# 实践总结工作

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-05-25

*实践总结工作(精选10篇)实践总结工作要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的实践总结工作样本能让你事半功倍，下面分享【实践总结工作(精选10篇)】，供你选择借鉴。>实践总结工作篇1一、活动背景目前中国艾滋病的流行趋势处于...*

实践总结工作(精选10篇)

实践总结工作要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的实践总结工作样本能让你事半功倍，下面分享【实践总结工作(精选10篇)】，供你选择借鉴。

>实践总结工作篇1

一、活动背景

目前中国艾滋病的流行趋势处于世界第14位，亚洲第二位。艾滋病患者以每年40%的速度在递增着。我们对艾滋病患者的关爱与同情却远远没有达到这一数。刺耳的话语，冷漠的双眼，都投到他们身上，拯救艾滋病患者刻不容缓。正执--市在9月22日即将举办“--湖国际马拉松赛”，我们正好以此为契机，去做好宣传工作。

二、 活动目的、意义

目的是让群众消除对艾滋病的不必要的恐惧。温暖艾滋病患者，让市民有效预防艾滋病。为我国艾滋病事业尽一份力。让社会多一点温暖、多一点关爱、多一点爱心。

三、 活动地点、时间

地点：--市休闲广场

时间：--年8月3日上午8:00~12:00

四、安全预案

我校--地区同学将在下月三日即八月三日本周五在--市休闲广场，与--市疾控中心举行社会实践活动，为防患于未然。确保活动正常有序的进行，特制定方案，细则如下：

出行方式

1、在县里的同学自己或结伴坐车到桃城区火车站，公交或步行至活动地点。自行注意安全。

2、在市区里的同学公交、自己交通工具、步行均可。自行注意安全。

活动方式

1、在广场集合，清点人数。到广场上宣传预防艾滋病的相关知识。

2、在确保安全的情况下，穿过马路去大街小巷宣传艾滋病知识。

五、活动展开形式

同学们在休闲广场路口回合，将--市疾控中心合作的宣传单分发到每个人手中，同学们详细阅读熟悉其中内容后。开始到广场里边进行艾滋病相关知识的宣传，遇到市民，耐心的讲解自己的目的，给他们宣传册，并附有一些爱心知识讲解。最后在规定的时间回到规定的地点。与领导照相留念。安全返回。

六、 活动内容

本实践小队成员于8月3日上午9点在--休闲广场西南角聚集，由小队队长(乡长)分配任务，弄好条幅，商量散发有关艾滋病的宣传册。条幅弄好后，各个小组开始发艾滋病的宣传册，积极地投身到宣传中去，小队队长嘱咐安全问题。传单分发到每个人手中，同学们详细阅读熟悉其中内容后。开始到广场里边进行艾滋病相关知识的宣传，遇到市民，耐心的讲解自己的目的，给他们宣传册，并附有一些爱心知识讲解。最后在规定的时间回到规定的地点。大约一个多小时后，宣传册散发的差不多后，回到聚集的地方，又看到疾控主管来了，大家进行了合影，然后小队队长做了简略的总结后，各小队成员便回去准备实践报告。

七、活动开展

活动准备阶段：同学们到达目的地后，首先进行了条幅的固定。然后开始讨论活动的进行。

八、活动主题

情系--，喜迎马拉松 携手同心，共抗艾滋病

九、活动成员

--市疾控中心艾滋病防治科zz长与同事

--医学院--社会实践小分队队长、通讯员、队员

十、活动总结

为了让市民了解更多的防艾知识。我小分队与市疾控中心取得联系，并取得了艾滋病防治科科长马峰的大力支持，有了市疾控中心的支持，同学们信心大增，干劲十足!于8月3日在本市休闲广场聚合，积极地投身到宣传中去。正是由于领导的大力支持和同学们那份对公益事业的热爱才促就了活动的圆满完成。

活动的圆满完成给予我们的不仅仅是学校任务的完成，带给我们的或者说带给的是社会的更大的利益。现在的艾滋病蔓延趋势刻不容缓，目前中国艾滋病的流行趋势处于世界第14位，亚洲第二位。艾滋病病毒感染者每年40%的速度在递增着，但是我们对于艾滋病患者的关爱数却远远没有达到这一数，反而给予的是冰冷的双眼和刺耳的话语。我们在这搞宣传，宣传的是人人畏惧的艾滋病。都不愿理会我们，我们只是宣传，没有患艾滋病，人们就这么大的反响，可见现在社会对艾滋病的畏惧程度。我们只有不懈的努力，不怕被拒绝，只要有一个人看进去了我们所宣传的东西，那么这个社会就多了一份对艾滋病患者的同情。我们做的就有了回报，就为社会做出了一点贡献。我们不敢想为社会做多大的事，去消除艾滋啊什么的，但至少我们有一份消除艾滋的心。

