

2023年团队实践活动心得体会 社会实践 团队活动总结(模板5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

团队实践活动心得体会篇一

社会实践活动是中学教育的重要组成部分，是加强和改进中学生思想政治工作的重要环节，是引导青少年健康成长的重要途径。为了将中学生的理论知识与社会实践相结合，在过去的一学年中，我们结合学校的传统优势和农村实际，根据学生的兴趣和需要，坚持实践性、自主性、创造性和趣味性，我们开展了许多以学生为主体的社会实践活动，使学生开阔视野，增长知识，动脑动手，培养各种素质和技能。

每学期开学前，我校政教部根据切实有效的会议纪要，进行讨论研究，制定计划，安排活动材料，努力规范有序地开展社会实践活动。同时，加强宣传，广泛动员全体学生开拓进取，参与社会实践活动。

实践证明，没有稳定的基地建设，就没有社会实践活动的长期性和连续性。近年来，我校先后联系了山前村蔬菜基地、金威公司等单位，建立了德育基地，把街道和学校食堂作为学生劳动基地，使我们的社会实践活动深入持久，取得了良好的效果。

根据中学生的实际情况，我校充分利用重大节日和周年纪念日开展社会实践活动。例如，在重阳节和春节期间，他们去寡妇和孤儿的家中吊唁、打扫卫生和提水。科技节期间，他们走上街头，宣传科技果树的栽培管理技术。清明节期间，

他们组织会员向江边村黄文英烈士陵园捐赠花圈，并在“五一”期间上街进行卫生。这一系列活动的开展，使学生有机会充分参与社会实践活动，全面提高学生的综合素质。

在寒暑假期间，学校明确要求所有学生必须参加农村和社区的社会实践活动。通过个人的实践，他们可以体验实践的喜悦和艰辛，了解劳动创造的幸福之源，劳动是最光荣的。

总之，在过去的一年里，我们学校的社会实践活动不仅提高了学生的综合素质，而且促进了两礼貌的建设。然而，在新的形势下，对中学生的社会实践活动提出了新的更高的要求。我们要努力学习，努力探索，深入学习，发挥社会实践活动的重要作用。

团队实践活动心得体会篇二

大家晚上好！

我今天讲话的主题是：播撒现代文明，构建和谐社会。

中国是一个有着五千年历史的文明古国，中华民族素来是一个温文尔雅，落落大方，见义勇为，谦恭礼让的文明礼仪之邦。华夏儿女的举手投足、音容笑貌，无不体现一个人的气质与素养。荀子云：“不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。

有一种美，令人惊艳，令人回味，令人追求，这是一种吸引目光的美，他光彩夺目；有一种美，飘逸在浮云之上，深埋在石磊之下，这是一种可以吸引灵魂的美，他深藏不露！这就是闻名，文明是一个并不陌生的字眼，它是社会进步的标志，几千年来人们不断追求的也就是这两个字！

要构建我们的和谐校园，同学之间应建立起相互尊重、相互

激励、互相学习、共同进步的新型同学关系。关心帮助有困难的同学，让他们感受到和谐校园的温馨。保持良好的心态，宽容待人，用一颗真诚的心去换另一颗真诚的心。同学之间友好相处，从而打造和谐的人际关系。

文明是一种修养，是一种受人敬重并被大家广泛推崇的行为。文明是在路上看到长辈时有礼貌的问好；文明是不小心撞到别人时的一声对不起；文明是看到有老弱病残伸出一双帮助的手；文明是自觉的将垃圾放入垃圾箱的举动。

文明就是这样，只要有良好的习惯，从小事做起，从身边做起。讲文明语言，做文明学生，平时不讲粗话、脏话；遵守校规校纪，不旷课、不迟到早退、不打架斗殴、不随地吐痰、不随地吐口香糖、不乱扔垃圾；仪表整洁大方，在校期间不化浓妆、不配戴首饰、不穿奇装异服；尊敬师长，见了老师主动问好；团结同学，互帮互助；爱护花草树木、公共设施，不在桌椅上乱涂乱画；提倡文明上网，科学上网；不看不健康的书籍和录像；生活俭朴，不比吃穿，不浪费粮食。在家尊敬长辈，孝敬父母，体谅父母工作辛苦，生活节俭。

