

2023年暑期社会实践心得(大全8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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

暑期社会实践心得篇一

20xx年是伟大的中华人民共和国建国60周年，对于中华民族来说将是承上启下的关键的一年。而对于我来说，今年，在酷热中，我迎来了进入大学后的第一次暑期社会实践。

都说现在的大学生是生活在温室里的花朵，经不起任何风雨。而随着暑假的开始，我们将走出象牙塔，走进社会，为公众书写一份满意的答卷。

一听说我们团队要去红安，我就按捺不住心里的激动。因为我知道，这个曾经为新中国的成立牺牲了14万儿女的热土，这个221位将军的故乡，这个全国第二大的革命根据地，这个全国第一个以“红”字命名的城市一定有着她独特的吸引人的地方，在这里，留下了多少革命先烈的足迹，流了多少中华儿女的血，在这里，我可以更清楚地了解先进事迹，更切身地体会革命精神，更近距离地接触革命遗址，一想起这些，心里就想能够早点踏上那片红土地。所以，在实践前期，我便积极参加团队的准备活动，希望我们能为这片古老的土地贡献一份自己的力量。

走进红安，一来可以了解革命事迹，继承和发扬革命传统，而另一方面，我国正在进行社会主义新农村建设，而如何将革命老区的经济发展和遗址保护协调起来，以及了解其独有的红色资源的开发利用情况和对老区人民老区经济环境的影响，一边运用所学为相关部门提供合理化的建议，使其更好

更快更健康地发展。

出发当天，自己居然奇迹般地五点半就起床，可自己却精力充沛，丝毫没有疲惫的迹象。坐上通往目的地的汽车，看着窗外飞动的风景，自己就不知不觉地进入了家没状态。经过一路颠簸，最终目的地——红安县七里坪镇终于向我们揭开了她的神秘面纱。放下行李，来不及休息便向当地政府进行接洽，商量相关事情以及得到他们的帮助。

接下来的几天，我们的工作便正式展开了。刚开始的时候，自己对一些调研的方法还不是很熟悉，在加上方言的隔阂，我们的调查进行得步履维艰。本以为像这么一个地方，每年来调查的人一定很多，人们对调查人员早已经麻木，以为无偿的配合会凤毛麟角，但这里的人民都继承了前辈们的淳朴、忠厚和热情好客，是他们把一缕阳光洒进了我们的心里，让我们更有信心和勇气开展以后的工作。

暑期社会实践心得篇二

今天，我终于该真真正正的舒一口气了！可以说，我们这个团队的实践征程也该划上了一个圆满的句号了。

今天，再回头看看我们的实践历程，看看我们洒下的汗水，看看我们留下的脚印，看看我们得到的实践成果，心里有说不出的激动。这一路，不管累也好、热也好、难也好、易也好，毕竟，我们挺过来了。

现在再想想当初自己对自己说的那句话“一切的未知都无法预见，只有用辛苦，用努力一尺一寸地去触探，去经历，去感悟。再怎样忧心和揣想都无用，大胆地闯！大胆地干！相信结果不会让我们失望！”的确，我们确实是一直努力的在大胆的闯，大胆地尝试，所以我没有太多的失望，因为我尽力了，我做到了，尽管可能会有很多缺陷。

整个实践历程中，自己付出了很多，也同样得到了很多。尤其宝贵的是：这种收获是我一生的财富！

此时此刻，我的心情也很复杂。首先是庆幸，庆幸的是我们这个优秀的社会实践团队，也庆幸我们能在学习理论知识之外，还能有这样一个机会去接触实践，接触社会。同时，欣然之余我心中也感觉到一种压力，这种压力源于我们理论知识的浅薄，实践经验的缺乏，实践经费的欠缺，怕不能给我们这个主题增加亮点；另一方面，这种压力也来源于自己能力的欠缺，经验不足，大部分要靠这个集体来探索，怕不能很好的完成这次实践活动。

