# 暑假社会实践心得体会(汇总16篇)

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2025-04-16

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。暑假社会实践心得体会篇一每一个学生...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**暑假社会实践心得体会篇一**

每一个学生，尤其是在大学阶段，都拥有多个暑假可以利用，而这也是我们展示自己的机会。虽然有很多同学选择在家静待暑假，但是我认为暑假更适合利用时间进行社会实践。这个暑假，我选择参加了众多的社会实践，这让我收获了很多，本文就我的个人社会实践经历进行分享。

第二段：体现创新和思维能力。

我常常思考为我们现在的生活带来便利的技术背后所蕴藏的机遇，这也是我在暑假时决定参加计算机技术社会实践的原因。在该社会实践中，我学习了如何独立开发一个基于Web的新闻发布平台。这个过程不仅需要我们的创新和思维能力，更需要我们的耐心和动手能力。在社会实践中的这个过程，我们从一个完全不懂的状态到独立设计开发了一个优秀的新闻发布平台，这是一次难得的收获和成就。

第三段：结交新朋友。

在社会实践的过程中，我也结识了许多志同道合的新友，这是我们在日常生活中很难遇到的。比如在参加志愿活动的时候，我与很多志愿者成为了朋友，一起完成任务，分享经历。而在参加书法社团的时候，我也与许多喜欢书法的朋友结交。这些都让我感受到了团结友爱的力量和微笑背后的真挚。

第四段：提高自身能力。

在社会实践中，我们可以提高自己各项能力。比如，我参加了一个培训课程，学习了如何在面试中展示自己的能力，如何高效地学习和工作。我发现这些新知识非常实用，并且在未来的求职和职业生涯中也将发挥重要作用。社会实践让我们能够学习熟练使用与我们专业相关的软件、语言和工具。

第五段：结语。

在暑假的社会实践中，我不仅得到了知识的提升，还获得了团队意识、友谊、老师的良导、更加豁达开放的人生态度和对未来职业的更好定义。我认为，这让我不再畏惧未来的求职和生活的挑战，我对自己充满信心，希望能够继续在不断的社会实践中提升自己并成为更好的自己。

**暑假社会实践心得体会篇二**

暑假是学生们放松身心的时间，而我选择了参加社会实践活动，进入医院实习。在整个暑假中，我积极投入，与医护人员一起工作，亲身感受到医院的氛围和工作方式。这段实践经历对我来说不仅是一次学习和锻炼的机会，更是一次全面了解和认识社会的机会。通过这次实践，我体会到了医护人员的辛勤付出，学到了许多医学知识，也对自己的未来规划有了更清晰的认识。

首先，这段实践让我深刻地感受到了医护人员付出的辛勤和艰辛。在医院里，医生和护士们无论是在白天还是夜晚，都在奔波于各个病房和诊室之间。他们忍受着体力上的劳累和心理上的压力，保障着患者的健康和生命安全。尤其是在急救等紧急情况下，他们常常需要冷静机智地做出判断和决策，这种职业素质和责任感让我深感敬佩。这段实践让我明白了医护人员付出的艰辛，并深刻地意识到了社会的复杂性和要求的艰巨性。

其次，我在实践中学到了许多医学知识。作为一个非医学专业的学生，我之前对医学的了解仅限于课本上的知识。然而，通过这段实践，我有机会亲自经历和了解医学的研究和实践。我跟随医生们进行了许多次查房，学习了一些常见疾病的诊断和治疗方法。我还有机会在实验室中观察和学习医学检测和实验的步骤。这些实践经验让我对医学的知识有了更深入的了解，也让我对自己未来的发展方向有了更明确的认识。

此外，通过这段实践，我还学到了一些重要的生活技能和处事原则。在医院实习期间，我和其他实习生一起生活、学习和工作。我们需要按时完成任务，与不同的人合作，处理各种各样的问题。这段时间的实践锻炼了我的团队合作能力、时间管理能力和应对突发事件的能力。在面对病人和家属的时候，我学会了耐心聆听和理解他们的需求和痛苦。这些技能和原则不仅对我在医学领域有帮助，也对我在今后的生活和工作中有重要意义。

最后，这段实践让我对自己的未来规划有了更清晰的认识。在实践中，我与医学专业的学生和从业人员交流，了解了他们的学习和工作情况。我发现医学领域需要坚定的毅力和持续的努力，但同时也是充满挑战和成就感的。通过这次实践，我对自己的兴趣和能力有了更全面的认识，也对是否选择医学专业有了更明确的思考。无论我最后是否选择了医学专业，这次实践经历都对我的未来发展有着重要的影响。

总结起来，暑假社会实践医院心得体会让我全面了解和认识了医院的工作方式和社会的复杂性。通过与医院医护人员一起工作，我深刻领悟到了他们的辛勤付出和艰辛。同时，这次实践也让我学到了许多医学知识，提升了我对医学的认知。此外，我在实践中学会了一些生活技能和处事原则，对自己的未来规划也有了更清晰的认识。这段实践经历对我的人格和学术上的发展都有着重要的意义，让我更加明确了自己的职业目标和追求方向。

**暑假社会实践心得体会篇三**

暑假，对于一般的学生而言，是休闲、游玩和放松的时间，但对于一些有志向的学生而言，暑假却是一个宝贵的时间，是他们展现才华、实践能力和积累经验的机会。作为一名学生，我积极地申请参加了社会实践实习，这次实践不仅让我体验到了社会的生活，也让我有所成长和提高，带给我很多收获和反思。

第一段：实践机构。

我所参加的社会实践实习机构是一家公益机构——“青年拓展中心”。在这里，我了解到这家机构利用青年人的激情和能量，为社会创造更多的价值，而我也有幸成为其中一员。在进行实习前，我提前对该机构进行了深入的了解，梳理了自己想要学习和提高的知识和技能，制定了实习目标和计划，更好的融入到实践中。

