



求是  
创新

## 浙江大学大学生社会实践指导手册



共青团浙江大学委员会  
浙江大学团委社会实践指导中心

# 目录 CATLOG



|           |            |                              |    |
|-----------|------------|------------------------------|----|
| <b>壹</b>  | <b>概述篇</b> | 1. 社会实践是什么                   | 1  |
|           |            | 2. 社会实践活动的具体流程有哪些            | 1  |
|           |            | 3. 暑期大学生社会实践活动的官方咨询平台有哪些     | 3  |
| <b>贰</b>  | <b>准备篇</b> | 1. 社会实践活动团队成员怎样构成、如何分工       | 5  |
|           |            | 2. 社会实践活动如何选题                | 6  |
|           |            | 3. 社会实践活动如何联系实践单位            | 9  |
|           |            | 4. 社会实践活动如何做好成果预估            | 9  |
|           |            | 5. 社会实践活动有哪些前期物资准备           | 10 |
| <b>叁</b>  | <b>出行篇</b> | 1. 社会实践活动中如何做好疫情防控           | 12 |
|           |            | 2. 社会实践活动有哪些安全注意事项           | 14 |
|           |            | 3. 社会实践活动有哪些常用的疾病防治方法        | 15 |
|           |            | 4. 社会实践活动应注意哪些基本文明礼仪         | 17 |
|           |            | 5. 社会实践活动开展遇到紧急情况应如何处理       | 18 |
| <b>肆</b>  | <b>宣传篇</b> | 1. 社会实践活动宣传推广的基本要求有哪些        | 20 |
|           |            | 2. 社会实践活动宣传推广的主要途径有哪些        | 21 |
|           |            | 3. 如何运用传统媒体、新媒体宣传推广社会实践活动    | 21 |
|           |            | 4. 如何撰写社会实践活动新闻通讯稿           | 22 |
|           |            | 5. 如何拍摄优秀的社会实践活动照片           | 23 |
|           |            | 6. 暑期大学生社会实践活动新闻等相关信息报送要求    | 23 |
| <b>伍</b>  | <b>总结篇</b> | 1. 社会实践活动成果有哪些呈现形式           | 37 |
|           |            | 2. 社会实践总结和社会实践报告是什么          | 37 |
|           |            | 3. 如何撰写实践总结和社会实践报告           | 37 |
|           |            | 4. 社会实践总结和社会实践报告上交及评比细则      | 40 |
|           |            | 5. 如何组织社会实践团队报告会和经验交流会       | 40 |
|           |            | 6. 如何做好经验整理和模式探索             | 41 |
| <b>附录</b> | <b>附录</b>  | 其他说明                         | 42 |
|           |            | 附件一：浙江大学社会实践考评说明             | 43 |
|           |            | 附件二：浙江大学暑期社会实践活动调研报告以及论文格式样本 | 44 |
|           |            | 附件三：浙江大学社会实践活动优秀团队风采展示       | 45 |

# 壹

## 概述篇

### 社会实践是什么

社会实践是加强和改进大学生思想政治引领的重要途径，是大学生认识国情、增长才干、奉献社会，增进与人民群众感情的有效载体。在清华大学建校110周年校庆之际，习近平总书记前往清华大学考察时强调“广大青年要肩负历史使命，坚定前进信心，立大志、明大德、成大才、担大任，努力成为堪当民族复兴重任的时代新人，让青春在为祖国、为民族、为人民、为人类的不懈奋斗中绽放绚丽之花。”

### 社会实践活动的具体流程有哪些

(1) 校大学生社会实践领导小组办公室（校团委）发布社会实践工作正式通知。



(2) 各学院（系、学园）做好社会实践组织、宣传、动员与申报工作。



(3) 组建社会实践团队，团队负责人根据校院社会实践通知要求填写立项申请并提交给实践团队指导单位。



(4) 学院（系、学园）进行初步评审和汇总后，推选优秀团队上报校团委。



(5) 校团委评选出校级重点团队、校级一般团队。



(6) 校团委组织开展暑期大学生社会实践专题培训会。



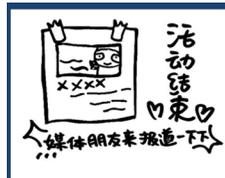
(7) 实践团队在暑期社会实践出发前进一步落实组织、安全、宣传等各项工作，各学院（系、园）为每位实践队员购买保险。



(8) 实践出发咯！



(9) 实践团队在暑假社会实践期间积极联系校外媒体，及时向所在学院（系、学园）做好安全信息、新闻信息以及实践成果上报工作。



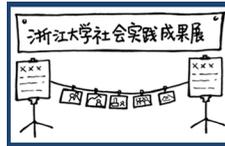
(10) 暑期社会实践结束后，各学院（系、学园）组织评审，推选出优秀团队、优秀指导老师、先进个人和优秀论文上报校团委。



(11) 举办暑期社会实践总结大会，表彰优秀典型。实践结束后，同学们可进行第三课堂申报。



(12) 实践成果汇总、编辑、制作、展出，通过权威媒体大力宣传，展示求是学子风采。



## 暑期大学生社会实践活动的官方咨询平台有哪些

### (1)校团委社会实践指导中心宣传平台

- a. 官方网页共青团浙江大学委员会(<https://zjutw.zju.edu.cn>),  
团在浙大工作系统(<http://tzzd.zju.edu.cn>)
- b. 新浪微博“浙江大学社会实践” (<http://t.sina.com.cn/zjujd90>)
- c. 微信公众平台“浙江大学社会实践” (微信号: zjushsj)



### (2)校团委宣传平台

微信公众平台“浙江大学团委” (微信号zju-tw)



# 贰

## 准备篇

### 社会实践活动团队成员怎样构成、如何分工

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。社会实践团队原则上设队长1人，团队成员数量不等，一般以10人以上为宜。最多不超过50人。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，这里仅供参考。

| 成员构成 | 工作职责             | 基本要求  | 核心任务   |
|------|------------------|---|--|
| 队长   | 统筹规划<br>社会实践活动   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够理解本次社会实践活动的意义与价值</li> <li>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</li> <li>3. 具备领导意识、责任心及统筹协调能力和应变能力</li> <li>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</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 组建起团队并联系指导教师和实践单位</li> <li>2. 制定立项方案</li> <li>3. 协调团队成员分工</li> <li>4. 把握实践整体环节，监督整个实践活动保质保量完成</li> </ol> |
| 文编   | 负责实践活动<br>各项文字编辑 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 态度认真，有较强的责任心</li> <li>2. 具备较强的文字处理能力</li> <li>3. 对实践任务、目标、成果等有准确认识，能够撰写立项方案、实践经过与成果记录</li> </ol>  | 撰写立项方案与实践经过、成果记录   |

|    |                      |  |  |
|----|----------------------|--|--|
| 财管 | 负责实践活动中的<br>经费管理     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 工作细致，责任感强<br/>具有良好的沟通能力</li> <li>2. 熟练运用财务工具<br/>以及常用办公工具</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 各项实践活动开支</li> <li>2. 实践经费报销</li> </ol>   |
| 外联 | 负责实践活动的<br>对外联络      | 具有较强的沟通和协调<br>应变能力   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 完成实践单位的联系</li> <li>2. 落实活动经费保障</li> </ol>  |
| 后期 | 负责素材<br>拍摄及后<br>期制作  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能熟练使用摄影、摄像等设备，具备一定的拍摄技术</li> <li>2. 能够熟练使用图片及音视频处理软件</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 完成实践全程影音记录工作</li> <li>2. 完成素材的后期加工处理</li> </ol>  |
| 外宣 | 负责社会<br>实践活动<br>对外宣传 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具备较强沟通协调能<br/>力，有一定的新闻稿<br/>写作能力</li> <li>2. 能够熟练运用微信公<br/>众平台和微博等新媒<br/>体工具进行宣传</li> <li>3. 具有自我宣传、自我<br/>推荐意识</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 撰写宣传文案、新<br/>闻稿等文字材料</li> <li>2. 制作并发布实践活<br/>动相关的新媒体作<br/>品</li> <li>3. 向校外官方媒体<br/>宣传实践活动的成<br/>果</li> </ol> |

### 社会实践活动如何选题

#### (1)基本原则

一个好的社会实践选题决定着实践目标、实践过程和实践形式。大学生社会实践活动的选题一般要遵循以下原则。

#### ① 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，都需要以国情社情民情为基础，深入农村、社区、工厂、企业等基层一线，深深扎根于中国大地，深深扎根于基层人民群众的现实生活。

#### 读书笔记

### ② 与专业知识相结合，服务人民，做出贡献。

社会实践活动选题立项要充分发挥学生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。不同的专业，在选择实践活动时，实践对象、实践方法、实践目标、实践形式会有所不同，但是归根到底是将专业知识与技能转化为服务人民、服务社会的实际行动。

### ③ 与人成长成才相结合，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，小伙伴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) 主要步骤

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。

### ① 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，论证实践重点、难点、创新点，为后续确定实践形式和内容奠定基础。

### ② 确定实践形式与内容。

小伙伴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。

### ③ 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，完成项目主题与团队基本信息、课题来源及立项方案。立项方案包括：背景及意义、实践前准备工作、实践内容、实践预期成果、团队安全应急预案等。

## (3) 需要注意的事项

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该注意以下几点。

**① 主题明确** 社会实践活动选题应有明确的主题选题方向，实践活动的策划、实

施都要围绕主题方向。小伙伴们在活动中是好切记不能跑题，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、变向旅游更是大忌。

**② 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。

**③ 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。

**④ 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。小伙伴们要认真评估实践任务的主、客观条件，清晰研判实践活动中可能出现的难处和不确定性因素，充分考虑物力、精力、财力，以及专业知识、经验技能等，不做无用之功，不打无准备之仗。

**⑤ 结合专业** 选题立项要充分考虑专业特点和学科优势，学会将书本知识转化为指导实践的具体行动。只有充分结合了专业知识的实践选题，才更容易分析问题、解决问题，形成价值高、角度新、内容丰富的实践成果。

**⑥ 注重传承** 很多学校的社会实践活动都是具有传承性的经典品牌。品牌活动经过多年的积累与创新，具有较高社会影响力和认可度，小伙伴们在选题时不要只顾着求新求奇求变，要注重传承与创新，不断丰富深化活动形式和内涵。

## (4) 评价标准

很多小伙伴在选题立项时会感到纠结和苦恼到底什么样的选题才算是好选题呢？具备重要性、可行性、创新性三个特征就是好选题！

**① 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。（选题立项时要首先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。）

**② 可行性** 是指社会实践主体——学生是否具备开展某一实践活动所需的主、客观条件。也就是说，学生在现有的主、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”。

③**创新性** 可以称作创造性或独特性，是指学生的选题立项具有一定创新点，即“人无我有”和“人有我新”。小伙伴们在实践过程中要深入理解选题立项真正意义与内在价值，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，找到实践侧重点，不要刻意强调创新，盲目求奇求特。

