# 2024大学生寒假心得体会5篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-04-06

*心得体会让我明白了坚持和毅力的力量，优秀的心得体会一定是我们认真思考后写出的，下面是职场范文网小编为您分享的2024大学生寒假心得体会5篇，感谢您的参阅。2024大学生寒假心得体会篇1这次社会实践是一段很忙碌的时间，在忙碌之中时间也仿佛变得*

心得体会让我明白了坚持和毅力的力量，优秀的心得体会一定是我们认真思考后写出的，下面是职场范文网小编为您分享的2024大学生寒假心得体会5篇，感谢您的参阅。

2024大学生寒假心得体会篇1

这次社会实践是一段很忙碌的时间，在忙碌之中时间也仿佛变得快了起来。一转眼，二十天的社会实践已经结束了。这是我第一次进入社会，也是我第一次全职做这样一份工作，这一切对于我来说都很新鲜，同时也充满着挫折感。所以这二十天让我受教良多，也让我明白了人生中很多的道理。我想在这里将自己的这些体会记录下来，让自己对今后有一个更好的打算！

这次实践的地方是一家美妆店，我当时选择美妆店，是因为自己本身喜欢美妆，其次做销售也是一件可以锻炼自己的事情。但是在这个市面上，很多美妆店都是不会招寒假工的，一开始也确实找不到这样的寒假工。但是后来通过我朋友的介绍，一家美妆店愿意接受我，但是有要求，就是二十天的时间内要做出业绩来，如果没做出业绩的话二十天的底薪减半。一开始我认为自己只是来工作感受一下生活，我相信这是许多大学生进入社会的初步心理，所以我也不是很在意这个底薪，也抱着一种无所谓的态度。但当我工作了第一天之后我就遇到了自己思想上的转折点，那一天恰好是美妆店做活动，活动也比较大，虽然我第一天上班，但在此之前我也是受过培训的，所以我也能够自己独立上手。那天的人流量很大，平时不太健谈的自己突然之间话都变得多了起来，一旦有客人进店，我就会热情的跑上去问，刚开始自己问出口还会有一些别扭，但是次数多了就感觉都是一样的了，也不会有太多别扭的感觉。所以越到最后，我就越是健谈了。一天下来，接待了不下三十名客人，这天店内的收益也特别的高，而我这一天便差不多完成了这个月三分之一的业绩。我接收到了满满的成就感，也仿佛看到了自己的希望，与此同时，我对这份底薪和提成就更加有想法，有激情了。

一次成功，让我明白了一份事业的意义，它能给我带来成长，能给我带来憧憬和希望，它更能给我带来内心的满足和充实，这对于我来说就已经足够了。同时我也很清楚赚钱不易，我也更加理解爸妈每天在外辛苦赚钱的艰辛，所以我就要更加珍惜在校学习的时光，争取在毕业之后找到一份好的工作，为自己赢得富裕充实的生活条件，为家人也带来一些欣慰。这次实践，让我更加的充满希望，充满力量。我会继续努力，继续往前，继续坚持，去看一看更远的世界，也望一望更远的未来！

2024大学生寒假心得体会篇2

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。它使我们走出学校，走出课堂，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，在实践中检验自我。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，原先乏味中充满着期望，苦涩中流露出甘甜。

经过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自我的本事，在实践中成长;另一方面，我们为社会做出了自我的贡献;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，检验自我的知识，锻炼自我的本事，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”，我们仅有经过自身的不断努力，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，快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起梦想的风帆，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。在这之前也是不怎样懂得的。可是，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。因为它既能够帮忙我们看到更大的一个世界，又能够让我们度过一段完美的时光。

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欢乐。当我们用自我的本事去实践，去帮忙别人时，这种欢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。可是我相信，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样利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践必须是最最值得我们来体会的。

2024大学生寒假心得体会篇3

社会实践是大学生课外教育的一个重要组成部分，也是大学生自我能力培养的一种重要方式。对于在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。因此，这学期的假期我根据实际情况找了一份工作，虽然仅有一个月的时间，但我觉得受益匪浅。短短的工作让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。寒假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

