

# 下乡的心得体会(实用10篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 下乡的心得体会篇一

在五届中央政治局常委、国务院总理李克强提出“五下乡”战略的背景下，全国各地相继开展了旨在促进乡村振兴、推动乡村产业发展的“五下乡”活动。作为公益、志愿者等组织中的一份子，我有幸参与了此次活动，并深入到贵州某个特别贫困的山区进行了实地走访和调查。在此期间，我深切感受到了农村、特别是贫困山区的巨大差距，也感受到了如何促进贫困地区的发展和改善农民生活的重要性。

### (二) 主体部分

#### 1. 关于农村发展存在的问题

在走访期间，我看到了大量的贫困农户，成片的旱塘村、堆积的垃圾、干枯的土地，全都给我的心留下深深的印象。这个地方原本就条件艰苦，再加上发展水平和投入不足，最终造成的结果便是家家户户都生活在贫困之中。同时，更让我惊讶的是，虽然政府屡次加大投入和扶持力度，但是很多地方的农村经济却仍没有开始好转，而这往往又是与一些问题的存在有关。

首先，农民缺乏高质量的就业机会，因为如果没有一个好的就业途径，贫困就会一直困扰着他们。其次，某些地方当地政府对于经济发展的看法和认识相对较低，多数人没有接受过现代化知识和技术，所以也就很难有创新性的思路去开拓

新的产业，在实现打破贫困的过程中，贫困本身就成了一个造成贫困的因素。（参考）

## 2. “五下乡”活动的效果

关于这个问题如何解决，五下乡是一次良好的探索。我们在去往贵州之前收集了一些和当地产业的信息，以及如何扶持当地贫困户的可行方案。为了让贫困户有一个稳定的生活保障，计划帮助他们发展自己的产业，毕竟“不给他们渔”也无法解决贫困问题。同时我们也发现，乡村当中存在不均质的建筑和散乱的村庄，需要进行改造和美化，以展现当地的潜力。

然而，五下乡并不是流于表面的行动，低效、无所作为的行为只能让贫困村民更失望。在前期的调查中，我们也看到了有一些当地政府不支持村民自己发展产业，所以我们需要建立与当地政府的良好关系，同时，也需要与当地贫困户建立良好关系，提供细心、耐心的服务。

### （三）反思

“五下乡”活动让我深深地反思了许多问题。我发现，长期以来，只注重城市经济发展，而忽视农村的发展，这也是造成贫困户生活异常困难的一个根源所在。其次，贫困问题是一个长期、复杂而且系统的问题，需要公司、城市、社区、农村、家庭和个人整合力量。并且，当地政府在推行扶贫项目的时候不能只看到表象，还应该要有系统性的思路去解决问题。

### （四）对未来的展望

通过此次活动，我对未来的发展有了很多期待，我认为未来的改变并不是在短时间内就能见证的，需要长久的耐心和投入，同时，也需要各方的共同努力。我相信通过努力，我们

可以让农村变得更加富裕，也可以使贫困户实现自我发展和独立。

## （五）结语

“五下乡”活动带来了挑战和机遇，也让我在实践中更加深刻地领悟到敬爱的李克强总理所说的“撤掉城乡壁垒、打通难点瓶颈”，学习到了许多有益的经验 and 知识，这不仅是对我个人的锻炼，还是一次发现问题和改变未来的良机。在我的心中，希望在未来再次参与这样的活动，让农村能够迈向更健康快乐未来。

## 下乡的心得体会篇二

常言道，有一种生活你没有经历过，就不知道其中的艰辛；有一种艰辛你没体会过，就不知道其中的快乐；有一种快乐你没有享受过，就不知道其中的纯粹。“三下乡”——关爱留守儿童，绝对是大学生生活里最有意义最难忘的一件事。我很高兴也很荣幸能够参加此次三下乡，记得出发前的晚上，我因为太兴奋而失眠。与你们相遇，真的好幸运。

