

2023年寒假实践的心得体会 寒假实践心得 体会(实用19篇)

培训心得是对参加培训活动后的学习和收获进行总结和概括的一种文书，对于提高学习效果和实践能力非常有帮助。在下面的内容中，我们为您奉上一些读者的优秀读书心得，希望能够让您对书籍有更加深入的理解和感受。

寒假实践的心得体会篇一

真的很高兴能来xx灵星进行为期12天的暑假社会实践活动。在这段时间内我感触非常深。以前，当我听到智障儿童这个词心里更多的是害怕和歧视，当我见到他们时，我对他们的看法和脑中的想法有了巨大的变化，他们可爱的脸蛋和萌萌的眼神想要忍不住给他们更多的关爱，想要去关注他们，去在乎他们，想要让他们像正常孩子度过快乐的每一天。

一名有着特殊需求的孩子是非常需要关注爱与耐心。但要做到这些会让人疲惫，会让人心烦有时会让人精神奔溃，当孩子只能取得一点点进步的时候我们要做的是更多的鼓励而不是放弃。这几天的活动让我真心的体会到照顾一些小孩是特别累人的，他们也有喜怒哀乐，他们会在高兴的时候指着手高高兴兴的过来，亲切地说一声姐姐抱抱。虽然吐字不是很清楚但是我听见感觉心好痛，忍不住去抱抱她，当他们不舒服不高兴的时候他会大哭大闹甚至还会去咬你，当时真的很气愤真的想去教训一顿但是想了一下他们不是故意的，只不过是控制不住自己的情绪罢了，有时看看他们咬自己的舌或者自己的小手，看着一块肉被咬的青紫，已经没有疼痛感了，我真的`是看在眼里痛在心里。真的，恨不得让他们来咬自己。在这期间我还感受到了我们这个实践不算个啥，最累的还是我们的老师，他们日复一日年复一年的这样坚持着，不厌其烦的教育他们，还一对一的上个训课，这种精神值得我们学习，所以很感谢有他们。

活动中也看到了他们的活泼之处，每天早晨的身体锻炼是不可缺少的，但他们可能不配合但是我们是人为的强制性去锻炼，可能是那种恐惧和心理的不愿意是他们不停的哭闹着，但你拥抱一下就能让他立刻停止哭闹让他们觉得安心，然后冲着你笑一下让你觉得那么可爱，跟他们的游戏互动中可以让他们和自己的关系拉的很近，他们刚开始的不理不睬到后来的亲切他们的理想很简单，你爱他们他们便爱你更多，所以，社会不能那么自私，应该给他们更多的关爱，应该去在乎他们，他们是可爱的小宝贝儿不应该被另眼看待，这不仅是家庭和学校的努力付出，更多的是来自社会 and 政府的关注和更多方面的投入。

这些特殊儿童不仅是老师们的责任和义务他们真的很累，同时也很单调，所以希望有更多有爱心的人去关注他们给他们一些温暖，让他们和正常人一样幸福，而不是距他们千里之外另眼相看他们，不公平的待遇他们，因为他们也需要更多的成长和爱！

寒假实践的心得体会篇二

近年来，由于疫情的爆发与蔓延，全球各国纷纷采取了各种措施来遏制疫情的蔓延，以保护人民的生命安全。作为学生，我们也应该为国家作出自己的贡献，积极参与疫情防控工作。在今年寒假期间，我参与了社区志愿者服务，并且亲身感受到了疫情防控的重要性。在这个过程中，我不仅加深了对抗疫情的认识，也收获了很多宝贵的经验和体会。

首先，积极宣传防控知识是我在社区志愿者服务中的首要任务。在社区门口，我发放了大量的宣传手册，向居民们讲解了疫情的来源、传播途径以及如何正确佩戴口罩和勤洗手等基本防护措施。通过这些宣传，我帮助了很多人了解了疫情的严重性，并且教育他们如何自我保护。在宣传过程中，我也遇到了一些质疑和不理解的人，但是通过耐心的解释和提供相关科学依据，他们也逐渐接受了我的观点。通过这个过

程，我深刻体会到了宣传的重要性，只有通过宣传，才能让更多的人了解疫情的严重性，并采取相应的行动来抵抗病毒。

其次，我参与社区的消毒工作。我和其他志愿者一起清理社区内的公共区域，并对常用的物品和设备进行消毒。在消毒过程中，我们要做到认真细致，确保每一个角落都得到了有效的清洁和消毒。这不仅需要耐心和细心，还需要准确地掌握消毒的方法和使用消毒剂的浓度。通过这个过程，我深刻体会到了防控工作的细致性，只有每个环节都做到位，才能真正保护好人民的生命安全。

此外，我还参与了社区的疫情排查工作。我们每天进入居民家中，以发放调查问卷的形式，详细了解居民的健康状况，是否出现发热、咳嗽等症状。在这个过程中，我学习到了很多与居民交流的技巧，包括如何提出问题，如何倾听居民的回答，并妥善处理居民的疑虑与困扰。通过社区排查，我们及时发现了一些潜在的感染者，并帮助他们及时进行了隔离和治疗。通过这个过程，我深深地感受到了疫情防控的紧迫性和重要性，只有及时发现潜在感染者，才能尽早采取相应的措施，遏制疫情的蔓延。

