

# 最新大学生家务劳动社会实践活动心得体会(模板6篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇一

建筑工地现场参观实践是工程造价专业基础必修的实践性教学环节。通过实地参观，让我们对工程的施工现场和施工体系有了宏观的了解，将建筑识图、房屋建筑学、建筑材料、工程计量、工程计价、施工组织与技术、工程经济学、项目成本控制、财务管理等课程所学到的理论知识与具体的实际工程结合起来，从建筑技术的角度建立对建筑物的感性认识，加深对讲课内容的理解，并感受建筑学专业的工作对城市，对环境，对经济及对社会的现实意义，培养造价从业者的职业道德，加深对本专业的认识。

认识建筑结构，建筑材料，建筑机械。

了解某些结构的施工工艺。

观看建筑施工流程。

辅导老师讲解理论知识。

了解施工图的表达内容，初步掌握阅读施工图的方法。

xx年3月1日

这次实践的地点就是矿大银川学院的图书馆工程，实地观察建筑工程施工现场，熟悉从事行业的环境，提高自身能力，

增强专业兴趣。刚到工地时，我有许多不懂的地方，只能多看，多听，多学。以下是这次实践的内容：

## 地基与基础工程

地基与基础工程应尽量避免雨季施工，否则应采取有效的防水、排水措施。

基槽开挖完成后，必须对基坑底部进行普遍钎探。钎探完成后应通知相关单位组织验槽并明确地基处理方案。

基槽(坑)开挖不得超挖，如个别地方已超挖时，应由设计、监理、施工单位拿出处理方案，采用与基土土质相同的土料回填，并夯实至要求密实度。开挖过程中应尽量减少对基土的扰动。如采用机械开挖，应在基底标高以上留0.2~0.3m的土层，由人工开挖。

当采用灰土回填地基时，必须采用粘土为拌合材料，但其最大粒径不得大于15mm。用做拌制灰土用的熟石灰应采用粒径不大于5mm的灰糝，但不得使用灰粉。石灰熟料中不得有未熟化的灰块，并应现场取样浇水检查。

灰土应预先在地基基坑外拌制完成，并拌制均匀，拌制中要采用计量容器计量，保证配比准确，拌完后应及时进行摊铺夯实。不得在基坑内现拌现用。条件允许的可应用商品预拌灰土，预拌灰土的质量应满足要求。

灰土应采用机械碾压，采用压路机的虚铺厚度应控制在200~300mm之间。夯实后的灰土，三天内不得受水浸泡。

## 砌筑工程

砖砌体施工，每砌完一步架应二次对墙面灰缝欠口外部不饱满的部位进行修补。每工作班完工后最上一皮砖竖缝内应填

满砂浆，避免缝内积存杂物、灰尘而影响上下层砌体粘结。

砖砌体施工前，除应按规定弹出墙体轴线外，还应至少弹出一道墙边线控制墙\*移。

砖砌体标高、灰缝、洞口高度须用皮数杆控制，皮数杆数量要符合施工操作规程要求，皮数杆上应划出灰缝宽度线，并固定牢固。多孔砖砌体施工不宜使用半砖，且应保证上下皮砖竖缝搭接长度不小于1/4砖长。砖柱和宽度小于1m的墙体必须使用整砖。

