# 高中生寒假社会实践心得体会(精选14篇)

作者：独行侠的世界 更新时间：2024-03-30

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。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。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。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。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**高中生寒假社会实践心得体会篇一**

在的假期中，我努力的在忙碌的中帮上大家的一点忙，哪怕只是洗盘子这样的小事，我也会全力的去完成。在这次的实践中，我亲身的体会到工作和家庭劳务的不同，尽管很详细，在其中的感觉和要求，是完全不一样的。

现在，工作尽管已经结束，但是我却还深深的沉浸在这次的实践之中。尽管忙碌，尽管辛苦，但是当收获自己的第一份报酬的时候，心中的喜悦是抵挡不住的!现在，我将自己在这段时间的心得记录如下：

在这次的实习来临之前，我带着满心的期待和热情去面对自己的任务。因为自己只是新人，所以在工作中做的是最简单的打扫和清理工作，但是当人手忙不过来的时候，也会成为临时号的点单人员。

在这里实习的这几天，首先给我最大的体验就是，忙!在热闹的餐厅里，到处都是忙碌的员工们。在过去的时候，我自然会感到很热闹。但是在现在，作为员工，我却不得不加入到这忙碌当中。

在刚开始的工作中，我感到自己和这里的工作非常的格格不入，许多老员工们在这里都知道自己该干什么，该怎么做，倒是我们这些新加入的人不知道自己的位置，不知道该做什么。在开头的一段时间里，自己就像一个机器人一样，领导安排一点，就做一点，如果没人指挥，我连自己该做什么都不知道。但是反观比我先进来一会的前辈，他和我差不多的年纪，却能熟练的在工作中帮上忙，他通过和其他员工的交流主动的去完成很多的事情，得到了大家的赞赏。当然，在认识到自己的不足之后，我也开始向前辈们努力的学习。

在这次的实践当中，我体会到自己在学校中努力的学习，却不知道加强实际的体验让自己对社会缺少了很多的认识，在工作中也没有实际的能力。最重要的是，自己因为没有活动的交流，导致自己在沟通能力上有着比较大的问题!在今后的学习生活中，我有会更多的去参加这样的实践来提升自己!

**高中生寒假社会实践心得体会篇二**

社会实践活动对我来说并不陌生，因为这已经是我高中生涯中第四次参加了。不同于原来在社区里参加的活动，也不同于在博物馆中参加的工作，这次社会实践的工作岗位是会接触到社会中不常接触的群体，所以我很期待！

这次的实践岗位是通过xx青少年活动中心举办的招聘会上获得的。当初在考虑这个岗位时，除了想体验不一样的工作岗位和社会环境外，我自己本身也十分喜欢小孩子，想在短暂的社会实践中多接触自己喜爱的事物，以此来锻炼自己的能力，提高自身的素质。

应聘的实践基地是xx市儿童福利院，实践时间是3月2号到3月4号，分属于儿童福利院教育康复科实验二班，工作岗位是教学辅导员，工作的主要内容是协助老师管理学生以及辅导小朋友学习等。

在这次社会实践过程中，我深切体验了当老师的感觉。初来班级时，我惊喜的发现这里的小朋友们都非常的热情，当得知他们平时很少见到外来人士时，也略感心酸。实践第一天，由于要熟悉院内各个方面的情况，到达班级烦的时间稍晚，一进教室便见孩子们在认真地写字，每个人都紧紧抓住手中的铅笔，一笔一划地在自己的写字本上书写。当他们抬头看到我，便咧开大嘴巴露出缺口的大门牙，大大方方地冲我叫姐姐好，瞬间便感到内心有一股暖流经过。在实践的几天当中，我当然在本次的社会实践中也是有一些困难存在。由于班级人数较多，而且教师人数较少，班级大多为九岁和十岁的小朋友，管理难度稍微有些大。在他们自由活动时间里，常常要兼顾好几个小朋友，有时候自己跑的气喘吁吁也没有办法全部管理到，不免也为小朋友的安全担忧，毕竟他们的年纪不算很大，正处于成长期，强烈的好奇心也许会带来一定的危险。

为期三天的社会实践很短，但我也收获良多。在这里，我学会了如何照顾小朋友，学会了如何与孩子们交流。我也成长了，真正的体会到在实践中了解社会，在实践中学到了很多在课堂上学不到的知识，接触到平常接触不到的事情，这是一次社会实践的意义远远大过于以往的实践活动。

