

# 最新中学生社会实践活动的认识和体会

## 寒假中学生社会实践心得体会(优质20篇)

在面试中展现自己的优势和能力是成功就职的关键。为了在工作中取得好的表现，我们应该建立良好的工作习惯和态度。以下是一些关于如何在就职中取得成功的案例和经验分享，希望能对大家有所启发。

### 中学生社会实践活动的认识和体会篇一

寒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xx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！

这短短的寒假实践我碰过壁，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。

实习为期一个月，掰着指头算，好像真的很长的时间，可是，等时间过去后，回过头，好像也就那么一小段时间罢了。再看看自己都做了些什么，学了些什么，好像真的没干什么大事，但心却是充实的，因为每件小事都能让我学到一些小技巧，或是一些体会到一些实在的小道理。由于坐办公室的原因，每件事情都没什么难度，事情虽小却让我学会如何把每件小事都当成大事来做，然后做得妥妥当当的。

三十天的时间确实不是一晃就过。每天坐着，不知道干嘛的日子，刚开始的几天真的难以适应，心情也一时间调节不过来，再加上因为不知道自己要做些什么而担心不能把事情做好，只能无精打采的却又带着一份焦虑。等到有事情干时也没反应过来，以至于把一些事情都复杂化了，白白干了半天也没把事情干好。怀疑过自己的能力，因此而沮丧过。几天的时间里，我觉得自己的一片茫然，确信自己明明在过去的两年里都很努力的过着，却发现自己连一些小事也做得马马虎虎的。我想，我不应该是这样的水平，事情不应该是这样才对，可事实却让我难堪。

但那几天过后，某天清晨起来时，呼吸着清新的空气，我发现所有的一切都没变，我还是一直努力着的我，我的努力并没有白费，我的能力还在。就算刚开始的几天不能把事情干好，也不代表我一直都不能把事情干好，我不是一个随意低头的人，更不会随意否认自己的努力与能力。再深深的呼吸一个，心充满力量，不再难堪，不再沮丧。状况真的不一样了，满怀信心的我真的把后面的每件事都干的不错，至少是自我感觉良好，没有出错，也没再出现白忙大半天的情况。

终于明白什么叫“顺其自然”，很多时候并不需要过分的焦虑，也不需怀疑自己的能力，要干的事情，自己终究会有足够的去完成，就算确实无法胜任某件事，那也是暂时的事，人的能力是可以不断提高的。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇二

作为西南财经大学保险学院的一员，我很幸运地参加了\_\_年的学院暑期三下乡活动，到温江周边乡镇、\_\_市区、\_\_和绵阳做关于中国农村农业保险的暑期实践问卷调查。在带队老师刘老师的悉心指导下，在同伴们的共同努力下，在接近20天的实践活动中，我经历了一次难忘的，有意义的暑期“三下乡”之旅，收获很多。以下是我总结出的一些心得体会：

### 理论与实践相结合的征程

不管是坐在农民群众的家里，与最普通的农民进行的交流谈话中，还是在与\_\_隆昌与picc隆昌县分公司老总的交流大会上，我都发现原来课堂上老师所传授的保险学的理论知识和实际应用确实有很大差距，而将理论应用于实践中，对知识的理解自然会更深一层。光有专业知识是远远不够的，实践经验在很多时候是更重要的。学院在我们就读期间给我们提供了良好的实践锻炼机会，而作为学生，我们自己更要珍惜这样的机会，在实践当中学得更多的知识。

学校和社会是有差距的，其运行规则和社会的运行规则有很大不同。这种环境上的隔离，往往使得我们“象牙塔”里的大学生对社会的看法趋于简单化、片面化和理想化。一些企业对应届毕业生表示出冷淡，其中一个重要原因就是刚毕业的大学生缺乏工作经历与生活经验，角色转换慢，适应过程长，不能很好地将理论与实践结合起来。他们在挑选和录用大学毕业生时，同等条件下，往往优先考虑那些曾经参加过社会实践，具有一定实践、组织、管理能力的毕业生。这就需要大学生在就业前就注重培养自身适应社会、融入社会的能力。

对于如我一样的在校大学生，借助社会实践平台，可以提高自己的组织管理能力、心理承受能力、人际交往能力和应变能力等。此外，还使我了解到就业环境、政策和形势等，有利于我找到与自己的知识水平、性格特征和能力素质等相匹配的职业。

### 理解与误会，中国保险要走的路还很长

在整个三下乡活动过程中，我们在进行关于保险基本情况问卷调查的时候，发现现在人们对保险业的了解简直少之又少，甚至存在一些误解。这就直接导致我们在调查问卷时很多人态度不好，不愿意合作调查。“当你没有做过理赔，没有帮助客户完成一个很好的心愿，你不会认识到保险的必要，你会觉得推销就是在低三下四的要钱。”这是现在社会中普遍存在的现象，除了学习保险与从事保险相关工作的人对保险有比较全面的认识和了解外，很多对保险并不了解的人认为保险是没有必要的，甚至认为那些商业保险就是骗钱的。通过实践，我发现：社会对保险的认同度还不高，我们保险人还需要加强保险宣传的力度，整个中国保险业的从业人员素质还需要极大提高，我们要走的路还很长，保险业要走的路也还很长。作为中国保险业的未来从业者，我们任重而道远！

### 我的随感心得

这次活动让我结识了一些新的朋友。学院共有30多人参加了此次暑期社会实践。正如学院领导所说的那样，能够参加此次暑期社会实践的都是优秀的，认识这些优秀的人是我的荣幸。同时我也从这些优秀的人身上看到了自己的不足之处，这对于我来说就是个不小的收获。

过去的终将要过去，成长是在甜蜜的负担中艰难地前行。暑期社会实践这个星期，我真的觉得很有意义。通过此次的社会实践，我想，在剩下的两年大学时光中，我一定会努力珍惜时间，在夯实专业基础知识的同时，积极参加各种形式的社会实践活动，从各个方面提高自己的能力。为两年后走入社会，更好地为人民服务打好坚实的基础，默默的奉献来自大学生的火热情怀。也许这就是学校、学院要求我们大学生积极参加社会实践、投身社会的目的。

适者生存，而生存之道在于适应。对社会和环境的适应应该是积极主动的，而不是消极的等待和却步。大学生只有具备较强的社会适应能力，走入社会后才能缩短自己的适应期，充分发挥自己的聪明才智。因此，在不影响专业知识学习的基础上，大胆走向社会、参与包括兼职在内的社会活动是大学生提升自身就业能力和尽快适应社会的有效途径。

我们通过大学学习，要想尽快的成为现代化建设的`有用人才，适应社会的需要，就要在学习期间，积极参加社会实践活动，认识社会，清楚自己在社会中的定位、明确自己的历史使命、激发自己的学习热情、调整和完善自己的知识结构，战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，为适应以后的工作做一定准备。这也是我参加本次“大学生暑期三下乡实践”活动的目的之一。

近20天的时间虽然短暂，但实践中的点点滴滴却已深深地触动了我。这次的实践平台，为我提供了提前接触社会、近距离了解专业的机会，并且增强了我的社会责任感和专业使命感，意识到了自身的价值和奉献的内涵。

此次社会实践是我大学生涯中的第一次深入社会的经验，对于整天生活在象牙塔内的我们，像这样直接接触社会的机会很是难得。我希望今后能有更多的类似实践活动，并且可以在其中展现自己，完美完成学院所给任务；同时也希望我能通过此次三下乡，学到大学校园内学不到的知识与实践能力，使自身的综合能力获得更大提升。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇三

在假期的这次社会实践，虽然辛苦却很充实。

前所未有的尝试，换来非比寻常的`体验，实在不虚此行。

在发调查表的时候，虽然不算是很顺利，有些人不愿意合作，但是我们没有气馁，继续调查，最终完成了我们的调查问卷任务。

这次实践活动不仅使我们了解了综合实践不易，更在此深刻明白珍惜他人劳动成果的必要性。

这是一种不可多得的锻炼，对体力与心理承受能力的锻炼，在学校里书本上无法得到的锻炼。

平时看来轻而易举的事，未必一开始就可以做得得心应手，但只要经过努力，一定可以迎来胜利的曙光。

耕耘，总会有收获

暑假的社会实践活动虽然已经结束了，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。

这次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。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇四

假期渐行渐远，在经历了社会实践的磨练，我变得更加成熟、更加自信。我认为社会实践是一笔财富，社会实践是一种动力，社会实践是体味人生的“百味筒”，社会实践是验证自己实力的“试金石”。

社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获。有付出就一定有收获。在此次社会实践中我学到了书本上学不到的知识，比如：如何招待顾客，如何介绍自己的产品，如何回答并解决顾客所提的问题，等等。这使我更好的处理同学与室友之

间的关系，不仅如此，这还让我开阔了视野，了解了社会，深入了生活。其实社会实践这一过程本身就是一笔财富。

社会实践是一种动力。今年暑假，我在家乡的一家电子厂作焊接工(锡焊)。一方面可能是焊接本身技术含量不高，另一方面是农村劳动力富余，导致价值尤其的低，一件只有九毛五，有200根，要做40~45分钟。在自己工作的过程中，自己亲自体验的过程中，使我深沉的理解了父母为什么屡次叮嘱我要好好学习，为什么每次看到父母他们都是那样的憔悴、那样的疲劳。这不仅不会让我变得悲观，反而只会让我更加自信、更加努力的学习并要学好。

社会实践是体味人生的“百味筒”。它我深刻体味了一下生活的酸甜苦辣咸。我再次应聘上\_x□虽然通过了，但这次应聘并不像第一次那样的顺利，而是在面临诸次考验中才晋级“决赛”的。第一次我和几位校友顺利通过。是骡子是马，溜溜就知道。在元旦前的周末就挑了几个去实践实践。打电话叫我去，我因有事没去。结果这些导购们不够格，重新再来。我和\_学院的一位同学处于待定人选，后来与新增的几十号人为三个买场的七个名额竞争。

