# 最新寒假实践活动心得体会 双减寒假实践活动心得体会(精选12篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-07-11

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**寒假实践活动心得体会篇一**

寒假，作为一年中最长的假期，对学生们来说是放松和休息的好时机。然而，与往年相比，今年的寒假似乎并不平常。由于新冠疫情的影响，学生们无法像往常一样外出旅游或参加集体活动。然而，这个寒假，我有幸参加了学校组织的一项名为“双减寒假实践活动”，通过该活动，我获得了许多宝贵的经验和收获。在这篇文章中，我将分享我的心得和体会。

首先，这次实践活动让我更加了解社会中的种种问题和困难，增强了我对贫困地区人民的关怀和理解。我们组去了离学校不远的一个农村。在那里，我们帮助农民扫除农田中的杂草和垃圾。通过亲身参与，我意识到从事农业并非易事，需要勤劳和毅力。与此同时，我也看到了贫困地区农民艰难的生活条件，让我深感社会的不公平。这次实践活动让我更加珍惜现有的生活条件，并激发我帮助他人、改善社会的愿望。

其次，这次实践活动培养了我团队合作和领导能力。在农村的几天里，我们组成了一个小组，共同完成各项任务。每个人都有各自的分工，我们共同协作，达成既定目标。在具体的实践中，我发现团队的力量是无穷的，只有通过合作才能更快地完成任务。同时，我也体验到了领导的重要性。为了协调团队成员，我不仅要激发大家的积极性，还需要合理安排时间和任务。通过这次实践活动，我学会了如何有效地领导团队，同时也意识到合作比竞争更重要。

第三，这次实践活动开阔了我的眼界，让我更加了解不同的职业和行业。除了在农村的实践，我们还参观了一家工厂和一家学习中心。在工厂，我们亲眼目睹了产品的制造过程，并了解了各个岗位的职责。在学习中心，我们参观了各个专业的实验室和设备，与专门的老师进行了交流。这些经历让我意识到，每个行业和职业都有其独特的重要性和价值。不同的工作和专业需要不同的技能和知识，这也给了我更多的思考方向和未来的选择。

第四，这次实践活动让我更加深入地了解自己的兴趣和优势，为未来的职业发展做好准备。在实践活动中，我发现自己对医疗领域和科学研究非常感兴趣。通过和医生和科学家的交流，我对这些职业有了更深入的了解，并且对自己未来的发展方向产生了浓厚的兴趣。同时，在实践中，我也发现了自己的一些优势，例如分析和解决问题的能力以及团队合作能力。这些发现让我更加有信心和动力去追求自己的梦想。

最后，这次实践活动让我认识到，生活的意义不仅在于追求个人的幸福，更在于帮助他人、改善社会。通过实践，我不仅获得了宝贵的知识和经验，更加深入地理解了社会的不公和贫困地区人民的困境。因此，我决心在未来的工作和生活中，为改善社会、帮助他人尽我的一份力量。

总之，我通过参加学校组织的这次双减寒假实践活动，获得了很多宝贵的经验和收获。这次实践让我更加了解社会问题，培养了团队合作和领导能力，开阔了眼界，为未来的职业发展做好了准备，并激发了我帮助他人、改善社会的愿望。在将来的学习和工作中，我将坚持这种实践精神，不断努力进取，为自己和社会创造更美好的未来。

**寒假实践活动心得体会篇二**

除了在“教什么”上下功夫，我在“怎样教”也丝毫不敢马虎，我翻阅了《教育心理学》、《发展心理学》、小学语文、数学教学法等专业书籍，上网查询了有关经验交流，在充分尊重儿童身心发展规律的前提下开展教学活动。

第二，从事教学工作需要“耐心”：面对一个年仅7岁的一年级的学生，他对知识接受和记忆的方式和能力都有其特点和限制，我们在教学中不能从自身主观出发“想当然之”。对学生在学习中所遇到的障碍要“耐心”的讲解，一遍不行就两遍，两遍不行三遍，同时也应该反省自己的教学方式是否对路，切忌“简单粗暴”。

另一方面我及时将教学进展及时反馈给家长，有利于家长的配合与支持。同时，我还向多位我以前的老师请教，他们的经验都给了我莫大的帮助。

同时也发现一些了自己的不足，使我在以后的学习中不断的弥补和提高。可以说，这次实践让我是“受益匪浅”。

**寒假实践活动心得体会篇三**

实践是检验真理的唯一标准，我们从书本上学习到的理论知识需要全部运用到实践活动中去。下面是由小编为大家整理的“社会实践活动。

寒假”，仅供参考，欢迎大家阅读。

挥手告别了“一心只读圣贤书”的时期，步入了大学，一个从学校走向社会的过渡时期。在这个时期，我们开始逐步接触社会。这对我们有了更高的要求，既要注重理论学习，也要开始面对社会的挑战。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解社会、开阔视野、增长才干。此外，在社会实践活动中可以认清自己的位置，发现自己的不足，对自身价值能够进行客观的评价，从而使我对自己有一个正确的定位。

