

最新大学生暑期农村社会实践心得体会 (汇总9篇)

我很感激参加这次培训的机会，它对我的个人和职业发展都有着积极的影响。接下来，我们将分享一些教学反思的实际案例，希望能够对大家有所帮助。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇一

时间如水，岁月如歌，短短的两个星期的大学生暑期社会实践就要划上句号了。回顾过去几天来的风里来雨里去，各项活动的开展、与社区居民的融洽关系、共同学习，共同游戏，充满了欢乐，但也有服务社区工作的艰辛。十几天前，当我刚刚踏入社区的时候，那几分欣喜，几分怯意。

在短暂的服务社区活动中，我努力让尽快自己融入社区，成为他们中的一份子，用我在大学中所学到的知识为他们服务。在这几天里，我积极帮助社区编辑文档、整理图书、慰问敬老院，开展社区暑假补习班等，与此同时，我还与我的小组成员一起组织了一次科普宣传为主题的知识竞赛活动，并担任活动策划、试题编写以及主持人的工作，让社区的孩子们在欢声笑语中度过一个快乐的日子。这些活动的开展让我与社区的领导与居民的心交融到了一起，彼此关心，爱护，共同建设心中的家园，也赢得了他们的一致好评。

在社区的这段日子，我特别注意了两个失去双亲的孩子，她们的坚强让我感动。我帮助他们补习功课，并尽我所能关心他们的生活与学习，为了唤起更多的人对她们的关爱，我又利用自己专业的特长，准备写一篇关于她们事迹的报道，投到报刊上，以唤起社会的关注。同时我以我所能，买了一些工具书给他们，代表我的一点心意，以鼓励他们更加努力学习。

也许在许多人眼里，这几天里，活动并不是很多，也许我这份材料所提到的几个事件并没有多少深刻的意义。但对我而言，这几天活动让我看到了社区领导为人民服务的精神以及踏实的工作作风，让我看到了社区居民那种互帮互助的社区精神，也让我看到一对失去双亲孩子的坚强生活，这些是我在校园中无法触及到的。它让我明白了光有为人民服务的心愿没有坚实的本领是不行的，特别是我作为一个预备党员，更应该从各个方面培养自己的能力，真正在工作中取得实效，让群众满意，这才是真正的党员先进性。它让我明白了一个人生存在这个社会帮助别人才能获得真正的快乐，就象我看到孩子们发自内心的欢笑时，我自己也感到了由衷的喜悦。它也让我明白无论遇到多大的困难和打击，都要微笑的面对生活，生活中有许多人在关心着我们，风雨总会过去的。

过去的终将要过去的，成为是在甜蜜的负担中的艰难爬行，但暑期社会实践这两个星期，这一刻我真的觉得很有意义。通过此次的社会实践，我想在剩下尽有的一年大学时光中，我一定会努力珍惜时间，从各个方面提高自己的能力，响应党的号召，保持自己作为一个入党积极分子的先进性。为一年后走入社会，更好的为人民服务打好坚实的基础，默默的奉献来自大学毕业生的火热情怀。也许这就是党要求我们大学生积极投身社会的目的。

回顾过去，展望未来，面对新的机遇和挑战，在党组织的指导和关心下，我将以昂扬的精神，循着更高更远的目标前进，创造出更加辉煌的成就。最后，在此，感谢系部领导，感谢社区的领导和居民们以及一切在这次实践活动中，关心我的人。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇二

通过这次考试，不仅看到了学生的不足，更看出了自己平时教学中的不足。望各位老师在今后的教学过程中能逐步改进，

争取更好的成绩。

(二) 语文

内容丰富，拼音、词语、成语、课文默写、句子排列顺序、阅读、口语交际、习作，涵盖的知识面非常广，而且有一定的深度。既注重对基础知识的考察，又注重对学生能力的培养。从答题情况来看，虽然学生对半学期所学知识的掌握比较理想，但从中也暴露出一些问题：

1、既紧紧依纲扣本，又注重知识拓展与能力的考核。此次试题，紧扣教材，从“知识与积累”到“理解与感悟”，无一不考查学生基本知识的理解与掌握，但又不唯“教材”，依托教材内容向外延伸，体现语文人文性与工具性的统一。

2、衔接生活，激发学生表达欲望

这次写作，三、四、六选择了“熟悉的人”这一话题，五年级给出两个选题（《对手》和利用给出的词语编写童话故事），一方面运用启发性的语言，开阔学生的思路，极大地激发了学生的表达欲望，又给了学生广阔的想象空间，避免了学生写作的模仿、抄袭，真正考查了学生作文的真实水平，加强了语文“生活化”的引导。

3、注重知识的积累与运用。

4、注重对学生各种综合能力的培养。本试卷注重了对学生综合能力的培养，紧紧靠近《新课程标准》的要求，向听、说、读、写靠拢，培养了学生听、说、读、写的综合能力，有利于学生综合素质的提高。

1、基础知识比较扎实

拼音：学生能根据拼音将一类字、词规范地书写出来，并且

做到了笔画清楚，结构端正，正确率达到95%。

2、字词：、

在本次字词的测试中，考察学生对生字的掌握和词语的积累也是重点之一。本次测试对于词的考点主要体现在：成语的补充、照样子写词和词语理解等。其中，掌握比较好的是成语的补充，只有个别学生因为汉字书写错误被扣分。

3、写作逐渐有所提高

在写作文的时候，大部分学生能够用比较完整的句子来表达自己的想法，并且可以熟练的使用常用的标点符号，有的学生还能加上一定的修辞手法，让自己的作文更精彩。

4、班级层次

各年级两个班水平相当，无明显差别(最多为四年级5.14分)。说明教师的合作意识较之前有所加强。

1、由于学生平时学的知识较规范，缺乏对知识整合的处理，故失分较多。本次考查的内容不仅涉及拼音、逻辑思维训练，考查学生对短文内容准确理解能力及平时积累词语的能力。还测查了学生对生活中的语文知识是否掌握的牢固。由于平时对新旧知识前后渗透的训练相对少些，导致学生对综合性较强试题缺乏独立分析能力，失分较多。

2、书写不规范。

从整体卷面看，学生的书写情况不容乐观。书写不够端正，涂改现象较为严重。

3、学生学得太“规范”。

透过整张试卷，不难看到我们学生学得太“规范”化，以至

于对一些开放性题无所适从，没能真正读通、读懂、领会。更有甚者，部分学生不愿读题，凭自己的感觉，想当然地回答。由此我想到我们的语文教学：学生心不在焉地似听非听，似答非答，似练非练的情况还是普遍存在。教学目标落实不够，训练力度不够。

依据此次考试的命题导向，结合我校师生实际，在今后的语文教学中，要做好以下几个方面的教学工作：

1、依纲扣本，深入挖掘丰富的语文课程资源，继续将学生引入更广阔的语文学习空间。重视学生能力的培养。在加强基础知识教学的同时，要把发展学生智力和培养学生能力贯穿在整个小学语文教学的始终。

2、紧扣训练重点，以教材为主，教给学生方法，多提供阅读材料，培养学生独立阅读能力。重视基础知识的落实。小学语文中的汉语拼音、字、词、句、阅读、习作、口语交际是最基础的知识，这些知识是进一步学习的基础，具有承前启后的作用，必须切实学好。引导学生去探索，正确理解，多积累。在教学中，既要使学生学到知识，又要重视学生获取知识的思维过程。

