

# 中学暑期社会实践总结(优秀10篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

## 中学暑期社会实践总结篇一

时光荏苒，xx市政院三周暑期实践转眼已接近尾声，在这近一个月的时间里，我们亲身体验了市政这个行业，在日常工作中感受着离开学校，步入社会的各种转变，在沟通交流中思考着我们未来的道路。三周的日子，平常而又不寻常，寻常在于每天平淡踏实的工作，不寻常在于每天沉淀下来的思考。

虽然出行之前对市政设计工作有诸多想象，但都不及真正来到这里，亲眼所见亲身体验这份市政工作的感受来的强烈。我的专业是环境工程，实习的第二设计院主要是给水设计，这与平时接触较多的排水设计有一定差别，但这样却为我的实习添了几分新鲜，初来乍到的我什么都想学习。市政院基本的工作是cad画图，各种构筑物单体，各种设备和工艺，要完成这份工作，最基本的素质是熟练的cad使用技巧，对于我这样一个经验几乎空白的新人来讲，确实经历了一个适应的过程。同时，市政设计不是造空中楼阁，每一处尺寸，每一个标高，都是现场施工的准则，由不得一点的大意马虎，因此对每一张图纸，都要严谨细致，高度负责的对待。虽然只是实习生，我也能感受到，市政行业的工作繁重，压力大，加班多，皆因这份工作所需要的沉甸甸责任。

市政院的实习经历大致波澜不惊，但每天的所见、所想、所感都是新鲜的，对我们的思想都是一种撞击，我们的实践支队一行11人，每天一起工作，一起生活，一起分享每天的工作体验，一起探讨每天的生活感悟，在这种团队的共享中很

多疑惑逐渐揭开，我们一起共同成长着。更幸运的是，在xx市政，有很多同样来自清华环境学院的师兄师姐，他们在工作中给予我们耐心的指导，在学习、就业、生活上也给了我们很多有益的建议，几期校友访谈，他们讲述了他们自己的成长和工作经历，为懵懂迷茫的我们，点亮盏盏明灯。

一晃三周，已近离别，我们作为小小实习生，为市政院工作所做的贡献，实在是有限，但这次暑假实践对我们的成长，却写下了浓墨重彩的一笔，无以感谢学校为我们提供的这次实践机会，无以感谢市政院所有人对我们的照顾和指导，唯有心怀感恩，努力成长，唯有且行且回顾，且行且珍惜。

## 中学暑期社会实践总结篇二

顶着xx月的炙热，我跟着我们这支团结优秀的社会实践小队，在盛夏的南京城，留下了自己的足迹和汗水。在这建国60周年以及渡江胜利60周年的日子里，我和我的队伍一起亲身感受了解了渡江战役，也为智障的孩子们带去了属于这个夏日的那一抹历史的光影。

我在团队里的任务是负责新闻稿，拍照等宣传的工作，非常开心能够参与到这一次非常有意义的活动里来。

x月13日，我们一起探访了曾经经历过渡江战役的老一辈革命家，我们用dv和相机记录下了我们和老人家一起回忆当年的情景。老人们谈起当年依旧是笑语频频，他们解答了我们很多关于渡江战役的疑惑，让我们学到了很多，老人们那种为国奔赴战场的壮志豪情更是深深地感染着我们，我们也给老人们送去了来自我们晚辈的感谢和祝愿。

x月15日，我们和文学院“万家帮”的志愿者一起，带领万家帮的孩子们，参观了位于郑和南路的渡江战役胜利纪念馆，一起感受了渡江战役的历史。让我印象最深刻的是，那些智障的孩子们，露出的笑容，深深地感动了我，我们也许无法

领会到他们的内心世界，但看到他们的笑容，是因为我们的努力带给他们的，我就感到非常的欣慰。在渡江战役胜利纪念馆，我们也对这段属于南京城的历史有了更深刻的理解。

整个活动的过程，我们都用一支小小的dv记录了下来，并最后决定拍成一部纪录片，经过大家的努力和辛苦，这一部并不算长但却凝聚了大家的汗水的纪录片成形了，最后，8月23日，经过一个多月的拍摄和整理制作，这部《南京南京》在先锋书店进行了首映。这是一部有关我们这群南师大文学院的学生，在这个暑假，通过实践，所得到的成果。

一个暑假的社会实践就这样圆满的结束了，我用文字，用照片，记录下了队员们的行程，汗水和笑脸。给我最多的感触就是，只有亲身实践才会有最深刻，有问题有疑惑，也只有亲自去求解，才能得到最准确最真实的答案。对于社会的弱势群体，他们更需要我们去关心，他们与我们一样，都渴望能够了解这个社会，亲近社会。

