

最新暑期实践活动体会心得(模板9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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

暑期实践活动体会心得篇一

利用大二的两个月的暑期，我找到了一个餐厅进行社会实践，目的是为了让自己从舒适圈当中走出来，离开校园生活，去体验一下社会的生活是什么样子的，为自己积累一些各行各业的工作经验，方便以后毕业时能够轻松的、时间短暂的适应社会生活。

实践是为了锻炼自己各方面的能力，比如和陌生人的沟通能力、跟同事和领导的交往能力、面对紧急事情的处理能力、对社会生活的适应能力和对待不公平与被客人谩骂时的隐忍能力。在社会上生存肯定会遇到许多的不如意，不可能所有事情都随着自己的心意来，所以我希望在这个过程中，我能够学会合理的看待这些不公平的事情，学会处理好自己的情绪。

我上班的这个餐厅是一家全国连锁的餐厅，规模比较大，主要售卖的是披萨、意面。菜品的价格都比较昂贵，所以需要更加贴心的服务。我的职责就是给客人点单，给客人推荐菜品，收客人桌上的空盘子和收银。在这个期间也遇到了很多不讲理的客人，也提高了自己与陌生人的沟通能力，懂得了要控制自己的情绪，交了很多的好朋友。

让我印象最深刻的一个客人是一个女客人，据说父亲是当地的一个当官的，职位还很高。她每次来都点39的下午茶套餐，每次都是跟一个男生一起来的，一般都是男生付钱。等男生走了之后她就要求退款，但我们退款是会退回到付款账户的，

她就要求我们用现金退款，等她之后约的另外一个人来了再让那个人付款。当时我真的是看不懂她的操作，不过虽然看不懂，但也只能按照客人说的做。

通过这样的一段社会实践经历，我懂得了有好多事都是身不由己的，许多事情都要听领导的。就算你自己和领导知道这样不对，但是为了客人的满意度，还是不得不这样做。所以说，经过这一段的经历，我知道了就算你很有原则，但是有时候不是所有事情都可以按照你的原则来进行的，你不得不为了生活，逐渐失去你的原则，变成一个言听计从的人。

经过这次的社会实践，我逐渐了解了社会上的一些规则，与我在校园里接触的完全的不同。这能够让我在毕业参加工作时，能够更好、更快的融入社会，更能够心无旁骛的投入工作。让我能够学习到很多东西，寒假和下一个暑假，我还是会继续的进行社会实践，多了解一些方面的东西。

暑期社会实践活动心得体会4

暑期实践活动体会心得篇二

刚过了半个暑假，但我很期待开学。这和上学期期末期待暑假正好相反。现在，我觉得学校生活更有趣了。要知道，我的暑假太轻了，平淡的就像一杯白开水在一个没有颜色的杯子里。虽然白开水的颜色意味着添加色素，但我的暑假和白开水的不同之处在于它需要颜色。

我说的颜色不是玩电脑疯了。我更喜欢在课堂上赶上同学；争先恐后的提问。如果我能像暑假在课堂上一样，在知识的海洋中与同学竞争，那就是我向往的多彩暑假。我早上8点起床。洗完澡，我和父母一起吃早餐。这顿早餐的内容也缺乏想象力，包括牛奶和油条。偶尔，我妈妈会煮面条和粥。

一边吃早饭，一边默默忍受妈妈的唠叨，整天唠叨我不要在网上玩游戏，唠叨我多复习功课。偶尔爸爸会给我和弟弟讲一些时事笑话，勾起我的倾诉欲。我和爸爸可以经常悠闲的聊天，这个早餐会让我的心情豁然开朗。

爸妈上班后，我和弟弟都呆在家里，字字无聊。弟弟太小，不能带他看书，又怕他撕了，只好带他回家陪他玩。这个时候真的很想去补习班和同学一起在那里学习。我多幸福啊！然而我妈不同意。她说：“爸爸妈妈想赚钱。你可以和你的哥哥和父母一起减轻很多负担。另外，暑假放松一下不是很棒吗？带个弟弟应该不会影响你的放松吧！”这让我无话可说。暑假里，我只学习到中午1：00到2：00，哥哥在睡觉，父母在休假，我可以敞开心扉学习。