当时我很是害怕，准备选择退出竞争，因为希望太渺茫，但我对自己说再坚持一下，在结果没出来之前决不能退缩。正如《亮剑》中所说的一一狭路相逢勇者胜。最终以敢于表现且表现出色顺利通过。应聘路上的坎坎坷坷，为我以后步入社会将面临的现实作好心理准备，是自己到时候不再彷徨、不再迷茫的小案例。

社会实践是验证实力的“试金石”，是走出校门融入社会的大舞台。我才真正体验到自身知识的欠缺、能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。在社会实践中，我清楚的看到我所需要学的东西还很多，我要虚心向前辈、同行请教，不断的充实自己、壮大自己。



过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致生活和工作找不到自我的平衡点，错失不少成功机遇。经过这几次社会实践，让我深刻认识到这一点的确没错。每一次人际的交往事实上都是为我们自己积累人生阅历，可以说没有好的沟通能力，再好的才华也会被埋在沉寂的阴影下。对工作的热情，对任务的投入态度都决定了我们在前辈眼中被信任的程度。

总之，在这些社会实践中我学会了很多东西，给予了很多启发，但社会实践也只是一个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大贡献。

中学生社会实践心得体会800字

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇五

一句古诗宝剑锋从磨砺出，只有经历社会的打磨经历了社会的人生百态才能够让变得更加强大，更加自信，才能够在我们离开父母的时候，独当一面，而不是一直在父母的保护下成长，因为我们的成长如果一直都靠着父母自己去尝试着去做好去努力，永远也不会有所成长。

因此在这次暑假期间，我离开了我的家去外面尝试着做一些简单的兼职，来到外面我感到忐忑与不安，因为虽然我没有离家多远，但是我却一直没有对生活的周围做了解过。

第一天我来到外面，没有找到任何工作，炎热的天气让我浑身湿透，汗水顺着脸颊滑落，我不愿意就此放弃，坐在公交上在城市里穿梭来去。来着落日的余晖慢慢的洒遍大地我知道时间已经过去一天了，明天是新的一年继续开始，说实话经过了第一天的努力没有找到工作，内心是非常失落的，因为抱着满腔的热情，踏出第一步就惨遭打击，这让我知道了工作的不容易，一份简单的工作也不是那么好找的，我知道

如果我现在放弃不会有谁说我，但是现在我放弃以后遇到同样的问题我又该怎么做呢？我没有放弃我知道遇到挫折是肯定的只是没想到第一步就遇到了挫折，给自己信心是必须的，几天没找到我失落我也沮丧，我不停的给自己打气，不断的给自己加油，最终我找到了一份工作是发传单的，之后我有了第一次的经历后慢慢的也长经验知道了怎么去做了，也做了多份工作，我就这样度过了一个暑假。

在工作中困难是存在的，不像我们在学校如果你做错了，那里做的不好，会有老师手把手的. 指导你，但是到了社会就不同了，你做好拿的就多，不会有人告诉你怎么去做，更不会有人主动教你，只有自己去努力去拼搏，去学习才能够有所收获，很多时候我们在学校里面学到的知识等到了社会是非常有用的，只要学会去运用会让我们的工作变的轻松，当然不是每样知识都用的到，每个让位需要的是不同的，所需要用的知识也是不同的，对待这些都需要我们不断的去做好，去努力实现。

在我工作的时候遇到的困难我从来没有逃避过，我尝试着去解决，去了解，才最中在暑假时间有所收获，在我们学习中也是一样的，我们学习也需要我们不断的去努力不断的去付出，遇到困难逃避解决不了问题，今天逃过一次，下次一样要面对，只有把问题解决了才能够得到成功，我们的机会都是需要我们去掌握的，学习更是如此只有学好了才能够进步拆能欧股成长。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇六

暑假生活已经过去了，马上迎来的就是高中生活的又一次开始，在暑假中，我为了完成学校安排的. 任务，为自己争取到一次为社区做贡献的一周生活。

我早早地来到社区办公点来想要可以尽可能的向各位领导变现得更加积极一些，在开完早会后知晓这几天我将会要与全

队一起为社区的绿化进行服务，为整个社区的环境的打造进行一定的规划以及帮忙。第一天我就跟在领导的后面对整个社区的绿化进行巡视了解，并且拍照，一边在听着他们相互之间对整体绿化的构想，一整天的功夫就在各种巡视中度过。第二天就在办公室参与所有人对于每一片绿化的构思，对每一片绿化都提出自己认为的可行方案，对于一些占领公共绿化环境的人做出安排并从第二天派专人进行劝告整理，而我也正好是要参与到劝解工作中的。对此我将我负责的那几户人家的照片都带回家进行分析，并从网上收集了一些这类事件的应对方法来面对劝解工作。所幸我被分到的几家都还算是比较好，就仅仅是一番讲解之后就同意尽快对公众绿化进行处理。

在之后的工作中，我有被派遣到参与拔草的活动中，当时我听到这一事情的时候我的内心是拒绝的，我完全不像要在太阳的暴晒下，还要做这样的事情，简直是太累人了，但是我也明白这是安排给我的工作，我就必须要进自己的努力还完成。所以我将自己完全的包裹起来，就想着不要将自己晒伤了。在对绿化进行除杂草的活动中，我还是挺卖力的，我尽量在自己能力的范围内将每一点事情都做好，我觉得这就是工作的精神，不管事情有多么的累或是难，但是还是要拼尽自己的全力去做到，这一点是我在当天切身感受到的。随后每天的工作都还是尽可能的顺畅进行，每天都有安排一些较为简单的事情给我，而我更是尽力将这些事情完成，试图在这样的时间中，找寻到未来工作时的感觉。

其实每天简单的工作，与以后的自己也可能是面对这样的工作，所以在这里感受到的体验将会为未来我的进入社会打下一个基础，可以让我对于工作方面有更多的认知，这样我之后面对的时候才不会慌乱。这几天的生活我也明白工作是真的相当不易的，不论自身有什么样的原因，都必须要将工作做好。现在也知道父母每天在回到家后的辛苦，再加上母亲还要为家庭奔忙，这般的辛苦，这更需要我们每天都多多体谅他们，更是不要对他们的付出有任何的抱怨。我更加要在

学习上多多努力，要增强自己的知识，这样未来的前途才会更加光明。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇七

为一名刚刚步入初中的学生，能参加社会实习，是一次难得的机遇。社会实践可以让我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以到社会应用。同时，在以后的学习中，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，我们在实习好像一下子长大了，从在家的小皇帝和小公主，摇身一变，变成了一个个“实习工”。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，所以社会实践是必要的。这个暑假，我将进入小区里的一家超市，来进行社会实践。

我站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可是，嘴就像被胶水糊上了一样，想说话，却说不出。店主一下就看出了我的难题，在顾客少的时候教我该干什么。我也慢慢地放开胆去尝试，其实这种工作比想象的容易多了。就比如整理货物，问前来购物的人的需要，帮助收银员来扫条形码，虽然累，但我很快乐。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。在超市实习不能干坐着，也不能在超市随便逛来荡去，得时刻注意服务顾客。在这里，不想在学校有课程表干什么，完全就是靠你自己的思想，觉得应该干什么，就立刻去干，容不得半点迟钝。我本以为超市是最容易实习的地方，可是，短短过了半个小时，我就意识到自己错了。不仅要时刻注意顾客需要什么，还要把被顾客放乱的东西摆整齐。1个小时后，我就感到腰酸背痛。

在超市工作会遇到许多样子顾客，我都可以说我已经见到了“人间百态”。从很多顾客的衣着、气质、态度等方面也可以感受到这是种什么样的人，可我还是不敢乱下结论，正

应了那句古话：不能以貌取人。超市里人来人往，也避免不了会有一两个小偷，虽然有“天眼”在工作，可也不能大意，要抓住证据，给他们一个有力的打击，这，又是对眼力的一个极大考验。可见在任何工作中都必须具有敏锐的观察力。也有时候会遇到蛮不讲理、讨价还价的顾客，但是作为一个营业员必须时刻谨记“顾客是上帝”，必须什么时候都保持良好的态度，不管是做人还是工作，都必须具有广阔的胸襟，而且在适当的时候要能够忍耐。体会到了营业员的辛苦和难处，我想以后我逛超市的时候也应该要注意这些。不然，就会出大错。

在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如世人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

虽然，时间只有短短的三个小时，但是通过3个小时的实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，更明白了爸妈上班的辛苦，还有认识到自己许多的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严于律己，提高自己的文化水平和素质，努力学好自己的专业技能，将来回报父母、回报社会、回报一切关心我的人。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇八

打算做这次卫生实践，选择这种方式也是希望自己能去多帮助一下他人，作为高中的学生，也是已经长大了，是有自己独立的思想，并且也是能去做一些力所能及的，了解，

去接触社会，看看社会是怎么样的，毕竟以后无论我们是进入高校深造或者去到社会打工，我们都是可以有更多的一些小小的经验，并且在接触社会的过程中，我也是我们所学的知识，其实只要灵活的运用，是可以在社会中去用到的。

在清洁卫生的工作之中，我也是知道他们很辛苦，即使是冬天，环卫工人们也是要早起，开始清扫街道，天还未亮，他们就已经在工作的，是为了让我们天亮出行的人有一个干净的街道，白天的时候，还巡查自己负责的街区，看到不干净的或者有垃圾也是需要去处理，可以说一天忙碌下来特别的累，而我也是在跟志愿者一起做事情的时候，知道我们城市的干净整洁并不是那么容易的，是靠我们的环卫工人一点一点的去清扫，去整理，去把城市变得干净而整洁的。

每一份工作都不容易做，在和环卫工人聊天的过程中，我们也是知道他们曾经也是做过其他的'工作的，无论是环卫的工作，或者其他的工作，想要在工作里头去做好，都是需要付出很多的精力，如同我们的学习，如果想要成绩变好，那么也是需要我们多努力的做题目，听老师的讲课，课后的时候，要去做好复习，该记忆的东西都是需要认真的去记住院，我们什么都不明白。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：“你们以后必须还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！

可能这句话并不是只针对她自己一个人，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，这不仅仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇九