作为队长，我觉得更多的是压力和厚望，看着队员们忙忙碌碌的燃烧自己，想着他们所做的一切都是为了能让整个团队越来越好，更是为了能调查出有价值的问题，让武汉市的法律援助工作更好的运转下去，让更多的弱势群体享受公平与正义，所以每一次的分工，每一次联系，每一次出发都显得极为重要。我们拥有同一个梦想，同一个目标，朝着自己的梦想勇敢前行，于是，我，真的是责任与压力并存。我知道，在整个活动成功的背后，在队员们满意的笑容背后，才有作为队长压力释放的时刻；我也相信，等待我的还有很多，只有不惧压力，才能把实践做的更好。

做了那么多的准备：确定主题、商讨策划、查找资料、设计问卷、联系地点、准备问题、实地采访、总结报告。我们大家一起忙碌了很久很久，终于，我们准备好了。想象着马上就要上交一份完整的总结和一份满含心血的实践报告。我心里有太多的感触！毕竟这一段时间凝聚了我们队员太多的汗水和心血，也融入了我们太多的煎熬和期待。

一切的未知都无法预见，只有用辛苦，用努力一尺一寸地去触探，去经历，去感悟。再怎样担心和揣想都无用，大胆地闯！大胆地干！相信结果不会让我们失望！

也许，对于法律援助这个制度的很多东西我们无法改变；也许，我们的实践并没有起到实质的效果。但是有一点我们很自信：那就是，通过这次社会实践，我们锻炼了自己，我们知道了这个制度，我们更知道了将来我们该怎么做！

或者，这才是真正的意义！

暑期社会实践心得篇三

这次是我参加青年志愿团以来组织的第次实践，我们分了几个小组，我的组是去图书馆的二楼。我觉得自己是幸运的，因为能拥有这样次担任打扫图书馆的组长的机会。

期待已久的日子来了，大家都格外兴奋，就连集合都很兴致勃勃。看来大家并没有把这次实践当成种任务，反而觉得是在游玩样。虽然这样，但是我们也没有把自己要做的事情抛于脑后。毕竟做实践是目的，增加实践的乐趣也是无妨的。

进入图书馆，我们分工合作，各就各位，拖地的拖地，抬水的抬水。由于今天是周末，来看书的人也比较少，但是我们的活动并没有影响到大家。实践中，我们收获的不仅仅是能力，也有友谊。平时的学习生活，同学们之间很少来往，这也是个加深了解，促进友谊的大好机会。出门在外，虽然只是很近的地方，但也会和大家走得更近，也算是把大家团结起来了，因为此时此刻，我们的目标都是样的。所以我们会做样的事，会讨论，会提意见，但是我们只有个目的，就是做好实践活动。这样的感觉真好，因为我们不是盘散沙，我们是个集体，而这种念头会变强烈是因为我们在集体活动。

我觉得这种集体实践是必需的，我也蛮喜欢这样的活动。虽然不是可以经常组织这样的活动，但是偶尔组织次，也是很好的。

每次的实践都是向社会走出步，我们不能总是把自己置身于

温巢中。要锻炼才有进步，学习固然是必要的，但是不能把书上的知识用于社会上去，学了也是徒劳。社会实践就给了我们这样一个学以致用的平台，所以我们要珍惜，并且努力做好每次社会实践。

在定程度上锻炼了我的勇气。并且在这次实践中，我可以很好地融入集体，和大家起愉快地完成任务，也加深了同学间的认识与友谊。因为有了这次作为基础，我相信我们以后定能够做得更好。

暑期社会实践心得篇四

青春应该行走在路上，汗水流淌于热情的土地，明天总是充满希望，因为我们携手朝着阳光前进。

xx9月9日至9月13日，我们xxxx一行十人来到了美丽的漳州市诏安县。我们向着一个目标进发——诏安县第一中学。愉快的夏风伴随着我们，我们带着满腔的热情，带着xx大学的问候，走进了xx一中八年级的课堂。我们致力于在把我们的经验传达的同时，在社会中锻炼自己。将自己所学知识转化成生产力，使它服务于社会。我们的实践活动大体分为三个部分，即：趣味课堂、拓展训练以及表彰奖励活动。五天的实践活动中各个环节有序进行，每堂课程，每个活动中都为师生留下了深刻的印象和学习生活中的启示。最终，在师生的共同努力下□xxxx实践团队xxxx一中之行实践活动圆满成功。

