# 最新社会个人实践总结500字(十二篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-09-09

*总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。什么样的总结才是有效的呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。社会个人实践总结500字篇一社会实践虽然比较麻...*

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。什么样的总结才是有效的呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

**社会个人实践总结500字篇一**

社会实践虽然比较麻烦，但作为一名即将步入社会的大二学生来说，我是带着学习和无比好奇的心情去迎接挑战的。我们想象过所有会发生的情况，唯恐自己不能有对策。由于以前在高中时我们也有过类似的精力，原本以为那是一件非常简单的事情。但只有自己亲身经历了才发现，一件看似简单的事情，在之前要做那么多的准备和预计，还要准备应付各种突发情况。社会实践活动已经结束，但此次社会实践给我带来的巨大影响却远没有结束。它使我暂别象牙塔中舒适的生活，走出校园，走出课堂，走向社会，走上与实践相结合的道路。在社会的大课堂中见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。

这个寒假，我没有闲着，而是非常荣幸地加入了当地的“红蚂蚁”志愿服务团，开始了我为家乡青年志愿服务的第一步。三门“红蚂蚁”志愿服务团是与我同校的一个师姐和她的小学同学一起组建。收到邀请的时候很兴奋，那是因为有一群人和我有着相同的想法，并且一起努力，何况还是一批充满活力、热情的优秀大学生和高中生。很快，我们开始着手策划我们团队的第一个活动：“光盘行动”。

从活动开始前的团队自身对外宣传，到创建自己的新浪微博、人人主页、qq群和招募新成员，我们的团队在一点点壮大，最后扩大到二十人左右。紧接着，对“光盘行动”，我们写前期的策划，提前三天展开全面的活动宣传。海报、徽章、工作牌等相继出炉，只等待活动的到来。但是天公不作美，原定的活动因为大雨而延期，留给我们的还有前期宣传成为徒劳。不过年后，在2月16日，我们还是举办我们筹办已久的活动。现场参与人数，以及市民的热度都超出了我们预期，活动很成功。我想，这是我们三门青年志愿者漂亮的“处女秀”。

这个寒假虽然很忙，家里生意很忙需要人手，但是我还是坚持参与了活动策划、宣传、参与等各个环节，并且觉得很充实。事实证明，不是时间不够，而是自己愿不愿意去做这件事。其实我在反思，倘若那位师姐没有拉我一起加入他们，或者他们也没有行动组建这样的志愿团体，我的美好想法是不是还只是想法。压根就没有任何的行动，是不是一直会成为一种空谈。这让我足够给自己一记大大的耳光，因为在这件事情上，我只是做了一个行动上的矮子。

回顾“红蚂蚁”志愿服务团从创建到第一次成功地举办活动，虽然我们做的事情算不上大，或者根本不算什么，但是我们很自信地说我们打出了很漂亮的第一枪。我想，现在，在我的家乡，应该有一部分人知道了“红蚂蚁”，知道了有这么一个充满爱心、热情的团体，有这么一群活力的年轻人。在大学，我没有加入任何的志愿团体，不是我不喜欢志愿活动，只是当初觉得没有时间再去做好一名合格的志愿者。现在，回到家乡后，我在假期成了一名志愿者，尽管这没有正规的志愿者入团手续，尽管这股力量还很微薄。但是何为志愿者，有的应该是这份爱心，无私奉献的精神。志愿者又何须记功奖励，非要记录黑白字的档案里，我们只是在做自己喜欢的，履行我们青年人应尽的义务，对我们社会、身边的人贡献力所能及的力量。我想，这才是志愿者应该有的理念。说真的，我挺反感大学志愿组织里各种评奖制度，虽然这些奖励制度的制定在某些程度上是激励大多数人认真负责地工作，但是这与真正的志愿者理念有了一定的偏差。我不知道做了一年志愿者后退出的那批人是否都愿意在今后加入其他的志愿服务，我希望他们都还保持那份志愿者的热情，无论在哪里，都不忘记自己能够帮助到身边的人。

我相信，家乡的志愿事业会在我们“红蚂蚁”的带领下逐步从虚设走向实干，让家乡的青年人有更多的机会接触社会、体验公益的快乐！“红蚂蚁”虽小，但是因为团结，我们力量很巨大。

**社会个人实践总结500字篇二**

随着时代的进步与发展，我们已不再是当初那个闭关锁国的封建的腐朽的清朝，我们的社会正在日新月异的发展，随之而来的激烈的竞争也摆在我们的面前，当今社会已不再是单单需要知识型人才，它更需要的是知识与实践相结合的复合型的人才，双休日社会实践个人总结。这种被时代所赋予新意义的复合型人才不但要能够驾驭新科技，也要具有创新意识，更重要的是要有将科技应用于实践的能力。作为一名大学生，我们不能只是禁锢在象牙高塔中，不能只是捧着\"书中自有黄金屋\"的古训，抱着愚昧无知的做着日后事业有成，飞黄腾达的白日梦。我们应该打破以前的束缚，走在时代的尖端，打破我们教育中的缺陷，走出中国教育的象牙塔，进行社会实践活动。

\"纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行\"，作为一名大学生的我，抱着贴近社会，锻炼自己的愿望，参加了大学生双休日社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个近距离接触，通过实践，学习如何与人沟通，如何与人交流，团结合作等等。经过这一段时间的学习与历练，我体会到了在课堂中无法学到知识与交际技巧。在社会实践中我与同组的成员一起相互合作，一起团结一致，一起在合作中完成分配的工作。

