# 2024年师范大学生社会实践总结(二十篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-06-22

*总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编精心整理的总结范文，...*

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**师范大学生社会实践总结篇一**

在书店，我对各品牌图书有了的接触，发现图书出国留学培训系列卖得一直很好，主要是老师对该领域研究得很深入，一般学员也会来买自己喜欢的老师出的书，应该是出自于一种信任。学校课程所需教材也是店内卖得较好的书，如：新概念系列、pets系列、朗文语法系列等。大愚图书励志系列卖得也不错，这也可能是学员想对自己喜欢的老师做了解的原因。对于英语读物，来买的学生不是很多（据我观察），多做临时翻读，倒是家长来为子女选购的多一些，但也多仅限于能引起学生阅读兴趣的书，如：《哈里波特系列》等。音像产品方面，一些能练习口语和听力的经典影视很受，如：《乱世佳人》、《魂断蓝桥》、《阿甘正传》、《老友记》、《越狱》等，明日东方的《背单词》口碑也很好。

相对而言，的四、六级图书有待改善。词汇书类中星火的很受，星火词汇类图书的整体设计、版式安排、词条内涵等都值得学习借鉴。四、六级的图书虽然展开了促销并专架摆放，但在我观察的时候选购的人依然很少。同样，考研系列图书也不是很热卖。我想这些与星火的专研词汇和王长喜的精专试题是有关系的。与此同时，原版引进图书专架上的图书问津的人也相对很少，一些原版书从外观上显得已经很旧，价格是一方面原因，我想还有就是来购书人群中大多还是为出国、考试等暂时利益，能安心阅读大部头英文原著的不是很多。另外，我还发现，来书店直接求购小语种图书的顾客也大有人在，书店虽然有诸如日语、法语、韩语、德语等的图书，但是图书品种不太多，往往不能满足一些顾客的选购。

店内期刊方面，我在店面的时间内发现购买英语期刊的很少，书店曾做过与书友会会员卡绑定的促销，虽然有一定的进展，但是由于是为了书卡，能真正阅读有待怀疑。我做过思考，首先从期刊的定位上，中学版自然是应该包括初中和高中阶段，但有读者反映我们的中学版总体难度水平偏向于高中，对于初中生来说阅读难度较大。而据我了解，高中生中的课外英语阅读人群远远少于初中的，初中这一部分的潜在读者数量非常的大，关于期刊的定位是否可以进一步的细分，不知道期刊部的同事是否考虑过这一点，当然这只是我个人的一点看法。

走进书店，会发现在书店的收银处后面有着这样一句话，“追求卓越，挑战极限”。我想这句话不仅仅适用于这里，每个行业，每个岗位都应有这样地追求。工作之间总能找到相通的感悟。

一个月的时间说长不长，说短也不短，是书店加深了我对大愚的了解与亲近感。书店是前沿阵地，其他部门都是后方，从后方的不同部门开到战场，大家战斗在一起……这其中固然充满着汗水，但的是大家一起工作时收获的快乐。

**师范大学生社会实践总结篇二**

作为一个英语师范班的学生来说，家教是一个必经的路程。这个暑假我并没有回家，而是在四川我姑妈家度过的。我姑妈家一家三口全是人民教师，她们积累的几十年的经验中有很多地方都是值得我学习的。并且，在这个暑假姑妈还介绍了一个上初二的学生给我让我去他家当家教，在其过程中古国我遇到什么比较困难的地方我就可以请教我姑妈。我觉得这为期二十天的家教生活，对于我来说是一种把理论转化为实践我契机。

我的学生是一个初二的女生，有个很要听的名字叫何莹堙，人如其名，非常漂亮。今天是我第一次到她家做家教的日子，莹堙的家长热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从莹堙的性格爱好谈到他的学业特长。因此，第一次了解莹堙时，通过与他交谈她喜欢的明星开始的。在交谈中，我了解到以下情况：莹堙有很强的求知心，但是有点懒惰，上课容易走神，特别是英语总是她的弱点，无论怎么学总是不见起色，以至于到后来只要看到有关英语的东西就头疼。”由于上述诸多原因，他的英语成绩很不尽如人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入重点大学。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

在交谈中，我可以感受到父母心中那种望女成凤的殷切期望，感受到父母对女子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了子女的未来；我被父母对子女的这种情义深深打动了，同时感到肩上的担子很重。虽然我是英语专业的学生，但我毕竟没有任何实际经验，教好莹堙对我来说是一个“挑战”。

在第一天的两个小时的上课中，我尽量与她聊一些比较有趣的事情，当然是有关于英语的。对于她这样的情况我觉得我应该从培养她对英语的兴趣开始。从英语的一些趣味小故事，到比较出名的美国大片。我发现她的表情也变得鲜活起来。但是只要我一提到她的课本，或是一提到有关语法的东西，她的眼神又开始晃悠了。这使我有种深深的无力感和挫败感。一天的两小时家教时间很快就过去了，我跟莹堙相处得还算愉快。

第二天，为的改善她懒惰和喜欢走神的毛病，我给她讲了我的同学的经历，给她阐明了学生的职责和学习的目的。她似乎懂得了什么。不时地点头表示同意。此后，我也经常给她聊类似个事，不时地与她交谈学习体会。她的听课状态比以前有了很大的改观。每天上午工作两个小时，中间有一段休息的时间。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大。这是可以理解的。

在这中间休息的时间里她会和我聊一些课外的话题，包括年轻人追捧的非主流，流行歌曲，以及她写的一些东西。对于她说的话题，我都认真去听，从这些我可以的了解孩子的心理。我和她一起分析这些流行的文化的现象，讨论发展的趋势和之所以能流行起来的原因，从中我发现她的见解很独特，在我的引导下也能有的阐述。通过这些交流我告诉她，在分析一个事情时要从哪几个方面考虑才会更为全面，这些思路在文章的写作上是很有用处的。我平时会布置她用简单的英语写一些小随笔或是日记。她就在这段时间拿给我看，与我分享她的喜怒哀乐。我也就趁此机会修正她句子当中的错误，和拓宽她的写作思路。

由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。开始的几天，她听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。有时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，她却置之不理，好在我很有耐心。每当她走神时，我都会提醒她，耐着性子给她讲下去。

**师范大学生社会实践总结篇三**

从xx年7月16日至xx年7月25日，这是一个永远让人无法忘记的盛夏。每一天，当朝阳升起，当朝露干涸，我们背着笔记本电脑穿着粉色的队服集队在苏州大学本部北大门处，整装待发;每一天，当正午的阳光炙烤着滚烫的大地，当满头的汗水蜿蜒流下，我们疲累的拎着电脑离开社区，等待在公交车站;每一天，当孤月高悬，当夜露凝结，我们微笑着挥挥手离开会议室，结束一天的讨论，开始第二天的准备。

每一天，都是一个开始，都是一段忙碌的行程。

xx年7月16日至17日主要是先期准备。在两天的讨论中，实践的具体流程渐渐出炉，从人员安排到每天具体日程安排都几乎先期确定了下来。为了确保方案的可实施性，实践的主要负责人还两次奔赴实践的主要活动地点联青社区和长岛社区进行踩点，并多次与社区居委会进行联系，与社区的村长与主任面谈活动细节，争取获得最多的便利。最终确定下来以联青社区作为活动的主要据点，并在7月20日参与长岛社区的社区活动进行调查。

7月17日晚召开了一场所有实践队员参与的会议，会议确定了各小组人员安排，并明确了以下几天活动的日程安排，由苏州大学计算机科学与技术学院新闻中心带队的\"召唤野百合的春天\"外来务工子女教育调查暑期社会实践小分队户外活动正式开始!

从7月18日至7月23日，主要是在联青社区的实践活动。活动的主要内容包括对家长及小孩的教育问卷走访调查、培训班、安全知识普及教育讲座、安全问卷调查、书籍文具用品捐赠等。

走访可谓本次实践活动的重中之重了，每个参与调查的队员都感慨颇多。最开始的调查走访主要是针对家长的，从消除家长们的戒备心到后面与家长们真心相对聊一些比较深入的问题，不得不说这是一个比较艰难的过程。当太阳缓缓炙烤大地的时候我们挨家挨户的走访，在质疑的眼神中解释我们活动的目的，用自己的汗水与耐心换回一份最真实的资料。几天活动下来，却没有一个人叫苦叫累，不知觉中，即使最娇弱的女孩也被改变。也许是忽然间发现，相对于他们，我们已经幸福太多。

由于培训班的顺利进行，对小孩子的采访相对简单许多，除了问卷上面的已定问题我们又咨询了许多其他相关信息，在调查中，心一点一点被怜爱填满。他们都是很可爱的孩子，可是却有许多孩子因为家庭的原因过早的早熟，承担了一份本不应该他们承担的责任，失去了本属于他们的童年与快乐。

培训班主要教程包括简单电脑操作、绘画练习以及英语趣味教学。

电脑操作包括word、excel、ppt的简单操作和打字练习。前几天孩子们一直是在队员们的指导下进行练习，打开word，打字，变换字体，变换颜色，居中，换行......每个人都认真而严肃，电脑室里一片紧张而祥和的气氛。队员们也都十分认真，耐心的讲解着操作的简单要求，甚至手把手的教着他们，仿佛他们都是自己的弟弟妹妹一般。 最后一天时电脑室举行了一场小型的操作比赛，就这几天的教学进行了一个成果展示。比赛时，安静是电脑室里最大的特征了，每台电脑前都坐了一个或两个孩子，表情都很严肃。当队员们发下比赛的试卷时，几乎每个孩子都立刻打开word开始操作，有苦苦思索的，有胸有成竹的，有微微一笑的，也有愁眉苦脸的，但每个孩子的脸上都流露出一种向往与认真。比赛愈烈，气氛愈紧张，当比赛结束后，大家都长长地嘘了一口气。最终，13岁的匡勇获得第一名。