3、正确处理因材施教的关系。小学语文教育是母语教育，更是基础教育。因此，小学语文教学必须面向全体学生，根据学生的个别差异，因材施教。继续扎实基础知识教学，严格把关，绝不放弃一个差生。

4、注重知识的积累与运用，重视学生的理解感悟能力的培养。

5、教育学生认真读题，冷静分析，养成认真的答题习惯。

总之，要教好语文，让学生真正学好语文，我们语文教师必须本着一颗积极探索、努力钻研的心去不断努力、不断提高自身素质才行。

1. 学生的学习习惯下降：错字别字多，（个别班级全班同学共同写错一个字，老师要反思一下问题到底出在哪）；语句不通，说半句话；卷面有构画、涂改，不整洁，尤其是科任卷；粗心，漏做题，不认真读题，答非所问；不检查，做完一遍就没事干了。

2. 学生的基础知识，基本技能掌握不扎实：计算题错误率高；书本上的字词积累与原文填空失分也不少，尤其是原文填空部分，学生课外读得多，课本上的反倒丢失了。

3. 综合应用能力还欠缺：对题意的理解上缺少认真分析；面对没见过的新题型，不能随同应变，把所学知识综合起来应用，多转一个弯都不知道怎么走了。教师教得还是死，学生学得还是死。

1. 学习习惯上面还要继续加强，不能学了新的，就扔了旧的，好的传统一定要保持下去。从平时的每一节课，每一次作业，每一个老师身上加强，不管是什么样的作业本，都要求规范：把字写正确，写工整，不涂改；说完整的话，写完整的话，提高语言表达能力；做完题，或写完作文后，一定要先自己检查、修改，养成好的自查习惯。

2. 加强基础知识、基本技能的巩固：拓展发展是有基础的，没有抓住基础直接拔高，那是拔苗助长，结果只能是海市蜃楼：算是数学中的基础，口算、笔算要过硬关；积累是语文的基础，字、词、句、篇，既是基础知识的积累，又是积累语言，培养语感，提高表达能力的基础。所以课本上要求学生必须掌握的基础知识，必须会背、会写的篇目、内容学生一定要掌握。

3. 老师在教的面上要再广些，教的方法上更活一些，引导学生学会举一反三的方法，在基础知识的拓展、延伸、综合应用上更活一些。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇三

作为名学，更作为名光荣的共产党员。虽然我不能像医护人员在前线治病救，但我也想做点所能及的事情。疫情发生后，我就率先报名了抗疫志愿服务作，与所在的xx社区防疫志愿者协会共同参与守卡、劝导、排查、管控等作。同时还陪同医护人员访，测量体温，宣传防疫知识、提供理疏导等式，传递信、引导群众，为疫情防控也贡献了的份量。

无数医护人员义无反顾驰援疫区，无数不知名的志愿者前赴后继奔赴一线。比起奋战在一线的医护工作人员，比起报社中众多联系一线的媒体工作者，在他们不断产出的、影响力或大或小的作品面前，我更愈发感觉自己所做的工作不值一提。

每个工作岗位都有着不同的意义，虽然社区工作者不像医务工作者一样在与死神战斗，但是排查社区疫情、提醒居民做好防护措施也是一种战斗。

我觉得我作为一名大学生党员冲在前面是理所应当的，与在抗疫一线的医务工作者相比，我们能做的并不多，也没有那么危险，希望疫情可以快点结束，中国加油！作为一位中共党员和学生干部，我希望可以用自己的实际行动承担起青年的责任，走在抗击疫情第一线，我明白只有把小我融入大我当中，只有贡献自己才能对得起自己作为一名党员的身份。

疫情无情人有情，疫情无情我先行。我们一定能够打败疫情，等待春暖花开。

我是一名大一学生，我要去社区做志愿者，在社会需要我的时候，我一定会尽自己的努力去付出，为社会做出贡献。这不是为了有所回报，只是为了服务于社会并且在其中锻炼自己。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇四

尽管我遇到了很多我以前没有见过的问题，也有很多当场不能解决的问题，时常也感觉很无助，很尴尬，但是有了一个团结向上的团队，一切的问题都以不在是问题，一切的不知道也都会变成知道，正可谓的人多力量大，人多好做事。我们队每个人都是强悍而又谦让的人，一起的七天，我想难免会有些摩擦、偶尔也应该有些争执的，可我们大家好像很有默契是的，即使有不同的意见或见解，都会相互的体谅和比较，最终得到一致的答案。

半个月的暑期社会实践就这样的结束了，然而活动的每个场面却深深的印在我的脑海里，虽然是有苦有累的十五天，但我觉得这是一次不错的经历，我又结识了几位新的朋友，开阔了眼界，从中学到了不少东西也增长了不少才干。

这次的社会实践，让我有着很大的感触：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。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，是使促使大学生投身改革建设，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在新观念吸收新的思想与知识。

十五天的社会实践，一晃而过，却让我们从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我们终身受用。社会实践加深了我们与社会各阶层人的感情，拉近了我们与社会的距离，也让我们在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们作为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。

在今后的学习和生活中，我们将摆正心态，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。

暑期实践心得体会 暑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。

暑期实践心得体会

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、

服务大众的真实契机。

暑假假一放，经过一番准备，我便来到台州临海的杜桥开始了一种全新的生活——社会实践。我的实践时间从7月17日到7月31日。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，从早上6:20到晚上20:30，一直有大大小小的活动在开展着，对留守儿童进行义务家教，进小区和街道收集废品，卖到废品回收站，用筹集的钱购买书签，在书签上写关于关爱留守儿童的标语，在街心公园设点，拉横幅，标注“携手关爱留守儿童”，邀路人签名，发放写有关于关爱留守儿童标语的书签。进行全民总动员的游戏，从培养孩子团队合作精神、信任他人、学会独立、互相帮助等几个方面设计活动内容。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

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。近一个月的社会实践，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。

这个暑假，我参加了黄江镇2015年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多的东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际能力上，我比以前开朗了，更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动；大学生志愿服务活动；社会调查活动；兴趣培训活动；第一桶金活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一起去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎~!玩累了，我们就一起去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们

能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都过上幸福的生活！

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动——第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了？因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以赴，做到最好。第一桶金活动，使我明白

了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。现在，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊！也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊！

这次为期一个月的社会实践活动，使我学到了很多东西，使我明白了很多道理，使我在许多能力上都有所提高。我真的感到很高兴。

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的人际能力。作为一名大学生，只要是自己能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

这次的认识时间是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，在大三学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这一个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还

是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面对每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快地熟悉了酒店的基本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造最大的利益。实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他员工一样，从酒店基本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店紧密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

在我补习教学的这一段时间内我感触最深的就是老师应以何种心态对待的学生，要成为一名合格的老师需要什么样的素

质。

暑假让孩子上补习班的用心显而易见，无疑是希望自己孩子能更上一层楼。其中家长绝大多数不了解孩子们的真实想法，其中有二点是家长们普遍存在的想法：一是，上补习班总比没有好，多少都能学到点；二是看到其他的孩子在学习心里不平衡。就家长们存在的这种心理可以看出，所有的家长都希望自己孩子成绩可以取得进步，这是他们对孩子最真实的爱。而请家教就是他们体现这种爱的表现，尽管很多时候得不到孩子们的体谅。而其实大半的学生，与家长的沟通都不畅，学生不能理解家长的苦心，家长也不理解自己的孩子的内心活动，这也就是人们常说的代沟。而我们作为教师，就应该扮演联通代沟的桥梁角色。

