



北方工业大学

NORTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

2021 年暑期社会实践开展指南

共青团北方工业大学委员会

二零二一年六月

目 录

暑期社会实践开展指南

第一章 概述篇	1
1.1. 什么是暑期社会实践活动?	2
1.2. 暑期社会实践活动有哪些组队形式?	2
1.3. 暑期社会实践活动有哪些基本类型?	3
1.4. 实施暑期社会实践活动的主要步骤有哪些?	6
第二章 选题立项篇	7
2.1. 社会实践活动的选题来源有哪些渠道?	7
2.2. 社会实践活动选题立项的基本原则是什么?	9
2.3. 社会实践活动选题立项的主要步骤是什么?	10
2.4. 社会实践活动选题立项需要注意什么?	10
2.5. 社会实践活动选题立项的评价标准是什么?	12
2.6. 社会实践活动选题立项中常被忽略的问题有哪些?	12
第三章 策划准备篇	14
3.1. 暑期社会实践活动前期筹备有哪些关键环节?	14
3.2. 暑期社会实践活动团队成员怎样构成和分工?	16
3.3. 联系暑期社会实践活动的实践单位有哪些方式?	17
3.4. 联系暑期社会实践活动的实践单位时应该注意些什么?	18
3.5. 撰写暑期社会实践活动立项方案有哪些原则?	19
3.6. 社会实践活动立项方案包含哪些内容?	20
3.7. 暑期社会实践活动出发前需要哪些物资准备?	21
第四章 执行实施篇	25
4.1. 暑期社会实践活动宣传推广的基本要求是什么?	25
4.2. 暑期社会实践活动宣传推广的主要途径有哪些?	26
4.3. 暑期社会实践活动宣传推广的媒体平台有哪些?	26
4.4. 如何撰写暑期社会实践活动新闻通讯?	27

4.5. 如何拍摄出优秀的暑期社会实践活动照片?	30
4.6. 暑期社会实践活动中有哪些安全注意事项?	30
4.7. 暑期社会实践活动中有哪些常用的疾病防治方法?	32
第五章 成果总结篇	34
5.1. 暑期社会实践活动的成果具体有哪些呈现形式?	34
5.2. 实践报告和实践总结是什么?	34
5.3. 暑期社会实践活动实践报告如何撰写?	35
5.4. 暑期社会实践活动团队活动总结报告的写作技巧有哪些?	38
5.5. 暑期社会实践活动个人实践总结报告的写作技巧有哪些?	39
5.6. 如何进行暑期社会实践活动后期成果转化?	39

第一章 概述篇

暑期社会实践是高校大学生思想政治教育的重要组成部分，对促进学生了解国情，增长才干，奉献社会，磨练意志、培养品格，增强社会责任感起到不可替代的作用。本篇为实践概述篇，主要介绍暑期社会实践活动的基本概念、内容形式、实施步骤、登记报备等内容，旨在帮助并加强学生对暑期社会实践的认知和理解，为后续筹备实践活动、参与实践做好理论准备。

1.1.什么是暑期社会实践活动？

1983年秋，团中央、全国学联于纪念“一二·九”运动48周年之际发出开展“社会实践活动周”的号召，得到了各地高校团组织、学生会的积极响应。1996年12月，中宣部、原国家科委、农业部、文化部等十部委联合下发《关于开展文化科技卫生暑期活动的通知》，以推动提升农村文化、科技、卫生公共服务水平。1997年，为进一步引导青年学生在实践中了解国情、服务社会、大力推进农村两个文明建设，中宣部、中央文明办、原国家教委、团中央、全国学联重点组织开展了全国大中专学生志愿者暑期社会实践活动。

自暑期社会实践活动开展以来，始终以引导和帮助学生“受教育、长才干、做贡献”为宗旨，分全国，省、校、院系四个层面开展。全国层面，中宣部、中央文明办、教育部、团中央、全国学联共同下发文件，安排部署和组织实施；省级层面，省级团委、省级学联联合当

地宣传、教育等部门共同开展；校、院系层面，学校团委按照上级统一部署要求，结合我校实际工作，组建实践团队，指导实施暑期社会实践活动。据统计，每年暑期有超过百万名学生参与到各级暑期社会实践活动中，奔赴祖国的大江南北，广泛开展理论宣讲、教育帮扶、医疗服务、科技支农、文艺演出、法律援助、环境保护等实践活动，充分展现了当代青年学生良好的精神风貌和青春风采。

1.2.暑期社会实践活动有哪些组队形式？

根据参与人数的不同，暑期社会实践活动分为团队社会实践活动和个人社会实践活动。

团队社会实践活动 是指学生根据共同兴趣或围绕同一主题以团队形式展开的暑期社会实践活动。团队社会实践活动是暑期社会实践活动的主要组队形式，其优点是：群策群力，优势互补，易于形成质量较高的实践成果，实践过程中安全性较高。

以团队形式开展暑期社会实践活动，要特别注意团队队长的作用。队长是团队社会实践活动的第一负责人，在活动中需要投入较多的时间和精力，并对遇到的困难要做好心理预期，具体应做好以下两方面工作：一是要做好队伍组建，根据“据项组团，按需用人”的要求，充分考虑队员的性格特点、个人特长及优势，各尽所长；二是要规划实践主题，明确任务分工。

个人社会实践活动 是指学生以个人形式参与暑期社会实践活动。个人社会实践活动的优点是选题灵活、成本较低、易于调整安排。

以个人形式参与暑期社会实践活动，要充分考虑实践活动的可行性，安全、有序设计实践环节，注重培养和提高自身的综合实践能力，提高安全意识，做好安全防范。

1.3.暑期社会实践活动有哪些基本类型？

暑期社会实践活动主要可以分为考察调研、公益服务和职业发展三个基本类型。

考察调研类 考察调研类社会实践活动是指通过科学的方法观察、调查有关社会现象的真实情况，并对相关材料进行收集、整理、分析、研究，从而阐释某种现象、得出某种结论或揭示某种规律的社会实践活动。

考察调研类社会实践活动根据调查性质、内容、要求的不同，可以分为参观考察和调查研究两种形式。

在参观考察形式的社会实践活动中，学生需要深入社会、深入基层、深入群众，通过自身观察和体验，对社会的某些领域或某些现象进行较为全面、客观地了解和学习，从而深化对国情、社情和历史的认识，开拓视野，促进全面发展，帮助形成正确的世界观、人生观和价值观。在调查研究形式的社会实践活动中，学生需要针对相关课题，运用社会调查的方法，通过发放问卷、访谈、记录等方式，对某类社会现象开展考察、分析和研究，进而了解现实情况，解释某种现象，得出某种结论，揭示某种规律，提出某种对策等。调查研究形式的实践活动对参与者的学术能力有一定要求，通常需要提交专项调研报告，

这也是学生提升自身素养的有效途径。

公益服务类 公益服务类社会实践活动是指具有公益性质和志愿服务性质的社会实践活动，旨在引导学生扎根中国大地，弘扬志愿服务精神，发挥青春正能量，培养社会责任感和为人民服务的意识。暑期社会实践活动中的公益服务类活动形式主要包括支教、支农、支医、助残、敬老、关爱留守儿童、义务劳动、环境保护，义务宣传宣讲，走访慰问、大型赛事志愿者活动等。

