

# 暑假社会实践总结(模板10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。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 暑假社会实践总结篇一

经历了将近一周的社会实践,我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面,实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋,它给我们带来了意想不到的效果,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社会、了解社会的机会。

千里之行，始于足下

这次社会实践也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对未来的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。

## 暑假社会实践总结篇二

实践，对于我们高校生的成长来说，是一件很有帮助的事情。尤其是对于我们刚刚进入高校的学生而言，更是须要去把握的一件事情。这一年高校的沉淀，渐渐让我明白，一个人的进步绝大部分是依靠于实践的，只有我们真正亲身去体会了，去感受了，我们才会明白，理论的基础是实践，我们的生活

也是在实践当中形成的。

这次暑假我父母通过介绍，让我去了一家超市做收银员，一起先我觉得收银员这样的工作没有什么好做的，看起来很简洁，没有太多实践的意义。但后来父母始终坚持，希望我去历练历练，我才勉强答应了这一件事情。第一天去接受培训的时候，我是没有太多激情的，当时自己也没有想明白该怎么去做，所以对一切都有些迷茫，好在相识了一个新挚友，有个伴，不然我也不知道自己该怎么坚持下去。进入培训之后，我才发觉原来作为前台的一名收银，是这么一件重要的工作。的确，收银是和金钱打交道的工作，在一些细微环节方面都是要多加去留意的。也是通过这一次培训，让我对收银这份工作有了不一样的看法。收银这份工作并不是我们平常看上去那样，只要扫扫商品，收收钱，其实更多的是我们看不到的一个部分。比如说对待工作的一个看法，必需是要严谨的。

这次在收银工作当中我也遇到过用假钞的。在这件事情上我是吃过亏的，所以我特殊的在意这一点，我也在培训当中仔细的学习了如何识别假钞，在工作中遇到这样的状况时，能够特别从容的去面对，并且处理好这个问题。第一次处理的时候，我还是有点惊慌的，不知道该怎么办，后来领导过来帮助了我，我也从中学习到了一些技巧。有些人其实就是欺压你年纪轻，抱着一种侥幸的心理。在这份收银工作上，你必需把自己当做一个进入社会的人看待，也要勇于去挑战任何一项磨难，不要怕事，为自己建立起自信，主动英勇的面对每一个人，每一件事情。

这次实践教会了我许多在学校没有学习到的学问，首先就是在思想上，我变得更加的严谨仔细了。不管对于工作还是学习，都会尽量保持一个严谨的看法。其次就是保持一个醒悟的状态，调整好自己的作息，保持充足的精力，给自己一个好的状态去工作和学习，这是我须要去培育和学习的方面。

## 暑假社会实践总结篇三

短短的三下乡暑期社会实践活动起于20××年7月13日，截止于20××年7月21日。

在这次三下乡活动中，我的主要任务是：教三年级两个班的跆拳道课、辅助手工课、负责一个文艺汇演的节目。

跆拳道课完成左、右战式，上中下格挡和前踢三个教学内容。

在手工课中帮忙解答学生提问，维持课堂秩序，并完成一套环保服装。

作为文艺汇演节目的负责人，主要的工作是在七天内教会六个四年级学生打太极一章并能够在台上跟着背景音乐演出。刚开始排练节目时，由于报名的学生过多，每天教新的动作后需要很长的时间去纠正和复习，导致排练跟不上进度。后来在师姐的建议下挑几个学得好的学生进行继续排练才解决了问题。最后在表演节目时，除了背景音乐出了一点小问题外，六个小学生都开心并成功的完成了演出。

除了完成主要任务，在空闲时间我也会去旁听别的老师的上课。

在和小学生一起上课的过程中，我发现他们中的大部分人很愿意回答老师的问题。特别是碰到自己有能力回答的知识，他们就会信心满满的大声回答，并且会把注意力瞬间集中起来。如果这时候老师再来一句表扬，他们会显得更加开心。其实，孩子们的心思不多，别人的一句表扬或批评都能让他们去琢磨。受到表扬了，他们就会觉得这是对的；受到批评了，他们也会知道这是不应该做的。当然，得出一件事情是对的还是错的都是结果，我们更应该教他们判断的方法，而这会潜移默化的影响他们价值观的形成。好孩子都是夸出来的，给学生的表扬会增加他们的自信，会鼓励他们做得更好。