在这双休日社会实践过程中，我们通过实践都充分的认识到社会实践与我们课本中知识的差别，课本中的知识是死板生硬的但社会却是变化万千的，它是变化万千的。通过实践，我们可以在社会中成长，可以增长社会历练，让你以后进入社会中不会迷茫。社会实践可以让我们以后在社会中更加应付自如，不会胆怯，不会害怕。这次实践，我想我们的每一个成员都清楚这一点--我们是一个紧密的团队，我们需要互相合作，才可以完成目标而且这样可以锻炼与人合作的能力。当然一个好的团队是需要团队中的每一个成员都相互合作、相互信任的，同时它也需要我们这些成员的精心准备与实践的完美安排，并且要在大家合作的基础上才能将我们组的任务完成好。

我们全身心地投入自己选择所做的事情中去，并且学会在做事中学习、得到经验。在调查的过程中，调查并不是十分顺利，我们不仅要面对天气所带来的困扰，也要面对在调查过程中被调查者所带来的阻挠，心中的滋味并不是很好。天气不好总会是我们的调查变得十分棘手，虽然如此，我们从未放弃过，我们一直在坚持，我们相信自己可以。

我们要学会相信，它是我们互利互信的基础和桥梁。我们都知道，做任何事情都要自己不断努力才可以完成。在调查实践的过程中，我们才能体会到一些之前无法体会到的东西。做调查问卷最困难的应该就是如何去找人填问卷了。填写问卷宾不是一件容易的事情，有时并不是因为被访问者不愿意填写问卷，是因为我们没有勇气去问路人，不敢张开自己口，有些害怕自己被拒绝。有时因为问卷太过繁琐，有的被访问者因为没有耐心就会放弃填写问卷，在这时，我们会因为自己缺乏经验而式问卷作废。有时因为我们所选择的被访问者台过集中化，没有区分性，这已使我们的问卷

在恶劣的天气环境下，我们更能有所感发。正是因为这样恶劣的环境，使我参加双休日社会实践的决心更加坚定。我想看一下自己能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的口才和行动去完成任务，证明自己的价值。同时，也想通过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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否与世界接轨与社会接轨，让自己更加具有实践性。

社会实践是我们学习与实践的良好平台，它可以让我们充分的认识到自己的不足，使我们得到全新的价值观念，让我们与时代同步，与社会同步，而不是关在象牙塔中的人一样，只是一只井底之蛙。我们要时刻与时代接轨，这样才可以说明我们是一个合格的21世纪的大学生。

**社会个人实践总结500字篇三**

大学生寒假社会实践“学长访谈”活动策划书

本次活动由土木与交通工程学院团总支统一策划，并负责提供校友毕业时去向基本资料、校友基本情况调查表、访谈提纲等资料，团总支书记、辅导员和班级导师负责本次活动的具体落实工作。具体要求见土木团总支邮箱相关文件。

一、活动目的：

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，使一年级同学能够近距离走近学长，正确把握新一代青年知识分子成长道路，了解社会对大学生的要求，从而增强自我责任感，激发学习原动力，更加珍惜大学生活，理性规划大学生活，进而树立前瞻意识，建立规划职业生涯的观念，指导自己的学习、实践。同时，在相互合作分工完成活动要求的基础上增强学生的团结意识。本次活动是大学一年级学生社会实践活动的重要内容。

二、活动时间：寒假期内

三、活动内容：

（一）参加人员：土木与交通工程学院全体xx级学生

（二）访谈对象：

1. 土木学院03-08级来自施工单位、设计单位、建设单位、事业单位以及考取研究生校友。

2.本专业若无毕业生，可采访相近专业的毕业生或者本行业的从业人员，要求访谈对象具有五年以上的工作经历。

3.根据个人情况，外地生亦可结伴在家乡采访相近专业的毕业生或者本行业的从业人员。

（三）访谈内容：参照访谈提纲（土木团总支邮箱相关文件），并请校友填写调查问卷(土木团总支邮箱相关文件)，争取得到学长的签名或与学长合影。

（四）将此次活动内容告之家长并取得家长的支持与指导。

四、活动培训：

（一）时间：本周三下午四点半学

（二）参与对象：各小组组长

（二）培训内容：

1、辅导员宋宗耀负责相关内容的培训。主要包括：（1）分组情况（2）访谈对象（3）访谈技巧（4）访谈记录（5）活动总结（6）访谈工作中需要注意的问题等。

2、邀请xx级学长分享访谈经验。

五、活动要求：

（一）同学们以3-6人为一组，每组至少完成采访1名校友的任务。

（二）采访前做好相应准备工作，应尽可能多的了解校友个人简历、工作地址、所在单位情况等个人情况。

（三）外出采访或外出进行调研时请注意出行及饮食安全。

（四）注意采访时的礼貌及用语，谦虚耐心，以促成采访的成功。

（五）本次采访工作需要各组成员共同完成，可以进行相关工作的细化分工。

（六）全过程记录、拍照：访谈工作过程中需要进行全过程的记录，拍摄全过程的照片或者视频。

（七）访谈工作结束之后，需要向校友邮寄一封感谢信（若无法进行投递，也可采用电子邮件方式）。

（八）开学后一周内，各班班长和团支书负责将各组材料收齐交至学院团总支。

（九）开学后一月内，各班召开校友访谈活动总结交流主题班会，辅导员（班级导师）参加班会。

（十）具体访谈活动注意事项详见土木团总支邮箱相关文件。

六、上交材料的要求：

（一）xx级学生寒假社会认知实践活动小组总结报告要求详见土木团总支邮箱相关文件。以小组为单位，须交a4纸打印版和电子版各一份。字数不少于2500字，并配以访谈活动时的照片（将照片附到总结报告中，选择彩色打印，亦可将冲印好的照片贴于报告中），如有相关行业就业情况分析图或统计列表请附上，在报告第一页显著位置注明组员班级及姓名。鼓励各小组提交拍摄的访谈过程视频文件。

