

2023年假期活动汇报实践小心得 假期实践活动心得体会(精选10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

假期活动汇报实践小心得篇一

假期实践活动心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的假期实践活动心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【假期实践活动心得体会优秀4篇】，供你选择借鉴。

阳光明媚，充满朝气的一天，终于迎来了今年暑期三下乡社会实践活动的动员大会，今天是7月13日，这一天我院各支三下乡队伍期盼许久的日子到来了，意味着我们今年策划已久的三下乡活动即将拉开序幕，其间，学院领导为我院三下乡各队伍的队长们授队旗，队旗激扬在半空中翩翩起舞，这一刹那间，就点燃了各三下乡队伍各队友们心中那股忠于服务广大农民澎湃的热心，接着，我们希望之星队为这次三下乡社会实践活动拉开序幕而留影纪念。

三下乡社会实践活动之旅终于开始了，今天是7月18日，天空湛蓝得连一片白云都没有，意味着我们这次活动能够顺利的开始，同时也能顺利地完成任务，今天，各队员们有序的准备好队伍的物资及捐赠给我们即将到达的雷州高坡村的村民们的物资，看到大家忙碌的样子，各队友们互相的帮助，互相的说笑，不时之间，大家脸上都露出了苦中作乐的笑容，顿时，大家都感觉到，我们这次的三下乡活动一定是多么地有意义的。这时在带队老师的指引下，我们的队伍所有的物

资终于都打包好放到学院的校巴上了，大家都各就各位，准备充分，前往我们的目的地。

在校车上，队友们都对我们这次将要完成的艰巨并重大的扶贫助困的使命议论纷纷，大家都非常期待快到我们的目的地，一个小时左右过去了，我们的目的地已达到。这时，当地的村干部领导们来迎接我们大学生的到来，此时，我们的带队老师送上慰问并与领导们交谈起来，接着村干部们带我们到住宿的地方并让我们整理好我们的物资，同时也组织好大家一起为我们住宿的地方有计划的进行卫生清洁，大家忙忙碌碌的一天就快过去了，接着我们又开了一个小会，初步的布置下接下去的工作任务，并让队友们积极的讨论。

雨水洗礼过的天空，格外的清澈，透明。还不时下起小雨滴，但各位队友们的心情仍然是澎湃不已，今天是7月19日，这一天我们要完成的任务就是对高坡一、高坡二、高坡三及中坡村进行贫困户调查，了解贫困户们的基本生活状况。早上八点许，集中队友们开了一个工作前的简短会议，大体的布置了今天将要开展的贫困户调查活动的工作任务，根据情况分析，因为我们调查的区域跨幅度较大，所以就将我们的队伍20人分为两小组，一组由队长杨锦雄带队的到中坡村和高坡三村调查，另一组由郑琨义同学带队的到高坡一和高坡二村进行调查，在基本的任务分配好情况下，两个小组分头行动进行实地调查，由于雨刚下完不久，则导致了许多泥田路行走起来比较困难，但队友们都咬紧牙关突破重重困难，不怕外界恶劣的环境，坚持不懈地，步行40分钟左右终于走到了我们的目的地中坡村。在中坡村村长的带领下，我们首先调查的是一户五保户家庭，家庭情况是：丈夫早年病逝，女当家为哑人，家有3个子女，女儿今年出去外地打工，收入微薄，大儿子读初二弃学给小儿子就读六年级，大儿子负责照顾全家大小，主要靠养蚕来维持家庭基本生活。两儿子看起来长年是缺少营养，身体都比较瘦弱，看着真让人痛心。接着村长又带我们到另一户五保户家庭，妻子早年病逝，男当家身体有缺陷，只有基本工作能力，两子女都是低文化水平，

到外地打工谋求生活，男当家不仅要照顾自己，还要照顾年老的母亲，所以生活也比较困窘。接着又进行了一些户口调查。

另一组的调查情况更为凄惨，在高坡一村长的带领下，第一户人家是一位中年丧偶并独自抚养3个小孩长大的妇女，她赡养着她已去世丈夫的享有低保户的大哥已经快20年了，相信没意外的话，这妇女会一直赡养她大哥的。她大哥年事已高并且眼睛失明，可以想象的是，这妇女承受的压力该有多大了。说着说着，她的眼泪夺眶而出，原本以为这赚人热泪的情节只会在电视剧上出现，但现在却活生生展现在我们眼前，在场的每个人都沉默了，只能不停地在安慰她。这妇女说她要自强不息，靠自己的双手和辛勤劳动，来撑起属于她们的半边天。令人安慰的是，妇女的三个小孩都已经具有工作能力，并且对自己的母亲都很孝顺，可以说，这妇女艰难的生活已经熬过去了，苦尽甘来了，也应该让她享享清福、过过无忧的日子了。第二户人家是一个“神女户”，所谓的“神女户”就是说这户人家只生了两个小孩，而且都是女生。女主人是聋哑人，男主人已经70多岁了。情况来说，他们家的劳动力是严重缺乏的，但男主人又要供他那两个女儿上初中，虽说国家政策规定是初中不用交学费，但学校颇为烦琐的书杂费也已让他们难以坚持，说到他女儿的教育情况时，似乎说到他心中的最忧愁的事。他不自觉地就流泪了，儿女的教育就是天下父母心中的一块大石。“神女户”在当地经常处于劣势，一些国家优惠政策时常通知不到他那里，导致男主人这户人家没多少收入的日子过得更加艰辛。但男主人并不放弃生活，他说要靠自己，要自强不息，他反复地在强调这一点，因为他知道，只有这样，他才能慢慢地改变生活，改变现况。

