



陕西科技大学
SHAANXI UNIVERSITY OF SCIENCE & TECHNOLOGY

2025——2026学年

大学生寒假社会实践活动实践报告（论文）

题目： 关注绿色生态，建设绿色家园

学生姓名： 刘雨菲

学 号： 202508010108

学 院： 经济与管理

专 业： 工商管理

指导教师： 邓萌

2026 年 2 月 8 日

摘要

本实践报告以“关注绿色生态建设，共建绿色家园”为主题，记录了陕西科技大学大学“绿动未来”社会实践队在寒假期间开展的系列实践活动。实践队深入某市三个典型社区，通过问卷调查、实地调研、环保宣传、志愿服务等方式，全面了解社区绿色生态建设现状，并针对存在的问题开展了一系列实践行动。实践内容主要包括：开展“绿色生活”主题宣传活动，提升居民环保意识；组织垃圾分类志愿服务，改善社区环境；设计“社区微花园”改造方案，增加绿化空间；推动“绿色积分”制度试点，建立激励机制。通过实践，实践队不仅收集了详实的调研数据，还直接推动了社区绿色生态建设，提升了居民参与环保的积极性。报告详细记录了实践过程、成效与反思，为大学生参与社区绿色生态建设提供了可借鉴的经验。

1. 实践背景与意义

1.1 实践背景

当前，全球气候变化、环境污染等问题日益严峻，绿色生态建设已成为推动可持续发展的重要途径。我国明确提出“2030年前实现碳达峰、2060年前实现碳中和”的“双碳”目标，并将生态文明建设纳入国家发展总体布局。社区作为城市的基本单元，是绿色生态建设的关键场域，居民是绿色家园建设的主体力量。然而，实践中社区绿色生态建设仍面临诸多挑战：居民环保意识不足、行为参与度低、社区设施与管理滞后等。

作为新时代大学生，我们深知自身肩负的社会责任。利用寒假时间，我们组建“绿动未来”社会实践队，深入社区开展绿色生态建设实践，希望通过实际行动推动社区环境改善，提升居民环保意识，为建设绿色家园贡献力量。

1.2 实践意义

理论意义： 通过实践，探索大学生参与社区绿色生态建设的有效路径，丰富社会实践与环保教育相结合的理论研究。

实践意义： 直接推动社区绿色生态建设，改善居民生活环境；提升大学生社会实践能力，增强社会责任感；为其他高校开展类似实践活动提供参考。

2. 实践准备与组织

2.1 团队组建与分工

设计调查问卷、开展实地调研、数据统计分析；制作宣传材料、组织主题活动、运营社交媒体；开展志愿服务、推动具体环保项目；联系社区、协调团队工作、撰写报告。

2.2 实践地点选择

选取汉阴县三个典型社区作为实践地点：

•
阳光小区：居民以中老年人为主，绿化覆盖率低，设施陈旧；
幸福里小区：居民以年轻家庭为主，绿化覆盖率较高，设施较完善；
富康南苑：包含老旧住宅和新建商品房，居民结构复杂，管理难度较大。