支教形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间到教育资源相对匮乏的中小学有计划地开展教学相关活动。

支农形式的公益服务类社会实践活动是指农学专业学生利用课余时间到乡村田野中对农民群众开展专业指导和帮扶工作。

助残、敬老、关爱留守儿童形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间到敬老院、福利院、社区、偏远乡村等地，对需要帮助的老人、残疾人、留守儿童开展关怀慰问和服务工作等。

义务劳动形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间到工厂、社区、乡村等地，帮助开展一些力所能及的生产劳动或服务性工作等。

环境保护形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间来到农村基层、城镇和社区，围绕环境污染、资源保护和节约、垃圾处理、气候异常等主题开展调研、保护实践和科普工作等。

义务宣传宣讲形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间深入广大人民群众，针对国家政策、法律法规等相关内容开展

义务宣传、宣讲和普及工作。

走访慰问形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间，到边防驻地、偏远地区、乡村基层等地，开展走访、慰问、资助或文化艺术表演等活动。

大型赛事志愿者形式的公益服务类社会实践活动是指学生利用课余时间，参与政府组织的大型赛事活动的志愿者工作，如 2008 年北京奥运会、2010 年上海世博会的志愿者工作等。

职业发展类 职业发展类社会实践活动是指学生为提升自身职业素养，了解专业领域情况和社会需求，促进职业发展而开展的学习参观、实习锻炼、创业实践、创新发明等实践活动。

学习参观是指学生在学校教学计划外自主安排的，深入到企事业单位生产一线的学习参观活动。

实习锻炼是指学生为提升职业素养在企事业单位参加实习、挂职锻炼等活动。与学校组织的专业实习或生产实习不同，挂职锻炼与实习活动是基于学生的就业兴趣自主选择，是提升职业能力、获取就业信息的一个重要途径。

创业实践是指学生在校期间开展或参与的创业活动。

创新发明是指偏向于应用的发明研究，侧重于对实际生产生活问题的解决和创新，如技术改良、工艺革新、产品发明、先进适用技术传播等，是引导学生关注社会需求、理论联系实际、提升专业水平、促进职业发展的良好途径。

1.4.实施暑期社会实践活动的主要步骤有哪些？

下发通知 每年5、6月份，团中央学校部会下发全国暑期社会实践活动通知，部署当年暑期社会实践活动的实践主题、整体思路、重点实践内容、专项实践内容、相关工作要求。各省级团委学校部、校团委也会结合上级要求制定并下发本级暑期社会实践活动通知。

选题立项 在收悉暑期社会实践活动通知后，同学们就可以按照我校社会实践工作部署，结合专业特点和个人兴趣选取实践主题，撰写项目申报书。期间，实践团队要及时联系实践地和实践指导教师，做好立项答辩的准备工作。

确定团队 各层面根据工作部署，遴选确定全国、省、校、院系四个层面的重点实践团队。一般情况下，全国层面的重点团队由省级团委学校部推荐产生；省、校、院系层面的重点团队由各省级团委学校部、各高校、各院系结合实际工作自行遴选确定。

活动实施 暑期社会实践活动实施阶段主要集中在7、8月份。同学们根据已有的立项内容，在暑期开展社会实践活动。在实践过程中，学校会做好实践过程的监管和安全保障，帮助和指导学生解决遇到的各种问题或困难。各团队负责人要承担起团队的整体协调和安全责任，确保每名同学都能安全地参与各类实践活动。

总结评审 暑期社会实践活动总结评审主要集中在9-11月份。除全国层面的总结评审外，各省级团委学校部、各高校团委也会结合实际工作开展各类实践成果总结评选活动。在开展评选活动的同时，各级团学组织也会积极做好实践经验交流及成果转化工作。

第二章 选题立项篇

选题立项是开展社会实践活动的第一步。一个好的选题是社会实践活动顺利进行的基础和保障，决定活动的内容和形式，也为实践成果转化提供了明确的方向。

本篇主要从选题来源、选题步骤、注意事项等方面介绍了如何做好社会实践活动的选题立项。希望能够帮助同学们立好选题，选对方向，为社会实践活动建立良好基础。

2.1. 社会实践活动的选题来源有哪些渠道？

社会实践活动的选题来源一般有六个渠道。

一是官方文件 每年5、6月份，中宣部、中央文明办、教育部、团中央、全国学联会联合发布社会实践活动通知。同学们可以登录大学生社会实践官方（<http://www.universitychina.net/shijian/>）或关注团中央学校部官方微信公众号（ID:tzyxxb）获取相关通知。全国社会实践活动通知中会提供重点实践选题和专项实践选题20余项，同学们可以结合专业和兴趣自主选择。同时，各省级团委学校部也会结合全国社会实践的通知，结合本省实际情况，制定并发布省级社会实践活动通知。

二是学校通知 学校会结合全国、省级层面社会实践活动两份通知中的部署安排，进一步细化实践课题，确立重点实践内容和方向，起草下发校级社会实践活动通知。一般情况下，同学们最早拿到的是

全国层面的社会实践活动通知，这个通知确定了当年社会实践活动的主题方向；省级、校级的社会实践活动通知是对全国社会实践通知的进一步丰富和细化，内容更为具体，针对性更强。

三是思想政治理论课教学内容 从思想政治理论课的教学内容中可以派生出很多实践选题。授课教师可以结合教学计划和实践要求有计划地设计实践选题。这些选题理论指导性强，是对思想政治理论课教学内容的具体实践。

四是专业需求 立足本专业进行实践选题，是选题的又一种来源。同学们在专业学习中往往要理论结合实际，做到知行合一，解决人民群众实际生产生活中的问题。每一个专业都会有各自的专业背景 and 实际运用方向，从而确定的选题方向也会有所区别。

五是已有实践项目 同学们可以基于各类已有实践项目开展选题立项。这些实践项目一般连续多年开展，具有一定的传承性。每年这些实际项目会根据实际需要，有计划地招募实践团队，同学们可以结合自身需要参加。这些实践项目会在主办方的官方网站或是官方微信公众号上发布，同学们只要平时细心留意，就会有所收获。

六是自身需求 同学们通过传统媒体、新媒体等方式关注社会时事热点，通过文献资料阅读、课堂学习等方法对社会现象、社会行为、社会问题、社会事件进行研究和探讨，再结合个人经历、兴趣爱好和实际情况，进行选题立项。

2.2.社会实践活动选题立项的基本原则是什么？

一个好的实践选题决定着实践目标、实践过程和实践形式。社会实践活动的选题立项一般要遵循以下原则。

一是与国情社情民情相结合，面向社会，深入基层。

社会实践活动从选题立项到活动实施，再到成果转化，都需要深入学习宣传贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，以传播中国精神、讲好中国故事、践行社会主义核心价值观为主要内容，深入农村乡镇、城市社区、工矿企业和部队军营，围绕中国梦与中国特色社会主义展开。

