

大学生寒假实践心得体会(优质15篇)

实习心得是对实习过程中所面临的挑战和困惑进行思考和总结的重要过程。以下是小编为大家收集的学习心得范文，仅供参考，希望能给大家带来一些启发和借鉴。

大学生寒假实践心得体会篇一

期盼了一个寒假，终于可以当上城管了，昨晚做梦还梦见自己劝导刁蛮无理的无证摊贩，结局却是自己委屈地掉眼泪。

为什么想来体验城管这个职业呢?说实话，我们当初心仪的实践基地包括电视台，房地产，滑雪场等，我们觉得这些基地有着轻松有趣的工作环境。而对于城管这个职业我们一点都不熟悉，甚至由于网络媒体的报道，我们觉得它是一个带有负面形象的职业。

但是，想想，没有亲身经历过的人是没有资格评判的，所以我们小队应聘了xx区城市管理行政执法局闸弄口中队的“小城管”一职，并签订了《实践合约》。

放寒假了，我们小队成员按照《实践合约》上的工作日期准时参加社会实践。虽然实践的时间很短，但我看到了很多，也想到了很多，我也把这些人和事都记下来。

岗前培训中

一大早，城管大队就派了两辆车来地铁站接我们，城管叔叔们非常亲切，语气十分温柔，一下子消除了我们的紧张感。虽然有些晕车，但心里突然有个小人在呐喊——谁和我说城管很凶的?!在城管大队遇见的每一位城管，都是十分和善和友好的人。

那么，他们执法的时候是不是很严厉，和平时不一样呢?带着

疑问，我跟随一支分队去社区处理一起关于违规摆摊的居民投诉。在车上，我就担心万一一言不合打起来可怎么办。于是，下车后，我站的有些远，尽量减少存在感。可正是因为我处于旁观者的角度，可以清楚观察到每一个人的表情，才让我真切体会到城管和摊贩各自的难处。在整个过程中，城管叔叔的表情没有一丝不耐烦，劝导的声音和刚刚与我们说话的声音一样的温和，只是多了一份严肃和认真。摊贩大妈有些激动，陈述着自己家的困难，但还是很配合城管的工作，氛围并不像想象中的那样紧张。突然想起在车上时，城管叔叔对我们说的一句话“毕竟还是好人多”。

在跟随城管一起执法的过程中，我被这群可爱的城管“洗脑”了。在巡街时，我完全把自己当成了一个城管，以极高的热情投入到工作中。当看到城管叔叔提起外地牌照时无可奈何的神情和他提起城管系统不像交警系统一样全国联网时，我联想到最近频繁提及的“依法治国”，我想，完善我国社会主义法制建设是及其必要的，通过严密的立法，使城管们依据的法律武器更具体化，实际化，提高针对性及有效性，让所有想要钻法律空子的苍蝇无缝可钻，让城管在明确的职权范围内更有底气地行使法律明确赋予的权利。

这一次的社会实践告诉我——城管这一职业秉承的工作守则：是“法治”，不是“法制”；是“治理”，而非“制服”。

2015年一段特殊的记忆

——记“小城管”之行

陆游曾示子曰：“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”。以前我们只能从网络媒体和社会舆论中获取到各种职业的信息和评价，从中也接触到一些社会评价不好的职业，城管就是其中之一了。而今天我们五人实践小分队走进了xx区城市管理行政执法局，体验两天的城管生活，了解到真实的城管这个职业。

以前以为城管办公室应该是磅礴庄重的，但事实并不是这样。当我们乘着执法车到达的执法局办公室是一幢藏在居民楼深处的朴素两层小楼。也不像从前以为的那样，城管都是严肃并且高高在上，现实中穿着制服的城管队员们都和蔼可亲地，他们友好的跟我们打招呼，耐心地向我们介绍他们的工作。

在实践的过程中，我们先观看了一段关于城管的视频，了解到城管的职责，原来城管除了查处违章停车，还有帮助进行五水共治、帮助管制流浪狗等职能。看完视频，接受完岗前培训之后，满怀着憧憬我们跟着城管队员来到了一幢居民楼前，一位大妈在自家小区门口摆起了面摊，生意火爆，但是络绎不绝的顾客阻碍了交通，而且油烟嘈杂声还影响了附近的居民休息。执法人员耐心地向大妈提出建议，但为生计所迫，大妈并不愿意搬离。大妈看起来比执法人员更为强势一点，但城管们也并没有与她发起冲突，而是对其进行耐心的劝导。在那时我才工作时意识到，城管队员并不是我们印象中的那样强势，因为他们真真切切为人民着想，态度极为温和，提出的建议也很中肯。

两天里，我们跟着队员们处理了很多事件，关于违章停车，关于违法摆摊，关于拆除违规广告……一切都是我们未曾感受过的事情。

第一次坐上执法车，第一次接近城管工作，第一次贴罚单，第一次交流交涉……。不登高山，不知天之高也；不临深溪，不知地之厚也。在两天的社会实践过程中，从前我所了解的城管这个职业的形象渐渐碎裂，留在我们脑海里的是一张张温和的笑脸，一声声耐心的劝导……。

大学生寒假实践心得体会篇二

随着教育的不断深入，校外实践活动逐渐成为学生学习的重要组成部分。本文将从个人经历出发，分享校外实践活动的种种感悟和体会。

第一段：引入

提及校外实践活动对于学生的重要性，引发读者对于该主题的关注。

校外实践活动是学生在学校之外的场所进行的一系列探索性、互动性活动的统称。这类活动为学生提供了广阔的学习平台，让我们接触和了解与课堂相异的社会风貌和实际问题。通过参与校外实践活动，我们接触到的是真实的社会环境和真实的问题，这对于我们的成长和发展有着非常重要的作用。

