

# 大学寒假实践活动心得(优质5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 大学寒假实践活动心得篇一

随着数字化时代的不断发展,手工艺术的价值日益凸显。作为一名大学生,除了专业课程的学习,参加一些手工实践活动也是一种很好的锻炼和放松方式。在这些活动中,我收获了很多,下面我将从五个方面谈一下我的心得体会。

第一,手工艺术培养了我细心耐心的品质。手工艺术需要精细细致的操作,而这些操作需要我们的品质达到一定的要求。比如细心、耐心、仔细、认真等,只有具备了这些要素,我们的手艺才可能日臻完美。在实践活动中,我逐渐明白这一点,逐渐养成了很好的习惯——工作时需要认真细心,微乎其微的失误会引来大的负面影响。

第二,手工艺术让我更加关注生活美好。手工艺术是一门怀旧的艺术,它能够让你重新审视生活中的琐事。它是将自然间的一些材料通过人的巧手创造出来的艺术作品。比如用袋子、布料、旧书本、纸杯等再创造富有生命力的物品。在实践中,我领悟到美是无处不在的,稍加发现和改造就能让生活充满更多更美好的元素。

第三,手工艺术成为我与生活更紧密的联系。手工艺术成为我与生活更紧密的联系。当我闲置的时候,我会用厨房用品和室内材料创作一些我认为有用的工艺品,例如,我会用树脂制作一些小饰品,或是在一些普通的杂物上进行绘画等等。这些作品让我觉得生活变得更加实在和充实,同时也提高了我发掘潜

力和创造力的能力。

第四，手工艺术快速释放压力。大学生生活充满挑战和压力，而手工艺术能够成为一个很好的压力释放方式。在繁忙的课程学习、考试和社交活动中，我常常感觉很疲倦；然而一旦让我的手决定自己的生活时，感觉如释重负，能够放松身心，体会到一种难以言喻的美与自由。

第五，手工艺术是培养体验能力的一种技巧。实践于探索不只是对自己和手工艺术，它也是培养体验能力的一种方式。从中我们能够深入到任何领域去学习经验。比如我曾参加过一个摄影活动，当时我们需要自己制作相机并拍摄一些照片。没有摄影经验的我通过这次练习，不仅有了摄影的基本技能，还培养了感受和体验的能力。

总的来说，手工艺术虽然只是大学生生活中的一个小小部分，但它却给了我很多收益，使我的生活和学习之间形成了一种良好的平衡。手工艺术能够提升我细致认真、耐心品质、关注生活、释放压力、和培养体验能力。我相信这些特质能够对我的未来起到积极的作用。

## 大学寒假实践活动心得篇二

大学寒假社会实践活动心得就在下面，欢迎大家阅读借鉴哦！

今天是小年，我们大学生假期服务信都分团第十一小组十分关切两合村的留守儿童过年情况，据两合村支书柳唐哲介绍，两合村的留守儿童有六七户约十二个孩子，这些留守儿童平时基本上都是跟自己的爷爷奶奶住在一起，也有些是和自己的叔叔阿姨住在一起的，父母大部分都在外地打工。

他们都散居在家里，再加上家庭不是很富裕，所以根本就没有机会接受正规的学前教育。

这一阶段的儿童在行为习惯的形成和智力开发等方面正处于十分关键的时期，应该一起高度重视。

在我们走访的儿童中，大部分的家庭经济都有困难，父母都是为了给孩子创造一个好的学习和生活环境才外出打工挣钱，但是与此同时由于父母一方或者双方都不在孩子身边，造成家庭对于孩子管理不周，关心不够，教育不当等给留守儿童的感情和心理带来了一系列的问题。

很多留守儿童的父母长年在外务工，有的半年、一年、甚至几年都难以给孩子打一个电话、写一封信、见一次面，以此维系亲情，勾通思想，倾听烦恼，鼓劲上进，给孩子予以足够的关怀。

还有大部分留守儿童由于自己的现有监护人文化程度很低，在家庭教育孩子的方法上又很差，很多孩子的爷爷奶奶、外公外婆与孩子和教师缺乏必要的沟通。

但是让人感到欣慰的是很多孩子都很懂事，整个走访中印象最深的还是刘佳欣两姐弟，两姐弟虽然都有点害羞，但是都很有礼貌，虽然父母不在家，但是他们依然能把家收拾得干干净净，也从不落下学习，满屋子的奖状说明他们很用功，在和他们的聊天中发现他们很能理解父母的苦衷。

