

最新活动心得格式 公益活动心得体会(实用7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

活动心得格式篇一

□2□□

职业没有高低贵贱之分。我要在自己的岗位上，兢兢业业，尽职尽责，鞠躬尽瘁，吃苦在前，享受在后，努力做一个合格的社会主义新人。最后要感谢给我们这次机会的组织者让我学到了蛮多课堂上学不到的东西。

□1□□2□

附送：

公益活动策划

力，让他们对生活充满信心和勇气，让他们能享受正常儿童的多彩世界，感受到我们的爱。

232210223240214在瀛上村或瀛上路口其中一个站台下，因为车并不是到sos儿童村门口停，须走上十多分钟。

00(中午在那聚餐每人10元)备注：

活动心得格式篇二

“晒心得体会活动”随着互联网的迅猛发展而逐渐兴起。这一活动是一种分享、交流的文化，旨在鼓励人们在工作中累积经验，积极总结得失，汲取他人的经验与教训。这种互动和反馈式的活动，聚集了众多智慧，能够为广大读者所用。下面，我将分享自己的理解和体会。

第二段：我的理解

晒心得体会活动是一种学习、分享和反思的过程。通过晒出我们在工作、生活中的经历和体会，我们不仅能够汲取别人的经验与教训，也会进一步加深对自己所遭遇过的困难的理解和体验。同时，对于他人的回应和反馈，也会带给我们不同的启示和思考，从而使我们的感悟和认知能够得到更深层次的升华。

第三段：我的体会

在参与晒心得体会活动的过程中，我深刻体会到了这种活动所带来的益处。通过整理之前的经历和思考，我更清晰地意识到了自己的问题所在，并找到了解决办法。而在与其他人的交流中，我不仅收获了很多宝贵的建议，也发现了自己并不孤独，许多人也曾经与我有过相似的经历。

第四段：对他人的影响

每个人都有自己独特的经历和体会，通过晒出来，我们不仅能够影响自己，也能够影响他人。每一条心得和体会都有着独特的价值和意义，能够为那些正在经历类似问题的人带来帮助和启示。而且，参与这种活动也能够促进彼此间的交流和互相帮助，形成更加紧密的社区氛围。

第五段：总结

“晒心得体会活动”虽然只是一种线上活动，但是它汇聚了人们的智慧和力量，通过交流和分享，使得每一个人都能够从中获益良多。当我们在参与这种活动的过程中，不断地分享和倾听，就能够不断提高自己的思考能力和专业水平，同时也能更好地帮助他人。因此，参与晒心得体会活动是一种值得推崇的行为，也能带给我们更丰富的教益和收获。

活动心得格式篇三

在这春意盎然、万象更新的美好季节，为进一步提高大学生“倡导绿色文明、建设美好长沙”的生态环境意识，激发大家植树造林的热情，在“3.12”植树节绿色宣传活动的基础上，我院能动系组织了此次去开福区群力植树点义务植树的活动。我们国贸党支部响应他们的号召，决定在3月19日与他们一同前往。

19号早上，外面下着小雨，8点40我们大家已经到达电苑楼前整装待发了。由于能动系的人比较多，所以清点完人数之后就九点多了。

经过一个多小时的车程，我们终于到达了目的地——开福区群力植树点。还没下车，我就已经看到有很多人在植树啦！我们先分好队伍，然后在志愿者的指导下掌握了放树和填土这一套操作流程和注意事项后，就开始准备植树了。我们拿了工具，找好一棵树苗，然后选好一个合适的地儿，分好工就干起来了：有的松土，有的扶树，由于有的同学从小就生活在城市里，很少拿铁锹，更没种过树，所以他们的样子尽管笨拙，但可以看出他们是用心的，认真的。十来分钟前一棵小树苗已经站在这片辽阔的土地上，然后大家又种了几棵。同学们看到自己的劳动成果，脸上都洋溢着甜蜜的微笑，这微笑是满足的，因为这不仅仅是对我们劳动的肯定，更是让我们理解这活动的意义。

