# 暑假社会实践活动心得体会(汇总8篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-09-12

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**暑假社会实践活动心得体会篇一**

这次的暑期社会实践活动我们xx集中队开展的是到五楼养老院“关爱孤寡老人”的志愿者服务活动。为了体现志愿者的风采，我们向院学生会借来了带有“青少年志愿者”样的帽子；因为开展暑期社会实践活动还是第一次，我们也是没有踏进社会的青少年没有什么经验，为了让活动开展顺利，我们第一天的活动主要是规划接下来这几天的活动。

首先我们规划路线，通过手机地图和百度搜索，我们找到一家位于xx科技大学南边的养老院。为了再次确认养老院，我们给养老院院长打了电话，听声音院长是位阿姨，我们向院长说明情况，希望院长能够同意我们去该养老院开展社会实践活动，院长热情的答应了，并为我们指明乘坐21路公交车到“车辆厂站”下车。我们感谢过院长之后，开始准备我们到养老院之后和老人有哪些交流，确定可以为老人们开联欢会，我们选择为老人们表演的节目，老人们生活的年代和我们有所差距，所以我们考虑的节目有：《天仙配》、《雪绒花》、《映山红》等红歌节目，最后我们还选择了我们在学校学习的健美操为结尾节目；最后，我们列写送给老人们的礼物，规划到此结束了。

社会实践活动的第二天，我们第一次进入养老院，对养老院的环境有了初步的了解，也熟悉了到达养老院的路线，为后来社会实践活动的进行打下了坚实的基础；第三天，正式进行社会实践活动，但由于我们对老人们还不太了解，彼此都不是很熟悉，队员们都是未进入社会的青少年不会与不同的人交谈，第一次的相处很是尴尬。养老院阿姨为我们介绍了养老院老人的日常生活、家庭背景和患病情况，我们对老人们有了初步的了解使第四天的活动进行得很顺利，我们和老人们相处得很愉快；第五天天气很热，我们仍然进行暑期社会实践活动丝毫不畏惧闷热，老人们对我们越来越像自己的孩子，我们和老人们的感情越来越好，似乎成为了不可分开的一个大家庭，每天的分离大家都有些不舍；第六天社会实践中，我们举办了一个小型的联欢会，为老人们表演了我们之前准备的节目，丰富了我们社会实践活动的色彩，也给老人和我们一个很难忘的下午；最后一天社会实践活动，我们将前几天和老人合照的照片拿到照相馆给洗了出来，和老人们共同分享照片的喜悦之后我们最后一次举办了联欢，老人们也为我们准备了一首歌，最后一天结束，我们的暑期社会实践活动也圆满结束了，我们的社会实践活动受到了养老院院长及养老院义工的一致好评，获得了成功，队员们的努力都没有白费。

本次暑期社会实践活动对我们启示很大，虽然第一天的规划很仔细，但是第二天仍然出现路线寻找的错误，可见规划并不只能看到表面的成功，要仔细确认过后才能保证规划无误；与人交往是门很大的学问，我们刚开始与老人接触的不适应和尴尬告诉我们应该学会人际交往，这是进入社会之前在大学里必须学会的技能；老人们其实不需要孩子们挣很多的钱给自己，老人生活了一辈子，什么样的东西都见过什么样的生活也都过过，老来最大的希望就是子孙满堂，陪着孩子们过完自己最后的日子，所以我们应该多花点时间陪陪自己家里的老人，不能把手机当成自己的生活，多陪陪他们，别让自己以后后悔。

现代社会缺乏了人情冷暖，很多人都忘记了人与人之间交往最基本的其实是爱，比起用手机交往的冷漠没有感情的交流，与家人坐下来聊聊天，陪老人们走走路说说话才是最温暖最长情的生活；家人永远是自己无限的力量，除了家，再也找不到一个舒适港湾让自己停靠，珍惜在家里与家人待在一起的每一分钟，让爱停在自己心里，永不褪色！

这次实践活动我们收获了老人们单纯的感情，这是我们进入社会之后可能再也不会遇见的情感，在养老院里，没有任何的目的性，老人们仍待我们像自己的孩子般，在这里我们也学会了与人交往将心比心，待人友好。

这次的社会实践活动给未进入社会的我们上了最好的一课，而其中最重要的知识点就是告诫我们在物质世界中请记住家人永远是你最坚强的力量，多陪陪他们吧，和他们在一起才不会迷失自己，才不会忘记人间最美的东西——那就是爱！

**暑假社会实践活动心得体会篇二**

漫步赴纹枰，天慷助雅兴。胸怀论道意，手释纵横声。垂髫洗尘埃，青丝臻佳境。心入黑白子，愿现当年风，雨天赴燕赵棋社有感今天是6月16日，也是我第一天来燕赵棋社实习的日子，在紧张的期末考试复习周中，我这算也是不务正业，呵呵这就是所谓的忙里偷闲吧。遥想10年前的时候，我也如那些孩子一样，活跃在秦皇岛市乃至河北省的围棋赛场上。现在我升格了，成为了一名围棋老师，孩子们都很可爱，我也希望把我的知识传授给那些孩子们。

也是很感谢周昌亮老师，给我一个这样的机会。不过当然，水平在这里，自然会有孩子可以进行教授。

我跟随的老师是年轻有为的仇雨涵老师，仇老师二十五六岁，有一些书生气，水平比我高，在河北省围棋圈里名列前茅。很欣赏他对大局的掌控能力和跟孩子家长交流的能力。或许在这些方面，我还是比较欠缺的。由于我的棋力和棋风与比较真诚善良的心地与仇老师对围棋的追求与执着我们一见如故，以雨涵哥相称。

