

# 大学生暑假社会实践心得体会(精选19篇)

教学反思是教师在教学过程中对自己的思考和总结，是对教学实践进行反思的一种方式。以下是一些写作精品学习心得范文，值得我们反复研读和借鉴。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇一

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

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寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，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靠实践的经验和锻炼。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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更

有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，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。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

【精】大学生暑假社会实践心得

【推荐】大学生暑假社会实践心得

【热】大学生暑假社会实践心得

【荐】大学生暑假社会实践心得

大学生暑假社会实践心得【荐】

【热门】大学生暑假社会实践心得

大学生暑假社会实践心得【精】

大学生暑假社会实践心得【推荐】

## 大学生暑假社会实践心得体会篇二

社会实践是大学生课外教育的'一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。作为大二的学生，社会实践也不能停留在大一时期的那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应在结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

因此，为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份促销的工作，虽然仅有10多天时间，但我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的力，自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

促销是一种很好的工作体验，通过人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如不过的人过春节的习惯习俗，春节期间的旅游计划等等。我的促销工作主要是促销电器。

促销的一天基本工作安排是促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。接下来就是正式的工作。每天早上8:30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的感触是对于一个促销员来说，促销产品的同时也是向别人推销自己，用自己的言语、形态让他人了解自己。

### 1、要有良好的专业素质

当我们促销一种产品时，首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识，大量的相关知识的贮备可以使我们能在促销过程中面对顾客的一系列问题，通过，自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题，能使客明明白白的消费。

### 2、要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力

促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流，所以语言表达必须合理得当，说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过，自己层次清醒的说明，把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客，让他们通过，自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态，不能自乱手脚、语无伦次。

### 3、要有良好的心理素质及受挫折的心态

促销每天会面对社会上的形形色色的人，由于每个人的道德修养及素质的不同，会使工作中遇到很多问题。比如有的顾客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

### 4、要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈。

促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

1、不管做什么事，态度决定一切。做一项服务工作，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。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

2、明确目标，合理的设计规划自己。我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过，社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，为社会服务。

短暂的促销工作的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇三

转眼间□xx的社会实践就结束了，回来之后，这几天发生的点点滴滴总是不断浮此刻我的脑海之中。细细品味这几天的经历，心里的感受颇多。

从得知自己能够成功加入院队的兴奋与愉悦到驶往烟台途中同学们的欢声与期待；从实践过程中的劳累与疑惑到实践结束时同学们的满足与不舍，这些都深深地刻在我的脑海之中，这些都是我们不断学习，不断成长的见证。

实践期间，我们走进装配生产一线，清晰的看到一些先进的设备，大家都认真观察生产过程中的.每一道工序，仔细倾听教师的讲解。在参观过程中，虽然我对很多的设备、加工工序没有了解，可是经过向教师以及各位学长们的交流咨询，我对此有了初步的了解。并且了解到当下先进的工艺加工技

术和国家目前的加工水平，这使我深深地感到，我们国家的生产水平与世界先进水平的差距。我们国家还不够强大，作为当代大学生的我们肩负着振兴国家的历史使命。在以后的学习和生活中，应当特别注意自身职责感的培养，能够多一份职责感，能够多一份担当，做一份勇于承担职责的人。这样才能更好的为国家、为社会做出更多的贡献，我们的祖国才能够不断强大，能够更好的发展。

另外，在参观时还看到了工人们紧张有序的进行工作，大家分工明确、团结协作。保证了流水线操作高效运行，这让所有的工作显得简洁整齐。这让我深刻感受到了一个企业精神文化内涵的重要性。这在我们以后的学习生活中同样是这样，我们要处理好同学关系，要有较强的团队意识与团结协作精神。学会不断适应，提高自己快速融入到新的团体环境中的能力，从而为自己的学习和生活奠定良好的基础。

每一天的实践环节，我们都能够有所收获，有所成长。虽然我们的实践过程有些辛苦，但我们却真真切切的学到了许多专业的知识，增加了自身的知识储备。在实践的这段时间内这些都是在学校里无法感受到的，也学到一些在学校里学不到的东西。我们要学会从实践中学习，从学习中实践。经过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会。在社会上，你必须明白该做什么，要自己去做，并且要尽自己的努力做到最好。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！我还认识了很多优秀的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，好好努力，把自己的专业知识学好、学扎实。要想把工作做好，就必须要有足够的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。这次亲身体会让我有了深刻感触，

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。在今后我必须会参加更多的社会实践，磨练自己，让自己认识的更多！

## 大学生暑假社会实践心得体会篇四

怀着多年对社会实践活动的憧憬，今年暑假我有幸参加了由学院组织的武汉理工大学土木工程与建筑学院赴湖南省长沙市中建五局企业调研暑期社会实践队。感受湖南省长沙市中建五局的企业文化，寻找老校友与他们进行深入探讨，感触很深，收获颇多。

浓浓夏日，骄阳似火，依旧挡不住我们“筑梦人”社会实践队的热情。就在这个7月，在领导的带领下我们整装出发。21日我们整队人抵达长沙，进行快速整顿休息后便马上投入到实践活动中。16个人的实践队伍，由于大家之前也有所熟识，所以团队氛围极好，团结意识浓烈，在每晚的总结例会中大家也都积极发言抒发感想，为实践工作顺利进行而出谋划策。策划书，活动推进表，调查问卷，宣传单……一切都进行的有条不紊。

22日，参观中建五局的企业文化馆，建立大学生实习基地。一大早，我们早早的来到公司，在讲解员亲切的带领下，我们参观了企业文化馆，看到他们一路走来的艰辛与成就，感受到中建五局浓厚的企业文化与企业精神。随后我们举行了大学生实习基地揭牌仪式，为武汉理工大学与中建五局之间的美好关系，方便今后学生来到长沙中建五局进行实践活动建立良好的桥梁。

