

# 学生暑假心得(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 学生暑假心得篇一

大学生暑期社会实践活动是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。为帮助、引导青年学生身体力行“八荣八耻”重要思想，丰富广大青年的暑期生活，充分发挥大学生的专业优势为社会服务，为农村经济发展作贡献。为了使我院20xx年暑期大学生社会实践活动做好、做实，充分发挥我经济管理学院专业学科优势，我学院分团委学生会特成立了大学生汲农形势政策宣讲服务团。该团主要在暑假期间深入单屯养牛场，开展一些涉农方面的服务宣讲，充分发挥大学生的专业优势，为农民致富、改革，再创新路。服务团队员50人，分别来自我院的学生会学生干部及大学生志愿者。

### 一、活动概况

本次活动，我们充分发挥了学生骨干社团主力军的作用。服务队的50名成员分别来自我院的学生干部及大学生志愿者组成，各成员都具有较强的专业技术知识和较高的思想素质。此次汲农形势政策宣讲历时两周，主要服务对象是单屯养牛场所有员工，通过实践和交流进行了农村产业结构调整、养殖现状等方面的调查并为当地农民提出自己相关的建设性意见。

7月8日，我汲农形势政策宣讲服务团走访考察奶牛场，在1天的调查走访中，我服务团掌握了养牛场产业生产第一线的情况奶牛产业生产方式及奶牛产业链的运作方式，获取了不少奶牛产业基层工作的宝贵经验，通过调查分析了当地奶牛产业存在的问题，总结出当地奶牛产业现状。调查实践活动使队员受益匪浅。

我服务团首先与单屯养牛场的工作人员座谈，了解了当地奶牛产业的概况；之后在厂长的带领下走访了单屯养牛场各个工艺流程，并在参观过程中与相关负责人进行了交流。

回到市区后，服务团调查了进行了对比研究，并运用自己所学的经济管理知识为养牛场进一步发展提出可行性方案。

## 二、活动形式：

### 1、参观实践环节：

由有关工作人员带领参观养牛场，学生在养牛场内随便看看并与工人进行交流，并是、进行简单的实践操作。参观企业管理办公室，并以“今天我是厂长”为题参与到企业的管理运作中来，学以致用。

### 2、宣传讲解环节：

以分组形式进行社会主义荣辱观汲农形势政策宣讲，组织企业职工了解和学习八荣八耻重要思想，并发放相关传单资料加以宣传讲解。

### 3、捐赠环节：

为进行捐赠相关图书和资料，其内容包括公司营销管理及企业运作等经济管理类知识。

#### 4、交流座谈环节：

与企业领导层进行座谈，运用所学，结合企业现有实际，对企业发展作可行性分析，建设一个切实可行的管理模式，并提出自己的相关意见方案。

### 三、活动安排：

#### 1. 策划部署阶段(6月末—7月初)：

根据中宣部、中央文明办、教育部、共青团中央、全国学联《关于开展20xx年全国大中专学生志愿者暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》的指示精神，召开动员会，让学生明白参加社会实践活动的意义，进行社会实践活动的指导与培训，并联系相关社会实践基地，进行整个社会实践活动的前期策划。

#### 2. 活动实施阶段(7月上中旬)：

社会实践领导小组采取各种有效方式指导开展好社会实践活动，使学生在实践服务中受教育、长才干、作贡献。对社会实践出现的问题要及时解决，对活动中涌现出的先进典型和富有成效的做法注意总结、宣传，及时上报，并积极与新闻单位联系，加大对我院社会实践活动的宣传力度。

#### 3. 总结表彰阶段(7月中下旬)：

在社会实践活动结束后，利用专门时间对活动进行认真全面的总结，通过座谈、报告、展览、演讲等形式进行广泛宣传，进一步扩大社会实践活动的影响和效果；要表彰在活动中做出突出成绩和贡献的个人、集体，形成良好的激励机制。并撰写相关总结材料。

