

大一学生寒假社会实践心得体会(精选6篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

大一学生寒假社会实践心得体会篇一

这个假期还是比较长的，所以我还是有不少时间去找一份临时工的工作的，至少能工作一个月，这样的话好歹还能拿一点工资来补贴自己的生活费，不然在学校里面一直都过得紧巴巴的，都不好意思问家里要太多生活费了。我在离家近的地方找了不少的招聘广告看了看，但是很少有符合我的要求的，我打过不少的电话去问询，可别人不是不要没有经验的学生，就是不招收短期工，这让我很是苦恼啊，难道在寒假里面找一份临时工就这么难嘛，经过几天后我也没有办法了，只能向父母寻求帮助了，看看他们是否能帮我找到适合自己的活来干。通过爸妈的询问，我得到了一个令我感到振奋的消息，那就是目前的确有一份不需要什么工作经验的活，不够这份工作需要付出较大的体力劳动，说白了就是每天帮别人搬货物，我在听到这个消息后倒也没有犹豫，直接就找到了那个工作的地方。

就这样，我在老板的安排下就进入了自己的岗位，说起来这里也没有太多要注意的地方，无非就是在搬货的时候保护自己的安全，然后再把货物码放整齐就够了。我在看到这里的工作环境之后隐隐的对自己的身体素质发了愁，这里的工人都是比较强壮的，可我这个身板是远远比不上别人的，所以我十分担忧自己坚持不了多久。好在这里的老师傅们看在我是一个学生，也不让我去搬一些重货，给我分配了一些较

为简单的工作，偶尔帮忙打打下手就足够了，所以我一天的工作下来之后倒也没有觉得太过于劳累，要是我真的像老师傅们一样去搬那些重货的话，那我怕是坚持不了几十分钟就得报销了，所以我还是很感激这些前辈们的支持的。

这次实践其实也没有坚持多久，因为新型肺炎来袭的很突然，大家的工作都暂停了下来，不然我是能圆满的度过一个月的工作的，以后有机会的话我还是会多多参加一些实践的！

大一学生寒假社会实践心得体会篇二

大一第一个学期的寒假就这样过去了，时间过得如此之快。大学的寒假放的还挺长的，因此待在家里就有点无聊，对此，就想找点事情做，因为是回到家乡，距离春节还有大半个月，所以就找了村委会主任要了一份工作。刚好年前大部分人都在忙家里的事，就没有多少的人清理村里的垃圾，因此村委会主任就把这事分给了我，让我体验一下寒假的社会实践活动。

寒假的实践活动就在这样的时间里迎来了，我跟这村里的大部队每天在村里各个角落里巡逻，检查卫生，一整天除了吃饭和睡觉，其余时间都在整个村子里来回的走动，拿个大垃圾袋捡路上随时遇见的他人扔的垃圾。一路上走着捡着，可以装满整个袋子，让我有点不可思议。这份工作，在第一天的时候，我差点没坚持下来，真的是就一直弯着腰不停地搜罗地上村民随手扔的垃圾。但是坚持下来就还好，随后的清理卫生都还比较顺利，虽然也遇到一些小麻烦，但都还挺顺利的解决了。

这次我的这个社会实践活动让我体会颇多。在还是初中的时候，我们这就已经实行垃圾分类了，但是一直就没有得到很好的实行，到高中好了很多，以为村子里的卫生应该还是可以的，但是到我现在读大学，看到村里表面上的干净，哪知更深层的是村民们的不守规则，每个家都有垃圾桶，都懒得

扔进去，反而随手就扔在路边和一些角落，还不易发现，一直等到专人清理卫生，才让这些垃圾现出人前，真的是让人很气愤。

以前一直以为这个工作很轻松，现在自己去体验一把，才知道其中的辛酸，一天都要拿着袋子和钳子弄垃圾，有时候有些垃圾还被扔到比较深的草丛里和江河里，还得进到里面捡，这困难就加深了，加大了工作难度。之前一直不知道自己生活的地方竟然只是表面上的干净，真的太让人失望，大多数人对垃圾分类和把垃圾扔进垃圾桶的这种意识实在是不高，随时都会忘在脑后。村委会的通知有一些人也不大去看和实施，这是很不好的地方。

经过这次实实在在的体验，我更加知道维护村里的环境是多么重要的一件事情，以及针对村里面还有一些人没有保护环境的意思这种情况，还需要加大力度改善。对于自己，作为新时代的一个大学生，更是要维护自己生长的地方的环境，这也是我的一个应尽的义务，未来自己要先起到榜样的作用。

大一学生寒假社会实践心得体会篇三

很多大学生都会利用假期实践去参加社会实践活动，他们都有一些什么心得体会呢?请看下面小编带给大家的大一学生寒假社会实践心得体会范文!

