

# 2023年大学生团队活动心得体会 活动心得 心得体会大学生(大全9篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 大学生团队活动心得体会篇一

我一直想做一名志愿者，其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候，我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱，缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大，接触到更多人与事的时候，我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满，觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱，是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子，从我做起，从我们年轻人做起，我们可以让自己，让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看，我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会，我希望得到的只是一份体验。

作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。

我很荣幸能成为以传递爱心、志愿服务、乐于奉献、不求回报为宗旨的这样一个团队的成员之一。作为大学生，我们不能养尊处优，而应该履行义务，肩负起时代赋予的责任。即使我们的能力仍有限，但一颗关爱之心不会磨灭，我们将尽全力伸出双手去帮助、关心孤寡老人，孤残儿童等有困难的

弱势群体。哪怕一句问候、一次搀扶、一次弯腰都能为社会公益、慈善、福利事业、社会生态环保及建设和谐文明的社會贡献出自己的微薄之力！

爱心已点燃，不要再等待，在我们有限的生命里，去经历让人难忘而有意义的人生体验，在奉献中，体味快乐，收获幸福。朋友们，如果你也怀着一颗感恩的心，那就抓住这个机会立即加入志愿者的行列，和我们一起将爱的火焰燃烧到世界的每个角落！

青年志愿者活动是微小的，因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的，因为他在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时，它也提升了现代青年的精神道德，培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。

让我们为这一事业来奋斗吧！让我们这些新时代青年来担负一些微弱的社会责任。奉献出一点微弱的力量！

## 大学生志愿者活动心得体会

作为大学生志愿者，我时时刻刻为我是大学生志愿团中的一员而自豪。

这次志愿者服务的经历也对我的人生产生了重大的影响。作为在学校里的学生、作为在社会里的个人，我们也应该学会服从、付出、充满热情。在接下来的日子里，我会继续努力，以党员的要求来要求自己，不断地完善自己，积极为人民服务。

青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气，是当代社会注意一项十分高尚的事业。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德，是大有希望的事业。努力做好这项事业，有利于全社会树立奉献、友爱、互助、

进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南，是当代青年志愿者的使命，也是我们学习“三个代表”的具体体现。

我一直想做一名志愿者，其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候，我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱，缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大，接触到更多人与事的时候，我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满，觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱，是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子，从我做起，从我们年轻人做起，我们可以让自己，让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看，我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会，我希望得到的只是一份体验。

作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出生彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。

青年志愿者活动是微小的，因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的，因为他在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时，它也提升了现代青年的精神道德，培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。让我们为这一事业来奋斗吧！

在近一年的志愿服务工作中，我努力践行志愿者精神，恪尽职守，认真地完成了组织上交给我的每一项工作，得到了领导和群众的一致认可。

我一向本着常在基层跑把群众服务好的心态，尽可能为群众多做一点力所能及的事。青年志愿者行动是由共青团中央组

织发起的一项社会公益事业，以青年学生参与为主题，以志愿服务为手段，透过青年志愿者为他人、为社会带给服务和帮忙，推动经济发展和社会进步，推动社会公民思想道德建设的发展。本行动是一个致力于创造完美明天的行动，是有个着眼于开拓未来的事业，是青年成才和增强社会职责感的伟大事业。

在思想上，我认真学习党中央的方针政策，用心向党组织靠拢。端正人品，忠厚待人，谦虚谨慎，光明磊落，团结友善，顾全大局，正确处理与领导和同学之间的关系。

在学习中，我认真做好自我的本职，努力学习自我的专业知识，刻苦钻研。同时，我利用业余时间学习自我喜欢的摄影，绘画，参加社会实践，不断的拓展自我的知识面，努力提高自我的综合潜力，使自我适应这个社会。

在工作上，我努力做好领导和老师安排的工作，把自我潜力范围内的事做好。当同学遇到困难时，我会主动伸出自我的援助之手，尽自我的努力去帮忙他(她)。

社会实践方面，我用心参加志愿活动，奉献自我的青春。每次有什么献爱心的活动，我都会献上自我的一份情，每次到敬老院去看望那些老人，我都会带着礼品去慰问他们。虽然不是很多，但那是我的一片心。当然我也在社会实践活动中被评为“优秀先进个人”。

志愿者是指不为物质报酬，基于良知信念和职责，自愿为社会和个人带给服务和帮忙的人，加入志愿者是按照必须程序在团组织，志愿者组织下，参加服务活动的志愿者。青年志愿者活动是由团中央发起并在全中国广泛开展的以青年资源参加为基本特征，以扶贫帮困和社会公益事业为主要资料的一项社会服务活动。青年志愿者活动面向全社会，主要是围绕公益劳动，美化环境，义务植树，抢险救灾，文体活动，社区服务。

社会治安，移风易俗，科教扫盲以及青少年帮教和维权等方面开展义务服务活动，用心倡导奉献，友爱，互助，进步的青年志愿者精神。

## 大学生志愿服务心得体会

爱心、奉献，不求回报，讲求付出，从中收获快乐。这是我们每一位大学生志愿者共同的理想和心愿。

我是\_\_级的一名青年志愿者，\_\_年9月，我加入了广西工学院鹿山学院青年志愿者协会。在学长学姐的带领下，组织并参与了一些校内外的公益活动，尽自己的所能去帮助需要那些需要帮助的人。传递自己的快乐和爱心的同时，收获着我们自己的快乐和信念，并且让志愿者的奉献精神传承下去。

