# 高中生社会实践心得体会（优秀23篇）

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-09-13

*心得体会是我们在学习和工作中积累的宝贵财富，值得我们珍惜和总结。写心得体会时，要保持积极乐观的态度，传递正能量，鼓励和启发读者。请大家参考以下心得体会，对自己的学习和工作生活进行总结和思考。高中生社会实践心得体会篇一作为一名高中学生，暑假期...*

心得体会是我们在学习和工作中积累的宝贵财富，值得我们珍惜和总结。写心得体会时，要保持积极乐观的态度，传递正能量，鼓励和启发读者。请大家参考以下心得体会，对自己的学习和工作生活进行总结和思考。

**高中生社会实践心得体会篇一**

作为一名高中学生，暑假期间我对自己的学习也是非常上心的，我能够清楚的了解到自己缺乏什么样的锻炼，过去的一段时间当红中我也对自己很有信心，暑假期间我是去做了服务员，在酒店兼职，从来没有过这样的经历，虽然做的都是看上去比较简单的事情，但是做好这件工作还是不容易的，过去的一个月来我也有认真的思考自己各个方面的能力，对自身的打磨是比较多的，我从来都不会觉得自己有多么的优秀，我需要不断的强大自己，在这方面还是应该要有自己的态度的，我感激这次实践，让我学到了很多，也有一些心得。

这次暑假我是一个人去的xx酒店，我做好了很多准备，有很多时候我都是保持着一个乐观态度，在这方面我认为我是做的很好的，作为一名高中学生我能够清楚的感受到这一点，高中阶段还是需要锻炼的自己抗压能力的，这次去实践也有一部分原因是因为这个，我现在也是想的非常的清楚，这次我学习到了很多，无论在社会生存能力上面，还是在为人处世上面，都有一定的收获，这是我认为自己这次暑假出来最大的收获，很多是在学校看不到的，也不会有这样的机会，但是我证明了自己的是可以的，我也一定会在以后的学习当中认真的去做好自己的本职工作，做一名优秀的高中学生。

做服务的工作的时候我和周围的同事相处的很好，我一直都认为有很多事情都需要保持一个好的态度，态度是非常重要的，在这次的实践当中我学习到了很多，我把细节上面的事情处理的很好，严格的搞好分内的事情，认真的保持一个好的心态，在这方面我还是有自己的判断的，我感激自己在工作当中遇到每一个问题，虽然在这次的实践当中每天的工作比较累，至少对我的来讲是比较幸苦的，我深刻的理解到到了，在社会上面立足是一件多么不容易的事情，也深刻的体会到了赚钱的不容易，我需要有这样的一个心态，在未来的学习当我一定会认真的搞好学习，做一名各个方面都优秀的学生，通过这次的社会实践，我感觉在学习当中我也有一些事情是需要端正好心态的，以后争取做一名游戏的学生，多多参与社会实践，锻炼自己的身心，非常感激这次的实践经历，我有了很多见识，也对自己的接下来有了一个规划。

**高中生社会实践心得体会篇二**

来到xx手机店我开始了自己的销售工作，这对我来说其实很有意义，自己因为没有去做过，很多的事情都需要去请教别人，自己不会要去学习啊，从一开始的学习简单的东西，了解一些业务流程，还有一些手机销售的技巧，这些都是我需要注意的地方，这次销售经历开始的时候我也总是在提醒着自己要主动的\'去学习，草草的学习了两天我开始了自己独立做推销，因为没有做过，自己一开始不是很适应，其实我不是一个内向的人，至少在平跟别人交流的过程中不会有什么问题，但是工作不一样这种沟通不是简单的聊聊天，因为社会实践：“传服务火炬，颂无悔青春”，我们挥洒青春，收获了精神上的升华和珍贵的友谊，它将永远珍藏在我们记忆中，成为人生宝贵的一笔财富。

**高中生社会实践心得体会篇三**

高中第一个暑假期间，在校团委的号召下，为社会建设贡献一份力量，为提高自己各方面的能力，加深自己对社会的了解，，我到秦皇岛市青少年活动中心进行了为期半个月的实习，实习的项目是作为科普试验班的老师给三十几个小学生讲课，讲课期间我感觉学到了很多东西，下面我就介绍一下我这半个月的经历。

我是七月十五号去的，到八月六号结束，期间我一共讲了十五节课，讲课的内容是电子积木、物理世界、生物世界、天文世界，共四门课程。而我是个文科生，对这几门课程早已忘的精光，更不用说给别人讲了，为了把握这次难得实践机会，我便一边自学，一边讲课，虽然是累了一些，但是感觉挺充实，尤其是看到那些天真烂漫的小孩子，瞪着眼睛问我问题的时候，我感觉特别的欣慰，毕竟这也是一份体验，一种为人师的体验，也许以后自己并不从事这方面的工作，但回忆起来，也是自己的一笔宝贵的财富。

讲课期间，我跟许多孩子的家长交流过，从他们身上，我看到了家长望子成龙的心是多么强烈，更看到了父母对自己的孩子那分无私的爱，想起自己在家辛苦忙碌的父母，不禁油然产生一种敬意，在跟家长交流期间，其中一个孩子的母亲跟我谈了许多，她说把孩子就交给我了，使我很感动，同时也感到了自己责任的重大，自己现在的身份是一名老师，既然为人师，就应该对学生负责，虽然自己现在的身份更确切说还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事勇于负责任，才能对自己几年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

七月十五号下午三点，我第一次蹬上讲台，那天是讲生物世界，刚走上讲台是，望台下扫视一下，那么多眼睛在看着自己，感觉真有点紧张，事前背好的“台词”全都忘了，脑子里一片空白，上家教的时候自己那么有感觉，为什么一上大课，自己竟不知所措了呢?这样跟学生“对峙”了几分钟，心想自己既然走到了这个位置，就临场发挥吧，管不了那么多了，于是我就清了一下嗓门，开始讲课，也不知怎么的，一讲课，仿佛感觉又回到了我身上，也许是没有什么思想包袱的缘故吧，那节课结束后，我得到了同学们和听课老师的热烈掌声，试讲顺利过关，事后我都觉的不可思议，心想自己身上还有不少潜力可以挖掘呢，不禁会心的笑了。

之后的日子，讲课慢慢步入正规，再没有第一次蹬上讲台的拘谨，也敢于放开讲了，在这短短的十五天里，认识了不少小朋友及他们的家长，建立了比较真诚的友谊。

最后一节课，开家长会的时候，看到那些小学生天真的脸庞，及家长们满意的笑容，我感觉我的付出没有白费，因为我得到了别人的认可，没有什么比别人对自己的认可最让人高兴的，我坚信这一点，我也有信心在以后的日子里做的更好。

实践结束之后，我感到自己有很大收获：

一、待人要真诚。

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通。

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

五、要主动出击。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

六、要讲究条理。

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是刘经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

短期的社会实践，一晃而过，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。

**高中生社会实践心得体会篇四**

我这个假期参加了少儿图书馆的志愿者活动，我的工作——整理书架，显然是相对陌生的。这活听起来像很轻松，可是当我们做起来的时候就不这么想了！首先我们要按照每一个书架上面的号码，把不符合号码的书整理出来。然后再把每本书的排列整齐。最后就是把我们所整理出来的那些不符合的书，再重新上架之后我们便可以轻松地坐下来看我们所喜欢的书籍了。由于我所负责的书架，书似乎很受欢迎，都被借走了许多，所以我的工作量也相对轻一些！当我做完的时候看到了几个忙碌的身影，这便是帮忙把读者还来得书本重新上架的几个同学。虽然不认识，但我深知她们的工作量远远超过我们，因为她们几乎是一刻不停的。这给我极大地震撼，在现在这个科技高速发展的时代，作为90后的我们更是显得有些“过分”！而她们却是那样的默默无闻，任劳任怨。也许这就是我一直都没有理解的志愿者的含义吧！志愿者虽然很平凡，却很幸运；很辛苦，但也很快乐。她们是沟通的彩虹，是交流的桥梁，她们用生命影响生命，因此，作为志愿者的我们是快乐的志愿者。聚时，是一团火；散时，则是满天星。