绘画处以女孩子为主，也比较安静祥和。女孩子们安静的坐在那，洁白的画纸的边角上都贴了一张张可爱的卡通画。每个孩子都认真的埋头作画，力求展示自己的最高水平。当白色的画纸上逐渐显露出一个个可爱的卡通人物，当年幼的宝宝拿着画笔认真的涂抹涂色画本，当孩子们相视一笑心灵契合，他们作出的不仅仅是一幅幅美丽的画，更是体现了美术的真谛，获得了心的宁静。

成果展示时，她们也交出了最满意的答卷，一张张可爱的卡通画，一幅幅美丽的画卷，一张张灿烂的笑脸，相机快门按下的一刹那，将她们永远的定格。

对于电脑室和绘画处的安静，英语培训处则是笑声阵阵，趣味盎然。英语培训处除了几个三四年级的稍微大一点外几乎都是六七岁的小孩。众所周知，英语的学习，更重要的是兴趣的培养，所以英语教学注重的是趣味教学。一些可爱的课件，一些经典的英文歌，一些常用的词汇都让这些孩子们听得认真而开心。几天的教学下来，一些旁听的家长们也都露出满意的笑容。

最后一天成果展示时，孩子们坐成一排，眼睛紧紧地盯着电脑屏幕，当传来熟悉的《happybirthday》、《happynewyear》、《themorewegettogether》等的伴奏时，他们张大了嘴，童稚的歌声回荡在大大的会议室，飘荡的很远很远。

活动过程中，7月21日是在联青社区的安全主题日，我们举办了一场安全知识普及教育讲座。安全知识讲座主要是由暑期社会实践小分队队长韩林祥主持的，讲座以动画、ppt展示和讲解相结合，既能够充分调动小孩子们的积极性又达到了真正教育他们的目的。讲座过程中，讲解者从消防安全、交通安全等等几方面着手，通过ppt的展示体现安全知识的重要性，而且与孩子们进行充分的互动，当讲解者最后就几个简单的常识性安全问题提出问答时现场气氛更是浓烈，几乎每个小孩子都张大嘴巴大声的一致的说出自己的答案，令人惊叹。讲座过后还进行了安全知识问卷调查活动，每个小孩和家长都填写的十分认真，让我们获取到了第一手的资料。

同时7月20日在长岛社区也举行了一场安全讲座和\"word不为人知的秘密\"讲座。长岛社区位于葑门街道，人员接触繁杂。活动中首先由两位人民警察做了安全知识教育讲座和暑期犯罪案例介绍，讲座从人们身边的日常小事入手，分析入情入理，以各种角度对人们的日常行为提出种种安全隐患，并反复强调小孩安全教育的重要性。

安全教育讲座结束后是由我们暑期实践小分队队员黄勇同学做的\"word不为人知的秘密\"讲座，主要内容为用word制作动画，内容新颖而生动，现场反响极其热烈。小孩子们纷纷托着腮眨着大眼睛紧紧地盯着大屏幕，随着讲解员的讲述流露出新奇、不解、渴盼、解惑、开心等等生动的表情，并在讲座结束后意犹未尽的围着讲解员再次就一些问题提出自己的见解，将现场的气氛推向一波又一波的高潮。

当最后一天7月23日的活动接近尾声时，我们的心里都紧紧地被这些孩子们占据着。经过讨论我们买了一些教辅书、励志书、童话书以及速描画本赠和一些文具送给这些让人爱怜的孩子。不管怎么说，他们的出生就注定了与城市孩子之间的差距，我们只能尽我们最大的努力为他们做一些事。最后成果展示后几乎人手一本笔记本和一支笔，获得名次的孩子们还得到了了的彩色笔、我们队员画的画等等奖品。每个孩子都笑得好开心好开心，那是世界上最美丽的笑颜。

大家一起拍集体照时，随着\"1，2，3!\"的口号孩子们纷纷露出最灿烂的笑脸，\"茄子——\"他们开心的笑声久久的回荡在上空，一波一波......

\"哥哥姐姐再见!\"

\"哥哥姐姐还会来吗?\"

\"再来看看我们好不好?\"

很心酸却也很欣慰。

7月24日至25日，资料整合，结果分析。

又是两天的不眠不休，几个主要的负责人一直聚在一起，整理问卷，深入挖掘，讨论结果。一张张白纸上画满了\"正\"字，各种图纸一一排开，横向纵向各个点都不放开，力求得出最真的资料。

活动到现在已经不仅仅是在做一个简单的实践，更是为了这些可怜的孩子们，我们能为他们做的很少，但我们也要尽我们的全力!

即使是野百合，他们的春天也会到来!

**师范大学生社会实践总结篇四**

大学的第二个暑假降临了，我回到了家乡。本来家里喊我去玩的，可是早已约好了一大堆小伙伴不免有些舍不得。又想到放假近五十天，家附近的肯德基刚好招暑假工，于是想去锻炼下，增长些许社会的经验，还能帮忙缓解家里的累赘。

刚进kfc，给我的印象是干净整齐，然后就是服务员的年青热情，全都是20多岁年纪与我相仿。在我等经理的一段时候我细心察看了一下，肯德基的店铺也就普通大小，甚至不如个别中等餐厅大。里面的座位紧挨着，一楼满座也就是60来人，这么小的餐厅会有什么过人之处?真是值得我的等待。服务员们收餐盘的速度是相称快，从客人离开桌子到服务员清算桌面、椅子均匀不到30秒。地面桌子始终是光洁晶莹。

我在学校的协会担负一定的职务，介入了协会的招新全进程，有了些面试的技巧比如：热情，耐烦，义务心，自信等。面对经理我还是挺自负的。对经理的发问我还是能很流畅的答复，最后被成功的录用。我被分到了总配，工作任务分晚班、白班，晚班主要是打烊，白班大体就是做汉堡，烧饼之类或者是在餐区。我的师傅叫“变姐”顺便说一下，这里下级对上级的称呼同一用“哥姐”取代，没有所谓经理的称说。比如 “燕姐”是这里大经理，“牛哥”是排班经理，“梅姐”是资深招待员。甚至连天天晚上收垃圾的都亲热的名称“拉哥”“拉嫂”。

挑衅从第一天开始。

开始我上的是晚班，从晚上十点到第二天早七点。第一天上班我提前半小时就到了，为了留下个好的印象。我想晚上打烊不就收拾下东西吗，不必破费太多时间，而接下来的事实远超出了我的想象，甚至于我上了20多个工作日之后才渐渐纯熟。

我的工作十一点之前在大厅收拾餐盘，招待客人。为了熟悉环境师傅没让我去。我的师傅个子不高，年龄至多比我大俩三岁，扎着马尾辩，脸上还留有青春痘。她没上高中，初中一毕业就开始工作了。接下来的一晚上我却对她另眼相看。她先告诉我的是保险事项：留神不要被烫伤，汉堡机、煎炉、直立柜都有高温达450f。盛东西的用具叫格子，不锈钢做的，清洗时注意不要被割伤。地面有水和油，轻易滑倒等等。

晚上的的大抵流程：十一点正式打烊，餐厅关门，剩下的事就交给总配和前台收拾。先是关掉所有机器，值班经理把卖剩下的东西全部登记，把不在保鲜期的东西全部倒掉，如剩下的鸡腿、鸡翅、汉堡、粥等。在保质期内的货物回到菜库，贴上时间条比如开封的酱有k+1，k+2,k+6意思从今每天算起往后延1,2,6天。像剩下的生菜、黄瓜、玉米粒、西红柿等全部当天废弃。接下来就是一一收拾，该洗的洗，该擦得擦。最后把地面卫生处理下，一楼的总配算是完成。而后拿上解冻筹划，到二楼冻库解冻，扫除二楼卫生：桌子、椅子、地面、墙上、厕所。早上五点开业，预备6:00早餐，六点到七点做汉堡烧饼，顺便灌浆备汤。

听师傅说义务还挺多的，可真做起来更难。十一点到了，值班经理登记陈列柜还有直立柜的东西，该放弃了，师傅叫我去把里面东西全倒掉，一听倒掉就是废弃。我还真迟疑了一下。剩下的鸡腿鸡翅有半篦子，至少二三十个，还有汉堡六七个，玉米棒、鸡米花、饮料好多。这不是挥霍吗?师傅告知我这是划定，习惯就好。等我把该废弃的倒完后装一大袋垃圾袋。真是疼爱啊。又一想这兴许是肯德基的高超之处吧。要是留下来分给员工到底是给经理、组长仍是员工，多了还好分，少了话不就引起抵触吗?员工感到剩下东西可留给本人，当然也就藏私心，不好好倾销。扔掉也是为了预防把剩下的东西用到第二天再用，保障了产品的口味。食物做成了产品分歧格了当然就得废掉，只不过产品是食粮啊。恐怕少有餐厅如斯“糟蹋”吧。

