

# 2023年大学生社团联合会心得体会 大学 社区督查部心得体会(模板5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学生社团联合会心得体会篇一

大学社区督查部是一支由学生自发组建的力量，旨在维护校园治安、改善校园环境、提高学生的生活质量。经过多年的探索和实践，督查部已经成为校园管理中不可或缺的组成部分。作为其中的一员，我有幸加入督查部，通过亲身参与和实践，我体会到了很多与课堂学习迥然不同的知识。

### 第二段：督查部工作内容介绍

督查部工作以日常巡逻校园、接受民生反映、协调解决问题、管理物品宣传活动等为主要内容。每周我们都会组织巡逻人员对学校的各个角落进行巡查，发现并及时上报校园中存在的问题。同时，我们还有义务积极与同学互动交流，了解并响应同学们关切的事项，并及时向相关管理人员反映，提出建设性意见。督查部的工作虽然看起来琐碎枯燥，但每一项工作都有重要的意义和作用，它们紧紧地连接着校园安全、学生权益、校园建设等方方面面。

### 第三段：督查部的收获和成长

在督查部的工作中，我收获了很多，同时也感受到了自身的成长。工作中，我不仅锤炼了自己的实际操作能力，提高了交流沟通能力，更重要的是，我学会了如何关注身边的细节、

如何发现生活中的问题和急需改善之处。通过持续的学习和应用，我深刻体会到了团队协作的意义和重要性。在同学的帮助和支持下，我不断地前进、成长，更快地适应了大学文化和整体环境，更好地融入到团队中去。

#### 第四段：督查部的展望和期待

督查部的工作不仅是在于维护校内的安全和治安秩序，更是通过开展志愿服务、物资分享、文化宣传等多种形式，引导同学们树立正确认知的同时也提高社会责任感意识和法律意识。未来，我们督查部要加大宣传力度，不断拓宽合作渠道，呼吁和号召更多的同学热情参与到我们的工作中，形成社会化的管理和服务格局，为校园的和谐、安全、美好发展贡献一份力量。

#### 第五段：结语

通过督查部的工作，我深刻地体会到，对于一个大学生而言，在学习的同时，更应该学会参与、学会奉献、学会回报，发挥着我们的主动性、积极性和创造性，为学校和社会贡献着自己的力量。未来，我也会将所学所得应用到自己的实际生活中去，做一个更加有社会责任感的人，做一个有担当的人。

## 大学生社团联合会心得体会篇二

通过这次寒假的社会实践活动，我得到了很大的收获。

这次寒假，我帮爸爸、妈妈做了许多家务事，有扫地、选菜、端碗、倒垃圾…虽然事情很小，但从这些琐碎的事情我体会了爸爸妈妈平时是多么的辛苦。以后，我一定要努力学习，好好的孝敬他们。

当别人有困难时，我们应该立即帮助他们，甚至是素不相识的人。在春节时我帮助门卫伯伯打扫院子里的落叶时，心里

甜蜜蜜的。也感觉到在帮助别人的同时，自己也会有一种特别踏实的感觉。

我记得高尔基曾经说过一句名言“当饥饿的人扑在面包上，就像我扑在书本上”。我终于理解这句话的意思，从书中可以学到丰富的知识。我今后一定要养成读书的好习惯。

通过一些小制作小发明，使我的手变的更灵活，同时也锻炼了我的手工能力。使头脑变得更聪明。

## 大学生社团联合会心得体会篇三

我是个爱做梦的孩子，总是梦想着我生活的点点滴滴，然后按着自己的梦想努力奋斗。

说起家教，它一直是我进大学以来的梦想。不过后来，苦于怎么也忙不完的社团活动和各种原因，我与家教失之交臂。然而，家教这一梦想从未退出过我的舞台，我一直在等在寻。大二了，时间充裕了，我再也不想错过这机会。当我如愿以偿那一刻，我感觉到了肩上所背负的责任。我默默地对自己许诺“我一定要当一名优秀的教员，不为别的，就为自己心中的梦想。”

我一直这样坚信着：当微笑成为一种习惯时，那么成功就离你不远。所以不管在平时，还是在家教的第一天，我一直以自己的姿势展示着。这次家教的对象是高三大班理科生，教的是化学、生物。因为是大班，所以要建立与每个学生都有充分的了解是不现实。但是沟通是必不可少的，跟学生沟通的过程中，我们不仅可以了解他们所学习的教材，还可以了解他们的兴趣、爱好和心里的一些想法。我觉得做一个老师，应该先了解学生，不仅仅是了解他学习方面的，更重要的要了解他的一些爱好兴趣，这样才能很好的跟他沟通。沟通是很重要的一部分，好的沟通是成功的一半。因为我们要扮演的不只是老师的角色，还要在适当的时候扮演朋友的角色。

