# 2024年暑假社会实践活动过程与总结(十九篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-06-12

*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。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范...*

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。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

**暑假社会实践活动过程与总结篇一**

此刻这已经成了我难忘的记忆，我将永远藏于心中，继续攀登人生的境界。20\_\_年的暑假我以学生的身份进入公司打工，这是一次有意义的社会实践活动，从中学到以前不曾涉及的知识。憧憬明天的道路上举目眺望垫上了一个新的台阶。让我见得更多，识得更广。

一、知识就是力量，唯有牢牢掌握，才能在人生的职场上春风得意

仅有懂得多，识得广，才能胜任工作。这一点我有亲身体味。记得有一回，公司里成品区门前长长的成龙车箱里已装满一了箱箱的贷物，在即将完成的时候才发现出了问题，只得一箱箱地御下来检查，但由于地上的空间有限没有得到很好地分类，御下后一箱叠一箱地放着。可检查完毕又出现了问题，当时部门经理、主管、总收发，师傅都在那场，他们都急了，因为贷物要准时出发，而贷物的颜色，规格，大小，批次，发贷地点等全都写着英语，没人看懂，无法分门别类。就在这时候我告诉了主管说我全看懂箱子上头的英文。刚开始没人相信，可我没有放弃，继续说服主管“我把箱子上头的英文翻译出来，然后再打开箱子看看里面的东西是否与我翻译的相符，如果相符那就说明是对的”。就这样我说服了主管，贷物能够按时出发了。记得那天气温不是很高。可我一人四顾八方地指挥员工，出得满身是汗。之后我得到了赏识，在公司里参加了许多管理工作，工作中我深刻认识到知识就是力量，是一个人最大的资源宝库。

二、工作一丝不苟才能实现每一个领域的顺利完成

对工作唯有认真对待才会有条不紊。才会顺利进行，构成周期的良性循环，有一回也是出了错，公司里有一种批号的衣服无法贴上标签，所以弄错了好多，之后才明白衣服的正确分法是把里面的翻出来，看看后幅上打结的个数。许多人进了公司许久，后幅指的是衣服的那个部位却不明白。并且后幅上打的结很小，手自然是模不着，唯有用眼睛盯着才看得到，这样一来工作进展很慢，厂长明白后，竟然把办公楼里的行政部和财务部的人员都调过来，一齐分码衣服。其实厂长不认识我(毕竟我是公司里的无名小卒)师傅却让厂长叫我指挥行政部和财务部的所有人，厂长听师傅说我工作向来一丝不苟不会出错就答应了。我想只要一丝不苟的工作，是金子总会发光。

三、在现实中要认识人性的复杂，仅有了解人性，在生存的空间里才会游刃有余

我们工作要努力，对人要友好，这是对自我的必然要求，那样你才会有更多的机遇和朋友。可是人性的东西很复杂，有善良也有丑恶，我们要认识到这一点才能更好地把握人生。异常是从普通的员工刚进入管理层，这时要懂得如何保护自我，毕竟现实的竞争太残酷。有一回我拿衣服给某个师傅，他见我年纪轻轻就对我不屑一顾，其实我明白他是在故意整我，因为这件事情如果不完成就有人算到我的头上，我见他傲慢的态度便对他拍着桌子说到“你这种态度，要不要我在会议上提一下”他没话说了。

以上三点，是我在这个假期中社会实践的认识，毕竟我们大学生还呆在学校，对一个完整的现实社会没有认识得很全面，或多或少还存在着距离，“欲穷千里目，更上一屋楼”，今后我要找更多的机会参与社会实践，继续从中学习。

**暑假社会实践活动过程与总结篇二**

不知不觉，历时一个月的实习过程已经结束。为了给自我的实习工作作一个交待，我异常拟写了以下这份\_\_\_实习报告。

大学的最终一个暑假，我往区\_\_\_实习，时间是从20\_\_年\_月\_日至\_月\_日。实习期间努力将自我在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间能够遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导和检察职员交办的工作，得到院领导及全体检察干警的一致好评，同时也发现了自我的很多不足之处，以下是我的毕业实习报告。

此次实习，主要岗位是审查起诉科，所以主要实习科目是刑法和刑事诉讼法，也涉及一些其他私法科目。在(中国报告网)实习中，我参加了几起案件的开庭审理，认真学习了正当而标准的司法程序，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致的了解了公诉起诉的全过程及法庭庭审的各环节，认真观摩一些律师的整个举证、辩论过程，并把握了一些法律的适用及适用范围。跟随干警提审，核实犯罪事实，探询犯罪的心理、动机。真正了解和熟悉了我国的公诉程序及法庭的作用和职能，同时还配合公诉职员做好案件的调查笔录和庭审笔录，做好案卷的装订回档工作。

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格(中国报告网)要求自我，虚心向领导和检察干警求教，认真学习政治理论，党和国家的政策，学习法律、法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本资料以外的相关知识，把握了一些基本的法律技能，从而进一步巩固自我所学到的知识，为以后真正走上工作岗位打下基础。

纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行。在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自我所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自我学的不错，一旦接触到实际，才发现自我明白的是多么少，这时才真正领悟到学无止境的含义。这也许是我一个人的感觉。可是有一点是明确的，就是我们的法学教育和实践的确是有一段间隔的。法学是一门实践性很强的学科，法学需要理论的指导，可是法学的发展是在实践中来完成的。所以，我们的法学教育应当与实践结合起来，采用理论与实际相结合的办学模式，具体说就是要处理好三个关系：即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，经过实践将理论深化;暑期实践与平时实践的关系，以暑期实践为主要时间段;社会实践广度与深度的关系，力求实践资料与实践规模同步调进展。

在实习过程中，也发现法律的普及十分重要。我国政府为推进法治建设而进行的多年的普法教育活动，取得了很大成就。人们的法制观念、法律意识都有了很大的提高。可是在普法的深度与广度上还有一些不足。比如有些时候，人们对有些法律条文是明白的，但却不明白如何适用它，以至于触犯法律;有时候人们对两个以上不一样法律对同一题目的规定不明白，不明白该适用哪一部法律，有一个案件就是这样的，被告人原是某村会计，之后在改选中落选，这样一些会算帐簿、会计凭证需要移交，可是他一向以为《会计法》是规定的要等帐目清算后再移交，所以就坚持不交出，结果被以隐匿会算帐簿、会计凭证罪逮捕。这一个案例就说明我们的普法活动不能只做表面文章，要深进实际，真真正正的让人们了解法律、法规的含义。并在这个基础上，逐步确立人们对法律的信仰，确立法律神圣地位，仅有这样法治建设才有希看。

