

# 2023年假期实践活动总结初中学生 大学 假期实践活动工作总结(实用5篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 假期实践活动总结初中学生篇一

20xx年大学生寒假实践活动小结假期的尾声又一次靠近我，我却显得格外的平静，心底荡漾着的是生活这条长河，那汨汨的水流就像这每一个个假期一样，让人眷恋，又让人深思。清楚的记得当牛年的钟声敲响的瞬间，我的心情和现在一样，一样平和，一样安宁。对于孩子们来说，我变得老成了；对于年轻人来说，我沉稳了；对于年长者来说，我长大了；而对于我自身来说，我在渐渐找寻到了自我。

成长就是这样一步一个脚印，踩在每个亲人的心头，印在每个师长的心底。假期里，一如往年，走访过每个长辈，他们都能讲出我小时候各种各样的故事，让走过岁月的我从记忆中拾起那些点滴的童真故事；拜探过每一位师长，他们都会给予我充分的肯定，让我在今天依然可以坚定的无悔的前行。感恩的话再多都无法表达这些亲朋好友从小到大对我的帮助和扶持，也许对他们来说最真挚的报答就是通过不断努力后的今天的我和期待中的那个未来的我。

读书似乎成了我大学以来假期生活中必不可少的一部分。这个假期，读书的数量并不如预期那么多，但是读书的感受比较多。特别是因为今年即将踏上考研征程，这个假期的读书更让我体会到了读书的不同方法和不同阶段读书的不同状态。今年的假期重点是放在了研究生英语的词汇方面，假期刚刚

开始的前十天，也许是因为刚刚从期末考试的噩梦中缓过来，适应不了假期如此轻松自在的生活，所以读书效率并不理想，与原先的计划完全脱离。春节回家探亲期间，我仔细地思考了一些关于读书的问题，对于如何读书有了进一步的认识，并且找到了适合自己的有效的读书方法。因此我想，也许读得书并不是很多，却能够通过这次读书体会帮助新年中的读书生活，也不失为一个新收获。

每一次假期都给人以不同的体会，这不仅是因为我们自身在不断的成长进步，也是基于我们社会的不断发展和进步。就像每年都有一台新的春节联欢晚会，每台春晚都有不同的主题，每个主题都有不同的看点一样，我们周围的一切都在发生着巨大的变化，也许我们根本不用去亲身实践，只要用心留意身边的人和事，用心体会社会的是是非非，我们就足以给自己的假期画上一个完美的句号了。

当然，随着信息时代的不断推进和发展，我们接触社会的途径也越来越丰富，并不是所有的实践都要走出家门，并不是所有的启发和感受都要亲身经历后才能明白。新的时代里，网络——这个被公认为“第四媒体”的传播工具，给我们新一代人提供了便捷的机会。我们可以充分利用网络资源，了解自己所需要的信息，关注自己感兴趣的事物，掌握社会当前动态，并逐步形成自己对某些事件的看法和认识，完善自己的思想价值体系。比如，最近网上一直在征收关于中国教育体制改革的意见和建议，身为大学生的我们，更是作为旧的教育制度的亲身实践者，我们深受过旧的教育体制不合理方面的戕害，因此我们有权利也应当为国家教育体制的建设献计献策。也许我们个人的声音会很微弱，但是只要社会中的每一个年轻人都以一个社会人的身份参与到这里，那么，我们将看到的就不会仅仅是教育部门有没有采纳我们的意见，而是我们整个社会公民的热情，整个社会关系的互动，乃至整个社会民主制度的健全，到时候我们就不得不说，我们每个人以个人的一小步，推进了社会的一大进步。

最后，以xx年春晚的一个经典台词作结：“我骄傲！”