二是与专业知识相结合，服务人民，做出贡献。

社会实践的选题立项要充分发挥学生的专业优势和学科特点，以专业知识指导具体实践，理论联系实际，做到知行合一。不同类型的专业，在选择实践活动时，实践的对象、实践的方法、实践的目标、实践的形式会有所不同，但是归根到底是将专业知识与技能转化成为为人民服务、服务社会的实际行动。

三是与个人成长成才相结合，磨练意志，增长才干。

好的选题可以让学生在实践的过程中培养团队协作精神，养成吃苦耐劳的优良品质，树立真抓实干的良好作风。同学们可以通过实践来检验自己、磨练自己、塑造自己，为将来更好地服务祖国和人民打下坚实的基础。

2.3.社会实践活动选题立项的主要步骤是什么？

社会实践活动的选题立项并非无规律可循。通常选题立项要经历以下三个步骤：拟定实践活动主题，确定实践形式与内容，完成项目策划。

第一步：拟定实践活动主题。

通过参考社会实践活动选题来源，备选 1~3 个主题，对每个备选主题开展资料收集、调研分析、联系实践地、联系指导教师等工作，做好实践选题的前期筹备工作。在充分论证的基础上，在 1—3 个主题中，选择可行性最佳的主题，梳理实践思路，论证实实践重点、难点、创新点，为后续确定实践形式和内容奠定基础。

第二步：确定实践形式与内容。

同学们根据实践选题的目标、任务要求，选择实践组队形式，确定具体的实践形式和内容。

第三步：完成项目策划。

在确定好实践内容、实践形式后，应着手撰写社会实践活动立项方案，通过规范的书面形式进一步明确实践内容，完成立项方案。立项方案包括：项目主题与团队基本信息、课题来源及背景、实践项目概述、日程安排及主要活动、预期目标及实践成果、安全预案和经费预算、可行性分析等。

2.4.社会实践活动选题立项需要注意什么？

俗话说“万事开头难”，好的选题就是攻克了实践活动的“开头

难”。对于学生来说，选题过大或是过难，都会难以完成；反之，选题过于容易，又不能较好地锻炼和提升能力。在做社会实践活动选题时应注意以下几点。

一是主题明确 社会实践活动选题应有明确的主题方向，实践活动的策划、实施都要围绕主题方向。同学们在活动中切记不能跑题，不能临时更换主题，不出现多主题并行实践的情况。走马观花、游山玩水、变相旅游更是大忌。

二是任务明晰 社会实践活动选题立项决定着任务分工。好的实践选题需要分工合作才能取得预期的实践成果。实践团队要在选题立项的基础上群策群力、分工合作，努力形成实践合力。

三是成果导向 以成果为导向，是评价一个选题立项好坏的重要标准。好的选题立项要有明确的成果导向，要以解决实际问题、满足人民群众日益增长的社会服务需求为出发点，实践成果要具有一定的社会价值、学术价值、应用价值和创新价值。

四是可行性强 选题立项要充分考虑实操性，做到实事求是、量力而为。同学们要认真评估实践任务的主客观条件，清晰研判社会实践活动中可能出现的难处和不确定因素，充分考虑物力、精力、财力和专业知识、经验技能等，不做无用之功，不打无准备之仗。

五是结合专业 选题立项要充分考虑专业特点和学科优势，要学会将书本知识转化为指导实践的具体行动。只有选题时充分结合了专业知识，我们才能更好分析问题、解决问题、形成价值高、角度新、内容丰富的实践成果。

六是注重传承 学校的很多社会实践活动都是具有传承性的经典品牌。这些品牌经过多年的积累与创新，具有较高社会影响力和认可度，同学们在选题立项时不要只顾求奇求新求变，要注重传承与创新，不断丰富深化活动形式和内涵。

2.5.社会实践活动选题立项的评价标准是什么？

选题应具备重要性、可行性、创新性三个特征。

重要性是指社会实践活动主题所具有的意义或价值。通俗地说，就是指社会实践活动所具有的现实性和实用性。在选题立项时要思考实践主题是否满足社会需求、专业需求或自身成长需求。

可行性指社会实践的主体——学生是否具备开展某一实践活动所需要的主客观条件。也就是说，学生在现有主客观条件下开展这项社会实践活动是否行得通。选题立项既要有勇气和信心“知难而进”，又要客观分析，做到“量力而行”。

创新性也可以称做创造性或独特性，是指学生的选题立项具有一定的创新点，即“人无我有”和“人有我新”。同学们在实践过程中要深入理解选题立项和真正意义和内在价值，不断发掘选题立项的闪光点和突破点，不断发现问题、认识问题、解决问题，找到实践的侧重点，千万不要为了刻意强调创新，盲目求奇求特。

2.6.社会实践活动选题立项中常被忽略的问题有哪些？

很多同学在进行社会实践活动选题立项时，经常出现两类最常被

忽略的问题，请同学们注意。

第一类问题：认为社会实践等同于社会调查。

很多学生在初次开展社会实践时，常常将题目设计为“野骆驼（或诸如大熊猫、华南虎等）生存状况调研”“核电站的安全性能检验调查研究”“北京市快餐厅行业发展情况研究”等，认为自己简单了解了一件事情就是科学有意义的，将实践内容定性为社会调查，缺乏科学、系统、有效的调查方法，缺少对事件（事物）本质的分析和对策方法的思考。

第二类问题：将基于旅游观光思路的活动包装成社会实践活动。

这类实践活动常常借着调研走访，考察传统文化、民族风情、自然景观的名义开展，行程松散、实践地多，呈现走马观花、蜻蜓点水的特点。常见的题目如“义务古建筑保护调查研究”“长白山水质调查与宣传保护”“喀纳斯的环境保护与文化经济调查”“呼伦贝尔草原民族风光与饮食文化调查”等。

第三章 策划准备篇

3.1.暑期社会实践活动前期筹备有哪些关键环节？

确定暑期社会实践活动的主题后，接下来就要进入暑期实践活动的筹备阶段了。一个好的实践活动能否达到理想的实践目标并取得预期成果，主要看筹备阶段能否奠定良好的基础。总体来说，前期筹备主要有组建实践团队、联系指导教师、联系实践单位、撰写立项方案四个关键步骤。

第一，组建暑期实践团队。同学们组建团队的方式有很多，其中一种是基于人际交往圈的组队方式，如班级组队、团支部组队、社团组队、同乡组队等。这类团队的成员往往是爱好相近的同学或朋友，相互之间较为熟悉，有利于暑期实践活动过程中的沟通、协调。另一种是通过网络招募成员的组队方式，即通过相关网站、学校网络平台等发布团队选题基本情况和成员招募要求等信息，这种组队方式能够较为迅速地在学校中招募到符合条件的成员。网络招募团队成员需要进行团队建设，以增进成员之间的熟悉程度和情感认知。招募团队成员时要考虑很多因素，如成员的数量、性别比例、年级结构、专业搭配及课题意向等。招募不同专业的学生，跨专业选拔队员能够更好地开拓思路；成员数量应与实践课题相适应；成员分工应充分考虑到队员的优势条件和个人技能，做到人尽其才，各尽所长。

