

# 实践感恩活动心得体会 感恩实践活动心得 体会(实用7篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 实践感恩活动心得体会篇一

5月17日，我们三年级组举行了今年我十岁——感恩父母社会实践活动。这次活动分两大板块：上午召开今年我十岁——三年级组联合中队主题会，要求家长来校共同参与；下午去公安博物馆参观。

本次活动本着让所有的学生都能展现自己的理念，通过一个充满温馨、甜蜜的生日队会，使学生了解父母养育自己的艰辛，更深切地体会和理解父母十年以来的付出和期望。让学生真正理解父母的爱，学会感恩，学会珍惜亲情。从而让学生知道：一个懂得感恩并知恩图报的人，才是天底下最富有的人。感恩是一份美好感情，是一种健康心态，是一种良知，是一种动力。人有了感恩之情，生命就会得到滋润，并时时闪烁着纯净的光芒。永怀感恩之心，常表感激之情，原谅那些伤害过自己的人。人生就会充实而快乐。

上午的活动两部分。首先，三年级全体师生和家长聚集在四楼礼堂召开今年我十岁——三年级组联合中队主题会，然后，各班及家长回教室进行今年我十岁——动手做、献孝心。

联合中队主题会分成三个篇章：儿时的回忆、人生第一站、畅想未来。每个篇章由2名同学主持。由于大家的精心准备，每个篇章的演绎都非常出彩。欣赏学生们儿时的照片，让家长们仿佛回到孩子的婴儿时代，让学生们感受到自己成长的

每一步，都渗透着爸爸、妈妈的心血，都有着爷爷奶奶、外公外婆的功劳；系鞋带竞赛让学生体会到家长平日的辛苦，既活跃了会场气氛，又让孩子在实践中受到了教育；学生为家长送上爱心卡片以表自己的对父母的感激之情，令家长感动得潸然泪下；家长满含深情的发言，再次引发家长们的共鸣，孩子们的心灵深处也受到了极大触动。联合中队主题会在感动中结束。

今年我十岁——动手做、献孝心暨制作水果拼盘。学生们用自己的双手做出了各种造型的水果拼盘，并亲手喂给家长吃，再次感受家长的辛苦与爱。这一活动令家长更为感动，好多家长含着眼泪，品尝着自己孩子的劳动果实。《感恩的心》的表演作为此次活动的尾声，又一次让家长们的流下热泪。

活动结束后，家长们无不称好，都认为这次活动非常有意义，很成功，希望以后再次举办类似的活动。听了家长的话，老师们很欣慰，2个星期的辛勤劳动换来了硕果，大家虽然累得筋疲力尽，但觉得很值。

下午，带领学生参观了上海公安博物馆，重点考察了刑事侦查馆、英烈馆，学生们了解了许多英雄的事迹，对英雄油然而然的更加敬佩；掌握了遭遇歹徒时自护自救的基本方法；进行了逃生演练。学生们再次接受了消防教育和生命教育。

本次社会实践活动，带给了学生诸多感受，活动圆满而又成功。也充分展现了我们三年级组老师的团队合作精神。

## 实践感恩活动心得体会篇二

感恩让我们懂得了生命的真谛，感恩才会有真挚的友情，感恩才会有这个多彩的社会，感恩需要用心去体会，去报答。

父母对我的爱是那么的，父母对我的呵护和关怀是无微不

至的，当我生病时父母到处找医生给我看病，直到把病看好，看到我健健康康了，心里的石头才放下。父母对我的爱太多太多了，而我总是在想怎样来报答父母，帮父母做一些力所能及的事情，减轻他们的负担，哪怕是帮忙刷刷碗、扫扫地、擦擦桌子，在父母疲劳时给捶捶背，揉揉肩，下班回到家时给他们倒上一杯茶。

记得有一年冬天的一个晚上，我睡到朦朦胧胧的时候，突然肚子好疼，疼得我喊了出来，我妈妈在隔壁房间听到了，跑过来问我怎么了，我说：“我肚子好疼”。妈妈就摸下我肚子然后摸下我额头，然后说：“发烧了，可能是消化不良”。还问我这几天拉大便了没，我说不是每天都能拉。我妈拿体温计给我量了一下体温，结果是烧到39度多了，我妈就赶紧把我爸爸叫了起来。这时天气好冷，并下着鹅毛大雪，只见我爸穿起他的军大衣，用大衣把我裹着，我妈也拿着伞，急急冲冲的向诊所跑去，一路上那风吹起来好冷好冷，但是我父母顾不着冷，一路小跑着往诊所赶，当时爸妈只想着快点让我的烧退下来，到了诊所，医生给我检查了一下，说因为我是消化不良引起的发烧，问题不是很大，这时我才看到爸妈松了一口气，接着医生给我打吊瓶，爸妈一起在我床边守候着，我看到了爸妈的眼睛都通红了，他们肯定是累了，上了一天的班，因为我不能好好休息，爸爸妈妈谢谢你们！