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。

**高中生社会实践心得体会篇五**

我认真贯彻落实省素质教育会议精神，在调整作息时间、修正课程表和正常放假的同时，积极鼓励学生利用寒暑假和双休日开展社会实践活动。

校长王来旭亲主持召开全校教职工大会，大力号召各学科认真组织并指导学生在寒假开展社会实践活动，而且要求学校教育处、年级部等处室给予协助，加强领导。

1月下旬，政治教研室、地理教研室先后出台了社会实践活动方案，明确了实践活动的指导思想、内容、组织和要求。

确定寒假活动的主题是，“走出校园，走向社会，关注民生，完善人生”。

组织开展社会实践活动的消息一经发布，学生积极响应，纷纷报名参加。

短短两三天时间，仅高一年级就有300多名学生报名参加。

可见，学生对走出校门、走向社会，是多么的渴望和迫切!这是学生的社会情感长期被压抑的反映，表明了广大学生对规范办学和素质教育的欢迎和支持。

据了解，学生家长也非常支持孩子参与社会实践活动。

为了扎实有效地开展活动，我们将报名学生按照共同兴趣、方便活动、自愿结合的原则分成若干个活动小组，并召开学生会议安排活动事宜。

引导学生在生活中提炼，在兴趣中选择。

学会从社会生活中选定主题，关注社会，体验社会角色;学会健康愉悦地、自由而负责地、智慧而有创意地生活;学会捕捉自己最感兴趣的问题，开展调研。

自今年寒假到4月底，已有280名学生参与了社会实践活动并提交了活动报告。

还评出社会实践活动先进个人10名。

尤其令人高兴的是，学生的社会实践活动经过一段时间的体验和锻炼，不论是在规模、范围、数量上，还是在水平、能力、效果上，都较之初期有很大提高。

他们已经不再满足于走出去看一看，而是更乐于到社区做好事;其活动成果也不再局限于形成书面报告，而是更加注重社会效果。

例如，今年3月中旬，马婉璐等同学发起并组织成立了“济宁一中学生志愿者队伍”，他们自做了红色绶带和横幅，以“一中学生志愿者”名义活跃于城市社区。

志愿者成员已从成立之初的十几人发展到现在的数十人，他们利用双休日和节假日开展了交通助岗、福利院做义工、环保宣传等多种义务服务活动。

特别是“五一”劳动节那天，他们没有在家休息，也没有外出旅游，一行18名队员到社会福利院举行了献爱心文艺联欢活动，受到社会福利院鳏寡老人、孤残儿童和员工的热烈欢迎和高度赞扬。

丰富学习内容，活跃学生生活

我校开展社会实践活动采取两种方式，一是指导学生按分组自行安排活动;二是组织学生集体活动。

前一种方式具有灵活、方便、多样的特点，从活动情况来看，这种方式十分活跃，效果很好。

学生开展社会实践活动的形式主要是社会调查活动，其次是社区服务和社会参观活动。

学生社会调查的内容既有环保、消费、物价、教育等民生问题，也有城市文明、农民工生存状况、计划生育情况、老年人生活、人口性别比例失衡等社会问题，还有学生早餐、课余生活、手机使用、上网、交友等学生自身问题。

难能可贵的是学生十分关心民生问题，占社会调查的80%以上。

这充分说明广大青年学生是关心社会、热爱人民的。

例如，马婉璐和姚天骄、张旎等6名同学组成的寒假社会调查小组，在正月初三到兖矿3号井进行环境污染调查。

经调查发现，兖矿环境状况较好，污染不大，但挖过的土地大面积塌陷，造成地下水位上升，远远看去，如一片汪洋。

他们还详细询问了塌陷土地再利用问题。

还了解到，3号井采取水采法，防止了矿工得尘肺病。

但是，有喜也有忧。

为此，他们提出以下建议：在运煤的主车道加强植树力度，减少飘尘对环境的污染;对于已采矿井进行及时回填，避免或减少耕地下陷;对于已下陷的土地，实行再利用，引导农民合理利用发展水产业;改善煤矿开采技术，对煤进行深加工，提高煤的利用率;定期对工人健康状况进行检查，做好对职业病的预防与治疗等。

再如，龚畅和王雅婷、林亚等7名同学对限制生产销售使用塑料购物袋情况进行社会调查。

在调查中让他们高兴的是大多数的市民对限制生产销售使用塑料购物袋的事情都有所了解，且大多数人对此举表示支持。

当问及“塑料袋有偿提供后是否会减少使用并自备袋子”时，90%的人表示会影响使用量，但是对于自备袋子，特别是菜篮子，绝大多数人都表示不会。

究其原因，大多数人认为如果拎着菜篮子或布袋子去超市买东西会让自己显的另类，且不方便。

还有，购物可能是因为临时性的决定并不能保证自己会随身带着袋子。

针对发现的问题，他们向政府提出以下建议：倡导环保理念，引导和鼓励顾客自带购物工具;研究或推广合适的替代品，使消费者逐渐将青睐对象转移;规定统一的塑料袋价格，以避免商家通过打“塑料袋价格战”竞争等。

再如，马婉璐和时志远、项宁等17名同学通过交通助岗活动，深刻体会到交通警察的辛苦，也看到一些人的交通意识不够强。

还有人根本不了解交通规则。

在这次活动中，他们从交警那里学到了一些交通知识，还知道哪些现象是违规行为等。

由此可见，实践活动使学生改变了学习方式，丰富了学习资源，拓展了发展空间;参与社会实践，使学生增进了生存体验，激发了学习兴趣，活跃了学生生活。

社会责任增强，素质全面提高

我校开展社会实践活动的指导思想是：坚持以科学发展观为指导，以学生的全面发展为出发点和落脚点，培养实践能力和创新精神，确立正确的世界观、人生观、价值观和成才观，使学生成长为适应中国特色社会主义发展需要的合格人才。

学生遵照指导思想所确定的目标，努力在实践中锻炼，主动服务社会，树立劳动观念，学会感恩感激，增强社会责任。

例如，马婉璐和王炳茹、王琨、王晓晔等16名同学到福利院做义工献爱心之后感受颇深。

马婉璐在心得体会中写到：“当我在敬老院听到一位老奶奶说:十个儿子养得起,一个老人养不起时,十分震惊, 我的心久久不能平静，尤其那温暖的笑更让我难以忘怀。

老人虽没有怨言,难道做子女的用每月500多元的钞票,就可以报答深深的养育之恩吗?难到金钱可以买到亲情吗?”王昆在心得体会中写到：“我们要离开福利院了，孤儿们十分不舍得，小福清送给我漂亮的的小纸船，给我念刚教给他的‘快乐每一天’。

突然间，一种好久不曾出现的感动涌入胸膛。

这里的孩子或许身体残疾，或许智力缺陷，但他们对于外面世界的渴求与好奇与任何人是相同的。

他们可能无法写出规范的汉字，但他们同样渴望用笔描画出心中的梦想。

我们更应该感谢福利院的护理员阿姨们。

是他们，让这些孩子有了家的温暖，还教会他们许多技能，为他们重新支起一片蓝天”。

王炳茹在心得体会中写到：“也许你们没有亲眼看见，也许你们不能想象他们多么需要交流，但我还是希望，留一份爱给那些需要帮助的人吧!”他们在活动报告中倡议：“我们应该把爱心献给那些需要我们的人，切实关心他们，而不能做做样子，为实践而实践，那样社会实践就失掉了其本身的意义。

我们打算以后经常去那里，陪老人聊聊天，和孩子们说说话，也希望社会上的人们和我们一齐携起手来，为他们打造更加美好的明天!”

