

# 2023年综合实践活动总结反思阶段 情绪 综合实践活动心得体会(通用10篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可使零星的、肤浅的、表面的感性认知上升到全面的、系统的、本质的理性认识上来，让我们一起认真地写一份总结吧。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

## 综合实践活动总结反思阶段篇一

情绪对于每个人来说都是非常重要的，它直接影响着我们的心情和身心健康。为了提高自身情绪管理能力，我参加了一次情绪综合实践活动。通过这次活动，我深刻认识到了情绪对生活的影响，并学会了有效地调节情绪，让自己更加快乐、积极面对生活。

首先，在这次活动中，我认识到了情绪对生活的巨大影响。我们每个人都有好的情绪和坏的情绪，但不能让坏的情绪影响我们的生活。在活动中，我们进行了一系列的情绪训练，如冥想、呼吸练习和情绪表达。通过这些训练，我深刻认识到情绪的力量是如此之大。当我学会冷静下来、调整呼吸，我能够更好地控制自己的情绪，不被其左右。这给了我一种全新的体验，让我明白了情绪管理的重要性。

其次，在活动中，我学会了有效地调节情绪。情绪是人类的一种本能反应，但我们可以通过一些方法来调节它，使自己的情绪保持平衡和稳定。在活动中，我们学习了一些情绪调节的技巧，如积极思考、放松训练和情绪表达。在实践中，我逐渐掌握了这些技巧，并将它们运用到日常生活中。无论是面对困难还是挫折，我都能够更加冷静地思考和应对，不再被消极情绪所打败。这样的改变让我感到非常欣慰和满足。

此外，在情绪综合实践活动中，我还深刻体会到了积极情绪的重要性。积极情绪对于一个人的心理和身体健康是非常关键的。在活动中，我们进行了一系列的积极情绪训练，如感恩练习和幸福分享。通过这些训练，我对积极情绪有了更深入的认识。我明白了积极情绪不仅可以让我们更加快乐和满足，还可以提高我们的工作和学习效率，让我们更容易实现自己的目标。

最后，在这次情绪综合实践活动中，我也学会了如何帮助他人调节情绪。情绪不仅影响着自己，还会通过我们的言行和表情影响他人。在活动中，我们特别强调了情绪表达的重要性，并进行了情绪理解和共情训练。通过这些训练，我学会了如何倾听他人的情绪，理解和接纳他们的感受，并给予积极的支持和鼓励。在与他人交流中，我能够更加敏感地察觉他们的情绪，并通过合适的方式引导和帮助他们。

总之，通过这次情绪综合实践活动，我深刻认识到了情绪对生活的影响，学会了有效地调节情绪，让自己更加快乐、积极面对生活。这次活动让我收获很多，并为我今后的生活提供了宝贵的经验和启示。我相信，只要我们学会了情绪管理，就能够更好地掌控自己的生活，让自己的心情和身心健康得到更好的保持和提升。

## 综合实践活动总结反思阶段篇二

综合实践活动课，强调生活化、社会化、个性化、时代化，这一特点决定了它不可能像其他学科一样全国或全省统一教材、统一大纲，我根据本班、本校的特色，来组织实践活动。下面是我在上综合实践活动课的体会：

兴趣是综合实践活动前提。兴趣是最好的老师，它能激发学生的求知欲望，促进思维的活跃，保持学习的持久。小学生的兴趣爱好正在形成中，虽然不够稳定，但也是推动学生进行认识活动、实践活动的内在因素。因此，开展综合实践活

动的活动项目首先是要学生真正感兴趣的内容，是学生真正想了解的，能真正“吊”起学生的“胃口”。如：“不合群怎么办？”、“偏食好不好？”、“被父母溺爱好吗？”等切合目前生活的小主题，也要设置“人生理想”、“国家民族”、“我的中国心”等贯穿他们一生的大主题；既要设置“学生该不该比吃穿”的主题，也要设置“为什么读书？”的课题；既要设置“我爱我家主题”，也要设置“我爱我的祖国”这样的主题。让学生在玩中学、在乐中探究，往往会取得事半功倍的效果。

