# 暑期社会实践纪实日记

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-06-27

*第一篇：暑期社会实践纪实日记暑期社会实践日记2024年7月3日天气晴7月的天气早已是酷热难耐。经过5个多小时的火车旅程，到达亳州时已是下午1点。刚下火车，一股股浓厚的药草气息随即扑鼻而来，似乎在向我们宣示着亳州“中华药都”这一美名的名副其...*

**第一篇：暑期社会实践纪实日记**

暑期社会实践日记

2025年7月3日天气晴

7月的天气早已是酷热难耐。经过5个多小时的火车旅程，到达亳州时已是下午1点。刚下火车，一股股浓厚的药草气息随即扑鼻而来，似乎在向我们宣示着亳州“中华药都”这一美名的名副其实。由于养生小组成员中有位亳州当地人，所以我们很快就解决了食宿问题。亳州中药材交易市场离住宿点较近，因而在进行了短暂的休整后，我们便不顾炎热兴致冲冲地来到了中药材交易市场。最先进入视野的，是手拿芍药的华佗塑像。更有江泽民题词纪念碑：华佗故里，药材之乡——充分且深刻的展示了亳州中医药文化的源远流长。遗憾的是由于调研时间不合适，药材市场的交易大厅未能开放，以致我们不能一睹药材交易的繁荣与热闹之风采。值得庆幸的是，药材市场周围有众多药材店，药材众多，种类齐全，甚至于有很多是我们日常所见却不知其实际功用的药材。采访员马玉莹对当地的药材商进行了采访，了解了当地药材的销售情况，以及他们对于中药与养生之间的关系的看法。

下午大约6点，我们徒步走到魏武广场。广场上有一座巨大的主题雕塑，上方四面分别挂着曹操、华陀、老子、庄子四位历史人物铜像。这四位历史人物虽然所处的时代不尽相同，但都有一个共通点，便是重视养生。无论是曹操的九酝春酒，华陀的医药之术，还是老庄的修身养性之道，都是亳州养生文化的集中具体体现。市民们不管男女老少，都在广场上跳着健身舞蹈，散发着健康与活力的气息。

晚上，我们共同努力，对今日的实践成果进行整理总结，对明日的行程路线也做了细致的规划。

今天是暑期实践活动的第二天。太阳依旧毒辣得厉害。为了更好更加顺利的对亳州养生文化进行调研以及了解亳州养生文化的现状，我们决定首先拜访亳州市文化旅游局。但由于初来乍到，亳州路线不熟，我们错误的到达了亳州市谯城区文化旅游局。虽然出师不利，但这并没有影响到队员们的调研热情，几经周折，终于来到了亳州市文化旅游局。

旅游局的办公室主任与我们进行了亲切的交谈，并提出可在其能力范围之内提供我们所需的帮助。这让我们感受到了亳州人的真诚与热情。

我们在旅游局主任的介绍下来到了安徽协和成药业有限公司。公司的主任亲自接待了我们，并带领我们参观协和成药业的综合展厅。展厅内，各种珍贵药材饮片被很好的封罐装存。主任向我们介绍了协和成药业的发展史和成就，也悉心解答我们提出的关于日常生活中出现的健康问题。之后，我们跟随主任来到药材饮片制作的工厂，在主任的认真讲解下，我们了解了药材饮片的制作流程。可惜的是，出于保密要求，我们未能拍照记录。最后，我们与主任拍照留影以作纪念。

下午，我们来到了华祖庵。华祖庵，顾名思义，是祭祀我国东汉时期医药学家华陀的庙祠，因原庙内主持历代为尼，顾称庙为庵。华祖庵中的古药园古朴典雅，环境优美，凝聚了中医药文化的精髓。虽然没有讲解员为我们进行专门的讲解，我们却依然兴致盎然地参观着这里面的一切。华陀对于养生文化的贡献不仅仅是精通医术，他所创造的五禽戏同样具有养身健体的功效。

