# 初中社会实践心得体会精选7篇

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2025-03-17

*心得体会是对自己行为和决策的反思和评估，能够帮助我更好地改进，心得体会是我们对经历的思考和总结，能够帮助我们更好地理解自己的成长轨迹，下面是小编为您分享的初中社会实践心得体会精选7篇，感谢您的参阅。初中生的第一个寒假，当然，也是我第一次经历...*

心得体会是对自己行为和决策的反思和评估，能够帮助我更好地改进，心得体会是我们对经历的思考和总结，能够帮助我们更好地理解自己的成长轨迹，下面是小编为您分享的初中社会实践心得体会精选7篇，感谢您的参阅。

初中生的第一个寒假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个初中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。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;想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的初中生打工族：中文专业投笔从融，外文专业西游取金，历史专业谈股论金，医学专业精益求金。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

自从走进了初中生，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xxx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，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，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，那么所学的就等于零。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。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的\'知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，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。

在实践的这段时间内，我帮忙复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。

而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!记得老师曾经说过初中生是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是初中生，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。

有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然初中生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的初中生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着初中生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

炎炎夏日，我们迎来了初中首次社会实践，刚来的我们是懒散，无组织，无纪律，没有集体荣誉感的一群人。平时在家犹如大小姐的我，过惯了衣来伸手，饭来张口的日子。在这的第一顿饭就让我尝尽了苦头，面对军事化的，哨响声停，安静吃饭，顺序洗碗，就让我有很大的感触。在家里吃饭超慢的我，在这里也学会了迅速吃饭，提高了效率。

在接下来的几天我们学习了军事行走，站立，蹲姿及坐姿等。参观展览馆，让我体会到了鸦片对人们的危害，吸毒危害家人，自己及其他人。在体验馆中，我了解了各种军事警报的响铃，学会了如何在火灾地震等自然灾害中自我保护的知识！教学员老师的课程让我大开眼界，下午我们走进机器人的世界，通过自己的动手实践，体会到了机器制造者的无限智慧及创造探索过程中的坚信。那节课我学会了动手能力和体会别人的那颗宽容的心，学农我们学习了种黄豆，虽然女同学只是放黄豆和盖黄豆，但我也体会到了农民伯伯的辛苦，深刻体会了“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”从今以后不会再浪费不易之粮了。

拉歌，是最有意义的事了。每个人都在使出自己的全身之力为班级乃至自己的学校呐喊，助威。谁也不让谁，那一刻，仿佛我们是一体的。我们一条心。为的只是让自己的学校赢！从口号：“海滨二校怕过谁”这句让我深刻体会，不只是我，好像大家都在短短几天里长大了~我们学会了团结，包容，学会了集体第一。学会了自立更生！

社会实践就快落幕了。我们不再是那群懒散，以自我为中心的孩子了。现在的我们要以更勃发，更积极，刚团结的精神大步走向我们的未来，这短暂的几天，我永生难忘。

匆匆之间，又过去了一个学期，去年的暑假我还是一名刚刚高考完，充满着无比喜悦和轻松地解放者。现在，又是一年暑假，相比于去年，我更多了一些责任，我成长为一名大学生，要开始慢慢去了解这个社会，以前两耳不闻窗外事，一心只坐在教室读书，而今，大学教导我们要走出家门，外出实践，丰富自己的见识，增长更多学习的经验，体验更多不曾做过的事，让我们更加能够做一个善良，品行端正，充满爱心的一个人。

许多的事看起来微不足道，却可以折射出一个社会的好坏，也许我们做的很多事收效胜微，但其中所收获的便是在过程中，他人无法理解，只有自己才能体会。也许正是有那么一件事，你通过自己的付出，它可以让你知道什么是辛苦，它可以让你懂得什么是来之不易，它可以让你了解父母为何早早白了头发，躬起了背，更有的可以让你明白什么是善良，是真诚，是勤劳与爱。

