# 暑期社会实践心得300字(4篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-07-03

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。暑期社会实践心得300字篇一这次暑期社会实践活动，共进...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**暑期社会实践心得300字篇一**

这次暑期社会实践活动，共进行了3天时间，分两次完成。在活动中，我们主要分了健康知识讲座；温情慰问演出；暖暖饺子情，温暖老人心等几个活动。

这次我们去了两个地方，一个是雅安市社会福利院，一个是雅安市福寿敬老院。我们去的时候，老人们都很高兴。我们和他们聊天，分享他们的故事；我们给他们办的健康讲座，关心他们的身体健康；我们和他们一起包饺子，让他们也能享受天伦之乐......在这当中，我们也收获了很多很多。

我们都知道，中国自古以来就是礼仪之邦，而尊老爱老是中华民族的传统美德，是中国传统文化的重(内容来源好 范文网)要内容。中国传统文化中的尊老敬老思想源远流长，在长期的历史发展过程中，由于儒家的倡导推行，尊老敬老观念逐步成为中国人精神人格的重要组成部分。由此形成的社会风尚，对社会管理和生活生产经验的历史性传承曾起过重大的作用，推动了社会的进步和发展。当前，应继承发扬传统尊老敬老思想的优秀精华，推动中国社会的全面进步。

在我看来，尊老是我们每个人的必修课。有一句诗是这样说的：“夕阳无限好，只是近黄昏。”每一位老人都渴望得到亲人的关爱，都有对美好生活的眷恋和不舍，对无力挽回的光阴的无奈。每个人都不希望自己老去，都希望自己永远都身强体壮。但是，我们无法逃避时间，无法逃避生老病死的自然规律。每个人都会老，我们也不会例外，虽然现在我们正值当年。所以，我们应该善待这些老人，尊敬他们、爱护他们、关爱他们。多给他们一下爱，让他们不会感到孤单。

作为一名当代的大学生，我们有义务也有责任传承中华民族的尊老爱老的传统美德。尊老爱老，是当代大学生应该有的基本素养和基本道德。而且我们也有义务和责任向我们周围的其他人宣传尊老爱老的重要性，我们这次活动是很好的一种宣传敬老爱老精神的一种方式。这种活动应该常常举办。

这次社会实践活动举办的比较成功，在举办活动之前，我们有做比较充足的准备，联系地方，收集资料，编排节目，准备材料等等都进行得有条不紊。但是

还是有很多的不足之处，比如在与老人聊天的时候明显有的时候找不到话题没有做好很充分的准备等。有不足才有进步，在下一次实践中会改进的。

**暑期社会实践心得300字篇二**

这是我们进入大学以来的最后一个漫长的暑假，所以我想好好把握这次宝贵的暑期时间不断充实完善自己。我希望找到一家能够提供暑期社会实践的单位，来增强本专业的知识，也提供给自己一次实习的机会。经过朋友的帮助以及自己的不懈努力，20xx年6月25号至20xx年7月30日期间，我在南京邦信科技小额贷款有限公司进行了一个月多的实习。实习过程中我将书本上所学到的理论知识结合运用到社会实践环节中，对“学以致用”这一说法有了更深层次的体会。很感谢公司给了我这样的实习机会，能向身边的同事学习，能锻炼自己，不断的进步。

南京邦信科技小额贷款有限公司由邦信资产管理有限公司（中国东方资产管理公司的全资子公司）作为主发起人，联合南京江宁科学园发展有限公司、南京凯盛建设集团有限公司、南京苏浙投资发展有限公司和江苏兴地投资发展有限公司参股，公司性质是有限责任公司。注册资本金为3亿元人民币。该公司立足地方经济发展，以小额、分散为经营原则，主要面向科技型中小企业发放贷款、创业投资、提供融资性担保、开展金融机构业务代理以及经过监管部门批准的其他业务。它以“普融惠民、互利共赢”为核心理念，突出支持科技型中小企业、支持区域经济和特色经济发展，重点围绕江宁区产业规划创新思路，扩大经营产品，巩固和完善小额信贷、联贷联保等行之有效的信贷方式，切实加强银企合作，创新服务方式，开拓服务领域，支持地方经济发展。