教师是综合实践活动的保障。综合实践活动教师不是学生生活的旁观者，而是学生生活的指导者、组织者、领导者，而且还要与学生共同开展探究实践的过程。教师的指导任务贯穿学生综合实践活动的全过程，包括对学生活动主题、课题确定的指导、活动过程中的指导、总结和交流阶段的指导。在整个综合实践活动过程中最重要的就是要教给学生各种获取知识的方法，培养学生各种能力。比如我们在设计图案时，学生们虽然有兴趣，但是一头雾水，不知道应该设计什么，怎么设计。这是，必须发挥指导教师的引领作用：引导学生对所喜爱的图案进行分类，可以从水果、花朵、植物、动物、风景等方面进行设计；关于怎样设计，教师可以引导学生进行临摹。这样，学生在设计图案时会收获喜悦。

评价是综合实践活动的动力。综合实践活动课要在重视教学过程的评价的基础上，更要重视学生实践活动中的每一细节上的评价，特别是对于学生在学习过程中，所表现出来的积极的态度、主动参与的热情、自醒自悟的感想和独特的看法，实践操作中，在设计、表演、展示时表现出的闪光点和在劳动成果中付出的辛苦，都应得到应有的鼓励、肯定和认可，采用学生喜爱的“心灵手巧星、创意星、最佳拍挡”等评价方式，以此来激发学生的学习积极性，发挥学生学习的最大潜能和创造欲望。对学生的评价一定多加鼓励，切切不可横加指责，即使学生在综合实践中不够投入，即使他们在活动中出现这样或那样的问题，即使他们的实践报告写得乱七八

糟，我们也要努力发现他们的闪光点，在充分肯定他们的成绩的同时，真挚的给他们介绍同学好的活动方法，指一指今后活动路子。

我们的综合实践活动能激发学生主动生成强烈的求知欲望，主动获得一种探究问题、解决问题的过程以及过程中丰富多彩的、活生生的体验。学生将伴着浓厚的兴趣，投入到活动中去，会觉得快乐无比。我们要引导学生热爱生活，善于从生活中发现问题，并学会解决问题，让学生在综合实践活动中快乐成长。广袤的空间是综合实践活动的舞台，充裕的时间是综合实践活动的翅膀。学生的个性在实践中得到张扬，学生的整体素质在实践中得到提高。迎着初升的太阳，怀着美好的期望，祖国的花朵在阳光下绽放。！

总之，在综合实践活动的实施过程中，只要认真、扎实走好每一步，在教师的有效指导下，在学生自主探究中，我们的综合实践活动一定会走的更好。

## 综合实践活动总结反思阶段篇三

第一段：引入情绪综合实践活动的背景和目的（200字）

情绪综合实践活动是一种有效的情绪管理和情绪调节的方法，旨在帮助人们更好地掌控自己的情绪，并提升其心理健康和生活质量。在这次实践活动中，我们将通过各种活动和练习来认识和表达自己的情绪，学会有效的情绪调节技巧，并培养积极的情绪态度。本文将通过分析我在这次实践中的体验和感受，总结一些关于情绪综合实践活动的心得体会。

第二段：对情绪综合实践活动的认识和感悟（200字）

在实践活动中，我深刻认识到情绪对我们的生活和工作的重要性。情绪是人类情感的表达形式，直接影响着我们的行为和思维方式。通过参与各种活动，我逐渐认识到自己在不同

情绪下的行为和反应，并开始思考如何更好地管理和调节自己的情绪。同时，我也发现了情绪的传染性，周围的人的情绪也会对自己产生影响，因此，保持积极的情绪态度对个人和团队的发展都至关重要。

### 第三段：情绪综合实践活动对我个人的改变（250字）

通过实践活动，我个人在情绪管理和调节方面有了明显的改变。首先，我学会了认识和接纳自己的情绪，不再压抑或忽视它们，而是尝试去理解它们背后的原因。其次，我利用各种技巧和方法来调节自己的情绪，如深呼吸、放松训练和积极思考等。这些方法帮助我更好地面对压力和困难，并保持积极乐观的态度。此外，我还学会了表达情绪，并倾听他人的情绪，通过积极的沟通和合作，使人际关系更加和谐。

### 第四段：情绪综合实践活动对团队的影响（250字）

情绪综合实践活动对我们的团队也产生了积极的影响。首先，通过活动的参与和讨论，我们更加了解彼此，增进了团队成员之间的信任和合作。其次，活动中的团队活动和分享，增强了团队的凝聚力和向心力。大家共同面对情绪问题，相互支持和理解，在困难面前形成了强大的集体力量。这种团队合作的氛围帮助我们更好地应对挑战，实现团队的共同目标。