活动伊始，主讲人为小朋友们讲解卫生小常识，希望通过这种形式，能够给予他们生活上贴心的小帮助；紧接着，微光的传递者上线，我们为小朋友们准备了励志故事和励志书籍，目的就是透过这种形式，将正能量传递出来，希望在孩子们心中点燃一颗颗火种，让他们永葆积极向上的态度，在困境之中磨砺自己的意志；随后，队员们教小朋友们唱歌，孩子们在草地上放声歌唱着，音符幻成一只只小鸟，飞向远方，然后又飞回来，栖息在现场观众心巢之中，孩子们的歌声是此刻凤凰县最动听的声音。趁着气温还没有很热，我们组织孩子们到平地上玩游戏，当孩子们用稚嫩的声音唱着《世上只有妈妈好》，我的眼睛开始模糊了，我想我真的是被他们歌声打动了，被他们渴望爱的眼神打动了，我清清楚楚的看到了他们纯真，努力，上进，渴望被爱的模样，这都深深烙

印在我心中，此时此刻，我能做的就是为他们带去快乐的时光，愿你们一直保持阳光的笑脸。在拍摄感恩小视频——爸爸妈妈我想对你说时，一声声“爸爸妈妈你们辛苦了，以后家务活我来做”，“妈妈，等你老了，我来挣钱，帮你看家”，“爸爸妈妈我爱你们”，一句句简单的话语直击我心房，几度泪崩，再看看孩子们，我不能哭，我要做他们的榜样，泪水就这样忍进去了。这里的孩子需要关爱，并不是物质上的满足，是真真切切可以感受到的爱，精神上的，心理上的……我们现在做的便是对孩子们投以满满的爱，让他们感受到社会对他们的关注，在此我也想呼吁大家关爱留守儿童，为这世界上最美丽的天使送去温暖。

这一年的夏天，在凤凰县里，在我心里。

## 下乡的心得体会篇三

下乡服务作为一种社会公益活动，旨在帮助农村地区的居民解决生活中的难题。作为一名志愿者，我深深体会到了参与下乡服务的荣誉和责任。在这次活动中，我不仅为农村地区的居民提供了帮助，也让自己获得了一次难忘的成长体验。

### 第二段：准备工作

参加下乡服务首先需要做的是准备工作，包括了解行程安排、与当地工作人员沟通等。在准备阶段，我充分了解到自己的任务以及所需知识和技能，为后续的任务做好了充足的准备。此外，我们还需要制定计划、准备物资和礼物，以早日进入角色，并使得行程对当地居民具有足够吸引力。这些准备工作不仅使我们对下乡服务充满期待，而且让我们更好地理解当地政府、居民和志愿者们面临的困难。

### 第三段：服务实践

到达农村地区后，志愿者们热情地向当地居民介绍我们的服

务，并详细询问他们的需求。在帮助修缮房屋，清洗水井，帮助教育儿童等工作中，我们发现农村居民的文化程度较低，部分居民在日常生活中还存在许多不了解的问题。因此，在下乡服务过程中，我们经常会讲述一些相关的知识，并为居民们解答各种疑惑。尽管实践中会遇到许多困难，但我们的志愿者团队齐心协力，不断克服困难，最终实现了所有计划。

#### 第四段：感想体会

下乡服务是一次难忘的体验，无论是对于居民还是志愿者。我们不仅能够解决当地居民的问题，还能够帮助当地居民带来更多的文化和技术知识，为居民提供一些实用的建议。在活动过程中，我发现志愿者志愿帮助意识很强，他们经常会主动问大家是否需要帮助，并在应该了解到消息，善于和居民沟通，鼓励居民积极参与劳动。同时，志愿者们还学习到了更多的知识和技能，增加了自身的经验，实现了自我提高和自我成长。

#### 第五段：总结

下乡服务让我充分认识到了志愿者服务的意义和价值，更深刻地意识到了我们对社会的责任和义务。对于居民而言，下乡服务为他们提供了更多的机会和便利，使得他们的家庭和生活得到了改善。虽然这项服务活动不能解决所有问题，但志愿者仍然会全心全意服务，尽最大努力来让这片土地更美好。因此，我相信下乡服务不仅是一种精神体验，更是一种责任和担当，我将在未来继续努力，为更多的人提供更多的帮助。

## 下乡的心得体会篇四

暑期“三下乡”支教实践报告今年暑假，我有幸参加了我们学院团委组织的“三下乡”支教活动，前往从化市河东中学

支教。期间，我主要负责的是代理其中一个班(d班)的班主任、担任生态课的教学以及负责“生物一条街”时科普知识宣传—观鸟、爱鸟项目。这段时间下来，收获真的很多，与学生、队友之间的友谊，是如此地令人感动、珍惜和难忘，这些将成为我宝贵的人生财富之一，真正体会了当初我们老师送给我们的：“用最短的时间，做令自己一生都值得回忆的事”的意义。

