

暑期社会实践个人总结

篇1：暑期社会实践个人总结

此次暑期社会实践从7月5日开始到7月15日结束，历时10天，团队共有11人，先后走访了中水集团远洋股份有限公司、舟山市海洋渔业局、舟山远洋渔业公司与浙江省远洋股份有限公司，对各远洋渔业公司相关负责人、从事远洋渔业工作的渔民与船长进行访问，同时发放调查问卷，并回收统计，通过这种形式了解舟山近几年舟山远洋渔业的发展速度与发展至今的规模，整理、研究本次活动的相关资料与数据对舟山远洋渔业进行分析，从而找出舟山远洋渔业的发展优势与问题并对问题提出对策。

下面我就先从整体再从局部来总结一下这次三下乡暑期社会实践活动：首先，本次社会实践活动从组队申请课题开始，再到申请被批准去联系各个走访地点的联系人，最后活动顺利结束，这一切的都有赖于队长余求妹的组织、奔走联系，特别是联系这块，基本上都是由求妹负责。当然，各个队员的积极配合也是至关重要的。但是就我个人观点来看，我认为：队长应该负责的是全队的统筹工作，这个联系的任务虽然很重要，但是完全可以交给其他队员去做，这不但可以调动队员的积极性，也更加符合三下乡的宗旨之一提高大学生的社会实践能力、交际能力。所以建议分配任务时要注意合理性。

再者，远洋渔船出海时间比学校放假的时间早，所以当我们的调研活动开始时，渔船已经出海了，这导致我们无法对现役的船长、渔民进行采访，也无法了解第一手资料，所以只能通过各个公司的负责人和海洋渔业局了解远洋渔业的现状，这当中可能存在信息的迟滞现象。所以建议，在项目批准之后，立马着手联系，提前做好采访工作，发放调查问卷并做好回收工作，这有利于获取更加准确地信息，提高这调研结果的真实性，可利用性。

接着是，在团队出发之前，也就是准备阶段，我们到了出发前一天才去订购旗帜和队服，由于老板无法按时交货，所以导致我们不得不推迟一天出发，这很浪费人力，所以建议下次一定要早点把所需的东西都准备好，避免再次出现这种状况。

然后，要说的是活动中出现的一个较为严重的问题：在去浙江省远洋股份有限公司采访的前天晚上，有几个队员因为出外通宵，导致第二天没有精力去浙江省远洋股份有限公司采访，这其中队长没有通知到位也要承担一定责任，但我认为主要还是那几个队员应该去反省。所以建议：在策划阶段时应该考虑得更加周全些，对出现类似的情况作出规定，避免出现类似的情况。

最后一点是：由于我们申请的是一般的团队，所以根本就没有经费，这次活动中的路费用也都是队长垫的，但是队长一个人也不可能支撑全队的开销。所以希望学校能加大对大学生暑期社会实践的支持力度，让每个团队都能有足够的经费完成所申请的课题，这样所取得的成果才会更加有深度，更加有利用的价值，而大学生的积极性也会更加高涨！

篇2：暑期社会实践个人总结

暑假即将结束，我回顾这个暑假的社会实践，让我感慨良多。这个暑假我参与了一项以帮助贫困地区儿童为主要内容的社会实践活动，让我深切地感受到了社会的温暖和责任感。

在实践中，我与一群志同道合的同学一起前往偏远的贫困山区，去帮助那里的孩子们。最初，我对这个任务感到略显困惑和彷徨，不知道如何去与这些孩子相处，不知道如何去带给他们帮助。但是通过与同学们的讨论和老师的指导，我逐渐找到了方法，我和同学们一起组织了各种形式的活动，比如绘画、手工制作、举办运动会等等，让孩子们感受到了我们的关爱和温暖。

在这个过程中，我发现这些孩子们都有着和我一样的梦想，他们也希望有一个更好的未来。但是由于环境的限制和资源的匮乏，他们的梦想并不容易实现。所以我决定通过这次社会实践，尽自己的一份绵薄之力，帮助他们实现梦想。我和同学们一起为他们筹款购买文具用品、书籍和玩具，为他们营造一个更好的学习和生活环境。

