# 2024年大学生暑期社会实践活动总结(5篇)

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2024-07-30

*总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意...*

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**大学生暑期社会实践活动总结篇1**

在成都，西安十一所高校的学生，一起参与这次活动，对活动深入了解，并确定安全问题后，我下定决心参与了这次活动，让自己过一个有意义的，不平凡的暑假，挑战自我。

虽然报名的老师一直强调这次活动的艰辛，此次活动是不带一分钱，自己挣钱养活自己，会露宿街头，睡地铁站。我很坚定的向老师许诺，我会一直坚持不抛弃不放弃的精神，一直撑到最后。报完名后，我就一直在期待活动，并耐心等待着。因为要适应各个学校的暑假安排，活动定在了8月6号到8月\_\_年一度的七夕佳节我们去了西安寒窑，此次任务是向情侣买我们亲自制作的情书，结果成绩还是不太理想，我们以第六名的成绩，再一次睡在公司。但这并没有打到一个积极的团队，我们会继续加油，奋力搏击，反败为胜。

4号我们去西安百度公司进行参观，在此次活动中，我近距离的接触到了平时搜索的百度是怎样的运营模式。感觉很激动，也觉得很不赖，我也开始对其所涉及的搜索营销有了很深入的了解。可谓价值不菲的参观。

5号，我们队分到省博物馆卖西安地图和湿纸巾，大家很有激情，终于取得第二名的成绩，并获得了进步奖三百元元奖励，负债没了，如释重负的感觉油然而生!不错威武，第六组，老师打趣的说第六组屌丝逆袭了。确实，这一切的艰辛和感动只有我们自己最清楚。

我们为了答谢在这几天中帮助过我们的人，决定在7号举行裸奔西安大学生城市生存挑战答谢商务酒会。6号我们便忙活起来，布置会场，租礼服，鞋子，每个人都有任务，而我则有幸获得机会，在酒会上吹奏最拿手的葫芦丝，借此献上我们最诚挚的感谢和敬意。

7号，我们答谢酒会如期开展，男生各个穿的英俊帅气，女生各个婀娜多姿，到场嘉宾各个光鲜亮丽，真正的商务酒会华丽开展。作为来自民族地区的我，则带大家一起载歌载舞，好不热闹。就会在愉快的气氛中结束，感谢帮助过我们。给与我们支持的好心人。有了你们，我们得以经历风雨，体会社会中的真善美，感受社会生活的不容易，从此坚定我们奋斗，艰苦学习，在学成毕业，进入社会，有良好的条件屹立社会。8号，9号，老师带我去了一些著名的景点去参观，体验西安的魅力所在。美丽西安。我来过。20号依依不舍得挥别这么多天并肩战斗的战友，踏上了回成都的路途。

这次暑假，我成功的挑战自我，获得社会各界的认可和支持，期间许多媒体对我们的活动标准、是理解和大力支持，还有赞扬。在活动期间，还受到了西安人民日报的跟踪采访和报道。

我收获了一帮优秀的伙伴，锻炼了自己的沟通，与人交往，丰富了自己的社会经验。这个暑假很精彩，我很庆幸自己参加这次活动，在活动中，我的胆量，营销能力和实践得到了丰富提升，不虚此行，没有遗憾。实践改变了我，我要继续实践，突破自我，传递正能量。

如海伦.凯勒所言：“人生要不是大胆的冒险，便是一无所获。”

总结下来，我的社会实践，有冒险，有青春，有痛苦，欢笑与泪水交织，累并快乐着!

**大学生暑期社会实践活动总结篇2**

对于这次暑期实践，虽然也就短短的10几天，可是在这10多天中的时间中，我逐渐的发现了些我的一些不足与缺点，一些经验与知识，同时团队中的家的合作与共同的努力让我更加的明白团队的重要性。

刚开始实践之前，我们似乎对我们的课题都处于一个迷惑或者缺乏足够的认识，总是找不到课题的开展口径，但随着大家的努力，通过图书馆以及网络资源的充分利用，我们逐渐的对垃圾处理与回收这个研究课题有了充足的认识，因此对于暑期实践的各个环节大家通过仔细的讨论做出了缜密的计划与部署。所有的成员都对这次活动充满了好奇与信心，大家都想早点的开展活动，以便更多的掌握深圳垃圾的更多的信息。

工作中需要不断地丰富知识，在这里我们还能学到一些为人处世的经验,一开始我们就注意到如何处理好与环卫工人之间的关系的问题.而这确实是一个很重要的问题.在我们所在的垃圾场里有很多工人,而每个工人的性格品性又都不一样,只用与他们相处好,我们的工作才会很顺利,而处理不好就会有很多不愉快的事情发生,这些东西是课本上没有的,却有比知识更重要的事情.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。正是在实践的过程中我通过观察发现自己在课本学校学到的知识不能与之符合，从实践中让我学到了更多的知识与教训，明白的许多的道理，让我知道不能太固执学校学到的东西，要和社会实践中相结合，学以致用，才能发挥知识的重大作用

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。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与团队成员的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

终于到了实践的时候了，大家出发前都做好了充分的准备与部署，大家分工明确，都想好了自己的责任与任务。在南山垃圾处理场进行垃圾分类的过程中，大家都坚持到最后，面对苍蝇的飞来飞去，垃圾的恶心与难闻味道，大家依旧是没与抱怨，默默的分类垃圾，这个时候大家都没有了以前的矜持与卫生，带上口罩和手套就这样细细的把各种各样原始的复杂的垃圾进行了仔细的分类，并一一作了记录与称量。最后工作结束的时候，大家都身心俱累，一个下午与垃圾的亲密接触让这些生活在安逸的环境中的我们感受到了异样的滋味，大家一个下午的劳动，结束后队员们都很疲累，但大家对于自己能坚持下来都感觉到一种成就感。

对于去西水沟垃圾处理场的考察可以说无功而返，到了那里没有人搭理我们，不理睬我们的话，看到垃圾场的工人不带手套就这样用手直接拣值钱的垃圾时候我们被深深的震撼了，在一米高的几千平方米的压缩过的垃圾堆中有200多人在那用手直接的接触去拿那些沾满污垢和有异味的垃圾，当我们上去询问与交流时候却没有人搭理我们，他们的眼睛与心思全部在那些一车车刚拉来的垃圾里，希望丛中多拣点垃圾去卖钱，看到这些，我被深深的震撼了，在繁荣的深圳这个都市中，依然存在着这么一群为了自己以及家人生活而做这些工作的人，对于这些生活在社会地底层，感受不到繁华的城市的那些方便与快乐的人来说，生存依旧是他们的头等大事。他们没有多少娱乐，他们更多的是想多弄点垃圾好改善家人的生活，看到这些忙碌的身影我没有语言可以表达了，我的心真的很复杂，如果没有这次实践可能我永远也去不了那个地方，可能我永远也了解不到社会中还有这种职业的存在，还有在这种异味熏天积水遍布苍蝇横飞的环境中工作的工人，想到这些用语言却不能表达出来我的感受......

对于这次实践我依旧很赞赏大家队员的那种团队精神，大家在外面一起工作吃苦，一起明确的分工，一起激烈的讨论课题的研究与报告，一起共同面对实践中的困难，让我切身感受到团队这俩字的重要性，很多事情没有了团队的协作什么也做不了，这可能就是团结就是力量吧

每年暑期期末考试之后很多同学不是直接回家而是去参加社会实践。大家从社会实践的活动中获得了乐趣，感受到了自己的成长。大学生参加社会实践活动，非常希望社会各界都能够支持大学生的社会实践活动，为大学生的健康成长共同创造一个良好的环境。事实上，青年人的成长尤其是大学生的培养，是全社会共同承担的一项重要任务，是国家的未来，不仅仅只在大学生开展的。这些年来，很多有远见的企业、单位都积极的支持，给予了我们的大学生朋友很多的帮助，让更多的大学生能够学到更多的知识。

实践就是要通过对社会实际需要的了解，学会综合运用知识，通过在社会实践过程中，培养协作能力、组织能力以及团队精神、吃苦耐劳、甘于奉献的品质，就是要通过运用自己所掌握的专业知识，为社会作出具体的贡献。所以，这也是一个大学合格毕业生所应达到的要求，这正也是我们实践所要努力达到目标。

暑期实践结束了，10几天的时间我没回家在学校参加这次活动，这次活动让我的原先一些想法改变了许多，改变了一些认识，通过这次实践我学道的不只是环境方面的知识，刚多的是我在这次活动中所感受到的各种遇到的情况与认识，以后的生活中尽我最大的努力减少垃圾的产生，为垃圾的减少做自己的一份力量......

**大学生暑期社会实践活动总结篇3**

小学利用暑假时间通过广泛组织学生开展丰富多彩的道德体验和社会实践活动，让学生走进社会、了解社会，激发同学们过一个有意义的暑假，并以自己的实际行动为身边的人和身边的社区做力所能及的贡献。

暑假期间，全校同学在少先队大队部的组织下，因地制宜，积极深入所在社区开展形式多样的实践活动，为灿烂的夏日再添绚丽的色彩。20\_\_年暑期，东岗小学社会实践活动的宗旨是让学生在实践中学会奉献、有所启迪、健康成长、全面发展。

针对低年级学生年龄小学校希望每位同学努力做一个理解父母、关心父母、孝敬父母的好儿女。在假期中，每个孩子，每天做一件好事，这就叫日行一善，可以为父母洗一次脚，捶一次背，洗一次头，谈一次心……并可走进社区，为社区的长辈奉献爱心。(要求：每位同学自制一份爱心储蓄存折，存折中记录自己献爱心的心得体会或是拍一张实践活动的照片，并写下自己的感言。)

高级学生已经适应小学学习生活，掌握相应的生活技巧，为了进一步培养学生爱科学、学科学、用科学的精神，学校建议他们根据周围同学分布情况，成立兴趣小组、观察小组，开展小发明、小制作活动。用眼睛去关注身边的浪费现象，尝试做“小倡导员”，用言语和行动让周围的人真正地树立起节约的意识，爱惜每一滴水，爱惜每一张纸，节约每一粒米，节约每一度电，收集废旧物品，变废为宝，制作环保小制作，开学后每班上交大队部5份精品，进行全校评比展览。

在将近两个月漫长的假期中，东岗小学的孩子们除了休息和学习外，‘欢乐文明进社区’学习实践活动;‘阳光一小时’户外体育锻炼活动;‘学礼仪、讲道德，做文明少年’活动;等系列丰富多彩的暑假社会实践活动，不仅培养了自己的生活自理能力，增长见识，开拓视野，还可以了解社会，学习本领，增强社会责任感。东岗小学丰富多彩的社会实践活动不仅加强了学校、家长和社会之间的紧密联系，而且进一步深化了小学阶段素质教育，赢得了广泛好评。

**大学生暑期社会实践活动总结篇4**

这是我进入大学后参加的第一次社会实践活动，在整个过程中自己收获了很多。记得一开始自己犹豫了好久，但最终选择了参加了学校团队的社会实践活动，结果让我得到了曾经没有的社会经验，也让我知道了很多

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终只有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。其实。平时我也是一个容易动摇不定的人，不过这次和学长们一起合作，机会难得，我坚持了下来。我知道要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，形成了问卷调查。其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，不过当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。所以从这一过程中我知道做什么事都得认真对待，认真考虑。

差不多七月六号我们就开始行动了。来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还希望我们能够给上级领导传达相关问题。接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。

小孩老人都那么让人容易亲近。不过我也遇到了不理我的情况，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，不过我还是走开了，自讨没趣。其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。可能是别人正忙或心情不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。对比整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们可以遇到形形色色的人，此时我们更应该学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备“医疗卫生知识抢答”晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也积极踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还积极参加“关注农村，关注人民的健康”的签名活动。

对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。第二，增强了我的自信心，让我觉得自己只要好好准备了，一定能把事情做好。再次也让我发现了自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应玚能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应了过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。

最后我们还帮园林社区做了一个安全感方面的的问卷调查。圆满地完成了任务。

通过本次社会实践活动，我得到了很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说了。他们充实着我，增强了我的自信心。

以上便是我参加本次活动的个人总结，收获不少，在学习，工作，人际关系等各个方面，让我结识了更多的朋友，满怀信心地走进这个社会。

**大学生暑期社会实践活动总结篇5**

回忆起这个或许是人生中最后一个暑假，我觉得自己过得还是很充实的。

刚放假的时候感觉很开心，毕竟在家的感觉和在学校是完全不同的，说的不好听点：不用自己去整理日常的琐事，可以说是衣食无忧。可这好日子没过几天我就感觉呆不住了，一个是太无聊了，整天上网，不是玩我的魔兽世界就是看电影什么的，还不如学校的生活有趣，可能我们年轻人还是喜欢热闹吧，至少我可是过不惯安逸生活的。另一个就是我想买台笔记本电脑，方便工作学习。

于是乎，我和我的同学相约去找工作。我们到镇上，东转转西看看，一看见招工告示就进去询问。可是这些店不是要女员工就是不招暑期工，我们不禁有些着急了。最后终于找到一家咖啡店，进去问了大堂经理，她说可以招你们，不过现在还没开始招工，你们到7月11号再。当时我们没这种招聘经历，就知道了一天7小时工作时间，40元基本工资，也没问要不要先填表、留个联系方式什么的，就这么傻乎乎的回家了，到家还炫耀自己找到工作了呢，爸妈说你们估计没戏，我当时还不以为然了。日子过的很快，转眼到了11号。我和我同学很早的就去了那家咖啡店，找那个经理，结果她不在。另一个经理(具体做什么的不知道，姑且也称他为经理)跟我们说“昨天已经招满了啊，你们怎么今天才?”我当时就懵了，我说我们和另一个经理说好今天过的，她说今天才开始招人的。他就问我们有没有填表(我这才知道这里的暑期工也要填表的)?那个经理可没让我们填啊，我们没辙了，只能撤退。

结果第一次去找工作就碰壁了。

回到家，我爸说你们工作怎么样呀，我闷闷不乐的说“没了”。我爸笑着说“就知道你搞不定，我帮你找了个和你专业对口的工作，去不?”那时候我就想啊，到底去不去呢?再自己找就快不及了，时间不等人啊，暑假就这么长。于是我又向爸爸仔细问了下具体情况，得知那家厂是我认识的一个叔叔开的，是我爸爸的老朋友。我想认识的总归好办事啊，第二天就和我爸去了。

到这家厂，我一看，嘿!熟悉，有我学过的普通车床。我想这下好了，要做回老本行喽。不想跑上去老板就叫我先做钻床，在那钻孔。

这活说容易吧也容易，说累人吧也确实累。因为一方面它可以坐着干活，可另一方面要眼睛不停看好，不能钻错，速度要掌握好，慢了没效率，快了容易断，而且不是钻一两个，而是近千个啊，那可不是随便做个几个小时的事情，做了天，我终于把那些工全做完了，老板看了眼睛一亮：“小伙子速度好快啊，都赶上老员工了，明天做仪表车床吧。”我心想仪表车床是什么东西，怎么没听过啊。这第二天，我过去一看，竟然是和两只桌那么大的车床，我还以为是什么先进东西呢，那机床竟然是用手拉控制进给速度和尺寸的，我还给它起了个别名：“拉拉车”。话说我这么拉啊拉、拉啊拉，拉了我足足半个月有余啊，真的是又无聊又累人。到了后，终于把那些可恶的工“拉”完了，我真是快崩溃了。之后老板就叫我做数控车床了，那东西我还没学，他们编好程序，我则当起了操作工，加加料而已，这活就是轻松啊，和前面做的不能比，把工放进去，按钮一按，坐着喝口水，过会它就做好了。当时我就想我开学学数控的时候一定要学好它，出工作就轻松多了。数控车床是我在那做的最后一种工种，后我就回家休息了。中间还和他们去做过装卸工，一天装装要好几吨的东西，可把我累坏了，还好只是难得，不然我骨头都快散架了，毕竟长这么大没做过重活，一直在爸妈的大树下乘凉。这家厂里一个月有一次聚会，到饭店吃的，平时请人烧菜做饭，伙食很好(所以做了这么久我反而重了斤)，这些都是比较不错的待遇了，我想一般厂里没这么好的水平吧。

做了一个多月后我就回家休息了，笔记本买好了，准备准备，玩个几天也就快去学校了。说实话还是挺想念学校生活的，可惜啊，这是最后一年了，之后就要实习毕业了。这次打工也让我提前感受到了将工作的艰辛，父母赚钱的不易。让我做好踏上社会的心理准备，我觉得这种经历对于我们这个年龄的孩子说是一种财富，你即将用得到的财富。

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