# 最新实践心得感悟 实践心得体会感悟(通用19篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-02-25

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下是我帮大家整理的最新心得感悟范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。实践心得感悟篇...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下是我帮大家整理的最新心得感悟范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**实践心得感悟篇一**

实践是检验真理的唯一标准，无论是学习知识还是掌握技能，都需要通过实践来巩固和实现。在实践的过程中，我不仅汲取了知识和经验，更体会到了深刻的感悟和心得。在不断的实践中，我认识到了实践的重要性，懂得了实践的真正意义，并从中汲取了丰富的人生经验。

首先，实践是理论的检验。只有将理论知识运用到实际生活中才能发挥出真正的作用。记得在高中时，我们学习了很多关于力的知识，如牛顿三大定律和等离子体力学。然而，我们真正理解这些知识的意义是在物理实验室中。通过亲手操作和观察，我们才意识到在真实世界中，力能改变物体的状态，而等离子体也具有独特的电磁性质。实践让我们发现了理论的美妙和应用的力量，也让我们对知识的抽象概念有了更加深入的理解。

其次，实践是经验的积累。只有通过实践，我们才能积累到宝贵的经验，不断提高自己的能力。我曾经在一家科技公司实习过，那是我第一次接触职业实践。刚开始的时候，我对工作流程和业务需求都不太了解。但是通过与同事的交流和实际操作，我逐渐掌握了自己的岗位职责和工作方式，并获得了一定的成就感。实践让我明白，知识只有在实际运用中才能转化为技能，而经验只有通过实践才能真正增长。

此外，实践是思维的拓展。在实践中，我们往往需要面对各种问题和挑战，需要运用自己的思维来解决。我曾经参加过一次社区志愿者活动，在与老人交流中，我发现有些老人生活较为孤独，缺乏陪伴和关怀。于是，我与志愿者团队一起组织了一次社区活动，邀请老人们参加，欣赏音乐会和展览。通过这次实践，我不仅锻炼了解决问题的能力，也感受到了帮助他人的快乐和成就感，拓展了自己的思维和视野。

再次，实践是勇气的培养。在实践过程中，我们会面临很多不确定和困难，需要有勇气去面对。我曾经参加过一次英文演讲比赛，由于我的英文水平不够，我一度感到彷徨和不安。然而，我并没有退缩，而是通过坚持不懈的练习和参赛经验的积累，最终成功的发表了自己的演讲稿。实践让我明白，勇气和毅力是成功的关键，只有敢于面对困难，并通过实践来积累经验，才能迈向成功的道路。

最后，实践是人生的反思。通过实践，我们可以总结经验、反思错误，并在以后的实践中不断完善自己。我曾在大学期间组织过一场社团活动，但由于事前准备不足和团队协作不畅，活动效果并不理想。在反思中，我意识到了自己的不足和偏差，以及对团队合作的重要性和必要性。因此，在之后的实践中，我不断地学习调整自己的态度和方法，并逐渐获得了团队合作和活动组织的经验。

总之，实践是一种重要的学习方式，通过实践，我们可以检验理论、积累经验、拓展思维、培养勇气和反思人生。实践的过程中，经历了汗水和泪水，但也获得了成长和收获。通过实践的心得和体会，我更加坚信实践的重要性，也更加珍惜自己的实践机会。在今后的学习和工作中，我将继续努力，不断实践，并从中获得更多的经验和成长。

**实践心得感悟篇二**

天，我非常高兴，因为是我盼望已久的日子到了——那就是我们又可以去青少年实践基地基地了。

早上7点40分，我们站着整齐的队伍向青少年实践基地出发。一路上有说有笑，有吵有闹。外面高大的建筑让太阳隐隐约约。大树摇动枝干拍手向我们祝福。总觉得红绿灯比以前快了，路也不会堵了。天空隐约飞过几只麻雀也往下看看，看一看他们为什么高兴，听一听他们在说什么。30分钟后我们到了劳动基地。虽然已经不是第一次去，但还是紧张而兴奋。紧张是因为不知道又是哪个老师来教我们，兴奋是因为我们又要做东西了。

不一会儿，便到了，首先大家排队来到了大厅，青少年实践基地的老师们早早的就在等候我们了。之后在老师与同学的发言过后，我们就跟着老师来到了“心灵手巧”活动室，老师讲解了活动要求后，便开始了“衍纸艺术活动”在老师的师范下，许多同学都已经跃跃欲试了。在我们小组的精诚合作下，一个个作品陆续摆上了桌，让老师们都拍手叫绝。甚至个别同学都开始自我崇拜起来了。在整个活动中，诞生了许多的小巧手，虽然有的同学失败了，但从中体会到了只有经历了失败能才认识到自己的不足，让我们有信心对面未来人生路上的一个个困难，也算是一个小小的收获了。一上午的时间就这样过去了，虽然时间短暂，但大家都大呼过瘾。

时间，无情的为我们此次基地之行画上了一个圆满的句号。通过这次活动，我们又多了一份踏实，多了一份成熟，从实践中将天真，幼稚抹去，知道了什么是团结，如何合作，怎样去生活。面对今后的学习，我们也必定会竭尽所能，绽放出成功的花朵。

**实践心得感悟篇三**

近年来，实践已经成为学生们学习知识、锻炼技能的重要途径。无论是在学校还是在社会实践中，学生们都收获了许多心得和感悟。通过这些实践活动，他们学会了如何应对挑战，展示自己的才能，并改变了对世界的看法。在这篇文章中，我将分享我自己在实践中的心得体会和感悟，希望能够给读者带来一些启示和思考。

第一段：实践的意义。

实践是将所学的理论知识应用于实际生活的过程。通过实践，我们能够从书本上的知识转化为真实的经验，并了解到理论与实际之间的差距。在学校里，参加实践活动可以加深对课堂学习内容的理解，增强对自己未来职业的认知。而社会实践能够让我们更好地认识社会，培养自己的社会责任感和团队合作精神。实践的意义在于让我们在不断尝试中成长、提升自我。

第二段：在实践中的收获。

在参加社会实践中，我有幸加入一个志愿者团队，为社区的老人们提供帮助。这次实践让我真切地认识到老年人的需求和困难。通过与他们交流，我领悟到关心和陪伴的重要性。在实践过程中，我逐渐学会了倾听和关心，也帮助了我建立起与他人的良好关系。此外，在实践中，我还学会了如何与不同的人合作，怎样与他人相互协助，这对我未来的团队合作能力的发展有了很大的帮助。

第三段：挑战与成长。

实践是全新的领域，而在不断的尝试中自然会面临各种各样的挑战。比如，学习一门新的技术、了解一个陌生的行业、组织并协调一支志愿者团队等等。这些挑战让我觉得茫然和困惑，但是在导师和团队成员的帮助下，我克服了困难，并取得了进步。通过实践，我不仅学到了具体的技能，还学会了如何面对挫折和困难，从中成长，提升自我。

第四段：对世界的认识与看法。

通过实践，我对自己所学专业的了解更加深入，也更加明确了自己的兴趣和发展方向。同时，我也更加认识到社会的复杂性和多样性。在实践中，与各行各业的人们交流，我不仅对各行各业有了更加全面的认识，还发现了许多未曾了解过的事物。这样的经历让我对世界充满好奇和敬畏之情，也激发了我对于继续学习和探索的动力。

第五段：实践的启示。

通过这些实践活动，我深刻理解到实践是学习的重要手段，也是人生经验的积累。实践使我们更加接近真实生活，丰富了我们的阅历和技能。在实践中，我们需要不断尝试和反思，从失败中吸取教训，获得经验的积累，提升自我。此外，实践也是锻炼自己心理素质的机会，能够增强自信，培养毅力和坚持不懈的精神。因此，我将继续积极参与实践，为自己的成长和发展做出贡献。

通过实践，我们能够从理论走向实际，从表面看到深层，从被动变为主动。它不仅增强了我们的理论知识，还成就了我们的实际能力和人格魅力。希望我的心得体会和感悟能够给读者带来一些启示和思考，让大家更加重视实践的重要性，积极参与其中。

**实践心得感悟篇四**

马克思认为：世界时物质的，物质决定意识，意识对物质起能动作用。马克思还认为：一切从实际出发，事物是不断变化和发展的，只有主观能动性，没有客观实践性是无法取得成功。

小时候学过一篇课文叫《小马过河》。老马看到小马长大了，让他独自驮一袋麦子去磨坊，然而一条小河挡住了去路。河水是深是浅小马发愁了，老牛个子高，认为河水很浅，刚没小腿。松鼠个子小，认为河水很深，还淹死了他的一个同伴。小马不知道怎么办，只有回去问妈妈。妈妈亲切地对小马说：\"孩子，光听别人说，自己不动脑筋，不去试试，是不行的，河水是深是浅，你去试一试，就知道了。\"最终的结果是：河水既没有老牛说的那样浅，也没有松鼠说的那样深，小马成功渡过河，完成了妈妈交代的任务。

这个故事告诉我们：实践是检验真理的唯一标准。

毛泽东的《实践论》，对认识和实践的关系，知和行的关系，剖析得非常透彻，是在马克思哲学的基础上的高度概括和总结，是理论联系实际的论述。

中国有个\"闭门造车\"的成语，比喻做事不考虑客观情况，脱离实际。至于我们现在所说的\"闭门造车\"，则是形容不顾实际，也不吸取别人的经验，一味主观地杜撰瞎造的意思，好比关起门来在家里制造车子，而完全不考虑门外的实际情况和实际需要，结果就不合规格，不能适用。

当然，意识对物质起能动作用。列宁说过：没有革命的理论就没有革命的运动。革命运动的成功离不开实践经验，就象过去的战争，战争的领导者，如果是一些没有经验的人，不是那些经过无数次失败的教训，再结合具体实际，总结经验和教训，使得战术和战略上取得成功的经验，从而再一次次的取得胜利，最终取得革命的最大胜利。

联想到最近的\"钓鱼岛\"事件。日本掀起购岛闹剧后，国人喊打声一片。特别是那些所谓的爱国者，直接把矛头指向政府，认为政府无能，实则是那些人不懂得从实际出发的真理，不懂得运用毛泽东的实践论。

钓鱼岛是钓鱼岛列岛的主岛，位于中国东海，距温州市约356千米、福州市约385千米、基隆市约190千米，距离冲绳约420公里，面积4。3平方公里，周围海域面积约为17万平方公里。钓鱼岛本岛面积狭小，没有可以供大部队部署的基础设施，特别是缺乏机场设施。必须注意的是，钓鱼岛东南方向是日本控制的琉球群岛所属八重山列岛，其中石垣岛距离钓鱼岛仅有170公里，面积达到了222。6平方公里，可以部署大型雷达设备和机场，是日方距离钓鱼岛最近的重要前进基地。对我方不利的是，八重山列岛处于台湾本岛以东，我方空中力量若要打击八重山列岛，最佳攻击航线会掠过台湾，须穿越世界上防空火力密度最高的台北防空区。尽管钓鱼岛是两岸中国人的共同利益，但目前台湾当局明确拒绝两岸共同保钓，战时解放军战机能否借道台湾上空攻击八重山列岛实在是难以预测的变量，也即是说日本一定程度上拥有了一个可以不受惩罚的安全后方。