有人说，志愿者是“送人玫瑰，手有余香”。的确，加入志愿者协会两年多来，让我受益匪浅。首先，丰富了我的个人阅历。作为一名普通的大学生，不单单要学习，还要进行全方面的素质拓展，在学习中成长，在实践中成才。而现在我肩负着不单是普通大学生的责任，而是一名志愿者。作为一名志愿者，我比普通人更多的是激情、热心和奉献精神。只有做更多的志愿服务，才能帮助更多需要帮助的人，才能收获更多的快乐。其次，锻炼了我的协调能力。作为一名志愿者，这就要求我们能协调好自己的工作与学习时间，很多时候工作与学习时间是冲突的。学生的主要任务是学习，我们不能只顾工作将学习落下，又不能只顾学习而不工作。在这两年的时间里，我学会了充分协调好工作与学习的关系，两者兼顾。更重要的是：我明确了社会服务的意义。作为一名志愿者，我们应该明白自己做的都是无偿义务活动，价值是不能用金钱来衡量的，是一笔无形的精神财富。我们要用实际行动告诉人们，用心服务，传承志愿者的无私奉献精神，让这精神像阳光一样洒满社会各个角落。

脚踏实地，坚持不懈，才能登上峰顶。踏踏实实的走好每一

步，留下的足迹虽然会渐渐消失，但是却教会了我们学会积累。无论做什么事情，态度最重要。有时候我们真心的为每一件事情做好了腕足的准备，但却以失败告终，可是我们不会气馁，我们会逐渐从中获得爬起来的勇气。虽然失败了，却离成功更近了。我们青年志愿者在工作中，也有拼成失败痛楚的时候，但是我们需要做的，是整理好心理笔记，端正态度。只要一直保持着良好的态度，坚持努力不放弃，我们会慢慢成长，成熟，直至成为一个耀眼的星团。切实的为人们做实事，这便让人们心中温存了热，温存了让人快乐，让人感激的热。

进入青协一年以来，我们的干部干事秉着“我们是一家人”的思想，大家拧成一股绳，一起努力奋斗。家人，就是有困难的时候我们一起度过，快乐一起分享。这个家庭里，充满温暖，协作，宽容和快乐。我们一起工作，一起学习，一起帮助需要帮助的人，我们一起进退，青协的荣辱与我们每个人都息息相关。我们学会付出，让别人得到暖心热，我们学会宽容，让别人得到更多的机会，我们学会给予，让别人收到更多的甜果。青协是一个值得信赖的团体，我们相信，我们能用我们灼热的心，融化冷漠和无情，让世界处处充满爱，处处都有志愿精神。

我相信，只要人人都献出自己的一点爱，世界将变得更加美好。不论时间怎么变，我们助人为乐的传统美德没有变。不论人们怎么变，我们的爱心没有变。时间在前进，志愿者们们的精神，也再前进。

## 大学生志愿服务心得体会

我是一名大学生志愿者，我时时刻刻为我是大学生志愿团中的一员而自豪。

这次志愿者服务的经历也对我的人生产生了重大的影响。作为在学校里的学生、作为在社会里的个人，我们也应该学会服

从、付出、充满热情。在接下来的日子里,我会继续努力,以党员的要求来要求自己,不断地完善自己,积极为人民服务。

青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气,是当代社会注意一项十分高尚的事业。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德,是大有希望的事业。努力做好这项事业,有利于全社会树立奉献、友爱、互助、进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南,是当代青年志愿者的使命,也是我们学习“三个代表”的具体体现。

我一直想做一名志愿者,其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候,我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱,缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大,接触到更多人与事的时候,我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满,觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱,是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子,从我做起,从我们年轻人做起,我们可以让自己,让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看,我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会,我希望得到的只是一份体验。

作为一个志愿者,在助人的同时,也是自助。在使其他生命活出色彩的同时,志愿者也可以从中得到思想上的升华,学会与人沟通,学会关爱他人,也更深刻地领会到生命的意义。而且,支援者的活动,也为我提供了一个接触社会的机会,提供了一个锻炼自己的机会。

青年志愿者活动是微小的,因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的,因为他在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时,它也提升了现代青年的精神道德,培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。让我们为这一事业来奋斗吧!

让我们这些新时代青年来担负一些微弱的社会责任。奉献出一点微弱的力量！

## 大学生志愿者活动心得体会

我是一名大学生志愿者，我时时刻刻为我是大学生志愿团中的一员而自豪。

这次志愿者服务的经历也对我的人生产生了重大的影响。作为在学校里的学生、作为在社会里的个人，我们也应该学会服从、付出、充满热情。在接下来的日子里，我会继续努力，以最高要求来要求自己，不断地完善自己，积极为人民服务。

青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气，是当代社会注意一项十分高尚的事业。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德，是大有希望的事业。努力做好这项事业，有利于全社会树立奉献、友爱、互助、进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南，是当代青年志愿者的使命。

我一直想做一名志愿者，其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候，我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱，缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大，接触到更多人与事的时候，我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满，觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱，是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子，从我做起，从我们年轻人做起，我们可以让自己，让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看，我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会，我希望得到的只是一份体验。

