌。有学者说：周庄、同里、f直、南浔、乌镇、西塘，以及近年来声名渐起的朱家角、锦溪、千灯、七宝、木渎等古镇，之所以能硕果仅存，是因为它们在发展经济的同时，不断保护和延伸文脉，开发旅游，使古镇成为游客寻求历史记忆的精神家园，成为人们寄托乡情的文化符号。许多有经济价值的传统文化，通过陈列品、纪念品、印刷品和艺术表演等形式向游客展示，获得了掌声与利润，古镇也因此适应了生存环境。

我们不妨来看看周庄。从北宋元v元年（公元1086年）周迪功郎将庄田捐赠给全福寺，老百姓把这里称作周庄算起，古镇已经超过了九百岁。居住在这片土地上的人们，始终胼手胝足，以农耕蚕桑为生。上世纪五十年代后，由于实行计划经济，这个地处昆山、吴江、青浦三县交界处的古镇，只能供应本地居民和农民的物资，日趋冷清。加上四面环水，只靠一班轮船与外界沟通，交通闭塞，很多人把周庄视为畏途，周庄本地人也难以在小镇上留下来，千方百计外出谋生。

在缺乏资金、缺乏经验、缺乏人才的状态下，周庄人想尽一切办法修缮名人故居，恢复名胜古迹，重建桥楼寺院。热爱古镇的人们，几乎谁都可以对古镇的历史文化、人文景观津津乐道。当苏州忍痛开辟干将路时，周庄人抓住机会，去大量收购明清建筑材料，让古镇的许多老房子修旧如旧，原汁原味。

回过头看，与其说周庄古镇是在无数专家的帮助下，被保护下来，还不如说它张扬自己的文化个性，赢得“中国第一水乡”的称号，进入了新一轮生命周期。今天的周庄，并非明清时期的周庄、唐宋时期的贞丰里、春秋时期的摇城，它的细胞始终在新陈代谢。假如泥古不化，早就僵死了。

周庄的成功，给我们太多启示。梳理历史脉络，清点建筑遗存，聚集名人资源，使文化旅游保持长久的生命力，这是我们有目共睹的。然而最重要的，是古镇得以在更新中保护，在保护中更新。九百岁的古镇进入了新一轮繁盛期，功莫大焉！然而，不是每个古镇都值得保护，也不是每个古镇都能够保护。

城市化是现代化的必由之路，汹涌的时代潮流无法阻挡。消逝也是一种嬗变。旅游业是一个带有文化印记的资源依托型产业。通俗一点地说，旅游出售的是文化。所以，对于古镇来说，保护文化资源的意义永远大于开发。当某些地方提出将古镇“建成国际化的高级商务旅游目的地，文化盛事的举办地，高端人群聚集的理想场所”等高调口号的时候，一向宁静散淡的古镇也变得躁动不安。此刻，古镇如何坚持以文化为灵魂、以文化显个性、以文化拓市场、以文化建品牌，就显得十分重要。而事实上，并非所有古镇都适合发展旅游业。我认为应该用矛盾的特殊性原理，“具体问题，具体分析”。有些地方运用招商引资，既宣传了文化，又带来了商机，不是同样受益良多么。

作为当代大学生，我们虽不能阻止古镇文化的逐步流失，但我们可以更广泛的宣传古镇文化的重要性。我相信，只要每个人都自觉地保护古镇，无论时代怎样变迁，依旧能够享受古镇悠久文化的洗礼。以至于让我们的后代还能再见到如此美丽的江南古镇。

**暑假实践个人总结篇十三**

还在上学的时候，我就计划这个暑假去广东打工。顺便了解一下这个社会。为以后大学毕业找工作打基础，最终6月25号学校放假了，我独自踏上可南下广东的车。经过十几个小时的煎熬，终于来到了令我向往的地方。

刚到车站，便遭遇了暴雨的侵袭，好在躲避及时才没变的狼狈不堪，等了一个小时才等来姐姐，回到她的住处。接下来便是找工作，找工作颇有戏剧性，一切好像是被安排好的一样。变故时如此之大!无论去哪个厂，人都已经招满。一连几天都没找到工作。真让人沮丧啊，直到此时我才知道找一份如意的工作是如此的难。找一份理想的工作难度可想而知的!走了很多地方，通过看到的和听到的。我才发现：这次的打工之行是对的，及时的!无论这一个月能挣多少钱都不重要了。重要的是我又学到了一些学校里学不到的东西，让我更全面的了解了这个社会，以及对毕业之后工作的问题的思考。最终在一堂姐的帮助下，在深圳的一个工业区，阳光工业区找到了一份工作。在一家名为深圳艺晶五金制品有限公司上班。走了许多程序之后才得到这份工作。每天面对的是高温，环境又脏又差到处弥漫着工业油的味道。而且工作的时候由于高温作业很容易烫伤。看着眼前的这个工作感慨油然而生。想不到我也会沦落至此。有几个跟我同一天进来的都打退堂鼓，他们也却我别做了，经过短暂的思考之后，我对自己说：能有这个工作就已经不错了，正所谓既来之则安之!就这样，我每天干普工的活，我上的是夜班，很辛苦!工厂里德管理制度比较严格，每天上班8小时，除此之外通常加班3小时，工作量比较大，我的工作是装甲，也就是把货拼接好，夹好之后，按下开关让机器手焊接。每天都有规定需要达标，刚开始比较慢，经常挨批，时常要看老大的脸色，经过半个月的磨练。日渐好起来，由被动变为主动，我蜕变成一名合格的工人了。

此次打工之行，我最大的收获是我明白了这么一个道理。

我发现我是世界上最富有的人，它们是健康的身体和我的双手双脚，拥有了健康的身体便拥有了精力，还有当我身无分文时，可以用双手去创造我想要的一切，自己动手，丰衣足食。有脚天涯海角任我走!先前的.那些来自于经济方面的自卑感全烟消云散了，我还年轻年轻就是资本，经济的困难只是暂时的，精神的富有才是欣慰的!没有什么困难时困难，我相信：通过我的努力三年之后工作，房子，面包这些东西在不久的将来都会变成现实的!

1.从第一天面试到最后一天辞工，我觉得做人这个问题关系到一个人的一生，无论走到哪里，都要做一个正直诚实守信的堂堂正正的人，与人交往时行为举止大方!

2促使我完成了大学规划。

我觉得规划是有很大用处的，可以让我们有了方向的前进，不至于盲目白干!给自己定下一个正确的纲领性东西，剩下的时间按照这个规划一步步的走。我的规划如下：

大一：已经过去，迷茫了以学期，迷迷糊糊又一学期，大一的时光就这么溜走了。

大二：第一学期把cad和3dmax这两个专业软件练熟。做足手头功夫，为下一步的工作打基础，然后把会计证跟英语三级过了。在课余去实践去做做兼职，去社会学学经验，寒假还到广东那边实践一下。

大三：去实习，顺便又实践去社会进行市场调查，考察。再去实习。走进真正的工作岗位。为走入社会打基矗。

无论做什么事。一定要有恒心和耐心，做事时要善于沟通，不懂就问。还要勤快，两个月的打工结束了，我学到了很多很多在学校里学不到的东西。我深深的感谢那些帮助过我的亲人，朋友，同学，同事以及网友，谢谢你们!来到这里，我从你们身上学到许多做人，工作上的东西，也得到了你们的支持和帮助，我很感谢你们!我的打工社会实践是成功的，我知道了“经历才知道可贵”!这些经历我将受用一生!

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