

# 最新参加社会实践活动有感(优秀7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 参加社会实践活动有感篇一

实践，就是把所学的理论知识，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，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，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。

做饭，虽说用不到什么理论知识，但它确确实实是一种实践，一种社会实践。因为这是一个合格的中华人民共和国公民步入社会所必须掌握的技能。

虽然实践的这几天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。

- 袁蕾

## 中学生寒假社会实践活动心得体会

寒假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并

不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞。

加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道，但他们还是那么做了。看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？他们肯定知道。我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。我用铲子把他们刮下来，好累哦！真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛苦。学校让我们做这个活动的原因，也是为了让更多的我们接触生活，在生活中体会到一些东西。做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。在做这个活动的过程中，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。我们现在的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的精神有好处，以后能在社会上更好的立足。平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果不加

强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。

在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛苦和艰辛。每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。我们周边的环境是美丽的，如果不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们唯一赖以生存的地方，我们应该加以保护。

通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发现很多的小问题。学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发现一些问题。没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。

希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

— 杜俐

## 中学生寒假社会实践活动心得体会

中学生通过开展丰富多彩的社会实践活动，可以逐步了解社会，开阔视野，增长才干，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。这也在无形中使我们对自己有一个正确的定位，增强了自身努力学习的信心和毅力。使我们自己提早走进社会、认识社会、适应社会。

在整个暑期实践中，自己能够不怕苦不怕累，勤奋工作，尽力、认真完成自己的任务；能够积极进行有关方面的自学并积极向别人请教学习；能够热心帮助不同小组去完成他们的任务；能够积极思考并提出自己的建议看法等等；与此同时也发现自己的知识面不够广，还有很多方面需要广泛的学习；自己有时做事还缺少一点耐性和细心。从这次实践中也有不少的收获和心得体会，以下就来分享一下。

## 一、我们需要坚持团队精神打造奇迹。

这次实践，我想我们其中每一个成员都清楚这一点——我们是一个从开始各不相识，为了共同的目标聚在一起，去完成一项共同任务的团队，只有大家都做好，才能收到预期的效果。而且这样的组队方式可以锻炼与人合作的能力。在等我们组员来的时候，我自己心里一直都想如果再有会，无论有多么艰苦，我仍相信团队。

## 二、全心全意地投入自己选择所要做的事，尊重选择。

## 三、既要相信自己，又要相信他人。

我们都知道，天下没有免费的午餐，守株能待兔最终会遭到失败，只有全心投入，才能有真切的感受。最令我难忘的是在调查过程中请人帮忙填问卷的情境：很多时候两个多钟的时间只做了10来20张的问卷！填一张最多只要5分钟而已！其实也有原因的，主要是不相信，被问人不相信这些，所以拒绝；有时候是我们自己不相信自己，不敢随便问人，因为自己怕被拒绝以及听到一些难听的话语，所以不停寻找一些少拒绝的对象。后来问着问着，可能问多啦，胆子也大了，也可能觉得被拒绝也没有什么，可以再来的，就没有那么多的顾虑了，放开胆子去请他们帮我做调查，被拒绝了，还带微笑说：“没有所谓，谢谢”，情况也便逐渐好多了，自己从中也锻炼了口才。现在再想一想，其实只要正确地看待被拒绝，机会可以自己创造。我们应该懂得相信自己，也懂得相信别人。

## — 马骥

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的'团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终只有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。

其实。平时我也是一个容易动摇不定的人，不过这次和学长们一起合作，机会难得，我坚持了下来。我知道要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了好几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，形成了问卷调查。其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，不过当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。所以从这一过程中我知道做什么事都得认真对待，认真考虑。

差不多七月六号我们就开始行动了。来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还希望我们能够给上级领导传达相关问题。接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。小孩老人都那么让人容易亲近。不过我也遇到了不理我的情况，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，不过我还是走开了，自讨没趣。其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。可能是别人正忙或心情不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。对比整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们可以遇到形形色色的人，此时我们更应该学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备医疗卫生知识抢答晚会，组长让我做主