在假期补习的过程中，我深刻理解了实践对理论的重要性，也深刻理解了在学习中我的不足。下面我将从以下几个方面谈一下我的经历。

一、招生工作。

我们在大三师哥的带领下几次到济南市里去作招生宣传，但都因为时间上的误差而错失良机，一次次的失利让我的自信心一次次下降，好像有点失望的感觉，又一次我意识到自己的实力是如此的薄弱。最后无奈之下师哥在他的家乡组织了这次办学，家教团变身为英语补习班。

二、开始上课。

1、前期准备。根据最开始的安排，由我来讲解小学的数学课，由于没有同时给多人上课的经历，我是相当紧张的。加之本身数学又不是我的强项，极度的紧张让我差点放弃。但最后在师哥的鼓励之下我决定奋力一搏，试试又何妨！最后，由于种种原因，又做出变动由我讲授英语，开始的紧张逐步转化为开心，毕竟英语是我喜欢的科目。可事实却出乎我的

意料太多。

2、 试讲。2015年7月15日第一次试讲，结果是我大失所望。简直糟糕透了！校长评价我讲课为：没有逻辑性，跳跃性太大，有点照本宣科。而我的自我评价则是：语无伦次、乱七八糟。自信心极度走下坡路，现在想来当时真怪自己太不了解自己，有太不了解学生了。试讲过后，我充分意识到自己的不足，当天晚上，我进行了恶补，从头开始重新选择课题，重新备课，重新组织讲课方式。

3、 正式开课。2015年7月16号，补习班正式开课。当天，我记忆最深刻的一天。从一开始的稍有紧张逐渐进入状态，慢慢的一上午就这样过去了。自我感觉也还可以，但总效果还是没达到预期，即刻我就自己的教学方法做了总结与思考。校长告诉我，上课过于死板，气氛不太活跃。他建议我多想一些比较娱乐的方式放在教学过程中，尽量让上课方式轻松而有效，多元而活泼。

4、 教学方式。

(1) 授课原则：轻松快乐有效地学习。争取让每个孩子都有表现的机会。

(2) 授课方法：游戏与教学并行，寓教于乐。在玩中学。刚开始讲课只是干巴巴的老师在讲，学生在听。上课期间总有一两个学生想睡觉，这让我不得不绞尽脑汁想一些可以调动学生学习兴趣的方法来吸引他们的注意力和赶走总是来侵扰他们的瞌睡虫。开始我想通过比较好玩的方法来开展学习，当我试过一次后发现学生的心太难收回来。还是比较轻松又不太凌乱的方法比较好。于是，在以后的教学中，我逐渐摸索出一些可以控制课堂秩序的方法。

(3) 授课步骤：1、复习上次课的内容。

2、导入新课，新句子，新单词，新对话。

3、引入新句子。每天讲授几个经典的语句。

4、布置并检查家庭作业。

(3)授课方式：1、分组练习，小组长领读。

2、学得快、记得准的学生领读。争取让每一个孩子都有表现的机会。

3、通过画画、游戏(诸如捉迷藏、藏东西等)来导入新课，并练习阅读。

4、通过比赛读、轮流读、角色扮演、情景模拟、击鼓传花挑人读、娱乐游戏输者读等方式来强化练习。

5、通过学习唱歌来学习新知识。

6、定时放映励志、娱乐电影，并从中选出经典的句子，加入每日经典语句中。

7、结合孩子们的天性学习李阳英语夸张的发音、口型、手势，充分调动课堂气氛。

8、课上活跃课堂气氛，充分激发学生学习兴趣。课下，及时与同学们交流，纠正他们的错误和不足。给每一个孩子发现自己长处和优势的机会。

9、两次小测试。

三、思考与收获。

经过暑期补习班的实践，我学到了许多在校园里学不到的理论之外的实践知识。

1、通过这次的实践，我从另一个侧面也检验了自己的各方面的情况，培养了自己发现问题、分析问题、解决问题的能力 和与人交往的能力。特别是自己主动解决问题和与人沟通方面获得了不菲的进步。

2、通过这次实践，我的暑假生活变得快乐而多姿。我也认识 了许多的朋友。这个暑假，我们一起走过。

3、最重要的，不仅得到了学生的关怀与爱。

4、更得到了学生家长的信任与帮助。

5、还有，通过小班教学锻炼了我的应变能力。对于课堂上的 突发状况，可以由一开始的惊慌失措逐渐变的应付比较自如。 课堂上可以随时注意到学生的动态。从控制学生情绪到帮助 学生提高学习兴趣方面都有了一定的方法和措施。

6、通过与小朋友们的相处，我学到了许多我们所欠缺的东西。 例如纯洁，例如童真，例如勇敢，例如坚强，例如乐观。通过 与们一个月的相处，我逐渐学会了怎样控制自己的情绪， 在课堂上尽量不要让自己的情绪影响到孩子们，尽自己最大 的努力让失常的情绪远离课堂。

二、同时我也发现一些了自己的不足，特别是自己在专业知识 上的欠缺与不足，以及自己在专业上需要不足的地方，这也 使我在以后的学习中仍需不断的弥补和提高。这也引发了 我的一系列思考。

1、大学生共有的特点，或者说是缺点：眼高手低。刚开始总 觉得自己好像什么都懂，什么都会，但当真正走上讲台，走 上岗位才发现原来自己是那么的脆弱和不堪一击。一个多月的 实践，让我深刻意识到，亲手做一做真的很重要。

2、理论与实践的脱离。作为师范专业的学生，我学习了很多

激发学生学习兴趣，营造良好学习环境、课堂气氛的理论方法。但当真正用在教学上的却不多，理论的提出总结了大多数的实践经验。而面对不同的群体，单纯的依靠理论是不可行也是不现实的。通过这次实践，我逐渐掌握了一些方法，在教学上把学过的理论与实践结合起来，共同为课堂服务，为孩子们撑起一片蔚蓝的天空！

3、如何引发并保持孩子们学习的兴趣和积极性、主动性？我尝试了一些方法来引发他们的兴趣。鉴于孩子们的天性我采用了诸如画画、唱歌等娱乐的方式来导入新课，在开始阶段激发起孩子们的学习兴趣。考虑到孩子们在学校很少有表现的机会和他们渴望表现自己的心理，我采用了one by one的领读方式，争取让每一个孩子都拥有机会来展示自己。课上，师生关系让我随时关注着孩子们的动态；课下，朋友关系让我和孩子们打成一片。记得有一个孩子总是亲切的喊我“老师姐姐”，感觉真的很棒。

4、充分把握学生情况，全面掌握学生动态。初始，由于不了解学生的学习情况，课堂的气氛总是不够活跃、太呆板。慢慢的了解过后，课堂再也不是单调的讲课，有讲课有娱乐，有老师的讲有学生的问，有师生的互动有同学的交流，课堂逐渐变得多姿多彩起来。做教育工作者，就应该从孩子们的需要出发，充分理解孩子们的天性，做到一切真的是为了孩子。

这次的社会实践让我受益匪浅，学到了很多，也了解了很多，从中我明白了一个基本的道理，一份真心，加一份耐心，加一份专心，加一份动力，再加上自己扎实的专业知识是一个好的老师必备的东西。

通过在假期的这段教学生活，让我得到了很多感触。让我实践了教师这个职业的工作，锻炼了我的表达能力，交往能力以及职业技能。这些收获将影响我以后的学习生活，并对以后的工作产生积极影响，我相信这些实践中的收获是在课堂