我们的课堂教学活动设置有：中国梦、色彩、语文、数学、物理、英语、化学七门课程。我承担的是八年级的趣味物理教学活动。在去xx之前，我已经将上课的课件和教案准备好。针对八年级同学才开始接触物理学，对物理学的整体还没有宏观的认识。我认为培养同学们的兴趣是极为重要的，告诉他们物理学是一门非常有意思的学科，只要用发现的眼光去探究，定能够爱上物理学，很好的掌握物理学。课程中我设

置了有：生活中的物理现象讨论、有趣的物理小实验、物理学家的生平故事、物理学与社会发展等多个教学环节。课堂中，我与同学们讨论了许多物理现象：例如日出日落、潮汐能量、海市蜃楼、小鸟撞飞机等。同时，通过使用手边的一些文具做了一些物理小实验。使同学们了解了乐器的发声原理，生活中的能量转化等。我还向同学们介绍了几位大科学家的生平小故事。用童话的方式传达给大家，希望同学们能够从伟人的事迹中获得启示，从而成为勤于思考、热爱学习、勇于创造的新时代的优秀中学生。

课堂上的同学们积极发言，认真聆听，对所涉及的物理知识充满了渴求。我的能力首次在课堂中得到了各位同学的肯定，使我有了一定的成就感。通过三天的教学过程，我与这群十二三岁的孩子建立了很好的友谊。与他们交流的过程中，我仿佛看见了那时的自己，也许还有太多的事情没有搞清楚，但那时，也向他们一样，用一双渴望知识的眼睛去发现自己与探求世界。“最美好的少年啊，你们的所有未来都是未知的，同时也被你们牢牢地攥紧在手中，去发现吧，去思考吧，这个世界有太多美好的事物等你用心去感受，即使前路坎坷，要知道风雨无阻，义无反顾。”——这是我在给他们上最后一节课的总结发言，我不知道这些孩子是否能够真正理解其中的意义，但我从他们热切的目光中感受到那对于理想对于明天的追逐。

拓展训练活动是在第四天开始的，我作为班主任，带领八年级六班的十位表现优秀的同学参加了挑战。活动中，同学们各个英姿飒爽，自信满满地参加了踩报纸、接力投球、卓越圈三个活动。最终六班获得了第三名的好成绩。同学们和我都十分欣慰，感觉到自己的努力是很有成果的。但是，拓展训练的意义并不是活动过程本身，而在于同学们从中得到的其实。正如团队中同行的同学对我们的学生所说：“这些活动就是靠一个团队精神，搞个人英雄主义什么事也不能成功，在遇到困难和挑战时，只有我们众志成城，群策群力，团结成一个集体才能够将一个又一个难关攻克。在你们即将遇到的中

考中，我们不应该把其它同学当做竞争对手，而是应当做相互扶持的好帮手，一起走向实现理想之路。”这段演讲获得了热烈的掌声，我相信，同学们一定已经从拓展训练中获得了启示。

这几天的实践活动中，我们走到哪儿，哪儿就是一片新鲜的绿色，总能引起行人的关注。当他们看到我们的队服上印有的“xx大学”字样，都投来欣赏的眼光。这使我作为xx大学的学生感到十分的自豪。同时，我又感觉到了强大的压力，时时刻刻都应该用合格的xx大学学生形象要求自己，这才是新时代大学生应该树立的荣辱观。我相信，这种想法，定能使我实现梦想，报效社会。

在课堂之余，我们团队还有许多交流活动。这些活动增进了大家的感情，让我们更加团结，使整个实践活动轻松愉快，人人都感到有所收获。

经过这五天的实践活动，与其说是我们将所学知识运用到社会中。还不如说，是更加锻炼了我们的意志，增强了我们的知识，提高了我们的能力。教学，是一个相长的过程。学生们从我们这里有所得，我们也能够因为实践更加的成熟。实践活动中，我们各个队员团结一致，群策群力，使活动更加圆满成功。活动后，我们与同学们依依惜别。五天，也许很短，但是对于我们和xx一中八年级的各位同学来说，一定是一番有趣又充满启示的经历。愿我们都能够奋发向上，走向明天，加油！