再如，蔡露同学在对高中学生早餐情况调查后深有体会地说：“在调查的过程中充满了乐趣，当然也有一些小麻烦，但通过思考和实践都找到了解决的方法。

我不但学到了书本上没有的知识，还增强了我的实践能力和交往能力，实在是受益匪浅。

感谢学校开展社会实践活动,为我们将来更好地融入社会奠定了基础。”

再如，曹阳和魏婷、刘璐等8名同学在对规范办学后的社会反响情况所作的调查中认识到：取消晚自习，规范双休日，有利也有弊，但利于大于弊。

他们认为，自由支配时间增多，有利于学生的身心健康和全面发展;有利于消化、体会课本知识;把学生的课业负担减下来，学生的学习兴趣就会提上来，课堂效益、教育质量不但不会降低，反而会提高。

等等。

我省高中生的近视率高达90.35%，比全国高20个百分点;青少年学生犯罪率升高;一些中学生因学习压力大而出现的厌学逃学、沉溺网吧、心理疾病甚至自杀等现象，足以说明加班加点之危害。

由此可见，通过社会实践活动，引导学生了解社会，了解改革，了解当地经济社会发展状况，有利于学生认清当代青年学生的社会使命，增强社会责任感，树立远大理想，确定成才目标。

在合作探究的过程中，学生间相互感染、相互促进，更好地发展兴趣，培养特长，有利于提高综合素质，实现全面发展。

同学们， 开展社会实践活动，是贯彻党的教育方针，加强学生素质教育的一个有效途径。

新世纪的学生不但要有扎实的文化知识，还要有顽强的意志和完善的人格。

高中阶段是人生道路上的一次重要转折点，也是人生学习的黄金时期，每一位同学不仅要重视学业，还要把自己的成长当作追求的目标，必须树立自己的理想，确立自己的学习目标、人生目标。

而这些东西，光靠在课堂上学习是不够的\'，人生的体会和智慧需要通过积累和磨练，而社会实践能够让我们更多地获得智慧。

凡是参加过社会实践活动的同学都有深刻的体会。

借此机会，我就今后更好地开展社会实践活动向学校和同学们提出三点建议和希望：

第一，建议学校各方面加强重视程度，加大支持力度，形成齐抓共管、全员育人、全方位育人、全过程育人的社会实践工作格局，尤其是学校的党政领导更要高度重视，大力支持，从经费上支持，从人力、物力上支持。

同时要建立切实有效的领导机构，加强对社会实践活动的领导和具体指导。

第二，建议各学科教研室进一步探索社会实践工作规律，积极拓展社会实践活动的新载体、新方式、新领域、新途径，全面提高组织水平，构建实践育人的长效机制。

第三，希望同学们积极参与社会实践，在实践中受教育、长才干、作贡献，争做文明生活、健康成才的表率。

同学们，6月14日，\*\*\*\*\*\*总书记在同共青团中央新一届领导班子成员座谈时向全国广大青年提出四点希望：一是坚定理想信念;二是勤奋刻苦学习;三是勇于艰苦创业;四是培养高尚品德。

他强调：广大青年一定要认清历史使命，勇担时代重任，用坚定的信念、顽强的意志、持续的奋斗，为夺取全面建设小康社会新胜利、开创中国特色社会主义事业新局面贡献更大力量，赢得更大光荣。

希望同学们不要辜负胡总书记的热切期望，牢记当代青年的责任与使命，以更加饱满的热情汲取知识的营养，以更加主动的姿态投身实践的熔炉，不畏艰难，勇于探索，磨练意志，增长才干，为学校的大发展、为夺取全面建设小康社会新胜利、为谱写人民美好生活新篇章，作出自己应有的贡献。

人们都说：劳动最光荣。

这一天,我去居委会劳动了一天

当我在切身体验劳动时，我才更进一步地融会了这句话的精髓。

劳动确实很辛苦，但却是苦中带甜的。

劳动的感受，在劳累时大汗淋漓的感受。

这些都不是能从我们平时的学习生活中所能触摸到的，这种感受是作为一名劳动者内心深处的，最平凡而又殊于一般的感受。

这一天,(至于是哪天，你自己写好了)我去居委会干了一个上午的活儿，居委会的负责人让我去小区里面刮小广告。

我高兴的应承了下来，心想，弄小搜索广告有什么不容易的，拿手一撕不就成了!于是信心满满的拿着负责人给我的铲子和水桶就走了，谁知道事实和想象是有差距的，而且差距还不小。

本想放弃，然后去干点别的事情，但是不服输的性格使我想到，还没有什么事情能够难倒我呢，然后，我就在哪里冥思苦想，想主意我就突然想起一次下雨天走在路上时候的情景了，被水冲过的地面上的小广告，很容易就掉了，所以我想到了，将小广告上面弄上水，等了2，3分钟，果然，很有效果，拿手轻轻一撕，小广告就掉了。

看到自己想到的方法取得了成果，当时心里挺兴奋的，于是更加满怀信心，去劳动了!

呃 经过一番努力之后，被我清除过的地方确实看着干净，整洁多了。

我想，通过自己的劳动，自己动手动脑解决了问题是我收获最大的，学习亦是如此吧!

而且北京奥运会也开始举办了，作为北京人的我，为北京的环境美化奉献出自己的一份力量也是我乐于做的，什么事都要从小事开始。

绿色奥运、科技奥运、人文奥运。

我们将为实现这样的理念而努力，用自己的实际行动为奥运会的成功举办献出自己的真情。

通过这次实践，给我留下了深刻的体会。

当你做一件事的时候，无论是会还是不会，你都要有勇气面对它，尝试一下。

做了，你是困难的领导;不做，你是困难的俘虏;而我在实践中收获了许多，同时也发现了许多自身的不足。

所以，我会在今后的学习当中更加努力，不断地充实、完善自己!

