

2023年实践活动扫雪心得体会 疫情扫雪 心得体会(通用10篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

实践活动扫雪心得体会篇一

自从疫情爆发以来，世界各地的人们都受到了巨大的冲击和影响。然而，在疫情的阴云下，许多人积极行动起来，成为了社会的扫雪者。疫情扫雪不仅仅是对卫生情况的整治和救助，更是一种深层次的觉醒和改变。本文将探讨疫情扫雪的背后活动以及对个人的影响。

段落2：协助社区

当疫情席卷全球，社区成为了人们生活的重点和核心。在这个特殊的时期，许多人利用自己的力量和资源，协助社区的发展。有些人积极参与社区志愿组织，帮助社区的老年人购买生活物品，做好防疫措施。还有一些人向社区居民提供心理援助，帮助他们克服焦虑和恐惧。这一系列的活动不仅缓解了社区压力，同时也让更多的人对社区发展和社会责任有了更深层次的认识。

段落3：服务医疗系统

我们深知，在抗击疫情的战斗中，医疗系统像一支战斗机一样坚守在一线。疫情爆发后，许多学校和企业都选择关闭，而医院和医护人员一直在与病毒作斗争。为了协助医疗系统，一些志愿者开展了捐款活动，为医院采购必要的防护物资和医疗设备。同时，还有许多普通人通过社交媒体和各种软件

渠道，向医疗人员表达感谢和鼓励的话语，为他们送去了温暖和力量。这些行动无疑为医疗系统注入了勇气，也让公众对医护人员的伟大职业更加敬重。

段落4：自我修养

在自宅隔离期间，人们抓住机会培养新的兴趣爱好和提升自身能力。有些人选择学习新的技能，例如烹饪、编程和乐器演奏等。这不仅增加了人们的娱乐活动，同时也让他们充分利用自己的时间，提高自己的综合素质。还有些人则选择参与各种线上义工活动，通过网络帮助国内外需要帮助的人们，为社会作出自己的贡献。无论是学习还是义工，这些都是一种积极的心态和对待困境的勇气。

段落5：对未来的反思

疫情扫雪的过程让我们认识到我们需要更加关注全球卫生和疫情防控。我们需要更加注重个人卫生的重要性，加强防疫意识和习惯。同时，我们也需要在日常生活中对社区和医疗系统更多地给予关注和支持。我们需要更多的社会行动，来改善人们的生活环境和解决当前存在的问题。疫情并没有改变我们的世界，而是让我们更加了解自己 and 这个世界。

结束语：

疫情扫雪的过程让我们看到了人性的光辉。在霜雪覆盖的氛围下，每个人都能担当起自己的责任，为社会做出贡献。我们要将这种积极的态度和行动延续下去，在生活中不断寻找机会去帮助他人，使我们的社会更加和谐和友好。通过这次疫情扫雪，我们从个体的角度，以及整个社区和人类的角度，都得到了很多宝贵的经验和教训。让我们共同努力，迎接更美好的未来！

实践活动扫雪心得体会篇二

脚上感到一阵刺骨的寒冷,堆在一起。

雪后的天气格外地冷。我的鼻子马上就冻得通红。碰到冰特别厚的地方,我就急急忙忙地拉着爸爸妈妈。可是,看到大家都在热火朝天地干着,我仿佛也忘记了寒冷。

铲着铲着,我们也快点一起扫吧那是20xx年寒假里的一天,早上醒来,我从阳台上往下一看,前几天我就亲眼看到一辆面包车因为路滑撞倒了路边的防护栏,那多危险啊,厚厚的积雪从旅游鞋的鞋帮里渗进去:看不出,啊,连着下了几天的大雪终于停了。于是,我跑回家去,取来了大榔头和凿子。爸爸笑着接过工具。终于,顽固的坚冰被砸开了。

随着到路边的雪堆越来越多,他们都在认真地扫着雪呢,你这小家伙还真机灵。这下,我突然想到以前曾经在电视里看到别人用大铁锤来敲碎大块的冰块,才发现原来已经有人已经在楼下开始扫雪了,说!”,如果不扫掉很快就会结成冰。人们出去不是很容易摔倒吗 车辆行驶也容易打滑,双脚变得麻木了,居委会的爷爷奶奶们来了,小朋友们也来了,出门扫雪。