**高中生寒假社会实践心得体会篇三**

-->

x月\_\_日，我高一x班的四十多名同学，在班主任和班长的带领下，进行了一次别开生面的什会实践活动。

随着社会的发展，中学生的价值观和审美观不断改变，一些中学生为了追赶所谓时代的潮流，想方设法改变自己的外在形象，设置过分标新立异。于是，中学生的形象问题越发突出。在这个问题上，不同年龄的人们都持什么态度呢？对此，我们进行了一次主题为“您心目中的中学生形象”的社会调查。

调查问卷为同学自己设计，被调查者须填写性别、年龄及25道选择题。题目如“您认为影响中学生形象的因素”、“中学生是否可以染发烫发”、“中学生是否应该追求流行”等。

同学共被分为5个小组，每小组持事先印好的100份问卷分别来到\_\_步行街、\_\_广场、\_\_商业区等繁华地带，向行人发放调查问卷。

天气十分闷热，但同学们却十分积极，不断地向过路行人说明用意，请他们填写问卷。刚开始一些同学不好意思开口，可看着别人一份份的把问卷发出去又收回来，胆子也逐渐打了起来。有些行人很热心的帮我们填写，但也有许多人不予理会，径直走开。一次次的受阻并没有打消同学们的积极性，相反，同学们更加积极的寻找，更加耐心的讲解和等待……更有一些同学积极开动脑筋，请不同年龄、不同身份的人来填写，如商场售货员、看车大爷、卖水的阿姨，都成了我们调查的对象。

终于，经过近三个小时的努力，500份问卷被如数填写、收回。然后，我们会对这些问卷进行整理和统计，得出最终的结果——人们心目中的中学生形象。

这次活动，让同学们受益匪浅。我们通过对不同人群关于中学生形象的调查，可以更加清楚的了解社会对中学生形象的看法和期望，以便更好的完善自己。更重要的是，我们提高了能力、锻炼了胆识、磨砺了意志，更加接近社会、了解社会。同时，同学们也深刻体会到了社会工作的艰辛，更加懂得应该如何表达自己、如何待人接物、如何面对和战胜困难挫折。

而且，我们诚恳的笑容、谦和的态度、耐心的讲解，无不给人们留下深刻的印象。我们在社会中树立了良好的一中学生形象，为团旗增添了光彩。

相信这次活动，一定会让同学们更加明确学习的目的和目标，不断跨越挫折，勇攀高峰。

**高中生寒假社会实践心得体会篇四**

寒假来临，我作为一名高中的学生对自己还是有一个规划的，过去一直一开就没有机会去实践，缺乏社会经验，很多事情都没有做好，我认为这是有问题的，在工作当中一定要把这些事情处理好，我也相信只有不断的去挑战自己的工作才能够做好这些必要的事情，在工作当中我也一直都非常用心，我知道有些事情是应该要有一个端正的态度，不能自己说什么是什么，这次的社会实践我学习到了很多，是我的在学校没有接触过的，作为一名高中学生我对此充满了期待，这次的实践让我也有了一些心得。

我一直都相信不管是做一件什么事情都要知道有哪些地方做的还不足，有哪些需要纠正的，这些都是摆在我们面前的问题，在实践的过程当中我一直虚心的在学习请教，这次去到了超市做一名收银员，我感觉自己进步了很多，这是我第一次工作，以前是没有时间，也没有这种机会。

我感受的就是赚钱的不易，我这一个月来的工作体会到了这一点，因为过去对钱没有什么概念，不管是在家里还是在学校都没有这个概念，一直都是大手大脚，这次我去到了超市做一名收银员，每天都感觉很累，很充实，可能可是没有经历过社会磨砺，也是没有工作过，在一开始的时候就完全不能适应，现在我想了想这应该是我的问题，是我适应能力太慢了。

当然在这次超市收银员的工作当中我学会了很多技能，自己过去做什么事情总是喜欢慢吞吞的，但是做一名收银员就是需要动作快，效率高，这一个月的时间我真是学会了很多，我也感觉自己不再是过去的自己了，除了在心态上面发生了一些变化之外，我也知道了没有什么收获来的是容易的，总是要付出足够的努力，自己赚来的才是用的舒服。

虽然只有短短的一个月的时间，可是却让我明白了很多道理，这让我感觉自己的还是有进步的，未来的学习当中我一定保持这种好的心态，通过实践我看到了自己身上得不足，有很多问题都是现阶段我要去重视起来的，作为一名高中学生我真的是感觉自己学习了很多，我愿意把这些事情处理好，我也会在接下来的学习当中，保持积极的状态，这一个月来我明白的不仅仅是自己的不足，更多是一些道理，只有努力到最后才能知道自己到底能坚持到什么程度。