作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学



会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。

青年志愿者活动是微小的，因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的，因为它在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时，它也提升了现代青年的精神道德，培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。让我们为这一事业来奋斗吧！

让我们这些新时代青年来担负一些微弱的社会责任。奉献出一点微弱的力量！

## 大学生志愿者活动心得

大学的校园生活带给了我很多的收获，也让我成长了很多，更多的是懂得了奉献和责任的重要性，现在的我也是一个可以独自的承担自己的责任，也愿意将自己的爱心奉献给更多的人，愿意尽自己的力量去帮助到更多的人。当然这些都是大学所带给我的宝贵的财富。

在我大二的时候，课程并不是特别的多，所以自己的学习的任务也不是特别的紧张，所以自己也参加了大学里的社团里面的志愿者的活动，在很多的地方都奉献出了自己的一份力量，我也曾去敬老院照顾了孤独的老人，帮他们尽自己的一点力量，洗衣服、做饭、陪他们喝茶、下棋，也去过学校周边的孤儿院照顾那些小孩子们，看着他们一个个天真活泼的样子，我也感觉自己的付出是值得的，更是去很多的活动场地做了志愿者，免费的帮助他们更好的开展自己的活动，对于学校所举办的活动，我都会积极的参加，尽管我知道自己的力量是非常的小的，但是能够在这些事情里面，献出自己的一点爱心，看到被帮助的人脸上露出满意和感激的微笑，看着自己所做的事情取得一点一滴的成就，我也感到非常的

满足，就不管是多累多辛苦的事情，我也都会觉得这是值得的。

在这个世界上也已经生活里二十年的时间了，从自己懂事开始，我就懂得爱心和奉献的意义，不管是对于自己的朋友、同学还是老师、家人，也不管是自己认识的人还是陌生人，在别人有难处，有困难的时候，伸出自己的援助之手，去尽自己的力量去帮助他们，我们是处于新时代的青年，我们也需要去贡献出自己的一丝丝的力量，不管自己的能力多少，至少我们有这个爱心和想法去帮助到他们。

从自己这段时间的志愿者的经历当中，我也意识到了自己在生活当中，在自己的生活里面，奉献的重要和伟大，能够帮助到别人也让我感到特别的有成就感，自己也可以从这中间取得一些快乐，我的大学生活也得到了一定的充实。在以后将来的日子里，我也希望自己可以将自己的爱心传递给更多的人，我也希望自己的身边的人都是非常有爱心，懂奉献的人，所以很多的时候，我也会都会号召自己身边的人来参与到成为志愿者的活动中来，我也希望自己以后可以多参加一点这样有意义、对社会有所帮助的活动。

## 志愿者心得体会800字范文

做志愿者这一年多以来，我一直为可以有很多兄弟姐妹感到很开心。因为我一直觉得既然可以做志愿者应该都是看透了，人世间很多功利才会来做这些，在旁人眼里觉得是傻瓜做的事情。那么在我的眼睛里就没有人与人之间的高低贵贱的区别。

志愿者的管理其实是一门科学。其实现实的情况也不一定和想象的那样单纯。不知道我是不是该说，其实林子大了什么鸟都有，所谓的志愿者人群有大部分是来凑热闹的，甚至有些人是带着各种各样的目的来的。但是我一直觉得不管是带着什么目的加入进来。只要做的事情是对志愿服务有帮助，

可以帮助到需要帮助的人，不对志愿工作大方向有影响，我们就应该学会包容。

现在的志愿者工作其实是处在一个非常关键的时刻。通过热闹的。已经有很多人提出了20为志愿者元年的说法。这其实对志愿者事业是一个非常好的契机。其实现在是更需要的是对志愿者工作进行规范的时候了。只有进一步规范化管理，将来才可以做到真正实现志愿者，可以真正服务于社会的目的。可是现在志愿者团队可以说是穷出不层，很多时候，穿上一件写有志愿者字样的衣服，挂上一个牌子就说自己是志愿者；扯起一个旗帜就称自己是一个团队。很多自称为团队的，其实就那么一两个人。

在这里当然并没有其它的意思，但是说句心里话。这样的情形对将来志愿者工作其实是很不利的。那些所谓的不规范的志愿者的行为，其实也给将来志愿者工作带来了负面的影响。

所以我有几个想法：一、探讨和总结什么是真正的志愿者精神和文化。人们到底为什么要来做志愿者？是应该引发更多人来思考的一个问题。在这一段时间，我和北京的志愿者杨涛夫妇一直在合作策划一个叫“聚源入川”的活动。也就是由此思考引发出来的一个人文公益活动，我们把志愿者精神和水文化相结合。水是生命的源头，志愿者精神也应该和水一样，是人们的生活状态达到一定境界后，一种人性最质朴的回归。汶川、北川一带原本就是传说中禹的故乡，也是中国水文化的发源地。地震在这里发生后，把那么多人心里面如水的情怀都震发了出来。大家不顾一切奔往四川做志愿者。那么我不应该让人们心里，已经引发出来的善心随着地震的过去，而又隐藏回去。我们应该把这种每个人心里面，最美的一面更多更好的提炼，让已经离我们远去的生命不至于白白的牺牲。