我们现在是大学生了，大学生就有一份责任，一份担当。“高举团旗跟党走，青春奉献在基层”是本次社会实践活动的主题，我们就应该从基层走起，面向广大人民群众。为遏制艾滋病在我国的蔓延，出一份力，尽一份责，做一件事，多费一份心事每个公民的职责，因此遏制艾滋病蔓延需要打一场举国上下的人民战争。作为新世纪的主人，尤其是医学生，我们更应该积极宣传妨艾知识，让更多的人认识艾滋，才能有成效的遏制其流行，以保障民众的健康和经济建设的稳步发展，促进人类文明的建设。

>实践总结工作篇2

为积极响应团中央、团省、市委关于组织开展大学生志愿者暑期文化、科技、卫生“三下乡”社会实践活动的通知精神，今年暑假期间我院结合实际，突出“举团旗跟党走知识兴农村 技能进千家”的主题，充分发挥校企结合及专业优势，并制定了具体活动措施，组织开展了追寻红色足迹、政策教育宣讲、企业帮扶、技术支农、能源兴农、文艺演出、农家书屋、关心留守儿童等一系列实践活动，向中国共产党建党\_\_周年献上了一份厚礼。

近年来，\_\_电气职院以培育高素质、高技能、高情商的专业技能人才为己任，始终把教育教学质量和学生的素质提升工程摆在重要位置。此次，活动与学校特色专业紧密联系，例如，结合风力发电设备制造与安装专业，学生把新能源政策与新农村能源建设的主题相结合，在村民中宣传、普及节约用电、安全用电的知识，并告诉村民如何选用节能环保的电器、农用机电设备以及沼气设备等。同时，围绕村民生产中常见的农用机具应急抢修、家电产品的维修等实际操作业务，让学生与农户面对面交流，动手解决实际问题。此外，通过走访老战士、与留守儿童谈心交流、宣传农村卫生知识等活动，接受革命传统教育，了解农村现状，培养大学生的社会责任心。

\_\_省第九届“挑战杯”课外学术竞赛活动中获得一等奖邹明智同学结合\_\_企业产品向村民介绍了纯电动汽车并展示了自己产品的优势。二等奖的获得者罗佳俊同学，用自己发明的太阳能热水器优化系统解决了需要放一段凉水才能有热水的问题，大大地减少了水的浪费。风电专业的同学用自己的专业知识结合\_\_企业的风电产品模型，给农民讲授风力发电，能源环保的知识。

在“追寻红色足迹”活动中，大学生参观了\_\_故居、刘少奇故居、彭德怀故居，同时与参加过朝鲜战争的汤志新、刘学荣两位老人谈心，接受革命传统教育。在讲述当年在朝鲜战场奋勇杀敌的故事，谈到今天的幸福生活，刘老语重心长的说：“今天的好生活，你们要珍惜。作为大学生更要学好知识报效祖国。”临别时，老兵们还用标准的军礼送别“三下乡”的同学。

志愿者们在新洲镇志愿服务和调研，他们慰问福利院的老人，送去冰箱;走访贫困户，送去慰问金，在热日炎炎下与农民同劳动体验生活，在黄林偃村建立农家书屋给当地百姓去送去科技致富的书籍，晚上与乡亲们一起观看红色经典电影，并送上了精彩的文艺节目，他们讴歌今天的幸福生活给乡亲们带去文艺大餐。志愿者的身影穿梭在田野，他们的感人事迹留在新农村，一群可爱的大学生，正用自己的行动助推\_\_“四化两型”。

此外，学院还与\_\_集团联动服务社区，学院周边五个社区分布着近3万的职工和家属，建设新型和谐的社区，既能给企业职工带来舒适的环境，同时也给学生带来了锻炼的机会。

活动涵盖了家电维修、法律咨询、房产咨询、手机贴膜、磨刀、文艺晚会、红色经典电影等等方面，真正做到了校企联动共同建设和服务社区群众，贴近群众生活。

“举团旗跟党走 知识兴农村 技能进千家-----穿着工作服走进新农村”明确的主题，鲜活的内容，丰富的实践，“三下乡”社会实践活动让大学生走出了大学围墙，走出了书本。政治宣讲团袁文志同学说：“书本的知识通过实践让我们学以致用，“三下乡”社会实践虽然比较的辛苦，但是能给当地村民带来知识与技能，能对农村的经济发展有所改变，那是一件多么令人振奋的事情。”

\_\_电气职院“三下乡”社会实践活动，受到长沙晚报、\_\_日报、\_\_经济电台、\_\_都市频道、常德津市电视台、等媒体关注并纷纷报道，也受到了当地政府和居民的欢迎。活动结束时，津市新洲镇王学新镇长向同学们致谢：“\_\_电气职院真是一个大熔炉!培养了多么可爱的大学生，你们与农民同吃同住感受农村的生活，工农心连心，给新农村建设带来了知识与技能，希望你们来，希望你们再来!”