在我看来，三下乡实践活动的举办是非常有意义的，它不仅给小学生们带去了新思想、新事物，丰富了他们的暑期生活，也给当了这么多年学生的我们一个反转角色的机会，即使我不是师范生，但也让我明白到了教育工作者的艰辛，还有团队协作对于一个活动的成功举办有多么的重要。

## 暑假社会实践总结篇四

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，

就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

这次的认识时间是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，在大三学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这一个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我

们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快的熟悉了酒店的基本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造的利益。实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他心员工一样，从酒店基本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店紧密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

## 暑假社会实践总结篇五

一年一度的寒假又来了，风吹的很冷很冷，冰印在了每一个地方，在这个寒冷的季节里做一些有意义的事才会觉得心情

暖和。作为一名刚踏入大学生生活的我，在这个寒假里有很多的事需要我去做，我去完成，我去感悟。作为一名刚踏入大学的我，开始了自己的第一个寒假。作为一名刚踏入大学的我，这是一个体验生活的寒假。寒假里，我第一次去打工挣钱。

这个寒假里，我体会到了打工并不是一件容易的事。打工是一件很累的事。刚开始的时候只是觉得好奇好玩，可当真正的进入那个角色的时候，所要完成的任务就不是一好奇好玩的事。你得为自己的每一份工资付出每一份的收获。讨厌做同样的动作，一遍两遍就是为了好玩，当做上同样动作几百遍的时候就觉得那是累了，无聊了。我第一天就想放弃了，因为我觉得我受不了，太累了。可是想想，生活都是累出来的，这里不累，那里就累的。凡成大事者，都会自己更多的安慰。于是，我又坚持了下来，一天两天，，三天，四天……一直到第九天，终于完成了工作。细算一下，自己居然也有一千多的工资，想着心里乐滋滋的。当第一份工资在我手机的时候，看着它，有一种莫名的成就感。那是一种来自心里真实的想法。可是我发现我有点舍不得用自己打工挣来的钱，我心想那是自己辛辛苦苦得来的，留着吧留着吧！想到自己以前用钱时，心里觉得很是对不起爸爸妈妈。爸爸妈妈的钱也是辛辛苦苦得来了。以后我要节约用钱。只有坚持下来的人，的人，才会得到结果。其实有很多的事，只要我们愿意去做，愿意去尝试，会发现原来会有另外的一种收获。每个人都一样，坚持，就是再坚持，总会看见奇迹的。。

今年我们修文县对计划生育这一块抓得比较紧，政府也很重视这一方面的知识宣传。街道上写着；少生优生幸福一生，计划生育是每个公民应知识的……村里也有很多的宣传单，和日历。我帮村长发了一些宣传单，同时也简略的说了一些国家在这一方面的优惠的政策。我国在对于农村独生子女是有很大的优惠的。比如，农村独生子女在初中考试和高考时可以加十分，而且有的还可以减免学费。学校的很多助学金都是优先考虑农村独生子女的。同样，农村双女也可以享受这



一方面的优惠。对于大人来说，农村独生子女有奖金六千元，而且在年满六十岁之后国家也对老人有相对的补助。这样的政策是利国又利民的。其实，在人类越来越多的情况下，在经济高速发达的情况下，计划生育对于农村来说是非常重要的。农村的教育水平本来就低于城镇的，加分政策有利于让更多的孩子走出农村，而且现在养一个小孩不再像以前那么简单，现在养一个的小孩的开销是非常的多的，对于只有靠作物做为收入的家庭来说是远远不够的。国家在计划生育方面有优惠的政策可以使孩子大人都得到更多的优惠。不仅可以锻炼自己的胆量还可以增加自己的知识。计划生育作为我国的一条基本国策，做为中华人民共和国的公民，我们也应该要有所了解。