二、完善志愿者考评认可机制，但是更重要的是给予志愿者发自内心的认可，志愿者的心其实是很敏感。如果面对的人

不是真诚的，会被很快觉察出来。他们当面不会说什么，但是现实中会采取用脚投票的态度。只有当各个部门真正把志愿者当朋友，当兄弟看待时，志愿者也自然会认真做好很多事情。

三、规范志愿者培训机制，设计确实可行的志愿者培训课程。让每一个刚刚来做志愿者的人们，可以明确的知道自己该干什么，可以做什么，怎么去做。

四、认真的给来参加志愿服务的成员志愿者工时记录，因为做的时间的长短，是唯一可以量化衡量志愿者工作的标准。那么只有那些真正从事志愿服务时间长的志愿者才可以真正沉淀下来。也才可以真正通过时间的考验，来让真正优秀的志愿者升华。现在志愿者工作浮夸风其实非常盛行，很多所谓的明星志愿者居然是被包装出来的。然而经过一定的了解后，知道真相后，反而对志愿者工作是一种打击。我们应该通过真正实实在在的工作来规范志愿者工作。

五、政府应该为志愿者工作提供实质性更强的支持。比如提供相对固定的办公场地，和一些办公设施。志愿者和很多志愿者团队，可以用自己的时间和金钱来无偿服务社会，但是同时也都不约而同的在团队发展到一定时候，面临生存的问题。因为在团队组建初期，大家凭着最初的热情可以不顾一切，志愿者可以一次甚至十次的付出。但是不帮助他们解决一些最根本的问题，也是很难坚持下去。志愿者团队就象是一个铁打的营盘流水的兵。我们要做的工作应该是怎么把那些，真正拥有志愿者精神的人留下来。

## 大学生志愿者心得体会范本

时间匆匆，转眼间我在这里一年的时间已经过去了。回想我来到紫云，来到猫营，在这里做了一名光荣的西部计划志愿者，仿佛就是昨天的事情。在这一年的时间里，在同事们的关心帮助下，各方面的能力都有所提高，我时刻不忘自己是

一名西部计划志愿者，是一名中共党员，努力每一项工作并把它们做的。

作为“大学生志愿服务西部计划”的实践报告者，我时刻不忘青年志愿者服务宗旨，时刻不忘党的教导，弘扬支援精神。面对工作、生活、学习中的诸多困难，不畏惧、不退缩，通过自身的努力去克服。同时，作为政府工作人员，我能够认真贯彻党的基本路线、方针政策，通过报纸、杂志、广播电视、网络等途径积极学习政治理论；遵纪守法，服从单位各项规章制度的管理，认真学习环保法律法规；爱岗敬业，具有强烈的责任感和事业心，积极主动认真地学习专业知识，工作态度端正，认真负责。

在领导和同事的大力支持和指导下，我在做好本职工作的同时，常常深入实践，积极参加各项活动。我经常跟随领导下乡开展农村各项活动，通过和老百姓接触，了解他们的生活，也让他们更好地了解西部计划的大学生志愿者。在乡镇工作中，我积累了很多与人交往的技巧经验，学会了开展基层工作以及如何处理人际关系的方法，为我以后的工作奠定了很好的基础。

这一年的服务我主要负责猫营镇的远程教育工作。在开展农村党员干部现代远程教育工作中，我时刻严格要求自己，始终坚持吃苦耐劳、任劳任怨、敢于负责的态度和精神，以高度的责任感积极投入远程教育工作，踏实肯干，扎实工作，时刻不敢有丝毫懈怠。为切实发挥好远程教育的作用，让远程教育真正服务于农村服务于农民。我每周上网下载内容丰富、形式多样，符合农村需要、满足农民要求的课件。并且经常去远程教育站点组织丰富多彩的培训，包括电脑培训、农业技术培训、爱国教育、法制法规、医疗保健等内容。除了做一些理论教育培训外，我还针对各个村的实际选择性的下载了很多的农村实用技术和实用知识，同时我与镇村干部结合农业生产的季节特点，对农民进行种植、养殖等方面的培训，程度上满足广大党员干部和农民群众的需要。我们镇

辖24个行政村，共24个农村党支部，现有农村党员900多名，总人数4万多人，已建成镇党建村远教站点2个，校村共建站点22个，在我服务远程教育期间，远程教育站点覆盖率达到100%，同时还在部分有条件的村增设了远程教育播放分点。

除了负责远程教育外，我还从事办公室工作，同时协助各个部门开展工作。由于行政工作繁杂琐碎，而我在大学期间学的又是工科，为搞好工作，我认真的摸索实践，遇到困难的问题就主动向领导同事请教学习，在较短的时间内便熟悉了办公室的工作，明确了工作的程序和工作方法，提高了工作能力，在具体的工作中形成了一个清晰的工作思路，能够顺利地开展工作并熟练圆满地完成各办公室的工作。很多时候为了完成某项工作总是跟同事们加班到深夜。

我们这批志愿者赶上了五年一次的换届选举，赶上了十年一次的全国农业普查，赶上了新农村建设，赶上了计生系统的改革。我们能在服务期间能赶上这些，是我们每个志愿者的荣幸，虽然总是感觉很忙很累，却让我们能做更多得事情，让我们的生活更充实，让我们更好的服务于西部，也更好的锻炼了我们，提高了我们的工作能力，让我们不枉这一年的西部服务。