多孔砖砌体施工应保证水平灰缝的砂浆饱满度不低于80%，不得采用铺浆法砌筑墙体；立缝砂浆亦应饱满，不得出现瞎缝舌头灰大缩口，墙体不得污染。

## 钢筋混凝土工程

现场使用的钢筋须保证其型号、规格、强度符合设计要求。

钢筋保护层厚度应符合设计及施工规范规定，并应按主筋计算。

当采用冷轧扭钢筋时，原材料必须经试验合格后加工。在圈梁、构造柱、悬挑板式阳台结构中不得采用冷轧扭钢筋。冷轧扭钢筋需焊接时，必须采用跨接线焊接。

钢筋绑扎，应在梁、柱纵向受力钢筋搭接长度范围内按要求进行加密。

砼柱浇筑时，砼至柱顶振捣完毕后，须二次掺入净石子、二次再行局部振捣，防止柱顶砼石子由于其沉落减少而影响砼强度(掺石数量视现场确定)。

砼柱头处应浇筑成毛面、不得压光，但其表面不得有浮石子

或未经振捣的砼；砼柱接茬过于光滑的，应进行剔凿处理。

砼柱设计强度高于梁板的设计强度时，应先浇筑梁柱节点混凝土，再浇筑梁板混凝土。

砼施工完毕，应在12小时内加以覆盖并浇水养护，普通砼的养护期限不得少于7天，掺有缓凝型外加剂或有抗渗要求的砼养护期限不得少于14天。

建筑业一直在我国经济发展中占有着重要的地位，随着我国建筑行业的不断发展，城市的投资环境逐步得以优化，城市人口的居住水平不断提高，我国建筑工程质量呈稳步上升趋势，但不可否认，一些在建工程和已投入使用的工程尚存在不少的质量问题，有些甚至严重危害到建筑结构和使用安全功能，所以工程质量也是广大市民普遍关心的问题，在房屋建筑工程建设和使用过程中显现出来的或大或小的质量问题绝不容忽视。给我留下的印象特别深刻的是：

### 外脚手架的高层搭设

预留孔洞的施工：预留孔洞施工在建筑工地施工中常会出现忘留，留置错位等通病，在建筑工地屡见不鲜，也是我此次实践所见到的最多败笔。对此，我决定作为一个工程技术人员必须熟读图纸，把握细节，并加强与个施工班组之间的协调与交流，是孔洞预留等细部构造处理完美。

文明施工问题：对文明施工的印象，此次实践中确实给了我耳目一新的感觉，也改变了对工地的一些看法。在市场经济的制约下文明施工较以前几年有了很大的改善，无论是在工地形象识别，还是材料堆放都已经开始接近标准化，但是与书本理论相比还存在不足与瑕疵，众观全局还是有很大的改良。

特种工种持证上岗：如：塔吊司机，电焊工，消防等特殊工

种的技术要求高，从业人员都必须取得职业上岗证书才有资格进行工作，而现在的工地在这方面还不是相当的完善。因此，我觉得工地在招聘工人的时候应严格把关资格审查，这样既有利于工地现场安全，质量可靠。同时也能激发工人接受教育获取证书的热情。

这次实践，除了学会了适应环境，我还认识了自己的经验不足。在学校中，我们收获知识的主要来源就是课本，很多东西只是知道，但没有亲眼见过，头脑中也没有多少概念轮廓。在这次实践中，垫层，砌砖胎膜，浇筑混凝土，钢筋加工，绑扎钢筋，钢筋焊接，支模板，脚手架的搭设等等这些，还了解了抱框，拉结筋，箍筋，加固铁片这些东西，观看了工人做二次结构，了解了标高，怎样控制墙体平整度和垂直度，砌砖，调运工程材料，每层的基准线这些，通过施工员师傅的讲解学习，我知道了一名合格的施工管理人员，读图识图能力是必须的，要详细的知道所负责楼层的标高，尺寸等，不仅要掌握这些流程和施工技术，还需要有一定的管理协调能力，要能协调好各个工种之间的配合，还要控制工人在施工过程中的作业质量，控制进度计划。这些都是我在工地上的体会，由于时间的短暂，这些东西以后我还要继续慢慢学会，现在只能做简单的了解。

实践实质是毕业前的模拟演练，在即将走向社会，踏上工作岗位之即，这样的磨砺很重要。在这次实践中，熟悉了施工现场的环境，锻炼了我吃苦耐劳的精神，增强了我对本专业的兴趣，提高了我解决实际问题的能力。近距离的观察、学习，我对土木工程施工有了更加全面的认识。掌握了一些实用的具体的施工知识，而这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要、十分基础的知识。对我将来的工作有着重大意义。

