# 2024年实践活动总结50字(十七篇)

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-07-01

*工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，...*

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。相信许多人会觉得总结很难写？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。

**实践活动总结50字篇一**

这次综合实践活动课与以往有所不同，开设了几门新课程，学生从中能够学到许多课本上学不到的知识。

有：科普、木工、电工、手工、雕刻、花木栽培、内务整理。学生每一天能够按时排队去上课，放学排队回宿舍，每一天都能按时打扫宿舍卫生，按顺序排队去食堂打饭，每一天放学后到操场集合跑两圈，晚上静静地在大厅里上晚自习。这一切的一切真的让我省了不少心，这些孩子真的长大了，真是越看越喜欢!

即使那里的条件很艰苦，宿舍很冷，但没有一个孩子吵着要回家，都表示必须要坚持到最后。但是还是有两个孩子感冒太严重了，我还是决定让家长把孩子接走了。周二晚8：00查寝发现吕福星发高烧，被爸爸接走，周三晚8点查寝，发现刘震不舒服，但孩子还是表示要坚持下去，半夜11：30仍然难受，被妈妈接走。

这天周四了，晚上组织学生在大厅写参加综合实践的心得体会。我把每一个孩子的心得体会全都看了一遍，真是各有千秋啊!都说出了自己的心声，把几天来的想法一并写了下来。有的学生认为收获很大，学到了书本上学不到的知识，学会了与人交往过群众生活，有的学生体验到了父母的辛劳、老师的关爱。当然也有的学生不想再来了，感觉那里吃的不好，睡的不暖。呵呵~~看了这些小孩儿的心得体会，我也不由得来到那里写一写自己的感受!

虽然有一万个不愿意，一心想不如在校学习，提高学生的学习成绩!但转念一想领学生出来还是对的，虽然条件很艰苦，在学生们身上操了很多心，自己的小孩还得托付给别人照顾，增添了许多麻烦，但这将是学生们一生就远的回忆!

**实践活动总结50字篇二**

本学期利用活动课，我们课题组全班学生参与以活用所学知识，积累社会经验，提高实践能力，丰富自身生活为主题。具体活动内容是：为社区清理白色垃圾，清除小广告。在这次活动中本人感受颇深，现总结如下：

一.通过这次社会实践活动，让学生深入社区，了解社会，从社会实践中检验自我。

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。

学校是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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础。

**实践活动总结50字篇三**

根据《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》精神，为使我们大学生在实践中牢固树立科学发展观，将专业知识的学习与实践能力的培养相结合，将自身的成长成才与祖国的命运紧密相连，在实践中增长才干，我选择了在自己生长的地方—--镇中心学校来完成此次弘扬中国民族传统文化的社会实践，希望培养自己的独立思考能力和社会实践能力。

一、活动地点简介

--镇中心学校，位于--省--市--区，是--镇教育系统行政管理机构，设立了党总支委员会，下辖两所初级中学，5所完全小学，共有教职工318名，在校中小学生4850人。学校年逾半百，以重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，全面实施科教兴国战略和人才强国战略，全面贯彻教育方针，全面实施素质教育，为办好人民满意的教育而奋斗。桃花源中育人，几十年硕果累累。选此处作为活动地点原因在于这里人口流动量极大，多为教师和学生，对民族文化有较高的理解和素质基础作为支撑，使我们中国民族文化的弘扬活动得到更有利的推动。

二、民族传统文化的含义及弘扬传统文化的意义

中国传统文化主要包括自强不息、厚德载物、忧国忧民、以德化人、和谐持中等精神思想，及书法、印章、传统歌舞、戏剧、乐器、文房四宝，丝绸瓷器等实物，在五千多年的发展中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神，先有孟子的“养浩然之气”，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，后有井冈山精神、长征精神、延安精神、抗洪精神，等等一切为祖国，为人民勇往直前，艰苦奋斗，无私奉献的精神永远值得我们去学习。而在实现中华民族伟大复兴的征途上，继承和发扬优秀的民族精神，无疑更具有现实意义。而中华民族向来被称为礼仪之邦，礼仪也是传统文化中不可或缺的一部分。

弘扬优秀的传统文化是一件具有深远意义的大事。当今世界，人类共同面临着错综复杂的冲突危机、社会危机、道德危机、信仰危机、价值危机。

作为中华文化精神和标志的和合思想，能为化解冲突和危机提供有力的文化资源、合理的指导思想、有效的操作设想和有益的方法启迪。面对中国在和平崛起过程中出现的“中国威胁论”，以和合为中心思想构建中华文化标志城更具有重要意义。

因此，中华文化标志城应该首先建成和谐社会、和谐世界的典范区，使周礼尽在鲁国的古风具有更深远的寓意;应该为建构一个和谐、安宁、幸福的人类社会而贡献出独有的价值示范效用;应该为推动中华优秀文化走出国门，走向世界，增强国际影响力提供动力。这些正是中华文化标志城在构建过程中应该考虑并予以实现的。

世界未来需要一个中华文明轴活动及采访的过程让我也很有触动，培育和弘扬民族精神，首先要培育与弘扬解放思想、实事求是、与时俱进、开拓创新、知难而进、艰苦奋斗、自强不息、清正廉洁、永不自满，乐于奉献等的民族精神，不落于时代而不断发展;不囿于陈规而勇于创新; 不敢于骄傲而奋发向上，为全面建设小康社会，为振兴中华的民族精神。

今天的伟大变革和新的伟大实践，正是孕育新民族精神的最佳时期，我们要抓住机遇，反复提炼，不断总结，为民族精神的宝库增光添彩，这既是民族精神发展的攻坚战，又是民族精神前进的光辉点。在弘扬传统文化的过程中我们也要记得取其精华去其糟粕，使优秀的文化更优秀，并让这种优秀深植与每个人的心上。

结束语

在此次活动中，通过我们的亲身体验和听到大众的声音，让我们知道，弘扬民族传统文化一直都进行再每个人的心中，而且这条路还需要每个人，长期的坚持和努力。仰望中华世纪的圣火我们感到中华民族正闪耀着我们民族特有的坚忍不拔，不畏艰难的伟大精神。而且，正是这种不屈的民族精神，使古老的中国从落魄中重新崛起，并再次屹立于世界民族之林。

作为祖国后代的我们，所要做的是同先辈们一样把个人的命运同祖国的命运紧密联系起来，真正地做到：弘扬民族精神，立志报效祖国。这不但是每个中华儿女实现自己人生价值根本途径，更是祖国对我们的要求。

而本次实践也使我们的独立思考能力和调查、观察、交际能力得到了很大的提升，同时也对中华传统文化多了一份热爱和敬仰，希望通过自己以后的不懈努力，在继续学习追求精华的路上越走越远。此次调研活动必将给以后的学习和社会生活带来重要的影响。

