# 最新参加社会实践活动的心得体会(优质10篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-06-27

*心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。参加社会实践活动的心得体会篇一你知道父母的生日...*

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**参加社会实践活动的心得体会篇一**

你知道父母的生日吗?你为你的父母生日送过祝福吗?我采访很多人这个问题，大多数人回答：“不知道。”可见我们对父母的关心还不足够。

父母赐予了我们生命。我们从呱呱落地到成长为今天的我们，父母牺牲了多少的时间和心血，花费了多少的精力和财力。父母对我们的恩情深厚而无私，孝敬父母是我们做人起码的道德。感恩父母，孝敬父母是我们中华民族的传统美德。我们每一个人都是在父母的悉心关怀、百般爱护和辛苦抚养下慢慢长大的。父母的亲子之爱是无私、伟大的。他们可以为子女付出一切，也甘愿付出一切。所以说，父母之爱位于人世间各种各样的爱之上。

我们中华民族历来崇尚受恩不忘，知恩必报，这也是做人的基本道德，也即一个人的良心。东汉时的黄香，是历史上公认的“孝亲”的典范。黄香小时候，家境困难，10岁失去母亲，父亲多病。闷热的夏天，他在睡前用扇子赶打蚊子，扇凉父亲睡觉的床和枕头，以便让父亲早一点入睡;寒冷的冬夜，他先钻进冰冷的被窝，用自己的身体暖热被窝后才让父亲睡下;冬天，他穿不起棉袄，为了不让父亲伤心，他从不叫冷，表现出欢呼雀跃的样子，努力在家中造成一种欢乐的气氛，好让父亲宽心，早日康复。

殷殷孝子情，拳拳赤子心，他们做人的真情孝心，实在太令人感动了。那么，今天的我们应该怎样孝敬父母呢?在这里我想和交流三点:

首先是尊重父母的教导。父母所积累的人生经验是极其宝贵的，往往是我们在课堂上、书本里学不到的，他们对我们这些经验的传授是不计回报、真心实意的，所以我们应该认真听取，虚心接受.。

其次懂得关爱父母.每天要问候下班回家的父母亲;当父母劳累时，请父母休息一下,帮父母捶捶背,揉揉肩,应主动帮助父母做力所能及的家务;当父母外出时，应提醒父母是否遗忘东西或注意天气变化;当父母有病时，孩子应主动照顾、多说宽慰话。当有好吃的食物要懂得和父母一起分享等等。

第三，要努力进取，不辜负父母的期望。父母对子女最大的期望，先是成人，再是成材，最终有所成就。哪个父母不望子成龙、望女成凤呢?作为有孝心的子女应学会学习，学会处事，学会做人，不负父母的愿望，实现父母的期望，这是最重要的孝行。以培养自己良好的行为习惯，学习为乐、刻苦为乐发展自己的特长，让自己的父母得到欣慰，让父母以你为骄傲，这就是我们孝敬父母的最大实际行动。

谁言寸草心，报得三春晖。同学们，让我们从现在做起，从小事做起，让我们感恩父母，孝敬父母吧!

**参加社会实践活动的心得体会篇二**

活动内容：为社区清理白色垃圾，清除小广告

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。

三．在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，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。

学校是一个教育我、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，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。

经历了将近一周的,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。

“千里之行，始于足下”，这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，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。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。这次实习也让我深刻了解到，和团体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!

通过这次的的活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，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。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并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!

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。

“千里之行，始于足下”，这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，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。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。这次实习也让我深刻了解到，和团体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！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，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。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并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！

**参加社会实践活动的心得体会篇三**

今年的暑期社会实践我是在xx打工，我认为应该多接触一些与社会生活有关的社会实践，增强自己适应社会的能力，为将来走上社会多一些经验。由于家庭经济状况并不是很好，所以打工不仅增加家庭的经济收入，而且也可以锻炼一个人的耐力以及吃苦耐劳的精神。

在xx里打工的还有我一个同学和同学校的几个学生。虽然以前我们还不怎么认识，两天过后，我们每天早上都一起去工作，傍晚一起回学校，在路上我们一起谈笑。这可说是我们一天中最好的放松时间和方式。我们都是农村来的孩子，我们打工的目的也基本一样，即为家庭减轻点经济负担，同时也使自己得到锻炼。工作中，我们都很尽心，都很热心的为顾客服务，很尽力的超市做一些琐碎的事。里面的员工们都夸我们勤劳能干，“这几个大学生不仅能够吃得了苦，而且干活很好很利索，基本没有在工作期间出过错，这是非常难得的，就连经理也在夸他们”，这是他们的说法。“穷人的孩子早当家”，是的，我是农村人，我是穷人的孩子，但我没有给农村人丢脸，我是一个懂事的孩子，虽然工作中整天站着很累，但是自己动手挣来的钱花得舒服。

累是我打工以来感触最深的一点，也许真像大家所说的那样，只要自己努力，不放弃，坚持到底，等自己有了一份自己的事业以后，会感到以前的痛苦都是一笔不小的财富，我每年都在赞财富啊，这样自己就会感到希望不远了，自己努力努力再努力，成功属于有准备的人。

到超市打工只是自己为了生存，为了家庭所需的工作，不是最终的工作，自己要把握好大学的机会，大学是自己的希望之路，有的人说大学是和社会连接的桥梁，我却认为，大学是逃避社会最好的港湾。因为经历，因为失去，因为付出，因为成长，因为好多，自己在大学的感受与别人不同，我是一个坚强的人，同时是一个脆弱的人，我需要关怀，需要有人替我分担压力，有时我感觉压力大得无法呼吸了。但我们必须面对现实，有时候当不能改变现实时得学会承受现实。

在打工期间还认识了几个出色的员工，他们往往利用工余学习技能、参加各种技能培训。为了立足社会，他们有了一技之长，仍不断学习，真令人感动，反思自己，自己也要不断学习各类对自己，对社会有用的知识。许多人具有许多优秀的品质，我们得虚心向他人学习其优点。

通过打工的体验和现就业趋势的联系，我认为，以后毕业找工作时，一定调整好心态，脚踏实地地做好每件事。

“做人一定要上进，做事一定要踏实”———这是我们必须明白的道理。我们在大学校园里读书，有着那么好的条件，却有人逃课、乱花零用钱，想来真是惭愧。我认为，认真贯彻落实好大学生社会实践，对大学生的思想素质提高，以及知识的增进起着重要的作用。

社会实践是指引大学生走向社会的第一步，因为我们将来必然走上社会，多与社会接触，早接触社会的残酷性，为将来就业打基础，为将来适应社会做铺垫，每一段经历都是一段财富，都是成功的基石，还有三年，努力吧，为自己加油，让自己在大学期间过得更充实，多学多练多记，一切为了目标前进。

这次xx打工我锻炼了许多，也学到了许多。我耕耘，我收获。

**参加社会实践活动的心得体会篇四**

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。

虽然实践的这几天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。

- 袁蕾

中学生寒假社会实践活动心得体会

寒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。

我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道，但他们还是那么做了。看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？他们肯定知道。我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。我用铲子把他们刮下来，好累哦！真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛苦。学校让我们做这个活动的原因，也是为了让我们更多的接触生活，在生活中体会到一些东西。做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。在做这个活动的过程中，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。我们现在的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的精神有好处，以后能在社会上更好的立足。平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果不加强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。

在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛苦和艰辛。每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。我们周边的环境是美丽的，如果不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们唯一赖以生存的地方，我们应该加以保护。

通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发现很多的小问题。学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发现一些问题。没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。

希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

- 杜俐

中学生寒假社会实践活动心得体会

中学生通过开展丰富多彩的社会实践活动，可以逐步了解社会，开阔视野，增长才干，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。这也在无形中使我们对自己有一个正确的定位，增强了自身努力学习的信心和毅力。使我们自己提早走进社会、认识社会、适应社会。

在整个暑期实践中，自己能够不怕苦不怕累，勤奋工作，尽力、认真完成自己的任务;能够积极进行有关方面的自学并积极向别人请教学习;能够热心帮助不同小组去完成他们的任务;能够积极思考并提出自己的建议看法等等;与此同时也发现自己的知识面不够广，还有很多方面需要广泛的学习;自己有时做事还缺少一点耐性和细心。从这次实践中也有不少的收获和心得体会，以下就来分享一下。

一、我们需要坚持团队精神打造奇迹。

这次实践，我想我们其中每一个成员都清楚这一点——我们是一个从开始各不相识，为了共同的目标聚在一起，去完成一项共同任务的团队，只有大家都做好，才能收到预期的效果。而且这样的组队方式可以锻炼与人合作的能力。在等我们组员来的时候，我自己心里一直都想如果再有机会，无论有多么艰苦，我仍相信团队。

二、全心全意地投入自己选择所要做的事，尊重选择。

三、既要相信自己，又要相信他人。

我们都知道，天下没有免费的午餐，守株能待兔最终会遭到失败，只有全心投入，才能有真切的感受。最令我难忘的是在调查过程中请人帮忙填问卷的情境：很多时候两个多钟的时间只做了10来20张的问卷!填一张最多只要5分钟而已!其实也有原因的，主要是不相信，被问人不相信这些，所以拒绝;有时候是我们自己不相信自己，不敢随便问人，因为自己怕被拒绝以及听到一些难听的话语，所以不停寻找一些少拒绝的对象。后来问着问着，可能问多啦，胆子也大了，也可能觉得被拒绝也没有什么，可以再来的，就没有那么多的顾虑了，放开胆子去请他们帮我做调查，被拒绝了，还带微笑说：“没有所谓，谢谢”，情况也便逐渐好多了，自己从中也锻炼了口才。现在再想一想，其实只要正确地看待被拒绝，机会可以自己去创造。我们应该懂得相信自己，也懂得相信别人。

