

# 最新七年级学生社会实践表 医学生社会实践心得社会实践(大全8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

## 七年级学生社会实践表篇一

时间如白驹过隙，眨眼间，为期2个月的社会实践生活就要结束了，回想在人们解放军359医院的点点滴滴，真是让人无比怀念，我们身上没有正式医生的责任重担，但是正式医生的工作我们都和医生们共同经历。这样的机会实在是很少。

在这2个月实习时间里，我们的收获很多很多，总结报告只能用书面的形式汇报出我们在医院实习的具体方面，但是却很难表达出我们在医院实习那又激动又紧张又兴奋的心情。至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之感谢医院培养我们点点滴滴，也感谢江苏大学给我们这次实习的宝贵机会。

回想刚来实习的时候，解放军军官老师给我们分配科室的时候，我和俞良，王琳娜，王佳音同学被分到了内科门诊，于是开始了我们为期两个月的实习生活，带我们的老师是周家合老师，一位安徽医科大毕业的医生，他跟我们的年龄差不多大。所以比较谈的来。我们在内科门诊接触了好多病人。房颤，肠炎，普通感冒，结合我们在书本上学到的知识，使我们对这个病更深一层的了解。在工作之余，周老师跟我们畅谈世界杯，又为实习相对枯燥的工作增添了几分趣味。

在实习期间我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度。尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，努力培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德，经过一个月的实践我熟练掌握了病程记录、会诊记录、出院记录等医疗文件的书写。

在内科病房的实习经历也是很有意义的。刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍病房结构，介绍工作，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院的护理工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实践和工作打定了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的第一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。在病房我们接触了护士们的工作环境。

在病房实践的第一天早上，我早早的来到医院，那时8点交接班还没开始，我跟着护士帮病人换被单，帮他们量体温等等。到了8点钟，医生和护士门准时交接班，值夜的医生和护士将昨夜病人的情况进行报告，然后各个管床医生分别开始查房，我也跟着他们，认真的听他们如何检查病人和如何询问他们。看着他们那一丝不苟的工作态度，我的心里不禁充满着崇敬之情。首先，医生们对病人进行询问，问他们的病症，比如：有无发热，有无疼痛，饮食如何，排泄是否正常，有无多尿少尿等等。然后，医生仔细观察病人的体征，有时还做下叩诊，最后开出医嘱。这时，护士们开始了紧张的比对医嘱，并且按照医嘱进行取药和进行治疗，护士每隔4小时查一次体温，并且绘成温度曲线，供医生参考，另外，每隔半小时进行一次巡房，检查是否有异常情况出现。

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。

## 七年级学生社会实践表篇二

社会实践是学生综合素质教育中不可或缺的一环，通过参与社会实践活动，能够帮助学生提升实际能力、开拓眼界，更好地融入社会。本篇文章将以学生跳舞作为社会实践的主题，分享一些心得体会。

### 第二段：感悟舞蹈艺术

跳舞是一门艺术，它不仅仅是技巧的表演，更是一种情感的释放和心灵的舒展。通过社会实践活动，我深刻领悟到舞蹈艺术的美妙之处。每一个动作、每一段故事，都需要舞者用心去感受，用身体去表达。在舞蹈中，我学会了用动作诠释情感，让身体舞动出内心的感受，与观众产生情感的共鸣。这种身体和情感的结合，让我对舞蹈艺术有了更深的理解和热爱。

### 第三段：锻炼身体与培养耐力

舞蹈需要对身体的掌控力和协调性有较高要求。在社会实践中，我发现舞蹈训练不仅可以锻炼身体，还可以培养耐力和毅力。每一次排练都需要投入大量的时间和精力，要反复地训练动作和形体，以达到完美呈现。通过这样的实践，我逐渐培养了毅力和坚持的精神，学会了面对困难时不轻易放弃，而是勇往直前，一直追求进步。

### 第四段：团队合作与沟通能力

在舞蹈团队中，每个人都扮演着不可缺少的角色。我们必须紧密合作，相互间要有默契和配合。通过舞蹈的实践，我意识到团队合作的重要性，学会了倾听他人的意见和合理的表达自己的想法。只有通过良好的沟通和合作，我们才能够顺利完成整个舞蹈的演出。团队合作中的每一个细节都需要我们相互之间互助和配合，这对于我以后的工作和人际关系的

建立都有着非常重要的影响。

## 第五段：审美与自我提升

通过舞蹈，我对审美的要求有了更高的要求。不仅仅是对舞蹈动作和形体的要求，还包括服装和化妆等细节。在社会实践的活动中，我学会了如何通过服装和化妆来彰显舞蹈作品的主题和情感。这种审美的意识，不仅对舞蹈有着很大的帮助，同时也使我在日常生活中对自己的形象和修养有了更加深入的认识。而且舞蹈让我对自己的要求提高了许多，不断地要求自己追求更高的水平，这种自我提升的意识将受益终身。

结尾：

通过这次社会实践中的跳舞活动，我不仅仅学到了舞蹈技巧和艺术鉴赏能力，更重要的是，我获得了锻炼身体、培养耐力、团队合作与沟通能力以及自我审美与提升的宝贵经验。这次社会实践让我在实践中学到了很多，收获了很多，对我个人的成长和发展有着重要的意义。我相信，通过这次社会实践的跳舞活动，我将能够更加自信地面对未来的学习和生活。