绿色和谐，你我同行。植树活动中，虽然天气灰蒙蒙，但是

参与本次义务植树活动的大学生青年志愿者们意气风发，满面春风，你追我赶，互相帮助。全体志愿者们团结一心、齐心协力，将一棵棵树苗小心的摆放在坑里，填土、休整、浇水动作连贯并且有序。不一会儿，就植起了一排排的小树。大家的辛勤劳动植，让秃平的小山增添了一道道风景线。

植树期间，大家在护树工作人员的带领下，大家本着“种一棵、活一棵”的原则，在数量达标的同时格外注意栽种质量。虽然寒风习习、春寒料峭，但同学们毫不畏惧，个个干劲十足，裤腿和鞋子上都沾满了黄泥，脸上始终洋溢着劳动的喜悦。经过大家的共同努力，本来光秃秃的一片空地已经栽上了不少的树。望着整齐排列的一棵棵树苗在春风中摇曳；想象着它们经历风霜雪雨终将枝繁叶茂、覆庇一方，同学们的心乐开了花。大家纷纷和自己亲手栽种的树苗合影留念。最后，大家集体合影留念，同学们手中高举劳动工具，欢呼雀跃。

我希望每个人都能保护树木，保护树林，让大地添一份绿色，天空盖一层蓝色，空气变得更加清新吧！

活动心得格式篇四

在大学生活中，参加社团活动是锻炼自我能力的重要途径之一，而其中的活动部则是起到组织和策划各项活动的重要角色。在我所参加的社团中，我有幸成为活动部的一员，拥有了在活动中发挥自己能力的机会。通过此次经历，我深刻认识到了活动部的重要性和自己的不足之处，也收获了许多珍贵的经验和体会。

第二段：组织和策划活动的重要性

作为活动部的一份子，我们需要组织并策划好各项活动，包括活动的主题、活动的执行、宣传和参与等。这些活动既要符合社团的主旨，也要吸引和满足成员的需求，更要考虑到实际的情况和成本。在策划活动的过程中，我们不仅要充分

调查和考量，还要具备敏锐的洞察力和高超的组织能力。因此，对我们而言，策划和组织活动是一项很重要的工作，须做到真正的“发挥你的想象力，尽情创造”。

第三段：自我能力的锻炼

在活动部的工作中，我们始终处于先导和推动环节，必须时刻关注着活动方案的完备性和优越性，也须要配合社团的其他部门，协调活动的各个环节。从中，我们不仅锻炼了自己的沟通能力、组织能力和领导能力，更学习到了如何平等地与他人协作，确保活动的高质量完成。我们还需要做到对困难披荆斩棘，不断改进和创新，并时刻招纳新的成员，以保持我们的团队活力。

第四段：不足之处和面临的挑战

在活动部成长的过程中，我们也面临着许多的不足和挑战。比如时间的限制、意见和出现差异，及学生活动的盲目性，都让我们倍感压力。同时，社团内的制度架构和文化氛围也影响到了活动部的工作，让我们没有足够的资源和人力去实现我们的想法和计划。因此，只有团结一致，相互支持，才能挑战自我，克服困难，实现更多的目标和愿望。

第五段：展望未来

随着时间的推移，活动部已经对我们产生了极大的影响，也为我们日后的工作和生活锻炼出了很多的能力和思维方式。我们的过往奋斗和付出，也将给未来的同学带去薪火相传的机会和动力。因此，我们应该深入吸收和掌握经验和体会，更要谨记活动的初衷，保持团队合作的良好氛围，推动社团的发展，继续做出更多的贡献。只有这样，我们才能在未来的路上不断前行，成就自我，更好地服务社团和学生群体。

活动心得格式篇五

经常开展拓展活动是可以加强大家的凝聚力的!朋友们，大家在拓展活动中学会了什么呢?以下是拓展活动心得体会范文，分享给大家哦!

2xxx年9月12日至13日为期两天的拓展训练让我受益匪浅。

语句虽是陈词滥调，可感受却是前所未有的。

这次拓展训练给予我强烈的震撼，深刻的感悟，触动了我灵魂的深处，必将终生难忘!