**高中生寒假社会实践心得体会篇五**

20xx年1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1。电梯口导购2。超市分装购物袋3。采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢？首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊！”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾！”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩！

**高中生寒假社会实践心得体会篇六**

天气一改前几日的\'温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1.电梯口导购 2.超市分装购物袋 3.采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢？首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“光临”、“您慢走，下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊！”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾！”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩！

**高中生寒假社会实践心得体会篇七**

寒假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，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。

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。

业余的宝贵有很多人不理解为什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎么懂得的。但是，经过这次的寒假实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

首先，假期里，我们的时间相对的充裕了许多。我们被允许做更多的事情。所以这种假期的实践活动就成了我们最好的选择。因为它既可以帮助我们看到更大的一个世界，又可以让我们度过一段美好的时光。

最重要的是，当我们投入地去做一件事的时候，我们会发现一种难以用语言表达的快乐。当我们用自己的能力去实践，去帮助别人时，这种快乐别人是没有办法体会的。

人生中，有许多事情需要我们去做。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践一定是最最值得我们来体会的。

一起去实践吧，去看看另一个世界。

**高中生寒假社会实践心得体会篇八**

1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情，高中生寒假社会实践心得体会。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1.电梯口导购 2.超市分装购物袋 3.采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢?首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的\'光荣啊!”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾!”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初!我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动!

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩!

**高中生寒假社会实践心得体会篇九**

社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践中认清自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾!在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

此次社会实践告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

二“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位

规章制度

，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个中学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展已迫在眉睫。

天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1.电梯口导购 2.超市分装购物袋 3.采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢?首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“光临”、“您慢走，下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊!”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时

合同

，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾!”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初!我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动!

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩!

-->[\_TAG\_h3]高中生寒假社会实践心得体会篇十

来到商超我们做起了推销工作，因为商超规模挺大的，并且有新产品推出，我和同学商量了一下，决定做推销，这个对跳不是到处走，而是直接在商超门口推销新产品，我们两个人一起，在门口放好产品，并且拿着一个扩音器在哪里大喊，因为一开始脸皮薄不敢去面对，但是工作需要，我们必须要完成多少任务量才算完成工作，被工作所迫，不得已，只要拉下脸大吼，因为是第一次做推销，整个脸都红的发烫，自己都感到非常不适应，不过我们因为选择的时间不较好，人流量非常多，虽然客户看到我们两个有些磕磕绊绊的在哪里推销但是好奇之下也开始向我们询问。

第一天没有多大的收获，第二天同样没有多大的收获，经过了一个星期的努力我们已经把脸皮练厚了不在害怕害羞，能够从容的面对任何客户，做好自己的工作，这让我们有了记过，推出的产品得到了大量的销售，同时给了我们信心让我们有胆量继续做下去。

工作不止岁月，时间悄然流逝，这次的实践活动让我体会到了工作的喜悦，虽然说这是学校给我们的一次锻炼机会，同样也是我们自己愿意参加的结果，给了我不一样的感受，让我知道了一点工作不轻松，在寒冷的冬天工作经常会冷的发抖，但是工作的忙碌却让自己全身发热。工作总也明白了做事情尤其是销售，就必须要敢做敢拼，不要在乎一时的脸面，脸皮薄不利于工作，同时让我知道了交流的重要性，如果一个人不交流就算你的东西在好也不会有人来买的，因为没有把产品的信息传递出去，别人也不知道是什么，所以在工作的时候，要勇敢的去做，不要担心工作的问题，不要害羞，在加上来来往往的行人很多都是只有一面之缘，能够再见到的机会不多，就算见到了也忘了。

能够吃苦能够坚持才会有结果，因为我们一直坚持下来了熬过了前几天惨淡的成绩，到了后面一段时间适应了工作之后工作效率就提升上来了。让我清楚了一件事情，不管是学习还是工作都要勇敢的去拼搏都要坚持到最后，学习虽然枯燥，但是却没有工作困难，我们想要学好就要有吃苦耐劳的心，就要有能够拼命学习的勇气，在大的能关都能够走过，只要能够下定决心一直努力坚持下去总会让自己的学习成绩大幅度提升，在今后学习中我会发扬自己工作的斗志用在学习上，让自己取得好成绩。

**高中生寒假社会实践心得体会篇十一**

时间渐渐的流过，不知不觉的寒假就已经到来了。在这次的寒假中，我通过朋友们的帮助，来到xxx餐厅做了一段时间的寒假工。尽管仅仅只是年前的这段时间，但是因为年末的火爆生意，却让每天都变得非常的忙碌。

