

# 中学生社会实践活动心得(优质5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。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。

## 中学生社会实践活动心得篇一

回到家的前两天，我顾不上好好休息，把家里从里到外地打扫整理了一遍，紧接着就开始我的辅导生涯了。

我把他们的寒假作业本看了一遍，心理大概先有个底。我发现，他们现在的寒假作业与我当时的寒假作业没多大的变化。自己以前做过的作业，现在只是要帮他们再稍微辅导一下而已，这让我对自己更有信心了，加油！

我把两个人安排在一起做作业，这样就可以节约点时间，而且气氛不会太闷。当然着并不是一件容易的事。玩，是小孩子的天性。这种天性是不会随意旧能被抑制的。于是，我只好拿出“师严”，再用老爸老妈的旨意来压他们。威逼利诱之下，他们也只好乖乖就范了。

在辅导过程中，我着重采用了“启发”式辅导。所谓“启发”式辅导，就是当他们在做语文是，遇到不懂的绳子，或者是忘记了字的写法，我便会跟他们说一个相似的字，让他们对着一个相似的字进行“包装改换”。例如去掉该字的偏旁，换上另一个部首，是其字改头换面，成为正确答案。我认为这种方法有利于让他们不仅能够认识到更多的字词，也能对学过的知识进行巩固。采用联想记忆法，辨别相同点与不同点；把两个不同的字或词联系起来，这样就不容易忘记了。同时，还能够引发他们通过自我思考来获得正确的答案，一

举两得。

在教他们做数学的时候，我采用“先总后分”方法。我先帮他们分析解题思路，逐点突破。然后我再让他们自己想一遍以及作出答案。当遇到类似的提是，我会让他们重温之前浆果的习题，理清思路，慢慢做。这种情况在做应用题，特别是解方程是经常碰到。不，我这也算是给自己作复习。因为，刚碰到题时，觉得很面熟，但有时竟也要想很久。有些甚至要向同许业求救，感觉自己挺失败的，都怪自己当初没有好好地听课。以后啊，我可不敢再马虎行事了。

辅导英语的时候就好办多了，毕竟这是自己的专业。而且，他们两个英语都学得不错。但我发现，年纪较小的那一个基本功打得还不够牢。我着重纠正他们的一些发音，并教他们一些背诵的技巧。我让他们对于需要背诵的短文要多读，所谓熟能生巧嘛！接着在短文意思弄清了的的基础上，在一句句翻译过来，用中文背英文，毕竟中文我们更熟悉。

寒假即将结束，我的家教任务也就到此为止了。这次家教活动中，我也学到了不少。最大的收获就是耐性。未来要走的路还很长，要想实现理想，那就让我们继续奋斗吧！加油！

□2□

寒假既是大家放松的时候，走亲戚、着新衣、领压岁钱；同时寒假也是自我学习，增长见识的最佳时机。精品学习网初中频道为大家准备了寒假社会实践活动总结，希望能够切实的帮助大家！

一、活动目的：

走向社会、接触社会、了解社会、学会做人、学会做事，增强社会责任感，培养并提高社会交往、组织管理、分析思考、实践创新能力。

## 二、活动主题：

深入社会、了解社会、增强社会责任感，尽情展示“辽油一高”的风采。

走进社区，开展社区服务活动，自主参加社会公益活动，进一步培养和提高“自我管理、自我教育、自我服务”能力。

## 三、活动时间：寒假。

## 四、活动内容：

2. 清理社区内墙面上张贴的广告；

3. 为社区居民分发报纸；

4. 服务孤老, 为社区孤寡老人做家务事；

5. 收集社区废品卖掉处理, 将挣的钱用于社区公共建设. , 为社区买几盆花。

6. 开展绿色环保活动。在社区开展节约用水、保护水资源的宣传活动；开展本地区水资源状况的调查及提出改善的建议；对本地区水环境污染的调查、分析和建议等。

7. 开展读书学习互助活动，帮助和指导社区内的小学生开展读书学习。

## 五、活动心得：

通过服务社区的活动，使我熟悉社区在地理环境、人文景观、物产特色、民间风俗等方面的特点，继而萌生亲切感、自豪感，并懂得爱惜、保护它们；留意社区中人们关注、谈论的问题，并能学会综合而灵活地运用自己的知识加以解决，从而掌握基本的服务社区的本领，形成建立良好生活环境的情感