曾经有人对我说，高二的社会实践是很难得的几天，很值得以后慢慢回忆。

从开始筹划到真正出发，总有人不停在忙里忙外着。

那天，凌晨6点，天色还没亮，雀跃的心情却早已按捺不住，随着车的缓缓前行，一路上心底在不停地轻轻歌唱着。

三天两夜呀，时间不很长，但封存在记忆中某些让人感动和值得铭记的东西总是不断地呼之欲出。

从典朴、幽静、充满怀古情趣的东坡书院，到井然有序、与生产生活息息相关的东方化工厂，第一天的最后一站是大广坝。

站在亚洲第一长堤上，迎面而来的是清新海风，让人有想大声呼叫的欲望。

平静海面的无垠，是一种宁静的美丽，让人如此惬意与舒适。

当然无论是大广坝的发电车间还是化工厂的生产车间都能让我们深刻感受到课本上的知识与生活是如此紧密相连。

第二天，来到了三亚美丽的南山、亚龙湾，还有让我流连忘返的蝴蝶谷。

蝴蝶谷，名字美丽得像个传说，走进，发现它如同从画中走出的不染尘俗的仙境。

山涧的澹澹清流，摇曳的绳索吊桥，穿梭与衣袂间的翩翩蝴蝶，花的香、鸟的声、轻风的气息，真的是那种令人心旷神怡的美。

自然的美往往是最令人新动的，在那个草木丛生的地方，让我们感受到了自然最单纯的魅力。

我在想，如果要隐居，那种清静的地方绝不容错过。

最后一天，也应是最难忘的一天。

当车迂回穿性在五指山山底曲折盘旋的山路，那隐在白云深处的山尖另我们暗暗感到惊奇。

开始上山的路是石阶，一步一个脚印，走得很塌实。

然后看到山间欢快的水流，清澈得可以看到溪底光滑的小石砾。

我们唱起欢乐的山歌，手拉着手向前走去。

当路开始崎岖而艰难，当有人开始乏力倦怠，我们看到的是一张张微笑着鼓励的脸，一双双热情而善意的手。

是一路的扶梯和帮助让很多人坚持了下来。

当我终于站在山顶，低头就可以看到白云缭绕在山尖，是像仙境一般的唯美与动人，感觉空气是凉凉的，渗进我的肌骨，很舒服的惬意感在心底蔓延。

脚下是如何如何伟岸的山岭、苍葱的树林，有些什么人、什么房子，都只是隐在漂浮的白云底下，看不清了。

其实它们可以那么渺小，当我们站在一定高度。

忽然想到自己，芸芸众生，谁又不是像沙砾般的平凡与渺小?但我真的没有所谓的“悲壮感”，而是一种坦然。

世界本来就很大，平凡地快乐着就够了，还有什么值得我们心力交瘁得连这份平凡到渺小的快乐都舍弃。

那一刻，我真的感觉很舒服。

我带着一身疲惫回来了，当然还有满满的我的美好回忆……

暑期社会实践个人小结

作为高中生的我们，社会实践是一次不可多得的集体活动。

平时在学校，除了上课，大家聚在一起的时间很少，缺乏生活上的专业上的必要交流，通过这次实践首先加强了我们这个班集体的凝聚力，使同学有更深互相了解的机会。

本次社会实践，我们去了宁波的奉化，还在奉化的滕头镇村和中原村进行了社会调查。

中国的农业人口比例大，农村生活实质上就是中国大部分普通人的生活， 这次实践活动安排在奉化郊区的农村本身也具有实在意义，我校学生大多生活在城市，习惯于都市生活的我们都需要一次考验自己意志和生活能力的机会，这段不算短的农村生活的确考验了我们，更重要的是也磨练了我们，使我们更坚强，更成熟了。

即使将来再遇到什么生活中的磨难，相信从奉化回来的我们也会更好的去应对。

下面是我的几点具体的体会：

1、 通过入户调查，我们打开与村里百姓沟通的窗口。

他们朴实认真地回答我们的问题，从他们的答话中我认识到他们敏捷的思维，对世事的透彻理解和达观的精神，他们虽有些安于现状，却也努力地改变境遇。

在与以前的苦日子做比较后，他们由衷地感激共产党给他们带来的日新月异的好生活并且非常满足。

“知足常乐”，我在与他们的交谈中总感受到这四个字。

当然这种快乐也不是绝对的，中国当代社会中毕竟还是存着城乡差异，这是一个客观现实，无法回避，也不应该回避。

要想解决这个长期困扰社会的问题，就需要国家有关部门和农民共同努力。

我是一名高中学生!假期学校布置了社会实践活动，要求实践后写一篇社会实践心得体会。

麻烦大家帮我写一下咯!社会实践是以“1、假期学生读书情况;2、孝敬父母：3、尊敬师长：4、出行安全”为主题的!

满意答案

1、给你提供一篇，可能有点不对你提供的主题，但你可以做个参考：

前几天收家，翻出很多旧书和不要的书，家里也没有地方摆了，于是我去小区门口摆摊，卖书。

其实，我觉得这是一件很光荣的事情，但还是有一小点害羞，一小点害怕。

毕竟是我的第一次社会实践，大多数人都不认识，而且怕城管一来就把我的书全收走，搞不好还会罚款。

一开始就很不顺利，遇到同行。

介绍英语的书给老人看，看着看着就读起来，最后和我说：“我就是教这个的。

”然后我那个郁闷啊。

然后城管的车就来了，还好只看了一眼就走了，我的小心肝呀。

大多数人都是笑笑就走了;或是看一眼说：恩，没时间;或是说：没有看书的习惯。

其中有一位叔叔，他说他要赶着上个旧，没时间。

我就说：“那买了车上看看，当作消遣。

”他也只是笑笑，站在一旁等的士。

我突然想起《格言》上一篇叫做《把书放生》的段落，无论别人需要或是喜欢，即使再降半价我也愿意卖。

不仅仅是因为比卖废纸便宜，更重要的是它们找到了一个好的归宿。

如果它们进了回收站，那它们是否能被再利用，就很难说了。

卖大概有一个半小时，我发现了一个人，几乎每隔二，三十分钟我就能看见。

他仅仅是一个普通的送水工。

我开始想，他们每天的穿越在大街小巷中，每个人都有自己的一片工作区，而且，他们和我们有个共同点：都是点———线的生活;都有一个座位。

但他们比我们辛苦很多：抬水要上下楼梯，坐在座位上不能动。

一瞬间，我发现这个工作一样伟大。

其实最感慨的是其他人的生活，或许冷天大家都不愿出来活动。

人很少，而骑摩托车，开轿车的人居多。

大多面无表情一眼而过。

现在是信息高速发达的时代，是什么让大家麻木了：金钱?名利?还是连那个颗对生活热情的心都丢掉了?而在平常中，一半左右的学生也是一样，也许学习让他们麻木了。

其实学校也是个社会，但庆幸的是，这个社会仅仅只反映了几反面的问题，而那些青春的，富有朝气的学生感染着，带动了那些麻木的学生。

即使这样，我还是难过着……

这次社会实践让我有很多很多的感触，或许大家可以试一试。

人生就是这样，千姿百态。

**高中生社会实践心得体会篇六**

在血站的社会实践共两周，这两周居然让我非常轻松的回归了高中生活的作息。每天早上7：30骑车穿过半座xx市区，尝试用笑脸面对每一个走进血站的陌生人，努力为他们解答疑惑。性格有点腼腆的我看到一个个愿意无偿献血以拯救其他鲜活生命的“勇士”，所有的担心和害怕都仿佛被这份勇气和无私融化。

没有专业的培训，我们更多的是在献血屋为献血者服务。而在这样的服务下，让我们切实地体察到何为奉献。还记得在实践第五天时，那个独自带着不到两岁的小朋友来献血，笑起来有酒窝的可爱妈妈。为了让这位妈妈可以安心在采血室中进行近半个小时的采血，从来没有独自照顾过小朋友的我运用仅有的哄孩子开心的办法努力照看这个小朋友。所幸，在这样勇敢又可爱的妈妈教育下，他并不害怕生人，也不哭不闹。在休息区等待的阿姨也贴心提醒我们要让孩子远离饮水机的热水口。看着这个蹦蹦跳跳却不打扰他人的小身影，我多想告诉他，他有个怎样温柔又坚强的妈妈。

如果你问我，这次社会实践有什么收获？我难以用语言概括从中之获益。这份工作给予我的很多很多，无私的奉献精神，认真的工作态度，与人为善的交流方式等，但它们更多是像点点微光，你无法把其汇聚成骄阳般耀眼的光芒，但当你在黑暗中踽踽独行时，它们会为你指明方向。

在以往，我并不擅长运动，所以我才来选择了服务员这样看起来简单轻松的工作，但是事实却远比我想的要更加劳累。作为一个服务员，并不是在菜出炉的时候给客人端过去就行了，服务、招待、为客人解决问题……这些在餐厅吃饭时需要做的，都是需要服务员来解决。在经历了第一天的工作之后，我的双脚就已经是酸的不行了。为客人跑前跑后，厨房、大厅来回的\'马拉松。虽然干着很累，一开始也遇上了很多的困难，但是最后我还是凭着自己的毅力坚持了下来。现在我感觉我的体力和耐力都有了长足的提升。

大人们常说：“等你自己工作了就知道钱来的不容易了。”这句话我现在是真的切身体会到了！在最后发工资的日子里，拿着收到的工资，我竟不知道怎么去把它们花出去。最开始我打算在收到工资之后就出去放肆的去挥霍，可是在想起这段时间的劳累，我又舍不得将它们一次性花光。在这段时间里，我接待过各式各样的客人，有的客人脾气不好，喜欢挑剔，会对我我说教；没有招呼好客人，主管生气，也会对我们说教……总之这确实是件不好做的事，所以在之后，我都尽力的将自己的工作做到最好，在最后，连主管都在夸我的努力。