\_\_电气职业技术学院从上至下高度重视，大学生“三下乡”社会实践活动，活动紧扣时代主题，卓有成效，已成学生不可缺少的德育实践大课堂。

>实践总结工作篇3

这个暑假我选择了去电子厂做暑假工，锻炼自己。我要看看我能否在恶劣的环境中依靠自己的双手和大脑维持生存，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，适应社会。

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，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。

我即将是大四了，离开学校的时间越来越近了，觉得时间过得真快，恐怕就再也没有机会待在教室上课了。我的很多的落榜同学有的已经踏入社会，结婚生子，我深感到我进入大学并不是人生的终点，只有多吃苦才知道生活的艰辛不易。

在电子厂里，别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那组装平板电脑，每天早上8点到晚上8点都要待在车间里，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活。接触了社会，了解了未来。在电子厂里虽然我是以组装电脑为主，但我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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，工作的效率就会得到别人不同的评价。

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，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。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。

在这次实践中，这一点我感受很深。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，我比一部人具有更高的起点，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。毕竟，一年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。一个月的实践，我感觉自己长大不少，终于认识到校园其实还是很小的，虽然它占地千余亩，但它仅仅是社会的一小部分，仅仅是一个引导人的机构。在学校，我们学的是理论，讲的是道德文化，而走出校门，步入社会，我们学的便是素质与能力，讲的便是气质与内涵，但两者还是相通的，为的都是顺利进入激烈的社会竞争，求的都是出类拔萃。

>实践总结工作篇4

旅游、游泳、割草、实践……说起实践，我就会十分兴奋。因为那是我的\_次实践，我最喜爱的那一次实践。

那天，我早早地起了床。收拾好东西，带好食物，便跟着队伍出发了。我们一行人先到了一个草坪上捡垃圾。我们每个人都拿了一个塑料袋，在草坪上捡起了垃圾。我也不例外。

我和小朱一起在炎炎烈日下带着一顶遮阳帽在草丛中捡垃圾。这里的垃圾多得几乎都看不到小草了呢!我们看着这惊人的场面，慢慢地捡了起来。不一会儿我们就汗流浃背、大汗淋漓了。与此同时，我们的袋子里已经满得再也装不下了。这一次捡垃圾活动让我知道了环卫工人的辛苦和不容易。他们不管是炎炎夏日，还是寒风刺骨，每一条马路上都有他们的身影。他们任劳任怨、不辞辛苦。是我们的楷模啊!此时，我心想：人类真是自私啊!只图自己的一个方便，不顾及他人的感受。就像扔垃圾，大家都扔在路边，有想过环卫工人的辛苦吗?

虽然捡垃圾很累，但是我和小朱一起边聊天边捡就不是那么无趣、又累了。

捡完垃圾后，我们吃了午餐，便坐车到了一个养老院前。进了养老院，我们看到里面住着许多老人。有的在吃饭，有的在乘凉，还有的在看电视……我们帮这些老爷爷老奶奶们打扫房间、送东西和给他们表演节目。我和小朱先给老爷爷老奶奶们打扫房间。我们在一个房间里扫地、整理，忙得不亦说乎。忙完之后，我又给老人们背诵了古诗《江畔独步寻花》。这些老爷爷老奶奶们看了我们这些小孩的表演，都很高兴。他们也忍不住大显身手一番。有些老人表演唱京剧，有些老人表演打太极拳，还有些老人表演跳舞……大家都笑了，都开心的笑了。我看着老人们的笑容。虽然干很累，但是，我的心里却是美滋滋的。

我们不仅要照顾好自己家里的老人，还要去多看看养老院中的老人。因为他们的心是寂寞的。他们有的可能是被儿女赶出了家门;也有的可能是无家可归了……

这次实践活动让我明白了许多道理。让我有所长进。我喜欢这次的实践活动，希望下次还能参加。

>实践总结工作篇5

转眼之间，我已经正式告别了这一学期的学生生涯，迎来了我大学的第一个假期，蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那些无奈，为了不留遗憾，为了使这个漫长的假期过得更加充实，我将为我的这个假期做一个详细的规划，提早进入社会，开阔视眼，增长见识。

这次实践我去了派派乐打工，“凡事想时容易，做时难”本以为这里比其它餐馆干净点，打工也可以轻松点，不就是给顾客点一下餐，收拾一下桌子吗?这些平时在家也做过，心里还存在侥幸的心理，可是让我么想到的是刚去的第一天下午就犯错了，在给顾客点餐时出了差错，刚好被领班发现，被骂是不能避免的。因此，我心中也是有许多委屈，可事实摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓的我说不出话来，我心想万事开头难，早接下来的工作中我一定会更加认真。

