

2023年禁毒社会实践报告(汇总8篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

禁毒社会实践报告篇一

的可以区别大学生的就是在与客户打交道时，很多同事为了更好的完成工作都把经历投向客户，毕竟交往也是一门学科吧！“艰辛知人生，实践长才干”。通过此次社会实践活动，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，大学生只是起点比较高，其它的也并没有什么优势，我逐渐地发现了自己的不足，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，这是难能可贵的一次收获。我的第一次社会实践，饱涵了很多人生的哲理，这是成长过程的一次邂逅，虽然一切并不那么绮丽，但依旧美丽，它在无形之中点缀了我的人生，熠熠生辉。

我相信在今后的生活学习中，我会做的更好的，我对自己说，应该做的更好了，前面的事情很多都是这样，我相信自己能够做的更好，我可以在不断的前进中得到更多的进步，实践就是这样，只有自己努力了，就会做好这一切，我会努力的，我会一直努力下去的，我会的！

禁毒社会实践报告篇二

通过今天晚上组织的道路安全联合执法行动，收获颇多，我学习到了公安民警们的临场应变能力，特别是在今晚遇到特殊情况的时候，公安民警们临危不惧，利用交通和法律知识来正确处理该情况，这是我所欠缺的。

另外，从自身出发，今晚体验到了作为一名公安民警的职责，并且现在的我可能还无法独当一面，所以还需要在学校里锻炼各方面的能力，特别是身体素质。

禁毒社会实践报告篇三

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

经过对自己的反思之后，有了新的心得体会之后，就十分有必要要写一篇心得体会，这样能够让人目标更加明确。那么好的心得体会都具备一些什么特点呢?以下是小编整理的三下乡社会实践活动心得感悟2022，希望可以帮助给大家进行参考和借鉴。

三下乡社会实践活动心得感悟2022(一)

我们马不停蹄地收拾行李，搭蚊帐，这里的夜是那么的静，低矮的房屋下的门都是紧闭着，散养的狗肆无忌惮得在路上嗅着可疑人的味道，几个人凭着手电筒发出微弱的光，寻找着一家可以买到柴米油盐酱醋茶的地方，印象中找了好久，回来之后开会准备明天的工作，一天却没有因此结束，宿舍里闷热的天气，成堆的蚊子，大蜘蛛，让这个夜显得特别漫长。

上午送走了孩子，我们开始为自己的午餐忙活。自己上街买菜，谜社一直秉着省钱的原则，花钱也要制定最高限度，因为我们是个集体，花钱要从集体出发。自己做饭，才知道这个世界上，可口饭菜来得如此不易，钱花得还是如此之快，好难想象，一个简单的家庭是如何撑起来的。好不容易躺在椅子上眯一下眼，突然发现闭路电视有孩子的影子，来得好早，一群人又开始忙起来，为孩子分班，小孩子本有的天性，又吵又闹，原来我的小时候也这么小，这么闹，孩子来得比想象得多，很激动，又很担忧，我们可以管得住这些猴子么?我跟着师兄管理一二年级的班，发现孩子是那么容易满足，

一颗小星星，就可以让他们激动万分。他们的眼里充满了好奇，虽然他们吵，可是这就是孩子的真，我喜欢。这些孩子，爸爸妈妈都基本出去工作，早出晚归，自己的孩子每天像野孩子一样在烈日下奔跑着，估计他们还不知道；自己的孩子手指甲，脚趾甲都藏着厚厚的泥垢，或许他们还没注意到。今天遇到一个特殊的小孩，她很活泼，像男孩子一样，可是她又极度地敏感，动不动就哭，她不喜欢回家，她说妈妈会打她，她的手上有一道道的伤痕，很多小孩都不喜欢和她，个个排斥她，我很想走进这个孩子的世界，揣摩着她的心理，她的家庭究竟是怎样，她为何会穿着脏兮兮的睡衣来到学校上课，为什么全身上下都是黑色污垢，双手老是去抓破脚踝而没大人照看她？好多疑问，我好想知道。

三下乡社会实践活动心得感悟2022(二)

