# 暑假社会实践总结精选

来源：网友投稿 作者：清香如梦 更新时间：2024-06-20

*暑假社会实践总结精选作为学生参加暑假社会实践，不仅可以结识很多朋友，还能进一步提升自身的技能，以下是小编精心收集整理的暑假社会实践总结,下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。>暑假社会实践总结1暑假，学校组织同学们做了一次有意义的活动，那就是...*

暑假社会实践总结精选

作为学生参加暑假社会实践，不仅可以结识很多朋友，还能进一步提升自身的技能，以下是小编精心收集整理的暑假社会实践总结,下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。

>暑假社会实践总结1

暑假，学校组织同学们做了一次有意义的活动，那就是做社会实践活动。我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。

现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。

他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗?他们知道，但他们还是那么做了。

看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗?他们肯定知道。

我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。

我用铲子把他们刮下来，好累哦!真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛苦。

学校让我们做这个活动的原因，也是为了让我们更多的接触生活，在生活中体会到一些东西。

做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。

在做这个活动的过程中，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。

曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。

那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。

为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。

我们现在的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的精神有好处，以后能在社会上更好的立足。

平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果不加强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。

在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛苦和艰辛。

每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。

我们周边的环境是美丽的，如果不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们赖以生存的地方，我们应该加以保护。

通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发现很多的小问题。

学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发现一些问题。

没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。

现在我们的学习科目――物理、化学、生物，都要通过很多的实验来得出最终的结果，可以得到我们原先不知道的一些东西。

只有做了实践才能得到这些道理，不是吗?1978年，中国共产党说出了“实践是检验真理的标准”。

这些都证明，只有真真正正的去实践过，才能的出真道理。

我们现在已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。

希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

>暑假社会实践总结2

炎炎夏日，烈日当头。正是因为有这样的环境，才激起了我参加暑期社会实践的决心。我的想法很简单，就是想通过这次实践看看自己能否在恶劣的环境中依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过社会实践更多的了解社会，在实践中拓宽自己的视野，增长自己的见识，锻炼自己的才干，培养自己的耐力，使自己在独立自主和为人处事的能力上得到更大的提升;更重要的是想检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否得到社会的认可，能否在社会中实现自己应有的价值。

想通过暑期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。它有助于我们更多的接触社会，了解社会，同时实践也是我们学习知识锻炼才干的有效途径。

虽然实践的一星期并不能算得上是酷暑，可以说是比较幸运，可以在屋子里工作，但屋内烘热的空气有时还是会把自己弄得喘不过起来，一活动起来很快便会汗流浃背的，一会衣服就湿透了，才干了一天，就已经腰酸背痛，甚至有第二天不想干的想法。但我很快发现自己的想法是不正确的，虽然累，但我始终都牢记着这次实践的目的，再累也应该坚持。因为我知道这就是考验，只有在这种环境中才能看出一个人的毅力水平。想到这些我就会觉得自己浑身又充满了力量，在接下来的几天中那种想放弃的想法就很少出现了，当时就觉得充满精力充满奋斗精神能够坚持才是一个中学生应该具有的素质。

在这短短的几天中我碰过壁，流过汗，但我却成长了。用实际行动赢得了社会的认可和好评，也通过走进基层了解了更多现实问题，树立了正确的成才观，这次亲身体验让我有了深刻感触，我们还有机会参加了电器厂的生产流水线，才意识到生活中许许多多很不起眼的小电器都要通过这么多步骤，才能最后装配成功，少了一步也不行，错了一步问题也会很严重。

原来任何一份工作都要我们尽心尽力去完成，以后自己走上工作岗位，不论是什么样的岗位都要认认真真的完成每一项工作。这次参观对我们以后的就业观念起到了启蒙的良好作用，这些在家里和学校里无法学到的知识通过这次的实践我们都学到了，很高兴自己有这么一次机会可以去接触社会接触形形色色的人，这使我认识到社会才是那个我们一生中都要学习的学校，真正的学校是社会。

大学生社会实践是引导我们走出校门，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，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会思想的有效途径。通过参加社会实践，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想和知识。几天的实践很快就过去了，但我从中领悟到很多东西，而这些东西将使我受益终身。社会实践加深了我对社会的了解拉进了我与社会的距离，也让自己在实践中增长了知识，明白了更多人生道理，进一步明确了我们青年学生的成才之路与肩负的历史使命。

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，我们更多的了解了社会，我们的这些体验不仅为我们的现在提供了可供借鉴的知识，更为我们在将来激烈的竞争中赢得一席之地打下了基础。希望以后还会有这样的机会，让我在实践中得到锻炼。七天，对于人生而言或许并不算太长的时间，但在这七天中我却得到了人生最宝贵的经验，这几天将使我人生中最宝贵的回忆。这些天来，虽然付出了很多汗水，也感觉很累，但从这次实践中我的意志力得到磨练。我慢慢的开始明白为什么大家都希望我们能更多的参加社会实践，我们也真忠告受到科学技术是第一生产力的真正涵义。

“机遇只偏爱有头脑准备的人”大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在于社会的接触过程中，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。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，将在实践中学到的知识与经验更好的用于学习中，争取在学习上取得更大的进步，提高自己的学习能力和实践能力，做一个对人民对社会对国家有用的人，努力为现代化建设做出自己的贡献!

这次实践是一次经历，是一次挑战，更是一笔财富!值得我永远牢记!

>暑假社会实践总结3

暑假对于我们大学生来讲是个难得的假期，因为在这段时光里我们能够掘起所好，做很多自我想做，但平常又没有时光做的事。满满当当的安排假期生活，快乐又充实。很多大学生都会选取抓住机遇，做一些社会实践活动，用心投入到社会这个圈子里，既锻炼潜力，又能增长见识，何乐而不为呢?

