# 2024年大学生社会实践心得体会 大学生做社会实践心得体会(优秀10篇)

来源：网络 作者：独影花开 更新时间：2024-07-11

*心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。大学生社会实践心得体会篇一第一段：导入...*

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**大学生社会实践心得体会篇一**

第一段：导入，介绍社会实践的概念和意义（200字）

社会实践是指在大学生学习生涯中，将所学的知识运用于社会实践中，通过服务社会、接触社会和改善社会，增强对社会现实的认识和理解，培养社会责任感和使命感，提升综合能力和批判思维能力。因此，社会实践对于大学生来说具有非常重要的意义。

第二段：个人心得，分享自己的社会实践经历和感受（400字）

我曾经参加过一次暑期社会实践，在贵州当地开展教育帮扶项目，支教一个偏远山区的小学。这次实践经历对我产生了很深刻的影响。在这个偏远的小村庄里，我们发现孩子们的学习条件非常有限，许多孩子文化水平不高，语言表达能力欠缺，在这种环境里学习成绩得不到提升，只能沦为社会边缘人群。这种事实对我非常震撼，让我认识到自己肩负的责任和使命，也让我更加珍惜自己所拥有的一切。

第三段：深度解读，分析社会实践对大学生的影响（400字）

社会实践让大学生有了更广泛的人生阅历，增强了对社会的认识。过程中的互动、合作和交流，也增强了大学生间的团队协作精神。而且，于人处世的实践使大学生学会了做人，明白了若干道理。它也促进了大学生的发展，增强了大学生的实践能力、创新能力和应变能力。而且，社会实践还可以调动大学生的积极性，让他们更好地学习专业知识，在专业领域中脱颖而出。

第四段：建议反思，如何更好地降低社会实践的门槛，让更多的大学生参与（200字）

不过，在社会实践这一领域，大学生参与的机会还相对有限，有许多大学生即使想参与，也无从下手。我们可以看到，大多数社会实践活动都是由一些社会组织和志愿者组织发起，但是在许多校园里，对此的宣传并不充分，有时候甚至几乎没有。这就导致很多大学生对这些活动了解不够，不知道如何去参与。因此，有关部门应该发挥作用，加强对社会实践活动的宣传，让更多的大学生了解、关注以及参与到社会实践当中。

第五段：总结归纳，再次强调社会实践的重要性和意义（200字）

最后，我想再次强调社会实践对于大学生来说具有很重要的意义。它不仅可以引导大学生更好地融入社会，更好地融入团队，掌握实践技能，培养实际工作能力，而且还能够锻炼大学生的意志品质，增强他们的领导才能和技能，让他们更好地投身社会，为人民服务。我们希望越来越多的大学生能够重视社会实践，参与到更多的实践活动中，为社会的进步和发展做出贡献。

**大学生社会实践心得体会篇二**

作为一名大一新生，我很清楚自己的专业技能、经验和实践能力都没有前辈丰富。所以在动手能力还比较弱的情况下，我更愿意从最基础的东西开始学习和开始。

会展业概念的理解

展览是指许多人在特定的时间和空间围绕特定的主题进行的聚会和交流活动，狭义的展览仅指展览和会议；广义的会展是会议、展览、节日和奖励旅游的总称。其概念内涵是指许多人聚集在一定地理空间内，定期或不定期、机构性或非机构性地传递和交流信息的群众性社会活动，其概念外延包括各类博览会、展览和销售活动、大型会议、体育竞赛、文化活动、节日等。会议、展览、展销会、展销会、展览会是会展活动的基本形式，世博会是最典型的会展活动。

通过我个人的理解，我认为所谓的展览，是指很多人或团体出于相同或不同的目的，可能在同一个地方或通过网络进行的相互活动。通过这样定义展览的概念，它涵盖的范围更广，更贴近生活，更容易让人理解什么是展览，有什么样的发展前景。这也是会展业作为独立行业的发展趋势。他不限于展览会、交易会、会议、投资洽谈会等。他还延伸到各种节日、体育赛事、文化活动、民间婚礼、葬礼和各种宴会。还有同学聚会，生日庆祝等等。总之，只要参与公共活动的人或团体多，就一定有组织者、服务提供者、场所和设施供有需要的人使用。朝着这个趋势，会展业将会更大，更贴近人们的日常生活，形成一系列的服务体系。

