

2023年综合实践活动实践心得 防疫综合 实践活动心得体会(优质10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

综合实践活动实践心得篇一

2020年，新冠病毒席卷全球，给各国人民带来了巨大的危机。在人类面临疫情的时刻，我国多项措施得到了世界的认可，疫情防控也进入了全民行动的阶段。为响应国家号召，我参加了防疫综合实践活动，在实践中深刻认识到了防疫的重要性和积极性。

第二部分：实践过程

在防疫实践活动中，我必须做好防疫物品的储备，包括口罩、酒精消毒液、手套等，在公共场合保持社交距离，时常洗手等。在家中尽可能地减少外出、不接待来访者，定期消毒家中和常接触的物品等。在实践中，我发现自己原来的一些不良习惯，比如不爱洗手、不爱戴口罩等，都是防疫的大忌。这些自我觉醒让我想到，只有自觉遵守防疫措施，才能更好地保护自己和身边的人。

第三部分：实践收获

通过防疫综合实践活动，我意识到健康的人生是幸福稳健的基石。当一个人健康的时候，才拥有健康、积极、乐观的心态去面对未来的挑战。此外，我还收获了对公共健康的更多认识和理解，对各类传染病、疫情的预防和控制有了更加深刻的认识，发现在危机面前，个体的力量微不足道，必须一

起合作，才能克服困难。

第四部分：反思与展望

防疫综合实践活动让我深深地认识到卫生健康是人们最重要的生存之基。我反思自己以往的的不良习惯和不关注卫生健康，我感到非常惭愧，同时也更加珍惜自己所拥有的健康和任何一次健康生活的机会。随着全球疫情逐渐控制，但卫生问题依然是我们一生中必须面对并要持续关注的重要问题之一。未来，我坚信我会在日常生活中持续切实地为自己和身边的人提高卫生意识，拥有一个健康、稳健和充满活力的人生。

第五部分：结论

总之，防疫综合实践活动无疑是一次非常幸运和有价值的经历，让我发现了卫生健康的重要性，道德责任和性格坚定等方面的不断提升，也更加珍惜并积极面对生命之旅中的各种挑战。无论发生任何事情，保持身心健康和积极心态，关注和学习卫生、公共卫生知识是我一生中最重要的任务之一。

综合实践活动实践心得篇二

通过对《综合实践活动课程标准》的阅读，拨开了我心头的迷雾，了解了综合实践活动的教育理念，使我更清楚地认识到综合实践活动开展的意义及必要性。这次学习对我来说就是一次思想上的冲击，一次头脑的洗礼，更是一次顿悟的点拨。我深刻地感受到了综合实践活动对发展学生个性，培养学生的创新精神和解决问题的能力所起的重要作用。让我明确了综合实践活动课程具有以下特性。

综合实践活动是一种综合性的实践活动，其中一点，它实现了对学科的跨越。长期以来我们的本本主义资源观，曾使我们变得那样近视和弱视，以至于看不到也想不到在咫尺之间

也能实现学科的融合和互补，可以让原本干瘪的教科书变得那样厚实起来，可以让原本单一的课堂变得那样丰满起来。计算机学科搜索技能，语文学科的辩辩论论，演演说说，数学学科的数据罗列，美术学科的绘图与设计，音乐学科的说拉弹唱……都在同一方空间里，显现着优势，绽放着孩子们的兴奋和激动，一种全新的实践方式正在被我们认同并付诸实施。

小学综合实践活动课程要注重学生对实际活动过程的亲历和体验，是一种向学生生活领域延伸的综合性课程，应贴近学生实际，挖掘生活中的素材，指导学生从自己的学习生活、家庭生活、社会生活和自然生活中提出有生命力的鲜活的活动主题，使综合实践活动的课题在学生的生活中来，越是贴近学生的生活，贴近学生的经验，贴近社会现实，学生就能较好地操作，越有积极性。引导学生在实践中学习，在生活中实践，立足实践和探究，倡导学生的主动学习、乐于探究、勤于动手，引导学生经历多样化实践学习方式，体验问题探究、问题解决的基本过程和方法，充分开发学生潜能，让每个学生的个性得到充分自由的发展。

