# 2024年社会实践个人总结大学生 社会实践个人总结(模板15篇)

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-05-31

*总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范...*

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**社会实践个人总结大学生篇一**

学校是个小社会，进大学相当于进了半个社会。我不再是象牙塔里一朵经不起风雨的花。通过社会实践的训练，我深刻体会到社会实践是一笔财富。社会是能更好培养人的综合性大学。只有深入社会，了解社会，服务社会，投身社会实践，才能发现自己的`不足，为以后走出校门步入社会创造良好的条件；只有这样，我们才能学到有用的东西，在实践中变得有才华，在服务中成长，有效地服务社会，体现大学生的自我价值。

这个假期我和“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”以此为目的，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己。这种社会实践收获很大。我认为以下三点在实践中有所欠缺。

1.善于与人沟通。工作一段时间后，我认识了更多的人。如何与人沟通好，需要长期的练习。以前没注意过这方面，和别人说话也没反应，经常有冷点，很尴尬。与同事的沟通同样重要。人在社会上会融入这个群体，大家一起努力，让自己的工作更加和谐，事半功倍。你要倾听，要有耐心，接受别人给你的意见。

2.要自信，克服胆怯。自信是对自己能力的肯定。通过与客户的多次接触，我意识到自信的重要性。没有社会工作经验也没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累的。如果没有第一次，怎么会有第二次或第三次？自信让你更有活力，精力更充沛。有时候我缺乏社会经验，缺乏学历等原因让我觉得自己很渺小，我的懦弱就是这样暴露出来的。其实也有人天生什么都有。他们年轻的时候，什么都不怕，但是想赔钱就怕。当你克服了心理障碍，一切都变得容易解决。战胜自己，只有战胜自己才能征服世界。正如一位名人所说:“勇气通向天堂，懦弱通向地狱。”

3.在工作中不断丰富知识。知识就像人的血液。如果一个人缺乏血液，他的身体就会虚弱，如果他缺乏知识，他的头脑就会枯竭。

大学是教育、培养、磨练我的圣地。社会是一个很好的锻炼基地，可以把学校的知识和社会联系起来。动手实践，而不是闭门造车，实现了从理论到实践再到理论的飞跃，增强了理解、分析和解决问题的能力，为理解、理解和步入社会奠定了良好的基础。

**社会实践个人总结大学生篇二**

这个暑假，我参加了学校组织的\"一带一路\"对西安旅游业发展影响的社会实践调查活动。

在这次社会实践活动中，我学到了很多东西，在许多方面也有所提高。活动中需要向陌生人做问卷调查，这需要我们能更加勇敢的去与陌生人沟通，并让他们接受协助我们工作的邀请。这任务让我能敢于更加主动的去认识新朋友，扩大自己的交际圈。

我们\"一带一路\"对西安旅游业发展的影响调研小队一共9人，在西安进行了为时3天的社会实践活动。此次调研，重在调查国家\"一带一路\"政策的实施对西安旅游业发展的影响，分析探讨西安旅游业未来发展的方向，以此响应国家\"一带一路\"发展战略。

如今，西安作为西北五省的中心城市，是\"一带一路\"战略的\"中心线\"，必将在新丝路上发挥重要作用，而西安旅游业的发展必定也会有或多或少的影响。我们分为两组行动，我所在的小组共去了以下几个地点进行调查问卷的工作和随机采访。

古城墙是西安古城的一大特色旅游景点，我们将这作为调研的第一站。为了调查旅客对\"一带一路\"认识和看法，我们此行第一站便在城墙的旅客进行问卷调查和随机采访等调研活动。这些活动既是对\"一带一路\"对西安旅游业发展的调查，也是对我们队员的锻炼。大家从羞涩到应对自如，都觉得颇有成就感。而游客们对我们调研工作的配合与支持更让我们感动和意外。也让我们看到了他们对西安在未来旅游业发展的关注和期待。

接下来，我们来到了西安长安区区政府，对政府工作人员进行了采访调查，从中了解到了许多政府对如今西安旅游业发展的态度和政策。又去了户县旅游局，通过旅游局的资料和工作人员的口头介绍，了解了许多景点近年来的游客数量和一些数据统计。这些都为我们这次的调查活动提供了许多有利数据。

在户县农民画展览馆感受民间文化的同时，也对展览馆的做了一定的了解工作，从历史到文化，我们深深佩服农民画成功。最后我们来到了西安电视塔，进行了最后的问卷调查活动，并且上了塔对塔内的游客情况也有了一定的了解。

短短数日的调研很快结束，从这次社会实践活动，我们学到了许多，对西安的旅游业有了更多的了解，也让自己的某些能力得以提升。我们相信\"一带一路\"政策的实施一定会让西安这颗古代丝路明珠在这新的历史时期重放光芒，到西安旅游的人也会持续增加。

**社会实践个人总结大学生篇三**

很荣幸，这个暑假能参加学校组织的暑期社会实践活动，虽然这个烈日如情似火的照耀着我们，但是却阻挡不了我们参加社会实践活动的激情。我们参加社会实践可以了解社会，了解国情，增长我们的才能，奉献社会。通过社会实践的磨练，我们可以深深地认识到社会实践给我们带来的财富。

我们这次为期十四天的暑期社会实践给我们带来了深刻的记忆，想必这记忆也是永恒的！在这几天中我们有辛酸，也有快乐。话说在这几天中我们都成长了，我们大家都变的成熟了，大家都是第一次独自离开父母在外面自力更生，第一次去一个陌生的地方生活，第一次来体验乡村的生活。在这些第一次中我们也都遇到了困难，但是大家都坚强的去克服，我们在这次的实践中明白了怎样去面对这些困难，怎样去克服这些困难，怎样使自己变的更加的经得住风吹雨打！

八月一日我们从学校出发，去我们社会实践的地方诸暨紫阆，大家都大包小包的行李，因为我们要在那住十四天所以一些生活用品我们都必须带齐，到了我们住的地方发现那里的空气环境是相当的好。在那几天里大家都非常有序的开展这自己的工作，我是服务组的队长，所以在这几天中我主要是联系各家去为贫困户做一些贡献。深刻的体会到了在服务中我们需要注意的一些事项，我们在与人交谈时的礼貌，在与人交谈时的说话方式，在与人交谈时的态度等等这些都会成为我们联系的必然因素。在这些日子中我们服务队成员算是比较辛苦的，大家都鼎着大太阳的在那走访，在那打扫，在那为人民服务。

我们的后勤组成员也是非常的辛苦，在这当中他们每天都得起早摸黑的为我们烧饭，他们每天都得面对油烟，但他们却没有一丝的抱怨，总是再拿默默的为我们的一日三餐而准备着。而我们的支教组成员却也在那不辞辛苦的面对年龄大小都不一的小朋友们耐心的交他们知识。

这为期十四天地暑期社会实践说短也不短，说长也不长，就这样的结束了，虽然这次的暑期社会实践看似简单的社会实践，但对于我们大学生而言却是非比寻常的一次，在这其中我们面对现实生活上的一些问题我们懂得了该如何去解决，以前也许我们生活这并未关注那么多的问题，但现在我们自己经历过了，发现了生活上的一些问题，在这些问题中，我们明白了做这些事情不是能不能做的问题，而是我们有没有这份心去做的问题。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过这次丰富多彩的社会实践，使我逐步的了解社会，开阔了视野，增长了才干，无形的明白了即将踏上社会的我该如何去适应社会，在过一年我将在社会上生存。面对下学期的学生会工作我们更应该做好充分的准备，这样的社会实践我们都这么挺过来了，那么无论将来学生会的工作有多困难有多辛苦我们都会义无反顾的去面对它，去克服它。这次的暑期社会实践给了我最深刻的感触就是，只要我们有一份去努力的心，那么在这生活中就没有我们完成不了的事情，做任何事情都得认真地去做，而且要有自信的去做，最终你将会是一个成功者。

**社会实践个人总结大学生篇四**

20xx年6月25日，在火车奔腾了一天一夜之后，我们支队一行8人，终于到达了位于滔滔黄河之滨的一座美丽古城――xx市，负责接待我们的翟处长用一口地道的xx口音，关切我们一路的行程，让我们这一群北方人倍感亲切。在xx市检察院学习座谈完毕之后，支队分为四个小组奔赴了不同的区县，我和张燕静同学实践的基地是xx区检察院，在接下来的两个周的实践中我们收获了很多。

