

最新大学生暑期实践心得体会 暑期大学生返家乡社会实践活动心得体会(精选9篇)

在教学反思中，我们需要反思自己的教学目标和教学策略是否与学生需求相匹配。如果你正在写军训心得，不妨先来看看以下我们为大家准备的军训心得范文，或许能给你一些灵感。

大学生暑期实践心得体会篇一

2022年暑假，暂且告别繁忙的功课，回到家乡这片热土，我积极参与到“返家乡”社会实践当中，维桑与梓，必恭敬止，我决定用一次生动的社会实践，回报家乡，记录2022年的暑假，留下一段珍贵的青春纪念。

在此次社会实践中，在家乡提供的众多岗位中，我选择了我对之充满好奇的气象局工作，在此次实践中，我更加了解了气象局工作，我所理解的气象局工作是人工监测各类数据，气象工作人员在各地实时观测，通过此次实践，我发现气象数据观测通过电脑就可以完成，气象工作人员需要做的是通过电脑观测的数据读懂数据，然后经过精密的计算后将准确无误的气象状况通过各种渠道传递给全县人民，在高达39摄氏度的天气状况下一旦区域站仪器出现问题，那么下乡的指令就已经下达，有时候一天要将所有的区域站仪器检测完成，巨大的工作量，即使有现代化的设备加持，仍然不那么轻松。

在此次社会实践中，我学会了怎样做天气预报，怎样读懂电码，更加深刻的理解了气象工作，增长了见识，提高了我的个人能力，为以后更好地参与工作奠定了基础。

大学生暑期实践心得体会篇二

7月19日下午，“资环梦·矿山行”暑期社会实践团走进山东黄金盛大矿业集团，深入了解矿区工作人员的工作方式，认真学习各器械设备的操作与用处，发扬不畏艰苦、任劳任怨的矿工精神，为进一步调研矿区环境做好充足准备。

于矿区工作人员下班休息时间，实践队员于餐厅门口、附近村庄及周边篮球场分发矿山环境调查问卷，并就环境问题的向矿区工作人员与附近居民进行询问了解。经调研，实践队员了解到此矿业公司格外关注附近环境的污染状况，并将如何更好地改善环境污染问题放在集团工作任务的第一要位。

对于矿山环境对矿区工作人员与附近居民所造成的影响这一话题，实践队员向工作人员及附近居民进行详尽了解。经了解，多数居民认为只要矿区开采合理得当，定能做到有效改善环境污染。矿区工作人员谈到山东黄金具备良好的环境治理措施，争取做到经济发展与环境治理双丰收。

经对尾矿库周边庄稼地与村庄的观察与了解，实践队员发现，由于天气炎热与地下水贫瘠、水库中水资源有限，大量庄稼已因缺水而旱死，此现状引起矿区相关负责人及实践队员的高度关注，地表干旱状况严重、降水量少及酷暑烈日所造成的附近大量庄稼地的旱死与村民的财产损失令实践队员与矿区工作人员痛惜不已。如何更好的实现水资源循环利用成为矿区相关负责人及附近居民的重要挑战。就水库中水资源有限这一问题，此公司已采取相应的措施节约用水以保护水资源。

山东黄金，生态矿业，“资环梦·矿山行”暑期社会实践团与你共实践！

大学生暑期实践心得体会篇三

大学生暑期“三下乡”社会实践活动是高校人才培养的有效途径，通过这次下乡活动，我受益非浅，我明白到农村缺少的是教育与信息，同时这也锻炼、提高了我的综合素质。这虽说是我第一次参加社会实践，但我认为将会对我以后的学习起到重大作用，我坚信一个合格的大学生必须要有很好的实践能力，同时也希望同龄人们珍惜青春，用无限的青春创造无限的美丽。

