# 202\_年实践心得体会收获感悟(汇总15篇)

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-12-03

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。实践心得体会收获感悟篇一我在202\_年1月...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**实践心得体会收获感悟篇一**

我在202\_年1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，亲身体验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。

**实践心得体会收获感悟篇二**

参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

一：挣钱的辛苦。

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二：人际关系。

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。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，那么你一定会交得到很多朋友。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。不论做是事情，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。

三：管理者的管理。

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!

四：自强自立。

俗话说：\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

五：认识来源于实践。

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。只学不实践，那么所学的就等零。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。通过这段时间的实习，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。要学会从实践中学习，从学习中实践。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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

六：专业的重要性。

选择了土木为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

现在想来，暑假的打工生活，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，这也算是我的一份财富吧。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。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

**实践心得体会收获感悟篇三**

我在这一年的实践中收获颇多，不仅积累了丰富的经验和知识，还锻炼了自己的实践能力和思维方法。通过不断地实践和总结，我深深体会到，实践不仅能够让我们学到更多的知识，还能够培养我们的动手能力，增强我们的解决问题的能力。在实践过程中，我既遇到了挫折，也有了成功的经验，收获了很多宝贵的经验和教训。

首先，在实践中我发现了知识的实践价值。在课堂上，我们可以学到很多理论知识，但只有在实践中去运用这些知识，我们才能真正理解它们的意义和应用。例如，在学习物理的过程中，我学到了很多电路的原理和公式，但一直不太明白它们的实际应用。直到有一天，老师带我们去实验室进行电路实验，我才发现原来这些知识原来可以通过实践来验证和应用，这让我更深刻地理解了物理的知识。

其次，在实践中我意识到实践能够培养我们的动手能力。在实践中，我们需要亲自动手去实施一系列的操作和实验，这样可以培养我们的动手能力和操作技巧。以前，我对于机械类的操作一直感到头疼，总是力不从心。但在一次手工制作的实践中，我独立设计和制作了一架小风车，并成功地让它转动起来。这使我意识到只有通过实践才能真正掌握动手能力，虽然过程中充满了挫折和困难，但最终的成功让我对自己的动手能力有了更大的自信。

再次，实践让我学会了解决问题的能力。在实践中，我们时常会面临各种各样的问题和困难，只有通过实践，我们才能找到解决问题的方法和策略。例如，在化学实验中，我遇到了一道难题，实验操作过程中出现了错误的结果，我陷入了困惑之中。但通过仔细观察和分析，我发现了问题的所在，并通过调整实验方案和方法成功解决了问题。这次实践让我体会到只有当我们面对问题时，才能真正锻炼我们的解决问题的能力。

最后，在实践中我也受益于团队合作的精神。在实践中，我们往往需要与他人合作完成一项任务，这要求我们与他人合作，相互配合。在实践中我担任团队的组长，负责协调和分配任务，有时还需要处理团队内部的矛盾和纠纷。通过实践，我学会了倾听他人的意见，尊重团队成员的想法，并通过沟通和合作解决问题。这段经历不仅让我认识到团队合作的重要性，也让我意识到一个团队的战斗力不仅仅取决于个人的能力，更取决于团队的凝聚力和合作精神。

总之，通过这一年的实践，我得到了很多实践经验和知识，也锻炼了自己的实践能力和思维方法。实践不仅能够让我们学到更多的知识，还能够培养我们的动手能力和解决问题的能力。同时，在实践中我们也需要与他人合作，通过团队合作的精神来完成一项任务。通过实践，我深刻体会到知识的实践价值，助力于我们更好地理解和应用知识。因此，我们应该坚持实践，不断积累实践经验，从而更好地提高我们的实践能力和思维方法，为未来的发展做好充分的准备。

**实践心得体会收获感悟篇四**

液相实践是化学实验中常见的一种实验方法，它通过溶液中溶质与溶剂的反应、溶解和结晶等过程，实现了对物质的分离和纯化。在液相实践的学习和实验中，我收获颇多，不仅对化学实验的操作技巧有了较大提升，更重要的是对化学原理和实验方法有了更深入的理解。下面我将通过五个方面来分享我的液相实践心得体会及收获。

首先，液相实践让我深刻认识到精细操作对实验结果的影响。在液相实践中，每一步操作都需要精确控制，从溶液的配制到溶解反应的控制，再到晶体的结晶和过滤等步骤，都需要非常细致的操作。一旦操作不慎，可能会导致溶液反应不充分、晶体结晶不纯等问题。通过不断实践和总结，我逐渐掌握了各种操作技巧，如搅拌均匀、温度控制、过滤速度等，提高了实验操作的准确性和稳定性。

其次，液相实践让我理解了化学原理在实验中的具体应用。在化学原理课上，我们对反应平衡、溶解度等知识有了一定的了解，但是通过实际操作，我才真正地认识到这些知识的重要性和实际应用价值。通过液相实践，我体会到了不同物质之间的溶解度差异对实验结果的影响，也进一步理解了饱和溶液的概念以及溶解度曲线的建立。这些实践经验不仅加深了我的化学原理理解，还为今后的学习和研究提供了基础。