持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也积极踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还积极参加关注农村，关注人民的健康的签名活动。对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。第二，增强了我的自信心，让我觉得自己只要好好准备了，一定能把事情做好。再次也让我发现了自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应场能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应了过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。最后我们还帮园林社区做了一个安全感方面的问卷调查。圆满地完成了任务。

通过本次社会实践活动，我得到了很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，

学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说了。他们充实着我，增强了我的自信心。

本次活动收获不少，在学习，工作，人际关系等各个方面，让我结识了更多的朋友，满怀信心地走进这个社会。

今天我可算是上了一堂社会实践课了。妈妈不知是闲着无事，还是心血来潮，竟想让我陪她去银行，还说可以让我认识一下社会，开一开眼界。我还没仔细想好，她就把我推出门去，

然后拉上车去动作很快让我觉得又好气又好笑，无缘无故让我去银行？不过这次去银行收获还真不小理！走进银行，真的好安静啊，稀稀疏疏几个人坐在椅子上，还有一两个人站在柜子旁写着什么，第一次来我对什么都觉得新鲜，妈妈走向了一台机器，我急忙跟上去，妈妈对我说。这是一台排号机，她一本正经地按了一下屏幕，下面出来一张小票，上面写着2015，我刚想问这是什么，机器就大喊：2015号，请到四号柜台现在我总算明白了，2015原来是一个号码。

我目不转睛的盯着妈妈办完了存折手续，然后，便跟妈妈来到了一台自动取款机前面。妈妈操作了一便，取款机就吐出五张一百元的钞票来。接着妈妈又插了一张卡进去，叫我也来试一试，我模仿着妈妈，仔细的操作着，妈妈则以边指导一边讲解，所以，我很快就也成功地取出了五百元。

这堂社会课上得可真不错呀！我不仅知道了怎么办存折，还知道了如何用自动去款机取钱，也让我大开了眼界。

今天我们学校举行了一次社会实践活动一路上同学们都很高兴。到了神秘岛我们就迫不及待地跨进了大门。

首先我们来到了青蛙跳跳跳的游戏点。看到别的小朋友坐在上面，一会上，一会下，还不时发出尖叫声！心想：这个游戏真刺激呀！排了许久的队，终于轮到我們了。刚一系好安全带，我心里别提有多紧张了。随着音乐我们就慢慢地升到了顶端，向下一看，哇真美啊！这一块粉，那一块黄，真是多姿多彩，美不胜收啊！忽然我们从空中唰的落了下来，我感觉自己像飞起了一样轻飘飘的，心好像也快要跳出来了。有的同学却说：我还没看够呢，怎么落下来了。这只青蛙见我们没全被它吓着，于是又一上一下地来回循环了几次。刚开始我有些害怕，可后来因为循环的次数多了，我也就不怎么害怕了。我环顾了同学们那一张张恐惧的面孔，听着同学们那一声声撕心裂肺的叫声，就再一次深切的感受到了青蛙跳跳跳的刺激了。后来我们还玩了：碰碰车、旋转木马、互



动电影、海盗船、小火车和小飞机等新鲜刺激的东西。

时间过得真快呀！不知不觉已经两点三十分，我们恋恋不舍地离开了神秘岛。我想学校组织我们去社会实践活动并不仅仅只是让我们去游玩，而是希望可以通过社会实践活动来开阔我们的视野，丰富我们的知识，锻炼我们的意志，促进同学与同学之间友谊，真是一举四得啊！

通过这次寒假的社会实践活动，我得到了很大的收获。

### 1、 要有一颗感恩的心。

这次寒假，我帮爸爸、妈妈做了许多家务事，有扫地、选菜、端碗、倒垃圾...虽然事情很小，但从这些琐碎的事情我体会到了爸爸妈妈平时是多么的辛苦。以后，我一定要努力学习，好好的孝敬他们。