感谢父母在我受到挫折时，鼓励我、安慰我、给我勇气，让我树立自信勇敢地去面对困难。记得一次语文测验，我只考了八十多分。我垂头丧气地回到家，也不敢跟妈妈说，怕妈妈骂我不认真、不细心，妈妈看见我的反常，坐在我的身边和蔼地问我原因。我一五一十把考试的实情告诉了妈妈，令我没想到的是妈妈不但没有批评我，反而安慰我说：“好孩子，一次失败不等于自己就不优秀了，你要好好地分析原因，知道错误到哪里，这就是进步。”听了妈妈的话，我的心情一下子轻松多了。

爸爸妈妈，是你们把我带到这个五彩缤纷美丽的世界，已经

是足够的伟大，且将我养育成人，默默的为我付出，父母是一片天，是一片遮风挡雨的天，父母是一颗树，保护我们成长，他们无私的奉献着自己的生命，让孩子在成长中得到安全的保护。他们的付出是不要任何回报的，他们为儿女的成长感到欣慰，为自己的付出无悔。

爸爸妈妈，我永远爱您们！

## 实践感恩活动心得体会篇三

作为全球疫情的参与者和见证者，我们积极参与并组织了一系列的抗疫活动。通过这些实践，我们深刻认识到了团结合作和科学防控的重要性，体会到了守望相助和共克时艰的力量。以下是我们的一些心得体会。

首先，团结合作是抗疫中不可或缺的一环。面对全球疫情的肆虐，我们看到了各国人民和各行各业的紧密联系和密切合作。国际社会纷纷伸出援手，各国政府和机构共同商议并采取行动。在国内，人们积极响应政府的号召，主动参与疫情防控。医务人员冲锋在前，科研机构加班加点，志愿者们纷纷加入到疫情防控的队伍中。我们团结一心，共同应对疫情，展现了人类的团结合作精神。

其次，科学防控是阻断病毒传播的关键。在抗疫过程中，科学防控措施变得异常重要。首先，增加公众对病毒传播途径和预防措施的了解，提高个人卫生素养，避免不必要的外出和聚集。其次，落实严格的检测和排查工作，以迅速发现、隔离和治疗感染者。同时，加强疫苗研发和生产，以提高人群的免疫力。这些科学防控措施在抗疫中发挥了关键性的作用，阻断了病毒的传播链，减少了感染人数。

第三，守望相助是困难时刻最美丽的底色。在抗疫过程中，我们看到了人们与人们之间的守望相助之情，这种情感充斥着整个社会。社区的邻里互助、志愿者的无私奉献、医务人

员的无畏奋战，都让我们感受到了人间的温暖和力量。我们看到人们捐款、捐物资，加入志愿者队伍，照料孤寡老人和弱势群体。这种守望相助的力量让我们更加坚定地相信，人类社会是充满着爱和希望的。

第四，共克时艰是抗疫精神的具体体现。疫情给我们的生活带来了很多的不便和困扰，但我们没有被困扰击垮，反而以更加坚韧的意志去对抗疫情。人们自觉遵守疫情防控措施，积极配合政府的工作。即使在工作和生活中遇到了诸多困难，我们也坚持找到解决办法，积极应对。各行各业也纷纷做出了牺牲和奉献，为了共同的目标不惜付出巨大的代价。这种共克时艰的精神，让我们拥有了无穷的勇气和毅力。

最后，抗疫活动的实践使我们更加懂得了珍惜健康和生活的幸福。在疫情的威胁下，我们更加明白了健康的重要性。健康是我们人生的基础，是我们幸福的源泉。在那些我们失去了正常生活状态的时刻，我们更加珍惜每一个平凡的日子和每一个健康的人。我们清楚地认识到，只有拥有健康的身心，我们才能够拥有一个幸福的人生。

抗疫活动的实践让我们深刻认识到了团结合作和科学防控的重要性，体会到了守望相助和共克时艰的力量。这些实践让我们更加坚信，只有在面对困难的时刻，人们才能够真正团结一心，发挥最大的力量。我们也明白了健康的重要性，只有保持健康，我们才能够拥有幸福的生活。我们希望将这些心得体会传递给更多的人，共同迎接未来的挑战。

## 实践感恩活动心得体会篇四

人们都说：“父爱如山，母爱如海”，但在我的世界观里，那些言辞早已不足挂齿，早已成为了仅给父母的一种名号，那是因为父亲的爱已远远高于山峦，母亲的爱也超出了大海的辽阔无边，父母的爱相加，那便是整个世界！