第二段：拓展眼界，增长见识

说明校外实践活动带来的一些积极影响，如拓展眼界、增长见识等。

校外实践活动带给我们的最大好处之一就是拓展了我们的眼界。在校外的实践中，我们常常接触到不同于日常的未知事物和环境，让我们的视野得以进一步扩展。例如，参观了一家大型企业，我才意识到企业经营的复杂性和现代生产线的高效率。而在社区志愿服务中，我见证了家庭困难儿童的生活现状，从而增长了对社会问题的认知和关切。

第三段：锻炼能力，提高素质

强调校外实践活动对于学生能力和素质的提升作用。

校外实践活动有助于我们锻炼各种能力，提高自己的综合素质。在参与团队活动时，我们不仅要与队友进行紧密的协作和沟通，还需要解决问题、进行决策、承担责任等，这些形形色色的挑战让我们在实践中锻炼了自己的能力。此外，校外实践也能培养我们的创新意识和一些实践技能，例如进行市场调研、搜集资料、分析数据等。这些宝贵的经验在我们的成长道路上起到了至关重要的作用。

第四段：感受社会，树立目标

谈及校外实践活动对于我们对社会和自我的认知和理解。

校外实践活动让我们更好地感受社会，从中明确自己的目标和职业追求。通过观摩或参与社会活动，我们接触到了各行各业的人，了解到不同职业的特点和要求。在此过程中，我们可以积累实践经验，更好地了解自己的兴趣和优势，从而树立明确的目标和追求。例如，在一次企业参观过程中，我对企业管理产生了浓厚的兴趣，决定将来报考管理专业。

第五段：总结

总结校外实践活动的积极意义和体会。

校外实践活动对于我们的成长和发展起到了重要的推动作用。通过这些活动，我们不仅拓宽了自己的眼界，增长了见识，还锻炼了自己的能力，提升了素质。更重要的是，校外实践活动能够让我们更好地了解社会，明确自己的目标和追求。因此，校外实践活动应该被广泛地推行和重视，为学生提供更多的机会与社会互动，从而更好地促进他们的全面发展。

大学生寒假实践心得体会篇三

寒假乡村实践活动让我度过了一个不同寻常的假期，加深了我对乡村的认识和了解。在这次活动中，我不仅学到了知识，还结交了许多新朋友，让我感受到了一个不同于城市的生活。下面，我将从活动的背景、实践内容、收获体会、遗憾反思和未来计划五个方面，分享我对这次活动的心得体会。

【第一段：活动背景】

随着城市化进程的加速推进，农村一直被人们所忽略和遗忘。为了鼓励更多的年轻人走进乡村，我们学校开展了一次寒假

乡村实践活动。在这次活动中，我们要前往当地的农村实地考察，了解农村的历史、文化、产业，帮助当地的农民朋友解决实际问题，加深对乡村的认识和了解。

【第二段：实践内容】

在此次乡村实践活动中，我们进行了多项实践活动：与农民一同劳作，了解他们的辛勤和生产工具的使用；参观了当地的博物馆，对农村发展的历史过程进行了了解；还听取了当地党委干部对于农村发展的计划和政策。

【第三段：收获体会】

通过这次活动，我深刻认识到了乡村的重要性。与城市相比，乡村的人文气息更浓郁，社会关系更加密切。除此之外，通过与农民的交流，我了解了他们的日常生活，对于务农的辛苦和不易有更深入的认识。在实践中，我还学到了许多实用的技能，例如如何识别不同类型的农作物、如何使用灌溉工具等等。同时，通过与志同道合的小伙伴们合作，我也让自己的社交圈更加广阔。

【第四段：遗憾反思】

在此次活动中，我还有一些不足和遗憾。首先是语言方面，我的口语表达能力不够强，让我在与当地人交流时稍有尴尬。其次是我们在乡村实践时对生态环境的影响没有足够的注意，有时候一些小伙伴习惯性地乱扔垃圾，对环境带来了一定的破坏。这些问题让我深感反思，也提醒着自己在未来的活动中更加注意这些仔细的问题。

【第五段：未来计划】

通过这次乡村实践，我对于乡村的认识和了解有了大幅度提升，也让我对于未来的规划进行了重新构想。我希望自己未

来能够更加积极地参与到农村建设中，尝试着做出一些实际贡献，减轻农民的负担。同时，我也更加希望能够加入一些志愿服务团队，通过自己的努力，推动乡村的发展和繁荣。

【结语】

通过这次寒假乡村实践活动，我不仅了解了乡村的历史和文化，也学到了实际的农业知识，还结交了许多新朋友，我相信这些经历将成为我的宝贵财富，支撑起我的未来发展。我也希望更多的年轻人能够参与到类似的活动中，走进乡村，了解它们，爱护它们，推动它们的发展。

大学生寒假实践心得体会篇四

我们从一些事情上得到感悟后，将其记录在心得体会里，让自己铭记于心，这样可以帮助我们分析出现问题的原因，从而找出解决问题的办法。但是心得体会有什么要求呢？以下是小编帮大家整理的寒假社会实践活动心得体会，仅供参考，大家一起来看看吧。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的

真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

大学生寒假实践心得体会篇五

在寒假期间，本人参加了学校组织的乡村实践活动，深入了解了乡村发展现状，并与当地居民亲切交流，收获颇丰。在这次活动中，我发现乡村经济与城市经济有着很大的差距，乡村建设还存在很多问题，但同时也感受到了乡村人民的勤劳和诚挚。通过一系列的实践活动，我对乡村建设的认识又有了一次深化，也让我对未来的学习与发展有了更具体的方向。

