

# 2023年暑期社会实践个人总结(汇总7篇)

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。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 暑期社会实践个人总结篇一

回想第一天的担心，担心做不了事情，做得了事情又怕做错事情，现在想起来有点可笑，因为这些事情与担心都是可以由自己控制的。只需要自己细心细致地处理，错误自然可以避免。

第二天，学会了接待来到居委会交流的居民的一般礼仪与工作流程，一般老人优待卡与救济卡申请表的填写，还有其他文职工作。

第三天，学会了打印机与碎纸机的正确使用方法，了解了社区一般的活动以及如何安排进行，需要兼之考虑参加活动居民的体质以及风俗习惯。

第四天，姐姐耐心地教导我们整理文件与排放文件的不同方法，以及如何使用excel来记录数据。

.....

最后一天，参加了海报宣传活动，学会各种海报粘贴的功能与顺序。

每天社区委员会的哥哥姐姐都会耐心细致地教导我们，当我们犯错误时，他们总是不厌其烦改正我们，从不会责骂我们，

让我们每天都学习到知识，充实自己的头脑。每天的相处让我们之间建立起了深刻的友谊，学习与娱乐融合一体更让我们在分别时刻依依不舍。我们之间超越了领导与被领导的关系。

在这次的实践活动中，我们个人处理问题的能力得到了很大的提高，尤其是在需要弥补自己犯下的错误的时候所采取的措施已经比之前提高了很多。

在调查方面，我们通过居民，社区干部等人员了解了金融危机对其生活的影响，他们的解决方法以及一般日常生活的调整以及遇到的问题难题等，当然解决问题的方法有居民与领导的参与。

从这次实践活动中，我们收获了知识，解决方法的能力，友谊等等，让我们在以后的学习道路上提供了一个很好的开头与样板。

## 暑期社会实践个人总结篇二

20xx年暑假，我参加了暑期社会实践。抱着贴近社会、锻炼自己的愿望，也希望为家乡奉献一份力，我积极争取成为了校青协赴宜昌社会实践小分队的一员，并进行了为期8天的走访和调研。希望通过自己的努力，能够运用所学，为百姓贡献一份力量。或许是蚍蜉撼大树，但相信只要坚定意志，真心投入，总会收到可观的效果。

经过这次三下乡，我个人认为，社会实践给我们这些生活在象牙塔的大学生提供了广泛接触基层、了解基层的机会。这次实践，让我长了不少见识，增强了敢说敢做的能力，在个人品质上也得到了很好的培养。同时，也磨练了我的毅力，增强了我的沟通能力和团队合作能力。社会需要的是真正的实干型人才，那么我们就应该努力让自己符合社会的需求。

八天，我们走访和调查了120多户农家，交流中了解其生活现状，倾听其心声。发放问卷，拜访当地政府，收集许多有效资料。这个过程中也遇到了很多问题和挫折，或热情的招待，或冷淡的排斥。但我们始终没有气馁，即使天降大雨、道路泥泞也阻挡不住我们前行的脚步。翻山越岭走过千江坪、树坪、高峰垭等十几个村，将真心投入这一事业中，使对沙镇溪有了更深入的了解。

那些调研的日子早已远去，可回眸，依然历历在目，感触颇深。实践中让我体会了很多东西。

首先是在行事处事方面：

第一、要善于沟通。沟通的学问很深，可谓一门需要长期锻炼的技术，也是一门艺术，无论和队友还是和团队之外的人，它需要技巧和礼貌，需要聆听和回应。和谐融洽的气氛往往可以令事半功倍。让人感受到我们的真诚才能很好的交流与合作。

第二、要保持自信的心态，克服胆怯心理。作为唯一本地队员，我担负着和农家接洽的任务，要简单明了的让他们明白我们所为何事。我一直害怕在公共场合出趟，这个任务于我是一种挑战。然经历此行后，自信明显提升，遇事不再是唯唯诺诺。自信、积极向上的姿态不仅可以激励自己，也可以感染他人。一个人的自信做成一件件小事，一个团队的自信则做成一件件大事。