（二）xx级学生寒假社会认知实践活动小组访谈计划。必须包含以下五项内容：活动方案、小组成员明细、小组成员分工、活动日程安排表、访谈时所要提出的问题。

（三）访谈人物简历。要包含其毕业年份、毕业专业、校友姓名、现从事行业、现工作单位、现任职务、联系电话、电子邮箱地址等内容。

（四）xx级学生寒假社会认知实践活动调查问卷（以小组为单位只需一份）。

（五）xx级学生寒假社会认知实践活动个人活动总结。须上交a4纸打印版，按小组成员数上交，要求字数不少于1000字，并在第一页右上角注明班级、姓名。请自行妥善保存个人电子版材料，以备评选社会实践先进个人所用（建议保存电子版格式为wordxx版）。

（六）xx级学生寒假社会认知实践活动致家长的一封信的回执（按小组成员数上交）。（土木团总支邮箱相关文件）

（七）《北京建筑工程学院和课程学分登记册》（按小组成员数上交，并在封面右下角注明班级、姓名）。

七、活动总结的书写要求：

（一）标题字体采用黑体，加粗，字号三号。

（二）正文字体采用仿宋\_gb2312，字号四号。层次结构的序号和文字应加粗。

（三）正文页面设置，页边距上2厘米、下2厘米、左2厘米、右2厘米。

（四）正文段落，行间距为固定值25磅，其余均为0字符或无。

（五）结构层次序数，第一层为一，第二层为（一），第三层为1.第四层为（1）。在同一文件中，数字的使用前后要一致。

（六）请用订书器在左上角进行装订，不要使用曲别针或夹子等不牢固的物品装订。

八、班级团日活动：

（一）时间：开学后一月内

（二）活动内容：以小组为单位进行作品展示，采访内容和访谈活动总结小组之间进行交流、展示。（具体活动方案根据班级实际情况制定）

（三）活动要求：

1、根据各小组作品质量选出班级优秀个人总结、优秀小组总结报告以及优秀小组策划案例各一份。

2、记录活动过程，并拍照。

九、评比与展示：

（一）班级推选优秀作品参加学院展示会；

（二）学院评选出寒假社会实践优秀作品参加学校评比。

十、总结表彰形式：

（一）院级：

1、将优秀作品汇编成册，面向全院出版

2、学院向年度寒假社会实践先进小组及个人予以证书表彰

（二）校级：

1、活动优秀个人可参加学校社会实践先进个人的评选；

2、优秀活动体会、报告将汇编成册，面向全校出版。

3、优秀成果以成果展示形式向全校展出。

**社会个人实践总结500字篇四**

一月十二号晚上到家的，十三号在家休息了一天，十四号就直奔上班去了。这工作是小刘（她不让我叫她小黑了，唉！）介绍过去的，没放假之前我们就相约好了，说寒假要出去找事做。地方就是她上个暑假打暑假工的地方，浠水商场七楼的星语广场，在那儿当服务员！

星语广场是12年开的一家经营餐饮与娱乐的小型公司，里面可以饮茶，吃饭，ktv，还可以打麻将。其中包括中餐，简式西餐，现磨咖啡，花式咖啡，还有各种小吃。总的来说，和我所学的专业也是很接近的，所以，我也就安心的在那儿做下了。

公司是两班倒，白班和晚班，从早上九点开始营业，一直到晚上十二点打烊。白班从早上九点到下午五点，晚班就从下午五点到晚上打烊。我们去的那天，是星期五，被分配着先上白班。小刘算是老员工，她可以轻车熟路的上岗，我就不一样，新来的，领班让老员工李锐姐带着我，教我一些事。李锐姐是公司名副其实的一把手，在公司呆了一年多了（公司12年才开的），并且，她是一个做事特别认真的人。她从最简单的开始教我，给客人倒水，收拾桌子，去厨房给客人加饭等。接着，开始教我点单，退单，送单，并且，她慢慢的把公司内部结构和经营模式都讲给我听。还好，我上个暑假也是做过类似的工作，所以学起来是小菜一碟。于是，不到三天，我基本上都学会了。后来，随着假期找兼职的同学很多，来了不少，人手很够，领班就让我专门负责出品，就是把客人在吧台所点的一些饮料和小吃都送过去。这一做，我就负责这件事半个月！后来，因为生意特别好，每天客人都爆满，老板把公司内部的办公室都重新装修，做成了吃中餐的房间，一共五间被叫做e区。领班又把它让我和张锐负责。张锐也是新来打假期工的大学生，我和他就一起合作了接近半个月。