- 马骥

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的\'团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终只有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。其实。平时我也是一个容易动摇不定的人，不过这次和学长们一起合作，机会难得，我坚持了下来。我知道要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，形成了问卷调查。其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，不过当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。所以从这一过程中我知道做什么事都得认真对待，认真考虑。

差不多七月六号我们就开始行动了。来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还希望我们能够给上级领导传达相关问题。接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。小孩老人都那么让人容易亲近。不过我也遇到了不理我的情况，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，不过我还是走开了，自讨没趣。其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。可能是别人正忙或心情不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。对比整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们可以遇到形形色色的人，此时我们更应该学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备医疗卫生知识抢答晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也积极踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还积极参加关注农村，关注人民的健康的签名活动。对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。第二，增强了我的自信心，让我觉得自己只要好好准备了，一定能把事情做好。再次也让我发现了自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应玚能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应了过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。最后我们还帮园林社区做了一个安全感方面的的问卷调查。圆满地完成了任务。

通过本次社会实践活动，我得到了很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，

学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说了。他们充实着我，增强了我的自信心。

本次活动收获不少，在学习，工作，人际关系等各个方面，让我结识了更多的朋友，满怀信心地走进这个社会。

今天我可算是上了一堂社会实践课了。妈妈不知是闲着无事，还是心血来潮，竟想让我陪她去银行，还说可以让我认识一下社会，开一开眼界。我还没仔细想好，她就把我推出门去，然后拉上车去动作很快让我觉得又好气又好笑，无缘无故让我去银行？ 不过这次去银行收获还真不小理！走进银行，真的好安静啊，稀稀疏疏几个人坐在椅子上，还有一两个人站在柜子旁写着什么，第一次来我对什么都觉得新鲜，妈妈走向了一台机器，我急忙跟上去，妈妈对我说。这是一台排号机，她一本正经地按了一下屏幕，下面出来一张小票，上面写着2024，我刚想问这是什么，机器就大喊：2024号，请到四号柜台现在我总算明白了，2024原来是一个号码。

我目不转睛的盯着妈妈办完了存折手续，然后，便跟妈妈来到了一台自动取款机前面。妈妈操作了一便，取款机就吐出五张一百元的钞票来。接着妈妈又插了一张卡进去，叫我也来试一试，我模仿着妈妈，仔细的操作着，妈妈则以边指导一边讲解，所以，我很快就也成功地取出了五百元。

这堂社会课上得可真不错呀！我不仅知道了怎么办存折，还知道了如何用自动去款机取钱，也让我大开了眼界。

今天我们学校举行了一次社会实践活动一路上同学们都很高兴。到了神秘岛我们就迫不及待地跨进了大门。

首先我们来到了青蛙跳跳跳的游戏点。看到别的小朋友坐在上面，一会上，一会下，还不时发出尖叫声！心想：这个游戏真刺激呀！排了许久的队，终于轮到我们了。刚一系好安全带，我心里别提有多紧张了。随着音乐我们就慢慢地升到了顶端，向下一看，哇真美啊！这一块粉，那一块黄，真是多姿多彩，美不胜收啊！忽然我们从空中唰的落了下来，我感觉自己像飞起了一样轻飘飘的，心好像也快要跳出来了。有的同学却说：我还没看够呢，怎么落下来了。这只青蛙见我们没全被它吓着，于是又一上一下地来回循环了几次。刚开始我有些害怕，可后来因为循回的次数多了，我也就不怎么害怕了。我环顾了同学们那一张张恐惧的面孔，听着同学们那一声声撕心裂肺的叫声，就再一次深切的感受到了青蛙跳跳跳的刺激了。后来我们还玩了：碰碰车、旋转木马、互动电影、海盗船、小火车和小飞机等新鲜刺激的东西。

时间过得真快呀！不知不觉已经两点三十分，我们恋恋不舍地离开了神秘岛。我想学校组织我们去社会实践活动并不仅仅只是让我们去游玩，而是希望可以通过社会实践活动来开阔我们的视野，丰富我们的知识，锻炼我们的意志，促进同学与同学之间友谊，真是一举四得啊！

通过这次寒假的社会实践活动，我得到了很大的收获。

1、 要有一颗感恩的心。

这次寒假，我帮爸爸、妈妈做了许多家务事，有扫地、选菜、端碗、倒垃圾...虽然事情很小，但从这些琐碎的事情我体会了爸爸妈妈平时是多么的辛苦。以后，我一定要努力学习，好好的孝敬他们。

2、 帮助别人是一件很快乐的事情。

当别人有困难时，我们应该立即帮助他们，甚至是素不相识的人。在春节时我帮助门卫伯伯打扫院子里的落叶时，心里甜蜜蜜的。也感觉到在帮助别人的同时，自己也会有一种特别踏实的感觉。

3、 读书真好。

我记得高尔基曾经说过一句名言当饥饿的人扑在面包上，就像我扑在书本上。我终于理解这句话的意思，从书中可以学到丰富的知识。我今后一定要养成读书的好习惯。

4、 多动手、多动脑。

通过一些小制作小发明，使我的手变的更灵活，同时也锻炼了我的手工能力。使我的头脑变得更聪明。

大学生暑期社会调研实践项目之相江水质分析

实践项目内容简介：请控制在500字以内，超出500字部分将不被系统记录

实践项目目的及意义：请控制在300字以内，超出300字部分将不被系统记录 通过对湘江水质的调研分析，探讨湘江水环境现状及影响、恶化原因及治理对策。调查民众对湘江水环境状况、政府治理工作的关注度、了解与认可度；同时通过社会实践，提高参与学生的社会责任感和环保责任感，培养学生专业思想、专业知识、社会实践综合能力。同时也为水环境主管部门治理湘江水环境提供参考，通过现场及媒体宣传，进一步提高社会对水环境的认识和重视，引导民众自觉参与水环境保护和监督，促进水环境综合治理健康发展。

1、制作视频，生动形象地展示调研成果。

2、通过实地采样，问卷调查、图片等原始资料，以科学的方法进行整理、推理得出我们水质分析结果，并撰写调查报告书。

3、根据相关环保知识，结合调研成果，制作水资源保护宣传的册子。

4、通过调研分析污染的问题和原因，以书信的形式向长沙环保局提出合理的建议和措施。

5、将调研成果写成文章投至报社，借媒体的力量，呼吁社会关注湘江，共同保护母亲河。

6、举行调研报告会，团队成员总结分享心得体会。

实践项目成果报告形式：请控制在200字以部分将不被系统记录 调查报告书的形式

一、前言：介绍湘江水质社会实践调研的背景

二、调研目的及意义：锻炼在校学生的实践能力，培养理工人的环保意识，提升大学生的社会责任感，展现当代青年的精神风貌。

五、调研心得

六、附件调查问卷等

出生年月：1964年6月

主要研究方向：能源材料物理化学，电化学合成，化学净水

社会实践心得体会

这个暑假我们班做了有关“广场舞对南京大妈们文化生活的影响有多远”的社会实践项

目，炎炎夏日，我们不怕毒太阳的照射，充满激情的踏上了实践的征程。我们8月25号到27号分别在托乐嘉，雨花台烈士陵园及周边小区，天印广场进行了调研。我们一个团队一起起早贪黑一同完成我们的任务，没有人抱怨，每一次的挫折都会让我们互相鼓励更加团结，有一个同学身体不适还是坚持一起去了调研，团队中永远团结最重要，而最欣慰的是在每一次的活动中确实在这样演绎。

这三天我发现社会在不断给我们上课，问卷调查的过程中，人们拒绝的方式各有不同，有的是不愿意，有的是反感，在一次又一次的拒绝中难过，不过会立刻在队友的支持中好起来，不丢初心，这也是在锻炼自己的耐心。这三个地方环境不同，天印广场很空旷，空气新鲜，是跳广场舞是最佳地段，因而也是江宁区跳广场舞人数最多的地方。我们几个也欢乐的加入队伍中，跳了起来，很有意思，意犹未尽。托乐嘉跳舞的地方很小，小到称不上广场，不过也阻挡不了大妈们对广场舞的热爱，每天准时开心的过来娱乐。广场舞确实对南京大妈的文化生活有很大的影响。

社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在实践中开拓了视野，增长了才干，大学生社会实践确实是一门必修课。当然在这次实践中的体会与感悟最珍贵，每一次的经历都在让我们的思想进步，成长，会终身受益。

**参加社会实践活动的心得体会篇五**

思想品德教育离不开社会实践活动，只有在实践中亲身体验，高尚的思想，良好的品德才会不断地内化为学生自身的素质。

为此，我校今年开展了一些社会实践活动，现总结如下：

一、活动内容具有针对性、教育性、实践性。

一至三年级开展了“我爱绿色世界”参观游览活动，引导学生回归自然，走进自然，认识了多种常见的花草树木。

四至五年级通过“xx—北京，我来了”长走活动，激励了学生学习奥运健儿的拼搏精神。

另外，在活动中还对全体学生进行环境教育，组织了环保行动，在游览过程中，每位同学手拿一个环保垃圾袋，捡起身边的垃圾，以自己的行动为社区奉献一份力量，融入社会大家庭，做一名合格的小主人。