这次寒假社会实践活动有很多的体会和收获。也让我学习到了很多东西。这个寒假过的非常的有意义，同时也过的非常的充实。充实的生活才有意义，有意义的人生才充实了。这个寒假虽然冷，但冷的心里暖和和的。

## 暑假社会实践总结篇六

### 一、前言

大学生就业困难一直以来都是大家关注的热点话题，诸如北大的学生卖猪肉、做清洁工这样的新闻已经数见不鲜，大家对大学生就业问题的态度也开始有所转变，从开始严肃紧张变为无奈的戏谑，“毕业就是失业”这样的话几乎成为毕业大学生的一句流行语。

其实出现大学生就业困难的问题并不仅是跟当前的经济状况有关，因为在实际情况中，一面是大学生找不到工作，一面是许多企业和单位面临着用工荒，所以就业困难这一问题还与大学生的职业价值观等多方面问题有关。就业是民生之本，就业问题关系到社会的稳定和发展，从招聘方和大学生两者之间解决需求矛盾，是解决这一问题的关键。

师范生是大学生群体中特殊的组成，他们的就业方向基本固定在教育机构，而教育机构每年提供的岗位数量一定，出了免费师范生之外的其他师范生均面临着激烈的岗位竞争，他们的就业输出方向较为单一，假如教育机构这一人力输出受阻，他们的就业问题将变得十分严峻，所以毕业师范生对用人单位的职位要求以及就业趋势的了解，将有利于帮助师范生解决就业问题。

在招生就业处和校团委联合组织开展的第四届“千名学子闯市场”暑期社会实践活动中，我们翠玉清溪小分队针对师范生的就业问题对云南省玉溪市民族中学展开了调查，从局部情况和全国情况作了对比，在调查中获取了许多重要信息，希望它能够在师范生的就业问题上起到一定的积极作用。

## 二、正文

20xx年7月4日由西南大学云南·玉溪籍学子组成的“翠玉清溪”小分队一行六人走访了玉溪市民族中学。在该校办公室副主任普春文老师的配合下，了解了玉溪市民族中学20xx年的教师招聘情况，顺利完成了此次“千名学子闯市场”活动。

这次采访活动主要围绕着需求层次、应聘要求以及工作安排三个方面对在免费师范生、师范生和非师范专业三类教师资源的招聘上进行了讨论。其招聘情况如下：

玉溪市民族中学20xx年计划招聘高中教师9名。其中化学老师3名，生物老师2名，英语老师1名，物理老师1名，通用技术老师1名，舞蹈老师1名。至20xx年7月4日，已签约教师3名。其中2名为生物老师，1名为化学老师。已签约的3名教师均属于免费师范生。

普春文老师告诉我们，目前学校现任教师大部分都毕业于教育部直属的6所师范大学，学校在进行招聘时也更多地青睐于这6所大学的优秀毕业生。“不仅仅是因为免费师范生各方面

的能力与素养都高于其他师范类学校的毕业生，而且因为免费师范生政策是国家推进教育发展的一项重要举措，我们必须积极响应国家号召。”

据了解，玉溪市民族中学对应聘教师的考核主要通过笔试、面试和试讲来进行。“每个应聘者都要做一套由相应的教学小组出的试题，我们比较重视应聘者的专业素养。”这是玉溪市民族中学招聘教师的传统，而往往也是在这一关，很多师范生落选了。

当我们问及应聘者存在的问题时，普老师说：“一方面是他们的专业基础不够扎实。有些师范生在笔试环节，竟然连及格分都考不到。另一方面是缺乏锻炼和创新。有些试讲者在试讲时过分紧张，以至于到后来不知所云。有些试讲者讲课时过于‘冷’，无法调动学生的积极性。”