刚考完试就要去三下乡了，心理没有一点工作的激情，可这个任务一定要完成！就带着这份责任心，我最后一个上车，踏上了__市三下乡之旅！

车上温馨舒适的环境让我好好的睡了一觉，醒来的时候车已经稳稳的停在了__小学。

哈！当时觉得开心的就是：在这里我将成为一名教师，名副其实的的人民教师！痴想过后和同学们一起搬完行礼，接着找到我们睡觉的课室，把那里打扫得非常干净然后我们就可以松口气了！于是到处逛逛，熟悉熟悉下环境。

由于刚刚到那里，人还比较少，又是下午5点多钟，有点沉闷。不过我还是可以看出村民们对我们还是挺热情的。他们的眼神里充满了期望。这让我们很开心，我们不能辜负村民们。

第二天醒来开始真正的工作了！虽然还没有工作的热情，但是看到同学们都非常的积极，好像是要豁出去的感觉，我意识到这不仅是一个活动而且是一个命令！这次三下乡只许成功不

许失败。

一个简单的开班仪式点起了这场战争!同学们各忙各的,有备课的,有上课的还有开着村民的摩托车去买菜的。忙得不亦乐乎,而我呢只是一名体育教师,哈,比较轻松点!不过还是有点挑战性的,毕竟是第一次上课,有点胆怯,不知道同学们都喜欢玩些什么,喜欢哪些运动,这给我备课带来了一点麻烦。

不过最后同学们都是互相帮忙一起上课的。这不是说我们能力不行,这是歪想。三个臭皮匠胜过诸葛亮嘛,大家一起想想办法,互相学习学习多好啊!看,孩子们都玩得乐开花了!

后来我接到了另一个任务上六年级的数学课。啊,当时吓了一跳,不会吧,上六年级的课,他们可以和我这么高了,我哪好意思!果然,上他们的课最紧张!

一句话也不能说错,也不能老是和他们瞎扯;可是又想不出什么办法让课堂氛围活跃点。不过凭借我聪明的头脑,数学课上学习气氛还是挺强的。每节课都给同学们带来一道趣味数学题。

其实男生也挺可怜的,我们竟然是在一个草坪里洗澡而且是露天的,不用说大家出清楚那种感觉是怎样的啊。

苦头何止这些,晚上正当我们睡得熟的时候,外面大量的虫子飞来我们睡觉的课室里,东跑西窜的咬得我们到处是伤!脸上,背上,手臂上的肉都腐烂了。没办法有些同学过于严重都提前回到学校了!但我们还在坚持,越是在紧急关头越是不能放松。

三下乡社会实践活动并不是简单的上下课而已。我们不得不每天晚上定时开会来解决当天发生的一些没预料到的事情,在我们班长的带领下,这次三下乡取得了完美的成就!

在这次三下乡中我学到了工作要的就是责任心，不怕苦不怕累，在没把握的时候一定要有信心，这样才会成功！

三下乡社会实践活动心得感悟2022(三)

三下乡只有7天，但7天却带给我无穷的回忆。三下乡的7天，是我们收获成长，收获感动，收获友谊，收获喜悦的7天。

出征仪式上，看着写着“大学暑期社会实践队”的红旗在行政大楼前飘扬，我开始感受到我们艰巨的任务出现了，我们正要代表着华师踏上我们的征程。

作为一名支教队的队员，我接触的支教活动不少，对三下乡充满憧憬，当听说班里要组织三下乡社会实践活动就报了名，也没有想太多的结果，只想着把眼前的事做好就好。

出发那一天，是下着绵绵细雨的一天，我们下车所见到的那一幕是我们每一个人都会忘记的：所有的学生衣着整齐地在学校等着我们。他们热情地帮我们搬行李上4、5楼，有的学生甚至跑了好几趟。搬完行李就在楼下的大厅整齐坐好等我们去开会。学生的热情给了我们很大的鼓励，我们充满信心：要给他们充实的7天！

7天的教学中我们体会到学生的活泼和聪明，也感受到学生的热情和好学。我们和他们打成一片，我们没有以师生相称，而是兄弟姐妹的关系，该上的课都认真上，该玩的时候放开玩。我们知道，7天要提要一个科目的成绩是不可能的，但我们给他们带去的是学习的心态，学习的动机，学习的方法，也带给他们丰富的课余活动，带去欢乐。