2.3 实践内容规划

实践队制定了为期 22 天的详细计划，包括四个阶段：

调研诊断阶段（1 月 15 日-20 日）：通过问卷调查、实地观察、访谈等方式，了解社区绿色生态建设现状及存在问题；

宣传动员阶段（1 月 21 日-25 日）：开展“绿色生活”主题宣传活动，提升居民环保意识；

行动实施阶段（1 月 26 日-2 月 3 日）：组织垃圾分类志愿服务、社区微花园改造、绿色积分制度试点等具体行动；

总结评估阶段（2 月 4 日-5 日）：对实践成效进行评估，撰写实践报告。

3. 实践过程与内容

3.1 调研诊断阶段：深入了解社区现状

3.1.1 问卷调查

实践队设计涵盖认知、态度、行为三个维度的问卷，发放 500 份，有效回收 452 份。调查结果显示：

81.4%的居民知道“绿色生态建设”概念，但仅 45.2%能准确说出其核心内容；

92.5%的居民认为绿色生态建设“非常重要”，但仅 60.8%表示“愿意主动参与”；

40.3%的居民能正确分类生活垃圾，30.1%经常选择绿色出行方式。

3.1.2 实地观察

通过实地走访，发现三个社区存在显著差异：

阳光小区：绿化覆盖率 17.8%，垃圾分类桶数量不足，缺乏分类标识；

幸福里小区：绿化覆盖率 38.5%，配备智能垃圾分类桶，但居民分类意识仍需提升；

富康南苑：绿化覆盖率 25.3%，垃圾分类桶标识模糊，缺乏指导

3.1.3 深度访谈

与 10 位社区管理人员、5 位环保部门工作人员访谈，了解社区绿色生态建设面临的困难：

缺乏专项规划，管理机制不健全；

设施不均衡，老旧小区与新建小区差距显著；

宣传方式传统，难以吸引年轻群体参与。

3.2 宣传动员阶段：提升居民环保意识

3.2.1 开展“绿色生活”主题宣传活动

在三个社区分别举办宣传活动，内容包括：

环保知识讲座：邀请环境科学专业教师讲解垃圾分类、节能减排等知识；

环保主题展览：展示社区环境现状照片、环保小窍门、绿色生活案例；

互动游戏：设计“垃圾分类大转盘”“环保知识抢答”等游戏，让居民在娱乐中学习环保知识。

3.2.2 运营社区环保微信群

建立三个社区环保微信群，定期推送环保知识、分享居民环保行为案例，组织线上讨论。成为社区环保宣传的重要平台。

3.3 行动实施阶段：推动具体环保项目

3.3.1 组织垃圾分类志愿服务

实践队与社区物业合作，开展为期一周的垃圾分类志愿服务：

在垃圾投放点设立志愿服务岗，指导居民正确分类；

对分类正确的居民给予小礼品（环保袋、绿植等）奖励；

制作“垃圾分类指导手册”，发放给每户居民。

通过志愿服务，阳光小区垃圾分类正确率从 29.3%提升至 45.6%，幸福里小区从 52.6%提升至 65.2%，富康南苑从 38.7%提升至 50.1%。

3.3.2 设计“社区微花园”改造方案

针对阳光小区绿化覆盖率低的问题，实践队与社区居委会合作，设计“社区微花园”改造方案：

- 利用社区闲置空地，种植本土花草，增加绿化面积；
- 设置“认养牌”，鼓励居民认养绿植，参与日常维护；
- 设计雨水收集系统，用于绿植灌溉。

目前已完成两个“微花园”改造，新增绿化面积 120 平方米，成为社区居民休闲的好去处。

3.3.3 推动“绿色积分”制度试点

在幸福里小区试点“绿色积分”制度，鼓励居民通过环保行为获得积分

- 垃圾分类：正确分类 1 次积 1 分；
- 绿色出行：步行/骑行 1 公里积 1 分，乘坐公共交通 1 次积 2 分；
- 节水节电：每月用水量/用电量减少 10%积 5 分

积分可兑换生活用品、物业费减免等。试点两周，已有 150 户居民参与，累计积分达 3200 分。

3.4 总结评估阶段：评估实践成效

3.4.1 成效评估

通过对比实践前后数据，实践成效显著：

- 居民环保知识知晓率从 81.4%提升至 92.3%；
- 垃圾分类正确率平均提升 15.8%；
- 绿色出行比例从 30.1%提升至 38.5%；
- 社区绿化覆盖率平均提升 5.2%。

3.4.2 居民反馈

通过问卷调查和访谈，居民对实践活动给予高度评价：

- “以前觉得垃圾分类麻烦，现在知道了正确方法，也愿意坚持了。”
- “微花园改造后，社区环境变美了，我们经常带孩子去玩。”
- “绿色积分制度很好，让我们更有动力参与环保。”