暑期社会实践心得篇五

学习贵在实践，学而不践是虚学，实践是学理论的最终目的，而实践的最广阔的舞台是社会，社会是个千姿百态、培养人才的基地，是个人尝试到人生百味的好地方，社会的压力与残酷是我们在校学生所无法感受得到的，我们务必亲身去体会、多接触社会这个大群体，才能成为个经得起风雨的实用

之才。

作为大学生，我们应该积极地响应学习的号召，多利用暑期、寒假来亲近社会、走进社会。我们学校——湛江师范学院，一直非常重视学生的实践，在校团委组织部的倡导策划下，我们今年的“三下乡”暑期社会实践活动进行得如火如荼，形成了我们湛师的特色活动，于是我们10信息管理与信息系统班也不例外，成立了支“春芽”社会实践服务队，开展了次富有意义的三下乡实践活动。

次属于完全自主的实践活动，考验了我们大学生各方面的能力，我们为此也开设了几个组，分别为支教组、调研组、宣传组和后勤组，其中，队伍的核心是支教组。整支队伍分为了四个组，各组各有分工，各施其职、相互合作、纪律严明，犹如只自理、自律、自觉的军队。

在活动开展之前，策划工作必不可少。作为后勤组的组长，在此次活动中，我深有感触，后勤是整支队伍的后盾，起到举足轻重的作用。我们四个组的负责人在前期进行了全面的探究，开始我们三下乡的前期工作，这次活动的经费完全从我们队中我们收取，费用开支方面由我们后勤组负责，还有活动人员的安排与调配均是后勤组来统筹，在人员安排方面我们遇到了不少的困难，要做到人员的合理、均衡安排难度的确不少，最后还是给我们点点地克服了，下乡工作如期开展。

七月十五号下午，我们“春芽”社会实践服务队的全体队员满怀期待的心情到了化州平山小学，在消防领导和老师的热情招待和安排下，我们顺利入住学校宿舍，安顿好我们的行李。晚上，我们召开了第次全体队员会议，为第二天正式开展我们的活动做个全面的规划、布置和人员分配。

我们的支教组，作为整个队伍的核心，队员人数最多，主要负责给学生授课，开展了以“语文、数学、英语”为主，

以“安全、健康”为辅的授课课程，每个班我们都配备了名班主任，每节课均由“正副”两个老师开上课，确保上课质量的同时，也要维持好课堂的纪律。在上课期间，我们不时安排队员进行旁听，在几天的授课过程中，我们队员得到了学生的热情称赞和肯定，我们也觉得我们上课的质量点也不必正式老师差，授课的方式、内容深受学生的喜爱和欢迎。

文艺组则主要开设了第二课程，课程有学生最为喜欢的手语、武术、啦啦操、健美操、太极、舞蹈等，学生在课程上专心地听讲，认真地学习，老师也全心地投入讲授，师生关系非常融洽，排练效果明显，为活动结束前的晚会展示做好了充分的准备。

调研组开展了以“农村留守儿童问题的关注”为主题的调研活动，深入各个村庄里进行实地的调查，挖掘和收集到了许多宝贵的材料，为解决“农村留守儿童”这个社会共同关注的突出问题提供了我们的点点启示和建议。

而我们后勤组，每天的主体工作无疑是为队员按时提供用餐。每天的事物安排，饭菜的准备都有我们来完成，在下厨的过程中，各个队员分工明确，各施其职，充分展示自我，特别是厨艺方面，虽然有很多人在家从没走进过厨房，但也宁愿来尝试下，学上几招也不错，毕竟我们是来锻炼自我，提高自我的嘛。有的则show出了自己的看家本领，甚至有厨师般的风范，做出了些美味可口的菜式，饭堂里天天飘香，队员们也吃得津津有味，回味无穷。

就这样，每天的工作照着原计划进行，另外我们的重中之重就是最后的文艺晚会，因为它是我们整个活动成果的充分展示，所以，在这七天里，无论的我们队员还是学生都在为这个晚会不断的进行排练和准备，我们队员在课余时间也不忘对节目的不断练习和加强。在晚会上，节目内容丰富多彩，有期待的小品、舞蹈、歌唱、朗诵、武术、健美操、啦啦操等。形式也多样，有我们队员独演、学生独演、师生合演等

