

暑期社会实践总结大学生(精选6篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

暑期社会实践总结大学生篇一

暑假期间，在赵迎华老师的带领下，我们笑然小分队一行七人来到了秦皇岛卢龙县大刘庄中学。在这里，我们进行为期一周（7月13日至7月20日）的暑期社会实践活动，在学生的积极配合，该校领导的大力支持和老师们的指导和帮助下，实践活动内容丰富多彩，实践效果十分明显。

在这次的实践活动中，我始终被一些精神感动着，下面把我的一些体会总结

在我们到达大刘庄中学之前，就已经知道那是一座比较贫困的学校，当我们坐了一个多小时的火车，又坐着颠簸的三轮车来到这个学校的时候，它在尘雾中的矮小还是给了我一个小小的震撼，一条土路把我们引向它，揭开它深藏在朴实艰苦之下的面纱，我们到达的时候正值学生放学，一个个面带疑惑的眼神，不加掩饰的注视着我们这群“不速之客”。

在与学生接触之前，我们有幸见到了校长，一个朴实的像是普通农民的中年男人，对我们的到来表示了，给了我们又一种难言的感动。

在教师宿舍，我第一次看到，农村教育的艰苦，一间十平见方的屋子，几张陈旧的单人床，一张布满岁月痕迹的木桌，还有就是一顶吊扇，床上的布置的简单的，尽管有些老师也如我们一般的年纪，但她们没有布偶，没有化妆镜，她们的床单上自然也没有维尼小熊。

据那里的老师介绍，冬天还是靠生火炉取暖，在校住宿的老师也没有暖气，吃水要到很远的地方去打，老师们为了给孩子批改作业，冬天的手是冻了的，我无法想像，在一间间低矮的办公室里，老师们是用什么样的精神去延续知识的。

走进简陋的教室，看到破旧的桌椅，才知道学习条件的艰苦。连投影仪都是奢侈品，黑板是发白的，桌椅是破旧的，玻璃是有着黑色裂痕的，还有那因为冬天生火而熏黑的墙壁，甚至，我可以看见穿透玻璃的裂痕。教室里没有电扇，一顶都没有，由于房屋低矮，通风效果也不好，就是这样的条件，冬天冷，夏天热。

我们的到来，引起孩子们一阵骚动，她们好奇，她们求知，她们用渴望的眼睛看着我们，这让我的心沉甸甸的，多了一份责任。

孩子们安静地坐在教室里，渴求的眼睛明亮而闪烁，对知识的热爱震撼我的心灵。当我听说，这群孩子之中有县里的第一名，区里的第一名的时候，我的心又一次震撼，孩子的脸庞是质朴的，也是纯净的，更是坚毅的，他在提醒着我，艰苦的环境，只能带来物质的贫困，而他们那颗渴望强大，渴望走出去，渴望知识与力量的心是不会被困住的！

实践期间，我们尽量把我们所学的精益求精，我们知道，一周的时间，我们不能带去的知识，但我们要带去一种理念，要带去一些冲击心灵的东西。

课，我们用心去上，从作文指导到阅读训练，从英语语法到数学运算，从美术训练到音乐爱好，我们想把我们知道的都告诉孩子们。而且，我们要让孩子们知道，这个世界很大，这个世界很精彩，他们有必要也必须通过自己的努力走出去，走到更美好的世界，再把更美好的东西带回来，建设家乡。

我们给孩子们带去了一些辅导教材，从他们的甜美的笑容和

渴望的眼神中我们读出，我们带来的不是这些廉价的物质，而是一种精神，是知识的传递，是奋斗的热情！

暑期社会实践是短暂的，与孩子们分别十分的不舍，孩子们是可爱的，他们的坚强的求学精神是可敬的，我没有经历过他们那样的苦日子，没有在那样艰苦的环境中学习过，这次我看到了，我听到了，我也感受到了。

虽然我们的力量是微弱的，但我相信，国家的号召不是一句空话，我们有着去支教的热情，有着去传递知识的神经，如今，我们又回到了校园，我们还是平凡的大学生，我们还在为完成我们的学业而努力着，但，我们的心灵受了一次洗礼，我们的目标有了新的升华，我们更懂得去感恩去珍惜，当然，更要去回报！

