

最新暑假实践报告心得体会 暑假社会实践报告心得体会(通用5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

暑假实践报告心得体会篇一

时间过得很快，在不知不觉中，半年的大学生活就这样过去了，当我还在回味半年里的点滴的时候，更多的任务在向我招手。确实，回味过去不如展望未来。作为一名大学生，我不仅仅要明白学习什么知识，更要懂得如何利用知识回馈社会。

作为一名大学生，我们不仅仅要学习专业知识，还要实实在在的干活。以深入学习实践科学发展观为核心，以服务地方经济社会发展、服务青年学生成长成才为主线，引导青年学生坚持理论联系实际，在社会实践中得出正确的社会观察结论，真正实现“受教育、长才干、作贡献”。这就是开展大学生社会实践活动的目的，而我也向着这样的方向，开展了为期5天的社会实践活动。

在一个多月的寒假里，我选取了在过完春节去开展为期5天的社会实践活动——在云浮市的新顺周石材厂担任秘书工作。在那里，我并不是第一次参与工作，所以，适应还是比较好的。秘书的工作：主要是记帐，整理收据、出货单，还有打扫办公室等等。

在工厂里做秘书，一般是不用外跑的，多数是比简单的数据整理，出货的单据等等。感谢此刻的科学技术，此刻算数不用笔算，而是利用计算机了。在石材厂工作计算方数是件很考人的事，因为很多事很多小件石头的单，我的工作就是要

计算每一块石头的方数，总的方数，石头的价钱，石头究竟是按吨来买赚钱还是按平方来买赚钱，我就要计算使工厂赚尽量多钱的方案。这是必须要有耐心和细心，一个数据出错了，也许计算出来的方案是亏而不是挣钱。

接触商业多了，就会明白钱对于一个企业的发展和生存是多么的重要，所以，记账是件错不得的事。我不仅仅不能够让账错，而且要明白每一笔钱的来和去。要明白钱什么时候到帐什么时候出账。

虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有必须的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随使用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上职责人的章，才能作废。而写错摘要栏，则能够用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，必须要靠左写起不能空格，对于数字的书写也有严格要求，字迹必须要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个厂的收入，是一个工厂以后制定发展计划的依据。

这两个任务使得我有喜有悲，它能够让我学到很多，学会如何在工作中把困难解决，在困难中找冷静。在工作中，有难也有易。例如整理收据，打扫办公室都是些简单的活。在家也有类似的工作，也许是有加重做家务的经验，做起来也得得心应手。

秘书的工作真的不简单，但是，每一种工作都是挑战，每一种工作都是机遇。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”初读此句时，我并没有个性的感觉。然而就在这不长的社会实践后，我不仅仅真正明白了它的好处，更深切体会到它的内涵。是的，课本

上学的知识都是最基本的知识，不管现实状况怎样变化，抓住了最基本的就能够以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢经过这次实践，虽然时间很短，但是，学到的却是不能用多少来衡量的经验。

大学生暑假社会实践活动报告1500字相关

暑假实践报告心得体会篇二

7月 3日至8月 4日，我有幸在《今日__》报社进行了为期一个月的实践活动。实践期间，我学到了很多的东西。同时也发现了自身的不足之处，这些收获将会使我终身受益。

说实话，当初在家里看报纸时，对《今日__报》总有一种不屑的感觉，认为他们的报纸做的很枯燥，可读性不强，只是简单的例行报道，并带有一定的专业性，社会新闻不多，但还是硬着头皮去了。

7月 3日，我来到《今日__》报社，到达时已9点多了，招待我们的是办公室的郑主任，她耐心地向我们介绍了报社的主要活动安排，又带我们认识报社总编、副总编和其他的记者。由于时间关系，这一天已没有什么采访活动了，她就安排我们在阅览室熟学悉习报网纸。

第一天很快就过去了，我们并没有学到什么新闻知识，但办公室记者亲切友善的待人接物，和谐友爱的工作氛围，给了我很大的信心和勇气，我决定不管有多么枯燥，我都会努力在这里坚持下去。

