

最新寒假实践活动总结美篇 寒假社会实践活动总结(精选8篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。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。

寒假实践活动总结美篇篇一

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。20xx初始的冬天，这是我进入金医学院的第一个寒假，美丽的医学院，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到兰溪市中医院见习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，也就只能跟在那些富有实战经验的医师和护士后面虚心学习。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着圣洁的白大褂，戴着干净的口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

因为所学知识有限，我决定先从最基础的护理工作做起。

看起来简单的护理工作，真正做起来却让我有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

虽然都说见习生只需要看看就好，但是这些前辈们都觉得既然来了医院实践就要学点东西。不像之前同学告诉我的，他们并没有自顾自地做自己手头的工作而不理睬我。护士们让我协助她们接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

想想这些天自己表现出来的稚嫩，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

寒假实践活动总结美篇篇二

在这个快速发展的社会，对于我们当代大学生来说，竞争是非常严峻的，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅要能够驾驭新科技、具有创新思想，更要有将科技运用于实践的能力。

所以，在这个寒假我决定并进行了社会实践。想通过自己的亲身经历体验社会，让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，找出自己在社会上的不足和差距所在。为了能在帮助他人的同时锻炼自己，因此我选择了去乡村卫生站做义工来完成我的社会实践。

由于乡村医生职业的特殊性，我的义工内容就是在医生出诊时帮忙提一些药物与工具，给等待就医的村民送杯开水或是给已经就医的村民讲讲药物的用法用量，将货架上的药物摆放整齐，帮忙打扫卫生站的卫生，让卫生站保持干净整洁舒适等一些我力所能及的事。当然，在闲下来的时候我也会和医生、患者还有一些村民聊天，从中去了解一些问题和意见。

在实践的这段时间里我学到了很多在学校里学不到的知识，锻炼了自己的实践能力，加强了自己对社会的认识，积累了

不少社会经验，并在帮助了别人的同时快乐了自己。从我接触的每个人身上我学会了许多交流经验和人际交往的方法，加强了自己的沟通与人际交往能力。并且在与人的交往中要真诚，别人给你的意见，要虚心的接受。对待任何事情都要有耐心和自信，要相信自己一定能做好遇到困难时要学会坚持，并努力的去克服困难。

在这次实践活动中我还得到了意想不到的收获：

我发现我在把关怀带给别人的同时，也传递了爱心，传播了文明。并且我相信这种“爱心”和“文明”会从一个人身上传到另一个人身上，最终会汇聚成一股强大的社会暖流。社会的进步需要全社会的共同参与和努力，只要越来越多的人参与到服务社会的行列中来，对促进社会进步一定有很大的积极作用。

虽然寒假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我带来的巨大影响却远没有结束。它使我走出校园，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。

一个多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。

在卫生站做义工给我印象最深刻的就是，这里唯一的医生对待任何人都十分和蔼可亲，村民来看病他总是很细心，患者有什么不懂的，他总是耐心的讲解直到患者明白为止。出诊时也只是让我提一些很轻的东西，其他的都是他自己提着。因为卫生站里只有他一个人，所以他的工作很琐碎，但我从未听见他抱怨过什么。村民们对他更是赞不绝口。

通过本次乡村卫生站的社会实践活动，虽然提高了我的综合素质，锻炼了我的能力，并在实践中成长了不少；但在实践过

程中，我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。

回到学校后我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，磨练自己的同时让自己了解的更多，为今后真正的踏入社会打下坚实的基础。感谢卫生站医生给我的这次实践机会，让我学到了这么多！

寒假实践活动总结美篇篇三

寒假学校实践活动总结 在寒假时学校的同学需要进行实践，那么在进行实践活动之后应该如何做好总结呢？下面是分享给大家的寒假学校实践活动总结，希望对大家有帮助。

篇一：寒假学校实践活动总结 梅开春烂漫，竹报岁平安。愉快的寒假生活已经结束，为了让每个少先队员度过一个“安全、充实、健康、文明”的假期，结合慈溪市少工委有关工作要求，2013年的蛇年寒假，西二小学少先队大队部为孩子们制定了“践行尚德教育 欢度蛇年寒假”的活动方案。

开学伊始，孩子们带着微笑，带着寒假的收获回到了春意初显的校园，交上了一份令人满意的“寒假答卷”。

这次寒假活动，大队部分四部分要求学生过一个有意义的寒假。

一是开展“尚德”活动，奉献一片爱心，争当“尚德小标兵”。要争当“尚德小标兵”得从三个方面入手，那就是“敬老人，孝父母，爱同伴”。孩子们通过送老人礼物，给老人表演节目，陪老人吃饭等形式给村里的孤寡老人带去了春节的喜气；通过帮助父母劳动，对父母说感谢等形式向父母回报了恩情；通过为同伴制作贺卡、礼物等形式增进了同伴