在这一年里，工作上印象最深的就是十年一次的全国农业普查。在这次全国农业普查中，我很荣幸被镇领导选为负责人之一。为了更好的完成党委政府交给我的工作，我把几乎把自己的全部精力都放在了农业普查上。在农业普查的摸底阶段，我在村里面呆了一个多星期，吃住都在农户家，这一个多星期一直下雨我没换过一次衣服，出来后我都感觉自己成了一个泥巴人，到家的第一件事就是洗澡换衣服。在普查阶段，由于我参加过市里的培训，除了我自己负责的片区村外，别的片区的好多村也请我去给它们培训，甚至有别的乡镇的朋友也请我去给它们培训，我每次都是欣然接受，尽我得全力去做好每场培训。在普查表审表过录阶段，我经常加班审表过录，自己的任务完成了去帮助别人做，虽然眼睛都看痛，

但是心里却是感觉特别的充实，为能帮群众做点力所能及的事而自豪。最后由于我跟同事们的努力，我们镇的农业普查工作得到县里的一致好评，在的录入中以错误做少而顺利录入。

总结这一年的工作，我实现了从学校到社会，从学生到政府工作人员的转变，很好的履行了志愿服务义务，取得了一定的进步和成绩，服务单位对我有很高的评价，我个人对这一年的工作都比较满意。但在一些方面还存在着不足，如工作思路不够灵活，个别工作不够完善，有待改进。

在这一年的志愿服务工作中，我虽然失去了很多(失去了很好的工作机会，付出了很多，但我无悔这个选择，这段短暂生活体验却是我人生当中最难忘、感受最深的时光，在基层艰苦环境的磨练中的这段经历将是我今后人生道路上一笔最宝贵的精神财富。这段经历使我更深刻地认识到只有为人民群众奉献自己的青春和智慧，只有把有限的生命投入到无限的全心全意为人民服务中去，才能实现自己的人生价值。我希望自己能成为一名国家的基层公务员，为基层人民做出自己更多的贡献。

## 大学生团队活动心得体会篇二

近年来，大学生焦虑问题越来越受到关注。全国多个高校都出现了由学生主导的焦虑群体，这些群体在各种社交平台上交流着自己的经历和感受。随着大学生压力越来越大，焦虑问题也愈发突出。我作为一名在校大学生，也深感这种焦虑压力的存在。怎样更好地缓解学习压力，放松情绪，成为我思考的焦点。

第二段：分享一个缓解焦虑的活动——拼图

为缓解自己的焦虑和压力，我参加了学校举办的拼图活动。这个活动是由心理辅导中心主办的，旨在为同学们创造一个

放松自己、学习自我调节情绪的机会。我来到现场的时候，气氛非常温馨，大家在忙碌地拼接自己的作品。刚开始，我有些迷茫，不知道该从哪个角度着手。后来慢慢发现，拼图和人生很像，你不知道下一个提示点会是什么，也不知道自己最终的拼图会是什么样子。只有在不断尝试，调整的过程中，才能走向成功。

第三段：从拼图体验中领悟到的成长——要用耐心享受和认真思考生活

在这个拼图活动中，我看到了大家用自己的耐心和精力生活。不知跑了几趟才找到我想要的拼图，但我为了这个目标付出了自己的精力和耐心，所以最终获得了成就感。成长是用耐心来享受每一个生活的细节，用认真思考来领悟每一个经历的人生。拼图给我们提供了一个细节化的思考和认知的平台，我从中领悟到了要充分发挥自己的耐心和精力，才能更好地探索人生。

第四段：找到自己的心灵绿洲——精神和情绪管理

心理健康对每个人都是至关重要的，而情绪管理则是维护心理健康的重要方面之一。焦虑到了一定程度，会让人感到压力和无助。更何况是处在高强度的大学学习环境中的大学生呢。因此，我们应该更加重视精神健康的问题，恰当地管理自己的情绪，并适时寻求专业人士的帮助与支持。这样才能找到自己的心灵绿洲，走出焦虑，保持开心、快乐的心态。

第五段：总结——保持信心，共同面对生活

拼图活动是一次很好的体验，让我更加深刻地理解了“耐心、思考”这样的生活方式，以及保持情绪平稳和心情愉悦的重要性。我们生活在一个充满了机遇和挑战的世界中，如何保持信心，勇往直前，是我们坚守的底线，也是我们获得成功的唯一途径。让我们共同面对生活，并用自己的经验和智慧



去拼凑出美好人生的拼图。

## 大学生团队活动心得体会篇三

第二天，我们被拉去听入学教育讲座，心想挺好的，这天不用军训了，能够再玩一天，收拾收拾寝室了！然而老天就是习惯和我们开玩笑。就在那天下午qq群里来了通知下楼集合！我们穿着校服，扛着院旗，在助导的带领下我们走了一段很长很长的路，从南区一向往反方向走啊走啊，沿途的风景和那匆匆的行人在我看来怎样那么多的迷茫和无奈呢？谁也不明白走了多长时间，同学们都在讨论着些什么，一向料事如神的我在这个时候也不想说出那事情的真相了！我想谁也不说，就那样等待着总比说出来难过要好得多！

