

2023年法制宣传日活动安排 开展法制宣传日活动总结报告(通用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

四部曲读书心得篇一

军训第一天就给了我们当头一棒，在那骄阳似火的天气里站在操场上纹丝不动，真的很难受。但我知道，这就是纪律，这就是军队！只有这样的军队在有能力保卫我们的国家。

真正的考验是接下来的两天：齐步、正步、跑步，站姿、蹲姿、坐姿以及步法之间的变换，这些都是死要求，不能有丝毫含糊的。印象最深的是站军姿，“抬头，挺胸，手贴好”已经深深地嵌入我的脑子里。以至于，以至于我在梦里都在念这句话。

我时常想，我军训是为了什么，我冒着满头大汗、头顶烈日立于太阳底下收获了什么。直至今今天，教官的一句话让我明白我为什么要军训“你们军训，是要你们学会组织跟纪律性，要有钢一样的意志！”，是的，组织与纪律。是存在于社会的人要生存永远不能缺少的。回想起刚军训大家一起走路时稀稀拉拉与今天会操时我们迈出整齐一致的步伐相比，真是天壤之别啊！

随着时间的深入，我们同教官的感情日益深厚起来，我们的教官是一名二年级的军人，来自八中队。是个很健实的小伙子，与我们是同龄人，作风正直，我们都很尊敬他。军训休息的时候，他会带我们拉隔壁排的歌，或是给我们讲讲他在军队中的一些故事。这是我们最放松、最开心的时间。教官，最为我们的同龄人，一个比我们经历的多得多的同龄人，对

我们的指导是非常有价值的。

军训中有很多乐事，只说其中两个吧，一次是第二天晚上的训练期间的休息时间，我们都坐在操场上，教官在队列前面教我们唱军歌，他首先自己唱了一遍，不料在他唱歌的过程中，有一个当天生病的同学打报告说：“报告，我想吐”。顿时，大家先是楞了一下，接着笑翻了。还有一次也是在一个晚上休息时间，教官问我们要玩什么，有一名同学提出数天上的星星。好吧，数就数，想想看，几十个男生挨在一起数天上的星星，那是一个多“浪漫”的场面啊！

智者积蓄纯朴与宽忍，信仰着桀骜不驯，所以选择坚强”军训使我以坚强的信念，努力成为生活的强者。

四部曲读书心得篇二

实习不过三个月，比起大学四年的时间而言，实在太过短暂。但你就是这短暂的一段时间，却在我大学的生涯中，让我见识到了社会精彩而复杂的一面。这段体会，让我知道自己的不足，看到了通往未来的道路！我很庆幸能认真参加这次的实习，这使我亲身体会到了社会，并为自己的未来做出了更多的努力。

作为实习生，初次接触社会的实际工作岗位让我不仅既担心又兴奋。在保持着自己严谨态度的同时，我积极的体会了实习岗位的环境和人际关系。并认识到了自己作为一名实习工作者，因该学会怎样的态度和思想。

在实习中，我首先学会的就是“严谨”，大学的风气较为自由，在不知不觉中我们的性格都变得散漫了起来。但在实习企业的环境中，我却重新认识了严谨且有序的纪律。并且也开始学习这种态度，认真对待工作，并融入到团体之中。

其次，我在工作中学会了“责任”，责任使我的思想发生了

极大的变化。让我的工作态度从“需要做好这件任务”变成了“我要做好这件任务”！这不仅仅是态度的变化，更是对自我立场的认识！学会了责任，我才真正的加入到了xx公司这个大集体！

此外，在社会这个复杂的环境下，我的思想还发生了很多变化，变得成熟、冷静，且能面对困难积极乐观的寻找方法。这些改进，不仅让我对实习有了更多的收获，更看清了自己未来的方向该如何前进。

在工作中，我主要是认识到了自己的不足，并从学习和实际工作中改进自己，学习了很多相关的专业知识。锻炼了自己的能力。

这段体会让我意识到到自己的“弱小”，意识仅靠大学里学习的专业基础是无法应对社会的要求的，当然这也进一步激起了我的学习性，让我在这段时间里成长进步了不少。

进行了社会，我也感受到了社会生活中的种种压力。社会不比校园，这里没有轻松简便的居住设施，一切问题，都要靠我们自己努力。而在这个环节中，我也从社会的经历中学会了沟通与交流，这帮助我解决了很多问题。