### 2、 帮助别人是一件很快乐的事情。

当别人有困难时，我们应该立即帮助他们，甚至是素不相识的人。在春节时我帮助门卫伯伯打扫院子里的落叶时，心里甜蜜蜜的。也感觉到在帮助别人的同时，自己也会有一种特别踏实的感觉。

### 3、 读书真好。

我记得高尔基曾经说过一句名言当饥饿的人扑在面包上，就像我扑在书本上。我终于理解这句话的意思，从书中可以学到丰富的知识。我今后一定要养成读书的好习惯。

### 4、 多动手、多动脑。

通过一些小制作小发明，使我的手变的更灵活，同时也锻炼了我的手工能力。使我的头脑变得更聪明。

## 大学生暑期社会调研实践项目之湘江水质分析

实践项目内容简介：请控制在500字以内，超出500字部分将不被系统记录

实践项目目的及意义：请控制在300字以内，超出300字部分将不被系统记录 通过对湘江水质的调研分析，探讨湘江水环境现状及影响、恶化原因及治理对策。调查民众对湘江水环境状况、政府治理工作的关注度、了解与认可度；同时通过社会实践，提高参与学生的社会责任感和环保责任感，培养学生专业思想、专业知识、社会实践综合能力。同时也为水环境主管部门治理湘江水环境提供参考，通过现场及媒体宣传，进一步提高社会对水环境的认识和重视，引导民众自觉参与水环境保护和监督，促进水环境综合治理健康发展。

- 1、制作视频，生动形象地展示调研成果。
- 2、通过实地采样，问卷调查、图片等原始资料，以科学的方法进行整理、推理得出我们水质分析结果，并撰写调查报告书。
- 3、根据相关环保知识，结合调研成果，制作水资源保护宣传的册子。
- 4、通过调研分析污染的问题和原因，以书信的形式向长沙环保局提出合理的建议和措施。
- 5、将调研成果写成文章投至报社，借媒体的力量，呼吁社会关注湘江，共同保护母亲河。
- 6、举行调研报告会，团队成员总结分享心得体会。

实践项目成果报告形式：请控制在200字以内部分将不被系统记录 调查报告书的形式

一、前言：介绍湘江水质社会实践调研的背景

二、调研目的及意义：锻炼在校学生的实践能力，培养理工人的环保意识，提升大学生的社会责任感，展现当代青年的精神风貌。

五、调研心得

六、附件调查问卷等

出生年月：1964年6月

主要研究方向：能源材料物理化学，电化学合成，化学净水

社会实践心得体会

这个暑假我们班做了有关“广场舞对南京大妈们文化生活的影  
响有多远”的社会实践项

目，炎炎夏日，我们不怕毒太阳的照射，充满激情的踏上了实践的征程。我们8月25号到27号分别在托乐嘉，雨花台烈士陵园及周边小区，天印广场进行了调研。我们一个团队一起起早贪黑一同完成我们的任务，没有人抱怨，每一次的挫折都会让我们互相鼓励更加团结，有一个同学身体不适还是坚持一起去了调研，团队中永远团结最重要，而最欣慰的是在每一次的活动中确实在这样演绎。

这三天我发现社会在不断给我们上课，问卷调查的过程中，人们拒绝的方式各有不同，有的是不愿意，有的是反感，在一次又一次的拒绝中难过，不过会立刻在队友的支持中好起来，不丢初心，这也是在锻炼自己的耐心。这三个地方环境不同，天印广场很空旷，空气新鲜，是跳广场舞是最佳地段，因而也是江宁区跳广场舞人数最多的地方。我们几个也欢乐的加入队伍中，跳了起来，很有意思，意犹未尽。托乐嘉跳