### 五、活动特点

## 1、分散讲解，全面调查

此次活动一改过去选择固定地点、人员集中的形式，而是采用了分散、分组传播宣讲的方式。这样不仅扩大了活动范围，而且使队员们对当地农村现状有了一个全面的了解。通过详细全面的宣讲、调查，努力把以“八荣八耻”为主要内容的社会主义荣辱观落实到行动上，体现在各项农业生产、生活中。同时调研基层政府贯彻和落实一号文件的具体措施和情况，了解农民群众对中央一号文件的认识程度，了解农民群众对国家政策的反映。

## 2、深入相关涉农企业，理论与实践相结合

在同学们参观的同时，企业相关技术人员也给同学们上了生动的一堂堂生动的理论实践课。在单屯养牛场，同学们对牛场的管理、牛场效益、牛舍建造、疾病防治等方面也感到了神奇!在与管理层领导的交流过程中，同学们了解了公司运作、管理规划、市场营销以及市场前景等方面的情况。在对这些企业参观学习的同时，同学们也给这些企业提出了远景规划，提供了新技术信息。通过这些参观学习，同学们学习了不少实际操作经验和许多课本和学校难以见到的知识，各企业也对当今的农业产业形式了有了一个理性的认识，这种参观访问活动使得双方都感到受益匪浅。

## 3、采用多种形式为农民送技术、送知识、送信息

他们以养牛场为社会实践基地，以其公司员工和知识技术的青年农民重点，把他们组织在一起深入浅出的为农民讲解了八荣八耻重要思想及相关农村形势政策法规。

此次活动得到该企业的大力支持，当地的群众对这样的活动非常欢迎，一位农民大伯说：“我们啥不缺，就是缺知识，缺技术，你们来拉给我们送来了技术和知识，你们就像及时雨，如果能够经常来那就好啦”；他们还把自己精心编辑的一

些宣传资料免费赠送给农民群众。

## 五、宣讲意义体会谈：

20xx年的社会实践活动使同学们受益匪浅，大学的学习生活，使学生们学到了坚实的理论知识，有效的学习方法，但是离现实还有较大的差距，尤其现在独生子女较多，家庭经济状况普遍好转，学生们锻炼的机会比较少，可以说有相当一部分学生是在家庭和学校这样两个很单纯安逸的环境下长大的，他们缺少锻炼和交流，动手能力，实践能力，集体共事的能力都较差，塔里木大学正是看到了这一点，历年来，对在校学生的动手能力，吃苦能力的要求都很高，今年的社会实践活动对辽工的学生深入群众，走入基层，是一项非常有益的探索和促进，学生们普遍反映，他们在认识社会，认识自己的社会位置，明确自己的历史使命方面很有现实意义，同时激发了学习的热情，调整和完善了自己的知识结构，提高了战胜各种困难和挫折的勇气，锻炼了意志和毅力，为适应以后的工作做了坚实的准备。

此次社会实践活动另一个有益的启示是使辽工的学子对国情的了解，尤其是对农村、农民、农业及社会弱势群体的了解有了突破性的进展。学生出生在改革开放的浪潮中，对社会主义初级阶段的认识，对改革开放的认识，单从课堂上是难以得到的，因此，只有走入农村，走进农民，了解占全国人口80%的农民的现状，了解他们的所思所想，才能真正在实践中深化对国情的认识，走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

辽宁工学院经济管理学院20xx年汲农形势政策宣讲活动增长了才干，使学习书本知识与投身社会实践走向了统一，走上了理论与实践相结合的道路。社会实践使学生们明白了一个真理：社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准。到祖国最需要的地方磨练意志，砥砺品格，把学得的知识用于

实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才。

辽宁工学院经济管理学院20xx年汲农形势政策宣讲活是一个“多赢”活动。一方面，促进了大学生的全面发展。通过社会实践活动，青年学生从与人民群众的广泛接触、了解、交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强。在实践中，他们的人生观、价值观得到进一步的强化，提高了认识能力、适应能力和创新能力。另一方面，实践活动为下乡实习的单位带来了实际的帮助和指导，服务于农，补充了科学的知识和最新的技术指导，发现了人才，改善了管理；第三，为辽宁工学院扩大影响力，形成大学的辐射区域是很有意义的，尤其是辽宁工学院团委取得了宝贵的教育经验，加大了与相关单位和高校的合作力度，为校园文化的建设具有深远的意义。