曾经我一直被父母宠爱着长大，以为有了依靠什么都不用承担，不会操持家务，不想学做饭。每每放假回家时，也只是在家当个无所事事的宅女，除了干自己的事，就不再管其他了。上学这么多年，父母也是认为我的主要任务就是学习，其他的他们来做就好，所以我一直不知道什么叫劳苦，也从来不想去分担，每每以作业多而推脱。然而上了大学后，更注重于实践的培养，让我们更去贴近生活，在这将近两个月的时间里，虽然我没有做多少事，但经历了许多的事，让我感受到了许多，在家跟妈妈相处时会更加注意她做的事了，也会在她在家的时候多跟她在一起说说话了，比起以前，相处的更加温馨了，之前总是烦她啰嗦，现在能慢慢去理解包容了，我想我在一点点的成长了吧，以前依赖于她，所以她操心我的一切琐事，感觉我还小，现在在出去自己打过工，自己去实践过后，就能明白她所付出的多少与辛劳。在外面是总是想家，受委屈时，想到的也总会是家人，因为家人给予我们无条件的付出与温暖，不会让你觉得虚情假意，而是保护。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所，初中社会实践报告。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。

敬老院里其中50%以上的老人生活不能自理，多数患有神经官能症或老年痴呆症等疾病，给护理工作带来极大的困难，而且交通不是非常方便。

同学们分成了四个小组，前往不同的房间慰问不同的代养老人。起初在有些老人面前大家还显得很拘谨，但个别活跃性格开朗外向的学生十分热情带动了大家。有些老人患有老年痴呆症等等，同学们也耐着心和他们聊天，帮老人整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，也与老人分享自己的校园生活。还为老人们表演了小节目，让这些在孤独中生活着的老人又一次露出了开心的笑容。

平时娇生惯养的我们，走出校园来到社会，走进老人。把老人当作朋友一样聊天，听老人们的事迹是如此的着迷，更让人感到高心的是，居然有的同学主动跑到外面小卖部买东西给老人，社会实践报告《初中社会实践报告》。我们来的时候已经准备了点水果，点心，还有月饼。可远远不够，那些学生用自己平时的零花钱给老人们买吃的。这一幕深深印在我心里。

我们一行人从早上到中午12点，走了部分老人房间。慰问了老人们。到了老人吃饭的时间，大家就跟着负责分饭的管理员一起一边慰问一边帮助老人们进行就餐。有的老人就餐很不方便，一定需要一边喂才行。这时大家早已没有先前的拘谨同学们都争着给老人喂饭，虽然动作显的笨拙。可一见到老人的笑脸大家就笑的很开心。感觉像一家人似的其乐融融。

下午1点多，等我们吃完饭，一般这时老人们都出来散步和锻炼身体了。敬老院有个很大的院子，里面有很多锻炼身体用的运动器械。有相当多的老人们在散步和锻炼身体，看见我们来了。就和我们一起玩些小游戏。通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。

通过这次跟老人家的聊天，使我们明白的很多，明白到他们过去的经历，明白他们的辛劳，明白他们对他们儿女的记盼，更明白他们对我们的希望……

敬老院的1楼住的老人大多是行动较为不便的。2楼的老人有相当部分是刚住进来没一年的。我们上了2楼，发现有些老人在和他们的子女聊天，有的老人在下像棋。

我们慰问到一个老婆婆，她居然哭了出来。很是伤心难过。我们耐心的和她聊天，听她说她把她的退休养老金都给了她的子女，她子女不管她就把她送到这里来，而且很少来看望她。有一位同学和阿婆说“我们都是您的子女。“并给阿婆表演节目，阿婆才破涕为笑，我们才依依不舍的离开。

到下午3点了，我们依旧不忘初来的目的，寻访老红军。我们去门访找到了那位阿姨，问了她敬老院里是否有老红军。很可惜，没有。我们顿时感到有点失望。可阿姨告诉我们有一位过百岁的党员。大家兴致一下子高了起来想去访问下那位百岁老人。