第二段：实践过程。

实践从一份简历到结业证书，整个过程有时让我兴奋、有时让我困惑，更多的是使我受益匪浅。实践过程不仅让我加深了对公益事业的认识，还让我更深刻地认识到人与人之间的差异性，在工作中需要了解和协调好各种人际关系，保持良好的专业性和自身素养。在实践时，我学到了许多的专业知识，锻炼了自身的实践能力，也让我更加理解了“实践出真知”这句话的含义。

第三段：实践收获。

参加社会实践实习，收获很多。给我留下深刻印象的不仅是机构中导师们领导下我们一起完成任务的经验，更重要的是它带给我的心理上的成长以及人际交往能力的增强。在实践过程中，不仅仅是学到了知识和经验，更多的是在和同事的交流中学到了做人的道理和处世的方法。同时，更懂得了团队协作的重要性，一个人的力量是有限的，只有携手合作，才能实现更大的价值。

第四段：实践反思。

社会实践实习是一个与自己零距离接触社会的机会，也是一个自我认知和提升的过程。在这个过程中，我不仅了解到自己的优点和缺点，更重要的是发现了自己在技能和性格两方面的短板，清晰了自己的未来方向和努力方向。在实践中，我反复思考自己的表现和工作效率，找出自己的不足，并制定提高方案，将这些方案转化为行动，最终取得了不错的效果。

参加社会实践实习，给我留下了很深的体验。在实践中，我不仅了解了社会的生活和味道，还认识到了自己工作能力和学习能力的优点和不足。在实践中，我深入的参与了社会的服务，将自身的实践应用于实战，取得了良好的成绩。最重要的是，这次实践让我更加发现自己的兴趣和目标，为未来的发展提供了很好的启示。

总之，参加社会实践实习，是一次不可多得的机会，对于我们每个年轻人，都有着非常宝贵的意义。通过实践，我们了解到社会的生活、工作和味道，提高了自己的实践能力和动手能力，也增强了我们的人际交往能力和团队合作能力，最终取得了丰硕的实践果实。我相信，这次实践不仅让我学到了专业知识，也同时让我收获了成长和进步，使我更加自信和充满干劲。谨以此文，纪念我参加社会实践实习的学习和成长历程。

**暑假社会实践心得体会篇四**

在学校期间一直都想着暑假去药店实践，终于到了暑假。

去之前自己不知道改怎么样去做，觉得自己的知识是那么的.少，如果别人问到不会自己会都不好意思啊。

这实践给我最大的感触是“很多事情都没有我们想象的那么难，当然也没有我们想象的那么容易。

去到药店的第一天，感觉自己跟店里的人又很大的隔阂，但是他们都好好人的哦！我问他们都会很认真的回答我，因为店里的员工都属于都叔叔和阿姨累的，第一天我自己看药，很少问店里的员工，因为自己害羞。开始自己一直都在看西药，很多西药的名字好难记，看了n多遍都记不了，或者记到了转眼又忘了。对于中药，有些很容易认出来，但是相似的中药我都辨别不出来，看了都忘了（我还发现店里还有很多中草药，而不是地道中药）相，不过相信经过一个月的实践自己会去区别那些中药的，当然也要对西药有一定了解哦。

现在说说我在实践期间的生活吧！早上7点就要起床，呜呜，中午回家，晚上吃完晚饭再去就一直到差不多10就回家。去的路上就打电话给死牛，响一下就关他就会打过了了，我发现有些店员对待客人的态度不是很好啊，而且他们经常说粗口，也很八卦。还有就是因为店是私人的，所以店员的专业知识有待提高，很多我问到的他们都不会回答，呵呵不是我自大，确实他们懂得的知识确实不多。不够他们懂得的就一定会很认真的回答我的。

**暑假社会实践心得体会篇五**

“社会实践”，这个词曾多次出现在我的脑海里，计划中，但我却始终不敢去真正的尝试它。因为在我的印象中，社会始终是一个复杂且辛苦的地方。这份来自他人的印象，甚至已经渐渐的影响了我的思想和行动能力。

但如今，我已经成为了一名大二的学生!在大学的经历中，我不仅锻炼了自己的本领，更渐渐的贴近了社会，认识了社会真正的面貌。如今，在今年的暑假里，我终于下定决心走进社会，走进这个曾经拒绝的地方。并用自己的双眼和内心，真正的去认识并体会这个“陌生”的环境。以下是我此次的实践心得体会：

作为大二的学生，虽然这并非是我第一次面对社会的，但确是我第一次在没有校园、父母照顾下来到社会，并尝试着独立参加工作。这份无助感让我深深的感受都了社会中的压力。

在实践工作中，我第一次体会接受工作的责任感。在实践工作中，我在领导的严格管理下，体会到了作为一名工作者的辛苦，也从这份的辛苦中真正意识到社会并不像校园和家庭，在这里，我有自己的责任，有工作的义务。为此，我们必须学会努力和自我管理。

作为一名大二的学生，此次体会社会实践，其实有一部分也是希望能通过实践的工作来了解自己的专业学习情况，如果能让自己的能力在工作中真正发挥作用也是再好不过了!

但真正的开始实践工作之后，我才感受到自己想象的是多么天真。通过真正加入工作我才知道，xx专业这一门专业中有很多类型的工作，而且工作的类型也不一定会如自己想象中的一样。更别提在工作的体会中我才意识到自身能力不过是一个半吊子，对于xx专业还有很多不知道的地方。

虽然这次的实践没能发挥自己在校园中学习的知识，但通过工作的锻炼，我却更加深入的了解了xx专业，并在工作中学习了不少实用的技巧和经验，让自己的专业能力有了很大的提升。经过这次的认识，我想自己在未来的规划和准备上都要积极的改进一部分。

总的来说，这次的实践过后，我感受到了社会工作的辛苦，也体会到了环境中的复杂。更重要的是，我意识到了自己作为一名大二学生的真正能力。这让我真正打消了自己曾经对作为的大学生的优越感，我意识到自己的能力在真正社会中根本不值一提。为此，我也要更加的努力起来，向着更高的目标和方向锻炼自己!争取在未来取得真正成功!

