

# 寒假母校行活动感悟(大全10篇)

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。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

## 寒假母校行活动感悟篇一

### (一) 立足社会，勇于实践

社会实践是大学生在改革开放中走向社会的一个很重要的锻炼环节，也是教育与实践相结合的具体体现。当今社会的竞争是人才素质的竞争，随着人才被推向市场，大学生的自我优越感将逐渐消失，发展方向更加扑朔迷离。因此要适应时代的要求，作为大学生，我们不能闭门读书，而要敞开大门，走向社会。在实践中学习，在实践中提升，增强社会责任意识，提高综合素质。为提高竞争力，建设祖国不懈努力。

### (二) 施恩不记，受恩勿忘

离开高中母校已有一年半，虽然每个假期都有回母校看望老师，但是都从未有组织有计划地回访母校。一日为师，终身为父。老师们曾经用半生的知识浇灌我们，如今，我们已经成长即将步入社会，最应该感谢的是一直教导我们的老师。

现在我已经是大二年级的学生，在高考经验和大学学习经历方面的总结已经较为成熟，我认为，这个寒假正是我回访母校的好时机。我不仅可以用我的高考经验，和从学弟学妹那收集的经验为今年的考生答疑解惑，我还可以用我在大学里丰富多彩的生活经历唤起沉浸在书海的高三学子对大学生活实践的渴望。曾经也有学长学姐这么热心的帮助过我，我也要这份帮助传递下去。

岁月悠悠，百年沧桑；桃仑教泽，源远流长我的中学母校益阳市一中始建于1906年（光绪三十二年），初名信义中学堂，迄今已有近百年历史。现为湖南省重点中学，省现代教育技术实验学校，省体育传统项目学校。母校益阳一中素以治校严谨，教学质量高，学绍湘贤而蜚声中外。百年历史，铸就了学校勤谨，求实，团结，进取的优良校风和严、精、活、实的教学特色。学校北依资水，西傍会龙，校园古木参天，绿瓦红墙，环境幽雅，书声琅琅，是益阳市基础教育的龙头学校。

### （一）文化底蕴厚重

益阳市一中1906年由挪威人创办，是湘北地区最早的一所完全中学，百年办学历史，形成了自己独特的办学风格和特色，积淀了深厚的文化底蕴，培育了万千计的杰出人才。如原文化部副部长、著名的马克思主义理论家、中国科学院院士周扬，中国第一任教育部长何伟，国际义人——被称为中国的辛德勒的何凤山博士。

### （二）办学条件优越

目前，学校拥有现代化的科教实验楼，多功能的图书馆，全省一流的体育馆、田径场、攀岩、文化广场，高标准的学生公寓。学校拥有现代化的教学设备和人性化的服务设施，教室都安装了空调，配备了三机一幕和电视监控系统、多媒体教学系统，校园建立了双向闭路电视系统和千兆网，建立了电脑办公、阅卷和管理网络，多媒体电教室、电脑室、语音室、实验室等设施齐全，在全省居先进行列。

### （三）师资力量雄厚

益阳市一中的师资力量在全市所有中学中是最强的。早在80年代初，市教育局就从全市抽调了50多名最优秀教师集中到市一中教学。近10年来，学校在全市重点中学中考录了近百

名教学水平突出的教师到学校任教。市一中教师业务精湛，教学水平高，在全省十大名校联考命题中多次获得好评。学校被市教育局定为全市课程改革示范校。

#### （四）助学机制齐全

学校实施了优生工程，加大了对优生的选拔力度、培养力度、奖励力度。选拔就是在全市中选优生；培养就是明确班级、教师定点培养；奖励，就是重奖成绩居年级前茅的学生。我校设立了动感地带杯奖学金，还有特困生救助机制。确保学生不因家庭贫困而中止学业，特优生能凭奖学金完成学业。

今年寒假，我有幸被学校挑选，成为回访高中母校益阳市第一中学赠送新年礼品的代表之一。我们的任务是将xx理工大学的纪念贺礼送交到母校副校长张先珍女士的手中，与校长交流并表达我们的感谢。

正月十五后，学校领导老师都陆续上班开始了新学期开学的准备工作。于是我选择了这个时间段拜访校长和老师。刚到副校长办公室，就看见副校长在与学生家长处理事情，于是我在门外等候。在门外等候的心情是无比激动的，以前副校长都是在台上给我们高三学子做高考的动员演讲，她激昂的语调，振奋的词句都鼓舞着我们每一个人。她让我们从繁重的课业中解脱出来，审视自己的理想，科学自己的行为。时光飞逝，如今我已经是走出母校的大学生了。看到张副校长处理完事情，我走进了办公室，表明来意后，张副校长热情地接待了我。她要我传达她的谢意，并关切地询问了我在大学的情况。当我告诉她我在大学里认真学习，成绩名列前茅，并努力参加实践锻炼自己的时候，她欣慰的点了点头。

我自豪的说：我们一中人各个都是学校的骄傲。拜访完张副校长之后，第二天我约上几个同学找到了高三班主任孙老师的办公室，没想到孙老师一眼就认出了我。他放下了手中的批改的试卷，像父亲一样与我亲切的交谈。我把大学生活里