会展业的发展趋势及前景

会展产业作为一个新兴产业，被誉为城市的面包和经济的晴雨表，备受关注。我觉得从大趋势来看，会展业有很大的生命力和很大的商业空间。然而，目前中国会展业的发展仍然不成熟。虽然起点很高，但还处于起步阶段。从我自己的角度来说，会展工作者一般都是无事可做，所以工资不高。很多人对会展行业一无所知，很多前辈在黑暗中摸索着自己的路。虽然前路坎坷，但我认为，正是因为如此，它的价值所在。俗话说得好，有缺点才能进步。因为会展业还不成熟，在我国还有很大的提升空间和发展机遇。在展会发展初期，更有利于我们在未来创业中的大胆发展和创新。更有利于我们把握行业的发展方向。

目前会展业的发展趋势可以从宏观和微观两个角度来看，从宏观角度来看，会展业的发展趋势取得了很大的进步。现代展览始于1894年德国莱比锡样品博览会，发展成为国际展览和贸易活动已有100多年。欧洲已经成为世界展览业的发源地。经过100多年的积累和发展，欧洲会展经济强大、规模大、高度国际化、以贸易为导向，已成为世界会展业的中心。

总的来说，会展业发展迅速，逐渐成为新的经济增长点。凭借其独特的行业特点和巨大的行业作用，必将蓬勃发展。

会展业发展与自身就业的关系

从目前会展业的发展状况分析，会展业的快速发展与人才严重短缺之间存在矛盾。这使得展会的组织管理水平相对较低。会展人才短缺主要表现为会展专业人才严重短缺，从业人员整体业务文化素质相对较低。在中国，会展专业人才是一个很大的空缺。据报道，至少有一百万需求。这对我们学校的学生来说是一个很好的机会。它表现在以下几个方面：

1、选择专业有利于以后的职业发展，成功的几率会更高。

2、从事会展业，工资比较丰厚，对物质消费水平起决定性作用。同时有利于各种精神文化消费，不断提升自己。

3、会展业的发展空间更大，有利于他们未来的大胆创新和开拓。

4、在目前就业紧张的情况下，会展工作更有优势，竞争压力更小。因此，会展业的发展是你未来就业的好机会。

面对这个机遇，我们也必须接受挑战。展览工作是一项综合性很强的工作，要求我们具备很高的个人素质，必须具备各种能力。所以大学期间一定要做好扎实的准备。我们应该准备什么，如何做好这些准备？来自国际会展中心的专家给出了以下建议：

1、思考，要有创意。想别人想不到的，做别人做不到的。

2、能写各种风格的文章，如策划书、邀请函、广告等。

3、善于沟通，学会与人和组织沟通，以最准确的方式传递信息。

4、实事求是，脚踏实地做实事。

5、展览工作没有小事，关注的是工作学习生活中的小事。

**大学生社会实践心得体会篇三**

二、开展社会实践的体会

在人生的道路上，我们经历的不仅仅是读书的过程，还有实践的过程。大学社会实践正是这样一种实践形式。通过与社会中不同的群体接触，我们对社会、对人的深入认识，了解更多地道理和经验。在实践中，我们不断发现自己的不足和富有潜力的优点，从中成长。这次社会实践让我真正了解了不能让自己的舒适区影响生活，更能让自己在生活中成长，不断寻找新的挑战，不断进步自己。

三、锻炼团队协作能力的体会

在实践过程中，团队协作能力是非常重要的。整个团队一起计划、思考、探讨，互相协调配合，团结一致，共同完成任务，不仅锻炼了个人协调能力，同时学会了分工合作，学会了合作共赢，最终实现的成果也极大。在团队中，我们要学会尊重、相互帮助，让每个人的才能在团队中得到发挥。