昨天下午的班会课主要是对学生在假期里的社会实践进行展示，让学生谈谈自己的心得体会，总体感觉学生收获较多，这与我在放假前跟同学强调重要性有关！

新课程已经推行好几年了，各种教育机构也一直在强调素质教育的重要性，但是到中学以后，真正推行素质教育的又有多少？因为高考没有改变，升学率在很多人的心里评价学校的一个重要标准，这是很多学校一个重要的指挥棒，作为教师，特别是班主任，值得思考，我们到底要培养学生什么？培养学生应试能力？达成班级高考目标就算教育成功？有没有思考过什么是教育？教育的内涵是什么！

放假前我就强调社会实践的重要性，因为我想现在的社会是培养学生实际的能力，学生走出校园后想在社会上立足并想有所发展必须注重自己的能力培养，怎么培养？首先从高中开始就要有这种社会意识，参与社会实践，接触社会社会。对于这次活动我做了简单的建议，把学生按家庭住址分成小组。

回到学校后，同学把社会实践报告交给我，我认真阅读了每一份，觉得学生很有收获，考虑问题比较全，下面我摘录部分内容。

xx一组，调查的报告题目是《农作物秸秆焚烧的利与弊》，三名同学首先是调查村民对秸秆焚烧的认识，村支部的措施，然后调查行政职能部门新集派出所的态度，最后采访徐乡长，最后得出结论。总体感觉这一组调查问题设计很有层次感，很有收获。

xx一个人一组，调查的报告题目是《关于不同的\'人对教育看法的报告》，通过采访三代人，报告内容虽然很少，但很贴切，爷爷这一辈人认为读书的目的在于做官，父母一辈认为读书是为了找到工作，坐办公室，自己认为读书是为了以后更好的学习，如果不是实践，学生坐在那是想不到这样的思维的。

xx同学《xx公园的环境与老人娱乐之间的关系》，选题不错，涉及到民生问题，有独到的眼光。

xx同学的《大城市医院的挂号与收费问题》选题也很好，她是利用假期和家长到省医院看病时思考所得，这个问题也是反映我国医疗改革中还是存在一些问题，虽然她报告不是那么尽善尽美，但是作为一名中学生有这样的思考，对社会的关注，已经难得可贵了。

xx同学这一组题目是《关爱身边的老人》，采访的地点五队乡的敬老院，切入点很好，这个问题也能反映出我国农村社会保险发展的程度，如果问题设计更有层次感就如锦上添花。

xx的《同龄人打工的感受》做的也不错，通过调查，觉得读书是改变命运的一个最好的途径，读书是很幸福的事。xx的《关于农村孩子暑假如何度过的调查》反映了农村孩子假期的生活状况！

xx公园一组，当时同学邀请我参与，在前面的一篇博客中已提过。做的很好！

xx题目是《关于烈士陵园的改变》的调查，做的非常的好，有照片，有视频，最出彩的地方是问题设计非常的好，通过视频感觉同学与陌生人交流时很从容、很自然，不错！

通过这次实实在在的社会实践，同学的能力在一订程度上得以提高，我想这对学生的成长来说比较重要，因为孩子在成长的过程中成绩只是其中的一小部分。虽然我不能让我们的学校、我们的灌南或者说更大的范围来推行实实在在的社会实践，但是我会利用好我们x班的教育平台，关注学生全身心的发展，因为我的所作所为在诠释教育的内涵！

寒假社会实践活动带给我们的是欣喜，是得到成果的喜悦.在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力.