根据公司要求，我随同主要业务人员上门约见市场主要负责人，了解专业市场总体经营情况，包括总体产销情况，在行业位置，租金，报税和手费总体多少等有关信息。通过各专业市场负责人分批约见重点商户。约见时，须了解商户各种资金需求，全年资金运用情况，重点介绍我司针对海印各专业市场而推出联银贷产品，顺便也介绍公司其它产品。

我与重点商户建立信任工作关系，通过重点商户引见各专业市场好朋友、生意上的好伙伴，协助新商户取得各专业市场负责人的信任，以此类推，把公司业务推广到整个专业市场。同时注重公司各种产品宣传，扩大公司影响力，结交新的商户。在实际操作中，总结经验，拓展业务，防范潜在风险。

经营好专业市场，有利于辐射周边市场，商户，这种工作方向就象蜘蛛网一样串起

1整个市场，而这个网最初关键点就是各专业市场的负责人。通过熟人加入其圈子里，与其建立良好私人关系。在实习中、我了解到小额信贷工作的以下几点：

第一，及时摸清民间融资需求情况，找准市场切入点。在了解人们融资需求的情况下，扩大业务融资量。

第二，加强银行合作，巧用银行资金扩大信贷投放规模。为了使小额贷款公司融资资金能够惠及更多的中、小、微型企业及个体工商户，并打破公司自身的资金来源瓶颈，公司提出了“联银贷”的模式，公司发挥自身对所在经营区域信息的熟悉优势和资源整合能力为银行挑选最优质的客户，并承诺在出现坏账时，先由小额贷款公司赎回该笔贷款。目前该公司已与商业银行签订了“联银贷”合作协议，总授信额度为2亿元，该产品将于近期推向市场。该模式使银行走出了“想做又不敢做或不愿意做小额信贷业务”的困境，为其带来了新的业务增长点。

第三，一切从客户出发，信贷产品灵活多样。除“联银贷”之外，本小额贷款公司借助各股东的人脉关系，充分发挥所在地缘优势和对客户的熟悉度，勇于开拓专业市场，以客户为中心，从客户实际出发，在风险可控的前提下，针对客户的不同特点推出了系列信贷产品，如“应急贷”、“过桥贷”、“货押贷”、“组合贷”、“信用贷”等。

第四，完善内控机制，科学控制风险。小额贷款公司是完全以自有资金经营的高风险的金融组织，科学、合理有效控制风险是其持续发展的生命线。公司从开业之初就根据小额贷款公司市场和客户特点，不断完善内控机制，从制度、组织结构、业务流程和环节上加强风险控制。一是从制度上控制风险。该公司科学、合理地制订了贷前管理办法、贷后管理办法、贷款风险防范管理办法、五级分类办法、不良贷款清收管理办法、应急预案等多项管理办法，涵盖了贷前、贷中、贷后各环节，保证公司合法合规稳健经营。二是从组织结构上控制风险。该公司分工合理，职责明确，业务部、风控部员工由具有丰富银行经验的人员组成。贷款审批实行层级制和分权制管理。三是从流程和环节上控制风险。严格执行贷款“三查”制度。贷前调查由业务部双人进行，经主管业务部的公司副总经理审查真实性、合法合规性、合理性后交由分管风控部的公司副总经理进行可行性、风险评价、防范措施等方面的风险审查，贷款审批委员会进行综合评定同意后才放款，放款后业务部定期进行贷后检查，出现风险及时移交风控部和律师处理。

这次的实习让我看到了在学校、书本无法学到的东西，同时也由于行业的特殊性，我得以接触到了许多不同类型的企业，见到了形形色色的人，也让我成长很多。在这个

成长过程中，虽然磕磕碰碰，但是幸运的是有身边同事及领导的帮助及指示，使得我找到方向。这次实习对我以后的工作及求学道路是一种很大的推进。只有坚持学习新的知识，才能进一步提高自身素质，而这里就有这样的气氛。在本次实习中，我深刻体会到团队合作的重要性。这次实习让我从各方面融汇知识，为将来的工作和生活铺垫了出色的一幕，这种改变是质的飞跃。一份耕耘一份收获。坚持“做一行,爱一行”的工作态度。无论对待每一份职业都要有一份荣誉感,有爱岗敬业的精神。我很珍惜此次在南京邦信科技小额贷款有限公司的实习机会，今后我会更加地努力完善自己！

