# 学生暑期社会实践心得体会1500字7篇

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-09-06

*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。下面小编给大家带来学生暑期社会实践心得体会1500字7篇，供大家参考! 亚里士多德曾说: 德可以分为两种：一种是智慧的德，另...*

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。下面小编给大家带来学生暑期社会实践心得体会1500字7篇，供大家参考!

亚里士多德曾说: 德可以分为两种：一种是智慧的德，另一种是行为的德，前者是从学习中得来的，后者是从实践中得来的。在与社会与生活的交流之中得到真正的成长，是人自我发展过程中不可缺少的环节。在信息化飞速发展的今天，大学生只有深入基层参与实践，才能保证自己思想上的脚踏实地。近年来，我的故乡晋城市虽然取得了不错的发展成果，但也有许多问题存在。作为一名当代大学生，我们有义务了解并参与故乡的建设。于是我们决定开展聆听基层放飞梦想的实践活动，更好地了解故乡的发展情况，聆听社会的声音。

城乡改造是社会发展十分重要的组成部分，本次实践的第一个环节是探访城乡改造。我们分别探访了南石店村与临泽村，他们分别是城乡改造的模范与企业带动乡村发展的典型。在探访的过程中我们不仅了解到城乡发展给百姓生活带来的改观，也认识到一些政策的疲软和百姓思想转变困难的问题。这加深了我们对社会发展影响与矛盾的认识，为我们今后广泛参与社会建设提供了经验。

社会的发展是多方面的，在关注经济发展的同时我们也关注着精神文明的发展，本次实践的第二个环节是采访道德模范。我们采访了全国诚实守信模范刘平贵，李继林夫妇，在采访过程中我们感受到了这对夫妇对承诺对责任的坚持，体会到了社会发展过程中道德精神的发展。正如刘平贵在采访中所说的那样：不论发生了什么，不能走弯路，要坦坦荡荡做人踏踏实实做事，当代大学生也应扛起自己的责任，坚守自己的承诺。

社会发展的未来取决于人们对明天的期望，在春节来领之际，我们的实践团队来到晋城市司徒小镇景区进行本次实践的第三个环节：采集百姓梦想。在喜庆的节日氛围之中，人们纷纷在我们的愿望采集表上填下了自己的新年心愿，在人们质朴的新年愿望中，我们看到了社会发展给每个人带来的希望，也了解到了目前民生发展的重点：教育，医疗与个人收入的提高。这一个个的普通梦想也激励着我们为了明天的幸福社会而努力学习，为了中国梦的实现而拼搏奋斗!

居里夫人曾说：人类需要善于实践的人，这种人能由他们的工作取得最大利益;但是人类也需要梦想者，这种人醉心于一种事业的大公无私的发展，因而不能注意自身的物质利益。曾经的我们是一群激情的梦想家。而如今，我们将怀揣着中国梦，在实践的道路上永不停歇。

亚里士多德曾说: 德可以分为两种：一种是智慧的德，另一种是行为的德，前者是从学习中得来的，后者是从实践中得来的。在与社会与生活的交流之中得到真正的成长，是人自我发展过程中不可缺少的环节。在信息化飞速发展的今天，大学生只有深入基层参与实践，才能保证自己思想上的脚踏实地。近年来，我的故乡晋城市虽然取得了不错的发展成果，但也有许多问题存在。作为一名当代大学生，我们有义务了解并参与故乡的建设。于是我们决定开展聆听基层放飞梦想的实践活动，更好地了解故乡的发展情况，聆听社会的声音。

城乡改造是社会发展十分重要的组成部分，本次实践的第一个环节是探访城乡改造。我们分别探访了南石店村与临泽村，他们分别是城乡改造的模范与企业带动乡村发展的典型。在探访的过程中我们不仅了解到城乡发展给百姓生活带来的改观，也认识到一些政策的疲软和百姓思想转变困难的问题。这加深了我们对社会发展影响与矛盾的认识，为我们今后广泛参与社会建设提供了经验。