本次寒假社会实践活动，我与其他三名同学被分配进入了教体局进行实践，在这段时间里，我按照单位要求在档案馆进行了历年来相关资料的汇总与记录等工作。面对纷繁复杂的档案，我时刻提醒自己要严谨认真，将所有内容一丝不苟的整理好，虽然辛苦，但是当看到一幅幅照片、一篇篇文章条理清晰的展现在眼前，心底满满的成就感。

在日常工作中，我学会了很多道理，比如在工作中有些地方自己不懂，单纯的自己钻研不仅费时费力，还没有好的效果，这就需要积极向同事和前辈请教，三两句教诲就令我茅塞顿

开。同时，在工作时也担当起属于自己的.一份责任，不能刻意的逃避，积极主动，自己加压，迎难而上，会有意想不到的收获。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十

又经过了一个勤奋学习的学期，在进入大学后的第一个暑假也终于到来了！其实在经过了大一学年的学习后，现在的我已经对在暑假那种又长有无聊的日子已经开始反感了。每天没有点目标，总感觉没什么动力。但是暑假是不可避免的，那我就只好去改变自己的生活了！这次的暑假，老师只给我们布置了简单的专业作业，轻松解决后我就开始考虑接下来的时间该做什么。考虑到最近的天气炎热，而且暑假也没什么资金来源，再这样下去连买冰棍的钱都要没有了！所以我就决定了，要去参加一下社会实践！也就是暑假工。

在参考了距离、工资、时间、条件多种因素后，我选择了离家最近的冷饮专卖店作为我的工作地点。毕竟在这么热的夏天，作为需要一直保持凉爽的冷饮店，而且还和我的专业有点挂钩，这里简直是最适合不过的暑假打工圣地。而且真正的开始工作之后，我得到了许多意想不到的成长和收获。

因为是我第一次打工，所以刚去面试的时候还有点紧张，自我鼓励了一会才走了进去。可却没想到这工作都还没上，就先遇上了麻烦。两位同是来找暑假工的大学生们看着也是来面试这份岗位的，但这个岗位却只剩下一个了。这种时候，我就第一次见识到了在工作中与人交流的重要性，我凭着在大学中学来的经验，自我介绍时做的非常流利，轻松的就拿下了这份工作。在正式参加了工作后，我也经历了一些成功和失败，有了一些心得体会，现在我就将这些都总结如下：

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十一

在春暖花开的五月，我们迎来了初中首次社会实践，刚来的



我们是懒散，无组织，无纪律，没有集体荣誉感的一群人。平时在家犹如大小姐的我，过惯了衣来伸手，饭来张口的日子。在这的第一顿饭就让我尝尽了苦头，面对军事化的，哨响声停，安静吃饭，顺序洗碗，就让我有很大的感触。在家里吃饭超慢的我，在这里也学会了迅速吃饭，提高了效率。

在接下来的几天我们学习了军事行走，站立，蹲姿及坐姿等。参观展览馆，让我体会到了xx对人们的危害，吸毒危害家人，自己及其他人。在体验馆中，我了解了各种军事警报的响铃，学会了如何在火灾地震等自然灾害中自我保护的知识！教学员老师的课程让我大开眼界，下午我们走进机器人的世界，通过自己的动手实践，体会到了机器制造者的无限智慧及创造探索过程中的坚信。那节课我学会了动手能力和体会别人的那颗宽容的心，学农我们学习了种黄豆，虽然女生只是放黄豆和盖黄豆，但我也体会到了农民伯伯的辛苦，深刻体会了“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”从今以后不会再浪费不易之粮了。

拉歌，是最有意义的事了。每个人都在使出自己的全身之力为班级乃至自己的学校呐喊，助威。谁也不让谁，那一刻，仿佛我们是一体的。我们一条心。为的只是让自己的学校赢！从口号：“海滨二校怕过谁”这句让我深刻体会，不只是我，好像大家都在短短几天里长大了~我们学会了团结，包容，学会了集体第一。学会了自立更生！

社会实践就快落幕了。我们不再是那群懒散，以自我为中心的孩子了。现在的我们要以更勃发，更积极，刚团结的精神大步走向我们的未来，这短暂的几天，我永生难忘。

## 暑期社会实践心得体会

当我们心中积累了不少感想和见解时，写心得体会是一个不错的选择，如此可以一直更新迭代自己的想法。一起来学习心得体会是如何写的吧，以下是小编帮大家整理的暑期社会

实践心得体会，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十二

1、学校领导对综合实践活动课程开设的认识：（）

a□学校领导专门开会研究过b□成立综合实践活动课程实施领导小组，制定方案

c□组织教师学习省实施意见d□学校领导正在考虑如何实施

2、学校“研究性学习”课程开设情况：（）

a□按要求每周开足3课时b□尚未列入课表，让学生利用节假日做课题

c□把三节课分配给课时少的学科d□每周安排1节课，其余2节课分配给课时少的学科

3、学校“研究性学习”课程排课情况：（）

a□3节课集中安排一个下午b□分散排在下午第3节课后

c□分散列入课表排课d□未列入课表，安排在节假日学生自行开展

4、学校“研究性学习”课程专职教师的配备：（）

a□1人b□2—3人c□4—6人d□没有专职教师

5、学校“研究性学习”课程任课教师的安排：（）

a□学校有组织地规划、安排b□由课时不足的教师分担

c□没有安排任课教师，由班主任组织d□分配给学科教师

6、学校“研究性学习”课程教材使用情况：（）

a□使用省编《高中研究性学习基础》b□学校自行编写校本材料

c□高一学生、教师都有省编教材d□学生用省编教材，教师没有教材

7、学校“研究性学习”课程教学内容的组织：（）

a□按省编教材组织教学b□学校按自行编写校本材料组织教学

c□学生自学教材，自行组织实践

8、学校“研究性学习”课程教学安排：（）

a□先上完理论指导课，再让学生实践b□让学生先实践，发现问题教师再指导

c□分阶段进行“理论—实践—指导—交流”多次循环d□由学生自行实践

9、学校“研究性学习”课程的组织形式：（）

a□学校指定学生分组进行研究b□学生自发组成小组进行研究

c□在学生自愿分组的基础上教师进行调配d□全班围绕一个课题（主题）进行

10、学生“研究性学习”课题的确定：（）

a□学生分组后自行确定b□教师定好若干课题，学生进行选择

c□教师指导学生进行选题d□教师指定学生完成某个课题

11、学校“研究性学习”课程学分认定的方法：（）

a□三年中学生完成2个课题（项目□b□三年中学生完成3个课题（项目）

c□一学年学生完成1个课题（项目□d□

12、学校“研究性学习”课程的评价办法：（）

a□每个课题（项目）结题就给相应学分b□只要做过课题（项目），就有学分

c□以课题（项目）成果为主，结合实践过程的表现d□教师学生一起讨论给学分

13、学校对各级教研部门的要求和建议：

14、学校认为综合实践活动课程的开设应有哪些保障措施：

15、学校认为综合实践活动课程应如何实施：

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十三

他说风雨中这点痛算什么，擦干泪不要问，至少我们还有梦。

我怀着期待和好奇的心，踏上了前往龙佳的路，尽管免不了旅途的晕眩与疲倦，但到达之后，心还是雀跃的。

每个人对一个事物的认知总是有从陌生到熟悉的过程。

初到龙佳时，二班还没有口号，还没有队名，班级就像一盘零散的沙。后来，在与教官的一番讨论之后，我们的队名

是“凹凸曼”，我们的口号是：动感光波、打倒怪兽。哪怕一开始我们被很多人嘲笑，但是后来，它就像是有神奇的超能力一般，使我们这盘零散的沙一点一点的汇聚到了一起，一同度过风风雨雨的这些天。

我知道，即使屡遭挫折，也不能忘记，团结一直存在于我们当中。我还记得我们一起疯狂过的游戏萝卜蹲。大家都投入，我们也就这样一路战胜了两个班，只是后来，自作聪明的我们失误在自己所想的“好点子”上，哪怕在这之后，我们有抱怨有不甘，然而在那过程当中，我却着实看到了大家的团结。

还有“生死电网”的游戏，当时下着雨，我们都脱了鞋，满是泥泞的我们，在教官的一声声呵斥中一次又一次重来，这的确是一个很艰难的任务。游戏进行着，直到最后，只剩下了两个男生，他们到达不了对岸了，我们竭力地想着办法，却又遭到了教官的阻挠。后来，二班的大家拥在一起，中间敞开了一条路，我们呐喊着：“二班少一个都不会完整，你们俩对我们很重要”。渐渐的，我看到了大家泛红了的双眼，肆意流淌着的泪水，风雨中的我们一同在这游戏中敞开了心扉。我还想说，其实我们的泪并不是不懂事的表现，而是青春的渲泄、团结的感动。

我深知，在这个世界上，回忆是最宝贵的财富。

这三天来，带给了我好多好多的回忆，闭幕式之后，这三天的风雨之程便结束了。

在这里，我学着寻找青春，诠释青春，感受青春。

未来，我想我不会忘记，我们的凹凸曼，我们的动感光波、打倒怪兽，我们当时的团结，当时的所思所感。

这个冬季，二班团结的身影，将永远在我的脑海中，挥之不

去。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十四

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，也是为了让我们更多的接触生活，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。

我们现在已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十五

人生中，有许多事情需要我们去。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。下面是整理的关于中学生个人社会实践心得体会范文，欢迎借鉴！

在注重素质教育的今天，假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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。它有助于当代学生接触社会，了解社会。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，步入高中就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的

为社会服务，体现高中生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

我在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，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电脑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。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二. 在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道



## 要打假期工

时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

高中是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这十几天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

2019年7月11日至7月26日，我作为校级社会实践小分队的一员参加了院里组织的暑期社会实践活动，虽然半个月的时间活动让我觉得很累、很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学

到了很多课堂上学不到的东西。也通过这些天的实践，使我对真实的社会有更深切的体会。

炎炎夏日，烈日当头。正是因为有这样的环境才激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看自己能否在恶劣的环境中有能力依靠双手和大脑维持自己的生存。想通过亲身体会社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出自己的不足和差距。

社会实践活动给生活在象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学到了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只有到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰耕多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，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。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

“千里之行，始于足下”，这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。社会实践告诉我，在新经济时代大学生应当具备创新观念和掌握成熟技术有的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要在严密的思辩能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；