第三，液相实践让我认识到团队合作在实验中的重要性。液相实验通常需要多人合作完成，每个人都需要分工合作，确保实验的顺利进行。在实验中，我体会到了与同伴共同商量计划、相互协作、互相帮助的重要性。通过与他人的配合，我学会了听取他人意见，尊重他人的工作，也发现了团队协作的力量。在这个过程中，我培养了与他人沟通合作的能力，提高了我的团队合作能力。

第四，液相实践让我领悟到实验中的安全意识的重要性。在实验室中，安全是第一位的原则。通过从事液相实践，我深感实验中的操作容易发生意外，如溶液溅出、有毒物质的挥发等。因此，在每次实验前，我都会认真阅读实验指导书，了解和掌握实验的操作要点，并且时刻保持警惕，严格遵守实验室的安全操作规程。实验安全意识是每个化学学生必须具备的素养，也是化学实验中最重要的一个环节。

最后，液相实践加深了我对科学研究的认识。通过一次次液相实践，我体会到了科学研究的艰辛和耐心的重要性。实验结果往往需要反复验证和论证，而科学研究的进展又需要实验结果的支持和印证。通过参与液相实践，我更加理解了科学探索的深度、广度和辛苦，也更加珍惜每一次的实验机会，争取取得理想的实验结果。

总之，液相实践给我带来了丰富的学习经验和实践技能。通过精细操作和实践总结，我提高了操作技巧，加深了对化学原理的理解，培养了团队合作和安全意识，也深刻认识到科学研究的探索过程。这些收获和经验将成为我今后学习和研究的宝贵财富。

**实践心得体会收获感悟篇五**

总体来讲，我们这次实践活动是取得了预期效果的。

活动前期，辅导员与班长进行了充分的安排与叮嘱。让我们有了足够的信心去做好我们的党校社会实践活动。分党校领导要求我们下午1：30到达常熟市惠民医院，可是由于交通问题，我们迟到了一点点，我有点愧疚。当天天气很是炎热，到达那里时全身是汗，很是不舒服。尽管交通、天气等外部种种不利原因，可是我们的工作热情却丝毫没有因此而减少。我们听从医院工作人员的安排，女生去三楼重新装订化验单、病历单等。而我们男生为住院部的病房内的空调清洗过滤网。虽然过滤网上的灰尘很多也很厚，很难清洗，而且很多过滤网都有点坏了，不敢用力去清洗，因此我是格外的小心与仔细，很是害怕把过滤网给弄坏了，那么病房里的老人就不能及时的用上空调了。可是想到清洗后的过滤网可以让病人更好的在病房里治病、早日康复。我的热情格外的高涨。在两个多小时的洗刷中我们完成了住院部所有房间的清洁，我们倍感兴奋。

经过两个多小时的工作，我们的党校社会实践活动就要结束了。大家在工作的过程中都表现的很积极，总的来说，我们还是很成功的。我们帮助惠明医院的实践活动得到了惠明老年医院的后勤部门的领导和工作人员的肯定与鼓励。使得我们很是欣慰，我们的努力是值得的，得到了很大的回报。

学校这次组织的为常熟市惠明老年医院的实践活动让我懂得了为别人服务不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了为别人服务而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们大学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们大学生劳动态度的一个特征。我们讲的为人民服务，就是以不记报酬为前提的;那是根据以国家而劳动;我们必须为别人国家为自己而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

社会实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。而学校组织的活动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些90后的大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。

在这次实践活动中，我们全体学员积极参与，大家团结一致，热情洋溢，通过这次活动，首先是我们自己学到了很多的知识，然后用自己的行动让更多的同学学习到了相关知识，引起了他们对当前社会下许多学校以外事情的关注。这次活动不仅加深了我们对党的宗旨全心全意为人民服务的理解，更让我们在实践中感受到肩负的社会责任之重，也充分体现了我们成大学子的风采!让我们这些当代大学生知道了为人民服务的重要性。所以我以要一个共产党员的标准严格要求自己，继续中华民族的伟大复兴之路。

社会实践，去了四天，早上6点起床，下午5点半回家。

其实工序一点都不难，一学就会，可是时间还是那么难熬，一分钟都变成了两份过。当动作成了习惯，眼睛可以到处跑的时候，我只能让思绪飞扬，才能抵抗越来越重的无聊。

从天南想到地北：想昨天哥哥开的玩笑话，想贝壳呆呆的表情，想惜君的《拂晓》什么时候会到，想开心的，还有不开心的，想一切我可以想到的。可是在我感觉已经过了很久很久，把思绪收回之后，才发现时间还是慢慢地走。无奈地对自己说，还有好长时间才到午饭时间，还有好长时间才能休息一下。可是妈妈还是很认真的工作，没有些许的不耐烦。一天下来，除了中午吃饭的时间，除了上厕所，没有一刻，妈妈有停下来休息。从早上7点到工厂，一直到五点半才回家。还是厂长来催他们回家，把电风扇、灯关掉才离开。

对自己说，以后要好好赚钱。很肤浅吗?记得《我与地坛》中，铁生的朋友写作是为了出名，为了母亲，为了让母亲骄傲。这和我的愿望没有本质的区别。但是，铁生说，低俗并不见得低俗。所以，我的希望没有错。以后，要让爸妈过上好日子，陪他们去旅行，要买大大的房子，这就是我的期待。

