# 202\_年毛概实践心得体会 毛概vr实践课心得体会(精选17篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2025-03-20

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。毛概实践心得体会篇一毛概是大学生必修的一门政治...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**毛概实践心得体会篇一**

毛概是大学生必修的一门政治课，它将马克思主义的基本原理和中华文化融为一体，帮助我们更好地认识和理解社会主义的本质和特征。最近，在学校里进行了一次毛概VR实践课，迎来了参与者的热烈反响。在本文中，我将会分享在这门课程中的学习经历和体会。

第二段：对毛概VR课的说明。

毛概VR实践课是一种基于虚拟现实技术的教学形式，让我们可以通过沉浸式的体验方式，更真实地感知社会主义的实质和历史。这种课程设计不仅可以提升我们的学习兴趣和对知识的层次认识，而且还可以增加我们对新技术的认识和应用能力。

第三段：对毛概VR课的加深认识。

与传统的教学方式相比，毛概VR课强调学生的参与和主动性。在这个虚拟场景中，我们不再只是被动地听课，更可以通过互动、探索等方式来加深对毛概思想的理解和认识。特别是在如“阶级斗争”、“社会主义建设”等体验项目中，我们可以更好地理解这些概念和社会历史的发展规律。

第四段：毛概VR课的优点。

毛概VR课让我们获得了更加灵活和自由的学习环境，更多地去体验和探索所学知识的真实性质。另外，此次毛概VR课设计也兼顾了学科性和多样性，通过结合现代科技的应用，创新学科知识教育的形式，让我们更加全面地认识和理解毛概思想在现代社会的时代意义。

第五段：个人的感受与感想。

此次毛概VR实践课，让我的学习经历变得更加丰富多彩，更有趣味性。不仅让我了解到毛泽东思想的深刻内涵，而且还让我有机会充分体会到虚拟现实技术的魅力和便利性。我相信，此次毛概VR实践课给我留下的印象，将会成为我在未来学习和生活中寻求真理、探索未知的一个重要动力。

总之，参加毛概VR实践课是我高兴而有意义的一次经历。它不仅帮助我更好地理解毛泽东思想，而且也让我感受到了未来教育科技的美好前景。毛概VR课让我了解到，教育的未来是要与科技的进步相配合，以人类社会进步为基础，推动教育创新，培养更多有才干、有责任感的现代青年。

**毛概实践心得体会篇二**

1.关于新医改的知识普及很不到位。

在调查过程中我们总是会时不时的被问到“这个新医改指的是什么呀、涉及到什么内容、对我们有什么用”。

如果我们在实施这个意见时没有加大力度的去进行宣传，没有让人们理解到这一措施确实就是一种根本上的错误。

可能使得方案实施过程即使出现失误也会由于没得到人们的关注而得不到解决。

2.人们对新医改出现的态度很不统一。

在解释的情况之下，被调查人员有部分表现出对政府提出的新医改方案很认同，坚决支持政府的决策;也有的人表示出很无奈，“改不改都一样”、“改不改和我们有什么关系”等比较泄气的话语。

其中，表现如此的人员可能是对医院比较不满意，表现在对医院的治疗情况不明怀疑：首先，患者说出其因刮伤手指皮肤区医院看医生却开到一千多的费用;然后，有患者表达出医院在其入院已经有十二天的情况下仍未对其进行手术，并表述和其同时入院的有别的关系的患者已经出院了。

对于前者，我认为医院可能是患者出于对老人应进行必要全面的检查，当然，医院在做这些检查时应有必要和患者沟通，以免因为治疗过程因为不了解而造成麻烦。

然而作为患者，不能仅对自己需要交纳的治疗费时才和医院沟通，应在进行治疗过程中了解其必要性，以及应当付出的费用。

此方法仅适合正当的医疗行为。

3.人们急切渴望真正的解决“看病贵看病难”的问题。

贵、难在于药价贵，住院看病贵，在交谈中，被调查的人员表达出政府应加大力度对医疗方面的改进，不能仅是口头上说，应该从医院本身，到政府某些职能部门进行整改，是一些事情比较光明化，使人们了解政府工作，同时也应使政府让人们相信。

去除掉那些不公平的原因，让医疗不再困扰人们。

本次实践，从一定程度上增强了我们对事情的操作的能力，从实践调查问题的设计，问卷调查的分工，与被调查的个体的交谈，调研结果的分析与总结组员都积极参与，增强一个组织的协作性，使调研比较顺利的进行。

同时我也发现这些过程中存在一些必须遵循的规律，比如，问卷的问题应该不应该带有任何偏向性，可以设计开放性、固定选项的题目;同时，题目量不应该过多，因为我们调研的对象多数为医院内患者，多为移动性的个体，过多的题目会造成被调研个体不乐意参与我们的调研;同时，设计的问题开放性也不宜超过3题。

然后，在调研过程时，当被调查人员问及有关内容时，应作出客观的回答，不能掺杂自己的看法，不能偏向性的解说，否则，会造成调查结果出现偏差性的错误。

同时，此次调研的对象中因为没有和医院的方面有人员联系，所以没有医院医生等人员的答卷，所以这也是这次实践的一大缺点。

同时，经过这次实践之后，我觉得做为医学生的我们，应该承担在我们能力范围内的任务，比如，加强医疗方面知识的宣传，积极参加假期的一些下乡活动，既增强自己实践水平，又做到为他人服务。

先我非常高兴并肯定地说：本次毛概暑期社会实践获得圆满成功!

关于“南京市大学生兼职中介”的调查终于在两个人齐心协力的努力下结束了，为了很好地完成本次社会实践，我们俩决定七月份申请留校。

能够顶着如此酷热的天气成功完成每一份调查报告，我感到无比的成就感，短短的一个月，因为用心过、付出过，所以是难忘的，自己无形中也成长了许多。

为了更有效地利用好仅有的一个多月时间，我们决定在6月25号到7月15号这20天分头亲自到各高校进行原始数据的收集。

因为这20天正好是我们学校已经放假，而其他学校还大多未放假，6所高校的大学生都还聚集在南京市内，调查的对象容易定位，从而数据的来源更广泛，并且更加贴切可靠。

剩下的15天就用来在宿舍通过网络问卷来补充前期的实地考察问卷，并将最终得到的数据进行耐心的统计和分析，通过画各种数据表格，结合当前的一些社会现象(大学生兼职被骗财骗力)得出本次社会调查的最终结果。

这次调研不仅让我了解到目前南京市大学生兼职中介的可信度和被信任度，同样也让我感受到了齐心协力的重要性。

虽然此次社会调查活动我们组成员只有两个人，但是正因为只是两个人，那种团结协作、相濡以沫的精神才真正表现得淋漓尽致。

因为人少，我们花了比别人更多是时间，也比他们收获得更多，在为别的大学生创造良好锻炼机会的同时，同样作为一名大学生，也给了自己一个非常好的锻炼的.机会!

这一路走来，收获颇多，很多感悟将是我今后生活中的“良师益友”，悉心总结主要有以下几点：

一、团队意识。

我和另外一个小组成员来自不同的地区(她是江苏人，我是贵州人，我对老师所说的小学生中午不吃午饭有亲身的体会)我们一起工作学习，团队意识是无比重要的。

一个人做这种分析性的课题，难免带有较大的主观因素，但两个人合作，就可以获得更可靠的结论，同时也大大提高了工作效率。

二、沟通交流。

不仅是我和另一个调查的同学要恰当的进行沟通交流，在邀请调查对象填写问卷的时候更需要适当的沟通交流，才能保证数据分别在质和量两方面的可靠性。

三、注重细节。

“细节决定成败”，这种通过数据得出结论的方法，一定要用心。

因为数据的获得本身就具有很大的随机性，在处理和分析的过程中就需要更加仔细小心。

并且从始至终的过程是一个繁杂、甚至有些凌乱的过程，必须有详细的计划才能顺利完成(该计划我们两个人花了一天时间来完成)。

当然，一个暑假学到的并不局限于以上几点，在为本次毛概暑期社会实践取得成功而高兴的同时，我也清楚地认识到：作为一个大学生，不应该只局限于这种“针对问题，从而解决问题”的思维方式，而要逐渐过度到“遇到突发问题，也能应对问题”的实际解决问题的能力。

总而言之，这一次的社会实践，早晚来往于南京市六大高校之间，遇到的困难和收获的喜悦各半，然而最后的一个“悟”字作结，让我获益良多!

大学社会实践活动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;促使大学生培养锻炼才干，提升思想，修身养性，树立服务社会的思想。

通过参加社会实践活动，有助于我们更新观念，吸收新的思想与知识。

这不仅仅是一种社会经验，更是我们人生的一笔财富。

这一路走来，收获颇多，很多感悟将是我今后生活中的“良师益友”。

借于本次毛概的社会实践活动，我们有了走出校门去接触社会，了解社会的机会。

我们小组选择北京大学生消费价值观这一题，设计了调查问卷，我们分成小组去周边的几个大学发放调查问卷，还通过qq、人人、邮箱等网络工具发问卷，尽可能多的增加调查者数量。

收集齐数据后，我们通过excel软件进行分析，得出结论。

在这一过程中，我们相互帮助，相互合作，让我体会到团队的力量是无穷的。

在实践过程中，我们也出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。

通过本次社会实践活动，我们学会了许多。

一方面，我们深入了解了北京大学生消费价值观这一热门话题;另一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长。

社会实践还让我学会了许多处世之道：首先，队员之间要首先要善于合作。

由于，我们队的队员都是同一班级的同学，所以我们配合得非常默契。

但是将来和我们合作的不一定都是我们的朋友，这就要求我们要学会包容，善于与人合作。

当今社会，团队合作能力更加重要，“众

人拾柴火焰高”。

其次要善于沟通.沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。

在发放调查问卷的过程中，我们深切体会到这一点。

其三，要主动出击,当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。

有些东西不能选择，有些东西却可以选择。

分内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。

只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

我们除了学习书本知识，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，还能逐步了解社会，开阔视野，增长才干，并在实习中认清了自己的位置，发现自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。

