

# 2023年大学生小学实践活动心得体会(汇总8篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 大学生小学实践活动心得体会篇一

内容摘要：当今社会竞争激烈，对人才的实践性要求越来越高。作为一名大学生，不懂理论联系实际就会被社会所淘汰。只有通过躬亲体验，才能理解社会，增长见识，锻炼才干，培养韧性，为面对人生的各种挑战做好准备。

关键词：社会实践理论知识社区体验人生感悟实践内容：

在注重素质教育的今天，假期实践已在大学生中成为一种趋势。2016年8月1日，我怀着激动的心情来到安徽省铜陵市鹤山社区开始了为期十天的暑期社会实践活动。社区是面对居民，解决实际问题的单位。在这次活动中，我学会了很多在课本里无法学到的知识，更重要的是学会了怎样与人沟通相处，处理好人际关系。

由于我社区工作的经验不足，所以一直由前辈带领着学习。自己有时难免会出现工作错误，被前辈们说教心里很不是滋味，但是正因为他们的纠正我才能真正学到东西，正是在“打击”中成长。值得高兴的是，带领我的前辈甚是温和，只要我有什么不懂的地方，他都会仔细的教导我，使我受益匪浅。同事们也都很友好，他们尽其所能的给与我帮助和指导。

其实我在这里的工作内容也不算复杂，主要是如下几方面：

第一：协助指导老师完成工作，包括文档的录入、编辑、排版、打印复印文件等等；

第二：保持办公室卫生，为领导提供事物辅助；第三：为来访群众作登记和信访记录；第四：接听电话，完成领导交办的事项；第五：跟随指导老师参加其他工作。

刚开始的时候，自己有点心高气傲，感觉给领导端茶送水，打扫卫生之类的事情很没面子。但是后来才认识到这同样是在社会生存中必须面对的事情，也是一种历练。

通过这次活动，我认识到了走向社会所必须的一些品质：

### 一、善于沟通。

经过一段时间的工作，认识了很多，知道了的如何与人沟通也是一门学问，尤其是与同事相处。如果不能和同事搞好关系，那么整天的工作就会枯燥乏味，缺乏动力与兴趣。大家同属一个群体，应该齐心协力去办事，这样做起事来就会更加和谐，得心应手。与同事搞好关系，使自己学到更多的东西。

### 二、学会自信。

自信不是对自己的夸奖，而是对自己能力的肯定，要建立自己的信心，不断增强自己的独立和主见。人难免犯错，偶尔也会受到领导的批评，但是我们应该端正态度，毕竟有挫折才会有进步。没有工作经验不要紧，重要的是我们要懂得虚心学习，不能认为做不好就是比别人差，一定要给自己信心，在挫折中成长，在失败中积累经验。

### 三、克服胆怯。

刚开始放假的时候有点害怕踏入社会工作，老是觉得自己能

力差，觉得自己很渺小，甚至害怕遇到挫折。其实，真正开始的时候才发现一切都没有想象中的可怕，困难难免会遇到，但是只要我们肯努力一切都不算什么。

四、重在坚持。

在这个复杂的大社会，有很多时候都会让人心灰意冷，但是我们就这么放弃了吗？当然不是。如果随随便便就放弃了，那以后还如何在社会生存。我始终相信付出就一定会有收获，无论遇到什么困难，只要坚持，总会有雨过天晴的一天。

十天的时间如同白驹过隙，很多东西都让人意犹未尽。在此，我感谢学校和社区给了我这个学习成长的平台，让我收获了一段难忘的回忆。今后我会带着自己的诚意和努力，接受各种挑战，把自己培养成一个全面发展的综合型人才，为自己能够更好的在这个社会中生存打下坚实的基础。

大学生暑假社会实践活动报告

大学生暑假社会实践活动简报

关于大学生社会实践调研活动报告

大学生暑期社会实践活动简报

大学生2021寒假社会实践活动报告

大学生寒假社会实践活动个人总结

## 大学生小学实践活动心得体会篇二

大学生暑期社会实践活动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。丰富广大青年的暑期生活，充分发挥大学生的专业优势为社会服务，为农村经济发展作贡献。教科院青协于今年暑假组织了以“心系祥山谋发展，服务农村促和谐”为主题的社会实践活动，共有二十五名大学生参加了此次活动，本次活动受到当地教办、学校领导以及群众的大力支持与欢迎。本着为当地群众和学生服务的初衷，本次活动开设支教板块、文体板块、后勤板块、调研板块、宣传板块和志愿服务板块。

各板块的活动均按照预期的那样完成，各队员在下乡过程中互帮互助，团结一致，共同完成本次下乡活动。接下来我将从以下三个方面来对本次实践活动进行总结。第一，活动的组织情况。本次实践地是本队伍中一名队员联系的，起初联系工作不是很顺利，因为学校已经放假，学校担心学生的安全没有保障。无奈，我们不能勉强人家，便从网上多找了几个号码，尝试着问一下，失败过两次，有些泄气后鼓起勇气拨打第三个电话，黄天不负有心人，第三通电话的领导答应给我们机会去实践一下，那时很开心。还好我们当时没有遇到困难就退缩，不然将会错过一次缤纷多彩的下乡。联系好实践地后我们就必须得组建一个团队的领导集体，即各板块负责人。今年各板块负责人勤奋、努力，及时地完成我布置的任务，并且他们之间经常为了方案的事情展开交流。各板块负责人做得都很好，但是有一点不足之处就是挑选板块负责人的时候没有考虑到他们的时间安排。因为写方案时刚好是期末复习阶段，有些专业比较忙，那么就会在下乡与学习间徘徊。这是以后的活动要注意的一点。有了领导核心，我们就需要充实这个团队。六月中旬，我们开始了本次活动的招募队员。

