

2023年志愿者巡河活动心得体会总结(精选5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

志愿者巡河活动心得体会总结篇一

我组社区服务志愿者由xx级xx班xx名成员组成，其中男生xx名、女生xx名。这xx名同学代表我们xx级xx班志愿为社区服务工作奉献自己的一份微薄之力。

当同学们每天机械似的重复着上学、学习、放学、写作业这一系列的程序的时候，当同学们缺乏一些很有意义的课外活动的时候，我们高三年级作为在校最高的年级接过了社区志愿者服务的重担，也就在这个时候xx名成员从这个区级先进班集体里脱颖而出，组成了这支有朝气、有知识、有力量的队伍来服务于这个社会。

对于这些从小只习惯了学校生活的学生来说，这次真正身入社会的任务是他们人生的一个转折点，对于这些孩子也是一次艰巨的考验。

所谓“万事开头难”，刚刚开始进行社区服务工作的时候肯定不会那么的顺利的，他们首先要面对的问题就是怎么样才能身入社区，跟社区主任搞好关系，从而进一步进行服务工作。已经熟悉了校园生活10几年的学生来讲，每天跟他们打交道的除了家人也就是老师和同学了。想要和一个陌生的人搞好关系难免会显得有些羞涩，不过这也是人生中一次重要的历练。但是我们的志愿者没有被这颗绊脚石所阻碍，宣誓

上岗不久之后便与xx社区取得了联系，并且向社区主任说明我们的来意，表明我们的态度，用我们的热情和诚恳打开了社区服务的“大门”，取得了第一步的成功。

第一步已经迈出去之后，第二步、第三步也就显得不是那么困难了。但是也不一定那么尽如人意，因为xx社区服务站没有自己的机房，社区工作站的电脑也不是很富裕，所以对于有些想要学习电脑使用方面知识的居民来说就有些困难，每次到社区服务只是帮助社区主任做一些打扫卫生、发传单一类的普通工作，在学校所学习的知识没有能够完全的运用到社会中去。尽管事情这样，我们的志愿者也没有因为总是做一些琐碎的事情而烦恼，而是积极地做好自己分内的事情。在学习和工作之余，所有志愿者都为各自的社区在网上开立博客，方便了各社区之间的工作交流与学习。

志愿者的工作是为了改善社会服务，促进社会进步的，是具有志愿性、无偿性、公益性、组织性的。我们正积极地向着这个目标而前进着，我们会努力地把志愿者服务工作做到更好，请各位领导、老师们多提宝贵意见。

志愿者巡河活动心得体会总结篇二

我是一名中共预备党员，也是一名大学生志愿者，我时时刻刻为我是大学生志愿团中的一员而自豪。时时刻刻记得为人民服务的党的宗旨。在学校我也是志愿者协会里面的一名成员，我深刻的明白赠人玫瑰，手留余香的美。奉献自己的一份微薄的力量去帮助别人，自己也能够获得快乐，即使他人一个简单的微笑都能让我们高兴一整天。

这次寒假回家，我在想我可以做什么志愿者活动呢？学校的西湖志愿者给予了我灵感，结合我自己的专业特色我可以去给我的父老乡亲们测量血压，讲述血压知识，让他们正视重视高血压这一常见病。

近年来，由于经济的快速发展和人们生活方式的改变，脑卒中，心脏意外等心血管疾病导致的死亡已占全球人口死亡原因的30%，其中62%的卒中病例和49%的心肌梗死病例都是由高血压引起。我国的高血压现状同样不容乐观，据20xx年卫生部全国居民营养与健康状况调查资料显示，我国成人高血压患病率为18.8%，全国有高血压患者约1.6亿。我国高血压的特点是“三高三低”，患病率高、增长趋势高，危害性高，同时知晓率低、治疗率低、控制率低。

别的不说就我自己的外婆和舅舅就是高血压患者。对于我所生活的小县城，我想大家对高血压病都有一个比较明显的弊病，就是不重视，那我自己的舅舅来说好了，他告诉我他每次血压一升高，头就会晕，呼吸有点不舒服，他就知道血压升高了，然后就吃降压药降血压，然后一旦血压降下来就不再吃药。就跟吃感冒药似的。

