# 最新大学生的活动总结(精选13篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-04-23

*总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，...*

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**大学生的活动总结篇一**

结束了紧张的初三生活，无忧无虑的过了将近两个月无学习压力无担忧的初三暑假生活，也便迎来了令人紧张而又期待的高中生活。

说期待是因为辛辛苦苦的考到了自我满意的高中学校，很想此刻就体验一把传说中的高中生活。觉得紧张是因为还要体验为期七天的辛苦军训生活。我听同学说军训过的可是非人般的生活。这句话深深地埋在了我的心里，在看见教官的那一瞬间，立马开始生根发芽。然而体验了才明白看似痛苦的七天军训其实也挺欢乐的。

七天里，我们学会了坚强，无论遇到再大的困难，都不会哭，因为困难对于我们已经不算什么，学会勇敢地去应对，那才是真正的强者。每一天练习队列，对于我们这些温室里不经风雨的幼苗来说，是很难忍受的，从脖子到脚，都没有不疼的地方，可是我们不说累，我们能挺住，这就是提高，一天天的提高，一天天的成长，一天天变得更加坚强，在磨练中变得强大，这就是我们年轻人，我们年轻，我们无极限。

七天里，我们在痛苦中寻求欢乐，每一天都要露出笑脸，因为我们要在欢乐的氛围中忘记身体的疼痛。这七天是欢乐的，完美的，每一天都有讲不完的乐事，不管是中午在寝室里休息还是课间在训练场休息，每时每刻寻找欢乐是我们最喜欢做的事。我们能够捉蚂蚱喂蜘蛛，我们能够摘草编小兔子，我们能够做的还有很多，总会有很多意想不到的事情引得大家欢笑阵阵，乐此不疲，这就是我们年轻人的童心。

七天里，我们互相认识，所有的人都已经从陌生人变成了好朋友。我们永远是欢乐的因为我们有数不尽的朋友，这样，心就不会孤独。在欢乐中成长，在成长中欢乐，因为，成长路上有朋友相伴。

七天的军训已经过去了，但它会永远深藏在我们的记忆里，装在美丽的水晶瓶中，珍藏到永远，做为自我高中生活的第一页。

又到了军训的季节，我想起了一年前的自我，把那时所写的东西翻了出来，发表上来给今年参加军训的朋友们做为借鉴。突然发现一年前的自我很傻，写的东西也很烂，可是，无论怎样，它都是我成长路上的一个印记。

**大学生的活动总结篇二**

7月15号中午，匆匆忙忙开完下乡前的动员大会，回到宿舍收拾好必备的日常用品，拉着沉重的行李，坐上包车，开始了我们中国语言文学系小伙伴队xx镇前一小学三下乡的征程。

上课篇：我教了五年级1班，五年级2班总共四节体育课。课前花了很多时间去备课，打算带给学生们带来新颖的体育课程。课程包括准备活动环节、正式课程环节、游戏环节。将跳远与跳远接力联系在一起，既锻炼学生们的弹跳能力，又锻炼了学生们的团队协作能力。将篮球教学与“抓球鬼”的游戏结合在一起，既锻炼学生们的篮球基础知识，又考验着学生们的反应能力。教学与游戏并重，锻炼身体的同时，让学生体验到体育课的乐趣，一举两得。

家访篇：本地特产的我，在家访的时候身价高涨，成了班主任家访必带的主要人选之一。家访时总会习惯性的与长辈们交谈，也自然的反映了其小孩在学校的各种表现。热情、重教育的家长们让我们看到了学生的未来，而我们的叮嘱相信孩子们都不会轻易辜负。

调研篇：调研的题目定为潮汕高铁站对周边的影响，所以调查的对象与任务执行也就清晰明了。十分感谢候车的旅客陈女士，热情的高铁专线司机王大哥，在田地了辛勤劳作的阿伯，善谈的当地村民铭伟的爸爸，还有学识渊博的老人公会郑会长为我们的调研报告所做的帮助。

厨房趣事篇：每两天一次的早上五点半起床到隔壁镇市场买菜的特殊经历，眼花缭乱的大市场，让我感觉到做主厨的辛苦。争先恐后抢着切菜的情景记忆犹新。当然最欣慰的是花了很长时间准备的饭菜得到了小伙伴们的肯定。

广财友谊篇：很开心认识了财经大学支教团队的伙伴们。记得第一天到达前一小学的时候天气特别热，你们很体贴的特意煮了绿豆汤给我们喝。各种互帮互助，齐心协力，合作才变得十分愉快。到最后离别时的不舍，留下了彼此的微信，我们说好以后还要经常联系。

队友小伙伴篇：一起熬夜备课，一起熬夜写新闻稿，一起谈心分享各种心得，一起玩各种休闲游戏。吃饭前会唱我们的歌，成群结队的逛超市，踊跃积极的去家访，热心的去做义务劳动，手牵着手围着转圈跳舞。记忆中留下了你们的身影，很甜蜜。

学生篇：小学生身上所散发出来的好动与积极让人难以hold住，但这正是这个年纪所该具有的活力。“好不容易熟悉起来了，我们却要走了”。最舍不得的是你们，那一个个灿烂的笑脸。

文艺汇演篇：全体出动搬桌子、铺地毯、搭舞台、吹气球、挂横幅、排节目、拉背景。流下的汗水见证了我们的付出。辛苦，却在看到汇演结束的那一刻真心的感到值得。

以前总觉会得三下乡就是我们大学生占用小学生的假期时间开展一系列活动来锻炼自己的实践能力，能够带给学生的影响并不大，所以以前一直有点排斥下乡活动。而这个暑假，因为某些原因，第一次踏上了下乡的征程。也因为这次下乡，让我彻底改变了对这种下乡活动的看法。

九天的下乡生活，有矛盾有冲突，但更多的是欢笑与洋溢的幸福。瞬间总是深刻也总会让人感动，下乡的回忆就像电影，时不时一幕又幕在脑海里倒放。最好的祝福，给孩子们。

**大学生的活动总结篇三**

在过去的一年中，我担任班级的心理保健员之职。在过去的一年，我做了一些工作，同时也学到了很多。每一种工作都有让人值得回味和向往的理想境界，在我从事工作的一年中，我尝到了工作的艰辛，与此同时，我也体会到了作为一名保健员工作中的快乐与平凡。

首先要明白自己的职责，才能不断提高工作能力，做一名合格的心理保健员心理保健员的职责是维护班级同学的心理健康，每个心理保健员都应有充分的紧迫感和责任感。工作努力的同时还要有敏锐的眼睛，以便能够及时发现身边同学存在的问题，及时想办法，及时解决。

心理保健员的工作职责主要有：

1、宣传普及中学生心理知识，传播心理健康理念，定期在班上开展一些有关心理健康的宣传活动，并作好相应的总结和记录，促进本班同学心理素质的提高。

2、宣传介绍我校心理健康教育工作的进展和心理咨询的相关建设。

3、负责收集本班同学的心理健康信息，每月向心理健康中心上交班级同学的心理状况汇报表。

4、努力学习相关的心理知识，提高对心理健康方面的认识，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、在培训期间要认真学上好心理保健员培训课，做好班级心理普查及相关测试。

