

2023年寒假实践心得题目 高中假期社会实践心得(优秀9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

寒假实践心得题目篇一

今年暑假我做好了参加暑假实践的计划，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了__公司工作。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力的提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来自力更生是挑战与乐趣并存的我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人

的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

高中假期社会实践活动心得（篇2）

寒假实践心得题目篇二

作为一个普通学生，我总觉的缺少一点什么，总是呆在平静的地方做着天真的事，今天除了睡觉以外，终于做了一件有意义的事虽有点累但也值得。

20__年11月2日，__学院团组织志愿着服务大队组织去看望敬老院的的活动，一路上，队伍浩浩荡荡的走去，有很多人还以为我们是去旅游的呢，走了半个小时，终于到了，心中起伏不断，又有点顾虑，然而一个下午，这种顾虑就被冲击得云消雾散，这确实是一种爱心之旅，更是一种心灵的洗礼。

因为我们今天来的有点早，很多老人还在睡觉，院子里只有几位老人在晒太阳，然后有人去和老人们说话，我话说的不是太好，可我会听，虽然只是短短几个钟头，但我们给老人带来了心理安慰，带来了温暖，让他们不再感到孤独。

接着就是给老人们打扫院子，时间在不知不觉过就已过去。在这次活动中我学到了很多，我觉得自己就是一个雷锋，我很自豪这种自豪不是在学校能够体会到的。公益劳动是种忘我的劳动，它是一种能够塑造美好心灵的活动。

这次活动中，我百感交集。老人在自己工作岗位上奉献了一辈子，现在尽管子女都不在身边，但依旧保持了一份坚强、乐观的心态。

回校后，我的心情久久不能平定，他们的笑容、语言一直在心中回荡，我觉得我应该发动更多的人参与献爱心活动中，在提高自己实践能力的同时也培养着关爱生命、服务他人的美好情操。同时也感谢志愿者服务大队，给我们这次机会。最后让我们共同携手，一起让社会变得更加和谐，美好。

假期实践活动心得体会450字（篇3）

寒假实践心得题目篇三

作为一个普通学生，我总觉得的缺少一点什么，总是呆在平静的地方做着天真的事，今天除了睡觉以外，终于做了一件有意义的事虽有点累但也值得。

20__年11月2日，__学院团组织志愿着服务大队组织去看望敬老院的活动，一路上，队伍浩浩荡荡的走去，有很多人还以为我们是去旅游的呢，走了半个小时，终于到了，心中起伏不断，又有点顾虑，然而一个下午，这种顾虑就被冲击得云

消雾散，这确实是一种爱心之旅，更是一种心灵的洗礼。

因为我们今天来的有点早，很多老人还在睡觉，院子里只有几位老人在晒太阳，然后有人去和老人们说话，我话说的不是太好，可我会听，虽然只是短短几个钟头，但我们给老人带来了心理安慰，带来了温暖，让他们不再感到孤独。

接着就是给老人们打扫院子，时间在不知不觉过就已过去。在这次活动中我学到了很多，我觉得自己就是一个雷锋，我很自豪这种自豪不是在学校能够体会到的。公益劳动是种忘我的劳动，它是一种能够塑造美好心灵的活动。

这次活动中，我百感交集。老人在自己工作岗位上奉献了一辈子，现在尽管子女都不在身边，但依旧保持了一份坚强、乐观的心态。

回校后，我的心情久久不能平定，他们的笑容、语言一直在心中回荡，我觉得我应该发动更多的人参与献爱心活动中，在提高自己实践能力的同时也培养着关爱生命、服务他人的美好情操。同时也感谢志愿者服务大队，给我们这次机会。最后让我们共同携手，一起让社会变得更加和谐，美好。

假期实践活动心得体会450字3

寒假实践心得题目篇四

对于现在的孩子来说，自己的事情自己做已经很遥远了，更别说自己赚钱，他们不知道生活的艰难，也体会不到家长的不易，所以学校进行的社会实践活动——卖废品活动，对他们来讲是很新鲜的，刚开始时他们并没有意识到这是一件苦差事，嘻嘻哈哈的，但慢慢地他们有不同的体会了，活动结束后，孩子们都对生活有了更深的体会，也都长大了！