第一天下棋的孩子叫做贾兴林，河北省业余三段，我当年也是这个水平，当然了，当年的水平还是硬一点，让这个孩子两个子。现在的孩子大局观还是不错的，基本功比较扎实，最让我喜欢的是非常懂得思考下棋，可惜缺乏计算能力和力量，在复杂的攻防战斗中还是不懂得如何取得主动与攻击敌方要害，或许也是现代业余围棋逐渐向暴力方向发展的缘故，孩子们在基本功变强的过程中一定程度上牺牲了计算力和强大的力量。依靠强大的力量赢了这个孩子，也是有些侥幸。

在仇老师复盘的过程中了解了一些在治理孤棋，大局观方面存在的问题，水平高的棋手就是能够更深的指点出较低水平的人存在的问题，对孩子的指导主要在大的方面，间或有小的计算。

授课结束后，与雨涵哥下了几盘交流对局，对棋较生的我迅速被打到了让二子，在下棋过程中，感到随手棋过多，下网络围棋在对瞬间胜负感与思维敏捷性提高的同时，极大影响深思熟虑的能力与耐心。以后奠定了多下棋打谱的决心。

第二天的孩子叫柴博阳，也是河北省业余三段，这是一个另类的孩子，有些像我，思维能力很快，可惜缺乏思考的能力，发散性倒是很强，或许有一些计算上的天赋，不因为我是强手而怯于作战，一点都不害怕我，让我感到惊讶的同时对这个孩子非常喜欢。后来又下了一盘纯快棋，分先，也就是不经思考完全凭感觉下棋，结果输给了他，非常有意思。

下棋结束后得到雨涵哥的指点，跟家长沟通在于帮助家长，适当的对孩子进行提拔，家长总是望子成龙的，与家长沟通是一项比较高超的艺术，我还需要多多学习。

课程结束后，雨涵哥带我去了三字禅茶房，几位比较资深的棋友，都是比较成功的人士，我们一起在一个屋子里探讨棋艺，在探讨棋艺的过程中听各位老师评点，获益良多。结识的各位棋友很可能以后对我很大的帮助，毕竟都是一些成功人士，年轻时期的他们也曾经活跃在全国比赛之中，时常参加全国比赛，对局经验和大局的掌控不是我可以比拟的，我的优势在于比较强大的计算力与力量，这一点可以说拥有很大优势。年龄增长对局增长阅历，经验增长的同时不可避免导致精力的衰退。老去的是英雄，不朽的是传说，看见一位老师拿着全国比赛优异成绩后职业高手提名的扇子实在非常羡慕。

第三天，是6月23号，这是端午节的前一天，期末考试之间，但是我十分珍惜和孩子们呆在一起的机会，我喜欢孩子们，这次还是和贾兴林对局，两盘让两子，一胜一负，贾兴林的棋还是让我非常喜欢，显得十分大器。看着雨涵哥黑板上摆的死活题，遥想当年，最擅长死活题的我都是在他们做题半小时后才来，而后瞬间瞪出答案的能力让他们目瞪口呆，真是怀念啊。

听着雨涵哥复盘，其他孩子们的棋还是很差，开玩笑的起了一路小公主和垒墙小王子的不雅称号，这样鼓励孩子教学还是不错的，或许这就是鼓励式教学所在。遥想当年我们严格的教学正如韦伯科层制管理模式，严格的戒尺伤害着我们纯真善良的心灵。反观他们呢，太宽松的环境恰恰让一些孩子缺乏了强烈的进取心和在棋盘上思考静坐的耐心，这也是我正在思考的问题，因为家长的溺爱，孩子的学习环境实在太好了。

第四天是一个雨天，突然想体验一回雨中漫步的乐趣，公交车多坐了一站，从河北报社往棋社那边走，雨中散步真的很有乐趣，再加上下棋的感受，于是就有了开头的那首诗。

今天来了一位家长，来看望雨涵哥。在与家长交流的过程中也是得到了雨涵哥的一些指点，家长都是望子成龙，与家长交流主要在帮助家长理解孩子们的进步，将孩子们的进步反馈给家长，让家长反过来督促孩子们，这或许是与家长沟通的关键所在。

课程结束后，与雨涵哥下了暑假前最后的一局棋，逐渐熟练的我这盘棋有了很多的机会，虽然仍然告负，但我的水平有了显著增长是无疑的事实，只要领导行棋的步调，进入复杂的战斗，我还是有很多的机会的。

这两周八个小时的实习让我明白了很多教授孩子的方法以及和家长沟通，最重要的是体会了一种对棋的执着精神，我也相信我一定会不断努力在棋上下出自己的成绩。

**暑假社会实践活动心得体会篇三**

踩着过去的影子，一步步走到未来。途中的经历，有欢笑有哀愁，有甜蜜有苦涩，个中滋味，如鱼饮水。

大学生社会实践活动是引导学生走出校门、接触社会、了解国情，使理论与实践相结合、知识分子与工农群众相结合的良好形式；是大学生投身改革开放，向群众学习，培养锻炼才干的重要渠道；是提高思想觉悟、增强大学生服务社会意识，促进大学生健康成长的有效途径。通过社会实践活动有助于大学生更新观念，树立正确的世界观、人生观、价值观。

我认为，大学生社会实践活动的积极意义主要有以下几点：

现代大学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践活动则为他们打开一扇窗口。

通过广泛的社会实践活动，能让学生看到自己和市场需求之间的差距，看到自身知识和能力上存在的不足，比较客观地去重新认识、评价自我，逐渐摆正个人与社会、个人与人民群众的位置。

