# 社会实践活动自我总结

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-03-14

*社会实践活动自我总结（通用16篇）社会实践活动自我总结 篇1 今年暑假社会实践活动的日子早已远去，回顾起来，至今任历历在目，感触良深。在这次实践中我们不断经受锻炼，在短短的十二天里，其活动内容之丰富，场面之感人，百姓之热情，都让我们青年志愿...*

社会实践活动自我总结（通用16篇）

社会实践活动自我总结 篇1

今年暑假社会实践活动的日子早已远去，回顾起来，至今任历历在目，感触良深。在这次实践中我们不断经受锻炼，在短短的十二天里，其活动内容之丰富，场面之感人，百姓之热情，都让我们青年志愿者难以忘怀。

当我们被选定为下乡志愿者之日起，就开始做准备，等到我们坐上去本次实践活动的目的地——镇原县方山乡张大湾的车时，我的心里异常兴奋，有种说不出的感觉，也许是因为我从这座大山的深处走出来的，经过两年的大学文化生活的洗礼之后，重新回到这个村子，所有的见闻、感受和看法，与之前有所不同。

一、对自己本次活动内容的总结

本次实践活动与其他下乡队伍基本相同，以支教、支农为重点，不同之处，我们是以建立社区学习服务中心项目为背景的，由甘肃省教科所主办，香港了施会自助的，所以，我们的活动不仅仅是代表着志愿者本身，更重要的是与项目的宣传融为一体，调研活动以面对面交谈和完成调查问卷两种方式进行。在本次活动的过程中，我个人的活动主要有以下内容：

1.支教方面：本次支教活动中，我以中班(三、四年级)和大班(五、六年级)的语文课为主，总共进行了11节课，讲授了对诗词的鉴赏、常用标点符号的用法、语言的基础知识的实际运用、语文基础知识的积累和写作等五个方面的内容，以提高他们的语言运用能力，出版做到学以致用。此外，开展了两节小学生文明礼仪教育课程，以日常的礼貌待人为起点，深入到餐桌礼仪、待客礼仪、做客礼仪、穿着礼仪、行走礼仪、尊师礼仪、同学礼仪、升旗礼仪、集会礼仪等设计小学生生活的各个方面的礼仪教育。另外，我们根据需要，每天有一小时多的素质拓展课程，我主要组织武术班的学生，通过十二天的努力，给他们教会了一些散打、擒拿的基本动作，提高他们对武术的热情，最后因文艺汇演的需要，加班加点，给他们教会了一整套的太极拳。不敢保证他们打的多好，能记忆多长时间，但至少当时表演的及其成功。还有其它课程，如小班的寓言故事课2节，奥运知识辅导1节，体育课(协助)2节。尽管我们的时间和开课的节数有限，但就小学生校园文化活动的各个方面都有所涉及，经过我们的共同努力，取得不错的效果。

2.支农方面：在本次活动中，我作为支农的负责人，深感责任重大。但是由于正处于农忙季节，加之天气变化的影响，支农方面所进行的工作很有限。本来准备以讲座、座谈等方式进行，但由于种.种原因，到场的村民并不多，我们只有把所有的内容以座谈会的方式进行，共进行了两次村民座谈，又遇到会的时间不是很统一，我们就分批次进行。另外，利用集市的有利条件，进行了大量的广播宣传。内容如下：国家三农政策与农村经济发展、农村专业合作社的介绍、家庭教育的重要性、妇女医疗健康问题、社区学习服务中心理念的交流等内容，我主要负责介绍农村专业合作社这种农村经济发展模式，虽然时间有限，但觉得渗透的很好。

3.调研方面：调研也是本次活动的一个重要组成部分，由于我们的人员有限，每题只能派两名队员出去调研，大家轮流走访，我也就仅仅轮到一次，走访了六户人家，进行面谈，也有的是直接完成问卷，完成了3种问卷共10份。

历时12天，我个人的工作任务基本都按时保质保量完成，同时，我们整个队伍团结一致，分工协作，到活动结束的时候都如期完成工作任务，取得圆满成功。

二、我眼中的社区学习服务中心

社区学习服务中心既是一个新生的事物，有优十年之久的年龄，自从1997年起省教科所就开始执行联合国教科文组织的“农村社区学习中心”项目，目前已经建成了十几个社区学习中心。社区学习中心的主要任务是通过教育活动提高农村劳动力的生产力水平和人民生活质量，以提高教育在农村经济建设中的地位，落实“科教兴农”战略，促进扫除文盲、提高农村劳动力科学文化素质，提高当地农业生产的科技含量，提高人均经济收入水平和提高农民可持续发展的能力等为主有目标，而且，经过十年的发展，社区学习中心今天已经在新农村建设、扫除文盲、丰富社区文化、提高基础教育水平、和谐社区的建立‘青壮年劳动力外出务工培训、留守儿童的教育和学龄前儿童的养护和教育等方面起到相当重要的作用，但在新时期，社区学习中心已发挥心的作用：开展群众的学习、培训和健康文化、推动生产力和农民民主意识的提高等。

诚然，社区学习中心已经诞生并在成长，他自身拥有较强的生命力，在农村的发展中已经起到了巨大的作用，取得很大的成绩。表现最为突出的是切实提高了农民的思想认识水平，提高了农民的参与性，无论在经济发展上、文化娱乐上还是在政治参与中，越来越多的村民都能够积极踊跃参与。还比如说在农民接受认同外来事物的观念上，也有三提高近，较以前能够更为理性的对待外来事物获新生事物。

但是，在受两千多年封建思想的中华大地上，传统观念难以改变，保守、守旧的思想已经根深蒂固，虽然人们经过静静地发展和生活水平的 提高，思想认识水平以较大提哦高，但对于现代化的发展要求来讲，差距甚远。作为新生事物的社区学习中心，要在经济落后、信息闭塞、交投不发达、传统思想占主导地位的广大农村地区发展壮大，却是我感到步履蹒跚。

社会实践活动自我总结 篇2

暑期社会实践时间：--.7.28—--.8.4

社会实践地点：萧山中医院口腔门诊部牙体牙髓科，口腔修复科。

实践经历：28号去科教科申请，随后去了口腔门诊部报到，呆了一礼拜左右。刚开始对病人的问题几乎是一无所知，但是在师兄师姐们的带领下，我也逐渐熟悉了各个诊室的位置以及怎样从挂号单上判断是哪个诊室。也逐渐记住了各楼层的科室分布、挂号处的分布。经过半天的锻炼我基本上可以应对患者们提出的问题。这让我很开心。接下来我每天去了一个诊室。但是由于我专业知识不够，大家都不会给我分配太多的任务。我只是偶尔帮忙拿个东西、换个口杯或其他这样的工作。护士姐姐们经验都很丰富，有过来咨询的患者她们也就回答了。我能帮上的忙不多，觉得有些惭愧。大部分时间都用来观察老师们或师兄师姐们的治疗。我看到了很多根管充填。还看到了几例补牙。还有一个切龈术。收获很大。