通过这次实践，我深刻地感受到了助人为乐的快乐和幸福。我明白了帮助别人就是帮助自己，只有让更多的人获得幸福，我们自己才能真正快乐。我也意识到了社会责任的重要性，每个人都应该肩负起自己的责任，为社会和他人做出贡献。就像乡村文学大师鲁迅先生所说的那样，“每一个人的身上都有一道光，只要肯发现，就可以了”。

在这个暑假的社会实践中，我收获了很多，不仅是对社会的认识和理解，更是对自己的认识和成长。我学会了团队合作、自我管理和社会责任，这些都将成为我未来发展的宝贵财富。我也结识了很多志同道合的朋友，我们一起努力、一起奋斗，让这个世界变得更加美好。

这次社会实践让我从一个单纯的学生变成了一个关爱社会、热爱生活的青年，我将继续坚持自己的梦想和追求，在未来的道路上继续前行，去帮助更多需要帮助的人，让社会充满爱和温暖。这个暑假的社会实践，注定会成为我一生中宝贵的记忆，我会永远铭记在心，秉承着“助人为乐，服务社会”的宗旨，走好每一步，让自己成为更好的自己。

篇3：暑期社会实践个人总结

暑期社会实践是高校学生在学习生涯中的一次重要经历，通过参与社会实践活动，可以锻炼实践能力、促进自我全面发展，提高社会责任感和社会参与度。在这个暑假，我参加了一项关于环保的社会实践活动，让我受益匪浅。

在这次社会实践活动中，我深刻体会到了环保意识的重要性。随着社会的发展，人们对环境保护意识越来越强烈，所以我也认识到了每个人都应该为环境保护出一份力。在此次实践中，我们去到了城市周边的山区，看到了山清水秀的自然景观，也目睹了垃圾污染对环境的危害。通过实践活动，我认识到只有通过我们每个人的努力，才能共同呵护好我们生活的土地。

在实践活动中，我也学会了团队合作的重要性。在环保实践中，没有一个人可以完全独立完成这项任务，只有团队协作才能让我们达到预期的效果。通过和同学们的密切合作，我学会了沟通、协调和互相理解，让我们的环保工作更加高效顺利。团队合作的力量是无穷的，只有大家心往一处想，劲往一处使，才能取得更好的成绩。

在这次社会实践中，我也收获了很多非物质的东西。在接触到社会的我学到了很多书本上学不到的知识，了解到社会的百态和底层民众所遭受的困境。这让我更加珍惜眼前的一切，也更加热爱自己的学业和生活。这次实践也让我更加深刻地认识到了自己的不足之处，明白了自己还有许多需要提升的地方，这种自我意识的提升对我的成长是非常有利的。

这次暑期社会实践让我受益匪浅，让我更加全面地了解了社会，也让我更加成熟和自信。通过参与实践活动，我增强了环保意识，培养了团队合作能力，拓宽了视野，提高了综合素质。希望在未来的学习和工作中，我能够继续发扬这次实践的精神，不断提高自己，为社会做出更大的贡献。愿我们在未来的人生道路上，都能够不忘初心，砥砺前行！

篇4：暑期社会实践个人总结

XX年年7月，在宁波团市委的领导下，在我校校党委、校团委的组织下，我队以系重点队的名义开展了此次暑期社会实践活动。我们实践的主要内容是在宁波各大社区开展“青少年的自救自护知识”的宣讲以及问卷的发放等活动，为青少年的健康成长奉献我们的一份力量。

宣讲工作是爱心的传递，是知识的传递，其中的乐趣是妙不可言的。我已经深深地热爱上了这个事业，就如泰戈尔所说：“果实的事业是受人尊敬的，花的事业是甜美的，但还是让我做叶的事业吧，叶总是谦逊地专心地垂着绿荫的。”

在此次活动中，我主要去了6个社区进行宣讲工作，我还清楚地记得我第一个去的是学苑社区，一个位于北仑的社区。第一次怀着忐忑而又兴奋的心情坐上了去北仑的公交车。由于路程较远以及我们对于北仑区的不十分熟悉，我们在距开讲时间早3个小时就出发了。我们坚信“充分的准备将带给我们满意的答卷。”学苑社区之行是我暑期社会实践的一个良好开端，接下来我又参与走访了范江岸社区、史家社区、春城社区、高田王社区、华兴社区等多个社区。在此次活动即将结束的时候，我觉得自己收获颇多，总结如下：