大学生以课堂学习为主要接受方式，这对大学生来说非常重要，但这些理论知识并不代表大学生的实际技能，往往难以直接运用于现实生活之中。社会实践使大学生接近社会和自然，获得大量的感性认识和许多有价值的新知识，同时使他们能够把自己所学的理论知识与接触的实际现象进行对照、比较，把抽象的理论知识逐渐转化为认识和解决实际问题的能力。

社会实践活动使大学生广泛地接触社会，了解社会，不断地参与社会实践活动，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。

。

社会实践活动没有课堂教学太多的束缚和校园生活的限制，学生们的积极性被充分调动起来，兴趣高涨，思维也空前的活跃起来，往往会产生一些创造性火花，在实践中勇于开拓、敢于创新。

社会实践活动现场是考验大学生修养品性的好环境。在那些平凡而伟大的人民群众面前，大学生养成的“娇、骄”二气会得到克服；在实践的困难和危险面前，要求大学生们具有一定的牺牲精神和坚强的品质。这种实践活动多了，并且能深入下去，大学生在积极参与的过程中，就会逐渐养成坚韧、顽强的优良品性，养成务实的学习态度和生活作风，不断提高自己、完善自己。

意志坚强的人能把世界放在手中像泥块一样任意揉捏。

—————歌德

我们只是选择了继续坚强，选择接受生活的另一面之一，

不仅仅是跪着的那条。

都说，如果爱，请深爱

那么生活的话，请深深的坚强！

**暑假社会实践活动心得体会篇四**

社会实践，就是为我们能更好的步入真实社会而做贡献的。你知道暑假社会实践活动心得是什么吗?接下来就是本站小编为大家整理的关于暑假社会实践活动心得，供大家阅读!

尽管我遇到了很多我以前没有见过的问题，也有很多当场不能解决的问题，时常也感觉很无助，很尴尬，但是有了一个团结向上的团队，一切的问题都以不在是问题，一切的不知道也都会变成知道，正可谓的人多力量大，人多好做事。我们队每个人都是强悍而又谦让的人，一起的七天，我想难免会有些摩擦、偶尔也应该有些争执的，可我们大家好像很有默契是的，即使有不同的意见或见解，都会相互的体谅和比较，最终得到一致的答案。

半个月的暑期社会实践就这样的结束了，然而活动的每个场面却深深的印在我的老海里，虽然是有苦有累的十五天，但我觉得这是一次不错的经历，我又结识了几位新的朋友，开阔了眼界，从中学到了不少东西也增长了不少才干。

这次的社会实践，让我有着很大的感触：人的一生中，学校并不是真正永远的学校，而真正的学校只有一个，那就是社会。大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式，是使促使大学生投身改革建设，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道，是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生在新观念吸收新的思想与知识。

十五天的社会实践，一晃而过，却让我们从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我们终身受用。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我们与社会的距离，也让我们在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们作为学生的成材之路与肩负的历史使命。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，为将来更加激烈的竞争打下更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

在今后的学习和生活中，我们将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代的需要，做一个对社会，对人民有用的人。

暑期实践

心得体会

暑假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长;另一方面，我们为社会做出了自己的贡献;但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知 识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

机遇只偏爱有准备的头脑 ” ，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假假一放，经过一番准备，我便来到台州临海的杜桥开始了一种全新的生活——社会实践。我的实践时间从7月17日到7月31日。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，从早上6:20到晚上20:30，一直有大大小小的活动在开展着，对留守儿童进行义务家教，进小区和街道收集废品，卖到废品回收站，用筹集的钱购买书签，在书签上写关于关爱留守儿童的标语，在街心公园设点，拉横幅，标注“携手关爱留守儿童”，邀路人签名，发放写有关于关爱留守儿童标语的书签。进行全民总动员的游戏，从培养孩子团队合作精神、信任他人、学会独立、互相帮助等几个方面设计活动内容。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。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，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

共

2

页，当前第

1

页

1

2

**暑假社会实践活动心得体会篇五**

暑假即将来临了，同学们在暑假参加社会实践活动该如何写活动日志呢?那么下面小编整理有关暑假社会实践活动日志的范文，希望对大家有所帮助!

一

7月20日一早，在安排好分工之后，我们就开始第二天调研之行的准备活动了，整理资料、问卷，……一天下来，我们对第二天的活动充满了期待。

我们庆幸得到家乡村干对我们的帮助，有所有队员们的相互支持，多方斟酌，多少次团队讨论，多少次查找资料，多少次山穷水尽时的柳暗花明，才换来了所有准备活动的日臻完善。

二

今天是实践考察的第一天，我心情十分高兴，几乎控制不住自己内心的激动。

一大早我就和我的组员来到我们考察的第一站----仙洪实验区洪湖市峰口镇新农村建设办公室。

我们为什么选择这里作为第一站呢?这是因为洪湖市是仙洪实验区的主场，而峰口镇又是试验区洪湖段的(北)大门，这里地理优势明显，首当其冲。

在听了我们的来意后，办公室工作人员很热情的接待了我们，一位叔叔很快就带领我们来到展示厅，在这里我们看到了峰口段的建设全景，我们一下子就被这美妙规划惊住了，想不到过去我们的旧村庄在这里是如此的美丽。

马上我们就迫不及待的向叔叔问这问那，慢慢的心中的一样小疑惑就解开了。

我们得知这些规划都是根据实地情况实行，这样不仅节约资金，而且对生态环境也是很大保持，极大可能的尊重当地文化。

三

在回家后的这几天，我们整理了在办公室的一些资料，决定今天再赴一趟仙洪实验区洪湖市峰口镇新农村建设办公室，因为由于数字模型的植入，我们有了机会进行立体模式的全方位的观看整个实验区的建设前景。