暑期社会实践总结大学生篇二

时间匆匆，转眼之间，为期半个月的大学生暑假三下乡社会实践活动已经结束了。我有幸成为宁德师院的一名支教教员，在这短短的半个月支教过程中，通过与众多的学生及本队队友的亲密接触，我在这次活动中真的是受益匪浅，收获颇多。

首先是认识到了理论与实践的差距。在校读书读了十几年，从来没有正式地用自己所学的理论知识去亲身实践过，所以我一直认为只要拥有丰富的理论知识，以后出了社会也没什么好怕的了。可是就在这十几天里，我深深地认识到了实践的重要性。在教学生的过程中，我发现要清楚分明地给学生讲课是如此的困难，即使我懂得较多有关数学，体育等方面的知识，可是我却不知道怎样做才能让学生更好地理解我讲课的意图。这时的我终于明白拥有理论并不等于拥有了一切，只有把理论运用于实践，通过实践去充实完善自己的理论知识，才能在以后更好地为工作服务。

其次是了解到了当前我国基层教育的一些基本状况。我队去

的实践基地是一个渔村的小学，这个小学大体上说来是比较简陋的。就我个人认为，无论是教室，教师楼还是卫生间都显得那么的陈旧；课桌，板凳更是无比的破旧，感觉不堪一坐。通过与村书记的交谈过程中，也了解到了村民对教育事业的重视程度是很低的；学生的基础也比较薄弱的，叫我们要多多帮忙。其实，我在给学生上课的时候已经发现了这个现象。中国有一句古话叫管中窥豹，我知道，我现在了解到的也只不过是一些皮毛而已，但是我们却确实能从这所渔村小学看出一些什么的。我想，我们以后都应该更多地参加这种活动，从课堂里走出来，去了解我国更多的国情，去拓宽我们的视野。

而让我感触最深的是，我从来不知道收获居然可以比付出多。我从不认为在这十天里，我对学生付出了很多。我只是在学习上，在课堂上尽了我作为一名老师的职责，耐心为他们讲解知识；在生活上，在课堂下尽了我作为一个大哥哥的任务，和他们一起玩耍，一起分享他们的快乐与痛苦。可是我却得到了学生的尊重和爱戴，他们送我礼物，给我写信或打电话。无论是以什么样的方式都让我感受到了他们深深的信任和不舍。他们的天真让我喜欢，他们的热情让我高兴，他们的留恋让我感动。我只能说我很庆幸拥有了这些学生。

这次实践活动真的结束了，曾经拥有的欢乐日子一去不复返了，可是却给我们留下了深刻的印象和深深的启迪。我们在以后的日子里，应该更努力地学好科学理论知识，不断去实践，努力使自己成为一名合格的，优秀的大学生，为以后的工作打下坚实的基础。

怀着我们的热情，带着我们的理想，我们满脸笑容地来到了鳌江小学。这个时候，这里的一切对我们而言，是那么的陌生，我们不认识这里的任何人，这里的人也不认识我们。然而，就在短短的几天里，我们和这里的人，包括领导，老师和学生，我们很快就在对彼此的好奇中互相认识了。给我印象最深刻的是在我们的三下乡启动仪式上，我认识的我们的

队友，就在我们的启动仪式进行得轰轰烈烈的时候，我也在和我们的未来的学生们在沟通，我希望通过聊天来多了解他们一些，这样以后我们就好相处。

在以后的几天里，我一直给我的学生们上数学课，偶尔也给他们上体育课，而我们也渐渐地认识了。我会很好奇地追问他们这里的一些风土人情，他们呢？也终于敢大胆地问我一些大学生生活的事啦。我很高兴，他们能够问我，因为我觉得，如果一个老师，特别是象我们这样的老师，来到这里也有几天时间了，都没有学生接近自己，靠近自己，那是一件多么失败的事情啊，可以想象我们这个老师也做的有多失败。

我和学生们不仅在课堂上认识，在课下，我们一样可以认识的在我们开展的第二课堂上，我们去同学家里做了家访，使我们对同学们的情况也更加的了解了，在期间，我认识了好多的学生，虽然有一些我称之为弟弟妹妹，但我还是认识他们了啊。在每天下午的活动课中，我们都玩的很high，特别是于幼儿园的小朋友一起玩的时候，由于他们还很幼稚，不停地喊着要抱，结果我左手搂一个，右手又加了一个，虽然抱到双手发麻，但还是不舍得放手，所以呢我们几个男生被称为“奶爸”，也好，我也希望我跟学生是在同一平等线上的，希望我们之间没有什么隔阂，希望他们能在以后的日子对我敞开心怀，希望我既是他们的学习上的帮手，同时也是他们生活上的朋友。同学们，老师期待有你们相伴的日子！