间的友情。这项活动，全校有 335 名队员参加活动，大队部择优选出了 64 位“尚德小标兵”。

二是开展实践活动，发扬传统美德。大队部鼓励学生积极参与社会实

践活动，争当“小小践行家”；合理利用压岁钱，争当“小小理财家”；学会当家作主，争当“能干的小管家”；开展环保活动，争当“环保小卫士”。队员们通过照片、写理财经、制作环保作品等形式，认真完成了这项活动。

三是开展读书活动，建设书香家庭。大队部给各个年段推荐了优秀书目，建议全体学生寒假读好书，好读书，争当“小小阅读家”；一到四年级找爸爸读、找妈妈读，争当“书香家庭”；五、六年级读书写感受，争当“未来小作家”。队员们用照片、读后感的形式，充分展现了自己过了一个有意义的寒假。

四是增强自护意识，加强安全教育。要求队员们做到绿色上网；欢度春节；注意安全；文明卫生。

这次活动的展现形式除了发各类奖状外，大队部还把各项资料收集起来，制作成手抄报在橱窗展出。最特别的是，大队部还将精美的贺卡、礼物、环保作品等收集起来，进行了一次展览，号召全体队员利用中午时间参观各类优秀作品。队员们在欣赏交流的同时，也得到启发，为下一次的`寒暑假活动储备了知识和能力。

篇二：寒假学校实践活动总结 走过沼泽，才知道陆地的坚实；通过合作，才知道团队的力量。人们常说大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会，我们不再是象牙塔里不能经受风吹雨打的花朵，通过这次社会实践活动，让我学到了很多的东西。

最初的开始有迷茫，我们收获的是坚定。

设计问卷时，原先计划用四个小时完成的任务用了将近六个小时才完成，因为我们对问卷的设计一无所知，从查阅，调取资料，选择问题是都不是一件很快就可以完成的事情，但大家都没有怨言，耐心的选择，设计每一道问题。直到天色已晚，才设计完毕。本来我们认为这是一个简单的事情，没想到过程却让我清醒的认识到任务的艰难。但看到调查问卷印出的那一刻，心里却是坚定，我相信我们一定会做好。

最大的考验是寒冷的天气，我们收获的是坚持。

记得那天在曲园做调查问卷，寒风凛冽，大伙们都瑟瑟发抖，但是还是坚持着。面对着来来往往的人们，无论寒风多么刺骨，大家都微笑着去面对每一个人，相信微笑是最好的法宝，能够让匆匆的人们拿出宝贵的时间为我们填一下调查问卷。我们都被拒绝过很多次，即使拒绝，也要向人家说一声打扰了。但是我们不放弃，就这样，一个早上，我们就完成了近400份的调查，手里沉甸甸的，是喜悦，是自豪，是团结的力量。

最乏味的事情是查找资料，我们收获的是耐心。

抵御住寒冷的考验之后，在查找资料的过程中却最使我们烦躁。对报告的形式一无所知，对接下来的工作毫无头绪，对在哪里查找更是一头雾水，这一切都在消磨着我们的耐心，我们想过要逃脱，想过马马虎虎过去算了，但最终我们还是坚持了下来。我们深刻的感受到，有耐心才能做好工作。

沟通是最重要的事情，在沟通中我们收获了最多。

最任何工作都离不开沟通，这是我们最大的感悟。最整个过程中，因为我们性格的不同，意见的分歧，我们有过争辩，彷徨，迷茫，正是不断的交流，才让我们的分歧越来越少，

在大家的沟通下，我们分配好任务，使每个人的工作更加清晰。尤其在回家以后，交流与沟通更成为至关重要的东西，我们在沟通中进行商讨，在沟通中互相鼓励，身在不同的地方，却依然团结。

从找队员到团队之星成立到现在，在这个过程中，我们有欢笑有彷徨，想过放弃，但更有有坚定的信心。通过社会实践的磨练，我们会深深的认识到社会实践是一笔财富，社会是一所更能锻炼人的综合性大学，通过社会实践我们能学到很多书本上学到的东西，我们不再是只会纸上谈兵的学生，我们参与社会，融入社会，更加锻炼了自己，我们更加深刻的认识到了团队合作的重要性，相信我们会在一次又一次的实践中成长，努力成为一名优秀的大学生，创造一个美好的未来。

【寒假学校实践活动总结】

寒假实践活动总结

寒假学生实践活动总结〈最新〉

寒假实践活动个人总结

学校劳动实践活动总结

对于寒假实践活动总结优秀范文

寒假实践活动总结美篇篇四

一、实践目的这是我第一次经历社会实践。我实践的单位是我姑姑的一个生活用品专卖店。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。亲身体会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。

