

2023年实践活动个人心得体会 个人社会 实践活动工作心得(精选8篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么你知道心得体会如何写吗？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，我们一起来看一看吧。

实践活动个人心得体会篇一

既然是学习服装设计的学生，那找工作当然首选服装领域的职位了，寒假社会实践活动心得与总结。(当然，并不排斥其他行业的工作，以能找到工作为最优先考虑。)而目前处在大一上学期这一特殊时段，还并未过多的接触到服装方向的各个专业领域，我们能做的还很少，所以想到的实践暂时也只有服装销售这一块儿了，因为营业员的专业技能相对来说较为低一些，便于上手；且在日常交往中也有所了解，容易补足自己。

二、社会实践内容：

(一)寻找实践部门：

有两种选择：自己找；亲友介绍。作为社会实践很关键的一项，我决定先自己尝试一下。沿街边小店走进去，逐一寻问是否需要短期工，店长们却都以只收长期工为理由拒绝。

偶然遇到一家大型连锁超市在招收短期工，就前去咨询。在填过基本情况表(如曾经的就业岗位及薪酬待遇、期望薪酬待遇、选择本公司的理由、自我推介等等)之后，负责人开始面试。可惜很不幸，我因无工作经验且不适合连续性重_体力劳动而被刷了下来，虽然很不情愿，但也只有通过“亲友介绍”这条路了，毕竟靠自己的力量得一份工作这样的事情，

依现在的自身条件来说，是无法顺利完成的，我们缺乏而需要学习的东西还有很多。

最终决定的实践地点是在当地步行街的一家花花公子羽绒服女装分店，由亲友介绍当了临时营业员。为期一周，无薪酬。一个调皮的兔头加上“playboy”(花花公子)，这个几乎可以在任何消费产品上见到的标志，是1953年由美国人休·赫夫纳创造的服饰品牌playboy的译意为：“时尚，风雅，快乐”，蕴涵着永远流行，永远年轻的风格playboy历经了五十多年的风雨洗礼，在创建初期公司主要以生产、销售休闲、简约、大方的男装而闻名全美国，之后享誉世界，几经磨砺、化蛹成蝶，成为了全球时尚潮流的国际知名品牌，销售网点遍及全球，有逾千家连锁专卖店(柜)。

随着全球经济一体化的进程，花花公子休闲不断在市场扩大份额，1986年playboy花花公子”品牌服饰进入中国市场，十余年的精心打造，已让中国广大消费者领略了国际品牌的风采，其“时尚，风雅，快乐”的风格已成为现代人士高贵身份的象征。

世界名牌美国花花公子play boy将生活中瞬间美感凝固于服装，这一艺术形式中，充分展现顾客的独特个性与品格，而在未来，仍将继续这一宗旨，除仍以欧陆风格为主外，亦融合东方文化精粹，结合全新的服装设计理念，创造中国都市男女心中独具魅力的服装服装以外的playboy商品，其种类繁多，包括文件、代类、恤衫、领带、袜子、内衣内裤、文具等，如今已迈向运动鞋和高级皮鞋的市场。所以playboy在全世界的时常上已建立了它的精神和理念，巩固了它高尚的地位。

playboy的服装，从纺织品的开发、企化、设计、批发、零售，都是十分严格和精心的，无论对于质料的精挑细选，或是流行款式的认真研究和精心设计，都是立足于世界领先潮流的

概念之上。每年都派员到欧、美、日等地考察，不惜成本代价来配合高读技术的电脑化设计，以力求达到尽善尽美的境地。playboy是一种文化，是一种精神，视休闲与工作为一体的人们的首选。

实践活动个人心得体会篇二

“健康所系，性命相托”。作为医学生，说起这句话来我满是惭愧。

在大学校园里流淌，遨游于知识的海洋，光阴似箭。医学知识，点燃了我救死扶伤的信念，大学校园，却也激发了我的惰性。畅游着浩渺的医学知识，认识到了生命的脆弱和医生职业的神圣，然而纯理论知识让我感觉疾病离我还很遥远，学__成了一种任务。“决心竭尽全力除人类之疾病，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉。救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终身”的庄重誓言变得空洞而又模糊。

“熟读王叔和，不如临证多。”实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。对我们学生而言，实践就是从学校到社会，从一个学生到一个工作人的角色转变。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学__，从学__中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化的同时，也有了新的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

对于我这个只有一年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。我知道穿上白大褂，自己就不仅仅是一个学生了，而是一个以治病救人，减轻病人病痛为己任的医生。当我穿着白大褂，看到病人一个个因痛苦而憔悴不堪的眼神，第一次感到医生这个职业是这么的神圣。更加坚定了自己要好好学__医学知识，做一个好医生。