就这样，暑假过去了一半。希望弟弟快点长大，也希望暑假快点过去，快点考上学习。

暑期实践活动体会心得篇三

大学生都有这充足的假期，这是全国大学上下都一样的，而能否利用好自已的假期就看个人了。暑期的生活总是多姿多彩而又轻松的，我们有着充足的时间去安排各项活动。很多人就利用假期的时间走亲访友，有同学开展同学聚会，和高中、初中的同学叙叙旧，是很不错的。还有其它很多活动，这其中当然也少不了暑期的社会实践。

我是一个比较喜欢安静的人，在假期的时候我除了走亲访友，和同学叙叙外，几乎就没有什么活动了。在家里憋得慌，想出去实习一下。这其实是很必要的，我早就有这个想法，只是未付诸行动。

在这个暑假里，我决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我便开始了实习。我负责前台登记，

账务结算。然而，前台登记并没有我想象的那么简单。我先了解了怎样登记，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，我怀着微笑回答。或许因为我热情的服务，客人二话不说便决定入住了。在我登记了旅客的信息后，我把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。第一次登记，便让我有了成功感。我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，但汗水见证着我的劳动，留下了我辛苦后的痕迹。但下午的工作却没有早上那么顺利，在将近点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最热的时间段，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。

但我现在是服务生，所以我平静自己焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。虽然有些人还是听不进去，但我可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我也就松了一口气。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我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，我慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。例如，在客人退房后，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，进行房间清理的登记。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，我向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

虽然我以后工作不会在宾馆里当服务生，可是在这里实习却可以使我有了社会实践的经验，我可以再以后的岁月里慢慢的享用这一份经验。这是真实的，可信的，是我自己认识并掌握的，不会骗我的。

在宾馆里实习也让我感觉到了赚钱的艰难，辛苦的工作换回来的只是一点点回报，我不得不感慨一下。为了将来自己在付出艰苦的努力后得到应有的回报，我决定一定要把自己的学习学到最好。这样才不会在未来的竞争中失败！

我会继续努力的，这是一份宝贵的财富，我在宾馆的暑假社会实践！

暑期实践心得体会

暑期实践活动体会心得篇四

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，社会是一所更能锻炼人的综合性大学。学有所用，在实践中成才，为社会服务，是社会对当代大学生的要求。在实践和贡献中体现自身价值，不断拓展社会活动范围，挖掘自身潜力，明确目标和历史使命，是我们对自己的要求。

我的工作丰富多彩。在社区主任的联系和帮助下，我得到了两天到社区医院见习的宝贵机会。在这繁忙的两天中，我连续两天中午没有吃午饭，以饱满的热情和求知的精神，从陌生到熟悉，与这里的医患和护理人员，医生之间建立了良好的关系，受到了他们的关心和帮助。

以后的几天，我做〔〕过文秘，做过电脑打字员。还承担了我们社区和xx社区的部分板报工作。我们学以致用，受到了小区居民的尊重和喜爱。原来每一个人的付出总会有收获，不能忘记的是幼年求学绘画的经历，现在的我能够有一技之长，得到更多与他人交流的机会，完成好自己的工作任务，这难道不是自我的一种价值吗？这也是本次实践活动中的收获！

暑期实践活动体会心得篇五

大二学年的暑期如约而至，针对这次社会实践，我有幸参加了文法与外语学院支教队的招募，并从中脱颖而出成为了这支队伍的一员。背起行囊，带着最初的渴望，在张晶书记和闵文副书记的带领下，同另外13名同学一起开始了一场首踏京山支教行。在湖北省荆门市京山县杨集镇小学，从7月7日到8月7日这一个多月的时间里，我们一席九个女生和五个男生一起开启新的生活篇章。而与我们朝夕相对的即是一群00后学生，小至幼儿园，大至小学六年级。

作为一个普通的班级，我参照着这所小学的课程表为这52个小学生量身打造了专属于他们的课程表。当然，也属于我们这14个老师。因为有的学生的家距离学校有好一段距离，所以我将课时从固定规格中的4+3模式浓缩为4+2模式。安排两个班级的课表，可真是煞费一番苦心。而我在这个支教过程中，则是担任高年级的作文老师和低年级的普通话老师，偶尔因为低年级的学生太过调皮而帮着体育老师代课。