社会实践的第一天，受到xx市红十字会的委托，我做为家乡志愿者协会的一员，和其他志愿者一起慰问了一户特殊人家。临近过年，我们给贫困家庭带去了米、面、油还有大家集资的慰问金。虽然不多，但也是人们的一片心意。这一天让我体会到了许多生活的不易，同时使我感受到了我是多么的幸福，明白了即使生活中有再多困难也总有办法挺过去，只要有信心有毅力，就不怕眼前的困难。这次的慰问让我坚定了信心，以后我会给他们我所能给予的的帮助！

社会实践第二天，随着年味越来越浓，我来到了集市帮同学卖春联。从早上开始摆摊挂货、卖货，再到晚上收摊，这一天感觉很累，但也很充实。体验到了每份工作都很不容易，但看着大家买春联时脸上洋溢的笑容，我感受到了不一样的节日氛围。

越长大，越知道父母在目送我们远去时内心的牵挂。

经过这个假期的实践，我感触良多，见到了社会真实的一面，实践的过程我让印象深刻，它给我带来了很多意想不到的收获。在社会实践中我和很多人进行交流，从他们身上学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的知识，理解了从群众中来，到群众中去的真正涵义。认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

说百遍不如做一遍，大家都认为现在的大学生欠缺的就是实践。那么，xx商行的寒假社会实践就来了。

在培训之后第二天，黄墩支行就趁热打铁，组织我们第一批大学生进行了团体营销。在支行x行长和负责人x姐的安排下我们就带着火一般的热情开始了第一次活动。

首先我们在大厅帮助客户办理日常业务，尤其是帮助一些老人更换新的存折并在客户确认单上签字。这些老人非常高兴，说之前来办的时候自己什么也不懂，大堂经理顾及不到，现在有大学生的帮助，可以轻松办理各项业务，省时省力还能清楚明白地了解自己账户的情况。这时我就觉得虽然自己做的并不多，但是老人们都很开心，这也从侧面体现出此次活动的重要性，也让我们觉得及时帮助需要帮助的人是多么必要！

在最为关键的电子业务营销中，我们感触更是深刻：宣传电子银行业务的同时，设身处地从客户角度出发介绍适合客户使用的业务，这些话说起来容易做起来难。我们主动接触客户，为客户服务，齐心协力克服各种困难，获得了非常满意的结果。客户们都说学会网银，及时跟上时代的步伐，多亏了大学生们的宣传，能够学到简便的方法就不用每次业务办理都要到柜台，提升了办事效率，也方便了生活，进一步增强百姓对农商行的业务自信。

电子银行业务的推广能够跟上社会主义新农村的发展脚步，推进城镇一体化，也促进农商行的发展。但是在活动中我也发现网银的使用量虽然在不断增加，但在农村的大背景下，推行电子业务还是有很大的阻力，我想这也是作为社会实践的大学生和银行工作人员都需要克服的问题。不过呢，我相信把工作人员的经验和大学生的创新意识有机结合起来一定能够有效解决这个问题！

在这次短短的团队营销活动中，我们不光对个人的网银业务有了更加熟练的掌握，更是整体提升了自己的价值，营销策略在慢慢成形，沟通能力和换位思考能力在慢慢增强，工作的严密性和认真度在慢慢强化。我们每一位大学生都非常感谢xx商行创造这次机会让我们锻炼自己，我们也会好好把握，认真做好每一件事，在2025年春节xx商行的寒假社会实践中遇见一个更好的自己。

社会实践是大学生课外活动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，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、了解社会发展、民生实际，增长经验阅历，在奉献社会的过程中，树立远大理想，提高综合素质，为经济社会发展贡献智慧和力量的重要机会。作为一名大一的学生，社会实践应在结合我们实际情况，真正的踏入社会，而不是为了实践而实践。我觉得我们在社会实践前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从实践中锻炼自己、提高能力。所以，在这次寒假中，我在牡丹江市进行了一次社会实践活动。这次社会实践我主要的任务是在牡丹江市机电公司做装卸员。此次我是服务群众，深入基层，亲身体验家乡和人民生活水平所发生的巨大变化。主要负责施工材料装卸工作以及相应的整理工作。面对一系列繁忙的日常工作任务及繁重的外协、验收任务，我和现场同事们一起共同探讨，在工作中找方法，从资料中找答案，以慎重的态度，完成了一项又一项的任务。从这些工作实践当中，这些工作细节当中积累和汲取了大量的宝贵的经验。

在这次的实践当中我受益匪浅。首先，此次社会实践活动给我自身带来了一些巨大的利益，我在实践的同时学会了很多在书本里学不到的知识，增长了社会经验阅历。虽说装卸工作看似简单，但其中有很多省力的技巧。我们在工作中要学会观察，把所要装卸的东西整理的规规矩矩，这样才有利于更有效率的完成工作。其次，这次社会实践让我看到了一些生活在基层的劳苦人民，体会到了民生，体会到了生活的不易。作为一名大学生，从来没有体会到生活的不易。在家里都是衣来伸手饭来张口的，父母也不让我做一点家务，生怕耽误了学习累坏了身体。但是这次实践活动却让我懂得了生活的不易。有很多上了年纪的人依旧战斗在这么辛苦的岗位上，但为了生活，他们从来没有叫过苦，说过累。作为社会的未来之才，我深刻的明白要从基础做起，只有脚踏实地，才能仰望天空。

