# 最新暑假大学生社会实践心得体会800字(五篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-06-19

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。暑假大学生社会实践心得体会800字篇一“吾尝终日不食，...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**暑假大学生社会实践心得体会800字篇一**

“吾尝终日不食，终夜不寐，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。在实践过程中，我们在锻炼，在成长。也许每天都拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的调查与宣传做着准备，但我觉得这是是快乐的。

残忍的期末考试终于结束了，意味着我们的暑期实践活动开始。活动的主题是‘卫生保健室基层，铁筑方圆助和谐’，地点是在xx市邵武，离我家乡比较近，这也是我选择这个队的一方面原因。我和其他队友对这次活动很激动，也非常有热情。虽然只有短短的一个星期，但是我们学到了很多，不但包括知识，更重要的是学会了如何做人处事。学会了书本上所学不到的知识，并且把所学知识应用到了实践中，真正做到了理论联系实际。

我们活动的第一站是参观xx市的xx纪念馆，了解一些当地的历史知识；第二站也是活动真正的开始，我们的行程是在xx市立医院见习。一大早的我们就来到了医院门口，接待我们的是该医院的护理部主任。她把我们的队员分成了五组，安排到不同的科室进行见习；第三站是在xxx小区，在这里为当地居民做些简单的测量血压和夏季常见疾病的预防及急救知识的宣传；第四站是在别的社区为居民测血压等，使更多的居民受益；第五站是去了福利院，看望这里的小孩老人，给他们温暖，与他们游戏聊天谈心；第六站是体验农家乐，我们在一起队长家包水饺，其乐融融；第七站，收官之战，比较轻松，安排的任务是与邵武四中的同学们聊天。当然在这几天的活动里，当然有穿插着一些逛夜景，吃小吃的活动啦。

总体下来，整个活动是顺利的，但我们不免也会遇上麻烦。在测血压的时候，有些人故意刁难我们，总是找我们的不是，尽管不停的解释。还有在进行问卷调查的时候，也碰了非常多的壁，最主要的是群众人民的不配合，不想帮忙填写问卷，他们有的是怕耽误时间，有的怕麻烦，有的人说不识字，总之什么理由都有。

活动中我们接触了形形色色的人，让我们更进一步的了解了社会，让我们看到了学校与社会之间的差距。着不仅让我感觉到了校园是那么的淳朴，人与人之间是那么的直白，同学间是那么的信任，而社会恰恰相反，这让我提前知道了如何在社会上做人处事，为进入社会做好准备。

但这次活动收获最大的是一个意外的家，没有父亲母亲，只有老大排到小六的六位成员。我很高兴自己是其中的一位，排行第二。真不敢相信这么短暂的时间能建立如此深厚的友谊。因为活动住宿的局限，我们被安排早一起居住，起先我还担心自己会被另外五位从未接触过的队友排挤，至少他们之间都已经认识了。不过只经过一天的接触，我们的感情便渐入佳境，我们之间的行为时那么的夸张，我们之间的语言是那么的搞笑，我们之间的活动是那么的雷人。在这个家里，每一天都能笑的胃抽筋，我非常的开心。

在大家的共同努力下，我们的暑期社会实践活动圆满结束。大家也都带着一份感动与追求踏上了归途。想想我们共同度过的点点滴滴，想想我们共同留下的足迹，想想我们着几天所做的每一件事。这将是我人生中的一笔财富，他将在我的脑海里留下不可磨灭的记忆，值得我永远珍藏。

**暑假大学生社会实践心得体会800字篇二**

白驹过隙，一转眼，我们已迎来了大学的第一个暑假，一年的时间转瞬即逝，让我不得不再次感慨时间飞逝，是啊，去年的这个时候我们还是一个刚刚毕业的高中生而已，准备用整个暑假的时间把高中三年的压抑释放出来，而现在已然是一名大学生一年有余了，弄不清是什么时候褪去的“新生”的外衣，但是这会儿却颇有一种“老生”的滋味。仿佛一切都在一夜之间变老，让人猝不及防。来不及多多回忆大一的生活，暑假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧！不再多言，且说这个暑假我是如何度过的吧！

