# 暑期社会实践心得体会(通用9篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-17

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。暑期社会实践心得体会篇一暑期是一段非常宝贵的时期，...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**暑期社会实践心得体会篇一**

暑期是一段非常宝贵的时期，而在这段宝贵的时期里能够采取有效的形式开展社会实践活动，更是大学生接触社会、接受历练、走向成熟的不二选择。

通过这段时间的\'社会实践，我们走出校园、走入社会，学到了在学校里难以切身体会的知识，也懂得了要从实践中学习，从学习中实践。目前我国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，文化社交的往来使世界的联系更加紧密，每天都有新事物不断涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了不可回避的挑战，因此我们要不断学习，提高更方面素质，做时代的弄潮儿。

在这段时间的社会实践中，我们先后走访了北大、清华、华清嘉园、望京社区、韩国驻华大使馆等地，通过问卷、采访、实地调研等形式了解到韩国人目前在北京大致的生活状况。其实，实践的过程并没有像事先计划的那样顺风顺水，的确遇到了很多苦难，比如很多韩国人在这段时期选择回国、韩国人也不是很愿意接受我们的采访等等。但我们都通过耐心劝说与悉心求教完成相关的调查，深感不易。

我一直很喜欢这样一句话：人生因为经历而美丽。参加社会实践，的确能够培养与增强人与人相处、交际的能力。作为一个社会人，他必须时刻与社会保持紧密的联系，否则就可能被不断提高的社会效率和团结协作的社会运行方式淘汰出局。接触更多的社会面，结识更多的社会人，关注更多的社会事，可以丰富我们的知识，提高我们的眼界，让我们以更高的角度和更理性的思维来对待社会，认识社会。在这次实践中，我们团队的协作能力确实得到了提高，我们在信任、互助的基础上向共同的目标共同努力。

主要收获：

1.通过社会实践激发了我们更加努力学习的热情，能够学以致用。十几年的学习，最终总是要用于社会实践中，知识的积累随着学习时间增加而增加，所谓学无止境，今天的学习就是为了明天的实践。我国的政治、经济建设需要一大批具有各种知识技能的人才，现在不抓紧学习，就无法承担这一份重任。我国加入世贸组织后，与其他国家的交流也将更益频繁，时代给了我们压力，也给了我们动力，学习好各门知识，做一个合格的社会主义事业的建设者和接班人。在这个不断进步的信息化社会，不进步就是退步，只有不断地掌握知识，了解社会，才能赶超别人。

2.通过社会实践锻炼了我们独立的个性和坚忍不拔的意志。离开了熟悉的校园，一切都要靠我们自己的小团队。去论是前期的准备，还是具体的实施计划，即使有再大的困难我们都要将方设法去克服。我们切实地认识到团队的凝聚力、个人的积极性对于成功的重要意义。

3.在本次的社会实践中，我们还与诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的知识，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、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们更加深入地了解社会，这次实践活动有着深远的意义，对我们的帮助可谓享用一生。作为21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会，提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量。

**暑期社会实践心得体会篇二**

暑期是学生们放松身心、充实自己的好时机。为了拓宽自己的视野，提高社会实践能力，许多学生选择参加各种社会实践活动。在暑期参加社会实践中，我也有幸获得了宝贵的经历和收获。接下来，我将从三个方面总结我的心得和体会。

第一段：感受社会的多样性

在社会实践中，我切身感受到社会的多样性。我参加了一项社区志愿者活动，为社区居民提供帮助。在社区中，我看到了各种各样的人群，有老人、有孩子、有残疾人。他们有不同的故事，有不同的需求，但却都能和谐共处。这使我思考到社会的多样性就像花园的各种花朵，各自有各自的特点，但却能共同构成美丽的景色。这让我更加珍惜和平稳定的生活，也更加意识到我们要保护和谐社会的必要性。

第二段：加深对社会问题的了解

参与社会实践还让我加深了对社会问题的了解。我曾参与过一个环保组织的活动，帮助清理湖泊污染物。在这个过程中，我亲眼目睹了湖泊被污染的情景，看到了一些不负责任的人们随意扔掉垃圾，以及一些企业在湖泊附近排放污水的现象。我意识到环境污染严重影响到人民的生活质量和健康，我们每个人都应该有保护环境的责任。这让我更加关注社会问题，并将其作为一个未来从事的方向。

