

大学生暑期实践心得体会 大学生暑期社会实践心得体会(大全8篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

大学生暑期实践心得体会篇一

我在盛暑中迎来暑假，我也要阅历一次社会领会。对一个大学生而言，勇于应战是一种根本的. 身体本质。虽酷日当空，天气炎热，我也要去忍受。我是经过给爸爸妈妈帮助来领会社会，来更进一步了解社会。要在实践中添加才智，训练身手，培育自己的耐性，经过社会实践，添加自己的各项才华。

我是在门店帮爸爸妈妈干活，虽然有电扇空调，可是在夏天，稍微动几下，汗就会不自觉地流出，在这个暑假，汗流满面是很往常的事。有时为了给客户要求，我要骑上电动车顶着酷日去库房带货；为了是客户定心，需求把电器都给装起来再试一下才可以；为了推销产品，要要费上许多唇舌，便是为了挣那菲薄的赢利。

在这两个月的实践，我学到了许多，也想了许多，为了拓宽本身的常识面，扩展与社会的触摸面，添加个人在社会竞赛中的阅历，训练和进步自己的才华，以便在往后结业后能真实真实走入社会，可以在日子和作业中很好地处理各方面的问题，实践，便是把咱们在校园所学的理论常识，运用到客观实践中去，使自己所学的理论常识有用武之地。实践可为往后找作业打根底。

经过这段时刻的实习，学到一些在校园里学不到的东西。由

于环境的不同，触摸的人与事不同，从中所学的东西天然就不相同了。要学会从实践中学习，从学习中实践。在实践的这段时刻内，咱们触摸各式各样的人和事，这些都是在校里无法感遭到的，在校里或许有教师分配说今日做些什么，明日做些什么，但在这儿，不会有人告知你这些，你有必要要知道做什么，要自己地去做，并且要尽自己的尽力做到最好。

在校里，只要学习的气氛，究竟校里是学习的场所，每一个学生都在为获得更高的成果而尽力。无论是学习仍是作业，都存在着竞赛，在竞赛中就要不断学习他人先进的当地，也要不断学习他人怎样做人，以进步自己的才华！在这次实践中，我感受很深的一点是，在校里，理论的学习许多，并且是多方面的，简直是八面玲珑；而在实践作业中，或许会遇到书本上没学到的，又或许是书本上的常识一点都用不上的状况。回想这次社会实践活动，我学到了许多，抢手思维汇报从我触摸的每个人身上学到了许多社会阅历，自己的才华也得到了进步，而这些在校里是学不到的。

这次亲自领会让我有了深入感受，这不只是一次实践，仍是一次人生阅历，是终身名贵的财富。在往后我要参与更多的社会实践，锻炼自己一同让自己知道的更多，使自己未踏入社会就已领会社会更多方面。

大学生暑期实践心得体会篇二

暑假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我带来的巨大影响却远没有结束。它使我走出校里，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。xx的社会实践虽然比较辛苦。现在回想起来，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，我锻炼了自己的能力，在

实践中成长；另一方面，我为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我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。

机遇只偏爱有赘的头脑”，我只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，

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。

大学生暑期实践心得体会篇三

在自己还是大学生的时候，暑假那段社会实践你还记得自己当时的感受吗？下面就是本站小编给大家整理的大学生暑期社会实践心得体会，希望对你有帮助！

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，只要是自己所能承受的，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队每一天。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，我很快的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，和其他心员工一样，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。

暑假时间过得好快，短短的五天社会实践结束了。这段时间里，对于我来说，好长!其间有着太多的感受。我想，这是一个过程，一个学生走向社会的过程!我们学习到了很多东西。

实践前期，我与陶奎关于申报社会实践之事进行了讨论，并向学校递交了申请。学院那边批下来后，我们小组成员就活动内容细节进行了详细的讨论。学院里举办的出征仪式上，当我手里扛着队旗，我雄心壮志!一切准备充分后，我们于7月13号晚出发，开始了一段不寻常的旅程。