活动刚开始的时候，大家都是很拘谨的，可开营仪式上主训师的高昂词调不一会儿就把大家的激情调动起来了，同学们摩拳擦掌，跃跃欲试。

而向来不自信的我心里却还是七上八下，忐忑不安，我在心里反复问自己：我体质弱，体育差，我行吗?我会不会就是那个给团队拖后腿的人?如果真的是那样后果会如何?但在大家面前，我极力掩饰自己的情绪，不让大家看出我太多的不安。

活动随时随地充满着竞争，在这里，没有第二，只有第一，每个人都在暗暗较劲，为了自己，更为了团队!

“高空断桥”是第一个高难度的高空挑战科目，也是这个科目让我获益最大!没上去之前，真的是特别害怕，天气本来就冷，我更是紧张得手脚冰凉，站在地上不停地叨叨：“害怕啊!”但是没有后路可退，如果我放弃，全队就没有成绩，那怎么行?!很快就轮到我了，我才发现我是我们队第一个上去的女生，穿好保险衣，定了定神，我就开始往上爬。

其实爬个八米高的杆子对我好像也没什么好怕的，可是一站

到高台上感觉就完全不一样了!我艰难地拖动着自己的两条腿，不知道走了多久才站在了断桥前。

在队友们的欢呼声中，我下来了，我衷心地感谢安保队员，感谢每一位队友，我向大家宣布：我实现了一次自我突破，我做到了!我更感悟到：生活中很多事都没有你想象的那么可怕，往往是自己吓自己，瞻前顾后，畏首畏尾，还没开始做就失败了，不要想太多，想做就做□just do it!只要有自信，成功就会属于你!

接下来的科目一个比一个精彩：“天使之手”让我再次挑战了自我的恐惧，同时体会了信任与合作的力量；“穿越电网”和“流程管理”让我收获了团队分工协作成功后的喜悦，而“渡河”则醍醐灌顶般的让我懂得了“退一步才能更好的前进”这一人生的大智慧。

最后的“胜利墙”我们以24分38秒的成绩将40名队员搬运成功，更证明了我們是一支卓越的团队!团队整体的胜利和喜悦更是超越了一切!

闭营仪式上，大家的状态明显与来时不同了：彼此间的距离似乎缩小了许多，更觉得队友突然可爱了许多!主训师说的太好了：我们每个人不知从何时起变得越来越狭隘，相互猜忌、信任危机，最终达到矛盾的不可调和，于是我们开始自我封闭，自我保护，但恰恰在我们保护自己不受伤害的同时，也把信任和理解拒之千里之外，这是何等的悲哀!大家的眼圈都红了，因为这番话直击每个人的内心!

人的潜力是无尽的，集体的力量是无穷的!我一定会把拓展训练中的那份激情和感悟带入我的工作和生活中，服从领导、信任伙伴、勇敢自信、努力进取，实现一次又一次的自我突破，成就一次又一次的团队合作，打造一个又一个的成功!