暑期社会实践虽然已经接近尾声，但是它带给我的，实在是太多太多，它丰富了我的暑假生活，更重要的是，它让我更加了解了历史了解了社会，也为他人做出了一点奉献，这些都将是 我一生难忘的财富。

## 中学暑期社会实践总结篇三

社会实践作为大学生角色社会化的重要途径,在推进大学生社会化中发挥着重要功能,即促进角色扮演(正功能)和导致角色失调(负功能)。本文是本站小编为大家整理的暑期社会实践总结范文,仅供参考。

暑假的社会实践活动已经结束,但是社会实践活动带给我们的影响永远不会结束。它让我们走出课堂,走出校园,走向社会,走上了与实践相结合的道路。实践是检验真理的唯一

标准，在实践中我们发现了自己的缺点和不足，发现了自己以后发展的方向。同时也了解了如何将所学知识应用到社会生产生活中去。社会实践活动虽然当时感觉很辛苦，但现在回想起来乏味中充满希望，苦涩中蕴含这甘甜。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这一个星期的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

虽然一个星期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。也通过这些天的实践，使我对真实的社会有更深切的体会。

通过亲身体会社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，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。同时通过社会实践，找出自己的不足和差距。

社会实践活动给生活在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。深入社会，能从中学到了很多书本上学不到的东西。的确，感性认识到只有到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中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”。通过开展丰耕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。

“千里之行，始于足下”，这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有

着很大帮助。社会实践告诉我，在新经济时代大学生应当具备创新观念和掌握成熟技术有的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要在严密的思辩能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。

“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短十几天的实践活动中，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。我们把河师大人永争第一的精神带去了社区，把师大学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。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，我们暑期社会实践的感悟与收获必将在我们成长的人生道路上写下光辉灿烂的一笔。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是学校、学院给我们的难得的学习实践机会，是给了我们的极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能真正做一个奋发有为的现代青年！

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验

和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻时光留下太多遗憾！

## 二、成绩与体会

### (一)虚心学习，严于律己，甘当小学生

1、在学习中丰富知识。初入单位后，陌生的面孔和全新的知识使我无所适从，在单位领导和其他工作人员的指导帮助下，我很快进入了工作状态，通过实际工作来领悟对基本理论的理解，运用理论知识加强对实际工作的研究指导，采取总结实践经验的方法作为对所学知识不足的补充和完善，探求市容管理工作的内在本质和基本规律。市容局作为政府的执法部门，承上启下的公文数不胜数，为了弥补自己在社会知识方面的欠缺，熟悉行政工作的运作程序，掌握机关公文的写作技巧，我主要以查、看、问的形式作为熟悉各类公文的切入点，了解单位的管理工作与管理模式以及运作规律，诚恳向行政科那些从政多年、经验丰富的同志请教，虚心接受他们的批评与指正，努力在最短的时间里掌握各类公文的格式与写作要领，为毕业后走向工作岗位练就本领打好基础。

2、在实践中增长才干。虽然我是一名在校大学生，但我从没有为此而清高自傲，在这次实践活动中我始终以小学生自居，以渴求社会知识增长见识自励，抛弃自满和自卑的庸俗思想，完全融入到行政科的工作之中，用单位的纪律、规章制度和行为守则严格地约束自己、要求自己、规范自己的言行，积极、认真、负责地对待各项工作，做到小事不屈，大事不惧，立足岗位，敢于面对，努力做好自己力所能及的事，并敢于尝试性地参与或协助科室同志料理一些日常事务，简单地处理一些机关公文，包括打印、校对、收发文件等工作。事情虽小，但意义重大，收获颇丰。这是我在这次实践活动中的宝贵财富，是我人生中由学生生活到社会工作的有益尝试，是由理论到实践的一次成功升华。

## (二)勤于思考，强化能力，实现“零”的突破

1、加强理论修养，提高自身素质。市容工作面对的是弱势群体和小商小贩的核心利益，二者之间的摩擦和冲突不可避免，群众到机关上访，挖苦谩骂，滋衅闹事等时有发生。面对众多突发事件，要在很短的时间里做出正确的判断，拿出及时有效的处理方案，我内心多次发出警号：一是要理智果断，二是要敢于面对，三是要有耐心，四是要吃透情况，五是要讲求方法，六是要执法懂法，七是要有一定的政策水平，八是要坚持以人为本。一定要加强自身的理论修养与个人素质的提高，善于化解矛盾，能够稳定大局，在复杂问题和突发事件面前镇定自若，处乱不惊，始终保持脑清目明，把握正确的工作主线，这样才能使工作得心应手，才能保障单位工作的顺利进行，才能将“亲民爱民，文明执法，依法执法，人性化执法”的执法精神落到实处。所以正确处理这种特殊性、复杂性、艰巨性的工作经验无疑将成为我今后在人生道路上启迪各种复杂矛盾的钥匙。