23日，我们与曾在我校毕业，如今在公司表现出色的老校友进行沟通交流。带着之前收集的大学生比较关心的大学生活与就业的种种问题，学长们也一一做出了详细解答，并结合自身工作经历让我们更加切实感受到大学学习与工作就业之间的联系与差异。深刻懂得实践实习的重要性，知识应与实

践相结合才能更好的适应职场工作。随后我们参观了柏宁地王广场项目，亲身来到工地，感受工程实施，烈日当头我们看到的是一张张努力认真的脸。负责人用浅显易懂的方式为我们讲解了工程概况和实施难度，我们自由提问不懂之处也得到一一解答，收获很多专业的知识。24日，我们参观了湖南日报传媒中心工程与梅溪湖工程，并组织了观摩会。

通过这几天工地的参观以及交流会的探讨我深切地感受到企业文化力量是多么的强大，它无声无息的泽润着企业的成长，成为了每个员工共有的信念与工作态度。是它维系着企业的团结与合作，屹立百年而不倒。此外我的另一收获是通过几天的实践，我更加热爱我的专业，明白了大学今后的学习方向，注重知识与实践的结合，在学好专业知识的同时给自己寻找实习的机会来更好的锻炼自己，充实自己，以便能更好的与今后的职场就业相适应，减少磨合，以便更好的发展。同时在做学问的同时也要时刻保持严谨的态度，认真分析解决每一个问题，不可马虎急躁，这是我们土木专业非常需要的。

虽然这次实践结束了，可我们一行人相处所收获的友谊以及我们对于未来的追逐永远不会结束，我们的所得所感也将会令我们受益终身。感谢领导的带领陪伴以及企业人员的热情配合，我们会将我们的收获传达给学生，共筑学院更好的学习氛围。

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

【精】大学生暑假社会实践心得

【推荐】大学生暑假社会实践心得

【热】大学生暑假社会实践心得

**【荐】大学生暑假社会实践心得**

大学生暑假社会实践心得**【荐】**

**【热门】大学生暑假社会实践心得**

大学生暑假社会实践心得**【精】**

大学生暑假社会实践心得**【推荐】**

## **大学生暑假社会实践心得体会篇五**

大学生暑假打工社会实践报告正文开始暑假打工，这个听来不错的真的是那样的好吗，我决定亲自去尝试一下，看看能不能赚到钱。赚钱是其次，首先是看我有没有这个能力，另外是如果我赚到了，也是对我能力的一种肯定啊。还有这是一次宝贵的社会实践啊，以后再也没有这样的机会了，那时我就正式的参加工作了啊。

就这样我打定了主意，就等着暑假的到来了。我真的有点等不及了，就这样苦苦的等待，这一天终于来了。我就这样走上了街头寻找打工的地点。

炎炎夏日烈日当头，正是因为有这样的环境，我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验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，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。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

一开始，对自己手工艺期望很高，经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面。一方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面

是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。

总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，仅正是社会实践只要有工作，能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。第二天，我便开始了我的暑期社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能端盘子，怎么着在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达半个月的实习中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境。笑对每一位顾客。
2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。
3. 注意我的形象，服装、言行、举止大方文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。。
4. 在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章制度和章程，保证上班的工作效率。
5. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。
6. 上课时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7. 处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事。及时汇报。

8. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。我想，在所有的工作中都应该是这样的，自己该做好的必须要做到最好。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇六

时光荏苒，不知不觉我已经度过了两年的大学生活。作为一名大学生，最终是要走出校园，走入社会的。我知道在学校的学习生活让我缺乏实践能力，为了拓宽自己的实践经验，这个暑假我参加了社会实践活动。参加社会实践活动就是引导我们大学生从校园生活过度到社会生活的一个有效途径。暑假是我们进行实践的重要时间。我认为，社会实践活动是一座这样的桥梁：它引导我们大学生去更好更多地认识和接触社会，帮助我们这些在校园中成长的大学生完成由校园走向社会的转换，避免了大学生在初入社会时所发生的不知所措。

我的暑假从七月初开始，在放假前，我自己联系到了宜宾新概念英语教育培训机构，担任了暑期培训班助教这一职务。在实践的过程中，我学会了如何与学生沟通，如何与家长交流，如何与别人合作等一系列问题。这次实践给我带来了许多课本上无法学到的东西，让我受益匪浅。虽然实践对我们大学生来说很辛苦，但是这是我们走入社会所必不可少缺少的，为我们走入社会打下了很好的基础。

由于没有当教师的经验也没有和许多学生相处的经验，在准备面试的前几天，我内心是很忐忑。我很想去教学，因为很想找到一份工作来锻炼一下自己的实践能力，为2年后踏上教

育事业而做好准备。但又很害怕，因为怕自己还不能胜任这一工作，毕竟我没有经验，一切在我心中还都是个数。就这样我开始了我的助教工作。

刚开始，由于没有经验，不知道如何教才好，自己到底教的快不快？学生能不能听懂？我只能反复的问他们能不能听懂，让他们大胆地提出自己的疑问，但是似乎没人这么配合。我只好尽量的放慢速度，放慢速度。同时，我积极地向其他老师学习经验，他们也很乐意的帮助了我。我又结合自己上学时我的老师的教学的方法，终于渐渐形成了自己的教学方法。我总结了一些经验：学习英语，对他们来说最重要的莫过于信心。许多学生一遇到长一点句子就不想学，说学不会。我便一个单词一个单词地教他们，按照意群断句，一点一点学习完一个句子。这样的方法似乎很有效，看到学生能自己流利地读出句子，我欣慰地笑了。其次，学习在于勤奋，有人说靠天赋，但我相信勤能补拙，所以我总会给我的学生布置适当的作业，让他们养成主动学习的习惯。最后就是和家长的交流，我相信一个优秀的学生，必定是老师和家长共同的结果。