广泛的宣传，很多群众到场观看了我们的晚会。在表演的过程中，演员非常投入，观众们眼球无不被队员所吸引，掌声不断，面对这样的情景我们全体队员热血沸腾，产生共鸣：我们这周来的努力没有白费，得到了领导们、群众们、学生们的致认可和高度赞扬，此时，我们队员们的脸上都露出了微微的笑容·····晚会的精彩表演也成了大家美好的回忆。

虽说是短短的七天时间，但这七天里已经涵盖了我们在社会里的各种能力，我们全体队员也得到了定的锻炼。无论是我们每个活动是成功开展、浓郁的师生关系等都是我们能力的种体现和肯定。可以说这七天所经历的，是我们直以来所学知识的浓缩，是我们终身所难忘的，我们更加期待这种活动在日后的学习生活中能够不断地开展。

湛江师范学院商学院“春芽”社会实践服务队，开创了我们10信管班的三下乡的活动的先河，在这支温馨、融洽的服务队里的所思、所做、所学，我们都将铭记在心，切也都将成为我们美好和难忘的回忆，在此，万分感谢我们学校领导和基地领导给予我们实践的机会，我们再次感谢他们。活动的圆满进行，我们的队员在活动中取长补短、吸取经验，同时也充分展现我们当代大学生的风貌，培养了我们的职业精神，为自己的职业生涯留下了深刻而有意义的页。

暑期社会实践心得篇六

在这次暑期社会实践活动中，我有幸参与了一个非常有意义的项目，围绕着“寻平凡力量扬青春精神”的主题，我们小组开展了以“平凡的坚守，不凡的青春”为题的实践活动。通过实地探访不同岗位上的基层工作人员，并记录他们平凡的一天，我们推出了一系列微纪录片，以展现平凡岗位上小人物们对社会民生的贡献。

在这次实践活动中，我深刻地意识到每个工作岗位都有不平

凡的价值和意义。我们采访了一位阿姨，她坚守理发店岗位已经20年，用她娴熟的剪发技术为顾客带来美丽。我们还采访了一位外卖员，他每天骑着电动车穿梭于街头巷尾，为人们送去温暖的饭菜。还有一位退休后成为地铁志愿者的阿姨，她用自己的时间和爱心为乘客提供帮助和照顾。另外，我们还采访了一位00后地理博主，他利用网络平台分享自己对地理知识的热爱和理解，以激发更多人对地理学科的兴趣。

通过和这些工作人员的交流和观察，我被他们的坚守、奉献和努力所深深感动。他们在各自的岗位上默默付出，虽然他们的工作可能被人们习以为常，但他们的努力使得我们的生活更加便利，城市更加有序。他们的工作并不简单，他们需要面对压力、困难和挑战，但他们依然坚守着自己的岗位，默默地为社会做出贡献。

这次实践活动让我深刻认识到每个人都可以获得不平凡的人生，每个平凡的工作都可以创造不平凡的成就。我也意识到，我们要尊重每个人的劳动，感激每一个为社会付出的人。他们的努力和奉献是社会运转的重要支撑，他们的平凡工作是我们实现梦想的基石。我希望通过这次实践活动记录下这些平凡工作背后的故事，能够鼓励更多的人去关注和尊重每个人的工作和努力。

这次实践活动还让我更加深入地了解社会的多样性和复杂性。在与被采访对象的接触中，我了解到他们所面对的问题和困境，并意识到社会中还存在很多需要改进和解决的问题。这让我对社会问题的关注和参与产生了浓厚的兴趣，鼓励我更加积极地投身社会实践和公益活动。

总的来说，这次社会实践活动给我带来了许多收获和启发。就像《平凡的世界》里所说的那样：“我们每个人的生活都是一个世界，即使最平凡的人也要为他生活的那个世界而奋斗。”