**暑假社会实践心得体会篇六**

大一暑假才刚开始，就有同学到处忙碌起来了，关注通告，招聘，为的只是不想浪费这黄金般的二个月，充实的安排好这大学期间的第一个暑假，想合理利用，磨练自我!

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇，。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们习惯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活得无忧无虑，很少接触社会，也很少吃苦。在实习中，困难时刻严峻的考验着我们。

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。

以我个人暑期时间的安排来讲，我自我感觉是很充实的，从大一下学期开始，我和另一们同学就在专业老师的推荐下当上了一名少儿培训班的美术老师，开始了我们的第一份工作，开始以一位老师的身份来面对我们将要教授知识的那一群小朋友们，他们纯真的笑容打动着我们，那只可意会不可言传的技体语言深深吸引着我们的双眸。尽管我所学的是环境艺术设计专业，但当一名人们教师是我小时候的一个理想，现在正在努力的实现着。

在与老师、家长和孩子们的交谈中，锻炼和增强了我们的交际、沟通能力。

从生活、学习、心理三方面着眼，以家长、老师、学生本人三个角度出发，通过与学生家长进行电话回访，老师每天的详细记录，学生心态动向，了解孩子家长在供子女上学、培养儿女成才方面的思想状况，和学生在家中的反映情况，及时了解学生思想动态，与家长做最及时的沟通。

那一幅幅跃显生气的画面，体现着每个孩子的不同心绪。

站在学生们努力付出汗水和泪水的画展前面，心感到十分的欣慰，那是付出后的一种回报啊。学生们努力的在装饰着自己的梦想蓝图，要山尽是山，要水尽是水，快乐自由的在海洋世界里流淌。

对美术的热爱是一个好的老师必备的东西。

在此次实践活动中，从前期的计划、准备，到后期的总结、处理，都充分的考验了我们的策划和实践能力，这是我们在学校中无法学到的。每一项内容都要由我们自己去布置，力求做得思路清晰、有条理，这也增强了自我的动手、动脑能力。在学校日常的学习生活中，我们这方面的能力锻炼的太少，以致在实践活动中也出现了一些不如意的地方，但总体来说还是蛮有成效的。我从另一个侧面也检验了自己的各方面的情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力和与人交往的能力，同时也发现一些自己的不足，特别是自己在专业知识上的欠缺与不足，以及自己在专业上需要不足的地方，这也使我在以后的学习中仍需不断的弥补和提高。这次的社会实践让我受益匪浅，学到了很多，也了解了很多。

将所学内容融入目前和以后工作中：

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我已我能在此生活而倍感荣幸。在做众多社会事务的同时，我将用所学内容搞好班级、校内事务，为同学们的利益、幸福奉献我所得，贡献我所能。

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!

“千里之行，始于足下”，这近二个月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，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则，这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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。

实践已经接近尾声，在这次实践活动中，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，了解信息化进程，能主动把握信息时代的机遇和挑战。这次实践活动义在深远，对我们的帮助享用一生。为的是顺利进入激烈的社会竞争，求的都是出类拔萃。

**暑假社会实践心得体会篇七**

瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

这次的认识时间是一个开始，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。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，在大三学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这一个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快的熟悉了酒店的基本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造最大的利益。实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他心员工一样，从酒店基本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店紧密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

**暑假社会实践心得体会篇八**

xx年六月我和我的团队在丹江口市展开了我们的大学生社会实践活动，提倡生态观念，提高居民环保意识。我们以宣传和保护丹江口水库周围生态环境为切入点，加深丹江市居民对生态环保观念的理解，为建设生态环保丹江口贡献了自己的一份力量。我们以“饮水思源”为我们的队名，就是为了提醒我们，也是为了提醒大家，保护丹江口库区生态环境势在必行。我们要让大家知道：饮水思源，丹江是丹江口人的母亲河，我们思的是母亲的馈赠，也是我们的回报。我们要保护丹江，要保护丹江口库区生态环境，保护丹江口的发展和未来。我们的这次活动不能算盛大，但是经过努力，我们也提高了丹江市居民生态环保的意识，对丹江口库区生态环境的保护也发挥了一定作用。

这次活动也让我们明白：提高居民生态环保意识不是一朝一夕的事，日久才能深入人心;提高居民生态环保意识不是空口白话，重要的是要有实际行动;提高居民生态环保意识不是个人的努力，大家参与才是最好的选择。参与活动，前期准备很重要，只要做好准备就成功了一大半。做好了准备工作才不不会在活动进行中出现大的突发性问题，活动才能在掌控之中，才能顺利进行。只有做好准备，出现意外也才能更好地解决。还有就是团队成员的配合，良好的配合是团队不可缺少的重要因素，甚至决定团队的成败。只有良好的配合才能发挥出团队最大的竞争力，团队才能取得成功。这是我们跨出校门，走入社会的第一步，虽然这次的社会实践结束了，但是我们人生的旅途正在起航。通过这次社会化实践，我们成长了很多，也学会了很多。

早在这次社会实践之前，我们都做了很多准备。在决定申报之前，我们也是经过再三思考，决定申报“饮水思源，荡漾沧浪”这一课题。因为近些年来，水库的生态环境在慢慢变差，令人堪忧，而水是生命之源，需要我们每一个人去保护。在写策划时，我们广泛搜集材料;在实践之前，我们提前定做好队服、队旗，提前做好分工安排，联系好相关部门，设计好路线。正是因为有了这些充沛的前期准备工作，我们在开始实践时少走了很多弯路。

沟通是理解的桥梁，作为一个团队，队员之间的沟通是极为重要的。通过沟通我们才能相互理解，才能减少不必要的矛盾，大家才能和睦相处。当然，当我们走出校门，去做社会实践的时候，沟通这一技巧是必不可少的，我们需要与市民进行沟通交流。好的沟通技巧能够体现一个人的涵养，我们走出校门，我们的一言一行都展示了我们汽院学子的风采。

