

大学生暑假社会实践个人总结 大学生暑假社会实践报告(模板7篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？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。

大学生暑假社会实践个人总结篇一

扑鼻的甜的曲奇香味大概是我们对xxxx面包坊的第一印象吧。

xxxx面包坊安静的坐落于城市的中心-----xxxx口，但是一如店的宗旨，这家小店是那么的安静不喧嚣。没有华丽的装饰，没有夸张的噱头，进入店家，经理会主动和你打招呼，收营员望着你腼腆的笑，这种轻松地感觉让人觉得很惬意。

xxxx面包坊是xxxxxxxxx旗下的一个公益项目，旨在让残障的孩子参与曲奇的制作，从而培养他们和常人交流的能力，帮助他们智商的发展。这个非盈利的店铺从成立到现在没做过任何广告，但是到这里来的顾客却络绎不绝。“当天的面包一定要在当天才能保持最佳的口感，我们做面包几乎不放添加剂，原料几乎都是最优质量的，所以当天卖不掉的我们一定会处理掉。”也许正是凭借这些条件，人们爱上了xxxx面包坊的食物。

在和xxxx面包坊门店经理许先生的交流过程中，我们了解到，许先生最初也不是做公益的，之前是在国美电器任职，可是看到xxxx对外招聘时，他发现这是一个很有社会价值的工作。在大多数人的传统观念里面，三十岁应该是事业发展的黄金时期，但是对于许先生来说更重要的事是让自己的人生变得更有意义，最后在家人的支持下，他全身心得投入了xxxx工

作中。

也许这就是xxxx的魅力吧，两天的采访过程中我们走进门店，走进了生产车间，走进了残障人的群体，走进了xxxx慈幼院；我想这就是实践的魅力吧，让你真正体验到了慈善的运作和力量，走进社会企业，看见了一个个满怀公益心的中国人，用自己的力量为社会为世界带来一点点变化；我想这就是未来企业发展的最好方向吧，取之于社会回馈于社会，这是我们期待的发展发现也是随着教育发展，公民意识觉醒的社会被期待发展的方向！

大学生暑假社会实践个人总结篇二

现在，离走进社会越来越近了。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，我来到了一家超市，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。

一回到县城就积极在一家超市找到一份暑假临时工，做促销员。每天只有上午或下午班，每天9点钟---下午2点或从下午的4点---晚上9点钟分段时间上班。挂着实习生的牌子站在柜台旁，一脸迷茫地站在那，虽然不断地鼓励自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可很长一段时间站在那一声不吭的。在这做了很久的员工姐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。上台前紧张兮兮，但在台上忙碌时而忘了紧张。在超市里，别人一眼就能把我人出是一个正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，也许没有经历过社会的

人都显得生涩吧。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。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。平常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。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，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价——一天下来常常会腰酸脚痛。

这次实践让我更接近社会，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。其实最大的收获还是了解到工作上要有自信。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。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，积极在实践中学习其他的东西。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，我来到了一家超市，开始了我这个假期的社会实践。

大学生暑假社会实践个人总结篇三

暑假社会实践心得 今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，固然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了一些关于社会下层建设的心得体会。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔

腾。社会是个大课堂，对于我们涉世不深的大学生来说，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，心得体会这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

多多向社会学习，在学习中发现自己的不足，以而完善自己，进步自己，只有这样我们才能在未来的社会中立于不败之地。社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神；懂得科技、懂得创业、更是当今大学生更趋势的社会实践项目。夏日烈日当头。正是由于有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。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保存，同时，也想通过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，更加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。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层，同下层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足。

对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，行将走上社会，更应该提早走进社会、熟悉社会、适应社会。“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实

践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对根基原理的理解和消化 在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，开创我们美好的未来。

大学生暑假社会实践个人总结篇四

怀着对于支教的向往，对于支教的奉献。我参加了我校同梦飞扬的暑期社会实践活动，成为一名合格的支教队员正式的踏上了支教之路。在这条路上我们经历了各种的风风雨雨。和队友们一起努力一起流汗，有笑过、有哭过、有争吵过、当然更多的是我们一起面对困难，把知识、把世界带到孩子们那里。

在这个过程中我们和孩子们一起成长了，我们带给了孩子们感动，同样孩子们也带给了我们一生难忘的感动。

从刚刚加入实践小分队开始，再到开始前的准备，到后来今天来到通乡小学支的支教活动。在这期间经历了很多也成长了好多，对于支教也有了比较明确的认识。现在社会上对于短期支教有很多的顾虑。但我一直认为短期支教是很有必要的、也是可以看出成效的。对于支教来说主要是两方面的问题，一是孩子和家长、二是课程的安排方面。

