

2023年暑期工作总结(实用10篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？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。

暑期工作总结篇一

大学生暑期社会实践是很重要的一门功课，能够参与好的社会实践活动对未来的人生有很大帮助。以下是小编整理的暑期社会实践心得体会，欢迎大家参考！暑期社会实践心得体会1

今年暑假我做了一份特别的工作，跟我的专业完全一样，我很喜欢这样的工作，并且希望积累更多的工作经验，以便将来适应不同的工作环境，更好的投入团队中。

我在有限公司工作了一个月，那个厂还是蛮大的，有好多工作车间，以前对这些根本不了解，我们文科学生本来就很少有机会接触这些东西，在机电厂里看到不同的设备，不同的分工，虽然至今我仍有很多地方不明了，但比较以前而言，我学到了许多，人也更加的成熟了。

机电厂里许多设备写的都是英文，还是要好好学习啊，不然的话你根本看不懂，很多设备都是进口的，说明我们国家跟发达国家的差距还是有的，就算为了正兴国家，也要在校园期间好好学习啊，在工作期间，我帮焊工师傅打杂了一段时间，这是我第一次亲身进入焊机房，也是我第一次自己焊焊条，以前听到别人当焊工的经历时，认为焊接很简单，我主要做的工作还是帮焊工师傅搬点东西什么的，我本来以为焊

工应该蛮好学的而且好玩，可后来发现自己完全错了，做一名焊工可没那么简单，有风险，我也照师傅怎么做的，操作了几次，记得有一次我一做就左右摇晃，焊条果然和铁板脱落了！后来就感觉好多了，心里也不那么害怕了……可是我点燃焊条又遇到了一些困难，怎么划啊、点啊。焊条就是不能燃烧，我就请叫别人，可他们也就说就是那样一点就成，我心想肯定有技巧。

刚开始，我就想要找到点燃焊条的方法技巧，我摩擦引弧后，把焊条拿得很高。

只见那火光向下冲，简直像火箭升空时一样！我以为把焊条拿的高一点，冲力就会小一点，所以第一根焊完后，铁板上除了散乱的小铁珠外，什么也没有留下！而且长时间将焊条停在一处，那个地方会被焊弧前的高温火焰熔化，铁片熔个洞。

我本人学得不怎么样，但学到一些注意事项：进入车间时，要穿好工作服，大袖口要扎紧，衬衫要系入裤内；不得穿凉鞋拖鞋、高跟鞋、背心、裙子和戴围巾进入车间严禁在车间内追逐、打闹、喧哗应在指定的焊机上进行。未经允许，其它设备、工具或电器开关等均不得乱动；焊前检查焊机接地是否良好，焊钳和电缆的绝缘必须良好；焊接时应站在木垫板上，不许赤脚操作；不准赤手接触导电部分，防止触电；为防止有害的紫外线与红外线的伤害须戴上手套与面罩；防止弧光伤害和烫伤；击渣时要注意敲击方向以防焊渣飞出伤人；工件焊后不准直接用手拿，用铁钳夹持；完后要清理好场地及设备工具。

现在才发现不管做什么工作都不容易，那些工人真的挺辛苦的，从一大早，一直忙到晚，挣钱不容易，如今在这个社会，生活成本很高，每天睁眼，闭眼就要花钱，想生活，就得学会挣钱啊，很多大学生根本不理解生活的辛苦，还到处乱花父母的钱，实在太不应该了，面对面朝黄土，背朝天的父母，

只有惭愧之情。

暑期的社会实践，给我最大的感触就是要做任何事都要自信和认真。自信不可盲目，更不要自大，一切有真实学和能力的人往往对次把握的游刃有余。认真是一种作风和态度。平台是一个人品质的集中体现，也包含对事业上的责任心！有时候我们需要的太多，我们不妨就从这两方面做起，去挑战自己！

在机电厂里，我还在外厂工作了一段时间，露天的那种，8月份最热的那几天炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在考验自己的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

暑期社会实践心得体会2

随着暑假的到来，以“服务和谐社会建设，提高思想政治素质”为主题，唱响“同人民紧密结合，为祖国奉献青春，实践成才，服务社会”的主旋律的xx年暑期社会实践活动轰轰烈烈地展开，我院积极响应学校号召，成立了“计算机技能培训志愿者服务队，身为其中一名队员，我感到非常荣幸，并积极投身到暑期社会实践的热潮中去。