2、坚持劳逸结合，实现充实自我。简短的社会实践活动既有工作时的紧张繁忙，又有下班后的轻松愉快。行政科中的王浩、杨震两位司机师傅给我留下深刻地印象，同时也和我结下了深厚的友谊，成为我下班后学习开车的专业教练，他们不厌其烦，精心指导，一位注重理论升华后的实践；一位注重自身悟性的操作，虽方法不同，但各有特点。在他们眼里我就像一个小兄弟，并没有因为我是个未毕业的学生而受到歧视，反而得到的是超乎寻常的关爱和更多的指导与鼓励，让我逐步走出了初次驾车胆怯的心理阴影，增添了轻松上阵后的无穷喜悦，也是我这次工作之余的意外收获。

3、树立大局意识，在工作中学会自立。这次社会实践活动，使我在工作中得到锻炼，在集体生活中读懂了什么是大局意识和团队精神，在日常生活中学会了自理、自立，虽然局机关各科室事务分工明确，每个工作人员各执其事，但不管是科室之间或人与人之间的各项工作都不是孤立的，必须相互

协作，整体推进，人与人之间也是相互关爱、相互支持、相互包容。特别是一些诸如打扫卫生，整理办公室这些小事都是靠大家的自觉性和责任心、事业心自觉履行。一个月的实践活动中，使我逐步地走出了“摇篮”，走出了“襁褓”，摒弃了我过去在家里、在学校、在宿舍等集体环境中的依赖思想和懒散行为，学会了从我做起，从小事做起，从现在做起，懂得了“我为人人，人人为我”的基本道理。

4、美好的生活都是短暂的，一个月的社会实践活动转眼而过，在这段美好而难忘的日子里，更多的是收获、是喜悦。然而，美中不足的是我对市容管理中有些工作的认识还仅仅停留在看别人做，听别人讲的表面，对公文写作也只知之皮毛，未能提笔动手领悟其中的精髓。但也正因如此，我今后在写作方面更要下功夫，勤动手、多动脑，在努力学好自然科学的同时，还要不断地积累社会知识，在今后的工作中发奋进取、积极向上、追求卓越。

充满紧张、严肃、繁忙、快乐、充实的社会实践活动，是我人生的一个故事、一朵浪花、一个驿站。在即将离开市容局之际，澎湃的心情总是难以平静，总有千言万语在内心深处涌动。

### 三、不足及今后努力方向

1、社会是一个大舞台，也是一本教科书。我原以为自己是个大学生，过高的估计了自己的能力和水平，通过这次实践，我才清醒的认识到自己的渺小，知识的贫乏，能力的不足，不能独挡一面的处理社会事务，不能得心应手的舞笔弄墨，对待突发性事件束手无策，政策水平，理论水平，文字功底也更是我非常薄弱的环节，面对社会这本教科书我惭愧自己几乎是个“文盲”。社会实践活动给了我锻炼的机会，把我从狂妄中唤醒。

2、要做事，首先要学会做人。我下一步将面临走向社会、参

加工作，此时此刻我深深地懂得树立好正确的人生观、价值观是对我是何等的重要。只有塑造良好的品质，才会处理好复杂的社会关系，保障人际关系有较高的质量；也只有树立好正确的人生观才能做到遇到困难不推诿、不躲避，而是迎难而上，敢于面对矛盾，严格遵守各项规章制度，不自卑、不自满。也只有树立好正确的人生观才能在单位工作中做到按职级办事不越权，按程序办事不越位，按规定办事不越轨，努力、认真的干好自己的工作。

3、学习是一个永恒的话题。知识的力量是巨大的，但是对知识的学习、掌握和应用，是十分艰辛的劳动，没有坚定的信心、顽强的意志、勤奋的精神，是坐不下来的、是学不进去的。古人云“非学无以广才”，现在社会，学习理论、探求知识、追求真理，最能引人入胜，最能愉悦心情，反而不学习只会孤陋寡闻，生活也将失去许多乐趣，因此我将把学习作为一种能力来锻炼，作为一种资源来开发和利用，作为一种传统来继承和发扬，作为一条纪律来遵守和执行。我相信，只要努力学习，排除各种干扰，向已定的目标顽强冲击，就一定能够品尝到知识的甘甜。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这十几天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。社会是一所能锻炼人的综合性大学，只有我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，才能使思想碰撞出新的火花。为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件。

“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短时光的实践活动中，汗水淋湿了我的衣裤，泪水模糊了我的眼睛。但我选择了坚持。七月，我用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌；七月，我撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，在我的暑期社会实践中，在自己的人生蓝图上留下了光辉灿烂的一笔。