4. 实践成效与反思

4.1 实践成效

提升了居民环保意识与行为参与度：通过宣传和行动，居民对绿色生态建设的认知和参与意愿显著提升，环保行为明显增多

改善了社区环境：垃圾分类正确率提升，绿化面积增加，社区环境得到明显改善。

建立了长效机制：推动“绿色积分”制度试点，为社区绿色生态建设提供了可持续的激励机制。

增强了团队社会实践能力：实践队成员在调研、宣传、组织、协调等方面的能力得到全面提升。

4.2 实践反思

时间有限，行动深度不足：22天的实践时间较短，部分项目（如微花园改造）未能全面推广，需后续持续推进。

资源有限，影响力受限：作为学生团队，资金和资源有限，活动规模和影响力受到一定限制。

社区差异大，需差异化施策：不同社区特点不同，需进一步优化实践方案，因地制宜开展行动。

5. 结论与展望

5.1 结论

本次寒假社会实践以“关注绿色生态建设，共建绿色家园”为主题，通过调研、宣传、行动相结合的方式，深入社区开展绿色生态建设实践。实践证明，大学生参与社区绿色生态建设具有重要作用：

通过调研，能够深入了解社区现状，为行动提供科学依据；

通过宣传，能够提升居民环保意识，激发参与热情；

通过行动，能够直接推动社区环境改善，建立长效机制。

5.2 展望

未来，我们将继续关注社区绿色生态建设，推动实践成果的深化与推广：

持续跟进实践项目：与社区建立长期合作关系，持续推进“绿色积分”制度、微花园改造等项目；

扩大实践范围：联合其他高校实践队，在更多社区开展绿色生态建设实践；

加强宣传推广：通过社交媒体、校园媒体等渠道，分享实践经验和成果，影响更多人参与绿色家园建设。

绿色生态建设是一项长期工程，需要政府、社区、居民、高校等多方协同。作为新时代大学生，我们将继续践行“绿水青山就是金山银山”的理念，用实际行动为建设绿色家园贡献力量。

18:32

47



易喵喵



易友83223552

2026-02-20 12:19:46 陕西科技大学

30

阅读

来自话题



2026陕西科技大学寒假社会实践打卡

2026年2月20日 天气晴 周五 今天，我正式开启了我的环保实践之旅，用实际行动为保护环境贡献自己的一份力量。清晨，我带着提前准备好的垃圾袋、夹子，来到了家附近的公园。原本以为公园会十分整洁，可走近后才发现，草丛里、树荫下藏着不少被随手丢弃的塑料袋、饮料瓶、零食包装袋。这些垃圾不仅破坏了公园的美观，还会污染土壤和水源，甚至可能被小动物误食，危害它们的生命。我没有犹豫，拿起夹子一点点将垃圾夹起，分类放进垃圾袋里。弯腰、夹取、装袋，看似简单的动作重复了上百次，不一会儿就腰酸背痛，额头也冒出了汗珠，但看着手中渐渐装满的垃圾袋，和身边慢慢变得干净的草地，心里满是成就感。清理完垃圾后，我还向在公园散步、游玩的路人宣传环保知识，告诉大家不要随手乱扔垃圾，尽量使用环保袋，减少一次性用品的使用。不少叔叔阿姨都点头赞同，还有小朋友主动跟着我一起捡起身边的垃圾，这让我更加坚定了保护环境的决心。下午，我在家中进行了垃圾分类和旧物改造。将纸箱、塑料瓶收集起来，把废旧衣物裁剪成抹布，用来擦拭家具，变废为宝。我还关掉了家中不必要的电源，节约用用水，从生活中的小事践行低碳环保的理念。一天的实践下来，我深刻体会到，保护环境从来不是一句口号，而是藏在每一个小小的行动里。随手关灯、节约水电、不乱扔垃圾、绿色出行，这些看似微不足道的小事，汇聚起来就能让我们的家园变得更加美好。保护环境，人人有责，今后我会坚持做环保小卫士，也会带动身边更多的人加入环保队伍，守护我们共同的地球家园。



