

# 最新大学生假期的社会实践心得体会 大学生假期社会实践心得体会(优秀14篇)

军训心得是构建自我的重要一环。以下是小编为大家收集的军训心得范文，供大家参考，一同回顾军训的收获和成长。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇一

我从小在宁波长大，耳濡目染青年团干们在大事、小事、百姓事中的无私付出，感叹于为人民服务的光辉职业，感叹捧着一颗心来不带半根草去的精神。

因此，我怀着巨大的热情和向往有幸来到了这个岗位上，渴望在返乡家乡活动中学习榜样精神，为家乡和家乡的人民做点什么。这里有耐心教导我的书记和同事们，也有与我一同摸索的同期实习生。在这里，我学会了严谨、踏实、学会了从多个角度看待问题，也在一个新的`领域突破了自我。

很感谢有这样一份实践的机会，能让我在锻炼的同时，也真正为家乡人民做了点什么，实现了自我的价值。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇二

随着假期的到来，我为能利用假期来增加自己的社会阅历和工作经验，特意在xx市附近寻找了一份假期的实践工作——商场促销，以此来充实自身的寒假生活！

如今，随着几周社会实践的结束，我在这次的工作中也收获的了很多的经验和体会，且还为自己的赚到了下学期的一些经费！现对我这次的社会实践心得做如下记录：

对我而言，商场的环境也算是比较熟悉的地方了，毕竟经常来这里买东西，在作为一名顾客的时候，我在这里非常的放

松，也不会有任何的不自在。但如今，当身份一改，我从一名顾客变成了一名工作者。这里环境给我带来的影响瞬间就变的不一样了！

促销员，意味着要主动将自己变成商场的焦点，用自己的言语和行动来吸引顾客的注意力。而对于一直生活在学校的我来说，虽然也不是没上过台，但当要真正主动吸引顾客注意的时候，心中还是难免放不开，而且还会觉得禁止。

但好在我也已经做了自己的准备，既然已经踏上了这一步，就必须去完成的准备！当我终于拿起麦克风喊出宣传语的时候，我感到四周顾客的目光都聚集了过来，但我没有停止，继续勉强自己喊完这段话。但很快，这种不适应的感觉消失了，原来是我在不知不觉中，已经融入到了整个商场的环境当中！

作为一名促销员，在经历了环境的适应之后，我也继续开始积极的自我改变。但这次的目标却恰恰相反，放开了胆子的我在思想上已经彻底改变，我不仅要大声的宣传，更要聚集周围顾客的目光，提高促销的成绩！

在工作期间，我积极的改进着自己的工作方式，通过热情的推荐和努力，我遇上了很多的顾客，不断的与他人的沟通，也让我收获了更多的经验！

期间，我还利用空余实践与身边的同事们进行了讨论和学习，不仅通过改进提高了工作的效率，还收获了很多新的经验和知识！

在这次的社会实践中，我通过促销这一活动，深刻的接触到了工作、生活、社会，并通过工作期间的经历，强化了我的沟通能力，个人胆量。以及思想态度。

这些，都是在工作的中必不可少的经验和能力，也是我在今

后的学习和工作中最主要的个人目标。今后，我会更加完善自己，提高个人的能力，取得更大的成长！

大学生寒假假期社会实践心得

2021大学生假期社会实践报告

假期医院社会实践报告

暑假假期社会实践活动总结

## 大学生假期的社会实践心得体会篇三

从实践中走来，带不回任何精湛的技术，但带回了也许是我一生中最宝贵、最值得珍惜的收获。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务我。

作为一名大一学生，抱着贴近社会，服务社会的愿望，我参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，如何与人合作等等。经过重重考验，终于成为实践小组中的一员。我相信任何的工作都能给我带来课本上无法得到的知识，所以在工作中我多听多学多做，按时超量的完成任务。我也在工作中学会了许多大到铲车等机械的工作，小到水准仪的使用。在这期间所做虽无大事，但从点滴做起，所获亦非浅。

实践中，我我认识了不少领导。领导们是那样的和蔼、亲切，对我的到来也表示了热烈欢迎开始时的紧张顿时荡然无存，想像中严肃的领导给了我一个全新的认识。当天，我就由项目部管的技术人员（x叔叔）奔走于工地了。并即刻开始了步

入社会的第一天工作，并从认识图纸开始。

由于是第一次工作，难免会有许多的不适应之处，因此也总会出现一些小错误，但我认真学习，有不懂的地方就问，随着经验的不断积累，错误的逐渐减少，工作效率不断提高。这一点不但充分的体现了“磨刀不误砍柴工”的道理，从刚到工地时他就跟我说，“好好学，争取几天之后独立作业。”当时我就下定决心，一定努力学习！不负他人重望。

我所在工地现阶段的任务是雨水井和污水井的建造与施工！由于是在第一现场里面工作，一有时间，我便在工地上到处观看，时常抢过x叔手里的图纸自己钻研，看现场工人他们在做什么，从开始如何使用铁钳，如何使用撬棒，如何使用镐一直到后来如何开铲车、碾子等机械！在施工期间真的忙的焦头烂额，紧张的学习将枯燥乏味的生活带来很多乐趣！同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被技术和社会所淘汰。