所以我这次从身边的高危人群开始，为他们测量血压，告诉他们血压的相关知识，高血压患者的饮食，生活的注意事项，提高医从性，遵医嘱用药，重视血压的变化。

作为一个志愿者，同时也作为一名中共预备党员，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。同时也让我更深刻的理解为人民服务的精髓。

志愿者巡河活动心得体会总结篇三

回顾xxx三下乡，我感慨良多，艺术学院六大协会留给我们的不仅是感动，还有成长。对比以前，感觉自己成长了不少。生活对我如此慷慨，让我在付出一点点的时候却让我收获了很多，学会了很多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。

参加暑期xxx"三下乡",我真的感到很荣幸。短短的一天,这过程的点点滴滴,我仍然历历在目。我是负责玉湖书画社部分的,每次,当我想起大伙在例会上讨论的情景,我满腔热情;当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时,我满怀感动;当我想起同学们的笑容时,游客的笑容时,我满盈开心。成长看似是一瞬间的事情,但我知道,我是在经历中体会成长。这种成长,何其珍贵!此次xxx"三下乡",我收获了很多:第一、珍惜,是什么样的缘分,让我们能一起参加三下乡,认识这么多朋友,为了共同的目标,付出自己的真心。机缘难得,唯有珍惜。珍惜今天,珍惜生活,珍惜让我富有!第二、细节,"细节决定成败!"任何一份工作,一次活动,都需要去精心策划,需要去细心准备。未经深思熟虑,肯定会忽略了很多细节,以致顾此失彼,那就会对工作造成诸多不便,降低效率。细节永远是我们不能忽视的敌人。第三、团队意识,来自不同协会的成员,在一起工作,一起宣传亚运知识,良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团体,一个集体,一切都应该服从,不论是做什么工作,一切都应该为大家着想,为团队着想。第四、沟通交流。每个人不断地都会有些新的想法与体会,也许是喜悦,也许是忧伤,经常与队员们谈心,听听大家的心声,了解大家的感想,可以促进理解,也可以集思广益,或是彼此分享喜悦的心情。第五、主动,主动考虑团队里的大小事情,主动地提出自己的见解,主动地提出疑问。这一个个主动,虽然简单,却意义重大,让我了解到更多,学到更多。第六、理解包容,每个人的性格都不同,我们不能要求其他人都像自己那样做事,更不能把自己的意愿、想法强加给他人。学会理解,包容别人,包容社会,包容世间的'一切。其实从下乡的筹备活动到整个活动的结束,事情都不是一帆风顺的,但每次遇到问题时,我们都会共同商量找出解决问题的办法。而虽然在商量过程中,往往会意见不一致,但我们都能互相理解。慢慢地我也学会了包容、学会了体谅,更加懂得站在别人的立场想问题。当然,在我们这次活动取得丰收同时,我们也必须承认,我们的工作也仍存在着诸多不足或做得不够的地方,如对下乡的总体认识还不够深刻,由于缺乏经验,一些准备工

作跟实际的工作有一定差距，一些工作细节也还考虑或做得不到位等。但我们依然相信，有收获，有经验，有挫折，有教训的活动才是一个真正意义的完整的实践活动。作为当代大学生，这也是一份社会责任感，用我们所学的去回馈给予我们更多的社会。一步一脚印，希望我们的足迹可以遍布乡村每个角落，让希望在乡村中蔓延。通过这次社会实践我更加坚信：意气风发的我们经历了下乡的再次洗礼，象牙塔里的我们并非两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。一个人的价值所在并不在于他得到了什么，而在于他为社会贡献了什么。

志愿者巡河活动心得体会总结篇四

第一段：

南湖志愿者活动是一次难忘的经历，让我深刻感受到了志愿者服务的意义和价值。通过参与南湖志愿者活动，我不仅亲身体验了社区服务的重要性，也提高了自己的社会责任感和团队合作能力。在这次活动中，我遇到了许多有趣的人和事，这些都让我受益匪浅。

第二段：

在南湖志愿者活动中，我参与了社区环境清理活动。清晨，我们一起穿着志愿者服装，手持环保袋，走上了南湖的岸边。刚开始，我感受到了环境的脏乱，心里想着为什么会有人将垃圾乱扔在这里。然而，通过清理垃圾的过程，我明白了每个人都应该为自己的家园而努力，保持环境的整洁和美丽。这次活动让我认识到环境保护不是一件轻松的事情，需要每个人的努力和奉献。