派派乐里非常忙，每天得等到所有的顾客走完我们才可以下班，所以每天回家也已经很晚了，在加上累，于是我有了辞职的想法，可是又想如果就这样就半途而废，什么也学不到，我又觉得很惭愧。而且自己需要学的的还很多，所以我一定要坚持下去。正是有了这份坚持我后面的工作也顺利了很多，失误也减少了。

通过这次实践让我认识到凡事一定要坚持，面对社会上形形\_\_\_\_的人，也要学会怎么面对，同时，我也学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心去对待身边的人。我相信，这次经历会成为我人生中的美好回忆，它也会时刻的鼓励我不断前进，在人生的旅途中越走越长。

时间飞逝，告别了短暂的假期，新学期即将开始，在新的学期里我将会收起那颗脆弱敏感的心灵，用坚持不懈的汗水为自己的明天，为自己的目标而奋斗，我坚信那溅在路上的滴滴汗水，是为我将来的成功奏响的旋律。

>实践总结工作篇6

七月，在酷暑中迎来了作为大学生的第一个暑假，同时也迎来了作为大学生的第一次社会实践。虽天气炎热，烈日当头，我们 七月天 暑期社会实践分队毅然踏上了社会实践的道路。想通过社会实践，让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识;想通过社会实践，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。

我们 七月天 实践小分队的实践内容是 走进农民工子弟小学，开展 留守儿童夏令营 活动。

我们希望用我们微薄的力量联合具有社会影响力的社会机构在陪伴孩子们欢乐的同时也能唤醒人们对这一弱势群体的关注，同时，我们的目的更在于在有限的时间内教会孩子们如何安全地、有意义地度过暑假，尽量避免暑假意外的发生。

活动前期，也就是六月份，我们做了大量的准备，虽然时间很紧而且与期末考试时间有冲突，我们还是认真的写策划，联系有能力的同学组队，终于我们组成了一支相当有规模且有专业能力的实践小队，队里成员包含来自南师大动力工程学院、教科院、新传院、物科院以及南中医南邮在内的南京其他高校的具有专业能力的同学。紧接着我们分工明确，有的去联系指导老师，有的去联系社会各方面社会机构，有的去制作队服横幅，有的去采购必需品，还有的就是去联系尧化门民工子弟小学的校领导。虽然中间也遇到了一些阻碍，但我们还是一一克服了，一切准备工作都有条不紊的进行着。

7月1日到5日是我们真正的夏令营时间。大学生“留守儿童夏令营”暑期社会实践活动总结大学生“留守儿童夏令营”暑期社会实践活动总结。由于我们准备工作做的而相当充分，所以一切都顺利的展开了，七月一日上午，我们举行了一次简单而又有氛围的开营仪式，我们请来了南师大动力工程学院09级辅导员王磊老师和南京尧化门流动人口小学的老师为我们作指导讲话，请来了南京电视台和南京日报的媒体朋友来为我们做宣传报道，并且请来了所有小朋友的家长到场了解我们举办夏令营的意图和内容，得到了老师，家长，媒体朋友，小朋友们的支持，然后我们还举行了一次礼物赠送仪式，送给小朋友们一些书本和笔，代表我们的心意，希望他们能更快乐。开幕式上还有个精彩环节，就是让所有到场的人把手涂满颜料，将手印留在我们的宣传横幅上，算是对我们夏令营活动的见证。

1号下午，我们便正式开始了我们夏令营的支教活动，我们的课程内容也安排的非常丰富，几乎各个方面都有涉及，有安全教育(急救知识、安全用水电、交通安全、演习教学等)，卫生环保(夏季饮食卫生教育、环保节能小常识等)，音乐教程(通俗的励志歌曲，由专业的同学带乐器来调动小朋友的学习热情)，美术手工(用身边的废旧材料制作精美的手工艺品、环保袋等，同时也是环保的宣传)，语文(成语故事短剧表演、随堂讲作文等)，算术比赛(利用半个小时的时间让孩子们做一份算术题，前三名能获得一定的小奖品)，趣味单词(用有趣的方式来教小朋友一些简单的英语单词)，户外拓展(举行各种小朋友感兴趣的趣味活动)，每个科目都有专门的队员负责，我们都认真备课，希望能带给小朋友们最好最生动的夏令营。

而我则是负责户外拓展的部分，事先，我们上网搜了几百个适合小朋友玩的游戏，然后一一认真筛选，我们希望我们的户外拓展课能给小朋友们带来新奇的感受，让大家都能积极参与进来，得到欢乐。