**实践活动总结50字篇四**

为了深入开展争当“四个好少年”阳光假日活动，提高小学的思想道德水平和社会实践能力，不断探索并拓展德育新途径，引导学生用亲身体验的感受去了解新家乡的变化，进一步增强民族自豪感和国家荣誉感。我校在认真总结以往寒假社会实践活动的基础上，结合我市创建全国文明城市和我校实际调整了今年学生社会实践活动实施方案。通过“深入社区进行义务劳动”“慰问社区里的孤寡老人”、“阅读红色书籍”“利用身边的废旧物品制作小制作”等活动，引导学生过一个既饱含亲情又富有教育意义的寒假，同时在活动中让学生体会温馨亲情，体验生活乐趣，了解社会、增强创新精神和实践能力，使学生在实践中受教育、长才干、扬正气。

为了夯实此项工作，学校在寒假前给全校学生下发了活动安排，将活动内容、对象、形式，逐项落实到不同的班级。因此，在寒假期间学校有各年级都踊跃参加了不同形式的社会实践活动。综观我校寒假道德实践，主要反映在以下几个方面：

为了保证寒假社会实践活动不流于形式，学校认真总结了过去开展社会实践活动的得与失，汲取了以往工作经验，在安排工作之前，组织教职工充认真学习了海勃湾区教体局寒假道德实践有关要求，让全体教职工充分认识开展道德实践活动的重要意义。结合本校实际，将道德实践活动归结为大主题。一是积极参加“我为社区做贡献社区”活动；二是开展“我是文明劝导员”活动，教育宣传文明行为。三是继续开展“六个一”活动。包括：

1、写一篇文章。

2、参加一次（种）健康有益的群众文化活动。

3、做一件感恩父母的事。

4、每一天干一件家务活。

5、读一本好书。

6、开展一次科技创新活动。各班均能按时按要求完成任务，扎实开展了不同形式的道德实践活动。

我校社会实践活动形式多样，有集体性的，也有单个开展活动的，通过查看活动记录单和各班活动总结，反映出学校寒假道德实践活动内容比较丰富。

一是要求五、六年级学生利用寒假收集一些国内外的大事，并做好记录。通过看新闻写出自己的感受，进一步是学生了解祖国的变化和党对人民群众生活的关注。这样大大拓展了学生的知识视野。

二是开展各种体验活动，让学生通过亲身体验感悟做人道德。

三将过年期间的压岁钱做好收支记录，让学生了解钱是怎样花出去的，从而懂得节约。

四为了培养学生的动手能力，要求三、四年级的的学生用身边的废旧物品制作一些小制作。

在今年寒假社会实践活动中，从活动记录单反馈的信息可以看出，广大群众对道德实践活动都非常满意，满意率达100%，对我校今后的教育教学工作也提出了中肯的建议。全体学生能严格依照新颁《守则》、《规范》要求自己，文明守纪、礼貌大方，约束自己的行为。在寒假期间我小学生没有出现任何违法违纪事件，无一例不安全事故发生，学生能高高兴兴回家，平平安安返校。由于我校能够充分利用校外德育资源，对学生进行良好的道德教育，因此，今春开学学校仅用一天时间就报到就绪，并于2月28日教学秩序步入正轨。学生的不良行为习惯也较以前有所减少，这足以说明开展道德实践活动是非常可行的。

总之，学校利用节假日不失时机地开展道德实践活动，有效地抑制了学生放假放任自流的恶习。虽然寒假已经结束，但是在今后的教育教学过程中一如既往的坚持下去，把道德实践活动作为加强未成年人思想道德建设的重要内涵常抓不懈，使我校德育教育工作真正形成社会、家庭、学校齐抓共管的好局面，为把学生培养成为社会主义事业合格接班人而努力。

**实践活动总结50字篇五**

为了深入学习“从群众中来，到群众中去”的群众路线教育活动，实践“给人以希望、给人以信心、给人以力量”的中国教育梦，响应“向实践学习，向人民群众学习”的号召，踏实践行理论与实践相结合的指导方针，使得学生认识自我、提高自我、改善自我，在实践中锻炼实际能力，在实践中修正理论误差，学院于7月8日至8月31日开展了为期55天的综合社会实践，在学院党政领导亲切关怀下、分团委各位同事指导下，暑期社会实践方向明确、覆盖面广、收效显著，取得了一定的精神和社会效益，获得了社会和各媒体的一致好评!

一、扎实准备，为工作开展奠定基础

学院社会实践工作是对学生进行思想与科研教育的重要组成部分，作为社会实践工作的负责人，深知责任重大，工作务必积极而高效。

在接到学院任命我为社会实践筹备负责人通知之前，由于一直负责社会实践相关工作，对于实践工作有着敏锐的判断，先期已经做好了理论储备。在6月中旬，我便便查阅往届资料(诸如我院往年社会实践总结、社会实践新闻报道，以及往期院报和其他带队老师、指导老师的工作备案和会议记录)，向曾经长期负责社会实践工作的老师咨询，多次与其他经验丰富老师的交流，广泛地征求工作意见和指导方法。通过多渠道信息的融合，一段时间后，对于工作有了进一步的理解。

在筹备会议召开前，我事先与各位团队负责人联系，询问工作开展的实际问题和社会难度，安排往年的社会实践先进学生与今年的团队合作，使得一大批具有经验的老同学带动了新同学，承前启后，继往开来。及时获得各实践小分队最新情况，收集整理好团队负责人资料和联系号码、联系邮箱等，以防后期工作不能及时、有序跟进。在各团队出发时，便已为后期的做好了筹划和充足的应急预案!会上，我为学生们提供了具体的指导资料，分发了实践物资，听取了大家的建议，避免不足和失误的重复出现，为后期开展工作奠定了扎实的基础。

二、悉心指导，为深化实践指明方向

作为赴社会实践的带队老师，我在内心早已把自己当做了实践小分队的一员，社会实践是先行者带领一群后进者的历练，没有老师与学生的区别，也没有上下级之间的隔阂。

为了能够使得实践顺利开展，我与同学们在8月11日—8月18日共计八天的时间里，紧密联系，认真调研，每天深入田间地头走访农户，把“支援中部发展、共建物联农业”这一主题落在实处。经过走访调研，我们发现：xx市xx县农业龙头企业数量少、规模不大，带动力不强;农产品加工层次低，产品科技含量低;农民组织化程度低，利益得不到保障。基于我院率先进行“物联网”研究这一天然优势，我为同学们制定了“每天一园，园园高效”的工作计划。具体即：每天和同学们调研一个果园、大块农田或者植物园，了解科技指导农业的具体生产情况，向已经具备高技术含量的示范园区学习，为没能高效生产作业的园区，带去学院的研究成果，以运用于实际。我们与当地农户、种植园、农产品加工企业合作，推广物联网农业的发展战略，提供国家所给予物联网农业的优惠政策，帮助当地企业又好又快地发展农业，发展物联网农业。