“通过做事和与周围的人比较才能发现自己的不足，才知道怎样去提高”“如果想做就用心地做好，我相信只要用心了你便有收获！”这是我在这次三下乡活动中感悟得到的。在支赴共青城实践服务队里虽然很辛苦，但是我们既然选择来这里就应当克服一切困难，这才能体现我们当代大学生在将来的竞争中更能适应社会的能力。这忙碌的七天“三下乡”的实践活动，觉得只是刹那间的转瞬即逝心中真有些不舍。在这七天里总有辛酸与欢笑。我印象最深刻的就是受到了当地领导和村民们的热情的款待和欢迎。我们队伍也搞了一系列宣传等方面的活动。给予当地村民深下了很好的一个大学生的形象。做为一名当代大学生的我们也以一个大学生的具体行动证明了我们的一切。我们都感到无比自豪。

我们此次三下乡队伍有2位老师，十几名学生。大家既明确分工，又必须紧密协作，每一个人都是团队不可或缺的一分子。能够在这样一支营队中，我感到非常的开心，同时也给我不小的压力。总体上说，我认为是成功的。“成功”，不光是说活动开展的好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。每位同学都积累了一定的社会经验，懂得了怎样与人相处，切身体会到了“科学发展观”的现实意义。参加三下乡有一个重要的目的，就是培养在校大学生的社会实践能力，所以我们这个团队非常注重个人能力的提高。在这几天能学多少就学多少，自己学到的东西才是真正的东西。在服

务社会的同时实现自我的成长，是当代大学生的历史使命。

在下乡的七天时间里，我们做了许多，走访、座谈、参观学习、交流体悟。这短短七天的实践路途并非一帆风顺，相反却是坎坷前行。这其中最大的困难莫过于语言不通，难以交流。在问卷调查时我傻眼了，农户表现出的热情让我们很开心，但他们无法使用普通话与我们交流让我们的交谈甚是艰难，复杂的方言着实让人难以理解，集合归队的时候我们只做了全队最少的2份问卷，与另外两个小组差距很大，让我们小组两人心里始终不是滋味。不过的失落并没有挫败我们对实践的热情，通过总结我们怎么与村民交流才能取得更好的效果，在之后的活动开展和调查的继续进行中起到了很好的效果。实践出真知，古人诚不欺我也。只有亲身参与经历实践，才能获得更多的知识和收获，不断完善自身。真正意义上的锻炼自我，以在将来的工作中更好的服务他人。

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。共青城给我们留下了美好的回忆，留给我们的不仅仅是这一片富饶而美丽的土地，更是当地人的勤劳、豪爽、热情的生活作风，在告别了当地的父老乡亲们，我们又将背上行囊，返回学校，走入一个新学期的开始。通过这次活动，我认识到：基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，这样才能成为一名合格的大学生。

大学生暑期实践心得体会篇四

转眼间已经在县团委工作一个礼拜了，在我看来，这段时间是一种体验，是一种历练，也是一种锻炼。

首先我感到这是一种不错的体验。在当志愿者的这段期间体验了上班人的准时准点，看到了在这里上班的人的忙碌生活，虽然忙碌，但是生活却很充实。我非常有幸能够在上大学期间能够有一次这样的经历，自己也学会了不少东西。虽然有

时是很辛苦的，但是在这辛苦中不知道藏了多少快乐。

其次这段时间也是一种历练，在刚开始来的时候怀着忐忑的心情，因为我不知道自己会遇到什么样的人 and 事，我害怕自己不会做这一项工作，害怕会在工作中遇到问题。但是经过这一段时间我也能够完成领导交给我的简单任务了，所以在这期间我学会了不少。

最后这段时间对我而言，也是一种锻炼。我利用此次难得的时机，努力工作，严格要求自己，社会的确是很残酷，很现实。我庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在将来真正进入社会时不至于像这样不知所措。一个礼拜的工作经验，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。总之，在未来的一个月之内，我会听从领导指挥，严谨认真地完成自己的工作，好好珍惜这次难得的机会，丰富阅历，提高自己的综合素养，为有担当多壮志，希图故乡换新天。

大学生暑期实践心得体会篇五

社会实践是引导大学生走出校门、走向社会、接触社会、了解社会的良好途径。非常有幸我能够参与到青春兴晋“返家乡”的暑期社会实践中，在学习实践过程中我对法院的工作有了更深层次的认识。经过一周的实践生活，除了让我在工作经验和知识上有所增长外，最大收获莫过于“转变”二字。从校园思维模式到社会或者职场思维模式的转变，从“纸上谈兵”到“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的转变，为我今后尽快适应、融入社会生活奠定了基础。社会实践增进了我与社会各年龄段人的感情，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野、增长才干。进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负的历史使命。