## 学生暑假心得篇二

这一个多月来我把自己的实践看的很重要，因为过去没有过这样的经验，我也是做好了很多人准备，我能保持一个好的心态。

这让我感觉自己还是有压力的，虽然工作比较累，在车间的时候我的效率也不是很高，在这方面我一直都在坚持着，社会实践当中我也得到了很多的锻炼，这是我应该去做好的事情，我在实践当中一直以来都非常认真，平时认真的搞好自己工作，和同事们相处的很好，我现在需要做好这方面的工作，我也知道在这方面应该往哪方面做好，在这件事情上面还是应该做好准备的，作为一名大学生在以后的学习当中我一定会坚持搞好自己的学习，通过社会实践增多了我的阅历，以后会坚持去做好分内的事情。

我也明白了赚钱的不容易，这对我有着深刻的意义，端正好

自己的心态，这是无比重要的，不管是做什么事情都应该有一个好的态度，过去在学校的时候我也是没有做好这方面的准备，在社会实践当中，我有很多的进步。

只有搞好自己的学习，这样才能发挥一个好的状态，我对赚钱一直都没有一个清晰的认识，也没有一个概念，这次一个多月的工作结束，当自己拿到工资的时候内心是非常激动的，能在这样的环境下面有所进步，这一直都让我很有成就感，在以后的学习当中我一定会坚持初心，实践给了我很多经验，我不能辜负了，也不能浪费了，在以后的学习当中我也一定会努力搞好这份工作，认真去做好一名大学生应该做好的工作，努力成为一名优秀的大学生，虽然实践已经结束了，但这次的社会实践让我印象深刻，我应该经常锻炼自己，像这样的实践机会不多，真的非常感激，以后我一定会对自己要求更高的。

### 学生暑假心得篇三

作为一名即将步入大四的学生，能够利用这个暑假提前体验实习经历，对于日后的工作学习都是获益良多的，大学生暑假实习报告。短短的一个多月的时间，虽然还不能学习得非常透彻，但是却带给我很多的感悟。

首先是寻找实习单位。一直听说找工作难，只有真正实践，才能体会。对于一个没有任何工作经验的大三学生来说，要想找份实习的工作是困难的。但正因为如此，更坚定了我的决心。经过不断努力，最终选择了苏州恒凯电气有限公司。

其次是学习基本技能。进了单位，所有的一切都是新鲜的。小到收发传真，大到处理订单，所有的一切都必须从头学起，丝毫马虎不得。比如收发传真这样的小事，必须仔细核对传送的文件，发送的对方，收到的时间，这些看似细微的地方，容不得一丝差错。

经过短暂的学习与适应，我开始试着开始学习处理定单，实习报告《大学生暑假实习报告》。尽管在课堂上也学习过一些报价定单的基本知识，可是实际运用起来就显得心有余而力不足了。毕竟这一张张的单子，关系到的是上千上万的生意，稍有差池，就会造成直接的经济损失。

除了这些工作外，我还负责整理内部报价资料。

最后是为人处世方面。刚进公司，面对的是领导，同事。突如其来的`角色转换，要求我必须自我调整适应。如何处理好与同事之间的关系，是一门很大的学问。可能因为我的实习时间比较短，所以还不至于产生矛盾，但我想，在以后的工作中，难免会发生些磕磕碰碰，如何处理好这些小摩擦，还需要锻炼。

## 学生暑假心得篇四

这个暑假，告别家人，告别家乡，来到了珠三角去打工。走出去才发现外面的世界与学生时代有较大的区别，刚出校园的我是彷徨与无奈。在离开家的40多天，实际工作29天，中间休息了两天，每天十个半小时的班，有时站着，有时坐着，多半时间是站着，不过我喜欢站着，以前弓腰驼背的坏习惯就可以改过来的。

做工的老板也算得上同乡的，有两个是襄阳人。对我还算一般吧！基本也就是安排一些基本的活。刚来的两天并不累，就是摆一些产品。我第一次走进那个厂房时，里面地面油渍渍的。老板带我看了看，我就留下来来了。第二天就上班了，平心而论，还是比较累的’。八月份的东莞，正是炎热季节。虽然厂房里风扇一刻不停的吹着，下班后我依然是一身汗，汗还好点，关键是衣服上难免沾油，汗水的苦涩加油污味混杂在一起，真切感受到挣钱的艰辛。想想以前上课时睡觉，不好好听讲，应得的吧。



