

最新寒暑假社会实践活动自我总结(优质5篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

寒暑假社会实践活动自我总结篇一

201月2日至5日这四天，我们小组在雅安的小廊桥以问卷调查的形式进行了经济普查。调查过程中，一切并没有我们所想的那么顺利，行人都忙忙碌碌并不乐意协助我们调查，商店也不愿意接受。这样的现象让我们深刻感受到现在人们对于经济普查的陌生，因为对此不了解所以不愿协助。也说明有必要采取措施让人们更了解经济普查的意义。

但是最后通过组员们的不懈努力，哪怕到处碰壁也坚持完成任务。正是辛苦坚持使得最后成功让我们倍感高兴，这也就是“一份耕耘，一份收获”。

时间：年1月6日至1月7日地点：吉选超市门口

在雅安小廊桥进行了四天的问卷调查后，我们又前往市中心的吉选超市门口接着进行宣传和调查。市中心的人比小廊桥的更多，这也让我们后两天的工作比较顺利。而且有着前几天的经验，也使得大家可以更熟练地对行人宣传、调查。

经过此次实践大家都成长了不少。知道了怎样更好地与不同的人交流，如何与人相处是现代社会做人的一个最基本的问题。也更深入地了解大家，发现人们对于一些知识的欠缺，需要对事物进行必要的宣传。明白了团队合作的重要性、提

高了合作能力。理解了“从群众中来，到群众中去”的深刻道理，认识了个人同社会和国家的联系。增强了发现问题、分析问题、解决问题的能力。

假期的实践活动是学习成长的好机会，是锻炼自身表达、动手等各方面能力的机会。通过实践活动让人知道了平时学好理论基础是必须的，但适当的实践更是必要的。我们作为现代的大学生一定要多锻炼自己。

寒暑假社会实践活动自我总结篇二

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。

七月，在结束了军训之后我们实践队踏上了前往宁波支教的路，前期准备中，我们选择走进社区进行募捐活动，在居委会的热心帮助下，募捐活动也如火如荼地展开，成果也是颇为丰盛的。在短短几天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把关爱的精神带去了社区，并在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们的暑期社会实践也给社区留下了光辉灿烂的一笔。

接下来的五天行程便进入了我们的正题。在象山三伟民工子弟小学进行支教活动，我们去的第一天，已有很多小孩子在操场上玩耍嬉戏，见到我们，也如显得害羞生涩。可小孩毕竟是小孩，在我们的游戏环节中，轻易地熟络了起来，既然隔阂已经消失，剩下了便是教书育人的重担了。

我们实践队在早上的课程中安排了英语课和绘画课，开展动

口、动脑、动手三方面，让生活活跃起来，上课内容也推陈出新，穿插英语歌曲和绘画涂鸦等趣味项目。下午是课业辅导和素质拓展。充分调动学生，让他们过的精彩每一天。

离别总是最难舍难分的，在一场包饺子活动和班会过后，我们的暑期社会实践也正式落下了帷幕，心中对孩子却已有不舍，总有实践队员在最后心酸哭泣，甚至与学生围抱落泪，相互安慰，一声声你们什么时候再来围绕在耳边，也许意识永别，但我们希望能留下些什么，留下有限的知识，留下团队意识，留下积极向上的精神，留下永不言弃的态度，这就是我们所希望的。

此外我们实践也有很多困难的地方，包括经费不足，联系不完备，准备仓促，组织松散，分工混乱，但因为是第一次，这些也给我们积累了经验，相信以后会越办越好的。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。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。

很多人利用寒假进行学习和锻炼，我特意为大家整理了关于寒假社会实践总结范文的相关材料，希望对您的工作和生活有帮助。

寒假的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；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，努力掌握更多的知识，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。

寒暑假社会实践活动自我总结篇三

尊老爱幼自古以来都是我们中华民族的传统美德，为加强我们大学生思想道德建设，弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德，努力营造社会和谐的良好氛围，去年寒假的社会实践活动我选择去了镇里的敬老院看望并照顾那里的孤寡老人。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人栖息之所，而现在许多子女成群的老人们也主动进去敬老院。里面有许多老人以前都有值得骄傲和让人敬佩的职业，如：军人、教师、干部等！他们选择敬老院，有的是因为子女工作忙，家里楼层高，没人陪自己聊天而感觉生活寂寞；有的是因为在这里与同龄人朝夕相处，拥有共同的兴趣，相近的人生观念和相似的人生态度，让他们更能感受到夕阳无限好的生活乐趣。据老人进入敬老院时办理的手续来看，有50%的老人生活不能自理，所以才来到敬老院，在这里有专门的人手负责照顾他们，他们