大学生暑期实践心得体会篇六

xx月xx日——xx月xx日，在这短短的六天时间里，我们有过感动，有过心酸，有过无奈；我们品尝了酸甜苦辣；也让我明白了“一分耕耘，一分收获”，让我懂得了组织纪律和团队精神的重要性，让我体会到了教育对一个村，一个家庭，一个孩子有多么重要。

以下是我此次“三下乡”活动中的收获和反思：

此次“三下乡”活动，我们来到了xx市xx县xx会xx小学，一个全村每人年平均纯收入只有6250元的贫困乡村。这里交通极其不方便，大部分都是泥路，一到下雨天，泥路便会积水，车辆和人都很难行进。而我们“三下乡”队伍来到xx村的第二天，一大早便下起了中雨；加之xx村的村民分布比较散，每次走访调查，我们都要走上大半个钟的泥路才能看到村民，这无疑给我们的调研增加了难度。而且现在正处在农忙时期，大部分的家长都外出收割稻谷，我们的调研对象又是家长，要如何才能做好我们的调研呢？这又是一个难点。对于没怎么受过苦的大学生而言，体力劳动是我们最头痛的致命伤。六天的时间里，我们每天不止要六点多起床准备，还要走泥泞的泥路，还要收割稻谷，上山除草。让我印象深刻的是那次上山除草，我们下午两点半出发，走了一个多小时才到我们的劳动基地，那是一座用来种黄栀子的山。我记得当时山上的温度高达33摄氏度，我们的队员有的还没戴帽子就直接暴晒在火辣辣的太阳底下。这样几天下来，我们的两个队员感冒了，尽管重重困难，我们还是坚持到了最后，我们不止完成了报告，我们还学会苦中作乐，收获了很多在学校学不到的知识。

“三下乡”活动是一个集体活动，服从队长的安排，听从队长的指挥，队员间互相协作，严格遵守组织纪律，这些都是

每个队员必须具备的素质。在调研过程中，我们会按时清点人数，任何行动都会向组长报告，绝不单独行动，这保证了每个组员的人身安全；

而且我们每组都会根据组员的实际情况进行分工合作，这能有效地提高我们调研的效率。我们不止在调研工作有分工，我们在生活方面也有分工，我们以组为单位，一天一组轮流做饭，这不止提高我们独立能力，也能使我们的工作和生活有较好的规律。但就我们个人而言，我觉得自己在团队协作这方面还需要再努力。作为这次调研报告的主笔手，我很惭愧，我没有做好自己的本职，我只是一味地自己写报告，没有与组员做到很好地沟通，导致自己写了报告模板，组里其他成员也写了模板，使调研报告进展缓慢，而且由于报告模板不同，在协调过程中产生了小小的争吵。虽然最终我们顺利完成了报告，但从这件事情里，可以反映出我自己的不足，在团队里我还缺乏沟通交流，而且我太个人主义了，当出现意见不统一的情形时，我无法很理智地考虑问题，这是我的很大的致命伤，我需要好好反思改正。

我们25个人在xx村这个贫困村庄生活了六天。在这六天里，我们一起调研，一起写报告，一起做饭，一起务农，你累了我们帮你，你病了我们照顾你，我们苦中作乐，陪伴着彼此，有饭一起吃，有活一起干，共同进退，我们像一家人一样，脱下我们的面具，不用担心隔墙有耳，不用害怕暗箭伤人，我们表露自己最真实的一面，也许这就是农村的魅力，它让我们获得友谊，也给了我们人生中一段难忘的回忆。