自主性是小学综合实践的一个显著特性，在活动实施的过程中要突出学生主体地位，尊重学生的生活经验，兴趣、爱好和需要，发挥学生在活动过程中的主动性和积极性。同时这也是孩子们自己的实践，他们是自己课程的主体。在这里，他们能感觉到，自己的兴趣和爱好被充分地尊重着，自己的自主性发挥着广阔的空间；在这里，他们能自主地选择学习的目标、内容、形式及校外辅导员，自己来决定活动成果的呈现方式；在这里，每一个孩子的学习方式都是其独特个性的体现。

综合实践活动的实践是一种多么开放的实践，通过开展访谈、调查、宣传，我们深深地感觉到，孩子们的视野拓宽了，教育的渠道受得更加丰富多彩了。就空间而言，包括了课堂、校园、社会，这学习的空间不再局限于教室、校园，而是拓

展到了图书馆、社区……认识的对象也不再局限于事物的现实状态，而是还会去追寻昨天、今天和明天，显然，这是十分有意义的。因为一旦实现了从长期以来教材是学生的世界转变为世界成为孩子们的教材，那么，才有可能培养出具有创新精神和实践能力的人才。

综合实践活动的实践过程强调孩子亲身经历，并获得实际的发展性的体验，活动本身就是不断生成的。活动中，有着无数的出其不意，这些出其不意是孩子们在实践中智慧火花的迸现，或许只是如一点流星一闪而过，也像一棵嫩芽悄然冒出。发现它、捕捉它，不但要有敏锐的教育机智，而且要有超前的教育理念：应特别强调在实践具体展开过程中产生的生成性目标和生成性主题的核心地位。

评价在综合实践活动的实施中发挥着极大的导向和激励功能，综合实践活动的评价不再是外在于教学与学习的环节，而是与教师的指导、学生的学习活动整合为一个有机的整体，三者是同时发生与发展的。在教学中，鼓励小学生多样的活动方式以及成果表达方式，采用档案袋评价、展示性评价、研讨式评价等多元的评价方式。追求评价主体的多元化，对学生的评价包括来自家长、学生自己以及指导老师等多方面的信息。

在今后的工作中，我将用学习到的教育理念，来指导我的实际教学，在先进理念的影响下共同提高，和谐发展，为综合实践活动课程的发展，作出自己的贡献。我坚信，有了课程标准的引领，在学校的组织与协调下，不久的将来，综合实践活动之花必将迎来万紫千红的春天！

综合实践活动实践心得篇三

随着COVID-19的全球爆发，近两年来疫情引起了世界各国的高度重视，其中，中国作为疫情的重灾区，也进行了大量的防疫措施，不仅包括国家层面的政策和措施，还有各个社区、

单位和学校开展的防疫综合实践活动。作为一名大学生，我也积极参与了这种活动，并从中收获了许多心得体会。

一、认真做好防疫意识教育

疫情期间，我们学校开展了许多主题教育活动，向我们普及防疫知识。通过这些活动，我们深刻认识到防疫是一项系统工程，不仅仅是单纯戴口罩、勤洗手，更要注意日常生活中的细节问题，如避免聚餐、减少外出等。这些教育既增强了我们的防疫意识，也帮助我们在日常生活中更好地预防病毒的传播。

二、积极参与排查

为了及时掌握学校师生的健康情况，我们参与了学校组织的防疫排查活动。我们走访宿舍，与同学们交流健康情况，并让他们填写相关的健康申明表，排查出不适症状的同学及时转移到隔离区中。这个过程虽然有一定的风险，但也是帮助学校掌握情况，及时发现潜在病例的重要措施。

三、严格执行防疫措施

防疫期间，学校采取了一系列的措施来减少聚集和交叉感染的风险，例如限制开放教室储物柜、取消自习室开放等等。我们在上课、图书馆借书、食堂就餐等活动中，都需严格遵守防疫规定，如保持社交距离、扫码进入等，这种执行自觉和熟练的过程让我们体会到防疫措施的必要性和重要性。

四、助力疫情防控

在企业、居民小区和村庄中，我们以志愿者的身份，积极参与了许多防疫志愿服务。我们帮助开展扫码登记、宣传普及、消毒等工作，发挥自己的力量助力疫情防控。这种志愿服务不仅为社区、企业和居民提供了帮助，也坚定了我们的信心，