## 社会实践活动如何联系实践单位

### (1) 大学生社会实践单位的选择

大学生社会实践地是以有利于学生健康成长为宗旨的。因此，被选作实践地建立单位的企业或机构必须具备以下几个方面的条件：

①**重视对大学生的教育**。实践地负责人需要具备一定的社会责任心，有关心学生成长的热情，愿意为高校的教育事业作出贡献，能在共同育人方面与校方达成共识。

②**具有良好的综合的育人条件**。能对学生进行全面的多种形式的思想教育和实践技能训练，具备以实践为纽带，融思想教育、专业学习、生产劳动、社会调查、科技咨询、科技服务于一体的功能。

③**能够提供高校师生参加大学生社会实践活动的物质条件**。

④**与本次社会实践活动的大主题相契合**。

### (2) 联系实践单位过程如下

① 与意向中的实践单位取得联系后，由当地政府开具实践单位接收证明（原件、复印件、传真件等）。实践接收单位可用挂号邮件直接邮寄证明信或发传真。

② 出发前应再次与实践单位联系，确保所有的安排（如食宿交通）都已妥当，并办理好在实践地活动所须的必要证件和证明。

③ 实践单位的主要来源

- a. 根据实践课题，实践团队自行联系实践单位（政府机关、企事业单位等）。
- b. 校团委、院系团委已经取得联系的实践基地。

注：联系与对接工作务必保证一定的提前度，与实践单位也应保持持续联系，从而保证实践的顺利展开。

## 社会实践活动如何做好成果预估

社会实践团队出发前，要在院系的指导下做好成果规划以及模板敲定工作，保障实践成果质量、展示性和规模效应，便于考核评定。根据选题内容分，成果预估方向一般有：

(1) **实习考察、参观访问和社会调查类**：调研报告、当地采访、见闻（图片、新闻稿件、视频等）、调研参观心得等；

(2) **社会服务、咨询服务、科技服务类**：取得的社会成效（服务人数、社会反响、经济效益）、服务经历（图片、新闻稿件、视频）、学习锻炼的能力及心得等；

(3) **文化活动、志愿服务类**：取得的社会成效（服务人数、社会反响）、参与活动记录（图片、新闻稿件、视频等）、心得体会等；

(4) **宣传报道、政策建议类**：主流媒体新闻报道；上报国家部委的调研报告及政策建议书等；

(5) **其他类**：“一带一路”沿线非物质文化展、精准扶贫成果案例集、支教故事集、网上精品创新课程 PPT 及视频集（以文艺、社会、科技、兴趣类课程为主）等。

## 社会实践活动有哪些前期物资准备

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

### (1) 必备用品

①**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。到野外开展的社会实践，还需要准备实践地的地图、指南针等。

②**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、充电宝等。小伙伴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。

③**医用保健品** 实践团队可以准备一个小药箱，携带常备药品、卫生保健用品、测温枪等。

### (2) 实践材料

①**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》《社会实践申报方案》《实践日志》等活动策划与记录材料；社会实践介绍函、社会实践旗帜等身份证明材料；

# 叁

## 出行篇

### ■ 社会实践活动中如何做好疫情防控 ■

#### (1) 疫情安全

外出实践时，小伙伴们需要提前了解实践所在地的疫情风险级别，不到疫情中高风险地区实践。密切留意疫情相关信息，一旦发现自己乘坐的车次、停留过的场所出现病例，要及时向学校报告。实践过程中尽量避免前往人群聚集的地方，做好个人防护，全程佩戴口罩，减少接触外部设施。实践团队做好每日队员健康信息登记和安全信息上报工作。

#### (2) 出行防疫措施

① **乘坐公交**：上车前，在站台上与他人保持1米以上的距离，有序排队上车。行驶途中，可以开窗透气，保持空气流通，避免与周围人闲聊，不要在车上吃东西。

② **乘坐地铁**：全程佩戴口罩，配合工作人员的体温测量。在站台等车不要拥挤，排队时与他人保持安全距离。尽量选择人少的车厢，车内设施尽量少触碰，如果手部有伤口，不要触摸公共扶手。非常期间，不少地方的地铁线路和开车时间有所调整，乘坐地铁前一定要确认相关信息。

③ **乘网约车或出租车**：上车前与司机沟通清楚目的地、路线，随身携带免洗手液或酒精棉片，出发前上厕所，减少不必要的麻烦。上车时，可以用纸巾（无直接接触）开车门。乘车时全程佩戴口罩，同时提醒司机佩戴好口罩。方便时打开车窗，让空气流通。尽量不要在车上食用食物，途中不要过多停留，车内设施尽量少触碰，减少不必要的聊天。

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。

② **电子记录设备** 一般包括照相机、小型摄像机、直播设备、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。

③ **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，以满足活动中科学实验的需要。

④ **特色活动材料** 根据社会实践活动类型不同，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。小伙伴们可以根据自己的实践活动需要，准备其他相关物资。

#### (3) 实践经费

① **基本费用** 基本费用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。

② **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。

③ **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。在社会实践物资准备攻略里，帮小伙伴们整理了需要携带的物资，以便参考。

#### 社会实践物资准备攻略

|      |       |                                      |
|------|-------|--------------------------------------|
| 个人用品 | 相关证件  | 身份证、学生证<br>社会实践介绍函                   |
|      | 生活用品  | 手表、手电等<br>毛巾被、蚊帐、餐具<br>备换洗衣物、鞋袜、洗漱用品 |
|      | 联络工具  | 手机及其充电器、充电宝等                         |
|      | 医药保健品 | 医药用品                                 |

④**骑自行车或共享单车** 骑车时避开人群多的地方，尽量不要中途过多停留，务必遵守交通规则，注意安全。如果是共享单车，要随身携带酒精棉片，使用前用酒精棉片擦拭座位、车把手等位置，进行消毒。

⑤**出行返回住宿点后** 用流动的清水或免洗洗手液洗手，确保手部干净，再摘下口罩。如果没有流动水，可以用手消毒剂，或者用消毒湿巾擦拭。不确定手是否清洁时，避免用手接触口、鼻、眼。将外穿大衣挂在通风处或直接晒在通风处，用酒精棉片擦拭钥匙、包包表面进行简单消毒。

### (3) 饮食防疫措施

①**取外卖** 务必戴好口罩。建议进行无接触配送，告知配送员把货品放在指定地点，无需双方面对面签收。取外卖时，可戴上一次性手套，或者在拿取时用纸巾隔开手和包装袋。取到后可以在手套或者纸巾的保护下，拆开包装扔进垃圾桶。然后第一时间用肥皂和流动水洗手，或用含酒精成分的免洗洗手液等清洁双手。

②**去食堂、餐馆吃饭** 错峰就餐，避免扎堆。避免面对面就餐，吃饭时尽量不说话。坐下吃饭的最后一刻采摘口罩。推广分餐制，使用公筷公勺，就餐时间尽量不要超过两小时。如果可能，尽量打包带回。

③**自己做饭** 清洗加工食物、清洁烹饪用具和餐具以及洗手等注意使用清洁的水。处理生的肉、禽、水产品等之后，使用肥皂和流动水洗手至少20秒。不要在水龙头下直接冲洗生的肉制品，防止溅洒污染。购买、制作过程接触生鲜食材后避免用手直接揉眼鼻。处理生食和熟食的切菜板及刀具要分开，尽量不吃生的水产品。

### (4) 实践过程中遇到疫情突发情况如何处理

实践过程中可若出现队员体温异常情况，应立即前往当地发热门诊就诊，进行核酸检测并向学校上报。

若实践过程中实践地突发疫情情况。小伙伴们应原地等待并及时向学校汇报和求助，尽量避免前往人群聚集的地方，做好全程口罩，全程消毒等疫情防控措施，保障实践队员的生命健康安全。

实践队伍在出发前需要做出较为完备的疫情应急预案，应具有可行性，以便在团队遇到疫情突发时能迅速反应，保障实践团队的生命健康安全。

## 社会实践活动有哪些安全注意事项

### (1) 人身安全

出发前，应再次与实践地联系，确保所有安排（如食宿、交通）都已妥当，办理好在实践地活动所需的证件和相关证明。乘车时保持秩序，上下车辆（火车、汽车等）时不要拥挤。不要乘坐非正规的长途客运车辆。

实践过程中，应听从领队指挥。如遇突发事件，保持沉着冷静。活动中应注意安全，不在危险的地区（如江边、湖边）逗留。团队如因实践活动需要接近危险地段（如参观化工厂），需有专业人士陪同。闲暇时，不要单独行动，不去危险地区（如悬崖），晚上不要单独外出。整个实践活动过程中，队员们应互相关心，互相帮助。领队应了解每名队员的活动情况，返回时领队应与每名队员保持联系，确保每名队员都安全返回。

### (2) 交通安全

小伙伴们要乘坐正规的、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。

### (3) 交通安全

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认识的人看管。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。

### (4) 住宿安全

要入住有营业执照并且管理正规的旅馆或者招待所，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。实践团队选择住宿地点不要过于偏远，保证附近有一定人流量。

### (5) 生产安全

前往工厂、企业的生产一线参观实习的时候要特别注意安全。一方面，如果认为前往的实践地存在安全隐患，可以立即要求停止实践活动；另一方面，实践活动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。

## 社会实践活动有哪些常用的疾病防治方法

### (1) 衣物准备:

- ① 留意天气动向，及时增减衣物。
- ② 夏天也别忘了带件厚衣服或防雨服。
- ③ 穿舒适的运动鞋。
- ④ 带一顶遮阳帽防晒、防止中暑。



### (2) 饮食卫生:

- ① 注意食品卫生安全，防止食物中毒，自带食品注意日期。
- ② 少吃油腻食物，多吃新鲜蔬菜。
- ③ 饭菜宜清淡。在外吃饭最好有蒜、生姜、食醋等作为佐餐。健胃消食，预防肠炎、痢疾和感冒。
- ④ 补充足够水分，不要狂喝猛饮，可喝适量淡盐水，且注意饮水卫生。

**(3) 准备常用药品:** 如免洗消毒液、口罩、测温枪、感冒冲剂、藿香正气水、人丹、吗丁啉、风油精、创可贴。

### (4) 晕车、晕船等预防措施:

- ① 行程颠簸，应对晕车晕船等症状进行提前准备。疲劳会增加晕车晕船的机率，因此出发前必须保证充足的睡眠。旅途中小睡片刻也有帮助。
- ② 颠簸中切忌饮食过量，最好坐在通风位置。新鲜空气可减轻晕车症状。
- ③ 在晃动中应尽量避免阅读。印刷字会随之跳动不定，这可能使人感到眩晕。若是非读不可，应尽可能固定和书本的距离。

④ 提前在耳后贴晕车贴。

⑤ 准备清凉油、风油精等，一旦晕车可嗅一嗅或涂抹在肚脐。

### (5) 中暑的预防及应对:

#### 预防措施

- ① **喝水:** 要定时饮水；多喝加淡盐的温开水；慢慢喝水，不要猛喝。
- ② **喝一些稀释的电解质饮料:** 远离酒精、咖啡因和香烟。
- ③ **及时散热:** 当过于炎热的时候用冷水冲淋头部及颈部，让水分蒸发帮助散热。