再有一个题目就是青少年犯罪。在实习中所接触的案件中，有很大一部分案件的被告是八十年代以后出生的，甚至有两个犯有抢劫罪的被告人是八七年的。不研究被告人家庭和自身因素，从社会大环境来说，我觉得社会也有一些职责的。从八十年代初改革开始到八十年代末，这是一个重大变革的时期。这一段时间对精神礼貌建设有些放松，也就是说，有些犯罪人在童年时期就有可能已经沾染上了一些不良习气。所以说，教育从娃娃抓起，不能只是一个口号，要真正落到实处。

千里之行，始于足下，这近一个月短暂而又充实的实习，我以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忙。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人礼貌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大多来自领导和干警们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习报告总结也让我深刻了解到，在工作中和同事坚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题目。

对于自我这样进社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的教师，正所谓三人行，必有我师，我们能够向他们学习很多知识、道理。学习法律的终极目的是要面向群众，服务大众，为健全社会法治，为我们的依法治国服务的。高等法学教育在推进法治建设过程中担当着重要的主角，其培养的具备必须基本理论知识，技术应用本事强、素质高的专业技能人才，将在社会上起到重要作用。现代的社会是一个开放的社会，是一个处处布满规则的社会，我们的国家要与世界接轨，高素质法律人才的培养必不可少。所以，对人才的培养，应当面向实际，面向社会，面向国际。法学教育本身的实践性很强，所以采用理论联系实际，理论与实际相结合的办学模式是比较可行的，大学的法学院应当与公、检、法、律师事务所等部分建立良好的关系，定期安排学生见习，让学生更好的消化所学的知识，培养学生对法学的爱好，避免毕业后的眼高手低现象，向社会输送全面、合格、优秀的高素质法学人才。

以上是我的实习报告，多谢大家。

**暑假社会实践活动过程与总结篇三**

七月的盛夏，这个季节，很多人都在打听着关于清爽冰凉的消息，清晨，踏着丝丝凉意的风去登山，亦或傍晚，跟随日落的脚步去散步。七月的盛夏，骄阳似火。而我的内心，充满火火的热情。这个夏天，我们在一起，一起朗诵着青春激昂的篇章，一起开启知识的宝库，一起编织温暖的梦想，一起把青春、阳光、关爱送下乡。

7月10日，盼望已久的一天。因为这一天，我们要下乡啦。在我上大学以来就有一个小小的梦想——我想跟着大家一起下乡。今年的暑期，终于有一次机会同大家伙一起三下乡，这是在夏天比任何清爽冰凉的东西还要大快人心。早上，我开始忙碌着收拾整理行李，期待着车的到来。有时候，我们期待已久那些终于要到来了，却发觉时间好像故意放慢了脚步。终于，车来了，那一刻，那天下午，天气特别热，大地快被烤焦了，然而服务队员们的激情浇灭了那股炽热，大家有序的、自觉的帮忙拎行李或其他物品到车上。

是不是美好的时光总溜得那么快，似一闪而过？很快告别了七天的下乡生活，离别时刻的到来让我觉得时间使者好像故意把时间藏起来了，怎么感觉貌似昨日刚到来，今天就要离开。春上村树在《挪威的森林》中写道“记忆这东西总有些不可思议。实际身临其境的时候，几乎未曾意识到那片风景，未曾觉得它有什么撩人情怀之处，更没想过十八年后仍历历在目”，当我们在一起时，根本就没想过离别的时光的到来。

三下乡生活的点点滴滴宛如电影中象征性镜头，在我的脑际反复推出。记得第一天，期待且新奇。当我走进教室，看见那些小小的桌椅，看到调皮可爱的小学生……，眼前的这一切，我仿佛走进我的小学时代。特别是下课期间，学生们叽叽喳喳的，活泼乱跳的，就像春天的燕子到处歌唱送来生机与活力。今年下乡，我教的是儿童舞蹈。在上第一节课时，当学生们听到可以到室外学舞蹈，一下子欢呼一堂。那天下午，天气很热，可是孩子们那一张张稚嫩天真的笑脸，那银铃般的笑声，那洋溢在空气中的激情一下子扫荡了夏季的沉闷，欢乐在空气中激荡，让一切都显得如此美好。娇小的他们跳起舞蹈，真是可爱至极。他们就像舞动的小天使，活泼，可爱，天真，童稚而且聪明。从不会到会，从不认真到认真，从混乱到整齐，课上的表现越来越好，他们在慢慢进步。当汗水从脸颊一点点流下，湿了头发和衣服，但是他们还是很认真的学习，坚持到下课。当他们听到接受汇演报名时，孩子们兴高采烈，顿时欢声一片，积极举手跟老师说想要报名，而且一个个主动地排队等候。这一幕幕，他们的可爱，他们的乖巧与积极深深地打动我们的内心，我们越来越喜欢这群小天使。

台上三分钟，台下下苦工。报名参加的汇演成果学生，每天放学后留下来继续训练。一个个动作重复了又重复，跟着音乐一遍又一遍跳动着，在台上一次又一次排练着，他们让我很感动，明明知道很辛苦，很累，很热，还是坚持下来。当音乐响起，他们就迫不及待想跟着跳，根本顾及不上擦掉汗水。掌声离不开辛苦的奋斗。汇演展示时，他们赢得一阵阵掌声，走下舞台的那一刻时，他们脸上笑容一个比一个灿烂，甜美。当我听到掌声时，内心高兴地难以形容。一份努力，一份坚持，一份感动，有时候，这一切是这样叫人心动，也是在此时此刻，才这样令人刻骨铭心。

盛夏花开的季节也是成长的季节，支教不仅增进了队员们的服务精神，而且贴近了孩子们的心。一次下乡的经历也是一次成长，在授课时，慢慢学会如何与学生沟通，走进学生的内心，让学生喜欢上学习。在一次观摩其他队员上课时，发现一位学生老想着走出教室，或是与前后学生玩，我便走过去用心与他交谈，结果他很认真上完接下来的课。其实，再调皮的学生，再不爱学习的学生，只要我们走进他们的内心，与他们沟通，相信孩子们会改变的。

有人说一般花三个星期就会习惯于一件新的事。不过三下乡的生活，我三天就习惯了。第一天更多的是新奇，第二天慢慢喜欢上，第三天我开始习惯了大家一起吃大锅饭，一起打地铺，一起在宿舍交流谈谈各种感受，不想跟他们。队员们互相帮忙，互相提点意见，一起承担，一起进步与突破。七月的夏日，无情的酷热，个别学生不小心中暑了，我们队员们悉心关心照顾。在支教期间，我们一个队员也中暑了，大家都互相帮忙照顾，关心，看到一幕幕情景，内心觉得很温馨。