无独有偶，玉溪市民族中学在岗位招聘中的态度和面临的问题是全国许多教育单位所共有的，可以说，玉溪市民族中学的情况是在整个师范生就业大趋势下的具体表现。

从全国范围来看，师范生就业呈现冰火两重天，师范学校分层非常明显。华中师范大学就业指导中心主任曾浩分析，6所国家直属的师范学校（北师大、华东师大、东北师大、华中师大、陕西师大和西南大学）的学生供不应求，西北师范大学、湖南师范大学、南京师范大学、华南师范大学、河南师范大学等几所地方的师范大学就业形势也不错，其他省属、地属的师范院校就业形势较为严峻。从就业地区和求职方向的调查结果上看，一线发达城市仍为学生就业的首选，占58.53%，二线城市占20.6%。

中学教师的学缘结构转向师范院校和综合性大学共同培养，非师范专业毕业生和社会人员通过教师资格认证进入教育系统，师资来源多元化。今年来，在全国范围内逐步开始实行教师资格认证制度，面向社会吸纳师资；同时，鼓励综合性

高等院校参与培养、培训中小学教师工作，使得师资来源多元化。但由于受社会认同和学校品牌的长期影响，普教系统仍然是师范院校尤其是部属师范院校的优势就业领域。

地区优秀师资缺口巨大；在经济发达地区，发展教育事业得到了物质保障，适龄学生有条件接受高中教育，不少地方高中升学率接近或达到100%，高中需要扩招，加之近几年民办学校、职业学校大量兴起，这使得师范生就业机会增多，又势必在教育系统内为毕业生拓宽了就业市场。

另一方面，教育系统编制缺乏，很多现任老师还在体制系统之外等待入编。由于大城市对于毕业生有很大的吸引力，毕业生就业首选北京、上海等大城市，而在这些一线城市，中学教师岗位日渐饱和，又受到户口和编制的限制，不可能再大量接收毕业生，而且北京的中学也主要接收硕士生和博士生。因此，在普教系统就业面临较大的竞争和压力，近两三年来，中西部省会城市及一些经济发达地区的二线甚至三线城市将会成为毕业生的聚集地。

### 三、讨论

近年来国家致力于维护就业公平，逢招必考，教育局和中学通常也要通过面试和试讲确定教师人选，很多比较好的中学在招聘季节内通常要从北到南，在全国范围内选拔优秀毕业生，不夸张地说，最终录用的毕业生真是百里挑一。在教育系统就业，唯一的资本是自身实力，相比其他领域，选拔过程和录用结果更具公平性，因此，毕业生的个人素质和能力尤显重要。

在选择教师的标准上，除了要求有教师资格证、普通话等级证、计算机证等硬性条件外，教师岗位还需要应聘毕业生具有较强的沟通能力、语言组织表达能力、外在气质等综合素质和能力，很多用人单位表示录用教师“第一看专业成绩，第二看个人能力”，除了专业知识，学校最看重的是毕业生

的组织管理协调能力和沟通能力。

中学老师不仅要与同事、学生打交道，还要与学生家长打交道；不仅要传授知识，还要擅长处理学生之间甚至家长之间的矛盾问题，很多毕业生没有实际社会经验，不会与人打交道，只能“独善其身”，不会解决复杂问题。随着用人单位对学生素质要求的不断提高，学生的表达能力、人际交往能力、管理组织能力等越来越受到重视。

从对学生培养目标和方式来看，在研究型 and 师范的特色之间，实际上更偏重研究型，学校和院系侧重对学生学术研究能力的培养和考查，忽视对学生进行教师职业技能的训练，这样的培养目标使学生基础知识扎实、学习能力强、科研能力强，但其他能力却相对较弱。

#### 四、总结

随着国家师范生就业政策的变化和大学生就业市场化的不断深入，师范就业市场本身的资源配置情况发生了较大变化，6所国家直属的师范学校的师范生就业情况良好，地方师范学校的师范生就业情况较为紧张，免费师范生在各地的就业情况良好，具有优先权。

在教育系统就业，毕业师范生的能力至关重要，一方面是专业知识，另一方面是教学能力，两者缺一不可。毕业生缺乏教师职业技能训练，是毕业生和高校都必须重视的问题，这个问题非师范院校的毕业生需要自己解决，师范院校的毕业生同样也需要补补课。