因为，我是年轻人……

## 假期实践活动总结初中学生篇二

今年暑假7月26日至29日，我们大学经济管理学院社会实践小队举行了暑期社会实践活动。

此次社会实践活动主要有赴萧山传化大地了解中国物流情况的发展，赴杭州东明山了解生态环境、赴良渚博物馆了解中国古文化以及走进社区了解市民的生活等。

环保——这个全世界为之关注的话题与我们的生活息息相关，“要促进人和自然的协调与和谐，使人们在优美的生态和环境中生活和工作……改善生态环境和美化生活环境”。

然而，什么是环境保护？人与自然协调发展，是全国政协围绕树立和落实科学发展观问题的一个重要议题。

有这样一组令人痛惜的数字：我国水资源匮乏，人均水资源拥有量是世界平均水平的1/4，许多河流开发利用超过国际30%的生态警戒线。

xx年国家环保总局统计的340个城市中，严重污染的91个，占27%。

20世纪90年代末，我国水土流失面积356万平方公里，占国土面积37.08%。

我国荒漠化土地面积达267万多平方公里。

进入工业化社会以来，人类滥用改变自然的力量，无节制地挥霍着自然资源。

水土流失、山洪暴发、土地沙化和环境污染种种严重生态危机频繁凸现，这是大自然对人类社会的一种沉重惩罚。

无数的自然灾害告诉我们：如果人类为了眼前的利益而无节制地破坏环境，必然会丧失赖以生存的自然基础，使发展最终失去意义。

具体到一个地区又应该怎样保护环境？作为大学生又该为环境保护做些怎样切实有效的贡献呢？带着这些问题，我们实践小组于7月28日赴杭州东明山举行了以“走进环保”为主题的社会实践活动。

在辅导员高飞老师的带领下，我们举行了一次登山活动。

但是这次出发，我们带着问题，一起登上了杭州东明山。

第一次亲临大自然的怀抱，感受大自然的洗礼，感受城市公园和野生公园的区别。

那里是没有废气污染，没有噪音污染的大自然。

越近山腰，空气越新鲜，于是，同学们的兴致也越来越高。

但是后来，一场阵雨不得不让我们取消了越近山顶的念头，只能被迫选择返回山脚。

男生们把雨伞腾出来给女生，女生们也你让我，我让你，一种同学间相互谦让，相互关心的集体精神在这里取得了良好的体现。

这次登山活动不仅让全体成员全面深入地了解到什么是环境保护，彻底改变了过去认为“保护环境卫生”、“抵制一次性塑料用品，防止白色污染”、“治理工业污染达到了”等就是环境保护的片面认识和错误思想，也增强了同学们的环

境保护意识，丰富和完善了同学的环保知识，到了让同学们真正“理解环保，支持环保，宣传环保”、真正“走进环保”的目的，具有十分重要的现实意义，更重要的是，通过这次登山活动体现出同学间相互谦让，相互关心的团结协作精神，以及同学间虚心学习，加深沟通，增进了解，也学到了不少诸如待人接物的交际用语和处理应急事件的社会经验与组织活动能力。

社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。

社会实践是一笔财富。

一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。

在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。

更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。

社会实践是一种动力，是体味人生的“百味筒”，是验证实力的“试金石”，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到。

走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。

任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。

行不行，实践中看！

“纸上得来终觉浅，投身实践觅真知”。

我相信，经过社会实践的磨练，同学们变得更加成熟、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。

我们有理由相信，当代青年大学生有实力承担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动!在身体上受到了锤炼，在思想上得到了启发和升华，使大家多了一份生活体验，社会实践经验和组织活动能力。

我相信，这对我以后的学习,生活和工作都将起到重要的影响作用。

#### 【四】社会实践心得

这是我进入大学后参加的第一次社会实践活动，在整个过程中自己收获了很多。

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终只有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。

其实。

平时我也是一个容易动摇不定的人，不过这次和学长们一起合作，机会难得，我坚持了下来。

我知道要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，形成了问卷调查。

其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，不过当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。

所以从这一过程中我知道做什么事都得认真对待，认真考虑。

差不多七月六号我们就开始行动了。

来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。

冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。

记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还希望我们能够给上级领导传达相关问题。

接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。

小孩老人都那么让人容易亲近。

不过我也遇到了不理我的情况，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，不过我还是走开了，自讨没趣。

其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。

可能是别人正忙或心情不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。

对比整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们可以遇到形形色色的人，此时我们更应该学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。

在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备“医疗卫生知识抢答”晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。

那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也积极踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还积极参加“关注农村，关注人民的健康”的签名活动。

对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。

首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。

第二，增强了我的自信心，让我觉得自己只要好好准备了，一定能把事情做好。

再次也让我发现了自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应场能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应了过去。