此次的实践的安排分为两个部分，第一个周在侦查监督科实习，第二周在公诉科实习，让我们近距离的感受到在刑事诉讼过程中最重要的两个环节，同时也让我对检察院工作的主要流程和内容有了感性的认识。侦查监督是检察院的一项重要的职能，主要负责对公安机关、国家安全机关和人民检察院侦查部门提请批准逮捕的案件审查决定是否逮捕，对公安机关、国家安全机关和人民检察院侦查部门提请延长侦查羁押期限的案件审查决定是否延长，对公安机关应当立案侦查而不立案的及侦查活动是否合法实行监督等工作。公诉是检察机关的核心职能之一，指控犯罪和诉讼监督的有机结合构成我国公诉完整的法律制度体系，公诉工作的效果追求政治效果、法律效果和社会效果的有机统一，刑事法律是刑事司法的根据，刑事政策是指导刑事司法的灵魂，公诉工作是刑事司法的重要组成部分，在履行公诉职责中，既要严格适用刑事法律，又要准确把握和认真执行刑事政策。

但在实践中往往有重指控犯罪轻诉讼监督的倾向，公诉工作以受理审查起诉为起点，其职责向前向后延伸拓展，贯穿于刑事诉讼的全过程，公诉工作的目的就是刑事诉讼的目的，即惩治犯罪与保障人权。一方面，犯罪是对法律秩序的破坏，对社会公共利益的侵犯，公诉通过履行指控犯罪职责，追诉、惩治犯罪，同时为每一个社会成员谋求生存和幸福提供安全保障；另一方面，通过非法证据排除、不起诉以及其他诉讼监督职能的行使，保证诉讼当事人特别是犯罪嫌疑人和被告人的合法权益，在实践中应当把握两者的关心，不能重惩罚犯罪轻人权保障。对应当追诉的犯罪不予追诉，社会公共利益得不到维护，社会成员也会失去安全感。犯罪嫌疑人、被告人乃至罪犯的合法权益得不到保护，也是对宪法关于国家尊重和保护人权规定的违反，在指控犯罪中坚持实体与程序并重，坚持严格的公诉证据标准，坚决排除非法证据，依法为辩护人行使诉讼权利提供保障。

在实践中，重法条忽视刑事政策或滥用刑事政策曲解法律规定都是很有害的，滥用刑事政策和曲解法律规定必然破坏刑事法治，不以刑事政策为指导，也将导致本本主义和教条主义，是机械的低层次，眼里只有卷宗、手中只有法条，可能会使公诉的法律效果偏离法律精神，社会效果也会大打折扣。公诉工作应当以严格遵守法律为前提，遵循罪刑法定、法律面前人人平等的基本原则，以刑事政策为指导的原则下，公诉环节法律规定可以自由裁量的，应当充分体现宽严相济的刑事政策，依法正确行使自由裁量权。现代犯罪学的研究表明，犯罪是一种复杂的社会现象，是社会诸种疾病和犯罪者个人因素综合作用的结果，不可能通过单一的重刑威慑来达到预防犯罪的目的。如果一个社会过渡依赖刑法和刑罚，即使社会的短期治理有效，但更多时候像是一种“饮鸩止渴”，它既可能导致社会放弃从根源上治理犯罪的努力，也有加强犯罪与社会对抗心理的危险，英国思想家边沁曾说过：残酷的法律通过恐惧、模仿或培养复仇精神使人变得残酷。在重刑化思想影响下，面对犯罪率上升、社会治安不佳的状况，人们会本能的归结为惩罚不够、打击不力，从而主张继续加重惩处，这对社会而言实际上是一种恶性循环。基于以上因素，轻刑化正成为世界潮流，越来越多的人们认为，轻刑化是人类进一步走向文明的标志，这也与我们一直倡导的和谐社会更契合，处理好执行法律与执行政策的关系。但是要严肃“轻刑化”背后的“内部掌握”，将“轻刑化”作为考核的指标，后面更严重的问题可能是“有罪不查”，小案不立。做好基层法律工作，要有一颗爱民之心，司法为民的人本理念在基层的意义或许更为明显，就要融入百姓之中，用真情办案，与此同时，对被害人的权益给予高度关切。

说到检察院的工作，就绕不开检察机关与公安机关和法院关系，公、检、法三机关分工负责、互相配合、互相制约和人民检察院依法对刑事诉讼实行监督即检察监督是我国刑事诉讼法规定的刑事诉讼基本原则，也是刑事诉讼原则理论体系中我国所特有的原则，分工负责是基础，目的在于防范司法权的过分集中，造成司法权的互相擅断，互相配合是为了保障三机关在完成惩治犯罪和保障人权的刑事诉讼目标任务上的互相协调；互相制约是分权制衡，以防止发生错误和有效纠正错误。在刑事诉讼中，这两项原则对维护刑事司法的公平正义都具有特别重要的意义。在实践中，由于对配合、制约、监督缺乏正确的认识和把握，导致出现偏差，或者重配合轻监督，或者护士公、法两机关对自身的制约。任何公权力都必须受到监督，不受监督的权力必然导致滥用和贪腐。

法庭庭审在很大程度上可以彰显正义，在实践过程中有机会“零距离”感受了法庭庭审，旁听的是一个故意伤害案件，基本案情是：被告人李涛，男，22岁，给一同乡打工，后因工作原因和老板闹翻，向老板讨要一年多的工资5000元，因索要未果，趁老板不在家时持刀将老板娘扎伤，看到老板娘血流如注，李涛逃跑后向公安局投案自首，老板娘被及时送往医院，后经鉴定老板娘伤情为轻伤。庭审中，李涛称其因为老板不顾情面辞退自己，并拖欠自己的工资5000多元，老板不义在先，自己一时气愤就想买刀对他们进行报复。在回答法官的询问时，李涛对自己罪行的并没有深刻的认识，还是以受害者的身份自居，振振有词。本案的争议焦点在于李某犯罪的定性问题，到底是故意伤害还是故意杀人。据承办的检查员介绍，李涛在刚投案的供述中承认了自己的杀人故意，但收押后再对其讯问时，李涛进行了翻供，只承认伤害的故意。我在开庭前通过案卷材料了解了基本案情，在庭审过程中，李涛讲述了作案过程，公诉人出示了作案工具，一把长约30厘米的短刀。根据李涛的描述，他用一只手按住被害人的胳膊，另一只手将这把刀插入被害人的脖子，形成了一个很长的伤口。老板娘能劫处逢生也算是福大命大，但这对李涛的量刑产生了很关键的影响。

法律是的真实含义是在社会生活中发现的，“主观故意”这个在刑法上司空见惯的词汇，在现实中确是如此的飘忽不定，现实让骨感的规定丰满起来。我的内心感受在庭审前后发生的很大的波动，只看案卷时的我对这个22岁的被告人同情大于指责，通过庭审，在证据和被告人的表现面前，我认识到或许惩罚比同情对某些犯罪人会更有效，在人性的悲哀上法律也是如此的无力。

基层检察院是法治的最前线，对疏导社会矛盾有着重要的作用，xx区检察院的一项工作是主动走访辖区内行政村，及时排查发现矛盾纠纷，主动化解，这是普法的一个很好的尝试，有利于提高群众的法律意识，当矛盾发生时，法律才是解决问题最好的工具。法律是处于文化氛围中的，文化是社会生活的凝集，法律文化是文化环境中的次级制度，它分为内核和外壳两部分，内核是支配法律实践活动的价值基础，外壳是该价值基础社会化的过程，包括立法、司法的基本方式，沟通两者的渠道，即法律思维活动。法律的真实含义是在社会生活中发现的，法治的独立不是一句口号，法治的背后不应当还是权力在作祟，司法，代表了社会的良心，张明楷老师的一句话对司法做了一个做好的诠释：“心中永远充满正义，目光不断流连于现实和规范之间。”

**社会实践个人总结大学生篇五**

社会在向前发展，时代也在不断进步，各行各业的人们都以新的形象展此刻新的时代。作为中学生的我们同样也要与时俱进，要以新的形象去应对新的时代，以新的特点去适应新的时代，这对每个中学生是十分重要的。我认为中学生应具备这样的新形象：敢于创新，重于实践，还要学会为人民服务。

创新对个国家来说显得极其重要。创新惯穿于人类发展的任何时期、任何角落，它是民族进步的灵魂、社会发展的枢纽、国家兴旺发达的不竭动力。创新加速了社会的进步，丰富了社会的财富。个国家只有不断提高创新潜力，才能立于不败之地。不创新就要被陶汰，就要被消灭。国家之间的竞争实际上是综合国力的竞争。而综合国力的竞争实质上是创新潜力的竞争。在新时代中，各行各业都在飞速发展，如果没有创新精神，是难以适映现代社会的。所以说，勇于创新是中学生应具备的新形象。