的饮食都是根据老人们的需要，并且每个人每月还有一定的补助金！

每周日的下午，老人们都会聚集到敬老院内的一个礼堂里，并且有代表到台上提出在生活上遇到的困难，以及老人们的需要，且在某段时间内发放老人们的生活必需品，还将老人们所喜爱的菜列出，再投票决定本周的菜谱，在此同时，发放生活费！

老人们一看到冒着寒冷赶来看望他们的学生，立刻关心起来，拉着我的手嘘寒问暖，十分关心我各方面的情况，体现出了老一辈对年轻一代殷切的希望和关怀，还有一些老人们也是高兴的合不拢嘴，与我分享自己当年的“金戈铁马万户侯”的战争岁月，还与我聊了一些日常生活中的点点滴滴！而我也很关切地询问了老人们的身体状况和生活情况，并与他们聊起了家常，帮助他们打扫卫生，很快就融入其中，老人们都感慨的说，正是国家的各种福利和党的政策才能像今天这样无忧无虑的安享晚年的生活，更多的老人表示同学的到来为他们平淡的生活增添了生机和乐趣，我并没有因为寒冷的天气而埋怨一句，取而代之的是满腔热情，因为这次看似普通的活动中实际上蕴涵了巨大的人性价值和人文关怀，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，而平时娇生惯养的我，走出校园来到社会，走进老人，把老人当作朋友一样聊天，听老人们过去的事迹是如此的着迷，我还又跑到外面的小卖部给老人买东西，虽然来的时候给老人们带来了些水果、点心，可那些是远远不够的，于是，我又用我的零花钱为老人买东西来表达我的心意，从早上到中午12点，走了部分老人的房间并且慰问了老人们，到了老人吃饭的时间，我就跟着那里负责分饭的管理人员一起帮助老人们进行就餐，有的老人就餐不方便，需要喂才行。这时我主动给老人喂饭，虽然笨手，但见到老人们开心的笑脸就心满意足了。我感觉到了一家人似的其乐无穷。大多数老人在这里过的很开心，他们有时在房间过楼下的广场看电视或者锻炼身体，因此，老人们在这里可以算是晚年安康了！

在活动中有一位老人给我印象很深刻，我叫他陈爷爷，是名老红军，我来到这位老人的房间，等候在门口的阿姨去和老人说了声，我便健步迎上去用双手搀扶着老人，跟他做介绍：“我是一名大一的学生，今天来看看您。”年近九旬高龄的他，慈眉善目，显得十分和蔼可亲。他笑着说：“好！好！”并点头欢迎，在房间我仔细打量一番，在床的旁边有个写字台，上面摆着几个水杯，墙壁上挂着一副“毛主席万岁，万万岁”的行书字，字体显得苍劲有力，落款有点模糊不清了，靠近门口有一张旧的藤椅，估计老人平时常坐的，我把老人扶到椅子上坐下，听着老人跟我讲他过去的故事。当我们说起长征的事时，老人眼里泛出了泪花他说：“过去的长征很艰苦啊！现在年轻人还没有经历过这样艰苦的锻炼。”，老人为自己是xxx而感到骄傲。他说：“如果没有xxx没有现在的中国，就没有可以让老人安度晚年的国和家。”，老人说完后，我不禁从心里感到敬佩。当我问老人作为xxx认为当时长征最重要的是什么时，使我惊讶的是：老人居然毫不犹豫的说了四条：不怕牺牲；艰苦奋斗；官兵团结；关心群众，就这样和老人聊了好几个小时！

那些曾几何时拥有我们同样梦想的老人们，他们也年轻过，我回家的时候和过来的时候拥有着两种截然不同的心境。同样，在敬老院里还有很多事情值得我们回忆！

寒暑假社会实践活动自我总结篇四

利用这一个多月的时间，我跟同龄人从开设到结束顺利完成了整个辅导的过程，跟孩子在一起的这段时间，既锻炼了自己，也找回了童年的欢乐，我们是跟孩子一起快乐的渡过整个假期。

1. 我们的筹备工作：

主要是招生工作。首先是在周围的几个村子里发放张贴我们印刷的宣传单页，同时家长讲解一下。并且利用村委广播宣

传。利用7月8号孩子们返校的一天时间，在镇中心小学设置了一个招生点。通过几天的招生我们招收了18名学生，其中有14名是小学学生，有4名是即将步入初中的学生。虽然人数比我们预计的少点，但我们还是很高兴。