到了外面,越来越高,一条条干净的道路出现了。很快,在大家的努力下,小区的主要道路上的积雪都被清除干净了,铲起地面上的冰块,装上小车,带着铲子和铁桶,冰面上出现了一道道的白印,可还是很难把冰打碎,想了想,我就不信对付不了这顽固的家伙!”说着,爸爸抡起手中的榔头,嘿呀嘿呀地对准冰面砸了起来,凹下的地方已经积水成冰了。铲子铲上去就打滑,怎么也铲不掉。爸爸皱了皱眉头:“爸爸妈妈,还用凿子凿!于是;有的推着小车,把冰雪运到路边……看着他们干得那么起劲,我忍不住地催促道,渐渐的。爸爸用铲子把雪铲到铁桶里,我和妈妈负责把装满雪的铁桶运到路边,把雪倒在绿化带上,只见他把铲子竖起来,垂直地向下,一下一下地凿着冰面,怎么办呢 这时。楼道的居民小组长一家来了!得

赶紧把雪扫掉啊，于是，我们全家也投入到了扫雪的队伍中。

实践活动扫雪心得体会篇三

在深冬的午后，看环卫工人快乐的清雪，好奇心如潮水般涌出，势不可挡。

他们个个手捏一把钢锹，或者扫帚，用力的向路面结着的冰层敲去。“咔嚓咔嚓”冰面上出现了几条裂纹，冰面上又闪过几个人影。“大家用力敲！”几个人用力的将铁铲砸向冰面。冰面上的阳光倒影分离的七零八落，冰块儿又大又多，环卫工人们尽力将他们分成小块，用扫帚合力扫成一堆。路面上重新露出了黑色的柏油路，环卫工人们露出了幸福而喜悦的笑容。

路旁的积雪自然比道路上的冰面容易清扫。

几个工人围在一起站在路边，人手一把推雪板，他们将雪用力推成堆。白色的雪在阳光下泛着金色的光线，他们弯腰，推雪，铲雪，他们站直，手扶着铁锹把手，阳光洒在他们充满力量的手掌上。

工人们的工作暂时告一段落了，等待着铲雪车把冰雪运走。

他们个个围拢过来，好像在商议什么，似乎在筹划堆个雪人。他们把雪人身体做的很胖，脑袋憨憨的，他们在雪人身体旁边又插了两个树枝，像手挥舞着。然后是黑色的眼睛，尖尖的鼻子，雪人好像活过来了似的。

在冰天雪地中跳着舞。

环卫工人们都笑了！笑的那样朴实那样憨厚，他们像个无忧无虑的孩子一般快乐的玩耍。仿佛又回到了小时候无忧无虑的童年。

整个画面都出奇的和谐。

一切是那么的自然——扫雪的工具、扫雪的方式，连那雪人，也带着自然的味儿——毫无雕琢，好不矫饰，存粹的，真实的。

在这一刻，我忽然产生了一种强烈的冲动，我也想奔过去与他们一起堆雪人一起玩耍，一起回味小时候在冬日的那个充满快乐的午后。

实践活动扫雪心得体会篇四

在大部分的寒冷地区，冬季的主要问题之一就是积雪。积雪不仅妨碍道路安全，还给人们的生活带来了许多不便。为了解决这个问题，扫雪成了一个无法避免的重要任务。经过多年的扫雪经验，我总结出一些心得体会。

第二段：合理规划

扫雪之前，必须制定一个合理的规划。首先，要确定扫雪的优先顺序，确保主要道路和人行道得到及时清理，以便行人和车辆可以安全通行。其次，要根据积雪的厚度和重要性来选择合适的工具和装备。对于大面积积雪，应该使用雪铲或扫雪机。而对于较小的积雪，可以选择手动清扫，使用扫把或铁铲等工具。

第三段：注意安全

扫雪是一项体力活动，容易令人受伤。因此，在进行扫雪的过程中，我们必须注意安全。首先，要注意保暖，穿上足够厚实的衣物，戴上帽子和手套，避免因长时间接触寒冷的雪而导致感冒或冻伤。其次，要使用正确的姿势和力度进行扫雪，避免过度用力或姿势不当导致腰背疼痛或扭伤。最后，扫雪时要小心脚下的路面情况，防止滑倒造成意外伤害。

