

最新大学社会实践感悟(精选6篇)

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

大学社会实践感悟篇一

今年暑假我第一次参加了学校的三下乡义务支教志愿活动，我深有体会，那种触感。那种体会，结束之后心中荡漾的那种感觉，久久不能褪去。

第一天出发的时候天还下起蒙蒙细雨，尽管风声雨声再大，也无法掩盖我们的兴奋之情，激扬我们青春的声音，很快我们就到了梅州的刁坊镇，大家都有一点疲惫的意思，在吃完在学校的第二天的饭盒后，我们紧张地开了会议，准备明天的工作。

第二天四联学校的校长来了，为小朋友们举行了升旗仪式，三下乡正式开始，我们教小朋友的`已经开始了，做社会调研的也开始了，而我的后勤职务也从此开始了，第一次煮这么多人的饭量，可能这两天都会出现水多，水少的情况，但在后来的饭菜中，我们已经适量做好了很多人，比前几天的好了很多，在这种情况下，我发现我们要实际一点，我们不能做出适合大家的饭菜，但是我们尽力而为，也不能说每个口味都适合大家，但我们后勤组的就尽自己最大的力量的做好每一个菜。尽自己最大的一份力，做大家都喜欢的胃口。

很快又到了第三天，小朋友写的愿望都是很天真，很童真，他们的愿望真的很小很小，一个小小的书包，一个小小的文具，一个小小的玩具，一间没有漏雨的房间，都是他们很微

弱的梦想，我们要放飞他们的梦想，让感恩的心与你们同在，为了我们的梦想，大家努力奋斗吧。

时间过得很快，在三下乡的第五天，义教结束了，我们全部人进入到了晚会的排练和合唱大排练，在吃完饭的时候，我们在大合唱排练，那种心情，那种感触，那种同一首歌的感恩的心，给了我们热情如火的心，那种激情，那种热情，感触到我们的心里，我们手拉手，心连心，一起摇摆，一起唱歌，一起跳舞，一起欢乐，在我们的歌声里，唱出了梦想，唱出了未来，唱出了希望。

终于到了三下乡的第七天，晚上下着大雨，眼看演出就快没了，我们急中生智，在一间祠堂里面举行了我们的晚会，我们冒着大汗如雨般准备着布置会场，节目越发精彩，在我表演小品的时候，急中生智，赢来了小朋友的欢笑，迎来了小朋友的爱戴，表演结束后，我们感动万分地和老师相拥在一起，这是我们的泪水与汗水的结晶，最后我们来了大合照，也跟表演的阿姨叔叔村民一起照相，欢乐尽在此刻。

经过这次的三下乡社会实践活动，我获益良多，让我学习到团队合作的精神和勇于拼搏的精神，也有为艺术献身的精神。跟大家团队合作，集体生活的日子里，我学会了友爱互助，包容，关怀。跟大家一起的日子里真的很开心很幸福，真希望下一次的三下乡也可以继续，期待下一次的三下乡活动。

大学生暑期“三下乡”社会实践报告总结

大学生三下乡暑期社会实践报告总结

大学生暑期下乡支教社会实践调查报告

暑期三下乡社会实践活动心得

暑期三下乡支教调研社会实践报告

支教队暑期三下乡社会实践报告

大学生三下乡社会实践心得

暑期三下乡支教实践心得

大学社会实践感悟篇二

寒假的到来，使大家都异常兴奋.我想是对过年的渴望和对放假的喜悦吧!在这个假期中我参加了这个社会实践活动，获益匪浅：第一是要待人真诚;第二是善于沟通;第三是保持激情与耐心。

我利用此次难得的机会，为家乡的人民献出了我的微薄之力，我以党的纪律严格要求自己，在参加活动期间遵守秩序，始终坚守自己的职责。和广大青年志愿者相互尊重、相互关心、相互鼓励、密切配合;深入基层、认识国情、了解社会、开阔视野、奉献社会，在实践中受教育、长才干、作贡献。

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，才能在未来更好地为家乡人民做贡献。这一次参加社会实践，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，向人民群众，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。社会实践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，一周的社会实践，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。

通过慰问老党员，让大学生能了解改革开放的艰辛，能够在社会生活中全面了解、亲身感知、深刻体验国情和民意，感

受改革开放的成果;可以我们本地的革命和发展历史,以及物质文明、政治文明、精神文明建设面临的繁重任务,从而认识改革和建设的现状,加深对国情的理解,把朴素的爱国情感上升到理性认识高度,进而增强热爱祖国、热爱家乡的感情。

通过采访县纪委书记,让大学生与领导亲密接触,了解领导的工作。经过看得见、摸得着的社会实践活动,可以缩短理论与实践的距离,促进大学生对现实社会生活的理解和把握,提高把书本知识和社会需要衔接起来的能力,增强对党和政府的方针、政策的理解,从而在思想上与党的路线、方针、政策保持高度的一致。

通过实践,大学生一是可以看到我国经济和社会发展过程中,尽管人民生活总体水平有较大的提高,但发展还不平衡;二是对市场经济迫切需求科学文化知识有了感性认识,对科学技术是第一生产力有了深层次的理解;三是可以感受到人民群众对自己的期望和要求,从而增强自身的责任感,激发自己的报国之情和发愤学习之志,为自己的成长提供压力和动力。

看望留守儿童,使我们更能了解新时代孩子的成长,通过家访,我们了解基程群从的生活情况,深刻体会到了家乡需要更多的人来服务和帮助。只有通过一定的社会实践活动,大学生才能走进城市、乡村,才能使大学生对人民群众有亲身感受,才能对人民群众由抽象的认识转为具体的认识,由对劳动群众的轻视转变为尊重和佩服,从而自觉走上与工农群众相结合的成长道路。

走过沼泽,才知道陆地的坚实;通过合作,才知道团队的力量。人们常说大学是一个小社会,步入大学就等于步入半个社会,我们不再是象牙塔里不能经受风吹雨打的花朵,通过这次社会实践活动,让我学到了很多東西。

设计问卷时,原先计划用四个小时完成的任务用了将近六个

小时才完成，因为我们对问卷的设计一无所知，从查阅，调取资料，选择问题是都不是一件很快就可以完成的事情，但大家都没有怨言，耐心的选择，设计每一道问题。直到天色已晚，才设计完毕。本来我们认为这是一个简单的事情，没想到过程却让我清醒的认识到任务的艰难。但看到调查问卷印出的那一刻，心里却是坚定，我相信我们一定会做好。

记得那天在曲园做调查问卷，寒风凛冽，大伙们都瑟瑟发抖，但是还是坚持着。面对着来来往往的人们，无论寒风多么刺骨，大家都微笑着去面对每一个人，相信微笑是最好的法宝，能够让匆匆的人们拿出宝贵的时间为我们填一下调查问卷。我们都被拒绝过很多次，即使拒绝，也要向人家说一声打扰了。但是我们不放弃，就这样，一个早上，我们就完成了近400份的调查，手里沉甸甸的，是喜悦，是自豪，是团结的力量。

抵御住寒冷的考验之后，在查找资料的过程中却最使我们烦躁。对报告的形式一无所知，对接下来的工作毫无头绪，对在哪里查找更是一头雾水，这一切都在消磨着我们的耐心，我们想过要逃脱，想过马马虎虎过去算了，但最终我们还是坚持了下来。我们深刻的感受到，有耐心才能做好工作。

最任何工作都离不开沟通，这是我们最大的感悟。最整个过程中，因为我们性格的不同，意见的分歧，我们有过争辩，彷徨，迷茫，正是不断的交流，才让我们的分歧越来越少，在大家的沟通下，我们分配好任务，使每个人的工作更加清晰。尤其在回家以后，交流与沟通更成为至关重要的东西，我们在沟通中进行商讨，在沟通中互相鼓励，身在不同的地方，却依然团结。

从找队员到团队之星成立到现在，在这个过程中，我们有欢笑有彷徨，想过放弃，但更有有坚定的信心。通过社会实践的磨练，我们会深深的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，通过社会实践我们能学到很

多书本上学到的东西，我们不再是只会纸上谈兵的学生，我们参与社会，融入社会，更加锻炼了自己，我们更加深刻的认识到了团队合作的重要性，相信我们会在一次又一次的实践中成长，努力成为一名优秀的大学生，创造一个美好的未来。

大学社会实践感悟篇三

寒假社会实践是一件快乐的事情，既能学以致用，又能拓展知识面。带着这样一种莫名的使命感，我很努力的坚持！毕竟这是我们社会实践的第一步。万事开头难。第一天，又累又开心。

走进大学大门，然后从里面走出来。过了几个月，感觉自己成熟了很多！大学第一个寒假，希望和高中初中不一样，改变学习之外的规律生活。我们辅导员建议寒假出去走走，多接触外面的社会，不要让老是窝在家里，寒假给我们一个社会实践的任务。练习是一种训练。对学生来说，我们学的是理论知识，真正应用的不多。理论加实践是最科学的学习方法。

基本情况和工作经验：实习时间是寒假春节前xx天。实践的主题是体验生活，感受社会。主要数据是xx食品生产厂生产车间的食品包装、称重等简单工作。经过表哥介绍，我找到了这个工作机会，和很多正式员工一起去工厂做临时工。

我第一天上班就觉得精神焕发。因为是食品包装，所以要求很严格！进车间前收拾好自己！穿白大褂，戴白口罩，戴帽子，穿靴子。把自己裹紧！这样做有两个用途。第一，食物的卫生要求很高。第二，我们做的是过量吸入粉状产品会对身体造成必要的伤害。

第一天是试工，我在努力学习。虽然我有点累，总是机械地坐在那里干活，但我很有闯劲，每一步都很投入，因为那是

人吃的饭，不能马虎!带着这样一种莫名的使命感，我很努力的坚持!毕竟这是我们社会实践的第一步。万事开头难。第一天，又累又开心。

工作情况：每天工作时间从早上xx到下午xx[]中午休息一小时后吃午饭，每天两班倒，一共x个小时。打卡上班的形式。报到第一天，有人给了我们一张工作证，人事部的大姐小心翼翼的告诉我们打卡的时间，要求我们注意不要迟到。公司里的规章制度并不严格，但在迟到处罚方面，绝对宽容!

厂长也上前给我们这些刚进来开个短会的临时工，告诉我们工厂的一些基本制度，还有公司有哪些重要部门负责，是什么部门，有什么需要告诉部门里的人，做个登记。有反复强调，要做好卫生工作，一定不要看工作马虎!衣服、帽子、手套，所有进入车间的衣服都要定期清洗消毒，必要时更换!

厂长打完电话后，我们开始工作。我被分配到第四车间。工厂只有四个车间。听说四车间是最小的一个，但是产量是有的!我很高兴能来第四车间!

车间x个人，分成两组，在两台机器下工作。一个是把机器已经发好的粉装在包装袋里，一个是用电子秤称重，另一个负责最后的封口工作。三个人组成一条流水线，不可能工作效率低。我在那里，做所有不熟练的工作，我会在人不够的地方帮忙。

工作并不繁重，也不费力，但是真的很无聊!过几天，我开始累了。还好每次上班总有时间出来休息，喝口水，和几个人聊。第二天，挺宽松的，就是时间不能太长，工作不能耽误。我觉得，这个车间在产量上一直排第一，因为大家都知道劳逸结合。

前两天睡觉感觉腰酸腿疼，但是慢慢就习惯了。车间的同事都很和蔼，几个大妈也很健谈。他们总是和我聊天，什么都

有。从问父母谁是最严肃的问题到问八卦的问题，我在里面工作并不觉得奇怪，也不觉得不舒服！并在这个过程中获得了宝贵的社会经验。原来我是幸运的，因为它给了我一个独立锻炼的机会。

实践感受和体验：利用假期参加这次有意义的社会实践，接触和了解社会，从社会实践中提升自我审视。这种社会实践收获很大。这里有一个例子：

首先，我们应该在工作中不断丰富我们的知识。知识就像人的血液。如果一个人缺乏血液，他的身体就会虚弱，如果他缺乏知识，他的头脑就会枯竭。要善于学习，要勤于学习，要处处学习，不能只在课堂上！

第二，持之以恒，成就未来。坚持和坚持是成功的重要法则！人在失意的时候总想放弃，能不能坚持到底，是任务成功完成的关键！

第三，在社会上，要克服自我胆怯的心态。自我感觉有很多困难，缺乏社会经验等原因，往往让我觉得自己很渺小。我开始工作的时候总是踮着脚，害怕犯错，所以我要努力克服内心的恐惧。

就像有人说的，“在社会上，你要学会厚脸皮，不怕别人态度不好，也容易打交道，和人大胆交谈。工作时间长了你自然不怕。”

大学社会实践感悟篇四

十天，快乐的十天；

十天，多彩的十天；

十天，幸福的十天。

十天虽短，可意义却非凡！在这十天里，__医学院护理学院__年暑期“三下乡”社会实践小分队在__村开展了“送医送药送文化”活动。在此期间，我们14名学生队员在专家老师的带领下开展了义诊、支教、协办第__届__村文艺汇演等活动，受到了当地群众的热烈。

义诊——忙碌的十天

“发挥中医学院专业特色，做在能力范围之内的事”是__书记对我们支医方面的要求，为此，我们学生大胆尝试，在积极补充学习新知识的同时，与当天的医疗实践活动相结合，真正做到了学以致用，在实践中发现问题，在实践中解决问题。

我依然还记得第一次被扎针的情景：__老师一边安慰我一点儿都不疼，一边迅速把针扎在我的曲池穴上，我第一次感受到了书上说的“得气”。刚取下自己身上的针，我就在__老师的指导下自己给自己扎了。__老师和同学们不断鼓励我，帮助我克服对针产生的恐惧感，终于，我把针扎进了自己的曲池穴，随后，我又拿自己的“足三里”练了练手，觉得在扎针时候不仅要准而且要狠，手劲拿捏得要恰当。

最让我感动的当属我们与村民们的深厚感情。在下乡的十天里，我们在生活上得到了村民的很大帮助，每天都有一位精神矍铄的老太太给我们送来豆角，让人生地不熟的我们省去了时间去集市上买菜。有几位老人每天都来我们这里扎针，风雨无阻，这些不仅让我感受到他们对我小分队的信任，更让我明白肩上的重大责任！

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，在对村民们进行义诊的时候，我感觉到自己医学知识的严重不足，在医疗方面需要学习的还有很多很多，我相信这次下乡的经历会令我更加珍惜在学校学习的时光。

支教——快乐的十天

因为没有与小孩子交往的经验，我本以为不会赢得孩子们的好感，本以为会是孩子们眼中“面目可怕的政教处主任”，本以为会在支教的第一天灰溜溜地返回村委大院，可当孩子们那一声声“老师”喊出来时，一切的一切都不重要了。我是一名教师！多么神圣的职业！

如果说在支医组体验的是严肃认真科学的态度，那么在支教组体会到的是孩子们的活泼与可爱。在支教组，我的工作主要是让孩子们学会太极拳，并培养他们对祖国传统文化的兴趣。

小孩子的耐性和定力差，而活泼好动却是他们的优点。根据小孩子们学习的特点，我把上课时间定为15分钟，并根据小朋友们学习的情况适当调整。在练习过程中我不断用各种方法激起他们学习的兴趣，比如：练好了教他们踢正步、站军姿、给他们表演节目等孩子们喜欢的东西。在练习过程中，小孩子们总能发现学习的乐趣，教室里总是回荡着欢声笑语。

生活——多彩的十天

大学社会实践感悟篇五

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，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，在这段假期里，耐不住闲的我开始了假期社会实践——走进我准二姐夫家经营的酒店，做一名服务员。

虽然一天要站xx个小时，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，了解了未来。

在酒店里虽然我是以端菜、斟倒酒水为主,但我不时还要做一些工作以外的事情,有时要做一些清洁的工作,在学校里也许有老师分配说今天做些什么,明天做些什么,但在这里,不一定有人会告诉你这些,你必须自觉地去,而且要尽自己的努力做到最好,一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

对于我们大学生来说,挣钱不应该是打工的唯一目的。我们要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,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。

在酒店里,别人一眼就能把我认出是一名正在读书的学生,我问他们为什么,他们总说从我的脸上就能看出来。也许没有经历过社会的人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,我相信我也能做的像他们一样好。

在社会实践中,我们应该要把我们在学校所学的理论知识,运用到客观实际中去,使自己所学的理论有用武之地。只学不实践,那么所学的就等于零,理论应该与实践相结合。另一方面,实践可为以后找工作打基础。

通过这段时间的实践,学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同,接触的人与事不同,从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习,从学习中实践。

我们不只要学好学校里所学到的知识,还要不断从生活中,实践中学其他知识,不断地从各方面武装自己,才能在竞争中突出自己,表现自己。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作,不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回炉再造。我们上学,学习先进的科学知识,为的都是将来走进社会,献出自己的一份力量,我们应该在今天努力掌握专业知识,明天才能更好地为社会服务。

xx日开往xx的列车,结束了我的假期生活,开始接受新的知识,面对新的挑战!

大学社会实践感悟篇六

在今年的假期,为了检验自己的理论知识,找到自己在学习中的不足和缺陷,更为了能够锻炼一下自己,提前体验一下工作的艰辛,我去了____保险公司实习。本次实习报告如下:

在保险公司实习了一个月,实习的工作看似很简单,但却很辛苦,前半个月我的工作主要是在公司里负责整理文件和看一些历史合同以及流程,后半个月则是跟随指导老师出去跑业务学知识。在外面日晒雨淋的,每个潜在的客户都要去拉,很忙。甚至有的时候都顾不上吃饭和午休。

虽然工作很辛苦很劳累,但是我学到了很多在学校里学不到的东西,学校能教你的只是书本的知识,但是具体应用到实践中还是有很多的区别,要把一个工作做好,仅仅只有知识并不足够,还需要耐力,毅力,信心,甚至微笑等等。

一个月下来,我的感触很深,深深了解到了以下这些“生活知识”:

- 1、作为一个新人,手脚要勤快点,端茶倒水扫地拖地之类的活是少不了的。
- 2、为尽快适应环境,要做到多思考多问,不懂就要问!”旧人”还是挺乐意回答的。
- 3、不要骄傲自大,目中无人,一些事情即使你会也要低调点,不然会很难融进职场原有圈子的。
- 4、证书只是进入职场的敲门砖,如果你拿到了某个证书但不会应用证书所包含某个学科的知识也是没用的。胸中还须有

点”墨水”，没有真才实学，做起本职工作来也会力不从心啊！像英语，过了四六级不会就又能怎样，英语本来就是一门语言，你得会说，对外人也得敢说，不然人家还不是一样看不起你：还是大学生呢，口语都还说不出来！我在公司时就曾今遇到一个外国人来咨询，但是我的英语水平很差，所以基本上就不知道说什么。

5、英语，电脑是职场中必备的硬件，英语水平起码要跟外人作一般交流，电脑嘛，办公软件操作方面要精通并且能熟练操作，其它电脑技术如网页制作等也要会点。

6、我们往往会忽略的就是写作能力，这很重要，职场中如文书，报告等方面要熟练掌握。写作，不管在什么行业都是很有用的。我在保险公司就试着帮我的指导老师写报告。

7、进入某个行业的职位时，一定要尽快熟知这个职位所用到的知识。像我实习的保险销售，它所涉及的知识范围广。如税收，法律，客户心理，服务礼仪等，都必须做到了如指掌，这样才不会出差错。

8、学习永远是重要的，即使在职场中也要不断地学习新的知识，同时要根据工作中的不足而有针对性地学习。实践永远都是检验真理的标准。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在一个多月的实习过程中，我深深的感受到所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知道所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这些与实践还有一段距离。

“学无止境”，以前总觉得自己有多厉害，自认为自己学到了很多知识，可以去公司大展身手，好好表现一下自己，体现一下自己的能力，但是直到去了公司实习后才发现自己有

多肤浅，多浅薄。的确，在大学二年学到了很多关于财经保险方面的知识，但是保险是一块相当广阔的领域，它不仅要求你有专业的保险知识，更要有相关的财经知识，以及知道包括历史，地理，政治，文化等等方面的知识，这样在介绍保险时才能跟客户对答如流，全面的向客户介绍保险信息。解答客户对保险的疑问和困惑。

这次实习，我收获很多，它让我体会到了工作的艰辛和劳累，让我发现了自己所学专业知识的不足，让我更加清楚地认识了自己，让我更加的对保险行业充满了信心，让我明白了卖保险其实就是卖一种理念，这让我更加坚定了自己以后未来的道路——保险。