7天中，我们整个团队给学生上的课很多，有语文、数学、英语等主课，有电脑硬件、软件等知识性课程，有感恩、礼仪等为人处世的方法，还有军体拳、集体舞、篮球等课余活动。作为我自己，是给学生上集体舞的，也参与了感恩教育，学

生的认真、配合、不怕苦不怕累深深得感动着我，特别是晚会那天，在太阳底下排练，大汗淋漓的学生们没有一个喊累，也没有一个掉队，有的只是要求再多练一遍。晚会的成功，学生们出了最大的力！

7天，我们和学生打成一片，而我们队员内部也培养了坚固的感情。

这7天的生活并没有想象的那么艰辛，我们的吃住条件都是很好的，学校提供了老师的宿舍给我们，也请了一位阿叔为我们做饭，还安排了值班的行政人员，为我们提供学校能提供的一切。我们的生活基本上是不用担忧的。但中间也有一点小插曲：缺水。缺水那几天，我们的队员冒风雨去村委会洗澡，接雨水洗漱，很是艰难的日子给了我们互相帮助和节约用水最大的启示。

这7天，我们有3名队员生病了，一名队员受伤了，她们都受到我们全队的悉心照顾，特别是我们的“沛叔”，更是无微不至地照顾到每一位队员。这7天，我们每一天都要一起开会，每天都要发现一天工作下来所出现的问题，一起想办法解决每一件事，也是这样7天，让我们成为相亲相爱的一家人，互相帮助，打闹，开玩笑，这些是其他的活动所不能得到的。

三下乡社会实践活动心得感悟2022(四)

“三下乡”在它真正到来之前就开始影响着我的心情，既期待又激动。7点钟我们齐聚学校门口，在带队老师的领导下，我们踏上了暑期社会实践的路途。

第一天的动员大会还是很激动人心的，至少对我是这样，当时站在队伍里听着学院书记他们的讲话心里想了很多，比如我这次一定不能白去，我这次一定要带给孩子们一些东西，知识也好，欢乐也好，希望也好。我意气风发，对即将到来的下乡充满着期待。

长达3个小时的车程确实很折磨人，到了目的地，第一感觉就是这里环境真美，绿柳成荫，蜻蜓环绕。来到小惠庄，我们受到了当地的村长、书记的热情接待，他们鼓励我们要认真工作，努力学习，同时表示会尽全力支持和帮助我们的下乡工作，在老村委的介绍下，我们对这里有了一定的了解，对这里的民生民情，有了初步的认识。

大家不顾长途的疲惫，安顿好后，立即开始了本次社会实践活动的各项工作。当把村里的孩子们召集到一块，对他们进行授教活动时，我们看到了那些孩子们求知的眼神，我心里很是感动，每日里孩子们对知识的渴望和那学习的坚韧态度，都使我永不能忘。有的孩子甚至拿出他们暑假的作业，向我们询问他们其中不会的题目，我们都对此进行了一一的讲解。还有其中一名同学，她询问了我们好多高中的情况，为她即将的高中征程打下了夯实的基础。我们还走访了村里的贫困户家庭，送上了我们最真挚的祝福，看到他们永不放弃的态度，我们受到深深的感染，生活就要这样永远坚强的走下去。我们还参观了村子里的生态观光园，村子人的智慧，使他们想出了通过旅游来振兴当地的经济，通过外来人员，使他们走上小康的道路。绿水、红花、游鱼、野鸭，都使我们心旷神怡，对农村的生活感到欢乐。

一个星期的三下乡活动完完整整的结束了，之前一直没想明白自己为什么要去，回来之后一切都明白了，那里的一切都值得经历，村里人的质朴、农民的憨厚，都是一笔宝贵的精神财富。那里的人都值得认识，那里的队友都值得学习。

这就是我们此次的暑期“三下乡”社会实践活动，我想也是这个暑期，留给我的最有意义的几天。“艰辛知人生，实践长才干”只要你愿意去尝试和经历，并坦然的去接收过程中的辛酸苦辣和结果的成败得失，人生就会精彩。三下乡虽然结束了，但是收获却是如此的丰硕，通过这次活动我也更加坚信：意气风发的我们还需暴风雨的洗礼，象牙塔里的我们绝对不能“两耳不闻天下事，一心只读圣贤书”，年轻的我