由于报纸的专业性，我们可采访和参加的活动比较少，很多的时候都是针对的人和物，我们大多不懂，只好“袖手旁观”，对于社会新闻，一般只有周末版块才用。这样一来，

我们就只好在阅览室呆着。时间久了便觉无聊，指导老师看出了我的心思，就让我自己出去采写新闻，找新闻点。于是我便多了一些事情可做，同时可以提高新闻敏感性和职业道德。

7月22日百年一遇的日全食来临。早上7点，我和记者老师坐着报社汽车前往县里唯一能目睹日全食的中余乡。在途中用了个多小时，由于都是山路，到达目的地时我已经头昏目眩，但是此次已经日亏。为了新闻报道，我立刻拿去滤光镜记录日全食的各个时间点，而老师用相机拍下日全食的全过程。整个日全食虽然只有6分 秒，但是这是我作为记者出远门所采得第一篇新闻。

7月29日__县政协七届二十九次主席会议召开，在这次会议中我见到了很多县领导，也让我见识到记者职责的重大。会议有县领导、政协领导、各部门领导，对于他们在大会上的发言，要分轻重，对领导的介绍应根据领导官阶大小来分先后，次序搞错就会给你带来麻烦。

报社里有一位姓陈的前辈，七十多岁了，对报纸却还颇有研究，他时常对我传授新闻写作的经验，他说：“新闻归根到底还是文字活，一切奔波最终都要体现在字面上才算数。”他列举了一些因用词不当而闹出的笑话和差错的新闻案例，告诉我用词造句的重要性，并说：“现在的大学生啊，语言文字普遍不如以前好了，所以你们要多学多记，多理解，学一学文言文也是必要的。”在走访陈前辈的办公室时，我发现陈老的办公桌上有好几本中文词典，陈旧的笔记本上记满了名人名言，成语解释和有问题的新闻例篇，对应的分析评论等。我由衷地感到博学的重要性。我想：“活到老，学到老”应该作为这次暑期实践的结束语。

报社也不是一直都忙于工作，有时记者们也会带我们去七楼打球，这给我们的实践生活增添了很多乐趣。

忙碌而有趣的一个月很快就过去了，拿鉴定表那天，我们有些不舍，向各位记者道别之后，我又回到阅览室，翻阅着各种资料直到下班。我是学文的，更是学新闻专业的，有幸在《今日__》报社学习。如今，回首实践的一个月，我觉得自己受益匪浅：

第一，我觉得自己在新闻采访与写作方面有了一定的提高，这为我做好新闻部的工作打下了一定的基础。我提炼了几条新闻写作技巧：首先，必须树立新闻价值永远最重要的观念；其次，也还需注意稿件的质量。尽量少用“的”“了”等口语化的字词，追求语言简洁；另外，对于新闻事实的选择要“敢干放弃”；最后，也要注意写作上的模糊用语和精确表达的选择，使新闻更具说服力。

第二，报社记者的勤奋给了我很大的启示。他们有时为了赶时间，就把饭带到报社吃，中午干脆在办公室睡觉，有时也长时间见不到他们，那是出去采访了，我不禁想起一句话：“新闻不是可以坐在办公室里凭空捏造出来的，必须出去跑，只有到处跑，才能发现新闻。”

第三，编辑老师认真、严谨的从业风格也使我深受影响，认真是做好每一件事的前提。

一个月是短暂的，却有着许多珍贵的经历和美好的回忆。此时拿起一份《今日__报》，定会有另一番感受，因为那里曾经有过我的足迹。我似乎能够感觉到每一篇报道中记者们为此留下的汗水，我开始看重，珍惜《今日__报》了，是它，伴我走过了这个美好的、充满回忆的暑期报社实践生活。

暑假实践报告心得体会篇三

在即将考试的日子里，作为爸妈的好女儿，我就开始思考着暑假去打工的事情。以前妈妈教育我在大学期间，要锻炼自己的自理与交际能力，最好的工作就是服务类，为了方便，

我就找了这超市的导购员工作，也开始了我的假日打工生活。

刚开始，我以为，曾经在西餐厅工作过的我，会很快的进入角色，获得别人的欣赏。但是我错了，毕竟工作不同，地方不同，人也不同。当初是有亲人帮忙，现在是我自己，刚穿上工作服，本该觉得无所谓的我，却觉得它很不好看。很老套的打扫卫生之后，我就挂上“临时导购员”的牌子站在我的管理区，这时，我却张不开口了，产品推销需要把物品的优点讲出来。看着师傅流利的说：“来到喜盈盈销售点，请问您需要点什么呢？”礼貌、微笑、站姿、手势、步伐、着装都得符合要求。我就像傻瓜一样愣在那里，不说也不做。主管过来还得做做样子，应付一下。但是这只是对上司！

就当客人问你一句“服务员，你帮我介绍一下这个高蛋白的成分是什么？我送老人合适么？”我呆了，杵在那里不好意思，半天说了一声，“我不知道.....”