当确定好角色后，我们需要对整个大班的学生的水平进行一个大概的衡量。对于不同水平的学生采取不同对待，较差的学生，要从基础知识抓起，把握好基础这一关；中上的学生，要巩固好基础，同时给他们一点思维扩散的题，把握好，能让他们在稳中有所提高；而尖子生，要想办法减少他们犯非智力因素的错误，并在平时给他们出一些难题，是课外的。这样以不同的方式来提高他们。

如果把家教比喻成一个工厂，那么它无非是世界上的合作伙伴。它总是有着双赢互利的原则。所以在我们辛苦付出的同时，我们也会得到意想不到的收获，比如我们在讲解的过程中，我们会尽量的想怎么才能让学生更好的理解我们所要表达的信息，这就需要一种很好的沟通技巧，提高学生的同时也锻炼了自己。平时，在出题的过程中，本身就在学习我们已经忘记或不懂的知识。所以一个家教的收获皆不仅仅是知识能力的提高，还有社交能力以及等等各方面。

我有个做家教的同学，他说其实家教很简单，抓住学生不会的，重点突破，再教学生一些技巧，因为很多知识都有技巧性的。那么学生学起来容易，我们也会很有收获。在这次家教的过程中，充分论证这一观点。

家教就这样结束了，说真的很不甘心，觉得很多都还没真正的开始。我想这只是一个过程吧，更重要的是从中得到收获。

我的家教梦，不会因为这次的结束而终止。

## 大学生社团联合会心得体会篇四

我从\_\_年x月1日至\_\_年x月1日在\_\_市人民医院实践。\_\_市人民医院创建于\_\_年现占地面积2.2万平方米建筑面积3□x万平方米，是集医疗、科研、教学、预防、保健、康复为一体的综合性医院。医院坚持“以病人为中心”的服务理念全员全程全方位为患者服务实行了流动医院下乡义诊新型农村合作医疗

“出院即报”并免费供三餐等便民举措患者满意度达到了9x%以上医院先后获得国家“二级甲等医院”“爱婴医院”全国“百姓放心医院”“全省卫生系统先进集体”全省首批优质服务“百佳医院”等称号。

## 二、实践过程及内容(时间、内容)

我从\_\_年x月1日至\_\_年x月1日，作为\_市人民医院的一名临床实践生，我积极参加医院举办的科室讲座和实际操作等活动，认真努力的学习临床知识和学习作为一名合格医生的职责和任务。

经过了十个月的实践生活，内心真是百感交集，回想实践的这段时间，我从一开始怀着紧张恐惧的心情到医院实践，一直到参加院内活动，熟悉温馨的医院环境与职场文化，并调适自己主动去接触人群，不仅是病人，也同院内工作人员建立了良好的关系，这都是在课本中学习不到的宝贵知识，但却是初入社会的我们不可缺的经验与成长。十个月的实践生活，使我成熟、进步了许多，现将我在\_市人民医院实践成果的总结如下：

- 1、通过了医院对我们实践生第一次的考试[]200x年x月1日迈进了实践生涯中的第一个科室——呼吸内科。初到科室，什么都不懂，后来渐渐的从第一次给病人肺部听诊、第一次开化验单、第一次开药，渐渐的熟悉了环境，熟悉了工作情况，开始看书掌握一般常用的药品、药量，重点针对现有的病人所得疾病认真作好实践笔记。由于天气季节的原因，现在住院的病人很多，使我有机会详细地观察病人病情变化。每收住一个新病人，我都和其他实践的同学主动的量血压，做心电图，辅助老师做体格检查，认真地听老师分析。在此期间我主要熟悉了呼吸内科常见病的诊断和处理方法，熟悉了常用药物，刚刚去呼吸内科时我还不适应，但我服从领导安排，不怕麻烦，向老师请教、自己摸索实践，在短时间内就比较熟悉了呼吸内科的工作，明确了工作的程序、方向，