第二段：对乡村现状的了解

在这次乡村实践中，我对当地的农业、文化、民俗、生活方式等都有了一系列的了解。毗邻大城市的这个乡村虽然仍保留了一些传统风貌，但随着新兴城市化的不断扩张，更多形形色色的“城市病”也才进而有了趋势式的加深。比如在农业方面，大型的粮食生产机械取代了传统的农具，原有的农

村耕作方式已经难以适应现代化的发展和需求。在民俗方面，丰富多彩的传统文​​化已经逐渐淡出了当地人民的生活。

第三段：对乡村建设问题的认识

通过这次实践活动，我看到了乡村建设存在的问题，比如基础设施的不完善、环保意识的淡漠、小部分乱采乱挖现象的等等。让人令人担忧和难受的是，短视行为的破坏助推在乡村中涌现出冷和的风气。然而，我也看到了当地居民对于自家村庄的热爱，他们虽然缺乏现代化的科学理念，但从心里里表达出的意愿和欲望是真摯的。

第四段：感悟心得

这次乡村实践活动让我深感，乡村发展并不止需要基础设施和环保工程，更需要对人文、沟通等多维度要素的投入和跟进。同时，我也发现，许多发展的种子问诞生于人民身上，比如当地的文化旅游、乡村美容等等，在这方面志愿者的组织起到了很大的作用。作为一个年轻的志愿者，我也认识到，要找准自己的优势、做好规划、做好实践。

第五段：总结收获

这次乡村实践让我收获很多。在认识世界和自己的道路上，不断出发、策划、实践，是每个人一生的任务。每一次的成功和缺失都需要去总结、求助和修正，才能更快的发现自己、认清自己、成为自己。谈到收获，还需要提到志愿者心态的调整。如何把自己本就不多的精力和时间，更优化的服务于乡村事业，才是作为一个志愿者最关键的地方。

大学生寒假实践心得体会篇六

放暑假了，学校布置我们做一点社会实践活动。我做的活动是帮助居委会清除乱贴的小广告。

当我用铲子把社区里的“牛皮癣”一块块地刮下来时，我感觉好累哦！真的好累，手都软了，气得我一边清理，一边咒骂那些乱贴小广告的人，为一己私利便不择手段、不顾后果，他们难道不知道乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道。环卫工人每天那么辛苦的收拾小广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？他们知道。城市美观真的是要靠大家！

通过清除小广告活动，我明白了学校让我们做这个活动的原因，一是让我们更多的接触生活，在生活中体会到生活。二也是让我们通过做社会实践，锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。活动中，我发现只有积极去做，才能把广告纸刮干净，这也培养了我做事要认真的'好习惯。现在生活水平提高了，我们也成了家里的宝贝，在家基本上不做家务，做这个社会实践，我觉得对我们从小养成吃苦耐劳的品质有好处。

我们现在还真有点生在福中不知福，在家是饭来张口衣来伸手，长此以往，以后如何面对更多的考验？在劳动的过程中，我知道劳动了的辛苦和艰辛。我也懂得了保护环境人人有责的道理。如果人人只图自己方便，并忘了自己作为人类一分子的责任，我们环境只会越来越恶劣，我们也将失去我们赖以生存的地球。

同学们，你们想学有所成，就从自己开始，从快乐中开始，我就是这样去学习的，我学得快乐`学得主动，那才是真正的乐在其中。

大学生寒假实践心得体会篇七

在现代社会中，因城市化的快速发展，农村地区的衰落问题越来越严重。许多城市的青少年缺乏与乡村地区的接触，这使得他们缺乏对乡村地区的真实了解。因此，寒假乡村实践活动为此而出现。其目的是帮助青少年更了解农村地区和农民的生活状态，加深对乡村地区的认识，同时也为青少年提

提供一个机会来展示自己的社会责任感和实践能力。

二、实践活动的过程

在寒假期间，我和同学们加入了一项乡村实践活动。我们首先来到了一个小村庄，开始了我们的实践活动。我们的任务是为当地老人们提供帮助，包括在农田里帮助收割农作物、给老人提供医疗卫生服务和在小学帮助学生们汉语和英语的学习等等。

在整个实践活动中，我们收获了很多。我们发现，这个小村庄中的老人们如此勤劳，乐观而又坚忍不拔。他们虽然贫穷，但是纯洁而幸福的生活状态给了我们极大的震撼。我们也感受到了乡村地区的生态环境和建筑风格的独特之处以及对社会的贡献。

三、实践活动的意义与价值

这次参与乡村实践活动不仅帮助了当地老人们，更重要的是提高了我们的社会责任感和实践能力。在实践中，我们更加深入地学习了人与人之间的关系和互相沟通的重要性。我们还学会了怎样在不同环境中相互合作，如何在团队中有效地协作。这一系列的经历并不仅仅是我们作为一个人增长的经验，还对我们的成长和未来的发展有镇定的指引和帮助。

四、实践活动的不足之处

尽管我们的活动得到了一定程度的成功，但是还存在一些不足之处。最主要的是我们的实践能力还需要进一步的提高。同时，我们还需要更好地理解乡村地区和农民的需求。这是一项长期而不断的努力。