除了创新，实践也很重要。有了新方法，不去实践，也只是夸夸其谈，毫无实际好处。校园之所以重视我们中学生参加实践活动，就是想让我们在实践中得到锻炼，将新的创意运用到实践中去，这样有利于我们良好素质的培养，同时，我们创新潜力也得到更好的发挥。而且，我们能在实践中得到真正的知识，只有你亲自做了，体验了，才会有新的感受，“绝知此事要躬行”也就是这个道理。所以说，重于实践也是中学生应具备的新形象。

创新和实践，我认为它们最根本在于为人民服务。全心全意为人民服务是我们中学生务必做到的。个不热爱国家和人民的人，又怎能谈得上具备新时代的新形象呢如果不为人民服务，他心中只有自我，是难以有所作为的。有些中学生认为要为人民服务就得大有作为，其实不然，只要能补块砖，添片瓦，都是能够的。所以说，为人民服务是中学生应具备的新形象。

在新的时代里，我们中学生要具有新的形象。我坚信，只要我们具备敢于创新、重于实践、乐于为人民服务的新形象。我们中学生是能够与时俱进的！

**社会实践个人总结大学生篇六**

转眼之间，大一一学年又过去了，这是自己大学的二个暑假，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那份无奈。今年的暑期社会实践已经圆满结束了。回首这次实践活动的前前后后和整个过程，心中不免感慨万千。因为这期间不仅倾注了自己的泪水和汗水，也真切的体会到了成功的喜悦和满足，它将作为一次珍贵的经历铭刻在每个人的成长的过程中。

在过去的一学年中，我一直保持着较高的思想觉悟，严格要求自己，积极贯彻党的方针政策。在学生工作方面，我一直本着锻炼自我、服务大家的宗旨，参与各种形式的实践工作。在这段时间内，我一直以一名学生干部的身份严格要求自己，认真负责，圆满的完成了组织交给的各项任务。

我不仅在学校的工作中积极要求进步，同时更加注重在社会中锻炼自我，服务社会。因为我知道，要成为一名优秀的符合社会需要的大学生，不仅要有一定的科学文化技能，更重要的是有奉献社会的精神并且懂得如何把自己所学的东西运用到社会生活中去。

因为我现在的专业是英语师范类的，所以在大二的时候学校都会安排一次暑假见习活动，学院提出结合专业特点和紧密联系实际的原则，要求到相关学校、培训机构、外贸企业、政府机关或者事业单位等见习。并且要求所使用的技能和能力应与英语专业相关，不得到与英语专业完全无关的单位见习。

现如今随着社会的发展，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。于是当在学校看到每年都来学校招老师的“思源教育”机构再次来到学校，我也跟着班级同学一起去面试了，很幸运成功通过了两轮面试，正式成为一名“思源教育”的老师。

与这些孩子相处，一味的批评是没有用的，所以我课下的时候一边跟他们开玩笑一边提出哪个人存在哪些问题，主动关心她们，不仅是他们的老师，也是他们的好朋友，这样子学生也更容易接受自己的错误，也更喜欢我这位老师。现在想觉得我自己做的还觉得值得，孩子们虽然有些调皮，但是还是挺懂事的，学习态度也有了很大的改变，学习的热情也大大提升。

虽然每天工作量也挺大的，去掉休息时间一天工作九个小时，不过我都坚持下来了，从不抱怨，因为我知道在今后的工作中所有的任务必须自己完成，必须要有毅力。而且我从不太习惯与人交流，到后来能跟家长聊聊孩子的情况并给出一些建议，自信了很多也学到了很多。

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，在学校的时候我们是个学生，虽然说有时也会涉足社会，但毕竟我们还没有真正踏入社会对社会认识也不够，我们早晚要走出校门，面对负责的社会群体。也许这次见习就是自己新的开始，意味着自己的成熟。我会在以后的学习和工作中让自己多多参与实践，使得思想在实践中得到升华，更好的认识和适应社会生活，更好的领悟人生的真谛和做人的道理，为将来以后走出校门，走向社会打下牢固的基础。

**社会实践个人总结大学生篇七**

作为一名大学生，我已经有能力参加一些社会实践，这不仅仅能锻炼自己各方面能力，还能为父母减轻负担，何乐而不为呢？通过社会实践，使我不再是处于一种毫无目的的迷茫状态，对未来充满规划。

大学的第一个学期，因为是新生，一天到晚迷迷茫茫，不知道自己在做些什么，忙些什么。而第二个学期看到逐渐忙于自己事情的同学们，我意识到，自己不能在迷茫下去了。因此，在努力认真完成学业的同时，帮助同学老师做一些自己力所能及的事。还利用闲暇的周末和同学一起做做兼职，体验不一样的生活。

还记得第一次兼职是发传单，炎热的天气，让汗水不停地往下流，可是我不能放弃！望着那些蓦然走过毫不理睬的人们，我只能扬起嘴角那尴尬的微笑，继续努力着。而对于那些愿意接下传单的人，我只能报以更灿烂的笑容来回报他们。这次暑假，是我第一次真正意义上接触、融入这个社会中。以前的我，总是躲在父母为我建设的象牙塔中。但是人生需要不停努力、奋斗，不能总在别人的背后乘阴避雨。

或许都是着这样，第一天的工作我充满了斗志与活力，早上起了个一大早，梳洗干净，吃了早点，便急急往上班的地方去。早早到那之后，却只见到憨厚的门卫伯伯，一看手机，原来我早到了20分钟。当距离上班的时间还剩5分钟时，人才全部到齐。经过经理大叔近一个小时的教导后，终于开始工作了，坐在桌子前看着一堆堆的资料，随手拿起一份，开始看起来。

“请问・・・・・・”

“您好，有什么事可以帮助你的么？请这边坐，先喝水，好吗？”

・・・・・・

一天的工作就在来往的业主、饮水机与问答中过去了，捏了捏因为坐了一天，走了一天而酸痛的肩膀与小腿。不由觉得：社会不是那么好混的，钱也不是那么好赚的。使我更加珍惜手中的一分一毫。

在我眼中大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。而我在终于踏入社会时发现：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。

千里之行，始于足下短暂又充实的实习，我认为对我走向社会起到一个桥梁的作用，过渡作用，是人生的一段重要的经历，也是冲向梦想的起步！

对于这次实践中我发现的问题我会继续努力，克服自己心中的种种问题。我会在以后的日子里继续加油，我相信我可以！

**社会实践个人总结大学生篇八**

实践目的:主要是通过实来锻炼自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自己将来步入社会做好铺垫。同时也是为了减轻父母的经济负担，从而使自己的暑假生活过得更充实、更有意义、更丰富。

实践内容：神木县顺德煤化工有限公司位于柠条塔工业集中区，注册资金10400万元，总占地面积500亩，位置优越、交通便利、资源优势强。向西18公里与包茂高速交汇、距204省道5公里、距红柠铁路5公里，紧邻陕煤集团柠条塔大矿。公司引进高级技术人才和先进的管理模式，建立现代化企业管理化制度，努力实现科学化和标准化管理。公司规模为：年产60万吨兰炭，煤焦油6万吨及镁合金2万吨。是集兰炭、煤焦油、金属镁为一体的新型节能环保企业。

我于20xx年7月11日到本公司受公司安排作为一名开票员上岗于本公司原煤场地的磅房开始为期42天的实践工作。我的工作主要是配合磅房过磅员对收售煤、兰炭、煤焦油的过磅数据进行整理并作出票据证明，并配合磅房负责人整理全天票据，汇总数据经核实后递交于公司财务处，会计处。配合产业链公司核实磅房数据，接受产业链公司购销员的价格咨询等。工作之始我不断向同事学习工作流程，咨询有效地方法。当然其中我也有过不少失误。我的工作特别需要细心，认真的工作态度。否则数据有误则会给公司带来损失，为此我特别谨慎，不懂就问，在确保无误的情况下才做，更重要的是应时刻了解公司的销售信息才能更好的接受咨询。同时在工作之余了解公司的文化，管理模式。