转眼间，我们已经来了这里好几天了，这里的一切不再是陌生的了，我们与这里的学生也已经息息相关了，我们就象是形成了一个大家庭。我们与学生朝夕相处，形影不离。

白天，我们一起上课，一起玩耍。晚上，我们一起学习，一起聊天。还有和队里的兄弟姐妹们一起唱歌跳舞，尤其是那天晚上，我们的领队张老师跟我们聊天聊了两个多小时，使我们受益匪浅，一切都显的那么的温馨，一个大家庭，其乐融融，时间就在我们的不知不觉中消逝了，我从不知道这里

的一花一草，一人一物到熟悉了这里的一切，了解了这里的一些习俗，还知道了大部分学生的名字和他们的一些相关的事。我不敢说，我认识了每一个学生，可是我却敢说我已经尽我最大的努力去认识他们了。

课堂上，你可以听见我们互相交谈，互相了解，互相学习的声音。太阳下，你可以看到我们一起玩游戏，如小学生的掉手绢，老狼老狼几点钟等，高年级的投篮游戏，一起流汗，一起休息的身影。在互相吸引，互相认识的过后，我们在一切可能的时间里我们都在尝试着去了解对方，去接近对方。特别是我们这些老师，更是要小心观察学生的一言一行，从他们平时的生活，学习中去了解他们，发现他们的不足，然后去帮助他们。我们希望能在这最短的时间里，帮他们树立起自己的自信心，确立好自己的远大目标，然后引导他们怎样一步一步去实现自己的目标，自己的梦想，并永不放弃！

花开总有花落的时候，叶绿也有叶黄的时候，我们相逢了一样也是有离别的时候，所以我们没什么好抱怨的，但人家都说离别是为了重逢的那一天，于是我也开始在期待着我们重逢的那一天！

“情系鳌江，爱在心中”，我们能在这里相遇是一种缘分，当我们二十一颗心都汇在一起的时候，仿佛鱼与水的相濡以沫之情，我们深深地将彼此刻在了心里，永远都难以忘却，虽然才短短半个月的时间，但我却会牢牢记住你们的脸，珍惜你们给的思念，这些日子在我心中永远不会被抹去！让我们最后再一起唱《爱因为在心中》，在晚会最后我们教员们还合唱了《爱因为在心中》这首歌，“每个人都拥有一个梦，即使彼此不相同，能够与你分享，无论失败成功都会感动，爱因为在心中，平凡而不平庸，世界就像迷宫，却又让我们此刻相逢ourhome.....”是啊，我们每个人心中都拥有一个梦，即使彼此都不同，队里的二十一个兄弟姐妹们，让我们一起为我们的梦想而奋斗吧，无论成功还是失败，我们都无怨无悔；世界就像迷宫，正因为我们心中的爱，却又让我们彼此

相逢一家，愿队里的兄弟姐妹们在以后的学习工作生活中都能够开开心心，顺顺利利，我们永远在一起！！！！

暑期社会实践总结大学生篇三

我在酷暑中迎来了我作为大学生的第二个暑假，当然，也是我第一次社会实践的经历。对于一个大学生来说，敢于接受挑战是一种基本素质。尽管天气寒冷，我还是毅然走上了社会实践的道路。亲身经历社会实践，可以帮助你更多地了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养应变能力。想通过社会实践找出自己的不足和差距。

1、为了扩大自己的知识面，扩大自己与社会的接触，增加自己和社会竞争中的亲身经历，锻炼和提高自己的能力，让自己毕业后真正进入社会，适应国内外经济形势的变化，处理好生活中的各种问题，这个假期我来到了一家超市，开始了我的社会实践。实践就是把我们在学校里学到的理论知识运用到客观现实中，使我们学到的理论知识变得有用。如果只学不练，那你学的等于零。

2、理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为以后找工作打下基础。通过这一段时间的实习，我学到了一些在学校学不到的东西。因为环境不一样，接触的人和事不一样，从中学到的东西自然也不一样。学会从实践中学习，在学习中实践。

3、在这一段时间的练习中，我们走街串巷，接触到各种各样的人和事，这些都是我们在学校感受不到的。在学校里，可能会有老师告诉我们今天做什么，明天做什么，但是在这里，没有人会告诉你这些。你必须知道要做什么，自己去做，并且尽力去做。

