

带有活动和感悟题目(优秀8篇)

保护环境，我们在行动，让我们共同建设绿色家园。怎样选取恰到好处的词语，让环保标语的传播更具感染力？绿色生活，从现在开始，为地球贡献一份力量。如今环境问题日益凸显，我们迫切需要关注和保护自然资源。环保标语是用短小精悍的文字表达对环境保护的倡导和呼吁，它可以引起人们的共鸣，激发起环保的热情。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？编写环保标语时，要抓住关键词，简洁明了地表达环保主题。以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

带有活动和感悟题目篇一

干旱、洪水、雪灾……已成了全球气候的代名词。因全球气候变暖导致的极端天气正在频频发生，这不能不让我们陷入对环境问题的深思。面对全球气候变暖、冰川消融、环境恶化，我们能做些什么？一小时等于60分钟，等于3600秒。一小时黑暗，你会怎么样？一小时黑暗，地球怎么样？也许一小时黑暗，可以明亮启发我们的内心。也许，短短的一小时并不能带来什么，但是却给我们启发。一小时，展示公众对达成全球新的应对气候变化协议的支持。

在这短短的一小时，我们家也在黑暗中度过了，可是是怎样度过的呢？我来告诉大家吧！

我们前半个小时，都在运动，先每人跳了600个绳，我累得呼呼喘气，甚至连站都站不起来了，爸爸还让我跳，我死活不肯跳。后来，我们又做了20个仰卧起坐，10个俯卧撑，我都快累死了，简直是要死要活。但是，累中还带着很多快乐。因为，不光我累，大家都很累，可还是有时还会笑。

后半个小时非常轻松，和妈妈一起做了许多小游戏，我虽然

有时输，但是有时也会赢，我非常的高兴！因为我从来没这么快乐过，我的心情十分好！

诚然，这一小时里节省的电力之于日常的消耗，只是微乎其微的极小一部分。但是xxx环保xxx这个关系地球生物生存环境的大事，正是由无数个有益于环境改善的小事而构成。全球环保理念的推广与普及，靠的就是小小的环保意识在每个人心中萌生。我爱我生存的这个星球，所以，我支持xxx环保xxx□我爱我生存的这个星球，所以，我加入xxx地球一小时xxx□记住，每年三月的最后一个星期六晚上8点半至9点半，请你轻触开关，熄灭灯光，关闭你可以关闭的电器。如这样，你很荣幸地和地球另外10亿人同步做了同一件事--xxx地球一小时xxx□

收获：参与了一件有意义的事情的时候，过后的你会觉得这是件值得骄傲的事情。环保xxx这个关系地球生物生存环境的大事，正是由无数个有益于环境改善的小事而构成的，所以，我们应该要从小事做起。

带有活动和感悟题目篇二

这一周，是学校的读书节，每天都有跳蚤书市活动。跳蚤书市就是把我們读过的书卖给低年级学生，我们再去购买高年级的书，让旧书循环再利用，同时也降低了购书成本，让每一个学生都有书读。

4月20日，是我们四年级卖书，我们都很兴奋。因为这是一年才举办一次的跳蚤书市，我们可以把读过的书卖出去了。我们班绝大多数人都拿着书，只有我和几个人没有带，因为我没有看到班级微信群班主任发的消息，原本是星期三才卖书的，因为天气预报周三有雨，我们提前到了星期二举行。这让我很尴尬！没办法，我只能帮我的好兄弟唐嘉豪卖书了。我们摆好了摊位，三年级的弟弟妹妹们聚集到这里，跳蚤书

市开始了。

三年级的小朋友在我们的摊位前逛来逛去，可是，竟没一个人买，难道是我们的价格太高？我们的书最高价才六元钱呀！终于有顾客来了。那个小朋友买了一本之后，我左瞅右看，看到我们班的一些同学居然开始转来转去吆喝，做推销宣传。怪不得我们的生意不好，原来是被他们抢了呀！我们可不能坐视不理，也开始吆喝宣传起来。事实证明，这样做是很有效的。这不，我们拿着书在这儿逛逛那儿逛逛，有好多人买了我们的书呢！我的一些同学明明知道我是卖书的，可他们故意把我当成三年级小朋友，缠着我买书。大家在那里小打小闹一阵，又各自叫卖起来。