刚开始接到验槽任务的时候，在x叔的指导下，独立利用水准仪通过附近留点检查了槽底的绝对高程，并与图纸对比，所有数据均在误差范围之内！刚开始到达工作地点时候，令我感悟的就是项目部这种分工明确、敬业爱岗的精神，和那种兢兢业业的工作态度深深教育了我，处在这样一种工作环境使我深受感染，让我明白到工作就是要这个样子，这个对我以后无论在哪个岗位上工作都是受益不浅的。

深深的感觉到自己在单位里所学到的东西和在学校所学的理论知识有一定的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践必须紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，必须在实践中培养自己各方面的能力。

工作中几位前辈对我十分关心，手把手的为我解答疑难，见

我任务多时就主动为我减轻工作量。但自然带来了我无事可做，为了不拖后腿，我必须争取前辈和用人单位的信任，每当碰到工作的机会，便积极主动承担。那是不是打肿脸充胖子呢？不是的，那样带来的只会是反效果。在承担前先充分判断自己能用最少的时间做出最好的效果，当你独立完成一项任务后你的道路就算打开了！

那是否就以这种稳定的工作方式结束你的实践呢？我认为应当在实践中检验自身的实际工作能力的最大化程度，所以我开始接受一些有挑战性的任务，如独自带人挖收水管沟槽（角度、长度都是根据图纸自测）、独立监管工人一步一步回填等，因为以前没有怎么接触过这样的工作，为了不拖慢工作进度，一遇到问题马上就会向前辈请教，而不像之前那样自己摸索解决的方法。没有舞台就要自己建一个；面对不同的工作就要及时调整工作方法。

在实践中，我认识到以下能力的掌握与熟练对我的工作是非常重要的：

- 1、测量能力：工地施工避免不了按图纸施工，所以图纸上所有数据都要通过水准仪、全站仪等测量工具来完成，实现施工的准确性、安全性。只有数据精确，才可以保质保量的完成工作！
- 2、表达能力：有施工的地方避免不了会有监工，不管是什么样的施工，甲方都会选派技术性、工作性、观察性极强的监理人员下工地实地考察！所以我们工作的任务、方式、进程都要清楚的表达给对方，只有用工程的严密性才能让他们那些监理人员哑口无言，所以我们的工作不容许有一点瑕疵！
- 3、独立认知和分析能力：应该说，很多的要求规定里面都有提及类似的能力，但我认为我们大学生更应该有而且扎实地掌握这种能力。独立的认知能力使你不拘泥于传统，这是个讲求效率，讲求实际的时代，有独立认知能力或许会给你带

来创新的灵感和机遇。当然，这并不是说偏激，摆酷。独立分析能力我自己认为也相当重要，特别是在某些大是大非面前，更应该审时度势，准确判断，坚持立场，否则很容易走弯路，走偏路。

在工作中，我我还认识到自己有许多不足之处，例如主动性不够，沟通意识有待提高，以后，我一定会不断提高自己，因为我知道，只有沟通，才能相互了解、相互认识；只有沟通，才能在实践中不断提高。比如说，技术人员与工人之间交流过少，工人在遇到技术性问题时由于不好意思问就按自己的意思办，这样的话工作质量就会出现质量问题，所以技术人员要时常跟工人讲讲每个任务的技术要领，因为工作中的得与失只有通过交流、沟通，相互学习、参考，才能避免走弯路，才能真正达到共同提高的目的。

同时，我也会继续坚持创新理念，创新是源动力，有创新才有发展。创新能为你的工作增加筹码。比如说，在工作中能做到不循常规，以一种创新的'形式去完成工作，这不但能为工作赢得时间，提高工作效率，而且还能赢得领导或同事的肯定和表扬。还比如说，在讨论一个课题或者在写一份调研报告的时候，如果能用独特的思维提出新的思路、新的观点、新的方法，这对的个人发展非常有利。

在短短一个月时间中，付出了自己的汗水收获了课本上学不到的知识。完成了自己“贴近社会，服务社会”的愿望，我永远不会忘记与前辈们一起走过的短暂而充实的日子，谢谢你们的照顾和批评！我而且我要郑重的感谢一直指导我的xx叔叔，是你带我在施工上从陌生到熟悉，并且可以独立作业！

只怪时间太短暂了，我们只能走马观花似地去接触和吸收新事物，但我通过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作能力、丰富了生活阅历，这将是我走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了我们学生一些思想认识问题，

促进了自身世界观的转变，通过到了一公司这个项目部的温暖，受到了教育和鼓舞，增强了民族自信心和自豪感，坚定了走社会主义道路的信念。更为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观评价，发现自己与现实之间的差距。

有句许说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。

时间总是在不经意间从指尖流逝！为期近回过头来看看这近一个月来的打滚爬摸，我觉得自己很幸运可以参加这样一个有意义的活动，我很珍惜这机会。同时也深切地感受到“知识无限，能力有限”的涵义。在日后的日子里，我会充分发挥自己的能力，展现自我，积极向上。

