

寒假社会实践心得体会范本大全（34 篇）

寒假社会实践心得体会范本大全（通用 34 篇）

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 1

生活，带着年轻人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

社会实践活动一向是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多以往根本无法懂得的道理。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我此刻才明白其实真实的生活远没有想象中的那么简单那里会有很多想象不到的问题，很多问题中又有复杂的关联，这么想起来生活的确会很累。所以就必须要提高自我处理问题的本事，让复杂的问题简单化，让自我的生活简单而又充实。想到那里我真的很羡慕那些懂得享受生活的人，我想那他们应当早就看透了生活成为个中高手吧。

经过这次社会实践我真正明白社会生活与学校生活的差距。学校毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们必须要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自语自在享受生活的人，总有着别人不知到的梦想，总想着有一个辉煌的未来。但我此刻开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，仅有自我亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自我定位，确立相对现实的目标。在实践后才会发现自我所学的东西是多么有用，自我是多么的需要进一步充实，其实实践也能够提高学习兴趣的。实践是检验真理的标准多少次说过这句话却不去想它所包含的真正意义，直到实践后才对这句名言有了更深的理解。

此刻我也明白了人的潜力是需要自我去发掘的，太多的不自信只会把机会一次一次地从身边赶走。经过实践你能够发现自我从未发现的方面，或许是需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点。这次实践也让我坚定了坚持不放弃的信念，放弃就等于否定自我，自我对自我的否定几乎几十倍乃至上百倍的强于别人对自我的否定，这对一个人来说是相当可怕的。自我不去接触社会就永远不会明白社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能被社会所

左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

寒假社会实践心得体会范文大全 篇 2

寒假社会实践是一件快乐的事，既能够学以致用，又能够拓展自己的知识面。带着这样一种莫名的使命感，我很努力地坚持着!这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

走进大学的校门，再从里面走出来，几个月下来，感觉自己成熟了许多!在大学的第一个寒假里，我希望能与高中初中有所不同，改变除了学习还是学习的规律生活。我们的辅导员建议我们在寒假多出去走走，去接触外面的社会，不要老师在家里面窝着，还交给我们一个在寒假进行一项社会实践的任务。实践是一种磨练，对于学生来讲，我们学的都是理论知识，真正运用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。

基本情况以及工作体会：实践的时间是寒假过春节之前的10天，实践的主题是体验生活感受社会，主要内容是在一家食品生产工厂的生产车间进行食品包装和称重等简单的活儿。通过表哥的介绍，我找到这次打工的机会，并且以一个临时工的身份和许多正式员工一起走近这家工厂。

第一天进去做事觉得感觉很新鲜。因为是做食品的包装，所以要求很严格!在进车间之前要先把自己包装一把!要穿白色的大褂，白色的口罩，还有帽子，靴子。把自己包得密不透风!这样做有两个用处，一是食品的卫生要求很高，再是我们做的是粉状类的产品?过多吸入对身体有一定的伤害。

第一天是试工，我都在努力的学习，虽然说有点累，而且是一直坐在那里工作很机械，但我对每一个步骤都很积极、很投入，因为那是人要吃的食品，是不可以马虎的！带着这样一种莫名的使命感，我很努力地坚持着！这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

工作情况：工作时间为每天上午7点半到下午3点半，中午歇息一个小时给我们吃午饭，每天两个班，总共八个小时。上班是采取打卡的形式的。在第一天报到的时候就有人给我们做好了工作卡，人事部的那个姐姐还很细心地和我们说打卡的时间，要我们注意一定不要迟到，公司内的规章制度不严格，但是在迟到的惩罚这一方面可就是绝不容情的！

厂长也出面给我们这些刚刚进来的临时工开了一个小会，跟我们说了厂的一些基本制度，还有公司的一些重要部门分别负责什么和什么，叫我们如果有什么需要，就和部门的人说一声，做个登记。还有就是一再强调要确实做好卫生工作，一定不要马虎看待工作！衣服啊，帽子啊，手套啊，所有进入车间的衣物都要定时清洁、消毒，必要的时候换新的！

厂长一大通话讲完之后，我们便开始工作了。我被分配到了第四车间。厂里总共就四个车间，听说第四车间是最小的一个，但是产量却是的！我为自己能够来到第四车间而感到十分高兴！

车间里面加上我总共六个人，分成两组，在两台机器下面工作，一个是用包装袋承装机器已经分配好了的粉末，一个用电子称称重，

还有一个负责最后的封口工作，三个人形成一条流水线，工作效率想要不高也不行啊！我在里面，什么没有技术的活都干，哪里人手不够我就到哪里帮忙。

工作不是很粗重也不是很费劲，但是的确是很无聊的！没过几天我就已经开始厌倦了。好在，每一次上班的时候总是有一段时间可以出来休息一下，喝口水，和几个同事聊下天，这些都挺宽松的，就是时间不要过于长了，不能耽误了工作。我想，这个车间能够产量一直居厂里面第一就是因为大家都懂得劳逸结合。

刚刚开始做的那两天，睡觉的时候能感觉自己的腰啊，手臂啊还有腿都有些酸痛，不过慢慢的我就适应了。车间的同事们都挺和善的，几个阿姨也是很健谈，一直有什么没什么地和我聊天，从最正经的问我的爸妈是谁啦，到问一些八卦问题，我在里面工作一点也不觉得陌生或者不自在！也在这一过程中获得了宝贵的社会经验。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼的机会。

