

# 志愿者实践活动体会 寒假志愿者社会实践活动心得体会(优质5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 志愿者实践活动体会篇一

体验是一种在感受之后的书写，主要用来记录你的思想和感受。它是一种在阅读和学习实践之后的感觉写作。以下是为大家整理的关于, 欢迎品鉴！

为了能够让我全面发展，也为了能够锻炼磨砺自己我，在这次假期，专门找了一份兼职工作，也不是什么厉害的工作只是一些普普通通的工作，成为一名餐厅服务员，因为我们很多时候是为了学习而学习，完全脱了了生活，除了学习什么都不知道，我的工作主要是为客户提供点餐上菜，和清扫工作，这些都是一些非常简单的事情，我第一天工作就出现了问题，客户点的东西我拿错了，脾气暴躁的客户在我面前一阵痛骂，当时我的心情既愤怒又惭愧，有好多次我都想好好教训客户，最终还是忍下来了，回到酒店内又被经理痛斥，内心充满的愤怒，我也打算一走了之的，但这样就不能实现锻炼自己的效果了，之后的工作我吸取了这次的家训，在客户点完餐后我会把单子让客户看一遍，再确定之后在回去报给后厨，时间也是在这样的工作中过去，慢慢的我已经在酒店工作了有两个月时间，在这期间我也遇到过相同的事情，我并不是像开始那样等待错误来临，我会尝试与客户沟通，与他们交流把问题妥善的解决了，在这过程中我的动手能力得到了充分的锻炼，也学会了与客户沟通，知道如何做好工作。

参加社会实践能够丰富我们的知识技巧，能够锻炼我们的交际能力，锻炼我们独自生存的能力，让我们在学习的过程中知道吃苦知道用心，知道去努力学习。经过了这次的实践工作我长大了也懂事了，理解爸妈的良苦用心，更知道了努力学习奋斗，这是我成长历程中不可多得的经验以我人生的宝藏，对我以后考上大学，走上社会都非常的有帮助，让我知道了生活的艰辛，只有通过努力学习，学好知识，学好技能，才能够面对时代的浪潮，才能够在未来的生活中创造出美好的未来。

一次社会实践，一次简单的磨砺，只是轻轻的迈出了一步，去让我受益终身，虽然是小事，也是一次快乐的经历。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

近半个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟！

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊！好辛苦啊！在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易！

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想

也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。

同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理，那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难!”意思就是说：在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自己!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立!

一切认识都于实践。实践是认识的说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具

有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识 and 理论对实践具有指导作用。

认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实践，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

寒假社会实践是一件快乐的事，既能够学以致用，又能够拓展自己的知识面。带着这样一种莫名的使命感，我很努力地坚持着!这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

走进大学的校门，再从里面走出来，几个月下来，感觉自己成熟了许多!在大学的第一个寒假里，我希望能与高中初中有所不同，改变除了学习还是学习的规律生活。我们的辅导员建议我们在寒假多出去走走，去接触外面的社会，不要老师在家里面窝着，还交给我们一个在寒假进行一项社会实践的任务。实践是一种磨练，对于学生来讲，我们学的都是理论知识，真正运用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。

基本情况以及工作体会：实践的时间是寒假过春节之前的10天，实践的主题是体验生活感受社会，主要内容是在一家食品生产工厂的生产车间进行食品包装和称重等简单的活儿。通过表哥的介绍，我找到这次打工的机会，并且以一个临时工的身份和许多正式员工一起走近这家工厂。

第一天进去做事觉得感觉很新鲜。因为是做食品的包装，所以要求很严格!在进车间之前要先把自已包装一把!要穿白色

的大褂，白色的口罩，还有帽子，靴子。把自己包得密不透风!这样做有两个用处，一是食品的卫生要求很高，再是我们做的是粉状类的产品?过多吸入对身体有一定的伤害。

第一天是试工，我都在努力的学习，虽然说有点累，而且是一直坐在那里工作很机械，但我对每一个步骤都很积极、很投入，因为那是人要吃的食品，是不可以马虎的!带着这样一种莫名的使命感，我很努力地坚持着!这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

工作情况：工作时间为每天上午7点半到下午3点半，中午歇息一个小时给我们吃午饭，每天两个班，总共八个小时。上班是采取打卡的形式的。在第一天报到的时候就有人给我们做好了工作卡，人事部的那个姐姐还很细心地和我们说打卡的时间，要我们注意一定不要迟到，公司内的规章制度不严格，但是在迟到的惩罚这一方面可就是绝的容情的!