晚上，我们再次聚在一起，对今日的成果做了分析总结，安排了第三天的具体行程。

今天是暑期实践的最后一天，既有着即将结束实践的兴奋和激动，又带着即将离别的伤感与不舍。

调研实践的首站是道德中宫。道德中宫供奉的是道家学派的创始人老子。早在春秋时期，老子就提出了“清心寡欲”、“为而不争”等具有养生意味的哲学思想。这些养生思想在如今仍然适用。养生所需要的，不仅仅是身体上的健康，更是精神上的健康。然而令人大失所望的是，道德中宫内仅有四五间古房，建筑破落，极为冷清。这不禁让我们惋惜这里的文化资源没能得到充分的重视和利用。古井酒文化博览园是我们调研的最后一站。据介绍，古井酒的前身便是曹操发明的九酝春酒。古井博物馆陈列的产品向我们述说了古井酒的发展历程，展示了酒文化的源远流长与博大精深。博物馆内弥漫着醇厚的酒香，伴随着酒香，我们离开了博览园，结束了此次的实践活动。

虽然暑期实践只有短短的三天，我们却收获了很多，不仅仅加强了对养生文化的理解，更是增进了感情，收获了友谊。

**第二篇：暑期社会实践纪实**

安徽师大国家级团队赴陕西省南郑县暑期社会实践纪实

作者：伍辉

坐落于陕西省西南边陲、汉中盆地西南部的南郑县，属陕南山地的组成部分，地势南高北低，呈阶梯状分布。全县总面积2823平方公里，茶叶及油茶产业在此地比重较大，但区域经济文化发展极不平衡。

2025年7月，安徽师范大学文学院积极响应 向实践学习、向人民群众学习的号召，组建了安师大五四爱心学校赴陕西汉中社会实践团队。因赴陕团队的实践性、针对性和操作性强，且符合南郑县发展所需实际，最终成为120支国家级重点团队之一。7月14日，由十三名志愿者组成，以支教支农、爱心奉献、赴陕援西、情动秦皖为实践主题的安徽师大五四爱心学校赴陕西省南郑县国家级社会实践团队抵达陕西南郑。在为期近10天的社会实践生活中，团队根据全国社会实践的相关精神，并以重点团队为契机充分发挥实践作为加强和改进大学生思想政治教育的重要途径优势，引领师大学子承担社会责任、奉献热血青春，使安师大学生深受教育、实长才干、做新贡献、树好形象。

情系秦皖、爱心奉献，关注留守儿童成长

南郑县地域经济不发达，是陕西省劳务输出大县，留守儿童问题一直较为突出。赴陕实践团队针对南郑县学生实际状况，群策群力、广泛宣传和动员，仅一个下午就在黄官镇武家沟村招收到45名小学生，并根据学生年级分布差异，将学生分成两个班进行一对多、分散式教学。在以后的几天里又陆续招收到四十余名学生。

据悉，团队在实践前夕就准备好了13个专题讲座，此时结合所收学生受教育实际状况和理解程度，又进行了适当的调整，课题如：唐诗鉴赏、文学经典导读、传统节日渊源讲解、仁孝美德教育、普通话推广、英语语音的纠正、自信心培养等，以此对留守儿童进行系统的传统文化教育和心理的健康成长引导。

弟子规、圣人训、首孝悌、次谨信、泛爱众、而亲仁……大江东去浪淘尽、千古风流人物……等传统优秀作品朗诵之声不绝于耳。五年级学生孙浩的爸爸孙叔叔对志愿者说你们真有一套，我家孙浩现在懂事多了，昨天看我回家，马上就倒水给我喝，以前可不是这样子啊… … 志愿者对学生们的书本知识、暑假作业进行讲解和辅导，对他们的弱课进行归纳，帮助他们找到正确的学习方法。每天还安排了美术、音乐、朗诵等文艺教育课程，并在22日下午开展了文艺演出，丰富了秦巴山区学生的精神文化生活，繁荣了校园文化、提升了学生审美情趣和人文底蕴，促进留守孩童身心健康和德智体美等各方面能力的均衡发展

