# 实践感言

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-01-20

*实践感言（精选10篇）实践感言 篇1　　一个星期的社会实践体验活动就这样结束了，体验着整个过程的酸甜苦辣，虽然短暂，但从中让我学到很多，感受更多……　　班主任安排我担任的职务是在德育处当小助理，主要负责扫地、拖地、擦桌子及分发各班级的校卡，*

实践感言（精选10篇）

**实践感言 篇1**

　　一个星期的社会实践体验活动就这样结束了，体验着整个过程的酸甜苦辣，虽然短暂，但从中让我学到很多，感受更多……

　　班主任安排我担任的职务是在德育处当小助理，主要负责扫地、拖地、擦桌子及分发各班级的校卡，下午还要检查年级跑操等工作，忙完这些事情之后，我会到校园里转一转，检查校园的卫生和垃圾桶有无清洗干净等情况。我很喜欢在德育处工作，因为那里的老师和蔼可亲，平易近人，深感能为老师们服务是我的荣幸。主任在办公室是很辛苦的，他们热爱五中，对工作有一颗滚烫之心，充满激情，他们除管理自己的班级之外，还要负责对学校学生的精准扶贫工作，还有其它很多我不知道的其它临时事务。

　　接着另一个职务那就是文明劝导员，每当我们站在小食堂门口，一阵阵的寒风吹来，冰冷刺骨，被冻的瑟瑟发抖，但是为了传承小红帽的精神，我们坚持住了，可是偶尔有些高年级的哥哥、姐姐们也不听劝导，会冲出食堂，我们有些许的失望，但我心中相信终有一天他们会理解、会明白的。

　　还有最后一个户外实践岗位是在火车站当志愿者，上午我被安排到一楼的候厅室帮乘客们搬行李到二楼的候车厅里，虽然跑上跑下还提着重重的包裹有点的累，但我深深地懂得了劳动的价值。有些乘客问我们是来实习的吗？我们摇摇头骄傲的说，不，我们是五中的学生！在这里我感受到了帮助别人是件很快乐的事。

　　户外实践是非常有意义的活动，不过责任也很重大，我们必须认真对待，礼貌待人，尽能力做到最好，因为身穿校服的我们在校外不仅仅是个学生，是代表着整个于都五中学校的面貌，我们要让他们知道于都五中的学生是乐于助人，有责任感的好学生，此外还可以带动身边的每一个人都有一颗热心和善心。

　　即使只有这么几天的时间，但担任的每一个职务都给我留下了很深刻的印象，累并快乐着，我为自己当过小红帽感到骄傲，体会到了服务他人幸福自己的含义。在以后的时光里，我要从小事做起，积极参加社会实践体验活动，去探寻劳动中无尽的乐趣，继续将小红帽的精神伟承下去。

**实践感言 篇2**

　　11月14日，阳光和煦，微风习习，是一个适合秋游的日子，独墅湖实验小学组织同学们去吴中区白象湾参加社会实践。

　　我们观看了小丑表演，参观了型象馆，还一起做了游戏但我来说，印象最深是火灾演练。

　　大家先一起观看了应对火灾的视频演示，记住了几个要点：一、火灾发生时不要慌张，用沾满清水的毛巾捂住口鼻，尽快逃生；二、如果身在高楼不方便逃生，可以拿一些不会危害楼下行人安全的物品抛下去，或者拿镜子照射行人，发出求救信号；三、火灾发生时不可以躲避在床底、阁楼或者书架周围，应该远离容易着火的物品。

　　应对火灾的知识已经在大脑中储存完毕，没想到视频演示结束后还有一个更为逼真的演练等着大家。忽然，屋子里涌入很多烟雾，大家喧嚷起来，但立刻反应过来，向着安全通道的标示奔跑。我们在迷宫似的通道里绕来绕去，烟雾也越来越浓。慌忙中，同学们不忘拿衣服捂住口鼻，终于成功逃出了出口。看着全班38个人一个不落地出来了，我们都松了一口气，心情好不容易才平静下来。