其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。

最后我们还帮园林社区做了一个安全感方面的问卷调查。

圆满地完成了任务。

通过本次社会实践活动，我得到了很多。

不管学习还是工作，我们都要做到：第一，学会坚持，坚持就会成功。



第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。

第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。

第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。

最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。

当然还有很多的收获，就不说了。

他们充实着我，增强了我的自信心。

以上便是我参加本次活动的个人总结，收获不少，在学习，工作，人际关系等各个方面，让我结识了更多的朋友，满怀信心地走进这个社会。

## 假期实践活动总结初中学生篇三

一直以来，都好羡慕学长学姐们独自一人闯天下的自由和潇洒，但当自己真正的挑起一个小小的行囊开始自己一个人的旅程时才真正体会到其中的心酸和无奈，才明白他们有多么的辛苦、而其中却有那么多的无可奈何，这时我才真正的体会到人在旅途的窘迫和无奈！才真正明白：生活两个字代表的不仅仅是平平淡淡、简简单单的生活，其中不知道充满了多少的心酸之路。

面对着即将毕业的自己，一直生活在家和学校这个温室里的我决定一个人去面对生活对我的考验。

所以在大学的最后一个暑假，我独自一人背着了行囊，离开了我美丽的学校、可爱的同学，去了深圳。而在这一路上我的困难很多，虽然没有过无关斩六将的艰难，但是和他们相

比我似乎有那么辛苦，精神到了崩溃的极限、体力耗尽；似乎是老天给我的考验吧！

来到深圳，似乎一切的一切都不像自己想的那么的简单和天真，本以为会很快的找到工作，但是偌大的城市竟然没有适合我的一份工作，不是工资低就是太辛苦，而我也是这里晃三天、那里晃两天，并非是毅力不够更不是怕苦，而其中更多是看不懂、学不了、更不会学那些因为某些东西而对别人的摇尾乞怜！因为这不是自己的专业、本来自己出来闯一闯想让本身某方面的不足得到锻炼，但是一切的一切都落空了。（然而，当两个月之后我离开深圳的时候我又被骗了，我不知道是自己好骗还是坏人就那么多，我被一辆车仍在了半路，而这样的事在一天之内竟然发生了两次，而我确实最后自认为很幸运的在火车没开之前到达了火车站但是不幸的是一张票都没有，连续四天都没有票，天渐渐的黑了而我急切的徘徊在那个陌生的火车站，而对于善良的面孔我似乎再也不敢相信，最后迷路、最后哭泣、最后感觉到自己并非想象中的那么理性，而别人的评价都是两字：“人才”。而我给自己的评价是：“失误、倒霉”但是真的是这样吗？）

然而当我到处奔走去找工作时，一家买衣服的招聘广告让我更是气愤，现在其他条件我全忘了，但是有一条，也是他挫败了我满身的锐气，让我走进我从来都没有想到会进的工厂，它的文凭一栏写着：“大专以上文凭”。我很悲愤，但是在这个陌生的城市我除了努力别无选择，然而我只能把我的气愤发泄在那个虚拟的网络里，那天我的心情是这样写着：“现在的大学生去卖衣服，那十年之后国家培养的大学生都应该去买菜、收废品了！”

在朋友的介绍下我走进了工厂，一个叫绿点的名字，他有着和富士康完全不同的管理体系，然而我就在其中对比、总结，才发现原来富士康为什么要被称其为全球最大的代加工厂、电子工厂的龙头。

一个新员工刚进工厂的心酸和无奈，我想只要是进过厂打过工的人应该都有所理解，但是主要的一点是：我们身上却多了一道和那些人不同的光环“大学生”，“大学生”也似乎是这几个字差点逼得我离开。

从来从来都没有想到这三个字中能加进那么多讽刺、干的活很累、但是精神上的打击何止少于它，而我也不断的用古人说的一句话：“吃得苦中苦，方为人上人”来鼓励自己，虽然一直心里很清楚那些不过都是骗人的，再加之当我哭泣时电话里同学、好友的安慰和鼓励，最后我坚持着。

慢慢的似乎是习惯了一种生活的模式，我习惯了那里的生活，而曾经的那些讽刺和那些人，我也理解了他们的无奈，知道他们是无意，因为他们不知道未经风雨的我们有颗脆弱的心，我们成了真正意义上的同事，闲的时候会偶尔寒暄几句调节无聊的上班氛围。

