

2023年感恩孝亲实践活动心得(大全9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

感恩孝亲实践活动心得篇一

正式进入寒假了，我们都各奔东西，寻找自己的社会实践单位，迷茫的我刚开始不知道从哪下手，俗话说万事开头难，这句话让我明白了做什么事刚开始是不好做的，但我坚信只要我努力，一定会找到一份属于自己的完美实践单位!!

终于在我走南闯北中遇到了适合自己的工作了，_村_卖笔记本电脑，因为我是一个寒期工，所以他们对我要求不是太严格，以下是我在工作中的一些工作经历!

今天是上班的第一天，高高兴兴的来到公司，还没来得及吃饭!点到了，好紧张，点到我了，脸稍微的红了一小下，感觉和上学老师点到一样!点到后下去开始上班了，看着那么多样机头好晕，也好羡慕，她们每天都能碰这些上千元的东西!摆好样机后，店长叫我开始招揽顾客了，可我却张不开口，不知道这第一声怎样说，更没勇气去说“欢迎光临_专卖”!就这样，在犹豫中度过了一天。

第二天到了，点到没感觉了!到了店面还是不能主动招呼客户，店长开导了我，让我一定要脸皮厚，不怕碰壁!照店长的话做了，第一声说出来挺紧张，慢慢的发现也没啥，谁也不认识谁，直到招呼客户自如了!可是这第二天比第一天比就不好受了，腿开始疼的厉害，因为总是站着，小腿开始吃不消了，总店长发现了这个情况，让我坐坐歇歇，可是我却不是那么想的，自身认为别人能做到的我一样可以，所以我选择了全

天站着，一天下来真的好累，想起在学校真好，想坐就坐，想溜达就溜达一圈儿！这一天下来收获不小，工作是那么的不好做，无论处在哪种行业，多做事少说话是真理，其中更重要的就是要专心做好每一件事，要有超强的抗压能力！看着他们专心的谈客户真棒，想象自己要是能那样就可以了，我相信我能行，俗话说“人不狠站不稳”，所以我会对自己“狠”，这样才能学来真本事！

今天是我认师傅的一天，在我们的店面有位属虎的大哥，人特好，特聪明，他就是我的师傅_x！无论你问他什么型号的机器，配置、主频、价钱、类别……他都能一字不差的说给你听，今天他给我的任务是必须背会所有样机的型号，并且在第二天要熟练的背给他听，价钱也要会！他说“只要我带你就别闲我管的多、管的严，也不怕你背后骂我，虽说你是实践的，但我不会因为这个对你放松！好好干！”

x月_今天是一个难忘的日子，记不清别的事了，在脑海里只记得今天是个挨说的日子！今天像往常一样开始了一天的工作，还是和刚开始一样，什么都不会，只会样机的配置、价钱，只会招呼客户，感觉自己是多余的、是没用的，就这样迷迷糊糊的又过了一天！可是到了下午发生了一件让我在这个实践中难忘的事！一天都是客户不断，我却没谈一个，很自卑，到了下午5点快下班的时候，以为没客户了就靠在柜台上歇了会儿，这一歇不要紧，总店长看见了，让我坐那歇会儿，我本以为是好意，可后话让我害怕……我说不用，别人都能站我也能，她却说那就别靠着，在这是可以坐但不允许靠着的，吓了我一身汗！从此在我心里就没有靠柜台的词了，下定决心以后无论在怎样累也绝对不靠柜台待着了！

最近这几天也不知道是咋回事，就是背不进去配置，师傅这几天也不怎么管我，想想自己也是的，干嘛非要别人管才肯学习，我要自力更生，人活着不能靠别人一辈子！看着别人利用专业知识谈客户真棒，心里幻想着自己谈客户的情景……“您好，欢迎光临_专卖，两位今天想看看多大尺寸

的?对cpu和显存有要求么?主要做什么用?多少价位…….”正想的带劲，不料店长看见了，“干什么呢?走神，快点卖机器”。又挨说了，下次不走不就行了，还用那种语气，但是站在公司的角度想想挺对的，靠着会影响公司形象，形象都不好还怎样去做生意，为了不给店长带来麻烦，为了不给自己母校丢人，以后我不会再靠着了，一定要做一个好榜样，让他们看看_人的毅力!

