

# 干活心得体会 上山干活心得体会(模板5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

## 干活心得体会篇一

上山干活是一件非常辛苦的事情，但同时也是一种难得的体验。这让我体会到生命中的另一面，感受到了大自然的力量。在参与过养生、摄影、探险、植树等多次上山活动后，我发现自己不仅精神面貌焕然一新，同时也在不断地成长和进步。本文将就上山干活这一主题，分享我的心得体会。

### 第二段：养生活动

在我参与的第一次上山活动中，为期三天的养生营是首先让我感到震撼的。营地位于深山中，四周群山环绕，森林茂密，山水清澈见底。我们除了要在山林中散步、打坐、头部按摩外，还进行了一些令人惊奇的养生活活动。比如，穴位保健，淋巴按摩，封闭技术，天然大气浴等等。这些经过专业养生师指导的活动，使我身体得到了深度放松和修复，重新焕发出生命力。

### 第三段：摄影活动

除了养生活活动，我也参与过摄影课程。当走在山林之中，不经意地瞥见绝美的风景或者鸟儿的翅膀拍打起一点波纹时，我们就能够从中发现自己感兴趣的素材。拿起相机，捕捉这些瞬间，让我们压抑已久的创造欲得以释放。此时，并不在

乎能不能拍出一张完美的照片，重要的是享受其中的过程，领略大自然的美妙与奇妙。摄影的过程就是一次美的旅程，它是一种与生命沟通的方式。

#### 第四段：探险活动

我们之所以喜欢探险，是因为我们喜欢挑战自己、猎奇、探索未知的感觉。在上山干活期间，我们也经常会参加探险活动。有一次我们选择了一个偏僻的山谷进行徒步探险。这里没有任何的娱乐设施，更没有人烟，只有一旁巨大的石头和到处可见的树木。在无人区中，我们需要主动发现周围的资源，并搭建营地、生火做饭。虽然当中很多时候困难重重，但是自己、同伴之间的默契和秩序依然让探险过程变得趣味十足。

#### 第五段：植树活动

植树是一个直观而简单的行为，但如果能够看到自己的努力，看到自己种下的树苗长成茂密的森林，就会让人特别感动。植树不仅可以让我们亲手接触到自然界的恢复过程，而且可以让我们更加关注自然生态保护的重要性。我记得第一次参加植树活动，当我拿起铲子，捧着土壤，一点点埋在树根下时，心里很是舒畅。因为我知道，未来的森林是我努力的见证，是我为植物、为作为自然的责任尽力的明证。

#### 结束语

总之，上山干活无论参加何种形式的活动，都是一种难得的体验。通过它可以发掘自己的潜能，接触到自然的力量和美好，坚持不懈地努力，让人成长和进步。坚持上山干活，既可以改变人的精神面貌，又能收获切实的人生经验。希望这篇文章能够启发大家也踏上上山干活之路。

## 干活心得体会篇二

近年来，由于农业现代化、城市化进程的不断加快，巨大的人力成本压力也逐渐加大，导致农村劳动力的外流越来越严重。于此同时，在城市里的各行各业当中，蓬勃发展的服务业需求不断增加，对人力资源的需求也逐渐提升。正是这样的背景让很多年轻人重新发现了那些传统的手工劳动。上山干活成为他们重新发现一种活力和生机的机会。在这篇文章里，我将分享我的上山干活心得体会，探讨它对我们的意义和价值。

### 第一段：选择上山干活的理由

最初我选择上山干活，主要是因为想找一种可以减轻城市生活压力的途径。我也想寻找一种和大自然亲密接触的机会。从第一次上山干活开始，延展至今，这种活动让我不断观察自然，变得更加平静，同时也学到了很多手工技能。这是个人的选择，我们每个人选择上山干活的原因都不相同，但是我们的共同点是想回到自然中去，享受透过汗水和劳动所带来的乐趣以及意义。

### 第二段：上山干活的体验

上山干活并不是一件容易的事情，但它却能让人感到充实和快乐。在林间垂钓、采摘、剪枝等活动当中，不断感受到身体与大自然相互关联交融的感觉。每一次背着重重的物资，爬山、过河、穿越灌林的时候，身体都感受到了运动的愉悦——一些过去被人们所忽略的肌肉部分被真正地发动起来。而当自己用手完成一件手工艺品或是完成了一个耕作任务的时候，在内心深处感受到那份成就感和自豪感。