## 七年级学生社会实践表篇三

在这里，虽然师资力量很差，但同学们还都是多才多艺，在做完问卷，我们准备离开的时候，他们都给我们表演了文艺节目，有全班合唱、舞蹈、还有歌伴舞。

在那里虽然只有半天时间，不管是老师们热情接待还是学生们的热烈欢迎，都给我留下了深深的印象。

据悉，随着城市农民工的不断增多，在金华就读的农民工子

女也不断的增加，其中有很多无条件进入公办学校而栖身在教学环境很差、师资力量薄弱的民工子弟学校。金华市开发区第一民工子弟学校就非常典型，整个学校桌椅破旧、设施简陋，有部分教师连普通话都说的不好。在国家各级机关相继出台新措施来帮助这类“游学”人群的大环境下，关注和帮助民工子弟学校这个特殊群体已成为全社会的共同责任。“我们的力量有限，但要帮助的还很多！”

“来了，来了”……离着很远就听到一片欢呼声，原来我们此行的目的地——阳谷县大布乡徐良府小学到了，听到这个消息，大家都性急的从车上站了起来。

透过车窗，我们看到了排着队迎接我们的学校领导和师生，孩子们拍着小手高喊着欢迎的话语，连小学平时难得一见的锣鼓都派上了用场，几个小家伙铆足了劲敲打着，脸涨的通红，却露着幸福的微笑。看到这种场面，几位女同学早已是泪眼婆娑，平日里“有泪不轻弹”的男儿们也是个眼眶湿润。

车未停稳，大家就争先恐后的下车了，刚下去，孩子们就“呼啦”一下子围了上来，抢着帮我们拿东西(其中大部分是我们带来的一些科普书籍、学习用品)。学校领导为我们举行了简单的欢迎仪式，然后要求我们先去休息，大家婉言拒绝了，志愿者李德富热情洋溢的说：“我们一点也不累，看到孩子们，我们的热情高着呢！‘战友们’，咱们马上投入战斗吧！”他的提议得到了志愿者的一致赞同，于是我们在孩子们的簇拥之下走进了教室。

这是聊城大学爱心支教的志愿者们到阳谷县大布乡徐良府小学支教时的感人场景。爱心支教是商学院(前身为经法学院)的优良传统，每年假期，他们都会招集一批品学兼优的大学生志愿者到贫困地区进行爱心支教。许多大学生志愿者还主动要求到农村学校，到最艰苦、最需要他们的地方去支教。支教期间，他们把知识传授给了孩子，把爱和欢乐留在了农

村。一批学生走了，另一批学生又会来，他们用青春和汗水维护那充满爱的旗帜；用无悔和实践完成爱的交接；用语言和心灵来书写爱的故事。

平生第一次以教师的身份站在三尺讲台上，望着台下数十双充满渴望的眼睛，还真是有些许紧张，幸好事先已经演练过多次，也熟悉了所要经过的程序，内心便渐次平静下来。自我介绍的开场白十分简略，因为我们得知学校的老师早已把情况通知给了同学们。于是我们很快进入了第一版块“让我们做朋友”，我让班里的同学做自我介绍，内容要包括：年龄、爱好等内容。经过“第一关”，课堂的气氛更加活跃、更加融洽了，同学们都争先恐后的发言。

我对他们说：“现在我们就是朋友了，欢迎你们有空到我们学校去玩。”一个小胖子站起来问：“哥哥，大学到底什么样子啊？”于是我因势利导的进入了下一个版块“我理想中的大学”。我问道：“那你们心目中的大学什么样子啊？”孩子们大声的嚷起来：“有高楼”、“有汽车”、“有好多好多的书，看都看不完”。我又问：“你们知道大学是干什么的吗？”孩子们回答道：“学知识、造飞机、造大楼”……“那你们想上大学吗？”“想”，孩子们齐声答道。我问：“你们为什么要上大学啊？”这一问，可热闹了。“当科学家”、“当作家”、“当诗人”……的喊声不绝于耳。

这时坐在后面一排的一个小姑娘站了起来，腼腆的说：“我想当一个老师，教很多很多学生，让他们都能坐在教室里好好学习，都能考上大学。”此言一出，所有的志愿者包括讲台上的我都被深深的震撼与感动了，离小姑娘最近的志愿者小王疼惜地把她搂在怀里，久久不肯放开。

多么朴实的话语，多么伟大的理想，多么可爱的小姑娘！

又想起了出发前一天的晚上，我们开动员大会时，学校领导语重心长地对我们说：“同学们，你们都知道百年大计，教

育为本；国运兴衰，系于教育啊。教育是培养人才和增强民族创新能力的基础。要实现中华民族伟大复兴，就必须坚定不移地实施科教兴国战略，不断提高全民族的思想首先素质和科学文化素质，不断造就大批具有丰富创新能力的高素质人才。今年的社会实践活动中，你们将代表我院深入聊城的贫困地区，发挥你们的聪明才智，广泛地开展爱心支教活动，用自己的实际行动为我国的教育事业做出积极的贡献。你们要发挥所学，以拓展孩子们的眼界，让他们更多地了解社会，坚定只有知识才能改变命运的信念。”领导们的话一字一句我们都铭刻在心，在支教过程中，我们始终以它为指导，努力实践着我们的诺言，奉献着我们的青春。