④ **留意体重变化:** 中暑有可能导致身体在连续几天内逐渐虚脱，所以如果出现体重在数天内直线下降的情况，应加以留意。

⑤ **穿浅色的衣服:** 棉花及聚酯合成的衣物最为透气。

⑥ **多吃凉性蔬菜:** 如番茄、茄子、生菜、芦笋等。多吃苦味菜，有利于泄暑热和燥暑湿，苦瓜、苦菜、苦丁茶、苦笋都是夏季防暑的上乘食品。

⑦ **保证充足睡眠:** 合理安排作息时间，不宜在中午强烈日光下过多活动。

#### 应对措施

① 应迅速到阴凉处休息，同时喝些清凉饮料，内服十滴水、藿香正气水以助恢复。

② 遇到高热中暑者，应将其搬到通风、阴凉的地方仰卧，可用温水、50%酒精或白酒擦身，以增加散热速度，同时让中暑者可喝些凉饮料和冷的淡盐水。

③ 肌肉痉挛时，应多服些盐水，以牵引痉挛的肌肉，也可用些白酒或醋，在抽筋处反复按摩，以缓解痉挛。

④ 头痛剧烈时，可冷敷头部和颈部，同时按压太阳、风池、合谷、足三里等穴位。

⑤ 对于昏迷的患者，还可用香烟或氨水刺激其鼻孔，以促其苏醒；同时用针刺或指掐人中、十宣和百会穴，以促其恢复知觉。

经上述方法抢救仍无明显好转时，应尽快送医院抢救。

#### (6) 其他疾病预防及应对

①**水土不服** 实践队员刚到实践地点，可能会对新环境不适应，通常在一段时间后会自行缓解。若症状严重，须马上就诊。

②**腹泻** 可能由水土不服或饮食不当导致，如出现这种情况，建议立即就诊，以免病情加重。

③**抽筋** 腿抽筋可以就地坐下休息，用手捏拿抽筋部位使其放松，努力伸直，轻轻按摩。同时也要注意适当减少行程，注意休息。

④**传染病** 在陌生的地方，要注意预防病毒性肝炎等传染病。尽量不要使用公共毛巾、浴巾、茶具、餐具等，切忌喝生水。

⑤**过敏** 事先了解实践地情况，有相关过敏史者谨记准备抗过敏药物，发生症状时及时服用。

⑥**蚊虫叮咬** 夏季高温多雨，蚊虫易繁殖。队员们进行外出实践时注意穿着长袖衣物，防止蚊虫叮咬。万一被叮咬后不要搔抓，以免皮肤破损，在叮咬处涂抹清凉油、风油精、花露水等。如果出现肿大或感染等症状请及时就医。

## 社会实践活动应注意哪些基本文明礼仪

### (1) 遵守公德

遵守社会公德和公共秩序，做到遵纪守法、礼让有序、无碍于人，不在公共场合大声喧哗，自觉排队，听从领队指挥。

### (2) 举止礼貌

在实践中保持礼貌得体的言行举止，可以给人留下良好的印象。

在走访过程中，应提前给走访单位或个人打电话说明调研情况，并约定具体走访时间。在走访过程中，应发扬吃苦精神，克服困难，勿向受访者提出不合理的要求。交流时，使用正规称呼，如“您”、“同学”、“先生”等，注意自信大方、举止得体。如遇困难，应保持冷静，努力寻求妥善解决办法。

实践活动开展过程中，如需要拍照或录像，要注意征得对方同意。在博物馆、纪念馆等明确说明不允许照相的场所不要照相，参观时不要影响原有秩序，不喧哗吵嚷。实践过程中也要注意节俭，便宜从事。树立环保意识，不随便乱扔垃圾和废品。

实践活动结束后，做好最后的收尾工作。临走时，应主动将住处打扫干净。提前向实践地打招呼，并正式表示感谢。如有可能，留下联系电话、地址和邮编。同时，不接受地方赠品，更不可索要当地特产。

### (3) 形象得体

衣着举止得体，忌浓妆艳抹，出席正式场合时，衣着不可过于随便。要修饰适度，符合身份，以体现当代学生良好的精神风貌，同时建议在有条件 and 必要的情况下统一团队着装。

### (4) 尊重他人

尊重当地风俗习惯。走访过程中带上介绍函和学生证。

要对不同的礼仪、习俗方面的差异予以尊重。在社会实践活动中，要充分了解当地的风土人情，更好融入当地生活中，以便实践活动顺利开展。

## 社会实践活动开展遇到紧急情况应如何处理

### (1) 台风天气应对措施：

① 防台风的先决条件是预先获知台风警报。最佳的应对之策就是逃跑，找个地方躲避起来。如在野外，选择小屋或洞穴等没有土崩或洪水袭击等危险之处的地方。遇强风时贴着地面往林木丛深处逃生。

② 尽量到周围的人口聚集区停留，以获得帮助。

③ 防风、防雨、御寒均是防台风保身的基本原则。不可贸然淋雨，受潮的衣服会夺走体温，造成体力失衡。

### (2) 雷电天气应对措施：

① 遇上雷阵雨天气时如果在室外，应立即寻找庇护场所，如装有避雷针、钢架或钢盘的混凝土建筑物，具有完整金属车厢的车辆可以利用；如找不到合适的避雷场所，可蹲下双脚并拢，手放膝上，

身向前屈，千万不要躺在地上、壕沟或土坑里。披上雨衣，防雷效果更好。

②雷电期间，不要冒险外出，并将门窗关闭；不要骑马、骑自行车和摩托车。

③不要携带金属物体在露天行走；不要靠近避雷设备的任何部分；尽量不要使用设有外接天线的收音机和电视机，不要接打电话。

④如果正在户外实践，千万不要靠近空旷地带如山顶上的孤树，这类地方最易受到雷击；也不要呆在开阔的水域和小船上；高树林子的边缘，电线、旗杆的周围和干草堆、帐篷等无避雷设备的高大物体附近，铁轨、长金属栏杆和其它庞大的金属物体近旁，山顶、制高点等场所也不能停留。另外，在野外的人群应拉开几米距离，不要挤一起，也可躲在较大的山洞里。

⑤当你头发竖起或皮肤发生颤动时，可能是遭到生雷击了此时应立即倒在地上。受到雷击的人可能被烧伤或严重休克，但身上并不带电，可以安全地加以处理。

### (3) 泥石流应对措施：

①泥石流容易发生在连续降水后的山区，实践队员要注意关注天气预报和泥石流警报，尽量不要在强降雨天气进行户外实践活动。

②山区徒步实践遭遇强降雨时，要迅速转移至安全的高地，注意观察周围环境，特别留意是否听到远处山谷传来打雷般声响，听到则高度警惕，这可能是泥石流将至的预兆。

③一旦发现异常的声音或者听到警报时，不要在谷地和房屋中停留，到开阔地带，尽可能防止被埋压。如果乘车时遇到，应果断弃车，防止被埋在车厢里导致窒息。要立即向坚固的高地或是泥石流的旁侧山坡跑去，选择与泥石流成垂直方向一边的山坡上爬，爬的越高越快越好，绝对不要向泥石流流动的方向跑。就近选择树木生长密集的地方逃生，密集的树木可以阻挡泥石流的前进。但是切记不要选择在陡峭的山坡或者爬树躲避，以免泥石流冲塌山坡和树木受到伤害。

④如遇泥石流，立刻丢弃身上背着的重行李选择安全路径逃生，但是切记不要丢弃通讯工具，以便于外界联系求助。

⑤刚发生过泥石流的地区并不完全安全，有时泥石流会间歇发生，尽量不要在原地停留。

## 肆 宣传篇

### 社会实践活动宣传推广的基本要求有哪些？

社会实践活动宣传推广，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。宣传过程要做到：紧扣主题，注意质量，诚信宣传，正面引导，逐级推报。只要务实完成实践任务，认真记录实践过程，小伙伴们一定会在实践活动中有所收获，实践活动也会获得良好的效果和口碑。

**(1) 紧扣主题** 应注意“小中见大、以点带面”，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。

**(2) 注意质量** 对于宣传稿件，应当重质不重量，不盲目追求稿件字数、报道量和曝光率。宣传稿件要经过反复斟酌修改，并请指导教师审阅。建议小伙伴们多学习优秀宣传稿件的写作形式和写作技巧，中国青年报、中青在线、人民网、新华网等媒体上刊登有大量优秀的宣传稿件可供借鉴学习。

**(3) 诚信宣传** 应当树立正确的宣传观念。宣传要客观真实，讲究诚信，不夸大其词，杜撰造假。同时应避免形式主义，杜绝摆拍、“实践秀”等不良行为，要实事求是地对社会实践活动进行报道和宣传。

**(4) 正面引导** 应从积极阳光、健康正面的视角来进行对社会实践活动的报道，传递青春正能量。

**(5) 逐级推报** 应做到“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（如校报、校园电视台、校

内网站、团委官网、校内新媒体平台)上发布。如要报送至校外媒体平台,小伙伴们则需要对宣传材料进行更精细的加工,经院系团委、校团委审核推荐后才可报送。

## 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、新媒体时代的浪潮中,社会实践活动的宣传推广面对着前所未有的机遇和挑战。“酒香也怕巷子深”,只有利用好各种宣传平台,小伙伴们才能增加社会实践活动的社会影响力,获得较高的社会美誉度。一般来说,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。

**(1)传统媒体** 传统媒体指报刊、杂志、广播、电视等传统意义上的媒体。优点是:影响力大,认可度高。但传统媒体宣传稿件审核相对新媒体更为严格,且制作发布周期较长。如果小伙伴们要向传统媒体投稿,一定要提前联系,充分准备。

**(2)新媒体** 新媒体指微信、微博、手机报、数字视频等新兴媒体,包括知乎、今日头条等软件。优点是:宣传推广的时效性和互动性较强,易于传播。新媒体宣传已经逐渐成为社会实践活动的主要宣传媒介。

下面,为小伙伴们列举一些社会实践活动宣传常登上的媒体平台,按全国、省级、校级三个层面罗列。

**(1)全国层面** 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、中青在线、人民网、新华网等。新媒体平台主要有共青团中央微信、微博,团中央学校部官方微信、微博,中华全国学联微信、微博。

**(2)省级层面** 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。新媒体平台则主要有省级团委学校部官方微信、微博。

**(3)校级层面** 传统媒体平台主要有校报、校电视台、校广播站、学校官网、学校团委官网。新媒体平台主要有学校官方微信、微博,学校团委官方微信、微博。

## 如何运用传统媒体、新媒体宣传推广社会实践活动

运用传统媒体和新媒体宣传推广社会实践活动的大致流程如下。

### (1)传统媒体

①**校内媒体** 实践团队撰写稿件→指导教师审阅→修改稿件→确定校内媒体平台宣传内容及形式→报送校内媒体平台

②**校外媒体** 实践团队撰写稿件→指导教师审阅→修改稿件→报校团委审阅→二次修改稿件→确定校外媒体平台宣传内容及形式→报送校外媒体

### (2)新媒体

①**自媒体** 实践团队撰写稿件→指导教师审阅→修改稿件→确定校内媒体平台宣传内容及形式→报送校内媒体平台

②**官方媒体投稿** 实践团队撰写稿件→指导教师审阅→修改稿件→报校团委审阅→二次修改稿件→确定官方媒体平台→根据官方媒体平台宣传内容及形式修改→官方媒体平台发布