实践感悟以及心得体会：我利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中提高自我检验自我。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一、在工作中要不断地丰富知识。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。要善于学习，勤于学习，学习无处不在无时不在，并不是只有在课堂的时候才可以学习的！

二、坚持不懈，成就未来。坚持再坚持是很重要的一个成功法则！人们在受挫的时候总是想要放弃，能够坚持下来与否是自己最后圆满完成任务的关键！

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，开始工作总蹑手蹑脚，怕出现失误，所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。

如有人所说的“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，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，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，做勇敢的自己，因为“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、在社会上要善于与别人真诚沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多工作的同事，不同的人有不同的性格。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的！人在社会中都要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。忠言逆耳总不是一句空话，要用真诚去感化别人，真心总会换来真爱的。

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，思想起伏不稳定，在觉得工作太过于单调无聊的时产生做退却的念头。参加社会实践应有不畏困难贵在坚持的精神，大胆行动敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。通过参加社会实察，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人活泼开朗的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正踏上

工作岗位，融入社会奠定坚实的基础。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。面对一些没有好印象的同学总是想到回避。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇3

这个寒假，怀着一份让自己的生活变得更充实的心态，我加入了学院的社会实践。在刚刚入学的时候，就听师兄师姐不断得在说他们实践过程中的开心而又难忘的故事，让我好羡慕。现在，终于有机会亲身体会一番了。

现在已经在家了，可每次吃饭的时候却还是会想起在惠来等待开饭的日子。不是因为我们贪吃，而是因为等待开饭的时间都是我们自娱自乐的时间。在这段时间，会有很多开心的事会发生，有很多时刻都将让我铭记一生。最难得是和言川、其灌那一顿真正的“大餐”，现在即使有一模一样的饭菜放在我面前，恐怕也很难吃出那种感觉来了。永远得怀念那一句：“老板，开饭啦！”

回忆准备工作阶段，辛苦的排练伴随着紧张的复习。这个阶段我的工作算是比较多的。有《歌舞青春》要排练，另外要负责教会那些男生《青花瓷》。一下子要记好多舞蹈动作，对我这个记性差的人来说还真不是件容易的事。但是自己没有放弃过，一直坚持着把两个节目都搞定了，虽然辛苦，却觉得很充实，很值得。

在文艺工作的准备阶段，我和很多队友都培养了深厚的友谊。因为跟进了多个节目，跟每个节目的成员都有接触，所以很快就跟整个实践团的人混熟了，看来文艺工作还帮了我不少忙。在文艺工作方面还得到了很多人的帮助，在这里要谢谢他们了。至于文艺组那群家伙就更不用提了，大家打成了一片，一起工作，很是开心。

实践的最后一个晚上，就是我们的文艺晚会了。晚会在《街舞》秀中开场了，虽然演员都不是专业，但是动感的舞姿却赢得了观众的片片掌声。双胞胎姐妹用她们优美的歌喉展示她们《手心的太阳》，《鸿门宴》和《青花瓷》将晚会推向了高潮，在一曲《朋友》歌声中，所有惠来的朋友们一起高歌，一起铭记我们曾经相聚在惠来这个美丽的海滨城市。晚会由此落下了帷幕，但我们的友情却得到了升华。

在惠来，我还负责了去敬老院的演出工作。当时决定了要迎合老人家的兴趣，发挥我们在广工学习太极拳的优势，表演一个太极拳。结果到了前一天晚上，发现几乎没有人记得太极拳是怎么打的。当时晓通很想帮我，很努力地回忆动作。最终这个节目还是被取消了，仍然很感谢晓通帮忙。去敬老院之前，我还被团长派去买水果慰问敬老院。但当时买水果的时候也很为难，觉得各种水果都不适合，有得水果过酸，有得水果过硬，有得容易上火。当时考虑到老人牙齿不好，所以特地买了香蕉。结果回来后，团长告诉我，有些老人不能吃香蕉的。虽然说水果只是我们对老人们的一片心意，但事实上意义并不是很大。而且老人们还说不希望我们这些学生为他们破费什么，能来和他们聊聊天就已经很好了。老人们虽然年纪大了，却还能为我们着想，值得我们敬佩啊。在敬老院，由于语言上的不通，虽然我很想做点什么，却似乎帮不上什么忙。只能帮忙打扫一下卫生，其他的也做不了。刚好我们打扫完后不久便是老人们的冲凉时间，所以之前准备的小表演也就取消了。只有那些会讲潮汕话的队友能跟老人沟通了一段时间，我在旁边听他们交谈，听得是一头雾水。

在义教方面，我收获颇大。与我一起搭档的是来自华农的 yc，她是学商务英语的，所以在英语方面也特别厉害。她的讲课也非常精彩，我从她身上学到了不少的东西。当然，我自己也有投入到义教工作当中去。第一次义教，由于一些临时的变动，剩下给我的时间并不是很多，所以临时又对我要讲课的内容作了一些调整，只

是利用前面的教学内容，跟小朋友们玩了个游戏，结果效果是很好
的，至少充分调动了小朋友开口说英语的积极性。希望他们以后也
会多开口，这样对他们的英语提高会有很大的帮助。英语，我实在
不怎么擅长，但是这一次，我不仅大胆得说英语，更大胆得去教学
生说英语，这种感觉实在是太棒了。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 4