到了后期，才是最让我们这些卖主们绞尽脑汁的时候——那些小朋友没多少钱了，就在书市里逛游逛游，不知道选哪本好。我和唐嘉豪还有几本书没有卖出去，只能加大宣传力度。原本要卖五、六元的书，硬生生被我们压到了两元，还要赠送一本。可是，这么大的优惠活动只迎来了几位顾客，只挣了几块钱。到了最后，我们索性把所有的书都降到了一块钱，还赠送一本书，这应该够优惠了吧！果然，我们的书被抢购一空。折腾了一上午，我和唐家豪只赚了16元，我们才真正体会到挣钱得不易。

4月21日，是我们买书的日子，情况可就不同了，我们四年级要是买五年级的书。五年级的书摊上有各种各样的书，简直就是书的海洋，我们在书海里漫游，这儿逛逛那儿逛逛，遇到喜欢的书就买，毫不担心钱的问题。我们都买到了许多书，有些人开始发愁了，还想买，可以没有钱了，其中也包括我。没办法，只能在摊铺前瞎转悠。转着转着，猛然看到了一本我特别喜欢看的书。这本书我盼了好几年，没想到能在这跳蚤书市上碰到。我问卖主多少钱？他不紧不慢的说，要18元。可是我现在身上连一元钱都没有，18元简直就是天价！没事儿，我打算砍价，首先是让他便宜点，他说15元。可是这个价位对我来说还是太高啦！我试探着还价10块钱，他竟然同

意了。我欣喜若狂，这本书在别的商家要20多块呢！能砍到10块已经很不错了。可惜我现在没钱了，10元钱我也招架不住啊！于是我便向同学借钱，可是我问了好几个人，都说没钱了，甚至有一个人都开始卖书了。这可怎么办？功夫不负有心人。在借了一大圈后，陈同学把钱借给了我。我千恩万谢，终于，购到了心仪的那本书。

跳蚤书市可真是好，不仅让我知道了怎么砍价，还让我体会到了自己卖书再去买书的乐趣。

带有活动和感悟题目篇三

这个暑假的社会实践对于我来说受益颇多，感受颇深，暑期社会实践感想。我花了将近半个月在上虞的一家连锁服装店（上虞市云飞龙时尚生活馆）社会实践，虽然实践的内容和本专业的内容相关，但多看看店里的那些由专人精心放置和搭配的衣服，也能在脑海中知道点色彩方面的搭配，对于从事美工方面的工作还是有点小用的。

我在店里实践的内容是做导购。以前，从我是一个顾客的角度去看，认为做导购很轻松的，只要顾客来看衣服的时候招呼一下就可以了，其实不然。导购需要整理即将要出样的衣服，要在门口做迎宾，要在出样时把一些有褶皱的衣服熨平.....

所以说，只有自己亲自体验过才知道其中的酸甜苦辣。实践第一天，我带着未知和简单的感觉踏进了我工作的店铺，店长把员工们叫来集合，然后来了次军训似的前后左右转，接着便是跳一段舞，她说公司这样规定是为了让我们振奋起来，以最好的精神面貌和心态去对待一天的工作。接着，员工们大声地喊出了自己企业的文化：

真诚：对待同事保持纯真；对待工作绝对透明。

信任：相信同事的真心，协同合作；相信团队决议，坚决执行；相信自己选择，快乐工作。

坚韧：成功的路上布满荆棘，成功就在于当你快要放弃时再多坚持一秒钟。

感恩：以宽容之心，接纳万物；以感恩之心回报他人。

奉献：为团队无私付出的人将成为云飞龙永恒的巨星，崇拜真情，快乐和财富将伴随他一生。

接着，店长说了前一天的营业额和同公司下姐妹店的营业额。在会议上，员工们分别说出了自己的营业额目标，然后用几句话给自己以鼓励和自信。会议最后，店长说了员工们要达到的营业额目标，公司用奖惩制度来调动员工的积极性。

第一天的开端让我深深明白了工作的不容易，仅仅是开个会议就开了一个多小时，店长的那些话语让我感到了竞争的压力以及要想成功就要靠自己去努力，而且做导购需要技巧，它不仅仅需要磨嘴皮，更重要的是心理战术还有的就是信心和耐心。每天去店里的顾客很多，但真正能买的顾客却不多，所以作为一名导购，不能对顾客发脾气，因为顾客是上帝，需要我们耐心去讲解。高三的时候老师叫我们高三学习了要有紧迫感，要有乘胜追击的力量。原来，不仅仅是在高三，人生的每一个阶段都要如此，有压力才会有动力。

实践第一天，我真的感到很累，连一点偷懒的机会也没有，我从早上7:50站到傍晚5:00，中间只有半小时的午饭时间，整天只有站立和走动，站时也不能随意站，要站得有形象，要微笑着去迎接顾客，如果有哪方面做得不够好都是和分数和金钱挂钩的，公司的目的是为了让员工们能够认真去遵守公司的规章制度。第一天也是我去适应那种生活：早上5点起床，晚上九点睡觉。后来有一天，店长对我说，你挺能吃苦的，寒假来实践的学生做了一两天就吃不消了。其实当时我