我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。

“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短十几天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把河师大人永争第一的精神带去了社区，把师大学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们暑期社会实践的感悟与收获必将在我们成长的人生道路上写下光辉灿烂的一笔。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是学校、学院给我们的难得的学习实践机会，是给了我们的极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能真正做一个奋发有为的现代青年！

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻时光留下太多遗憾！

中学生社会实践教育活动，青少年思想道德教育，青少年学生的生活。学校以17大精神为指南，以为准绳，以《基础教育改革纲要》为依据，实施《小学德育纲要》、《公民道德

建设实施纲要》等精神，了一系列社会实践活动活动，收到了的教育。

在清明节这天，组织全体学生到革命烈士墓缅怀先烈，瞻仰祭扫。革命英雄纪念碑广场前，人们静默肃立。由学校团支部书记致辞，然后由学生代表发言。接着，全体师生默哀三分钟。随后，在《致敬曲》舒缓的旋律中，向烈士敬献花圈。环绕着长眠于此的革命烈士墓区，全校师生一一驻足瞻仰，表达对革命先辈的深切哀思。缅怀先烈们为创建新而抛头颅、洒鲜血的丰功伟绩。这次活动，学生知道了在战争年代有多少儿女参军报国，为祖国的解放事业了的青春与生命，先烈们的利益，不惜抛头颅、洒热血，了旧社会，换来了新的诞生，使后人过上了幸福生活。的生命失去了，但的精神万古长青，永垂不朽。年轻一代的晚辈忘记的丰功伟绩，接过的民族的复兴而努力学习。努力锻炼，全心全意为同学服务，以行动向祖国，向为革命献出宝贵生命的先烈们递交一份满意的答卷，要为祖国建设献出的青春和热血。

树抚育的灵魂，维持生命所需并庇护，的生命形态象树生活，地球上庞大的森林像一张活生生的毯子般覆盖着地球，一张生存不可或缺的毯子。3月12日，学校组织学生植树活动。，学校做植树前的动员讲话：建设生态文明，要在经济社会发展中尊重自然、保护自然、自然，并生态建设。林业生态建设，承担着建设森林生态系统、保护湿地生态系统的职责，肩负着建设生态文明的历史重任。全民植树造林、林业发展，是人与自然相处的客观需要，是建设秀美城乡的途径，是经济社会可持续发展的战略举措。全民植树造林，共建生态文明，是全区的责任和义务，是一项功在当代、利在千秋的事业。希望大家绿化意识、责任意识和义务意识，行动起来，投身到全民义务植树造林活动。

大家纷纷表示，植树活动可以享受绿色环境、环保意识，而且种下一棵树，就等于种下了绿色的希望。希望大家都来人类生存的环境，行动起来，让山更绿、天更蓝、水更清、空

气更清新、人与自然更。

接着学生排着整齐的队伍，带着劳动工具，一路欢声笑语，迈着整齐的步伐，步行来到离学校十几里远的公路边植树现场。老师一声令下，同学们兴致勃勃，干劲十足：挖坑的，拿树苗的，填土的，浇水的，同学们争先恐后，栽了一棵又一棵。栽好了，还踩一踩，把土夯实，树能成活。温度不高，但人人满头大汗，忙的不亦乐乎。不长，展现在同学们面前的是一排排整齐的树木。同学们擦着头上的汗水，想象着不久的将来，走在公路上的人们会感受到无限的绿意，脸上露出欣慰的笑容。

扬州风景优美，人杰地灵，文化沉淀深厚，是历史名城。“烟花三月下扬州”。三月的扬州风光就尽在瘦西湖了。一春天，哪怕还只是春寒料峭时分，就有不少游客迫不及待地走进公园去领略早春瘦西湖别样景致。在“五一”时，组织学生游览了瘦西湖。

坐车一路颠簸，终于来到了瘦西湖。沿着长堤春柳走着，听导游说，脚下的长堤春柳有600余米长呢！向前走，看到长堤边上一棵杨柳一棵桃树交替循环，导游告诉，扬州是双市花双市树，这两种市树。我不时地向周围看，一阵微风吹过，湖面就泛起微波，在阳光下一照射，湖面就波光粼粼，金光闪闪，令人流连忘返，心旷神怡。走到了长堤春柳的尽头，展现在面前的是硕大的两个字：徐园。这两个字的确有来头，还有小故事呢：从前，有人叫徐园，他很横行霸道，百姓们都暗地里叫他“徐老虎”。有一次，他想为题名，谁都不愿意帮他写，他便想出了让书法家帮他写字的计策。他请书法家到家来喝酒，他知道，书法家逢酒必醉。没错，书法家果然醉了。徐园对书法家说：“你帮我写两个成语：清风徐来，春色满园。”这时书法家正在兴头上，欣然答应。写到最后“园”时，一阵微风吹，书法家一下子清醒了，明白徐园的真正目的请喝酒，而是骗的字。可写了这么多了，也不好拒绝，最后的“园”字写得像狂草。去掉外面的框，里面像

老虎的“虎”字，意思是：你只不过是一只笼中之虎。

寒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。

昨天下午的班会课主要是对学生在假期里的社会实践进行展示，让学生谈谈自己的心得体会，总体感觉学生收获较多，这与我在放假前跟同学强调重要性有关！

新课程已经推行好几年了，各种教育机构也一直在强调素质教育的重要性，但是到中学以后，真正推行素质教育的又有多少？因为高考没有改变，升学率在很多人的心里评价学校的一个重要标准，这是很多学校一个重要的指挥棒，作为教师，特别是班主任，值得思考，我们到底要培养学生什么？培养学生应试能力？达成班级高考目标就算教育成功？有没有思考过什么是教育？教育的内涵是什么！

放假前我就强调社会实践的重要性，因为我想现在的社会是培养学生实际的能力，学生走出校园后想在社会上立足并想有所发展必须注重自己的能力培养，怎么培养？首先从高中开始就要有这种社会意识，参与社会实践，接触社会社会。对于这次活动我做了简单的建议，把学生按家庭住址分成小组。

回到学校后，同学把社会实践报告交给我，我认真阅读了每一份，觉得学生很有收获，考虑问题比较全，下面我摘录部分内容。

孙小亮、董媛媛、鲁荔一组，调查的报告题目是《农作物秸秆焚烧的利与弊》，三名同学首先是调查村民对秸秆焚烧的认识，村支部的措施，然后调查行政职能部门新集派出所的态度，最后采访徐乡长，最后得出结论。总体感觉这一组调查问题设计很有层次感，很有收获。

陆丹丹一个人一组，调查的报告题目是《关于不同的人对教

育看法的报告》，通过采访三代人，报告内容虽然很少，但很贴切，爷爷这一辈人认为读书的目的在于做官，父母一辈认为读书是为了找到工作，坐办公室，自己认为读书是为了以后更好的学习，如果不是实践，学生坐在那是想不到这样的思维的。

高敏同学《双桥公园的环境与老人娱乐之间的关系》，选题不错，涉及到民生问题，有独到的眼光。

周梦丽同学的《大城市医院的挂号与收费问题》选题也很好，她是利用假期和家长到省医院看病时思考所得，这个问题也是反映我国医疗改革中还是存在一些问题，虽然她报告不是那么尽善尽美，但是作为一名中学生有这样的思考，对社会的关注，已经难得可贵了。

周玉利、冯鑫云、张佳、孙宪泓、乔以莎同学这一组题目是《关爱身边的老人》，采访的地点五队乡的敬老院，切入点很好，这个问题也能反映出我国农村社会保险发展的程度，如果问题设计更有层次感就如锦上添花。

翟江云的《同龄人打工的感受》做的也不错，通过调查，觉得读书是改变命运的一个最好的途径，读书是很幸福的事。罗建红的《关于农村孩子暑假如何度过的调查》反映了农村孩子假期的生活状况！

海西公园一组，当时同学邀请我参与，在前面的一篇博客中已提过。做的很好！

马中旭、洪莹、周培培、王豆豆，曹字涵、韩娜、陈姗姗，题目是《关于烈士陵园的改变》的调查，做的非常的好，有照片，有视频，最出彩的地方是问题设计非常的好，通过视频感觉同学与陌生人交流时很从容、很自然，不错！

通过这次实实在在的社会实践，同学的能力在一订程度上得



以提高，我想这对学生的成长来说比较重要，因为孩子在成长的过程中成绩只是其中的一小部分。虽然我不能让我们的学校、我们的灌南或者说更大的范围来推行实实在在的社会实践，但是我会利用好我们20班的教育平台，关注学生全身心的发展，因为我的所作所为在诠释教育的内涵！

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十六

### 寒假社会实践中学生心得体会1

寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

由于经济原因我家在\_\_年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己专业的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂不更忙。于是我还是决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销售量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。

这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。今年我家的对联是，上联：您的光临是我的荣幸。下联：您的满意是我的愿望。横批：诚信为本。

诚信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。虽然我家的生意还不错，他的背后是父母亲辛勤的工作。他们每天六点钟起床，十一点才休息，冬天父亲每天五点起床，开着三马车去30里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢？我知道，不就是为了多赚些钱，供我们兄弟三个上大学吗！

我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有很多商品要早上搬出，傍晚再般回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家中还有六亩田地，到了夏秋季节更是忙的不可开交，看着父母亲脸上一天天增多的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一种说不出的滋味。

我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢！我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

通过一个多月的实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，也使我更清楚地认识到自己的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努力学好自己的专业技能，将来回报父母，回报一切关心我的人。

## 寒假社会实践中学生心得体会2

时间飞逝，寒气逼人，寒假在不知不觉中到来了。在学校，主要是学习专业知识，利用每次活动的机会表现自己，增长自己的经验。但我深知在学校学到的经验远不足以将来在社会上立足，所以我要利用寒假时间到社会中实践，积累更多的经验，进一步提高和完善自己。