的一些经历和挫折与老师分享，说出了自己一些无助与困惑。孙老师微笑着不急不慢地为我解答困惑。他告诉我，大学就是半个社会，自己一个人在外面就要学会独立，尤其是女孩子要自己照顾好自己，学会独立思考处理问题。当然自信是成功的关键，不要盲目攀比。听完老师的教导我受益良多。得知我们此行的计划后，孙老师特意抽出了他的一节课，让我们在他现在带的高三班上做宣讲。他说，大学毕业后都要步入社会，走上工作岗位，现在就要多实践，为以后打下基础。他还鼓励我们多回母校开展这样的实践活动。

做好充分的准备后，我们一行人来到了教室里，孙老师向同学们简单介绍了一下后，我们受到了同学们的热烈欢迎。我们每个校友轮流上台发言，各自介绍自己大学的情况。下面的同学都合上了书本，放下了手中的笔，听得心驰神往。轮到我时，我热情地向他们介绍了我的大学母校xx理工大学的。这是一所以理工为主，工、理、文、管、经、法兼备的多学科的综合性大学，近年来发展迅速，吸引了大量本科一批优秀考生。学生宿舍设置齐全，学习气氛浓厚。因为我们宣讲的班级是文科班，所以我着重介绍了一下我们经济与管理学院和我的专业。目前，学院设有财务会计系、企业管理系、金融系、经济贸易系等。

爱好经济的同学可以有广泛的选择。同时，金融专业现在是个热门专业，就业好，竞争大，最好是数学底子好对数学和经济感兴趣的同学进修，这样在学习中较为轻松，以后的就业竞争力也大。

接下来的环节是为高三同学答疑解惑，分享大学生活心得。大家在这个环节一下子热闹起来了，纷纷踊跃举手提问，我们校友轮流回答问题。也许是高三同学课业压力大的原因，他们都很关心是不是到了大学由于生活学习没有了父母老师管，一切都很轻松自在这个问题。我根据我的所见所闻和我的经历给他们做了解答：大学并不是人生的终点，而是人生的起点，虽然离开了父母老师的管束，但是我们却要自己面

对社会现实的残酷，只有通过努力提升自己的综合能力，将来才能有立足之地。一些同学本来生活得逍遥自己，但是毕业考研找工作面对现实压力时，只能后悔。我不希望你们后悔，我希望你们展露你们的才华，找到自己的位置。后来，我们又谈到了高考，他们是文科重点班的学生，高考压力普遍较大。我们告诉他们，高考只是人生中的一场小战役，不必太紧张，金子在哪都能发光，我们要做的是让自己问心无悔。

最后，我们各自总结了一下自己怎样应付高考紧张情绪的方法，填报志愿的经验，和刚到大学的注意事项。

这次做完回访母校的活动，收获体会颇多。最让自己满意的方面，是自己这一年多的经历和感想能够帮助到曾像我一样处于迷茫时期的高三学生。当自己曾经也面临这样的压力的时候，正是有回母校的学长学姐的精彩动员，才使我的内心倍受鼓舞。施恩不记，受恩勿忘。如今我已经有能力传递这份关怀，虽然力量微小，但这却是一份责任。我开始明白，只有在助人为乐时，才能感受到自己的价值。

一日为师，终身为父。如今已经成人成才的我们，是老师们尽心教导的结果。这次回母校，班主任仍然不忘对我们细心教导，为我们拨开云雾。都说老师如蜡烛，燃烧自己照亮别人。这次实践活动后，我有深深的感触，我认为，我们不仅应学习老师的传授给我们的知识，我们更应该学习老师的奉献精神。

奉献精神是一种爱，是对付出而不求回报的爱。对个人而言，就是要在这份爱的召唤之下，把本职工作事业也当成一项精神去热爱和完成，从点点滴滴中寻找乐趣；努力做好每一件事、认真善待每一个人。作为大学生，我们就要热爱我们的专业，热爱我们即将从事的工作。

最后，通过这次回访母校的社会实践活动，自己的社交能力

和与人沟通交流的能力都很很大的提升。从最初的拜访张副校长、班主任老师，到最后向高三同学进行宣讲为他们答疑解惑，这些都是对我自己当众发言胆量的考验对词语组织能力的考察。虽然在演讲时，自己会因为紧张而忘词，但是有几次自己都巧妙地化解了尴尬，这也是对应急处理问题的锻炼。再次回到校园，心态已和之前大不一样，没有了高考的压力，没有繁重的课业，心态自是比以前轻松。但是，站在教学楼窗口往远处眺望时，我深深的明白，我的世界再也不是唯一的一场高考，也不是眼前目之所及之风景。而是整个社会、整个世界；一份责任、一份信仰。

站在高考倒计时牌前，感慨万千。其实，我们虽然已经安安稳稳在大学里读书生活，但是，在日常学习中我们缺少了朝着一个明确目标的奋斗心态。即使在大学，我们也应该把每一天都当做是高考倒计时来过，珍惜每一天，奋斗每一天，让自己的大学四年都没有遗憾。像高考一样，成功地步入人生下一个阶段。不仅是高考考生，你我都需要一个胜利的v□