们拥有绚丽的青春年华，我们需要走出校园，踏上社会，去书写一份令自己满意的青春答卷。

三下乡社会实践活动心得感悟2022(五)

三下乡，是爱的交汇。在没有参加三下乡活动之前，我就有这样的看法。经过这么多年的寒窗苦读，在考入__医学院进修了这么几年以后，我获得了这次能够短暂完成我梦想的机会，那就是走入乡村，悬壶济世，在行走中为各位乡亲父老们检查身体，缓解病痛。

这可是我早在中学的时候就梦想的事情，学医的初衷便是为了给广大受病痛困扰的人们带来缓解和治愈，梦想中无病无痛的世界虽然还需要我们一代又一代的努力，但我们在这里却有着提前施展知识技能的机会，实在是非常的感谢组织三下乡活动的领导。

我们一行人在颠簸中来到了目标的第一个村落，虽然路并不是十分好走，但身为医务工作者，克服自身不良反应和照顾好自己是基本的素质，所以对我们并没有太大的影响。下了车，在周围村民的围观下我们迅速的搭好了场地，而早就得到消息的村民们也都过来看我们，一下子就围了个里三层外三层，看上去好不热闹。

虽然第一次遇到这种情况的我有些紧张，但是手仍然下意识的按照所学的步骤为各位父老乡亲检测血压，并且根据大家的口述和观察对一些受到病痛困扰的乡亲们做出医疗保养方面的建议。对于无法确定的症状我会向带队老师求助，并认真听老师的教导，将这些知识牢牢地记在心里。

我们要去的地方很多，但是每一个村落我们都要花上不少的时间，算起来大概一天也只能跑两个村子。说起来确实是非常的疲惫，特别是精神方面，以至于我回到住所以后直接就先睡了一会才被同学叫醒去吃饭。

在乡下自然也不像在城市里吃的那样精美，但这是我们用辛勤劳动换来的果实。同学老师在一起讨论今天遇到的各种问题，一起商讨一些病症的处理和应对方法，倒是让我们在身体摄入营养的同时大脑也在摄入营养，而且收获也是颇为的丰富。

在后面的日子里，我们依旧保持着匆忙的行程，行走在乡村的各个角落，为各位乡亲们检查，谈天，为大家带来优质的医疗服务。但是我越是后面越是觉得自身的能力不够，体力和精神方面也缺乏足够的耐力。但是我并不觉得烦恼，反而觉得非常的开心，因为只有知道了自己的不足才能够在以后加倍的改善。

我现在只是一个还没毕业的大学生，我在医学上要走的路还有很长，一名优秀的医生是不能够停下学习的脚步。越是早知道我的不足，我越是能更快的将其弥补，甚至于将本来的不足锻炼为长处也未必是不可能的。

我相信，将来我也会成为一名沉着稳重的医师，带领着如同现在的

三下乡社会实践活动心得感悟2022(六)

七月的我们，带着青春、责任与梦想，踏上了“三下乡”的征程，八月的我们，收获荣耀、感恩与感动，结束了“三下乡”的征程，一幅又一幅难忘的回忆深深在心中镌刻。静下心来，我们聆听记忆最深处的声音。

站上讲台的那一瞬间，我明白自己所担负的责任，尽量让自己放松。时间总是在种种第一次的时候走得飞快，短短两节课在不知不觉中度过了，下课许久，我还沉浸在讲课的氛围中。虽然腿有点酸，口有点干，喉咙有点痛，声音有点哑……但是，这份感受却让我深深铭记，它让我在人生道路上开拓起了新的征途。同时，也让我对人民教师更加敬佩。

没有体验过作老师，就不知道一节课下来老师有多累有多苦。在此，我向所有的人民教师表示崇高的敬意。

作为新闻组的成员，每天忙着拍摄素材：发传单、招生、上课、“十二五”宣传活动，没有一天是空闲下来的。我扛着摄像机东奔西跑，用手中的机器努力地记录每一个美好的画面，期望留下最美好的记忆。在不断的奔跑中，我思考每一个画面的构图、内容，以及所能表达的画面语言，像个追逐时间的狂人，把世界的每一个组成元素都记录在案，不让它消散在记忆之外。每一天的收获都是满满的，每一天都是开心快乐的。工作总结特别是面对那些天真的小顽童们，我和他们一起玩耍，给他们拍照，哭的、笑的，每一分钟都是美好。来回奔走真的很累，但是，每当清晨的闹钟响起，我总是会急匆匆地爬起来，为了不漏了那美好。美好的风景、淳朴的民风，还有一群小顽童，都值得我记忆终生。