四、社会实践中的收获与体会

通过这次社会实践活动，我又一次感受到了生活中许多的美好。在暴雨较大的情况下，社区中的居民共同努力，排除掉积水，确保了社区居民的生活得以正常进行。当我看着这些居民的辛勤劳动和艰苦付出，我深深地为他们点赞。在另一边，我们还参加了渔民喊水、拉网这些传统的活动，感受着历史文化的荣光，也感受到渔民艰苦卓绝的劳动和生存状态。既感受到了城市现代化的速度，又看到了传统文化的魅力。这次社会实践让我学到了许多，也让我看到了世界的广阔性。

五、社会实践的启示与展望

我们在大学期间的社会实践活动应该是有目的、有意义的。在下一次实践中，我们应该清楚自己的目的，并付诸实践。我们会遇到许多问题，但我们只要勇敢去面对，就会有收获。同时，我们也要学会看到自己的进步和不足，以便更好地完善自己。在未来的日子里，我将进一步完善自己，学会更好地团队协作，提高自己的社会责任感，让自己成为一个有价值的人。

总之，大学生的社会实践应该是一项具有意义的活动。在实践中我们要学会创新思维，开发自己的能力，同时也要学会团队协作，严谨扎实地进行工作。我们在实践中得到了许多收获，让我们能更加成熟，更有价值的成为未来的社会成员。十年树木，百年树人，实践中锤炼的高素质大学生必将成为我们国家的宝贵财富和重要力量。

**大学生社会实践心得体会篇四**

xx年暑假期间，我在有限公司办公室文员岗位实践。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。个人简历两个月的实践时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我担任的是文员一职，平时在工作只是打打电话处理文件，几乎没用上自己所学的专业知识。而同公司的网站开发人员就大不一样了。计算机知识日新月异，在一个项目中，他们经常被要求在很短的时间内学会用一种新的计算机语言进行开发设计，他们只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握知识。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。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。

由于现在还住校，所以每天7点不到就得起床去挤公交车，就算再寒冷再差的天气，只要不是周末，都得去上班，有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，那留给个人支配的时间更少。我们必须克制自己，不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。象我就是每天就是坐着对着电脑打打字，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。而象同公司的网络推广员每天得打电话，口干舌燥先不说，还要受气，忍受一些电话接听者不友好的语气有些甚至说要投诉。如果哪家公司有意向的还得到处奔波去商谈。而事实上所有的业务并不是一次就能交易成功的，他们必须具备坚忍不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错遭领导责骂时不能赌气就辞职。而网站开发人员就经常得喝咖啡熬夜赶项目。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己的理财能力，我们刚毕业，工资水平普遍不高，除掉房租餐费和日常的开支，有时候寄点钱给父母补贴家用，我们常常所剩无几，一不留神可能就入不敷出成为月光一族，但此时我们再也不好意思伸手向父母要，因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔少的可怜的钱。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。比如我们公司做网络推广的同事，他们很注意对自己客户资料的保密，以防被同事抢去自己的业绩，因而关系显得有点淡漠。但是环境往往会影响一个人的工作态度。一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率 不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。而偶尔的为同事搞一个生日party，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。心情好，大家工作开心，有利于公司的发展。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是“多工作，少闲话”。且在离毕业走人仅剩的几个月，更加珍惜与同学之间的相处。

我是学管理的，在书本上学过很多套经典管理理论，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，也许等到真正管理一个公司时，才会体会到难度有多大；我们在老师那里或书本上看到过很多精彩的谈判判案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。热门思想汇报实践这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业之路做准备。

**大学生社会实践心得体会篇五**

今年寒假，我并没有急着回家等着过年，而是留下来，参加着学校安排的社会实践。根据学校的安排和教学计划的要求，我们进行了社会实践活动，我和另外几个同学来到了敬老院，去看望住在那里的老人。

一下午的敬老院慰问活动，深深的触动了我。而且去到才发现，老人组的条件其实并不是很好，由于资金问题，院里也没有护理人员，加上老人本身行动就不灵活，所以，衣服虽然洗了仍有些脏，屋子里的卫生虽然打扫了仍有些异味......