五、实践活动的结论与建议

总的来说，寒假乡村实践是一场很有意义的活动。乡村地区和农民的生活是我们应该知道和了解的，同时我们也应该更好地展现出自己的实践能力和社会责任感。未来，我们应该在课堂和实践活动中加强这类经历，帮助学生们成长和发展。我们也应该多跟当地老人们交流，更好地了解他们的需求，并为他们提供更多的帮助和支持。

大学生寒假实践心得体会篇八

寒假是学生们渴望已久的假期，也是家庭团聚的好时光。为了增进亲子关系，许多家庭会选择参加亲情实践活动。这个寒假，我和家人一起参加了一次寻根之旅，对此我收获颇多，下面我将就这次活动的目的、过程和心得体会进行阐述。

首先，寻根之旅的目的是让家庭成员更好地了解自己的根源。在繁忙的日常生活中，我们时常忽略了对身世和家庭历史的思考，对祖辈的敬畏之情也在潜意识中逐渐淡化。而寻根之旅将我们带回到了最初的起点，让我们感受到了根的力量和深厚，让我们更加了解自己的家族背景和文化遗产。在这个过程中，我们从容不迫地走过祖先曾生活过的地方，听着父母一遍又一遍地诉说他们的童年回忆，我仿佛看到了家族历史书中的活生生的人物，对家庭的责任和使命也有了更深入的认识。

其次，寻根之旅的过程是一次亲情实践的历练。我们一家四口齐心协力，共同度过了愉快而充实的时光。在寻根之旅的过程中，我们分工明确，每个人都有自己的职责，这增加了彼此之间的默契和沟通。我负责记录和拍照，父亲负责行程安排，母亲负责解读历史，弟弟则负责给大家带来欢乐。这一次亲情实践的历练，让我们更加深入地认识了彼此，也让我们更加懂得珍惜亲情，更加珍视家庭的团聚。

再次，寻根之旅的过程让我深感社会的变迁和家族文化的传承。在现代化的高速发展下，许多老城区逐渐破旧，很多曾

经重要的家族建筑也面临拆迁的命运。同样的，许多传统的习俗和文化也有着逐渐消失的趋势。通过这次寻根之旅，我亲眼目睹了家族旧址凋零的景象，也了解到了家族文化的脆弱性。这让我深感到了传统文化的重要性和继承责任。我下定决心将家族文化传承下去，不仅要为自己的后代留下一片有根有温度的土地，还要为社会和国家的发展做出一份贡献。

最后，寻根之旅让我对家庭的重要性有了更深刻的认识。亲情是我们生活中最为珍贵的财富，而家庭则是亲情的有机结合。通过这次活动，我更加深切地感受到了家人之间的关爱和支持。在寻根之旅中，团结和理解是我们家庭团聚的重要基础。在每个景点和路途中，我们总能看到家人们守望相助、互帮互助的情景，这让我感到无比温馨和幸福。在日后的生活中，我将更加珍惜家庭，秉持家庭的价值观和传统美德，用心呵护每一个家人，为家庭创造更多的幸福和温暖。

通过这次寒假亲情实践活动，我对家庭有了更加深刻的认识。家族的根源和传承，家人之间的互动和默契，以及对社会和家族文化的思考，让我懂得了亲情的珍贵和家庭的重要性。寒假的这段时间，不仅让我度过了充实的假期，更让我在思想和心灵上得到了滋养。我相信，这次寻根之旅会成为我一生难以磨灭的记忆，同时也会让我在以后的生活中更加珍惜家庭的温暖和亲情的宝贵。

大学生寒假实践心得体会篇九

我在20xx年x月迎来了寒假，当然，也是我迎来了的一次经历社区服务。对于一个高中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气寒冷，冷风冽冽，我毅然踏上了社区服务的道路。想通过，亲身体会社区服务让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社区服务，找出自己的不足和差距所在。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工

作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的”。于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好！

回想这次社区服务活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

大学生寒假实践心得体会篇十

高校学生社会实践在现代教育中已经成为一种独特的教育手段,青年学生接受学校知识理论教育的同时不能忽视与现代社会的接轨。下面是本站小编为大家整理的寒假生活实践活动心得体会,供你参考!

有人说,青春是一曲永不言败的歌,嘹亮的号角激扬了时光,

有人说,青春是一条永不止息的河,奔腾的水花惊艳了岁月,

有人说,青春是一本永读不厌的书,是一杯永品不尽的茶,悠悠书香,缓缓茶气,

而我以为,青春是永远无法譬喻,无法形容,无法言语也无法重温的美好。纵使可回忆,却是在观看别人的梦境一样临水照花,记忆得起每个细节每个清晰脉络却连缀不成一个完整的故事,无法再经历,由此看来,只可意会不可言传的神奇才是青春最大的魅力,只有亲临其境的人披荆斩棘而过,才懂得喜怒哀乐,才晓得苦涩香甜,才领悟悲欢离合,才能明了青春真正的含义。

梦想扬帆,青春启航,二十年华,初出象牙塔的我们,怀抱着满当当的希冀,背负着沉甸甸的理想,踏着七月钟声的袅袅余音,踏上了前往南平顺昌的实践之旅。

在七月最初的几个日子里迷迷糊糊的进了实践队。在七月最末的日子里和你们一起走过,累并开心着。或者这么形容起来,心心向农会是回忆里一个特殊的七月,火辣辣的阳光,漫无边际的田野,绵延蜿蜒的山,清冽的水,遥远的路,照片上隔着一张张笑脸的你们,对着镜头异口同声的喊着的口号□

