

# 社会实践生活心得体会(通用8篇)

军训心得是通过回顾和反思军训过程中的收获与经验，进一步加深对自己的认识和对军队的理解。抽空看看以下的培训心得范文，或许能给你一些写作的灵感。

## 社会实践生活心得体会篇一

如今“低碳”一词很流行，由于环境破坏严重，土地沙化日益加剧，大家都在关注环境变化，都在大力提倡节约用水，都在倡导绿色生活，于是节约每一滴水，每一度电，每一滴油的口号也出现在了孩子们的嘴边。

我家的低碳生活由来已久，记得还是刚搬入新家的时候吧，那时儿子才四岁多，有一天晚上看电视的时候，具体情况已经既不清楚了，只记得说是乌鸦喝水在现实生活中的应用实例，儿子二话不说，拿起一个塑料饮料瓶，到厨房就装满了水，费劲的掀开马桶蓄水的盖子把瓶子放了进去，然后用很自信的口气告诉我：“妈妈，这个样每次冲水的时候就可以节省一瓶水。”我很为孩子聪明而自豪，于是这瓶水在我家马桶里一呆就是七八年，节约的水恐怕也有好几吨了吧。

后来也不知什么原因，我有了腰椎间盘突出毛病，医生建议我最好不要做一些家务，比如拖地，可是居家过日子，女主人如果长期不能打扫家里的卫生，这个家恐怕就能被埋了，还是医生的建议，可以拿个抹布跪到地板上擦地，这样脊柱和地板平行，不仅能打扫卫生，还能锻炼腰椎，有助于康复。于是我家的卫生间就有个一个专门存放脏水的水桶，收集每天的洗脸水、洗菜水、刷锅水，然后拖把也被我淘汰了，儿子的旧衣服，丈夫的旧衣服，还有我不穿的旧衣服，都被收集起来擦地，干净的放在膝盖下，防止硌的疼，手里拿着洗过的旧衣服，趴在地上如舞蹈般很快就搞定，既锻炼了身体，有省水省拖把，地板还擦的很干净，剩下的水还可以用来冲

厕所，真是一举多得。这样的做法在我家也毫不起眼的坚持了很多年。

还有一点值得一提，刷锅洗碗时我很不喜欢用洗洁精，总感觉这些化学的东西有一利必有一弊，有次偶然的机会看到一个生活小窍门说用淘米水刷锅可去油腻，一试以后感觉真的很舒服，我家中午喜欢吃大米，晚上喜欢喝小米饭，每天都有淘米水，于是刷油腻的锅时，甚至洗涮燃气灶，我都用积攒下来的淘米水。

周六周日回老家，由于讨厌水治的客车生拉硬拽的“热情”服务，我和儿子在天气好的情况就骑车回去，一路上我们谈笑风生，春天看碧绿的小麦，夏天数高大的白杨，秋天跟着夕阳回家，偶尔还能和驴友相遇，聊着走着，心情豁然开朗，那种感觉远不是一次节能所能体现的。

所以说低碳生活不是我们一时心血来潮的时尚，而是应该深入我们生活的一种生活方式，为了日益严峻的生态环境，为了我们的子孙后代，我们每天少看一个小时的电视，少开一个小时的空调，每周步行上班一次，让节约的美德延续，让节能的生活继续，让低碳的生活成为我们永久的生活方式吧。

文档为doc格式

## 社会实践生活心得体会篇二

我们小分队这次活动的主题是“绿色环保，低碳生活”。围绕这个主题，我们开展了“生态武进，全民参与，‘绿色兑换’社区行”等一系列活动。所谓“绿色兑换”就是让居民把家中绿色环保低碳生活主题社会实践报告的废纸带过来兑换一盆小盆栽。而我们这次收集的废纸会统一捐献给常州市红十字会，用于救助患有先天性心脏病的儿童。整个活动中，我们共收集废纸近500多斤，被多家媒体报道。