第二，选择指导教师。同学们开展团队形式的暑期社会实践活动

时，可以选择思想政治理论课教师、专业课教师、党政干部或学生辅导员、班导师等作为实践指导教师。指导教师可以有针对性地对实践课题、实践内容、实践形式进行专业指导，同时还可以帮助团队解决实践过程中遇到的困难和问题。

第三，选择实践单位。在选择实践单位时，需要考虑以下三个因素：

一是考虑与选题的紧密度。例如，某实践团的选题方向是中西部某落后地区的志愿公益活动，如果将实践地选择在山东、辽宁等地区，则无法按照现有实践选题开展活动，无法获得预期的活动效果。

二是考虑工作便利。在选择实践单位时，同学们要根据自己的实践形式和组队形式选择实践单位，保证实践地的客观现实条件满足社会实践活动需求，从而顺利实现实践活动的目标，同学们可以有意识地利用便利的条件，如与学校长期合作的实践基地、团队成员家乡亲属所在的企事业单位等。同学们选择具有便利、就近条件的实践地，可以在尽可能减少支出的同时获得最大化的实践成效。

三是考虑活动安全。同学们选择实践单位时，要充分考虑到当地的治安情况，以及地理和气候条件。对于自然灾害多发的地点，建议不选为实践地。出发前实践团队要制定好安全预案，做好充分的实践准备。

第四，撰写立项方案。立项方案是开展实践活动的行动指南，也是各级评审重点实践团队的主要参考。一份好的立项方案，可以大大提高实践立项的成功率，也会大大提升实践成效，立项方案主要包括：

项目主题与团队基本信息、课题来源及背景、实践项目概述、日程安排及主要活动、预期目标及实践成果、安全预案和经费预算、可行性分析等。立项方案的撰写要群策群力，团队成员要充分讨论，反复论证，在充分征求指导教师意见的基础上，最终形成立项方案。

3.2 暑期社会实践活动团队成员怎样构成和分工？

团队实践作为社会实践的主要组织形式，团队成员构成对社会实践活动的顺利开展至关重要。社会实践活动团队原则上设队长 1 人，团队成员数量不等，一般以 6-10 人为宜。团队成员应各司其职，在统筹策划、文案编辑、财务管理、外联沟通、后期制作、对外宣传等方面协调配合，确保实践活动顺利、高效地完成。社会实践活动团队成员分工表中展示了一般社会实践活动团队成员分工情况，根据实践活动的具体情况可灵活调整。

社会实践活动团队成员分工表

成员构成	工作职责	基本要求	核心任务
队长	统筹规划社会实践活动	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能够理解本次社会实践活动的意义与价值 2. 对于实践活动的选题意向、实践形式、实践内容等方面有明确认识 3. 具备领导意识、责任心及统筹协调能力和应变能力 4. 能够团结、关怀团队成员，凝聚成员共识，保证实践任务的顺利完成 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 组建起团队并联系指导教师和实践单位 2. 制定立项方案 3. 协调团队成员分工 4. 把握实践整体环节，监督整个实践活动保质保量完成

文案编辑	负责实践活动中各项文字撰写	<ol style="list-style-type: none"> 1. 态度认真，有较强的责任心 2. 具备较强的文字处理能力 3. 对实践任务、目标、成果等认识准确 	撰写立项方案及实践活动报告等相关成果
财务管理	负责实践活动中的经费管理	<ol style="list-style-type: none"> 1. 工作细致，责任感强，具有良好的沟通能力， 2. 熟练运用财务工具及常用办公软件 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各项实践活动开支 2. 实践经费报销
外联沟通	负责实践活动中的对外联络	具有较强的沟通和协调应变能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 完成实践单位的联系 2. 落实活动的支持资金
后期制作	负责素材拍摄及后期制作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能熟练使用摄影、摄像等设备，具备一定的拍摄技术 2. 能够熟练使用图片及音视频处理软件 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 完成实践全程影音记录工作 2. 完成素材的后期加工处理
对外宣传	负责社会实践活动对外宣传	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具备较强沟通协调能力，有一定的新闻稿写作能力 2. 能够熟练运用微信公众平台和微博等新媒体工具进行宣传 3. 具有自我宣传、自我推荐的意识 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 撰写宣传文案、新闻稿等文字材料 2. 制作并发布实践活动相关的新媒体作品 3. 向校内外官方媒体宣传实践活动的成果

3.3.联系暑期社会实践活动的实践单位有哪些方式？

联系实践单位可有两种方式：自己主动联系和他人帮助联系。

自己主动联系 自己主动联系实践单位是社会实践活动联系实践单位的主要方式。自己主动联系实践单位能够锻炼语言表达、综合协调和解决问题的能力。因为实践活动毕竟会对实践单位的正常工作

产生一定影响，因此自己主动联系实践单位时，难免会遇到一些阻力，尽管过程曲折，但这也是整个实践过程中的重要环节。获得实践机会不易，既要勇于克服困难，也要有所防范，避免上当受骗。

他人帮助联系 他人帮助联系实践单位是指适当地利用一些便捷的社会资源，经他人介绍到某单位开展社会实践活动，对于缺少社会实践活动经验的同学来说，他人帮助联系是获得实践单位的又一个重要途径。如通过亲友帮助介绍实践单位，或通过学校老师帮助介绍挂职锻炼、实习的岗位，还可以通过学校联系已设立为社会实践基地的单位等。他人帮助联系实践单位可以避免自行寻觅的盲目性，节省联系沟通的工作量。

3.4.联系暑期社会实践活动的实践单位时应该注意些什么？

同学们联系实践单位时，要做好以下两点。

充分准备，提前联系 在暑期社会实践活动策划准备阶段，同学们一定要做好实践活动安排，尽早与实践单位取得联系，要向实践单位提前说明活动的时间、规模、形式、内容、需要提供的帮助等，给予实践单位充足的时间做好接待准备工作，防止不确定性和风险性因素的出现，影响社会实践活动的正常进行。

同学们也应考虑到一些不可测的因素，实践单位有可能临时出现无法接待或不适合开展实践活动的情况，同学们要有应对突发意外状况的心理预期，临危不乱，处乱不惊，有条不紊地做好实践单位的更换或调整。

因此，在社会实践活动出发前，还要再次与实践单位联系，确保活动的顺利开展。

谦逊有礼，诚信守约 在实践活动前可以准备一些具有学校特色的纪念品，在活动结束后赠送给实践单位以表谢意。不要忘记准备学校介绍信，按照相关格式要求填写准确信息，让实践单位尽快了解实践信息，增强对实践活动的信任程度。在个人形象上要做到干净整洁，精神饱满。在活动过程中要做到准时守约，遵守规定。在沟通交流中做到尊重对方，友好礼貌。

