

2023年大学实践活动感想 大学生寒假社会实践报告活动感想(模板5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学实践活动感想篇一

进入大学的第一个寒假，满怀着对大学生活的喜爱，我参加了这次以“千村万户大调研”为主题的社会实践活动。

对于我们来说，这是一种磨练。平日里我们学习的都是理论知识，实践的并不多，理论加实践才是最科学的学习方法。

这次活动围绕新农村建设、民生民情、基层党组织建设、社会管理文化建设等为主题，走进村庄，走进各户进行调研。

通过这次农村调研，我们了解到近几年农民的生活水平有了质的提高，政府投资统一建设新农村，农村的基础设施建设有了很大的改善，农民的生活变得更加多姿多彩。

我相信，在党的正确领导下，在人民群众积极配合、大力拥护下，人民群众的生活将走上康庄大道。

马克思说：“作为确定的人，现实的人，你就有规定，就有使命，就有任务，至于你是否意识到这一点，那是无所谓的”。

作为新世纪的大学生，我们应以崭新的姿态迎接新的挑战，用有限的生命做无限有价值的事，为祖国建设贡献自己的一

份力量。

一江水养南北人，丹江口水库作为南水北调中线工程的水源地。其水质质量状况不仅直接影响到该区域的经济社会发展，而且直接关系到南水北调中线工程的成败。近日，湖北汽车工业学院“我的中国梦·生态环保”——赴丹江口水环境调研团队在丹江口市进行了实地调研。

在这个“病从口入”的时代，我们将“饮水思源”旧词新说，意为喝着杯里的水，想着水源地的环境。丹江口水库的水会逐步流入千家万户，我们喝到的是健康安全的水么？这是人们越来越关注的问题。这次调查我们团队以丹江口水库为主要考察对象，沿着河道实地考察丹江口水环境，用相机和纸笔记下最真实的水环境，并将作品制成微电影进行宣传。

“问渠那得清如许，为有源头活水来”。通过与当地老百姓的交谈，我们团队了解到居民的垃圾处理方式，河流附近的环境污染状况，目前丹江口的水质情况以及当地相关部门推行有关政策和规定的力度。另一方面，对相关企事业单位（农夫山泉公司，污水处理厂，丹江口市环境保护局等）进行访问，从工业、农业、养殖业、旅游业等方面了解丹江口水库的污染源，目前已经采取的措施和仍然存在的问题。

作为水源地的居民，我们有责任保护水环境；作为一个合格的公民，我们更应该保护水资源。然而，是否人人都有这个意识，还没有明确的答案。我们团队通过编写、发放调查问卷，了解当地居民环保意识。并通过发放宣传单，让人们认识到保护丹江口水环境的重要性，培养人们为水资源保驾护航，为北方人乃至所有同胞送上健康水的责任意识。

中国梦，是我们所有人的梦。而让一切梦想成为现实的基础却是有一个好的生存环境。改善生态环境应该是同心共筑中国梦的首要任务。根据前期实地考察、访问调查获得的资料数据，开展“我的中国梦·生态环保梦”主题宣讲会主要是

向人们展示我们身处的环境，同时通过发放宣传单，播放央视报道的方式引起大家的重视，倡导全民参与保护水环境。

每个人都希望生活在一个蓝天白云，山清水秀的家乡，这是每个家乡人的愿望。但总有很多期望和梦想无法传递给他人，由此我们设计一个心愿集装箱，邀请当地居民写下对当地水环境保护的期望和建议，并将结果整理，上交有关部门，希望有一天他们的梦想可以实现。

一江水，养育南北人；一江水，寄托南北情。七天水都之旅在我们的不舍中落下帷幕，但水环境的调研仍没有结束，后期我们团队仍会和当地有关部门保持联系。生态环保，我们来了！水环保，我们在路上！

大学实践活动感想篇二

今年我没有像往年一样早早回家，而是参加了我们学院的暑期社会实践服务团，也就是所谓的“三下乡”。我们在学院领导的关怀下，在院团委的支持下，我们“追寻红色足迹”暑期社会实践服务团的活动已经圆满结束。