收废品的人都要在大街上吆喝，喊着喊着就累了。回想一下我们收废品的情景，我们是不是喊着收废品等，或是上楼爱家爱数的搜找，我们会感到很艰辛。

初次听说要收废品，高兴的不得了，因为不论什么活动，我都会冲在前面，以前干过别的，可就是没干过收废品。

我们计划在清华园展开活动，一开始，生意好难做，我们扭扭捏捏的叫卖声，只换来了空荡荡的回音。无奈只好一个个按门铃，但我们收到的答复不是“刚卖”，就是“没有”。这时，一位阿姨叫住了我们，说她家有纸箱，我们都心花怒放，抓起家伙就跟他走。我们临走时，她还说，如果我们收不到，还可以来找她。

生意的清淡是我们不得不转移地点。在那里我们再次收获了支持和感动。一进惠泽园不久，就有一对父女向我们走来，我们连忙说明来意，不一会，他们拎了好几个大纸箱来卖，我在称的时候，他们已经转身离开，我们追过去，把几元钱递过去时，他竟挥了挥手说“钱什么钱啊，就当支持活动了。”我当时听了心里很不是滋味。

去收废品之后，真正知道了挣钱的不易。本以为会很快挣到钱，却被收废品的伯伯嘲笑道“学生不让上学让收废品，还不如来替我们踩纸箱，又不收学费。”当我们真正收废品时，才发现对收废品的人投来鄙夷的眼光是多么的没有道德。

经过这次活动，我明白了很多。以后的活动，选好地点很重要。更重要的是，我明白了大人赚钱又多么不容易，以后不能花钱如流水了。一定要节俭，能不花的就不花。

今天我们赚的并不多，但这是我们的第一桶金。虽然几次都被拒绝，几次被人不理睬，但还是有热心的人来温暖我们，不是吗？这次的活动使我深刻的体会到挣钱的不易，也让我们知道不要乱花钱，那都是父母辛辛苦苦赚来的血汗钱啊！！

大家的一次骑三轮车，我们一个个都尝试着去骑，一开始我们都掌握不了三轮车的骑法，骑着它左撞右撞的，还大叫着，当时的脑子一定一片空白吧！这一路上可以说是既惊险又刺激又愉快的历程吧！

通过这次的实践活动，我们学会了不尽体验到了生活，我们还体会到了大人挣钱的不容易，这一天真是愉快又充实的一天！

这个寒假，我们过得充实而富有意义，不但从生活上体验了家长的艰辛而且通过自己的努力献出了自己的爱心，这种感觉真好！放假后我们就按耐不住激动的心情，早一天我们就迫不及待地开始活动了。在家从未干过重活的我们还真有点期待14.15的卖废品。活动地点选择了花园小区，14日早上8点我们就早早地开始干活了。我们信心十足的吆喝着，很顺利，忙得那叫一个不可开交，下午我们就收了工。可到了十五日即使大声吆喝，但依然没人“捧场”，我们不气馁。终于功夫不负有心人，有一家叫住了我们.....真是山穷水复疑无路，柳暗花明又一村啊！经过那位阿姨的介绍又顺利地找到了下一家，正是这第二家让我们知道啦赚钱的不易。由于那第二家的东西较多，我们把废品装进拉一个空调箱子里，那箱子正好占据拉整个楼道，几乎占到拉一个楼梯的长度，没有经验的我们怎么知道下边该发生什么情况呢？我们六个人三个人在前边，三个在后边，由于楼道狭窄，不得不下去一个人在楼下接应。那家人住五楼，转弯时喊着口号才能下去，我们费了九牛二虎之力才把箱子抬到一楼，眼开就要安全着陆啦，就在这时它连滚带爬地滑拉下来，真难.....但是我们付出拉汗水，得到拉回报，最终，我们赚啦39.2元，这是我们第一次用自己的汗水赚到的第一桶金，每每想这件事，我的心里还总是不能平静。经过我们和组长的讨论，我们决定用我们赚的钱去关心福利院的小天使们，用自己的双手给他们送去一份温暖。选好时间，带上为他们精心挑选的食物，下午两点就来到拉福利院，他们好像知道我们要来似的，早早的就起了床，看到一大袋食品，他们不约而同的爬

了过来，有的孩子手里拿了两三个棒棒糖依然再拿东西往怀里抱；有的孩子专选大包的食品抱在怀里，高兴地歪歪扭扭地就跑了，还有的孩子直接撕开后高兴的流着口水吃着，看着他们开心的吃着我们的劳动成果，从未有的甜蜜感和分享感一起涌上心头.....也许我们的力量微不足道，但是我们付出了。在我们初一十一班，这样的事情是司空见惯得，每个星期你都会在福利院看到我们班同学的身影，因为这已是我们不成文的规据，能为福利院的孩子做点什莫，那感觉真好。