宣传工作做的不错，面试当晚有其他学院的甚至其他学校的来面试。面试工作很顺利，经过全体负责人的商讨，每个板块都挑选了适合的人，由于疏忽，志愿服务板块没有队员，这样让志愿服务板块的负责人感到没有归属感，后来经过调整，才将各板块成员平衡好。一个团队要给队员温馨的感觉，

就要让队员产生归属感，要产生归属感就要满足队员的需求，这样团队才会有向心力。作为一名团队负责人，什么事情都要考虑清楚，要多注意细节。

第二，活动的开展情况□20xx年7月20日，25名满怀期待与激情的大学生踏上了下乡的征途。初到学校，大部分同学都被“吓”到了，因为宿舍条件很差，很昏暗，不过经过适当的心理调整后大家都决定要吃苦耐劳。第一天上午新生见面会，校长给学生讲了关于纪律、礼貌、安全等问题，然后各班班主任召开班会，下乡工作紧锣密鼓地开始了。很不幸运，第二天台风来了，风刮得很厉害，校园里大树的树枝都被吹折了，雨的气势丝毫不输给风。电停了，手机充不了电，很多同学的娱乐活动没了，差点水也没了，更加严峻的是学校离镇上有点距离，需要步行出去才能购买东西，我们就像是被困在孤岛上了，当时我有点失落，想过要不要放弃这次活动，但是受队友的鼓舞，以及得到校长的帮助，我重新扬起风帆，决定和队友们一起面对这看似可怕的台风天气。第二天晚上，我们借老师的煤气炉煮了面吃，已经两餐没吃饭了，真的很感谢曾经给过我们帮助的老师。第三天，台风过境了，风力明显减弱，但是还下着雨，学生还没能回校。

我们已经和敬老院联系好了，所以我们就决定开始我们的敬老活动和出外调研，那天虽然下着雨，出行很麻烦，但是队友们脸上的笑容让我觉得很开心，队友们吃苦耐劳的精神让我敬佩。第四天，雨终于停了，看到了我们期待已久的学生，支教活动开始了。每天都看着老师们匆忙的背影，备课时认真的神情，支教的老师们辛苦了。虽然辛苦，但是还是有做得不是很好的地方，当初安排课程的时候基础课程太多了，可以考虑安排多点第二课堂，而且对教材不熟悉，导致有些课程的内容超过学生的学习范围。调研板块的成员挺辛苦的，早上吃完早餐就拿着问卷去走家串户，有些村民以为我们有不良企图，拒绝帮我们填写问卷。调研队员坚持不懈，还是每天都往外跑，不过到后期改变策略，让学生帮忙拿回去给爷爷奶奶填写，这样保证了效率。调研板块做得不足的地方

是问卷的某些题目没弄好，意思不容易理解。宣传板块的前期工作比较多，绘画了海报还设计了宣传单并打印。但是下乡的时候宣传的时间没有确定，导致宣传的时间比较短暂，影响宣传效果，而且宣传的内容偏少。

第三，活动的效果和影响。我想所有队友在经历这么一次不一样的下乡后都有所收获。对于学生，我们不仅为他们带去了文化知识，丰富了他们的暑期生活，还与他们形成了深厚的友谊，这是很难得的；对于我们，我们不仅收获了快乐，获得了实践的机会，而且锻炼了自己的意志力，提高了自己的生活能力。今年暑假，我们一起走过，那是属于我们共同的回忆。

## 大学生小学实践活动心得体会篇三

大学生是祖国未来的栋梁，他们肩负起了祖国发展和建设的重担。而对于他们开展任何工作和活动，先做好一份计划是非常重要的，计划能够指导他们有效地利用时间和资源，提高效率。下面是本站小编整理的大学生实践活动计划，希望对大家有所帮助！

### 一、活动主题

我和祖国在一起社会实践促成长

### 二、活动时间

20xx年9月1至月

### 三、指导思想

坚持以深入学习实践科学发展观为指导，以社会主义核心价值观体系为引领，坚持“属地管理，村(社区)结合”的管理体

制和“党政主导，关工委指导，团委主抓，部门配合”的领导机制，坚持“深入实际，深入基层，深入群众”、“就地、就近、就便”的原则，通过开展体验教育、创业实践、志愿服务、素质拓展、学习交流等实践活动，让大学生在实践中熏陶思想感情、充实精神生活、提高道德境界、增长知识才干，为“建设新东坑，实现新发展”作出积极贡献。