支教结束了，我们与孩子们依依惜别。许多孩子从家里拿来了好多东西不断地往我们的手里、衣兜里、书包里塞，学校的领导、老师还有部分学生家长也来为我们送行。

汽车开动了，孩子们哭成一片，我们的车厢里也到处是哭泣之声，很多孩子跟着车跑了很远，嘴里大声的喊着：“你们明年再来啊！”我们挥手说了句：“一定”，就再也说不出话来了。

王宁是本次爱心支教活动的志愿者之一，对于本次支教活动，他谈了自己的感受：“过去，经常在电视屏幕里和各类刊物上看到希望工程的公益广告，画面上那些孩子们坐在破旧不堪的课桌旁声嘶力竭地喊“我要读书”的样子使我心酸，那些失学女童背着竹篓回头凝望时眼中的无助与迷茫使我心痛，孩子们因缺少教师、没有新课本连一首简单的《悯农》都会误读的情景让我感叹，想到那些我不知道的农村还有那么多的孩子由于现实的种种原因不得不离开他们渴求与向往的教室，我就更加心痛不已。可以出去支教的消息让我兴奋异常，我想我终于可以为孩子们做点事情，终于可以圆我的支教梦了。支教的过程中我教给孩子们知识，他们也教会了我许多东西，在爱心支教的那段日子里，我是时刻被感动着的，孩子们太善良了、太可爱了，他们不能得到最好的教育实在是

太不公平了。我以后一定会争取一切机会，积极参加这样的活动，因为它将成为我大学生活乃至人生旅途中最难以舍弃的宝贵财富”。

孩子给予我们的太多了，而我们只能为他们默默祈祷，祝他们生活的天空永远湛蓝，生活中的微笑永远灿烂，愿他们的人生旅途永远幸福平安！曾经被巍巍的谁是最可爱的人感动的一塌糊涂，但那时候却只是一种敬仰与尊重。现在我才真正体味到人生旅途中还有很多平凡的事情，它们给我们的将是持久而深远的感动。孩子们是最纯洁、最善良的，他们应该得到全社会的关心和爱护。在支教过程中，我感觉到孩子们给予我们的太多了，而我们能做的却只能是为他们默默祈祷，祝他们生活的天空永远湛蓝，生活中的微笑永远灿烂，愿他们的人生旅途永远幸福平安！

共2页，当前第2页12

## 七年级学生社会实践表篇四

大学生社会实践模板就是小编整理的大学生社会实践报告模板，欢迎大家阅读！

系部名称： 专业： \_\_\_\_\_

实践单位□ xxxx有限公司

实践时间： 20--年--月--日 至 20--年--月--日 共 --天

实践报告正文

一、实践目的：介绍实践的目的，意义， 实践单位或部门的概况及发展情况， 实践要求等内容。



这部分内容通常以前言或引言形式，不单列标题及序号。

二、实践内容：先介绍实践安排概况，包括时间，内容，地点等，然后按照安排顺序逐项介绍具体实践流程与实践工作内容、专业知识与专业技能在实践过程中的应用。

以记叙或白描手法为基调，在完整介绍实践内容基础上，对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍，其它一般内容则简述。

三、实践结果：围绕实践目的要求，重点介绍对实践中发现的问题的分析，思考，提出解决问题的对策、建议等。

分析讨论及对策建议要有依据，有参考文献，并在正文后附录。

分析讨论的内容及推理过程是实践报告的重要内容之一，包括所提出的对策建议，是反映或评价实习报告水平的重要依据。

四、实践总结或体会：用自己的语言对实践的效果进行评价，着重介绍自己的收获体会，内容较多时可列出小标题，逐一汇报。

总结或体会的最后部分，应针对实践中发现的自身不足之处，简要地提出今后学习，锻炼的努力方向。

五、正文字体：宋体小四号字。

字数：3000字左右

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。

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。

实践过程：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，你必须自觉地去学，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，有些问题有了在课堂上认真地消化，有平时作业作补充，我比一般人具有更高的起点，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。

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。

实践心得：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。

首先是明白了守时的重要性。

工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。

这种责任是我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。

这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。

虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递

送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。

以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。

在以后的学习和工作中，一定会要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。

在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。

让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。

打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。

大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。

大学生参与社会实践是促进大学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作,引导学生健康成长和成才的重要举措,是学生接触社会、了解社会、服务社会,培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。

对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。

从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。

可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。

不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。

社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。

作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在的行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。

大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。

一切认识都来源于实践。

实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。

实践的发展不断促进人类认识能力的发展。

实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。

而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高。

马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。

认识对实践的反作用主要表现在认识 and 理论对实践具有指导作用。

认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。

处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。

如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。

因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。

二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。

三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。



## 一、实践目的：

不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。

另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。

当代大学生对社会实践的看法以及透析大学生生活实践情况，从而结合马克思主义哲学分析大学生社会实践所存在的问题以及提出解决方法，使大学生能正确对待社会实践，在实践中见真知。