寒假实践心得题目篇五

今年暑假我做好了参加暑假实践的计划，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了__公司工作。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力的提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来自力更生是挑战与乐趣并存的我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。虽然事实如此，但这也给我

上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

假期实践活动心得体会450字2

寒假实践心得题目篇六

作为一个普通学生，我总觉的缺少一点什么，总是呆在平静的地方做着天真的事，今天除了睡觉以外，终于做了一件有意义的事虽有点累但也值得。

20__年11月2日，__学院团组织志愿着服务大队组织去看望敬老院的活动，一路上，队伍浩浩荡荡的走去，有很多人还以为我们是去旅游的呢，走了半个小时，终于到了，心中起伏不断，又有点顾虑，然而一个下午，这种顾虑就被冲击得云

消雾散，这确实是一种爱心之旅，更是一种心灵的洗礼。

因为我们今天来的有点早，很多老人还在睡觉，院子里只有几位老人在晒太阳，然后有人去和老人们说话，我话说的不是太好，可我会听，虽然只是短短几个钟头，但我们给老人带来了心理安慰，带来了温暖，让他们不再感到孤独。

接着就是给老人们打扫院子，时间在不知不觉过就已过去。在这次活动中我学到了很多，我觉得自己就是一个雷锋，我很自豪这种自豪不是在学校能够体会到的。公益劳动是种忘我的劳动，它是一种能够塑造美好心灵的活动。

这次活动中，我百感交集。老人在自己工作岗位上奉献了一辈子，现在尽管子女都不在身边，但依旧保持了一份坚强、乐观的心态。

回校后，我的心情久久不能平定，他们的笑容、语言一直在心中回荡，我觉得我应该发动更多的人参与献爱心活动中，在提高自己实践能力的同时也培养着关爱生命、服务他人的美好情操。同时也感谢志愿者服务大队，给我们这次机会。最后让我们共同携手，一起让社会变得更加和谐，美好。

假期实践活动心得体会初中3

寒假实践心得题目篇七

今年暑假，尽管时间算不上长，但我也好好的利用了这次的假期，在xxxx超市短暂的体验了一番社会实践的生活。在工作的一个多月里，我在超市中作为一名临时员工，在工作中主要负责系列产品的促销工作。

回顾这几个月，在工作方面，我跟着超市里的前辈负责吸引

顾客的注意，期间，我学到了很多销售与工作的方法，也对工作有了更深的了解。现对我在工作方面的心得体会做如下记录：

一、初入社会

步入社会，这与我所熟悉的学校相比几乎就是一个完全不同的世界。在这里，不仅有必须要完成的工作，而且有非常严明的纪律和要求！尽管在学校当中我们也一直在熟悉这些，尤其是在大学之后，更是有了“小社会”这一称号。但真正的走上社会之后，我才知道这与我所熟悉的“小社会”是不同的，在这里，远比学校要求更加严格，而且必须由自己的自觉来管理自己！这样才能保证工作的顺利进行。

二、社会中的工作体会

在工作开始后，我先是在领导饿的培训下了解了工作的性质，并随后就开始了自己的工作。这样突然地转变是让我所没有想到的。但尽管心中还有些犹豫，但周围招揽客人的生意早已经开始呼喊。面对这样的压力，我也只能硬着头破喊出了自己负责产品的宣传口号。

尽管第一声是硬着头皮憋出来的，声音也完全算不上洪亮。但自从这声喊出来之后，我感觉就像有一扇门被打开一样。不仅之前不好意思的感觉全部荡然无存，再后面，甚至越喊越起劲！

在这样的氛围下，我后来的工作也跟随着这样的热情不断加强。面对那些陌生的客户，起初的扭捏也渐渐消失，甚至到后来都完全应对自如！这是我在这次的工作中的改变！

三、心得感受

经历了这样的工作体验，我感到自己对社会的认识被重新刷

新了一遍！而在这样的影响下，我在对人对事的态度上也有了极大的改观。现在的我，更加的积极，更加的有动力，有热情！而且还在这里收获了我在人生中第一次明确意义上的酬劳，也同样给了我很大的鼓励！

尽管此次在暑假的工作中我看到的不过是社会的一角，但在今后的道路上，我会更加努力的去加强自己的能力，让自己成为一名真正对社会有用的人才！

寒假实践心得题目篇八

我在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。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。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践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。我认为以下三点是在实践中缺少的。

- 1、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。

- 2、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。

3、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。

寒假实践心得题目篇九

今年暑假我做好了参加暑假实践的计划，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了__公司工作。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来自力更生是挑战与乐趣并存的我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

六年级假期社会实践活动心得（篇2）