最后，我还通过电话联系和社区广播等方式，向不方便出门的老人和居民们提供支持和帮助。有一天，我接到了一位老人的电话，他非常感慨地告诉我，他很庆幸有我们志愿者的帮助，不仅帮他购买了生活必需品，还不时地通过电话询问他的身体状况。这让他感到很温暖和安心。通过这个经历，我明白了我们志愿者的工作不仅仅是提供实际的物质支持，更重要的是提供精神上的慰藉和社交支持。只有通过这样的细致关怀，才能让居民们更好地度过这个特殊时期。

综上所述，今年寒假期间，我参与了社区志愿者服务，亲身感受到了疫情防控工作的重要性。通过宣传防控知识、参与社区消毒工作、进行疫情排查以及提供老人和居民支持，我不仅加深了對抗疫情的认识，也收获了很多宝贵的经验和体

会。在未来的日子里，我将继续积极参与社区志愿者服务，为保护人民的生命安全而努力，为国家作出自己的贡献。

寒假实践的心得体会篇三

学校元月15号回到佛山这里，为打发原本漫长的寒假，16号在爸妈上班后自己不觉中想找寒假工，正好不远处桂城海三路新开了一个鸿大广场(大润发)。徒步在那里，看到了很多现场招聘，于是自己过去尝试了两家餐厅的面试，一是肯德基，面试是过了，但最后却是说要我上课期间的周末也要过去上班，我没能答应;第二家是意式餐厅——萨利亚，进到那家店感觉很不错，对我口试的是厨师经理，毫无疑问，我的工作就是厨房了，很快的，了解到工钱和工时，我就答应第二天去试工，因为是做兼职，计划是每天工作四个小时的，中午和晚上分别两个小时。

我的寒假社会实践征程就这样开始了，不怕说笑话，在我走过的19个岁月中，这是我的第一份工作，那一天的节奏畅响了我的第一次工作，这是我第一次挣钱。17号，我走进萨利亚，走进厨房，走进我的第一份工作，我怀着无比激动的心情，但我并不紧张，虽说我没有真正做过什么工，但我清楚，只有内心自信才能将自己的工作做好，才能不被别人看扁自己，才能在更短的时间了解到自己立场的更多情况。

我走进厨房，我对一切都是好奇的，包括储物室旁边的更衣室，我以为自己不能进去，进内厨不知道说要带帽子。厨师长将我交给了阿均，我走进了色拉间，第一件事就是洗圣女果，满满的一袋很快的洗完了，接下来就是学色拉间里面的活了，原以为很复杂，但并不其然，我在比较短的时间学会了里面色拉的处理，包括色拉备份和其他原材料的处理以及各种色拉的做法，一个时间段过了，毕竟自己是兼职，工作时间段并不会很长，因为我们兼职是算工时的，下班了，因为是第一次工作，真的是很不想走，但我已做了三个钟，很不错了。出到门外，比我前两天到的小田叫我吃饭，我懵了，

原来萨利亚每天还给16元员工餐的，我也就更加喜欢这份工作了。

寒假实践的心得体会篇四

中国京剧脸谱是中国戏曲独有的，不同于其它国家任何戏剧的化妆。戏曲脸谱有着独特的迷人魅力，是中国的一种国粹。

中国京剧脸谱文化博大精深，而脸谱的彩妆运用之妙更是存乎一心。从戏剧的角度来讲，它是性格化的；从美术的角度来看，它是图案式的。在漫长的岁月里，戏曲脸谱是随着戏曲的孕育成熟，逐渐形成，并以谱式的方法相对固定下来。

为了弘扬国粹精神，使小朋友们更能了解脸谱文化，我们开展了一场以“非遗进社区，弘扬国粹神”为主题的画脸谱亲子活动。细心的为小朋友们讲解脸谱文化，带小朋友们走进中国京剧脸谱，让他们了解到那各种颜色所代表的角色。接着，小朋友在妈妈的带领下，完成了一张张漂亮的脸谱。

脸谱本身就是一种文化，一种国粹，作为新时代的我们，我们要随着科技的发展而进步，但这并不是意味着我们要抛弃过去的文化，好的文化需要我们去弘扬，去传承，才能让更多的人知道我们国家文化的博大精深。正所谓：古为今用，取其精华，去其糟粕。

寒假实践的心得体会篇五

寒假，是每一位学生期待已久的放松和自由的时刻。而对于我来说，今年的寒假与以往大不相同，因为我加入了一个社团并参加了寒假实践活动。在这次实践中，我受益匪浅，感慨良多。下面我将从五个方面进行总结和体会。

首先，参加这次寒假社团实践活动让我更加明确了自己的兴趣和目标。在实践中，我有机会接触到不同领域的知识和技

能，从而对自己的兴趣进行了更深入的探索。比如，在一个教育类社团中，我了解到了教育的重要性和挑战，进而激发了我对教育的热情。通过和社团成员的交流和合作，我也意识到自己喜欢与人沟通和合作的工作方式。这次实践让我更加明确了将来希望从事教育相关工作的目标。