#### 四、成立机构

为了加强对我镇大学生社会实践行动的领导，确保整个活动收到实效，镇团委、镇关工委决定成立“20xx年度大学生社会实践活动领导小组”，成员名单如下：

#### 五、活动内容

##### (一)开展弘扬爱国感情的教育活动

1、思想引领。开展学习实践科学发展观以及以社会主义核心价值观为引领的“我与祖国共奋进”主题诗歌朗诵、“社会实践促成长”主题征文比赛，通过以爱党、爱国、爱社会主义为主要内容的诗歌比赛，培养以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，教育和引导大学生树立民族自尊心和自豪感，增进对党的感情，坚定他们转型发展的信心，肩负起时代赋予的使命。

2、了解社情。充分利用虎门销烟纪念馆、东纵纪念馆、袁崇焕纪念园等丰富的历史文化资源，组织大中学生学习英雄的先进事迹，通过参观纪念场馆、观看陈列展览、瞻仰历史遗址、寻访革命老战士等实践活动，聆听“五老”队伍(老干部、老战士、老专家、老教师、老模范)讲座，参观城市建设亮点工程，感受东莞的变化，弘扬革命传统，教育引导大学生继承发扬东莞青年敢为人先，艰苦奋斗，务实进取，开放包容的光荣传统。

3、宣传亚运。深入贯彻省委书记汪洋同志的号召，组织以“迎接亚运会、创造新生活”为主题的宣传教育团队进社区、进工厂，开展以“唱响新生活”为主题的亚运歌曲和亚运志愿者歌曲传唱活动；以“和谐新生活”为主题，倡导友爱和谐、共建家园的社区新生活理念，推动形成睦邻友好、秩序井然的和谐社区关系；以“文明新生活”为主题，开展倡导文明新生活、树立文明新形象宣传活动，增强基层群众文明意识，共建文明社区，引导大学生融入亚运，服务亚运。

## (二)开展劳动实践活动

1、培养创业意识。积极为大学生、中职生与本土青年企业家搭建面对面沟通学习平台，发挥榜样作用，激发广大青年的创业激情，举办大学生创业知识网络学习论坛，为大学生、中职生分析就业形势，传授择业技巧，解答创业疑难，介绍成功经验，进一步增强他们的创业意识，提高创业能力，转变就业创业观念。

2、进行岗位锻炼。及时了解大学生实习的岗位需求，积极物色不同类型单位和企业，建设一批联系密切、合作成效突出、有典型示范意义的大学生创业(社会)实践基地，拓宽大学生岗位锻炼渠道，选派优秀大学生到社区、企事业单位开展挂职锻炼，让大学生走到生产第一线，走进社会各个阶层，体验创业就业的艰辛和社会各阶层的状况。

3、商海实践活动。为大学生、中职生提供试创业机会，积极引导他们用科学发展的思维适应新经济的发展模式，充分利用专业技术进行小型投资活动，开展工商模拟市场大学生商海实践活动，为他们的创业尽可能提供各种便利。通过开展商海实践活动，使大学生、中职生尽早培养创业思维，掌握创业方法和技巧，树立正确投资创业理念。

## (三)开展体验教育和志愿服务活动

1、巩固文明成果。要在我镇成功创建东莞市文明镇街的基础上，鼓励大学生积极参与志愿服务，为我镇志愿事业注入更多活力，形成人人参与志愿服务的良好氛围，关注和帮教失足、失业、失学青少年，为孤寡老人提供力所能及的志愿服务，开展“文化进社区”、“文化三下乡”、“繁荣企业文化”等活动，进行文明宣传、文化普及，丰富市民群众的文化生活，倡导文明礼仪，提高群众的文明生活素质。

2、拓展志愿项目。引导大学生发挥自身专业特长，成立相关专业服务队，不断拓展服务项目。组织师范专业大学生，为需要帮助的学生提供义教服务；组织医学类大学生，到农村、社区开展各种流感等流行性疾病防治宣传和普及禁毒知识等活动；组织心理学专业大学生，深入农村、社区开展心理健康咨询，特别是针对弱势少年儿童群体显性和隐性的心理压力进行疏导，帮助他们学会处理人际关系。

3、倡导绿色环保。动员大学生广泛参与绿色志愿服务，通过开展单车环保行活动，宣传环保法律法规，倡导环保消费，发动和鼓励更多的社会公众参与保护生态环境活动中来，提高公众环境意识，树立节能减排的观念，在全社会倡导和树立生态文明意识和可持续发展意识。

#### (四)活动的总结阶段

1、评选。对活动过程中涌现出来的先进典型进行评选，内容包括表现突出的学生、实践基地，以及优秀的心得体会□

2、表彰以及成果展示。召开20xx年大学生实践成果展示表彰会，对在实践中的积极分子进行表彰，树立典型。

3、资料归纳和整理。收集整理活动简报、优秀的实践心得、调研报告、相片□dv影像等实践活动材料，编辑成册。

4、信息反馈。镇大学生社会实践活动领导小组对参加活动的

学生作出评价。

## 六、活动要求

(一) 要求参加实践的学生要遵守国家法律法规，不能做违纪违法的事情，注意自身形象。

(二) 在实践锻炼过程，必须遵守实践单位的规章制度，要服从分配，服从安排。不得无故缺席。

(三) 在上下班或外出参观的过程中，要遵守交通规则，注意交通安全。

(四) 实践活动结束后，应通知实践基地，并感谢实践基地提供的帮助，并且要求每位参加的学生在实践活动结束后撰写一篇1500字左右的活动心得上报镇志愿服务中心。

### 一 活动名称

做一回交警，宣传一次道交法——我也当一回交警

### 二 活动背景

伴随着《浙江省志愿服务条例》的出台，浙江省志愿者活动也将进入规范化、法规化轨道。浙江工业大学(注册)志愿者协会是浙江省爱心组织的主力军。我们法学院分会将秉承“爱心铸和谐，青春暖人心”的理念，热情地支持和参与志愿服务活动。同时新《道路交通安全法》的实施，带给交通系统一些变化，有待我们大学生去学习。