在这次的实践中，我努力的在忙碌的工作中帮上大家的一点忙，哪怕只是洗盘子这样的小事，我也会全力的去完成。在这次的实践中，我亲身的体会到工作和家庭劳务的不同，尽管很详细，但是在其中的感觉和要求，是完全不一样的。

现在，工作尽管已经结束，但是我却还深深的沉浸在这次的实践之中。尽管忙碌，尽管辛苦，但是当自己收获自己的第一份报酬的时候，心中的喜悦是抵挡不住的！现在，我将自己在这段时间的\'心得记录如下：

在这次的实习来临之前，我带着满心的期待和热情去面对自己的任务。因为自己只是新人，所以在工作中做的是最简单的打扫和清理工作，但是当人手忙不过来的时候，也会成为临时号的点单人员。

在这里实习的这几天，首先给我最大的体验就是，忙！在热闹的餐厅里，到处都是忙碌的员工们。在过去的时候，我自然会感到很热闹。但是在现在，作为员工，我却不得不加入到这忙碌当中。

在刚开始的工作中，我感到自己和这里的工作非常的格格不入，许多老员工们在这里都知道自己该干什么，该怎么做，倒是我们这些新加入的人不知道自己的位置，不知道该做什么。在开头的一段时间里，自己就像一个机器人一样，领导安排一点，就做一点，如果没人指挥，我连自己该做什么都不知道。但是反观比我先进来一会的前辈，他和我差不多的年纪，却能熟练的在工作中帮上忙，他通过和其他员工的交流主动的去完成很多的事情，得到了大家的赞赏。当然，在认识到自己的不足之后，我也开始向前辈们努力的学习。

在这次的实践当中，我体会到自己在学校中努力的学习，却不知道加强实际的体验让自己对社会缺少了很多的认识，在工作中也没有实际的能力。最重要的是，自己因为没有活动的交流，导致自己在沟通能力上有着比较大的问题！在今后的学习生活中，我有会更多的去参加这样的实践来提升自己！

**高中生寒假社会实践心得体会篇十二**

xx年12月13日，在这一天，xx的噩梦开始了，日本帝国主义的铁骑踏上了这片土地，从此便留下了无可磨灭的伤痛，30万无辜的中国百姓，在日军的残忍屠戮下，悲惨的死去，无论是毫无认知的小孩还是手无缚鸡之力的老人，都惨遭毒手……这个暑假，我们来到了这里，来到了这个血腥又耻辱的地方，我们脚边一片片的石子地下，都是无辜死去的人们的骸骨啊，我不知他们在地下是否能安息，我不知他们是否释怀，是否原谅，我只知，可以宽恕，但不可以忘却。

当你来到了这里，看着历史还原出的悲惨死状，即使过了那么多年，即使经过了一代又一代，我们生活在和平中，从未感受过战火，却依然感到无尽的心痛，更多的是愤慨，嘴里不停的骂着日本，不停的叹息，不停的哀悼，看那整整一面墙的受难者名单，扑面压来，每一页纸都是一个生命，生命如此脆弱不堪，瞬息间便能流走，日本的炮火，打碎的，是中国人的心，是一个传统民族的自尊，我们用无法估量的损失，赢得了胜利。

先人用鲜血换来胜利二字，而我们，却处处向日本低头，日本产品遍布大街小巷，日本文化深刻影响着一代又一代中国人，我们需要改变的，便是让自己强大起来，我们是不怕流血的民族，又有什么让我们可怕呢？走出大屠杀纪念馆，心中也是几分沉重，愿我们的国家越来越好。

**高中生寒假社会实践心得体会篇十三**

来到东南剧院，看到稀稀落落、且平均年龄偏大的观众后，我感受到了拯救瓯越本土文化或许已经迫在眉睫。虽然也有新鲜的血液加入，但那还是太少，当老人们逐渐离去，关注瓯剧的人只会越来越少。我们小组中的大部分人还是第一次真正观赏瓯剧表演，我同样也是，我发现瓯剧的语言并非像其他剧种，是我们可以听得懂的，偶尔还掺杂着一些温州话，显得生动有趣。且表演的内容多数为民间流传的故事、传说或是经典名著，说唱与武打并重，可以说是适合于任意一个年龄段的人。瓯剧经百年历史沉淀，有古老的风韵与浓厚的时代气息，但这并不意味着落后与老土，艺术不分高低享受没有区别，如今西方艺术深深地影响了中国，西洋画、钢琴之类的\'学习者几乎可以说是烂大街了，在这种情况下，本土的文化才更显示出其独特的魅力。瓯剧的传承不是几个人的事，而是我们所有温州人都应尽的使命。