在医院的一个星期里，每天都和门诊医生一起上下班。每天耳濡目染医生怎么与病人沟通，怎么收集病情资料，怎么治疗。虽然现在缺乏一些专业的知识，但是跟着医生还是能学到不少他们临床诊断和治疗的经验。这对我以后走入工作岗位，更好的履行医生的职责毋庸置疑会有很大的帮助。

早上收治一病人，问了她是怎么回事、什么时候起病、按压哪里有疼痛、大小便是否正常、既往病史，再结合一下b超报告，短短几分钟就确诊为急性阑尾炎，中午进行了手术。

另外每天都有病人出院与入院，出院的病人要给“出院记录”“诊断证明”，需整理病历；入院的病人得有“入院评估”，要查看病人，询问病因、病史及现状，要分析病情、给出最佳治疗方案。此外，手术后的病人伤口要进行换药，不时还有急诊病人。

我觉得作为一名优秀的医生应该具备“五心”：即耐心、爱心、信心、责任心和进取心。对病情要耐心分析，对病人解释工作要耐心细致，让病人多些安心，少些顾虑；对待病人要富有爱心，能够站在病人的角度为他们考虑，特别是在病人入院和手术之前，要多关爱病人，多于病人交流沟通，消除其内心的恐惧与不安；对疾病的治愈要抱有信心，不管再疑难的杂症，只要病人或其家属不放弃，医生就应该不抛弃，要相信自己，要赋予他活下去乃至康复的机会；对待日常工作或是手术要有责任心，医嘱要开得适合准确，手术要做的精准完善；对待自己更要有进取心，要不断的积累经验，也要不断

的学__，要拥有广博的医学知识更要有高超的专业技能。

实践活动个人心得体会篇三

（一）什么是综合实践活动课程

综合实践活动课程是一门强调学生通过实践，增强探索和创新意识，学习科学研究的方法，发展综合运用知识的能力，增进学校与社会的密切联系，了解必要的通用技术和职业分工，形成初步技术能力，培养学生的社会责任感的课程。

（1）综合实践活动课程是一门经验性课程

综合实践活动超越具有严密的知识体系和技能体系的学科界限，是一门强调以学生的经验、社会实际和社会需要的问题为核心，以主题的形式对课程资源进行整合的课程，以有效地培养和发展学生解决问题的能力、探究精神和综合实践能力为目的的课程。

（2）综合实践活动是一门实践性课程

综合实践活动课程注重学生多样化的实践性学习方式，转变学生那种单一的以知识传授为基本方式、以知识结果的获得为直接目的的学习活动，强调多样化的实践性学习，如探究、调查、访问、考察、操作、服务、劳动实践和技术实践等。学生是通过动手操作实践的方式来获得经历和体验的。动手实践，是综合实践的基本学习方式。因而，综合实践活动课程比其他任何课程都更强调学生对实际的活动过程的亲历和体验。

（3）综合实践活动是一门综合性课程

综合实践活动课是一门综合课程，一个课题可能要涉及到各

个学科各个门类的知识，它强调超越教材、课堂和学校的局限，在活动时空上向自然环境、学生的生活领域和社会活动领域延伸，密切学生与自然。与社会、与生活的联系。

（二）综合实践活动课程与学科性教材有很大不同。

综合实践活动课程不是对某一学科知识系统的严密编织，而是一个围绕许多社会生活或自然界主题展开实践活动的框架。它不是给教师备课用的脚本，而是适合学生看的指向社会生活实践活动的入口。从某种意义上说，综合实践活动课程的“教材”不是书本，而是生活、是实践。从学生的主体地位出发，从学生的亲身体验和直接实践出发，这是编写综合实践活动课程教材的总原则。

（三）综合实践活动课程重视活动过程的同时兼顾结果，在过程中实践价值综合实践活动课程重视学生的精神成长，重视不可见的态度、观念、思考方法、情绪情感的发展，在过程中实现其价值，而主要不以知识技能习得的程度来决定学生的成绩优劣，同时兼顾结果，不让活动无的放矢。

二、充分认识到了我自己

过去，我一直自信的认为自己在教学工作岗位上算得上是有能力的了，可是，当我接触综合实践活动课程的学习时，我才充分的认识到自己原来还有很多的不足，在今后的工作中我还要学习的还有很多很多。随着以后综合实践活动课程开展我将会和学生一起学习，一起成长。