现在发现我越来越喜欢我们d班的学生们了，感到时间过得有点快，怎么这么快就过了三天了呢?经过三天的相处，已经认识我们d班的全班学生，也了解了部分学生的特征。当我在班里面时，无论学生们与我，都有了那种师生的气氛，感觉轻松多了。

让我感触最深的是：今天早上带班里的学生到我们班负责的区域打扫卫生，期间和学生交流时，有学生说了这些话：“老师，您真好，我们还没见过老师像您这么好的呢——会和我们大家一起来打扫卫生。也包括其他班的老师，他们也只是一旁叫自己班的同学如何如何做而已……”。听到这些话后，自己真的感到很欣慰，原来我们平时的一些小小细节也能如此深地影响我们的学生。

可见，只要我们在言、行方面给予学生正确的引导，就能够充分发挥她们各方面的积极性，你就会发现，我们这一群可爱的学生——真的很优秀！

## 下乡的心得体会篇五

第一段：介绍下乡玩的背景和目的（200字）

下乡玩是指在城市人们出于休闲度假的目的而前往乡村地区旅行和体验生活的一种旅游方式。而我最近也有幸参加了一次下乡玩的活动，既满足了我对自然风光的向往，又使我感受到了淳朴的乡村生活。下乡玩并不仅仅是一次简单的旅行，

更重要的是对生活的思考和体验。通过此次的旅行，我获得了许多宝贵的体会和感悟。

## 第二段：体验乡村的自然美（250字）

乡村的自然美是城市所无法比拟的。在城市生活中，高楼大厦，机车喧嚣，使人们很难感受到大自然的的魅力。而在乡村，青山绿水，风景如画，给了我极大的震撼。在清晨的阳光下，我漫步在村间小道上，只见羊儿奔跑在绿油油的麦田里，鸟儿在树林中欢快地歌唱。微风拂面，带着花朵的香气，使我感到刷新而愉悦。这种与自然融为一体的感受，让我忘却了城市生活的喧嚣，也让我更加深刻地认识到人与自然的紧密联系。

## 第三段：感受乡村的淳朴与友善（250字）

在乡村，人们生活简单而纯朴。我住进当地的农家小院，与主人一起吃饭，一起聊天，深刻体验到了乡村人民的诚挚友善。主人向我讲述了他们一家的劳作和生活的辛勤，他们以微薄的收入换来的是对生活的坚持和对家庭的执着。就在这里，我见识到了他们的智慧和勇敢。同时，在乡村的生活中，我也结识了许多善良而纯真的乡亲，他们表达出了对城市人的关切和善待。这种友善和真挚的交流，使我从内心感到满足和温暖。

## 第四段：思考城市生活的精神追求（250字）

在乡村的生活中，我反思了自己在城市生活中的一些追求。城市的繁华和物质的丰富，让人们很容易迷失自我，追求名利和虚荣。然而在乡村，我看到了简单而幸福的生活，他们过着自给自足的生活，有着丰富的时间和空间来培养自己的兴趣爱好，享受家庭和亲情的温暖。这让我明白到，成功并不仅仅是物质的追求，更应该追求内心的平静和对生活的热爱。反思城市生活中的追求，使我重新思考了个人价值观，

注重内心的平衡和健康发展。

## 第五段：下乡玩的启示及结束语（250字）

通过这次下乡玩，我深刻地体会到了乡村的自然美和淳朴友善的生活。在回程的路上，我收拾整理思绪，融合这次旅行的经历和感受，纳入自己的成长和发展。我意识到，下乡玩并不仅仅是简单的度假和旅行，更重要的是对自己的思考和反思。通过这种方式，我们可以更好地理解生活的真谛和自己的内心需求，找到生活的平衡和追求。我相信，这次下乡玩的心得体会，将对我的未来发展和生活方向产生深远的影响和启发。

总结：通过下乡玩，我在乡村的自然美中找到了内心的平静，感受到了乡村人民的淳朴和友善，同时也反思了自己在城市生活中的一些追求。在这个过程中，我发现事实上，追求内心的平静和健康远比追求物质的追求更加重要。下乡玩给了我极大的启示，让我重新审视城市生活的价值观，并思考自己在未来生活中的方向。我希望通过这次的心得体会，能够给更多的人带来启示和思考，让我们共同感悟生活的美好和真谛。