和态度；在服务的过程中学会交往、合作，懂得理解和尊重，形成团队意识和归属感，增强服务意识和责任感。自觉地从身边小事开始，关注周围、社区、国家乃至世界性的环境问题，并养成随时随地保护环境的意识和习惯。

### □3□

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为21世纪中学生，有着较高的文化素质，应当积极参加劳动。于是，在初中生活的最后一个寒假，我们九(2)班的集体团员们进行了社会实践活动。

我们在社区里清扫垃圾，发送宣传单，希望这些微不足道的举动能增强人们的一点环保意识。天早早的，我们几个团员就集合到了一起。一切准备就绪后，我们分组进行实践活动。我们一边捡街道上的垃圾，一边给路人发自己印的宣传单，虽然有些行人接过宣传单之后就丢在了地上，但是我们毫不气馁，把它们一张张的捡起来，然后追上丢弃它的行人，告诉他们说：“这是有关环保的宣传单，希望您能认真地看一下，为保护环境献一份力，谢谢！”听了我们的话后，他们都欣然接受了。这是我们倍感信心，更加努力的进行社会实践活动。

我们的举动迎来了许多行人们的赞扬。就比如说，我们在街道上捡垃圾时，道路的清洁工人看见我们在帮他们的忙，就微笑的直夸我们懂事，说我们是学校里的榜样。听了他们的赞扬，团员们就有了动力，继续埋头苦干。

很快，天就黑了下來。我们的社会实践活动就结束了。在大家的欢笑声中，我们宣告这次活动圆满完成。从这次活动中，我也懂得了许多。

张瑞敏曾说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”劳动改造人。通过这次社区服

务劳动，我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了，改变自己。劳动中，我知道了许多自己的不足之处。

我感触深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。工作也一样“一分耕耘，一分收获。”

## 中学生社会实践活动心得篇二

中学生利用暑假参加社会实践活动，，本文是中学生暑假社会实践活动的心得体会□

暑假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓张，今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声“张奶奶！”她也开心地应了一声。

张奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说“不用了！”是啊！我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。

然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还

依依不舍的抓住了我们的手说：“你们以后一定还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！

可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧！

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞！

这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了。实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

虽然实践的一星期并不能算得上是酷暑，可以说是比较幸运，可以在屋子里工作，但屋内烘热的空气有时还是会把自己弄得喘不过起来，一活动起来很快便会汗流浹背的，一会衣服就湿透了，才干了一天，就已经腰酸背痛，甚至有第二天不想干的想法。但我很快发现自己的想法是不正确的，虽然累，但我始终都牢记着这次实践的目的，再累也应该坚持。因为我知道这就是考验，只有在这种环境中才能看出一个人的毅力水平。想到这些我就会觉得自己浑身又充满了力量，在接下来的几天中那种想放弃的想法就很少出现了，当时就觉得充满精力充满奋斗精神能够坚持才是一个中学生应该具有的素质。

在这短短的几天中我碰过壁，流过汗，但我却成长了。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，我们更多的了解了社会，我们的这些体验不仅为我们的现在提供了可供借鉴的知识，更为我们在

将来激烈的竞争中赢得一席之地打下了基础。希望以后还会有这样的机会，让我在实践中得到锻炼。七天，对于人生而言或许并不算太长的时间，但在这七天中我却得到了人生最宝贵的经验，这几天将使我人生中最宝贵的回忆。

这些天来，虽然付出了很多汗水，也感觉很累，但从这次实践中我的意志力得到磨练。我慢慢的开始明白为什么大家都希望我们能更多的参加社会实践，我们也真忠告受到科学技术是第一生产力的真正涵义。

这次实践是一次经历，是一次挑战，更是一笔财富！值得我永远牢记

随着放假的到来，我校的社会实践活动也拉开了帷幕。今年我们数学系依旧到新乡市中心血站的无偿献血车上为那些无偿献血的各阶层人们服务。

通过两天的自愿服务，我对那些前来献血的人们真的是刮目相看。他(她)们朴实的言语，实际的行动感动了我。他(她)们中有日出而作，日落而息的农民；有上班一族的市民；也有像我们这样朝气蓬勃的学生；还有穿着一身警服的警察叔叔。他(她)们积极踊跃、热情澎湃的程度完全出乎我的意料，尤其是农民，更让我从心底萌生一种钦佩之情。