有些事不需要深刻，不一定要说：“我们是祖国的未来，长大以后为祖国做贡献。”简单就好，真实就好。

在那里，遇到一个小女孩，大概五六岁。头发有点乱，但挺可爱的，眼睛很大。她是和她的姑姑、小姐姐一起来的。可是她却喊姑姑为妈妈。有些奇怪。

当天妈妈告诉我，她的父母离婚了，爸爸娶了后妈，生了一个弟弟。她现在已经要自己梳头发，自己洗澡，自己洗衣服了。我无法想象。她还是那么小的孩子。

我主动找她和她的小姐姐聊天。她叫心怡。她的后妈对她不好，会打她，可是她还是对弟弟很好。她喜欢呆在她姑姑家。心怡还小，可是她已经知道谁对她好。还好，她很贪吃，让我看到她这个年纪的影子。我对她说，下午姐姐去买冰激凌给你吃。她高兴地点头。

对她，我知道帮不了什么。对她，有点感动，有点心疼。其实每时每刻我们都是幸运的，因为任何灾难的面前都有可能再加一个“更”字。我们对生活永远要感恩。

心怡，以后要很幸福。就算以后不会相遇，还有一个人为你祈祷。

这个暑假，妈妈的手因为不小心被机器压到，去了中医院。很幸运，没有伤到骨头，只是皮被高温烫熟了，接连好几天四五瓶的打点滴。厂长为此忙来忙去。在这样的酷暑下，鼻尖都出了汗，背上已经湿透了。当时我在场，想要把手上的纸巾递给他。很高兴，他是妈妈的厂长，是个好厂长。

社会实践中，遇到了一些人，一些事，流了汗，也感动过。

高中已经过了三分之一，以后还要更努力，为了简单的愿望。

实习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更学好。

我实习的地方并不是和我的专业对口的报社或者是电台，而是医院。今年放假的时候正好赶上“光明·微笑”工程的实施，这个工程是针对贫困白内障患者进行免费的白内障手术，帮助贫困白内障患者重新恢复光明和微习笑。

此次活动将按照“就近、就便、就亲”原则，要求一名卫生工作者至少选取一名白内障或唇腭裂患者实行“一对一”结对帮扶。具体帮扶内容为“五个一”：一是深入帮扶对象家中，进行一次“光明·微笑”工程的免费政策宣传，主动发现白内障和唇腭裂患者;二是提供一系列服务，做好帮扶对象参加当地医疗机构组织的筛查和确诊，做好帮扶对象手术实施期间的跟踪服务，帮助解决家属陪护、术后康复等实际困难;三是至少做好一次帮扶对象术后回访，帮助指导其康复;四是开展一次送温暖活动，至少到帮扶对象家中送一次爱心，送去党和政府的温暖;五是解决一个实际问题，至少帮助帮扶对象家庭解决一个健康或卫生服务方面的实际问题，办好一件实网事。

由于我外公也是白内障患者，而且因为经济原因，一直没有去就医，现在开展“微笑·光明”这一活动，使得我的外公也有机会去做这个白内障手术，正因为这一一个特殊的原因我来到了医院进行护理工作的实习。在医院看到那么多的老人去做这样的手术，他们做这样手术原因很简单，“能看到脚下的路就好了，这样就不会摔倒了，不会拖累儿女们”一位83岁的老人这样对我说。

在医院实习的那段时间真是感触良多，看到那么多贫困的白内障患者因为没有钱，而饱受黑暗的折磨，让他们的脸上失去了那丝微笑，两鬓的白发，额头上的皱纹，这些都是岁月走过的痕迹，岁月的沧桑消磨了那原来年轻的心。

在实习中我学到了很多，看到了很多，虽然不是专业对口，但是这样的实习还是很有意义的。我知道了工作和学习的差别，这样的差别也让我积累了更多的经验，不管是工作还是学习，我们都要用一颗真诚的心去对待。

在实习中我们知道了工作和在学校学习完全是不一样的，在学校有老师，有作业，有考试，而在工作中完全要靠自己自主的去学去做。只要你想学习，那些老员工会毫不吝啬的把他们多年的经验教授给你，让你在工作中少走弯路。在实习的过程中也可以更好的了解自己，了解自己喜欢什么，对什么感兴趣，做起工作来就更顺手。

虽然在学校也有培养学生的团队协作精神，但是还是没有工作中体现的那么明显，在工作中团队精神尤其重要。工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则：我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

**实践心得体会收获感悟篇六**

第一段：引言（150字）。

在化学实验教学中，液相实践是一种重要的实验方法。通过液相实践，我们可以了解各种溶液的性质和反应规律，培养实验操作技能，加深对化学原理的理解。本文将介绍我在液相实践中的心得体会和收获。

第二段：实验准备和实验操作（250字）。

在实验前，我们需要详细了解实验的目的、原理和步骤。同时，还需要准备实验所需的试剂、仪器和设备。在实验操作中，我发现仔细阅读实验步骤并熟悉操作要求非常重要。这样可以避免操作失误，保证实验结果的准确性。另外，我还学会了合理调配溶液浓度和体积，以确保实验的顺利进行。

