# 有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字(八篇)

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2024-07-22

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。有关大学生实践报告...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇一**

由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。

第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚那工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。我的工作其实没什么时间规定，老板是一家开米厂，我一般只要坐在办公室里称那些稻谷的重量，然后在他们下完稻谷之后，退一下皮。操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，有时候一天或一次性有好多车稻谷来卖，一车一车，我就会忙不过来，还会出差错。有时不记得写卖稻谷人的名字，有时又忘记了写稻谷的品种，年月日有时也忘了，真觉得那时自己灰头土脸的。这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。刚参加工作的我刚开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被吵鱿鱼了。卖谷的人有时也很烦，他们有时不懂电子称，就不大相信我们，就和我们吵，没办法我只得和他们一遍遍的解释。还有人怀疑我们地电子称上搞鬼，说我们稻谷少了称，没办法我又不能发脾气，也不能和他们吵，为了米厂里的生意，只能和他们心平气和的讲解电子称是很标准，是电脑样的东西不会有问题的。还有时为了一些生意上稻谷价格的事，他们也会和我们吵，有时也会扯进我，受了气也只能自己吞，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识。

办公室里有一台电脑，因为经常在家玩电脑，对电脑比较熟习，打字也还好，老板就经常拿一些文件让我打和修改。老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里大少爷的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

20天的假期打工实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是假期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。20天的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结:

1、要善于沟通:碰到那些做生意比较坏的人和那些比较固执的人，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都想通的时候，我心里真的很有成就;当然和老板也要好好的沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什么问题要经常和老板沟通沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2、要有耐心和热情:在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心;他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

3、要勤劳:有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那些生意人，有时也会得罪老板;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

社会实践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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇二**

暑假对于我们来讲是个难得的假期，因为在这段时光里我们能够掘起所好，做很多自我想做，但平常又没有时光做的事。满满当当的安排假期生活，快乐又充实。很多都会选取抓住机遇，做一些社会实践活动，用心投入到社会这个圈子里，既锻炼潜力，又能增长见识，何乐而不为呢？

两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日待在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

整个八月份的时光我都在打工，这次选取的工作地点是在xxx店，因为九月份开学的来临，所以选取做马培德文具的暑期促销工作。八月份这个时候，面临孩子们的开学，几乎每家大型超市都会有这个学讯的促销，商场里的各大文具厂商也会开始降价，以便吸引学生和家长的眼球。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作就应会很简单。但是不然，上班之后，不久要按xxx员工的上班时光，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每一天坐公交车还是有点辛苦。去年我在太平洋全兴店给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较简单的，只用负责自我份内的工作就好了，但是在超市里，每个厂商的促销员不仅仅要负责本厂商的促销工作，每一天还要帮忙xxx负责本课其他的商品。例如给在文具区域的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每一天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每一天的工作不仅仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。刚开始的时候，我对帮忙其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个厂商做促销工作，其他的工作不就应我负责。但是工作几天之后，我也明白了这些好像都是超市里面的规矩，作为促销员不仅仅要为厂商工作，同时还要为商场工作。此刻的超市其实也是在节约成本。所以这些我每一天都已经习惯了，忙忙碌碌的，也很充实。

超市里每一天都会碰到各种各样的顾客，偶尔也会碰到外国的朋友，这个时候正好是练习自我英语口语的机会。大多数时候还是一些家长带着孩子来买开学的学习用具，这样的场合，能够培养自我的沟通潜力，和自我的表达潜力，这些都是在学校里学不到的，是靠自我在社会上的积累得来的。此刻的我们赚钱不是主要的，作为学生，就应一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自我找工作，实践社会的资本。