其他的五保户以及低保户，虽说他们的日子也是过得艰辛，但他们同样是相信“自强不息”这一点，如果说自己都放弃了自己的生活，那就没什么动力去改变现况了，所以说，自强不息代表着他们的信念，也同样感动了我们。

不知不觉已经到中午了，我看见队友们的表情都是激动不已的，在休息片刻后，大家吃完由后勤组队友们下厨的午饭后，队友们又继续今天的任务。行走了一段路程到达了中坡村，我们小组自行调查了一些村民们的基本生活状况，了解到村民们的困苦，生活所逼不得不让一些家庭自强不息起来，肩负起家庭的重担，接着中坡村村长带我们到一些老党员和老干部家庭了解他们的生活状况，了解到村中的医疗措施都没有建立起来，老年人的医疗也没得到基本的保障，这都是导致就医难的阻碍，这些都是贫困的基本体现了。

忙碌又充实的一天，今天两小组整体调查了几十户家庭，了解到五保户、低保户、低收入户、孤寡老人、老干部及老党员等家庭状况。今天两小组队友们都深受感触，了解到村民们困苦不堪的一面，甚至连一些基本生活都没有得到保障，情况不容乐观。一些队友们与村民们的情况相互比较了下，队友们都感慨良多，都诉说出要好好的珍惜我们现在的生活，报答照顾我们的父母亲，他们是多么的辛苦来抚养我们成人。今天我们全队上下都上了一堂宝贵的课，感触到广大农民们生活真正的困苦。

天空是多么的晴朗，今天是7月20日，昨天队友们都经历了许许多多从未经历过的感人场面，以为这些感人的事迹只能在电视或电影才能呈现的，这回真的是出现了，都让人倍受同情与感动。今天又会是队友们充实又有意义的一天，今天我们主打的任务是为这几条村的贫困户家庭捐送我们千里迢迢运送过来的物资，这些物资是我们在三下乡活动策划时期在学校募捐到的衣物、书籍及小礼品等。此时工作任务下达后，队友们都纷纷在整理好各种物资，摆放有序，分类得当。各种准备前工作都完成后，早上九点，我们全队人员正式从高坡一村开始出发一直跨幅到中坡村为止，根据我们昨天对这四条村的贫困户调查情况，初步的统计好贫困户等级情况，我们手头上的有关这四条村里贫困户的户口数，因而这些数据会给我们今天要开展的活动起到非常大的帮助，在一路走过各家各户里，贫困户们再次看见我们又来探访他们感到无

比的欣慰，同时我们也送上我们温暖的衣物，在他们呈上双手接纳我们的物资时，场面又再次的让在场的每位队友们倍受感动，这就是我们常挂在嘴边的“人间关爱露真情”吧，无论是小孩、老人、残疾者、五保户、低保户、低收入户、都是我们物资捐送的对象。

无论是走泥路还是走水泥路也好，队友们都是大包小袋的手提着沉甸甸的物资，即使是再苦再累，大家都是脸带着笑容，充满激情的运送，这真的体现出我们寸金学子们是多么的无私与关爱他人，无论是村民们还是队友们，大家的一举一动都深深的感动着我，并将这关爱与帮助他人的情怀深深的烙印在我的心中。在我们捐送物资的过程中，不时的每家每户的村民们都夸出其言，赞赏我们大学生有这样的爱心来为广大的农民们服务是多么难能可贵，为什么每个队友都顶着烈日的太阳，不怕苦不怕累的要完成我们的活动任务，因为大家都秉着热心服务于广大农民群众，付出我们每个人最大的努力，早日帮助农民们脱离贫困的日子，好好的让每一个农民孩子们都过上幸福快乐的日子，这就是我们这次来三下乡活动的主要目的了。

作为一个普通学生，我总觉的缺少一点什么，总是呆在平静的地方做着天真的事，今天除了睡觉以外，终于做了一件有意义的事虽有点累但也值得。

20__年11月2日，__学院团组织志愿着服务大队组织去看望敬老院的活动，一路上，队伍浩浩荡荡的走去，有很多人还以为我们是去旅游的呢，走了半个小时，终于到了，心中起伏不断，又有点顾虑，然而一个下午，这种顾虑就被冲击得云消雾散，这确实是一种爱心之旅，更是一种心灵的洗礼。

因为我们今天来的有点早，很多老人还在睡觉，院子里只有几位老人在晒太阳，然后有人去和老人们说话，我话说的不是太好，可我会听，虽然只是短短几个钟头，但我们给老人带来了心理安慰，带来了温暖，让他们不再感到孤独。

接着就是给老人们打扫院子，时间在不知不觉过就已过去。在这次活动中我学到了很多，我觉得自己就是一个雷锋，我很自豪这种自豪不是在学校能够体会到的。公益劳动是种忘我的劳动，他是一种能够塑造美好心灵的活动。