寒假足足有一个多月的时间，想着在家也是无聊不知道做什么，
在加上我现在已经是大三的学生了，而且已经结束了大三的第一个
学期，未来的毕业日已经是步步逼近了，所有我就想着在赚取一点
生活费的同时，还可以通过社会实践增加自己的相关工作经验。所
以我通过网络招聘软件，成为了一名兼职网络编辑。因为我在大学
里面的专业就是新闻方面的，所以我就想着可以利用这次的社会实
践，好好的进行一下锻炼，好给自己将来面试了的简历增光添彩。

我进的是一家小的网络文化工作室，专门给百家号、公众号等新媒体做文案投稿的。简单的说就是各大新媒体平台那边需要收稿发新闻发文章，我们这边就根据他们的要求撰稿投给他们。按道理说这家工作室一般是不会收兼职人员的，因为合作的新媒体平台都是有特定的文风的，招新人的话还需要一段时间的适应才能保持过稿率，公司这边也要进行一段时间的培养，才能提高编辑的写作能力，我只兼职一个多月肯定是不适合他们要求的，所以公司要求我上学时也要经常给他们兼职，这才通过的我。后面的工作也就想这个开头面试一样，过的并不轻松。进入公司的第一天，上午并没有进入写作撰稿状态，领导给了我一个文件，里面都是跟公司合作的一些新媒体平台，领导让我这个上午就去看这些平台发布的文章，总结他们各自的文风，做一些总结给他。这一个上午都是在观看文章中度过，眼花缭乱头都快炸了幸好也确实看出来些东西。比如有些公众号是偏向影视杂谈的，要对当前的电视剧、电影要有所连接，文章也必须具备一些审美价值才行；有些平台也是偏向娱乐明星的，要观众流量明星的动态，文章要具有一定的爆点吸引流量；有些也是偏向家庭情感的，要能引起共鸣……所以这个上午的阅读，我也是没有白费的，让我知道各个平台的不同倾向，让我知道撰稿要想过稿率高的话必须要符合那个平台的文风。

下午，我则开始了正式的撰稿，分给我的是几个新开的平台，所以过稿率会高一点。后面也确实是这样，交上去的时候只是稍有修改就过了稿。顺利的第一篇稿子，开启了我的兼职之路。为期一个月，我自己都不记得做了几家平台，写了多少的稿子了。被打回来几经修改的有，弃置不要的也有……真的是写的头发都要掉了。

虽然这次的兼职已经因为我的开学暂时结束了，但我的工作却没有结束。这次兼职给我找到了一个很好的工作机会，我以后有空的时候都可以承接工作室的约稿，既可以赚取生活费，还可以锻炼我的专业知识，一举两得！

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 5

为期 30 天的社会实践圆满的结束了，期间所发生的一切值得令人好好回味一番。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，而这并不纯粹是为了完成任务，更重要的是，这是为了自己而写的一次找寻内心声音的伟大体验。

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、学姐们一起去一个手机厂工作。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。

这个寒假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不可缺少的好多：

1、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练习。与同事的沟通也同等重要。人在社会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。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

2、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。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，没有第一次又何来的第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

3、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。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。”

4、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，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。”努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的寒假工能学到什么呢？就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已经足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体验实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我牢靠的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们面前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情世故，她们总说你等遇到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后无论做什么不要为自己开脱，学会独立解决问题，虚心学习别人的突出。凡事做了就要做好，承担起该有的责任。

这个寒假，见识了很多事，认识了很多，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

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，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

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……

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 6

很快，真的很快，我的寒假社会实践就这么随着寒假的结束而结束了。在这一次的寒假社会实践中，我体会到我作为一个高中生，一个虽然还没有成年上大学，但是已经差不多像个成年人一样可以独立思考独立出外实践了的高中生，原来我有这么多可以去做的事情，原来我有这么多可以去实践去学习的机会！

这一次的寒假社会实践，我是自己去图书馆报名参加的。我看到图书馆招收志愿者的活动，我立马就给自己报了一个名，我不想自己的寒假又被自己浪费在了每天在家打游戏里，于是我加入了图书馆的志愿者队伍。在这一个多月的寒假里，我跟着图书馆的工作人员以及其他的志愿者，开展了一系列的读书宣讲活动以及“我是故事大王”等讲故事比赛的活动，我在其中也从一个跟着他们有些胆怯的小男孩，长成了一个可以带着小朋友们进行读书宣讲以及比赛活动的大男孩！这是我父母看在眼里的一种喜悦，也是我自己心满意足的一种成长。

我还记得我第一天参加志愿者活动的时候，图书馆的老师让我上台讲话，我当时紧张到真想挖个地洞钻进去不做思考，后来一想到所有人，而且都是跟我一样爱读书的人都望着我时，我知道自己必须要勇敢起来了，我必须要把自己读过的那些书借着这么好的机会讲给其他爱读书的人听了，我也就硬着头皮上了台，这一上台就改变了我一直以来上台怯场的毛病，我发现自己过去上台怯场完全是因为自己并不喜欢那些活动，在这些读书宣讲活动中，我找到了我自己的位置，也找到了自己可以一直做下去的事情。通过差不多五次读书宣讲活动，虽然有两次我还只是随便说了几句，但我的上台变成了一种令我享受的表演机会，甚至到了现在寒假社会实践已经结束了，我还跃跃欲试，想要继续上台去为大家宣讲关于读书的故事以及关于文化的知识。