在我们发放调查问卷期间，会遇到一些老爷爷、老奶奶，他们年纪大了，有的看不清自，有的不认识字，我们就耐心的给他们读他们也很认真的在听，我们一边笑着向他们说明我们的目的，一边认真听、记他们的已经于看法。当然也会有人不支持我们的工作，看到我们就远远的躲开了，或者对我们置之不理，我们也遇到了很多困难，大家总是相互鼓励，给对方打气。因为我们有信心能够做好这次的社会实践，我们相信我们可以。

**暑假社会实践心得体会篇九**

第一段：引言（150字）。

暑假是大学生们放松身心的时光，也是通过实践锻炼自己的机会。作为大学生，我利用这个暑假参加了一次社会实践活动。这次实践不仅让我体会到了社会的复杂和挑战，更让我得到了宝贵的学习和成长机会。在这篇文章中，我将分享我在实践中的体会和收获，希望能对大家有所启发和帮助。

第二段：准备与目标（250字）。

在进入实践之前，我详细了解了实践的目标和活动安排。社会实践是一次实地了解社会现象和问题的机会，我希望通过这次实践增长见识，提升自己的社会认知能力和解决问题的能力。为了更好地准备实践，我进行了一系列的学习和讨论，包括阅读相关资料、参加培训课程和与其他实践成员进行交流。通过这些准备，我对实践的预期目标更加清晰，同时也增强了对实践的信心和动力。

第三段：实践过程（350字）。

实践开始后，我们团队利用了两周时间进行了一系列的调研和访谈，从不同角度了解社会问题。我们以农村贫困为主题，深入农村地区，与当地农民进行交流。这一过程中，我首先感受到了农村的落后和困境，同时也感受到了他们坚强的信念和努力。我们还参观了当地的农业合作社和扶贫项目，了解了一系列扶贫政策和项目的实施情况。通过这些实地调研，我更加深入地认识到了农村贫困的根源和解决方式。

第四段：收获与反思（300字）。

这次实践让我深刻体会到了社会的复杂和多元。通过与不同背景的人交流，我学会了倾听和思考，明白了解决问题的多个角度与层面。同时，我也发现了自身的不足，比如沟通能力和解决问题的能力。这次实践让我意识到了自身的缺点，并激发了我改进的决心。实践过程中，我也深刻认识到了团队合作的重要性，只有通过团队合作，才能更好地完成任务和解决问题。

第五段：总结与展望（250字）。

通过这次社会实践，我不仅增长了见识，还锻炼了自己的能力。通过实践，我更加清楚地认识到自己的兴趣和发展方向，并为未来的学习和发展制定了更明确的计划。此外，我还结交了很多志同道合的朋友，他们的思维和观点对我产生了积极的影响。未来，我希望能继续参加社会实践活动，不断提升自己的能力和见识，为社会的发展贡献自己的力量。

总结（100字）。

通过这次暑假社会实践，我不仅增长了见识，锻炼了能力，还对自己的未来有了更明确的规划。实践是大学生自我成长的重要途径，通过参与实践，我们能更好地了解社会现象，提升解决问题的能力，为未来的发展打下坚实的基础。我会珍惜这次实践的经历，并继续努力不断成长。

**暑假社会实践心得体会篇十**

暑假社会实践是每个大学生必不可少的重要经历之一。我今年选择了一项建筑实践，在建造过程中深体验联合协作的重要性。这次实践经历中，我深刻体会到建筑行业的繁琐，也看到了建筑背后的人性温暖。本文将就我的实践心得、体会谈谈我的建筑经验。

第二段：实践收获。

这次建筑实践，我参与了一个小型工程。在有限的时间里，我们一起搭建了一座水井，把它建立在小村庄的中心，以给整个村庄提供清洁卫生用水。这个项目的完成不仅仅是有关水源的解困之策，还对我们实践团队来说是一大收获。我们的精神力量、责任感、合作精神都成倍顿增，并且我们也看到了自己真正的价值所在。

第三段：体验心得。

在建造之前，我们的小组咨询了一些专业人士的见解，并与他们一起设计了整个水井构建图。这份序列方案对于我们在建造中的照射非常重要，因为我们能够事先预见许多需要解决、想必迎来的问题与难题。在建造过程中，我们遇到过很多困难，但通过合作，我们共同克服了所有困难，每一道工序都被我们紧密地连接在一起。这种真正的合作精神为我们这个项目的成功奠定了基础。

第四段：未来规划。

有了这次实践的经验，我深深意识到建筑行业是一些年轻人值得投入时间和精力的行业。我希望能够在未来的建筑实践中收获更多，有更深入的学习和研究，能更好地推进这个行业。我的目标是创造令人赞叹、操作简单、环保的建筑构想，在改变城市的同时，也对环境和自然起到积极作用。

第五段：总结。

建筑行业不仅仅是建一个建筑物，更重要的是其背后所蕴含的智慧，不断地闪耀出灵感活力的光芒。要成为一名成功、不折不挠的建筑实践者，我们必须不断学习，不断自我打磨，保持初心。记住，任何行业都有它的一隅功德，我们要不断追求、努力创造，体验人生、享受生命。

**暑假社会实践心得体会篇十一**

今年暑假我参加了系组织的暑期社会实践活动，虽然三天的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过三天的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会。

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验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被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

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基层、了解基层的机会。深入基层,同基层领导谈心交流，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、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

**暑假社会实践心得体会篇十二**

在暑假期间，我参加了一次社会实践，选择了建筑作为主题。在这次实践中，我有幸深入了解了建筑这个行业，对建筑师这个职业有了更深刻的理解，同时也收获了很多关于人性和生活的启示。在接下来的文章中，我将分享我在社会实践中的所见所闻，以及对建筑领域的心得体会。

第二段：建筑的美与实用性。

建筑不仅仅是一个功能性的建筑物，它也是一种艺术形式。在实践中，我们去了解了不同种类的建筑，如住宅、学校、办公楼、医院等等，这些建筑在外观、结构、内部空间布局方面的设计都有很大的不同。在了解过程中，我发现很多建筑都不仅注重美感，而且也很注重实用性。设计师们凭借自己的创意和对场地、环境、气候等因素的掌握，让建筑在美和实用之间达到了很好的平衡。