打烊后所有的机器都得关掉。总配治理的机器有俩排前面一排以此，外送台、摆设柜、煮茶柜，后面一排依次是竖立湿柜、卷台、煎炉、直破干柜、汉堡台、汉堡机，清洗的处所叫沙拉房。洗东西德加洁洁灵，还得配消毒水，一包红色消毒粉加38升水。洗东西最好是次序进行避免搞凌乱了留下地方忘处理，擦货色由上到下顺次才干一次擦干净，是有情理。不锈钢格子分1/2、1/4、1/6、1/9格子，这里的数学利用挺多啊，大略分数能更好辨别大小?听有这么多的格子我倒是发愁了，到底各自由哪里放几个一会就乱了。荡涤时也有技能，厨具上粘有油，油里都放了起酥油，遇热就化了，洗的时候要用热水，再难洗的用热水泡一会就好洗了。听她说的有条有理，井井有条。快一点的时候，机器算是收拾完了，等处置地面了。本来清洗地面也有请求，先用洁洁灵的水拖一遍，再用水冲一遍。师傅的说明是地面有油必需用洁洁灵的水拖再能洗干净。

接下来上二楼解冻。冻库里货物大都都是熟的，或者是半成品解冻的东西必须贴时间条。要写上开始应用时间、和废弃时间。比如面饼k+24小时不含解冻时间3小时。现在是星期五早上2:00，写时间条就得拿星期六时间条，开始使用时间写上星期五的5:00，废气时间写上星期六3：00。需要解冻的有八寸面饼、十寸面饼、蛋液、柠檬片、油条、瘦肉丝等。写时间条最重要分清礼拜，因为一过晚上12点，就到了下一天。另外厕所得有厕所清洁剂清洗，二楼地板需要用油地干净剂拖2遍，拖地时需要顺着纹理。要求之多超越我的设想。一个纯熟的员工最迟三点全体完成了。

边说边干咱们变讲到了4:30，拿了芙蓉汤条还有汉堡酱下到一楼。师傅给我讲起了早餐粥、饮料、汉堡的配比。早餐的粥分为三种，冷饮四种，热饮两种，汉堡五种。

半个多月的时间我才缓缓把所有的流程熟悉下来。不过晚上还是排的满满的，基本没有休息时间。即使这样不断还是被查出有很多不足之处。

寒假很快就从前了，实践中我收获了不少的东西。

收成一：我学会了有效地调配支配时间

家喻户晓，肯德基是快餐食品，强调速度是它的一个重要的特色。作为餐厅的服务员，位顾客提供最快捷的服务是从上班第一天起就被重复强调的。

在肯德基，这个“快”字不再是粗略的定性词语，而被赋予了断定的量化尺度――顾客在进入5秒钟内要受到招呼;对每一位顾客的配餐要在1分钟内完成;每位顾客排队购置餐点的时间都应当在5分钟以内。这些明白的数字标记着一旦穿上制服，所有举动都必须是迅捷的，不能有半点拖拉。要想在最短的时间完成最大批的工作，时间的合理支配就显得尤为主要。而我播种做多的就是对时间的利用。

收获二：锻炼了我的交际能力。

我在肯德基的时候，培训“yes”的服务立场是每个新员工的必备考察内容。重要就是“微笑，眼光凝视，打召唤!”要在1顾客进来分开餐厅时，2点餐时，3需要辅助时总之就是随时随地……详细就是面对客人学会打招呼。我的师傅给就专门让我站在门口区域欢送客人，面带微笑对每一位客人都说“你好，欢迎光顾肯德基。”我的性情原来就偏内向，这样的机遇确切一大锤炼。除此之外物我的随时整理餐盘，给客人提供须要的服务，比方供给餐巾纸、酱包、宝宝椅等等。

收成三：我学会了有效的记忆

在肯德基无论是冷冻的原料还是做好的产品都有保(20xx装饰公司社会实践报告)鲜期。过了保鲜期全部都要废弃，对时间要求很严厉。在我工作期间就有一位族长因为使用了过保鲜期的原料被开革。每个总配都必须记住所需东西的时间。比如做好的汉堡、盛到碗里的粥保鲜期都是15分钟。解冻的东西记忆的内容更多。刚开始我逝世记硬背也记不下来，每次都需要看笔记，延误良多时间。后来我联合记忆法则开展充分的联想，记住了许多无关系的东西。

在这次的实践中,我更好的接触了这个社会,懂得了这个社会。实践是测验真谛的惟一标准。在课堂上,我们学习了许多理论知识,但是假如我们在实际当中不能机动应用,那就即是没有学。实践就是将我们在课堂上学的实践知识运用到实战中。在实践中意识社会、增加才华、提高自身素质、为日后真正走进社会铺定基石。我现在懂得了学院为什么始终强调增强我们社会实践能力。在那里,我学到许多书本上所没有的社会实践知识,领会到了工作的一些难处,学会了如何处世,怎样把事我们怎样才能把事情做对做好,明白了本身的不足更明确了自己以后要怎样努力去完美自己,为毕业后走上工作岗位而奠定基本。我们怎样才能把课本上的常识灵巧适当的运用到生涯、工作当中去,成为对别人对社会有用的人才?我们怎样才能适应该今飞速发展的社会,怎么能力肯定自己的人生坐标,实现自己的人生价值呢?我想我们确实该好好思考一下我们的将来了!

回到校园的我已经理解了什么才叫自食其力,什么才叫社会的残暴了,在实际中更好的锻炼自己,我坚信自己可以得到更多的提高。以往我对自己的将来并没有什么特殊的关注,可是当初我已经对自己的未来极度的关怀了,我信任自己会在一直的尽力下获得更好的先进的,只有自己不断的努力,我深信自己可能胜利。

**师范大学生社会实践总结篇五**

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的最佳结合点。

“艰辛知人生，实践长才干”。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。

社会实践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，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。暑期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

**师范大学生社会实践总结篇六**

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。 就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了假期打工。暑假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的”无形资产“，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道 “两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

暑假正好家乡这里有一个施工单位，所以参加社会实践体验一下，我在工地的这段时间里，无论是经历还是耳闻，都让我对施工的认识更加真实，态度更加严肃。在建建筑以中高层的框剪结构居多，塔吊和脚手架等这些有一定危险性的机械得到了广泛的应用，所以就要求我们以更专的视角，更严肃的态度对待安全。防患于未然，在繁忙的施工中，我们为了赶工期，往往忽视一些自以为没问题的安全细节，其实，只要我们在杜绝安全事故方面迈出一小步，收到的成效是意想不到的。工地是个免不了要爬上爬下的地方，安全不容小觑，比如打混凝土，我经常和那些打混凝土的哥哥伯伯们汗流浃背累得要死，虽然我不是经常干，但却深能体谅一年四季坚持的他们。打混凝土是个很累人的活儿儿，汗流浃背是再平常不过的了，所以他们常把打混凝土放在晚上。楼顶是制好的模，周围只有简单的维护，稍有踏空便是万劫不复。混凝土从地面压到十几层，发出巨大的声响，在空旷的夜空中，与寂静显得格格不入。混凝土泵由塔吊吊着，泵口要三四个人抱着，力争把混凝土打均匀，提高效率。工作环境都是钢筋、脚手架什么的，稍有差池就会碰的红肿。我听说有一次打混凝土，由于脚手架上的竹筏拼接不严，工地的相关负责人郑工一脚踏空，差点从脚手架上面跌下来。为了赶工期，混凝土往往都要打到晚上两三点。我记得最晚的一次，因为商品混凝土供应不上，混凝土浇筑时续时断，他们从晚上十点一直浇注到第二天六点，当时真是累坏了他们，这是后来一位大伯告诉我的，想想就可怕。当他们顶着灰蒙蒙的晨雾从楼顶攀着脚手架往下爬时，我当时就想，也许一个趔趄生命就化为一滩血泊了。

在工地的茶余饭后，我耳闻很多在工地发生的事故，它们听起来让人不悦甚至有些血腥，感觉很遥远，但又实实在在的发生在我们身边，也许下一个就是我们的其中一个工友，也许就是我们自己。这些血腥的事故我不想再提起，我觉得那有种胁迫大家的意思，我们要的是从心里重视安全，把安全记挂在心里时刻不忘。古人有云，千里之堤以一蚁之穴溃，百室之邑以突隙之烟焚，防患于未然，事故发生前如果我们付出一分的努力，可能我们得到的就是百分的收获。多一句温柔的提醒，多一个关切的眼神，我们就能把安全做得更好，就能挽回不必要的经济损失，就能让一个家庭永绽笑容。所以，我们需要更用心。21世纪，唯一不变的就是变化，当然，也包括我们的施工技术。现在的建筑不比从前简单的秦砖汉瓦雕梁画柱，它们越来越雄伟的矗立在大地之上。作为建筑界的三大建材，水泥混凝土变的不可或缺，现代的中高层建筑基本上脱离了砖瓦，混凝土浇筑开始普遍用于建筑。这就要求机械的进步，适应时代的发展，挖掘设备、起重设备等不断换代，挖掘机、塔吊等这些重型机械极大地提高了施工效率。又一方面测绘技术却发展的日益精准，给施工质量提供了强有力的保障。水准仪、经纬仪的使用，使得我们的施工日渐完美。我想随着科学技术的丰富和进步，施工机械也肯定会日臻完善。这也要求我们的施工技术人员不断学习，充实自己，每天都以一种新思维面对世界，敢尝试，勇创新。写到这里我突然发现专业都是相通的，像我们不也是天天要面对技术的快速更新吗?我们也要改变，也要每天都以一种新思维面对世界，敢尝试，勇创新。