这一个月，短暂而又漫长，同样也是痛并快乐着。记得第一天上班，一站八个小时，腿疼的厉害，一下班，马上给老爸打个电话，说自己站不住了，让他来接我。回到家，老妈第一句话说的是：“怎么样，明天还不去吧？”我一口否决，说：“去，当然去了！”上白班的时候，我每天早上7:20起床，梳洗完毕正好8：00左右，就从家里出发，走接近45分钟，到公司！寒冬腊月的早上，是很冷的，7:20起床，对于我这个喜欢赖床的人来说，这绝对是一个考验，连老妈都不相信我可以坚持的下去。每天早上，戴上围巾手套，迎着朝阳，快步走到公司，其实，很多时候，这是一种享受。下午下班，由于忙碌了一天，我不想走路了，老爸没事时就去接我，忙的时候，我就自己坐公交回家。如果上晚班，我就下午从家里出发，晚上在公司的宿舍睡。这一个月，除了大年三十的放了一天假，就一直没休息。大年初一的去上班，我是一百个不愿意，我对老妈说：“算了，我去辞了算了，不想干了，别人都在家过年，我做的心里不平衡。”老妈说随我，可是，我还是坚持着去了！

这一个月，是公司一年里最忙的也是生意最好的一个月，每天来这里喝茶吃饭唱歌的人流量非常的大，尽管员工还比较多，但是很多时候，忙的连喘口气的功夫都没有。我最开始是出品，就要一直不停的跑腿，一天下来，感觉腿要断了。可是，我的工作状态一直都很好，吧台的调酒师也是个学徒的大学生，他说，怎么每次看你你都笑嘻嘻的？你不累啊？我回答他说，郁闷着也是累，高兴还可以缓解劳累！ 有时候忙起来，怠慢了一些客人，那些客人就开口骂人，对于这些人的责骂，我现在居然可以做到不予理会，一如平常笑着对他们进行解释。作为以后从事服务业的我们，是必须要学会的。朋友开玩笑说，不会是你的脸皮越来越厚了吧？！我也不予理会了。后来，和张锐一起负责看e区的时候，每天要打扫很大一块地方的卫生，由于它离吧台和厨房远，每天不停的来回跑，实在是累的很！好在公司员工团结合作，忙不过的时候，他们都帮了我不少忙！

一个月做下来，我一共拿了915块钱（底薪其实只有700块，另外的是加班费）朋友不解的问：“工资那么低，你还工作的那么有劲？”其实，我又不是冲着钱去的，下学期说不定就要出去实习了，没有一点工作经验，没有一点接人待物的经验，我如何熬得下去？记忆犹新的是一天晚上上夜班，舞厅打扫干净了以后，主管让我们把打散了得沙发拼凑起来，结果，十多个假期工，全是大学生，我们在那儿拼凑了一个多小时，还是没能成功！这就是中国教育的弊端，动手能力太差，这实在是让我震撼，我们确实需要多多实践。况且在家也很无聊，有点事做，那是再好不过了的！并且，我最大的收获，是认识了一群朋友，有迪子，洛洛，露露，栋弟，张锐，夏港，陈东林等等，当然还有我最亲爱的小刘同志，如果不是他们的帮助，他们的鼓励，我想我很难支撑下去！

另外，我还要感谢老爸老妈，寒假在家，由于打工，在家没有帮他们分担一丁点家务，甚至，我自己的事情都要麻烦他们，没有他们的包容，我也很难坚持下去的！

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

**社会个人实践总结500字篇五**

大学生暑期社会实践个人总结报告

20xx年夏天，我的\'大二暑假，我如愿的参加了学校的暑期社会实践活动。社会实践是大学生思想政治教育的一个重要环节，对于促进大学生了解社会、了解国情、增长才干、奉献社会、培养品格、增强社会责任感具有重要作用。而学校对每年的假期实践都相当的重视，为学生提供了一个良好的平台与机会，并为我们保驾护航，期待着我们能从中得到锻炼，学到在学校里学不到的知识与能力。而我们也正是本着对自己负责对社会热心的态度，积极响应学校的号召参加了这次实践。

社会实践是大学生思想政治教育的一个重要环节，对于促进大学生了解社会、了解国情、增长才干、奉献社会、培养品格、增强社会责任感具有重要作用。现代大学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是仅凭读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践则为我们打开一扇窗口。它让大学生广泛地接触社会，了解社会，不断地参与社会生活，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。通过社会实践，大学生能以现实主义的眼睛，以人文关怀的深度，去观察、体验这个我们既熟悉又陌生的社会。

而我，作为这次实践队的队长，这项活动亦给了我更多的责任与挑战，同时，我也从中获得了更多的的能力与认识。从课题选定的一

开始到组建好我们的团队再到队员一起为活动奔赴往返，到最终完成我们的成果，一步步一天天，我与它同在，牵挂着它，与它一起成长。我明白了要带领大家去做成一件事，首先自己要成竹在胸，有比较成型完整的想法，并且要有一定的自信，这样队员们才有可能信服你，与你一起完成任务。

同时，沟通，这是一个不容忽视的问题，队员之间相互交流彼此的看法 ，我们要的是一个开放自由的合作氛围 ，大家各抒己见，不时的改善我们的活动 ，使我们的行动向着更有效的方向发展。但在这一点，自己做的就不很好了，没能把男生女生带活跃起来。另外，作为队长，还需要协调好外部与内部的关系 带领队员适应不同的新形势。