**实践心得感悟篇五**

社会实践心得感悟要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的社会实践心得感悟样本能让你事半功倍，下面分享【社会实践心得感悟精品7篇】，供你选择借鉴。

知人者强，知己者胜：

强人者智，强己者明，不求最好，但求更好。

作为一名学习金融学方面的学生来说，不及时了解金融市场的信息，你就不是一位出色的学生。作为一名将要就业的学生，不及时了解人才市场中本专业的供需，你就不能更好着眼将来的职业生涯。

为了能更好地了解我们投资理财专业的人才需求情况，为了以后就业作提前的了解，20\_\_年5月20号我们组一行5人去到了南方人才市场，去了解我们专业的人才需求、职业要求和其他要求等情况。

然后我们来到了第二家招聘公司，他们主要招聘理财规划师，投资顾问。从他们的招聘信息可以知道：招聘者的文凭必须是本科以上学历，都要求有2—5年从业经验，有理财规划师证者优先。看了这个招聘信息，我不禁有些失落，虽然我的专业对口，但是我的大专生，又没有工作经验，以后像这种职位怕是应聘不上了。可是回来后仔细一想，我还是有机会的:1.我现在正在考取自考本科文凭，已经通过两科，按照我的计划准备在大三毕业时候拿到自考本科文凭。2.我准备在大学期间实习二次以上，为以后工作做铺定。之后我们还去了几家招聘公司，他们的招聘条件都大同小异。结束了实践调查，我陷入了绵绵思考之中。

后记：我们这次的专业实践调查，不仅仅让我们知道了当前我们专业的一些招聘要求和条件，更让我们懂得如何根据社会的人才需求而学习，要紧跟时代的步伐，在学好专业的同时，多参加有益于自己的活动。加强个人的人际网络，在当今这种政治经济日趋发展、人才竞争激烈的社会，人际关系的作用是不可或缺的。努力学好专业知识，发挥自己的潜能争取做到“人无我有，人有我优，人优我精，人精我变。”

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验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，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，开始了我这个假期的社会实践。

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，那么所学的就等于零。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。

一开始，对自己手工艺期望很高，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。一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。

总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点,但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!做了几天之后，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，可现在只能端端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，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，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实习中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止:。

1.首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2.我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3.注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4.在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5.按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6.上班时间不能接打电话。

实践中我获得了很多知识。也让我长大很多。

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。

作为大二的学生，社会实践也不能停留在大一时期的那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应在结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。

我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

因此，为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份推销家电的工作，虽然仅有暑假的时间，但我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。

短短的工作让我体会到了就业的力，自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

在\_\_做家电推销是一种很好的工作体验，通过人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如\_\_等等。我的推销工作主要是推销家电。

推销的一天基本工作安排：

推销前的短暂培训，了解各家电的作用，相关内容，收益消费群体，价格行情，性能等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。

接下来就是正式的工作。

每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。

每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。

经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的体会及感触：

通过实践，我觉得自己把厂商的产品推销给消费者，对于一个促销员来说，促销产品的同时也是向别人推销自己，同自己的言语、形态让他人了解自己。因此对于一个优秀的促销员来说必须具备以下素质：

要有良好的专业素质。当我们促销一种产品时，首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识，大量的相关知识的贮备可以使我们能在促销过程中面对顾客的一系列问题，通过自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题，能使客明明白白的消费。

要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力。促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流，所以语言表达必须合理得当，说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过自己层次清醒的说明，把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客，让他们通过自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态，不能自乱手脚、语无伦次。

要有良好的心理素质及受挫折的心态。促销每天会面对社会上的形形色色的人，由于每个人的道德修养及素质的不同，会使工作中遇到很多问题。比如有的顾客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈。促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

社会实践体会。不管做什么事，态度决定一切。

做一项服务工作，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

明确目标，合理的设计规划自己。

我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，工作总结为社会服务。

短暂的促销工作的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。

将近两个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

今年假期，我准备去进行一段短暂的打工深涯，不仅是为了完成大学吩咐的暑假社会实践报告，同时，也是为了补贴自己的生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能力。当我和家人商量此事时，他们没有惊讶，只有担心和焦虑。在他们眼中，总是少言寡语，喜欢大门不出二门不迈的呆着，更喜欢“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的我，怎么能去打工呢!但我想去感受社会，接触社会，了解社会，让自己品尝一下社会的酸甜苦辣，让自己真正踏入社会不会有太多的恐惧与不安，我是心已定，再难改变了。家人也知道，不管情况怎样，这是锻炼我的一个机会，也是我该学会独处的时间了，所以也顺着我去。

这次选择的实习地点是在家文具店，从此我开始了有点紧张又有点兴奋的工作。开始老板一看就知道我也是很积极很认真很有兴趣的学生，也是为了做好工作，老板便耐心地给我介绍了各个文具的摆放及其销售文具的需求。我认真的听着老板的每一句话，并记于心中作回顾，随着每天的工作之举，我的经验也逐渐积累起来，使我的工作能力提高不少，这些提高让我心里暗乐，更让我微笑每一刻，我的自信心也就无形中加强了。此进步让我懂得了顾客的需要，懂得了微笑待人的重要，懂得了恰巧的口语交流方式，懂得了礼貌待人的处世之道，懂得了太多太多。

记得开始的第一天，我总是很难开这张似皇帝般的金口，也不怎么知道微笑待人，和别人的交流方式都会出很多的差错，对很多东西总是放不开。可以说我的第一天就是充满紧张、激情和好奇中结束。有时不小心对顾客说错话，就会招来白眼，也会受到老板的一些责备，心情也会有些波折。我也时常告诫自己：坚持就是胜利，认真做好自己的事，就会觉得生活中的错误不是绊脚石，而是人生中的一笔财富，也是“自力更生”的一大挑战、一大乐趣。就这样的不断告诫，我就不知不觉的感受到了生活的充实就是生活的快乐与幸福。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工作中要具备七心，耐心、细心、恒心、尽心、关心、静心、责任心，也要具备认真、微笑、诚实、守信、大方、开朗等重要因素。在工作的过程中差错是不可避免的，责备也是不可避免的，只有认真做好自己的事，尽自己最大的努力去完成该完成的事，那就会有一种无形的收获。受到责备，心中会感慨万千，但这也会给我上了人生中宝贵的一课。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，面带微笑的接受，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很难堪之事，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，这才是我要努力的方向，不应沉于忧郁与苦闷之中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。

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。

作为21世纪的大学生，除了认真学习书本知识，还需要不断的参加社会实践，这样的学习就是最好的学习方式。因为在现今的很多大学生都清醒地知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人已经不是现代社会需要的人才，更不是人生成长的最佳方式。大学生必须在社会实践中不断地培养自己的独立思考、独立工作和独立解决问题能力，要真正学会独立的出世能力。通过不断的参加实践性活动巩固自己所学的书本理论知识，就会懂得如何利用好书本知识，发挥自己的真正才能，增加自己的学习实践技巧。现今，知识要转化成真正的能力就必须依靠实践的经验和锻炼，让自己得到真正的体会。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得现今的大学生应该转变思想观念，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。作为一名合格的大学生，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。

大众书店让我的假期生活变得美丽，让我告别了孤寂，让我因充实而快乐，因快乐而幸福，因幸福而自信。美丽的假期生活，让我收益匪浅，也将会是我人生中的永恒回忆。

在这个漫长的暑假中，我理解我院学生会的倡议，用心参加学校内外组织的的各种假期社会实践活动。作为一名未来要迈入社会的学生，深入社会、实践锻炼是一门必经的功课。因为我相信因为经历所以懂得，只有了解社会，你才能真正做到融入社会。

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，使自我所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论就应与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。透过这段时光的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不一样，接触的人与事不一样，从中所学的东西自然就不一样了，它让你开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就必须会有收获。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较简单的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。

这段时光，我帮忙接电话、复印资料、整理资料，帮忙签字。在学校，会有人通知你做什么，有老师、同学督促你。可在那里，务必自觉去做，而且要努力做好。更重要的是，务必放下尊严，老老实实做一个打工者，在现实面前，我们要学会忍耐，社会是不公的，公平是要去争取的。有时遭批评时会感到委屈，但理解并改正又是防止再一个错误发生的前提，因为激烈的竞争随时使你面临失业。

暑期实践过得很快，自我慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作潜力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱能够领，也不是最后结束了打工的苦日子，而是自我的付出有了结果和回报，自我的实践也有了收获，回想一下自我真的觉得很值。

虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业潜力上有所提升。但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事潜力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自我的天空。经过实践的修正，当刚回到家的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自我半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”—就业危机，因此而为将来而感到紧张在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。

我意识到了自我的不足，没有经验，没有与人交流交往的潜力，有些东西以前没有尝试过，难免会出差错，如果我还这样的话，以后很有可能在社会上没有立足之地，此刻的社会不仅仅要有知识，还要拥有一些应辨潜力等综合素质，只靠在学校汲取知识，远远不够，从此刻开始，就要培养自我的潜力。

而且我还明白了在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自我的潜力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种.种原因会使自我缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

在实践的这段时光内，我们穿街走户接触各种各样的人和事。在学校，更多的是学习氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更好的成绩而努力。而工作的场所，每个人在为获得更多的报酬而努力。学校里主要学习理论，我们经常抱怨理论与实践不能结合，在学校读书的人宁愿工作也不想读书，而已在社会的人都宁愿回校读书。我即将不再是一名大生了，而是社会的一分子啊!我们只有学习了先进知识，比别人具有了更高的起点，才能应付各种工作上的问题。

“真理来源于实践，实践出真知”我们只有在不断参加社会实践中才能将我们在学校所学的知识与社会实践相结合。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。

我欣喜地看到，经过社会实践的磨练，我们变得更加成熟、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我们有理由相信，当代青年大学生有实力承担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动!