7月13号晚，我们来到了汉中门，因为去盐城射阳的汽车是明早6点走，所以提前在车站准备好。当天晚上，我们在车站里海阔天空。一下子，我们的距离就拉近了。

当天晚上，我们小组组织了一次紧急会议，对原先做的计划做出了相应的调整。情况还好，我们克服了一些困难，做出了应对策略。休息过后，我们开始了真正的实践。

7月15号，这是我们社会实践的第一天，我们早早地起来，天才蒙蒙亮，然而我们发现田地里早已人声鼎沸。看看手表，才5点半，这时我想起我们在学校时，起床时哪次早于7点?跟他们相比，我们真的是生活在幸福中。当天上午，按照计划，我们采访了村长邓秀委。村长的一身朴素衣着把我们的紧张情绪一扫而光，村长热情地接待我们，并向我们介绍村里近年来的变化和目前存在的问题，并向我们讲述了丹顶鹤保护区建立后村中发生的变化。这是我们的第一次采访，初次

的生涩，慢慢地变成了轻而易举的事。当天下午，我们来到了村中老教师陈老师家中，陈老师现已70高龄，然而依旧健壮。陈老师为村里教育事业做出了杰出贡献，他在那个简陋的小山村里，一教就是30几年。陈老师穿着朴素的衬衫向我们讲述了农村教育存在的问题，他对村里小孩的关爱令我们感动。下午3点，我们告别陈老师家，深入农田与农民叔叔们进行了访谈。对于我们的到来，在田间引起了不小的“风波”，大妈们纷纷放下了手头活，与我们亲切的谈开。他们一一地回答了我们的问题，之后，我们帮他们做些农务活，虽然有点累，但看到劳动成果，心里好开心！

7月16号，我们实践小组一行驱车至射阳县城。首先来到了射阳迎宾馆，迎宾馆是射阳县第一家宾馆，与丹顶鹤保护区有着密切的联系。迎宾馆董经理亲切接见了我们，并热情地配合我们完成了本次采访。董经理告诉我们很多县里丹顶鹤保护区对相关企业带来的经济效益。采访结束后，我们来到了射阳县环保局，环保局工作人员对我们的到来表示欢迎，并为我们讲述了环保局近年来所采取的一些切实可行的环保政策，及环保工作的开展情况。为了进一步了解到环保政策的落实情况，我们来到了环境监督大队，大队们热情的接待了我们，向我们展示了前几个月来各地考察的环境成绩。这些对于从小生活在学校环境里，从小在课堂里长大的我们来说，是一个考验。这里是一个全新的环境，我们必须学会与他们交往。好在他们都是非常热情，让我们活动的开展顺利好多。今天奔波了整个县城，虽然有些疲惫，但是收获不小。

7月17号，终于来到了向往已久的丹顶鹤保护区，首先我们到了镇上的办公室进行丹顶鹤保护区旅客管理制度，及相关政策的了解。下午，我们来到了“鹤乐园”实地考察，对鹤研究所的工作人员进行了一个采访。实践进行的很顺利，这三年来，可以看出我们越来越熟练。从刚开始的羞涩，到现在的落落大方。这些无不体现着我们的成长！

7月18号，时间过得好快，我们必须返校了。当看到车外前来

相送的老人小孩时，我的心震撼了。这几天来我们之间的相处，慢慢地培养出来的友谊，真得很浓厚。我知道，我必须回去，我还有好多事要做，暂时告别吧，大叔大妈们，可爱的小朋友们。

社会实践接近尾声，但这段记忆，我一定会永远记住。我想，这段时间里所学到的知识，我一定会受益终身！

最后，还是让那句诗概括我的感受：山重水复疑无路，柳暗花明又一村。

对我而言，今年暑假与以往的暑假相比是有所不同的，它不再是学习课本知识，而是开始了我的社会实践。我在饭店找了份工作，因而，我的暑假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。