0

3

18:33

47



易喵喵



易友83223552

2026-02-21 20:50:22 陕西科技大学

16

阅读

来自话题



2026陕西科技大学寒假社会实践打卡

环保实践日记 2026年2月21日 晴 今天我继续践行环保行动，和昨天不一样的是，我选择从低碳出行、绿植养护、节水节电这些日常小事出发，用另一种方式守护身边的环境。早上出门，我没有让家人开车送我，而是选择骑共享单车前往图书馆。一路上微风拂面，看着马路上减少的尾气，我真切感受到低碳出行的好处，既锻炼身体，又能减少空气污染，比坐车更加轻松有意义。到达图书馆后，我还主动提醒身边的人看完书籍放回原位，节约使用空调和灯光，保持安静整洁的阅读环境。中午回家后，我开始打理家里的绿植。我把淘米水收集起来用来浇花，既节约了清水，又能给植物提供养分，让绿萝、多肉长得更加茂盛。我还把阳台掉落的枯叶、枯枝收集起来，做成简易的花肥，实现废物利用，让自然的养分回归自然。下午，我在家开展了节水行动。洗手、洗脸时及时关闭水龙头，不浪费一滴水；清洗衣物的水留下来，用来拖地、冲厕所，最大化利用每一份水资源。同时，我检查了家里的电器，拔掉了没有使用的充电器，关掉了空置房间的电灯，用实际行动节约每一度电。傍晚，我还和妈妈一起去超市购物，全程使用自带的环保布袋，坚决拒绝超市的一次性塑料袋。我们优先选择了简包装的蔬菜水果，减少塑料包装带来的白色污染，从消费源头践行环保理念。今天的环保实践让我明白，环保藏在生活的每一个细节里，不需要轰轰烈烈的行动，只要用心做好每一件小事，就是对地球最好的守护。我会把环保变成一种习惯，日复一日坚持下去，让绿色生活伴随每一天。



0

0

18:33

46



易喵喵



2026-02-22 20:16:51 陕西科技大学

阅读

环保实践日记

来自话题



2026陕西科技大学寒假社会实践打卡

2026年2月22 星期日 晴 今天我延续绿色生活的理念，在昨天的基础上拓展了环保实践，从垃圾分类、旧物改造、节约粮食等新角度出发，用点滴行动为环保添力，让环保真正融入生活的方方面面。清晨起床，我没有像往常一样使用一次性洗脸巾，而是换上了可重复使用的棉柔巾，洗完脸后还将棉柔巾晾干，留作擦拭桌面使用，从源头减少一次性用品的消耗。出门散步时，我主动捡起路边散落的塑料瓶、纸屑，将它们分类投进对应的垃圾桶，看着干净整洁的街道，心里满是成就感。上午，我在家整理旧物，把闲置的塑料瓶、纸箱进行改造。塑料瓶被我剪成了小巧的花盆，种上了小盆栽；纸箱则改造成了收纳盒，用来存放文具和小物件，让废旧物品焕发新的价值，真正做到了变废为宝。同时，我还认真学习了垃圾分类知识，把家里的垃圾仔细分类，让可回收物得到再利用，有害垃圾得到妥善处理。中午做饭时，我和家人一起践行光盘行动，按需做饭、按量盛饭，不浪费一粒粮食，吃完的饭菜残渣也收集起来，作为厨余垃圾单独处理。洗碗时，我控制水流大小，用盆接水清洗，避免长流水造成水资源浪费，用小事守护粮食与水资源。下午，我参与了社区的环保宣传活动，和小伙伴们一起向邻居们讲解环保小知识，倡导大家绿色出行、节约水电、减少使用一次性制品。回到家后，我随手关闭了不必要的电器电源，拉开窗帘利用自然光照明，让节约用电成为下意识的习惯。傍晚，和家人外出就餐，我们主动拒绝餐厅提供的一次性筷子、勺子，使用自带的便携餐具，不使用一次性吸管，减少塑料和木质垃圾的产生。点餐时也坚持适量原则，杜绝餐饮浪费，践行绿色低碳的生活方式。今天的环保实践让我更深刻地体会到，环保从来不是一句口号，而是藏在衣食住行的每一个小选择里。每一个小小的环保举动，汇聚起来就能成为守护地球的强大力量。我会一直坚持绿色生活，让环保成为伴随一生的