### 第五段：对未来情绪综合实践的展望和总结（300字）

通过这次情绪综合实践活动，我意识到情绪管理是一个可以不断学习和提升的过程。我希望今后能够继续参与类似的活动，深化对情绪管理的理解和实践。同时，我也认识到情绪综合实践不仅是个人成长的需要，也是社会发展的需求。未来，我希望能够将所学所悟应用于实际生活中，并通过自己的行动和影响，帮助更多的人更好地管理和调节情绪，共同创造积极健康的社会环境。

总结起来，情绪综合实践活动是一次让我受益匪浅的经历。通过参与活动，我认识到情绪对生活的影响和重要性，学会了认识和接纳自己的情绪，并获得了有效的调节方法。这次实践活动不仅对我个人有所改变，也对整个团队产生了积极的影响。我希望今后能够继续深化和拓展情绪管理的实践，为自己和他人创造更加积极健康的生活环境。

## 综合实践活动总结反思阶段篇四

情绪综合实践活动作为一项重要的辅助教育活动，受到了广大学生的热烈追捧和积极参与。我校最近也开展了一次情绪综合实践活动，我有幸能够参与其中并深受感受。通过这次活动，我深刻认识到情绪对我们生活的重要性，也懂得了如何合理管理自己的情绪。以下是我的心得体会。

首先，情绪综合实践活动让我充分认识到情绪的种类和特点。在活动中，我们学习了各种情绪的名称和定义，并进行了实际操作。通过角色扮演和小组讨论，我们模拟了不同情绪下的处境，并分析了不同情绪对我们行为和心理的影响。这让我深刻认识到情绪是多种多样的，不同情绪对我们的生活和学习产生不同的影响。情绪既可以促使我们积极向上，也可能让我们陷入消极的境地，因此合理管理情绪变得尤为重要。

其次，情绪综合实践活动让我明白了情绪管理的重要性。在活动中，我们学习了情绪管理的基本理论和方法。我们通过情境训练和游戏来培养自己的情绪管理能力，并掌握了一些有效的应对策略。通过这些实践和训练，我深刻认识到情绪管理对于我们的生活和学习有着重要的影响。合理的情绪管理可以提高我们的心理素质和学习效果，帮助我们更好地应对各种挫折和困难。只有掌握了情绪管理的技巧，我们才能更好地应对生活中的各种挑战。

第三，情绪综合实践活动让我意识到情绪的积极性和消极性。在活动中，我们了解到情绪有积极的一面和消极的一面。积

极的情绪可以激励我们积极向上，提高学习效果和生活的质量；消极的情绪会影响我们的心理健康和生活幸福感。通过实践和讨论，我深刻认识到积极的情绪对我们的生活有着重要的促进作用。只有积极面对生活，我们才能更好地抵抗压力，取得更好的成绩。

最后，情绪综合实践活动还让我明白了分享情绪的重要性。在活动中，我们通过小组讨论和分享，学习了如何与他人分享自己的情绪体验，以及如何理解他人的情绪。这让我认识到分享情绪对于我们的关系和心理健康有着重要的影响。当我们与他人分享情绪时，不仅可以获得情感的宣泄和安慰，还可以增进彼此之间的理解和信任。只有真正与他人沟通和分享，我们才能建立健康的人际关系，提高自己的情商和情感素质。

总之，情绪综合实践活动是一次非常有意义的活动，它让我深刻认识到情绪的重要性的管理的重要性，并帮助我提高了自己的情绪管理能力。通过这次活动，我明白了情绪对我们的生活和学习的影响，也学会了如何处理自己的情绪。我相信，在今后的生活和学习中，我能够更好地应对各种挑战和困难，并保持积极的心态，迎接生活的各种变化。

## 综合实践活动总结反思阶段篇五

### ——综合实践课教学设计与实施方案

江西省赣州市

一点进步给予肯定和鼓励。【活动目标】：

1. 认识自我，正确对待成长中的烦恼，树立正确的人生观和价值取向，以积极的人生态度对待自我和生活，形成健全的人格。
2. 了解他人的烦恼，能从多角度重新审视并评价自我。

