

2023年社会实践活动后的感想(优秀7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

社会实践活动后的感想篇一

大一的这个暑假，我过得十分充实的，同样它也是最有意义的，跨出学校的大门，融入社会，这是一个质的飞跃的过程，其中的辛酸苦楚只有自己体验过才能知道。走进社会，需要一份勇气，更需要一份睿智。

经历了艰辛的找工作的过程，我精疲力尽了，就快要放弃了，老板要么说没有工作经验，要么说暑期临时工不招收。折腾了好一阵子，我们附近一邮政银行招大堂经理的助手，我兴致勃勃地去应聘了。我把我个人的基本资料和在学的情况详细地向行长介绍了，或许是我运气好，或许是行长觉得我挺可靠的，我被录用了。那个开心劲儿，甭提了！工资待遇什么的，我都没什么要求，只要能录用我，给我一个锻炼能力的平台，我就心满意足了。

第二天，我就开开心心地去上班了。早晨八点就到了邮局，我就开始拖地，擦凳子，打扫打扫，好让整个大厅干干净净，给所有人一种舒适的感觉。邮局正式开始上班了，陆陆续续地有顾客来办理业务了。我满带着笑容迎接每一位顾客，让他们先坐下，然后等到叫了自己的号再去办理业务。在工作的过程中，也不是一帆风顺的，有时面带微笑询问顾客有什么需求时，顾客只顾一个劲儿的走上前台办理业务，也不搭理我。这时我只能耐心地和顾客讲解。有时我也有做的不周到的地方，有一次一位先生拿着自己的号到前台去了，我微

笑着走过去，轻声说：“先生，不好意思，您前面还有一个人，下一位才是你。”他瞪着我，一脸不耐烦地说：“刚不是叫到我的号了吗？明明就是我！”我陪着礼：“对不起啊，叫到你的号了，我误会了。”这位先生又转身白了我一眼。那种尴尬，那种滋味真的不好受呢。每天都会遇到形形色色的人，有的人看我像个学生，表现出赞赏的样子，能和我温和地交谈，有的人看我是个学生，对我的热心服务表现出满不在乎，无所谓的样子。不管怎么样，我都要求自己，我是服务大众的，我就是要磨练意志，锻炼能力，我要微笑待人！工作一整天下来，真的很累，站的腰酸背痛，晚上下班时，我还要再打扫一遍大厅，然后才回家，真的好累！

但是，我挺珍惜这份工作的，不仅仅因为得到这份工作实属不易，更多的是你我在工作中学到了很多，我提升了许多的能力。在邮局做大堂经理助手的一个月，我每天早出晚归，觉得还有节奏感，我过得很充实。在工作中，我运用我在学校已经掌握的电脑操作技能完成简单的邮局业务方面的操作，这就更好地将理论运用于实践了。在与顾客的接触中，我学会了笑以待人，热情地帮别人解答疑难问题，这很好的锻炼了我的胆量，使我的交际能力大有提升。在和邮局员工的相处中，我得到了叔叔阿姨的关心爱护，他们支持我，鼓励我使我对未来充满信心，带着一份信念踏上寻梦的征程。

这一个月以来，我虽然过得比较辛苦，我也曾想放弃，就这样在家虚度光阴，但最终我还是振作起来了，我也想明白了很多。现在的应届毕业生就业形势那么的不容乐观，社会已经尽全力的缓解就业压力了，国家只能给予我们这么多，那么我们还能靠自己的实力、耐力在社会上打拼了。大一晃眼间已悄然溜走了，不久的将来我们就要步入社会，我明白那份压力。现在的假期就是为未来做一个铺垫。多积累些社会经验，多增长些人生阅历，多丰富些专业知识，这对以后我们就业都是大有裨益的。还是那句话：一分耕耘一分收获。要想在这竞争激烈甚至残酷的社会中生存下来，唯靠自己！千军万马争过独木桥，只有让自己出类拔萃，方能闯出自己

的一片天地！

这个暑假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到大二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行！正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来！

这个暑假过的很充实，很有意义。我更加坚定了前行的方向。平时的学习生活中能严格要求自己，让自己德智体美全面发展，争做高素质的大学生。以后的假期我还会积极地参加各种实践，多锻炼能力。