第三段：建筑师的职业素养。

这次实践也让我更加了解建筑师这个职业。和建筑师们交流中，我深刻感受到他们对工作的认真负责和职业素养。除了对设计工作的独到见解和创意，他们还需要关注一些琐碎的事情，如预算、建材的选择等等，这些需要综合考虑才能达到设计目的。建筑师的工作需要具有很高的专业素养和沟通能力，更需要用心做好每一个细节。

第四段：建筑带给我们的启示。

在参观了很多不同类型的建筑后，我发现建筑的设计和施工涉及很多方面，而这些方面与生活息息相关。例如，一个宽敞的绿化空间可以缓解城市居住者的紧张情绪，一个好的建筑设计可以提高居住的质量，一个良好的建筑施工可以保证建筑物的安全性。建筑作为人类文明的重要组成部分，给我们带来的启示远不止于此。它告诉我们，对于生活的改善和创新不仅仅是建筑师的职责，也是我们每一个人的责任。

第五段：结语。

总的来说，这次社会实践让我从一个新的角度看待建筑这一领域。建筑是人类文明的重要组成部分，它不仅仅提供住所、学校和办公场所，更是一种艺术形式，带给我们无穷的启示。在未来的日子里，我会更加关注建筑的发展和创新，为自己的生活和社会尝试做出一些贡献。

**暑假社会实践心得体会篇十三**

在这个特别炎热的暑假，怀着一份让自己的假期生活更充实更充满乐趣的心态，我加入了学院组织的社会实践。在刚刚入学的那会儿，就听学长学姐不断的在说他们实践过程中的开心而又难忘的故事，让我好羡慕。现在，终于有机会亲自体会一番了。

现在已经在家了，可每次吃饭的时候却还是会想起在惠来等待开饭的日子。不是因为我们贪吃，而是因为等待开饭的时间都是我们自娱自乐的时间。在这段时间，会有很多开心的事会发生，有很多时刻都将让我铭记一生。最难得是和言川、其灌那一顿真正的大餐，现在即使有一模一样的饭菜放在我面前，恐怕也很难吃出那种感觉来了。永远得怀念那一句：老板，开饭啦！

回忆准备工作阶段，辛苦的排练伴随着紧张的复习。这个阶段我的工作算是比较多的。有《歌舞青春》要排练，另外要负责教会那些男生《青花瓷》。一下子要记好多舞蹈动作，对我这个记性差的人来说还真不是件容易的事。但是自己没有放弃过，一直坚持着把两个节目都搞定了，虽然辛苦，却觉得很充实，很值得。

在文娱工作的准备阶段，我和很多队友都培养了深厚的友谊。因为跟进了多个节目，跟每个节目的成员都有接触，所以很快就跟整个实践团的人混熟了，看来文娱工作还帮了我不少忙。在文娱工作方面还德到了很多人的帮助，在这里要谢谢他们了。至于文娱组那群家伙就更不用提了，大家打成了一片，一起工作，很是开心。

实践的最后一个晚上，就是我们的文娱晚会了。晚会在《街舞》秀中开场了，虽然演员都不是专业，但是动感的舞姿却赢得了观众的片片掌声。双胞胎姐妹用她们优美的歌喉展示她们《手心的太阳》，《鸿门宴》和《青花瓷》将晚会推向了高潮，在一曲《朋友》歌声中，所有惠来的朋友们一起高歌，一起铭记我们曾经相聚在惠来这个美丽的海滨城市。晚会由此落下了帷幕，但我们的友情却得到了升华。

在惠来，我还负责了去敬老院的演出工作。当时决定了要迎合老人家的兴趣，发挥我们在广工学习太极拳的优势，表演一个太极拳。结果到了前一天晚上，发现几乎没有人记得太极拳是怎么打的。当时晓通很想帮我，很努力得回忆动作。最终这个节目还是被取消了，仍然很感谢晓通帮忙。去敬老院之前，我还被团长派去买水果慰问敬老院。但当时买水果的时候也很为难，觉得各种水果都不适合，有得水果过酸，有得水果过硬，有得容易上火。当时考虑到老人牙齿不好，所以特地买了香蕉。结果回来后，团长告诉我，有些老人不能吃香蕉的。虽然说水果只是我们对老人们的一片心意，但事实上意义并不是很大。而且老人们还说不希望我们这些学生为他们破费什么，能来和他们聊聊天就已经很好了。老人们虽然年纪大了，却还能为我们着想，值得我们敬佩埃在敬老院，由于语言上的不通，虽然我很想做点什么，却似乎帮不上什么忙。只能帮忙打扫一下卫生，其他的也做不了。刚好我们打扫完后不久便是老人们的冲凉时间，所以之前准备的小表演也就取消了。只有那些会讲潮汕话的队友能跟老人沟通了一段时间，我在旁边听他们交谈，听得是一头雾水。

**暑假社会实践心得体会篇十四**

今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，固然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了些关于社会下层建设的心得体会。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔腾。社会是个大课堂，对我们涉世不深的大学生来讲，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，心得体会这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

多多向社会学习，在学习中发现自己的不足，以而完善自己，进步自己，只有这样我们才能在未来的社会中立于不败之地。社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神；晓得科技、晓得创业、更是现今大学生更趋势的社会实践项目。夏日列日当头。正是由于有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在卑劣的环境中有能力依托自己的双手和大脑维持自己的保存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才华，培养自己的韧性，更加重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用。

自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层，同下层领导谈心交换，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，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟习到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才华”。通过展开丰富多彩的社会实践活动，使我逐渐了解了社会，开阔了视野，增长了才华，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。

对本身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一位大三学生，即将走上社会，更应当提早走进社会、熟习社会、适应社会。“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最好结合点。特别是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，常常在实际工作岗亭上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合本身专业特点，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，本来理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对根基原理的理解和消化在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，首创我们美好的未来。