下面具体讲讲我们户外拓展课吧，由于1号下午气温实在太高，出于避免孩子们出现中暑等意外的发生，我们临时决定把户外拓展改成了室内活动课，还好早有这准备，我们也准备了许多适合室内开展的游戏，比如表演猜成语(在白纸上写一个成语，派一个同学在台上根据纸上写的成语，表演成语的动作,让其他的同学猜他表演的是什么词语)，蹲蹲游戏(把要记忆的词语分给同学,每一个同学代表一个词语.我们说到哪个词，代表哪个词的同学就要蹲下去，考小朋友们的反应速度，最后决出胜利者)等等，由于我们采取积分制 即胜利者加分最后给积分最高的小朋友发奖，所以极大的提高了小朋友们的参与兴趣，大家兴趣高涨，把气氛推向了高潮。

而3号下午，我们把活动区搬到了室外操场，真正的户外拓展了，我们也玩了2个游戏：一：巧解手结(即10个人围成一圈,然后随机的用手握住对方任意一个人的手。记住左右两边的人，然后散开,随意走，突然喊停!收缩握住刚刚左右人的手，然后可以做任意身体的旋转等等方法来解开相互缠绕的手结，恢复成初始的自然顺序。但不能松手，哪个小朋友方向反了则要表演节目)二：坐地起身(即先四个人一组，围成一圈，背对背的坐在地上。《坐的意思是屁股贴地，正常来说一个坐在地上的人，是无法手不着物的站起来的》四人手 桥 手，然后要他们一同站起来。然后再多人一点，如六至七个人，最后再试试十四五人一同站起来，那难度就会高了。)由于这些游戏一切爱你小朋友都没玩过，所以小朋友们非常有兴趣，大家玩的都很高兴，在高兴的同时，我们也把 合作 团队意识 等重要思想灌输给了他们，希望对他们成长的道路有所帮助。

当然除了户外拓展课，其他的课程更加精彩，因为这些都是我们用心去为小朋友们准备的，我们的努力基本都达到了预期的效果。

5号下午，我们以化妆舞会的形式举办了一个闭营仪式，面具都是之前美术手工课上小朋友自己做的，大家玩的不亦乐乎，然后我们根据最后的积分情况，为所有小朋友发了奖状和奖品，此次留守儿童夏令营也算圆满结束了。

短短的5天，让我们学会了好多，在带给小朋友欢乐的同时，我们其实也受益颇深，最深刻的2个便是责任，由于使我们自主举办，小朋友的安全问题也成了家长老师媒体朋友问的最多的问题，我们从最初的不周到一步步完善，从细节做起，包括避免路上出问题，我们接送小朋友回家或来学校，准备防暑降温药品等等。。。不敢一丝一毫懈怠，功夫不负有心人，整个夏令营过程一些都顺利。

其次，我们也体会到了做老师的辛苦，虽然小朋友都只才四五年级，可也有小调皮，小捣蛋，我们在让他们学会遵守纪律又避免打击他们的积极性方面也算绞尽脑汁，最后采取了积分制，对于表现好的孩子，我们给予加分，并在夏令营活动结束奖励，对于表现不好的孩子，我们则减分，这个措施的实行，孩子们上课变得听话了很多，我们上起来也变得十分顺利。

还有，我们的队伍也更加团结在一起，因为天气太热，人难免浮躁，加上活动期间难免出现各种各样的问题，我们相互鼓励，群策群力，团结在一起，把一个个问题都顺利克服，凝聚力体现无疑。每天结束后，我们也聚在一起，及时反思不足之处，并讨论解决的方案，再商量第二天的计划，落实到点，团队的力量的确是强大的，我们最终收获了成功。

这次实践活动为留守儿童带去快乐而有意义的暑假，我们用真心换来了他们的开心。我们非常自豪。相信小朋友们能在这个夏令营中学会许多，当然，不只是他们，我们也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。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

>实践总结工作篇7

为积极响应团中央、团省、市委关于组织开展大学生志愿者暑期文化、科技、卫生“三下乡”社会实践活动的通知精神，今年暑假期间我院结合实际，突出“举团旗跟党走知识兴农村 技能进千家”的主题，充分发挥校企结合及专业优势，并制定了具体活动措施，组织开展了追寻红色足迹、政策教育宣讲、企业帮扶、技术支农、能源兴农、文艺演出、农家书屋、关心留守儿童等一系列实践活动，向中国共产党建党\_\_周年献上了一份厚礼。

近年来，\_\_电气职院以培育高素质、高技能、高情商的专业技能人才为己任，始终把教育教学质量和学生的素质提升工程摆在重要位置。此次，活动与学校特色专业紧密联系，例如，结合风力发电设备制造与安装专业，学生把新能源政策与新农村能源建设的主题相结合，在村民中宣传、普及节约用电、安全用电的知识，并告诉村民如何选用节能环保的电器、农用机电设备以及沼气设备等。同时，围绕村民生产中常见的农用机具应急抢修、家电产品的维修等实际操作业务，让学生与农户面对面交流，动手解决实际问题。此外，通过走访老战士、与留守儿童谈心交流、宣传农村卫生知识等活动，接受革命传统教育，了解农村现状，培养大学生的社会责任心。