无论我们再怎么期待着时间走得慢一点，离别的时刻终将到来。离别的前一个晚上，全体队员们布置会场。所有队员加入到这次布置中，闷热的礼堂，队员们汗如雨下，激情却洋溢在整个礼堂，认真，快乐的完成，完美地设计最后一份彩色的记忆。

这个夏天，我们在一起。一起带着梦想，将爱播种传递；一起携着青春梦，载花朵起航。

这个夏天，我们在一起，一起快乐下乡，一起收获一段不平凡的时光。

**暑假社会实践活动过程与总结篇四**

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，方案范.文库}为您/搜集整理，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。

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，我来到了乐清市岭底乡，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。接下来，我又和小姨的儿子一起去了快乐城堡。里面有蹦蹦床、滑滑梯、秋千、山洞等，里面的东西可多了!这么多东西把我和小弟弟迷得眼花缭乱，都不知道该玩什么好。

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。

**暑假社会实践活动过程与总结篇五**

不知不觉之中，暑假又到了，回头想想自己大一的生活，又想想自己将如何面对暑假，是回家还是在外面找工作，一时茫然。

毕竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人宣布趁着暑假有这样一个机会，好好的大干一场。

放假之后的一个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后三天过去了，我还是一无所获，我终于知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才适合自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一个礼拜就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行！

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，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，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。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

这次我不再把眼光放的那么高，我想到自己是学市场营销的，所以我就专门去找那种大型超市，看下是否需要导购，终于在一个商场里面找到了一份导购工作。第一天工作就是小组主管交我商场里面的规定。

1、严格遵守商场的规矩。俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。

2、做事勤快，不能偷懒，不仅要做好本职工作，还要帮助其他人。

3、虚心向别人学习，努力完善自己。

4、对待客人要面带笑容，耐心服务。

5、要与同事和睦相处，争取在大家心中留存一个完美的形象！

就这样我开始了工作，也许是由于自己制定了完善的计划，所以工作还是很顺利的，虽然有些客人很叫真，很难缠，只要耐心解答就会解决问题；同事还是很友好的，也许是由于我的工作时间短，对他们没有竞争吧！

社会实践活动的开展培养了我们的独立处世的能力。让我们在社会实践过程中，通过独立生活、独立思考、独立自主的去面对问题，分析问题、解决问题，对社会的认识更加清晰。不管在实践过程中遇到挫折还是成功，对我们都是一种收获，明确了优势同时也发现了不足之处，让我们面对社会更加自信。希望以后学校多开展一些这样的活动，从各方面锻炼我们！

**暑假社会实践活动过程与总结篇六**

为切实加强对学生社会实践和道德体验活动增强德育工作实效，结合中小学生年龄特点和认知规律，十七中小学部利用暑开展学生社会实践和道德体验活动。

一、指导思想：将研究性学习与社会实践相结合，要求学生走出校园，走向社会，去关心社会发展，去关注社会问题，去尝试解决自己研究的社会问题，成为学生课余生活的有益补充，开辟出有自己特色的社会实践的新途径。

二、意义：

1）改变学习方式，拓展学习资源，拓宽发展空间。

2）参与社会实践，激发学习兴趣，增进生存体验。

3）主动服务社区，形成服务意识，强化社会责任。

三、社会实践的组织形式：

1、组织形式：小组合作模式。学生一般由3—10人组成社会实践活动小组，自己推选组长，聘请有一定专长的成年人（如本校教师、学生家长等）为指导老师。研究过程中，活动小组成员有分有合，互相协作。具体过程如下：

a编组、选题；

b聘指导教师；

c制定活动方案；

d小组研究设计具体操作（设计访谈表格、问卷；制定参观、观察、活动计划；准备录音机、录像机等活动工具）；

e实践活动（观察、访谈、问卷、实验）

f分析活动资料

g撰写社会实践调查报告

四、主要活动内容及成果：假日小队活动内容广泛化，社会实践活动有实效。据不完全统计，这次暑假期间，我校开展小队活动100余次，参加人数达700余人，充分发挥了雏鹰假日小队的作用，使孩子们学到了知识，受到了锻炼，增强了了适应社会的能力。4年6班的“开心小队”表现尤为突出。

1、社会参观活动。

参加小队26个，参与人员144人，参观的单位有：消防一中队、武装部、供水队、锅炉队、变压车间、医院、福利厂、采油队。

2、“绿色环保”系列活动。通过“我与自然有缘日志”、“认养一棵树，栽培一种花”、“我的低碳生活”等体验与创意活动，让学生把自然、和谐的生态环保意识和简洁、节能、文明的绿色生活理念带回家。结合“低碳行动”，引导学生了解个人及家庭能源使用方式对节能减排的意义和作用，树立“节能环保，珍爱自然”观念，关注生活中的节约方式，学习和寻找节能的窍门和方法，从节约一滴水、一张纸、一粒米、一度电等点滴小事做起，让低碳理念从校园延伸家庭，辐射社会，真正让环保成为时尚，让绿色走进家庭，让低碳融入生活。

参加小队21个，参与人员126人。

3、社会公益活动，供水车间、绿化队、养老院义工。参加小队4个，参与人员54人。

4、“好书伴成长”读书活动：组织学生阅读积极健康的书籍，激发学生读书热情，培养学生读好书、好读书、读书好的良好学习习惯和能力，让书本引领学生暑期生活，让读书成为学生成长需要。参加小队18个，参与人员213人。三到五年级的学生还写了读书的体会和感受，共600多篇。

通过广泛开展丰富多彩的社会实践和道德体验活动，让学生走进社会，了解社会，关注社会，充分展示我校学生的综合素质、精神面貌和道德品质，并以自己的实际行动为社会做力所能及的贡献，通过学生的亲身体验让他们感受到自己担负的责任，确立自己努力的方向，树立坚定的社会主义人生观、价值观和世界观。

**暑假社会实践活动过程与总结篇七**

火红的七月，激昂的青春，在20xx年的暑期即将到来的时刻，数学学院里一群怀揣着青春梦想的大学生，开始了本次“三下乡”的活动之旅。它是这个夏天最让我怀念的时光，它给了我一个像梦一样的夏天。我非常庆幸自己加入了这个团队，很有幸认识了团队的其他39位成员，与大家共度这流金般的日子。“三下乡”是我的人生课堂中重要的一课，也是我人生中的一笔宝贵财富。“三下乡”活动在我大学生涯里留下了浓墨重彩的一笔，绚丽而精彩!