第一天我们的目的地是小店乡，车刚停下来就有人上来，我们就给他发了检查表，并给他讲解怎样填写。随后来献血的人络绎不绝，整个上午就这样在忙碌中度过了。印象最深的是位中年叔叔，当我们结束时他恰巧赶来。采血人员说：“不好意思，今天停采了。”他便愁眉紧锁，好是伤心，硬是坐到沙发上说：“我今天跑了三十里地，就是为了献血，今天要不让我献，我就不走了。”当时我们都哭笑不得。叔叔的精神是多么高尚啊，无常献血，什么也不为，为的是献出自己的一点爱心，拯救垂危的病人吧，这也许是叔叔最简单但是最崇高的心愿吧！

第二天我们来到了延津县的一个集贸市场，车刚停下来，人们都挤着要献血。在炎炎夏日里，街道边排起了献血的长龙，他(她)们来自不同的家庭，不同的村庄但却有着共同的目的——献血。记得检查表上有一项说是近一年内是否注射疫苗，当时有位叔叔说：“我注射了甲型h1n1疫苗，还能献吗？”这么专业的问题只好让他问车上的医生。可是人山人海的，哪能挤上车啊。但是那叔叔却拿着检查表硬是等到最后，听到“不好意思，先不要献了，再停一段时间吧”之后才失望的离去。

每次拥挤的画面，每个失望的面孔都在我脑海里盘旋。让我深深的感受到不仅新中国的经济有着突飞猛进的发展，而且教育事业也是蒸蒸日上啊。从一件小小的鲜血之事，便可以看出中国人民的素质在提高，品味在提升！

通过这次实践活动，我们这些“一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事”的大学生接触到了，了解到了平日里最熟悉却又最陌生的社会，为我们将来走向社会做了个学前教育，受益匪浅！

### 中学生社会实践活动心得篇三

到的各种情况和各种问题至今仍不断在我的脑海中浮现，社会实践给我提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

这短暂而又充实的实践过程，我认为这对我走向社会起到了一个至关重要的作用，一个桥梁的作用，一个过渡的作用，是我人生中一段非常重要的经历，我从中收获了很多，吸取了无数的经验，我相信这对我将来很有帮助。这两天时间虽短，但我所学到的经验和知识却是我人生中的一笔宝贵财富。对于自己这样一个即将也算是已经步入社会的人来说，需要学习的东西还有很多很多，而这次实践活动就是我最好的老师，我可以向他学习很多知识、道理，为以后的道路打下基



蠢我记得有老师说过：“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。”这两天的社会实践让我彻彻底底明白了这句话的意思。

那两天，我和同学约好去一家药店。时间是在八点钟，于是我便订好了七点的闹钟，醒来看看时间还早，再睡一会儿吧，一不小心，就睡到了九点半，醒来后，立马从床上蹦了起来，打开手机一看，我的同学九点才到实践单位，已经完成了大半工作，剩下的就交给我了。我马不停蹄的跑到实践单位，开始我的工作。

首先，药店的老板叫我们整理出那些过期时间在20\_\_年\_\_月之前的药品，便给我们分配了几个柜子。

开始工作！

首先，我选择从上到下，从左到右整理药品。一轮整理下来，我发现，一些瓶装药品的保质期都在盒子底部或者顶部，其他药品的保质期有点难找，但大部分都在比较小的一个面上，偶尔会有印在大面上的。有时候，药品摆放虽然看起来整齐，但有的药是倒置的或者是反的放的，这样一来又增加了整理难度。于是，我在心中制定了一套效率较高的方法：首先，从上到下，从左到右整理药品。然后，把药品摆放整齐。最后，检查保质期。这样下来，效率确实提高了不少。有些药品放在很低的地方，必须得蹲下去才好检查，空间又十分狭小，而且还两个人，导致效率降低了不少。检查完毕，站起来那一瞬间，感觉整个身子都散架了似的。不过很快我完成了我的工作。