### 三 活动主题

同在一片蓝天下，志愿者在行动 —— “我也当一回交警” 活动

#### 四 活动意义(目的)

法学院(注册)志愿者协会致力于以自身所能服务社会，提高综合素质，增强团队意识，培养大学生的责任意识和奉献精神，本着自愿的原则，积极投身于社会公益事业，展现大学生的风采，以实际行动落实科学发展观，为社会和谐增添浓墨重彩的一笔。

本次活动以此为主旨，组织大家做好的活动，充分展现大学生的无私奉献精神，展现法科生活力新青年的形象。同时志愿者们也可以利用本次机会锻炼自身能力，在活动中充实自己，使得活动得以有效地展开，提升本协会的影响力和声誉。

#### 五 活动时间与地点

活动时间：11月2日至6日

8:00 ----9:00

16:00 ----17:00

活动地点：留下镇十字路口(具体由留下交警中队指定)

#### 六 活动对象

浙江工业大学法学院志愿者

#### 七 主办单位(组织机构)

浙江工业大学(注册)志愿者协会法学院分会

#### 八 活动流程

(一)、活动准备阶段：

2. 联系留下交警中队，洽谈合作等相关事宜

4. 确定志愿者名单，并确定安排时间，将每个志愿者的工作时间通知本人并进行确认

5. 充分准备好此次活动所需的物品工具，确定保管物品人员，并将志愿者服及时进行交接

6. 活动当天由负责人统一发放志愿者帽和志愿者服装并对志愿者的活动进行监督

## (二)、活动举办阶段：

1. 每个活动时段，将安排10位左右的志愿者，坐193路车前往留下，在交警指挥下协助进行交通疏导工作。

## (三)、活动后续阶段：

1. 活动后清点物品工具(包括志愿者服装、横幅和宣传板)

3. 与留下中队取得联系，听取他们的意见，及时改进

4. 征集志愿者的感想，积极听取志愿者的建议

为了提高同学们的社会实践能力和综合能力，进一步培养同学们的社会责任感和全面素质，促进社会实践和大学生思想政治教育的有机结合，从而使学生了解社会，服务社会，为学生就业积累实践经验，我系决定在xx年寒假期间组织学生开展假期社会实践活动。具体安排如下：

一、实践活动主题培养四种能力提升专业素养

二、实践活动内容

(一)开展“争先创优”主题寒假实践活动

为将所学理论知识充分运用到实践中去，培养和提高我系同学分析问题、解决问题的能力，和培养我系同学的创新精神，增进对专业的认识和了解，现开展以下实践活动：

- 1、为社区公益事业提供志愿服务
- 2、到村委会服务，体验村官工作
- 3、深入社区为生活困难的群体提供志愿服务
- 4、参加与专业有关的社会实践，学生可自行联系公司参加实践。
- 5、打工实践，重在锻炼吃苦耐劳精神，体验社会，为顺利就业积累经验。

要求：

- 1、以个人或团队形式(5人)参与寒假社会实践活动，并要求每人(团队)上交一份社会实践报告□
- 2、结构层次序数为“第一章”、“第一节”、“一、”、“(一)”、“1.”、“(1)”、“①”。
- 3、字型：要求为一级标题用2号黑体，二级标题用3号黑体，三级标题用4号黑体，四级标题小4号黑体，五级标题小四号仿宋加黑，正文用仿宋体小4号(行距23磅)。
- 4、页边距：上3.7cm□下3.5cm□左2.8cm□右2.6cm.
- 5、字数为xx字以上

(二)组队参加学院xx年第五届“挑战杯”全国大学生创业计划大赛

为进一步提高我院学生的创新能力、科研能力和实践能力，促进校风、学风建设，努力提高学院人才培养质量。根据学院工作安排，组织我系学生开展创业作品创作活动。

同学们可根据自身的创业计划要求，组成一支优势互补、团结协作的竞赛团队，提出一项具有市场发展前景的产品或服务，在深入研究和广泛进行市场调查的基础上，完成一份把产品或服务推向市场的具体、完整、深入的商业计划，要求该商业计划具备技术上创新性、经济上的合理性和操作上的可行性。参赛者要将商业计划形成书面的创业计划书。

要求：

1、竞赛团队人数为5人，可以跨专业、跨系(院)组成。每个竞赛团队限报一个参赛作品，于1月7日递交组队名单到系办608，系部根据组队情况组织老师进行参赛作品指导。

2、结构层次序数为“第一章”、“第一节”、“一、”、“(一)”、“1.”、“(1)”、“①”。

3、字型：要求为一级标题用2号黑体，二级标题用3号黑体，三级标题用4号黑体，四级标题小4号黑体，五级标题小四号仿宋加黑，正文用仿宋体小4号(行距23磅)。

4、页边距：上3.7cm□下3.5cm□左2.8cm□右2.6cm.