二、实践内容

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。

在我得到了姑姑的允许，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。

作为信息管理与信息系统专业的学生，对信息的把握自然要比较看重，所以在我观察了姑姑的店面后觉得如果在店面显眼的地方贴上海报可以给人耳目一新的效果，于是便分类照下店里的商品用电脑装饰后做成海报，这样客人在看了后心情也比较好，觉得有很多选择，销量就提高了。此外，还在临近的村落作了宣传，让的人知道姑姑的店，扩大客源。

三、实践结果

虽然销量有所增加，但有待进一步证明是否是我努力的结果，但一定的影响是有的。

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。

我还建议姑姑可不可以提供送货上门的服务，姑姑说我们是小本生意，不用弄得这么麻烦，况且现在人手也不足。

而随着农村经济的发展，当电脑成为日用品的时候，我还想当我的专业知识到达一定程度后为姑姑的店制作一个xx□我相信那一天会到来的。

当务之急是努力学习自己的专业知识。还要利用做项目的机会巩固修正自己所掌握的知识，不断提高自己的能力。

四、实践总结或体会：

中国的经济飞速发展，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，也有了新的挑战，刚学到的知识可能马上就会被淘汰掉，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在实践的这时间内，我接触到各种各样的人和事，有很多东西都是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，不会有人告诉我这些，我必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到。在学校，虽然有很多社团，但毕竟学校是学习的场所，学习的氛围更浓重，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，提高自己的能力！都说大学是一个小社会，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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

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。在今后我要参加的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的，使自己未踏入社会就已体会社会方面。

寒假实践活动总结美篇篇五

其实从懂事以来，我就一直有自己去工作赚钱的想法，想自己动手，走进社会感受下打工的滋味，因为在从未工作过的我的眼里工作是件容易的事，而且还有钱收入，所以在我眼里打工是一个美好又实在的活。

但我从读大学之前，我都没能有机会去实践一下打工的滋味，爸爸妈妈的不允许，也许觉得我还年幼，不放心让我一个人出去外面工作。现在不同了，我都已经是大学生了，爸爸妈妈都知道大学生一定要学会自立自强，独立生活，不能再做温室里的花朵。他们知道是时候让我学会独立自主，自力更生了。

所以当大一第一学期过后，学校要求我们利用寒假时间出去外面打一下工，让我们在社会上锻炼一下我们的实践能力，让我们体验一下什么是社会的时候，爸爸妈妈无条件地接受学校的安排，还非常欣喜地赞扬学校教育的全方位。我当然也很高兴，因为我一直有自己亲自去工作的想法，且脑子里

一直认为出去社会工作是件很好玩的事。

可是，当我真正出到外面工作的时候，才发现自己之前的想法是多么天真，多么无知，才发现打工是件很不容易的事，也不是什么好玩的事，但我明白工作里所学到的会是另一种美好的形式的存在。在找工作与工作期间，我的思想有了很大的变迁，懂得了很多，也感悟了不少。下面就是我找工作，工作和工作后的经历与感受，这是我人生很珍贵且十分美好的财富与收获。

爸爸妈妈放手让我一个人到社会上实践，当然他们是不会帮我找工作让我去工作的，他们要我真正从零开始，让我明白找工作是工作的第一步。我之前什么都觉得简单容易，所以自认为自己是大学生找个个工作还不容易嘛！谁知道处处碰壁才知道中国大学生的现在就业状况很严峻，我上网搜索到很多有关大学生的就业问题的信息，从中了解到和认识到很多大学生就业的现存问题，让我明白很多书本上没有学到的东西。

经过上网的搜索，我知道了现在大学生就业的不容易，很多大学生不愿意从事基层工作，认为自己毕竟是大学生，不应该从事服务生，清洁工这些工作。经过深思，我从中明白了自己不能以自己是大学生自居，应该踏踏实实地学好书本上的知识和认认真真对待每一份工作！

所以我去应聘了一份服务生的工作，是在酒店里端盘端菜的。一开始觉得很很不习惯，觉得自己去端饭端菜给人家吃，心里觉得特别扭。当然难免会有点羞涩，毕竟这是第一次。但在慢慢的工作中我知道自己会调整好心态，让自己克服自身的心理障碍，更好地被社会接纳。

在酒店经理的安排与指点下，我懂得了这工作也是有技巧的。我们要懂得一些基本的礼节与仪态，要懂得与宾客交流，要抱着顾客是上帝的服务信念，才能让酒店的生意越来越好！信誉越来越高！所以，我从中明白酒店里的服务意识一定要强！