上学习不到的，而且会让我受用一生！

一、 新农村建设调研

2015年7月14日，我们怀着无比激动的心情向位于陕西南部的汉中地区进发，途中我们在隶属汉中的勉县和宁强县开展暑期实践活动，每到一处，我们都通过发放传单和调查问卷以及面对面和农民同志交流，认真了解当地人民的生活习惯、并拍摄照片，记录在新农村建设下的农村人民的生活状态。

汉中民风淳朴，环境优美，号称西北小江南，向来以发展旅游业为振兴汉中经济的主要来源。但由于地理缘故，汉中交通不便，尤其是属于山区地带的宁强县，是2015年陕西省的地震重灾区。因为人才资源稀缺，所以汉中的科技，教育，文化等诸多方面都落后于与之毗邻的安康，宝鸡等市或地区。

1、 扫盲工作仍需继续开展

在我们开展调查问卷的过程中，我们发现部分农民朋友竟然不认识汉字，当我们把调查问卷发到他们手上时，有一位农民朋友说：“你们发这些，我不认识怎么办”。这句话对于我们大学生来说是很震撼的，国家对新农村建设高度重视的，新农村建设要求农村人民利用国家的优惠政策积极开展农村生产，不管是国家下达的重要文件，还是国家给与农村的科技技术支援，都需要农民朋友们具备一定的文化素养，如果部分农民不能识字必然对新农村建设的实质内涵不了解，对国家给与他们的新技术新思想不能接受，从而影响到整个村子乃至整个乡镇的新农村建设的进展。

2. 农村也要加强思想教育

在我们调查问卷的过程中，当我们问及是否了解国家近几年对新农村建设政策时，许多人摇头表示不知道，当我们举例

说到关于农村房屋建设，以及国家免除农业税等方面得话题时，他们才能意识到这些原来就属于新农村建设的政策，只是他们平时都没有系统的了解过国家的新农村政策。

通过这些事情也让我们意识到，作为中华人民共和国公民了解国家政策是我们的权利，也是我们应尽的义务，生活在国家的政策之下，如果连国家的基本政策都不了解，我们很难在国家框定的社会秩序下顺利的工作学习和生活。

3、 及时获得最新的农产品买卖渠道

这次新农村建设调研，我们在宁强县高家坪村签订了大学生村镇挂职锻炼基地，我们从宁强县的多个村子了解到，很多村子原本有自己的特色产业，但是当人们怀揣热情投入到新型农业生产并得到劳动果实之后，却苦于找不到宽广的市场需求，或者因为外界的收购价格过低打消了再生产的积极性。作为国家最先进的人才队伍，我们大学生应当积极发挥自己的主观能动性以及自己的特长，把网络和计算机引入农业生产环节，利用网络和计算机帮助农民群众获得更多的市场需求以及更多的先进农业生产技术，使他们发展新型农业的积极性得到增长，为增产增收提供强有力的保障。

二、 大学生暑期教育调研

这次的暑期社会实践活动，我们作为学院首支到达地震灾区签订支教基地的队伍，签订大学生暑期社会实践基地是我们有一项重要的任务。之所以签订社会实践基地的原因有三。

一是每年暑假大学生应当积极参加课外实践活动，认真了解当前社会形态，了解国家的基本国情，这对于我们今后进入社会工作，能更好更快的了解社会打下一定得基础；二是在许多大学生眼里，他们并没有真正认识到社会实践的'重要性，对于学院每年下发的暑期社会实践表格仅仅盖上签收单位的公章就算完事儿，当然也有的同学凭自己的努力找到了实践

单位，但是对于大多数同学来说找到一个合适的实践单位，他们很难迈出这一步，针对这样的情况，学院应当提供社会实践基地，为以后的社会实践活动提供便利条件。让更多的学生更好的进行课外实践活动；三，就以往所开展的社会实践活动的效果来看，很多队伍到了当地后才联系实践单位，在实践的过程中由于没有了解当地的实际情况，因此他们的实践活动是在探索中进行的，但是大学生实践活动的时间很短暂，往往等到大家适应了环境，摸清情况准备好好好锻炼的时候，活动的时间已经所剩无几了。为了有目的的开展实践活动，也为了使我们的支教活动准备的更充分一些，在我们签订实践活动的同时，我们积极与当地的学校沟通，比如在宁强县高寨子镇中心小学，我们与小学总务老师聊了很长时间，从谈话中我们了解到，该学校的硬件设施在整个宁强县来说是比较先进的，学校的每间教室里都配备了多媒体设施，这在小学教育来说是非常先进的设备，但是该小学懂得电脑技术的人员不多，很多老师宁可在黑板上多用粉笔画图也不愿意利用电脑授课，这样一来造成了资源利用率降低。我们学院对于学生计算机的要求很高，一些常用的办公自动化软件我们都能用到得心应手，因此结合高寨子镇中心小学的实际情况以及我们学院学生的特长，在明年的寒暑假支教活动中我们会尽可能选派电脑技术水平高的学生到这里实习，一来给学生讲述课外知识，二来帮助该学校的老师更好的掌握电脑知识，为他们今后的工作带来便利，也让学生的学习变得更加生动活泼。

不论是农村大人还是农村的孩子，他们都向往美好的生活，身处山区他们接受先进知识的机会很少，与生活在大城市的人们相比，在诸多方面他们都有很多需要改善和学习。农村人民需要先进的技术和迅捷的信息通道才能更好的发展生产，把自己的家园建设的更加美好。农村的孩子非常渴望新知识，除了在课本上学到的知识，他们更需要从不同的渠道获得不同的信息，开阔学生视野应当引起当地教育机构的高度重视，也是每个支教志愿者应当给山区孩子们培养的。作为一个山区孩子，上大学是他们毕生的梦想，在大学校园里，来自山

区的孩子和来自大城市的孩子有很大差别，虽然都考上了大学，但是二者的见解思想，个人修养，思想素质有很大的差别，我认为原因就在于教育机会的不均等，二者接受教育的平台不同：大城市的孩子能够接触到更多的信息，虽然有的东西并没有深入学习，但其影响却是深远的，这应当算是人生阅历的一部分。而山区的孩子没有便利的条件，弹钢琴、学画画，学电脑对他们来说都是一种奢求，有的孩子甚至没有学过英语。

我希望山区的孩子通过大学生支教能够获得更多知识，从科学文化素养等各方面全面提升自己，尽可能缩小自己与城市孩子的差距，也希望所有灾区的孩子都能够考上大学，将来把自己的家乡建设的更加美好。

2015年7月10号下午3：30，去往内蒙古乌兰浩特的火车缓缓启动，从那一刻起我的心也被带动了，第一次去那么远的地方，心情是十分激动的，很难想象那地方是什么样子，总是在听别人说起大草原如何秀美，这次终于可以一睹它的芳容了。。。

内蒙古乌兰浩特是这次学院组织社会实践的基地，早在出发前团委的刘老师就给包括我在内的17名同学开了动员大会，说了很多的注意事项，往返的路程很长，要19个小时的火车才可以到达那里，我们听了之后很是惊讶，毕竟我们中的大部分人都是北京人，很少有机会去坐火车，而且这次几乎是一天一夜的路程，对于我们的体力和耐力是一个强大的挑战。但我们没有人退缩，因为我们知道这次的机会来之不易，学院在众多的报名学生中选了我們，我们就知道其中的责任，我们是学院的精英，是学院的象征，我们不可以辜负学院领导对我们的寄托。

10号那天我们整装出发，坐校车集体前往北京站。我们队伍中有14名学生，3名老师，刘老师带头，李老师负责到实践基地的拍照工作，王老师负责管理我们学生起居，队伍中只有