一、实习时间、实习单位及本人实习具体岗位与负责事务

实习时间：xx年1月25日——xx年2月10日

实习单位：商丘市虞城县家和超市

实习岗位与负责事务：收货部收货员主要负责事物是接收供应商货物，收货单据的保存、整理、分类、归档，执行公司退货或报损工作，保证周转仓内商品码放有序，通道顺畅，重点商品管理盘点等等。

二、实习目的

为了了解和熟悉超市物流，仓储，营销以及管理等相关知识。使学到的计算机，营销渠道管理，数据库，物流，市场营销，经济管理等理论知识跟实践相结合，在实习中检验，提高自己专业能力和技巧。

三、实习感悟

经过寒假半个月的工作实践，让我感受到一些工作体会：

我的工作地点是在超市。这个超市在当地还是比较大的超市，经营范围很广，每天的人流量也比较多。我的工作是在超市的前台工作，以前也没有做过这样的事情，所以还要接受了基本的培训。几天后，对基本的工作已有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺。超市前台是接触顾客最多也是最麻烦的地方之一，要帮顾客解决一般的问题的同时还要卖一些东西，是需要人很细心的去做。我知道不管做什么要多做事，少说话!话虽简单，但真正做起来就不简单了。

首先，服务最关键。做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。提高超市服务水平。超市服务员的服务态度直接影响到顾客购物心情。顾客是来买东西的，不能让他买气受，要做到微笑服务、宾至如归。如果对顾客耐心、关心，能让顾客倍感温馨，下次顾客真的`会再次光临，这样做能留得住客，而且顾客也会产生广告效应，为你们的服务宣传，会有更多的人光临。能获得这种免费的广告，何乐而不为?

其次，诚信是根本。不论我们做人还是做事，诚信是我们做人的根本，是我们成功的基本条件。所以说提高超市的诚信度是很重要的。俗话说“诚招天下客，誉从信中来。经商信为本，买卖礼在先。”优质的产品加上优质的服务才能诞生优质的超市。经济效益固然是根本，但是社会效益也是超市发展的助推器。要兼收两个效益，需要经营者与职工共同努力的。作为经营管理着要招具有较高素质的职工，但招高学历的还不太现实，但最起码要有较好的职业操守。有了诚信的员工，就会有诚信的企业，生意也会越做越大。

再次，提高经营管理水平。经营管理者是一个企业的领头人，对企业起决定性作用。提高老板的素质是提高他管理水平的重要途径，而素质包括思想政治素质、职业道德、业务素质等。只有领头人素质高，才能树立起良好的信誉素质和企业形象，有利于超市的生存发展。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。和以往的实践不一样，这次的我真的看到了自己的不足和优势，当我认真工作起来就会很投入，但是当我遇到挫折的时候我就会手足无措，毕竟还是学校里养着的学生，做起事情来一点也不老道。

社会实践让我提前了解到自己的不足，让我们在锻炼中学会客观地看自己，不要把自己看得比天还要高，以免以后毕业了择业眼高手低，到头来一事无成。我想这一次的打工，会永远记在我的心里，毕竟那是我第一次感到：无论什么事都不能靠别人，只有靠自己!但是这一切首先，是要拥有知识、能力还要有持之以恒的决心。没有足够的知识、能力是根本无法在社会上立足的。但是没有执行力，没有勤奋的努力，更没有成功的可能，有位名人说过，勤奋的人不一定成功，但成功的人一定勤奋过。作为现代大学的一名学者，我们应有清晰的头脑，客观的目标，勤奋的努力，来实现我们的人生目标。

2024大学生寒假心得体会篇4

时间一晃而过，转眼间社会实践快结束了。这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。在这段时间里您们给予了我足够的宽容、支持和帮助，让我充分感受到了领导们“海纳百川”的胸襟，感受到了“不经历风雨，怎能见彩虹”的豪气，也体会到了煤矿工人的艰难和坚定。