除了读书宣讲活动，我还和志愿者们一起组织了“我是故事大王”等讲故事比赛的活动。这个活动也吸引了不少真正的故事大王参加，他们还都是比我小很多的小朋友，看着他们一个个在台上讲得绘声绘色的，我才意识到自己过去读书真是太胆小了，看的所有故事都是自己在脑子里想想，最多也就是给自己的爸爸妈妈讲了讲，而这些小朋友却会把这些故事用自己的话讲出来告诉所有喜欢听故事的人，这给我带来了很大的启发，让我觉得自己作为一个高中生，作为一个爱读书的高中生，我还可以去做很多很多的事情！我已经知道自己下一次寒暑假该做些什么了！社会实践在等着我呢！

寒假社会实践心得体会范本大全 篇7

在市机关单位实习是每个大学生不可多得的一次社会实践经历，开阔了自己的视野，也增长了见识。今年寒假，我报名参加20__年寒假大学生返乡实习活动，被分配到图们市党工委。从1月6日至今，实习也逐渐接近了尾声。在实习中，我了解到党工委的主要职责是负责党建工作以及管理下属60个单位的党支部，在本单位有着发挥协助和监督的作用。

实习期间，我主要负责担任一些协调、督办、联络工作。在没有接触过公务员这个职业之前，我一直认为公务员工作量少且工作内容极其简单，可经过这一个月见习，我从接听电话、记录会议，收发邮件、统计数据等一系列听起来非常简单的工作中认识到了公务员的不易。

一个月的时间太短，在这一个月里，我经历了不一样的时光，

收获了不一样的知识，得到了不一样的成长。在此，我由衷地感谢
党工委的各位领导以及办公室同事的照顾，让我度过了一个有意义的
寒假。

寒假社会实践心得体会范文大全 篇 8

在正式开始工作的时候，超市负责人简单的教我促销员要做的
事情。刚开始时，我都很难开口，因为促销员要站在促销商品的那
个地方拿着话筒不停的介绍商品以吸引顾客，就相当于在市场叫卖
一样。我因为一直读书的原因，没有接触过工作，虽然平时逛超市
也看到过促销人员，但是自己没有体会，所以就没有那种感受。但
现在自己处在这个位子上，感受就有了，实在是内心不接受这样的
自己，很难开口喊出声来。在负责人的鼓励下，我第一天也就勉强
开了小口，就轻声的对来到我面前的顾客介绍产品，对距离我远的
顾客，我是半点没有勇气去把他们叫过来。总之，第一天我也就这
样过去了，那个负责人也很好，一开始没有逼我，让我自己先适应。

回家想了很久，也问了爸妈，从他们那里得到鼓励，在家里练
习了很久。第二天去到超市时，我也慢慢的把声音放大，把注意力
放到介绍商品上去，不太过看别人的眼神，我也就好很多，至少能
够流畅的给别人介绍了，虽然效果没有经验足的人好，但是有进步
就是好的。而且在这个过程中，有些顾客还很友好，特意捧我的场，
让我在那一瞬间就有一丝成就感，也因此有了动力和勇气大声喊出
来了。第二天的情况给了我一大静心剂，在随后的几天里，我鼓起
了所有的勇气去促销我的商品，也卖出去不少，总算有了结果，而
我自己也通过这次的促销得到不少的锻炼。

这次社会实践活动，我知道工作的辛苦，明白做一件事情，就
要做到底，不要轻易放弃，更多是不要觉得工作看上去很大气，就
觉得很难看，劳动没有贵贱高低之分的，都是平等的，只有付出了，

就总会有回报的。所以我不仅赚到了我的第一笔零花钱，还让自己积累了工作的经验，在以后也会提供我帮助的。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 9

寒假的实践活动就在这样的时间里迎来了，我跟这村里的大部队每天在村里各个角落里巡逻，检查，一整天除了吃饭和睡觉，其余时间都在整个村子里来回的走动，拿个大袋捡路上随时遇见的他人扔的垃圾。一路上走着捡着，可以装满整个袋子，让我有点不可思议。这份，在第一天时，我差点没坚持下来，真的是就弯着腰不停地搜罗地上村民随手扔的垃圾。但是坚持下来就还好，随后的清理卫生都还比较顺利，虽然也遇到一些小麻烦，但都还挺顺利的解决了。

这次我的这个社会实践活动让我体会颇多。在还是初中的时候，我们这就已经实行垃圾分类了，但是一直就没有得到很好的实行，到高中好了很多，以为村子里的卫生应该还是可以的，但是到我现在读大学，看到村里表面上的干净，哪知更深层的是村民们的不守规则，每个家都有垃圾桶，都懒得扔进去，反而随手就扔在路边和一些角落，还不易发现，一直等到专人清理卫生，才让这些垃圾现出人前，真的是让人很气愤。