外国人到我们这儿来捡垃圾的事儿并非头一遭：在咱们的城市街头、园林景区以及长城上，都留下过外国人捡拾垃圾的身影。他们或是一人或是数人乃至数十人，为我们的环境保护充当“义工”。而我们国人乱扔垃圾，却成了自然，因此即便到外地旅游，也照样与陋习一路同行。前不久香港迪士尼乐园开幕，在迎客首日，内地游客在乐园的非吸烟区肆无忌惮吸烟，横躺座椅、胡乱吐痰、随意插队，种种陋习给迪士尼乐园留下了一曲不和谐的音符。再比如到国外旅游，中国游客大声喧哗，不排队，不遵守公共秩序，没有良好卫生习惯等在国内已见怪不怪的陋习，在外国背景的反差下更凸现得淋漓尽致。作为中国人，我们在对外宾捡垃圾的行为表达敬意的同时，也更应该为自己的行为感到惭愧。中国有让我们引以为骄傲的秀丽风光，更有“礼仪之邦”的美称。然而秀丽风光今天仍在，美好礼仪却被一些国人丢得差不多了。

文明就是这样，与我同在，与你同行，每时每刻都在我们身边，一举一动都体现着文明！同学！对我们来说，文明就是白天里的随手关灯；文明就是轻轻弯腰捡起地上的纸屑；文明就是上下楼梯时的靠右行走；文明就是餐厅买饭时的自觉排队……文明就这么简单！让我们携起手来，踏着轻盈的脚步向文明进发！去共同营造一个和谐文明的社会！让我们向全世界展示华夏儿女的风采。我的演讲完了，谢谢大家！

团队实践活动心得体会篇三

（宋健）

转眼从玉树回来已经有一段日子了，当那些兴奋、感动和难以忘怀归于沉寂，我也静下心来开始思考这次玉树之行的收获种种。翻开相册，看到一张张灿烂的笑脸，坚定的步履，温馨的合影……仿佛这一切就发生在昨天，记忆的闸门由此打开。的确，这次旅行是如此的让人难忘，一路的震撼、感动和恩情，跨越民族和地域的友谊，每个人都在奉献服务灾区的同时锻炼并实现了自我。我很庆幸能够组织并参加了此次活动，它必将成为我们远去的青春年华中一段难忘而美丽的记忆。

玉树，一个吉祥而美好的名字，一个离唐朝最近的地方。它是唐蕃古道上一处水草丰茂的驿站，这里有美丽的三江源和可可西里，天高云淡的牧场，有纯朴虔诚的藏民，还有文成公主和松赞干布在此留下的佳话。可是，当我还没来得及去认识这个美丽的地方，就在20xx年4月14日7时49分，来势汹汹的残砺灾魔却在黎明时刻凌虐着你血性的胸膛，顷刻间摧毁了你美丽的容貌，满目疮痍。喧嚣飞扬的尘土掩盖不了生命救助的凄惨呐喊，残垣断壁风雪交加无法泯灭人性的光辉。灾难发生后，全国各族群众的心都凝聚成了爱的力量，抗震救灾，捐款捐物，藏汉人民的深厚友谊在此刻得到见证和升华。我们无法逃避大自然的任性和疯狂，但是我们可以尽最

大的努力去弥补灾难的创伤。我坚信我们的爱一定会给玉树人民些许的温暖，坚信玉树一定会迎来一个美丽的明天！

于是在五月底，本着为灾区人民做点实事这个单纯的目的，我和党支部的蒋朝飞、李长丰开始筹备这次赴玉树志愿服务行动。前期准备的时间刚好和考试周重合，而要准备的内容却琐碎繁杂。为了更加有效的组织活动，我们首先通过各种渠道尽可能多地搜集灾区信息，开展外联工作；同时在全校范围内挑选了10名志愿者组建起这支团队。随后又紧锣密鼓地开始人员培训，与灾区建立直接联系并争取学校支持，拉赞助，对外宣传以及物资准备等工作。经过近一个月的努力，前期准备基本完成。现在看来我们的准备还是非常到位的，点点滴滴都帮助我们顺利地度过了在玉树的日子。当然遗憾也是有的，由于一些客观因素影响使我们的多校合作计划搁浅，不过所幸这并没有对我们的活动造成大的影响。