很快我们走进了大厅的电视播放区，很快我们被震撼了，这更是一个绿色的，清洁的新天地，到处通路，绿地满村，弄作区、生活区、休闲区分明。

住宅区附近整洁有序，交通方便，河道修整十分合理。

很快解说员给我们讲述了整个规划。

让我们对这份伟大的工程有了一个很大的了解。

四

今天我们来到了在洪湖市曹市镇向红村锦绣梅园项目区，据说这里就是仙洪试验区项目的灵感源。

今天我们主要详细了解了当地新农村建设规划、村庄整治、基础设施建设等方面的情况。

这里村庄整齐划一，房屋改造协调一致，房后“一池三改”设施齐全，房前新修的水泥路坦荡如砥，笔直的小河在村旁延伸。

这里新农村建设画面让大家赞叹不已。

大家一路看、一路学、一路想，这些创新体制机制、统筹城乡发展、推进新农村建设的做法更让大家感受很多、触动很大。

五

今天我们来到了仙桃市张沟镇联潭村委会观摩，日益完善的社会化服务体系，给试验区带来一系列喜人的变化。

走进张沟镇联潭村村部，大会议室、办公室、图书室、卫生室、富迪日用品超市、丰联农资超市、篮球场、健身场等一应俱全。

便民服务中心内，计生、劳动、民政、公安、农技、合作医疗等服务窗口一溜儿排开，村民不出村，就能享受到便捷的服务。

“不是说我们政府要多为农民做实事吗，这就是在实践中对人民所做的实事”，村书记高兴的.说。

六

考察峰白河段修理，水利民生 水惠民生，水是立民之本。

在河段修理现场，一座座新的便民桥耸立两岸，两面的护坡整齐美观。

两岸边工作人员有的在测量，有的在记录，有的在挖掘……一片忙碌的景象。

我们于是来到一位工作者身边向他询问起来。

创造优良生态和优美环境当作水利工作的出发点落脚点，，实现了农田水利基本建设的新突破。

日期: 7月8日 地点: 湖北经济学院至洛阳镇 天气: 阵雨

活动内容及心得体会:

今天是暑期社会实践的第一天，为了更好的做好准备工作，我6:20就起床了。

昨晚的雨水把窗外的路面冲刷的干净清爽，我的心情也很好。

简单的洗漱过后，我就和男队友们提着自己的行李向我们的集合地-校训石出发。

大一和大二的女生们已经在校训石处等我们几分钟了，我心里暗喜:看来这次社会实践活动必定是巾帼不让须眉啊。

我们在“厚德博学，经世济民”的校训石前排好队形，让路人帮忙拍下了我们整装待发的英姿。

此时已是7:10分了，怕堵车耽误8:58的火车，我们坐了面的向车站进发。

在车上我们都憧憬着这次的实践活动，交流好不惬意。

约70分钟后，我们到了火车站，在等待过后我们一行人最终踏上了轰隆隆的列车。

我买的是站票，幸运的是车上遇到了好心的人，中途我们玩了下游戏，我也坐了下位子，就这样，短暂愉快的旅途很快就结束了。

11点，火车进站，我走在最后面清点了下人数，确保无误后我们在随州同学的带领下搭乘16路公汽前往曾都区市区汽车站。

下车时已临近中午，我们拖着行李在小餐馆随便用了餐就又换乘小客车前往我们的调查目的地-洛阳镇。

车匀速行驶在马路上，窗外的雨却开始越下越大，我望着窗外的风景，心中对这次实践活动愈发的向往，没有丝毫的畏惧。

我们于下午15:00抵达洛阳镇，还好小镇不大，我们前期已联系好旅社，于是我们撑伞步行到旅社处安放了行李。

接着我们团队开始分头行动:部分队员继续在旅社收拾整理行李和生活品，其余队员和我去拜访洛阳镇人民政府相关领导。

交流很美好，我们的实践也得到了肯定，转眼一个多小时过去了，政府接待我们吃了晚饭。

晚饭后，来电了，于是我们返回旅社讨论了下今天的收获和明天的行程安排。

旅社环境还不错，洗了个热水澡，经过一天车旅颠簸之后，我终于躺在了凉爽的凉席上，进入了睡梦中。

20xx年7月3日 星期日 阴

我期待已久的大学生社会实践活动启动仪式今天终于开幕啦!满怀激情的我们早早的就起床整理有关东西，穿上那橘黄色的xx学院青年志愿者服装，我感到无限的光荣与自豪。

吃过早饭之后，我们八点钟就到xx餐厅四楼综合演播室集合，大厅里早就热闹非凡，同学们都在准备参加“2024年xx学院大学生暑假实践活动”的开幕式。

八点半时，启动仪式正式拉开帷幕。

启动仪式上我们首先起立齐唱国歌，心潮澎湃，庄严肃穆。

然后党委和团委分别讲话，分别向我们传达了社会实践活动的精神和目标，以及大学生社会实践活动的意义，我受到了极大的鼓舞和激励，也使我知道了参加大学生社会实践活动的目的所在。

接着院长给个各社会实践队发旗，并表示亲切的问候，给了我们很大的鼓舞。

最后，我们又进行了宣誓仪式，面对国旗，我们高呼“用跟党走，建工中原”的口号。

仿佛我们已经毕业要建功中原的感觉。

仪式结束后，队长和其他留校的队长与孔老师一起商量社会实践活动的具体行程和相关事项。

下午2:30时，我们队在拍球场上集合，席地而坐，开会商议暑期实践活动的具体行程。

首先xx队长传达了上午与孔老师商讨的内容。

之后我们大家纷纷讨论阶段，有的提出进社区调研，有的队员提出要发调查卷，有的提出在公园等公共场所调研……各抒己见，取长补短。

最后形成了一套行之有效的社会实践行程。

然后又有xx队长总结会议内容，阐述最后的社会实践活动方案。

5:00时分，我们又将制定好的工作证取了回来，给工作证贴上自己的照片，加盖学校公章。

我们还在学校西区附近定制了宣传社区文化的横幅，准备进入小区进一步加大对社区文化的宣传。

之后我们又设计并打印了调查问卷，以方便调查社区居民对小区文化的认识。

万事俱备，准备明日出发!