放假回到家除夕将至，虽然给予我的空闲时间不多，但是我不浪费这些宝贵的时间。经朋友介绍，我来到了一家当地私人开的机械厂寻求机会，这个工厂是专门生产小四轮的。因为春节将至，厂里的工作都基本停止，若想进到他们的生产一线了解他们的工作情况是有一定难度的。而且我发现，这个工厂里的员工大部分都是男工。厂里的负责人知道我的来意后他自己为我的这种精神所感动，但是他不能安排我到一线的岗位上让我体验工人人们的辛苦，但他可以带我去参观他们各个岗位的工作。虽说当时得知不能下到岗位上实践心里是有点失落，但老板的热情和帮助我又从新振奋起来。

来到生产车间，一眼望去都是清一色的男工，女工寥寥无几。而且，车间里都是一股机油味，工人们都躺在车床下工作，身上的衣服都沾满了黑漆漆的油漆和机油。我这下才明白为什么这个厂里男工居多。他们并没注意到我们的到来，全身心的投入到工作中。听负责人说，他们都是从离工厂比较远的地方来的，最远的有将近100公里。为了养家糊口，他们无从选择，早上8点钟上班，他们5、6点钟就得从家里出发，从没发现迟到现象。而晚上大概有8点钟才回到家，他们从没向厂里抱怨过。他们工作认真，不怕苦不怕累，热爱自己的职业、热爱自己的岗位。我听完负责人的讲述不禁对他们产生敬爱之情，他们是我学习的好榜样。他们凭借自己勤劳的双手创造生活，追求自己想要的生活，不畏艰辛，风里来雨里去，坚守自己的岗位，也许会有些迫不得已，但他们从不厌烦这种生活，厌烦这种工作。这正是我需要向他们学习的地方，出了社会以后，一定要吃得苦，从一线开始做起，热爱

自己所从事的职业。

因为工厂还是在生产，所以我们不可以停留太久。我们便走出了生产基地，当时，负责人的话久久的在我的耳边回荡，脑海里浮现出他们风里来与离去的情形，他们给我的启示实在很大。在准备离开的时候，负责人语重心长地对我说了一些话，他叫我努力学习，珍惜学习的机会，有了文化知识出来工作就相对轻松一些，一定要肯吃苦，能放得下自己的架子，勇敢的面对生活带给我们的挑战。

虽然这次实践不是真正意义上的实践，但我觉得他胜似真正意义上的实践。这次实践是我在学校里学习学不到的，我会牢记这一次实践，记住勤劳的工人们，记住负责人的话，我会把他们的这种精神带到学习中来，努力的提高自己。

### 寒假社会实践中学生心得体会3

我们知道一句古诗宝剑锋从磨砺出，只有经历社会的打磨经历了社会的人生百态才能够让自己变得更加强大，更加自信，才能够在我们离开父母的时候，独当一面，而不是一直在父母的保护下成长，因为我们的成长如果一直都靠着父母没有自己去尝试着去做好去努力，永远也不会有所成长。

因此在这次暑假期间，我离开了我的家去外面尝试着做一些简单的兼职工作，来到外面我感到忐忑与不安，因为虽然没有离家多远，但是我却一直没有对生活的周围做了解过。

第一天我来到外面，没有找到任何工作，炎热的天气让我浑身湿透，汗水顺着脸颊滑落，我不愿意就此放弃，坐在公交上在城市里穿梭来去。来着落日的余晖慢慢的洒遍大地我知道时间已经过去一天了，明天是新的一天继续开始，说实话经过了第一天的努力没有找到工作，内心是非常失落的，因为抱着满腔的热情，踏出第一步就惨遭打击，这让我知道了工作的不容易，一份简单的工作也不是那么好找的，我知道

如果我现在放弃不会有谁说我，但是现在我放弃以后遇到同样的问题我又该怎么做呢？我没有放弃我知道遇到挫折是肯定的只是没想到第一步就遇到了挫折，给自己信心是必须的，几天没找到我失落我也沮丧，我不停的给自己打气，不断的给自己加油，最终我找到了一份工作是发传单的，之后我有了第一次的经历后慢慢的也长经验知道了怎么去做了，也做了多份工作，我就这样度过了一个暑假。

在工作中困难是存在的，不像我们在学校如果你做错了，那里做的不好，会有老师手把手的指导你，但是到了社会就不同了，你做好拿的就多，不会有人告诉你怎么去做，更不会有人主动教你，只有自己去努力去拼搏，去学习才能够有所收获，很多时候我们在学校里面学到的知识等到了社会是非常有用的，只要学会去运用会让我们的工作变的轻松，当然不是每样知识都用的到，每个让位需要的是不同的，所需要用的知识也是不同的，对待这些都需要我们不断的去做好，去努力实现。

在我工作的时候遇到的困难我从来没有逃避过，我尝试着去解决，去了解，才最中在暑假时间有所收获，在我们学习中也是一样的，我们学习也需要我们不断的去努力不断的去付出，遇到困难逃避解决不了问题，今天逃过一次，下次一样要面对，只有把问题解决了才能够得到成功，我们的机会都是需要我们去掌握的，学习更是如此只有学好了才能够进步拆能欧股成长。

#### 寒假社会实践中学生心得体会4

今年春节后，我跟随爸爸到他工作的县人大常委会办公室进行寒假社会实践。由于考虑寒假复习和外出活动，我的社会实践的时间安排在1月30日到2月2日的每天上午。

虽说以前也常去爸爸的单位，但作为第一次社会实践，这次的经历还是让我的内心充满期待、激动与好奇。30日一大早，

我早早地起身，按爸爸的提示做好有关准备，换掉了我平常穿的迷彩服，用湿手巾将上翘的头发使劲绉平伏，尽量让自己更接近于上班一族的样子。

到了班上，爸爸将我带到他单位的秘书科，为我作了简单的介绍，就去忙他自己的事。我也就开始了社会实践的第一课。

机关上午工作时间是从早上8：30到中午11：30。考虑我不熟悉情况，科长只安排我复印文件，分发报纸这样的工作。但几天的耳濡目染，还是让我有所收获，感触良多。

秘书科的日常工作主要是电话接听、记录、处理，文件登记、办理、整理，来人接待，环境保洁，物品采购等。这些事情听起来都不难，但要把它们都做好，还真得动点脑筋，勤加练习。就分发报纸来说。一个信报箱有几十个格子，要将上百份报纸、杂志和信件对照姓名准确无误地分好并放进去，就是一项“浩大”的工程。每次，我一面看着分发单，一面找人、找格子，都要1个多小时。想想班上的叔叔、阿姨还有其他许多工作要做，其辛苦程度可想而知！

秘书科工作特别要求及时和细心。我第一次帮忙接电话，当时感觉记得比较清楚、全面。但等到向科长汇报时，才发现自己既不清楚会议的内容，也说不清开会的具体地点。最后还是班上的阿姨查看了来电显示，才通过回拨电话把事情问个清楚。之后，我才知道。机关接电话不像我们平常接电话，听完、说完就行。电话内容往往还要再度进行传达和落实，并做好记录便于事后查看。所以一定要对照时间、地点、内容、要求等项目，以及电话打来的时间、打电话人的姓名和职务，记录人的姓名，办理结果，即时做好相关记录，并尽快向有关领导汇报或办理落实。还有一次，我接到个手机电话，对方说是省政府人大装备处的，要求和县人大常委会领导联系，让我提供有关领导的职务和电话联系方式，被在场的科长当即予以制止。我后来了解到，机关经常会接到这样的电话。对方往往用一些似乎合理的理由，套取有关信息，

继而用于诈骗。至于机关的工作沟通，一般都是通过双方单位的固定电话，由对口部门进行联系。固定电话的号码也有内部通讯录可供查询核实。而且人大作为监督机关，其机构也不可能从属于政府部门，绝不存在什么政府人大装备处这样的说法。所以在机关接待不熟悉的人时，既要热情主动服务，也要有一定的专业常识，还要具备一定的警觉性。

“知识是船，实践是帆”。这次社会实践让我对这句话的意义有了深刻体会。机关文档处理特别讲求效率，往往是领导一边说，一边就要打印成文字。我平时打字都是用拼音，看起来“噼哩叭啦”似乎很快，却打不出多少字来。比较叔叔、阿姨们的工作，不但让我知道自己电脑知识的浅薄，也看到了电脑操作能力的不足。

理无专在，学无止境。这次社会实践让我在中掌握了很多东西，最重要的就是让我对学习的重要性有了更深的认识，明白不注重加强自我学习的人迟早要被社会淘汰的道理。

## 寒假社会实践中学生心得体会5

也许在家长和老师们的眼里，寒假是学习的重要时段，而在我看来，寒假是丰富自己阅历的时间。在寒假期间，利用好每一天的时间给自己充电能够收获很多。下面小编为大家整理了一篇初中寒假社会实践活动心得体会，期望能为有需要的人带给帮忙，请大家参考。

寒假里我和几个朋友一齐去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不明白。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：“你们以后必须还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！

可能这句话并不是只针对她自己一个人，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，这不仅仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

## 寒假社会实践中学生心得体会6

作为高中生的虽然平时将精力放在学习之中却难免存在身体孱弱的问题，至少在平时进行晨跑的气喘吁吁的感觉的确令自己感到有些心塞，这次寒假进行街面正是为了弥补这方面



的不足从而树立锻炼身体的意识，从初期的无所适从到后来的主动打扫说明自己的内心也经历了令人感到欣慰的改变，毕竟平时作为学生的自己面对环卫工人的时候很少发自内心地尊重他们，尤其是在他们处理垃圾的时候更是表现出避之不及的心态，可是当学校举办活动的时候却会以同情的心态来作为获得老师认可的资本，不得不说这种狭隘的心态很容易让自己在学习的过程中走入误区。

其实在很久以前老师便向我们灌输过职业平等的道理又怎能出现这种略带歧视的倾向，虽然当时自己内心并不能将其理解却也尝试过去接受这种理念，现如今随着寒假活动的开展的确让我意识到环卫工人的伟大之处，毕竟无惧寒暑确保着街面的清洁正是他们为社会发展做出的贡献，然而对于这种伟大的人自己却很少将其放在心上的确算得上疏忽了很多，现如今因为社会实践所需才通过街面清扫工作理解他们的不易的确是有些对不起学校多年来的教育。