这次活动中，我百感交集。老人在自己工作岗位上奉献了一辈子，现在尽管子女都不在身边，但依旧保持了一份坚强、乐观的心态。

回校后，我的心情久久不能平定，他们的笑容、语言一直在心中回荡，我觉得我应该发动更多的人参与献爱心活动中，在提高自己实践能力的同时也培养着关爱生命、服务他人的美好情操。同时也感谢志愿者服务大队，给我们这次机会。最后让我们共同携手，一起让社会变得更加和谐，美好。

今年暑假我做好了参加暑假实践的计划，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了__公司工作。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力的提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。暑假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来自力更生是挑战与乐趣并存的我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

本学期利用活动课，我们课题组全班学生参与以“活用所学知识，积累社会经验，提高实践能力，丰富自身生活”为主题。具体活动内容是：为社区清理白色垃圾，清除小广告。在这次活动中本人感受颇深，现总结如下：

一、通过这次社会实践活动，让学生深入社区，了解社会，从社会实践中检验自我。

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。在多次的接触顾客中，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，没有第一次又何来第二、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。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“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。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

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。

学校是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

假期活动汇报实践小心得篇二

假期对于我们每一个人来说都是一段宝贵的时间，是为了放松自己、减轻压力、提高生活质量的机会。随着节假日日益增多，人们的生活方式也发生着变化。而假期活动不仅让我们放松自己，提高生活质量，更能让我们从中汲取启示，提高自己的修养。在这里，我想谈一谈我自己的假期活动实践心得体会，分享我对假期活动的理解以及实践中积累的经

验和感悟。

一、制定一个合理的计划

假期活动之所以受到越来越多人欢迎，是因为只有在假期中，我们才有时间去实现我们曾经梦想的事情。在整个假期来临之前，提前计划是必要的。我总会在假期前列一个清单，提前计划好自己的假期活动内容，包括出游、阅读、健身等等，同时考虑到时间和个人能力。这样就不仅能够避免假期期间流于玩乐而耽误提升自己的机会，还能充分利用好宝贵的时间，实现心中理想。

二、合理规划时间

假期活动的时间是非常重要的。合理规划时间，对于顺利完成我们的计划、压缩时间、避免浪费时间都起着至关重要的作用。在假期的每一天，我都会确定自己的具体计划安排，将自己的时间分配在不同的活动中，其中规划出事项的顺序和每项活动的时间花费占用都是必须掌控的。做好一个合理的时间安排，还能避免出现手忙脚乱而错失机会的状况。平时在安排时间时也可以少玩手机等浪费时间的行为，这也是规划好时间的必备条件之一。

三、温故知新

另外一个重要的活动，就是阅读。在假期中，我们可以花大量的时间来看书，扩大自己的知识储备，受益终身。在假期中，多看一些新书、好书，或者从储藏室中找出那些早已捧过又放下的经典名著，重读一遍，可以让我们进一步巩固知识，并且不断拓展视野。同时，阅读也为我们提供了宝贵的学习机会，可以让我们更加了解到世界上发生的各种新变化，可以让我们在日后的生活中更加有自信和面对困难的能力。

四、开展运动项目

假期活动还包括运动项目，这是一种可以有目的地达到锻炼身体的一种方式。在假期中，我们可以主动出门去散步、跑步、徒步；还可以报名参加一些体育运动项目，如羽毛球、游泳、篮球等，以愉悦的心情锻炼身体。除此之外，还可以考虑一些其他的健身运动项目，如瑜伽、舞蹈等。这样就不仅可以强身健体，做到健康的同时，也可以激发个人的学习和参与的热情，培养出更多的运动兴趣。

五、享受生活

最后，假期还需要学会享受生活，放松身心，让自己的身体和心灵得到充分的休息。这个时候，我们可以放下手机，打破日常的工作、学习、生活节奏，身心放松起来，去享受一些美食、看看电影、逛逛商场，无所拘束地休闲一下，让心情保持愉悦的状态。

总的来说，假期活动是让我们更好地放松自己，同时也让我们体验生活，提高自己的修养，开拓视野。通过假期的实践，在不断地实现自己需要的同时，更能拥有长远的目标意识与未来远景，从而可以更加有信心地走向自己的人生道路，在成长的路上持续地前行。

假期活动汇报实践小心得篇三

一个学年的大学生生活转眼间在欢声笑语中结束，大学的生活是很惬意的，当跨进大学的第一步，心里幻想着自己心目中的大学。但一个学年的大学生生活又没有想象中那么舒适，反而让自己有了紧张感，为毕业后干什么而紧张，我意识到不能享受那种无忧无虑的生活。暑假即将而至。

经过几天的修正，当刚回到家的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己一年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”——就业危机，因此而为将来而感到紧张。

大学只是沟通校园与社会的桥梁，是我们进入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考怎样才能让自己的暑假这个短暂的时间里面学到学校学不到的东西。同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，而我也不能落后。

一叶知秋，一片落叶见证一个季节，一次活动见证一次认识，感想是来自于对社会的新的经历，大学社会实践活动给我很多的感想。这些体会使我受益终身。

大学只是社会的冰山一角，是社会的一个缩影，然而它毕竟不是社会，与社会有太大的区别，社会是一个大染缸，是冷酷无情的，是一个竞技的平台，在这里没人会怜悯你，你只有用自己的能力证明自己，这里有各种形形色色的人，你必须学会如何辨认好人与坏人。如何使自己更有价值地存在！

大学生社会实践活动给我们提供了一个认识社会的平台，可以让我们早一点认识这个我们将来要生存的环境。在这次活动中我感受很深，得到了很多的宝贵经验，这是用金钱所买不到却是受益终生的！

