

最新参加志愿者的活动心得体会 参加志愿者活动心得体会(实用5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我们帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

参加志愿者的活动心得体会篇一

经过精心组织和准备[]20xx年6月29日至7月5日，我们在指导老师xx的带领下，深入社区开展了以“创先争优做贡献，弘扬文明你我行”为主题的暑期社会实践活动。我们实践的内容非常丰富，每一天都会有不同的实践内容。在这七天的实践过程中我们先后开展了清理家园志愿服务、走访老党员、青少年暑期安全宣讲及文明城市创建调研等多项主题实践活动。“永远跟党走，青春献祖国”，我们用实际行动来表达我们这一无悔的誓言，并为xxx争创全国文明城市做贡献。

通过暑期社会实践，让我明白了奉献的意义。我总会问自己：志愿是什么？其实答案很简单。志愿就是奉献，就是无论何时何地，都毫无保留、不求回报地向需要帮助的人伸出热情的双手。人需要快乐，快乐的来源多种多样，但奉献的快乐却是其他快乐不能比拟的。在南瑞社区的这七天实践过程当中，我们在奉献的同时，也收获着精神上的愉悦与满足。

通过这几天的志愿服务，使我深刻的明白了志愿服务其实是奉献社会、服务他人的一种方式，是传递爱心、播种文明的过程。对被服务对象而言，它是感受社会关怀、获得社会认同的一次机会。对社会而言，它是提升社会文明风气、促进社会和谐的一块基石。作为当代大学生的我们能够通过自己

的努力不为报酬的，自愿为社会和他人贡献自己绵薄的力量。我觉得这就是炎炎夏日的一缕缕微风，是潜入静夜的细雨，润物而又无声，默默点缀着我们的生活，陶醉我们的灵魂。

当我们挥洒汗水认认真真清除社区内每个单元楼道的“牛皮癣”、小广告及过期公告的时候，当我们面带微笑仔仔细细给社区青少年宣传暑期安全知识的时候，每一次的志愿服务，我们都感到无比的快乐和幸福。

在志愿服务过程中，不仅仅在于奉献，对于我自己来说也得到了提高、完善和发展，精神和心灵都得到了满足。我深深的明白了志愿服务其实既是“助人”，亦是“自助”，既“乐人”，也“乐己”。

团结就是力量，七天的实践活动使我深深明白了这一道理的现实意义。没有所有队员的一起努力，就不可能完成每一项实践活动内容。依稀还曾记得，教室里，伴着微弱的灯光，我们大家在一起讨论关于怎样更好的宣传青少年暑期安全的事宜，大家各抒己见，充分发挥了各自的聪明才智，使得我们的实践方案能够更好的在实践中开展开来。这个团队是属于大家的，没有众志成城的努力，就不可能有成功。这给我们以后步入社会也留下了宝贵的经验，它让我们深深的明白了拥有团队意识的重要性。我们自己的经验、知识、能力等都是有限的，许多时候，我们都需要通过和别人合作来完成一件事情。我们这个团队有很多人，大家性格也都是各不相同，怎样友好和别人相处，也是非常重要的。通过这几天的实践活动，我也学会了怎样和大家沟通交流、友好相处。大家能够利用这次难得的机会友好的相处在一起，真的是一次幸福而又快乐的回忆。

依然令我感到新奇的是，我们在实践过程中，开展了一次以创建文明社区为主题的问卷调查活动，深入社区对社区居民进行问卷调查，这对于我来说还是头一次，因此我感到很新奇。对于问卷调查总体来说还是很顺利的，但也有极个别人

对问卷调查很反感。这也让我明白了，对于每一件事情，站在不同的立场上，也许你认为这件事是好事，但也会有人认为这件事是坏事，也许这就是芸芸众生的社会。

通过开展暑期社会实践活动也给生活在都市象牙塔中的我们真的提供了广泛接触基层、了解社会的机会。通过深入社区，为社区群众做实事、送温暖。，同社区群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，使我们深刻理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是我们青年人成长成才的正确之路。

参加志愿者的活动心得体会篇二

体育活动是一种很好的锻炼身体和增强自身素质的方式。近些年来，越来越多的人开始重视体育活动，并积极参与其中。我也是其中之一，这些日子，我积极参加了一些体育活动，并从中获得了一些成长和收获。