第三段：提升自我能力

参加社会实践对于个人的成长有着积极的影响。通过社会实践，我接触到了各种各样的人，通过和他们的交流和合作，我学到了很多实际的技能。比如，我学会了如何与不同年龄段的人进行有效沟通，学会了如何处理突发事件，还学会了如何组织和规划活动。这些技能对我个人的成长非常重要，既提升了我的自信心，又增强了我的组织能力和沟通能力。通过这些实践锻炼，我相信我在未来的学习和工作中会更有能力应对各种挑战。

第四段：锻炼自己的适应能力

参加社会实践还让我更好地锻炼自己的适应能力。在社会实践中，我们经常会面对一些新鲜的环境和陌生的人群。例如，我曾参加一个外地社会实践项目，来到一个完全陌生的城市。一开始，我感到有些不适应，但通过与当地的人沟通，我渐渐地适应了新环境，学会了在陌生的地方生存和发展。这种适应能力的锻炼对于我之后的学习和工作生活都具有重要意义。

第五段：总结与展望

通过这次暑期的社会实践，我深刻地认识到了社会的多样性，增长了对社会问题的了解，提升了自己的能力，并锻炼了自己的适应能力。这些经历和收获将成为我未来成长和发展的重要资源和支撑。同时，我也意识到自己在许多方面还需要不断学习和提高，比如如何更好地理解和解决社会问题，如何更好地适应不同的环境和人群。我相信通过不断的努力和实践，我会进一步完善自己，成为一个有责任感、有担当、有能力的社会成员。

通过这次暑期社会实践的经历，我不仅获得了实际的经验，更加深了对社会的认识。我相信，这次实践将成为我人生道路上的一段重要的历练，让我更加明确自己的人生目标，并为之努力奋斗。同时，我也希望能够把这些经验与身边的人分享，让更多的人意识到社会实践的重要性，努力拓宽视野，提高自身能力，为社会进步做出自己的贡献。

**暑期社会实践心得体会篇三**

心中有不少心得体会时，有这样的时机，要好好记录下来，这样可以帮助我们分析出现问题的原因，从而找出解决问题的办法。那么好的心得体会都具备一些什么特点呢？下面是小编精心整理的暑期社会实践心得体会，仅供参考，希望能够帮助到大家。

“艰辛如人生，实践长才干”，作为一名大学生，我们最终要走入社会，融入社会。20xx年7月15日—8月1日是我第二次参加大学生暑期社会实践活动。第一次参加社会实践结束后，我明白了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。因此，通过参加第二次实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想和认识。

二个星期的社区社会实践，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各年龄段人的感情，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野，增长才干，进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大教堂，在那个广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，让我从实践中得到锻炼。

我参加的暑期社会实践团是赴张掖市甘州区西街北环路社区，在我报到的第一天社区书记何晓玲就告诉我：社区最主要的工作就是在党和政府的领导下，依靠社区力量，利用社会资源，强化社区功能，解决社区居民问题，为社区居民提供各方面的服务，组织社区居民开展各种社会活动，促进社区协调和健康发展，不断提高社区居民的生活水平和生活质量。

何书记说：社区工作者要有一定的社会责任感，社区工作者的宗旨和目标是帮助社区居民解决社会问题，很多社区居民都是社会的弱势群体，他们没有工作，生活来源困难，是靠政府救济、享受低保解决生活的，如果社区工作者没有一种崇高的理想,务实的工作精神和方法，就不能满足他们的需要，所以社区工作者要有为居民服务，贡献社会的意识和社会责任感。何书记还说，作为社区工作者要有平民意识，要把自己置身于社区居民一员才能体会和理解居民需要，充分尊重每一个社区居民的人格和平等权利，帮助他们解决最关键的问题。