从小事做起，事情有大有小，不要一心只想做大事，这样最终是要以失败告终的，俗话说得好“一屋不扫何以扫天下！”一件小事做不好又怎么可能做好大事呢？事情是由小变大的，我们只有先做好一些小事情，从中积累经验，再慢慢的学着做一些大的事情，不能急于求成，它是一个连续的过程，不能有间断的飞跃，不要以为我们是大学生很了不起，对小事情就不屑一顾，要知道小事情是做大事情的垫脚石，一个机器缺少一个螺丝钉就可能不能正常运转。

理论与实际相结合。理论知识学得好不一定能很好的运用到实际中去，理论毕竟只是理论，是前世很多人所积累下来的经验，有的有几千年之久，而现实却是在不断的变化的，那

些理论有可能已经不在适应这个复杂的社会，我们不能只纸上谈兵，不能只学理论或只重视实践而忽视了两者的联系，把两者分开是不行的，只有把两者结合起来才能发挥出他们的强大的作用！

提高自己的动手能力，我们很多时候都是眼高手低，认为事情像我们想象的那么简单，过高的评估自己，结果事情却事与愿违，在超出原来几倍的估计下都不能完成，这归根起来还是我们的动手能力太差，中国学生与外国学生的最大的区别就是我们的动手能力太差，而学习成绩很好，外国的学习却注重动手能力，这也是外国学生不断的获得诺贝尔科学奖而我们直到现在还没人问鼎一项这样的世界最高科学奖项，因此要从各方面提高自己的动手能力！

勇敢的面对困难和挫折；要有持之以恒的态度。万事开头难！任何一件事在开头时都并不好做！主要是我们不了解它，只要我们认识了它，就比较好做了，而往往有一些意志不坚定的人望而生畏；逃避；其实他们都是被它的外表所吓倒了！困难和挫折随时随地都有，我们要勇敢的面对，一切困难都是纸老虎，认识它的本质，不要望而止步，困难就像弹簧，你强它就弱，你弱他就强！勇敢的面对会发现它并不是像想象的那样不可战胜！

自己要对自己有信心。试想一个对自己都没有信心的人又有谁会向你投来赏识的眼光呢？自信才会使我们更从容的面对一切，而不至于在紧要关头不知所措，只要我们充满信心地去做事情，没有做不到的只有想不到的！

最后最重要的一点是“一分耕耘一分收获”，俗话说的好“宝剑锋从磨砺理出，梅花香从苦寒来”，不经历风雨怎么见彩虹，天上是不可能掉下馅饼的，只有付出了辛勤的劳动才能有所回报，品尝自己的劳动成果才能品味出其中的酸甜苦辣，才会更加的珍惜各种劳动成果。我在想，社会是残酷是现实的，竞争是不能回避地，怎样在社会中学会生存，

不是在大学过着“最好的职业”而是通过自身地不断努力来自创业机会。生活由时间来争取，以勤奋而充实。

暑假生活给我了一个教训，不能懒!更多的是经验，为人处世，人际关系，是我为面对社会积累了经验，为今后的学习做出了铺垫。

大学生社会实践活动很好的弥补了我们只学课本知识的缺陷，我们可以更好的认识社会，尽早的融入到社会的大家庭中去，为以后的学习和生活铺下一条道路!

假期实践活动心得体会精选篇2

假期活动汇报实践小心得篇四

很多人在假期期间都会有自己的活动安排，有人选择去旅游，有人选择和家人朋友聚会，还有人选择参加各种文化活动。而我则选择了参加一些实践性质的活动，这些活动不仅让我了解到社会的真实情况，同时也让我深刻地认识到了自己的不足，下面我将分享一些自己的假期活动实践心得体会。

第二段：参加社会实践活动

在假期的其中一个星期，我参加了学校组织的社会实践活动，我和同学们来到了居民区，为居民们提供各种日常生活的服务。在这个过程中，我第一次真正地接触到了社区的居民们，了解到了他们的生活状态和需求。这令我深深地意识到，自己作为一个学生，应该更加珍惜自己的学习机会，为自己的未来打下坚实的基础，也更加关心身边的人，为他们提供力所能及的帮助。

第三段：学习音乐

除了参加社会实践活动，我还利用假期的时间，学习了一门音乐课程。这个过程中，我真正体会到了音乐所能给我们带来的美好体验，不仅是欣赏音乐，更是让我亲自动手演奏，体察音乐的美妙之处。我深知，只有通过不断的练习和学习，才能成为一名优秀的音乐家，这也让我意识到，只有不停地努力，才能获得自己想要的东西。

第四段：参加志愿者活动

在假期的最后一个星期，我参加了一项志愿者活动，这次活动是为啃老文化活动中心提供志愿服务。通过这次活动，我了解到了关于社会公益活动的意义和重要性，同时也让我真正地体会到了为他人奉献的快乐和幸福。我发现，当我们帮助他人时，不仅可以让别人感到温暖，同时也会让我们自己体验到快乐和成就感。