走向社会，走上了与实践相结合的道路，社会实践虽然比较辛苦，但乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。在社会实践活动中，我们锻炼了自己的能力；在社会实践活动中，我们磨练了自己的心智；在社会实践活动中，我们锻炼了自己的才干；在社会实践活动中，我们培养了自己的韧性。

“艰辛知人生，实践长才干”。在社会实践活动中我更认清了自己的位置，对自身价值有了更客观的评价。我们表现出了经验不足，处理问题不成熟，书本知识与实际结合不够紧密等。这在无形中使我对自已有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。通过社会实践我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，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。

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。

这不是第一次参加社会实践了，我也明白了大学生社会实践就是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，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，吸引新的思想与知识。虽然只有短短两天的社会实践活动，一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我和我的伙伴们的感情，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础。我在实践中得到许多的感悟。

我们在这两天不仅去了审计局和环保局对相关人员进行了采访，对常州轻工业对水体的影响有了书面化的了解，更选取了几条河流，实地考察了水体的情况。我们还了解到了国家对治污所采取的措施以及相应工作中审计工作所担负的角色，可喜的是，我们还知道原来常州在各项工作中都不只满足于国家的硬性要求，还积极进取，有所创新突破。

在这此社会实践中，我也深刻明白了人际关系的重要，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就应学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。

它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在大学里蔚然成风。

学校是一个小社会，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。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不止要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在实践的这段时间内，我们接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许会有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的

能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

“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。我开学就大二了，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

古人说的好：“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。

通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力!社会上有课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己以后就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实践就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提高自己，实现自己的理想。

今年暑假我参加了系组织的暑期社会实践活动，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。

## 中学暑期社会实践总结篇四

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。

实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。

青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当

天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。

不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。

作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。

从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。

但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。

孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。

有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。

每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。

只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。

或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。

为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗。sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。

这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

白驹过隙，一转眼，我们迎来了第二个暑假，这个火热的七月，我们暂别象牙塔舒适的生活，参加了轩辕组织的关于生命价值观的社会实践，我们以团队的形式带着青年人特有的蓬勃朝气，走入校园，走入大学生的内心世界，了解他们对生命的态度。

经过几天在上海各大高校的走访，我们将校园中的学生跳楼案件，以及部分在社会上引起极大轰动的在校大学生残害他人生命的事件等有关学生安全问题模拟成问卷的方式获取信息。

我们选择了人流比较密集的场所为主要调查地点，如食堂和

图书馆。

刚开始的我们还有稍许的腼腆，时常陷入尴尬之中，放不开去拦截行走的同学们，毕竟是第一次面对面的接触这么多陌生的面孔，可是久而久之渐渐习惯了这种方式，变得如鱼得水。

我们的人际交往水平有了大大的提高，我们处理事情的方式也变得更加的圆滑。

经过几天的走访，身体也有点渐渐的吃不消了，还是有轻微的中暑现象，全身上下也都被杀黑了许多，但并没有减少我们对社会实践的热情与执着。

深深地让我体会了那句话：“故天将降大任于是人也，必先若其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”这此实践也深深地让我感受到团结的力量，正如托尔斯泰所说：“一个人离开社会不可能得到幸福，正如植物离开土地而被抛弃到沙漠里不可能生存一样。”我们每个人都离不开我们的团队，从开始的不熟悉，有嫌隙到慢慢的熟络起来，到完全的敞开心扉，我们遇到过前所未见的问题，数据如此庞大，不知如何下手，但我们有了一个团结向上的团队，一切问题便不是问题，一切的不知道也会变成知道，正可谓人多力量大，人多好办事。

在一起相处的一个月时间里，大家互帮互助，但难免会有摩擦，偶尔也有争执，即使有不同的意见和见解，都会相互谅解和比较，直到最终得到一致的答案。

在合作当中学到了最多的就是聆听，懂得谦逊，毕竟个人的力量是渺小的，只有借助大家的力量才能进行的如此顺利。

如果缺少了倾听，缺少了合作团队的将失去它存在的价值。

我们将用我们的实际行动证明我们这一代的人比较心浮气躁，

不肯脚踏实地努力办事的错误观点。

经过对大学生生命教育课题实践分析可以发现，生命教育使人们意识到情感在人类发展中特殊的价值，只有正确认识自己生命的意义，才能更好地认识生命，珍爱生命，当面对激烈的竞争、巨大的压力及人生的种种失落与痛苦时，才能正确而客观地面对困难，迎接挑战。