## 寒假母校行活动感悟篇二

### （一）立足社会，勇于实践

社会实践是大学生在改革开放中走向社会的一个很重要的锻炼环节，也是教育与实践相结合的具体体现。当今社会的竞争是人才素质的竞争，随着人才被推向市场，大学生的自我优越感将逐渐消失，发展方向更加扑朔迷离。因此要适应时代的要求，作为大学生，我们不能闭门读书，而要敞开大门，走向社会。在实践中学习，在实践中提升，增强社会责任意识，提高综合素质。为提高竞争力，建设祖国不懈努力。

### （二）施恩不记，受恩勿忘

离开高中母校已有一年，但是都从未有组织有计划地回访母校。一日为师，终身为父。老师们曾经用半生的知识浇灌我

们，如今，我们已经成长即将步入社会，最应该感谢的是一直教导我们的老师。

### （一）文化底蕴厚重

郑梁梅学校系涟水籍爱国人士、香港巴黎毛冷百货公司董事长兼总经理郑兆

### （三）助学机制齐全

学校实施了优生工程，加大了对优生的选拔力度、培养力度、奖励力度。选拔就是在全市中选优生；培养就是明确班级、教师定点培养；奖励，就是重奖成绩居年级前茅的学生。我校设立了“动感地带”杯奖学金，还有特困生救助机制。确保学生不因家庭贫困而中止学业，特优生能凭奖学金完成学业。

今年寒假，我约上几个同学找到了高三班主任赵老师的家，没想到赵老师一眼就认出了我。他放下了手中的事情，像父亲一样与我亲切的交谈。我把大学生活里的一些经历和挫折与老师分享，说出了自己一些无助与困惑。赵老师微笑着不急不慢地为我解答困惑。他告诉我，大学就是半个社会，自己一个人在外面就要学会独立，学会独立思考处理问题。当然自信是成功的关键，不要盲目攀比。

神是一种爱，是对付出而不求回报的爱。作为大学生，我们就要热爱我们的专业，热爱我们即将从事的工作。最后，通过这次回访母校的社会实践活动，自己的社交能力和与人沟通交流的能力都很很大的提升。

再次回到校园，心态已和之前大不一样，没有了高考的压力，没有繁重的课业，心态自是比以前轻松。但是，站在教学楼窗口往远处眺望时，我深深的明白，我的世界再也不是唯一的一场高考，也不是眼前目之所及之风景。而是整个社会、

整个世界；一份责任、一份信仰。

站在高考倒计时牌前，感慨万千。其实，我们虽然已经安安稳稳在大学里读书生活，但是，在日常学习中我们缺少了朝着一个明确目标的奋斗心态。即使在大学，我们也应该把每一天都当做是高考倒计时来过，珍惜每一天，奋斗每一天，让自己的大学四年都没有遗憾。像高考一样，成功地步入人生下一个阶段。不仅是高考考生，你我都需要一个胜利的“v”□

### 寒假母校行活动感悟篇三

我的母校——xx中学是素质教育的窗口学校，一直重视培养学生的创新精神和实践能力。近年来，有大批学生通过高考和高校自主招生考入全国名牌大学。它建校于1951年，有丰富的办学经验和光荣的历史，先后获得“某某省重点中学”、“某某省示范性高中”等30余项国家级、省级荣誉称号。现有学生4000余名，教职工356名，其中特级教师、省级骨干教师及省市学科带头人50余名；全国优秀教师、某某省优秀教师、某某省优秀班主任30余名，教师专业化发展成果突出，师资力量雄厚。

20xx年1月27日上午，我怀着复杂的心情重回母校，说复杂，是因为那心情里既充满着亲切与自豪，又包含着些许的忐忑——我是带着为学弟学妹们做些什么的任务回来的。

校园的气氛依旧是那么的清新优雅，象征着智慧的“金苹果”雕像依旧闪耀着光泽，矫健的白鸽依旧从容地在雄伟的教学楼间飞翔。

很幸运我曾经就读于某某中这所名校，并且顺利地从这里考进了南京农业大学。作为从这里走出来的大学生，我在半年的大学生活中学到了很多。从高中时代的学习生活到高考志愿的选择再到大学的半年，我经历了高低起落，有经验有教训，有欢喜有悲伤，有顿悟也有迷茫；这些东西我都想和高中

的学弟学妹分享。希望我的经验教训能让他们在成才的过程中少走弯路，也希望我的感受能引起他们自己的分析与思考。同时，在交流中，相信我也能对自己，对未来有一个更深入的思考。这些，都是我此次实践活动的目的。

我先去了高中时代班主任老师的办公室，她不顾繁忙，拉着我坐下来询问我的大学生生活情况，这让我很是感动。我向她详细地介绍了自己现在的生活，谈到了大学的学习方式、生活方式以及人际关系等方面与中学时代的差异，并针对自己遇到的一些困难，如沟通能力有一定欠缺、时间安排不是很合理等，向老师寻求帮助。她认真而亲切地劝告我多与各种层次的人交往，并要学会舍弃一些不必要的东西，又鼓励我要把自己打造得更加自信，相信自己就是最棒的。这使我受益匪浅。