3. 学会沟通与理解，增进同学间互相合作，相互信任的友好关系，能帮人解脱烦恼。【活动重难点】：

1. 能正确表达感受、心理和体会。

2. 能运用自己的生活体验深入感知事物，激发热爱生活的情趣和写作的欲望，促进听说读写能力的整体发展。【活动准备】：

1. 通过布置大作文《成长的烦恼》调查同学们的心里烦恼。（时间：一周）

作家鲁迅和台湾作家林海音在成长的过程中有欢乐也有烦恼，作为一个平凡的人，在成长的中也会有挫折的烦恼，把自己的烦恼写出来，让老师与学生共同分担，以释压抑在心头的不快。2. 采访父母和周围的长辈。

作为一名小记者，设计好采访的问题，向父母、长辈进行采访，记录情况。如填写“采访情况记录表”：采访对象、采访地点、采访时间、采访内容、长辈寄语、采访心得。（时间：与下一环节共花时一周）

3. 上网搜索或上图书馆查阅看名人怎样表现对待他们的烦恼

【教学方法】：自主学习、小组合作探究、表演法。【教学辅助】：多媒体课件 【课时安排】：

课前准备：本次活动准备阶段为二周，其中一周用来写作，一周收集资料，整理资料。课堂展示：一课时。

【活动过程】： 一 激趣导入

（一）人生导航（设“最有主见奖”）

播放美国故事片《成长的烦恼》（片段），学生畅所欲言谈



感想。1. 你喜欢剧中的哪一个人物？说说你的体验。

2. 学习小组选出代表进行全班交流，可以有分歧，鼓励学生表达自己独到感受。

梳理，大家打开心窗一吐为快，也许你心头的阴云就会烟消云散，心情像阳光一样灿烂，笑容如鲜花一般绽放。

## （二）、心情驿站（设“最真实奖”）

1. 回忆自己印象最深的一两个烦恼，说一说或打好腹稿；组织一下语言写下来，准备发言。学生按学习小组进行交流，畅所欲言，态度真诚，大方得体。

2. 组长小结归类，以备班上交流。

3. 班上交流。（有些学生对自己的烦恼可能有所保留，不敢直言：或不愿意说，或不好意思说，或只说那些不关痛痒的，等等。教师应鼓励他们，让他们放下包袱，因为总是把烦恼埋在自己心里，不仅会影响学习，影响情绪，天长日久还会影响心理和生理的健康。对于那些特别内向的学生，也可以让他们对自己的父母或好朋友或日记本说，或者课后与老师交流，不必强求在大庭广众中说）

（通过活动一的实践开展，老师批阅学生作文，发现他们的烦恼有以下几类：第一类，学习方面，担心成绩掉下来，老想学好可总是事与愿违，有业余爱好但却不能去，怕耽误学习文化课的时间，学习科目太多，作业做不完，有时压得喘不过气。第二类，生活方面的压力，没有一个良好的生活环境，父母经常打麻将或者经常争吵；父母工作忙，无暇照顾自己，放学回家后，要做饭还要照顾弟妹；父母只关心弟弟或哥哥，不关心女孩子，稍有意见就用不要再上学来威胁。第三类，与老师同学交往的矛盾：老师偏心学习好的同学，对学习差的同学不过问；班干部委曲，同学们有时不理解，

什么事做不好老师又批评；同学之间有矛盾，在背后拉帮结派；与男同学交往而被其他同学取笑等。同学们很信任老师，在作文中说出了自己的烦恼，平时最不爱学习的调皮学生，他们的烦恼最多。)

至紧张兮兮；教师可从心理学角度加以引导、疏通、升华：自我放松法、自我暗示法、倾诉法、大哭或放歌法、音乐疗法、体育调整法、阅读法、系统脱敏法、向心理辅导老师等寻求帮助……又如小王不明白父母和班主任老师对他过分注意自己的打扮为什么总是看不惯；教师可从中学生自我意识觉醒，开始注意自己对异性同学留下良好印象谈起，肯定这种自我意识的觉醒有利于培养文明的行为，但是过多注意自己的外表是不妥的，给异性同学以美好的印象更应注重内在素质的培养，同时建议小王应与父母老师多沟通，争取相互理解、相互适应。

4讲述古今中外名人成长的感人故事，对学生进行励志教育。

(1) 教师：伟大的名人和渺小的凡人一样，都会遭遇成长的烦恼。在失落绝望的时候，他们是如何重新找回生活的勇气，更坚强的面对生活之路的呢？让我们从他们的经历中获得些启示吧。（如安徒生、居里夫人、贝多芬、海伦凯勒、张海迪等。）