4、在学校里，只有学习的氛围。毕竟，学校是一个学习的地方，每个学生都在争取更高的分数。无论是学习还是工作，

都有竞争。在比赛中，我们要不断的学习别人先进的地方，别人如何表现，才能提高自己的能力！

5、记得老师曾经说过大学是个小社会，但我总觉得校园里总有那份纯真和真诚。即使是大学，学生还是保持学生身份。接触那些刚毕业的学长，他们总是告诉我要珍惜在学校的时光。在这次实践中，我深深地感受到，在学校里，理论学习很多，而且是多方面的，几乎涵盖了方方面面；在实际工作中，你可能会遇到书本上没有学过的情况，或者根本用不到书本上的知识。

回顾这次社会实践，我学到了很多。我从接触的每个人身上学到了很多社会经验，能力得到了提升，这是我在学校学不到的。

暑期社会实践总结大学生篇四

根据省委宣传部、省文明办、团省委、省教育厅、省学联下发的《关于开展20xx年广东大中专学生志愿者暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》文件精神，进一步落实20xx年暑期社会实践活动的精神，践行志愿者精神，积极服务于社会。经济管理系团总支学生会积极响应贯彻实施团省委有关大学生“三下乡”的批示精神，在服务“加快转型升级，建设幸福广东”中成长成才，为广东扶贫开发贡献青春和力量，组织了由19名学生组成的志愿服务团，进行为期五天的社会实践活动。

本着一种社会实践活动的精神，怀着践行志愿者的心情和积极服务于社会的态度，我们经管团队在中山市开展了以“践行《规划纲要》，建设幸福广东”为主题的一系列活动：

（一）安信证券公司——了解该公司的发展现状，学习证券知识，围绕证券所开展的社会实践调研活动。

（二）南朗开心农场——感受自然新生活，了解开心农场的发展状况，观察农产品的种植历程，并对具体的案例进行分析，总结农场的发展经验的调研活动。

（三）竹苑社区之义工之旅——探望低保家庭，传递爱心，让爱温暖人间。

（四）爱心之旅——开展了“一元捐”筹款活动和探望敬老院的老人们的活动，为需要帮助的人们献上一片爱心。

（一）宣传活动，征集人员

为充分调动学生的活动积极性，通过海报宣传、班级的宣传工作，让同学们深刻地了解本次活动的意义，鼓励09、10两个年级的同学们踊跃参加。宣传效果明显，受到了广大学生的青睐。经过层层筛选最终选拔出19位优秀的队员，所征集到的人员既有党员，也有各个部门的干事，各专业的不同，让我们的志愿服务队更具特色。

（二）分工准备，落实方案

为了让我们的活动得到更好的成效，三下乡实践活动开展之前，我们经管团队的每一位队员都分工合作，一起拟定一份实践活动方案，在指导老师的反复指导下，经过了多次的修改，也终于落实了方案；并且提前与各合作单位取得联系，为保证活动顺利进行奠定基础，同时也获得各合作单位的大力支持。

（三）着重强调，注意细节

实践活动开展之前，我系指导老师全雄伟老师给队员们上了一堂重要的教育指导课，详细介绍了各个活动环节，提倡奉献精神，积极发挥业务精神与技能知识，并且郑重强调了活动期间的安全问题与效率问题。

（四）素拓培训，增长才干

通过一次不同寻常的素质拓展培训，让我们每一位队员的心都连在一起，更好地发挥了我们经管的团队特色，为我们的实践活动的开展得到了更充实的准备。同时，队员们也从中进一步增长了才干，锻炼了实践能力。

（一）调研篇之理性投资——安信证券调研

7月18日上午经管系社会实践队伍抵达第一站——安信证券公司。本次主要是进行企业调研，形式主要是实地考察与访谈调查，深入了解企业的状况、背景、发展前景、模式等。安信证券公司负责人热情接待了我们，在接待室为我们提供了调研的一切准备，对此我们十分的感谢。而从中我们了解到，安信证券公司将建立和完善创业投资机制，拓宽中小企业直接融资渠道，要有正确的经营策略才能为建设幸福广东做贡献。安信证券公司本着企业文化经营理念：“安全，合规，以客户为中心”让客户资产稳步增值给大家的指点指导，给出宏观的市场分析，专业的理论知识指导。此外我们还了解到，风险控制和管理能力成为证券公司今后发展的趋势，现有证券公司抵御能力普遍得到提高，竞争状态日趋激烈，部分业务出现向大型证券公司集中的趋势，国内证券公司将面对来自境外同业更为激烈的竞争。最后公司负责人表示将与经济管理系建立长期合作关系，这是本次调研最大的收获。