回顾三下乡那段难忘的日子，我们一起唱红歌，一起冲凉水澡，一起吃那么“可口”的饭菜，一起教导孩子们，一起的日子真的很难忘啊，留给我们的不仅仅是感动，还有成长，经历这一段日子，我感觉自己长大了，变得成熟、勇敢、自信。虽然我们在瓦埠镇吃了不少苦，但是我们应该感到高兴，因为我们付出的远远小于我们所得到的。这将是我們人生中一笔无比宝贵的财富，值得我们用一生来珍藏。

能够参加这次暑期三下乡，我感到那么的荣幸，短短的几天，我们33个人，开展了那么多活动，支教、宣讲、电影、调研、舞蹈、歌曲，我们用心为大家服务着，这个过程的点点滴滴，仍然历历在目。在三下乡中，我们在例会上激烈的讨论，我

们在不同的岗位上忙碌，我们面对孩子的笑容.....那一个个完美的瞬间，都是成长的镜头，在三下乡的经历中，我们不断成长，而这种成长是如此的珍贵。

这次三下乡活动，不仅仅是一个好的学习的平台，更是我们锻炼自己，接触社会的一个很好的机会，每个人通过这次三下乡都能收获很多学校所不能接触的，我在三下乡中收获了很多：

此次三下乡是由青年志愿者联合会和学生社团联合会的骨干组成的，来自学院两大学生组织。起始，我们大家好像分开的，不过到了后来，我们在一起工作，休息，吃饭，逐渐的变为一个大集体，成为了一个真正的团队，33个人来自两个组织，但是最后变为一个团队，良好的团队意思是一切活动成功的前提。我们是一个团队，一个集体。一切都应该服从，不论做什么工作，一切都应该为大家着想，为团队着想。

以前在学校里开展活动大家在一起，结束后就走了。从来没有说要一起很多天，在这次三下乡中，我们的一个伙伴安平华，临走的前一晚是他的生日，我们为他过了一个不一样的生日。他后来告诉我非常的感动，我懂得关心他人原来也是交朋友的一种方式啊。

我们加上指导老师共33人，有着海量的工作，如何高效的利用这些人力，把大家的积极性调动起来？那就要合理的分配工作，落实到人，这样才能有序，正常的开展工作，我们三下乡能够在短短的一周取得如此的成功，多亏了主席他们的合理安排人员，与仔细策划工作，才保证了大家能够发挥自己的特长，把工作完善到位。

刚开始，大家都不怎么熟悉对方，甚至连名字都叫不出来，这就要求我们沟通与交流。每个人不断的都有新的想法和体会，也许是喜悦，也许是悲伤，经常和伙伴谈心，听听大家的心声，了解大家的思想，可以促进理解，同样也可以集思

广益，或者分享彼此的喜悦。

“金无足赤，人无完人”，每个人都有缺点，会做错事情。我们要学会理解与宽容，每个人的性格都不同，我们不可以要求其他人像自己一样做事情，更不能把自己的意愿、想法强加给别人。学会理解，包容别人，那样我们自己也会很快乐。

大学实践活动感想篇三

经过这段时间的工作和学习，使我收获良多。我的主要工作是整理和传阅文件，综合处作为一个中枢部门，需要在科技局各部门之间传达信息，让我体会到了其工作的重要性。我不但对工作相关领域有了更实际的认识，而且也锻炼了自己的社会实践能力。

在本次实习中，从校园思维模式到社会职场思维模式的转变，对我来说是的收获。此次实践经历为我今后尽快适应社会、融入社会奠定了基础。对于我来说，这样的经历是弥足珍贵的，在今后的学习生活中，我会继续保持在这段时间内所体会到的工作精神与态度，坚持在学习的道路上继续前进。

大学实践活动感想篇四

在实践的这段时间里我感受到了要生存于社会之中的不易与艰难。下面是小编提供的2019年大学生寒假社会实践报告活动感想，供参考！

进入大学的第一个寒假，满怀着对大学生活的喜爱，我参加了这次以“千村万户大调研”为主题的社会实践活动。平日里我们学习的都是理论知识，实践的并不多，理论加实践才是最科学的学习方法。