舞的地方很小，小到称不上广场，不过也阻挡不了大妈们对广场舞的热爱，每天准时开心的过来娱乐。广场舞确实对南京大妈的文化生活有很大的影响。

社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在实践中开拓了视野，增长了才干，大学生社会实践确实是一门必修课。当然在这次实践中的体会与感悟最珍贵，每一次的经历都在让我们的思想进步，成长，会终身受益。

## 参加社会实践活动有感篇二

我认为社会实践是一件很具意义的事情，在实习中能够学到书本上没有的知识，增加社会实践能力。

刚上大学，对大学充满了希望，但经过一个学期之后才发现大学其实靠的是自己的自觉，你可以整天睡觉，浑浑噩噩的过，到期末时在挣扎一下：你也可以在学习上，班级里，部门中充充实实地过，平时就一点一滴地积累知识，到期末也能轻松地考个好成绩，这的一切关键取决于你。现在一个月的暑假来了，记得高中的时候都是在家里帮忙干农活，不过也就两三天比较忙，其他时间都在家里无所事事，想要出去打工，父母不放心也就没去，不过现在已经二十几岁了，况且也是个大学生了，倘若还如此柔弱，如此不了解社会，以后怎么能步入社会呢？所以今年的暑假我要出去做几天的兼职，我要让今年的暑假过得有意义一些，让它成为我生命中值得回忆的一个暑假。

走进了大学，待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。所以今年暑假的兼职也能人啊个我积累一些经验，我想就这样一点一点地积累，总有一天我也会变得强大的。

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。暑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，我们加入了暑假社会实践活动。在暑假时，我去兼职了彩电临时促销员。

其实这是我上学期在学校经过面试，而且考核通过的兼职工作，而且是第二次到大型电器卖场帮促销员帮忙卖电视，经过上上次元旦时两天的经历，这一次已经不会那么不知所措了，面对各色各样的人群，面对不同心理的顾客，我要根据顾客看电视时的眼神、态度，来向他们介绍不同功能的彩电，这是一个锻炼。

之所以会选择兼职彩电视临促，是因为它能更全面的锻炼和提升自己的各方面的能力，不仅在胆量上，而且在与人沟通交流上，都可以得到很大的锻炼。对于下一个顾客，都是一个未知数，猜测不到，只能到他现在你面前的时候，你才能采取行动来应对，这样可以锻炼自己处理临时事情的能力，而且还提前感受到上司这个概念，在正促面前，真的有点害怕，其实也不太明白自己怕什么。

在兼职的这几天，每天都早起晚归的，早上七点就得离开温暖的被窝，洗漱和吃完早餐之后还要坐一小时的公交才能到达电视卖场，整天都要站着，知道晚上六点才能下班，尽管感觉很累，但也累得充实。

在兼职的时候遇到很多意想不到的事情。有时遇到比较痞的顾客，跟你开玩笑说“哦，电视啊，我家已经好几台了”，更有甚者说“我就不买这个品牌的电视”，第一次遇到这种情况跟生气，不过渐渐的就适应了，顾客是上帝！而且还提前领会到上司这个词，在正促面前，感觉怕怕的，也不知道自己干嘛害怕，应该是怕自己做不好吧，不过有过这次经历，最起码以后会比较从容一些，当顾客来到卖场后，我们临促要微笑地表示欢迎，然后就问顾客要多大的电视，液晶的，然后就马上向顾客介绍电视的各种功能，滔滔不绝，要让顾客一时反应不过来，给顾客留下电视的功能很多的印象，之后又向顾客讲了很多我们这个品牌的电视比其他品牌的电视强的功能，也就是独特之处。

对于这次的暑假实践，感觉很有收获，因为实践了，知道了也懂得了很多以前没接触过的事马克思主义哲学认为实践是人自觉改造客观世界，使外部对象发生某种改变的现实的物质性活动。实践是人的活动，而人是社会的人，处在一定的社会关系之中，因此，实践不是单个人孤立的行为，而是社会的活动。所以，实践作为物质世界长期发展的一个阶段，是在社会历史中不断发展演变的。实践的主体是人民群众。实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部分，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。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。