最后，我们到达了那块人间“地狱”——北区操场！看着操场上成群结队的同学，看台上坐着整整齐齐的助教，有一个老师在上边指挥着我们，让我们原地休息。我明白，它要开始了！它，是“魔鬼”，对，魔鬼般的军训！

正如我所料，我们的助教从看台上跑了下来，把我们带到了一块烈日炎炎的地方，给我们讲了讲军训的一些事情。就这样，我们的二十天军训时光就从这个下午开始了！

这个下午，我们就在这没有一点点防备的状况下开始军训！暂时没有教官，我们的助理教练员带我们训练，我们有说有笑，该训练训练该玩玩，但是一个暑假都没有运动的我，显得是那么的无力！心里默念，真的不能有太多期盼啊！真应了那句话：期盼越大，失望就越大！我们先学习最基础的立正、稍息、跨立开始。虽然看上去很简单，但是想要做到位可不简单，要注意手怎样放，脚怎样跨开，要接近60度。跨列要跨右脚，右手半握拳，左手抓住右手的手腕，放在腰际上，还有好多规矩呢！真是不练不明白，一练吓一跳！原先军训也得这么费脑筋啊！就这样一个下午过去了，我们结束了第一次训练！

第二天一早，我们五点多就起床了，因为有早操，我们拖着疲惫的身体爬起了床，腰酸背痛的用刺骨的凉水洗了一把脸就匆匆下楼集合了！困困的我们在想这是不是高考后的第一个早起日呢？瞬间一股怀念的热潮在我心中翻涌！我的假期……“噗噗…”一阵响声把我从幻想中给赶了出来，助教的大喇叭哇哇直响，把我们带到了南区操场！跳起了那个“妩媚妖娆”的“倍儿爽”，放不开的同学们都跳不好，直挨说！但也还是学会了动作。

吃完早饭我们被带到了北区训练场，这天的状况有些不对劲啊？啊，我没看错，来教官了！助教集合去主席台开会，我们在下面站军姿！最后回来的时候，我心里又有了什么预感。哈哈…真是机智如我啊！助教说：“谁愿意代表我们学院去学校标兵方队训练？这是给学院争光的事情，大家用心一点！”我的一个同学用心的站了出去，我怕累，就没站出去！

老天有眼！我被挑了出来，和那个男同学一齐去了标兵连队！标兵虽然苦，但我们坚持了下来！我们白天跟标兵训练，晚上在南区操场和自我的同学们拉歌！就这样一天又一天！

每一天训练下来，累得腰酸腿疼。我的教官是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到贴合要求为止。其实教官也是心疼我们的，但他更期望能把我们的坚强、毅力练出来。军训生活的甜是一种“苦尽甘来”的甜，是训练场上教官表示肯定的一句话或一个眼神。这种甜是师生之间建立起来的一种深厚的友谊，就像一块朱古力糖，还会有丝丝苦味。真是让人回味无穷。

很快在一齐军训的日子过去了，转眼到了军训汇演了，我们都很亢奋！那一排排队伍犹如大树般站立在操场上，那一声声响亮的口令回荡在每一个人耳边。这是一种考验，这是一种磨练。在军训期间，教官曾说过一句话“流血流汗不流泪！掉皮掉肉不掉队！”这句话说明了一个军人就应严格要求自我，一切以群众为主，要有吃苦耐劳的精神，战胜困难的勇

气。

我们的皮肤都晒得黝黑，衣服晒掉了颜色。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自我的使命！

军训汇演顺利举办，我们如释重负，但是感觉肩上多了一份力量，一点职责！我要把军训期间的`作风带到日常生活和工作中去！学习军人的优良作风！不怕苦、不怕难！

## 大学生团队活动心得体会篇四

通过这次的社会实践，使我逐步了解了社会，增长了才干，从中学到了很多书本上学不到的东西，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的`发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

## 大学生团队活动心得体会篇五

近年来，焦虑症在年轻人群体中呈现出不断增长的趋势，尤其是在大学生中更是如此。大学生面临着学习与生活的双重压力，往往很难平衡好两者之间的关系。针对这一问题，学校和社会也开展了各种各样的活动，帮助大学生们减轻焦虑，从而更好地面对未来的挑战。在这些活动中，我也参加了不少，得到了很多启发和感悟，志愿写下这篇文章，分享我的心得体会。

### 第二段： 心理咨询与自我调适

在大学中，我们通常会因为学习压力、生活琐事等原因而感到焦虑，这时我们不妨到心理咨询中心寻求帮助。在我所在的学校，心理咨询中心提供博导、心理医生等专业的辅导。

在心理咨询中心与心理医生的辅导中，我学会了如何自我调节，譬如，感觉到压力大时，学会用音乐、阅读、散步等自我调节方法来缓解精神压力。同时也学会了如何制定目标和计划，这让我在日常的学习中更加系统化、科学化、高效化。总之，心理咨询是我们减缓焦虑和自我调适的重要手段。