7月16号下午，大家整装待发前往车站。突如其来的大雨不仅给大包小包的我们增添了不少麻烦，也让原定的省电视台的采访泡汤。随着车轮与铁轨咔咔的撞击声，我们开始朝着玉树的方向前行。次日一早我们抵达西宁，与先期达到的刘忱老师会合。到塔顶阳光安顿好之后，我们就包车前往塔尔寺参观，晚上又马不停蹄地赶回来与路透社摄影记者老任交流了解当地情况。（本站）如果说塔尔寺带给我们的是惊喜和对藏传佛教的好奇，那么老任的照片则给所有人发自内心的震撼，让我们对灾难有了最直观的触动。值得一提的是在西宁我们所遇到的所有人，无论是塔顶的老板、出行的驴友还是商店的老板，在得知我们的来意后都向我们提供了多多少少的帮助，这是一个好的开始，也让我们有了最初的感动。

第二天早上我们集体去拜访了青海省团委志愿者部的领导，然后便分头采购物资，下午乘坐长途客车前往玉树。一路油菜花开风景甚美，不过17小时的车程也不是盖的。最不能忍的就是车上的卧铺长度明显不够，我们的女队员姑且只能蜷着腿，着实让高大的藏民情何以堪。深夜翻越海波5266米的

巴颜喀拉山，四面白茫茫一片，山风呼啸，不少队员在这里出现了高原反应。所幸我们的预防措施比较到位，并没有出现大问题。

一觉起来外景已经变为翠绿的草原和汹涌的通天河，路边开始零零散散的出现民政救灾帐篷。8点多我们终于到了玉树州州府结古镇，与早在车站等候多时的达瓦师父会合。坐上车师父的车前往住处，窗外的雨淅淅沥沥的下着，雾气给远处的神山笼罩上神秘的色彩。虽然重建工作已经开始2个多月了，但是灾难的痕迹依然随处可见，给人满目疮痍的感觉。师父提前在赛马场旁边的山上给我们搭了两顶救灾帐篷，山下不远就是玉树州最大的灾民安置点，可谓交通便利。一夜的行车让大家疲惫不堪，在帐篷里收拾好东西后大家便横七竖八地睡下了。我和赵骏为了安排好接下来的行程顾不上休息直接前往赛马场中心的志愿者爱心茶社，与林艷等几位已经在这里服务了两个多月的志愿者交流了解情况。根据他们的建议，下午我们分成两路行动，我带着几个人在达瓦师父的侄子洛松的陪同下徒步在结古考察，走近并记录所有触动我们的场景；另一路队员则直奔玉树州孤儿院，与孩子们进行了生动活泼的互动。晚上回去我们买好菜自己做，大家齐心协力终于在天黑时把饭做好了。虽然简单，但是这种在野外自己做饭的经历真的很难忘。星光下，我们点着蜡烛围坐在一起用餐畅谈，气氛温馨和谐。晚上气温骤降，结束了一天的忙碌，我们挤在帐篷里的大通铺上酣然入睡。在结古的第二天我们早上在赛马场分头走访了灾民家庭和一些援建单位以了解受灾和重建情况，下午达瓦师父开车带我们去文成公主庙和巴塘机场参观。文成公主庙的经幡满山遍野，蔚为壮观，虔诚的藏民在陡峭的山路上也不忘磕头朝拜。庙宇内殿的塑像皆为盛唐时所做，精美绝伦，塑像前供奉着你能想到的所有颜色的哈达，在藏区恐怕再也没有一位汉人能像文成公主这样受到所有藏民由衷的爱戴。站在庙宇的门前，我不禁遥想一千三百年前文成公主一行也是由长安出发，沿着这悠悠唐蕃古道千里跋涉经过这里前往西藏，一路播散和平与文明的种子，书写了一曲民族团结的不朽赞歌。希望沿着相同的

路线来到这里的我们也能在这里的藏族同胞带来些许温暖，帮助他们渡过难关。

目的地称文镇中心寄校，扎西才仁校长和索昂昂布老师早早地就在校门口等待着我们的到来。这是一所很有爱的学校，依山傍水，原生态的环境加上纯朴活泼的孩子，没有理由不让我们着迷。

