

# 中学生社会实践活动体会(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 中学生社会实践活动体会篇一

军训

活动时间

2014年4月11号

活动地点

东山

组织者

海口市灵山中学

个人主要活动内容简述

. 站军姿，军姿口令为：两脚跟并拢，两脚尖分开约六十度，两腿挺直，膝盖为向后压，上体保持正直，两肩微向后张，两臂自然下垂，两手微弯拇指贴于食指第二关节处，中指贴于裤缝线，头要正颈要直两眼目视前方，下颚微收。

个人活动体会、感想、收获

军训后感

在没开始军训之前，我曾想过军训很多内容和过程，都是很好玩的，我很向往的。在听说学校要军训的时候，我更是激动，我想体验一下军训的生活，但又害怕它没有我想象中的美好，但不管我怎样想，那天终究还是来了，当我们收拾行李一起想象军训生活的时候我们既兴奋又害怕，这种感觉真好。

当车行驶到我们学校，我知道不管想不想都必须得去，我们坐上车走的时候一路观声笑语，看着路上的风景，交流着彼此的心声，列车经过我的家乡，我有点想哭的冲动，因为我想家了。

来到军训场地的时候，我在想这就是培养士兵的地方吗？这就是我向往的地方吗？但现实总是残酷的，幻想和现实之间存在着很大的差别。但幻想总是美好的，毕竟是幻想嘛。

眼看就要开始军训生活了，真的开始了。那几天是我长这么大以来觉得最辛苦、最难熬的几天，也是我无法忘记的几天。每天做着同样的气息。当列车要发动的那一刻，所有的感情都在那瞬间爆发了，同学们的泪水也在那瞬间的决提出来。唉！那场面好悲，想想以前看别人分离的时候，也是哭，但我们不能理解其中的玄机，现在我终于体会到了，军训的生活结束了，可我们的感情还没结束。

军训的生活的苦乐交并的，这滋味我永远都会记住的。附件(0个)

签名：袁玉官2014年6月11日

活动组织者评价

意见

签名：年月日

注：本表作为每次社会实践活动登记表，高中阶段每学年活动时间不少于一周，认定2学分，三年总计6学分。

## 中学生社会实践活动体会篇二

在假期的这次社会实践，虽然辛苦却很充实。

前所未有的尝试，换来非比寻常的`体验，实在不虚此行。

在发调查表的时候，虽然不算是很顺利，有些人不愿意合作，但是我们没有气馁，继续调查，最终完成了我们的调查问卷任务。

这次实践活动不仅使我们了解了综合实践不易，更在此深刻明白珍惜他人劳动成果的必要性。

这是一种不可多得的锻炼，对体力与心理承受能力的锻炼，在学校里书本上无法得到的锻炼。

平时看来轻而易举的事，未必一开始就可以做得得心应手，但只要经过努力，一定可以迎来胜利的曙光。

耕耘，总会有收获

暑假的社会实践活动虽然已经结束了，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。

这次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。

## 中学生社会实践活动体会篇三

中学生社会实践活动体会怎么写?时间之后总会有很多的体会，下面就是为大家整理的中学生社会实践活动体会范文!

一直以来，常常觉得外面的世界很精彩，没有按时的上课下课，没有美味前长长的排队等待，没有老师的吆三喝四，没有就寝前熄灯的命的催促，更没有无聊课上瞌睡虫的啮噬。

终于有机会到外面的世界历练一番了，今年寒假我利用假期时间进行了社会实践活动。

在我向往已久的外面的世界里闯荡，还真的有许多新的发现、新的感受。

最大的感受就是缺少专长，没有专长就缺少竞争力，这个苦头几乎挫败了我所有的锐气。

没出去之前我就买了很多报纸找上面的招聘启事，我的首选是应聘老师，这个职位适合我，我的数理化全班数一数二，而且我的口才也不错，自以为沟通能力强，有亲和力，教师是再胜任不过了。