今年暑假选择出去打工有这么些考虑。一则源于去年暑假妈妈发火的是，我知道是妈妈年纪大了，有些做不来的，而哥哥似乎还没开化，家里是陷入青黄不接的境地。妈妈心里有苦，我则肯定要赚点生活费，给家人减轻负担。二则暑假呆在家里实在是无聊呀所有这一切我应定要外出打工。

凤岗，清溪，樟木头，塘厦，大朗，常平这些村镇见证了东莞作为“世界工厂”的地位。坐在回家的大巴上，似乎并不相信这个事实，外出打工的都挺苦的，先苦为乐。怀揣着自己辛苦工作挣来的血汗钱，似乎我的汗都流尽了才换来的。在这个青春不老时光里我会珍惜现在拥有的一切，有时奢望能穿一身干净衣服，在树荫下悠然的散步，就是一种幸福。再见青春，年轻永远是数不尽的回忆！

## 学生暑假心得篇五

为期一个月的暑假挂职锻炼即将结束了，说实话，这是我第一次出外实践活动，所以也算比较珍惜。一个月，说实话，说长也不长，说短也不短，说不长是还有很多工作还没有完成（自己被分配到居委会工作，居委会日常工作比较多），还不能在那边为创文明工作做到更多的力量，说不短是因为自己算基本上熟悉了那边的工作环境，也基本上熟悉和习惯了那边的工作，也让自己体验、体会、看到了很多。

说实话，去参加这个实践活动，是经过一个师姐的推荐的，这让我在开始就体会到认识更多人的好处，也实话，刚开始参加这个活动时，也不太明白自己这样做的目的（虽然自己一直有想去社会实践的愿望）。刚开始家里人和一些好友也反对，认为这跟自己的专业没有什么联系，而且，这种实习性的补贴非常低，说不要去到那里做苦力，做无辜的工作，虽然这听起来有点有伤大雅，但在他们看来是比较现实性的东西。但，自己想到，与其把整个假期浪费掉，何不好好充实一下自己呢，而且这次挂职锻炼又是满足自己一直想参加社会实

践愿望的机会。为了想认识社会，认识更多的人，锻炼自己的社会实践能力，于是在很多师兄师姐和好友的支持下奔着一股劲去参加了这个活动。

我被分到的工作单位是越秀区白云街东湖新村居委会，刚开始，听到这个单位的时候，虽然很开心，因为可以去自己一直想去的政府部门工作，但还是有一点点堪忧，因为我知道，在我们家乡那个跟居委会相同性质的村委会，特别清闲，基本上是除了下午工作一下，其他时间还是不用上班的，有时如果有事情找村委会还得预约时间，所以就这样担心会没事做（自己一直害怕清闲），而且怕会锻炼不到什么，但，更多的还是往好的方面想，心想：毕竟是大城市，应该跟农村会有很大的不同，于是静静地等待。在居委会主任接我去居委会时，主任跟我说，去居委会很好，可以接触到更多基层的东西，可以锻炼的东西更多，更把自己的期待程度上升了一层。

去到居委会并在里面的工作中，虽然做好了很好准备，但还是感到无尽的意外：一、居委会的人对我很热情，在接下来的工作中对我很关心，经常问长问短，弄凉茶和糖水之类的给我吃，让我感觉在里面很有亲切感。二、居委会里面的气氛非常好，不会想街道办事处那样严肃（在街道办事处工作的同学提起，自己也深有体会），大家在居委会里面感觉不出有什么阶级之分（只有有时必要的尊重），大家里面有说有笑，互相帮忙，非常开心。三、居委会的工作超多而且辛苦，但是大家没有太大的怨言，而是认真地做好一切工作，其实，刚开始去到那边的时候，街道办事处的主任就跟我们讲了，说我们刚好碰上了创文明城市的建设，所以我们来的这段时间工作量应该会很大，但也没有想到居委会会是这么的忙，更让我感到不可思议的是，在我上班的第二天，就说要提早上班，我那时不知道要干嘛，到了上班的时候我才知道是要上街道去清洁垃圾，而且带头上街清除垃圾的竟是主任，瞧其当时的工作行为和打扮，那时感觉那时的主任完全不是居委会主任，更像是朴素的普通阿姨，在我们家乡那边，别说是捡垃圾，随便丢垃圾对于他们来说都是理所当然的事情。