在院团委书记程保国老师和指导老师李志勇老师的带领下，本着在实践中“受教育、长才干、做贡献”的宗旨，小分队15名队员分别奔赴高新技术开发区、体育中心多家电脑公司、新乡县监察局等地，开展多种形式的科技服务工作，力争做到社会实践与专业实习相结合、与服务和谐社会相结合，突出“特色实践”，打造“精品意识”。

7月11日，我与其他5名队员同行，奔赴新乡县监察局，进行了为期半个月的社会实践。在这半个月中，我们努力做到学习、实践“两不误，两促进”，在帮助县委有关部门处理材料、解决技术难题的同时，不断与有关领导进行交流，了解基层情况。我们的工作能力及年轻人特有的热情，赢得了领导们的好评。

在新乡县监察局有关领导的热情帮助下，我们多次深入农村基层，结合“三农”政策，对农村的经济状况，医疗状况，产业结构调整，税费改革，旅游开发等方面展开调查。怀着满腔的激情，我们积极主动地帮助农民群众干农活，帮忙他们解决一些社会问题，并为他们的生产，生活出谋划策。面对农民渴求知识的新景象，我第一次真正看到自己的希望，感受到身上肩负的重任，也充分认识到书本知识与实际生产需要的差距，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，只有“从实践中来，到实践中去”，充分发挥自身的专业优势，把农村当作施展才华的广阔天地，才能真正做到学以致用。

今年的暑期社会实践活动开辟新途径，即“保持先进性教育活动与暑期社会实践活动相结合”。学习教育与实践活

动“两不误，两促进”，集中学习与分散学习相结合。

暑期社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；更重要的是我们和新乡县监察局确立了长期的联系，今后将长期开展交流活动。但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

“机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

暑期社会实践心得体会3

本次暑期社会实践，我们团队深入调研民营企业科学发展情况，以温州瑞安典型的民营企业“瑞立汽摩配公司”和“海尚集团”为调研对象，以开展座谈会、分发调查问卷为调研形式，团队的调研初见成果，作为其中的一名队员，感受颇多。

关于课题：

我们的调研课题是“民营企业的科学发展”。初确定此课题时，感觉我们想要调查的只不过是近年来企业的发展情况，关于发展壮大采取了哪些科学有效的方法等。但是，通过实践，金融危机对企业的影响以及企业的应对策略、企业的人才储备策略，新《劳动法》的实施等诸多方面。课题的延展，使得调研更全面、更广泛，同时也更妥当地诠释了“科学发展”。可见，“纸上谈兵”往往不如到实践中真枪实战。

关于企业：

对于在全国稍具规模的“瑞立集团”，让我感触最深的有两点。一是公司董事长非常关注国家政策，在国家拨款进行宏观调控之际，采取切实可行的政策措施，使得公司应对自如。即便是在金融危机的社会背景之下，企业的产品生产和销售也没有减少，反而要应对更多的订单；二是公司的人性化管理。无论是从职工待遇、福利方面还是在关心职工身体健康方面都体现了人性化的管理。企业宁愿增加工作人员，也不会随意让工人们加班，对于在生产车间的工人，公司强制工人带上专业耳塞，以减少噪声对人身的侵害。或许企业的魅力就在于它的人文关怀。

对于“海尚集团”，让我印象最深的是公司董事长亲自带领我们去参观生产车间，并且在参观的同时他会关注生产进度，产品质量等。这种亲力亲为的态度似乎源自于他白手起家的经历吧。从自己动手研发制作滤清器模具到成立大规模的公司，这其中的智慧和艰辛或许只有亲身经历才能有所体会，也正是这份来之不易才让人更加珍惜。

关于团队：

我们的团队，团结、积极、充满关爱，这是我不得不提到的感受，也是我参加实践的大收获。从杭州到温州9个小时的火车旅途，我们虽然疲惫，但是仍会一同商讨实践的步骤、方式等，车厢里总会有我们的阵阵欢声笑语。每天的调研工作