三、明确了今后工作的方向

在参加综合实践活动课程培训之前，我对综合实践活动课程没有充分的理解，和其他学科混为一谈，像上其他课程一样上综合实践活动课，结果没有多大的收获。参加了综合实践活动课程的培训以后，我真正明白了什么是综合实践活动课，

在今后的工作中我明白了应该怎样了。

总之，这次的综合实践活动课程的让我受益匪浅，它将成为我今后工作的一个新的起点。

实践活动个人心得体会篇四

在这社会实践同时也是学习的工感过程中，给我最大的感悟当然是团队的作用。不是有句话叫一个人赚钱难，一群人捐钱容易吗？人多力量大，而对于团结的团队而言，这里力量更有效率。就像那天在办公室里整理问卷一样，在大家的欢声笑语中，我们以两人一组的方式，高效准确地整理出来了。而事实上，那天上午，我曾一个人坐在桌前，整理问卷，却多次出错，最终以失败告终。唉，一个人办事难啊！幸好有这么一个优秀的团队带着我前行，感谢大家。

另外，还有一个方面给我很多启迪。我是那种比较懒得，很少参加活动，当然也不可能自己去组织活动。我唯一一次带领室友去参加611杯飞行器设计大赛，却以惨败告终。在以往很长一段时间内，我都有些不负责任的把失败的责任推向两位室友。我原本认为自己做了很多，没有亏欠这个团队，而别人做了很少，但事实上现在反思一下，在当时的情况和条件下，确是我的不对。这本来就是我这个队长应该做的事，队长理所当然的要冲在最前面，比队员更加辛苦。并且在团队遇到困难时，我没能好好发挥团队的效率、积极性，最终导致惨败，这是我的责任。而通过这次暑期社会实践活动，我觉得确实学到了很多，对团队的作用和团队中各个角色所担当的任务和责任有了一些了解。相信以后，我一定能带领我的队员们拿回属于我们的奖杯。

此外，还有一件让我很纠结的事。就是那次我独揽了四个题目分析，这超出了我的能力范围。导致别人都做好了，在那边干等着我，大家都没饭吃了。这让我很惭愧。后来刘文问我为何不告诉队长，让她重新分组。我才恍然大悟，这只能

够费力不讨好的行为真是够愚蠢的。这反映出我还没能真正理解团队协作，我还有很多东西需要学习。唉，兄弟姐妹们，对不起啦，是我的错！

好啦，在这暑期社会实践活动结束之际，同时也是我们回家之时，祝大家暑期玩得开心，下学期学业有成！

实践活动个人心得体会篇五

近来，公司上下都在火热的进行群众路线教育实践活动，在此次学习过程当中，收获颇丰。回顾我们党长久以来不平凡的发展历史，无一不例外，其中最为宝贵最为珍贵的一条经验就是高度重视群众，重视群众工作，重视群众的一切，坚持人民群众主题地位，发挥人民创造精神，与人民群众始终保持密切联系。

在不同的时代背景和不同的发展阶段，人民群众工作有着完全不同的特点。随着改革开放的持续深入，社会主义市场经济的发展，群众工作对象更显多样化，群众工作内容更加丰富，群众工作环境日新月异，群众工作网络越来越复杂，这就需要进一步优化工作方式，采取有效措施，不断健全群众工作的方方面面。这对我们提出了更高的要求，时刻告诫我们必须始终如一的把群众工作放在突出位置，使群众工作更具针对性和实效性。

纵观我们党的历史，群众才是真正的英雄，是我们党的力量之源和胜利之本。我们党一向高度重视群众工作，始终将党和群众的关系比作鱼水，喻之为血肉，视之为种子与土地，相依相偎。当前，深入开展党的群众路线教育实践活动，要始终以为民务实清廉为主要内容，紧紧围绕保持党的先进性、纯洁性，继承、坚守和发扬党的优良传统和作风，始终把人民群众利益放在第一位、位，真心实意为人民服务，全力帮助群众解决困难，千方百计为群众谋福利、做好事。

要落实党要管党，从严治党的方针，认真开展批评与自我批评，着力解决人民群众反映强烈的突出问题，提高做好新形势下群众工作能力，要充分相信群众、发动群众、凝聚群众、依靠群众，团结带领群众不断推进社会主义市场经济健康可持续发展、促进社会和谐进步；要加强分类指导，针对不同行业、不同层次、不同性质进行有针对性指导，突出可行性要求。同时要结合教育实践活动与各项实际工作共同落实，相互促进。