在xxx里面工作，我还是看到了超市里面管理上存在的一些问题，虽然我学的并不是工商管理。例如有些商品需要放在花车上，这天看到同事很辛苦的把商品一个个摆好，明天领导来了，又让把商品摆放在其他的位置。这样的事情经常发生，很浪费时光和人力，我觉得这些就就应尽早安排好，不要等到都做好了又否定。我还碰到了一件事情，就是一件商品的价格在不一样的时光差了太多。工作的一位同事在今年六月份的时候买了一款全新的拉杆书包，心得体会特价xx元，因为当时可能是还剩了很少的货，所以价格很便宜。八月份的时候，厂家又来了很多同款的书包，这款书包的原价是xxx元，此刻促销价是xxx元。同一商品xx元和xxx元之间真的差了很多，六月份的时候买书包的顾客很少，难道是因为此刻要开学了，买书包的顾客每一天都有很多，所以这价格就相差了这么多？此刻的顾客都觉得大型超市里面的东西比较公道，有一次我遇到一个厂家，从她的口中我得知了一款书包超市的进价是xxx元左右，此刻销售给顾客的价格是xxx元左右，一款书包超市的利润就将近五十元左右，利润相当于进价的二分之一，所以超市每一天的利润就应是很大的。

x月xx号，短暂的实践生活就这样结束了，除了收获，还有很多值得我思考的问题……

这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。工作的时候要学会全力以付，不要太计较自我付出多少，尽量做到多做事，做有用的事情。自我努力的工作，旁人也会看到。不管怎样，重要的是工作的成效和业绩，这才是领导看重的。

不管做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，个人简历只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

社会实践能让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的潜力和表达潜力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自我的奋斗目标。期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以上就是我的暑假的经历和感受，虽然不是那么的轰轰烈烈，也不是平淡无味，但至少它是充实的，给我或多或少的带来的对于人生感受，和必须的影响吧！

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇三**

夏日里长长的暑期激起了我要在暑假参加社会实践的决心其实自己老早就有这种想法了我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会，以前总是在爸妈的庇护下长大不知外界社会如何现实。我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

临近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑期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，可以有助于大学生接触社会，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回报社会的一种良好形式

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚家工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。 办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里大小姐的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、 要善于沟通，像和同事之间等

2、 要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑

3、 要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做；社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那梨园些生意人，有时也会得罪老板；刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇四**

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。20xx年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到xx红十字医院（原xx职工医院）实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信犹然而生！

看起来很简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了！”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的`时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的xx天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质：

1、思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神：真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。

2、专业素质：护理人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。

3、科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于控索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断控索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇五**

在这个火热的夏天，我暂别了大学中舒适悠闲的生活，和同学一起进行了暑期社会实践调查活动。在这次的活动中，我学到了许多学校学不到的知识，也有了许多的感悟。

我们这次调查的主题是有关大学生就业的问题。在此之前，我并没有参加社会实践调查的经历，所以我并没有什么实际经验。因此我更想要看看我能否很好地完成这次社会实践调查任务。同时，也想通过亲身体验让自己更进一步了解社会，在实践调查中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己能否胜任面向社会的工作。想通过社会实践调查，找出自己的不足和差距所在。

从这次的调查活动中我认识到，作为一个二十一世纪的大学生，不仅要学好书本的理论，更重要的是能把书本上的理论转化为实际行动，动脑的同时也要会动手。如果没有了实践，理论将会是一纸空文，无用武之地。如果没有了实践，我们所学的知识也就不会再有发展。因此我非常重视这次的社会实践调查活动，因为这是一次难得的机会，可以检验和巩固我所学的知识。

社会是一所能锻炼人的综合性大学，只有投身到社会中去，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，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。而社会实践调查活动就恰好给我们大学生提供了接触社会、深入了解社会的良好机会，这也能让我们运用所学知识技能，发挥聪明才智，为以后走上社会做好准备。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践调查使我们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。。。”。社会实践调查并不像我们最初想象的简单，而是充满了艰辛和挑战的，但我们选择了坚持。在短短的几天的社会实践调查活动中，我有了前所未有的收获，也有了许多深刻的感悟。

做完了这次的社会实践调查后，我更加了解到我们大学生在就业中存在的问题，当然问题是多方面的，但我们还是能在我们自己身上找到一些不足。社会是日新月异的，所以机遇无处不在。因此我们首先要学会的就是把握好机遇，不要好高骛远错失良机。同时我们每一个人都是同社会、同国家有着紧密的联系。因此我们应该时刻关心社会的最新动向，千万不要两耳不闻窗外事。只有紧跟社会的动向，了解社会现实，才能为自己的人生做出正确的选择。

