最新大学生返家乡社会实践活动心得(优质6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生返家乡社会实践活动心得篇一

x月，南方阳光温度正高，光线强度正烈，直接穿过肌肤;x月，大雨突然之间磅礴，雨的线条笔直落在大地，直接灌湿发丝，冲刷掉一点眼里的尘垢……行走于烈日与暴雨之中，不经意便酿成这一段注定难忘的回忆!这一个甜蜜又疼痛的成长，是整个身心在经历阳光与磅礴雨的洗礼之后的拔长，时间太短太短，但收获出乎意料的沉甸甸，因此注定难忘!

这是我看到的，在距离我此时所在的市区很近的地方，我享受着亮堂的灯光，那里，或者其他地方正在被吞噬在黑暗里，习以为常?还是别无选择?我该如何形容那里山水的秀丽，几乎所有的村民都是农民，几乎所有的农民逃不过这几年大自然的失常，几乎所有失收的农民快要跪下祈求苍天风调雨顺!

这样的地方，不是只有一个，也许车程会更近，也许他们的路更加泥泞不堪，也许对于他们来说，生存意义大于生活……但这样的人们活过来了，不停的创造着奇迹，你应该知道，只有时机成熟了，几年甚至几十年过后，这里会有大厦拔起，用的是这里人们坚韧吃苦的精神，还有对生活的向往!这是甜蜜的期望，我相信离实现不远。这片赤地，承载了他们的所有，包括对黑暗的恐惧以及对光的追寻，你只能说，这样的人们生存维艰，但却比我们这些意外闯入的人多了太多的勇气!因为安逸还没能有机会让他们迷失最初的梦想，而有某部分我们作鉴，但愿他们可以一直保有原来的心!

这里是中国，每个国家都会有穷人，但我们是社会主义，我相信这是我们共同富起来的优势，但愿大家都将中国人当做是家人，把中国当做是我们共同所有的家，但愿我们如我们的古人，还保有我们的赤诚!这样才不会失去我们的优势，这样我们才会真正强大起来，富起来!

“下乡”体验到了所谓的“生活”，感受到他们太小太小的一部分，但这样的经历对于我来说，却是一个莫大的成长，我看到很多，听到很多，想到的不少，却始终理不顺!这种感觉，叫做无能为力!

很多事情难以测量，但可以肯定的是，尽最大的能力做好我们力所能及的，是最简单的，也是天地对我们最大的希望!

大学生返家乡社会实践活动心得篇二

暑假是一个漫长的等待，几乎每一个同学都找到自己的落脚点，最后我决定到印刷包装厂，虽然我不相信能学到什么，但我肯定自己一定能锻炼自己的意志，为父母分担点负担。

印刷报装公司是一家专做高档包装的印后加工公司，他专注于高品质，高要求的加工的理念，一直赢得像想安琪月饼、茅台、五粮液等知名公司的青睐。当我走进公司的第一步起，我就被车间井然有序、繁忙热闹的场面所震撼。我相信我自己能在这里学习更多的经验。

在我走进公司的第一天，我感觉自己并不起眼，也没有人去关注这个新来的生手，所有的工人都专注包装生产，我也就只能做好自己本能的杂活，我就只好经过三四天的接触，我对厂里的情况有了一些了解.它的厂址不大但是设备一应了具全。该公司引进了中国台湾、大陆知名厂家的烫金、压纹、覆膜、啤机，粘盒机，并聘请至少有十年以上经验的机长去操作，所以该厂称为国内知名企业的合作伙伴。我在工厂待到十几天的时候，我就习惯工厂工人的冷漠，但他们对待事

情一丝不苟的态度深深将我打动，到一个月的时候，我渐渐的对满版压纹，局部压纹，精雕压纹有了一定的了解，我同时产品的质量有一定的判断能力我感觉这次深圳之行让我的到了磨砺，也让我对印刷有了更深的了解。

在印刷包装厂的一个月的实践当中，装订压纹，烫金，粘盒一项项各种技术看起潇洒来轻松自若，但操作起来相当的难，那就是把印刷出来的纸张创整齐，真的要熟才能生巧啊。几天的实践中我搬纸也感慨颇多。

同时我也感悟小小印刷包装厂，也体现了我国经济改革变迁走向繁荣的过程，我在学校从不知包装有那么多过程。而且包装也是越来越漂亮、越来越好，期间我看到了很多来应聘的人，很多是大学刚毕业的，看来包装人才济济，这说明包装行业也更将走向繁荣。