提倡和谐社会的今天，建筑的节能日益受人重视。一套完善的供暖供水供气设施可以激活整个楼盘，敢于在环保节能方面迈出新步子是一个公司的大气魄、大手笔。我所在的这里从产热到保热都是一种对环境负责的做法，当然也在一定程度上为公司的名誉加了分。当然，在废旧建材的再利用上，公司还是有一定的缺失。拿模板来说，大家都知道，建筑模板都是高品质的压缩板，强度大、各向异性小、不易翘曲开裂，当然代价也很好。虽然公司在材料使用上有种种的规章制度，但还是不可避免的存在不足，不如，为了方便施工车辆通行，拿新模板垫地，对加工模板剩余的边料不能及时的加以收集再利用。另外，废旧模板的利用也是个问题。一个工程下来，往往会产生很多旧模板，在再利用方面，有关人员不能将旧模板归类整理，只是一揽子的加以处理，其结果是能用于其它行业，像家具加工行业，的旧模板和完全失去价值的废模板一股脑做了烧锅炉的柴火，给公司带来了一定程度的损失，更有违社会提倡低碳的大背景。大国有大国的从容优雅，我国是一个大国，更是一个发展中国家，我们自称大国不能单纯的靠gdp，更要在国民素质上下足功夫。环保节能不能只停留在口号上，而是要反映在我们的行为上。当代的一个管理学大师曾说过，21世纪的竞争是管理的竞争，一个蒸蒸日上的团体肯定有一套科学的管理方法。今天，人们的物质生活得到了最大限度的满足，精神生活也有了极大地丰富，这就要求我们作为新时代的管理者必须改变原有的狭隘的管理方法，不断求索，探寻科学、人性的管理之路。不如说，我工作的工地，杂工存在严重的磨洋工现象，公司领导看在眼里却无计可施。就产生这种现象的原因来说，我觉得公司待遇低只是一方面，可能即使待遇上去了工作效率仍然不会有令人满意的改观。为什么?我觉得这跟公司现行的工资制度也有一定的关系。首先，在今天，我所在的国基集团，杂工的工资制度还是最原始的计时工资制，工人的生产热情不能得到很好的发挥。我想我们可以给每个工人一定的固定工资，然后，再拿出一部分资金用于奖励工作中表现良好的工人。

这样，工人会觉得生活有保障，并且劳动积极性也得到了正面的激励。再者，我们可以走计时工资和计件工资相结合的道路。我们可以在原有计时工资的基础上，每天由相关的管理人员分配给工人相对合理的任务，任务完成给予奖励或者没有完成给予惩罚，这样工人的积极性也会有所改善。另外，公司缺少人性化管理也是工人消极怠工的原因。公司和工人之间仅仅是雇主和被雇佣的关系，这不利于工人主人翁精神的发挥。我们可以采取措施，如和工人多交流沟通，和工人共进晚餐，在公司遇到困难的时候集思广益听取工人的意见，广开言路等。这些举措会在一定程度上让工人觉得自己受重视，收到很好的激励效果。领导，不仅仅应该是权利的代名词，更应该是领导艺术的载体。一个好的领导是一个公司能否蓬勃发展的关键，作为21世纪的管理者，我们任重道远。有句调侃白居易的古话说“长安居大不易”，在我们生活的今天，这句话已经不能单单指昔日的长安了，现在的社会竞争激烈复杂，想要立足有口饭吃已经很难了，更不用说想要出人头地，拥有像“一亩地，两头牛”这些古人说的小资产了。但，我们不是没有机会。不是有句话说吗，机会只会留给那些有准备的人，只要我们会用心，肯吃苦。有人成立了自己的一个施工队。从承包别人都不愿干的市政项目开始，他们修公厕，修花池，一点点的坚持下来。期间他们曾很长时间承包不到活儿无事可做，经历过资金短缺，但他们不放弃。岁月沧桑，几年下来，他们没有像我们想象中的一夜暴富，甚至收入甚微。但是，他们手下高质量的工程让老百姓牢牢记住了他们和他们的公司。他们凭借良好的口碑和施工技术竞标成功，从此迈向了腾飞之路。我说这个故事不是宣扬他们的伟大，只是想告诉你我，只要我们肯弯下腰，我们就有机会。我们都生活在同一片蓝天下，每个人却有不同的境遇，有的人香车宝马，有的人穷困潦倒，只是因为我们对生活的态度不同，有的人肯干，肯弯下腰，有的人不肯。

构建社会主义和谐社会不是一个短期的目标和任务，而是中国未来二十多年的发展目标和任务，大学生是现代化建设的新生力量，是祖国的未来。所以大学生应该积极参加社会实践，把自己锻炼成为对祖国有用的人才。

现在的中国已经成为世界第二大经济体，更是增加了中国人民的自豪感。大学生作为国家建设的重要力量。大学生的价值观取向就决定一个民族未来。我们必须坚持马克思主义指导思想;中国特色社会主义共同理想;以爱国主义为核心的民族精神;以改革创新为核心的时代精神;社会主义荣辱观;用青春谱写华章。勇于开拓、百折不饶，奋斗终身，把自己变成社会所需之才。

**师范大学生社会实践总结篇七**

学校名称：高等专科学校

系别名称：机械系工业设计

学生姓名：

实践活动目的：

。理论联系实际，学会运用所学的基础理论、基本知识和基本技能去参与到具体的工作中。

2。培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。

3。使我能够从理论高度上升到实践高度，更好的实现理论和实践的结合，为我以后的工作和学习奠定初步的知识。

4。进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力

5。提高自己的实践能力和综合素质，有助于自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

6。预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备。

实践时间：

我于xx年xx月xx4日到xx月28日在石家庄银鹭食品有限公司分公司进行了为期两周的实践活动。

实践单位：

。集团银鹭事业始创于xx985年，在各级领导、社会各界的关心支持下，在创始人陈清水、陈渊兄弟的带领下，通过全体银鹭人的团结拼搏，现已发展成为集食品饮料、重工机械、园区开发、工程建设、地产运营、国际贸易等多元互动、和谐共举的企业集团。银鹭食品事业是全国最大的罐头、饮料生产基地之一，荣膺农业产业化国家重点龙头企业、全国行业十强，拥有世界粥王八宝粥、创新开发的动植物双蛋白饮料花生牛奶等主导产品。

2。公司的相关业务流程：（）开票流程;（2）结算流程;（3）配送流程;（4）托运流程（5）退货流程;（6）客服流程;（7）出库流程。

实习过程：

寒假是大学生们有机会在社会里得到锻炼的时期，机会不是每次都有的，错过了就永远失去了，所以为了不让眼前的机会白白的从身边溜走，我下定决心一定要在最短的时间内找到一份差不多的工作，不管是什么，累与不累，只要是能发展自己的平台，能让自己收获的平台，我们都应该去尝试，作为未来的创业青年，我们应该高瞻远瞩，累永远是最后一位，勇气是头，我们是先锋，放大胆，鼓起勇气去尝试一见自己从未做过的事，无论成与败都会收获不小。

我从家附近先找起，发现墙上贴的招聘启示，业务员和店员，我毫不犹豫选择了石家庄银鹭食品有限公司分公司业务员的这分工作，我由于有很强的语言表达能力和认真的态度很快赢得了别人对我信任，就这样他们答应我去上班，每个月只有800，50块的电话补助和50块车补，xx00块生活补助，加起来也就xx000，也许车费都不够，但我答应了，他们用一下午给我讲些有关产品和推销方面得知识，第二天我就开始工作了。

由于天气寒冷，我选择了每天上午8：00到xx2：00，下午3：00到6：00，这个时间才出去工作，因为业务员的时间是自由支配的，只要你能完成一定量的业务量，不管你怎样跑，你最起码要给老板带去一定的收益，人家才会充分信任你，肯定你，自己才会感到自己存在的价值，我每天7：00准时起，搭公交去城市的每个我们产品的专卖点，小超市，商店，记录产品销量与业绩状况，存在什么问题，怎样才能很好的解决，以后基本上每天晚上我都会积累下一点小小的经验，凭借这些宝贵的财富，业务这一行我开始干的得心应手，慢慢变的老练了，给了我更多的动力。让我更有信心干好其他每件事。

**师范大学生社会实践总结篇八**

今年我的暑假和去年不太相同。其实学校要求我们参加社会实践的主要目的 , 无非是想让我们提前到社会上去锻炼自己 , 这样才不会进入社会时找不到生活的重心 , 于是我才决定今年要真正的走进实践, 品尝这些事情的酸甜苦辣。

暑假我一开始，我开始了很紧张的准备.开始和同学一起商议着，想找点事情做。打工也好，义工也好，总之该去做点什么。当我告诉父母说要去做义工时 , 他们都感到惊讶：在他们眼中我还是一个读书的学生，平时又不太爱说话，能一个人出去打工 ?肯定吃不了苦 , 干不了几天就会回家。我们还是积极联系，不过很多地方觉得我们工期很短，不愿意找我们。也是，谁愿意为了一个月半个月的事情就付工资的。然后联系到了民政局孤儿院，说是想陪孩子们做些事情，答复却也是一样，他们只要长期的义工，短期的不接受。想来也有道理，把孩子吓坏了，短期工走了找谁去。最后，总算找到了一个地方，一家敬老院愿意收容我们。于是我们就踏上了工作的路途。