提高了工作能力，在具体的工作中形成了一个清晰的工作思路，能够顺利的开展工作并熟练圆满地完成本职工作。

2、实践了一个月之后，想到老师对我工作的认可，让我带着些许自信到了第二个实践科室——神经内科。对于开化验单熟练和看头颅ct和头颅核磁的困难，让我深知自己还要保持谦虚的心态，接触新的知识，开始的时候什么也看不懂，在神经内科实践将近两周的时候，通过老师对我耐心的教导和自己的努力，能看出简单的脑出血、脑梗塞等成像图片。通过长时间的学习，我发现在神经内科要注意监测血压，注意病人意识、瞳孔变化，区分脑出血与脑梗塞，从ct或mri可以加以鉴别。每天查房后，开处方、开化验单成了我的主要工作，完成老师交予我的工作，我一边看书一边拿片子对照着看，进而达到课本与实践相结合的效果，对我的学习更加的有帮助，就要结束神经内科实践的时候，我们突然接到医院医务科的通知让我们实践生马上去开会，原来是因为“三鹿奶粉”事件，因为接到上级的通知，让医院进行筛查食用“三鹿奶粉”导致肾结石的患儿，我们实践的同学们，两两组成一组。刚开始的时候人特别的多，我们早早到岗，为那些心急的母亲们开化验单，做记录，一天下来我们是口干舌燥、嗓音沙哑，但是，看到家长们拿着化验单抱着的孩子离开前，对我的一个微笑，一声谢谢，还是很欣慰。经过了一个月的筛查，几乎所有使用“三鹿奶粉”的\_市的孩子们都做了相应的检查，能参加这次大型的筛查活动，纵使辛苦，也市高兴的，因为其中让我体会到了医生也许就应该这样吧！当人们需要你的时候，就要迅速的到达他们身边，给他们一个安心的微笑！

3、由于是初冬的原因，天气变化比较大，小孩子生病的特别多，我们成了老师的得力助手。由于来应诊的患儿很多，使我有机会接触各个病种，除小儿常见的上感、肺炎、腹泻等外，还见到了个别不常见的病种，如肾病综合症、佝偻病、21三体综合征等。除此外，小儿之间易传染的如腮腺炎、疱疹病毒感染、麻疹等疾病也接触了不少。在此期间，我主

要负责登记来访的患儿，记录他们的病情以及处理方式和用药。待到后来我逐渐熟悉了用药特点和用药剂量时，也主动给复诊的患儿开处方，然后经老师审核无误签字后交给患儿家属。遇到很典型的病例，老师先叫我认真看、听、触仔细观察病情，然后指出这是什么病，并详细的讲解它的诊断标准和处理措施。在此期间我反复遇到了诸多相同的病情特征，所以掌握这些疾病相对迅速和牢固。

4、接下来的三个月我在内分泌、消化内科、心脏内科进行我的实践生涯。在内分泌时，我看到很多糖尿病的病人，因为是第一次深接触糖尿病，还有很多不懂的地方，每天为所有糖尿病的病人测空腹、餐后两小时的血糖，通过血糖的情况为病人们调解胰岛素的剂量，每次主任大查房，总是很认真的为我们讲解知识，还有一些其他疾病的处理，在内分泌科的一个月使我明白了，糖尿病并不可怕，可怕的是他的并发症，所以我常和病人聊天，让他们多注意自己的饮食、运动，减少糖尿病的并发症。

到了消化内科，我看到了很多典型的病例，例如，上消化道出血、肝硬化、消化道溃疡、溃疡性结肠炎等。也学会了根据病情都应用什么药。老师还交我一些常见病应用简单的药就能治愈。

5、心内科使我实践大内科的最后一个科室，回想在心内的一个月，最让我开心的事，是能够理论联系实际，用听诊器听了很多奇奇怪怪的心音，如房颤和早搏，看了正常和异常的心电图，也参加很多次重病号的抢救，亲身体会到那种在生与死边缘的选择和抢救时紧张的气氛。在心内科应注意病人体位，心电图、心肌酶学检查，患者多因肺部感染而引起胸闷气促。学会了冠心病和心肌梗塞的用药，以及心肌梗塞的溶栓和溶栓成功的指征。

1、六个月的内科实践生涯已告一段落，回顾这些日子，是苦是乐，是酸是甜，每一个人心中都有一种属于自己的味道。

听以前的实践同学说外科是特别的累，带着好奇我来到了普外，刚来到普外对什么都特别的新鲜，我又从零开始了新的学习，对于普外一些规矩我还不是很懂，经过了一周的非常适应，我逐渐从了解到熟练。每天查房后，就要开始开化验单，换药、每天的生活在这样重复的忙碌中度过。说实话，很累，但是想到家人对我从事这方面的支持，老师对我的用心，身体的累，微不足道，对于进手术室我还是第一次，因为医院管理的特别严格，所以能进手术室是我的愿望，我也会抓住机会跟老师学知识，如果不能上手术看看还是很长见识的，例如，阑尾切除术，甲状腺切除术，胆囊切除术，脾切除术等等。对腹腔镜技术的了解还有介入治疗都是让我感到新鲜，更加用心的记。