共同抗击病毒。

五、感受疫情下的生活变化

疫情期间，生活方式发生了很多变化，例如：少见面、少聚餐、少出门、增加在家学习时间等等。然而，在这个特殊时期，我们也收获了很多新的体验和感受，如更加珍惜与家人相聚的时间、学会独立自主生活、更好地管理自己的时间等等。这种感受虽然来的突然，但对我们的成长和生活质量的提高产生了不可估量的意义。

总之，在这次特殊的时间里，我们积极参与社区、学校和志愿组织开展的防疫综合实践活动，深刻体会“防疫无小事，关乎千家万户”的意义。这种实践不仅增强了我们的社会责任感，也是我们成长的契机。我们将在今后的生活中更加注重防疫安全问题，更好地全面维护自己和周围的人的身体健康。

综合实践活动实践心得篇四

白驹过隙，五天的社会综合实践活动已接近尾声，想想那让人疲倦又不失乐趣的几天，心中不由地荡起几丝波澜。

“厚德启智，尚美健康”。刚集合完毕，教官便让我们高声喊出这八个字。当时的我，只是“小和尚念经——有口无心”地念出这八个字，并没有体会里面的寓意。五天后，也就是今天，我终于悟出这其中的几丝道理。“德高厚重便能启发智慧，崇高美德便能心灵健康”。

第四天的“感恩·励志”教育课，让我们受益匪浅。教官那深情的演讲，领袖们那忘我的奔跑，同学们那小心翼翼的动作，无不让人感动，无不让人热泪盈眶。在那一刻，我才发现，我忽视了太多爱我的人，忽视了许多为我付出的人，认为他们都是理所应当的。他们在我背后流汗，偷偷地流泪，默默地为我在人生道路前进中注入不懈的动力。

社会综合实践活动的体会我实在难以言尽，这其中带给我的成长也非一纸可述。

感谢***青少年素质教育培训学校这所不一样的学校，感谢连长的辛苦训练，感谢这次活动助我成长。

综合实践活动实践心得篇五

9月11日，我参加了潍坊市教育局组织的“综合实践活动课程研讨会”。参观了临朐太平峪小学和海尔希望小学的综合实践活动课成果展，七处学校的领导对开展综合实践活动课经验交流。真是大开眼界，感受颇深！

尤其是太平峪小学，借助本校老师们自家的果树园这个优势，让每个孩子亲身体验如何给果树修剪果枝、如何施肥、如何防虫害等。真正体现综合实践活动课程的内涵：综合实践活动是基于学生的直接经验，密切联系学生自身生活和社会生活，注重对知识技能的综合运用，体现经验和生活对学生发展价值的实践性课程。培养学生的社会实践能力和社会责任感，使每位学生真正体会到劳动最光荣，劳动是快乐的。

参观海尔希望小学的成果展，更为震撼！形象逼真的麦秆画、引人注目的铅笔屑画、细致灵巧的粮食画、栩栩如生的树叶画，琳琅满目、美不胜收。看到这些精美的作品，就知道他们的综合实践活动课的开展非一日之功。通过本次学习使我明白：综合实践活动课的确是新课改的一大亮点，与各学科的整合势在必行。

应做到以下几点：

- 一、结合本校的实际情况，制定切实可行的活动计划。
- 二、成立综合实践活动小组，共同探讨、交流。

三、利用学校自身优势，选择一个方面进行研究。

四、建立评价机制，确保课程落实。

综合实践活动实践心得篇六

近期，我参与了一项综合活动实践。这次实践让我深刻体验到了多种能力的锻炼，并且开拓了我的视野。在这次实践中，我不仅学到了很多新的知识，还结识了许多志同道合的朋友。通过这次实践，我更加坚信：只有不断实践，才能在实践中不断成长。

首先，这次综合活动实践增强了我的组织能力。作为活动的策划者之一，我需要协调各个部门的工作，确保整个活动的顺利进行。在组织这个活动的过程中，我学会了合理分配和管理人力资源，制定详细的计划和安排。通过实践，我不仅提高了自己的组织能力，还学会了与他人合作，培养了团队精神。

其次，通过这次实践，我拓宽了自己的知识面。在这项综合活动实践中，我需要研究市场、了解目标受众的需求，以及各种活动策划和推广方法。通过对这些知识的学习和实践，我不仅掌握了理论知识，还培养了自己的观察力和判断力。这些知识不仅对本次实践有很大的帮助，也对我今后的学习和工作有着重要的指导作用。