厂长也出面给我们这些刚刚进来的临时工开了一个小会，跟我们说了厂的一些基本制度，还有公司的一些重要部门分别负责什么和什么，叫我们如果有什么需要，就和部门的人说一声，做个登记。还有就是一再强调要确实做好卫生工作，一定不要马虎看待工作!衣服啊，帽子啊，手套啊，所有进入车间的衣物都要定时清洁、消毒，必要的时候换新的!

厂长一大通话讲完之后，我们便开始工作了。我被分配到了第四车间。厂里总共就四个车间，听说第四车间是最小的一个，但是产量却是的!我为自己能够来到第四车间而感到十分高兴!

车间里面加上我总共六个人，分成两组，在两台机器下面工作，一个是用包装袋承装机器已经分配好了的粉末，一个用电子称称重，还有一个负责最后的封口工作，三个人形成一条流水线，工作效率想要不高也不行啊!我在里面，什么没有技术的活都干，哪里人手不够我就到哪里帮忙。

工作不是很粗重也不是很费劲，但是的确是很无聊的！没过几天我就已经开始厌倦了。好在，每一次上班的时候总是有一段时间可以出来休息一下，喝口水，和几个同事聊下天，这些都挺宽松的，就是时间不要过于长了，不能耽误了工作。我想，这个车间能够产量一直居厂里面第一就是因为大家都懂得劳逸结合。

刚刚开始做的那两天，睡觉的时候能感觉自己的腰啊，手臂啊还有腿都有些酸痛，不过慢慢的我就适应了。车间的同事们都挺和善的，几个阿姨也是很健谈，一直有什么没什么地和我聊天，从最正经的问我的爸妈是谁啦，到问一些八卦问题，我在里面工作一点也不觉得陌生或者不自在！也在这一过程中获得了宝贵的社会经验。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼的机会。

实践感悟以及心得体会：我利用假期参加这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中提高自我检验自我。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一、在工作中要不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。要善于学习，勤于学习，学习无处不在无时不在，并不是只有在课堂的时候才可以学习的！

二、坚持不懈，成就未来。坚持再坚持是很重要的一个成功法则！人们在受挫的时候总是想要放弃，能够坚持下来与否是自己最后圆满完成任务的关键！

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，开始工作总蹑手蹑脚，怕出现失误，所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。

如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度

如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，做勇敢的自己，因为“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、在社会上要善于与别人真诚沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多工作的同事，不同的人有不同的性格。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的！人在社会中都要融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。忠言逆耳总不是一句空话，要用真诚去感化别人，真心总会换来真爱的。

在实践中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，思想起伏不稳定，在觉得工作太过于单调无聊的时产生做退却的念头。参加社会实践应有不畏困难贵在坚持的精神，大胆行动敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。通过参加社会实察，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人活泼开朗的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正踏上工作岗位，融入社会奠定坚实的基础。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。面对一些没有好印象的同学总是想到回避。

## 志愿者实践活动体会篇二

由于自身缺乏工作经验，我从一开始就面临着极大的挑战和考验。这份志愿者工作不光是在生理方面更是在心理方面向

我宣战，可我不能临难逃脱，我必须不畏艰难，勇往直前，因为我深知只有这样才不负“志愿者”这样一个响亮的称号。于是我做好充分准备胸有成竹地迈向社会，脚步如梭开始为世博会的宣传忙碌奔波。从没日没夜地背上级发下的讲解词到8月3号冒着酷暑去世博局接受专业讲解员的考核，一切都进行得有条不紊，顺顺当当。

与此同时，我又有幸地被选为全程讲解员，这使我感觉身上的担子一下子变得更重了，从那一刻起我告诉自己没有不胜任这份工作的理由。于是从8月5号开始我正式上岗。但一开始我却吃了不少苦头。虽然先前我把讲解词背得滚瓜烂熟，但要将其与展板和多媒体展项的内容有机联系还是有不小的难度。

这使我第一天很不适应、频频受挫，以致每当指着展板和多媒体展项面对游客讲解时，我都要经历短暂性的大脑空白，当然紧张是一方面，但最关键的还是我没理清头绪、对号入座，那一瞬间的我总是在拼命回忆，疯狂地在记忆中搜寻与之相对应的讲解词。自然而然第一天带的2次全程讲解都与预期效果相差甚远，非但自己在讲解过程中磕磕绊绊、口齿不清，更让我不满的是我没能将世博会知识全面准确地传达给每一位前来参观的游客。后来我思考一番领悟到讲解员工作并非只是背背讲解词而已，它要求我熟悉每一块展板和多媒体展项所呈现的内容，再用自己的语言准确、简明扼要地表述出来。于是在每天开馆之前我都会先自我演练几次，直到熟练为止。