一个月实践很快的结束了，伴着炎炎烈日，我的思绪却久久不能平静，这次在社会实践活动使我知道了很多，我要更加努力，学好专业知识，在包装寒夜有我的用武之地。

就我专业而言，与这次暑假实践活动相符，但是经过实践、观摩、思考后我变现当代大学生的就业压力相当大，面对这种情形我们不能仅仅只学一艺而孤方自赏，必须得广泛涉猎大学中的科目，博览很多知识才能适应社会，不枉大学中的学习。作为当代大学生，必须更多地参加社会实践活动，了解社会对人才的需求，从而做到因社会而学，因需而作。解决就业难题。

四、实践后语

“成才—就业—实践”，就业是当代大学生最关心的问题，成才是大学生应该必须完成的，但只有实践才能指导大学生，正确成才，好好就业。

当前各高校工作正面临着十分宝贵的发展机遇，衷心地希望大学生和学校进一步增强使命感和责任感，认清形势，胸怀大局，勇于进取，乘势而上，按照“成才—就业—实践”的实际要求，把各项工作落到实处，相信通过大家的积极探索和共同努力，我国大学生就业问题将得到较好的解决，呈现崭新的局面!

大学生返家乡社会实践活动心得篇三

时光飞逝，转瞬间，炎热的假期走到了终点，我又将从新回到教室。生活也将恢复以前的镇静。回首回头回忆这个假期，不能不感伤岁月似箭般的无奈。整顿心情，发现匆匆暑假里又多了份沉甸甸的收成。

暑假来暂时，为了使自己的假期生活过得充实而有滋味，我投入到社会实践中。7月10日，我来到了佳木斯市华光包装制品厂，最先了我的“工人生活生计”。

华光包装制品厂是一个私人的小型工厂。别看它小，但五脏俱全。每个车间、每台机械都有它独到的用途。工厂规模很平常，员工总数也不过20人。然则各个工序的运转都有条不紊。从治理者到职工都兢兢业业，为包装制品厂慢慢的奉献着。

包装制品厂主体由三个车间构成，印刷车间、复膜车间、制袋车间。因为我不曾把握印刷手艺，又是短期工，所以我被编排到制袋车间。在入厂的第一天，因为工人大多还在休假，机械大部分还未运作，空暇时间较多，老员工带着我到其他车间浏览了一下，我也周全的了解了包装袋的建造流程。来货，印刷，复膜，制袋。听起来照样对照简单的，但当我真正见过整个包装的建造过程，我之前的设法主意照样太简单了。一路跟随我的目光来了解一下包装袋的建造流程吧!

先来说说印刷车间吧。初进印刷车间，一股浓重的油墨味会

最先被鼻子所感知。据说，长时间工作在印刷车间的人，身体味受到影响。毕竟油漆对身体照样有害的，很有可能患上宿疾。这就是工业的一大风险啊!所以，很多人都不会在印刷车间做良久，毕竟身体第一，健康第一!要印刷就要先说说来货。我所在的包装厂，是一个塑料包装制品厂。产品大多为食物的外包装。像佳木斯有名的光华月饼、板栗饼、三姐妹冷面制品等等，都邑在我们厂子定做包装袋。厂子首先会进一些原料和油漆。原料是透明的塑料薄膜，成卷状，宽度不定，卷起来也有40cm的厚度。与原料一路进厂的是模版，简称版。这些版都是由上一厂家建造好的，是铁制的空心圆桶□15cm宽，与印刷车间的机械相配套。版上印着每一个印轴要印的图案。货物进厂后，首先由专门的工人进行审核，确保每一个版面上的图案与厂子的印样相吻合。接着就要最先印刷的工作了。油墨都放在固定的槽子里。每个槽子都邑有一个海绵的滚刷。当机械运作时，滚刷将油漆涂到版上，再由运转的版印到塑料薄膜上。印刷的机械很长，要将塑料薄膜按要求附到机械上，几经穿梭后固定好，为了使印刷出的袋加倍精美，会先开念头械印出一些样子，与厂家的样印核准后，再进行大量的生产。一台大的印刷机由三人节制，事实上，当机忻魅正常运转后，他们的工作就是节制好自己所看管的部分，看看仪表，添些油漆，这就是印刷车间的工作。