本着一颗不为利益，只为在实践中磨练自己，在实践中寻觅自己的不足，更为在实践中能成长自己的心，我开始工作，深处其中体味了一下这份工作的酸甜苦辣。

一、社会实践经历

工作第一天，领班把任务分配了一下，大家便开始了新一天的劳作。孰不知我这个新手甚么都不会，仿佛大家都以为是约定熟成的东西了吧，我向他人求助了一下，拖地时，但我还使尽浑身解数努力往拖，总算是干净了，擦擦额上的汗珠，我真感到累了，不光是拖地，像擦杯子整餐具，这些活儿跟我们平时干的都不一样，看这些老手们干的都是有声有色的。固然不是很上手，但我觉的很欣慰，让我晓得了，生活中琐碎碎的事很多，但他们中都隐含着各自的规则，需要我们往遵守，往感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获很多，成长更多。

我欣喜地感觉到，通过社会实践的磨练，让我变得更加成熟、

更加自信，我们有理由相信，当代青年大学生有实力承当的起未来建设国家的重担，寻求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才势必成为广大青年学生的共同心声和行动！

二、社会实践主要体会

刚来的前两天是给我们培训的，别以为服务工作是一份简单的工作，为了让我们熟习饭店的基本工作流程和熟习菜品，所以我们干起了传菜。固然传菜部基本上都是男生，我们证明了女生也能够干的一样好。开始练我们端盘子，男传菜员两手各拿一个端盘，我们也不例外，端着盘子往返来往，有的菜品也很沉，就这样走，一走就是一个小时，走的腿都酸了，酒店还给我们发的小跟鞋，想历来没穿过跟鞋的我们，更是一种煎熬啊！工作时我感觉很累，而且很不适应，觉得有些坚持不下来，但最后还是咬牙挺过来了！

宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里挖空心思，虽然这样的实践不能代表甚么，但却能使我们感遭到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比他人多了一份的淡定和冷静，千万不要忽视每件事的细微的地方，由于常常事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我的生活变的多姿，实践让我们的人生变很多彩。

这家饭店是一家四星级的商务涉外饭店，每个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样。这家饭店岗位主要有前厅、餐饮、客房、酒吧、商品部、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部分，是客人用膳的主要场所，也是饭店取得最好经济效益、弹性最大的部分之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味佳肴，令

客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点以后，但是我却从中学到很多书本上没有的知识，也顺利的将所学充分应用到实践当中，做到了理论和实践的结合。

天天上班时间不固定，每周都会给我们排班，有早班，中班还有晚班。上班时开会领班就会给我们先容菜名及价钱和今天的工作日程，还有今天客人订好的包间，哪几个传菜员往哪几号包间服务上菜等等。11点开始站岗了，迎宾在门口等待来临的客人，中午十二点到两点是客流高峰期。4点半过往又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

在服务中，有很多礼貌礼节和仪容仪表是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热忱和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而正确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

由于我们饭店的假期工比较多，由于社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野，了解社会，深进生活，无穷回味。社会实践是一种动力，在祖国需要的时候，我会无条件地把所学的知识的一切奉献给祖国和人民。

走出校门融进社会的大舞台，我们才真正体验到本身知识的欠缺，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。在实践中我们才能真实的知道自己有半斤两，我们需要虚心的向先辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

三、社会实践的感想

经过这次实践的经历，让我深入的熟悉到，不管做甚么事情都一定要认真仔细。学习也应如此，决不能走马观花，特别是在一些看上往不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。进程难免有疏忽的时候，但这时候的我们应当抱有学习的态度主动请教于他人，不放过任何一次学习的可能，由于再细微的工作都存在着它本身的价值和意义。

这次假期的社会实践让我明白了大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，领悟人生的真理，创造人生的价值。建立正确的人生观，价值观。学习职业道德好职业活动中的法律知识，进步职业道德和法律意识，锻炼实际履行职业道德规范和法律规范的能力。正确熟悉当前我国的就业情势，建立正确的择业观和创业观。