这次暑期社会实践让我们在就业问题上打开了新的窗户，看到了以前不曾注意到的问题，让我们了解到只有站在总体的高度去看待问题才能更全面地了解实际情况，为将来的奋斗目标做好自己的打算。虽然活动区域不是很广泛，收集到的资料也很有限，在整个过程中也有许多疏漏，但我们还是收

获了很多课本里没有的知识，为我们踏入社会做了一些必要的铺垫。社会实践为大学生与社会搭建了沟通桥梁，知识与实践相结合，才能贡献出我们大学生应有的价值，实现自己的人生目标。“百无一用是书生”，我相信我们大学生会用自己的行动，在就业方面攻克难关，让这句话永远贴上“谣言”的标签！

二xx年七月十三日

## 暑假社会实践总结篇七

暑假结束，学生返回学校，可以看出，他们渡过了一个有意义、有收获的暑假，依照暑假前制定的20xx年暑假社会实践方案，各班都能认真组织实施，效果显著。在班主任的细致安排下，每个同学在暑假中积极参加社会实践活动，学习本领，增长知识，陶冶情操，锻炼身体，走进社会，走进生活，主动提高自己各方面的素质。

20xx年是一个重要的年份，改革开放三十周年，第xx届会在北京举办，在暑假中，同学们热切盼望会的举行□20xx年8月8日，会开幕，同学们的爱国激情被点燃，为健儿喝彩、加油、助威，每获得一枚奖牌，同学们都会感到热血沸腾，他们也为没有获得奖牌的运动员加油。

看着精彩的会，同学们也用各种方式表达自己的感受，他们拿出纸和笔，进行着一幅幅手抄报的创作，内容丰富：金牌榜、银牌榜、铜牌榜、奖牌榜、我爱、赛况实录、北京欢迎你等；他们也抒发着自己的感受，写出了自己的观后感。

在暑假中，同学们没有忘记灾难中受灾的人们，虽然不能到灾区贡献自己的力量，但同学们纷纷拿出自己的零花钱，捐献给灾区，同时，同学们被抗灾英雄的事迹感动着，尤其是同龄人中那些令人敬佩的小英雄。同学们制作了“抗震救灾英雄谱”“抗震救灾少年英雄”的剪报，表达着对抗震救灾

中的英雄人物的敬意。同时，同学们给灾区的小朋友写了慰问信，关爱灾区小朋友的活动，写上自己的交心语，帮助灾区小朋友摆脱心理阴影，坚强面对困难。鼓励他们要坚强起来，好好学习，有全国人们的援助，任何困难都会被克服，受灾的地方一定可以重建美好家园。

在暑假中，以班级为单位，学生根据自己的居住地分成了若干“假日小队”，每组15人左右，选出了小队长，负责活动的组织，记录等。这些假日小队有：环保小队、阳光小队、宣传小队、清洁小队、爱心小队等等，他们积极参加社会生活，参加社区劳动，进行宣传，在活动中锻炼了组织能力，实践能力。

在平时的生活中，很多的家长容易娇惯自己的孩子，只要求孩子好好学习，考一个好成绩，不主动让孩子做家务。针对这方面的问题，学校召开家长和家长沟通，交流教育孩子的科学方法，有计划地培养孩子在平时的生活中做家务的习惯，假期中就更要做自己力所能及的家务。假期结束，很多同学在这方面做的很好。

学生能够走进社会，做一些公益宣传，公益活动，关心公益事务，体现出了一个祖国小主人公的风采。他们能够走进生活，主动帮助家长做家务，从中体会到家长的辛劳。

在暑假中，同学们通过主动做家务，到集贸市场购物、理财、下厨房做饭等方式，理解了父母为自己做的事，理解力父母对自己的养育之恩，教育之恩，体会到父母的良苦用心，感受到了父母对自己深深的爱。在劳动中，同学们的感情自然流露，写日记，写作文，表达了对父母的爱，对父母的理解，对父母的感恩。在感恩中，同学们长大了，慢慢改变着自己，慢慢进步着。