反之造成个人的挫败感，一旦遇到困难，就选择向困难低头，甚至放弃自己的生命。

注重认知也情感的协调发展，在知识教学中正确的引导正确的生命价值观，使同学不断感悟、体验。

对大学生生命的情感教育只有融入知识。

智慧之中才会激发理性的生命，真正提升生命的质量。

## 中学暑期社会实践总结篇五

转眼到了深圳大学一年，大学是步入社会的第一步。在这一年里，我对社会有了一定的感受，在学生会工作让我有了更好的了解。但是我从来没有参加过社会上的任何实践。我从小到大花的钱都是父母给的。这个暑假我过了很久，没有回家。在此基础上，我想参加一些社会实践活动来锻炼自己，赚取一些收入。

经同学介绍，很快就找到了美术导师。虽然成本很低，但作为一种尝试，我把这个导师当成了一种锻炼。

对方家离学校很近，来回很方便。于是考完试下午去了他们家。在和他们家人的第一次谈话中，我了解到其中一个是博士生，另一个是本科生。给孩子创造的各种条件还是很好的。

孩子刚读完小学一年级。因为他们太忙而没有时间照顾孩子，他们养成了非常坏的学习习惯。而且他们的孩子很调皮，不听话。我不喜欢学习，但我仍然对画画有一些兴趣。希望能在假期的训练中提高孩子的绘画水平，抽时间陪他做暑假作业，让他有一些学习的兴趣。这不仅让我感到压力很大。不过很容易听一些兄弟教孩子画画，可以很随意。孩子们想象力丰富，很容易画出一些有趣的作品。

过了两天，是我第一次做家教。虽然没有经验，但这两天听了一些同学的意见，做了充分的准备，还是有信心的。刚开始可能是因为不熟。孩子凡事都很听话，认真，有耐心。没有太多，有说有笑多了就会露出调皮的样子，在画画的过程中还能坚持一段时间，完成的很好。我不能坐着不动，直到我做完作业。几分钟后我会休息。家里布置的一点作业勉强做完，不想再听我多说。我在休息时间花了很多时间玩电脑游戏。让我惊讶的是，他毕竟只是一个小学二年级的学生。他对电脑游戏着迷到无法控制，来学习前打了几次电话。不过我很高兴他家布置的作业终于在我的监督下完成了。

没想到教一个小学一年级的孩子会让我手忙脚乱，一下午下来就半死不活。我家下班回来看他学习成绩。虽然他们称赞我做得更好，但他们对我的绘画教学感到不满。回到宿舍后，总结今天补习的经验教训，感觉有些失败。可能是父母没有真正认识到。可能是孩子没有和自己配合好，这一天家教没做好。孩子调皮捣蛋的行为在这个年龄是不可避免的。原因大多是他们的教学方法不正确，不适应自己的心理发展。让孩子对自己产生一种排斥心理。他应该接受引导式的教育。比如在教绘画的时候，他练过一些画画，基本都是草稿。没有真正正规的工作，可能会让孩子进步更快，但会让孩子失去成功的喜悦，失去自信。而且很容易引起一些注重结果的家长的意见。

转眼间就是第二次补习了，这次比上次好多了。毕竟更多的是在教孩子的过程中，发现孩子的优点，激发孩子的学习兴

趣的过程中的表扬和鼓励。孩子对画画更感兴趣，把对电脑的兴趣作为奖励。他们一边做作业，一边教他一些有趣的电脑软件。就这样，到了一天结束的时候，你不仅学到了一些电脑知识，而且几幅画中的一幅也很有创意，孩子们看起来很兴奋。他们的家庭很满意，因为他们看到了孩子的进步。在接下来的几次中，我也不断总结经验，向同学请教一些方法，在辅导结束时取得了满意的效果。

万事开头难。假期的家庭教育让我收获了很多，感受到了很多情感！

做好真的不容易。在做家教的过程中，虽然每次都觉得累，但最后还是做到了自己满意的程度。看着来之不易的家教费，我才真正意识到父母赚的每一分钱都是来之不易的。我们要珍惜父母的血汗钱，珍惜现有的生活条件，理解父母的辛苦，帮助父母在家里做更多的事情，关心父母，孝敬父母。现在毕竟不在学校，能做的就是好好学习，这是对父母和孩子最大的期望，也是我们这个阶段给父母最大的回报。

假期剩下的日子里，我参加了一些社会实践活动，改变了我一直沉默的性格，让我逐渐成熟。

## 中学暑期社会实践总结篇六

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劳。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着期望，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密切等问题。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。