### 第三段：参加活动与交流

在减轻焦虑的过程中，我们还要结交志同道合的朋友。参加深夜食堂、聚会、手工制作课程、志愿活动等组织的活动，是我认识很多新朋友的场所。他们也在不断地搜索和实践，分享他们的体验、想法和方法，让我在最初的焦虑与害怕中，找到了许多应对的方法和灵感，从而慢慢地减轻了压力。活动和交流是寻求心理减压和交友这个过程中必不可少的环节。

### 第四段：运动和户外

在日常生活中，我们还可以通过运动和户外活动缓解压力和减轻焦虑。我喜欢体育运动，常常去学校体育馆锻炼，参加羽毛球、篮球等比赛，这不仅强身健体，还让我通过运动能够排除体内压力，解放自我。而且，在这个假期，我也和几个朋友一起去了旅行，选择了亲近大自然、走入野外、靠近风景的户外活动，这让我更好地释放压力，自然也收获了许多美好的回忆。

### 第五段：总结

在这次的比较经验中，通过心理咨询与自我调节、参加活动与交流、运动和户外活动等方式，我得到了不少肯定和启发。它们让我更加懂得自己，也帮助我在学习和生活的路途上更熟练、更从容。坚信，减轻大学生的焦虑和压力，需要我们积极学习、循序渐进的改变自己的行动和思路，我们应该继续自我提高，勇于感受，勇于尝试，让自己成为未来的强者。

# 大学生团队活动心得体会篇六

大学生科研活动是一个让学生探索、发现、创新并不断提高能力的过程，也是一种实现自我价值的途径。在科研活动中，不仅需要经验，更需要一种谦虚、好学、敏锐的思维和动手能力。下面，我将分享我的科研经验和心得，希望能够帮助更多的同学走出自己的道路，并取得更好的成果。

## 第二段：科研的动机和意义

科研不仅是学业，更是一种追求知识和认知自我的过程。在科研过程中，我有机会跳出课堂，深入到真实的学术领域，经历着学习、思考、探索的过程。在这个过程中我得到了眼界和思路上的拓宽，加强了自己的能力和对未来的逐步规划。

同时，参与科研活动给我增加了很多对未来工作的实践经验。通过科研，我感受到了自主探究和合作研究的区别，了解了如何根据自己的实际能力来选择适合自己的专业方向。我逐渐明白，只有通过不懈的努力和实践才能成功打造自己的研究领域，提高自己的能力，更好地投入到未来的工作中去。

## 第三段：实践的感悟和技能的提升

实践是检验真理的关键之一，也是科研活动中必不可少的部分。通过实践，我开始在学术界与同行相互探讨，不断梳理、完善自己的思维。同时，我也学会了如何处理问题和应对挑战，在实际操作中不断提高自己的沟通与合作能力。

在科研活动中，我不仅能够结合自己的专业领域，更能够利用各种现有条件和资源，创造出有意义的科研作品。在不断的实践中，我逐渐理解到科研不是一种静态的过程，而是应该不断提高，不断更新自己理念并寻找新的方向。

## 第四段：个人的成长和锻炼

科研不仅帮助我提升了自己的能力和技能，更让我深刻地认识到“想法源于实践、行动促使理念”的理念重要性。科研通过现实问题的解决，让我的动手能力和创造能力变得越强，思考能力也更加灵敏。

同时，科研激励着我继续学习和提高自己的专业素养。在科研过程中，我主动了解领域主流的研究成果和学术观点，加强自己对这些内容的理解和掌握。通过不断的实践和经验积累，我渐渐认识到科研也是一种持续学习的过程，只有不断提高自己的学习能力，才能在领域中迎来更加辉煌的成就。

## 第五段：总结

总之，大学生科研是一次让我收获很多的经历，让我从不断提升能力和学习中认识了自我和世界。相信在日后的发展中，我会把科研经验转化为更积极有效的行为而进一步实现个人的发展和社会的进步。因此，我希望同学们也能够参与到科研中来，不断挑战自我的潜力，找到自己的方向，并成长为真正的专业人才。

## 大学生团队活动心得体会篇七

大学生科研活动是学生们在大学期间至关重要的一项任务，它是推动学生们思维和能力发展，提升综合素质和未来发展的重要途径。在进行这项活动的过程中，学生们不仅需要具备一定的专业技能，还需要充实自己的学术素养和创新思维，不断探索未知领域，并需要对经验进行总结和反思。因此，本文将重点探讨大学生进行科研活动的体会和心得，以便更好的指导和帮助同学们开展此项活动。

## 第二段：科研活动中遇到的困难和挑战

大学生科研活动涉及的领域广泛，要进行深入探讨和研究，需要有大量的精力和时间投入。同时，学生们还将会遇到很

多的困难和挑战，比如缺乏研究经验，找不到适合自己的题目；困扰于写作；缺乏顶尖的科研设备等。这些的困难和挑战给大学生的同时给学生们带来了很大压力和挫折感。但艰苦卓绝的科研活动，也使我感受到了科研不容易的同时也鼓舞了我的信心和勇气。

### 第三段：科研活动促进了自身成长

从我自己的经验来看，在科研活动中，我们不仅能够锻炼自己的思维能力和学术素养，还能提升自身的综合素质。在整个科研活动中，我们需要广泛涉猎文献资料，针对不同的问题进行探讨，进行不断总结和反思，并且需要在耐心和毅力的基础上不断改进自己的方法，这些的努力让我感觉到我的思维严谨、思考深入，同时还能锻炼我的独立思考和解决问题的能力，使我在全面发展中更加完善和自信。