这次工作真的是非常艰难，在工作上，没有人会将你当成一个学生，来到工作岗位，你就是一名员工，再不会有什么学生的特权。看着手里来之不易的工资，我决定还是先给父母买上一点礼物，感谢他们在之前辛苦的养育之恩。

实践目的：为了增强中学生自身的社会实践能力，也为了更能对未来就业形势有所了解。我们常借助于寒暑假来临之际去找一些假期工作，以此来充实、锻炼自我的社会生存能力，进而掌握社会发展的时代趋势。

曾经的苦难使这座城市难带喜庆。早晚高峰地铁里人挤人，却不觉很吵闹，却觉点压抑。

说说起来，好像xx又不配独立市了。

**高中生社会实践心得体会篇七**

\_\_\_\_年12月13日，在这一天，\_\_\_\_的噩梦开始了，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，嘴里不停的骂着小日本，不停的叹息，不停的哀悼，看那整整一面墙的受难者名单，扑面压来，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\_\_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。

**高中生社会实践心得体会篇八**

作为一名在晋城大医院实践的志愿者，为广大门诊患者提供导医、导诊、预约诊疗、费用查询、咨询解释和就医、取药流程咨询等服务；并维护就诊秩序，义务劝阻不文明行为是我们应当履行的义务。

在实践的这段时间内，我接触到了各式各样的人和事，这些都是在学校里无法感受经历到的。在这里，你需要知道自己应该做什么，要自己地去做，而且要尽自已的`努力做到。在学校，有着浓浓的学习氛围，因为学校毕竟是学习的场所，每个学生都在为取得更高的成绩而努力。但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！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，甚至可能是书本上的知识一点都用不上的情况，所以我们不仅要学好课本知识，更重要的是要去实践,将理论联系实际，锻炼自己的实战能力和培养随机应变，处变不惊的能力。

**高中生社会实践心得体会篇九**

从我们中学时期，学校就开始鼓励我们去参加社会实践了，参加社会实践，不仅能够增长我们的见识，还能锻炼我们的心智。下面是一篇高中生社会实践心得体会范文，欢迎阅读参考!

社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。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，并在社会实践中认清自己的位置，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。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中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。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾!在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

此次社会实践告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的`血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

二“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，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，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个中学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展已迫在眉睫。

**高中生社会实践心得体会篇十**

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。但是，再看看我们，只是被禁锢在四角高墙内，捧着＂书中自有黄金屋＂的古训，做着日后事业有成，飞黄腾达的白日梦。我们的传统，我们的教育制度还有我们本身使我们缺乏勇气走出象牙塔，去接受实践的检验和社会竞争的洗礼。在这样一个知识与实践完全脱节的环境里，我们又有什么资本去谈成才、谈竞争、谈事业？时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。

于是，今年暑假我挥斥方遒，一腔热血，开始我的暑期社会实践。而这次虽然只有一个月多的简单实践，却让我受益匪浅。

习惯了校园里那种有则学，不学则息的日子，让我都遗忘了这社会真正的需求。忘记这世界的人不只是周围的这样，生活也不只是如此简单，悠闲，只需认真的学好那些课程，就可以有交代，可以满足。社会是一张网，扑朔迷离，需要我们真正的用心去过好。学校成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，社会实践的经历，却一份不可多得宝贵财富。过去常听人说学生往往容易无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作找不到自我的平衡点，错失了不少成功的机遇。经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。我自己刚开始实践的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于自已所需要完成的工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且应该学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅能使自己尽早地进入工作状态，也可以避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，实习过程难免有忽略的时候，但这时的我们应该抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值！不要羞涩，大胆点去做，对自已自信点。这个世界每个人都是依靠脚行走，没有什么好害怕，做好工作。

作为当代中国的高中生，应该不再只是被动的等待别人告诉你应该做什么，而是应该主动了解自己要做什么，然后全力以赴的去完成。假如暂停休息，多多观察那些资深的人员，多与他们聊天，坦诚面对他们，他们会与你交流他们的工作经验及人生经历，毕竟经验也是人生一笔财富，会让我们明白的，知道的更多。所以在高中期间我觉得多与社会接触，多了解自己所处的环境，多了解你将会面对的种种问题，对以后的发展和继续深造都是非常非常有益处的。

**高中生社会实践心得体会篇十一**

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代高中生的追求，如今的高中生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，此类活动正逐渐壮大，成为校园里一道亮丽的风景。显然，这种活动已成为一种势不可挡的社会潮流，学生更趋向于全方面发展。

张瑞敏曾说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜，心里会很幸福高兴。

看到了成绩，也看到了自己存在的不足。我感触深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认真真地做一遍，就发现不了自己的不足。学习也一样“一分耕耘，一分收获。”只有自己体验了才会知道。自己付出了多少，就得到多少回报。只有认真做了，才能有所得。通过自己的努力付出，不管结果如何，那个过程自己肯定是受益的。

通过这次社区服务劳动，我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了，改变自己。劳动中，我知道了许多自己的不足之处。平时，在家的`时候爸爸妈妈都把我们当宝一样的伺候，这次我们算是亲身实践了，而且我们都努力的去做了。在曲折中前进，在挫折中成长，相信只要我们细心观察生活，我们每一天都是有收获的，我们总是在进步。

社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。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，并在社会实践中认清自己的位置，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。

**高中生社会实践心得体会篇十二**

社会实践心得体会高中生，社会实践无疑就是学生体验生活的一种方式，下面带来社会实践心得体会高中生范文，欢迎阅读借鉴。

社会实践是xx一附中的光荣传统。

每年学校都会组织高二年级的学生参加，作为其中的一员，我很荣幸能在这正风华正茂之时，走出教室，走出学校，走向社会，走向百态人间去体验生活，拓展视野。

虽然，这次的社会实践早在上周就已结束，但是它带给我的深刻印象并没有消逝，给我的思考也没有结束。

这次给我留念最深的便是参观中山舰和农村体验生活了。

看着打捞出来的中山舰，看着那被鱼雷撕开的裂口，这边让我联想起当时战斗的场景：枪林弹雨中，面对六架日军战机的轮番轰炸，它丝毫没有退缩。

尽管这并不是一艘拥有多大吨位的巨舰，尽管其上的主、副炮已被拆下，但是，全体船员仍然坚守岗位，运用身边所可以运用的武器奋起还击。

无奈敌我实力悬殊过大，船长在内的二十五名军人战死，中山舰也被鱼雷击中，徐徐沉没。

虽然他并没有对整个战局起到什么作用，但是，他对得起它的使命，对得起他的名字——中山。

这是怎样的气魄，这是怎样的精神!如今，国际形势风云变幻，世界和平仍在被威胁。

伊拉克、利比亚、阿富汗的死神之手并没有放松，中国南海、朝鲜半岛的战争阴霾仍然笼罩。

我们作为热爱和平的人，就应该拥有过去英烈一样的勇气，来捍卫正义、保家卫国;我们作为中华民族的一员，就应该恪尽职守、积极进取;作为学生的我们，更应该努力学习，争为国家栋梁。

出处 FANwEn.chaZiDIan.cOM

农业、农民、农村并称为三农。

三农问题始终是全国关注焦点。

中国虽然正在向现代化大步迈进，但农业仍旧是中国最大的产业之一。

这次，我能够深入农村正视三农的情况。

我们是作为小组活动的，我们的任务就是走进农家，和当地农民一道劳动，和他们一起进餐。

我们的小组找到了一户愿意的人家。

那一家只有一位奶奶和三个孙子。

在我们交流的时候了解到，她的子女都外出打工去了，留下了三个孙子给她照顾，不过每隔一段时间会寄钱回家。

由于家中缺少劳动力，家里的地也就荒掉了。

在和奶奶告别后，我们回去集合点的路上，发现很多人家都是类似的情况，家中只有留守老人和留守儿童。

这便是如今绝大多数农村的境况。

城市化、现代化的大潮创造出了许许多多的就业机会。

较高的收入吸引了农村年轻人来到城市谋生，从而催生出了“农民工”这一独特的群体。

这样是可以为城市提供大量劳动力，但随之而来的副作用便是农田的荒废、农村年龄结构的失衡，进而造成一系列的社会、经济问题。

近年来，对三农问题的关注度陡升，每年党中央第一号文件也是围绕着三农的。

但是，要彻底解决问题，需要我们全社会的共同努力。

为期五天的社会实践在一场精彩纷呈的军民联欢中胜利结束。

我懂得了合作的快乐，我明白了团结的重要，我了解了祖国的强盛，我也感受了社会的弊病。

这将成为我永生难忘的回忆。

1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。

此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1.电梯口导购 2.超市分装购物袋 3.采访管理人员。

我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。

她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。

为什么这么说呢?首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。

但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

对我印象最深的算是分装塑料袋了。

每个人都要协助一个售货员完成收款工作，我被分配到一个面容和善的大姐姐的柜上。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊!”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。

你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾!”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。

人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。

真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初!我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动!