真是个好日子，前两天谈了个客户，本以为给张名片就不会回来了，嘿嘿……好事被我撞见了，回来买了台机器，今天是最开心的日子，自己一个人卖了我工作第一个机器，这样记机器配置想记不住都不行，整个过程让我记忆犹新，应该是我这一个寒期得到的一次成长经历吧!成就感占据了我幼小的心灵，让我在虚荣心上得到了极大满足，但我不会因此骄傲，这只是我实践生涯的一个小小的开始，不能因为暂时的小成绩影响我的情绪，我是一个不满足现状的人，因为等自己步入社会以后生活的保障就是挑战未来的勇气和能力，所以我要做一个成功者愿意付出常人不愿意付出的努力，我一定行!

这是我人生第一次离家这么远，也是自己第一次工作，想想舍不得离开他们，但我毕竟还得上学，谢谢大家这一个月对我的照顾，谢谢师傅，但我没好好学习，给您丢人了，希望你在以后的日子里开开心心!!带着满脑子的机器回家了，这段时间真的学习了不少东西，例如做事钱一定要有清晰的思路，那样既节省时间又能迅速做好，人无完人，但我相信没有更好只有，我就是的。

感恩父母实践活动心得3000字（精选篇2）

感恩孝亲实践活动心得篇二

转眼间，短短的三个月实习就这样结束了。在那里我不仅看到了许多自身的不足，同时也对自己未来投入社会工作有了进一步更深的了解。是的，展望未来，我对自己今后的工作充满了信心和希望，为了能够制定更好的工作目标，取得更好的工作成绩，以下是我把参加实习工作以来的情况总结如下：

一、思想认识。

每个人在工作时都应该有一个清楚的思想认知，无论他是否做到了还是在努力调整中。而我在上班的这三个月里，作为一名普通员工，我在思想上严于律己，以公司的要求严格要求自己，力争思想上和工作上在同事、学生的心目中都树立起良好的作用。因为我相信一个在公司的运营过程中，同事间的互相激励是起到一定的帮助的，所以要保持这种积极向上的竞争氛围就需要我们去严格要求自己。积极做到以身作则来带动群体。

此外作为一名公司普通的防损员工，我知道我们身上肩负着巨大的工作压力，我们不仅要监督员工而且还需保持商场的防盗与安全等问题。所以这不禁得让我们打起120%的精神来做好这项平凡却不简单的工作。同时在这三个月中，我一方面配合领导和老师们做好实习监督检查，同时把自己商场内部的各项工做好来，这也我相信在以后的工作学习中，我会通过自己的努力，取得更大的进步。

二、实习工作内容

在我没去和大福实习前，虽然以前有去过社会做实践，但是此次学校所安排的实却是对于我却是一个全新的挑战。因为我这次所面临的是一个陌生的岗位——防损侦察员。防损侦察员这岗位对我来说是一个全新的工作领域，这需要我去

摸索与实践中去慢慢熟悉与了解这项工作。然而通过了一个实习阶段的工作后，我也对这份工作有了层次上的新理解。以前总是以为防损部的都是保安，不就是整天站着么，没啥好大不了的，所以在被他们选在防损侦察员这岗位时还真的有点不高兴。然而在此次实习工作阶段后，自己也认识到了当初的想法是错误的，毕竟防损部包括了太多的职责。我主要总结了一下我们在和大福百货超市作为一名合格的侦察员应做的几方面：

1、形象问题

首先，防损员要富有朝气和活力。站姿要端正；仪容、仪表要整洁大方，给顾客一个好的感觉，就会激起顾客购物的热情，反之，会对顾客产生讨厌心理，影响着顾客再次购物的情绪。

其次是要保持物品的整洁。包括对本岗位范围内的购物推车、购物篮、存包柜等方面保持整齐清洁。还需要保证顾客购物、付款时通道的畅通；随时捡起收银台及出入口附近地面的纸屑，如有水渍和污垢应及时处理等。

最后是文明服务。这是做一名合格防损员的有力保证。防损员必须具备一定的素质修养，必须遵循“顾客永远都是正确的”且要具备一定的商品知识，熟悉门店卖场内商品陈列的具体位置，掌握了这些才能更好地为顾客服务。同时要学会使用礼貌用语主动上去为他们服务，使他们感到备受关心和尊重。比如当顾客走出门店时，防损员主动说上一句“欢迎您再次光临”、“请慢走”等用语时，顾客就会对超市留下很深的印象。他们就会再次光临超市。