这次社会实践活动我深入社会基层，了解了民生实际，自己也增长了社会经验阅历，在奉献社会的同时提高了综合素质，为社会贡献了微薄的智慧与力量。短暂的实践活动的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧。我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。并且作为一名大学生，我认为这样的社会实践是有必要的，为我们将来步入社会工作打下坚实的基础，是一项很有实际意义的活动。

现代社会中许多都是三口之家，在这里，我们并不难发现其实大多数养尊处优的不是父母，而是我们。可能因为我们大多数都是独生子女的关系吧！有的家长太爱自己的孩子了，那种爱不是真正的爱，那是溺爱。说到这里，培养孩子的自理，自立能力就变成了比学习成绩更为重要的当务之急。所以，做家务便成了培养孩子的自理，自立能力的首要选择。

做家务既是体力劳动又是脑力劳动。其实，在做家务的过程中我们学会了如何整理物品，如何把家务干的又快又好。在这个过程中，我们不难发现，做家务就像是学习，重要的是掌握好的学习方法。拥有了好的学习方法，做家务也就很轻松了，同时也达到了事半功倍的效果。

在美国，有许多打零工的“少爷”们。比如美国孩子—-17岁的史蒂文。他是父母的独生子，父亲开了六七家文具连锁店，母亲温妮是一家商业银行的业务巡视员，按中国人的眼光，他简直是一个“少爷”。可是他却利用假期来到奎恩镇帮助毕力夫妇修理破旧的庄园。史蒂文到小镇来，是温妮开着自家的“雪拂莱”轿车送来的。温妮说：“需要他干些什么说清楚，他一定会完成的很出色。”果然，史蒂文就住在那栋乱糟糟的房子里，每天就吃面包，喝热牛奶，每周回家改善生活。三周后，他把需要修理的地方拆除的干干净净，里里外外没积存下一点拆下来的东西。他也理所应当的得到了800美元。他的妈妈温妮说：“史蒂文上个假期去我们银行总部打工搞清洁。每天要扫四十多个厕所，同事们对我说，史蒂文打扫的厕所比以往任何一个清洁工打扫得都干净。”说着温妮露出了自豪的神情。

由此可见，我们要的不仅仅是学习成绩还有自理，自立的能力。一味地追求学习成绩，只会让许多孩子变成“高分低能”的人。在这个千变万化，科技发达的社会，我想肯定不会需要“高分低能”的人。亲爱的中学生们，请看看父母日渐发白的头吧！让我们多心疼心疼父母吧。

**寒假实践活动心得体会篇四**

本着回报社会，奉献社会的原则，我们部开始了我们有意义的寒假生活。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。人际交流与沟通，是每一个护理专业学生的必修课，可将其真正灵活的应用到实践中真的很不容易，也让我们领悟到了，讲话这真是一门艺术啊~毋庸置疑，我们的实践活动在各所在地市医院展开。

经过社会实践，我们从中能学到很多，从我们接触的每个人身上学到了很多社会经验，自我的本事得到了提高，而这些在学校里是学不到的。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。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。每一个大学生好高骛远的缺点在此也得到了很好的教育。在实践中，我们不仅仅能将课堂知识有意义的运用，还能亲近社会，提前了解医护，护患之间的一系列日常问题。

寒假期间，那些坚守岗位的工作者，是我们学习的的榜样。爱岗敬业，我们每一个人都应当践行的价值观念，在实践中让我们受到了熏陶和感染。也纵观了社会各界的百态。在学校封闭的环境中，我们无法接触形形色色的人，可如今我们有机会了。在他们的身上，都有着这样或那样的闪光点……社会真的是一本百科全书，让我们了解实时新闻，增长经验，奉献自我，服务大众。在实践中不断成长，在成长中不断领悟。唯有这样，我们才能算是真正的大学生，真正的四有青年!

赠人玫瑰，手有余香。远处的余香飘近，我们的青春在燃烧~用热血挥洒舞出了活力青春，用汗水淋漓谱写了奉献赞歌。人生的意义不在于索取，而在于奉献。经过社会实践，我们找到了新的舞台，我们得到了新的收获，我们学到了新的知识。作为共青团员，我们要有先锋模范之带头作用，在广大青年学生中作出表率与榜样，并在社会实践中锻炼自我，为祖国完美的明天奋斗!