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。

因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩!

“社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。

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，并在社会实践中认清自己的位置，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。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。

深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。

也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。

的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中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。

这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。

要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。

我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。

与此同时，多多与社会接触是很必要的。

如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。

不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾!在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

此次社会实践告诉我:“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，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，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。

向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。

这次实践也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实践是每个中学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

**高中生社会实践心得体会篇十三**

我经过的努力，终于在我花费了3天时间找到了一份，我来到了一家餐厅工作，做一个服务员。

开始的时候我工作起来手忙脚乱，经常做出这样或那样的事情，大错没有小错不断，让我在工作的时候非常烦恼，我并没有因为自己犯错就不管，我把自己犯下的每一个错误都牢记在心，下定决心改正这样的错误。

我慢慢的工作越来越熟练了，错误翻身的概率也大幅度减小，原来熟能生巧，只要愿意每天的错误改正一点，一天一点总会把问题解决的。

当然在工作的时候也会遇到一些事情，比如有的人在餐厅吃饭的时候会闹矛盾，会做出很多让人非常不高兴的事情，比如对我们的服务不满意。

这时我们想要做的第一件事就是否认，但是在肯德基工作的时候店长不会这样做，他会向道歉，然后再给客户再来一份，让客户满意，而不是去狡辩，这样的做法得到了客户的认同，客户对肯德基不会有任何抱怨。

我曾问店长为什么要这样做呢？店长说我们做生意，卖的的不只是产品更是服务，客户不满意就要想办法让客户满意，想要保证好的口碑就需要对各种小问题都重视。

同时也是为了避免客户产生怨怼的情绪，宣传肯德基负面消息，因为好事不出门坏事传千里，阻止一件坏事的发生，比作多件好事更重要。

在肯德基工作让我看到了他们对消费者的态度，他们重视每一个消费者，对待工作也是精益求精，用真诚打动客户。

只有诚实的商家才会得到客户的认可，才会让客户发自内心的喜欢，肯德基有他自己的美丽有他的处在之处。

做人也是如此在生活中我们应该尊重他们友善对待他人，如果因为一些小事而去伤害他人这对大家都没有任何好处，对我们也没有任何帮助，退一步海阔天空，进一步剑拔弩张，何必呢？在生活中处处都有大道理大学问，只需要我们沉下心来发现就会让我们受益无穷。

这次暑假到肯德基打工最让我开心的是我学到了东西，知道了待人接物的方式，肯德基能够闻名世界也是有他的独特之处啊，我明白了在工作中要友善，要真诚，同时也要能够吃苦，能够做好工作才行，每一个客户都是需要我们尊重的，每一个都是需要认真服务的，需要我们做好这些才行。

**高中生社会实践心得体会篇十四**

社会实践是xx一附中的光荣传统。每年学校都会组织高二年级的学生参加，作为其中的一员，我很荣幸能在这正风华正茂之时，走出教室，走出学校，走向社会，走向百态人间去体验生活，拓展视野。虽然，这次的社会实践早在上周就已结束，但是它带给我的深刻印象并没有消逝，给我的思考也没有结束。

这次给我留念最深的便是参观中山舰和农村体验生活了。看着打捞出来的中山舰，看着那被鱼雷撕开的裂口，这边让我联想起当时战斗的场景：枪林弹雨中，面对六架日军战机的轮番轰炸，它丝毫没有退缩。尽管这并不是一艘拥有多大吨位的巨舰，尽管其上的主、副炮已被拆下，但是，全体船员仍然坚守岗位，运用身边所可以运用的武器奋起还击。无奈敌我实力悬殊过大，船长在内的二十五名军人战死，中山舰也被鱼雷击中，徐徐沉没。

虽然他并没有对整个战局起到什么作用，但是，他对得起它的使命，对得起他的名字——中山。这是怎样的气魄，这是怎样的精神！如今，国际形势风云变幻，世界和平仍在被威胁。伊拉克、利比亚、阿富汗的死神之手并没有放松，中国南海、朝鲜半岛的战争阴霾仍然笼罩。我们作为热爱和平的人，就应该拥有过去英烈一样的勇气，来捍卫正义、保家卫国；我们作为中华民族的一员，就应该恪尽职守、积极进取；作为学生的我们，更应这次给我留念最深的便是参观中山舰和农村体验生活了。看着打捞出来的中山舰，看着那被鱼雷撕开的裂口，这边让我联想起当时战斗的\'场景：枪林弹雨中，面对六架日军战机的轮番轰炸，它丝毫没有退缩。尽管这并不是一艘拥有多大吨位的巨舰，尽管其上的主、副炮已被拆下，但是，全体船员仍然坚守岗位，运用身边所可以运用的武器奋起还击。无奈敌我实力悬殊过大，船长在内的二十五名军人战死，中山舰也被鱼雷击中，徐徐沉没。虽然他并没有对整个战局起到什么作用，但是，他对得起它的使命，对得起他的名字——中山。这是怎样的气魄，这是怎样的精神！如今，国际形势风云变幻，世界和平仍在被威胁。伊拉克、利比亚、阿富汗的死神之手并没有放松，中国南海、朝鲜半岛的战争阴霾仍然笼罩。我们作为热爱和平的人，就应该拥有过去英烈一样的勇气，来捍卫正义、保家卫国；我们作为中华民族的一员，就应该恪尽职守、积极进取；作为学生的我们，更应该努力学习，争为国家栋梁。

农业、农民、农村并称为三农。三农问题始终是全国关注焦点。中国虽然正在向现代化大步迈进，但农业仍旧是中国最大的产业之一。这次，我能够深入农村正视三农的情况。我们是作为小组活动的，我们的任务就是走进农家，和当地农民一道劳动，和他们一起进餐。

**高中生社会实践心得体会篇十五**

我在1月迎来了寒假，当然，也是我迎来了的一次经历社区效劳。对于一个高中生而言，敢于接受挑战是一种根本的素质。虽天气寒冷，冷风冽冽，我毅然踏上了社区效劳的道路。想通过，亲身体验社区效劳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，想通过社区效劳，找出自己的缺乏和差距所在。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下根底，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和时机去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的.时机，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些根底的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有方法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的〞。于是，我便有着一个坚决的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚决不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好！

回想这次社区效劳活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到很多社会经验，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是需要长期的练习。以前没有工作的时机，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很为难的。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，耐心虚心的接受。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生珍贵的财富。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奉献；但在实践过程中，我们也表现出了经验缺乏，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，为今后更好地效劳于社会打下坚实的根底。