清扫的过程中虽然比较累却能够凭借着以往进行校园扫除的积累进行解决，只不过连续多天的实践让自己在清扫的过程中感到有些吃不消罢了，可也正因为如此才让我体会到常年在教室进行学习的自己存在着体质较差的问题，再加上平时的时候没有加强这方面的锻炼导致打扫一会儿就感到气喘吁吁，在惭愧的同时也让我意识到适当进行这类社会实践的锻炼对于自己的身心发展很有帮助。

假期的结束也意味着这次街面清扫的社会实践已经离自己远去了，但是在清扫过程中收获的体会却已经成为自己成长旅途中的积累，想想自己的高中生涯又怎能因为以往的疏忽便产生这种不利于学习的心态，所以我很庆幸能够在这次寒假社会实践中认清自身思想观念的弊病并通过日常锻炼使其得到改善。

寒假社会实践中学生心得体会7

对于我们这些初中生而言，初中本身就是一个小社会，在我们踏进初中的时候，我们一只脚已经踏上了社会。而从某种角度上来讲，社会是一所更能锻炼人、更能考验个人能力的综合性初中。只有得到正确的引导，我们才能脱去象牙塔的稚嫩，慢慢了解社会、融入社会并服务社会。而我们只有通过社会实践，我们才能更好的发掘出我们身上潜藏的潜能和存在的不足，为我们今后走出初中、踏上社会做好准备，才能使我们学有所成，成长并服务于社会，以便更好的实现我们的人生价值。所谓的“劳动创造价值”讲的就是这个道理吧。

在重视素质教育的今天，初中生假期进行社会实践作为提高初中生综合素质、引导初中生健康成长的重要举措，作为培养和提高初中生实践能力、创新能力和创意能力的重要途径，一直以来都受到国内各大高校的高度重视。当今时代，社会实践活动被各大高校视为培养德、智、体、美、劳全面发展的优秀人才的重要手段。

适当的参加社会实践有利于使初中生更好的了解社会、融入社会并最终服务社会。同时，社会实践也能够使初中生学到更多在初中学不到的东西，不断充实自己，使初中生更加容易创造价值，实现自己的人生目标以及社会理想。

这是我第一次经历社会实践，当然了，有些兴奋还有紧张应该是可以理解的。对于一个初中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽然天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路，想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

俗话说：“在家千日好，出门半‘招’难！”意思就是说：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。在这短短的20多天

里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自己!这是我参加社会实践得到的深切感悟。

相比于以往我所想的住宿生活很艰难,我才猛然发觉,原来我一直都挺幸福的。在学校无非就是自己洗洗衣服,然后读书写字,累的时候还可以跟同学一起娱乐一下。特别是上了初中以后,感觉相比于以往的读书生活,真的是自由了好多,甚至于很多时候都有不少同学会感觉到迷茫,而且迷茫的是不知道应该做什么,初中生在支配时间方面真的是自由了很多,自由到让不少初中生感觉到迷茫,有时候真的会因为这样感到有些讽刺。

在公司里就不是这么一回事了,公司有公司的规定,自己就一直被限制着什么时候该做什么事,还得小心自己是否做得不好,以防被主管什么的抓着,那个时候被骂就真的是很尴尬了。进入公司进行实践后,自己真的是成熟很多了,我会想着什么可以做,什么不可以做,什么时候做什么事比较合适。现在想来,就算父母不在我的身边,我都能够自己独立!

不仅如此,通过这次社会实践,我更加了解到团队合作在工作中的作用。虽然以前也总是看过并听过这句话,原以为自己已经有够了解的了,但现在看来并不是那么简单啊。“实践决定认识,实践是认识的基础”真的是所言非虚啊。因此,我会依次为起点,以后更加勤奋学习,多参加实践活动,以此来锻炼自己的各方面的能力,努力提高自己的综合实力!

交流与沟通也是一个障碍,是我通过这次实践遇到的一个问题。面对陌生的环境、陌生的人事物,很多时候我们都会选择沉默,以此来回应周围的人事物。因此,如何学会与人交流与沟通时非常重要的。3年之后的我将不再是一名初中生,而是社会中的一分子,要与社会中形形色色的人事物接触、交流以及沟通。

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，我会更加努力，锻炼自己的与人交流以及沟通能力。毕竟社会是由人构成的，一个人是生活不下去的，或者是生活得下去，但却应该是自己孤孤单单、痛苦的生活着。

还有就是，整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一事物，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。

通过这次社会实践，我也明白了：在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，增强了自己的自信心，从这次实习中我深深的体会到没有自己办不成的事，只有自己不想去做而已。

认认真真的学习，勤勤恳恳的做事，这就是生活，是真正的生活！可以说，这次亲身体验让我深刻的了解到，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多、了解的更多，使自己未真正踏入社会就体会社会更多的方方面面。

总之，这个寒假，通过短期的社会实践，我看到了一些在初中看不到的东西，学到了一些在初中学不到的知识。我想，这应该算是我这次做社会实践最大的收获吧！

## 寒假社会实践中学生心得体会8

打算做这次卫生实践，选择这种方式也是希望自己能去多帮助一下他人，作为高中的—个学生，也是已经长大了，是有自己独立的思想，并且也是能去做一些力所能及的，了解，

去接触社会，看看社会是怎么样的，毕竟以后无论我们是进入高校深造或者去到社会打工，我们都是可以有更多的一些小小的经验，并且在接触社会的过程中，我也是我们所学的知识，其实只要灵活的运用，是可以在社会中去用到的。

在清洁卫生的工作之中，我也是知道他们很辛苦，即使是冬天，环卫工人们也是要早起，开始清扫街道，天还未亮，他们就已经在工作的，是为了让我们天亮出行的人有一个干净的街道，白天的时候，还巡查自己负责的街区，看到不干净的或者有垃圾也是需要去处理，可以说一天忙碌下来特别的累，而我也是在跟志愿者一起做事情的时候，知道我们城市的干净整洁并不是那么容易的，是靠我们的环卫工人一点一点的去清扫，去整理，去把城市变得干净而整洁的。

每一份工作都不容易做，在和环卫工人聊天的过程中，我们也是知道他们曾经也是做过其他的工作的，无论是环卫的工作，或者其他的工作，想要在工作里头去做好，都是需要付出很多的精力，如同我们的学习，如果想要成绩变好，那么也是需要我们多努力的做题目，听老师的讲课，课后的时候，要去做好复习，该记忆的东西都是需要认真的去记住的。而我也是通过这次的社会实践，知道，我个人在平时的学习中其实还有提升的空间，还需要我花更多的精力放在上面的，这样我的成绩才能得到提高。其实和工作一样，只有自己认真的去做，还细心的去做，那么和随意敷衍做的是会完全不一样的效果。这次的清洁卫生实践让我感触很深，我也是希望在今后的假期里多去参加社会实践，多了解社会。

## 寒假社会实践中学生心得体会9

寒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。

实习为期一个月，掰着指头算，好像真的很长的时间，可是，等时间过去后，回过头，好像也就那么一小段时间罢了。再看看自己都做了些什么，学了些什么，好像真的没干什么大

事，但心却是充实的，因为每件小事都能让我学到一些小技巧，或是一些体会到一些实在的小道理。由于坐办公室的原因，每件事情都没什么难度，事情虽小却让我学会如何把每件小事都当成大事来做，然后做得妥妥当当的。

三十天的时间确实不是一晃就过。每天坐着，不知道干嘛的日子，刚开始的几天真的难以适应，心情也一时间调节不过来，再加上因为不知道自己要做什么而担心不能把事情做好，只能无精打采的却又带着一份焦虑。等到有事情干时也没反应过来，以至于把一些事情都复杂化了，白白干了半天也没把事情干好。怀疑过自己的能力，因此而沮丧过。几天的时间里，我觉得自己的一片茫然，确信自己明明在过去的两年里都很努力的过着，却发现自己连一些小事也做得马马虎虎的。我想，我不应该是这样的水平，事情不应该是这样才对，可事实却让我难堪。

但那几天过后，某天清晨起来时，呼吸着清新的空气，我发现所有的一切都没变，我还是一直努力着的我，我的努力并没有白费，我的能力还在。就算刚开始的几天不能把事情干好，也不代表我一直都不能把事情干好，我不是一个随意低头的人，更不会随意否认自己的努力与能力。再深深的呼吸一个，心充满力量，不再难堪，不再沮丧。状况真的不一样了，满怀信心的我真的把后面的每件事都干的不错，至少是自我感觉良好，没有出错，也没再出现白忙大半天的情况。

终于明白什么叫“顺其自然”，很多时候并不需要过分的焦虑，也不需怀疑自己的能力，要干的事情，自己终究会有足够的去完成，就算确实无法胜任某件事，那也是暂时的事，人的能力是可以不断提高的。

## 寒假社会实践中学生心得体会10

“实践”是件听起来轻松，实则却“蕴味”十足，甚至意义深刻的事。实践能使你已成的“惯性”和被特定环境“保

护”的生活重新增添一些色彩，确切地说，这是一个“过程”，过程中夹杂着忙与快乐。

“万事开头难”这话一点儿也不假，虽然我参与实践的时间不长，但求职之路的艰辛和求到职之后的茫然让我感叹市场竞争的激烈，感悟到了生活的艰辛。南通是个绣品城，而我所处之地是绣品城中的一幅绣品，密密麻麻的人以此为生，电脑绣花用的是编程，但我不会。况且也不需要寒假打零工的。整理东西，每天在劳累中度过。学不到一点知识。学的最多的可能是对人生的一份坦然，不得以我放弃了这份工作。每天感叹生活的单调与乏味，却不想依靠父母的帮助。哀叹啊，哀叹。奔波了好多天之后，我找到了一份真正意义上的寒假社会实践工作。

xx市姜灶塑料编织厂，厂长姓张，人很可亲。清瘦显得他活力无限。

第二天一大早，我就跟着张厂长来到了拌料车间，车间里堆满了聚乙烯颗粒。张厂长领了我来到一个姓赵的师傅面前说，赵师傅，这是从学校里来参加寒假社会实践的，您就好好照顾照顾吧。