实践总结：

首先，这次见习医生的高超技艺让我深刻感受到用“心灵手巧”这几个字形容口腔医生是再合适不过的了。我去的是牙体牙髓科。这个科室常见的病例是根管治疗和补牙。医生们操作的平台不过是面积不到一平方厘米的牙齿里面的一个小洞。而他们用的器械大部分也是很小的很精密的，必须要手很巧才能完成这样的操作。一个根管直径不过一二毫米，却要填充进去很多牙胶尖和其他材料。而老师们的操作很娴熟，就可以在细细的根管里活动自如，灵活地填补和取出各种东西。他们的技艺不禁让我有些叹为观止了。还有一次看到一个老师补牙。用跟牙齿颜色非常接近的材料代替缺损的牙齿，按照牙齿本来的形态，把材料安放到相应的地方，再用工具多次修饰、从各个角度观看。最后做出来的牙齿真的是可以以假乱真。大概只有口腔医生自己才能看的出来是一颗假牙齿。我觉得他们治疗一个病人，就像是完成一件艺术品一样，精雕细琢，过程有可能很漫长很耗费时间和心思，但是最后看着做出来的成品，自己心里却体会到了最大的喜悦。

其次，护士周到的服务这次见习接触的护士姐姐们也很让我佩服。以前想当然地认为对人和蔼是一点都不困难。但是真的到了医院却发现真是说起来容易做起来难。第一天我热情高涨，对每个病人真的是尽自己最大努力服务周到。但是随着一天天工作的劳累，就开始变得烦闷起来。每天回答的问题几乎都有固定的答案，时间久了我觉得自己就是一个复读机。于是见到病人说话能简短就简短;能不说就不说。而且开始见到病人都是微笑服务，但是后来我觉得掩盖在口罩下面的表情即使微笑也不会让人看到，自己的微笑也得不到回应。于是有了口罩的掩盖，我的表情一度很冷淡。但是护士姐姐们很让我佩服。她们天天跟病人打交道，跟病人交流时的用语也是只有固定的那么几句话。但是她们不因为自己的厌倦而改变态度，始终热心对待病人。而且她们跟医生配合十分之默契，医生很少说要什么东西，因为护士们都会提前准备好。这样看病的效率就非常之高。

经过这次口腔科见习，我初步了解了口腔医学的分科情况以及牙体牙髓这个科室的常用材料和器械。对治疗过程也有了一个很粗略的了解。深刻认识到了动手的重要性。虽然这些知识都很浅薄，但是我相信在以后学习专业知识时我会回想起这次导医的经历，而且这次导医让我接触到的东西可以对以后的学习有所帮助。我觉得自己的动手能力很差，以后要注重锻炼动手能力，一定要自己找机会多练手。另外还要注意自己的语言表达能力、交流沟通能力。这些对于一个医生来讲也是至关重要的。

这次暑期社会实践活动让我受益匪浅。医院里的老师们和师哥师姐们看到我们有这样的机会也很羡慕。我觉得我没有浪费了这次机会，自己有了很大的收获。第一次社会实践的经历就让我体会到了它的重要性。它是我们在课堂之外另一个学习的机会。如果有机会，以后一定要多参加社会实践活动。

社会实践活动自我总结 篇3

7月5日我们期待已久的暑期“三下乡”社会实践活动终于拉开了帷幕。一大早我们12名队员及一位老师就从江西农业大学出发奔向余干县石口镇。一路上可谓车马劳顿，路途既艰辛又遥远，挤了240又是2路车，直到一点左右才到达石口镇。

我们一到达石口镇就得到当地政府热情款待，而且还在百忙当中抽出时间给我们介绍一些当地的基本情况，如村落的分布、地形特征、特色产业等。之后还期待我们前往住处，各方面都安排的挺周到的。

在来的整个过程中，虽然烈日当空，虽然被晒得大汗淋漓，虽然饥渴交迫，虽然疲惫不堪，但我们每一个队员都表现得很积极，也很乐观，大家不仅互相鼓励，还自娱自乐。整个团队都给人以一副精神焕发的状态，洋溢着青春活力，表现出了大学生应有的风采。

说实话刚开始心理落差还是蛮大的，特别是第一晚就碰上停电，可就连停电时我们都不能休息，还要不停的忙活着。可静下心来想想也没有什么啦，毕竟比那艰难的日子我都成挺过来，更何况现在还有这么多的队友一起，又再大的困难我们都能一起度过的。一下子我的精神劲头又来了，现在的我只不过是再一次经历曾经的岁月，让我更能有吃苦耐劳的精神，更能磨练自己的意志。毕竟能有这样锻炼自己的机会并不多，所以要好好珍惜现在这样的机会，尽自己所能完成所有的工作，即使有再大的困难也要坚持下去。

这样一天下来，我的感受远不仅仅是这些，还有很多很多。虽然来这里的第一天就有点小抱怨，但却让我深刻体会到真正锻炼我们的机会来了。只有在艰难的环境里才更能磨练人，更能体现个人意志，更能成就人才。假如现在的我们面对这么一点困难都不能坚持下去，将来的我们又如何能立足社会呢?所以此时此刻的我们能一如既往的坚持下去，既是环境再差些，即使会面对更多的困难我们也能坚持下去，即使再流更多的汗水，我们仍能积极乐观、坦然的面对，我相信我们的将来一定会很不一样的。所以笑一笑，没有什么过不去的，我相信我们都是最棒的，加油加油再加油哦。

7月6日大家一大早就起床了，迎着朝阳，沐浴着清风，排着整齐的队伍，大跨步跑在马路旁，喊着我们经济研究协会的口号“厚德博学，经世济民，经协经协，坚持不懈”，嘹亮的口号响遍了整个街道。

虽然一路跑下来挺苦挺累的，感觉很不舒服，也很热，但作为一个团队，一个有凝聚力的团队我们都很团结，互相支持和鼓励，激励着对方，使我们每一个人都坚持下来了，而且还在有特色的地方一起拍照作纪念，感觉很开心，也很愉快，丝毫也感觉不到累了。

为了充分利用好时间，即使是每一分每一秒都不放过，我们在吃完早餐后就马上看问卷，思考这其中的问题，思考着如何更好更快的做，思考着有可能遇到的种.种问题等。

上午九点左右，在石口镇政府领导的带领下，我们来到了当地最大的水产养殖基地——黄鳝养殖。该户主很热情也很友好，我们一到那里就切西瓜给我们吃，接着又带领我们参观黄鳝养殖基地，像我们解说所有的疑惑，很多队友划船到黄鳝养殖的水中央，零距离的接近。通过与该个体户的交流，我们了解到其养殖规模为200亩，总产量为15万斤左右，以市场价格20元左右销往全国各地，并且与收购商建立了长期合作关系。同时还了解到养殖时间较短，一般只需四个月，但每年只有一次。我们还进一步获悉，在利润高的同时也伴随着很大的风险及很大的成本。