## 下乡的心得体会篇六

7月11日下午2点王院长召集将参加活动的全体师生开会。会上，王院长介绍了开展此次活动的目的及其重要意义。后由负责该活动的老师介绍将要实践的内容和行程安排。老师还依照以前的经验教授了我们应该带的物品及活动过程中可能遇到问题的处理办法。最后每一个人都领到两件t恤和一顶志愿者帽子。拿到装备后我是无比的激动，盼望着明日早些到来好好的要大干一场。已经是大四结束了，专业课知识已经学完了，正好趁开学去实习之前检验一下自己学的到底怎样了。回到宿舍穿上装备，对着镜子更是期待看到明日的我早些到来。



由省组织举办的大学生农村科普行活动，深入到农村开展环境卫生状况调查、村民对新农村合作医疗态度调查、科普知识调查等调查活动，宣传科学种植知识、提高环境保护意识。同时让大学生真正走出校门，接触社会，了解国情，在实践中增长了知识，得到了锻炼，将学校所学的知识付诸于实践，增加社会经验，以便以后能更好地参加公共卫生工作。

12日早上我五点半就起床了，因为六点半要在公卫楼前集合，这可是我大学生生活中起来最早的一次了，真是一个挑战！但我知道挑战也是和我们一样才刚刚开始。起来洗漱整理之后吃完前晚准备的早餐，准时到了集合地点。尽管起来都那么早，但每一个队员都是热情洋溢，丝毫没有一点困意。老师安排我们把宣传条幅、旗、宣传单、宣传手册、调查问卷等所需物品搬运到车上。我们可又多了一个队员——司机。一切准备完好之后，司机师傅开着车就向涉县出发。在车上，老师给每一个人发了一份调查问卷以熟悉其内容，同时老师把我们14名学生又分成了两小组，这样一来每2名老师带领7名学生分头行动，更是提高了工作效率。我们早上7点出发到达时已经是下午1点多钟了。由于之前没有开车去过涉县，也只是问了别人多长时间能到而已，对道路不熟悉加上路上遇到了一次堵车，使我们比计划晚了3个多小时左右到达。真是计划赶不上变化啊！早上起的早、吃的又少，现在每个人脸上略微显出疲惫的表情，但依然眼神里充满着热情。到了之后，我们大家在一家饭店吃了午餐。为了减少太大的消费，我们也是简单吃了一顿。但我们已很满足了，毕竟这不是来的目的。来了，我们就要吃的苦，做的事。老师也是希望着早些开展工作，毕竟路上耽误了一些时间。谭老师更是简单吃了些后悄悄地出去找一下我们晚上的住宿地方。饭后我们到了住处，老师安排了一下房间后，我们便立即动身前往我们要宣传调查的第一站——xx镇xx村。

我们首先到了村委会，取得了村委会领导的同意，在他们的协助下，我们在庭院里布置了一排桌子和凳子。在桌上放了两台血压计，在墙上贴了宣传单，挂起了条幅，竖起了旗子。

赵老师在村委会的广播里通知老乡们前来村委会。一切准备好了之后，我们拿着宣传单、宣传手册和调查问卷等待着村民的到来。广播通知后，很快就有村民前来了，同学们很快微笑着迎接上去，向村民发放知识书籍，给村民讲解科学知识，并做了问卷调查。由于大多数村民不识字，我们都是一个题一个题地问出来的。做一份调查可能容易，但是要做许多份时就需要极大的耐心了。再加上普遍村民讲的是地方话，有些同学交流上有些阻碍，但我们都克服了种种困难。同学们有的在发放传单，有的在回答村民问题，有的在做调查，有的在为村民测量血压。老师们更是和大家融在一起，已经分不清谁是学生谁是老师了。渐渐地村民多了起来，大家更是忙的接不过来。看看这一热闹的场景：有调查、有发传单、有访谈、有测量血压、有照相· · · · ·大家真是忙的不亦乐乎！就这样我们顺利地完成了第一站的任务。