（二）调研篇之民以食为天——食出开心农场调研

根据《十二五规划纲要》，坚持走中国特色农业现代化道路的保障要求，把保障国家粮食安全作为首要目标，加快转变农业发展方式，提高农业综合生产能力、抗风险能力、市场竞争能力。开展节水农业，推广清洁环保生产方式，治理农业污染的问题。经过“三鹿”奶粉事件、“双汇”瘦肉精等食品事件后，人们追求更多的是安全、健康、绿色的食品，以保自身的健康安全，更希望能享用到无公害的绿色产品，

因此，在食品的选择方面，多数是健康安全的绿色产品。“倡导绿色餐饮，打造品质生活”是当今社会人们追求的生活方式。

由于上述的种种原因所在，经管系社会实践队伍定于7月19日，抵达中山市南朗镇食出开心农场进行调研活动。食出开心农场有十分突出的农业资源优势，良好的水热组合和丰富的土地资源相结合，可使作物全年生长。食出开心农场，是广东省中山食品进出口有限公司以构建中山“安全、健康、绿色”的菜篮子工程为己任，为中山市民服务而组建的主要项目规划。作为中山本土新型农场的典范，开心农场始终坚持“安全、健康、绿色”的经营理念，对选种、育苗、田间种植、采收、加工等一系列流程把关严谨，为中山本土提供一批又一批“放心菜”。在接下来的发展规划里，食出开心农场将走机械化，产业化、技术化的道路，探索出一套适合农场自身的发展模式，从更高的层面提升农场自身的经济效益与自身价值。农场还处于边建设边投入生产的阶段，一些管理和技术都存在着可提升空间，相信在未来的发展趋势中，中山食出开心农场会有更大的发展升值空间，这也成为中山市民肉蛋禽、蔬菜等的主供应商跨出了代表意义上的一大步，将有利于中山市走稳定可持续发展的道路，给南朗镇带来经济效益。

（三）慈善篇之慰问低保户

无私贡献，奉献爱心，关爱弱体，是我们三下乡队伍的义务所在，因此，于7月20日下午我们与东区花苑社工服务站合作，分成两个小组慰问6户低保户。我们走进这些孤寡老人的住处，了解一下他们的生活，帮助老人做一些力所能及的事情。我们与老人们交流谈心，希望他们对生活有信心。对于我们的到来，老人们都感到很开心。经过这次探访，我们知道了原来这个社会还有许多人需要我们的关心，他们好多人都生活比较贫困，许多孤寡老人都需要帮助。

社会的发展与日俱增，越来越快的发展步伐更让社会埋下许多为人不知的事情，关爱他人，奉献爱心也可能随之而少，所以体现每一位公民，有时需要停下来回头看看那些困难的人，多点关爱，有时不需要付出太多，一句问候，一次谈心都能让老人家们非常开心。对于社会这些弱势群体，最需要的是物质的资助和心理的慰藉。作为学生的我们，没办法在物质上给予他们过多的帮助，但是我们能做的是尽我们的所能，为他们送上温暖，弥补他们的心灵上的空缺。

（四）慈善篇之一元捐活动

7月21日上午，在东区华润万家超市门口进行

“扶贫济困一元捐”活动。组织广大青少年开展“一元捐”志愿服务活动，积小善以成大善，踊跃向困难群众献出一片爱心，以实际行动为广东慈善事业献出微薄的力量。我们坚信“一元钱可以启动一片爱心”。当然，为了使贫困地区的人们能得到更多的帮助，我们也尽心尽力地号召身边的人献出自己的爱心，奉献自己的力量。虽然我们的力量非常薄弱，我们却以自己的行动、热忱和真情去打动了市民，感动社会。

（五）慈善篇之慰问敬老院

7月21日下午，最后的目标是慰问火炬开发区的敬老院，就此也为此次经济管理系暑假三下乡社会实践活动画下了圆满的句号。我们带着爱心，传播着大学生的美好品质，向中山市火炬开发区敬老院进行老人慰问，我们策划好活动安排，并为老人们带去一台丰富多彩、形式多样的文艺演出。在活动表演中，有老人们喜闻乐见的革命歌曲、红色短剧，还有交际舞等等。

