# 2024年大学生寒假社会实践个人工作总结 大学生社会实践个人工作总结(优秀9篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-05-16

*大学生寒假社会实践个人工作总结一为期八天的暑期社会实践结束了，这八天，我与我们杭电国旗护卫队的十位兄弟姐妹在一起为了宣传爱国主义精神而努力奋斗，这八天，我们走过了呼和浩特爱民街小学，清水河县高中，北堡乡小学，托县新城实验小学，四点三十分托管...*

**大学生寒假社会实践个人工作总结一**

为期八天的暑期社会实践结束了，这八天，我与我们杭电国旗护卫队的十位兄弟姐妹在一起为了宣传爱国主义精神而努力奋斗，这八天，我们走过了呼和浩特爱民街小学，清水河县高中，北堡乡小学，托县新城实验小学，四点三十分托管所以及黄合少敬老院，为老人孩子们带去了国旗的温暖与关爱，暑期内蒙古社会实践个人总结。这八天，我们一起经受着烈日，暴雨，黄沙，但我们没有一个人抱怨，就因为我们心中的那股信念。作为国旗护卫队的成员，我们本身便与普通大学生有着区别，我们肩负着把爱国主义精神传承下去的责任，所以我们的实践方式便不同于其他实践活动，我们着手于国旗知识讲解，爱国主义教育以及爱国主义升旗仪式展示等等的活动，使我们的社会实践更加的有意义。同时由于我们的优秀表现，我们被邀参加呼和浩特广播电台的节目录制，并且受到了呼和浩特日报的追踪报道。

从前期的社会实践筹划到实施再到最后的总结，我们经历了一个多月的时间。短短的八天社会实践我们走出了校园，学到了我们课本上学不到的知识，锻炼了我们的实践能力，让我们珍惜，让我们难忘。回顾自己的内蒙古实践之旅，这八天难忘的经历不仅赐予了我一辈子受用的收获，也给我心灵带来触动。我们实践的时间只有短短的八天，所以能够传授给孩子们的知识是非常有限的，但是孩子们在我们的不懈努力下取得的进步是可见的，很多孩子从内向孤僻到活泼开朗，从对国旗知识的一无所知到最后的了如指掌，从连国歌都不会唱到后来变成了爱国主义小战士，他们的进步让我们欣慰，让我们感动，让我们知道我们千里迢迢的从杭州到了内蒙古的实践活动是值得的。

7月1日，我们国旗支队一行11人在魏刚老师的带领下走进了呼和浩特爱民街小学，开始了我们为期八日的暑期实践。这是一所外来务工子弟学校，虽然位于内蒙古首府，但却是一个当地人从未听说过的学校。这里的孩子都是极其质朴，极其纯洁的，他们的天真无邪深深地感动了我们。在那里我们首先为孩子们进行了一场升旗仪式，随后我们带领小朋友们进行队列训练，小孩子的动作虽然幼稚可爱但却能够感觉出他们那种认真的劲头。之后，我们带着他们来到教室，由我的队友为他们讲解国旗的知识并教会他们怎样唱国歌，在我们刚刚到学校的时候孩子们都很害羞，没想到一到了课堂一个个那么活跃着实吓了我一跳。

第二站，我们来到了国家级贫困县清水县的高中，在高中时我们的主要目的除了培养学生的爱国主义热情以外，还想为同学们树立一个正确的观念让他们了解大学的生活，知道今后该如何学习。在为他们表演完升旗以后我们带着他们来到操场上进行队列训练为大学的军训做着准备，训练的同时我们为他们讲着我们大学一年来的见闻和对于学弟学妹的告诫，一节课结束以后与他们作别，互相都恋恋不舍。最让我感动的是有一个女生训练结束后表达了对我们的感谢之情，请求我们为她留几句话作为对她的鼓励。队友们带了整整一天的训练，结果一位同学被晒得中了暑，有几位同学则被晒伤了皮肤，但是没有一个人有过一句怨言，继续着我们的支教之旅。