而我从他们身上也看到了真正意义上我的幸福，一年到头好几千的学费不用说父母一分不少的打到银行卡上，一月一月的生活费他们总是会多给，怕我们受穷，在学校我们是天之骄子、在家里我们是父母的宠儿。而现在看看这些人，为生活所迫出来打工，放下可爱的孩子和亲爱的家人，暂住在一个不能称其为“家”但是又不得不当成家的地方生活，没有孩子的笑声，只有一个为钱而奋斗的数字，当拖着疲惫的身体下班时，面对着清冷的房间也许仅有的安慰就是看着渐渐长的孩子的照片。我清楚的记得，一次上班的时候和一个技术员聊天，他打开手机给我看他儿子女儿的照片，孩子很可爱，当我问他那是孩子多大时的照片时，他记得很清楚一张一张的给我说，当时我看着他脸上的笑容，是那么的欣慰、幸福！从他的笑容里我读出了父母为孩子的付出，不管自己再苦再累只要看见孩子的那一瞬间似乎所有的苦和累都是那么的微不足道。

## 假期实践活动总结初中学生篇四

这次的社会实践活动，我来到了苏州市图书馆做志愿者。因为我只有一个人，因此工作人员给我安排了比较轻松的工作——去儿童馆做一些义工。儿童馆在苏州市图书馆的一个角落里，需要穿过一条长廊。我一开始不认识路，还是在咨询了一个警卫之后才找到了儿童馆。

虽然是暑假，但是或许是因为天气炎热的原因以及我来做义工的时间原因，儿童馆里已在的读者并不是很多。并且儿童馆本身也并不是非常大，因此我从踏入儿童馆到完成所有工作出馆，一共只持续了大半天左右。

我的工作大致包括了以下几点：1. 将儿童馆中书架上摆错位路的书籍整理好并将其摆回原处。2. 将同一种类的书(以及同一书的不同版本)按照标签摆放到一起。3. 帮助前来的读者找到他们想要阅读的书，并在他们不准备借阅的时候提醒他们原地放回并把已经放错位路的书放回原位。4. 将前来还书的读者还来的书放回原位。

这些工作都不算很难，但是都相当琐碎，需要十分细心才可以做好。我在开始的时候也犯了一些错误，但是在及时改正之后还是将工作较好地完成了。首先是将儿童馆中书架上摆错位路的书籍整理好并将其摆回原处这项工作。有可能因为儿童馆前来借阅的读者大多是年龄较小的孩子，因此儿童馆中原先的书籍摆放得有一点混乱。但是每一本书都贴上了标签，并且书架上全都有标签提示，再加上儿童馆的书籍大多色彩鲜艳醒目，我虽然花了一定的时间，但还是较好地完成了这项任务。我是按照书架来理书的。首先将一个书架上不属于这个书架的书籍按照标签一本本整理排好，然后将不属于这个书架的书籍放在一起。在整理好书架上的书之后再按照标签粗略地摆放进其他的书架里。后来我知道，我这个方法并不是最好的，因为要抱着书在书架里来回走动，比较耗费体力。但是好在摆放错书架的书总体上并不是很多，再加

上儿童馆有空调，因此我虽然采取了较为繁琐的办法，但是依然并不是很累，而且并没有耗费太多的时间就完成了这一项工作。因为我到馆较早，因此在我整理书籍并且完成此项工作的时候儿童馆里的读者并不是特别多。这也给我的工作间接提供了一定的方便。

在完成这项工作的同时，我也完成了“将同一种类的书(以及同一书的不同版本)按照标签摆放到一起”这项工作。图书馆的书确实很多，即使是较为偏僻小巧的儿童馆也不例外。或许正是因为这样，同一本书也大都有着三到四本不同版本甚至同一版本(或许是为了方便多人借阅吧)。第二项工作比第一项工作的工作量稍小，但却需要更为细心才可以漂亮地完成。我在整理的时候同样犯了一些错误。比如像忽略了一些摆错方位的书以及将错误的书摆在了一起之流。但是我在完成之后又细心检查了一遍，因此把九成以上的错误都纠正了过来。即使在第一项基本完成的情况下，第二项的工作也耗费了我大半个小时的时间，并且比较消耗心力(因为每一本书的书名都要仔细看)。

最为耗费时间和琐碎的则是“帮助前来的读者找到他们想要阅读的书，并在他们不准备借阅的时候提醒他们原地放回并把已经放错位路的书放回原位”的工作。因为来图书馆看书的几乎都是青少年和小孩子，因此找不到书的读者很多。当然也有一部分读者并没有明显的目标，只是在随手拿了书之后就靠着书架或者坐在地上翻阅。儿童馆的书架最右边有几排座椅，因此我大都会建议他们去座椅上坐着看，然后再把看完的书放回原处。