暑期社会实践心得篇七

记得《汪国真诗集》中有这样一句非常有名的诗：“我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程”。8天的实践一眨眼就过去了，快的如白驹之过隙，快的我甚至还来不及停下脚步休息。虽然，我们都很想为保障弱者的权益，做出实质、有效的成绩，但是，就凭我们大学生，就凭8天的时间，又怎么可能呢？可是，即便明知是这样，我还是对自己说：选择了便只顾风雨兼程，失败了也无怨无悔。

其实，有很多事情我都不想懂的。可是，人总要学着长大，现在的我不能且不可以像小时候那样过着安定而傲慢的生活。所以，我要去了解社会，丰满自己的羽翼，就像指导老师说的：实践还是要去了解社会，体会理想与现实的差距，为我们毕业踏入社会少走弯路做准备。

身为队长，面对着队员，我始终觉得很惭愧。还记得自己写策划的动机。一是为了拿学分的时候轻松点，因为好多时候，队长是不用跑出去的。二是为了我做科研时省点力，把实践的资源用于科研，一劳永逸。但是，当我和队员们开第一次会议时，队员们对于实践的热情，对于未来几天的憧憬，深深的揪着我的内心。有句话叫作“你可以对自己随便，但你的随便不可以害了别人”。面对着队员，我觉得惭愧。我那时就对自己说：该尽力了。那时，我选择了风雨兼程而不是敷衍了事。

其实好多事情，真的要亲身经历才会明白的。要不是在联系单位中碰壁，我可能到现在还是最信任我们的政府。要不是联系单位时不顺利，我就不会去考虑如何解决这个问题，更不会这么早就知道介绍信的重要性，也不会知道联系单位时，先联系它的上级这个道理。要不是队员们的理解与支持，我可能会觉得世界一片昏暗。但是，我看到了大学生傻傻的纯真与美好，看到了未来的希望。现在，我依然觉得世界是美丽的，就像太阳黑子不能遮住太阳的光芒。我想以后的路上，

我可能会发发牢骚，但我不会愤世嫉俗，还是会一如既往的热爱生活，热爱社会，热爱共产党政府。

时间的跌宕，无数次地唤起我们昨日离别时的情景。有太多的言语，有太多的感情，有太多的不舍……一瞬之间，实践时的一幕幕勾起在心怀，和队员们一起实践的情形还历历在目。在红日亭，我们一起为流浪乞讨人员、为老人、小孩及其他的过路的、在亭子里休息的人递上一杯杯凉凉的伏茶。看到他们口渴难忍后的神采飞扬，我们相视一笑，原来帮助别人的心情，真的快乐；发问卷时，我们用微笑回应市民的不理不睬，用真诚去打动他们为我们做张问卷。回想起自己被当做是做传销的情形，心有余悸，还好那时其他队员出来帮我，没被他们带到公安局去；访谈时，队员争相提问，把会议气氛弄的高涨。走出会议室，看到大家都一个个舒了口气，才知道原来我们都很紧张。只是，为了实践队，我们都挺着；在敬老院，虽然听不懂老人的温州话，仍硬着头皮去陪老人聊天。虽然天气很热，还是坚持给他们大扫除；还有发传单，顶着烈日，为市民讲解救助知识，为流浪乞讨人员讲解救助途径，救助站的联系方式和地址……写到这里，我现在好想对队员们说一句“我们的辛苦没有白费，我们队的通讯稿被校实践中心发表过好多次。”

也许真的要结束的那一刻，我才知道感伤，才想去抓住却用没有办法。离别时，大家坐在饭桌前，这是我们实践的最后一餐饭。看着队员们一个个已经成为我的好朋友，我突然想哭，是不想分开吗？也许吧，我想不出第二种理由。于是，我拼命吃饭，然后就是拼命喝酒，直到到厕所里吐了才舒服点。其实在离别时的那一幕，我强颜欢笑了，我始终没有哭出来，我相信那笑容是最甜美的！天下没有不散的宴席，这一次的离别是为了下一次更好的相聚！微笑中，不知不觉，我早已将这份回忆深深地珍藏在了心底！