第三段：实验过程和实验结果（300字）。

在实验过程中，我遵循实验步骤逐步操作。在反应过程中，我注意观察反应物的转变和反应条件的变化，及时记录实验现象和数据。通过实验，我观察到了不同溶液的颜色、浓度和反应速率等特征，并通过实验结果验证了我之前学过的化学知识。实验结果的准确性和可靠性对于实验的重要性不言而喻。

第四段：实验分析和实验感悟（300字）。

通过对实验数据的分析，我发现溶液的浓度、体积和反应条件对实验结果的影响是不可忽视的。在实验过程中，我还遇到了一些问题，比如操作不慎导致实验失败，或者实验结果与预期不符。但正是通过这些问题，我才意识到实验中的小细节对于结果的影响是如此重要。实验过程中遇到的问题也让我更加谨慎和细心。

第五段：实验收获和启示（200字）。

通过液相实践，我不仅学到了化学知识，也培养了实验操作技能和科学思维能力。我意识到实验是理论的延伸和实践的必要，只有亲身经历过实验的过程，才能更加深入地理解和掌握知识。在今后的学习和工作中，我将更加注重实验实践，继续探索化学的奥秘。同时，我也明白了科学研究中的细致和耐心的重要性，只有持之以恒，才能取得更好的实验结果。

总结（100字）。

通过液相实践，我不仅掌握了化学实验的基本操作技能，也对化学原理有了更深入的理解。实验过程中遇到的问题让我更加谨慎和细心，提高了我阅读实验操作步骤的能力。今后，我将持之以恒地进行实验实践，不断探索化学的奥秘，为科学研究的发展做出自己的贡献。

**实践心得体会收获感悟篇七**

“三下乡”社会实践活动是指大学生将自己在校所学的先进科学观念在农村广大传播，紧密结合所学专业，在农村开展多种形式的先进科学文化技术知识和生活观念的宣讲活动。为了深入贯彻中国共产党的xx大精神，全面了解社会主义新农村建设，增强大学生社会责任意识，引导广大青年学生在服务人民、奉献社会的实践中成长成才，虽正值炎炎夏日但我们重庆文理学院一年一度的大学生暑期“三下乡”社会实践活动也在如火如荼的进行着。

我们此次三下乡活动主要包括三个方面，分别分三天进行，第一是：由带队老师领着同学们在乡村街道上努力开展调查工作，为了纪念我们的建党九十周年，调查我们的群众对党了解的知识有多少，我们在三教镇进行了知识问答活动。第二是：关爱留守儿童。了解他们在生活或者学习上存在什么问题，如果我们能够帮助解决的一定会尽力解决。第三是：给乡镇儿童讲课开展支教活动，让儿童们更好的吸收了解知识。在“三下乡”的社会实践活动中，只有真正的融入其中去，才能够领略到其中的道理。我们每一位同学都互帮互助互爱，在一个和谐的氛围中开展活动。不论是活动的之前还是之后，大家都怀着一颗善良的心，一个良好的心态，一个开心的心情，对突发事件能够保持冷静，队员之间也保持了良好的联系，外出都会实现报告给队长得到批准，我们每个队员都记日记，记录着当天的生活点滴，每天都进行工作小结。

在这里我得郑重的表示感谢。感谢学校给我这次机会可以去参加大学生暑期社会实践活动。这次是我第一次参加社会实践活动，虽然只有短短的三天时间，但是我所学到的东西却不是三言两语可以道得尽的。虽然三下乡已经结束了，但是回顾那几天难忘的日子，我知道留给我的不止是感动，还有成长，我们变得更加成熟、勇敢、自信了。现在我将自己这三天的感想总结如下：第一，珍惜。是缘分，让我们这十个同学能够一起参加三下乡活动，机缘难得，唯有珍惜。第二，细节。“细节决定成败”，任何一次活动都需要去精心策划，精心准备，未经过深思熟虑肯定会忽略了很多细节，以致顾此失彼，也许就会造成活动的失败。第三，团队意识。彼此陌生的十个人在一起工作生活，难免会有一些摩擦，但此时我们应该想到的就是团队意识，良好的团队意识让我们知道不论在做什么工作的时候，我们都应该一切为大家着想，团队着想，不应为个人私利而去做对团队有害的事情。第四，沟通。倾听交流每个人新的想法与体会可以促进理解，也可以集思广益。第五：理解包容。从下乡的筹备活动到整个活动的结束，事情都不是一帆风顺的，但每次遇到问题时，我们都会共同商量找出解决问题的办法，虽然在商量的过程中，往往意见会不一致，但我们都能够互相理解。慢慢地我学会了包容、学会了体谅，更加懂得了站在别人的立场想问题。