在得知了我的寒假实践活动计划之后，老师热心地帮我联系了教务处的袁老师，并帮我组织了部分自己班上高二的同学与我交流。我们商定了时间在28号的下午，利用自习时间进行交流。

之后我又去看望了高中时的各位任课老师，谈了很多，也收获了很多。然后，我来到了本届高三年级主任张老师的办公室听取他的建议。由于当时高三同学正在进行省级质检之前的紧张复习，考虑到同学们的时间和心理等等多方面的因素，张老师建议我只和个别学有余力的同学单独短时交流。我听从了他的建议，就利用两个大课间和午间自修的时间分3组向20位同学介绍了南农的情况，分发了宣传报和小礼物。各位同学的热情都很高，询问了很多高考报志愿的情况。我一一为他们解答，并讲了自己在高考考场上得到的一些经验，告诉他们一定要从现在开始就调整好心态，改进方法，告诉他们只要坚持不懈，胜利终会来临。

27号回家后，我准备了一份针对现在高二同学学习和为高考做准备的发言提纲(见附稿)。28号下午，我又一次来到了三

中，在教研活动室与30余位高二的同学进行交流。我首先做了自我介绍，并开了几个小玩笑以活跃气氛，之后进入了正题，我首先谈到了进入大学以来回想高中时代的一些感想，有经验，也有遗憾和教训；之后又告诉学弟学妹们一定要珍惜高中剩余的时光，为自己设想的将来做好从能力素质到心理状态的各方面准备；最后我和他们谈了谈各个大学和高考自主招生等情况，尽我所能将我了解的信息传递给了他们，以供他们参考。

在离开母校的时候我的心中充满了自豪，那里面有完成了任务的轻松感，也有为母校做出了贡献的成就感。我的这次实践活动，到此就算完成了。

通过这次活动，我很高兴能和高中的学弟学妹们分享了我的很多想法，并且得到了他们的积极回应。在交流过程中，同学们听得都很认真，还有部分同学边听边记笔记，让我感到十分荣幸。每次交流结束后，我都留下了自己的联系方式，部分同学主动找我谈了一下他们的学习状况，让我给他们提些意见。另外还有部分同学加了qq建立了长久的联系，并在放假期间通过qq同我进行了一些学习方面的交流。此外，通过之后与班主任董老师的交流，我了解到这次活动为同学们之中得到了较高评价，她也和参与交流的部分同学谈过话，同学们都提到了自己的收获和感想。

先谈谈收获吧。

对于南京农业大学来说，我给母校的学弟学妹们简洁却也较全面地介绍了南农，给了他们比较直观的印象，相信这对于他们以后高考填报志愿会有一定的影响；对母校来说，我以过来人的身份向同学们介绍了自己当年的一些经验教训和体会，并分享了参加自主招生考试以及高考的过程和心得，还给他们未来对大学及专业的选择提供了一些参考，为那些学弟学妹们解答他们心中的困惑，自己心里高兴，他们自己也高兴；而对于我自身，从开始的找相关老师，到后来的写发言提纲，

最后在同学们面前讲话，这些都锻炼了自己的社交能力、沟通能力以及在众人面前讲话的能力，学习到了一些为人处世方面的知识。不管是在前期准备工作中，还是在站上讲台的时候，我都学到了一些在大学课本上没有的东西。而这些东西又恰恰很重要，它将成为我在以后学习生活中的宝贵财富。因此，我认为这次寒假活动，对于我个人来说具有重要意义，它将是 我 生命中的一个里程碑。同时我也相信，以后再 有 类似的 活动时，我会在现有的心理基础上做得更好。

再谈谈遗憾与不足。

这主要体现在时间的问题上。由于大学与高中、南方与北方放假的时间有差异，我只能在回家后的第二天，即此届高三同学正在准备质检，高二同学正在准备期末考试的时候回访母校，十分仓促。所以只和高三的同学进行了小范围短时间的交流，感觉过于简洁；再有，时间不足准备就不够充分，只讲了自己去年高考的情况，没有详细地查阅今年各高校招生的情况和高考录取政策的变化，对南农的了解也欠深入，比如有同学问到南农的最新排名以及某一专业的具体情况是，我就很难深入回答。除此以外，没有能与教务处的老师合作也是很大的遗憾。

针对这些不足，我总结了一些经验：时间要选对，可以选在同学们考完试等待成绩的那几天，这样就减少了交流进行的阻力；不仅要和以前的老师联系好，还要积极主动地沟通教务处老师甚至校长，已获得更多的有利条件；准备发言内容时要更有针对性，了解什么是听众最想要的，才能使自己的发言更受欢迎。

我想，这次实践活动给我的东西真的是太多太多了，希望学校以后能多给我们一些这样的锻炼机会，我也会更加积极地争取这样的机会，以使自己的能力得到更大上的提升。

## 寒假母校行活动感悟篇四

20xx年xx月xx日一天

xx一中

回访母校，感谢老师的栽培；与学弟、学妹交流学习经验与心得；锻炼自己的口才。

以交流为主体，以演讲为辅助。

老实说，我也不晓得要怎么样来评价自己这次的表现，坦白一点就是成长好多。弄完以后在聚餐时，老班给我说，我以后非得成为交流专家不可，我听了好开心的！要晓得，我平时可是轻易不敢上台讲话的呀！那天，因为要赶着上课，老班原定只给我20xx年的，就顺便跟他们一块乐呵乐呵。