经历了将近一周的社会实践,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。

x月x日，我们拉着沉重的行李箱，踏上前往xx的路。在这里，我们拍了一张临行前的合影。厦大xx的旗帜在黑夜中依旧红得鲜亮，映照着我们激动的心。从这天起，我们带着xx的期盼和荣耀，乘上火车，前往千里之外。

在火车上，我们按照计划跟学长学姐们预约具体的时间，还开会讨论访谈的内容以及可能遇到的问题。我们尽量做到尽善尽美，我想这是我们对于学长学姐的一份尊重，也是为了不辜负xx期望的一份责任。

x日，起床。xx的阳光照进车厢，漫开温暖的氛围。xx这个大火炉，正用它温暖的日光，欢迎我们的到来。早上，到达酒店安顿以后，我们立刻开始访谈活动。我们采访的“第一弹”是xx电力的陈xx学长和马x学长。他们在国企工作，告诉我们生活总是充满着机遇和巧合的，但即便生活是由很多巧合构成，你也必须提升你自己以便能够抓住这些机遇和巧合。学长同时告诉我们，谦虚二字，在工作中非常重要。只有做个谦虚的人，即便做出了成果也不骄傲不浮夸，领导才会真正觉得你这个人是个踏实，可以一步步往上走的人。和陈xx学长和马x学长的访谈是我们的第一场访谈，确是非常的成功。两位学长都很亲切，请我们吃火锅，跟我们聊学校里的老师，学校发生的事情。我们的第一场访谈，就在火锅的阵阵蕴香中愉快地结束了。

第一场访谈结束后，我们开始分工合作。我们分成了几个小队，分别采访不同的学长学姐，这是为了配合学长学姐不同的空余时间。我有幸去采访了李飞鹏学长。李飞鹏学长在协信地产工作，他告诉我们，要如何调整自己的心态，要多加入社团锻炼自己的能力...两天后，xx的几位学长学姐采访完成后，我们就立即前往xx，而在xx我们开展了一场座谈会，将四位学长学姐请到一起来聊一聊他们当年的大学生活和他们的职业生涯规划。我们同时请到了xx职业发展中心的两位老师，她们丰富的经验给了我们极大的帮助。同时，和xx一样，我们也详尽地规划了地点，流程，就是为了做到尽善尽美。

这次，我们同样完美的完成了任务，为我们的行程划上了句号。在这次一周左右的访谈活动中，我学习到了很多，感受到了很多。“千里之行，始于足下”，这次的活动把我从象牙塔带到了社会中去，我认为对我走向社会起到了一个桥梁、过渡的作用。通过这次访谈学长学姐的活动，我充分了解到了学长学姐对职业生涯的看法以及他们积极向上的人生态度。这次实践是我人生的一段重要的经历，对将来我自己走上工作岗位也有着很大帮助。我学习到了向他人虚心求教，学习到了一些为人处世的基本原则，这在我以后踏上工作岗位，走向职场有着非常重要的意义。我想，学长学姐教给我们的箴言，我会在实际生活中认真的贯彻，在大学生活中就努力学会如何去做人，并且努力提升自己。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。同时，这次实践也让我深刻了解到，作为一个团队，我们应该共同进退。正是因为我们团结在一起，每个人都有自己明确的分工，我们才能很好地合作完成了这次的实践任务。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，学长学姐他们就是最好的老师。也正是因为他们的帮助和理解，我们这次社会实践活动才真正取得了成功。这一次我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自己的未来有一个正确的定位，对未来的职业规划逐渐有了更加清晰的认识。同时，也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。对于像我这种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。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!

时间如水，岁月如歌，xx文理学院大学生《思想道德修养与法律基础》课改暑期社会实践终于划上句号。对于经常呆在凉爽的房间里，几乎没有受过苦的我来说，实践确实很辛苦，流了很多汗，吃了不少苦，皮肤也晒黑了很多，但大家没有一个抱怨，后悔的。在短暂的实践考察活动中，我努力让自己尽快融入到农村，成为他们中的一份子。期间，我们也收获不少，既能把在校学到的理论知识发挥出来，学以致用，又磨练了我们的意志，培养了我们吃苦耐劳的精神，还给了我们主动积极地与疲劳和贪图安逸的惰性作斗争的机会。而我们在实践中，心灵得到了净化；思想得到了熏陶；认识得到了升华；觉悟得到了提高。

很感谢老师让我参加到这次实践中，让我充分地认识农村、了解农村。这次活动给我很多感触，也让我尝尽了人间的冷暖真情……下面我从农村教育方面谈一下自己对农村的认识。在我们调查的几个村子里义务教育存在的问题仍很严重。

首先，多数农村中小学办学条件与要求相差甚远，现代教育设备少，教育手段简单，目前大多数农村地区在软硬件方面还不具备，要缩短城乡教育水平差距不易。受办学条件和师资力量的制约，农村中小学总体水平确实与城区存在较大距离，而且农村办学思想、教育观念方面还比较陈旧。我曾和唐家村的一个初中生聊过几句，他告诉我，他们上初中后才开始接触电脑，而城里呢，小学生就已经掌握电脑操作了，这就是差距。

其次，农村办学条件较差，加上教师工资偏低，普遍存在吸引高素质教师难的问题。农村学校优秀年轻教师和音乐、美术、体育、英语教师十分缺乏，目前大多数学校还不能向城里的学校那样采取高薪聘请优秀教师的办法。高水平的师资不足，导致农村教育质量难以保证。在我看来，乡村学校教师严重短缺，但同时我们看到，每年有那么多大学生找不到就业机会，而乡村学校又急需人才，为什么大学生不去真正需要自己的地方呢，每年毕业生都挤向人才济济的大城市，为了留在城市里，他们甚至选择专业不对口的工作。我记得在唐家村小学开总结大会时，就有位同学说过这样一句话：“在唐家村的这几天，让我感受到了村民的热情和孩子们迫切渴望知识的心情，我被他们这样热情所感动，我想留下来……”