**寒假实践活动心得体会篇五**

每到寒假，我们都迎来了一个长时间的假期，这是一个难得的机会，可以好好休息，同时，也是我们自我提高和成长的时期。为了充实这段时间，我们学校组织了各类主题实践活动。在这个假期中，我参加了其中一些活动，让我对未来有了更深刻的认识和更坚定的决心，也让我体会到团队合作和个人成长的重要性。

寒假期间，我们学校为我们组织了多样化的主题实践活动，其中我参加了一次社会实践。此次实践让我第一次走进一个真实的社会环境中，了解到了我们生活中经常见到的各行各业背后的故事。我们走访了几家企业，与企业负责人交流了解这些企业在发展过程中遇到的困难和解决方案。这些交流使我更多地了解了社会的现状和未来的走向，在社会实践中，我也锻炼了自己的社会交往能力和抗压能力，这样的实践可以让我更好地适应未来的社会生活。

我还参加了一次户外拓展活动，这次活动是在山区进行的，我们需要完成各种各样的任务。这让我意识到了自己的身体素质还有很大的提升空间，同时也让我深刻地理解到了团队合作的必要性。在户外活动中，我遇到了很多的困难和挑战，但是我总能找到解决问题的方法，并且帮助我的团队完成任务。这让我体会到了个人力量的有限性，同时也明白了团队中每个人的重要性。

既然是假期，那么我也应该给自己一点时间去学习新的知识。我参加了一次大学生创新创业的线上课程。这次课程内容丰富，让我了解到了创新创业方面的新思路和方法。同时，我也看到了很多优秀的同龄人，在课程中和他们互动，分享自己的创新想法和项目，让我在创新的路上更加坚定和自信。

第五段：总结。

在这个寒假中，通过参加主题实践活动，我进一步认识了自己，在团队中锻炼了自我，学习了新的知识，不断扩充了自己的眼界和见识。同时，也让我更加感悟到了“青春不应该浪费”的道理，明白了“时间就是金钱”的真理。在未来的学习和生活中，我会更加珍惜每一个机会，不断提升自己的能力和水平，成为一个有用的人，为社会贡献自己的力量。

**寒假实践活动心得体会篇六**

在现代社会中，因城市化的快速发展，农村地区的衰落问题越来越严重。许多城市的青少年缺乏与乡村地区的接触，这使得他们缺乏对乡村地区的真实了解。因此，寒假乡村实践活动为此而出现。其目的是帮助青少年更了解农村地区和农民的生活状态，加深对乡村地区的认识，同时也为青少年提供一个机会来展示自己的社会责任感和实践能力。

在寒假期间，我和同学们加入了一项乡村实践活动。我们首先来到了一个小村庄，开始了我们的实践活动。我们的任务是为当地老人们提供帮助，包括在农田里帮助收割农作物、给老人提供医疗卫生服务和在小学帮助学生们汉语和英语的学习等等。

在整个实践活动中，我们收获了很多。我们发现，这个小村庄中的老人们如此勤劳，乐观而又坚忍不拔。他们虽然贫穷，但是纯洁而幸福的生活状态给了我们极大的震撼。我们也感受到了乡村地区的生态环境和建筑风格的独特之处以及对社会的贡献。

三、实践活动的意义与价值。

这次参与乡村实践活动不仅帮助了当地老人们，更重要的是提高了我们的社会责任感和实践能力。在实践中，我们更加深入地学习了人与人之间的关系和互相沟通的重要性。我们还学会了怎样在不同环境中相互合作，如何在团队中有效地协作。这一系列的经历并不仅仅是我们作为一个人增长的经验，还对我们的成长和未来的发展有镇定的指引和帮助。

尽管我们的活动得到了一定程度的成功，但是还存在一些不足之处。最主要的是我们的实践能力还需要进一步的提高。同时，我们还需要更好地理解乡村地区和农民的需求。这是一项长期而不断的努力。

五、实践活动的结论与建议。

总的来说，寒假乡村实践是一场很有意义的活动。乡村地区和农民的生活是我们应该知道和了解的，同时我们也应该更好地展现出自己的实践能力和社会责任感。未来，我们应该在课堂和实践活动中加强这类经历，帮助学生们成长和发展。我们也应该多跟当地老人们交流，更好地了解他们的需求，并为他们提供更多的帮助和支持。

**寒假实践活动心得体会篇七**

在朋友的介绍下，我来到了保险公司，参加本学期的社会实践活动，7月13日上午我见到了黄老师，她一看上去就让人感觉到非常老练，也是代表现代职业女性的素质，更让人信任。今天就开始上班了，此行目的是对保险工作进行了一次深入细致的认识。

这是我第一次到保险公司参加社会实践活动，更多的是向前辈学习和自我努力。我国的保险事业已经发生了翻天覆地的变化，人们的保险意识得到了很大的提高，保险队伍的素质得到了加强。在政府的正确领导下，在中国保监会的监督指导下，人寿保险公司的业务得到了很大发展，各项工作取得了一定成绩，是与党的保险政策分不开的，是与全国保险人的辛勤工作分不开的，我在公司里能够深深的体会到了保险工作的重要性和必须性。业务人员忘我的工作精神和精湛的业务水平给我留下了深刻的印象。公司规定要穿职业装去上班，我第一次穿上了，从姑姑那里借来的正装，和新买的高跟鞋。一下子，觉得自己成熟了很多，不再是学生，是一个能担当的人了。真所谓，人靠衣装，佛靠金装啊。