第二段：对体育活动的体验

在参加体育活动的过程中，我感受到了身体和心灵上的愉悦和放松。通过运动，我放松了心情，缓解了压力，并保持了身体的健康。而更重要的是，通过和其他人比拼，我也重新理解了竞争的真谛，也学会了集体合作和互相鼓励的意义。通过体育活动，我认识到了自身的价值，并明白了体育活动所带来的正面影响。

第三段：对挑战的应对

第四段：体育活动中的意义

体育活动，不仅仅可以为我们的身体提供帮助，还可以塑造

我们的个性。体育活动能够让我们明白自己的内在潜力，并发挥我们的特点和优势，提高了我们的意志力和动机。同时，体育活动也能培养我们的团队精神和社交交流能力，让我们更好地理解其他人并与他们合作。在这个角度上，我相信体育活动正变得越来越重要，并且会继续对我们的生活产生积极的影响。

第五段：总结

通过这些体育活动，我深深地感觉到，运动能够使我们更健康、更积极、更聪明。从这一过程中，我学会了勇气和毅力，并发掘到了属于自己的潜力和能力。体育活动是一种美好的体验，它会继续保持着它的魅力和意义，也将继续激发我们去追求完美的内在和外在外在。

参加志愿者的活动心得体会篇三

非常高兴能够在那里，以一个志愿者的身份来和大家分享这次参加志愿者服务的感想。

首先要说的是，非常荣幸能够代表学校参加本次：新疆首届麦西来甫、健身交谊舞，广场舞。暨克拉玛依市首届体育舞蹈锦标赛，我自治区能够将比赛安排在我市举行是对我市多年来体育文化建设的肯定，也是对我市安保等多项指标的认可，而我市将比赛场地设定在我校更是对我实验中学的极度认可，我校老师与志愿者用心开展工作，力求圆满举办好此次活动，圆满完成上级任务。

我校在高一高二年级中选取负责有潜力用心努力的学生，作为这次比赛中的志愿者，能够被选上是一种职责，更是肯定。这代表了老师对我们工作潜力的肯定，表现出老师对我们工作态度的肯定。我们所有的志愿者都为能够参见此次活动而感到光荣与自豪。

下方来谈谈我们志愿者的工作，虽然活动安排在5.1假期中，从必须的程度来说的确是占用了我们休息的时间，但是从另一个角度来说这次活动丰富了我们的生活。

两天的志愿者服务虽然身体感到十分的疲惫，但是想想自我所做出的贡献和回报总会感到非常值得，在帮忙人们的时候收获一个个微笑，那是广大参赛选手对我们工作态度的肯定与鼓励，能够帮忙他们是一种职责更是一种乐趣，虽然在舞蹈比赛中忙碌的连正式比赛都没有好好看上几个，但是我服务大众，为每一位参赛选手送上帮忙与祝福。每次服务回来，总忍不住在qq空间写下当天自我的感受，还记得散文家林晓风说过一句话：一个人的名字会被几多久，非常多时候来来往往行走匆匆，人与人之间总是擦肩而过，来是偶然走也是必然的。我不在乎自我的名字会被人记多久。倘若一个人被记住了十几年，就应感到欣慰，而我只有一个名字叫志愿者，我期望尽我的潜力去帮忙别人。我并没有那么伟大，但我会贡献更多。

也许非常多同学对志愿者服务并不感兴趣，认为这项工作无聊，浪费时间。但是，在工作的过程中，我们志愿者心中最大的感触就是，热心帮忙别人的感觉真好，虽然有时会有些累，但是为了别人付出，看到别人满意的笑容非常值得。我们用自我的青春、活力来感染和帮忙别人，我总觉得这样非常光荣，我相信还会有更多的人加入我们志愿者的队伍，和我们一样开心的笑，一样用自我的人生去帮忙他人。社会也需要志愿者来加强人们的社会职责感，来发扬人文精神。我相信当人们看到跟多具有奉献精神，服务主动热情，礼貌待人，一切言行于公心的志愿者时，也会投入志愿者的队伍中。

在那里，我又要引用毕淑敏的话：也许我非常重要，因为在那些最需要帮忙的人身上又燃起了期望之火；也许我一点也不重要，因为我只是一名普通的学生。我期望有更多的人加入青年志愿者服务，体现我们学生立足社会融入社会，提高我们学生自身道德修养。