3.5. 撰写暑期社会实践活动立项方案有哪些原则？

立项方案是社会实践项目选题策划阶段的一个总结。因此在撰写时，要把握以下几点原则：

思路清晰，考虑周全 立项方案中的各项内容必须逻辑清晰，可以参照立项方案注明的要求或者已有模板逐项填写，在撰写过程中，应依次考虑实践过程中的各个环节，尽量把可能出现的情况考虑周全。

内容完整，格式规范 立项方案内的各项内容都应逐一填写完整，避免遗漏。内容填写要严格遵守学校规定的字数要求，做到详略得当、言简意赅，使评审教师能够在较短时间内掌握实践项目的要点、意义、内容、成果等重要信息。

真实有效，按时提交 立项方案内的实践单位、学生联系方式等信息要真实有效，以便学校在意外情况下及时进行联络。关于暑期社会实践内容的部分，原则上申报书一经提交，除不可抗力外，不应做

出重大调整。另外，任何社会实践项目的申报都是有时间限制的，因此一定要按时提交。再出色的立项方案，如果不能在要求的期限内提交，自然也就丧失了其意义与价值。

3.6.社会实践活动立项方案包含哪些内容？

立项方案是实践活动的纸上演练。一份好的立项方案包括：项目主题与团队基本信息、课题来源及背景、实践项目概述、日程安排及主要活动、预期目标及实践成果、安全预案和经费预算、可行性分析等内容。

项目主题与团队基本信息 项目主题即社会实践活动的选题。团队名称一般基于实践主题和内容类型而定，基本格式为“XX 大学+实践主题+内容类型+实践团”，如果内容类型在项目主题中已经说明，可以不重复，如“XX 大学城郊环保下乡服务实践团”。团队名称是教师了解社会实践项目最先接触到的信息，要做到简洁明晰，无歧义，尽量不出现新兴词汇和网络用语。

课题来源及背景 简要介绍课题的缘起和理论背景，方便了解实践项目的意义与价值。

实践项目概述 这部分是立项方案填写的重点。一般应该包括社会实践项目的主题、意义、内容类型、实践对象、采用的方法或工具等。应写明社会实践项目要解决什么问题，解决到什么程度，用什么方法去解决等。

日程安排及主要活动 这部分是立项方案的主体，填写时要明确

社会实践具体步骤和进度。

预期目标及实践成果 预期目标要写明实践活动能发挥什么样的作用，是提供有关方面决策参考，还是提高个人专业认知和综合素质。实践成果可以是学术论文、调研报告、文化作品、商业产品等或是解决某些实际问题、建立实践基地等。

安全预案和经费预算 安全预案一般涉及交通安全、财物安全、投宿安全、疾病预防、生产安全、交友安全与滋扰防范、野外安全与突发意外等几个方面。经费预算应统筹考虑各方面可能产生的费用，本着“勤俭节约、合理规划”的原则进行安排。

可行性分析 这部分是立项方案中对项目进行的自评，内容包括实践项目主题的重要性(是否符合受教育、长才干、做贡献的原则)，可行性(是否具备开展实践的主客观条件、是否保证安全、是否准备充分)，创新性(形成何种有价值的成果等)，还需要将指导教师对实践项目的评价填写在可行性分析中。

3.7.暑期社会实践活动出发前需要哪些物资准备？

暑期社会实践活动在出发前需要做好充分的物资准备，通常包括个人必备用品、实践材料、实践经费。

1. 必备用品

生活用品 个人的常备换洗衣物、运动鞋、帽子、水杯、洗漱用品、雨伞、手表、手电等。根据实践地的实际情况，还可以选择携带毛巾被、蚊帐、餐具等。

联络工具 外出实践时手机是必备的，同时还应配备好充电器、备用电池、充电宝等。同学们应通过手机定期与家长、学校联系，出现意外情况时也可以通过手机及时求救。

医药保健品 实践团队可以准备一个小药箱，携带一些常备药品、卫生保健用品等。

2. 实践材料

基本实践材料 一般包括笔、纸、笔记本、档案袋等基本文具；《大学生社会实践登记表》 《实践日志》等活动策划与记录材料；实践单位介绍信、社会实践旗帜等身份证明材料；实践教材、相关文献等参考资料；赠送给实践单位的礼品或纪念品等。

电子记录设备 一般包括照相机、小型摄像机、录音笔、笔记本电脑等。这些设备都比较贵重，要做好安全防范，妥善保管。

实验器材及设备 依据实践活动具体内容选择携带，一般包括科学实验中必需的精密仪器和检验设备等。

特色活动材料 根据社会实践活动的类型不同，材料形式可能有很大区别。例如：社会调查类的实践需要携带访谈提纲。调查问卷等资料；公益服务类的实践需要携带相关的宣传或服务用品，如挂图、乐器、演出道具、相关仪器等，职业发展类的实践可能会根据单位的需要，佩戴安全帽及相关防护用品等。

3. 实践经费

基本费用 基本费用是指外出社会实践必须花销的交通费、住宿费及伙食费等。这类费用可预测性比较强，属于社会实践开销的主要

部分。

活动费用 社会实践期间购买社会实践材料，组织社会实践活动的开销，如邮寄费、打印费等。这类经费所需数量因不同的实践活动而异。

非常规费用 这类费用包括除以上两类费用外的非正常因素产生的费用，如社会实践期间因意外事故产生的医疗费用，购买预算外物品而产生的费用等。这类费用不可预测性强，因此在实践期间，大学生还要准备一些应急款以备不时之需。

在暑期社会实践物资准备攻略里，帮同学们整理了需要携带的物资，以便参考。

暑期社会实践物资准备攻略

个人用品	相关证件	身份证、学生证
		社会实践介绍信
	生活用品	常备换洗衣物、鞋袜
		洗漱用品
		毛巾被、蚊帐、餐具
		手表、手电等
	联络工具	手机及其充电器等
医药保健品	医药物品	
实践材料	基本实践材料	基本文具：笔、笔记本、档案袋
		活动策划与记录材料：《社会实践申报方案》 《大学生社会实践登记表》等
		参考资料：实践教材、相关文献
		宣传材料：社会实践旗帜等
	电子记录设备	照相机、摄像机
		计算机
		录音笔
	实验器材及设备	实验器皿、精密仪器等
	特色活动材料	社会调查类型：访谈提纲、调查问卷等
		公益服务类型：相关宣传服务用品等
职业发展类型：安全帽等防护用品		
经费与财务	基本费用	交通、住宿、伙食等
	活动费用	邮寄费、打印费、购买实践材料等

第四章 执行实施篇

4.1.暑期社会实践活动宣传推广的基本要求是什么？

暑期社会实践活动的宣传推广，是记录活动实况，升华活动价值的重要途径，也是将实践活动提升为实践成果的重要环节。

紧扣主题 暑期社会实践活动的宣传推广要注意“小中见大、以点带面”。使用传统媒体或新媒体等方式进行宣传时，要从具体活动入手，紧密结合社会实践的主题，突出重点和特色。

注重质量 暑期社会实践活动的宣传推广重质不重量，不盲目追求稿件字数、报道量和曝光率。宣传稿件要反复斟酌修改，并报请指导教师审阅。建议多学习优秀宣传稿件的写作形式和写作技巧，中国青年报、中国青年网、中青在线、人民网、新华网等媒体上每年都会刊登大量优秀的宣传稿件，同学们可以借鉴学习。