对于第一点，我们采访了一些在家的学生父母，他们对于我们的支教好多都是一无所知，对于自己孩子的学习情况也好多都是一点不知道的。但他们不约而同的都希望自己的孩子

有出息，虽然有些对于学习并不是很支持。

第二点，课程方面的安排，也是最重要的一点。

我们的支教是没法从根本上改变这些现象的，但我们的支教肯定是有用的，这点是毋庸置疑的。我们支教的目的是很明确的，就是为孩子们打开一扇通往外界的窗口。在采访中有一位老师说过：“我们支教队员对于孩子来说就是一个活生生的榜样，一个读过书上过大学的榜样。有好多的孩子并不清楚上学对于自己有什么用，所以有很多的辍学的情况。但是我们的到来让他们感受到了上大学的魅力，让他们有了上学的渴望，让他们了解更多其他的知识。”当然这只是老师的一种真切的感受。我们支教并不只是去做为一个偶像，而是去引导一个心灵让他们走上正确的道路。为他们带来更多的只是，让孩子们的知识领域越来越广。我们的支教当然只是影响孩子的众多因素中的一个，但支教的作用也是其他因素所不能替代的。支教队员可以带给他们一种新的思维方式、新的知识、新的快乐。当然也是可以带给老师一种其他的教学方式。要想做到支教的作用，是作为老师的补充，多讲一些书本外的人文、地理、历史、自然。有一位学生就说过我们教的东西可以弥补老师的不足。

短期支教其实教不了孩子们太多书本上的内容，一周的时间，与其让孩子们学会几道数学题，不如让他们养成一个好习惯，不如多谢课外知识，打开他们的思维、兴趣。

拓宽赏识视野，一句鼓励的语言，一句温暖的问候，一个简单的动作，一种真心的理解，让孩子们找到自己的优点，发现自身价值，给予正确的指导，相信他们都能成为理想中的自己。老师是孩子们成长的指明灯，孩子们的成长离不开老师的支持和理解，用一颗博大的心接纳每个孩子，相信孩子们的明天会更加绚丽多彩。

大学生暑假社会实践个人总结篇五

一年一度的暑假生活将要开始的时候，我们寝室的几个同学都很有热情的开始讨论着我们暑假的生活和去处，有的说要在家里陪自我的父母，有的准备去外面打工。而我也一样开始研究着自我的去处，最终我决定我要到外面去找份事做。

们这个时代就是这样没办法，在这个时代我们也只能这样来解释社会压力这个词。

是的经过这次暑假期间的工作我还认识了好多的朋友，在这一个月的工作中我们学到了许多的相处之道。也许我们之间可能就像相交的两条直线，经过一个交点便立刻向两边无限的延伸。从此便可能再也没有交点了。可是经过这一个月的相处我们都已经成为了最好的朋友，我们依然记得我们以往在一齐呆过的日子。我们依然记得我们以往一齐在上班下班的路上调侃，一齐在上班的时候说笑。虽然我们相处的不是很长，可是我们在这段时间里都是一齐忧了一齐笑的。是的我们常常为自我那少的可怜的工资发愁，为今日一齐休假而高兴。我们就是这样相互诉说和玩乐的度过了我们的一个月。生活从来就不缺乏乐趣，只是我们不曾去发现他罢了。即使当时我们在自我的工作岗位上，可是我们还是能够用心去建立属于我们青春年华中的那份友谊之情。

经过这次暑假社会实践我懂得了许许多多，我们每个人都有自我的路要走，我们不要总是把期望寄托在别人的身上，因为他最终只会是和你擦肩而过的人。生活即使在残酷我们也要把握此刻，笑对未来。我能行！

大学生暑假社会实践个人总结篇六

说起来、这也是第二次参加社会实践了。今年重庆的夏天不像往年那样酷热难当、到有了一丝暖和的人情味。找工作的行程、就在一次雨后的清晨开始。

雨水洗过的街道、石砖青得发亮、道旁硬朗树枝散发辛辣香味。大多数店铺还没开门、只有一些早餐店、被揭开的蒸笼汽得烟雾缭绕。有了上次的经验、知道了积沙成塔的道理、凡事还是得从小事做起。来到一家干净的小店、老板热情地迎接。我道明来意、他倒是态度温和地道明原委、说是小店经营不缺人手。要成功就得先习惯失败、我也坦然地坐下、向老板要了一份早饭。