我们习惯将完整而有规律的一天安排为：上学、放学；吃饭、午休；上学、放学；吃饭、晚休，其中偶尔穿插着数个同小学生们在操场、教室、宿舍，总之在这个学校的角角落落里闹腾的时间。不知是不是因为面对的人是一群00后的孩子们，我这个名副其实的90后不曾感到一丝不好意思，甚至在第一次见面是就将手搭在他们的肩上，可以说在这个混熟的过程中，我如鱼得水。当然这里面不乏有难以搞定的学生，或是上课时嬉笑得不规不矩，或是一副不苟言笑的镇定自若。而在这样一个过程中，至始至终都要学会这不以大学生的姿态来高高在上的对待这群小学生，我们需要的是一个平等交流与沟通的氛围。

而在这里，我也不不得不在这一个月的支教活动后对支教衍生出另外的看法。毕竟网络上反对支教活动的号召不绝于耳，因为觉得正处童年中的孩子们被硬生生的剥夺了假期，更甚

至是在支教队员潇洒的离开后徒留孩子们过多的想念。当然，我不否认这样的说法有其根据性，但是我也想用“利大于弊”四个字概括一下我眼中的支教。

第一，学生们是自愿报名参加支教活动，小学校方及参加支教的我们并没有硬性强求任何人参与。

第二，当然，其中不乏有家长强制要求自己的孩子在暑期进行上课，但这只占五分之一的比例。与孩子们参加培训班相比，也许我们带不去太多的知识，但是我们带给了他们更多的快乐。我们也和学生们达成了协议，如果他们之中的部分人实在不想来，我们甚至可以和其家长进行洽谈，还孩子一个完整的暑期。

第三，我们不教常规知识，例如数学和语文。年级和年纪的各不同造成了我们不想教他们已经学过了的东西，也不想教他们即将会学的东西，毕竟在某个时刻会减少他们的积极性。而是将手语、手工、魔术和日语这些他们鲜少接触的东西带进他们的生活。

第四，谈谈所谓的“弊”。除了给校方带去的日常麻烦之外，似乎只剩和孩子们平日接触中所积累的感情不曾被轻易的抹去。

20xx年的暑期社会实践让我收获不少，我认为以下几点是在与小孩子交往中必不可少的，更或者说是在为人出的过程中必不可少的：

一、善于与他人沟通

无论何时何地，这一点都在与他人的交往合作中显得至关重要。用一句耳熟能详的语言解释就是：沟通是人与人之间思想与感情进行传递和反馈的桥梁，以求思想达成一致和感情的通畅。因为和学生们的年龄存在差异，因而导致我们看问

题的角度有错不同。但是作为从小学阶段过渡来的我们，多少能够站在他们的角度分析问题。但是年龄尚小的他们，却不一定理解我们的做法，因而叛逆。这个时候，需要的则是一种心平气和的沟通。

就像学生们不喜欢写作文，我却会耐心的告诉他们：我希望从他们自己的文字中了解到他们是一个怎样的孩子，直观而方便。于是，他们就会想尽方法的用词汇修饰自己的文章以便我更容易的记住他们。就像学生中的这么一段开头：我是一个人见人爱、花见花开、车见车爆胎的开朗女孩。于是，我很自然而然的记住了这个女孩叫做张碧辉。而每次听见这句话，在反射弧的作用下，脑袋里的第一映像也是她。

1. 暑期支教社会实践心得
2. 暑期爱心支教社会实践心得体会
3. 暑期支教社会实践心得体会
4. 暑期支教社会实践报告
5. 暑期支教社会实践报告总结
6. 支教暑期社会实践心得
7. 暑期支教社会实践报告
8. 暑期支教实践报告
9. 暑期农村支教社会实践报告
10. 大学生暑期支教社会实践报告

暑期实践活动体会心得篇六

为期6天的“三下乡”暑期社会实践活动已经圆满结束了。活动虽然结束，我们“希望之星”队伍也早已从xx镇回到各自家乡，但是回忆起过去6天的点点滴滴，仿佛一幕幕就发生在昨天，孩子们的笑声依旧在耳边萦绕，笑脸仍在眼前飘荡，那种感觉好温暖好幸福。回到家后，回想过去的一切，真的有种惬意之感，或许这就是和xx镇结下的不解之缘吧。