在日与月的交替变换中，在春夏秋冬的自然过渡中，我告别了一年前那个青涩懵懂的自己。在去年的这个时候，我完成了从“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的高中生向“聊向村家问风俗，如何勤苦尚凶饥”的大学生的转变，但这种转变仍然是肤浅的、平面的。进入大学的这一年，我除了学习专业要求的知识以外，更重要的，是学习如何进入社会，成为一个合格的大学生，或者说，一个“社会的学生”。在我看来，一个人要成为合格的大学生，不仅仅是意味着他所需要学习的知识从形式到内容上将发生彻底的革新，同时也暗示着他需要对社会进行更深入更广泛的接触与体会。大学是学习的天堂，但也并不尽如某些俗语所说，是“一座与世隔绝的象牙塔”。修身养性静心研习自然是大学的题中之义，也是大学生在校生活中不可忽略的一部分，但适当的与他人、与社会产生交集乃至近距离接触，也应是大学生的校园生活中不可回避的一部分。因此，本着这种“走近社会”的念头，我参与到这次全校范围的社会实践活动当中去。我希望自己收获的，不仅仅是短暂的一段新鲜经历，而是一种面对社会百态的姿态与思考。

由于在村委会进行社会实践并不需要某方面太高的专业知识或技艺，而仅仅是要求一种对生活的热情与细致。因此，我除了向父母请教了一些生活常识外，只准备了一副真诚的微笑和真挚的热心。我相信，这是做好村里工作的必需品。另外，因为我也算是计算机专业的学生，所以我会利用自己所学的专业知识，为乡亲解决些电脑方面的问题。

在村委会实践的这段时间，我的工作说重也不重，可就是熬不住时间，才开始自己熬不住，慢慢自己就适应了，逐渐以此为乐，我要负责办公室的卫生，报纸的领取，电脑的维护，还有就是帮助居委会整理、撰写一些文字材料。在我的协助下，社区更新了宣传栏的内容，除一贯的向社区居民宣传计划生育政策和法律常识外，增加了一个旨在解读国内重大新闻事件和法律条规的专栏，得到了领导们的一致好评。在无事的时候会帮乡亲们修修电脑，让他们在家门口就把电脑修好，也不用往镇上跑了。

暑期社会实践，有许多的实现方式。但是由于我自身能力与客观条件的限制，我并未能像我的许多同学一样——或乘坐路途漫长的火车，被晃荡的大巴载过崎岖狭窄的山路，最后经由泥泞的黄土道下到荒乡僻壤中的希望小学中，开始也许是他们人生中第一次的支教经历；或拿着各种各样的证明与证书，面见名目不同的有关化学的企业或公司主管，向他们展示自己过人的专业知识储备与人文素养，最后收获一个短暂却珍贵的实习机会。我仅仅只是在一个行政村的村民委员会里进行了为期十五日、可有可无的劳动，完成的质量也不高，根本无甚功绩可言。在这点上，我的确对自己很的表现不满意。

但我想， “千里之行，始于足下”。当代大学生中的一些人，比如我，在对以书本为核心的“课本知识”掌握得愈加精熟的同时，也缺失了一种从细微处着眼、从细微处着手的能力。我所做的实践虽小，看起来意义不大，但也是对我自身能力的一种考验乃至一种提醒，告诫我绝不能眼高手低目中无人，而必须要踏踏实实虚心学习。

这次短暂的社会实践，是一笔人生的财富，也是一项成人的步骤；是我进行自我认知的一面镜子，也是我接触社会百态的一座桥梁。如何为人处世，显然是现代人不能回避的一个问题。我们大学生眼界和见识有限，需要学习的东西很多，更应该多接触和认识社会以印证那些我们从书中学来的知识和道理，从而实现从理论到实践再到理论的飞跃。用知识充实自己，用实践武装自己，增强自己认识问题、分析问题、解决问题的能力，我想，这就是我在这次社会实践中学到的道理。

