# 最新暑假实践活动心得体会1000字(3篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-06-17

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。暑假实践...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**暑假实践活动心得体会1000字篇一**

意想中的暑假是快乐无忧、笑声常伴左右的。但所有的一切都出乎了我的意料，这个暑假是枯燥乏味，毫无生机的。唉，这还没有放假呢，就被考试折腾成了一支“落汤鸡”。本以为放假之后，可以尽情的放松一番，调节调节心情，但就在有这个念头不久，假期补课这个“噩耗”就传来了，弄得我像被霜打了的茄子，似乎所有的念头一下子都跑到了九霄云外。

在学校补了几天课后，不知由于什么缘故，不补了。这可把我高兴得如一只脱笼之鹄。但好景不长，父母一向是望子成龙，望女成凤，所以他们又把我送去“充电”了。这可把我气的火冒三丈。我这个人，该学习的时候绝不马虎，不该学习的时候就连阎王老子拿我也没有办法，这可是天下“无人不晓”的。为此，我就抠了一肚子火，真不知道这个暑假是属于谁的。

补课期间，我不甘心自己的暑假就这样在别人的控制中度过，于是便想玩个痛快、刺激点的，所以就学着别人逃了一节课。谁料这一逃，就把我推进了“火坑”，不知是谁向老师通风报信，还是我留下了“蛛丝马迹”，给老师的“火眼金睛”给发现了!此后我每天都在躲躲藏藏、心惊胆战中过日子。补课接近了尾声，我的心才渐渐平静了下来。

补课结束后，我唯有一个愿望，就是静下心来安度“晚年”，但同学的一个电话又把我搅得“鸡犬不宁”。她让我和她住宿，我犹豫了，因为我要和父母商量一下，才能给她答案。我照实说了。但我知道我这样说纯粹是安慰她，因为我知道，父母的答案一定是“不行”。但我还是抱着试一试的想法。晚上，我便试着去闯父亲的“鬼门关”，没想到，这一关竟然顺利通过!我兴高采烈，满怀信心的又去闯母亲的“十八罗汉”。但是，这一关我没有闯过去，反而搞得我是伤痕累累。此前我抠在肚子里的火气一下子全都冲着母亲发了出来，引来了母亲的一顿“拳脚”。我满腹委屈，泪水在眼眶里打转，但我不敢说一句话来反驳，于是我采取绝食的办法来对抗母亲的“暴力”。唉!但由于我天生是个“馋嘴猫”，才绝了一天，就忍不住了。 就这样，“绝食风波”平息了，暑假也在刺激和无奈中过去了!

我的暑假没有名胜古迹来丰富我的阅历，没有笑声陪伴我的左右，只有老师的抑扬顿挫和爸爸妈妈的“鞭策”。悲哉，我的暑假生活!

暑假实践活动心得体会800字【篇5】[\_TAG\_h3]暑假实践活动心得体会1000字篇二

时间如同白驹过隙，一转眼，我即将告别高中的生活，奔向大学。现如今，想要立足于社会，仅仅靠书本上的知识是远远不够的，我们还应该不断提高自己的社会实践能力，将理论运用到实践中，把理论与实践有机地结合在一起。经济系根据团中央及院团委的相关精神，为了进一步充实学生的暑期生活，全面提升学生的综合素质能力，同时也为了学生在今后的学习、生活和工作中能够更好地发展，特意安排了社会实践活动，要求学生们走入社会、走入公司实践。我积极响应经济系的号召，也想让自己的暑假更有意义。因此，我为自己找了一份暑期工作。从这份工作中，我学到了很多，也感悟了很多。

我是在本地的一家小公司找的工作。公司先把我派到当地的一家超市，让我做超市促销员。刚开始觉得这个工作挺难的，总觉得不知如何把东西卖出去。在一位员工阿姨的帮助、指导下，我逐渐地学会了如何把东西卖出去，也就不觉得那么难了。要想把东西卖出去，主要是需要我能够准确地抓住顾客的购买心理，热情一点，嘴甜一点，耐心一点。在超市里，我应该主动与顾客接近，拉进与顾客的距离，然后耐心地推销产品。几天后，我很快就习惯了这个工作，也认识了超市的其他员工。慢慢的我喜欢上了这份工作，尽管这份工作有点累，但是在我看来，累而充实的工作是值得的。

超市打工的这几天经历和在学校的生活大大不同，在学校的时候，每天有作息时间表的约束，我们通常是按部就班的做事情。而在这里，和学校比起来有更多的自主性和自由。我可以无所事事地随意逛，也能像木头似地呆在那儿，我还可以主动出击，与顾客接近。这个工作很大程度地锻炼了我的胆量、语言交流能力和心理洞察能力，我必须很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应。我必须主动努力才可能继续干下去。在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总有着那份纯真，那份真诚。可是在社会中，优胜劣汰，只有胜利了，才有机会被留下。你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。

在社会中我接触了各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方。只有不断地学习，我们才能进步。这次的社会实践让我收获不少。在这,我总结认为以下4点是在实践中不可缺少的。

(1)要自信。相信自己，自信是迈向成功的第一步。相信自己并不比别人差，有自信我们才能笃定前行。

(2)学会微笑。微笑拉近了彼此的距离，真诚的微笑能够赢得别人的好感，也最能感动人心。微笑是开放的花蕾，是人心中的天使，是微笑给了我们一切。

(3)要坚持，不轻言放弃。在工作、学习、生活中遇到困难，要坚持下去，迎难而上，而不是退缩。

(4)善于与别人沟通。沟通是人与人交流的桥梁。有效的沟通可以减少事件的困难程度。

这次实践活动，丰富了我的实践经验， 增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为我认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

暑假实践活动心得体会800字【篇4】[\_TAG\_h3]暑假实践活动心得体会1000字篇三

暑假里，我与家人看电视剧《家有儿女》中有这么一段：剧中三个小主人公在家干家务，家长为了奖励他们，按功劳给他们“发工资”。这不看到好，一看，就激发了我的灵感：爸爸妈妈，你说，我每天都刷碗倒垃圾，是否也该发一份薪水了?开始他们还没同意，经过我的一番苦苦相求，他们终于答应了。

第二天，爸爸妈妈给我一份不平等条约，内容如下：乔羽同学被聘为家庭勤杂工(包括地面，墙壁，家具等卫生)，每月薪水30元，质量不好，扣当日工资;旷工，偷懒则扣双倍，试用期一月。

于是，我便开始忙活起来。吃过饭，爸爸妈妈碗筷一扔就看电视去了，只有我在厨房为“锅碗瓢盆”洗澡。十分钟后，一切收拾妥当，我才能回到我的“自由空间”。晚饭后，我还得领着个扫把和拖把把地面清理干净。妈妈和妹妹有时也帮我收拾收拾，让我也偷懒一下。

经过半个多月，我干得不错，得到了家人的赞扬，然而，我却渐渐变懒了，做什么事情都要磨蹭半天，惹得老爸几次想扣我工资，为此，爸爸找我谈了此话：“乔羽，你如果想挣这笔钱，你就应认真干，要不，就别干。爸爸妈妈让你干，就是想给你个锻炼的机会，让你知道怎么在社会上生存。”是啊，明明是我提出的建议，我不能言而无信啊!

一个月过去了，共扣了5元工资，并用这些钱买了好多东西，这些事我劳动所得，怎么花也心安理得。

现在，我已经对这些或非常熟悉，已经习惯了“打工”生活。家是风和日丽的港湾，也是社会实践的地方。我要锻炼自己，是自己成为独立自强的人。

暑假实践活动心得体会800字【篇2】

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