社区的阿姨告诉我说：社区工作还要有一定的沟通技巧，社区工作者及要与社区居民打交道，还要经常与辖区单位联系，只有充分发挥辖区单位的作用，才能更好的为居民服务。社区的各种工作面对的是不同年龄、性格的各式各样的居民，要运用自己的知识技巧，建立信任关系，通过相互的沟通和合作，了解自己扮演的角色，最终达到自己解决问题的目的。

在此次社会实践活动中，我是我们团队的安全员，主要负责队员安全，因此无论什么活动我都要去参加。除此之外，何书记还给我安排了多次的走访社区居民活动，带我走访的是社区的马阿姨，他们都工作多年，各方面工作能力都特别突出，他们教给我很多工作方法。通过走访改变我很多以前的认识，真没有想到在城市里还有这么多生活困难的人，多次的走访活动，对我记忆最深刻的是一个残疾老人家，她今年53岁，看上去象60多岁的人，丈夫不知什么原因去世较早，两个孩子跟她一起生活，大女儿只上到初中就因为家里没钱她就不上，到处打零工挣钱。在她身边有一个儿子，因为先天性小儿麻痹症没有生活能力，靠每月350元的低保金维持一家的生活，她自己患有风湿关节病，经常腿痛的走不成路，家里只有两间土平房和一个18寸的老式电视机，就再也没有一件像样的家具了，两间平房，进门一间有一个火炉子和一个土炕，供冬天取暖用，有一个矮小的方桌和几个木制小板凳，里面一间是一个卫生间，旁边堆着一些不经常用的东西。房间的土地面高低不平。十几平方米的院子里有一个草棚，下面盘着一个锅灶，她说这就是她们夏天生火做饭的地方。

马阿姨说我们这次来她家，主要是帮她办理“十大慢性疾病医疗保险”，参加这个保险，她看病、买药可以报销70%，现在国家经济条件好了，为群众办的实事、好事也多了，社区的工作人员一边和这位老人拉家常，一边教我如何填写“十大慢性疾病医疗保险”登记表，一个多小时我们就完成了走访登记工作。

在走访下一户居民家的路上，马阿姨告诉我作为社区干部一定要做到“四知四清四掌握”，就是要知道社区居民每个家庭成员及社会关系、每个家庭经济状况、每个家庭成员政治表现、每个家庭成员遵纪守法情况；清楚社区就业情况清、社区重点人口情况清、社区流动人口情况清、社区贫困群体情况清；掌握社区基本情况及社情动态、掌握宗教活动情况、掌握居民热点难点问题、掌握各类积极分子情况。

走访活动结束后，何书记就安排我协助社区的叔叔阿姨们开展日常工作，主要负责的是人民调解、社会治安综合治理、流动人口管理等工作，日常工作看是平凡，却很繁忙，汇总材料、上报报表、接待居民群众来访，调解居民间的\'邻里纠纷、登记流动人员等，不知不觉一天天就过去了。

繁忙的工作虽然很辛苦、很劳累，也使我收获到了工作上的成就感和工作中的乐趣，每当帮居民办完一件事情，诚心对你说谢谢的时候，我就感到很满足，许多事情是我们份内的事，我们有义务完成它，可居民群众却感到是你在帮助她，她们都会诚心诚意地对你说一番感谢的话，多么朴实的居民啊。

通过社会实践，我学会了和许多同事打交道。从前我不爱搭理不熟的人，现在我强烈地感到人际关系的和谐有多么重要，它有利于你工作顺畅，毕竟在社会工作，团队协作非常重要，有些工作一个人是无法完成的。不会与人打交道就无法顺利开展工作，就不利于工作效率的提高。

通过社会实践，我学会了不断努力，适时虚心请教他人，不断提高自己。从前我不爱请教他人，可现在我明白自以为是不会进步。同时，我也深感我们也必须在工作实践中勤于钻研，不断学习他人的长处，才能进一步提高自己。

通过社会实践，使我在实践中认识社会、增长才干、提高自身素质、为日后真正走进社会奠定基石。我现在理解了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力。在那里，我学到许多书本上所没有的社会实践知识，体会到了工作的一些难处，学会了如何处世，怎样才能把事情做对做好，清楚了自身的不足更明确了自己以后要怎样努力去完善自己，为毕业后走上工作岗位而奠定基础，社会实践是为将来打基础的重要阶段，珍惜我们的每一个工作机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，没有一件事情是轻轻松松的，其实工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心，一步一个脚印，脚踏实地的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。