对于这次暑期社会实践，我是很重视的。因为这是我们为数不多的可以毫无顾虑的去做自己喜欢的事的机会，不带任何功利性地帮助别人。也许毕业以后，我们为生活所迫，整日奔波劳碌，追名逐利，去做自己不喜欢做的事情，根本就没时间，没精力，没激情，没心思参加这些公益活动。所以我要趁着现在有时间，有精力，有激情，尽全力去做这些自己感兴趣的，不带任何功利性的事情。而做这些事情的原因只有一个：我喜欢！，而不管这些是否对自己有利。

在这次活动中，我们小分队的成员团结一致，各司其职，一起为同一个目标去努力。尤其是赵德帅和史贺两位学长，作为我们小分队的领头羊，从活动的策划，前期准备，到活动的进行，总结报告，后期宣传，无一不以身作则，走在前头，付出了很多汗水和心血，为我们树立了很好的榜样，社会实践报告《“绿色环保，低碳生活”主题社会实践报告》。总之，当我和我的队友们为一个目标而共同努力的时候，我感到很快乐，我想这应该就是团队合作的乐趣吧！而我们在这几天的活动中，相互之间加深了了解，彼此之间的感情和友谊也慢慢加深，我想这就是所谓的志同道合，真正的朋友也就是这样产生的吧。我觉得，当我们在一个集体中，而这个集体中的每一个人都团结一致，兢兢业业，大家为同一个目标去努力，没有勾心斗角，没有人偷奸耍滑，大家之间相互帮助，都尽力发挥自己的那一部分作用，我想我们集体中的每一个成员都会感到团队合作的快乐。另外我觉得，对于朋友，我们完全没有必要刻意去结交。因为交朋友讲究志同道合。当我们遇见为人处世，做事态度和自己相似或相同的时候，我们内心之间会不由自主的产生亲切之感，对方也是如此，慢慢的，我们彼此之间就会很快成为好朋友这也许就是惺惺惜惺惺，好汉识好汉吧。而对于那些我们看不惯地那些人，纵使刻意去结交，估计也只是泛泛之交而已。而我如果想结交正直，诚信，认真，善良，热心的朋友，我们自己就必须做到那样。因为物以类聚，人以群分。所以我们在工作中要严格要求自己，这样才能交到更多的优秀的朋友。

在这次活动中，我们也遇到了很多困难和误解。刚开始时，当我们发传单做宣传的时候，很多人根本就不屑一顾，传单都不愿意拿，更别说参加活动了。这些人当中主要以二三十岁未婚的男女青年为主，或是已婚的没有孩子的，他们也许是忙于自己的生活，根本就没时间参加，或是说根本就没兴趣关注和参加这样的公益活动。另外还有四五十岁的叔叔阿姨们，他们可能是太节俭了，觉得用废纸换盆栽太不划算了。记得在南都社区活动的时候，一位阿姨就跟我说过废纸还五角钱一斤呢！当然也有很多人热情参与，他们当中以六七十岁的老年人，六岁以下的儿童，小学生，初中生，高中生，还有已经结婚并且已经有了孩子的青年夫妻。老年人和儿童主要是喜欢我们的盆栽，而小学生，初中生，高中生除了喜欢盆栽之外，更重要的是环保意识较强。而那些青年夫妇文化水平较高，主要是为了教育自己的孩子，所以都会带着自己的孩子来参加。记得有一位家长还让自己的孩子加入我们的小分队当中。另外，在这次活动中，我们也得到了很多的支持，各个小区的居委会都会帮我们宣传，记得在南街社区的时候，场面非常的火爆，老人们都是排着队参加的。

### 社会实践生活心得体会篇三

在如今高度发达的科技时代，我们每个人都生活在一个复杂多变的社会中。因此，为了更好地适应社会的发展，提高自己的综合素质，学校通常会安排社会实践活动。在这次社会实践中，我深感到了自己的成长与收获，也领悟到了一些生活与学习中的道理。

首先，这次社会实践让我意识到了人与人之间的相互依赖和合作。在一次社会实践中，我的小组被分派到一个农村小学去进行义务教育支教。当我走进教室，看到一群稚嫩的小学生期待的目光时，我意识到他们需要我们的帮助。于是，我们开始组织各种活动，开展课外辅导，并且与小学生建立了深厚的感情。在整个过程中，我体会到了与他人合作的重要性，只有通过大家的共同努力，才能让事情变得更好。