再次，在这次实践中，我结识了一群优秀的朋友。在这个团队中，每个人都有各自的优势和特长。在合作的过程中，我学到了很多与人相处和沟通的技巧。通过与同伴的交流和合作，我不仅拓宽了自己的视野，还锻炼了自己的团队合作能力。这些交流和合作也让我感受到了团队的力量，让我更加明白只有与他人合作才能共同完成更大的目标。

最后，这次综合活动实践给我带来了一种积极向上的心态。

在实践中，我遇到了许多困难和挑战，但是我从未放弃过。每当遇到问题时，我总是积极主动地寻找解决办法，并且带领团队一起努力。通过这种积极的心态，我不仅克服了一个个难题，还感受到了成长和进步的快乐。这次实践让我明白，只要保持积极乐观的态度，就能够克服困难，迎接更多的机遇。

通过这次综合活动实践，我深刻体验到了锻炼能力和开拓视野的重要性。只有在实践中不断努力和实践，我们才能提高自己的综合素质，拓宽自己的知识面，结识更多优秀的朋友。这次实践使我更加坚信，只要敢于尝试，不断挑战自我，就一定能够取得更好的成绩。我相信，通过这次实践的经验 and 体会，我将能够在自己今后的学习和工作中更加从容地面对各种挑战，并取得更大的成就。

综合实践活动实践心得篇七

新一轮课程改革已经在中国这块大地逐步展开，综合实践活动是这次课程改革的一大亮点和难点。作为担任综合实践活动的教师，对于这门新兴的学科也有着很多疑惑，在担任综合实践活动初期，我觉得这些活动真的“浪费”了学生不少宝贵的课余时间，根本就是可有可无的科目。但是当逐步深入了解综合实践活动后，才真正知道开展综合实践活动的目的所在，综合实践活动是要让学生去“做”，去探索，去经历，去感受，在“做”，探索、经历和感受中，使学生社会责任感得到增强，认识水平得到提高，发现和解决问题的能力得到锻炼与提高，创新意识和实践能力得到培养，从而促进其全面发展。

不过说实在，要开展综合实践活动确实不容易，因为它是一门新兴学科，很多人对它都不太理解，很多老师和家长都觉得学生没必要浪费那么多课余时间调查研究语、数、英以外的东西，有时间还不如多做几道练习题，多背几个单词，所以一般都不支持学生开展实践活动。由于家长和某些老师的

错误理解，导致学生也认为，开展综合实践活动根本就学不到知识，而且浪费时间，调查与否又有什么关系，最后索性什么都不调查，什么都不记录了。不过会有误解也是正常的，所有新事物的出现必然要面对很多挑战，遇到很多阻力，而且阻力越大改变就越多，也变得越更完善。新事物对于人们是有一个适应和学习过程，往往要经过很长的时间才慢慢接受，相信在不久的将来，大家肯定会从孩子身上看到综合实践活动为我们带来的喜人成果。

我担任综合实践活动课程已经两年了，经过两年的不断了解和学习，我觉得开展综合实践活动对学生，尤其是小学生是非常重要的和必要的。综合实践活动比其它的学科更加贴近学生的生活，除了让学生掌握到知识，开阔视野，为学生个性充分发展创造空间，还让学生得到锻炼的机会，提高各方面的能力，在活动过程中有所理解，有所体验，有所感悟。就如在《妈妈的节日》一课中，我指导学生怎样了解自己妈妈，先从调查妈妈基本情况和心愿开始，很多学生经过调查后都说妈妈心愿是希望自己的孩子能考到好成绩，希望孩子能考上好的学校，希望孩子能快快乐乐等。以这个调查结果，我引导学生仔细回想各个同学的妈妈心愿的对象都是谁，同学们一致都说自己。从这个小调查结果中，学生切身感受到妈妈对自己的爱。接着我播放了一些关于母亲节的动画，让学生更进一步了解母爱，感受母爱的伟大。从而想到自己应该怎样报答母亲的关心与照顾。想一想母亲节自己应该有什么行动等。经过这次活动后，我特意在母亲节过后做了一个小调查，调查中有80%以上的学生表示，在这一活动前从来没有在母亲节送过礼物给妈妈，但是在活动后，就决定了要在母亲节送一件礼物或者做一些家务让妈妈高兴一下。也表示，如果不是这实践活动，他们从不知道妈妈的年龄，妈妈喜欢吃的东西等。通过了调查，我知道学生从这次的体验活动中，在情感上已经得到了升华，对生活也有所感悟。