我想，这辈子让我最难忘记的便是离别时，孩子们为我演绎的手语《爱》。在初一年级的趣味课上，我给他们带去了一堂手语课，小虎队的《爱》。考虑到学生们接受这方面的内容比较少，我用了两节课的时间和初二的学生们一起学习了这首歌曲和手语，大家都基本掌握了手部动作，并且可以独立的完成整首歌曲的表演。真的好欣慰，突然间感觉自己有了一名真正的教师的荣誉感。“三下乡”生活，随着时间的慢慢的流逝，眼看着我们一个个晒得像蒙了一层灰，眼看着我们在教学的各个方面技能慢慢提高，眼看着跟这些孩子建立的感情越来越深，眼看着离开的日子近了……不要悲伤，要阳光地面对眼下的生活，我们要把欢乐和笑声带给孩子们，同样要带给自己，我们都是阳光下快乐的孩子！

三下乡社会实践活动心得感悟2022(七)

盛夏的七月，刺热的阳光倾斜在一群朝气蓬勃年轻人脸上，我们怀着激动的心情，怀着对社会强烈的责任感和使命感；在学院领导和老师的指导下，我们用我们的智慧与实际行动进

行着音乐学院暑期三下乡社会实践活动。

在国家步入快速发展之际，我们当代青年大学生肩负着建设国家、建设中国特色社会主义社会的重大使命。学生积极投身社会实践、接受实践的检验是党和国家对当代青年大学生提出的一个重要课题，通过参加社会实践不断提高大学生的社会实践能力，将理论知识与社会实践相结合，不断提高当代大学生的综合素质，使之成为国家的栋梁之才。

每天都有不同的同学三下乡支教，在这几天中我一直期待着我的“三下乡”。因为行程的安排这几天我都留在学校排练舞蹈，今天都是一个丰收时。在今天一天中从早上八点起来排练，一直到晚上九点，背上的汗水湿了又干干了又湿。看着排练厅每个同学都在挥洒着汗水和脸上洋溢着向往成功的欢笑，不禁一次又一次的期待着最后的文艺演出。数不清用了多少张纸巾，数不清舞蹈动作做了一遍又一遍，唯一数的最清楚的不过是音乐一遍又一遍印在脑海中的节奏。今天晚上最后的联排，所有的节目都拉了一遍，晁老师一样陪我们坚守在自己的岗位，早上和同学三下乡去支教，回来又指挥我们排练。今天我们排了节目的开场舞，这个是每个同学都要跳，看到从早上每个同学都认真的排练着，不管做的好不好，只求努力做好，这是一个团队的精神，有了这种精神这才叫团队！

这次三下乡活动，我看到了很多平时所看不到的东西，这对我以后的工作有很大的帮助。从一个领导者的角度，一个队员的角度，不断的换位思考，仔细斟酌考虑每件事该怎样安排、处理。现在的位置虽然各不相同，但有一点相同，即我们一直在为他人服务。因为你我的岗位各不相同，岗位因人而异，所以我们的工作都不一致，所提供的服务就各式各样！在眼前的这个充满现实的物质社会，处于不同年龄阶段不同层次的你我，每一刻所接触的实事就会千差万别。有理论、更有实践、有讲总括的、更有求细节的……在前进的路上，我们坚定着信仰、把握住正确的航向，对理论知识相互学习，

在社会实践中公共奋进，通过交流我们不断地完善。我们就是这样乐于帮助别人、互相帮助就是我们的精神所在，不断的学习实践让我们永远坚信，人生路上服务他人同样是服务自我。团队不是一个人的团队，因为有了一群人才叫团队！

;