**暑假社会实践活动心得体会篇六**

对于我这个只有一年医学经验的学生来说，我应该从医院最基本的工作开始。因为医院规模小，我选择了为医生做准备。

虽然这已经不是第一次穿白大褂了，但是这次穿上之后，我更加骄傲和紧张，甚至有些害怕。想想第一次穿白大褂的兴奋，心底的坚定自信还是会诞生的！

看似简单的工作让我有点着急。原来的自信消失了。我开始虚心向医生学习，紧紧跟随医生。这是一位近60岁的老医生。当我第一次开始时看到紧张时，我耐心地向我解释。慢慢地，我逐渐了解了一些小病的症状和一些专业术语。

我协助医生接待病人，做好四次测试(血压、体温、脉搏、体重)，熟练掌握血压和体温的测量方法。一开始，由于缺乏临床实践机会和一些紧张，我经常担心我会犯错误。我经常测四五次患者的血压，但还是不敢说血压值，怕测错。这时，老医生会劝我不要那么紧张，有她检查，不会有什么大问题，放心报告数据。

在短短15天的医院实习结束后，我终于喘了一口气。想想这么多天的忙碌，想想每天努力工作的医生和护士，我明白医疗卫生工作并不容易。

**暑假社会实践活动心得体会篇七**

为期5天的社会实践活动终于结束了，从前期的准备工作到后期的社会调查我们付出了很多汗水，不过我们还是坚持完成，并且非常认真地完成了任务。

这次的社会实践是和专业有些关系的，“塑料成瘾”。

主题就是跟生活中的塑料有关，通过这次实践我们将要了解到别人了解多少和塑料有关的知识，还有怎么处理生活中的塑料垃圾。

我们首先是分组，我们组负责宣传塑料的原材料塑料回收，还有做问卷调查。

在我们宣传的时候有些人不是很热衷我们的宣传，有少数人甚至没有时间来听我们宣传，也不会拿我们的宣传单。

但是还是有很多人愿意听我们来宣传关于塑料的一些常识并且来做调查。

在做宣传的时候，我们经常能了解到，很多居民都会把塑料瓶之类的垃圾留下来，去卖废品，而不是随手扔掉，也就是说能够回收的他们都会做回收的。

这一点也证明国民素质还是不错的。

我们在做问卷调查的时候了解到他们不是很清楚塑料在自然界能够停留多少年，我也问了一下同学知不知道这个问题的答案，有些人也不知道。

还有一个问题就是愿不愿意为塑料的回收做贡献，90%的人都是非常愿意的，剩下的人事还好。

也就是说关于回收塑料大家还是比较热衷，关于环保，国民还是很支持的。

那么就要看政府，还有各界的组织怎么开展这个事项了。

在这次实践中我们的交际能力也有了一定的提升，从怎么叫住别人，让别人听我们的宣传，然后用最简单的话讲最多知识，还能让别人记住，这都是我们需要掌握的技能。

当然我们的这种技能还有待提高。

还有一点，也是最重要的一点，就是怎么开口跟别人说，对于怎么开口，我们还是很羞涩的。

迈不去第一步，后面的再精彩都不会有用了。

对于这点，我们必须加强，对于我们以后处理事情会有很大帮助的。

社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

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，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

希望以后还有这样的机会，让我实践中得到锻炼。

暑期社会实践活动是大家接触社会、了解社会、运用所学知识实践的最好途径与方式。

我们也希望通过自己的亲身实践，进一步认识、了解巢湖滨水景观。

这次活动以滨水景观设计为主题，以形式多样的分析为载体，为创建更美好的巢湖而努力。

通过参加此次暑期社会实践活动，使我们受益良多，不仅加深了自己对巢湖的了解与认识，还在实践中充分提高了自己的能力，使自己获得了全方位的提高。

从实践主题的提出，围绕主题的扩展研究，我们学会了如何在团队的协作下从头到尾的解决一个问题，我们学会了在团队中各司其职、互相配合、学会合作，这将成为我们成长轨迹上一次重要的突破，我们想社会实践活动就是这样一座桥梁，引导我们去观察生活。

简短的实践生活，既紧张、又新奇、收获也很多，通过学习，我们对巢湖滨水景观有了更深的认识，对它的发展前景有很大的信心。

实践收获，主要有三个方面，一是通过实践活动的过程，学到了实践知识，同时进一步加深了自己的了解，是理论与实践都有所提高;二是提高了实际工作能力，为将来的工作取得了一些宝贵的实践经验;三是团队协作力量是不可估量的，，让我们的体会更加深刻。

城市滨水区是构成城市公共开放空间的重要组成部分，并且是城市公共开放空间中兼具自然地景和人工景观的区域，其对于城市的意义尤为独特和重要。

营造滨水城市景观，即充分利用自然资源，把人工建造的环境和当地的自然环境融为一体，增强人与自然的可达性和亲密性，使自然开放空间对于城市、环境的调节作用越来越重要，形成一个科学、合理、健康而完美的城市格局。

我们根据环巢湖地区旅游资源的特点，分析了旅游资源开发中存在的问题，主要集中在水环境、特色旅游项目、景区环境、经营管理等方面，从宏观调控、法规法律、资源调查和保护、地区联动和环境教育等角度，提出了环巢湖地区旅游业可持续发展的主要对策。