大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择；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。现在大学生社会实践是一种比较普遍的形式。很多学生利用业余时间到各地和很多行业去进行社会实践和社会考察，回校后进行认真的讨论总结，用他们自己的视角来理解社会，思考未来的人生道路。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工

作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

## 参加社会实践活动有感篇三

在这个炎炎夏日，我迎来了大学生涯的第一个暑假。这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是参加了xx举办的大学生暑期社会实践活动，这个活动为期xx天，在这xx天中，我过的十分充实。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xx手机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。既于同龄人有了学习上的交流，也对社会，对工作有了一定程度上的了解，真是受益匪浅。

通过这次的社会实践我了解到，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。

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、对社会有用的人才选择了法学为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。

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。

## 参加社会实践活动有感篇四

作为一名高中学生，暑假期间我对自己的学习也是非常上心的，我能够清楚的了解到自己缺乏什么样的锻炼，过去的一段时间中我也对自己很有信心，暑假期间我是去做了服务员，在酒店兼职，从来没有过这样的经历，虽然做的都是看上去比较简单的事情，但是做好这件工作还是不容易的，过去的一个月来我也有认真的思考自己各个方面的能力，对自身的打磨是比较多的，我从来都不会觉得自己有多么的优秀，我需要不断的强大自己，在这方面还是应该要有自己的态度的，我感激这次实践，让我学到了很多，也有一些心得。

这次暑假我是一个人去的xx酒店，我做好了很好准备，有很

多时候我都是保持着一个乐观态度，在这方面我认为我是做的很好的，作为一名高中学生我能够清楚的感受到这一点，高中阶段还是需要锻炼的自己抗压能力的，这次去实践也有一部分原因是因为这个，我现在也是想的非常的清楚，这次我学习到了很多，无论在社会生存能力上面，还是在为人处世上面，都有一定的收获，这是我认为自己这次暑假出来最大的收获，很多是在学校看不到的，也不会有这样的机会，但是我证明了自己的是可以的，我也一定会在以后的学习当中认真的去做好自己的本职工作，做一名优秀的高中学生。

做服务的工作的时候我和周围的同事相处的很好，我一直都认为有很多事情都需要保持一个好的态度，态度是非常重要的，在这次的实践当中我学习到了很多，我把细节上面的事情处理的很好，严格的搞好分内的事情，认真的保持一个好的心态，在这方面我还是有自己的判断的，我感激自己在工作当中遇到每一个问题，虽然在这次的实践当中每天的工作比较累，至少对我的来讲是比较幸苦的，我深刻的理解到了，在社会上面立足是一件多么不容易的事情，也深刻的体会到了赚钱的不容易，我需要有这样的一个心态。

在未来的学习当我一定会认真的搞好学习，做一名各个方面都优秀的学生，通过这次的社会实践，我感觉在学习当中我也有一些事情是需要端正好心态的，以后争取做一名游戏的学生，多多参与社会实践，锻炼自己的身心，非常感激这次的实践经历，我有了很多见识，也对自己的接下来有了一个规划。

## 参加社会实践活动有感篇五

有这样一群孩子，你是否曾经默默地关注过他们？他们有手有脚，却无法拥有很好的协调能力；他们天真善良，却一直被众人投向鄙弃的目光；他们渴望被人关注，却常不能直截了当地表达他们的情感。他们就是社会中最不起眼的那个团体智障儿童。他们是跌落在凡尘的折翼的天使，虽然想时时刻刻接