我开始去的时候，因为没有参加上岗的业务培训，就先被分在一个离家比较近的银行网点跟一位向经理学习，开始的时候主要是熟悉一下业务，熟悉一下银行网点的环境，叫我用银行的机器和一些银行基本业务要填的单，向经理跟我讲了很多保险方面的基本知识，还有她是怎么把自己在大学读的专业跟工作连在一起，知道她大学的时候也是学金融的，当时很意外也很惊喜。知道我以后想从事银行方面的工作，她把我介绍跟银行的同事认识，还叫他们以后多多地指点我。就这样，我成了保险公司和银行两家的实习生。

在工作中由于工作需要，我们是在银行上班的，银行的同事们也很热心地指点我这个实习生，让我了解也学习到了很多专业知识，大家都很喜欢帮助新人。一次向经理给我讲解一个保险产品的结构和怎么营销打动客户的心，在这过程中我对保险工作有了更加深刻的了解和认识，深深的感到保险作为一项社会公益事业对于国家和人民的重要性，对于即将加入wto的中国来讲，保险业既是一个新兴产业，也是新世纪拉动中国经济增长的主要因素。对于我们普通百姓来说，必须加强保险意识，真正的理解“人民保险，利国利民”的含义。公司每个星期的星期一和星期四早上要开早会的。早会，对以前的工作的总结和对未来的工作的计划。早会开始，领导和同事们斗志昂扬地say早上好。可以让同事们保持满满的自信和斗志。让我觉得这跟我久违的高中老师班会一样。让疲惫的心又有了冲动。

上班的第二个星期的一天，又一个想退保的客户，于是我们把她约到公司上，首先跟她谈了一下，了解她为什么要退保，知道她是因为这个月要到账的利息，觉得我不可靠，发现可能是误会，我们立刻打电话到客服那里了解情况，试着帮她解决问题，客服的回复是利息已经到账，我们跟她到客服那里准备帮她办理退保手续，中间，我们找客服了解到，利息确实打进了账户，不过因为是不同的银行到账的时间有所差异，发现是误会，看她好像在犹豫，我们跟在跟她分析这是一份为养老的准备的一份很好的养老金，等等原因。后来，告诉她可以回家在考虑下，要是明天或者任何一天来，只要你打电话联系我，我们都可以帮你办理退保手续。最后他没有退保。在这退保事件中，我了解到人与人之间的沟通很重要，与客户的沟通至关重要。

在实践的日子里，在人寿保险公司的企业文化氛围中，我接受了锻炼，获得了能力提高和思想的进步。对于这次社会实践活动的经历，以后无论从事保险这一行业还是其他行业，都会有很大的帮助。如果以后我选择了保险这一行业，我将努力工作，做一个优秀的保险代理人。

1、培养从事经纪中介工作的业务能力。了解并熟悉保险代理人的日常业务和工作流程，学会进行工作。

2、理论联系实际，学会运用所学的基础理论、基本知识和基本技能去解决经纪中介实践中的具体问题。

3、虚心学习，全面提高综合素质。在实习中拜广大工作人员为师，虚心学习他们的好品质、好作风和好的工作方式，提高自己的综合素质，把自己培养成为合格的经济工作者。

4、培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。

5、预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备。

**寒假实践活动心得体会篇八**

寒假乡村实践活动让我度过了一个不同寻常的假期，加深了我对乡村的认识和了解。在这次活动中，我不仅学到了知识，还结交了许多新朋友，让我感受到了一个不同于城市的生活。下面，我将从活动的背景、实践内容、收获体会、遗憾反思和未来计划五个方面，分享我对这次活动的心得体会。

【第一段：活动背景】。

随着城市化进程的加速推进，农村一直被人们所忽略和遗忘。为了鼓励更多的年轻人走进乡村，我们学校开展了一次寒假乡村实践活动。在这次活动中，我们要前往当地的农村实地考察，了解农村的历史、文化、产业，帮助当地的农民朋友解决实际问题，加深对乡村的认识和了解。

【第二段：实践内容】。

在此次乡村实践活动中，我们进行了多项实践活动：与农民一同劳作，了解他们的辛勤和生产工具的使用；参观了当地的博物馆，对农村发展的历史过程进行了了解；还听取了当地党委干部对于农村发展的计划和政策。

【第三段：收获体会】。

通过这次活动，我深刻认识到了乡村的重要性。与城市相比，乡村的人文气息更浓郁，社会关系更加密切。除此之外，通过与农民的交流，我了解了他们的日常生活，对于务农的辛苦和不易有更深的认识。在实践中，我还学到了许多实用的技能，例如如何识别不同类型的农作物、如何使用灌溉工具等等。同时，通过与志同道合的小伙伴们合作，我也让自己的社交圈更加广阔。