2、防止商品被盗及意外事故的发生

在超市工作中，由于商品种类及人流量的繁多，常常发生偷盗行为；而由于超市用电量或者商品本身的性质问题等都会引起一定的安全隐患。所以在和大福实习工作中作防损员

时，对于这些本内工作，其行动也刻不容缓。

说到防盗，主要是检验防损员的防盗防损意识。可能就是你的稍微不留神就有可能是超市照成巨大的损失。那么要做到保证商品安全，主要还是要从顾客入手。比如(1)禁止顾客携带大型背包和提袋进入卖场，劝导他们将其寄存在存包处；(2)顾客携带小型背包和提袋进入卖场时要留意其行为；(3)人多时，应提醒顾客勿将付过款的商品带入卖场内，以免造成误会；(4)及时制止顾客在卖场边走路边吃东西的行为。

另一方面就是防灾害，主要是要定期对消防器材进行保养、清扫；使它们随时保持良好状态。其次就是对门店内的电器、电路、发电设备定期检查，预防隐患。同时也对员工间宣传防灾害知识，比如不能在卖场内吸烟等。

3、落实公司人事下达的纪律管理工作。

每个公司都有它的制度，我在和大福超市实习时，同样要遵守它的纪律。而且作为防损员，还需对员工进行监督。上至经理下至员工，我们都有权利去纠正他们的一些不良行为或者危害到公司利益的行为。就比如说我们需要监督员工们的考勤，监督禁止员工上、下班代打卡。其目的也就是落实公司的纪律管理工作，防止员工间的不自觉心理以及营造一个良好的工作氛围。

三、主要经验和收获

也许我将来从事的不是销售行业或者我没能走出那一步，但是在和大福这所超市中，我还是学到了许多。上至黄主管，下至促销阿姨，在这里的每个人都在不竭余力地教我，从做人到做事，所以在此也是很感谢这些人的辛苦教导。总的来说吧，在经过了三个月的实习工作，在这里我不仅加强了与人的交际能力，同时也使我在生活实际中学习到了在学校无

法学到的实践知识。而在向工人学习的过程中，培养了我们艰苦朴素的优良作风也是我们当代大学生所必须的具备的。所以此次实习之旅即对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力，也这对我毕业后找工作起到了至关重要的影响，所以自己也总结了以下几个方面的经验和收获：

(三) 只有保持积极好学的心态，正所谓“取人之长、补己之短”，只有做到这样才能不断提高自我、取得进步。

四、加强自身学习，今后发展方向

俗话说：“隔行如隔山”。以前从来没接触过防损这个岗位说实话心里没有底，但在这三个月里我已经喜欢这份工作，虽然繁杂、琐碎，也没有太多新奇，我深深的感到自己岗位的价值。同时也注意到了可能是由于感到自己身上的担子很重，而自己的学识、能力和阅历与其任职都有一定的距离，所以总不敢掉以轻心，总得向周围的领导学习，向同事学习，这样下来感觉自己三个月来还是有了一定的进步。比如说在在协调办事能力和语言表达能力等方面都有了很大的提高，这对于一个即将毕业离校的普通的我来说是一个莫大的帮助。也是鉴于在和在大福超市实习的宝贵时间，我领悟了很多，也学到了很多，希望在以后的学校生活或者工作中能做到更好，日趋完善。

以上是我对自己工作的总结汇总，敬请各级领导给予批评指正。实习的结束只是属于我在和大福工作的告一段落。在今后的工作与生活当中，我将一如既往的努力工作，不断总结经验；努力学习，不断提高自己的专业知识和业务能力，以新形象，新面貌，为自己发展而努力奋斗。

实践活动感恩父母心得体会篇4

感恩孝亲实践活动心得篇三

春节，多么美好的日子！承载着中国人对新年的祝愿，对家人的祝愿。你瞧，从远方，从山峦，从小溪，从四面八方，那些美好的祝愿乘着春风汇聚而来！

晚上吃完饭，母亲拿出了给奶奶准备的新衣服。悄悄说一句，今年是她老人家的本命年。奶奶穿上那件红色的棉坎肩，脸上露出了开心的笑容，此时爷爷也在旁边满眼温柔地看着奶奶。没过多久，爷爷奶奶拿出了压岁钱，我和姐姐也说着吉利话：“祝爷爷奶奶长命百岁，身体健康，一年更胜一年！”“好，你们也要继续加油！”……一家人和和美地坐在一起，聊聊天，喝喝茶，听听长辈们的故事，多么幸福的时刻啊！这简单的幸福，爱萦其间。所以人们都说，春节，是爱的相聚！