老人们精神抖擞与队友们交谈，体现出了老一辈对年轻一代殷切的希望和关怀。这次看似普通的活动其中实际上蕴含了巨大的人性价值，它是一种美德，更是老人与大学生之间心

与心的交流与沟通。慰问敬老院让这些离家的孩子感受到亲情的温暖，也给老人带去了欢笑与快乐，倾听老人的心声，启发年轻一代懵懂的心。在回来时大家都笑容满面的说：“来到这里，是一种教育，也是一种锻炼，老人需要社会的关心，社会也应该给予这些老人一定的关注”。敬老爱老应该是社会主义精神文明常抓不懈的工作，我们当代大学生有必要和老人们多交流沟通，明白老人的苦处、难处，这有利于提高当代大学生的思想素质和道德素质。

本次暑期三下乡社会实践活动对每位队友来说都是一次不一样的经历，一段难忘的回忆。我们与各合作单位的合作取得圆满的成功，也奠定了长期合作的基础。三下乡使我们走近了社会，学到了待人之道，懂得了合作重要，明白了知足常乐之理，感受了人生百态。

（一）懂得了团队合作的重要

团队合作才是成功的基石，“同心如龙，散心如虫”，所以我们在此次社会实践中更大的收获是赢得了团队的团结，赢得了队员间的感情和互助。如：在开心农场调研时，我们亲身尝试农业的耕作，在田间，我们齐心协力完成定下的目标，而且累时互相扶持；而回程中，因为踏着一路的刺脚小石子，所以脚掌万分难耐是我们互相搀扶。关心队友、团队中真的做到有难同当，有福同享了。任务之重，责任之大。同伴不相互合作，这次的活动不会如此顺利的完成的。我们同吃，同乐，同实践，同分享，共患难，共同走完了这4天，见证了彼此的友谊成长。

（二）学会了做事要讲究条理

经过这次调研我们明白做调研访问并不是一件简单的事，在调研前我们要做足准备工作，为了保证访问顺利衔接，先是对企业的背景，现状进行调查与研究。这样，我们才有发言权，才会占主导地位。

（三）感悟到生活感恩的重要

社会实践更大的收获可言是自身精神的升华，在实践中，当接触到社会上该给予关爱的人群时，心中更多是一种感悟，我们要心存感恩，尊老爱幼，让爱传遍天下。当我们作为志愿者去慰问那些一直挣扎在生存线边缘的家庭时，我们似乎看到社会的一些负面，那时我们才醒悟，原来我们是多么幸福的。同时也让我们明白我们肩上的担子将会变得越来越重。顿时，让我们觉悟了许多。我们似乎感受到作为一个成年人应该承担起更多的责任。

（四）主动与自我增值

在一个分分秒秒都十分宝贵的，信息万变的社会。应该学会不断更新自己的知识，拥有渊博的学识才能立足于各个行业。学会主动提出问题主动解决问题是这次活动得到最大的锻炼。在开会讨论时，主动的，勇敢的提出自己的见解，提出自己的问题。那是对我们活动策划有重要意义的。

（五）懂得了调整心态

这次活动我们白天在烈日下奔波，夜晚在挑灯准备明天的活动资料时，我们是会有抱怨。在环境艰苦的时候，我们就要调整我们的心态了。把正在做的事情当做是别人人生中缺少的宝贵经历。减少懒散的心态，点燃队员们的激情。所以，我们要学会调整自己的心态，用积极向上的心态去感染身边的每一个人。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。我系开展暑期“三下乡”社会实践活动为广大学生提供锻炼平台，在一系列活动中为慈善事业与社会服务做出了突出贡献，充分发挥专业特色，展现当代青年学生学以致用，服务社会的奉献精神与良好的精神风貌和综合素质，增强了社会责任感与集体荣誉感。经过层层磨练，同学们变得更加自信，更加积极面对生活。

丰富了暑期生活，积累了社会经验，为毕业后进入社会奠定基础，使之更易融入社会。社会时间活动磨练了青年大学生的意志，也培养了大家理论运用与实际的能力与团队合作的精神实现了社会实践过程中“服务社会、锻炼成才”的目标，真正做到双赢。

