

# 认知实践总结(优秀7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。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 认知实践总结篇一

我认为,在这个充满激烈竞争的社会,需要学习的.东西不光停留在书本,生活在现实中就应将自己摆在适当的位置,正确公平的估计自己,把今天当成一个新的起点,从头开始,过去的就让他过去.

我总喜欢挑战一些新鲜事物,因为只有选择有价值有意义的事,勇敢的去尝试,才能不断发现自己的不足,只有不断学习,才能努力赶上.优胜略汰是社会进步的法则,超越压力,战胜自我是我人生的奋斗目标,工作面前,我积极肯干,认真负责,喜欢在乐观中进取,用微笑面对人生.我最喜欢的一句格言:从成功里得到自信和快乐,从自信里得到快乐和成功,从快乐里得到成功和自信.

虽然自己资质平平,卑微鄙俗,成长的历程艰难险阻,但我相信,带着微笑,不懈的努力,定能战胜一切!

今年暑假我参加了社会实践活动,虽然一个月的时间活动让我觉得很累很辛苦,但我从中锻炼了自己,并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过一个月的实践,使我有了一些关于社会基层建设的心得体会。

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。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，也想通过亲身体验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。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。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。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。

## 认知实践总结篇二

本站发布社会实践自我鉴定300字范文，更多社会实践自我鉴定300字范文相关信息请访问本站自我鉴定频道。【导语】本人自入学以来，一直遵守学校的各项规章制度，具有良好的思想道德品质，各方面表现优秀。有强烈的集体荣誉感和工作责任心，坚持实事求是的原则。思想端正，能吃苦耐劳，有崇高的理想和伟大的目标，注重个人道德修养，养成良好的生活作风，乐于助人，关心国家大事。本站为大家整理的《社会实践自我鉴定300字范文》，希望对大家有所帮助！

### 篇一

珍贵的大学生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度；其次是极大程度的提高了自己的

自学能力；再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考。要想学好只埋头苦学是不行的，要学会方法，做事情的方法。在学习时，以独立思考作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。随着学习的进步，我不止是学到了公共基础学科知识和很多专业知识，我的心智也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。老师们的谆谆教导，使我体会了学习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关，更锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

通过大学生活，学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多同学和老师，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

## 篇二

本人自入学以来，一直遵守学校的各项规章制度，具有良好的思想道德品质，各方面表现优秀。有强烈的集体荣誉感和工作责任心，坚持实事求是的原则。

本人思想端正，能吃苦耐劳，有崇高的理想和伟大的目标，注重个人道德修养，养成良好的生活作风，乐于助人，关心国家大事。

在校期间，本人一直勤奋学习，刻苦钻研，通过系统地学习掌握较为扎实的基础知识。由于有良好的学习作风和明确的学习目标，曾获得“优秀团员”、“三好学生”等荣誉，得到了老师及同学们的肯定，树立了良好的学习榜样。

在课余时间，本人积极参加体育锻炼，增强身体素质，也热爱劳动，积极参加校开展的各项文体活动，参加社会实践，

继承和发扬了艰苦奋斗的精神，也参加了校文学社和书法协会，丰富了课余生活，使自己在各方面都得到了相应的提高。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，本人坚信通过不断地学习和努力，使自己成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的学生，以优异的成绩迎接挑战，为社会主义建设贡献我毕生的力量。

### 篇三

转眼间大学生生活就要结束了，离校之前，为了明确自己的过去与未来。我觉得我有必要对这几年的大学生生活做个自我鉴定！

大学期间，我不仅仅重视对专业课程和第二外语（日语）的学习，掌握了扎实的专业知识技能，同时注重个人思想道德品格和修养的提升，坚信“先做人后做事”的至理名言，认为正直的人格是人才的一项重要标准。

我性格开朗，亦静亦动，本着一颗诚心与人交往，有较强的表达潜力，同时也很乐意倾听，懂得自我反省。我品尝过失败，经历过迷惘，但最终在群众生活中慢慢成长起来，构成了良好的性格品质。

我富有职责感，敢于应对挑战，有强烈的进取心和优秀的团队精神，善于与他人协同作战，同时也有较强的组织协调潜力、活动策划潜力和社会实践潜力。大学期间，我踏实肯干，努力不懈，最终在任社团管理中心主任和暑期社会实践等各种社会工作和实践活动中锻炼和提高了自己，更在这个过程中发现了自我，认可了自己，增强了自信心。