如果有更多的大学生有这样的意识和这样的思想，那么，农村还会缺老师么。不过，山重水复疑无路，柳暗花明又一村。近日国家出台了一系列优惠政策，其中从今年起全国有六所师范大学对毕业有意愿去西部农村支教的学生将免除一切学杂费。这一举措将使更多的大学生为西部农村做贡献。xx年的暑假是上大学来的首次暑假，大学不同于高中，暑假并没有所谓的暑假作业，但我并不想过一个碌碌无为的暑假，我想过一个与以前都不一样的暑假。

没有实际操作经验和技能，书本上的理论和知识与现实有很大的差距。因此，在大学期间我们除了应具备扎实的专业知识外，还应该培养吃苦耐劳、团结协作的精神，这对我们今后就业、择业非常有帮助。自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可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真正走入社会，在大学期间的这一个假期我毅然开始了自己的社会实践。实践，就是把所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，所学的就等于零，理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。而现在的我，见到一本好书，便会让爸爸妈妈给我买。他们都很奇怪我的态度会转变的如此之快？这一切都源自一堂生动的教育课---我对读书有了极大的兴趣，不仅书架上的书看完了，妈妈爸爸新给我买的书也看完了。渐渐的，我对文学名着和哲理性的书越发越喜欢，像《四大名着》，《假如给我三天光明》，《心灵鸡汤》，《再苦也要笑一笑》……我的作文水平也在不知不觉中提高了，爸爸妈妈高兴得不得了。我也发现了读书的益处是那么得多。这次兼职的主要是在物流公司做一些简单的助理工作。如打印复印文件，传递整理文件等工作。在刚开始的时候，这些看似简单的工作令我感到茫然摸不着方向，经常会打乱，弄错，这使我我很受挫。在学校的时候以为自己的能力还不错，但当实际问题摆在面前时，才知道自己知道的还远远不够，这时才领悟到“学不可以已”的现实含义。通过实习，我学到了很多没有接触过的知识，也对本来觉得对自己没什么用的认识实习因此变得有些不同了，毕竟这些是书本上学不到的东西，实习就是将理论与实践有机结合起来。虽然大部分时间都在看资料，但是我从中也找到了很多值得思考的问题，总体来说过的还是很充实的。

这次认识实习是我大学生活中不可或缺的重要经历，首先在实践中我的知识得到了巩固，思考问题的能力也受到了锻炼；其次，它实习开阔了我的视野，使我对公司在现实中的运作有所了解，不再像以前那样只会纸上谈兵了；此外，我还了解了不少资料的搜集整理方法，可以和同学在一起相互交流，相互促进。

认识实习期间，我也深深的感觉到自己知识的肤浅和在实际工作中知识的匮乏，在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，因此在以后的学习中我会更加努力，让自己掌握好更多的专业及其相关知识，也会用更认真的态度面对每一件事情。通过此次实习，我有以下几个体会：

1.学无止镜，时代的发展瞬息万变，各种学科知识日新月异。要坚持不懈地努力学习各种招商引资知识，并用于指导实践。

2.“业精于勤而荒于嬉”，在以后的工作中不断学习业务知识，通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

3.不断锻炼自己的胆识和毅力，提高自己解决实际问题的能力，并在工作过程中慢慢服急躁情绪，积极、热情、细致地的对待每一项工作。

这个暑假，怀着一份让自己的暑期生活变得更充实的心态，我加入了学院的社会实践。在刚刚入学的时候，就听师兄师姐不断得在说他们实践过程中的开心而又难忘的故事，让我好羡慕。现在，终于有机会亲自体会一番了。

现在已经在家了，可每次吃饭的时候却还是会想起在xx等待开饭的日子。不是因为我们贪吃，而是因为等待开饭的时间都是我们自娱自乐的时间。在这段时间，会有很多开心的事会发生，有很多时刻都将让我铭记一生。最难得是和言川、其灌那一顿真正的“大餐”，现在即使有一模一样的饭菜放在我面前，恐怕也很难吃出那种感觉来了。永远得怀念那一句：“老板，开饭啦！”

回忆准备工作阶段，辛苦的排练伴随着紧张的复习。这个阶段我的工作算是比较多的。有《歌舞青春》要排练，另外要负责教会那些男生《青花瓷》。一下子要记好多舞蹈动作，对我这个记性差的人来说还真不是件容易的事。但是自己没有放弃过，一直坚持着把两个节目都搞定了，虽然辛苦，却觉得很充实，很值得。

在文娱工作的准备阶段，我和很多队友都培养了深厚的友谊。因为跟进了多个节目，跟每个节目的成员都有接触，所以很快就跟整个实践团的人混熟了，看来文娱工作还帮了我不少忙。在文娱工作方面还德到了很多人的帮助，在这里要谢谢他们了。至于文娱组那群家伙就更不用提了，大家打成了一片，一起工作，很是开心。实践的最后一个晚上，就是我们的文娱晚会了。晚会在《街舞》秀中开场了，虽然演员都不是专业，但是动感的舞姿却赢得了观众的片片掌声。双胞胎姐妹用她们优美的歌喉展示她们《手心的太阳》，《鸿门宴》和《青花瓷》将晚会推向了高潮，在一曲《朋友》歌声中，所有xx的朋友们一起高歌，一起铭记我们曾经相聚在xx这个美丽的海滨城市。晚会由此落下了帷幕，但我们的友情却得到了升华。