二、活动形式从实际出发，因地制宜。

本次活动利用了我镇有的的植物园、林地及等，通过让学生走看、等亲身体验，使他们认识了大自然，体验了乡村的田园生活。

活动中，要求低年级学生认识5至6种花草树木，高年级学生在终点处“xx——北京，我来了”，的横幅上签名。

活动结束后，要求学生们说一说自己认识的花草树木，并要求高年级学生写出一篇篇优秀的游记，既是对话动的记录，也是对活动的总结。

三、时时处处注意安全，确保了活动的顺利的开展。

安全问题是活动顺利进行的基本前提，活动开始前，校长室、教导处、体育组先到活动的地方踩点，学生处下发的活动方案中的五条要求明确规定：行政全部都分到了各个年级;体育组和计算机组的老师负责组织学生并在各重要的路口把关;班主任老师在出发前强调了组织纪律，提醒了学生做好外出的各项准备工作，切实注意安全;科任老师分到各班，协助了班主任老师开展活动。

以上防止安全事故发生的措施保证了活动圆满的完成，活动结束时，无一例安全事故发生。

通过这些活动，学生们在实践中增长了见识，培养了能力，得到了锻炼，孩子们也学到很多书本上学不到的东西。

我们将在今后的工作中，为学生们提供更多体验实践的机会。

开展中小学生社会实践活动，是全面培养学生创新精神、实践能力和综合素质的重要举措，提升学生对社会的认知程度。

也是克服“应试教育”倾向，全面推进素质教育的重要内容。

为了全面贯彻和落实教育方针，培养适应现代化社会需要的综合性人才，暑假期间，由旺镇中心学校以“德育为核心”针对小学生的特点与学校特色开展形式多样的社会实践活动，让学生走向社会，接触社会，融入社会，运用所学知识去认识社会，为学生的创新精神和探索精神以及实践能力的培养提供机会，现将开展情况总结如下。

一、以正确的教育方法来指导实践活动的开展

本次社会实践活动以科学发展观为指导，以服务学生、促进学生全面发展和创新精神、实践能力的培养为根本出发点，以社会主义核心价值体系教育为主要内容，把社会实践作为学校教育的重要组成部分，纳入学校教育教学的整体规划，将社会实践作为发挥学校在未成年人思想道德建设中主渠道作用的重要方面，形成加强和改进未成年人思想道德建设的合力，促进了学校教育与校外教育相结合，教育与生产劳动和社会实践相结合。

二、以良好设计思想的营造推动实践活动的开展

社会实践需要全社会的支持，要形成凡是公共资源都有义务支持学校开展社会实践活动的意识，形成全社会都有责任关心青少年学生健康成长的观念。

积极性不断被调动;广大家长也越来越认识到社会实践的重要性，支持鼓励孩子参加社会实践，从而促进了全社会共同育人氛围的形成。

在实践活动开展之前，结合学校具体工作实际，我校积极利用广播、黑板报以及宣传单等向家长、社会宣传中小学生社会实践活动的重要意义，在社会上营造了关爱青少年健康成长的良好氛围。

三、以加全民教师力量建设促进实践活动的开展

本次活动学校选派了政治素质好、责任心强、业务水平高的教师从事学生社会实践的组织指导工作，尤其重视发挥团队辅导员在组织指导学生开展社会实践活动中的骨干作用。

在此次学生的社会实践活动中，涌现出了一支热心教育事业、具有专业知识、掌握一定的教育教学方法的指导教师队伍，在本次学生实践活动中发挥了重要的组织、指导作用。

四、以建立和完善小学生社会实践活动人身安全制度保障活动的开展

为保证活动的顺利开展，中心学校制定了《小学生社会实践活动人身安全制度》和《小学生社会实践活动审批制度》。

要求各学校在开展活动之前都要向中心学校进行审批，在组织学生参加社会实践活动时要制定出切实可行的安全措施和应急预案，由专人负责。

在活动之前，要加强学生的安全教育，使其充分了解社会实践活动的注意事项;在活动过程中，要加强学生的管理和监督，促使学生自觉遵守活动守则，确保人身和财产安全。

五、以健康向上、形式多样的活动落实社会实践活动的开展

本次实践活动自7月20日开始至8月20日结束，历时一个月，在此期间，结合具体实际和小学生的切实需求，开展了各种积极健康、形式多样的实践活动，取得了较好的社会效果。

1、“好书伴成长”读书活动：书籍记载着人类成长的历程，把文明代代相传，绵延至今。

在暑假期间，组织学生阅读积极健康的书籍，激发学生读书热情，培养学生读好书、好读书、读书好的良好学习习惯和能力，让读书成为学生成长需要。

三到五年级的学生还写了读书的体会和感受。

2、“爱心献老人”体验活动：在假期活动中，各个中队在辅导员的带领之下定期帮助附近的孤寡老人，为孤寡老人送去温暖，这样，不仅培养了学生尊老敬老、助人为乐的优良品质，又增强了学生的社会实践能力。

3、“绿色环保”系列活动：根据我镇的实际情况，组织学生对一些街道、河流进行调查，了解家乡河流受污染的现状，对学生进行环保教育，特别是使学生认识到保护好河水不受污染，对社会的生产和生活意义重大。

并通过学习使学生了解我国能源的现状，树立节约能源的意识，并且把这种节能的`意识带回家，宣传给自己的父母，真正做到以点带面的效果。

通过“花草树木是朋友”、“我的低碳生活”“我是节约小卫士”等体验与创意活动，让学生把自然、和谐的生态环保意识和简洁、节能、文明的绿色生活理念带回家。

找节能的窍门和方法，从节约一滴水、一张纸、一粒米、一度电等点滴小事做起，让低碳理念从校园延伸家庭，辐射社会，真正让环保成为时尚，让绿色走进家庭，让低碳融入生活。

4、“农业生产”体验活动：有计划地组织学生到附近的生产劳动基地进行劳动体验活动，同学们都积极参与，在劳动中挥洒汗水，不怕苦、不怕累。

在劳动中学生体会到了劳动成果的来之不易，自觉养成了珍惜劳动成果的优秀品质，培养了学生吃苦耐劳的精神，增强了集体观念。

5、“拒绝三无食品”活动：学生在教师的带领下走访调查了工商、超市的工作人员，通过走访调查知道了什么是三无食品，怎样鉴别三无食品，三无食品为什么会在市场上出现，三无食品有哪些危害，小学生应该怎样抵制三无食品。

暑期通过广泛开展丰富多彩的社会实践活动，让学生走进社会，了解社会，关注社会。

学生的体魄得到了锻炼，审美情趣得到了陶冶，劳动观念和劳动技能得到了增强，而学生在实践中取得的思想上的进步和意志品质受到的锻炼，又迁移到科学文化知识的学习上，有利地促进了学生身心健康的发展。

在参加这些活动的过程中，每位队少先员以饱满的精神状态，虚心地去学习，认真地去观察，用心地去思考，取得了良好的实践教育效果，所表现出的良好的精神面貌也深得老师们的好评。

实践期间，学校领导班子亲自带队，确保了每一次实践活动的顺利完成，通过对本次实践活动的讨论，实践队对本次活动的特点、收获和存在问题以及对未来的展望进行了分析和总结。

一、活动特点

1.主题突出

本次活动是在认真贯彻《中共中央国务院关于加强未成年人思想道德建设实施纲要》，中共中央、国务院关于全面推进素质教育的精神，进一步深化课程改革，加强对少年儿童爱祖国爱家乡教育，全面提高少年儿童的综合素质的背景下开展的。

2.目的鲜明

本次活动让学生的身心在活动中得到放松，在与大自然的接触中感受人与自然和谐的重要，在与动物的亲近中增强保护动物的意识，在了解古蜀文化的同时见证成都的历史，进一步培养学生对历史的兴趣，增强学生作为成都人的自豪感。

3. 注重利用人文景观和自然景观进行爱国主义教育

在活动期间，少先队员们来到了动物园，金沙遗址，阳光教育基地，利用那里的人文景观和自然景观培养大家的爱国主义情感。

活动结束后，队员们表示这次活动非常有意义。

4.加强交流与学习

在这次实践中，学习交流是一大特点。

在实践中注重向社会、向向群众，向老师学习。

同时实践队非常注意加强内部的相互交流和学习，在每一阶段结束后，都会进行讨论，在大家集思广益后总结收获与发现不足并提出展望。

反思：

本次活动取得了圆满的成功，但是也存在者一些不足之处，比如:关注细节还不够，在教育的形式上还要多下功夫。

社会实践的成果意识有待加强。

2.指导思想：

为了丰富学生的课余生活，拓展学生视野，了解家乡的种植产业，领略家乡与众不同的现代特色农业，感受家乡的秀美景色，感受学习科学文化知识的重要性，感悟劳动光荣的美好情操，接受热爱家乡，热爱祖国的教育，培养和提高学生的自主合作能力，社会实践体验，经学校研究决定开展一次小学生社会实践活动。

一、活动目的

1、让小学生们亲近社会、学习知识、开阔眼界;

2、提高学生自身的综合素质，增强学生的学习意识和吃苦耐劳精神;

3、提高学生独立生活能力，培养学生的实践体验能力和团队协作精神。

二、活动时间：2024年10月18日

三、活动地点：杭锦后旗陕坝镇中南渠村康尔莱生态基地

四、活动主题：走进特色农业了解科学种植

五、参加人员：杭锦后旗陕坝镇五星中心校3—6年级学生

六、出行方式：自行车到达，步行参观。

七、领导小组：

组长： 陈向军(总指挥 )

副组长：窦永生 魏慧琴

组员： 陈俊峰 柴仙桃 刘彩云

各班班主任(张爱萍徐仙 赵美丽 王萍)

照相：

资料整理：刘彩云

保安：张瑞峰

校医：孔淑珍

八、安全负责人：各班班主任及搭班老师

九、领队：

总领队: 刘彩云

各班领队：各班班主任

十、活动过程：

**参加社会实践活动的心得体会篇六**

经历了将近一周的,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。

“千里之行，始于足下”，这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，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。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。这次实习也让我深刻了解到，和团体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!