其次，社会实践让我发现了自己的潜力与实力。在支教的过程中，我才发现自己有传授知识和与小學生互动的能力。我善于从小學生的角度思考问题，并通过一些有趣的教学方法，使他们对学习产生了浓厚的兴趣。我们与小學生进行互动式教学，通过课堂上的互动问答，小學生们的成绩有了明显的提高。我意识到，只要自己勇于尝试，发挥自己的优势，就能够做出一番成绩。

第三，社会实践让我看到了社会问题的存在和改善的必要性。我们支教的地方是一个相对落后的地区，學生们的学习条件及教育资源都相对匮乏。我在这次社会实践中亲眼目睹了一些小學生上早自习时还睡眠惺忪，课桌椅破烂不堪。这让我深受触动，并认识到我们不能坐视不管，应该为改善他们的学习环境尽力而为。我们向有关部门反映了这个问题，也向社会募集物资，尽可能地改善了學生们的学习环境。通过这次实践，我明白了自己不仅要关注自身发展，也应该为社会做出贡献。

最后，这次社会实践使我更加明白了教育的重要性。教育是人类进步的基石，是提高国家综合素质的关键。通过对农村小学的支教，我看到了小学教育在塑造孩子未来的过程中所发挥的重要作用。我深深地明白，小学教育是一项艰巨而又光荣的事业，需要全社会的关注和支持。在以后的学习生活中，我将更加努力地学习，提高自己的知识与能力，为教育事业做出更多贡献。

通过这次社会实践，我不仅学到了理论和知识，更重要的是培养了学习和实践能力。社会实践是一门实践课程，是将学校所学的知识与实践相结合的重要环节。通过亲身实践，我们不仅能够更好地理解所学的知识，更能够将其运用到实际生活中。在以后的学习和生活中，我会更加勇于担当，积极参与各种实践活动，并将所学的理论知识融入到实际工作中。让我们共同努力，为建设一个更加美好的社会作出自己的贡献。

## 社会实践生活心得体会篇四

社会实践是大学教育的重要组成部分，它能够使学生更加贴近社会，增强实践能力和学科知识的应用能力。而作为一个支持学生全面发展的教育理念，生活老师的社会实践更加注重培养学生生活技能和实际操作能力。在进行了一段时间的生活老师社会实践之后，我不仅从中积累了实践经验和知识，还收获了宝贵的心得和体会。

首先，生活老师社会实践让我深刻认识到生活技能的重要性。在实践中，我们需要教会学生如何独立进行日常生活中的各项技能，如自理能力、健康管理、生活安全等。尤其是对于身处集体生活的学生来说，掌握好这些基本的生活技能，不仅能够提高他们的生活效率，还能增强他们的自信心和自主能力。因此，作为生活老师，我们必须注重培养学生的生活技能，使他们能够胜任日常生活的各项事务。

其次，生活老师社会实践让我意识到了沟通能力的重要性。在实践过程中，我们需要与学生及其家长进行密切的沟通和交流，了解他们的需求和期望，并根据实际情况进行调整。只有通过与学生建立良好的互动关系，才能更好地启发他们的潜力，激发他们的学习热情。此外，与同事之间良好合作和沟通也是非常关键的，只有通过团队合作才能够完成任务，取得更好的效果。因此，作为一名生活老师，我们要注重提高自己的沟通能力，以便更好地与学生和同事合作。

再次，生活老师社会实践让我认识到了关注学生情感和心理健康的重要性。在实践中，我们不仅要教会学生生活技能，还要关注他们的情感和心理健康。只有在学生心理健康良好的情况下，他们才能够更好地进行学习和生活。因此，我们要培养学生的情商和社交能力，关注他们的情感需求，并提供必要的帮助和支持。同时，我们也应该注重自己的情感管理，在工作和生活中保持良好的心态，以更好地影响和促进学生的健康成长。

最后，生活老师社会实践让我体会到了持续学习的重要性。在实践过程中，我们不仅要教会学生一些实际操作的技能，还要引导他们形成终身学习的习惯。只有不断学习和提升自己，才能够更好地适应社会的发展和变化。因此，作为一名生活老师，我们要保持学习的热情，不断提高自己的专业能力和教育水平，以更好地服务于学生和社会。