我们的支教之旅支教，它带给我们无数珍贵的情谊，带给我们的喜悦与忧愁，带给我们许许多多的美好回忆……今天的支教生活使我们明白到，什么是无私的奉献，什么是艰苦的喜悦，每次支教回来，那些“小老师”都非常疲惫，但是他们并没有抱怨，因为他们知道，他们得到的比付出的更多，而且更加有意义。支教的经历在他们心里是一道不可磨灭的风景线。

我们的调研风景

在本次“三下乡”中，作为调研组的一员，调研是我的主要工作。

这次“三下乡”的调研活动中，令我最难忘的是深入农村农户，与农民亲切近距离交谈，并且深入调查当地居民对“建团xx周年”的认识，对“民生”的看法，以及进一步了解“农村空巢老人生活状况”。

虽然我和当地的居民在语言上不是很通，但是，从与他们的交谈中我可以深深地感受到当地人们的热情好客，当地人民的淳朴民风。我们调研组的同学都说，他们并不是为了回答问题而回答问题。我觉得他们真的做到了这一点!和他们聊天真的很轻松，而且从他们口中我也了解到了当地的一些风俗习惯，感觉收获很多。我认为那种感觉只能意会而不能用言语来表达。

在调研交流中，我学会了怎样与他人更好地沟通。尤其是当面对不同年龄段的人的时候。通过短短的调研，我们发现当地教育存在的一些问题。通过家访和调查，我们收集到了大量的第一手资料，为我们研究各个课题以及撰写调研报告提供了可靠的原材料，这对我们来说是一笔宝贵的财富。当我们采访一些家长，问他们是否希望他们的孩子接受更多、更好的教育时，家长们都纷纷表示：“希望孩子能够好好学习，多学点知识，像你们一样，考上大学。”

微微的夕阳下埋着闪烁的金子，而闪烁的光芒背后，是村民充满希望的眼神。

我们的生活

都说“三下乡”的生活条件非常地艰苦，但这样看来，我们算非常幸运的了。因为我们“三下乡”去的是雨湖区护潭乡红星村。在红星村，这里的居民都对我们非常热情。红星村居委会的书记还十分尽力地在为我们改善条件，让我们感动不已。还把我们安排在了居委会的会议室。我们午休的时候更是在小会议室吹着空调。

我们的收获

虽然我们的行程才刚开始，但是，这段日子将会成为我心底最美好的回忆，这次活动将为我的人生增添辉煌的色彩，给我的人生写下重要的一笔!这是一次难忘的旅程，这是一份让我终身受用的经历，我将把它刻在记忆里终身收藏，虽然我们大家相处的时间才只有2天，但是我永远也不会忘记这段时间里相识的每个人，不会忘记这段时间里遇到的每一件事和做过的每一件事。佛说，前世的五百次回眸，才换来今世的一次擦肩而过，不知道前世我们回眸了多少次，才换来今生的同舟共济!

今天一整天下来，我个人有很大的收获，是一个内心深处的洗礼：尊重是赢得尊重的第一步：不管是面对领导、同事还是学生，想要获得尊重。首先得尊重他人;把握大局，注重细节：在做工作的时候，应该做到胆大心细。要认真的分清主要矛盾和次要矛盾;发挥团队效应，共同进步：我们前去三下乡的同学来自不同的年级不同专业，有着不同的经历和性格。虽然我们的目的都是锻炼自我，服务学校，但在一些具体的工作方式方法上还是存在一定的差异性。为了避免争执于问题,我们经常在工作之余抽时间进行交流，互相学习，提出自己的不足。碰到什么问题，提出来共同探讨和商议，以期不断进步和不断完善。

茫茫碌碌的今天，留给心的那份充实，让我开心，这也将会让我受益终身。今年的夏季酷热依旧，今年的夏季雨急骤如昔，然而今年夏季我们有着不一样的使命，有着不一样的感动。短短的一天，我们收获一生中难以得到的东西——团队的精神，工作的经验，坚强的意志，真挚的友谊，村民的爱…….

我知道，一路的艰辛与微笑，所学只是开始，日子已成回忆，我会把它珍藏，未来的日子还在继续。我们会把一切的厚望尽收在心底最深处。我们知道以后的路，我们需要，一直一直，一路前行……

**暑假社会实践活动过程与总结篇八**

盼望着，盼望着，在七夕的前一天，又迎来了一次社会实践。这一次社会实践，与以往不同，我们来到了一位同学的奶奶家中，请同学的奶奶教我们烙七夕巧果。

所谓七夕巧果，也叫做“巧饽饽”，通常是用模子刻出来的，做成既可观赏又能食用的小面食。

这样一次特别的社会实践，立即吊起了许多同学的胃口，于是，7月5日上午八点，同学们准时到达学校集合，不到八点半便到了同学的奶奶家。

同学的奶奶早已准备就绪，面粉、鸡蛋、水、白砂糖、酵母、牛奶、模板，一应俱全，我们一到，工作就开始了。

首先，是揉面，我们按照奶奶所说的比例，把水、鸡蛋，白砂糖、面粉、牛奶调在一起，然后搅匀，不停的揉搓，当然了，我们揉的面，都不成样子，稀的稀，干的干，没有一块正常，一块看的起眼的，也是揉成了麻绳，一节一节的，还是奶奶揉的好看，光滑不说，形状也很好，我们很是佩服。

接下来，我们开始发面，直到过了半个多小时后，面才发好，这意味着，最令我们兴奋的一步到了把揉好的面塞进模子里。

一见到可爱的鱼样的模子，我就爱不释手，抓起一大把面就往里塞，结果面多出了模子，我再揪下一大把，可是模子里的面又少了。无奈之下，只好请教奶奶，奶奶为我们做了个示范：她熟练地把面塞进模子，再多出的地方轻轻一揪，模子里的面不多不少，揪面揪得恰到好处，我们对奶奶的敬佩又多了几分。

最后，在奶奶的指导下，我们将做好的巧果放进大锅里，漫长的等待就开始了。

回想刚才的几个步骤，突然觉得，原来我也可以亲手做一次饭，原来我也能做的这么好，我甚至有些不可思议，我本来是不怎么会做饭的，顶多是煎个鸡蛋，蒸个馒头，能把面粉，从揉到蒸的变成巧果，是我从来都没有过的事，可见，学会一项生存技能，是多么的重要。

生活中，只有那些善于生存、会自我保护的人才算得上是主宰生活的强者。学会生存，使我们日常生活中一种不可或缺的本领。

**暑假社会实践活动过程与总结篇九**

暑假，我终于成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；暑假，我终于迈开了走向社会的第一步，自己面对自己的灿烂未来；暑假，我终于抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