\_\_省第九届“挑战杯”课外学术竞赛活动中获得一等奖邹明智同学结合\_\_企业产品向村民介绍了纯电动汽车并展示了自己产品的优势。二等奖的获得者罗佳俊同学，用自己发明的太阳能热水器优化系统解决了需要放一段凉水才能有热水的问题，大大地减少了水的浪费。风电专业的同学用自己的专业知识结合\_\_企业的风电产品模型，给农民讲授风力发电，能源环保的知识。

在“追寻红色足迹”活动中，大学生参观了\_\_故居、刘少奇故居、彭德怀故居，同时与参加过朝鲜战争的汤志新、刘学荣两位老人谈心，接受革命传统教育。在讲述当年在朝鲜战场奋勇杀敌的故事，谈到今天的幸福生活，刘老语重心长的说：“今天的好生活，你们要珍惜。作为大学生更要学好知识报效祖国。”临别时，老兵们还用标准的军礼送别“三下乡”的同学。

志愿者们在新洲镇志愿服务和调研，他们慰问福利院的老人，送去冰箱;走访贫困户，送去慰问金，在热日炎炎下与农民同劳动体验生活，在黄林偃村建立农家书屋给当地百姓去送去科技致富的书籍，晚上与乡亲们一起观看红色经典电影，并送上了精彩的文艺节目，他们讴歌今天的幸福生活给乡亲们带去文艺大餐。志愿者的身影穿梭在田野，他们的感人事迹留在新农村，一群可爱的大学生，正用自己的行动助推\_\_“四化两型”。

此外，学院还与\_\_集团联动服务社区，学院周边五个社区分布着近3万的职工和家属，建设新型和谐的社区，既能给企业职工带来舒适的环境，同时也给学生带来了锻炼的机会。

活动涵盖了家电维修、法律咨询、房产咨询、手机贴膜、磨刀、文艺晚会、红色经典电影等等方面，真正做到了校企联动共同建设和服务社区群众，贴近群众生活。

“举团旗跟党走 知识兴农村 技能进千家-----穿着工作服走进新农村”明确的主题，鲜活的内容，丰富的实践，“三下乡”社会实践活动让大学生走出了大学围墙，走出了书本。政治宣讲团袁文志同学说：“书本的知识通过实践让我们学以致用，“三下乡”社会实践虽然比较的辛苦，但是能给当地村民带来知识与技能，能对农村的经济发展有所改变，那是一件多么令人振奋的事情。”

\_\_电气职院“三下乡”社会实践活动，受到长沙晚报、\_\_日报、\_\_经济电台、\_\_都市频道、常德津市电视台、等媒体关注并纷纷报道，也受到了当地政府和居民的欢迎。活动结束时，津市新洲镇王学新镇长向同学们致谢：“\_\_电气职院真是一个大熔炉!培养了多么可爱的大学生，你们与农民同吃同住感受农村的生活，工农心连心，给新农村建设带来了知识与技能，希望你们来，希望你们再来!”

\_\_电气职业技术学院从上至下高度重视，大学生“三下乡”社会实践活动，活动紧扣时代主题，卓有成效，已成学生不可缺少的德育实践大课堂。

>实践总结工作篇8

活动总结摘要：走进红旗渠，学习和弘扬红旗渠精神，缅怀上一辈红旗渠人所做出的伟大贡献。

树立和践行社会主义核心价值观，投身“四个全面”。结合自身实际，组成专项小组走进红旗渠，学习和弘扬红旗渠精神，缅怀上一辈红旗渠人所做出的伟大贡献，提高自己的思想道德认识，为实现伟大中国梦打下坚实的思想基础。

此次行程我们选择了历史积淀深厚的红旗渠风景区作为体验地，了解、学习红旗渠所处的地理环境、建造背景、建造历史，参观了景区留下来的一些具有历史价值的遗迹，并亲身体验了建造红旗渠的艰难与不易。

地理位置：红旗渠位于河南省林州市，在河南省最北部晋、冀、豫三省交界处;主干渠位于南太行山区，山石林立，沟谷纵横。从上面俯瞰，红旗渠就像是一条挂在南太行山上的一条绿带，随山而走，顺山而下。