看着年迈孤独的老人们，心里的第一个感觉是：难受！虽然去之前心里已经做好了准备，但当我亲眼看到时，还是难以抑制心中的心酸，为儿女操劳了大半生，如今却在应该安享晚年时来到敬老院。

于是，我们开始和老人们交谈，尽量不提及他（她）们的儿女。尽量不问及来敬老院的原因，其实这些老人家都很可爱，一旦有了倾听的对象就精神抖擞。我只希望用自己的努力让老人们的生活能多一些鲜活的色彩，让老人们的生活少一些忧郁。

而在这个过程中，首先要做的就是尊重老人。也许他们头脑不清醒，也许他们耳朵不好使，也许他们有点冷漠，但是我们唯一要做的就是耐心地和他们慢慢地说，关切地问他们的生活状况，亲切地叫他们一声“爷爷、奶奶”，长时间的孤独让他们有一些封闭，要融化这层隔阂需要时间，也需要关怀。

起初大家还显得很拘谨，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，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。

活动的时间过的很快，很快要和老人们道别了，看见很多老人用期盼的眼光看着我们，80岁的老爷爷拉着我的手：“你下次还会来吗？”我大声说：“会的，会的，因有你们在，我一定会来。”我心里很酸，毕竟我们人数有限，不可能每个老人都和他们聊会儿，关爱老年人的今天就是关爱我们自己的明天。正如古代先贤所倡导的，“老吾老以及人之老”，要像对待自己的长辈一样，善待所有的老年人。

这次跟同学到敬老院去做些力所能及的事，在度过这段快乐时光的同时，我们感到的是一种充实。一方面更加深刻的认识到关心他人，敬老爱老的美德，另一方面也是接触社会，了解社会，锻炼自己，我们有责任、有义务去关心他们，献出自己的一份爱心。

同时也认识到我们的扶贫助困需要加大力度，需要我们去下功夫，投精力，我们要加大宣传扶贫助困，乐善好施的传统美德，积极倡导公平公正，诚实友爱的和谐理念，在全社会形成团结互助、平等友爱、共同进步的社会氛围和人际关系。而我们作为当代的大学生，更应该用实际行动去响应，为营造社会和谐的良好氛围付出自己的努力，做一些力所能及的事。说到底也还是那句老话，从自我做起，从小事做起。

通过参加此次的社会实践，感受颇多，以后我会积极参加各种实践活动，为社会出一份力。

**大学生社会实践心得体会篇六**

这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了。实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

实习为期一个月，掰着指头算，好像真的很长的时间，可是，等时间过去后，回过头，好像也就那么一小段时间罢了。再看看自己都做了些什么，学了些什么，好像真的没干什么大事，但心却是充实的，因为每件小事都能让我学到一些小技巧，或是一些体会到一些实在的小道理。由于坐办公室的原因，每件事情都没什么难度，事情虽小却让我学会如何把每件小事都当成大事来做，然后做得妥妥当当的。

三十天的时间确实不是一晃就过。每天坐着，不知道干嘛的日子，刚开始的几天真的难以适应，心情也一时间调节不过来，再加上因为不知道自己要做些什么而担心不能把事情做好，只能无精打采的却又带着一份焦虑。

等到有事情干时也没反应过来，以至于把一些事情都复杂化了，白白干了半天也没把事情干好。怀疑过自己的能力，因此而沮丧过。

几天的时间里，我觉得自己的一片茫然，确信自己明明在过去的两年里都很努力的过着，却发现自己连一些小事也做得马马虎虎的。我想，我不应该是这样的水平，事情不应该是这样才对，可事实却让我难堪。

但那几天过后，某天清晨起来时，呼吸着清新的空气，我发现所有的一切都没变，我还是一直努力着的我，我的努力并没有白费，我的能力还在。就算刚开始的几天不能把事情干好，也不代表我一直都不能把事情干好，我不是一个随意低头的人，更不会随意否认自己的努力与能力。

再深深的呼吸一个，心充满力量，不再难堪，不再沮丧。状况真的不一样了，满怀信心的我真的把后面的每件事都干的不错，至少是自我感觉良好，没有出错，也没再出现白忙大半天的情况。

终于明白什么叫“顺其自然”，很多时候并不需要过分的焦虑，也不需怀疑自己的能力，要干的事情，自己终究会有足够的能力去完成，就算确实无法胜任某件事，那也是暂时的事，人的能力是可以不断提高的。