复膜车间是一个奇异的处所。车间里的机械比印刷车间要大得多。但每台机械只要一人操作即可。当印刷好的塑料膜卷抬上机械的一端后，预告工作就算结束了。机械运作后，一端的塑料卷的膜，经由过程机械的上方后，回到另一端。看了半天，我照样没有弄清楚个中的的奥秘。要说印刷，印刷车间都已经完成了这项工作。两端的塑料薄膜卷并未有分明的变化。经由专业工作人员的指点，我才知道，原来这就是复膜。何为复膜呢?她指向一端的一个小槽子，告诉我那个槽子里的是胶水。当印好的包装穿过槽子的同时，底部也会粘上一层胶。再经由过程机械上方的高温加热后变干，在另一侧会有另一卷透明膜，再由圆轴压紧，使两层膜变成一层膜，

这就是复膜。怪不得从外表上看，塑料卷没有什么变化呢。原来啊，这层薄膜是用来加厚的，使塑料薄膜加倍的耐用，耐重。

绳系好，这样一个精美的包装袋就完成了，有些包装袋有点不同凡响，有个提拎的把手，100张袋放在一个千斤顶下，用一个专门的对象轻轻一按，拎手就做成了。这个拎手虽然只是简单的工序，但却可以使包装袋加倍实用、省事。通常月饼的塑料包装袋就会有一个这样的拎手，值得人们关注哦!

其实华光包装制品厂不仅仅制包装袋。为了增加工厂收入，厂子另外设了一个胶带车间。这个胶带车间不仅加工商场常日见到的透明胶带，还加工建筑工地常用的白色涂墙专用胶带，用以固定涂墙位置。工厂的功课时间是早7：30到4：30，午休1小时，制袋车间时常会有提前落成的情况，我们便会回到胶带车间协助。车间里除两台加工透明胶带的机械外，还有一台生产白色胶带的机械。或许对我这个初进工厂实习的学生来说,一切布满新鲜感。胶带由原来的几米宽的大卷，被切割成两寸宽的实用卷。经由处理后，发往各个需求点。在熟悉胶带的加工过程后，我发现了一个曾经不知道的小窍门，通常情况，我们糊弄透明胶，在封口处有一张贴在胶带上的纸片，这个纸片上有几个箭头，箭头所指的方向，为胶带的头，这样可以顺着箭头，轻松的找到透明胶的启齿处了。

一 车间操作流程 分条叙述，每一项都写的言简意赅，而且清晰易懂，这样就会使刚入场的工人，加倍清晰熟悉的把握自己的工作要领，更快的适应环境。

二 安全防火防盗治理轨制中的“三懂三会”

懂得预防火灾的重要性，懂得发生火灾的严重性，懂得扑救火灾的紧迫性;会报警，会用消防器材，会扑救初起的火灾。在及其运作时，往往极其的某些部件会处于高温状况，这就要注意安全了。而且及其属于电力功课，电源电压的问题同

样不容忽视。

三 职工守则所谓无规毫不成方圆。墙上的职工守则很是吸引我。像坚守工作岗位，对工作认真负责，准时上下班，起劲提高工作效率。上班时不喝酒、不打闹。员工之间互相尊敬，团结友爱，互相协助，共同提高。这些都是规范员工行为的标尺。可以使员工更好的严格要求自己，使工厂在协调健康的前提下成长。

但在工厂一个月的工作中，仍发现很多不足之处：

一 生产现场的有些杂沓，制成品乱摆乱放现象较为严重。虽然在这方面也有相关的规定和功课流程，然则在监管执行方面欠缺。

二 工作场所污染问题有待改善。像印刷车间的油漆污染，制袋车间机械的轰鸣声带来的噪声污染，都对人体有较大的危险。

三工作时间漫漫而且单调枯燥。一连十多个小时的工作，机械的忙碌着，没有一丝生气。建议可以增加一些休息时间，不仅可以让员工身心获得放松，必然程度上还可以提高生产效率。

四 员工的安全问题 在制袋车间和复膜车间工作的女职工较多，应为他们预告帽子，包住头发，避免不需要的危险。

在此次为期一个月的工厂实践中，我见识到很多，学会很多，也懂得很多：

(一) 团队精神作为一个生产流水线上的各个工位，员工都要有良好的协作精神，这样才不至于拉慢整个工作进度，对于这一点，我觉得我们制袋车间做得照样挺不错的，这就是团队的力量。

（二）节约与清洁我们做产品时，所用过纸箱之类的器械都要收受接管，既做到节约，又注意环保。器械不随意率性摆放，工作结束后，要对车间进行清扫。给我们创造了一个相对宽松、舒适的环境。

（三）坚持与忍耐

社会就是一个大染缸，在这个缸里存在着各式各样的人，面对不同的人，难免有时会

受排挤、受袭击。此外，因为工作前提和环境的不同，也会给人造成各类各样的压力，有些人不堪重负，于是慢慢变得轻佻、易抱怨，甚至最后干脆直接走人。看看那些成功人士，在他们璀璨光环的背后，都有着诉不尽的苦楚，哪有不吃苦就能随意马虎成功的。

古语说得好：“天将降大任于斯人也，必先劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”现实社会正本就是个残忍的社会，要生计下来，就灯揭捉?会坚持与忍耐，但这并不意味着懦弱。坚持下来，就是一种胜利，一种挑战自我的胜利!!