其次是布置教学的设施，有桌椅，黑板，粉笔等。我们是利用家里空间最大的房间来当教室。

2. 我们的教学安排：

3. 我们的教课过程：

们哭笑不得。下午课外活动时，我们跟孩子们一起玩游戏，抢板凳回答问题，贴鼻子，老鹰捉小鸡，丢手绢，投沙包……我们在游戏中感受着快乐，并把学到的知识运用到里面，让孩子们很快能接受。

因为家里的条件有限，屋子里用的是电风扇，我们把风扇冲着孩子们吹，怕他们会中暑，每天下午还会熬绿豆汤来让孩子们喝。每当我们讲课讲到汗流浹背时，孩子们还会拿着本子给我们扇几下，虽然不会把炎热驱走，但我们心里感到很凉爽。

4. 我们遇到的一些问题：

再有是比较大的孩子不听话，打闹的特别严重，把教室里的凳子摔坏。那个时候我们真的生气了，但也不能对他们打骂，还是要耐心教育他们。但以后要求就要更严格了。在这些问题上我感受到孩子们的天真无邪，也体会到对孩子应该用真心，这样才能得到他们的信任。并且有的时候必须要严格起来，这样在孩子们心中才能有威信。

为了跟孩子们处理好关系，我们和孩子们以朋友关系相处，打成一片。这样可以从小孩子们的需要出发，充分理解他们，

把握学生情况，全面掌握学生动态，做到一切真的是为了孩子。

5. 我们发现的问题：

因为我们这些孩子中有两个是在城市长大的，暑期回老家跟村里的伙伴一块来我们这上学。城市里的孩子和农村的孩子在一起的时候真的能看出有很大的不同之处。农村的孩子都很腼腆，不善于表达自己，一般相处长了你才能对他有更深入的了解。而城市的孩子大都受过良好的教育，大方潇洒，多才多艺，知识渊博，善于表达自己思想，一般组织能力较强。但我觉得农村孩子都比较随和，比较容易相处。而城市孩子个性要比较鲜明，相处起来较难。孩子们之所以有一些区别，是从小生活的环境不一样。不过时间长了孩子们都还是相处的很融洽。

6. 结束：

7. 总结：

寒暑假社会实践活动自我总结篇五

活动起因年根时看到桂林晚报上登载的情人节买报纸送玫瑰花的消息后，暗想一份报纸才5角，而一朵玫瑰花在情人节少则5元，多则几十元，便四处向大家宣传，让大家纷纷去买报纸，得玫瑰花。结果在一位学长那里碰壁，学长告知，一朵玫瑰花批发才几毛钱，好的也不到一元钱，可见报社还是不赔的。

眼见2月14即将到来，玫瑰花市场的利润又这，么大，我便萌发起了卖玫瑰花的念头。买花全过程买花集团的形成：光有念头不行，还得实干，于是我便四处拉人入伙，最后集团由5名股东入股建成。此后我们通过张贴海报招到桂林医学院合作者一名，桂林电子工学院合作者两名和民族教学部的三个

女孩。至此，我们卖花集团的领导班子和员工就都齐了。集团资金：5位股东每人投资60元作为我们的活动资金，共计300元。花费预算：购花250元，剩下50元作为流动资金。宣传工作：商品要卖的好，广告必须要做的好。我们也遵循了这条现代法则，对我们的鲜花进行了大力的宣传。由于能力有限，肯定不能上电视打广告，为了使我们的广告更引人注目，我们决定放弃用电脑打印宣传单，改用红色喜纸，用毛笔手写宣传单，以此来吸引人们的眼球。组织进货：这是最难办，但却是最关键的一步，直接关系到花的质量，关系到我们的盈亏，关系到这次社会实践活动的成功与否。所以三名股东亲自披挂上阵，严把进货关。下面是进货的具体过程：2月10日早晨我们6点起床，赶去桂湖的早花市，可惜天公不作美，漆黑一片不说，还下着毛毛细雨，温度很低，冻的人直打寒颤。我们到达花市的时候天已经蒙蒙亮了，花市上人不是很多，只有卖花的贩子，比较冷清。我们三个人转啊转，看了看花的成色，打听了一下花的价格。期间我们认识了一个有着多年卖花经验的阿姨，并且和她聊的也比较好。从她口中得知，今年花市的价格上下波动也不会很大，花价也上不去。我们三名股东一商量，决定先不进货，推迟几天进货，一是为了进到鲜花，怕早进的花不新鲜，二是为了找到更合适的鲜花，因为今天花市卖花的人也不是很多。我们此后又去了一些鲜花店打听了一下他们情人节的花价，以便我们定出我们的价格。2月11日上午，我们前往桂林的花圃基地去进行打探，但是很可惜，花圃基地内无玫瑰花可售。2月12日上午，情人节即将到来，进货已不能在拖了，必须马上进货。我们三个又起了一个大早去花市。经过一番认真的挑选和激烈的还价，终于进到了货物，费了牛劲又把它弄回宿舍。下面是进货的清单：