与此同时，志愿者还进行了中小学生思想状况方面的调查，发放了100份调研问卷，并通过走访家长的形式，切实了解到留守在家的中小学生成长过程中的所思所想和面临的困难。

唱响红歌、讲述党史、组织爱党爱国主义系列教育

2025年是我党90周年华诞，也是中华人民共和国成立62周年。因此，安徽师范大学赴陕团队以深入开展创先争优活动为主线，以庆祝建党九十周年为契机，在7月21日上午，举办红心向党活动。永远跟党走 青春献祖国成为团队嘹亮的口号和不变的主题。志愿者程晨讲解了党的光辉的历史，在轻松愉快的氛围中，让我党的恩情深埋于小朋友的心中，达到润物细无声之效。

钱红、樊金凤等志愿者组织小学生们歌唱了《没有共产党就没有新中国》《义勇军进行曲》，然后又组织学生进行了爱党爱国主义书画展交流，看着小学生们兴高采烈的画着天安门、党旗、五角星的图画和党在我心中等些许稚嫩的文字，所有志愿者感觉暖暖的，感受到心灵从没有过的宁静和震撼。团队以系列爱党爱国教育活动，使学生发自内心地认同党、热爱党，进一步坚定跟党走中国特色社会主义道路的理想信念。

**第三篇：暑期社会实践日记**

湖北经济学院暑期社会实践活动日志

日期：2025-8-1地点：工厂天气：晴活动内容及心得体会：

今天一大早，我就和同事们浩浩荡荡的去参观公司的工厂，在那些大型

机器面前，我瞬间感到自己的渺小，同时，也很感慨那些技术人员的伟大创造力，工厂里的工人都在有条不紊的在生产流水线上工作，看到他们，我却突然想起了

和我差不多同龄的妹妹，她只读了中专，此时必定也被分配在这样的工厂的生产

线上机械的做着这些工作，这也警醒我自己要好好学习专业知识，在将来要用自

己的脑力而不是靠体力创出一片天！

（写作说明：日志由参与实践的学生个人撰写，主要记录实践期间个人的工作内容、实践感

受、思考总结等。）

**第四篇：暑期社会实践日记**

暑期社会实践日记

青马一班

王立鹏

7月2日

星期一

晴

今天, 我有幸和同学们一起参加了学院组织的到安远县的暑期社会实践活动。

安远县位于江西南部、赣州市东南部，是典型的丘陵山区县。出发的那天阳光明媚，车窗外的天很蓝、山也很绿。作为一个从小在华北平原上长大的北方人来说，这样的秀美景色很是令我感到惊讶。

到达我们此行的目的地安远县孔田镇后，发现赣南的农村并不是如我们想像的那样贫穷。孔田镇虽小，但是五脏俱全，该有的设施一样都不含糊。小镇上虽然没有什么车流，但却有着熙熙攘攘的人群，有着一种古朴的集市般的感觉，很是热闹。

今天我们还在安远县与当地团委书记进行了座谈,张书记讲得关于如何做好基层干部的一番话给我留下了深刻的印象,使我受益匪浅。

7月3日 星期二 晴

今天一大早，我们10名暑期社会实践队员便在孔田镇政府大院内集合完毕，匆匆吃过早饭后，便正式开始了暑期社会实践的活动安排。

而给我印象最深刻的活动则是我们今天早晨在孔田镇政府大院内面对党旗进行的庄严地宣誓。“我宣誓：铭记党的恩情，继承先烈遗志；弘扬苏区精神，共促赣南振兴；同心同德，艰苦奋斗，永远热爱党，永远跟党走，为赣南苏区振兴发展贡献力量！”铮铮誓言响彻天空，从那一刻起，我发誓自己要好好学习专业知识，用实际行动造福苏区百姓。