7月11日我们xx理工大学外国语学院“希望之星”团队奔赴xx市xx镇xx小学进行为期6天的暑期义务支教活动。7月流火，酷热难耐，但这个暑假因为有了社会实践不再寻常，不是在家吃喝玩乐，衣来伸手饭来张口，而是真正去体验生活，实践自我价值。

我们的队伍是7月3日召集，9名队员是经过筛选留下来的。大家对于此次义务支教都充满了无比的热情。经过一周的细心准备，我们的队伍于11日早上8点出发前往xx镇。

支教生活从第二天早上到xx小学开始，我们就和校长打上了交道。他的淳朴、热情使我们很快融入到了这个集体，虽然语言有时存在一定的障碍，但我们的心是彼此相通的，那就是让孩子们学到更多的知识，对外面的世界有更多，更广的了解。虽然时间有限，但是我们会尽我们那一份微薄的力去讲给他们我们所知道的。

进到班级里，我看到的是一张张稚嫩的.脸蛋。时不时的有几个孩子会抬头偷看我，可是当我将目光投向他们的时候，他们会迅速的将头低下。我知道，这是他们害羞的表现。毕竟我们还不熟悉，事实也证明了这一点。后来我们一直处的很好。开始的第一堂课我并没有给他们讲什么，我只是跟他们聊聊。那是我才真正知道了以前在报道上听到的那些事是真的，他们每天起得很早，有的孩子要走两个小时的路才能来

到这所学校。而且我很钦佩的是他们都是自己走过来，很少有家人送他们。他们的父母有很多在外地打工，家里只有年迈的爷爷奶奶。他们不仅要学习，还要代替父母照看他们父母的父母。想想我在他们这个年龄的时候还是衣来伸手饭来张口的生活着，可是他们却做了好多。从那开始，我告诉我自己，再也不能用高人一等的眼光来看他们，他们值得我们去敬佩。

简单安排后便分配课程表，我被安排在第三天上午。走进教室的那一刻给我印象深刻的是那群孩子渴望知识的眼睛，还有孩子们那份质朴与纯真。看着这样一群孩子，我们怎能不尽力，所以在教学过程中我们试图打开学生的视野，利用网络让他们通过学习了解外面精彩的世界，学会以一种更加开放、包容的心态来看待生活、看待人生、看待自己生活的环境。外面的世界不是伊甸园，但也绝不是洪水猛兽，我们希望学生能更加自信，从厌恶学习到喜爱学习。

第一次被人称呼为老师，总觉得身上多了一份沉甸甸的责任。每个人都认真地备课，讲课也是投入最大的热情，嗓子喊哑了，就喝口水润润，接着讲，满脸满身的粉笔灰也都顾不上擦一下。我们努力地给孩子们讲着知识，教给他们做人的道理，把娱乐带到了课堂内外……真希望能把我们知道的所有东西都讲给他们听，让他们知道这个世界有多么精彩。

开始讲课的时候，由于我的能力有限，并不是那么顺利。后来也就慢慢的得心应手起来，我上课的时候不喜欢死气沉沉，所以我更多的带个他们欢乐。在欢乐中学习，这是我们那个年龄段最想要的。所以我在每一堂课上都尽力调动他们的积极性，经过两节课我的目的也算达到了。在我的课上，气氛非常的活跃。每个人都在思考，他们会努力做到，我经常对他们说：只要去做，不管对错，总有收获。数学课我不喜欢，因为它太枯燥，不过我自信我的数学课有更加丰富的内容，那就是能让他们收获自信。不管对错，只要有人来尝试我都会给予奖励。这样我的课就非常的容易进行，他们也非常的

配合。

在支教期间，我们除了每天有课的老师去上课外，没课的老师也会去旁听并做好听课记录或者积极备课。老师也可以深入学生了解他们的需求，对授课老师的意见及建议等。此外我们实行每天一会制，这些都是我们的队长余林杰提出来的，对我们的帮助很大，每天上完课，经过午休大家就集中在一起，在“宿舍”开个简短的会议，谈谈今天上课的感想，自己觉得有那些不足需要改进的地方，去听课的老师也发表自己的见解，觉得授课老师哪里做的比较好，哪个地方做的不好，有什么值得我们借鉴的，都可以提出来。只有这样我们才可以不断地进步，做到每天都有新的收获，对于第二天上课也很有帮助。