机遇只偏爱有打算的头脑”，我们惟独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养，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，才干在人才高地上站稳脚跟，才干扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。此刻的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道，但他们还是那么做了。看那些环卫工人天天那么辛劳的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛劳吗？他们肯定知道。我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。我用铲子把他们刮下来，好累哦！真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛劳。学校让我们做这个活动的原因，也是为了让更多的我们接触生活，在生活中体会到一些东西。做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。在做这个活动的过程中，我发明惟独专心去做，才干把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。我们此刻的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的‘精神’有好处，以后能在社会上更好的立足。平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，此刻的学生过于懒惰，不知道父母的辛劳，假如

不加强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。

在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛劳和艰辛。每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。我们周边的环境是美丽的，假如不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们赖以生存的地方，我们应该加以保护。

通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发明很多的小问题。学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发明一些问题。没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。

此刻我们的学习科目——物理化学生物，都要通过很多的实验来得出最终的结果，可以得到我们原先不知道的一些东西。惟独做了实践才干得到这些道理，不是吗□xx78年，中国共产党说出了“实践是检验真理的标准”。这些都证明，惟独真真正正的去实践过，才干的出真道理。

我们此刻已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。期望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

## 中学暑期社会实践总结篇七

xx年的’7月□xx理工大学自动化学院xx支教团来到何店镇浪河中心小学的消息伴随着点点细雨迅速在当地居民间传播开来。孩子们渴望知识的眼睛，村民们积极参与的热情都深深地触动了志愿者们的心灵。为了回应他们的期待，支教团全体成员迅速运作起来。今日，他们也紧张而忙碌地奋战在活动的第一线。

随州的雨，像纺车上的织线，点点滴滴，连绵不绝。清晨，空气中仍透露着丝丝寒意。，但这些都无法阻挡志愿者们如

火的热情。天刚蒙蒙亮，他们便有条不紊地按照计划紧张地投入到工作中。搬桌子，摆板凳，写文件，迎新生，作为一个团体□xx完美地展现了它的高效与协调。

尽管已做足了准备，村民们的热情仍令xx成员们始料未及。招生工作原定于8：30进行，然而七点起就有家长带着孩子络绎不绝地涌入校门。接待员们一边询问孩子生活学习的一些细节，一边按相应的年级将他们引领至指定的班主任处。

接送卡，安全协议书，上课流程，任课老师，午休，用餐，班主任们带着和煦的笑容，不厌其烦，耐心地向家长们解释招生须知的每一个细节。有怕生的孩子，直躲在家长背后，然而大哥哥大姐姐们温暖的笑容，柔和的声音逐渐叩开了他们的心房。“哥哥，哥哥！”有的孩子直扯着志愿者们们的希望，盼望着这些哥哥姐姐能陪他们说说话，陪他们一起嬉戏玩耍。

支教是一件很艰苦的事情，除了对于这份事业的满腔热情之外，村民们的支持也成为xx成员坚持下去的重要动力。在采购物资时□xx成员们无数次遇到这样的情景：当看到我们身后印着的“xx支教团”的字样时，店主坚持要在打折之后再给我们一些优惠；买了水果之后，老板往往会再从本已不多的水果中再挑出一些送给我们。虽然这里的物产不够丰富，完成一份购物清单经常需要走遍整个街头，但不论走到哪里，当地的居民总会详细地告诉成员们哪些东西在哪里买，哪家的蔬菜比较新鲜，哪家的钢钉比较结实。支教团中的韩家鹏同学对此深有感触，他说：“我们将全身心投入支教，希望能够让孩子们汲取营养，增长知识，而村民们回报给我们的感动。他们的热情鼓舞了我们，激励了我们，让我们能够一直向前迈进。”

支教，对xx成员来说，不仅是一份热情，更是一种责任。这是成员们的志愿，更是成员们的事业。我们相信，汗水与努

力，成为进步的阶梯□xx支教团，将与孩子们一同进步，共同成长！

## 中学暑期社会实践总结篇八

7月10号，我们西安电子科技大学书香寻幽暑期社会实践队一行12人对商丘市应天书院进行了调查。

此次调查活动原本预计用问卷调查、采访游客和问讯有关工作人员三种方式。但是由于游客过少问卷调查无法展开，只收到了寥寥两三份。

采访游客得到的答案也令人震惊，应天书院的破败已经持续了很长一段时间，尽管在时任河南省省长的指示下激活了应天书院复建的一期工程，对景区的改观也相当有限，而一期工程20xx年启动□20xx年结束，二期工程至今遥遥无期。我们尝试联系了相关负责领导，但是在办公室并没有找到相关领导，当地工作人员说相关领导刚刚离开。

虽然调查的结果与我们的预期差距较大，但是我想这反而更反映了一些负面的、有价值的问题。这说明了我国政府对于传统文化的保护力度还是不够的，也说明民众对于传统文化的价值还是不太重视的。