　　这次社会实践真是很有意义，不光有开心的节目，还有令人如此刻骨铭心的火灾体验。通过这样一次活动，相信如果大家以后再碰到火灾，一定会更加从容地应对吧！

**实践感言 篇3**

　　经历了一周的社会实践，我们都累得腰酸背痛，个个都成了名副其实的“大熊猫”。我们的感受也颇深。实践中的每一件事都在我脑海中回荡，每一阵笑声都在我耳边掠过。

　　“社会实践”这个词一让人听到，就会不假思索的想到：“帮人干活不给钱”这么句话。我也不例外，但我还是坦然接受了。

　　我首先要打扫的区域是宿舍，听同学们说，打扫宿舍是一件很困难的事，而且如果打扫不干净，会被宿管阿姨骂，宿管阿姨很凶，我心中很是不情愿，尽管我接受了我是“小红帽”的事实。我和另外两个同学跑到了宿舍，但一走进宿舍大门，我们的世界观已经塌下来了，一股腐臭的味道扑面而来，夹杂在这么一丝尴尬的气氛中，地上满满的都是垃圾，我和两位同学蹑着脚走向打扫工具处，更让人气愤的是就连打扫工具也带着独特的“香味”。

　　我们开始干活了，其他两位同学毅然决然地跑向六楼扫地，我就拿着拖把拖地，那两位同学一边扫一边说着怨言，我就在旁边听着。就这样，我们把地扫好了，拖好了，把垃圾一桶一桶地运到它们该回的地方。看着干净、整洁的地面，宿舍楼无异味，我们相互对视，彼此心中都有说不出的甜。

　　我们找到了宿管阿姨告诉她，我们打扫干净了。令人惊讶的是，宿管阿姨并不是同学们口中的“凶煞”之人。她很爱笑，眼睛水汪汪的，眼中流露出柔软，慈祥的`神情，一笑起来脸上浅浅的梨涡冒了出来！她对我们仨说：“做完了，就回教室学习她”。我们仨也不失礼貌地微笑并点头回答了。

　　“千里之行，始于足下”我们的功夫没有白费，我们得到了学校的一致好评。这转瞬即墨逝的一周，让我认识到了许多，只有和团体同心协力才能创造奇迹，只有有无私精神，才能让社会变得更美好。同时，我们也应该了解社会，服务社会，奉献社会，做一个青春活力的五中少年。

**实践感言 篇4**

　　这个假期，我在苏州大学海外教育学院帮忙招生。苏州大学海外教育学院，是苏州大学二级学院，也是苏州大学对外合作交流的窗口之一。苏州海外教育学院举办了以国内学生为对象的中外合作办学项目，包括加拿大拉萨尔国际学院大专课程（三年制）和英国爱德思国家学历与职业资格考试委员会国家高等教育文凭课程（三年制）。我负责的就是这两个项目的招生工作，本以为是个轻松的活，可实践下来发现并非如此。

　　刚开始我就把招生简章背得滚瓜烂熟，以免家长问起相关问题回答不上来。但是情况并非我想象得那么简单。除了简章上的问题外，家长经常会提问这两个项目分别有多少在校生，宿舍的情况如何，出国的保证金该如何处理，毕业后的文凭国家承认不承认等问题，其中很多问题都是我始料不及的。既不能欺骗家长，说不知道又不能使家长信服，影响招生数量，可谓左右为难。为了避免这种尴尬的局面，我开始利用下班时间了解这两个项目在苏州大学各校区的具体教室，学生所住的后庄公寓的情况，不懂的问题向老师请假，但老师一般只会说个大概，很多事情老师不清楚的便含糊其辞，只能靠自己去网上查询资料，又要确定资料的正确性才敢拿查询到的信息来回答家长的问题。基本上每天都会碰到新的问题，只能随机应变，晚上再回家做好功课，以便以后更好地解答家长的疑惑。我更加深刻地体会到知识就是力量，要想很好地处理好一件事，必须要博学多才，至少术业有专攻，对所负责的项目要了解地一清二楚。

　　在实习的过程中，我也发现做任何事都要有耐心。有的问题家长会一而再，再而三的问。明明已经回答过了，他们却装作没听见，希望听你再解答一遍以确认他们说听无误。听得人省力，讲的人就费力了，同时还得担心回答时有没有出差错。因为一旦出错家长很有很能抓住这个小失误，延伸出的新问题，让你来不及接招，这就应了“麻烦是自找的”这一名言。有的时候一个家长可能会问两个小时左右的问题，没有足够的耐心是绝对应付不来的。

