

# 寒假实践活动总结美篇 寒假社会实践活动总结(大全5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 寒假实践活动总结美篇篇一

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！

xx期社会实践活动快要结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，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。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。

努力掌握更多的知识工作总结，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

机遇只偏爱有准备的头脑，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

## 寒假实践活动总结美篇篇二

耳边还回响着鞭炮的劈啪声，20××年的寒假却已经在一片忙碌中悄然溜走。检查着学生们交上来的各项寒假活动作业，觉得寒假一下子变得充实起来，也感觉到学生确实不容易。将各项材料稍一梳理，简单总结如下：

让我非常欣慰的是，经历了一个多月的时间，孩子们整整齐齐地出现在我的面前，而且个个容光焕发。在学生们的《素质报告书》的回执中，可以看出大部分家长对孩子的表现是比较满意的，孩子们在家里能够有计划地开展学习活动，及时认真完成各项作业，每日作息时有规律，并能主动帮助家长做家务。

根据学校要求，开展了“我们的节日”主题活动，创编“节日小报”，了解传统文化，热爱民族节日；阅读中外经典，培养道德观念，增强爱国热情；做好事献爱心，树立实验小学好少年形象。

节日小报做得非常好的同学有：

做好事献爱心：

亲子共读做的好的同学有：

《青铜葵花》整本书阅读完成优秀的同学有：

这次寒假中，因为各个可是都有任务，如亲子共读、作文大赛、科技小制作、小发明等，感觉比较零散，但在收交作业时发现学生们基本能按照老师的要求认真完成，没有拖拉，显示了较好的学习能力。

1、假期比较贪玩，作业到临开学时恶补。

2、假期中有的孩子早上起床太晚，晚上睡得太迟。

3、有的迷恋游戏，沉迷于网络。

4、家长们提出一些建议如：多提问，增强学生自信心；多表扬，给孩子展示的机会；希望孩子写字可以更好一点。

通过假期活动反馈可以看出，每位家长对自己的孩子都给予了沉沉的希望，望子成龙、望女成凤让家长们的期望化作了对老师的期望，新学期，我将和学生们一起努力，共同打造更加优秀的五年级二班。

## 寒假实践活动总结美篇篇三

在20xx年的寒假，我们以3人为一组参加了寒假社会实践活动。活动的目的是通过走访校友活动，了解学长们的成长经历和走上社会后的感受，以及他们对大学生活的反思，使我们能够近距离走近学长，了解社会对大学生的要求，理性规划大学生生活，建立规划职业生涯的观念，指导自己的学习、实践。

在这次活动前，我们做了详细的计划。首先通过学校提供的毕业生名单及联系方式我们找到了一个在北京市建筑设计研究院研究所工作的学姐，虽然专业不对口，但是我们认为，

一些大方向是一样的，所以就和学姐约好在她工作的地方做一个访谈。

访谈开始前，我们明确了分工，一个同学作为采访者，提出采访的主要问题，一个同学用手机录音一个同学照相，访谈过程中可以穿插临时想到的问题。

这位学姐现在的工作内容主要是方案设计，所以在这方面感悟颇多。交流中，我们知道了，在实际工作中的方案设计和在学校时的有诸多不同。在学校时的设计不用过多的讲解、介绍，而在工作中，我们必须学会表达我们的想法，介绍我们的方案。在学校的设计用的图示语言较多，学校也鼓励我们用这些学术语言来表达，这是基础，是我们必须学习掌握的，但同时我们也必须学会用语言等更丰富的形式来表达出我们的想法，这样我们的方案设计才会更精彩，受众群更广。国外的设计并没有那么多的尺寸、标注，仅仅是点到为止的注解，让人可以看懂就好，而真正设计的理念包括设计思想，都是通过设计者用语言等手段表达出来的，通过交流来取得人们对这个设计作品的认可。他们在介绍设计方案的时候就跟讲故事一样，生动精彩，引人入胜，这会使更多的人更全面的了解这个设计作品。所以，交流和表达很重要。

其次，我们知道了一些关于毕业就业的问题，让我们受益颇多。

首先，要找工作简历是很重要的。而提到简历我们就很迷茫，不知道上面应该写什么。通过与学姐交流，我们发现其实很简单。“简历都是平时慢慢积累出来的。”每个学期的期末，我们可以把做过的事情列一个表，或者参加了什么比赛，得的奖也要留好。而最重要的是我们的作业。作业是我们平时的一点一滴，也是我们成长的足迹。所以作业将是我们简历中不可或缺的一部分。