如今，我通过实习让自己的能力和思想都发生了很多变化。但我相信，这不过只是开始，我还要继续努力，才能继续在社会中有所前进，创造出积极美好的未来生活！

四部曲读书心得篇三

从慎重地向党组织递交入党申请书的那刻起，我就开始思索怎样才能成为党员，又怎样才能做一名合格的共产党员。

要成为一名合格的共产党员必须先端正自己的入党动机，树立共产主义信仰，首先做到从思想上入党。什么样的思想就表

现为怎样的行动，要做一名合格的共产党员，首先在理想上要真正树立共产主义信仰，信服共产主义理想的真理性和科学性，因为它是科学的社会主义学说，是开放的不断发展的思想。在面临死与生、公与私、利与义的考验时，在错误思潮和大的政治风浪的冲击下，始终坚定共产主义信仰。正确认识和对待共产主义运动中的曲折性和复杂性，看到困难是暂时的，要有坚定共产主义必胜的信念，在今天就是要在全面建设小康社会，开创中国特色社会主义新局面中，努力把实现共产主义理想与脚踏实地干好自己的本职工作结合起来。

要做一名合格的共产党员，必须牢固树立起的全心全意为人民服务的思想，这是由党的性质决定的，是党的奋斗目标和任务对党员提出的基本要求，中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和中华民族的先锋队，它代表中国最广大人民的根本利益，是党的纲领、路线、方针、政策集中体现了的，也体现在党的工作作风和工作方法上。密切联系群众是党的优良作风之一，是无产阶级政党区别于其它阶级政党的主要标志，是无产阶级政党的本质体现，全心全意为人民服务也是历史唯物主义的基本要求，是我们每个共产党员必须遵循的准则。党正是始终坚持党的群众路线，才取得了革命的胜利，一步步地取得了经济建设的突飞猛进。要做一名合格的党员，不仅要有全心全意为人民服务的思想，更要在实际行动中切实地去做，为人民服务不是空虚的口号，而是实实在在的行动。它也并不需要你的行动惊天动地，而只要善于做一切你力所能及的事，从我做起，从身边的小事做起。

要做一名合格的共产党员，毫无疑问，必须拥护党的纲领，承认党的章程，履行党员义务，执行党的决定，遵守党的纪律，保守党的秘密，对党忠诚，积极工作，为共产主义奋斗终身，随时准备为党和人民牺牲一切，永不叛党，这是入党誓词，更是我们党员行事的基本准则。中国共产党是中国特色社会主义事业的领导核心，作为一名党员就要积极加入社会主义现代化建设之中，贯彻执行党的基本路线，拥护党

的政策，自觉遵守和坚决维护党的纪律。不断加强自己世界观的改造，树立正确的世界观、人生观和价值观，自觉地使个人利益服从党和人民的利益，做一名一心为国，一心为民的好党员。团结广大群众，建设我们的伟大祖国。

坚定的信仰，崇高的理想，先进的思想，具体到现实，作为大学生的我们，就是要树立正确的学习目的，把远大思想融入现实的实践之中，坚持全面发展，做好本职工作，以学为主。我们要代表先进生产力的发展要求，代表先进文化的前进方向，必须努力学习科学文化知识，用知识武装自己，充实自己，不断完善自己的世界观、人生观、价值观，才能与时俱进，才能在知识经济时代更好贡献自己的力量。共产党员必须起到先锋模范作用，应在各方面严格要求自己，在学习上带好头，多帮助其它的同学，在生活上多关心其它同学，积极支持参加学校组织的活动，维护学校的荣誉，敢于同不良风气作斗争。真正表现出一个共产党员的风范，正直无畏，积极上进，做一名优秀的学生，做一名合格的党员，脚踏实地做好自己的本职工作。

党员也是普遍群众中的一员，我们要有一颗平常心，始终维持同人民群众的联系，我们多了几分责任与义务，就是关心我们身边的每一位人，困难的事，自己先上，时时想着一个共产党员的职责，尽一个共产党员的义务，做一名合格的党员。今天，虽然我还不是党员，但始终我会以党员的身分要求自己，因为那是我一直的信念，我热爱伟大的祖国，热爱伟大的党。

四部曲读书心得篇四

自从从象牙塔进入五彩缤纷的社会之后，我才发现社会真的很大，不一样的地方、不一样的人、不一样的事情、不一样的思想，世间万象进入了我的世界。我看到的“世间万象”大多是富有的家庭、别墅、豪车、美女、奢侈品，好像每个人都在追求这些，而我自己什么都没有，我总是不停地努力，