社会实践活动后的感想篇二

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。

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，但我从中锻炼了自身，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。我要看看自身能否在恶劣的环境中有能力依靠双手和大脑维持自身的生存。想通过亲身体会社会现实，让自身进一步了解社会，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身所学的东西能否被社会所用，自身的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出自身的不足和差距。

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身的位置，发现了自身的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自身有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过社会实践，可以紧密结合自身专业特色，让自身所学的专业理论知识在实际操作中得到巩固和提高。通过社会实践，可以检验自身的知识和水平，加深和巩固原来在理论上的模糊认识，使理论上的欠缺的在实践环节中得到补偿，从而加深了对基本原理和基本理论的理解和消化。“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身。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。

作为高中生，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身，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！

社会实践活动后的感想篇三

假期社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段，有助于我们当代大学生接触社会，了解社会，同时，实践也可以让我们学习知识，也是锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会，回报社会的一种良好形式，因此，我一定会倍加珍惜这次的实践机会。

这次实践我去了派派乐打工，“凡事想时容易，做时难”本以为这里比其它餐馆干净点，打工也可以轻松点，不就是给顾客点一下餐，收拾一下桌子吗？这些平时在家也做过，心里还存在侥幸的心理，可是让我么想到的是刚去的第一天下午就犯错了，在给顾客点餐时出了差错，刚好被领班发现，被骂是不能避免的。因此，我心中也是有许多委屈，可事实摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓的我说不出话来，我心想万事开头难，早接下来的工作中我一定会更加认真。

派派乐里非常忙，每天得等到所有的顾客走完我们才可以下班，所以每天回家也已经很晚了，在加上累，于是我有了辞职的想法，可是又想如果就这样就半途而废，什么也学不到，我又觉得很惭愧。而且自己需要学的还很多，所以我一定要坚持下去。正是有了这份坚持我后面的工作也顺利了很多，失误也减少了。

通过这次实践让我认识到凡事一定要坚持，面对社会上形形色**的人，也要学会怎么面对，同时，我也学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心去对待身边的人。我相信，这次经历会成为我人生中的美好回忆，它也会时刻的鼓励我不断前进，在人生的旅途中越走越长。

时间飞逝，告别了短暂的假期，新学期即将开始，在新的学期里我将会收起那颗脆弱敏感的心灵，用坚持不懈的汗水为自己的明天，为自己的目标而奋斗，我坚信那溅在路上的滴滴汗水，是为我将来的成功奏响的旋律。

社会实践活动后的感想篇四

组员社会实践活动感想

在气象局了解了许多不知道的知识，在科技馆玩得很开心。—
—董陈涛

参加这次活动，可以了解更多的知识。——张繁华

田老师带我们参观了气象局和科技馆，尝到了许多课本上没有的知识——顾烨凯

我感受到科技的伟大和奇妙，给我们带来了无穷乐趣，问题等着我们去解决。——姚丹杰

社会实践活动后的感想篇五

傍晚的粉子山小学分外幽寂，夕阳落在校园的花花草草上，仿佛给花草披上了一层金黄的新衣。

晚风阵阵吹来，花草摇曳在昏暗的暮色里就像淘气的孩子们在操场上嬉戏打闹一般，然后风在他们耳畔悄悄地说“夜很短，蜡烛很长”，隐隐约约地，我听到了。

时间就在我们每天匆匆的走访中流逝了，我们此行的最后一站——粉子山之行就在匆忙的路途中结束了。

不知不觉中，从许掌小学到李上山小学，再到小南沟中心小学，最后来到粉子山小学，这期间我们几个走过了多少山路也许都没法儿计数，家访去的每一个孩子家，我们都是按照孩子去学校的路线走，小小的他们行，那我们就更可以，所有我们没有任何理由喊苦叫累。

这里，也许我今后没有机会再来了，孩子们的名字也许在很久以后也会忘记，但是有一点，我肯定不会忘记：在这样的一座大山里，有一群老师，长期坚守在大山里，奉献了自己美好的青春，无怨无悔。有一群可爱的孩子，平均每日步行两三个小时去上学，刻苦懂事，勤劳勇敢。这里的人们，远离嘈杂的繁世，他们善良淳朴的心地，表现在他们的举手投足间，他们的热情大方，让我们跋涉后的疲劳烟消云散，孩子们的努力懂事，吃苦耐劳，让我们不虚此行。