综上所述，生活老师社会实践不仅为我们提供了实践经验和知识，更重要的是让我们从中得到了宝贵的心得和体会。通过实践，我深刻认识到了生活技能、沟通能力、关注学生情感和心理健康以及持续学习的重要性。作为一名生活老师，我们要不断提升自己，为学生的全面发展和社会的进步做出更大的贡献。

## 社会实践生活心得体会篇五

随着社会的快速发展，人们的生活水平有了大幅度提高，大家对生活质量的要求也越来越高，在倡导和谐社会的同时，“低碳”也进入了我们的生活。年1月10日至2月10日，我对低碳生活的状况进行了调查。

### 一、社会调查背景

温室气体让地球发烧。200多年来，随着工业化进程的深入，大量温室气体，主要是二氧化碳的排出，导致全球气温升高、气候发生变化，这已是不争的事实。2014年12月8日，世界气象组织公布的“2014年全球气候状况”报告指出，近是有记录以来全球最热的10年。此外，全球变暖也使得南极冰川开始融化，进而导致海平面升高。芬兰和德国学者公布的最新一项调查显示，本世纪末海平面可能升高1.9米，远远超出此前的预期。如果照此发展下去，南太平洋中的岛国：图瓦卢，将可能是第一个消失在汪洋中的岛国。另外，美国媒体2014年12月5日发表的一项研究指出，地球发烧也给人类的健康造成了巨大的危机。研究显示，温度过高容易导致过敏加重、

物种缩小、肾结石增加、外来传染病爆发、夏季肺部感染加重等一系列的人体健康问题。

## 二、调查的目的和意义

的问卷调查，提醒人们低碳生活低碳环保的重要性。提醒人们在享受生活的同时不要忘了时时刻刻都要以环保节约为先，警示人们不要忘了，现代舒适生活必须要以资源和能源的可持续利用为前提。

只有在人人都形成了一个良好的保护环境节约资源的低碳意识的情况下，社会的发展才会更加的有可持续性，科技的发展创新才会更加的有意义有保障。

## 三、调查过程

- 1、通过各种可以接触到的途径查找有关低碳生活的资料和新闻，确保自己可以全面并且深刻的了解低碳生活这一概念，为接下来制作优秀的调查问卷做好充分准备。
- 2、持续一周的时间用来制作需要使用的调查问卷，力争制作出优秀的调查问卷。
- 3、发动可以接触的所有人际关系，开发所有可以利用的途径进行问卷调查。以最大的努力完成这次的问卷调查，期望得到令人满意的结果。
- 4、将所调查得到的问卷进行系统的统计和分类。根据统计得出的数据得到最终的调查结果。

## 四、实践活动成果

在调查中，我搜集以及计算的数据：

2.1kg的碳排放。



如果一天做到每一项，那么我们可以每天减少21.173kg的碳排放量；如果全中国每一人每一天都能做到每一项，那么我们可以每天减少29642201400kg的碳排放量，约合 $3 \times 10^6$ 吨；如果全世界每一人每一天都能做到每一项，那么我们每天可以减少1058650000000kg的碳排放量，约合 $1.1 \times 10^8$ 吨。

1、在资料的查找收集整理过程中，深入了解并理解了有关低碳的概念和意义，扩大了知识层面。另外，在此过程中了解并掌握了调查问卷的设计方法等，为以后的社会实践工作创造了便利。

2、由本次调查的数据表明过半(61.25%)的人对于低碳有基本的了解，且有6.25%的人能够完全的了解低碳。可见有关低碳生活的宣传还是有足够的效果的，不过可能因为种种原因，还是有不少人对于低碳处于懵懂的状态。

所拥有的高素质。

4、在此次的调查中我们发现，加大学校的教育及媒体和环保机构的宣传力度，让更多的人了解低碳并以低碳的标准来要求自己。一个资源可以可持续性利用，生活质量可以在不破坏环境的前提下逐步提高的社会一定会在不久的将来出现在我们的生活中。