## 如何撰写社会实践活动新闻通讯稿

要完成一篇出色的社会实践活动新闻稿,首先要了解新闻稿撰写方法,在这里先给小伙伴们普及一下。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,言简意赅、及时地报道最新发生的事件。消息有以下特点:一是概述事实情况,二是文字简明扼要,三是报道及时,四是篇幅短小。消息的行文结构由标题、导语、主体、背景、结尾组成。

**标题** 标题被称为“新闻的眼睛”,社会实践活动新闻标题通常采用单行式。

**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。

**主体** 精彩的导语后,新闻还必须有一个主体,主体是对导语的展开和深化。形象来说,如果将导语比作人的“头”,主体就是“躯干”,它的内应当要比导语详尽、充实、丰满,篇幅要比导语长。一般来说,社会实践活动的消息中主体部分是对导语的展开,具体讲述社会实践的发生、发展、结果情况。

**背景** 背景则是对新闻事实发生的历史环境、原因条件及意义进行的解释说明。有些社会实践活动需要对相关事件的来龙去脉进行阐述，并以恰当的方式呈现给读者。背景可以穿插在主体里，或运用在标题、导语中，既可以独立成段，也可以化整为零插入主体的叙述之中。

**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，以前后呼应为佳。

## 如何拍摄优秀的社会实践活动照片

拍摄活动照片是记录实践活动的最有效方式。

小伙伴们在拍摄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。社会实践活动讲求实事求是，因此，真实性原则是拍摄社会实践活动照片的最基本要求，要杜绝捏造事实的“假实践”照片的出现，减少团队合影的数量，注重体现社会实践活动的内容和过程。形象性原则指拍摄者能够使观看者直观地得到照片所要表达的信息，一张好的新闻照片能够生动、有现场感地表达出“谁在什么地方做什么”。

社会实践照片要求清晰度高，图像大小约为 1-2MB，上报原始照片，忌用拼接图片。实践队员这一主体部分应置于照片中央，且应以正面拍摄角度为宜。照片的背景选择则应以包含实践地点、实践内容等信息为宜。此外，照片应主题鲜明，构图合理，以色彩调和饱满大气为佳。具体优秀范例可参照报送要求中给出的范例。

## 暑期大学生社会实践活动新闻等相关信息报送要求

### (1) 上报信息类型

①**社会实践活动新闻信息**：主要指以新闻报道的形式报道学院（系、园）及其他团队实践信息的文字及图片。新闻稿一篇（1000 字左右）；图片请注意精选，一般为 4-6 张。图片命名为“图片内容+学院（系/园）+拍摄地点和时间+团队名称和主题+摄影者姓名”；并单独附件，不要插在文字报送中间。

②**社会实践活动工作信息**：主要包括介绍学院（系、园）及其他团队在社会实践活动开展过程中的有关工作信息的介绍，如学院（系、园）及其他团队工作开展情况和实践工作进展情况。

③**校内外新闻媒体报道情况反馈信息**：实践中各学院（系、园）及其他团队的新闻信息如被校内外报纸、电视、网络等媒体报道，请及时反馈，包括报道的具体时间、报道的媒体名称、报道的具体文字及图片内容。

### (2) 上报要求：

①请学院（系、园）及其他学生组织确定教师和学生信息员专人，负责向校团委上报暑期社会实践活动各类信息，同时填写《XX 学院（系、学园）社会实践活动信息员登记表》上报校团委社会实践指导中心公共邮箱：zjushsj@163.com。

②请各校级重点团队和校级一般团队选派信息员专人，负责向校团委上报社会实践活动各类信息，同时填写《XX 暑期社会实践活动小分队信息员登记表》上报校团委社会实践指导中心公共邮箱：zjushsj@163.com。

③请各系院（学园）及其他学生组织按时填写《社会实践活动工作信息上报汇总表》。上报上述信息请以各系院（学园）及其他学生组织为单位上报，信息上报汇总表由各系院（学园）进行信息筛选。

④社会实践活动队伍在实践结束后须上交调研报告及成果总结册具体格式见附件；同时，个人须上交不少于 1000 字的总结至学院（系、园），由学院（系、园）统一上交校团委。实践团队可注册新浪微博，访问和关注“浙江大学社会实践”（<http://t.sina.com.cn/zjujd90>）主题教育活动微博，以“@浙江大学社会实践”开头编辑，内容须在 140 字以内，同时积极关注、转发和评论其他同学的相关内容。实践个人和团队可注册微信，关注“浙江大学社会实践”官方微信平台，社会实践相关资讯将在微信平台进行发布。请上报时注明“XX 学院（系、园、学生组织）社会实践活动信息上报”，同时要求各学院（系、园）及其他学生组织要将校级立项团队的出发和结束具体情况（包括小分队出发和返回时间及人数）及时上报上述邮箱；各种信息上报情况作为下半年我校暑期大学生社会实践活动评比的重要参考依据。

### (3)具体要求及优秀范例

#### ①新闻与图片范例

##### a.新闻信息具体要求

主要指以新闻报道的形式报道学院（系、园）及其他团队实践信息的文字及图片。新闻稿一篇（1000字左右）；图片请注意精选，一般为4-6张。图片命名为“图片内容+学院（系/园）+拍摄地点和时间+团队名称和主题+摄影者姓名”；并单独附件，不要插在文字报送中间。

##### b.新闻稿范文

示例：

## 百年风雨守初心，古城低砺绽风华

——浙江大学“党史青年行”赴云南景东社会实践

(通讯员：李子楦、曲雯、朱冰彦)

今年是中国共产党成立一百周年，一百年来我们党矢志践行初心使命，团结带领人民开辟了伟大道路。为充分传承红色基因，增强青年的责任感使命感，浙江大学特开展“党史青年行”专项实践活动。由浙江大学学生会成员及来自7个院系的学生骨干组成的赴云南景东彝族自治县暑期社会实践团深入基层，在一线悟党建、学党史、讲党课。在这条茶马古道上、这座银生古城里、这片民族文化汇粹之地中，体悟党的风雨征程，为新一代青年筑梦。

#### 学党史：赓续精神血脉，激发青年力量

7月13日晚，实践团来到景东一中入校宣讲。实践团成员朱冰彦、张翼和支教团成员高近爽分别就高考学习经验、我的大学生活等主题展开分享，并由支教团成员蔡杰儒带来青少年生理卫生知识讲座。

随后，实践团在景东职业高级中学开展为期4天的暑期夏令营活动。在党史教育方面，朱冰彦带来了主题为“总览宏大，聚焦细微”的党史教育课程，系统地讲解了中国共产党的发展历程，并组织小组讨论分享。曲雯带来了“五四运动”专题党史课程，系统讲解了五四运动的起因、经过、结果及五四精神的意义。在夏令营结营仪式上，同

学们以“党与家乡的变化”为主题，结合自身经历分享了在党的带领下，乡村从落后贫困走向富裕振兴的伟大成就；在通识教育方面，实践团成员张翼、叶然、曲雯、王飞杨分别就沟通与表达、礼仪教育、心理教育、安全教育等主题进行授课教学。本次夏令营以党史教育为核心，引领青年一代学习党史，发扬红色传统、传承红色基因，为乡村振兴提供精神力量。

#### 感党恩：深入基层调研，开展红色寻访

7月19日，实践团前往景东县委党史宣传办公室进行访谈，深入了解中国共产党景东历史，并就当地红色革命遗址主题教育进行探讨交流。

7月20日，实践团来到天泽茶庄，采访了普洱天泽茶业有限责任公司法人代表罗凯鸿先生。罗先生秉承致富思源、扶贫济困的精神，积极履行社会责任，精准选择帮扶路径，采取“54321”模式，将政府、企业、合作社、贫困户紧密联系起来，吸纳了80户建档立卡贫困户，层层传导致富动力，挖掘培育农民增收潜力，全面落实政府、企业及合作社的帮扶责任，实现责任上肩、精准施策，坚定践行“富民”“强村”“壮己”的宗旨，带动了周边9个村的经济的发展。

随后，实践团先后走访花山镇、太忠镇大起育村、锦屏镇山冲村等地，深入了解景东县脱贫攻坚与乡村振兴情况，探寻党员扶贫事迹，在实践一线感悟党的历史。

在花山镇，实践团成员了解到，该镇计划结合景东实际，依托资源和区位优势，打造特色旅游胜地。镇长在采访中表示，党员是带领本地发展的先锋模范，在基础设施建设、产业发展、公益活动等方面发挥着重要作用。

在大起育村，实践团了解到，该村通过推进“六位一体”精准扶贫联动模式，建立合作社，与农户签订协议，统一订购、分发菌棒，并进行批量统一出售，加快了当地贫困户的脱贫致富步伐，有效推动了景东小香菌全产业链培育。在此，实践团还采访到了第一位由景东考入浙江大学的学生、浙大驻景东干部李续京。在求是创新校训的指导下，李续京在毕业后选择返回家乡，回馈景东。他将理论与实际相结合，深入基层，为景东县脱贫摘帽做



**说明：**

- a. 请各学院（系、学园）和各校级团队信息员每日填写本表，并及时向校团委社会实践指导中心报送，上报情况作为下半年我校暑期大学生社会实践先进集体和优秀组织奖评比的重要参考依据。
- b. “实践类型”根据当年社会实践通知中的“活动内容”一项中的小标题确定。
- c. “媒体报道情况”一栏需写明媒体级别（国家级、省级、地区级、校级，可参见实践宝典）、媒体名称、报道时间并附网址链接，另将相关报道电子版一同上报校团委。
- d. “团队成员健康状况”一栏请务必如实填写，若没有特殊情况请填写“良好”。

**③ 媒体报道**

媒体报道除了少数对实践活动的开展有新闻性的消息和通讯外，大部分关注社会实践活动过程中能够吸引受众、具有实际和延伸双重意义的活动细节。实践学生可以只准备简单的通稿或素材，报道以“小中见大、以点带面”为表述风格。

**a. 媒体报道主要步骤：**

- i. 发现亮点或发生新闻事件，即产生潜在的新闻切入点；
- ii. 确定媒体联络人，联系媒体的相应版面、栏目编辑或记者；
- iii. 提供活动背景资料及新闻通稿并就采访报道进行沟通；
- iv. 确定报道流程和时间表，依照约定确认各项事宜；
- v. 协助完成采访报道；
- vi. 在预定发稿前确认相关信息和内容无误；
- vii. 报道发布后进行收集存档。