7、配合心理咨询室开展的心理健康教育系列工作，积极参加心理保健员培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、按照要求每学期写好工作总结，并上交心理发展部。

在过去的一年中，我不断加强与同学的的交流，通过不同的方式方法与他们沟通，了解他们内心的想法。

1、温馨教室建设，通过心理角、心理小游戏、心理书籍推荐与各种宣传活动等形式，侧重和谐人际关系的建立，促进班级软硬环境建设，为建立温馨教室服务。

3、加强与其他班干部及宿舍长的联系，及时发现问题，善于帮助有心理困惑和烦恼的同学，当发现个别同学有严重心理问题时，要及时报告辅导员和心理健康中心老师，并劝说其到辅导员或校心理健康中心处咨询。

4、所谓“谈心”，顾名思义，即为面对面，心对心地交谈。此活动的目的在于为同学提供一个倾诉心里话平台以促进同学之间的交流沟通，增进同学之间友谊，同时还能够预防学生“心理危机”的发生，如自杀等。

**大学生的活动总结篇四**

7月16日至22日，怀着对家乡的热爱和对社会的感恩之心，我们一行18人在怀集县冷坑中心开展了暑期的三下乡活动，这次的社会实践活动在各方的共同努力之下取得了很大的成功，作为下乡队伍中的一员，我也获益匪浅。

下面我主要从三个方面来总结我对这次下乡活动的收获。

一、增强了回报社会的意识

这次活动是由从怀集走出去的大学生自发筹划、开展的，怀集这片土地孕育了我，作为当代大学生，对家乡的教育事业的发展有着不可推卸的责任，这次我是怀着回报家乡的初衷参加这个活动的，下乡结束以后，我更加体会到了这个责任的重大。

这次的下乡只有短短的一个星期，没办法教给学生们很多的知识，也不能直接帮助他们提高成绩，但是我们达到的效果是更加具有深远意义的。我们的到来，给他们提供了很好的接触外部世界的机会，让他们萌生对知识的更大的渴望，树立对未来的信心，坚定求学的信念，我认为，这是比教会他们几道数学题或者上几节语文课更加有用的。看着他们从第一天的羞涩，到最后的自信;从初次见面眼神的躲避，到后来灿烂的笑脸以及分别时不舍的泪水，他们一点一点的进步，令我觉得我们下乡的目的达到了，让他们产生对未来的向往是我们下乡的真正意义所在，让我更加觉得这次下乡的意义非凡。

这次下乡活动的成功，更加坚定了我通过各种形式的活动活动回报社会的决心，以后有机会我也会继续参加这样有意义的活动，用我学到的科学知识，运用到回报家乡，回报社会的实践当中。

二、锻炼了解决问题的能力

这次的下乡活动，从主题的确定、活动策划、方案的制作到具体的实施，基本都是由队员自行解决的，这个为我们提供了一个很好的锻炼机会。在准备阶段，我们需要周全地考虑问题，遇到困难需要自己寻找解决的方法，还要积极寻找社会的帮助，下乡期间，我们更要解决临时发现的实际问题，预防意外事件的发生。通过这次的活动，我们全体队员的实践能力有了很大的提高，对我们以后的学习工作有着非常积极的影响。

就我自己来说，作为后勤组成员，我帮助完成了后勤组的方案，在下乡的过程中也主要是负责后勤工作。这个工作关系到下乡队员的最基本问题，是下乡活动顺利开展的必要条件，后勤工作的重要性使我在工作的过程中力求做到认真细致，精打细算，对于一些实际操作中出现的问题，也积极地去寻求解决方法，令队伍无后顾之忧。在这“在背后默默勤劳”的七天里，我遇到了实际情况与方案有所出入的情况，也遇到了事前没有料想到的问题，我学会了灵活应对，从实际出发考虑问题，充分考虑各种意见，并在适当时候寻求帮助。

三、 赢得了友谊

下乡的队员虽然同是怀集人，但是因为分散在不同学校的原因，之前相互之间并不是很了解。这次的下乡为我们提供了一个相互认识并且相处的机会，让我认识到了很多热心家乡建设的优秀大学生，相互之间建立了友谊，并且在下乡以后还保持着联系，这是这次下乡的一大收获。在下乡期间，我们相处融洽，发挥了互助互爱的精神，虽然也有意见不一的时候，但是作为一个团队，我们还是很紧密地团结在一起的。在相互相处磨合的过程中，我们更加意识到了团队合作以及在发生分歧的时候寻找合适方式解决问题的重要性，也让我体会到了团队协作一致的重要性。

除了队员之间，我们和学生之间也建立起了深厚的感情，我至今还忘不了最后一天他们离开时的那种依依不舍的眼神。虽然我上的课不多，但是仍然有学生和我保持着联系，这是很难得的情谊。下乡的每一天，我都被他们的活力和纯真打动着，他们的笑容都会让我的心情变得愉悦，他们给了我很多的感动。希望以后也能和他们保持联系，成为他们实现理想的道理上的一位朋友。以上就是我在下乡过程中最大的三点收获，除此以外，我还认识到了自己不少的缺点和不足。例如，在处理一些事情的时候显得不够成熟，考虑问题有时欠缺周全。看着其他队员如此多才多艺，自己也有了学习更多东西的动力。

这次的下乡，我并没有觉得吃了什么苦，只觉得每一天都是过得充实而有意义的，现在想起在冷坑中学的情景，更多的是怀念以及对参加这种活动的渴望。如果有机会再次参加类似的下乡活动，我一定会积极参与，投入其中享受每一个瞬间。

**大学生的活动总结篇五**

1.抓宣传动员。社区采取上门走访、座谈交流、共建联席会等多种方式，加强与机关、非公企业、学校、个体工商户等社会各界的沟通联系，并通过社区宣传栏、广播、楼组长会、党员学习日、计生入户宣传、综治上门走访，以及社区举办的街头宣传演出、文体活动等各类活动，宣传志愿服务工作的精神和重要意义，提高机关干部、居民群众对于志愿服务工作的思想认识和重视程度，为社区深入开展志愿服务活动打下良好的基础。

2.抓队伍组建。社区结合本辖区内省直机关单位多、资源丰富的特点，加强与省直机关党工委以及老干部处的联系，积极调动老干部这一支队伍的特有资源。由社区党委牵头，屏山社区组建了10余支志愿者队伍：扶贫助困志愿者、家政服务志愿者、医疗保健志愿者、社区工作志愿者、法律援助志愿者、文体宣传志愿者、生育关怀志愿者、敬老服务志愿者、拥军优属志愿者、科普宣传志愿者等。这10支志愿者队伍，活跃在单位小区、街巷、新村楼院，特别是经常活跃在省直机关宿舍区开展国家政策和健康知识咨询、护绿种植、综治巡逻、卫生督导、文明劝导等志愿服务，形成了省直机关小区里的一道风景线。