实践注定是一个成长的过程，在一天天的教学生活中，不仅感觉自己的教学水平在稳步上升；而且更磨砺了自己意志，培养了自己的责任感。在这次实践当中，我对教师的工作也有所体会。第一，从事教学工作需要“钻心”：我为了这次实践的顺利进行，我投入了大量的精力准备。虽然说对于英语知识不在话下，但我还是找来了教材和教参等专心备课，力求做到在知识上准确无误：除了在“教什么”上下功夫，我在“怎样教”也丝毫不敢马虎。第二，从事教学工作要“耐心”：面对不同的学生，在教学中，我们不能从自身主观出发“想当然之”。对他们所提出的问题要“耐心”地讲解，一遍不行就两遍，两遍不行三遍，同时也应该反省自己的教学方式是否对路，切忌“简单粗暴”，对于不同的学生不能一刀切。第三，从事教学工作需要与人“交心”：在教学中不能够“闭门造车”，要多与外界交流，掌握更多的信息，丰富自

己的背景。

实践结束之后，我感到自己有很大收获：

一、学会了与别人沟通，不管是小孩还是家长。我知道了沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。

二、在适当的时候要主动出击。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

三、无论是在工作还是学习生活中要有热情和耐心。

在这短暂的一个多月时间里，我的观念，我的心态，我的能力在逐渐地发生变化，它让我明白了在社会中打拼的不容易和艰辛。从中我也领悟到作为一个教师乃至作为一个人，一定要戒骄戒躁，要时刻以一种学习的态度来对待自己的工作，注重经验的积累，不断提升自己的能力，这是一个成长的过程，也是必须的过程。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。通过这次实践，我坚信会为未来踏上教育道路奠定踏实的基础。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇七

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难！”意思就是说：在家里的时侯，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!

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性,但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展,不断提出新的问题,促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决,与此同步,人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用,认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识 和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生,但是认识一经产生就具有相对独立性,可以对实践进行指导。实践,就是把我们在学校所学的理论知 识,运用到客观实际中去,使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践,那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。另一方面,实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习,学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同,接触的人与事不同,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。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己,才能在竞争中突出自己,表现自己。

选择了工业设计为专业的我,在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中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,理论部分占主体,而我自己对专业知识也能掌握,本以为到了企业实践应该能够应付得 来,但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校,设计不合理改一改就可以交上去了,但在公司里,老板可不喜欢出错.所谓“逆水行舟,不进则退”,企业要时时保持着这种竞争状态,才能在市场中立于不败之地,就因为这样,企业会对每一个在厂的员工严格要求,每一个环节都不能出错,这种要求在学校里是学不到的,这里更需要的是与实际相结

合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在公司里出错是要负上责任的，这关乎公司切实的利益损失。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，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，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在餐厅里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去学，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己

的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，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的身份。

而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。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，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，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很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，1年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。

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，很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇八

今年的暑假出奇得暖和，不过早晚的温差还是很大。每天一

起来看到干干净净的街道就会想到天才刚刚亮的时候环卫工人就已经为保护好环境提供美好环境做出了自己的一份努力。夏天我们都在吹空调喝着冰镇饮料的时候有没有想过他们在干嘛，酷暑阻挡不了他们，严寒也阻挡不了他们。最近几年夏天有热死的冬天有冻死的这样的事件已经不是一回两回了，或许随手一扔很潇洒，但把垃圾扔到垃圾桶里对我们来说只是一个很小的举动，这么多人都做一个小举动对环卫工人来说真的是一件很有帮助的事。学环境专业的我也一直提倡保护环境，每个人都有责任不让我们居住的环境受到破坏，每个人都做好这么一件小事就会带动更多的人去做，这样我们的环境就好变得越来越好。相反，如果每个人都不顾环境随手乱扔，那人类居住的地方将是一片狼藉。所以，我想我们应该感谢和尊重环卫工人。

作为一名现代大学生，我也懂环境对人类的重要性，当然也懂环卫工人的心酸。所以，在暑假期间，我也在为保护好环境奋斗。虽然只是一个小小的举动，但对我来说也还是很有意义的。

我的实践地点是在一家公司，因为将近年末，公司比较忙，每天都有人加班以至于没有人及时主动地清理垃圾。这是我每天经过发现的，所以决定帮这家公司清理一周的垃圾。每天的快餐盒，饮料盒以及一些杂碎的垃圾都会占满整个垃圾桶，我把快餐盒和饮料盒另外放，每餐吃完我就及时地把它扔掉以免滋生细菌，另外一些垃圾会等一天的工作结束后再清理。第一天干的时候也会嫌脏嫌累，但是以想到那些不怕脏不怕累的环卫工人我也就没有放弃。就算再脏再累答应别人了的就不能退缩。

实践的时间过得很快，一下子一周就过去了。一周前后真的有很大的区别，大家也没有像之前那样不注重环境卫生，也加强了自己的环境意识。看到大家都能更加注重环境了我真的很高兴，看到自己的付出有回报了我也很高兴。这真的只是一件小事，但每个人都努力了，都知道要保护环境了，都

不会乱扔垃圾了，加起来就不只是一件小事了，对环卫工人来说更是一件令他们欣慰的事。

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。

近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们现在开始积累社会经验。暑期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，可以有助于大学生接触社会，了解社会。同时实践也是大学生学习知识锻炼才干的有效途径更是大学生回报社会的一种良好形式。

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

最新大学生暑假社会实践心得

大学生暑假社会实践心得【精】

## 大学生暑假社会实践心得体会篇九

今年的暑假社会实践活动日子早已远扬，同学们感触良深，在这次社会实践中不断经受锻炼，在短暂日子里，让大家难以忘怀。

此次社会实践，开阔了大学生的视野，锻炼了大家的耐性，加大了大家与社会的接触面，进一步激发了我们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