第三、要善于总结。古人一日三省，不思不足以知得失。每一次的总结为接下来的行动提供有效性的借鉴和指导，避免资源浪费，行动冗杂，也提高了行事效率。

第四、要有团队合作精神。俗称：“众人划桨推大船。”个人力量有限，个人能力也有差异，能力再强的人也会有他不可达到的领域。合作时，把众人的价值和能量充分合理挖掘

出来，那么，团队的力量就能扩大无限倍。优秀的团队不需要很多优秀的人，但需要发挥每个人的优秀之处。

第五、做事情要有计划、有条理，循序渐进，有条不紊。计划不仅是实际行动方案，还要有预见性。未来有太多的不确定性。有预见性的计划清晰明了，在突发和变故来临时不会措手不及。

第六、要有良好的身体素质。这是实践顺利进行的基本要求，于个人，影响自己行动能力，于团队，不会让团队行动脱节。此次我深有体会，当走过乡间小路，翻山越岭远眺峰群时，当攀上峰顶，踩着云彩俯瞰大地时，感慨我们之前有过的体能训练等素质拓展。

其次是对调查结果的感悟：

第三、政策对策差别之大。相关部门介绍到，在发展上，安排有技术人员指导，也有技术方面的讲座。但是，也存在很多问题，比如先进政策与农民落后思想的冲击，产生误会以至于农民感受不到政府的好；再如指导的形式虚化，没有落实，使农民有种愚弄的感觉，对政府更是有了抵触情绪。这样几乎等同于农民自己摸索着前进，要改变现状前景不佳。必须解决好政府与农民之间的矛盾才能推进更快的发展。

“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行。”社会实践是一笔财富，一份付出，一分收获。让我得到锤炼、启发，让我多了一份生活体验，实践经验和组织活动能力，所带给我的是在书本上无法得到的知识。

此行，体会到了实践的快乐，也感到了所学知识的不足。在今后必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在今后还将面对更多问题，将承担更大责任，要认清自己的位置发现自己的不足，对自身价值有客观评价，不断突破，才能不断进步，并在其中更加成熟

和真正走入社会。

## 暑期社会实践个人总结篇三

近年来数以万计的大学生选择在暑期去农村地区进行“三下乡”实践活动，活动对当地发展的贡献和大学生自身的收获到底有多少值得我们深思，在10年这个暑假里，我作为兰州陇桥学院外语系暑期三下乡实践队的一员赴武威市凉州区谢河镇五中小学进行实践活动，这样的亲身经历使我对“三下乡”实践活动的意义有了更加深刻的理解。从“三下乡”的概念来看，大学生利用暑期深入农村开展科技，文化，卫生服务。而我们大学生作为这条道路上的骨干，理应为“三下乡”实践活动注入新鲜的血液，贡献更大的力量，回想我们的这次实践历程，觉得这次活动还是比较成功的，主要体现在如下方面：

第一：及早落实，认真准备为了组织好我系以“外送温暖，语传爱心”为主题的暑期社会实践活动，做到统筹规划，周密布置，精心实施，我系成立了由28名队员和2名带队老师组成的小分队，我们是唯一一支国家级团队，带队老师认真制定了暑期社会实践活动计划，制定了详细的社会实践内容和具体的时间安排。

第二：内容丰富，注重实效实践团队围绕主题开展了形式多样的实践内容：社会问卷调查，下乡支教，文艺汇演等内容，不仅充分调动了队员的积极性，而且通过文艺表演加深了队员与学生之间的相互了解。

第三：成效显著虽然队伍的实践时间仅有八天，但通过八天的实践，我们的社会实践取得了显著成效。第四：我队队员吃苦耐劳此次参加的队员虽然没有较高的专业知识，但是大家都吃苦耐劳，互相帮助，思想素质较高，这是本次活动顺利进行的本质本质所在。我们在谢河镇五中小学支教，给他们赠送礼品，带去了我们自编自演的诸多文艺节目，我们热

心真情的表演，表达了我們最真挚的祝福，我們和孩子们一起做游戏，唠家常，让他们切实感受到我們诚心的关怀，他们舒心的微笑让我们内心感到温暖，我們的青春活力给他们带来了无限生机，我們的热情照顾让他们感受到温暖的爱心。

大学生“三下乡”有利于体察民情。淳厚的民情和朴素的民风中的情感的滋养，难以尽得于书本；贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园；走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

大学生“三下乡”有利于增长才干，坚持学习书本知识与投身社会实践相统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青少年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准，到祖国需要的地方磨练意志，把学到的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才，实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展，通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触，了解，交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强，在实践中，我們的人生观，价值观得到进一步的强化，提高了认识能力，适应能力和创新能力。