**大学生社会实践心得体会篇七**

巩固文秘专业的主业知识，提高实际操作技能，丰富实际工作和社会经验，掌握操作技能，将所学知识用于实际工作。

20xx年x月x日至x月x日。

xxx公司办公室。

按照老师的安排，我制定了相应的实践计划。注重在实践阶段对所学的文秘理论知识进行进一步的巩固和提高，以期达到根据理论知识，指导日常的工作实践的目的。收到了较好的效果。主要实践情况报告如下：

不同的办公室具有不同的工作和不同的职责范围。而作为一个企业的厂长办公室，是一个综合性的部门，由厂长直接领导，工作范围大，任务也比较繁杂。在阶段，我主要的侧重点是文秘工作。

秘书工作是办公室的主体工作，领导要做到决策科学化，离不开秘书人员的协助。因为秘书人员一方面处理着大量的日常事务工作，使得领导能集中精力考虑大问题。

另外，还能发挥他们了解全面情况，掌握多方面信息的优势，辅助领导决策，提供合理的建议。秘书工作头绪多，任务重，但必须抓好以下几个方面：

第一，主动做好领导之间、部门之间的协调工作，帮助领导有计划、有步骤、有重点的抓好各项工作，做到忙而不乱。并从过去偏重办文办事，转变到既办文办事，又出谋划策。

第二、开展调查研究，了解基层群众的学习、思想、工作、生活情况，及时向领导反映，并提出合理的建议。对一些急需解决的问题，应及时与有关部门协商解决。

第三、检查督促各种行政法规和本单位的各项决议、制度、办法、规定的执行，验证决策是否科学合理，是否符合实际。发现问题要及时向领导反映，防止并纠正偏差。

第四、组织起草本单位的工作计划、报告、总结、规划、决议和规章制度，对需上报、下发的文稿进行政策、文字上的把关。

第五、对上级机关的来文和下设部门的报告，要及时转给有关领导，根据领导的批示，具体落实承办单位和负责人，并负责催办，如期上报办理结果。

文秘人员除了需要具备以上工作人员的基本条件外，还应有自己特殊的知识修养、技能修养、品德修养、作风修养。因此，文秘人员要自觉、全面地加强这四个方面的修养，努力把自己造就成为德才兼备，既合格又称职的工作人员。并注重掌握以下原则。

1、要有充分的政策依据和事实依据。秘书人员办文办事，绝大部分都是针对现实状况的，或是为了解决某个问题，或是指导某项工作。

因此，必须以党和国家的政策和客观事实为依据，坚持实事求是的原则。实事求是是我党的思想路线和传统作风，是秘书部门一切工作的准则，也是秘书人员必须具备的品质。

如果有些领导交办的事不符合党和国家的方针政策，秘书人员应有勇气提出意见，请领导重新考虑，以保证正确贯彻上级的指示精神，把工作做好。

2、要有准确性。准确，是对工作质量的要求。文秘管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，工作总结文字能达意。

它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。

**大学生社会实践心得体会篇八**

当一学期紧张的学习生活走向了尾声，“暑假怎么过”便成了热门话题。有的高中生热衷于居家休整，有的认为旅游游玩更胜一筹，有的则闭门修行好好学习，不过，更多的同学则想利用暑期去进行社会实践。加之学校的推波助澜，暑假打工热潮便悄然席卷了整个社会。

(一)

今年暑假期间，在校团委的号召下，为社会建设贡献一份力量，为提高自己各方面的能力，加深自己对社会的了解，，我到秦皇岛市青少年活动中心进行了为期半个月的实习，实习的项目是作为科普试验班的老师给三十几个小学生讲课，讲课期间我感觉学到了很多东西，下面我就介绍一下我这半个月的经历。

我是七月十五号去的，到八月六号结束，期间我一共讲了十五节课，讲课的内容是电子积木、物理世界、生物世界、天文世界，共四门课程。而我是个文科生，对这几门课程早已忘的精光，更不用说给别人讲了，为了把握这次难得实践机会，我便一边自学，一边讲课，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，尤其是看到那些天真烂漫的小孩子，瞪着眼睛问我问题的时候，我感觉特别的欣慰，毕竟这也是一份体验，一种为人师的体验，也许以后自己并不从事这方面的工作，但回忆起来，也是自己的一笔宝贵的财富。