总之，通过暑期社会实践活动，同学们在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。实践证明，社会实践是提高学生综合素质、培养高素质人才的一个重要途径。走出校园，深入社会，实践成才，刻不容缓的“走出去，到农村、工厂、社区去”，发挥知识技能优势，开展各项社会实践活动，更好地服务社会、服务人民、服务社会发展，在活动中提升自我。”

暑假社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可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真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，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，国内外经济日趋变化，每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，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！记得老师曾经说过大学是一个小社会，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的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，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很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

回想这次社会实践活动，同学们学到了很多，从我接触的每

个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

经历了暑假的社会实践，我感慨颇多，我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，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。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，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。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。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中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、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

最新大学生暑假社会实践心得

【荐】暑假社会实践心得

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十

大学的最后一个暑假了，意义有点特别，因而给最近找的工作也特别有挑战力，最终定在一家不大的公司，挑战自己的能力，杭州蓝格广告设计有限公司，我的根本任务简单点解释就是经理助理类型，对外的名字是广告策划和客户管理，因为公司不大，所以任务比较重，从公司的名字就看出来了，公司是做广告的，再缩小下范围就是服装广告，不过公司还承接很多其他行业的广告设计和品牌推广，作为经理的跟班，我接触的都是公司的主要客户，包括很多老客户和大客户，用客户关系理论分析就是忠诚客户，当然也有些新的客户，冲的都是公司最近做出来的名气来，因为公司做了几年了，现在开始从量向质上发展了，所以公司也从被客户筛选到筛选客户的过度，当然对于公司来说这是个好的消息，说了好多了，开始谈我的工作吧。

最初的几天熟悉最近的工作环境和主要的工作内容，因为今年公司的单子来的比往年都要早所以本来的七月淡季，今年却异常的火爆，公司的单子一个接一个的来，我也不得不被经理过早的推了出来，开始直接面对客户，不过也还好，以前做的比较多，最初两次经理都带着我，后来就交给我自己做了，接单谈合同选模特拍摄选片定稿修改出片印刷出货。一系列的任务，让我对广告简单说是服装广告的流程和操作有了熟悉的认知，俗话说熟能生巧，经理很欣赏我好学的态度，我也很吃苦，很多时候都是一个人要跑好多客户同时，不过觉得自己的收获还是觉得很幸福的，关于设计，我也开

始学习了些，主要是用ps出来图片还有cg做排版等等，这些软件以后可能都会用的到，接触了很多模特摄影师化妆师设计师等等，开始了解真正上班工作很多很多，为公司招了俩次设计师，才知道现在原来就业压力这么大[51job刚发出去的招聘信息，俩天时间邮箱里就多了几百封邮件，应聘的电话也是一个接一个，面试的时候才知道没有真才实学原来工作是那么的难找，看到有很多很多的毕业生都在为自己的工作而努力着，想到一年后的自己，加油吧，时间只有一年了，怪不得这么多毕业生都说毕业后三年开始后悔大学没好好学习了呢，我也是啊现在就开始了，学校一直让写实践报告，其实了解我的人直接就到我的博客去看了，那里记录了一个暑假的点点滴滴，多么详细啊，学到的东西也多，大家互相交流嘛，这才有实际效果，呵呵，不过现在再写写吧，和经理一起去黄龙的sos玩的时候知道了我们还只是贫民，当然是指我，四百一瓶的芝华士喝了不知道多少，反正很多，学到了很多看到了很多，心里也多了很多，看见了杭州的生活品质之城的口号，知道自己应该在杭州好好的混下去，因为这里是个人人爱的地方，加油！

大学生暑假社会实践心得【推荐】

大学生暑假社会实践心得【荐】

【热门】大学生暑假社会实践心得

大学生暑假社会实践心得【精】

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

最新大学生暑假社会实践心得

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十一

最近发表了一篇名为《大学生暑假期间社会实践心得》的范文，觉得应该跟大家分享，重新编辑了一下发到。

在早上六点半，就已经在社区门口完成了集合，秉承着为居民做贡献，为社会创清洁的思想，我跟着各位叔叔阿姨去领了打扫的工具。一行人气昂昂的扛着扫把簸箕开始了我们今天的工作。

我跟另外两个叔叔负责的是一条街道，要求将这个街道上的垃圾清扫干净，同时规劝行人卫生礼貌。其中我最难得莫过于将贴在墙上的牛皮癣广告给清除了，这类牛皮癣广告又顽固又难看，一点一点的撕没一会我就觉得指甲痛得不行，不得不重新想办法。

于是我们几人商量了一下，返回我们拿工具的地方找到了一些小铲子，配合水的打湿迅速的提高了我们的工作速度。我们在轻松下来的也开始了互相的聊天，作为最年轻的我自然也受到了最多的询问，当我说我是自愿想要进行社会实践为居民做贡献的时候，两个叔叔都夸奖了我，称赞我说这个年纪的年轻人很少有向我这样主动来参与这样的社会服务活动，哪怕强迫过来都不行。

这些夸赞让我一方面觉得很不好意思，另一方面又让我觉得非常的受用，心里更加认同这次社会实践的决定。在经过一番努力将这条街区的卫生打扫完毕，虽然我们大家都累得浑身大汗，但是看着变得干净整洁的街道时一种放松和舒心的感觉瞬间冲淡了疲惫感。

回到集合点以后，看着大家都是一副汗流浹背的样子不由得相视一笑，静静地等待接下来的任务安排。

在完成卫生任务以后，我们又被分配来去向周围的居民宣传

安全与垃圾分类等知识手册，当那一大摞手册被放在我手上的时候，我是有些抗拒的。因为我对于在大街上宣传感到非常不好意思，特别是当看到路人被我的声音吸引看我的时候，真的是恨不得离开就低下头默默走开。