前行道路上的第一个考验是漫长的十个小时的车程，仅有的硬座，品种有限的食物，然而队员们欢歌笑语相伴，原本难熬的时间如同轰鸣的火车被带着呼啸而过，还记得下火车时最后一首歌唱的是，时光的河入海流，我们终于分头走，没有哪个港口会是永远的停留。而此时我们踏上顺昌的实践之歌才刚刚响起前奏，才开始正要并肩而行的辛苦跋涉，前方的路程无法丈量，而穿越的过程便是我们追求的证明，便是青春的足迹。

从拖着重重的行李开始驻扎，到之后反反复复的走过同一条街，逐渐对顺昌开始熟络，一个说不上大的地方，却有莫名的安全感，仿佛绕过任何一个路口都会有熟悉的人笑着和你招呼，连来回搭上同班车的概率都极大，刚到顺昌时吃的本地特产——灌蛋，顺昌的士的快捷便宜，特别便宜的小冰棒，顺昌二十美之一亮堂堂的夜景，晃晃悠悠的索桥，遍街的葡萄和毛竹，齐天大圣的宝山，点着炊火的小屋，尘土飞扬的小道，熙熙攘攘的人群，鸡犬相闻，阡陌交通，带着友好亲切笑脸的居民，一个个片段交汇融合成顺昌最原始的记忆。

一直在去实践的前一天还没能对号上每个成员名字和一张张脸的自己，在出发前不久才知道目的地是顺昌的自己，或许说面对的是一个有点陌生的实践队，真正的熟络是踏上火车之后才按下的开始键，一张张带着真挚笑容的年轻面庞，虽然来自不同地方，带着不同的口音，有着不同的习惯，但我们的目标却是同一个远方，在相处的时间里，队员们真正发扬了团结友爱，互帮互助的优良作风，面对陌生的环境，面对辛苦的筹备，面对忙碌的奔波，大家没有太多的抱怨，没有太多的逃避，有的是相互体谅，相互依靠，相互陪伴，挥洒着汗水一起努力一起携手相扶着走过，把七月的回忆化作满满名字拼凑成的美好。

实践并不如同大家所以为的玩玩乐乐，新鲜的旅途，美丽的风景，欢乐的游行，形容起来每天该是日出而作，日落未息

的日程，顶着清晨的闹钟声吃过早餐便匆匆出发，搭上前往各个偏远乡镇的车路，在拥挤中晃荡着到达，顶着火辣辣的太阳发问卷，做访谈，走访教育局、政府部门、各个学校、拉外联筹借物品，亲历亲为的包办整个公益活动……繁忙的行程充实了实践的每一个时刻。最辛苦的是问卷时间，改掉平时不喜和陌生人说话的坏习惯，各种陪着笑脸温声细语礼貌的问候和请求。幸而群众们都很配合，问清了缘由便大多认真的完成起问卷来，看着问卷一张张的有了印记心中是满满的成就感，也有各种哭笑不得的片段出现，各种风波让队员们应接不暇，比如在问卷上大大咧咧签上钱多的暴发户型，比如留在农村是因为有在乎的人在乎的早熟型，比如拿了问卷掉头就跑的迷糊型，比如拿了问卷和周围争论到脸红脖子粗的较真型，比如站着叉腰说我才没空呢的装瞎型，比如把年龄写年轻了好几十岁的装嫩型，当然更多的是笑着认真的把问卷填完的群众们，给队员们的调查顺利完成大大提供了便利。

最深的领悟是办事要找准找对对象，从到教育局第一次吃了闭门羹，到气都不敢出，看着超级强势的易县打了个小电话，第二次回到原地便是专门接待，境遇差距实在大。再来就是有熟人就是好，从各种给力的地陪到我们最后回家坐上火车邻座都能碰上差点成为我们地陪的童鞋，人脉确实很重要。

最快乐充实的该是筹办公益活动，一大早，队员们就分头行动，拉外联的、筹集设备的、舞台布置的、活动宣传的……忙得不亦乐乎，面对着有淡漠和不屑，也有热情和笑脸，路途的遥远，炎热的高温天气，然而队员们却一点都不被困难所挫，被汗水湿透的脸颊依旧坚毅，被拒绝的笑容依旧灿烂，劳累的身躯依旧挺拔，只因我们心里明了，如果没有失败和挫折，没有痛苦和彷徨，那怎么能品尝到成功的自豪和胜利的喜悦，怎么能甩掉自己的幼稚和浅薄的足迹，怎么能真正的体会实践的意义，历经一天的奔波，终于功夫不负有心人，在大家的同心协力下，活动得到了圆满的成功，并得到了当地电视台媒体的致力报道，灯光下的明媚笑脸，儿童们的欢

声笑语，群众们的积极参与都是对辛苦最大的回报与肯定，返程途上，疲惫的双足也因心中的喜悦而欢快起来，也突然意识到，或许描绘梦想，放飞希望的公益活动原本便不仅是小朋友们的梦想启蒙，也是我们人生道路上一个重要的梦想路标，唤醒我们最初的梦想，告诉我们继续执着的坚守，去成为勇敢的追梦人。

实践的收获太多太多，各种考验与磨砺间杂而来，各种艰辛与彷徨交接而至，短短一段时间经历了许多，体验了许多，意识到幸福的来之不易，意识到知识付诸实践的重要，然而最大的收获，还是你们，实践队的每个队员们，拥有的这段共同走过的时光。

最好的幸福，是把一个人记住，或许在多年以后，我们会看着照片里的年轻的容颜笑脸，摇响记忆最深处的回音，记起心心向农，记起顺昌，记起疲倦之后依旧能打点行囊上路的青春，记起笑得毫无顾忌的自己，记起多年前我们携手走过，披着阳光穿行过的岁月，去追寻青春的足迹，去点亮心头的理想之光的路程，哼起青春之歌的每一个旋律，温着往事这壶酒微笑入梦，与你们并肩一起走过一路，苦中有甜，笑中有泪，不思量，自难忘，当故事凝结成记忆的时候，封口用的是永恒的标签，不须刻意铭记却已早就难以抹去。