通过这次的的活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，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。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并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!

篇一：大学生暑期社会实践心得体会范文

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈阳晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗，sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

篇二：大学生暑期社会实践心得体会范文

今年的暑假,为了响应学校的号召,更为了锻炼自己,提高自己的社会实践能力,为将来的就业打下基础。我不仅在实践中深化了知识,而且学到了书本上没有的知识,收到了深刻的教育,了解了我们村里的一些民情和青年的一些现状。

通过我的观察,我感受到了农村基层党员干部务实的工作态度和全心全意为人民谋利益的无私奉献精神。此外,在这次实践中,据我亲身所感、亲眼所见、亲耳所听,我对我们村的现状有了更多更深的了解。

村里自2024年以来,全体村民在村委村领导的带领下,同心同德,修乡村公路5条,打居民用水井12眼,兴修水利灌溉池塘8口,新建养鸡产2座…….自2024年至今的7年时间内,全村700多户村民从人均收入不到1000元一下子提高到2500元。

此外,村领导干部积极响应党中央国务院建设社会主义新农村的号召,主动转换思维,跟上科技前沿,大力引进抗虫棉、超级杂交稻、三倍体无子西瓜等新型农作物品种。既增加了农作物的产量,有改良了土壤。另外,村领导带领村里一批有志青年利用寒暑假时间到一些信息科技相对发达的新型农村示范点进行考察和交流,在村里率先引进水晶梨、板栗、李子、油桃等一系列蔬果新品种,将原来一些劣质土壤的农田进行大面积整合改造,在上面载起了果树。

如今的马埠头村,再不是原来的穷乡僻壤了,村民的腰包鼓了,腰杆直了,村里的精神文化生活也越来越丰富了。村民开始盖起了各自的小二楼,一个个对社会主义新农村充满了信心和期待。

放假之前,我就联系了爸爸曾经的同事,村领导王会计,表明自己希望参加和帮助村委会的日常工作,从而锻炼自己,同事也可以为乡亲们服务。村主任和其他村干部商量后,同意我在村委会挂名并开展工作社会实践 报告,主要负责基础的日常工作和一些对自己感兴趣的课题进行调查。接到可以正式上班的第二天,我就按照村主任的安排,走进了村委会的办公室,正式开始了我的第一次社会实践。第一天“上班”,难免有些激动和紧张,接受的工作完成的都不是很顺利。例如在帮王会计作工作记录时,经常记住上句忘了下句,而且为了赶时间社会实践 报告,字迹十分潦草,整个会议过程都手忙脚乱的,闹了不少笑话。但是会后村支书找我谈话,并没有批评我的“错误”,反而对我进行了鼓励,并告诉我他的一些工作经验和教训,让我受益匪浅!一天下来,我深感工作的不易,但我学会了怎样调整自己的心态,很快融入到了新的环境中去!

以后几天,我一直做着整理文件,清洁卫生,接打电话等一些较容易较轻松的工作。但即使是一些不起眼的工作,我也深刻体会到做任何事都不能马虎,要做就要认认真真、一丝不苟。一页文件整理错了,到需要时候就很难找到;卫生大扫得不干净,就会给上级领导和人民群众留下不好的印象;接电话的语言不得体、传达事情表述不准确,就会影响到工作效果。我加强了对自己的要求,不放过任何微笑的细节,尽量将每件事情都做到出色和完美。

在村委会工作的同时,我也对我的研究课题进行了一些调查,我个人对经济方面比较感兴趣,所以着重调查了一下村里的经济结构(村民收入的主要组成部分),虽然我不是学经济学的,但对这方面也有一些了解,我确立了一个调查的大致方向,不是很专业,但我觉得挺合实际的。我查了下村里的人口和人均年收入,然后根据自己家里的情况和周围邻居、亲戚的一些了解,同时也走访了一些其他的村民,最终确立了一个有关我们村的一个经济结构模型(私下里觉得挺幼稚简单的,但毕竟是我自己的东西啊)。

最终,我在村委会完成了将近20天的社会实践。这些天下来,我收获了太多太多,许多都难以用语言来形容和表达。而通过这次实践活动,让我感受最深的除了我的能力得到锻炼和提高外,就是农村在这几年里的飞速发展,农村经济的欣欣向荣,农民生活的巨大改变给了我很深的感受,让我对社会主义新农村建设充满了信心。

作为一名在校大学生,我生在农村,长在农村,能够在农村中参加社会实践,去体验中国最底层的社会生活,这对我以后的人生道路来说绝对是一笔宝贵的财富。通过这次活动,我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力,还丰富许多工作经验,自己的认识和理论水平也明显有了很大提高,也让我对以后的生活和工作充满了信心。我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战!

篇三：大学生暑期社会实践心得体会范文

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。

“千里之行，始于足下”，这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，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。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。这次实习也让我深刻了解到，和团体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!

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，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。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并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!

大学生社会实践心得体会范文

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。 不同的时间的社会实践，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。社会实践加深了我们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。我在实践中得到许多的感悟!

一:挣钱的辛苦

整天辛辛苦苦上班,天天面对的都是同一样事物,真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时,我们才真真正正的明白,原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二:人际关系

在这次实践中,让我们很有感触的一点就人际交往方面, 大家都知道社会上人际交往非常复杂,但是具体多么复杂,我们想也很难说清楚,只有经历了才能了解.才能有深刻的感受,大家为了工作走到一起, 每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧,就看你怎么把握了.我们想说的一点就是,在交际中,既然我们不能改变一些东西, 那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这些社会实践中使我们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。

三:管理者的管理

在打工实践的地方,有很多的管-理-员,他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理,就必须要有好的管理方法,就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工,你的下属,你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学,要用到不同的管理方法,意思就是说:在管理时,要因人而异! 但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道，这样大家才能服从，才能有助于工作的进行。

四:自强自立

俗话说:\"在家千日好,出门半\"招\"难!\"意思就是说:在家里的时候,我们有自已的父母照顾,关心,呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了,但是,只要你去到外面工作的时候,不管你遇到什么困难,挫折都是靠自已一个人去解决,在这二个多月里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在,就算父母不在我的身边,我都能够自已独立!

五:认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。

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。

“千里之行，始于足下”，这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，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。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。这次实习也让我深刻了解到，和团体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！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，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。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。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。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并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！

这个暑假，我参加了黄江镇2024年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际能力上，我比以前开朗了，更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动;大学生志愿服务活动;社会调查活动;兴趣培训活动;第一桶金活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一起去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎~!玩累了，我们就一起去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活!

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动----第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了?因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以付，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。现在，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊!也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊!

这次为期一个月的社会实践活动，使我学到了很多东西，使我明白了很多道理，使我在许多能力上都有所提高。我真的感到很高兴。

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——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。

在我补习教学的这一段时间内我感触最深的就是老师应以何种心态对待的学生，要成为一名合格的老师需要什么样的素质。

暑假让孩子上补习班的用心显而易见，无疑是希望自己孩子能更上一层楼。其中家长绝大多数不了解孩子们的真实想法，其中有二点是家长们普遍存在的想法：一是，上补习班总比没有好，多少都能学到点;二是看到其他的孩子在学习心里不平衡。就家长们存在的这种心理可以看出，所有的家长都希望自己孩子成绩可以取得进步，这是他们对孩子最真实的爱。而请家教就是他们体现这种爱的表现，尽管很多时候得不到孩子们的体谅。而其实大半的学生，与家长的沟通都不畅，学生不能理解家长的苦心，家长也不理解自己的孩子的内心活动，这也就是人们常说的代沟。而我们作为教师，就应该扮演联通代沟的桥梁角色。

在假期补习的过程中，我深刻理解了实践对理论的重要性，也深刻理解了在学习中我的不足。下面我将从以下几个方面谈一下我的经历。

一、招生工作。

我们在大三师哥的带领下几次到济南市里去作招生宣传，但都因为时间上的误差而错失良机，一次次的失利让我的自信心一次次下降，好像有点失望的感觉，又一次我意识到自己的实力是如此的薄弱。最后无奈之下师哥在他的家乡组织了这次办学，家教团变身为英语补习班。

二、开始上课。

1、 前期准备。根据最开始的安排，由我来讲解小学的数学课，由于没有同时给多人上课的经历，我是相当紧张的。加之本身数学又不是我的强项，极度的紧张让我差点放弃。但最后在师哥的鼓励之下我决定奋力一搏，试试又何妨!最后，由于种种原因，又做出变动由我讲授英语，开始的紧张逐步转化为开心，毕竟英语是我喜欢的科目。可事实却出乎我的意料太多。

2、 试讲。2024年7月15日第一次试讲，结果是我大失所望。简直糟糕透了!校长评价我讲课为：没有逻辑性，跳跃性太大，有点照本宣科。而我的自我评价则是：语无伦次、乱七八糟。自信心极度走下坡路，现在想来当时真怪自己太不了解自己，有太不了解学生了。试讲过后，我充分意识到自己的不足，当天晚上，我进行了恶补，从头开始重新选择课题，重新备课，重新组织讲课方式。

3、 正式开课。2024年7月16号，补习班正式开课。当天，我记忆最深刻的一天。从一开始的稍有紧张逐渐进入状态，慢慢的一上午就这样过去了。自我感觉也还可以，但总效果还是没达到预期，即刻我就自己的教学方法做了总结与思考。校长告诉我，上课过于死板，气氛不太活跃。他建议我多想一些比较娱乐的方式放在教学过程中，尽量让上课方式轻松而有效，多元而活泼。