但是我强行的克制住了自己的这些想法，努力保持着礼貌热情的姿态按照之前教的那样进行宣传。心里一直想着我是在为人民服务，是高尚的行为，并不该觉得羞耻。用这样的话催眠着自己，才让我最终完成了宣传工作。

在回到家以后，我躺在床上回想着今天的收获，首先通过义务劳动这样的社会实践充实了自己的生活，其次这样的公益行为也让我的心灵受到了陶冶，更重要的是锻炼了我的自信心，我相信如果有下一次的话，我绝对不会再感到胆怯了，我将会以更好更优秀的样子完成既定的任务，获得更多的成长经验。

这是篇好参考范文内容，主要描述我们,觉得、卫生、时候、以后,完成、这样的、自己，希望大家能有所收获。

大学生暑假社会实践心得【热】

大学生暑假社会实践心得【热门】

最新大学生暑假社会实践心得

【荐】暑假社会实践心得

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十二

与暑期实践一周以来，在区委宣传部及创城办的领导和同事的指导帮助下，我较为成功地完成了自己应承担的`工作任务，同时增强了自身的思想政治修养，提高了业务水平和工作能力。通过本次实践我认识到，在工作中首先需要熟练掌握业

务知识，以积极的工作态度、高度的责任感投入到工作中，戒骄戒躁，争取在自己的工作岗位上做出优异的成绩。其次应勤奋敬业，始终坚持艰苦奋斗的作风，努力提高工作效率和工作质量，能够做到尊重领导、团结同事，协调好各方面的人际关系。

正所谓“凡为过往，皆为序章”。实践经历的积累，是以后远飞的蓄力。在以后的时间里，通过努力，我将进一步加强公文写作方面的锻炼，注重锻炼自己的应变能力、协调组织能力和创造能力，不断在工作中学习、进取、完善自己。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十三

我是数学教育专业的学生，我们小组的实习学校是离我就读学校不远的“附城中心小学”，所以我们就没有像有些实习老师一样要住校，生活上的困难相对就没有。我们也就可以把全部的精力投入到实习工作中去。

第一天去学校是10月9号下午，主要任务是开实习动员大会和跟老师见面，还有熟悉学校的环境。国庆放假刚回来，同学们都怀着轻松的心情，我是组长，带着全体组员（共5个人）早早就出发了。因为我们都不知道学校的具体地址，要留出一点找学校的时间。一路问过去，比意料中的要容易，我们很快就找到了实习学校。

做了那么久的学生，第一次以老师的身份踏进校园，每个同学都露出一脸的紧张、轻奋。会议过后就是和老师见面，我们的实习班级是4年级（2）班，我们班的老师谢老师是女的，看起来和我们年龄差不多，很友好。聊起来才知道她已经教了6年书了，都很意外。之后便是熟悉我们要上课的教室、办公室，见我们的学生。

10月10号，星期一。实习工作正式开始。参加完学校的升旗仪式后就是听谢老师上课。我们的实习工作分为两部分，一

部分是班主任工作，另一部分是教学工作，之后便是回校总结。说白了就是既要带班又要教课。班主任工作是轮换形式。教学工作的安排是第一周见习。

在见习的一周里，我们就是坐在后面听老师讲课。这种听课和我们以往的听课不一样，这种听课并不是为了学习老师所讲的知识，而是学习老师怎么样讲课，学习如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制授课时间等。要学习的知识真的很多很多。

在见习期间，我就要安排好全组同学的上课课程。还要督促同学们按时学好教案，带领全组同学试教，加强与任课老师的交流，把实习情况及时反映给我们的指导老师，还要做好自己和教学工作。

我第一次上讲台时，上的并不是数学课。因为实习期间正好赶上学校参加市一级学校评比。思想品德的老师要接待上级领导，托我代一节课。上第一节课自我感觉并不紧张。我对这节课做了充分准备。当自任口才出众的我绘声绘色地讲完一节课后，我问学生：“你们听完课，印象最深的是什么？”学生面面相觑，茫然无语。我从此也就明白到，我要上好每一节课，一定要做到以学生的思维来考虑问题，以学生考虑问题的方式来授课。有了这一次的经历，我备课更认真了，课前也带领本组同学反复试教，我上第一节数学课时的效果就好多了。虽然时间方面掌握得不是很好，可要传授的知识学生都能听懂。作业反馈学生的掌握效果也不错。可以算是成功的一节课。

在任课老师和我们的指导老师的教导和组员的帮助下，我的课一节上得比一节好，越讲越熟练，越讲越流畅，都能做到突出重难点，板书清楚，语言流利，自己的课堂驾驭能力有了很大提高，不但可以良好地控制授课时间，也能够适时地调动起学生的积极性，使课堂气氛活跃起来。对上课时的课堂纪律也能完全在掌握之中。可是做个好老师并不是只要做

好这几点，还有教学方法、授课形式等方面都需要我们有所突破。

在收作业时我们就遇到了困难，有几个学生总是不能按时交作业，我们就在下课后要求他们做完作业才能回家，经过一次、两次……基本上都能按时交齐了。作业是全组人员集中批改，这样不但可以给上课的同学了解学全掌握知识的程度，也可以让接下来上课的老师了对学生有一个总体的了解。根据任课老师反影我们班的学生计算能力不好的问题，我要求全体组员上课时在不影响授课的情况下，加强学生的计算能力训练，课后还对个别学生进行辅导，虽然我们每天回来的时间都比别人晚了，可看到学生的成绩在提高，我们都毫无怨言。