3.抓网络建设。为了不断壮大志愿服务的工作队伍，社区专门成立了社区志愿服务工作领导小组，并把共建单位作为主体纳入到成员中，形成了由社区党委牵头、辖区单位主动参与、居民群众自愿加入的良好的志愿服务工作氛围。社区志愿服务工作领导小组定期研究部署社区志愿服务工作，使志愿服务的活动更有效。社区还制定并实施了开展社区党员、青年志愿活动的工作方案，使社区志愿服务工作落到实处。

二、注重机制建立，探索志愿者发展模式

1.做好志愿者注册登记工作。按照区委、区政府的部署安排，社区规范做好志愿者招募、登记、注册的工作，对内容填写及选择服务项目进行详细说明，为社区广大党员居民进行志愿者服务注册登记提供便利。目前，社区注册的志愿者达到xx人，使广大社区党员、居民志愿者从此有了志愿服务的“身份证”。

2.开展志愿者服务互评活动。根据区、街和社区的部署和安排，社区组织志愿者积极参加各种类型的志愿服务活动。同时，社区加强对志愿服务的安排和跟踪了解，及时掌握志愿者参加服务活动的情况，并做好记录。在此基础上，开展志愿者服务互评活动，对经常参加活动的在职党员干部、离退休干部、居民群众积极推荐到街道、区参加评先评优。社区也每半年召开一次评比会，对开展志愿活动的情况进行总结表彰，有力地推动了社区志愿服务活动的深入开展。

3.组建弱势群体“解忧解困小组”。社区党委为有效地解决空巢老人、特困家庭的帮扶问题，成立了“解忧解困小组”，该小组志愿者经常上门服务，成为社区居民诉说衷肠、解疑难的好帮手。如路号x座xx室的空巢老人，生活孤单，身体欠佳，社区青年志愿者得知情况后，经常前往老人家中，陪她聊天、看病，帮助解决老人实际生活困难，让老人真正感到“空巢不空，孤老不孤”。

三、注重突出重点，拓展社区志愿服务内涵

1.以“便民”为中心，拓展志愿者服务内涵。屏山社区坚持以“民思我想、民需我为、民困我帮、民求我应”为志愿服务的宗旨，组织开展了一系列便民服务活动。如以辖区资源为依托，成立卫生保健服务志愿者分队，定期为居民宣传卫生保健知识，经常为社区老人进行身体保健宣传检查，及时为困难群众送医送药上门，极大方便了年老、残疾及其他行动不便的群众。

2.以“安民”为保障，拓展志愿者服务内涵。为提高社区居民法律意识和法制观念，社区志愿者服务队以辖区单位为依托，组建青年干部治安巡逻志愿者服务队。这支志愿者服务队与民警保持紧密联系，通过定期、不定期发放治安宣传资料，到居民中讲授相关法律知识和安全防范措施等行动，积极配合社区民警巡防工作，健全群防群治网络，有效维护社区社会稳定。

3.以“助民”为动力，拓展志愿者服务内涵。社区居民志愿者服务队积极开展助学助困活动，并作为加强社区精神文明建设，促进社区良好风尚的举措来落实。根据毗邻就近原则，社区志愿者服务队成员以“一助一”、“多助一”形式，对各分属片区内的特困孤寡老人、病人及残疾人和特困学生进行结对帮扶，解决他们的日常生活需要。例如，在实行“一对一帮扶”制度之后，社区党委及时了解辖区内的孤寡老人、空巢老人的情况，组织志愿者定期到老人们家中，嘘寒问暖，解决他们生活实际困难；每逢节假日，给老人们送上慰问金、礼品、组织文艺活动，丰富老人们的节日生活，让社区的老人们感受到了大家庭的温暖，为构建平安和谐社区起到积极的促进作用。

4.以“乐民”为载体，拓展志愿者服务内涵。为了丰富辖区居民生活，活跃节日气氛，社区利用节假日或中国传统节日，邀请具有文娱特长的居民群众参加文化娱乐表演等活动，以居民群众喜闻乐见的形式，向他们宣传科学发展观、社会主义荣辱观等知识，弘扬爱国主义、集体主义、尊老爱幼的传统美德，培养团结互助、平等友爱的新型人际关系和崇尚科学、破除迷信、抵御邪教的良好氛围，倡导科学健康、文明的生活方式，受到广大社区居民的称赞和好评，同时也丰富了社区居民的精神文化生活。

**大学生的活动总结篇六**

本次活动由学生自由组建活动小组，选择时间、地点去参加劳动，志愿者们去了x居委，帮助打扫卫生。在居委会中，了解到社区中有许多需要帮助的居民，在居委会的带领下，与需要帮助的居民取得了联系。学生们帮助照顾孤寡老人，辅导家长工作繁忙的小学生功课，参加小区卫生清理活动，帮助同学家里做卫生等。

经过短暂的分工，志愿者们就奔向了“前线”，他们几个同学组成一组，拿起劳动工具，在小区的各个角落活跃起来。有的拔除花坛里的杂草;有的清理草坪里的纸屑，枯枝等杂物;还有的同学认真清除小区内墙壁或楼道门上的杂乱广告……。经过一个多小时的奋战，小区的面貌大有改观。同时这也赢得了小区群众的赞扬。

环境卫生工作也许太普通，太不起眼了。但我们认为我们的工作是有意义的，并希望此举能够唤起人们的环境保护意识。\"不乱扔东西\"。这是我们常常听到的一句话。听起来容易。也许由于自律的原因做起来却有些难.君不见在校大学生随手乱丢东西者有之。当一个个年轻的身影在阳光下匆匆忙碌时，人们看到这些情景一定会有所感触的吧。共同创造一个整洁，优美的生活环境是每个公民的责任，这不但是为了大家着想，也有助于自己生活质量的提高。

有人说“你心中有爱，要将这份爱亮成火把传递给他人”。在志愿服务的路上我们要继续努力的传递爱的火把，让更多的人把火把传递让世界更加地温暖。希望大家以后始终以饱满的热情投入到志愿者工作中去。

学雷锋活动已经成为加强思想政治建设的重要方面、教育培养青年的重要途径、传播精神礼貌的有效形式、弘扬先进文化的生动载体。我院团总支在学雷锋活动的热潮下，在学校团委的领导下，结合自身实际，于20xx年3月5日，我校团委副书记王x老师和我院团总支副书记吴xx老师，以及我院学生在我校实训基地开展了一次好处深刻的学雷锋活动——“践行雷锋精神，维护环境卫生”。现将本次学雷锋活动做如下总结：