社会的发展是多方面的，在关注经济发展的同时我们也关注着精神文明的发展，本次实践的第二个环节是采访道德模范。我们采访了全国诚实守信模范刘平贵，李继林夫妇，在采访过程中我们感受到了这对夫妇对承诺对责任的坚持，体会到了社会发展过程中道德精神的发展。正如刘平贵在采访中所说的那样：不论发生了什么，不能走弯路，要坦坦荡荡做人踏踏实实做事，当代大学生也应扛起自己的责任，坚守自己的承诺。

社会发展的未来取决于人们对明天的期望，在春节来领之际，我们的实践团队来到晋城市司徒小镇景区进行本次实践的第三个环节：采集百姓梦想。在喜庆的节日氛围之中，人们纷纷在我们的愿望采集表上填下了自己的新年心愿，在人们质朴的新年愿望中，我们看到了社会发展给每个人带来的希望，也了解到了目前民生发展的重点：教育，医疗与个人收入的提高。这一个个的普通梦想也激励着我们为了明天的幸福社会而努力学习，为了中国梦的实现而拼搏奋斗!

居里夫人曾说：人类需要善于实践的人，这种人能由他们的工作取得最大利益;但是人类也需要梦想者，这种人醉心于一种事业的大公无私的发展，因而不能注意自身的物质利益。曾经的我们是一群激情的梦想家。而如今，我们将怀揣着中国梦，在实践的道路上永不停歇。

从上个月的10号放假回家，我在亲戚家带小孩和去外婆家过了半个月，一直到25号才正式去公司上班。第一天上班，我被安排到受话器组，我们学生工主要是剪公司产品的一些次品和废品，以及帮忙打杂，每天的工资不一样的，多劳多得。第一天我清楚的记得我一天的工资才22.5，这一天，我剪次品剪了900 个，1000个才30元，晚上到家发现自己的手上起了4个水泡，很疼，但是又不敢拿针把它刺破，因为刺破后会更加的疼痛。

晚上在床上睡觉的时候，我想过放弃，一方面我父母不忍心，不说我从小娇生惯养的，但是我没有吃过这么大得苦;另一方面我自己发现，第一天上班就这样了，一个月下来，那我的手估计要残废了。第二天早上的时候，我爸问我还做不做，我说做，不去的话丢人，不就一个月么，咬咬牙就过去了，实在不行的话，我请假休息几天。

就这样，我每天早上6点起床，7点15坐车去上班，到公司8点不到，下午5点半下班，每天的工作就是剪次品和废品和打杂，手上的水泡是消了再起，起了再消，总共不下于10个，有的变黄了，变成了应该是传说的老茧。虽然会很痛苦，但是坚持下来就行了。昨天是我上班的最后一天，一个月完了，我把自己的手套脱下来，摸摸手套上的自己裹得胶布，一层层，左手大拇指和食指的指套最厚，有十几层。只记得每天下班时把手套脱下来，自己的手指有些白，那些有水泡的地方破了，会散发出一股难闻的味道，手上有时候会很脏，黑黑的，洗也洗不掉。

我最喜欢剪的次品就是16H，因为它的价钱最高，如果是要把上面的黑字拿无水乙醇涂掉的话，就是1000个34元，不涂掉的就是1000个30 元。最讨厌的次品就是18D、28D，这种次品要四道手续，第一步要把外面的铁片去掉，第二步要拿大针(不是绣花针)把里面的塑料薄膜挑出来，第三步拿对应的公章，所谓的公章就是能刚好放进次品中的小铁管，中间是实心的，有一点凹凸，把次品最中间的磁钢撬动，最后一步就是拿吸铁石把磁钢吸出来，但是可恨的是这么复杂的次品价钱更其他的一样，也是1000个30元。所以每次我看见这样的次品我就避而远之，知道没有其他的次品了，我才去剪它，一天才弄不到1500个，不合算。

上班一个月，我发现了一些好玩好笑的事情。就说打杂吧，给厂长打杂是5.3一小时，给副厂长和组长打杂是4元一小时，所以每次打杂，我们都抢着帮厂长打杂，组长叫不理。因为公司是电子厂，所以男生的话就比较少了，除了一些电工，我们学生工男生还算多的了，那些员工基本上是女的，年龄20至45之间，多数是30以下的，我们看见了，不论谁都叫阿姨。我有一次就尴尬了，叫了一个比我还小的女的阿姨，那个叫我无地自容.