(2) 学生展示课前收集的材料，畅谈名人故事，学习名人精神，树立正确人生观。

5小品表演展示，想出实效的金点子来解决小品中人物的烦恼

(1) 表演《少女的祈祷》

男生（扮父亲）：没用的，莹莹，你不要这样！

(2) 表演《差生的烦恼》

男生：我是初二的学生，那一天数学成绩出来了，老师按名

单一个个报分数，前面十几个是90多分。

女生（扮演老师）崔小路，65分（停顿片刻），这是差生的成绩了。

男生：差生？什么意思？差生！差生！我是差生？。-----这一幕的记忆非常清楚，无法抹去。后来我开始怕老师的目光，我怕老师提问，我回答老师问题声音像蚊子，我害怕站在老师面前，那样的话我就会嘴唇发干，心跳加速，-----其实，我只是数学比较吃力，遇到难题就发蹙（同“醋”音），其他都还行，至少也是个中等生吧！我无力地向家走。进了家门。

（3）学生展示自己想出的实效金点子解决小品中人物的烦恼。

（四）真情碰撞（设“金话筒奖”）

想了解的同学或老师提问。

2. 我们回家也都做过小记者，采访了身边的成年人。请同学们把采访的经过和自己的心得简要与同学交流。选择体会较深的同学读采访父母的采访录，发言谈谈采访感受。（教师引导学生平时要尊重父母，理解父母，多与父母交流沟通。有一句名言：同君一席话，胜读十年书，每个人成长中都会或多或少有一些烦恼。让同学们回去看看他们在少年时有何烦恼？现在又有什么烦恼。通过采访，同学们与父母的距离拉近了，知道父母的辛苦，也明白了父母为自己操劳而烦恼，同父母的烦恼相比，自己的烦恼就不算什么了，而且能进一步体会父母的辛苦。）

（五）学海拾贝（设“丰收奖”）

通过这节课的学习，你有哪些收获？可从表情达意的技巧、做人的态度等多方面来谈。（也可让每个学生用名言警句的形

式写出对烦恼的认识和感悟，比如：烦恼是大海中的一滴水，但是它可以折射出太阳的光彩。然后让学生高声朗读自己的名言警句，让所有的同学大声朗读全班推选上来的优秀的名言、名句)

(六) 引吭高歌(放歌曲《金梭银梭》或《明天会更好》)  
教师：大家不仅说出了自己的烦恼，也了解了他人的烦恼，而且能积极、乐观地面对生活。是的，我们学会了体验生活，学会了为他人着想，学会了化解烦恼，相信我们的生活，我们的明天会更加灿烂，更加美好!

同学写一句赠言。写的赠言可以是一首小诗，可以是哲理励志之言，可以是轻松幽默之语等。

四 评议小组评选出获奖人选并公布结果 五 课堂小结

将今天的真心话，心中情，写在日记本上，记下自己成长过程中烦恼或快乐的一笔，留下自己成长的足迹。建议从此以后，建立自己的日记文档。

最后应加【活动评价】或【活动反思】

## 综合实践活动总结反思阶段篇六

一 活动目标： 1了解一些探险活动应掌握的科学知识 生存知识和基本技能。

不 怕挫折 勇敢坚毅的品质。

3 多角度的认识认识探险活动。

4培养口语交际和写作能力。

二 活动内容：

## 1 “我所了解的探险家”故事会

讲故事 说体会

## 2 “探险活动面面观”（旨在从不同方面 不同角度认识探险）

a 对人类探索未知世界 迈向全新领域的正面引导作用

b 对自然环境破坏带来的负面影响

c 大胆想象人类未来的探险活动

## 三 生存夏令营模拟招聘

a “招聘小组”设计好情境，即值得挑战的自然环境，并用语言文字或图画具体描述或描绘出这一情境，以吸引挑战者前来应聘，接受挑战。

b 同时根据不同的情境（或荒野大漠，或荒岛孤滩，或林海雪原等）设计出不同的问题，应聘者的回答应即符合情理，又有胆略和创意。

## 四 活动评价提示

根据同学们在活动中所表现出的积极态度和参与情况，评选出“故事大王” “优秀辩手” “智勇挑战者”等。

## 五 写作

a 看图说话，对搜集的图片资料发表感慨。

b “探险活动之我见”，阐述自己的看法，要以理服人。

c “奇异的探险之旅”，发挥想象，记叙或模拟一次探险之旅，注意情节的曲折离奇，富有可读性。

## 综合实践活动总结反思阶段篇七

活动主题：我爱文学

活动话题：向你介绍我最喜爱的文学作品

——“作品给我带来的（快乐、智慧、乐趣、信心、力量、希望……）”