通过八天的调研，我们最后得出结论：“农业信息化发展”已成为各乡镇企业的必经之路;“加快现代化农业发展”能有效地提高农业发展水平;“农业城镇信息化建设”能快速促进地区经济的发展;“加快现代化农业发展”的落实已形成有效载体;农业信息化设备使用情况喜人，维护有待进一步提高;物联农业拓展内涵，农业项目多样化，人工操作简易化。作为赴x小学支教团队的指导老师，由于两队时间冲突，并不难亲身赶赴当地，由于正值酷暑，每天通过电话向团队负责人了解队员的身体状况成了我工作的首要事项，毕竟身体是一切工作的基础。由于支教活动学院有着充足的历史指导依据，所以每天通过资料的互传，了解他们工作开展进度，实践发展的问题，为他们制定详细的问题应对方案和实际开展办法。

三、携手媒体，为实践推广积极影响

在与媒体协商后，与网、网、网、网、xx日报、晨报、xx晚报等多家媒体形成长期而稳定的合作关系。据个人统计，今年暑期社会实践各媒体纸质、电子等形式报道共计9篇，平均每个团队报道4.5篇，同比增长47.5%;共收到各团队新闻报道13篇，经修改上报9篇，上报合格率为81.82%，实现校外媒体报道达到85.71%的比率，超过预期的75%目标，团队综合报道率为76.37%。其中除不可抗因素外，未发生任何报道遗漏或错误报道等不良状况。综合以上，社会实践报道工作取得了突破性进展。

**实践活动总结50字篇六**

暖风习习，春日和煦，我们迎来了一年一度的植树节，为响应国家植树绿化的号召，使学生充分了解有关树木的知识，了解植树节的来历及其远大意义；进一步了解树木与人类的密切关系，提高学生保护树木花草的责任感；增强爱护树木的能力，我校特将3月10日16日定为“绿化周”，组织了“争做绿城小卫士”植树节活动。在活动中，我们要求学生做到：

1、了解植树节的来历及意义，以班为单位，围绕爱树、护树，进行树类知识讲座；

2、利用周末对本学校及自己所居住的小区进行一次自发的爱树护绿行动，为小树浇水、施肥，除杂草等；

3.低年级学生可进行“我和小树共成长”主题绘画大赛；

4、中年级学生可创作 爱树护绿标语，制作标语牌；

5、高年级学生可上网了解树类知识及相关内容，进行一次树类知识调查，在班内进行汇报交流。

3月7日，各班老师号召学生利用周末搜集、了解有关树木的知识、植树节的来历及其远大的意义；

3月10日（星期一），全校以班为单位举行了一次以植树节为主题的班队活动，深化学生的思想意识，明确此次活动的要求；

3月12日，一年级各班的小学生一大早就捧着自己在家中精心绘制的关于种植小树的画交到了各班老师手中，各班班主任将选出的优秀作品张贴于本班墙壁，营造绿化氛围；五年级的学生利用美术课，集体设计创作了十几条爱苗护绿标语，不仅语言凝练，而且制作精美；下课后，在老师的带领下，同学们饶有兴致地将这些标语小心翼翼地悬挂于校内外的花草树木上，以提醒师生及行人：要爱护花草树木！将整个活动推向高 潮的是六年级学生集体给小树苗浇水活动：

12日下午，六年级的学生从家里带来水桶、洒水壶、铁锨等劳动工具，以小组为单位分别为校园内、外的绿化花草浇水、松土，场面热火朝天。恰逢此时，天降甘霖，有同学幽默地说：“老师您看，我们给小树苗浇水，老天也给我们浇水了！”浇过水的花草仿佛更加鲜绿，为学校又增添了一道春天的风景。

此次植树节活动，加深了我校师生的环保意识。大家都积极地行动起来，为了保护地球母亲，为了美化绿城郑州，也为了美化我们的校园，贡献自己的力量！

**实践活动总结50字篇七**

综合实践活动是一门基于学生的直接经验，紧密贴近学生自身生活与社会生活，理论上由学生自主实践和探索，体现对知识综合运用的全新课程。综合实践活动课程超越书本，超越体系化的教材，超越封闭的课堂，面向自然、面向社会、面向学生的生活和已有经验，在开放的时空中促进学生生动活泼地发展，增长学生对自然、对社会、对自我的实际体验，发展综合的实践能力。这种全新课程的出现，对我们老师来说也是一个全新的开始，也是一种全新的考验和挑战。

随着时代的进步，环保已经成为我们生活的一部分，我班能紧紧围绕环保主题活动精神，开展了各项活动，现把活动开展工作情况总结如下：

对学生进行环保教育，我们不能只停留于口头上，要通过多种途径，激发学生自主参与，乐于参与的积极性，才能取得理想的效果。为此，我班能结合自身的实际，开展了多种相关的活动，让学生在活动中既能增长智慧，又能为环保出份力。

1、把活动现于笔端。

在10月初，组织全体学生参加环保征文活动，通过同学们的笔端，让大家一齐来为“清洁环境，迎接亚运”出点子，寻找身边的环保标兵，树立学习榜样。通过举办环保征文活动，增强了同学们环境保护的意识和资源珍惜意识；进一步培养环境主人翁意识，关注我们的生活环境，保护环境，从我做起。

2、把活动跃于纸上。

绘画、手抄报，是我班的艺术特色。结合本次的“环保活动月”，我们开展了以“低碳环保生活”为主题的环保绘画、手抄报活动。同学们以他们特有的方式用手中的画笔描绘自己心中的想法，一张张色彩斑斓、稚嫩的画卷、版报表现出同学们萌芽的环保意识，同时唤起大家共同来保护人类赖以生存的环境，做名合格的东道主。

3、加大环保宣传力度，出一期环保黑板报。

正确进行垃圾分类，减少垃圾污染，是环保的重要举措。利用黑板报，加大环保的宣传力度。让学生了解更多关于垃圾分类方面的知识，从而自觉、正确地进行垃圾分类，变废为宝，减少资源浪费，为保护地球出份力。

4、变废为宝手工活动。

我们班有许多心灵手巧，奇思妙想的同学，他们也很喜欢动手实践。充分利用一些废弃的资源，做出了许多有价值的物品。其中有多功能笔筒，也有玩具双节棍，还有环保垃圾箱等等。

5、行动，是的证明。

每一天，同学们都能自学、认真地打扫学校的每个角落；甚至还组织同学们来到了校外实际调查学校周边的环境卫生状况，并且还发动了爱我母亲河的劳动大行动。同学们通过实际行动，向大家证明了参与环保的决心。