为我在以后的工作道路上增加了更好的筹码，相信不但会对自己日后的工作会有帮助，而且让自己的社会服务意识增强，这是社会需要的。我们要做社会需要的人！

在工作的前几天，由于还不够熟悉店里的环境与熟练地招待客人和接待盘碟，有时不小心走错桌位和打烂了碟碗，在众人面前出错，觉得很丢脸和害怕；有时有些客人素质不是很好，会骂人，我心里直发毛；有时由于出错，经理会批评，心里不是滋味，觉得很委屈，觉得自己已经很努力很尽力了，却还是做不好，还是会被批评。

一连串这样的事，开始真的有点吃不消，心里觉得很不舒服，但慢慢地，我发现自己做的确实还不够，还需好好改进，所以在接下来的工作中，我更加努力做好，慢慢自己的熟练程度也上去了，心里也很欣慰，动力大增，就算受批评，心里也平静了很多，学会了接受很多，这也许就是成长吧，要知道出门在外是要有好的心态接受不能接受的，要学会丢脸，这样把脸皮磨得厚一点，才能更好地立足于社会！

寒假实践活动总结美篇篇六

在家因为乡村建设中心布置了反应家乡变化的图片和文字展示，加上暑假参加了乡村建设中心的下乡活动，所以想了解自己所生活的农村，发现农村的发展变化以及所存在的问题。

家乡人的收入不断提高，农业种植收入在收入中的占比不断下降，养殖业和打工收入在总收入中的不断提高。同时由于物价的上涨以及人们对生活水平的追求，生活的成本提高，压力也在提高。村庄旧有的风俗在回复，已经中断很久的庙会现在开始继续进行，人们需要群体的归宿感，村中晚上也会有人组织跳集体舞，人们的文化活动在丰富。年轻人在不断接触新事物，汽车，电脑不断走进人们的家庭。城乡互动不断加强。

农村的背后有许多的故事，古老的遗迹，历史的记忆都存在于这里。中国传统社会的根在农村，认识农村有助于解决中国传统社会的弊病，更好的改造社会。而西方文明的弊病在全社会蔓延，要对于这一问题进行解决就要从全社会的角度出发。同时发掘中国传统文化的价值也要在农村进行观察，从而使传统文化中的有益成分能够充分发挥其价值。

寒假实践活动总结美篇篇七

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，我在实践中得到许多的感悟。

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难！”意思就是说：在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这段时间，我学会了自强自立。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高！

寒假实践活动总结美篇篇八

踏着晨曦去劳动，不管睡眼惺忪，不管挥汗如雨；忍着酸痛去劳动，不管灰尘弥漫，不管气喘吁吁。从楼梯扫到走廊，从墙壁擦到玻璃，一周的劳动课，来也匆匆，去也匆匆。苦中有乐，酸中有甜，留下不尽思索。

劳动创造了美，它是脑力劳动和体力劳动的完美结合。在我们的汗水浇灌下，一栋楼里里外外焕然一新——从垃圾散乱到窗明几净，这凝聚了我们的无尽心血。

劳动培养了我们吃苦耐劳的精神。以前的我，是一个饭来张口，衣来伸手的“小太阳”。在家懒懒散散，四体不勤，五谷不分。初次劳动，感到新鲜。一天后腰酸背疼。第二天清晨，迟迟不愿起床，结果误了时间，造成恶性循环。

经过几天的磨练，我已有所改变了，变得不怕脏，不怕累，俨然一个劳动者了。劳动使我们认识到“团结就是力量，众人拾柴火焰高”。

这次社区实践，我和三个女生负责打扫生活区的清洁卫生，可谓人少任务重。我们统筹兼顾、各负其责、配合默契、互帮互助，逐渐缩短劳动时间，提高劳动效率，提高劳动质量。

我们无论做什么事情，都必须持之以恒，不达目的誓不罢休。劳动如此，学习如此，工作也如此只有认定目标，脚踏实地，才能“绳锯木断，水滴石穿”。我会在以后的人生道路上，

发扬吃苦耐劳的优秀品质，正视一切挫折，不屈不挠，勇往直前。

劳动培养了我们的社会实践能力，它使我认识到：课本知识是不够的，应积极投身于社会实践，经风雨，见世面，丰富人生阅历，为以后的工作打下坚实的基础，为社会主义建设添砖加瓦。

劳动还培养了我们的责任心，使我们树立了要回报社会，回报人民的人生观。它使我们认识到：职业没有高低贵贱之分。我要在自己的岗位上，兢兢业业，尽职尽责，鞠躬尽瘁，吃苦在前，享受在后，努力做一个合格的社会主义新人。

一周的实践如白驹过隙，但它使我的思想发生了质的飞跃，它促使我早日摒弃那些“小太阳”的思想，从而树立起正确的世界观、人生观、价值观，我将会在漫漫人生路上勇挑重担，锐意进取，不畏艰险，奋发有为！

□