**附常用媒体联系方式（仅供参考）：**

| 国家级新闻媒体（电台类）    |  |
|-----------------|--|
| 国家级新闻媒体（电台类）    | 联系电话   |
| 中央电视台（包括中央各套节目） | 010-68511131（新闻采访部）/<br>010-68579889（转央视公众咨询中心）              |
| 中央人民广播电台新闻中心    | 010-68045969   |
| 国家级新闻媒体（报社）     |  |
| 国家级新闻媒体（报社）     | 联系电话   |
| 人民日报            | 010-65368383（新闻热线）   |
| 新华社             | 010-63071111（国内报道）/010-63072222<br>（对外报道）/010-63073333（摄影报道） |

| 中新社           | 010-68327649（总机）                      |
|---------------|---------------------------------------|
| 中国互联网新闻中心     | 010-68326688（总机）                      |
| 光明日报          | 010-67078111（总机）<br>010-67078608（记者部） |
| 中国日报          | 010-64941107（总机）                      |
| 中国青年报         | 010-64098088（总机）                      |
| 国家级新闻媒体（网站）   |                                       |
| 国家级新闻媒体（网站）   | 网址链接                                  |
| 新浪            | www.sina.com                          |
| 网易            | www.163.com                           |
| 搜狐            | www.sohu.com                          |
| 人民网           | www.people.com.cn                     |
| 新华网           | www.xinhuanet.com                     |
| 省级新闻媒体        |                                       |
| 省级新闻媒体（电台类）   | 联系电话                                  |
| 浙江卫视          | 0571-88080123                         |
| 浙江教育科技频道      | 0571-88842789                         |
| 钱江都市频道        | 0574-88082040                         |
| 省级新闻媒体（报社类）   |                                       |
| 省级新闻媒体（报社类）   | 联系电话                                  |
| 浙江在线          | 0571-85310961（新闻中心）                   |
| 浙江日报          | 0571-85152101/0571-85310114           |
| 钱江晚报          | 96068                                 |
| 今日早报          | 0571-88818881                         |
| 浙江法制报         | 0571-87054413                         |
| 青年时报          | 0571-85055000（24小时新闻在线）               |
| 南方日报          | 020-87373998                          |
| 地区级新闻媒体       |                                       |
| 地区级新闻媒体（电台报社） |                                       |
| 地区级新闻媒体（电台报社） | 联系方式                                  |
| 杭州日报          | 85109999                              |
| 都市快报          | 85100000                              |
| 杭州电视台         | 0571-85190088                         |
| 丽水电视台         | 0578-2667019                          |
| 湖州电视台         | 0572-2092113                          |
| 地区级新闻媒体（网站）   |                                       |
| 地区级新闻媒体（网站）   | 网址链接                                  |
| 杭州网（杭州）       | www.hangzhou.com.cn                   |
| 宁波网（宁波）       | www.cnnb.com.cn                       |

读书笔记

#### ④总结材料

社会实践活动结束后,上报学院(系、学园、学生组织)的总结材料,可分为调研报告、实践感悟、人物访谈等类别,具体格式见附件;同时,个人须上交介绍函复印件(含1000字总结)至学院(系、学园、学生组织),由学院(系、学园、学生组织)统一上交校团委。

这里我们针对调查报告的写作做出统一:

社会实践活动调查报告写作方法调查报告又叫调查研究报告,是调查研究的产物。调查报告是根据某一特定目的,运用辩证唯物论的观点,对某一事务或某一问题进行深入、细致、周密的调查研究和综合分析后,将这些调查和分析的结果系统地,如实地整理成书面文字的一种文体。像考察报告,调研报告及××调查等都是常见的调查报告体裁。

#### a.调查报告的特点

##### i.真实性

##### ii.针对性

写作时必须中心突出,明确提出所针对的问题,明确交待这一问题所获得的事实材料,分析出问题的症结所在,提出具体可行的建议和对策。

##### iii.典型性

写作调查报告所采用的事实材料要具有代表性,所揭示的问题要具有普遍性。

##### iv.系统性

由调查材料所得出的结论必须具有说服力,把被调查的情况完整地、系统地交待清楚,要抓住事物的本质和主要方面,写出结论的推理过程。总的来说,调查报告就是论证系统,逻辑严密,摆事实,讲道理,具有强烈说服力,从而使之成为科学决策的可靠资料。

#### b.调查报告的类型

从内容性质分,调查报告有以下六种:

##### i.专题型调查报告

专题型调查报告,就是侧重某个问题进行较深入调查后形成的报告,这类报告

一般常常在标题上反映出来。它能及时揭露现实生活中的矛盾,反映群众的意见和要求,研究急需解决的具体的实际问题,并根据调查的结果提出处理意见,或者对策,或是建议。

##### ii.综合型调查报告

它是以综合调查众多对象及其基本情况为内容,作全面系统的调查和反映的报告。具有全面、系统、深入和篇幅较长的特点。它与专题调查报告的主要区别点就在于它的综合性上。它使读者可以从报告中看到事物的相对完整的鸟瞰图。

##### iii.理论研究型调查报告

这是以学术研究为目的而撰写报告,它以收集、分类、整理资料并提出问题,报告结论为特点,大多发表在学术刊物上,或载于学术著作中。

##### iv.实际建议型调查报告

这是由于实际工作需要而写的调查报告,主要内容是为预测、决策、制定政策、处理问题等进行调查所获得的材料及有关的建议。

##### v.历史情况型调查报告

这是根据需要以历史情况为对象进行调查而形成的调查报告。它可供人们了解某一事物或问题的历史资料和历史真相。

##### vi.现实情况型调查报告

以正在发生、发展的一些现实生活为对象进行调查后所形成的调查报告。人们可以通过它了解和认识某些事物和问题的客观现实情况,以作为其它认识活动的依据或参考。另外,有些调查报告可以是以上几种类型的结合形式。

#### c.调查报告的写法

不同类型的调查报告,具体内容有所不同。但基本写法是相通的。调查报告的写作方法,一是熟悉调查报告的结构特点;二是要把握调查报告的写作程序。

##### i.调查报告的结构

一般来说,调查报告的内容大体有:标题、导语、概况介绍、资料统计、理性分析、总结和结论或对策、建议,以及所附的材料

等。由此形成的调查报告结构，就包括标题、导语、正文、结尾和落款。

#### 标题

调查报告的标题有单标题和双标题两类。单标题又分公文式标题和文章式标题两种，双标题即一个正题、一个副题。

#### · 导语

导语又称引言。常见的导语有：①简介式导语。对调查的课题、对象、时间、地点、方式、经过等作简明的介绍；②概括式导语。对调查报告的内容作概括的说明；③交代式导语。即对课题产生的由来作简明的介绍和说明。

#### · 正文

正文是调查报告的主体。正文的结构有不同的框架。①根据逻辑关系安排材料框架有：纵式结构、横式结构、纵横式结构，其中多采用纵横式结构。②按照内容表达的层次组成的框架有：情况--成果--问题--建议式结构，多用于反映基本情况的调查报告；成果-具体做法--经验式结构，多用于介绍经验的调查报告；问题--原因--意见或建议式结构，多用于揭露问题的调查报告；事件过程--事件性质结论--处理意见式结构，多用于揭示案件是非的调查报告。

#### · 结尾

结尾的内容大多是调查者对问题的看法和建议，这是分析问题和解决问题的必然结果。调查报告的结尾方式主要有补充式、深化式、建议式、激发式等。

#### · 落款

调查报告的落款要写明调查者--单位名称和个人姓名，以及完稿时间。如果标题下面已注明调查者，则落款时可省略。

### ii. 调查报告的写作程序

调查报告写作要经过以下五个程序：

#### · 确定主题

确定主题要注意：报告的主题应与调查主题一致；要根据调查和分析的结果，重新确定主题；主题宜小，宜集中；与标题协调一致，避免文题不符。

#### · 取舍材料

选取与主题有关的材料，去掉次要的、非本质的材料，使主题鲜明突出；注意材料点与面的结合，材料不仅要支持报告中某个观点，而且要相互支持，形成面上的大气；在现有有用的材料中，要比较、鉴别、精选材料，选择最好的材料来支持

作者的观点。

#### · 布局和拟定提纲

这是调查报告构思中的一个关键环节。布局就是指调查报告的表现形式。提纲或骨架的特点是它的内在的逻辑性，要求必须纲目分明，层次分明。调查报告的提纲有两种，一种是观点式提纲，即将调查者在调查研究中形成的观点按逻辑关系一一地列写出来。另一种是条目式提纲，即按层次意义表达上的章、节、目，逐一写成提纲。也可以将这两种提纲结合起来制作提纲。

### iii. 起草报告

这是调查报告写作的行文阶段。根据已经确定的主题，选好材料和写作提纲，有条不紊地行文。写作过程中，要从实际需要出发，选用语言，灵活地划分段落。在行文时要注意：结构合理；报告文字规范，具有审美性与可读性；通俗易懂，注意对数字、图表、专业名词术语的使用，做到深入浅出，语言具有表现力、准确鲜明、生动朴实。

### iv. 修改报告

报告起草好以后，要认真修改。主要对报告的主题、材料、结构、语言文字和标点符号进行检查，加以增、删、改、调。在完成这些工作之后，才能定稿向上报送或发表。

### d. 其他宣传

#### i. 展板的制作

展板的排版需要由团队自行完成，要求图文并茂、能够比较全面地反映团队的暑期社会实践风格。各个团队以电子版的形式上交，此项为后期评比的必选项目。具体要求如下：

· 标题统一使用三号宋体，正文部分使用四号宋体，段落之间用单倍行距。

· 每张展板至少要有 2 张电子版照片（如果使用相纸摄影的请将照片扫描，并请选择最佳的扫描效果），在材料中附上，统一上交。

要求照片的像素较高，足够清晰。

- 照片在展板上的位置用空白文本框标明，并标上编号，标号的标准为：团队序号 + 照片序号，如：序号为 134 的团队的上交的第二张照片标为 134 - 2。编号在文本框内体现，同时作为照片的文件名。
- 每张照片要求附有简短的文字说明。文字说明的位置也用空白的文本框标出。文字说明的内容用专门的文档另附。文档中应标明每一张照片的文字说明部分和对应的照片序号。
- 文字内容应简单介绍活动背景和目的，介绍活动的主要内容和流程，并简单描述活动的意义和完成情况等。要求主题突出，主要反应团队实践过程。
- 要求文字和图片配合协调，版面饱满，避免过于空洞或拥挤。

## ii. 调查问卷的设计

- 问卷设计的一般步骤与方法

从一次问卷调查开始到正式的测试，其基本步骤是：

根据研究目的与假设，收集所需资料；研究问卷形式，可从研究者的时间、研究范围、对象、分析方法和解释方法等方面考虑；列出标题和各部分项目；征求意见，修订项目；试测，以 30—50 人为试测样本，求出信度、效度；进行项目分析，重新修订；正式测试。

- 问卷通常由卷首语、指导语、主体等部分组成。卷首语包括以下内容：自我介绍、调查目的、回收问卷的时间、方式及其他事项。指导语包括对某种定义、标题的限制以及示范举例等内容。