讲课期间，我跟许多孩子的家长交流过，从他们身上，我看到了家长望子成龙的心是多么强烈，更看到了父母对自己的孩子那分无私的爱，想起自己在家辛苦忙碌的父母，不禁油然产生一种敬意，在跟家长交流期间，其中一个孩子的母亲跟我谈了许多，她说把孩子就交给我了，使我很感动，同时也感到了自己责任的重大，自己现在的身份是一名老师，既然为人师，就应该对学生负责，虽然自己现在的身份更确切说还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事勇于负责任，才能对自己几年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

七月十五号下午三点，我第一次蹬上讲台，那天是讲生物世界，刚走上讲台是，望台下扫视一下，那么多眼睛在看着自己，感觉真有点紧张，事前背好的“台词”全都忘了，脑子里一片空白，上家教的时候自己那么有感觉，为什么一上大课，自己竟不知所措了呢?这样跟学生“对峙”了几分钟，心想自己既然走到了这个位置，就临场发挥吧，管不了那么多了，于是我就清了一下嗓门，开始讲课，也不知怎么的，一讲课，仿佛感觉又回到了我身上，也许是没有什么思想包袱的缘故吧，那节课结束后，我得到了同学们和听课老师的热烈掌声，试讲顺利过关，事后我都觉的不可思议，心想自己身上还有不少潜力可以挖掘呢，不禁会心的笑了。

之后的日子，讲课慢慢步入正规，再没有第一次蹬上讲台的拘谨，也敢于放开讲了，在这短短的十五天里，认识了不少小朋友及他们的家长，建立了比较真诚的友谊。

最后一节课，开家长会的时候，看到那些小学生天真的脸庞，及家长们满意的笑容，我感觉我的付出没有白费，因为我得到了别人的认可，没有什么比别人对自己的认可最让人高兴的，我坚信这一点，我也有信心在以后的日子里做的更好。

(二)

海口作为海南的省会，是海南的政治、经济、文化中心，在环保方面自然也应该做得最好。为了维护海口市的卫生环境，我和几位同学一起于7月31日到了位于美丽的西海岸的假日海滩去当一天的清洁工。

步入假日海滩，只见人们都在灿烂的阳光尽情的欢笑和玩耍，椰风海韵醉游人，这不正是海南岛的魅力所在吗?但是，美中不足的是金黄色的沙滩上那些零零散散的垃圾，主要是一些废弃的塑料带，易拉罐以及各种各样的食品包装。看了这副景象，我们便马上动手，拿着一个大塑料垃圾带开始了我们捡垃圾的行动。

从某种角度上来说，我们一开始的动机并非单纯的只为拣垃圾而来。因为很少有人会主动想到在暑假的社会实践会做这个，我们算是误打误撞吧。碰巧在网上发现了有人当起了义务的清洁工，于是也想体验一下。

弯腰，起身。再弯腰，再起身。一切的动作都是那么的机械，看似简单，却很累人。随着我们的努力，渐渐地，垃圾不断地减少。这时，一旁的游人看到了我们，有的还继续玩，但有点也慢慢加入了我们的行动。一个下午过后，沙滩比起以前有了很大的改观。随着夜幕降临，前来烧烤人多了起来。这时我们才知道，大头戏来了，晚上产生的垃圾才是最多的。但正当我们要行动时，这时工作人员来了，他表扬了我们，并告诉我们晚上烧烤结束后，会专门有清洁工来打扫，所以不用麻烦我们了。我们高兴的点了点头，带着满足的笑容踏上了归程。

**大学生社会实践心得体会篇九**

这次社会实践是我参加的第一个社会实践，当初报名参加的目的很简单：既然班里有这个社会实践，假期里我也没什么安排，只是要留在学校里上小学期，那么这个社会实践我为什么不参加呢?就怀着参不参加无所谓，与其没事儿干还不如参加找些乐趣的心态，我报名了社会实践。但随着我对社会实践的深入了解，我对此的态度也发生了很大的变化。