父亲的爱没有母亲那么细腻，但是他并不是爱得不多。从我们出生之时，那一份重大的责任便让父亲担当了起来，父亲需要照顾好我们和母亲，让我们都快乐，无忧。

五六年前的我并没有意识到父母对我们的恩情有多重，那时候的我只懂得去依赖他们。刚上小学，老师的第一次家庭作业便是和父母握一次手，要用心去感受。同学都地在欢笑中期待这次简单的作业的，大家甚至在怀疑老师在和我们开玩笑，但是当我们去完成作业时，都明白了。我微笑着、和妈妈说着老师给我们留作业的经过，并且出手要和妈妈的手握在一起。

妈妈刚刚还在笑，但在我伸出手的一刹那，她却变得像一个无助的小孩子一般，将双手藏到身后，无论我怎么劝说她都不肯将双手伸出来，经过强拉硬拽之后，我握住了母亲的手。摸起来干巴巴的，并不像我好朋友那样软软地，我不禁将妈妈的手捧在手心，仔细一看，上面全部都是一道道口子，有的还在渗着血，我也不知怎么了，眼泪一个劲儿地掉个不停。

母亲的爱虽没有父亲的高大，但并不是她没有大胆去努力的爱。如果说父亲对我们的责任是重大的，那母亲对我们的责任就是不可逾越的，从我们的生命到来的那一刻起，她们便让我们成为了最幸福的人，母亲需要将我们哺育长大，抚养成人，这一切的一切都在向她们指出：我们的到来只会让她们受苦，但她们还是将我们带到了人世间，而且从未后悔过。

## 实践感恩活动心得体会篇五

疫情来袭，全民防控成为当务之急，为了有效应对病毒的传播，我积极参与了抗疫活动，并在实践过程中有了些许收获和感悟。我首先参与了宣传教育活动，向社区居民普及防控知识；其次，我组织了捐款活动，为疫情中的一线医护人员提供援助；在此基础上，我还积极参与志愿者服务工作，为社会做出贡献；最后，我加入了线上防控培训，提高自身防

疫意识和应对能力。通过这些实践，我深刻体会到了团结与协作的重要性，同时也加深了对生命的敬畏和珍惜。

在宣传教育活动中，我深刻体会到了信息的传播是一种有力的武器。我们利用社区广播、宣传单张等方式普及防控知识，同时也向居民解释了疫情的发展趋势和重要性。通过宣传教育，居民们逐渐认识到了自身的责任和义务，纷纷加强了自我防护意识，主动佩戴口罩、勤洗手、保持社交距离等，让防控工作取得了初步的成效。我深深体会到，信息的及时传递和正确认知的建立在抗疫工作中起着非常重要的作用。

捐款活动是我参与抗疫的又一重要实践。在疫情爆发的当口，医疗资源严重不足，一线医护人员的防护物资紧缺。面对这种情况，我主动发起捐款活动，号召身边的亲友以及社区居民一同参与，为一线医护人员提供援助。通过我们的共同努力，筹集到了大量防护物资和捐款，送到了有需要的医院和医护人员手中，使他们能更安全地开展工作。通过这一过程，我深刻体会到了人们的善良和无私，也增强了我对团结协作的信心。

志愿者服务是我参与抗疫的又一重要实践。我报名参加社区的志愿者服务，为居民提供各种帮助，比如购物、代办等。通过这一过程，我深刻体会到了服务他人的快乐和满足感。尽管在疫情期间，我不能亲自和居民们有太多面对面的交流，但是能给他们提供一些力所能及的帮助，对我来说也是一种奉献和成就感。同时，我也认识到了志愿者服务是社会发展的的重要组成部分，无论在疫情期间还是平时，它都能带给我们很多正能量。

线上防控培训是我在抗疫实践中的另一个重要环节。我主动关注抗疫知识的线上培训活动，并利用课余时间学习和参与讨论，增强自身的防疫意识和应对能力。通过线上培训，我了解到了病毒的传播途径、防控的有效措施等重要知识，也学习到了如何正确佩戴口罩、如何正确洗手等实用技能。通

过这些学习，我更加深刻地认识到自己的责任和义务，也更加自觉地采取各种预防措施，保护自己和他人的健康。

通过以上的实践，我深刻体会到了团结与协作的重要性。面对疫情，我们不能只顾自己，而是要同舟共济、共克时艰。只有通过集体的努力，才能最大程度地遏制病毒的传播，保护人民的生命安全。同时，我也加深了对生命的敬畏和珍惜。疫情让我看到了病毒的可怕之处，也让我更加明白人的生命是多么脆弱。因此，我们要更加珍惜每一次与亲人和朋友相聚的时光，要充分认识到健康和幸福的来之不易。