2、在骨科实践一个月里，大大小小手术经历了很多，值过多次夜班。可以说，通过这些手术以及术后处理，使我学到了很多。在骨科住院的人都很杂，这时候不仅要有技术上，更要有超强的人际交往。在这短短30天里，痛苦与快乐并存。而痛苦，莫过于身体上劳累，在创伤骨科手术中，有很多是四肢骨折，而在四肢骨折中，下肢骨折尤其多见。在骨科的老师是所有带我的老师中病号最多的一位，也是位特别出色、很有名气的外科医生，所以找他看病的特别的多，自然做手术的机会也特别的多。对于简单的骨折打夹板和打石膏我已经掌握，在骨科看片子是不能少的，对于看片子基本已经掌握。

每天除了换药和拆线，还进行一些简单的缝合，对于缝合做的不是特别的好，我还需就一步努力，争取把缝合练的更好。

3、妇产科是我最想去的科室，终于在最后的实践日子我来到了妇产科实践，在这里我能感受到新生命降临时的那种喜悦的心情。对于新入院的病号我都要去询问产科记录的内容，进行宣教，每次和老师去手术室，我都特别的兴奋，看到孩子和母亲顺利的出手术室，虽然不是我做手术，但就是有一种莫名的自豪感，在妇科实践的日子，更明白母亲的伟大！

实践的最后一个科室是肿瘤科，在这里大多病人都是需要化疗的，看看他们那渴望求生的眼神让人觉得心里真是酸酸的，但作为医生我们只能尽自己的能力去帮助他们。也许是因为快要结束实践的原因，对科室有特别亲切的感觉，老师总是在百忙之中给我讲知识，问问题。在病房，我看到了许多生老病死，也看到了许多癌症末期的病人不断的在与病魔缠斗，很多病人乐观的心情以及积极想要活下去的那股意志力令我动容。他们那种精神让我动容，想想以后还有什么困难让我们灰心，放弃！

### 三、主要收获

一年的时间过去了，实践带给我的一切还是那样的让我觉得真实，最真实的是人际关系，科室里面，医生和护士的关系，医生和医生之间的关系，医生和病人及家属的关系，下级医生和上级医生的关系。总而言之，在理论学习后的临床实践我才刚刚起步，临床经验还需要很大程度的积累，临床技能还需要很大程度的加强。这些就是我第一次临床实践过程中对自己学习成果的总结，对学做一名合格医生的体会，也含有一些对医学事业的瞻望。我想，这样充实的生活，将会是我人生中最难忘的时光。

### 四、存在的问题

十个月的实践结束了，在这实践生活中我学会了很多，但还有很多的不足，总结如下：

- 1、对所学的知识不够扎实，不能运用到临床。
- 2、自信心差，对自己学的知识不敢确认。

### 五、对学院的建议

- 1、多组织同学们去医院参观，从中体会医院的气氛。

2、组织活动是同学们有动手操作的机会。

## 大学生社团联合会心得体会篇五

大学社团的排练是提高自己的技能和锻炼团队合作能力的好机会。本篇文章将分享我的心得体会，探讨大学社团排练对我的影响和帮助。

### 第二段：社团排练对个人技能的提升

在社团排练中，我学会了更多新的技能，如合唱、舞蹈和音乐演奏等。经过反复的练习，我不断地提升自己的技能。同时，在排练中还学到了如何掌握好节奏、如何调整音高等音乐方面的技巧。这些技能对我个人的发展和前途都非常重要。

### 第三段：社团排练对团队合作能力的提升

一个团队的成员需要相互协作才能达到最好的效果，而社团排练正是培养了我的团队合作能力。在社团排练中，每个人需要按照自己的任务来完成所需的内容，同时也需要相互配合，互相协作。这样的锻炼帮助我提高了我个人的团队协作能力，使我更加适应团队合作的环境。

### 第四段：社团排练对自我认知的提升

通过社团排练，我认识到自己的优点和缺点，并且不断地改进自己，让自己变得更好。同时，社团排练也是一个展示自我的舞台，使我更好地认识自己和发掘自己的潜力，让我能够在学习和生活中保持更加积极的态度。

### 第五段：总结

社团排练是一个极好的学习和锻炼平台，对学生的个人和团队能力的提升都有非常积极的影响。除了学海无涯，我们在

其中认识更多志同道合的朋友们在一起共同探索、共同成长，愉快地度过每一个难忘时刻。我希望通过我的经验和体会，给大家带来帮助。