在往后实践中能更好地接触社会、实践自己的专业技能，寻找发展的机会，许多大学生都认为兼职是大学生的第二个“课堂”，通过兼职可以学到许多宝贵的东西。

“存在就是合理”，职业没有高低之分，无论什么职业都有其可取与不可取之处，就看自己的需求。

不少大学生觉得只要是能够赚钱的工作，就可以去试一试，品牌代理，促销等以前不会是大学生的从事的工作，现在都成为了大学生们可以接受的工作。

## 二、实践内容：

该公司主营茶品，并且兼售烟酒，未来我国茶产业的增长潜力巨大。

因为国内外市场需求稳定增长。

茶是世界三大饮料之一，而中国是世界茶产量第一大国、茶出口第二大国。

从国内来看，喝茶已成为多数中国人的一种生活习惯，茶已成为社会生活中不可缺少的健康饮品和精神饮品，而且，随着人们健康消费观念的普及，茶正在被越来越多的人接受、

喜爱和追求。

从国际需求来看，中国茶出口一直保持稳定增长态势。

另外中国茶产业已得到当地政府的大力支持与扶持，也得到投资者的关注，茶产业开始走向规模化、现代化、正规化，未来增长潜力很大。

浙江、江苏、福建等产茶地区已经把茶产业作为重要的扶持产业，茶产业基地蓬勃兴起。

制造茶的工艺技术开始从手工化向机械化、自动化、现代化过渡，制造企业也加强了茶品牌的建设。

我们分两个班倒一替一天倒，早班八点--晚六点，晚班十点--晚八点，我在首山分部主要负责销售，从点滴小事做起熟记产品报价对每一种茶叶的功效都能熟知。

刚开始工作的艰辛与不易是不能言喻，对烟酒茶一窍不懂的我，开始像模像样的对客人进行介绍，摆在我面前的第一个问题就是张不开嘴不知怎么跟客人攀谈，但是强大的内动力推动着我，我想真诚的笑容也许是打动客人最好的方法，第二个问题就是‘站不住’，每天回家腿都疼、在柜台前也要将重心不断的更换觉得腿好像粗了，不过认为一切都是值得的。

并且我现在也深知挣钱打工的不易，以后花父母的没一分钱都应该仔细，把钱花在刀刃上。

### 三、实践结果：

我在售茶的同时也学会了一些选购茶叶的常识，茶叶的选购不是易事，要想得到好茶叶，需要掌握大量的知识，如各类茶叶的等级标准，价格与行情，以及茶叶的审评、检验方法

等。

茶叶的好坏，主要从色、香、味、形四个方面鉴别，但是对于普通饮茶之人，购买茶叶时，一般只能观看干茶的外形和色泽，闻干香，使得判断茶叶的品质更加不易。

这里粗略介绍一下鉴别干茶的方法。

干茶的外形，主要从五个方面来看，即嫩度、条索、色泽、整碎和净度。

另外，没有人选择反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验可以为以后的工作打基础。

对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。

从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。

可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。

不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建。

#### 四、实践总结或体会：

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被

视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

寒假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。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

寒假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，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

通过这次社会实践，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次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。

在社会上要善于与别人沟通。

经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。

如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。

以前实践的机会不多，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。

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。

在社会实践中以及以后的工作中要有自信。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。

就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。

有自信使你更有活力更有精神。

在社会中要克服自己胆怯的心态。

自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。

所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。

如有人所说的“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。

在实践中，我也深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。

这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。

这次社会实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的。

我通过积极参加社会实践活动，认识了社会，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，真正达到了受教育，长才干，作贡献的目的。

系部名称□xx

专业班级□xx

实践单位□xx各大超市

1、实践时间□20xx年x月x日至20xx年x月x日 共x天

2、实践目的：身为大一新生，本次实习的目的着重在于体验社会，从而锻炼自己的社会适应力。

而且，我从事的是服务行业，这对我是一个挑战，并且我也

学到了与别人沟通交流的技巧，体验到了找工作的不易以及做工作的艰辛。

丰富工作经验的同时自身价值也得到了一定程度的提高。

总而言之，了解当前就业形势，熟悉就业环境，使将来的就业规划更明了。

3、实践内容□20xx年x月x日至x月x日，我在x各大超市从事饼干促销的工作。

首先，通过招聘广告我联系到销售饼干的业务员，面试后，业务员接受了我的实践请求。

我的工作时间为早上8点到中午12点，然后再从下午3点到晚上7点。

我有一个同事和我一样是在校大学生，由于我们以前都未做过这方面的工作，所以前几天业务员同我们一起上班，教授我们一些促销技巧以及注意事项。

起初，我还不好意思主动向顾客推销，一次一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每一位顾客，就会自然很多，当然业绩也一步步攀升，同事和我一样也很快适应了工作。

之后的工作也都还是比较顺利的。

遇到有特殊要求的顾客，我们也能及时采取其他措施维护到自己的柜台和老板。

其次，我发现与同事的相处以及与周边柜台销售员的相处也是我们工作的重要组成部分之一，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促成我们良好的人际关系，使我们处在一个