我和周磊两名男生，所以在旅途过程中重活累活就是我们男生的责任了，我们也义不容辞。终于上了火车，我们相互提醒不要落队，不要丢东西。在火车上，通过狭窄的过路，人满为患，真是挤满了人，有如翻山越岭一般的艰难，好不容易找到自己的座位，将自己的大包小包的东西放在能放的地方，然后开始帮女生们把书包放在头顶的车架上码好，弄完这些，自己已经是汗流浹背，可是心情依旧激动，火车启动了！对于我这个头一次坐火车出北京的人来说，很新鲜，很兴奋。我不知道我的兴奋劲儿是否能坚持一夜的火车，看着窗外逐渐向后去的景物，我知道我在一步一步离开我的家，离开这个生活21年的地方，去往这次行程的终点。应该说，我们是真的长大了，我们成长了，我们可以背起行囊到远方，到那个我们未知的地方去探索，去发现，去领略那里带给我们的人文风采和生活气息。是的，这大部分的努力要靠我们自己了，靠我们自己的付出所得。真的很感谢学院为我们安排的这次社会实践，让我们懂得成长过程中的艰难，所要接受的洗礼，都要靠自己去承担了，这就是责任，我们对我们的自己的责任。

经过漫长的旅途（我清晰地听到我们这次行程的总时间是19小时19分钟。），我们带着疲惫的身心，在火车停站的那一刻，终于踏上了异乡的土地，我们不免有些激动，那是我们期待已久的家园——乌兰浩特。来迎接我们的是当地的领导，先为我们安排了住宿的地方，放好东西后我们集体前往一家部队餐厅。当地的领导要为我们接风洗尘。因为长时间的坐火车，火车的颠簸使我胃的老毛病犯了，早上就没有吃东西，中午到站下了火车还有一种想吐的感觉，而且一直犯胃酸，我只能坚强忍着了。

中午这顿饭，我们吃的不是很好，毕竟有领导在席，我们或许是吃不开吧。席间，领导与老师们杯盏交加，来之前有学长向我说，当老师喝多时，要给老师挡一点酒，可他是不知道，我从不喝酒，根本不知道我自己的酒量，真要是出了洋相，可不是闹着玩的。对不住了老师。

餐桌上，我们意外地认识到了从我们学院语音康复专业毕业的学长，崔宝安，没想到会在这次实践中碰到师兄，听说他在这里已经工作五年了，是乌兰浩特市助听器监测站的站长。当地的领导高度赞扬我们学院的社会实践工作，非常支持我们学院的同学和老师到他们这里参观学习，互相交流学习和工作经验，相互促进。我们学院也为了表达感激之情，赠给了我们学院王书记馈赠的礼物。

吃完饭后，我们必须回旅馆小憩一下，长途跋涉使我们身心疲惫，需要补充一下睡眠和体力。下午三点，休息好后的我们坐着当地的巴士去往科右前旗的残疾人之家，去那里慰问和参观学习。沿途欣赏着窗外的风景，天真的好蓝，云真的好白，一朵一朵接连在一起，赶忙用手机将这一美景拍下来，我终于知道，天，原来可以和自己如此之近，仿佛触手可及。时间不长我们到了残疾人之家，看到那里的小朋友正在上课，他们可爱的眼神让我顿生怜爱，可叹老天不遂人愿，没有给他们一个听得到的美丽世界，这不能不说是一种遗憾。我们从那里的老师口中理解到，他们只有几位老师，负责十几个孩子的生活起居和平常教学，虽然我看到地方不是很大，但那里的布置很整齐，生活的有秩序，我相信孩子在这里是幸福的。之后，我们到一个房间内和孩子们一起玩，我只能说玩，因为根本管不住他们，无法教学。有一两个听话的孩子可以很乖的听你教给他读拼音练习，可是那几个活泼的孩子就真是管不住了，上窜下跳，来回跑动，拽着我的胳膊就要我抱，有两个孩子还为一个玩具互相争抢打闹，口水不自觉地往下流。我知道这里有聋，智障，脑瘫，失语症的孩子，每个孩子都有自己的缺陷，教学就要做出相应的个别计划，从这点来看，这里的老师真的是好辛苦，不但要具有过硬的专业知识，还要有长时间的耐心与爱心，这些都使我对她们肃然起敬，很是佩服。我们十几个学生一个人管一个孩子都看不住，就更别提这里就只有几个老师了，她们太棒了，难以想象她们付出的努力会有多么的巨大，一联想到自己，偶感脸红羞涩。这里的经济并不发达，人口也不是很多，离北京何止几千里之距，她们尚且如此，我们又何言以待？不付出

更多的辛苦真是对不起那些给与我们厚望的师长和领导。我长久以来的献身特教事业的决心又增加了几分，选择特教事业，我真的无悔！

离开残疾人之家真是有些许舍不得啊，教会那些孩子们一些礼貌用语就感到很是欣慰和欢乐，毕竟我们不虚此行，我们有所收获，虽然不多，但这足以使我们走出更加坚定的一步。

接下来我们还是乘巴士来到了当地的旅游胜地——成吉思汗陵。我们在这里拍照留念，留下我们的足迹，欣赏成吉思汗的伟大丰碑，瞻仰成吉思汗的丰功业绩。我们还买了一些当地的小礼品作为留念。当地的领导又带领我们去吃了一顿丰盛的晚宴，又一次尝到了当地名菜：锅包肉，可以说是回味无穷啊。由于第二天我们要被安排入户支教，所以我们几个同学商量好后到外面的文具店给孩子们买一些文具用品，表表寸心。可是，买完之后却发生了一件小小的事故，我们意见不统一，买各种各样的文具都有着自己的看法，为此也争执了小半天，但还是买了大家都比较满意的文具，最后店主写发票的时候出现了小小的差错，她没有把我学院的全称写规整，为此几个女生据理力争，店主的态度也不是很好，大家都争得面红耳赤，某位同学竟言要到别的家去买文具。这完全就没有必要嘛，况且我们已经将该买的文具装袋，就差交钱开发票，为了一点口舌之争闹的大家都僵持不下，这完全不值得。毕竟我们是外乡人，要入乡随俗，大家有什么话不能好好说的呢？我们还是学生，起码的礼貌素质应该具备吧。我赶忙将他们叫回，劝双方都退让一步，请店主费神再重新写一张发票给我们，要正规一点，要不我们拿回去没办法报销，请求体谅，也劝同学，人在屋檐下，不能不低头，不能强硬的态度上，说几句好话事就过去了，完全没有必要跟她争得脸红脖子粗的，伤神又费力，退一步海阔天空啊。。。事情解决，打的回到旅店，各自回房休息，我实在是太累了，躺在床上玩手机没几分钟，我竟睡着了，直到刘老师捅了我一下，我滕然做起才晓得自己已经睡了两个小时，迷迷糊糊的去洗澡，回到床上枕着枕头就又睡去了，一觉到天亮啊。