## 五、社会实践感言

所谓“低碳生活(low-carbonlife)”就是把生活作息时间所耗用的能量要尽量减少，从而减低空气二氧化碳的含量。低碳生活，对于我们这些普通人来说是一种生活态度。

然而，现实中，各个领域的人对低碳有着不同的了解。平时注重环保的人，他们对低碳或多或少有些了解，并在自己的日常起居中尽量做到低碳生活。60%左右的人，他们只是听说过低碳，至于它具体的，应该注意的事项或如何做到低碳，

他们知之甚少。有很少一部分人，他们压根就不知道低碳为何物。这种状况很值得我们深思。之所以有大部分的人对它了解甚少，我认为主要是以下几个方面原因：

2、一些人为工作或其他的一些事情整天忙碌，没时间或精力去了解低碳；

3、部分人处于被动状态，他们不会去积极了解；

针对以上问题，我们应该加大对不同层面的人进行不同程度的宣传，在努力倡导大家主动一点，积极去了解有关低碳生活方面的内容，并努力去做到低碳。

低生活质量的问题，51.04%的人持乐观的态度，近一半的人却觉得生活质量会下降或是觉得前景迷茫。据以上数据看来，除低碳生活的宣传还待加强外，个人的生活理念、生活习惯的建立更为重要，因为现在人们更多的是“跟随性”的“低碳生活”，人云亦云，人为亦为，而很少“创造性”地“低碳生活”，在自己的生活中发现“低碳”、重视“低碳”、习惯“低碳”。

通过问卷调查，大部分人对低碳还是有一定的了解，但总的说来，人们对低碳的了解程度还是不够，还要加强对更多人的宣传，让人们从小习惯做起，为了唯一的家园做出自己的一份贡献。低碳生活我们不缺理论，我们缺的是行动。“低碳起航”，让我们一起扬帆起航。

## 社会实践生活心得体会篇六

生活是最好的老师，社会实践是我们走向成熟的一种方式。通过参与社会实践活动，我们可以更加全面地了解社会各个领域的运作，并加深对生活的理解。在这次社会实践中，我收获颇丰，下面将从三个方面，即认识到社会的残酷与美好、增强了对社会责任的认识以及意志力的锻炼，来谈谈我的心

得体会。

首先，在这次社会实践中，我深刻认识到了社会的残酷与美好。社会是一个复杂多变的世界，充满了竞争与挑战。我们见到了很多生活在底层的人们，他们辛勤劳动，生活却依然艰难。这让我深刻体会到，社会不是一个完美的乌托邦，而是充满着现实的残酷。然而，我们也看到了社会的美好之处。在社会的各个角落，总有人们在为梦想而努力。他们热爱生活，积极向上，虽然环境不尽如人意，但他们仍然坚持着。这让我明白，美好的事物是需要我们自己去创造和追求的。

其次，在这次社会实践中，我对社会责任有了更深的认识。社会责任意味着对社会的关怀和回报。在这次实践中，我们拜访了一家孤儿院，看到了那些无依无靠孩子的生活状态，他们的无助和渴望得到关爱深深触动了我。我们组织了一次义卖活动，用卖出的物品筹集了一笔善款，帮助孤儿院改善了他们的生活条件。通过这样的经历，我认识到，作为社会的一分子，我们不仅要关注自身的成长和发展，更要关注身边的人，尽自己的力量去帮助那些需要帮助的人。只有每个人都承担起社会责任，世界才能变得更加美好。

最后，在这次社会实践中，我的意志力得到了锻炼。社会实践活动是一项艰辛的工作，需要持续的付出和坚持。在实践的过程中，我遇到了很多挫折和困难，有时候感到非常疲惫和无力。但我明白，只有坚持下去，才能真正体验到收获的喜悦。通过一次次的努力和挑战，我的意志力得到了锻炼和提升，我也更加明确了自己的目标和追求。

通过这次社会实践，我深刻地认识到了社会的残酷与美好，增强了对社会责任的认识，并经历了意志力的锻炼。社会实践是我们成长道路上必不可少的一部分，让我们更好地适应社会，更全面地了解社会。我相信，在将来的日子里，我会更加努力地学习和成长，为社会做出更多的贡献。