但是一联系都嫌我是高中生说什么，现在的本科生都扒拉着挑，什么没经验之类的。

自此我是四处碰壁，连端盘子的服务员人家都要接受过培训的。

社会实践的初次体会是，要融入社会就应该有一技之长，有能立足的那本事。

还不能做井底之蛙，就看到自己头上的那么一点天空。

转变观念之后我，认识到自己的能力却是太一般，开始找点更合适自己的活，于是开始在小店铺，小摊位里找工作。

他们有很多确实缺少人手，需要帮忙，但是对于我这样一个半大的孩子都不愿意接受，后来我从一个老奶奶那里知道他们都从老家找熟人帮忙，说知根知底的，出不了啥事。

我知道她所说的“啥事”，无非就是缺少对一个陌生人的信任，我一项觉得人与人之间要诚挚、信任，但是这次我却被别人怀疑，无语。

要想很快的融入社会，真的不容易，我知道为什么有那么多的宅男、宅女了，为什么有那么多的人要固守田园了。

终于在一个老乡的引荐下，走找到了一个工作，工作中的感

受更多，我找到的工作是替报摊的老爷爷卖报纸，卖一份给我3毛钱。

工作是在寒冷、饥渴、劳累、紧张中度过的，我一再告诫自己要坚持，每个人都应该做好自己，这样在寒冷的冬天里不停的卖，也只能有不足20元的收入。

和我一样穿梭在车辆中，乘客间、人群里的卖报人还有很多。

他们要靠着这每天不足20元的收入要活自己、养活家人，他们的生活有多拮据可想而知。

我在学校食堂里饭不可口就到外面吃，食堂里的浪费现象，现在想想都是犯罪。

这之前，我们城市里有多少人生活在低保线上？他们的生活怎么样？我从来都没想过，如今我对他们又多了许多同情，多了一些责任。

难怪有那么多的企业家、成功人士，把自己的钱捐给了灾区人民。

难怪有那么多的老人把自己的退休金捐到灾区。

不是所有的乞丐都是装的，不是所有的穷人都是因为懒，不是所有的付出都要有收获。

终于结束了社会时间，虽然时间很短，但我深深感受到中学生的社会责任感。

也深深的明白了一个道理，社会实践承受的压力越大，以后学习的动力就越大。

现在想想学习其实是世界上最幸福的事。

学校是社会大潮中的避风港，这里的一切抱怨都是无病呻吟。

曾经的趾高气扬、曾经的踌躇满志、曾经的满腹牢骚，如今被这次社会实践活动荡涤的只剩下拼搏、脚踏实地的拼搏了。

这次社会实践是我的人生中宝贵的第一桶金。

也许还有很多同学在抱怨生活，抱怨学习，那就让他去参加社会实践去。

回来以后会的感觉会爽得不得了。

期盼了一个寒假，终于可以当上城管了，昨晚做梦还梦见自己劝导刁蛮无理的无证摊贩，结局却是自己委屈地掉眼泪。

为什么想来体验城管这个职业呢？说实话，我们当初心仪的实践基地包括电视台，房地产，滑雪场等，我们觉得这些基地有着轻松有趣的工作环境。

而对于城管这个职业我们一点都不熟悉，甚至由于网络媒体的报道，我们觉得它是一个带有负面形象的职业。

但是，想想，没有亲身经历过的人是没有资格评判的，所以我们小队应聘了xx区城市管理行政执法局闸弄口中队的“小城管”一职，并签订了《实践合约》。

放寒假了，我们小队成员按照《实践合约》上的工作日期准时参加社会实践。

虽然实践的时间很短，但我看到了很多，也想到了很多，我也把这些人和事都记下来。

岗前培训中

一大早，城管大队就派了两辆车来地铁站接我们，城管叔叔们非常亲切，语气十分温柔，一下子消除了我们的紧张感。

虽然有些晕车，但心里突然有个小人在呐喊——谁和我说城管很凶的?!在城管大队遇见的每一位城管，都是十分和善和友好的人。

那么，他们执法的时候是不是很严厉，和平时不一样呢?带着疑问，我跟随一支分队去社区处理一起关于违规摆摊的居民投诉。

在车上，我就担心万一一言不合打起来可怎么办。

于是，下车后，我站的有些远，尽量减少存在感。

可正是因为我处于旁观者的角度，可以清楚观察到每一个人的表情，才让我真切体会到城管和摊贩各自的难处。

在整个过程中，城管叔叔的表情没有一丝不耐烦，劝导的声音和刚刚与我们说话的声音一样的温和，只是多了一份严肃和认真。

摊贩大妈有些激动，陈述着自己家的困难，但还是很配合城管的工作，氛围并不像想象中的那样紧张。

突然想起在车上时，城管叔叔对我们说的一句话“毕竟还是好人多”。

经过这次的社会实践，我想，不能说媒体对城管这个职业的报道是虚假的，我相信所谓的“暴力执法”“目中无人”的城管是存在的，媒体只是对某几起极其严重的城管摊贩冲突进行了如实报道。