我在实践的初期被分到了策划组，就是根据要求提出实现社会实践的计划。当时是在五一假期期间，我经过思考，提交了不是很成熟的策划案。受于当时能力和学识的限制，我的策划不是很成功，但也被有选择的吸收了。我当时反思了一下，但是由于还要上课和受于其他杂事的干扰，我没有认真细想，就自嘲自己策划实践方向错误，不再理会社会实践的事情。

到了后来，下学期学业结束，小学期开始了。社会实践开始了新的工作，我被分配到了问题设计组。在设计问题前，组长召开会议来说明我们要做的工作和注意事项，在会上确定了我们出题的方向和做了简单的分工。在会议前，我细心准备，阅读资料，设想了要调查和统计的许多方面，并在会议上踊跃发言，提出了许多自己的见解。可是，我看的资料主要是一些南皮县的官方介绍和统计数据，我难以对南皮县有直观的感受，于是有些建议我提的不切和南皮县当地实际，略显空泛;加上组员疏于准备，参与度和积极度不高，整个会议基本上都是我和秦晋琦组长在发言，以我们两人之力来做这个关键性工作当然会有疏漏，工作一时间难以难以开展，我们陷入了被动的境地。后来提交会议上安排的作业的时候，看到组员所出的令人啼笑皆非的问题，我意识到了调动大家积极性的重要作用。后来组长有事离校，我无法看到我所在的组无法完成既定任务，我自觉出面，越俎代庖，做了组长应该做的事情。当时，我想调动组员积极性但毫无头绪，于是就自己做了大部分工作，整理出来了详细的任务分工。然后我把任务分工发给各组员，同时还写了给组员的一封信，陈述自己的观点，希望借此来让他们明白自己将要处理的工作，并增添他们对工作的热情。但说到底我还是新手，虽然想要担起重任，但无奈才疏学浅，缺乏经验，不仅自己写的任务分工有些纰漏，需要修改，那封信也没有取到预期的效果。后来实践队队长修改了我的任务分工，我组组员也重新设计了问题，终归完成了任务。

再往后，小学期也结束了，我们来到了南皮县，开始了实地考察。我被分到了住房和交通组。到了南皮县后，当天晚上，我们组就去踩点并且前去“练手”了。然后我们根据当地的情况对事先设计的问题做了修改，然后我根据第一天晚上练手的情况对我组组员有了一个了解，心里有个大致的分工。当天晚上，我们组开了会。我便趁势劝王立津负责拍照和摄影，我和王雨晴和宋泽宁负责采访和构思问题，我和王立津负责确定线路。然后开完会我们在线上完成了准备工作。

第二天，我们走遍了东兴大酒店以东的所有小区，并采访了有关房价、物业费、住房面积、用水用电、基础设施和出行方式等问题。我们走了很多的路，也被拒绝了几次。为了能全面的了解南皮县的住房，我们几乎不打出租车和做公交车。在路上，我们发现南皮县店铺的房屋很有特色，经过了解，发现这些店铺寄托的屋子已经被建造将近二十年了，而南皮县最老的小区才被建造将近十年，道路也是十年左右被修造的。我们怀着这些疑问等着解答。第二天下午我们去了县城里西北地区的小区。问了和上午相似的问题，并且采访了运营装修和家具的商家。晚上我们开会讨论了第三天工作内容和工作方式。

第三天上午我们去了县里的公交车站和客运站，以了解客运情况。还去了县里西南部分的几家小区。下午我们总结了这两天的工作成果。南皮县没有固定的公交车站，分散到全县的三个距离较远的地方，我们做了详尽的考察，并通过做出租车，对南皮县当地的出租车公司作了一个了解。

第四天，我们去了冯家口镇。我们先到镇上了解了商铺房屋的情况，后来我们到了村里，采访了当地居民一些关于住房和出行的问题。下午我们采访了关于《保卫卢沟桥》的一些问题，并拍摄了视频。