第三站的北堡乡小学则是给我们影响最深的，所谓的小学连一个招牌都没有，教室都是低矮的小平房，校领导办公室则是窑洞，全校的学生只有36个人，并且这是两个乡加起来的总和，以前只有在电视上出现的情景突然出现在我面前让我一时接受不了，孩子们穿的鞋是我们小时候的单边鞋即便破了也不会换掉，当时我的鼻子酸酸地，真心希望他们能努力学习早日走出这贫困山区。这里的孩子是我见过的最纯真的孩子，他们的眼睛是那样的纯洁，干净，真的好美！一段童趣无比的训练之后，我们为他们讲解了国旗的知识，孩子们都非常积极的回答着问题，最后我们为他们送上了我们为他们准备的礼物，与他们挥手道别了。

**大学生寒假社会实践个人工作总结二**

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，他们会显得更加的开心。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。

**大学生寒假社会实践个人工作总结三**

大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践，对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素养。于是我毅然踏上了社会实践的道路。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;想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

暑假社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是环绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。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础。通过这段时间的实习，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。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，天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，我们不只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已，才干在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，惟独学习的氛围，究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。

而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的酬劳而努力，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，以提高自已的能力!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。而走进企业，接触各种各样的客户同事上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。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。兴许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。

有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注重到社会实践，社会实践必不可少。

**大学生寒假社会实践个人工作总结四**

社会实践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，半个月的社会实践，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。

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。

往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。

仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“ 杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。

我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

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。

希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。这一次的社会实践使我明白;大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态。

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。

**大学生寒假社会实践个人工作总结五**

七天的社会实践，我从初期准备阶段满怀憧憬的开始，到实践期间亲身经历的深刻体会，再到临行时依依不舍的结束，实践的每一天都让我感慨万分，收获良多。在暑期社会实践活动筹备阶段之前，我就经常听师兄说起过。每次听完师兄师姐们讲起社会实践时，那份快乐幸福总是洋溢在脸上。于是我决定要参与到暑期社会实践活动，我一定要亲身的去感受那份快乐。通过社会实践我可以趁此机会锻炼自己，提高各方面的能力；同时我也可以收获真挚的友情，建立真正的良好长久友谊。还有就是想借此机会提前接触社会，向当地的居民带去我们点滴的爱心，向社会奉献我们大学生应有的微薄力量。

从报名参与这次暑期社会实践活动开始，我就做好吃苦耐劳的准备，为了这次期盼已久的实践，就算再苦再累我都要坚持。现在实践结束了，整个实践的过程中，虽然有时我觉得自己做得不是很优秀，但我对自己的表现还是满意的。

吃苦耐劳的思想准备是真正投入到暑期社会实践活动的基本前提。所以，实践团组织为让大家做好思想方面的准备，从模拟阶段开始就对队员们严格要求，并对纪律方面制定了严格的规章制度。由于我是被分配到调研小组，其工作的主要职责是通过调查问卷的形式了解当地的一些教育情况，这是这次实践活动其中的一大项目。要进行调研，光靠我们调研组的几名成员是远远不够的，我们还需要大家每一名实践队员的帮忙。由于在惠城那边是由我来负责这里的调研工作，我尽量根据大家各自工作之余的时间来安排调研的人员。七月的天气烈日炎炎，大家都是浸泡在汗水中工作的，但大家还是任劳任怨。我想，大家的努力是我们模拟调研能够取得成功的一大因素。当然，团长的调配以及之前的模拟调研都使我们工作起来又减少了许多的麻烦。还有就是大家的积极服从安排很大的促进了这次的调研成功。所以说，一个组织如果没有了纪律，就如一盘散沙没有了水，怎样都捏不成一团泥。

就这样，模拟阶段严格的团队纪律制度让我们从思想上做好了吃苦耐劳的准备，为真正的暑期社会实践活动打好思想基础。

历经一周的模拟社会实践之后才开始我们真正的暑期社会实践活动。铁定的纪律是团长们组织领导好所有成员的坚强后盾，所有纪律中强调最多的是要与团队集体活动，严禁单独行动并且要注意形象。从头到尾，他们给大家灌输这种大局观念，渐渐地让我们形成了强烈的意识。毋庸置疑，这给我们真正的署期社会实践活动做好了思想的准备。