【第四段：遗憾反思】。

在此次活动中，我还有一些不足和遗憾。首先是语言方面，我的口语表达能力不够强，让我在与当地人交流时稍有尴尬。其次是我们在乡村实践时对生态环境的影响没有足够的注意，有时候一些小伙伴习惯性地乱扔垃圾，对环境带来了一定的破坏。这些问题让我深感反思，也提醒着自己在未来的活动中更加注意这些仔细的问题。

【第五段：未来计划】。

通过这次乡村实践，我对于乡村的认识和了解有了大幅度提升，也让我对于未来的规划进行了重新构想。我希望自己未来能够更加积极地参与到农村建设中，尝试着做出一些实际贡献，减轻农民的负担。同时，我也更加希望能够加入一些志愿服务团队，通过自己的努力，推动乡村的发展和繁荣。

【结语】。

通过这次寒假乡村实践活动，我不仅了解了乡村的历史和文化，也学到了实际的农业知识，还结交了许多新朋友，我相信这些经历将成为我的宝贵财富，支撑起我的未来发展。我也希望更多的年轻人能够参与到类似的活动中，走进乡村，了解它们，爱护它们，推动它们的发展。

**寒假实践活动心得体会篇九**

这个寒假，由于假期时间比较长，还包括春节、元宵节，为了能够多一些和家人相处的时间，我并没有参加任何寒假社会实践调研小组，而是选择了在家附近的社区里当志愿服务者进行我的寒假社会实践。

当我在社区工作的阿姨向我提及要不要到她们社区去实习时，我认为社区工作也是一个不容错过的很好的自我锻炼机会，所以当即请求去给她们当志愿者帮助工作。这是我第一次体验上班族的感觉，整整二十天的志愿工作，使我的假期很充实，也使我很有收获。

初到社区报到时，陌生的环境和陌生的人让我很紧张。虽然在学校里也会经常的遇到这样的情况，但与此不同的是遇到的都是同龄人，而社区工作着的都是我的长辈，因此我很放不开，一直都默默的不敢说话。但是我知道面对新环境这样扭捏是不对的，克服自己心里的障碍是首要的，所以我鼓起勇气、拿出真诚的笑容向大家问好，做。

自我介绍。

并时常虚心的请教阿姨们不懂的地方在工作空闲的时候给阿姨们唱歌、讲笑话。随着相处的时间增长阿姨们都很喜欢我说我给她们的工作增添了乐趣、给她们增添了活力。

在社区，我负责的是资料的整理和输入电脑，任务虽然看似简单，但是真正做起来时真的很吃力。正值年末，社区各项工作到了总结整理的时候，繁复甬多的资料需要分类归置，有的需要输入电脑中保存。我在工作的时候发现，在学校学习的知识技能就算是在非专业的工作上也是能够发挥很大作用的，尤其是计算机的运用。在输入资料的时候懂得运用些技巧，就会使工作效率提升很多!理论应用于实际让我很有成就感，但掌握别人没有的技能并没有令我骄傲，我希望大家共同进步。于是在工作之余，我将我所掌握的电脑软件的应用方法一一交给社区工作的阿姨们，虽然阿姨们是刚刚接触电脑，但她们对新事物的学习掌握能力非常的强，很快的大家都能够顺利的运用技巧工作，大大缩短了工作时间。

由于我是刚接手社区的工作，并且我并非学习与此相关的专业，很多东西都不明白，阿姨们总是很热心的为我排疑解难，告诉我一个事情要事先想出多种解决方法以防意外事件的发生，教给我与人交流的正确态度和有效方法等等，让我不仅在工作上获益良多，还在人生哲理上有所领悟。这让我想起我妈妈常常告诫我的话：切忌自大，虚心受教，必定获益良多。

工作中，另一个关键是细心负责。记得从小学到高中，都会常常听到老师跟我们说：细节决定成败。这句话不管对于学生还是上班族来说，永远成立。不细心复习考试，就会丢三落四，拉低分数;不细心工作校对，就会导致工作失误引起不好的影响。在我的工作中，很大一部分是需要打字输入资料。有一次，我因为没有校对好资料，输入电脑的与原始资料不符，造成了别人的工作不便，那时候很是愧疚。因此，专心工作，细心、细心、再细心，是多么的重要。

寒假社会实践告一段落了，在社区工作的这段日子里，有苦更有乐。我通过自己的努力圆满完成了社区交付给我的任务;我通过社区这个平台认识了那么多的人，并与他们成为了朋友;我遇到了那么多的事情，有预料中的，也有意料之外的，我能够通过自己的思考独立的将事情合理的处理，而不是像往常一样依赖于别人的帮助。我成熟了，我学到了很多书本上没有的知识，特别还学会了包容。我第一次如此关注身边的人和事，用还不够深邃的眼睛去观察，去发现，去思考。我真的感到很开心，为自己，也为别人、社会。我们这个社会，虽然还有很多问题，但有了我们共同的努力，我相信，这些问题终将昙花一现，终将在我们善于思考的头脑中，在我们勤于改造的双手里灰飞烟灭。