受到关爱，却一直遭到世人的排挤。

自从参加了文学院情暖朝阳心关注智障儿童的暑期社会实践活动之后，通过对阳光之家活动的计划、筹备，我对智障儿童有了更深一步的了解。这些孩子除了智力和普通的孩子有差距，生活可能不能自理之外，在身体的构造等方面，和我们相比并没有其他特别之处。所以，我们要学会亲近他们，了解他们。或许开始的时候会很难，因为智障的孩子有时候会很固执，对他们说道理又不起多大作用，所以只能用兴趣来激发他们和我们之间的交流。

以前听在阳光之家做志愿者的同学们说起过，要想和这些孩子做朋友，先要学会和他们交流。等到真正进入他们的内心世界，你会发现，他们心里也会有一个美好的世界，他们同样也会有喜怒哀乐的情绪的转变，也会和志愿者们一起玩耍、嬉闹。虽然他们的智力只有像幼儿园的孩子那样，但是他们脸上那种纯真无邪的笑容，在志愿者们离开时谢谢哥哥姐姐，哥哥姐姐多来看看我们的那种依依不舍真的会让人为之动容。

在这次情满朝阳心的暑期实践活动真正开始的时候，我希望可以尽我的绵薄之力为这群折翼的天使做的努力，希望可以使社会上的各界力量都关注到这一个亟需帮助的群体。他们和正常的孩子一样，都是祖国未来的花朵，我们应该给他们多一点儿关爱，多一点儿温暖。爱心应该是无私的，应该是无怨无悔的，曾有一位妇联主席这样说道。的确，我们作为当代的大学生，应该要有爱心，学会奉献，理解和支持关于智障儿童的事业，我们广大志愿者们要决心为这些天使们谋得一个更加美好的未来。或许这个梦想现在还离我们很遥远，但是只要我们心中有爱，这份伟大的事业必将愈走愈远，会有一个光明的未来！

## 参加社会实践活动有感篇六

这次社会实践的经历已经结束了，在暑假期间我学习到了很

多也让我在这过程当中积累了很多经验这一点是毋庸置疑的。作为一名大学生过去我也是缺少这方面的锻炼，现在给我感觉是很好的，我也希望能够在过程当中找到自己的方向热，在这个过程中我也是有非常多的收获，这次暑假在超市工作，我认为是让我很有感触的，经历了一个多月的时间，我感觉确实让我有了非常大的进步，也有了一些心得。

虽然每天的工作是比较忙的，一天下来基本都是站着的，这次在实践当中我是有很大的变化的，一开始我觉得很难，在收银的时候总是赶不过来非常不适应，这给了很大的压力，但是我还是一点点的克服了，把自己每天的工作完成的很好，在这个过程中自我还是比较有信心的也认真的做好了本职工作，在这样的环下下面我也是端正好了自己的态度，暑假期间一直都比较认真，我认为不是所有事情都应该这样去发挥，只有认真的搞好自己的本职工作才能在这样的环境下面成长进步，这段时间以来我也认真的做好了很多事情，在这方面我更应该有自己的态度，这次在超市工作我是非常认真的，因为一开始自己的效率比较慢，但是我还是有认真的在搞好自己的本职工作，我相信只有克服了这些才能够让自己得到进步，得到提高。

短短一个多月，我磨砺了自己很多，我认真的做好了本职工作，通过这样的方式积累了很多经验，在这一点上面还是应该要端正好心态的，这也让我也比较认真，暑假期间我认真的做好了很多事情，工作的时候积极，有什么事情都是第一时间去做好，这让我感觉非常的有意义，虽然现暑假结束了，但是我还是愿意去把这份工作做好端正好自己的心态在，大学期间缺少社会磨砺这也让我感觉自己还是有很多不足之处，还有很多需要去完善的地方，这这次事情给了我很多经验，我也一直都在努力的搞好分内的事情，以后一定多多的参加社会实践锻炼自己，这也让我对这份工作充满了信心我也一定会在以后的学习当中端正自己的心态，努力成为一名优秀大学生，这次实践丰富了我的阅历，我也在坚持做好自己的本职工作，让自己努力成为一名优秀的学生。