在学校中，同学们都能在老师的教育下自觉遵守学校的行为规范，但有些同学一离开学校，就不能很好地控制自己，不

注意自己的言行。暑假中，学生离开学校，对已经养成的好习惯能否坚持下去，就是一个考验。通过学生主动的礼仪学习，学生在这方面有了很大的进步。他们学习礼仪，并从身边做起，从小事做起，自觉养成良好的文明行为习惯，告别了不文明行为，自觉提升自身道德素质，做文明学生、文明公民。积极遵守交通规则，注意交通安全，并能积极向周围的人宣传交通安全法规和知识。

学生有一个强健的体魄，才能在将来更好地为国家做贡献。暑假中，同学们在精神的鼓舞下，向体育健儿学习，每天能体育锻炼至少1小时，跑步、做操、习武、各种球类、陀螺、跳绳等，还参加了多种多样具有趣味性和游戏性的活动，从而提高了学生的体质，愉悦了身心，促进了学生的健康成长。在一个假期的体育锻炼中，学生把锻炼身体当作生活中不可缺少的一部分，逐步养成了良好的锻炼身体的习惯。

在暑假社会实践活动中，也存在着一些不足之处：

2、很多的学生都能在整个暑假中参加社会实践活动，有的则不能做到持之以恒；

4、大部分学生都能在社会实践中全身心地投入，从中受到深刻的教育，但也有少部分学

生的社会实践活动不够深入等等。

这些问题在以后的社会实践活动中需要加以改进，老师布置工作时要更加的科学、细致，认真组织、实施，争取使活动取得更大的实效。

## 暑假社会实践总结篇八

今年暑假挺短的，不到一个月，但还是不想放过这个难得的假期，想找点事做。毕竟上了大学，马上就要步入社会了。



找点事做，增加自己的社会阅历，拓宽自己的知识面也是好的。反正在家闲着也是闲着。我真的不忍心浪费青春！

回家后和亲戚朋友打了几天招呼，然后还剩十几天。问题是，谁愿意雇佣一个工作十天的员工？我开始找几家想当服务员的酒店，但是都被老板委婉的拒绝了。有一天我和姐姐聊天。姐姐说现在是夏天，药店挺忙的。而且还要带孩子，真的有点忙。姐姐问我愿不愿意去她药店帮忙。我想了想。在这么短的时间内找到工作不会花很长时间。再说了，没地方用我。继续找是浪费时间。虽然我学的是计算机专业，和医学无关，但是我觉得多了解一些知识还是好的，健康和每个人的生活息息相关。于是我答应姐姐去药店帮忙。

南方的夏天真的很热很疯狂！是三十度！还好药店有空调，但是每天在烈日下骑车去药店很痛苦。但是恶劣的环境在唤起我的斗志。我想克服环境的短缺。虽然天气很热，容易困，但我仍然需要振作起来，努力工作。我不能马虎和懒惰。

由于我是非卖药的，不能随便卖药，所以只是帮忙打扫卫生，在药店做一些保洁工作，也收利润之类的。生活不是很沉重。一开始，我真的不想做。我觉得我学不到任何东西。我还不如在家看电视，但是我姐姐对我很热情。我想过几天再说。我们需要适应我们社会自下而上的环境。我不想一开始就停止工作。我必须坚持下去。为了让你在自己的工作环境中工作轻松，你必须尽快熟悉你的工作环境。

药房只有一层，面积不是很大。早上去。我先扫地。我要扫遍每一个角落。有顾客来了，我要上前礼貌的说：“请坐，稍等，我姐马上就来。”然后我去给姐姐打电话（她很忙，经常不在）。在等姐姐来的同时，我会随意和客户聊天，让他不会觉得等太久。没人来的时候，我擦柜台玻璃。不要低估这份工作。真的很累。擦完柜台后，没事的时候会看一下药品的说明书，了解并记住每种药的作用和禁忌，增长见识。有时候和姐姐聊天，问她一些疾病的病因和治疗方法。姐姐