在这二个星期的社会实践中，我和社区工作人员一起深入基层，了解民情，调解人际间的矛盾，解决生活难题；在二个星期的社区社会实践里，我参加了科普宣传、法律宣传、打扫卫生，为孩子们辅导作业、和他们一起做游戏，为居民们讲诉安全知识等多项活动；在二个星期的社区社会实践里，我都在忙碌，都在烈日下奔跑，都在和居民们一起度过。虽然这样，我却过得很快乐，过得很充实，过得很有意义。

每参加一个活动，我都长大一次，每成功一次，我都收获一次，这个暑假我过的丰富多彩，这次社会实践我受益匪浅。我以社区工作人员为学习的榜样，把他的热情、敬业、守时、有耐心、不辞辛苦品质作为自己实践的动力，把他做事有计划、态度端正、积极乐观的方式作为自己实践的手段，把他深入基层、了解民生、为人民服务的态度作为自己实践的目标，和他一起感受作为一名社区工作者的骄傲！

**暑期社会实践心得体会篇四**

暑期社会实践是大学生们在暑假期间亲身参与社会实践活动的一种方式，通过参加社会实践，不仅可以更好地了解社会，增长知识，还可以提高自己的综合能力和人际交往能力。经历了一段时间的暑期社会实践，我深深地体会到了这一点。下面我将从“团队协作”、“社会责任”、“自我提升”、“人际交往”和“成长与收获”几个方面来谈谈我在这次暑期社会实践中的所思所感。

首先，参加社会实践使我深刻认识到了团队合作的重要性。我们这个团队由五个人组成，每个人都有各自的特长和兴趣爱好，但是要达成我们实践任务的目标，就需要我们大家密切配合合作。在实践过程中，我们面临了很多挑战和困难，但是通过团队的努力和共同协作，我们顺利地完成了任务。这让我深刻认识到，一个好的团队是由每个人的努力和协作才能形成的。

其次，参加社会实践也使我更加深刻地感受到了自己的社会责任。在实践中，我们去了一所小学开展志愿者活动，我们给孩子们上了几节有趣的课程并开展了植树活动。在这个过程中，我看到了孩子们的笑容和成长，看到了他们对知识的渴望和对未来充满信心的目光。这让我意识到，作为一个大学生，我们应该为社会做出自己的贡献，承担起自己的责任。

参加社会实践也使我获得了一些自我提升。在实践过程中，我学到了很多新知识和新技能，锻炼了自己的实际操作能力。我还学会了解决问题的能力，当遇到困难时，我不会再轻易放弃，而是会思考解决问题的方法。在实践中，我还学会了更好地管理时间和安排任务。这些都是我在以后的学习和生活中会用到的技能，也是我自我提升的重要方面。

参加社会实践也提高了我的人际交往能力。在实践过程中，我们需要与不同的人进行合作和交流，这要求我们要善于倾听和表达自己的想法，要学会与他人沟通和合作。通过与他人的交流和合作，我收获了许多宝贵的友谊和经验。我学会了与人为善，尊重不同意见，与人和睦相处。这些都是我在以后的人际交往中会用到的重要技能。

最后，经过这次暑期社会实践，我不仅增长了知识，提高了能力，也更加深刻地意识到了自己的不足和需要改进的地方。我明白了知识和能力的重要性，也明白了努力和付出的意义。我明白了成长需要经历的挫折和困难，也明白了成长的意义和价值。这次实践给了我一个很好的机会来认识自己，发现自己的优点和不足，并且为自己未来的发展和成长制定了更好的计划和目标。

通过这次暑期社会实践，我深刻体会到了团队协作的重要性，认识到了自己的社会责任，获得了一些自我提升，提高了人际交往能力，也收获了成长和收获。这次实践不仅给我的大学生活增添了色彩，也为我未来的发展起到了重要的推动作用。我相信，通过持续的努力和不断的实践，我一定会在自己的道路上越走越远。