结束，我们都会聚集在一起进行总结，及时撰写新闻稿，整理图片等。实践结束，队员们各自回家，总是会有短信、电话来互报平安。我想，一次实践活动，让我们去调研课题的同时，也更能体会团队的种种乐趣和那股强大的力量。

虽然暑期社会实践已经结束，但是，我们没有停止以合格人才的身份走入社会的脚步。大家会继续加油！

暑期社会实践心得体会4

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。但是，再看看我们，只是被禁锢在四角高墙内，捧着“书中自有黄金屋”的古训，做着日后事业有成，飞黄腾达的白日梦。我们的传统，我们的教育制度还有我们本身使我们缺乏勇气走出象牙塔，去接受实践的检验和社会竞争的洗礼。在这样一个知识与实践完全脱节的环境里，我们又有什么资本去谈成才、谈竞争、谈事业？时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。

于是，今年暑假我挥斥方遒，一腔热血，开始我的暑期社会实践。而这次虽然只有一个月多的简单实践，却让我受益匪浅。

习惯了校园里那种有则学，不学则息的日子，让我都遗忘了这社会真正的需求。忘记这世界的人不只是周围的这样，生活也不只是如此简单，悠闲，只需认真的学好那些课程，就可以有交代，可以满足。社会是一张网，扑朔迷离，需要我们真正的用心去过好。学校成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，社会实践的经历，却一份不可多得宝贵财富。

过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作中找不到自我的平衡点，错失了不少成功的机遇。经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。

我自己刚开始实践的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于自己所需要完成的工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且应该学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅能使自己尽早地进入工作状态，也可以避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，实习过程难免有忽略的时候，但这时的我们应该抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值！不要羞涩，大胆点去做，对自己自信点。这个世界每个人都是依靠脚行走，没有什么好害怕，做好工作。

作为当代中国的大学生，应该不再只是被动的等待别人告诉你应该做什么，而是应该主动了解自己要做什么，然后全力以赴的去完成。假如暂停休息，多多观察那些资深的人员，多与他们聊天，坦诚面对他们，他们会与你交流他们的工作经验及人生经历，毕竟经验也是人生一笔财富，会让我们明白的，知道的更多。所以在大学期间我觉得多与社会接触，多了解自己所处的环境，多了解你将会面对的种种问题，对以后的发展和继续深造都是非常非常有益处的。

暑期工作总结篇二

第一段：引言

暑期，作为学生最好玩的季节之一，也是寻找实践机会和充实自己的黄金时期。我很幸运地获得了一次主持暑期活动的机会，这不仅让我能够展示自己的才能，还为我提供了一个发展自我能力和锻炼自信心的机会。在这段小小的主持旅程中，我学到了很多。下面我将分享我的心得和体会。

第二段：准备工作的重要性

作为主持人，提前的准备工作非常重要。在活动之前，我不仅需要了解活动的内容和目的，还需要收集相关资料，进行深入的研究。这不仅有助于我更好地理解活动的背景和重点，还使我能够回答参与者的问题。此外，我还要准备好演讲稿和提纲，以确保整个活动的流程和顺利进行。

第三段：沟通与合作的能力

主持工作需要与很多人进行合作，包括活动组织者、嘉宾和参与者。作为主持人，我需要与这些人保持良好的沟通，了解他们的期望和需求。在活动中，我需要耐心地倾听他们的反馈和建议，并根据实际情况灵活地调整自己的节目。良好的沟通和合作能力不仅提高了我作为主持人的效果，还有助于创造一个愉快和融洽的氛围。

第四段：自信心的培养

主持工作需要大胆和自信。在活动中，我要面对很多陌生人，并引导他们积极参与。起初，我经历了一些困难和紧张，但随着时间的推移，我逐渐克服了自己的不安，树立了自信心。我学会了面带微笑，用大胆而自然的语言与观众互动，从而提高了自己的主持能力。自信心不仅在主持工作中非常重要，而且在生活中的其他方面也是一项宝贵的财富。

第五段：反思与成长

通过这次主持工作的经历，我意识到主持并不仅仅是幕后的工作，它需要一定的才能和努力。我深刻地明白到为了成为一个出色的主持人，需要不断学习和提升自己。我会继续加强我的语言表达能力和演讲技巧，在不同的场合和活动中积累经验。此外，我还会多与其他主持人交流，学习他们的经验和技巧。通过不断地反思和成长，我相信自己会变得更加优秀。