但是我们不能不承认世上的确还是好人更多，一两个城管的



违法行为不应该也没有资格代表城管这一职业。

绝大部分的城管工作人员都是任劳任怨，辛苦奔忙于一条条街道，一个个社区，解决着基层老百姓的生活。

在跟随城管一起执法的过程中，我被这群可爱的城管“洗脑”了。

在巡街时，我完全把自己当成了一个城管，以极高的热情投入到工作中。

当看到城管叔叔提起外地牌照时无可奈何的神情和他提起城管系统不像交警系统一样全国联网时，我联想到最近频繁提及的“依法治国”，我想，完善我国社会主义法制建设是及其必要的，通过严密的立法，使城管们依据的法律武器更具体化，实际化，提高针对性及有效性，让所有想要钻法律空子的苍蝇无缝可钻，让城管在明确的职权范围内更有底气地行使法律明确赋予的权利。

这一次的社会实践告诉我——城管这一职业秉承的工作守则：是“法治”，不是“法制”；是“治理”，而非“制服”。

这片土地，深深地爱着我的父老乡亲兄弟姐妹。

只有真切融入群众，贴近群众的心，才会真正体会到耕耘的艰辛，收获的喜悦。

社稷以民为道，而民则以食为天，故，庶民之情才乃王道也！

兴义师院，莘莘学子，信心足，激情昂，贞丰民间做调查、搞走访。

民情浓，酒亦香，恩情只往心里藏。

此次访，不枉生，感谢贞丰政府助成长。

不实心，不成事，不虚心，不知事，不自是者博闻，不自满者受益，虚心的人常想己之短，骄傲的人，常夸己长，自赞就是自狂，自满是智慧的尽头。

此次北盘江实践活动，把我们这些还未出鞘的宝刀再次打磨，待我们毕业时，好露出更锋利的一面。

北盘江镇人民的热情向阳光般的温暖，向细雨般的柔润。

北盘江之行，苦并快乐着。

活动虽累，但我快乐；工作虽苦，但我开心；人生亦如此，在生活中寻找快乐，在工作中寻找人生真谛。

我们三十一号人在一起，从最初的不太熟悉，到下乡期间的默契配合，再到最后的欢笑一家人。

我们苦过累过，在下乡调查时，体会到了相亲们的热情，同时也体会到了基层群众的艰辛和基层工作的艰难，但最后留下的最多的，依然是欢笑和成长。

逆风的方向更适合飞翔，我不怕万人阻挡，只怕自投降。

盘江行

师院学子三下乡，夏日走进北盘江；

虽苦虽累心情好，服务人民兴致高；

深入群众搞调查，基层百事要记牢；

又到分开离别时，依依惜别北盘江。

实践完美了我们的双翅，在实践面前我们预料了问题，在实践中我们发现并解决了问题，在实践后，我们总结了经验，

丰富了自我。

短暂的十天实践活动，我们一起携手疯过、哭过、笑过，互助合作，短短十天，我们既帮助了别人，也充实了自己。

我实践我收获，我实践我快乐。

三下乡圆了我大学投身社会实践的梦想，三下乡给了我无与伦比的精神震撼，提升了我的认知，把这种吃苦耐劳，团结合作，认真细致的精神叫做“三下乡精神”，这种精神会是我这一辈子最珍贵的礼物。

三下乡的十天，转瞬即过，这次活动让我最意想不到的是在临行之前我们组组长赠送给我们的一首诗，总述了我们本次活动的经过，在此我十分感谢我们组的组长对我们的热情招待及北盘江政府对我们的关心。