（四）累并康乐着有人说：“人是生成的劳动者，人生来就是要做光荣的劳动者，所以，劳动本身也是一种康乐。”切实其实如斯，虽然打工很累，但我心里很康乐，因为我学到很多书本上没有的常识。更重要的是，我享受了劳动的过程，它让我知道什么是尊敬劳动，让我懂得钱的来之不易，所以，只有经历过了，才会知道一些事理，才会在你的心坎里留下印记!

社会实践是艰辛的，但收成是伟大的。社会实践是一笔财富。一分付出，一分收成，有付出，就必然会有收成。在社会实践中可以学到在书本中学不到的常识，它让我坦荡视野，了解社会，深切生活，无限回味。更何况列入社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔珍贵的财富。社会实践是一种动力，

是体味人生的''百味筒''，是验证实力的''试金石''，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，懂得了各类滋味只有亲自介入才干体味的到。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身常识的欠缺，能力的有限。任何理论常识只有与实践密切结合，才干真正施展它的价值。行不行，实践中看!

纸上得来终觉浅，投身实践觅真知。

经由了太多太多，终究那些都是别人的生活，自己照样要回到自己的生活。然则否可以提取一些精髓，那是我们成长弗成缺少的激素，可以加倍有助于我们的成长，加倍有实力有心理预告去接管去迎接挑战。

加油!!!

大学生返家乡社会实践活动心得篇四

“愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者流的话。能做事的做事，能发声的发声。有一分热，发一分光，就令萤火一般，也可以在黑暗里发一点光，不必等候炬火。”这个是鲁迅先生对中国青年说的一段话。

为了充实寒假里无聊又平淡的生活，我参加了2022年寒假的“青春留盐”的社会实践活动。工作的地方离家不远，但要比平常早起才能赶到工作单位。克服懒惰就是实践活动对我上的第一堂课。

我所在的部门是盐南高新区的市场监督管理局的法规科。部门主要组织起草市场监督管理地方性法规和政府规章草案，协调相关立法、规范性文件的合法性审查、备案和清理工作、行政处罚案件的审核和听证工作。部门发挥着监督规范市场，维护市场秩序，保障商品安全的重要作用。办公室忙碌的工作者，不断讨论着食品安全，商品是否符合市场标准等问题。这让我明白了这个部门设立的意义，保障维护市场秩序，真

正的为百姓做事，为人民做事。前辈们也非常和蔼亲切，就像熟悉的长辈，会耐心地教导我们，给我们留下了深刻的印象。在空闲的时候，我也会补充我的课业知识，大大提高了我的自学能力。

虽然我是个盐城人，但通过这次实践活动我才真正的认识盐城一一个蓬勃发展极具魅力和潜力的现代化城市。从大铜马、地下商业街到新弄里科创聚集中心、大数据产业园、南海未来城，我们一点点见证了盐城的发展，也期待它的进一步发展。

最后十分感谢盐南高新区管委会和盐南高新区市场监管局给我的这一次宝贵的实习机会，让我学习到了更多知识和待人处事的道理，认识了更广阔的天地!

大学生返家乡社会实践活动心得篇五

大学生工厂打工社离假期还有一个多月，我就心里盘算着怎样度过这样一个漫长的假期。毕竟这是进入大学的第一个暑假。我想让它过得既充实又有意义。首先钻入我思想的第一个念头就是进入工厂锻炼一下自己。第一是因为作为一个从农村走出来的孩子，本身就具备了吃苦耐劳的精神;其次，因为我是大一新生刚接触到专业课，学习的还不够深，不能用回贯通。所以，只能先见工厂，走进社会，去学习一下社会经验，从而提高自己这方面的能力，因为我知道自己在这方面存在不足。

好不用以等到了放假，我就迫不及待的踏上了北上的列车，来到了古城西安。到了那里首先感觉到的是一股浓郁的文化气息，这里不但是先秦文化的发源地，而且是盛唐文化的根源。

在别人的介绍下我来到了一家电子厂，属于一家来料加工企业，主要是生产变压器的呼感器。由于，刚去对厂里里的业

务不熟悉所以，我被分配到了给料部，这是一项非常简单的工作，也算是从基层做起吧!