一周的支教活动对于求学路上的孩子来说可谓“杯水车薪”，对于孩子成绩的提高是微不足道的，对农村的教育更是如九牛一毛，但是我们相信经过与他们的交流、沟通，他们明白了些东西，这些东西一定可以帮助他们在将来的路上走的更好。希望我们这次的支教活动能给那些孩子的理想插上翅膀，愿他们能凭借自己的努力飞向外面的世界，在那里展翅翱翔。

在学校的时候我们都是普通的在校大学生，与别人没有什么区别，但当我看到孩子们在教室里认真的听课时，我找到了和别人的不通之处。我们在校大学生的价值也只有在这个时候才能体现出来；也只有在这个时候才会觉得自己是一名真正的大学生。作为一名经过院党校培训过的积极分子，这也是我实现积极分子价值的一种途径。

支教期间我认识了很多同学，也了解到了他们的成绩很优异，每次考试都是班里的前三名，学习态度很端正。在现阶段在知识方面我们可以做他们的老师，而在学习态度、上进心方面他们足以做我们的老师。他们在那么简陋的环境中学习，都能取得那么好的成绩，再想想我们自己，在这么优越的环境中学习，却还有那么多挂科的同学。每当我想到这时就会

觉得愧疚、就会自惭形秽、自叹不如，在这方面我们应该好好向他们学习。

看看他们的学习环境，再反观城区学校的环境，就会发现城乡的教育差距依然很大，甚至可以用天壤之别来形容。教育是民族的希望、教育是民族的未来，社会更应该关注农村地区的教育情况，政府更应该加大对农村地区教育的投入，真正实现城乡教育一体化，实现城乡教育的平等。

支教的日子里，那些孩子也带给我们太多的感动。我们爱那些孩子，就像自己的弟弟妹妹们一样。虽然他们叫我们老师，但我知道，他们早就把我们当成了哥哥姐姐，并且他们爱我们更多。他们是用那么纯朴的方式表达着他们对我们的喜爱，自己从家里带了好多杏子给我们吃，放了学就是赖着不走还缠着我们一起去玩儿。

这次社会实践活动让自己收获的不仅是孩子们满足的笑容，不仅是对同一片蓝天下乡镇小学情况的调查与了解，更是收获了一次有意义地经历、收获了一份责任。在这份责任的驱使下，时刻提醒着自己还有更多的事情等待着我去做。等着我去努力去奋斗，尽自己所能为孩子们改善学习和生活的环境，尽力让更多的孩子享受到公平而充足的教育资源。我也希望这些可爱的小朋友们能如他们的梦想中所说的那样，不要对现实低头放弃学习，而是靠着努力与奋斗来改变自己的命运，改变家庭的境况，为自己家乡的经济建设出上一份微薄却不可或缺的力量。

通过参加此次暑期三下乡活动自己不但得到了充分的锻炼而且也收获了许多宝贵的社会实践经验，更可贵的是团队精神和上进心。作为一名入党积极分子应该参加更多的类似活动，让自己得到充分的锻炼，为争取早日成为一名真正的党员作准备。

通过参加此次三下乡活动也使我认识到我们在校大学生只有

通过参加类似的服务社会的活动才能体现出人的不同之处、才能真正体现出作为一名在校大学生的价值。

通过参加此次三下乡活动是我认识到作为一名入党积极分子、作为一名在校大学生，我们应该更加努力学习。21世纪的国际竞争是人才的竞争，人才是强国的基础。教育是民族的希望，教育是民族的未来；人才也是民族的希望，也是民族的未来。作为当代大学生，作为当代社会的知识分子，我们更应该把祖国的未来看做自己的未来，把祖国的命运看做自己的命运。更应该好好学习，牢牢掌握科学文化知识，为祖国的未来建设贡献自己的微薄之力，而不是整天贪图享乐、无所事事。