刚开始以为会是一个漫长的过程的社会实践，就在不经意间，一回头，竟然已经过去了，回到了家里，有好吃的好喝的，有整洁舒服的床，躺在上面睡意十足，可是总觉得心里面少了些什么，也许一个星期我们并不能交给他们什么，很多人都嗤之以鼻，笑我们作秀，笑我们一周的支教是闹着玩的，可是我们自己知道，知道我们的目的，知道我们的努力，知道我们的收获。

快乐的时光总是如此短暂，离别时我们各个脸上那二行浑浊的热泪，将成为我们心中永远的牵挂，经历了这种场面，才

深知人间真情是何等的难割难舍。所有参加此次“三下乡”活动的队员们表现积极，工作认真，给当地学生留下了良好印象，虽然活动中天气炎热，但大家顽强战胜困难，不屈不挠，始终坚持在问卷调查一线，圆满完成了预订任务，此次下乡既检验了检验了团队组织的战斗力，磨练了大家的意志品质，又展示了我院师生的精神风貌，树立了兰州陇桥学院的良好形象。

还是回来了，把一切放下的放不下的都放下了，渐渐回到了自己的原位，心思也该收回了，在那里收获最多的是学会爱，爱别人和接受别人的爱，和孩子们一起时我们学会了关爱，和队员们相处时我们学会了友爱，在支教时学会了老师无私的博爱！

回来了，回到了自己的轨道上，从明天开始，又是新的一天！

## 暑期社会实践个人总结篇四

最纯真的脸庞莫过于山区孩子们脸上的微笑，最遥远的上学路莫过于隔着大山的小道，最让人欣慰的莫过于孩子们课堂上的专注，最让人心疼的莫过于孩子们狼吞虎咽的啃着馒头，最让人动容的莫过于孩子们的那句“老师别走”，走向西部暑期社会实践总结报告。

一个人，一支粉笔，一份爱心，一句留下，编制了孩子的梦，也许是让他们学会了写字，也许是让他们学会了唱歌，我们的行动，要让他们了解到外面的世界。冲破大山的屏障，编制多彩的希望！

老道沟小学位于河南省洛阳市嵩县德亭镇老道沟村，1100口人分布于16个村民组几十个居住点，居住分散，交通不便，是洛阳市有名的特贫村。由于常年奔波于坡陡路岖的山涧，大部分学生只得吃住在校。学校占地面积850余平方米、建筑面积450余平方米。学校共有小学生45名，幼儿生23名，共

计68名学生，其中百分之八九十为留守儿童。正式教师只有3名，其中两名55岁，即将退休。学校仅有1-3年级三个班，因教学资源及地理环境限制，该校只有本村年幼学生在此就学，高年级和邻村学生不得不爬过大山到其他学校上学。学校也仅有语文数学两门课程。

为了让大山外的世界走进山区里的孩子，微尘爱心社在老道沟小学开展了以“冲破大山的屏障，编制多彩的希望”为主题的爱心支教活动！

受益对象

最终成效

老道沟小学学生及附近其他学校和高年级学生(首要目标)

1. 开阔视野，冲破大山的阻碍，接触到大山外的世界，认识从洛阳到世界的一些名胜古迹、风土人情，发现生活与自然之美，更加热爱生活，热爱祖国；2. 感受到师哥师姐以及社会对他们的关怀，并学习志愿服务精神和感恩之心，争做小小志愿者，将来为社会做奉献；3. 丰富课外知识，学习体音美及社会科普知识，发掘自身潜力，全面发展；4. 与父母联系，感受父母的关爱，了解父母的苦心；5. 得到更多来自社会的关爱，度过一个快乐而有意义的暑假等。

1. 为学生提供了一个接触大山外世界的机会，得到更多来自社会的关注及捐助，帮助其改善教学设备，修葺教室，更换课桌板凳等，为学生提供更好的学习条件。2. 建立“城市展览角”，张贴地图、展览海报、地球仪等，让孩子们能够经常参观学习进而了解世界。