两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

整个八月份的时光我都在打工，这次选取的工作地点是在家乐福大世界店，因为九月份开学的来临，所以选取做马培德文具的暑期促销工作。八月份这个时候，面临孩子们的开学，几乎每家大型超市都会有这个学讯的促销，商场里的各大文具厂商也会开始降价，以便吸引学生和家长的眼球。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作就应会很简单。但是不然，上班之后，不久要按家乐福员工的上班时光，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每一天坐公交车还是有点辛苦。去年我在太平洋全兴店给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较简单的，只用负责自我份内的工作就好了，但是在超市里，每个厂商的促销员不仅仅要负责本厂商的促销工作，每一天还要帮忙家乐福负责本课其他的商品。例如给在文具区域的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每一天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每一天的工作不仅仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。刚开始的时候，我对帮忙其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个厂商做促销工作，其他的工作不就应我负责。但是工作几天之后，我也明白了这些好像都是超市里面的规矩，作为促销员不仅仅要为厂商工作，同时还要为商场工作。此刻的超市其实也是在节约成本。所以这些我每一天都已经习惯了，忙忙碌碌

的，也很充实。

超市里每一天都会碰到各种各样的顾客，偶尔也会碰到外国的朋友，这个时候正好是练习自我英语口语的机会。大多数时候还是一些家长呆着孩子来买开学的学习用具，这样的场合，能够培养自我的沟通潜力，和自我的表达潜力，这些都是在学校里学不到的，是靠自我在社会上的积累得来的。此刻的我们赚钱不是主要的，作为学生，就应一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自我找工作，实践社会的资本。

在家乐福里面工作，我还是看到了超市里面管理上存在的一些问题，虽然我学的并不是工商管理。例如有些商品需要放在花车上，这天看到同事很辛苦的把商品一个个摆好，明天领导来了，又让把商品摆放在其他的位置。这样的事情经常发生，很浪费时光和人力，我觉得这些就就应尽早安排好，不要等到都做好了又否定。我还碰到了一件事情，就是一件商品的价格在不一样的时光差了太多。工作的一位同事在今年六月份的时候买了一款全新的拉杆书包，特价59元，因为当时可能是还剩了很少的货，所以价格很便宜。八月份的时候，厂家又来了很多同款的书包，这款书包的原价是199元，此刻促销价是148元。同一商品59元和148元之间真的差了很多，六月份的时候买书包的顾客很少，难道是因为此刻要开学了，买书包的顾客每一天都有很多，所以这价格就相差了这么多?此刻的顾客都觉得大型超市里面的东西比较公道，有一次我遇到一个厂家，从她的口中我得知了一款书包超市的进价是105元左右，此刻销售给顾客的价格是150元左右，一款书包超市的利润就将近五十元左右，利润相当于进价的二分之一，所以超市每一天的利润就应是很大的。

八月三十一号，短暂的实践生活就这样结束了，除了收获，还有很多值得我思考的问题……

主要体会：

这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。工作的时候要学会全力以付，不要太计较自我付出多少，尽量做到多做事，做有用的事情。自我努力的工作，旁人也会看到。不管怎样，重要的是工作的成效和业绩，这才是领导看重的。

不管做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

我的思考：

社会实践能让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的潜力和表达潜力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自我的奋斗目标。期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以上就是我的暑假的经历和感受，虽然不是那么的轰轰烈烈，也不是平淡无味，但至少它是充实的，给我或多或少的带来的对于人生感受，和必须的影响吧!

>暑假社会实践总结4

打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧!

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚。所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了总之，这个暑假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。……

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

在这次工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

>暑假社会实践总结5

暑假如期而至，这个暑假是我中学生活的第一个暑假。想充实下暑假生活，必须在学习的同时积极参加社会活动，这样不仅可以增加自己的社会经验，而且可以在人际交往方面可以得到提高，扩大自己的社会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毕业后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活和工作中很好的处理个方面的问题。

而这个暑假我在一个日用品有限公司里打工，由于每个暑假都会出来打工进行社会实践，所以对此并不陌生，但从未在暑假打过工，在这个节气里，为干活增添很多麻烦，我所在的部门是餐具包装，对于以出口为主的公司来说，各方面要求都很严格，这就要求我们工作必须做到极为细心。

我们负责把后面制成的餐具进行机器清洗、包装，孰能生巧在各个环节都很重要，熟练才能够提高产品质量和数量，也许刚开始工作很难适应，但很重要的一条就是去掉“学生味”不把因为还是学生作为做错事的借口。但毕竟打工比在学校要累好多。比如我们要早早起床吃早饭去上班，这对平时爱睡懒觉的我们也是个考验。晚上，下班时都天黑了。每天拖着疲惫的身子回去，再累也咬紧牙关，因为不肯服输，这是我的性格。

通过这次暑假实践，让我理解了父母的辛劳，打工的不易。明白了更多道理，在社会实践中我们应该要求我们把在学校的所学的理论知识运用到客观实践中去，是自己所学的知识有用武之地，只学不实践那么我们所学的就等于零，理论应与实践相结合，为将来找工作打下基础。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

我们不仅要学习学校所学的知识，还要不断从生活中实践中学其他知识来武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己，很多在学校读书的人说宁愿出去工作，不愿在学校读书，而已在社会的人，宁愿回炉再造，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来更好的融入社会，并贡献自己的一份力量，今天的我们应该努力掌握专业知识，明天才能为社会更好的绽放自己的光芒。

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