在这段时间里，在老师和同学的悉心关怀和指导下，通过自身的不懈努力，各方面均取得了一定的进步。社会实践期间，我利用此次难得的机会，努力学习，严格要求自己，认真学习专业知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的专业技能，从而进一步巩固自己所学到的知识，为以后真正走上工作岗位打下础。社会实践期间努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在社会实践期间能够遵守纪律，不迟到、早退，认真完成各老师交办的工作，通过本次社会实践，我们学到了很多课本上学不到的东西，并对煤矿井下生产有了更深的认识：

1、安全教育的形式要不断增强安全教育的实效性，着力构建安全教育的长效机制，实现安全教育的正常化、制度化、规范化。安全教育不仅要保证数量，更重要的是保证质量，切忌搞一刀切、一个模式。必须根据企业实际情况，根据不同的工种、不同的岗位、不同的人群，开展不同形式的、富有针对性、职工喜闻乐见的安全教育活动，把对职工安全理念的培育、思想行为的引导，直接融合到安全生产过程中，达到人人讲安全，事事讲安全，不安全不生产，一切为安全让路的状态的环境

2、要把安全教育作为一项长期性的重要任务把安全教育作为一项长期性的重要任务，贯穿安全生产的全过程。要把安全教育工作作为一项长期性的工作来办，仅靠一两次的教育就让职工始终按章作业正规操作是不太现实的。必须做到常抓不懈，持之以恒。不要等出了事故紧一阵，开展活动忙一阵”的做法，更不能心血来潮，忽冷忽热。要树立长期抓的思想，切实把安全教育作为一项长期性的重要工用任务，制定长远规划，持续不断地对职工进行安全教育，使职工真正在思想上认清：“煤矿安全生产最大最危险的隐患是人的不安全意识和行为”所造成的，但安全事故都是由违章造成的”，“违章作业就是自杀，违章指挥就是杀人、犯罪”，从而牢固树立“安全第一”、“人的生命高于一切”的安全价值观，自觉地抵制“三违”，远离“三违”。

3、职工是安全教育的主体安全教育必须坚持以人为本，注重研究职工在安全生产过程中的思想、行为变化规律，研究不同层次的职工群体对安全生产的心理需求，研究预防为主的安全教育内容和手段。要围绕不同时期、不同阶段、不同季节的安全工作情况，针对常见事故的类型和发生地点，针对安全薄弱地点、薄弱人物的具体情况，有的放矢地对职工进行教育。要把以人为本的思想教育与法律约束、行政监督、经济和奖惩等多种手段有机结合，贯穿于企业管理、生产经营、法律法规等各项制度中，这样才能有效地增强安全教育的整体能力，提高安全教育的实效性。要不断创新教育形式和载体，积极探索安全教育的最佳方桉。下矿井之前应该做的准备：