当然，我也爱这个春节，爱食之香甜，爱衣之温暖，爱这个和谐幸福的家，爱兄弟姐妹，爱长辈亲人，更爱为这个家付出的爸爸妈妈。

时光是一列单程车，一去便永不复返。走进寄宿制的高中生活，离家越远，越发牵挂；离家越久，越忆年华。无论我在外遇到再大的风浪，都还有家这个避风港。即使我们不说一句话，但只要有家人们的陪伴与支持，就能让我有更大的勇气面对所有的风浪。我不是诗人，也不是歌唱家，既不会用绚丽的词藻来赞美父母，也不会用动听的音乐来歌唱父母，我只能用点滴的行动来感恩父母，不失这最美的年华。

2020年对我来说，已经成为了过去时，之前的一切都已经成为历史。我要把目标放在2021年。新年的钟声已敲响，我也要为了自己的目标，努力努力再努力。我相信只要我不怕苦不怕累，努力学习，积极进取，持之以恒，就能实现自己的理想！

年聚亲情，感恩双亲。惟愿新的一年，乘风飞翔，用自己的成绩向父母送上最好的礼物！

感恩孝亲实践活动心得篇四

寒假一转眼就过去了，在短短的一个月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

本人姓名___，年龄22，籍贯__省__市__县，社会实践职业：销售员。

由于经济原因我家在__年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己喜欢的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂部不更忙。于是我决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已经有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。

作为一个服务行业，顾客就是上帝。良好的服务态度是必须的。要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽量可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层

次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比去年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货档次也要提高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。

今年我家的对联是：上联：您的光临是我最大的荣幸：下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。诚信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就好似这样一个人，他为人稳重，待人真诚，办事周到。所以他人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母辛勤的工作。他们每天六点钟起床，十一点才休息。冬天父亲每天五点起床，开着三轮车去20里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢？我知道，不就是为了多赚钱，供我们兄弟俩人上大学吗？我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有很多商品要早上搬出，傍晚再搬回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家里还有十亩冬枣地，从春天忙到金秋十月。看着父母亲脸上一天天增加的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一中说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢！我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

通过一个多月的实践使我增加了见识，也懂得了许多做人的道理，也使我更清楚地认识到自己的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努

力学好自己的学业，将来回报父母，回报一切关心我的人!!

实践活动感恩父母心得体会篇3

感恩孝亲实践活动心得篇五

星期五放学之前，周老师告诉我们：下星期一、二学校组织我们三年级段去实践基地参加实践活动。我们听到这个消息后都兴奋不已。今天是活动的第一天，我带着无比激动的心情早早地来到了学校。

在实践活动中我们学习了交通安全知识，我从中知道了未满12周岁的孩子不能上马路骑自行车，未满18周岁不能骑车带人……这些交通知识让我受益匪浅。还体验了做一回小小建筑师。我和刘孟轩一组，用手中的工具剪刀、别针和吸管进行创作。老师先指导我们怎样把两根吸管用别针扣在一起的方法，然后又让我们搭了三角形和正方形，是后让我们自己创作。我们先在纸上画上要设计的草图，然后两人小心翼翼地开始搭，两人分工明确，一人拿吸管，另一人递别针，快速地完成了一件作品。虽然设计的作品不怎么好看，但我们还是很开心。

让我印象最深刻的要数第二天的野外生存知识教育课和贝雕课。老师告诉我们在野外活动时学生打各种各样的结很有用处。他先教我们怎么打胡萝卜结，又教了打猎时怎么用绳子拴住猎物。老师教完后我们开始动手打胡萝卜结，第一次打的时候，我们其中一根绳子不小心抽掉了，这样胡萝卜结就都松散了。反反复复好几次，功夫不负有心人，等到第五次的时候终于成功了。可惜我打的胡萝卜结上身太长，下身太紧，老师评价只给了我一个良，但是也很快乐，因为我学会了一项新本领。贝雕课的时候老师先简单地介绍了贝雕的来历，又教我们怎样做小鸟。先要选好6、7块贝壳，再把两块