禁毒社会实践报告篇四

xx大学生联盟从xx年成立至今虽然时间不长，但做了不少的公益活动。从爱心义卖到阳光午餐，都在为公益付出自己的努力。很荣幸，如今的我也是海大联盟里光荣的一员。

这个寒假地一开始便着手于联盟里的活动，其中感触最深的便是爱心义教的活动了。这个联盟里的成员自发的开始宣传，一开始也许有的家长会担心是否真的是免费的，是否到后来会要收费。被误会过，被拒绝过，但我们依旧不放弃着，还好仍然有人相信有人尝试着接受我们。虽然义教的队伍是有那些师范的大学生组成的，但我也仍在他们身边，看着那群孩子稚嫩的脸庞与声音那渴求知识的眼神，看着联盟里的哥哥姐姐们耐心地教导着。也许义教的内容和他们的课本内容不相关，但是却从别的角度拓宽着孩子们的视野。当然，在义教中也穿插着变废为宝等活动，让孩子们在娱乐中不断成长。我们努力要将教育不断传递下去。

年前，我们还组织了送福的活动。活动中邀请全民去玩游戏拿红包。虽然红包里不是钱，但是却是我们自己动手去拉的赞助，当然有我的一份。还记得那几天天天去店里拉赞助，被一遍遍的拒绝，但每一次获得店长的同意，所有的辛苦都可以忘却。拉到的代金券之类的我们有亲手塞进红包包好。一切的一切辛苦着，但2月6日那天的热闹让我们觉得一切都是值得的，我们亲手写下祝福。愿这样的福气能送到千家万户。

这些一个个的活动或长话短，但有一个却贯穿了整个假期，那便是街拍——xx大沃森。一个类似于网络上“小鸡炖蘑菇”的网络视频，拍摄的费用也都是向政府之类拉到的赞助。一个个的问题紧贴我们大学生，路人的回答也表达了我们的心声。视频虽然在后期制作中，无奈我不能怎么出力，但依旧期待着由我们扛着三脚架在街上拍摄而成的视频。

今年□xx大学生联盟就要正式注册了，它做着公益活动却不算公益组织，只是xx的大学生一个交流的平台。希望会越来越好，希望自己能做的更多。

禁毒社会实践报告篇五

最后，本人简单地总结一下这次社会实践中的经验，主要有以下体会：

1、提高了认识，明确了责任。通过参加社会实践活动，同学们的思想认识水平有了相当程度的提高，深化了我们对新农村的思想。经济落后，一切都免谈。社会应该给予不发达地区以更多的关注，让雨露惠及农村。我们大学生应该加倍努力，为祖国的强大多出力，多流汗，多动脑。实践活动还促进了我们对国情、民情的认识，增强了适应现代化建设的历史使命感和责任感。

2、增长了才干，发现了不足，激发了热情。社会实践活动给广大同学提供了一个学习社会知识和展示自我才华的舞台，通过参加社会实践活动，锻炼了广大同学的才干。同学们一起努力做了很多事情，我们一起做问卷调查，一起上街进行宣传，一起表演节目等等；在合作中锻炼了我们分工协作的能力，交际能力，组织能力等等。在这次下乡实践活动中我们充分发挥了专业知识在经济活动中的作用，既为地方教育的发展带来了新的思维、新的活力，又培养了我们的吃苦耐劳精神，使书本知识在实践中得到了进一步消化，让大家在实践中学到了很多宝贵的、在书本中无法学到的社会经验。

而社会实践，作为一种把理论知识运用于实际的重要形式，又能够很顺利的让我们做到了校外实践与校内实践相结合，达到两方面平衡的发展的理想目标。

工作是人生的一部分，人生是社会的一部分，我在工作中看到了社会的一些角落，也是我对人生的一种体验，感谢这次工作经历，为我的将来做了一个很好的铺垫。

禁毒社会实践报告篇六

在这一个多月的暑假里，发生了很多事，我学到了很多，也有独到的体会和感受。

放假以后辅导员叫我们体验生活——打工；可是我在重庆找了两天，就是没人要暑假工的。所以趁这个机会回老家了一趟，看看奶奶；发现奶奶比以前更老了，觉得奶奶在家挺辛苦的，都几十岁的人了，还干那么多农活；觉得奶奶越老越像个孩子，帮奶奶干了些农活，人都晒黑了，挺累的，可是心里挺开心的。我还去帮教师上了舞蹈课，算是社会实践吧。