一、参加实践活动的背景

这次实践活动的工作是在学校的帮助找到的。在上学期期末时，我收到老师的通知说是希望参加暑假社会实践的同学可以报名参加。我当时一惊，兴奋得不得了。这不就是我一直渴望的吗？我报名了。大概三天后，我又接到通知说是要去参加暑假实践活动的培训及动员大会。我很高兴，就把这一好消息告诉了爸妈。他们很体谅我的心情，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在休息，只有我在工作，这样我会不高兴。我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加暑假社会实践的培训及动员大会我是极其的高兴，在高兴之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很害怕在实践过程中会出现些差错，造成别人麻烦。我更害怕我去了单位上什么都不会做。因此，我小心翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。在培训中，我知道了自己的实践地点和时间伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。可我还是很开心，因为我即将开始我的梦幻生活。

二、参加实践的人物及时间

x月xx日。这天，我清楚地记得。前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。我还有一位“实践伙伴”。也是\*，我暗喜\*好相处。第一天到了我们的实践单位（xx区xx街道办事处）上，做的第一件事就是报到。在完全陌生的一个环境，我们有些不知所做，并且还是这样一个严肃的地方。我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。可以没办法，我们反正都要面对的事情，无法有实践与地点让我们来躲避。于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实践生活”。

三、参加社会实践的收获

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些认识。参加暑假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等·····因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。由于我们所在的口街道办事处属于乡镇级，所以我们也会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们可以为了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放弃。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是应该好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十**

为期两周的社会实践结束了，这两周有辛酸有苦楚，也收获了欢乐。不是35°的高温就是可以淹没金陵古都的暴雨，要么是顶着烈日跑遍南京各大小旅游景点，要么就是冒着大雨去各个组织机构碰壁。这两周，认识了以前完全陌生的队友，这两周，在空荡荡的校园自己陪自己。

放了假的学校很安静，特别是东区，但是也很荒凉，东区的食堂关了，于是东区的孩子的午饭就是各种泡面米线。早上，挤上拥挤的公交车再转地铁，随着漫不经心的游客涌进了旅游景点，可是我们没有时间停下来漫步，我们也没有时间去观赏那美丽的风景，我们关注的都是各种景点的指示牌及标志，看多了以至于条件反射到哪都会看看这儿的标志对不对，哪错了，正确的是怎样的。

其实，来了南京上学这么久，从来没有去过南京的旅游景点，这次算是把这四年里要去的地方去遍了。

这两周很想家，特别是累了，饿了，热了，一个人的时候。原本30号考完就会收拾行李马上回家却因为社会实践留了下来。看着同学们一个个都收拾回家了，小寝空了，大寝空了，宿舍楼空了……晚上一个人躺在宿舍也会怕，也会无聊起来。

其实在团队跟大家在一起的时间还是蛮快乐的，大家一起走访一起收集对青奥的祝福，一起在肯德基吃超值午餐，一起走冤枉路，一起淋雨，一起整理资料……

晚上，因为宿舍太热睡不着，等着日出，早上有精神的去走访调查。不得不说，团队里的女生很给力，不怕苦不怕累，不会喊腿酸，没有怨言，队长也很给力，很有想法，第一次做社会实践就能想的很周到。

不管怎么说，这次的社会实践是告一段落了，还有好多东西要整理，大家一起加油吧。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十一**

思想品德教育离不开社会实践活动，只有在实践中亲身体验，高尚的思想，良好的品德才会不断地内化为学生自身的素质。为此，我校今年开展了一些社会实践活动，现总结如下：

一、活动内容具有针对性、教育性、实践性。

一至三年级开展了“我爱绿色世界”参观游览活动，引导学生回归自然，走进自然，认识了多种常见的花草树木。四至五年级通过“—北京，我来了”长走活动，激励了学生学习奥运健儿的拼搏精神。另外，在活动中还对全体学生进行环境教育，组织了环保行动，在游览过程中，每位同学手拿一个环保垃圾袋，捡起身边的垃圾，以自己的行动为社区奉献一份力量，融入社会大家庭，做一名合格的小主人。

二、活动形式从实际出发，因地制宜。

本次活动利用了我镇有的的植物园、林地及等，通过让学生走看、等亲身体验，使他们认识了大自然，体验了乡村的田园生活。活动中，要求低年级学生认识5至6种花草树木，高年级学生在终点处“——北京，我来了”，的横幅上签名。活动结束后，要求学生们说一说自己认识的花草树木，并要求高年级学生写出一篇篇优秀的游记，既是对话动的记录，也是对活动的总结。

三、时时处处注意安全，确保了活动的顺利的开展。

安全问题是活动顺利进行的基本前提，活动开始前，校长室、教导处、体育组先到活动的地方踩点，学生处下发的活动方案中的五条要求明确规定：行政全部都分到了各个年级；体育组和计算机组的老师负责组织学生并在各重要的路口把关；班主任老师在出发前强调了组织纪律，提醒了学生做好外出的各项准备工作，切实注意安全；科任老师分到各班，协助了班主任老师开展活动。以上防止安全事故发生的措施保证了活动圆满的完成，活动结束时，无一例安全事故发生。

通过这些活动，学生们在实践中增长了见识，培养了能力，得到了锻炼，孩子们也学到很多书本上学不到的东西。我们将在今后的工作中，为学生们提供更多体验实践的机会。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十二**

当一学期紧张的学习生活走向了尾声，“暑假怎么过”便成了热门话题。有的热衷于居家休整，有的认为旅游游玩更胜一筹，有的则闭门修行好好学习，不过，更多的同学则想利用暑期去进行社会实践。加之学校的推波助澜，暑假打工热潮便悄然席卷了整个社会。因为每一个意气风发、热血沸腾的中学生都渴望走出宁静安逸的校园，摆脱乏味无聊的生活，踏入社会，找一份工作，靠自己的双手和智慧，努力奋斗，换取属于自己的劳动成果，得到社会对自己价值的肯定。

作为一个渴望工作、渴望改变、渴望成功的中学生，我也欣然地加入了这股势不可挡的打工洪流中。在妈妈的介绍之下，我顺利地进入阿佳家纺干了三天。

这家工厂的工作主要分为五种，裁剪、缝纫、手工、检验、包装。顾名思义，裁剪是将完整的布裁剪成窗帘、坐垫等所需的形状，缝纫则将裁剪完之后的布利用缝纫机制成初期窗帘、坐垫，手工则是加之修饰，如窗帘需要剪平袖头，坐垫需要填上锦纶棉，钉上纽扣或者缝上背带，其他还会添加一些小饰件，经几位叔叔阿姨的检验之后，便进入最后一道程序——包装。包装最简单，所以我便选择了这一项来实践。

我需要做的只是将窗帘折叠成固定的形状，与一张说明卡一起装入包装袋，然后贴上条形码，合上袋子即可。虽然工作很简单，但是还是需要细心对待，既不可弄错正反面，也不能贴错条形码。一天下来，需要重复同一种工序几百遍，下班后也不免感到腰酸背痛，打工确实不容易。