今年的冬天特别冷，正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。一开始，对自己期望很高，经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你

的”。经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面的原因。一个方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一个方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。总结了以前的失败的教训，摆正好自己的位置，仅正是社会实践只要有工作，工资是其次。第二天，我便开始了我的寒期社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，心理有点失落加上有时有人还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想开始就干不下去了，不行，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先行把自己同事之间的关系搞好，因此我需要尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个小酒楼，整体上可以分为三部分，前面是站台，中间就是饭桌和包房，最后是厨房。厨房是厨师的战场，由其是是生意非常的时候，那种场面真的就跟战场上打战一样，厨师的工具以及厨房的任何摆设和物品(包括调味品和原材料)都是厨师的武器，锅、碗、瓢、盘也为威望工作编奏出一首首生活的乐谱。墩子也叫切配，专六负责原材料的精加工，打盒负责将切好的原材料拿给灶上的师傅，并且做好装盘，菜品的装饰。蒸菜师傅负责使用蒸箱蒸菜，灶上师傅掌勺用来专门负责菜品的烹制，点心间的师傅专门负责面食点心的制作，凉菜间在另一间房里，负责冷菜的制作以及水果的制作，我们传菜间的工人很简单，只要反台上做好的菜将盘子边上多余的菜汁擦干净，需要配上味碟的将味碟配上，有汤的菜配上汤勺，并且注意菜品的出品顺序和出品的速度快慢并且要保持好住处的有效，随时传递好前台以及威望之间的住处所以每天工作和学习，在传菜部很累很辛苦，但是每天都活行很大有充实。

大学生寒假实践心得体会篇十一

寒假是学生们期盼已久的放松时光，大家可以暂时远离学习的压力，与家人共度欢乐时光。为了增强家庭的凝聚力和培养孩子的情感交流能力，学校和社区通常会组织一些亲情实践活动。寒假亲情实践活动的深度感动了我，让我深刻认识到亲情的重要性。在本文中，我将分享本人参加亲情实践活动的经历和感受。

第一段：寒假亲情实践活动的背景

为了加强家庭的温暖氛围，学校和社区通常会组织寒假亲情实践活动。我所参加的是一个由学校和社区联合组织的亲子拼图比赛。每个家庭都会收到一张由上百个小拼图组成的大拼图，并将在规定的时间内完成。这个活动不仅要求家庭成员的团结合作，还需要我们共同规划和分工。

第二段：活动实施的过程

在活动开始前，我和家人聚在一起，认真观察和分析大拼图的构图。然后，我们协商分工，确定每个人的任务。我负责拼接天空和海洋的部分，父母则负责拼接房屋和人物。我们相互之间有条不紊地工作，一方完成后，另一方立即开始。虽然过程中有些困难，但我们始终保持耐心和乐观的态度，最终成功地完成了大拼图。

第三段：活动中的收获

通过这次亲情实践活动，我意识到了家庭的团结合作是多么重要。每个家庭成员都有自己的任务，我们密切配合，共同努力，最终完成了任务。这种合作精神不仅在活动中体现，更在日常生活中起到了积极的作用。我们学会了倾听和尊重他人的意见，并成功地克服了各种困难。这次活动不仅增强了我们家庭的凝聚力，也培养了我们的团队合作精神。

第四段：活动对家庭关系的积极影响

通过亲子拼图比赛，我更加深刻地认识到了家庭的重要性。这种共同的目标和努力加强了我们之间的联系，并且增进了我们彼此之间的了解和沟通。在过程中，我和父母都相互鼓励和支持，这让我感受到了温暖和幸福。亲情实践活动不仅帮助我们建立了深厚的家庭情感，还使我们认识到家庭是一个共同奋斗、共同成长的团队。

第五段：对亲情实践活动的感受和展望

参加亲情实践活动让我深受启发和感动。在今后的学习和生活中，我将更加重视家庭关系的培养和维护。我认识到家庭是一个重要的支持系统，它给予我力量去追求梦想。我也希望更多的人能够参加亲情实践活动，加深对家庭的认识和理解。通过这些活动，我们可以更好地发掘家庭的力量，并让亲情成为我们奋斗的动力。

总之，寒假亲情实践活动通过促进家庭成员之间的合作和交流，展示了亲情的珍贵价值。通过这次活动，我深刻地感受到了亲情的温暖和力量，也赋予我更加积极的人生态度。亲情是我们成长路上不可或缺的一部分，我们应该珍惜和保护。我期待着未来的亲情实践活动，希望能继续体验和分享家庭的温暖和幸福。

大学生寒假实践心得体会篇十二

说百遍不如做一遍，大家都认为现在的大学生欠缺的就是实践。那么□xx商行的寒假社会实践就来了。

在培训之后第二天，黄墩支行就趁热打铁，组织我们第一批大学生进行了团体营销。在支行x行长和负责人x姐的安排下我们就带着火一般的热情开始了第一次活动。

首先我们在大厅帮助客户办理日常业务，尤其是帮助一些老人更换新的存折并在客户确认单上签字。这些老人非常高兴，说之前来办的时候自己什么也不懂，大堂经理顾及不到，现在有大学生的帮助，可以轻松办理各项业务，省时省力还能清楚明白地了解自己账户的情况。这时我就觉得虽然自己做的并不多，但是老人们都很开心，这也从侧面体现出此次活动的重要性，也让我们觉得及时帮助需要帮助的人是多么必要！