每天的努力，让我们体会到了学习的重要性，每天我们各自奔波在我们的实习岗位，尽管辛苦，也有不同程度的身体不适，但我们依旧没有放弃，相互鼓励，以一个集体的力量坚持下去。作为一个学生团队，虽然我们缺乏相应的系统性知识，而且并不像政府部门那样具有权威性，但是通过我们大家的努力，紧密的联系，一起讨论，一起做事，一起总结，一起面对困难，实事求是，求真务实，同样能把最真实的成果展现在大众面前，让人们认识到恩施地区烟叶的生长现状、烟农对烟叶评价及以后的发展如何，出现问题能够及时提出并能找到解决的办法，给自己增长知识， 相信通过这个活动大家的团队精神、合作意识以及成果意识都有了进一步的提高。

虽然在活动进行时，不可预见的辛劳与看不到的成果让我的一些队员退出了，但我看着我的其他队员，他们依然能不惧艰辛，他们

和我一样，不甘放弃，这已是责任，背在肩上，我们年轻，我们不怕输。我们倔强的相信我们能坚持到最后，我们能做出一份成果，这就是回报。

\"千里之行，始于足下\"，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓\"三人行，必有我师\"，我们可以向他们学习很多知识、道理。

与人交往，关键在与真诚。初到办公室，周围都是些新面孔，一句早上好，就能拉近同事间的距离，都会获得别人的微笑。有时候尽管只是一些细微的东西，比如早晨的一声问候，给同事倒杯水，都会博得大家的关心和重视，因为它表达了对同事尊敬，也让他人感觉到被重视与被关心。我和同事们我相处十分融合，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们相信我，也愿意把工作分配给我。其次就是要善于与他人沟通。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。做事要保持一种热情和信心。其实，不管在哪个岗位，热情和信心都是不可或缺的。虽然是处理一些日常的小事，热情让我对手上的工作充满激情；耐心又让我认真的对待工作，哪怕是小事，我都想办法把它做好。俗话说：事在人为，成事在心。只要你有心去做，没有做不好的工作。在工作中，要主动出击。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。做杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。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。要想收获更多，只有勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，汲取了丰富的营养，理解了\"从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中

去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

能够参加这次实践活动，我是觉得很荣幸的；能够到贵州去切身地感受它的风土人情和文化特色，也是我很难拥有的经历之一。在我们的实践活动开始之前，我们队就开始开会讨论一些相关的事宜，分课题组准备实践中的一些课题预习和研究，分配实践中的一些具体的工作，做最充分的准备。这些准备工作就做得很好，而且很难得。所以，我是抱着学习的心态加入这支队伍的。那么我就先谈谈自己的收获吧。

首先是团队合作的经验。其实作为一个大学生，自己的团队合作经验非常少，自己安排自己的学习生活，很难跟这么多同学做同一件事情。在这个团队里，我们一起生活，一起工作，我也有机会接触其他各个院系的同学，学到更多东西；而且，在团队中我们更容易学会尊重别人，尊重集体。在正安县的时候，我们一起完成了课题的调查研究，一起解决了很多问题，一起讨论我们的行程、活动和调研结果，

**社会个人实践总结500字篇六**

大部分队员能自觉地完成老师布置的任务，在家里能主动帮助家长做一些力所能及的家务活，还参加了一些有意义的社会实践活动。同学们外出旅游、做客、在公共场合，能做到文明、谦让，彬彬有礼；招待客人时，能当一个称职的小主人；还有许多同学都利用假期读了许多好书，看了许多好电影，参加了一些才艺培训，开拓了视野，充实了头脑，增强了才艺素养，锻炼了体魄，让假期生活丰富多彩，平凡而不乏味。

为了更好地响应张家港少工委开展的“红领巾寻访党的足迹”小记者采访活动，7月10日下午大新中心小学新芽文学社的15名小记者对三个老党员进行了采访。

采访过后，老党员们勉励孩子们好好学习，长大后为社会多做贡献。我们希望通过此次活动，使孩子们从小就树立正确的人生观，同时也使学生们的生活过得文明、愉快和充实。

我校三批小记者16名队员参加了张家港日报小记者夏令营活动。16名队员分别参观了市易华塑胶有限公司、凤凰河阳山歌馆、恬庄、中国海事港区办事处。张家港日报的资深编辑对每一批次的队员都进行了新闻写作培训，并通过参观实践，小记者们积极撰写日记、新闻，收获颇丰。共计有4篇学生习作登上了日报学生习作专栏。丰富的活动让小记者们学到了许多课本以外的知识，大家都感到充实和快乐。

暑假中，队员们认真参加市青少年读书节活动。校新艺少年宫书法社团组织学生认真练习毛笔字参赛，赵舒恬同学的作品上送。校新芽文学社的同学也积极撰写红读征文，蒋一星、蔡昕萌、方源等八位同学的作文条理清晰，文字真实感人，文章上送。其中，赵舒恬同学还积极准备参加纪念辛亥革命演讲比赛。为了参加本次读书节活动，队员们在家中读红书，学党史，寻访红色足迹。

总的来说，同学们的暑假生活是丰富多彩的，家长的反映也很好，同学们也得到了许多锻炼。新学期已经来临，希望同学们再接再劢，迎接更大的挑战。

**社会个人实践总结500字篇七**

院系：电信学院 机械一班姓名：xxx

20xx年7月，炎热的夏天，火热的激情，这个暑期因为有了社会实践活动而不再寻常。为了通过亲身体验社会，让自己更进一步了解社会，增长见识，锻炼才干，培养韧性，我参与了许昌学院电信学院“pc俱乐部——计算机维护与维修”团队暑期社会实践活动，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。在团队中我的职务是信息员，负责实践活动的信息收集、宣传及写新闻等。