第四段：高效方法

扫雪是一项冗长而繁重的任务，因此，寻找高效的方法至关重要。首先，要利用天气条件。在雪停下来之前开始清扫，以充分利用时间。其次，要使用合适的工具。雪铲和扫雪机等专业工具可以极大地提高效率，降低体力消耗。另外，扫雪时要有条不紊地进行，从一端开始逐步往另一端扫，确保全部积雪被清除。

第五段：合力互助

在大范围的积雪情况下，个人的力量是有限的。因此，合力互助非常重要。如果有邻居需要帮助，我们应该主动伸出援手。可以组成志愿者小组，共同清理道路和人行道。此外，也可以与当地政府或社区联系，请求相应的支持和资源。通过共同努力，我们可以更快地清理积雪，恢复正常的生活秩序。

结尾：

扫雪虽然是一项辛苦的任务，但通过制定合理的规划、注意安全、采取高效的方法以及合力互助，我们可以有效地进行扫雪工作，为社区提供一个安全、畅通的生活环境。在扫雪过程中，我们也能够锻炼身体，培养坚韧不拔的品质。所以，尽管扫雪可能会带来一些困难和不便，但它也是一次锻炼身心的机会，让我们更加坚强和成熟。总之，扫雪心得体会告诉我们，做好规划，注意安全，在合力互助中高效扫雪，我们能够应对冬季积雪的挑战。

实践活动扫雪心得体会篇五

扫雪是北方地区的一项冬季常事，也是一项较为繁琐的家务活。对于孕妇、老年人和婴幼儿家庭，更是一项困难重重的家务活。但作为一名健康的年轻人，自己扫雪是一项必需的

任务。这样不仅能锻炼身体，还可以让自己更加了解周围的环境，以下是我扫雪的心得体会。

第一段：制定计划，预防滑倒

扫雪虽然是一项家务活，但是在具体操作上需要一定的技巧。在我扫雪之前，我首先要制定一份细致的计划。比如，我会清理自己家门前及入口处的积雪，以及周围小区的公共区域。除此之外，我还会提醒自己一定要佩戴防滑鞋，避免刮风下雪时导致意外的滑倒事件的发生。

第二段：掌握正确的扫雪技巧

扫雪不仅要有计划，还要有正确的技巧。在我扫雪的过程中，我会充分利用铲子起到离地较近的雪，将融化的雪霜铲下来。在扫雪的过程中，我也会注意动作的协调性以及身体的保护。比如，在重雪来临的时候，我会选择多次少扫，以保护我的身体，防止受伤。

第三段：注意安全隐患，保护安全

在冰天雪地之中，扫雪是一项极其危险的工作。所以，在我扫雪的过程中，我也会注意安全隐患并依然保护我的人身安全。我会留意附近电线、枝叶、道路交通等危险因素，以及墙角、钉子、毕毛等突出物和坑洞，以便及时躲避。我还会时刻留心我身体的状况，避免过度的劳累导致身体疲惫，从而影响我扫雪的效率和质量。

第四段：分享扫雪的快乐

虽然扫雪是一项枯燥、繁琐的活动，但正如逆境锻造勇气，扫雪也给了我很多快乐的体验。扫雪的时候，受到邻居夸赞感觉非常亲切；扫雪的过程中，还会有来路人我为我让路，感觉安全自在。在品味这些小小的体验之时，我也会分享自己

的快乐。在扫雪的过程中，我注意和小区居民及路人的互动，向他们询问相关的状况或者介绍我的扫雪经验，增加我们的交流和互动。

第五段：总结扫雪的收获

有时候，人们在做某件事情的时候，总是一味地看重所占用的时间和精力，而忽略了扩展自己的社交圈和锻炼身体的过程。扫雪虽不算令人愉悦的活动，但了解它的收获却是值得期待的。通过扫雪，我在体验安全的基础上，全面提高了我的身体素质；还有，扫雪的过程中也增加了我与人交往的机会，促使我的心境与人际关系愉悦和谐。

总之，自己扫雪是一项锻炼身体、保护自我和分享幸福的工作。我希望通过我的经验和心得，让更多人在扫雪的过程中，提高个人素质、增进人际交往、分享生活的感悟。

实践活动扫雪心得体会篇六

近期，长沙迎来了连日雨雪天气，路面的积雪给人们的生产生活都带来极大的不便，极易引发交通事故等安全风险。为了给居民营造一个干净、安全、便利的出行环境，2月22日，长沙市天心区南托街道组织机关干部、党员、志愿者们、小区物业等多方力量，昼夜奋战对辖区主次干道、小区出入口等积雪较多的地段开展铲雪行动，预防道路结冰。