这个寒假吴老师又给我们布置了综合实践活动心得体会的作
文。

但这次的子课题是新文化。

是了解春节中我们通过科技技术给亲人拜年。

通过上网找资料我知道了在过春节时我们每人都要：分岁酒、
压岁钱、拜年……其中拜年和压岁钱是春节中必不可少的事。

拜年则是祝福自己的朋友。

压岁钱，则是长辈要将事先准备好的钱分给晚辈，据说压岁
钱可以压住邪祟，晚辈得到压岁钱就可以平平安安度过一岁。

压岁钱有两种，一种是以彩绳穿线编作龙形，置于床脚，；另
一种是最常见的，即由家长用红纸包裹分给孩子的钱。

分岁酒则是除夕夜，合家同堂，摆酒聚餐，或邀至好友亲朋
同食，开怀畅饮。

其中我最喜欢拜年。

因为随着科学技术的增长，拜年的方式也逐渐增多。

如：登门拜年、短信拜年、网络拜年……我可以在短时间内
见到自己最亲近的人。

祝福他来年事事顺利、心想事成、身体健康。

如果我外出旅行我可以通过手机把祝福语发送到亲人朋友的
手机里……现在的科学技术比以前方便多了。

以前总要买些年货，拿到亲戚朋友家给他们拜年然后又去另
一家，东奔西跑的很累。

而现在我们只要通过科学技术就能马上和亲戚朋友见面拜年……

心得体会：通过这次综合实践活动我明白了科学技术在我们生活中很有用处。

我们通过它可以给亲戚朋友拜年……也让我了解了春节中的我们习俗习惯以及做法。

为期一天的拓展训练结束了，但内心的激动却久久不能平息。

回顾在训练中受的挑战和磨练，感受颇深。

这次训练，是一次身心的大洗礼，是进一步推动我全力以赴作好各项工作的动力。

它不仅仅是一种简单的训练，而是一种文化、一种精神、一种理念；同时也是一种思维、一种考验、一种气概。

在训练场上，我们忘记了年龄，忘记了工作的身份，忘记了生活的环境，我们抛开一切，全身心的投入到训练中。

我们的团队有着一个阳光而响亮的名字——精英，在队长的带领下，我们高唱队歌“团结就是力量”开始了一天极具挑战的训练。

整个训练主要包括五大项目：高空断桥，盲人方阵，电网逃生，背摔，攀登“毕业墙”。

每每遇到困难和挑战，我们以“精英，精英，勇攀高峰！”的队训激励和支持着队友，没有责备，没有抱怨，没有放弃，没有抛弃。

最终，我们团队的每一名成员都顺利地通过了重重考验。

拓展训练的第一个项目“高空断桥”，它是一个个人挑战项目，要求队员们在8.5米高的木板断桥上从这边跳到另一边，空间跨度为大约1.2--1.8米左右，然后再跳回来就算完成。

当挑战者一步一步爬上8米高空之时，心里早已怦怦直跳。

脚下仅仅是一条木板，而手又没有任何东西可抓，腿不由自主地开始打颤，尽管有保险带，但初次尝试仍心存恐惧。

下定决心，豁出去了。

一跃，成功！大家的欢呼声，赞美声交织在一起，感动着这里的每一个人。

通过这个项目，教会我们如何在压力和困难面前调整自己的心态，勇于尝试，挑战自我，战胜自我。

第二个训练项目是“盲人方阵”，任务是把大家的眼睛蒙住，分散在一个广场上，寻找一条绳子，然后用这根绳子围绕成一个面积最大的正方形。

这个任务在开始的时候大家都觉得很简单，但是当所有的人被蒙上眼睛的时候，我们发现，原来难度一点也不小，讨论并确定了一个初步方案，开始执行。

在中间的时候产生了一些意见分歧，最终队长站出来，统一协调大家完成原始方案。

在总结经验的时候，训练老师讲了一句话我非常有感触，他说当大家为了一个目标争论不休的时候，你放弃话语权也许是对完成目标最大的帮助。

我觉得这个项目无论是用哪个人的方法都能完成任务，无论是你认为笨的办法还是聪明的办法，只要是坚持到底，都能顺利

完成任务,重要的是要按着一种方法坚持到最后,如果一种方法还没有做完,就换另外的方法,恐怕到最后很难完成。

这就要大家听从队长一个人领导,大家齐心协力,相信队长,最后一定会顺利完成的。

经过午餐时间的修正,下午训练的第一项是“电网逃生”,任务是在规定的时间内,每一位队员都穿越由不同面积空挡组成的“电网”,全队触电网累计不能超过三次。

项目开始后,我有点发蒙,觉得这简直是一个不可能完成的任务,但是经过大家讨论方案,精密布置,最终竟然提前十分钟全部通过。

作精神,互相信任,在自己通过电网的时候,要完全放松,相信同伴,相信自己能克服心理困难,最后都能安全通过,充分体现了团队力量。

训练项目的第四项信任背摔是一个队友爬上背摔的平台,在教练的指导下,捆住手臂,背对着团队向队友们用手臂搭建的“保护网”平倒。

在一声声的“你们准备好了吗?”、“我要倒了!”,不仅能够感受到队友们的自信心,也能够感受到队友们对整个团队的信任。

这个项目很好地揭示了团队的力量及一个人在团队的作用,以及信任和被信任是来之不易的、是幸福的。

每个队友能够顺利的完成此项目,与其他队友的全心保护和自己对团队的高度信任分不开的。

我个人对自己要求特别高,只有当自己做好了,才有资格指导他人。

三四月份招聘取得了很成功的结果,这无疑离不开整个人力资源部全体人员的积极参与,以及各店面经纪人积极配合,当然也有自己付出的心血和努力。

一个人如果希望得到别人的尊重和信任,首先就要自己尊重自己,自己信任自己;一个人如果存在于社会中,他必定会隶属于一个团队中,不能孤立存在的。

“信任是团队的粘合剂,是团队精神支柱。

”如果要想使自己的人生更加精彩,更加快乐,那就充分在团队中展现自我吧!