在称文镇中心寄校支教的几天发生了太多太多让人难以忘怀的故事，支教的点点滴滴，友谊的地久天长，鉴于篇幅，在这里仅分享其中一件让我很感动的事情。周天下午寄宿生都回家了校园里空荡荡的，六年级的毕业生来到学校和老师一起准备把一顶36平米的大帐篷挪到河边去举行六年级的毕业庆祝活动。刚开始还是风和日丽，没一会天气骤变，狂风大作，用“黑云压城”来形容当时的天气再合适不过了，大风把孩子们刚拆卸好的帐篷组建吹得七零八落。当时我们正准备吃饭，见到此状所有男生顾不得回帐篷添衣服，穿着单衣就直接跑过去帮忙。天很快黑了下來，我们打着手电和老师同学们一起把组建搬到河边开始组装。这时风更大了，天空电闪雷鸣，冰冷的雨水也哗啦啦地泼了下来。但是面对艰险没有人退缩，大家团结合作，一起用力先将骨架组装好，然后顶着大风把帆布罩在钢架外。帐篷里学生们忙着给我们递东西，我们则忙着将帐篷固定好，一副热火朝天的景象。最后大功告成之时，所有人都欢呼雀跃，孩子们为了表示谢意将它们准备用于活动的红牛饮料送给我们，简单的礼物却朴实的让人动容。回到厨房后看到团队的三位女生一直都没有吃饭，而是静静地等了2个多小时等着我们回来。此刻再多的话语都已是多言，吃着已经冰冷的饭菜，大家的心里却无比温暖。饭后校领导亲自到我们的帐篷向我们表示谢意，并邀请我们参加六年业的毕业晚会。第二天的晚会上大家尽情歌舞，这草原上的盛宴美妙的让人感觉有些缥缈，幸福的火焰燃烧的不留一点残渣。只要真心付出就能换来真诚的回报，人与人之间相互关爱世界就会充满爱，我想这就是这件事给我们最大的启迪。

29号我们结束了在称多的支教返回西宁，在路上遇到了当地活佛。活佛在得知我们的来意后为每位队员送上了洁白的哈达，为本次玉树之行画上了圆满的句号。

快乐的时光总是稍纵即逝，凝固的记忆让人永远珍藏。这次意义深远的暑期实践活动对灾区起到了实实在在的帮助，极大地拓展了我们的知识和视野，锻炼和提高了我们的能力，使更多的人了解到玉树的真实情况，更重要的是通过此行将我们的爱播洒在灾区，让交大的旗帜在藏区飘扬。

此行让我感触最深的就是那一路的恩情，感谢所有为我们这次志愿服务活动提供过帮助的人。在出发前有学校老师、领导的叮咛指导，有朱坤显、高琰、闫晓辉等老师给予的巨大帮助和鼓励，还有真彩、利果社等企业给我们的物资支持；在玉树州结古达瓦师父一家人几乎全天陪着我们，无微不至的关怀让所有人感动；在称多索昂昂布老师将我们看作是最好的朋友来对待，无论在支教还是生活方面都给予了我们极大的帮助；还有洛松，他跟着我们从结古到称多，一起工作一起玩，成为我们所有人的好朋友。一路上还有人很多让我们感到温暖，藏族阿妈善意的微笑，孩子们嘹亮的歌声，建设者们充满力量的招手……正是因为有了所有人的帮助与支持才得以让我们的活动顺利而圆满的结束。面对灾难我们汇聚爱心，团结合作，每个人都为使灾区人民更好更快地过上幸福安康的日子而努力着。灾难也见证了友谊和真情，事实证明了我们只要带着一颗真诚的心去做事，就会得到他人的理解与帮助。藏汉人民一家亲，愿这份友谊天长地久。

成功的活动离不开优秀的团队，正是在每位团队成员的努力下我们才得以圆满完成玉树之行。这一路的山高水远并没有阻挡我们前进的步伐，从活动准备阶段一直到现在，各种困难都被大家一一克服，而在这个过程中我们之间也建立了深厚的友谊。真的非常喜欢这个朝气蓬勃，迸发着创造力和行动力的团队。忘不了在六月炎热而忙碌的考试周里大家的努力与分担；忘不了在结古大家顶着或轻或重的高原反应坚持

走访灾民、支教；也忘不了在称多与孩子们一起那些快乐的日子，路上的歌声，帐篷里的欢聚……我们将把这份历经考验的友情珍藏，日久弥新。

筹办并参加这次活动对我个人而言也是一个很好的锻炼，让我从中学到了很多。作为领队，活动中遇到的大多数事情最后都要我来定夺，以前没有筹办过类似活动的我只能一步一步摸索着向前走。不得不说这次活动尤其是在准备阶段困难和阻力重重，外联、物资、人员培训等等我们都竭尽全力做到最好，但是不断的反复和变化也着实考验了人的意志。这个过程也给我们提供了一个非常好的机会去观察社会人情冷暖，了解最真实的世界，为今后更好的步入社会打下一个基础。值得庆幸的是在大家的共同努力和众多爱心人士的帮助下我们的准备活动总体进行的很顺利，而在玉树实际遇到的困难也远小于我们的预想。这从一方面证明了我们准备的充分，同时也让我们懂得任何事情只要用心去做就会有好的结果。在玉树的生活条件虽然艰苦，但是大家却在那儿度过了一段快乐难忘的日子，因为心愿的了却，也因为彼此的支持。我们的收获远比锻炼自我要多得多。