1、了解本次下井所经过路线的安全条件和工作环境的安全条件及紧急情况下的安全逃生路线和方法。

2、人井人员在人井前，一定要吃饱睡足休息好，并且人井前严禁喝酒。

3、人井前要穿戴好安全帽、工作服和胶鞋，做到整齐利索；脖子上最好戴一条毛巾，既可擦汗，又可防矿渣掉落到衣服里去，在自救互救中也可能用上。

4、接受岗前培训，取得安全资格证书方可人井。每个在井下工作的人员都必须熟悉自己工作地点的各种灾害情况的避灾路线。

5、必须遵守入井挂牌登记制度，登记后方可人井。

6、人井人员必须随身携带矿灯等照明灯具。

7、随身携带的`锋利工具，如瓦刀、斧子、锯等必须套上护套或装人工具袋，以防伤人。

8、每个人井人员都必须自觉参加班前会，明确当班生产任务和安全注意事项，防止发生事故。矿井参观的感想：刚一到矿区就被它的整洁所震撼，在我想来，煤矿都是又黑又脏、灰尘满天的代名词，可是大湾煤矿不然。一走进矿区：平整的草坪、绿绿的树、整洁的路、楼内更是窗明几净，墙壁雪白。当我们站在煤矿作业区的桥上时，远看宽大的开采区景象，听着工作人员的解说，尤其是当看到开采原煤所用长龙似的火车装运时，大家无不感叹平顶山资源之丰富，企业规模之大。这种火车配20多个车厢，每个车厢可以装载吨上好的煤炭，！眼前的这一切征服了当时在场的每一位同学，大家纷纷站在桥上，和火车留影矿井防尘：地面空气进入矿井后，由于矿石表面的氧化、木料的腐烂、凿岩、爆破及装运等作业产生粉尘和有毒有害气体，致使矿井空气成分发生变化，不同于地面空气，称为矿内空气。矿内空气的变化，造成矿井作业环境恶劣，空气质量和气候条件很差，有害矿井作业职工的安全与健康。因此，必须进行矿井通风与防尘。供给矿井各工作面新鲜空气，排除、稀释有毒有害气体及矿尘；改善作业环境，保障职工的身体健康，提高劳动生产力，避免或减少灾害事故。矿尘对人体危害主要表现为：

1、有的矿尘会产生爆炸，造成国家财产损失和人员伤亡；

2、如果工人呼吸过多，会导致矽肺病，影响职工身体健康。为了预防矿尘危害，我们必须充分利用现有条件进行防尘工作（湿式作业、使用水泡泥、喷雾洒水、加强通风、戴口罩工作），减少矿尘危害。我井机采队、炮采队、放炮落煤（机采做机窝）后，煤尘浓度远远超过爆炸界限，因此，在爆破时，必须打开设置的水幕和使用好水泡泥。煤矿安全教育：煤矿安全是一种多因素、多环节、动态复杂的系统工程。据统计，全国工伤事故最多的是煤炭工业，煤炭工业中80%以上的事故是由于违章作业、违章指挥造成的。其中，人的不安全行为在煤矿事故致因中占有决定性的地位，而煤矿职工的心理隐患是不安全行为的根子，所以，早就有专家断言——研究矿工的安全心理素质，寻找出一套强化心理素质的好方法，对尽可能多地防止和减少事故有着特别重大的意义。在以后的路途中，我会更加多的实现我的梦想，多到基层中去感受社会实践，更多的了解到我们国家的国情，在了解到实际情况后能够相处更多的解决方案来，让我们的国家的生产更加的合理，安全！

2024大学生寒假心得体会篇5

社会实践对大学生来说是一个锻炼的过程，是一个大学生处理问题的能力不断提升的过程，因此首先要明确对待社会实践的态度：我们要能吃苦，认真踏实。同时对待结果，我们应有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功作为自己的目标和追求。

在实践的过程中大学生可以更好的运用理论知识，做到理论和实践的结合，同时深入外地调研，还可以拓宽知识面、开阔眼界、了解当地的社会经济发展以及与我队调研主题相关的农民工权益的保障和实现问题，让我们能更好地接触社会、了解社会、融入社会。除此之外，这次的社会实践还让我学会了树立了浓厚的团队协作意识，认识了更多的朋友。

在天津考察的一些农民工大都是在此短暂居住，打工时间较短，是背井离乡来到此地，而孩子们都在农村老家成了留守儿童。部分农民工反应工资发放不及时，农民工并没有享受到保险的权益以及每年过年回去买火车票极其地困难，并且还经常买到的是没有座位的票。还有最为重要的一点是农民工在当地会收到本地人的一些排挤和嘲讽，这也给农民工的心理带来了巨大的伤害。这种种都表明：天津农民工权益问题的保障迫在眉睫，需要政府的大力支持和社会舆论的积极引导。关注农民工权益，关注留守儿童。

希望社会上的人都能用自己小小掌心的温度来驱赶农民工世界的冷漠，让社会更温暖，让我们的明天更美好。

在这次寒假社会实践中，我懂得了理论与实践结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度的启发。这次的实践只是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

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