差不多大的贝壳粘在一起，加上羽毛和嘴还有小巧的嘴巴，一只美丽的小鸟就做完了。我还做了椰子树，旁边粘了一座假山，把小鸟放在假山上，一幅贝壳贴画就完成了。

实践活动让我学会了很多本领，也让我懂得了同学之间合作的重要性，我希望这样的实践活动最好一学期一次。

感恩孝亲实践活动心得篇六

人们都说：“父爱如山，母爱如海”，但在我的世界观里，那些言辞早已不足挂齿，早已成为了仅给父母的一种名号，那是因为父亲的爱已远远高于山峦，母亲的爱也超出了大海的辽阔无边，父母的爱相加，那便是整个世界！

父亲的爱没有母亲那么细腻，但是他并不是爱得不多。从我们出生之时，那一份重大的责任便让父亲担当了起来，父亲需要照顾好我们和母亲，让我们都快乐，无忧。

五六年前的我并没有意识到父母对我们的恩情有多重，那时候的我只懂得去依赖他们。刚上小学，老师的第一次家庭作业便是和父母握一次手，要用心去感受。同学都地在欢笑中期待这次简单的作业的，大家甚至在怀疑老师在和我们开玩笑，但是当我们去完成作业时，都明白了。我微笑着、和妈妈说着老师给我们留作业的经过，并且出手要和妈妈的手握在一起。

妈妈刚刚还在笑，但在我伸出手的一刹那，她却变得像一个无助的小孩子一般，将双手藏到身后，无论我怎么劝说她都不肯将双手伸出来，经过强拉硬拽之后，我握住了母亲的手。摸起来干巴巴的，并不像我好朋友那样软软地，我不禁将妈妈的手捧在手心，仔细一看，上面全部都是一道道口子，有的还在渗着血，我也不知怎么了，眼泪一个劲儿地掉个不停。

母亲的爱虽没有父亲的高大，但并不是她没有大胆去努力的

爱。如果说父亲对我们的责任是重大的，那母亲对我们的责任就是不可逾越的，从我们的生命到来的那一刻起，她们便让我们成为了最幸福的人，母亲需要将我们哺育长大，抚养成人，这一切的一切都在向她们指出：我们的到来只会让她们受苦，但她们还是将我们带到了人世间，而且从未后悔过。

感恩孝亲实践活动心得篇七

学会感恩，是一种情怀，学会感恩，更是一种情操。知恩图报，学会感恩，冬天就不再寒冷，黑夜就不再漫长，幸福快乐就会在你我身边。感恩的心，是用心来传递的，每个人都有每个人的理解。但我相信，只要有心，那么这份爱就将传递的更远，流传的更悠久。

感恩父母是不分实践，不分地点，不分远近的！它不只是一句话而已，更要从生活的点点滴滴中来体现。孝道是我们一生的课程，没有结课，没有最优秀，有的只是做与不做。在父母身边时，多亲近父母；不在父母身边时，多想念父母，经常打电话。我认为学会感恩，做家务多交流是很好的方法。

我的假期大部分时间都用在家里的，当很多同学在开心的聚会，很多同学在计划着到哪儿去旅游，或打工做兼职的时候，我就在家里乖乖的呆着，做着放假之前妈妈在家里做的那些繁杂而重复的事情，虽有些枯燥乏味，但是可以尽一份孝心，用实际行动感恩父母。经过一假期的劳动，我真的从辛苦中体会了父母的不易。当父母因为我这小小的举动而那么高兴时，我的内心有喜悦，有自责...那一瞬间，许多复杂的感情在我的心头澎湃。

从我懂事起我就一直想要回报父母。小时候以为听话就好，学习好就好，干干家务就好，就是“懂事”、“孝敬父母”了；长大些以为“自己自立，不让父母为自己太操心”、“现在努力，以后为爸妈创造最好的生活条件”便是“有孝心”的表现。事实上这些想法有一些肤浅。或许，面对他们年岁

的增大，慢慢的衰老，他们更需要的，除了生活上的照顾外，是精神层面的交流。当今科技发达，青年人手一部手机或是电脑。当我们回家后基本上打开手机电脑做自己的事，却忽略了和父母的交流沟通。我们的上一代人大多不会使用电脑等科技产品，他们平日空暇时间无所事事时内心会空虚，希望与我们子女多聊聊，然而得到的却是一个个面对电脑手机的背影，这不是有些残忍吗？在家做做家务，陪父母聊聊天，对父母的安慰是很大的。