总结

主持工作是一项挑战性的工作，但它也是一项充满乐趣和成长的工作。通过做好准备、培养沟通合作和自信能力，并不断反思和成长，我成功地完成了我的暑期主持工作。这次经历不仅让我了解到主持工作的重要性，还为我未来的发展提供了宝贵的经验和锻炼机会。我相信，在未来的生活和工作中，我会继续努力，不断提升自己的主持能力。

暑期工作总结篇三

在主持工作中，无论是面对大型活动还是小型活动，主持人的冷静和自信都至关重要。在紧张的环境中，主持人首先需要保持冷静，认真准备好活动的主题、内容和流程，同时要时刻保持自信，让现场观众感受到主持人的专业和自信心。

二、主持语言应准确、流畅

主持人应当严格遵守语言表达规范，准确清晰地发音，采用准确流畅的语言风格。在表达过程中，主持人应注重语言的意境，用适当的语调、语速、语气、语态和情感渲染，使现场观众深受感染，产生共鸣。

三、现场情况的应变能力至关重要

现场直播中难免会有一些意外情况，如场地变更、人员变动

等问题，主持人需要具备及时处理问题的能力。这时，主持人应当保持冷静，不中断现场氛围，简单精炼说明问题，稳定现场，确保活动顺利进行。

四、进一步提升个人素质和业务水平

作为一名主持人，不仅要在个人素质上不断提高，还需要在业务能力方面有所发展。主持人需要不断学习各种领域的知识和技能，了解行业信息，拓宽视野，增强自己的专业水平。同时，还应加强自己的语言能力、交际能力、表达能力和组织能力，保持频繁的现场直播，积累经验，提升自己的表演水平。

五、主持是一项挑战技能，需要长期坚持和实践

主持是一项挑战技能，它不仅需要扎实的基础知识和技能，还需要在实践中不断完善，需要长期坚持和不断努力。只有通过不断实践和反思，发现不足，找到解决问题的办法，才能不断提高自己的主持水平，在各个领域中获得成功。

总之，作为一名主持人，需要具备丰富的知识和技能，同时要注重个人素质和业务能力的提高，才能在今后的工作中担任更高层次的任务。主持人必须保持冷静和自信，具备处理问题的能力，并坚持长期学习和实践，成为一名技高一筹的主持人，为社会和公众服务。

暑期工作总结篇四

在暑期主持工作中，我有幸担任了一个主持人的角色，负责组织和主持各种活动。这段时间的经历让我受益匪浅，不仅提高了我的口才和组织能力，还让我更加了解了团队协作的重要性，并培养了我与他人合作的能力。以下是我对这段经历的心得体会。

首先，我意识到作为一个主持人，沟通能力是非常关键的。在组织和主持活动时，要能够清晰地表达自己的意图，引导参与者的注意力，并与他们建立联系。这不仅需要口才的支持，还需要灵活运用非语言沟通的技巧。通过这段经历，我学会了如何使用肢体语言、眼神交流等方式来增强与观众之间的互动，使活动更加生动有趣。

其次，组织能力也是一个优秀主持人必备的素质。在组织一个活动时，要考虑活动的整体流程和细节安排，确保每个环节都能够顺利进行。在面对突发情况时，要能够迅速做出调整，并及时向参与者解释和引导。通过这段经历，我学会了如何在各种复杂情况下保持冷静和灵活应对，同时也提高了我的时间管理能力和问题解决能力。

第三，团队合作对主持工作来说至关重要。作为一个主持人，很少有单独完成任务的时候，团队的配合和协作是必不可少的。在我担任主持人的过程中，我体会到了团队合作的力量。通过与其他团队成员的紧密合作，我不仅学习到了他们的专业知识和经验，还能够通过协同努力，更好地组织和开展活动。团队合作让我深刻体会到了一个人的力量是有限的，只有与其他人共同努力，才能取得更大的成就。

此外，作为一个主持人，要善于发现和发挥每个人的优势。在我主持的活动中，我尽量让每个参与者都有机会展示自己的才华和特长。我了解到，每个人都有自己独特的闪光点，只要给予他们适当的机会和引导，他们就能够大放异彩。通过发现和发挥每个人的优势，我不仅提升了整个活动的品质，还能够为参与者提供更好的体验。