总之，通过抗疫活动的实践，我在宣传教育、捐款活动、志愿者服务以及线上防控培训中有了一些收获和体会。我深刻认识到了信息的传播和正确认知的重要性，也加深了对团结协作的信心。同时，我也感受到了人与人之间的善良与无私，体会到了服务他人的快乐和满足感。最重要的是，我加深了对生命的敬畏和珍惜，更加明白健康和幸福的可贵。希望在未来的抗疫工作中，我们能保持团结合作的态度，共同战胜病毒，共同创造美好的明天。

## 实践感恩活动心得体会篇六

户外实践活动是一项广泛接受的活动。它不仅是个人的发展的关键，还是团队建设和合作精神的重要组成部分。在户外实践活动中，团队成员为了有效地达到他们的目标而需要密切合作。在参加这些活动的过程中，我们所学到的技能和经验对我们的生活和职业生涯都有着巨大的影响。

### 第二段：户外实践活动对于身体和心理的影响

户外实践活动不仅可以锻炼身体，还能够加强心理健康。在户外实践活动中，人们可以感受到大自然的美妙之处，这能够帮助人们放松身心。与此同时，户外实践活动也可以让人们感受到自己的能力，提高自信心，这有助于缓解压力和焦



虑情绪。

### 第三段：个人学到的技能和经验

从户外实践活动中，我学到了很多技能和经验。首先，我学会了如何准备和处理野外生存的重要物品，例如：搭建帐篷、准备食物和水，处理垃圾和厕所使用等。其次，我学会了如何进行户外导航，包括如何使用地图、指南针和GPS。最后，我也明白了团队协作和沟通的重要性，这是达成目标所必须的。

### 第四段：户外实践活动的挑战

户外实践活动需要我们面对许多的挑战，比如说徒步穿越荒野、攀爬陡峭的山峰等等。这些挑战带给我们不仅仅是身体上的锻炼，还有对自我的挑战。在这些挑战中克服自己，并取得成功后，我们得到的成就感和充满勇气的感觉是无法用语言来形容的。

### 第五段：结论

通过此次户外实践活动，我学到了很多，不仅仅是为了提高自己的生存技能，更是培养了自己的领导力和团队合作精神。我也明确了户外活动对于身心的好处，并得到了自我挑战和克服的成就感。我相信这些技能和经验会对我的未来职业和生活有很大的帮助。

## 实践感恩活动心得体会篇七

寒假一转眼就过去了，在短短的一个月里我体会到很多，感受也很深。通过这个寒假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。

本人姓名\_\_\_，年龄22，籍贯\_\_省\_\_市\_\_县，社会实践职业：

销售员。

由于经济原因我家在\_\_年在本村开了一家商店。由于我校放假较早，我本打算参加一些有关自己喜欢的社会实践，可看到父母忙碌的身影，我心想春节快到了，那时岂部不更忙。于是我决定帮父母分担一些，自己做起了销售员，并且帮爸爸去集市上进货。

由于上学的原因，我不经常在家，对商品的价格还知知甚少，所以还要接受爸爸的培训。几天后，对商品的价格已经有所了解。但是通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺，同样是买东西，我爸在时销量就高，而我则不行通过实践我总结出几点：

第一，服务态度至关重要。

作为一个服务行业，顾客就是上帝。良好的服务态度是必须的。要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽量可能满足顾客的要求。

第二，创新注入新活力。

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比去年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货档次也要提高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

第三，诚信是成功的根本。

今年我家的对联是：上联：您的光临是我最大的荣幸：下联：您的满意是我最大的愿望。横批：诚信为本。诚信对于经商

者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就好似这样一个人，他为人稳重，待人真诚，办事周到。所以他人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

第四，付出才有收获。

虽然我家的生意还不错，他的背后是父母辛勤的工作。他们每天六点钟起床，十一点才休息。冬天父亲每天五点起床，开着三轮车去20里外的县城进货，无论寒风刺骨，还是风雪严寒，依旧如故，这是为了什么呢？我知道，不就是为了多赚钱，供我们兄弟俩人上大学吗？我在家几天就感到很累，父母亲几年如一日。他们的辛苦可想而知。有很多商品要早上搬出，傍晚再搬回去，仅次一项就会很辛苦了，而且家里还有十亩冬枣地，从春天忙到金秋十月。看着父母亲脸上一天天增加的皱纹，看着父母亲劳累的背影，心中有一中说不出的滋味。我还有什么理由不去好好读书，还有什么理由不去努力呢！我只有拿优异的成绩来回报我的父母，这样我才能问心无愧。

通过一个多月的实践使我增加了见识，也懂得了许多做人的道理，也使我更清楚地认识到自己的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努力学好自己的学业，将来回报父母，回报一切关心我的人！！

实践活动感恩父母心得体会篇3