甚至忘记了吃饭，忘记了睡觉，最后自己还是一无所有，于是我不停地工作再工作，结果努力的成果与欲望的比例趋近无穷小。我开始困惑，开始纠结，开始愤懑，开始讨厌这个世界、讨厌父母、讨厌朋友、最后讨厌自己，甚至觉得自己是一个虚无的存在。

最近有机会从繁忙的工作中抽身读了一些儒学，原本我对儒学之类的书并不感兴趣，觉得深奥难懂，并且是天方夜谭，现在发现，儒学是伴随我们一生成长的明灯。其中最让我感受之深的是《礼记·大学》，很多人说《大学》带有理想主义色彩，但是我看了之后，觉得它向我展示的是人生进修的阶梯，我从中受益匪浅。

《大学》中说“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。”这是《大学》的三纲八目，是《大学》的核心。

“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”是《大学》的三纲，意思是说“大学的宗旨在于弘扬光明正大的品德，在于使人弃旧图新，在于使人达到最完善的境界。”古有八岁入小学，学习“洒扫应对进退、礼乐射御书数”，十五岁入大学学习“穷理正心，修己治人”，这句话让我明白，小时候学习的知识和技艺比较简单和纯粹，算到当今时代，也顶多算到大学毕业，学习的终究是能够存活于世的最基本的本领。进入社会后，要学习的则是大学之道，穷理正心，修己治人，说到这里，我才明白，工作之后，我的努力早已偏离了方向，而是在舍本求末，哪怕就是得到了别墅、豪车、奢侈品，对自己来说也不过是活在腐朽上的寄生虫；在别人看来，也只不过称你一声“奢侈的有钱人”而已，对他们毫无意义。

“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其

家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。”意思是说古代那些要想在天下弘扬光明正大品德的人，先要治理好自己的国家；要想治理好自己的国家，先要管理好自己的家庭和家族；要想管理好自己的家庭和家族，先要修养自身的品性；要想修养自身的品性，先要端正自己的心思；要想端正自己的心思，先要使自己的意念真诚；要想使自己的意念真诚，先要使自己获得知识；获得知识的途径在于认识、研究万事万物。这是《大学》的八目，总结起来就是“格物、致知、诚意、正心；修身、齐家、治国、平天下”。对照这八条人生进修的阶梯，我发现，毕业后，我不仅没有继续要求自己进步，反而退到了最原始的状态，就连小时候那最简单，最纯粹，最容易做到的事情，都做不到了。困惑、纠结、愤懑则是必然要出现的心理状态。

《礼记·大学》，为我打开了一扇重新了解自己，审视自己的心门，我经过自我反省，认为自己选错了追求的方向，人生的目标应该是让自己内心充实，让父母开心，让身边的同事朋友开心，让全天下的百姓开心，而不是过分关注于自己眼前的一亩三分地，反思后，我决定做一个全新的自己，以“格物、致知、诚意、正心；修身、齐家、治国、平天下”作为自己的人生进修旅程，穷则独善其身，达则兼济天下！

四部曲读书心得篇五

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官

在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥

饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

四部曲读书心得篇六

大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受

阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真切切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的‘坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

四部曲读书心得篇七

从一月三十号到现在，在南岸区城乡建委实习已经三个星期了，回顾这三个星期，我学到了很多，对社会对人生的认识也理智了很多。

先来总结我学到的知识吧。

都说如今的大学生动手能力差，实践能力不足，特别是提到大学生找工作的时候这种呼声更高。如今我们在校园里面学习，单纯被动地接收着书本上的理论知识。而一旦实际操作中的各种常见问题却常常摸不着头脑。实习就给了我们这样一个可以接触到实际，在实践中总结学习的机会。记得在学校里面我不太会整理归档文件，这次在建委质监站，在同学的帮助下我和高攀胡莘等人把建委09到xx年度的所有及12年的部分建筑工程质量监督文件全部归档整理了一遍。工作虽然简单，可是我却通过这个对文件管理有了深刻的认识和见解。随后在帮副站长整理建立文件的时候，不经她的指引我就叫上了一份满意的答卷。所以，只在书本上学习远远不能满足实际的需要，我们更需要自己创造机会去参与各种社会实践，在实践中认知总结收获。带薪实习正给了我们这样一个机会。