名称	数量	单价	价钱
红玫瑰	8捆	16元/捆	128元
黄玫瑰	1捆	20元/捆	20元
粉玫瑰	2捆	16元/捆	32元
本地红玫瑰	5捆	4元/捆	20元
满天星	2捆	5元/捆	10元
刮刺刀	2个	5元/个	10元
大号包装纸	1卷	16元/卷	16元
小号包装纸	1包	8元/包	8元
合计			二百四十四元

包装和处理：进来的玫瑰花不经过处理和包装是无法出售的，玫瑰满枝都是密密麻麻的小刺，首先要用刮刺刀去掉它的刺，再用剪刀去掉多余的叶，一般只留下两三片好

的。把一个个花朵用嘴吹开，用剪刀再把黄的花瓣去掉。这只是修，下一步才是包装。用一张漂亮的包装纸给修好的玫瑰穿上新衣，然后用丝带系上美丽的蝴蝶结。我们几个人明确分工，分别去刺，修叶，修花，包装，系彩带。无奈我们都非专业人士，扎个蝴蝶结就扎了半天。为了保障质量，我们只好舍弃速度了。忙了半天，只搞了一半就筋疲力尽，经过大家商量，决定剩余的花修好不再包装了，给顾客在情人节那天进行现场包装。牛刀小试：为了了解一下市场的行情，也算为明天的情人节给大家在心理上做一下准备，大家决定晚上进行一次实战演习。地点定在了解放桥桥头。晚上桥上的人还是满多的，我们把花放在三轮车上，开始进行叫卖，一开始大家都还比较害羞，不敢大声叫卖，但是送走了第一名顾客以后，大家尝到了收获的喜悦渐渐就敢放开手去做了。此次出师喜忧参半，喜的是我们卖出了几朵花，尝到了收获的喜悦，忧的是天气不好，连续几天的小雨不见停。不过无论如何，明天都得背水一战。出发：2月14号情人节的天气糟透了，大雨封门，比前两天还差劲，我们几个骨干心里也都没底了，脸上有了愁云，不过大家都没有泄气，一边互相安慰着，一边在做着准备。等到中午11点钟，雨停了，我们一伙人连忙将花搬上三轮车，然后三轮车满载着鲜花奔驰在大道上，一路上吸引了不少人的眼球。艰难的开始：解放桥上情侣来来往往，但我们的花很少有人问津，女的也许看两眼，男的连看也不看，最糟糕的是此时雨又大了起来，我们只好到解放桥下避雨，心情也被雨淋的湿透了。在桥下我们开了一个会，决定改变战术战略，进行盯人战，盯住每一对情侣，然后主动出击。我们分三个组行动，我和一位学长在象鼻山一带叫卖，另一组在七星公园门口守点，第三组留守解放桥。我和那位学长在象山公园的周围来回转，阻击这里路过。

社会实践范文2:

这个寒假应该是上学期的续演，因为我的思想一直停留在川艺发生的点点滴滴上，或许不能总是怀念着过去，但回忆依旧如细水般的流畅在我的心房。这里先为上期做个总结：朦

胧无知，总是抱着理想化的想法这是自己对自己最简单的评价，怀着一颗求知的心态面对着学习，一颗陌生的心态面对着班上和院学生会生活部的事务，一颗单纯朦胧的心态面对着感情，一直感觉这短短的半期突然让我成长了太多，而这个寒假就一直在思考着曾经，消化着过去，然后告诉自己，写完这个就将其画上圆满的句号。落叶繁花总是悲喜交加衬悲景哀情，红尘如梦流年似锦只是过往云烟，我有的只是淡淡的书香，浓浓的咖啡，轻轻的音乐，这些伴随着我夜晚孤独的思考，在这样的一个令我感怀伤事的假期，一动不动的静，没有头绪的想，笔尖滑动的写，夜晚，我才能感觉到有我生命的存在，灯光与日光的交替告诉着我时间的流逝，就这样淹没了青春，吞噬了心情。发现，我有的只是一场绵而无力的细细春雨，它融化不了冬天的雪，因为只有秋天的果实才能成就它，而春天只是它融化了后才有的季节，违反了自然规律，这是我失败的理由和逃避的借口，我想，其实我可以，真正的愿意去感受那寒冷刺骨的雪，那令人心碎的冷，只是遍体鳞伤，泪流满面而已。我想，是我错了，我想，是你累了，我想，是你我都醉了，原来是土豆在躁动了。我是一个不进厨房的孩子，也是很讨厌进厨房的孩子，可在这个寒假我第一次去尝试了我一直不愿进的厨房，可谓是笑料百出。简简单单的一顿饭竟然那么难？在平时只吃时却怎么感受不出来呢？土豆，从小接触最多的食物，我以为它会很简单，也会爱上我并且让我很好的去把它变成一道美味的菜肴。可是我错了，在我切它的时候它很听话，刀在我的手上它只能变成我想要的样子，可放在锅里的时候，它就不听使唤了，虽然我拿着铲子，但还要注意火候，什么时候加上调味品才能让它更鲜美，更还吃，我完全不知道，只感觉它行了就放了，可最后我发现我还是错了，那道土豆丝虽然颜色深却淡然无味。我为土豆的牺牲呐喊了，而这不正是我的呐喊吗？我为土豆付出了时间，心血，开心，但同时也存在着无奈，我希望能做出一道可口的饭菜，可是我忘了，这是我第一次下厨怎么能做出好的饭菜呢？这让我想到当自己自以为是一厢情愿默默的去经营一件我想做的事时，很多时候不是只有“我愿意”的心就行了的，还需要技巧，需要把握它的火候，需

要在适当的时间放下正确的味道，而我却只做了这个土豆，土豆丝和土豆花无论怎么变终究是土豆。在下期中，我在心中已经坚定了信念，除了工作上的事认真负责的完成后，我想多余的时间会继续着我的看书与写作吧，把自己的更多思想化为实际的行动，我虽然没有高书记对艺术的执着，但我目前定位于时尚，管理与英语三方面来充实自己。我想我会满怀对生活的热情继续着我的生活，努力加油的去把土豆给做好，只有做好了土豆，才有资格做下一道菜肴，不管这份菜是否好吃，我唯一能做的就是有属于自己的味道，自己亲手去做的那一份感动与记忆。

社会实践范文3:

按照校团委关于寒假社会实践的有关要求，在院党总支、团总支的总体部署下，传播学院07级电信二班团支部在xx年寒假生活中，积极组织、引导班内同学开展寒假社会实践活动，取得了良好的效果，达到了预期的目的。通过社会实践，同学们增长了见识，开阔了视野，坚定了服务社会、贡献社会的理想信念。我们团支部的社会实践形式多样，内容丰富。主要总结如下：一、打工我们班部分同学针对我们专业找了份工作。比如我班邓燕同学，她在一家手机专卖店给人家卖手机，蒙代教同学在一家电子厂维修线路板，崔庆川同学在电脑维修点做兼职，他在总结中说道：整个的实习过程是紧张而愉快的，我的工作态度和成效也得到了总经理和同事们的一致称赞。作为我在踏出社会之前的为数不多的几次实践中，这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。同时还有李达同学在木材厂打工，宋鲁峰同学在宾馆打工，孙雷同学做售票员等。二、做家教，办辅导班我班陈润秋同学每年假期都会做家教可谓是经验丰富，而且收入丰厚。翁丽娜同学办辅导班收了6个小学生开了半个月的课，孩子们学到了知识，也很好的锻炼了自己。三、调

查我班同学利用自身条件在自己家乡展开调查，如，孙暖和张金同学对家乡环境污染问题展开调查，郭立君同学对农村合作医疗情况进行了调查，徐增国同学对农村现状进行了调查，李小磊的关于农村创业项目的调查等等。因为很多同学都已下定决心考研，他们都在寒假开始了高数的第一轮复习。在一个多月的寒假生活里，班里的同学根据自己的专业特色和自己的不足之处，认真积极地参与、完成了今年的社会实践工作，团支部取得了比较满意的成绩。通过社会实践，同学们既增进了对社会的了解，也增长了自己的知识，更锻炼了自己的意志品质。在今后的学习、工作、生活中，我们团支部全体团员还将严格要求自己，继续奋斗。寒假生活结束了，但社会实践给我们留下了美好的回忆。新的学期，新的起点，我们将把从这次寒假社会实践中学到的知识、积累的经验运用到新的学习、生活中去，努力开创美好的明天！