总之这次实践让我学会了很多东西，给予我了很多启发。但实践也只是个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断的进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大的贡献。

为期一个半月的实习结束了，我在这一个半月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益非浅。现在我就对本次实习做一个小结。

对于现代企业来说，会计工作是一项重要的管理制度，是要为实现企业的经营目标服务。因此，可以认为，实现企业的经营目标是企业会计的根本目标。带着这个目标，我开始了在我所在的实习企业进行了有目的实习。在此之前，我认真学习了《会计法》以及财政颁布的《企业会计准则》、《企业财务通则》等作为过渡的新的行业会计制度和财务制度，因为这些大学法规我国会计制度改革进程中的一重大举措。

此次实习，主要岗位是一些帐务的核查，因此主要实习科目应收应付帐款的核算，也涉及一些其他对外投资科目。在实习中，我参加了该企业月末的财务核算，认真学习了正当而标准的会计程序，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致的了解了财务会计的全过程及会计核算的各环节，认真观摩一些会计的整个审计、核算过程，并掌握了一些会计事务的适用及适用范围。跟随财务人员，核实会计事实。真正了解和熟悉了我国的公诉程序及法庭的作用和职能，同时还配合公司财务人员做好帐本的调查笔录和日记帐笔录，做好帐簿的装订归档工作。经过1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分大学解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是会计业务(对公业务)，其他一般了解的有购货业务、票据业务、贷款业务。会计业务对公业务的会计部门的核算(主要指票据业务)主要分为三个步骤，记帐、复核与出纳。这里所讲的票据业务主要是指支票，包括转帐支票与现金支票两种。对于办理现金支票业务，首先是要审核，看出票人的印鉴是否与银行预留印鉴相符，方式就是通过大学验印，或者是手工核对;再看大小写金额是否一致，出票金额、出票日期、收款人要素等有无涂改，支票是否已经超过提示付款期限，支票是否透支，如果有背书，则背书人签章是否相符，值得注意的是大写金额到元为整，到分则不能在记整。对于现金支票，会计记帐员审核无误后记帐，然后传递给会计复核员，会计复核员确认为无误后，就传递给出纳，由出纳人员加盖现金付讫章，收款人就可出纳处领取现金(出纳与收款人口头对帐后)。

通过这次实习，我对会计工作有了以下更深的了解：

一、关于会计报告：会计报告所披露的信息应充分反映企业特定时期财务状况和经营成果及其相关信息，以满足信息使用者的需要。按照现行《企业基本会计准则》体系所报告的会计信息已不能适应知识经济时代对信息的要求，(1)现行会计报告的形式单一，通过表格数字化反映，文字说明的内容较少;(2)现行会计报告的计量标准是以历史价值为主，而对现行价值和未来价值反映不足;(3)现行会计报告的内容是以历史成本和权责发生制原则为基础，反映历史的和现在的信息，而缺乏具有预测性、前瞻性及不确定性的信息，另外，报告所强调的是整体内容，而对某些专项内容披露不够充分;(4)现行会计报告的结果是以内部经济活动影响为主，未能充分揭示外部环境因素对企业的影响程度;(5)现行会计报告报送的时间是以会计分期假设为前提，定期报告，时效性较差。

二、会计实务工作的改革思考：会计管理作为国民经济管理中的一个重要组成部分，其在社会经济发展中的作用将越来越大。随着知识经济时代的来临、管理方式的变化，会计工作的重点应日益从信息加工演化为对知识、信息的分析、判断和运用上来，会计实务工作方面的改革势在必行。

1、不断扩大会计职业范围。在知识经济时代，会计工作的基点已经不是仅仅满足于过去的信息(计算机能轻而易举地在极短时间内完成此项任务)，而是将信息控制、未来预测作为工作的重点。会计工作除传统的企业会计核算外，财务管理、经营计划制订、财务控制系统设计、投资决策等应成为重要的职业范围。因此会计实务工作者应不断拓宽视眼，延伸和转变会计工作的功能，充分发挥会计在知识经济时代应有的作用。

2、不断更新会计知识体系。在知识经济时代，企业组织结构将出现较大的变革;按工作成果取酬的弹性工作制将成为普遍的工时制度;企业越来越重视人力资源和人力投资，员工也希望将自己的智慧财产投资于企业;企业的更多精力将放在新产品的研究上。另外，经济各部门之间的联系更为紧密，经济运行的“触角”也延伸向经济部门以外的其他领域，如政治、文化、环境等等，近年来出现的绿色会计、行为会计等就是这种趋势的端倪。因此会计实务工作者应适应社会变革，不断增长和更新知识。

3、不断普及与深入信息技术的应用。在知识经济时代，财务信息的收集、分析和处理，资本的筹集、调度和投入，产品的设计、加工工和制造等关键性的过程，都必须依靠健全的信息技术才能顺利进行，随着经济信息化的出现，使得国际互联网(internet)、企业内部网(intranet)成为会计人员的常用工具，手工处理方式已经到了非变革不可的时候。信息技术在会计中应用的不断普及与深入，及其本身技术、知识更新的不断加快，必将进一步加大对会计职业发展和会计人员知识结构的要求。

三、会计教育的改革思考：知识经济时代将以“知识型、智慧型”人才为主体，而人才的培养源自于教育，教育是知识经济发展的关键，它能不断地进行高素质人才的生产和再生产，为经济发展和科技进步培养源源不断的后备力量。就会计而言，会计教育的改革势在必行。会计教育工作应不断转变教育观念，适应知识经济时代经济发展需要。

1、21世纪的会计教育是素质教育。在知识经济时代，会计教育培养的是高素质的“通才”，教师不仅仅是传授专业知识，更重要的是给学生创造一个有利的学习、生活氛围，本着能构建完善的知识结构和能力结构，拓宽知识背景和能力基础的原则，让学生学会“做人、做事、做学问”。

2、21世纪的会计教育是终身教育。在知识经济时代，学校教育再也不是一次性为学生准备一切的教育，学习的社会化、社会化学习是教育更普遍的形式，终身教育是会计教育的主要目标，一个人只要有一、二个月不学习，就会落后，会计人员将不断回归教育，“活到老、学到老”正是为此需要做了很恰当的诠释。

3、21世纪的会计教育是创新教育。在知识经济时代，知识将不断创新，“不创新，就灭亡”，就会计教育而言，一方面，它要求培养的人才有独立思维的能力、分析和解决问题的能力、自我认识和评价的能力等;另一方面，它要求会计教育不断进行课程设置、教学内容、教学方法和师资队伍建设等方面的改革。

毕业实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过毕业实习是学生更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业会计的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的会计运营规律，特别是企业市场营销工作的基本规律;了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实习报告，使学生学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业市场营销问题的能力，并为撰写毕业(设计)论文做好准备。在一个月半的实习时间里，我在我的实习单位，了解和研究了企业主要的一些基本会计情况和问题，现作出以上报告。本次实习是我大学生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。首先，我可以将自己所学的知识应用于实际的工作中，理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，教学能力也得到了锻炼;其次，本次实习开阔了我的视野，使我对现在的企业会计，工作生活有所了解，我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进一步的掌握;此外，我还结交了许多朋友、师兄，我们在一起相互交流，相互促进。因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。我知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地!

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在假期有充足的时间进行社会实践活动，是给了我们一个提高自我能力的重要机会。在实践过程中自己更进一步的了解了社会，并且在实践中增长了见识，锻炼了自己的才干，找出自己的不足，能够不断地去完善自己。

在今年的暑假来临之前，我答应姐姐在暑假的时候去帮她给2名初中生和5名小学生辅导一个月的英语。对于教人而言，我还完全是个生手，丝毫没有经验，不过这并没有影响我的信心，我要的是真正的让自己在工作中学到东西，而不仅仅是消磨时间。这便成了我对这份工作的最终目的。

下面我与大家分享一下自己在社会实践中的一些经历和感受。

先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多。

记得第一天刚到补习班的时候，学生与我互相都有陌生感，学生对我存在排斥心理，并不能很快的接受我。我印象最深的就是有个初一的女孩儿不断地问我问题，一副“看你能把我怎么样”的表情，针对她不断的试探，我面不改色，给她耐心细致的讲解，并且不断地引导她，让她开动自己的脑筋。第一天结束之后就感觉自己“败下阵来”，因为刚刚开始的缘故，既没有经验，又对新环境、新学生的各种不适应，总是产生回家的念头，向往着家里的舒适生活。

正如人们喝咖啡时的感受：入口时有苦涩的味道，但苦过之后却回味无穷。我始终觉得先苦后甜要比先甜后苦的味道迷人的多。所以，当你在决定放弃的时候能够选择坚持下来就是对自己的一种挑战、一种成长。

认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感，在没有开始工作之前，姐姐就已经告诉我会很累，但我想也许是她“危言耸听”，我在经历了晚上备课、课堂上的授课、解疑答惑、课后修改作业以及与学生的交流沟通等一系列事情之后，才真正从实践中感受到确实很累。但是当得到学生和家长的认可的时候，自己又显得特别开心，很有成就感。所以说是“累并快乐着”。

对待学生老师需要认真、严谨、细心、耐心、热心。其实，我们在干任何一件事情、一份工作的时候，都同样需要这样的素质。不管做什么事情都一定要认真仔细，不论是对别人、还是对自己都是一种负责任的表现。认真工作，把工作当作自己生活的一部分，这样我们的生活才会更加精彩。

我记得曾在一本书上看到这样一句话：一个人，如果能把手头上的平凡小事都有效完成了，那么他就是一个成功的人。确实，并非只有办大事的人才能体现自己的价值，才能说自己是成功的。实际上，只要认真工作的人都可以享受成功所带来的满足感。

我会利用课间的10分钟休息时间，主动找学生聊天，及时的了解学生们的想法以及吸收的效果，并且这样能够拉近彼此之间的距离。他们向我提出意见，希望在我上课的过程中能够幽默风趣一点儿。根据学生的提议，我会在课下收集一些笑话之类的，或者是举例子的时候尽量形象生动、贴近生活，这样在课堂上气氛活跃起来了。我发现当我及时改进我授课的方式之后，学生能够轻松又愉快地接受我所讲授的知识。

细节决定成败。

一件大的事情是由许多个小的事情堆砌起来的，尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。试想：如果我不注意观察学生上课的反应、不去与他们交流沟通，那么我想我会最终让学生失去学习的兴趣，最后的结果就是我的工作是失败的。

其实，人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

脚踏实地。

社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，能让我们的人生价值得到体现。曾记得有一句广告语：心有多大，舞台就有多大。社会就是一个大舞台，他承载着我们无数人的梦想，然而任何梦想，都需要脚踏实地的去实现。脚踏实地走好每一天，每一个现在。我们说过的话，做过的事，走过的路，遇过的人，这些我们经历过的事情，是我们的“心”在社会这个大舞台不断成长的见证。只有让我们的心变强大了，我们的“职场世界”才会更广阔。

微笑。

最后还想与大家分享一下我自己喜欢的一句话：始终拥有一种从容、淡定的笑脸，是一种内心的强大和自信。

微笑来源于成功，微笑取决于胜利。微笑蕴含着幸福，微笑饱含着生机。微笑中充满了永恒与希望，微笑里洋溢着美好与朝阳……你真正地看见过微笑吗?它也许不会喜形于色，而是埋藏心底，需要你去发现它，去挖掘它。微笑着走向成功。学会微笑是生活的艺术。

以上就是我在实践中的一些经历和感受，虽然没有什么轰轰咧咧的惊险万分，但也不是平淡无味，至少给我的身心带来了深深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。

陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”机会永远都是留给那些有准备的人的。

。

。

**实践心得感悟篇六**

第一段：引言（200字）。

实践与感悟，是我们在生活中不可或缺的一部分。通过实践，我们可以将理论知识转化为实际应用，获得更深入的理解和更全面的知识。而通过感悟，我们可以从实践中获得更多的体验和启示，从而不断提升自己的认知和能力。在这篇文章中，我将分享我在实践中所得到的心得体会。

第二段：实践的重要性（200字）。

实践是确保我们所学知识的理论与实际统一的重要途径。在学校里，我们通过实验课、实习和实训等形式的实践活动来巩固所学理论知识，并将其应用到实际问题中，从而进一步理解和掌握所学内容。而在社会生活中，实践则是我们获取经验，提升能力的重要途径。通过实践，我们能够接触到真实的社会环境，面对实际问题和挑战，从中得到更多的锻炼和成长。

第三段：实践的收获（300字）。

通过实践，我不仅增加了实践经验，还收获了很多宝贵的东西。首先，实践使我学会了动手解决问题。只有亲自实践，才能真正地理解问题的本质和解决方式。通过实践，我逐渐养成了主动解决问题的习惯，不再是束手无策，反而能够迅速找到解决问题的办法。其次，实践让我明白了团队合作的重要性。在实践过程中，我不仅需要独立思考和行动，还需要与他人密切合作，共同完成任务。通过与他人的沟通和合作，我学会了协调与合作，提高了团队意识和协作能力。最后，实践让我感受到了自身的成长。通过实践，我能够不断突破自己的局限，发展自己的能力和素质。这种成长的过程不仅提高了我的自信心，也为我未来的发展奠定了坚实的基础。

第四段：感悟的重要性（200字）。

感悟，是从实践中获得的启示和体验。通过感悟，我们能够更深入地思考和理解所遇到的问题，从中汲取经验和教训。感悟是一种对过去经历的总结，也是对未来发展的指导。只有通过感悟，我们才能更好地把握自己的认知，提高自己的思考能力和解决问题的能力，从而取得进一步的突破和发展。

第五段：感悟的收获（300字）。

通过感悟，我逐渐深入理解到人生的真谛。我明白了人生是一个不断实践与感悟的过程，只有积极去实践，才能不断获得成长和进步。感悟则是对实践的反思，是对实践中所获得经验的总结和提炼，是对自身认知的提升。通过感悟，我学会了更好地从自身经历中总结经验教训，为自己的未来指明方向，发现自身的不足并努力改进。它不仅使我认识到问题的原因和解决方法，还促使我不断调整和完善自己的思维模式和行动方式。感悟给予我思考的力量，激发我不断学习和探索的动力。

总结：通过实践与感悟，我获得了宝贵的经验和教训，提高了自身的能力和素质。实践使我学会了勇敢面对问题和解决问题的能力，感悟则指导我不断总结经验和改进自己。实践与感悟是相辅相成的，只有在实践中不断感悟，才能更好地促进个人的成长和进步。因此，我将继续保持实践和感悟的习惯，不断提升自己，在实践中不断成长。

**实践心得感悟篇七**

经过学校的组织安排，我们有机会去一家养猪场展开参观实习活动，这让我特别的兴奋和好奇，从小到大只吃过猪肉，并没有真正的看过猪。所以对这次宝贵的养猪场参观实习特别的有兴趣。早早的就来到了学校集合，等待着校车送我们去养猪场，在等待的时候，指导老师就给我们讲解了一些实习期间要注意的情况。不久，校车就来了，我们一路上都特别的\'高兴，一会儿就到了这次参观实习的目的地——养猪场。

这个养猪场有两头公猪、一百多头母猪、一千多头育成猪，自繁自养形式经营，整个养猪场只有几个人工作，自动化喂料，自动化供水，粪尿在地下发酵后抽运到大田里供给农作物，分栏很细，每一个阶段的猪都是单独的房间饲养，每一个猪舍都有抽风机、自动饮水与供料系统、地下粪尿发酵池、地下供暖系统、温度监控系统等设备，母猪一年产仔两次，每个猪舍都是采取全进全出原则，猪出栏后消毒空栏三周再新猪转栏。

在实习参观养猪场的路上，看着这些铁皮屋，想起了“工厂”这个词，铁皮屋里边就是一间一间的猪舍，分栏很细，每一阶段的猪都是分栏饲喂，全进全出饲养，小猪每栏二十只，大猪每栏十只。指导老师耐心的给我们讲解着，对于我们提出的疑问，他也会耐心细心的为我们解答，我们看到了自动化的喂料，铁皮屋外围的储料罐很大，养猪场的屋子设计都装有集合天然雨水的渠灌，下雨时雨水直接集合到大罐里，给动物自动供给雨水。房子侧边像楼梯式的设计是用来通风的，里边就是大的抽风机，天气热时还有类似“水帘”的减温作用。

我们还实习参观了养猪场的产房，看到了小猪都很健康，母猪虽然动弹不了，但是有自动化的吃喝设备，地下还有供暖系统，不愁吃喝的母猪都很肥，小猪活动空间大，吃奶的同时也可以吃小猪的饲料，小猪母猪都有独立的水槽和料槽，他们都很健康，很结实，由于粪尿都是直接流到地下粪池进行发酵，整个产房很干净，加上有抽风机，整个环境很舒适。怪不得，养猪场的效益那么好，果然环境好，也能促进小猪的健康成长。

这次的养猪场参观实习让我看到了自动化设备的先进性，看到了科技的力量，我一定会努力学习，做一名高素质人才。

**实践心得感悟篇八**

作为一名现代大学生，我也懂环境对人类的重要性，当然也懂环卫工人的心酸。所以，在寒假期间，我也在为保护好环境奋斗。虽然只是一个小小的举动，但对我来说也还是很有意义的。以下是豆花问答网和大家分享的环保实践心得感悟资料，提供参考，欢迎阅读。

今年的寒假出奇得暖和，不过早晚的温差还是很大。每天一起来看到干干净净的街道就会想到天才刚刚亮的时候环卫工人就已经为保护好环境提供美好环境做出了自己的一份努力。夏天我们都在吹空调喝着冰镇饮料的时候有没有想过他们在干嘛，酷暑阻挡不了他们，严寒也阻挡不了他们。

最近几年夏天有热死的冬天有冻死的这样的事件已经不是一回两回了，或许随手一扔很潇洒，但把垃圾扔到垃圾桶里对我们来说只是一个很小的举动，这么多人都做一个小举动对环卫工人来说真的是一件很有帮助的事。学环境专业的我也一直提倡保护环境，每个人都有责任不让我们居住的环境受到破坏，每个人都做好这么一件小事就会带动更多的人去做，这样我们的环境就好变得越来越好。相反，如果每个人都不顾环境随手乱扔，那人类居住的地方将是一片狼藉。所以，我想我们应该感谢和尊重环卫工人。

作为一名现代大学生，我也懂环境对人类的重要性，当然也懂环卫工人的心酸。所以，在寒假期间，我也在为保护好环境奋斗。虽然只是一个小小的举动，但对我来说也还是很有意义的。

我的实践地点是在一家公司，因为将近年末，公司比较忙，每天都有人加班以至于没有人及时主动地清理垃圾。这是我每天经过发现的，所以决定帮这家公司清理一周的垃圾。每天的快餐盒，饮料盒以及一些杂碎的垃圾都会占满整个垃圾桶，我把快餐盒和饮料盒另外放，每餐吃完我就及时地把它们扔掉以免滋生细菌，另外一些垃圾会等一天的工作结束后再清理。第一天干的时候也会嫌脏嫌累，但是以想到那些不怕脏不怕累的环卫工人我也就没有放弃。就算再脏再累答应别人了的就不能退缩。

实践的时间过得很快，一下子一周就过去了。一周前后真的有很大的区别，大家也没有像之前那样不注重环境卫生，也加强了自己的环境意识。看到大家都能更加注重环境了我真的很高兴，看到自己的付出有回报了我也很高兴。这真的只是一件小事，但每个人都努力了，都知道要保护环境了，都不会乱扔垃圾了，加起来就不只是一件小事了，对环卫工人来说更是一件令他们欣慰的事。

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。

机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

这次社会实践经历了一周的时间。这一周，我随着小组的其他四个组员一起在江山做了关于环保建设和沼气利用的暑期社会实践，在整个实践的过程中，我学会了很多关于环保和沼气利用的东西，也收获很多关于交流和宣传的作用。

在这次社会实践活动的策划书是我写的，所以我对活动的具体流程和时间安排都非常清晰，于是我就经常把明天或者后天要做的事情及时地给队长和其他组员说，以使她们都能够及时地做好准备和预先工作，她们在得到具体实践和时间通知后，都反映很好，也有很多同学都积极地对于时间安排提出意见，然后我们就即使调整。在队长的带领下，我们能很好的利用好时间，最高效率地完成带队老师和队长给我们的任务，这也是我觉得团队工作的非常重要的一点，团结，友爱，每个队员都对于所在的团队怀着爱心和责任，那么什么困难都难不倒我们这个小组，并且我们要实际的安排具体恰当，才能让每个组员都觉得工作及时得当。即使不能都满足她的要求和意见，最起码，大多数的意见要考虑进去。

此次活动中，我还学会了重新认识吃苦的重要性。参加时间的所有同学都是在城市里长大的孩子，以前都是在高楼大厦和温室里生活，在江山，我们做的是实践和沼气利用的宣传，很多都是要在农村中进行的，所以，在烈日炎炎的天气里，我们要在农村的土路上，对很多都目不识丁的人们讲述我们的问卷和调查，并且挨家挨户地分发宣传册，都给我们很大的压力，我们都大汗淋漓，但是还是坚持了下来，耐心地给农民讲述沼气利用的方法和好处，对于当前环境的状况，她们的意见是怎么样的，有什么请求和环境方面的改进可以反映给政府和环保局的，我们都细心地记录了下来。这让我意识到，在很多工作中，吃苦耐劳是一个非常重要的品质，是成功的重要保证。我们年轻人，要坚持吃苦耐劳的精神，努力向上，好好的培养自己勤奋吃苦的品德。

在此次活动中，我们还做了采访江山环保局的人员的工作。以及后来我又采访了天蓬畜业公司的董事长王国水先生。在采访的过程中，我也得到了很多知识和经验。我们不仅仅要对所要采访的人有一定程度的预先了解，而且要对采访过程中涉及的问题要做全方位的准备，不能只是单方面的提出问题，也要对被采访者回答中的隐含问题给与反问，这样才能增加采访的广度和深度。采访要深刻而不刻薄。才可以得到最想得到的知识。在采访王国水先生的时候，通过他对于青年大学生的忠告和建议，我更是深深地意识到，年轻人一定要肯吃苦，才可以有美好的未来。“确定一个未来的目标，一定不能犹豫不决，就要坚持地走下去，即使很苦很难，当然也要适时的回头看看。”面对成功人士坦诚的忠告，我们也都受益很大。

作为一名当代大学生，通过这次参加的暑期社会实践活动，我觉得我将来一定要学好科学文化知识，但是也要积极地参加社会实践活动，把自己学习的理论知识和社会实际结合起来，更好地为社会做出贡献。

这个暑假，怀着一份让自己的暑期生活变得更充实的心情，我加入了学院的暑期社会实践，有人曾说：\"在学校能学到的只是人生知识的5%，而另外的95%则完全依靠我们到社会中去实践。\"诚然，知识储备需要不断积累实践经验才能逐步完善。身为一名医学生，我们更应当将自己的专业知识应用于社会实践中。

秉承着普及健康知识，调研生活环保现状，更好地利用专业知识服务于社会的原则，我参与的\"逐‘鹿’丹东\"千乡万村社会实践小分队踏上了丹东大鹿岛，开启了为期三天的\"千乡万村\"环保科普社会实践活动。在本次社会实践中，发放调查问卷，了解岛民对饮食安全，为岛民们普及日常生活中所必需的医学知识、急救安全意识;检测岛民的生活水质安全状况，关注岛民用水安全;采访优秀村干部，了解大鹿岛的文化发展是\"逐‘鹿’丹东\"小分队这次社会实践的三大主要活动。

实践过程中，我们对大鹿岛周边海洋水质进行测试以及对岛民进行环保意识调查，大鹿岛周边海洋水质较好，早中晚三次检测结果无较大差别;大鹿岛岛民环保意识较强，均表示在日常生活中会注意对海洋环境的保护，大鹿岛随处可见的印有环保标语的垃圾桶，时刻提醒岛民和游客，提高环保意识，保护海岛环境。大鹿岛是岛民赖以生存的地方，周围海洋更是岛民维持生计所必须依赖的环境。保护海洋环境，维护可持续发展，全体岛民努力将大鹿岛建成一个风景秀丽、气候适宜的宜居生态小岛。

本队队员深入田间观察农田土壤状况并采集土壤样本进行土质分析，向岛民发放调查问卷，普及生活安全知识。大鹿岛因其特殊的地理因素，对部分疾病的就医并不十分便利，因此普及医学知识，预防疾病的发生是十分必要的。本队队员们向岛民普及如何在生活中避免疾病发生等问题的相关医学知识，并告知游客在岛上需注意饮食安全问题，哪些食物不能一起食用，进而避免食物中毒的发生。

采访优秀村干部，了解大鹿岛文化发展。大鹿岛优秀村干部表示，乡风文明建设是大鹿岛建设的重要内容之一，乡风文明是指岛民的思想、文化、道德水平的不断提高。在鹿岛，教育、文化、卫生、体育等事业的逐步发展，不断适应着岛民生活水平的需要和游客游览观光的需求，提高岛民的幸福指数和游客的舒适度指数，共同构成建设可持续发展生态鹿岛的美好愿景。

在此次千乡万村环保科普社会实践过程中，我队队员们积极引导游客进行绿色消费，形成持久的环保意识形态，提高了岛民和游客们关于环保的自觉行动能力，在日常生活中树立尊重自然、顺应自然、保护自然的生态文明理念，把生态文明建设融入到大鹿岛建设的各个方面。

本次千乡万村社会实践不仅使我对基层环境有了初步了解，更切身体会到了环保在生态保护、污染治理方面有着重要意义。作为当代大学生，我愿为环保事业尽绵薄之力，低碳环保立足点滴生活，让绿色之美常驻身边，让乡村之秀更添时代的呼唤，让环保意识深入人心，利用自身所学为建设新农村、共建美丽中国贡献自己的力量。以行践知进基层，千乡万村环保科普行，我们一直在路上。

这个暑假，我参加了社区组织的保护环境活动，这次活动主要是针对一次性用具展开的。

在社区里，我们经常能看到大家拎着塑料袋，使用一次性的纸杯，在小餐馆里，大多数使用的都是一次性筷子，还有快餐盒等等。因此，社区领导针对此现象，展开了一次环保活动，由小区里居民自愿报名参与。

我们将使用一次性用品对我们人的身体和对社区的环境所产生的影响一一列举出来，然后打印出来。早上我们站在小区的不同入口，将传单分发给居民。假如他们有时间，我们会为他们一一做解答。傍晚，我们在社区的空旷处举办了一次活动，主要是让大家上去讲讲对一次性用品的认识，最后活动的领导对使用一次性用品的弊处进行。

总结。

并告诉大家如何从自己的身边进行环保呼吁大家不要使用一次性用品一起保护环境保护我们的地球。虽然这一天的时间活动让我觉得很累很辛苦但我从中锻炼了自己并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过这一天的实践使我有了些关于保护环境的。

心得体会。

这次活动让我深刻的体会到，当今社会保护环境的重要性，和如今环境问题的严重程度超乎我们的想象，同时也明白“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。也知道了保护环境光是口头上说是没用的要靠我们的实践行动来证明，通过实践活动才能更深刻的了解如今环境问题的严重性。

在我们亲自打扫社区街道卫生，分发环保传单时。发现虽然有些人对环保，对低碳并不陌生。可是他们在生活中却往往不知从何入手，因而并未采取什么切实的行动。甚至有些人，在我们上前宣传时，会远远的避开，一脸冷漠、事不关己高高挂起的样子。或许我们的环保意识的确有待加强，我们并不能再停留在口头上，而是加强实践，注重树立精神上的榜样。

12级广告1班王燕群3126601008。

对于2024年年初的冬天，我只能说这个冬天不太冷！因为在这个冬天，我的第一次社会实践，我为这个村做的一点点贡献，带来的暖情温意逼退了这一冬季的寒冷。

可能是生活在这个村子二十多年的缘故，对这个村子的所有一切都感到理所当然，一直都在以一种未长大学生的身份和视角去漠视这个生我养我的环境，因此，真的很感谢学院给我们的实践作业，让我真正地意识到自己也是这个村的一份子，应该为这个村变得更加美好而做点贡献，在加强海洋环境建设的同时也要加强公民的环保思想建设，让每个村民都有一种属于珩海村的归属感。

我的家乡是珩海村，福建省泉州市的一个小小的自然村。顾名思义，出生在海边，在海边长大，以海为生。然而，大多数村民在索取了海给予他们的财富的同时却忘记回报，于是，在海面上总能看到漂浮的塑料罐和包装纸。针对这个情况的日益严重，村长也采取了措施，建立了一个环保小队，当然是有付工资的小队，去处理这些经济学上叫做有害物品的垃圾。我大半个寒假的下午都是和这群有爱的环保小队一起的，完成了我的第一次寒假社会实践。

本次社会实践从2024年1月12日开始，至2024年1月27日全部结束，全程共持续十五天。实践期间，我主要是和环保小队的大叔大婶们一起清理海岸线的垃圾以及海中的漂浮垃圾。当然，我也发挥了我广告学专业的特长设计并制作了一些简单的海报，并与村委会协商，取得同意后在贴在村里的公布栏里面。同时，也和村长商量，在海边和村里面立一些提醒环保的牌子和横幅等等。活动过后，我及时与村委会方面进行沟通与交流，反馈实践成果，交换活动心得。

通过本次社会实践，我对于海洋环境保护有了更深刻的认识。

其次，海洋的环境保护问题其实就在你我的身边，你随意在海边扔掉的一个食品包装袋都可能成为海洋风景中的一个煞风景的墨点，你随手捡起一个易拉罐，就为这美妙的风景多添了增色的一笔。问题总是一点一点不经意累积而成的，解决问题也要很长的时间，也有可能造成难以弥补的损失。因此，请保护你身边的每一寸还没被污染的净土，可能它下一秒也会不见。

最后，海洋环境保护，甚至是整个大的环境保护并不是停留在嘴巴上的泛泛而谈，而是需要每个人真正付诸行动的一项伟大工程，每个人都可以是这个工程的建设者。环保并不需要你有多么强壮的身体，多么渊博的学问，只需要你有一颗热爱环保的心。如果你才高八斗，学富五车，却对环境保护只是纸上谈兵，不留一滴汗水，那也是于事无补。思想加行动才是上上之策，思想驱使行动，行动带动思想，如果才能真正切实到每个问题的点上去，才能更好的解决问题。

总之，在这一次社会实践中，我获得了很多经验和思想觉悟，以及对一个家乡的归依感和责任感。每个人都需要感恩，感谢大自然，感谢身边的每一个人。在索取物质，索取财富的同时，也要感恩，也要回报，也要爱它。希望大学，乃至社会，能够多有一些这样有意义的社会实践，即使它很小，但是也能像石子一样泛起水面的波澜。

。

**实践心得感悟篇九**

在日常生活中我们都会有各种各样的实践经历，这些实践不仅可以让我们学到知识，锻炼技能，更能给我们带来感悟与体会。下面我将分享我在实践中的一些心得体会。

首先，实践能够让我们更加深入地了解某个领域。在学习理论知识的过程中，我们只能掌握一些基本的概念和原理。而在实践中，我们才能真正地将这些知识运用到实际生活中，了解它们的应用和局限性。比如，我曾经在学习心理学时学到了一些关于人类行为和思维的理论，但是只有在实际的心理辅导工作中，我才真正体会到了这些理论的价值和实用性。通过与不同的人接触，我了解到每个人都有自己的独特性格和思维方式，而这些都可以通过心理学理论来解释和理解。

其次，实践是我们提高能力的关键。无论是学习一门语言、弹奏乐器还是练习运动，只有通过不断的实践才能真正掌握并提高自己的技能。正如俗话所说：“熟能生巧”。在我的英语学习过程中，我发现只有通过不断的读书、写作和口语练习，我的英语水平才有了明显的提高。通过实践，我们会不断摸索，发现创新的方法和技巧，从而进一步提升自己的能力。

第三，实践可以让我们更好地理解与他人的沟通。在现实生活中，我们时常需要与他人进行交流和合作。通过实践，我们可以了解到每个人的不同思维方式和沟通习惯。在我与他人合作的过程中，我发现只有倾听和理解他人的需求和观点，才能更好地进行沟通和合作。通过实践，我们可以学习到与他人建立良好关系的技巧，培养自己的合作能力，进而为自己的发展打下坚实的基础。

第四，实践能够培养我们的创新思维。在实践中，我们常常会面对各种问题和挑战，并需要通过创新的方式解决它们。通过实践，我们可以培养我们的创造力和解决问题的能力。在我实践过程中，我通过思考和分析，不断尝试新的方法和思路，从而找到了解决问题的关键。通过实践，我们能够培养自己的创新思维，为将来的发展做好准备。

最后，实践能够增强我们的自信心。在实践中，我们会面对各种不确定性和风险，但是只有勇敢地去尝试和实践，我们才能获得成功和成长。通过实践，我们会积累自己的经验和知识，从而增强自己的自信心。在我实践过程中，我曾经面临过许多困难和挫折，但是通过不断地努力和坚持，我最终取得了成功。这使我更加相信自己的能力，并且鼓励我勇敢地去面对未来的挑战。

总之，实践不仅能够让我们更加深入地了解某个领域，提高自己的能力，也能够让我们更好地理解与他人的沟通，培养创新思维并增强自信心。通过不断地实践和学习，我们可以不断地成长和发展。因此，我们应该积极地投入到实践中，通过实践来丰富我们的人生经验，为自己的未来铺平道路。

**实践心得感悟篇十**

作为一名即将步入大四，准备迎接社会上各种各样的挑战的准毕业学生，在暑假来临之前就通过种种渠道进行实习的联系工作，招聘网上的专场招聘会留了联系电话的企业都被我和另一个同学一一联系，面临一次次的回绝，我们没有丧失信心。终于，在兰州大学管理学院定向招募人事行政实习生的上海校友会企业麦普拉卫生材料公司成为了我们的目标，经过几次沟通与联系之后，我接到了录用的电话。对此首先要感谢兰州大学上海校友会给我们提供本次实习的机会。

7月11日，我正式踏上了我的实习之旅，带着喜悦与期盼。在之前接到录用电话时，沙总就和我说实习地的条件很艰苦，要有心理准备。在火车飞驰在实习的轨道上的时候，另一位与我一起在麦普拉实习的同学又发来短信：条件真的很艰苦，要有心理准备。我不以为然，因为我知道自己是来学习的，而不是来享乐的，这次机会对自己来说很珍贵。经过20多个小时的辗转之后，我来到了江都大桥镇工业园——麦普拉卫生材料有限公司的楼下，下来接待自己的是之前在实习招募公告上看到的tom，麦普拉卫生材料有限公司的助理。