以前一直以为这个工作很轻松，现在去体验一把，才知道其中的辛酸，一天都要拿着袋子和钳子弄垃圾，有时候有些垃圾还被扔到比较深的草丛里和江河里，还得进到里面捡，这困难就加深了，加大了工作难度。之前一直不知道自己生活的地方竟然只是表面上的干净，真的太让人失望，大多数人对垃圾分类和把垃圾扔进垃圾桶的这种意识实在是不高，随时都会忘在脑后。村委会的通知有一些人也不大去看和实施，这是很不好的地方。

经过这次实实在在的体验，我更加知道维护村里的环境是多么重要的. 一件事情，以及针对村里面还有一些人没有保护环境意识这种情况，还需要加大力度改善。对于自己，作为新时代的一个大学生，更是要维护自己生长的地方的环境，这也是我的一个应尽的义务，未来自己要先起到榜样的作用。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 10

__年 12 月 13 日，在这一天，噩梦开始了，日本帝国主义的铁骑踏上了这片土地，从此便留下了无可磨灭的伤痛，30 万无辜的中国百姓，在日军的残忍屠戮下，悲惨的死去，无论是毫无认知的小孩还是手无缚鸡之力的老人，都惨遭毒手……这个暑假，我们来到了这里，来到了这个血腥又耻辱的地方，我们脚边一片片的石子地下，都是无辜死去的人们的骸骨啊，我不知他们在地下是否能安息，我不知他们是否释怀，是否原谅，我只知，可以宽恕，但不可以忘却。

当你来到了这里，看着历史还原出的悲惨死状，即使过了那么多年，即使经过了一代又一代，我们生活在和平中，从未感受过战火，却依然感到无尽的心痛，更多的是愤慨，嘴里不停的骂着日本，不停的叹息，不停的哀悼，看那整整一面墙的受难者名单，扑面而来，每一页纸都是一个生命，生命如此脆弱不堪，瞬息间便能流走，日本的炮火，打碎的，是中国人的心，是一个传统民族的自尊，我们用无法估量的损失，赢得了胜利。

先人用鲜血换来胜利二字，而我们，却处处向日本低头，日本产品遍布大街小巷，日本文化深刻影响着一代又一代中国人，我们需要改变的，便是让自己强大起来，我们是不怕流血的民族，又有什么让我们可怕呢？走出大屠杀纪念馆，心中也是几分沉重，愿我们的国家越来越好。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 11

社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我在实践中了解社会，拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，为以后进一步走出象牙塔，走向社会打下坚实基础。

“返家乡”为我们青年学生提供了提升自己的平台，同时也让我们有机会为建设家乡贡献自己的一份力。脚下良田千万亩，只爱家乡一寸土。希望我的家乡清徐能够大步迈向未来、繁荣昌盛，人民生活越来越富裕。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 12

讲究的是你的付出要有收获，没有收获，这个付出是没有什么用的，公司出钱，而我们的工作也是必需要有一些收获，让其得利，假如没有，那么其实也是养了一个闲人，长此以往也是会被炒掉的，我也是在我工作了一段时间之后意识到这个问题，虽然没有炒掉我，但是也是被领导批判了，让我更加的明白，这和学校是完全不一样的，学校假如学的不好也就是成绩糟糕一点，但是在公司那么就是失业了，而且下份工作还不肯定是能找到的了。所以更是需要我们有更多的，而且努力也是要有方法的，不能白努力了，那样也是没

有用的。

工作之中也是需要学习的，不能说做事情就好了，做事情要有方法，开头的时候也是有同事来教我，但是后面工作娴熟了，就要多去思索，如何的去把效率提升，如何的让这份工作能获得更多的成果，只有去学了，那么自己的工作阅历也是得到了积存，而且也是能有职场上的晋升时机的，假如自己不学，始终重复的做着娴熟的.事情，那么其实也是很简单被淘汰的，究竟别人在进步，而你不去努力，那么就是落后了，特殊是现在技术的进步是特别快的，懂得了一种机器的操作，假如淘汰了，那么新的机器不会，那么公司也是不会要你的。

这次的实践也是让我知道社会的压力其实还是蛮大的，我也是感到自己还是个学生而幸运，没有那么多的压力，但是同时也是明白，自己要努力，对于专业的学问要多去学习，多去努力，只有自己多了解了，那么以后真的到了工作的岗位也是能干好的，而且也是有更多的一个职业选择，假如什么都不会，那么其实自己也是收获不到什么的，况且在工作上面，假如自己根底差，其实工作起来也是会更加的困难，甚至找不到一份好的工作。所以回到学校之后，我也是要多去学，让自己的力量更好，并且自己的一些缺乏更是需要努力去改良，去提升。

在假期里面挺悠闲的，眼看着自己一直闲着也不是回事，所以我还是得振作一下才行，于是我开始找寻起了适合自己的实习工作，由于我没有什么工作经验而且目前的专业知识也不够熟练，所以我的目标就是找一份简单的工作就足够了，至少得让我赚一点钱嘛，抱着这样的态度我还是较快就找到了一份在餐馆实习的工作。