确实，无论做什么事情都很可能伴随着风险，但有时我们也要有敢于冒险的精神，做事情要有魄力，要勇敢的快出第一步。

整个上午很快就过去了，我们和那个户主谈得很开心，一起在愉快中度过一段时光。不仅如此我们也从中学到了不少，为我们将要写的调查报告及调研打下基础。之后我们又和户主一起拍照留念，在不舍中离去。

下午我们顶着烈日出发了，挨家挨户的做问卷，虽然其中也会碰到困难，如语言障碍、村民的不理解、自我介绍的不合理，但只要你坚持下去，还是会成功的。只要我们坚持不懈，不怕苦不怕累，多于村民深入交流，主动点、积极点、勇敢点，其实做问卷也是挺容易。就我个人而言，我是一个不善于交流的人，平时不太会说话，但只要我们态度好些，多与村民亲近交流，我们很快就能融入其中，也能很快的做问卷，而且还能从中收获意外的惊喜。

7月7日又是美好的一天我们照样很早起床，一起晨跑，一起吃早餐，一起完成我们所要完成的任务。

在于学长的带领下我们去参观了笏立鞋业有限公司，一路上我们都排着整齐的队伍，有秩序有组织的进入工厂，并且对生产线进行了观看，看一双双鞋子是要经过多少道工序后才能完成。该厂商的负责人很热情也很友好，很认真的给我们讲解有关鞋厂的信息，不仅如此还接受了我们的采访，让我们了解到很多知识。在闲谈之余我们又了解到很多有关其他方面的常识。他教我们如何识别鞋子的真假，还有鞋子设计的合理之处。参观完后，我们又一起拍照留作纪念。

在参观和听完负责人的解说之后，使我明白了很多很多，看似一双简单的鞋子，可所做的工序却很复杂，要经过众多的工序才能完成。其实我们做任何事情都一样，看似一件普通的事，可做起来并没有那么容易。就拿我们做问卷来说吧，只要拿着问卷去找人做下就行，好像很容易，但是并非如此，我们所要考虑的问题可多了，不仅自己要很熟悉问卷，还要思考如何去做才会让被问者很愿意又很愉快，而且很有效率。这些都是在做之前必须考虑的问题，所以说做任何事情都没有那么简单，需要我们全身心投入其中，并且要从全局出发。他还告诉我们要想知道鞋子质量好坏或是是否舒适，就必须亲自尝试，去试穿和走几步才行。是的，我们做任何事情都要敢于去尝试，只有去尝试了才会知道成功与否。如果就连尝试的勇气都没有，那根本就不会有任何机会了，所以我们要把握住每一次机会，敢于去尝试，去实践。他还向我们透露说鞋子为什么要那样那样做，其实是有它的道理的，那就涉及到物理方面的知识。鞋子的前部是受力部位，需要很牢固才行，而后部不受什么力，质量差点也没多大关系。就从如何做鞋子这件事中都告诉我们要多学习，多积累经验，不仅是学习书本知识，还要到课堂外或是生活中去学习。

下午我们坐着“宝马”出发了，今天的成果很不错，一个下午就做了十几份问卷，事实上能有这么好的效果主要是该地方的村民都很友好、很热情，很配合我们的工作，没有一个村民拒绝。

做一个下午的问卷让我感受最深的是农村的村民就是纯朴、热情、友好、有人情味。在路上看到我们就会叫我们到家里坐坐，喝口水，休息下。我真的很感谢他们，让我们感到很温暖，感受到人间的真善美。

7月8日一切照旧，没有大的变化，就是所去的地方不一样。今天一大早就做着我们的三轮宝马车出发了，来到了院前村后我们就分组行动，刚开始一直都没找到合适的对象，很久之后终于找到了为知识分子，一下子就做了两份，而且也很认真的完成。就这样一直寻找着合适的对象，到处奔走到中午。

通过做了这么多问卷下来，我发现招有点知识文化的人做问卷真的很好，找这些人做问卷很轻松。这也从侧面反映我们要努力读书，掌握更多的知识文化，这真的很重要。同时国家也要加强教育力度，尽量减少些文盲，加大对教育的投资力度，真正重视其教育问题。

在做问卷的过程中我还遇到了一位很热情的老人家，虽然我们在语言上有些障碍，但彼此还是谈得很开心。他是一位70多岁的老人家蛋挞却一个人种3亩田，每天都要花很多心血。而且他还有一很好的爱好，就是一闲下来他就喜欢画画，而且花的特别好。而且他还是他们村里老人聚集娱乐场所的管理者。据了解那是当地政府专为老年人提供的，让他们每天可以一起聊天、看电视，享受生活。当我看到这个时感到挺欣慰的，我希望我们每一个地方都能有这样的场所，让老人不仅在物质上得到满足，在精神生活上也能丰富起来。

晚上吃完饭后我们照常开会，但今天所不同的是有一名队友感动的哭了。因为在她生病时，我们每个人都很细心的照顾她12个人一条心，一直陪伴她，不管何时都没有落下她。她说这是她第一次感受到团队也能有这么团结、温馨，这么快乐，这次下乡真的很值。确实，我也有同感，从刚来时的小抱怨，到现在的不舍，感觉时间稍纵即逝。同时这次瞎想改变了我们每一个人，让我们变得更成熟、更稳重、更活泼、更有激情。

今晚又是一个忙碌的夜晚，为了准备第二天给初三的同学上课，我们队员分成两组，每组教一个班。我们都发挥了团队的力量，一起交流讨论想主题，到后面的分工合作既一次又一次的排练，每个队员都是那么的投入，那么的认真一直奋战到十一点多才睡觉，为的是能教好每个同学，让他们真正学会些东西。

通过这次的准备，我深刻体会到当一名老师是多么的不容易，多么的辛苦，所以我们要珍惜老师的成果，好好读书，努力学习。

7月9日我很早就起床了，为的是把今天的可给讲好，五点我就起床练习，因为我想尽我最大的努力把课给讲好，所以就一遍又一遍的练习着。晨跑后，一吃完饭，我们组又开始了一次彩排，希望今天的课既精彩，又是同学们最难忘的一课，同时也能从中学到点东西。

八点很快就到了，我们一起走进那不熟悉却好像有着深刻感情的地方，我们都知道，对于初三的同学来说即将面临中考，学业特别的重，很少学习其他方面的知识。所以我们今天的主题是“学会感恩，收获人生”，分别以感恩父母，感恩老师，感恩社会三个方面展开，同时还教同学们唱感恩的心。希望他们永存一颗感恩的心。我们每个队员都见得很投入，同学们听的也很认真，两节课很快就过去了，但我们只能在歌声中慢慢离去。