这在无形中使自己有一个正确的定位，增强了努力学习的信心和毅力。

做为大学生，我们深深地感到社会实践的重要性。

并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会工作中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。

社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

**毛概实践心得体会篇三**

第一段，引言：进入21世纪，数字化和信息化技术飞速发展，为教育带来了全新进展。随着教育信息化建设的不断深入和普及，虚拟现实（VR）技术被广泛应用于教育教学中。而在这方面，我最近参加的《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》VR课程学习，令我深刻地感受到了VR技术在课堂上的实际应用。

第二段，课程介绍：《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》是一门中国特色社会主义基本理论课程。而这门课程中，老师为我们带来了一个充满现代气息的学习体验——VR课程。通过VR技术，老师将中国伟人毛泽东的历史人生和思想扩展到现实世界，使用真实的场景、情境、氛围和人物，以及配合图像、声音和动画等多种方式，引导学生深入了解毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系，加深学生对历史、思想和政治方面的理解。

第三段，课程特点：这门VR课程，最大的特点就是使用了真实的场景、氛围和情境，让学生有一种身临其境的感觉。通过VR技术，学生们可以感受到毛泽东主席当年在南昌起义、秋收起义以及抗美援朝战争等历史事件中，所经历的荆棘路途以及战略思维和英雄心态。同时，在课程中也将毛泽东思想的恒常问答以及中国特色社会主义的基本理论清晰地凸显出来，让学生对于这些理论的了解更加牢固。

第四段，对VR课程的反思：通过参加这门VR课程，我对于毛泽东思想和中国特色社会主义的理解又进了一步，而且记忆更加深刻。我也发现，虚拟现实技术能够很好的与人类感知方式相契合，尤其在教育领域激发学生学习主动性和兴趣，让学习变得更加生动、有趣。但是也要注意到，与传统的课堂教学方式相比，VR技术的实施还存在一些挑战，如需要投入更多的资金和技术，以及更多的测试和评估等。

第五段，总结：VR技术的将来前景应该是毫无疑问的，它必定会在教育领域中得到更广泛的应用。在这个过程中，学校要不断加强VR技术的研发工作，尝试更多的VR课程，以更好的促进学生的学习和成长。送给那些正在学习毛泽东思想和中国特色社会主义的学生和寻找途径的人：尽管VR课程在现阶段没有完全取代传统的课堂教学，但是我们应该密切关注它的发展，并思考如何更好的使用它来推动学生更好地学习和成长。

**毛概实践心得体会篇四**

经过这几周时间的调查分析，在我们小组三个人的共同努力下，我们终于完成了这次的毛概实践报告，想想在这段时间，虽说不长，但真的是学到了很多东西。

我们的调查报告的主题是大学生业余生活，之所以选择这样一个主题，那是因为这是与我们目前息息相关的问题，而且很多人对此也有困扰，所以，对此的调查报告才显得格外的有意义。在这次调查中，我们的任务是繁杂琐碎，包括设计、派发、回收问卷，统计分析结果，翻阅资料，总结结论，，制作、填写大纲，，绘制表格，后期完善。做的过程里，我们遇到过各种问题，有想过偷懒，但在大家的相互勉励之下我们还是坚持了下来，不管我们的报告是否合格，但我们至少可以问心无愧，我们是用了心、尽了力去完成的，这个过程我们走的不简单，但我们回想起就觉得很开心。

调查过程里，首先发现的就是是存在的问题。问题有许多，包括课余时间充裕，但没有效利用，不会安排课余时间，没正确认识课余时间，课余时间带来的负面影响较多，课余生活脱离社会，没有经验上的提高。其次是成因。之所以大学生的业余生活的安排会成为一个值得关注的问题，那是有他不可忽视的因素的。包括了各种主观、客观的条件，在我们调查的同时，我们也在自我的反省，反省自身是否也存在着结果里的不良习惯，当然，我们也是存在着许多陋习的。所以我们在调研的同时，也在虚心学习，改正。

其实一开始，对这个实践报告并没怎么放在心上，想想不过是发一些调查问卷然后分析总结，写篇报告而已。但真正做起来的时候才发觉并非那么简单，首先是选择一个要调查的问题，然后要出一些围绕着这个主题的问题，问卷上虽说只有十四个问题，但就是这十几个问题以及选项就花费了我们很多时间，之后就是发放这份问卷，我们选择了晚上在自习室和图书馆发这些问卷，这一百二十份问卷，我们三个人也足足花了两个星期才发完收完，之后就是分析问卷，统计数据，这些数据还要分类统计，如何分类，这期间我们意见上也发生过分歧，但最后通过讨论还是解决了。

所以通过这次时间报告给我们感受很深，其一就是了解到实践中每一件事都不可小看，它不比我们学习中所遇到的问题，学习中所遇见的问题通过几个公式，几个概念，总能得到一个确切的答案，而实际中则不然，总会出现这样那样意想不到的问题，也许只是个小问题，但也足够阻挡我们完成这件事的脚步，还有要办成这件事，会有多种途径多种办法，我们还要从这些方法中选出最便捷最合理的。

在这期间，我们也都意识到了一个东西的重要性，那就是团队意识，大家都知道，一个人很难能够做到完全靠自己去完成一件事，就算做到了，那也不知道得付出多少汗水，而且得到的未必是最佳的方案。但虽说都知道团队意识的概念，但做起来就并非那么简单了，人都有自己的想法，每个人的想法也不可能会一致的相同，而大家都会有捍卫自己的想法的心理，于是便会出现争执，在这种情况下，其实最需要的是平心静气的大家和和气气的讨论，这次实践的组员还都是同学朋友，大家关系都还好，和和气气的讨论还好办到，但日后工作中总会遇到和陌生人合作的时候，所以随时都应该抱有一颗虚心求教的心，客观冷静的去看待自己和别人的方法，即便是自己的方法要好一些，也要平和的组织好语言更好的表达出自己的想法，切不可急躁，也不能瞧不起别人的想法。对于我们这样一个即将步入社会的大学生来说，需要学习的东西很多，团队意识尤为重要，团队中每一个人都可以是我的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以从他们身上学习到很多知识、道理。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

当然，说到团队合作，既然是团队，自然也就离不开交流，交流人人都会，但要做好却不那么容易了，要适时的适当的表达出自己的想法，那并非是件容易的事，那需要时间与经验的积累，我们所要做的就是学习，还有在实践调查的过程中，不只是我们发问卷，我们也收到了别人的问卷，说实话，虽说帮忙填一下问卷只是举手之劳，但有时候做着自己的事却被别人打断心中也会有些不愿意，所以将心比心，在找人帮忙填问卷，在跟他们交流的时候多用一些礼貌用语就显得十分必要，所以我们也还在问卷末尾加上一个笑脸，说一声谢谢，那样别人帮了忙心里也会觉得舒服一些。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，实践活动丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这样的实践更加了解社会，其意义深远，对我们的帮助享用一生。实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的合格人才，必须跨出校门、步入社会、并积极投身社会;把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位臵：不盲目自大，也不过分自卑。社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感，也有一定帮助。我们要抓住培养锻炼才干的好机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。

我们的收获很多，虽不能玩玩全全用文字留在我们的报告里，但我们会把它作为一份宝贵了的财富收藏起来，并以此激励自身往后继续学习，在工作中去具体实践，在实践中继续锻炼自己!

在这一次毛概社会实践中我收获颇多，其中有成功后的喜悦，有宝贵的经验，有难忘的教训等。但社会实践为大学生提供了了解社会、了解民生，了解国情、锻炼毅力、培养社会责任感的广阔舞台，大学生在参与社会实践活动中可以产生和深化对应承担责任的认识。要引导大学生走出校园，深入社会，到基层去，到群众中去，实现从理论到实践的关键性转变，让大学生在实践中加深对社会现象、社会职责的了解，正确把握社会发展的主流和本质，牢固树立起国家主人翁的责任感，在实践中受教育，增强责任感。

虽然我在实践中遇到了不少的困难与挫折，但我都坚持了下来，不为别的，只希望自己能在这次得到锻炼，从而成长。

这次我们的实践题目--雅安市居民生态意识的调查。我们小组访问和调查了街道上的行人和部分大中小学生，我们也深入居民社区与当地居民进行探讨，以及向雅安居民发放宣传单等活动。

今年是大二下学期了，在之前的三个学期里我们学过了《思想道德修养与法律基础》《中国近现代史》这两门“马克思主义理论研究和建设工程”的重点教材了，而今年，我们迎来了又一门——《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》(以下简称毛概)。

说实话，在之前我并没有对此类课程有过任何的好感，总感觉这就是一门枯燥无味、政策性的一些课程，学与不学在基本面来说似乎没有任何意义。但是，不得不说，“毛概”这门课给我的感觉不一样，真正意义上有了想去听一下的想法，或许是这门课更多的涉及到了一些现实性质的问题而不全是一套理论性质的说教。所以，当听说需要做实践调查的时候，比起以往有了更多的热情在里面。

我们确定了调查题目后，在大家一起商讨的情况下，总算是将最基础的定义问题解决了。其后，在明确了调查目的的同时又制定了调查问卷的样板，在不断的修改与补充中，最终的定稿总算是出来了。

在调查问卷出来以后，就是各组员分组向目标人群发放以及回收调查问卷的各项工作。回收之后小组又一起将选择意向汇总，统计各选择所占回答总数的比例从而进行相应的分析，然后将结果汇总做成调查报告。这些事情说起来非常简单，但是做起来也还是非常繁复的，其中有几个问题都必须得到具体的解答，否则整个调查活动很有可能失败。

在调查中，我们也遇到了一些困难。比如一些人可能比较忙，而且防备意识和自我保护意识比较强，不太愿意填写我们的问卷，也不愿意接受我们的访谈，我们不得不耐心解释和劝说。还好，通过我们小组成员的共同努力，最终完成了实践调查，获得了真实可信的材料。

在整个活动中大家都很积极，活动结束我们有了一些感悟和体会：人们常说，劳动是伟大的，是光荣的，活动中也是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加活动的光荣感帮我们塑造了自己的美好心灵，处于这个时代的我们大多数都是独生子女，父母对我们的宠爱，是我们队劳动的概念了解肤浅，没有劳动就没有这个丰富多彩的世界，也就是说只要是劳动，无论是什么劳动，都是光荣伟大的。

重视自己的劳动成果。活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。学校这次组织的活动让我们了解劳动的光荣和价值。最起码让我们都认识到了以后自己的自行车一定要摆放整齐，不然会给别人带来麻烦，很小的一件事我们也收获了很多。

大学学习与中学学习截然不同的特点是依赖性的减少，自觉性的增强。大学教学的目的是培养德、智、体全面发展的社会主义事业建设者和接班人，教育的内容是既传授基础知识，又传授专业知识，教育的专业性很强。知识的深度和广度比中学要有很大扩展。大学生的学习虽然按照教师的要求进行，但是不像中学生那样绝大部分时间是被动地完成教师布置的任务，而是有相当大的自主性。教师课堂讲授往往是提纲挈领式的，教师在课堂上只讲难点、疑点、重点或者是教师最有心得的一部分，要求做到少而精，其余部分就要由学生通过自学去攻读、理解、掌握，这势必要求大学生通过课外自学掌握更多的内容。此外，大学生自我支配的时间较多，这就决定了他们要有较强的自学能力和学习计划能力，合理安排好自己的学习时间。所以，培养和提高自学能力是大学生必须具备的本领。大学的学习不能像中学那样完全依赖教师的计划和安排，只单纯地接受课堂上的教学内容，而必须充分发挥主观能动性，发挥自己在学习中的潜力。这种充分体现自主性的学习方式将贯穿于大学学习的全过程，并反映在大学生活的各个方面，如学习的自主安排、学习内容和学习方法的自主选择等等。

大学学习的自主性是大学学习特点的一个重要方面。每个大学生自学习惯的养成在很大程度上决定了他能否学好大学的课程，而且影响到大学毕业以后能否不断地吸收新的知识，进行创造性的工作，为国家做出更大的贡献。因此，增强学习自主性，培养和提高自学能力，是大学生必须完成的一项重要任务，也是进行终身学习的基本条件。

在我自己反思的同时，也体会到了大学生的不足之处还是有很多的。其次我也体会到作为一个团队的凝聚力。大家及时做好分工，无论是在做调查，还是在做统计时，都是高效进行，保质保量。大家团结在一起，相互交流讨论，使这次的社会实践调查做的很顺利。与此同时，也在某种程度上提高了我各方面能力。在做事时，把事情的各个方面要素都考虑进去。在组织时，更加有经验。同时在语言表达，判断决策上都有很大帮助。都说“一分耕耘，一分收获。”此次在我们整个团队的共同付出下，得到的何止是一分收获!

对于社会实践的建议，首先来讲，老师或者学校方面，应该纠正学生对于社会实践的误区，让学生明白什么样的实践可以是社会实践，还有就是告诉或者是引导学生如何去做好一个社会实践，不要把重点放在如何去写好一篇社会实践报告或是格式，而是回到实践中去。再次就是，老师或者学校要告诉真实的告诉学生，做一个社会实践，到底可以收获什么，不要夸大。如果一个人能够正确的看待付出与收获，即付出了得到了预期的收获，即便是很小的收获，积极情绪占上风。

**毛概实践心得体会篇五**

“毛概VR实践课”是我们大学期间一门非常特别的课程。它采用虚拟现实技术，使我们能够身临其境地感受到毛泽东思想的魅力。在这门课程中，我们可以探索毛泽东思想的核心内容，并通过参与互动体验更好地理解。

第二段：课程内容。

课程涵盖了以下几个方面：毛泽东思想的历史演变、其对中国革命和建设的贡献、对世界革命的影响以及全球共产主义的大趋势等。我们使用高科技展示设备的支持，可以探索不同的情形，并在虚拟场景中演练实现毛泽东的思想。这种感性的表达方式比传统的演讲、讨论更生动，能够更有效地吸引我们的注意力。

第三段：学习效果。

这种授课方式有助于我们更好地理解毛泽东思想。在我们使用VR设备的过程中，我们可以完全沉浸在不同的情境中。这样可以消除我们在旁听课程时的注意力分散，使我们在更短的时间内获得更多的知识。同时，我们也能够在学习中更有趣地参与，使学习变得更加生动。

第四段：对我们的帮助。

对于我们的未来发展，毛泽东思想确实能提供良好的启示。该课程的目的之一就是教育我们如何将毛泽东思想应用到我们的现实生活中。通过在虚拟场景中实际参与，我们能够更好地理解这种思想的本质。了解和理解这种思想不仅是对我们作为公民的责任，还能帮助我们在未来的职业生涯中做好领导和决策方面的工作。

第五段：总结。

“毛概VR实践课”是一门非常创新的课程。这种授课方式比传统的授课方式更加生动、有趣、有参与感。它不仅可以帮助我们更好地理解毛泽东思想，并能将其应用到我们的实际生活中，还可以提升我们的交际能力、领导能力和决策能力。这门课程的学习将对我们未来的职业生涯和生活产生深远的影响。

**毛概实践心得体会篇六**

\"如果没有光，就点亮一盏；如果没有奇迹，就创造一个。\"正是这样一种坚定与执着，伴我走过高中，开始了我的大学旅程。步入大学半年了，这是大学以来的第一个长假。当一些人说象牙塔里的我们经不起风吹雨打，只读圣贤书的我们不了解社会时，我便决定利用这个寒假参加一些实践活动，这样既增加自己的实践能力，又锻炼自己的意志品质。

我找到的一个临时工作就是当辅警，\"辅警\"顾名思义就是辅助民警工作。和我一起工作的还有几个男孩，有的甚至比我还小。时间一长，我们便有了合作的默契。我们的工作时间大多是在晚上，巡逻小区，维护小区车辆安全以及治安工作。也正是由于春节期间，所以人们无论是外出购物或则是走亲访友的机会也就多了，小区里也不免会有车辆被盗的情况。

很多个夜晚，都是我们几个分几路去蹲点或者巡逻，黑暗和严寒并没有使我们退缩，反而更激起我们的斗志，在做辅警的一个月里，总共抓到三个偷窃电动自行车的人，其中一个是我们整整跟踪一天才抓到的，当时他正在行窃，被我们一举抓获。还有一个是我们用自己的新车当诱饵钓到的，他正要逃跑时，被我们按倒在地，他还从口袋里拿出刀片进行反击，最后依旧被我们制服了。另外一个，我们追了几百米才追到，当时脑海里就只有一个念头，就是一定要抓到他，不辱人民警察的使命，最终他也没能逃脱。当时几个兄弟都欢呼起来，这并不是因为我们抓到了贼而兴奋，而是我们用行动保卫了人民的财产不受损害。

时间总是不经意间流过，短短一个月的辅警实践生活结束了。给我留下最多的是我和兄弟，队长之间无比深厚的友情。是大家的团结合作才使我的实践生活无比充实，忘不了大家一起巡逻的场景，也忘不了大家拼尽全力追捕偷车的人，更忘不了离别时大家的最后一次碰杯。虽然实践生活短暂，但是我深刻体会到了作为一名人民警察的无比神圣的心情，也领悟到钢铁般的意志是如何炼成的。我也更加明白了今后的最终奋斗目标，即作为当代大学生，实现自身的价值，全心全力为人民服务。

这次实践，我的总结如下：在新经济时代学生应当具备掌握成熟技术的能力，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。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。

此次社会实践还告诉我：\"成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。\"我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

这次实践，同时也暴露了我自身的一些问题，那就是还是缺乏实践经验。处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。现在正处于大学一年级，课业还是比较轻松的，在保证自己专业课成绩合格的情况下，最是给自己充电的好时机。做到无论是专业知识还是自身技能都可以使我自己应对一切多变的就业形势。说到这，我想到了一句话\"我拿着一麻袋钱去上大学，换来了一麻袋书，毕业了，想用这些书去换钱，却买不起一个麻袋。\"诚然，这是一个天之骄子在就业大潮中\"栽了面儿\"，但是真正使我们大学生贬值的不正是我们自己吗？如果有过硬的实力，社会企业当然会求之不得，又怎么会贬低你的个人价值呢？所以说，学生与社会对接不协调主要原因还在于学生本身。

可能有人不屑于这番说教，但请不要急于抱怨自身所处的环境学风多么的差，老师教的如何烂，这些借口没有说服力。如果思想还受世俗左右而停滞在\"读书学习仅是指课本知识\"，那么你几年后到社会落后那是必然的。\"世事洞明皆学问，人情练达即文章\"，我们更要学习社会这本无字巨著。最后，希望是\"我拿着一麻袋钱去上学，换来了一麻袋书，毕业了，用这些书去换钱，本想把钱装在麻袋里，可却怎么也装不下。\"当然，如果仅仅把目光局限于上大学就是为了找一份好的工作，那也是不可行的。

通过社会实践和对《毛泽东思想邓小平理论和中国特色社会主义体系概论》的学习，并且结合当前大学生的就业形势来说：20xx年，全国高校毕业生为630万人，比20xx年的611万多19万人，加上往届未实现就业的学生，就业形势非常严峻。中国人保部门定下了\"力争使20xx届高校毕业生年底总体就业率达到80%以上\"的目标，即使目标实现，也意味着有100多万名高校毕业生不能就业。

20xx年，全国高校毕业生只有107万人，20xx和20xx年分别为114万和145万人。20xx年，毕业生人数首次突破200万人（达到212万人），之后平均每年都要增长五六十万人，20xx年首次突破600万人（达到611万人），今年则增至630万人。

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社会实践工作。，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的知道\"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。

而我总结了我的半年的大学生活，学习并且实践，我认为是充实而有意义的。在保证自己的专业课成绩合格的情况下，我不断的努力实践，挑战自己，只有不断的增长才干，才能在将来社会中为自己博得一席之地。大一上半年，我在院学生会的青年志愿者部担任干事，参加过义务志愿献血活动，为那些献血的同学提供服务。也参加各个院系主任举办的优秀团干部演讲活动，为新生才艺大赛进行场地布置和道具安放提供服务。为考四级的同学组织提供一次模拟考。同时我也担任宣传中心记者部干事，参加过报道校运动会的概况，还多次记录校领导为我院学生开展的教育演讲。

大大小小的活动无论是作为组织者还是参与者，我都用心做好了每一件事，与此同时，我也收获了很多，无论是与人合作还是人际关系，或者是自身能力，都得到了提高。我想要说的就是感谢学院与同学给我的机会。

今后，我也会参加更多的社会实践，并且做好总结工作，提高自身技能，使自己的综合素质得到提高。在这短短的寒假实践中，我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，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。我会更加珍惜，今后也会继续努力。

毛胚租赁合同。

**毛概实践心得体会篇七**

近日，我们进行了一次毛概实践党史的课程，学习了党的历史和发展，深入了解了中国共产党的基本理论知识和历史背景。在这次学习中，我受益匪浅，深感到自己在党史和理论知识方面的缺乏，同时更加珍惜今天来之不易的生活。

在学习中，我深刻认识到中国共产党在发展中的艰辛和不易。曾几何时，中国面临着内忧外患的局面，国家虚弱不堪，百姓生活贫困潦倒。中国共产党在这个背景下成立，为中国人民的解放和幸福而奋斗，始终坚持人民立场，始终以服务人民为初心和使命。

我们也学习了中国共产党的基本理论和思想。马克思主义、列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、三个代表重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想，这些思想理论贯穿了党的历史，是我们思考和行动的指南。

这次学习更加坚定了我跟随中国共产党的信仰，坚定我为人民服务的决心和勇气。要紧扣时代脉搏，学习新时代党的理论，深入了解国情和人民需求，按照习近平总书记的要求，在实践中不断总结经验，创新理论，在工作中不断提高自己，跟随党走向更加辉煌的未来。

总之，在这次毛概实践党史的学习中，我收获颇丰，对中国共产党的历史与理论有了更加深刻的认识。我们要以党史理论学习为契机，不断提高自己的政治觉悟和理论素养，为实现中华民族的伟大复兴而不懈努力！

**毛概实践心得体会篇八**

1、就近就地进行。建议结合家乡所在的市县镇村实际进行调查。

2、社会调查要眼睛向下，充分占有第一手材料，利用所掌握的思想政治理论知识以及专业理论知识实事求是地进行研究分析，创造性地提出思考和建议。

3、调查对象必须真实、具体。

4、开展社会调查需要认真填写“新农村、新社区、新变化”大学生社会调查信息反馈表”(格式见附件)。

5、及时通过电子信箱、电话加强与指导教师的交流。

6、进行社会调查时间应不少于一周，调查结束撰写社会调查报告，报告的撰写要明确一个主题，以事实为根据，尽量做到内容详实，围绕一个中心问题展开论述，限20xx字以上，开学1周内以打印稿形式提交任课教师，同时提交电子版。

7、调查报告成绩由课程组全体教师根据调查报告完成质量确定相应等次，调查报告成绩占本课程成绩30%。

8、高质量的社会调查报告收入《大学生社会调查论文集》并提交大学校报编辑部在校报或有关报刊上发表，作为相关部门研究决策和课堂教学参考。

9、调查活动必须取得当地领导的支持，在当地党团组织的指导下进行。

10、调查活动必须独立完成、独立撰写调查报告。

二、主要内容。

本次社会调查主要围绕科学发展观视野下构建社会主义和谐社会进行，调查方向及参考内容如下：

(一)坚持协调发展，加强社会事业建设。

1.农村金融服务体系调查(金融服务机构服务类型、服务职能等)。

2.你所在的村镇龙头企业发展情况及带动效果调查。

3.农村产业化经营状况调查(当地的主导产业、农产品基地、管理制度、龙头企业、利益机制等)。

4.贫困农民生活状况及当地的扶贫措施调查。

5.农村基础设施建设情况调查(农村道路、通讯、水电气、水利及基本农田改造、环境设施等现状与建设投资总量及结构，当地政府对农村基础设施建设的支持力度等)。

6.农业科技服务机构及队伍情况调查(机构的数量、经费来源、科技人才数量、结构、工资水平等)。

7.当地农民被征地的补偿标准及被征地农民的就业和社会保障问题调查。

8.生态文明村的发展历程调查(生态环境状况、经济结构是否合理、经济实力、人民富裕情况等)。

9.城镇新增劳动力、农村富余劳动力或下岗失业人员就业状况调查(从事的产业、行业、职业和岗位、收入等情况)。

10.进城农民工生活状况、心理状态、社会保障状况等调查。

11.当地就业服务机构(中介机构、社会劳动就业保障局等)发展状况调查。

12.当地对劳动者职业技能培训、创业培训、再就业培训的措施及实施情况调查。

13.当地政府对零就业家庭及就业困难人员的援助情况调查(担保贷款、免费职业介绍、

职业培训补贴、社会保险补贴等)。

14.当地教育情况调查(普及九年义务、师资水平、学生负担、教育设施及经费保障、社会捐资助教等)。

15.城乡医疗卫生服务体系建设及发展情况调查。

16.对你所居住地的文化建设设施(社区或农村图书馆、文化馆、乡镇综合文化站、村文化活动室等)现状以及发展状况的调查。

17.对你所居住地志愿者、志愿服务组织情况的调查(数量、服务内容、典型事例、群众反映等)。

18.对你所居住地人口综合素质情况调查。

19.本地矿产资源、水能资源、生物资源、特色农产品、旅游资源、特色民俗资源的开发现状及潜力评估。

20.你所居住地生活环境、污染状况调查。

(二)加强制度建设，保障社会公平正义。

21调查你家乡的公民对我国基层人民代表大会的代表选举情况(选举方式、对选举的态度、参加情况、当选人员情况等方面)。

22.调查当地群众对人民代表大会代表的了解情况(是否关注每年两会、是否了解人大代表的权利、职责、任免程序等)。

23.调查你家乡乡镇机构改革情况(人员构成情况、工资发放情况、办事效率情况)。

24.调查村民和村干部发生矛盾(土地承程、宅基地发放、提留征收、教育经费、公共设施建设等方面)解决的途径。

25.调查当地公民权利保障情况(知情权、参与权、表达权、监督权等)。

26.调查当地政务公开情况(哪些方面公开、落实情况、老百姓满意度、需要改进的方面)。

27.你所居住地的基层自治组织(农村村民委员会、城市居民委员会、企业职工代表大会)情况的调查(产生、成员构成情况、有哪些职责、作用、重大事情的决定、是否定期召开代表大会?了解基层自治组织政策和法律法规情况)。

28.当地法院制度建设情况调查(公开审判、人民陪审员、人民监督员、巡回审判、简易程序使用等)。

29.当地群众打官司诉讼费用情况调查(诉讼费用收取、支付律师费用、仲裁收费、诉讼费的减免等)。

30.当地居民学法用法守法情况调查(最关注哪些方面的法律、了解相关法律知识的途径、利用法律维护自己权益、身边法律遵守情况)。

31.当地家庭收入情况、工资情况调查。(家庭收入有哪些、家庭收入高和低的差距、最低工资标准、当地职业收入高与低的差距、工资正常增长机制等)。

32.当地社会保障体系调查(社会保险、社会救助、社会福利、慈善事业等机构)。

33.当地养老情况调查(养老方式、养老院建设、老年生活状况、需要解决的突出问题)。

34.对你所在地贫困户的调查。(他们的生活状况、所在地政府扶持情况、社会资助情况、脱贫措施)。

35.调查当地对困难群众救助情况(城市低保、农村五保供养、特困户救助、灾民救助、流浪乞讨人员救助等)。

36.当地城乡医疗保障情况调查(参与方式、涉及的范围、执行情况)。

37.当地失业、工伤、生育保险制度建设情况调查。

38.参加商业保险情况(人员、年龄范围、险种等方面)。

39.当地慈善事业情况调查(机构设置、捐赠人员构成、捐赠对象、捐赠物品范围)。

40.当地城镇职工住房情况调查(居住面积、购房的承受力、困难、希望和要求)。

(三)建设和谐文化，巩固社会和谐的思想道德基础。

41.对你居住地人们对社会主义社会主义核心价值体系认识情况的调查。

42.对你居住地人们普及科学知识、弘扬科学精神情况的调查(如宣传科学文化知识、反对封建腐朽落后文化，养成健康文明生活方式等)。

43.对你居住地人们在建设和谐社会过程中弘扬传统文化情况的调查(如继承发展传统伦理观念、传统美德，以及同时代精神相结合的情况)。

44.对你居住地人们对诚信认识的调查(政务诚信、商务诚信、社会诚信等)。

45.当前人民群众精神文化需求的新特点新变化的调查(对文化产品的消费能力、鉴赏水平、趋势等)。

46.对你所居住地(农村、社区)居民的闲暇生活状况的调查。

47.对你所居住地的居民自办文化(农家文化大院和文化中心户，建设庭院文化)的调查。

48.你所居住地优秀传统文化(民间文艺、传统工艺、民俗体育、古语言及古文字、各胜古迹)继承发展创新状况的调查。

49.对你居住地运用正确思想舆论导向促进社会和谐情况的调查(如新闻出版、广播影视、文学艺术、社会科学等，宣传党的主张、弘扬社会正气、通达社情民意、引导社会热点、疏导公众情绪)。