说起来是在餐馆里实习，其实就是在餐馆里当一名服务人员，毕竟餐馆比较大，所以平日里面还是比较缺人手的，像我这种渴望找一份工作先做着的大学生不在少数，餐馆也很乐意接纳还没有毕业的大学生，似乎餐厅经理也不是很在乎我们能做多久，反正一直都在招人。还记得我刚进入餐厅时，就询问了自己的薪资待遇，果然是比较低的，但是这里的工作时间也不算长，而且每天还能包一顿饭，这样算起来的话还是挺适合我这种学生的，所以我也没有在乎太多了，跟着餐馆里面的老员工学习了一阵子之后就投入到了到了工作之中了。刚开始的时候，我每天的工作就是打扫一下餐厅里面的卫生，整理一下桌子上的残余垃圾，后来就慢慢肩负起了上菜的责任，总之餐厅里面的各项小事情我都多多少少占了一点。

在干活的时候，我一直都让自己的表现好一点，这样至少能给大家留一个好印象，至少不会让别人觉得我这个学生是一个花架子，所以我干起活来是比较迅速利落的，但是这也给我添了不少的麻烦，首先是动作太快的话容易漏掉一些细节，例如地面、桌子上打扫不彻底，而且有时候我还会因为手法不对导致打碎一些杯子和碗，这也让我吸取了不少的教训，所以说啊，无论干什么事情都不能过于着急，一定要稳稳地来才行。这一段时间的工作啊，让我体会到了干活的艰苦啊，别看一天的工作时间大概是在六个小时左右，可我基本上都是站着的，而且在饭点这几个小时里面特别的忙，我和店里的员工都是前前后后的忙碌的，汗水一直都充斥在我的额头上，等到一天的工作结束后，我也算是没了什么动力去做其它的事情了，回到家里只想好好地洗漱休息一下。

这次实习虽然挺累的，但是我结交了不少的朋友而且也成长了不少，最主要的也是积攒了一些生活费，相信这一次的餐馆实习经历能成为我以后的前进动力之一。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 14

此次寒假归乡，不仅仅是本人回家，还带回了学校布置给的任务：参加寒假社会实践。回家在探望过亲属之后，我便开始着手寻找工作，拘束于这个小县城，工作缺位本就不多，更何况是大学还没有毕业且只是做一小段临时工的学生，寻找工作的难度可想而知。奔波一天，并无收获。所拜访的单位或公司不是以学生能力有限，恐难胜任工作而推辞，就是以学生工作时间短而拒招，有的单位甚

至直接说：“不找寒期工。”其实并不是我寒期工没有这方面能力，也并不是公司单位没有缺位，只是我学生一族做寒期工，出于寒期时间的限制，难以找到工作，觉此，我寻找工作的信心也增添了许多，只要我对公司单位的人动之以情晓之以理，必能找到一份好工作。

次日，我踏车来到县城，继续寻找工作。寻至邮政银行门口时，见有许多人在门口在推广邮政的新业务，我眉头挂喜，心想或许会在这找一份工作，我进门找到业务部经理，然后再和他经过长达两个小时的交谈（实为苦口婆心的纠缠）之后，经理终于答应，给我一份工作，就做新出台业务的业务推广员，推广宣传业务，工作场合即为大街小巷，城市农村，工作时间为早 7：00 到晚 6：00，作为一个读一个对社会交流经验只懂皮毛而已的在校学生，做临时工能有此待遇，我已经知足而乐了。

上班第一天，我走街串巷，首先在人口流动大的城市下手，几天下来，毫无斩获，这对我满怀信心的工作劲头，无异于晴天霹雳的打击，拖着疲惫的身体回家后，却放心不下工作，心想，长此下去，就算自己不会被经理炒掉，也会让经理对我有“迟疑”的想法。但冷静下来思考，其实并不是自己无能，不能胜任这份工作，或许是自己这方面的经验欠缺，以及社会交流能力的有限，导致自己没有做出成绩来，于是我决定，在改进一下自己推广业务时向客户介绍业务的态度，对客户想要了解的业务内容，怎样介绍才能让客户更了解，更清晰，从而放心的去尝试。

第二天一早，我满怀信心的出发，继续向县城进军，可一天下来，还是无所收获。这回我忍不住了，便向已经做过的这个的哥们请教，交谈后觉得或许是自己一开始就想错了，其实城市人口流动虽大，可大部分人都是有事在身，顾不得听我们这些人烦叨，而且城里人就算有富余的钱也早已在新业务出台之前，投资了其他业务，哪里还会有钱投资这个业务，所以说我应该向一直没有到过的农村进军，这个业务不错，属于惠民的，况且我也生自农村，和农民伯伯们谈起来，他们还会易于接受我的讲解。入户推广毕竟是在家里说，他们也可细下心来听我介绍，他们富余的钱都存在了银行里，利息远没有这个业务的诱惑力大，相信经过我的一番讲解和劝说，他们对业务的赚钱前景有所了解以后，他们会有所心动的。

清晨我塌车开始向农村进军。今天下来，收获也并不是太多，只是有几家记下了电话号码，说要考虑一下，考虑好了回给我电话，当然，这也已经很不错了，比起前几日，收获不小。几日后陆续有电话打来，大部分还是要投资这个业务的，我当然欣然前往，做成了几家客户，心中甚是高兴。看来，“农村包围城市”的理论也适合于我的工作。在又一次统计业务员成绩时，我也榜上有名，这无形中又给了我莫大的支持与信心，也正是这信心，支持我一如既往的做到了最后。

看着桌上的工资，我知道它不仅仅是钱这么简单，它包含了我一个假期的辛劳与汗水，在这辛劳和汗水的背后，更多的是我一个假期的工作经验、交流经验以及我刚开始找工作时的应聘经验，还