第一天，经过一番寻找，才终于找到那家敬老院。偏僻，凋零，与预想的样子完全不同。不过没有时间感慨，繁重的工作接踵而至。我们不是来慰问老人，献爱心的，我们是来客串工作人员的。地面很脏，扫地的扫帚却已经磨损的很不像话，扫起来很吃力。接着换来一把大的扫帚，环卫工人清理大街上树叶的那种。只是，我们谁都不会用。我们这一代成长个孩子，估计都只是看过那些没做过那些吧。于是很羞愧的，让老人上了一课。老人接过扫帚，说孩子们没做过这个吧，我来吧。

扫地是一个沉重的工作，体力很容易消耗的。地面稍微清理之后，我们没有时间休息。我被带入了一个仓库，那是老人们的孩子们送来的棉被等过冬衣物，看起来有些发霉的样子。我需要把那些都搬出去晒。沉，真的很沉。只是，这不是个技术活。有一个朋友被带到房间去，帮老人们擦桌子板凳。据说有些时候会被骂出来说是不准动他们的东西。受了委屈不能找老人说理也许很难过。

第一天上午是很短暂的。我们看到了老人们的饭菜，都觉得有些不忍了。

下午又是一个沉重的时段。他们拿出一条三十来米的厚重地毯，让我们给洗了。说是去年冬天办活动用脏了的。折腾了一个小时，我们也没找到好办法可以洗，只能泼水上去，撒洗衣粉，用刷子刷，可是进度实在有点慢，被批评了。直到院长拿出剪刀，剪成了三节,才能放进水池搓洗。

体力活期间，还有成员去陪老人下棋解闷，唱歌跳舞什么的。第一天就是这么过去的。

直到晚上，我们才聚在一起，开始感慨。敬老院不大，只有二三十号老人，可是工作人员除开院长，竟只有两人。我们总算明白为什么他们接受我们答应的那么爽快，去年冬天的活都搬出来了。

接下来几天的生活大同小异，除了体力劳动，就是陪老人说话。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得 到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性。要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。我不知道多少人有过这种感觉，但总的来说，这次的生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，那一周的生活，我收获还是蛮大的。

这次工作虽然早已结束，但它给我们留下了许多思考。国内敬老院普片存在这种状况，收费不低，服务却很不够。通过交谈我们得知老人的生活并不如意。武汉夏季炎热如斯，老人们却不能开着空调，不是没有，而是敬老院省电。老人们没有谁能聊天，寂寞孤单。老人们的生活起居需要人照顾，可是正式工作人员只有两个，那么些地方要打扫，怎么可能忙得过来，怎么可能不是吧去年冬天的地毯等我们来了洗掉。我们去的第一天，看见有个老人明显神志不清，后来好像是晕倒了，竟然只是把他抬到阴凉的地方，竟然没有医生来检查一下。我想国内的小型敬老院也许大多都是这种光景，外面宣传很光鲜，里面生活像牢狱。想来他们的孩子们不希望老人过这样的生活吧。

使我们这些\"读圣贤书\"的人也开始关心\"窗外事\"。 它时时刻刻提醒我们，我们国家还存在着许许多多这样或那样问题，经济还不够发达，政治体制还不够健全，非常需要我们这些大学生为祖国的繁荣昌盛，为人民生 活水平的整体提高，为经济的快速发展，尽自己应尽的一份力，作出自己应做的一份贡献!坚持学习书本知识与投身社会实践的统一，走理论与实践相结合的道路， 历来是青年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准。到祖国最需要的地方磨练意志，砥砺品格，把学得的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才。

实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展。通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触、了解、交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型 事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强。在实践中，我们的人生观、价值观得到进一步的强化，提高了认识能力、适应能力和创新能力。

**师范大学生社会实践总结篇九**

记得当知道疯狂英语在我们学校招暑假夏令营助教时，我的心情是顿时喜悦了起来，因为自己终于盼到了这样一个机会——在暑假的时候，去一个陌生的地方工作，认识一些陌生而又亲切的人，做一些有意义的事，然后在那个地方留下美好而难忘的回忆。之前听同学说过，当疯狂英语夏令营的助教很有意义，很难忘，是人生一段宝贵的回忆，所以这次机会来了，我一定要好好把握住。

疯狂英语助教的面试分两轮。但是，由于自己真的很想争取到这个机会，所以，即使是第一轮的面试，我也很认真地对待了。我是属于那种不轻易做决定，但是一旦决定了就全力以赴的那种人。我特意上网查了个人简历的格式，然后精心设计了自己的个人简历，将该写的都写进去了，既有所突出又做到不冗长，使简历让人看起来一目了然。然后，到面试的时间了。坐在等候室里，我回忆着自己事先试想过的问题和一些注意事项以再次提醒自己。终于到我了，我虽然挺紧张，但还是能够向面试官展示了我的热情和专业特长。通过自己的努力，第一轮面试顺利通过。

接着，是培训。现在回想过来，我觉得好在还是自己的决心够坚定以及自己有着认真的态度，才坚持了为期三个周末的培训。虽然培训不会很累，但我觉得还是够考验人的意志力的，因为这样的培训就好像平时上课那样子，还是要那么早醒，上课还经常“拖堂”，而且要利用周末的时间，不少通过了第一轮面试的人，最终因为诸如时间冲突或学习任务重(当时已接近期末考试了)的原因而放弃了。但是，我还是自觉地抵制了这样一种气氛。我抱着坚定的决心以及持着积极认真的态度，挺过了这个培训。在培训当中，我学到了美语的基本发音及领会了当一名助教所应具备的一些素质。终于，在复试中，我比较出色地通过了。当然，自己很是喜悦，因为自己的付出得到了收获。

我是安排去惠州的疯狂英语夏令营，时间是8月18号至8月27号，但我们助教要提前两天出发过去准备。所以从期末考试结束到出发，我有六天的时间。在这六天中，我做了很多准备——继续练好自己的美音音标，上网查找了很多实用的名人名言，去图书馆找了一些教人玩游戏的书籍来参考，还就如何当好一名助教这个问题，咨询请教了一些有经验的朋友和长辈。因为我知道“不要打无准备的战”的道理，所以既然要做，就要做好充分的准备，全力以赴。更何况，我真的希望自己能实现当初的想法——做一些有意义的事，虽然夏令营的时间不是很长，但我真的希望在这不长的十天时间里能尽自己所能教给学生一点东西，起码能让他们体会到一名助教老师对待工作、对待学生的那一份热情与认真。

终于，怀着兴奋的心情，我来到了惠州市惠阳高级中学，我的夏令营助教之旅就在，这个现在回想起来充满着回忆的地方，展开了。

但是，现实超出了我的设想，又或者是我将一切都想得过于美好了。在夏令营开始的第一天，现实就弄得我身心疲累了。早上六点起床洗漱——去学生宿舍召集本班学生——集队到操场进行晨练、早读及早餐考——组织学生上好大课——小班课及午餐考——午饭午休——下午大课——小班课及晚饭考——晚饭小息——晚上小课或外教课及睡前考——工作人员开会总结。这就是我们助教每天要做的事情，看起来已经够繁琐的了，但是在这里的每一件事情当中，其实还包括着很多。比如，因为我带的是小学生营，所以不少学生都挺调皮捣蛋的，特别是男生，而且有些学生十岁都没到，早上去宿舍集队时，这些“小小学生”会出现赖床的现象，晨练过程中可能会出现受伤的情况，至于上课时又会出现学生开小差不认真听讲的情况，还有宿舍的学生安全及学生生活问题等等，都是我们助教老师要解决的。以前我也参加过一些社会实践，但是对于这次，我感觉压力是最大的，自己的担子很重，因为在这些小学生面前，我就是他们的老师，很多时候他们累的时候其实我也累了，但是为了激励他们，我必须振奋起来;很多时候遇到一些突发情况，学生慌张了，其实我的内心也很紧张，但是我必须冷静下来去处理。之前我以为来做助教就是和学生一起学习、一起玩，协助主教老师做好教学工作，让学生学一些东西，并且让大家拥有难忘的回忆就行的了。但实际情况比想象中的要困难很多。

但是，既然做了，就坚持下去吧，坚持就是胜利。这是一个中肯的态度，也是我在认识到事实之后的第一个想法。但是很快，我对待助教工作的态度就变得越来越积极了。我想起自己当时最根本的那个想法——做一些有意义的事情。我对自己说，就算现在情况比想象的艰苦了，我也不能忘记当时自己来这里的根本原因啊，我要尽己所能，教育、关怀学生，让他们在夏令营里尽量学多点知识以及掌握学习英语的方法，还有，更重要的是给学生思想上的一些转变及升华，让他们深切体会到师生之间、朋友之间那种平凡而又真切的温情。因此，在接下来的八九天的时间里，我始终充满着热情地对待我的工作，对待我的学生，对待我自己的心灵。虽然也还是很累，但只是身体上的，因为我的内心本着自己的信念和有着大家彼此间的关怀而快乐了起来