第二天起来，集体吃过早饭，坐着租来的巴士驱车前往科右前旗的特殊教育学校慰问。因为是周六，没有看到学生，我们不免感到有些遗憾。整个学校并不是很大，和我们的学院差不多。当我们参观到学生们的艺术教室时，我们为眼前一件件小小的精美艺术品所折服，一件小小的教室承载着那么多的学生的艺术品，不能不让人感叹，我看过了，有素描画，有国画，每张人物的画像都是那么惟妙惟肖，精致且极具观赏性。最能吸引人的地方是一整桌的泥塑作品，至少有上百个，每个作品都别具特色，人物塑像生动活泼，动物塑像活灵活现。看到每件作品都是这里的学生一手用工具制作而成，可想而知他们的手会有多巧，会有多妙，这是要具有一定的绘画基础才可以办到的。我作为一个相对而言的正常人都自叹不如，谁说残疾人一无是处?!谁说残疾人无用武之地?!这些泥塑和那些精美的艺术品就能说明一切，证明一切!残疾人和正常人根本没差什么，少的只是身体上某些器官的不完整，我们同样有知识，有力量，有气节，有骨气，我们身残志坚，不畏困苦，我们只想证明一件事：我们不比别人差!我想这就是千万残疾人所要表达的内心思想吧。。。之后，我们和学校的领导来了一次面对面的心灵交流，了解到了科右前旗的特教事业发展的情况，以及学生在这里生活和学习情况。我们知道在于特殊孩子们的教育过程中，会遇到诸多的问题，比如个别教育计划的实施，学生心理干预的实施，青春期学生心理教育工作的开展等等，都会遇到各种各样的问题，这都需要特教老师足够的耐心与精力去做这些事情，从老师的交谈中我知道，做特教事业是一种极大的牺牲，是对人耐心与精力的双重考核，要怎样做呢?教育工作离不开教师的耐心和良好的态度，坚持不懈非常难以办到，遇到困难时，最好的方法就是同事之间相互倾诉，寻找问题的根源并解决它，要创造大家集体出去玩的机会放松教师自己的身心，做到心里不烦不燥，坚定彼此的信心，给对方打气，这样才可以更合适的做学生的工作。是的，一味的拼搏也是不可以的，也要适当的让自己放松，让自己带着一种愉悦的心情去工作，学生工作才做得更妥当，更完美。受益匪浅啊。。。

由于时间有限，我们结束了谈话，最后我们学院老师将学院学生的一个亲手制作的艺术品赠送给了学校的领导。离开了学校，我们继续行程，去下一个目的地——索伦镇。大概驱车一个半小时后我们终于到达了那里。这里只有一条宽敞的大马路，沿马路两旁是旅馆和餐馆，而餐馆的后面就是村庄了，一条九曲蜿蜒的河流贯穿村庄，流向远方，周边沿着山麓向上看就是层峦叠翠的高山。后来得知，山上有很多种的草药，当地的农户一种很重要的经济来源就是每年定期的到山上采药材。崔师兄一直在安排我们的行程，把我们分成五组，我和另一个男生一组，其他女生三个人为一组，分别安排我们去入户，我们给与农户钱物以示感谢。中午我们师生在一起吃中午饭，这次没有领导的加入，我们似乎吃得很好，吃完后，听完老师的嘱托我们分别回到了各自的农户家里。

我们被分到的一户农户，家里有一个聋孩子，名叫高阳，今年十五岁，个子比起同龄的孩子矮了很多，应该是营养不良导致的。开学他就升初中一年级。入户的时候，高阳爸爸不在家，听高阳妈妈说，是去外地打工了，这两天不会回来，家里还有两个外甥帮忙做农活，因为拿不到工钱，暂住这里的。下午，我们便和高妈妈一家人在炕上聊天，用东北话说就是唠嗑。高妈妈是一位勤劳的母亲，只有高阳一个孩子，高爸爸不在家时，她忙着煮猪食，喂猪，抛地，播种，各种农活都要靠她一个人来做，常年的劳累导致了身体的诸多不适，可是没有办法，家里穷，又因为高阳的残疾花了不少钱，平时非常的省吃俭用。高阳这孩子很是淘气，由于佩戴的助听器时间晚了，导致他各种语言技能的学习比同龄的孩子迟缓的多，听高妈妈说，孩子的学习很差，虽然现在随班就读，可如果没有老师经常给他补习功课，他是跟不上的。听到这些，挺为这个孩子感到可惜的，他很机灵，如果学习上努力，一定会有所收获，可是错过了配戴助听器的最佳时期，现在只能通过各种其他的辅助途径弥补他的这个缺陷。这个孩子给我影响最深刻的就是，人不大，本事不小。家里的摩托车，农用机车，三轮车，大型机车都会开。当天下午我就领教了他的本领，可谓是有惊无险的一次几次旅程。家里的猪，该

喂了，于是高阳的表哥借来邻居家的农用三轮机车去拉垓里的饭店留下来的泔水，看到高阳坐到了主驾驶的位置，我十分的惊讶，天啊，这孩子能开车？心里忐忑不安的使劲抓紧车上桅杆，生怕一不小心就被甩了下去。令我意想不到的，这孩子开车的技术真不是盖的，过河，拐弯，刹车，加速，驾轻就熟。看得我是目瞪口呆，可我的腿依旧是打软的。毕竟这还是个十五岁的孩子啊！听表哥说，他除了塔吊不会开，各种车辆都会开。因为塔吊十分危险，父母都不允许，他只能在地面的驾驶室里看操作手册，并且已经看得明白了。真是农村的孩子早当家啊，相比较而言，我就差的太远了。其实从另一个层面看，高阳这个孩子可以说是一个超常儿童，对于同龄孩子想掌握这些技能很困难，而对于个子更矮的他来说，更实属不易。如多加利用他的这方面技能，好好培养，一样有出息啊！

在高阳家在炕上度过了一晚，我或许是水土不服，早上起来就闹肚子了，一上午就去了五次厕所，虚脱的不行，还好有药盯着。下午就见好了，早上的小雨下午也停了，太阳也出来了。期间，高阳的小学班主任老师听说我们过来，特意过来看一看，我们之间也可以说是半个同行，谈话过程中相互之间交流教学经验，其实更多的是我们向这位老师取经，这位老师是半路出家，带高阳也只有两年，从她这里了解到，起初对高阳束手无策，在教学上不知该如何入手，经过培训和一年时间的摸索，才初步掌握他的学习规律，如何教学，可想而知其中的艰辛。我们感到很遗憾，因为本身还没有毕业，对于实践教学更是经验甚少，没有什么经验与老师共享的，只能从自身学习的知识上给予老师小小的帮助。从这一点上我就知道，我现在掌握的特教知识还是太少，经验太缺乏，只有更加努力学习专业知识，才能更有力的教育那些特殊孩子。

下午2点多，高阳的爸爸在我们的意料之外到来了，才得知是因为有亲戚告诉正在工作的高爸爸家里来了两个大学生，来教高阳说话，他不顾工作从几十里外的工地上赶回来，我

们真是受宠若惊，万万没有想到会有如此待遇，给我们套在头顶上的光环，使我们都不好意思了。于是，我们诚然接受了高爸爸的盛情款待，为此我破了酒戒。当天晚上高爸爸喝得很激动，我们也很激动的配合，倾诉着我们彼此感激。可我们还是学生，不胜酒力，我悄悄的在桌下给老师发短信告急，如果不来马上接我们，恐怕今晚上就瘫这了。还好崔师兄来得及时，将我们接走，可是那代价还是一杯酒，喝的是当地特产归流河酒，虽然度数不高，可从我口入胃，这一路烧灼的感觉我至今难忘。我们相信，这就是内蒙人的豪爽，这就是内蒙人热情待客的礼道，无需多言，所有的感情都融入这甘甜的美酒，化为一股暖流，流入心肠。。。

回到当地的旅店，我只是偶感晕眩，可是和我同吃同住的男同学没多久就吐了，那晚我们每人至少是半斤酒啊。。。

入户支教的任务就这样完成了，有遗憾，也有收获，毕竟时间短，我们不能将我们所有的知识倾囊相授，只有尽我们自己的绵薄之力来安慰自己的心灵。祝愿那些孩子们早日成长，学业有成。