50.对你居住地促进心理和谐，加强人文关怀和心理疏导情况的调查。(如有无心理健康咨询、辅导机构，在引导人们正确对待自己与他人和社会，正确对待困难、挫折、荣誉等问题上采取的活动及效果等。)。

(四)完善社会管理，保持社会安定秩序。

51.城乡基层基本服务体系建设现状调查(服务型政府、公共服务设施、简化办事程序、创新社会管理制度等)。

52.基层推进政务公开、政事公开情况调查(政务公开、推进公共服务信息化、及时发布公共信息、为群众生活和参与经济社会活动创造便利条件、政事公开、支持社会组织参与社会管理与公共服务等情况)。

53.社区建设发挥社会组织积极作用，完善基层服务情况调查(居(村)民自治、协助政府做好公共服务和社会管理工作、发挥驻区各种社会组织的作用、实现政府管理和社区自我管理的有效衔接、政府依法行政和居民依法自治的良性互动)。

54.社区加强流动人口服务和管理的调查(对流动人口的服务和管理)。

55.关于健全社会组织，增强社会功能的调查(发展和规范律师、公证、会计、资产评估等机构;鼓励社会力量在教育、科技、文化、卫生、体育社会福利等领域兴办非企业单位;发挥行业协会、学会、商会等社会团体功能，为经济社发展服务等)。

56.基层政权拓宽社情民意表达渠道，把群众利益诉求纳入制度化、规范化、法制化轨道情况调(街道办事处领导干部接待群众制度、党政领导干部和党代表、人大代表、政协委员联系群众制度，信访工作责任制和建立和完善情况、搭建多种形式的沟通平台，建立科学有效的诉求表达机制)查。

57.基层政权建立、完善科学有效地矛盾调处机制的调查(社会舆情汇集机制、矛盾纠纷排查调处工作制度的建立和健全;如何建立党和政府主导的维护群众权益机制，实现人民调解、行政调解、司法调解的有机结合;如何更多采用调节方法，综合运用法律、政策、经济、行政等手段和教育、协商、疏导等办法，把矛盾化解在基层，解决在萌芽状态等)。

58.在着力解决土地征收征用、城市建设拆迁、环境保护、企业重组改制和破产等涉法涉诉中群众反映强烈的问题，如何统筹各方面利益关系，妥善处理社会矛盾方面的调查。

59.关于完善应急管理体制机制，有效应对各种风险的调查(应急信息平台的建立、专业应急救援队伍的建设，应急预案体系的健全，应急管理法律法规的完善，应急管理宣传教育的加强，公共参与自救能力的提高，社会预警、社会动员、快速反应、应急处置、整体联动的实现程度等)。

60.关于加强社会治安综合治理、完善社会治安防控体系的调查(严厉打击刑事犯罪、整治社会治安、扫除黄、赌、毒;改革未成年人司法制度，加强对流浪儿童、服刑人员子女的关心教育，强化吸毒人员感化和管理，改进刑事解教人员帮教安置工作;加强公安派出所、司法所、人民法院等基层基础建设;加强政法队伍建设，确保政法队伍严格、公正、文明执法等)。

(五)激发社会活力，增进社会团结和睦。

61.你所在居住地居民的创业情况调查(包括创业人群的比例、创业的方向及内容、创业的成果等)。

62.你所在居住地居民和政府对人才(包括高学历者、高职称者、高技能者、创造力强者等)的尊重情况调查(包括政策措施、尊重程度、教育导向等)。

63.你所在居住地基层党组织在政策上支持和调动居民创新热情和进行创新实践的情况调查(包括党的措施、居民对于创新的理解、热情度、参与度等)。

64.你所在居住地居民的宗教信仰情况调查(包括信仰那些宗教、比例如何、信仰程度、信仰内容等)。

65.你所在居住地的党的侨务政策的落实情况调查(包括海外侨胞和侨眷的数量、党的侨务政策及侨胞和侨眷如何看待党的侨务政策等)。

66.海外侨胞、港澳台同胞对你所在居住地的贡献调查(包括经济投资、文化交流、教育合作、捐资助学等)。

67.你所在居住地政府及民间对外经济技术合作项目情况及对外文化交流情况调查(包括政府吸引外资的形式、内容及数量;民间零散吸收外资的形式、内容及数量;对外文化交流的形式、内容及外国文化融入情况等)。

(六)加强党对构建社会主义和谐社会的领导。

68.基层事业单位(包括机关、学校、科研院所、文化团体等)党建情况调查。

69.新经济组织(私营企业、个体工商户、外商投资企业、股份合作制企业等)党组织建设情况及其所起作用调查。

70.新社会组织(如司法、财会、审计、税收、金融、保险等行业的中介组织)党组织建设及其所起作用调查。

“新农村、新社区、新变化”大学生社会调查信息反馈表学生姓名：专业班级：学号：

调查人所在院系(章)。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**毛概实践心得体会篇九**

参加社会实践，我们总会有林林总总的体会。下面是小编为大家带来的一篇毛概社会实践心得体会范文，希望大家喜欢!

首先我非常高兴并肯定地说：本次毛概暑期社会实践获得圆满成功!

关于“南京市大学生兼职中介”的调查终于在两个人齐心协力的努力下结束了，为了很好地完成本次社会实践，我们俩决定七月份申请留校。能够顶着如此酷热的天气成功完成每一份调查报告，我感到无比的成就感，短短的一个月，因为用心过、付出过，所以是难忘的，自己无形中也成长了许多。

为了更有效地利用好仅有的一个多月时间，我们决定在6月25号到7月15号这20 天分头亲自到各高校进行原始数据的收集。因为这20 天正好是我们学校已经放假，而其他学校还大多未放假，6所高校的大学生都还聚集在南京市内，调查的对象容易定位，从而数据的来源更广泛，并且更加贴切可靠。剩下的15天就用来在宿舍通过网络问卷来补充前期的实地考察问卷，并将最终得到的数据进行耐心的统计和分析，通过画各种数据表格，结合当前的一些社会现象(大学生兼职被骗财骗力)得出本次社会调查的最终结果。

这次调研不仅让我了解到目前南京市大学生兼职中介的可信度和被信任度，同样也让我感受到了齐心协力的重要性。虽然此次社会调查活动我们组成员只有两个人，但是正因为只是两个人，那种团结协作、相濡以沫的精神才真正表现得淋漓尽致。因为人少，我们花了比别人更多是时间，也比他们收获得更多，在为别的大学生创造良好锻炼机会的同时，同样作为一名大学生，也给了自己一个非常好的锻炼的机会!

这一路走来，收获颇多，很多感悟将是我今后生活中的“良师益友”，悉心总结主要有以下几点：

一、团队意识。我和另外一个小组成员来自不同的地区(她是江苏人，我是贵州人，我对老师所说的小学生中午不吃午饭有亲身的体会)我们一起工作学习，团队意识是无比重要的。一个人做这种分析性的课题，难免带有较大的主观因素，但两个人合作，就可以获得更可靠的\'结论，同时也大大提高了工作效率。

二、沟通交流。不仅是我和另一个调查的同学要恰当的进行沟通交流，在邀请调查对象填写问卷的时候更需要适当的沟通交流，才能保证数据分别在质和量两方面的可靠性。

三、注重细节。“细节决定成败”，这种通过数据得出结论的方法，一定要用心。因为数据的获得本身就具有很大的随机性，在处理和分析的过程中就需要更加仔细小心。并且从始至终的过程是一个繁杂、甚至有些凌乱的过程，必须有详细的计划才能顺利完成(该计划我们两个人花了一天时间来完成)。

当然，一个暑假学到的并不局限于以上几点，在为本次毛概暑期社会实践取得成功而高兴的同时，我也清楚地认识到：作为一个大学生，不应该只局限于这种“针对问题，从而解决问题”的思维方式，而要逐渐过度到“遇到突发问题，也能应对问题”的实际解决问题的能力。

总而言之，这一次的社会实践，早晚来往于南京市六大高校之间，遇到的困难和收获的喜悦各半，然而最后的一个“悟”字作结，让我获益良多!

**毛概实践心得体会篇十**

在高中课程中，我们有一门叫做“毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论”的课程。这门课程让我们初步了解了中国共产党近百年来的历史，学习了马列主义基本原理和毛泽东思想的重要性。在课程中，毛泽东思想的实际运用被广泛涉及，也被称作“毛概”。

通过这个学期的学习，我深刻地体会到了毛泽东思想给中国共产党和中国人民带来的巨大贡献。毛泽东思想是中国共产党领导人民进行革命和建设的根本指导思想，是实践的理论总结，具有极为重要的现实指导意义。

通过学习，我了解到，毛泽东思想最重要的内容就是“实事求是”，这正是他领导全国人民进行革命和建设的精神核心。毛泽东思想不仅是理论上的指导，更是实践中的总结。伟大领袖毛泽东为中国人民的解放事业做出了不可磨灭的贡献，获得了深厚的群众基础和历史地位。

在学习过程中，我深刻认识到，学习毛泽东思想不仅仅是为了学习一个时代的历史，更是为了我们的未来努力奋斗。毛泽东思想是深入开展思想教育的基础和前提，是使我们在思想上矢志不渝的力量源泉。

此外，在本学期的学习中，我们也学习了很多中国共产党自成立以来的宝贵思想和历史教训。通过这门课程的学习，我更加深刻地认识到中国特色社会主义道路的正确性，坚定了跟党走的信心。

总之，毛泽东思想是中华民族发展的重要指导思想之一，是我们在实践中始终坚持的基本路线，具有极其重要的现实指导意义。在未来的学习和工作中，我会时刻铭记这些理论，并将其转化为实际行动，为实现中华民族的伟大复兴而不断努力。

**毛概实践心得体会篇十一**

毛泽东思想概论（简称“毛概”）是大学生在学习和实践中的必修课程，旨在让学生深入了解、准确把握毛泽东思想的核心要义和实践价值。而毛概的实践作业是课程的重要组成部分，旨在通过实践活动来帮助学生更好地理解和应用毛泽东思想。在这一学期的学习中，我深切体会到了毛概实践作业的重要性，并从中受益匪浅。

二、实践活动的准备和组织。

在实践活动开始之前，我们小组成员进行了充分的准备和组织。首先，我们阅读了与活动主题相关的文献资料，如《中国共产党章程》和《新时代中国特色社会主义思想概论》等。其次，我们开展了讨论会，就活动的目标、内容和流程进行了深入研究和讨论。最后，我们制定了详细的实践计划，并分工合作，确定了每个人的任务和责任。这一步骤的重要性在于能够保证后续活动的顺利进行，并让每个成员都明确了自己的角色和责任。

三、实践活动的具体经验和感悟。

在实践活动中，我们选择了深入社区开展文明礼貌宣传活动。我们走访了社区居民，向他们宣传文明礼貌的重要性，并和他们讨论了如何培养良好的公民道德。通过这次亲身实践，我深切感受到了与居民面对面交流的价值和力量。不仅让我提高了组织协调能力和沟通表达能力，还增加了与他人交流合作的经验，培养了较强的集体荣誉感。

四、实践反思和收获。

通过实践活动，我反思自己的不足之处，并从中获得了宝贵的收获。首先，我意识到自己在语言表达方面还需要提高，有时候难以用简洁的语言清晰明了地传达自己的意思。其次，我学会了与他人合作，学会了倾听和尊重他人的意见。这些反思和收获对我的个人成长和职业发展都具有重要意义，它们将激励我更加努力，不断提高自己的素质和能力。

五、总结与展望。

通过这次毛概的实践作业，我对毛泽东思想有了更深刻的理解和应用。我明白了毛泽东思想的核心在于为人民谋幸福、实现全民富裕。每一个人都应该秉持良好的道德品质和社会公德，将个人的力量与集体的力量融为一体，为实现中华民族伟大复兴的中国梦努力奋斗。同时，这次实践活动也让我更加明白了实践的重要性。只有通过实践，我们才能将学到的知识转化为实际行动，并在实践中不断提升自己。因此，我希望未来能够继续参与各类实践活动，不断锻炼自己的能力，并为社会进步和发展做出自己的贡献。

综上所述，毛概的实践作业对于大学生的成长和发展具有重要意义。通过准备和组织、具体经验和感悟、实践反思和收获，以及总结与展望，我深刻认识到了实践作业的价值和意义。只有通过实践，我们才能更好地理解和应用毛泽东思想，培养自己的素质和能力，为实现中国梦不断奋斗。因此，我将积极参与更多的实践活动，不断完善自我，为建设美好的社会贡献自己的力量。

**毛概实践心得体会篇十二**

\"如果没有光，就点亮一盏；如果没有奇迹，就创造一个。\"正是这样一种坚定与执着，伴我走过高中，开始了我的大学旅程。步入大学半年了，这是大学以来的第一个长假。当一些人说象牙塔里的我们经不起风吹雨打，只读圣贤书的我们不了解社会时，我便决定利用这个寒假参加一些实践活动，这样既增加自己的实践能力，又锻炼自己的意志品质。

我找到的一个临时工作就是当辅警，\"辅警\"顾名思义就是辅助民警工作。和我一起工作的还有几个男孩，有的甚至比我还小。时间一长，我们便有了合作的默契。我们的工作时间大多是在晚上，巡逻小区，维护小区车辆安全以及治安工作。也正是由于春节期间，所以人们无论是外出购物或则是走亲访友的机会也就多了，小区里也不免会有车辆被盗的情况。

很多个夜晚，都是我们几个分几路去蹲点或者巡逻，黑暗和严寒并没有使我们退缩，反而更激起我们的斗志，在做辅警的一个月里，总共抓到三个偷窃电动自行车的人，其中一个是我们整整跟踪一天才抓到的，当时他正在行窃，被我们一举抓获。还有一个是我们用自己的新车当诱饵钓到的，他正要逃跑时，被我们按倒在地，他还从口袋里拿出刀片进行反击，最后依旧被我们制服了。另外一个，我们追了几百米才追到，当时脑海里就只有一个念头，就是一定要抓到他，不辱人民警察的使命，最终他也没能逃脱。当时几个兄弟都欢呼起来，这并不是因为我们抓到了贼而兴奋，而是我们用行动保卫了人民的财产不受损害。

时间总是不经意间流过，短短一个月的辅警实践生活结束了。给我留下最多的是我和兄弟，队长之间无比深厚的友情。是大家的团结合作才使我的实践生活无比充实，忘不了大家一起巡逻的场景，也忘不了大家拼尽全力追捕偷车的人，更忘不了离别时大家的最后一次碰杯。虽然实践生活短暂，但是我深刻体会到了作为一名人民警察的无比神圣的心情，也领悟到钢铁般的意志是如何炼成的。我也更加明白了今后的最终奋斗目标，即作为当代大学生，实现自身的价值，全心全力为人民服务。

这次实践，我的总结如下：在新经济时代学生应当具备掌握成熟技术的能力，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。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。

此次社会实践还告诉我：\"成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。\"我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

这次实践，同时也暴露了我自身的一些问题，那就是还是缺乏实践经验。处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。现在正处于大学一年级，课业还是比较轻松的，在保证自己专业课成绩合格的情况下，最是给自己充电的好时机。做到无论是专业知识还是自身技能都可以使我自己应对一切多变的就业形势。说到这，我想到了一句话\"我拿着一麻袋钱去上大学，换来了一麻袋书，毕业了，想用这些书去换钱，却买不起一个麻袋。\"诚然，这是一个天之骄子在就业大潮中\"栽了面儿\"，但是真正使我们大学生贬值的不正是我们自己吗？如果有过硬的实力，社会企业当然会求之不得，又怎么会贬低你的个人价值呢？所以说，学生与社会对接不协调主要原因还在于学生本身。

可能有人不屑于这番说教，但请不要急于抱怨自身所处的环境学风多么的差，老师教的如何烂，这些借口没有说服力。如果思想还受世俗左右而停滞在\"读书学习仅是指课本知识\"，那么你几年后到社会落后那是必然的。\"世事洞明皆学问，人情练达即文章\"，我们更要学习社会这本无字巨著。最后，希望是\"我拿着一麻袋钱去上学，换来了一麻袋书，毕业了，用这些书去换钱，本想把钱装在麻袋里，可却怎么也装不下。\"当然，如果仅仅把目光局限于上大学就是为了找一份好的工作，那也是不可行的。

通过社会实践和对《毛泽东思想邓小平理论和中国特色社会主义体系概论》的学习，并且结合当前大学生的就业形势来说：20xx年，全国高校毕业生为630万人，比20xx年的611万多19万人，加上往届未实现就业的学生，就业形势非常严峻。中国人保部门定下了\"力争使20xx届高校毕业生年底总体就业率达到80%以上\"的目标，即使目标实现，也意味着有100多万名高校毕业生不能就业。

20xx年，全国高校毕业生只有107万人，20xx和20xx年分别为114万和145万人。20xx年，毕业生人数首次突破200万人（达到212万人），之后平均每年都要增长五六十万人，20xx年首次突破600万人（达到611万人），今年则增至630万人。

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社会实践工作。，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的知道\"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。

而我总结了我的半年的大学生活，学习并且实践，我认为是充实而有意义的。在保证自己的专业课成绩合格的情况下，我不断的努力实践，挑战自己，只有不断的增长才干，才能在将来社会中为自己博得一席之地。大一上半年，我在院学生会的青年志愿者部担任干事，参加过义务志愿献血活动，为那些献血的同学提供服务。也参加各个院系主任举办的优秀团干部演讲活动，为新生才艺大赛进行场地布置和道具安放提供服务。为考四级的同学组织提供一次模拟考。同时我也担任宣传中心记者部干事，参加过报道校运动会的概况，还多次记录校领导为我院学生开展的教育演讲。

大大小小的活动无论是作为组织者还是参与者，我都用心做好了每一件事，与此同时，我也收获了很多，无论是与人合作还是人际关系，或者是自身能力，都得到了提高。我想要说的就是感谢学院与同学给我的机会。

今后，我也会参加更多的社会实践，并且做好总结工作，提高自身技能，使自己的综合素质得到提高。在这短短的寒假实践中，我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，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。我会更加珍惜，今后也会继续努力。

**毛概实践心得体会篇十三**

经历了本次的社会调查实践活动，我感慨颇多，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。

调研，就是把所学的理论知识，动用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学而不调研，那效用也就等于零，只做而不学，则会事倍功半，浪费时间，所以我们大学生要将理论与实践相结合，只有这样我们的价值才能得到体现。在本次的关于“消费者维权”的调研活动中体验还是很多的。从前期的资料准备到走出校门走向社会的调研活动，在到后期的数据处理与总结。回想这些，历历在目。可以说这是一次非常宝贵的的经历。总的来说，这次的社会实践收获颇多，很多感悟将是我今后生活中的“良师益友”，悉心总结主要有以下几点：

一、团队意识。对于这种耗时耗力的调研活动一个人蛮干是肯定行不通的，团队意识是无比重要的。一个人做这种分析性的课题，难免带有较大的主观因素，但多个人合作，就可以获得更可靠的结论，同时也大大提高了工作效率。

二、沟通交流。不仅是我和另外调查的同学要恰当的进行沟通交流，在邀请调查对象填写问卷的时候更需要适当的沟通交流，才能保证数据分别在质和量两方面的可靠性。

三、注重细节。“细节决定成败”，这种通过数据得出结论的方法，一定要用心。因为数据的获得本身就具有很大的随机性，在处理和分析的过程中就需要更加仔细小心。并且从始至终的过程是一个繁杂、甚至有些凌乱的过程，必须有详细的计划才能顺利完成。