巢湖是全国五大淡水湖之一，为国家重点风景名胜区。

大自然的神功造化了这块山青水秀的宝地，历史的烟云在此留存了丰富而宝贵的文化遗产，我们更加需要珍惜。

社会实践锻炼了我们，也培养了我们，通过社会实践这样一种形式，使我们在各方面都得到了充分地成长，同时，社会实践也成就了我们，社会实践都已成为了我们大学生展现自我的一个舞台，在这样的一个舞台上，我们可以尽情地展现我们青春的姿态和敏捷的才思。

为进一步发挥社会实践在加强和改进大学生思想政治教育中的积极作用，引导我院广大青年学生在社会实践中认真学习实践科学发展观，深入了解基本国情，进行正确的社会观察，不断增强在夺取全面建设小康社会新胜利的伟大实践中奋发成才的使命感和责任感。

按照总书记提出的“坚定理想信念、勤奋刻苦学习、勇于艰苦创业、培养高尚品德”的要求，我院积极组织开展了形式多样、特色鲜明的社会实践活动。

我院今年的暑期社会实践活动以服务新农村建设和抗击各种自然灾害为重点，广泛开展灾后重建服务、教育帮扶、科技支农、文艺演出、法律援助、社会调查等活动，注重志愿服务与见习调研相结合、短期实践与长期合作相结合，依托社会实践和实习基地，充分发挥学院专业特色，在继承传统实践活动的基础上，突出特色和创新，重点组织了多支重点社会实践队，指导学生深入乡镇企业、农村基层及灾区，锻炼学生能力的同时也取得了良好的社会效应。

下面简单介绍一下我院组织的四只重点实践队情况：

本次社会实践的目的主要有三个：一是走进新农村，服务三农建设， 落实“百校千村”计划，送文艺下乡，送科技卫生知识下乡。

建立大学生社会实践基地，搭建大学生走向社会、服务农村的平台;二是走进车间，深入企业开展实践见习活动，座谈活动。

了解张夏镇民营企业经济发展的情况，充分发挥学院专业优势，积极献计献策;三是社会调研，主要包括对当地饮用水质量的调研及后期宣传。

同时走进田间，走进果林，通过对当地特色农业的产业化建设情况进行调查，同时对其存在的问题和不足提出可行性建议。

实践期间，队员们紧密围绕活动主题，先后组织开展了“爱心支教、走进敬老院、走进莲台山、饮用水质量调研、走进车间、科技下乡”等活动。

实践期间，队员们利用自己做兼职所赚的钱为孩子们购买了图书，并耐心的进行了爱心支教。

给孩子们带去了知识和快乐。

广大队员不畏酷暑，在镇集市上宣传科普知识，发放两千余份传单，现场答疑，回答村民提出的问题。

走进田间果林，下田地帮助农民采摘蔬菜，送去最新的农业科技知识。

走进车间，队员来到张夏供水换热设备有限公司进行参观实习，同时开展了“校企互动座谈会”与公司经理进行了交流。

红歌走进敬老院，在活动的最后，队员们又来到当地敬老院慰问孤寡老人，奉献一份爱心，为他们带去了水果和生活用品，同时开展了“红歌会”文艺活动，丰富了老人们的生活。

本次社会实践活动得到校团委和张夏镇镇政府的大力支持，在活动期间实践队员充分发挥在经济调研、市场研究和管理科技等方面的专业优势，为当地的新农村建设和生态建设贡献了一份力量。

同时长清地区电视台予以视频报道同时登上了当地报纸上热点话题。

本次实践活动也得到社会媒体的关注与好评。

2、“关于东营文明建设的调查研究”- 赴东营“青春文明在行动”宣传社会实践队

自十四大召开以来，东营市委、市政府在各届共产党全国代表大会精神的号召下，于20xx年x月x日，明确提出了全市创建文明城市的工作目标。

近6年来，东营市政府重点实施了市民素质工程、城市建设管理工程、信用东营建设等八大工程，取得了明显成效，但在一些细节方面还是出现了一些问题，妨碍东营发展的不和谐、不文明的因素依然存在。

本次 “青春文明在行动”宣传社会实践队着重在敬老文明、公交文明、社区文明、油田文明等领域开展了细致深入的调查，短短一周的时间，我们走访了辛敬店敬老院、东营市交通局、东营市公交总站、东营市兴河南南区、东营市油田开发局，通过发放调查问卷、采访等形式，深入了解了东营市文明建设各方面的情况，更好的提升了我们团队的凝聚力与实践性。

我们此次调查活动目的在于探究东营文明建设，并基于调查提出我们对于推动东营文明建设进一步发展的看法与建议。

得到了社会有关部门的关注和群众的一致好评。

3、“情系汶川，真情服务”- 赴汶川灾区大学生志愿服务社会实践队

20xx年8月11日，我们经管学院赴汶川灾区大学生志愿服务实践队走进了汶川。

为了更好的走进重建后灾区人民的生活，我们秉着“情系汶川，真情服务”的主题，在汶川进行了包括调研、温暖老人、志愿服务、支教等内容的实践活动。

通过走访居民点、发放相关问卷、与个体商户座谈等方式对汶川人民的收入、待遇等问题进行了深入调研，并为孤寡老人、贫困儿童送去温暖，让他们感受到大学生的一份责任心、爱心和社会对他们的关怀。