在短暂的实习过程中，我深深的感到自己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，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，

成了说不完的话题。

在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？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，以便在毕业以后能真真正正走入社会，能够适应社会的千变万化，并且可以在生活和工作中很好的处理各方面的问题，我利用假期时间，在家旁边的二中里开始了我的假期实践。

实践，就是把我们在学校所学到的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论有用武之地。只学习不实践，那么所学就等于零。理论应该与实践相结合。而另一方面，实践可以为以后找工作打下基础。通过这段时间的实习，我学到了一些在课堂上学不到的东西。因为在这里身处的环境不同，所接触的人与事也不相同，从中学到的东西自然就不一样了。要学会在实践中学习，从学习中实践。而且现在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日益变化，天天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多机会的同时，也有了更多的挑战，前天才学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了。中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就回越高。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断的从生活中、实践中学到其他的知识，不断的从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己、表现自己，取得胜利。

在实习的这段时间内，我在学校充分感受着工作的氛围，而这些都是在学校学习时无法感受到的。并且在很都时候，我都要做一些工作以外的事情，像打扫办公室之类的。在学校学习时，或许会有人安排你今天该做些什么，明天该做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自己自觉的去学、去做，而且要尽自己的努力做到最好，因为一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围。究竟学校是学习的场所，每个人都会为了获得更高的成绩而努力。而现在这里虽说也是学校，但性质变了，每个人

都在为了获得更高的职位，更好的待遇而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎么样做人，以提高自己的能力！记得老师曾经说过大学就是一个小社会，但我总是觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚。尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而一旦走入社会，要接触各种各样的同事，上司，关系复杂，需要你去面对你从未面对过的一切。记得有次看见一则报道，说是现在大学生就业的一个突出问题就是学生的实际应用能力与在校的理论学习有一定的差距。在这次的实践中，这一点我是感受颇深。

在学校，理论的学习很多，而且的多方面的，可以说是面面俱到的；而在实际工作中，可能会碰到书本上没有学过的，也可能是学过的根本就没有用上。有时候我会觉得似乎要用的学的不多，也不太精；而不用的倒是学了许多。这是社会与学校教育脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生活不像踏入社会，但是总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。但是也要感谢老师孜孜不倦的教导，有些问题有了在课堂上的认真消化，再加上平时的作业补充，我有了更多的知识去应付工作上的各种问题。做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主义到社会实践，社会实践必不可少。究竟，2年只后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。

只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的，对社会有用的人才，选择了师范类专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也内容能把握，本以为到了社会实践应该应付得来，但是在实践里并没想象中那么轻易。平时在学校，作业写错了改一改就可以交上去了，但是在这里，出了错就意味着在学生面

前丢脸，更无法在日后的教学中树立威信。这种要求在学校课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要非凡小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，但这里是绝对不会这么轻松的。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。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把握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

大一学生寒假社会实践心得体会篇四

下面是由小编为大家提供的大一学生寒假社会实践心得体会范文，希望您喜欢！更多资讯尽在应届毕业生网！

大学的第一个寒假到来了，应学校的提议和社会对大学生的要求，我参加了寒假社会实践活动，在这次活动中，我学到了很多，也感悟了很多。下面就我这次寒假社会实践的过程与心得。

寒假社会实践，使我们大学生充分利用寒假的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和时间知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观；大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节，是适应新社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径，积极投身社会实践，了解社会，增长才干，是青年学生成长

成才的正确道路，是青年学生运用所学知识和技能，发挥聪明才智，积极为社会作贡献的重要途径。

寒假社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。利用假期参加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。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这将为我们以后走出社会打下坚实的基础！

年轻，是我们值得骄傲的资本，这个时代注定要我们去开创一片完全属于自己的天宇，成为瞬间飞逝的流星，把短暂的生命定格为永恒。而这一切的一切，需要我们用行动把空想变为现实，用实际行动证明！

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直以来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。从课堂上走出去的我们带着深深的“教科书”影子。在各式各样的条条框框下成长的我们，做事循规蹈矩、唯唯是诺。这样的情况在我自己身上还是比较明显的。刚到单位实习的时候，俨然像个小学生上课那般乖巧和拘谨。人家没叫我坐时，我就呆站着；坐着的时候也是毕恭毕敬，不敢多手乱动人家的东西；私底下说话也不敢大声，怕扰乱了“课堂纪律”。然而，工作和机会都是要靠自己去争取的。在学生到实习生，再由实习生到从职人员这个过程中，谁的角色转变得越快，谁就在起跑线上领先了一步。在刚开始的一个星期里，我的沉默和低调给我带来了闲适和无聊的实习生活。我开始觉得厌倦，也开始思