现在还有很多或有趣或感人的事情历历在目。记得，仕浩早上起来时流鼻血，然后我和他吃完早餐到校医室，在校医室门口等校医过来的情形——其他一些学生看到我和仕浩在等，所以在还没有上课的时候，他们都陪着我俩，在校医室门口大家排排坐说着趣事笑话的情形，他们真是一群可爱的精灵啊。以前听高中的校长说过，即使她年纪大了，但因为经常和充满活力的学生在一起，她自己也感觉年轻很多。现在到我了，虽然我还属于年青的一代，但和这些90后的小朋友在一起，我真感觉自己又回到了童年，世界都变得简单快乐了很多。还记得，顺顺因为没学过英语，每次通关考试时，她都很难过关，有时她还会因为不懂而着急到哭了，我们大家看在眼里也觉得很难受，特别是我作为老师的，真有一种心疼的感觉。这也激起了我更大的决心和对学生的关爱之心，我对自己说，一定要让顺顺重拾学习的信心。所以，我利用午休的时间，过去顺顺的宿舍给她辅导。终于，在夏令营终考时，顺顺顺利通过了并取得了非常大的进步。依然记得，我们班最小的小朋友芷菡，她几乎是每个晚上大家在上小课时，都会走过我这来，可可怜怜地哭着跟我说想妈妈了，我擦着她的眼泪，安慰她说要做个坚强的好孩子，她起初答应着我，但很快，又还是情不自禁地哭起来了。看着芷菡那憋着劲哭的样子，谁看了都会心疼，很多次我看着哄着，自己几乎也要哭出来了。我跟芷菡说，老师也想妈妈，但是老师为了能让同学们都做个坚强的孩子，老师不哭;芷菡想妈妈，但是为了老师不哭，做个坚强的好孩子好吗?这时候，芷菡好像真的懂得我的意思，很认真地跟我点了头，这之后的最后三个晚上里，她真的都没哭了，而且都很适应过来了。

还有很多很多，例如文俊和沫阳两只小手“辛苦地”为我盛来汤水时，那懂事而又羞羞的表情;梁羽在课室外的窗台前真诚地跟我说着他和爸爸妈妈的事情;宿舍里一推学生扯着闹着要和我聊天的情形;生日派对里大家一起玩一起疯狂的时光;总结大会上我们班荣获“优秀集体”时大家的激动与感动……这一切一切，让我想起来都感到温暖和幸福，因为我有着一班团结、懂事、可爱的学生，我真的感到很欣慰，我真的觉得我不枉此行。

最后，我想说的是，任何收获其实都是要通过自己的努力的，事情的开始总是比较艰难，但是一定要有信念并且要坚持自己的信念，用心去待人处事，不轻言放弃，最终的收获总会令人意想不到的。这也是我参加这次疯狂英语夏令营助教得出的最深刻的体会。

**师范大学生社会实践总结篇十**

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。

本次社会实践总结：

不管做什么事，态度决定一切。

做一项服务工作，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

明确目标，合理的设计规划自己。

我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过,,社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，为社会服务。

短暂的促销工作的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。

**师范大学生社会实践总结篇十一**

刚来到\_\_\_\_农村实验中学时才得知，我们实践的时间是全校放假的时间。由于实践时间短暂，机会难得，同时也为使我们的实践内容更充实，我们小组马不停蹄的赶到\_\_\_\_\_\_\_\_中学，在校方的热情欢迎下，我们开启了“地方教育发展状况调研”的实践之旅。

有了一次在\_\_\_\_中学备课、上课的经验后，在\_\_\_\_地区\_\_\_\_中学的上课准备变得得心应手，一切都紧锣密鼓的展开。这一次，我们11人分成两队，一对进行校园参观，一队进行党建德育等资料的整理，并在下午安排了所有同学的听课和晚修辅导。

我的第一节听课选择了初一的英语，以使两所学校有所比较。课后，一个问题让我看到不同，几个小姑娘问我说：“老师，为什么英语考试考得不错但见到老外就一个词都想不起来?”就英语而言，这所学校更重视应试的笔试教育而忽略了语言真正的美丽——那就是人与人之间的交流沟通能力。虽然\_\_\_\_中学英语底子较弱但英语对话能力整体比\_\_\_\_中学强，因为他们更注重课上的交流。这不仅仅是这个地区或县城的教育问题，还是整个中国教育的问题。应试教育近年来一直颇受非议，但这又是目前最适用于中国的教育方式，因此与其进行不间断地批评，还不如大力的钻研和传播补救应试教育弊端的方法。

在为期两天的听课、辅导、批改作业后，我们发现\_\_\_\_中学也如\_\_\_\_中学般，英语、数学和语文较差，于是便有了后五天专门上英语，语文，数学这三科的课并进行课后的辅导。虽然上课时间仅仅只有五天，但希望对他们的学习方式有所改变。

我们不是师范院校的，也都不知道要怎样教学生，但是，我们和同学们有共同的目标并为之努力着，这才是最重要的。与同学们在一起的日子不只是上课辅导。我们也曾围坐树荫下畅谈梦想与未来——“我想做飞行员”，“旅行家”“建筑师”……但也有同学略带伤感的说：“梦想只是像梦一样的瞎想，对我们走出这片大山都很难。”在那么一番美好的憧憬后，这一句话必定让人心刺痛。但也让我们暗暗下定决心，要让他们重拾信心，坚定梦想，帮助他们找到方向。在英语学习上，除了每日与课堂进度相符的学习，我们还在课外组织了对话游戏，组成小组自由表演情景剧，让他们敢于大胆说，锻炼英语口语，并在编写情景剧中注意语法错误，同时帮助他们记牢相关句型。在数学学习上，我们安排了同学在课后准备自己常错的题型并相互交换和改正，并在课后给老师检查和改正。短短五天的时间，我们既完成了课程的进度任务，也用轻松有趣的形式带给他们新的学习方式和习惯。

最后一天的离别，班上的同学一个接着一个用英语表达了他们的感激、不舍和祝福，而更让我感到高兴和感动的是，我能够看到同学们眼中那一股重燃的自信和昂扬的斗志。虽然短短的一周并不足以给予这一群学生很大的改变，但让我们看到了可以给予他们更大改变的方法，地区教育的发展，需要的不仅是高端的设备，而更需要一批能全力付出并能满足孩子们知识渴求的老师们。

我们雪莲花实践团以“地方教育发展状况”为题的实践终于落幕，我们的实践的两部分也从重外部设备的调查转为重教学方式方法的调查。大家深刻认识到：无论是在山村还是城市，能真正有力的浇灌教育希望的，一定是教师的谆谆教诲，高端设备并不是关键。而这一类实践也着实能为梦想助力，因此，这一次旅途也确确实实令我们一行人受益匪浅。

**师范大学生社会实践总结篇十二**

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。这次的认识时间是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。整个\_月份的时间我都在打工，这次选择的工作地点是在\_店，因为\_月份开学的来临，所以选择做\_文具的暑期促销工作。\_月份这个时候，面临孩子们的开学，几乎每家大型超市都会有这个学讯的促销，商场里的各大文具厂商也会开始降价，以便吸引学生和家长的眼球。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作应该会很轻松。可是不然，上班之后，不久要按\_员工的上班时间，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每天坐公交车还是有点辛苦。去年我在\_店给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较轻松的，只用负责自己份内的工作就好了。

可是在超市里，每个厂商的促销员不仅要负责本厂商的促销工作，每天还要帮助\_负责本课其他的商品。例如给在\_的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每天的工作不仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。

刚开始的时候，我对帮助其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个厂商做促销工作，其他的工作不应该我负责。可是工作几天之后，我也明白了这些好像都是超市里面的规矩，作为促销员不仅要为厂商工作，同时还要为商场工作。现在的超市其实也是在节约成本。所以这些我每天都已经习惯了，忙忙碌碌的，也很充实。

超市里每天都会碰到各种各样的顾客，偶尔也会碰到外国的朋友，这个时候正好是练习自己英语口语的机会。大多数时候还是一些家长带着孩子来买开学的学习用具，这样的场合，可以培养自己的沟通能力，和自己的表达能力，这些都是在学校里学不到的，是靠自己在社会上的积累得来的。现在的我们赚钱不是主要的，作为学生，应该一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自己找工作，奠定基础。

**师范大学生社会实践总结篇十三**

实践目的：学校号召广大青年学生积极参加社会实践活动，通过社会实践加深对“中国梦”的理解，将个人的成长奋斗同实现“中国梦”密切结合起来，在基层一线砥砺品质，在社会大熔炉中锻炼成长，在实践中发现真知、运用真知，为将来打下坚实基础。

实践时间：20xx年x月x日—20xx年x月x日

实践内容：对于刚中考完学生来说，这个假期是一个过渡阶段。所以我找了一个初中毕业生，给他讲解高一的课程，帮助他提前了解高中的学习生活，以便开学后更快的适应高中的快节奏。

实践过程：

前期准备工作：

为了能够更好的给学生讲解，在家教前，我先找到了高一的数学课本，从头到尾的浏览了一遍，划分了主次。制定了相应的学习计划，课时安排以及讲课的方式。搜集了一些相应的题目，以便学生能够更好的巩固提高。

与家长学生进行交流，了解学生的学习情况，以及家长对孩子学习的要求等，从而能够使自己所讲解的内容符合学生的特点，最大限度的满足家长和学生的要求。

家教过程：

8月1日，我开始了自己的第一堂课，第一讲是集合的含义与表示，虽然很简单，但因为自己比较紧张，在加上对学生来说这是一个以前没有接触过的新内容，多少会出现点差错。尤其是当学生对一个问题深究时，更是对自己的一次挑战。好在学生的性格比较开朗，不懂的就会问，这对于我对她知识的掌握情况是一个不小的帮助。总之，第一天的讲课还算顺利，也给我自己了很大收获。