- 为了提高问卷的信度和效度，问卷设计时需要注意以下问题：

问卷中所提的问题，应围绕研究目的来编制，力求简单、明了，含义准确。

问题不要超过被调查者的知识、能力范围。

问题排列要有一定的逻辑次序，层次分明。问卷的目的、内容、数据、卷面安排标准答案等都要认真地推敲和设计。

调查表上应有留给供人填写答案的足够空间，并编有填写调查单位的名称、填表人的姓名和填表年月日的栏目。

问卷形式可以封闭式和开放式相结合，问题数量要适度，一般应控制在 30 个问题以内，最好在 20 分钟内能答完。

为使调查结果更为客观、真实，问卷最好采用匿名回答的方式。

- 设计问卷的内容要符合实际情况。

- 如果单讲问卷的设计步骤，则包括五个层次：问卷的理论构思与目的、问卷的具体形式或格式、问卷项目的语句和问卷的用词。

## 伍

## 总结篇

## 社会实践活动成果有哪些呈现形式

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。

## 社会实践总结和社会实践报告是什么

社会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做的总结。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。

实践个人总结是在个人角度记叙在实践过程中所见、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的贡献、个人在行程中的收获和感悟、自身的不足，以及今后的需要强化或改进的地方。

## 如何撰写实践总结和社会实践报告

### (1) 实践报告类型

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。

①**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。

②**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。

### (2) 实践报告结构

一般来说，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。

①**标题** 实践总结报告的题目。撰写社会实践报告，应重视标题推敲。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：《包头钢铁公司参观实习感想》《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。

②**前言** 又称导言或导语，是实践总结报告的开头部分，对全文起总领引导作用，其主要任务是向读者介绍社会实践的背景、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）作概要性的说明，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。

③**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、结果等，也可以像新闻的导语一样，提示全文的主要内容，使读者形成对实践报告的总体印象，迅速理解全文。

④**主体** 实践总结报告的核心。主体应对社会实践活动的经理进行叙述，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行建议或方案,提升实践报告的实用价值。

⑤**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。

⑥**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报告的标题后,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,一般是与主题内容相关的部分资料。

### (3) 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体、拟定提纲、精选材料、撰写报告四个步骤。

①**提炼主题** 主题就是实践报告所要表达的中心问题,是整个报告的灵魂。凝练出明确而适当的主题,是整个报告撰写过程顺利开展的前提。

②**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。

③**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。

④**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、结构体系、内容形式、行文风格等方面应前后保持一致。

### (4) 写作技巧

①**突出重点** 个人实践活动总结报告可选取个人感悟最深或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。

②**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。

③**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。

## 社会实践总结和社会实践报告上交及评比细则

总结报告上交及评比细则如下:

- (1)各团队按照立项单位社会实践总结评比工作通知要求进行实践总结工作,向立项单位上交总结材料
- (2)院级团委及学生组织按照学校社会实践总结评比工作通知要求上交材料
- (3)校级优秀团队、先进个人、优秀论文等评选校团委将在各院级团委、各级学生组织推荐的基础上,研究评选出社会实践活动优秀组织奖、十佳指导教师、优秀指导教师、优秀团队、先进个人、优秀论文等,每支团队给予一定的专项活动经费奖励。

## 如何组织社会实践团队报告会和经验交流会

报告会同样是展示大学生社会实践活动风采的方式,组织的步骤如下。

### (1) 确定报告会主题

明确会议主题与主旨,确保会议各项内容紧扣主题。

### (2) 确定时间和地点

由于暑假社会实践是个具有时效性的活动,因此,报告会召开实践应在开学后一两周之内。慎重选择具体时间,避免会议实践和别的大型活动或是同学们的课程时间冲突,保证感兴趣的师生都能参与进来,集思广益。地点的选择以宽阔且开放的大型场地为优,尽量避免小型会议室等地方。

### (3) 确定报告会流程

①**明确具体人员分工**。如:主持会议人员;对本活动进行总结评议并阐述活动精神主旨的实现情况的人员;团队的记录员以及会议记录员;照片、DVD以及负责后勤的人员;活动后期撰写新闻稿发布照片的人员。

②**注意活动具体细节**。如:保证会议通知到位;确定团队报告形式;

合理安排团队报告的顺序；团队报告完毕后，是否需要为明年暑期社会实践活动提出展望、规划、建议等；准备现场应急预案。

## 如何做好经验整理和模式探索

结合历年来的社会实践开展情况，基地实践的递进性和团队实践的传承性都有所不足。针对这个问题，我们应该强化实践后的经验整理工作并能系统地规划未来社会实践方向，为之后的团队提供便利，丰富社会实践活动意义，深化社会实践活动成果，提升社会实践活动层次。

### (1) 经验整理

对社会实践开展过程中遇到的问题和尚未完成的事项进行归纳总结，对实践过程中成功利用的政府、媒体等资源进行整理汇编，这些材料的整理都可以为今后社会实践活动的更好开展提供保障。

### (2) 模式探索

在对社会实践活动成果全面总结的基础上，提出未来可以努力和进一步研究的方向。针对社会实践基地资源，探索成熟的社会实践模式，规划具有传承性的实践项目，达到层层推进。不断深化的效果，真正为基地当地和学生的个人发展提供帮助。此外，在对各学院社会实践优秀组织进行奖励评比时，后期的经验整理和对未来几年社会实践活动的规划也将作为考评指标项目之一。

## 其他说明

### 1. 如何查看个人社会实践的记录？

如果在素拓网上申请并通过了，在素拓网上就会有记录。打印素拓证书时会一并打印出来。

### 2. 《暑期社会实践介绍函》从哪里获取？

介绍函将在社会实践官方交流群中下发PDF电子版供各团队下载并打印使用。

### 3. 社会实践重点项目和一般项目有什么区别？

一方面是学校和学院对团委的支持力度和关注程度不同，一方面是评选优秀团队时会有所侧重。

### 4. 寒假社会实践和暑假社会实践有区别吗？

没有特别的区分，只要认真参与社会实践，都能获得收获与成长。相比而言，寒假多为返乡社会实践，团队规模小，实践周期短，而暑期社会实践在实践允许的条件下，可策划进行高质量的大型社会实践活动。

### 5. 可以和校外的人一起实践吗？

可以。但需要浙江大学在校学生在其相应院系进行申报立项。

### 6. 研究生需要参加社会实践吗？他们可以参加本科的社会实践吗？

鼓励研究生参加社会实践，发挥年龄与经验优势，带动并指导助本科生完成社会实践。

## 附件一：浙江大学社会实践考评说明

### A. 考核要求及奖项设置

#### 第一条 本细则的考核对象包括：

- (一) 院级组织者：主要是学院团委，也包括学生会、研究生会、博士生会、学生社团等能够组织学生实施社会实践活动的组织单位；
- (二) 参与社会实践的小分队；
- (三) 参加和指导社会实践的个人：包括全体参加社会实践的个人和指导教师；
- (四) 实践成果：集体性或个人性的实践成果，包括调查报告、论文等；
- (五) 社会实践基地：申报学校示范基地并达到预期目标的优秀基地。

**第二条** 各院级团委应积极组织全院学生参加社会实践活动，积极组织和指导学生申报社会实践小分队，认真全面地完成社会实践各项任务。

**第三条** 全校每一名学生都应积极参与到社会实践中来，理论结合实践，通过社会实践受教育、长才干、作贡献。

**第四条** 学院在开展社会实践工作过程中，要切实做好安全教育。学生个人及小分队在开展社会实践活动时要把安全放在第一位，做到安全出发、平安返校。

**第五条** 活动后各学院、小分队及学生本人要认真做好总结工作，并以文字、图片、资料、录像和展板等形式在广大学生中宣传活动成果，扩大社会实践的影响面。

**第六条** 各学院应本着可持续发展原则建设社会实践示范基地，构建长效的社会实践工作经验与成果积累的平台，发挥引领带头作用。

#### 第七条 考核评比设置的具体奖项包括：

- (一) 浙江大学暑期社会实践优秀组织奖；
- (二) 浙江大学暑期社会实践优秀团队；
- (三) 浙江大学暑期社会实践先进个人；
- (四) 浙江大学暑期社会实践优秀指导教师；

(五) 浙江大学暑期社会实践优秀论文；

### B. 奖励、考核与监督措施

**第一条** 所有获奖单位及个人均可获得荣誉证书，优秀组织奖还将获得一定的物质奖励。

**第二条** 社会实践的考核评比工作在学校社会实践工作领导小组的指导下，由校团委具体落实。

**第三条** 所有奖项的评选都将秉承公平、公正的原则。

**第四条** 校团委社会实践指导中心将组建督察机构，对学院、社团等的社会实践开展情况、各小分队活动的完成情况及总结评比工作进行检查。凡弄虚作假者，取消一切评奖资格。

## 附件二：浙江大学暑期社会实践活动 调研报告以及论文格式样本

**题目**（三号、黑体加粗、居中）

——副标题（三号、宋体、居中）

**XX学院暑期赴XX（地点）社会实践团**（四号、宋体、居中）

**摘要：**（五号、仿宋GB2312、加粗）摘要正文（五号、仿宋GB2312）

**关键词：**（五号、仿宋GB2312、加粗）关键词1；关键词2（五号、仿宋GB2312，多关键词之间加分号）

**正文**（五号、宋体、首行缩进2字符）

正文中结构层次叙述分别表示为：

一、（第一层）（五号、黑体、加粗）

（一）（第二层）（五号、楷体GB2312）

1.（第三层）（五号、宋体）

如果内容只有两层时，第一层为“一、”，第二层为“1.”。

插入图片要求：嵌入型，居中

实践成员：全体姓名（五号、楷体GB2312、右对齐）

（文/XXX XXX，图/XXX XXX）（五号、楷体GB2312、右对齐）

参考文献（小四、黑体、居中）

[1]作者.文献名称.《发表书目》,2010(9):23-28.(五号、Times New Roman)

文章最后附上团队负责人姓名、所在学院、学号、联系电话

页面设置：1. A4纸型，每页24行，每行30个字。

2. 左、右边距2.6厘米，上下边距约3厘米。

## 附件三：浙江大学社会实践活动优秀团队风采展示

### 农业与生物技术学院“启航百年·心心向农”乡村振兴暑期社会实践团

实践团秉承“立足专业，强化引领，服务三农”实践理念，构建“三聚三化”实践育人体系，联合校团委开设全校首门乡村振兴社会实践通识课程，通过“校内理论+校外实践”，组织271名学子、16位专业教师奔赴全国8省56村，传好精准扶贫到乡村振兴的接力棒，为祖国三农事业发展贡献青春力量！