## 大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇二

早上，我们来到xxxx古道中的一座茶山。带领我们上山的龙

哥告诉我们，这座山因为是古迹，因此被保护了起来，自清朝后就没有修过山路，所以上山的道路并不是一般山那样有人工修好的台阶，而是非常的崎岖泥泞。我心中虽做好了些许心理准备，可还是没有料想到登山会是如此的艰难。因为凌晨下过大雨，泥土变得非常松软，山路上的石板非常湿滑，山路又颇有些陡峭，只是走了一段路就累得气喘吁吁，可大家都没有停下脚步，我也就不敢怠慢，跟着队伍一直向上走着。走着走着，突然就看见眼前的石板上出现了一条黑色的正在蠕动的生物，定睛一看，我不禁大叫起来：“蛇啊！”吓得直接躲在队友身后了。我从来都最怕蛇这种动物，尽管那蛇十分细小，而且自己逃走了，我还是很后怕，有点不敢再往上走了，可都走到了这一步，怎么能不登上山顶一览山下风光呢？我便拉着朋友的衣袖，一边小心地向上攀登，一边警惕的观察周围的一草一木，生怕又钻出个什么生物来。就这样带着一分担心，一分谨慎，迈着艰难的步伐，终于和大家一块登上了山顶。站在山的巅峰，俯瞰山下一片绿色的茶园，先前的辛苦忧虑随着山顶的微风一扫而空了。远处的山峦云雾缭绕犹如仙境，山下的茶园青翠怡人，这样的美景叫我怎能不心旷神怡。这段爬山经历令我终身难忘，登山和下山真可谓是“步步惊心，不过在那茶山顶上却看到了一生难忘的美丽景色，真是不枉此行。

中午吃过饭，我们游览了xxxx古道驿站。竹桥，流水，风车，颇有一番古色古香的韵味，难怪有新人在这个地方拍婚纱照。走在驿站的路，欣赏着沿路的风景，真是觉得舒畅惬意，连呼吸的空气也觉得甜美起来。

一番旅游下来，脚走的有些酸痛了，可会想起今天一天的经历，还是觉得非常值得，心里非常开心。重走xxxx古道，不仅欣赏到了那么多美丽的景色，还了解了普洱茶的历史文化，真是不虚此行。

## 大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇三

这次实践，我只是想接触一下人们口中总提到的社会，总说大学生接触不到社会，我想自己体验一下社会到底是什么样貌，一个月下来，还是有所收获。

1、在社会上要善于与别人沟通。经过这一个月的工作实践让我认识很多人，也让我了解到与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前，我与别人对话时不会随机应变，总是想说什么就说，谈话时从不注意别人的想法，这是很让别人厌恶的。人在社会中都会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、虚心地理解。

2、在社会上工作要有自信。我刚工作时，总认为自己什么都做不好，就养成了不耻下问的习惯，干什么都好，一开始大家还有耐心。然而当我慢慢熟悉后，还是改不了这个习惯，大家边有点烦了。之后，同事说“你能不能有点自信，自己作主啊”，我才意识到，这是缺乏自信的表现。在以后的工作中我尽量自己作主，让自己有点自信。不论你以后做什么工作，肯定会有要自己做主的时候，所以，自信一点，自己作主。

3、工作中也充满学习的机会。像我在饭店工作，那的厨师很好，我站在旁边，他还教我炒菜呢。虽然学生不是太好，但也还是受了点熏陶，回家后妈妈还夸我做菜好吃呢。还有，我也经常和同事说我们学的东西，讨论我们都看过的书，很有意思。其实，生活中，工作中，到处都是学习的机会，只要肯抓住，不一定必须在学校学习。

4、本人存在的问题及思考

在实践中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

通过参加社会实践，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。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自己对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的暑假过得有好处。在今后我要参加更多的'社会实践，磨练自己的同时让自己认识得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，让自己能早点融入社会，这是每个人都必须面对的问题。

## **大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇四**

这个暑假，我做了了许许多多事。旅游、游泳、割草、实践……说起实践，我就会十分兴奋。因为那是我的第一次实践，我最喜爱的那一次实践。

那天，我早早地起了床。收拾好东西，带好食物，便跟着队伍出发了。我们一行人先到了一个草坪上捡垃圾。我们每个人都拿了一个塑料袋，在草坪上捡起了垃圾。我也不例外。

虽然捡垃圾很累，但是我和小朱一起边聊天边捡就不是那么无趣、又累了。

捡完垃圾后，我们吃了午餐，便坐车到了一个养老院前。进了养老院，我们看到里面住着许多老人。有的在吃饭，有的在乘凉，还有的在看电视……我们帮这些老爷爷老奶奶们打扫房间、送东西和给他们表演节目。我和小朱先给老爷爷老