7月4日 星期三 晴

今天，我随大家一起到安远县上魏村看望了那里的留守儿童和孤寡老人。

在孔田镇上魏村的“三送”活动中心，我们与该村的十几名留守儿童进行了倾心的交流。大家不仅与小朋友们聊天、做游戏，还特地买来了一些西瓜分给小朋友们吃。

在我们的耐心鼓励与悉心开导下，孩子们渐渐地与大家敞开了心扉。通过谈话，我们了解到了这些孩子们的爸爸妈妈都在外地打工，他们大多是和爷爷奶奶在一起生活。当获知一个叫魏瑶的小女孩已经两年没见到妈妈时，我们还特地拨通了魏瑶妈妈的电话。面对电话那头妈妈的声音，小魏瑶不禁哭了起来，她告诉妈妈自己已经连续两次获得了班上的第一名，她只希望妈妈能回来陪陪自己……

看到这里，我们每一名实践队员的心头都感到了一份酸楚。为了让孩子们开心起来，我们和孩子们一起唱起了少先队队歌，小小的活动室顿时充满了嘹亮的歌声……

最后，我们还亲手为孩子们系上了红领巾并为他们赠送了自己精心准备的爱心包裹——一个书包和一些课外书籍，看到有这么多哥哥姐姐的关心，孩子们开心地笑了。此外，今天我们还一一探访了村里的孤寡老人们。这些经历都给我留下了极为深刻的印象。

7月5日 星期四 晴

今天下午，我们大家一起走访了安远县当地的一些红军战士。“我很小就参加了红军，今年已经88岁了。在参军后的日子里，给我印象最深刻的就是在抗美援朝战场上的一些经历。”当走到村民魏大爷家里时，身为老红军的他为我们深情讲述了他在战场上所经受过的生与死的抉择、血与火的考验。

魏大爷是当年志愿军某炮兵部队的一个班长，衣衫单薄的他曾与战友们冒着刺骨的严寒趟过冰冷的江水，也曾与敌人近距离地拼过刺刀，更曾用高射炮去面对敌机的疯狂扫射与轰炸。魏大爷说他永远不会忘记自己在朝鲜战场上的经历，因为那时的战斗异常的惨烈，有的战友为了掩护自己还光荣的牺牲了，魏大爷说他会永远铭记着这股战友情。

了解了魏大爷的一些经历后，大家都深有触动，纷纷表示自己要珍惜今天来之不易的幸福生活，努力学习专业知识，提高自己各方面的综合素质，将来用实际行动报效祖国。

7月6日 星期五 阴

今天是我们在安远县开展暑期社会实践的最后一天。我们早早起来开始准备“一周微说服务秀”活动，这可是我们实践队最具特色的一项活动，为此我们大家都准备了好长一段时间。

活动现场，我们大家不仅为村民们发放了许多有关惠农政策的宣传手册。还别出心裁，为孔田镇上魏村建立起了自己的官方微博和村民自己的飞信群，为上魏村村委会开展日常工作提供了许多便利。

此外，我们还充分借助多媒体手段，为村民现场表演了一场微说服务秀，宣讲起了一些有关养生，有关苏区文化以及科技兴农的一些知识。红歌串烧、单口相声，激情讲演……大家宣讲的形式多种多样、精彩纷呈，赢得了当地村民的阵阵掌声。

在安远县的暑期社会实践结束了，这次实践活动我们不仅为苏区百姓带去了一些切实的帮助，同时我们也在挂职锻炼的过程中提高了自己多方面的能力，真希望自己以后还有机会能够参加这样的社会实践活动。

**第五篇：暑期社会实践日记**

暑期社会实践日记

7月18日星期天 星期日 天气晴

有点忘记日记的格式了，不过想想，内容比较重要一些，其他也不能讲究太多了。

怎么说呢，今天是我们队伍第一天来到实践地——化州第二中学。经历了7个小时的旅程，想必大家都很累了。在负责人的要求下，作为本支服务队的后勤板块负责人，当然要好好准备一顿饭，犒劳一下我们劳苦大众。晚饭，我们在饭店了奢侈了一下。