**暑期社会实践心得体会篇五**

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常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，xx暑期社会实践心得体会6。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。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，去接受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：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。

今年的暑假社会实践活动日子早已远扬，回顾起来，至今仍历历在目，感触良深，在这次社会实践中不断经受锻炼，在短短的几天日子里，其活动内容之丰富，场面之感人，百姓之热情，都让我们每个青年志愿者都难以忘怀。

初次穿上那印有淮师青年志愿者的衣服参加“三下乡”实践活动，我的心里异常兴奋，有种说不出的感觉，也许，我也是从农村出来的，经受较先进的大学文化生活的洗礼之后，我重新回到农村，所有的见闻感受看法，不像以前那般肤浅浮躁，而显得更有理性，心得体会《xx暑期社会实践心得体会6》。当我们生物系暑期社会团到达目的地——金湖县涂沟镇，首先由专家给涂沟镇的养鱼大户进行常见鱼类疾病的咨询，然后我们又对这些渔户进行面对面交流和问卷调查，并向他们赠送了关于养鱼技术的书籍光盘等，我们还用带去的仪器给水产养殖户水塘里的水以及周遍的土壤进行测试，并指导养鱼大户给鱼类常见疾病用药，受到当地农民的一致好评。

在涂沟镇的诸多的所见、所闻、所感，在我心里久久回荡，萌发了许多融入自我观点的意念，既体会：我觉得不管以哪类形式，党和政府组织科技教育下乡活动应大力推动，因为它是受欢迎的、有影响、有成效的，这种活动对我们大学生自身也很有帮助，它不仅让我们在实践中得到锻炼，提高解决和认知能力，更让我提高了服务的素养和意识。

此次活动的开展，开阔了我们的视野，冶炼了情操，加大了我们与社会的接触面，进一步激发了我们们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

总之，通过暑期社会实践活动，我在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。实践证明，社会实践是提高学生综合素质、培养高素质人才的一个重要途径。走出校园，深入社会，实践成才，刻不容缓的“走出去，到农村、工厂、社区去”，发挥知识技能优势，开展各项社会实践活动，更好地服务社会、服务人民、服务社会发展，在活动中提升自我。”

**暑期社会实践心得体会篇六**

暑假是学生们放学放假的时候，不少学校会组织学生进行暑期社会实践活动。今年暑假，我参加了暑期安全社会实践活动。通过这次实践活动，我深切体会到了安全的重要性，并从中获得了许多宝贵的经验和收获。以下是我对这次活动的五点心得体会。

首先，我学到了如何保护自己的安全。在活动中，我们实地考察了一些公共场所，如商场、公园等，也学习了一些常见的安全常识和自我保护方法。我了解到，保持警惕是保护自己安全的基本原则。即使在人群拥挤的地方，我们也要时刻保持头脑清醒，不要轻易相信陌生人的话，并且要注意自己的隐私和财物安全。此外，遇到突发事件时，我们还学会了正确的逃生方法和呼救方式。这些知识将对我今后的生活和学习起到重要的指导作用。

其次，我认识到了公共场所的安全意识的重要性。在活动中，我们也了解到了一些公共场所的安全隐患。比如商场中的消防设施是否齐全、公园是否设有监控等。我们还发现了一些不文明行为，如乱丢垃圾、随地吐痰等。这些行为不仅影响了公共环境的整洁，也可能给他人带来安全隐患。通过这次实践活动，我明白了一个个人的不文明行为也是对社会的不负责任的表现。作为一个公民，我们应该从自己做起，积极维护良好的公共秩序。

第三，我们也了解了一些常见的交通安全常识。交通事故时常发生，很多时候是由于交通安全意识薄弱所致。通过这次实践活动，我明白了在行人闯红灯、乱穿马路等违法行为是危险的，不仅会给自己带来危险，也可能给他人造成伤害。同时，也意识到了开车时应保持安全距离、佩戴安全带、不疲劳驾驶等交通安全知识的重要性。这些知识将对我今后的出行起到重要指导作用。