其次，参加寒假社团实践活动让我发现了自己的不足，并努力克服。在实践过程中，我遇到了各种各样的困难和挑战。而这些困难正是暴露出我知识和技能的不足之处。例如，在一个文学社团中，我发现自己对于文学研究方法和理论知识了解不够，这使得我在与其他成员的讨论中显得有些迷茫。为了克服这些困难，我主动请教老师和社团成员，认真学习相关知识，并在实践中加以应用。通过不断的实践和努力，我逐渐克服了自己的不足，并取得了进步。

再次，参加寒假社团实践活动让我锻炼了自己的组织和管理能力。在实践中，我需要负责组织一些社团活动，以及协调成员之间的合作。这要求我充分利用时间和资源，合理安排和分配任务。在一开始，我遇到了许多困难，因为我对组织和管理方面的经验较少。然而，通过实践和不断的尝试，我逐渐学会了如何有效地组织和管理一个团队，提高了自己的组织和管理能力。

此外，参加寒假社团实践活动还让我增长了见识和拓宽了视野。在实践中，我有机会参观了一些社会机构和企业，了解了它们的运作模式和管理经验。比如，在一个社会服务类社团中，我们去参观了一家老年人疗养院，看到了那里对于老年人的关怀和照顾。这让我深刻认识到了老年人的问题和需求，并激发了我对于老年人服务方面的兴趣。通过实践，我接触到了不同的行业和领域，了解到了各种各样的工作和职业，并对自己的未来规划有了更加明确的思路。

最后，参加这次寒假社团实践活动让我体验到了团队合作和社会责任的重要性。在实践中，我不仅需要和社团成员合作

完成一些任务，还需要与外界的团体和机构合作。通过与不同的人合作，我学会了倾听和尊重他人的意见，学会了如何与不同的人合作。同时，通过与社会机构和企业的合作，我也感受到了社会责任的重要性，明白了个人行动对于社会的影响。这次实践让我认识到了团队合作和社会责任对于一个人的成长和发展是至关重要的。

总之，参加寒假社团实践活动是我寒假中一次难得的经历和机会。通过这次实践，我更加明确了自己的兴趣和目标，克服了自己的不足，锻炼了组织和管理能力，增长了见识和拓宽了视野，体验到了团队合作和社会责任的重要性。这次实践对于我来说是一次宝贵的经历，也为我今后的发展奠定了坚实的基础。我将会继续学习和成长，为实现自己的梦想而努力奋斗。

寒假实践的心得体会篇六

寒假是大学生们休息的时间，然而，对于一些积极向上的学生来说，寒假也是一段充实而忙碌的时间。他们利用这段时间加入社团实践，通过参与各类活动，培养 and 提升自己的综合素质。在这个寒假，我也有幸加入了某社团，并参与到其中的活动中去。通过这段时间的实践，我获得了很多的经验和收获，下面我将详细分析并总结其中的体会。

首先，参与寒假社团实践让我更加深入地了解了社团的运行模式和组织结构。在寒假社团实践活动中，我了解到社团是一个由志同道合的人组成的团队，旨在为成员提供一个互相交流与学习的平台。通过参与社团活动，我认识到社团的每个成员都扮演着不同的角色，各尽其职，相互配合。在这个过程中，我学习和感受到了团队合作的重要性，进一步培养了我的集体协作能力。

其次，参与寒假社团实践拓宽了我的眼界和知识面。社团活动丰富多彩，涵盖了很多不同的领域和方向。在参与这些活

动的过程中，我接触到了很多以前从未接触过的领域和知识。例如，我参加了一次关于公益活动的志愿者培训，了解了公益活动的重要性和影响力。我还参加了一次关于职业规划的讲座，了解了在大学期间如何进行职业规划，为自己的未来做好准备。通过这些多元化的活动，我不仅增加了自己的知识储备，还拓宽了自己的视野。

再次，参与寒假社团实践提升了我的沟通能力和组织能力。在社团活动中，我与各个社团成员进行了频繁的沟通和合作。经过这段时间的实践，我逐渐学会了如何与他人合作，如何跟他人有效地沟通。在社团活动中，我负责组织一次小型的讲座活动。在此期间，我需要与各个方面的人进行协调和沟通，包括活动场地的预订、物资的采购以及嘉宾的邀请等等。通过这次实践，我的组织能力得到了提升，我也更加明白了沟通和组织对于活动的成功举行是多么重要。

最后，参与寒假社团实践让我认识到自身的不足，激励我不断完善自己。通过与其他社团成员的接触，我看到了他们的各种才能和优点，从而发现了自己的不足之处。例如，有些成员擅长组织和领导力，而我在这方面还相对较弱。于是，我决定要努力提升自己的领导力，通过阅读相关书籍和多参与活动，以此来不断完善自己。参与寒假社团实践活动不仅帮助我发现了自身的不足之处，更重要的是激励我不断进取，成为一个更好的自己。