一、用心宣传，认真落实。

在接到学校团委下达的有关文件精神之后，我院及时召开团总支全体会议，认真领会有关文件精神的资料，用心展开讨论，听取大家意见，最后确定

活动方案

。方案确定之后，在我校以海报、通知、网络媒体等多种渠道进行广泛宣传，会后用心从各班调查落实，确定参加学雷锋活动的人员。

二、认真组织，调动一切有利因素参加活动。

进行广泛宣传之后，认真落实活动要求。组织各班人员报名参加雷锋日活动。

三、全面清理、不留白色垃圾。

为调动现场活动氛围和大家的用心性，带队老师带领我们开展了一系列热身活动，如：小组面貌展示、节奏大家拍等。在展开活动阶段，我院团总支本着全面清理的原则，对我校实训基地进行了全面的清理。经过大家的一番努力，白色垃圾得到清理，我校实训基地环境得到了改善。

四、认真总结，改善组织形式。

在活动结束后，我院及时展开总结工作，把活动的经验和不足之处展开讨论，以便以后更好地开展工作。虽然活动的开展取得了一些成绩，但活动的组织开展也暴露出一些不足，如：安排工作时，个别同学用心性不高，以至于活动不能及时高质高量地完成;在活动结束时，个别同学不能在规定时间内集合，无视纪律，以至于浪费群众的时间。

发现这些不足为我院以后开展工作打下了良好的基础：今后我院将加强与学校团委的联系，变被动为主动，提前了解活动资料及要求，用心开展活动，并及时上报我院活动的开展状况，同时认真总结，用心进取，以提高团总支的凝聚力与向心力。

我是一名大学生志愿者,我时时刻刻为我是大学生志愿团中的一员而自豪。这次志愿者服务的经历也对我的人生产生了重大的影响。作为在学校里的学生、作为在社会里的个人,我们也应该学会服从、付出、充满热情。在接下来的日子里,我会继续努力,以党员的要求来要求自己,不断地完善自己,积极为人民服务。青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气,是当代社会注意一项十分高尚的事业。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德,是大有希望的事业。努力做好这项事业,有利于全社会树立奉献、友爱、互助、进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南,是当代青年志愿者的使命,也是我们学习“三个代表”的具体体现。

我一直想做一名志愿者,其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候,我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱,缺少了被关怀,尤其是随着人渐渐地长大,接触到更多的人与事的时候,我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满,觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱,是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子,从我做起,从我们年轻人做起,我们可以让自己,让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看,我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会,我希望得到的只是一份体验。作为一个志愿者,在助人的同时,也是自助。在使其他生命活出色彩的同时,志愿者也可以从中得到思想上的升华,学会与人沟通,学会关爱他人,也更深刻地领会到生命的意义。而且,支援者的活动,也为我提供了一个接触社会的机会,提供了一个锻炼自己的机会。

我要在我的志愿服务生涯中用充满激情的汗水写下最朴实而又充实的属于我自己的青春赞歌。对于年轻的我来说,志愿服务西部,我无悔,滚烫的热血燃烧着我年轻的心,执著的追求验证着我一步步走过的历程,选择西部,不会是光阴虚度,只有韶华芬菲。

青年志愿者活动是微小的,因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的,因为他在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时,它也提升了现代青年的精神道德,培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。让我们为这一事业来奋斗吧!让我们这些新时代青年来担负一些微弱的社会责任。奉献出一点微弱的力量!

**大学生的活动总结篇七**

我们要下乡的地方是江苏省赣州市寻乌县\_\_乡，而支教的学校就是\_\_乡的\_\_小学，对象是刚小学毕业而即将升入初中的学生。7月8号是我们正式出发的日子，在那天我们一行14个人拿着大大小小的行李便“雄赳赳，气昂昂”地向着我们的目的地出发。在火车上坐了大约六个小时，然后于半夜两点多在梅州火车站下车并在火车站里一直熬到第二天的早晨的五点多，接着继续上路，然后来到梅州汽车站乘坐最早的一班汽车继续向着我们的目的地出发。一路上颠簸了大约两个小时，历经千辛万苦终于到达了目的地。一路上虽辛苦劳累，疲惫不堪，但是当\_\_小学映入眼帘的时候，仿佛一束曙光射入黑夜一样，感觉眼前的一切都变得明亮起来，变得活泼起来，疲意倦意全无。我们下了车来到学校的宿舍把行李放好，然后把宿舍收拾干净，当把一切都归置好后，我们便开始商量应该如何实施接下来的计划。

问题总是会有的，我们面临的第一个问题便是用水问题。在校门外有一口井，但是由于那口井常年累月缺乏清洗，井水都非常肮脏，于是我们当机立断对那口井进行一次大清洗，说干就干，下午的时候，我们所有队员全体出动，协力来清洗那口井，女的用扫把把井里的浮藻物清理干净，而男的则用水桶把井水全都抽干，经过了一番战斗后，终于把井清理干净了，期间引来了很多村民和小孩子来围观，可以看得出他们都对我们的做法非常赞赏。这次的洁井活动不仅解决我们的用水问题，而且也解决了附近村民的用水问题，因为这口井也是附近村民的一个非常重要的水资源来源，同时使得我们给村民们留下了良好的印象，这将有利于我们日后开展其他各项的活动，这也启示我们，当我们初到一个陌生的地方举行活动的时候，首要做的一件大事情就是能够解决人们燃眉之急，对普遍的人的生活，工作等产生有利影响的事情，这将有利于给人们留下深刻的良好的印象，树立一个美好高大的形象，使人们对自己产生好感，这样将大大有利于活动的开展。

第二天是我们的劳动日。\_\_乡是一个盛产橘子的地方，这里的人大部分都是以种植橘子为生，因此大部分的人都是果农，而我们的劳动的内容便是去果园帮助果农劳动。这天一大早我们便整装出发。橘子树都种在山顶上，于是我们便顶着烈日爬上山顶，那山非常陡峭，我们爬的时候可谓是步步为艰，步步惊险，经过一番艰险的爬山后终于登上山顶了，此时我们要做的就是帮助果农摘掉橘子树上那些坏掉的橘子叶，此活虽简单，但是量多且太阳非常毒辣，因此此活便变得不再简单。虽然我也是出身农村，但是我并没有干过多少农活，没怎么吃过苦，但是这次的劳动让我深深体会到农民的辛苦。平时我们可能从电视上看到农民们辛苦劳作的画面，从报纸上，从书上读到描写农民们艰苦劳动的文字，虽然我们可能会由此产生同情之情，但是当我们真正亲身体验到那种辛苦的感觉，尝到那种辛苦的滋味的时候，我们的心中的那份同情感便会转为心酸感。