形成的最后一天，轻松而愉快。崔师兄带领我们去了上次实践基地——满族乡满族屯。去领略大自然的风景秀丽，完美风光。一路上风从耳边刮过，闻上去是那么的沁人心脾，是的，这里的绿色完全可以用闻出来的。当天上午，我们来到那达慕大会的比赛地点，在这里拍照留念。如果不亲自来这里，你真的不会相信，天，原来是如此的开阔，地，原来是如此辽阔，山，原来是如此的庄严秀丽。当登上兰亭，远眺山峦，清澈的溪流像一条丝带一样流过翠绿草原，牛羊悠闲的啃食丰富的嫩草，各色野花沿山脊开满山头，清爽的凉风穿透衣衫，轻柔地抚摸着自已的皮肤，我突然感到释然，释然到可以将自己献给这美丽的大草原！再后来，我们去爬了敖包，我轻轻地围绕着敖包走上了一圈，许下三个心愿，我知道我很贪心，但我相信它们都会实现的。离开满族屯之前，我们品尝到了真正的美味手把羊肉。

我知道，这样的美景和美食是给我们这次社会实践的行程画上了完美的句号，但是它所留给我们不仅是忘不掉的美景与美食，而是这印象，这一生受益匪浅的社会实践印象。。。我回来的路上深深思考：为什么我当初会选择特殊教育这个专业？只是小的时候一个小小的心愿：可以学手语，和聋人说话？不是的，不是这样的，这应该是一种上天注定的缘分，这种缘分把我和特殊教育纠结在一起。既然已经在一起，就要想以后得生活，我注定要陪伴特殊教育一生，注定要为特殊教育献出我全部的力量，我还祈求什么？我很知足，我很满足，这一次的社会实践让我更加坚定了信心，更加确信我选择特殊教育是无悔的！

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸

湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗[sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

每当一场刻骨铭心的戏剧结束，合上疲倦的暗红色幕帘时候，我的目光都会久久凝视着幕布，像是目光穿透了一切，看到了幕布后，角色们忙碌不跌的寂寞，戏剧背后不为人知的故事。

许多，而更多的是出乎意料的实践馈赠——的友谊，情感的水乳。

7月10号，一行20个队员，包括朱院长、罗书记、华老师和周老师四位带队人员，16位大一至大三的学生。起行的时候虽说等来的是一辆“迷路”的车，可是蹬车门的一瞬间，依旧带着欢声笑语和无限的憧憬。

车上谈话，唱歌……

下午时分到达台山市党校下榻，然后马不停蹄地在城市管理局朱局长的带领下前往环西路、革新路等地走马观骑楼……一路上朱院长的讲解和朱局长的介绍让收获了许多。骑楼在缤纷的商业化中，伤痕累累的病态。历史文化的遗失确实需要好好思考小心重拾。

步行街人流是断股的线，织不起稠密的网，流失了贵重的，微笑迷惘而无知的。朱局长说这是无文化的文化保护。

紧接着，去了河南村，也称旧洋居、华侨农村，观赏了了所谓城中城的情景。拉开沉重的木门，略显老态的屋子内，时空的交叉隐约显现了。我习惯性东摸摸西触触，结果触及而回满身忧伤。那种燕子楼空，空锁楼中燕的感觉，漫过最敏感的一隅。眼神稍微暗淡了。人发觉，我暗自庆幸。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇五

春华秋实，岁月潇湘。转眼为期一个月的社会实践已经接近尾声。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。

7月16号那天我带着紧张又激动的心情来到乡政府报到，因为我知道这必定是不平凡的一个假期。这些天的锻炼真的让我成长了许多。刚开始来的时候接个电话都特别紧张，好几次都没有搞清楚电话那头的人在说什么，慢慢的我可以自己处理一些问题，接电话时也不会那么紧张，能尽快提取出电话

那头的人说的’关键字同时记下来。

才来的时候这样不会，那样不会，是办公室里的姐姐一样一样的教会了我。每次需要做什么事情都会细心的和我说，工作中遇到的问题也会耐心帮我解决。真的很感谢姐姐们，从工作到生活都带来了许多感动。

第一次参加社会实践，我明白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。一个月的社会实践，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。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！

整天上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易！

在这次实践中，使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在解决不了就虚心请教他人。

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难！”意思就是说：在在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立！

通过本次社会实践，锻炼了自己的能力，在实践中成长，但在实践过程中，也表现了经验不足，处理问题不够成熟等问题。回到学校之后要更加珍惜在校时光，努力掌握更多知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后打下坚实的基础。

最后，感谢团县委提供这次接触社会，拓宽眼界的机会。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇六

经过小组成员的共同努力，终于完成了历时十天的暑期社会实践活动。最终不仅顺利取得了实践成果即，也提高了自己与人交往，交谈的能力和水平，极大地磨励了自己的意志。

此次暑期社会实践的课题是“国华学生基本情况专项调查”，这样的课题极具针对性，同时又有很多好处可言。对于学校来说，学生的调查资料，为学校了解学生的基本情况创造了条件，同时又为学校的招生工作，学校的教育与管理的改进提供了依据。对于学生来说，可以提高学生的综合素质，磨砺个人意志，学会与人交往。由此可见此次调查的重要性与必要性。

总体来说，此次社会实践活动进行得较为顺利，所以困难和阻力并不大。但其中也暴露出了一部分问题。一开始，我并未认识到学校所印发的学生社会实践手册的重要性，按照自己的想法办事。例如提前准备不充分，有一次采访，由于提前未与被采访人员取得联系，以致采访出现停滞、失败的状况，令人不得不深刻反思。

此后，我逐渐重视学生社会实践手册，并在该手册的帮助和指引下，了解了社会调查研究的基本方式、整理与研究资料的方法、撰写调查报告的方法等，为进行一次合理的社会实践活动奠定了坚实的基础，也为自己积累了相关方面的经验。

通过此次社会实践活动，为我自己积累了调查研究方面的相关经验，提升了个人与人沟通交流的能力与水平，丰富了自己的技能与知识，有利于个人综合素质的提高，有利于自己逐步走向社会、走近社会、走进社会、拥抱社会、心系社会，最终回报社会。即使未能取的优秀的成绩，但此次活动给予我的一切对我来说已经足够了，毕竟此次活动并非是为成绩而开展进行的。

大学生暑期农村社会实践心得体会篇七

20_年7月24日，我第二次跟随浙江中医药大学博士团来到文成县参加社会实践活动，回想去年文成之行，很多画面历历在目。朴实的民风 and 基层患者的信任给我了留下深刻的印象，所以没有犹豫选择了第二次跟随博士团进入文成。

文成县是浙江省温州市下辖的六个县之一，以明朝开国元勋刘基(刘伯温)的谥号“文成”作县名。文成全境以山地、丘陵为主，素有“八山一水一分田”之称。驱车接近6个小时，我们到达了文成县中医院。再次抵达时，医院已经和去年有了很大不同，医院大厅右侧已经新建起名中医馆，院长热情的介绍了中医院去年一年的变化，特别是医院的硬件建设更新，名中医馆特地选择了博士团义诊期间开业，也让我们感到荣幸和由衷的开心。