学习经典、学习传统并不是文明退步的表现，千年的文化积淀必定有其价值所在。正如同百年以前当时的大学生为了唤醒国民而做出的进步、贡献，当代大学生也应该为了扞卫传统而做出努力。我认为学生才是宣传文化的主力军。

## 中学暑期社会实践总结篇九

对于我本人来说，我的体会大概可以分为以下几点：

从上幼儿园开始，直到上大学，我从来没有离开过父母，也

曾经有过打工经历，但是都没有坚持下去，大部分都半途而废，没有常性。这个暑期，我想要认认真真的做一份工作，不像以前那样，做几天觉得没有兴趣又给自己一些借口，诸如还小，老板太苛刻，就不做了，因此选择到了我们本地的一家肯德基餐厅去打工，填了表格，后来接到了电话去面试，很兴奋，虽然以前也到这里吃过饭，但是第一次以一个应试者的身份走进餐厅大门，还是有些紧张，感觉一切既熟悉又陌生，怀着忐忑的心情接受了几个简单问题的询问，然后就是跟着一个“老”员工上岗了。她是负责带我们这些刚刚来到肯德基的新人，跟着她，学到了很多。

来到肯德基，开始时，可以说每天都是新感觉，收拾餐具，擦桌子，贴海报，扫地，拖地。但是唯一没有让我想到的竟然是，打扫卫生间。我被光荣的派到清扫卫生间的岗位上，当我听到让我去打扫卫生间，心里极不情愿，后来想了想，他们年龄跟我相仿，别人可以干，为什么我就不能干呢，大步走向卫生间，光荣完成任务，这也算是肯德基的小插曲吧，其实，回过头看看，清理卫生间也没有我想象的那么不能接受，相反，也算是一种经历。

后来陆陆续续的，在肯德基里也炸过薯条，做过圣代，每一件事第一次尝试的时候，都很有新鲜感，但是不管怎样，慢慢的就有了惰性，失去了兴趣，看着曾经的好朋友都在相约计划着出去玩，突然觉得自己有些枯燥和无聊。因为肯德基员工，上班是有时间段的，所以想和同事倒班，好好调整一下心态，正当我这样想的时候，眼前看到了相似的背影，同样的校服，同样的身影，那一刻，忽然想到了曾经的自己，为了梦想，可以晚睡早起，可以每天为了一个目标不断的坚持下去，可以利用每一分每一秒踏踏实实的在学习，甚至在课间都没有出去的欲望，虽然高考失利，但最起码那时候的自己还有敢拼搏的勇气，现在的自己呢？到底怎么了？为何如此浮躁不安？为何连一件事都难以坚持下去，曾经的自己哪去了？每一天都会有形形色色的人来这里吃饭。有陪孩子过来的老人和父母，脸上无不洋溢着家庭的温暖和对孩子的

浓浓爱意。有正在热恋中的情侣，眉端眼角处无不流露着爱情的甜蜜。有等人来的，有谈事情的，有聚会的。从每一个人的表情上看，他们都有他们的目标，有他们生活的希望，也有着存在的价值。想到这里，忽然感觉自己被激发了一样，正能量占据了全身，这个想法也随着时间的变化而悄悄的消失了。

在肯德基工作的过程，不仅仅是一个工作的过程，更是一个不断学习的过程，一个不断成长的过程。在肯德基这段时间里，从技术的指导上的学习，到平常的聊天中的学习。无处不在的给我一种积极向上的正能量。

待人接物要真诚，对自己的工作要充满热情。每一个受训者，第一个学会的大概就是，微笑服务，微笑不仅仅是一个表情，更是反映出来了服务态度，看到了热情和真诚，给客人一种温暖的感觉。对待自己的同事，当然同样也要真诚，以诚心换诚心，将心比心，才可以收获到纯正的友情。在别人需要帮助的时候，伸出援助之手，会比袖手旁观和虚情假意来的实在。相反，当你需要帮助的时候，我相信，别人也会真诚的对待你。人与人之间，原本不需要那么多的芥蒂和隔阂，虽然都是有具有自己独特性格的个体，但是求同存异，一个微笑，一份真诚，就能拉近两个素不相识的人的心的距离。心贴近，才能更亲近，谦虚的态度，及时的沟通，也是必不可少的。不管在干什么，即使是最简单的事情，我想每个人都应该有一个谦虚的态度，遇到自己不懂或者没有接触过的东西，切记不要不懂装懂，按照自己的思维去做，或者自暴自弃，每个人不可能在所有领域都那么完美，人无完人，因此，三人行，必有我师。谦虚的请教他人，听取别人的意见，一方面，有利于我们完成工作，增长我们的见识和提高我们处理事务的能力，另一方面，也会给别人留下好的印象，有利于我们人际交往能力的提高。沟通，当然也是必不可少的了。不管是跟客人的沟通，还是跟同事的沟通，还是跟上级的沟通，及时的沟通，通过传递有效的信息，提高办事的效率，在最短的时间内，准确的完成各项指令，达到各方都满