此次“三下乡”活动留给我印象最深刻的是第二天的活动——关爱留守儿童。那一天在与乡亲们的接触中我深深地感到：农村对教育的重视程度比起城市有过之而无不及，甚至越是贫穷地区的人们对教育的渴望越强烈，教育滞后的根源不在于观念的落后而在于经济的落后。我们通过调查发现孩子们的生活水平明显提高了，通过对他们进行知识问答，我们惊讶的发现他们掌握的知识原来那么多，看着孩子们脸上天真无邪的笑容，我们打心眼里面乐了。有了国家惠农惠民的政策，相信那些留守儿童的日子一定会越过越好的。但是通过此次的“三下乡”我们也发现了一些问题，比如现在一些乡镇里面孩子的英语水平特别的差，听他们讲说很多时候都只是有开课不上课。还有对于那些毕业班的小学生，他们的体育课也是被完全的用来上文化课了。对于这些现象，希望上面可以帮助解决，比如每年多组织一些类似“三下乡”的活动，让当代大学生们能够把最新的知识带到农村，带给那些求知欲那么旺盛的小孩们，帮助他们学习英语，教给他们更加科学有效的学习方法，或者联系当地的学校，希望他们可以根据课表要求走，不要掠夺孩子们那些渴求运动渴求英语的心，使孩子们在乡镇，在没有爸妈在身边的同时也能够全方面全身心的发展，做到德智体美样样不差。

虽然这次三下乡活动比较成功但是还是存在诸多不足或做得不够的地方，但我们依然相信有收获、有挫折、有经验、有教训的活动才是真正的“三下乡”活动。作为一名当代大学生，参加此次“三下乡”暑期社会实践活动不仅是一次体验社会展现自我的舞台，更是一次回报社会回报祖国的机会。所以我得再次感谢老师给我这次机会，让我能够锻炼自己、提高自己，能够亲身经历，体会这一切。我会一直怀着一颗谦卑之心去学习知识、学习经验、学习技能。实践出真知，通过这次实践，我对自己也有了一个全新的科学的定位，对自己的不足也有了清醒的认识，比如专业知识的欠缺，人际交往能力、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。相信通过此次的“三下乡”活动，我相信我一定会在以后的学习或者生活中做的更好。

**实践心得体会收获感悟篇八**

学校组织的公益劳动让我从中学到很多，也得到了许多深刻的为人处世的道理。

学校把社会作为实践的场所,让我们参与社会,在公益劳动的实践中有所启示。通过小组为单位的社区志愿服务,启发了我们在公益劳动中寻找能使我们受到教育,有所感悟的亮点,引导我们去了解社会、感受社会。在敬老院中，我们小组的同学毫不嫌脏。耐心、仔细地帮助老人们洗脚、剪指甲。这些都让我们体会到了老一辈的孤独、我们的幸福和自私。我们在那里尽可能地多和老人聊天、谈心，竭尽所能使老人感到温暖。我们还帮助敬老院的职工一起打扫敬老院。虽然我们满头大汗，但我们很高兴，因为我们心里都有一股自豪感。而这种自豪感不是在学校里能够体会到的。

公益劳动是不记报酬、不谋私利、不斤斤计较的；公益劳动是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加公益劳动的光荣感，塑造自己美好的心灵。这些都让我们觉得自己是另一个雷峰。

处于这个时代的我们，大多都是独生子女，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的集体公益劳动，使我体会到了集体的力量、集体的温暖和自己的不足。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。这些都促进了我努力改正自身错误，正确认识自己。而现在，由于一切向钱看的思想的影响，在一些人的头脑中装满了金钱的利益，干什么事都讲钱，干活不讲报酬认为是傻瓜，甚至有的“公益劳动”也变相要钱。在这种情况下，学校有意识地组织了我们去参加力所能及的公益劳动，对于抵制一切向钱看的思想腐蚀可以起到一定的作用。让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动穿早世界的真理，抵制了我们轻视劳动和不劳而获的思想的侵蚀，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。公益劳动也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确的人生观、价值观。公益劳动同样培养了我们的竞争意识和开拓进取的精神。

学校这次组织的公益劳动让我懂得了公益劳动不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们中学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们中学生劳动态度的一个特征。我们讲的公益劳动，就是以不记报酬为前提的；那是根据以公共利益而劳动；我们必须为公共利益而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

社区实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。而学校组织的劳动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的中学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。

。

**实践心得体会收获感悟篇九**

。

劳动是中华民族的优良传统美德，我们作为大学生，有着较高的文化素质，应当积极参加劳动。于是，在大学生活的最后一个暑假，我们x班的集体同学们进行了社会实践活动。

我们在社区里清扫垃圾，发送宣传单，希望这些微不足道的举动能增强人们的一点环保意识。这天早早的，我们几个同学就集合到了一起。一切准备就绪后，我们分组进行实践活动。

我们一边捡街道上的垃圾，一边给路人发自己印的宣传单，虽然有些行人接过宣传单之后就丢在了地上，但是我们毫不气馁，把它们一张张的捡起来，然后追上丢弃它的行人，告诉他们说：“这是有关环保的宣传单，希望您能认真地看一下，为保护环境献一份力，谢谢!”听了我们的话后，他们都欣然接受了。这是我们倍感信心，更加努力的进行社会实践活动。

我们的举动迎来了许多行人们的赞扬。就比如说，我们在街道上捡垃圾时，道路的清洁工人看见我们在帮他们的忙，就微笑的直夸我们懂事，说我们是学校里的榜样。听了他们的赞扬，同学们就有了动力，继续埋头苦干。