始终根植于群众，才能掌握群众所思所想，才能更加贴近群众，了解群众，有针对性的帮助群众，从而更好的为群众服务。只有带着深厚的群众感情，走到群众中去，深切的体会群众的一切，才能集思广益，才能“一把钥匙开一把锁”，得到广大群众的理解与支持，真正把群众工作做好做透。

人民群众是我们的力量源泉，群众路线和群众思想是我们的传家之宝，是我们所倚之根本。党必须要时刻拉近与群众距离，始终与群众在一起，想群众所想，思群众所思，做群众所做。我们要更加自觉地、始终如一地坚持从群众中来，到群众中去，切实为人民群众做实事，解决现实问题，不断提高为人民服务的本领，始终紧紧将群众团结在一起，只有这样我们才能攻无不克，战无不胜，坚不可摧，实现中华民族的伟大复兴。

实践活动个人心得体会篇六

以来，社会实践活动一直被作为培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪合格人才的重要途径。x年我校组织了“下农村、进社区、到企业”系列活动。

根据学校有关精神，我们组织了“进社区”活动小组，并开展了形式多样、丰富多彩的实践活动，取得了令人可喜的成绩。现将总结汇报如下：

假期前，各队积极响应、认真落实，根据自身专业特点，确定实践方向，作好动员工作。6月14日上午我校举行了三支队伍的出发仪式。广大同学都以认真的姿态对待这次社会实践活动，热情的参加了社会实践活动，从而锻炼了广大同学的社会交往能力，培养了广大同学的综合能力。

“进社区”小分队社会实践活动在坚持以往成功做法的基础上，充分考虑各社会实践点的实际情况，因地制宜，根据实际需求开展不同的社会实践活动。

(一)从组织形式上看，主要有两种形式：

2、集体组织。组成社会实践小分队，分赴三个社区开展社会实践活动。6月14日义井东社区、6月15日西山朝阳社区、6月16日小店东风社区，其中走访老红军6人。参加人数合计65人次，其中教师有常建有、田晓丽、任云花、杨青会、韩茂忠、韩彦。

(二)从社会实践的类型看，主要有以下几种：

1、开展便民服务。和社区合作组建了技术小组，利用各自的技术在市场上设立单车修理、义务宣传等便民服务点，尽己所能，不怕脏、不怕累，以优质的服务赢得当地群众的称赞和好评，同时也努力实践着青年志愿者的精神。

2、开展社会调查活动。有人利用假期对社会一些活动进行调查，取得了可喜的成果。

3、开展文艺宣传活动，以健康向上的、自编自导的文艺节目进社区进行演出，受到当地群众的喜爱和好评。

4、环境保护。组织学生积极参与社区组织的社会环境卫生清理。

5、考察实践。有的同学到工厂参加实践考察活动，了解工人师傅的工作环境和工作情况。

6、开展板报活动。根据当前形式配合本社区更换板报10块，同时也宣传了我校__年招生专业情况。

1、我各级领导的重视，广大师生和同学的积极参与，是我校这次社会实践活动得以成功的重要保证。多年来，我校坚持开展社会实践活动，并作为学生素质教育的重要形式，每年拨出专项经费用于社会实践，并组成社会实践领导小组，指导社会实践活动的展开，并把社会实践列入德育教学计划，形成制度加以保证。全校广大同学自觉把社会实践作为了解社会、接触社会、投身改革、锻炼才干的重要渠道，积极深入生产第一线，体验生活。

2、各级部门的大力支持，是社会实践活动顺利进行的有力保证。各社区给予了我们极大的支持。为这次活动提供了各种便利，保证了社会实践活动的顺利进行。

3、学生的思想素质有了明显的进步和提高。通过实践活动，认识社区工作的重要性和艰巨性，了解到国有企业改革的艰巨性和帮助下岗职工解决再就业问题的必要性。虽然这次活动时间较短，但是客观现实给同学们的教育却是课堂教学所无法比拟的，实践使他们多了一份成熟，少了一份幻想和不现实。同学们在向社会提供服务的同时，使自己所学的理论知识得以运用于实际，提高了自身的工作能力，培养了吃苦耐劳的精神。

实践活动个人心得体会篇七

这段工作中，我主要负责在xxx工厂的xxx车间工作。作为工厂的生产车间，在xxx车间内每天都有很多的机器在不停运转，而我们则要在机器生产出产品的时候，做好初步的判断，并将其整理包装。

因为有许多机器，所以尽管在很冷的冬天，但xxx车间室内的温度也保持在一个较为温暖的情况下。这份温度虽然在夏天的时候可能会很闷热，但在冬天尤其是对我这个寒假的临时工来说可真是帮了大忙了！