我也清楚地认识到：作为一个大学生，不应该只局限于这种“针对问题，从而解决问题”的思维方式，而要逐渐过度到“遇到突发问题，也能应对问题”的实际解决问题的能力。通过这次社会调研，我感觉自己的实践能力，沟通能力有所提高，同时加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，开拓了视野，特别是提高了观察、分析和解决问题的实际能力。非常感谢这次宝贵的实践经历，也感谢在调研中那些给予我们无私帮助的人。我们会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

**毛概实践心得体会篇十四**

作为一门重要的思想政治理论课程，毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概论（简称“毛概”）对于培养大学生的社会主义核心价值观和政治素养具有重要意义。在这学期的学习过程中，我不仅通过课堂上的学习和讨论，还通过实践作业的完成进一步深入了解和理解了毛概的内容。下面，我将围绕实践作业的几个重要主题，分享我对毛概课程的心得体会。

首先，实践作业使我更加深入认识到毛泽东思想的重要性。作为中国共产党的核心理论，毛泽东思想对于中国和世界无产阶级的解放事业起到了重要的指导作用。在实践作业的过程中，我通过研读《毛泽东选集》，进一步了解了毛泽东思想的历史背景、主要内容和时代意义。这让我深刻认识到只有坚持以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观为指导，才能不断推进中国特色社会主义事业发展，实现国家的繁荣和人民的幸福。

其次，实践作业让我更加关注和思考当前社会主义建设中的问题和矛盾。在实践作业中，我选择了调研企业党建工作的主题，并对一家具体的企业进行了深入的了解和分析。通过与企业干部和职工的交流，我了解到了当前企业党建工作面临的挑战和问题，如党组织活动不活跃、党员素质参差不齐等。这使我意识到要进一步加强党建工作，提高党员的先进性和党组织的凝聚力，从而更好地推动社会主义建设。

第三，实践作业培养了我扎实的调研和分析问题的能力。在实践作业的过程中，我不仅收集了大量的资料和文件，还进行了广泛的面谈和采访。通过与企业干部和职工的交流，我有机会实地了解企业的运作机制和管理模式，并从中不断发现和总结问题。同时，我学会了运用马克思主义的分析方法，对收集到的问题进行深入思考和剖析。这让我在实践过程中获得了较为系统的调研和分析问题的知识和技巧。

第四，实践作业增强了我解决问题的能力和团队合作的意识。在实践作业中，我面对的并不仅仅是理论上的问题，还有实际工作中的挑战和困难。在调研过程中，我遇到过团队成员意见不统一的情况，也遇到过调研对象不配合的情况。但是，通过团队成员的交流和讨论，我们不断寻找解决问题的方法和策略，在困难面前坚持不懈地努力。这让我明白了团队合作的重要性，同时也增强了我解决问题的能力和勇气。

最后，实践作业促使我更加关注自身的成长和发展。在完成实践作业的过程中，我不仅仅是收获了对毛泽东思想及其时代意义的更深入的理解，也收获了对自己的认识和定位。通过调研和分析的锻炼，我逐渐明白了自己在团队合作中的角色和价值，并意识到了在实际工作中需要进一步提高的方面。这让我更加自信地面对未来和挑战，同时也坚定了我为实现中华民族伟大复兴努力奋斗的信心和决心。

总之，通过实践作业的学习和参与，我深刻认识到了毛泽东思想的重要性，关注和思考当前社会主义建设中的问题，提高了自己的调研和问题解决能力，加强了团队合作的意识和能力，进一步明确了自身的发展方向。我相信通过对毛概课程的实践学习和思考，我将会成为一个更加优秀和有责任感的社会主义事业的建设者和接班人。

**毛概实践心得体会篇十五**

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论课是高校思想政治理论课的核心课程,教师和学生都非常重视对这门课程的教学与学习。接下来就跟着本站小编的脚步一起去看一下关于毛概实践报告。

吧。

经过这几周时间的调查分析，在我们小组三个人的共同努力下，我们终于完成了这次的毛概实践报告，想想在这段时间，虽说不长，但真的是学到了很多东西。

我们的。

调查报告。

的主题是大学生业余生活，之所以选择这样一个主题，那是因为这是与我们目前息息相关的问题，而且很多人对此也有困扰，所以，对此的调查报告才显得格外的有意义。在这次调查中，我们的任务是繁杂琐碎，包括设计、派发、回收问卷，统计分析结果，翻阅资料，总结结论，，制作、填写大纲，，绘制表格，后期完善。做的过程里，我们遇到过各种问题，有想过偷懒，但在大家的相互勉励之下我们还是坚持了下来，不管我们的报告是否合格，但我们至少可以问心无愧，我们是用了心、尽了力去完成的，这个过程我们走的不简单，但我们回想起就觉得很开心。

调查过程里，首先发现的就是是存在的问题。问题有许多，包括课余时间充裕，但没有效利用，不会安排课余时间，没正确认识课余时间，课余时间带来的负面影响较多，课余生活脱离社会，没有经验上的提高。其次是成因。之所以大学生的业余生活的安排会成为一个值得关注的问题，那是有他不可忽视的因素的。包括了各种主观、客观的条件，在我们调查的同时，我们也在自我的反省，反省自身是否也存在着结果里的不良习惯，当然，我们也是存在着许多陋习的。所以我们在调研的同时，也在虚心学习，改正。

其实一开始，对这个实践报告并没怎么放在心上，想想不过是发一些调查问卷然后分析总结，写篇报告而已。但真正做起来的时候才发觉并非那么简单，首先是选择一个要调查的问题，然后要出一些围绕着这个主题的问题，问卷上虽说只有十四个问题，但就是这十几个问题以及选项就花费了我们很多时间，之后就是发放这份问卷，我们选择了晚上在自习室和图书馆发这些问卷，这一百二十份问卷，我们三个人也足足花了两个星期才发完收完，之后就是分析问卷，统计数据，这些数据还要分类统计，如何分类，这期间我们意见上也发生过分歧，但最后通过讨论还是解决了。

所以通过这次时间报告给我们感受很深，其一就是了解到实践中每一件事都不可小看，它不比我们学习中所遇到的问题，学习中所遇见的问题通过几个公式，几个概念，总能得到一个确切的答案，而实际中则不然，总会出现这样那样意想不到的问题，也许只是个小问题，但也足够阻挡我们完成这件事的脚步，还有要办成这件事，会有多种途径多种办法，我们还要从这些方法中选出最便捷最合理的。

在这期间，我们也都意识到了一个东西的重要性，那就是团队意识，大家都知道，一个人很难能够做到完全靠自己去完成一件事，就算做到了，那也不知道得付出多少汗水，而且得到的未必是最佳的方案。但虽说都知道团队意识的概念，但做起来就并非那么简单了，人都有自己的想法，每个人的想法也不可能会一致的相同，而大家都会有捍卫自己的想法的心理，于是便会出现争执，在这种情况下，其实最需要的是平心静气的大家和和气气的讨论，这次实践的组员还都是同学朋友，大家关系都还好，和和气气的讨论还好办到，但日后工作中总会遇到和陌生人合作的时候，所以随时都应该抱有一颗虚心求教的心，客观冷静的去看待自己和别人的方法，即便是自己的方法要好一些，也要平和的组织好语言更好的表达出自己的想法，切不可急躁，也不能瞧不起别人的想法。对于我们这样一个即将步入社会的大学生来说，需要学习的东西很多，团队意识尤为重要，团队中每一个人都可以是我的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以从他们身上学习到很多知识、道理。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

当然，说到团队合作，既然是团队，自然也就离不开交流，交流人人都会，但要做好却不那么容易了，要适时的适当的表达出自己的想法，那并非是件容易的事，那需要时间与经验的积累，我们所要做的就是学习，还有在实践调查的过程中，不只是我们发问卷，我们也收到了别人的问卷，说实话，虽说帮忙填一下问卷只是举手之劳，但有时候做着自己的事却被别人打断心中也会有些不愿意，所以将心比心，在找人帮忙填问卷，在跟他们交流的时候多用一些礼貌用语就显得十分必要，所以我们也还在问卷末尾加上一个笑脸，说一声谢谢，那样别人帮了忙心里也会觉得舒服一些。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，实践活动丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这样的实践更加了解社会，其意义深远，对我们的帮助享用一生。实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的合格人才，必须跨出校门、步入社会、并积极投身社会;把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位臵：不盲目自大，也不过分自卑。社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感，也有一定帮助。我们要抓住培养锻炼才干的好机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。

我们的收获很多，虽不能玩玩全全用文字留在我们的报告里，但我们会把它作为一份宝贵了的财富收藏起来，并以此激励自身往后继续学习，在工作中去具体实践，在实践中继续锻炼自己!