第三段：

除了环境清理活动，南湖志愿者活动还有其他丰富多彩的项目。我选择了参与健康教育宣传活动。我和几位志愿者一起走进社区，向居民们宣传健康生活的重要性，并发放了一些宣传册和小手册。这次活动让我认识到健康生活的重要性，不仅要关注自己的身体健康，还要传播健康的理念给更多的人。通过和居民的交流，我也学到了许多关于健康的知识，这对于我个人的成长有着积极的影响。

第四段：

参与南湖志愿者活动让我体会到了志愿者服务的乐趣和意义。在活动中，我遇到了许多志愿者伙伴，大家一起努力，互相帮助。虽然辛苦，但是看到社区的环境变得更加整洁，居民们的笑容，我觉得一切都是值得的。通过志愿者活动，我明白了无论是多么小的事情，只要我们用心去做，都可以产生积极的影响。这让我更加坚定了继续参与志愿者活动的决心。

第五段：

这次南湖志愿者活动对我来说是一次宝贵的经历。通过这次活动，我不仅锻炼了自己的社会责任感和团队合作能力，还积累了很多有价值的知识和经验。从这次活动中，我明白了每个人都可以通过自己的力量去改变和影响周围的人和事，无论是环境保护还是宣传健康生活，只要我们愿意，我们都可以做出贡献。我希望未来还能有更多的机会参与志愿者活动，为社会做出更大的贡献。

通过这次南湖志愿者活动，我深刻体会到了志愿者服务的重要性和意义。参与活动让我认识到了环境的保护、健康生活的重要性，也锻炼了我的社会责任感和团队合作能力。志愿者活动不仅是为社会做出贡献的一种方式，更是一种成长和学习的机会。我希望自己能够继续参与志愿者活动，为社会做出更大的贡献。

志愿者巡河活动心得体会总结篇五

南湖是我们家乡的一片瑰丽水域，每每踏足南湖，都会让人心旷神怡。为了保护和美化南湖，我参加了一次志愿者活动。活动开始前，我仔细准备，收拾好工具和口罩，带上充沛的精力和热情。

第二段：活动的开展

志愿者活动开始后，我们被分为几个小组，分别负责清理污染、种植花草及测水质等任务。清理污染是最需要耐心的一项工作，我们用铲子、垃圾袋和手套，一点点将陆地上的垃圾清理干净。尽管劳累，但看到陆地重新变得干净整洁，心中的喜悦溢于言表。而种植花草则需要细致耐心，我们一颗一颗地将花草移植到地里，让原本单调的岸边更添一抹生机。测水质则是一项严谨的工作，我们用仪器测得的数据，为南湖水质的评估提供可靠依据。

第三段：同伴之间的合作

在志愿者活动中，与同伴之间的合作是非常重要的。清理垃圾的时候，我们互相帮助，分工明确。有时，我们会遇到较重的垃圾，大家一起协力以解决问题，互相鼓励。种植花草时，我们会共同探讨最佳的种植方式，并互相帮助照顾好每一株花草。通过合作，我们培养了团队协作精神，也加深了彼此之间的友谊。

第四段：感受到的成就

在志愿者活动中，我不仅为家乡的环境贡献自己的一份力量，还从中收获到了成就感。看着清理掉的垃圾一点点堆积起来，我的内心感到无比欣慰。当我眼前的花草生长茂盛，南湖岸边环境发生积极变化时，我感到自己的努力不白费。这种成就感让我更加深爱着这片美丽的水域。

第五段：对家乡的责任与自我责任

通过参加南湖志愿者活动，我深深地感受到了自己对家乡的责任。作为一个当地的青年，保护环境是我义不容辞的责任。从今以后，我将更加关注环境保护的问题，时刻保持环保的意识，积极改变日常生活中的不良习惯。我相信，只有每个人都肩负起自己的责任，我们的家乡才能更加美丽。

这次南湖志愿者活动是我难以忘怀的一次经历。通过这次活动，我不仅积累了宝贵的人生经验，更深化了对环境保护的认识。我相信，只要每个人都能积极参与到环境保护中，我们的家园将会变得更加美好。带着这份心得与体会，我将在未来的日子里更加努力，为保护家乡的环境贡献自己的力量。