# 社会实践生活心得体会篇七

## 一、实践主题：

深入社区，贴近市民，宣传低碳生活

## 二、实践目的：

1、通过深入社区，大力普及环保知识，提高市民的环保意识，培养社区居民和学生关注社会发展的责任感，热爱社会公益事业的品质。

3、建设绿色家园，弘扬社会道德风尚，发扬义工精神，促进社会和谐发展。

## 三、实践形式：

1、对各年龄段人群进行询问。

2、在小区草坪捡拾树叶垃圾。

3、去公园社区进行实地访问

4、上网查询资料，制定宣传策划

6、环保游戏：以游戏的形式进行宣传，吸引人们注意；

7、问卷调查：用问卷调查的方式了解人们对环保的认知程度和环保观念；

8、小组成员与居民、学生交流环保宣传心得。

9、回收居民家中的可回收的生活垃圾，进行返厂再生产。

## 四、实践时间：

20xx年8月05日到20xx年8月11日

五、实践地址：

xx县xx花园xx小区xx家园xx苑xx住宅区

六、实践人：

xx县低碳社会环保宣传小组

七、实践过程：

前期活动具体实施：

- 1、编写绿色社区低碳环保宣传活动策划及方案；
- 2、整理低碳环保资料，设计低碳环保展板；
- 3、制作低碳环保展板，横幅
- 4、编写低碳环保问卷调查；
- 5、设计低碳环保有奖问答试题；
- 6、策划低碳环保游戏。

实践小组共十人组成，活动时间在20xx年8月5日至20xx年8月11日，共七天时间，主要时间内容十向社区居民宣传低碳社会环保的意义以及一些低碳生活小妙招，并对居民提出的疑问进行解答。实践流程是先于环保局协商并制作了六块宣传展板，上面有低碳社会环保的重要意义，另外是一些低碳生活小妙招。作为补充，小组成员又向社区居民介绍了更多的生活妙招。倡导居民在日常生活中主动做到低碳生活。5日、6日制作展板，7日在xx县xx花园，8日在xx小区，9日

在xx家园，10日在xx苑，11日在xx住宅区分别进行宣传活动，11日下午将回收的垃圾返厂。

宣传中的生活小妙招有如下：

### 1、啤酒，让人不再毛手毛脚

大部分女生都希望拥有一双又白又细的腿。但是，毛色明显的手毛和脚毛也是很多女生的烦恼。其实，我们可以使用喝剩的啤酒解决这个烦恼。用棉花沾点啤酒涂抹在手毛或脚毛上，这样可以将毛色染淡，让毛色变得不明显，既省钱又不怕会伤皮肤。

### 2、厨房洗洁济灭蟑有一套

厨房最怕的就是蟑螂横行。不过要是拿杀虫剂拼命喷，又怕会付着在锅碗瓢盆上，要是被间接吃入人体，那可就不妙了。其实灭蟑不一定要靠杀虫剂，我们还可以使用洗洁精。将清洁剂加水稀释，用布沾湿，擦在蟑螂可能出没的地方。由于洗洁精会堵住蟑螂的气孔，造成蟑螂窒息而死。

### 3、衣物翻面洗亮丽不褪色

由于顾虑到晾衣与折衣时的方便，洗衣服时，我们都会把衣物翻成正面清洗，不过，衣服长时间的清洗下，会因为相互摩擦而造成褪色的效果，甚至还会伤及表面纤维，往往新衣服没洗几次，便看起来黯淡无光。所以，使用洗衣机洗衣服时，最好先把衣物翻到反面清洗，这样才能防止衣物褪色。

### 4、保存面粉、太白粉的容器

像是太白粉、面粉等食材，用空瓶子装容易结块、放到塑胶袋中又不方便取用；

有时候真不知开如何保存才好。如果有不要的卷筒纸罐子，可以将面粉或是太白粉放入里头，在卷筒的开口处用一层粗纱布盖着，再用橡皮筋将剩余的纱布绑在瓶身上，然后在纸罐上头盖上一层盖子。就可以直接放到厨房的调味料旁收纳着。