本来计划第一天要去两个地方的，但时间已晚了，只能第二天再行动了，我们还是满意地回到了住处。老师给我们学生每人发了10元钱自行解决了晚餐。晚餐后回到住处，大家都高兴地聊了一些今天的感触，现已经是疲惫不堪了，于是早早就休息了以便拥有很好的精力去迎接第二天的活动。我们6点起床吃完早餐后就前往了第二站。不知什么原因，也许是没有得到领导的支持，在这我们就呆了十几分钟发放了一些传单。老师决定下面兵分两路：一路前往xx村，一路前往xx镇xx村。司机师傅开车在路途中把第一组留在了xx村，我们第二组继续前往xx村。由于昨天已经开展了一次，所以我们都有了经验，也很顺利地完成了任务。两组到了一起后已是11点多了，我们坐车往学校赶去。休息了一晚上，第三天同样早起坐车前往xx市xx县。这次也是分成了两路，第一组去了xx村，我们第二组去了xx村。到了之后取得当地领导的同意，群众的理解支持后，我们便进行了活动。大家都有了前两天的经验，都已经对所做的宣传调查工作相当熟练了，于是很顺利地就完成了任务。

完成实践活动之后，大家聚在一起吃午饭，交流了一下自己此次实践活动所收获之处，并说说自己认为自己这次实践活动有哪些不足的地方。我们都畅谈了自己的心得体会。回到学校后在公卫楼前我们再一次合影留念，虽然已是很疲惫，但每个人的脸上却都挂着自信而满意的笑容。

短短3天的暑期社会实践活动结束了，但它给我们的影响是深远的，真是收获很多，感触很深。我充分认识到了只有把理论与实践相结合，才能更好地完成工作。活动之前应精心计划，尽量想的周全些，则后面就顺利些，毕竟好的开端是成功的一半；活动过程中对出现计划之外的情况应能够灵活而合理地进行调整；此类调查活动首先更应该取得当地领导的重视和群众的理解支持；这样才能提高工作效率，更好地完成任务。

此次农村之行让我更深层地了解我们国家农村的基本情况。我们去的都是癌症高发之处，特别是涉县这个人口调整死亡率全国第一的地方。经调查当地环境污染比较严重，尽管当地有“十佳小康村”，也是工厂较多带来了经济效益，但也给当地环境带来了巨大污染。以前农民不得不饮用被污染的水，现在普遍已经打了深井，能够喝上清洁卫生的水。但各方面的许多因素仍使当地心血管疾病和癌症高发。

有的家庭出现了“因病致贫，因病返贫”的现象。国家新农村合作医疗制度的实施有效地缓解了病人家庭的经济压力，在一定程度上遏制了因病返贫、因病致贫现象，促进了农村卫生事业的发展，促进了农民就医观念的改变，但仍有不少农民对这一政策不够了解。因此还应加大宣传教育，农村的环境卫生需要极大改善，农民的科学文化素质需极大提高。这也许才是我们公共卫生人员以后工作的一个极大挑战啊！

我深知我们肩上的担子很重，任重而道远！因此现在学校阶段必须充分学好相关理论知识，充分武装自己的头脑，把握好社会实践和学校实习的机会，多积累经验，只有这样才能

为我们国家的公共卫生事业做出自己的贡献，让我们国家更加繁荣昌盛，人民都能过上健康幸福的生活。

## 下乡的心得体会篇七

今年暑假，我有幸加入了学校的“下乡呢”团队，前往贫困山区开展支教和志愿者服务。在此期间，我与热情友善的乡亲们相处融洽，领略了乡村风光和生活方式。回到城市后，我深感此次挑战是自己成长的宝贵机会，从中学到许多珍贵的知识和经验。

### 第二段：挑战

此次支教活动虽然短暂，但确实存在很多挑战。最大的挑战是来自自然和社会的巨大差异。贫困山区的自然环境十分恶劣，孩子们的的生活也因此十分艰难。加之与城市孩子相比，贫困山区的学生们缺乏许多基本的学习条件，师生之间往往存在很大的沟通、认知、大脑可塑性及思维方式等方面的差异。这一切都使得我的支教旅程充满着挑战。

### 第三段：感悟

然而，正是这些挑战，才给我留下了感悟深刻的回忆。我认真倾听孩子们的心声，加强与他们之间的沟通，简化教学内容，采用灵活多样的教学方式，激发孩子们的学习兴趣，体验到了无与伦比的成就感和满足感。贫困山区的孩子们为了学习而奋斗着，这令我感动和感慨。他们的淳朴和善良，也让我看到了一个不同于城市的人间天堂。