通过上完课后，我最想说的有两点，第一是：机会永远是留给有准备的人，否则我们这次的可不会像这样的成功。这次的可不仅很受同学欢迎，也得到了老师及校长的肯定。正是因为我们准备充分，花了很多时间和精力，全身心的投入其中，才会有如此的成效。所以我们一定要善于把握住机会，时刻准备着。第二是：我们每一个人都要有一颗感恩的心，只有心

存感恩，才能更好的收获人生。

今天已是来这的第五天了，一切都感觉很好，美中不足的是陆陆续续有几位队友生病了，但他们还是带病工作，这点真的很不错。所以我们要更加努力把所有的事情做好，我相信我们是最棒的。同时我还想说，出门在外一定要照顾好自己，有什么事情一定要和队友商量，一定要互相支持互相帮助。

时间过得真的很快，转眼间就到了7月10日了，就快到说再见的时刻了。说句心里话，我真的很舍不得这里，舍不得每一个队友，一起朝夕相处了整整六天。从刚开始来这里的不适应，到后来的慢慢习惯，甚至到现在的不舍之情。这段站的六天将成为我人生中最美好回忆的一部分，我想说我参加这次暑期三下乡的社会实践活动我无悔。

今天上午我们有坐着专属我们的宝马来到了松乐村，虽然今天没有多大的成效，但我们在工作之余一起嬉戏，一起欢笑，一起飙歌，12个人就像亲兄弟姐妹一样，结下了深厚的友谊。

在这里的这些天里，能有大家的陪伴，我真的很开心。不仅参加社会实践，学习到了很多书本外的知识，同时也让我结识了一群好朋友，让我变得更自信更开朗了。

下午接到临时任务就是给初二的同学在上两节课，由于上次的课讲得很成功，所以有吸引了初二的同学们。同样的，为了这次的课能够狠成功，又急于上次的经验，我们甚至一定要准备充分，这样才能更好。尽管只有短暂的一个中午，但我们并没有灰心，还是积极投入的准备着，就连每天必备的午休都顾不得了。我们这次课的主题是：快乐学习，快乐生活，做快乐的自己。虽然这次的课可能没有上次的好，但同学们还是聚精会神的听着，我们还是很高心的。还有就是我们都努力去做了，也都积极参与了，不管效果怎样，我么都无愧于心了。

最后我想说的是，通过这两次课，我发现一个很普遍的问题就是学生们都很胆怯，一站起来就一句话也不敢说，就别说站在讲台上了。所以在今后我们的学校一定要注重对这方面的培养，让每个同学都能大胆点，自信点。争取让同学们能全面发展，而不仅仅是在学习上，其实在其他方面的能力也很重要。

于20--年7月5日开始为期七天的暑期“三下乡”社会实践活动就这样圆满落幕了，在这离别之际，为了感谢余干县石口镇政府的大力支持，我们送上代表我们心意的锦旗，并且也和当地政府一起分享了我们的成果，同时还一起合影作纪念。之后就踏上了返回的路途，为下一步的后续工作做准备。

我们此次活动很成功，得到了当地政府的一致好评。同时我们是以“喜迎建党九十载，奉献三农把党爱”为主题开展的，在这七天里我们完成了相关的问卷调查284份，实地考察了1800多年历史的古镇，参观了当地的特色产业黄鳝水产养殖基地、笏立鞋业有限公司、雪纺服装厂等，还利用休息时间在当地的石口中学义务支教、关心留守儿童和孤寡老人等。

通过这次活动对当地的一些特色、实际情况及风土习惯等都有了一定的了解，也和当地的人民结下了深厚的情谊，同时也提高了我们各方面的综合素质，锻炼了我们的意志。而且还使我自己感觉变得更自信，更开朗了。

7天的暑期社会实践活动时结束了，但社会实践活动给我们带来的巨大影响却没有结束，是我们走出课堂，走出校园，走向社会，走上了与社会实践线结合的道路，到社会这个大课堂上去经受风雨的洗礼，见识世面，增长才干。虽然在整个过程中比较辛苦，但回想起来才发现，原来乏味找哦个充满了希望，苦涩中流露出甘甜，其中的艰难，其中的辛苦，其中的努力，其中的乐趣，真可谓每一天都是多彩的，既有晴天，又有风雨交加时，无论情节怎样，你都是最棒的一个。当然在实践中也表现出了很多的不足之处，经验欠缺，认识问题不够全面，换位思考等问题。所以我们会的我们学校后，要更加珍惜在学校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中去，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务社会打下坚实的基础。

最后我们要感谢江西农业大学校、院团委的悉心指导和大力支持，同时也要感谢我们队员们的共同努力，使这次活动顺利开展并圆满落幕。

社会实践活动自我总结 篇4

“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”这是古人带给我们的启迪。实践，才能出真知。

作为一个英语非师范类的学生来说，教导孩子对我们来说是一个相当艰巨的任务，但是“学以致用，反哺社会”是当代大学生孜孜以求的目标，同时这也是本次“微笑服务社区，青春奉献社会”羽之翼暑期实践团的初衷。作为外语学院的学生，我们在学好汉语的同时更努力地学习外语，辛勤的汗水换来的是学业上丰硕的成果。在不断学习的同时，不断的促进我们职业素质的养成。但是我们总是希望将自己所热爱的专业以及所学的知识传递下去，虽然我们并没有具备教师方面的经验，但我们的心里充溢着这满满的热情。

于是这个暑假我们这一群人在结束学业的时候并没有马上回家，而是开始了我们为期十天的“教师生涯”，让我们有机会把理论转化为实践。酷热的夏天，火辣的太阳，正是因为这样的环境，更是激起了我们参加暑期社会实践的决心，越是艰苦的环境，越是能激发出我们的潜能。

于是20xx年6月28日，xx城市职业技术学院国际交流学院暑期社会实践团“微笑服务社区，青春奉献社会”暑期实践活动“羽之翼”实践小分队来到了目的地：东南社区，开始了我们的实践。

28，29日一整天，队员们都在东南社区的菜场设点上开始招生工作。虽然当天的招生工作我并没有参与，但是能够想象到家长们的热情询问和孩子们的殷切期待，这一点就足够让我们充满信心地继续进行工作。两天的招生工作共招得学生38人。

6月30日，暑期班开幕仪式在东南社区隆重举行，这次的开幕仪式不像那些那么的拘谨，隆重，但正好迎合了我们以及孩子们的心情。在尾声，孩子们进行了班干部的竞选，而我作为评委，看着他们那时而腼腆，时而胆大的表现，真是感慨万分，曾几何时我也是这样的一个小女孩，现今随着时光的流逝，这样单纯的我早已不在。

我所负责的是给小朋友们上影视欣赏课，为了迎合社区以及今年建国xx周年的纪念日，我们给小朋友们播放的是红色电影，有利于唤起他们革命使命和主人翁的意识。然而，给这些顽皮的孩子上课哪里有那么的容易，早在昨天知晓今天上影视欣赏课，孩子们早就乐翻了，一个个的争着要看动画片。往常的我当然会随了他们的心愿，但此时我的身份是一个教师，哪能这么胡闹呢，就循循利诱，让孩子们安安静静的观看红色电影了。虽然爱玩的天性还是存在的，但是都是非常渴求知识的，所以也是非常认真的在观看，对于我们所提出的一些问题，也能够回答的非常准确。