办公室不断地审查图纸学习各种新规范规程，此外还要学习工程监理监督领域的各种新知识。可是，和他们比起来，如今的大学生在在学习上花的时间太少了，“60分万岁，多一分浪费”的思想在同学中大有扩散之势。大学里面把学习放在第一位的学生已经越来越少了。为了若干年以后不至于“书到用时方恨少”，我们必须从现在做起，好好学习科学文化知识，同时拓展自己的视野，学好各种为人处事的技能。

如今，如何与人交往成立一门越来越重要越来越深奥的科学，但是，万变不离其宗，尊重始终是这门科学中基础而又亘古不变的话题。在建委质监站，各位老师们都好地相处着，每

天中午还会轮流请客，彼此互尊互敬，融洽至极。现在，很多90后被贴上了自私虚伪的标签。我想，如果人们都能学会换位思考、礼让三先，那么，我们就可以好好地享受交往这门艺术了，同时，自闭症抑郁症等很多疾病或许都会远离我们了。我们作为即将走上社会承担社会重任的一代，学会与人相处显得更加重要，只希望我们都能在这一方面多做出一点努力，那么，和谐社会的目标也就更容易实现了。

四部曲读书心得篇八

刚进校时就听过我们系同学暑期社会实践的事情，当时特别羡慕他们，觉得能和大家在一起做一些有意义的事情，真的很好。青春就该这样，慷慨激昂，热情洋溢。于是在心里，我一直暗暗下定决心：如果有机会，我一定要参加这个活动。在宣传画板上，我看到了暑期参加社会实践的消息。很开心，也很激动地报了名。接着就是参加我们系的面试，当时看到很多学生会的同学，心里想：可能没有机会去了。但是我还是决定试一试。抱着一线希望，我参加了面试，面试完后，心里更加没有底啦，觉得自己应该没有机会去参加这个活动了。接着，记得当天下午，我很激动。能有机会参加这项活动我感到很幸运。随后，“三下乡”的第一次会议召开了，我走进学办，发现这次参加和我一起参加三下乡的同学，我都不认识。

心里当时有些慌，想着：他们大都是学生会的同学，在一起相处了这么久了，当然很熟悉了，就算是有不是学生会的同学，跟学生会的同学也都很熟悉，而我呢？一个都不认识，那这次三下乡我能顺利的完成任务吗？能很快融入这个集体中去吗？记得当时的心情真的很复杂，既有一种被选中的开心和满足感，有一种对即将三下乡的生活的憧憬，又有一种心慌和害怕的感觉。后来又开了几次会，看着大家都有说有笑的，而我又感觉自己融入不进去，心里很着急，想：这次来三下乡的选择是值得的吗？要是一直都融入不进去，那不就悲催啦。我有些迟疑，想着要是当时没有参加这个，我早就在家里，

过着舒舒服服的日子啦，现在还要去农村住上一段时间，而且人都不认识，哎……后来转念一想，这样才好呢，这样我就又可以多可以认识认识几个朋友了，而且这次是我当时期盼很久的，也是我认真争取来的机会，我怎么能被这些不算困难的困难给阻挡了呢？我要好好珍惜这次来之不易的机会，为这个团队做一些我力所能及的事情。

我以为自己眼花了，仔细一看，妈呀！是一只白色的小肉虫，然后所有同学都放下筷子不敢再吃了。晚餐也很有意思，我们到一家面馆来吃面，那天蚊子特别的多，到我时，我发现一个很有意思的现象：阿姨把面条给我端来了，我一边吃面条，蚊子就一边掉到我碗里，然后我再把它挑出来，接着又有想找死的蚊子往我的碗里飞。

就这样，我边吃，边掉，边挑……最后总结，有七只不怕死的小黑往我的面汤里冲，弄得我是哭笑不得呀！但是虽然是这样，其实心里都是[*]课件下载很开心的。高兴的数着掉到碗里的虫子的数量，然后和大家一起分享，一件本来很不愉快的事情就这样变成了一件很搞笑，很有意思的事情。

当时我感觉很是感动，因为他很尊重我们这次活动，也很热心地帮助我们。后来下起来了瓢泼大雨，我们来到一户农家躲雨，放眼望去雨一时之间还不会停，我们就想着干脆再做几份问卷。有一户人家给我的印象特别深刻，这是一户老人家，他们的子女在外地工作，他们俩独自生活在这里，和儿女们都没有什么联系，我看着他们的房子，心里很是难受，阴暗潮湿的房子，还若有若无的漏着雨，随便在里面待上一会，就被蚊子叮了好几口。年近七旬的老人现在还是靠着自己的体力劳动在养活自己。看着消瘦的老人，我心里很不是滋味。我们开始了调研，在讲到他们家是否有补贴时，老人说：“有。”朴实的他，还走进房间，找了大半天，把发补贴的存折给我们看。还一一向我们解释。最后，我们说要和我们一起留影，老人很开心，急急忙忙地穿上上衣，整理好头发。我们把照下来的照片给他们看，他们脸上显露出孩子