工作开展之后，我们赴惠来实践服务团的惠城小分队主要的工作职责有：项目调研和义教活动。为了能使大家参与到每个活动中，团长在每天晚上的小会议后总是重新安排人员的工作，让大家都能尽可能的参加各项工作，得到不同方面的锻炼，提高全方面的能力。

**大学生寒假社会实践个人工作总结六**

大学是我时代青春最美好的段时，也是我最不想浪费的时段，于是我选择了“在路上”见习（我的第一站x）。实习是充实自我的一种方式，也是我无限憧憬的假期生活。暑假，多么漫长的2个月，假如像高中一样在家埋头苦干或者无所事事，那对于此刻的我来说，都是没有任何意义的。同样，假如好好利用这个暑假的话，也会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职。早在放假前我就在xx联系了这份兼职――x管理有限公司的帮工，做的是比较基本的xx工作。

1、面试

虽然是事先联系好的兼职，但还是少不了面试的。x月x日，收到了公司的面试通知，因为是一家刚注册的公司并不完善，我们都不知道面试官是谁，虽然在学校这两年里也被面试过很多次，但那都是学长学姐，而这次是不同的，这让我很是不安，带着担心的心理，走进面试室，我甚至想退缩，就这样我的第一次面试以担心告终。

2、学习适应阶段

当天下午三点，我收到公司通知，去领了工作服，熟悉了公司基本环境。由于刚去公司，对那里的一切都很生疏，领班对我们很热情，态度和气，这更使鼓起了我适应环境，战胜艰难和挑战的信心和力量，领导的耐心教导，同事的热情帮助无不在激励着我，鼓舞着我，尤其是发自内心的那种想及早进入社会的心情是我适应了公司，习惯生活，努力学习的动力源泉。

根据工作的需要，初次将我分到大厅，那时心无杂念，尽头十足，公司采取一带一的方式从慢慢的熟悉大厅的台号，备餐间的位置，到锻炼托盘的`托法，直至最后的开档，收档，菜名我们一点点，一滴滴，一天天的重复记忆，到了最后就是整个备餐的基本管理，运作流程我也都了解了。

之后，我进行了服务学习，一连几天的服务操作技能培训，从理论到实践，从摆台铺台布到餐中服务规范，老员工毫不保留的告诉了我们，天天的学习都是满满的，尽管很辛劳，但很充实很满足很快乐，笔记一页又一页，看了很有成就感，由衷的感到是那么的自豪。

开档，为客人倒茶，在客人就餐期间帮他们撤掉用过的空碟子，尽量满足客人的需求，到吧台拿酒水，收拾桌子，摆位，清理垃圾，抹银器和水杯，叠餐巾等等。工作简单而繁琐，天天都在重复相同的内容。

我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，累积了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们的师傅们能做的，惟独相信他们的学徒能做的更好，所以，你也要脚踏实地的去干，千万不能好高骛远啊。”听君一席话，胜读十年书啊。的确，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛劳苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这公司，领班给我上的第一堂思想课。

由于该环境的地理位置好，而且服务管理卫生等方面都比较好，所以，生意特殊火爆，经常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满足。

记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。挨骂回来后一个老员工特殊向我强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特殊是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免呈现意外事故，造成不必要的损失。他跟我讲了许多以晚发生的事故，其中的种种原因都是没有和客人保持一定的距离。他期望我在工作中要特殊小心不要在发生事故，要不然可就白干了。

我那时候在想，这可相当凶险啊，白干了不说，还很简单得罪人啊，以后得多加注重才行！因为公司有相关规定，那就是在工作中假如是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。他说他不期望我辛辛劳苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高快乐兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了这些，我的经理也非常关怀我们的生活，询问我学习是否顺利，工作是否开心，和同事的关系处理的好不好，还破例给我预支工资，她对我这次实践活动赋予高度的肯定，赞扬我是难得的好学生，同时也对我第一次来到他们公司表示热烈的欢迎。他的一言一词都流露出了和气可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答他对我的关怀。