这次活动围绕新农村建设、民生民情、基层组织建设、社会管理文化建设等为主题，走进村庄，走进各户进行调研。

通过这次农村调研，我们了解到近几年农民的生活水平有了质的提高，政府投资统一建设新农村，农村的基础设施建设有了很大的改善，农民的生活变得更加多姿多彩。

我相信，在党的正确领导下，在人民群众积极配合、大力拥护下，人民群众的生活将走上康庄大道。

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。”劳动改造人。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。我们做了将近半天的活，包括拖地、扫地、擦窗等。最后当事情全部完成的时候，我们松了一口气，嘴角露出一丝笑意。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。

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。工作也一样“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。认真学习了，会有好成绩；认真工作了，会有成果。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。这次劳动并不是很难，想想父母每天都要工作，辛苦挣钱供我们读书，而我们只要坐在教室里学习，没有负担，我们没有理由不认真学习。

我们应该珍惜眼前的生活，想到父母小时候连吃都吃不饱，更别说读书，比起父母来，我们幸福多了。或许赚钱这么辛苦，甚至比这样更辛苦。一想到父母，我真的觉得好愧疚。因此，我在心底暗暗的下决心，以后一定要让父母过上幸福快乐的日子。让父母以我为骄傲。

马克思说：“作为确定的人，现实的人，你就有规定，就有使命，就有任务，至于你是否意识到这一点，那是无所谓的”。

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学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，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，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

作为新世纪的大学生，我们应以崭新的姿态迎接新的挑战，用有限的生命做无限有价值的事，为祖国建设贡献自己的一份力量。

暑假已经结束了，我又回到了校园，在暑假中，这次在老师的帮助下参加到了工作实习，在不断地实习中得到了更好的进步。今年暑假我实习的地方是广州建筑设计研究院，这是一个充满热情与工作激情的地方，很多的现实情况我们在学校是没有遇到过的，在外面的实习单位我们清楚地了解到一

间公司的真正运作这已经不单是我们在学校做做作业的程度了，我们在公司所做的每一步都必须谨慎，为我们所画的每一条线条都要付责任。

- 1、了解室内装潢设计在德州的市场现状及前景。
- 2、进一步掌握ps□3dmax□cad等设计软件的运用。
- 3、尝试把学校里学习的环境艺术设计相关理论运用到实习过程中。
- 4、初探做好室内设计师的方法，熟悉室内设计的方法和程序步骤。
- 5、培养人际交往与社交能力，为成为室内设计师作准备。

在公司实习的这段时间里，我在公司主要负责画cad图纸。我想这些对于一个实习生来说是太难得的锻炼机会，因此我也十分的珍惜。对上头的指示都按时完成，有很多不懂的操作我也积极地去提问在一系列工作的同时，我也尽可能的运用自己所学的专业知识，以便达到能够新颖的全面的展现我公司的实力以及产品或者活动的内涵，从而产生相对积极的社会影响力，因为对于新生的企业，社会影响是企业前进与生存不可忽略的一方面，是容不得怠慢的。

在平时工作的环境中我学会了如何轻松地工作同时把工作质量提高这主要窍门在于多与公司部门的职员沟通态度谦卑建立良好的关系不懂就要问要谦虚的接受前辈的建议。

在实习的这段时间里我感受到了要生存于社会之中的不易与艰难。室内设计是个苦差使，每个设计师都不容易。但我既然在填报高考志愿的时候选择了这个专业，我现在也未曾后悔过我的选择。室内行业是一个需要不断学习的行业，室内设计要提高生活审美质量，如果设计师的思维跟不上趋势，

那么室内设计的作用也就无从谈起了。我个人认为室内设计工作者不仅要有专攻而且还要博闻强识。经过这次实习，我了解了室内设计方向的一些状况，明确了自己的位置，这些都为我以后的方向选择提供了一个具有借鉴意义的依据，为我走好下一步做好了基础。其次，做一个室内设计师，我深深的体会到知识面越广设计就越做的得心应手。所以，回到学校，我还仍有很多书要看，很多东西要学。文字的东西总是相互关联的，“运用之妙，存乎于心”。