最后，作为一个主持人，要不断学习和进步。通过这段经历，我意识到自己的不足之处并积极采取措施来改进。我会倾听他人的建议和意见，不断完善自己的表达能力和专业知识。同时，我也会学习其他优秀主持人的经验，并尝试引入新的理念和创意。通过不断学习和进步，我相信我能够成为一名

更出色的主持人。

总之，暑期主持工作让我深刻体会到了主持人的重要性和责任感。通过这段经历，我不仅提高了自己的组织和沟通能力，还培养了团队合作和与他人合作的能力。我相信这些宝贵的经验将对我的未来发展产生深远的影响，并使我更加成熟和自信地面对各种挑战。我将继续努力，不断进步，成为一名优秀的主持人。

暑期工作总结篇五

一个学期过的真快啊，不知不觉又到暑假了。暑假，要把实验室的项目做好，希望开学的时候，我的程序有很大的进展了，甚至于争取能有篇小论文出来。因为项目的需要，都拒绝了刘老师的帮助请求了，因此一定要把项目做好，要不然就太过意不去了。今年这个暑假除了做好实验室项目外，一定要好好来武装自己，很重要的一个暑假。好多的书想好好看一遍[]php[]算法导论[]c++primer[]stl源码解析、大话设计模式、高级程序设计，呵呵，似乎我很贪婪，因此也经常是啥都没深入的学好。现在计划下暑假两个月的学习打算。

早上：7点起床

上午：8点-9点，英语单词，英语是不能放下的。

9点-11点，专家系统

中午：11点-13点，午饭、午休等。

下午：13点-17点，专家系统。

晚上：17点-19点，晚饭等，在九度灌灌水，呵呵。

除此之外，看点文学书，提高下自己的人文素养，呵呵。

5、帮家里做点事情。

6、暑期作业每天按计划完成。

7、旅游，不过人多的就千万别去，别忘记了你是去享受的，不是去受罪的，当然累点可以锻炼身体磨练意志。

暑期工作总结篇六

以一种深刻的方式面对一个世界，如果不是源于矜持或矫情，那么这种深刻应该是真实的。因为它历练了血与火的淬炼，生与死的考验，乃至灵魂与精神的升华。无疑，作为地理意义上的事实存在，西盟阿佤山是深刻的。

云南省普洱市西盟佤族自治县，是佤族聚居边境县，人口不足九万，百年之九十四以上的居民都是少数民族，有佤族、傣族、哈尼族、汉族等，其中以佤族居多。西盟西与缅甸为邻，农作物主要有稻谷、玉米、小麦和油菜、花生、甘蔗及茶叶等，发展及其缓慢，是一个国家级贫困县。我今年暑假有幸能到西盟进行支教活动，体验到了西盟的贫苦环境，领略到了阿佤人民淳朴的民风、热情好客的民族风情，真使我受益匪浅，这半个月将是我人生中弥为珍贵的一份经历。

从杭州到西盟，坐车一共需五十多个小时。杭州到昆明，约37个小时，昆明到普洱，约8个小时，普洱到西盟，约7个小时。火车、汽车，铁路、柏油路、山路，平坦的、颠簸的，坐火车坐到脚肿，坐汽车坐到晕吐，甚至出现了高原反应，这一切，都经历过了。虽然路途遥远，吃了不少苦，但当我们几经奔波到达西盟的时候，却觉得这一切都是那么的值得。我们的活动受到了当地的欢迎，普洱市团委书记、西盟县教育局副局长、县团委书记、副书记、学校的老师接见了我们并对我们表示热烈的欢迎。当地电视台也对我们进行了采访。在县团委工作的一名志愿者负责我们活动的开展，在各方面都安排得很周到。大至食宿、小至一个脸盆、蚊香。他叫魏