在最为关键的电子业务营销中，我们感触更是深刻：宣传电子银行业务的同时，设身处地从客户角度出发介绍适合客户使用的业务，这些话听起来容易做起来难。我们主动接触客户，为客户服务，齐心协力克服各种困难，获得了非常满意的结果。客户们都说学会网银，及时跟上时代的步伐，多亏了大学生们的宣传，能够学到简便的方法就不用每次业务办理都要到柜台，提升了办事效率，也方便了生活，进一步增强百姓对农商行的业务自信。

电子银行业务的推广能够跟上社会主义新农村的发展脚步，推进城镇一体化，也促进农商行的发展。但是在活动中我也发现网银的使用量虽然在不断增加，但在农村的大背景下，推行电子业务还是有很大的阻力，我想这也是作为社会实践的大学生和银行工作人员都需要克服的问题。不过呢，我相信把工作人员的经验和大学生的创新意识有机结合起来一定能够有效解决这个问题！

在这次短短的团队营销活动中，我们不光对个人的网银业务有了更加熟练的掌握，更是整体提升了自己的价值，营销策略在慢慢成形，沟通能力和换位思考能力在慢慢增强，工作的严密性和认真度在慢慢强化。我们每一位大学生都非常感谢xx商行创造这次机会让我们锻炼自己，我们也会好好把握，认真做好每一件事，在20xx年春节xx商行的寒假社会实践中遇见一个更好的自己。

大学生寒假实践心得体会篇十三

寒假，是让学生们可以回家与家人团聚、放松身心的美好时光。然而，作为一名大学生，我不仅仅是回家度假，更是利用这段时间参加了返乡实践活动。在这次实践中，我不仅感受到了亲情的温暖，也更深刻地体会到了农村的发展变化。以下是我对这次寒假返乡实践活动的心得和体会。

起初，我对这次返乡实践活动并没有太多的期待。然而，当我回到我父母工作的农村家乡，我被那里的变化所震撼。过去，农村的道路崎岖不平，房屋简陋，田地都是手工耕作，过着非常艰苦的生活。而现在，农村的道路宽敞平整，房屋也变得漂亮、现代化。我了解到，这是得益于国家的农村改革政策，不仅对农村基础设施进行了改善，还推动了农村产业的发展。这让我深深地感受到了国家对农村的关心和国家发展带给农村的巨大变化。

在接下来的几天里，我参与了当地的扶贫工作。由于家乡位于偏远山区，许多农民在经济上仍然困难。我们组织了一次“送温暖”活动，为贫困户送去了衣物和日常用品。这个活动让我意识到，改变农村贫困面貌不仅仅需要政府的扶持，还需要社会各界的积极参与。只有通过大家的关心和关爱，农村地区的贫困问题才能得到有效解决。

在这次实践活动中，我还参观了当地的农村创业园。创业园为农民提供了良好的创业环境和政策支持，吸引了许多农民自主创业。我见到了一位青年农民杨明，他通过开办农家乐获得了较好的收入。他告诉我，通过创业，他不仅改善了自己的生活质量，也带动了周边农民的就业。我深深感受到，农村创业不仅仅是为了个人，更是可以改变整个农村的命运。政府的扶持和社会的支持可以为农民创造更多的机会和发展空间。

在此次返乡实践中，我也有幸见到了一位农村教育工作者。

校长说，农村教育一直是个难题，由于地理环境以及经济条件的限制，很多农村孩子无法接受良好的教育。政府发展农村教育的政策虽然在逐渐加强，但仍然需要更多的资金和帮助。在听到这样的言论后，我决定义务教育一线做一番贡献，我发动了一些志愿者为当地的农村学校修缮操场，并组织了一次义务教学活动。这次活动让我意识到，教育是农村改变命运最直接的途径之一，只有让每个农村孩子都有机会接受良好的教育，农村地区才能真正实现发展。

通过此次寒假返乡实践活动，我深刻地感受到了国家对农村发展的关心和支持，也让我明白，农村的发展离不开每个人的参与和努力。未来，我将继续关注农村发展，积极参与农村建设，帮助解决农村面临的问题，让农村地区实现更加美好的明天。同时，我也希望更多的年轻人能够关注农村，参与农村建设，为实现乡村振兴添砖加瓦。

大学生寒假实践心得体会篇十四

今年的寒假是一个意义非凡的假期，因为我加入了由同乡的师兄、师姐组织的“行云飞梦”支教队到清远市比较贫困的禾云镇对当地的初中生进行了主题班会、家访交流活动。

虽然活动只有短短的四天时间，但我的收获是无法用简单的多少来衡量的。我尝到了友谊的甜，感受到团队的温暖，当地人的热情，体会到当地学生复杂的心思，也感受到我们的苦口婆心无法改变部分放弃读书的学生想法的无奈……这复杂的滋味和感受是在学校无法体会的。

记得在16号活动的前一天晚上，我和其他队员从7点到12点一直在电脑前整理资料——家访问卷、安全协议书……忙得几乎忘了时间的存在，没有人看着表，只是想着完成工作，做好资料的准备。因为这一切都是活动开始的前提。在回宿舍的路上，吹着风，望着路边家家户户已熄灯的深夜，虽然心身疲惫，但却有一种前所未有的充实感与满足感。