4、 教学方式。

(1)授课原则：轻松快乐有效地学习。争取让每个孩子都有表现的机会。

(2)授课方法：游戏与教学并行，寓教于乐。在玩中学。刚开始讲课只是干巴巴的老师在讲，学生在听。上课期间总有一两个学生想睡觉，这让我不得不绞尽脑汁想一些可以调动学生学习兴趣的方法来吸引他们的注意力和赶走总是来侵扰他们的瞌睡虫。开始我想通过比较好玩的方法来开展学习，当我试过一次后发现学生的心太难收回来。还是比较轻松又不太凌乱的方法比较好。于是，在以后的教学中，我逐渐摸索出一些可以控制课堂秩序的方法。

(3)授课步骤: 1、复习上次课的内容。

2、导入新课，新句子，新单词，新对话。

3、引入新句子。每天讲授几个经典的语句。

4、布置并检查家庭作业。

(3)授课方式：1、分组练习，小组长领读。

2、学得快、记得准的学生领读。争取让每一个孩子都有表现的机会。

3、通过画画、游戏(诸如捉迷藏、藏东西等)来导入新课，并练习阅读。

4、通过比赛读、轮流读、角色扮演、情景模拟、击鼓传花挑人读、娱乐游戏输者读等方式来强化练习。

5、通过学习唱歌来学习新知识。

6、定时放映励志、娱乐电影，并从中选出经典的句子，加入每日经典语句中。

7、结合孩子们的天性学习李阳英语夸张的发音、口型、手势，充分调动课堂气氛。

8、课上活跃课堂气氛，充分激发学生学习兴趣。课下，及时与同学们交流，纠正他们的错误和不足。给每一个孩子发现自己长处和优势的机会。

9、两次小测试。

三、思考与收获。

经过暑期补习班的实践，我学到了许多在校园里学不到的理论之外的实践知识。

1、通过这次的实践，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。特别是自己主动解决问题和与人沟通方面获得了不菲的进步。

2、通过这次实践，我的暑假生活变得快乐而多姿。我也认识了许多的朋友。 这个暑假，我们一起走过。

3、最重要的，不仅得到了学生的关怀与爱。

4、更得到了学生家长的信任与帮助。

5、还有，通过小班教学锻炼了我的应变能力。对于课堂上的突发状况，可以由一开始的惊慌失措逐渐变的应付比较自如。课堂上可以随时注意到学生的动态。从控制学生情绪到帮助学生提高学习兴趣方面都有了一定的方法和措施。

6、通过与小朋友们的相处，我学到了许多我们所欠缺的东西。例如纯洁，例如童真，例如勇敢，例如坚强，例如乐观。通过与们一个月的相处，我逐渐学会了怎样控制自己的情绪，在课堂上尽量不要让自己的情绪影响到孩子们，尽自己最大的努力让失常的情绪远离课堂。

二、同时我也发现一些了自己的不足，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。这也引发了我的一系列思考。

1、大学生共有的特点，或者说是缺点：眼高手低。刚开始总觉得自己好像什么都懂，什么都会，但当真正走上讲台，走上岗位才发现原来自己是那么的脆弱和不堪一击。一个多月的实践，让我深刻意识到，亲手做一做真的很重要。

2、理论与实践的脱离。作为师范专业的学生，我学习了很多激发学生学习兴趣，营造良好学习环境、课堂气氛的理论方法。但当真正用在教学上的却不多，理论的提出总结了大多数的实践经验。而面对不同的群体，单纯的依靠理论是不可行也是不现实的。通过这次实践，我逐渐掌握了一些方法，在教学上把学过的理论与实践结合起来，共同为课堂服务，为孩子们撑起一片蔚蓝的天空!

3、如何引发并保持孩子们学习的兴趣和积极性、主动性?我尝试了一些方法来引发他们的兴趣。鉴于孩子们的天性我采用了诸如画画、唱歌等娱乐的方式来导入新课，在开始阶段激发起孩子们的学习兴趣。考虑到孩子们在学校很少有表现的机会和他们渴望表现自己的心理，我采用了one by one的领读方式，争取让每一个孩子都拥有机会来展示自己。课上，师生关系让我随时关注着孩子们的动态;课下，朋友关系让我和孩子们打成一片。记得有一个孩子总是亲切的喊我“老师姐姐”，感觉真的很棒。

4、充分把握学生情况，全面掌握学生动态。初始，由于不了解学生的学习情况，课上的气氛总是不够活跃、太呆板。慢慢的了解过后，课堂再也不是单调的讲课，有讲课有娱乐，有老师的讲有学生的问，有师生的互动有同学的交流，课堂逐渐变得多姿多彩起来。做教育工作者，就应该从孩子们的需要出发，充分理解孩子们的天性，做到一切真的是为了孩子。

这次的社会实践让我受益匪浅，学到了很多，也了解了很多，从中我明白了一个基本的道理，一份真心，加一份耐心，加一份专心，加一份动力，再加上自己扎实的专业知识是一个好的老师必备的东西。

通过在假期的这段教学生活，让我得到了很多感触。让我实践了教师这个职业的工作，锻炼了我的表达能力，交往能力以及职业技能。这些收获将影响我以后的学习生活，并对以后的工作产生积极影响，我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，而且会让我受用一生!

一、 新农村建设调研

2024年7月14日，我们怀着无比激动的心情向位于陕西南部的汉中地区进发，途中我们在隶属汉中市的勉县和宁强县开展暑期实践活动，每到一个地方，我们都通过发放传单和调查问卷以及面对面和农民同志交流，认真了解当地人民的生活习惯、并拍摄照片，记录在新农村建设下的农村人民的生活状态。

汉中民风淳朴，环境优美，号称西北小江南，向来以发展旅游业为振兴汉中经济的主要来源。但由于地理缘故，汉中交通不便，尤其是属于山区地带的宁强县，是2024年陕西省的地震重灾区。因为人才资源稀缺，所以汉中市的科技，教育，文化等诸多方面都落后于与之毗邻的安康，宝鸡等市或地区。

1、 扫盲工作仍需继续开展

在我们开展调查问卷的过程中，我们发现部分农民朋友竟然不认识汉字，当我们把调查问卷发到他们手上时，有一位农民朋友说：“你们发这些，我不认识怎么办”。这句话对于我们大学生来说是很震撼的，国家对新农村建设高度重视的，新农村建设要求农村人民利用国家的优惠政策积极开展农村生产，不管是国家下达的重要文件，还是国家给与农村的科技技术支援，都需要农民朋友们具备一定的文化素养，如果部分农民不能识字必然对新农村建设的实质内涵不了解，对国家给与他们的新技术新思想不能接受，从而影响到整个村子乃至整个乡镇的新农村建设的进展。

2.农村也要加强思想教育

在我们调查问卷的过程中，当我们问及是否了解国家近几年对新农村建设政策时，许多人摇头表示不知道，当我们举例说到关于农村房屋建设，以及国家免除农业税等方面得话题时，他们才能意识到这些原来就属于新农村建设的政策，只是他们平时都没有系统的了解过国家的新农村政策。

通过这些事情也让我们意识到，作为中华人民共和国公民了解国家政策是我们的权利，也是我们应尽的义务，生活在国家的政策之下，如果连国家的基本政策都不了解，我们很难在国家框定的社会秩序下顺利的工作学习和生活。

3、 及时获得最新的农产品买卖渠道

这次新农村建设调研，我们在宁强县高家坪村签订了大学生村镇挂职锻炼基地，我们从宁强县的多个村子了解到，很多村子原本有自己的特色产业，但是当人们怀揣热情投入到新型农业生产并得到劳动果实之后，却苦于找不到宽广的市场需求，或者因为外界的收购价格过低打消了再生产的积极性。作为国家最先进的人才队伍，我们大学生应当积极发挥自己的主观能动性以及自己的特长，把网络和计算机引入农业生产环节，利用网络和计算机帮助农民群众获得更多的市场需求以及更多的先进农业生产技术，使他们发展新型农业的积极性得到增长，为增产增收提供强有力的保障。

二、 大学生暑期教育调研

这次的暑期社会实践活动，我们作为学院首支到达地震灾区签订支教基地的队伍，签订大学生暑期社会实践基地是我们有一项重要的任务。之所以签订社会实践基地的原因有三。

一是每年暑假大学生应当积极参加课外实践活动，认真了解当前社会形态，了解国家的基本国情，这对于我们今后进入社会工作，能更好更快的了解社会打下一定得基础;二是在许多大学生眼里，他们并没有真正认识到社会实践的重要性，对于学院每年下发的暑期社会实践表格仅仅盖上签收单位的公章就算完事儿，当然也有的同学凭自己的努力找到了实践单位，但是对于大多数同学来说找到一个合适的实践单位，他们很难迈出这一步，针对这样的情况，学院应当提供社会实践基地，为以后的社会实践活动提供便利条件。让更多的学生更好的进行课外实践活动;三，就以往所开展的社会实践活动的效果来看，很多队伍到了当地后才联系实践单位，在实践的过程中由于没有了解当地的实际情况，因此他们的实践活动是在探索中进行的，但是大学生实践活动的时间很短暂，往往等到大家适应了环境，摸清情况准备好好锻炼的时候，活动的时间已经所剩无几了。为了有目的的开展实践活动，也为了使我们的支教活动准备的更充分一些，在我们签订实践活动的同时，我们积极与当地的学校沟通，比如在宁强县高寨子镇中心小学，我们与小学总务老师聊了很长时间，从谈话中我们了解到，该学校的硬件设施在整个宁强县来说是比较先进的，学校的每间教室里都配备了多媒体设施，这在小学教育来说是非常先进的设备，但是该小学懂得电脑技术的人员不多，很多老师宁可在黑板上多用粉笔画图也不愿意利用电脑授课，这样一来造成了资源利用率降低。我们学院对于学生计算机的要求很高，一些常用的办公自动化软件我们都能用到得心应手，因此结合高寨子镇中心小学的实际情况以及我们学院学生的特长，在明年的寒暑假支教活动中我们会尽可能选派电脑技术水平高的学生到这里实习，一来给学生讲述课外知识，二来帮助该学校的老师更好的掌握电脑知识，为他们今后的工作带来便利，也让学生的学习变得更加生动活泼。