活动形式：小组、班级交流

活动过程：

一、活动准备

3、设施准备：准备好数码相机、摄影摄像器材和多媒体。

二、活动步骤

1、制定评价标准

2、小组交流

3、班级交流

（1）导入：

（2）各小组代表交流读书感受。（优秀讲稿可汇编）

（3）展出各小组创办的文学手抄报。

（4）展示自己制作的课件。（可能的话）

(5) 表演课本剧。(可能的话)

4、小结:

主持人根据评委意见宣布评选结果。

语文老师对本次活动作出小结。

三、活动成果 (可按以下形式展示)

- 1、以“我爱文学”为主题，出一期墙报(报纸类)；
- 2、汇编《校班“我爱文学”主题活动交流文集》(书刊类)；
- 4、出“校班‘我爱文学’主题活动花絮”专栏(摄影类)。

## 综合实践活动总结反思阶段篇八

作为一名大学生，我们需要在学习知识的同时，也需要进行不断的实践活动，以逐步提高我们的能力。小组实践综合活动是这样一种活动，它能够让我们通过团队合作的方式来完成一些任务，同时也可以提高我们的组织能力、沟通能力和创新能力。在这次小组实践综合活动中，我深刻地体会到了团队合作的重要性，也找到了一些提高自己能力的方法。

第二段：团队合作的重要性

团队合作是小组实践综合活动中的核心，只有大家齐心协力，才能够达到预期效果。我所在的小组有四个人，我们在开始的时候，总是会存在一些意见不统一的情况。但是，通过多次的讨论和交流，我们慢慢地找到了大家都能够接受的方案，并且开始有条不紊地执行。在这个过程中，我发现一个高效

的团队需要具备以下几个特点：相互信任、有效沟通、离开个人情绪和高度协调。只有通过这些方法，团队才能够达到最优效果。

### 第三段：沟通能力的提升

团队合作的基础是有效的沟通。在团队讨论的过程中，每个人都需要充分表达自己的观点，同时也需要认真倾听他人的意见，并且进行积极的交流和讨论。在这个过程中，我认识到自己在沟通中存在的一些不足，例如无法清晰地表达自己的想法，不够耐心地听取别人的意见等。通过这次活动，我开始积极学习如何更好地进行沟通，并且尝试在实践中不断改善自己的缺陷。

### 第四段：锻炼组织能力和创新能力

在小组实践综合活动中，我们不仅需要完成给定的任务，还需要通过自己的想法和创新来提高我们的成绩。而在这个过程中，我学会了如何锻炼自己的组织和创新能力。首先，我需要明确整个团队的目标，并且制定出合理的计划。然后，根据任务要求，我需要想出一些创新的方法和方案，以达到最好的效果。在这个过程中，我不断地尝试新的方法和思想，从而提高了自己的创新能力。

### 第五段：总结

总之，小组实践综合活动是一个重要的学习和提高能力的机会。通过这次活动，我深刻地体会到了团队合作的重要性，提高了自己的组织和创新能力，同时也锻炼了沟通能力。在今后的学习和工作中，我会继续发扬团队合作的精神，不断地提高自己的能力水平，为实现自己的梦想打下坚实的基础。



## 综合实践活动总结反思阶段篇九

综合实践活动课程作为一门在新课程改革中已经得到重视并推广的课程，已经广为人知，各个学校都结合地区和学校本身的资源优势，扎扎实实地开展了丰富多彩的活动。但是，如果冷静思考，在综合实践活动课程实施的过程中还存在很多疑惑。为了真正体现综合实践活动课程的课程理念和独特价值，纠正实践中的偏差，就要对这些误区作深入分析和反思，使综合实践活动课的更有效、更扎实、更实实在在的开展。

综合实践活动实际上是要求学生从自然、社会以及自我认识方面等的他们自己的真实生

活中自主寻找自己感兴趣的主题进行自主的研究，我们必须关注学生的差异性，培养学生富有个性的学习。统一制定研究主题，实际上从根本上已经否定了对学生主体的关注。学生并没有改变被动的地位，仍然是由老师或者学校的指挥棒操纵下的一个音符，他们要奏出的是老师编排的乐曲而非孩子们自己的天籁之音！在开展综合实践活动时我发现，学生往往对热热闹闹的活动场面很感兴趣，对这种全新的学习方式也十分好奇，但对如何进行实践活动却茫然无知，实验研究注重表面现象，参观体验走走过场，或者在实践活动中稍有收获和体会就非常满足，这样的实践活动虽然热闹但少有实效，想获得参与实践的真切体验和丰富经验也难以做到。这种表面化、形式化的综合实践活动是与开设这门课程的初衷及其课程价值背道而驰的。