很快，天就黑了下来。我们的社会实践活动就结束了。在大家的欢笑声中，我们宣告这次活动圆满完成。从这次活动中，我也懂得了许多。

**实践心得体会收获感悟篇十**

液相实践是大学化学课程的重要组成部分。通过液相实践，学生能够将课本上的知识付诸实践，加深对化学实验的了解。在此次液相实践中，我亲自动手进行了一系列实验，学到了很多知识，也体会到了实践的乐趣和价值。本文将围绕这一主题展开论述，主要分为五个部分：实验前的准备，实验过程的具体操作，实验中的困难与解决，实验结果的分析和实验带来的启示。

实验前的准备。

在进行液相实践之前，我们需要对实验的目的和步骤进行充分的了解与准备。首先，我认真学习了实验手册，了解了实验的原理和操作方法。其次，我检查了实验室的仪器设备，确保其正常运转。最后，我确认了所需的试剂和材料的数量和质量，以免在实验过程中出现不足或多余的情况。这些准备工作的细致和周密，为实验的顺利进行打下了坚实的基础。

实验过程的具体操作。

在液相实践中，我进行了一系列具体的实验操作，包括溶液的配制、反应的观察以及产物的检测等。首先，我根据实验手册中的配比方案，精确地计量了所需试剂的质量。接着，我将试剂按照相应的顺序加入容器中，并且搅拌均匀以保证反应充分进行。然后，我时刻观察反应过程中的变化，并用适当的仪器测量相关的物理参数，以便更加全面地理解反应的进行。最后，我使用合适的方法和仪器，对实验产生的产物进行了测定和鉴定，以确定实验结果和得出结论。

实验中的困难与解决。

在液相实践过程中，我遇到了一些困难和问题。首先，我在配制溶液时发现有些试剂溶解速度较慢，容易结块。为了解决这个问题，我采取了加热和搅拌的方法，以促进溶解和保证均匀性。其次，在观察反应过程中，有时我发现颜色变化不明显，难以辨别反应的进行。为了解决这个问题，我使用了一些合适的试剂作为指示剂，并辅以适当的观察方法，以确保观察的准确性。通过不断的尝试和探索，我成功地克服了这些困难，并取得了满意的结果。

实验结果的分析。

通过液相实践，我得到了一系列的实验结果。通过对实验产物的测定和鉴定，我发现实验结论与理论预期相一致，证明了化学原理的正确性。此外，我还从实验中获得了一些有价值的数据，通过对这些数据的分析，我得出了一些新的结论和发现。这些结果的分析不仅加深了我对化学原理的理解，也提高了我的实验技能和分析能力。

实验带来的启示。

通过液相实践，我深深体会到了实践的乐趣和价值。实践是理论的延伸，只有在实践中才能真正地理解和掌握知识。实践不仅可以巩固学生的学习成果，还可以培养学生的创新精神和动手能力。此外，实践也是培养学生综合素质和培养团队精神的重要途径。通过实践，我学会了与他人合作、分工合作和相互信任。这些启示不仅对我的学习有很大的帮助，也将对我未来的工作和生活产生积极的影响。

总结起来，液相实践是一次有意义的实践活动。通过实践，我不仅学到了很多知识，还体会到了实践的乐趣和价值。在未来的学习和工作中，我将继续保持实践的态度，不断探索和实践，以提高自己的能力和素质。

**实践心得体会收获感悟篇十一**

社会实践是大多数学生在校园生活中不可或缺的一部分，通过参与社会实践，我们可以拓宽视野，增长见识，培养实践能力和社会责任感。在社会实践的过程中，我也有了一些心得体会与收获。以下是我对社会实践的一些反思与体会。

首先，社会实践让我深刻地意识到学校所学知识的重要性和实践能力的必要性。在学校的课堂中，我们学习了很多有关社会和人类的理论知识，但这些知识只有在实践中才能体现其价值。通过社会实践，我亲身经历了许多我所学到的知识的实践运用，例如，通过参观工厂，我深刻了解了生产流程和管理技巧；通过参与社区服务活动，我认识到公益事业的重要性和如何帮助他人。这些实践活动让我深刻认识到，将理论知识与实际操作相结合是我们作为学生的必然要求。

其次，社会实践让我认识到，团队合作和沟通能力对于一个人的成长是至关重要的。在社会实践中，我们通常需要与他人合作，共同完成一项任务。这种团队合作的过程中，我深刻体会到团队成员之间的互相信任和协作是成功完成任务的关键。同时，有效的沟通能力也是团队合作的基础，只有通过良好的沟通才能减少误解和争议，从而达到最终目标。通过社会实践，我意识到团队合作和良好的沟通能力对于个人和团队的发展毫不可缺少。

再次，社会实践让我更加关注社会问题，培养了我的社会责任感。通过参与社会实践活动，我亲眼目睹了许多社会问题的存在，例如贫困、环境污染等。这些问题让我意识到，作为一个有思想和理想的青年，我应该为解决这些问题做出努力。社会实践让我意识到，只有主动参与社会实践，关注社会问题，才能真正体会到为人民服务的快乐和幸福。因此，我决定将社会责任融入自己的人生中，并将其作为一种终身追求。

最后，社会实践让我更好地认识自己，提高自身能力。通过参与各种实践活动，我充实了自己的经历，拓宽了自己的视野。这让我更好地认识到自己的优势和不足，激发了我改进和提高自己的动力。通过社会实践，我意识到，只有不断地学习和实践，才能不断提高自身的能力，更好地适应社会的发展和变化。