通过这一系列活动我们了解到汶川县的福利待遇已经到达了国家相关文件的规定标准;汶川县的经济正在逐步走上正轨，在恢复过程中渐渐成长;同时我们也了解到还有许多山区的孩子需要更多人的长期的帮助，不仅是生活上还有学习上;这里的人们纯朴、善良、热情，地震没有压垮他们，却让他们更加坚强，更加懂得生活;泥石流也并不可怕，它可以夺走人的生命，却夺不走汶川人民的坚强信念!本次实践活动通过走访、发放调查问卷等方式，获得了实践地灾后重建的第一手资料，活动得到了汶川电视台的全程关注，同时获得了汶川县政府、汶川县团委、汶川县工商局及汶川县人民的.高度认可。

4 “农校对接”实践活动调研-赴山东平度市大学生科学发展观暑期社会实践调研队

我们社会实践实践队伍此次暑期社会实践，主旨在于通过当代大学生所处的特殊位置以及对于农村的一腔服务与帮助热情，在山东平度市初步探索、调研关于教育部、农业部、商务部共同下发的《中共中央国务院关于2024年促进农业稳定发展农民持续增收的若干意见》，并进一步做好高等学校食堂安全与卫生工作，开展鲜活农产品基地直供高等学校食堂试点工作(以下简称“农校对接”)。

此次实践我们得到了平度市政府、明村镇、白埠镇政府、郭村村委会等的大力支持，他们对我们的工作给与充分肯定并且给与支持鉴定，并寄予我们很多希望。

回顾整个暑期社会实践，我院有以下几个方面的特色工作：

(一)思想重视，组织严密

我院团委自六月中下旬开始着手准备今年的暑期社会实践工作，学院党总支提出“学知识、受教育、长才干、做贡献”的组织原则，鼓励学生积极走入社会大课堂，以我所学服务社会，同时严格要求院团委严密组织，在确保社会实践活动多样性、实效性的同时保证安全保障工作落实到位。

院团委在六月底通过各年级大会的形式将今年校团委的《通知》向大一、大二及大三的学生做了详细的解释，动员1000余名大学生、二十多支社会实践队投入到暑期社会实践当中，其中为校级和院级重点队配备了专业指导老师，充分保证了今年暑期社会实践活动的质量。

(二)大学生社会实践与就业见习相结合

今年我院将大一学生的社会实践与大二学生的社会实习结合起来，优势互补，资源共享，如有较好的就业见习单位，大一的学生可以和大二学生一起到企业参加实习锻炼，有较好的社会实践机会，大二学生也可以到低年级参加实践见习，从而通过多种途径，帮助大学生深入了解国情、了解社会，正确认识就业形势，促进大学生树立基层意识，引导大学生深入基层、了解基层、服务基层，到基层建功立业。

今年暑假在学院领导的大力支持下，我院在东辛采油厂、胜利物探公司、黄河钻井公司、济南供水设备有限公司等单位建立了见习基地，为大学生了提供就业见习岗位，同时安排了十余名见习指导教师，组织开展见习和就业培训，帮助其积累经验，增长才干，提高大学生实践能力和就业竞争力。

(三)主题鲜明，重点突出

今年我院共组织社会实践队二十余支，共有1000余名学生参与了各种形式的实践和实习活动，在活动开展过程中各支队伍旗帜鲜明，紧密围绕校团委“服务三农建设，建设美好家园”的活动主题，将“深入农村、服务基层”和“就业见习，增长才干”的思路放在活动开展的重中之重，二十余支队伍中有十支队伍以社会主义新农村建设、社会主义荣辱观学习及和谐社会建设为主题，多支队伍以“深入企业，了解就业”为主题，重点突出，效果显著。

其中经济管理学院赴张夏镇、平度等社会实践队更是紧贴“三下乡”的活动主题，深入到建设有特色、发展有思路、规划有蓝图的社会主义新农村建设示范点中进行形式多样的调研和服务活动，既服务了社会，又增长了才干。

(四)深入服务，强调锻炼与参与

我院20xx年暑期社会实践活动改变以往以“传统调研”为主体，重点突出参与和锻炼，加强与社会主义新农村、大学生就业与和谐社会建设相关内容的调查和服务，尤其突出对社会主义新农村建设的“三下乡”服务和地方企业的帮扶。

在今年社会实践过程中，我院共向农村发放科技文化类书籍、传单3000余本(份)。

继承科技、卫生“三下乡”的社会实践活动主题，组织下乡文艺演出、生活安全常识及卫生常识宣传，赠送各类科技文化书籍，讲授安全、疾病知识，资助贫困学生等。

这些活动受到当地群众的热烈欢迎和好评，并且受到当地相关媒体的报道。

(五)发挥优势，成果显著

今年为了更好的发挥我院的专业优势，提高社会实践效果，学院专门配备了十余名经济学和管理学方向的专业教师加入到活动指导工作中，从专业的角度对于活动内容和调研结果进行指导和分析，保证了实践活动成果的可行性和专业性。

其中赴张夏镇社会实践队通过大学生校企互动座谈会对于当地民营经济的发展及产业结构调整从理论上进行了分析和建议;并对当地新农村的建设提出了一些可行性建议，得到当地政府的认可。

“青春文明在行动”宣传社会实践队通过对东营文明建设的调查研究，通过开展各项活动，努力促进文明和谐，积极发现与文明不相协调的因素并提出解决方案，为东营更加文明和谐的发展献计献策。

(六)实现短期实践服务与长期合作联系相结合

在暑期社会实践活动过程中我院注重加强与校外单位的联系，争取建立长期合作关系，在学校和学院教学系的联系帮助下，我院今年在济南市张夏镇、广东社工站汶川县大同社会工作服务中心平度市白埠镇人民的政府、建立了新的大学生社会实践基地，并与东辛采油厂、胜利物探公司、济南供水设备有限公司等单位达成了建立见习基地的共识，实现了短期服务与长期合作的结合。

(七)注重实效，鼓励先进

今年我院在社会实践过程中将“在实践中熏陶思想感情、充实精神生活、提高道德境界，增长知识才干”做为核心指导思想，避免在实践过程中走形式，广大学生在实践过程中切实锻炼了能力，收到了很好的效果。

另外在暑期社会实践结束之后，我院按照校团委要求对20xx年暑期社会实践工作进行了认真总结和交流。

同时学院开通社会实践专题网站并通过召开20xx年暑期社会实践经验交流会的形式对本年度的社会实践活动的组织和开展做出了经验总结，为以后的组织工作提供了可借鉴的范本。

以上就是我院20xx年暑期社会实践活动的总结，当然在活动过程中还存在着一些不足，但是我们相信在校团委和兄弟院系的大力支持下，我们的暑期社会实践活动会在今后开展的越来越好!