中医在基层医院有宽阔的空间，许多中草药切实的解决了诸多疑难疾患。今年的义诊没有像去年安排在大厅，而是在新建的名中医馆。医院提前安排了挂号咨询，和往年一样，我进驻的还是风湿免疫科。风湿免疫科室是新近开设的科室，基层医院的医务人员对风湿疾病的了解并不是很熟悉，许多化验的项目都无法开展，因此很多风湿类的疾病只能凭借经验进行鉴别诊断。前来咨询就诊的人很多，在挂出去的40多号中，大部分都是皮肤免疫相关疾病。印象颇深的是咨询慢性湿疹的患者。中医讲究因时因地因人的三因制宜，就地理环境来说，文成县四面环山，雨水丰富，气候偏于湿热，由

于湿热胶结而罹患慢性湿疹的患者不在少数，联想到叶天士所著述的《湿热论》，不仅感慨古人在湿热方面的独到见解，同时也了解到环境的致病因素和人体是如此密切。上午就诊的患者中，有几例都是年龄偏小的儿童伴发湿疹，同时伴有渗水。其中一例是高中生，因为皮肤散在发作湿疹，瘙痒伴有渗水，病情严重到已经影响正常学业的程度，有时夜不能寐。诊其舌脉：舌苔水润，脉滑有力。我依照慢性湿疹临床诊疗思路，按照运脾祛湿的法则治疗，开出了平胃散合四妙散加减的中药方剂，并嘱咐患者用黄连打粉外敷湿疹渗水的部位，期望能让其减轻痛苦。同样是慢性湿疹，去年在文成期间治疗的几位患者后续都有联系，且病患都有不同程度的好转。

还有一例印象深刻的是文成县的一位女性患者，常年骨节疼痛，伴有轻度的畸形，晨起手指僵硬明显。该病症属于类风湿性关节炎，需要与骨性关节炎相鉴别。由于基层医院开展风湿免疫的检查较少，且医生对于风湿免疫的指标不是非常熟悉，很容易被误诊，最终病情迁延难愈，最终导致掌指关节畸形。了解患者的情况后，我让其在医院检查了常规的风湿因子相关指标，在病历本上写下了鉴别诊断，并和骨性关节炎作了比较，以防疾病被误诊。

短暂而充实的一上午不知不觉过去了，我们继续文成之行。第二站我们来到了文成县珊溪镇社区卫生服务中心，由于国家政策在扶持卫生服务中心力度较大，此社区卫生服务中心的人员配备完善，且医院配备了常用的放射设备，内科诊断辅助器材。国家新颁布的中医药法大力提倡社区卫生服务中心配备中医相关义务人员，据了解，该社区配有一名执业中医师常年坐诊。仅仅一上午的义诊，包括外用的软膏和常用中成药一共开出了30多个中药处方。

为期两天的文成义诊，使我对基层的医疗工作开展有了新的认识，基层医院解决了很多老百姓基础性的疾病，中医药在基层开展一方面较西医诊疗更为实惠、方便；另一方面副作用

较小，老百姓易接受。但是基层医疗的迫切需求也让我们倍感任重道远。中医药是一个巨大的宝库，基层老百姓对中医药的认识还仅停留在“中医看病没有副作用，西医看不好的疾病再来找中医”的层面，同时基层老百姓选择用中医进行第一次就诊的比例不多，这涉及到中医药诊疗知识的普及和中医药人才队伍的素质提升。“博极医源，践行服务”，我相信在中医药的道路上，我们一定会越走越自信。

大学生暑期社会实践心得体会3

大学生暑期农村社会实践心得体会篇八

时光易逝，转眼假期实习的日子接近尾声。回首这一个月，自己收获颇多，从一开始的哆哆嗦嗦到现在的坦然自在，不论在思想上还是能力上都有不少的提升。下面我从以下方面分享下我的实习生活。

（一）被分配到乡政府综合办协助整理资料，分类归档。这个工作资料较多，类别也多，需要足够的内心与细心。

（二）到组织部协助整理党员资料以及资料归档。同时也帮忙做些日常业务，接听电话，传送资料等等。由于农村人总体文化水平不高，资料收集进程较慢，问题较多，所需体力很大。

（一）工作难度不大，但是工作量较大，完成效率较低。中途接触，对实际情况不了解。

（二）工作能力欠缺，农村工作比较繁琐，工作量大，由于自身实践能力欠缺，整体来看也处在一个适应阶段，所以在面对有些问题上会素手无策。

(三) 工作方法方式欠缺，工作前面缺乏足够的思考，有些时候做到一半才发现不妥又从头再来。

(四) 与上级领导及部门人员的沟通、学习不够，做事比较单一、死板。没有参与下乡实际了解，对村民村情了解不够。

(一) 多参加类似实习工作，如果以后还有这样的机会，自己肯定会第一时间报名，我觉得这是一个很好的实习机会，能够提前适应工作生活。

(二) 今后实践中，首先要做好了解工作。比如单位部门分布，领导职称等等，避免出现认错人，传错资料的错误。

(三) 不断向领导及工作前辈们学习经验，提高办事效率，充分发挥自己的能力。

总体来说，这次实践活动让我体验了另一种生活，收获了另一份友谊，感受到单位同事及上级领导的热情、关心与体谅。工作中也有出现不足，但是这因为这些不足教会我在工作的同时更多的要学会思考，做好本职工作的同时也要多了解其他工作，不断充实自己。这一个月我享受到了工作的满足感与生活的幸福感，给我的生活增添了一份温情与不平凡！

大学生暑期农村社会实践心得体会篇九

这一次暑假实践是我这一路走来最为有意义的一次实践，为什么说它有意义呢？因为在我的这次实践中，我不仅开导了自己，更是对未来的岁月有一个明确的把握。我知道这样的时光是最珍贵，也是最难忘的。所以这次实习对我来说意义非凡，也给我的人生带来了一些特别惊艳的时刻。

这次进入社会实践，是在一家县城的小酒店里面做服务员工作。我们主要承包各种酒席活动。主要的活动都是比较大型一些的，所以平时的时间也是比较忙碌的，往往让人也比较

的疲惫。但是在这份工作当中，我还是有一些自己的想法的。所以尽管有一点点的累，我也不会为此而感到如何沮丧，我会时刻调整好自己的学习状态，及时的去纠正自己的一些问题，不至于让自己落入这样的尴尬窘境之中。

做服务员的日子，委屈是不能少的。我敢相信每一个服务员工作者都受过委屈。我们身处一个服务行业之中，有时候是有些身不由己的。而对于每行每业来说，这样的事情更是非常常见的一个现象。所以只有保持好一个平常的心态，在这份工作上才能真正的度过去，也才能真正有所一些好的改变，不至于让自己感到失望，也不至于让自己在这一点不断的纠结。

还记得有一次是举办一场寿宴，当时人非常多，现场也很杂乱。在端菜的过程中，一个小孩直接冲过来，把我端得稳稳的菜给撞飞了。那一刻我整个人都懵了，首先第一反应就是看小孩有没有怎么样，其次再去收拾菜肴。结果后来还被领导批评了一顿。其实我心里非常的委屈，这种委屈非常让人难受，也让人感到有些不知所措。明明这不是我的过错，明明我已经做到很好了，可为什么这错误还是要自己背。

后来我才知道，作为一名合格的服务员，不仅只去做好自己的那一部分工作，更要把自己的态度树立起来，做事情的时候要眼观八路，尤其是在这样的大场合，出了任何一点问题，我就是主要的责任人，这是怎么也逃不掉的事实。所以想一想，这次自己其实也并不怎么委屈了。这些都是我们每个人都要记住的事情，也是我们每一个服务行业应该保持的一种心态。这对于我们而言是无比重要的。

大学生暑期社会实践心得体会5