不论是农村大人还是农村的孩子，他们都向往美好的生活，身处山区他们接受先进知识的机会很少，与生活在大城市的人们相比，在诸多方面他们都有很多需要改善和学习。农村人民需要先进的技术和迅捷的信息通道才能更好的发展生产，把自己的家园建设的更加美好。农村的孩子非常渴望新知识，除了在课本上学到的知识，他们更需要从不同的渠道获得不同的信息，开阔学生视野应当引起当地教育机构的高度重视，也是每个支教志愿者应当给山区孩子们培养的。作为一个山区孩子，上大学是他们毕生的梦想，在大学校园里，来自山区的孩子和来自大城市的孩子有很大差别，虽然都考上了大学，但是二者的见解思想，个人修养，思想素质有很大的`差别，我认为原因就在于教育机会的不均等，二者接受教育的平台不同：大城市的孩子能够接触到更多的信息，虽然有的东西并没有深入学习，但其影响却是深渊的，这应当算是人生阅历的一部分。而山区的孩子没有便利的条件，弹钢琴、学画画，学电脑对他们来说都是一种奢求，有的孩子甚至没有学过英语。

我希望山区的孩子通过大学生支教能够获得更多知识，从科学文化素养等各方面全面提高自己，尽可能缩小自己与城市孩子的差距，也希望所有灾区的孩子都能够考上大学，将来把自己的家乡建设的更加美好。

2024年7月10号下午3：30，去往内蒙古乌兰浩特的火车缓缓启动，从那一刻起我的心也被带动了，第一次去那么远的地方，心情是十分激动的，很难想象那地方是什么样子，总是在听别人说起大草原如何秀美，这次终于可以一睹它的芳容了。。。

内蒙古乌兰浩特是这次学院组织社会实践的基地，早在出发前团委的刘老师就给包括我在内的17名同学开了动员大会，说了很多的注意事项，往返的路程很长，要19个小时的火车才可以到达那里，我们听了之后很是惊讶，毕竟我们中的大部分人都是北京人，很少有机会去坐火车，而且这次几乎是一天一夜的路程，对于我们的体力和耐力是一个强大的挑战。但我们没有人退缩，因为我们知道这次的机会来之不易，学院在众多的报名学生中选了我们，我们就知道其中的责任，我们是学院的精英，是学院的象征，我们不可以辜负学院领导对我们的寄托。

10号那天我们整装出发，坐校车集体前往北京站。我们队伍中有14名学生，3名老师，刘老师带头，李老师负责到实践基地的拍照工作，王老师负责管理我们学生起居，队伍中只有我和周磊两名男生，所以在旅途过程中重活累活就是我们男生的责任了，我们也义不容辞。终于上了火车，我们相互提醒不要落队，不要丢东西。在火车上，通过狭窄的过路，人满为患，真是挤满了人，有如翻山越岭一般的艰难，好不容易找到自己的座位，将自己的大包小包的东西放在能放的地方，然后开始帮女生们把书包放在头顶的车架上码好，弄完这些，自己已经是汗流浃背，可是心情依旧激动，火车起动了!对于我这个头一次坐火车出北京的人来说，很新鲜，很兴奋。我不知道我的兴奋劲儿是否能坚持一夜的火车，看着窗外逐渐向后去的景物，我知道我在一步一步离开我的家，离开这个生活21年的地方，去往这次行程的终点。应该说，我们是真的长大了，我们成长了，我们可以背起行囊到远方，到那个我们未知的地方去探索，去发现，去领略那里带给我们的人文风采和生活气息。是的，这大部分的努力要靠我们自己了，靠我们自己的付出去所得。真的很感谢学院为我们安排的这次社会实践，让我们懂得成长过程中的艰难，所要接受的洗礼，都要靠自己去承担了，这就是责任，我们对我们自己的责任。

经过漫长的旅途(我清晰地听到我们这次行程的总时间是19小时19分钟。)，我们带着疲惫的身心，在火车停站的那一刻，终于踏上了异乡的土地，我们不免有些激动，那是我们期待已久的家园——乌兰浩特。来迎接我们的是当地的领导，先为我们安排了住宿的地方，放好东西后我们集体前往一家部队餐厅。当地的领导要为我们接风洗尘。因为长时间的坐火车，火车的颠簸使我胃的老-毛病犯了，早上就没有吃东西，中午到站下了火车还有一种想吐的感觉，而且一直犯胃酸，我只能坚强忍着了。

中午这顿饭，我们吃的不是很好，毕竟有领导在席，我们或许是吃不开吧。席间，领导与老师们杯盏交加，来之前有学长向我说，当老师喝多时，要给老师挡一点酒，可他是不知道，我从不喝酒，根本不知道我自己的酒量，真要是出了洋相，可不是闹着玩的。对不住了老师。

餐桌上，我们意外地认识到了从我们学院语音康复专业毕业的学长，崔宝安，没想到会在这次实践中碰到师兄，听说他在这里已经工作五年了，是乌兰浩特市助听器监测站的站长。当地的领导高度赞扬我们学院的社会实践工作，非常支持我们学院的同学和老师到他们这里参观学习，互相交流学习和工作经验，相互促进。我们学院也为了表达感激之情，赠给了我们学院王书记馈赠的礼物。

吃完饭后，我们必须回旅馆小憩一下，长途跋涉使我们身心疲惫，需要补充一下睡眠和体力。下午三点，休息好后的我们坐着当地的巴士去往科右前旗的残疾人之家，去那里慰问和参观学习。沿途欣赏着窗外的风景，天真的好蓝，云真的好白，一朵一朵接连在一起，赶忙用手机将这一美景拍下来，我终于知道，天，原来可以和自己如此之近，仿佛触手可及。时间不长我们到了残疾人之家，看到那里的小朋友正在上课，他们可爱的眼神让我顿生怜爱，可叹老天不遂人愿，没有给他们一个听得到的美丽世界，这不能不说是一种遗憾。我们从那里的老师口中理解到，他们只有几位老师，负责十几个孩子的生活起居和平常教学，虽然我看到地方不是很大，但那里的布置很整齐，生活的有秩序，我相信孩子在这里是幸福的。之后，我们到一个房间内和孩子们一起玩，我只能说玩，因为根本管不住他们，无法教学。有一两个听话的孩子可以很乖的听你教给他读拼音练习，可是那几个活泼的孩子就真是管不住了，上窜下跳，来回跑动，拽着我的胳膊就要我抱，有两个孩子还为一个玩具互相争抢打闹，口水不自觉地往下流。我知道这里有聋，智障，脑瘫，失语症的孩子，每个孩子都有自己的缺陷，教学就要做出相应的个别计划，从这点来看，这里的老师真的是好辛苦，不但要具有过硬的专业知识，还要有长时间的耐心与爱心，这些都使我对她们肃然起敬，很是佩服。我们十几个学生一个人管一个孩子都看不住，就更别提这里就只有几个老师了，她们太棒了，难以想象她们付出的努力会有多么的巨大，一联想到自己，偶感脸红羞涩。这里的经济并不发达，人口也不是很多，离北京何止几千里之距，她们尚且如此，我们又何言以待?不付出更多的辛苦真是对不起那些给与我们厚望的师长和领导。我长久以来的献身特教事业的决心又增加了几分，选择特教事业，我真的无悔!

离开残疾人之家真是有些许舍不得啊，教会那些孩子们一些礼貌用语就感到很是欣慰和欢乐，毕竟我们不虚此行，我们有所收获，虽然不多，但这足以使我们走出更加坚定的一步。

接下来我们还是乘巴士来到了当地的旅游胜地——成吉思汗陵。我们在这里拍照留念，留下我们的足迹，欣赏成吉思汗的伟大丰碑，瞻仰成吉思汗的丰功业绩。我们还买了一些当地的小礼品作为留念。当地的领导又带领我们去吃了一顿丰盛的晚宴，又一次尝到了当地名菜：锅包肉，可以说是回味无穷啊。由于第二天我们要被安排入户支教，所以我们几个同学商量好后到外面的文具店给孩子们买一些文具用品，表表寸心。可是，买完之后却发生了一件小小的事故，我们意见不统一，买各种各样的文具都有着自己的看法，为此也争执了小半天，但还是买了大家都比较满意的文具，最后店主写发票的时候出现了小小的差错，她没有把我学院的全称写规整，为此几个女生据理力争，店主的态度也不是很好，大家都争得面红耳赤，某位同学竟言要到别的家去买文具。这完全就没有必要嘛，况且我们已经将该买的文具装袋，就差交钱开发票，为了一点口舌之争闹的大家都僵持不下，这完全不值得。毕竟我们是外乡人，要入乡随俗，大家有什么话不能好好说的呢?我们还是学生，起码的礼貌素质应该具备吧。我赶忙将他们叫回，劝双反都退让一步，请店主费神再重新写一张发票给我们，要正规一点，要不我们拿回去没办法报销，请求体谅，也劝同学，人在屋檐下，不能不低头，不能强硬的态度上，说几句好话事就过去了，完全没有必要跟她争得脸红脖子粗的，伤神又费力，退一步海阔天空啊。。。事情解决，打的回到旅店，各自回房休息，我实在是太累了，躺在床上玩手机没几分钟，我竟睡着了，直到刘老师捅了我一下，我滕然做起才晓得自己已经睡了两个小时，迷迷瞪瞪的去洗澡，回到床上枕着枕头就又睡去了，一觉到天亮啊。