有时候会跟我讲我工作中的错误和不足，我虚心听她讲。她说，看一个人不仅仅是看他的学历文凭，更重要的是看他是否勤奋踏实。我承认我有点懒。姐姐也对我说：“你和我们不一样。你受过高等教育。你要多利用时间不断学习，不断充实自己，不断提升自己。年轻人不应该害怕痛苦。他们年轻的时候，不吃亏。老了会不会吃亏？”的确，听了姐姐对我的好话，我真的把思维和理解提升到了更深的层次。某种程度上，姐姐给我指出了一个好的方向。

还有一次，和姐姐聊天的时候，姐姐一颗坚强的心说：“一个人在学生时代最重要的是学东西，增长知识，锻炼能力。尤其是在大学学习的时候，在寒冷的夏天参加社会实践活动是一个很好的锻炼机会。赚钱不是主要的。作为学生，能挣多少钱？等你毕业了，赚钱的机会多的是。然后姐姐给我讲了他的学习情况。他说他，姐姐的话很打动我。

在药店学了很多，至少能应付经常感冒，知道什么症状什么药比较好，而不是一感冒就吃感冒药，这样往往会浪费钱。我也知道腹泻的严重程度，吃什么药；瘀伤怎么办…是一个与日常生活相关的重要知识。

这次社会实践让我感触良多，学到了很多书外的知识。不仅意识到了与人交流的重要性，锻炼和提高了自己的交流能力，还对医学知识有了感性的认识，认识到了医生的价值，真后悔当初没有选择医学！开个玩笑，我知道我学的专业计算机在社会上也很重要。我对自己的收获由衷的高兴，也清楚的意识到自己的责任很重。

药房给我印象最深的是每天匆匆而过的路人。在我眼里，药店是只有病人去过的地方，能避开的人也能避开。因此，药房的特殊定义给了顾客一个特殊的表达。大部分都是焦虑或者生病。总之，各种各样的面孔每天都在不断变化，药店仿佛是人生的哗众取宠，演尽了各种悲欢离合！虽然每天早上9点到5点的工作时间很长，有时腿还会时不时的酸痛，但是当

我听到一些客户不经意的夸奖我的态度时，我所有的痛苦都消失了，这让我感到很欣慰，我知道如何克服工作中不可避免的困难。同时也让我更有信心去做实事，更好的服务大众和社会！

这项实际工作给了我接触社会、服务社会的机会。它不仅锻炼了我克服困难的意志和能力，也让我在实践中积累了一些在学校或书本上学不到的经验！然而，现在大学生步入社会进行社会实践的机会很少。在我看来，当今社会的大学生应该参加社会实践，更好地锻炼自己，丰富自己，通过实践中的努力实现自己的人生价值！社会实践活动实际上是适应时代发展和青年学生成长需要的活动，意义重大，影响深远。当今社会需要具备知识、专业技能和工作经验的高素质人才。作为大学生，要勇于参与社会实践，更好的锻炼自己！

所以，我在药店的经历教会了我，在残酷的竞争中保持平和的心态是多么可贵。而这些都是我踏入社会后会一直记得的：耐心、包容、关心、负责、友善。我想这应该是我今年最有收获的假期了！同时让我知道什么是尊重劳动！虽然这是一种没有任何回报的做法，但我从心里知道，钱来之不易，弥足珍贵。所以，体验工作和想象工作是不一样的。我终于明白，世界上有很多金玉良言，我们似乎都懂，都懂，但其实还有很长的路要走。只有真正经历过，才能在心中留下印记。回顾过去十几天在药店的实践，虽然没有惊心动魄的场面，但却是曲折的，给了我很多人生的灵感和动力。我深深体会到一个很简单的道理，那就是梅花香来自苦寒，剑锋来自削尖！与此同时，我终于意识到在就业形势如此严峻的大城市找个位置是多么容易。