总之，参与寒假社团实践是一段充实而有意义的经历。通过这段时间的实践，我更深入地了解了社团的运作模式和组织结构，拓宽了眼界和知识面，提升了沟通和组织能力，同时也看到了自身的不足之处。这一切都为我今后的成长和发展打下了基础，让我在大学的生活中更加充实和精彩。希望在未来的日子里，我能继续积极参与社团活动，不断丰富自己的实践经验，成为一个更加优秀的大学生。

寒假实践的心得体会篇七

虽然学习摄影这么长时间，拿设备不是一天两天的事情了，然而每每拿起它，心中却仍是有一点激动。

这次的活动非常顺利，相比较之前的活动，这次的活动令人觉得开心，故而时间也便过得快了起来。不再是熬，不再是埋怨，而是乐在其中。年轻的一代，总是有着自己的想法，并想着把它实践起来。尽管可实行不高甚至异想天开，但是光是有了想法就已是相当不错的了。老师在学生们眼里，是一切未知的智慧果。手握相机，调好参数，对准物体，就那么运行着这个高科技产物，而老师在一旁悉心教导着，这是一副多么暖心的场面。摄影，源于生活，源于捕捉，源于瞬间。大家得在活动过程中，学习，获得，提高，才能对摄影有个更新的更全面的认识。对以后的步入社会，都将是很好的'基础。摄影是一门综合艺术，还有很多知识需要学习和不断实践才能得到好的作品。

不仅仅掌握了一定的专业知识，同样重要的是学会了更全面、深入地观察生活和体验生活。

寒假实践的心得体会篇八

即将结束的2021年寒假，是我迎来的第四个寒假。与往年不同的是，今年我参加了寒假红色实践，这是一次让我受益匪浅的经历。在这次活动中，我不仅深刻体会到了红色文化的魅力，也更加了解了时代精神和对未来的影响。在这篇文章中，我要分享我的寒假红色实践心得和体会，以此来记录我这次难忘的经历。

第二段：红色文化的感受

在寒假红色实践中，我们去了毛主席故居、陕西宝鸡、延安革命纪念地等多个地方。每一站我们都十分慎重地参观和学

习，深入感受着红色文化的影响。在参观毛主席故居时，我看到了毛主席的书房，周围布满了图书和文件。我深深地被他的学识和学习态度感动了。在参观延安时，我们看到了延安精神之处，延安精神是独立自主的思想方法和精神风貌。这个精神氛围是我们非常需要的，它启示和鼓舞着我们走向未来的道路。

第三段：人生体验的价值

在寒假红色实践中，我体验到了摆脱舒适区的重要性。我是个家庭条件不错的孩子，生活条件很好，不需要太多担忧。但是到了实践中，我了解到很多人的生活依然十分的窘迫，家庭条件十分困难。我能够理解和感同身受这种困境。大家要认识到世界上还有很多贫困的地区，本身的生长环境非常不公平。每个人的经历都是宝贵的，我们应该珍惜每一种体验，也应该充分利用这些体验来提高自己的认识能力和承受压力的能力。

第四段：寒假红色实践的社会意义

寒假红色实践是一次特殊的实践活动，它不仅具有个人体验和成长的意义，还具有重要的社会意义。在这次实践当中，我们了解了革命历史和现代化建设的重要性，这使我更加明确地认识了未来的发展方向。同时，这次实践也带动了产业和旅游的发展。我们所去的地方，都是充满着各种资源和背景的。如果我们能利用好这些资源，开发出更具有革命和历史特色的产品和活动，对于推动当地经济和社会的发展也是具有十分积极的作用。

第五段：结语

在这次寒假红色实践中，我收获了很多，不仅仅是知识上的收获，更重要的是人生经验的冲淡和丰富。我要感谢我的同学和老师们的陪伴，感谢这次实践让我更加坚定地走好未来

的道路。我也希望更多的人能够参与这样的实践活动，学习和传承红色文化，拓展自己人生的观照。

寒假实践的心得体会篇九

真的很高兴能来x灵星进行为期12天的暑假社会实践活动。在这段时间内我感触非常深。以前，当我听到智障儿童这个词语心里更多的是害怕和歧视，当我见到他们时，我对他们的看法和脑中的想法有了巨大的变化，他们可爱的脸蛋和萌萌的眼神想要忍不住给他们更多的关爱，想要去关注他们，去在乎他们，想要让他们像正常孩子度过快乐的每一天。

一名有着特殊需求的孩子是非常需要关注爱与耐心。但要做到这些会让人疲惫，会让人心烦有时会让人精神奔溃，当孩子只能取得一点点进步的时候我们要做的是更多的鼓励而不是放弃。这几天的活动让我真心的体会到照顾一些小孩是特别累人的，他们也有喜怒哀乐，他们会在高兴的时候指着手高高兴兴的过来，亲切地说一声姐姐抱抱。虽然吐字不是很清楚但是我听见感觉心好痛，忍不住去抱抱她，当他们不舒服不高兴的时候他会大哭大闹甚至还会去咬你，当时真的很气愤真的想去教训一顿但是想了一下他们不是故意的，只不过是控制不住自己的情绪罢了，有时看看他们咬自己的舌或者自己的小手，看着一块肉被咬的青紫，已经没有疼痛感了，我真的是看在眼里痛在心里。真的，恨不得让他们来咬自己。在这期间我还感受到了我们这个实践不算个啥，最累的还是我们的`老师，他们日复一日年复一年的这样坚持着，不厌其烦的教育他们，还一对一的上个训课，这种精神值得我们学习，所以很感谢有他们。