想，我第一天就觉得辛苦，只是有种信念告诉我，我要坚持下去，这次实践不仅是对我的一种磨炼，更是一种对自己的肯定。

接下来的实践生活我渐渐习惯了，依然是5点的闹钟声拉起了睡梦中的我，依然是在黑夜中拖着疲惫的身体进入梦乡，依然是跳那段舞，依然是店长开的会议，依然是员工们一个个的目标，依然是那一声声的加油，加油。

带有活动和感悟题目篇四

我读了《奋发向上 崇德向善》这一本书，感受很深。同时，我也懂得了什么叫社会主义核心价值观。

我叫李晓亮，今年读三年级，在学校里，我是副班长。我上学从来不迟到，学习成绩优秀，课堂上积极发言，还是老师得力的小助手。所以，在同学们的眼中，我是他们学习的榜样。

我父母常年外出打工，他们叫舅妈照顾我和弟弟，当然，因为舅妈身体有点不好，我还要你帮助她干点家务活什么的。所以，在家里我是一个听话、懂事的孩子。

通过学习社会主义核心价值观，让我感受最深的是“文明”这两个字，什么是文明呢？文明是人际交往的名片，他能够展示一个人的涵养、风度和魅力，体现一个人的认识水准、个人学识、品德修养和价值取向。如仪表之礼要求我们面容整洁、衣着得体、发型自然、仪态大方。“人无礼则不立，事无礼则不成，国无礼则不宁。”孔老夫子两千年前就主张谦恭礼让，谅解宽容。与人为善，重形象，讲文明的人文思想。

文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀，没有了文明，就没有了基本的道德底线，这就是我感受最深

的地方。在学校里，我们平时要养成良好的文明习惯，要把文明礼仪意识化为日常学习和生活中的自觉行动，形成人人走文明路、说文明话、做文明事、当文明人的好风尚，让文明礼仪之花开满我们的校园。

从自己做起，从身边做起，我要争做最美的小学生，从现在起更应该刻苦学习文化知识，学好各门功课，做好每一件小事，不断地充实自我，提高自我和完善自我，为践行社会主义核心价值观，为实现自己的将来的梦想而努力奋斗。

带有活动和感悟题目篇五

“换书了！换书了！”“一本换两本……”这是怎么回事呢？原来我校举行一次有趣的换书活动。

那时，我们正在一本正经地看书。忽然，铃声响起来了，同学个个都像骏马一样，冲出教室，排好整齐的队伍，昂首挺胸[注：抬起头，挺起胸膛。形容斗志高，士气旺。]地向草坪走去。我想：我终于可以换书了，这么好的机会，可是一年只有一次的呀！我一定要好好珍惜这次机会，换一本好书。我一边想，一边心里暗暗高兴，真想马上就开始了。

在寻找着目标，忽然，看见一个大姐姐手里拿着《格林童话》，“哈哈！找到目标了！”我大步流星地跑过去，激动地说：“大姐姐！我用《马小跳玩数学》换你的《格林童话》，好吗？”大姐姐拿起我的书左看右看，好半天才说：“好吧！”悬着的心终于放下了，换书成功了，我心里别提有多高兴了。

换书活动不仅为我们带来了先一组一组的交换，然后再一个班级一个班级的交换。老师一声令下，我们像一只只快乐的小鸟一样飞出了自己的小巢，去寻找喜爱吃的食物。看到自己喜欢吃的东西，我们就会唧唧喳喳地讨论一番，最后再做对等交换。

每位同学积极踊跃地参与这项活动，对于我这个“小书迷”更不例外，首先我拿着两本我最心爱的《读友》走到许思源同学面前说：“你愿意和我换书吗？他看了看我手中的书，高兴地说：好啊！我有一本《看图说话写话》换给你好不好？”我开心地说：好啊！我正求之不得，谢谢你呀！”随后我又奔向了我的下一位换书对象孙静鑫同学面前，又换取了一本我最喜欢看的《伊索寓言》。捧着交换后的两本好书，我欣喜不已，回到自己的位置上，我便迫不及待地欣赏起来。

我发觉跟同学换书看是一件非常快乐的事情，这样就不用让爸爸妈妈花很多的钱买书也能看到好多好多的书，还可以在换书的过程中认识书友、交流读书心得。一举两得，真是太划算了，亲爱的书友，你有什么好书啊？要是有的话，就请快来和我交换吧！

带有活动和感悟题目篇六

“每个贫困户的老屋，都有一个沉重的故事.....”