实践结果：本次社会实践是我人生第一次踏向社会的真正工作，我明白了学生社会实践是引导我们走向社会的重要环节，它能是我们走出校门，走向社会，接触社会、了解社会、投身社会。它能培养我们的实际操作能力,本次社会实践让我懂得了许多，特别是工作之中的的重要事项。确实，无论啥工作只要我们能投身其中，必能在完成之时有所收获。简单地说，在本次社会实践最大收获就是遇事冷静，三思而行，否则会给自己带来麻烦。近40天的实践生活，一晃而过，却让我再简单的工作中领悟了许多，而这些东西必定将影响我今后的人生。殊不知，在这段时间内也让我产多诸多纠结，学校里会有人通知你今天给干啥，明天干啥，但在这里除了我是新手别人会告诉我一些原则性的东西，没有人会告诉我其他的。所以我必须自己学着去做，而且要尽自己的努力将其做好，虽然有时效率不高，但完成一件事后很有成就感，同时学到的东西也不少，更重要的是当我熟悉了所有的工作之后就是每天重复，此时就要用自己的毅力来克制，不断坚持，但同时也要考虑对工作的创新，让工作的效率有所提高，要有天天面对一样的工作有不同的想法，这样才能使实践更有意义。本次社会实践同时也让我了解了公司的经营模式，如何有效，合理地利用有限的资源在工作中不断彰显出其莫大作用，也让我开拓了视野，因为我接触的人群中有一大部分是河南、河北、山西、山东等地的人。他们为了生活远离家乡奔于运输中，看着他们一幅幅经历风吹雨打的脸我的心头时而酸酸的，此时我下定决心一定要好好磨练自己。争取在未来打出自己的一片天空。为此我工作更踏实，在工作之余时常不断的思考自身的问题，以便更好的锻炼自己。

实践总结及体会：会向本次社会实践活动，从我接触的每一个人身上学到了很多。自己的综合能力也有所提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上善于与人沟通交流是需在生活中不断积累的，以前没有在社会上工作过，使我在工作中与人交流时不知如何去应变，会使谈话冷场。在社会中要学会融入社会团体中，在工作中要学会合作，是工作更加完美。当别人给你意见时，你要耐心听取，虚心接受。在工作上更要自信，克服心理障碍。知识的积累也是非常重要的，知识犹如人的血液。

这次社会实践我以“善用知识，增加社会经验，提高综合能力，丰富暑期生活”为宗旨。利用暑期时间接触社会，了解社会。在实践中检验自我，提升自我。虽然在本次社会实践中么没有用到我的专业知识，但提升了我的办事能力，交往能力，让我懂得了钱之来之不易，让我意识到要打拼出自己的一片天空。本次社会实践让我深刻感触到这不仅是一次社会实践，还是一种人生阅历，是一生的宝贵财富。在今后我参加工作时有所用，更重要的是我学会了自信，懂得了团队合作的重要性，为以后的工作和学习积累了宝贵的经验和教训。我以此为契机努力学习，锻炼自己，提高自己的综合能力。

**社会实践个人总结大学生篇九**

在新中国成立60周年之际，我校秉承弘扬爱国主义精神的宗旨，在学工部领导大力支持下组织了一支暑期赴京实践团。该团队由杭州电子科技大学国旗护卫队仪仗部和后勤部的十一名队员组成，于20xx年7月2日晚十一时在杭州城站出发，在北京进行历时五天的社会实践。

本次实践的内容大致安排为：3号下午到达后赶往旅馆中安顿再前往天安门进行实地踩点，为明天的观看拍摄做准备。晚上细致地给每个队员分派任务。4号早晨观看升旗仪式，然后参观红色景点以缅怀革命先烈，培养爱国主义情怀。5号早晨参观天安门国旗护卫队驻地，进行前期交流。下午观看降旗。6号前往无数学子心目中的天堂——清华北大，与其校国旗护卫队员交流，互相学习，建立爱国护旗的同盟军。7号分两组，一组继续与天安门国旗班的交流，瞻仰他们的荣誉室，了解国旗护卫队的光辉历史，学习发扬他们的崇高爱国主义精神和吃苦耐劳的品质，并赠送锦旗留念；另一组拜访前任国旗护卫队队长赵新风，从他了解国旗护卫队的发展史，并接受他的现场动作指导。

几天的实践活动让我感触颇深，每个细节每个点滴都能让我学习到宝贵的经验与知识。其中有两件事最让我难忘。在回家的一段时间里，那一幕幕感人的场面记忆犹新。

时间回到7月5号下午的降旗仪式。天阴沉沉的，广场上人头攒动，空气异常沉闷，压得人喘不过气来。我们穿着单衣依旧让汗水湿透了，不停地擦拭着那即将流入眼中的汗滴。然而站在祖国第一哨上的国旗护卫队队员却身着长袖正装，脚套长筒皮靴如一尊雕塑般纹丝不动地坚守着自己的岗位。那份执着那份责任感深深感动了在场的每一个人，甚至于连老天爷也感动的哭了，顷刻之间下起了瓢泼大雨，而此时降旗仪式开始了。狂暴的风雨吹打着每一个人，此时我们不禁感叹人力的渺小，然而迈着铿锵有力的步伐，整齐划一走来的国旗护卫方阵无所畏惧，仿佛此时正是晴空万里，他们又一次完美地完成了任务。我想这雄伟壮丽的场面就是他们平时背十字，领扎针，顶烈日，扛风雪的魔鬼训练后的结果吧，正所谓一份耕耘一份收获，护卫队的队员们用他们的汗与血赢得了国人的尊敬世人的赞扬。有这样一则故事：曾经有一队外国的科学家代表参观天安门时看见了站哨的国旗班战士。当时正值盛夏，酷暑难当，国旗班战士依旧身着长袖。科学家们看着一动不动的战士，在中方代表多次解释后仍坚持说那是雕塑。最后中方代表只能无奈的表示，十分钟后换班时就能见分晓。于是大家等待了十分钟，在换班的那一刻，外国代表惊呆了，那是真人，活生生的战士在敬礼！他们感叹：中国军人真棒！是的，天安门国旗护卫队可以说代表了中国的名族形象，是中华民族的军魂！

另一件事是关于一个人，一个与鲜红的旗帜节下不解之缘，一个为国旗魂牵梦绕，一个见证了国旗班到国旗护卫队的发展，一个将自己的一生奉献给国旗事业，一个可亲可敬的老班长——赵新风老师。我们之所以称他为老师，是因为他在退伍之后毅然开办一家公司，而这家公司和国旗有关，他所服务的项目有“传播先进国旗文化、规范国旗升降仪式、推广标准国旗产品”等。更多的时候，他总是在免费为一些学校社会企事业单位去做国旗教育报告并辅导规范升国旗，进行爱国主义教育。我们大概是上午十点才开始与赵老师的交流。在大院中，赵老师和我们亲切的交谈，从他炯炯有神的双目中我们看到了坚定的信念，从他的有力的动作中我们领略了军人的刚毅。他更像一个和蔼的老师在烈日下指导我们队列动作，改正我们的缺点，然而他没发现汗水已经浸湿了自己洁白的衬衫……走进赵老师的“北京新风旗帜文化传播中心”办公室，在那间面积不大的办公室里，到处都是国旗，在那一片艳红之中，一张身穿军装英姿勃发的军人照片深深吸引了我们每一个人的眼球，很显然那是赵老师。烈日当空，汗水已经湿透了军装，然而更另人震撼的是衣领上竟然插着一根钢针，直接顶在了他的脖子上，在这一刻我才真正明白了什么叫做军魂。由于时间有限，与赵老师的交谈也只能匆匆结束了，然而赵老师对我们国旗护卫队给予了高度的评价并寄予了殷切的希望，希望我们杭电国旗护卫队成为浙江国旗护卫队的先锋，宣扬爱国主义精神，让我们继续他的国旗之梦。

这次社会实践活动虽然艰苦，每个队员平均每天只能睡4个小时而每天需步行十个小时以上，很多时候我们以精神饱满之势展现给他人，而一在地铁公交上就尽显疲态，几乎倒头便能大睡，有时候大伙更是互相搀扶着完成一天的行程，回去后的第一件事就是用水泡长满水泡的双脚，然后在9点多吃晚饭……但是没有人退出，没有人放弃，因为每一天我们都有所收获，都进行着爱国主义精神的洗礼。这些天的交流与学习给了我们太多的震撼，让我们认识到了自身的不足，比如单单一个靠脚动作，清华大学的队员们做的就比我们刚毅，靠脚声更响亮。在队员感情的`交流方面，面对北大的同学们，我们只能自愧不如，也许是部门分类的特殊性，很多时候我们会感觉到仪仗队与后勤组之间的隔阂，这些都是我们杭电国旗护卫队需要改进的地方。我们坚信，经过这次北京之行，我们的爱国主义精神会上升到一个更高尚的层次，我们的国旗护卫队将会发展的更加壮大，为争做浙江国旗护卫事业的先锋队做出杰出的贡献。