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。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，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。

做饭，虽说用不到什么理论知识，但它确确实实是一种实践，一种社会实践。因为这是一个合格的中华人民共和国公民步入社会所必须掌握的技能。

虽然实践的半个月并不能算得上是酷暑，可以说是比较幸运，可以在屋子里工作，但屋内烘热的空气有时还是会把自己弄得喘不过起来，一活动起来很快便会汗流浃背的，一会衣服就湿透了，才干了一天，就已经腰酸背痛，甚至有第二天不想干的想法。但我很快发现自己的想法是不正确的，虽然累，但我始终都牢记着这次实践的目的，再累也应该坚持。因为我知道这就是考验，只有在这种环境中才能看出一个人的毅力水平。想到这些我就会觉得自己浑身又充满了力量，在接下来的几天中那种想放弃的想法就很少出现了，当时就觉得充满精力充满奋斗精神能够坚持才是一个中学生应该具有的素质。在这短短的几天中我碰过壁，流过汗，但我却成长了。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，我们更多的了解了社会，我们的这些体验不仅为我们的现在提供了可供借鉴的知识，更为我们在将来激烈的竞争中赢得一席之地打下了基础。希望以后还会有这样的机会，让我在实践中得到锻炼。七天，对于人生而言或许并不算太长的时间，但在这七天中我却得到了人生最宝贵的经验，这几天将使我人生中最宝贵的回忆。这些天来，虽然付出了很多汗水，也感觉很累，但从这次实践中我的意志力得到磨练。我慢慢的开始明白为什么大家都希望我们能更多的参加社会实践，我们也真忠告受到科学技术是第一生产力的真正涵义。

在这个炽热的七月，咱们暂别象牙塔中舒适的日子，带着青年人特有的繁荣奋发向上，走入社会，了解社会，深化社会。

暑期社会实践活动一向是我校中学生投身社会、体会日子、服务大众的真实关键。

暑假假一放，我便来到重庆市江北区鱼嘴镇文化站办公室开端了一种全新的日子社会实践。我的实践时刻从7月17日到8月12日。作为一名中学生，就快要步入社会的我带着学习和猎奇的心境去迎候第一天的实践，在这之前我是一点实践经历也没有。尽管仅仅实践，但日子的方法却已彻底不同于学校里的日子，而是改动成了正式的上班一族:早上8:30上班一向到下午5:00下班，这一天的日子便度过于这小小的办公室之中。此次实践，首要实习的内容是打印处理文件、日常电话接听、客户接待作业，以及给各种杂活。简略来说便是学习做一位办公室文员。

在学校里学的不是常识，而是一种叫做自学的才华。这次实践后才华深入领会这句话的意义。除了计算机操作外，讲义上学的理论常识用到的很少很少。刚开端去的时分，还真有点不习惯。许多东西都不理解，幸好有叔叔、阿姨们的耐性协助，让我在这次社会实践中把握了许多东西，最重要的便是使我在为人处世、怎样处理好人际联系这方面有了很大的行进。一同在这次实践中使我深深领会到咱们有必要在作业中勤于着手渐渐揣摩，不断学习不断堆集。遇到不理解的当地，自己先想方设法处理，真实不行能够谦虚讨教别人，而没有自学才华的人早晚要被企业和社会所筛选。

第一次参与社会实践，我理解中学生社会实践是引导咱们学生走出校门，走向社会，触摸社会，了解社会，投身社会的杰出方式;是促进大学生投身改革开放，向工农大众学习，培育训练才华的好途径;是提高思想，修身养性，建立服务社会的思想的有效途径。经过参与社会实践活动，有助于咱们在校中学生更新观念，吸收新的思想与常识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领会到了许多的东西，而这些东西将让我毕生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的爱情，拉近了我与社会的间隔，也让自己在社会实践中开辟了视界，增加了才华，进一步明晰了咱们青年学生的成材之路与担负的历史使命。社会才是学习和受教育的大讲堂，在那片宽广的天地里，咱们的人生价值得到了表现，为将来愈加剧烈的竞赛打下了更为坚实的根底。期望今后还有这样的时机，让我从实践中得到训练。

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！