近一个月的实践活动已结束，在工作岗位上留下的是汗水，带走的是知识；在工作期间留下的是快乐，带走的是深厚的友谊。

通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

## **大学生假期的社会实践心得体会篇四**

此次的暑假实践活动，还是让我感慨良多。

其中最重要的体会有两点，也是从两个或者多个不同方面所

考虑到的. 体会。

第一点，是知识与职业技术对于一个打工者或者企业生产经营者的的重要。此次打工我是在一家玻璃马赛克生产厂家负责初期的支出收入的电脑编排，单从工作的环境来看，属于脑力劳动的电脑编排，远比在车间进行生产活动的体力劳动者优越得多。当然，这只是一个侧面，不过也能从侧面看出知识技术对于一个打工者的重要性。从主体来看，知识与职业技术不论对打工者还是对一个企业的来说，都有着十分重要的作用。作为打工者，需要用丰富的知识来武装自己，使自己在工作中得心应手，在困难面前能够游刃有余；作为，担负着企业的发展与成败的责任，没有丰富的知识和丰厚的职业经验，很难在现在日益激烈的市场竞争中求生存，甚至崭露头角。

第二点，是我们应该用一种自信的心理把所学过的知识融入现实的工作。不懂得如何运用知识，即使读书破万卷也只能是纸上谈兵。举一个例子，在我实践的厂家，有次厂长问我和一个同龄打工者一个问题，是关于在花生生产原地的安徽，我们会如何选择自己的生产物品。另一个打工者认为适合建一家花生食品生产厂，而我认为适合建一家食品花生油厂，因为我觉得靠近原料产地，又有还算便利的交通条件下，一家生产作为人们生活必须品的食物油厂远比一家季节性的食品生产厂有发展潜力。这并不是说我有如何的远见卓识，而是我把高中地理所学到的知识应用在现实而已。我想，很多人都明白这样的道理。

当然，除了以上两点，还有很多客观存在的社会因素值得我们在意和考虑。也许这是一个属于现实社会弊端的考虑，但我想，作为我们这一些即将步入社会的大学生来说，是不得不考虑的话题。

社会生活中种种关系网的存在，在一定程度上制约了许多普通求业者和生产者的发展。一直以来，大多数的教育者都以



一种回避的态度来看待已经存在的社会关系因素，但这并不能让我们忽视甚至无视它的存在。

随着社会的发展，人情的作用也越来越大，类似于一句古话“一人得道，鸡犬升天”的社会现状使得很多有着远大抱负的人望而却步。可，既然我们无力改变这样的畸形现状，就只能试着去适应它，利用它。当然，我并不是说要忽视自身素质的培养和职业技能的训练，自身的素质和职业技能依然是我们求职创业的本钱。

人情关系的存在，从另一个侧面也刺激了所谓的一清二白的“穷”学生勤奋学习，实践，用自己的努力来弥补客观条件上的不足。不可否认，海归派和mba等的人才还是倍受大公司企业的青睐。

作为高职类专业的我们，在客观现实里，我们确实比那些mba少了可以挑选的资本，所以我们在努力的同时审时度势，抓住机遇，而不能坐吃山空地等待别人来挖掘自己，能够毛遂自荐。

以上是我这个暑假实践的一个看法，仅供参考。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇五

作为伟大的祖国未来的事业的继承人，我们新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。

当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，

同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着有经验者优先，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践——走进赣州市金源休闲餐厅。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在餐厅里，别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没

有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后,我相信我也能做的像他们一样好.我的工作是在那做传菜生,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点但,热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还要做一些工作以外的事情,有时要做一些清洁的工作,在学校里也许有老师分配说今天做些什么,明天做些什么,但在这里,不一定有人会告诉你这些,你必须自觉地去 做,而且要尽自己的努力做到最好,一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校,只有学习的氛围,毕竟学校是学习的场所,每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所,每个人都会为了获得更多的报酬而努力,无论是学习还是工作,都存在着竞争,在竞争中就要不断学习别人先进的地方,也要不断学习别人怎样做人,以提高自己的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会,但我总觉得校园里总少不了那份纯真,那份真诚,尽管是大学高校,学生还终归保持着学生的身份。而走进企业,接触各种各样的客户、同事、上司等等,关系复杂,但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是,学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中,这一点我感受很深。

在学校,理论的学习很多,而且是多方面的,几乎是面面俱到;而在实际工作中,可能会遇到书本上没学到的,又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题,只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨,实际操作这么简单,但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的,虽然大学生生活不像踏入社会,但是总算是社会的一个部分,这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导,有些问题有了课堂上地认真消化,有平时作业作补充,我比一部人具有更高的起点,有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题,作为一名新世纪的大学生,应

该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

虽然这次的社会实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇六

社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多曾经根本无法懂得的道理。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我现在才明白其实真实的生活远没有想象中的那么简单这里会有很多想象不到的问题，很多问题中又有复杂的关联，这么想起来生活的确会很累。因此就必须提高自己处理问题的能力，让复杂的问题简单化，让自己的生活简单而又充实。想到这里我真的很羡慕那些懂得享受生活的人，我想那他们应该早就看透了生活成为个中高手吧。