**高中生社会实践心得体会篇十六**

由于我之前就有过从事效劳员的工作，销售员需要的自信和效劳力量，我都有肯定的底子，在刚刚进入到销售的，我并没有遇到不好意思向客户推销的，所以我比其他的兼职人员进入岗位更快。做销售员需要有很强的自信念，许多的朋友就是在接待来我们这里买的时候，会不好意思，原本熟识的词汇，都变得卡壳了，面对客户问的问题，都变的不知道怎么答复了。跟我一起来做社会实践的同学就是这也，把我们门店的各种手机型号和性能都记得滚瓜烂熟，我们模拟买卖手机的时候，特别的流利，可是在客人来问问问题的时候，就变得不知道怎那么答复的，客人问个问题，心里的台词全遗忘了。看到同学的这种状况，我就跟她说，肯定要自信，把客户当成自己的朋友就好。朋友自己也是尝试了一番，后面才有所改善。

虽然我有肯定的自信，不过对待工作照旧不能够算作很好，也常常受到领导的批判——由于我对待工作有一点的散漫，所以对我们手机的性能之类的没有记牢，所以跟客户销售的时候，我不能很好的答出客户的问题，再就是我迟到了好几次。由于自己工作乐观性和态度的问题，所以没少挨骂。为了不再挨骂，我严格要求自己，必需要仔细对待工作，用更加乐观的`态度对待每一件事情。所以我更加努力地去学习这些手机的名称与型号。所以后面，我的销售业机瞬间就上来了，在第三周的时候就完成了店里给我们的业绩。

这一次的实践学习，给我最大的收获不是那一个月的销售工资，而是帮忙我端正了自己的态度，让我知道无论是什么事情，都需要仔细去对待，千万不能抱着无所谓混日子的心态，这样不仅对自己的的形象有损伤，还让我的学习受到影响。所以我的态度得到了端正，信任我回到学习中去的时候，肯定能够帮忙我在学习上面有更大的收获！

**高中生社会实践心得体会篇十七**

社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学子体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。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，并在社会实践中认清自己的位置，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。

社会实践活动给生活在象牙塔的学子们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中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。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学子应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾！在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

此次社会实践告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

二“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，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，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的`教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个中学子必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学子来说，建立自身的十年发展已迫在眉睫。

**高中生社会实践心得体会篇十八**

寒假刚结束，我们小分队有幸在xx区体验了城管的工作。

寒假第二天，我们小分队一行9名同学，满怀不安与冲动心情在学校门口集合，一同奔赴xx城管中队。在人们眼中似乎城管是一个非常危险而且口碑也不怎么好的职业。就我而言，在体验之前有一些不能言语顾虑。

城管中队地方不大，只有一栋白色的楼房，房前是一片空地，空地上停着各式各样城管车。城管的哥哥姐姐们都很热情地招待我们，于是，我们忘记了曾经的顾虑，完全沉浸在了温馨的气氛之中。

活动之前，城管叔叔们向我们介绍了他们平时的工作内容。他们工作平时主要分成3块的工作内容：市容维护，绿化维护和违章建筑的处理，其中主要是一些小摊小贩，还管一些店面的招牌是否损坏、破旧，打击所有无证、非法经营。还有一些商店的噪音过大影响到他人等。之后，我们分成了男生、女生各一组。

女生们首先去看了重新翻新过的房屋，之后，大家步行，检查了整条大街——周边的商铺都已经翻新过，都很整洁，墙都刷上黑白的颜色，显得十分的和谐，清爽。店铺的招牌都很整齐，工作总结沿路没有看到任何违法的小商贩。那时正处上午的繁忙时期，街上一片欣欣向荣的景象，这表达了城市良好的精神风貌，以及城市的活力。

当被问及一般怎样去处理小摊贩时，城管叔叔坦然一笑，答复说：“我们一般都是以劝为重，不会像新闻去做那些暴力的事〞，他们郑重地说，“如今的社会都已是文明执法了。〞回去的`路上，我们还发现了摆到路边的小摊。我们还一起和城管叔叔帮着把摊子给收好。心想：我们对城管了解的还真是少。

男生们主要是去看了一下违章建筑。一想起违章建筑脑袋中总会想起两个字，强拆，有些恐怖的两个字眼，似乎这是占据了城管工作中的绝大局部。首先我们来到了高架下的一处地方，里面除了几栋老式建筑，剩下的就是一片废墟，有点回到70世纪的感觉，走到底，城管哥哥们停了下来，走进一户人家，原来这户人家并没有得到有关部门的批准，私自在自家后院起围墙。城管哥哥上去与房子的主人交谈，似乎是在劝阻，想让他自行拆毁自己家后院的围墙，经过交涉，主人同意了，同意在下午自行拆毁围墙。

除了这一家，我们还拜访了其他的几家，有些已经将自家的违章建筑撤除，可见当地居民对于城管的工作还是很配合的。

事后，我问了一下城管叔叔一般对于违章建筑会采取怎样的措施，他们答复会先通知其要撤除，不会去贸然拆。

回到中队，我们对这次实践似乎意犹未尽。除此以外，我们心中还萌生出了一点敬佩之情，对这份职业的顾虑也消失了。

活动反思：

**高中生社会实践心得体会篇十九**

这次放寒假，我在春节前期的假期去进行了社会实践。我已经是一个高二的学生了，对于寒假做实践活动可以让我增加生活的经验。这次寒假社会实践很值得。我在家附近的镇上找到一份超市收银员工作，因为是年前，所以很缺人，因此我就主动找了超市老板，说要体验两周的收银工作，锻炼实践能力，也能赚点零花钱，顺便解了老板的燃眉之急。就这样，我的寒假实践就开始了。

开始做时，通过老板亲自示范如何使用机子，大致自己动手使用了下，掌握基本的操作，就开始工作了。因为也是初次接触这种工作，所以多少有点不适应，在找钱的时候有些时候会找错，但是老板都会谅解我，而且还会在旁边鼓励我。特别开心的是来购买商品的叔叔阿姨看我找错钱，都没有骂我，而是耐心的等我重新算钱和找钱，如果少找了他们会小心提醒我，并不会对我大声的批评，多找了钱还会还给我，是他们的宽容让我在起初的工作里慢慢的适应下来，直到熟练操作收银机。

在这样接近年末时期，超市的工作是超级忙碌的，可以说是人挤人，来付钱的顾客排队都是拥挤的，一直排到超市入口，真的超多人，这时候收银员的\'工作也特别的忙。一天都是人来人往，就要站在那里一整天，真的是超级辛苦，对于为这个在家里都不怎么干活的学生来说，很是煎熬，但是既然选择了这份短暂的工作，那就一定要完成。这是原先进来时的承诺。

虽然工作很累，一天都在不断的算钱找钱，工作多少都有点枯燥，但是在顾客他们等待付钱的时候，一边聊聊天，也就还好，至少还有人情味在，而且他们也都很好，基本没有人为难我，这方面是比较幸运的。主要是站一整天腿会很酸痛，手也很酸。这次体验收银这份工作才知道以前看到的收银员是由多么辛苦，不是看上去的那么轻松简单，也懂得了收获也是先耕耘才能得到的。这次实践我也真正体会到打工者的辛酸，也懂得了工作从来都不是说说就可以的，表面上的轻松其实是没有看到内在的辛苦。我更加能明白我的父母的辛苦了，是他们一直都在辛苦工作才有我现在舒适的生活。寒假两周实践体验，让我深刻知道作为一个学生，现在还不能为我的爸妈承担更多的担子，但至少，现在我可以做一些小事情来减轻他们身上的负担，更知道学习的重要性，学好了知识，到哪都，有能力去生存，所以坚定了在高中要努力的去学习的方向。

1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：

1、电梯口导购。

2、超市分装购物袋。

3、采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢？首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊！”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾！”

我也陷入了沉思……。

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩！

**高中生社会实践心得体会篇二十**

当我抱着激动的心情来到x服装店的时候，不同于以前作为顾客前来，这次用看待未来工作场地的目光来看，确实是一种新鲜的体验。这个时候店长已经在台前忙碌的整理着东西了，看到我过来后店长就跟我说我来的这个时间刚刚好，正好可以跟着他们一起做一下早间打气活动，见识一下每天的工作是从哪里展开的。