支教是我们这次“三下乡”活动的一项重要的内容。我们进行支教的时间总共是一个星期，而支教的对象是刚小学毕业而即将升入初中的学生。我们这次支教活动的原则是“寓教于乐”，因此我们开设的课程除了像中英数这三门课程之外，还开设了体育，艺术，趣味等一些有趣的课程。支教期间，我们发现那些学生都非常的聪明灵活，而且知识面也比较广，上课的时候他们都会非常积极地回答问题，但是如果让他们到讲台上回答问题时，大部分的学生都会变得羞羞怯怯，与坐在座位上积极回答问题的表现截然不同，这表明他们以前上课的时候缺乏上讲台面对全班同学回答问题的锻炼，而像这种到台上面对台下的人回答问题，演讲等等的能力对于一个人的成长成才方面来说是非常重要的，因此在上课的时候我们都会经常鼓励他们走上讲台去回答问题，做题目，表演等等，尽量地给他们提供更多的上讲台的机会，希望能够锻炼和提高他们上台表现自己的能力。其实我国的教育的确需要重视锻炼学生上台表现自己的能力，而不仅仅局限于教会学生读书写作业和考试等方面，而且应该从小就开始培养学生上台表现自己的能力，而不是要等到学生长大到了读高中或者读大学的时候后才开始重视培养。在支教活动结束的那一天的下午，我们举办了一个课室里举办了一个小小的告别会。那天一午，当我们刚踏进教室看到教室后面的黑板上写满了学生们对我们的感谢和祝福之言，这一刻我们全体老师都非常感动，同时也感到非常幸福，在告别会结束后孩子们都给我们送上他们精心准备的小礼物，在第二天我们准备要离开的时候，他们都回来学校探望我们，同时也给我们送上一些小礼物。虽然在上课的时候他们有时候很调皮，不听话，但是他们却心存感恩之情，重视师生，朋友之情，这样小小年纪就拥有这些品质，看得出其实他们真的非常懂事，有时候我们说一个小孩子很坏，不懂事，其实可能是因为我们不懂他。对待一个小孩子，有时候不应该就只是单纯看他表面上所做的事情就对其妄下评价，而更多的是应该走进小孩子的内心深处，了解他的所思所所想，同时还应该尽可能地发掘他的优秀品质，并且始终教育他要保持那些品质。

除了支教外，我们还要进行调研活动和普法活动。其中调研方面，我们只要是采取发放调查问卷方式来进行，调研的主题是关于幸福感的调查，我们总共准备了两百份调查问卷，一部分我们让学生带回家里让家长填写，一部分我们就拿到市里去随机发给一些市民填写，整个调研活动都进行得比较顺利。至于普法活动，这是我们学院“三下乡”活动的一个特色内容，我们把普法的地方选在市中心，[实用文档]以发放普法宣传单和当面向群众提供法律咨询的方式来进行，但是由于我们事先并没有和当地的司法部门以及相关政府部门取得联系，并没有得到相关的文件证明，于是当城管发现我们在马路边摆摊时就告诉我们不能在这里摆摊并叫我们马上收拾好摊位，最终这次的普法活动就这样草草结束了，并没有达到我们预期的效果。这一件事告诉我们像要开展普法这种公益性的活动时也要事先与当地的的相关政府部门取得联系并得到他们批准和相关的证明。

最后这次“三下乡”活动还是比较圆满地结束了，我们“东江寻源队”也完成了我们任务。在“三下乡”的这段日子里，辛苦与快乐总是夹杂在一起，但往往是快乐居多，我们一起工作，一起做饭，一起玩等等，像这种日子也随着“三下乡”活动的结束而结束了，但是在此期间我们却享受到了友谊和团队带给我们无尽的快乐;与孩子们一同学习，一同上课，一同去玩让我们真真切切地感受到了孩子们那天真的心灵和甜美的爱;教会孩子们知识，在孩子们的心里播下爱的种子让我们感到自豪和骄傲。参加这次“三下乡”活动让我们真正成为了一名当代大学生，因为它让我们学会了担当，懂得了责任，“三下乡”活动，下年还要继续参加，以后也还要继续参加。

**大学生的活动总结篇八**

心理健康是大学生需要注意的内容，那么很多的大学生都会举办心理健康活动。下面小编就和大家分享大学生心理健康

活动总结

，来欣赏一下吧。

xx年3月8日下午5时20分，南昌大学14栋朋辈心理辅导室的新学期第一次内部专业培训活动在14栋辅导室举行。这一次内部活动的主题是“微表情心理学”，由辅导室成员刘晓静与刘昆明共同主持。

次楼栋内部活动的主旨是增加楼栋辅导室成员的心理知识与技能,开拓成员们的思维与意识，丰富同学们的课余知识，与此同时也锻炼成员的能力，也增加了咨询室的凝聚力。

活动流程:刘与刘主持，介绍了读心术与微表情。微表情收入类作为一种生物的实现生存和繁衍的本能反应，是人类收到有效刺激后不受思维与意识控制的真实反应，最能体现人的真实想法。

接着主持人展示了一些面部情绪图，主要包括了微表请的六大种类：愉悦，愤怒，厌恶，轻蔑，恐惧和惊讶。然后又看了一段关于微表情实际运用的视频，让我们了解了微表情的作用与重要性。

最后本次内部活动由王子威学长做总结，具体的谈到了本次活动的优缺点，并给予两位主持中肯的建议。又谈到了开展楼栋内部活动的意义与必要性。一是锻炼新人，而是丰富楼栋成员的心理学知识，三是增强楼栋成员的凝聚力。

下午6时40分，十四栋朋辈心理辅导室内部活动结束。通过这次活动同学们不仅学到了许多心理知识，还锻炼了自己的能力，增强了楼栋的凝聚力。这也是我们进行活动所要达到的目的，很高兴通过我们的努力，可以让同学们学到更多的课本以外的知识。

活动主题：大学生心理健康教育活动班

活动时间：20xx年10月26日

活动地点：801教室

活动负责人：王

活动参与：公共事务管理09-1班全体同学

活动背景：据心理学家分析，大多数才踏入大学的新生，都会经过一过心理调适的过程。在不知不觉之间，我们会逐渐的融入到大学的生活当中，充分的享受快乐和充足的时光。

和中学时代相比，大学里的学习丛内容、目的、方法、坏境等各方面都有所不同。

最根本的不同在于，大学的学习在于培养学生的学习能力。

对大学学习的适应以及应对来自学习方面得压力，是保持心理健康的关键环节。

上大学前我们已经交了好多朋友，在一个未成年的世界里，一切都是那么的自然、单纯、随意。

进入大学一年多了，同学们对大学生活已经适应了，为了更好的增强班级的凝集力、巩固友谊，我们公共事务管理09-1班举行了心理活动，让同学们一起在活动中感受到自己的成长，感受到成长的快乐，增进彼此的感情。

活动目的：大学同窗好友的友谊，是每个人人生中最宝贵的财富，通过这次活动希望能将心理健康知识普及到每个同学身上，通过大家的参与以增进彼此的了解，认识彼此，认识到自己身上的一份责任，要善于发现别人的心理状况，有效地帮助别人走出心理问题的阴影，把笑脸带给每个人。

活动内容：活动在同学们热烈的掌声中开始，主持人用简单明了的语言向同学们介绍了本次心理活动的主题，活动背景以及活动流程。分别为：人际关系对心理的影响，彼此进行优点的点评，对大学生几个心理问题的讨论，针对问题进行角色扮演和活动感想进行总结环节。