我站在那儿，盯着赵师傅熟练的忙碌着，一袋袋的原料按不同的比例被投放到了搅拌机里。我沉默着，虽然我知道“沉默是金”，但此时此刻却是一块没有光泽的石头。我依然沉默着。等到那师傅忙完后，他给我讲起了塑料业的发展，塑料的降解功能。

塑料是一个新兴行业，发展时间还不长。但目前随着塑料制品的日益增多，“白色污染”也越来越严重。而21世纪又是一个环保世纪，为了保护我们的家园，全世界都对塑料行业提出了一个严峻的问题，就是生产出来的塑料产品尽量是环保的，可降解的。连我们厂也都要这样。现在中国的普通老百姓还在追求价的廉宜和结实度，而国外却都已向环保靠拢



了。你看那个塑料厂已被国外退回了好多产品，就是因为产品的质量不合格，无环保性能，不可降解。降解塑料与同类的普通塑料具有相当或相近的应用性能和卫生性能，在完成其使用功能后，能在自然环境条件下较快地降解。成为易广泛被吸收的碎末。并随着时间的推移进一步降解成为 $\text{CO}_2$ 和水。但从总体而言，当前降解塑料还处于技术阶段，有待于进一步深化研究，工艺进一步完善。并致力于提高性能，降解成本，拓宽用途和逐步推向市场化进程中。

同时配方中还添加了氧化剂和土壤的金属盐。反应生成过氢氧化物。这些将导致聚乙烯链的断裂而降解成为易被微生物吞噬的低分子化合物。最终回到生物圈，进入自然循环。我惊讶极了，一个小小的师傅竟然懂的那么多，中国加入了wto□不止企业的管理人员，连师傅也加入了经济发展的行业中，步伐真快啊。

我实践的那家单位虽小，但却为我们的社会创造了不少的财富，若不论财富，那它毕竟为我们提供了若干个岗位，一个企业“以人为本”，人人都把其当作是自己的一部分，那企业的魅力是怎样的. 大啊。

## 寒假社会实践中学生心得体会11

实践，就是把所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自我所学的理论知识有用武之地。只学不实践，所学的就等于零，理论就应与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。透过这段时光的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不一样，接触的人与事不一样，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，每一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，也有了新的挑战，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我，才能在竞争中突出自我，表现自我。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但你得去面对你从没面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校的理论学习有一定的差距。

在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢？也许老师是正确的，虽然大学不像在社会，但是总算是社会的一部分。我们有了在课堂上对知识的认真消化，有平时作业的补充，我们比别人具有了更高的起点，有了更多知识去应付各种工作上的问题。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时

都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

这次实践也锻炼了我独立的个性。离开了家长、老师、同学，一切都要靠自我。因为在工作中，个人有个人的事情要忙，给予的帮忙也是有限的。做事就不能依靠别人，只有透过自身的努力，走出属于自我的路，才能在竞争中处于有利位置。办事果断，不能唯唯诺诺，才能出成效。在工作中在所难免，会有困难、挫折，在求助别人的基础上，更重要的是自我勇敢地克服，采取用心的态度，培养个人独立处事的潜力，必将获得最终的成功。

我在工作的过程中，我学会了很多，我想这对于我未来很有帮忙。总之，这次难忘的假期社会实践经历使我获益良多，对我将来的发展具有十分用心的作用。

## 寒假社会实践中学生心得体会12

寒假社会实践活动带给我们的是欣喜，是得到成果的喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝

聚力.一方面,我们锻炼了自己的能力,在实践中成长,在实践中学习,充实了自我,增强了口头表述能力,与人交流,真正地走出课堂.去义务地帮助别人,让别人享受自己的成果,使自己陶醉在喜悦之中,有时会很累,但更多的感觉是我在成长,我在有意义地成长,在这之后,我明显地发现自己变开朗了,虽然我自己的力量不足以改变一些东西,但如果再多一些人呢,整个社会共同努力,这才是动力之根本,动力之源泉,使国家繁荣富强的途径,提高国民素质的实践活动.另一方面,我意识到了自己的不足,没有经验,没有与人交流的口才,有些东西以前没有尝试过,难免会出差错,如果我还一成不变的话,以后很有可能没有立足之地,现在的社会不仅要有知识,还要拥有各方面的综合素质以及一些应辨能力,光靠在学校汲取知识,远远不够,从现在开始,就要培养自己的能力.“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中,我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏,刚开始的一段时间里,对一些工作感到无从下手,茫然不知所措,这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错,一旦接触到实际,才发现自己知道的是多么少,这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

我们以后也要珍惜在校学习的时光,不断参加类似的活动,有目的的深入实践,之后还要`进行分析与体会,才能紧跟社会步伐,在以后的生活中站稳脚跟,做一个强人,才能吮能否自己宝贵的实践阅历打开成功之门!

### 寒假社会实践中学生心得体会13

寒假,学校组织同学们做了一次有意义的活动,那就是做社会实践活动。

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。每年有非常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。

现在我们的学习科目——物理、化学、生物，都要通过很多的实验来得出最终的结果，可以得到我们原先不知道的一些东西。

只有做了实践才能得到这些道理，不是吗？1978年，中国共产党说出了“实践是检验真理的唯一标准”。这些都证明，只有真真正正的去实践过，才能的出真道理。

我们现在已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

#### 寒假社会实践中学生心得体会14

冬天很冷，很不想出门，而在外面工作的人，可想而知更是辛苦了，这次的寒假我也是体会了一下在外面工作是怎么样的，知道真的特别辛苦，也是明白那些在冬天室外的工作是如何的艰辛，让我是更加感谢他们对社会的一个付出，让我们能是过上更好的一个生活，这次的寒假，我也跟随我们这儿的志愿者团队去到街道上来帮助环卫工人去清洁卫生，在这次的卫生实践中，我也是感触很深，有一些心得体会。

打算做这次卫生实践，选择这种方式也是希望自己能去多帮助一下他人，作为高中的学生，我们也是已经长大了，是有了自己独立的思想，并且也是能去做一些力所能及的工作，了解社会，去接触社会，看看社会是怎么样的，毕竟以后无论我们是进入高校深造或者去到社会打工，我们都是可以有更多的一些小小的经验，并且在接触社会的过程中，我也是知道我们所学的知识，其实只要灵活的运用，是可以在社会中去用到的。

在清洁卫生的工作之中，我也是知道他们很辛苦，即使是冬天，环卫工人们也是要早起，开始清扫街道，天还未亮，他们就已经在工作的，是为了让我们天亮出行的人有一个干净

的街道，白天的时候，还需要巡查自己负责的街区，看到不干净的或者有垃圾也是需要去处理，可以说一天忙碌下来特别的累，而我也是在跟志愿者一起做事情的时候，知道我们城市的干净整洁并不是那么容易的，是靠我们的环卫工人一点一点的去清扫，去整理，去把城市变得干净而整洁的。

每一份工作都不容易做，在和环卫工人聊天的过程中，我们也是知道他们曾经也是做过其他的工作的，无论是环卫的工作，或者其他的工作，想要在工作里头去做好，都是需要付出很多的精力，如同我们的学习，如果想要成绩变好，那么也是需要我们多努力的做题目，听老师的讲课，课后的时候，要去做好复习，该记忆的东西都是需要认真的去记住的。而我也是通过这次的社会实践，知道，我个人在平时的学习中其实还有提升的空间，还需要我花更多的精力放在上面的，这样我的成绩才能得到提高。其实和工作一样，只有自己认真的去做，还细心的去做，那么和随意敷衍做的是会完全不同的效果。这次的清洁卫生实践让我感触很深，我也是希望在今后的假期里多去参加社会实践，多了解社会。

## 寒假社会实践中学生心得体会15

我们以后也要珍惜在校学习的时光,不断参加类似的活动,有目的的深入实践,之后还要`进行分析与体会,才能紧跟社会步伐,在以后的生活中站稳脚跟,做一个强人,才能哟能否自己宝贵的实践阅历打开成功之门!

## 对于中学生寒假社会实践心得体会范文

中学生寒假社会实践报告

中学生社会实践心得体会

中学生社会实践心得体会

### 中学生社会实践活动的认识和体会篇十七

这次暑假我们有两个月的时间休息，时间充足，如果窝在家里实在是可惜了，我也不想让我变得如同一个寄生虫。因此我选择去社会时间为了不让爸妈担心选择离家进的地方去工作去实践。

我的实践工作很简单就是去卖场去帮助店铺售卖产品，每天早上九点到晚上六点，感觉这样的工作时间还是挺不错的，经过了爸妈的同意我开始在卖场工作了，我就开始卖东西。卖的是衣服，卖场人来人往，每天都有很多人，我每天都要招待很多的客户，我没有多少工作经验，每次客户向我询问的时候我都会脸红，都会非常紧张，怦怦跳动的心让我越听越心慌，但是我知道我既然来到了这里，就必须担负好我的责任，这是我必须要做的事情，也是我应该做的，于是只好硬着头皮，来与客户沟通，因为不太熟练错过了很多的客户，让我懊恼不已，但是经过了一两个星期的努力适应我慢慢的应尽适应了这样的生活，我已经接受了这样的工作，以前工作没有自信，担心做不好，还有就是放不开，但是经过了一段时间的练习，锻炼，慢慢的适应了这样的工作，在工作中开心的工作。

经过了这次时间工作，我得到了锻炼，以前我没有来去工作的时候没有发现，但是经过了暑假工作我发现了自己的问题，那就是我的工作非常的简单，非常的容易，我收获丰厚。以前的我没有自信做事毛手毛脚的，经过了这段时间的工作洗礼，我发生了改变，我不再像以前那样，没有自信，我在工作的时候表现出了自信会感染其他人让他们相信我认可我，让我在工作的时候顺利，让我能够从容的面对来自各处的困难，暑假参加社会实践能够锻炼我们的自信心，让我们在生活中充满自信，面对困难知道了去战胜，敢于战胜困难，明