社区的阿姨们都很满意我这个大学生——小志愿者，当我与她们告别时，她们问我暑假还远不愿意帮她们的忙，我欣然答应了。我知道我的程度还远远不够，离合格的社区工作者还有段距离，但是我真心的喜欢为大家服务，我也会努力的完善自己，在经过半年的大学学习锻炼，我想暑期回去会给阿姨们不一样的感觉的。

通过这次的社会实践，通过对社区阿姨们的观察，我还深切的感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着、坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，了解到了有时工作的辛苦艰辛，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，接触社会，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。与此同时，我更加的心疼我的父母，他们为我能更好的生活每天每天的奋斗着，辛苦的工作着，我工作以后一定要回报他们的恩情，好好的孝顺他们。想起来，还是觉得自己的环境现在真的很不错，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事。这让我想到了学校安排假期社会实践的目的之一：实践活动提高了我们的社会实践能力，引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。我想经过了这样的锻炼的我们这一代，一定会扛起社会进步建设的重任，迎接更美好的未来!

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

**寒假实践活动心得体会篇十**

当一学期紧张的学习生活走向了尾声，寒假怎么过便成了热门话题。有的热衷于居家休整，有的认为旅游游玩更胜一筹，有的则闭门修行好好学习，不过，更多的同学则想利用假期去进行社会实践。加之学校的推波助澜，寒假打工热潮便悄然席卷了整个社会。因为每一个意气风发、热血沸腾的中学生都渴望走出宁静安逸的校园，摆脱乏味无聊的生活，踏入社会，找一份工作，靠自己的双手和智慧，努力奋斗，换取属于自己的劳动成果，得到社会对自己价值的肯定。

作为一个渴望工作、渴望改变、渴望成功的中学生，我也欣然地加入了这股势不可挡的打工洪流中。在妈妈的介绍之下，我顺利地进入阿佳家纺干了三天。

这家工厂的工作主要分为五种，裁剪、缝纫、手工、检验、包装。顾名思义，裁剪是将完整的布裁剪成窗帘、坐垫等所需的形状，缝纫则将裁剪完之后的布利用缝纫机制成初期窗帘、坐垫，手工则是加之修饰，如窗帘需要剪平袖头，坐垫需要填上锦纶棉，钉上纽扣或者缝上背带，其他还会添加一些小饰件，经几位叔叔阿姨的检验之后，便进入最后一道程序包装。包装最简单，所以我便选择了这一项来实践。

我需要做的只是将窗帘折叠成固定的形状，与一张说明卡一起装入包装袋，然后贴上条形码，合上袋子即可。虽然工作很简单，但是还是需要细心对待，既不可弄错正反面，也不能贴错条形码。一天下来，需要重复同一种工序几百遍，下班后也不免感到腰酸背痛，打工确实不容易。

当然，在工作中我有许多的不足，至少与正式员工相比有一定的差距，具体而言是缺少细心和经验。做事不太灵活，不太善于观察细节，所以无论在速度或质量上都略逊一筹。

不过我打工的目的并不是为了赚钱，而是为了融入这个现实的社会，锻炼自己的能力，开阔视野，增长见识和阅历，获取宝贵的社会工作经验，体验另一种与众不同的假期生活。当然，在这次工作实践之后，我也如期获得了不少的认知。

工作锻炼了胆识和勇气，重复培养了耐心和细心，努力换取了自信和快乐。艰辛知人生，实践长才干，通过这三天打工，使了解了父母工作的艰辛，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中也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。下学期。我一定更加努力地学习，耐心对待每一道难题，遇到困难时不气不馁，尽全力做好自己应该做的事。

培根说：知识本身并没有告诉人怎样运用，运用的智慧在于书本之外。在打工的过程中，中学生可以在打工过程加强自己的实践能力与经验，至少可以得到一种体验。因为打工的过程中，中学生自然而然地要跟各色各样的人进行交往。在这些过程中，中学生不得不思考如何看待眼前的问题，怎样处理好人之间的关系，等等。这不仅使中学生更加了解社会，加强实践能力，也会让中学生更加深刻地学会处世，同时提高了思维深度。

**寒假实践活动心得体会篇十一**

寒假是学生们期盼已久的放松时光，大家可以暂时远离学习的压力，与家人共度欢乐时光。为了增强家庭的凝聚力和培养孩子的情感交流能力，学校和社区通常会组织一些亲情实践活动。寒假亲情实践活动的深度感动了我，让我深刻认识到亲情的重要性。在本文中，我将分享本人参加亲情实践活动的经历和感受。

为了加强家庭的温暖氛围，学校和社区通常会组织寒假亲情实践活动。我所参加的是一个由学校和社区联合组织的亲子拼图比赛。每个家庭都会收到一张由上百个小拼图组成的大拼图，并将在规定的时间内完成。这个活动不仅要求家庭成员的团结合作，还需要我们共同规划和分工。