## 参加社会实践活动有感篇七

骄阳似火的七月，“三下乡”的钟声在我院已经敲响。为了帮助、引导广大青年学生进一步认真学习和践行科学发展观，使我院广大同学积极投身暑期“三下乡”社会实践活动，发挥专业优势和特长，在实践中受教育、长才干、做贡献，以实际行动为“构建和谐社会”奉献力量。经团省委和学校的统一安排，并根据校团委和院团委有关文件精神指示，我队立足实际，切入社会热点，组织了为期九日的“梦?飞扬”赴惠州市增光中学暑期社会实践服务队，我十分荣幸地成为为该队的一员，并担任宣传组负责人。这次09暑期三下乡活动使我有了一次验证自我的机会，使我无论在能力上或是在心灵上有了一次大的飞跃，也发现自身存在的不足。

为顺利完成此次暑期社会实践活动的任务，我们做了精心的准备。在课程的准备和活动的开展方面，我们与学校取得较好的沟通，了解到当地学生的迫切需要，并针对他们的特点开展特色的课程和活动，以此丰富他们的课余生活。

作为一名宣传组的负责人，我所担当的任务是总领此次三下乡活动的宣传工作。宣传，作为一项宣扬党和国家精神，以及华南师范大学学生风貌的途径，有着至关重要的作用。在本次暑期社会实践活动中，宣传组的工作紧紧围绕“庆贺共和国建立60周年”的主题，在增光中学及附近地区开展“深入践行科学发展观，共贺祖国60华诞”的宣传活动。宣扬科学发展观精神，社会主义新农村精神，新中国精神，通过一系列宣传活动，使精神深入人心，激发学生和当地村民的爱国主义精神和民族自豪感。在本次暑期社会实践活动中，我们深入当地农户，派发传单，宣传本次暑期社会实践活动，宣扬华师人的精神。在增光中学开展“深入践行科学发展观，共贺祖国60华诞”的游园活动，使学生能够从活动中了解相关知识，从活动中领悟新中国的精神，同时，也丰富了学生的课外活动。整个游园活动现场气氛活跃，学生乐此不疲。

在此次社会实践活动中，我积极参加了各种活动，精心为学生准备了历史课，手工课，并担任文艺汇演的主持，在各项活动中不断锻炼自我，提升自我。在本次暑期社会实践活动中，我得到以下一些认识：

1、提高了认识，明确了责任。通过参加社会实践活动，同学们的思想认识水平有了相当程度的提高，深化了我们对新农村的思想。经济落后，一切都免谈。社会应该给予不发达地区以更多的关注，让雨露惠及农村。我们大学生应该加倍努力，为祖国的强大多出力，多流汗，多动脑。实践活动还促进了我们对国情、民情的认识，增强了适应现代化建设的历史使命感和责任感。

2、增长了才干，发现了不足，激发了热情。社会实践活动给广大同学提供了一个学习社会知识和展示自我才华的舞台，通过参加社会实践活动，锻炼了广大同学的才干。同学们一起努力做了很多事情，我们一起做问卷调查，一起上街进行宣传，一起表演节目……在合作中锻炼了我们分工协作的能力，交际能力，组织能力等等。在这次下乡实践活动中我们充分发挥了专业知识在经济活动中的作用，既为地方教育的发展带来了新的思维、新的活力，又培养了我们的吃苦耐劳精神，使书本知识在实践中得到了进一步消化，让大家在实践中学到了很多宝贵的、在书本中无法学到的社会经验。而社会实践，作为一种把理论知识运用于实际的重要形式，又能够很顺利的让我们做到了校外实践与校内实践相结合，达到两方面平衡的发展的理想目标。

3、展示了形象，发扬了学校作风，体现了专业特色。通过参加大学生社会实践活动，充分展示了青年大学生的风采。我们都展现出了良好的精神风貌，不怕苦、不怕累。