经过时间的磨合，原本的生疏不再存在。盈盈笑语中，结束了一堂又一堂的课。在七天的教程中，令同学们艺术涵养得到了熏陶，英语水平得到了强化。看着他们认真的做着暑假作业，总是会回想起自己，找到自己已失的童真，相信是自己的收获吧。

7月8日，今天是我们实践活动的最后一天了。成果展示，将气氛推到了最high，所有人都沉浸在欢快中。如白驹过逝的总是时间，终将要散场，没有什么比得上别离。在依依不舍中，离开了社区，离开了一起欢声笑语的孩子们。每个人心中都有份不同的怀念。那些可爱的孩子们，那些纯真的孩子们，那些热情的孩子们结束时，看到学生们恋恋不舍又充满期待的目光通过在暑期的这段“教师”工作，让我有了很多感触。在很大方面锻炼了自己的表达能力，交往能力以及促进自己职业素质的养成。这些笔笔珍贵的经验将影响我以后的学习生活，并对以后的工作产生积极影响，我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，而且会让我受用一生.实践的经历虽已经过去，可我还会回头去看一下我在那里留下的脚印，我相信那不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！

社会实践活动自我总结 篇5

在20xx这样一个极赋记忆意义的一年我积极报名参加了一项同样极有意义的活动-----20xx年春运票源调查活动。

得知此项活动的报名时间正好是期末考试的时候，院团委段老师告诉我，参加这项活动可能就不能在家过年的时候我依然毫不犹豫的报了名。

大年的日子临近了，也终于等来了期盼已久的电话。是铁路公安处团委王警官打来的！第二天我就可以去火车站实践了。

怀着激动和热情我正式和本校其他同学以及邮电大学的同学们投入了第一天的工作。我们的工作内容主要是在铁路公安警察的代领下进行高价票的调查。

由于春运的提前到来，我们还没来得及培训就开始上岗。刚开始还有些茫然，也不清楚该怎么问才好。在经过自己的观察和学习后，很快就能熟练的工作了，并且每天都有一定的收获，都可以查到一些旅客通过订购、朋友代买和一些非正规的售票点买的方式买到高假票。少则多收20元，多的竟达300元一张。国家规定在正规的定票点购票最多可收5元的手续费，超过5元就属高价票。这高出的300元岂不是活抢人吗！最近一位接受调查的旅客告诉我她买的一张面值9元的短途票要价60元！她对这样的行为特别气愤，没有理睬卖票的人。并对我们的客票调查活动表示支持。

要说在活动中遇到的困难，不是在火车站候车厅这样一个鱼龙混杂的地方工作，既要注意个人的人身安全还要注意财产安全；也不是在天寒地冻的日子里每天站得脚抽筋，手脚冻得失去知觉；而是我们辛苦的工作得不到旅客的理解。很多时候我们在对旅客进行调查是他们都不配合，有的拒绝调查，有的为不引火烧身不愿提供购买高价票的线索，有的甚至闪烁其词故意隐瞒，有时甚至还会遭来旅客的白眼。这些都严重打击了我们的工作积极性和热情。

但每当想到旅客特别是农民工朋友经过一年的辛苦劳动挣来的血汗钱就这样被票贩子敲诈时又让我重拾起了工作的热情。工作中绝大部分的人是很支持我们的，他们夸奖我们工作态度好，活动极有价值，应坚持大力开展，对票贩子进行强烈打击。每当得到这大多少人的肯定的时候总能让我忘记一天的疲劳。

在经过这近半个月的社会实践活动让我认识到很多，学到了很多。

首先，安全很重要。车站的乘客大多数都是农民工，他们对乘车诸多事项都不清楚，很盲目。捏着车票乱窜，也不留心候车厅张贴的检票口分配指示图，经常是几个候车厅瞎找，为此错过乘车的旅客也不少。这还不是主要的，车站人多，每天的人流量多达好几万，各种各样的人都有。有可能一个小偷或人贩子就站在你旁边而你却毫不知情。我工作的第二天就遇到一位乘客的小孩差点就被人贩子拐跑；第三天又有乘客的小孩走失了，急得老奶奶四处焦急的寻找；第四天又遇一乘客裤兜里的钱差点就被小偷夹跑了……如果一个不留心这一切都让坏人得逞了，可不简单是关系到能否过一个快乐年，还会因此改变一人的一身啊！可见安全真的特别重要。

其次，工作态度也很重要。既然来了，要做就应该把事情做好。工作态度直接关系着工作的完成情况。如果到这来做假期社会时间就是为工作津贴，还不如早早的回家过年。最后，付出就一定会有回报。

社会实践活动一直是大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。通过参加这次活动，也让我明白了社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，投身社会的良好形式；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，有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想与知识。参加社会实践活动的时间并不长，却让我领悟到了很多书本上无法学到的东西。并将终身受用。

社会实践活动还让我认识了很多人，有铁路局工作一丝不苟又平易近人的工作人员们，有各大高校朝气蓬勃，活泼开朗大学生们，还有一些拖着大包小包的行李，带着老人孩子急匆匆乘车回家过年的乘客们。这些都加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让我们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少年学生的成材之路。

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，为将来更加激烈的社会竞争打下了坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我在社会实践中得到锻炼和提升。

社会实践活动自我总结 篇6

学校“文明礼仪伴我行”社会实践活动总结根据市教育局《关于认真做好“文明伴我成长”主题教育实践活动总结、表彰工作的通知》精神和要求，结合我校实际，现就“文明礼仪伴我行”主题教育实践活动总结如下：

一、高度重视，制定方案

认真组织实施“文明小使者”主题教育实践活动工作。制定了工作方案，明确了此项工作的目的、任务和职责，细化了工作流程、工作重点以及工作保障措施，制定了“活动计划”，下发“通知”。由学校政教处统筹活动的开展，把握工作进度，确保文明小使者工作顺利进行。

二、明确任务，认真落实

学校充分调动各班参与的积极性，要求班级充分发挥各自的资源优势，根据各自特色品牌，开展文明小使者主题教育实践活动。在工作开展过程中，各班级积极创造条件，充分发掘班级潜在资源，通过文明形象大使、优秀志愿者担任辅导员在文明市民学校开设“文明、道德、礼仪”课堂，开展系列的“小志愿者”“小楼门长”“环保小卫士”“家庭小孝星”“文明小宣传员”“文明小巡防”活动，把“小手拉大手、文明一起走”活动落到实处，为中小学生提供形式多样的文明实践机会。

三、结合实际，特色活动

各班级结合本辖区实际，充分发挥“文明小使者”在班（村）的独特影响力，积极调动各方力量，开展各具特色的主题活动，从而培育了中小学生未来主人翁的文明意识和社会责任感。