### 第三段：上山干活的意义

上山干活所带来的收获不仅仅是大自然和劳动的联系，更重

要的是内心深处的成就感和自信心。这些内容都是在一个高压工作环境中无法体会到的，在这里，人们可以有自己的空间和时间来真正的沉淀自己的心灵。此外，由于现在的人力资源越来越匮乏，许多工作都需要手工操作，上山干活不仅可以帮助我们掌握手工技能并获得劳动经验，更可以为我们将来的职业生涯提供更加广泛和更加深刻的帮助。

#### 第四段：如何更好地体验上山干活

上山干活是一种需要体力、耐力和耐心的过程，我们应该将其看作是一种全新的体验而不是劳动，这些技能不仅可以让我们自己获得更多的成就感，也可以带给大家周围的人更多的惊喜和鼓励。我们可以在寻找一个合适的组织进行登山、采摘、剪枝等项目的时候，更好地体验上山干活所带来的乐趣，和其他朋友们一起分享我们的技能和经验。

#### 第五段：结论

上山干活是一种能够补充城市生活的文化生活形式。不仅能够拥有深刻的体验和经历，同时也可以让我们重新认识到我们与大自然和其他工人之间的关系。愉快的体验和收获会不断地激励我们在生活中付出更多的努力，从而收获更多的成果。希望更多的人能够尝试上山干活，不断发现和开拓自己未知的空间，压抑、压力、疲劳的人生中重新点亮那些脾气和年少的火花。

### 干活心得体会篇三

随着社会的进步和安全的重要性日益凸显，保安职业逐渐成为了一项稳定的职业选择。作为一名保安，我有幸能够亲身参与并且了解这个职业各个环节，积累了一些保安干活的心得与体会。在这篇文章中，我将会从工作态度、沟通能力、处理危机、职业素养以及经验总结五个方面来阐述我对于保安职业的一些体会。

首先，一个良好的工作态度是保安职业成功的关键之一。作为一名保安，我们必须时刻保持警觉、忠诚和敬业的态度。在工作中，认真负责并且时刻保持职业操守的重要性不可忽视。我们要时刻牢记自己的职责和责任，并且对待每一项工作都要以极大的热情和责任心完成。一个积极向上的态度，不仅可以提高工作效率，还能够在工作中遇到问题时更好地呈现和解决出现的问题。

其次，沟通能力对于一名保安来说至关重要。保安工作不仅需要我们有过硬的身体素质和专业知识，而且还需要我们具备良好的沟通能力。因为我们工作中同样会涉及到和大量的人群的接触，例如领导、同事、居民等等。通过良好的沟通，可以更好地在工作中提升团队的凝聚力，并且在处理问题时能够更好地把握情况，做出相应的决策。

第三，处理危机是保安职业中一个重要的能力。在保安工作中，我们不仅要能够正确识别危机，更要能够冷静应对各种突发状况。而这正是体现一个保安的实力和价值的时刻。在实际的工作中，我们需要不断地学习和提升自己的应变能力。只有具备足够丰富的敏锐度和应变能力，我们才能够更好地应对各种复杂的突发状况，确保人员和财产的安全。

第四，职业素养也是保安干活的重要标志。作为一名保安人员，我们不仅要具备身体健康，更要有着强烈的正义感和责任感。我们要时刻抱有社会责任感，遵守相关的法律和职业道德，以积极向上的榜样来示范我们的工作人员。在日常工作中，我们不仅要规范自己的行为准则，还要始终保持警戒，提高自己的综合素质，提升自身的能力。

最后，我在保安工作中积累了一定的经验教训。在实际工作中，我们发现，多加强学习是提高保安工作能力的重要途径之一。通过不断提升自己的知识储备和技能水平，我们能够更好地应对工作中出现的各种问题。同时，我也发现，沟通是解决问题的关键。通过与团队成员的深入合作和交流，我

们可以更好地发现问题所在，并提出解决方案。

综上所述，作为一名保安，我们有幸能够参与这个职业并且从中积累了一些保安干活的心得与体会。良好的工作态度、沟通能力、处理危机、职业素养以及经验总结都是保安工作中必备的能力和素质。只有我们不断努力学习和提升，才能在工作中取得更好的成绩，并为社会的安全和稳定做出更大的贡献。

## 干活心得体会篇四

临近春节了，家家户户都在大搞卫生，妈妈也不例外。趁着休息的时间，准备把家里的窗户玻璃里里外外的擦一遍。我自告奋勇要帮妈妈擦外面的玻璃，妈妈非常高兴，并一再叮嘱我要注意安全。