第二天起来，集体吃过早饭，坐着租来的巴士驱车前往科右前旗的特殊教育学校慰问。因为是周六，没有看到学生，我们不免感到有些遗憾。整个学校并不是很大，和我们的学院差不多。当我们参观到学生们的艺术教室时，我们为眼前一件件小小的精美艺术品所折服，一件小小的教室承载着那么多的学生的艺术品，不能不让人感叹，我看过了，有素描画，有国画，每张人物的画像都是那么惟妙惟肖，精致且极具观赏性。最能吸引人的地方是一整桌的泥塑作品，至少有上百个，每个作品都别具特色，人物塑像生动活泼，动物塑像活灵活现。看到每件作品都是这里的学生一手用工具制作而成，可想而知他们的手会有多巧，会有多妙，这是要具有一定的绘画基础才可以办到的。我作为一个相对而言的正常人都自叹不如，谁说残疾人一无是处?!谁说残疾人无用武之地?!这些泥塑和那些精美的艺术品就能说明一切，证明一切!残疾人和正常人根本没差什么，少的只是身体上某些器官的不完整，我们同样有知识，有力量，有气节，有骨气，我们身残志坚，不畏困苦，我们只想证明一件事：我们不比别人差!我想这就是千万残疾人所要表达的内心思想吧。。。之后，我们和学校的领导来了一次面对面的心灵交流，了解到了科右前旗的特教事业发展的情况，以及学生在这里生活和学习情况。我们知道在于特殊孩子们的教育过程中，会遇到诸多的问题，比如个别教育计划的实施，学生心理干预的实施，青春期学生心理教育工作的开展等等，都会遇到各种各样的问题，这都需要特教老师足够的耐心与精力去做这些事情，从老师的交谈中我知道，做特教事业是一种极大的牺牲，是对人耐心与精力的双重考核，要怎样做呢?教育工作离不开教师的耐心和良好的态度，坚持不懈非常难以办到，遇到困难时，最好的方法就是同事之间相互倾诉，寻找问题的根源并解决它，要创造大家集体出去玩的机会放松教师自己的身心，做到心里不烦不燥，坚定彼此的信心，给对方打气，这样才可以更合适的做学生的工作。是的，一味的拼搏也是不可以的，也要适当的让自己放松，让自己带着一种愉悦的心情去工作，学生工作才做得更妥当，更完美。受益匪浅啊。。。

由于时间有限，我们结束了谈话，最后我们学院老师将学院学生的一个亲手制作的艺术品赠送给了学校的领导。离开了学校，我们继续行程，去下一个目的地——索伦镇。大概驱车一个半小时后我们终于到达了那里。这里只有一条宽敞的大马路，沿马路两旁是旅馆和餐馆，而餐馆的后面就是村庄了，一条九曲蜿蜒的河流贯穿村庄，流向远方，周边沿着山麓向上看就是层峦叠翠的高山。后来得知，山上有很多种的草药，当地的农户一种很重要的经济来源就是每年定期的到山上采药材。崔师兄一直在安排我们的行程，把我们分成五组，我和另一个男生一组，其他女生三个人为一组，分别安排我们去入户，我们给与农户钱物以示感谢。中午我们师生在一起吃中午饭，这次没有领导的加入，我们似乎吃得很好，吃完后，听完老师的嘱托我们分别回到了各自的农户家里。

我们被分到的一户农户，家里有一个聋孩子，名叫高阳，今年十五岁，个子比起同龄的孩子矮了很多，应该是营养不良导致的。开学他就升初中一年级。入户的时候，高阳爸爸不在家，听高阳妈妈说，是去外地打工了，这两天不会回来，家里还有两个外甥帮忙做农活，因为拿不到工钱，暂住这里的。下午，我们便和高妈妈一家人在炕上聊天，用东北话说就是唠嗑。高妈妈是一位勤劳的母亲，只有高阳一个孩子，高爸爸不在家时，她忙着煮猪食，喂猪，抛地，播种，各种农活都要靠她一个人来做，常年的劳累导致了身体的诸多不适，可是没有办法，家里穷，又因为高阳的残疾花了不少钱，平时非常的省吃俭用。高阳这孩子很是淘气，由于佩戴的助听器时间晚了，导致他各种语言技能的学习比同龄的孩子迟缓的多，听高妈妈说，孩子的学习很差，虽然现在随班就读，可如果没有老师经常给他补习功课，他是跟不上的。听到这些，挺为这个孩子感到可惜的，他很机灵，如果学习上努力，一定会有所收获，可是错过了配戴助听器的最佳时期，现在只能通过各种其他的辅助途径弥补他的这个缺陷。这个孩子给我影响最深刻的就是，人不大，本事不小。家里的摩托车，农用机车，三轮车，大型机车都会开。当天下午我就领教了他的本领，可谓是有惊无险的一次几次旅程。家里的猪，该喂了，于是高阳的表哥借来邻居家的农用三轮机车去拉垓里的饭店留下来的泔水，看到高阳坐到了主驾驶的位置，我十分的惊讶，天啊，这孩子能开车?心里忐忑不安的使劲抓紧车上桅杆，生怕一不小心就被甩了下去。令我意想不到的

**参加社会实践活动的心得体会篇七**

作为一名高中学生，暑假期间我对自己的学习也是非常上心的，我能够清楚的了解到自己缺乏什么样的锻炼，过去的一段时间中我也对自己很有信心，暑假期间我是去做了服务员，在酒店兼职，从来没有过这样的经历，虽然做的都是看上去比较简单的事情，但是做好这件工作还是不容易的，过去的一个月来我也有认真的思考自己各个方面的能力，对自身的打磨是比较多的，我从来都不会觉得自己有多么的优秀，我需要不断的强大自己，在这方面还是应该要有自己的态度的，我感激这次实践，让我学到了很多，也有一些心得。

这次暑假我是一个人去的xx酒店，我做好了很多准备，有很多时候我都是保持着一个乐观态度，在这方面我认为我是做的很好的，作为一名高中学生我能够清楚的感受到这一点，高中阶段还是需要锻炼的自己抗压能力的，这次去实践也有一部分原因是因为这个，我现在也是想的非常的清楚，这次我学习到了很多，无论在社会生存能力上面，还是在为人处世上面，都有一定的收获，这是我认为自己这次暑假出来最大的收获，很多是在学校看不到的，也不会有这样的机会，但是我证明了自己的是可以的，我也一定会在以后的学习当中认真的去做好自己的本职工作，做一名优秀的高中学生。

做服务的工作的时候我和周围的同事相处的很好，我一直都认为有很多事情都需要保持一个好的态度，态度是非常重要的，在这次的实践当中我学习到了很多，我把细节上面的事情处理的很好，严格的搞好分内的事情，认真的保持一个好的心态，在这方面我还是有自己的判断的，我感激自己在工作当中遇到每一个问题，虽然在这次的实践当中每天的工作比较累，至少对我的来讲是比较幸苦的，我深刻的理解到到了，在社会上面立足是一件多么不容易的事情，也深刻的体会到了赚钱的不容易，我需要有这样的一个心态。

在未来的学习当我一定会认真的搞好学习，做一名各个方面都优秀的学生，通过这次的社会实践，我感觉在学习当中我也有一些事情是需要端正好心态的，以后争取做一名游戏的学生，多多参与社会实践，锻炼自己的身心，非常感激这次的实践经历，我有了很多见识，也对自己的接下来有了一个规划。

**参加社会实践活动的心得体会篇八**

这次社会实践的经历已经结束了，在暑假期间我学习到了很多也让我在这过程当中积累了很多经验这一点是毋庸置疑的。，作为一名大学生过去我也是缺少这方面的锻炼，现在给我感觉是很好的，我也希望能够在这个过程当中找到自己的方向热，在这个过程当中我也是有非常多的收获，这次暑假在超市工作，我认为是让我很有感触的，经历了一个多月的时间，我感觉确实让我有了非常大的进步，也有了一些心得。

虽然每天的工作是比较忙的，一天下来基本都是站着的，这次在实践当中我是有很大的变化的，一开始我觉得很难，在收银的时候总是赶不过来非常不适应，这给了很大的压力，但是我还是一点点的克服了，把自己每天的工作完成的很好，在这个过程当中自我还是比较有信心的也认真的做好了自己的本职工作，在这样的环下下面我也是端正好了自己的态度，暑假期间一直都比较认真，我认为不是所有事情都应该这样去发挥，只有认真的搞好自己的本职工作才能在这样的环境下面成长进步，这段时间以来我也认真的做好了很多事情，在这方面我更应该有自己的态度，这次在超市工作我是非常认真的，因为一开始自己的效率比较慢，但是我还是有认真的在搞好自己的本职工作，我相信只有克服了这些才能够让自己得到进步，得到提高。

短短一个多月，我磨砺了自己很多，我认真的做好了自己的本职工作，通过这样的方式积累了很多经验，在这一点上面还是应该要端正好心态的，这让我也比较认真，暑假期间我认真的做好了很多事情，工作的时候积极，有什么事情都是第一时间去做好，这让我感觉非常的有意义，虽然现暑假结束了，但是我还是愿意去把这份工作做好端正好自己的心态在，大学期间缺少社会磨砺这也让我感觉自己还是有很多不足之处，还有很多需要去完善的地方，这这次事情给了我很多经验，我也一直都在努力的搞好分内的事情，以后一定多多的参加社会实践锻炼自己，这也让我对这份工作充满了信心我也一定会在以后的学习当中端正自己的心态，努力成为一名优秀大学生，这次实践丰富了我的阅历，我也在坚持做好自己的本职工作，让自己努力成为一名优秀的学生。