我的专业是机械设计制造及其自动化，虽然不是计算机专业，但现在各行各业都以计算机为工具，懂得一定的计算机基础是必须的，我们的课程中每学期都有计算机基础类课，能把所学的知识运用到实践中是我学习的最终目的，把知识转化成为能力，学以致用，服务市民，贡献社会。

7月3日上午学校举行了许昌学院20xx年暑期社会实践启动仪式，下午我们团队开始了社会实践活动。第一次参加大学生暑期社会实践的我满怀热情，我们团队的第一站是祥瑞小区，下午两点左右，我们来到了祥瑞小区，小区道路两旁绿树成荫，繁花似锦，我们在祥瑞小区的自愿者服务站落脚，放下桌子，拉开条幅，展开了我们的工作。起初，来咨询我们的人并不多，有些只来问问情况，队员们细心的介绍我们来的来意、目的，随后的的几个小时，询问的人渐渐多了起来，有些台式电脑需要维修，但是又不方便把电脑搬下来，为了科学、高效的开展活动，我们团队分成三个小组，两组去家里维修，一组留下来为社区居民答疑。一些实际问题我们也没遇见过，凭着队员们的认真、细心、端正的态度，解决着一个个的问题。

接下来的几天，团队分别在许昌学院西校区家属院、宇华名郡、文化路口，东区家属院等地方义务维修，由于为市民维修的电脑较多，团队在市区有一定的影响，7月7日，团队在文化路接受了许昌电视台的采访。我们表达了我们来意，通过实实在在的行动为市民做贡献，把我们所学的专业知识运用到实践中来，许昌电视台“许昌零距离”栏目对此次活动进行了全程报道。

维修的过程当中，队员们发现虽然现在电脑很普及，但是大部分人对于电脑的保养和维护的知识都比较缺乏。有的人不经常对电源、光驱、软驱、机箱内部、显示器、键盘、鼠标等进行除尘，从而缩短其使用寿命或影响其性能。还有很多人都提到了他们的电脑运行越来越慢，对此队员们做出了详细的解答：“使用一段时间后，电脑安装的软件越来越多，注册表体积越来越大，文件系统的碎片越来越多，速度就会越来越慢。”队员们一边耐心地解释，一边帮助他们优化他们的电脑，帮助他们识别卸载一些不常用的软件，安装一些比较好的系统优化软件，他们的电脑运行速度都有了明显的提高。

维修的过程并不是一帆风顺的：7月3日下午，在为一台计算机除过尘，装上显示屏后，显示屏无法显示，检查半天也没查处故障的原因，这时天已经渐黑，我们的队员只好把电脑主机带回学校，仔细研究下问题所在。第二天一大早，队员们冒着雨，打着伞把修好的主机送到了市民家里。7月6日，当队员正在宇华名郡为市民维修电脑的时候天突然下起了雨，团队没有帐篷，只有几把小伞，为了保护已经打开的电脑主机，队员用自己的小伞为电脑遮雨，这时，旁边的商店主动拿出店铺的帐篷，为队员及维修设备遮雨。很多时候，由于中午需要维修的电脑较多，队员们就放弃了中午休息的实践，利用午休时间，把市民带来的有故障的电脑修理好，实在累了就在桌之上趴一会儿。

**社会个人实践总结500字篇八**

不知不觉间，路边的小草已经泛起了黄绿，阳光也愈发喜欢露出他的笑脸。一个词在我的脑海里浮动，一种力量在这个世界萌动，那就是生命。春天来到了，我又回到了熟悉的校园，带着这个寒假的收获。

美丽的校园，承载着我的梦想去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到xxxxx医院实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信犹然而生！

看起来很简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了1我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

xx日在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

**社会个人实践总结500字篇九**

20xx年暑假，我参加了暑期社会实践。抱着贴近社会、锻炼自己的愿望，也希望为家乡奉献一份力，我积极争取成为了校青协赴宜昌社会实践小分队的一员，并进行了为期8天的走访和调研。希望通过自己的努力，能够运用所学，为百姓贡献一份力量。或许是蚍蜉撼大树，但相信只要坚定意志，真心投入，总会收到可观的效果。

经过这次三下乡，我个人认为，社会实践给我们这些生活在象牙塔的大学生提供了广泛接触基层、了解基层的机会。这次实践，让我长了不少见识，增强了敢说敢做的能力，在个人品质上也得到了很好的培养。同时，也磨练了我的毅力，增强了我的沟通能力和团队合作能力。社会需要的是真正的实干型人才，那么我们就应该努力让自己符合社会的需求。

八天，我们走访和调查了120多户农家，交流中了解其生活现状，倾听其心声。发放问卷，拜访当地政府，收集许多有效资料。这个过程中也遇到了很多问题和挫折，或热情的招待，或冷淡的排斥。但我们始终没有气馁，即使天降大雨、道路泥泞也阻挡不住我们前行的脚步。翻山越岭走过千江坪、树坪、高峰垭等十几个村，将真心投入这一事业中，使对沙镇溪有了更深入的了解。

那些调研的日子早已远去，可回眸，依然历历在目，感触颇深。实践中让我体会了很多东西。

首先是在行事处事方面：

第一、要善于沟通。沟通的学问很深，可谓一门需要长期锻炼的技术，也是一门艺术，无论和队友还是和团队之外的人，它需要技巧和礼貌，需要聆听和回应。和谐融洽的气氛往往可以令事半功倍。让人感受到我们的真诚才能很好的交流与合作。