第五段：总结

这个假期，我参加了许多不同的活动，从中得到了很多启示和收获。我意识到，每一次的学习和体验，都可以让我们获得更深刻的人生感悟。通过参加社会实践活动，我了解自己的不足，发现自己还有很多地方需要不断的努力；通过学习音乐，我感受到了音乐的美妙和艺术的魅力；通过参加志愿者活动，我体会到了为他人奉献的快乐和幸福，获得了更多的人生体验。因此，我相信，在以后的学习和工作中，我会更加的努力和勇敢，成为一个有价值的人。

假期活动汇报实践小心得篇五

假期是学生们最期待的时光，这段时间不但能够好好的休息一下，而且还能够开展各种丰富多彩的活动，充实自己的假期生活。而本文主要讲述的是我在假期中所参与的一些活动的实践心得体会。

第二段：参加志愿活动的体会

在假期中，我选择了参加志愿活动，为社区的建设尽自己的绵薄之力。通过参与这种活动，我不仅感受到了自己的成长，更对社区的发展有了更加深刻的认识。在此次活动中，我独立完成了部分工作，能够深刻感受到自己独立能力的提升。

第三段：参加体育运动会的体会

除了参加志愿活动，我还参加了运动会。在运动会中，我参加了田径项目的比赛，发现自己的体能还需要不断的努力和训练。此外，在比赛时，也与其他选手互相帮助，取得了不错的成绩。在这样的活动中，我不仅保持了健康的身体，还结交到了运动中的好友。

第四段：参加文艺比赛的体会

在假期中，我还参加了文艺比赛。由于之前就喜欢文艺，所以对这类比赛十分感兴趣。在参加比赛的过程中，我深刻感受到了自己需要不断努力，提高自己的综合素养。在同学们的鼓励 and 指导下，我乐于表达自己的观点，并且获得了一定的进步。

第五段：总结

假期活动的实践心得让我深刻认识到了自己在许多方面的欠缺，并且在尝试不同的活动和比赛中不断提高自己。这些活动不但让我体验到了不同的成长，还让我认识到了更多人和事。通过这些活动，我不仅让自己收获了许多，而且给他人带来了欢乐与帮助。在今后的学习和生活中，我将会发扬自己的长处，不断提高自己的综合素质，贡献自己的力量为社会做出贡献。

假期活动汇报实践小心得篇六

随着假期的到来，我参加了学校组织的假期实践活动。这次实践活动为期十天，我更加了解到了社会的不同面貌，开阔了眼界，也收获了很多。

首先，这次活动带给我最深刻的体会就是对农村的了解。我们到了一个偏远的农村，这是我第一次近距离接触到农民的生活。我看到了他们辛勤劳作的身影，也感受到了他们勤俭节约的精神。我之前一直以为农村生活艰苦，但实际上他们的生活也充满了乐趣。他们家家户户都种植了茶树，当地的茶叶也非常有名。通过亲自参与采茶活动，我更加理解了农民的辛苦与付出。

其次，这次活动给了我机会走进了寿司店。作为一个喜欢吃寿司的人，我一直对制作寿司的过程感到好奇。我们参观了一家寿司店，店主亲自教我们如何制作寿司。我学到了切鱼、配菜和卷寿司的技巧。不仅如此，我还了解到了寿司人的职业素养和服务态度。通过这次参观，我明白了做一碗好寿司不仅要技术过硬，还需要对食材的熟悉和对顾客关心。

另外，这次活动也让我亲身体会了做义工的感受。我们去了一家儿童福利院，陪孩子们玩游戏、讲故事，还为他们送去了爱心礼物。在和孩子们的互动中，我感受到了他们天真烂漫的笑容，也看到了他们对于美好生活的向往。做义工让我明白了帮助别人是一种快乐和责任，也让我更加关注弱势群体的需求。

最后，这次活动给我带来了自信。在活动中，我参加了表演小品的演出。这是我第一次站在舞台上，面对这么多人的观众。起初，我感到非常紧张，但我告诉自己要相信自己，没有什么是不可能的。在导师的指导下，我克服了紧张，顺利完成了表演。我发现自己其实很有表演天赋，并且我了解到只有勇于尝试，才能发现更多的潜力和可能性。

总结起来，这次假期实践活动给我带来了很多的收获。我更加了解了农村的生活和农民的辛勤付出，领略到了寿司制作的技巧和寿司人的职业素养，感受到了帮助他人的快乐和责任，也培养了自信和勇气。这些体验不仅拓宽了我的视野，也让我对未来充满了希望和信心。我相信，只要努力，无论遇到什么困难，都能迎刃而解。

假期活动汇报实践小心得篇七

一个学年的大学生生活转眼间在欢声笑语中结束，大学的生活是很惬意的，当跨进大学的第一步，心里幻想着自己心目中的大学。但一个学年的大学生生活又没有想象中那么舒适，反而让自己有了紧张感，为毕业后干什么而紧张，我意识到不能享受那种无忧无虑的生活。暑假即将而至。

经过几天的修正，当刚回到家的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己一年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”——就业危机，因此而为将来而感到紧张。

大学只是沟通校园与社会的桥梁，是我们进入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考怎样才能让自己的暑假这个短暂的时间里学到学校学不到的东西。同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，而我也不能落后。