团队实践活动心得体会篇四

秉承2005年暑期社会实践活动的成功开展以及取得的可喜成绩，借助2006年世界女子地掷球比赛在我院隆重举行的时机，浙江工贸学院信息工程系赴温州社区地掷球文化传播及培训实践队本着“宣传地掷球世锦赛，关爱中老年人健康”的宗旨开展此次实践活动，今年的暑期社会实践活动将以地掷球世锦赛和中老年人健康为重点，同时，在实践进行的过程中，结合了自身所学专业，为本次实践增添了意义。

我实践队是一支赴温州各社区地掷球文化传播及中老年地掷球培训实践队，成立于2006年6月下旬，从成立之初我们的团队始终坚持以团结作为成功开展工作的法宝。我实践队共有

带队老师1名、实践队员15名（设队长1名），整个实践活动共开展7天，活动主要在温州各社区及浙江工贸职业技术学院地掷球场内开展。

此次活动，主题的提出合乎社会和学院的需求是我们的第一个优势；实践队员各个成为了地掷球教练是我们团队另一个亮点；教授起中老年人来更觉得要增加社会责任意识。

主题：弘扬地掷文化 共建和谐社会

意义：

1、世界女子金属地掷球锦标赛在这个夏天将要来临温州、来到浙江工贸职业技术学院，因此，如何作好赛事之前的准备工作是能否成功举办这次世界性比赛的关键所在，当然，宣传是准备工作中的重中之重。

2、在经济日益发展的21世纪，健康成为人们最为关注的焦点，此次活动，我们把对象定位在中老年人身上，通过此次活动，使中老年朋友们能够对地掷球运动有个深入的了解，同时也帮助他们增强体质，并通过他们将地掷球运动向全社会普及。

3、此次活动突出了社区之间的交往，在最后的“社区对抗赛”本着“友谊第一，比赛第二”的宗旨以比赛形式建立友谊。可以说此次活动为构建和谐社会起了很大的重用。

4、做为即将走向社会的当代大学生来说，在平时的学习和生活中很少有机会接触社会，此次实践，我们充分的深入社会，无论在与外界的沟通或是自身的能力都得到很大的锻炼。

目的：本着深入社会、锻炼自身为目的，为今年在地掷球世锦赛在温举行尽工贸学子的微薄力量做好宣传工作，同时为构建和谐社区作出一点点贡献。

形式：深入社区宣传地掷球知识，在各社区组建一支中老年地掷球队开展中老年地掷球夏令营，并在培训末期举行一场社区之间的中老年地掷球友谊赛。

时间：2006年7月7日----2006年7月13日

地点：温州各社区、浙江工贸学院地掷球场

社区联系小组主要负责联系温州附近各社区居委会恰谈关于实践目的、宗旨服实践内容并配合教练组组建各社区的中老年地掷球队；平面小组负责设计喷绘海报、宣传单、横幅等；教练小组进行教练自身地掷球训练、与社区联系小组共同组建各社区中老年地掷球队并寻找相关地掷球运动规则等知识的寻找等；后勤小组负责一些必需品的购买，如防暑降温药品、感冒药等；通讯小组：主要负责资料收集和整理及一些会议纪录等，应当来说，前期的准备工作分工细腻，充分落到实处。

（一）地掷球文化宣传

在实践开始的提前三天，我们将附近各社区的健身场所里挂了一张喷绘的大幅海报。在社区宣传期间，我们的队员有的忙着挂海报，有的忙着挂横幅，社区的各个角落都看到穿着印有浙江工贸学院字样的衣服的我们。那边的地掷球咨询处前来咨询的人络绎不绝，虽然总是有人将“掷”发错音，但是在我们的耐心解释下便豁然开朗，有更多的居民关心着10月18日在温举行的地掷球世锦赛，对世锦赛目前的筹备进展相当关注，整个现场更是呈现出一片热闹的局面。整个宣传阶段，我们向社区居民发放宣传单500份，其中春园社区、芳园社区、明园社区、沁园社区、绿园社区、青园社区是我们宣传的主要地点。居委会的领导对我们活动的大力支持是我们顺利开展的前提。由于我们宣传工作非常的到位，所以报名参加地掷球夏令营培训的学员也纷至沓来。