这次活动是有意义的，无论是老师还是学生都从中受益匪浅：

1、这次活动中，我班同学互帮互助、同甘共苦，很好的加强了我班的凝聚力。同学们在宣传环保的同时，也提高了自己对环保的认识。

2、这次活动前，我们进行了精细的策划，尤其是各位班干部协调统一，高效率地完成了活动的准备工作，工作经验值得以后活动借鉴。

3、虽然这次活动策划很精细，但也暴露出一些不协调因素。如班内活动人员分散，还有部分同学没有参与起来。以后策划时要多考虑一下行动的实际可操作性问题。

4、经历了这次活动，我对我们班更有信心，我相信我们以后的活动将会办越好。

**实践活动总结50字篇八**

我们身上流淌着炎黄的血脉，烙印着儒家的思想精髓，因此我们也必将承载着我们源远流长而又厚重的人文思想，“爱心”便是其中的精髓，爱心是修养，是文化，更是人性中的美丽，而“尊老”“敬老”“爱老”作为对爱心的一种阐释，作为中华民族的传统美德，值得我们去继承和发扬，作为新世纪的大学生，我们更有义务和责任去肩负起这一历史使命。

本着了解老人的生活的同时带给他们快乐为他们晚年孤寂的精神世界献上一份关爱，我们xx大学环城院学子展开了环城学子福利院献爱心活动。

本次活动是由环城院团学联组织负责的，由15名团学联成员组成，由xx老师带队于20xx年x月1日展开的，不幸的是那天的天气很差，阴沉的天加上忽大忽小的阵雨，但这些不但没有削减我们的兴致，反而让大家感觉到这正是体现了我们不怕困难，顶风冒雨，只为给老人们献上一份爱的精神，我们带着慰问品，搭着公交抵达福利院。

走进福利院，我们右手边第一座楼的四至八楼便是福利院老人们居住的地方，在与福利院负责人打过招呼，放下慰问品后，我们迅速分做了5个小组，每组3人负责一个楼层对老人们进行爱心服务。据了解，四楼五楼居住的是身体相对健壮的老人，六至八楼居住的大都是躺在床上，生活无法自理的老人。

我们同老人们手握手，心贴心的交流，为老人清理房间，剪指甲，捶背，按摩，换来的是老人们会心的微笑，感动的泪水，他们大都很健谈，有位老人还为我们唱起小曲，气氛很融洽，临走时，院里的负责人也甚为感动，同我们一行15人和老师和老人们合影留念，活动圆满结束。

此举不仅是对我们大学生社会实践能力和社会公德意识的培养和提高，同时也树立了我们环城院乃至我校乐于奉献爱心，尊老爱老的良好形象，也向社会各界宣传了“尊老”“爱老”的美德。

当然，从本次活动我们也发现了一些不足和值得改善之处。

首先，由于本次是第一次去，大部分事情是在福利院做的临时安排，尽管很顺利，但是我们还是应该具备一些未雨绸缪的能力，比如人员任务的分配，以及一些关于慰问老人，与老人交流过程中的注意问题。

其次，据本次了解，有些老人不是当地人，他们更加期待着有个老乡，用一口家乡话进行交流，因此我们应该多发动一些非团学联甚至全校的学生参与其中。

最后，为丰富老人的精神生活，我们应该再准备一些小型的文艺节目，给他们带来更多的快乐和精神上的享受。

通过本次总结，相信下次活动会办得更加精彩！

**实践活动总结50字篇九**

一、实践介绍

研一的暑期社会实践作为学校的一项要求，而社会实践的内容和类别又十分丰富，在九月份即将投简历找工作的研一学生眼里，当下最重要的就是迅速了解如何才能从招聘公司中找到自己中意且适合自己的那个，并且学习如何在面试中发挥和展现自己，所以学生跟企业间的双向交流则显得十分有必要。本次我们小组选择了参观公司以及学校这样的方式，希望能够积累一些面试以及社会工作经验，有利于下半年就业。此次社会实践的地点在深圳，实践小组分别对哈尔滨工业大学深圳研究院、中科院深圳先进技术研究院、科曼医疗设备有限公司、北科生物公司、华大基因公司以及学而思培优教育机构等六家公司和学校进行了学习和参观。六家公司中包括了生物专业对口的就业公司和研究院，也包括互相交流经验的学院，更有不限专业的教育公司。所以整个实践活动中，风格多样内容充实，小伙伴们都收获颇多，为下学期就业奠定了基础。

二、实践内容与心得体会

1、哈尔滨工业大学深圳研究生院。

7.25实践小组首先参观了哈尔滨工业大学深圳研究院。作为哈尔滨工业大学在深圳的分校，深圳研究院在校生主要以博士研究生和硕士为主，包括许多国家级重点实验室。首先参观的便是计算机学院的实验室，其中在网络环境智能计算重点实验室中，有关负责人给我们依次展示了人工智能机器人的视频、手语合成、保留原笔迹的手写软件;此外，通过实验室负责人的介绍，我进一步了解了在网络化大环境下，云芯片、云检索的发展前景。之后，我们又去物联网关键技术及系统集成工程实验室进行了参观，实验室负责人为我们介绍了智能机器人在路径规划方面的研究、手势的识别、车位识别、声音信号处理、车牌号码识别等各项研究以及进展。之后，学长又为我们演示了自主研发的可穿戴设备用于测量心电图、脉搏等数据。参观完这一系列的实验室，我觉得每个学科需要的不仅仅是该专业的基础知识，对其他学科的知识的了解往往会给研发带来惊喜，毕竟学科不能单独存在，必然与其他学科相交叉，相辅相成。因此，各位老师也鼓励我们跨专业学习。

下午，金老师带领着实验室的学生与我们实践小组进行了座谈会。座谈会主要围绕着环境污水处理以及生物信息学方向进行。整个过程两方的学生交流随意，气氛融洽，彼此都留下了很好的印象。

2、中科院深圳研究生院。

7.26我们对中科院深圳研究生院进行了参观。在展示大厅，负责人为我们讲解了深研院的基础架构、人才概况、院士专家、科研成果、国际交流项目、院地合作等各方面的概况，之后又带领我们参观了医药学的实验室，让我们对实验室设备以及研究内容有了大致的了解。此外，最令我记忆深刻的是负责人孙志超在座谈会上跟我们谈到的有关简历制作以及招聘、面试等各方面的问题。为了面试过几年的hr，他的经验毫无一位对我们非常有帮助。比如说，面试不仅看的是学生的学习能力，可能更多的是其他能力，也就是说看重的是综合素质。面试以及简历制作的一些细节很需要注意，例如纸质的选择、哈工大logo带来的好处、排版、简历模版的选择等等。此外，在面试时，要展现出自己最真实的一面，既不夸大也不显得渺小自卑。于是，在中科院，我们度过了充实有收获的一天。

3、科曼医疗设备有限公司。

7.27在科曼的参观也是颇有意义的。作为一个医疗公司，科曼主要生产和研发的重点在于监护仪、麻醉机。尤其是监护仪的生产，已经位于世界领先水平。于是我们不仅见识了监护仪的生产、使用等产品先进性，更有幸参观了办公室环境以及车间环境，这对于我来说是一件很新鲜的事。此外，在座谈会上，几位公司负责人从不同方面对克曼进行了系统的介绍，并且针对学生们的问题给与了详细又真诚的解答，其中包括在就业方面，岗位、福利待遇、晋升渠道、企业文化氛围以及培训等方方面面的经验。让我记忆尤深的是，员工对科曼公司的信赖度十足，并且在这里工作的他们表现出了幸福感和成就感，这就证明这是个好公司。