一叶知秋，一片落叶见证一个季节，一次活动见证一次认识，感想是来自于对社会的新的经历，大学社会实践活动给我很多的感想。这些体会使我受益终身。

大学只是社会的冰山一角，是社会的一个缩影，然而它毕竟不是社会，与社会有太大的区别，社会是一个大染缸，是冷酷无情的，是一个竞技的平台，在这里没人会怜悯你，你只

有用自己的能力证明自己，这里有各种形形色色的人，你必须学会如何辨认好人与坏人。如何使自己更有价值地存在！

大学生社会实践活动给我们提供了一个认识社会的平台，可以让我们早一点认识这个我们将来要生存的环境。在这次活动中我感受很深，得到了很多的宝贵经验，这是用金钱所买不到却是受益终生的！

从小事做起，事情有大有小，不要一心只想做大事，这样最终是要以失败告终的，俗话说得好“一屋不扫何以扫天下！”一件小事做不好又怎么可能做好大事呢？事情是由小变大的，我们只有先做好一些小事情，从中积累经验，再慢慢的学着做一些大的事情，不能急于求成，它是一个连续的过程，不能有间断的飞跃，不要以为我们是大学生很了不起，对小事情就不屑一顾，要知道小事情是做大事情的垫脚石，一个机器缺少一个螺丝钉就可能不能正常运转。

理论与实际相结合。理论知识学得好不一定能很好的运用到实际中去，理论毕竟只是理论，是前世很多人所积累下来的经验，有的有几千年之久，而现实却是在不断的变化的，那些理论有可能已经不在适应这个复杂的社会，我们不能只纸上谈兵，不能只学理论或只重视实践而忽视了两者的联系，把两者分开是不行的，只有把两者结合起来才能发挥出他们的强大的作用！

提高自己的动手能力，我们很多时候都是眼高手低，认为事情像我们想象的那么简单，过高的评估自己，结果事情却事与愿违，在超出原来几倍的估计下都不能完成，这归根起来还是我们的动手能力太差，中国学生与外国学生的最大的区别就是我们的动手能力太差，而学习成绩很好，外国的学习却注重动手能力，这也是外国学生不断的获得诺贝尔科学奖而我们直到现在还没人问鼎一项这样的世界最高科学奖项，因此要从各方面提高自己的动手能力！

勇敢的面对困难和挫折;要有持之以恒的态度。万事开头难!任何一件事在开头时都并不好做!主要是我们不了解它,只要我们认识了它,就比较好做了,而往往有一些意志不坚定的人望而生畏;逃避;其实他们都是被它的外表所吓倒了!困难和挫折随时随地都有,我们要勇敢的面对,一切困难都是纸老虎,认识它的本质,不要望而止步,困难就像弹簧,你强它就弱,你弱他就强!勇敢的面对会发现它并不是像想象的那样不可战胜!

自己要对自己有信心。试想一个对自己都没有信心的人又有谁会向你投来赏识的眼光呢?自信才会使我们更从容的面对一切,而不至于在紧要关头不知所措,只要我们充满信心地去做事情,没有做不到的只有想不到的!

最后最重要的一点是“一分耕耘一分收获”,俗话说的好“宝剑锋从磨砺理出,梅花香从苦寒来”,不经历风雨怎么见彩虹,天上是不可能掉下馅饼的,只有付出了辛勤的劳动才能有所回报,品尝自己的劳动成果才能品味出其中的酸甜苦辣,才会更加的珍惜各种劳动成果。我在想,社会是残酷是现实的,竞争是不能回避地,怎样在社会中学会生存,不是在大学过着“最好的职业”而是通过自身地不断努力来自创业机会。生活由时间来争取,以勤奋而充实。

暑假生活给我了一个教训,不能懒!更多的是经验,为人处世,人际关系,是我为面对社会积累了经验,为今后的学习做出了铺垫。

大学生社会实践活动很好的弥补了我们只学课本知识的缺陷,我们可以更好的认识社会,尽早的融入到社会的大家庭中去,为以后的学习和生活铺下一条道路!

假期活动汇报实践小心得篇八

本学期利用活动课,我们课题组全班学生参与以“活用所学

知识，积累社会经验，提高实践能力，丰富自身生活”为主题。具体活动内容是：为社区清理白色垃圾，清除小广告。在这次活动中本人感受颇深，现总结如下：

一、通过这次社会实践活动，让学生深入社区，了解社会，从社会实践中检验自我。

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。在多次的接触顾客中，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，没有第一次又何来第二、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。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“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。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

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。

学校是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解

社会，步入社会打下了良好的基础。

假期实践体会

假期活动汇报实践小心得篇九

假期实践活动是为了让学生在课外拓展自己的能力和眼界，开阔思路的一种途径。而在初一这个特殊的阶段，参与假期实践活动更是对我们的一次挑战和锻炼。经历了假期实践活动的点点滴滴，我收获了许多，也有一些深刻的体会和心得。下面，我将就这次假期实践活动的经历与所得展开论述。

首先，这次假期实践活动让我明白了实践是理论学习的最佳补充。在学校里，我们通过书本和老师的讲解来学习知识，但理论知识有时候难以与生活结合起来。而通过实践活动，我亲自去参与其中，才真正理解和应用了所学内容。比如，在一次社区义工活动中，我亲自参与了社区维修工作，不仅了解了不同的维修技巧和安全知识，也增强了自己的动手能力和解决问题的能力。这个过程是书本无法替代的，真正让我得到了实践的体验。

其次，假期实践活动也提升了我的交际能力和团队合作精神。在一个班级旅行活动中，我们一起协商旅行目的地、交通工具、饮食住宿等事项。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，学会了与他人互动，也学会了与不同性格和兴趣爱好的同学友好相处。通过这次经历，我发现只有和别人合作，才能完成更多的任务，也才能让自己变得更加全面发展。