在这次假期的社会实践调查活动中，我抱着提高自己社会工作能力的目标，努力完成这次社会实践调查活动，同时也从调查活动中检验自己的工作能力。在这次的社会实践调查中我收获不少，其中我认为以下四点在完成调查的工作中是最必不可少的：

一。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。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，谈话时有冷场，这是很尴尬的。但经过这次的调查工作后，我与人沟通的能力有所进步。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，良好的沟通能使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。

二。在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在工作中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系，重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的。没有第一次又何来二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三。在社会中要克服自己胆怯的心态。实践活动没开始的时候，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。但其实有谁一生下来就什么都会的，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。几次的尝试后就可以克服自己内心的恐惧了。如师兄师姐所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”有句话说得好：“只有征服自己才能征服世界。”我相信只要有勇气，一切事情都会变得简单起来。

四。工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。在这次的社会实践调查活动中，我深深地感悟到知识犹如浩瀚的大海，而且相互交织。我们想要完成这次的社会实践调查，还需要许多其他的知识。因为一份社会实践调查的制作需要多方面知识的应用，因此我们需要查阅大量的资料，学习新的知识，才能完成一份有质量的社会实践调查报告。

在这次的社会实践调查活动我学到了许多东西，如强化了我独立思考、独立工作和独立解决问题的能力，但我也发现我还有许多不足的地方，因此我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇六**

暑假过去两个星期后，刚放假时的那种兴奋就已经消失殆尽了，怀揣着90后独有的寂寞，我觉得自己的这个暑假是该做点什么了。班上很多同学到各单位实习，我认为既然大四要去实习，没必要提前去体验。做什么社会实践好呢?有家教、做短工、摆地摊等等多种方式，每一种方式都有其利弊，选择的过程实在就是对自己的一种锻炼。经由几天的调查分析讨论，我最终终选择了自主创业(如果摆地摊也算创业的话)。

找来两个老朋友，大家一拍即合。经过分析讨论，我们决定卖一些年轻人喜欢的小商品。主要原因有三个：一、天时。正值暑假，学生都放假回来了，所以永远不缺乏我们需要的年轻消费者。二，地利。合作伙伴之一开林的家就在清远市中心的城市广场附近，摆摊收摊都方便，而且能迅速占领有利位置。三、人和。我们针对的消费对象主要是年轻人，我相信年轻人才能更懂年轻人。

我们的主打商品有三种：一、新潮手表。虽然时下年轻人几乎都用手机代替手表看时间的功能，但是偶尔外出或者聚会也可以带上手表，这里除了看时间之外，更多的是一种附属的装饰品。因为我们进货的手表符合时下年轻人爱扮靓的需求，属于比较耐看的手表。年轻人就喜欢追求一些比较新奇的产品。我们都喜欢能够张扬个性的东西。因而我打算进一批很潮流的手表就是专门卖给他们的。二、个性卡贴。像我们大学生一族就会比较喜欢在校园卡背面来贴张卡贴。既时尚又美观大方，富有个性。而且又可以很容易认出自己的校园卡，防止因为粗心大意乱扔而不好寻找，我想应该也是能得到他们的亲睐。三、神秘太阳箱。时下流行一种塑料小箱子，白天是一个好看的摆饰，不需要电池就能发出一种神秘的暗光且有多种颜色可选择，非常漂亮，深受学生的欢迎。

我们实行股份制，每人出400就有1200元了。拿着那1200元我们就去清远市的义乌商贸城进货。我们走进一间比较大型的店铺看货，由于不知道各种品种的价钱，所以只能对着每种款式问店家批发价是多少，还要用本子记着以便确定各个款式之间的数目搭配。问了几回之后店家老板娘不高兴了，语气很冷地问我们到底买不买，到底是干什么的。我们一愣，知道被当成是商业间谍了，脸刷一下热了。也是，我们两个年轻人，一看就知道没什么钱，而且还问来问去而且还要记下来，不怀疑才怪呢。我强装笑脸跟她说：“我们真的是来批发的，你要相信我们啊!”这次老板娘语气不仅更冷，而且还犀利了：“我就是不相信你们呢!”老板娘这么一说，我们只好马上开始拿货，一边拿货一边继承询问批发价格，后来男老板看到我们是真心拿货，也看出我们是第一次做买卖，于是很热心地协助助我们搭配货物，告诉我们一些做买卖的经验教训。在他的帮助下，我们很顺利很快速地配齐了所需的货物，货款总共是967元。