### 第四段：科研活动对未来发展的影响

进行科研活动对于大学生的未来发展有着至关重要的影响。科研活动实践使我了解了学术研究的体系和方法，还培养了我对于研究生涯的兴趣和热情，并进一步促进了我拓展职业领域的意识。在进行科研活动的过程中，我们需要通过不断的思考和实践，形成自己的价值观和体系，了解自己兴趣和优势，才能更好的面对就业和未来创新之路。

### 第五段：总结

总而言之，大学生科研活动是推动大学生全面发展的重要途径之一。在这项活动中，我们面临着困难和挑战，但是我们也通过这项活动中提升了自己的综合素质、实践能力和表达能力，并为未来职业发展提供了支持。因此，我们应该不断寻求自我进步和提升，更加主动地去开展科研活动，不断地提高自我的学术本质和记录总结能力，才能在未来之路中更好地实现自身价值，激发更广阔的前沿研究能力和实践能力。

# 大学生团队活动心得体会篇八

大学生科研活动是大学生综合能力提高的重要途径之一，是促进大学生发展的重要途径之一。科研活动不仅能够深化我们对于学科理论的认识，更能提高我们的实际动手能力、独立思考能力和综合素质。把自己所学应用到实践中，这是科研活动对于我们的要求，下面，就我的科研活动心得分享一下。

## 二、心得体会

### 1. 勇于探究，敢于尝试

在科研过程中，我遇到了众多的瓶颈和难题，但是我没有退缩，而是勇敢地面对问题，与同伴一同探讨、解决。这让我更加明确了科研的目的，更加明白了科研的意义。科研是一项需要耐心和细致的工作，不能急躁，要有耐心，不能轻言放弃，要勇往直前。

### 2. 团队协作，共赢共享

团队合作是科研活动中非常重要的一点。在团队中，每个人都有自己的特长和长处，相互之间的协同工作可以有效地减少工作量和时间，提高团队的成果。同时，互相分享、互相学习，提高每个人的能力和水平，获得更好的成果。

### 3. 确立目标，认真规划

科研活动中，要明确研究目标和方向，控制研究深度和广度，有所侧重，不要盲目涉猎。在确定研究方向之后，要结合时间和实际情况，制定科学合理的计划和安排，合理分配时间和任务，以确保研究进展。

### 4. 不断学习，积极思考



科研活动，需要不断的学习和探索，与时俱进，开拓思维，勇于尝试新的方法和工具。同时，积极思考，不断反思和总结前期工作，找到问题所在，加以改进和完善。通过不断的学习和思考，不断提高自己的能力和水平，获得更多的收获和成果。

## 5. 细致认真，认真记录

在科研过程中，要做到细致认真，认真记录实验数据和结果，保持科学、准确、完整和可靠的实验记录，以便后期的参考和验证。同时，要定期对记录进行整理和反思，方便后期的分析和总结。

## 三、结语

在科研活动中，勇于探究、团队协作、明确目标、不断学习、细致认真是实现科研成果的关键。我们要勇于尝试，不断努力，不断学习、不断发展实践能力，力求取得更好的研究成果，成为一名优秀的科研工作者。

## 大学生团队活动心得体会篇九

蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那份无奈。当准备收拾心情，重整出发时，发现原来匆匆的假期里多了一份沉沉的充实。在这个暑假里为了不让自己在放松的生活中忘掉奋斗的目标我为自己找了两份工作。一份是担任武汉世爵文化发展有限公司的临时财务主管，另外就是我叔叔的家政。

第一天上班的时候，心里挺忐忑不安的，面对我的头头上司，心里不免有些打颤。还好，我的上司很祥和，耐心的跟我讲解财务主管的职责，还告诉我那些该怎么样去做，还仔细的介绍的公司目前的财务状况。渐渐的我熟悉了我的最基本任务和公司的运作情况，也就是这样我的工作得心应手。不过这多亏是我上司的教育，我在这里给他致谢！同时也感谢

公司给了我一个展示自己和提升自己的平台。

有一次，一职员要来领钱，我要给他开发票，我从来就没有开过发票，不知道怎么去写，结果废了好几张发票。呵呵！好在最后还是学会了怎样去开了。我们公司开了一个美术培训班，理所当然培训费就会上交公司，哪次一老师带着11万元上我这儿缴费。11万啦，不是11元，也不是110元！我需要点清钱的数目，还要辨别钱的真假，万一出了什么差错是要我自己赔的啊！我就那样心里慌慌的和他办完了所有手续，然后就是我必须去银行存钱，一个人独自带着11万元顺利安全的给办完了。

该公司是新开办的公司，所以我务必要先做好现金和银行日记帐，其他的可以缓一缓，这个缓不得，弄不好会吃大亏的：

- 1、先设好账套
- 2、收集好原始凭证
- 3、根据帐套所设明细科目，依原始凭证作会计分录，也就是一个萝卜一个坑往里填就是了
- 4、核对明细帐，总帐，原始凭证，做到帐实相符
- 5、如果以上都没问题，那就编资产负债表，损益表，银行余额调节表（或资金明细表）。

这就是我一个月来的积累下来的心得。