### 第四段：学习

在此次下乡呢旅程中，我还学到了许多珍贵的技能和知识。我的团队领导和老师为我们提供了各种形式的培训，包括如何与孩子沟通、如何适应自然环境、如何在陌生环境中处理

突发事件等。此外，我还深入了解了当地的文化和风土人情，并与当地人分享他们的经历和故事。这一切都让我收获颇丰，成为了旅程中的宝贵经验。

## 第五段：未来

回到城市，回到我的学校，我意识到自己以后将承担更加重要的职责，需要负责更复杂的工作以及管理更多的人员。在此次支教活动中，我学到了与不同性格、文化和思维方式的人合作的技能。此外，我也明白了什么是真正的团队协作。这些对我未来的成长非常重要，我希望自己今后能够有更多机会去体验自己的能力和成长。

## 结语

此次下乡呢旅行是一次充满挑战和机遇的经历。我深深感谢这个机会，因为它让我在陌生的环境中成长，结识更多的人，拓展了我的眼界，并体验到了许多珍贵的人生经历。我相信在未来的日子里，我一定会发挥我所学习的技能和知识，为社会做出更大的贡献。

## 下乡的心得体会篇八

八天，就这样过去了，现在想起来，真的觉得不可思议。八天竟然如此的快！

还记得刚开始来外村塘的时候，心里是带着点怨气的。因为之前因为点私事，想要退出，却不能退。所以，心中是带着点不愿意之情。加上天生对小孩有恐惧感，就更加害怕这八天不知道怎么撑过来了。可是，事实却告诉我，这八天，是我记忆中不能抹去的一部分。

招生的第一天，作为班主任，理所当然的站在报名台前。看着一大堆小孩你推我，我推你，和我只有几厘米的距离，我

还真的有点怕。但是，小孩的眼里全是好奇和纯真，我害怕什么呢？于是我大胆和他们说话，问他们喜欢什么兴趣班。刚开始，他们也很腼腆，很怕生，不愿说话。后来，慢慢的，他们也和我说话了，问我问题。那时候，我觉得，这一定是一个很好的开始吧。

在接下来八天，我和泳施成了搭档，一起做了三年级的班主任。刚开始那两天，我好温柔对待小孩，即使上课吵翻天，我还是没多说什么。可是，第三天，实在受不了了，凶了孩子们一下，他们竟然安静了，乖了很多。以至于后来的日子里，基本上我每天都会凶他们一下下。说起也觉得惭愧，因为他们毕竟还是小孩，我们来的时间也不多，理应给他们留下美好的记忆，而不是老是凶他们。我经常凶他们，我觉得他们应该不会喜欢我吧。但是，有一件事却让我很感动。班上的男孩都是调皮鬼，在另外一个队员上完英语课后，他们竟然问为什么不是我上英语课（刚开始的两节英语课是我上的），说喜欢我上英语课。当时，真的觉得很感动……还有一个女孩，下课的时候，把四颗龙眼塞到我手里，害羞的笑了笑，就跑了。可能，这算不上什么，但在我看来，我的心很温暖，开始喜欢那些小屁孩了。

心得体会《梦翔浪潮实践队队员三下乡心得》。虽然，我不能把自己知道的全部教给他们，但是，起码我尽力了。我教他们要有礼貌，要学会尊重老师和别人，懂得鼓励同学。刚开始，他们不懂，后来慢慢地，他们开始懂了，也学会了这样做。记得有一天轮到我做饭，班上最调皮的两个男生跑了过来，在一旁默默地拿起马铃薯帮我削皮，还主动说教我说雷州话。当时，我真的觉得，我每天在台上声嘶力竭的喊，不厌其烦的教他们，真的是很有价值的。

其实，还有很多很多的片段，但是，我真的不知道怎样说出来，所以只好想到什么就说什么。

对了，想夸一夸我们队的男生吧！个个都是好男人哇！工作能

力强，做饭还一流！而且把女生都照顾得很好，很贴心！很荣幸，也很高兴认识到你们。还有各组的组长和组员们，每个人都是有才之人，各有各特点，八天时间虽短，但从你们身上学到的东西却不少！真的很高兴认识到可爱的你们。

八天虽然过去了，但是梦翔浪潮队伍的每个人心里，却永远保存着一份珍贵的友谊之情。还有，对那群小孩的挂念之情。

回家两天，一直有小孩问我下年还去不去，每次我总是用“呵呵”带过，有点像在骗小孩。但是，我真的很想说，如果还有机会，我还是会去的！

谢谢上天，给了我这个机会加入梦翔浪潮这个大家庭。希望，大家之后还是好朋友□keep in touch !!