有好多我所不能形容的物象，所有这些将一直支持我在为梦想奋斗的路上，更好、更稳、的发展！

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 15

时光真快，一晃一个多月的寒假生活结束了。一个多月的寒假说长也长，说短也短，在这一个多月的寒假生活中，我与我高中的同学单独还集体参加了一些社会实践活动，受益匪浅。如帮助我姑姑卖年货、去敬老院看望孤寡老人、主持玉屏团县委组织的春节游艺活动。通过参加这些社会实践活动，不仅充实了我的暑假生活，也使我在社会实践活动中学到了在学校里学不到社会实践知识，从中获得了很多宝贵的社会实践经验，为我以后成长积累了丰富的社会实践知识，同时也使我从中获得了快乐、友谊和真情。

我的家乡玉屏侗族自治县位于贵州省东大门，是驰名中外的箫笛和油茶之乡，交通便利但经济还是相对落后的一个边城小县。家乡的人纯朴、善良、勤劳，对传统的春节非常的看重，总是在春节前买些年货喜迎佳节，祝福新年的到来。我的姑姑五十开外原是一家集体企业的职工，因企业不景气下岗，为生存租了一个门面做点小本生意求生。由于春节是生意的旺季，而姑姑卖的年货种数又很多，姑姑一个人忙不过来，所以就叫我去帮帮忙。我想，也好一来可以帮助姑姑多卖点年货赚些钱；二来也使自己通过卖年货积累一些经商理念。

原本我认为卖年货是件既轻松又好玩的事，其结果不然，可真当我开始做并与形形色色的顾客交易时，才知道这是一件非常辛苦而又很具有经商学问，通过短短的卖年货的经商实践，更进一步的认识到不论是学习还是经商任何事都有它自身规律，掌握它的规律就能事半功倍。如我卖年货，为了能吸引更多的顾客的眼球、特别是春节抢手的对联、灯笼等货物怎么摆放更能让顾客看清内容给人一种舒服的感觉。同时，再与客人进行商品交易时，要针对不同年龄、不同文化层次的人用不同的交易方式进行。对客人要和蔼可亲，要懂得一些货物的文化内涵，尽可能的为客人推介货物文化，吸引客人，从而达到客人满意促销赚钱的目的。所以，我觉得不管做什么事都是需要花一定的时间和精力的，都需要认真的思考；通过为姑姑卖年货的社会实践活动让我更深的了解到长辈们挣钱的艰辛，虽然每当看到他们为卖出的货物赚钱高兴的表情时，但你可不知道这其中所饱含着多少他们的艰辛和付出，这是他们应该得到的，因为他们每天不管遇到多么恶劣的天气都得去做这样事，没有双休只有付出，这就是我们这一代大学生最缺失的信念品质。

陈红曾经唱过一首歌《叫常回家看看》，是啊！当一个人到了一定的年纪还能图什么，尤其是老人，特别是那些孤寡老人，他们更需要我们社会这个大家庭的关心和照顾。我们县每年的春节都要组织去幸福院看望这些孤寡老人，我作为大学生自愿者很荣幸的参加了慰问孤寡老人的活动，在幸福院我们为老人们载歌载舞并为老人们送去了新春诚挚的祝福和慰问品，祝老人们过一个祥和、喜庆、

快乐的新佳节，同时使老人们倍感党和政府及全社会都在关心着他们。在与老人们的交流中我感觉到他们积极的人生态度和对社会不尽的感激之情，我想，老人们最开心的`不是那些物质上的享受，而是更需要的是来自家庭和社会的关心和温暖，老人们的今天就是我们的明天，善待老人、尊重老人、关爱老人是我们当代大学生最基本的品质和社会责任。

每年的大年初一，我们县城都要举办各种各样的文体游艺活动，而其中最受欢迎的活动之一——儿童游戏。是参加人数最多，最受小朋友们喜爱的游艺活动。今年春节我作为大学生自愿者很幸运的被玉屏县团县委邀请去做这个活动的女主持人，与另外一名男主持人共同主持这个活动。为了做好春节这个游艺节目，事前对做好节目作了精心的准备，针对此游艺活动的参与者为小朋友，在主持时要尽可能的在主持风格、语言表达等方面贴近小朋友，把游艺活动主持好。在活动的当天，由于我们对活动作了充分的准备，小朋友们在我们的主持下十分开心的、尽情的玩着游戏，那一张张天真无邪地笑容也深深感染着在场的每个观众，而其中最让我难忘的是那个亲子游戏，看着一对对父母与孩子共同参与游戏，那种乐在其中并享受着这份快乐的情景，作为主持人的我心里特别的感动、兴奋和有成就感。小朋友与父母那种天生的默契，同时我也看出了家长们对自己孩子的那种无尽的爱护和不求回报的付出，整个游艺活动热烈、欢快、有序，我的主持也得到了举办方玉屏县团县委的肯定。

这次暑假，通过参与社会实践活动，整个假期过得得很充实、很开心。通过社会实践活动，不仅提高了我的语言表达能力、组织协调能力及社会活动能力。同时也让我懂得了很多以前都无法明白的道理，让我知道了父母的钱来之不易。艰苦朴素、艰苦奋斗仍是我们这一代大学生精神支柱；也使我明白了对父母及长辈要多一些关心、多一些问候；让我明白什么是母爱、什么是父爱、什么是社会之爱，什么是社会责任感，这些都是我们这一代人特别是我们当