晚上，由于校方忘记让门卫把科学楼的大门打开，所以我们被迫站在学校路灯下开会一个小时。在此，我又一次见证了“前途是光明的，道路是曲折的”这个道理。在我们与蚊子战斗了一个小时之后，我们还是安全进入了灯光明媚的会议室，并进行我们本次社会实践服务的第一次正式会议和分配了明天的工作。总之，会议室顺利地完成了。

比较郁闷的是回到宿舍后，由于我们是和高三级同学同一栋宿舍的，10点半就被迫关灯睡觉。在关灯的那一刻，我们男生正准备洗澡，囧。剩下的，不要想也知道了。

10点半就要去睡觉，对于一个血气方刚的男大学生来说是一件非常有挑战性的事。还好，平时有上网增进知识的我们，就慢慢地说起了笑话。至于是什么笑话呢，男生知道，女生有可能知道，总之，好笑能消磨时间的就是好笑话。

7月19日星期一 星期一 天气晴

今天是我们正式开展活动的第一天，昨天是属于打酱油的。

上午，我们上了一堂别开生面的英语课。当然在上英语课之前，我们整个队伍还是以有趣生动的形式与同学们进行了一次友好的见面会，并初步建立了彼此间的友谊，而且双方都坚信会在接下来的几天里建立更加深厚的友谊，尽管后两句是我猜的，但是我希望是真的。言归正传，本次英语课的主要目的就是让同学们学会唱一首英语歌，是电影《乖乖女是大明星》的一首歌，并学会跟着这首歌跳舞。当然，我们的教学内容也包括歌词中的语法知识。一个上午就让学生们学会唱歌跳舞，真的是比较难的。不过看着学生们热情高涨，我想，只要肯花点功夫，唱歌跳舞开始可以的。

下午，进行的是一次团培，由于本人是后勤板块的负责人，要常与校方接触，所以下午并没有长时间来跟进这次的团培。不过我是非常信任的本次团培的负责人的，因为主培是我们院心理学研究会的成员，对于团培还是有很深刻的了解的。

晚上依然是今天的工作总结和明天的工作安排。

7月20日 星期二 天气晴

今天是一个特殊的日子，由于其特殊，所以用于描述今天活动情况的语句就不能占太多的篇幅，几句话就足够了。

今天的活动，顺利而安全地进行了。早上是上课，主题是认识自我，学生们对自己有了较深入的了解。下午的主题是情绪管理，主讲人是庄媛，相信学生们在这节课之后，会掌握自己的情绪，尽量减少因为情绪控制不好而带来麻烦。

晚上才是重中之重，因为今天是本队伍社会实践板块负责人韩淼同学的生日。为了今天的准备，我们一行人很早就开始策划了。现在简要说一下。

虽说我们很早就知道韩淼同学的生日，但是我们准备的节目在19日才确定的。当天，我们先激怒韩淼，就是骂张扬，为什么要骂张扬呢？这个就不解释了，队伍的都知道。由于那时我和张扬在外面准备准备，具体怎么骂，听说效果不怎么会。不过由于张扬死也不接韩淼的电话，估计韩淼已经很急了，我们所希望的效果还是达到了。

由于送蛋糕的时间早了，而这个天迟迟未黑，以至于后面点了蜡烛等于没点。这个效果就不怎么明显。

由于减肥，我就不怎么吃蛋糕了。让给你们吧！

7月21日 星期三 天气晴

不知不觉就第四天了，也是我们活动进行的第三天。

一大早，我就带领着调研小组的人直奔高三教师办公室。然后利用早读的时间让高三的学生们把我们的问卷给完成了。期间，我还遇到了去年参加我们实践活动的学生，他们现在正在读高三。看到他们向我打招呼，我真的很感动，毕竟我们只相处了七天，而且将近一年没有联系。