奶奶们打扫房间。我们在一个房间里扫地、整理，忙得不亦说乎。忙完之后，我又给老人们背诵了古诗《江畔独步寻花》。这些老爷爷老奶奶们看了我们这些小孩的表演，都很高兴。他们也忍不住大显身手一番。有些老人表演唱京剧，有些老人表演打太极拳，还有些老人表演跳舞……大家都笑了，都开心的笑了。我看着老人们的笑容。虽然干很累，但是，我的心里却是美滋滋的。

这次实践活动让我明白了许多道理。让我有所长进。我喜欢这次的实践活动，希望下次还能参加。

## 大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇五

xxxx年7月17日——23日□xxxxxxxxx学院教育学院“同在一片蓝天下，心手相牵促成长”大学生关爱农民工子女服务队在商洛市镇安县太白庙村进行了为期七天的社会实践活动。

期间，服务队通过“亲情陪伴”“爱心帮扶”等活动拉近了与当地孩子们的距离；“作业辅导”“特色教学”等活动帮助孩子们在学习文化课的同时，丰富他们的兴趣爱好；“模拟小课堂”增加了孩子们的课外阅读知识；“素质拓展”培养了孩子们的团队意识；“爱心午餐”让孩子们感受到服务队的用心和爱心；“家庭走访”让服务队更加了解孩子们的生活状况；“文艺汇演”“爱心捐赠”“签名活动”让服务队和孩子们一起成为手牵手、心连心的一家人，让孩子们感受到外界对他们的关注、关心和关爱。

七天中，服务队努力克服自然条件带来的一系列困难，不畏艰苦，团结一心，圆满完成了实践活动。同时，本次活动受到了省教育厅特别关注，获得了好评。

通过本次活动，让实践队员们体验了生活，锻炼了自己的能力，提高了个人素养，丰富了自己的专业知识，达到了“实践社会，锻炼自我”的目的。

## 大学生家务劳动社会实践活动心得体会篇六

今年已是我大学的第二个暑假了，大学时光已经过了一半有余，回首往日，觉得自己缺少社会经验。为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正融入社会，能够适应由学生到工作者的转变，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我参加了学院团委面试，并有幸成为了自动化院赴黄花岗实践二队队员，开始了我这个暑假的实践之旅。

所谓实践，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。实践是主体的行为，是实践意识的表现形式。只学不实践，那学校所学的理论知识等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以增加社会经验，为以后出来工作打下基础。通过这段时间的实习，可以学到一些在学校学不到的知识。因为所处环境的不同，处理的人际关系不同，你所想所学自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。现在科学发展越来越快，我们不仅要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在实践的这段时间内，我一直负责协助集中整理出租房的资料，整合后立卷、保存归档，同时还兼顾着出租合同的核对和审查等工作，工作量大且繁琐，但这些都是在学校里无法感受到的。

出租屋的工作很忙很繁重，很多时候别人都在忙着手头的工作，无暇顾及你，或许你会觉得你被冷落。但是你要明白刚去到的时候，你对一切都不熟悉，不了解，要想得到别人的回应首先你就必须主动出击，要找工作做而不是等待工作。同时，每一份工作都讲究正确，高效，就算再鸡毛蒜皮的事情，你都必须认真对待，尽自己最大的能力去做，你对工作

的热情和诚恳态度会得到上级同事的肯定，你自然就会有受重视的感觉，所以很多机遇，很多你认为应该得到的东西，其实都需要自己去努力争取。要知道，没有什么自己的，想得到就必须努力付出！

我们在学校，学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力。我们都知道无论是学习还是工作都存在着竞争，竞争时，我们要善于学习别人的长处而不是一味的抱怨和妒忌，同时更要向他们学习如何做人！记得刚开学老师就说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份天真和稚气，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份，交谈中彼此地位平等。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切，尝试去处理对待。

看看这几年的招聘面试，常常反映大学生一个普遍的问题：学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。所以作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，2年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。这次社会实践活动，让我知道：只懂得纸上谈兵是远远不够的，我们更应该多参加这样的活动，为以后工作打下基础，努力锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，学会在实践中用自己的知识去服务社会，回馈社会。

大学生暑假社会实践活动报告

**【推荐】**大学生暑假社会实践报告

大学生暑假社会实践报告**【精】**

大学生暑假社会实践报告**【热门】**

**【荐】** 大学生暑假社会实践报告

大学生暑假社会实践的报告

大学生暑假工作社会实践报告

大学生暑假调研社会实践报告