## 下乡的心得体会篇九

近年来，随着城市发展的日益迅猛，农村的面貌也在发生着巨大变化。为了增进城乡交流，提升农村生活质量，许多城市居民选择参与下乡生活体验计划。我作为一名大学生，也有幸参与了这样的活动。通过一段时间的下乡生活，我深深地体会到了农户们的辛勤与朴实，也对城乡差距有了更深的了解。

首先，下乡生活让我真正认识到了农村劳动者的艰辛。城市生活的方便与便利让我很少去关注农村的辛苦，然而在农村的生活中，我亲眼目睹了劳动者们日复一日的辛勤劳作。清晨的第一缕阳光，他们就开始工作，晚上看不见月亮的时候，他们才闭上紧闭的双眼。种地、照料牲畜、加工农产品……他们的工作从不停歇，这让我深感惭愧。回到城市后，我开始更加珍惜每一天的努力，并更加尊重农村的劳动者。

其次，下乡生活让我深入了解了农村的发展现状。农村的发展与城市不同，虽然相对较慢，但也不可小觑。在村里的交

流中，我了解到农村的产业结构正在发生调整，农民正在积极寻找新的致富途径。有的农户开始发展农家乐，有的增设农产品加工厂，有的走上电子商务的道路……这些都是农村持续发展的重要举措。通过这次下乡生活经历，我认识到了农村的潜力和希望，更加坚定了为农村发展做出贡献的决心。

最后，下乡生活让我明白了乡村文化的独特魅力。在农村，我感受到了浓厚的乡土气息和传统文化的底蕴。在村里的活动中，我参与了农民们的民间歌舞、书法绘画等传统文化表现形式。这些文化传统形式不仅展现出了乡村的生活态度，更让我明白了中华民族的丰富多彩。乡村文化是我们的根，也是我们的传统瑰宝。通过这次下乡生活，我更加明白了乡村文化的重要性，也更加明白，我们需要保护和传承乡村文化，将其发扬光大。

总结起来，下乡生活是一次难得的机会，通过这段特殊的经历，我认识到了农民的辛苦劳作、农村的发展现状、农民的朴素淳厚以及乡村文化的独特魅力。这次下乡生活让我更加关注农村的发展，更加尊重农民的劳动，也更加珍惜所拥有的一切。农村是我们的根，也是我们的未来。只有我们大城市的人们积极关注和参与农村的发展，共同为农民创造美好的生活，才能真正实现城乡共同繁荣的目标。

## 下乡的心得体会篇十

你有一个苹果，我有一个苹果，交换后我们都只有一个苹果；你有一种思想，我有一种思想，交换后我们都会有很多思想。大学生暑期社会实践是我们磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台，在这个舞台上可以集思广益，完善自我。

短暂而又艰苦的十余天暑期社会实践已经告一段落，在这段日子里，我们12人有沮丧过、有流泪过、也有争执过，但是我们始终相信，只要我们一起努力，共同渡过那段黑暗的日子后，阳光会以最灿烂的姿态来迎接我们！



现在想想，还真有点舍不得那段日子，往日的一个个画面总是会浮现在脑海中：还记得，第一天大家都很高兴地前往西门；还记得，城北之行时糊涂地把调查反馈表落在了学校，后来我跑回来再取；还记得，去岙山基地见识了最大的油罐，感受了国家储备库的宏伟；还记得，走访了舟山浙华石油运输有限公司，佩服浙华女总经理的才能；还记得，在炎热的正午和队员一起去图书馆发放问卷；还记得，团队联系消防局在海山公园举办了消防安全宣传和消防趣味知识问答；还记得，大家一路颠簸来到甬东，感受了该加油站员工的年轻化；还记得，安监局工作人员的热情款待；也还记得，活动的最后一天晚上，我们在海山公园举办了消防安全电影展。这一幕又一幕给我留下的印象是深刻的，从中我学到的东西是宝贵的，我深感荣幸自己参加了此次三下乡活动。