虽然整个过程显得非常枯燥乏味，但我深知如果连自己都听不懂讲解内容的话，又怎能准确明了地将世博会的信息传达给所有游客呢。于是我如此往复不断地自我演练，终于取得了较大的进步。每次带全程讲解时不但不心慌嘴乱了，而且还能从容地向游客传递世博会信息，将本次展览最精华最华丽的部分呈现给大众。

除此以外，每次我都要从9点工作到5点，周末还要推延到6点。长时间的站立和讲解对我的身体提出了严峻的考验，尤其是腿部和喉咙。每次下班后我都会感觉两腿像灌了铅似的沉重，喉咙像进了沙似的干涩。但我认为这只是成长道路上的小小障碍，如果连它们都逾越不了的话何来日后的成长和坚强，况且作为一名志愿者更不能在困难面前叫苦连天，我唯一要做的`就是坚持不懈，战胜困难。

## 志愿者实践活动体会篇三

社会实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。这是我进入大学以来的第一个学期，当然，也是我第一次经历社会实践。

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量

不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，我带着心中的问号，踏上了社会实践的“道路”，也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易？可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢——说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7：00起来，下午6：30下班。听听元老们的工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀！但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的

过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

对于大学生打工，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的生活模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。

打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

老板对我很好，对员工们都很好，第一月虽然没有学到多少东西，但是，我对公司的印象还是比较不错。我会更加努力的去做。不会让公司的员工失望的。

打工只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学

不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，

大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。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寒期打工。暑期虽然只有短短的两个半月，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。因为知识要转化成真正的能力要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。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

大学生返家乡社会实践心得800字

返家乡社会实践心得体会3000字志愿者

## 志愿者实践活动体会篇四

08\*\*\*\*\*32

\*\*x

改革开放30年来我们家乡的变化——乡镇面貌和人们的生活水平，以及个人感想。

改革的春风吹遍了神州大地，滋润了后起的华夏大地。30年的风雨洗礼，30年的改革发展，30年的风云巨变让一个大国重新崛起，让中华民族重新登上世界的舞台，让世界感知中国的发展与壮大，让世界为中国的辉煌而喝彩。改革的浪潮推动了整个民族的进步，解放发展了中国的生产力，使其更加适应了中国社会日益增长的物质生活需求。同时世界也在不断的注视着中国的发展，关注着中国的一举一动，因为我们的发展影响世界的今天与明天回忆往昔那段童年的记忆，耳畔依稀萦绕着一个名词-供销社。记忆中，当时我幼小的身影也曾来回穿梭其间。我幼小的心灵感觉偌大的一个供销社有些空荡荡的，记忆有些模糊，只记得那展柜上的商品不多而且都有点古董的感觉。里面的灯光也有些昏暗。现在供销社的面貌基本完全被颠覆了。由一个变成了五六个小店面，由国营变为了个体经营。商品的品种变繁多而且门面变得更加敞亮了。不言而喻，不难看出我们镇居民的物质生活水平也提高了，物质需求也增长了。这种个体经营模式也更适应了人们的人生观个价值观的发展水平。同时也反映了现代人还没有共产主义思想的观念和觉悟而且人们的趋利性更趋向于金钱和权力。纵观这几十年的发展这种趋势越发明显。说这是改革开放带来的副作用似乎有些不恰当，或许说这是社会发展的水平限制了教育水平，影响了人民的素质水平。

看着脚下的路慢慢由黄变灰，少了些风尘仆仆，多了些平坦舒心。镇上的小洋房也如雨后春笋，慢慢取代了黑旧歪斜的老木屋。这些面小洋房也更注重外表了，不再是红砖残露，

水泥粉面。个个都安上了磁砖，显得分外夺目。房子好了车子有了！记得我只有五六岁时，当时有自行车的也没有几家。没过两年自行车几乎是每家每户必有的。当时，谁家要是有了摩托车就算有钱了。看着人家骑摩托车，我就会羡慕好一阵。因为我至今还没机会学骑摩托车。这几年镇上有轿车的人也渐渐多了。没上大学之前我一直觉得能买的起轿车就很有钱的行为。来到沈阳后发现我错了，其实有车也不是难事。