暑期实践活动体会心得篇七

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

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，是系科给了我学习实践的机会，是系科给了我们极大的支持和信任，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，才能对得起养育我们教育我们影响我们的祖国。社会实践活动给生活在都市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，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，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”。通过开展丰富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。我是一名大三学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“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。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短三天的实践活动中，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。我们把淮师人永争第一的精神带去了社区，把淮师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，我们的暑期社会实践曙光城也给社区留下了光辉

灿烂的一笔。

学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作,引导学生健康成长成才的重要举措,作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径,一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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。它有助于当代大学生接触社会,了解社会。同时,实践也是大学生学习知识、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。

多年来,社会实践活动已在我校蔚然成风。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践,而是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，你要听娶耐心、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。大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础！

暑期实践活动体会心得篇八

越是走近大学，对于今后社会生活我们也越是了解。经过x个学期的大学生活后，我们又一次迎来了暑假的愉快生活。但作为一名学生，感受到在生活中越发增加的社会压力，我也认识到自己不能继续沉浸在校园的美好舒适圈里了。为了充分发挥假期的时间和作为大学生的自由，我在今年的暑假期间，来到了超市的促销岗位，成为了一名暑假临时工！

自从来到了超市的促销岗位，尽管只是一名暑假的临时工，但我却能清楚的感受到，自己的肩上多了一份名为工作的责任。

在工作中，我们不仅要遵守超市的规定和要求，还要努力完成每天的产品促销任务。这些责任和义务都让我对这份工作加强了自觉性，在日常中严格的要求自己。

实践结束，我感到自己有了很多的收获和改变。工作的辛苦让我意识到自己应该在学习中更加努力。并且对于自己在人际交往中的不足我也有了许多认识。

相信这些经验都能帮我更好的完善自己，提升个人能力。今后再走上社会，我一定会更加的出色！

暑期实践活动体会心得篇九

近期，联社开展反腐倡廉警示教育，让我深刻感受到了在当今社会进行反腐倡廉建设的必要性，同时对自身的廉洁自律，遵章守纪等方面有了很大提高，具体心得体会如下：

学风问题是一个永恒话题，抵制腐败也必须端正学风。首先是勤学。通过对近年来查处的一些腐败案件的学习，我们不难发现违纪违法者都是从学习上缺乏自觉性、作风上放松要求开始的。因此我们要不断加强学习，不断改造世界观以提

高我们的思想政治素质，增强拒腐防变能力，树立正确的世界观、人生观、和价值观，不被社会上的丑陋现象迷惑自己的双眼。要牢固树立“廉者荣、贪者耻”的思想，从自身做起，力戒贪念。

艰苦奋斗、勤俭节约是中华民族的传统美德。中国人民已经进入全面建设小康社会的新历史阶段，我们的物质生活也越来越丰富多彩，而过分的追求物质生活的结果是心为物累。因此，抵制腐败、加强作风建设必须形成艰苦勤俭的好风气。我们信用社的工作越是要发展，越要抓艰苦创业，廉洁奉公。因此每一名信用社干部职工都必须自觉继承和发扬革命前辈的优秀品质和优良传统，在实践中刻苦磨练，经受困苦的洗礼，实现自己的人生价值。使艰苦奋斗、崇尚节俭成为自觉的行动，成为永远不变的精神风貌和政治品质。

要防腐拒变，自律是关键。说到底就是要我们廉洁自律，自觉遵守党纪国法和社会公德。大千世界，诱惑种种，稍有不慎，就会思想错位，行为出轨。轻者蒙人生污迹之羞，重者受身败名裂之辱，害人害己，悔之莫及。要拒绝腐败，抵御腐败，唯有管住自己，这就是防范在前的自律，也是摒弃侥幸，实实在在的规范修身。若没管好自己，利用职权贪污受贿，谋钱谋色，奢侈浪费，挥霍公款，那就会害了自己，害了家人。所以在日常工作生活中要自觉做到公私界限分明，不义之财莫取。加重自律，管住自己，坚持不忘自己是信用社光荣的一员，不要贪图小利，见钱眼开，始终不渝地保持和发扬艰苦奋斗的优良传统的作风。只有这样，才能抵制腐败保持一身正气，保持信用社员工廉洁的本质。