4、北科生物公司。

7.28在北科的参观改变了我对实验室脏乱差印象的偏见。北科公司是我国最早专业从事战略性新兴产业生物治疗技术临床转化及技术服务的国家级高新技术企业，并且我们参观的这栋大楼属于政府等新投资所盖的大楼，所有设备以及整个系统呈现出高度有序，绿色环保节能的特点。在参观实验室的过程中，我注意到墙壁上的提示、实验人员的着装以及各项细节体现出来的严谨有序。当然，作为新兴产业，北科承受了许多非议和质疑。在座谈会上，同学们提出了许多对干细胞治疗疑难杂症的疑问，包括我在了解到过去几年曾经出现的有关干细胞治疗的负面报道，也对干细胞的神奇产生了质疑。但是大众总是会对新出现的东西产生排斥性，何况是新兴又不了解的东西。但是，在这方面，作为本专业的学生，我相信本着为了改善人类健康的愿景和理念，我们也是要在这条道路上不断挑战和探索的。

5、学而思培优教育机构。

7.29对非本专业对口的学而思的参观属于这一系列行程中最有意思的。在这个过程中，没有在专业知识方面进行深层次的交流，而是对研究生生活、深圳城市的文化以及工作过程中的一些问题进行了分享。负责人说到深圳，举例说，好比一线城市中的广州、北京上海其实都是排外的，而深圳不同，这里绝大多数反而是外地人，所以它是很包容的。这跟我对深圳的感觉一样，在参观公司的同时，也对这个城市产生了别样的好感。当然，作为一线，它的物价也是很高的，让我想赴深圳工作的同时也要考虑能否养活自己。此外，作为一家教育培训机构，它的办公区不算高大上(跟北科比的话)，但是却很温馨舒适，对老师的待遇十分好。这就让我更坚定了企业文化和氛围对于我自己的重要性。特别要提出的是，我们顺便参与了课堂学习，感受了小学生们的课堂氛围。不得不说，老师这个职业真的蛮有成就感，如果我是一名老师，某一天在路上偶遇叫我老师的名牌大学学生，那种场景也是挺让人高兴的。

6、华大基因公司。

7.30华大基因公司让我至今还记得的是华大满墙的在顶级学术期刊sci上发表的论文。讲解员讲述着华大的历史、成就、杰出人物、还有一个个科研有趣小故事，内容丰富多彩让我们眼花缭乱，以至于参观展览大厅的整个过程花了至少一个半小时。由此我体验到了华大作为“科研大户”的实力。此外，展览大厅同时进行的还不止我们这一个参观小分队，可见作为现代企业发展的典范，很多公司以及学校都慕名前来参观了。

在参观公司办公区域的过程中，我特别喜欢的一个小细节是公司的楼道里面，有两样东西。其一是卡路里燃烧表，提示着走楼梯燃烧了多少脂肪，带来了多少锻炼;第二是摄影展示，全部都是在职人员拍摄的照片，装裱了挂在墙上。这两样东西多多少少给我们展示了华大对于工作人员身体素质的要求以及公司自身的文化氛围。这对于我来说是十分有吸引力的，毕竟谁也不喜欢沉闷无趣的公司。

三、实践存在问题

这次的社会实践开阔了我的视野，提高了我对就业选择以及人际交往能力，理论联系实际，为我今后更好地融入社会、融入工作的新环境奠定了基础，这些对我今后的生活和学习将产生积极影响。当然，我在这次的实践过程中，也发现了很多不足之处，总结如下：

第一、时间观念不够。

第一天，在去深圳研究院的过程中迟到了，虽然是个意外，但是给我自己的警醒挺大的。守时是一个人应该养成的习惯，不管是在学生生涯还是在职业生涯中，这个小细节都是至关重要的。所以，要养成这个良好的习惯，做一个守时的人。

第二，缺少社会经验，处理问题的能力还不够。在与各个公司负责人交流的`过程中，虽然时间短暂，也让我们体会到了还没进入社会的大学生有多青涩，还有多少东西是需要我们一点一点的学习的。尽管做到大方有礼貌，也还是远远不够。

四、思考与建议

总结这次社会实践活动，我有以下几点思考：

第一、每份职业的开始都是艰难而需要付出努力的。这次社会实践的好几位公司负责人，在与我们交流的过程中，不约而同地提到了在每个工作岗位上，想要获得认可得到自己想要的都必须努力，尤其在一份职业的开始阶段。所以，不要总想着找待遇好又轻松的工作，那是不太可能的。

第二、待人接物一事，尤其重要。去到每个公司我们都受到了接待人的友好接待。这不仅体现了接待人的素养，更是让一个公司的形象更为美好。有时候一个公司的竞争力也很大程度上表现在我们直接接触到的这些方面，这些更为明显的方面。所以，不仅要做一个有素养的人，更要加入一个有素养的团队。

第三、现在受的苦和累是以后的垫脚石。参观公司看上去很简单，其实不然。社会实践团代表着学院，更代表着学校，我们的一举一动都是需要注意的。深圳炎热的天气常常让我们无法忍受，在去到目的地的过程中就已经烦躁不堪，但是每个人都记得自己是工大学生，所以再累也打起精神应对。做到大方有礼，不卑不亢，表现出工大学子的风范，这一点尤其值得表扬。作为一名即将毕业的研究生，吃苦耐劳的精神要一直保持下去，勇敢的面对一切挑战。

总之，这为期大概两周的社会实践活动让我觉得意义非凡，在我的记忆里留下了浓墨重彩的一笔。

**实践活动总结50字篇十**

寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到十分多，感受也十分深。经过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的欢乐和光荣。

社会实践职业：业务员。

由于经济原因我家在20\_\_年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自我专业的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂不更忙。于是我还是决定帮父母分担一些，自我做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要理解爸爸的培训。几天后，对商品的价格已有所了解。可是经过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销售量就高，而我则不行经过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。做为一个服务行业，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礼貌，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不一样层次的消费者供给不一样的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。

这些年货是去年所没有的。此刻生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。今年我家的对联是，上联：您的光临是我最大的荣幸。下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。

成信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到十分好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘十分好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每一天六点种起床，十一点才休息，冬天父亲每一天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢?我明白，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗!