后来的几天，我和我的学生逐渐熟悉，我们也成为无话不谈的好朋友，下课时会打打闹闹，但是上课时就会严肃认真起来。给她讲课也不再像以前那么紧张，从而能够更好的完成我的计划目标。有时候，有的地方比较难理解，我就会一遍一遍的讲解，直到她明白为止。之后，再通过相应的练习题，让她巩固这一知识点。这样一来，她的进步很大。第一章是集合与函数的概念，这章有些内容比较抽象、难懂。所以在讲课过程中，我尽可能的把那些抽象的东西转化成比较容易理解的，注重基础知识的讲解，让她能够把基础知识掌握扎实，才能为以后的学习打好基础。这一章，加大习题的训练，让她接触各种题型，通过题目去巩固所学的知识点，这样还是比较见效的，这一章内容的学习，我们一共用了10天的时间，虽然时间比较长，但是我觉得，能够真正掌握了其中的知识才是最主要的。

第二章是基本初等函数，有了上一章的基础，这一章的学习并不是很困难。我按照函数的研究方式，从函数定义、函数图像、函数性质等方面，对指数函数和对数函数做了详细的讲解，并通过典型例题进行巩固提高。

第三章是函数的应用，这一章比较简单，而且内容也比较少，用很短的时间就结束了这一章的内容。剩下的几天时间，我有通过题目让她对整本课本的内容总结复习了一下，加深了对课本内容的理解。

15天的家教生活很短暂，但是我却从中收获了很多知识和快乐。学会了怎样与不同类型的人进行沟通和交流，同时，也培养了自己细心和耐心的素养，提高了自己的责任感。

实践总结和反思：

1、要提高自己的语言表达能力和交流能力，善于沟通和交流

这一点非常重要，在与家长与孩子的交流过程中，要学会使用表达技巧，这样才能更有利于共同，了解对方的需求，才能更好的满足他们的期望，同时这样是对自己的一个挑战和提高。与孩子相处，平等容融洽是十分重要的，要和学生处好关系，要让他们把我当朋友，而不是老师，这样才能够更好的沟通。

2、要讲究条理，分清重点，详略得当

在讲课方面，需要分清楚什么是重点，什么是非重点。不是重点的可以一带而过，针对重点拿分的项目要详细讲解，这样才能让他们在以后的考试中，成绩有所提高，才是补课之功效有所发挥了。在习题布置与讲解上，要尽量备课，一定要挑些有针对性的题目给学生做，强化他们的基础。

3、做事耐心，切忌烦躁

在讲的过程中，应该尽量保持耐心，慢慢的给学生讲，毕竟他们还小，有些我认为很简单的，对他们并非如此，切记不能烦躁，这样只能适得其反。

暑期社会实践是大学生思想教育、实践教育的重要环节，对于我们了解社会、奉献社会、增强社会责任感具有重要的现实意义。大学生做家教得到的不仅仅是经济上的贴补，更重要的是我们自身的价值能得到社会肯定，增强我们进入社会的信心。通过半个月的家教实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，同时，也从另一个侧面检验了自己的学习情况，是自己更清楚地认识到自己的缺点和不足，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力。从而使我们在以后的生活中不断的提高，是一次难得的实践经历。

短期的社会实践，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。社会实践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。

“中国梦”引领个人梦，在“中国梦”的引领下，积极参加社会实践，接触基层，在实践中不断的完善和提高自己，对于大学生的发展尤为重要。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。

**师范大学生社会实践总结篇十四**

在实习的这段时间内，我接触到了各种各样的人和事。报班学英语的朋友年龄跨度很大，小至七八岁，大至十七八岁，跟他们交流，上课，有快乐，有尴尬，有无语，更多的是不知所措。对于接触课堂不多的我，最初的备课比较困难，面对闹哄哄的小学生更是无计可施。在学校，理论的学习很多，十分枯燥，这次的实习让我明白，学校开设的课程是多么重要而实际，比如中小学生心理学的理论知识虽然枯燥，但对于刚刚接触小学生的老师是非常受用的，只有正确把握好学生的心理，才能更好的教学。这些知识在实际教学中是非常之重要的。一个月，不敢说我把握了多少，但是，却是进步了不少，知识和经验的积累是很重要的。现在，我已经可以试着去备好课，可以淡定从容的给小学生们上课了，讲故事的技巧也提高了。 在学校，自认为自己对于人际交往已经很在行了，却忽略了社会上接触的人是各种各样的，人际关系十分的复杂。在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习的，以前没有上过课，使我与学生家长谈话不会应变，会使谈话时有冷场，或者没话题。因为社会经验缺乏，学历不足等种种原因，自己更是缺乏自信，为此我还苦恼了好几天。其实有谁一生下来就什么都会的，与家长的交流需要慢慢接触，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。除了与学生家长的交流，还有自己的上司，办公室的老师，都要注意其中交往的技巧。

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。现在我明白了，在学校学习的东西貌似很多，出来工作就不够用了，而且没有时间再去翻开以前的书本了，所以在大学，是很好的学习机会。假期实践，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，在实践中也能及时的了解到自身的不足，理论应该与实践相结合。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。学会从实践中学习，从学习中实践。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，才不会被这个飞速发展的社会淘汰。

首先，教师的言行直接影响和感染着学生。作为教师必须加强自身修养，提高自身素质具备一种奋发向上，积极进取的敬业精神，教师良好的言谈举止，会给学生树立一个好的形象，再加上教师规范的动作手势，行走坐卧、外在仪表和丰富内涵，是学生在潜移默化中受到熏陶，模仿中审视自己，从而得到全面教育。

其次，教学教学中，教师最能影响学生的是简明扼要的讲解，正确无误的示范和行之有效的辅导，让学生对此内容产生浓厚的兴趣。在练习中学生，学生不敢做的动作，由教师示范，学生不会做的动作，教师应手把手教。教师要用自己健康的体魄，良好的专业素质去影响引导学生热爱体育运动。

再次，在教学中，向学生进行思想道德教育，关键在于教师的言传身教，而身教更胜于言传，体育教师的工作性质决定了大部分时间在室外，和学生的直接接触最多。我们不论刮风下雨，还是严寒酷暑都带领学生去完成身体锻炼任务。在这种艰苦的环境中教师的影响是最大的。酷暑中，我们所站的位置是面对太阳;寒风中我们所站的位置是面对风口 这种无形的教育方式，化为浓浓的师生情感和对美好事物的判断，使学生在潜移默化中受到教育，从而提高学生对美好事物的追求。

最后，青少年都有向往美好未来的愿望，都有为祖国贡献自己青春的使命感，都想有健康的体魄和良好体育技能。在道德理想与专业学习中，帮助学生树立只有身体好，将来才能更好地为祖国工作的思想，在各种规章制度的约束下，使学生锻炼身体成为自觉的行动，并使这种自觉行动体现在课程的学习和锻炼中。

通过近一个月的教学实习，所教学的班级学生基本理解和掌握了跨越式跳高。在教育教学中，运用先进的教育理念和科学的教学方法，努力培养学生的合作和竞争意识，选择的教学方法能激发学生的学习兴趣和促进学生的思维活动，能注意因材施教、因人施教，有效的调动了学生学习的主动性，使学生在课堂上逐步养成了认真学习的良好习惯，让每一位学生都能够在 乐 中练，在练习 乐 ，课堂气氛充满活力，有效地提高了课堂教学质量。我在五年级学生调查中，几乎人人都能做到从情感上、行动上主动参与教学活动，做到人人参与活动，人人健康发展。

暑期的实践让我明白赚钱不容易，当然，这个暑假让我最大彻大悟的是，人，一定要有自己擅长的技术，一技之长，在社会中有很大的用处，作为老师，亦是如此。这次的实习，让我有了深刻感触，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习，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。

**师范大学生社会实践总结篇十五**

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，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。

在现今社会，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。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，我来到了，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。

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。

在实践的这段时间内，我们穿街走户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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，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，你要听取、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。其实有谁一生下来句什么都会的，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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，

就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。这次亲身体验让我有了深刻感触，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。

**师范大学生社会实践总结篇十六**

作为一名大学生，抱着贴近社会，服务社会的愿望，我参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，如何与人合作等等。经过重重考验，终于成为实践小组中的一员。我相信任何的工作都能给我带来课本上无法得到的知识，所以在工作中我多听多学多做，按时超量的完成任务。我也在工作中学会了许多大到先进的档案管理操作系统，小到复印机的使用。在这期间所做虽无大事，但从点滴做起，所获亦非浅。

实践中，我们认识了不少领导。领导们是那样的和蔼、亲切，对我们的到来也表示了热烈欢迎开始时的紧张顿时荡然无存，想像中严肃的领导给了我一个全新的认识。当天，我们一行十多名同学就被安排到不同的部门。并即刻开始了步入社会的第一天工作。

由于是第一次工作，难免会有许多的不适应之处，因此也总会出现一些小错误，但我认真学习，有不懂的地方就问，随着经验的不断积累，错误的逐渐减少，工作效率不断提高。这一点不但充分的体现了“磨刀不误砍柴工”的道理，更是如何通过合理的分工、有效改善工作流程、发挥团队最高战斗力、使工作效率最高化的现实案例。

由于是在机关单位里面工作，一有时间，我便在办公室里找些相关的书看，看为人父母官，应当如何做，如何公平行政，有哪些行为是违法，有哪些事情是老百姓最迫切要解决的……认识到：为老百姓做事为老百姓解决问题，是为人父母官的使命。

我被分配到民政科工作，虽然一开始我并不知道什么是民政，但经过一段时间的接触后，我深深认识到，民政工作的重要性：民政工作关系到国计民生，关系到千家万户。可以说民政工作做得好，人民生活安定，有了保障。维护社会稳定的工作也就至少做好了一半。民政工作是党和政府联系群众的桥梁和纽带。民政工作政策性强，只有把党的政策落到实处，办实事，做好事，才能让群众满意。建立一支政治坚定、业务精良、作风优良、纪律严明的民政干伍，这是搞好民政工作的决定性因素。