在这一个多月里，慢慢的发现自我在不经意间长大，研究的事情比以前要宽、远、深一些了。有很多事情要自我选择、承担，不要让父母失望，感觉还是有那么一点压力。在这一个多月里，我发现亲情的可贵，感情的不真实，还有社会的现实！

亲情的可贵。世界上除了爸妈是最爱自我以外，那就是家人。不管你遇到什么好事、困难，帮你解决的永远是你的亲人。世界上你能够对不起任何人，可是不要对不起父母；虽然爸妈有时打骂你，那是因为太爱你；为了我们以后的幸福生活，他们已经付出了很多，青春、劳力、金钱和一家人在一齐生活的时光。可是他们要求的回报并不多，仅仅一句问候，需要明白你的提高，你的开心和你的欢乐。谁言寸草心，报的三春晖！我也感觉到了父母的辛苦与不容易，在那么大的太

阳光下，还在为我们的学费打拼，那汗水都打湿了整件衣裳，看着我就觉得好心疼。以前自我不懂事，花钱如流水，真是不应当。我应当学会节俭，体贴父母。

感情的不真实。不明白为什么，我觉得谈恋爱是件很辛苦的事，并且在读书期间就不应当谈恋爱。以前没听教师、爸妈的话，此刻后悔都来不及了，因为已经投入了感情。刚谈恋爱的时候感觉是很幸福，很浪漫，被感情冲昏头脑的我，不明白给爸妈闹了多少次，家里人也不明白说了我多少次，可是自我还是一意孤行；当受伤的时候，只能自我默默的承受。以前自我太单纯，并不明白恋爱是不真实的。“长大了才明白，感情是要建立在面包基础之上的；恋爱也需要时间、金钱的；在一齐久了就会觉得对方的缺点也越来越多，矛盾愈多、参与的东西愈多、感情也会跟着变味的。这时就需要包容，异常是异地恋、工作不是在一个岗位的人，有时会异常没安全感、不踏实。如果两个人结婚以后没在一个地方，那结婚又有什么意义呢？”这些都是我这一个多月思考或学到的东西，所以我们此刻不要把心思全部放在谈恋爱上，因为他不是谁的全部，仅有把自我不断提高，才有期望，才是真实的活着。

“丰满的梦想，骨干的现实”。当你出生社会，就会真正的明白其中的道理。在这个社会中钱不是万能的，可是没钱是万万不能的；我有过这样的体验，在放学期间，我提前消费了爸妈打的钱，出门都要用钱的社会，怎样办？不敢再次向父母拿，当时我才明白钱的重要。工作不好找、有钱的朋友不多，那种心境像是打倒了五味品。以前爸妈叫我节俭，我却不以为然；此刻我好像明白了很多。社会上需要我学的东西太多，比如学会虚伪；以前自我性格太直，看不惯别人就怎样说别人，让很多人不喜欢我；这一个多月里，我好像学到做人做事，偶尔也要虚伪一下；尽管你不喜欢，也要假装喜欢，对别人要留有一些余地，不要让他她太难看。自我也不要自我看得太重要，要懂得谦虚、提高。

个人看法中的区别：

- 1、你在学校里有问题能够找教师找校领导解决。而在外面被骗了找谁都没有用。
- 2、在学校里发生的事放到社会上无足轻重。
- 3、从学校里出来，还是单纯干净的。从社会里出来，很难说脏到什么程度。
- 4、某人看你不顺眼不能把你怎样样。在社会上就会处处被排挤。
- 5、学生能够说我要考研读博士，因为你还不明白以后能不能考上，你的目标梦想是美丽而遥远的。在社会上的现实是不能用梦想去诠释的，残酷的时候你无法相信。
- 6、社会上混习惯了交际，后门等等条件好的人吃香，学校里只要成绩好就行。

和同学的相处你能够任意而为，很纯洁的相处，或者热烈的爱，可是在社会上头对各色人等，你必须用警惕的.心态去看别人，他们会是你很好的同事朋友可是也会是你的竞争对手你的敌人。