“你不知道？”

“我是新来的.....”

此时，我恨不得找个地缝钻进去，在不好意思的同时，我想我该学着动起来了。中午，我就找到师傅，不好意思的询问，怎样问候，怎样送客才合理，遇到什么情况怎么解决。本来很简单的事情，我却学不来，尴尬地说着“光临”。别扭的人做着引导动作，心里嘀咕着，“好别扭啊.....”

回到简陋的宿舍，躺在床上，翻来覆去睡不着，不服气的想：“曾经在学校，那样自然的上团课，和同学交流，现在怎么成这样子？怎么可以这样啊说出去丢人不丢人啊，这可不行！我得练练，”我拿出白天记得问候语、引导语，强迫自己笑，练了好大一会，终于觉得可以了，心里有了一份安慰，就安心的打电话给妈妈报平安了。

第二天，我早早的去了店里，师傅改变了对我的看法，觉得经过一晚上，我改变了不少，没有了架子，成熟了很多呢，有经验的考验我说：“小段同学，我来你这买东西了埃”我高兴地过去，回答着她的话，“光临，请问需要什么？我们的产品.....”营业前的时间就这样开心的过去了。师傅给我详细的介绍着这个产品的成分，适合哪种人群，不适合那种类型，怎样为小孩服务，怎样为阿姨叔叔服务，怎样为老奶奶服务，怎样遵守纪律，怎样应付上司，怎样可以偷会懒.....慢慢的，师傅很看好我，让我接手了，虽然熟练程度还有待提高，但是我还在努力，因为我有一颗不服输的心。中午吃饭的时候师傅还夸我聪明呢！嘿嘿，瞬间我就“飞”了起来第二大困难就是体力劳动了，在学校，我就坐着上课就好，只是时间长一点而已，没什么累的，而这就不同了，从早上九点上班开始就站着，除了吃饭那会儿，其余时间都是站着，脚疼，腰疼，但妈妈告诉我要坚持，为了证明我的不服输，我一定要坚持！

后来，就是为期一个月的训练了，我告诉自己要坚持，不管怎样的顾客都以微笑面对他们，以真诚服务他人，但是遇到刁钻的客人，我想生气，但是只有忍着，告诉自己“你是服务员”。20__年暑假社会实践报告范例社会实践报告。偷懒时被逮到，挨批评很委屈，但又告诉自己，“我错了，这一切都要承担。”出现错误，师傅很生气，都要学会改正与忍耐。

暑假实践报告心得体会篇四

炎炎夏日，烈日当头。正是因为有这样的环境才激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看自己能否在恶劣的环境中有能力依靠双手和大脑维持自己的生存。想通过亲身体会社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出自己的不足和差距。因此，在暑假的第一天我和一个同学一起来到了一个县城开始了我的暑期实践活动。学生是学习的主体，要想使之发挥积极主动性，需走进

他们的内心，激发他们学习的热情。针对学生不同的情况，我鼓励他们发奋图强。初三补习班的学生，有的丧失了自信心，很是沮丧。有的则破罐破摔。通过我不断接触和仔细观察，综合各方面的信息，给予他们指导，力所能及地打动他们学习的欲望。“亲其师，信其道”，学生对学科、对老师的好恶等非智力因素对学生的学习有着很大的影响。渐渐地，很多学生开始喜欢我授课，无数次的心灵交流，使我们的情谊日渐深厚。

经过应聘，我们来到了一个专业暑期补习班任教。这对我来说既是一个机遇又是一次挑战，教师是一个神圣的职业，在这里我又有了一个更深层次的体会。接下来我把我的感触分条概述：

（一）教师是一个非常了不起的职业。在这段不长不短教师从业经历中，我深深的体会到以前我的老师对我的用心良苦。学生不好好学习我也心急如焚，甚至比他们还着急。从跟家长的交流中我也体会到了父母的含辛茹苦，不管父母在家庭或者社会中扮演着什么样的角色，在面对自己孩子的老师时，他们眼神中透漏出的虔诚是无法用语言来表达的。

（二）挣钱的辛苦。在这里我论文联盟也深深地体会到了挣钱的不容易，对于挣钱和花钱的观念也有了很大的改变。辛勤的付出不一定能得到同等的回报，而没有辛勤的付出是一定有任何回报的。