我觉得综合实践活动，不单单是学生的学习活动。在活动的过程应该也是师生，生生相互学习，相互了解，共同提高的

过程。例如在《追击双休日》这一活动中，我指导学生调查小组里同学对双休日的时间安排，让他们从调查中加深同学间的了解和同时也加深对自己的认识。还让学生记录自己双休日做过的事情，讨论双休日该做什么等。让学生经过讨论汇报，学会正确地对待双休日，合理地安排双休日时间，让双休日过得更有意义。而我也在这次活动中了解到学生在校园以外的情况，更贴近学生的生活，为以后的更好的开展教学活动打下了基础。还有，如在《了解剪纸》这一活动中，一开始我对剪纸的理解非常显浅，就以为是拿剪刀和纸，随便剪剪就是了。但是通过与学生一起调查研究，一起寻找资料，一起动手做做，让我知道了剪纸不只是剪，还有刻。知道了剪纸的分类和内在含义，还知道了很多关于剪纸的故事等。现在我和学生们都对剪纸产生了浓厚的兴趣，而且还开展了一次剪纸展览，让更多的学生认识剪纸。在这次活动中，不仅学生的能力提高了，我的知识也丰富了很多，真正做到了教学相长。

我觉得，综合实践活动对学生的全面发展和健康成长是有利没弊的。当然，它作为一门新兴的课程，可能还不太完善，许多方面还在进行探索和研究。要很好地开展综合实践活动，教师必须深入学习，认真领会综合实践活动的精神实质，结合实际，创造性地开展工作，让孩子们从这一课程中获得更多新知识和获得更多锻炼的机会，以达到全面发展。

综合实践活动实践心得篇八

一、突出学生的主体。

本学期来，我能够根据教研组和学校的课题组计划，并做到有研究，有交流，有记录；在活动子课题提出后，到活动方案的制定，再到活动的实施，及活动的总结、交流与评价，都能够让学生自主学习、自主活动，教师有效的针对学生的实际，进行适当的指导、引导。

二、加强教师的有效指导。

综合实践活动课程中的师生关系是一种导师与学生的关系。它要求以学生活动为中心，而教师在学生的活动中始终起着指导作用。综合实践不是教师“教”出来的，而是学生“做”出来的，因而，在本学期的综合实践活动中，我们特别注重处理好教师与学生的关系，我们强调了它是指导与被指导的关系。在活动中，我在班级中建立了一个“导师制”。这个制度就是要求教师要指导一个或多个小组活动。

三、注重学生的合作。

综合实践活动与我们的学科教学相比，更注重学生的探究、合作。作为教师，我深深地意识到乐意合作、善于合作对学生发展的重要性。因此，这学期我的教学重点是指导学生在综合实践活动小组中如何发挥个体的作用，如何与组内其他同学进行合作探究。

同学们在本学期的综合实践活动中锻炼了能力，增长了知识，对这门课程兴趣比较浓厚，教师也是以十分的热情影响学生积极进行合作与研究。总之，综合实践作为一种实践性课程，学生是课程实施的重要主体。综合实践是学生的实践，是学生通过实践来学习的，是通过实践来获得发展的。学生的实践是任何教育者都难以替代的，所以说，学生是综合实践活动的主体，综合实践活动是主体性的活动。

综合实践活动实践心得篇九

综合活动实践是一种有效的实践教学方法，通过实践活动，学生可以亲身参与、实践创造，从而全面提高能力和素养。我在大学期间有幸参加了一次综合活动实践，通过这次经历，我深深感受到了综合活动实践的重要性和意义。在这篇文章中，我将分享我在实践过程中获得的心得体会。

首先，综合活动实践能够拓宽我们的视野和增强我们的综合素质。在实践中，我们需要与不同背景和专业的人合作，共同完成任务。这使我们能够跳出狭隘的个人观点，从不同角度去审视问题和解决问题。同时，在实践过程中，我们需要运用各种专业知识和技能，使我们的知识能够得到实践的检验和提升。这种综合素质的增强对我们未来的发展具有重要意义。