带着一份忐忑，带着一份激动，我来到了老班主任现在任教的班上，看着那么多陌生而又熟悉的面孔，心里的那份紧张突然释怀了许多，想着一年前的我们也是在这个教室，也有学长学姐来给我们说说心里话。可是，说来惭愧，在我复读的一年，基本上没干什么事，都用在玩乐上了，我今天来，更确切的说，应该是来做反面教材的呀！

在这次的交流中，我主要是以提问来引出话题的方式进行的当然也接受了他们的自由提问，而问题基本上就是围绕他们现在的生活和我过去与现在的生活来展开的。

第一个问题是：“你们心中有一所理想中的大学么？”很多人都说“没有！”接着，我就慢慢展开了我的话匣子：“老实说，那时的我就是因为胸无大志才整天无所作为的，所以到最后就只好独吞黄莲呀！不客气的说，目标无论是对一个人的学习工作方面，还是生活方面都是不可或缺的，其重要作用是不可替代的，它是我们奋斗的源动力，就像马达之于

汽车一样，只有当你有了一个明确的目标，你才知道你现在该干的是做什么，假设一个人辛辛苦苦的干了好多活，可是他却不知道自己在干什么，那岂不是等于做了无用功么？在这里，我还想跟大家分享一个故事，故事是这样说的：有两个人在砌墙，旁边有个人就问第一个人：“你知道你现在干什么嘛？”第一个人答道：“砌砖头呀。”他接着问第二个人，答道：“哦，我在建美丽的房子。”若干年后，第一个人还是在默默无闻的砌着砖头，而第二个人已经成为了著名的总工程师。不知道你们听懂了没有？不过呐，我希望大家回去能够好好咀嚼一下个中的滋味，建议大家去好好总结一下自己的大考小考成绩，回头再找出近几年的放榜成绩，认真对比琢磨，看看跟哪些大学的距离比较近，再想想自己最想去哪里，这样就把目标给初步定位了，至于往后的日子里，我想，变数是无从避免的，但是，奋斗时，有一条忠告，请记住，坚持自己认为正确的事情，就如自己十三年如一日的坚持自己的大学梦一样的，人是需要有梦想的，现如今的世界实在是功利的很了，就有人如是说：‘这个世界，钱说了算哟’。虽然我们无法改变现实，但是我们可以改变自己的内心想法啊！年少时的纯真还是别全丢了的好，不然会让自己活得太累，另外，借用一句电视剧中的台词：“只要相信，就会有幸福的绿光。”

第二个问题是：“你们觉得自己现在有压力没？”不知他们是为了调气氛还是怎么想的，答话的基本上都说没有，没吱声的同学不知是作何打算。我说道：“我记得以前我读书的时候总听人家说压力大的很，反观我自己，却是毫无半点牵挂，所以我很不能理解的就是，有人压力超大，可是有人却完全没有压力，我就寻思着，这应该跟心中有无一个明确的目标应该是不无关系的吧！个人认为，这个世界上压根就没有压力这回事，因为，有人就曾说过，烦恼都是自找的，那么，照此看来，压力又何尝不是呐？我看，压力嘛，不过都是自己想出来的，自己给自己制造的精神垃圾罢了。好了，在这一点上，我想说的是，很多时候，我们必须学会在“学”与“玩”之间去找到那个平衡点，这跟学会平衡花

钱与赚钱是一样的道理，我们现在都还只是学生，相信你们当中通过自己的双手赚过钱的同学应该是寥寥无几吧，我们如今口袋里的零花钱几乎都是来自于父母大人，所以，每回当我们要超前消费来享受所谓的生活的时候，就不得不想方设法的去弄到钱，这时也促使我们必须得学会平衡花钱与赚钱了。同理，现阶段，我们也非常有必要去找到那个‘学’与‘玩’之间的平衡点。据我所知，很多同学就是打着所谓‘压力大’的牌子肆无忌惮的泡网吧，流连于小说间~你们说，这样的人是不是偏离了平衡的轨道呢？是把，当然了，我也并不是说要完全跟这些划清界限，因为，我们还不能达到那种‘书痴’的境界嘛！学习中，多一份清醒，少一分迷茫，清楚的知道自己想要的是什么，这样定会让你收获很大的；生活中，则以糊涂过好日子！

这个花钱与赚钱的道理其实是有回我去做兼职时，跟一个化妆小店的老板聊时他教给我的，我觉得很受用，所以今天，同样的，我把它分享给你们，希望能多少给你们一些启示。”

后来，我还问了班上女生的成绩地位如何，答案却不尽如我意，我就忍不住传达了些我的个人原则，我说：“现在的女性一定要自强，21世纪是我们的世纪了，我们一定要让自己渐渐的强大起来，这样才不至于在以后的.生活中受过多的伤害。而男生，倘若你们不想要自己天天在家给小孩洗尿布过苦日子的话，也请你们不要掉队，所以，大家就一起努力向前冲吧，我相信大家最终一定都会实现自己的最初的梦想的！”