第二、要保持自信的心态，克服胆怯心理。作为唯一本地队员，我担负着和农家接洽的任务，要简单明了的让他们明白我们所为何事。我一直害怕 在公共场合出趟，这个任务于我是一种挑战。然经历此行后，自信明显提升，遇事不再是唯唯诺诺。自信、积极向上的姿态不仅可以激励自己，也可以感染他人。一个人的自信做成一件件小事，一个团队的自信则做成一件件大事。

第三、要善于总结。古人一日三省，不思不足以知得失。每一次的总结为接下来的行动提供有效性的借鉴和指导，避免资源浪费，行动冗杂，也提高了行事效率。

第四、要有团队合作精神。俗称：“众人划桨推大船。”个人力量有限，个人能力也有差异，能力再强的人也会有他不可达到的领域。合作时，把众人的价值和能量充分合理挖掘出来，那么，团队的力量就能扩大无限倍。优秀的团队不需要很多优秀的人，但需要发挥每个人的优秀之处。

第五、做事情要有计划、有条理，循序渐进，有条不紊。计划不仅是实际行动方案，还要有预见性。未来有太多的不确定性。有预见性的计划清晰明了，在突发和变故来临时不会措手不及。

第六、要有良好的身体素质。这是实践顺利进行的基本要求，于个人，影响自己行动能力，于团队，不会让团队行动脱节。此次我深有体会，当走过乡间小路，翻山越岭远眺峰群时，当攀上峰顶，踩着云彩俯瞰大地时，感慨我们之前有过的体能训练等素质拓展。

其次是对调查结果的感悟：

第一、城乡差距之大。据中国统计年鉴20xx年统计数据显示，20xx年，我国城镇农村居民的可支配收入差距高达4倍以上。而20xx年沙镇溪镇人均纯收入1916元。许多家庭只能基本解决温饱问题，低保户数量也比较庞大。有的村民看着城镇的繁华也不禁举债换新家居。城市的发展之快，是否真的拉动了乡村的前进？

第二、官民差别之大。记某一村委书记以少量田地少量收入建起豪华洋房，西装革履，家居潮流，而许多村民虽有大片柑橘园却任然寄住于飘摇土屋中，衣衫褴褛，生活拮据。这样是否真的可以以先富致后富？看他大气的言语，感受不到为民致富的诚意，那么做官所为何？

第三、政策对策差别之大。相关部门介绍到，在发展上，安排有技术人员指导，也有技术方面的讲座。但是，也存在很多问题，比如先进政策与农民落后思想的冲击，产生误会以至于农民感受不到政府的好；再如指导的形式虚化，没有落实，使农民有种愚弄的感觉，对政府更是有了抵触情绪。这样几乎等同于农民自己摸索着前进，要改变现状前景不佳。必须解决好政府与农民之间的矛盾才能推进更快的发展。

第四、投入收入差别之大。无论是柑橘、茶叶等种植户还是生猪养殖户，因化肥农药、饲料价格之高，柑橘等产品收购价格之低，净收入无几。纯朴农民也颇为无奈，想弃田打工，却不忍抛弃多年心血，年复一年地轮回这个高投入低收入的状况。他们的热忱和真诚又该以何为报？

“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行。”社会实践是一笔财富，一份付出，一分收获。让我得到锤炼、启发，让我多了一份生活体验，实践经验和组织活动能力，所带给我的是在书本上无法得到的知识。

此行，体会到了实践的快乐，也感到了所学知识的不足。在今后必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在今后还将面对更多问题，将承担更大责任，要认清自己的位置发现自己的不足，对自身价值有客观评价，不断突破，才能不断进步，并在其中更加成熟和真正走入社会。

**社会个人实践总结500字篇十**

\"纸上得来终觉浅，绝知此事必躬行。\"作为一名大一学生的我，抱着贴近社会，锻炼自己的愿望，参加了此次学院的社会实践。当我得知我是\"青春护农\"实践队的一员时，我的内心是高兴的，为此而自豪。在没有进入实践时，心里想到的是，希望在进社会之前，多积累点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与别人交流沟通，学习如何与人合作等知识，但是，到真正开始实践时，面对西部的精准扶贫，我的感触更多，原来我们国家的中西部的农村还有很多贫困的人，远比我想到得多。他们生活在并不发达的地区，交通不便等因素，使他们并没有像东部的地区的农村那样富裕。

实践中出真知，我觉得这就话真的在这次社会实践中体现了，实践是每个人成长的必经之路，在这条路上，我们锻炼者、成长着，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天要为了采访而做准备，但是，知道自己的努力能给别人带来帮助，我就很高兴了。

十余天的实践调研活动中，我们走访了丝绸之路沿线农村地区，走访了当地的政府、农村和企业。比如说，我们去到陕西省农牧厅，了解陕西省农业精准扶贫相关政策及推广落实情况。我们去到泾阳县三渠镇，走访当地农村，调查当地农业发展情况及发展瓶颈。我们去到甘肃天水，走访当地电商扶贫试点新农村和扶贫办，了解当地电商精准扶贫项目的落实发展情况。

虽然西北地区精准扶贫项目已得到基本的落实，在有条不紊的进行着，但是任然存在着不容忽视的问题，项目的推广面临着人才、技术、资金多方面的阻碍。

\"千里之行，始于足下\",这短暂而又充实的社会实践，使我认识到，在互联网高速发展的今天，在\"互联网+\"的战略下，我们提出\"互联网+三农\"和电商精准扶贫是正确的。我希望我们\"青春护农\"团队的提议能给丝绸之路经济带农村地区精准扶贫工作带来一些新思路。我想借用别人的一段话，青春护农，我们在路上，丝路青春，我们在路上，助力中国梦，我们在路上。

实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

经历了十余天的实践生活，我感慨颇多，我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

**社会个人实践总结500字篇十一**

一.