这段时间，最令我感悟的就是这种敬业爱岗的精神，这种兢兢业业的工作态度深深教育了我，处在这样一种工作环境使我深受感染，让我明白到工作就是要这个样子，这个对我以后无论在哪个岗位上工作都是受益不浅的。

我深深的感觉到自己在单位里所学到的东西和在学校所学的理论有一定的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践必须紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，必须在实践中培养自己各方面的能力。

工作中几位前辈对我十分关心，手把手的为我解答疑难，主动为我分担工作。但自然带来了我无事可做，为了不拖后腿，我就要争取前辈和用人单位的信任，每当碰到工作的机会，便积极主动承担。那是不是打肿脸充胖子呢?不是的，那样带来的只会是反效果。在承担前先充分判断自己能用最少的时间做出最好的效果，当你独立完成一项任务后你的道路就算打开了!那是否就以这种稳定的工作方式结束你的实践呢?我认为应当在实践中检验自身的实际工作能力的最大化程度，所以我开始接受一些有挑战性的任务，如进行档案系统的操作和文档的录入，因为以前没有使用过这类专业的系统，为了不拖慢工作进度，一遇到问题马上就会向前辈请教，而不像之前那样自己摸索解决的方法。没有舞台就要自己建一个;面对不同的工作就要及时调整工作方法。

在实践中，我认识到以下能力的掌握与熟练对我们的工作是非常重要的：

计算机操作：基本操作不用说，在我们活动一开始的时候各单位所需求的名单里面就有很多要求需要计算机基本操作的。word排版和打印的设置应该比较熟悉，应该能独立排版一篇公文，并在相应格式的纸上相应的位置打印出所要求的文字。另外，也要懂得如何运用网络，网络在当前的应用我认为最重要的是搜索，懂得如何搜索，懂得怎样搜索到最有用，最可靠，最接近要求的信息，是我们必须下功夫培养的能力。

机关单位里面很需要能拟写文章的人才，写公文也是一门学问，却也是一门比较容易掌握的学问。公文有公文常用的格式，常用的语句，而且语句比较死板，但是格式不能乱，原则不能丢。不仅要会写，而且要会看。怎样迅速抓住公文的主要内容，抓住重点来读，来理解是个关键。只有抓住重点，透彻理解了公文，才不会在贯彻上出错。

独立认知和分析能力：应该说，很多的要求规定里面都有提及类似的能力，但我认为我们大学生更应该有而且扎实地掌握这种能力。独立的认知能力使你不拘泥于传统，这是个讲求效率，讲求实际的时代，有独立认知能力或许会给你带来创新的灵感和机遇。当然，这并不是是说偏激，摆酷。独立分析能力我自己认为也相当重要，特别是在某些大是大非面前，更应该审时度势，准确判断，坚持立场，否则很容易走弯路，走偏路。

在工作中，我还认识到自己有许多不足之处，例如主动性不够，沟动意识有待提高，以后，我一定会不断提高自己，因为我知道，只有沟通，才能相互了解、相互认识;只有沟通，才能在实践中不断提高。比如说，组员之间交流甚少。在一起的时候大家一般很少谈论工作中的事情。这样就不利于彼此工作的提高。因为工作中的得与失只有通过交流、沟通，相互学习、参考，才能避免走弯路，才能真正达到共同提高的目的。

同时，我也会继续坚持创新理念，创新是源动力，有创新才有发展。创新能为你的工作增加筹码。比如说，在工作中能做到不循常规，以一种创新的形式去完成工作，这不但能为工作赢得时间，提高工作效率，而且还能赢得领导或同事的肯定和表扬。还比如说，在讨论一个课题或者在写一份调研报告的时候，如果能用独特的思维提出新的思路、新的观点、新的方法，这对的个人发展非常有利。

在短短一个月时间中我付出了自己的汗水收获了课本上学不到的知识。完成了自己“贴近社会，服务社会”的愿望，我永远不会忘记与前辈们一起走过的短暂而充实的日子，谢谢你们的照顾和批评!

时间太短暂了，我们只能走马观花似地去接触和吸收新事物，但我们通过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作能力、丰富了生活阅历，这将是我们走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了我们学生一些思想认识问题，促进了自身世界观的转变，通过到了机关部门里的温暖，受到了教育和鼓舞，增强了民族自信心和自豪感，坚定了走社会主义道路的信念。更为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观评价，发现自己与现实之间的差距。

有句许说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。

时间总是在不经意间从指尖流逝!为期近回过头来看看这近一个月来的打滚爬摸，我觉得自己很幸运可以参加这样一个有意义的活动，我很珍惜这机会。同时我也深切地感受到“知识无限，能力有限”的涵义。在日后的日子里，我会充分发挥自己的能力，展现自我，积极向上。

近一个月的实践活动已结束，在工作岗位上留下的是汗水，带走的是知识;在工作期间留下的是快乐，带走的是深厚的友谊。

**师范大学生社会实践总结篇十七**

夏日里长长的暑期激起了我要在暑假参加社会实践的决心其实自己老早就有这种想法了我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会，以前总是在爸妈的庇护下长大不知外界社会如何现实.我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

临近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑期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，可以有助于大学生接触社会，了解社会。同时实践也是大学生学习知识锻炼才干的有效途径更是大学生回报社会的一种良好形式.

拿到实践活动登记表的我们兴奋不已，纷纷参与讨论暑假该干什么。有的说去大城市里打一个月的工，他们说这样才叫真正的进入了社会能更快的了解并认知社会。有的说去当家教，这样也可以过一把当老师的瘾同时也可以巩固自己的知识。大家都显现出空前的积极性，其实我们早就对学姐学长们能够利用学习之余的时间去做兼职佩服的五体投地。现在我们也终于轮到我们了。

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚家工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。我的工作其实没什么时间规定，老板是一家开米厂，我一般只要坐在办公室里称那些稻谷的重量，然后在他们下完稻谷之后，退一下皮。操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，有时候一天或一次性有好多车稻谷来卖，一车一车，我就会忙不过来，还会出差错。有时不记得写卖稻谷人的名字，有时又忘记了写稻谷的品种，年月日有时也忘了，真觉得那时自己灰头土脸的。这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。刚参加工作的我刚开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被吵鱿鱼了。卖谷的人有时也很烦，他们有时不懂电子称，就不大相信我们，就和我们吵，没办法我只得和他们一遍遍的解释。还有人怀疑我们地电子称上搞鬼，说我们稻谷少了称，没办法我又不能发脾气，也不能和他们吵，为了米厂里的生意，只能和他们心平气和的讲解电子称是很标准，是电脑样的东西不会有问题的。还有时为了一些生意上稻谷价格的事，他们也会和我们吵，有时也会扯进我，受了气也只能自己吞，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识。

办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里“大小姐”的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、要善于沟通：碰到那些做生意比较坏的人和那些比较固执的人，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都想通的时候，我心里真的很有成就;当然和老板也要好好的沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什么问题要经常和老板沟通沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2、要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心;他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

3、要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那梨园些生意人，有时也会得罪老板;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

**师范大学生社会实践总结篇十八**

在现今社会，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。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，我来到了国宇电子有限公司，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。

在实践的这段时间内，我们穿街走户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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。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。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。

这次亲身体验让我有了深刻感触，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

一.在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的寻找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。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。在多次的面试中，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，知道要打暑期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验暑期社会实践缺乏，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。如工作的领班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。通俗一点就是撑死胆大的，饿死胆小的。

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。我工作中也体会到，因为我们卖场收款处是用电脑进行，如果电脑停止运作真的会变成一团糟，效率大打折扣。不幸的事情发生了。因为公司的电脑主管不在，就需要自己解决。正因我在学校学习计算机专业，主动过去对其电脑进行检查、维修。而我学的知识也得到用处，最后得以解决。这也是我个人价值实现的地方，手上多一门技能也就多一条路。

**师范大学生社会实践总结篇十九**

暑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苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，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紧密等问题。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。

我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。现在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。看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗?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苦。学校让我们做这个活动的原因，也是为了让我们更多的接触生活，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，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，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。我们现在的孩子生活太好了，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，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果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苦和艰辛。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，如果不加以保护，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，让我们从实践中发现很多的小问题。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现一些问题。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。

现在我们的学习科目——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。只有做了实践才能得到这些道理，不是吗?1978年，中国共产党说出了“实践是检验真理的标准”。这些都证明，只有真真正正的去实践过，才能的出真道理。

我们现在已经是初中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

**师范大学生社会实践总结篇二十**

我在酷暑中迎来了作为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质。虽天气炎热，烈日当头，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。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从\"融\"，外文专业西游取\"金\"，历史专业谈\"股\"论\"金\"，医学专业精益求\"金\"。\"其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎样生存。

暑假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，又加入了世贸，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。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件，开发票等，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最好，一件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。

拿到第一笔工资时，我并没有感到特别开心，只觉得全身心的累。不过我总算领悟到了打工的\"真谛\"：一要吃苦，二要脸皮厚。如果有人问我以后还愿不愿意接受这样的挑战，我会毫不犹豫地说：\"ofcourse\"

回想这次社会实践活动，我学到了很多，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，你要听取、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。其实有谁一生下来句什么都会的，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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。 这次亲身体验让我有了深刻感触，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。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找