公司养了一条很大的狗，是用来看门的，刚上几天班的时候，我看见一个废旧车厢上写着恶犬和凶犬，我心想就哪里有狗，就跑近了看看，谁知道那条狗堵在下面，一冲出来，把我吓得不轻，我就拿东西狠狠的揍了它，反正它是被栓起来的，没事情。结果，我每次只要一经过那里，它就跑出乱叫，我就大摇大摆的过去，活活气死它。后来有人开玩笑说：你人品可真差，那条狗是不是和你有仇啊，你是它杀父仇人?

最可气的是，公司的食堂中午虽然不供饭，但是供菜吃。那个菜很难吃，我就常说，它就是煮猪食，我以为是我嘴刁，可是发现很多人都自己带菜吃的，重点不是这个，是菜不卫生，我发现菜里有虫子，很恶心的。自从发现菜里有虫子，我就没在食堂吃过。

每天最开心的就是，下班前我们要把那些次品的壳子用袋子装起来，送到一个小棚子里面，那里面有几头猪，所以我们叫这个喂猪。没事情的时候我们就拿棍子敲敲猪，结果猪叫了，喂猪的老奶奶过来了，看见我们干的坏事情，就说我们，我们赶紧跑掉，以为没事情的。结果她说到厂长那里去了，这下坏了，她是厂长的母亲。自从那次犯事后我们看见她就叫她奶奶这，奶奶那的，谁让我们在屋檐下呢，不得不低头。

打工一个月，我也发现了一些厂里的人际关系。比如说，会计不像会计，会计应该就是管钱的，可是呢，这个会计她不仅管钱，还是厂长的助理，什么鸡毛蒜皮的小事情都要她来说上一说，这个东西坏了，那个有人斗嘴了，都要她来处理，可真累。组长也不是好当的，每个组长要管理20多个员工，哪个员工出事情了就找组长负责，组长并不是每天不干活，而是在管理别人的时候，自己每天还要干活，也不是很闲的。别以为做员工就很轻松，那是不可能的，要是惹毛了组长，组长当面不说你，她可以玩阴的，把工价低得产品可以，你又有何办法?

我还发现这个厂有点不像一个工厂，很大的一个地方就三栋大楼，一个是车间，一个是住宿楼，一个是食堂。剩下来的地方全部用来种东西，什么冬瓜、黄瓜、黄豆、大蒜、茄子、空心菜等等。后来我知道了，食堂每天做的菜大部分是自身的，不是买得，这就叫自产自销。

厂里的效益我个人估计不是很好，至少职工待遇不好，像我们暑假工必须满一个月，否则一分钱都没有，哪怕29天都不行，但是可以请假的。长期工必须签满三个月，在这三个月中，如果你不干了，是没有钱给你的，三个月后，如果你想走，你必须在上个月打辞职报告。但是想走还没有那么容易的，会计会找出各种理由让你留下的，最后看你决心已定才放你走，厂长的脸色就难看了，招工有人来很高兴，走人了就不开心了。上次就有一个人打辞职报告打了一下午搞定，其实说白了，辞职报告就是一张纸，签个字就可以了，但是不给你，没办法。

厂里做的产品还是有一些毒性的，不是说产品有毒，只是在做的过程中，会有一些难闻的味道，我用过甲苯洗过东西，用甲苯洗后，发现自己的手指全部变白，还黏黏的，如果手上破，还会很疼的。用无水乙醇洗，手指变黑，很难一次性把手洗干净，好几天才干净的。