**暑假社会实践活动心得体会篇八**

为了确保事情或工作得以顺利进行，就常常需要事先准备方案，方案可以对一个行动明确一个大概的方向。那么大家知道方案怎么写才规范吗？以下是小编为大家收集的暑假社会实践活动方案，仅供参考，欢迎大家阅读。

为进一步贯彻落实，充分发挥“社会实践与社区服务”在我校“育人工作”中的作用，特制定暑假“社会实践与社区服务”活动方案。

1、指导思想：将研究性学习与社会实践相结合，要求学生走出校园，走向社会，去关心社会发展，去关注社会问题，去尝试解决自己研究的社会问题，成为学生课余生活的有益补充，开辟出有自己特色的社会实践的新途径。

2、意义：

1)改变学习方式，拓展学习资源，拓宽发展空间。

2)参与社会实践，激发学习兴趣，增进生存体验。

3)主动服务社区，形成服务意识，强化社会责任。

1、组织形式：小组合作模式。学生一般由6―10人组成社会实践活动小组，自己推选组长，聘请有一定专长的成年人（如本校教师、学生家长等）为指导老师。研究过程中，活动小组成员有分有合，互相协作。

具体过程参考如下：

a、编组、选题；

b、聘指导教师；

c制定活动方案；

e、实践活动（观察、访谈、问卷、实验）

f、分析活动资料（定量：用统计图表定量分析自己的调查结果；定性：用比较与分类、归纳与演绎、分析与综合、抽象与具体等方法分析整理后的资料，找出规律特点。）

g、撰写社会实践调查报告（范例附后）

1、在生活中提炼。从社会生活中选定主题，让学生关注社会，体验社会角色；热爱生活，关注生活问题；学会健康愉悦地、自由而负责任地、智慧而有创意地生活。

2、在兴趣中选择。捕捉自己最感兴趣的问题，开展研究。在合作探究的过程中，学生间相互感染、相互促进，更好地发展兴趣，培养特长，提高综合素质。

3合理利用各种资源。充分利用网络资源。网络已经成为最大的资源库，在综合实践活动中，要充分利用网络上的\'技术和资源，搜集信息、处理信息。同时要充分利用图书资源，从图书馆中获取自己所需要的内容。

4、综合运用各种方法手段。从参与研究的对象来看，可以采用个人独立探究的方式、小组合作探究的方式、学校合作探究的方式、跨学校合作的方式。从研究采取的手段来看，可以采用活动设计、网络技术、调查研究、参观访问、实验演示、表演交流、测量制作、社会宣传、服务、总结、答辩、反思等学习活动。三、社会实践的主要内容：

1、社会参观活动。

2参观、访问、考察（革命遗址、科技馆、英雄模范人物、杰出人物、现代化建设成果、市政工程、著名高校、工厂、高新技术产业运作情况……），例如以当地的居民小区为调查研究的对象和内容，可以“物业管理”、“商业网点”、“文化娱乐”、“教育设施”、“交通路线”等为研究方向。

2、社会调研活动。（参考主题如下，也可自选主题）

1）关于生活用水状况调查研究

2）关于生活垃圾分类处理的可行性调查

3）市区白色污染调查研究

4）市区交通安全问题研究

5）市民交通意识及对策

6）市区道路状况及改进意见

7）旅游资源状况调查

8）小学生的休闲生活调查研究

9）小学生的消费观念与行为研究

10）小学生的饮食与营养问题研究

11）小学生学习习惯的调查与研究

12）我市中小学零用钱数量的调查

3、社区服务活动。

社区保洁活动、社区护绿活动、社区综合宣传活动、社区“陋习”纠察活动、社区敬老爱老活动、社区帮困助残活动、社区读书辅导活动、交通服务活动、环保志愿者活动、社区公益劳动。

参与社会实践的班级和个人，必须注意自身形象，认真参加活动，为学校和个人树立良好的社会形象。

20xx年7月4日

下发《社会实践活动方案》，布置暑假社会实践工作。

20xx年7月5日――7月9日

学生6―10人组成一个社会实践活动小组（每班至少4组），推选出组长自主选题，自己聘请1―2名指导教师（学校教师或家长），初步制定《小组社会实践活动方案》。

20xx年7月10日―8月23日开展社会实践活动

2、社会实践活动调查报告（每班4份，其中必须有一份关于交通安全的调查）；

3、活动照片、录像、录音等资料。

4、暑假社会实践活动记录

20xx年9月初社会实践活动总结、表彰（具体时间待定）

1、以班级为单位，以班会、板报、专刊、网页等形式，进行社会实践活动总结。

2、组织社会实践活动成果展示会。

3、评选社会实践先进集体、先进个人、社会实践优秀论文及优秀指导教师。

4、举办“走向社区，走向实践”学生社会实践总结表彰大会。

5、优秀论文汇编成册，并在校园网上交流。选送10份送中心校参评。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn