# 实践周心得体会推荐5篇

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2025-05-02

*心得体会是我们内心思维的延伸，能够更加深入地思考和理解事物，心得体会让我明白，生活中的点滴细节是培养自信和勇气的重要基础，小编今天就为您带来了实践周心得体会推荐5篇，相信一定会对你有所帮助。为了贯彻落实中共中央、国务院《关于全面加强新时代大...*

心得体会是我们内心思维的延伸，能够更加深入地思考和理解事物，心得体会让我明白，生活中的点滴细节是培养自信和勇气的重要基础，小编今天就为您带来了实践周心得体会推荐5篇，相信一定会对你有所帮助。

为了贯彻落实中共中央、国务院《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》精神，引导学生树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念，培养学生崇尚劳动、尊重劳动的美好品德，我校继续开展每周劳动课主题实践活动。

劳动教育是校风建设的重要手段，也是同学们参与校风建设的途径之一。在劳动中创造美，体会劳动的乐趣。三8班的孩子们在班主任孙晓旭老师和徐海健老师的带领下参加了进一次有趣的“捡落叶”实践活动。

孩子们都整整齐齐的排好队走在校园。孩子们以班级为单位迅速分散开来捡落叶。瞧！小朋友们捡落叶时的样子多认真，弯下来仔细寻找，有的捡到了满满一袋的落叶，有的还捡到了许多的树枝条，还有的发现了被遗落在角落的片片纸屑......虽然垃圾很多，很脏，很乱，但是每个同学都能仔细寻找到每个角落，他们不怕脏，不怕累，每个小朋友都积极地参与其中，虽然寒风凛冽，仍然阻止不了孩子的热情，看到整洁的操场，干净的校园，孩子们露出了开心的笑容。

拾落叶的时间是短暂的\'，而留给孩子们的印象却又是无限的，让孩子们充分感受大自然，拓展孩子们的视野，从小培养了孩子们热爱大自然的情感。

活动结束后，同学们纷纷表示：要保护环境，爱护环境，要从身边做起，要从小事入手！更要养成良好的卫生习惯，并通过自己的行动影响周围的人一起为我们共同生活的家园增加一份干净和美好！

通过本次劳动，可以培养学生的集体荣誉感和高度的责任感，培养学生热爱劳动，珍惜劳动成果的优良品质和良好的卫生习惯，增强学生学会生存、学会生活、学会学习的实际本领。相信他们在今后的日子里，一定会做的更好，使我们的校园更加美丽！

时间过得很快，在不知不觉中，半年的大学生活就这样过去了，当我还在回味半年里的点滴的时候，更多的任务在向我招手。确实，回味过去不如展望未来。作为一名大学生，我不仅要知道学习什么知识，更要懂得如何利用知识回馈社会。

作为一名大学生，我们不仅要学习专业知识，还要实实在在的干活。以服务地方经济社会发展、服务青年学生成长成才为主线，引导青年学生坚持理论联系实际，在社会实践中得出正确的社会观察结论，真正实现“受教育、长才干、作贡献”。这就是开展大学生社会实践活动的目的，而我也向着这样的方向，开展了为期5天的社会实践活动。

在一个多月的寒假里，我选择了在过完春节去开展为期5天的社会实践活动———在云浮市的新顺周石材厂担任秘书工作。在那里，我并不是第一次参与工作，所以，适应还是比较好的。秘书的工作：主要是记帐，整理收据、出货单，还有打扫办公室等等。

在工厂里做秘书，一般是不用外跑的，多数是比简单的数据整理，出货的单据等等。感谢现在的科学技术，现在算数不用笔算，而是利用计算机了。在石材厂工作计算方数是件很考人的事，因为很多事很多小件石头的单，我的工作就是要计算每一块石头的方数，总的方数，石头的价钱，石头究竟是按顿来买赚钱还是按平方来买赚钱，我就要计算使工厂赚尽量多钱的方案。这是一定要有耐心和细心，一个数据出错了，也许计算出来的方案是亏而不是挣钱。

接触商业多了，就会知道钱对于一个企业的发展和生存是多么的重要，所以，记账是件错不得的事。我不仅不可以让账错，而且要知道每一笔钱的来和去。要知道钱什么时候到帐什么时候出账。

虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章，才能作废。而写错摘要栏，则可以用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，对于数字的书写也有严格要求，字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个厂的收入，是一个工厂以后制定发展计划的依据。

这两个任务使得我有喜有悲，它可以让我学到很多，学会如何在工作中把困难解决，在困难中找冷静。在工作中，有难也有易。例如整理收据，打扫办公室都是些简单的活。在家也有类似的工作，也许是有加重做家务的经验，做起来也得心应手。

秘书的工作真的不简单，但是，每一种工作都是挑战，每一种工作都是机遇。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。在秘书这个职位上，技术性的劳动并不多，大多是些琐碎重复的工作，因而秘书在工作中所会遇到的挫折。针对秘书这个职位的特点，具体到挫折时，不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”初读此句时，我并没有特别的感觉。然而就在这不长的社会实践后，我不仅真正明白了它的意义，更深切体会到它的内涵。是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢？经过这次实践，虽然时间很短，但是，学到的却是不能用多少来衡量的经验。

来到妇联实习已经一个多星期了，这也是我第一次参加假期社会实践。来到妇联后第一个工作就是“与心‘童’行，把爱带回家”寒假四送活动，让我真实的感受到了单位工作的忙碌。更多的时候是在办公室里完成一些日常工作，打印文件，整理资料，完成材料的录入收集等。

很感谢“青鸟计划”社会实践活动给我这次实习的机会，在与办公室姐姐们接触的过程中，我感受到了她们对待工作的严谨态度与卓越的工作能力，也认识到了自己的不足，在以后的\'工作过程中，我一定会努力向工作中的前辈学习，不断发展自己、提升自己，努力在自己能力范围内做到，为自己的实习生活交出一份完美的答卷。

感觉自己来到大学里还没多久呢，就又放假了，这一个寒假对我来言可谓是简单又快乐的，毕竟我也没有什么作业而且假期还比较长，这也让我琢磨起了自己到底要不要去做点什么事情呢。在学校里我就纠结了许久，问了问身边的同学发现他们似乎也没有太多其它的想法，所以我还是得靠自己来做决断吧。

回到家里后，我越来越觉得自己的时光过得太没有意义了，所以我还是觉得去找一些工作来做做，虽然这不能让我的个人能力得到实质性的飞跃，但是至少能挣点零花钱啊，而且也不会被爸妈嫌弃在家里像一个没事人一样了。于是，我便开始找寻起了一些临时工作了，我开始在家附近的一些广告位上看看哪里有需要人的地方，可是我走了很远很远也没有发现适合自己的工作，最后我也问起了自己的高中同学，希望得到他们的一些帮助，好在同学的指引还是很有效果的，我顺利地来到了一家大型餐馆工作，这也算是我第一次在餐馆里面当服务人员了，尽管我以前有过一些实践的经验，可我在这里还是不由自主的感觉到了紧张和激动，我很害怕自己要是做的不好的话是不是会被店长给赶出去。

由于我没有什么在餐馆工作的经验，所以我最开始的这几天只能是做一些基础的工作，例如打扫一下店里面的卫生、帮忙段一段盘子等等，等到我对餐馆了解了一些后，我才开始正式走上了服务员的岗位。穿上餐馆统一的制服后，我觉得自己好像都变得不一样的，仿佛我融入了这个餐馆一样，既然大家信任我，那么我也不能给咱们餐馆丢脸了，所以我在干活的时候特别使劲，发现哪里需要我的帮助我就会第一时间赶过去，虽然长时间这样工作下去会让我感到疲累，但是我也没有去忙里偷闲，毕竟现在这个时间段的客流量是十分巨大的，尤其在过年这一段时间，餐馆里简直就是忙的根本停不下来，为了更好地服务每一位进店的客人，我们在工作的时候不仅没机会中场休息，还得加班加点的处置好全场的情况。

这一次的实践经历磨练了我的心性还锻炼了我的身体，虽然这个过程累了一点，但是我的收获还是比较丰富的，我的两个月的生活费已经有着落了，在以后的日子里，我依然会多多参加一些有意义的实践的！

在学校里面折腾了好几个月，我总归是等到了一年一度的寒假了，但是我回到家里之后发现自己的日子其实并不好过啊，我每天在家里不是打游戏就是躺床上，一天天的啥正事也不干，这也让我的爸妈给我一顿说啊，这也让我挺不好意思的，毕竟我都是一名大学生了，要是整天都无所事事的话传出去的确有点令我感到丢脸，所以我决定趁着寒假的时间去找一个临时工做一做。

这找工作啊确实不容易啊，特别是我家所在的这个城市只是一个小城市，所以也没有太多的工作岗位，好在我兜兜转转了好几圈之后，终于看到了一个超市在招人，这份工作也十分的简单，就是在超市里面当一名普通的销售员，同时也肩负着照顾超市货物的情况，这种不需要太多技术含量实在是太适合了，而且离家也不远，随后我就去超市里面询问了情况，在和超市经理谈论了一番后，我也算是了解了自己的工作任务和薪资待遇，虽然比我想像中的待遇要低了一点，但是我考虑了一下子后还是欣然答应了。

第二天，我便按照约定早早地来到了超市里，这个超市还是挺大的，每天开门也挺早，在和超市里面的老员工处理了一些工作手续后，我便穿上了超市的制服开始了自己的巡视。在超市里面，每一个员工会负责一片区域内的事情，一般来说倒也没什么事情，基本上也就是回答顾客们几个简单的问题而已，这对于我来言实在是太简单了。在工作的时候，我按照经理的要求在自己负责的区域内转啊转，看看哪里有什么问题，也顺便监督一下顾客有没有出现耍小聪明的情况，经过一上午的站岗后，我的感受就是脚站酸了，倒也没其它的感受，所以我对于自己的表现倒也算满意，至少没有惹什么麻烦，但是吧，我一天要站六个小时左右，这还是挺难受的。

之后，我便严格按照超市里面的要求开始工作了，做到了每天准时出勤，在超市里面兢兢业业的做事，我也因此成长了一点点，变得听话且勤快了一些。就这样，我每天上了班之后再到家里做自己的事情，这样一来爸妈也就没什么理由来说我了，这让我的生活清净了不少。现在，我的这次超市工作之旅就快要结束了，我也收到了超市发给我的工资，这也算是我第一次拿到属于自己的钱，这让我兴奋了好半天，在接下来的日子里，只要有机会的话，我还会多多参加一些实践活动的!

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！