在实习前期，正好学校评市一级学校，后期市又要参加卫生城市评比。学生的劳动任务比较重，还要带领学生搞好第二课堂，开主题班会。班主任的工作较重。在本组同学做班主任时，去学校的时间要比别人早，为了同学的安全，我都要求我们全组同学一起去学校。班主任的工作又“苦”又“累”。每天早上要看卫生区，要监督学生浇花，中午要等到学生搞好教室卫生，锁好门才能走，下午还要带学生去搞第二课堂的活动。我们从一开始就向原班主任了解学生轮值的情况，了解本班的卫生区，以防有学生偷懒。这方面我们全组同学都做得比较好，因为学生的轮值情况我们已经掌握，不劳动的学生我们可以直接找到他，对他进行批评，这对其他同学是很重要的，只有“有劳有得，没劳不得”才不会打击其他同学的积极性。也可以从小培养踏踏实实做人的好习惯，避免弄虚作假。

对于班里的一些调皮学生，我们都采取与其多交流的方法来管理。因为你不能对他硬来，你越是态度强硬，他就越反抗，后来就会发展到讨厌老师，讨厌上这个老师的课，厌学等。所以应该在平时和他们多交流，能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导。应该在平时和他们多交流，

能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导。

开展活动，学生是主体，因此开展的活动就应该迎合学生的兴趣。可是第一次我们班开展的活动“跳绳”并不是很成功，主要就是这个活动是学校安排下来的，没多少学生喜欢玩。尽管我们的组员已经很努力地调动学生的积极性，可还是有一些男同学跑到别的班去看“热闹”。第二次活动我们就提早在学生中展开一些调查，询问他们喜欢开展什么体育比赛。通过学生的意见，我们和邻班搞了一次拔河比赛，我想通过这个比赛能够增强班级的凝聚力，培养学生的集体观念。在比赛过程中，女生可谓表现积极，能够很好的为队员加油助威。男生就很默契地同时用力。最终我们以二比一获胜。这就很好的体现了班级的凝聚力。主题班会是通过全组人员讨论决定的，题目是“自定正确的学习方法”，主要是针对班上有的同学成绩较好（如我们班的班长，开学以来到实习结束5次测验都是100分），有的同学成绩较差。我们通过这次班会，让同学相互了解别人的学习方法，自己选择适合自己的。班会很成功，同学们的思维异常活跃，而且小组之间讨论非常积极。

时间过的非常快，当我真正了解学生特点，开始和他们建立起感情时，实习却结束了。虽然非常短暂，但觉得自己学到了很多，特别是认真负责，也尝到了当老师的酸甜苦辣，感受到学生的聪明可爱。在这次实习中，我从任课老师谢老师身上学到很多，同时充分体会到“爱心”在师生中的关键作用，只有你对学生付出真爱，你才能取得学生对你的尊重和信任。但在实习中，我不能很好的做到“爱”跟“严”结合，可能我的他们的爱有点过度，以致于有时有点迁就他们。我想对学生的爱一定要有一个度，而且必须跟严结合。该严的时候就严，只有这样学生才能理解你的爱。

临走的前一天，我们全组同学去和学生告别，当听到学生说出“希望你们毕业来还可以来教我们”的愿望时，我真的非常感动。

这次实习老师对我们的帮助很多，我们每个组员上课谢老师都来听课，并做好记录，下课后和我们认真分析那里好那里不好。我们的指导老师马老师也在上完课后抽时间过去听我们的课，对我们上的课进行指导。真的很感谢他们，只想对他们说一声：老师辛苦了。

还有我们的组员，由此致终，我们的组内都很团结，同学们互相帮助，共同提高。感谢各位同学对我组长工作的支持。

至此，一次完满的实习就告一段落，我们也充分地利用了这次难得的锻炼机会，这是我们走向社会的前奏，尽管还不知将来是否就当一名老师，但我们已经有了当一名老师的经验。也体会到了当一名老师的辛苦。了解了老师的付出，老师的汗水。以后，我会更尊重老师这份光荣的职业。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十四

20xx年11月11日，很荣幸可以跟随经管学院党支部一起进行党课社会实践。这次参观，不仅让我们全组成员了解了中国共产党革命的巨大影响和中国共产党的巨大魅力。同时也让我知道了更多可歌可泣革命英雄人物事迹，接受了一次爱国主义教育。十分具有意义，让我们在真实的环境中得到锻炼和学习。

这一次社会实践，我们首先从主校区出发，经过两个小时的车程到达徐闻县的“文塔”景点。后来，我们还去了“徐闻烈士陵园”。我们了解到在解放海南岛战役中，勇敢的徐闻人民依靠简陋的木帆船从角尾乡灯楼角出发，强渡琼州海峡，创造了木帆船打败舰艇的军事奇迹。在解放海南岛战争中，徐闻人民发挥了重要作用，成千上万船工响应号召，直接投入到战争中，为解放海南岛做出了贡献，徐闻曾因此被授予“解放海南功在徐闻”的牌匾。为缅怀和悼念革命先烈，徐闻将筹建解放海南岛渡琼作战烈士陵园。

最后，在党员培训基地里面，我们了解到许多革命先辈为建设人民美好的家园共同奋斗的血汗史，深深感受到了作为一个共产党员身上附带的责任感和使命感。在本次社会实践之后，我决心要向革命先辈学习，努力学习科学知识，要有当祖国接班人的决心，并为此不断奋斗！！更要珍惜我们今天来之不易的幸福生活，要刻苦学习文化知识，让我们的国家变得更加繁荣与强大，也让和谐的生活更加美好。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十五

大学是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的小花了，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。下文是本站小编整理的暑假期间社会实践心得范文，欢迎阅读参考！

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，体现大学生的自身价值。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。坚持社会实践与大学生课外科技学术研究相结合，培养和提高大学生学术科研能力与水平，因此我们积极地参与了进去。