好好享受了一顿午饭。

艰辛知人生，实践长才干！

## 中学生社会实践活动心得篇四

时间过得真快，寒假就快结束了，怪不得人家说人生如梦。这一个寒假，我还是宝刀依旧，干起了老本行-----家教。辅导对象，当然是那两个淘气包了---我的小弟们。

说干就干，其实早在放假之前，我就已经打好计划了。我把辅导重点放在他们的寒假作业上。所以，我的工作就是帮他们顺利完成老师交代的寒假作业。

回到家的前两天，我顾不上好好休息，把家里从里到外地打扫整理了一遍，紧接着就开始我的.辅导生涯了。

我把他们的寒假作业本看了一遍，心理大概先有个底。我发现，他们现在的寒假作业与我当时的寒假作业没多大的变化。自己以前做过的作业，现在只是要帮他们再稍微辅导一下而已，这让我对自己更有信心了，加油！

我把两个人安排在一起做作业，这样就可以节约点时间，而且气氛不会太闷。当然着并不是一件容易的事。玩，是小孩子的天性。这种天性是不会随意旧能被抑制的。于是，我只好拿出“师严”，再用老爸老妈的旨意来压他们。威逼利诱之下，他们也只好乖乖就范了。

在辅导过程中，我着重采用了“启发”式辅导。所谓“启发”式辅导，就是当他们在做语文是，遇到不懂的绳子，或者是忘记了字的写法，我便会跟他们说一个相似的字，让他们对着一个相似的字进行“包装改换”。例如去掉该字的偏旁，换上另一个部首，是其字改头换面，成为正确答案。我认为这种方法有利于让他们不仅能够认识到更多的字词，也能对学过的知识进行巩固。采用联想记忆法，辨别相同点与不同点;把两个不同的字或词联系起来，这样就不容易忘记了。同时，还能够引发他们通过自我思考来获得正确的答案，一举两得。

在教他们做数学的时候，我采用“先总后分”方法。我先帮他们分析解题思路，逐点突破。然后我再让他们自己想一遍以及作出答案。当遇到类似的提是，我会让他们重温之前浆果的习题，理清思路，慢慢做。这种情况在做应用题，特别是解方程是经常碰到。不，我这也算是给自己作复习。因为，刚碰到题时，觉得很面熟，但有时竟也要想很久。有些甚至要向同许业求救，感觉自己挺失败的，都怪自己当初没有好好地听课。以后啊，我可不敢再马虎行事了。

辅导英语的时候就好办多了，毕竟这是自己的专业。而且，他们两个英语都学得不错。但我发现，年纪较小的那一个基本功打得还不够牢。我着重纠正他们的一些发音，并教他们一些背诵的技巧。我让他们对于需要背诵的短文要多读，所谓熟能生巧嘛！接着在短文意思弄清了的的基础上，在一句句翻译过来，用中文背英文，毕竟中文我们更熟悉。

寒假即将结束，我的家教任务也就到此为止了。这次家教活动中，我也学到了不少。最大的收获就是耐性。未来要走的路还很长，要想实现理想，那就让我们继续奋斗吧！加油！！！！！！

相关精彩文章推荐：

1. 学生社会实践报告3000字
2. 大学生爱心社会实践活动报告
3. 2015大学生图书馆社会实践报告
4. 2015大学生公益活动社会实践报告
5. 社区社会实践报告3000字

6. 大学生假期社会实践报告3000字
7. 大学生暑假社会实践报告5000字
8. 文案策划社会实践报告范文2015
9. 暑期社会实践报告

## 中学生社会实践活动心得篇五

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，我们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。

第一次参加社会实践，我明白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。不同的时间的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟！

我们班同学有在餐厅里打工，他告诉我们在餐厅工作时，别人

一眼就能认出他是一名正在读书的学生, 他问他们为什么, 他们总说从他的脸上就能看出来, 呵呵, 也许没有经历过社会的人都有像他这种不知名遭遇吧! 他并没有因为在他们面前没有经验而退后, 他相信他也能做的像他们一样好. 他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, 但热情而年轻的他并没有丝毫的感到过累, 并且觉得这是一种激励, 明白了人生, 感悟了生活, 接簇了社会, 了解了未来. 在餐厅里虽然他是以传菜为主, 但他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, 不一定有人会告诉我们这些, 我们必须自觉的去做, 而且要尽自己的努力做到最好。

还有个同学去自家一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货, 在其中他也是收获颇多, 认识到实践不仅增加了他的社会经验, 提高实践能力, 还丰富了他的假期生活, 看着他满脸的自豪, 我们大家真为他高兴!