四、这边的社会福利非常好，比如对待老人这方面，办老人社会保障卡、对孤寡或独居老人配备相应的志愿者对其服务、物品择赠送、上门走访……对比自己的家乡的老人，基本上没人去管的，最多也就是过年的时候村委会的人提着半包米去看望一下，做做样子。由此可以看出，对于农村来说，福利的改革和普及还有很长的路要走。当然，另我感到意外的东西还有很多很多，为了让自己能融入这个环境，自己很认真地做着每一份工作，而且为了能减轻居委会的人工作，我尽力把能做的工作揽在身上，不让自己闲着，在居委会工作，令自己的感触真的很大，不但是自己的观察与体会，还有跟居委会和其他来居委会办事(每天来居委会办事的人非常多)的人的接触与交谈，让自己见识了不少，也懂得了不少，说实在的，还蛮喜欢这项工作的。

对于创文明城市，我觉得广州做得挺不错的，因为自己做的很多工作都跟创文明城市有关，在整个实习的过程中，除了相关的工作外，我也参加了两次与创文明城市相关的活动，一次是见义勇为颁奖大会，一次是有关健康城市的培训，感觉挺好的，而且，在我工作的那片地方，卫生状况之类的日见改善，相信，在大家的共同努力下会越来越好。不过感觉不足的地方是创文明城市这个概念的宣传还不够，还不够深入人心，其实我是去参加了这个挂职锻炼才知道有创文明城市这个东西的，所以，就希望有关部门能加大宣传力度，当然，自己也会贡献一些力量，把这个创文明城市这个理念深入人心。

这次暑假挂职锻炼真的令我感触很深，有机会真的想再参加一次。

第一次参加社会实践，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，向工农群众学习，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。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从我意志力得到了不少的磨练。我开始明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。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，适应时代的需要，做一个对社会，对人民有用的人。

实践让我知道世上没有专门为你设定好的工作，永远只有你去适应工作，而不是让工作来迁就你。在工作中遇到问题时，要多虚心向同事请教，最忌不懂装懂。多听听人家的意见，多看看人家处理问题的方式方法，多主动思考自己又应该做些什么、如何去做、并付诸行动，少谈论他人的是非及一切与工作无关的事情。对于工作的每一个环节都要力求做到最好，应该想着如何提高工作的质量而不是如何给自己减轻负担。只有这样才能算作尽职尽责地工作，才能得到大家的认可。

社会的进步靠人才，经济的发展靠人才，但什么样的人算是人才呢？我们怎样才能成才呢？首先是修身。品德是评价一个人的关键，更是评价人才的重要标准，德才兼备才可称为真正的人才。小到关怀备至、乐于助人，大到虚怀若谷、大义

凛然，都体现着品质和德行的光芒。其次是求学。满腹经纶，学富五车是为才。所谓真才实学，求学才能成才，这就要求我们在学习和积累中坚持不懈，坚毅自强。最后是扎实。实践中有这样一句话——越具体越深刻，在我心中激起阵阵涟漪，扎扎实实打好基础，把每件事做到具体细致才能刻骨铭心。

三个星期的实习生活暴露出了我的缺点，但也给了我改正的机会，如果没有这次经历，我的成长就会可能继续推迟。了解过许多大学毕业生的实习经历，往往都会在一两个月之后才会感觉到自己之前做得不好，才来想到改正和珍惜这次的实习机会。但是我却提早有了这样的体悟，这对于我将来的学习和工作是大有裨益的。也让我了解了无论是实践还是理想，甚至是创业。我们都要做到两点：一是要备足粮草，严阵以待。大学生已经进入创业阶段，我们要做好必要的思想准备和实力积累，以免我们在陌生甚至恐惧到来是束手无策。二是要甘于奋斗，勇于创新。第一个吃螃蟹的人无疑是勇敢的人，我们在积累实力，创立优势的同时，还要着力培养出大胆创新的魄力。

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。