暑期社会实践总结大学生篇五

怀着对主席家乡的热情，我报考了湘潭大学，怀着对主席和中国共产党的热爱，我们一行人在韶山市开展了20xx年暑期三下乡活动，这次的社会实践活动在各方共同努力下取得了很大的成功，作为三下乡中的一员，我获益匪浅。

我主要从以下几个方面来总结我在此次三下乡活动中的收获：

本次三下乡活动，从最开始的招募成员、主题的确定的、活动策划、方案的制作到具体的实施，都是由我们自己来完成的。在这个过程中，我们培养了从无到有，慢慢摸索来解决问题的能力，在遇到难题的时候，我会告诉自己不能急躁，要一步一步慢慢，脚踏实地。遇到困难不仅要自己解决，还要学会向社会求助。通过这次实践活动，我们全体队员的个人能力有了很大的提高，对我们以后的生活和学习产生了极大地影响。

我是本次活动的团队负责人，主要负责全局上的任务分配和下发，下面的组员都在等待我的指示行动，所以我就要对自己所作出的每一个决定负责，因为可能我犯下一个小错误，就会对整个活动产生很大的负面影响。所以我个人很大的收获是，学会了如何带领好一个团队，考虑团队中每一个人的实际情况和个人能力，然后下发相应的任务。同时也培养了我谨慎做事的习惯，对于一个决定总是要反复斟酌，不能轻易下结论。锻炼了我解决问题和做事的能力。

在下乡过程中，我们要发放调查问卷，要走访当地农家乐居

民，要访谈政府官员。在和形形色色的社会人员交流的时候，我们发现了自己谈吐的很多不足之处，也在特定的环境下锻炼了我们与陌生人应急交流的能力，我们不在像以前那么青涩与害羞。我们明白了与人交往的能力的重要性，明白了同一句话，用不同的语序以及口气，表达的将会是完全不同的结果。为了获取我们所需要的信息，也为了节省时间，我们在实际访谈过程中，会强迫自己事先做好访谈稿，然后再反复讨论该访谈的内容，以便我们收集有用的信息来完成我们的调查研究。从中我们明白了凡是只要三思过，那么结果就一定不会太坏，起码自己心里有谱，在出现问题的时候也好及时调整。

下乡的虽然之前也都是认识的同学，但是彼此之间还不是特别的了解。经过这次的三下乡活动，我们彼此之间都成为了真正的好朋友，无话不谈，包括赞扬的评语和善意的提醒。在初期的工作中，大家都难免犯一些错误，刚开始也许队友之间会有一些埋怨以及不快，但是随着在一起的时间的增多，一起吃饭，一起午睡。我们渐渐了解到了彼此的性格，爱好，以及缺点，彼此之间也学会了如何为他人着想。遇到困难时，我们从一开始的影响大家所有人的情绪，慢慢的变成彼此之间互相鼓励，勉励。可以说，我们的组员，已经成为无话不谈的好朋友。

此次三下乡的地点是主席家乡韶山，我们都是怀着对主席的向往而去的，在过程中了解到了主席在家乡的生活环境。感受到了一代伟人成长的摇篮的魅力，坚定了我们拥护中国共产党的决定，坚定走社会主义道路的决心，坚决服从中国共青团的领导的决心，以加入中国共产党为荣的向往之心。

在三下乡过程中，我们明白了很多事情是光从书本上的知识是远远不够的，但是书本上的知识是我们盖大楼的基础，不可缺少也很重要。因此我们要在学好自己书本知识的前提下，更多的参与社会实践活动，把理论和实际相结合，做一个优秀的大学生，有丰富社会体验的大学生，摒弃传统大学生的

陋习。做一个面向现代化，面向世界，面向未来的大学生。

暑期社会实践总结大学生篇六

xxxx年，自己的大三结束了。在感叹时光的易逝，青春的流亡，更感叹自己的无为。有一个炎热而又短促的暑期来临了。全国有多少大学学子，奔赴在神州各地，有回家的，单骑旅行的，自主创业的，为本专业实习的。有碌碌无为的，有开心快乐的，有实现梦想的，也有志愿贡献的。就今年，一个红红火火的深圳大运会，弄得大学生们内心一阵火热，大运会志愿者，大运会火炬手，开幕式表演者，每个学子都跃跃欲试，想成为那个活跃分子。可是暑假都快结束了，才发现热闹是属于他们的，我们什么也没有。带着伤感，历数过往假期的社会实践。