末尾，我以一句我最喜欢的话，与大家共勉。

真的要非常感谢这次寒假实践的工作组，这次实践让我成长很多，也让他们乐呵了一下，让他们紧绷的弦暂时放松了些许，可以说，多少是给他们的心灵带去了一点宽慰吧！顺利的，大喜剧结尾！

## 寒假母校行活动感悟篇五

母校背景：

覃塘高级中学是广西壮族自治区示范性普通高中，是一所有着悠久历史、享誉八桂的名校。她坐落于贵港市覃塘区政治、经济、文化中心的覃塘镇西郊，东靠平天山，南临郁江航道，314、209国道贯通城区，黎湛线铁路绕城而过，水陆交通十分便利。

活动目的：

母校是我们都难以忘怀的，嘎嫩母校也是我们应该做的。回访母校，了解现在90后心中的大学，了解他们心中的大学是怎么样的。进一步提高我们的社会实践能力，提高高校的办学质量，培养出一代代的优秀人才。

一、调查情况及内容：

xx年1月24日这天中午，我从南京回到贵港，就离开赶往我们的母校，来到学校里，感觉什么都变了，学校发生了天翻地覆的变化，变漂亮了，变大了，几栋现代学生公寓起来了，新教学大楼、体育馆、二食堂政治紧张的`建设中，学生们都在紧张的学习中。我联系了班主任后，想老师做了询问做了记录，然后以发问卷的方式在学校里做了调查，与学生们做了交流，在学生中反映效果很好。现将做的调查作如下总结：

(一)1、学校学生情况：在校的学生都是90后，大家所谓的“非主流”，他们的思想进步，很多学生了解社会形势，对自己的未来有自己的想法，很现实，要求也高。由于基本是独生子女，大部分的生活条件都好，据调查现在的学生，吃苦精神没有了。学习好的学生越来越少了，学习主动性不高。但是知道自己要学习，只是重视程度不一样。两极分化不明显。喜欢做自己喜欢的事情。提到大学他们都很期望。

2、教师情况:通过和班主任的交流,对学校的教师情况有了了解.由于学习的发展,高起点高发展.优胜劣汰的原则选择老师.师资队伍更加雄厚.

## (二)、问卷调查结果:

1、关于上大学选择什么专业深造:有40%的同学选择经济与管理,10%选择电子,10%选择计算机,英语通讯艺术舞蹈专业没有人选择,40%学生所选专业没有涉及。

2、进入大学后培养方向:18%选择专业知识能力。55%选择培养社会实践能力,18%口才与交际能力,9%选择管理与理财能力.

3、填志愿看重个大学的哪些方面:17%看重学校的环境,17%看重专业设置,33%看重师资力量,17%看重社会知名度,16%看重学校所在地.

4、通过什么方式了解自己喜欢的大学:9%通过高考指南,55%通过网络了解自己喜欢的大学,18%通过老师,18%通过招生考试报.

5、是否知道广西师范大学:80%知道.

6、进入大学后自己的奋斗目标:55%要考研,45选择了其他.

7、是否经常通过网络了解大学:80%偶尔,20%没有.

## 二、社会实践心得:

在这次社会实践活动中,让我受益很多,见到班主任,她还是那么热情,那么的和蔼,使我想起了我的高中时代.又与班主任谈谈了宗自己的情况,自己的奋斗目标,老师给我讲解了很多奋斗的实例,给我鼓劲,让我无论有什么困难都要克制住,坚持到最后,不要放弃自己,最后给了我一段寄语:“希望你一直保持

乐观进取的精神,在今后的学习生活将来的事业上,保持有远大的理想,终身学习,热爱生活.”强调了热爱生活,要好好照顾自己.

## 寒假母校行活动感悟篇六

当我们有一些感想时,不妨将其写成一篇心得体会,让自己铭记于心,这样可以帮助我们总结以往思想、工作和学习。那么心得体会怎么写才能感染读者呢?下面是小编收集整理的大学生寒假拜访母校心得体会,仅供参考,大家一起来看看吧。

大学的生活似乎比任何时候都要过得快些,刚入大学的好奇样子还历历在目,转眼便到了寒假。随我们的实践队踏入这曾经挥洒汗和泪的地方,映入眼帘的依然是她那淡雅旷达。贴着泥红色的砖的低调的教学楼、表情凝重眺视远方的王安石、从不见打开过的天文台;左手边的篮球场被冬天黄绿色的草坪包围,几群人在我曾经投过无数次的篮下跳跃争抢;草坪中五、六个人都席地而坐大声背诵着新学的单词。右手边是迎接和欢送我们的阶梯教室,我记得这背后便是个校内超市我在那已经‘投资’了很多了,自然对它是记忆犹新。不远处的教室传来阵阵朗朗读书声。

一切皆是如此熟悉,如同我不曾来过,不曾离开过。母校她不会因我而改变,而她却改变了我的一生。她默默地影响了千万人,却不曾向他们索取一毫。回想起以前对母校的很多抱怨,现在我才知道:我们总是习惯对为我们奉献最多的人不以为意。