此外，假期实践活动还让我明白了劳动的重要性。参与一次社区环境整治活动，我亲身体会到了辛勤劳动所带来的成就感。在炎炎夏日里，我和同学们一起清理公园垃圾、修剪花草。虽然汗水湿透了衣服，但看到整洁的公园和纷飞的花朵，

我心中充满了自豪和喜悦。劳动让我体验到了付出的价值，也让我明白了能力和责任的重要性。这对我来说是一次深刻而珍贵的体验。

最后，假期实践活动还让我拓宽了视野，增长了见识。在一次参观博物馆的活动中，我看到了许多珍贵的文物和展品，了解了历史上的一些重要事件和人物。这让我对历史产生了浓厚的兴趣，也让我知道了自己的不足与所需努力的方向。此外，在一次农村探访活动中，我看到了贫困地区的真实生活，让我更加珍惜现有的生活条件，并感受到了帮助他人的重要性。这些亲身的经历让我对社会有了更为深刻的了解，也启发了我今后的发展方向。

总之，通过这次假期实践活动，我不仅增长了见识、锻炼了能力，还收获了珍贵的体会和心得。我认识到实践是理论学习的最佳补充，提升了我的交际能力和团队合作精神，让我明白了劳动的价值和重要性，并拓宽了我的视野。我深信，这次实践活动对我今后的发展将起到积极的推动作用，让我在学业和生活上更加出色。

假期活动汇报实践小心得篇十

阳光明媚，充满朝气的一天，终于迎来了今年暑期三下乡社会实践活动的动员大会，今天是7月13日，这一天我院各支三下乡队伍期盼许久的日子到来了，意味着我们今年策划已久的三下乡活动即将拉开序幕，其间，学院领导为我院三下乡各队伍的队长们授队旗，队旗激扬在半空中翩翩起舞，这一刹那间，就点燃了各三下乡队伍各队友们心中那股忠于服务广大农民澎湃的热心，接着，我们希望之星队为这次三下乡社会实践活动拉开序幕而留影纪念。

三下乡社会实践活动之旅终于开始了，今天是7月18日，天空湛蓝得连一片白云都没有，意味着我们这次活动能够顺利的开始，同时也能顺利地完成任务，今天，各队员们有序的准

备好队伍的物资及捐赠给我们即将到达的雷州高坡村的村民们的物资，看到大家忙碌的样子，各队友们互相的帮助，互相的说笑，不时之间，大家脸上都露出了苦中作乐的笑容，顿时，大家都感觉到，我们这次的三下乡活动一定是多么地有意义的。这时在带队老师的指引下，我们的队伍所有的物资终于都打包好放到学院的校巴上了，大家都各就各位，准备充分，前往我们的目的地。

在校车上，队友们都对我们这次将要完成的艰巨并重大的扶贫助困的使命议论纷纷，大家都非常期待快到我们的目的地，一个小时左右过去了，我们的目的地已达到。这时，当地的村干部领导们来迎接我们大学生的到来，此时，我们的带队老师送上慰问并与领导们交谈起来，接着村干部们带我们到住宿的地方并让我们整理好我们的物资，同时也组织好大家一起为我们住宿的地方有计划的进行卫生清洁，大家忙忙碌碌的一天就快过去了，接着我们又开了一个小会，初步的布置下接下去的工作任务，并让队友们积极的讨论。

雨水洗礼过的天空，格外的清澈，透明。还不时下起小雨滴，但各位队友们的心情仍然是澎湃不已，今天是7月19日，这一天我们要完成的任务就是对高坡一、高坡二、高坡三及中坡村进行贫困户调查，了解贫困户们的基本生活状况。早上八点许久，集中队友们开了一个工作前的简短会议，大体的布置了今天将要开展的贫困户调查活动的工作任务，根据情况分析，因为我们调查的区域跨幅度较大，所以就将我们的队伍20人分为两小组，一组由队长杨锦雄带队的到中坡村和高坡三村调查，另一组由郑琨义同学带队的到高坡一和高坡二村进行调查，在基本的任务分配好情况下，两个小组分头行动进行实地调查，由于雨刚下完不久，则导致了许多泥田路行走起来比较困难，但队友们都咬紧牙关突破重重困难，不怕外界恶劣的环境，坚持不懈地，步行40分钟左右终于走到了我们的目的地中坡村。在中坡村村长的带领下，我们首先调查的是一户五保户家庭，家庭情况是：丈夫早年病逝，女当家为哑人，家有3个子女，女儿今年出去外地打工，收入微

薄，大儿子读初二弃学给小儿子就读六年级，大儿子负责照顾全家大小，主要靠养蚕来维持家庭基本生活。两儿子看起来长年是缺少营养，身体都比较瘦弱，看着真让人痛心。接着村长又带我们到另一户五保户家庭，妻子早年病逝，男当家身体有缺陷，只有基本工作能力，两子女都是低文化水平，到外地打工谋求生活，男当家不仅要照顾自己，还要照顾年老的母亲，所以生活也比较困窘。接着又进行了一些户口调查。