般天真的微笑，大爷连忙叫着老伴：“你看，你在这里，我在这里，快看，快看……”当时，我心里感到酸酸的，一张照片竟然能让他们如此高兴。

终于我们要走了，大爷大妈一直目送着我们出来，回头看着他们模糊的正在招手的身影，泪水模糊了我的双眼，为了他们的艰苦的生活，更是为了他们那朴实的情怀。突然感到自己的身上的担子很重，我们一定要好好学习，为了能让在中国像这样的贫困地方的人们摆脱贫困而努力奋斗。

接下来的日子，我们主要是准备文艺汇演的各项活动。在大家共同努力下，我们的汇演取得了圆满的成功。为期一个多月星期的三下乡活动终于结束了，带着满满的成就感以及对xx这个原本陌生地方的丝丝眷恋，我踏上了回家的长途客车。望着窗外飞速向后退去的建筑，突然心头涌上一股酸涩，不禁问自己为什么要走得那么匆忙？回到家才真的感觉好想在那里再多呆一会，毕竟有那么多同伴可以聚在一起。诶，我想我注定是一个群居动物。

第一，沟通交流。开展活动，与社区的居民交流了很多之后，才发现沟通的语态方式对人第一印象影响的重要。我们在发放问卷的时候，一次一次的被拒绝让我们都历练了不少。

第二，团队精神。毋庸置疑，团队意识在活动中扮演着非常重要的角色。来自不同个体的人，在一起工作，一起生活，良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团队，一个集体，不论是做什么工作，一切都应该为大家着想，为集体着想。

第三，周全的策划。活动中我们往往会发现准备中遗漏了一些细节，对活动的开展造成诸多不便。或者是人员分工的不明确，直接导致很多人做同一件事情，而有的有不知道该做什么，大大降低了工作效率。

四部曲读书心得篇九

实习不过三个月，比起大学四年的时间而言，实在太过短暂。但你就是这短暂的一段时间，却在我大学的生涯中，让我见识到了社会精彩而复杂的一面。这段体会，让我知道自己的不足，看到了通往未来的道路！我很庆幸能认真参加这次的实习，这使我亲身体会到了社会，并为自己的未来做出了更多的努力。

作为实习生，初次接触社会的实际工作岗位让我不仅既担心又兴奋。在保持着自己严谨态度的同时，我积极的体会了实习岗位的环境和人际关系。并认识到了自己作为一名实习工作者，因该学会怎样的态度和思想。

在实习中，我首先学会的就是“严谨”，大学的风气较为自由，在不知不觉中我们的性格都变得散漫了起来。但在实习企业的环境中，我却重新认识了严谨且有序的纪律。并且也开始学习这种态度，认真对待工作，并融入到团体之中。

其次，我在工作中学会了“责任”，责任使我的思想发生了极大的变化。让我的工作态度从“需要做好这件任务”变成了“我要做好这件任务”！这不仅仅是态度的变化，更是对自我立场的认识！学会了责任，我才真正的加入到了xx公司这个大集体！

此外，在社会这个复杂的环境下，我的思想还发生了很多变化，变得成熟、冷静，且能面对困难积极乐观的寻找方法。这些改进，不仅让我对实习有了更多的收获，更看清了自己未来的方向该如何前进。

在工作中，我主要是认识到了自己的不足，并从学习和实际工作中改进自己，学习了很多相关的专业知识。锻炼了自己的能力。

这段体会让我意识到到自己的“弱小”，意识仅靠大学里学习的专业基础是无法应对社会的要求的，当然这也进一步激起了我的学习性，让我在这段时间里成长进步了不少。

进行了社会，我也感受到了社会生活中的种种压力。社会不比校园，这里没有轻松简便的居住设施，一切问题，都要靠我们自己努力。而在这个环节中，我也从社会的经历中学会了沟通与交流，这帮助我解决了很多问题。

如今，我通过实习让自己的能力和思想都发生了很多变化。但我相信，这不过只是开始，我还要继续努力，才能继续在社会中有所前进，创造出积极美好的未来生活！