首先，刚到事务所的几天就让我深深的体验了法律执业者的辛劳，他们从事法律工作的敬业与热情，以及拥有的高超的专业技能令我深深的折服并深深的感染着我。这段时间里学到的知识和经验大多源自律师的谆谆教导，对于像我这样一个在校学习的新手来说，需要学习的东西还很多，无疑，他

们就是最好的老师，感谢他们一个月以来对我的悉心教导和关心。

在本次实习中，更多的注重了理论与实践的相互结合，通过实践熟悉理论知识，在实习中学会做人、学会做事、学会学习。通过实习，我深切的感到所学知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。法律执业是一项实践性和专业性很强的职业，需要干练的法律实务和渊博的法律知识相结合。这一个月短暂而又充实的实习，让我认真体会社会所需人才的类型，以便能快速的与社会接轨，为我在往后三年的在校学习明确了目标，寻找正确的学习方向，带着问题学习，让我有机会更深入地去思考今后的人生和职业规划，是大学生涯中一段难忘重要的经历，对我走向社会起到了一个桥梁的过渡作用，对将来走上工作岗位起到显著的帮助和指导作用。

随着实习的结束，虽然时间不是很长，在实习中也有许多的不易和困难，但这次的实习使我受益匪浅，加深了对律师行业的认识和体会，同时也改进了学习的方法，提高了学习的自主性。此外，我在实习期间还认识了许多律师和法官朋友，同他们在一起，我学到了很多在书本上见不到的为人处事的方法和经验。

一个月的实习结束了，在实习结束后，我恋恋不舍的离开了和我在一起工作一个月的同事，也离开了我工作一个月的律师事务所，回想这一个月时间过的真实很快，我相信在季后的大学三年里，我还是会继续不断的实习，我会在实习中继续不断的进步，我相信我会的，我能够成功，我成功的开始就是我的暑假实习！

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。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十六

现在的大学生大部分都会出去实习，为期30天的社会实践圆满的结束了，为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作情况，记下这次社会实践的感悟，记录这30天里的一点一滴。

我很庆幸能在放暑假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那么干净的一块小小的手机屏。

如果问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第一件事是什么？我的回答就是工作中要先去掉“学生味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”并不能作为工作中出现错误的借口，别认为犯错是理所当然的，因为此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中的“随意性”决不能带有。从我入职开始的不久，就转入外观。我又有了一位师傅，这是一直到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做什么工作都要有责任心。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力并不等于全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不仅仅是个人的利益。”

工作虽然简单甚至单调，但是考虑下去任何细节都很重要，每一个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，也许是在无尘室清过屏的缘故吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开

始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶尔会因为我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下去了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么？”我不语。我只在心里记着师傅的话。日后的每个屏我都会很认真的去看，而我的速度却很慢。我师父说只要你掌握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的能力不断提高，我师父每天都很开心，我的速度提高了，也便可以帮她减轻些辛苦。每天在工作中随着开心下班。

态度决定一切，在学校部门工作，会很随意，一旦走出校园，如果还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那么你将很快被人比下去，因为一个公司需要的是有生产力的员工。每天提醒自己无论是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十七

这次社会实践期间，我出现过很多次的失望、后悔、退怯，甚至真的差一点就中断了自己的实践。但我自豪的是，无论期间发生了什么，我如今都坚持了下来！这给我带来的意义不仅仅是实践活动的成功，更是对自我的一次挑战的胜利！在此，我回顾，并将自己的实践体会记录如下：

## 一、工作经历的体会

这次的的工作十分的辛苦，虽然没有体会过其他的工作，但至少在校园中我们从未有过这样的体会和感受。哪怕是当时最为辛苦的军训，也是比不上的。

因为在这次的时实践上，我们体会到的不仅仅是身体上的劳累，更是思想和心理上的疲惫。工作上，我们作为暑假工，因为缺少经验和能力，负责的都是是一些简单，但却耗费力气的工作。期间，虽然身边的领导和同事一直都很照顾我们，甚至领导还会亲手指导我一些工作的完成。但工作任务来说，每天都是枯燥且辛苦的体力劳动，而且犯错的时候还会受到批评，让人感到心中很别扭。但反思自己，我也清楚的认识到自己现在的的能力，能负责的也只有这份工作。

体会了工作，我真真正正的感受到了工作的辛苦，很枯燥。但这并没有打消我对工作的期待。反而是让我认识到了自己于实际工作岗位的差距，让我对未来的自我提升有了更明确的计划和准备。

## 二、社会环境的体会

来到了社会，我们身边的环境也发生了很多的变化。工作期间，我认识了很多的同事朋友。他们有些年纪和我差不多大，但却已经全职在工作岗位上了。和他们的交流，我感受到他们对学习的不在意，但也因此就止步于此。这让我意识到自己也不能满足自己的成绩，一定不断的学习，不断的进步。

但同时，从他们的身上，我也学习了很多工作的经验，了解了许多生活和为人处世上的知识。这让我在生活方面顺利了许多。

## 三、实践的收获

这次实践，我从工作的方方面面了解了社会和工作。虽然这也不过是社会的“冰山一角”但我对自己的定位和今后的目标都有了更加明确的认识。我相信，这份经验可以帮助我更好的完善自己的学习计划，让我在今后带着更大的动力和热情去学习更多的知识！

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十八

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。

走过沼泽，才知道陆地的坚实；通过合作，才知道团队的力量。人们常说大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会，我们不再是象牙塔里不能经受风吹雨打的花朵，通过这次社会实践活动，让我学到了很多的东西。

最初的开始有迷茫，我们收获的是坚定。

设计问卷时，原先计划用四个小时完成的任务用了将近六个小时才完成，因为我们对问卷的设计一无所知，从查阅，调取资料，选择问题是都不是一件很快就可以完成的事情，但大家都没有怨言，耐心的选择，设计每一道问题。直到天色已晚，才设计完毕。