在活动开始前，我和家人聚在一起，认真观察和分析大拼图的构图。然后，我们协商分工，确定每个人的任务。我负责拼接天空和海洋的部分，父母则负责拼接房屋和人物。我们相互之间有条不紊地工作，一方完成后，另一方立即开始。虽然过程中有些困难，但我们始终保持耐心和乐观的态度，最终成功地完成了大拼图。

第三段：活动中的收获。

通过这次亲情实践活动，我意识到了家庭的团结合作是多么重要。每个家庭成员都有自己的任务，我们密切配合，共同努力，最终完成了任务。这种合作精神不仅在活动中体现，更在日常生活中起到了积极的作用。我们学会了倾听和尊重他人的意见，并成功地克服了各种困难。这次活动不仅增强了我们家庭的凝聚力，也培养了我们的团队合作精神。

第四段：活动对家庭关系的积极影响。

通过亲子拼图比赛，我更加深刻地认识到了家庭的重要性。这种共同的目标和努力加强了我们之间的联系，并且增进了我们彼此之间的了解和沟通。在过程中，我和父母都相互鼓励和支持，这让我感受到了温暖和幸福。亲情实践活动不仅帮助我们建立了深厚的家庭情感，还使我们认识到家庭是一个共同奋斗、共同成长的团队。

参加亲情实践活动让我深受启发和感动。在今后的学习和生活中，我将更加重视家庭关系的培养和维护。我认识到家庭是一个重要的支持系统，它给予我力量去追求梦想。我也希望更多的人能够参加亲情实践活动，加深对家庭的认识和理解。通过这些活动，我们可以更好地发掘家庭的力量，并让亲情成为我们奋斗的动力。

总之，寒假亲情实践活动通过促进家庭成员之间的合作和交流，展示了亲情的珍贵价值。通过这次活动，我深刻地感受到了亲情的温暖和力量，也赋予我更加积极的人生态度。亲情是我们成长路上不可或缺的一部分，我们应该珍惜和保护。我期待着未来的亲情实践活动，希望能继续体验和分享家庭的温暖和幸福。

**寒假实践活动心得体会篇十二**

当我们积累了新的体会时，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，从而不断地丰富我们的思想。应该怎么写才合适呢？以下是小编为大家整理的寒假社会实践活动心得体会1000字范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

\"社会实践\"这个词我很早就听说过，说的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。

21世纪的竞争归根到底是人才的竞争!现在的社会，人才竞争激烈，需要的不仅是知识型的人才，而是有实践能力的人才!

再看看我们，每天被这个钢筋水泥的丛林所禁锢着，读着\"书中自有黄金屋，书中自有颜如玉\"的古训，做着日后我能赚大钱的白日梦，所以我们更应积极参加社会实践活动!

虽然我们经历了短短的两天时间的实践活动，我还是感慨颇多，接触了社会，看到了社会的一面，学到了课本上没有的东西。

时光如水，生命如歌。转眼间高一上半年已经结束了，寒假也已来临。在这个寒假里，我有了第一次真正意义上的社会实践!我参加了学校和日报社组织的社会实践活动——卖报纸!

看花容易绣花难，这个看似简单的工作其实并不轻松!我们分小组在人流量较大中山路步行街卖报，三份报纸(日报，晚报，商报)卖2元钱还赠送果粒橙1瓶和福贴1张。但是有的人并不支持我们的活动，当我们上前还未说明向他说明由来，就连连摆手\"不要，不要\"。有的.还向我们投来质疑的目光：你们在搞传销啊?!这些小困难不能阻挡只我们前进的步伐，而是增加我们前进的动力。

集思广益!我们小组想了策略，再分小组，分头行动!这招果然有奏效，我们挨家挨户的推销，看准目标再下手，当看到一家理发厅里，一份报纸杂志也没有，而且等候的人还不少。机会来了，由我打头阵：\"老板打扰了，我们是学校和报社组织的社会实践活动。现在在卖报纸，三份2块钱送福贴和1瓶果粒橙，您看怎么样呢?\"

话音刚落，老板满脸微笑：\"哦，原来是学生社会实践啊，好好好，支持下!给我来份。\"\"谢谢您\"

等候理发的一些阿婆议论开了：\"学生社会实践很辛苦啊，而且还那么便宜，送东西……\"\"小伙子给我来一份\"\"我也要一份\"\"也给我留一份啊\"

呵呵，转眼间身上带的报纸就卖出了十几份，几乎人手一份。在这品尝到成功的甜头时，我们微笑道谢。

道路并不平坦!也有人故意刁难，明知我们找不开还拿100元买，说就只有100元，你要找的开，就买。因此只能换个点接着卖咯。

很快，短短的两天过去了，在这两天里我受益匪浅，活的很充实，也很开心。既开阔了视野，又增长了信心。两天的社会实践中，我懂得了\"纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行\"的道理，懂得了怎么处理人与人之间的关系，懂得了与顾客保持微笑，懂得了吃苦耐劳，更懂得了团结的重要性!

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。

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