7月18日的清晨，我们作别了热心帮助我们吴老师、李老师、田姐，作别了雨润环江爱心协会的袁姐、杨哥、王哥，也别了我们同行的三个庆阳小伙伴，还有争争姐、葛一块、还有王小静。匆匆地我们走了，正如我们匆匆地来，带着各种不舍与留念，我们作别了环县充满希望的朝阳。

这次的社会实践，给了我体验生活的机会，更给了我认识公益的机会，对我的成长和激励是潜移默化的。这是我第一次真正走进公益活动，做公益，其实并不是多么遥不可及的事情，有时候，我们的举手之劳，对于需要帮助的人而言，是极大的支持。

只要我们有志，只要我们不置身事外，我们就可以为公益奉献自己力所能及的力量。

不管我们贫穷还是富有，年长还是年轻，不管我们身处天南还是地北，我们都可以为公益起行。

社会实践活动后的感想篇六

根据教育部颁布的《普通高中课程方案（实验）》，为确保综合实践活动课程中社会实践与社区服务活动的实施，结合我校教育教学实际，经学校研究，制定本实施方案。

综合实践活动课程是国家规定、地方指导、学校开发和实施的必修课程，是一种基于学生的直接体验，密切联系学生生活和社会，体现对知识的综合运用与实践性课程。在实施综合实践活动课程特别是社会实践、社区服务活动时，应结合学生及当地实际，根据课程原则，科学确定本课程的内容总体框架，在此框架下实施相关的主题活动内容，保证课程的顺利实施，达成预期目标。

副主任：王淑明

成员：张永强刘凌云尹曙光王照锋韩辉各班主任、副班主任、各社团指导教师

我校社会实践与社区服务活动的主题是“走进生活，服务邹平，面向未来，促进发展”。在活动中培养学生的创新意识、实践意识、服务意识、主体意识、合作意识，促进学生能力的培养和素质的全面提升。

（一）社会实践

社会实践活动主要通过工农业生产劳动和社会活动，对学生进行国防教育、劳动教育、法制教育，培养组织纪律性、集体观念、吃苦耐劳精神和社会责任感，达到以下目标：

1. 使学生关心社会和科技进步、关心地球和生存环境、关心可持续发展的社会责任感。
2. 养成劳动观念，形成一般劳动技能。
3. 使学生获得参与研究、社会实践与服务学习的体验。
4. 培养学生的协作能力、组织能力和实践操作能力以及适应环境的能力。

（二）社区服务：

社区服务主要通过学生在本社区的集体或个人形式参加各种公益活动，为社区的建议和发展服务，进行社会责任意识、助人为乐精神的教育，达到以下目标：

1. 使学生关心社区的两个文明建设，主动参与社区的公益活动，形成诚恳助人、乐于奉献的积极态度和情感。
2. 培养学生的公民意识、参与意识、社会责任意识和主人翁

精神。

3. 使学生学会现代社会人际交往的本领，提高善于沟通的能力，增强团结协作的意识。

4. 使学生进一步了解社会生活和社会环境，增长从事社会活动所需的知识，增强适应现代社会生活的能力。

社会实践活动后的感想篇七

到20号为止，我们“牵手石化储运，共促科学发展”暑期社会实践团为期半个月的三下乡活动圆满结束，作为参与了活动的所有环节的成员之一，我在这段期间有很多感悟，也有很大的收获。

当一个人静静地坐在电脑桌前写三下乡活动感悟时，脑海中不断浮现着往日画面：“西门”之行。城北风采。走进岙山浙华行记。就业问卷。海山宣传。“甬东”采访。走访安监局。安全电影展。时间虽然只有半个月，但我们展开的活动却别样精彩，在这短短的十五天我得到一生中难以得到的东西——团队的精神、工作的经验、坚强的意志、提升的思想、真挚的友情——我们没有虚度这半个月，没有放纵这十五天，我们一直在用心做事、用心服务，我不无感叹：原来时间可以这样度过，生活可以这样享受。