以上就是我在假期的社会实践，它给我的身心带来了很深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。通过这次的社会生活体验，我真的感慨颇深，不论是老人还是小孩，不论是工人还是个体户，都应当热忱对待，更应当牢记“诚信”两个字，真正做一个老实取信的人。

大学生暑期实践心得体会篇四

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。

社会是一所能锻炼人的综合性大学，只有我们深入社会，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，才能使思想碰撞出新的火花。为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件。

在短短时光的实践活动中，汗水淋湿了我的衣裤，泪水模糊了我的眼睛。但我选择了坚持。七月，我用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌；七月，我撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，在我的暑期社会实践中，在自己的人生蓝图上留下了光辉灿烂的一笔。

走向社会，走上了与实践相结合的道路，社会实践虽然比较辛苦，但乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。在社会实践活动中，我们锻炼了自己的能力；在社会实践活动中，我们磨练了自己的心智；在社会实践活动中，我们锻炼了自己的才干；在社会实践活动中，我们培养了自己的韧性。

在社会实践活动中我更认清了自己的位置，对自身价值有了更客观的评价。我们表现出了经验不足，处理问题不成熟，书本知识与实际结合不够紧密等。这在无形中使我对自已有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

通过社会实践我学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，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，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。

大学生暑期实践心得体会篇五

转眼之间，炎炎夏日过去了，这已是自己在大学的第二个暑假，蓦然回首，不得不感慨光阴似箭般穿梭中的那份无奈。为了使这个漫长的暑假过得充实，为了给自己的能力作一个检验，所以作为一名高等院校的学生的我，就决心好好利用这个暑假，决定参加学校里组织的社会实践，来锻炼一下自己。因此我参加了由xxx学院组织的“xxx”暑期社会实践，与我的队友走出了校门，获得了与校园里不同的生活，感觉很特别，也很有意义！

20xx年七月中旬，我们暑期社会实践团队走出了校门，进入

了xx的各大广场、公园、社区，进行了xx市民对城市安全现状的调研，同时也大力宣传了城市安全的有关内容。在为期半月的外出调研中我们做了几千份的调查问卷，从中我得到了许多心得和体验。

这次社会实践充满了挑战和****，同时也很累很累。已经在大学校园度过了两年的时光，似乎平时的感觉是轻松的，自在的，甚至有点消极了，而这次社会实践又找到那种充实的感觉啦！虽然很累很累，但是还是好开心好激动。这次实践让我积极起来了，积极地面对接下来的学习。

这次调研我们去了很多美丽xx的公共场所进行了问卷调查，让我收获颇丰。因为在调研中有好多人给了我们好多很好的建议，使我们的调研更加的完美。但也有很多人拒绝了我的调研，虽然使我有失望，但就是他们的拒绝，让我更加有了奋斗，每个人都有不同的性格，被他们拒绝其实也没什么，大不了我再换别人调研，所以当我在调研时想通了这一点之后，在被拒绝后我就不再那么非常的失望，而是积极的去调研他人。

虽然这次的调研不是一般的累，但却是每一天都非常充实，因为它不仅让我精彩的过了每一天，而且还让我找回了那种不顾一切奋进的感觉！我相信在这之后我将会更加努力的去做每一件事，我也坚信在每一件事上我即便是不能完美的成功，但也会有所成就。

社会实践给我带来很多益处。通过参加这样的一次社会实践活动，使我掌握了多种调查和调研的方法，例如针对社区居民关于食品安全、消防安全、交通安全调研，我相信这些丰富多彩的调查和调研方法将在我以后的学习和工作中发挥巨大作用，掌握并且能够熟练地运用这些科学的方法将会有效地提高我学习和工作的效率，使我的学习工作更具有针对性和高效性。在向社区居民发放问卷和跟市民的交流过程中，使得我积累了社会经验，使我在社会中接触各类人群时有了