大一寒假，幸运的去与自己专业相关的“科尔沁都市报”实习，虽然是自己单枪匹马，但也获得了点好成绩，三篇二等稿，60元的稿费。一个好的开端却没有迎来好的后续，在往后的假期里，五个假期，寒假带家教挣钱，暑假到处游玩。虽然走过祖国的很多山水，但以前都是无大脑的游玩，自己也觉得可惜了。今年的暑假例外，我去过北京游完故宫长城后，就回到学校了，赶巧有同学找我去促销平板电脑。虽然不是我想寻找的实习地方，但是它却成了我唯一的实习地方。我想，曾经的实习对我最大的提高不是专业技能水平的提高，而是一种身心的历练，精神境界的提升。而对于当代大学生来说，精神的强大与健康是多么地重要，有一颗善良的心能让你进入社会后出淤泥而不染；有一颗坚毅的心，能让你在未来的事业中勇往直前。我想这样的心灵实践对于我们来说是多么地宝贵。他会给我们将来的业务实习打下一个很好的基础。这样也少了我没去专业单位实习的没落。想则悲，实则也值！

我实习的地方是“通辽市太阳洋联想电脑黄金代理店”。这是一个新成立的公司，最近要搞一次商业活动，目的在于，

一是提升店面知名度，二是推出联想新研发的“乐派”平板电脑。我与其它几名同学就是这次活动的临时促销，我们的任务是负责活动期间电脑的展示及防盗，以及引导顾客上店面购买电脑。这看似是一项很简单的工作，也是不太关及策略，智商的事。但我觉得用心去做，专业的去做，一定能做出一个不一样的临时促销员。

第一次见联想平板电脑时，我也有点吃一惊，以前知道的仅有国外的苹果平板电脑，没想到，现在联想也出平板了。“我的乐趣，自成一派”这是“乐派”的广告语。我一听见这个广告语就喜欢上“乐派”了，再加上它简约时尚的外观，又是国产的，我一定要做好它的“解说员”“发言人”。我在了解“乐派”的各种信息时，进行了认真的学习与记忆。好在我去北京旅游时，去过大型的“苹果体验馆”，对平板电脑的操作还算一触即会。因此，对于明天的“乐派”演示，我已成竹在胸。

促销的两天开始了，由于“乐派”时尚的外观以及活动中节目的有趣，吸引了不少顾客的驻足，我热情地向顾客们介绍“乐派”的优点，还鼓励他们尽情的体验。所有临时促销员中还属我对“乐派”最了解，每当有顾客询问或欲购买时，大家都拉着我去给他们讲解，我心里美滋滋的，这个“解说员”与“发言人”我无疑是做好了。

我们还有一个任务是引导顾客到店面购买电脑，这个我做的比较少，因为我一直讲解抽不开身来。不过活动第二天顾客相对少了，我也有幸做了以此“引导员”。虽然，我没学过专业的营销知识，但我觉得，在引导的途中与顾客沟通，可以较好地了解顾客的购买需求和心理。这样有助于电脑的销售。在引导过程中沟通的语言如果能亲切似话家常，更能让顾客放松警惕心里，放心购买电脑，增加电脑的销售率。

就这么定，我第一个引导的是一个刚接到大学录取通知书同学的父母亲，我们活动的场地是商场一楼外的大广场，而我

们公司的店面是在二楼，因此引导的路程稍微有点长。我亲切地称两位顾客为“叔叔”，“阿姨”，并告诉他们我也是大学生，最后竟得知他们的儿子即将上的就是我在所在的大学。于是，我们聊得越来越投机，两位顾客很信任我的征求了许多对多购买电脑的意见，我从我所用电脑入手对他们进行了简单讲解.....

后来我还引导了两对顾客，分别是年轻的夫妻和一个家庭，我在引导过程中通过交谈了解了他们的购买心理，也赢得了他们的信任。后来公司的老总笑着来到展区鼓励我们说，楼上已经出好成绩了，让我们好好加油，我心里可高兴了。虽然我除了每天50块的临促费以外，没任何的奖金，但是我却快乐的收到了成功的喜悦。

通过这个暑期为期两天的社会实践，我学到了比金钱更重要的东西，那就是营销的知识，这就是有鱼不如有渔！我还知道快乐地工作的重要性，只要你快乐工作，工作自然不会亏待你还会善待你！