## 大学生小学实践活动心得体会篇四

20xx年级学生于5月21-23日去综合实践基地参加为期3天的培训，学生参训总人数50人，无缺勤。通过这次学习，师生都收获不小，感触很深，特作总结如下：

学生在乐中学，在实践中感悟生活中的美，如泥塑、折纸、

平安结、布贴画、贝雕、多米诺骨牌等，学生乐学，爱学，趣味十足，学生学习的同时，也是我们教师学习的大好时机，也真正让我们老师充分体验了综合实践课该如何上，怎样上，应该做哪些准备等；趣味实验、团队游戏、益智天地、创意风暴，培养学生在活动中体会合作团结及创新意识；体能拓展项目，既锻炼了学生的体能，技巧方面的训练，也锻炼了学生合作、大胆、细心等多方面的能力，在此基础上又上了安全救护课，让学生真切地感受到在生活实践中如何爱护生命，及时救护自己及他人，懂得生命的重要意义。

基地的实践生活，让这些从小在家中衣来伸手，饭来张口的“小皇帝”、“小公主”们，真正体会到，自己做家务、整理内务、收拾好自己的困难和乐趣；三天虽然短暂，却让学生们活得很充实，他们学会互相照顾，相互团结的乐趣；为了宿舍的卫生好，铺盖整齐，会的同学帮不会的套被套，叠被子，有的送垃圾，有的扫地，还有的同学帮别的同学梳头，家长反映尿床的同学也不尿床了，哭闹的也没有了，甚至有的同学看到同班的智力有困难的孩子排队打饭不方便，便主动帮助打饭点点滴滴的小事透露着孩子们的真情，他们正在一点点长大，看到他们的进步老师们也看在眼里喜在心里。

自理能力的锻炼，加上感恩教育的及时进行，使学生们真正感受到家长、老师的辛劳与无私，从心灵深处体会到父母、老师的默默无私的爱，从基地回来，家长们感叹，孩子比以前懂事了，老师们也反应纪律比以前有所好转，这正是感恩教育的成果。

去实践基地的三天里，看到孩子们的进步，同时也看到我们的不足之处，学生虽然是平平安安的回来了，但也存在隐患之处，有个别老师工作不到位不负责任，体能拓展课我们有的老师到位不及时，和基地老师交接学生个别班级老师没有及时接送学生，还有的学生因为是新班主任，管理不到位，在感恩教育、特长表演、总结大会时学生的组织纪律性极差，

而这正是一个学校精神面貌的具体体现，有待于在今后的工作中进一步改进。以上所述正是去实践基地的事实，我希望在以后去实践基地工作中能发扬长处改正不足。

## 大学生小学实践活动心得体会篇五

活动名称：打扫教学楼卫生公益劳动

活动背景□xxx

活动地点□xxx

活动时间□xxx

- 1、前期准备：好策划，联系老师，通知同学
- 2、分配任务：五到六人一组分组到各教室或楼道劳动
- 3、参与人员：国食科1105全体同学

### 1、活动中成功之处

- (1) 前期准备充分，为活动的顺利进行提供了保障。
- (2) 同学们积极参与，密切协作，使活动顺利开展。
- (3) 很多同学提前参与活动，干劲十足。
- (4) 活动虽然小，却含义深远，反响良好。

### 2、活动中不足之处

- (1) 场面有点混乱。活动虽经具体分工，但过程中由于人数较多，场面有点混乱，个别成员没有完成自己的分工。

(2) 一些细节方面还应进行调整和改进。

从活动的前期准备到结束，总体来讲此次活动圆满成功，也达到了预期的目的。这次活动紧扣着提高大学生思想政治的主要任务，坚持理论联系实际，提高社会实践的针对性、时效性、吸引力和感染力，充分调动了各方面的积极性，并且使我们大学生通过参加社会实践，增长才干，奉献社会，锻炼毅力，培养品格，本次活动丰富了同学们的课余生活，使这次实践成为大学生思想政治教育的有效途径。

## 大学生小学实践活动心得体会篇六

20xx年7月12日至16日，怀着对家乡的热爱和对社会的感恩之心，我们一行12人在xx县xx中心校开展了暑期的三下乡活动，在各方的共同努力之下，这次的社会实践活动取得了很大的成功，我作为下乡队伍中的一员，也获益匪浅。

下面我主要从四个方面来总结我对这次下乡活动的收获。

这次活动不免需要大家共同行动，例如搬椅子、早上要一起早起、布置广场、共同商量活动等。如果其中一个人不懂得配合。将会浪费大家很多时间，而且事情也会处理的不完善，下乡结束以后，我更加体会到了这个团队精神的重大。