#### 强化专业引领，助力产业振兴

实践团实地对云南紫金普洱、青海枸杞番茄进行产业、技术多方面指导，调研当地特色农业发展现状，发挥专业特长，推进产学研融合。

#### 实地走访调研，献策文化振兴

实践团发挥园林专业特长规划设计美丽乡村，支招古民居的保护与再利用；考察湖南新晃“侗藏红米”，为中国农业文化遗产发展建言献策。

#### 发挥学科优势，助力生态振兴

实践团发挥学科优势，挖掘云南景东、浙江丽水等地全新优势生态资源；走进全国乡村治理示范村义南村，参与环境综合治理，调研生态文明建设。

#### 深耕社会服务，助力人才振兴

实践团走访省内外选调生校友，召开政企座谈，共话共同富裕，体验基层治理；寻访青年企业家，深挖双创故事，提升双创能力，感悟双创兴农。

### 艰苦不怕吃苦，助力组织振兴

实践团响应国家号召，弘扬援青精神，助力东西部协同发展；走访浙江省好支书，学习“三支队伍兴乡村”治理招数，探讨组织工作新思路。



连续第3年赴青海乌兰建设“枸杞番茄”生产基地



赴湖南新晃东风村调研中国农业文化遗产“侗藏红米”



连续第6年赴云南景东发掘优势生态资源

### 机械工程学院“党史青年行”马兰精神暑期社会实践团

2021年7月7日-8月10日，机械工程学院“党史青年行”马兰精神暑期社会实践团接力26天赴闽青新等4地，行程9516公里，追寻马兰足迹，寻访红色记忆。旨在传承和弘扬新中国核事业发展历程中形成的“马兰精神”和为之奋斗的浙大红色人物、红色故事，创新党史学习教育新范式。

#### 打造红色研学道路

以林俊德故乡福建紫美村为出发点，追寻林院士将个人发展与国家命运紧密相连的成长足迹；赴新疆马兰、西安某部挖掘核试验历程脉络；沿核武器研制进程，在青海寻访浙大“两弹一星”元勋奋斗历程。《浙江之声》、《都市快报》等记者随团报道，《光明日报》深入报道，《人民日报》、央视频等报道8次。

#### 创新沉浸党课学习

打磨红色资源库，拍摄《永不凋零的马兰花》、《时间的歌—从2021到2049》等系列沉浸式党课，面向学校军训师开展13场宣讲。参加省青年理论宣讲大赛，获特等奖。

#### 学史力行支教接力

将党史学习教育中的办实事开新局与社会实践相结合，以爱心反哺为初心，面向130位马兰官兵子女开展爱心支教，被中宣部、教育部党史学习教育简报刊出3次。形成“六个一”实践成效：一个榜样激励体系、一份采访手稿、一本人物书稿、一幅浙大马兰人物图谱、一次爱心反哺支教和一系列沉浸党课。



实践团听林俊德院士兄弟讲述林院士故事



实践团赴西核院参观林俊德院士办公室



实践团赴青海金银滩参观原子城纪念馆



实践团赴新疆马兰参观红色军博园、开展爱心支教

## 信息与电子工程学院赴浙江杭州、广东深圳、江西吉安和上海等地

### “百年接力，强国有我”暑期社会实践团

2021年，350余名信电学子组成“百年接力，强国有我”社会实践团，围绕一大代表后人王明华教授开展党史学习，拍摄系列慕课；连续3年每年组织300余名本科生重上井冈山，人民日报专题报道；参观国防军工单位，采访杰出校友，引导就业强国，在实践育人方面取得卓著成效。

#### 共学百年党史，追忆建党初心

1次嘉兴南湖实地教学，中共一大代表后人王明华教授将百年党史娓娓道来。

1期《红色基因，赓续传承》党史微视频，荣获“读懂中国”活动“最佳微视频奖”。

6集《跟着王明华学党史》微党课，总点击量破万。

#### 重上巍巍井冈，坚定理想信念

3日井冈山实地红色教育，浓缩井冈山革命斗争的艰难困苦，开创全新红色知识学习形式。

75万字实践感悟，无数动人革命故事，让井冈山精神在学生内心深处生根发芽。

完成实践10天内25人申请入党，人民日报大力宣传，彰显学院实践育人卓著成效。

#### 投身专业实践，励志报国图强

2次科研院所参观，了解国防军工事业发展，点燃信电学子报国热情，毕业生前往国防军工单位就业人数增长30%。

3场校友专访，探寻党的领导下信电学科的发展变迁，3篇调研文章编入校友寻访文集。



实践团跟着王明华学党史



实践团井冈山社会实践



实践团国防军工单位走访



实践团校友企业采访

### 人文学院赴上海、嘉兴等9地“中国共产党这样走来”暑期社会实践团

2021年夏，人文学院组织师生73人，10支小分队，在49天的时间里，依托“党史青年行”专项活动，赴陕西延安、浙江嘉兴、江西瑞金等8省9地，以线上线下相结合的方式，追溯红色记忆，讲述初心故事，上传云端教材，在实践中学党史、强信念、跟党走。

#### “00后”宣讲员，思政课也可以如此青春

以脚步丈量历史，靠实践获取新知。“00后”宣讲团，在党史理论学习的基础上，将“大理论”与“小事件”，“史料语言”与“流行语言”相结合，深入多个红色纪念馆，开展青春版学生“微党课”。

#### 新老党员共话初心使命，漫漫长征接力前行

忆往昔，峥嵘岁月稠。从“光荣在党五十周年”老党员林庆生，到亲历淮海战役、渡江战役革命老兵何庆，到坚守基层古稀书记杨人灿……实践团成员将他们的初心故事，讲给更多人听，做最有温度的传承者。

#### 数字赋能盘活党史文化，线上展馆助力云端教学

从教材搬到实地，从实地传上云端。实践团以实践成果为素材，以全景相机为载体，以“亿间教室”平台为依托，构筑720度全景视角3D展馆，0距离“游览”线上展馆，实现社会实践成果立体化创新性传播，打造党史教育云端记忆宫殿。



东北分队成员施梦婷在中共满洲省委纪念馆宣讲



瑞金队员与老兵何庆夫妇合影



杭州五四宪法历史资料陈列馆线上全景展馆



人文学院“中国共产党这样走来”暑期社会实践团部分成员合照

### 国际教育学院“中外大学生社会实践周”赴贵州遵义暑期社会实践队

国际教育学院赴贵州遵义社会实践队由14名来自9个不同国家的中外学生组成，由国际教育学院、动物科学学院和外语学院联合指导。本次社会实践围绕“行读党史感知中国 感受西迁”的主题，积极开展校史党史教育，通过开展英语沙龙、演讲比赛等增强同学们跨文化沟通能力，通过现场教学、实地走访等实践方式，引导中外学生在湄潭山水中感知中国，亲眼见证中国西部的发展。

#### 中外学生深入学习中共党史

实践期间，实践队参观了遵义会议会址。学习了这次会议对于中国革命的重要意义，深刻感受到了长征精神和中国共产党人的奉献精神。革命先烈为理想信念而奋斗的精神深深地感动着中外学生，对中国共产党是为人民谋幸福的政党有了更深的认识。

#### 中外学生感知西部社会发展

社会实践期间，实践队员走遍了湄潭的山山水水，走访田家沟，实地调研偏岩塘村，深入农村和县城的大街小巷，开展了3次主题调研，撰写了7篇内容深刻的调研报告。亲身感受中国西部的发展和乡村振兴。

#### 中外学生感恩湄潭延续校地情谊

湄潭是浙大的第二故乡，湄潭人民曾给予浙大倾力支持。此次社会实践活动充分发挥了浙江大学中外学生的国际化和语言优势，以开展“英语夏令营”的形式回馈湄潭，通过互动式教学激发同学们的英语学习兴趣，开拓国际视野，中外学生与湄潭的同学们结下深厚的友谊。



实践团在“求是精神”石碑前合影



实践团举办“历史中的浙大”英语沙龙



中外学生实地调研新农村建设



中外学生参访浙大西迁历史博物馆

### 党委研究生工作部、医学院“公毅”计划赴新疆维吾尔自治区暑期基层服务专项社会实践基地团队

团队赴阿克苏地区开展了为期一个月的基层服务工作，期间同学们认真对待岗位工作，并围绕“访谈先进典型，调研社会问题，开展励志宣讲，做好公益服务”的实践目标，取得了多项显著成果。紧密结合“胡杨精神”与“求是之魂”，用行动践行了时代青年的使命和责任！

#### 学党史见真章，访先锋得真情

团队采访了创办新疆第一所民办国家通用语言学校的“改革先锋”库尔班校长，激发起同学们在祖国最需要的地方挥洒青春热血的决心。实践期间团队成立了临时党支部，并积极开展组织生活会和党课宣讲活动，不断磨砺意志品质。

#### 笃行公共服务，深入民族基层

团队成员积极落实单位的本职工作，磨砺自身在基层一线服务的工作本领。工作之余则深入当地少数民族乡村，了解村民生活及乡村振兴的实际情况，开展民族交融、座谈活动。在建军节期间前往军团，慰问驻扎边疆的战士。

#### 躬身倾情援疆，携手共同富裕

团队与浙江援疆干部开展座谈，交流援疆工作和职业规划，树立起“亲情援疆，舍身报国”的理想信念。在托万克库曲麦村为当地民族孩子献上职业生涯规划 and 励志教育宣讲，帮助他们建立对未来的清晰规划。



采访改革先锋库尔班校长



实践团同学与民族同胞交流



实践团同学与浙江援疆干部座谈



为乡村民族孩子们作励志宣讲

党委研究生工作部、传媒与国际文化学院赴新华社浙江分社

“凌云”计划暑期社会实践团

2021年7月12日-8月12日，党委研究生工作部、传媒与国际文化学院选拔优秀研究生赴新华社浙江分社开展暑期社会实践。实践团成员的足迹遍布浙江大地，用镜头谱写浙江壮丽诗篇，用笔尖描绘新时代画卷。

深耕一线：践行“四力”，讲好故事

实践团成员深入新华社浙江分社、新华网浙江频道各大核心部门，在资深记者指导下进行一线采编工作实践，共在新华社、新华社西语专线、新华网平台发布重要稿件47篇，入选新华社内参1篇，拍摄专业视频6支，独立策划选题13个。所有稿件累计阅读量破5000万。

肩负使命：破空对话，扛起重担

实践团研读、参与新华社浙江分社和浙江频道关于建设共同富裕示范区、实施数字经济“一号工程”、乡村振兴等各类选题报道，深度对谈在共同富裕变革第一线奔走的资深记者，撰写完成调研报告《探路示范，“新华+”共同富裕调研记》，获得实践基地好评。