登上返回黔西的中巴车，我回头望了望一大早赶了几里山路来送行的学生，看着那些眼眶湿润的孩子们，谁也不说话，整齐地站成一排，投来一种不舍与难过的眼神目送我们驶出这条颠簸的山路。捧着学生离别前送我的鲜花，我微笑着向他们挥手作别，只想把微笑当作离别的祝福。但此时，我的内心又是何其的不舍，舍不得这群单纯可爱的山里孩子，只希望我的孩子们能好好成长，等过些年我一定要再回来看看他们。

携手共进，共同成长

回顾自己着在贵州实践的点点滴滴，这半个月的难忘经历不仅赐予我一辈子受用的收获，也给我的心灵带来触动。其实，我一开始就明白，我们这些大学生来支教，并不能给山里的孩子带来多大的改变。我们实践的时间只有短短的半个月，而所能传授给学生的知识也极为有限。但通过这十二天的教学和接触，学生在我们的不懈努力下取得的进步也是可见的。很多学生从内向孤僻变得活泼开朗，从上课不敢回答问题到积极踊跃地举手发言，从对外面的世界一无所知，到最后了解百科，还有的学生从没有自己的人生理想到立志成为对祖国做贡献的人，更有的学生连唱国歌都不会，到后来却变成小小的爱国主义少年，正是孩子们这种渴望走出大山的欲望在不断地激励他们努力学习。

而我们这群在大学里接受理论学习的青年，来到边远地区吃苦实践并不断在实践中锻炼自己，使自己受益匪浅。从刚开始来到这里的不习惯，到最后的的舍不得离开；从第一次讲课略有些紧张，到后来嫌一节课的时间太短而不够讲；从一开始去家访时走不惯山路，到后来的轻松自如，我的每一天都在不断地适应，每一天都在进步。除此之外，我不仅收获了与队友之间同甘共苦的兄弟姐妹情，收获了一份纯洁的师生情，更收获了一种不畏艰苦、吃苦耐劳的精神。我第一次如此深刻地体会到，作为大学生应该承担的一份社会责任，为祖国贡献一份力量。

全力以赴做准备

通过紧张的招募面试，我幸运地成为去贵州支教的一员。为了此次暑期实践的开展顺利，爱心社队友相互协作分工、互帮互助，在前期就建立了深厚的感情。不仅如此，暑期实践的准备工作也做得很充足，有条不紊地完成了前期任务。

六月份的毕业跳蚤市场上多了我们忙碌的身影，大家挤出考试复习的时间，穿梭在梧桐路和爱心社仓库之间搬运捐赠物资，顶着炎炎烈日进行义捐义卖。通过三天的努力，我们筹集了六百多元的爱心义款，并将它全部用来买带去给孩子们的文体用品。然而，课程准备也是我们的最重要的前期工作之一。要在六月份紧张的考试复习之余准备半个月的教学课程，我每天自习后就去图书馆搜集适合带去给那里孩子的百科知识，世界地理知识等，精心的准备只想给孩子们带去更多的知识和乐趣。六月初，我们就开始了每晚3000米的体能训练，目的在于增强队员的身体素质，磨练队员坚韧的毅力。起初3000米的跑程对平时不锻炼的队员来说并非容易，但是从来没有人偷懒、没有人叫苦。在坚持了一段时间之后，大家都能轻松地跑下全程，这对我们支教期间每天走几里山路去家访有了很大的体能帮助。在队员的相互鼓励和相互督促下，体能训练一直坚持到去贵州的前一天晚上。

调整适应，潜心教学

7月6日抵达大水乡，我们开始了为期半个月暑期实践。然而，在大水乡实践的居住环境、教学条件比我想象中的艰苦。居住条件极为简陋，我们在校长家堆放饲料的杂屋里自己动手搭上不足四米的木板，八个人就挤在这张通铺上。然而，潮湿的环境和肆虐的蚊虫让不少队友的皮肤布满了红色的疙瘩。后面一段时间，不少队友生病了，带来的药已全部吃完，我们也只能拖着等它自然好。当地用水困难，我们十人的到来更是加重了附近的用水负担，为了节约用水，一盆洗脸水我们十名队友就共着洗，而实践的半个月谁也不忍心用紧缺的水洗澡。每天上课回来，我们自己做饭，没有其他菜就只好到山上挖土豆吃，土豆不够吃就用白糖下饭。尽管条件很艰苦，但是我们从不抱怨，只把心思放到教学上，因为我们明白“吃些苦不算什么，把教学搞好，让学生有所收获，这才是最重要的。”

听说学校平时只给孩子们开设语文、数学两门课程，而美术、音乐、体育这些课程孩子们都没有接触过。为了让学生能在短时间里能掌握更多外界的知识，了解更广泛的知识面，获取更多的学习乐趣，我们准备了地理、历史、音乐、绘画、剪纸、诗歌、体育英语等多们课程。按照往年支教的时候是由两名队员配合教学，今年也是如此，这样相互配合的教学能使课堂更加活跃，也更便于交流教学中的不足之处并能及时改正。

我所教的是五六年级的世界地理、英语和各年级的音乐。在与申伶坤配合教五六年级世界地理的过程中，我注重调整难易程度，方便学生掌握世界地理最基础的知识，并展开各地地形、人口、经济状况进行讲解，让学生对世界各地的情况有简单的了解。课后有学生对世界军事很感兴趣，我很乐意与他们进行着方面的交流，将我了解的军事知识告诉他们。为了检测他们的掌握情况，我会在第二天的课堂上进行知识抢答，同时也能带他们回顾上节课讲的内容。此外，我还与张瑜彬配合教五六年级的英语。之前他们没有任何基础，我们便从简单的a、b、c教起，而这26个字母对他们来说却不是那么容易记住的。我们就教学生唱字母歌，利用字母歌来记忆就更加容易了。考虑到他们的接受程度，我们只教了一些简单的单词，比如各种小动物、蔬菜。口语发音却成为教学中一大难题，学生的发音夹着浓浓的贵州方言，还有些辅音根本发不正确，我和张只好对单词读音进行分解，一遍一遍带读，一个一个地纠正发音。在我们的努力下，学生终于知道自己的问题出在哪，并且逐渐改正过来。做老师的看着学生一点点的进步，我感到很是欣慰。

结合主题教育，改进教学不足

“我深爱着我的祖国”为纪念建国六十周年，培养学生爱国主义情怀，本次实践的教学主题是“支教助学，爱我祖国”。为此，我们准备了丰富多彩的课堂内容，如抗日历史、名族英雄、爱国歌曲、中国地理等，目的在于让孩子们了解在历史的大背景下我国的发展历程和现状，培养孩子们的爱国主义情怀。

在爱国教育的课堂上，队员们注意教学方式的创新，讲课堂办得生动、有趣。魏翠兰、高嵩涓在给一三级上剪纸课的时候，要求每一个孩子们剪图拼成一幅画以体现对祖国的爱。三年级的赵欢同学将花朵和贴在纸剪的国旗周围，他说“我们都是祖国的花朵，希望祖国越来越好。”这给我留下了特别深刻的印象。而我个人的爱国课堂，注重趣味、多样，把爱国精神融入到地理、音乐、百科的课堂之中。在和申伶坤配合将中国地理的时候，我们以从多个角度展开讲的方式向学生介绍中国历史名城、中国国际地位等知识，向他们展示了一个地大物博、综合实力雄厚的中国。然而让所有队员吃惊的是，这里的学生不会唱国歌，也不知道国歌是什么或是有什么意义，于是队员们一遍一遍教会各个年级的学生学会唱国歌。

在课余时间，我经常进行自我反省，在反省中发现教学中存在的不足之处，与其他队员讨论并及时改变教学方法。在给一三年级合班上百科的时候，我会发现内容适合三年级的，那么一年级的同学听不懂，而内容适合一年级同学，三年级的同学听起来又很乏味。琢磨之后，我把内容难易程度进行中和，并从百科知识中引出有趣的成语故事，这样课堂气氛就更加活跃了。