其次，综合活动实践能够培养我们的团队合作意识和能力。在实践中，每个人都有自己的任务和职责，只有通过相互协作和合作，才能完成整个项目。实践中的团队合作能够培养我们的沟通能力、组织能力和领导能力。同时，合作中的冲突和磨合也能够帮助我们学会妥协和包容，增强团队凝聚力。这些团队合作的经验和能力对我们未来的工作和生活中都是至关重要的。

再次，综合活动实践能够帮助我们发现和发展自己的潜能和特长。在实践中，我们有机会接触和尝试不同的角色和任务，从而发现自己的优势和潜力。特别是面对困难和挑战时，我们需要充分发挥自己的创造力和解决问题的能力。实践中的成功和失败都是对我们自身能力的一种检验和挑战，它们能够激发我们的成长潜力，提高我们的自信心和自尊心。

此外，综合活动实践能够加深我们对实践和理论知识之间的联系和理解。在学习过程中，我们往往只接触到纸面上的理论知识，而很少有机会去将这些知识应用到实际中。而综合活动实践正是为我们提供了这个机会。通过实践，我们能够将理论知识与实际问题相结合，思考和解决实际问题。这种联系的建立能够使我们对知识的理解更加深入和全面，增强我们对知识的记忆和应用能力。

综合活动实践是一种能够全面提高我们能力和素质的教学方法。通过实践，我们能够拓宽视野、培养团队合作能力、发现自身潜能以及加深对理论知识的理解。我相信，将来在工

作和生活中，我会时刻记得综合活动实践给我的启示和帮助，不断提高自己，与团队一起迎接更大的挑战。

综合实践活动实践心得篇十

第一段：介绍综合活动实践的背景和目的（约200字）

综合活动实践是指通过参与各种各样的实践活动，不断提升自己的实践能力和综合素质。这些实践活动包括学术研究、社区服务、职业实习、实验实践等等。综合活动实践的目的是为了促进学生的自主探究能力、创新思维和团队合作能力的发展。在这一过程中，学生能够将理论知识与实践技能有机结合，不断提升自己的综合能力，为未来的发展奠定坚实的基础。

第二段：谈论参与综合活动实践的益处和收获（约300字）

参与综合活动实践给我带来了许多益处和收获。首先，通过参与学术研究，我学会了如何寻找问题、分析问题并提出解决方案。这让我明白了理论知识与实践经验相结合的重要性，也锻炼了我的思维能力和创新能力。其次，通过参与社区服务，我感受到了帮助他人的快乐和成就感。这让我明白了服务他人的意义，培养了我对他人的关心和责任感。再次，通过参与职业实习，我了解了自己所学专业的实际运用，提前了解了未来工作的环境和要求。最后，通过参与实验实践，我掌握了实验操作和数据分析的技巧，提高了实验设计和研究能力。总之，综合活动实践让我全面发展，提高了自己的综合能力。

第三段：分析面临的挑战和克服方法（约300字）

在参与综合活动实践的过程中，我也面临了一些挑战。首先，时间管理是一个非常重要的挑战。有时候活动时间冲突，需要合理安排时间，避免忽视主要任务。其次，团队合作也是

一个挑战，因为每个人有不同的观点和做事方式，需要协商和沟通，确保团队的效率和共同目标的实现。再次，资源限制也是一个挑战，例如实验室设备有限，需要排队使用。在面临挑战时，我学会了合理规划时间，明确目标，和团队成员积极沟通，以及充分利用现有资源等方法来克服困难。

第四段：总结综合活动实践对个人发展的影响（约200字）

综合活动实践对个人的发展有着积极的影响。首先，它提高了我们的实践能力，让我们能够将学到的知识与实际工作相结合，更好地解决问题和应对挑战。其次，它促进了我们的综合素质的发展，包括自主探究能力、创新思维和团队合作能力等。再次，它培养了我们社会的责任感和关心他人的意识。最重要的是，它为我们的未来发展打下了坚实的基础，提高了我们的就业竞争力。

第五段：展望未来，继续参与综合活动实践（约200字）

在未来，我将继续参与综合活动实践，不断提升自己的综合能力。我将持续学习并运用理论知识，努力探索实践中的问题和解决方案。同时，我也将积极参与团队合作，与他人合作解决问题。此外，我将主动向他人提供帮助，参与社区服务等活动，为社会做出贡献。通过持续的实践，我相信自己能够不断成长和进步，实现自己的志向和目标。