活动中也看到了他们的活泼之处，每天早晨的身体锻炼是不可缺少的，但他们可能不配合但是我们是人为的强制性去锻炼，可能是那种恐惧和心理的不愿意是他们不停的哭闹着，但你拥抱一下就能让他立刻停止哭闹让他们觉得安心，然后冲着你笑一下让你觉得那么可爱，跟他们的游戏互动中可以

让他们和自己的关系拉的很近，他们刚开始的不理不睬到后来的亲切他们的理想很简单，你爱他们他们便爱你更多，所以，社会不能那么自私，应该给他们更多的关爱，应该去在乎他们，他们是可爱的小宝贝儿不应该被另眼看待，这不仅是家庭和学校的努力付出，更多的是来自社会 and 政府的关注和更多方面的投入。

这些特殊儿童不仅是老师们的责任和义务他们真的很累，同时也很单调，所以希望有更多有爱心的人去关注他们给他们一些温暖，让他们和正常人一样幸福，而不是距他们千里之外另眼相看他们，不公平的待遇他们，因为他们也需要更多的成长和爱！

寒假实践的心得体会篇十

伴随着xxxx月的临近，寒假实践已逐渐进入尾声。一个月30天，听起来很短，但如果换算成小时分钟，720个小时，43,200分钟的话，那么30天却又显得无比漫长，耐人寻味。而在这一个月中我却学到了很多。

这次的寒假实践的地点是一家展览公司，应聘的是一份文员工作。工作内容很简单，将客户的资料录入到公司数据库就行。然而再简单的工作，也会有它的难处。一些字迹潦草的资料需要花时间去把它纠正过来，才能正确的录入到数据库中。但是在这次实践中，我也表现出了经验不足，处理问题不够成熟的做法，以敷衍潦草的态度去对待工作，将不会的字用空格空出，导致一些数据无法呈现真实性。而对于我这点工作上的错误，老板并没有以严肃的态度去指责我，而是换以循循善诱的方式同我解释，这使我内心衍生出一种愧疚感。而经过这件事情以后，我的内心产生了一种责任感，坚持尽自己最大的努力完成好自己份内的'工作。

这是我第二次寒假社会实践，也有可能是大学生涯中最后一次社会实践。两次实践带给我的影响颇多。这一次的实践来

到了真正的职场，感受着残酷着竞争却又温暖的友情。老板的责问，工作技能的掌握，都使自己一步步强大起来。我想这就是实践的目的吧，在社会中学会与他人交流，在工作中学会随机应变。“千里之行，始于足下”，正是这一步一步的经验积累，才能使自己成为生活中的强者，自己人生的掌舵者！

寒假实践的心得体会篇十一

寒假是学生们放松身心、调整学习状态的时间，然而，在红色江山的熏陶下，仍有许多同学选择坚守红色实践岗位，继续着一份特别的寒假。红色实践是对我们爱国主义教育的细化和具体化，是培养我们为国家和人民服务的意识的重要体验。本文将分享我在寒假红色实践中获得的心得和体会。

第二段：认真履行岗位职责

本次寒假，我被分配到社区志愿服务站担任志愿者，负责每天清晨为爱干净的社区擦拭美化，为老年居民提供生活帮助。刚开始，我觉得这份工作很简单，但是实践中却并不这样。为保证社区的环境整洁，我与同学每天早上六点就开始工作。擦拭路面，清理垃圾，打扫公共设施，很快，我的身上就被汗水浸湿。不过，我始终坚持不懈，认真履行自己的职责。

第三段：与人沟通合作

志愿服务站的工作同学们是来自不同学校、不同年级的，我们几乎没有任何交集，但是，在这里，大家都是志愿者，都有为社区做自己的一份贡献的心意。我和同学们一起合作，互帮互助，一起完成了很多任务。另外，服务站老师的指导和教育也让我有了更好的完成工作的方法和技巧。

第四段：体验社会实践中的收获

除了进行实际工作之外，我还参加了一些红色实践教育活动。例如走进红色教育基地，参观红色历史文化展览、革命老区，感受祖国光辉的历史和孕育了无数英雄人物的智慧之地。在活动中，我不仅了解了许多红色文化知识，更深刻地领悟到了革命先辈们为我们争取的幸福生活来之不易。

第五段：总结与感悟

整个寒假红色实践中，我学到了很多生活和学习中不能感受到的知识和经验，也提高了团结协作的能力，一份简单的志愿服务也让我充满了成就感。我相信，在今后的学习和生活中，这些经历会让我们变得更加坚韧和自信，更加热爱和珍惜生活，也更加珍惜我们的祖国。我会把这种服务于人民的良好精神和行为一直保持下去，把所学所得用于实践中，做到达到实践成功的阶段，为实现国家强大和民族复兴而努力奋发！