这次的下乡为我们提供了一个相互认识并且相处的机会，让我认识到了很多热心家乡建设的优秀大学生，相互之间建立了友谊，并且在下乡以后还保持着联系，这是这次下乡的一大收获。在下乡期间，我们相处融洽，发挥了互助互爱的精神，虽然也有意见不一的时候，但是作为一个团队，我们还是很紧密地团结在一起的。在相互相处磨合的过程中，我们更加意识到了团队合作以及在发生分歧的时候寻找合适方式解决问题的重要性，也让我体会到了团队协作一致的重要性。

过去我总会抱怨自己一点也不幸福。但是这次三下乡我们去

了老人院，在那里我们见识了各式各样的人。他们没有亲人，甚至他们有些已经生活不能自理，身体上有缺陷，还有些已经失去了理智。这些人们没有自己亲人的陪伴。我不知道他们如何度过家人团聚的节日。而我父母都在，还天天抱怨，我一定要悔改。

这次的'下乡活动，从主题的确立、活动策划、方案的制作到具体的实施，基本都是由队员自行解决的，这个为我们提供了一个很好的锻炼机会。在准备阶段，我们需要周全地考虑问题，遇到困难需要自己寻找解决的方法，还要积极寻找社会的帮助，下乡期间，我们更要解决临时发现的实际问题，预防意外事件的发生。通过这次的'活动，我们全体队员的实践能力有了很大的提高，对我们以后的学习工作有着非常积极的影响。

## 大学生小学实践活动心得体会篇七

通过这次的社会实践，使我逐步了解了社会，增长了才干，从中学到了很多书本上学不到的'东西，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、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

## 大学生小学实践活动心得体会篇八

大学生社会实践基地是大学生社会实践顺利开展的必要前提，是扩大实践成果、积累实践经验的社会条件。下面是大学生实践活动策划书，欢迎参阅。

为促进我镇大学生在社会实践中深入学习实践科学发展观，以社会主义核心价值体系为引领，在实践中接受教育、增长才干，培养大学生的学习能力、实践能力、创新能力，促进大学生全面成长，为将来毕业后尽快融入社会作好充分准备，镇团委、镇关工委根据团《关于开展20xx年大学生创业

《(社会)实践行动的通知》要求，结合我镇的实际，制定出本方案。

## 一、活动主题

我和祖国在一起社会实践促成长

## 二、活动时间

20xx年月至月

## 三、指导思想

坚持以深入学习实践科学发展观为指导，以社会主义核心价值观体系为引领，坚持“属地管理，村(社区)结合”的管理体制和“党政主导，关工委指导，团委主抓，部门配合”的领导机制，坚持“深入实际，深入基层，深入群众”、“就地、就近、就便”的原则，通过开展体验教育、创业实践、志愿服务、素质拓展、学习交流等实践活动，让大学生在实践中熏陶思想感情、充实精神生活、提高道德境界、增长知识才干，为“建设新东坑，实现新发展”作出积极贡献。

## 四、成立机构

为了加强对我镇大学生社会实践行动的领导，确保整个活动收到实效，镇团委、镇关工委决定成立“20xx年度大学生社会实践活动领导小组”，成员名单如下：

## 五、活动内容

### (一)开展弘扬爱国感情的教育活动

1、思想引领。开展学习实践科学发展观以及以社会主义核心价值观为引领的“我与祖国共奋进”主题诗歌朗诵、“社会

实践促成长”主题征文比赛，通过以爱党、爱国、爱社会主义为主要内容的诗歌比赛，培养以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，教育和引导大学生树立民族自尊心和自豪感，增进对党的感情，坚定他们转型发展的信心，肩负起时代赋予的使命。

2、了解社情。充分利用虎门销烟纪念馆、东纵纪念馆、袁崇焕纪念园等丰富的历史文化资源，组织大中学生学习英雄的先进事迹，通过参观纪念场馆、观看陈列展览、瞻仰历史遗址、寻访革命老战士等实践活动，聆听“五老”队伍(老干部、老战士、老专家、老教师、老模范)讲座，参观城市建设亮点工程，感受东莞的变化，弘扬革命传统，教育引导大学生继承发扬东莞青年敢为人先，艰苦奋斗，务实进取，开放包容的光荣传统。

3、宣传亚运。深入贯彻xxx的号召，组织以“迎接亚运会、创造新生活”为主题的宣传教育团队进社区、进工厂，开展以“唱响新生活”为主题的亚运歌曲和亚运志愿者歌曲传唱活动;以“和谐新生活”为主题，倡导友爱和谐、共建家园的社区新生活理念，推动形成睦邻友好、秩序井然的和谐社区关系;以“文明新生活”为主题，开展倡导文明新生活、树立文明新形象宣传活动，增强基层群众文明意识，共建文明社区，引导大学生融入亚运，服务亚运。

## (二)开展劳动实践活动

1、培养创业意识。积极为大学生、中职生与本土青年企业家搭建面对面沟通学习的平台，发挥榜样作用，激发广大青年的创业激情，举办大学生创业知识网络学习论坛，为大学生、中职生分析就业形势，传授择业技巧，解答创业疑难，介绍成功经验，进一步增强他们的创业意识，提高创业能力，转变就业创业观念。