在这个浮躁的年代，有太多的人只注重填鸭式的知识储存，说话间动辄便抬出各种理论，殊不知这与纸上谈兵无异。只有亲身实践，才不会犯闭门造车的错误。不当家，不知油盐贵；不动手，如何谈真理？因此，学校组织我们进行这次社会实践，是我们接触社会、了解社会、服务社会并用所学知识实现自我价值的一条良好途径。我对自己能够参与这样的活动感到荣幸，希望在将来，我能够再一次参与到类似的活动中去，实现自己的价值。

**暑假大学生社会实践心得体会800字篇三**

刚进校时就听过我们系同学暑期社会实践的事情，当时特别羡慕他们，觉得能和大家在一起做一些有意义的事情，真的很好。青春就该这样，慷慨激昂，热情洋溢。于是在心里，我一直暗暗下定决心：如果有机会，我一定要参加这个活动。在宣传画板上，我看到了暑期参加社会实践的消息。很开心，也很激动地报了名。接着就是参加我们系的面试，当时看到很多学生会的同学，心里想：可能没有机会去了。但是我还是决定试一试。抱着一线希望，我参加了面试，面试完后，心里更加没有底啦，觉得自己应该没有机会去参加这个活动了。接着，我在一张宣传纸上看到了自己的名字，记得当天下午，我很激动。能有机会参加这项活动我感到很幸运。随后，“三下乡”的第一次会议召开了，我走进学办，发现这次参加和我一起参加三下乡的同学，我都不认识。心里当时有些慌，想着：他们大都是学生会的同学，在一起相处了这么久了，当然很熟悉了，就算是有不是学生会的同学，跟学生会的同学也都很熟悉，而我呢？一个都不认识，那这次三下乡我能顺利的完成任务吗？能很快融入这个集体中去吗？记得当时的心情真的很复杂，既有一种被选中的开心和满足感，有一种对即将三下乡的生活的憧憬，又有一种心慌和害怕的感觉。后来又开了几次会，看着大家都有说有笑的，而我又感觉自己融入不进去，心里很着急，想：这次来三下乡的选择是值得的吗？要是一直都融入不进去，那不就悲催啦。我有些迟疑，想着要是当时没有参加这个，我早就在家里，过着舒舒服服的日子啦，现在还要去农村住上一段时间，而且人都不认识，哎……后来转念一想，这样才好呢，这样我就又可以多可以认识认识几个朋友了，而且这次是我当时期盼很久的，也是我认真争取来的机会，我怎么能被这些不算困难的困难给阻挡了呢？我要好好珍惜这次来之不易的机会，为这个团队做一些我力所能及的事情。

终于等来了暑期三下乡了，我既期待又害怕，但期待的成分明显多些，坐在校车上，兴奋不已呀。我们很快收拾好了行李，拾掇拾掇东西，大家一起聊天，慢慢和几个同学聊得很来，然后我明显感觉自己慢慢的融入进去了，突然感觉自己不再孤独了，自己开始的紧张不安的感觉有所缓解了。第一天，主要是让我们收拾好东西，准备好接下来的活动和工作。

第二天是我们开始工作的第一天，早上5点就起来了，我们上午在村里发问卷，要和村民进行交流，这个孔集村听说是原来是一个镇，我们住的地方，大多是卖东西的商家，所以口音还不是很重，来自湖南的我还是能很清楚的

听清楚他们讲的什么。因为今天是工作的第一天，很多村民并不知道我们的到来，所以不是很理解我们的工作，加上第一次调研，心里难免有些紧张，所以开始工作进展得不是很顺利。但是过了一阵，村民知道了我们的来意，我们也有了工作的经验，工作进展得马上就很顺利啦。这天的午餐让我记忆深刻呀！我们来到章军饭店，对着老板说：“嘿，老板来24份炒饭。”老板那惊奇的面孔，让我们觉得很好笑。是呀，这是我们

第一次在包厢里吃炒饭，光吃炒饭很难咽下去，我们拌着凉菜吃。吃着吃着，我发现我的饭碗里有一粒米粒在蠕动，我以为自己眼花了，仔细一看，妈呀！是一只白色的小肉虫，然后所有同学都放下筷子不敢再吃了。晚餐也很有意思，我们到一家面馆来吃面，那天蚊子特别的多，到我时，我发现一个很有意思的现象：阿姨把面条给我端来了，我一边吃面条，蚊子就一边掉到我碗里，然后我再把它挑出来，接着又有想找死的蚊子往我的碗里飞。