结论：

通过本次寒假红色实践，我更加深刻地感受到了自己作为一名伟大中华儿女应该肩负的责任和使命。作为一名青年志愿者，我将会继续坚定地走下去。我相信，在未来的学习和生活中，我会以更加饱满的热情和无比的精神投入到红色实践中去，不断创新，不断完善，不断提高自己的思想水平，努力实现自己的人生价值。

寒假实践的心得体会篇十二

时间总是这样，转瞬即逝说过去也就过去了，伴随着太阳的落山结束了今天的工作，一个标准的朝九晚五。谁会相信电气电子工程系这样一个xxxx期实践的队伍即将结束。我们即将分开。

在社区的实习的日子，每天都是这样的生活规律，日复一日，

这让我的精神小小的疲劳了一把，每天一睁眼就做着相同的事情，做多了烦躁就来了，但是我会好好的控制着一股烦躁，因为这就是磨练我们心的一种挑战，我相信我会赢得挑战的。

队长们的一些话依然在我们脑海中：就是你没有金钱、经验、阅历这些都没有关系，金钱可以通过自己努力去赚取，经验可以在工作实践中获得，阅历也可以工作生活中的积累来获得，但是你没有梦想或是理想的话，那么你的人生也就如此了。

xxxx期社会实践已经接近尾声了，现在想来我过去过的时间还是挺满的，我想为忙碌和充实，所以时间才会眨眼就过吧！真的是一眨眼就马上到可以回家的日子了，虽然不知道接下了实习我会不会因为快回家了而焦虑，但是我会努力保持现在这种轻松的这种心情，我会努力让自己做到最好的。

寒假实践的心得体会篇十三

在过去的寒假里，我和一群志同道合的同学一起参加了红色实践活动。通过了解红军长征、突围南泥湾等历史事件，我更加深入地了解了革命先烈们为了中国的独立、民主、富强而付出的无数牺牲和辛苦。这种学习和了解，让我们不断地增强了红色意识，以更加强烈的信仰去面对未来。在实践中，我们也体会到了红军长征壮举所体现的“艰苦奋斗、自力更生、勇往直前、团结协作”的精神和实践，这些都使我们更加坚定了追求真理，追求进步的决心。

二、了解农村农业生产，树立绿色意识

在本次实践活动中，我们深入到了农村，了解了农民的生产生活情况，学习了一些农业技能，如种菜、喂猪、打柴等等。这些经历让我深刻认识到了农民的劳动是多么辛苦，也让我从实际经验中了解了农业生产的复杂性、难度和重要性。同时，也让我更加坚信每一个人都应该珍惜自然资源，树立起

绿色环保的意识，践行“绿水青山就是金山银山”的理念，身体力行地为环境保护贡献自己的一份力量。

三、与他人沟通交流，提升思维意识

在红色实践活动中，不仅需要完成一些任务，更需要大力地与队友沟通协作。这使我意识到一个团队的紧密协作和有效沟通的重要性。更重要的是，这种实践过程不仅提高了我的沟通技巧和与人交际的能力，同时也深刻引发了我“谦虚、好学、开放、创新”的思维意识，让我不断寻找改进的空间，充满了对自我提升和进步的信心。

四、了解社会各界公益事业，树立社会责任感

通过实际走访了解到许多寒假社会公益项目，如“温暖橘子”、“结对子”、“送温暖”等，这些项目的宗旨都是尽己所能，使社会更加美好。这些纷繁复杂的事业，都必须有人去付出、去奉献，只有社会各界人士共同努力，才能让我们的社会变得更加美好。我们在实践中认识到，作为社会的一份子，我们应该时刻关注困难人群的生活，多一点热心，多一些关怀，多一些善意，为促进社会进步做出自己的贡献。

五、感受父母的爱，珍惜时光

红色实践活动让我深刻认识到了家庭的重要性和父母对我们的无私奉献。是父母给了我们生命，才有我们今天的成长。在青春期，我们会感受来自父母的责任、关爱、慈爱等不同的情感，这些都让我珍惜时间，更加感受到父母对我的重要性。在日后的成长中，我也将始终珍视家庭，对父母奉献出我一份孝心，用自己的实际行动去回报他们的养育之恩。

最后，红色实践让我在假期里得到了不一样的成长，提升了自己的综合素质，激发了热爱这个社会，做出贡献的信念。在未来的日子里，我也会不断努力，将自己的勤奋付诸实践，

为实现“中国梦”的伟大目标贡献自己的力量！

寒假实践的心得体会篇十四

不知不觉来到喜来登已经快一个月了，感觉时间过的蛮快的，想想从最初的一无所知，到现在能很好的独立完成工作任务，这其中过渡的日子，无疑是丰富以及收获的。在这些实践的日子里，生活过的当然是比在家里过充实很多，学习到很多。但是辛苦也随之而来，上早班的时候，起的比较早，刚开始有点困难，但是后面经过调整，感觉也还好，晚班当然就比较迟了。其实工作哪有不辛苦的，只要习惯就好，不管是任何行业，任何阶段，真正的收获都是要有付出的。付出不是说说而已，行动胜过一切语言。在实践期间我只想做到，为了收获，愿意付出。