2、进行岗位锻炼。及时了解大学生实习的岗位需求，积极物

色不同类型单位和企业，建设一批联系密切、合作成效突出、有典型示范意义的大学生创业(社会)实践基地，拓宽大学生岗位锻炼渠道，选派优秀大学生到社区、企事业单位开展挂职锻炼，让大学生走到生产第一线，走进社会各个阶层，体验创业就业的艰辛和社会各阶层的状况。

3、商海实践活动。为大学生、中职生提供试创业机会，积极引导他们用科学发展的思维适应新经济的发展模式，充分利用专业技术进行小型投资活动，开展工商模拟市场大学生商海实践活动，为他们的创业尽可能提供各种便利。通过开展商海实践活动，使大学生、中职生尽早培养创业思维，掌握创业方法和技巧，树立正确投资创业理念。

### (三)开展体验教育和志愿服务活动

1、巩固文明成果。要在我镇成功创建东莞市文明镇街的基础上，鼓励大学生积极参与志愿服务，为我镇志愿事业注入更多活力，形成人人参与志愿服务的良好氛围，关注和帮教失足、失业、失学青少年，为孤寡老人提供力所能及的志愿服务，开展“文化进社区”、“文化三下乡”、“繁荣企业文化”等活动，进行文明宣传、文化普及，丰富市民群众的文化生活，倡导文明礼仪，提高群众的文明生活素质。

2、拓展志愿项目。引导大学生发挥自身专业特长，成立相关专业服务队，不断拓展服务项目。组织师范专业大学生，为需要帮助的学生提供义教服务；组织医学类大学生，到农村、社区开展各种流感等流行性疾病防治宣传和普及禁毒知识等活动；组织心理学专业大学生，深入农村、社区开展心理健康咨询，特别是针对弱势少年儿童群体显性和隐性的心理压力进行疏导，帮助他们学会处理人际关系。

3、倡导绿色环保。动员大学生广泛参与绿色志愿服务，通过开展单车环保行活动，宣传环保法律法规，倡导环保消费，发动和鼓励更多的社会公众参与保护生态环境活动中来，提

高公众环境意识，树立节能减排的观念，在全社会倡导和树立生态文明意识和可持续发展意识。

#### (四)活动的总结阶段

1、评选。对活动过程中涌现出来的先进典型进行评选，内容包括表现突出的学生、实践基地，以及优秀的心得体会。

2、表彰以及成果展示。召开20xx年大学生实践成果展示表彰会，对在实践中的积极分子进行表彰，树立典型。

3、资料归纳和整理。收集整理活动简报、优秀的实践心得、调研报告、相片□dv影像等实践活动材料，编辑成册。

4、信息反馈。镇大学生社会实践活动领导小组对参加活动的学生作出评价。

#### 六、活动要求

(一)要求参加实践的学生要遵守国家法律法规，不能做违纪违法的事情，注意自身形象。

(二)在实践锻炼过程，必须遵守实践单位的规章制度，要服从分配，服从安排。不得无故缺席。

(三)在上下班或外出参观的过程中，要遵守交通规则，注意交通安全。

(四)实践活动结束后，应通知实践基地，并感谢实践基地提供的帮助，并且要求每位参加的学生在实践活动结束后撰写一篇1500字左右的活动心得上报镇志愿服务中心。

今年我校暑假社会实践活动以“实践创新求发展，产业腾飞促和谐”为主题，引导青年学生同人民群众紧密结合，积极

投身改革开放和现代化建设的伟大实践，高举中国特色社会主义伟大旗帜，以“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，勤于学习，勇于实践，磨练意志，增长才干，努力实现全面发展。今年我校的大学生暑假社会实践活动将分为一般项目和重点项目。

## 20xx社会实践重点项目申报

重点项目将由校团委确定项目主题、内容和要求，并面向全校学生进行招投标。参与竞标的实践团队必须向校团委实践部上交重点项目投标书。校团委将针对投标书进行第一轮书面审核，第二轮将举行答辩会以确定最后的重点项目。为节约资源，今年重点项目将和党员学习科学发展观暑假实践相结合，因此每个重点项目团队中必须要有党员参加。对于重点项目实践团队，要求配备专门的联系人，并须定期向校团委实践部汇报项目进展，并向有关媒体报道其相关事迹。为了进一步发挥我校社会实践活动“科技服务地方”的优势，使同学们在体验基层生活的同时能够获得一定的实践成果，建议成立以研究生为主的实践团队。同时建议各学院组成重点项目联合实践团队，其成绩将分别计入各学院，这可以和组织建设中的院系共建联系起来。

### 一、活动安排

#### (一)宣传和立项阶段(20xx年5月—6月初)

重点项目由校团委向各院系和校直属学生组织开展宣传并招收课题。各实践团队应于20xx年6月1日前向校团委上交社会实践重点项目竞标书，校团委将在6月1日至6月5日间进行第一轮初审，并在bbs上予以公示。20xx年6月10日，将组织竞标答辩会确定重点项目，评委将由各对应领域专家和团委老师组成。重点项目落选者将根据其意向，可选择放弃或直接转化为一般项目。

