# 大学生寒假社会实践活动总结

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-07-20

*大学生寒假社会实践活动总结（精选3篇）大学生寒假社会实践活动总结 篇1 这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽寒假天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验社会实践让自己更进一步...*

大学生寒假社会实践活动总结（精选3篇）

大学生寒假社会实践活动总结 篇1

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽寒假天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验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。

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，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。

一开始，对自己手工艺期望很高，经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面。一方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8：30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主，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，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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，以提高自已的能力！做了几天之后，刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能端端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实践中，我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1.首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2.我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3.注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4.在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5.按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6.上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7.处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8.保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说我一定能行那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，努力就有希望不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，踮起脚尖就更靠近阳光在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了！要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位置，现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作；因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低！有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧！

大学生寒假社会实践活动总结 篇2

我在酷寒中迎来了作为大学生的第二个寒假，当然，也是我第二次经历社会实践。作为一个大学生在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒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。它有助于当代大学生接触社会，了解社会；同时实践也是我们大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。亲身体验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。

自从走进了大学，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。在现今社会，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，我来到了xx市xx乡，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。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，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，以提高自已的能力！

记得老师曾经说过大学是一个小社会，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，他们总是对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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在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。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。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。

记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？

也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，2年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才.很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该现在努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务，也为明天能更好的踏入社会而努力。

大学生寒假社会实践活动总结 篇3

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。而且在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，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在这个假期中，感慨是的几天，我还是庸庸碌碌的，对生活感到的还是那一片茫然。随后这又过了几天，我和几个老同学相约在一起相聚，才想到生活对于每一人来说都是公平的，因为它给了我们每个人不同的选择，有的人已经就业了，有的人继续进入大学深造，增加了我们对时间观念的把握性和利用知识检验真理的准确性。

随后的几天里，我参加了几种活动，诸如祭拜孔子，去敬老院帮助老人做一些琐碎的事情，来到现实的社会里，可以说这里的时间较学校的药轻松了许多，在学校里，每天有课程表的约束和老师的督促。你可以放松的沉浸在学习享乐的生活中，可是当我们使用假期来从事社会活动时，我就已经在开始琢磨如何才能去适应社会呢？

刚开始的几天里，来到敬老院时，给我的感觉就像是进入了一个人间仙境一样，里面静能听见一颗针掉落在地上的声音，是我的心里产生胆寒的感觉，而且他们的生活还那么的优雅，在刚进入的几天里，我想主动去帮助他们，可是因为心中的害怕而不敢去说，只能被动的去要求他们把事情留给我做，我的拘谨和我的行为还没有表现出来时，就已经被他们看透了，知道我还是一个刚刚初入社会的人，随着时间的磨练，我在他们的教诲和指导下，慢慢地体会到了生活的乐趣，虽然只是帮助别人做事，但我觉得这应该感到欣慰的。在学校里，我们有学校的规律的制约，生活上比较有规律，行为上表现得比较优秀。而在现实社会里，我们失去了学校规律的制约，一切的一切的都只有靠自己的认真把握，无论对与错，都要靠自己的方法来解决。

因此，在大学校园里和在现实的社会中则是相互融洽，彼此合二为一的，这就是为什么已经从事了职位的人因为文化的差异而不能得到竞升的机会，想要重新回到学校的课堂里，反而有的学生因为课程的芜杂而想要早早的回到社会里面闯天下的原因了。

在这个漫长的寒假里，我还是找到了生活的乐趣，虽然每天只是在帮助别人，而我的每一天也都是围绕在他们的身边，可能有的人会因为厌烦而感到苦恼。可能有的人也会感到无趣而放弃他，而我经过了这几天的熏陶后，我则感觉到这正是一次对生命的考验，我也体会到了一句话：生活不需要像暴风雨那样的凶猛，生活也不需要像姚明把养的高大威猛，生活需要的是一颗能承担起责任而又能体会世间美好的事物的心态。

在这个假期里，经历了这样的人生，经历了这样一次导航，我明白了实践是检验真理标准的试金石这一句话的含义。如果我们在学校的麽偶一个学生知识为了学习而学习的话，那他的目的将会失去它的意义。而且在学校的课堂里，对于没有经历过风雨的人，看着书本上的知识和听了老师的辩论分析后，感到的确是很是复杂和深奥，上了一堂课后，赶到的是迷茫的感觉。然而当我们走进社会时，在遇到挫折和困难时，如果没有了承受的能力，可能有的人会一直的颓废，直至丧失了自己的灵魂，学习的目的就在于能够把生活中复杂的问题简单化，这样才能使矛盾缓和化。而且书本上的知识在生活中也会变得简单。

这个假期里，虽然我没有经历过情绪的大起大落，但此次的经历却让我明白了人生的道理。以下是我得出的结论：

（1）生活中的你无论从事的是什么职业，或参加什么样的团体，重要的不是劳动报酬的多少，而是我为社会奉献了多少。

（2）对于在校的大学生来说，学习是目的，实践是检验。如果只学习，不实践。那么这一切都等于零，只有把两者巩固起来，生活才会更轻松。

（3）生活是有两面性的：一，通过自己的努力，把学习与奋斗化为动力，勇往直前向上爬；二，投机取巧式，通过自己的小聪明利用别人向上爬。

在这次的寒假里，通过这样的经历后，我感觉到了生活即是学习，学习即是实践，实践即是体验，只有通过在学校的学习基础知识，才能把握对将来就业的技能，也只有把学习运用于实践的检验，才能得知知识的准确性进而分析社会中的问题。总之，通过这次的活动使我受益匪浅。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找