同时也感谢学校给了我们这次实践的机会。

昔闻贞丰县风景优美，群众好客，现如今距旅发大会后再来贞丰，感触颇深，老村支书的盛情难却，然而不能与贞丰人民长期共处，实为憾矣。

如此欲借离别之际，诉吾之盘江情，盘江缘，愿贞丰好客人民皆能如意，贞丰越来越美好。

北盘江人民最热情

北盘江水流依旧，盘月当空明我心；江山依旧辉如煌，人民热情暖我心，民生民情初了解，最是七月三下乡；热火朝天搞调查，情系盘江人民心。

北盘江镇钟代刚书记说：“数学系的学生在我们镇工作的这段时间，他们的表现使我感动，我由衷地希望以后来北盘江

搞民情调查的还是数学系，随时欢迎你们”。

作为教师代表，我深感欣慰，我们数学系的同学太棒了，同学们，再接再厉，一定给下一届三下乡的同学作出更好的榜样。

不经历挫折的人生，不是完美的人生，大学生只有通过自身的不懈努力，不断提高自身的综合素质，为人处世能力，在进入社会后才能减少和社会的磨合期，才能加快融入社会的步伐，不断完善和健全自己的人格，铸就属于自己的辉煌人生。

多磨而艰辛的生活才是真正的生活，体验过多的磨与艰辛的人生才是真正的人生。

通过参加社会实践活动，从中我们认清了自己的位置，发现了自己的不足，同时也磨练了自己的意志，学到了很多，也懂得了很多，对于我们当代大学生参加社会实践活动是很值得的，虽然很累，但他毕竟能充实我们的生活，锻炼自己的能力，在实践中成长了，这样的活动，让我们提早走进社会，认识社会，为我们以后走出校园，适应社会奠定了强而有利的基础，实践会给我们带来一笔丰富而有价值的财富，会给你带来意外的惊喜。

在本次实践活动中，让我受益匪浅，终身受用，者短短的十天工作，让我收获了很多，感谢领导们给了我这个自我锻炼的机会，我实践、我快乐，我付出、我收获。

社会实践活动给予我人生一片灿烂，没有历练，就不算成长，我实践我快乐。

只要有科学发展的支撑，再艰苦、再艰难都能生存下去。

盘江情

北盘江烈日依旧，  
难减学子激情；  
跋山涉水心澎湃，  
轻言细语访民情，  
农家米酒来相迎，  
夏日盛情永不灭；  
国家未忘众民生，  
用心良苦展国策。

实践活动，既服务了群众，也锻炼了自己。

盘江人民，豪迈热情，师院学子，积极工作团结奋进。

通过这次实践活动，让我感悟到微笑折射自己的`品情修养，胜过所有美妙的服饰与化妆；自信舒展自己的个性，彰显自己的风采，学习攻坚的利器，取胜的法宝；倾听使自己走进他人的心理，看清他人所需，胜利还是失败，取决于自己跨出的最后一步；团结，他能带着大家冲破重重阻拦。

服务群众，完善自我，是我们实践活动的目的。

北盘江畔，三十一颗年轻的心团结协作；星空下，促膝畅谈，让我们更加亲密；在这绝地也能逢生的北盘江群众身上，我学到了许多希望。

祝愿北盘江的明天更加辉煌。

三下乡带给我们的精神震撼，心灵的沟通，提升了我们的认

知，锻炼了我们的体质，磨练了我们的意志，它让我们不在脆弱，学会了面对人生的美丽与磨难。

本次三下乡活动，让我感触颇多，让我更深的了解了农村与城市的差距，同时也让我感受到了团结的力量。

实践是检验真理的唯一标准，在实践中经风雨，见世面，培养能力磨练意志，使自身得到启迪，增强社会责任感，在生活中，我们苦中作乐，在工作中我们累中寻欢。

三下乡活动圆满成功，在这次活动中的每一天，都有不一样的收获，群众真诚、朴实、勤劳、善良，让我学到了很多，北盘江真的是山美，水美，人更美。

我回记住和我们队友在这里生活的没一提那，它将是我最宝贵的财富，我永恒的记忆。

十天的生活，让我真正领悟到了人生，体验了生活的不易，尝到了生活的艰辛，懂得了珍惜，学会了坚强。

良知与责任是我们走上社会的第一个考验，也是终身的考验。

寒假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。

这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。

随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓张，今年已经76岁高

龄了。

然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声“张奶奶！”她也开心地应了一声。

张奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说“不用了！”是啊！我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。