衣食住行，学问大而广，煞费脑筋。首先是落脚地儿，牵扯买房装修的质量、价格、交际等问题；买的电器还要会看说明书；洗衣、烧菜、安全、维修等等也不得不考虑；更别提养花种草，修身保健之类的休闲消遣了。让生活良性运转，真是不易啊。想到这些，我不禁佩服自己的父母，他们在这些方面处置的井井有条。

做力所能及的家务，会让父母倍感安慰。就先说叠被子吧，每天早上鼓励自己早起锻炼减肥，收拾家务。叠被不是苦事，起床后拉帘开窗，掀被通气，过一会儿再来叠整齐，盖上遮布。我有时也想过，直接把被子铺在床上，不必叠，也恰好省得晚上再铺。但转念想，不叠被像什么话，一大早就这么慵懒，整个一天不都得松松垮垮似一滩烂泥？一日之计在于晨，积极向上的开始预示着充满活力、踏踏实实的一天。叠被是有规律、有节奏的生活不可或缺的一节。整齐的被子赏心悦目不说，还体现了一个人良好的生活习惯，达观的人生态度。

然后就是清理房间，掸土，擦抹，扫地，拖地，倒垃圾，烧壶开水。这些杂事看似容易，实则很累。每天晨练回来，做这些事就得一个小时。虽然累，权当锻炼身体，累中作乐吧。家里的地面，一般大扫一次就可以了，平时饭后大概扫扫尘土和头发，贵在保持嘛。不过地面上的头发最惹眼，以至于“扫头发”几乎成了“扫地”的代名词，地面脏也多半是因为有发丝。尤其是梳头洗头时，掉的头发最多，需要及时清理才可。

说起做饭，就是件最大的家务了。一日三餐，焖饭，炒菜，煮面，烙饼，蒸馒头，下饺子，样式五花八门，各有讲究。以前多次想学的，终没下定决心，只是站在旁边看，不动手，根本记不住。加什么佐料，放多少酱油等小细节更是让我头昏脑涨。然而这事不能再拖了，年龄不饶人，尤其想到同龄人有的都会做好几种菜式，不禁感到自己矮了半截。

每次做饭时间，我站在妈妈身边，听她吩咐，精心操作。学习炒菜，需要技巧。切菜时持刀不能太靠后，既不能锯，也不能剁，还要以指关节顶住刀背以护手指。我是个左撇子，用右手拿刀很别扭，但又必须如此。种种要点的灵活把握，需要时间和反复操练。学习烙饼，首先要会揉面。倒上两碗面，边洒水边搅拌，面混在一起差不多了，放上2个钟头，再揉就有劲道。做烙饼费油，和上面菜后，放进锅里，加点油，勤翻腾。看着自己做好的第一个饼，吃起来倍儿有感觉。虽说倒油时，惧于想象中溅油的威力，舀油时小心翼翼，伸长胳膊倾入锅中一点点便引起妈妈不满，甚至后来被其亲自代劳。唉，好吧，我确实有点笨，不过良好的开端不是成功的一半吗？学习焖饭淘米，讲求的是水和米的搭配，水放多，太软；水放少，太硬。总之把握量很重要。

最爱一家包饺子，其乐融融的好风景。妈妈擀，爸爸包，我则一会儿擀，一会儿包，听他们聊天说笑东拉西扯，偶尔掺和几句。馅子较干，我则包得顺利；倘若菜析出的水多了，包不及就走水，最后弄得饺子皮黏黏的，不得不撒上些面粉，捣鼓半天，勉强凑成个模样；如果问题大了，便让爸爸修补一番。擀皮不甚快，赶不上爸爸包，心中发急就手忙脚乱，有时见势不及，就不按套路了，干脆擀几下再抻几下。依这等干法速度倒也提高了不少，呵呵。擀起来挺带劲儿，一直擀到手心发痒，想罢手，眼见剩得也不多了，索性一并都擀完了。一回生，两回熟，多吃几顿饺子，自然上套路了。小有成就，心中自我感觉良好。当然了，做饭时间正是一次很轻松很平实的和父母交流的机会。谈谈新闻报道的国家大情，电视里的奇闻异事，或是讲述我离家期间亲戚邻居的家常，

以及我在学校的生活感想，困惑等等，边劳动边交流，气氛温和，是和父母交流的最佳机会，更利于提高自我的家庭责任感。

饭后处理工作便是我的拿手好戏了。相比做饭，这容易得多，我也更乐得接受。抹桌扫地，一会儿的工夫；洗碗刷锅，泡一泡，刷一刷，冲一冲，简洁明了；末了摆摆椅子，清理池子，工序毫不复杂。就是动作慢，饭后至少忙乎半小时，不像妈妈十来分钟搞定，还很整洁。我不禁感慨：生活不容高来高去地空谈，只许脚踏实地地真干，哪怕一顿饭，也毫不含糊。