志愿者非常平凡，平凡的面容，平凡的制服；志愿者不平凡，不平凡的内心，不平凡的精神。志愿者是快乐的凡人，也是人间的天使，而我正是其中一名快乐者，也是一名志愿者20xx年到20xx对于我来说与众不同而且好处重大。一个偶然的的机会，我成了志愿者队伍中的一员。两年多的志愿服务生涯，从作为一名环保卫士到参加义务表演到饮食文化节到盲校志愿者等等。这所有的一切都给我非常大的动力，非常大的快乐。正是一点一点积累的努力，让我能够站在省运会的舞台上，经过三轮的过关斩将我获得了这个光荣的机会当一名志愿者。这也让我感受颇多，那里有职责、有感动、有收获、有快乐，而更多的还是一种追求和使命。以后，无论走到哪里，我必须会和志愿服务紧紧地连在一齐，去帮忙需要帮忙的人，让人间充满关爱。

常常想象，省运会到来的那一刻，每一天飘过这儿的有不一样地方的，有老人，有孩子……有来自五湖四海的朋友，而我们，这群志愿者将用微笑迎接，用真诚欢迎，尽地主之谊，让来客感到热情与友爱，让他们享受这片圣地的快乐！这段时期我深深体会到作为一名奥运会志愿者工作的艰辛，快乐和那份职责感所带来的动力。记得以前一个坐轮椅的老大爷一个人没有办法过台阶的时候，是我们两个志愿者和一个保安人员齐心协力，将老大爷抬过那个台阶。这正是我们中国人团结精神的点滴表现。同时，我也深深体会到了，奥运会志愿者工作是个群众合作的工作。中国在08年也经历了许多艰难与波折，正是我们13亿人口的众志成城才战胜了困难。祖国在经历、在成长；我在思考、在行动，我愿同祖国一齐，去迎接那属于我们的彩虹！我想，此刻，彼刻，行动才是我们每一个志愿者、每一个中国人对祖国最好的回报。我们每一位志愿者必须会坚守自我的‘岗位，直到省运会圆满结束，这是我们的使命，也是我们作为主办方的志愿者们应尽的义务。

我们的工作简单，环境也并不优越，但是那种快乐却从心底油然而生，因为我们是在为需要帮忙的人们服务，是在为省运会尽自我的一份力量。我们这些志愿者一向是微笑着的，

发自内心地微笑着，简单地解决了他们的问题；应对一些老年观众，对于他们的提问，我们反复给他们解答，没有丝毫的厌倦。应对盲人上下车，我们就是他们的眼睛；应对老人、残疾人需要帮忙，我们就是他们的拐杖；应对外地人迷路，我们就是他们的向导。在我们用细心为他们创造舒心的环境，用微笑带给温暖的同时，我们也学会了理解、宽容和关爱。关爱他人是一种快乐，助人为乐是一种美德，有爱就有期望，礼貌就在你我身边。我非常幸运，能够在这样一个特殊的日子里做志愿者。我非常开心，能够跟一群热情大方的朋友一齐为省运会服务。在志愿者的快乐岗位上，我用自我的微笑去感染他人，也将这种微笑传递下去。微笑，简简单单的嘴角上扬就是最美丽的风景。

许多人会问参加志愿服务到底图的是什​​么？对我而言，当听到服务对象的一句多谢，我就实现了当志愿者的价值。青年是人生最美丽的时光，我们应用心投身到自我热爱的事业中，以不懈的追求、辛勤的汗水演绎青春，用实际行动来实现自我奉献社会的人生价值！这两年做过无数的志愿者让我明白做好志愿服务必须要有老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼的博爱之心，要有不期望以任何方式得到好处的奉献精神，要有矢志不渝的坚持。当志愿服务成为每个人的人生信条的时候，我们的社会将成为香飘满园的和谐家园。为了这个理想，我会努力做出我的贡献。我为身为一名志愿者而自豪！

参加志愿者的活动心得体会篇四

大学生活是一个多姿多彩的阶段，除了学习外，参加大学活动也是我们提升自己、丰富学生生活的重要途径。在大学期间，我积极参与各种活动，不仅丰富了自己的社交圈子，还锻炼了自己的领导能力和团队合作精神。以下是我参加大学活动的心得体会。