我用心乐观向上，适应潜力强。大学生生活中，由于远离家乡和经济条件不好，遇到过不少困难，但凭借着良好的心态和同学朋友间的相互支持，我最终获得了成长。相信在以后的

工作学习生活中能有更大提高！

### 认知实践总结篇三

即将毕业，回首在校期间的学习和对社会实践的一点点，感受良多。

在思想上，本人有良好的道德修养，作为一名党员，我遵纪守法、爱护集体、关心和帮助他人，热爱祖国，坚持四项基本原则；并以务实求真的精神热心参与学校和社会的各种公益宣传活动。树立以集体主义为核心的人生价值观，正确处理国家、集体、个人三者之间的利益关系，当个人与集体、国家利益发生冲突的时候，坚持把国家、集体的利益放在第一位。积极主动地向党组织靠拢。课余时间积极参加各项社会实践活动，提高自身素质。

在学习上，我热爱自己的专业，系统全面地学习了本专业的理论基础知识，我现已具有较强的计算机网络操作能力，同时把所学的理论知识应用于实践活动中。在计算机硬件方面，我熟悉其组成原理，能够进行计算机的组装，独立排除计算机的各种故障。除此之外，我还涉猎了一部分其他课程，开阔视野，对本专业方向的应用背景以及整个学科的结构有了宏观的认识。

在工作上，本人担任班级学习委员职务，负责并组织了班里多方面的工作。与同学相处融洽，对工作责任心强，具有良好的组织交际能力，注重配合其他班委完成各项工作，促进了团队沟通与合作。在校期间，曾参加了不少的校内活动和做过一些社会实践，参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。

在生活上，我诚实守信，时间观念强，有着良好的生活习惯

和正派作风。为了增强自己的体质，坚持每天早上六点半起床锻炼，不仅使自己的体质能力得以提高，也养成了良好的生活习惯，最重要的是对早锻炼的持之以恒，培养了自己坚强的意志力，努力培养自己良好的生活习惯和道德修养，为以后迎接更大的挑战做好了准备。

大学生活让我学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

## 认知实践总结篇四

### 社会实践报告总结

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基矗通过这段时间的实习，我们学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，[莲~山 课件]了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。不同的时间的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我们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。社会才是

学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基矗我在实践中得到许多的感悟！

我们班同学有在餐厅里打工，他告诉我们在餐厅工作时，别人一眼就能认出他是一名正在读书的学生，他问他们为什么，他们总说从他的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有像他这种不知名遭遇吧！他并没有因为在他们面前没有经验而退后，他相信他也能做的像他们一样好。他的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的他并没有丝毫的感到过累，并且觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在餐厅里虽然他是以传菜为主，但他不时还要做一些工作以外的`事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉我们这些，我们必须自觉的去做，而且要尽自己的努力做到最好。

还有个同学去自家一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，在其中他也是收获颇多，认识到实践不仅增加了他的社会经验，提高实践能力，还丰富了他的假期生活，看着他满脸的自豪，我们大家真为他高兴！

有的同学在自己家的养鸡场里帮忙打扫，一天都没闲者，又是除粪又是喂饲料，[莲山 课~件]她告诉我们她每天都会脏兮兮的鸡场里待5，6个小时，她说小型的养鸡场很忙，除粪也不是人工，很是辛苦。她希望他们家的养鸡场可以把地面铺成水泥的，那样就不用人每天去弄鸡粪了。

还有的同学在商场里帮忙做销售，小商品一个又一个，价格各不相同，记的头都大，卖给顾客的东西还有可能退回来，陪着笑脸，一天下来，腿都是疼的，脸上的笑容都僵硬了，到过年前，商场里人山人海，眼睛睁得大大的，严防小偷！可这样还是免不了弄错。老板虽也不会骂，可还是心里不得



劲，心里一直告诫自己一定要耐心，要用心，要让别人放心。她说在社会上这么一锻炼，她更懂得要努力学习，好好奋斗，让自己以后走向社会更有竞争的资本。这不就是我们要走出校园，参加社会实践的要理所在么，懂得珍惜学习的关键性，认识到学习机会的来之不易，从而更加努力地学习，不枉费爸妈的关心。起初，她还不好意思主动向顾客推销，一次又一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每一位顾客，就会自然很多，当然业绩也一步步攀升，同事的三天陪伴使她很快适应了工作。之后的工作也都还是比较顺利的。遇到有特殊要求的顾客，她也能及时采取其他措施维护到自己的柜台和老板，一下子就能胜任了工作了。

还有很多同学都参加了不同的活动

## 认知实践总结篇五

从小家里人就告诉我要想出人头地就得好好读书，我一直按照家人的意愿去努力，但当我读完高中后，我的心中总是有那么一句话缠绕着我，“实难寒窗苦读我得到了什么？”，于是我就开始怀疑家里人对读书的观点，并且开始认为读书对自己以后的发展没有多大的用处。直到这次社会实践，我才改变了这一错误的观点，并悟出了了一个道理“书乃做事之根本，理事之原则”因为书中有很多的智慧与道理，并且在这段时间里，我经常会用到我以前学到的知识，对我的实践有很大的帮助，因此我的这次社会实践才能顺利地完成，使我对自己的未来更有信心，也让我更加相信“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”。