我怀着好奇的心情看着店里的员工们站成两排，互相通报昨天的个人工作情况，然后在店长的指挥下大声的喊着口号，给自己鼓气时，我觉得很不好意思。虽然我现在因为还不知道口号和具体流程并没有参与进去，但是站在队列里的我还是看了看四周的店铺街坊，有些害怕看到一些异样的眼光，所幸根本没人注意我们这边。

事后才有前辈告诉我这种事每天都做，大家早就习惯了，而且习惯以后会觉得很提气，面对客人也不会有害羞胆怯的感觉了，说话大方合体得多。

在结束早间的.大气以后，大家就非常有序的回到了店里面，各有各的工作安排，在统一的部署下折叠着衣物，整理着店铺内的环境，尽力在客人到来之前将店铺一切做到最好的状态。而我也在同事的带领下开始整理，并在正式营业后充当各位正式员工的助手。

虽然大家都知道我在这边只是社会实践一下，但却都没有将我当做外人，都很认真的带着我，教导我各种各样的小技巧小知识，让我受益良多。比方说我发现在店里，大家都很热情的接待客人，整个店子里一副热情洋溢的样子，大家的交流也有一些奇怪的词汇，多是一些水果名。有比较熟悉的同事告诉我，这是店里的一些暗语，各自都有各自的一些代表意思，主要是在营造热情氛围由不暴露一些不便让客人知道的事情，这些我在这边工作一段时间就都会知道的。

虽然，我在这里并没有实践太久，但是这一段时间的社会实践依旧让我受益很多，各位哥哥姐姐以及社会经验丰富的店长大哥在这段时间里的教导足够让我感到不虚此行了。我想我经过这次的社会实践以后，在今后的不管是学习还是生活中，都能够有着长足的进步，特别是在待人接物方面，我获得的提高是最多的。

也希望以后能够有更多的实践机会，以实践来验证真知。

**高中生社会实践心得体会篇二十一**

来到xx手机店我开始了自己的销售工作，这对我来说其实很有意义，自己因为没有去做过，很多的事情都需要去请教别人，自己不会要去学习啊，从一开始的学习简单的东西，了解一些业务流程，还有一些手机销售的技巧，这些都是我需要注意的地方，这次销售经历开始的时候我也总是在提醒着自己要主动的去学习，草草的学习了两天我开始了自己独立做推销，因为没有做过，自己一开始不是很适应，其实我不是一个内向的人，至少在平跟别人交流的过程中不会有什么问题，但是工作不一样这种沟通不是简单的聊聊天，因为这是工作，我们要插入主题，我们的目标就是把手机卖出去，这需要不是我会聊天，这需要考虑到客户的需求，然后自己的一些推销技巧。

开始了自己的手机销售工作之后热门思想汇报，我首先就碰壁了，这对于我来说还是有一点挫败的，但是我没有放弃啊，没有停止，我制定了一系列的计划，自己要怎么去工作，要怎么去做好的这件事情，我开始想办法去解决这些问题，避免自己一开口就被拒绝的尴尬现象，在自己有这一个详细的工作计划之后我慢慢的开始情况变得好一点了，自己掌握了技巧，知道怎么去推销了，在无数次拒绝当中我更加坚定了自己，这也是很珍贵的一段经历，尽管是自己这一个暑假没有什么很好的业绩，但是我还是突破了自己，当自己成交第一单的时候我真的很开心，诊证明我突破了自己，不去比什么，总是我还是成交了，做到了这一点，我觉得这也足够了，自己能够在这次暑期实践中有所收获就是好的。

**高中生社会实践心得体会篇二十二**

寒假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓张，今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声＂张奶奶！”她也开心地应了一声。

张奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说“不用了！”是啊！我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。

然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还依依不舍的抓住了我们的手说：“你们以后一定还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧！

我觉得这些最平凡的`人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞！

这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了。实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

这次社区服务活动，使我增强了社会责任感和使命感，我也学到了一些处理问题的技巧，与人沟通的技巧，受益匪浅。

**高中生社会实践心得体会篇二十三**

为了能够让我全面发展，也为了能够锻炼磨砺自己我，在这次的暑假期间，专门找了一份兼职工作，也不是什么厉害的工作只是一些普普通通的工作，成为一名餐厅服务员，因为我们很多时候是为了学习而学习，完全脱了了生活，除了学习什么都不知道，我的工作主要是为客户提供点餐上菜，和清扫工作，这些都是一些非常简单的事情，我第一天工作就出现了问题，客户点的东西我拿错了，脾气暴躁的客户在我面前一阵痛骂，当时我的心情既愤怒又惭愧，有好多次我都想好好教训客户，最终还是忍下来了，回到酒店内又被经理痛斥，内心充满的愤怒，我也打算一走了之的，但这样就不能实现锻炼自己的效果了，之后的工作我吸取了这次的家训，在客户点完餐后我会把单子让客户看一遍，再确定之后在回去报给后厨，时间也是在这样的\'工作中过去，慢慢的我已经在酒店工作了有两个月时间，在这期间我也遇到过相同的事情，我并不是像开始那样等待错误来临，我会尝试与客户沟通，与他们交流把问题妥善的解决了，在这过程中我的动手能力得到了充分的锻炼，也学会了与客户沟通，知道怎么做好工作。

在学校里我们处处都受到老师父母的关心呵护，一直躲在大树底下，缺少风雨的洗礼，缺少磨砺，我们虽然在学校里面过的很好，但是不一定能够在社会上也过得好，工作总结我们很多时候都是眼高手低的人，没有经过社会的洗礼磨砺，对待学习的态度也会不同。

参加社会实践能够丰富我们的知识技巧，能够锻炼我们的交际能力，锻炼我们独自生存的能力，让我们在学习的过程中知道吃苦知道用心，知道去努力学习。经过了这次的实践工作我长大了也懂事了，理解爸妈的良苦用心，更知道了努力学习奋斗，这是我成长历程中不可多得的经历以我人生的宝藏，对我以后考上大学，走上社会都非常的有帮助，让我知道了生活的艰辛，只有通过努力学习，学好知识，学好技能，才能够面对时代的浪潮，才能够在未来的生活中创造出美好的未来。

一次社会实践，一次简单的磨砺，只是轻轻的迈出了一步，去让我受益终身，虽然是小事，也是一次快乐的经历。

高中生社会实践心得体会在血站的社会实践共两周，这两周居然让我非常轻松的回归了高中生活的作息。每天早上7：30骑车穿过半座xx市区，尝试用笑脸面对每一个走进血站的陌生人，努力为他们解答疑惑。性格有点腼腆的我看到一个个愿意无偿献血以拯救其他鲜活生命的“勇士”，所有的担心和害怕都仿佛被这份勇气和无私融化。

没有专业的培训，我们更多的是在献血屋为献血者服务。而在这样的服务下，让我们切实地体察到何为奉献。还记得在实践第五天时，那个独自带着不到两岁的小朋友来献血，笑起来有酒窝的可爱妈妈。为了让这位妈妈可以安心在采血室中进行近半个小时的采血，从来没有独自照顾过小朋友的我运用仅有的哄孩子开心的办法努力照看这个小朋友。所幸，在这样勇敢又可爱的妈妈教育下，他并不害怕生人，也不哭不闹。在休息区等待的阿姨也贴心提醒我们要让孩子远离饮水机的热水口。看着这个蹦蹦跳跳却不打扰他人的小身影，我多想告诉他，他有个怎样温柔又坚强的妈妈。

如果你问我，这次社会实践有什么收获？我难以用语言概括从中之获益。这份工作给予我的很多很多，无私的奉献精神，认真的工作态度，与人为善的交流方式等，但它们更多是像点点微光，你无法把其汇聚成骄阳般耀眼的光芒，但当你在黑暗中踽踽独行时，它们会为你指明方向。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！