本次拓展训练最感动人的项目莫过于最后的攀爬“毕业墙”。

看到四米二高的墙壁,我已经两腿发软,但是当我看到同事们一个个都胜利通过时,在一个同事的鼓励下,我鼓起了勇气走到墙壁下,开始此次征程。

同事都顺利“毕业”了。

当时眼泪已经在我眼眶里跳来跳去,但是最终的喜悦战胜了感动,让这一瞬间的感动埋藏到了心里,我为自己作为一名商行人而感动骄傲、自豪!

“纸上谈兵终觉浅,绝知此事要躬行”。

通过此次拓展训练,让我很好的感悟到很多道理。

一个团队想要发展壮大,只有紧密团结成一个整体,才可能战无不胜、攻无不克。

希望我行以后会多组织类似的活动,使员工们能够不断地升华自我,真正做好“岗位主人翁”!

活动心得格式篇六

环保活动是近年来社会关注的热点话题之一。在我所参与的环保活动中，我深深感受到了环保的重要性，并从中得到了许多宝贵的心得体会。尽管环保活动可能需要付出一些时间和精力，但它对于保护地球和人类健康的意义是不可估量的。通过参与环保活动，我明白了保护环境是每个人的责任，同时也收获了团队合作和社会责任意识的提升。以下是我对环保活动的心得体会。

首先，参与环保活动让我意识到每个人都有责任保护地球。对于环境的破坏和污染，我们不能简单地将其归咎于政府或其他人。每个人都是地球的居民，都应该为保护地球的未来做出贡献。在环保活动中，我看到了许多志愿者无私奉献自己的时间和精力，他们带来的改变虽然微小，但对于环境的保护有着重要的意义。通过参与环保活动，我明白了每个人都有责任参与到保护环境的行动中，哪怕只是从自己身边的细小事物开始。

其次，参与环保活动让我认识到环保不仅仅关乎个人的行为，更是一种社会责任。在活动中，我发现只有通过团队的合作和集体的努力，我们才能取得更大的效果。每个人的参与和付出都是不可或缺的，只有大家齐心协力，才能实现环保的目标。通过与其他志愿者一同参与环保活动，我了解到了团队合作的重要性，并意识到一个人的力量是有限的，而团队的力量是无穷的。环保是全社会的责任，只有通过广泛的参与和共同努力，我们才能真正实现环保的目标。

第三，参与环保活动让我重新审视了自己的生活方式和消费观念。在环保活动中，我亲眼目睹了环境污染对自然界造成的伤害，也意识到了我们过度消费的行为对环境的负面影响。因此，我开始审视自己的生活，尽可能地减少浪费和污染。比如，我尽量减少使用塑料袋，购买可生物降解的产品，慎选食品和日用品。同时，我也与身边的朋友和家人分享我的

环保观念，希望能够对他们的生活方式产生一定的影响。通过参与环保活动，我深刻认识到环保不仅仅是一种行为，更是一种生活方式和价值观念的转变。

第四，参与环保活动让我感受到了保护环境的喜悦和成就感。在活动中，我亲自动手清理海滩和河岸，种植树木和花草，参与环境教育和宣传活动。这些活动不仅让我的身体得到锻炼，更让我意识到了环保行动对于改善生活环境的重要性。当我看到海滩和河岸重新变得干净整洁，当我看到树木茁壮成长，当我看到人们对环境保护的认识逐渐提高，我感受到了保护环境的喜悦和成就感。这种喜悦和成就感激励着我继续参与环保活动，并将这种意识传播给更多的人。