匆忙一个月过去了，我很开心，虽然我的工资不是很高，但是这是靠我自己的力量完成的，我坚持了，我做到了，我没有放弃。

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。从这次实践中，我真的学到了很多很多。

艰辛知人生，实践长才干。通过开展丰富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己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大二学生，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

今年暑假我参加了系组织的暑期社会实践活动，虽然一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。也通过一个月的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会。

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。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。

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基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。个人简历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。

艰辛知人生，实践长才干。通过开展丰富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己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。

通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

作为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。最全面的范文参考写作网站并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。

开学了，意味着一个月的假期就这样匆匆结束了，还意味着我这第一次的社会实践也结束了。整日待在象牙塔中的我，第一次尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，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，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

一个月的社会实践，一晃而过，范文内容地图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。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我的意志力得到了不少的磨练。我开始明白：大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代的需要，做一个对社会，对人民有用的人。

对于大多数学生而言，挣钱是打工的首要目的。有的却认为挣钱并不是大学生打工的惟一目的，不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。因为打工一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，热门思想汇报提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。而且对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢?所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力，一箭双雕.不言而喻，无论谁都不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强。

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。先就业，再择业!教授的话时刻在耳边围绕.在现今社会，招聘会的展板上都总写着有经验者优先，可君有谁想身处校园的我们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，在瞬息千变万化的社会中崭露头角，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，我开始了我这个假期的社会实践-走进职场。在工作中，别人一眼就能把我认出--我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们说从我的脸上就能看出来，也许许多没有经历过社会的打工的同学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，我相信我行!

虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，工作总结了解了未来。我不再是父母含在嘴里，捧在手心的娇娇女.这里的工作繁而重，不会有人像在家里，校园里一样分配你，帮你去完成，也不会因为做好了就夸你，一切必须靠自己，我要自觉地去做，而且要尽自己的努力做到.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，以提高自已的能力!

记得开学初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，接触各种各样形形色色的人和事，人事关系错综复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。我深深体会到，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吃尽苦头呢?这是社会与学校脱轨了吗?

但我觉得老师是正确的!尽信书，不如无书!事不目见耳闻而臆断其有无，可乎?书上得终觉浅，得知此事要躬行!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，处理一些社会上发生的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。我们不可能永远是学生，只懂得纸上谈兵是远远不够的，以后的人生旅途是漫长的，我们终是社会一份子，与社会交流，为社会贡献是我们的义务和责任。

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，能在假期有充足的时间进行社会实践活动，是给了我们一个提高自我能力的重要机会。在实践过程中自己更进一步的了解了社会，并且在实践中增长了见识，锻炼了自己的才干，找出自己的不足，能够不断地去完善自己。

在今年的暑假来临之前，我答应姐姐在暑假的时候去帮她给2名初中生和5名小学生辅导一个月的英语。对于教人而言，我还完全是个生手，丝毫没有经验，不过这并没有影响我的信心，我要的是真正的让自己在工作中学到东西，而不仅仅是消磨时间。这便成了我对这份工作的最终目的。

下面我与大家分享一下自己在社会实践中的一些经历和感受。

先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多

记得第一天刚到补习班的时候，学生与我互相都有陌生感，学生对我存在排斥心理，并不能很快的接受我。我印象最深的就是有个初一的女孩儿不断地问我问题，一副看你能把我怎么样的表情，针对她不断的试探，我面不改色，给她耐心细致的讲解，并且不断地引导她，让她开动自己的脑筋。第一天结束之后就感觉自己败下阵来，因为刚刚开始的缘故，既没有经验，又对新环境、新学生的各种不适应，总是产生回家的念头，向往着家里的舒适生活。

有一句话说的好：忍耐并不是代表一种对所处环境的屈服，而是一种自身的修养。一个人素养的高低并非单纯靠学历来衡量的，而是体现在其对人对事的包容与大度。然而，我知道如果我现在连这样的小事情都无法学会忍耐，那么将来出去工作后，所面对的环境更加复杂，那时的我该怎么办呢?