白了没有过不去的坎，只有不敢付诸行动的人，只要敢做就一定能够有成果的，我真是这样一次次的成功让我能够有所成长。

这次实践让我学会了与沟通，在卖场工作的时候每天都要面对各种各样的客户，沟通是经常发生，表达自己的想法，怎样去拉近与客户的距离，怎样去获得客户的认同都是通过沟通来实现的，我在一次次的练习中学会了沟通，我原本说话不能够表达自己内心的想法，不能够让自己获得别人的认可，但是经过了这段时间的锻炼我不断知道了沟通的技巧也学会了与人沟通学会了说话。

让我收获最大的是我学会了吃苦，在学习的时候我们就需要吃很多的苦，需要面对各种各样的挑战，经过了工作我以后在学习中不会在轻易的放弃自己的目标也不会轻易的就被眼前的困难所击倒，不在害怕学习的苦了，因为学习没有一天到晚上班累，学习相对来说是非常轻松地，这点苦是难不倒我的。

社会实践对一个人的锻炼是非常大的，他不但能够开阔人的视野，也能够改变一个人，让我们得到成长。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十八

为了深入开展中学生社会实践教育活动，加强青少年思想道德教育，丰富广大青少年学生的生活，开展了一系列社会实践活动活动，收到了良好的教育效果。

### 一、利用清明节，到革命烈士墓扫墓。

在清明节这天，我校组织全体学生到革命烈士墓缅怀先烈，瞻仰祭扫。革命英雄纪念碑广场前，人们静默肃立。首先由学校团支部书记致辞，然后由学生代表发言。接着，全体师生默哀三分钟。随后，在《致敬曲》舒缓的旋律中，向烈士

敬献花圈。环绕着长眠于此的革命烈士墓区，全校师生一一驻足瞻仰，表达对革命先辈的深切哀思。缅怀先烈们为创建新中国而抛头颅、洒鲜血的丰功伟绩。通过这次活动，学生知道了在过去战争年代有多少中华儿女参军报国，为祖国的解放事业贡献了自己的青春与生命，先烈们为了人民的利益，不惜抛头颅、洒热血，推翻了旧社会，换来了新中国的诞生，使我们后人过上了幸福生活。

他们的生命虽然失去了，但他们的精神万古长青，永垂不朽。年轻一代的晚辈不能忘记他们的丰功伟绩，接过他们的旗帜继续为了中华民族的伟大复兴而努力学习。努力锻炼自己，全心全意为同学服务，以实际行动向祖国，向为革命献出宝贵生命的先烈们递交一份满意的答卷，要为祖国社会主义建设献出自己的青春和热血。

## 二、利用植树节，组织学生植树。

树抚育我们的灵魂，维持生命所需并提供庇护，没有其他的生命形态象树一般影响我们生活，地球上庞大的森林像一张活生生的毯子般覆盖着地球，一张生存不可或缺的毯子。3月12日，我们学校组织学生进行植树活动。首先，学校领导做植树前的动员讲话：建设生态文明，要在经济社会发展中尊重自然、保护自然、合理利用自然，并主动开展生态建设。林业生态建设，承担着建设森林生态系统、保护湿地生态系统的重要职责，肩负着建设生态文明的历史重任。

全民植树造林、加快林业发展，是促进人与自然和谐相处的客观需要，是建设秀美城乡的重要途径，是实现经济社会可持续发展的战略举措。全民植树造林，共建生态文明，是全区人民的共同责任和义务，是一项功在当代、利在千秋的伟大事业。希望大家提高绿化意识、责任意识和义务意识，行动起来，积极投身到全民义务植树造林活动中来。

大家纷纷表示，开展植树活动不仅可以享受绿色环境、提高

环保意识，而且种下一棵树，就等于种下了一个绿色的希望。希望大家都能来关心人类生存的环境，积极行动起来，让山更绿、天更蓝、水更清、空气更清新、人与自然更和谐。

接着学生排着整齐的队伍，带着劳动工具，一路欢声笑语，迈着整齐的步伐，步行来到离学校十几里远的公路边植树现场。随着老师一声令下，同学们兴致勃勃，干劲十足：挖坑的，拿树苗的，填土的，浇水的，同学们争先恐后，栽了一棵又一棵。栽好了，还踩一踩，把土夯实，确保树能成活。虽然温度不高，但人人都是满头大汗，忙的不亦乐乎。

不长时间，展现在同学们面前的是一排排整齐的树木。同学们擦着头上的汗水，想象着不久的将来，走在公路上的人们会感受到无限的绿意，脸上露出欣慰的笑容。

### 三、组织学生到游览扬州瘦西湖。

扬州风景优美，人杰地灵，文化沉淀深厚，是一个历史名城。烟花三月下扬州。三月的扬州风光就尽在瘦西湖了。一进入春天，哪怕还只是春寒料峭时分，就有不少游客迫不及待地走进公园去领略早春瘦西湖别样景致。在五一时，我们组织学生游览了瘦西湖。

坐车一路颠簸，终于来到了瘦西湖。我们沿着长堤春柳走着，听导游说，我们脚下的长堤春柳有600余米长呢！我们继续向前走，看到长堤边上一棵杨柳一棵桃树交替循环，导游告诉我们，扬州是双市花双市树，这就是两种市树。我不时地向周围看，一阵微风吹过，湖面就泛起微波，在阳光下一照射，湖面就波光粼粼，金光闪闪，令人流连忘返，心旷神怡。

走到了长堤春柳的尽头，展现在我们面前的是硕大的两个字：徐园。这两个字的确有一些来头，还有一个小故事呢：从前，有一个人叫徐园，他很横行霸道，百姓们都暗地里叫他徐老虎。有一次，他想为自己题名，但是谁都不愿意帮他写，他

便想出了一个让书法家帮他写字的计策。他请书法家到自己家来喝酒，他知道，书法家逢酒必醉。没错，书法家果然醉了。徐园对书法家说：你帮我写两个成语：清风徐来，春色满园。这时书法家正在兴头上，所以欣然答应。写到最后一个园时，一阵微风吹过来，书法家一下子清醒了过来，明白徐园的真正目的不是请自己喝酒，而是骗自己的字。可已经写了这么多了，也不好拒绝，最后的园字写得像狂草。去掉外面的框，里面像一个老虎的虎字，意思是：你只不过是一只笼中之虎。

随后，我们来到了二十四桥。二十四桥处处有二十四：桥长24米，桥宽2.4米，共有台阶24个，台阶宽24厘米，两边各24根汉白玉雕柱，高、宽各2.4米……相传，唐代有人在一个月光如水、清风徐徐的夜晚，见到24个清丽婉约的仙女，身披羽纱，手托玉箫，飘上一座小石桥，那舒缓优美的旋律，便从24支箫管中缓缓地流淌出来。听者如痴如醉，吹者如梦若幻；这就是二十四桥的来历。杜牧有诗云：青山隐隐水迢迢，秋尽江南草未凋。

二十四桥明月夜，玉人何处教吹箫。天气晴朗时，蓝天、白云、二十四桥，都倒映在清澈的湖水中，构成了一幅美丽的图画。特别是二十四桥的桥洞和水面的倒影合为一体，形成了一个完整的圆。但是桥的台阶很小，很滑，如果不注意就有可能摔倒，走的时候要小心一点。

瘦西湖的景点太多了，一天没有看完，学生们余兴未尽。通过这次活动，学生真正体会到了家乡的美。

#### 四、参观世界第八大奇迹——秦始皇兵马俑

组织学生到\_x市博物馆，参观了参观世界第八大奇迹——秦始皇兵马俑。通过参观兵马俑展览，同学们进一步了解了秦朝，了解了秦始皇。学生为两千年这一支地下部队惊叹不已，一种神秘的魔力恍惚间把人引入战马嘶鸣、恶战在即的历史

画面.知道了如何修复破损的兵马俑.

同时,还参观了世界珍稀动物展.看到了凶残的鳄鱼、大大的乌鱼、如玉的水蛇、可爱的松鼠、硕大的海龟——真是大开眼界.

通过一系列的尝试,我们深深地体会到:实践活动无所谓好坏,只要实实在在,学生在能力、态度、情感等各方面有了一定的收获,情商得到了培养,就是一种成功,是我们教育引导的成功!

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇十九

本次寒假社会实践活动,我与其他三名同学被分配进入了教体局进行实践,在这段时间里,我按照单位要求在档案馆进行了历年来相关资料的汇总与记录等工作。面对纷繁复杂的档案,我时刻提醒自己要严谨认真,将所有内容一丝不苟的整理好,虽然辛苦,但是当看到一幅幅照片、一篇篇文章条理清晰的展现在眼前,心底满满的成就感。

在日常工作中,我学会了很多道理,比如在工作中有些地方自己不懂,单纯的自我钻研不仅费时费力,还没有好的效果,这就需要积极向同事和前辈请教,三两句教诲就令我茅塞顿开。同时,在工作时也担当起属于自己的`一份责任,不能刻意的逃避,积极主动,自我加压,迎难而上,会有意想不到的收获。

## 中学生社会实践活动的认识和体会篇二十

当我在切身体验劳动时,我才更进一步地融会了这句话的精髓。劳动确实很辛苦,但却是苦中带甜的。劳动的感受,在劳累时大汗淋漓的感受。这些都不是能从我们平时的学习生活中所能触摸到的,这种感受是作为一名劳动者内心深处的,最平凡而又殊于一般的感受。

这一天，（至于是哪天，你自我写好了）我去居委会干了一个上午的.活儿，居委会的负责人让我去小区里面刮小广告。我高兴的应承了下来，心想，弄小广告有什么不容易的，拿手一撕不就成了！于是信心满满的拿着负责人给我的铲子和水桶就走了，谁明白事实和想象是有差距的，并且差距还不小。

我先找到一个贴在地上的小广告，貌似真的很难弄，拿铲子刮了半天也没有太大的结果，本想放弃，然后去干点别的事情，可是不服输的性格使我想到了，还没有什么事情能够难倒我呢，然后，我就在哪里冥思苦想，想主意我就突然想起一次下雨天走在路上时候的情景了，被水冲过的地面上的小广告，很容易就掉了，所以我想到了，将小广告上头弄上水，等了2,3分钟，果然，很有效果，拿手轻轻一撕，小广告就掉了。

看到自我想到的方法取得了成果，当时心里挺兴奋的，于是更加满怀信心，去劳动。