0

0

18:33

46



易喵喵



易友83223552

2026-02-24 17:05:44 陕西科技大学

11

阅读

来自话题



2026陕西科技大学寒假社会实践打卡

2月24日 今天的任务是河道周边环境整治。我们来到家附近的小河边，这里风景不错，但岸边藏着不少被丢弃的垃圾。有些垃圾卡在草丛深处，需要弯腰甚至蹲下去才能捡起来，天气又闷又热，不一会儿衣服就被汗水浸湿了。在清理过程中，我发现最多的就是塑料瓶和食品包装袋，这些东西降解慢，对水体污染很大。休息时，我们坐在岸边讨论：很多人不是没有环保意识，只是图一时方便，随手一扔，就给环境带来了长久的伤害。结束后，我们在河边立了一块“爱护水环境，不乱扔垃圾”的提示牌。希望路过的人看到后，能多一份自觉，少一份随意。作为大学生，我们不仅要自己做好，更要用行动带动身边人。



全部评论

暂无评论

0

0

18:33

46



易喵喵



易友83223552

2026-02-25 18:11:41 陕西科技大学

1

阅读

来自话题



2026陕西科技大学寒假社会实践打卡

2月25日 今天我们在社区广场开展环保知识宣讲会。我负责讲解“低碳生活”小常识：绿色出行、节约用电、少用一次性用品、随手关灯关水等。为了让大家更容易记住，我们还准备了小问答和小游戏，现场气氛十分热烈。很多居民积极参与，连小朋友都能说出好几条环保做法。我在宣讲中提到：大学生平时在学校，也要做到人走灯灭、纸张双面使用、尽量不使用一次性餐具。其实环保并不难，难的是坚持。从今天起，我也要把低碳生活落实到每一天。今天进行实践总结和环境复查。我们再次巡查了前几天清理过的小区、河道，惊喜地发现，乱扔垃圾的现象明显减少，垃圾桶旁也整齐了很多。社区负责人对我们的实践活动给予了肯定，说我们不仅美化了环境，更带动了居民的环保热情。听到这些话，我心里暖暖的。这几天的汗水、疲惫，在这一刻都变成了值得。休息时，我们坐在一起交流心得。大家都说，这次实践让自己真正走出校园，贴近生活，明白了保护环境是每个人的责任。我们约定，以后不仅自己要坚持环保，还要带动同学、家人一起加入。



全部评论

0

0

附件 3:

陕西科技大学大学生社会实践登记表

姓名	刘雨菲	性别	女	民族	汉	出生年月	2007.4.25
所在学院	经济与管理	班级	工管251		政治面貌	团员	
家庭地址	陕西省安康市汉阴县博元幸福里					邮政编码	725100
社会实践活动主要内容	在社区内开展了以“关注绿色生态建设，共建绿色家园”为主题的寒假社会实践。期间，我完成了以下工作： 1. 问卷调查：设计并发放《社区居民环保意识与行为分析》问卷。 2. 实地调研：走访社区物业，了解垃圾分类设施配置，记录问题。 3. 环保宣传：组织“绿色生态进社区”宣讲活动，向居民普及知识。 4. 志愿服务：参与社区环境整治行动，清理垃圾，提升社区环保氛围。 学生签名：刘雨菲 2026年2月25日						
接收单位评语	该生在我社区实践期间，工作认真负责，积极主动，展现了良好的综合素质和奉献精神，得到了社区居民和工作人员的一致好评，表现优秀。  单位盖章： 2026年2月25日						

1. 评语须由实践单位或部门填写并加盖公章；

2. 此表请盖章后扫描，附在实践报告或调研报告最后。