此时虽然已经离开了药店，但这十天的经历将伴随我的大学生活，让我受益终生。我觉得这样对我以后的工作生活会有很大的帮助！

## 暑假社会实践总结篇九

练习时间□xx年7月9日至xx年8月28日50天

为了提高自己的独立性和对社会的适应能力，学习如何处理人际关系，锻炼适应变化的能力，提高自信心，增加阅历，暑假后我做了这个练习。林西钟毅药房销量好，客户多，业务繁忙，是一个适合锻炼工作能力的地方。

xx年7月9日，我正式来到钟毅药房，开始了我的暑期工作。我来的第一天，老板就给我具体介绍了工作，负责药品的装载和储存，接待客人。这项工作听起来很简单，但对我来说也是一个挑战。首先，药品种类繁多，药品名称复杂难记。每次装货我都是最慢的。因为需要对所有新药进行分类，所以我花了很长时间才熟悉了所有的药物放置位置。然后就是仓储。我不仅需要把备用药品拿到仓库，分类整齐，还需要把药品的具体数量和价格输入电脑，这是我需要花时间学习的。最后，我的主要任务是接待客人。一天遇到各种各样的人，可能和性格有关。开始工作的时候总是不敢和陌生人说话，不知道说什么好。后来经过老板的指导和缓慢的摸索，我才能够愉快的和进店的客人交流，指导他们去哪里买药，付款。一个多月了，明显感觉自己适应变化和与人交流的能力提高了，最重要的是增强了自信心。

整个社会实践总共50天。这50天我最大的体会就是，有些事情看似不可能完成，但如果敢迈出一步，就会发现，看似很难完成的事情，其实并没有那么不可逾越。这种做法拉近了我与社会的距离，开拓了我自己的视野，增加了我在社会实践中的经验。社会是学习的大课堂，不同于学校和家庭的象牙塔。只有融入社会，才能为未来更激烈的竞争打下更坚实的基础。

实际上，实践活动的主要目的是让我们实现自我超越。在药店实习的这段时间里，人们付出的不仅仅是汗水，还有生活

和工作的智慧和技巧。所以，我变得更加成熟，不再那么脆弱，更加坚强，学会了独立，懂得了父母的难处。以后认真学习，努力工作，才是真正的生活。

## 暑假社会实践总结篇十

暑假期间，我成为了xxx公司的一名临时业务员。在这次社会实践中我领悟到了许多，现总结如下。

我主要负责了解企业的用工情况，争取让需要招工的企业委托我们招聘。公司也是一个职业培训学校，企业可以委托我们培训。我们也接到了xxx的指标。由于xxx公司委托我们招工，所以求职人员较多。我就临时接受了这个工作。

在工作中看到了自己某些方面的不足，也看到了自己的价值。记得去xxx公司了解用工情况那一次，自己虽是拿到了xxx的单子。可后来才感到自己是做得多么不得体。现在人们常常提到的要给人好的印象，而我也深知这个道理可我却没有做到。可能是因为自己第一次出来工作的缘故，就有点拘谨，紧张。而且面对对方提出的我们公司人才库是什么情况时，我避开了回答。经过这次的教训，我就去更加深入的了解了公司的情况，不至于回答不出对方想了解的且我也应该知道的公司的有关情况。一促而成的事少之又少，都必须经过探索、思考、改进，少了磨练是不行的。

在工作中遭到了和人交流时的冷面孔，也饱尝了大家共同流汗，相互微笑的甜蜜滋味。不可能人人都会那么友善的对待你的，就算遇到冷面孔也不要让灰心，争取让别人改变对你的态度才是最重要的。虽然有遭遇冷面孔的不开心，可公司这个大家庭也会给你慰藉。我们公司在和xxx公司的篮球友谊赛中，我感受到了公司的整体之所在，也是一个大家庭。不管是在场上拼搏的，还是在下面呐喊助威的，都把公司的荣誉和自己紧紧的绑在一起。当胜利的那一刻，大家相互微笑，

汗水也不在是咸的而是甜甜的蜜。大家都为这个集体而自豪着。

虽然这次社会实践，不是与专业知识紧密联系的，但它对我是有不可磨灭的作用，从中学到的东西也会让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。

通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。