7月13日，这一天早上是我们义教的时间。据我们了解，这里的教师是没有给孩子上文体课的，综合各种因素，我们的义教开展分为三点：一是教孩子唱两首歌，其中一首是国歌，因为我们了解到这里的孩子都不会唱国歌。我们认为爱国情要从小开始培养，而且爱国不分贫富，身为中国人，他们更是我们国家的未来，是我们国家以后的希望，所以从小培养起他们的爱国意识是必须的；二是和学生一起吹乒乓球，活跃课堂气氛，便于和孩子进一

步交流；

三是给孩子们讲述基本的安全防范意识，希望他们能够学点实用的东西，能够好好保护自己。和别人，特别是在山里，一些常用的安全意识会变得特别有用。

在短短两个小时的义教里，我感受到当地孩子的淳朴、乖巧以及他们对知识的渴望，却也为他们的未来感到担忧，我不禁想：在这样的环境，孩子这样的热情可以持续多久？我本身也是农村的孩子，我知道要跨进大学的校门是相当不容易的。看着这些孩子，我觉得我应该努力学习，提高自己综合能力，回报社会，希望我们国家能发展得更快、更好，让每个孩子都有书可读，让这些贫困家庭的孩子不再因为上学难而无缘大学，无缘我们奇妙的书海。

六天，是苦是甜都已经过去，不会过去的是我们在这次“三下乡”中收获的友谊和在这里的所思所想；

六天，有不足也有进步，这才是真正意义的“三下乡”。“三下乡”为我的大一生活画上了圆满的句号，希望“三下乡”活动能一如既往地开展下去。

大学生暑期实践心得体会篇七

这个暑假也要结束了，现在安静地回想这个暑期里参加的三下乡社会实践活动，一幕幕精彩的画面浮现在了眼前，有意的想去印证些什么，打开团队的博客，我更深地流连于那些队员们辛苦撰写的文章，那些刻录了我们青春笑容的照片，那些我们一同经历的分分秒秒，真的很有感动，很受启发。

没错，我们可以很自信的说自己有过这样一段有意义的经历。这段短暂的时间给了我们不一样的体验，这样的时刻在我们的学生时期不会太多，因为好多事情我们都是第一次，好多地方我们难以忘记，好多人我们深深记在心里，成长的喜悦在我们每个队员的心中绽放。短短的十余天，就好像一串深深浅浅的脚步，我们循着出发时看好的方向，兴奋地向前摸

索，每走出一步我们都会发现自己的行囊之中逐渐增长的重
量，那里有着使我们受益不断的财富，、我们视之如珍宝。

一、全局考虑，事事有真知

三下乡的准备工作最早是在5月下旬就已经开始，学校需要对
各类活动方案进行审核，不少同学已经在努力考虑自己的活
动方案，很多人都希望自己能有机会参与这次活动。在这样
的氛围中我们同学都感受到了一种竞争的压力。

确实我也在思考如何让自己的暑期有些意义，几个同学就一
起讨论如何结合自身专业优势恰当地深入企业机关基层，带
去服务同时受到学习。这个问题的深入思考，让我们找到了
许多的思路，有了方向，团队就这样定下，当时我们几个人
就如战士接到了作战命令一样，兴奋和激动，期待凭我们的
努力做出成绩，可以说是这种敢为精神一直激励着我们顽强
奋斗。

接下来我们需要进行精心的方案策划，所谓精心就是要我们
花更多的心思去考虑我们活动的可行性和创新性，还需要一
定的意义。这是最关键的一步，也是我们全部活动的开端。
古话说：运筹帷幄之中，决胜千里之外。做好了策划起码对
于将来的事情起到了指导的作用，本来我们对于三下乡都是
未知的，但是我们通过查询资料，向师兄师姐们及老师们咨
询，总算形成了我们团队比较完整的方案。这个过程有不少
的困惑，比如说我们最初提出的一些活动计划，往往会因为
各项原因遭到否决，我们需要考虑时间，地点，资金，人员，
影响力，方便程度等等，很多因素需要慎重地考虑过，否则
我们草率地展开活动等待我们的就会是举步维艰，处处碰壁。
通过这些考虑，我们认识到一个活动的成功需要全面的研究，
既要有全盘安排又要有细节上的注意。我们明白成功不能靠
冲动而是要靠我们的聪明智慧。这个过程我们有教训也有收
获，怀着学习的心态深深地体会着。