正如人们喝咖啡时的感受：入口时有苦涩的味道，但苦过之后却回味无穷。我始终觉得先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多。所以，当你在决定放弃的时候能够选择坚持下来就是对自己的一种挑战、一种成长。

认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感，在没有开始工作之前，姐姐就已经告诉我会很累，但我想也许是她危言耸听，我在经历了晚上备课、课堂上的授课、解疑答惑、课后修改作业以及与学生的交流沟通等一系列事情之后，才真正从实践中感受到确实很累。但是当得到学生和家长的认可的时候，自己又显得特别开心，很有成就感。所以说是累并快乐着。

对待学生老师需要认真、严谨、细心、耐心、热心。其实，我们在干任何一件事情、一份工作的时候，都同样需要这样的素质。不管做什么事情都一定要认真仔细，不论是对别人、还是对自己都是一种负责任的表现。认真工作，把工作当作自己生活的一部分，这样我们的生活才会更加精彩。

我记得曾在一本书上看到这样一句话：一个人，如果能把手头上的平凡小事都有效完成了，那么他就是一个成功的人。确实，并非只有办大事的人才能体现自己的价值，才能说自己是成功的。实际上，只要认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感。

我会利用课间的10分钟休息时间，主动找学生聊天，及时的了解学生们的想法以及吸收的效果，并且这样能够拉近彼此之间的距离。他们向我提出意见，希望在我上课的过程中能够幽默风趣一点儿。根据学生的提议，我会在课下收集一些笑话之类的，或者是举例子的时候尽量形象生动、贴近生活，这样在课堂上气氛活跃起来了。我发现当我及时改进我授课的方式之后，学生能够轻松又愉快地接受我所讲授的知识。

细节决定成败

一件大的事情是由许多个小的事情堆砌起来的，尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。试想：如果我不注意观察学生上课的反应、不去与他们交流沟通，那么我想我会最终让学生失去学习的兴趣，最后的结果就是我的工作是失败的。

其实，人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

脚踏实地

社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，能让我们的人生价值得到体现。曾记得有一句广告语：心有多大，舞台就有多大。社会就是一个大舞台，他承载着我们无数人的梦想，然而任何梦想，都需要脚踏实地的去实现。脚踏实地走好每一天，每一个现在。我们说过的话，做过的事，走过的路，遇过的人，这些我们经历过的事情，是我们的心在社会这个大舞台不断成长的见证。只有让我们的心变强大了，我们的职场世界才会更广阔。

微笑

最后还想与大家分享一下我自己喜欢的一句话：始终拥有一种从容、淡定的笑脸，是一种内心的强大和自信。

微笑来源于成功，微笑取决于胜利。微笑蕴含着幸福，微笑饱含着生机。微笑中充满了永恒与希望，微笑里洋溢着美好与朝阳你真正地看见过微笑吗?它也许不会喜形于色，而是埋藏心底，需要你去发现它，去挖掘它。微笑着走向成功。学会微笑是生活的艺术。

以上就是我在实践中的一些经历和感受，虽然没有什么轰轰咧咧的惊险万分，但也不是平淡无味，至少给我的身心带来了深深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。

陶渊明说过盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。机会永远都是留给那些有准备的人的。

短暂的走出校园，踏上社会，在这个暑假给自己一个充实的假期，我参加了大朗镇的暑期实践活动，暑期实践给自己充满了电，开阔了视野，挥洒汗水与青春。

启动大会

XX年7月15日下午2：10，大朗镇大学生创业(社会)实践行动启动仪式在大朗政府二号会堂召开。此次大会的召开，全面拉开了我镇XX年大学生暑期创业(社会)实践活动的帷幕，还给每位参加活动的大学生派发一张活动记录卡，登记参与活动的次数，作为参与本期暑期活动的证明与评奖依据，同时派发了各项活动的方案，它主要给我们介绍实践活动的内容与活动时间、地点，在我们的脑海中形成初步的框架，解除我们心中的疑虑以及让我们计划好自己想参加那些活动，具体怎样才可以更好的参与其中。

