# 社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字(六篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-08-31

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。社会实践活动心得体会...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇一**

我站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可是，嘴就像被胶水糊上了一样，想说话，却说不出来。店主一下就看出了我的难题，在顾客少的时候教我该干什么。我也慢慢地放开胆去尝试，其实这种工作比想象的容易多了。就比如整理货物，问前来购物的人的需要，帮助收银员来扫条形码，虽然累，但我很快乐。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。在超市实习不能干坐着，也不能在超市随便逛来荡去，得时刻注意服务顾客。在这里，不像在学校有课程表干什么，完全就是靠你自己的思想，觉得应该干什么，就立刻去干，容不得半点迟钝。我本以为超市是最容易实习的地方，可是，短短过了半个小时，我就意识到自己错了。不仅要时刻注意顾客需要什么，还要把被顾客放乱的东西摆整齐。1个小时后，我就感到腰酸背痛。

在超市工作会遇到许多样子顾客，我都可以说我已经见过了“人间百态”。从很多顾客的衣着、气质、态度等方面也可以感受到这是种什么样的人，可我还是不敢乱下结论，正应了那句古话：不能以貌取人。超市里人来人往，也避免不了会有一两个小偷，虽然有“天眼”在工作，可也不能大意，要抓住证据，给他们一个有力的打击，这，又是对眼力的一个极大考验。可见在任何工作中都必须具有敏锐的观察力。也有时候会遇到蛮不讲理、讨价还价的顾客，但是作为一个营业员必须时刻谨记“顾客是上帝”，必须什么时候都保持良好的态度，不管是做人还是工作，都必须具有广阔的胸襟，而且在适当的时候要能够忍耐。体会到了营业员的辛苦和难处，我想以后我逛超市的时候也应该要注意这些。不然，就会出大错。

在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如世人所说的“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，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，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

虽然，时间只有短短的三天，但是通过三潭的实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，更明白了爸妈上班的辛苦，还有认识到自己许多的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严于律己，提高自己的文化水平和素质，努力学好知识，将来回报父母、回报社会、回报一切关心我的人。

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇二**

寒假，我到我所在的社区居委会帮忙，进行社区服务。从2.21到2.27，一个七天，我每日都去居委会服务，帮那里的工作人员整理资料和文件，走访人民群众，了解社区居民的生活情况。

刚开始，我并不适应那里的工作，觉得很无聊，很没用。但是，通过与当地居民和工作人员的接触，我逐渐了解到了这个社区服务的乐趣。我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力--这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。

通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

比如说，居委会的资料总是井井有条，分类整齐，通过居委会大妈的言传身受，我知道了学习应该也像整理资料一样，每天都应该按门按科地把知识梳理一遍，这样，不仅有利于查找，而且还有利于记忆。不只是学习，家里的一切也应当是这样，书籍、衣服、玩具等等。

其中感受最深的是到社区里的老人那里慰问。腊月寒冬，刘爷爷的孩子都去外地打工了。刘爷爷年轻的时候喝酒喝得太多，导致了中风，现在，每天他都会推着婴儿车在院子里练习走动。

我和王大叔到他家帮他收拾完家之后，就和他一起去散步。一般的老人上了年纪都不会像他这样日日不停，风雨不住地锻炼，可见他的毅力有多么坚韧了。

我以前曾经问过他，为什么要天天锻炼，他告诉我说，这是必须的，如果不天天锻炼的话，就永远走不动了。他还告诉我说，自己年轻时贪杯好饮才导致了现在这个结果，现在社会上，好多小孩13.4岁就开始吸烟、喝酒。

他们的这些做法都是对自己对父母对社会的不负责任的行为。希望我不要重蹈他的覆辙，要健健康康的成长。听了这些话，我受益匪浅。

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。

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇三**

经过了将近一周的社会实践，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，社会实践活动给我们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

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。

俗话说：“在家千日好，出门半招难！”意思是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了。但是，只要你去外面独立的时候，不管你遇到什么困难、挫折都得靠自已一个人去解决。这几天里， 让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我身边，我都能够自已独立！

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世纪的中学生，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！

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇四**

赣南师范学院赴上犹县安和乡安和学校“关爱留守儿童暑期三下乡”社会实践活动正式启动。此次活动围绕“关爱留守儿童教育帮扶”为主题展开社会实践活动。

留守儿童问题是我国近年来政治经济的发展，城乡贫富差距的存在。衍生一个突出的社会问题。越来越多的青壮年农民大量涌入城市，在广大农村也随之产生了一个特别而特殊的未成年人群体--农村留守儿童。留守儿童大多是处于九年义务教育阶段，是成长发育的关键时期。由于父母长期不在身边缺少对孩子在思想认识及价值观念上的引导和帮助，成长中缺少了父母在情感上的关注与呵护，极易产生认识、价值观上的偏离和个性心理发展的异常，一些人会因此形成错误的人生观、价值观。

7月4日至7月6日的三天时间内，我跟随志愿服务团为留守儿童送去了温暖与慰问，宣传了党的精神，认真践行“奉献、友爱、互助、进步\"的青年志愿者精神。通过开展素质拓展游戏、课业辅导、家书手机短信送亲情、问卷调查等方式了解了他们的生活、学习状况，同时增长了他们的知识，开阔了他们的视野，尊重了他们的人格。与孩子们的接触与交流，丰富多采的活动内容也让我学到了很多书本上学不到的东西，增加了社会实践经验。