通过这次社会实践我真正明白社会生活与校园生活的差距。校园毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们必须要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自语自在享受生活的人，总有着别人不知到的理想，总想着有一个辉煌的未来。但我

现在开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，只有自己亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自己定位，确立相对现实的目标。在实践后才会发现自己所学的东西是多么有用，自己是多么的需要进一步充实，其实实践也可以提高学习兴趣的。

实践是检验真理的唯一标准多少次说过这句话却不去想它所包含的真正意义，直到实践后才对这句名言有了更深的理解。现在我也明白了人的'潜力是需要自己去发掘的，太多的不自信只会把机会一次又一次地从身边赶走。通过实践你可以发现自己从未发现的方面，或许是需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点。这次实践也让我坚定了坚持不放弃的信念，放弃就等于否定自己，自己对自己的否定几乎几十倍乃至上百倍的强于别人对自己的否定，这对一个人来说是相当可怕的。自己不去接触社会就永远不会知道社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

暑假社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应

该与实践相结合。

一路的艰辛与微笑，有所收获，然所学是开始，考验和抉择马上就要开始，我们要奋斗不息、砥砺前行，多多实践，用实践给予我们所学的知识一个新的理念。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇七

“我怕我没有机会m跟你说一声再见m因为也许就再也见不到你……”脑海中一直回荡着这首《再见》。为期八天的三下乡结束了，看着小朋友们和广财小伙伴们的身影，带着不舍离开了沙溪小学，心里感慨万千。

回想这八天的生活，从第一天的抱怨和不习惯，到最后一天的依依不舍，我学会了很多。虽然中间还有许多有趣的小插曲，被蚊子咬得满身包；在地板睡得全身酸痛；早上很多起床买早餐；总觉得很累，吃不够饭；被小朋友们整得要死等，但是我丝毫不后悔来这里三下乡，在这里收获了韩师和广财小伙伴们的友谊，还有小朋友们纯真的笑脸，痛并快乐着，这就是三下乡最好的表达，但更多的是快乐。

第一天来到沙溪中心小学，印象就是学校好小啊，水好小，洗澡排了好久好久的队，累得我一倒就睡。那一天晚上，开了一个好长好严肃的会议，硝烟四起，两个队伍的合作似乎不容乐观。不过经过事实证明，这是想多了。也许刚开始是没有那么顺利，但是我们慢慢地都融入到了一起，为了共同的目标，团结互助，顺利地完成了小学的教学任务还有文艺汇演。这是大家一起努力的成果。

每天早上，五点半就有人起床去买早餐了，剩下的人又要在小学生来之前吃完早餐，为了给他们留下好印象。每天还没上课前，坐在门口，看着来来往往的小朋友们，发现自己真的不年轻了，完全没有他们那种纯真和充沛的精力，他们好像是可爱的小兔子，对事物充满好奇，又蹦蹦跳跳，充满生

机和活力。每天上课前，总要精心准备上课内容，想着怎么让他们把那些东西吸收进去，又要想着法儿阻止他们的捣乱，这还真不是一个好活儿，不过我们却乐在其中，看着他们欢乐的笑脸，觉得一切都够了，最美好的莫过于小朋友们发自内心的微笑了，我想我永远也不会忘记那纯真无邪的笑了。

印象最深的还是去家访的时候吧，家长们是那么的熱情，拿出他们有的东西来款待我们，生怕怠慢了我们，难以忘怀的还是他们谈到孩子时的神采奕奕，那是骄傲，那是无奈，那是流露出的`爱啊。我深深地相信，世界上再没有其他爱比得上父母对孩子的爱，平凡而伟大。

在这短短的八天里，学会了与伙伴们分享快乐，分担责任，团结合作。与小朋友们相处的时间了，快乐而又满足，明白了老师的不易，也学得了一些上课的经验，这是在课本上远远学不到的东西。在这里也深深体验了生活，知道现在安逸的生活来之不易，更懂得了珍惜。就像《再见》说的“这些日子在我心中，永远都不会抹去”，我永远也不会忘记这段艰辛快乐的日子。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇八

尊老爱幼是中华民族的传统美德，我们共同努力，因为有了他们的付出，才有我们安心的这一代。所以，在20xx年x月x日，假期回到家里做了几天调整，今天我准备要开始事实我的假期计划的第一站，就是去我们县的敬老院去看望一下那些老人，还有一个星期就要过年了，希望我能给这些老人们带去一丝温暖和快乐。

首先，我利用了我的优势条件，在我家的广告公司做了两幅宣传的条幅，一个上面写着‘寒冷的冬天，你我的努力会让这里温暖如夏’，另一幅写着‘多一份爱心，少一份寒冷’。带着这两幅条幅和一些大家凑到的食品，我跟我的父母和五个高中同学一起赶去了[]xx县敬老院’。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。

老奶奶说明了一下我们的来由。这些老人知道我们的来由后，全都露出了和蔼的笑容，连声向我们道谢，我们也不知道怎么才好，第一次发现，这些老爷爷，老奶奶真的特别可爱。

经过了短暂的休息后，我们开始实施起来了我们之前做好的计划。首先，找来了梯子，把牌匾上掉下来的那个‘卅’字安装上；然后选了两个醒目的地方，把事先做好的条幅挂上了；接着就是往下搬运食品，帮着收拾一下敬老院的卫生。