**暑期社会实践心得300字篇三**

今年暑假我在游泳馆实习两周，这是一个很不一样的实习经历，我是学小学语文教育的，以前从事过暑期辅导班的实习，可是在游泳馆实习还是第一次，而且是边学习不同的泳姿，边做游泳教练助理，这对我来说是一个挑战。

回到家已经是7月2日，游泳馆也已经开业了，很多要参加游泳中考的初二学生也已在教练的指导下开始他们的游泳学习，我是一个旱鸭子，所以实习的第一周我就要基本学会漂浮和仰泳。我与那些初中的孩子一起，从憋气开始，每天学习两个小时，大概三四天我已能靠自己在水中漂浮，然后在教练的指导下我的仰泳学习得很顺利，而且在他们的细心解说和我的反复试验下，我已基本掌握了憋气、漂浮和仰泳的动作要领。

实习的第二周，我就担任起了教练助理，辅助教练纠正同学的不良泳姿，并通过相互交流示范来加快学习进程，特别是还要在学员第一次去深水区适应和练习时，担任起安全员的工作，时刻关注每一个学员的人身安全，虽然借助了游泳圈，可是当自己担负起这个责任的.时候，我可是时刻也不敢懈怠。

两周的时间说长不长，说短不短，虽然在游泳馆的这14天让我觉得还蛮辛苦的，不管是自己游泳或者教别人，还是做安全员，但是我真的有很多收获，别的不说，至少我已经学会了游泳，虽然还只会仰泳，可是迈开了我游泳生涯的第一步，以后的暑假我会慢慢去学习

自由泳、蛙泳，成为一个出色的游泳者，甚至是一名优秀的游泳教练。

其次，我还收获了吃苦耐劳和责任心，游泳是一项很辛苦的体育运动，教游泳又要长时间的浸泡在水中，这无论从体力上，还是心理上都是一种挑战，特别是刚开始学习的时候，老是吃水，要不是有教练的鼓励和我一定要把他学会的决心，说不定中途我就放弃了，所以，这两周教会了我要能吃苦，更要坚持做好一件事。

责任心就更不用说了，作为一名教练和安全员，如果没有责任心，那就是对自己学员的不负责，虽然要做好需要付出很大的努力，亦或是很多的体力，可是当你看到每个学员学会时的喜悦，或者是他们通过考试的欢呼，你就会觉得一切都是值得的，并且你还能从中收获点什么，这就是最大的财富。

总之，这两周的实习，我辛苦并快乐着，学会了不少，让我很知足。

**暑期社会实践心得300字篇四**

时光飞逝，看似漫长的暑假两个月的生活即将结束。通过暑假打工，我会对生活、工作有更深刻的认识，在工作中学习，在学习中成长。

今年暑假，我在河南前进铸钢有限公司工作..首先，关于我的申请，这家企业是我们村的家族式企业。首先，我打电话给我的一个小学同学(他的父亲是企业的负责人之一)，请他帮助我。然后我去工厂找厂长，说明了我的目的，给我安排了一个工作，是办公室直接管理的，平时做一些后勤杂事。这不禁让我对自己以后的求职产生了联系。我们需要建立一个广泛的人际网络，这样也许有人会帮助某人，也许你的一个不起眼的朋友可能就是你高贵的候选人。俗话说，朋友多路多。这难道不是事实吗？