建造历史及背景：林州市地处太行山脉南部，降水分配夏季最多,其他三季都很少，水资源相对匮乏。据记载从1436年到1949年的500多年间，林县发生自然灾害100多次，大旱绝收30多次。且全县耕地面积较少，产量很低，严重制约当地经济的发展和人民生活水平的提高。为了解决当地的水资源难题，国家在建国后先后三次，大规模兴建水 利设施。分别为1959年到1964年的初期勘探和总干渠的建设修建;第二次是1966年前后的各干渠的建设修建;第三次是从1970年到\_\_年沿红旗渠各干渠和支渠 展开景区和相关设施的修建，以及对老的一批渠道的修固和新建。经过三次大规模兴建最终解决了当地人民基本的用水难题。

我们一行人从郑州坐火车到达安阳，之后乘车途经林州赶往红旗渠，路上所见和资料中描述的大有不同。出了安阳之后山便开始多了起来，山是石山，上面盖着稀疏的植被，高大的树木很少，最多的便是低矮的灌木丛，也许这正是由于当地降水和地形的共同作用，造成了这种现象，也从侧面反映了当地缺水的事实。果然到达红旗渠的一路上没有看到大的河流，就算是小河也早已经干涸，河床上已经种上了玉米。我们看到的最大一潭水，要属位于林州市东边的人工湖，但湖是死水像郑州的人工湖一样，完全没有大山深处那种激荡的活力。直到抵达红旗渠景区,我们才看到一条缓缓流动的小河，河不大,水流也不急，难以想象就是这一条渠水哺育了林州人。但如今林州的用水已不再仅限于这条河，另一条便是在我们头顶的“人工天河”。

如今的红旗渠早已建造成了风景区，由于在早上来的太早，景区还没有什么人，站在山脚也看不到红旗渠，买了票就直接上山了。刚开始的一段路就很长，上了七八十级台阶才到头，当我们大汗淋漓地爬到山腰，我们才真正看见它，真不愧是“人工天河”站在这里向下看就已经令人头晕目眩了，更加难以想象的是要在这连脚跟都站不稳的地方开凿渠道。眼前这些不禁让我想起那部早年拍摄的电影——《红旗渠》。六七十年代的时候没有大型的开山设备，大家修渠只能用凿子和锤子，一下一下的开凿。在那些不能站立的绝壁处更要将人从山顶吊下来，然后被吊着的人像荡秋千一样在空中开凿。看着墙壁上坑坑洼洼的凿痕，依旧可以想象当年是怎样的一副开凿场面 。

今日的红旗渠依旧发挥着往日的作用，不可替代。站在跨在渠上的小石桥上，望着那并不算宽敞的渠道，发现渠里的水依旧在流动，而且是那么的湍急，撞击着碎石嶙峋的墙壁，泛起一层层涟漪;水很清，在这里，水还不曾有过太多人类的侵扰，是那样的纯净，伴随着夏日的高温它却带给我们一丝清凉。红旗渠的护堤和常见的护堤有很大的不同，由于要考虑到地形以及施工难度，建造的护堤普遍偏窄而且是直上直下，有的没有一丝坡度，为的就是给渠道让路，空出尽可能多的空间。就这样景区在修建栈道时只能将其修建在窄窄的护堤上，有的只是在护堤上加装了一排栅栏。景区的栈道很长，尽管它只是红旗渠干渠上很小的一部分，但对于我们来说依旧望不到头，我们沿着它缓慢前行了一小时看到的仍是栈道，难以想象当年前辈们开凿这一段要花多少的岁月，付出多少的汗水。一路走来，看到墙壁上都是斑驳的凿痕，那些都是前辈们用钢钎和铁锤一下一下敲击出来的。上面的每一道刻痕、每一个小洞，都是他们勤劳的结晶，都诉说着当年的光辉岁月。今天的我们已经很难想象当年开凿渠道的场面，但当我们抚摸着那些深浅不一的痕迹，你都能感受到那凿开岩壁的巨响在你耳边回荡。如果说岩壁上清晰可见的刻痕是当年历史的见证，那如今雕刻在岩壁上的雕像则是今人对前辈们的敬仰。看那一张张朴实无华的面孔、坚定向前的目光你能深深感受到当年建造红旗渠的壮观场面;向下低垂的怒吼是他们开山的嘹亮号角，伴随着嘹亮的开山号子，前辈们将自己的一腔热血挥洒在着陡峭的绝壁上;钢钎铿锵，是他们对自然的宣战口号嘹亮是他们对美好生活的向往，深处现在的林州更应感到幸福，因为我们有老一辈的庇护。

岩壁上除了刻痕和壁画，还有更加直接的表达——文。“劈开太行山”五个醒目的大就悬挂在悬崖峭壁上，在今天这个崇尚“人与自然和谐相处”的时代，开到这些难免有一丝诧异，但在那个年代，这却真实表达了一种心境。在那个年代里人们大多还过着靠天吃饭的日子，尤其是在这里，在大旱之年人们只能忍饥挨饿。但就是有这么一群人不甘于这样的生活，他们要打破这个限制，相信“人定胜天”的理念。所以“劈开太行山”就是这群人最真实的想法，尽管时代已有所不同，但其传下来的理念依旧仄仄生辉。今天也许我们不能采纳他“人定胜天”的理念，但我们可以汲取他克服困难，永不言弃的精神品质。