最后，参与环保活动让我明白了环境保护是一个长期的过程，需要持之以恒的坚持。环保并非一蹴而就的事情，而是需要持续不断地努力。我们不能仅仅满足于一次性的环保行动，而是应该将环保融入到日常生活中的点点滴滴。只有长期坚持，才能真正改善我们的环境，保护地球的未来。参与环保活动的过程，让我明白了环保事业的长期性，并相信只要每个人都坚持不懈地付出，我们一定能够迈向一个更美好的未来。

参与环保活动的体会让我明白了环境保护的重要性，并激发了我为保护地球做出贡献的决心。通过团队合作和社会责任的认识，我认识到保护环境是每个人的责任，而不仅仅是政府或其他组织的事情。参与环保活动还让我重新审视了自己的生活方式和消费观念，并感受到了保护环境的喜悦和成就感。我明白了环保是一个需要长期坚持和持之以恒的事业，我们必须将环保融入到日常生活中的各个方面。只有通过广泛的参与和共同努力，我们才能实现环保的目标，创造一个更美好的未来。

活动心得格式篇七

今天，我有幸参加了高桥小学“文源共同体”英语教研活动，作为一名刚刚迈上工作岗位的年轻教师，此次活动让我受益匪浅。

此次教研活动听取了来自育才的曹丹老师和高桥的高君老师的课。针对四年级上册unit4 b let's learn两位老师同课异构，课堂教学十分精彩。她们风格各异，但都十分重视语音的教学，重视课堂趣味性以及小组合作，讨论展示的环节渗透，充分调动了学生的积极性，课堂活跃、轻松，教学效果良好。

1、单词教学。要侧重语音教学，在拼读基础上理解词义，学会在日常生活中运用。

2、板书师范。学生具有向师性和模仿性，因而教师的板书一定要准确、美观、及时。

3、导入要引人入胜，培养学生良好的学习习惯。

4、注重创设情境。要把学生引入到感兴趣的情境中，适当添加些课堂小游戏。

5、加强课堂实践性。适当留点时间让学生在课堂上小组合作并进行汇报。如let's do部分让学生边读边做动作;let's talk部分可组织当堂小组合作演出。

当然这些便需要我不断提高自身综合素质，多听课学习，向经验丰富教师学习，不断钻研体会。

此外，今天的这次教研活动在听取了两位老师的课后，还就英语教学的“提质减负”话题做了研讨。会上，人民路小学、湘湖小学等几所学校代表各自谈了他们学校的提质减负措施。当中有一些是我们也正在实施的，也有一些是值得我借鉴的，

听了老师们的发言后我也感触很深。

首先，小学阶段的英语学习其实是种兴趣的培养。几位老师都不同程度地提到要如何激发学生学习英语的兴趣。如星级争章制、课堂游戏、小组中小老师管理、课堂红黄绿卡制等，这些都是针对学生兴趣而精心设计的环节。我也觉得可以一个月发喜报、颁发作业认真奖、采用加分竞赛等活动来培养学生浓厚的学习兴趣，这样才能打好提制减负的基础。

其次，要优化学习方法。如四年级的英语学习更多侧重在听与说上，因而要注重语音的练读与单词拼读。班里还可实行优生辅导学困生的合作学习，教学相长。因为学生可能更乐于向同学请教，这样可以关注到每一位学生学习。

再者，英语的作业一定要当堂练。不给学生课后留偏多的书面作业，现学现练，充分做到提质减负。学生作业也可分层设计，对部分同学要求会写会说会演，而部分同学则要求会认读单词，在此基础上逐步提升。

各位老师与大家分享的措施都有许多让人借鉴学习之处，会上，某中学教导主任还从中学英语教学的高度对我们小学的英语教学做了几点评价，提了些许建议。本次英语教研活动内容充实极富意义。

总之，通过此次教研活动，我开阔了眼界，看到了自己的不足，也十分高兴能参加这样有意义的活动。同时我也对自己提出了许多问题去思考，并有了努力的方向。怎样让自己的语言个更优美?怎样让孩子喜欢上英语课?怎样培养孩子英语运用能力?相信在今后的英语教育教学上，通过自己的不断努力，我会有更长足的进步!