**大学生寒假社会实践个人工作总结七**

随着社会的`发展，人们的生活发生了很大的变化，也更加的方便。与此同时电力也几乎无处不在，但是在一些偏远的地方，人们还是与电力无缘！这次实践我们就是去那些无电区开展调查，了解其用电需求，同时了解新能源的发展状况，因此我们来到了内蒙古自治区赤锋市克什克腾旗境内的桦木沟国家森林公园内的放牧点进行了调研，在此期间，感触颇多。

这次调研，我们深入了无电地区，内蒙的无电地区主要有以下几个特点：一、主要是一些牧民，具有流动性；二、人群分散，几乎没有群居的无电地区；三、具有临时性，也就是说他们不是长期居于无电地区；四、交通不便利，许多处于深山中。这些因素给电力得供应带来了一定的困难。如果是架设线路，成本较高，而且很多时间会处于闲置状态，不利于资源的充分运用，并且，也给维护人员也带来许多困难。

从长远来看，解决这种无电地区的最优办法是使用太阳能发电。内蒙也有着充足的太阳能资源。通过太阳能电池板来发电对于解决这种流动性强而且处于荒山野岭的人群有着极大的优势，与架设线路相比，这种方式显然比较节约成本。不过，目前，这种方式成本也较高，但是，我国现在对于太阳能发电时大力支持的，成本在逐年下降，太阳能的利用效率也在慢慢提高，这对于太阳能的大规模推广奠定了基础，太阳能成为未来能源这一点毋庸置疑。对于解决这种分散性人群也有着得天独厚的优势。

内蒙古自治区土地广袤，克什克腾旗的村镇分布也比较分散，到每一个地方都需要车程两三个小时。三义乡是我们这次调研的主要地区，很巧的是，正当我们路过桦木沟看林人的住所的时候，看到电力工人正在架设线路。于是我们停下脚步，进入看林人的“家”中采访。经过简单的交谈我们得知，这里之前一直没有通电，从桌台上的还没有燃尽的蜡烛上我们可以得到印证。当天是该地通电的喜庆日子，看林人已经宰好一直羊羔等着通电后庆祝。虽然我们还没有感受到通电以后当地人民生活得到的确实改善，但是也被这股喜悦气氛所感染，还听了看林大爷给我们用二胡拉了一曲。既然该地已经通电，我们无电地区调研的目的还是没有达到。从看林大爷那里得知，路旁的草原远处生活着几处放牧百姓，由于草原太过辽阔，电力线路还远远未能触及。我们知道以后兴奋万分，告别了桦木沟，匆匆上车出发。进入草原，我们才真正的领教了它的无边无尽。草原上并没有公路，我们的车辆还远远没有达到“越野”的级别，两辆车中甚至有一辆陷入坑洼之中。安全起见，我们果断放下车辆步行前往。望着绵绵不尽的草原，我们甚至产生了一丝绝望的念头。经过一个多小时的步行，我们终于看到了错落在草原上的小帐篷，身边出现了黄牛和骏马。虽然我们玩心还比较重，但是还是忍住好奇心，进入牧点，工作为重。我们见到的是一个满脸皱纹的老奶奶，原来他们是夫妻俩在这里放牧，丈夫外出不在，我们没有见到。据老奶奶叙述，他们不是一直生活在草原上，只是在每年的固定放牧时间会搬到这里放牧，而且随着水草的变化还是会不断的改变放牧地区。我们告知老奶奶，桦木沟今天已经通电了，她听后也是抑制不住的喜悦，毕竟有电才有光明，生活才重新亮了起来。我们安慰了几句，并且说明了我们此行的用意，希望经过实地调查研究，提出切实可行的方案，帮助他们改善生活。结束了短暂的访问以后，我们回去寻找停在草原上的车辆，连拖带拽把车从泥土中推出，车上满是手印，虽然艰辛，但是快乐。