另一组的调查情况更为凄惨，在高坡一村长的带领下，第一户人家是一位中年丧偶并独自抚养3个小孩长大的妇女，她赡养着她已去世丈夫的享有低保户的大哥已经快20xx年了，相信没意外的话，这妇女会一直赡养她大哥的。她大哥年事已高并且眼睛失明，可以想象的是，这妇女承受的压力该有多大了。说着说着，她的眼泪夺眶而出，原本以为这赚人热泪的情节只会在电视剧上出现，但现在却活生生展现在我们眼前，在场的每个人都沉默了，只能不停地在安慰她。这妇女说她要自强不息，靠自己的双手和辛勤劳动，来撑起属于她们的半边天。令人安慰的是，妇女的三个小孩都已经具有工作能力，并且对自己的母亲都很孝顺，可以说，这妇女艰难的生活已经熬过去了，苦尽甘来了，也应该让她享享清福、过过无忧的日子了。第二户人家是一个“神女户”，所谓的“神女户”就是说这户人家只生了两个小孩，而且都是女生。女主人是聋哑人，男主人已经70多岁了。情况来说，他们家的劳动力是严重缺乏的，但男主人又要供他那两个女儿上初中，虽说国家政策规定是初中不用交学费，但学校颇为烦琐的书杂费也已让他们难以坚持，说到他女儿的教育情况时，似乎说到他心中的最忧愁的事。他不自觉地就流泪了，子女的教育就是天下父母心中的一块大石。“神女户”在当地经常处于劣势，一些国家优惠政策时常通知不到他那里，导致男主人这户人家没多少收入的日子过得更加艰辛。但男主人并不放弃生活，他说要靠自己，要自强不息，他反复地在强调这一点，因为他知道，只有这样，他才能慢慢地改变生活，改变现况。

其他的五保户以及低保户，虽说他们的日子也是过得艰辛，但他们同样是相信“自强不息”这一点，如果说自己都放弃了自己的生活，那就没什么动力去改变现况了，所以说，自强不息代表着他们的信念，也同样感动了我们。

不知不觉已经到中午了，我看见队友们的表情都是激动不已的，在休息片刻后，大家吃完由后勤组队友们下厨的午饭后，队友们又继续今天的任务。行走了一段路程到达了中坡村，我们小组自行调查了一些村民们的基本生活状况，了解到村民们的困苦，生活所逼不得不让一些家庭自强不息起来，肩负起家庭的重担，接着中坡村村长带我们到一些老党员和老干部家庭了解他们的生活状况，了解到村中的医疗措施都没有建立起来，老年人的医疗也没得到基本的保障，这都是导致就医难的阻碍，这些都是贫困的基本体现了。

忙碌又充实的一天，今天两小组整体调查了几十户家庭，了解到五保户、低保户、低收入户、孤寡老人、老干部及老党员等家庭状况。今天两小组队友们都深受感触，了解到村民们困苦不堪的一面，甚至连一些基本生活都没有得到保障，情况不容乐观。一些队友们与村民们的情况相互比较了下，队友们都感慨良多，都诉说出要好好的珍惜我们现在的生活，报答照顾我们的父母亲，他们是多么的辛苦来抚养我们成人。今天我们全队上下都上了一堂宝贵的课，感触到广大农民们生活真正的困苦。

天空是多么的晴朗，今天是7月20日，昨天队友们都经历了许许多多从未经历过的感人场面，以为这些感人的事迹只能在电视或电影才能呈现的，这回真的是出现了，都让人倍受同情与感动。今天又会是队友们充实又有意义的一天，今天我们主打的任务是为这几条村的贫困户家庭捐送我们千里迢迢运送过来的物资，这些物资是我们三下乡活动策划时期在学校募捐到的衣物、书籍及小礼品等。此时工作任务下达后，队友们都纷纷在整理好各种物资，摆放有序，分类得当。各种准备前工作都完成后，早上九点，我们全队人员正式从

高坡一村开始出发一直跨幅到中坡村为止，根据我们昨天对这四条村的贫困户调查情况，初步的统计好贫困户等级情况，我们手头上的有关这四条村里贫困户的户口数，因而这些数据会给我们今天要开展的活动起到非常大的帮助，在一路走过各家各户里，贫困户们再次看见我们又来探访他们感到无比的欣慰，同时我们也送上我们温暖的衣物，在他们呈上双手接纳我们的物资时，场面又再次的让在场的每位队友们倍受感动，这就是我们常挂在嘴边的“人间关爱露真情”吧，无论是小孩、老人、残疾者、五保户、低保户、低收入户、都是我们物资捐送的对象。

无论是走泥路还是走水泥路也好，队友们都是大包小袋的手提着沉甸甸的物资，即使是再苦再累，大家都是脸带着笑容，充满激情的运送，这真的体现出我们寸金学子们是多么的无私与关爱他人，无论是村民们还是队友们，大家的一举一动都深深的感动着我，并将这关爱与帮助他人的情怀深深的烙印在我的心中。在我们捐送物资的过程中，不时的每家每户的村民们都夸出其言，赞赏我们大学生有这样的爱心来为广大的农民们服务是多么难能可贵，为什么每个队友都顶着烈日的太阳，不怕苦不怕累的要完成我们的活动任务，因为大家都秉着热心服务于广大农民群众，付出我们每个人最大的努力，早日帮助农民们脱离贫困的日子，好好的让每一个农民孩子们都过上幸福快乐的日子，这就是我们这次来三下乡活动的主要目的了。