（三）人际关系。从事这样一个职业，我主要接触到的是学校领导、同事、学生及学生家长，每一层的关系都要用心去经营，否则，任何一个环节不顺利你就可能全盘皆输，这也是社会残酷的一面吧。幸好我现在的一切都还挺顺利，虽然在刚刚过去的一次学生考试中我带的班级成绩不太好，但是经过具体了解后我发现，我的学生比起他们以前已经有了很大的进步，我对此感到还是挺欣慰的。

（四）自强自立。这是一个弱肉强食的时代，在这次的工作中我和同事之间也同样存在着竞争关系，不努力就可能会受到处罚，而所有的一切也都取决于自己，取决于自己有多努力。

（五）专业的重要性。在给学生们授课时，我有时候也会感到有些心有余而力不足。

暑假实践报告心得体会篇五

转眼间，我将近两个月的暑期生活即将奏响片尾曲。与以往的暑假一样，在假期行将结束之际，为自己的暑期生活做一则总结，总结过去，设计未来。不同的是，这个假期的大部分时间是在鹭岛——厦门度过的。放假前的时间里，有诸多朋友也曾表示：难以理解只身一人，南漂到一个完全陌生的城市。而现在，此次城市体验之旅即已结束，而我也有了绝大理由相信，这个暑期选择“城市生存体验”是完全正确的：

1：实习硕果

在厦门生活的一个月时间里，让自己有了充分时间及精力，去深入当地做经济、生活调查，包括：厦门当地经济发展主趋向、就业新兴行业、营销管理类人才在当地的就业前景、物价水平、居住环境、房价、风土人情等诸多领域。

作为自己的实习公司——“厦门平安公司投资理财处”。平安集团在过去短短的22年中，总资产由最初的5000万猛增为今年年初的9954亿。在xx年世界500强中，中国平安以426.629亿美元市值排名第八，三度蝉联非国有企业第一名。我开始为自己能在这样的优秀公司中求得文秘专员的实习机会而深谙幸运。期间，认真学习了解该部门在投资理财方面的优势，并详细了解公司各职能处室，复杂缜密的职能分工，”部门设置“，“运营机制”，“晋升机制”，“激励机制”，“企业文化”。同时为著名“平安皇后”——叶云燕

经理的人格魅力所深深折服。

实习结束，除获得实习工资外，凭借良好表现，同时得到公司”实习证明“。

现在看来，整个实习过程，是对个人综合能力的检验和提高。在实际应用中，却发现了理论知识和实践的确是两者不可分离。理论知识可看做是入门的铺垫和相关专业知识的准备。实践操作，则是对理论知识的一种灵活应用，并且更重要。要注意理论学习和实践能力的结合。要以理论指导实践，并在实践中不断检验和提高理论可信度，深化认识。由此延伸到以后的就业，面对社会的选择，所学专业与从事的工作很可能不一致。那时就应该调整心态，找准个人定位，及时充电，更快更好地适应新工作发展的需要。

此次厦门行的圆满结束，进一步增强了自我今后顺利就业的信心和勇气。我们大学生有就业危机感是应该的，但不能过于自卑和担忧，否则会妨碍自己的学习。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。自己有了能力，到时候才会是“车到山前必有路”。

2: 相知朋友

厦门此行，最有意义的，莫过于结识了众多相知朋友。初到厦门，夜深人静的时，想到自己无亲无故，只身一人飘零，而常常为感到孤独无助。好在相识了这群同在一家公司实习的大学生朋友：小青，阿鹏，阿森，小玲ee以及我的上司：高级理财师——张春玲，他们大都来自福建本土。在困难的时候不断的关照我，休闲的时候，一起游玩，一起娱乐。临行前，为我送别。为此，我既已感到：真的不虚厦门此行。我也再次向他们真心道一声：谢谢！

3: 心灵减刑

大二的一段时间里，坠入了暧昧不明的纷扰中，一些令我焦头烂额的事情，一直折磨着我。而这时我是有些气馁的，一些时候甚至感觉自己体力不支，就要垮了。为了解脱，为让自己心灵减刑。忘却一份错误的情缘，而为了同样的理由，我踏上了厦门远足之旅。让我有了充足的时间与自己独处，努力在纷扰的城市生活中，让心回归平静，去想一些属于人生哲理的事情。我想：只有这样一次忘情淬火般的沦陷，方能将自我从那几近衰竭的虚无缥缈中解救出来。