在翻阅他们的作业的时候发现了一个很有意思的作文题目“等待来年春暖花开”写的是他们父母的，虽然文字平平，但是还是让我们很感动。

农村留守儿童是我国现阶段中一个很特殊的社会群体，他们仍然是祖国的未来，祖国的希望，他们很需要社会的关注，[莲~山课件]需要社会的力量来帮助他们健康成长。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。

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，那么你一定不会交得到很多朋友。

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。

现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。

我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。

所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。

事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。

寒假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。

这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。

因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。

大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题的能力。

通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。

因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。

面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的人际能力。

作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。

以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。

而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。

更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。

组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。

我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。

这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确给予了我很多。

今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

回想当时报名参加这个活动的初衷，不禁感慨颇深。

犹记得，当初我并未积极地报名，因为我想，寒假就那么点时间，要是再参加了，那我原来的计划不都打破了吗？于是，我对其置之不理了。

后来，有一段时间我很是挣扎。

因为我想，这是一个多么难得的实践机会去锻炼自己的办事能力和一个宝贵的经验呢？若是参加了，我不仅达到了锻炼自我的目的，或许出其不意我还能扩大自己的眼界并且能认识到很多人。

于是，在报名期限的最后一天，我踊跃地报名了。

说实话，当看到那么一系列的活动名目时，我几乎快闭气了，不禁惊叹道“活动真多啊！”习惯了假日里的闲适和懒散，在活动开始前夕，一种逃避感和恐惧感不禁油然而生！但是，很快我便说服自己勇于面对自己当初的选择。

“开启典礼”结束后的第一天，活动正式陆续地展开了……

第一天的任务是采访大河乡的团委书记吴志强同志。

其实在活动前，我对这个职务几乎毫无了解。

于是为了能在采访活动中有较好的表现，我开始收集资料，逐步了解，并根据资料里的内容进行问题的编写。

第一天：

总结而言，所有组员的表现都相当出色，大家配合十分默契，以一人提问，一人针对性作笔记的形式进行采访活动，大家效率都很高，以致活动十分顺利结束。

大家围成一个圈，团委书记坐在圈中心，很认真地接受我们的采访，气氛十分其乐融融。

虽然大家都互不认识，但是我们在活动中都不约而同地进行着默契合作的锻炼与努力尝试。

而在活动中，我感受很深的是，大家都有很强的集体意识。

第二天的任务是去到大河乡蒙正村，与村支书面对面，并且慰问老党员和一些孤寡老人。

第二天：

这一天的桂林十分寒冷，临近1°C的气温笼罩着整个桂林。

朔风呼呼地吹，但威力再强大，都依然不能阻挡我们0189第14组成员前进的步伐。

早上九点大家集合，集体先去市场自己掏腰包给老党员们和孤寡老人们购置慰问品。

因为没有直通的车进去村里，所以，我们一行16个人两两相互依偎着在寒风中前行了约一个多小时。

终于到村里了，我们又马不停蹄地对村支书进行了采访，询问一些关于蒙正村的发展的问题以及我们组员各自对村支书或者村子里感兴趣的事。

接着我们一一看望了老党员和孤寡老人们。



只是令我耿耿于怀的是，我犯大错了。

我不知道五保户老人是没有小孩的，于是在慰问一个老人的时候，我问“爷爷，您的儿女经常回来看你吗？”当时，所有人的脸都绿了，我一脸茫然。

后来，大家跟我说明了原因，我才知道自己错得如此离谱。

不过，团队没有因此狠狠责怪批评我，只是很耐心地指出我的错误。

所以对我而言，我认为我也因此获益颇深。

.....