游览完校园后,我们便开始落实回访母校的事宜。本以为经过大学半年的活动中的实践,这次活动可以驾轻就熟,然而自己开始着手时却还是显得经验不足,我们十来个人讨论了一个下午定下了活动细节。首先是活动前的宣传工作,鉴于

高中与大学的不同，我们只能采用张贴海报和派发传单的形式进行宣传，并在高三班级中宣传；然后便是派出几个小组对以前的任课老师进行专题采访了解教学与学习经验，并跟学校领导了解了高三同学的情况以方便我们的宣讲。宣讲会的时候，到场的人数超出了我们的想象，现场同学的积极也令我们感到既紧张又高兴，我们在台上讲述这大学的种种和高考的一些心得经验，台下的同学也积极地配合提问。许多和我们同届的毕业生的到来也让我们惊喜万分。会后，我们给一些同学赠送了武大纪念书签和明信片，并和他们拍照留念。看着他们那种求知、积极、憧憬的表情，我不禁想起一年前的我们在教室里奋笔疾书的情景，那时的我们是多么充实，有一个明确的目标并为之付出所有的努力，尽管并不是每个人都能收获如愿的结果，但至少我们付出过便不会后悔。是的，虽然我们已跨过了高考的大门，但生活依然在继续，我们仍然需要一个明确的目标并为之奋斗。

站在母校xx一中的校门下，我凝视着启功写下的‘xx一中’四个大字：花开花落，四季变换□□xx一中变化的是历史和岁月，不变的是她的诲人不倦、淡雅旷达。我理由相信，所有从xx一中大门走出的莘莘学子，不论什么职业，无论身在何处，变化的是不可逆转的人间岁月，不变的是对母校感激之心。

## 寒假母校行活动感悟篇七

覃塘高级中学是广西壮族自治区示范性普通高中，是一所有着悠久历史、享誉八桂的名校。她坐落于贵港市覃塘区政治、经济、文化中心的覃塘镇西郊，东靠平天山，南临郁江航道，314、209国道贯通城区，黎湛线铁路绕城而过，水陆交通十分便利。

覃塘高级中学始建于1942年春，学校前身为贵县县立第二初级中学，1947年易名为贵县县立第一初级中学，1956年更名为覃塘中学□xx年改现名□xx年7月被广西壮族自治区教育厅确

定为自治区示范性普通高中。

活动目的：

母校是我们都难以忘怀的，嘎嫩母校也是我们应该做的。回访母校，了解现在90后心中的大学，了解他们心中的大学是怎么样的。进一步提高我们的社会实践能力，提高高校的办学质量，培养出一代代的优秀人才。

一、调查情况及内容：

xx年1月24日这天中午，我从南京回到贵港，就离开赶往我们的母校，来到学校里，感觉什么都变了，学校发生了天翻地覆的变化，变漂亮了，变大了，几栋现代学生公寓起来了，新教学大楼、体育馆、二食堂政治紧张的建设中，学生们都在紧张的学习中。我联系了班主任后，想老师做了询问做了记录，然后以发问卷的方式在学校里做了调查，与学生们做了交流，在学生中反映效果很好。现将做的调查作如下总结：

(一)1、学校学生情况:在校的学生都是90后，大家所谓的“非主流”，他们的思想进步，很多学生了解社会形势，对自己的未来有自己的想法，很现实，要求也高。由于基本是独生子女，大部分的生活条件都好，据调查现在的学生，吃苦精神没有了。学习好的学生越来越少了，学习主动性不高。但是知道自己要学习，只是重视程度不一样。两极分化不明显。喜欢做自己喜欢的事情。提到大学他们都很期望。

2、教师情况:通过和班主任的交流，对学校的教师情况有了了解。由于学习的发展，高起点高发展。优胜劣汰的原则选择老师。师资队伍更加雄厚。

(二)、问卷调查结果：

1、关于上大学选择什么专业深造:有40%的同学选择经济与管

理，10%选择电子，10%选择计算机，英语、通讯、艺术舞蹈专业没有人选择，40%学生所选专业没有涉及。

2、进入大学后培养方向：18%选择专业知识能力。55%选择培养社会实践能力，18%口才与交际能力，9%选择管理与理财能力。

3、填志愿看重个大学的哪些方面：17%看重学校的环境，17%看重专业设置，33%看重师资力量，17%看重社会知名度，16%看重学校所在地。

4、通过什么方式了解自己喜欢的大学：9%通过高考指南，55%通过网络了解自己喜欢的大学，18%通过老师，18%通过招生考试报。

5、是否知道广西师范大学：80%知道。

6、进入大学后自己的奋斗目标：55%要考研，45%选择了其他。

7、是否经常通过网络了解大学：80%偶尔，20%没有。

## 二、社会实践心得：

在这次社会实践活动中，让我受益很多，见到班主任，她还是那么热情，那么的和蔼，使我想起了我的高中时代。又与班主任谈谈了宗自己的情况，自己的奋斗目标，老师给我讲解了很多奋斗的实列，给我鼓劲，让我无论有什么困难都要克制住，坚持到最后，不要放弃自己，最后给了我一段寄语：“希望你一直保持乐观进取的精神，在今后的学习生活将来的事业上，保持有远大的理想，终身学习，热爱生活。”强调了热爱生活，要好好照顾自己。