代大学生不可缺失的基本品质。通过社会实践活动使我的综合能力得到了进一步的提高，为我以后的学习、工作、生活及人际交往积累了极为宝贵的经验，也为自己能够更加地适应这个多变而又复杂的社会打下了良好的基础。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 16

夜晚，总是会让人有很多的感触，现在是 20__年二月十九日二十三点三十四分，耳机里响着的是《平凡之路》，这个时间，作为一个女生，即便不漂亮，也该睡觉了，更何况自己还感着冒。但是当我看到 QQ 群里都是关于实践心得体会和买电脑的各种讨论，就真的睡不着了。

很多同学都觉得我们现在是大学生了，我们应该承担一些责任了，应该出去打工挣钱为家里减少一些负担，我可以理解，感同身受。我家一共五口人，主要的经济是爸爸给别人开货车，妈妈就在家里照顾我们三个，虽然哥哥现在也开始上班了，但是他也到了该结婚的年龄，在农村，一个男孩子结婚的费用基本上是父母半辈子的积蓄，我和弟弟在家里就属于吃白食的。所以我一想到马上要开学了，我和弟弟都要交学费，这个时候我要是提出买电脑的要求，我相信爸爸妈妈会同意，但我不忍心，因为我不确定我现在买了电脑会不会是用它看电影玩游戏多过学习。

肯定有人会想，那为什么放假不出去打工挣钱呢？我也这样想过，但是直到有一天我看了一个公益广告类的视频，我才真的明白，在我们仅有的一二十年里，寒假，对我们说最重要的是要过年了，不是吗？最重要的是可以和平日里我们不能轻易见到的家人团聚了，不是吗？视频里是对一些父母和他们的子女的一些采访，主题是如果你现在有一百万你会怎么办。那些子女们都是说要买房子、和爱人一起旅游之类的，而他们的父母说的则是如果自己有一百万，要给自己的房子买个房子，要给自己的子女花，根本没有考虑自己。父母对我们是最无私的，我们平时会忙学业、忙工作，很少会有时间回家和爸爸妈妈住一段时间，那么，为什么在这个应该团圆的时候我们不在呢？钱是永远挣不完的，对，我们是非常需要锻炼，但是这种锻炼机会很多，我们不一定非要在这时候出去锻炼，家，也很重要！

今年，我感觉自己长大了。以前过年都是妈妈一个人忙活，从小年忙到除夕，今年过年最忙的这几天我一直在和妈妈一起忙活，没有出去打工，没有出去和同学聚会，只是和妈妈一起在家里扫房子、擦窗户、备年货，这是我第一次如此用心没有抱怨的和妈妈一起干活，真的很累。但是自己想想，往年我也没有好好帮忙，妈妈都是一个人做这些事，再想想以后，作为女孩儿能在自己家过年的次数应该不会太多。最近湖南卫视有一档节目我觉得很好，《旋风孝子》，在感叹他们的同时想想自己，从我们上大学开始，我们就开始了每年的回家次数用两只手甚至一只手就可以数过的生活，不

过还好，大学的我们还有寒暑假，暑假时间很长，我们会想着去打工或者旅游什么的，寒假这一大块儿时间为什么我们不能留给家人，不能留给父母呢？父母可能会对我们说不回就不回吧，我们喜欢就好，自己却在背后流泪思念，他们最深的思念总是藏在眼泪中，从不会对我们说的。我想，我们应该珍惜，珍惜每一年的寒假，珍惜每一次在家里过年机会。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 17

从雪琪

一片叶子属于一个季节，年轻的我们拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷。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。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。

学校是一个小社会，步入中学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。

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，努力掌握更多的文化知识，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。

我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道，但他们还是那么做了。看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？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，也是为了让更多的我们接触生活，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。

初中是一个教育我、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。

寒假社会实践心得体会范本大全 篇 18

道理，要亲身体会

社会实践活动，是使大学生奉献社会、服务社会、深入社会的良好途径。使大学生把所学的专业知识很好的与实践生活联系在一起，使理论更加具有指导意义，使实践更加巩固。同时也是大学生步入社会之前的一种磨练。

社会实践活动可以使大学生在磨练中不断的认识自己、了解自己。可以培养能力、发挥本领、锻炼耐性、提高智慧可以使原本棱角分明的我们在不断的历练中变得圆润而柔和。当然我更加深刻的体会到父母为了我而奔波、劳碌的辛苦。在他们脸上留下的岁月的痕迹使我感到深深的愧疚。

在岁月的长河中，我一直充当着寄生虫的角色。虽然不是饭来张口，衣来伸手，家里的一切，也都不需要我去承担。如果我是一株小草，那么父母就是一棵大树。二十多年的呵护使我从幼稚不断走向成熟。在二十年后，我离开了父母，接受新的环境、新的教育。在学校布置的作业&&社会实践中我深深的认识到那一点。

我是在市房产总公司管修所工作实践的。在那里我的工作是一名小小的接线员。第一天时由于工作经验尚浅，我总是把事情弄成一团乱麻。我明白无论多么简单的工作，都不可能是很顺利的。这时我又想起了父母，想起了他们的辛苦。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/096130025112010210>