巍，我们称他为最可爱的人。在随后的迎宾晚会和篝火晚会，县团委邀请我们参加，并和普洱市市委书记、西盟县县委书记进行了交流，我们的支教活动得到了他们的肯定与支持，他们也给了我们很多宝贵的意见。我们还和他们拍照留念，当时还有些外国友人，也一起拍照留念了。我长这么大这是第一次见了那么多的大人物，真是兴奋啊。第二天还参加了当地古老而又神秘的祭祀活动，听说这祭祀活动以前是要用人头来祭祀的，直至一九五几的时候才废除了这一陋习，现在是用鸡来代替。想起当时在半山上的祭祀地方，眼睛所看到的全是牛头骨，树上挂着的，悬崖吊着的，还有平地立起来的，三千多头牛头骨，阴深深的却又有着一种难以名状的神秘之感，这让我充满了严肃、崇敬之情。

我们的支教活动一共有九个人，均是平时比较好的朋友。活动围绕“圆梦大学”的主题，旨在给那些小朋友带来一些外面精彩世界的信息，给以他们精神上的鼓励，鼓励他们好好学习，通过自己的努力改变自己的命运，走出偏僻落后的阿佤山，走向美好的生活。我们的支教活动主要分大学励志教育、文艺加加油、健康美食party、趣味运动会这四个方面。我个人是负责励志教育这一模块的。我主要给他们讲了洪战辉自强不息、奋斗成才的故事，我想让他们明白，苦难并不是我们博取别人同情的资本，奋斗才是最重要的。

社会实践感悟：人生，就难有完美。无论我们，想的多么周到，做的多么认真，也有遗憾，也有缺憾。生命的历程中，圆满，只是理想，只是憧憬，只是我们内心的愿景。下面是fwdq整理的关于暑期支教实践报告，欢迎阅读！

暑期工作总结篇七

转眼间，已经步入教育事业两年了。回首这段时间的点点滴滴，朝朝暮暮，心中顿生了许多感触。工作中经历的每一天，都已在我心中留下了永久的印记，因为他们见证我的每一次进步和成长。这一切要感谢学校各位领导及其他同事对我的

支持和指导。

新学期开学了，我们全体教师组织了师德培训，两天的学习虽然短，但让我对教师这个职业有了更加深入的认识，学到了许多优秀教师应具备的素质和思想境界。尤其是四川地震中涌现出来的可歌可敬的人民教师们：谭千秋、向倩、张米亚、杜正香、瞿万容……生死关头用鲜血和生命保护学生的壮举，有如最后一堂无声之课，展示了人民教师的职业操守，诠释了爱与责任的师德灵魂，体现了教师的良知和勇敢，以及生命的尊严与伟大，点亮了学生通往未来的希望之路。他们是新时代的黄继光、董存瑞，无愧于人民教师的光荣称号，是这个时代最可爱的人！他们用生命让我们读懂“大爱至上”的真谛！

受汶川地震影响，谭千秋所在的四川省德阳市东汽中学教学楼顷刻间坍塌，当时他正在这栋教学楼里给学生们上课。在地震发生的瞬间，他像童话里的天使张开双臂趴在讲台上，身下死死地护着四个学生，四个学生得救了，他却不幸遇难，献出了宝贵的生命。

一双传播知识的手臂，在地震发生的一瞬间，竟然承受住千钧重压，从死神手中夺回四个年轻的生命，这是一种无与伦比的坚强，这是一种英雄的壮举。谭千秋——这位来自湖南祁东县，1982年毕业于湖南大学，扎根四川27年的普通而平凡的教师，在生命的最后一刻绽放出的善良，足以让有限的生命变成永恒；在人生的最紧要关头所体现的精神，已成为一曲感天动地的壮歌。

而张米亚老师为了保护孩子，跪在废墟上，双臂紧紧搂着两个孩子，两个孩子还活着，而他已经气绝！由于紧抱孩子的手臂已经僵硬，救援人员只得含泪将之锯掉才把孩子救出。这就是该校29岁的老师。“摘下我的翅膀，送给你飞翔。”多才多艺、最爱唱歌的张米亚老师用生命诠释了这句歌词，用血肉之躯为他的学生牢牢把守住了生命之门。大地震中，