摘要

在我国经济快速发展的大前提下，我们大学生作为社会特殊的消费群体，我们的消费观念的塑造和培养不仅直接地影响我们世界观的形成与发展，进而对我们一生的品德行为产生重要的影响,而且对我国的社会发展产生影响.因此，关注我们大学生消费状况，把握我们大学生生活消费的心理特征和行为导向，培养正确消费的观念和提高我们的消费质量，同时也是我们大学生需要学习的一方面. 关键字:大学生 消费观念 培养提高

二调查背景

在当今的社会中，大学的全面扩招计划使得更多的学生有了进入大学深造的机会.而大学生们大多年纪轻，社会阅历浅薄，易受社会环境、校园环境、家庭经济背景的影响，他们在自主消费中存在着很多的不合理之处.而大学生在众多的消费市场中，又是一个特殊的消费群体，其消费的心理特征、行为及结构，是值得社会关注的，而正确的引导在校大学生最终走向健康而合理消费则将成为一个重要的社会课题.

那么我们大武汉的莘莘学子消费情况如何呢对此我对不同高校大学生以问卷调查的方式进行了调查.关注大学生的消费质量问题, 把握大学生消费的心理特征、行为及结构,才能正确的引导大学生进行合理消费.

三.调查方式

采用随机抽样的方法在我们学院选取了一百名我们学校的学生,向100 名学生在网上发放问卷，共收到 了99 份.男女比例为60：39（基本符合一般理工类 院校的男女比例）.本人研究工具采用从网找到消费结构问卷,之后个人对其进行了修改.包括单选题和多选题，问题涉及月消费状况、消费支出用途情况、消费的 资金来源等.

**社会个人实践总结500字篇十二**

暑期社会实践是我们大学生充分利用暑期的时间，以各种方式深入社会之中展开形式 多样的实践活动，积极参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，实现书本知识和实践经验的更好结合。为期两个月的集体活动——暑期社会实践很快就结束了。虽然时间短暂，但是在这里我收获了许多，也学到了很多。

本人在此次社会实践中有幸担当队长一职。在社会实践前期，主动发起号召，积极组织参与者，寻求指导老师，通过发起组内会议和与指导老师进行沟通交流的方法，确定社会实践主题——中小企业员工培训现状调研，成立\*学院20xx年暑期大学生赴深圳策维科技有限公司调查研究实践分队。

在准备阶段，积极组织同学们收集企业资料，了解实践主题及内容，对实践课题每个人都有自己的看法和理解，联系策维公司有效的沟通和联系，确定社会实践基地的建立可能性，与行程的合理性，为社会实践顺利进行积极做好准备，并组织同学完成社会实践申报书，有幸在申请阶段获得院级团队的资格。

在社会实践实地进行阶段，主动关心队员的身体健康和思想状态，确保队员的人身安全和思想积极。在与实践点单位的有效沟通下，进行了暑期社会实践基底的顺利建立。此后，带领队员在与公司沟通完备的情况下，赴深圳进行策维公司员工培训调查研究。

在到达公司后，妥善进行住宿、饮食、健康的安排，保证实践队员在积极健康的情况下进行社会实践，并且主动与队员沟通，促进队员间的亲密友好关系，增加团队的凝聚力，使得社会实践能更加完善的进行。在实践进行中，主动保持与公司人力资源部门的沟通与联系，确认行程的可行性与代表性，保证社会实践的顺利进行。在走访员工时，带头与员工沟通，减少队员因语言原因带来的积极性下降，最终顺利进行了公司员工的走访，在厂区实地调查时，有效组织组员有序考察，避免因混乱带来的资料收集的效率低下和队员自身安全性的降低。在调研期间，

确保每天组内会议的进行，保证信息的及时汇总和组员思想的汇报，使得调查实践在进行中完善。并且，每天及时更新网络公共宣传平台和通讯稿的递交，保证及时更新社会实践信息。

在实地调研结束后，有效组织队员们进行对当地收集资料的汇总和分析，以及对国内外成功企业培训案例的收集分析，结合策维公司现状，进行策维公司发展的网络会议讨论，确定调查总结和调查报告的编写分配，保证收集资料成文，使调查成果实体化。

本人在这次暑期社会实践活动中，通过担任队长一职，锻炼了个人的组织、控制、协调、领导等，使得个人能力有了全面的发展，并在实地考察中，通过走访员工，对人力资源管理中培训的认识和中小型企业发展有了个人相对更加深刻的认识，不但是知识储备的一次提高，更是个人认识的提高，在这次实践中，深刻感受到时代赋予我们的任务，我们并不应因生活在和平年代而消磨了个人的斗志，每个时代都有自己的任务，我们不应在大学虚度光阴，应该充分有效的利用大学时间，学习知识，提高能力，为日后步入社会成为一个有用的人做准备，为国家未来的建设添砖加瓦，成为一名新时代的大学生。

申报人：\*\*\*

\*\*\*班

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