使该特贫村得到社会关注，获得政府及民间捐助，改善生活条件，重拾生活信心等。

增强志愿者们的社会责任感、奉献精神和公民意识，实现自我价值，开阔视野，锻炼和增强个人能力，丰富社会经验，在艰苦的环境中锤炼自我，净化心灵，升华人格。

通过我们活动后期的图片及视频展览，了解山区孩子们的生活状况，更多地参与到支教和奉献爱心的队伍中。

通过我们河南科技大学微尘爱心社官方微博和博客的图片及视频展览，获得更多来自山区孩子们的信息，得到更多奉献爱心的机会。

20xx年7月11日到20xx年7月24日

## 暑期社会实践个人总结篇五

我们是生命的过客，在遥远的天空没有留下飞翔的痕迹，只带走一点点记忆。在人类成长的漫长道路上，我们多少次置身其中□20xx年，贵州师范大学、厦门大学暑期社会实践服务团全体成员赴遵义市汇川区板桥开展暑期社会实践活动。

确切地说，暑期社会实践活动从7月7日的培训动员大会开始，一直到遵义惠始的圆满结束。第一次体验暑期社会实践的时候，兴奋在心里停留的时间很短，取而代之的是责任和压力。虽然当时看了以前暑期社会实践资料的汇编，可能知道一些，但是世事千变万化。只有做了足够的准备和想象，才能在紧急情况下有相应的解决办法。个人比较喜欢脑补。在这个活动期间每天晚上睡觉前，我都会思考当天的工作完成情况和第二天从早到晚的工作细节，不敢放松警惕。

一路上，我们互相介绍，互相帮助，长大了。为期五天的暑期社会实践活动即将结束。这几天有泪有笑。中间也出现了意见不合导致的不必要的矛盾，团队成员之间缺乏说服力导致的矛盾。我觉得这些不必要的因素都是归因于沟通和理解。虽然大家都在说我们是一个团队，但是这几天有多少人是打

心底里了解对方的，即使他们之间有更多的公开聊天和交流，这些不必要的矛盾也就避免了。但是，一切都朝着好的方向发展，所有的工作都在有限的时间内顺利完成。所有志愿者都抓住了时间，专注于关键点，尽最大努力实现整体优化。

虽然时间很短，但我们收获了很多。当孩子们在教学中学习知识时，他们充满了微笑。我们每天路过学校值班室，你就叫“阿姨”。我们出去采购当天需要的材料，你问阿姨有没有这个。即使阿姨很忙，她也会微笑着耐心的引导我们。当我们买完走了很长一段路，阿姨追了两条街给我们冰淇淋。我们婉言谢绝的时候，阿姨坚持要给我们冰淇淋之类的。

今年暑期社会实践服务团由贵州师范大学和厦门大学学生组织“贵州青山，厦门碧海”联合举办。

作为校级学生组织的一员，我之前从未和其他大学有过任何工作交流，从这次活动中学到了很多。有以下几点：工作效率高，执行力强，善于把握细节。不仅可以把工作做好，还可以从中学习到不同的东西。同时，老师也说过，“勤勤恳恳，实实在在做事”一定会有回报。

不一会儿，暑期社会实践活动告一段落，收获颇多，同时也发现了很多不足。但是，只要你尽力做好每一件事，不给自己留下遗憾就好。还是那句话：“简单的事情做好不容易。”

## 暑期社会实践个人总结篇六

在20xx年暑假期间，法学院40余名经过严格挑选的同学，在团总支书记赵连幸的带领下，在徐凤真、马国泉、赵建良、杨静毅、纪剑文等法学院教师的指导下，围绕“山东省农村宅基地使用和流转情况的调查”这一主题，分赴山东省17个地市的42个村庄进行了深入调查，共访谈336人次，收回有效调查问卷328份，圆满完成了此次调查任务。通过本次社会实践活动，我们的收获如下：

目的明确，才能有的放矢，本次社会实践活动，从一开始，我们的目的就非常明确，那就是对山东省农村宅基地的使用和流转情况进行全面调查，了解其存在的问题，并提出相应的改进措施和建议。围绕这一目的，我们进行了非常充分的准备工作：论证、设计调查问卷、对学生培训等，为此次社会调查的顺利进行奠定了良好的基础。

本次社会实践活动，受到学校领导和校团委的高度重视。校团委和其他综合部门的领导亲自听取了每一项社会实践活动立项的论证，提出了切实可行的指导意见。学校拨出专项经费予以支持，校团委专门召开全校暑期社会实践活动动员大会等。这一切为暑期社会实践活动的成功进行提供了重要保证。

社会实践活动应结合学生的专业特色，围绕社会现实生活的需要进行，既充分发挥学生的专业优势，又将对学生的锻炼和教育与学生为社会做贡献结合起来，以实现学以致用、育人成才、双向受益的效果。