（二）中老年地掷球培训

宣传阶段结束的那一天，我们从各居委会办公室里拿到了各社区的报名名单，据不完全统计，报名参加此次地掷球培训活动的中老年人为53人次。本次实践队在招收人员方面相比其他实践队而言有些特殊，因为考虑到地掷球的培训工作，因此需要我们的教练组有足够地掷球方面的知识，于是，我向系地掷球队的队员发出邀请，并由他们担任本次夏令营培训的教练员。信息工程系地掷球队在全院总体实力算是最强的一支队伍，在去年下半年刚过去的院地掷球比赛中，我系荣获女团冠军，男团亚军，及数个单打、双打冠军，成绩斐然。因此，由他们担任教练无形中增强了我们团队的实力。从拿到名单开始，我们采取分工制度，将各教练员分配到各社区中，每社区两名教练员，此两名教练员主要负责该完成社区的一些培训内容。培训工作就是我们重点工作了，前期宣传是为了更好的培训，最后的总结也是为了突显好的培训效果。我们安排了5支小组负责各个社区的指导工作，一来要关心中老年人在培训中的一些身体问题，还有一些情绪方面的问题，我们明白这次培训的目的不是要把每个学员培养成世界级选手，而是就简单的让大家高兴来高兴回去，带来的更多的是欢乐，带回去的更多的是健康和愉快的心情。

我的队员每天早上都要负责到各个社区接送学员们，以保证学员们在这段时间内健康平安。每天的培训课结束，各小组便抽访几户家庭，仔细了解自己的学员们的家庭情况，以便达到相互间更好的沟通。

原定于7月14日开始的中老年地掷球友谊赛因为台风的即将登入不得不提前到7月13日进行。

比赛共设团体和单打两项展开，学员们在场奋力拼搏、教练坐下面现场指导、场下的拉拉队则为他们呐喊助威。在将近三个小时的比赛中可谓实力相当、竞争激烈，决赛中，春园社区的后程发力最终夺得团体冠军，林荣叔叔则以五战全胜

的骄人战绩荣获单打第一名。

在颁奖仪式，我们将世锦赛组委会提供的吉祥物和地掷球纪念品分到了每个学员的手中，做永久的纪念。培训的时候我们本着低要求，多解说的教学方式授教，特殊学员们的理解能力需要我们的耐心和关怀，我们不能太可以在找细节上很小的规矩来规范比赛和培训。比赛时，我们更多是鼓励和呐喊。

1、队员团结努力 感触至深

大学生要重视在学校里对知识的学习，要培养坚实的理论功底和丰富的专业技能知识。我们都知道大学中的学习不仅仅只是书本上的知识，还包括对个人能力的培养。

2、大学生要有精诚全作积极进取的团队精神。面对工作，本着把工作做好的态度，求同存异，劲往一处使，只有这样才能把工作做好。

3、通过此次暑期社会实践，我们不仅明白了很多道理，更重要的是我们用实践检验了自身的价值，同时也展现了工贸学子的风采。

（三）领导支持 媒体关注 成绩喜人

本次实践活动我们得到了世锦赛组委会、学院领导、温州日报及温州各社区居委会的大力支持，同时，世锦赛组委会为本次中老年地掷球友谊赛即“社区对抗赛”提供了丰富的奖品，温州日报的记者也专程为我们这次活动作了相关的报道。

（四）实践活动 留有不足

第一次充当教练角色的我们，对这种特殊学员（长辈）的心理特点没有足够的认识和了解，所以只能慢慢摸索，不断改

善；由于活动的不确定因素及资金的有限，本次实践只能在一个星期之后结束。上述缺点与不足将成为我们继续努力的动力和参照，我们将努力做的更好，做的更完善。

团队实践活动心得体会篇五

大家好！

我今天给大家讲述我在暑假做的一道菜，菜名叫清炒豇豆。

我先把豇豆洗干净，然后把豇豆切成5厘米小段，接着把豇豆焯了一下水，捞出备用。再接着把姜葱蒜放在油中爆香，放入豇豆炒一下，最后放生抽、盐、味精翻炒几下，这道菜就可以出锅了！

长大了给妈妈更多的爱和回报！