在一连三天的家访活动中，我们几乎走遍了几条村庄。针对对当地许多初中生学习困难、辍学打工等等问题，我们分组走访初中生，与他们进行交流。在交流中，我感到欣慰、惋惜、无奈、希盼。感到欣慰的是有几个受访初中生虽然生活条件较差，有的甚至父母长期在外打工的但是她们依然抱着考上理想的高中的目标而坚持努力。也许她们看起来很柔弱，但内心的坚毅却令人折服。令我们感到惋惜的是当地有十几个初中生已经辍学外出打工。小小的年纪学得知识也学得不多，社会阅历经验不足，毫无社会工作能力如何在竞争激烈的社会中立足、生存，会不会受到伤害……更严重的是一半以上的受访学生似被这种打工氛围所影响，心思早从学校中飞到打工所谓自由的生活。有好几个男生都说已经无心思去上学，对学习厌烦，对家人、学校的束缚感到厌烦，在学校只是浑浑噩噩地过日子，等到初中毕业后就马上外出打工。不管我们如何的劝说，都无法改变他们的主意。要知道现阶段的他们在思想、行为等各方面都不成熟。所面对的挑战与危险更大。而且他们对自己的未来很迷茫。打工只是他们想逃避学习困难，追求别人所说的自由生活。一种新的读书无用论“读得好就继续读，读不好就打工”在当地迅速传播，如果不改变，下次再到此进行家访时，村里的初中生就寥寥无几了。

我真正地意识到错误的思想、观念比错误的行为更可怕。方向走错了，但发现错了，可以从新开始，但是没有意识到就会一直越走越错，一生的未来可能完全改变。就好像这种新的读书无用论的思想、风气会令这些本该在学校学习知识，学习做人，从而形成正确的人生观、价值观的学生因为辍学，没有完善的判断是非标准而容易走上歪路。其次，赤手空拳来闯荡社会，毫无相关知识储备又如何在竞争激烈的社会中生存，他们的价值不应该甘于在一个农民工中实现。但可惜，他们始终无法理解这一点直到他们在社会上碰壁。我们只能无奈地接受无法劝说他们安心地回校读书，只是期盼他们在碰壁后想到回校重新开始他们的人生。

近几年受到大众关注的教育焦点都是集中在城市的素质教育，关注城市孩子的心理压力。但却很少有人问津、关注农村学生的心理关怀。而农村父母因为接受的教育较少，缺乏对孩子教育的科学方法。在走访的家庭中了解，大部分父母都有教育好孩子的意识，但因受到传统读书观念的影响，对孩子采取不恰当的教育方式，加之父母与孩子的代沟严重，孩子不理解，反抗的思想越来越严重，家长把教育推给学校，但家庭教育做不好，又如何让学生在校园安心学习，如何让学校管理好呢？学生缺乏父母、学校双方有效管理。一方面导致学生没有心思投入学习，另一方面学生处于反叛心理时期，没有得到父母、老师的疏导，学生没有有效的教育，教育难题就越演越烈。因此家庭、学校、学生方方面面都需要社会的投入、关注，搭建三方的教育沟通桥梁。

活动虽然结束了，但令我挥之不去的是对那些在外打工的和无心学习的初中生的担忧。他们需要的是人们的关心与重视。我觉得的身为经历过初中、高中的大学生，当我们成功地跨越了大学门后，别忘了帮助身后同样正为学习前途迷茫烦恼的师弟师妹。友爱关怀农村孩子，携手共创未来！

大学生寒假实践心得体会篇十五

寒假是每个学生最期待的假期，这个假期可以让我们暂时摆脱学业的压力，但也给我们提供了一个难得的机会，即参加寒假返乡实践活动。作为一名大学生，我有幸能够参加这样的实践活动，让我有机会更加了解自己的家乡，也让我体会到了一些深刻的人生感悟。在这篇文章中，我将分享我在寒假返乡实践活动中的心得体会。

首先，在寒假返乡实践活动中，我深刻体会到了家乡的变化。由于我在外地上大学，每年回家的时间都有限，所以对家乡的了解一直比较有限。这次实践活动，我有机会参观了家乡近几年的发展成就，如新建的高速公路、市区改造等。这些变化让我感到非常欣慰和骄傲，同时也让我更加坚定了为

家乡发展做贡献的决心。

其次，在返乡实践活动中，我也了解到了家乡的民俗文化。我们走访了一些农村地区，参与了一些传统的习俗活动，如包饺子、贴春联等。通过这些活动，我深刻感受到了家乡深厚的文化底蕴和悠久的历史传承。这让我以一种全新的视角重新审视了自己的家乡，也更加深刻地体会到了传统文化对于一个地方的重要性。

此外，在返乡实践活动中，我还与一些农村居民进行了交流。在这些交流中，我听到了他们对于乡村发展的期望和需求。他们希望能够有更好的教育资源、更完善的农村基础设施等。这让我深感责任重大，作为家乡的一份子，我应该为改善农村的发展状况尽自己的一份力量。

最后，在寒假返乡实践活动中，我也体会到了团队合作的重要性。在活动中，我们需要相互配合，共同完成一些任务和项目。经过这次实践活动，我深刻理解到，一个优秀的团队成员应该具备的品质有责任心、团结协作精神和积极进取的态度。只有大家的努力和配合，才能取得更好的成果。

总结起来，寒假返乡实践活动对于我来说是一次非常宝贵的经历。通过这次实践活动，我更加了解了家乡的变化和民俗文化，也让我对家乡的未来有了更明确的目标和使命。同时，实践活动也让我深刻体会到团队合作的重要性。我相信，通过这次实践活动的收获和感悟，我会更加努力地学习，为家乡的发展贡献自己的力量。