就这样，我边吃，边掉，边挑……最后总结，有七只不怕死的小黑往我的面汤里冲，弄得我是哭笑不得呀！但是虽然是这样，其实心里都是[\*]课件下载很开心的。高兴的数着掉到碗里的虫子的数量，然后和大家一起分享，一件本来很不愉快的事情就这样变成了一件很搞笑，很有意思的事情。

我们的工作形式有很多：去参加竹叶打市场，发问卷（发问卷除了在街上，还有深入村落里），帮村委整理农家书屋，到敬老院看望老人，到村里去看望孤寡老人，去看望小朋友，进行党史的宣传，还有最后的文艺汇演。

给我留下印象最深刻的一次发问卷是我们那队深入到村落里，那天我们扛着系旗，

来到一个村子里，村子的名字我记得不是很清楚啦，当时我们就向当地的农民进行调查，当时我就与一个大概在七十岁左右的老人家在交谈，因为他操着很重的乡音，我很费劲的完成了问卷，但是看得出来，尽管我总是说着：“爷爷，不好意思我没有听明白，您能再说一遍吗？”但是接受调研的老人家丝毫没有感到厌烦，很是耐心的跟我交谈着、解释着……当时我感觉很是感动，因为他很尊重我们这次活动，也很热心地帮助我们。后来下起来了瓢泼大雨，我们来到一户农家躲雨，放眼望去雨一时之间还不会停，我们就想着干脆再做几份问卷。有一户人家给我的印象特别深刻，这是一户老人家，他们的子女在外地工作，他们俩独自生活在这里，和儿女们都没有什么联系，我看着他们的房子，心里很是难受，阴暗潮湿的房子，还若有若无的漏着雨，随便在里面待上一会，就被蚊子叮了好几口。年近七旬的老人现在还是靠着自己的体力劳动在养活自己。看着消瘦的老人，我心里很不是滋味。我们开始了调研，在讲到他们家是否有补贴时，老人说：“有。”朴实的他，还走进房间，找了大半天，把发补贴的存折给我们看。还一一向我们解释。最后，我们说要和他们一起留影，老人很开心，急急忙忙地穿上上衣，整理好头发。我们把照下来的照片给他们看，他们脸上显露出孩子般天真的微笑，大爷连忙叫着老伴：“你看，你在这里，我在这里，快看，快看……”当时，我心里感到酸酸的，一张照片竟然能让他们如此高兴。终于我们要走了，大爷大妈一直目送着我们出来，回头看着他们模糊的正在招手的身影，泪水模糊了我的双眼，为了他们的艰苦的生活，更是为了他们那朴实的情怀。突然感到自己的身上的担子很重，我们一定要好好学习，为了能让在中国像这样的贫困地方的人们摆脱贫困而努力奋斗。

接下来的日子，我们主要是准备文艺汇演的各项活动。在大家共同的努力下，我们的汇演取得了圆满的成功。

为期一个多星期的三下乡活动终于结束了，带着满满的成就感以及对xx这个原本陌生地方的丝丝眷恋，我踏上了回家的长途客车。望着窗外飞速向后退去的建筑，突然心头涌上一股酸涩，不禁问自己为什么要走得那么匆忙？回

到家才真的感觉好想在那里再多呆一会，毕竟有那么多同伴可以聚在一起。诶，我想我注定是一个群居动物。

我们xx队的几个成员从面试到一起出去挥汗搞活动，相聚便是一种缘分。难忘那段日子，我感慨良多，留给我们的不仅是感动，还有成长。接触社会，社会也总不忘回报点东西给我们，无论是为人处世，还是人际交往。我们将变得更加成熟，自信，果敢。积累的这些人生财富不是可以用物来衡量的！偶然一个时候，当发现自己能不假思索地热情微笑着上前与一个陌生人交流，向他介绍我们的活动，发放问卷时，才认识到自己已经成长了好多。