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。

以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。

而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。

更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。

组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。

我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

## 大学寒假实践活动心得篇三

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一

个希望的诞生□20xx初始的冬天，这是我进入xx学院的第一个寒假，美丽的医学院，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到xx市中医院见习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，也就只能跟在那些富有实战经验的医师和护士后面虚心学习。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着圣洁的白大褂，戴着干净的口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

因为所学知识有限，我决定先从最基础的护理工作做起。

看起来简单的护理工作，真正做起来却让我有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

虽然都说见习生只需要看看就好，但是这些前辈们都觉得既然来了医院实践就要学点东西。不像之前同学告诉我的，他们并没有自顾自地做自己手头的工作而不理睬我。护士们让我协助她们接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

想想这些天自己表现出来的稚嫩，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

## 大学寒假实践活动心得篇四

作为大学中的一份子，学习似乎已经成为我们生命的必修课。然而，在纷繁复杂的学业压力之下，人们似乎越来越少关注到一项与学习同等重要但却常被忽视的技能——手工艺术。手工艺术可以促进视力和手动协调能力的发展，也可以加强人和物的联系。而在大学里，我们有着机会学习新技能，通过参与手工实践活动，发现更多的乐趣和更深的意义。

### 二、手工能力的培养

手工通过让我们亲手完成一件作品，将我们从机械地操作中解脱出来，让我们陷入沉思并享受创造的乐趣。我们在完成一项手工艺术作品的时候，往往要先进行绘图、设计，再由针线或其他工具将图案转化为实物。因此，手工也让我们培养了观察、分析和表达能力。在制作过程中，我们也逐渐学会了宽容、合作、坚毅和自信这些很难用语言来描述的品质。

### 三、手工创造的意义

在快节奏的现代，手工创造已逐渐成为一种生活方式和一种对生活仪式的反思。从制作简单手工饰品到制作精美的陶瓷、布艺等作品，我们可以通过手工的方式去发挥自己的创意，创造属于自己的艺术品。这不仅是一种享受，还有一种人人都可以实现的自我成长和价值创造的方式。通过手工，我们能够获得独一无二的作品，这样的作品可以随着我们一辈子，见证我们自己和世界的变化。

### 四、手工与生活相结合

手工既可以是兴趣爱好，也可以成为一项实用的技能。我们可以通过自己动手制作家居装饰、礼物或衣物等，来提升生活的品质和我们自己的实用技能。例如，制作一个精致的手工花环，可以为家中的派对或节日增添喜气；手制一件衣物，

可以展现自己的个性和品味，更何况自己的作品制作出来，是无法与市场上的单调、无个性的产品比拟的。

## 五、实践活动的心得

在大学生生活中，手工实践活动多种多样。在实践中，我发现最重要的是要有耐心。在我制作陶瓷的时候，我反复揉捏、包覆、景泥、和泥，在没有坚持下去的耐心感觉下，我最初做的成品变得丑陋。可是在反复尝试、不断调整的同时，我也通过作品体验到了制作过程中的乐趣，品味了完成后的自豪感。通过手工实践活动的过程，我发现这位于一级的耐心对于手工制作来说是很宝贵的。手工制作往往都需要一定的时间、精力和耐心，需要投入全部的心思，从而可以得到一份丰厚的收获。

## 结束语

综上所述，手工的魅力，不仅在于它的作用本身，更在于它为人们提供一种深入思考的体验和方式。一位英国小说家曾说：“你现在或许手拿一个死东西，但心里却拥有了不可摧毁的活力”。手工让我们能够将自己的独特性、创造性和美丽性表达出来，也将我们的身心带到一个更加平静和安宁的状态。参与大学手工实践活动，不仅是获得技能的一种途径，也进一步提高了我们对生活和艺术的热爱和把握。

## 大学寒假实践活动心得篇五

首先，感谢“青鸟计划”和团区委给我这次锻炼和成长的机会。在这一周多的时间里，我在团区委过得快乐且充实。从第一次打印文件，第一次写公文批阅登记表的忐忑，再到现在的快速高效完成很多工作，我要感谢团区委里每一个人，你们教会了我很多，更感染了我许多。我打印了很多不同的文件，这看似简单的背后，有时候需要调整标题，有时候需要双面打印。不是说工作很难，而是，再小再简单的事情也

要认认真真去做，争取做好每一个细节。

这一周多的时间，对于我来说是一段全新的旅程，我庆幸我把握住了这次机会，见识到了很多自己从未体会到的东西。我会用心做好接下来的每一份工作，我相信，只要用心感受，就一定能有值得的收获。