诚信宣传 树立正确的宣传观念，宣传要客观真实，讲究诚信，不夸大其辞，杜撰造假。同时避免形式主义，应杜绝摆拍、“实践秀”等不良风气，实事求是地对社会实践活动进行报道和宣传。

正面引导 对于社会实践活动应从积极的、正面的、健康的视角来进行报道，传递青春正能量。

逐级推报 暑期社会实践活动的宣传推广要做到“宣传有序，由内向外，由低向高”。实践团队的宣传稿件写好后，首先要在校园媒体(如团委官网、校内新媒体平台)上宣传发布。如报送校外媒体平台，

同学们的宣传材料要再次精细加工，经院系团委、学校团委审核推荐后报送。

4.2.暑期社会实践活动宣传推广的主要途径有哪些？

信息时代、网络时代、新媒体时代给暑期社会实践活动的宣传推广带来了前所未有的机遇与挑战。只有利用好各种宣传平台，同学们的暑期社会实践活动才会获得更大的社会影响力和美誉度。一般来说，暑期社会实践活动的宣传推广主要有两种渠道：传统媒体和新媒体。

传统媒体 传统媒体是指报刊、杂志、广播、电视等传统意义上的媒体。传统媒体的优点是：影响力大，认可度高。但是传统媒体对宣传稿件的审核较严，制作发布的周期较长。如果同学们向传统媒体投稿，一定要提前联系，充分准备。

新媒体 新媒体是指微信、微博、手机报、数字视频等新兴媒体。新媒体的优点是：宣传推广的实效性和互动性较强，易于传播。新媒体宣传已经逐渐成为暑期社会实践活动的主要宣传媒介。

4.3.暑期社会实践活动宣传推广的媒体平台有哪些？

暑期社会实践活动的媒体宣传平台主要分为全国、省级和校级三个层面。

全国层面的传统媒体平台主要有人民日报、光明日报、中国教育报、中国青年报、中国青年网、中青在线、人民网、新华网、暑期官网等。全国层面的新媒体平台主要有共青团中央微信、微博，团中央

学校部微信、微博，中华全国学联微信、微博。

省级层面的传统媒体平台主要有省级报纸、电视台、省级团委学校部官网、省级学联官网，其他省级传统媒体。省级层面新媒体平台主要有省级团委学校部官方微信、微博。

校级层面的传统媒体平台主要有校报、校广播站、学校官网等。校级层面新媒体平台主要有学校官方微信、微博等。

4.4.如何撰写暑期社会实践活动新闻通讯？

完成一篇出色的社会实践活动新闻稿，首先要了解新闻稿的撰写方法。通常所说的新闻稿是指新闻体裁——消息。消息是对最近发生的有社会意义的事实，用概括叙述的方式，以简明扼要的文字，及时地报道最新事实的新闻。消息有以下特点：一是概述事实情况，二是文字应简明扼要，三是报道及时，四是篇幅短小。

消息的行文结构一般由标题、导语、主体、背景、结尾组成。

标题 标题被称为“新闻的眼睛”，对于暑期社会实践活动的消息而言，通常采用单行式即可。

示例一：XX 大学 XX 学院“爱之村”实践团开展“暖阳”行动

示例二：XX 大学学子与大山里孩子的“心路”之旅

示例三：XX 大学实践团探寻我州土家非遗脚步

导语 导语是消息的开头部分，要求用简洁生动的语言，把新闻中最重要的事实提炼、概括出来，以引起读者注意，吸引人们看下去。

示例四：6 月 29 日，XX 大学 XX 学院“情系社区·安全卫家暑期

社会实践团队在风雅园二区活动广场开展了一次“安全知识进社区”活动，小区居民参与热情高涨。

示例五：为纪念中国工农红军长征胜利 80 周年，10 月 13 日北京出版集团联合 XX 大学举办了“牢记红军丰功伟绩弘扬伟大长征精神——《长征长征》新书发布会暨 XX 大学‘大学生重走长征路’社会实践总结”活动。

示例六：乡路弯弯，雷阵雨后还有些泥泞。7 月 1 日至 10 日，一群年轻的“90 后”大学生行走在南阳乡村学校之间，一路上青春洋溢，激情飞扬。他们，是来自 XX 大学的大一学生，于盛夏里相约南阳，穿行乡里，一起探寻“乡村教师的中国梦”。

示例七：习近平总书记强调：“扶贫必扶智。让贫困地区的孩子们接受良好教育，是扶贫开发的重要任务，也是阻断贫困代际传递的重要途径。”以此作为出发点，2016 年 7 月，XX 大学心路—XX 实践团来到云南山区里的磨脚村，用团队自行筹集的资金陪同五个孩子走出大山来到北京，通过严密设计的“梦想照进现实”“榜样明细目标”“实践带来体悟”“渴望变身动力”的四阶段活动，帮助孩子们看到山外面的世界，开启一段“心路”之程。

示例八：山西是全国很好地保存了从唐代到清代完整建筑体系的省份，据文物部门统计，山西现存古建筑达 2.8 万处。然而，相当数量的古建筑已年久失修，亟待更完善的保护。2016 年 8 月，XX 大学“寻找失落的山西古建筑”实践团奔赴山西，参访了 19 处重点文物保护单位，与周边村民进行多次访谈，调研文物保护现状。同时，

他们开设“古建筑课堂”，与当地孩子们亲切互动；在微博上分享动态，发起文物保护专题，提高周围人的古建筑保护意识，带动更多的人参与到古建筑保护中来。

结尾 结尾消息的特点是以事实结尾，要写得生动有趣，给人以较为强烈的印象，力求简练，尽量前后呼应。

示例九：刘同学告诉记者，此次支教活动为期 15 天，在这 15 天里他们将组织孩子们开展文化艺术教育、素质拓展、功课辅导等活动；驻村期间为孩子们建成读书角，保证孩子们有书可读；与孩子们聊天交流，进行心理抚慰和引导；开展安全教育；到孤寡老人家中走访慰问，陪他们聊天，帮他们打扫卫生，让他们感受到我们对他们发自内心的关心，为他们带去欢乐。我们希望能通过这次活动让砬门里村的孩子们收获知识，同时让社会意识到有这样一群人需要关注，并给他们带去更多的温暖。“我也相信我们能为砬门里村的孩子带来充实有意义的假期。”刘同学高兴地说。

示例十：据了解，“爱之村”实践团连续 7 年前往淮河流域开展社会调查和爱心帮“暖阳”行动，调查报告曾获得第五届全国大学生节能减排科技创新与社会实践竞赛一等奖、第十二届“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛二等奖等。未来一个阶段，大学学子将继续“关注淮河水污染，关爱沈丘癌症村”，持续跟踪淮河流域生态环境和民生状况，用实际行动服务基层、回馈社会。