　　我还体会到要有时刻面对挫折的勇气。一番唇枪舌战下来，若是有学生报名了，会觉得自己的辛苦没有白费，一分耕耘，一分收获，颇有些成就感。但大部分时间，很多家长只是咨询一下就转移阵地去别处咨询了。 咨询时间短的心里还过得去，但有的家长咨询了一个多小时单纯是为了知道些情况和其他院校做比较，根本无心报名。这样以来一切努力都白费，心中免不了失落，心情自然也好不了。但经历多了也就成了习惯，慢慢地我心态也就调整了，心中的不平之气也就随之烟消云散，只要尽力了，享受了奋斗的过程，成败也就无足轻重。

　　在实践中，我还学到了很多，在此就不细说了，但那一个半月的实习着实让我受益匪浅。

**实践感言 篇5**

　　十月二十一日，我们一大早就排着整齐的队伍上到大巴车上，奔赴我们的目的地阳光少年实践基地。一路上我的民情都是激动的。这次带领我们是两位教官，一个是方图教官，一个是椰子教官。他们为人随和又亲切。来到基地我们换成了迷彩服，一个个像个小战士，接着我们进行了开营仪式，每个班级都展示了自已的风彩，我们还起了队名，大家都很兴奋。

　　终于到了吃中午饭的时间，经过一上午的奔波，大家都饿坏了，吃饭时都是狼吞虎咽，感觉饭菜特别的香。这和平时在家吃饭的感受非常不一样，这么多人一起吃饭大家都虼了好多。饭后我们还进行了分工洗碗，那么多的餐盘，在我们的配合之下，都清洗的非常干净。下午教官带着我们玩了好多游乐设施，有些我都是第一次玩，既紧张又刺激。我们还玩了冰糕棍拼图的游戏。到了晚上我们又在操场上开了晚会，教官带领我们唱歌、跳舞，气氛高涨，每一位同学都玩的很开心。

　　第二天早上，在家还需要爸爸妈妈叫，在这里也许太兴奋我早早的就醒了。吃过早饭，我们就开始上课了，教官让我们不用辅助的东西搭一座桥，分好组后，我们都开始研究起来，但我们搭的桥好像都不是太结实。老师说如果有洪水我们的桥就会被淹没。于是教官让我们看了她搭的桥，并且让我们都上去试着走了一遍。通过这个游戏，我感受到了遇到事情要多动脑筋，这样才能想出办法。

　　两天一夜的实践活动很快就过去了。我非常不舍我的教官，也很感谢老师和教官的陪伴，让我懂得无论遇到什么事情不要被困难打倒，要勇往直前。在这里我学到了学校到家庭里学不到的知识，感受到了集体的氛围，让我学会了独立，团结协作。期待下次的实践活动我能做的更好。

**实践感言 篇6**

　　寒假的社会实践活动结束了，但社会实我们的巨大影响却远没有结束。

　　它使我们走出，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。

　　半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸还是依恋

　　回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

　　通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。

　　我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

　　机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，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。

**实践感言 篇7**

　　实践是通向社会的一大步，只有通过实践去体会这一切事物所存在原本的快乐和感受，也许正是因这次实践才让你明白生活的不容易。

　　本周是我们当小红帽，在这之前，我对这顶小红帽还是充满无限的向往。同时也不时听到当小红帽的辛苦，终于在周日的晚上我接过了这顶神圣的小红帽，并开始了这五天的社会实践。

　　我的第一个任务是打扫寝室，对于这个任务我还是挺期待的，可是那难缠的头发让我在清扫中有些困难，天气也不给力下起了暴雨，但我们依然推着小车走在雨中。我拉着这辆小车走在这校园大道中央，心里充满了无限的快乐和自豪。

　　过了两天，我又有了新的任务是艺体中心，说是艺体中心其实是打扫大操场拖教学楼的一楼走廊，对于这项任务我原先以为很简单而且并没有打扫宿舍那么累，没想到在炎热的操场上，提着垃圾桶那么一走，全身直流汗，还好那两天很快就过去了。