1、人际关系对心理的影响

本坏节主要由主持人首先向参加活动的同学进行大学生人际交往能力培养的重要性分析，定势效应，晕轮效应，蝴蝶效应等人际交往中常见的心理现象，有趣的演示以及人际交往中解决人际冲突等策略的内容“人际交往时维护大学生身心健康的重要途径，之所以这么说，是因为人际关系影响大学生的生理和心理状况也影响大学生的情绪和情感变化，精神生活。另一方面，人际关系是大学生成长和成才的重要保证正常的人际交往才会有正常的心理坏境所以进行这场教育是必要的，进入高校后，学校也很少有系统的课程培训，所以导致很多学生智商很高情商却很低，往往处理不好与他人相处、沟通、交流。”

2、彼此进行优点点评坏节

本次活动主持人要求每一位同学坐在同学中间接受大家的点评，通过大家的点评，知道了原来自己子别人心中的位置。

3、对大学生心理问题的讨论

为了紧扣心理活动主题，主要由同学进行了分组讨论主要的心理问题。

4、游戏互动

本坏节由主持人向每一个小组的同学确定一个命题，让每个同学进行复分析后进行角色扮演。

5、活动感想环节

主持人谈了对此次活动的看法和对大学生心理问题的一些认识，至此活动给了大家一个很深的启迪，我个人认为在生活中使人感到轻松、自在、激发乐趣，具备开朗、活泼的个性，让对方觉得和你在一起时愉快的。培养幽默风趣的言行，幽默而不失分寸，风趣而不显轻浮，给人与美的享受，与人交往要谦虚，待人要和气，尊重他人。

对于生活中遇到的问题与挫折要积极正确的对待，要憎爱生命，提高面对危机的应对能力，增强勇气和信心，学会与积极乐观的态度面对困境。

活动意义：通过本次心理活动进班级，同学们增进了彼此间的交流和利用心理学知识解决实际问题的能力，整个活动中同学们都积极参与并积极踊跃的发表了自己对这次活动的感言，感触都较为深刻，让大家都从活动中受益。相信在这次活动后的大家不此拉近了同学们的距离，而更准确的说是拉近了一颗心、两颗心……..乃至更多心的距离，心灵的距离进了，自然就感受到了成长中的快乐，在愉悦快乐胡气氛中拉近同学间的距离，建立更坚固的友谊，与积极的态度看待人生。

一学期就要结束了，本班很多学生在学习方面都有了巨大的进步，心理也朝着健康向上的方向发展。这既有学生本身的努力，也有家长的协助，更有教师耐心的指导，下面我就本班的心理健康教育做小结：

一、走进学生帮助学生。

由于小学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上独立意识较差，所以小学生很容易发生心理行为偏差。

近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

因此，通过讲故事、学生表演小品、小组讨论、学生点评的方式，让学生在寓教于乐中接受相关的知识。

在家长开放日，结合学生的平时表现和家长及时交流。给家长相应的指导，让他们多关心孩子的成长，多注意孩子的心理变化。

二、通过课堂教学渗透心理健康知识。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程，从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用，这就构成了心理健康教育的一个重要内容。

三、联系家庭，引导学生家长关心子女的心理健康。

由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。

有些父母认为孩子才得壮、不生病就是健康，这是不全面的认识，事实上，在一些孩子的身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹等行为。

然而，由于认识的片面性，不少家长对于孩子的心理健康不够重视，甚至采取违背心理保健的教育方法，这是不利于他们的心理健康发展的。在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系做到及时矫正，引导他们热爱生活、关心他人，培养他们的责任感、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

在心理健康教育实践中，我们深深感到在小学进行心理辅导的重要性和迫切性。担负着培养下一代重任的小学教育，在当今科学技术飞速发展、竞争日益加剧的今天，我们更应当注重学生潜能的开发，培养学生良好的社会适应性，保持健康的心理。

实践证明，教师只有融入学生，才能够倾听学生的声音，为他们烦恼而烦恼，为他们快乐而快乐。要使学生的心理得以健康发展，教师必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

**大学生的活动总结篇九**

大学生社团是很常见的，那大学生社团怎么做

活动总结

呢?下面小编就和大家分享大学生社团活动总结，来欣赏一下吧。

本学年以来，在校团委社团部，以及各指导老师的殷切关怀和精心指导 下，我社团各项工作进展顺利。多年来墨苑人一直秉承“弘扬文化传统，提高学生艺术修养，服务广大师生”的根本宗旨，积极学习，努力进取。

一、迎新篇

在本学期开学之初， 我社团部配合外国语学院学生会负责了09级新生的迎新工作，为大批外国语学院09级新生提供了周到的服务，多名新生顺利报到入学。维持了09届招新工作井然有序地进行，使招新工作取得了圆满成功。

二、招新篇

从开学起，我社团部就开始进入部门的招新筹划工作，前期紧锣密鼓地配合学生会进行了招新的海报宣传、报名表发放的工作，吸引了一批有能力有志向的09级新生参与我社团部的部委竞选活动。从9月中下旬起，我社团部开始进入正式招新的面试工作，经过面试后，从竞选者中确定了5名新部委的人选，从而为部门注入了新鲜的血液，壮大了部门的力量。为接下来我社团部开展的一系列活动打下了根基。

三、活动篇

(一)法语协会成立大会

在11月的伊始，我社团部在蓝老师的指导下制定了《南昌大学外国语学院社团管理条例》，用以规范我院社团的正常活动。11月28日晚7时，我院法语协会的成立大会暨第一次会员大会在外经楼505室召开。在会上，法语外教pierre和大家进行交流。他询问了大家法语学习的近况，提出了一些学习意见并介绍了法语专业学生的就业情况。根据活动后的咨询，许多同学对法语协会的期望相当之高，并希望法语协会可以继续开展各种不同类型的活动。

(二)法语讲堂

法语讲堂每隔一个星期会在外经楼的教室里面举行。法语讲堂的宗旨是让每个来法语讲堂的会员能够在讲堂上听到自己能够听懂，对自己有用的知识。讲堂上会涉及到法语四级考试的内容，能对我院法语系的同学在考四级的时候有所帮助，寓教于乐。

(三)社刊

法语协会第一期的社刊得到很大的成功。社刊有电子档和纸质版，纸质版的社刊在做好后会让部委发到每个社员手中。社刊上介绍了法国的电影、名人、歌曲和法语的语法知识，既有放松身心的内容，同时也不忘学习，一举两得。社刊的反响也很不错。

四、经验

本学期，社团部较好的做到了社团与学院的交流沟通工作。使得社团工作与学生会工作相互协调配合，达到了预期的目的。

但是，本部工作还存在一定不足之处，上传下达信息不够及时，与学生会其他部门联系沟通不是很紧密，以后还需在这些方面予以加强。相信在外国语学院学生会的正确领导下，我社团部的明天会更加美好!