和谐的工作环境之中，工作质量自然就稳步上升。

如此，不仅利于自己的工作利于他人的工作，更重要的是也有利于店主和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。

和谐的工作环境要靠我们自己去营造，现在到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得二者并不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的面对当今的就业、从业形势。

另外，我还是觉得这次实习时间有限，对于工作还存在很多疑问，例如：顾客的消费心理。

我觉得这是很深奥的东西，不是简单的课本知识可以解释的。

这必须是我们不断实践不断摸索的，通过丰富的经验，不断总结的。

也应给算是一种学问了。

更多的东西我还不能体味到，明年暑期我还会继续我的社会实践旅程。

而且我要找一个与我的专业对口的工作。

进而更好的丰富自我。

挺高自身素质，做社会需要的有用之人

4. 实践结果及总结体会：通过这次实习，我接触到了一些不同形式的奖惩制度，例如：定量提成制，弹性提成制等等一些制度，这些制度都从不同的方面、不同程度激发我们的工作热情，不得不佩服商人们的智慧。

还有，就是销售模式的不同也同样刺激了不同心理的消费者，



例如：定量减价制、赠品制、代金券等等，也是很多销售方法，使我大开眼界。

迎合顾客的心理是很关键的，也这恰恰能映射出一个优秀销售员的专业能力及专业素质。

我们依然要不断摸索，即使是有丰富经验的“老”销售员，不断的学习才是不断进步的捷径。

这次实习是在销售这方面的服务业，使我走出了自我封闭的世界，敢于接触更多新事物和形形色色的社会人，一步一步成熟，一点一点不再畏惧，不仅是长大而是一种成熟。

这次实习，是我看到了社会的复杂，了解到为事的不易，更加坚定了我为自己的目标不断努力奋斗的決心与信心。

我充分意识到只有不断充实自己，才能有强大的竞争力，是自己的能力立于他人之上，成为同行者中的佼佼者，亦是就业大潮中的宠儿。

几十天的实践很快结束了，虽然挣了不到一千块钱，却挣到了用一千块钱买不到的经验和生活。

## 七年级学生社会实践表篇五

在茫茫大学的校园里，每天都可以看到各种各样的实践活动。作为大学生，参与社会实践是我们成长的一部分。近期，我有幸能够参加学校组织的一个跳舞社会实践活动。这次实践给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。

首先，通过这次实践活动，我明白了跳舞对于提高自身形象和气质的重要性。在实践过程中，我发现舞蹈可塑造人的整体形象，舞者们通过优美的姿态和流畅的动作展现出优雅和

自信。跳舞需要时刻保持良好的体态和形象，这对于学生来说非常重要。通过实践，我意识到要想在社会中取得更好的发展，必须注重自己的形象和气质，时刻保持优雅和自信。

其次，参与社会实践让我领悟到了团队协作的重要性。在跳舞实践中，我们需要与团队的其他成员密切配合，共同完成一支完美的舞蹈作品。这需要我们相互协作、相互信任，并通过不断的沟通和合作解决问题。通过实践，我学会了倾听和沟通，学会了在团队中发挥自己的优势，也对集体荣誉有了更深的理解和认识。

再次，参与跳舞实践让我收获了一份健康与快乐。跳舞作为一种形式多样的艺术表演形式，不仅可以使我们锻炼身体，更能给我们带来快乐和健康的心灵。通过跳舞实践，我能够全身心地投入其中，释放压力，享受舞蹈的乐趣。而且，跳舞也促使我们保持积极向上的心态，培养良好的情绪和心境。通过这次实践，我深深感受到了健康快乐的力量。

此外，参与跳舞实践培养了我的自信心。在跳舞过程中，我必须克服内心的紧张和恐惧，勇敢地面对观众和我的团队成员。通过不断的练习和尝试，我逐渐找到了跳舞的自信，不再害怕犯错，更加相信自己能够做到。这种自信感不仅在表演时体现出来，更渗透到日常生活中。通过这次实践，我明白了自信对于一个人的成长和发展是多么重要。

最后，参与跳舞实践给我带来了与他人交流和交流的机会。在实践过程中，我结识了一群兴趣相投的舞者朋友，在他们身上学到了许多东西。我们不仅可以一起探索舞蹈的奥妙，还可以分享生活中的喜怒哀乐，相互支持和鼓励。通过与他人的交往，我发现了自己的不足之处，也得到了他们的帮助和指导。这次交流让我收获了宝贵的友谊和互助精神。

综上所述，参与这次跳舞社会实践活动，让我获得了很多收获。我明白了舞蹈对于个人形象和气质的重要性，也感悟到

了团队协作和合作的重要性。通过跳舞实践，我不仅收获了健康与快乐，也培养了自信心。同时，与他人的交流和交往也让我学到了许多新的知识和经验。不管是在舞台上还是生活中，这次实践都极大地丰富和启发了我的大学生生活。我相信，这次实践经历将对我未来的发展产生积极的影响。

## 七年级学生社会实践表篇六

社会实践作为学生的一项重要活动，既是对知识的实践运用，也是对人生的磨炼和体验。在社会实践的过程中，我不仅学到了很多知识和技能，还深刻感受到了社会的复杂与真实。以下是我对学生社会实践的心得体会。

首先，社会实践使我感受到了知识的实际运用。在学校里，我们通过书本上的知识和老师的讲解来学习各种学科。而社会实践带给我的是看到这些知识在实际中的应用。例如，在一次参观工厂的实践中，我亲身观察到了从材料加工到成品制造的全过程，了解了产品生产中需要用到的各种机械、设备和工艺。这使我对课本中的相关知识有了更深入的理解和记忆，也提高了我的实践能力。

其次，社会实践让我感受到了社会的复杂与真实。在学校里，我们只能停留在书本上的世界，而社会实践却将我们带入了一个真实的社会空间。在实践过程中，我看到了很多我们学校所未曾提及的问题。比如，在一次参观社区服务中心的实践中，我了解到社区工作人员为居民提供的各种服务，真切感受到社会和谐的重要性。在另一次实践中，我们走访了一所贫困山区的学校，目睹了那里的贫困环境和学生们的无私奉献。这些经历使我对社会有了更深刻的认识和思考，也让我更加珍惜眼前的一切。

第三，社会实践培养了我的团队合作意识和实践能力。在实践中，我们常常需要与队友合作完成各种任务。比如，我们曾经参加过一次社会调研，需要在有限的时间内对某一社会

问题进行深入调查和分析。这个过程中，我们合理分工，各自担当重任，充分发挥自己的优势，最终圆满完成任务。团队合作让我明白了每个人的力量都是不可忽视的，只有相互协作，才能取得更好的结果。同时，实践中的实际操作也培养了我动手能力和解决问题的能力，让我更加自信和成熟。

第四，社会实践开拓了我的眼界和思维方式。学校中的知识只是冰山一角，而社会实践则扩大了我的学习范围。在实践中，我遇到了很多未曾接触过的事物和场景，例如实地参观博物馆、参与社会服务活动等。这些经历让我的视野得到了开阔，思维也变得更加灵活。我明白了只有走出舒适区，才能发现更多的可能性和机遇。

最后，社会实践让我对自己有了更多的认识和规划。在实践中，我不仅发现了自己的优势和不足，也认识到了自己的兴趣和志向。比如，在一次参观科研机构的实践中，我被科学家们的研究成果深深吸引，对科学研究有了更强烈的兴趣。因此，我决定今后投身于科学领域，为社会做出贡献。社会实践不仅让我认识到自己的倾向和目标，也为我未来的规划提供了参考和指引。

总之，学生社会实践是一次重要而有意义的体验。通过实践，我不仅学到了知识和技能，也收获了思想和精神上的成长。我相信，在以后的学习和生活中，这些宝贵的经历将继续对我产生积极的影响。我将继续努力，用实践和行动去践行自己的理想和信念。

## 七年级学生社会实践表篇七

近年来，越来越多的学生选择参加社会实践活动，以拓宽视野、锻炼能力，而其中一项备受青睐的活动是跳舞。作为一种融艺术、运动和社交于一体的活动，学生跳舞不仅能够提升身体素质，还能培养团队合作和自信心。在经历了一次社会实践活动后，我深刻意识到跳舞在学生成长中的重要性，

并从中得到了许多宝贵的心得体会。

首先，学生跳舞是一种提升自身身体素质的良好方式。在跳舞过程中，学生需要不断地做各种各样的动作，如跳跃、转身、弯腰、伸展等等。长时间的训练和练习让我的身体不仅变得更加灵活，而且有了更好的协调性和平衡感。此外，跳舞还能够培养我对音乐的感知能力，通过配合音乐的节奏和旋律，让我的动作更加优雅和有韵律感。这些变化让我深刻体会到，跳舞不仅是一种艺术表达，更是一种有益于身心健康的运动方式。

其次，学生跳舞有助于培养团队合作精神。在社会实践活动中，我们学生都需要分成不同的小组，进行编舞和排练。通过与队友互相配合，共同解决问题，我意识到团队合作是跳舞成功的重要因素之一。在学习新的舞蹈动作时，有时会碰到难以逾越的困难，甚至会遇到摔倒和受伤的情况。但是，我们没有气馁，而是通过互相帮助和鼓励，最终克服了困难。这让我明白到，在团队合作中，我们要相互支持、相互理解，只有这样才能够取得更好的成绩。

此外，学生跳舞还能够培养自信心。在社会实践活动中，每个学生都需要在众人面前表演，这给了我们一次展示自己的机会。起初，我感到非常紧张和不安，担心自己的动作是否正确，担心自己会不会出错。然而，随着训练的深入，我逐渐放下了顾虑，开始享受表演的过程。在获得观众的掌声和赞许时，我感到前所未有的自豪和满足，对自己的能力也更有了信心。这次经历让我明白，只有勇于挑战自己，才能获得更多的成长。

最后，学生跳舞还能够开阔思维、提升学习能力。跳舞不仅需要学习和记忆舞蹈动作，还需要理解并演绎舞蹈的含义和情感。在舞蹈排练的过程中，我不仅要学习自己的舞蹈动作，还要观察其他队友的动作和表情，并与之协调一致。通过不断的观察和思考，我可以更好地理解舞蹈的意义和整体效果，