在xx，我还负责了去敬老院的演出工作。当时决定了要迎合老人家的兴趣，发挥我们在广工学习太极拳的优势，表演一个太极拳。结果到了前一天晚上，发现几乎没有人记得太极拳是怎么打的。当时晓通很想帮我，很努力得回忆动作。最终这个节目还是被取消了，仍然很感谢晓通帮忙。去敬老院之前，我还被团长派去买水果慰问敬老院。但当时买水果的时候也很为难，觉得各种水果都不适合，有得水果过酸，有得水果过硬，有得容易上火。当时考虑到老人牙齿不好，所以特地买了香蕉。结果回来后，团长告诉我，有些老人不能吃香蕉的。虽然说水果只是我们对老人们的一片心意，但事实上意义并不是很大。而且老人们还说不希望我们这些学生为他们破费什么，能来和他们聊聊天就已经很好了。老人们虽然年纪大了，却还能为我们着想，值得我们敬佩啊。在敬老院，由于语言上的不通，虽然我很想做点什么，却似乎帮不上什么忙。只能帮忙打扫一下卫生，其他的也做不了。刚好我们打扫完后不久便是老人们的冲凉时间，所以之前准备的小表演也就取消了。只有那些会讲潮汕话的队友能跟老人沟通了一段时间，我在旁边听他们交谈，听得是一头雾水。

在义教方面，我收获颇大。与我一起搭档的是来自华农的yc，她是学商务英语的，所以在英语方面也特别厉害。她的讲课也非常的精彩，我从她身上学到了不少的东西。当然，我自己也有投入到义教工作当中去。第一次义教，由于一些临时的变动，剩下给我的时间并不是很多，所以临时又对我要讲课的内容作了一些调整，只是利用前面的教学内容，跟小朋友们玩了个游戏，结果效果是很好的，至少充分调动了小朋友开口说英语的积极性。希望他们以后也会多开口，这样对他们的英语提高会有很大的帮助。英语，我实在不怎么擅长，但是这一次，我不仅大胆得说英语，更大胆得去教学生说英语，这种感觉实在是太棒了。

**暑假社会实践心得体会篇十五**

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也十分严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的潜力。但是，再看看我们，只是被禁锢在四角高墙内，捧着\"书中自有黄金屋\"的古训，做着日后事业有成，飞黄腾达的白日梦。我们的传统，我们的教育制度还有我们本身使我们缺乏勇气走出象牙塔，去理解实践的检验和社会竞争的洗礼。在这样一个知识与实践完全脱节的环境里，我们又有什么资本去谈成才、谈竞争、谈事业时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有应对社会，才能心平气和地作出一些选取，才能确立自己学习和生活的目标。

于是，今年暑假我挥斥方遒，一腔热血，开始我的暑期社会实践。而这次虽然只有一个月多的简单实践，却让我受益匪浅。

习惯了校园里那种有则学，不学则息的日子，让我都遗忘了这社会真正的需求。忘记这世界的人不只是周围的这样，生活也不只是如此简单，悠闲，只需认真的学好那些课程，就能够有交代，能够满足。社会是一张网，扑朔迷离，需要我们真正的用心去过好。学校成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，社会实践的经历，却一份不可多得宝贵财富。过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作找不到自我的平衡点，错失了不少成功的机遇。

经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，能够说，没有好的沟通潜力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。我自己刚开始实践的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于自已所需要完成的工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。

工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且就应学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅仅能使自己尽早地进入工作状态，也能够避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，实习过程难免有忽略的时候，但这时的我们就应抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值！不要羞涩，大胆点去做，对自已自信点。这个世界每个人都是依靠脚行走，没有什么好害怕，做好工作。

作为当代中国的大学生，就应不再只是被动的等待别人告诉你就应做什么，而是就应主动了解自己要做什么，然后全力以赴的去完成。假如暂停休息，多多观察那些资深的人员，多与他们聊天，坦诚应对他们，他们会与你交流他们的工作经验及人生经历，毕竟经验也是人生一笔财富，会让我们明白的，明白的更多。所以在大学期间我觉得多与社会接触，多了解自己所处的环境，多了解你将会应对的种种问题，对以后的发展和继续深造都是十分十分有益处的。

当然，也要摆正勤工助学于学习的关系，切不可因打工而荒废四年的青春，荒废人生宝贵的大学学习时期。正如有microsoft公司副总裁李开复教授曾说过的一样：“打工只是学习生活中的一种补充，学习才是最重要的。”

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”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，解决问题的潜力。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，也让我们更加清楚我们以后努力的方向，让前方的路再迷茫。此刻我已经是准大学三年级的学生了，毕业的步伐步步紧逼，到那时我们总要交出一份喜人的答卷，明白不要辜负父母，要对自已的未来负责，为以后服务社会打下更坚固的基础！

**暑假社会实践心得体会篇十六**

暑假社会实践对于学生而言是一次很好的机会，可以不仅仅是在理论上了解社会的运作和现状，还可以在实践中更深刻地感受到它的复杂性和多样性。本文将围绕着暑假社会实践这个主题，分享我的预期、心得和体会。

第二段：预期。

当我决定参加社会实践时，我希望通过这个活动能够更好地锻炼自己，提高自己的综合能力。我期望能够在实践中学到更多关于社会的知识和技能，拓展自己的眼界和见识，让自己变得更加优秀和自信。

第三段：心得。

通过这次实践，我不仅学到了许多有用的知识和技能，而且也让我更加深入地了解社会的运作和现状。我发现，在社会中，每个人都有自己的角色和责任，只有通过合作才能推动社会的发展和前进。在实践中，我也学到了实际操作的技巧和方法，提高了自己的组织、认真、细致和解决问题的能力。这次实践也让我更加深刻地感受到自己的责任和使命，让我将来更加努力，为社会进步贡献自己的力量。

第四段：体会。

通过这次实践，我深深感受到了团队的力量和重要性，只有团队合作才能取得更好的成果。而且，我也认识到了自己的不足和需要努力的方向。在实践中，我发现自己有时候会被自己的想法和感受所束缚，导致无法很好地完成任务。所以，我决定要适时地调整自己的心态和角色，在实践中更好地表现自己的优点和才能，在团队中更好地发挥自己的作用，让自己发挥更大的潜力。

第五段：结语。

通过这次实践，我学到的知识和思考方式将伴随我的整个人生之路。我相信，只要不断努力、积极进取、勇于拼搏，我们都能在自己的领域中取得更好的成就和更大的成功。暑假社会实践是一次难得的机会，希望每个人都能珍惜这个机会，抓住机会，尽情去拓展自己的视野和学习能力。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！