正如上面所说，红旗渠开凿的不仅仅只有顺着山势盘旋的渠道，还有大大小小的隧洞211个。这些隧洞的开凿往往是由于地形条件的限制所以开凿起来难度可想而知。仅仅只在红旗渠景区，我们就曾走过创业洞、团结洞、青年洞等，这些隧洞有长有短，长的有几百米，而短的只有几米。其中最著名的要数青年洞，它总长616米，高5米，宽6.2米，是红旗渠水工、建筑和自然景观结合最为精妙的地段，也是红旗渠建设最艰巨的地段，是红旗渠咽喉工程之一。因参加凿洞的突击队是从全县民工中抽调出来的300名优秀青年，故取名“青年洞”。青年洞除了记录着前辈们的功勋，今天也担当着爱国教育的历史使命，洞口边悬挂着鲜艳的党旗，旁边刻着入党誓词，站在这里有着前辈们的陪伴，重温入党的光辉时刻是每一个共产党员来这里必须经历的。

今天的红旗渠虽已褪去了历史的光环，但其留下来的“自力更生、艰苦奋斗、团结合作、无私奉献”的红旗渠精神依旧仄仄生辉。虽然景区的美景令人流连忘返，但其传承和流露的建造历史更加使人印象深刻，我想来这里的人们不仅仅是为了欣赏太行山的雄伟，更多的则是对昨天历史的追忆，对革命先烈的缅怀。学习和践行红旗渠精神，身为大学生的我们要认真学习其艰苦奋斗的精髓，形成不畏艰险、开拓进取的高尚品格，为“四个全面”建设贡献自己的力量。

>实践总结工作篇9

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。作为大二的学生，社会实践也不能停留在大一时期的那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应在结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

因此，为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份促销的工作，虽然仅有10多天时间，但我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的力，自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

促销是一种很好的工作体验，通过,,人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如不过的人过春节的习惯习俗，春节期间的旅游计划等等。我的促销工作主要是促销电器。

促销的一天基本工作安排：

促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。接下来就是正式的工作。每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的体会及感触：

促销通过,,我实践我觉得就是通过,,自己把厂商的产品推销给消费者，对于一个促销员来说，促销产品的同时也是向别人推销自己，同自己的言语、形态让他人了解自己。因此对于一个优秀的促销员来说必须具备以下素质：

一、要有良好的专业素质

当我们促销一种产品时，首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识，大量的相关知识的贮备可以使我们能在促销过程中面对顾客的一系列问题，通过,,自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题，能使客明明白白的消费(\_)。

二、要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力

促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流，所以语言表达必须合理得当，说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过,,自己层次清醒的说明，把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客，让他们通过,,自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态，不能自乱手脚、语无伦次。

三、要有良好的心理素质及受挫折的心态

促销每天会面对社会上的形形色色的人，由于每个人的道德修养及素质的不同，会使工作中遇到很多问题。比如有的顾客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

四、要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈。

促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

>实践总结工作篇10

寒假已有几天的时间了，整天在家闷着也不是个办法，我和妹妹早想出去了，于是，小姨答应我们今天带我们出去玩。

大多数工作者已放假，城里的公交车自然很红火，虽然寒风四起，但过节使人们不在乎这些，自然商场是我们最明智的选择。于是，我们来到了崇文门的新世界商场。

说实话，虽然到处搞特价，但商品并不便宜。没什么可买，我们便来到了四楼的文化商场，我和妹妹跑来跑去地弹乐器，忽然看见了一个小屋，里面摆着小凳子和一些像做蛋糕的桌子，我好奇的走了进去，原来是一个艺术小屋。

经询问，桌子上摆的是做陶艺的工具。做陶艺三十分钟10元，如果带走陶艺要再交10元。小姨问我们做不做，我倒要试一试。阿姨揉了揉泥，放在了转的仪器上，只见她双手微微沾了点水，握在泥上，等泥成为圆形，她的一只手钻入中间，使这块泥有了形。

该我做了，我先按照阿姨那样做，使它更圆;可是怎样才能让它变成好看的形状呢?小姨问了一下，我掐了它的脖子一会儿，它立刻成型了，正在这时，我一不注意，它错了点儿位，坏了。可我怎么弄都不行，只好请教老师了，她再次给我弄成了原样，我继续做，做得满手都是泥，最后，我做的一般，没买下它。

通过这次做陶艺，我又结实了一种艺术，感到无比的高兴。艺术无止境，我要多多实践，使知识面更广、更开阔。

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！