**暑假大学生社会实践心得体会800字篇四**

今年的暑期社会实践我是在超市打工，我认为应该多接触一些与社会生活有关的社会实践，增强自己适应社会的能力，为将来走上社会多一些经验。由于家庭经济状况并不是很好，所以打工不仅增加家庭的经济收入，而且也可以锻炼一个人的耐力以及吃苦耐劳的精神。

在超市里打工的还有我一个同学和同学校的几个学生。虽然以前我们还不怎么认识，两天过后，我们每天早上都一起去工作，傍晚一起回学校，在路上我们一起谈笑。这可说是我们一天中最好的放松时间和方式。我们都是农村来的孩子，我们打工的目的也基本一样，即为家庭减轻点经济负担，同时也使自己得到锻炼。工作中，我们都很尽心，都很热心的为顾客服务，很尽力的超市做一些琐碎的事.里面的员工们都夸我们勤劳能干， “这几个大学生不仅能够吃得了苦，而且干活很好很利索，基本没有在工作期间出过错，这是非常难得的，就连经理也在夸他们”，这是他们的说法。“穷人的孩子早当家”，是的，我是农村人，我是穷人的孩子，但我没有给农村人丢脸，我是一个懂事的孩子，虽然工作中整天站着很累，但是自己动手挣来的钱花得舒服。

累是我打工以来感触最深的一点，也许真像大家所说的那样，只要自己努力，不放弃，坚持到底，等自己有了一份自己的事业以后，会感到以前的痛苦都是一笔不小的财富，我每年都在赞财富啊，这样自己就会感到希望不远了，自己努力努力再努力，成功属于有准备的人。

到超市打工只是自己为了生存，为了家庭所需的工作，不是最终的工作，自己要把握好大学的机会，大学是自己的希望之路，有的人说大学是和社会连接的桥梁，我却认为，大学是逃避社会最好的港湾。因为经历，因为失去，因为付出，因为成长，因为好多，自己在大学的感受与别人不同，我是一个坚强的人，同时是一个脆弱的人，我需要关怀，需要有人替我分担压力，有时我感觉压力大得无法呼吸了。但我们必须面对现实，有时候当不能改变现实时得学会承受现实.

在打工期间还认识了几个出色的员工，他们往往利用工余学习技能、参加各种技能培训。为了立足社会，他们有了一技之长，仍不断学习，真令人感动，反思自己，自己也要不断学习各类对自己，对社会有用的知识。许多人具有许多优秀的品质，我们得虚心向他人学习其优点。

通过打工的体验和现就业趋势的联系，我认为，以后毕业找工作时，一定调整好心态，脚踏实地地做好每件事。

“做人一定要上进，做事一定要踏实”———这是我们必须明白的道理。我们在大学校园里读书，有着那么好的条件，却有人逃课、乱花零用钱，想来真是惭愧。我认为，认真贯彻落实好大学生社会实践，对大学生的思想素质提高，以及知识的增进起着重要的作用。

社会实践是指引大学生走向社会的第一步，因为我们将来必然走上社会，多与社会接触，早接触社会的残酷性，为将来就业打基础，为将来适应社会做铺垫，每一段经历都是一段财富，都是成功的基石，还有三年，努力吧，为自己加油，让自己在大学期间过得更充实，多学多练多记，一切为了目标前进。

**暑假大学生社会实践心得体会800字篇五**

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。 不同的时间的社会实践，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。社会实践加深了我们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。我在实践中得到许多的感悟！

整天辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！在那时，我们才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易！

在这次实践中，让我们很有感触的一点就人际交往方面， 大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我们想也很难说清楚，只有经历了才能了解.才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起， 每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我们想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西， 那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这些社会实践中使我们深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

在打工实践的地方，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！ 但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道，这样大家才能服从，才能有助于工作的进行。

俗话说：＂在家千日好，出门半＂招＂难！＂意思就是说：在家里的时候，我们有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立！

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。

社会实践报告 | 社会调查报告 | 社会实践总结 | 社会实践自我鉴定 | 社会实践心得体会

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找