我做的主要就是选料，它们的材料大部分是从美国和日本进口来的，是一种叫做硒铁片的材料，听说这种材料价格很昂贵且材料奇缺。这种材料的厚度分为0。27和0。33毫米的。我的主要工作就是整理这种材料，用板尺去丈量这种材料，按厂内要求用石笔打上标记，便于车间工人进行切片。

这则大大降低了工作效率。而我发现左右手兼用并合理搭配可以大大提高工作效率。我于是就向车间主任提出了这一建议，车间主任经过实验最终肯定了我的观点，并在会议上表扬了我，要求全厂发扬这种创新精神。这是我没有想到的。其实，我心里也暖烘烘的。以后，厂里的的工人都采用了这种方法，工作效率大大提高了，厂里的效益也提高了。我也在月末拿到了创意奖这一项。

在那里工作的一段时间里，我发现了厂里的许多不合理现象，特别是管理上的缺失。上级下达的指示下级不能很好传达。这就是信息流失。信息流失也是非常可怕的事!再一个就是厂里的管理制度已经不符和当前的制度。不能适应当前的市场经济体制了。他们还是老一套的记时工，也就是工人不管一天干多少或只要够时间就可以，也就是按上班时间长短发工资。而现在，我国大多数大中型企业已经以工作量来计算工资了，也就是计件。只不过我只是个临时工，我只是来勤工俭学，也不便于提出我的意见来否定领导的不是，所以直到最后我也说出我的想法。

由于，假期是比较短暂的而且也的回家看看，所以我只工作了一个月就踏上了返回的列车。通过这次暑假的锻炼，我学到了不少东西是书本里没有的。我不但学会了动手还学会了动脑，我学会了理论与实践的结合，以及在社会中为人处世的能力。虽然，这次暑假社会实践没能达到专业知识与实践的接轨，但也是我受益匪浅。如果有机会的话我还要踏如社

会锻炼自己。

此次社会实践使我体会到“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行”道理。人的一生中，学校并不是真正永远的学校，而真正的学校只有一个，那就是社会。学校让我们更好地适应社会，而社会才是真正磨练我们的地方。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;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，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。　五天的社会实践，一晃而过，而我却从中领悟到了很多从书本上无法学到而终生受用的道理。社会实践加深了我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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。一个月的实践使我认识到了“团队精神、共同合作”在工 作当中的重要性。每个人对每件事的看法不会是完全相同的，所以处理事情有分歧是很正常的，但随着大家相互的逐渐了解，分歧会慢慢减少，工作开展也会越来越顺利。只有大家的思想统一了，心往一处想，劲往一处使，工作才能顺 利出色的完成。我们队需要团结和合作，一个和谐的社会更需要。我觉得做一件事情只要你努力了，用心去做了，不管结 果怎样都是成功的！这次的社会实践我的收获很大，感受也很多，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，适应时代的需要，做 一个对社会、对人民有用的人。

大学生返家乡社会实践活动心得篇六

时光飞逝，转眼间我在盐南高新技术产业发展服务中心的寒

假社会实践已经结束。在这里，我学到了很多，视野得到了开阔，能力得到了提高，进一步丰富了自己的知识、增长了自己的阅历。此次实习也让我有了更多机会接触社会、了解社会，积累社会工作经验，对政府单位的工作体系也有了一定的了解。

我实习的部门主要负责科创项目招引、特色品牌创建、服务体系升级等工作，对科技创新高地建设的设计，以及发挥统筹协调科技、人才、招商、知识产权、基金等创新资源的作用。我因此也了解了高新技术产业对一个城市发展的重要性，科技创新对国家发展的重要性，这些都为我以后的学习指明了方向。

在实习的期间，我跟着部门前辈和在这里工作的名校优生后面学习了很多，同时参加了“青春留盐——万名学子看家乡”盐城大市区大学生社会实践动员部署暨青年代表座谈会，认识了很多和我一样的实习大学生。我还去了科创产业园，认识到盐城盐南科创孵化器无穷的潜力。

在这里我获得了巨大提升，无论是对于工作的态度，还是对为人处世的方法我都有了一定的提升。董书记总结仪式上的倾心交谈，更是让我学会了为人要谦虚，要对生活工作充满激情，要有一腔热血勇敢的面对困难。让我对未来规划有了更清晰的认识，对未来生活有了更美好的憧憬。