在西餐厅这个大家庭里那么久了，我觉得，每个同事都非常的友好以及出色，大家在工作的'时候互帮互助，团结协作，一张餐桌，即使客人享用完餐点后，留下一片狼藉，我们几个同事分工合作，两分钟左右，又恢复了最初的整齐，等待着下一批客人的使用。我们不仅很好的完成了工作，也培养了合作的默契以及深厚的友情，感觉很开心！

在接下来的实习期间，我希望自己继续在其中付出、成长、收获。让我的实践之旅，更添色彩。

寒假实践的心得体会篇十五

寒假是学生们期盼已久的假期，而社区寒假实践则成为了近年来备受学生欢迎的一种假期活动。在这个活动中，学生们能够参与到社区服务中去，为社区居民提供帮助，同时也能够锻炼自己的各项能力。在我参与社区寒假实践的过程中，我收获颇丰，也暗自庆幸自己做出了这个选择。

首先，社区寒假实践提供了一个锻炼自我的平台。在社区实

践中，学生们需要主动承担责任，组织和协调各项活动，这需要一定的组织能力和领导能力。通过这次实践，我学会了如何与人沟通，如何协调与合作。我不再羞涩和怯场，能够从容地处理和解决各种问题，这为我将来的社交和工作生活打下了坚实的基础。

其次，社区寒假实践提高了我对社区发展的认识与了解。在日常生活中，我们往往只关注自己的小圈子，忽略了周围的变化和问题。而社区实践让我接触到了社区居民的生活，并与他们面对面交流。通过与他们的交谈，我了解到了社区的需求和问题，也意识到了社区工作的重要性。我深深体会到了社区建设对于我们的生活质量和幸福感的重要作用，这激发了我对社会问题的关注和关心。

再次，社区寒假实践拓宽了我的视野。在社区中，我遇到了各种各样的人，了解了各个层面的社会现象和问题。这些经历让我更加开阔了眼界，明白了社区中存在的不同问题和各个群体的需求。我看到了一些边缘群体的生活困境，也看到了一些社区发展的希望和努力。这让我不再盲目对待社会问题，而是开始思考如何以我的力量来改变这些问题。

最后，社区寒假实践让我感受到了帮助他人的快乐。在社区中，我与居民们一起进行了各类活动，帮助他们解决了一些生活中的小问题。这些助人为乐的经历让我感到满足和快乐，也让我明白到帮助他人的重要性。在以后的生活中，我会积极关心他人，愿意伸出援手，并将这种精神延续下去。

通过这次社区寒假实践，我不仅学到了知识和技能，还得到了成长和锻炼。我明白到了社区工作对于社会的重要性，也认识到了帮助他人的快乐与自我价值。我相信通过这次实践，我能够更加自信地面对未来的挑战，并将实践中的经验和教训融入到我的学习和生活中去。社区寒假实践，是我迈向成长的一次重要的步伐。

寒假实践的心得体会篇十六

一眨眼，我们的支教暂时告一个段落了。我们从一开始的陌生到后来的熟悉到现在的'不舍，五味杂全，我们和孩子们共度了这个美好暑假，这必将成为我们人生中难以忘却的一段时光。

最后一天，我们不再安排上课，我们开展了精彩纷呈的师生趣味运动会。大早上，我们就来到学校，继续布置活动场地。8点半，“校长”简短的讲话后，师生趣味运动会正式拉开序幕。按照顺序，每个队依次参加了五人六足，跳长绳，踢毽子，乒乓球接力四个环节，最后按照时间长短决出优胜奖，第三名，第二名以及第一名。各队都齐心协力，全力以赴，斗志昂扬。我带领的“胜利队”，更是表演不凡，一举夺得第一名的好成绩。当孩子们从我们手中接过奖品时，个个兴高采烈，老师们在一旁也露出了灿烂的笑容。画面太美，真不想离开。

离别，是不舍的。曾几何时，你还为那些调皮捣蛋的孩子们伤透脑筋，你还为你的第一课而倍感紧张，你还为你的辛勤育人而默默喊累，你还为……然而，现在一切都结束了，突然发现多么想再次坐在讲台上，手拿粉笔，给孩子们继续上课。

希望这些孩子们在今后的学习中能更加努力，天天向上。愿下次还有机会站在讲台上，给孩子们上课。

寒假实践的心得体会篇十七

寒假是每年学生们最期待的长假，一向有人喜欢宅在家中度过，享受慵懒的时光。然而，在上个寒假，我选择参加了社区的寒假实践活动，这个决定给我带来了许多意想不到的收获和体会。

首先，通过参加社区寒假实践活动，我深刻体会到了实践的重要性。实践是对理论知识的巩固和应用，只有在实践中，我们才能真切地感受到知识的力量。在社区寒假实践中，我有机会亲身参与社区服务和志愿者活动，与社区居民互动。这让我对所学知识的理解更加全面和深刻，也增加了我的社会认知能力。通过实践，我能够将课堂上所学的理论运用到实际中，掌握如何解决实际问题的方法，这对我未来的学习和工作都有着重要的意义。