总之，通过社会实践，我深刻体会到了学校所学知识的重要性和实践能力的必要性，同时，我也认识到了团队合作和沟通能力的重要性，更加关注社会问题，培养了我的社会责任感，同时也让我更好地认识自己，提高了自身能力。社会实践带给我的不仅仅是知识和能力的积累，更是一种成长和追求的态度。我相信，在以后的学习和工作中，我将继续保持这种实践精神，并将其运用到实践中，为社会做出更多的贡献。

**实践心得体会收获感悟篇十二**

很多有经验的人都说社会实践有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，社会实践也是大学生学习知识、锻炼才华的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好情势。作为一位大二学生，就快要步进社会的我带着学习和好奇的心情往迎接在xx有限公司为期七天的的实践。

在这之前我是一点实践经验也没有。虽然说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，而是转变成了正式的上班一族：早上8：30上班一直到下午5：00放工，这一天的生活便度过于这小小的办公室当中。此次实践，主要实践的内容是打印处理文件、平常电话接听、客户接待工作，和给各种杂活。简单来讲就是学习做一名办公室文员。

固然我只是帮忙接听电话、接受邮件、复印资料、整理文件等，但通过实践的磨练，我深深地熟悉到社会实践是一笔财富。在实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深进生活、回味无穷。下面我主要谈一下自己的收获。

一、我意想到做任何事情都不能眼高手低。

接听电话、接受邮件、复印资料、整理文件这写在我实践前看来根本就小菜一碟，我自以为可以不费吹灰之力把它们做好。但事实我并不是如此，我不但没能轻松完成，反而忙得焦头烂额。接受邮件、复印资料做起来还相对轻易些，只要把握基本操纵就行了。但由于我刚开始往的时候，其实不熟习公司的业务，很多东西都不懂，整理起资料来经常会手足无措，第一天我就把文件回得乱七八糟，幸亏有叔叔、阿姨们的耐心帮助。虽然说熟能生巧，但接下来的几天有时候我仍会出现些错误。这让我意想到做人要脚踏实地，千里之行，始于足下，不能好高骛远。

二、我的口才得到了进步。

在接电话的进程我十分留意语境，并且及时改正一些不得体的地方，使我说话比之前更得体更大方了。而且为了能和同事相处愉快，我尽可能会找些她们感爱好的话题，不懂的东西也及时向她们请教。长此以往，交换多了，我不光学到了她们宝贵的工作经验，口才也进步了。在待人接物、如何处理好人际关系这方面也有了很大的进步。

三、我感悟到要好好掌控在校的时光。

热电方面的术语我一无所知，这让我深入地熟悉到我的知识的狭隘性，真可谓是书到用时方恨少，而大学又是拓宽知识面、进步本身素质的最好场所。我应当珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识（不但要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力进步综合素质）、应用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。

四、不要轻言放弃，这次实践后才能深入体会这句话的含义。

在社会实践中，一开始的环境不适应和做事的挫败让我一度想放弃。但在父母、好友的鼓励下我还是坚持了下来。很庆幸我坚持到了最后一秒，假如没有那份坚持，我也就不会取得以上那末多收获，学到很多课堂上学不到的宝贵东西。轻言放弃是对自己不负责任的表现。它会让你错过很多人生的美景，失往很多进步的机会。真的，贯彻始终就是成功，不到最后一秒，决不要轻言放弃。

文档为doc格式。

。

**实践心得体会收获感悟篇十三**

社会实践是大学生提高实践能力和社会适应能力的一种有效途径。通过参与社会实践活动，我深刻认识到大学生应该充分发挥自己的优势，积极投身社会，为社会发展做出自己的贡献。在此次社会实践中，我主要参与了社区服务和环保宣传活动，并从中获得了许多宝贵的体会与收获。

首先，社区服务的实践让我深入了解社区的需要和问题，并思考如何提供解决方案。在社区服务中，我承担了一些志愿者工作，如清理社区公园、组织一些儿童活动等。通过这些工作，我意识到社区对于公共设施的需求很大，并且社区的儿童教育问题也亟待解决。因此，我与团队提出了一些建设性的建议，包括增设儿童游乐场、开办教育培训班等。通过与社区居民的互动，我真切体会到了帮助他人的快乐和成就感，也明白了为社区发展贡献自己的力量是多么有意义。

其次，环保宣传活动不仅让我深入了解环保问题，也让我明白了个人行为对环境影响的重要性。在环保宣传活动中，我参与了垃圾分类、植树造林等工作。通过这些活动，我了解到环境污染对于人类的健康和生存是多么的危害。通过亲身参与，我深感环保是一项长期而艰巨的任务，需要每一个人的努力。我意识到，我们每个人都应该从自己做起，节约资源，减少用水和能源的浪费，减少污染物的排放等。只有从个人行为做起，才能为保护地球环境做出贡献。