大学生户外大挑战-荔香湿地公园定向越野比赛

学生自行组队，5人参加，每队必须要有两名女生。本次参赛的队伍有50多组，我们2男与3个女生组成一队准备参赛，我更被队员们推举为队长，我感到很荣幸。

鉴于台风莫拉克的影响，原定于19日下午4：00-6：30在大朗荔香湿地公园举行的XX年大朗镇大学生户外大挑战推迟带21号，我按要求通知我队队员。

21号，我们全队队员依时到达，各队队长在4点准时领取定向越野任务指示图，并由队长集中听解比赛规则及其要求，随后回去传达给队员，我丝毫不敢怠慢，因为时间就是胜利的保证，，到多个指定地点拍集体照，然后回原出发点，用时最少的队伍先胜出，可以说我们要争分夺秒。我们无盲目的跑，我们先拿到地图定方向，然后确定起点，目标点，终点的位置，按照地图上标注的标志性地物，以迅速找到目标。

尽管我们有3个女生，但一路上我们没有放慢脚步，按照地图，大胆推测行走线路和任务地点的位置，真所谓在奔跑中思考。当出现意见分歧的时候，作为一个队长，责任重大，更需要冷静的思考跟分析，更不能头脑发热!否则全队的努力就白费了。我根据之前所找到的任务地点，发现地图上的一些规律，最终也获得队员们的信任与支持。

经过一轮紧张的定向越野，不但接受着身体的锻炼，也见证着心灵的成长，虽然我们是第15名完成任务的，拿不到奖，但我们已经尽力就无悔了。我们留的汗绝对不比冠军队少，在我心中，我感觉我们队是最捧的，我们已经是冠军了，我组的女生也很捧.

在奔跑中思考，团结合作，互相信任，坚持，永不放弃是我这次活动的最大感悟。

大朗镇大学生篮球联赛

为了活跃自己的暑期生活，我参加了大朗镇大学生篮球赛。虽然我们大朗城院队无缘前4强，但我们赢了自己。

在第一轮系列赛，我们每场都尽力去打，以5场4胜的好成绩出线了，每场我们都赢的漂亮，体现队友们的拼搏进取、团结友爱。

以小组第二的成绩进入第二轮(前八强)，淘汰赛，可惜的是那晚那场球赛我们输了，就这样与前4强无缘，总觉得不服气，很多人过来支持我们队，为我们打气，距地话我地打得漂亮，只是对手强硬罢了......就这样我的篮球赛画上句号了。

虽然我不是打正选，但每场都能上场打下，我学会了很多打球的知识，其实很多跟平常打得都不一样的，打的位置就是很明显的一个例子。我是第一次参加这么比较正式的比赛，不知道其他人有无看出，其实我在场上很紧张的。

我印象最深的还是：无论对手多高多强，我们都不应该怯场，气势不能输给人家,做任何事，自信是很重要的。

很多球，要是平常的我都能把握好，但这次的比赛中，明显发现自己的很多不足，对球的意识不够好，很多球本来可以得分但都无能进，捻起就觉得可惜啊。

虽然无缘4强决赛，但这次的球赛的确很喜欢，我很庆幸自己可以参加，我爱篮球。

我的第一个大学生暑期实践活动即将就要画上句号了，原本打算参加的爱国主义教育活动参观虎门炮台、海战博物馆参观和爱国爱乡参观活动、大学生素质拓展，但因为受猪流感的影响，按照非必须 不举办原则，原计划的这些活动均需要取消。但我不会带着遗憾来结束这个暑假的，因为我对这些活动已经很满意了，通过这次的暑期实践，我扩宽了我的交际面，认识很多朋友的同时也开拓了视野，增长了才干，懂得很多为人处事的道理。暑期实践是学生接触社会，了解社会，为步入社会打下了良好的基础，从而今后更好的服务社会。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找