随后tom带我和另一位同学去见了公司总经理沙总，沙总简单的向我们介绍了公司的基本情况，然后就指定了我们的`工作任务与岗位，由于之前在学校有一定的学生组织管理经验，我被指派到三楼的车间去做实习生的管理工作及车间现场管理工作。见完沙总后tom带我们参观了生产车间，从一楼到三楼，从仓库到生产车间进行了简单的介绍。通过介绍我认识到了我之前的误区：以为卫生材料公司是制造卫生塑料管道或者厨房卫生材料的，了解之后我才知道麦普拉卫生材料有限公司是生产手术衣及隔离衣等医用卫生用品的一家小型企业。

第二天早上7:00，我便开始了自己的车间管理人员的实习工作。在车间里我的主要工作是负责车间暑期实习生的管理，协助车间主管进行车间现场的管理与调度。刚刚开始由于对于车间人员、车间的生产流程都不够了解，因此一切都需要从零开始。首先便是熟悉车间的生产流程与熟悉实习生。于是，整整一天的车间来回式走动工作便开始了，对于比较简单的工序，我便跟着操作人员一起进行操作，对于比较难的工序便在旁边观看工人进行操作，在熟悉车间生产流程的过程中我同时对车间人员的基本薪酬、工作时间与内容也有了一定的了解。

在实习生管理方面，第一点便是一一认识并记住这些实习生。我采取的办法是将实习生的考勤卡片收集起来，每天早晨这些实习生前来打卡时，我便一一对名字，记名字，记相貌，就这样，几天下来自己对实习生也有了一定的了解与认识。由于实习生大多都是附近高校中的学生，因此我们之间进行交流沟通也便变得更加容易了。

要说刚开始的工作是熟悉与适应，那么接下来的工作便是真正的现场管理与协调了。在这个过程中我遇到的主要问题有语言不通，由于车间生产人员大多是当地居民，使用的也是当地的方言，因此，在和他们交流沟通的过程中我常常是云里雾里，不知所云；另外，作为一个新进入的管理实习人员，肯定会遭到大家一定程度的排斥，因此很多人便会保持距离。而面对以上两个问题的主要解决方法便是积极主动、认真倾听。我会积极主动的与车间其他管理人员、实习人员进行沟通交流，并帮助他们做一些力所能及的工作，这样，渐渐，大家慢慢熟悉了，之间的戒备心也便消除了。此外，在和当地生产人员沟通的过程中我会认真的倾听，耐心的倾听，这样大家慢慢接触多了，一些东西也便有了好转。

在后来的车间现场管理过程中我还遇到一些问题，如：车间中由当地生产人员组成的一个生产流程小组很容易形成小团体主义，外界力量想要渗入她们之间是很难的。有一次，我将它们堆积的一些半成品准备送到其他生产人员那里继续加工，她们便开始和我理论，冷眼相对，“秀才遇到兵，有理说不清”大概就是这种情况吧。再后来，只要我经过那片区域便会遭到她们的排挤，他们便会谨慎地注视着我。还有整个车间各生产流程的人员配置也不是很合理，经常会有某些环节脱节跟不上整体生产节奏，这样便会影响整体的生产能力。

这样的实习状况进行了10天左右，沙总又给我们给了新的任务：撰写招聘简章、员工手册、整理劳动合同与人员档案以及招聘ppt、招聘广告flash的制作。而我主要负责员工手册的撰写、印刷厂商的联系与确定以及ppt、flash的制作。对于员工手册之前自己根本毫无涉及，所以不知道从何写起，沙总也没有给我们进一步的指示。所以，自己只能够通过网上找一些模板以及介绍，再结合自己所在企业的具体情况进行撰写。首先，我确定了员工手册里面要包含的一些大模块，确定大模块之后，其他东西也便可以着手去写了。员工手册比赛的撰写大概花费了三天左右的时间，递交给沙总看过之后又进行了一些新的修改。接下来便是两个比较难的工作：ppt与flash制作，对于ppt制作，自己倒没什么困难之处，因为在学校里面ppt制作技巧已经掌握的比较熟练了，但是对于flash视频自己确是一片空白，之前根本没有做过。和沙总进一步沟通之后，我便开始了制作工作。首先是素材的采集，在这方面沙总给我提供了公司的一些照片以及一台单反相机，这让我暗自高兴，心里暗暗琢磨着要好好玩玩单反。因为自己之前虽然使用过单反，但都是比较初级的水平，而利用这次机会，自己可以好好提高一下单反的使用水平。

ppt的制作工作完成比较早，大概在8月初就完成了，但是flash则是着实让我们心有余而力不足，只能从头学起，边学边做。一直到8月12日，我们的flash才完成。这期间，我仍然负责车间实习生的管理工作与协助车间主管进行现场管理的基本工作。

招聘相关材料（招聘简章、招聘ppt、flash）准备完备之后便开始筹划招聘工作的具体实施事项了。首先是确定招聘地点，其次进行招聘前的宣传与信息发布，然后便是招聘现场宣讲会与组织招聘工作的开展了。整个招聘工作的实施与开展大概进行了一周左右的时间。

8月21日，所有的任务均已完成。我和一起实习的另一个同学对我们的此次实习的工作进行了总结与汇报，并向沙总递交了我们的辞呈。22日是我们在麦普拉实习的最后一天了，我早早的起床去车间进行我最后一天的实习工作，看着熟悉的车间与已经熟悉的人以及实习中的点点滴滴心中五味杂陈。23日一早我们便踏上了返回的路途，至此，我为期40天的实习向我挥手告别了。

在这次为期40天的实习中除了学习和感受职场生活之外，我深深感受到中国中小企业招工难的现状，以及对此现象产生的原因的一些思考：

2、社会上整体社会经济形势好，企业扩大生产，急需招工增加产能，这是直接原因；

3、员工的生活与工作环境差；

4、企业员工工作稳定性差，流动性大；

6、招聘途径较为单一，对用工招聘未提前做准备，临时抱佛脚。

**实践心得感悟篇十一**

自从人类开始思考和学习的那一刻起，实践感悟与心得体会就成为人们积极探索和深入思考的重要内容。无论是在学术研究、职场发展还是个人成长的过程中，实践感悟与心得体会都具有重要的作用。本文将从实践中学习的重要性、实践所带来的机遇、实践中的困惑与思考、实践的启示与收获以及如何将实践感悟与心得体会变为行动等五个方面展开讨论。

首先，实践中的学习是深入理解和掌握知识的有效途径。在日常生活中，我们会遇到各种各样的问题和挑战，解决这些问题需要我们动脑筋，进行具体的实践操作。通过实践，我们可以将书本上的知识应用到实际中，从而更好地理解和把握知识的精髓。比如在学习一门外语的过程中，我们不能仅仅停留在课本上的理论知识，而应该通过实际使用该外语与人交流，才能更好地掌握和应用该语言。

其次，实践为人们提供了锻炼和机遇的平台。在工作环境中，实践感悟与心得体会更是至关重要。只有在实际工作中才能真正体会到各种职场问题和挑战，比如与同事沟通合作、解决工作中出现的问题等等。只有通过实践，我们才能不断提升自己的技能和能力，更好地适应和应对工作中的各种情况。此外，在实践过程中，我们还有机会结识不同领域的专家和优秀人才，通过他们的指导和交流，我们能够学到更多经验和技巧，提高自己的专业素养。

第三，实践中往往伴随着困惑和思考。虽然在实践中我们能够锻炼和提升自己，但也不可避免地会遇到一些困惑和挫折。比如在创业过程中，我们可能会面临资金不足、市场竞争激烈等问题，这时候我们需要反思和思考，找出解决问题的方法。正是通过这样的思考，我们才能更好地成长和发展。实践中的困惑和思考，并不是坏事，相反它们促使我们从不同的角度去思考问题，拓宽眼界并找出更好的解决办法。

第四，实践给予我们启示和收获。通过实践，我们能够更加深刻地认识自己，发现自己的优势和不足。同时，实践还能给我们带来宝贵的经验和教训，帮助我们更好地成长和进步。比如在处理人际关系方面，通过实践我们会发现与人相处的技巧和方法，比如沟通、协调、表达等。我们能够学到与人合作的重要性，以及尊重他人、团队合作等方面的重要观念。这些启示和收获将会成为我们未来发展的重要支持。

最后，要将实践感悟与心得体会变为行动。实践感悟和心得体会只有落地生根，才能真正产生价值。我们可以将实践中学到的技能和方法应用到各个方面，比如工作、学业和日常生活等。此外，我们还可以将我们的实践经验分享给他人，通过分享能够更好地巩固和提升自己的理解和认识。同时，还可以与他人共同实践，取得更好的效果。只要我们将实践感悟与心得体会付诸行动，我们才能真正享受到实践的乐趣和成果。

综上所述，实践感悟与心得体会在人们的学习、工作和个人成长过程中都具有重要的作用。通过实践，我们可以深入理解和掌握知识，获得锻炼和机遇的机会，同时也会遇到困惑和思考，但这些困惑和思考会带给我们启示和收获。最重要的是要将实践感悟与心得体会转化为行动，共同实践和分享，这样才能更好地提升自己，取得更好的成果。实践感悟与心得体会是我们成长和发展的重要支持，无论是在学术、职场还是个人生活中，我们都应该积极探索和运用。

**实践心得感悟篇十二**

第一段：引言（200字）。

实践与感悟，是我们人生中必不可少的两个环节。实践是根据理论知识或经验采取具体行动的过程，能够让我们将理论付诸于现实，从而获得更深入的认识和体验。而心得体会，则是基于实践后的反思和总结，是我们对实践经验的内化与发展。本文将围绕实践与感悟这一主题，探讨其在我的生活和学习中的重要性，以及我在实践中获得的体会和感悟。

第二段：实践的重要性（200字）。

实践是认识世界和自我、改造世界和自我的有效途径之一。通过实践，我们能够获得真实的经验，加深对世界的理解和把握。例如，在学习科学知识的过程中，我们需要进行实验来验证理论的有效性；在掌握一门技能的过程中，我们需要不断实践和实践，用实际行动锻炼自己的技能。实践使我们能够将理论转化为经验，并通过经验获得新的知识和智慧。

第三段：实践中的体会和感悟（400字）。

在我的人生和学习中，我也不断地进行实践，从中获得了许多体会和感悟。首先，我发现实践能够激发自己的创造力和潜能。在实践过程中，我们需要面对各种问题和挑战，需要不断寻找解决方案。这时候，我们的思维和创造力就会被激发出来，我们会发现一些以前未曾注意到的细节和可能性。其次，实践让我明白了重要性的真谛。在实践中，我们不仅需要付出努力和汗水，还需要持之以恒地进行坚持，才能够看到成果。实践教会了我不怕困难和失败，教会了我面对困难时不轻言放弃，而是勇敢地迎接挑战。最后，实践让我更加深入地了解了自己。通过实践，我能够发现自己的优势和不足，从而有针对性地进行提升和改进。只有真正地了解自己，我们才能够更好地应对挑战，实现自己的目标。

第四段：心得体会的重要性（200字）。

实践的过程中，我们需要不断地总结和反思，才能够有效地将经验转化为知识和智慧。只有通过对实践的反思，我们才能够发现实践中的问题和不足，从而进行改进。心得体会是对实践的内化和提炼，是我们在实践中获取的宝贵财富。通过心得体会，我们可以更好地回顾自己的成长过程，看到自己的进步和成果。在学术研究中，心得体会也是我们写论文和发表文章的重要内容。只有通过对实践的反思和总结，我们才能够提出新的观点和见解，进一步拓展和深化我们的研究领域。

第五段：结论（200字）。

实践与感悟，是我们人生中必不可少的两个环节。实践能够使我们深入地了解自己和世界，激发我们的创造力和潜能；而心得体会则是对实践的反思和总结，是我们内化实践经验的过程。通过实践和感悟，我们可以不断地成长和进步。因此，在日常生活和学习中，我们应该积极主动地进行实践，不断地总结和反思，从实践中获得深入的认识和体验，不断提升自己的能力和素质。只有通过实践和感悟，我们才能够真正意义上地掌握知识和技能，实现自己的目标和梦想。

**实践心得感悟篇十三**

大学的生活开始后，我们虽然作为学生，但对于社会的接触却变得越来越频繁。甚至有不少的同学利用假期和空闲的时候去参加社会实践，让自己更加深刻的体会社会的生活和工作，为将来正式走上社会而做努力。

同样作为一名大学生，为了不落于人后，我也利用这次的暑假机会，主动的来到了社会的环境下，开始了自己的社会实践体会。以下是我对自身心得和收获的记录：

自从实习开始后，我的眼睛就开始一刻不停的看着身边的这些新环境！作为一名大学生，对比过去校园生活和现在所处的社会环境，虽然在日常生活上十分相似，但在实际的工作岗位以及生活处理上，却有着巨大的差别！

公司对比课堂，不仅在纪律上更加的严格，而且我们也有了更加明确的目标和方向。更重要的是，通过在公司的努力，完成了自己从学生到工作者的转变！认识到成为一名工作者的我，比起学习知识，更应该将自己的责任放在如何提高工作上。

而在生活方面，社会的生活没有了学校的照顾。独自在外的居住也给我带来了很多繁琐又麻烦的事情。但好在我也在努力的适应着这里，并学会发挥自己的主动性，让自己学会做这些事情。

工作其实并不困难，毕竟我作为一名暑假工，拥有的能力和经验都是非常有限的。甚至在的很多工作上的知识都是领导在培训中教导的经验技巧。但借助工作的锻炼，我在这份辛苦中认识了自己在知识外的一些问题。

对我而言，工作就像是一面镜子一样，哪里有问题？哪里有不足？只要在工作中走上几轮很快自己的问题就会暴露出来。虽然因此我也被领导批评了好几次，但每次认识到自己的不足之后我都会及时的提高自己，改进的错误，并让自身得到更好的完善。

开始实践之后，我还在社会中认识了一些朋友。他们有些已经参加工作了很久，但比我并大不了多少。因此，和他们的交流中我能找到很多的共有话题，同时也了解了更多关于工作以及社会的事情。

在这次的实践经历中，虽然我只是简单的在社会中走了一遭，但在自己的体会和感受中，我更新了自身对社会的认识，过去对于社会的一些疑惑也一一解开了。我相信，这份经验会给我今后的大学生活带来很多的帮助，会让我走上更好的成长道路！

**实践心得感悟篇十四**

保育实践是一种接触自然、学习自然、保护自然的实际行动，通过亲身参与，我们能够更加深刻地认识自然的奧秘，体验到大自然赋予我们的生命力和智慧。以下是我个人在保育实践中的感悟心得体会。

第一段：保育实践的重要性。

保育意味着保护、治理和改善我们的自然环境。随着人口的增加和环境问题的日益严重，保育实践显得尤为重要。在保育实践中，我们需要了解和学习自然环境中的生态系统运作规律，通过亲身实践，我们能够更好地认识到环保的迫切性和必要性。

保育实践不仅仅是一种对自然环境的保护行为，更重要的是它能够激发我们对自然的热爱，并培养我们的环保意识和责任感。在保育实践中，我们能够近距离接触到各种野生动植物，观察它们的生态行为和生存状态，从而更好地了解到生物多样性的重要性。

保育实践有多种形式，例如参加自然保护组织的志愿者活动、参与环保教育活动、积极参与环保运动等等。在这些实践中，我们可以学习各种保育的方法和技巧，如水资源保护、垃圾分类、能源的节约使用等。这些实践使我们身体力行地关心环境，做出实际行动。

在保育实践中，我们不仅仅是受益者，更是贡献者。通过亲身参与保育实践，我们能够感受到自然界对我们的恩惠和滋养，同时也体验到保育实践的乐趣和收获。我们能够见证自己的付出带来的积极变化，看到自己的努力改善了环境质量，这种成就感和满足感是无法用言语来描述的。

保育实践不仅仅局限于一个人或一个群体的行为，它应该成为一种生活的态度和方式。在日常生活中，我们可以从小事做起，如减少使用一次性塑料制品、节约用水、种植绿植等等，让环保意识渗透到生活的方方面面。保育实践也不仅仅是一种行动，更应该是一种思想和精神的追求，只有这样，我们才能真正参与到环保事业中，为保护地球的美丽而努力。

通过以上的保育实践感悟心得体会，我更加深刻地认识到保育实践的重要性和意义。我明白了环境的恶化是由我们人类自己造成的，只有每个人都能够担负起自己的责任，才能共同保护好我们的地球家园。保育实践不仅仅是一种行动，更是一种生活的态度，让我们一起从身边小事做起，参与到环保事业中，让地球变得更美好。

**实践心得感悟篇十五**

因我自己以前也是从事过几年猪场生产管理工作的，所以对于他们的抱怨和痛苦，我感同身受，但是我认为遇到问题与其这样抱怨，还不如积极的寻找解决的办法。那么，下面我就结合自己在猪场的工作经验和近年来走访市场的过程中获得的一些信息，对猪场的人员招聘和管理谈谈自己的看法。

对于猪场缺人带来的问题，我在以前的工作中遇到过很多，不是配种舍饲养员抱怨接近公猪的恐惧，就是产房饲养员唠叨值夜班的辛苦;不是技术员诉说替饲养员顶班的劳累，就是技术场长反应对于老龄饲养员身体状况的担忧。纵观国内的猪场目前用人情况，可以说是纷繁复杂、各有特点，对生产成绩的影响也是各有不同。就猪场人员的来源来看，大致可分为以下几类：

1、老板的亲朋好友。对于这一类人员，在猪场的生产工作中，对自己的工作能够做到尽职尽责，但是时间性和纪律性较差，容易以“皇亲国戚”自居，不利于全场人员的统一管理。

2、退休的建筑工人。对于这一类人员，在猪场的生产工作中，比较服从管理，做事情也比较踏实，但是大部分年龄比较大，学习能力不强，技术上的提升很难做到。

3、年龄在50岁以下的偏远山区夫妻工。这一类人员，目前在一些规模化猪场的饲养员中占有很大的比例。对于他们在猪场的生产工作中，最大的特点是比较稳定，只要待遇水平满意，一般都能做三五的时间。而且一般都有一定的文化基础，有利于学习一些养猪新技术。但是他们对待遇的要求也比一般的饲养员要高一些。

4、畜牧类院校的实习生或毕业生。现在的规模化猪场跟畜牧类院校的合作也比较多，经常看到一些猪场的大门口挂着某某农业大学的实习基地的牌子等，所以这一类的人员在一些规模化猪场也比较多。对于这些已经毕业或者即将毕业的大学生们，在猪场的生产工作中很有激情，而且有一定的理论基础，接受新知识的时间比较快。但是由于他们比较年轻，况且都是80末90后的孩子，如果猪场条件不太优越的话，很难把他们长期留住。

猪场的人员来源既然有那么多途径，对于猪老板们来说怎样选择呢?我认为要根据猪场的实际情况和规模，进行灵活选择，关键是要能够保证生产的稳定和正常工作开展。对于规模化猪场选择饲养员而言，我认为后面两种是比较好的选择，夫妻工能够保证基本的饲养管理有序进行，刚毕业的大学生又可以给猪场沉闷的生活带来激情，而且还可以从中选拔培养一些猪场的`技术管理人员。

对于很多猪场来说，选人不是最大的难题，最大的难题而是怎样把人留住，并且用好。无论是合适的饲养员或者技术员以及技术场长，对于猪场来说，都可以算是人才，人才也是猪场所需要的。既然猪场需要人才，那么我们就要考虑这些人才需要什么?只有这样才能把人才用好、留好，下面结合自己多年在猪场管理中的经验和猪场工作的感受谈谈自己的看法。1、人才需要好的环境。对于任何一个人才来说，在同等待遇条件下，都希望有一个好的工作环境和生活环境。所以猪场要想留住人才，必须为他们创造一个舒适的生活环境和工作环境。比如南方夫妻工的饮食习惯，或者年轻小伙子的运动习惯，或者技术人员的学习环境和了解外部信息的条件等。只有满足了他们最基本的生活条件和学习提升条件，他们才会安心的工作，才能激发他们工作上的激情，创造出更好的生产成绩。

2、人才需要好的待遇。虽然说养殖行业是个高风险的行业，但是有的时候它的利润也非常可观。所以我们要想留住人才，必须给他们合理的待遇。既然这些人才选择了猪场，也就意味着他们放弃了自由、放弃了大都市的欢声笑语，他们也需要养家糊口、也需要实现自己的价值，所以无论是饲养员还是技术员人员，优厚的待遇都能够激励他们更加努力的工作。

3、人才需要被理解和尊重。就目前的养殖行业来说，疫情的风险是非常可怕的。在全国蔓延的疫情时期，猪场人员的工作是非常辛苦的，心情也是无比沉痛的。如果他们的工作不能被老板所理解，把所有的压力都施加到他们身上，对他们进行抱怨或者处罚，就会令他们非常寒心，从而让他们感觉自己的工作没有被老板尊重或认可，对猪场的疫情防控或生产稳定就会带来不利影响，最终损失最大的还是老板。所以，尊重和理解他们的工作，和他们一起共度难关，才是猪老板们最明智的选择。

4、人才需要提升。当今社会是一个飞速发展的社会，各行各业都是如此，养殖行业也不例外。因此养殖行业的人才也非常明白，只有自己的能力不断提升，才能在这个行业永远立足，才会得到更多的尊重和认可，所以他们渴望一切学习提升的机会。有些老板们，害怕猪场人才的流失，禁止了他们与外界交流的机会，从而导致了他们固步自封、停滞不前，更不利于猪场生产成绩的提高。因此，要想长期的留住人才，猪老板们就必须改变观念，加强猪场人员外部信息的摄入，促进猪场人员与饲料厂家以及兽药厂家人员的交流，从而让他们获得更多的养猪新技术，以提高猪场的生产成绩。另外，先进的企业要有先进的企业文化，文化对员工的影响有时候比金钱更重要，所以随着猪场规模的扩大，要注重企业文化的建设。随着国家新的扶持政策的出台，养猪行业是一个朝阳行业，也是关系到国计民生的行业，在不久的将来，它一定会有飞速的发展，发展就离不开相关的人才。得人才者得天下，所以各位猪老板们，您要想在未来养猪行业中拥有一席之地，就必须尽早着手自己的人才计划，只有这样您的养猪事业才能更加辉煌发达。另外，随着标准化、集约化猪场的不断兴起，自动化养殖设备的应用也非常普遍，因此需要猪老板们要注重选择高素质的技术人才，以适应养殖技术的变革。

**实践心得感悟篇十六**

社会实践真的是一种经历，只有亲身体验才知其中滋味。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。如果没有学过系统的会计理论知识，不懂得那些专业的财务词汇，要想完成会计工作，是相当的困难。

会计工作是比较繁琐而细微的，面对的不是深刻的文字，而是反复出现的阿拉伯数字，很容易产生疲倦的感觉。一旦注意力不集中，就会导致账目记录、登录错误，计算的错误等问题。只有静下心来，认真的做，才不会出现差错。因此，工作的时候，绝对的高度集中注意力，不能分心，不能心浮气躁。不然，效率极低，而且错漏百出。

面对着事务所里的律师，看着他们每天从事的工作，其实，本质上都与我的工作差不多，有着不断的重复，但是，他们却从来都是严禁以待，对于每份证据，每份文件，每个程序，每个环节，都要做反复地核对与检查，保证着工作的质量与效率。在诉讼文书上，对每个字，每句话，都有着相当严密的推敲与构思。就如同会计工作一样，一个小数点都得斤斤计较。看起来是多么的乏味，枯燥。但是，真正用心了，才发现，工作的乐趣，在于过程中的谨慎，与完成工作后的轻松。当你发现自己的工作，做得一天比一天精确，一次比一次有效率的时候，那种精神上的满足感是旁人无法体会的。

偶尔闲暇也与律师们聊天，才发现，他们对着财务的见解，也是相当的独到，让我意识到自己工作的价值。会计是一个经营机构最基本的构建，也是一个掌握经济命脉的关键部门，无论公司大小，都是围绕着经济在运作的。这个位置举足轻重，每一个数字都牵扯到公司的兴衰，毕竟，这个商业社会中，经济牵动着所有的公司与所有的人，日常法律事务，其实也是大部分围绕着经济流转而产生，因此，会计部门的重要性，是不能忽略的，作为掌握一切经济动向的部门，就好像命运的齿轮，一旦它停止了，那么整个公司也就无法再正常运作下去。

良好的专业素质、认真的敬业精神、严谨的工作态度、清廉的道德修养，都是对会计人要的基本要求，此外，作为会计人员，对外的沟通力与交际能力，也是要求颇高的。一个会计的综合素质，体现了一个公司的整体水平。

经过这段时间的实践操作学习，我对会计工作的认识有了更多的提升。会计工作也如同一门艺术一样，要潜心修炼，提高自身，才能得到更多的肯定与承认。仅仅有着专业知识，是无法胜任会计工作的，还必须有着综合素质的修养，才是一名合格的会计人员。只有认识到自身的不足，与会计工作的重要性，才能让自己更了解自己的位置，肩负的责任，与工作的真实意义。也只有坚持不懈，精益求精，才能成为一名优秀的专业会计人。

**实践心得感悟篇十七**

实践是检验真理的唯一标准，亦是知识的积累与进步的源泉。通过实践，我们不仅能够增加知识和技能，还能够领悟到生活的真谛和人生的意义。在实践的过程中，我们常常会得到一些宝贵的经验和心得，下面我将从“学习与成长”、“人际关系”、“工作与职业规划”、“与家人相处”及“个人成长”五个方面，谈谈我在实践中的感悟和体会。

首先，学习与成长是我们每个人终身的事业。实践告诉我，只有不断地学习才能不断地成长和进步。在学习中，我们要善于总结和归纳，将知识转化为自己的思考方式和工作方法，才能更好地应用于实践中。同时，我们还需要坚持不懈地充电，不断提高自己的综合素质和专业能力，才能不断适应社会的发展和变化。无论是面对挫折还是成功，实践告诉我，勇于追求知识和成长的心态是解决问题的关键，只有永远保持学习的热情和求知的好奇心，才能开创属于自己的美好未来。

其次，人际关系是我们生活中不可缺少的一部分。在实践中，我深刻体会到，良好的人际关系对于个人的成长和事业的发展至关重要。与人相处，我们要注重建立和谐的交往环境，培养积极的沟通与表达能力，增加互信和合作的机会。同时，我们还要注重倾听他人的意见和想法，从不同的视角看待问题，以减少误解和冲突。实践告诉我，培养一颗宽容与理解的心，善于与他人相互扶持和包容，才能建立起和谐的人际关系网，帮助自己在竞争激烈的社会中获得更多机遇和发展空间。

第三，工作与职业规划是实践中的重要环节。在实践的过程中，我逐渐明白成功的职业规划是建立在不断实践和积累的基础上的。与此同时，我们还需要注重自我认知，了解自己的优势和劣势，找到适合自己的定位和发展方向。要实现职业规划，我深刻认识到，付出和努力是必不可少的。我们要不断提升自己的专业能力和素质，主动参与各种实践活动，积累经验和成就，才能不断提高自己的竞争力，实现自己职业的追求和目标。

第四，与家人相处是我们生活中最重要的一环。实践教会了我平淡中的幸福和温暖。在忙碌的生活中，与家人相聚成为我最期待和珍惜的时刻。与家人相处，我们应该给予他们关爱和支持，理解和尊重他们的意见和需求。同时，我们也要注重与家人的沟通和交流，通过分享和聆听，增进彼此之间的感情和了解。实践告诉我，家庭的和睦与幸福是人生最宝贵的财富，只有通过实践中的互动和经历，才能更好地感受到家庭的温暖和幸福。

最后，个人成长是实践过程中最重要的目标之一。通过实践，我逐渐认识到个人的成长和进步是自己不断实践的成果。实践告诉我，要不断挑战自己的极限，克服困难和挫折，才能取得更大的成绩和突破。同时，我们还要注重反思和总结，从实践中吸取教训和经验，改进和完善自己。实践告诉我，自律和坚持是塑造个人品质和实现个人价值的重要途径，只有做到自律和坚持，才能在实践中实现真正的成长和进步。

综上所述，实践感悟与心得体会是我们实践中的宝贵财富。通过学习与成长、人际关系、工作与职业规划、与家人相处以及个人成长这五个方面的体会与感悟，我对实践和人生都有了更深入的了解与认识。实践告诉我，只有通过不断的实践和积累，我们才能在人生的道路上不断超越自我，不断追求更高更远的目标，创造属于自己的精彩人生。

**实践心得感悟篇十八**

在进行保育实践的过程中，我深刻地感受到了保育的重要性和意义。保育实践是一种对自然生态环境的保护和修复的实际行动，通过主动参与和实践，我不仅增加了对自然环境的认识和了解，更悟出了生态保育的理念和方法，同时也提高了自己的团队合作和环境意识。以下是我在保育实践中的感悟与体会。

首先，我意识到生态环境的脆弱性。在进行保育实践的过程中，我亲眼目睹了一些生态系统受到人类活动的破坏而逐渐衰退的情景。比如，在一个自然湿地保护区，由于过度的人为开垦以及水污染，湿地的面积大幅度缩小，很多珍稀濒危的鸟类也失去了栖息地。这使我深切地认识到，人类的盲目开发和利用自然资源，是导致生态环境危机的主要原因之一。只有提高人们的环保意识，全面加强对生态环境的保护，才能有效遏制这一危机的扩大。

其次，我学会了尊重和保护自然生态系统。在参与保育实践的过程中，我亲身体验到了自然生态系统的复杂性和脆弱性。保护自然生态系统不能简单地靠单一的行动，而是需要综合策略和长期坚持。比如，在进行湿地保护实践时，我们不能仅仅清理垃圾和破坏湿地的人为构筑物，还需要对湿地进行合理的规划和管理，保持湿地的正常水位和生态平衡，以保证各种生物能够良好地生存和繁衍。此外，我们还要坚决禁止盗猎和乱捕乱杀等破坏生物多样性的行为。只有从源头上解决问题，才能真正实现生态系统的持续健康。

再次，我深刻体会到保育工作的困难和挑战。保育工作需要实地考察和研究，对于保育工作者来说，这既是一次机遇，也是一次考验。在保育实践中，我遇到了很多意想不到的困难和挑战。比如，在山区保育实践中，由于地理条件复杂，道路崎岖，我们很难进入保护区，对保护区内的情况进行准确的调查和监测。此外，保育工作需要面对长期的艰辛和孤独，需要不断地与各方合作和沟通。但是，面对这些困难和挑战，我从不放弃，而是一直坚持着，因为我深知，只有通过持续的努力和付出，才能真正达成保育的目标。

最后，我认识到保育实践是一种教育的过程。通过主动参与保育实践，我不仅学到了很多关于生态环境和保育的知识，更重要的是形成了一种良好的环保习惯和意识。在参与保育实践的过程中，我深刻体会到保育不仅仅是权利，更是责任。我们每个人都应当以身作则，从自身做起，通过实际行动去保护和修复我们共同的家园。只有通过全社会的共同努力，才能真正实现人与自然和谐共生的目标。

综上所述，保育实践是一种对自然环境的保护和修复的实际行动，也是对人与自然关系的重新思考和认识。在保育实践的过程中，我通过亲身体验和实践，深切体会到了保育的重要性和意义。保育工作需要我们从源头上解决问题，需要我们尊重和保护自然生态系统，需要我们面对困难和挑战时坚持不懈，最重要的是，保育实践是一种教育的过程，培养了我们对环境的关注和保护意识。通过持续的努力和付出，我们一定能够共同建设一个更加美好的未来。

**实践心得感悟篇十九**

在大学期间，我有幸参加了一场与一家知名公司的合作实践项目。通过与公司的深入接触，我积累了宝贵的经验并收获了许多感悟。在这篇文章中，我将分享我在公司实践中的心得体会。

第二段：提前准备。

在实践项目开始之前，我们团队提前做了大量的准备工作。我意识到，对于任何一项工作，提前准备是至关重要的。我们通过调研、学习公司业务、了解目标受众等方式，对项目有着深入的了解，并提前规划了项目的执行过程。这让我们在实践中能够更加有序地开展工作，节省了许多时间和精力。

第三段：与团队合作。

公司实践项目要求我们与团队成员密切合作。通过与团队成员的相互配合，我意识到一个团队的力量是无穷的。团队中每个人都有不同的技能和经验，能够为项目的顺利进行做出贡献。与团队成员交流、合作，我们能够互相帮助、共同解决问题，并共同成长。

第四段：沟通和协调。

在公司实践中，我发现沟通和协调能力是至关重要的。不同部门之间的协调是保证项目顺利进行的关键。通过与不同部门的沟通，我们能够更好地理解彼此的需求和期望，从而更好地协调各个环节，确保项目按计划进行。良好的沟通和协调能够提高工作效率，并减少不必要的冲突。

第五段：总结与展望。

通过公司实践项目，我学到了很多关于工作的技能和经验，也对自己的职业发展有了更清晰的规划和理解。我意识到，一个成功的员工不仅需要个人能力，还需要良好的团队合作能力、沟通和协调能力。此外，我也发现在实践中积累的经验和感悟是宝贵的财富，将成为我日后职业生涯的支持和指导。

总结一下，通过公司实践项目，我不仅获得了实际工作经验，还深刻体会到了团队合作、沟通和协调的重要性。这将成为我未来职业生涯中的关键因素。通过这次实践，我也对自己职业生涯的规划有了更明确的方向。我相信，在未来的实践中，我会不断学习和成长，为自己的职业发展打下坚实的基础。

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！