此外，车间内还严格的执行着5s制度，良好的保持着环境卫生问题，期间，我也经常会被安排负责打扫，虽然辛苦在，但也让我更深入的了解xxx车间。

作为一名兼职的临时工，我并没有自己固定的岗位。因为在那些固定岗位上，往往需要更多的经验和能力才能完成，这也让我感受到了自己与真正工作者之间的一些差距。

尽管在每天的工作中我负责的都是一些“杂活”，“打扫、甄选、搬运……”什么都有，但我也很乐于这样的工作，这不仅能让我在工作中有更多的体验，也能在工作时让我收获更多的锻炼和成长如“打扫的时候，我不仅能认识车间的情况，也您能看到其他同事的工作，对车间加深了解。而甄选产品的时候，我也明白了一些产品生产上常见的错误，并了解了甄选的方法和知识等”。

在生活上，我被安排到了工厂的寝室居住。但与我设想的环境不同。在寝室中，不仅环境非常的整洁卫生，我还认识到了自己在工厂中的第一个朋友！虽然刚开始的时候，我们互相的话并不多，但随着互相的熟悉，能说的事情也多了起来！从工作、生活以及我这次的目的，他问了我很多学校中的生活，我也从他身上学到了很多关于工作上知识！

如今，短暂的临时工作已经结束，但在这次的寒假实践中所收获的经验 and 智慧能让我在今后的学习和发展上树立更好的目标和计划！在今后正式踏上社会之前，我一定会变的更加出色！

实践活动个人心得体会篇八

在此次党的群众路线教育实践活动中，我办以思想教育为重点，在全办党员干部范围内抓好集中学习，统一思想，提高认识。通过近阶段处室集中和自己进一步对《中国共产党章程》、《论党的群众路线-重要论述摘编》等等文件的学习，进一步充分认识到面对新形势、新任务、新要求，中央再提群众路线的重要性和必要性。在这里，我想谈谈自己的一些学习体会。

忠心对党，要牢记党的宗旨，全心全意为人民服务。要消除精神懈怠的危险，只有不断地通过学习，要多做一些思想体会的积累，才能努力提高自身政治思想素质，在思想上与党中央保持一致，坚定自己的政治立场，坚定自己的理想信念。在工作中坚持“以人为本、执政为民”的理念，树立共产党员正确的世界观，全心全意为人民服务。

真心为民，要真诚务实，做好人民的公仆。

要消除脱离群众的危险，就必须始终把人民利益放在第一位，把实现好、维护好、发展好广大人民根本利益作为一切工作的出发点和落脚点，做到权为民所用、情为民所系、利为民所谋。作为财政监督战线的国家公务员，在工作中虽不直接服务于群众，但我们国家的财政政策是以群众利益为出发点的，所以在执行监督职责的同时，也要多倾听来自企业的诉求，要将由于相关政策规定的滞后、缺失所引起的问题和政策执行的困难，认真予以关注并及时形成有价值、有建议的调研报告上报财政部，以积极务实的工作作风，体现国家财政公务人员服务意识和责任意识，做好人民的公仆。

用心干事，要爱岗敬业，勤勤恳恳的做好本职工作。

要消除能力不足的危险，就必须做到与时俱进。首先加强自身业务知识的学习，特别是近阶段国家重大财税政策出台的

背景、目的要有深刻的认识理解，学会认真思考，才能夯实自己的基础，认真务实的做好本职。其次加强增强责任意识，用共产党员的标准严格要求自己，无私奉献，吃苦在前，遇到困难不退缩，碰到问题不害怕，对于得失不计较，面对成绩不骄傲。紧密结合工作实际，实实在在工作，实实在在为人，发挥先锋模范作用。

清心律己，要洁身自爱，做到廉洁奉公。

要消除腐败的危险，就要不断的学习《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》，树立正确的权利观、不断增强组织观念、纪律观念和自律意识，牢记强化反腐倡廉意识，让自己在错综复杂的社会中找准正确的人生航标，始终保持奋发进取的精神状态，真正筑牢拒腐防变的思想道德防线。做到廉洁、勤政，进一步提高勤政为民的思想理念。

总之，如果我们每一名党员都能从自身做起，从自己身边的小事做起，把党的方针政策扎扎实实的落到实处，时时刻刻起模范带头作用，始终把群众的冷暖疾苦放在心上，始终认为群众利益无小事，始终能够解民忧、帮民富，解决群众关心的热点、难点问题，群众就不会有什么怨言难事，我们也就不会有什么解决不了的问题，我们党的执政根基就会越筑越牢。