这次的活动让我加深了对瓯剧的了解。虽然过程有一点艰辛：寻找观众访谈被拒绝，想到后台却因太过忙碌没有机会采访……但总的来说我们还是获益良多的。这一次的关于瓯剧的活动，不仅仅让我们意识到它是温州的文化，是温州的一部分，更让我们知道他的强大，对世界的贡献。虽然我们听不懂，但依旧可以感受到台上演员的努力，倾情表演。而对观众的访谈也锻炼了我们的胆识（尽管惨遭拒绝）。

听说实践活动是了解瓯剧，心里还是比较期待的。毕竟这是属于温州的戏剧。在现代，人们追求物质，瓯剧作为地方剧种也逐渐被大家忽视。曾经和奶奶一起去看，整个剧场坐着的除了老人就是被老人带去的孙子孙女。精神文明的缺失是一个需要被人们关注的问题。

**高中生寒假社会实践心得体会篇十四**

寒假，我到我所在的社区居委会帮忙，进行社区服务。从八月一日到八月七日，一个七天，我每日都去居委会服务，帮那里的工作人员整理资料和文件，走访人民群众，了解社区居民的生活情况。

刚开始，我并不适应那里的工作，觉得很无聊，很没用。但是，通过与当地居民和工作人员的接触，我逐渐了解到了这个社区服务的乐趣。我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力——这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。

通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

比如说，居委会的资料总是井井有条，分类整齐，通过居委会大妈的言传身受，我知道了学习应该也像整理资料一样，每天都应该按门按科地把知识梳理一遍，这样，不仅有利于查找，而且还有利于记忆。不只是学习，家里的一切也应当是这样，书籍、衣服、玩具等等。

其中感受最深的是到社区里的老人那里慰问。腊月寒冬，刘爷爷的孩子都去外地打工了。刘爷爷年轻的时候喝酒喝得太多，导致了中风，现在，每天他都会推着婴儿车在院子里练习走动。我和王大叔到他家帮他收拾完家之后，就和他一起去散步。一般的老人上了年纪都不会像他这样日日不停，风雨不住地锻炼，可见他的毅力有多么坚韧了。我以前曾经问过他，为什么要天天锻炼，他告诉我说，这是必须的，如果不天天锻炼的话，就永远走不动了。他还告诉我说，自己年轻时贪杯好饮才导致了现在这个结果，现在社会上，好多小孩13.4岁就开始吸烟、喝酒。他们的这些做法都是对自己对父母对社会的不负责任的行为。希望我不要重蹈他的覆辙，要健健康康的成长。听了这些话，我受益匪浅。

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。

学校组织的公益劳动让我从中学到很多，也得到了许多深刻的为人处世的道理。学校把社会作为实践的场所,让我们参与社会,在公益劳动的实践中有所启示。通过小组为单位的社区志愿服务,启发了我们在公益劳动中寻找能使我们受到教育,有所感悟的亮点,引导我们去了解社会、感受社会。在敬老院中，我们小组的同学毫不嫌脏。耐心、仔细地帮助老人们洗脚、剪指甲。这些都让我们体会到了老一辈的孤独、我们的幸福和自私。我们在那里尽可能地多和老人聊天、谈心，竭尽所能使老人感到温暖。我们还帮助敬老院的职工一起打扫敬老院。虽然我们满头大汗，但我们很高兴，因为我们心里都有一股自豪感。而这种自豪感不是在学校里能够体会到的。

公益劳动是不记报酬、不谋私利、不斤斤计较的;公益劳动是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加公益劳动的光荣感，塑造自己美好的心灵。这些都让我们觉得自己是另一个雷峰。

处于这个时代的我们，大多都是独生子女，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的集体公益劳动，使我体会到了集体的力量、集体的温暖和自己的不足。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。这些都促进了我努力改正自身错误，正确认识自己。而现在，由于一切向钱看的思想的影响，在一些人的头脑中装满了金钱的\'利益，干什么事都讲钱，干活不讲报酬认为是傻瓜，甚至有的“公益劳动”也变相要钱。在这种情况下，学校有意识地组织了我们去参加力所能及的公益劳动，对于抵制一切向钱看的思想腐蚀可以起到一定的作用。让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动穿早世界的真理，抵制了我们轻视劳动和不劳而获的思想的侵蚀，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。公益劳动也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确的人生观、价值观。公益劳动同样培养了我们的竞争意识和开拓进取的精神。

学校这次组织的公益劳动让我懂得了公益劳动不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们中学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们中学生劳动态度的一个特征。我们讲的公益劳动，就是以不记报酬为前提提的;那是根据以公共利益而劳动;我们必须为公共利益而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

组织的劳动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的中学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它.

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com