其次，我们的眼界要广一些，不能只盯着我们的毕业文凭，

更不能只盯着我们的期末成绩。每次的招聘会我们可以去逛逛，跟别人交流一下。要知道，现在很多公司并不是只看画图。画图是硬件，是基础，但刚毕业的学生毕竟还不是那么成熟，画图可以工作以后慢慢磨练，更重要的是交流学习的能力。“我们要有交流的能力，愿意学习，并且有学习的能力。”

最后，“将来在工作时，和自己同一代人的交流会很多，大家都能相互理解。”而且，环境是可以因人而改变的，我们可以通过交流来改变周围的环境。“环境可以影响人，反过来人也可以影响环境啊。”

通过这次对学姐的访谈，我们收获了很多，了解了很多。相信我们将来的路将会走得更顺畅。

## 寒假实践活动总结美篇篇四

不知不觉中一个丰富多彩的活动结束了，我们一定积累了不少感想吧，不如让我们总结经验，展望未来。那么活动总结应该包括什么内容呢？下面是小编为大家收集的寒假实践教育活动总结，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

为了使自己更好地认识社会，体验社会，于xx年 月 5日至xx年2月 4日到中百仓储购物广场做零时促销员。现在将寒假社会实践活动具体情况总结如下：

### 一、社会实践目的

作为一个大二学生，一直接受着家人学校的悉心呵护，但从来没有到社会上历练过还是不够成熟不够稳重待人接物方面都做得有所欠缺。所以在这个寒假我主动跨出家门，找一份寒假临时工作来锻炼自己，提高自身能力和素质，希望自己能够更为的融入社会学到更多的社会知识。

## 二、社会实践内容

在中百仓储米酒和麻糖专柜负责促销孝感宏龙米酒麻糖有限公司的货物。促销员不仅仅需要促销自己厂家的产品，还需要知道附近其他厂家专柜货物的大概价格。当顾客需要什么帮助的时候要积极给予帮助解决，当货物凌乱或缺少时需赶紧补货和理货。在客流量很大的时候，还需要去仓库整理收拾大量堵路的瓦楞纸箱和到收银台帮忙顾客牵购物袋迅速装货物。特别是在除夕春节那几天更是忙得晕头转向，累得气喘吁吁，脚都站得酸麻。但在这一个月里，我以良好的微笑服务态度促销，销售量很可观呀！

## 三、社会实践体会

寒假在中百仓储从事临时促销员工作已经圆满结束，经过寒假这一个月'历练，认识到工作的艰辛，认识到要做好一件事需要积极向上的处事态度，需要人与人之间和睦相处团结合作。

现在回过头才发现，在学校的生活我们不需要为太多的生活琐事操劳，我们有着一个很好的环境可以静下心来学习，有很多空闲的时间可以追随自己的兴趣。看来我还需要不断的努力，从社会实践中吸取经验，逐步完善自我。

## 寒假实践活动总结美篇篇五

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。参加寒假实践活动，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，伤害到诊所等……因为害怕，原本大大咧咧的我开始

转向细致、成熟。

由于我实践的工作是诊所挂号，所以大多数的事情就会和病人打交道。由于我所在的诊所规模一般，所以需要面对面与病人交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示凡事细心，更能发掘自己的潜能。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

刚开始到实践的时候，流程不熟悉，什么都不知道。也不了解病人的需求，不会交流，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。后来慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。但是如果要和陌生人进行长时间的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉能力了。这需要交流双方有共同的话题，兴趣点。最重要的是：不知道要怎样开口。比如，在实践中询问病人需要什么方面的需求的时候，我既要言简意赅的表达清楚，也要快速判断病人需求，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，病人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

这对我们的人生有很总要的意义。“随时要想着自己找事情做！”我一直怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。因为，事情自己不会指定对象被做。主动和人说话，主动给人微笑，主动找事情做，主动学习使用处方单，这一切都离不开主动。因为主动地微笑，我认识了更多的陌生人；因为主动地寻找，我的寒假过得很充实。（四）、作为大学生，我很自豪。

一直认为，作为我们这一代的大学生是很渺小的，很有可能会被世人所忽略。但是，到了实践诊所的时候，我感受到，



作为大学生，我应该是很自豪的。