最后，这次社会实践还让我更加了解社会的复杂性和困难性。在社区服务和环保宣传活动中，我同许多志愿者一起工作，与社区居民交流。通过与他们的接触，我了解到许多社会问题的复杂性和人们的困境。从社区贫困、居住环境不良到环境污染等问题，我逐渐明白了解决这些问题需要全社会的共同努力。在活动中，我结识了来自不同地区和背景的志愿者，我们共同探讨问题，并提出一些改善建议。这让我深刻认识到，解决社会问题需要不同领域人们的共同努力和协同工作。

总之，通过这次社会实践，我收获了很多。我深入了解了社区的需求和问题，思考并提出了一些建设性的解决方案；我明白了个人行为对环境的影响和保护环境的重要性；我也更加了解了社会的复杂性和困难性，认识到解决社会问题需要全社会的共同努力。这次实践让我深深地感受到了社会的复杂性和多样性，也让我更加明确了自己的责任和使命。我将把这次实践中的收获和体会保留在心中，并将其转化为实际行动，为社会发展做出更多的贡献。

**实践心得体会收获感悟篇十四**

放假后，我们开心小队组织去社会实践——卖花。

那天早上8点，我和xxx兴致勃勃地来到三角市。过了一会儿同学们都到齐了，叔叔也把花拉了过来。我们干得可起劲了。瞧！这边几个同学在贴价钱标签，那边几个同学把花摆整齐。我们花的品种可多了，有菊花、鸡冠花、玫瑰花、兰花、芦荟、小番茄和小辣椒等。还有一点很特别，就是我们有免费送货上门的服务。

一个小时过去了，无人问津，我们像泄气的皮球一样。这时，一位鹤发童颜的老爷爷走了过来，我心想：一定又是来问价钱的！他指着芦荟问：“芦荟几元一棵呀？”我们无精打采地回答：“1元。”他又说：“我要买一棵。”听到这振奋人心的话，我们高兴得跳了起来。

接着，我们的生意越来越红火，花卖了一车又一车。一共挣了200多元，扣去100元的成本，每个人可以分到13元。

我看着手里的13元钱，心里甜滋滋的。同时也懂得了一个道理：钱是多么来之不易啊！

我们现在还是消费者，花的是父母辛苦挣来的钱，所以我们要勤俭节约，好好学习，才能报答父母的养育之恩。

**实践心得体会收获感悟篇十五**

近年来，社会实践已成为越来越多学校的教育活动的一部分。社会实践不仅可以丰富学生的知识和经验，还可以培养学生的实践能力和社会责任感。在我的人生中，我也参加了几次社会实践活动，这为我提供了一个宝贵的机会去探索并更好地理解世界。在这篇文章中，我将分享我在社会实践中获得的心得体会与收获。

第一段：了解社会多元化。

社会实践活动让我有机会亲身感受和了解社会的多元化。通过参观不同的社区、企业和公共机构，我见识到了社会的多个层面和各种不同的工作环境。例如，我参观了一家医院，看到了医护人员为病人提供无私的服务；我还参观了一个农场，亲身体验了农民的辛勤劳作。这些经历使我认识到社会的运作离不开每个人的努力，也让我对不同职业和人群有了更深入的了解。

第二段：培养团队合作精神。

社会实践活动通常是以小组或班级的形式进行的，这为我提供了与同学们合作的机会。在实践中，我们需要一起解决问题、分工合作，达到共同的目标。通过与团队成员的相互配合和沟通，我学会了倾听他人的意见，并且学会了尊重和信任他人。这些团队合作的经验不仅在社会实践活动中有用，也为我在学校和未来的工作中提供了宝贵的技能。

第三段：提高解决问题的能力。

在社会实践中，我们往往面临各种各样的问题和挑战。在解决这些问题的过程中，我学会了思考和分析，并采取行动。例如，在一个公共图书馆的实践活动中，我注意到图书馆的空间不够充足，很多读者没有地方坐。我团队决定组织一次募捐活动，通过募集资金购买更多的桌椅来改善图书馆的环境。这个经验让我明白了解决问题的重要性，并且增强了我主动解决问题的动力。

第四段：加深社会责任感。

通过社会实践，我深刻体会到了自己对社会的责任。在参与实践活动的过程中，我看到了社会中存在的一些问题，比如贫困、环境污染和教育不公平。这些问题让我意识到，作为一个年轻人，我应该努力为改变社会做出自己的贡献。因此，我开始积极参与志愿者活动，为社区的老年人和孩子提供帮助。这种参与让我体会到了帮助他人的乐趣，也让我更加关注社会的发展。

第五段：拓宽视野和职业规划。

社会实践为我提供了一个宝贵的机会来拓宽我的视野。通过与不同的人和环境互动，我了解到了更多的职业和工作机会。这些经历让我对自己的未来有了更明确的规划。例如，通过实践活动，我意识到自己对环境保护和可持续发展有浓厚的兴趣，于是我决定将来从事与环境保护相关的工作。这个意识让我更加坚定了自己的职业目标，并为之努力奋斗。

总之，社会实践为我提供了一个机会去了解社会、培养团队合作能力、提高解决问题的能力、加深社会责任感以及拓宽视野和职业规划。通过参与这些实践活动，我不仅收获了知识和技能，更重要的是，我也发现了自己的兴趣和激情。这些经历将继续影响和指导我未来的发展，使我成为一个富有社会责任感和积极向上的人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！