然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还依依不舍的抓住了我们的手说：“你们以后一定还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！

可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧！

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞！

可能这些老人的孩子有些已经升官发财了，他们却忘记了还活在社会那些基层的父母，这些人真该好好反省了。

应该用心想想，如果自己老了也像这样的活，哪——该怎么办啊？

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，作为一名中学生来说，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。

## 中学生社会实践活动体会篇四

时间渐渐的流过，不知不觉寒假就已经到来了。在这次的寒假中，我通过朋友们的帮助，来到\_x餐厅做了一段时间的寒假工。尽管仅仅只是年前的这段时间，但是因为年末的火爆生意，却让每天都变得非常的忙碌。

在这次的实践中，我努力的在忙碌的工作中帮上大家的一点忙，哪怕只是洗盘子这样的小事，我也会全力的去完成。在这次的实践中，我亲身的体会到工作和家庭劳务的不同，尽管很详细，但是在其中的感觉和要求，是完全不一样的。

现在，工作尽管已经结束，但是我却还深深的沉浸在这次的实践之中。尽管忙碌，尽管辛苦，但是当自己收获自己的第一份报酬的时候，心中的喜悦是抵挡不住的！现在，我将自己在这段时间的心得记录如下：

在这次的实习来临之前，我带着满心的期待和热情去面对自己的任务。因为自己只是新人，所以在工作中做的是最简单的打扫和清理工作，但是当人手忙不过来的时候，也会成为临时号的点单人员。

在这里实习的这几天，首先给我最大的体验就是，忙！在热闹的餐厅里，到处都是忙碌的员工们。在过去的时候，我自然会感到很热闹。但是在现在，作为员工，我却不得不加入到这忙碌当中。



在刚开始的工作中，我感到自己和这里的工作非常的格格不入，许多老员工们在这里都知道自己该干什么，该怎么做，倒是我们这些新加入的人不知道自己的位置，不知道该做什么。在开头的一段时间里，自己就像一个机器人一样，领导安排一点，就做一点，如果没人指挥，我连自己该做什么都不知道。但是反观比我先进来一会的前辈，他和我差不多的年纪，却能熟练的在工作中帮上忙，他通过和其他员工的交流主动的去完成很多的事情，得到了大家的赞赏。当然，在认识到自己的不足之后，我也开始向前辈们努力的学习。

在这次的实践当中，我体会到自己在学校中努力的学习，却不知道加强实际的体验让自己对社会缺少了很多的认识，在工作中也没有实际的能力。最重要的是，自己因为没有活动的交流，导致自己在沟通能力上有着比较大的问题！在今后的学习生活中，我有会更多的去参加这样的实践来提升自己！

## 中学生社会实践活动体会篇五

参与社会生活和社会实践，既可以很好的培养和锻炼我们的实践能力，又可以加深我们对社会的了解，培养我们的社会责任感。下面是百分网小编为大家整理的中学生社会实践活动体会的相关资料，欢迎大家阅读。

寒假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓张，今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声“张奶奶!她也开心地应了一声。

张奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说不用了!是啊!我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。

然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还依依不舍的抓住了我们的手说：你们以后一定还要再来哟!嗯嗯，我们想也没想就答应了!

可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧!

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞!

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，作为一名中学生来说，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。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的.经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这十几天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

20xx年7月11日至7月26日，我作为校级社会实践小分队的一员参加了院里组织的暑期社会实践活动，虽然半个月的时间活动让我觉得很累、很辛苦，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。也通过这些天的实践，使我

对真实的社会有更深切的体会。

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。

社会实践活动给生活在象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学到了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了从群众中来，到群众中去的真正涵义。的确，感性认识到只右到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

艰辛知人生，实践长才干。通过开展丰耕多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

千里之行，始于足下，这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。社会实践告诉我，在新经济时代大学生应当具备创新观念和掌握成熟技术有的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要在严密的思辩能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知

识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。

天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……。在短短十几天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把河师大人永争第一的精神带去了社区，把师大学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们暑期社会实践的感悟与收获必将在我们成长的人生道路上写下光辉灿烂的一笔。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是学校、学院给我们的难得的学习实践机会，是给了我们的极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能真正做一个奋发有为的现代青年！

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾！

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。

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。