一切都做好了，我们便跟老人们一起坐到了活动室里，跟这些和蔼的老爷爷，老奶奶聊了起来。

起初在有些老人面前大家还显得很拘谨，但个别活跃性格开朗外向的学生十分热情带动了大家。

有些老人患有老年痴呆症等等，同学们也耐着心和他们聊天，帮老人整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，也与老人分享自己的校园生活。大家在一起欢歌笑语，好像真的融入到了一起似的，真的很开心，很欣慰。

不知不觉中，天黑了，今天的实践结束了，我们不得不往回启程了。这一天，我们倾听了各式各样的精彩和辛酸的人生历程，让我们的思绪也停留在那个贫苦年代。看着他们脸上的皱纹，都是岁月的痕迹，我想他们心中的皱纹深度，更是无法估量的。到敬老院去做些力所能及的事，将自己活力释放的同时，我们感到一种充实。



## 大学生假期的社会实践心得体会篇九

这个寒假的社会实践是在一家公司工作的。我负责文件整理、传真复印、在线信息更新、电话接听等工作。文员的实际工作，暂时，我觉得更容易，工作时间是典型的朝九晚五。然而，市场部的购物指南却有所不同。时间表与我们的文员完全不同。他们从上午10点到晚上10点。这很难，但薪水比我们低。这可能是因为工作类型不同。

春节前后的工作时间，我觉得最能体现一个人对工作的态度。每个人都是中国人，都很重视春节，但毕竟他们还在工作的时候应该有工作的样子。工作的时候，有一些年轻的同事，在工作时间的差距里，总是手机、耳机或者看八卦杂志，只是做一些与工作完全无关的事情。我无关的事情。我认为这是一个态度问题。我们是来工作实践的，而不是来享受的。工作时间的差距应该用来调整自己，好好休息，培养精神，为下一段时间的工作做准备。但有些人认为偶尔放松并不重要，反正春节快到了。但我认为放松应该是在私人时间。正是因为春节快到了，我们才应该更加努力！有了好的开始，就有了好的结束。年底不要放松，这不是成年人应该有的表现。有句话说态度决定一切，虽然辩证唯物主义是不科学的。这是不科学的。

而是把学了的的东西付诸实践。对于习惯应试教育的我们，刚刚开始是会有些不太适应的情况出现，但绝对不会有很大阻碍。在这里提一下“悟性”这个词，我觉得简单来说，悟性就是肯动脑筋思考然后领会。这比光会输入式的学习重要得多。

有一句话是这样说的“不想当将军的士兵不是好士兵”。用在现代社会上，也一样寓意深远。做人就应该有志气，不甘心于庸庸碌碌地过日子。所以，在工作之余，我也很赞成不妨为自己的未来再想得远一点，就是在工作中不断地提升，自我增值。我认为，在这个年代，即使是女孩子，也不会甘

心一辈子给别人打工吧，男生更不必说了。工作也如逆水行舟，不进则退。虽然新闻里都说什么“民工荒”的，但其实找工作的人还是相当多的，社会上的竞争是不会消减的，我们要认清这一个事实。所以，在工作中不断进取，一方面是为了我们能有更好的发展更好的前景，另一方面是为了不被其他竞争对手挤下去。

总的来说，这一次的寒假社会实践是非常有意义的，它是一个让我与社会更进一步接触的好机会，从中我学到要以一颗真诚的心对待别人，以一颗热情的心对待工作，以一颗感恩的心回报社会。从一开始投入社会工作实践就要坚持有自己的原则。不说别人是非，不浪费自己的唇和时间。虽然我们的身份还是学生，但却有重大的历史使命。我们是新时代的大学生，是社会的新生力军，要与时代同步伐，要为群众谋利益，掌握好知识，以后出来发挥自己所长，回报社会，实现个人的个人价值和社会价值。在上学的时候要自觉地做好学习，不能无所事事地混日子，不能说像“上学很无趣啊”这样的话，要知道还有其他人还在默默都以其他方式在努力。人家没能读大学的都开始去打工挣钱养家了，我们好不容易读上了大学就应该好好把握这个机会，充实自己。我们要有远见，不要一天只想着玩乐，不要像永远长不大似的。用行动让社会知道，我们是最有活力最潜力的80后90后，让我们一起托起社会明天的太阳。

## 大学生假期的社会实践心得体会篇十

社会实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。以下是我的假期社会实践报告。

时光飞逝，走进医学殿堂已有两载，在这两年的学习中，我对医生这个职业有了更加深刻的认识，然而理论终究局限于课本，真正走入社会，走进医院，更多的去了解医生的工作

环境，更多的来到患者身边，践行一个医生的使命。

作为一名临床专业的医学生，这是我的第一次社会实践。在经过深思熟虑之后，我决定去医院里面提前感受见习的氛围，真正到医学领域去实践，找出自我的不足，为以后的学习增添动力！