收获与体验并行

如果问我此行有何感触，我定会一个字也说不上来，那点滴的感动、对不幸学生的感叹、内心的震颤只能深深地埋藏在我的心底。每一次对贫困学生或是留守儿童进行家访，都会给我留下深深的触动。黑暗潮湿的屋子，杂乱的居住环境，还有那与孩子的年龄极为不符的粗活重活，让我不禁想为那些瘦弱的孩子做些什么。内向却懂事的留守儿童陈锦在父母打工的十年来只见过他们几面，他与年迈的奶奶相依为命。他只是千万留守儿童的缩影，他处在一个缺少爱也需要被社会关注的群体。通过这次实践，我第一次近距离地在艰苦的环境中接触贫困家庭、接触留守儿童，了解农村教育的现状。然而，我此行能做的只是给孩子们带来些快乐与新鲜，把外面的世界展示给他们看，并鼓励他们好好学习，将来能走出贫瘠的大山。不得不说，支教实践也从许多方面改变了我的人生观、价值观，“生命的意义不在于享乐”我将从现在开始努力奋斗，将来能致力于爱心事业，尽我所能帮助更多的弱势群体，为和谐社会的发展诸如新的力量。

在这半个月支教实践的过程中，我们教会山区的孩子们用创新的思维方式去学习，给孩子们带来许多乐趣，让他们接触到很多外界的新鲜知识；另一方面，我们在艰苦环境下进行实践，磨砺了意志，养成了良好的学习生活习惯，回到学校也会将这种吃苦耐劳的精神发扬光大。我认为有些从小生活在城市的大学生，缺失的就是一种在逆境中拼搏的精神，而这种精神需要我们在实践中逐渐培养，敢于吃苦，乐于奉献。作为大学生将来要承担一份社会责任，我们在实践的过程中，把爱心奉献给需要帮助的群体，同时也收获了宝贵的经验。

20xx年夏天，我的大二暑假，我如愿的参加了学校的暑期社会实践活动。社会实践是大学生思想政治教育的一个重要环节，对于促进大学生了解社会、了解国情、增长才干、奉献社会、培养品格、增强社会责任感具有重要作用。而学校对每年的假期实践都相当的重视，为学生提供了一个良好的平台与机会，并为我们保驾护航，期待着我们能从中得到锻炼，学到在学校里学不到的知识与能力。而我们也正是本着对自己负责对社会热心的态度，积极响应学校的号召参加了这次实践。

我们队的实践课题为永远跟党走。从城市到农村，吃了很多苦，但更多的是收获。

我们此行，既进入政府机关与相关领导交谈，又深入农村与平常百姓畅谈，不同的地点不同的人我们掌握了与他人沟通的技巧。但无论与谁，最重要的都是礼貌，以我们的真诚与笑容去和他们交流。同时，我们明白了要想获得相关信息，自己要有清晰的目标与要求，别人方能理解你，帮助你，满足你。

在推进区内的农村走访时，我们更加深刻的感受到“民生”这一词在我们心中的分量，我们明白了国家要千方百计增加农民收入的必要性。我们也体会到了农民经营生计的困难，而我们也大都是从农村来的孩子，更是由此想到了父母的艰辛，有了更大的动力去奋斗，为父母分担家庭责任。

而我，作为这次实践队的队员，这项活动亦给了我更多的责任与挑战，同时，我也从中获得了更多的的能力与认识。从课题选定的一开始到组建好我们的团队再到队员一起为活动奔赴往返，到最终完成我们的成果，一步步一天天，我与它同在，牵挂着它，与它一起成长。沟通，这是一个不容忽视的问题，队员之间相互交流彼此的看法，我们要的是一个开放自由的合作氛围，大家各抒己见，不时的改善我们的活动，使我们的行动向着更有效的方向发展。

虽然在活动进行时，不可预见的辛劳与看不到的成果但他们依然能不惧艰辛，他们和我一样，不甘放弃，这已是责任，背在肩上，我们年轻，我们不怕输。我们倔强的相信我们能坚持到最后，我们能做出一份成果，这就是回报。

1.

关于社会实践的个人总结

2.

2024关于暑期社会实践个人总结

3.

社会实践个人总结

4.

社会实践表个人总结

5.

社会实践个人总结范本

6.

社会实践个人总结范文

7.

社会实践周个人总结

8.

学生社会实践个人总结

**社会实践个人总结大学生篇十**

今年暑假，我参加了暑期实践活动，虽然烈日炎炎，但是在酷暑下为期一周的暑期实践活动，让我从中锻炼了自己，我对水泵之乡温岭有了一定的了解。xx市大溪镇，在被中国泵业协会授予“中国水泵之乡”的美誉后，成为全国最大的水泵制造基地、销售基地和技术信息交流中心。温岭的水泵企业已形成了典型的区域经济聚集的特征。我们选择了位于xx市大溪镇台州大步泵业有限公司，对其进行重点调查。

在公司领导的带领下，我们来到了生产车间进行参观。我们对每个生产车间的主要安排都有了一定的了解。我们来到摆放产品的半成品间，产成品车间，看到了准备出口的水泵和半成品。

公司领导一路带我们参观一路给我们讲解。还特别给我们介绍了一些现代化的设备，还有从乌克兰请来的工程师。我们小队深入车间，了解水泵生产的具体流水线操作以及不同水泵在生产上的区别。车间工作人员对我们进行了详细的讲解与示范，小小的水泵经过一环接一环繁复的工序才最终成型。这次的暑期实践，让我知道了很多以前没有接触过的知识。像离心泵，它的基本构造是由六部分组成的，分别是：叶轮，泵体，泵轴，轴承，密封环，填料函。像螺杆泵，它是一种新型的输送液体的机械，具有结构简单、工作安全可靠、使用维修方便、出液连续均匀、压力稳定等优点。我们小队的同学亲身考察体验水泵生产工厂的运作。

从各个车间了解运作。对于水泵的发展，我们咨询了企业相关领导，也了解到干旱天气等都会对水泵生产造成影响。去年金融危机以及今年年初北方的干旱。都影响到了水泵的生产。

虽然我们小队的这次实践可能没有那些去农村支教的实践有意义，可能也没有其他小队的有新意。但是，这次实践我们是实实在在的深入到了平凡的水泵工作岗位，不仅了解了水泵的整个制作流程，还参与了一些简单的工作。

这次暑期实践让我了解到团队的重要性，我们小队为了共同的目标一起努力，一起去完成一项共同任务，大家不怕苦，不怕累，分工合作，有条不紊。从分配工作到完工，我们坚信只有大家都做好，才能收到预期的效果。这让我们都了解了团队的重要。让我觉得在团队合作中，不仅要相信自己，也要相信他人，大家一起努力，一起奋斗，才能把工作做好。团结是一个优秀团队的灵魂。

通过参加这次暑期社会实践活动，让自己加深了与朋友之间的交流合作，促进了朋友之间的友谊，也很大程度提升了自己办事能力；让自己进一步更好的了解社会的点点滴滴，走进社会。同时，让自己学到的理论联系实际，亲身实践，不断提升自我，让自己更好的成长。每一段经历都促使自己成长。这次实践让我觉得收获颇丰。

**社会实践个人总结大学生篇十一**

这几个星期，我和其他几位同学外出实践活动确实让我受益良多。能参加真正的社会调查活动是一个能让人大开眼界的机会，亲身经历，亲身访问比在课堂上学到的东西多好多。

在这次实践活动中我担任组长，组长的角色很重要，是主导整个实践活动的关键，当然这也对组长的要求高很多，任务也多一点。首先在外出实践之前，我就要很好的组织小组各成员开会讨论，确立主题和调研方向，然后由我写出策划书，具体安排工作和流程。这是对我的一种挑战，因为在此之前，我从来没写过策划书，当时非常担心写不好，会导致后来外出实践活动的进行。但因为不会何不想让个成员失望，我非常积极的上网找资料，学写策划书。这是在实践活动中的一大收获。从一开始我就意识到，这个实践活动互相合作，单靠一个人，即使个人的能力在强也是不能完成的。所以我比较注重各成员间的分工合作，找各种资料，借相机，媒体宣传等，我都要做一个具体的分工。

我们有个成员共同讨论确立地区垃圾分类情况调查作为我们的课题，应为我们都觉得在这方面，有很多人，很多地方还是做得不好的，大家都觉得通过这次调查或许能找到一些解决的方法，或找出一些阻碍垃圾分类进行的因素。大家有共同语言走在一起，这是一个好的开始，这预示着大家将会和谐，友好的完成这次实践活动。事实却是如此，在这次实践活动中，大家都能做到互相帮助，分配下去的工作很快就能完成，且毫无怨言，这是非常不错的，只有团结才会出色的完成任务。这次的活动给我们一个互相学习，互相认识的机会。