　　转眼间已到星期五了，我被分配到清洗厕所，虽有些不高兴，但想想也没什么大不了，我穿着水鞋进了厕所，那股臭味让我有些无法忍受，此刻心中突然冒出平时清扫的保洁阿姨，她是日复一日都在做好这份工作，而我又有何不能忍受的？因此心里的所有不满都即刻消失了，在厕所中涮着，洗着……

　　社会实践让我明白生活的不容易，社会的不简单。

**实践感言 篇8**

　　时光如梭，在这七天里，我学习了很多也了解了很多，关于这次实践，每个人都有着不同的体验和感受。

　　刚开始当上小红帽，结果前两天都是要去扫厕所。起先，我可是抱怨了好一会，后来又想着：反正后三天就不是扫厕所了，熬完这两天就可以了就可以了。可是干的时候却发现，并不是那么简单，冲粑粑、拖地，还要用大量的水和大量的力气。最开始的时候我们效率很低，渐渐的越来越熟练了。下课了，高中的姐姐们来上厕所，我们不好意思阻止他们，只好让她们进来，可是我们之前扫的全都白费了。

　　两天终于熬过去了，没想到的是我被拉的去干更重的活。原本我是巡逻队的，结果被换了，我又开始抱怨起来，甚至还哭了起来。为什么要改？为什么扫了厕所？还要去扫寝室，越来越累，不想干了，想罢工，可是没办法，不干会被老师骂的。六楼，那么高，爬山去肯定会被累死，扫地的力气还有的话，那说不定拖地就没力气了。慢慢的，这两天又熬过去了。

　　星期五了，最后一天，我边走边想着，我有没有当上巡逻队，当我满怀欣喜时，一切都被打破了！很生气的想着：什么！还是扫寝室，凭什么还是扫寝室，不公平，不公平，老师是不是不知道扫寝室的累，不公平，不干了。可最终我还是去了。

　　渐渐的，我才知道当初的小红帽是多么的累，多么的辛苦。他们始终都有个使命：服务他人，幸福自己。当帮助别人时，心里总是说不出的乐，有种得意也有种自豪，希望小红帽能一直能交接下去。

**实践感言 篇9**

　　参加社会实践活动，令人兴奋的莫过于走出校园，以好奇心感触社会的形形色色。踏在社会这个学习的大舞台上，我们付出，我们收获。不知不觉中，假期社会实践已在今天已经画上了句号，有些遗憾，有点不舍，曾经那种酸甜苦辣，一起苦过、累过、笑过的日子……

　　参加活动的过程中，学习必须用心，虚心，细心，热心。乍入社会的新鲜感足以刺激我们的学习细胞。路旁的一草一木，我们可能悟出些什么;别人的一言一行，我们可能总结出什么 ;计划中的变化和变化中的计划及由此带来的思维尴尬，我们更可能深有感触，从而使自己有一个震撼性的提高。当我们想用语言描述眼前的事物却感到脑子一片空白的时候，当我们想对一件事情定位，却无从思索的时候，当我们想通过活动做出点什么，却感到捉襟见肘的时候，我们会强烈地感觉到自己在各方面还欠缺很多。从另一个角度考虑，我们的学习空间和潜力都很大，由此也赐给了我们在校园里学习的动力和激情。尤其需要指出的是，不要忽略了向你身边的人——一起参加活动的队员学习。针对同一件事，你是这样想的，这样做的;他们是那样想的，那样做的。这那之间思维和行动的差异就是我们学习的点，不论结果证明谁的做法是正确的。

　　当然，可能会因为活动时间相对较短，参与者难以深入活动体验社会，严重影响学习的深度;也可能会因为活动主体重宣传轻实效，一旦宣传效果达到了，就忽略了对活动真正意义的追求甚至中止活动，导致参与者的自身学习环境遭到破坏;还有可能因为活动参与者组成结构单一，其年龄、学识等方面的梯度较小，使学习的交流互补性相对较弱，学习效率较低。针对这些负面因素，一方面，在活动的准备阶段就要尽量避免。另一方面，只要大家都具备了学习型心态，这些是可以削弱的。