此外，我们也对风力发电设备进行了参观。一个个巨型的风车给了我们极大的震撼。在平均高度40米的风车下我们显得特别渺小。内蒙，新疆，甘肃等地是我国重点发展的路上风电基地，但目前，风电还存在一些它自有的问题。众所周知，白天的风力小，晚上大。而对于电力得使用，白天负荷多，夜晚负荷少。而白天发电量少，夜晚发电量多，两者很不匹配，所以储能技术成为当今研究的一个重要课题，如何把晚上生产的多余电能储存起来吸引了众多电力工作者。欧洲也风电发展最成熟的地区，他们解决这个问题的方法是风力发电和抽水学能发电厂联合使用，这是一个很好的解决方法，可以把夜晚富余的风能通过水电的方式存储起来，但是这种方法在我们西北地区显然不适合，我国西北地区水力资源不多，就拿我们调研的内蒙来讲，一路上有好多干涸的河流，水资源比较缺乏，抽水蓄能电站更是凤毛麟角。我们只能从另外的储能方式出发，但是目前的飞轮储能，电池储能，空穴储能，电磁储能，不是贮存的能量不多就是技术不太成熟。这个问题只能期待以后的解决。此外，风力发电产生的电能质量不够好，并入电网的话对于电网有冲击，有时候需要进行一系列的整波才可以，这也给风电的发展带来了限制。如何把电能输送出去，对于发展内蒙古的新能源发电有着重要的影响，目前的解决方案为建设特高压输电，增加线路的输电能力，将西部剩余的电力资源输送到电力缺乏的东部地区。

此次实践让我们深刻地认识到了电力对人们的重要性，人们的生活离不开它。同时有“风电三峡”之称的内蒙古在我国风力发电领域中占有重要地位，对我国风电事业的发展起着不可替代的作用，并且在未来仍有其发展空间和潜力。随着研究的发展和技术的进步，内蒙古必将在风力发电方面走的更远。

**大学生寒假社会实践个人工作总结八**

暑假，我最终成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；暑假，我最终迈开了走向社会的第一步，自己面对自己的灿烂未来；暑假，我最终抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

这次实践活动的工作是在学校的帮助找到的。在上学期期末时，我收到老师的通知说是期望参加暑假社会实践的同学可以报名参加。我那时一惊，兴奋得不得了。这不就是我一直渴望的吗？我报名了。大概三天后，我又接到通知说是要去参加暑假实践活动的培训及动员大会。我很快乐，就把这一好消息告诉了爸妈。他们很体谅我的心情，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在歇息，惟独我在工作，这样我会不快乐。我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加暑假社会实践的培训及动员大会我是极其的快乐，在快乐之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很胆怯在实践过程中会呈现些差错，造成别人麻烦。我更胆怯我去了单位上什么都不会做。因此，我小心翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。在培训中，我知道了自己的实践地点和时间伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。可我还是很开心，因为我立即开始我的梦幻生活。

x月x日。这天，我清晰地记得。前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。我还有一位“实践伙伴”。也是x我暗喜x相处。第一天到了我们的实践单位（x区x街道办事处）上，做的第一件事就是报到。在完全生疏的一个环境，我们有些不知所做，并且还是这样一个严肃的地方。我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。可以没办法，我们反正都要面对的事情，无法有实践与地点让我们来逃避。于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实践生活”。

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些熟悉。参加暑假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。因为，我很胆怯事情没有做好而造成他人的麻烦。我也胆怯因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位部门等？因为胆怯，原本大大咧咧的我开始转向细致成熟。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和一般群众打交道。由于我们所在的x口街道办事处属于乡镇级，所以我们也会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启发――凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，惟独价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平庸而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们可以为了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的艰难，那么的坚持，不放弃。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车见过飞机呢。而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是应该好好珍惜把握我们拥有的幸福。

**大学生寒假社会实践个人工作总结九**

一个月的暑期就这样匆匆结束了，还有我这一次的社会实践。整日呆在学校中的我，尝到了生活的现实和不易。兴许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我庆幸的是我还是一名在校学生，我惟独真正的把本领学好，才干在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，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，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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。透过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，汲取新的思想与知识。社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开辟了视野，增长了才干，半个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我平生受用。

踏进办公室，只见几个生疏的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西简单被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关怀。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，就应是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

沟通是一种重要的技巧和潜力，时时都要巧妙运用。熟悉一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才干碰撞出最美丽的火花，工作才干做到。

当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。兴许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不明白你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选取，有些东西却能够选取。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问勤学勤做，就会有意想不到的收获。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！