二、积极好学，处处见学问

这次活动给了我们许多新鲜的体验，参观访问了不少企事业单位。进入这些我们平时难以接触或极少了解的地方，抑制不住自己的好奇和兴奋。我们以了解调研舟山地区石化储运业的发展状况为主题，走访了相关企业机关。包括中化兴中石油转运（舟山）有限公司及其岙山石油储备基地，中石化舟山分公司及其下属多家加油站，普陀石油储备库，舟山浙华石油运输有限公司等企业，还和舟山市港务局，定海区安全生产监督管理局，消防大队等政府单位进行了沟通，另外因为活动的需要，我们也深入到定海区的各处居民小区和公共场所展开了相应的活动。

在这个短短十余天活动中，我们频繁地来往于各处地方，即使再酷热的天气也没有退却我们的斗志，而给予我们的是更加开阔的眼界，积极开放的心态，和更加昂扬的学习热情。在中化兴中岙山石油储备基地之行中，队员们都为其先进的设施和管理所吸引，也感受到了一家目标“建设世界一流储备油库”企业的气魄。很多平时课本上提到过的设施和技术在这里见识到，让我们不再小瞧自己的专业学习，只有学到了最充足的知识技术我们才好在以后的工作岗位上发挥我们的力量。这里库区中每一个油罐的设计，每一根管道的布置，每一个闸阀的安排，甚至在道路的宽度上都有着严格的要求，完全的一个油库不是简单的收发油和储油，它需要整个系统的安全运行，需要各个部门的通力合作。于细微之处见学问，通过这些先进企业的参观学习，我们真是体会到了自己所学的浅薄，接下来我们还有两年的专业学习，好好的给自己充电，储备知识锻炼技能成了我们全体队员的共识。

大学生暑期实践心得体会篇八

社会实践是每一位大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中巩固知识。社会实践又是对每一位大学生知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，开

阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

今年是我学医以后的第一年，我深知自己的基础不是很牢固，所以我一直想通过假期实践来提升自己，弥补自己在学习中的不足，扩大与社会的接触面，也增加个人在社会竞争的经验，锻炼和提高自己的人际交往能力和专业水平，以便在毕业以后能真正走入社会，并且能在生活、工作中更好的处理各方面的问题。也恰好县团委给了我这个机会，此次暑期实践活动，我选择了前往县医疗集团进行社会实践。

这次社会实践使我把学到的书本理论应用到实践中去，通过帮助医院医务科工作，我学会了一些专有名词，也学会了一些在课本上学不到的知识或者是我们还没有学到的知识，通过拓展，我也发现自己知识结构的缺陷，因为现在我是大一，初步的尝试对我来说确实是一笔很大的财富。这周的实践教给我很多，关于我以后应当怎样成熟地面对实际工作。并且，这次“返家乡”社会实践也让我更加融入自己的家乡，变成了真真正正为家乡奉献的一分子。

大学生暑期实践心得体会篇九

2022年的大学生生活是一段特殊的时期，经历了四个月的网课学习后，我偶然间看到了“返家乡”社会实践活动这一公告，这个活动满足了我想去外面锻炼自己的心理，因此在看到“返家乡”实践岗位开始时，我毫不犹豫的选择了报名县残联办公室综合岗这一岗位，也很荣幸被其录取，6月8日我怀着激动的心情到县政府残联办公室报道，到了之后，残联的领导给我介绍了办公室里的同事与职责，让我更好的融入这个新环境，之后我便正式开展了我的实践之旅。办公室里的同事们让我先做一些简单的工作，慢慢熟悉工作环境，同事们都很热情友好，她们悉心指导我该如何做好自己的工作，让我的紧张感和无措感渐渐消退，直至今日我在残联工作已经有一段时间了，这段时期的实践让我对于残联的工作有了

更深刻的了解和认知，也锻炼了自己的实际能力，提高了自己的思想认识，在未来的一个月內，我会继续严谨对待工作，认真学习各种能力，珍惜这次难得的实践机会，提高自己的综合素养，不辜负领导和同事们的指导。