有些事情事情只有你亲身体验过才会了解其中滋味，暑期社会实践活动为大学生提供了一个走出校园、实践社会，展现自我的舞台，也是一次让大学生能投身社会、体验生活、服务人民的绝好机会。我们这次深基层，生活在留守儿童之间针对留守儿童展开调研活动来，了解到由于他们缺少父母的关爱与教导，时常想念他们的爸爸妈妈，以致有些孩子形成了孤僻的性格，心中不免一阵心痛。期间我在对一位安和学校的教师的采访中她多次和我提到当前留守儿童存在最大的问题就是“缺爱”和监护人的无作为，他们多数人认为只要保证孩子有饭吃，可以来上学保证最基本的安全就完成了其监护责任，从来不会来关心一下孩子的学习成绩，即使来到学校也不会与老师即使沟通。但是让我感觉到比较欣慰的是他们中的绝大多数在这种情况下仍然能够努力学习，为了梦想而奋斗，对我感触最深的是一个叫吴丽的小女孩，不是因为我去她家里做过家访，是她的笑容感动了我，尽管她家里很穷、尽管她父亲常年在外务工、尽管她家住在山上每天都要走山路来上学。她依然会对她身边的每一个人露出特有的笑容，看上去很傻、很天真让人感觉很舒服，可是我的心理总是有一种酸酸的感觉，希望她可以一直这样笑下去。

有些事情经历了就会让你终生难忘。通过关爱留守儿童的社会实践活动，使我逐步了解了社会，了解了留守儿童这个特殊群起，开阔了视野。当我们看到这帮孩子的生活条件我知道了什么是满足。同时通过这次实践活动是我们这群生活在城市中的当代大学生得到了真正意义上的锻炼和心灵上的洗礼。

作为新时代大学生，我们不仅要好好学习掌握现代化的知识，而且还要多参加社会实践，在实践中运用知识、更好的掌握知识；在实践中了解社会发展，才能锻炼自己、发展自己，使自己将来能更好地投身于社会、服务于社会。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，始终践行“奉献、友爱、互助、进步\"的青年志愿者精神。

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇五**

一叶知秋，一片落叶见证一个季节，一次活动见证一次认识，感想是来自于对社会的新的经历，大学社会实践活动给我很多的感想。这些体会使我受益终身。苦黄的树叶才知道秋风的无情;鹅卵石才知道水的侵蚀;通过大学生社会实践活动我才认识到自己的渺小;才知道自己的不足之处太多!大学只是社会的冰山一角，是社会的一个缩影，然而它毕竟不是社会，与社会有太大的区别，社会是一个大染缸，是冷酷无情的，是一个竞技的平台，在这里没人会怜悯你，你只有用自己的能力证明自己，这里有各种形形色色的人，你必须学会如何辨认好人与坏人。如何使自己更有价值地存在!

大学生社会实践活动给我们提供了一个认识社会的平台，可以让我们早一点认识这个我们将来要生存的环境。在这次活动中我感受很深，到了很多的宝贵经验，这是用金钱所买不到却是受益终生的!从小事做起，事情有大有小，不要一心只想做大事，这样最终是要以失败告终的，俗话说得好“一屋不扫何以扫天下!”一件小事做不好又怎么可能做好大事呢?事情是由小变大的，我们只有先做好一些小事情，从中积累经验，再慢慢的学着做一些大的事情，不能急于求成，它是一个连续的过程，不能有间断的非飞跃，不要以为我们是大学生很了不起，对小事情就不屑一顾，要知道小事情是做大事情的垫脚石，一个机器缺少一个螺丝钉就可能不能正常运转。

理论与实际相结合。理论知识学得好不一定能很好的运用到实际中去，理论毕竟只是理论，是前世很多人所积累下来的经验，有的有几千年之久，而现实却是在不断的变化的，那些理论有可能已经不在适应这个复杂的社会，我们不能只纸上谈兵，不能只学理论或只重视实践而忽视了两者之间的联系，把两者分开是不行的，只有把两者结合起来才能发挥出他们的强大的作用!

提高自己的动手能力，我们很多时候都是眼高手低，认为事情像我们想象的那么简单，过高的评估自己，结果事情却事与愿违，在超出原来几倍的估计下都不能完成，这归根起来还是我们的动手能力太差，中国学生与外国学生的最大的区别就是我们的动手能力太差，而学习成绩很好，外国的学习却注重动手能力，这也是外国学生不断的获得诺贝尔科学奖而我们直到现在还没人问鼎一项这样的世界最高科学奖项，因此要从各方面提高自己的动手能力!勇敢的面对困难和挫折;要有持之以恒的态度。万事开头难!任何一件事在开头时都并不好做!主要是我们不了解它，只要我们认识了它，就比较好做了，而往往有一些意志不坚定的人望而生畏;逃避;其实他们都是被它的外表所吓倒了!困难和挫折随时随地都有，我们要勇敢的面对，一切困难都是纸老虎，认识它的本质，不要望而止步，困难就像弹簧，你强它就弱，你弱他就强!勇敢的面对会发现它并不是像想象的那样不可战胜!

自己要对自己有信心。试想一个对自己都没有信心的人又有谁会向你投来赏识的眼光呢?自信才会使我们更从容的面对一切，而不至于在紧要关头不知所措，只要我们充满信心地去做事情，没有做不到的只有想不到的!最后最重要的一点是“一分耕耘一分收获”，俗话说的好“宝剑锋从磨砺理出，梅花香从苦寒来”，不经历风雨怎么见彩虹，天上是不可能掉下馅饼的，只有付出了辛勤的劳动才能有所回报，品尝自己的劳动成果才能品味出其中的酸甜苦辣，才会更加的珍惜各种劳动成果。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益匪浅。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的文秘工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

**社会实践活动心得体会100字 社会实践活动心得体会800字篇六**

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。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。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。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，步入高中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，了解社会，服务于社会，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。

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。

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。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。

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。

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。

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