小学生)来图书馆读书。我认为他们父母的这种做法有利于孩子在父母不在的时候有事可干，有地可去，不会在家里沉溺于网络，有利于孩子的视力保护和见识广泛程度，有利于培养孩子独立自主生活和照顾自己的能力，同时也有利于孩子从小培养阅读兴趣并且积累一些知识。因此我个人对这些小读者父母的做法还是比较赞同和支持的。

“提醒他们原地放回并把已经放错位路的书放回原位”这一项工作是四项工作中最简单的一项。这一项工作的工作量相当少，因为我只需要提醒一下很小一部分的读者就可以了。大部分的读者都会在我提醒之后注意将手中的书放回原位。而更多的读者则会自发地把书放回它们本来所在的地方。同时，“将前来还书的读者还来的书放回原位”也同样不难。因为几乎在放还每一本书的时候，我都只需要看标签放还就可以了。而且前来还书的读者并不很多，所以工作量同样不大。

我认为这一次社会实践活动给了我很大启迪。它让我在知道工作的艰辛(虽然我的工作依然相对简单)的同时感受到了帮助他人的快乐。同时，它也让我积攒了一部分工作经验，知道了即使在再简单的工作中，细心，专心和耐心都是必不可少的。同时，这一次的社会实践活动也让我更加懂得了如何和别人沟通，如何善意地提醒和规劝他人，如何用最快捷轻松的方法完成繁琐的工作……这一次的社会实践活动让我学到了很多，很多。

在工作和汗水中收获处事能力和沟通技能……这个暑假，因为这个简单普通但又不同寻常的实践活动而变得意义非凡。

## 假期实践活动总结初中学生篇五

时光飞逝，转眼间，我们就结束了十天的暑期实践，马上就要离开xx中学，离开桂林这个美丽的城市了，现在想来，还挺舍不得的。还记得我们十三号刚来到xx中学时，脸上那激动的表情；还记得我们第一次与学生见面时，脸上略带羞涩的表情；还记得我们第一次办讲座时，大家坐在一起讨论、记录，那认真努力的表情在我脑海中久久不能忘却。

这次支教成就了许多我的第一次，第一次和九个完全不认识的人去一个陌生的城市；第一次去一个陌生的学校和学生们相处；第一次和学生们一起包饺子；第一次自己动手做烧烤，

还是和那么多人一起；第一次在那么多人面前做讲座等等。这次支教丰富了我原本平淡无奇的暑期生活，让我体验到了老师的辛苦与付出。我原本是一个内向的人，在陌生人面前一般都不敢说话，在来这里之前，我还十分担心不能和学生们处好关系，但是来到这之后，学生们和老师们的热情感染了我，我发现自己也在渐渐的改变，我变得更加大胆了，在台上的做讲座时也渐渐不紧张了，也能和学生们打成一片了，这让我感到十分惊讶，这个困扰了我许久的问题在这里完全没有牵绊到我。这就是双赢吧，我在与他们分享自己的.高三经历与经验时，也从他们身上学习到了不少。我从他们身上看到了自己当年的影子，回忆自己的高三时光，我和他们一样，曾经也迷茫过，曾经也低谷过，曾经也奋斗过、努力过，我真心希望自己的分享能给他们带来帮助，也希望他们能够考出一个好的成绩。每次看到他们听到我们给出的建议后恍然大悟的表情，我的心中都充满了满足。他们跟我说我们的到来给他们的校园生活带来了活力，真的给他们带来了帮助。我们也收到了他们送给我们的卡片，这些我都一定会好好珍藏起来。

在周末，我们去到了桂林周围的县城里走访各个中学，在和校领导的交流中，我们了解到他们的教学环境整体上来说还是不错的，但是在一些偏远的山区教育水平还是偏低。同时我们也分别询问了不同年龄层的市民，也得到了他们的一些意见。从这次走访中，我也学到了不少，我懂得了如何让自己的调研活动更加严谨，懂得了怎么分配任务，也懂得了怎么写出一篇好的实践报告，这些都是书本上学习不到的知识。

这次实践必定是我一生中难以忘记的经历。在这短短的十天內，我变得更加成熟更加懂事了，孩子们给我带来的正能量，我一定会好好珍惜好好保存。再见[]xx中学；再见，亲爱的孩子们；再见，我九个可爱的队友们！