## 5、要如何挂容易变形的衣物呢

像是大衣或是麻沙制的洋装，如果用一般的衣架来收藏的话，很容易会在肩膀的部位就塌下去，变形了。那么要如何挂这些容易变形的衣物呢？只要多准备几条毛巾，就可以了喔！在衣架的肩膀部位，先用毛巾卷起来，再将衣服挂上，这样就可以防止衣物会变形。

## 八、实践

### 体会与结论

经过此次社会实践活动，可以看出我们的低碳环保意识还有待提高。我们总是这样形容地球为我们的“母亲”，但是日益恶化的环境正在威胁着我们“母亲”的寿命，总是以为地球上所拥有的资源能源是无限的，但是人们的过度的浪费，已经使这些“无限”的资源能源在逐渐的变成“有限”的！请爱护我们的环境，因为“只有一个地球”！也许现在我们感受不到环境的恶化威胁到了我们的生存，甚至愚昧的人觉得与己无关，但是有没有想到几百年以后我们的子孙后代应该去哪里生活呢？难道要伴随着适合人类生存的环境而永远的消亡吗？针对低碳环保的问题，暑期实践。不仅仅是为了完成实践报告，更希望可以借此来了解人类生存的环境到底如何，借以警示愚昧的人类！

另一方面要把这种认识转变为自己的实际行动，以“保护环境，人人有责”的态度积极参加各项环境保护活动，自觉培养保护环境的道德风尚。

这次活动还让我认识到：

1、“团队精神、共同合作”在工作中的重要性。

2、前期准备工作在整个过程中的重要性。

“好的开始是成功的一半”这句话都被人说烂了，只有经历后才能真正体会到他的真正含义。要是你在工作前不准备充分，你就不能够搞好你的活动。因为你的活动因为参与的人很少，你就肯定会手忙脚乱的。

3、我觉得做一件事，只要你用心去做了，不管结果怎样都是成功的。

通过这次实践活动，让我们真正学到不少，对社会的理解也在活动中加深了。实践中学其他知识，不断的从各方面武装自己，能在竞争中突出自己。作为新时期的一名大学生，我们必须坚持正确的方向，努力学习好各种知识，除此之外，我们还必须参加各种社会实践，到校园外的社会去锻炼自己的意志，增加自己对复杂社会的进一步了解，增强自身社会责任感，增加适应社会的能力，为我们大学毕业完全进入社会做好必要的准备。

## 社会实践生活心得体会篇八

在人的一生中总要学会很多东西，比如：学做家务，学做手工，学洗衣服……就在这个星期，我们考完期中考试后，老师布置让我们在劳动技术书上学炒菜。

于是我星期五写完作业后，等快吃晚饭的时候就准备开始炒菜了，我心想该炒什么菜呢？这时我的眼瞟到了一边，看见了一个大大的西葫芦，想了想算了就把你给炒了吧，于是我先把它在水盆里面洗了洗，准备拿刀把它切碎。可我是第1次炒菜，根本就不怎么会用刀，于是我两手紧握刀把，用力向



下一砍，结果一看，菜刀竟然插到了菜板上，而西葫芦早已经被我弹飞了，于是这一次，我手小心的在旁边扶着，用力一砍就把西葫芦劈成了两半，然后我又轻轻地把它切成了薄片，可我切得又大又小，卖相不怎么好，这时妈妈走过来问我：“你怎么不拿一些东西点缀一下呢？或者再加上一些配料。”于是我拿了一些甜的红辣椒，切成了丝，把它放到了切好的西葫芦里，又切了一些葱姜蒜。

接下来我开始炒了，我先小心的往锅里倒油，等油热了一点后，我在顺着锅边把葱姜蒜倒了进去，然后再加入西葫芦和红辣椒，开始翻炒，可因为我没有拿过铲菜板，开始翻炒的时候，有的都炒糊了，有的还没熟，炒的非常不均匀，过了一会儿后，我又往里面加入了盐和辣椒胡椒粉，再翻炒了一遍，终于炒好了！我把东西倒在了盘子里，就出锅啦！

不过可惜的是，爸爸忙于工作，根本没有吃我做的菜，不过妈妈和爷爷奶奶都夸我做的菜好吃，我的心情还是很不错的。