并将这种思维方式运用到其他学科的学习中。这种思维的转变让我在学习上更加积极主动，更加善于观察和思考，从而提升了学习能力。

总之，学生参加跳舞社会实践活动是一种全面发展的过程，它不仅有助于提升身体素质，培养团队合作和自信心，而且能够开阔思维、提升学习能力。通过这次社会实践活动，我深刻体会到了跳舞的重要性，这将对我的生道路产生积极的影响。我相信，只要我坚持跳舞，将更好地塑造我自己，丰富我的人生。

## 七年级学生社会实践表篇八

“只要人人都献出一点爱，世界就会变成美好的明天”，尊老爱幼是中华民族的传统美德，作为当代大学生，我们应将弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德、努力营造社会和谐的良好氛围、让大学生们以实际行动为老人家送温暖、献爱心、为创建全国文明城市贡献青春力量作为己任。

镇敬老院创办至今将有二十年，有了一支较强经验的管理机构和有一支较有经验的护理人员队伍，镇政府投资200万元基础设施。敬老院将住房规范、服务特色化、厨房标准化、环境花园化作为标准。房间有二人、三人、四人，全天24小时护理，间间有卫生设施，食堂饮食生熟分开，专烧特具病号饭。

在阿姨的带领下，我和同学前往一个房间慰问代养老人。起初在老人面前我们还有些拘谨，但老人们的生活热情欢迎感染了我们。平时娇生惯养的我们，走出校园来到社会，走进老人。把老人当作朋友一样聊天，帮他们整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，让这些在孤独中生活着的老人又一次露出了开心的笑容。

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。

平时娇生惯养的我们，走出校园来到社会，走进老人。把老人当作朋友一样聊天，听老人们的事迹是如此的着迷，更让人感到高兴的是，居然有的同学主动跑到外面小卖部买东西给老人。我们来的时候已经准备了点水果，点心，还有月饼。可远远不够，那些学生用自己平时的零花钱给老人们买吃的。这一幕深深印在我心里。我们一行人从早上到中午12点，走了部分老人房间。慰问了老人们。到了老人吃饭的时间，大家就跟着负责分饭的管理员一起一边慰问一边帮助老人们进行就餐。有的老人就餐很不方便，一定需要一边喂才行。这时大家早已没有先前的拘谨同学们都争着给老人喂饭，虽然动作显的笨拙。可一见到老人的笑脸大家就笑的很开心。感觉像一家人似的其乐融融。下午1点多，等我们吃完饭，一般这时老人们都出来散步和锻炼身体了。敬老院有个很大的院子，里面有很多锻炼身体用的运动器械。有相当多的老人们在散步和锻炼身体，看见我们来了，就和我们一起玩些小游戏。通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。

老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。走出校园来到社会，走进老人。把老人当作朋友一样聊天，帮他们整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，让这些在孤独中生活着的老人又一次露出了开心的笑容。

通过这次跟老人家的聊天，是我们明白的很多，明白到他们

过去的经历，明白他们的辛劳，明白他们对他们儿女的记盼，更明白他们对我们的希望，敬老院的1楼住的老人大多是行动较为不便的。2楼的老人有相当部分是刚住进来没一年的。我们上了2楼，发现有些老人在和他们的子女聊天，有的老人在下象棋。大概一个小时之后，我们用轮椅把老人家带到阴凉的地方集中。我们给老人家表演一些小节目，度过愉快而又难忘的第一天，最后接近11点时我们以《感恩的心》大合唱作为节目的压轴结束了所有的节目。

这天一早，我们小队一行五人就带着精心制作的心理健康知识宣传页和海报赶到敬老院，那里的爷爷奶奶们见到我们很高兴，对我们要讲解的心理保健知识更是充满好奇。我们紧张的情绪立刻消退了很多，并且都鼓足了信心。活动伊始，我们搀扶着一些行动不便的老人进入活动室里，我们递给他们早就准备好的纯净水，可那些爷爷奶奶们却关切的把水给我们喝，甚是亲切。之后，由团队里的一位同学给他们讲解心理保健知识，爷爷奶奶们不住地点头，露出肯定和赞许的神色。爷爷奶奶们听完后，也亲切的告诉我们，你们学生也得注意健康，好好学习为社会做贡献。还有一位很健谈的爷爷，亲切地给我们讲述他们那个年代上学的情况以及他的亲戚家上师范大学的孩子的一些情况。最后，我们给在场的每位爷爷奶奶单独拍照，并答应他们等我们把照片洗出来之后，带着照片再来看望他们，他们连连点头期待。

实践已经过去几天了，可每每想起老人的面庞，我总是动容且想念。这些曾经也一样年轻过且贡献了一生的人逐渐老去，他们确实需要我们更多的关注和爱护。我忽然意识到自己身上的担子，我们长大了，肩上有了更多的责任。这次社会实践让我懂了很多，社会上有很多需要我们关爱的人群，我们应该献出一点爱，尽我们所能去帮助他们，关心他们，这样的社会一定会和谐。伸出你的手，让我们手拉手，肩并肩，献出一份爱，给需要的人带去一份关怀。