当然，在工作中我有许多的不足，至少与正式员工相比有一定的差距，具体而言是缺少细心和经验。做事不太灵活，不太善于观察细节，所以无论在速度或质量上都略逊一筹。

不过我打工的目的并不是为了赚钱，而是为了融入这个现实的社会，锻炼自己的能力，开阔视野，增长见识和阅历，获取宝贵的社会工作经验，体验另一种与众不同的暑期生活。当然，在这次工作实践之后，我也如期获得了不少的认知。

工作锻炼了胆识和勇气，重复培养了耐心和细心，努力换取了自信和快乐。“艰辛知人生，实践长才干”，通过这三天打工，使了解了父母工作的艰辛，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中也使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。下学期。我一定更加努力地学习，耐心对待每一道难题，遇到困难时不气不馁，尽全力做好自己应该做的事。

因为打工的过程中，中学生自然而然地要跟各色各样的人进行交往。在这些过程中，中学生不得不思考如何看待眼前的问题，怎样处理好人之间的关系，等等。这不仅使中学生更加了解社会，加强实践能力，也会让中学生更加深刻地学会处世，同时提高了思维深度。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十三**

现在，离走进社会越来越近了，校园与社会环境本存在很大的区别。这就要求我们利用假期时间走进社会实践。

校园与社会环境的不同，接触的人与事也不大相同，所以我们还可以在社会实践中学到许多在校园里学不到的知识。这就形成了从实践中学习，从学习中实践的良性循环。

当今中国经济飞速发展，国内外经济不断变化，在机会越来越多的同时，也出现了更多的问题，有了更多更艰巨的挑战，这也就对人才的要求越来越高。我们不仅要学好课本里的知识，还要主动走进社会，积极在实践中学习其他的东西，不断增加自己的经验，全方面武装自已，才能在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。

一回到县城就积极在一家超市找了一份暑假临时工，做促销员。

挂着实习生的牌子站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可好长一段时间站在那一声不吭的。一个大姐在顾客少的时候教我如何推销产品。我也慢慢地放开胆去尝试，其实这种交流比想象的容易多了。就好象上台前紧张兮兮，但在台上只顾着自己的表演而忘了紧张。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。在超市做促销员不能坐着，也不能在超市随便逛来荡去，得时刻注意服务顾客。虽然每天只有上午或下午班，但一段时间下来，还是腰酸脚痛。或许也正如孟子所说\"天将降大任于斯人也，必先劳其胫骨，饿其体夫，空乏其身。\"

在学校，每天有作息时间表约束你。课程表会告诉你，今天该干什么，明天又有什么事情要做。而在这里，你可以无所事事地像木瓜呆在那儿，然后老板不满意你的表现扣你工资或者将你开除。积极的就是主动接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的推销产品。这也实在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。我们必须主动努力才可能继续干下去。在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总少不了那份纯真，那份真诚，一般不会招来嫉恨与报复。可是在社会中，优胜劣汰，你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们有经验去调整自己的心态。而这些经验需要日积夜累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。这些事情很多同学沉浸于学习与消遣还未来得及思考，便忽略了社会实践的重要性。

有个事实众所周知，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，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到;而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。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。有时候我会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢?现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗?其实不然，在学习这些吃力的知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己远大的理想，这将更好的为我们社会实践打基础。作为大学生，我们的年龄也不小了，离走向社会工作也不远了，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上发生的各方面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

而现今一个事实却被许多人误读了，大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生，认为读大学没什么用了，一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学生已经不包分工了，也确实许多大学生找不到好工作。这正说明了现

在社会对大学生素质、能力要求越来越高了;当然也说明了某些大学生的确不过关。大学生不是全值钱，但社会上值钱的还是大学生。这就为什么还是有许多人打工之后还想读书，甚至有部分人也确实再次进入校园学习。我们在校园里学习到的先进的科学知识能为社会作出更大的贡献，也能为自己带来更多的收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

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。

经过这次工作我从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，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋，是不可能斤斤计较，不可以强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更另人开心。不论做什么事情都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想，关心别人，支持别人。

在这次暑假的工作中，虽然只是在店做些琐事也让我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大的帮助，从中让我有很大的启发：不管做什事都要坚持，也锻炼了我的坚持力!让我在以后的人生路上更加坚强!通过这段时期的工作学让我更深刻的体会到付出和收获的关系，也让我知道金钱赚取的不容易!在以后的大学生涯里我要很努力的学习，遇到困难我会更加坚强!

在超市里,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.我的工作是在那做销售员,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上9点钟分段时间上班,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.在食品店里虽然我是以销售为主,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，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。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，2年半之后，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。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十四**

实践的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。下面是爱扬教育网整理的关于20\_\_年大学生假期打工社会实践报告格式报告范文，欢迎阅读参考!

在这次假期期的社会实践工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，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。下面是考试吧整理的关于20\_\_大学生假期打工社会实践总结报告范文，阅读!

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧!不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了为期x月的社会实践。记得老师曾说过学校是一个小社会，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，但你得去面对你从没面对过的一切。

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的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，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢?

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

对于大学生打工，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个暑假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

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，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工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，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

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寒期打工。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。

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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十五**

暑假不像其他室友那样一放假就飞奔回家，我选择了加入团队，进行社会实践。虽说以前有过一些实践，但都只是“打打酱油”，所以这是我人生中的第一次正式的暑期社会实践。

我们的团队叫做，研究的主题是南京景区标志标准化问题。在队长x同学的带领下，我们的暑期社会实践进行的很成功，当然，我们也遇到了一些困难。

开始几天，我们写好了策划，可是真正实施的时候，却发现如果按着策划一步一步走，根本就行不通，所以，我们又加班加点地修改策划，直到完全有可行性为止。后来我们开始步入正轨，从“暴走”南京各大景区到细游玄武湖和雨花台，我们搜集了很多景区标志的资料，同时，我们也向南京市民和游客进行问卷调查，回来后整理，然后发现问题。

另外，为了迎接和庆祝建党xx周年，我们还向来自全国各地的游客们搜集祝福语。所有的这些，都让我学到了很多课堂上学不到的东西。

社会实践，要的就是我们走进社会，开始实践。这一次，我们走进了景区这个小社会，实践了影响每个游客的旅游质量的标志问题。

我们发现，许多景区的标志都不够标准规范，这对于南京走向国际化城市有负面影响。因此，标志标准化，需要市民的监督，更需要政府的给力!

第一次暑期社会实践，我获益匪浅。其中的酸甜苦辣，都将是我大学生活美好的一页!