开始擦玻璃了，妈妈首先端来一盆干净的水，拿来几块干净的抹布和几张废报纸。我站在外面的防盗窗栏杆上和妈妈面对面擦起来。我学着妈妈的样子，先用湿毛巾把玻璃和框架上的灰尘和污垢擦一遍，然后再沾些水把玻璃表面弄湿，再用报纸团使劲擦，一直擦到非常透明的时候就好了。

外面寒风刺骨，冻得我瑟瑟发抖，妈妈赶紧拿来一件厚衣服让我穿上，并问我是否能坚持住。为了把玻璃擦干净，有时一块污垢要上上下下、反反复复擦上几分钟才能擦掉，但是为了把玻璃擦干净，我不厌其烦一块一块的擦着。窗外寒风刺骨，吹在我的脸上就像针刺在脸上似的。

擦了一个窗户之后，胳膊酸酸的，我有点想放弃。但看到妈妈不停地换水、为我投抹布、递报纸忙碌的身影，我又当起了妈妈的小助手。在我的坚持和妈妈的鼓励下，我和妈妈利用一个上午的时间，一鼓作气擦完了家中的三个大窗户。

看着一尘不染透明的玻璃，我心里激动极了。想想平时都是

妈妈一人忙里忙外，今天也有我的一份功劳，我心里美滋滋的。擦玻璃只是家务活中平平常常的一件事，但是我却从中体会到父母的艰辛。作为家中的一员，我决定，在力所能及的情况下，要帮父母分担家务，不让爸妈那么累！因为我深深体会到：做家务不但可以培养我吃苦耐劳的性格，还可以增加我克服困难的勇气和决心，对我来说，是一种很大的锻炼，会使我变得更加坚强。

## 干活心得体会篇五

通过聊天，我们了解了老人们日常的生活。老人们有些是在家呆不住，子女工作繁忙，有些是被子女送过来的。虽然有的刚刚不太习惯，不过时间长了逐渐习惯起来。

老人家在这里都过得很开心，他们有时间的时候会在楼下的树阴或者是楼上先房字里看一下电视或玩一下麻将，也有是到楼下做一些简单的锻炼的。因此，老人在这里也可算是可以晚年安康。

老人们平日里很孤独，儿女大多不在身边，有的甚至没有儿女，他们要的也许不再是简单的金钱所能代替的，在生活的温饱要求之上，有人在身边那是最最开心的了常回家看看里歌词写得好，老人要的是有人陪他们聊聊天交流一下心声。

我们现在自己的爷爷奶奶，外公外婆很多都已经不在了，所以看到老年人，我们可能会特别的想念自己已故的亲人，不自觉得就想和老年人们亲近亲近，就像对自己的爷爷奶奶，外公外婆一样，想要关心他们，照顾他们，而他们也会把我们当成孙女，孙子一样，拉着你的手，把他们的那份慈祥加注在你身上，而我们也欣然地接受了。

在某个敬老院的墙壁上有这样一段话：孩子！当你还很小的时候，我花了很多时间，教你慢慢用汤匙、用筷子吃东西。教你系鞋带、扣扣子、溜滑梯、教你穿衣服、梳头发、拧鼻涕。

这些和你在一起的点点滴滴，是多么的令我怀念不已。所以，当我想不起来，接不上话时，请给我一点时间，等我一下，让我再想一想……极可能最后连要说什么，我也一并忘记。孩子！你忘记我们练习了好几百回，才学会的第一首娃娃歌吗？是否还记得每天总要我绞尽脑汁，去回答不知道你从哪里冒出来的吗？所以，当我重复又重复说着老掉牙的故事，哼着我孩提时代的儿歌时，体谅我。让我继续沉醉在这些回忆中吧！切望你，也能陪着我闲话家常吧！孩子，现在我常忘了扣扣子、系鞋带。吃饭时，会弄脏衣服，梳头发时手还会不停的抖，不要催促我，要对我多一点耐心和温柔，只要有你在一起，就会有很多的温暖涌上心头。十年，二十年，三年，四十年……当我们老的时候，是否可能在那个时候又会想起那时候的老人，是否又能过的比他们幸福呢？这一切都是问号，自己的人生由自己来把握。那个时候或许我们也成为历史的功臣，成为新中国历史长流中璀璨的一个颗心。