　　用学习的心态对待活动，会发现，活动因学习而精彩，而我们的学习也会因参加过活动而精彩。在这里，我们逐步了解了社会，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的我们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

**实践感言 篇10**

　　大学被很多人称为小型的社会，所以它既是学习的地方也是锻炼我们能力的平台。所以在大一的暑假我选择了去参加学校组织的社会实践。

　　说是社会实践，但是并没有我想象的那么简单，因为我们要干好它还要经过很多步骤。

　　首先对我们进行的第一个步骤就是培训，因为不管干什么你都要对你即将干的事有所了解。第一节课便对我们说这次社会实践的内容以及注意事项等等，带我们有所了解过后，便开始叫一些有经验的老师来进行讲座。以加深我们对社会实践的了解以及让我们更方便的去学习前辈们的经验。在进行很多次的讲解过后，老师们为了考察我们现在的水平便组织我们去泉城广场进行两天一夜的野外生存，六人一组启动资金120元，回来过后看谁赚的钱最多。这次野外生存训练使我学到了很多：不要怕与人接触，在今后的社会中我们只有脸皮够厚，能力够强才能获得成功，因为机会是靠自己创造的。

　　培训完过后便是真正的实践，我们来到花了三天时间来到进行社会实践的地方，我们社会实践的内容是帮助高三的同学缓解压力即高考服务志愿者。经过前期的准备，我们知道了县里两所高中的位置和学生基本状态。首先我们带上复印好的一些学习资料来到学校，对老师们说了此行的目的，便开始进行励志的演讲：鼓励同学们不要被高考的压力所击倒，要他们以最好的状态去迎接高考。接着编开始和同学们聊天，帮助他们解决一些现在存在的问题和告诉他们一些我们当时的学习方法。使他们更加轻松的去面对高考，避免少走弯路，最后留下联系方式以方便交流！用了7天时间走完了所有班级，便开始用qq、短信和他们进行沟通，以及时的帮助他们解决问题。

　　在临近高考的前两天便和他们去买考试需要的东西，晚上给他们发激励的短信！在高考当天我们在校门口建立了高考服务站，给同学们提供水和笔芯以及各种高考的东西，还和家长们交谈！考完后，便和同学们到处游玩，在游玩途中也给他们说说大学的好处，还根据他们的成绩给他们介绍学校。当然很多同学考试考得不是很理想就很焦急，我们便要对他进行心理辅导使他们不要想太多，毕竟成绩还没有出来。

　　在高考分数出来过后，有的同学考得好、有的同学考得不理想，不管怎样他们都会面临一个问题：怎么填志愿、填哪一所大学！我们就会收集各个学校的简章，然后邀请我们学校的老师召开一个咨询会，以方便解决同学们的问题：为他们推荐学校，以及各专业的前景等等！让同学们更加理性的根据自己的分数去选择大学，不要盲选、错选。当然每天来的人络绎不绝，这使我们有时都没时间吃饭，但是我认为都是值得的，因为我帮助了别人的同时学到了如何与人沟通，如何激励同学！

　　当三个月的社会实践即将完毕，许多同学都请我们吃升学酒，我们也很开心。三个月的时间虽然很短暂，但是它却使我学到了一生用不完的东西。虽然当初参加社会实践也许是为了那一个小小的社会实践证，但是当我们走下来真正开始融入其中的时候，我们一心投入了进去，感觉像在帮助自己的弟弟妹妹如何去学习，和他们在一起学习、交流都是我学到了许多！

　　社会实践证虽然是对我们们工作的肯定，但是我们三个月学到得东西远远不是整个证书所能概括的。这也许是我们踏进社会的第一步，但是这一步走的很踏实：我们懂得了面对困难要坚持，如何与陌生人进行沟通！

　　一步一个脚印，漫漫人生路我们要走的路还有很长很长，踏踏实实的走好每一步也许是成功的秘诀。经过这次锻炼我更加知道如何走好每一步。

　　在此谢谢帮助我们的老师和校领导，给我们创造了这个锻炼我们的平台，我们会以更好的成绩来报答你们，成为社会的栋梁。

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