**参加社会实践活动的心得体会篇九**

20\_\_年8月底，我有幸参加了学校安排的去县为期一个学期的支教活动。一个学期的实践生活非常的辛苦，要面对许多的困难，面对一个完全不同的生活环境，以及许多许多陌生的人和事。然而在校领导、带队教师的支持和指导下，在英语教研组各位老师老师特别的帮助辅导下，我的实践工作了得了比较圆满的成功。

本次教育实践按照学校的要求，主要任务完成情况如下：

教学任务：在支教实践的一个学期内，听从学校对我的任何安排。教务处安排我教三年级英语，因此我必须按时完成着一学期对这一门课的教学教案(要求超周备课，提前一周完成一切教学工作，准备迎接考试)。教材共有六个单元，分为三周一单元，一周两课时，每完成一单元进行小结测试(及时纠正学生所犯错误)。经常去听公开课并仔细做好听课笔记，吸取经验。在平时及时的批改学生作业，及时的发现问题，解决问题，对同学进行个别疑答。了解教师的工作安排并参与集体备课。指导教师的授课做教案式记录。

一个学期的实践，使我真正体会到做一位老师的乐趣。同时，它使我在大学课堂上的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。一个学期小学的实践，现在回想起来，说短不短的实践生活，成为了我生命中永恒的记忆。每天当我走在新城小学的校园里，听到孩子们真挚地敬礼，鞠躬一声声的问候“老师您好”。面对着他们活泼和可爱的小脸，仿佛自己也回到了童年。那时就感觉有股暖流慢慢流入心底，被学生们一次次的感动着，感染着。让我对他们的付出更是无怨无悔。

一学期的实践，令我感慨良多。我实践的班级是小学二三年级的小学生。他们都是一些8，9岁的孩子。即可爱活泼，又好动调皮。开始与他们接触我还有些紧张，常常不知道应该如何教导这些小孩。我与孩子有着不同点，那就是我是他们的老师。但是慢慢地通过与他们的交往与了解，我发现，我们有着共同点，那就是我还是像个学生。上课的时候我是老师，下课的时候我是朋友。然而，做到这一点却是很难，应此这对我也是一个挑战。时间过的很快，一个学期下来，我与孩子们结下了深厚的友谊。

小学开学一周后，我和正式老师一样领到了课程表，然后就开始了教课工作。上课之前我已经写好了教案，准备好了教具以及所要用到录音机磁带。刚开始心情有些紧张，但是慢慢的就放松下来了，直到铃声响了，才知道40分钟匆匆过去。这就是第一次上台讲课的经历，对一个初次正式上讲台的老师来说，算是成功的一堂客。初次的讲课当然会有许多不足。每次指导老师都会给予指正，在老师的指导和教学过程的摸索中，我有了很大的进步。在此，非常感谢各位在校老师对我的指导。

在实践教课期间，收作业批改作业也是老师的责任，作业会反映出学生对知识的接受情况。每次的作业好坏各半，这让我压力很大。再说每个班平均人数接近70，三个英语班并不是个小数目。尽管批改作业量很大，我还是会根据各个学生的情况加以评价。作业好的学生给他们画个开心的笑脸以示奖励，写不好的同学同样会鼓励他们再接再厉，因为我相信：鼓励和赞扬是真正使人向上的力量！

在校实践期间，由于学生都还小，自我组织和约束能力都还很差，特别是个别学生十分调皮。这就需要老师多给予他们关注，告诉他们应该怎样做。在这里，我从我们指导老师身上学到了很多东西。老师平时很严肃，言语很少。可是对管理他们很有一套。通过每天日常的观察和学习，确实体会到作为一名老师确实不易，要做好老师更需长久的耐心和不断学习。该奖的奖，该罚的罚。学生的事永远是大事。

一学期的实践已经结束了。这一学期的实践使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。其中的酸甜苦辣我会在今后的工作中不断咀嚼、去回味、去的探索。这一学期记载了我人生中的许多第一次：第一次真正站在讲台上、第一次面对学生向他们传授我所学知识、第一次有人叫我老师、第一次批改自己学生的作业……我想这些酸甜苦辣、这些第一次将是我人生中不灭的记忆。将是我今后走上工作岗位后的一笔财富。

如果说我以后要成为一个老师的话，那么这一次的实践就算是开了一个好头。好的开始是成功的一半。在此，对带队老师老师、指导老师老师、及其它所有支持和帮助我的老师、领导、同学们表示衷心的感谢！谢谢你们！

回来上课的这一段时间，经常会回忆起在小学的那段难忘的日子，那里有教过我的老师，那里有我教过的学生，那里有我歌唱过的宿舍，那里有我曾走过的痕迹。以及我所渡过的辛酸与快乐时光。

总之，教师是太阳底下最光辉神圣的职业，是人类灵魂的工程师。要当一名好的教师更不容易。此次实践中，我也看到了自己的很多不足之处，社会在不断进步，使学校对教师的要求越来越高，尤其是师范生将面临更大的挑战，“学高为师，行正为范”的内涵也在不断的加深，这就是要求我们不断完善自己，增加自己的知识，提高自我处事能力，时刻准备全身心投入将来的教育事业。

**参加社会实践活动的心得体会篇十**

一、

清明

节，到革命烈士墓扫墓。

在

清明节

这天，组织全体学生到革命烈士墓缅怀先烈，瞻仰祭扫。革命英雄纪念碑广场前，人们静默肃立。由学校团支部书记致辞，然后由学生代表发言。接着，全体师生默哀三分钟。随后，在《致敬曲》舒缓的旋律中，向烈士敬献花圈。环绕着长眠于此的革命烈士墓区，全校师生一一驻足瞻仰，表达对革命先辈的深切哀思。缅怀先烈们为创建新而抛头颅、洒鲜血的丰功伟绩。这次活动，学生知道了在战争年代有多少儿女参军报国，为祖国的解放事业了的青春与生命，先烈们的利益，不惜抛头颅、洒热血，了旧社会，换来了新的诞生，使后人过上了幸福生活。的生命失去了，但的精神万古长青，永垂不朽。年轻一代的晚辈忘记的丰功伟绩，接过的民族的复兴而努力学习。努力锻炼，全心全意为同学服务，以行动向祖国，向为革命献出宝贵生命的先烈们递交一份满意的答卷，要为祖国建设献出的青春和热血。

二、

植树节

，组织学生植树。

树抚育的灵魂，维持生命所需并庇护，的生命形态象树生活，地球上庞大的森林像一张活生生的毯子般覆盖着地球，一张生存不可或缺的毯子。3月12日，学校组织学生植树活动。，学校做植树前的动员讲话：建设生态文明，要在经济社会发展中尊重自然、保护自然、自然，并生态建设。林业生态建设，承担着建设森林生态系统、保护湿地生态系统的职责，肩负着建设生态文明的历史重任。全民植树造林、林业发展，是人与自然相处的客观需要，是建设秀美城乡的途径，是经济社会可持续发展的战略举措。全民植树造林，共建生态文明，是全区的责任和义务，是一项功在当代、利在千秋的事业。希望大家绿化意识、责任意识和义务意识，行动起来，投身到全民义务植树造林活动。

大家纷纷表示，植树活动可以享受绿色环境、环保意识，而且种下一棵树，就等于种下了绿色的希望。希望大家都来人类生存的环境，行动起来，让山更绿、天更蓝、水更清、空气更清新、人与自然更。

接着学生排着整齐的队伍，带着劳动工具，一路欢声笑语，迈着整齐的步伐，步行来到离学校十几里远的公路边植树现场。老师一声令下，同学们兴致勃勃，干劲十足：挖坑的，拿树苗的，填土的，浇水的，同学们争先恐后，栽了一棵又一棵。栽好了，还踩一踩，把土夯实，树能成活。温度不高，但人人满头大汗，忙的不亦乐乎。不长，展现在同学们面前的是一排排整齐的树木。同学们擦着头上的汗水，想象着不久的将来，走在公路上的人们会感受到无限的绿意，脸上露出欣慰的笑容。

三、组织学生到游览扬州瘦西湖

扬州风景优美，人杰地灵，

文化

沉淀深厚，是历史名城，“烟花三月下扬州”。三月的扬州风光就尽在瘦西湖了。一春天，哪怕还只是春寒料峭时分，就有不少游客迫不及待地走进公园去领略早春瘦西湖别样景致。在“五一”时，组织学生游览了瘦西湖。

坐车一路颠簸，终于来到了瘦西湖。沿着长堤春柳走着，听导游说，脚下的长堤春柳有600余米长呢!向前走，看到长堤边上一棵杨柳一棵桃树交替循环，导游告诉，扬州是双市花双市树，这两种市树。我不时地向周围看，一阵微风吹过，湖面就泛起微波，在阳光下一照射，湖面就波光粼粼，金光闪闪，令人流连忘返，心旷神怡。走到了长堤春柳的尽头，展现在面前的是硕大的两个字：徐园。这两个字的确有来头，还有小

故事

呢：从前，有人叫徐园，他很横行霸道，百姓们都暗地里叫他“徐老虎”。有一次，他想为题名，谁都不愿意帮他写，他便想出了让书法家帮他写字的计策。他请书法家到家来喝酒，他知道，书法家逢酒必醉。没错，书法家果然醉了。徐园对书法家说：“你帮我写两个

成语

：清风徐来，春色满园。”这时书法家正在兴头上，欣然答应。写到最后“园”时，一阵微风吹，书法家一下子清醒了，明白徐园的真正目的请喝酒，而是骗的字。可写了这么多了，也不好拒绝，最后的“园”字写得像狂草。去掉外面的框，里面像老虎的“虎”字，意思是：你只不过是一只笼中之虎。

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