## (二) 项目准备阶段(20xx年6月)

已确定的实践项目，在此期间应进一步做好实践活动的准备，并完善项目计划。在6月份将组织联系人会议和团长会议。

7月初，校团委将组织暑假社会实践活动出发仪式，各院系应派代表队伍参加，所有重点项目实践团队必须参加。

## (三) 项目实施阶段(20xx年7月、8月)

校团委将要求重点项目团队设立专门的联系人，以便于掌握重点项目团队的最新情况。

## (四) 总结和答辩阶段(20xx年9月)

各院系团委应当在暑假社会实践活动结束后及时进行总结，应在开学后两周内将总结材料、参加评选的项目材料报送校团委。

校团委将组织相关的实践项目进行答辩。

## 二、总结和表彰

重点项目将直接参加校团委组织的答辩，不占用学院的推荐名额。其中前十六名将作为上海交通大学的代表参加上海市的暑假社会实践评选。落选的项目将根据情况授予“优秀项目奖”。

## 三、上交材料

重点项目的材料由实践团队直接向校团委实践部提交，需要提交的文件包括竞标书和项目成员表，需要交纸质稿和电子稿。

电子稿提交方式□xxx,用户/密码□xx□文件置于：“上传区”——“重点项目”。文件包括：竞标书和团队成员信息表。

炎炎夏日，很多人都会选择待在家里乘凉，不会选择外出。不过我已经上大学里，如果整个暑假的时间都待在家中，也实在是没什么意思。今年暑假，我就会选择参加社会实践，锻炼自己的能力。不过到现在我还是没有想好我要参加什么样的社会实践，不过我会的，这是毋庸置疑的！

## 一、活动背景：

1、暑假是人们外出游玩的高峰期，然而同样也伴随着高峰的中暑等疾病的发生。尤其是一些户外运动爱好者或是工作者，尤为需要担心。因此，好的防暑措施，可以了却人们的后顾之忧，让人们开开心心出门，健健康康回家。药物解暑是比较快速的方法，但都不免会有一些副作用。因此，我们团队查找了网上的一些资料，发现，“伏茶”这种喝茶防暑的方法十分有效。

当然，喝伏茶防暑也需要注意的是，各人的身体底子不同，一些体质偏“寒”、胃口不好、饭后腹胀、大便溏薄的市民最好不要随便喝伏茶。同时，对于一些过于寒凉的伏茶，小儿因脾胃不足、老人因消化功能衰退，也都不宜饮用。但体质强壮、火旺湿盛、咽喉肿痛、大便淤结、舌红苔黄腻的人，不妨经常服用，“伏茶毕竟是药，要注意因人制宜，不能滥服，更不能作为保健药长期服用。”一入盛夏，一些人不论哪里不舒服均归咎于湿热，认为伏茶和凉茶饮料能包医百病，无病服之能防病，甚至把它作为日常生活中必不可少的保健药。其实，这种做法是不科学的。体质虚弱者和婴幼儿，长期服用凉茶，易损伤人体阳气和脾胃，出现神疲体倦、多汗易感冒等症状。

尤其是脏腑娇嫩的婴幼儿，长期服用易损伤小儿正气，影响

孩子健康成长。 饮用伏茶要适量。体质偏“寒”者应选用由茯苓皮、大麸皮等健脾配方烧煮的伏茶。同时，降温防暑不仅要适可而止，更应掌握一些防暑降温的知识，当你和家人享用伏茶的畅快时，小心别被伏茶的“凉意”寒及肠胃。

3、随着高楼的增多，居民之间的交流变得愈发困难。曾经一度引为美谈的邻里间的故事，如今已变得十分稀薄。人们每天更像是生活在独立的空间：出门——工作(学习)——回家。多年而不知邻里谁何的例子已屡见不鲜，有的甚至唯一的接触都是因为一些误会而引起的争吵。“远亲不如近邻”，生活中遇到困难时，反而是邻居更能给予你帮助。社会是互相沟通的群体，因为交流而和谐，因为和谐而进步。如果连天天都住在一起的邻居们都不能成为朋友，那么，舍近求远的朋友关系，又怎么能长久，怎么能深刻?居民运动会，小区晚会，正是拉近邻里距离，促进邻里情的很好的方法。

## 二、协助单位

小区附近的某酒店或餐馆

某运动品牌(特步、安踏、哇哈哈、康师傅...)

小区居委会

## 三、队伍组成

队长：林加奇

活动的策划，队员工作的安排

外联：林加奇

媒体联系：张思意

宣传单、宣传海报制作：王晶

采访、拍摄、记录：郑力超

博客发帖：王震

财务：张思意

四、基础设备：

1、摄像设备(dv□相机)

笔记本电脑

校徽、旗帜、队帽、个人生活用品(自备)

2、博客、邮箱建立

五、行程内容：

2、活动内容：

8月6、7、8、9、10日，开展免费伏茶供应活动。同时进行健康宣传单的发放；

8月9日，开展小区运动会；

8月10日，举办小区文艺小晚会；

7月11日，整合资料，总结，完成暑期社会实践报告。

六、注意事项

1、每晚开一次例会，做好该天的总结，做好资料整理工作，讨论第二天工作内容，制定人员安排等。

2、每晚都要更新博客，记录每天的工作内容及工作成果。

3、每晚做好财务预算及统计，由财务负责人负责收官发票及帐目记录。

4、每人每天注意仪表，佩戴校徽、拿好旗帜、戴上队帽，注意自己的言行举止。