**暑假社会实践活动过程与总结篇十六**

一、前言

大学是我青春最美好的段时，也是我最不想浪费的时段，于是我选择了“在路上”见习（我的第一站）。实习是充实自我的一种方式，也是我无限向往的假期生活。暑假，多么漫长的2个月，如果像高中一样在家埋头苦干或者无所事事，那对于现在的我来说，都是没有任何意义的。同样，如果好好利用这个暑假的话，也会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职。早在放假前我就在联系了这份兼职——管理有限公司的帮工，做的是比较基本的工作。

二、实践程序

1.面试

虽然是事先联系好的兼职，但还是少不了面试的。x月xx日，收到了公司的面试通知，因为是一家刚注册的公司并不完善，我们都不知道面试官是谁，虽然在学校这两年里也被面试过很多次，但那都是学长学姐，而这次是不同的，这让我很是不安，带着紧张的心理，走进面试室，我甚至想退缩，就这样我的第一次面试以紧张告终。

2.学习适应阶段

当天下午三点，我收到公司通知，去领了工作服，熟悉了公司基本环境。由于刚去公司，对那里的一切都很陌生，领班对我们很热情，态度和蔼，这更使鼓起了我适应环境，战胜困难和挑战的信心和力量，领导的耐心教导，同事的热情帮助无不在激励着我，鼓舞着我，尤其是发自内心的那种想及早进入社会的心情是我适应了公司，习惯生活，努力学习的动力源泉。

根据工作的需要，初次将我分到大厅，当时心无杂念，尽头十足，公司采取一带一的方式从慢慢的认识大厅的台号，备餐间的位置，到锻炼托盘的托法，直至最后的开档，收档，菜名我们一点点，一滴滴，一天天的反复记忆，到了最后就是整个备餐的基本管理，运作流程我也都了解了。

之后，我进行了服务学习，一连几天的服务操作技能培训，从理论到实践，从摆台铺台布到餐中服务规范，老员工毫不保留的告诉了我们，每天的学习都是满满的，尽管很辛苦，但很充实很满足很高兴，笔记一页又一页，看了很有成就感，由衷的感到是那么的自豪。

三、实践内容

开档，为客人倒茶，在客人就餐期间帮他们撤掉用过的空碟子，尽量满足客人的需求，到吧台拿酒水，收拾桌子，摆位，清理垃圾，抹银器和水杯，叠餐巾等等。工作简单而繁琐，每天都在重复相同的内容。

记忆尤深，分配到岗的第一天领班对我说：“我知道你是大学生，有很远大的志向，可能不喜欢做这些粗活，你们都是受过高等教育的，也可能看不起做这些事的人吧，但大事总是由小事一步一步积累而成的。你知道那些师傅和学徒，他们的区别在哪吗？

我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，积累了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们的师傅们能做的，只有相信他们的学徒能做的更好，所以，你也要脚踏实地的去干，千万不能好高骛远啊。”听君一席话，胜读十年书啊。确实，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛苦苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这公司，领班给我上的第一堂思想课。

由于该环境的地理位置好，而且服务、管理、卫生等方面都比较好，所以，生意特别火爆，常常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满意。

记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。挨骂回来后一个老员工特别向我强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特别是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免出现意外事故，造成不必要的损失。他跟我讲了许多以晚发生的事故，其中的种种原因都是没有和客人保持一定的距离。他希望我在工作中要特别小心不要在发生事故，要不然可就白干了。

我那时候在想，这可相当危险啊，白干了不说，还很容易得罪人啊，以后得多加注意才行！因为公司有相关规定，那就是在工作中如果是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。他说他不希望我辛辛苦苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高高兴兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了这些，我的经理也非常关心我们的生活，询问我学习是否顺利，工作是否开心，和同事的关系处理的好不好，还破例给我预支工资，她对我这次实践活动给予高度的肯定，赞扬我是难得的好学生，同时也对我第一次来到他们公司表示热烈的欢迎。他的一言一词都流露出了和蔼可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答他对我的关心。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十七**

在很多人眼中，公务员队伍是神圣而又神秘的。今年暑假，我来到了广州政府实习，以一个实习生的身份去体验广州公务员的日常工作。上下班准时、中午休息时间长，这样的时间表，让很多白领羡慕不已。因此很多人理所当然地认为，公务员就是一份优差。然而，在实习的一个半月里，我近距离地看到了的人民公仆的真实情况。

一、公务员的饮食与出行

说起公务员的午餐，很多人会联想到大排筵席，大鱼大肉。然而，当我第一次和他们一起吃午饭的时候，看到的情境实在令我感动。在广州政府里面，公务员中午都在政府大院的饭堂打卡用餐。一般情况下，他们在三楼打饭，那里的饭菜，我看来，和中大饭堂的也不是很大区别。吃饭的方式也和我在大学一样，一人一份，吃完了各人把自己的饭盘碗筷拿到统一的地方清洗。要宴请客人的话，可以到二楼，那里设有餐厅和包厢。这一切，让人着到政府改善公务员形象的努力，让人感受到了公务员队伍的廉政之风，看到了党和政府这些年来廉政建设的成效。

政府公务员形象的树立，除了制度的约束之外，还需要人本身的自觉。有好几次我都看到，一些其他局和单位的领导来市政府开完全之后，都只是去三楼的饭堂，和其他人一样吃一人一份的快餐。本来，他们有着足够的理由和资格到二楼，甚至到外面的地方吃饭，但是，他们都没有这样做。廉洁已经成为了他们一种自觉的自我要求。这样的改变，的确让人欣喜。

除了从“吃”中看到了公务员的廉洁形象，从“行”中，也可以体现出公务员的新作风。在政府中，只有局级以上干部，才配有汽车和司机。其他的官员要用车，都需要想有关部门申请。有一次，我跟一位处长到外单位开会，一个多小时的路程，只是坐着一部空调有问题的面包车。今年的夏天特别热，路面温度绝对超过40摄氏度，然而，我观察身边的几位同行的公务员，他们似乎已经习惯了，并没有抱怨什么。

这一切，如果不是我亲眼所见，也许，我还会和很多人一样，对公务员抱有某种偏见。我想，很多群众都对政府工作、公务员素质有着种.种意见和置疑。这些，很大程度上是因为政府与群众在沟通上存在障碍造成的。如果政府提高运作的透明度，让群众更真切地了解政府官员的行为，也让官员行为接受群众的监督，相信，对政府威信和形象的树立，对公务员队伍建设，都会有着良性循环的作用。

二、公务员都干些什么?