在这一次毛概社会实践中我收获颇多，其中有成功后的喜悦，有宝贵的经验，有难忘的教训等。但社会实践为大学生提供了了解社会、了解民生，了解国情、锻炼毅力、培养社会责任感的广阔舞台，大学生在参与社会实践活动中可以产生和深化对应承担责任的认识。要引导大学生走出校园，深入社会，到基层去，到群众中去，实现从理论到实践的关键性转变，让大学生在实践中加深对社会现象、社会职责的了解，正确把握社会发展的主流和本质，牢固树立起国家主人翁的责任感，在实践中受教育，增强责任感。

虽然我在实践中遇到了不少的困难与挫折，但我都坚持了下来，不为别的，只希望自己能在这次得到锻炼，从而成长。

这次我们的实践题目--雅安市居民生态意识的调查。我们小组访问和调查了街道上的行人和部分大中小学生，我们也深入居民社区与当地居民进行探讨，以及向雅安居民发放宣传单等活动。

今年是大二下学期了，在之前的三个学期里我们学过了《思想道德修养与法律基础》《中国近现代史》这两门“马克思主义理论研究和建设工程”的重点教材了，而今年，我们迎来了又一门——《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》(以下简称毛概)。

说实话，在之前我并没有对此类课程有过任何的好感，总感觉这就是一门枯燥无味、政策性的一些课程，学与不学在基本面来说似乎没有任何意义。但是，不得不说，“毛概”这门课给我的感觉不一样，真正意义上有了想去听一下的想法，或许是这门课更多的涉及到了一些现实性质的问题而不全是一套理论性质的说教。所以，当听说需要做实践调查的时候，比起以往有了更多的热情在里面。

我们确定了调查题目后，在大家一起商讨的情况下，总算是将最基础的定义问题解决了。其后，在明确了调查目的的同时又制定了调查问卷的样板，在不断的修改与补充中，最终的定稿总算是出来了。

在调查问卷出来以后，就是各组员分组向目标人群发放以及回收调查问卷的各项工作。回收之后小组又一起将选择意向汇总，统计各选择所占回答总数的比例从而进行相应的分析，然后将结果汇总做成调查报告。这些事情说起来非常简单，但是做起来也还是非常繁复的，其中有几个问题都必须得到具体的解答，否则整个调查活动很有可能失败。

在调查中，我们也遇到了一些困难。比如一些人可能比较忙，而且防备意识和自我保护意识比较强，不太愿意填写我们的问卷，也不愿意接受我们的访谈，我们不得不耐心解释和劝说。还好，通过我们小组成员的共同努力，最终完成了实践调查，获得了真实可信的材料。

在整个活动中大家都很积极，活动结束我们有了一些感悟和体会：人们常说，劳动是伟大的，是光荣的，活动中也是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加活动的光荣感帮我们塑造了自己的美好心灵，处于这个时代的我们大多数都是独生子女，父母对我们的宠爱，是我们队劳动的概念了解肤浅，没有劳动就没有这个丰富多彩的世界，也就是说只要是劳动，无论是什么劳动，都是光荣伟大的。

重视自己的劳动成果。活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。学校这次组织的活动让我们了解劳动的光荣和价值。最起码让我们都认识到了以后自己的自行车一定要摆放整齐，不然会给别人带来麻烦，很小的一件事我们也收获了很多。

大学学习与中学学习截然不同的特点是依赖性的减少，自觉性的增强。大学教学的目的是培养德、智、体全面发展的社会主义事业建设者和接班人，教育的内容是既传授基础知识，又传授专业知识，教育的专业性很强。知识的深度和广度比中学要有很大扩展。大学生的学习虽然按照教师的要求进行，但是不像中学生那样绝大部分时间是被动地完成教师布置的任务，而是有相当大的自主性。教师课堂讲授往往是提纲挈领式的，教师在课堂上只讲难点、疑点、重点或者是教师最有心得的一部分，要求做到少而精，其余部分就要由学生通过自学去攻读、理解、掌握，这势必要求大学生通过课外自学掌握更多的内容。此外，大学生自我支配的时间较多，这就决定了他们要有较强的自学能力和。

学习计划。

能力，合理安排好自己的学习时间。所以，培养和提高自学能力是大学生必须具备的本领。大学的学习不能像中学那样完全依赖教师的计划和安排，只单纯地接受课堂上的教学内容，而必须充分发挥主观能动性，发挥自己在学习中的潜力。这种充分体现自主性的学习方式将贯穿于大学学习的全过程，并反映在大学生活的各个方面，如学习的自主安排、学习内容和学习方法的自主选择等等。

大学学习的自主性是大学学习特点的一个重要方面。每个大学生自学习惯的养成在很大程度上决定了他能否学好大学的课程，而且影响到大学毕业以后能否不断地吸收新的知识，进行创造性的工作，为国家做出更大的贡献。因此，增强学习自主性，培养和提高自学能力，是大学生必须完成的一项重要任务，也是进行终身学习的基本条件。

在我自己反思的同时，也体会到了大学生的不足之处还是有很多的。其次我也体会到作为一个团队的凝聚力。大家及时做好分工，无论是在做调查，还是在做统计时，都是高效进行，保质保量。大家团结在一起，相互交流讨论，使这次的社会实践调查做的很顺利。与此同时，也在某种程度上提高了我各方面能力。在做事时，把事情的各个方面要素都考虑进去。在组织时，更加有经验。同时在语言表达，判断决策上都有很大帮助。都说“一分耕耘，一分收获。”此次在我们整个团队的共同付出下，得到的何止是一分收获!

对于社会实践的建议，首先来讲，老师或者学校方面，应该纠正学生对于社会实践的误区，让学生明白什么样的实践可以是社会实践，还有就是告诉或者是引导学生如何去做好一个社会实践，不要把重点放在如何去写好一篇。

或是格式，而是回到实践中去。再次就是，老师或者学校要告诉真实的告诉学生，做一个社会实践，到底可以收获什么，不要夸大。如果一个人能够正确的看待付出与收获，即付出了得到了预期的收获，即便是很小的收获，积极情绪占上风。

由于这次调查时间比较紧，而且范围也比较小，分析上可能存在不足，还请见谅。

共

2

页，当前第。

1

页

1

2

。

**毛概实践心得体会篇十六**

作为大学生，除了学习书本毛概的知识，还需要参加社会实践。本站小编整理了毛概社会实践活动学习。

范文，希望对大家有帮助。

会是比学校要大很多的学习大舞台，走在社会的上，可谓“俯仰皆学问”，可以从每一个人每一件事物都捉摸到一些道理，用一句俗语：“抓一把泥土都是文化。”利用周六日假期去接触社会上的人，参加小组的团体活动，毫无疑问是可以收获良多的。

在学校，我们大多都只专注于我们的书本学习，只一味的在书本上寻求真知。其实，我们都知道在社会学的生存之道才是最重要的，而参加了这次毛概实践活动也真真切切的让我收获到了一些在书本上无法学到知识。在学校，学生的普遍现象便是忽视了社会的实践活动，于是觉得书中的只是也有点无聊，于是是他们便缺乏善于学习的品性和习惯。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的知道“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，我觉得毛概社会实践能转变大学生应观念，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。

总之，这次毛概实践活动不论在学习方面社会方面在交友团队方面都给我带来了很大的影响，它们都有带领着我们成长。

大学社会实践活动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;促使大学生培养锻炼才干，提升思想，修身养性，树立服务社会的思想。通过参加社会实践活动，有助于我们更新观念，吸收新的思想与知识。这不仅仅是一种社会经验，更是我们人生的一笔财富。这一路走来，收获颇多，很多感悟将是我今后生活中的“良师益友”。

借于本次毛概的社会实践活动，我们有了走出校门去接触社会，了解社会的机会。我们小组选择北京大学生消费价值观这一题，设计了调查问卷，我们分成小组去周边的几个大学发放调查问卷，还通过qq、人人、邮箱等网络工具发问卷，尽可能多的增加调查者数量。收集齐数据后，我们通过excel软件进行分析，得出结论。

人拾柴火焰高”。其次要善于沟通.沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。在发放调查问卷的过程中，我们深切体会到这一点。其三，要主动出击,当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。分内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

我们除了学习书本知识，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，还能逐步了解社会，开阔视野，增长才干，并在实习中认清了自己的位置，发现自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使自己有一个正确的定位，增强了努力学习的信心和毅力。

做为大学生，我们深深地感到社会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会工作中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

共

2

页，当前第。

1

页

1

2

。

**毛概实践心得体会篇十七**

不知不觉，到农村参加社会实践活动已经圆满的落下帷幕了。这次实践对于我们大学生来说是宝贵的社会经验。这次的农村社会实践也让我们大开眼界。

位于北京正北方向，与天门，故宫处于同一中轴线上，距市中心约40公里。属于昌平区崔村镇管辖的半山区村。1987年在村委书记张文山的领导下发生了举世瞩目的变化。

开门见山的说，xx村的经济之所以发展很大程度上依赖于旅游业的发展。

特色，是旅游景区的必要因素。由于不同的背景，不同的地域，不同的文化，不同的民俗而形成每个旅游景区与众不同的特色。

位于沿山脚下的xx村，三面环山，京密运河村前延缓而过。现今已有500多年的历史，由于对历史的发掘和现代人不断的创造，现已渐渐成为远近闻名的文化新村。能体现文化的不仅是人文方面，还有奇特的自然景观，对旅游者构成了无穷的吸引力。旅游景观具有多样性，这里有奇特的自然山石，有错落整齐的仿古村落，还有亭台楼阁的花草湖塘。景观十分独特。

通过这次社会实践活动不仅使我见识到农村的翻天覆地的变化，更让我充分体会到了队员们的热情与投入，学到了许多课本上学不到的东西。做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，只有在真正的社会实践活动中亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。下面我来谈一下自己的收获。

一、亲身体会到了团队配合的巨大作用。

个人的能力毕竟有限。唯有以团队的形式进行配合才能事半功倍。就拿这次暑期社会实践来说，我们至始至终都是以团队的形式进行活动的，每次调查都分工明确，有采访的，有记录的，有拍照的，大家密切的配合使调查活动能成功的完成更趋于完善，这使我亲身感受到了团队的精神和魅力所在，使我提高了自己适应的团队能力，也使我懂得团队的重要性。

二、深入了解社会，了解农村的经济发展及当地村委会的对乡村的管理。

中国近几十年进入了飞速发展期，中国农村也有了翻天覆地的变化。为了提高农村的经济发展水平，村内党支部，村委会大力支持乡村的观光旅游事业建设与发展，从而带动村内的经济发展，提供更多的就业岗位，使村民的生活红红火火。在此我衷心地祝愿中国农村发展明天会更美好。

三、口才得到了提高。

在与当地工作人员交谈的过程中我十分注意语境及说话的口气，并且及时改正一些不得体的地方，使我说话比以前更大方得体了。我觉得口才的提高，多说很重要，要尽量动脑筋说，大胆地说，我相信说的多了，能力在不知不觉中就提高了。

在此，收获就主要谈这三点，我觉得本次社会实践不仅仅是为我以后社会实践开了一个好头，我还能多多总结经验，以后自己为自己多创造一些社会实践的机会，使自己真正的从中受益，早日成为一名优秀的大学生，成为一个对国家，对社会有用的人才。

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

。

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！