多彩的大学生活画卷向我们展开，林林总总、层出不穷的社



团活动呈现出热火朝天、一派繁忙的景象。社团活动日益蓬勃，功能日渐彰显，已成为构建校园文化的主力，解读校园文化的向导。社团能让同学间的感情更为深厚，沟通更为顺畅，人与人之间的友谊更为纯化，也让我们体会到什么是真正的大学，感受到大学生活的丰富多彩。若干年后，这样的感受会更加强烈，更加回味无穷，更加令人难以忘怀。在绚丽多姿、五彩缤纷的大学生活里，悠悠万事，唯有和社团的同伴相聚于茶馆的高谈阔论最为畅快，最为舒心，这样的经历虽微不足道，却能成为人生最美好的记忆。而“恰同学少年，风华正茂；书生意气，挥斥方遒”的体验，则更是不可多得的精神财富。

通过学校假期组织的活动，我们深刻的懂得了，社团活动使青年学生的人生态度更加积极向上，大学生通过参加马列主义小组的学习，不断提高思想觉悟，逐步树立科学的世界观和人生观，逐步树立为人民服务的思想意识，将自己个人的理想和追求与时代的发展和人民的需要结合起来。参加“青年志愿者协会”等公益组织的活动，通过走入社区、乡村、孤儿院、敬老院等地为他人服务，为社会无私奉献，经受社会实践的锻炼，可以使学生树立起无私奉献的价值观和世界观，树立起艰苦奋斗的精神和为人民服务的思想。使大学生的人生态度更加积极向上。

社会活动同时也会给我们带来许多好处，首先，大学生的社团活动集知识性、趣味性于一体，适合青年学生思维活跃、接受信息快、可塑性强的特点，容易被学生所接受，有利于形成向心力、凝聚力，在社团内形成了团结互助、平等友爱、共同前进的人际关系，潜移默化地使大学生的集体主义观念得以增强。社团的荣辱与共与每位成员休戚相关，人人希望社团发展壮大，人人都关心社团的各项事物，逐步培育了每个成员的责任意识。

其次可以通过社会活动使大学生中蕴含着巨大的创新潜能，特别是理工科院校的大学生，他们根据自己所学专业以及自

身的兴趣爱好，成立了许多科研类社团组织，将具有发明创造潜质的人相聚在一起，共同进行研究创造。社团组织真正成为大学生开发潜质，展示自我的舞台。大学校园里学生们的发明创造方兴未艾，如雨后春笋般涌现。

还能够更有效地提高了素质，陶冶了情操，大学校园里，思想理论类、文学艺术类、体育健身类社团的大量涌现，使更多青年学生的理论水平、思想觉悟、文学艺术修养、身体素质等将会有较大提高。通过参加这样的社团活动，不仅使参加者学到了知识，锻炼了才能，掌握了本领，还在不知不觉、潜移默化中，使大学生的素质得到了提高，增强了大学生自身的修养，陶冶了情操，提高了觉悟。

我们在今后的假期生活中应该多多参加这些类似去敬老院，孤儿院，等有意义的场所，这样的活动有利于提高了大学生适应社会的能力，大学生在假期、周末、课余时间，放下课本，参加社团活动，广泛接触社会，与各种人交往，学到许多在课堂上难以学到的东西，使自己更了解社会、融入社会，克服“书生气十足”、看问题天真幼稚的作风，使自己思想意识接近社会现实。社会实践类社团、志愿者类社团，使学生走出校门，走向社会，深入农村，深入企业，关心社会“弱势群体”，广泛深入地了解社会，与方方面面的交往，积极进行实习、实践活动，培育了大学生适应社会的能力与素质。

提高了大学生人际交往的能力，大学生的人际交往中，除同宿舍、同班级外，人际交往比较密切的就是社团里的同伴们，而同宿舍都是同性别，同班同学也未必如社团同学这般了解，这般熟悉，这般无拘无束。在共同的爱好、共同的特长、共同的策划、研究与拼搏中，共同享受着成功的乐趣、失败的痛楚。同伴间有着共同的喜怒哀乐痛，共同的酸甜苦辣咸，因此，所结下的友谊也最为真挚。社团活动有时要与社会各种各样的人打交道，使青年学生的交际能力大为提高。青年学生的个性得以发展，个性为心理学的概念，指个人稳定的

心理品质，包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。个性倾向性包括人的需要、动机、兴趣、信念等，决定着人对现实的态度、趋向和选择；个性心理特征包括人的能力、气质和性格，决定着人的行为方式上的个人特征。每位大学生的需要、动机和兴趣、信念是不同的，所以大学生的个性发展是不同的，应因材施教。因种种条件的限制，大学的课堂教育仅仅解决了大学生的共性培养问题，要做到完全对个性的培养尚存较大差距。社团活动无疑在解决个性培养上发挥着重要作用。这次社会实践让我懂了很多，社会上有很多需要我们关爱的人群，我们应该献出一点爱，尽我们所能去帮助他们，关心他们，这样的社会一定会和谐。伸出你的手，让我们手拉手，肩并肩，献出一份爱，给需要的人带去一份关怀吧！