走着走着、其他的店铺也开始陆续开门营业。虽然还没有着落、但回想起去年顶着炎炎烈日在街上寻了三天、也觉得心安理得。差不多快到中午了、接到一个朋友的电话、说他爸打算关了以前的副食店、开一家小饭馆。我眼前一亮、问他还需要人手不、我正在找工作。他说正需要招个服务员呢、你要来的话给你算八百一个月。我一听、成、工资还不低、立即答应了下来。高兴之余、去饭馆小搓了一顿。当然不是单单去吃饭、暗中观察了一下那些服务员是怎么工作的、也好到时候有个模板。

隔天、朋友领我到他家饭馆。这是个不到三十平米的小店、主要经营凉菜和一些简单菜式、供夜间人们喝酒休闲。上班的时间也自然定在中午到凌晨两点。进店左边是木制案板、带三层橱柜。案板上整齐摆放各种调料、橱柜里是各式卤菜。小店格调简单亮敞、给人感觉实惠干净。老板亲自主厨、加上一个帮厨、店里总共三人。

中午开始备菜。猪蹄、鸡爪、鸡翅等卤菜此时下锅、小火卤至下午晚餐时分、香气四溢、成了一道无形的招牌。各式素菜要仔细摘剔清洗、分盆装好。油辣子是每天新制的、其中加入老板秘制的香料。店里各个角落逐一清扫擦拾、碗筷煮沸消毒。这些看似简单的工作、却能忙上一个下午、容不得半点马虎。晚上六点左右、客人们就陆陆续续前来光顾、也是一天中最忙的时段了。记录点菜、添加碗筷凳子、清点酒瓶结账、收拾桌子、迎接新来的客人…闲暇时来、看客人们脸红颈涨地行酒令、听忙碌了一天的司机讨论地区的时事、

市井的热闹总会使人心中泛起暖意。这就是实实在在的生活、脚踏实地、不容置疑。

工作日复一日、虽然单调、但却踏实。不觉已是辞别的时刻。老板姓代、说来也是“老家门”。笑咪咪地递来一张信封、嘱咐我清点一下、另还夹着一张一百的钞票、是对我工作努力的奖金。轻轻的一声谢谢、心中的欣喜都回报在一个浅浅的微笑里。有一天、当自己习惯性地银行查看工资卡时、也许体会不到此刻微笑中的含义了吧。

领到工资、给母亲买了一盒眼贴膜、给自己添了点衣服、买下了心仪已久的吉他。很有成就感。钱虽不多、但知足常乐；事虽不大、可脚踏实地。洗去年轻人的轻浮、成熟总是厚重稳妥的。凡事都是从简到繁、相信现在耐心的积累、总有一天会成为不可替代的财富。

与其说是一次社会实践、其实更是一次生活的实践。忙碌了一天的人们、在夜间呼朋唤友、聚在一起。身体的疲累、在丰盛的酒菜中得以舒缓；遭遇不公的愤愤、在豪爽的酒令中得到发泄；生活赋予的辛酸、在朋友的慰藉中随风淡去。生活既是如此、即使是一杯苦酒、也要谈笑风生地品味。生命之坚韧、延续、即在这最平凡的每一个人中得以彰显。

大学生暑假社会实践个人总结篇七

锻炼自己，大概是大部分大学生参与社会实践希望获得的东西，这里是实习小编为您整理的1500字大学生暑假社会实践报告范文，欢迎阅读！

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“2008—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。

一个月的暑期就这样匆匆结束了，还有我这一次的社会实践。整日呆在学校中的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我唯一庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向人民群众，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。社会实践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，半个月的社会实践，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。

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表

达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

五、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

六、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条

理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。

这一次的社会实践使我明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。

近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑假实践活动登记表，要求我们利用暑假的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸也是推进素质教育进程的重要手段，可以有助于大学生接触社会，了解社会。同时实践也是大学生学习知识锻炼才干的有效途径更是大学生回报社会的一种良好形式。

拿到实践活动登记表的我们兴奋不已，纷纷参与讨论暑假该干什么。有的说去大城市里打一个月的工，他们说这样才叫真正的进入了社会能更快的了解并认知社会。有的说去当家教，这样也可以过一把当老师的瘾同时也可以巩固自己的知识。大家都显现出空前的积极性，其实我们早就对学姐学长们能够利用学习之余的时间去做兼职佩服的五体投地。现在我们也终于轮到我们的了。

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑假任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑假里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于

爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。