进货回来后当天晚上我们分头去城市广场附近调查了各款产品的市场价格，接着回来就定出了我们的销售价。对每一款产品我们定了两个价格，一个是喊价，比市场价略低，一个是保底价，是最低限价，以免被顾客砍价砍过了头。第二天，我们就开始了地摊生活。

下午5：30我们就准备好出门了，来到城市广场人流还挺多，但出来摆摊的比较少，很快就在一个路口旁安营扎寨。太阳还没下山，没多久我们三个都汗流浃背，于是就收好东西偷偷进去有中央空调的商场里面摆，一单生意没做成，商场保安又把我们轰了出去，我们不得不又回到原来那路口。天色渐暗，出来摆摊的人越来越多了，慢慢我们发现其他摆摊的人都带上凳子，而我们都只能站着。吃完晚饭出来逛街的人越来越多了，有一个年轻的女孩看中了一只带有爱心的手表，问了我价钱怎么卖。我在进货价的基础上要高了15元，她就跟我讨价还价，能不能便宜一点?最后我让了她5元，说这是最低价了，我并没有什么利润，但求薄利多销。她就掏出了前来很开心地买了手表。我还不忘跟她说，美女帮我宣传宣传，我们卖的这手表美观大方，质量过硬，希望你的姐妹们也可以过来买。她跟我说，一定一定。于是，第一笔交易我净赚了10块钱。之后有些学生对我们的卡贴感到兴趣，挑了又看，看了又挑。我们不断跟他们灌输一些个性，抢眼，年轻人最酷的选择等字眼介绍我卖的卡贴。本来我们成交价是3块钱一张，5块钱两张。后来他们说能不能便宜一点?我就把价钱定位压在2元一张。他们和我成交，挑了几张自己喜欢的之后，都很高兴地走了。我们一直摆摊到晚上9点钟才离开，这期间陆陆续续有人过来询问手表和卡贴怎么卖?我们都耐心地跟他们解答了，最后有做成交易的，有没说什么就走的，有的说下次再过来买就走的(估计下次过来买的可能性很小)。站了3个小时，回到开林家时我们都累瘫了，最后盘点了一下第一天的战绩，除去3瓶康师傅绿茶12元、坐公交车8元，纯利43元。虽然赚的钱不多，但毕竟是第一天也满足了。古人说酒香不怕巷子深，其实这句话在今天我就觉得不适用。好的产品也需要宣传，也需要让更多的人知道。于是我们向各自的q群、qq好友发布我们在城市广场摆摊的消息，让更多的人知道。第二天我们6点钟才出发，这次带上了凳子和水，省钱省力。以后的几天收到消息的朋友也纷纷过来看看我们的摊，有的会买几张卡贴，有的会买个太阳箱送女朋友，也有的想要加入我们的团队。摆了9天，我们的货已经不足够摆摊了，该体验的都体验到了，经过商量决定从此收摊，剩下的少量存货自己用或者送朋友。在摆摊的这9天里，我们都是6点出发，9点收摊，手表一天最多卖出7、8只，最少也卖出2只;卡贴最多卖出大约20张，最少也有3、4张;太阳箱虽然一共才卖出24个，但是每个大概20元的利润也挺满意的了。

回想摆摊的9天，有当初的兴奋，也有过怯懦，有难过的时候，有和一些叼蛮顾客争论的时候，有发现新的问题全身热血沸腾的时候······很多很多，但看到最后的收获，一切的都是值得的，尽管每人才赚300元，但似乎每一分我都能说出它的来历，格外珍贵。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;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掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务，作为一名警校生更应如此。没有鼓动大家都去摆地摊闹着玩，不过如果有空去尝试一下，也算是一次不错的体验社会，积累人生经验的机会，相信你会感悟到一下你平时感觉不到的东西。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇七**