第四，通过这次实践活动，我还学会了如何正确处理突发事件。在活动中，我们模拟了一些突发事件的处理过程。比如火灾、道路交通事故等。通过模拟演练，我们了解了如何正确报警、如何进行心肺复苏等应急救护措施。这些知识无论在工作、学习还是生活中都具有重要的实用价值。我们希望自己不会遇到这些危险的情况，但是事实上，突发事件时常发生，我们必须做好充分的准备。

最后，通过这次实践活动，我还体会到了社会公德的重要性。在活动中，我们不仅注意到了公共场所的安全隐患，还发现了很多市民的不文明行为。比如乱扔垃圾、不守交通规则等。这些行为不仅不利于社会的和谐发展，也可能给他人带来安全隐患。作为一个公民，我们应该从小事做起，从自己做起，自觉遵守公共秩序，维护社会的良好环境。

总之，通过这次暑期安全社会实践活动，我深刻认识到了安全的重要性，并从中获得了宝贵的经验和收获。保护自己的安全、提高自己的安全意识、掌握交通安全常识、正确处理突发事件以及提高社会公德意识，这些都是我在实践中学到的重要课程。我相信，通过这次实践活动的学习，我会对社会的安全问题有更深入、更全面的认识，做一个更加负责任的公民。

**暑期社会实践心得体会篇七**

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。也透过五天的实践，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。透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潜力依托自己的双手和大脑维持自己的保存，同时，也想透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。

自己的潜力能否被社会所承认。想透过社会实践，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带给了广泛接触下层、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”。透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。个性是我们学生，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。透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。透过实践，原先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，充实了此刻的年轻人。大家一齐努力把，首创我们完美的未来。

**暑期社会实践心得体会篇八**

在大二的最后一个暑假，我参加了青春健康同伴社以“健康人生快乐青春——青春健康使者进社区”的主题社会实践活动，为自己的大二生活画下了一个圆满的句号。

因为我们实践队的主题是“健康人生快乐青春——青春健康使者进社区”，所以我们实践队的主要活动地点都在东梅社区。

此次暑假社会实践最为重要的活动是以“预防艾滋，珍爱生命”为主题的宣传活动。在东梅社区工作人员的帮助下，我们在东梅的街道旁摆设了有关预防艾滋病的展板，并进行了问卷调查和分发宣传单。展板主要展示的是有关于防艾滋病的知识，以图文并茂的展板配合实践队成员的讲解，问卷的主要内容是在于了解人们对于艾滋病传播途径的知道多少，宣传单主要传播的是关于预防艾滋病的知识以及让人们正确认识艾滋病。在活动的进行过程中，大多数居民对我们的工作都非常配合，积极回答问卷，但有些居民却对我们的工作不理解，拿到宣传单后就马上丢掉，或者远远避开我们，但这些都没有事我们气馁，实践队的队员们都坚持自己的工作，一如既往。

随着感染者的增加，关爱艾滋病病毒感染者、病人及其家属也成为即防御艾滋病后的一大主题。.关心、帮助和不歧视艾滋病人和艾滋病病毒感染者，他们是疾病的受害者，应该得到人道主义的同情和帮助。家庭和社会要为他们营造一个友善、理解、健康的生活和工作环境，鼓励他们采取积极的生活态度，改变危险行为，配合治疗，有利于提高他们的生命质量、延长生命，也有利于艾滋病的预防和维护社会安定。

艾滋病病毒感染者及病人都是传染病病魔的受害者，周围的人应以关怀和爱心相待，切不可岐视这些人。因而对艾滋病有着基本的了解是十分重要的。如以下几点：

首先，艾滋病是一种病死率极高的严重传染病。目前还没有治愈的药物和方法，但可预防。

最后，也是最为重要的一点，与艾滋病人及艾滋病病毒感染者的日常生活和工作接触，如握手、拥抱、共同进餐、共用工具、办公用具等，不会感染艾滋病，艾滋病不会经马桶圈、电话机、餐饮具、卧具、游泳池或公共浴室等公共设施传播，也不会经咳嗽打喷嚏、蚊虫叮咬等途径传播。

