

课外活动实践总结 社会实践自我鉴定(优秀6篇)

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。那么，我们该怎么写总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

课外活动实践总结篇一

今年的暑期我没有像往年一样早早回家，而是参加了我们学院的暑期社会实践服务团，也就是所谓的“三下乡”。我们在学院领导的关怀下，在院团委的支持下，我们“追寻红色足迹”暑期社会实践服务团的活动已经圆满结束。

回顾三下乡那段难忘的日子，我们一起唱红歌，一起冲凉水澡，一起吃那么“可口”的饭菜，一起教导孩子们，一起的日子真的很难忘啊，留给我们的不仅仅是感动，还有成长，经历这一段日子，我感觉自己长大了，变得成熟、勇敢、自信。

虽然我们在__镇吃了不少苦，但是我们应该感到高兴，因为我们付出的远远小于我们所得到的。这将是我們人生中一笔无比宝贵的财富，值得我们用一生来珍藏。

能够参加这次暑期三下乡，我感到那么的荣幸，短短的几天，我们33个人，开展了那么多活动，支教、宣讲、电影、调研、舞蹈、歌曲，我们用心为大家服务着，这个过程的点点滴滴，仍然历历在目。

在三下乡中，我们在例会上激烈的讨论，我们在不同的岗位

上忙碌，我们面对孩子的笑容。。。。。。那一个个完美的瞬间，都是成长的镜头，在三下乡的经历中，我们不断成长，而这种成长是如此的珍贵。

这次三下乡活动，不仅仅是一个好的平台，更是我们锻炼自己，接触社会的一个很好的机会，每个人通过这次三下乡都能收获很多学校所不能接触的，我在三下乡中收获了很多：

第一、团队

此次三下乡是由青年志愿者联合会和学生社团联合会的骨干组成的，来自学院两大学生组织。起始，我们大家好像分开的，不过到了后来，我们在一起工作，休息，吃饭，逐渐的变为一个大集体，成为了一个真正的团队，33个人来自两个组织，但是最后变为一个团队，良好的团队意思是一切活动成功的前提。我们是一个团队，一个集体。一切都应该服从，不论做什么工作，一切都应该为大家着想，为团队着想。

第二、关心

以前在学校里开展活动大家在一起，结束后就走了。从来没有说要一起很多天，在这次三下乡中，我们的一个伙伴安平华，临走的前一晚是他的生日，我们为他过了一个不一样的生日。他后来告诉我非常的感动，我懂得关心他人原来也是交朋友的一种方式啊。

第三、合理分配

我们加上指导老师共33人，有着海量的工作，如何高效的利用这些人力，把大家的积极性调动起来？那就要合理的分配工作，落实到人，这样才能有序，正常的开展工作，我们三下乡能够在短短的一周取得如此的成功，多亏了主席他们的合理安排人员，与仔细策划工作，才保证了大家能够发挥自己的特长，把工作完善到位。

第四、沟通交流

刚开始，大家都不怎么熟悉对方，甚至连名字都叫不出来，这就要求我们沟通与交流。每个人不断的都有新的想法和体会，也许是喜悦，也许是悲伤，经常和伙伴谈心，听听大家的心声，了解大家的思想，可以促进理解，同样也可以集思广益，或者分享彼此的喜悦。

第五、理解宽容

“金无足赤，人无完人”，每个人都有缺点，会做错事情。我们要学会理解与宽容，每个人的性格都不同，我们不可以要求其他人像自己一样做事情，更不能把自己的意愿、想法强加给别人。学会理解，包容别人，那样我们自己也会很快乐。

第六、财富

三下乡是我们人生中一笔宝贵的财富，在这里我交到了知心的朋友，认识那么多可爱的小朋友，为了我们共同为了一个共同目标，即使面对巨大的困难都用欢声笑语来带过。

孩子们的欢声笑语依然在耳边回响，大家一起放声歌唱红歌是那么的难以忘怀，早晨的面条虽然并不好吃但是大家并没有少吃，每天早上五点起来为我们烧水做饭的伙伴，被各种虫子惊吓的老师，与群蚊作伴我们依然谈笑风生，生日派对我们疯狂的追逐，满脸的疲惫也会放声高歌。因为我们觉得这所有的一切都是值得的，因为它是我们的财富，需要用我们用一生来珍藏。

短短一周的三下乡就这样画上一个完美的句号，心中有些不舍，又有所期待。这次三下乡也许有不足，但是正因为这样，我们更有前进的动力，这样我们的实践活动才是真正的是实践活动。

总之，这次暑期三下乡是非常丰富而有意义的，我在这次活动中收获了好多，这将是人生道路上的财富。

课外活动实践总结篇二

在理论与实践相结合的实习我已经进行三周实习了，我有一个非常深的感触：教师工作不容易，优秀教师的工作更加不容易。“要么不做，做就要做到最好。”这个信念一直铭刻在我心里，。我认为理论毕竟是理论，当真正进入小学生们的世界里，我才深刻的感到自己的能力还未能赶上时代的步伐。

在前一周的见习时间里，在有经验老师们身上，我学到了许多，也感悟到了许多，从老师们身上，我看到了园丁们散发出的耀眼光芒，给了我在实习生活带来了许多启发性思维。实习的一周中，我把备课与班主任工作作为重中之重。在备课方面，我要求自己做到深入教材，深入学生，顺应新大纲的教学方针，严谨而有创新思想。

班主任工作中，我把了解学生、深入学生、帮助和引导学生在做好作业的基础上改正一些思想上的错误，这一方面，我认为自己是做了一些成绩的。例如：有些学生在作业问题上已经有了新的认识，并以实际行动做出了回答。诚然，每个人都会有不足，虽然我一直严格要求自己，但实际操作过程中，还是出现了不少的不足之处。如在课堂中还没能够达到新教学大纲所提出的要求，课堂时间还没有达到合理分配。

没有最好，只有更好，我想我应该缠着这个方向努力。我相信，只要你付出了就一定可以得到回报！

在毕业临降之前，学校给予了我们一个实习的机会，为的是让我们对社会有所实践，我也非常珍惜这个机会，经过学校的安排，我到了xxx保险公司分公司，从事我不曾熟悉的保险工作，紧张，茫然，不知所措的感觉涌涌来之，但是我可以

克服，因为我坚信自己可以面对。

在工作期间我明白到，服务是企业的生存之本，服务质量的好坏不仅关系到公司业务的发展，还关系到公司的声誉以及未来。因此，我从未放松过对服务质量的要求和服务技能的提高。按照总公司“统一标识、统一柜面、统一形象”的要求。使客户来办理业务时感觉到更专业、更方便、更温馨，全面提升了。

课外活动实践总结篇三

今年暑期，作为一名学生，我x次参加了工作，虽然很短暂，只有一个月，可我真正体会到了工作的艰辛和不易。

相信家都吃过肯德基，不过在肯德基工作过的人不是很多。刚进肯德基的xx天，我以为这是一项很容易的工作，服务员们点点餐，收收盘子，做做清洁。可是等我接触到这些工作的时候，才真正知道这一切是多么的不容易啊。俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不知道这一项简单的工作她们要付出多少。

在肯德基上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在学校做考卷，死记硬背不能解决实际问题。我本来就极不擅长与人交流，在前台工作需要面对面的.与顾客交流，这对于我来说无疑是一个巨的挑战。在面对顾客时，我非常的紧张容易出错，我的速度总是比别人慢很多。看着同一批进来的同事们都适应了工作，越来越进入状态，我心里越来越着急，总觉得自己怎么那么笨，就是做不好，也越来越没信心了。我开始一直觉得自己作为一个兼职，那些全职会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是小心翼翼，生怕出错，可是事实并不是那样，她们对我都很好，很主动你忙... 很多人都很照顾“新手”，尽可能交你所需要的东西，这让我觉得很温暖。

然后我还是选择了去看厅，我觉得还是这里比较适合我。看着形形色色的人们，或安静的坐着，或相互聊着天。我收拾着厅，微笑着面对每一个顾客，默默地做着自己的工作，比在前台自在得多。由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了!哎...一直知道父母赚钱非常不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是...是...三个字：不容易!所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费!另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会!有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来!真得战胜自己，所以总有一种成就感!

总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心!!我所收获的只有我自己知道!

在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗?虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握!