问卷之后，支教的去支教，输入问卷的去输入问卷。而我，就踏上了去化州市政府的道路。那天真热，于是我偷偷地在小卖部那里喝了一碗糖水，哇咔咔~~~~ 来到政府大门前，我看到一群约10个上了年纪的婆婆在静坐示威，大喊“反贪污，反腐败，反对政府不作为”，虽然我很好奇，想问为什么，但是正事要紧，于是急急忙忙地朝着政府大楼走去。

这次和我见面的是化州市团委黄胜春部长，在他的建议下，我选择了3个地点作为我们实践板块的宣传地方的候选，还有选择了离实践地比较近的敬老院作为我们的服务点。

下午，实践板块根据我的描述，进行了踩点。心理板块就进行了团培，主题是“释压”，活动内容包括六项——冥想、自我催眠、撕纸、破塑料袋、减压操、放飞纸飞机。相信这次的活动能为他们找到释放压力的方法。

晚上，由于收到台风明天要登录广东并会直接经过化州市的消息，我们一行人就立刻与学生或学生家长联系，让他们明天不用来参加我们的活动。

7月22日 星期四 天气暴雨

暴雨在9点左右正式降临，暴风把整个教学楼吹得很诡异，到处都是“砰砰”声。由于昨天通知了学生不用来，所以整个足以容纳200多人的教室只有19人。于是我们19个人就找点乐子来，有工作的继续工作，没工作的就聚在一起聊天。

于是就诞生了很多第一次——第一次玩狼人和第一次玩UNO，玩游戏当然少不了惩罚，由于惩罚的内容太不堪入目，所以我也不方便记录。总之，在这19个人里，大家知道就行了。

由于没水没电，为了找吃的，几个男生都跑到外面去了。在台风下活动真不容易啊。而且回来的过程中，我的眼镜被台风吹飞了，在台风下找东西感觉就是不一样。

7月23日 星期五 天气雨

昨晚，一部分队员留在教室里过夜，所以早上的时候，大家精神都不是很好。最主要的是大家都被蚊子叮了一个又一个包。

今天的雨比昨天小了很多，这算是一个好消息。但是有一个坏消息，就是学校停水停电两天。这样我们剩下的活动就很难进行了。于是我就开始联系包车的负责人和去火车站看下班次。最后因为火车误点很严重，超过12个小时，我们选择了包车回华师，不过真的很贵。

下午2点，我们搭上了离开实践地的大巴，离开了这个城市。

晚上8点多，我们回到了华师，我们的社会实践活动暂时告一段落。

心得体会

这次是我第二次进行大学生暑期社会实践服务。

在一年前，我的身份是后勤板块的队员，负责前期与校方联系，下乡过程中负责打印和复印资料。而一年后，我成为了后勤板块的负责人，除了负责与校方联系外，我还要和化州市团委联系协商，以及在下乡过程中与实践地共同解决所面临的问题。

这一身份的转变，我觉得自己权利大了，同时身上的担子也重了。在其位要谋其职，我一直相信这句话。而且也严格要求自己去努力干好自己所应该做的事。在下乡过程中，我个人感觉这事我处理得还不错。

第一次下乡，怀着的是一份激动，一份初生牛犊不怕虎的勇气，纯粹是为了见识世界，不当井底之蛙。而第二次，更多的是一份责任，如何让09级的师弟师妹接触和了解这个社会。是与理想相似呢，还是与理想有很大的差别？

曾经有人说，我们只去几天，能对那边的学生有什么帮助？也许在这短短的几天内，我们能给学生带来的不多，但是每一天，我们都是尽力的。把自己所能给予的都给了。除此以外，我们还把我们大学生的风貌展示给他们看，让他们对未来有所憧憬。更重要的是教会他们面对生活的态度，态度决定一切！

我相信每个队员都是确信自己的付出会给他们带来一定的变化，而这些积极向上的变化就是我们这次活动的意义。

我们的路还继续的，我们从未停止脚步，这个世界需要我们，我们也需要这个世界。这就是我最后的收获。

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！