第五天，我们前往了大浪淀乡。主要工作和第四天一样。但是我们好运遇到了革命先辈，并且和他一起去了大浪淀乡的烈士墓，并且采访了他，受了他许多教诲。

采访这几日，我体会到了谋划一件事简单，做一件事难的道理。就算是采访这种人人能做的事情，也会十分的辛苦，顶着炎炎烈日在路上奔波。天气炎热，心情浮躁，问问题也要笑脸相迎，有时还会遇到别人没有礼貌的斥责和不信任。汗水早已湿透了我们的衣衫，双脚也变得异常沉重。为了调动大家的积极性，我讲了许多笑话，故意各种无厘头，来让大家在路上多些欢乐。我们在采访的时候遇到了许多困难，在克服困难的过程中我们也建立了深厚的友谊。

总而言之，这次社会实践告诉了我很多道理，让我学到了很多东西，也帮助我印证了许多以前了解的东西。社会实在我心里再也不是打发时间的活动，而是一个真正让我学习东西的教室。

**大学生社会实践心得体会篇十**

今天是xx-7-13，实践第二天，袁佳在昨天晚上短信通知大家七点五十分在松一楼下集合前往徐州云龙区医院，为了防止出现迟到的情况，提前十分钟，不过还是有各种不尽如人意啊。当我们坐上47路时已经八点半了，计划总是赶不上变化快，平时不坐47路的时候，车就超级多，偏偏坐的时候就没有车，那叫一个纠结啊。

我们在中山饭店下车后，就一路上询问大叔大妈，终于找到了目的地，只是有些让人失望，规模比较小，属于社区服务站。于是，我们商量之后临时决定改变研究对象，使用就近原则，去刚刚路过的徐州老年病医院。返回之后，没有一会儿就到了，在大组长袁佳做了简单的实践注意事项讲述之后，三个小组就开始工作了。今天的观察指数表有所变动，根据昨天亲身实践的感受，作出了一些相应的调整，一些没有办法观察到的或者说简单的咨询都不能实现的就果断的去掉了。因为这些可行性都太低了，硬加进去会严重偏离，影响实践任务的圆满完成以及实践报告的纂写。

进入大厅，我们第二小组巡看一遍之后，就乘坐电梯直接到达十楼，在电梯中与一位大妈简单的聊了几句，这位大妈的工作就是负责电梯的上下，因为医院有很多病人、家属都是老年人，对一些电子设备不能娴熟操作，我觉得该医院在这方面做得很不错，为病人考虑了很多，说明医院重视病人就医的环境。

到十楼后，走入楼道就觉得很拥挤，很压抑。转过一圈后，也没有看到什么对我们有用的信息。于是，我们三个决定咨询一下。看到一位医生有空，我们敲门进去之后，说明了我们的来意，这位医生阿姨热情的招待了我们，可能也是觉得我们学生也不容易吧。嘿嘿，医生简单对医院做了讲解，并且告诉我们老年病并不是老年人得的一种病，还给我们普及了一些生活常识，这位医生粗略的说了事业单位的工作，都是固定工资，但是五险一金之类的福利都有，工作压力也比较小，对工作环境也比较满意。之后，医生还建议我们去他们的政工科，也就是我们所说的“人事科”。

谢谢医生的热情之后，我们就下楼观察去了。其实，有时候一个人的言谈举止就能反映一个部门、一个单位的思想文化。员工与单位之间息息相关。一路走来，很少能看到先进的电子设备，还发现这个医院的人几乎都知道人事科，还知道它具体的办公地点，但是具体了解到什么程度我们就无从得知了。很巧的是，一位医生刚好要去人事科签字，她就带着我们去了，第一次直接与人事科的工作人员有正面的接触。在去的路上，心里还有一些紧张与不安，各种可以想到的结果都在脑子里像过电影一般走了一遍，之后后来的场景没有我想象的辛苦。人事科的主任在给我们简单的讲解了人事科的主要职责与功能后，还对自身医院做了粗略介绍，在谈到如何考核时，主任说，他们有专门的考核办，这个归属于财务科直接管理。主任还给我们看了员工管理手册。非常感谢这里每一位热情的天使们。

这家医院虽然没有市四院那么宏伟的建筑，但是也有自己的特色，这里的环境相对于四院来说没有那么亮堂，但是医护人员服务态度都很好。

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