为期一周的暑期社会实践活动在转眼间就结束了，在实践的过程中，我收获了许多，也懂得了许多，满意的劳动成果是来之不易的。通过这次社会实践，一方面，锻炼了我的人际沟通和表达能力，另一方面，我们也为社会做了自己的一些贡献，为东梅社区的建设做了一份努力。但通过这次实践活动，也暴露出了我们的一些问题，如经验不足，准备不够充分，处理问题不够成熟等。实践队成员都为文传学院大一大二的学生，虽然活动的过程有些波折，有些辛苦，但在活动的过程中，我们锻炼了自己，建立了深厚的友谊。这是一次令人难以忘记的社会实践。

**暑期社会实践心得体会篇九**

今年的暑假，我参加了河西学院文学院赴定西市陇西阳光康复中心暑假实践服务团。

7月14日上午，河西学院文学院20xx年暑期社会实践“爱心支教”志愿服务队来到了定西市陇西阳光康复中心。

一大早，志愿者们青春激扬，活力四射，骑行一个小时到达目的地，一路上志愿者们想象着各种见到残障小朋友的画面。但是当他们看到一个个需要照顾的残障儿童热情的迎接着他们时，他们就早已忘记了奔波的疲惫，和路上所预设的画面。有的小朋友高兴的手舞足蹈，一直伊伊啊啊的表达对志愿者的到来的欢迎，志愿者们也以饱满的热情投入到志愿工作中去。

今天是我们暑期实践服务的第一天。上午9点，我们8名志愿者在文学院何天亮队长的带领下，准时到达陇西阳光康复中心，参加“阳光课堂”的开班仪式。到达活动室，6名残障小朋友已经整齐地坐在椅子上。但看他们脸上洋溢的开心的笑脸，我们也很高兴很激动，很期待即将到来的与他们相处的日子。仪式由陇西阳光康复中心王云兰主持。王姐首先介绍了参加开班仪式的各位志愿者，然后是队长发言。何队长在发言中指出了本次实践服务活动的意义，提出了对8名志愿者的要求，并表达了对参加“阳光课堂”的小朋友的真心祝福。陇西阳光康复中心的王姐及其他一些人员也分别就本次活动的意义做了发言，并祝愿“阳光课堂”取得圆满成功。最后，嘉宾向小朋友们发放了免费的游戏玩具。领到那些玩具，小朋友们脸上绽开了兴奋的笑容，他们开心地举起玩具，笑着，跳着。开班仪式结束后，我们志愿者打扫了教室。明亮整洁的教室明天将坐满前来学习的小朋友们，我们期待明天的到来！

在志愿服务的过程中，志愿者们看到那些残障儿童时，回想着自己拥有健康的身体，有着父母无限的爱，自己还任性不懂事，内心几番起伏，几多愧疚。但是，这更加坚定了每个人作为志愿者的信念：要努力为残障儿童带来爱与希望，为残障儿童服务，让他们的生活变得更加美好，让他们感受到爱的呵护。同时志愿者也都明白了自己肩负的责任，感受到作为志愿者的光荣。在以后的生活中，他们会以志愿者的身份自警着，去帮助那些需要帮助的所有人。让青春无悔，让大爱永在。

孤独症的孩子虽然不善于表达自己的情感，也缺乏与人交流沟通的能力。但在活动中，他们积极参与其中。我们欣喜的看到孩子们展现出的好奇与快乐。为我们继续之后的公益活动增加了信心。20xx年7月14日，我们将铭记这一天。

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是

象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。 在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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，分析问题的能力。

每年五月第三个星期日为“全国助残日”。根据中国残联公布的数据，我国0-14岁的残障儿童约有817.5万人，约占全国残疾人总数的15.8%。作为“全国助残日”精神的延续，切实关注残障、孤独症儿童对于生活、学习的需求与渴望。让所有的孩子能感受到来自社会各方的关注与鼓励，健康、快乐的成长！

从残障儿童从孩子们所表示的“满足”中可以清晰的看到残障儿童真正需要社会的很多关心与关注；从所说的“幸福”中志愿服务队队员们体会到了关注残障儿童的别样幸福，志愿服务队的每位队员希望更多的人能够了解残障儿童、关注残障儿童，让大家携起手来为残障儿童构建更加美好的明天！

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