4.5.如何拍摄出优秀的暑期社会实践活动照片？

同学们在暑期社会实践过程中拍摄活动照片是记录实践活动的最有效方式。下面讲解典型暑期社会实践活动照片，帮助同学们了解照片拍摄的要求和注意事项。

同学们在拍摄暑期社会实践活动照片时，首先要明确拍摄的原则：真实性和形象性。暑期社会实践活动讲究实事求是，因此，真实性原则是拍摄社会实践活动照片的本质要求，要杜绝捏造事实的“假实践”照片出现，减少团队合影照片的数量，注重体现社会实践活动的内容和过程。形象性原则是指拍摄者能够使观看者直观地得到照片所要表达的信息。

4.6.暑期社会实践活动中有哪些安全注意事项？

实践活动出发前同学们要认真阅读关于外出活动方面的安全书籍，购买保险，做好各项预防准备措施和安全预案。对于外出实践的安全问题，需要注意以下几个方面。

人身安全 同学们在实践活动出发前，了解常见事故的处理方法；务必征求家长同意，使家长了解实践计划并提出安全建议；严格遵守国家的法律法规，遵守社会公德，遵守实践单位的规章制度；强化生命安全意识及财产安全意识，敢于指正身边同学在实践活动过程中的不安全行为。

到达实践地后，要及时通知家长已经安全抵达目的地。实践过程中要时刻保持安全意识，避免不安全行为的发生。在实践过程中尽量

做到结伴出行，同队同学应熟知彼此的电话号码。一旦遇到特殊情况、意外事件或不可抗力因素导致原实践方案出现安全隐患时，要在“安全第一”的前提下及时调整实践计划，情况严重时应立刻终止实践活动。外出实践要时刻保持通信畅通。

交通安全 同学们要乘坐正规的、有安全保障的交通工具，坚决抵制黑车和超载车辆。严格遵守安全乘载规定，服从工作人员的管理。

财物安全 同学们外出实践时，随身不应携带过多现金，只留下少量零用钱即可。一般不要将自己的行李交给不相识的人看管。在车、船上过夜时，要将贵重物品放在自己的贴身处。如果不幸被盗，应立即向当地公安机关报案，并积极配合公安机关做好侦破工作。

投宿安全 同学们要入住有营业执照并且管理正规的旅馆或招待所，夜间不要单独出行，睡觉时门窗要锁好，不要与陌生人同住一个房间。实践团队选择的住处尽量不要过于偏远，保证附近有一定的人流量。

饮食安全 社会实践活动过程中，同学们要注意饮食卫生、健康，且有节制，切忌暴饮暴食。如果因饮食问题造成腹泻，甚至食物中毒时，要及时就医。

旅途交友安全 同学们不随便接受陌生人的食物和饮料，不轻易答应陌生人的邀请约会。当必须与陌生人会面时(尤其是女生)应结伴前往，同队的其他队友也应当保持电话畅通，确保安全。

野外安全 在野外实践的过程中，需要长时间徒步行走，同学们

要穿合适的运动鞋。雨天路滑，要注意出行安全，遇到大风大雨，要及时躲避。在野外要携带一些药品，防治蚊虫叮咬或者蛇虫咬伤。

疾病预防 同学们在实践过程中，要注意调整身体状态，规律饮食并加强锻炼。实践队伍在外期间也要自带一些常用药物，疾病发生后，可以通过及时用药加以控制，如出现比较严重的身体不适情况要及时就医诊治，避免延误治疗。

生产安全 同学们在前往工厂、企业的生产一线参观、实习时，要特别注意生产安全。一方面，如果认为前往的实践地存在安全隐患，可以立刻要求停止实践活动；另一方面，实践中也应遵守企业的相关安全生产规定，听从指挥，杜绝违规操作，避免安全事故发生。

4.7.暑期社会实践活动中有哪些常用的疾病防治方法？

暑期社会实践活动中，往往会发生一些常见的疾病。掌握基本的防治方法，对顺利完成实践活动十分必要。下面列举一些在暑期社会实践活动中常见的疾病和防治方法。

水土不服 同学们到了实践地，可能会对新环境不适应，通常不适症状在一段时间后可得到缓解。若症状严重，须马上就诊。

腹泻 同学们可能会因为水土不服或者饮食不当导致腹泻。如果出现这种情况，应马上就医治疗，避免病情加重。

中暑 天气炎热，长时间在阳光下暴晒可能会引起中暑。出现这种症状，要立即到阴凉处降温休息，并用清凉油涂于太阳穴、人中穴等处。若症状严重，应设法送医院救治。

抽筋 腿抽筋要就地坐下休息，用手捏拿大脚趾，伸直脚部，轻轻按摩，应适当减少行程，注意休息。

传染病 在陌生的地方，要注意预防病毒性肝炎等传染病。尽量不使用公共毛巾、浴巾、茶具和餐具等，切忌喝生水。

过敏 有过敏史者应当提前准备抗过敏药物，在发生症状时及时服用。

蚊虫叮咬 夏季高温多雨，天气潮湿，蚊虫易繁殖。同学们在外出实践时应注意穿着长袖衣物，防止蚊虫叮咬。被蚊虫叮咬后不宜搔抓，以免皮肤破损，应在叮咬处涂抹清凉油、风油精、花露水等。如果皮肤出现感染应及时就医治疗。

第五章 成果总结篇

5.1. 暑期社会实践活动的成果具体有哪些呈现形式？

暑期社会实践活动的成果包括：实践报告、实践总结、实践日志、文集、影音资料、新闻通讯稿、学术论文成果和发明专利等。

5.2. 实践报告和实践总结是什么？

实践报告 是对某一情况、事件或问题，以文字、图表等形式将社会实践的过程、方法和结果呈现出来的书面作品。撰写的过程要在对所获取实践材料去粗取精、去伪存真、由此及彼、由表及里、分析研究的基础上，揭示本质，寻找规律，总结经验。撰写实践报告的目的是告诉有关读者：社会实践是如何进行的，实践中遇到的问题是如何解决的，最终取得了哪些成果，以及这些成果对认识世界和改造世界的理论意义和实际意义。

实践总结 分为实践团队总结和实践个人总结两种，其写作内容侧重点各有不同。

实践团队总结是立足于团队的角度对实践活动所作的总结。总结中应包括团队简介、实践目的与意义、较详实的实践概况、团队收获与感悟、不足与有待改进之处等，要侧重描写团队和实践的亮点与收获感悟，还可以突出团队精神和队友之间的互助互爱，以及媒体宣传和社会报道等。

实践个人总结是站在个人角度记叙在实践过程中的所见、所闻、所思、所感、所获。总结的内容不一定和团队总结完全一致，可把重点放在自己作为个人在团队中所做出的贡献、个人在行程中的收获和感悟、自身的不足，以及今后需要强化或改进的地方。