我们在学习，还有更多的人在后面努力，看见母校的学子们都在努力奋斗着，自己为什么已经没有当年那股奋斗劲？很值

得我思考，大学不是我的终点，还需奋斗。我们的老师还是那样和蔼可亲，当年对我们无微不至的关怀，为我们花了很多的心血，然而我们并没有给他们什么，现在我们要做的就是好好奋斗，懂得回报！

## 寒假母校行活动感悟篇八

我是一名大一学生，将来要走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。饮水思源，感恩图报。利用大学生寒假社会实践这个机会，我联系到我的母校小学，到小学进行了为期一周的实习活动。

虽然实习只有短短的一周，但是我收获了很多，成长了很多，学着逐渐融入这个学校，这个集体。

我找到了我们小学的校长，在学校的统筹下我被安排在六年级的一个班，为他们简单讲解一下英语的书写规范，因为他们即将升入初中，规范的英文书写无疑会对他们的成绩增添一笔亮丽的\*\*。

在实习过程中，我成为了一名教师，拥有了自己的第一批学生，实现了自己走上讲台的理想。

刚开始站在讲台上时我稍觉紧张，“同学们认真听我的讲课吗？”“事先准备的东西能讲好吗？”我心中感到忐忑不安。可是随着我们不断地接触熟悉，看着同学们认真的神情，课上积极活泼的态度，让我逐渐感到轻松，也渐渐有了自信。

我要讲的是英语字母的书写，虽然内容不是很难但是由于第一次讲课，我还是精心准备了教案，在备课时，我认真查阅资料，严格按照要求，在班主任的指导写完成了我人生的第一份教案。

教学的另外一个难点就是班里的学生，不仅要学会和学生相

处，在课堂上与他们互动调动他们学习的积极\*，而且班里几个非常顽皮的学生也是我的难题，他们反映灵敏，小动作多，还会偶尔捣蛋，然而当我叫他们到黑板上进行书写时，他们给我的是一种非常认真的态度，结果也让我很欣慰，他们写的非常好。我表扬了他们，并让他们介绍自己书写技巧，之后，我发现他们开始试着认真听讲了。我突然发现，没有所谓的“坏”孩子，每个人都有对知识的渴求，所以我应该让他们能听懂，让他们有机会表现自己，同时不要吝啬表扬。

把握每一次上课机会，多想老师请教，逐渐融入集体，我想，这对我来说正是一种成长吧。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这次社会实践使我找到了理论与实践的结合点。作为一名师范学校大学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的\*理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身\*特\*，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

同时，通过开展丰富多\*的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

相信，这次实践活动必定是我终生受益。

## 寒假母校行活动感悟篇九

的这个冬季是一个丰收的季节。这些天的辛辛苦苦，忙忙碌碌。这些天的风雪无阻，兢兢业业教会了我们很多很多。20寒假，学校开展大工学子母校行寒假社会实践活动。为积极

响应校团委号召，我们组建实践团队。我们本着服务母校、宣传大工的宗旨，希望通过我们的实际行动，搭建起大工与母校联系的纽带和桥梁，竭诚为母校的发展贡献力量。做完这次宣讲活动后，听到同学们激烈的掌声。我身为大工人的自豪感油然而生，也为自己和队友们一番辛苦没有白费而欣喜不已，更为母校的学弟、学妹们贡献到自己的一份力量而雀跃。

通过这次实践活动，我获益颇多，既锻炼了自身各项能力，增长了不少才干，同时锻炼了自己的团队配合精神，懂得了如何与人合作，如何与人相处，每次调查都分工明确，有采访的，有记录的，有拍照的，大家密切的配合使调查活动能成功的完成更趋于完善，这使我亲身感受到了团队的精神和魅力所在，使我提高了自己适应的团队能力，也使我学会了体谅，学会了宽容。

然而，实践带给我的不仅仅是这些，有更多的收获值得我今后慢慢吸收消化。

## 寒假母校行活动感悟篇十

大三的生活，像有一层薄薄的灰色。在各种选择里彷徨，每一个人都忙忙碌碌，一切仿佛一首没写完的诗，匆匆开始就要匆匆告别。但那灰色里，却有记忆闪闪发亮。那些彩色的岁月，凝成水晶，在忙碌的日子里，它们是我们的资本，也是我们的慰藉。

毕业前的这些日子，时间过的好像流沙，看起来漫长，却无时无刻不在逝去；想挽留，一伸手，有限的时光却在指间悄然溜走，毕业答辩，散伙席筵，举手话别，各奔东西……一切似乎都预想的到，一切又走的太过无奈。

学会感恩，是母校，从千百人中选择了你，培育了你；学会感恩，是母校，为你今后的人生筑起了宽敞的平台。不论你

过去如何，不管你是从高峰中跌落，还是从深谷里爬起，现在你们都在一个共同的平台上。让我们共勉：奇迹是人创造的，努力要从现在开始。

时间匆匆，一切太匆匆。相聚是因为缘分，离别却是为了飞得更高更远！我就要启程，但依然感恩我的母校，感恩我的恩师！

文档为doc格式