没参加暑期社会活动之前，听一些学姐学长说，大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。当自己真正投入到活动中时，这些话都得到了印证，“纸上得来终觉浅，投身实践觅真知”。社会实践是艰苦的但是收获是巨大的。

以下是我在社会实践中采访石化企业领导得到的经验总结：

（一）心态决定一切

中化兴中岙山储油基地生产部副部汪新在提到他的从业经历时，他说，自己当初也是石化学院毕业的学生，一路艰辛从一个操作工走来，再到调度员，调度师，最后竞聘副部长一职。人越往高处走，路就越窄，压力越大，考虑的东西也就越多。几年干下来，真的整个人都累垮了。但自己并没有后悔，还是坚持下来了，坚持就是胜利，心态决定成败。无论自己干什么事情，尤其对于搞石油这一行的，因为起步往往是非常辛苦的，大家一定要放稳定心态，干一行爱一行。既然自己决定了走这条路，一定要挺下去，千万不要遇到挫折就中途放弃，这样肯定得不偿失。此外，汪部长还提到团队的配合非常重要，很多的公司也都注重团队精神，大学生一定要学会互相配合，相互促进，这样才能全面发展。

舟山浙华石油运输有限公司的夏总经理也提到我们大学生进工作岗位的关键是要放正心态，大学生一般心都比较高，刚出了校门对外面的世界一点都不了解，所以一般自己觉得前途不是很好的工作只抱着试试看的态度，一心只想往高处飞，但却不知，这样给领导留下的印象是很不好的。夏经理强调，做为大学生，我们没有社会经验、社会阅历，我们拥有的只是年轻。只要我们吃苦肯干，艰苦奋斗，在岗位上安安稳稳的，调整好心态，把自己本职工作做好，坚持下去，无论哪一行都会得到好的回报的。而且做事一定要先学会做人，学会做人就是能很好与身边同事和领导进行交流，良好的人际关系是走向成功必不可少的铺垫。责任心，对于一个人来说也是至关重要的，你要时刻记得为自己所做的事情负责，懂得自我反省，从小事做起，从点点滴滴做起，透过细节就能看出一个人的品质。大学生就像是张白纸，思想单纯，社会阅历欠缺，大学生要多接触社会，多参加一些团体活动，发挥自己的潜力。

（二）专业知识——成功事业的铺路石

在提及石油行业工作专业知识的重要性时，中化兴中的汪部长教育我们在校大学生一定要学好专业知识，书到用时方恨少，很多他在读大学时以为没什么用的专业知识，在工作时经常要用到，跟港口浦油库的领导一样，汪部长也尤其强调石化行业专业课中“流体力学”的重要性，另外，汪部长也鼓励我们多考一些相关证书像四六级证书、计算机证书、专业证书等等。

在中化兴中工作的中国石油大学的研究生也建议我们在校大学生要好好珍惜在学校的时间，尽量多去学习。他强调说大三的专业课很重要，除了老师强调的重点知识外，一些细微的知识我们自己也要主动去钻研，像浙江海洋学院这样比较年轻的学校，知识系统比起其他老资格的学校的来说还不是很全面，而大学的知识又是最基础的，为了把基础打好，我们更得主动去多学，学精，否则和那些211工程学校的同学竞争起来就相对较弱了。

另外，在舟山消防局的大力支持和协助下，我们团队在海山公园开展了一次大型的消防安全知识的宣传活动，活动形式包括了知识问答、海报宣传、图片展览和资料发放。

通过这次的宣传和广大市民的共同学习，我深深地感到人的生命是那样的脆弱，它可能在你不注意它时，突然消失。安全知识的贫乏、安全意识的淡薄、安全行为的松懈总是能让我们看到、听到一幕幕惨痛事故的发生和血的教训。火无情，但我们如能坚持不懈地开展消防安全教育，让消防意识时刻伴随左右，相信悲剧的发生能降到最低。爱生命，关注安全，是伴随每一个人终生永恒的课题，只要我们每一个人都对这个课题尽到心、尽到力，既关爱自己的生命，又关注他人的安全，那么，我们这个社会群体中的每一分子，都会成为一个高尚的人、一个有道德的人。朋友们，请牢记安全操作规程，时时刻刻让警钟贯耳，分分秒秒珍爱自己的生命！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档