通过以上各类活动的开展，“社区文明小使者”们与居民和工作人员的接触，逐渐了解到了社区服务的乐趣。知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、劳作。通过社区服务，提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，扩大了视野，“社区文明小使者”实践活动，对于塑造未成年人思想品格、锻炼未成年人坚强意志、丰富未成年人精神文化生活，起到了积极的推动作用。

四、收获

1.统一了思想，提高了认识。

2.扩大宣传，营造了氛围。

3.拓宽了途径，突出了践行。

4.精心组织，力求实效，提升了学生能力。

社会实践活动自我总结 篇7

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。或许，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，我只有真正的把本领学好，才能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。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。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。

一、待人要真诚

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。

二、要善于沟通

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。

三、要有热情和信心

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。

五、要主动出击

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。

六、要讲究条理

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。

社会实践活动自我总结 篇8

今年的周末社会实践活动日子早已远扬，同学们感触良深，在这次社会实践中不断经受锻炼，在短暂日子里，让大家难以忘怀，

大学生周末社会实践个人总结。

此次社会实践，开阔了大学生的视野，锻炼了大家的耐性，加大了大家与社会的接触面，进一步激发了我们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

总之，通过周末社会实践活动，同学们在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。实践证明，社会实践是提高学生综合素质、培养高素质人才的一个重要途径。走出校园，深入社会，实践成才，刻不容缓的“走出去，到农村、工厂、社区去”，发挥知识技能优势，开展各项社会实践活动，更好地服务社会、服务人民、服务社会发展，在活动中提升自我。”

周末社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，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矗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，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，才能在竞争中突出自已，表现自已。

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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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。或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意到社会实践，社会实践必不可少。

回想这次社会实践活动，同学们学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。 在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听娶耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种.种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。 知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

经历了周末的社会实践,我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，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社会、了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。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最好途径。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矗同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础!

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生周末社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式;我们要抓住培养锻炼才干的好机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量!

社会实践活动自我总结 篇9

经人介绍，我来到了\*\*县人民医院为期一个月的社会实践活动。据了解，\*\*县人民医院自1988年成立以来，以“救死扶伤”的工作信念执本道牛耳，认真贯彻落实科学发展观实行农村与城市一体化的医疗保险举措，积极为广大患者解决疑难杂症，一流的服务态度，先进的工作理念，树立了医院的新风貌，医护人员共有200余人，其中20余位工作骨干作为医院的核心，共有床位200余张，是一所设备齐全、工作经验丰富的文明医院。

我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走向社会，献出自己的一份力量，实现自我价值。自从走进了大学，就业问题就似乎总是困扰在我们身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报总写着“有经验者优先”，可还是在校园里面的我们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的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在毕业以后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活、工作中更好的处理各方面的问题，我们应认真的对待社会实践。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识运用到实际中去，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，是实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的学习，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。而且当今国内外的经济日益变化，就业压力越来越大，当代大学生拥有了越多机会的同时，也有了更多的挑战，所以只有通过实践不断的增强对社会的认识，不断的增加工作经验才能在竞争中立于不败之地。

经历了这次社会实践活动，我欣喜的发现自己得到双重收获，业务技巧上的日趋完善以及心灵的成熟蜕变，这次社会实践使我把学到的书本理论应用到实践中去，可以更加熟悉就业市场，了解社会现实，加强自身竞争意识，同时也发现自己知识结构的缺陷，这知识一次初步的尝试，但对我来说确实是一笔很大的财富，激励和鼓舞我以后应当怎样成熟的面对实际工作。

社会实践活动自我总结 篇10

那段日子真是即紧张又充实，虽然很累但也从中总结了不少服装销售的经验，其实销售中最重要的就是揣摩和把握住顾客的心理，我将顾客分为三类：随意闲逛型、品牌信任型、比较购买型。将总结如下：

终于踏出了真正的社会的第一步-以纯专卖店导购员。这次不同于之前的社会实践是在于它是我靠自己的能力争取来的。通过层层面试而脱颖而出的我，更加珍惜这个来之不易的实践机会。

现在我就对这一个月的实践做一个工作小结。在以纯店的一个月里，工作的节奏十分紧张，上班时间分为早班，中班和晚班，迟到一分钟要扣掉1元钱作为爱心款。刚去店里报告，就马上开始上班，先从熟悉店内货品开始，经过几天的工作后，我对服装的尺寸、颜色、价格、面料及洗涤方法都十分熟悉。每天高峰期是下午交接班6点和晚上9点的时候。人流量最多，买单都会出现排长队的情况。因此大家积极性都很高。那段日子真是即紧张又充实，虽然很累但也从中总结了不少服装销售的经验，其实销售中最重要的就是揣摩和把握住顾客的心理，我将顾客分为三类：随意闲逛型、品牌信任型、比较购买型。能够从顾客的表情、举止中分辨出其类型，准备有针对性的服务。不管顾客最终是否购买，都要一丝不苟的向顾客介绍产品的相关信息，这增强了我应对顾客各种疑问和要求的经验。以纯店是当天的事情当天必须做完，所以经常性的下班都很晚，节假日几乎都是半夜一两点，经常两点多到货，更延误了下班时间。但是每天工作时，我都让自己保持精神饱满地状态出现在店堂里，很热心地、快捷准确地为每一位顾客服务，以礼待客。

我会先了解顾客对商品的兴趣和爱好，真诚地希望每一位顾客穿上最适合自己最舒适的服装。同时也会认真回答顾客对商品提出的疑问，让顾客购买到最适合自己的服装，当顾客穿着合身满意的衣服，带着赞美的离开店时，是我最大的快乐。周末实践这段时间里，店堂里每天像个菜市场一样热闹，当我们店这个月15万的业绩达标后，大家很欣慰，因为每天像打仗似的日子，终于有所回报。一个月没有休息过一天，虽然大家都十分辛苦，但都为自己取得的成绩感到骄傲。在以纯店我学会了顾客服务、店铺运作、帐目和物品管理。我真正体会到了工作的艰辛，但是这也让自己得到成长。在以纯店中我的销售业绩算是突出的，半个月卖了两万多，店长表扬了我，真是有种自豪的感觉。因为我觉得自己付出了很多努力，同时得到的回报也很多，每天紧张有序的工作，让我深深的体会到团队协作的重要性，一个人的力量十分有限，就因为凝聚和团结了所有员工的力量，以纯店才能取得每月业绩第一的辉煌成绩。社会实践的时间虽然并不长，可它让我认识到：人的一生中，校园并不是永远的学校，真正的学校只有一个，那就是社会。

一个月的实践一晃而过，却让我从中悟到了很多我们从课堂学过的一些道理，一些东西，而这些东西也将让我终身受益。社会实践加深了我与社会各阶层人的情感，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，为将来打下了坚实的基础。此时此刻;即将面临毕业，最深切的感受就是，无论从何处起步，无论具体从事哪种工作，认真细致和踏实的工作态度才是成功的基础。