我们这次的课题是垃圾分类情况的调查，很多人听到我们课题名字时，都笑我，那么多课题不选，为什么选这样一个话题？感觉好就像一定要与垃圾打交道，很不好的感觉。我却不以为然。因为我觉得这是各组员共同商讨都得到的，不能为别人一句话而影响了进程。其次我觉得我们的课题很有意义。垃圾是放错位的资源，只要处理得好，就能循环利用，减少浪费，这是人类都要关注的话题！！不容忽视。事实上，我在调查中发现，即使是很平常的东西很多人都是不了解，不被注意到。例如一般有几种颜色的垃圾桶，答对率只有14%。还有具有重大意义却只是举手之劳的习惯，人们也不去做，在问到在家时否进行垃圾分类回收时，只有52.08%持肯定态度。同样的`情况还有很多，我发现垃圾分类得不到普及的原因是人们的观念还没转变过来，还没有这方面的意识，这是我在做调查过程中，觉得最不好的事情。当然也有访问者提到说现在这政府没有这方面的措施，一个人做也没用，试想想每个人都这样想就会错失很多机会，造成和大的浪费。在调查问卷中96.8%表示会支持垃圾分类却同时有不实行行动，我觉得很矛盾，难道一定要政府出政策才来真正支持？？这是我做调查问卷时最难理解的。这不仅仅是政府的事而是全人类共同要努力的事，每个人都要关注！！这其中很大程度上也放映了人们对环保对垃圾分类的意识有很大欠缺，对垃圾分类都是被动的进行，我觉得这是非常不利于可持续发展的。要改变人们的观念这是解决问题的关键。

中国代表性，另一方面增加我们交流的机会。面对不同的人群，我们该用怎样的话语才得体，不是大学生身份，而又能很好的达到我们想要的目的…这些都是要全面考虑的。总的来说，这次实践活动却是增加了我的一些见闻，带给我无穷乐趣，让我有脱离书本，真正融入社会的机会，这次实践活动增加拉我与组员之间的友谊，提高我独立思考的能力，组织能力，更重要的是，让我学会了团队合作的精神。

**社会实践个人总结大学生篇十二**

20\_\_年在我的成长历程中，我也赋予它有收获的一年。让我倍想过去一年点点滴滴的温存。不过值得庆幸，在这个短暂的暑假里，让我度过了一个难忘的自我成长的生活。此时的寒冷就不那么恐惧了。

这个春天有点残忍，冰冷雨水的天气持续了漫长的洗涤。就从那时起，我每天都要早早地起床做好出发的准备。若是下雨，我就乘坐公车来到学生的家里，原因是我不想迟到，这点我很重视，对自己要求严格一些，希望自己的坚持能给学生和家长带来好的印象。回来的时候都是走路回家的，即使是下雨我也选择走路。虽然回来的时候我的裤脚都湿透了。其实也没有觉得是件很大的事情，自然雨和自然的人都是那么的顺其自然啊！在每次回家的路上，我都会有不同的想法充斥着我的大脑，我要回想今天自己所做的事情，回想错误。新年来了，阴郁的天空下笼罩着车水马龙的城市，让我在工作繁忙之余能感受着另一种愉悦的心情。

开始帮她补课的时候，我就大概了解她的学习情况特别是上学期的期考成绩，抓住弱项逐一补上。但是这个计划我没有实现，因为学生的数学成绩没有我想象中的好，开始对我讲的东西有点不知所云，特别反映在做题目上，这让我感到失望难过，我开始怀疑我自己了。我的表达能力是不是有问题，还是我真的不适合做这份工作。开始的第 一天我就碰壁了，后来再试着讲解练习我就发现问题了：学生的基础知识很差，对于过去学习的知识没有深入，知识点很分散，不会灵活运用。为此，我重新改变原来的计划，叫她拿从前的数学课本重新学习，加强训练。后来又发现现在的数学课本内容不够详尽，虽然例题简单易懂，甚至是步骤简略不写，让我的学生疑惑多多，配套练习却是更复杂的题海。学生往往就这样的情况下被卡住了，如果没有详细的讲解，完全自学，对于这样基础差的学生来说确实是困难的。知道问题出在哪里就从哪里着手解决，后来我是自己出一些比较简单的习题让她强化做题，把学习的感觉找回来，又加深对这一类型题目的解决方法。从简单到复杂，总结归纳，慢慢地，知识点得到积累，通过一轮复习，往日的学习激情又重新点燃。只可惜这种激情没有持续多久，毕竟这是数学课，容易分心开小差。在闲于的时间里，我就跟她聊天，谈谈我们的大学生活，为她的人生规划新的目标，激励她为实现理想而不断努力！

通过一段短暂时间的实践活动，我深刻体会到当一位老师的是多么不易啊！我的目的不仅仅是提高她的学习成绩，而是改变她的学习习惯。在日新月异的时代里，具备的不仅是教书的能力，更多的是和学生之间沟通的心理战术。注重知识的积累，让学生成为一个有完全的人格魅力的人!我们无法按照自己的想法可以要求现实也跟我们一样,有时候这种现实状态是无法改变的,只有学着适应,学着改变自己,才能得到社会的认可,发展自我!

这次家教旅程就这样结束了,感觉有点失败,因为我没有完全帮助我的学生走上正路,在坎坷中学会自我成长。20\_\_年，是收获金子的一年。每一个努力都是一个金子的闪光点，在掏冶的过程中，虽然艰辛漫长，但是在积少成多之后，你会发现自己原来就是一颗灿烂金子！

**社会实践个人总结大学生篇十三**

义教活动，是我们小分队本次活动的`主要工作之一。由于大家都是第一次踏上讲台为小朋友们授课，经验不足让我们显得捉襟见肘。一是不知怎么办。于是我们只能通过花多一点时间在备课上来弥补我们经验的不足。但是时间也就只能在休息时间中争取了。于是这个星期里在深夜依然有同学在积极努力的备课。除了经验不足，另外一个难题是我们每次的授课对象都在变动，因为我们是上的补习班，班上的同学年龄大小不一，学的进度参差不齐，这更是给我们备课增加了不少难度。所以，平时的那种系统的教学形式已经不可能适用了。由此，我们只能确定每次上课的主题，然后围绕主题来进行备课。就这样，每次上课都让我们积累不同的经验。到了后面两天，经验积累多了，我们在备课上所消耗的精力和时间也就慢慢减少了。

这对我来说是一个挑战，但是，当我走进教室站在讲台上，台下的所有的渴望的眼睛都望着我，脸上流露出开心的笑容，注视着我的一举一动，我心里久久震撼不静，备课时所有的疲倦和抱怨也便烟消云散了。是孩子们的活泼可爱让我忘记了辛劳疲惫，是孩子们的天真好学让我克服重重障碍，也是孩子们对我的尊重让我意识到我的存在。

虽然，我们不能给孩子们在很短的时间内灌输许多的知识，不能真正的提高他们的知识水平，但是只要我们能引起他们学习的兴趣也便足够了。经过社会实践之后才知道，原来我们这样的付出也能给孩子们带去爱心和希望。爱，平凡而不平庸，有了爱就会有希望，我们的不经意的爱心就带给了小朋友对学习对大学的期望。

在整个社会实践活动中，除了义教活动，我们小分队开展的另外一个主要的活动是社会调研活动。为了考察当地的教育设施情况和当地居民们的卫生基本情况，将有用的信息总结出来，我们结合这些当今比较关注的话题，对当地的居民进行了社会调查。我们主要的调查方式是通过填写调查问卷和当面问询。说实话，在烈日和当地居民不解的眼光底下完成每份调查问卷那可不是容易的事，加上语言上十分的不通，有时候解释起来，真的是越说越乱，难上加难。苦苦在路边徘徊，有时足够的耐心和不断的讲解才能换来路人的配合调查。

也许，我们调查出来的结果不一定会全面或代表大众的意思，但我们多少能够将其中有用的信息归纳总结起来。希望这些信息能对目前的情况有所帮助，有所改善。这算是我们大学生能够为当地居民所带去的微薄力量。

仅有七天的社会实践活动转眼间就结束了，时间虽然很短，但我却从中学到了许多东西，而其中的许多知识是在书本上不能学习而得到的。另外最重要的收获，便是我在很短的时间内种下了这么多份长久的友谊，大家在这段时间里互相帮助互相照顾，那种温馨的场面让我久久不能忘怀。大家一起吃苦，一起享受快乐，一起笑，一起挨批，可以这么说，整个实践活动让我满载而归。

