

最新社会实践经历 大学生社会实践经历 心得体会(精选5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

社会实践经历篇一

参加社会实践的作用在于增强社会责任感，增加大学生社会阅历、职业阅历，并提高大学生就业竞争能力，接触社会，了解实际职业需求。以前我也不太相信社会实践对人的改变能力，认为社会实践也只是大学的作业而已，但是，一年的社会实践经历改变了我的性格，完善了我的能力，也改变了我对社会实践的看法。

大一两个学期，我总共参加了十余次社会实践或是志愿服务活动，其中包括：山东大学优秀学子母校行活动，走访慈爱老年公寓，“随手关灯，绿色校园”环保活动，善行100圆梦六一活动，参观济南战役纪念馆，山东大学赴甘肃临夏支教调研活动，山东大学“探路者”团队赴徐州地区关于就业问题的调研，山东大学“梦工”调研团赴徐州重工集团调研等。其中有四次我是作为团队的队长参加社会实践，可以说，是社会实践把一个原本内向不爱说话的自己变成了现在这个组织能力与人际交往能力均较好的我。一方面，参加社会实践开阔了我的视野，使我有了解这个社会的机会，另一方面，参加社会实践的过程中或是领导一个团队参加社会实践是锻炼一个人适应能力与组织能力最好的契机，下面我将以对我影响比较大的社会实践活动为主线来总结我的社会实践经历。

1、山东大学优秀学子母校行

在这次社会实践中，我担任队长，负责组织活动并协调队员工作。虽说进入大学以来，我已经参加了两次社会实践活动，但要说独立带队还是第一次，所以在这次社会实践中难免会碰到很多小问题，但在队友的全力支持下，本次活动成功完成，我真的很感谢他们。拿破仑说过：“不愿意当将军的士兵不是一个好士兵。”但将军也不是那么容易就当的。经历过这次回访母校的活动，我感触颇深。

首先是活动大局的规划上，虽说各队员分工明确，但每所学校回访的时间和具体流程队长都得安排妥当，其次是材料的准备，传单□ppt还好说，主要是得考虑演讲稿，怎样说服校长支持我们的母校回访活动，怎样既能吸引学生注意力，又能不减宣传效果。最后就是得及时督促队员按时完成任务。寒假使我们学生比较放松的时间，自然也就是我们比较懒惰的时间，活动中办事效率低，完成效果不如人意很常见。这就需要队长及时监督队员，鼓励大家在规定时间内顺利完成活动任务。

现在已经开学，虽说活动已经结束，但我在活动中积累的经验财富却是永远为我所用。这个寒假虽然感觉有点紧张，但是很充实，我的内心很舒服，有一种莫名的成就感。通过这次活动，我锻炼了自己的组织活动的的能力，学会以领导者的眼光看待问题，也初步了解了与不同人群交往的技巧。懂得了如何鼓励队友充分融入活动中，以获得最大的活动收效。当然，我也发现了自身的诸多不足，如，办事犹豫不决，不果断，考虑问题不周到，原则性不强，自己的想法和决心容易被周围环境左右等。孔子说：“人非圣贤，孰能无过”。重要的不是你是否存在缺点，而是你怎样去看待它。发现了问题就要想着如何去解决它，而不应一味的埋怨与后悔，一切都要向前看。关键不在于你此刻多么高贵，关键是你得优于过去的自己。我要积极的参加更多的实践活动，并借此来锻炼自己，完善自己。

2、善行100圆梦六一活动

“善行100”是中国扶贫基金会发起的大型志愿者筹款活动，活动倡导志愿者开展公益宣传和筹款，通过善行传递百分百善心，汇聚全社会爱的力量，关爱贫困地区的孩子。

虽说在参加活动之前，我们已经从学长学姐那里得知参加善行100活动我们会遭受多么大的打击，我们心里也有了一些准备，但是当我们真正地站在广场街头，手拿传单，劝说过往的行人时，我才真正体会到其中的困难苦楚。

先别说劝说叔叔阿姨捐赠100元钱为山区孩子买一个爱心包裹，就连让他们慢下脚步来听我们介绍都是非常困难的事情。第一次被拒绝的，没关系，第二次被拒绝了，没关系……第十次被拒我也能接受，但是在那整整劝了一上午，总共劝了百余次，却依然没劝到一个人时，我真的有点灰心了，想要放弃，但是我是小组长，我要是放弃了，肯定会影响到整个团队，我们是做公益的志愿者，既然报名参加这个活动了，就一定要把它做好。

可能因为前一段时间中国公益事业失信等问题，别人不信任我们的活动，但是我想说：国人不能因噎废食，不能因为红十字会的失信，而质疑所有的公益组织，不能因为一个郭美美，而丧失对公益事业的热情。作为志愿者，我们也不能因为别人的不信任而灰心丧气，丢失了原本的热情与活力，我们是新生代大学生，新世纪的青年，只要我们时刻保持对公益事业信心，我们一定能用我们的行动挽回国人对于公益事业的信任与热情。

3、山东大学赴甘肃临夏支教调研活动

我一直想找出一句话来概括这次支教的收获，但在感觉江郎才尽之时才发现：甘霖支教团本次支教活动的感想不是简简单单一句话所能概括的，感想与收获尽在点点滴滴的付出之中。

很多人问我为什么支教，这个问题不好回答，因为我心里就想着去支教，我没把支教看成一个多么高尚的活动，也没把它当作一次去西部旅游的契机，只是想尽己所能改变某些东西，这些东西可以是那些可爱孩子对于世界，对于人生，对于学习的看法，可以是那些中学生对于知识的渴望程度，当然也包括自身对于新环境的适应能力以及各种综合素质。本次支教的圆满结束证实我的预期是对的。我们的队员们，我们的学生们都收获了很多。

但是，当各种无组织，无素质大学生因为个人原因坏了支教风气，坏了支教名声时，支教活动就被推到了舆论的风口浪尖。记得在出发之前看到一篇日志，名字叫做《你们别来支教了》，日志是以一个孩子的口吻写的，日志描述的是支教的大学生放肆地吃喝玩乐影响了孩子的价值观，人生观。对学生的发展观念产生了恶劣的影响。虽说日志的真实性无从考证，但毋庸置疑，其有存在的可能性。但是我就想不通那些大学生为什么举着支教的牌子干些无聊的事，浪费青春。而为什么大家也喜欢跟风，只因为少数支教活动的不恰当而对所有的支教活动。支教，只要我们怀着一颗认真踏实，负责任的心，又有什么困难不能克服！支教的始末，我都是这样想的，结果证明我的想法是对的。

可是，支教开始时没有想象的那么顺利。先是在赶往火车站路上遇到突如其来的暴雨，接着穿着湿漉漉的衣服硬是熬过了二十三个小时的旅程到达刘集中学。本以为中学负责人已经为安排好了一切的我们满脸欣喜地走进了学校，结果迎接我们却是空空如也的学生宿舍，关于被褥，关于饮食，一切都没有着落。幸亏陶局长雪中送炭，很快帮我们解决了生活问题，从陶局长对我们的大力支持也能看出当地政府对于教育的重视程度很高。当地十二年义务教育的制度也看出当地人想要培养知识人才的渴望。我们顿时感觉非常欣慰，我们甘霖支教团来对了地方，我们对支教工作的开展又再次充满期待。

搞定了生活问题，支教工作就有条不紊地展开了，我真的很佩服敏姐，作为领队，她总是能考虑到很多问题，虽说她在到达中学后几天就离开了，但是她已经基本把整个支教工作都安排好了，从制作教师准则到安排好各班课表，从队员们的生活作息到每天的备课总结，从开学典礼到最后的汇报总结，敏姐总是很有远见，沉着冷静地组织大家开展工作。大家也都很有激情，很负责人地完成自己的工作。虽说做饭有明确分工，但大家还是一起帮忙做。一家人的生活和睦睦。教学工作更是捷报频传，先是学生们开始认可我们的教学，纷纷从家中给我带些蔬菜水果；然后当地的孔县长和美国朋友对我们的教学工作进行参观学习，并给予充分肯定。最后在孔县长的推荐下，其女儿也来参观我们的教学过程。最后我们更是以出色的汇报演出节目结束了此次支教活动，还与刘集中学达成了长期合作协议。取得如此出色的成绩，是全体甘霖支教团队员共同努力的结果。

固然，我们的工作完成的比较出色，但还是出现了一些问题。比如随着时间推移，队员们工作热情下降导致工作懈怠的问题。虽然敏姐是领队，但是整个团队的执行队长是我，所以当发现这个问题的时候，我很着急，要是没有敏姐的指导，我真的不知怎么去应对。就像牛顿说的那样，“如果说我比别人看得更远些，那是因为我站在了巨人的肩上。”经过与学姐的交流，我得到了许多她的经验，也用着她传授给我的经验带领团队完满地结束了支教工作。

队长是帮助团队解决问题的，所以，队长首先要学会具有气度，要学着包容队员的性格，并充分创造良好的条件让每个有个性的队员尽情发挥自己的本领，从而使团队效率最大化。其次，作为一个队长，要学会适当激励队员。一方面，当队友因为困难而心灰意冷时，要懂得鼓励，另一方面，当队友出色完成工作时要及时赞赏队友，肯定队友的工作才能给与队友保持工作热情的动力。这些就是我二十多天支教时光的最大感受。

“不知今生哪个冲动的决定比支教更不悔，不知二十年来哪段岁月还会更精彩。”没错，这二十天完全可以成为我们二十年来最有意义的二十天。二十天，我们一起起床，一起做饭，一起上课，一起游玩，更可贵的是，我们拥有一群活泼可爱的孩子，在他们身上，我们似乎看到了原来那个天真无邪，充满活力的自己。这二十天他们和我们自己带来的感动已难以用语言形容，就让大脑珍藏这段美好记忆。或许在未来的某一天，我们还会聚在一起，说说那些一起支教的日子，缅怀那段美好韶光。

正如歌词，二十天，烹菜煮面，那些滋味无论如何总是甜。或许今生注定或是修得缘分，得以相约山大相约甘肃。回想当初在一个飘雪的三月为着一个冲动的决定，跑出教室，去到面试。原来不知不觉已踏上启程，在那个狂风暴雨的七月，带着济南的雨，载着济南的'空气闯进甘肃临夏积石山这一美丽的画卷。那时我们带着热情带着憧憬，到了这里，出乎意料却情理之中收获最淳朴的民风，最动人的自然，最活泼的青春。如今二十天结束，回想二十个日夜。谁在下课如孩子般飞奔向厨房，或为那土豆与面条；谁在课堂嘶哑了声音，或为眼神迷茫的学生一遍一遍重复着知识；谁在刘集中学沉迷于山水人情，或为那保安族爷爷们慈祥热情的目光，或为讲台那一瓶摘花在学生手里为老师绽放。二十日每天每事早已深深烙印在回忆的流年，细细潺潺，温和流淌。

条件艰苦，每顿饭吃得却是最欢乐，每晚睡得却是最满足。或者为那蓝天白云勾勒的纯粹，甘愿停留，甘愿远赴。学生们比我们小不了几岁，在我们看来那是曾经自己的影子，他们可爱、青春，他们的眼神里有着青涩与害怕，他们对老师总是敬畏。而我们希望，他们于我们是学生朋友，我们于他们是老师朋友。不知是谁在离别落了一滴泪，掉进大家心里，牵动那根伤心的弦，由是离别化作水，长不枯竭。或许我们笑着离开，心里却是掉了泪；她们哭着离开，心里却是笑开了岁月。让我们相约，这校园还会赐予我们一次缘分让我们在世界的某个角落交汇，那时我们恍然了时间，恰巧相逢。

最后：

犹记得在参加”善行100”活动时，一个学姐和我说过这样一句话：公益活动不是真正是无私无回报的，相反，所有的公益活动都是互利双赢的，你在付出时间、精力和汗水的同时，你也收获了成长。”其实社会实践也是这种双赢的活动，它甚至比公益活动的收益比更大。

有人曾经和我说：“社会实践都很水，简单做做就行”，但是我想反驳，水？难道把一个社会实践很简单地做做就不花时间和精力？既然我们都要花费时间和精力，那为何不努力做好它？为何不趁此锻炼一下自己？为何不趁此做出一番成绩？人生没有返程票，我们没有足够的资本来浪费我们的时间，所以我们虽说不能把社会实践当成大学的全部，但是一定要认真对待，一方面是为了培养自己对待事情认真的态度，另一方面也是为了完善自己，使自己更好的融入到社会中去。校园是我们学习理论知识的平台，社会是我们实践得真知的平台。说“知行合一”，参加社会实践使学得的理论知识在实践中得以应用，从而获得更深入的感悟与个人能力及素质的提升意志上的锻炼与对社会的感知是书本中所寻不到的。而这些正为了我们今后步入社会生存发展打下了基础，是人生中一笔宝贵的财富。同时，在此活动中所遇到的困难与棘手难以解决的事情，我们清楚的认识了自己的不足之处，将使接下来的学习生活更加具有针对性与目标性，更好地充实完善自我。

当然，参加社会实践，除了会使得自身的独立性大大增强。同时也会锻炼自己的团队协作意识和团队精神。活动前的准备、与实践单位的联系、活动中的分工，这些都需要大家的配合。可能一个团队的队员原本还不是很熟悉，可当团队成立的那一刻起，我们便是一个团队。互帮互助，默契配合，我们在活动培养的友谊是最珍贵的收获。

人的潜力是无限的，但是大家都很疑惑：“如何挖掘自身的

潜能？”我感觉最重要的还是去尝试，一件事情，你不做，你是永远不会知道你会做的怎么样，你会收获什么的。只有在实践中，我们才能发现自己的各种问题，并逐渐完善自己，而完善自己的过程就是逐步挖掘潜能的过程。

过去的荣耀，都是浮云，果断地抛弃，你才能更加辉煌。虽然我已经通过社会实践使得自己的各方面素质有所提升，但是我也要再接再厉。有人说过：“由于别人并不可贵，可贵的是优于现在的自己。”相信只要我秉持着认真负责的心，我的人生一定会创造出更多精彩！

社会实践经历篇二

暑假期间，我在**红圣食品有限公司地帮助下进行了社会实践调查工作，工作的主要内容是：

一、了解**市市区市场红枣的销售分布。

二、红枣产地走访调查。

**市

市区主要红枣销售分布点：

1、景区：枣园、杨家岭、王家坪、宝塔山、新闻广场等。

2、非景区：延中供销市场、东关市场、延百南河道市场。

3、零散分布：水厂-师范路、粮园宾馆、移动大厦、建材市场、市场沟、火车站及各农副产品市场和各大超市红枣专区。

延川和清涧是陕北红枣的主要产地，延川红枣有国家地理标志保护，正宗；清涧红枣又名声远扬，占了超市的大半柜台。

两地都称自己是最好的，还真不知道怎么选择了。两县地理条件相似，都是红枣盛产之地，但是所走的发展之路却不尽相同。

延川：申请地理标志保护出口创汇

延川县位于黄河西岸，是红枣最佳优生区。延川红枣，盛名已久，为“延川三宝”之首。今年，“延川红枣”被国家质检总局列入我国地理标志保护产品之列，并制定了《延川红枣国家标准》。“以前没有这个标准的时候，农民种枣不规范，优果率太低。”延川县质监局局长刘军告诉记者：“以前很多客商收枣时就要清园子，把还没有成熟的枣收走。那时农民的品牌意识跟不上，枣的品质也受到影响。”现在，实行订单种植红枣的农民，如果不按标准执行，枣可能就难卖出去。目前，全县红枣面积达26万亩，年总产量1.2万吨，产值4800万元。申请到地理标志保护后，给延川红枣企业带来了不少好处。“因为有地理标志保护，我们一年能少交80万关税。”延川红海实业有限公司副总经理高茂林说。

清涧：“龙头”带动销售网络遍全国

虽然同处陕北的红枣优生区，与延川红枣不同的是，清涧县走的是靠龙头企业带动的路子。“只要有卖陕北红枣的地方，就有清涧滩枣。”清涧县质监局副局长惠雄炳颇为自豪地说：“清涧滩枣等名牌产品，在全国50多个大中城市都有销售网点，几乎在各大超市都能找到清涧滩枣。”清涧县的红枣栽培有四千年历史，主要分布于清涧县境内的黄河、无定河沿岸。目前，已建成优质红枣基地40万亩，年产量4000万公斤，全县拥有红枣加工企业28个，加工总产值1.6亿元，年加工红枣占到全县红枣总产量的26%。清涧红枣龙头企业的带动作用体现在，建立健全了红枣产业技术服务体系和营销网络，全县从事红枣技术、信息、市场等服务的人员达余人，常驻外销人员达200余人，各企业在全国50多个大中城市设立了办事处、代销点。清涧红枣在国内大枣市场中占有率约为30%，形

成了全国性的红枣销售网络，并出口美国、日本及东南亚地区。

社会实践经历篇三

这次能有机会去工厂实践，我感到非常荣幸。虽然只有一个礼拜的时间，但是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

时间：__年年__月28日——__月3日

地点：海南海口琼山

这次能有机会去工厂实践，我感到非常荣幸。虽然只有一个礼拜的时间，但是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

以下是我在实践期间的一些总结以及心得体会。在以后开展自身的工作，以及在对客户的沟通应对上，希望能有所借鉴。

一、工厂的总体规模水平

亚泰木业位于海南海口琼山区，占地24600平米，员工600多人。近十多年的制造历史已经发展成一家具有专业规模的木制品专家，在东莞制造业发达的地区也小有名气。

走进厂区，只见洁净整齐的环境和次序井然的工作程序。虽然是国内的制造厂家，但是，到了车间，看过那些先进的流水线，那些熟练的技术水平，完全会感觉到现代化的管理。作为木质产品的制造厂，一些诸如木屑的飞扬，机器的喧嚣以及混合着的胶水味油漆味等问题，都是难免存在的，但是工厂已经把这些都尽可能的减少到最低限度了。走在车间，这些大多的木制厂家所面临的严重问题似乎在我们工厂并没有太大的困扰，反而是那些管理和效率吸引了大多的参观者。

二、学习过程

如下几点是在工厂实践期间，就我的工作需要，主要学习到的一些知识以及由此得到的一些心得。

(一) 木材的选用

工厂最常用的木材还是红木(非洲花梨木)，枫木(美国)，胡桃木。大多都是从国外进口，这也就是为什么我司的报价要比国内同等厂家的价格要高的原因——正是“一分价钱一分货”。

(二) 加工方面

工厂所采用的机器都比较先进，一般来说都是机器自动操作，比如cnc数控机，万能圆锯机，立轴机等。所以，只要操作得当，人员安排合理，一般都能产生较高的效率(一般来说，工作总结都需要熟练人工)。

(三) 喷漆加工

白身加工完成以后，应尽快转入喷漆车间，否则木材会变形。喷漆的流程为：着色(给产品上底色)——底漆——面漆。喷底漆到喷面漆的过程中还要有磨砂的工艺。

(四) 镭射和丝印

目前工厂的最大镭射尺寸为 $320 \times 320 \text{mm}$ 最小为 $1.5 \times 1.5 \text{mm}$

镭射后可以上色，最常见的是上黑色，上完黑色，可以使镭射图案更清晰。但是一般不推荐客户镭射后上色，这样的话会增加成本。镭射的费用是视镭射图案的复杂程度而言的，一般来说都是每件产品1块钱。丝印也是常用的一种方法，但

是它的要求是丝印的表面要光滑。

（五）包装

包装是成品完工前的最后一道工序，也是一个产品比较重要的组成部分。包装工序包含了产品的简单组装、包皮、包绒布、五金件的装配、包装物的制作、对产品的前道工序的品检、产品的包装。

（六）其他配件

五金是常用到的配件。因此，对于一些常规的五金件，诸如一些合叶、铜扣、铜脚等，工厂都会采购一定的数量以备库存。另外像一些在笔上五金件，工厂自己也有制造的能力，很多都可以独立完成。

三、心得体会

这次的实践，让我了解到了工厂的规模水平、生产流程以及一些常规产品的制作，在以后的业务操作中相信会有较大的帮助。

社会实践经历篇四

一个应届毕业生，在校期间做过餐厅服务员、有一段短期的产品推销经历，还在某公司实习做过行政助理。在简历的社会活动一栏一般他会这么写，“某年某月~某月，我在某某饭店做服务员，工作是点菜送菜……。”

专家分析：

时间、地点、事情。没错，表达很清楚。可我看不出能体现你什么技能。诀窍就在于，要学会提升，比如“我在餐厅做

服务员期间，在用餐高峰期，我通过对客户需求的分析，通过协调接待员，优化了点菜的流程，提高了效率。”这样我就能看出你有组织和团队协作能力。做实习行政助理也一样，“我在做行政助理时，通过对历年办公用品进行分析，制定预算，并采用供应商招投标，选择最低成本，使得全年办公用品成本降低了30%。”这样的表述说明你有沟通能力，有成本意识，最后还有数据证实你的成绩，效果就会好很多。

一切要以事实为依据，否则即使获得了面试机会，也过不了关，不是亲身经历的事情很容易露馅。所以建议大二大三的同学一定要有意识地积累实习经验。另外，你所展示的能力一定要与应聘岗位的特性相吻合，否则效果就会大打折扣。

个人简历社会实践范文

. 9-. 6北京xx大学xx学院外联部部长北京

通过多次电话与面谈的方式，两周内为学校“一二九”文艺演出拉到赞助1200元和音响设备，为外联部两年内第一次拉到现金赞助。

组织部里8名干事为“学术节”活动拉赞助，三周内通过100余个电话和250封邮件，并拜访15家公司，最后与星音娱乐(ktv)签下合作合同，由其赞助10张会员卡和200张免费练歌卷。

成功组织多场讲座、师生联谊舞会等活动，组织干事协同其他部门有效开展工作，协助历时2个月的“学术节”取得圆满成功。

联系并承办“gehealthcare与你面对面”的交流会，在4天内完成(包括周末)，当天参与交流会人数超过200人，降低成本近50%。

与工作实习经历描述类似，除了描述工作内容以外，还要重点描述工作所取得的成果，并辅以具体数字来证明。

扩展阅读：

大学生社会实践的意义：

社会实践作为我国高等教育的一个重要组成部分，在我国高等教育中发挥着不可替代的重要作用。同时，社会实践作为学生参与社会生活的一个主要途径，对社会主义物质文明建设和精神文明建设也可起到一定的积极作用。具体地说，社会实践的意义和作用表现在一下几个方面：

1、催进青年学生的健康成长，这是社会实践最为重要的作用。其中包括：

2、促进学生思想政治素质的提高

社会实践通过使学生了解国情，有助于他们加深对党的基本路线的认识，坚定正确的政治方向；通过使学生接触人民群众，有助于他们加深对人民群众的了解，同人民群众建立感情，树立为人民群众服务的思想；通过使学生了解社会对知识和人才的需求，增强勤奋学习、奋发成才的责任感；通过了解改革和建设的长期性和复杂性，克服偏激急躁情绪，增强维护社会稳定的自觉性。

3、催进学生业务素质的提高

社会实践使学生通过实践的检验，看到了课堂教学和自身知识、能力结构的缺陷，主动调整知识和能力结构，培养学生不断追求新知识的科学精神，激发学生的学习积极性和主动性。通过使学生把知识运用于生产实践，帮助学生巩固和深化在课堂上学到的知识，锻炼实际动手的能力。

4、催进学生的社会化进程

社会化贯穿于人的整个生命历程，是每个人必须面对和经历的。大学生社会化的成功与否，直接关系到他们的成才与发展，甚至关系到他们一生的命运。社会实践有利于大学生社会角色的转变，强化其角色类型的分辨能力，角色扮演心态的健全能力，角色的适应能力；社会实践有利于提高大学生的实际工作能力，如心理承受能力适应能力，人际交往能力、组织管理能力和应变创新能力等；社会实践有利于大学生树立正确的择业观，是他们消除心理误区，寻找到社会与自身发展的最佳结合点。

5、促进高等教育的改革和发展

通过社会实践，加强了学生与社会的联系，有利于动员社会各方面的力量，加强和改善高校的思想政治工作。可以通过社会实践，找到新形势下加强和改进思想政治工作的新路子，为高校思想政治工作注入生机和活力。

通过社会实践，能够使学校深入了解学生素质、课程设置、教学与管理等方面与社会要求不相适应的地方，主动推行改革，有利于学校进一步端正办学方向，在与社会实际的紧密结合中，寻求高等教育的发展与突破。

通过社会实践，架起了学校与社会沟通的桥梁，使教育走出封闭式的学院，走向广阔的社会舞台，有利于形成教学、科研、社会实践相结合的新型教育体制。

6、促进“两个文明”建设

学生在社会实践中，一方面接受教育，锻炼才干；另一方面，运用所掌握的马克思主义理论、党的方针政策和科学文化知识为地方和活动接受单位做贡献，对“两个文明”建设起到一定的促进作用。了解社会实践的具体作用，有助于我们对

社会实践进行科学的评估。我们应当以是否促进了学生的健康成长，是否促进了高等教育的改革和发展，是否促进了“两个文明”的建设，作为衡量社会实践成效的主要尺度。

社会实践经历篇五

四、社会实践总结或体会：

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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。它有助于当代大学生接触社会，了解社会；同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我们加入了寒假社会实践活动。

通过这次社会实践，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。我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。

以前实践的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“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，工作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。在实践中，我也深刻地了解到，自己还有许多不足之处，在许多方面还不能做到全面、细致，以致于在实践中出现了许多错误，经过这次实践以后，我将认真做好总结，在以后的学习和生活中，时刻提醒自己，不再出现类似的问题。这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。

在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。这次社会实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的。我通过积极参加社会实践活动，认识了社会，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，真正达到了受教育，长才干，作贡献的目的。