人们常常用“一杯茶，一张报纸”来概括公务员工作的内容。事实真的是这样的吗?我来到了市政府工作，接触得最多的，就是会议。每天都有大大小小不同内容的会议，在不同的地方举行，需要不同的人参加。做领导，往往半天就要赶好几场，往往连饭都顾不上吃，一点也不容易。而开会之前，要看许许多多的资料，要准备每一场的发言，这些工作往往都在8小时之外才能完成。开会，并不是轻松的事情。但是，这却引起了我的思考。其实，作为政府，作为政府的公务员，其工作的实质应该是什么呢?会议繁多，反映出政府仍然担当着“决策人”的角色。但事实早已证实，政府应该起引导、宏观调控的作用。如果凡事都由政府决策，难免会有人治的影子。在如此决策的制度下运作的政府和社会，必然存在隐患。此外，决策过程的简单化，也是导致腐朽的根源。相信，政府也早已意识到了问题的存在，然而改革的道路必定是漫长而困难重重的。政府改革，是中国发展道路上，关键的一步。

三、政府与公众的沟通

这一个话题，应该是与我所学的学科最贴切的了。在我实习期间，我参加了几次接待群众上访的会议，也参与了由政府组织的企业与企业之间的协调会议。可以说，是从实践上进一步领会了自己在课堂上所学的东西。

以上就是本人在暑期在广州市府实习的工作自我总结，从这一篇文章中希望大家都能对公务员的工作有所了解。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十八**

在撰写这篇实践报告时，我的课题《昆山市淀山湖镇文体活动的开展情况及居民满意度调查》也得到了基本完成。本次暑期社会实践从20xx年x月x日开始，7月29日结束，实际进行实践活动天数为20天。我的实践内容主要有一下几项：

(1)收集整理资料

(2)参观场馆以及与活动负责人交流

(3)设计调查问卷并进行抽样调查

(4)亲身体验多个不同类型的文体活动

第一项内容是收集整理资料，我花了三天时间分别从图书馆阅览室和文体站资料室进行收集并带回家整理。整理的内容主要有活动图片、视频、现场活动记录以及之后对居民的意见收集。开始的第一天，怀着极度兴奋的心情，可是事情总事与愿违，我面对的资料很多很多，无从下手，也花了较多的时间，做了许多无用功。之后整理资料的任务多了起来，也慢慢领会到了诀窍，知道怎样节省时间，怎样挑选对我的实践课题有价值的资料。

而在收集资料的过程中，与社会人士的交流也成为了我需要加强的一方面，再次过程中，我接触到了图书管理员、文体站站长等，虽然他们很欢迎我的到访，我自己总是感到害怕。第二项内容是参观场馆以及与工作人员交流。近几年，淀山湖镇的活动场馆建设有了很大的作为：新的市民活动中心、新的小剧场、正在翻修的文化表演舞台等等，都是淀山湖镇文体活动发展的标志，我也借此机会向工作人员询问一些问题，比如：什么样的活动比较受群众欢迎、哪些假期的活动参与人数较多等，得到的回答是：文艺表演类的活动比较受欢迎、国庆端午时举办的由群众自己为主角的特色活动参与人数较多。

第三项内容是设计调查问卷并进行抽样调查。首先要做的工作就是设计出来问卷，我在互联网上收集了许多相同类型的调查问卷，再根据自己的课题加上了符合淀山湖镇活动的具体情况，设计出来了调查问卷。之后再根据年龄段进行了问卷调查，十份问卷分发给了60岁以上老年人，70%的老人对淀山湖镇开展的文体活动感到满意，但仍然希望开展一些文艺表演类的活动;另十份问卷分发给30岁以下的年轻人，80%的回答者对活动的开展感到满意，希望有关单位可以多多举办一些适合年轻人的活动，如运动会等活动。可见，通过问卷调查这样的手段，可以清楚知道群众的意见。最后一部分是我觉得这段时间学到最多东西的一个阶段：亲身体验多个不同类型的文体活动，比如：篮球赛、戏曲周表演、观看社区的活动等等，在实际的活动中体验到了观众的热情和表演人员的辛苦。

**暑假社会实践活动过程与总结篇十九**

为了更好地了解社会，为了更好地锻炼大学生的能力，\_\_林业科技大学涉外学院“大学生绿色\_\_行”小分队在\_\_龙山县苗儿滩开展了“绿色卫士”和“乡土文化”的暑期调研活动。

在调研中总有那么些有趣而感动的事情发生，真是耐人寻味。活动过后，我反复回忆，思索这一路的点点滴滴，在调研过程中，我们有愁苦、分歧，但更多的是欢乐、团结，所以也有沉甸甸的收获。

活动中，我们顶着烈日，冒着大雨，感觉很累，虽然有时有怨言，但是还是挺过来了。在走访调研的时候，我们受到了村民的的热情接待，他们力所能及的为我们提供资料和帮助，对我们也是大力称赞，并且有时留我们吃饭，这让我们很是感动。但同样，由于村民以老人居多，文化程度不高，所以对我们活动也不是很了解，因此婉然拒绝我们的调查，我们也是可以理解的。总的来说，他们大多对我们的活动还是相当重视的，并且认真听我们的解答，我们表示很是感谢!

活动“绿色卫士”，主要是了解当地的生活垃圾处理方法。在走访调查中，村民也很友善，为我们提供有价值的信息，让我们知道了当地垃圾处理就是随意倾倒在捞车河中。额~~这样的处理肯定会造成水污染，对环境是很不好的。因此，我们给他们讲解了垃圾随意丢弃的危害等等知识，给他们发放《绿色乡村》手册，并且在当地修建了一个垃圾池，希望村民能够将生活垃圾倒在垃圾池中，以免造成环境污染。

活动“乡土文化”，主要是了解当地土家文化的流失情况以及保护措施。当地村民大多是土家族的，因此对这些都比较了解。在走访调查中，他们也很热情地接待我们，认真倾听我们的提问。虽然言语交流会有困难，但是只要耐心，认真引导他们，还是可以顺利完成问卷的。在与他们的交谈中，我们知道了不少当地的土家文化，比如“摆手舞”，让我们受益匪浅。还有他们也很乐意与我们交谈，这也让我们心里乐滋滋的。

在调研过程中，让我明白了“艰辛知人生，实践长才干”的道理。通过调研，让我开阔了视野，并且认清了自己的位置，发现了自己的不足，感受到了团队合作的乐趣。“千里之行，始于足下”。调研活动对我走向社会起到了一个桥梁的作用，它将是我人生一段不可或缺的重要历程，可能对以后的活动也有巨大的帮助。

在调研中有艰辛，也有欢笑。虽然有收获，但是所学也只是开始，新的考验和抉择要奋斗不息。选择我爱的，爱我所选择的。即使遇到困难也要付出自己的努力，不能让自己年轻的时光留下什么遗憾.......

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