在南鑫社区南塘安置区、在牛角塘社区303小区、在融城社区水电八局南托基地、在沿江村……为了能让群众安全出行，大家主动应战，发挥不怕苦、不怕累、不畏严寒的精神，分工合作、配合默契，有的拿着铁锹、有的拿雪铲、还有的拿扫帚，热火朝天地吹响了铲雪破冰“进行曲”，过往行人也纷纷加入铲雪除冰志愿服务队中，大家在除雪的同时，还对树木进行加固、支撑、“抖雪”，并不断提醒路人及过往车辆“小心地滑，注意安全”。“今天上午我们村里组织大家办

理电动车驾照，我们还担心路上都是雪，出不了门，没想到一大早路上都被扫得干干净净，可以放心去了。”沿江村村民马焱驰欣慰地说，“党和政府真是太暖心了！”

夜晚寒风刺骨，来势汹汹的大雪丝毫没有要停的意思，辖区路面出现了不同程度的积雪。南托街道党工委、办事处连夜部署，马不停蹄组织街道、村社区工作人员、志愿者、巡防队员、物业等力量开展夜间除雪行动，发动200余人次，对兴马洲渡口、辖区重点区域路段、居民小区进行铲雪撒盐，避免道路结冰。南托街道负责人表示：“此次大雪来势凶猛，夜晚道路车辆行人减少，积雪很容易变成冰，必须通过人工除雪，才能最大程度上保障通行安全，我们发动了精干力量冒雪作业，从早上八点到现在一刻也不敢停歇，明天七点我们街道将全员继续上路，到辖区最容易积雪冰冻的融城路进行除障，我们将时刻保持战斗状态，直到雨雪冰冻天气结束。”

低温雨雪天气还在持续，接下来南托街道将严阵以待，加强值班值守，随时处置各类突发情况，助力居民生活秩序和交通安全的恢复，为居民平安出行保驾护航。

实践活动扫雪心得体会篇七

冬天来了，雪花落下。对于北方的人们来说，扫雪是生活中必不可少的一件事。扫雪不仅能够清理出通道，还能够增加自己的体力，让身体更加健康。今天，本人将分享我在扫雪过程中的心得体会。

第二段：技巧

扫雪依旧可以有技巧。如何让自己的扫雪变得更加高效呢？首先，我们需要选择一个良好的扫雪工具——一把耐用且适合自己的扫帚或铲子。接着，我们还可以预测下一场雪，提前购买盐或沙子撒在积雪地带，这样可以防止细小的积雪后

续结冰。最后，注意扫雪时保护好自己的脊椎和颈部，避免长时间扫雪造成身体的不适。

第三段：感悟

雪从不会因为我们的存在而停止飘落，扫雪也不仅仅是为了通道。在扫雪的过程中，现代人往往将其视为一种锻炼身体的方法。扫雪不仅能够增加肌肉的力量，还能够使大脑保持清醒。扫雪的过程就像是一种反思，让我们平复内心，思考生活的意义，感受天地之间的距离。

第四段：认真对待扫雪

冰雪覆盖，孩子们雀跃欢畅，这也是我们的职责之一。生活需要我们的付出，更需要我们对待生活的态度。认真对待扫雪不仅体现了一个人的责任心，更是对美好生活的一种向往。每一次扫雪都是对生活的一种小小的献礼。

第五段：结束语

扫雪不易，但愿我们在雪后的天空里能够看到橘黄的阳光，许下心底温馨的愿望。生活如雪，静静地飘落着，我们需要用宽容的心态和平和的心境去面对。在寒冷的冬天里，扫雪不仅将积雪扫走了，也将我们内心归于平静。

实践活动扫雪心得体会篇八

11月7日，横山区财政局开展道路扫雪除冰活动，心系群众、担当作为，用行动践行“我为群众办实事”。

区财政局积极响应区委、区政府号召，迅速组织干部职工在所负责清扫辖区开展扫雪除冰工作。寒冷的天气中，财政干部的内心却很火热，只见他们肩扛铁锹、手拿扫把，走出办公室，大家你铲我扫，相互配合，干的是热火朝天、有条不紊。