当她被人问起，身为一位北师大毕业的硕士研究生，为何要回到百色这个小地方做村支书。她的回答是四个字，“知恩图报”，她是百坭村第一书记——黄文秀。（以下均称之为她）

她的背景和身世，在此便不作赘谈。光是从她的角色形象而入，仅凭她简单的一颦一笑，我便深深的被这个可爱，水灵且不失知性的女孩儿所牵引，情感与思绪都随之而动。

故事的开头，她便带领着相关村干部们走街串巷，实地考察各家各户的脱贫情况，为各家各户排忧解难。在农村，思想固化与科技贫乏是最大的问题，为此，她没少奔走东西，忧愁也时常挂在她日渐黝黑的脸上.....

随着电影中各个人物的相继出现，故事的相继发展，逐渐的

为整个电影奠定了感情基调。电影中的画面虽是无比灿烂的彩色，我的心中却是莫名的掩上了一层灰色。期间还有一些带着乡土气息的话语惹的众人一阵哄笑，而我的内心依旧是十分沉重像一把生了锈的枷锁。

电影过半之时，前半部分所提的问题都在她的不懈努力下得到解决。可就在这时，一枚晴天霹雳当头而至，她的父亲被查处有肝癌晚期。正所谓“轻伤不下火线”，她就是这样一面强忍着父亲患病之痛，一面仍全力奋斗在脱贫攻坚战的第一线。不分昼夜，来回穿梭.....

突然，有一个想法从我的脑海中蹦出——“他们真的都是专业演员吗？”对于这个问题，我不好断而言之。但是荧幕中的每一个人身上的眼神举止，所表露出来的无与伦比的质朴感和清新感，绝对不是无中生有。每一个人，乃至每一处景，都流于自然，又融于自然。

全剧最为吸引我的，也是最为美好的一个片段，便是她驱车下山的途中，遍地漫飞的蝴蝶都簇拥在她的身旁，与她的纯真的笑容相互呼应。

带有活动和感悟题目篇七

“这个多少钱？”

“两元一张……”

这天，走在中心广场上，随处可见这种讨价还价的情景，看看卖家眉飞色舞的介绍自己的产品，再看看买家好奇的凑上前去，真正感受到了百货商场赶集的情景。

我有幸成为我们班的销售员。刚开始的时候只是默默地看着前面走过的同学，什么也不敢做，喉咙像是干涸了一般，无法出声。直到——第一位顾客的降临，鼓起勇气，迎上他的

笑容，我向他介绍起价格。也许是为了鼓励我，又或许看我紧张，他在付款时，微笑着对我说了一声：“加油！”

仅仅，只是这两个字，但我的心中却如暖流贯穿一般，热烘烘的，甜甜的，温柔的触摸着心灵，给予我慰藉。是感激也是感动，我同样回答了一句：“加油”。这不仅是对他的回应，我想，更多的是对自己的激励。

在这两声“加油”的带领下，我深吸一口气，整理自己的思绪，迈出了叫卖的第一步，和周围的同学一起，努力热情招待客人。“顾客就是上帝”是我们公司的宗旨，尽力满足顾客的需求，不漫天要价，不欺瞒客人，我们所有人都秉持这样的观念，彼此激励提醒。

第一天上午我们没有椅子，结束之后只觉得两腿酸痛，无法再活动，但没有一个同学叫苦，都在彼此鼓励，大声说笑。这样的气氛感染了我，尽管很累但要坚持；尽管很倦，但很快乐。

连续两天的创客活动，我见到了各种性格的顾客，但似乎都有一个共性——温和谦逊，没有蛮不讲理，没有不好交谈，也没有冷眼相对，留在我心中的，只有相互包容与理解，相互鼓励与支持，我想，这可能就是恩高学子的风格，这就是恩高学子的教养。

创客之旅，有苦和累，但同时，风中仍然带着甜，沁人心脾，给我以温暖和快乐。

带有活动和感悟题目篇八

经过四个小时的颠簸，终于来到了湖里村。当时是中午时分，太阳的光辉照在村口小溪上，远看就像彩色的瀑布。吃过午饭，我们就开始了在本溪的写生。这里川媚山秀，气候宜人，溪水与山色，独领神韵。地势较高，常常云蒸霞蔚，时而如