校企合作：学以致用，为国育才

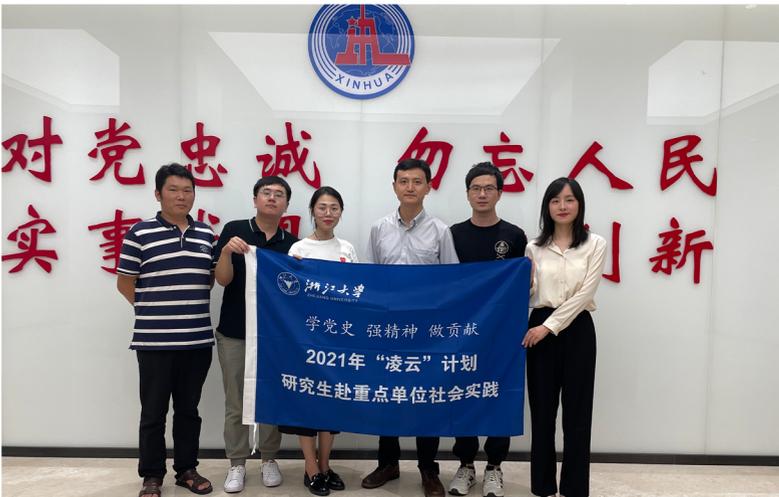
传媒学院在新华社浙江分社实践基地基础上，与新华网浙江频道签署合作协议，开拓浙江大学与国家级重要战略媒体的长期实践平台，并以此次实践为契机，与新华社、新华网探索科研发展、学生培养等领域的合作模式。



实践团成员对话资深记者



实践团成员奔赴新闻发布会现场



实践团成员赴新华社浙江分社实践基地



实践团队暑期社会实践成果

### 经济学院“伟大变革：走向共同富裕”暑期社会实践团

如何全面、准确理解共同富裕？如何才能更好实现共同富裕？经济学院5个系20余名专业教师带领200余名学生，历时16天，跨越1536公里，奔赴浙江各地，寻找改革春风吹拂在中华大地的痕迹，破解行稳致远、走向共同富裕的密码，共上一堂行走中的经济大课、思政大课。

#### 一、理解共同富裕政策，宣传共同富裕理念

开展“行走的实践课”，领会共同富裕的丰富内涵和实践逻辑；与政府机关和企事业单位开展研讨，助力更加全面、准确理解共同富裕；领会各地推进共同富裕的先进做法，打造云端微课堂，宣传共同富裕理念，为全国推动共同富裕提供省域范例。

#### 二、调研共同富裕之困，助力共同富裕建设

从民营企业、科技创新、乡村振兴、金融改革、数字变革、产业集群等方面深入调研，为建设共同富裕示范区给出“浙江答案”、提出“浙江方案”、贡献“浙江智慧”。完成45篇调研报告，参加研讨会会议10余场、合作课题1项，1篇论文在权威期刊上发表。

#### 三、守好共同富裕基石，不忘共同富裕初心

共同富裕离不开伟大的中国共产党的坚定谋划和不懈追求。党史教育、思政教育、社会调查与专业实践相结合，求是青年在见证和助力建设共同富裕示范区的历史洪流中进一步理解中国共产党的初心和使命，进一步找准自己的人生坐标。



实践团跟随郭继强副院长调研龙泉创新中心



实践团在安吉黄杜村调研乡村振兴



实践团在陈望道故居品味真理的味道



实践团跟着财政学系王志凯教授上“行走的实践课”

## 传媒与国际文化学院赴浙江龙泉“传承非遗文化，力国际传播”

### 暑期社会实践团

2021年7月20日-9月10日，由浙江大学传媒与国际文化学院15名师生组成的社会实践团队赶赴浙江省龙泉市，开展以“传承非遗文化，助力国际传播”为主题的暑期社会实践活动。实践团成员发挥专业所长，为传承非遗文化贡献力量。

#### 身体力行：深入了解非遗现状

包括留学生在内的团队成员通过访谈、实地调研等形式多角度深入了解非遗传承现状，撰写出万余字的调研报告，为龙泉经济发展贡献策略。实践内容得到人民日报、新华网、中央电视台等中央媒体报道，点击量超百万。

#### 体悟职责：立志讲好中国故事

团队成员利用传媒学子专业特长，为龙泉青瓷、宝剑行业内老中青三代六位代表性传承人拍摄12部微纪录片。纪录片在第四届世界青瓷大会上作为开幕式影片滚动播放，在浙江日报首发后以一周一部的速度在抖音上进行推送，之后还将登上“一带一路”沿线国家电视台对外宣传龙泉的宝剑青瓷非遗文化。

#### 勇担重任：专业助力当地发展

团队成员师生齐心协力，以多种形式为龙泉提供宣传支持。带队教师、浙江大学传媒与国际文化学院“百人计划”研究员赵瑜佩运用专业知识，结合龙泉当地的非遗发展情况举办“国家形象对外传播”讲座，并在第四届世界青瓷大会等国际会议上发表演讲，为提升龙泉的国际美誉度和海外影响力提供专业见解。



实践团成员为宝剑非遗传承人卓树平拍摄视频



青瓷非遗传承人潘建波教留学生沙易拉胚



实践团成员听国家级青瓷非遗传承人徐朝兴讲解



团队老师赵瑜佩在龙泉举办“国家形象对外传播”讲座

## 光电科学与工程学院赴湖州“追寻光电精神，献礼建党百年”

### 暑期社会实践团

浙江大学光电学院赴湖州“追寻光电精神，献礼建党百年”暑期社会实践团融合光电精神，以科技促进传统产业转型升级，推动产学研成果落地，为乡村振兴注入青春力量。建党百年之际，实践团将社会实践与专业成长结合起来，实现自我成长、反哺农民与服务社会。

### 秉承助农初心

团队去年尝试通过直播带货解决当地农产品滞销痛点，今年带着助农初心与推进农业现代化的思考再次来到湖州，并发现线上平台难以解决水果产业结构性失衡的根本性问题。走访十余家水果种植基地后，得出乡村果业的升级换代需要提升品质管理能力。

### 融合光电精神

在汪凯巍教授的指导下，实践团结合专业知识开发出一款无损检测仪，能读取光谱仪光路数据后建立神经网络，深度学习后反馈结果给用户。仪器应用了多种软件开发技术，结合深度学习技术TensorFlow，使得最终检测结果稳定、精确、高效。

### 奋斗在新时代

后续团队前往仙居、三亚等地开展对比研究，相关事迹被中国青年网登出报导。实践团深入果商群体，响应国家号召，推动人们关注农业结构上的管理与分级问题，在创新试验过程中思考和进步，在探索助农过程中感悟与成长，以青年的姿态争做新时代的奋斗者与弄潮儿！



队员赴金蓝农场调研



队员采访柑甜果园负责人



调研组成员合影



负责人为同学们讲解如何品茶

### 计算机学院“数治”计划赴湖州支持数字化改革政务实习暑期社会实践团

浙江大学计算机科学与技术学院联合湖州团市委，引导青年学子积极投身“数字浙江”建设，参与“最多跑一次”改革，利用专业知识，协助各实习部门完成数字化改革的有关工作，并为其提供前沿信息技术、设计思想、理念架构，在实践过程中，受教育、长才干、做贡献。

#### 创新思想，深入数字化改革

实践团在数字化建设的进程中，协助各部门完成了许多专业任务，从“项目”、“设计”、“理念”三方面入手，充分发挥计算机专业特长，部分项目列入浙江省团市委数字化改革“揭榜挂帅”，市领导高度重视。

#### 积极进取，做好实践工作

实践团对湖州数字化建设进行了广泛调研，撰写了共计4万字调研报告，发放回收问卷306份，整理政府工作人员访谈30余份，参考政府文献材料70余篇。积极组织开展一系列的实践学习活动，包括并不限于主题走访、特色产业参观、景区参观、红色寻访等。

#### 厚积薄发，讲好实践故事

积极记录各项工作，并撰写有关新闻稿共计8篇，其中包括一篇新华社专题报道和一篇学习强国专题报道，综合阅读量突破百万，影响广泛。



开发项目例：湖州青年发展指数平台



实践团实地调研数字化改革成果



实践团开展红色寻访等教育活动



“数治”计划暑期社会实践团启动

## 医学院赴浙江省杭州市、新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市等地

### “佑青芽，护成长”暑期社会实践团

小儿、青少年妇科 (Pediatric and Adolescent Gynecology, PAG) 是围绕女孩生殖器官的生长、发育及疾病而形成的一门独立学科。目前国内PAG疾病求治需求逐年扩大, 据估计我国每1000名小儿及青少年中至少有6人存在妇科问题, 全国总患者数超过100万人。

2021年暑期, 实践团成员奔赴浙江、新疆维吾尔自治区等地开展深度社会调研与课程宣教。团队希望通过以实际行动建立起该人群全生命周期生殖健康生态圈!

#### 社会调研

为明确该领域发展现状, 团队从公众和医务人员的角度展开调研。基于2005年以来浙大儿院PAG门诊的20多万人次的病例进行研究, 调研采访了全国23个省份197家医院的321名医生, 收集家长有效问卷1471份。

调研过程中, 实践团发现目前国内大部分家长与儿童对生殖健康缺乏基本了解, 且目前国内小儿、青少年妇科的医疗资源供给严重不足。

#### 课程宣教

线上, 为助力疫情防控, 团队面向社区开设云课堂, 打破“青芽课堂”时间和空间的限制, 累计受众20000余人次。

线下, 我们关注杭州低保、单亲等特殊困难家庭, 也远赴新疆乌鲁木齐、伊犁、喀什多地, 将青芽课堂送到祖国更需要的地方。



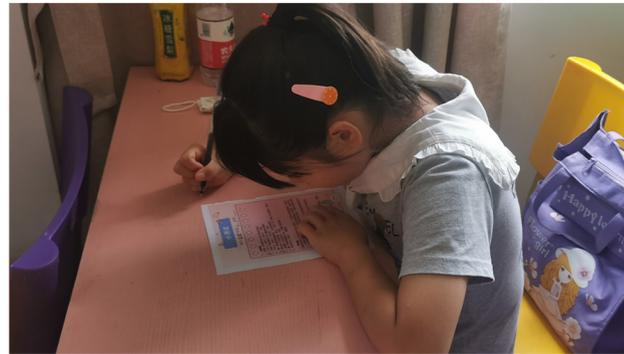
暑期夏令营开营仪式

## 实践成果

- 全国首套PAG宣教科普课程
- 入选共青团中央“七彩四点半”示范队伍
- 国家级媒体报道7次, 团队公众号阅读量10000+
- 黄荷凤院士等国家级妇幼专家的一致认可



小朋友们认真听讲



实践成员为特殊困难家庭子女科普青春期知识



新疆乌鲁木齐市兴丰社区夏令营活动

## 校团委社会实践指导中心联系方式

| 职位            | 姓名             | 联系方式          |
|---------------|----------------|---------------|
| 校团委社会实践指导老师   | 周鑫鹏            | 0571-88206213 |
| 校团委实践部副部长（兼职） | 杨旭枫            | 17300988677   |
| 校团委实践部副部长（兼职） | 岳慧             | 15652962173   |
| 主任            | 汤宇婷            | 15105879081   |
| 副主任           | 周可靖            | 15158782779   |
| 副主任           | 余萧蕊            | 18357070083   |
| 副主任           | 周儒泽            | 13957405299   |
| 副主任           | 周紫璇            | 17799852163   |
| 副主任           | 姜凌骁            | 18814885899   |
| 社会实践指导中心公共邮箱  | zjushj@163.com |               |