于是我来到了xx医院，在征得院方的同意后，在该院泌尿外科进行了为期一个月的见习实践工作。由于还未涉及临床课程，没有过硬的专业知识，我的主要任务是在一旁观看学习，尽管时间不长，但对我来说，仍受益匪浅。

从医教科教师那里接过白大褂的那一刻，我就正式成为了这所医院的一员。走入外科大楼，那种熟悉的味道扑面而来，而此刻的心境却与往常截然不同，身份的转换，让我格外兴奋。很期待，又有少许紧张。稍作调整，便来到了泌尿外科医生办公室。科室的各位教师，对我的到来都格外欢迎。教师们热情让刚才那种紧张的情绪荡然无存。科室x主任为我指定了x医生作为带教。我的实习生活也就此正式开始了。

每一天的工作，都是从早上的例会开始的，八点整，医护人员交班，首先由值班护士汇报当晚病区病人情景，之后是由当晚值班医生汇报晚上急诊情景，交接班结束是病案讨论，医生们将你难病人的病情、诊断治疗过程中出现的问题及想法，提交全科成员共同讨论，提出解决方案，上级医生也会给出指导性的提议。

在这个环节中，科室里低年资的医生们能学到很多东西，从各位教师们分析问题的思路 and 角度，更加全面的了解这种疾病的发生发展及转归过程，从而积累经验。

紧之后，医生们开始进行每一天的查房工作，以了解病人情景，聆听病人的病情叙述，对病人进行必要检查，在言语方面，须亲和友善，不能命令不能冷淡，要与病人及其家属如

亲人一般耐心询问。查房完毕，各个医师根据自我病人当天的情景书写病历和签署医嘱。

在这期间，我发现医护人员真的很辛苦，每一天都要微笑应对每一个病人及家属，给予他们温暖和信心。这种严谨，这种一切为了病人的心，真的让人感动。每周二的主任大查房要求全科成员参加，由主管医生汇报情景，主任耐心的询问，还会时不时的针对当前病例提出问题，而这中的一些问题是书本上没有的，需要经过多年的临床经验分析确定，这对低年资的大夫来说绝对是学习的好机会。

因为是在校学生，主任并没有专门向我提出问题。年轻大夫们在这么多人面前，回答不上来，反而会促进他们下来刻苦钻研业务，更加努力的工作。查房结束后就是每一天正常的工作了。

在医院的这些天中，带教x教师详细的向我介绍了医院的各项规章制度，科室设置情景。从x教师那我学会了病历的基本写法，熟练掌握了心肺复苏的操作要领以及急诊病人的处理等医疗活动。并且有幸走进手术室全程观摩了一台《前列腺气化电切》。

虽然专业知识不足导致我并不能完全看懂手术，但看到医生们注意力高度集中地手术，旁边的护士也十分专业地为医生递上他们需要的工具，真是让我有紧张又惊喜。在手术中，团队合作精神也是十分重要的，主刀，一助，二助，器械护士，麻醉师缺一不可。纵使医术再高，也需要和同伴默契的配合。一小时过去了，手术顺利结束，没有动手的我，已经站的脚跟发麻，腰有点酸，能够想到手术的医生们此时更是疲惫吧，而这只是一天工作的一部分，并没有结束，不禁感到医生的辛苦，而这样的辛苦能够换来病人身体的健康，我想对于每一个医生来说，在他们的价值观里，也是值得的。

教师常说，与病人谈话，看似简单实则是一门很大的学问，

在医患关系复杂化的今日，医托，医闹，病人不再信任医生，而医生上班缺乏安全感，让本就互相猜疑的医患之间构成了巨大的鸿沟，而及时和患者及家属的交流和沟通是解决这些的办法。

耐心细致的谈话，全面的分析病情的发展，耐心的解释各项检查的目的，以及术中、术后可能出现风险情景及预防措施等，让病人享有知情权选择权。从而建立融洽和谐的医患关系，才能更好的进行各项医疗活动。

在这些天的学习中，学到了许多课本中所没有的东西。医院所有的医护人员都要严格遵守各项规章制度。按时交接班并在8点正式上班前提前15分钟上岗。没有人迟到。医生这个职业需要这种严谨负责的态度。想想自我平时从宿舍到教室就3分钟的路程还常常迟到，和这些医生相比真是无地自容。

在此期间，我曾多次感到发现自我已经融入这种紧张辛苦，却淡定从容的工作中，而醒悟之后才发现自我仍是一个专业知识不足，还需要经过很长时间的学习和实践，才能像我身边的医生们一样，为病人服务，让病人恢复健康。

实践，是一种磨练，是对自我感受医院环境，了解医院事务、巩固理论知识的社会实践活动，更是对自我医疗梦想的前期准备。一月的时间很快就过去了，除了深切体会到医生们紧张繁重的工作，更多的是一份收获和不舍。但我坚信，在未来的努力下，终有一天我会成为他们中的一员——一名优秀的临床医生。

大学生寒假假期社会实践心得

2021大学生假期社会实践报告

假期医院社会实践报告

## 大学生假期的社会实践心得体会篇十一

这一天，大家放下沉重的书包，背上一包零食迈入校门，迎接大家期待已久的社会实践活动。

一路上，大家在车上说说笑笑，都没了分寸。不过，激动的心情真的是难以抑制。终于，我们来到了目的地——浦东地质博物馆。

这是一个非常有趣的地方，有地震体验区，生活三防，这些都是与我们生活有着密切的联系。还有神秘的地质博物馆。亲眼体会大自然巧夺天功的艺术结晶。在这么多项目里，我最难忘的是斗牛。

上午绕了这么一大圈，大家都累了。就在斗牛区休息一下，并且顺便看斗牛表演，在演出开始前，我们纷纷与孔雀打交道，许多同学都将食物抛给孔雀，非常好玩。在大家耐心的等待下，斗牛表演开始了。主持人介绍着两头比赛的牛，牛魔王和黑山老妖。接着工作人员牵着两头牛走进场地，与两头牛窃窃私语，主持人看差不多了，便宣布比赛开始。

起初两头牛都没有想打起来的欲望，但不久后在工作人员的“逼迫”下，两头牛开始用牛角攻击。它们一前一后，两个回合下来不分上下。‘‘好残忍啊！’’我旁边的同学大叫了一声，但此时的我完全陷入激斗的场景中，根本没有理会他们。两头牛就这么缠斗着，过了好久……两头牛似乎都没了力气继续攻击对方，工作人员在一旁大叫并做着手势，两头牛依然没有反应。但工作人员却做出一个令我万分反感的动作——用鞭子鞭打牛。

看到这一场面，我的心好像漏跳了一拍。两头牛继续打起来，周围的同学也一起欢呼起来，看着周围的场景，我不禁联想起当年黑暗的古罗马奴隶制社会。这里是修罗场，我们则是那些达官贵人，而主角从奴隶变成了牛。从牛的角度，我想

起当初是牛儿帮我们辛勤劳动，帮我们拉车；耕地；从人的角度想，人类利用生物来取乐，当年古罗马的达官贵人是看人与人互相残杀，但幸好有斯巴达克的奴隶起义，可现在又有谁为这些牛惋惜。在牛的皮毛下掩藏了多少伤痕？有谁知道！在牛的心里，填满了多少悲痛，又有谁知道？在西班牙漫漫黄沙中的牛，眼里是否含着眼泪，没有人知道！这一类的事物不少：如斗蟋蟀，斗鸡……..这些都是人们用动物的生命换取的快乐！上帝赐给人类权力，赐给人们智慧，同时也赐给人类一颗贪婪的心…….

这只是这次社会实践的一段小插曲，但也反映出人类心灵的真善美！

## 大学生假期的社会实践心得体会篇十二

今年暑假，我有幸能参加学校校团委组织的社会实践活动，既已为大学生，做事就不能虎头蛇尾，更不能半途而废。这次社会实践的内容是：以湾里镇为实践基地，调查构建和谐社区的情况，为北京奥运加油助威，同时喜迎我国改革开放30周年。用大学生之行动，逐步了解社会，用大学生之所学，回报于社会。从而使大学与社会之间达成另一种和谐。

在社会实践活动正式开始之前，我们学校组织了一次全校性的“捐书活动”。在实践活动正式启动后，我们开始把这些书分门别类：文学、科技、医疗、农业等。一本本厚薄不一的书籍因“知识”而意味深远，我们齐心协力把准备工作做好，即使暑期实践的集中营条件相对艰苦，但大家都一一克服，瞬时间，冷冷清清的宿舍便成了家。

2017年7月9日，早七点，我们带着准备好的国旗、党旗、横幅、画板和一份“有所为”的心情来到湾里社区。并与社区办事处一起在街道展开了宣传活动，大家戴着志愿者的绶带和小红帽，分发着“构建和谐社区，为奥运加油”的宣传单，向前来询问的市民细心讲解宣传的内容和宗旨。在此过程中，

我们也发现自身的很多不足之处：知识的匮乏，认识的片面性，语言表达的流畅程度，且在应急问题上显现出经验的不足。在老师的指导下，我们发现并解决问题，自我完善，竭力让实践落到实处。

之后两天，我们分别在居民小区里开展活动，这些小区居住的居民大多是从农村搬迁过来的。虽然楼房别无所异，但是从细节看，还是能发现一些典型性特征，例如：在一幢楼房下面会时常看到农村常用的煤炉和煤灰，部分门前绿化带种上了些许的蔬菜.....这说明生活环境可以瞬息万变，但生活习性的改变还是需要时间的。即使建造了运动场，也要使全民运动起来，在自身物质基础得以满足时，也得推动精神文明的进步。所以，居民的“和谐社区”意识是重中之重。

此外，在实践中，我们也体会到国家正极力关注的“留守儿童”问题，父母在外谋生，家中的老人与小孩相依为伴。面对农业劳动力的转移，孩子上学接送难，暑期课余生活难，老人伤病自理难.....我们作为大学生，作为社会的新生力量，也贡献出自己的所学所知，教之以幼，分之以劳。