本来我们认为这是一个简单的事情，没想到过程却让我清醒的认识到任务的艰难。但看到调查问卷印出的那一刻，心里却是坚定，我相信我们一定会做好。

最大的考验是寒冷的天气，我们收获的是坚持。

记得那天在曲园做调查问卷，寒风凛冽，大伙们都瑟瑟发抖，但是还是坚持着。面对着来来往往的人们，无论寒风多么刺骨，大家都微笑着去面对每一个人，相信微笑是最好的法宝，能够让匆匆的人们拿出宝贵的时间为我们填一下调查问卷。

我们都被拒绝过很多次，即使拒绝，也要向人家说一声打扰了。但是我们不放弃，就这样，一个早上，我们就完成了近400份的调查，手里沉甸甸的，是喜悦，是自豪，是团结的力量。

最乏味的事情是查找资料，我们收获的是耐心。

抵御住寒冷的考验之后，在查找资料的过程中却最使我们烦躁。对报告的形式一无所知，对接下来的工作毫无头绪，对在哪里查找更是一头雾水，这一切都在消磨着我们的耐心，我们想过要逃脱，想过马马虎虎过去算了，但最终我们还是坚持了下来。我们深刻的感受到，有耐心才能做好工作。

沟通是最重要的事情，在沟通中我们收获了最多。

最任何工作都离不开沟通，这是我们最大的感悟。最整个过程中，因为我们性格的不同，意见的分歧，我们有过争辩，彷徨，迷茫，正是不断的交流，才让我们的分歧越来越少，在大家的沟通下，我们分配好任务，使每个人的工作更加清晰。

尤其在回家以后，交流与沟通更成为至关重要的东西，我们在沟通中进行商讨，在沟通中互相鼓励，身在不同的地方，却依然团结。

## 大学生暑假社会实践心得体会篇十九

寒假的生活总是多姿多彩而又轻松的，有着充足的时间去安排各项活动，当然也少不了寒假的社会实践。

在这个寒假里，作为大学生的我们决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我们来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我们便开始了实习。我们分成了两个小组，第一个小组负责前台登记，账务

结算。

第二个小组负责客房的服务和打扫。然而，前台登记并没有我们想象的那么简单。我们先了解了怎样登记，怎样刷房卡，怎样扫描客人的身份证和输入客人的信息并发送到公安局。在简单学习怎样解决一些紧急状况之后，我们开始了实习。不一会儿，来了几个客人，询问了一下房间的价格，我们怀着微笑回答。或许因为我们热情的服务，客人二话不说便决定入住了。

在我们登记了旅客的信息后，我们把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。第一次登记，便让我们几个成员有了成功感。我们继续保持着这份感觉，愉快的奋斗了一个早上。

虽然有些辛苦，但汗水见证着我们的劳动，留下了我们辛苦后的痕迹。但下午的却没有早上那么顺利，在将近1点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最冷的时间段，很多客人打来了电话。有耐心询问的，当然也有大发牢骚，怒气冲天的。但我们现在是服务生，所以我们平静焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。

虽然有些客人还是听不进去，但我们可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我们也就松了一口气。当我上楼的时候，发现第二小组的成员忙不开交，干的都是累人的体力活，但是这也是一种工作，也要做好。他们首先要认别大小被单，被套，床单，床套。然后学会整理床，包括套被子，放床套，铺床单，套枕头套。还要打扫房间和卫生间，扫地和拖地，换掉用过的毛巾，浴巾，牙刷，牙杯，清洗浴缸等。不时在打扫的过程中，还要给房间的客人送去他们所需要的物品，为不会开门的客人开门。

当然，打扫房间的质量要高。他们第一次打扫的时候没仔细，没清理掉墙角的烟灰，客人知道后便向经理反映。他们了解情况后也就吸取了教训，开始仔细认真地打扫，并热情地为

客人送物品。但半天下来，他们便累趴下了，但他们在中午休息一下后，又开始清理楼梯了。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我们便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我们在以后的生活里更好地经营理财，规划等。

在接下来的几天里，两个小组都慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。前台登记的成员和客房清理的成员都提高了他们工作的效率和质量，开始默契地配合。

例如，在客人退房后，我们总台的服务生会打电话通知打扫，他们打扫完后再通知总台，进房间清理的登记。当在房间里的客人需要什么时，总台的服务生也会通知他们把东西送到房间。避免了自己运送的时间浪费，也提高了整个经营的运转效率。在快要结束的时候，我们向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

例如，在周末，节假日的时候往往房间的入住率会比较高。当然这也会受到一些特殊情况的影响，像xx□停电，停水等等。所以我们认为应该要把握好房间入住率的基本情况，针对现实的情况，实行相应的策略。当然，在一段时间的经营后，可以考虑对房间进行一些装修，从而可以大大提高房间的入住率，给客人带来新鲜的感觉，提高旅客的满意度，有利于做“长久生意”。

总而言之，我们不能拘泥于现状，要不断地推陈出新。这样，我们经营的宾馆才不会随着时间的推移而“变老”。同时，我们也要完善经营管理制度，实行奖罚分明的政策。在小的经营范围内形成一个良好的运作机制，从而能使宾馆可持续地，高效，健康的发展。在经营的同时，让自己不断学习经营之道，理财之道，规划之道，投资之道。结合科学理念和现实状况，使我们的工作事业蒸蒸日上！

大学生寒假假期社会实践心得

## 2021大学生假期社会实践报告

**【荐】** 大学生社会实践心得

**【推荐】** 大学生社会实践心得

**【热门】** 大学生社会实践心得

**【热】** 大学生社会实践心得