我在家几天就感到十分累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有十分多商品要早上搬出，傍晚再般回去，仅次一项就会十分辛苦了，并且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢!我仅有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

经过一个多月的实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，也使我更清楚地认识到自我的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自我，提高自我的素质，努力学好自我的专业技能，将来回报父母，回报一切关心我的人。

**实践活动总结50字篇十一**

此次“三下乡活动”响应了团中央、团省委、校团委有关大学生开展社会实践活动的号召。大学生暑期“三下乡”社会实践活动是实现高校人才培养目标的有效途径，是推进大学生 “ 素质拓展计划 ” 的重要举措。我院组织 20xx年暑期大学生志愿者“三下乡”社会实践活动的过程中，充分发挥学院的文化教育优势，广大青年大学生积极投身于社会实践活动，用实际行动深刻领会、切身感受“ 三个代表” 重要思想以及科学的发展观，在实践中达到了受教育，长才干，作贡献的活动目的。

今年暑期的“三下乡”活动得到了学院里各领导的大力支持，统系从07和08级学生中选出 23 名优秀份子，奔赴汕头市南澳县后宅镇，深入开展为期10天的“三下乡” 社会实践活动，通过学习参观、座谈交流、签名宣传、实地考察、社会调查等多种形式的社会实践活动。其间，经过多次座谈交流、实地考察参观、发放调查问卷，深入了解镇乡建设。在后宅镇的十天中，通过向当地的百姓开展的等活动，同当地人民建立了深厚的友谊。此次 “ 三下乡 ” 社会实践活动从各方面锻炼了自己。

此次活动中，本人担任文艺组组长，主要负责前期准备工作的美工设计以及下乡期间的文体活动，包括每日队伍成员文体活动、支教中学学生文体活动以及下乡总结汇报演出。

(一)活动准备期间

20xx年4月中旬到5月中旬，是本实践服务队活动方案形成期。本人设计制作了本服务队队徽、方案册本的封面及封面、册内各活动组方案封面、活动期间予下乡当地学生留念用的书签，以及“建国六十周年大事记”宣传海报。

本人在所有作品中融入大量中国古典元素，以国画与书法元素为主，在建国六十周年纪念日来临之际让大家感受国粹的美与灵。封面的设计采用泼墨及笔刷的手法营造出中国著名的“飞天”流绢效果;封底则采用渲染的手法构造出墨凌偏居的画面;侧内各小组封面所用手法不一，调研组配图以八达岭长城渲墨，配书《离骚》选文，寓意“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”;支教组配图以“寒梅”工笔，配书《师说》选段;宣传组配图以“杨柳岸漠楚江阔”工笔，配书《逍遥游》选段;文艺组配图以“飞燕碧痕柳伴桥”水墨，配书《秀色》;后勤组配图以花鸟剪纸及夏荷水墨，配书《后勤颂》;两款书签分别以“小荷才露尖尖角”水墨及“双飞燕伴牡丹红”工笔为衬图，以行书书以“华南师范大学化学与环境学院团委三下乡留念”;“建国六十周年大事记”以红渲墨为底，缀以白泼墨及工笔腾龙图案。

(二)活动开展期间

20xx年7月14号到7月24号为活动正式开展期间。此间本人为队伍成员及学生设计了多种文体活动。

为了让配合我队开展支教活动的南澳第三中学的学生有更丰富的假期学习生活，我组织文艺组组员配合支教组开设华尔兹、合唱以及篮球等课程，培养学生艺术体育兴趣，发掘学生艺术体育才能，增强学生艺术体育素养。同时，学生合唱将在总结汇报演出中上台展示。

此外，队伍成员每晚例会后安排合唱队歌《和你一样》，增强队员相互交流，融洽会议气氛，丰富晚间空余时间。队歌同样为汇演节目之一。

同时，结合队伍成员文艺特长，本人征得部分队员同意后安排了多种形式的节目。如钢琴独奏、流行群舞、诙谐小品、轮滑表演及手语歌曲演绎等，此外本人负责汇演中古典舞的演出。每日例会后，组织有节目人物的队友进行排练，并在每项排练中全程监督，其后为自己负责的节目进行排练。

7月19日，本人连同文艺组成员张惠文前往后宅镇少年宫，拜访少年宫负责人，洽谈借用少年宫礼堂作为我队汇演用舞台事宜，受到少年宫负责人热情接待，并顺利得到同意。

7月23日，文艺汇演顺利完成。学生及我队队友表现出色，吸引少年宫内许多观众前来观看。

除文艺活动外，本人负责下乡活动中的摄影工作。下乡过程中，本人负责拍摄了建国六十周年变迁题材视频以及各项活动中的场景。

本次下乡活动在文艺汇演后到达尾声。本人通过亲身体验社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出了自己的不足和差距。

**实践活动总结50字篇十二**

今年我们三下乡的活动主题是：“盛世华诞传神州 科学发展焕新风 情拥青春献南澳 共建和谐生态岛”!

我队名称为“共青团华南师范大学化学与环境学院委员会赴汕头南澳三下乡服务队”。共有学生23名，指导老师2名。时间共10天。

活动内容:预防流感宣传;建国六十周年宣传;食品安全卫生宣传; 建国六十周年调研;南澳生态调研;支教;文艺汇演文化培训

10天的时间说起来是不常，一周多一点，但对我来说是却是难忘的一周加一点。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紧的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我们团队的效果会更上一层楼。但是，正是因为台风的来临，也看出了我队具有很强的应变能力。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，我们就像一个温暖的大家庭，师兄师姐带着在很多方面还没成熟的我们，教会我们许多做事方式和做人道理。从活动的总体上来说，我认为是成功的。“成功”：不是说活动开展的怎么怎么好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。我认为参加三下乡为的不是别的，为的就是以后可以更快的适应这个社会，所以我们这个团队更注重个人能力的提高，在这几天能学多少就学多少，自己学到的东西才是真正的东西，证明自己三下乡不是白去的，只要自己认为在活动中有学到东西就足够了，怕的就是什么都没有学到，浪费了那么多的时间啊!!

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

一、严遵纪律

对于一个组织而言，纪律是最重要的事情，是其能否生存的基本前提，可以说没有纪律就没有品格，没有忠诚、没有敬业、没有创造力、没有效率和合作，没有一切。对于我们来讲，在一定程度上是否遵守纪律反映了组员素质的高低，高素质的组员必然严格遵守纪律。我们要正确地认识纪律的重要性，严于律己，做有理想、有道德、守纪律的优秀队员。一个队伍如果没有一个严谨的纪律约束，人心就会涣散，组织就会瘫痪，就会变得难于管理，办事也会变得很困难。所以一个队伍不能没有纪律。

二、不轻言放弃

不要轻言放弃，坚持就能成功：抱定任何都不放弃的信念，即使在一片懊悔或叹息、宽容或指责的氛围中也要坚持。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在起，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一起那么多天的，通过这一次，我知道了原来关心他人也是交朋友的一种方式。

四、不断的学习新知识

在现在的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有不断的学习才行，这一点是主点，能够在活动中得出这来，是我最大的收获了!!

对于我来说,活动是下次的成功的道路,没有活动就没有机会,在活动中可以会有许多的机会,而这机会也是自己日后成功道路的石子,最后,我个人提出以下倡议:

三下乡为的是更好的让大学生了解当今社会,更好的适应以后的社会,为出社会做了一条道路。只有真正的投入其中去，才能够领略到当中的道理，不要为了三下乡而三下乡。

在活动中每一位同学都要注意自身安全，同时也要互助、互爱。在一个合楷的气氛中开展活动，对人对已都有好处。不论是活动的前后，有一颗善良的心，一个良好的心态，一个开心的心情，对突发的事件能够保持冷静，以平常心来对待!