暑期社会实践活动真的让我们学到很多很多，在这里我们学到了一些平时学不到的东西，虽然时间很短，实践也结束了，但这段日子是那样的快乐，相信我会一直想念这段时光到永远。

社会实践，让我们青春的梦想展翅飞翔。

**社会实践个人总结大学生篇十四**

说起来，这也是第二次参加社会实践了。今年重庆不像往年那样酷热难当，到有了一丝暖和的人情味。找工作的行程，就在一次雨后的清晨开始。

雨水洗过的街道，石砖青得发亮，道旁硬朗树枝散发辛辣香味。大多数店铺还没开门，只有一些早餐店，被揭开的蒸笼汽得烟雾缭绕。有了上次的经验，知道了积沙成塔的道理，凡事还是得从小事做起。来到一家干净的小店，老板热情地迎接。我道明来意，他倒是态度温和地道明原委，说是小店经营不缺人手。要成功就得先习惯失败，我也坦然地坐下，向老板要了一份早饭。

走着走着，其他的店铺也开始陆续开门营业。虽然还没有着落，但回想起去年顶着炎炎烈日在街上寻了三天，也觉得心安理得。差不多快到中午了，接到一个朋友的电话，说他爸打算关了以前的副食店，开一家小饭馆。我眼前一亮，问他还需要人手不，我正在找工作。他说正需要招个服务员呢，你要来的话给你算八百一个月。我一听，成，工资还不低，立即答应了下来。高兴之余，去饭馆小搓了一顿。当然不是单单去吃饭，暗中观察了一下那些服务员是怎么工作的，也好到时候有个模板。

隔天，朋友领我到他家饭馆。这是个不到三十平米的小店，主要经营凉菜和一些简单菜式，供夜间人们喝酒休闲。上班的时间也自然定在中午到凌晨\_点。进店左边是木制案板，带三层橱柜。案板上整齐摆放各种调料，橱柜里是各式卤菜。小店格调简单亮敞，给人感觉实惠干净。老板亲自主厨，加上一个帮厨，店里总共三人。

中午开始备菜。猪蹄、鸡爪、鸡翅等卤菜此时下锅，小火卤至下午晚餐时分，香气四溢，成了一道无形的招牌。各式素菜要仔细摘剔清洗，分盆装好。油辣子是每天新制的，其中加入老板秘制的香料。店里各个角落逐一清扫搽拾，碗筷煮沸消毒。这些看似简单的工作，却能忙上一个下午，容不得半点马虎。晚上\_点左右，客人们就陆陆续续前来光顾，也是一天中最忙的时段了。记录点菜，添加碗筷凳子，清点酒瓶结账，收拾桌子，迎接新来的客人…闲暇时来，看客人们脸红颈涨地行酒令，听忙碌了一天的司机讨论地区的时事，市井的热闹总会使人心中泛起暖意。这就是实实在在的生活，脚踏实地，不容置疑。

工作日复一日，虽然单调，但却踏实。不觉已是辞别的时刻。老板姓\_，说来也是“老家门”。笑咪咪地递来一张信封，嘱咐我清点一下，另还夹着一张一百的钞票，是对我工作努力的奖金。轻轻的一声谢谢，心中的欣喜都回报在一个浅浅的微笑里。有一天，当自己习惯性地在银行查看工资卡时，也许体会不到此刻微笑中的含义了吧。

领到工资，给母亲买了一盒眼贴膜，给自己添了点衣服，买下了心仪已久的吉他。很有成就感。钱虽不多，但知足常乐;事虽不大，可脚踏实地。凡事都洗去年轻人的轻浮，成熟总是厚重稳妥的。是从简到繁，相信现在耐心的积累，总有一天会成为不可替代的财富。

与其说是一次社会实践，其实更是一次生活的实践。忙碌了一天的人们，在夜间呼朋唤友，聚在一起。身体的疲累，在丰盛的酒菜中得以舒缓;遭遇不公的愤愤，在豪爽的酒令中得到发泄;生活赋予的辛酸，在朋友的慰藉中随风淡去。生活既是如此，即使是一杯苦酒，也要谈笑风生地品味。生命之坚韧，延续，即在这最平凡的每一个人中得以彰显。

**社会实践个人总结大学生篇十五**

在实训中正所谓\"百闻不如一见\"，经过这次自身的切身实践，我才深切地理会到了\"走出课堂，投身实践\"的必要性。平时，我们只能在课堂上与教师一起纸上谈兵，思维的认识基本上只是局限于课本的范围之内，这就导致我们对会计知识认识的片面性，使得我们只知所以然，而不知其之所以然!这些都是十分有害的，其极大地限制了我们会计知识水平的提高。于是这些天我们进行了会计模拟实验，使我们了解了业务处理程序与方法。除此之外，通过此次实习，也对职业道德和工作中就应具备的素质有了更深刻的了解。

第一，讲究条理。年轻人刚到工作单位时往往会表现急躁，这是正常的，但最好不要急功近利，急于表现自我可能会使自己处于不利地位。我们要抱着踏实的态度来做事，虚心点往往能得到别人的认同。其实我发觉前辈做事有一点很值得学习的，就是他们做事很讲究条理，他们遇到问题会一步步去解决，而不是惊慌失策。这次在中国移动有限公司的实习带给我不仅仅仅是一种社会经验，更是我人生的一笔财富。更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友，他们给予我不少的帮忙。俗话说：纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的。

第二，真诚待人。移动的销售代表的工作是与人打交道，每一天都要和各行各也的人打交道。我们越是了解顾客的想法、兴趣、观点，就越能够将工作做得更好，给顾客带给他们所期望的并且将购买的产品服务。我刚到公司时，遇到的全是新面孔，由于和他们不熟悉，所以不敢和他们说太多的话，并且对工作未曾了解，开始觉得不太适应。之后我慢慢发现，只要真诚待人，虚心请教同事，他们也很乐意和我交往，还教会我一些知识。由此我深感真诚的重要性，在公司里不但要学会如何做事，并且要学会如何做人。正确处理同事之间的关系是十分重要的，它会关系到你能否开展工作，孤芳自赏并不能说明你有个性，过于清高是很难融入大群众的。

第三，工作时必须要一丝不苟，认真仔细。一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内必须要留意谨慎，一丝不苟，不能老是出错。有时候一个失误不仅仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人，甚至受老板批评责备，所以认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。为了不使自己前功尽弃，我们在刚开始工作的时候必须要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，如果有必要必须要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。而此时你也许不需要总是重复检验工作结果，但还是要对自己的工作认真对待，以免失误。

实习是每一个学生务必拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。如果用班级作为会计财务室，那我们每个人就相当于一个财务科，包括有制单、出纳、记帐、成本核算、综合和主管等六个岗位，使我们实习时有一个模拟的操作环境，紧张得十天财务会计实训时间就这样在忙碌中匆匆过去了，留给我的都是丰富的经验和深深的体会。\"仅有经历过，才明白其中的滋味\"对于我而言，喜欢体验生活，能够说通过这次实训，真真切切的让我了解了什么是会计，让我对于会计最初的观点也有了本质性的改变!会计不仅仅仅是一份职业，更是一份职责。

此次实习，将学校所学的会计理论知识与实际相结合起来，不仅仅让我们对整个会计核算流程有了详细而具体的认识，熟悉了会计核算的具体工作对象，也缩短了抽象的课本知识与实际工作的距离。在实习期间，主要利用真实的会计凭证及财务账表对必须期间的经济业务进行会计核算，对于税务、银行与企业之间的重要关系有了进一步的认识。

实习是每个大学生的重要经历，通过实习，不仅仅培养了我的实际动手潜力也增加了我的实际操作经验，对实际的财务工作也有了新的认识。实习让我学到了很多在课堂上学不到的知识，也让我更加看清自己的不足之处。通过这次会计实习，我对今后的学习、发展方向有了更进一步的认识：学习不仅仅仅学的是理论知识，更重要的是学习如何将理论知识应用于实践，学习将工作做到尽善尽美。此次的实习为我们深入社会，体验生活带给了难得的机会，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所就应具备的各种潜力。利用此次难得的机会，我努力学习，严格要求自己，虚心向教师请教，认真学习理论知识，利用空余时间认真学习一些课本资料以外的相关知识，掌握了一些基本的会计技能，从而意识到我以后还就应多学些什么，加剧了紧迫感，为真正跨入社会施展我们的才华，走上工作岗位打下了基础!

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