在11日早晨做完活动，我们聚集在湾里街道的一个政府礼堂里，举行了“‘大学生实践基地’揭牌仪式”。我们为“留守儿童”送上书籍和文具，他们为我们献上花朵，相和相融。

这不是一个里程碑，而是我们大学生实践社会的第一步。

## **大学生假期的社会实践心得体会篇十三**

寒假的生活总是多姿多彩而又轻松的，有着充足的时间去安排各项活动，当然也少不了寒假的社会实践。

在这个寒假里，作为大学生的我们决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我们来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我们便开始了实



习。我们分成了两个小组，第一个小组负责前台登记，账务结算。

第二个小组负责客房的服务和打扫。然而，前台登记并没有我们想象的那么简单。我们先了解了怎样登记，怎样刷房卡，怎样扫描客人的身份证和输入客人的信息并发送到公安局。在简单学习怎样解决一些紧急状况之后，我们开始了实习。不一会儿，来了几个客人，询问了一下房间的价格，我们怀着微笑回答。或许因为我们热情的服务，客人二话不说便决定入住了。

在我们登记了旅客的信息后，我们把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。第一次登记，便让我们几个成员有了成功感。我们继续保持着这份感觉，愉快的奋斗了一个早上。

虽然有些辛苦，但汗水见证着我们的劳动，留下了我们辛苦后的痕迹。但下午的却没有早上那么顺利，在将近1点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最冷的时间段，很多客人打来了电话。有耐心询问的，当然也有大发牢骚，怒气冲天的。但我们现在是服务生，所以我们平静焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。

虽然有些客人还是听不进去，但我们可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我们也就松了一口气。当我上楼的时候，发现第二小组的成员忙不开交，干的都是累人的体力活，但是这也是一种工作，也要做好。他们首先要认别大小被单，被套，床单，床套。然后学会整理床，包括套被子，放床套，铺床单，套枕头套。还要打扫房间和卫生间，扫地和拖地，换掉用过的毛巾，浴巾，牙刷，牙杯，清洗浴缸等。不时在打扫的过程中，还要给房间的客人送去他们所需要的物品，为不会开门的客人开门。

当然，打扫房间的质量要高。他们第一次打扫的时候没仔细，没清理掉墙角的烟灰，客人知道后便向经理反映。他们了解

情况后也就吸取了教训，开始仔细认真地打扫，并热情地为客人送物品。但半天下来，他们便累趴下了，但他们在中午休息一下后，又开始清理楼梯了。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我们便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我们在以后的生活里更好地经营理财，规划等。

在接下来的几天里，两个小组都慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。前台登记的成员和客房清理的成员都提高了他们工作的效率和质量，开始默契地配合。

例如，在客人退房后，我们总台的服务生会打电话通知打扫，他们打扫完后再通知总台，进房间清理的登记。当在房间里的客人需要什么时，总台的服务生也会通知他们把东西送到房间。避免了自己运送的时间浪费，也提高了整个经营的运转效率。在快要结束的时候，我们向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

例如，在周末，节假日的时候往往房间的入住率会比较高。当然这也会受到一些特殊情况的影响，像xx□停电，停水等等。所以我们认为应该要把握好房间入住率的基本情况，针对现实的情况，实行相应的策略。当然，在一段时间的经营后，可以考虑对房间进行一些装修，从而可以大大提高房间的入住率，给客人带来新鲜的感觉，提高旅客的满意度，有利于做“长久生意”。

总而言之，我们不能拘泥于现状，要不断地推陈出新。这样，我们经营的宾馆才不会随着时间的推移而“变老”。同时，我们也要完善经营管理制度，实行奖罚分明的政策。在小的经营范围内形成一个良好的运作机制，从而能使宾馆可持续地，高效，健康的发展。在经营的同时，让自己不断学习经营之道，理财之道，规划之道，投资之道。结合科学理念和现实状况，使我们的工作事业蒸蒸日上！

## 大学生假期的社会实践心得体会篇十四

20xx年x月xx日，这是我第一次参加义工活动，说实话开始的时候有点想退缩。因为时间太紧凑了，昨天考六级，活动当天下午还有班级聚餐等，都不能好好的休息。但是一想到能够穿着鲜红的义工服为人们服务，心情骤然激动。历经这次义工之行，收获颇丰。在我们一行人进行的这次活动中，让我深深感受到了义务劳动的意义。虽然早上没吃早餐就早早的出门，虽然12月份的早晨天气冷得让人直打哆嗦。但内心的激动却丝毫未受到影响。从开始的.精心布置，到活动中义工们热情地为居民们详细地介绍志愿服务项目，最后认真地做活动结束善后工作。在整个这次义工活动过程中，我深深地体会到了义务劳动的辛苦，但是我们的辛苦是值得地，当看到居民接受服务后满意的笑容时，当听到他们对我们道谢的声音时，我感到非常的高兴和激动。体会到了义务劳动的意义：助人为快乐之本。虽然只有3个小时的义工活动，但我心里却充满了快乐，它来自于劳动和帮助别人收获的赞许。

经过这次义工活动，令我明白了出来社会工作不同于在学校学习、考试的，两者是有大的不同。做义工不仅充实了我的生活，更让我感到社会的温暖。