经过这次是社会实践，我懂得了在以后的工作生活中重要的一课就是人际交往。同时作为大学生，我也了解到自身存在的不足，就是缺乏社会经验。那么对于还是学生的我们来说，多参加社会实践是有效的增加社会阅历的捷径了。那么对于我自己来说，我拥有的专业知识也是很有限的，但是我对自己的专业投入了很大的热情。对于将来的工作也是有着很多的想法以及憧憬。我想在今后的学习生活过程之中，针对这次实习过程中我所暴露出的缺点和不足，类似于对于室内设计的相关软件的运用，对于一些使用技巧的修炼还是需要一定的时间去磨练的，而且要在剩下的大学生活中更加牢固自己的专业知识，我想这才可以使自己做的更好！同时我也感谢学校给予我们知识和实践的机会以及公司对我们学生的照顾，谢谢你们！

大学实践活动感想篇五

【篇一】

当今社会，市场在经济，关键在教育，竞争在人才，焦点在科技，这是我对社会的一个感悟。

中国是一个地大物博的国家，我国的面积，位居世界第三，人口约占世界总人口的22%，位导世界第一，由于清政府的闭

关自守，致使我国的科技落后，所以贫困一直困扰着我们中国。

在家的时间总是很长，有什么不对时，妈妈就会拿她以前的事情来作比较。在吃的方面，妈妈会说：“你们这些孩子是生在福中不知福，浪费那么多的粮食，像我们那个年代，吃饭还成问题呢，通常是有了上顿没了下顿。在那种年代，有这些米就可以供一家人吃了。”在穿的方面，妈妈会说：“那么多的衣服，一点也不坏就不穿了，像我们那个年代通常是：“新老大，旧老二，补补贴贴给老三。你们就知道浪费。”在学的方面，妈妈会说：“你们呀，有那么好的条件给你们学习，你们不学，像我们那个年代能念到初中就算了不起啦。”现在想想，妈妈是吃了不少苦，妈妈在我这个年纪的时候在家里已经是一个全反式了，家里吃的用的先给长辈，弟妹全饱了再自己，在外面跟着别人赶公分，忙了一天就得了那么一小块饼或小馒头。我的爸爸从小跟着兄长们上坡去拔草根，境况也不比妈妈好多少，他们那一辈真苦啊。

这些都是当时科技落后的原因，这就证明了落后就要挨打，二十世纪七十年代末，东方雄狮从沉睡中被唤醒，改革开放的春风吹遍了大江南北，敲开了中华大地的每一个家门。中国政府致力于经济和社会全面发展的过程中，在全国范围内实施以提高科技为根本，从而解决了贫困人口的温饱问题。有计划，有组织的缓解了贫困现象，从1978年到20xx年，中国农村没有解决温饱的贫困人口由2.5亿减少到300万人，贫困人口占农村人口的比例由30.7%下降到3%左右，中国政府确定的，解决农村贫困人口温饱问题已经基本实现。

现在的农村与城市越来越接轨。由当初的草房变为高楼，由原来的田间小道铺为宽广的大道，由原来以信件作为通讯工具变为电话，由……听说，近几年内还要在农村架起高速公路，让农村通向大江南北。这些都是我们值得欣慰的，感到骄傲的，我们将为此而荣，这是我国科技进步的一个证明，

一个中华民族崭新的面目。

二十一世纪是一个崭新的世纪，是一个令人瞩目的世纪。在科技带动下我国将会出现崭新的局面。所以我们现在更要努力学习，不久的将来我们将用我们的知识去武装一个充满高科技的中国，我们会用手中的笔描绘出一个更好的神州大地，我们用我们的双手托起一个灿烂的中华民族。奋斗吧，为了我们的神洲，努力吧！未来属于科技，未来的世界将会属于我们！

【篇二】

今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，虽然三天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。

也通过三天的实践，使我有了一些关于社会基层建设的心得体会。炎炎夏日烈日当头。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，也想通过亲身体会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。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已有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，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。

【篇三】

打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们就应有这样的胸襟：不以成败论英雄，不必须非要用成功来作为自我的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自我，鸟儿用歌声证明自我，我们要用行动证明自我。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻简单松成功。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。但是如果你只问耕耘不问收获，那么你必须会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要明白给予比获得更令人开心。不论做是事情，都务

必有主动性和用心性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不明白多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。此刻想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。