队员之间能够保持良好的联系，外出事先报队长得到批准。每天记日记，记录好当天的生活点滴，每2~3日进行工作小结。这对自己的以后回忆会是一个很好的见证。同时也是好文章的出处。

不要为了个人的小目的而浪费了许多学习的时间，现在拿到的奖项在多，但若你什么社会实践经验都没学到，等出了校门，进入社会，同样还是会比其他同学慢一拍。

在总结的最后,我也同样希望下一次的三下乡活动能够更加的丰富多彩,同学们都能够以一种主人翁的心态加入到活动中去。

**实践活动总结50字篇十三**

本学期五年级综合实践活动选择了“关注生活、关注自然、关注社会”开展了一系列的活动，让学生了解自己和家人，了解自然，了解社会，关注社会生活。学生通过交流，与同学们分享劳动成果，在交流、汇报中学会了赞美，学会了欣赏，学会了理解，获得了知识。同时努力号召推动学生积极参与社会实践，培养自我发展和合作精神意识。在课程内容、组织形式和评价机制等方面进行了大量有益的尝试，取得一定的成果。

一、结合学科特点，开展多元化综合实践活动。

新课改方案把综合实践活动课程定为必修课程，这是教学改革的重大举措。通过设计和实施综合实践活动课程，改变了学生的学习模式，培养了学生实践能力和创新精神。在此基础上，我校把综合实践活动课程与各门文化课程紧密结合，不但激发了学生的学习兴趣，而且奠定了文化课质量提高的坚实基础。如在与语文学科的密切配合中，开展读书乐，组成小组读书会，组织故事会，展示学生的才智，取得了可喜的成绩。

二、贴近学生生活实际，进行有益的社会调查活动。

学生生活在现实世界中，存在于他人之中，世界之中。教育就需要使学生具有强烈的现实感、生活感。这种现实感、生活感的获得与体验，是其存在和生活的直接目的。在处理与自然、社会关系的进程中，逐步认识自己存在的价值和意义，这就需要学生自己去研究生活、社会调查。为了帮助学生实现这个期望，在综合实践活动中，注意引导学生进行社会调查。如调查大涌牛仔服的发展，生长过程和取得的成就等，希望通过这个调查活动，学生对于自己家乡的特色产业就有了更清楚的认识。

三、实践与理论紧密结合，培养学生动手动脑的创新能力。

综合实践活动的精髓在于“实践”二字。教学中让学生亲身参与、主动实践，在实践中综合运用所学知识解决各种实际问题，提高解决实际问题的能力，实践的内容是丰富的，实践的方式也是多样的。实践并不仅仅意味着让学生作社会调查、参观、访问，更重要的是要为学生营造实践情境，通过引导，让学生自己能够发现问题、提出问题、解决问题。特别是学生能够面对生活世界的各种现实问题，综合运用所学知识，主动地去探索、发现、体验、重演、交往，亲历亲为，获得解决现实问题的真实经验，从中培养实践能力。

总之，这学期里，学生的在综合实践活动课上能真正做到锻炼综合能力，实践能力，动手能力。

**实践活动总结50字篇十四**

这一次我准备去家福小区去做社区服务，给我安排的任务是拾捡垃圾、清理绿化带内随意丢弃的垃圾﹑收集社区废品卖掉处理，将挣的钱用于社区公共建设和清理社区内墙面上张贴的广告，起初我以为这个工作很容易，不就是捡捡垃圾，收收废品，很简单的。可没想到的是，居然如此累人。

虽然累人，但在这里你可以体会到在学校中无法体验到的东西，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，要自己主动去做，而且要尽自己的努力做到最好。这样才不会丢掉工作。

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，以提高自己的能力！刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜，心里会很幸福高兴。

刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜，心里会很幸福高兴。

我感触深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。工作也一样“一分耕耘，一分收获。”只有自己体验了才会知道。

通过这次社区服务，给了自己一个机会去锻炼，虽然只是简单的劳动，却让我发现身边干净清新的环境应感谢许多环卫工人的努力，我只有五天的实践时间，而他们却整年在此工作，每天的工作量甚至超出了我每天的工作量。这里很感谢市民们，乱扔垃圾的现象很少见，经过节水宣传后，大家也都自觉节约用水。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，我相信这是一次令人难以忘记的活动。

这次服务社区的活动，使我懂得爱惜、保护它们；留意社区中人们关注、谈论的问题，并能学会综合而灵活地运用自己的知识加以解决，从而掌握基本的服务社区的本领，形成建立良好生活环境的情感和态度；在服务的过程中学会交往、合作，懂得理解和尊重，形成团队意识和归属感，增强服务意识和责任感。自觉地从身边小事开始，关注周围、社区、国家乃至世界性的环境问题，并养成随时随地保护环境的意识和习惯。

在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的学生们，独立的培养和社会的洗礼是多的重要。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。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。

实践活动引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力，加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确的人生观、价值观。社区服务不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们中学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们中学生劳动态度的一个特征。我们讲的服务，就是以不记报酬为前提的；那是根据以公共利益而劳动；我们必须为公共利益而劳动，自觉要求进行劳动。积极为社区服务是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

在这次实践活动中，让我学会了许多东西，我深深地感受到了一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着、坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的。”

实践活动也教会我们感恩，我们生活之所以如此美好，是该感谢身边敬业的工作者的用心工作，他们默默无闻地付出，或许我们之间并不相识，但是我们的生活与他们息息相关。我们从实践中懂得：你的生命不是你一个人所有，世界上任何一样东西也不单属于你个人，请珍惜你个人生命的同时珍惜你所拥有的一切，珍惜他们为你的努力和付出善待自然，善待他人，善待自己，才能赢得他人的友谊，更好地与他人共处，才能成功，使自己远离仇视、烦恼，体验心灵的安宁，和谐的共同生活需要一颗颗感恩的心来打造。

社会实践活动，让我们参与社会，在公益劳动的实践中有所启示。让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动创造世界的真理，抵制了我们轻视劳动和不劳而获的思想的侵蚀，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。通过社区服务，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。我感到自己在成长，感受到的自己以后身负的重任，我现在要好好学习，学到更多的知识和本领，将来成为一个社会有用的人。