通过这次社会实践我不但明白了书中知识的重要性，同时也让我知道了实践也十分长关键的。心中有了计划，有了目标，有了完美的解决方案，不通过实践来验证，那与纸上谈兵又有什么区别呢？虽然实践可能要比学习理论所用的时间要多得多，但它与学习理论的过程相比起来，所对人产生的积

极影响也要大的多，因为理论知识只是文字性的描述，而实践却不相同，除了视觉上对人产生影响外，还有可能从嗅觉，听觉，触觉对人产生影响，使人能够便于记忆与充分理解，并且通过实践可以验证自己的理论是否正确，并进一步向深处进行探索，以此来完善自己的理论知识我在社会实践也正是运用了这一点，才让我发现了自己在理论上的缺陷与不足。

暑期短暂的社会实践固然不是真正意义上的工作，但让我对工作有了一个初步的熟习。而且对工作我有很好的适应能力。让我在实践中不断的积累了一定的社会经验。并且在团体协作中我有很强的集体荣誉感，我能与大家合作默契。在个人工作中我有很强的责任感，我能认真负责，把工作做到最好。具有极强的团队精神。

纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行。在一个月多的实习进程中，我深深的感遭到所知的浮浅和在实际中的专业知识的匮乏。一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这些与实践还有一段间隔。

这个暑假，真的过得很充实。我在这次的实习当中，让我更好的把握了书中的知识，也让它在实际的工作中得到了更好的利用，让我更加的巩固了基础知识。在这次的工作中，我专心做好每次事情，尽可能让他做到最好，我也克服了本身粗心的毛病，这次的机会也让我更加的仔细、更加的有耐心，也算是对我的一个小小的挑战吧。

## 认知实践总结篇六

忙碌而充实的实习工作结束了，我认识到了，作为一个学生，在学好理论知识的同时应更重视培养自身的实践能力。暑期实习是学校教育向课堂外的一种延伸，也正符合我们学校培养高素质的应用型、复合型、外向型创新人才的目标。我认为我在实习中获得了很多的知识与技能，充实了自己，还学

会了不少为人处事的道理和社会经验，锻炼了自己。

我的实习工作是在学校维修计算机，我发现这有时就是个熟能生巧的活，只要你操作熟练就可以很好的完成，有时又觉得这个工作好像总在不断的使你发现新的东西，了解新的知识，似乎总能让你不断的进步。我想这就胜作的快乐吧。

这次的实习我对于计算机的组装和维修知识学习上有了很的进步，也能自己单的组装和修理计算机了，这让我把学校的理论知识和工作中的实践结合起来。觉得自己的动手能力得到了很的提高。

我在刚开始实习的时候遇到了很多的挫折的，比如不知道怎样的和别人接触，工作的时候因不能很好的理解别人的意思而不能很好的配合，而且专业工作也不熟练，感觉自己当时很笨拙。可是我并没有气馁，我知道只要开始了就一定要坚持下去，我每日都总结自己的工作心得，从中体会经验和教训，还会因为遇到的不同问题而查阅很多的资料，这样的不断加强自己的专业素质，提高专业能力，使自己能尽快的适应这份工作。于是我发现我工作的越来越顺利，经常能快速轻松的完成一日的工作，并且我和一起工作的老师相处越来越融洽，工作上也越来越默契，过了几日我已经基本融入了那个新的环境。

融入了新环境我就更可以安心更快速的学习与积累，我从周围老师的身上学到了很多的知识，但更重要的我觉得我学会了为人处事的方法和工作的经验。通过那些日的磨合期，我知道了在工作中要勤学好问，不能偷懒，因为也许你的一次“追根究底”就能让你得到很的收获。而且作为年轻人，我们不能急躁，要做事讲究条理，不要急功近利，我们要抱着踏实的态度来做事，虚心点才能得到别人的认同。我觉得在前辈、老师的工作中有一点很值得我学习的就是他们懂得按条理一步一步的去解决问题，而不是慌乱决策。

俗语说，纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的，当今学教育是以理论为主，能有机会走入单位去实习，对我来说是受益不浅的。实习使我们在实践中了解社会，让我们学到很多课堂上学不到的知识，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下基础。我们学生建立自身的计划已迫在眉睫，相信这次实习对我们以后参加工作有助。

## 认知实践总结篇七

在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己，把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：“从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。” 虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切！

今年暑假我参加了社会实践活动，虽然一个月的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过一个月的实践，使我有了一些关于社会基层建设的。

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。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。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。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。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社

团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。