当初因为一个扫地阿姨请假回家盖房子，让我做她的工作——打扫宿舍楼。起初，我抱怨说，作为一名大学生，我被要求做扫地的工作。上下两层的走廊和宿舍大院都是我的工作。首先扫地，把垃圾倒在垃圾桶里，然后冲洗拖把，拖地。三十多度的天气，再加上特别爱出汗，拖了我一会儿，然后我就出汗了。工作结束时，我累得像断了架一样。我一直很沮丧。后来，我想起了邓小平爷爷。他老人家三起三落，从国家重要干部发配到工厂工作。那是一种什么味道。邓爷爷心里能开心吗？关键时刻经得起考验，才能成大事，不就是这个道理吗？想到这里，我的心灵豁然开朗。我什么都不是。这份工作有什么不好？想起石传祥、李素丽、徐虎等。他们都在平凡的工作岗位上兢兢业业，勤勤恳恳。十年后，他们获得了全国劳动模范的光荣称号，不是吗？正因为如此，我们应该做我们所做的事，热爱我们所做的事，在工作中不能挑三拣四。拖地的时候，心烦意乱的时候，就想着这些伟大的劳动模范的故事。榜样的力量是巨大的，我很快就恢复了平和的心态，安心做好自己的工作。

中我的工作教会了我很多我将终生受益。首先要服从领导指挥，执行领导决定。“服从命令，服从命令”，军队的一句俗语，在工作中依然适用。其次，要正确处理上下级关系。不能太近，所以近乎谄媚，也不能太远。怎样才能得到领导的尊重和欣赏？或许这就是“保持距离，注重影响”的人生哲学吧。恰到好处的距离能让我们在工作中感到安心。还是那句话，工作不像我们的学习考试。学习重在过程。当然，我希望有一个好的结果。如果不理想，也没什么大不了的。只要过程精彩，那就是“只求努力，不求收获”。但在工作中，却恰恰相反。不管你采用什么方法，过程有多辛苦，“黑猫白猫，抓到老鼠就是好猫。”领导重视结果。当任务完成后，一切都会好的。举个例子，领导命令明天早上送一个铸件，工人只要完成任务就加班到第二天早上7点。

工作中还有很多事情可以做，也可以不做，但是我们可以现在做，也可以以后做。我们做什么呢比如工厂南墙上有很多草，本来是属于一个园丁的工作(属于办公室管理)，但是他整天忙得顾不上它们。而且领导看到草长这么高也会不高兴，然后分配这个任务就不好看了。所以科长派我们去拔草，这草根很深。费了好大劲才拉起来。后来，我们遇上了一场小雨。虽然我们汗流浃背，但看到墙上杂草丛生的景象消失，我们并不开心。更重要的是，我们以后没有受到领导的批评。我们能不快乐吗？！可见，主动很重要，因为被动就意味着挨打。我们的学习工作是一样的。只有掌握了学习的主动权，才能更好的听课，复习，成长。

这就是现实。我们工作中的很多东西都是真理，是我们这些只知道读书的学生迫切需要学习和领悟的。有人可能会说，这样，大家都会变得圆滑世故，社会就是这样。既然改变不了，不如适应这个大环境。想让环境适应你的人注定要被社会淘汰。这不就是“物竞天择，适者生存”的道理吗？

工作中也要特别注意安全，工厂生产的每一个环节都要以安全为基础。听他们说，几个电工去车间修电缆了。他们必须连接两段电缆，但他们没有申请工作票。他们开始习惯性违规。一头没电，他们都忘了另一头有电，所以没把刀拔下来。一个电工拿起接口正准备拿起来，重重的一砸，砸到了他。另一个电工马上意识到没有停电，马上把刀拉下来，然后把他拖走，以最快的速度打120。所以安全生产重于泰山。居安思危，警钟长鸣。防范这些习惯性违章，如果处处遵守安全规定，各种事故是可以大大避免的，这不仅为工厂创造了效益，也保证了我们的生命安全。

过去两个月的工作生活教会了我很多，但我知道还有很多需要虚心学习的地方。我需要向老师和长辈学习，说“三人行必有我师。”只有广泛的学习吸收，才能在以后的工作中大显身手，早日成为工作中的佼佼者。

最后，对给我提供兼职的公司领导，对在工作中给我一些建议的工人师傅们，表示深深的感谢。是他们温暖的教导和细心的教育让我有了很大的收获。衷心感谢，祝公司明天更好，职工教师的未来更好。

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