我是xx科技学院的一名大一新生，总觉得时间过得太快，眨眼间一学期结束了。现在还能清楚的记得当初xx科技学院的我，懵懵懂懂，但追求进步，渴望锻炼。最终选择了信工团委宣传部，开始了我的新的大学生活。

团委是一个本着“来自学生，服务学生”的组织。在一学期的工作过程中，我逐渐发现，团委更是一个群众性的组织，它主要依靠学生独立开展工作，尤其对于我们信工系这个最具新思维的院系更应该如此。

记得唐朝魏征曾经说过：“水亦能载舟，亦能覆舟”，所以对于我们团委的人来说，只有全心全意为所有信工系的学生服务，代表广大信工学生的最更本利益利益，如实地反映广大学生的意愿，真诚地与系领导、老师沟通和加强与学生的的密切联系，充分发挥桥梁和纽带作用，并参与信工系学生的管理，才能够更好地促进我们信工系同学在德、智、体、美、劳等方面得以全面发展，我个人认为这是我们团委所有成员的圣神的使命和义不容辞的义务。还有，团委要想更好的发挥自己的作用就需要明确自身职责，在加强自身建设的同时，要坚持工作务实与创新并举，要坚持自身建制的完善。 从刚开始进入团委到现在，一路走来我并不是一路顺风的，遇到了很多难以想象的困难和险阻，但是现在想来，正是那些挫折磨练了我的意志，锻炼了我的品格。最终，充满斗志的我，克服了困难，也让我积累了不少宝贵的经验!

从进团委宣传部到现在已经有一年的时间了。我觉得这一年的时间并没有虚度，相反我觉得过得很充实。

总结这半年来的工作，宣传部能够主动自主完成组织领导下发的工作任务，积极配合其他部门开展活动，部内部长干事相处融洽，工作积极认真，充分利用人才资源，发掘干事的潜力，认真培养，目前本部干事可自主完成上级下发任务和活动展板、院报质量都有所提高，尤其是该部各成员之间的合作意识，及组织凝聚力都有了进一步的规范。可以说过去的这一学期，是该部改革创新的一个转折时期。。可以说经过这一年的锻炼和学习，宣传部全体成员成长进步很多，希望在今后的工作中吸取经验教训，经过全体成员的共同奋斗拼搏，将工作做的更好，将团委工作做的更好，将学院工作做的更好。

总之，我们相信，今后宣传部一定会发扬优点，吸取经验，克服不足，取得长足的进步。宣传部同仁会用辛勤的汗水创造出美好的文体、文娱环境，会本着热心为同学服务的工作态度，真诚负责地工作。

在信息工程系团总支团委这块锻炼我，磨练我，激励我，成长我，成熟我的沃土上，我留下了太多的回忆，这其中有苦，也有甜，但更多的还是充实!非常

感谢信

工系团委给了我这个可以展示自己，锻炼自己的平台!当然，我前进的步伐不会因在团委遇到一些挫折、打击而停止;相反，我会迎着风浪，在波涛汹涌的“大海”里继续扬帆前行。

一个学期的排球社团工作已经结束，在学校领导正确指引和全社团成员的共同努力下下，现对一学期的

工作总结

如下：

1、充分发挥排球发展学生身体各项素质的特点，培养学生的协调能力及灵活性手指手腕控球能力。

排球对学生的学习主要以基本功训练为主的，各种形式的练习都是为学生在教学比赛合理应用为目的。在训练中我们按学生的特点和技术掌握能力分为两个不同层次的小组：已经有较好基础的学生为一组、其他的学生为二组。这样更易于学生掌握不同层次的技术，进行不同层次的教学。一组同学的主要教学内容的是排球垫传、接发球、三人组合练习等;二组同学主要学习单项技术，垫球、传球、下手发球。在练习的过程中充分调动了学生的主动性，同时也锻炼了学生“运动型”思维。

2、开展竞赛活动。

为了检验学生在排球小组的学习情况，在练习中不断举行排球教学比赛和基本技能竞赛与小组内部的对抗比赛。由于这些活动的开展不仅使排球社团的学生基本功掌握的更扎实，而且更重要的是进一步增强了学生学习排球基本技术和锻炼身体的积极性起到了良好的效果。

3、和研究生进行友谊比赛

为了检验我们的教学成果，也为了加强和研究生的友谊关系，与研究生进行了友谊比赛，我们本着“友谊第一，比赛第二”的原则，圆满的完成了与研究生的比赛，达到了预想的效果。

4、观看世界杯

为了提高同学们的排球水平，掌握专业的排球技能，我们还组织了观看世界杯活动，结束之后由技术部讲解其中的经典动作，使大家拓展眼界，掌握正确的排球技能。

一学期排球工作在学习即将结束的时候也落下了帷幕，我们在这学期的工作中收获很多，也看到了自己的不足，由于天气，经费等各方面的原因，活动办得不太成功，我们一定再接再厉，把社团办得更好。

**大学生的活动总结篇十**

这次从xxxx中学的暑期实践活动是从7月14号开始的，一直到21号才结束，为期七天，在这七天的时间里，我的工作没有分主要次要的，自己负责的一个数学课的内容上完了，就帮忙上体育课，因为体育课是两个班一起上，学生比较多，所以需要的老师也多。此外，还在后请组里帮了一下忙，剩下的就是调研了。总的来讲，我的工作比较散，但都很有收获。

活动总结

总结这三次的旁听和自己的一节数学课，我觉得教学首先要提起兴趣，这可以通过很多方式，比如奖励、表演，或者手工等，之后教师也要做好课堂准备，要让一节课能够完整的讲完也是需要付出的，在以后的学习中我也会针对这些方面多做些努力。

在调研方面呢，我们除了向参加活动的初一、初二级学生发放一些问卷之外，还对当地的指导中心书记、学校的主任、老师、当地的大学生和在读初中生做了访谈，内容不多，但是意义很大，起码我们对当地的义务教育情况有了更深一步的了解，而且在访谈中，我们也锻炼了自己的口才和速记的能力，要知道做好一个访谈不是那么容易的，措辞、礼貌什么都要很注意，当然，我们这次只是一个小小的采访，效果可能就没有专业的那么好。

在后勤方面，轮流着煮过几餐饭，因为工具的缺乏，所以发挥的余地不大，不过在这七天的活动中，这部分算是学到蛮多东西的，从买菜到煮饭，从洗菜到调味，都让我觉得自己的厨艺顿时提高了不少，而且自己煮饭有一个好处，就是不用花那么多钱，比去外面吃快餐更实惠。

总结这七天的活动，就一个字：值。

**大学生的活动总结篇十一**

本学年以来，在校团委社团部，以及各指导老师的殷切关怀和精心指导 下，我社团各项工作进展顺利。多年来墨苑人一直秉承“弘扬文化传统，提高学生艺术修养，服务广大师生”的根本宗旨，积极学习，努力进取。

一、迎新篇

在本学期开学之初， 我社团部配合外国语学院学生会负责了09级新生的迎新工作，为大批外国语学院09级新生提供了周到的服务，多名新生顺利报到入学。维持了09届招新工作井然有序地进行，使招新工作取得了圆满成功。