更灵活的应对手段，使我学会了去与人接触认识，并且与人交流，使我在此过程中，充分地克服了自己害羞畏缩的心理，使我在与陌生人的接触中多了一份自信，也新添了一份自如。我相信在以后进入社会就业的过程中，这一份自信和自如将会永远地伴随着我，这将成为引导我步入社会的一个先决因素，可以说通过这样的社会实践，使我们在面对就业时多了一个竞争优势。社会实践所带给我的是一次能力的全面提升，从实践主题的提出，围绕主题的扩展研究的展开，我们学会了如何在团队地协作下从头到尾地解决一个问题，我们学会了在团队中各司其职，尽忠职守，互相配合，对于我们这些x0后来说，学会合作，学会配合，这将成为我们成长轨迹上一次巨大的突破。我想我们的社会实践活动就是这样一座桥梁，它引导我们的学生去地认识和接触社会，帮助我们这些在'大学生完成由校园走向社会，由书桌走向办公台的转换，避免了大学生在初入社会时所发生不知所措，真正地把大学生的教育与社会就业相结合，培养符合社会需求的高素质人才。

这次社会实践也让我更加确信了人生只有不断的挑战才能进步，只有不断的去接触新的，你才能在繁杂的人群中脱颖而出，才能在这个人世间留下属于自己的精彩！所以要不断的挑战，例如，现在的问卷调查就是我的新的挑战，之前我从没有接触过。在新的挑战中，我们会得到很多珍贵的东西，就让我们在有生之年，不断的挑战，创造出属于自己独特的经典人生。

青春需要刺激，如果带过于平淡，那我们的青春也就没有多少意思了！调研中被拒绝就如家常便饭一样，常常存在，给我们带来了困难和刺激，使生活变得更加精彩，也使我的青春变的活力无限，真的很感谢这次调研，让我懂得了和明白了很多。

社会实践锻炼了我，也培养了我，通过这次社会实践我在各方面都有了提高，已不再是只会学习，不接触社会的雏鸟！

我相信以后我会不断地提高，会比没参加社会实践的同学更能快速而又很好的融入社会，就让我继续这次实践的****，精彩的去走自己的人生吧！

大学生暑期实践心得体会篇六

现xx社会是一个开放性的社会，是一个充满规则的社会，我们国家要与世界接轨，高才能的人是必不可少的，但没实践的人才是无处可用的。因此对于人才的培养应当面向实际，面向社会，面向国际。环境保护本身的社会实践很强所以采用理论联系实际，理论与实际相结合的办学模式是比较可行的，定期安排学生见习，让学生更好的消化所学的知识。本人在xx公司的会计部进行了社会实践学习。

xx公司的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，刚到会计部主管就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于自己在这方面的知识比较匮乏，于是只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、xxxx联等就要靠社会实践时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。制好凭证就进入记帐程序了。

虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随使用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章，才能作废。而写错摘要栏，则可以用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。

对于数字的书写也有严格要求，字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，而且一不留神就会出错，要复查两三次才行。

一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在主管教我先用铅笔写数据，否则真不知道要把帐本涂改成什么样子。从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么回事。主管很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的社会实践过程中，社会实践中，我采用了看、问等方式，对在工作中人与人的关系做了进一步的了解，分析了人与人之间特点，方式。我深深地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，苦累交加，这让我感到非常的难过。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。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，就是我们的教育和实践的确是有一段距离的。

我们的教育应该社会实践得结合起来，采用理论和实践的办学模式，做到课堂教育与社会实践的关系，暑期实践与平时实践的关系，社会实践广度与深度的关系，分别同过课堂，暑期和实践把我们所学的和运用想结合起来，才能更完全的掌握。“千里之行，始于足下”，这近一个月短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个非常重要作用，对

将来走上工作岗位也有着很大帮助。更重要的是要向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

领导和同事们的经验，好的习惯和他们的知识也会是我们人生中的一大宝贵的财富。这次实践更让我肯定了做事先做人的道理，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。