虽然，和复杂的社会相比，我们的实践活动显得有点幼稚、有点理想化，但是，在此次的实践活动中，我们都有各自的

收获。我觉得自己很累，却快乐。我做到了风雨兼程，所以，不管结果如何，我都无怨无悔。还有我收获的那满满一箩筐的友谊，已经都铭记在我的心头。

暑期社会实践心得篇八

8月2号到8月5号，浙江工业大学之江学院爱在浙边暑期实践队来到衢州开展了暑期实践活动。其中针对衢州发展我们开展了走访工大老教师老校址和衢州居民生活水平环境的问卷调查。

三号早上，我们来到了华元新老师的家，通过探访华老师，让我们了解到很多关于工大前身的故事。那天一到华老师家，他老协同他妻子就热情招呼我们，经过一阵寒暄之后我们开始进入了正题。我们围着华老师坐了开来，按照之前对于摄像拍照记录的工作安排我们与老师一起谈起了10年的教学回忆。让我很为惊讶的是我们的学校前身在60年到65年间有过五年三迁的往事。让我印象最深刻的是华老师在退休后还不断地投身于科学研究并且取得多项专利。他是在70年代进入当时的浙江化工学院进行任职的。在每年的教学日子里都坚持一年至少一个课题的研究，他的敬业精神值得我们为之敬佩。当然，此行最重要的还是衢州记忆，是为了找寻工大前身在衢州的往事回忆。我们从华老师那里得到了很多宝贵资料。如当初学校的教学体制和师资力量。之后华老师还亲自带我们去了趟当年的工大所在校址——如今已经成为衢州市高级中学。踩在那一方土地，听着华老师为我们介绍着当年的种种，似乎有那么一股的亲切感。华老师用十六字概括了工大建校时的情况，自力更生、尽心尽职、开拓创新、勇往直前，使我们感触良多。华老师还说作为学生首要任务是读书，平时要多看书，做人要尽心尽责，无论是在学校还是在社会。

针对衢州发展我们还设置了居民生活水平环境的问卷调查。百分之76的人群都对现在的生活表示满意，对现在的生活环

境和居住条件表示合理，当然还存在着一些不足，例如交通拥挤，绿化不足，市中心噪音过大等，希望有关部门可以采取措​​施早日解决。通过参加这样的一次活动，我们掌握了多种调查和调研的方法。我相信这些丰富多彩的调查调研方法将在以后的学习和工作中发挥巨大的作用，掌握并且能够熟练地运用这些科学的方法将会有效地提高学习和工作的效率，使学习和工作更具高效性。在做问卷调查的过程中，积累了社会经验，在社会中接触各类人群时有了更灵活的应对手段，学会了去与人接触认识，并且与人交流，充分的克服了害羞畏缩的心理，在与陌生人的接触中添加了自信也添加了一份自如。社会实践所带给我们的是能力的一次全面提升，在实践过程中我们学会了如何团队协作，如何在团队工作中各司其责，互相配合，对于我们这些独生子女来说，学会合作，学会配合，这将成为我们成长轨迹上的一次重大突破。我想我们的社会实践犹如一座连接学校和社会的桥梁，他引导我们大学生去接触和认识社会，避免在初入社会使得不知所措，真正的把大学教育与社会就业相结合，培养符合社会需求的高素质人才。经过这短短几天，我们通过自己的努力，对衢州的历史，衢州的发展，衢州现在居民生活情况以及对我们的工大的前身都有了一定的了解。

每一天，当朝阳升起，当朝露干涸，我们一队7人整齐地穿着队服从住处门口开始新的征程；每一天，当正午的阳光炙烤着滚烫的大地，当满头的汗水蜿蜒流下，我们疲惫地行走在衢州的各个街道，寻找下一站；每一天，当孤月高悬，当夜露凝结，我们各自回忆一日所为记下真情，结束今天会议，开始第二天的准备。每一天，都是一个开始，都是一段忙碌的行程。

社会实践是我们大学生展现自我的一个舞台，在这样的舞台上我们可以尽情地展现我们青春的姿态和敏捷的才华。社会实践是是一个窗口，帮助我们认识和了解社会，为将来我们能真正地在这个社会大舞台上展现抱负和智慧提供模拟平台。