社会实践活动自我总结 篇11

通过这次近一个月的社会实践，我从另一个侧面检验了自己的学习情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力;同时也发现一些了自己的不足，使我在以后的学习中不断的弥补和提高。可以说，这次家教的实践让我受益匪浅，自己的实践结果还是不错的。

从事教学工作一定要认真地备课。虽说以我目前的知识水平，初中的知识是轻而易举,但自己会和能把他人教会完全是两码事情。我还是找齐了教材、资料和笔记专心背课，力求做到知识上准确无误。

在与孩子的接触过程中，忽然有种错觉，可能就是代沟吧。这个年纪的孩子大多生活富足，他们张扬、自我，而这种特点与其说是个性，我倒觉得是任性吧。这个小女孩其实是很聪明的，然而成绩却不是很好。她说是因为上课不专心，经过那么多天的相处，我却认为是懒惰，总是找理由逃避学习。她听课时，时常一副心不在焉的样子，有时，我心里会感到很恼火：自己的付出与收获完全不成正比;可是除了耐心也别无他法。每当她走神时，我都会提醒她，耐着性子给她讲下去;她做题时，总是口头上说会了却懒于动手。我清楚地知道：懒惰在学习上是绝对吃不开的。于是，我经常告诫她，只有认真学习才能把成绩提高。我尽量把讲课的气氛营造的轻松愉快，但要掌握好尺度，不够严肃更容易造成她的懈担课余时间我给她讲了很多我在她这个年纪时学习上的事情，这种朋友式的交流让她的学习态度有了一些改观。

一、在讲课方面，要分清楚什么是重点，不是重点的可以一带而过，毕竟学生在学校上课的时候也不是一点都没听，针对重点拿分的章节要详细讲解，这样才能让她在以后的考试中，成绩有所提高。

二、在讲的过程中，我应该尽量耐心点，慢慢的给学生讲，我认为很简单的对她并不是那样，切记不能烦躁，尽量让自己心平气和的讲解。

三、在习题布置与讲解上，要细心挑选，一定要挑些有针对性的题目给学生做，要重质量而不要一味图数量，并监督她对错题的整理和回顾。另外这个学生基础比较弱，要先强化了基础才能够去提高层次。

四、要和学生处好关系，要让她把我当朋友，而不是老师，这样才能够更好的沟通。这个女孩子的学习成绩处于中下游，很容易产生自卑心理，所以平时要多加鼓励，让她能重拾自信心，相信她自己是能学好的。

五、要注意与学生家长的交流，一方面能更深入了解学生的情况;另一方面能及时将教学进展及时反馈给家长，有利于家长的配合与支持。

二十几天的辅导生活过得很快，虽然我不敢以老师自居，但真的希望这二十几天的家教对她有大的帮助。在这个过程中我也很大有收获，可能体会的就是现实与理想之间的差距吧，而这将是我以后完全在踏入社会后需要铭记的。耐心，宽容，关心，责任，友善。我想，这应该是我今年冬日收获的最丰硕的果实。

社会实践活动自我总结 篇12

很高兴能有这样的一次机会!今天我去了我们市的敬老院老年活动中心进行社会实践，在那里我和几名同来的朋友为那里的老人做了一些力所能及的简单工作，之后又陪老人聊天，我们知道，老人最缺少的就是关爱，最害怕的市孤单和寂寞，最希望的是可以在幸福和安逸的环境中享受自己的夕阳红。

今天一大早，准确的说是20xx年2月26日，早上还下着雪，我和几名同学约好一同前往位于市郊的敬老院，我们带了一些水果怀着很兴奋的心情一路直奔目的地。令我们很意外的是有几位老人正好在正门外，我们上前去问，原来他们早知道有几个大学生要来看望他们，这样的事情令我们受宠若惊。

我们随同老人们一起进入了里面，进入里面的娱乐室，整个房间里坐满了人，和我们之前想的完全不同，老人们见我们来了很高兴，我们做了自我介绍之后，便按照事先的安排为老人们表演了几个简单的小节目，说实话这几个节目用我们的话来说是惨不忍睹，但老人们还是高度赞扬了我们弄得怪不好意思的，老人们也不示弱，有为满头白发的老爷爷给我们唱了一小段京剧，那架势。丝毫不逊于我们看过的正规京剧演员的表演，之后我们才知道，这位老人十分喜欢戏曲要不是条件不允许，早就成了正式演员啦，这水平真是了不得。

后来，我们又和老人们聊天，从这些聊天中，我有很多感触。通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。

下午1点多，等我们吃完饭，一般这时老人们都出来散步和锻炼身体了。敬老院有个很大的院子，里面有很多锻炼身体用的运动器械。有相当多的老人们在散步和锻炼身体，看见我们来了.就和我们一起玩些小游戏。

通过这次跟老人家的聊天，是我们明白的很多，明白到他们过去的经历，明白他们的辛劳，明白他们对他们儿女的记盼，更明白他们对我们的希望……

临走我们部分同学和老人一起合影留念。照完相以后，老人对我们说：“你们照片洗出来后能不能给我一张?上面写上你们的名字。”“好的，好的，没问题。我们过两天洗好后给您送来!”我们争着答道。

老人们平日里很孤独，儿女大多不在身边，有的甚至没有儿女，他们要的也许不再是简单的金钱所能代替的，在生活的温饱要求之上，有人在身边那是最最开心的了。《常回家看看》里歌词写得好，老人要的是有人陪他们聊聊天交流一下心声。

我们现在自己的爷爷奶奶，外公外婆很多都已经不在了，所以看到老年人，我们可能会特别的想念自己已故的亲人，不自觉得就想和老年人们亲近亲近，就像对自己的爷爷奶奶，外公外婆一样，想要关心他们，照顾他们，而他们也会把我们当成孙女，孙子一样，拉着你的手，把他们的那份慈祥加注在你身上，而我们也欣然地接受了。

我们每个人都会经历从孩童到青年，从青年到老年的过程，经历生与死。我们现在还是青年阶段，未来亦还有相当长的一段要走，如何走下去，我想，每个人都应该心中有数。也许当我们走完我们的人生旅程，该休息时，是否也会象敬老院的老人那样快乐开心地度过自己的晚年呢?