一、良好的团队以及队员团结合作的团队精神是完成一项工作必不可少的前提条件。酷暑七月，因为有了热情，我们不觉天气的炎热：我们在整个团队的配合下组成小队，每天分到不同的社区。在这中间我们遇到过很多困难，比如路线问题、社区沟通问题等，但因为我们是团结的整体，我们在面对困难时总是可以勇敢向前。这让我们深切地了解到团队精神的重要性。

二、对于任何工作的态度都应该是积极向上的。在一个接一个的社区工作中，面对疲惫，面对烦琐的问卷统计，我们应保有积极向上的态度，而不是一味逃避和颓废。无论

是对待何种工作，我相信这都十分重要。

三、在与人交流中，学会很多技巧和方法。在此次的活动中，与社区负责人有直接的接触，与小朋友也有很多交流，这些都给了我在人际交往技巧上的锻炼和经验。

四、在共同生活中培养自身对于团队的归属感十分重要。我想在这相对较长的半个多月中支持我一路走过来的就是对于我们这个团队的归属感，这点对于我而言十分重要。

五、在宣讲过程让我了解自身的许多不足，要加强自身的知识储备。在活动开展中，我也发现了自身存在的很多不足，这也给了我很好的启示，让我对于自身更加了解，要求我要更加严格要求自己，加强自身的知识储备。

时间总是在不经意间从指尖流逝！回过头来看看这半个月来的历程，我觉得自己是幸运的，可以参加这样一个有意义的活动，给自己一个提升的空间，也给了自己一个增长社会经验的机会。尽管实践生活比想象中的更累更苦，但正是这种苦与累磨练了一个人的意志，也真真正正地锻炼一个人的素质，相信这便是此次暑期社会实践的意义。一个人的成长之路，永远都不会是一片坦途，必须在不断地历练中成长，在不断地磨练下走出一片属于自己的天地。作为一名大学生，就更应该发扬与传承吃苦耐劳的精神。保持一种积极向上的心态，展现大学生良好的精神风貌。我也会尽自己最大的努力在即将结束的社会实践中贡献自己的力量，使我们此次活动得以圆满结束。

篇5：暑期社会实践个人总结

作为当代的一名大学生，促进大学生自身的素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是为了让自己接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。大学生社会暑期实践活动引导大学生走出校园，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经受风雨，见识世面，增长才干。转眼间即将大三，为了让这次暑假更有意义，我去了我们当地的一个超市打工，做了一个月的工作。一开始什么都是陌生的，什么都不会。但是万事开头难，什么事都要有尝试，都要有经过，都要有失败。我经历了在超市的工作之后，懂得了许多道理。很多事情看起来很容易，但实际上与自己所想像的有很大的差距。一个小小的超市的经营也不容忽视，不但需要有细心，还要有谋划，策略。

总之，任何事情都要考虑周全。

一、实践目的

通过亲身体会社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会。以前总是在爸妈的庇护下长大不知外界社会如何现实。我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的工作学习中，需要有更

多的体验，更多的阅历。毕竟身在学习，接触社会的机会较少，趁着暑假有这样一个机会何不好好锻炼下自己。

二、实践内容

为顾客介绍、寻找他需要或者是他适合的商品，负责散货的商品归类以及新到货物的搬运，将货架上被顾客拿走的商品及时补齐，不定时的拖地以及抹货架，给货物打价格标签，整理等。

由于我以前没干过超市的服务员，刚开始时也不能适应那里的很多规定。不过，在经历了几天的磨练之后，我就适应了那里的一切，很快熟悉了自己的工作环境。虽然一天下来，累的腰酸背痛，可心理感觉还蛮高兴的，因为我努力工作了一天，我的付出会有回报。

三、超市的存在的问题与我的意见

第二，大厅卫生状况不佳，居然出现了卫生死角，就在大厅的西南角，卫生状况很差。在实习期间，实习小组成员中很少到过这个角落。相映的存放与这个位置的商品也是很少有人来管理，存积灰尘太多。超市卫生状况对于顾客来说相当重要，因为顾客很容易将其联系到超市内所陈列的商品卫生状况，会存在许多的疑虑。