首先，参加大学活动可以丰富自己的社交圈子。大学是一个以人为本的环境，我们需要与不同背景的人交流和互动。参

加大学活动可以认识到很多志趣相投的朋友，扩大自己的人际关系网。在一个团队活动中，我遇到了志同道合的伙伴，通过共同的目标和努力，我们建立了深厚的友谊。这些朋友不仅在活动中给予我鼓励和支持，也成为了我生活中的重要伙伴。

其次，参加大学活动可以锻炼自己的领导能力。大学活动往往需要有人来组织和策划，担任组织者不仅对个人能力有较高的要求，还要具备良好的沟通和协调能力。我曾担任班级文艺晚会的组织者，起初我对这个角色感到有些无所适从，但是在和其他同学的密切配合下，我不仅学会了如何协调各项准备工作，还进一步锻炼了自己的团队领导能力。通过这次经历，我明白了一个团队的成功离不开每个成员的努力和协作，同时也增强了我的自信心和责任感。

另外，参加大学活动还可以培养自己的团队合作精神。在大学活动中，我们通常需要和其他同学一起完成一项任务或者规划一个项目，这就需要我们具备团队合作精神。我曾参加一次社会实践活动，我们组成了一个团队，共同协作完成了一个社区公益项目。在这个过程中，我深刻体会到了团队合作的重要性。每个人都发挥自己的专长和才能，共同完成了分工合作的任务。通过这次活动，我不仅学会了如何与他人合作，还提高了自己的沟通和协调能力。

总的来说，参加大学活动不仅可以丰富自己的社交圈子，还可以锻炼自己的领导能力和团队合作精神。这些经历不仅成为我大学生生活中美好而有意义的回忆，也为我今后的职业发展打下了坚实的基础。通过参加大学活动，我不断挑战自我，不断接触新事物，不断提高自己的综合素质。我相信，这些经历将成为我人生中宝贵的财富，让我更加自信地面对未来的挑战。

通过以上所述，我们不难发现参加大学活动对我们大学生生活的影响是非常深远和重要的。它不仅可以使我们开拓视野，

提升自己，还可以培养我们的团队合作精神和组织能力。所以，我建议每一位大学生都应该积极参与各种大学活动，发挥自己的特长和优势，不断完善自我，为自己的未来打下坚实的基础。只有这样，我们才能充实而充实的度过大学时光，为自己的人生画上更加绚丽的一笔。

参加志愿者的活动心得体会篇五

近年来，越来越多的人已经开始重视身体健康，为了保持身体健康和丰富生活，许多人开始参加各种各样的体育活动，如慢跑、游泳、健身等等。而我自己也是这样，我从很小的时候开始接触各种体育项目，参加了很多比赛和运动会，这些经验让我感受到了很多，也使我走上了一个更健康的生活道路。今天，我想分享一下我参加体育活动的心得和体会。

第二段：目标的设定

我很清楚地知道参加体育活动不只是为了锻炼身体，也是为了实现自己的目标。当然，这些目标可以是时间、距离、强度等等各种各样的事情。我通常会在开始参加一个新的活动时，先设定一些目标，例如每周去奔跑5公里，或者游泳100米，这将会帮助我更有动力去完成自己的目标，同时也有助于提高我参加体育活动的效果。

第三段：坚持不懈的力量

我相信，参加体育活动最重要的是坚持不懈。这是一个很常见的问题，许多人总是在开始的时候会十分积极，但很快就会放弃运动。我有朋友曾经告诉过我，他每天骑车上下班，每天都要跑到10公里左右。虽然最初可能会很艰难，但如果你坚持下去，你会发现自己慢慢地变得越来越轻松，而身体也变得越来越强壮。对我而言，每周去跑步至少三次，也让我体验到了同样的事情。

第四段：用正确的方式进行活动

参加体育活动并不是随便玩一玩就好了，正确的方式很重要。例如，很多人在跑步时都会犯一些错误，例如过度用力或没有做好热身运动，这样会导致一些身体疼痛的问题。当我第一次开始跑步时，我也犯过这些错误。由于我没有先做好热身运动，我在开始跑步时就拉伤了一条小腿肌肉。这给了我很大的教训，并让我认识到了正确进行体育活动的重要性。

第五段：结论

总而言之，我相信参加体育活动的好处非常多，无论是对身体健康还是日常生活都有很多帮助。通过设置目标、坚持不懈、正确方式的参与，我深深地意识到了参加体育活动的重要性，并且也意识到自己生活中需要更多的体育活动。我希望更多的人能够加入体育活动，享受运动带来的快乐和好处。