报告人:\*\*系\*\*班

实践主题:跨专业的办公室实践

时间:20xx年1月15日至2月10日

地点:\*\*校办公室

为响应学院有关大学生社会实践活动的号召，本人积极参加，认真的完成了社会实践活动，现将此次实践活动的有关情况汇报如下：

我的家乡地理位置偏僻，经济极其不发达，没有什么机械类工厂可以供我学习实践，于是我来到了我的母校----\*\*校办公室开始了为期近一个月的社会实践。对于学模具专业的我，对办公室的文书工作生活还不很熟悉，此次社会实践给予我很大的帮助。我加深了对社会的认识，渐渐熟悉了办事程序。近一个月来，我积极配合办公室的其他老师参加文件处理工作，整理档案，并做一些文字修改工作

通过此次社会实践，我学到了很多在我这个专业上学不到的实践经验：

第一，耐心。

办公人员需要批复大量文件，简单重复的工作是主题。浮躁缺乏耐心是无法做好工作的。对于学模具的我在毕业后的前几年里，必将在工厂中长时间负责同一工序，成天面对冰冷嘈杂的机械设备，工作环境狭小单一，久了难免感到疲倦。然而即使这样还是必须有充分的耐心，否则工作难以完成，更别提想要升入高层。

第二，细心。

在办公室学习过程中，学校老师认真细心的工作态度和详实具体的工作方针给了我很深的印象。现代机械设备需要很高的精密度，在模具画图标注数值符号时，零点一毫米的错误都可能使一台机器报废，造成巨大的经济损失。通过近一个月的工作，我逐步改掉了粗心的坏毛病，这对我在今后的学习和工作中定是一笔不小的财富。

第三，待人接物从容不迫。

这次实践让我见了世面，开始改掉见人退缩的毛病，逐步学会大方的对待每一个人，搞好和同事领导的关系。这是我走向社会的第一步，也是最基本的要求。

**有关大学生实践报告心得体会 大学生实践报告心得体会300字篇八**

开学了，意味着一个月的假期就这样匆匆结束了，还意味着我这第一次的社会实践也结束了。整日待在象牙塔中的我，第一次尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。个人简历我庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。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；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，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。

一个月的社会实践，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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我的意志力得到了不少的磨练。我开始明白：大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代的需要，做一个对社会，对人民有用的人。

对于大多数学生而言，挣钱是打工的首要目的。有的却认为挣钱并不是大学生打工的惟一目的，不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。因为打工一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。而且对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力，一箭双雕。不言而喻，无论谁都不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强。

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。先就业，再择业！教授的话时刻在耳边围绕。在现今社会，招聘会的展板上都总写着有经验者优先，可君有谁想身处校园的我们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，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，在瞬息千变万化的社会中崭露头角，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践—走进职场。在工作中，别人一眼就能把我认出——我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们说从我的脸上就能看出来，也许许多没有经历过社会的打工的同学都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我行！

虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。我不再是父母含在嘴里，捧在手心的娇娇女。这里的工作繁而重，不会有人像在家里，校园里一样分配你，帮你去完成，也不会因为做好了就夸你，一切必须靠自己，我要自觉地去做，而且要尽自己的努力做到。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，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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，心得体会也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力！

记得开学初老师曾经说过大学是一个小社会，但我总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。而走进企业，接触各种各样形形色色的人和事，人事关系错综复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。我深深体会到，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人吃尽苦头呢？这是社会与学校脱轨了吗？

但我觉得老师是正确的！尽信书，不如无书！事不目见耳闻而臆断其有无，可乎？书上得终觉浅，得知此事要躬行！作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，处理一些社会上发生的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。我们不可能永远是学生，只懂得纸上谈兵是远远不够的，以后的人生旅途是漫长的，我们终是社会一份子，与社会交流，为社会贡献是我们的义务和责任。

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在假期有充足的时间进行社会实践活动，是给了我们一个提高自我能力的重要机会。在实践过程中自己更进一步的了解了社会，并且在实践中增长了见识，锻炼了自己的才干，找出自己的不足，能够不断地去完善自己。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找