经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在社会实践时我便有意观察主管是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次社会实践的目的了。

大学生暑期实践心得体会篇七

不知不觉之中，暑假又到了。走进了大学距离工作就不远了，工作也就成了大学生最关心的话题之一。而在现今社会，大部分单位在招聘时都打出“有经验者优先”的旗号，可刚离开校园的我们最为缺乏的就是社会工作经验。为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，适应社会要求，在大一结束后的暑假里我决定去亲身体验一下真正的社会。

身在学生，真正接触社会的机会很少，所以这次实践的主要目的是让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，和与人交往的能力，因为在以后的学习工作中，需要与形形色色的人打交道，而我最不擅长的就是和陌生人交流，在当今这个注重人际交往和人脉关系的时代，这无疑会成为我成长路上的绊脚石。而且中国自古以来就很时兴饮食文化，很多交流都是在饭桌上进行的，很多公司和企业都选择这种方式来达成协议。所以，我在饭店找了份工作，在实习的过程中，我感触最深的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将首先在报告中首先讲述我在实践期间积累的这方面的认识和经验。大学期间的实践是每个大学生必须拥有的一段经历，它能使我们更好地认识和了解社会，能让我们学到很多在课堂上根本就学不到的知识。下面是我的心得体会：

1、敢于并善于沟通

大多数矛盾和隔阂的产生都是因为彼此不乐于也不善于沟通，从而使本来并不复杂的问题激烈化，使本来轻松愉悦的工作环境变得剑拔弩张。而且，缺乏沟通也会使自己的信息封闭，从而没办法把需要融合大家意见和看法的工作完满的完成，还有可能因为不能正确理解是上级的指示又不能及时进行沟通，盲目闭门造车而导致工作中出现重大失误。所以面对问题一定要敢于并善于沟通，不要因为害羞或面子挂不住而止步不前，这样才能和同事与上级之间保持良好的关系，才能完满的完成自己的任务，才能树立自信。

2、有耐心和热情

3、勤奋

坚信有付出就一定会有回报。

这次实践我切实地认识到了自己的缺点和不足，例如社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，有时也会得罪老板；刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，但在这其中，我领悟到了很多东西，而这些东西都将会让我终生受用。学校让我们去社会实践真的很有作用，社会实践让我明白工作的辛苦，也让我认识到了合理规划钱财的重要性。

大学生暑期实践心得体会篇八

七月初的太阳已是毒辣，在历经几小时的颠簸车程后，我们终于来到了传说中的新合乡小学。满怀期待而一心喜悦的我们提前也收到提醒山区的条件略微差些，但看到小学的那刻心头还是一颤，并非因为接下来的几天要生活在蚊虫遍布，设施简陋的宿舍，而是心疼孩子们接受的教育质量不够高。差异更能引人深思。这里的风景宜人，民风淳朴，一切都是自然的。

几天的课堂内容都不同，我负责的是科学课。由于学生的人数和年级不同，他们对知识的掌握程度也不尽相同，备课过程中要考虑到各种可能出现的问题，万一冷场怎么办？太闹秩序乱怎么办？学生们听不懂要怎么通俗易懂的解释？走上三尺讲台就意味着要对学生负责，你说的每一句话都可能会影响学生的认知。科学课上我主要教授风和雨的相关知识，从风和雨的形成原因、种类、发生地点、危害和好处等方面讲解，同学们专心致志的听课和融洽的互动交流让我很受用，科学课上的动手实验也着实有趣，神奇的吹气球方式让孩子们不亦乐乎。在上课过程中，我发现学生对于未知的知识充满兴趣。但由于时间的有限，在这段时间里我们能够做的只是打开他们的求知的大门，仅仅能够给他们带去一些新的理念和方法，给他们的暑假增添求知的快乐。

大学生暑期的社会实践心得体会

大学生暑期医院社会实践报告

大学生暑期金工社会实践报告