学生缺乏开展实践活动必备的常识，即缺乏必要方法的学习和训练，对各项实践活动的目标不具体、不明确，是重要的因素。如何引导学生走向深度实践、深度体验是综合实践活动课程老师研究的问题。

开展语文综合性学习是提高学生语文素养的重要手段之一。

好的语文综合性学习活动可以帮助学生归纳重点、积累知识、扩大语文视野、提高对语文知识运用的能力、培养学生的创新思维等。本文就语文综合性学习活动的实施提出几点看法，使得综合性学习活动能更好地促进学生语文学习兴趣，进而不断提高学生的语文素养，最终培养出学生的创新能力。

这里的时间不是指课内的时间，而是指课外学生用于查找资料、相互讨论、总结反思的时间。因为综合性学习的目标的最终指向不是某种知识的达成度，而关注的是活动的实施过程。所以，要是综合性学习达成好的效果，就应该在过程中下大功夫，让学生有充裕的课余时间反复阅读、思考、记述、讨论，落实每个环节。

综合性学习倡导的是自主、合作、探究的学习方式，它是向全体学生提出的，而不是只针对部分优秀学生。因此，教师应该有意识地为每一个学生提供参与探究活动的机会，让每一个学生都能分享到探究的艰辛和成功的喜悦。当然，对于某些有特殊困难的学生和有特殊才能的学生，应该考虑在适当时机给予他们恰当的学习任务。

此外，教师还应该依据学生发展需要，抓住教育时机，用好课程资源，善于及时对教学目标进行调整，着眼于人的和谐发展和全面发展。比如，综合性学习常常要与家庭生活发生密切的联系，这就便于形成学习生活化和生活学习化，能直接通达学生的家庭背景，甚至进入到学生家庭生活的某一领域和感情世界的敏感之处。这就有可能触及学生家庭生活的底层和文化背景，激活学生的心灵世界和生活体验。甚至触及学生家庭生活中的隐痛。面对这些，教师必须认真对待。教师应该有善待之心和体察入微的细心，关爱、保护这些在学习活动中的弱势群体。使之共享学习资源，如果处理得当，恰恰可以成为生活教育、人生教育、情感意志教育、道德品质教育的契机，语文综合性学习也许因此取得意想不到的效果。

应该避免两种倾向：一是教师过多参与到学生的活动中，替学生分组、替学生选择论题、替学生拟定活动提纲等，二是教师把自己定位为一个旁观者，或者是节目主持人，基本不给学生提供建设性意见，不指出学生的偏差和错误，不控制活动的发展节奏。

开展语文综合实践活动，是让学生通过活动掌握某一类型的语文知识和技能，从而培养学生的创造性思维。所以，学生必须是活动的主体。活动应该是自下(学生)而上(教师)的。由教师设计出的任何形式的综合实践活动，尽管有的可以利用学生来实践，也是不足取的。因为它背离了学生的主体活动，把学生推到被动接受的地位。因此，应该特别强调语文综合性学习活动必须是学生直接参与的活动，教师可以适时地，必要的、谨慎的、有效的指导，不能过渡的参与。

和语文课本的教学相比，语文的综合实践课没有一个检测的体系。是一个可开展也可不开展的课型。语文课本的教学效果有平时的大、小测验和期中、期末的考试作为检测手段，这就强制地要求教师的教学过程是务实的。语文综合实践活动只是教师的一种自发的自由组织的活动，开展的多少，不直接影响传统的教学效果。也正是由于这种原因，造成语文的综合实践活动的无序化和随意性，造成语文综合性学习只注重过程不考虑效果的局面。这样就无法保证语文综合性学习的效果，对于语文的教学也就得不到好处。