随着求学轨迹的不断变化和要求，我在家的时间也越来越少了。对家的感觉全在我的记忆深处，回忆的画面似乎已跟不上时代的变迁，已不能反映家乡的现貌。记得镇上卫生院附近的一片老房子在一场火灾中化为了灰烬，据悉，火灾的原因是因一个单身汉醉酒后，不小心引起的。那一片都黑炭堆成的废墟，真让人惋惜！不过在改革的春风吹拂下，政府的关怀下，不到半年时间这里已经洋房林立了。此景更胜当年呀！

历史的年轮碾过，苍老了往昔的德胜舞厅，记得小时这里歌舞升平。每当夜幕降临这个古老的小镇时，往来于此的人络绎不绝。几年后这条街上又出现了好几家卡拉ok，渐渐地，舞厅就没落了。这个过程中，我的邻居当年也承包过一阵，但好景不长。不几年就将其转手给了其他人，现在这里变成了一个五金店，还卖水泥。生意还挺火的。

寻觅着古老的足迹，追忆着流逝的历史。在、镇上有着好几处危墙，说是危墙，但人们并不将其放在眼里，依旧健在，只是有些被拆了建房子。又有些方砖老堵被列入危墙行列看着老墙的减少心中总是有些不舍，但小镇的发展改革的要求，人民生活需求要求这一切必须进行。

在我的学习生涯中，我悠闲的记忆里，深邃的烙印着改革的痕迹，我们这代人有种承前店后的骄傲，却也含着无奈与遗憾，记得我们小学三年级，的离开中心小学本校区到一个木质结构的学校上课，这是一座古老的房子，木桩已被岁月腐蚀了根基，木制的墙板布满了无数被冲洗后留下的凹槽。有

效地我们并没有因环境而又自卑与不乐。依旧将童真洒满了这片土地，将快乐的三年级留在了这。四年级我们又辗转来到另一座老房子了，这是个土墙建筑，木质地板。比三年级那更有学校的感觉，或许这种感觉我现在才有。当年没哟一个人谈论学校设施怎么样，当时的我们除了学习，考虑的最多的如何养蚕，抓蝌蚪，小青蛙……着这里我们见证了98洪灾。当年那些老建筑就在河畔，都经不起喝水的亲吻，为安全起见校领导决定我们停课放假更让我们兴奋的是期末考试取消。五年级我们又重新回到了母校的怀抱，但我们没有被安排进新教学楼，在旧教学楼有度过了快乐的五年级，；六年级我们终于如愿，到崭新的教学楼上上课了。这时的操场表达了，是原来的两倍。而且我们还有了让我们自豪的塑胶跑道。这么好的跑道，中学都还没有啊，而且知道后来我市高中念高中是，美丽的高中校园内也没有，直到我们毕业了才听说我们高中更建操场才有了自己的塑胶跑道。

新菜市场建成后我发现里面卖的菜比以前多了，买菜者带回的菜也更多更营养。以前卖牛肉的人不多现在卖牛肉羊肉的摊主就有了好几家，走上大街感觉现在的大姐是彩色的。特别是年青人，发型多变，衣着新潮，连手边的宠物也让人眼睛一亮。

改革的三十年，我见证了二十年，这三十年的变化，这二十年的发展是让人欣喜的，祖国的二十年发展也是让人自豪的，我相信祖国的未来将会更美好。

## **志愿者实践活动体会篇五**

很高兴能够在这里，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，很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，我校老师与志愿者积极开展工作，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能力积极努力的学生，作为这次比赛中的志愿者，能够被选上是一种责任，更是肯定。这代表了老师对我们工作能力的肯定，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。

下面来谈谈我们志愿工作者的工作，虽然活动安排在5.1假期中，从一定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，但是想想自己所做出的贡献和回报总会感到很值得，在帮助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，能够帮助他们是一种责任更是一种乐趣，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助与祝福。每次服务回来，总忍不住在qq空间写下当天自己的感受，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，很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。我不在乎自己的名字会被人记多久。倘若一个人被记住了十几年，应该感到欣慰，而我只有一个名字叫志愿者，我希望尽我的能力去帮助别人。我并没有那么伟大，但我会贡献更多。

也许很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，热心帮助别人的感觉真好，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很值得。我们用自己的青春、活力来感染和帮助别人，我总觉得这样很光荣，

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，一样用自己的人生去帮助他人。社会也需要志愿者来加强人们的社会责任感，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。

在这里，我又要引用毕淑敏的话：也许我很重要，因为在那些最需要帮助的人身上又燃起了希望之火；也许我一点也不重要，因为我只是一名普通的学生。我希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，提高学生自身道德修养。

志愿者服务实践活动心得体会范文800字以上