法学院团总支

20xx年9月11日

## 暑期社会实践个人总结篇七

为期八天的暑期社会实践结束了，这八天，我与我们的杭电国旗护卫队的十位兄弟姐妹在一起为了宣传爱国主义精神而努力奋斗，这八天，我们走过了呼和浩特爱民街小学，清水河县高中，北堡乡小学，托县新城实验小学，四十分托管所以及黄合少敬老院，为老人孩子们带去了国旗的温暖与关爱，暑期内蒙古社会实践个人总结。这八天，我们一起经受着烈日，暴雨，黄沙，但我们没有一个人抱怨，就因为我们心中的那股信念。作为国旗护卫队的成员，我们本身便与普通大学生有着区别，我们肩负着把爱国主义精神传承下去的

责任，所以我们的实践方式便不同于其他实践活动，我们着手于国旗知识讲解，爱国主义教育以及爱国主义升旗仪式展示等等的活动，使我们的社会实践更加的有意义。同时由于我们的优秀表现，我们被邀参加呼和浩特广播电台的节目录制，并且受到了呼和浩特日报的追踪报道。

从前期的社会实践筹划到实施再到最后的总结，我们经历了一个多月的时间。短短的八天社会实践我们走出了校园，学到了我们课本上学不到的知识，锻炼了我们的实践能力，让我们珍惜，让我们难忘。回顾自己的内蒙古实践之旅，这八天难忘的经历不仅赐予了我一辈子受用的收获，也给我心灵带来触动。我们实践的时间只有短短的八天，所以能够传授给孩子们的知识是非常有限的，但是孩子们在我们的不懈努力下取得的进步是可见的，很多孩子从内向孤僻到活泼开朗，从对国旗知识的一无所知到最后的了如指掌，从连国歌都不会唱到后来变成了爱国主义小战士，他们的进步让我们欣慰，让我们感动，让我们知道我们千里迢迢的从杭州到了内蒙古的实践活动是值得的。

7月1日，我们国旗支队一行11人在魏刚老师的带领下走进了呼和浩特爱民街小学，开始了我们为期八日的暑期实践。这是一所外来务工子弟学校，虽然位于内蒙古首府，但却是一个当地人从未听说过的学校。这里的孩子都是极其质朴，极其纯洁的，他们的天真无邪深深地感动了我们。在那里我们首先为孩子们进行了一场升旗仪式，随后我们带领小朋友们进行队列训练，小孩子的动作虽然幼稚可爱但却能够感觉出他们那种认真的劲头。之后，我们带着他们来到教室，由我的队友为他们讲解国旗的知识并教会他们怎样唱国歌，在我们刚刚到学校的时候孩子们都很害羞，没想到一到了课堂一个个那么活跃着实吓了我一跳。

第二站，我们来到了国家级贫困县清水县的高中，在高中时我们的主要目的除了培养学生的爱国主义热情以外，还想为同学们树立一个正确的观念让他们了解大学的生活，知道今

后该如何学习。在为他们表演完升旗以后我们带着他们来到操场上进行队列训练为大学的军训做着准备，训练的同时我们为们讲着我们大学一年来的见闻和对于学弟学妹的告诫，一节课结束以后与他们作别，互相都恋恋不舍。最让我感动的是有一个女生训练结束后表达了对我们的感谢之情，请求我们为她留几句话作为对她的鼓励。队友们带了整整一天的训练，结果一位同学被晒得中了暑，有几位同学则被晒伤了皮肤，但是没有一个人有过一句怨言，继续着我们的支教之旅。

第三站的北堡乡小学则是给我们影响最深的，所谓的小学连一个招牌都没有，教室都是低矮的平房，校领导办公室则是窑洞，全校的学生只有36个人，并且这是两个乡加起来的总和，以前只有在电视上出现的情景突然出现在我面前让我一时接受不了，孩子们穿的鞋是我们小时候的单边鞋即便破了也不会换掉，当时我的鼻子酸酸地，真心希望他们能努力学习早日走出这贫困山区。这里的孩子是我见过的最纯真的孩子，他们的眼睛是那样的纯洁，干净，真的好美！一段童趣无比的训练之后，我们为们讲解了国旗的知识，孩子们都非常积极的回答着问题，最后我们为们送上了我们为们准备的礼物，与他们挥手道别了。