社会实践活动自我总结 篇13

在学校的组织下，7月11日——16日为期6天的时间里开启了我的暑假社会实践，和我一起接受实践的还有本院的其他五位同学，我们主要追寻了弥漫着浓厚红色革命主义意义的西安市、以及延安市，在这有限而极具重温历史的时间里，我不仅领略到祖国大好河山的雄伟，以及深沉的革命传统教育。

“黄河之水天上来，奔流到海不复还”，这宏伟的句子，在小学时期读来虽波澜壮阔，气韵十足，可不曾想象是怎样一副气势翻涌的场面，当我真正站在黄河壶口边上的时候，才领略到这句诗的神韵之处，仿佛也看到了李白当年也站在这壶口满腹诗情的样子;当我一步一步靠近壶口瀑布，心中对大自然的敬畏油然而生，慢慢膨胀....湍急宏大的河水从天而降，心里的情结顷刻间泛滥如眼前的奔流，远远流长，我想走得更近些，用手去触摸您，让我崇敬的母亲河，您不仅养育了中华儿女，更传承了不屈不饶、勇往直前的拼搏精神，我突然觉悟这正是我所缺少又必须得到的心境。

告别宏伟的母亲河，我们来到延安，首先我们寻访重温了\_\_、周恩来、朱德等革命先辈曾经生活、工作过的地方，在这极富历史味道的土地上，深切的感受到革命道路的艰辛，而正作为大学生的我，为何不发扬革命前辈们艰苦奋斗的精神呢，想到这，倍感惭愧。当年\_\_、周恩来、朱德同志等革命领袖，虽在这露天的食堂、简陋的集体宿舍.....如此艰辛的环境下，但他们心里满怀崇高的革命使命，紧紧的团结在一起，赶走了入侵的日本鬼子，这是一段多么让人高歌传唱的历史传奇。如今是新的时代，在党的正确领导下，我们更要坚定住信仰，继续发扬艰苦奋斗的作风，继承伟大党人的心理斗志。虽然日子越来越幸福了，但我们决不能被裹着糖衣炮弹的“享乐主义、金钱主义、铺张浪费等”思想所俘虏。在重走这段红路的道路上，我还领悟到坚守实事求是的精神也非常的重要，在延安时期，革命伟人正是用这种精神织成的顽抗防备，人民军队才能用极其简陋的武器装备，取得伟大的抗日战争和解放战争的胜利。我们要坚持不懈地加强责任心、责任感的心理素质培养，争取做个党的优秀接班人。

在这次充满意义的实践中，不但丰富了我的社会实践见识，同时也提高了我的团队合作能力和自身素质的修养，也让我树立起义务服务社会的思想和坚持不懈的勇气;同时，也让我更加明确了人生目标，为将来更好的回报祖国、服务社会打下坚实是基础。社会实践是引导我们走出校门、探足社会的一个很好的平台，然而这个平台后面的感悟我将受用一生。

社会实践活动自我总结 篇14

今年的社会实践工作，得到了学院领导的高度重视。院成立了由党政领导、专业教师、学生辅导员组成的社会实践领导小组和社会实践成绩评定小组，对全院系学生社会实践做出部署。团委书记多次开会强调实践的重要性和相关细节活动，加班加点赶在学生放假前对学生提出明确要求，做出指导安排。根据学生处、团委《关于开展社会实践活动的通知》精神，组织全院学生进行期间社会实践暨招生宣传实践活动，我本人负责XX地区社会实践学生的选拔和组织工作，现将活动情况简单汇报如下：

一、精心准备，运筹帷幄高度重视，认真选拔社会实践活动得到了全校同学的积极响应，有近200名大一、大二的学生报名参加，经过自行的筛选工作，XX地区共筛选出较为优秀学生48人，定点实践，波及面较广，涵盖了XX地区，影响较为广泛，效果良好。

召开安全会议，明确责任根据学校部署制定详细、周密、安全的措施，明确责任，确定地区负责人和各县负责人，并统计联系方式，确保各位实习同学人手一份，公布组织老师和地区负责领导的电话，抓好落实。

为取得了令人满意的宣传效果，召开专门的社会实践课题宣讲会对学生进行培训，讲授社会实践的组织开展及注意事项等方面的知识。积极派发资料、开展宣讲活动、解答学生问题。

二、走向社会，感悟生活本次社会实践活动呈现出主题明确，分布地区广的特点。同学们深入到工作中，把实践要求化为责任，没有一丝的懈怠。

实践过程中同学们得到了负责领导的关心，领导和老师带冒着酷暑来到实践地区看望同学们，这让每一个人心里都热乎乎的。老师们耐心询问了同学们的实践感受、心得等。同时，学院充分考虑到外地同学的住宿交通花费问题，特意为同学们发放了社会实践基本生活补贴、交通补贴和通讯补贴，给同学们切实提供帮助。

三、及时总结，不断提升五一假期刚结束，同学们便纷纷递交了社会实践活动心得体会和总结报告，从同学们认真的态度和言语，我们可以感受到学生收获不菲。

社会实践活动自我总结 篇15

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二.在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四.工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

社会实践活动自我总结 篇16

总体来讲，我们这次实践活动是取得了预期效果的。

活动前期，辅导员与班长进行了充分的安排与叮嘱。让我们有了足够的信心去做好我们的党校社会实践活动。分党校领导要求我们下午1：30到达常熟市惠民医院，可是由于交通问题，我们迟到了一点点，我有点愧疚。当天天气很是炎热，到达那里时全身是汗，很是不舒服。尽管交通、天气等外部种种不利原因，可是我们的工作热情却丝毫没有因此而减少。我们听从医院工作人员的安排，女生去三楼重新装订化验单、病历单等。而我们男生为住院部的病房内的空调清洗过滤网。虽然过滤网上的灰尘很多也很厚，很难清洗，而且很多过滤网都有点坏了，不敢用力去清洗，因此我是格外的小心与仔细，很是害怕把过滤网给弄坏了，那么病房里的老人就不能及时的用上空调了。可是想到清洗后的过滤网可以让病人更好的在病房里治病、早日康复。我的热情格外的高涨。在两个多小时的洗刷中我们完成了住院部所有房间的清洁，我们倍感兴奋。

经过两个多小时的工作，我们的党校社会实践活动就要结束了。大家在工作的过程中都表现的很积极，总的来说，我们还是很成功的。我们帮助惠明医院的实践活动得到了惠明老年医院的后勤部门的领导和工作人员的肯定与鼓励。使得我们很是欣慰，我们的努力是值得的，得到了很大的回报。

学校这次组织的为常熟市惠明老年医院的实践活动让我懂得了为别人服务不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了为别人服务而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们大学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们大学生劳动态度的一个特征。我们讲的为人民服务，就是以不记报酬为前提的;那是根据以国家而劳动;我们必须为别人国家为自己而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

社会实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。而学校组织的活动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些90后的大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。

在这次实践活动中，我们全体学员积极参与，大家团结一致，热情洋溢，通过这次活动，首先是我们自己学到了很多的知识，然后用自己的行动让更多的同学学习到了相关知识，引起了他们对当前社会下许多学校以外事情的关注。这次活动不仅加深了我们对党的宗旨全心全意为人民服务的理解，更让我们在实践中感受到肩负的社会责任之重，也充分体现了我们成大学子的风采!让我们这些当代大学生知道了为人民服务的重要性。所以我以要一个共产党员的标准严格要求自己，继续中华民族的伟大复兴之路。

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！