初中语文教材语文综合性学习。那只是开展语文综合实践活动的一个样版。如果我们就依照教材的安排进行综合实践活动，也不可能取得多大的效果。因为我们所面对的学生不同，就不可能开展同样的综合实践活动。语文综合实践活动应该是根据学生的具体情况制定出的一项适合学生水平发展的，利于提高学生语文素养的活动。学生词语方面有问题，我们就可以开展词语积累方面的综合实践活动，学生写作方面有问题，我们就可以开展写作训练方面的综合实践活动。所有活动的开展都要考虑到学生的实际情况。通过一两次的活动

就想达到某种效果是不可能的。语文综合实践活动是一项长期的系统的活动工程，它是在一个个很小的活动中对学生语文能力的一次次熏陶，是个不知不觉中提高学生创造力的过程。活动不可能有固定的模式。它应是一条贯穿于学生语文学习的线索，一头连着课堂，一头连着社会。学生应该是被这条线穿起的一颗颗珠子，在运动中碰撞，在碰撞中升华。教师只能做一个接线的阿婆，什么地方的线段开了，教师就把它接起来，教师永远不能去充当被线穿上的珠子，否则，就会造成上面所提到的种种现象，使我们开展的活动失去意义。

综合性学习有许多跨学科的内容，这些其他学科知识介入的根本目的是拓宽语文学习和运用的领域，是学生在不同内容和不同方法的交叉中开阔视野，初步获得现代社会所需要的语文实践能力。他的最终指向仍旧是语文本身，所以教师在指导过程中，应该时刻把握语文学科的基础知识和基本能力，以培养学生的听说读写能力为重点，而不能舍本求末，越俎代庖。强求其他学科知识的准确性和完整性。把语文课上成地理课，生物课都不能算是成功的。

总而言之，语文综合性学习给传统的语文学习输入新鲜的血液，在实践中培养学生的观察感受能力、组织策划能力、互助合作和团队精神等。成为全面提高学生语文素养，培养学生主动探究、团结合作、勇于创新精神的重要途径。因此、作为语文教师，一方面，我们主要应该从初中语文知识的综合运用、各方面能力的整体提高、语文课程与其他课程的沟通、书本知识与实践活动的结合等方面来指导学生进行语文综合性学习。另一方面，我们要进一步利用、建设、开发现实生活中的语文教育资源，创设良好的学习环境，关心学生、激励学生、引导学生开展丰富多彩的语文综合性学习活动，使他们在广阔的空间里学语文、用语文，在实践中提高语文素养。

# 综合实践活动总结反思阶段篇十

小组实践综合活动，是我校课程设置的一项重要内容。它的目的是为了培养学生的实践能力和团队合作精神，让学生在自主探索、合作交流中不断提高自身素质。作为一名参与过小组实践综合活动的学生，我深有感触，从中获得了很多收获，也遇到了很多困难和挑战。下面我将结合自己参与小组实践综合活动的经历，谈谈自己的体会和心得。

## 二、小组合作

我们的小组实践活动是围绕“道德实践，以德为先”展开的。在这个过程中，合作是必不可少的。个体需要去适应团队，而团队也需要去关注个体。在小组合作中，要求我们彼此之间交流，提出各自的想法和建议，对自己的想法要有自信，并且要有耐心去倾听和接纳别人的意见。并且，尊重每个人的不同特点和个人价值观也非常重要，这样可以使团队更加和谐，也会提高活动的效率。

## 三、自我提高

在小组实践中，我们需要不断地去学习和提高自己的一些技能。通过合作，可以让我们互相借鉴和学习别人的实践经验，也可以在丰富多彩的活动中发挥自己的特长。同时，也需要我们认真去预备自己的任务，并且严格要求自己完成任务。培养自我，同时也可以为团队建设贡献自己的力量。

## 四、沟通交流

小组实践是需要互相沟通交流的，这是一种学习和提高的过程。沟通可以让我们更加清楚地了解团队的意图，交流可以让我们更好地理解不同人的优缺点。在交流过程中，我们要有耐心去聆听别人的意见，朝着共同的目标去努力，并且明确自己的表达方式，使自己表达的更加清晰简洁。

## 五、结语

小组实践综合活动是一次难得的机会，它让我们感受到了合作精神和团队协作的力量，让我们也了解到自己在团队中的重要性。在整个实践中，我们学习到了如何沟通和协调，如何对自己严格要求，在小组合作中一起努力完成任务，将自己的潜力发挥到极致。希望在今后的学习生活中，我们都能够将小组实践这种学习方式运用到生活中，不断地去提升自己，在生活中也要不忘彼此帮助，互相学习，互相成长。