**实践活动总结50字篇十五**

暑假已经过完，新的学期又将开始，现将暑假社会实践活动总结如下：

1.开展一系列庆祝建党\_\_周年活动，引导学生重温红色历史、感悟红色精神、鼓励他们读、做结合、知、行统一。

(1)学生利用假期学唱1--2首红色经典歌曲，用实际行动表达热爱党、热爱祖国、热爱人民的心声和永远跟党走的坚定信心。

(2)观看千部红色经典历史题材影视片或先进人物优秀影视片，并写出2篇高质量观后感。

(3)读一本红色经典书籍，3--6年级学生写出300字读书笔记2篇。

(4)办一份手抄报，要求图文并茂，内容統一，回顾党史、珍惜现在、展望未来为主，效果很好。

2、开展环保低碳活动

(1)通过网络了解低碳生活。

(2)4--6年级学生每人写一篇关于低碳生活的作文。

(3)开展文明礼仪进家庭主题教育活动，活动目的是重点培养学生的优良文明习惯、掌握基本礼貌、礼节规范，在学习生活实践中初步养成讲文明、讲卫生的良好习惯，培养说文明话、办文明事、规范自己的行为举止、完善个人修养。

1、小学3--4年级学生收集文明礼仪历史故事1篇

2、5--6年级学生整理我身边的礼仪故事2篇

3、收集礼貌用语15条

4、每天帮助父母做一次家务或参加一次体力劳动。总之，暑期社会实践活动完成的很好，学生也从中受到了良好的教育。

**实践活动总结50字篇十六**

一、资源开发求“深入”

综合实践活动的课程资源蕴藏于学生好奇的天性和教师敏锐的思维之中。有句诗说得好，“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，综合实践活动的课程资源就是动态变化的，它处于一个不断生成的状态，它是一种“活页资源”。本学期，我们班开设了每两月一次的主题活动，根据期初规定的十月份主题是“传统节日的研究”即开展了中秋节的研究的活动;十二月份的主题为“健康伴我行”，根据学生的年龄特点分别开展了环境与健康、运动与健康、饮食与健康、心理与健康等系列活动。

二、课程实施求“鲜活”

这学期，我们在活动中，学生的动手能力、实践能力、研究能力、创新能力等综合能力均得到了提高，主要表现在这样几方面：

一是在活动中了解传统节日。

十月份适逢中秋一大传统节日，所以就组织学生开展了对中国传统节日的研究性学习。在成果交流时，学生的汇报形式多样，不单纯是以往的以文稿形式为主的汇报，现在能用故事、介绍、朗诵、讲解等多种形式进行成果汇报。通过活动，既提高了学生搜集资料、整理资料、交流资料的能力，同时也让学生对一些传统节日有了更进一步地了解。

二是在活动中培养社交能力。

如：“快乐中秋”就组织了部分学生去调查中秋节美食——月饼的销售情况;“酸奶的制作”也设计了请半数学生去调查人们对酸奶的喜好情况;“运动与健康”更是要求绝大多数的学生去采访体校生、体育老师，去调查人们的日常锻炼情况。虽然大部分同学是初次调查或采访，心里开始时都非常紧张，但通过这一系列的活动，使学生初步掌握参与社会实践与调查的方法。活动总结时他们都觉得自己的胆量变大了，敢和陌生人说话了，说明与人交往的能力在活动中确实得到了提高;而且在学写调查小报告和采访小报告的过程中，他们初步养成了调查统计的正确态度，发展了探究问题的初步能力。

三是在活动中增强心理素质。

针对现在学生心理素质较差的现状，六年级的学生开展了“了解自我、赏识自我”的主题活动，通过活动使学生对自己有了更全面、更客观地了解，增强了自信心和耐搓力，增强了他们的心理素质。另外，六年级还开展了“做自己的守护神”的自我保护活动，提高了学生自我保护的意识和能力。

**实践活动总结50字篇十七**

暑期实践，走进社会，人们说，对青少年大学生的关注是社会的职责，受宠若惊的我们在叹之余不免深思自问：我们的职责又是什么呢实践告诉我们：从实践中寻找真理，用实践引导前行。敢想敢做敢拼，才是我们大学生的代名词，在活力的涌动下，坚定信念，我们将无所不能。可是自从走进了大学，就业问题就一向围绕着我们。在现今社会，招聘会上的\_都总写着“有经验者优先”，但还在学校里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?于是，我们勇于实践。

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，使自我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。理论就应与实践相结合。另一方面，实践是今后工作的基础。透过这段时刻的实习，学到一些在学校里学不到的东西。正因环境的不一样，接触的人与事的不一样，从中所学到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。要在实践中学其他知识，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。

在公司，我的职务是销售助理，工作是整理合同、统计销售状况、做记录会议、接电话、开发票等，虽然与所学的专业关联不大，可是与数字的接触让我能在今后的学习实验中更加的仔细谨慎。平时在学校，数字错了改一改就能够交上去了，但在公司，尤其是合同、发票中的数字必须得检查仔细，数字绝对不能够错。一旦错了，这不象在学校里教师打个叉然后改过来就能够了，在企业出错是要付职责的，这关联着企业的效益。所谓“逆水行舟，不进则退”，在竞争的浪潮中，企业要时时持续竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就正因这样，企业会对每一个员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但那里更需要的是与实际相结合，仅有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以必须要个性留意谨慎。

实践让我明白世上没有专门为你设定好的工作，永远仅有你去适应工作，而不是让工作来迁就你。在工作中遇到问题时，要多虚心向同事请教，最忌不懂装懂。多听听人家的意见，多看看人家处理问题的方式方法，多主动思考自我又就应做些什么、如何去做、并付诸行动，少谈论他人的是非及一切与工作无关的事情。对于工作的每一个环节都要力求做到，就应想着如何提高工作的质量而不是如何给自我减轻负担。仅有这样才能算作尽职尽责地工作，才能得到大家的认可。

社会的提高靠人才，经济的发展靠人才，但什么样的人算是人才呢?我们怎样才能成才呢?首先是修身。品德是评价一个人的关键，更是评价人才的重要标准，德才兼备才可称为真正的人才。小到关怀备至、乐于助人，大到虚怀若谷、大义凛然，都体现着品质和德行的光芒。其次是求学。满腹经纶，学富五车是为才。所谓真才实学，求学才能成才，这就要求我们在学习和积累中坚持不懈，坚毅自强。最终是扎实。实践中有这样一句话——越具体越深刻，在我心中激起阵阵涟漪，扎扎实实打好基础，把每件事做到具体细致才能刻骨铭心。

三个星期的实习生活暴露出了我的缺点，但也给了我改正的机会，如果没有这次经历，我的成长就会可能继续推迟。了解过许多大学毕业生的实习经历，往往都会在一两个月之后才会感觉到自我之前做得不好，才来想到改正和珍惜这次的实习机会。可是我却提早有了这样的体悟，这对于我将来的学习和工作是大有裨益的。也让我了解了无论是实践还是梦想，甚至是创业。我们都要做到两点：一是要备足粮草，严阵以待。大学生已经进入创业阶段，我们要做好必要的思想准备和实力积累，以免我们在陌生甚至恐惧到来是束手无策。二是要甘于奋斗，勇于创新。第一个吃螃蟹的人无疑是勇敢的人，我们在积累实力，创立优势的同时，还要着力培养出大胆创新的魄力。

这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，期望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，发奋提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。

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