二、招新篇

从开学起，我社团部就开始进入部门的招新筹划工作，前期紧锣密鼓地配合学生会进行了招新的海报宣传、报名表发放的工作，吸引了一批有能力有志向的09级新生参与我社团部的部委竞选活动。从9月中下旬起，我社团部开始进入正式招新的面试工作，经过面试后，从竞选者中确定了5名新部委的人选，从而为部门注入了新鲜的血液，壮大了部门的力量。为接下来我社团部开展的一系列活动打下了根基。

三、活动篇

(一)法语协会成立大会

在11月的伊始，我社团部在蓝老师的指导下制定了《南昌大学外国语学院社团管理条例》，用以规范我院社团的正常活动。11月28日晚7时，我院法语协会的成立大会暨第一次会员大会在外经楼505室召开。在会上，法语外教pierre和大家进行交流。他询问了大家法语学习的近况，提出了一些学习意见并介绍了法语专业学生的就业情况。根据活动后的咨询，许多同学对法语协会的期望相当之高，并希望法语协会可以继续开展各种不同类型的活动。

(二)法语讲堂

法语讲堂每隔一个星期会在外经楼的教室里面举行。法语讲堂的宗旨是让每个来法语讲堂的会员能够在讲堂上听到自己能够听懂，对自己有用的知识。讲堂上会涉及到法语四级考试的内容，能对我院法语系的同学在考四级的时候有所帮助，寓教于乐。

(三)社刊

法语协会第一期的社刊得到很大的成功。社刊有电子档和纸质版，纸质版的社刊在做好后会让部委发到每个社员手中。社刊上介绍了法国的电影、名人、歌曲和法语的语法知识，既有放松身心的内容，同时也不忘学习，一举两得。社刊的反响也很不错。

四、经验

本学期，社团部较好的做到了社团与学院的交流沟通工作。使得社团工作与学生会工作相互协调配合，达到了预期的目的。

但是，本部工作还存在一定不足之处，上传下达信息不够及时，与学生会其他部门联系沟通不是很紧密，以后还需在这些方面予以加强。相信在外国语学院学生会的正确领导下，我社团部的明天会更加美好!

**大学生的活动总结篇十二**

我系团总支高度重视，组织开展社会实习活动，成立社会实习领导小组，切实加强领导，制定详细、周密、安全的实习方案，协调各方面密切配合，集中力量做好假期社会实习的各项工作，确保本次实习活动取得圆满成功。

一年前，我们“援爱”假期社会实习小分队走进灾区，对家庭受灾同学的生活和心理进行深入调查，及时了解了他们的心理和生活状况。并以此为依据，组织开展了心理咨询活动，帮助他们恢复正常的心理状况。以此掌握同学们的基本状况，为他们提供力所能及的帮助，为抗震救灾贡献我系的一份力量。同时也为学院救助受灾同学提供了部分依据和参考。

一、前期策划

我系党总支、团总支和实习分队成员通过多次会议，最终确定项目立项和实习主题，围绕此项目、主题，我将实习策划为“三步走”，即：前期准备、实施阶段、实习成果展示。以前期准备为基础，以实施阶段为核心，以成果展示为重点。

1、前期准备。分为实习动员会、联系实习地、实习成员培训、前期调查材料准备四项工作。

2、实施阶段。结合实际情况，在团总支的指导下，我将其分为假期前准备、假期中调查和假期返校总结。

3、实习成果展示。整理实习过程中搜集的所有文字、影像资料，形成社会实习调查报告初稿。并在化学工程系团总支学生会内部组织召开报告会、交流会、答辩会等。

二、实习中的统筹协调

1、积极同德阳市绵竹地区遵道镇团委和罗江县金山综合实验区相关负责人取得联系，争取他们对我们此次假期社会时间给予一定的支持与帮助。

2、在“明确责任，精心组织，抓好落实”的思想指导下，我实习队一行走访了位于四川省德阳市的重灾区——绵竹市、罗江县，为期一周。分别走访了绵竹市遵道镇棚花村、罗江县金山镇综合实验区。

3、由于最近地震灾区余震频发，在指导老师考虑到全体队员的安全问题，最后，通过和全体队员的协商下，决定采取集中与分散的方式对震后社会主义新农村建设进行实习调查，队员回到自己所在地方了解当地新农村建设的一些基本情况。

**大学生的活动总结篇十三**

在这次暑期实践，我觉得很高兴，也好充实，一是因为自己可以学到很多自己之前还没有接触过的东西，也认识了很多很优秀的朋友，包括自己学校的师兄师姐等等；二是这次有机会成为为中国移动通信集团云南分公司做项目的实习团队中的一员并参与了整个项目过程。主要任务是派发调查问卷，由新亚星对所收集到的数据进行数理统计与分析，以找出目前在昆明市的总体顾客满意度及其主要影响因素。这个项目旨在提高对客户的了解程度以及客户对新产品的需要程度，同时考察市场上的客户总体数量以及对移动通信集团云南分公司的支持率和认知程度，使移动通信集团云南分公司在日益激烈的竞争中提高自己的品牌认知度并增加客户重游率，除了挖掘潜在客户之外，还要进一步稳定老客户。

除了参与整个实习项目过程，我主要负责以下工作：到所分区区进行问卷调查，主要目标对象是面向公司、企业。因为目标对象的特点，给我的工作带来了一定的困难。在整个操作过程中，简直身心疲惫！

然在暑期实践过程中，自己能够不怕苦不怕累，勤奋工作，尽力、认真完成自己的任务；能够积极进行有关方面的自学并积极向别人请教学习；能够热心帮助不同小组去完成他们的任务；能够积极思考并提出自己的建议看法等等；与此同时也发现自己的知识面不够广，还有很多方面需要广泛的学习；自己有时做事还缺少一点耐性和细心。从这次实践中也有不少的收获和心得体会，以下就来分享一下：

一、这次实践，我想我们其中每一个成员都清楚这一点——我们是一个从开始各不相识，为了共同的目标聚在一起，去完成一项共同任务的团队，只有大家都做好，才能收到预期的效果。而且这样的组队方式可以锻炼与人合作的能力。

三、我们都知道，天下没有免费的午餐，守株能待兔最终会遭到失败——只有全心投入，才能有真切的感受。最令我难忘的是在调查过程中请人帮忙填问卷的情境——很多时候两个多钟的时间只做了一张问卷，有时甚至一份也没做！填一张最多只要10分钟而已！其实也有原因的，主要是不相信，被访问对象不相信这些，所以拒绝；有时候是我们自己不相信自己，不敢随便问人，因为自己怕被拒绝以及听到一些难听的话语，所以不停寻找一些少拒绝的对象。后来问着问着，胆子也大了，也可能觉得被拒绝也没有什么，反正被拒绝又不是一次两次了，可以再来的，就没有那么多的顾虑了，放开胆子去请他们帮我做调查，被拒绝了，还带微笑说：“打扰到您实在是不啊意思，谢谢！”，情况也便逐渐好多了，自己从中也锻炼了口才。现在再想一想，其实只要正确地看待被拒绝，机会可以自己去创造。我们应该懂得相信自己，也懂得相信别人。

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