意的效果。沟通有利于化解矛盾，冰释误会。也是处理人际关系中，必不可少的手段之一。

在肯德基的这段时间，当然也学到了肯德基内部很多的优良品质。比如，对客人始终如一的高品质服务态度，用良心做出食物，每一道程序都有着很高的卫生标准，就餐环境争取营造成一种家的感觉，给每个客人一种回家的温暖。

通过暑期在肯德基的这段社会实践的磨练，我深深地认识到社会实践是一笔宝贵矿藏。社会是一所更能锻炼人的综合能力为学校，只有真正的深入社会，了解社会，服务于社会，真正的做到投身到社会实践中去，才能使我们更彻底清楚的发现我们的不足之处，为今后走出大学，踏进社会大门打造扎实的根基；才能使我们学有所用，在实践中不断吸收营养成分，在服务中不断成长成熟，体现大学生的自身所应具备的价值。至于以后的工作，是在过去社会实践经验总结的基础上，不断拓展社会实践活动的范围，不断挖掘自我的潜力，坚持社会实践与社会服务，专业特点相结合，通过自己的努力奋斗，创造一定的经济价值，促进地方的社会发展。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。通过暑期的社会实践，懂得了太多书本上所没有的知识，也深知自己的能力的大小，定要努力的奋斗，闯出自己的一片天地。

## 中学暑期社会实践总结篇十

一情系鳌江，爱在心中

时间匆匆，转眼之间，为期半个月的大学生暑假三下乡社会实践活动已经结束了。

我有幸成为宁德师院的一名支教教员，在这短短的半个月支教过程中，通过与众多的学生及本队队友的亲密接触，我在这次活动中真的是受益匪浅，收获颇多。

首先是认识到了理论与实践的差距。

在校读书读了十几年，从来没有正式地用自己所学的理论知识去亲身实践过，所以我一直认为只要拥有丰富的理论知识，以后出了社会也没什么好怕的了。

可是就在这十几天里，我深深地认识到了实践的重要性。

在教学生的过程中，我发现要清楚分明地给学生讲课是如此的困难，即使我懂得较多有关数学，体育等方面的知识，可是我却不知道怎样做才能让学生更好地理解我讲课的意图。

这时的我终于明白拥有理论并不等于拥有了一切，只有把理论运用于实践，通过实践去充实完善自己的理论知识，才能在以后更好地为工作服务。

其次是了解到了当前我国基层教育的一些基本状况。

我队去的实践基地是一个渔村的小学，这个小学大体上说来是比较简陋的。

就我个人认为，无论是教室，教师楼还是卫生间都显得那么的陈旧；课桌，板凳更是无比的破旧，感觉不堪一坐。

通过与村书记的交谈过程中，也了解到了村民对教育事业的重视程度是很低的；学生的基础也比较薄弱的，叫我们要多多帮忙。

其实，我在给学生上课的时候已经发现了这个现象。

中国有一句古话叫管中窥豹，我知道，我现在了解到的也只不过是一些皮毛而已，但是我们却确实能从这所渔村小学看出一些什么的。

我想，我们以后都应该更多地参加这种活动，从课堂里走出

来，去了解我国更多的国情，去拓宽我们的视野。

而让我感触最深的是，我从来不知道收获居然可以比付出多。

我从不认为在这十天里，我对学生付出了很多。

我只是在学习上，在课堂上尽了我作为一名老师的职责，耐心为他们讲解知识；在生活上，在课堂下尽了我作为一个大哥的任务，和他们一起玩耍，一起分享他们的快乐与痛苦。

可是我却得到了学生的尊重和爱戴，他们送我礼物，给我写信或打电话。

无论是以什么样的方式都让我感受到了他们深深的信任和不舍。

他们的天真让我喜欢，他们的热情让我高兴，他们的留恋让我感动。

我只能说我很庆幸拥有了这些学生。

这次实践活动真的结束了，曾经拥有的欢乐日子一去不复返了，可是却给我们留下了深刻的印象和深深的启迪。

我们在以后的日子里，应该更努力地学好科学理论知识，不断去实践，努力使自己成为一名合格的，优秀的大学生，为以后的工作打下坚实的基础。

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。

”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。

实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。

青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。

不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。

作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。

从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。

但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。

孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。

”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。

有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。

每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这

个时代的真谛。

只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。

或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。

为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗[sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。

这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。