5.3.暑期社会实践活动实践报告如何撰写？

实践报告类型

暑期社会实践活动的实践报告包括调研类实践报告和活动类实践报告。两类实践报告在具体内容上有所不同，但实践报告的结构和撰写思路具有共性要求，可以相互借鉴。

调研类实践报告 调研类实践活动的成果主要通过调研类报告展现，它既要有对现象的有序描述，又要有对现象的分析归纳，还要有对现象本质的深入探索。

活动类实践报告 活动类实践报告突出实践活动的过程，尤其适用于理论宣讲、学习参观、生产劳动、社会服务、预就业实习等形式的实践活动。要求有序、有侧重点地记录实践事件，突出活动的收获和感悟，例如技能的增长或思想觉悟的提高等。

实践报告结构

一般来说，暑期社会实践活动报告的结构大致包括：标题、前言、摘要、主体、结束语等，有时还要附有简介、后记及附录等。

标题 实践总结报告的题目。撰写社会实践报告，应重视标题的推敲。标题有单标题和双标题之分。所谓单标题，就是仅有一个主标

题。例如：《大学生现在究竟需要什么？》等。所谓双标题，就是除了主标题外，还有副标题，例如：《拿什么拯救“癌症村”——关于河流污染情况的调查报告》。标题的写法灵活多样，但无论采取何种形式，都要力求概括、简明、新颖。

前言 又称导言或导语，是实践总结报告的开头部分，对全文起总领和引导作用，其主要任务是向读者介绍社会实践背景、主旨、目的和方法等，为报告主体的写作做好铺垫。实践总结报告的前言要简明扼要，认真推敲。最常见的前言写作方式是提要式，即对实践报告的内容（包括课题、对象、过程、结果、分析结论等）作概括性的说明，使读者在开始阅读时就对报告内容有一个大致的了解。提要式的前言使用比较广泛，调研类实践报告和活动类实践报告都适用。

摘要 写法灵活多样，可以简要说明实践的目的、对象、经过、时间、方式、方法和结果等，也可以像新闻的导语一样，提示全篇文章的主要内容，使读者形成对实践报告的总体印象，迅速理解全文。

主体 实践总结报告的核心。主体应对社会实践活动的经历进行叙述，对获得的材料进行分析论证，对社会实践活动的成果进行总结说明。

主体的主要内容和作用有以下三个方面：一是说明社会实践报告的主旨，介绍社会实践的基本情况，阐明社会实践的意义和观点。二是提供说明主旨的具体材料，并通过列举典型事例或重要数据，以及对各种现象和问题之间的相互关系的分析和解释，阐述核心观点，使读者理解并信服。三是提出必要的对策性建议或方案，提升实践报告

的使用价值。

结束语 实践总结报告的结尾部分。作者常在此部分表达自己的观点，对主体部分的内容进行概括、升华。

简介、后记及附录 社会实践报告的补充部分。简介，一般撰写在社会实践的标题后，是对社会实践报告主要内容的简要介绍，其目的是引起读者的注意和兴趣。后记，撰写在结束语之后，是对社会实践报告的形成、写作、出版等有关问题所作的说明。附录，是社会实践报告的附加部分，一般是与主体内容相关的部分资料。

实践总结报告写作步骤

撰写实践总结报告主要分为提炼主题、拟定提纲、精选材料、撰写报告四个步骤。

拟定提纲 主题明确后，应先构思好报告的整体框架，并将这种框架转变为具体的撰写提纲。撰写提纲的作用是理清思路，明确报告内容，安排报告的总体结构，为后续撰写打下基础。

精选材料 实践报告的血肉。在撰写实践报告前，必须对所有的实践材料进行筛选。这种筛选既应以提纲为依据，还要做到精炼、典型、全面、具有代表性和说服力。

撰写报告 撰写报告要考虑文体的特点，明确读者对象。整个报告需要紧紧围绕所确立的主题来展开，报告在整体思想、体系结构、内容形式、行文风格等方面应前后保持一致。

5.4.暑期社会实践活动团队活动总结报告的写作技巧有哪些？

团队活动总结报告可运用多种方式表达，如叙述、描写、说明、议论等，语言一般较为朴素平实。在写作过程中要注意突出以下几点。

团队介绍 简要介绍团队成员组成，突出优势和亮点，给读者留下一个初步印象。

实践目的与意义 说明团队实践的目的、意义，突出实践活动创新点和闪光点。

实践概况 描写实践活动过程中的主要行程，包括收集资料、实地考察、调查走访、分析论证等环节。选取对推动实践进程或表现主题有积极作用的事例进行描述，同时做到数据准确、逻辑清晰、主次分明，切忌记流水账。

团队收获与感悟 收获与感悟是报告中的重要部分，着重记叙团队在实践活动过程中所获成果，可结合实践概况的各个环节进行描写，要注意事例与感悟的有机结合，突出团队特有的经历或独特的见解，彰显实地考察的优越性和深刻意义。

亮点展示 挖掘实践活动团队本身或实践活动过程中的亮点，着重对亮点进行描写，如团队精神、调研方式、媒体宣传、活动创新等。

有待改进之处 总结实践过程中存在的不足及改进方法。

5.5.暑期社会实践活动个人实践总结报告的写作技巧有哪些？

突出重点 个人实践活动总结报告可选取个人感悟最深获最具亮点的若干方面进行总结，深入阐释，以理服人，以情动人。

真情实感 个人实践活动总结报告要有独立的见解，要建立在真情实感之上，不要人云亦云，或照搬团队实践活动总结报告的内容。

表现形式多样 除了叙述、描写、评论等写作方法外，个人实践活动总结报告中还可穿插对话、独白、访谈内容等，表现形式丰富多样，行文自由。语言风格可以平实朴素，也可生动活泼。

5.6.如何进行暑期社会实践活动后期成果转化？

暑期社会实践活动的成果转化是实践活动成果的最终展示。这里向同学们介绍学术型实践活动成果转化和活动型实践活动成果转化两方面的内容。

学术实践成果转化

学术实践成果转化主要有学术论文、科技竞赛、专利申请三种形式。

学术论文 论文通常是就某一方面、某一问题、某一领域或者某一细节展开介绍、讨论、分析、展望或者说明，要求结构短小但内容完整，强调研究内容的创新性。实践活动总结报告不适宜直接投稿发表。

科技竞赛 一般来说，调查研究类的暑期社会实践活动成果，如

调研报告、学术论文等可以参加社会科学类课外学术科技作品竞赛；科技发明与研究类的暑期社会实践活动成果，如发明专利、科研论文等可以参加相关专业类科技竞赛或综合类科技竞赛。同学们可以根据实践类别和实践成果，做好竞赛准备。

申请专利 对于开展科技发明与研究类的暑期社会实践活动，专利申请是比较常见的成果转化和成果保护方式。同学们在社会实践活动之后，要树立科研成果转化和保护意识。登陆国家知识产权局 (<http://sipo.gov.cn>) 了解相关政策和基本流程，自行申报或通过学校相关部门代为办理。通过申请专利，可以更好地实现暑期社会实践活动科研成果的价值最大化。

活动型实践活动成果转化

活动型实践活动的成果转化形式多样，主要包括：举办社会实践图片展览、优秀论文展览、活动成果展览等，组织社会实践视频短片展播、社会实践优秀经验宣讲，汇编活动成果集，成立相关学生社团等。