泼墨重彩，时而如淡抹写意。恰似巨幅长卷，融自然景观与人文景观于一体，仿佛身处蓬莱仙境之中。当天下午，我就见识到了湖里的美。站在水龙头前，不经意地抬头，透过茂密的树林，层层叠叠的远山若隐若现，宛如含羞的少女蒙着面纱。古朴的民居建筑，在青山绿水的映衬下显得格外静谧。老师带我们参观了这个被称为“画家村”的村落。在这个保留着古味的村落里，我感受着前人留给我们的文化遗产。这里的美无法用言语表达，这里的景色是可遇而不可求的，一缕清风，一抹红霞，每一座山峰，每一条流水，每棵树每朵花，就连那一棵小草也叫人禁不住产生怜惜之情，青山绿水之间，叫我们流连忘返，沉醉其中。我们主要是画水粉画，刚到的第一天，我们便开始了紧张的写生生活。午饭过后，我们便出发了，找到了一个风景优美的地方之后便开始画了。同学们的作画热情非常高，都忙于作画。经过一下午的努力，终于完成了一幅，然后让老师指导了一下，老师提出了许多的缺点，例如：层次不清楚，前后关系不明确，形不太像等问题。听到这么多的缺点，虽然心里有点郁闷，但是也很高兴，因为知道了自己应该改正和努力的方向。晚饭过后，我们举行了一个烧烤聚会，我们全班聚在了一起玩了一晚上，在写生的同时进行一些娱乐，感觉真的挺不错的。

在湖里村任何一个角落，你都可以感受到美。在斑驳陈旧的围墙边，在杨树的树干上，你也可以领悟到人生的道理。都说树洞是树干里有虫子时，啄木鸟为树治疗后所留下的痕迹，这也是大树的伤疤。可是不论伤得有多深，伤口也终有愈合的一天。所以，树洞的寓意就是：“没有什么伤口是愈合不了的”。我们用画笔、用心来描绘，试图把最美好的一刻留下来，用我们对艺术的热爱之心，让时间定格在湖里村最绚丽的季节！

湖里村依山傍水而建，同学们在写生创作中，纷纷以自己最广阔的情怀来展现这里建筑的独特与风景的美丽，在绘画中融入了自己的感情，同时锻炼了自己的绘画技能，展示了自己的绘画风格。同学们在写生期间，起早贪黑，早早地拿上

画具在村里的每一个角落进行写生，直到很晚才依依不舍地回来。在寝室里，同学们各自拿出自己的作品，相互交流，相互讨论，学习气氛十分融洽。

第二天我起得很早，画了两张速写，由于画得太快，所以很潦草。老师说：“速写不要太草了，这样给人的感觉会很乱。”第二天，我们是自由写生，也就是说，每个人可以到自己喜欢的地方去画，但是不能走太远。我和其他几位同学去了第一天去的地方，因为我们觉得那的风景真的不错，并且我还想把昨天画的地方再画一遍，来改正我的缺点。我在那一直画到下午两点多，一共完成了两幅画，然后回到了湖里山庄（我们住的地方）。在山庄里我又画了一幅农家院的景色，虽然画得还是不尽如人意，但我认为只要努力，就会有收获。

在本溪湖里村社会实践的过程中，同学们团结友爱，相互照顾；在学习上，相互督促，相互交流，共同进步，经过短短的三天写生课程，同学们了解到了许多，也认识到了许多。写生快接近尾声了，我们也要和大山说再见了，日久生情，来了这么多天，已经习‘惯了这的生活，对这总有些舍不得。在走的最后一天上午，有好多同学去游山，这是我们表达对大山眷恋的最好方式，有好多同学买了山里的特产。同学们被这里的风景、建筑所迷恋。

我觉得这次社会实践，使我们收获最大的不仅是对风景写生能力的提高，更重要的是让我们有了集体意识，懂得了团结的力量，让我们有了合作的精神，懂得了谦让和忍耐生活的艰苦，也更加磨炼了我们的意志。让我们亲近自然，与自然接触让我们领略了大山的情，接受了大山的厚礼。写生结束了，这次的湖里村之行留给了我很多的思考。

感谢学校给我们这次机会，让我们来到这么美丽的地方进行社会实践。”前人栽树，后人乘凉“，感谢湖里村的前辈们，建造出了这一处”画家村“。我们在惊艳之余，也情不自禁地惊叹风景的秀丽。

虽然内心的眷恋是如此强烈，现实终究还是将回归现实。现在的我依然只是一名过客，匆匆地来，也将匆匆地离开。离开这里，就好似从一场美梦中逐渐清醒一般，返回千里之外的学校，学会平静面对。经历所经历的，面对所要面对的，做所要做的。