课外活动实践总结篇四

能以积极的态度投身在实践活动中，并将自己在学校学到的知识在数控机床灵活运用。能虚心向工人师傅学习，服从安排。准时上下班，从无迟到、缺席、早退现象。

劳动中不怕脏、不怕苦，积极肯干。同时，还存在着一些不足：不能主动积极地向工人师傅请教有关机床的知识;在劳动休息时，不能像师傅一样主动清除车间的废料和垃圾。

以后，我要更加注意将所学到的科学理论用于生产实际之中，进一步学习工人师傅大公无私的精神，使自己成为“四化”建设的有用之材。

XXX

x年x月x日

课外活动实践总结篇五

今年7月到9月，我到xx县xxx单位进行实习，从中收获良多，我的对实习的理解是，个人到企事业单位的办公室学习处理日常的行政事务，熟悉整个企事业单位工作的过程，通过实践学习，使所学理论知识得到验证，培养灵活运用书本知识的能力，并且学到许多书本上学不到的东西，增长和扩充知识面，增加对社会的接触，为在毕业后能快速地融入社会打下基础。

工作上我积极主动，态度端正。实习期间，我主动要求到各部门了解学习，努力从多方面开拓自己的眼界。我先后去了财务管理科、招标办公室、计划财务部、人力资源部、办公室、法律事务部、设备管理科、法制办公室等主要业务部门。通过学习书面材料与与各部室人员的交流，我现在已经全面地了解了本单位科室的主要职能和重点工作，还协助完成了一些她力所能及的行政事务工作。这种积极主动的工作态度获得了各科室人员的一致好评。

实践学习上谦虚谨慎，勤奋好学。实习中我注重理论和实践相结合，将大学所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取同事的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，灵活运用自己的知识解决工作中遇到的实际困难。

实习这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走上工作岗位做好准备。

我认为，在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己，把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：“从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。”

虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切！

课外活动实践总结篇六

在放寒假期间我参加了广平乡大曲村的几项调查活动。在调查期间让我感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦。在实践期间我主要做了以下的工作。

我们调查了大曲村受教育状况，村民中有30%的人受过初等教育，10%的人受到过高等教育。现在村里只有20个高中生。如今儿童的上学年龄限制到6岁，但有80%的孩子八岁才上一年级。

我们还调查了农民的生活状况，据调查村民的粮食、蔬菜、肉制品都自给，只买一些油盐酱醋。因此大部分家庭每月生活费在200元左右。

经过这一段时间与乡亲们的接触，我深深地感到：农村对教育的重视程度比起城市有过之而不及。甚至越是贫困地区的人们对教育的渴望越强烈，教育滞后的根源不在于观念的落后，而在于经济的落后。

在我们调查的家庭中有70%的家庭的2/3家庭收入用于孩子的教育。绝大部分的家长非常希望孩子能上到大学。我依然清晰地记得乡亲们朴实的话语。搞调查时，他们总说：我的孩子能向你们一样就好了，其实我们这么辛苦啥也不图，就希望他们多学点东西，找一条好的出路。还记得有个老汉对我们说：俺孩子能上到哪。我供到哪，就算砸锅卖铁也得上。由此，我们转过头来想一想，一个地区是否重视教育单凭入学率或人口文化水平来衡量吗？答案是否定的。对于农村来说，判断让人们重视教育程度的标准应是他们用于教育的开支所占家庭收入的比重。虽然农村地区经济落后，但也正因为落后他们比城里人更渴望受到教育，更渴望个个都考上大学！当你看到大曲村的乡亲们省吃俭用供孩子们上大学的时候。你还会说他们不重视教育，还在扳着手指头数有几个失学儿童吗？那么盲目地给老少边区扣上不重视教育，教育意识淡薄之类的帽子是不是过于武断，是否含有某种歧视成分呢？不是因为我是一个农村的学生，我才说这样的话，而这是我们调查的真实情况，而且在这一方面我有过亲身的体验。

从开始调查到调查结束。我的心情经历过一次次的万千感慨，一遍遍的心潮澎湃。在与乡亲们从接触到磨合再到打成一片，乡亲们对我们关怀备至，待我们如亲生儿女，我们体会到乡亲们淳朴的情怀，也感受到农村对知识的渴望，对富裕的渴望。面对这份慎重的情谊。我们都想尽自己的最大努力为大曲村的乡亲们做出贡献。但是对于有一些想法的我只是想得到却无能为力帮助他们。然而现今我们只能在宣传大曲村成功的经验同时，提一些不够成熟的建议。

通过几天的实践，我们发现该地农民的经商意识非常淡薄，或许是受传统观念影响太深。其实，逐步使他们转变观念对

经济发展是有重要意义的。

在我们调查完了以上项目之后。我们还参加大曲村旱灾的调查。自xx年10月以来，持续的干旱，无有效降水。使大曲村遭受了百年一遇的特大干旱。在我和村委会成员参观过程中。我们主要调查了，旱灾对越冬作物的影响，如何应对特大旱情。目前为止，随着春灌的展开，小麦的干旱可以得到有效地缓解。