张老师的妻子、同为该校老师的邓霞以及他们3岁的孩子，都被埋在废墟之中。

他们有机会自己逃生，却选择了替孩子去死。拿自己的命去换孩子的未来，这是一位位普通人民教师给我们上的最后一课！

在重大灾害面前，众多的老师能够舍我而求其境界，他们的精神不死，他们是伟大的英雄，伟大的人民教师。他们心中的爱，正如他的名字那样，千秋流淌，永记人们的心中。他身上所体现的是敢为人先，走在前列；就是面对死亡，毫不退缩；就是不怕吃苦，不怕牺牲。正是这种勇于担当的精神，才使得中华民族的未来繁荣强大。大爱无疆、舍生忘死——这就是新时期优秀人民教师的真实写照！这次学习截然不同以往，而是一个个鲜活的生命留给我们的启示。此刻，我最大的感触是：“有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着。”灾区的优秀教师们用自己的生命换来学生们的明天，他们将永远活在人们的心中。作为教师，此时此刻，我们学习和弘扬这些优秀同行的精神，是对四川抗震救灾工作的一种支持。虽然我们教师的工资不高，但在这次捐款赈灾活动中，我们学校的全体老师都慷慨解囊，同时也号召了全体学生家长献出一切爱心。此时此刻，我们学习和弘扬这些优秀同行的精神，也是对中华教育崛起的一种相互激励。让我们立足岗位，不断纯洁心灵，培养出众多像这些教师一样的人——天地之间大写的人！

余秋雨曾说：“地震唤醒了中国人的灵魂”。是啊，地震之中，中国人表现出了前无未有的团结，舍小家为大家，甚至于以生命为代价，谁不知生命可贵？但是他们为了与自己毫无血缘关系的学生，用双手撑起倒塌的楼板，用脊梁为学生撑起生命的海洋他们用他们的行动乃至生命，向我们阐释了什么是师德，什么是爱，什么是荣耀！

暑期工作总结篇八

离开的那天早上，相机定格下的你们的一张张笑脸，灿烂而美好，可爱的、羞涩的、张扬的。回到长沙后，我总是不自觉地盯着电脑好久好久，然后傻笑，狠狠的怀念着我们在一起的每一天。

每天一清早最欣喜的就是看到学生们的身影，还有听到那一声声清脆的“老师好”，那些憨厚的、可爱的脸庞在这几天的相处中已深深的印在脑海里。

第一次走进孩子们的世界，走上讲台，看着孩子们好奇的眼神，有点惊慌失措，假装镇定的喊出“上课”，然后便听到“老师好”的声音，响亮的能震破你的耳膜，让你觉得你责任重大，你开始讲课，用你有些颤抖的声音，但这并不影响孩子们的积极性，他们用渴望的眼神看着你，时而低头记录些什么，时而和同桌讨论着。有时候气氛活跃的让你有些承受不住，你可能会冲着他们凶神恶煞的大喊“安静、安静”，可是你的心里却是装满喜悦的，就想着要时间停在这一刻，孩子们簇拥着你，而你只想倾你所学来满足他们对知识的渴求。

走下讲台，你又成了他们的姐姐，他们会肆无忌惮的拍着你的肩膀，跟你说笑，或者还会恶作剧的在你的脸上抹粉笔灰，然后坏笑着跑开。或者在你家访的时候，偷偷的在你的包里塞一条黄瓜，在课间活动时把他们最心爱的玩具塞给你，其实你是害怕的，害怕自己的力量太小，承受不住他们的浓情厚意，所以只有更加努力。

第一次走进老人们的世界，走进大山，调研活动中，问到老人的生活时，老人们深凹的眼眶总会涌出浑浊的泪水，划过被岁月刻下痕迹的脸庞。儿女外出，留下儿孙要照顾，家中劳务繁重，物价又不断上涨。经济来源欠缺。而你问到生活意义时，老人们却是很积极乐观的态度，“现在的日子好啦！”

我是经历过旧社会的人，那时连吃的都没有”，“现在的日子好啦”老人们总是重复着这句话。“生活肯定有意义，没意义怎么活？”你被老人们的乐观感染着，心情也变得欢快起来，老人们的世界其实很简单，可能岁月让他们看透着世间的变幻无常，“还是过好现在”不讲以前有多艰苦，也不管以后还有多少坎坷，老人们只想过好现在。老人的浓厚的乡音中透着坚定，让我铭记。

在xx□只要你走进一户人家，他们必定会用自己认为最珍贵的东西招待你。就这样不断地收获着感动，不断地走向成熟，我想说，成长的日子有这么一段经历，真好！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