洗晒衣物窗帘等恐怕是相当浩大的工程。妈妈每天都会为此奔波于阳台，穿梭于卫生间。我能做的，最最起码尽量不添乱，不能制造麻烦。回家前自己能洗的衣物就在学校自己解决了，少带了麻烦回家；回家后的最初几天，把自己换洗的衣物自己洗好了。洗完脚自己顺便将袜子一并洗了。平时在家注意尽量保持衣服的洁净。家里没有洗衣机，妈妈只能手洗，我一般会帮她投一投，弄弄衣架，谁让自己大件衣服总是洗不干净呢。不过我会努力的！

每天晚上呢，我会抽出时间来陪陪爸妈。陪爸妈聊天，陪爸妈看电视，陪爸妈逛街散步，看看烟花，看看灯会...跟爸妈拉家常，聊聊邻居的趣事，排解父母内心的压力，舒缓父母因为工作家庭等麻烦事引起的不快心情。看着父母那爬满岁月的额头，看着那饱尝雨露风霜的脊背，看着那饱经艰难困苦的丝丝白发，一种莫名的感触涌上心头。

通过此次假期社会实践，我学到了许多课堂上学不到的知识。我知道，作为一个大学生，为了实现自己的梦想，往大了说，实现中国梦，肩上撑起的不单单是学习的使命，更有着如何做人、如何生活、如何为将来打下基础。这一切的一切，都让我受益匪浅，也积累了不少生活上的小经验，极大的丰富了我的人生阅历。母爱是船，父爱是海。母亲的爱，点燃了我们心中的希望，父亲的爱，鼓起我们远航的风帆。是父母

生育了我们，让我们体验生命，了解这时间的万物；是父母让我们不断成长，让我们明白一个又一个人生的哲理；是父母帮助我们度过难关，在我们心灵孤独时给予我们力量。我明白了当父母的辛苦，虽然以前都是只知道父母很辛苦，但这次却让我真正的体会到这点。要操持一个家，不是一件容易的事情，爸爸妈妈每天对着同样的事物也会厌倦，有时候干完活看会儿电视是爸爸妈妈唯一的娱乐，以后我一定要找多点娱乐给爸爸妈妈，多陪陪爸爸妈妈。

经过这次活动，我决定要承担起一份家庭责任。不仅仅是单纯的做几次家务就可以了，更需要我们承担责任，持之以恒。做家务不能只有三分钟热情，不能怕麻烦，不能带有抵触情绪。要从做家务中，切实体会父母的辛苦，并心怀感恩之情，以自己的实际行动回报父母，减轻他们的负担，还要从做家务中寻找快乐，培养自己的责任心。我要怀着感恩的心去做，为父母尽孝。

生活上的照顾，即使我们做的再多，也都是微不足道的几样，和父母把我们从小抚养到现在所付出的汗水心血是断然无法相提并论的。抚养子女是父母的责任义务，而回馈他们是我们的责任义务。我们在长大，而他们在衰老。我想，物质的回馈对他们来说是无关紧要的。重要的是，心灵的亲近，子女的倾听，来充实他们的心。

感恩孝亲实践活动心得篇八

每一天，让我们怀着感恩的心感受阳光雨露；每一天，让我们怀着感恩的心领受食物；每一天，让我们感恩父母并给予回报。

因为爸爸、因为新年！我们乘上了南下回家的列车，列车在前行颤动，我手中的这本书《就这点事》也在颤动，我的思绪也随之颤动。

马上能看一看家乡的变化了，马上能走一走家乡的土路了，马上能叙一叙家乡的情谊了。我似乎是坐在了冒着热气的菜桌旁，喝着香醇的家乡米酒，叙着飘泊在外的酸甜苦辣，一切的一切，尽在流淌着。是那样的自然，没有在外的拘谨，有的只是浓浓的乡情。

盘点一年的经历，我深切感受到了爸爸的那份挚爱，如同浓浓的牛奶，滑滑的、润润的，已渗入到我内心深处。我生病了，很重！爸爸用他的“铃木”摩托车，载着我，到处寻医问药，病情仍不见好转，他那急切之情总是不时地涌现在坚毅的脸上。我知道爸爸在异乡三班倒的工作多么辛劳，看着爸爸日渐消瘦的身子，我不忍。