## 艰辛体验，增长才干

暑期社会实践活动给生活在象牙塔中的我们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。此次深入加油站和油库，从中我学到了很多书本上学不到的东西。的确，只要尝试过，拼搏过，无论结果如何，我们都能在实践中收获、成长。

在这次社会实践活动中我第一次接触了拉赞助项目，和队友不断地辗转于各个地点各个商店，虽然疲惫，但我们收获了经验，提升了我们的交流表达能力，同时对商家的经营理念也有了一定的了解。对于我自己来说，我意识到只要肯做肯说没有什么事情办不到，任何事都需要自己大胆地尝试，这为我以后的人生道路做了很好的铺垫。

另外在海山公园举办的消防安全电影放映暨祈福平安送祝福的活动中，我们队员精心筹备了表演，并获得了广大市民的认可与掌声，一张张的笑脸、一句句的鼓励，使我们感到了前所未有的喜悦与激动，我简直不敢相信自己能在那么多张陌生脸孔面前表演，这对我又是一次锻炼，我意识到大胆、自信必不可少。

## 集思广益，完善自我

此次社会实践活动让我感触最深学到最多的就是思想的交流，集思广益，提升了自己，不管是中化兴中石油转运(舟山)有限公司的汪欣部长还是浙华公司的夏赛敏总经理，和他们的谈话教会了我：1、心态决定一切：当代大学生普遍存在眼高手低、心浮气躁的现象，理想与现实的差距不可避免地存在，因此我们要找准自己的位置，合理的评价自己的能力，调整好心态去适应单位的环境，只要我们吃苦肯干，艰苦奋斗，在岗位上安安稳稳地把自己的本职工作做好，坚持下去，无论哪一行都会得到好的回报的；2、做事先做人：学会了做人就能很好地与身边的同事和领导进行交流，建立良好的人际关系，它是走向成功必不可少的；3、较强的责任心：责任心强的人，做任何事情都很负责，非常认真，这样就磨练了意志，具备了克服困难的毅力，做事情也就容易成功；4、专业知识技能：在校期间我们一定要学好专业知识，因为这不单单是掌握知识，更是一种学习方法、学习能力的培养，而真正的实践学习是在走上工作岗位之后，但有了这种学习能力后，我们便可以灵活地变通，相信无论学什么都可以学得又快又好，为以后工作打下良好的基础。另外在走访中化兴中的同时我们荣幸碰见了来自中国石油大学的研究生，学姐们也以自己的亲身经历劝诫我们要好好地把握大学时光，努力培养各个方面的能力。他们还说，在走上工作岗位后，任何人或多或少都会碰到不如意的事，其实这并不可怕，重要的是要放平心态，将在学校里学到的理论知识与实际情况结合起来，凭着十分的热情，尽力展现自己的才华，这样才能成为受领导器重、受同事欢迎的人才。再则要注重培养自己的社交能力，多与人接触，多读书，陶冶性情，一个人的性格对他以后的生活工作都很重要。这一条又一条使我受益匪浅，集众人思想，我想我已经非常明确在今后的学习生活中该如何为自己的将来垫石铺路了。

## 学以致用，服务社会

现实生活中人们还是存在安全知识贫乏、安全意识淡薄、安全行为松懈的现象，因此在舟山消防局的大力支持和协助下，我们团队在海山公园开展了一次大型的消防安全知识的宣传活动。虽然我们的力量是有限的，但为了社会的和谐，我们也竭尽所能向广大市民进行了有关消防安全的海报宣传、图片展览和相关资料的发放，让他们意识到防火防灾的重要性，并且对新消防法知识的了解使他们能进一步走近消防，走近安全。

### 共同努力，收获友情

实践活动的圆满成功离不开我们每一个人的努力，俗话说“三个臭皮匠，顶个诸葛亮”，即使个人的能力再怎么突出也及不了集体的合作。在活动中我们大家商榷讨论、交流思想、共同努力、共同担当，明白了团队精神的重要性，也收获了最真挚的友情。

艰辛而难忘的实践已经结束，但是我们的所学却才刚刚开始，新的考验和抉择还在前方等着我们，相信再深的水淹不死鱼儿，再烈的火也烧不死凤凰，象牙塔里的我们也能够经受住暴风雨的洗礼，扬起理想风帆，驶向成功的彼岸。