暑期工作总结篇九

暑期主持工作是一项充满挑战的工作，能够磨练人的沟通能力和应变能力。本文将从对主持工作的理解、准备工作、主持技巧、团队合作和成长感受五个方面，分享我的暑期主持工作心得体会。

首先，对主持工作的理解对于工作的整体把握非常重要。作

为主持人，我要具备一颗活泼开朗的心态，以及对待每个节目的极强责任感。我要了解节目的内容和目标受众群体，明确自己的主持风格，并注重与观众的互动。同时，我要时刻保持良好的形象和气场，给观众留下深刻的印象。

其次，准备工作是主持成功的关键。在主持节目之前，我需要做大量的功课来了解节目的具体内容和背景知识，并和节目组沟通，明确节目的流程和要求。在准备过程中，我要运用自己的创造力，为节目添加一些亮点和趣味性。此外，我还要熟练掌握各种工具和设备的操作，以应对可能出现的技术问题。

第三，主持技巧是提升节目质量和吸引观众注意力的关键。我要注重语言表达的准确性和清晰度，善于运用幽默和比喻，以增加观众的兴趣。此外，我要有良好的听力和观察力，及时捕捉到来自观众的反馈和需要，灵活地调整自己的表达方式。同时，我要注重节目的整体安排和控制，使节目节奏紧凑有序，给观众以愉悦的视听感受。

第四，团队合作是主持工作中不可或缺的一部分。作为主持人，我需要和节目组密切合作，共同制定节目的策划和设计方案。在现场，我要与工作人员保持良好的沟通和配合，确保节目的顺利进行。此外，我还要与其他主持人或嘉宾合作，共同打造出更有趣、更有吸引力的节目效果。

最后，暑期主持工作不仅仅是一份工作，更是一次成长的机会。通过主持工作，我不仅锻炼了自己的口才和应变能力，还提升了自己的自信心和综合素质。经历了一次又一次的主持，我逐渐找到了适合自己的主持风格，并且学会了如何掌控现场气氛和与观众建立良好的互动关系。这些经验和收获将对我今后的人际交往和职业发展产生积极的影响。

总之，暑期主持工作需要我们具备一定的理解力、准备工作、主持技巧、团队合作能力，并能从中不断成长和提升。通过

这段经历，我深刻体会到主持工作的重要性和挑战性，也意识到主持工作是一个不断学习和成长的过程。我相信只要不断努力，我会在以后的生活和工作中发挥出更多的潜力。

暑期工作总结篇十

“阅读不能改变人生的长度，但可以改变人生的宽度，教师暑假读书计划。阅读不能改变人生的起点，但可以改变人生的终点。”学校作为教书育人的场所，应率先成为学习型组织，教师作为育人者，应使阅读成为一种习惯。把我校建设成为一所充满“书香气”的学校一直是我们努力的方向，我们希望全体教师能身先士卒，成为学生读书的榜样。为此，特制定我校教师暑假读书活动计划。

营造品读经典的读书氛围，学习名家教育智慧，进一步促进教师养成乐于读书、善读经典的良好习惯，探索新形势下教师读书活动的特点和规律，建立读书交流平台，创建学习型组织，推动教师业务学习专业化、终身化。

培根说：“凡有所读，皆成性格。”书是文化的传承，文明的记录。多读书，读好书，就会增知识，长见识，优化气质，提高我们的素质，资料共享平台《教师暑假读书计划》。放假前，老师可以到教科室进行借阅，也可以在暑期自购优秀图书。漫长的暑假正是教师为自己充电的最佳时间，希望老师能在暑期期间读好一本书。暑假期间，人人写好一篇读书心得，学校将组织老师开展读书交流活动，8月30日前上传至教育博客。

利用暑期时间，教师进行自主反思、研究与反思，撰写一篇高质量的教育教学论文，积极参加苏州市的论文评比。9月份有两项论文评比，即苏州市陶研论文评比和苏州市教育教学论文评比。35周岁以下教师至少参加一项，35周岁以上教师自愿参加。（论文通知详见ftp的教科室文件夹里，均有参赛表需要填）

8月30日截止。四号宋体□a4纸打印。

打印稿（参评表附上）交至教科室。

（1）阅读教育教学专著，完成高质量的读书摘抄，选择经典语段或章节，字迹端正，页面整洁。

（3）上交时间：8月30日