我开始苦闷忧郁，何时才能治好病？何时才能重回到书声朗朗的课堂？但面对我的总是爸爸耐心地劝导“人生无常，月亮也还有圆缺的时候呢，命运的一半在自己手里，要对明天充满希望……”听着这些话，我会似懂非懂地点点头，心情也会好许多。

日子在一点点流逝，岁月的印痕深深地刻在爸爸的额上。在外打工的日子依然清贫着，我依然吃着那一包包中药，吃着那一包包饱含着爸爸辛劳与关爱的药。我尝试坚强了，我知道只有坚强地与缠身的疾病抗争，才能对得起爸爸。

那一天，爸爸照例去医院给我取化验单，发现我的肝功能各项指标正常了。爸爸就如同一个小孩子，欢呼雀跃着跑回家来告诉我们这个天大的喜讯。这些指标的正常是来之于爸爸到处求医问药的奔波，来之于爸爸伟岸身躯的支撑呀。

我感动了，因为我赶上了和谐的好时代，我感动了，因为我拥有了一个爱我的爸爸。爸爸如同一座山，巍峨屹立，为我遮风挡雨。爸爸如同一本书，教会了我学会宽容，善待自己。

没有阳光，就没有日子的温暖；没有雨露，就没有五谷丰登；

没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们自己。滴水之恩，涌泉相报。感恩父母，是我们的责任。

感恩孝亲实践活动心得篇九

“羊有舐乳之情，鸦有反哺之义”，人怎能没有尽孝之念呢？莫等到欲尽孝而亲不在，终留下人生的一大遗憾。要想将来不会后悔莫及，我们就应该从现在开始，从身边的小事去感恩父母，回报父母。回报，也不一定非要是物质上的回报，更多的应该是精神上的、情感上的回报。就算是远渡重洋、留学海外，我们时刻都要怀揣着一颗感恩的心。正如世纪老人巴金所说：“我是春蚕，吃了桑叶，就要吐丝。”春蚕得到了人们的养育，便吐出洁白的丝，织成绚丽的锦，回报人类，所以，它得到人们赞美与钦佩！

一天晚上，天色早已入暮。我正在做功课，放下手中沉重的钢笔，聆听窗外的雨声。我把手伸出窗外，雨真凉，滴在手上，仔细看看，雨滴晶莹剔透，就像透明的钻石一样。“哈欠！”我打了一个喷嚏。这时，妈妈赶忙走了过来，对我说：“孩子，怎么把手伸出窗外呀！外面多冷。”妈妈连忙把窗户紧紧关上，然后摸了摸我的额头，妈妈的眉头立刻皱了起来。

妈妈到桌子上拿了一个温度计，对我说：“来，孩子，你把这个夹到腋下，快，乖一点！”我照着做了。我不过是淋了一下雨，有那么严重吗？大惊小怪！过了五分钟，老妈让我把温度计拿了出来，三十八度！哇，有这么夸张吗？我真病了！还病得这么厉害？这时，妈妈二话不说就把我抱了起来，抓起一把伞就往外跑。

妈妈一手抱着我，一手打着伞，我听到妈妈“呼哧”的喘气声，听到“啪啪”的脚步声，听到“哗哗”的雨水声。我在雨中上下颠簸着，我的身上一滴雨水也没有，可妈妈一直在被雨水淋，被雨水打。到了医务室，妈妈放下我，我发现她

的全身都湿透了，像刚从水里爬出来。

第二天早上，我醒了，我闻到妈妈早就给我准备好的丰盛早餐，妈妈对我温和地说：“孩子，你身体舒服吗？头晕不晕呀？”“我都没事了，妈妈！”这时，我和妈妈对视了一眼，我发现她的眼睛里布满了血丝，像火一样烫了我一下，我感觉我的眼睛好热……唉，因为我的无知，因为我的不懂事，我一定又让妈妈一宿没有休息好啊！我从来不知道温暖和爱是什么，今天，我终于体会到了，温暖和爱的同义词，叫做母亲。

父爱如山，母爱如海，我们家的父爱母爱，为我和姐姐撑起了一方晴空。不管走到哪儿，我们都是温暖的，都是快乐的，都是幸福的！有爸爸，有妈妈，有家人，我成长的路上满满都是花，满满都是爱！我永远感激你们！