其次，参加社区寒假实践活动让我充分认识到了社区的重要性。社区是一个集体的生活空间，是每个人的家，也是我们共同生活的重要场所。社区的存在让我们能够享受到便利的公共服务，也能够获得互助和支持。通过参加寒假实践活动，我走进了社区的各个角落，与社区居民面对面交流，了解他们的需求和困难。我明白了社区的运营离不开每个人的贡献，我们每个人都应该积极参与社区的建设和管理。只有这样，我们才能共同营造一个和谐、安全、舒适的社区环境。

再次，通过参加社区寒假实践活动，我激发了无私奉献的精神。社区的寒假实践活动主要是志愿者服务，需要自愿参加并主动付出。在这个过程中，我学会了为他人着想，关心他人的需求，并愿意主动帮助他人。我参与了给社区居民送温暖的活动，为他们提供帮助和支持。看到他们因为我们的行动而感到温暖和愉悦，我也获得了很大的满足感。通过这样的实践，我体会到了帮助他人的快乐和意义，激发了我为社会做贡献的热情。

此外，通过参加社区寒假实践活动，我也发现了自己的不足之处，并学会了不断提升自己。在志愿者服务过程中，我意识到自己在沟通和协调能力上还有很大的提升空间。有时候，我无法很好地与社区居民进行交流，没有完全理解他们的需求。同时，作为一名志愿者，我也需要不断提升自己的能力，并做到专业、高效地完成任务。这个过程让我明白了自己的不足之处，并激发了我不断学习和成长的动力。

通过参加社区寒假实践活动，我获得了实践的大量经验和知识，更重要的是，我收获了实践带给我的成长和快乐。我深刻体会到了实践的重要性，认识到了社区的重要性，激发了无私奉献的精神，并发现了自己的不足和提升之处。我相信，这次寒假实践经历将会对我未来的学习和生活产生重要的影响，让我变得更加开放和成熟。我也会继续积极参与社区实践，为社会做出自己的贡献。

寒假实践的心得体会篇十八

社区寒假实践是一项促进大学生社会实践能力的重要活动。随着社会发展和教育改革的深入，越来越多的学校将寒假时间用于社区实践，以培养学生的社会责任感和实践能力。在这次寒假实践中，我有了很多收获和体会。以下是我对这次活动的心得体会。

首先，我认识到了社区实践的重要性。社区实践不仅仅是为了填补寒假的空白时间，更是学校加强学生社会实践能力培养的一种有效途径。通过参与社区实践，我们可以更好地了解社区的情况和需求，锻炼自己的动手能力和组织能力。同时，社区实践还可以增加学生与社会的互动，促进社区的发展和进步。

其次，我深刻体会到了团队合作的重要性。在社区实践中，我们组成了一个团队，每个人都有自己的任务和责任。而正是通过团队合作，我们才能顺利地完成任务。每个成员都发挥自己的优势，充分发挥团队的力量。只有在团队合作中，我们才能够更好地协调各个方面的工作，取得较好的成果。

再次，我明白了实践的重要性。实践是检验理论知识的重要途径，也是培养学生综合能力的关键环节。通过参与社区实践，我们将理论知识转化为实际应用能力，进一步提高自己的创新思维和解决问题的能力。只有通过实践，我们才能够真正用自己的实际行动去验证和检验知识的正确性和有效性。

此外，我也意识到了爱心的重要性。社区实践让我接触到了社会的底层群体和弱势群体，看到了他们的生活困境和需要帮助的地方。这让我更加深刻地认识到了爱心的重要性。作为大学生，我们应该主动关心社会，关心他人，用自己的行动去帮助那些需要帮助的人。只有有了爱心，我们才能够真正体会到社会的温暖。

最后，我认识到了实践是持续的。社区寒假实践只是实践的一个环节，实践是一个持续的过程。通过这次寒假实践，我更加清楚了自己的优势和不足，也更加明确了未来的方向和目标。在接下来的学习和生活中，我会进一步加强自己的实践能力，不断完善自己，并将所学所做融入到未来的实践中。

总之，这次社区寒假实践是我成长的一次重要经历。通过这次实践，我认识到了社区实践的重要性，深刻体会到了团队合作的重要性，明白了实践的重要性，意识到了爱心的重要性，并认识到实践是一个持续的过程。这些收获和体会将对我今后的学习和生活产生深远的影响，帮助我更好地发展自己，更好地为社会作出贡献。

寒假实践的心得体会篇十九

焦躁与贫乏，只是想静享内心中的蓬勃与丰富。在这xxxx期实践的日子中，我只想安静下来，只有真正的安静，来自于内心，淡薄与宁静，不为身边的诱惑所丢失拼搏的自己，只追求自身的简单和丰富。

在这个意义非凡，并且十分充实的xxxx期实践，我早六晚十的作息生活。虽然肉体感觉到十分的疲乏，但是我的心中还是十分的快乐。累，在这个时候，也是种享受。正因为它的存在，才让我的xxxx期实践生活变得十分充实。

人生是如此的短暂，哪还有时间去浪费呢？以前有位十分有智慧的名人曾经说过这样一段话：“大街上有人批判我，我

甚至连头都不会回的，根本不想知道这个无聊的人是谁。”我们既不去伤害别人，也不要被别人的批评左右，同样的道理，我们既然想好好学习，那就不要受别人的影响，好好的静下心来，全心全意的投入学习。