考并找到问题的根源是在于我没有把自己当作是正职人员般要求自己。

步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地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，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，凸显大学生的自身价值。今后的工作学习中，不断的扩展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量，为社会创造了新的财富。

对于对于我这自小没靠自己能力赚取一分钱而言，寒假实践是我人生的一次重大突破和学习体验的机会，所以经朋友介绍，我到了xxxxx去当了一名广告推广员。

开始一切都毫无头绪，书本上学到的知识在实际中运用并不是很多对客户资料弄得乱七八糟，对一些合作内容也是不甚了解，还好有同事的耐心指点帮助，加上自己虚心听教、努力干事，慢慢的我便掌握了一些技巧，也渐渐适应了这种忙碌而充实的生活。

拿到第一笔工资时，虽然觉得有些累，但我还是感到特别开心。我总算领悟到了打工的“真谛”：一要吃苦，二要脸皮厚。还有一些为人处事的经验。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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队中，人与人之间合力去做事，使其

做事的过程更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

大一学生寒假社会实践心得体会篇五

本页是最新发布的《大一学生寒假社会实践心得体会800字》的详细参考范文文章，感觉很有用处，重新整理了一下发到这里[<https://>]

回到家里后，我越来越觉得的时光过得太意义了，所以我还是觉得去找来做做，虽然这不能让我的个人能力得到实质性的飞跃，但是至少能挣点零花钱啊，而且也不会被爸妈嫌弃在家里像一个没事人一样了。于是，我便开始找寻起了一些临时工作了，我开始在家附近的一些广告位上看看哪里有需要人的地方，可是我走了很远很远也没有发现适合自己的工作，最后我也问起了自己的高中同学，希望得到他们的一些帮助，好在同学的指引还是很有效果的，我顺利地来到了一家大型工作，这也算是我第一次在餐馆里面当服务人员了，尽管我以前有过一些实践的经验，可我在这里还是不由自主的感觉到了紧张和激动，我很害怕自己要是做的不好的话是不是会被店长给赶出去。

由于我没有什么在餐馆工作的经验，所以我最开始的这几天只能是做一些基础的工作，例如打扫一下店里面的卫生、帮忙段一段盘子等等，等到我对餐馆了解了一些后，我才开始正式走上了服务员的岗位。穿上餐馆统一的制服后，我觉得自己好像都变得不一样的，仿佛我融入了这个餐馆一样，既然大家信任我，那么我也不能给咱们餐馆丢脸了，所以我在干活的时候特别使劲，发现哪里需要我的帮助我就会第一时间赶过去，虽然长时间这样工作下去会让我感到疲累，但是我也没有去忙里偷闲，毕竟现在这个时间段的客流量是十分巨大的，尤其在过年这一段时间，餐馆里简直就是忙的根本停不下来，为了更好地服务每一位进店的客人，我们在工作

的时候不仅没机会中场休息，还得加班加点的处置好全场的情况。

这一次的实践经历磨练了我的心性还锻炼了我的身体，虽然这个过程累了一点，但是我的收获还是比较丰富的，我的两个月的生活费已经有着落了，在以后的日子里，我依然会多多参加一些有意义的实践的！

大一学生寒假社会实践心得体会篇六

等到我被领到这家店面时，我发现这里是一个专门承接服装销售的店面，我的就是去后面的厂子里帮忙帮一些原料，这对于我来言倒也太多的难度，要是让我动脑子的话我可能还会犹豫一下，但是像这种体力活我就根本没怕过。于是，在被店领导给带到工作的地方之后，我就按照领导们的吩咐干起了活来，我在工作的时候要注意几点，一是不要太过于自傲了，能搬多少搬多少，不要勉强，而且在搬运的时候要注意好分类，不能分错批次了，等到这些要求都介绍的差不多之后，我也就开始了自己的工作。

在这厂子里，我发现几乎是没有什么年轻的面孔的，做事情的基本上都是三十多到四十多岁的人，或许这是因为年轻人沉不下心来吧，所以在这里工作的少之又少，又或者是因为年轻人不满足这个小地方。总之我也没有必要去管那么多了，我要做的事情就是把这些货物给处理到位，随后我就加入到了搬运货物的过程之中了，我每一次需要搬运大概有几十斤的货物，然后再把这些货物码放整齐，在刚开始的时候我觉得这份工作还能接受下来，但是工作了十多分钟之后，我就感觉到自己的开始了酸痛了，这是因为我的`身体还没有适应这种强度的工作，所以我的身体在提出反对的声音了，不过我也不是那么容易就放弃的人，我在一旁稍作休整之后就重新加入到了工作之中。

不知道过了多久，我的身体已经适应了这种强度的工作，我

也感受到自己的身体素质提升了不少，以后要是还有这么好的事情，我一定抢着去干！