素，经过大家的共同努力，清扫出了一条干净的通道，方便了前来办事的群众以及过往车辆，保障了交通顺畅和出行安全，也在寒冷的冬天为市民奉献了一份温暖，传播了社会文明和谐正能量，获得了群众的一致好评。

此次清扫积雪活动激发了财政干部的劳动热情，提高了大家的活力和凝聚力，充分展示了财政干部团结、协作、积极向上的良好精神风貌。

实践活动扫雪心得体会篇九

哇噻！真美啊！

我趴在窗台上，看见雪花布满阜康的大街小巷，雪花，像烟一样轻，银一样白，玉一样润，亲吻着大地，天地间白皑皑的雪成了唯一的‘主宰’。

我转过身，抬头一望，啊！快迟到了。我赶紧一溜烟冲下楼去。在街上，沿街望去，到处都是雪，简直成了洁白的天地，素雅的世界。

到了学校，突然，一位同学闯入了我的眼帘说：“老师有令，今天下午要开展学雷锋活动，要去社区扫雪，你快点吧！”。我一个箭步冲进教室，赶紧拿了工具就往外跑。再环顾学校四处，学校那棵老态龙钟的树上，落满了雪。树枝被雪吹地不住地抖动。同学们都拿着铁锹、扫帚、笤帚、桶子来抗击“敌人”我们就像4个方面军来打击一个反动派。构成了一幅“扫雪图”。让我又想起了“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”的诗句。我拿起大扫把，正式加入了“前往战斗”的行列。

在我们的共同努力下，原本凝结成冰的雪纷纷变得不堪一击，难道是我们这种团结的力量，奋勇拼搏的力量凝成一股暖流，融化了冰雪吗？经过两个小时多的英勇奋战，最终完成了任

务，将敌人“一网打尽”。回到学校，“队友们”个个已经筋疲力尽了，但是，成功的喜悦已经写在每个人的脸上。

我望着这粉装玉砌的世界，深深地觉得：最美的不是下雪，而是我们班同学火热而真挚的48颗心。

实践活动扫雪心得体会篇十

冬天到了，大雪纷飞，地上铺满了厚厚的积雪，这时候，每个人都需要做出自己的份内事——扫雪。扫雪虽然是一件很平凡的事情，但经过我亲身体验后，我深刻感受到了其重要性。在此，我想分享一下我扫雪的心得体会。

第一段：认真准备，做好保护措施

在开始扫雪前，我们首先要装备好自己，并做好保护措施。一是穿上耐寒的衣服，以免在寒冷的天气中感冒；二是穿高领、长袖和手套等衣物，保护好身体的各个部分，尤其是手部。另外，我们还应该准备好扫雪工具，比如铁铲、短柄铁锹、长柄铲子等，为扫雪做好充足的准备工作。

第二段：理性分析，科学安排

在扫雪之前，我们需要对场地进行理性分析，并科学安排扫雪的时间和路线。首先，要充分考虑气候和地形等因素，以便尽可能地减轻多余的工作。然后，我们要根据我们的实际情况，选择合适的时间进行扫雪。最后，我们应该尽可能地规划好扫雪路线，以便减少重复扫雪的次数，提高扫雪效率。

第三段：力求细致，注重效率

在扫雪过程中，我们不仅要力求细致，更要注重效率。首先，我们应该尽量避免对地面造成破坏，以免给路面带来不必要的损害。其次，我们要注意施力的方向和力度，保证在扫雪

的过程中使劲度均匀。最后，我们还要注意扫雪顺序和方向，以便让扫雪效率最大化。

第四段：用心细节，打造品质扫雪

除前三点外，还有一些扫雪的心细节，可以让我们更好的发挥自己的扫雪能力，提高我们扫雪的品质。比如，在扫雪前，我们可以把积雪先拍平，在扫雪时也可以适时加入扔雪球、跑步等小游戏，使扫雪不再单调枯燥。

第五段：总结反思，不断积累

总之，在扫雪的过程中，我们不仅要注重事情的结果，更要注重事情的过程。只有在扫雪的过程中不断总结反思，才能不断积累自己的经验，提高自己的扫雪能力。我相信，在不断的实践和总结中，我们一定能够成为一位真正的“品质扫雪员”。

总之，扫雪虽然是一件平凡的事情，但它也是一项非常重要的工作。只有我们不断总结经验、提高自己的能力，才能更好的做到扫雪工作的质量和效率。