禁毒社会实践报告篇七

这次三下乡我们通过座谈会、采访、问卷调查、深入农民等方式对零陵区凼底乡进行了调研考察。通过此次“三下乡”社会实践，让我深深感受到我国要建成全面小康社会的决心，深深感受到了党和政府对农村的大力扶持和对农民的殷切关心。凼底乡各村基本上实现了摘帽脱贫，人民的生活水平和幸福指数有了极大的提高，村容村貌得到了极大的改善，以前随处可见的垃圾现在已是消失不见，以前令人担忧的破旧

不堪的危房也已拆除，所能见到的只是干净的马路、整洁的院子、清新的空气和欢乐的笑语。这如今的成果都离不开党和政府的支持；离不开乡村基层干部的辛勤工作；离不开村民的配合与勤奋。

禁毒社会实践报告篇八

一个多月的社会实践，我感受颇深。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，接触社会的良好形式；是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，明确了青年学生的成材之路和肩负的使命。

我在成都市大指酒店有限责任公司进行社会实践，在一个多月的时间里，我深深的体会到服务工作的辛苦，也了解了一些做酒店服务工作的要领，知道了珍惜，学会了忍让、宽容，懂得生活，了解了艰难。同时，明白了学好外语的重要性。在餐厅里很多人一眼就能看出我还是一名在校的学生，有人说从脸上就能看出来，就是因为社会经验还不够，才会表现出些许稚嫩吧！

在酒店我的工作很杂，早上十一点半到晚上十一点半，在这期间，有点单，有收拾，还有帮忙厨房，既是服务员，又是保洁员，有时候又成了搬运工了。具体工作是端茶送水、点单、打扫卫生、收拾房间等等。虽然时间有些长，工作事多，但是，热情而年轻的我没有因此而懈怠。在学校，对于不怎么表现的我来说就只有学习的氛围了，为了取得更好的成绩而努力。在这里，大家都是为了取得更好的报酬而努力。其实这也是一种学习，学习看事做事，随机应变。

刚开始一个人单独做服务的时候，还是会紧张。有时都不敢看客人的眼睛，上菜时也很少按要求报菜名，几乎都是无声服务，

后来,渐渐对一切都熟悉起来,做服务时胆子也变大了,在同事忙的时候也能抽出时间去帮忙了,在服务过程中也接触到了形形色色的客人,在工作中既受到过客人的表扬,也因为客人服务的不够,受到过领班的批评。

酒店实践是对我的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动我的主观能动性,深入细致地认真观察、实践,使自己的动手能力得到提高。通过和前辈的交流以及接触不同类型的人,增加自己的社会交际能力。学习到一定的管理能力,俗话说“知人善用,此乃王道”。学会处理好人与人之间的关系,尤其是和自己同事之间的关系!处理好关系,才能让自己更好的适应不同的环境,也能让自己得到很多人的帮助。

作为服务员首先应该具备有真诚、诚实、周到、耐心等等一些基本的素质,我认为还应该有细心,认真观察顾客的一言一行,看眼色行事,不同的人表现的动作神态不一样,从这些神态中可以得出不同的个性喜好。即使是在点单的时候也会有不同的喜好,投其所好是获得顾客好评的一个关键要素。

作为一名服务性质的工作人员,我想学习工作的目的不在于通过业务考试,而是为了获取知识,获取工作技能,换句话说,在工作中学习是为了能够适应社会的需要,通过学习保证能够完成将来的工作,为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大大落差的,能够以进入社会实习来作为缓冲,对我而言是一件幸事,通过实习工作了解到工作的实际需要,使得学习的目的性更明确,得到的效果也相应的更好。

一个月的时间眨眼间就过去,很快就结束了我的工作历程,回首竟有些留恋,那些和我们一起服务过的服务员,都让我牵挂难忘。这为我以后步入社会奠定基础,它是我从学校向社会跨越的一个平台,因为有他们的指导,才使得我顺利完成了这次工作。经历此次工作,我学会了细心认真地去生活学习,学会了如何待人接物,在生活的道路上,不经风雨怎

见彩虹，今后我将珍惜每一次机会，勇敢地挑战自我，完善自我，让自己成熟起来。

在未来的道路上，我将总结前面的经验，做好自己，做好自己的事

假三下乡社会实践活动心得感悟5