

# 三下乡心得 暑期三下乡心得体会(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 三下乡心得篇一

作为一名在校大学生，有很多丰富的知识值得我去学习体会，而这次的三下乡之旅，让我真正的从实践中学习到知识，也把我所学到的知识应用到实践中。进入到农村，体会到和大城市不一样的文化，在下乡的日子里面，我的收获不仅仅只是调查到的资料，更多的是心灵上的感悟。

本次下乡的首个目的地是高州市香蕉大镇——曹江镇，那里盛产香蕉和淮山，是以农业为主的一个城镇。在去那里的道路上，已经能够看到公路两旁那连绵的香蕉林，还有那些辛勤劳作的农民。到了目的地，接待我们的是镇政府的主任，本以为政府的主任就应是很严肃的，见面后出乎意料的亲切，亲力亲为的安顿了我们的住宿，介绍了一些状况，对于我们开展的工作也给予了最大的帮忙，没有他们的帮忙，我们的活动也难以顺利开展。

本次下乡开展的活动包括了探访乡村、摆咨询点、派发新种子、开设见面会和为当地农民放农业技术的相关影片，透过这一个个的活动，让我们更加深入的了解了当地的文化，也给予我们机会把我们所学到的知识教给他们。透过走访乡村，派发相关资料，我们真正的走进了农村，也了解了农村。

每个活动都让我有所感悟，其中，感受最深的，是与农民的见面会。我负责见面会的演讲工作，为了把这件工作做好，

事前也做了精心的准备，思考到当地以种植香蕉为主，所以我所准备的资料也是以香蕉为主，辅以淮山和我校的三个水稻新品种的相关资料。那天下午，或许是通知方面出了点误会，预计有30位农民参加见面会的，结果只有6位，我也从坐在主席台上演讲变成了和农民们坐在一齐，进行了应对面的交流。塞翁失马焉知非福，人数虽然比预计的少，但是坐到台下，和他们应对面的交流，反正更深入的了解到他们最真实的状况。透过交谈，发现了农村经济的不少问题，个性是农产品收购价问题，还有有机肥和农药的虚假问题，了解到这些，对于我们反馈给当地政府起到了必须的作用，同时，我也发此刻栽培技术上的一些问题，有些简单的防病虫害方法，事半功倍，但当地农民却认为有点麻烦而放下使用，了解到这些后，我尽力的去介绍一些防治方法给他们，同时强调虽然有点麻烦，但是效果显著，期望他们能够理解。会后，有一位农民邀请我有时光去他家做客，听到这话，我明白我的付出是有成果的。

本次三下乡分为两部分，前半部分是在曹江，而后半部分是在高州市的大镇——根子镇。很多人都有一个体会，就是说到高州市里面的镇，一般都会认识根子镇，因为它确实是高州市里面的一个大镇，我们首先去到的是根子镇的车站，一下子就已经能够看到当地的繁荣，该镇盛产荔枝和龙眼，有荔枝之乡之称。或许根本就不需要刻意的去了解当地的荔枝和龙眼的普遍程度，因为在街上荔枝树和龙眼树随处可见。

在根子镇开展的活动和在曹江镇的相差较大，在曹江镇，我们所负责的是农业调查和农业知识的宣传，而在根子镇，我们是负责一个国土资源保护意识的宣传，主要是透过走访乡村派发调查问卷、开设讲座和开展文艺汇演到达宣传的目的。

开展工作的第一天，走访农村调查，发现农民对于国土资源的知识了解不够全面，甚至是缺乏，因为对于问卷的资料，有很多都是不明白，以前没有了解过，这无疑是一个消息传播不够快不够全面的问题了。

在根子镇工作的重点项目是文艺汇演，过半的时光都放在了排练方面，个性是唱歌和走秀方面，我简直就没有想过会参加这方面的活动，在排练的过程中，感觉人生又多了一份精彩。正式表演的那天，虽然算不上人山人海，但是也受到了当地不少群众的欢迎，炎炎的夏日，我们都是尽力的演出，尽可能的把最好的表演带给他们。表演后的摊位活动，简直把气氛推到最高潮，当地的小孩子十分的踊跃，最后我们把我们自我的一些东西也当作礼品赠送给他们，根子镇的中心顿时成为了最热闹的舞台。

三下乡活动圆满的结束，我们从农村再度回归到大城市，看着大城市的繁华，农村带给我们的是另一种感受，而这种感受已经深深的留在我们每个队员的心里。

日光如梭，时光如电，别说短短七天的支教生活早已结束，就算是支教结束离现在都已经将近两个月了。虽然时光无情的流逝，但支教的情景却历历在目，感受也将永驻心间。回想起我们的那几天支教生活，每天都过得很充实，每天都充满了感动，一张张可爱天真的笑脸是我内心最美的记忆。

在踏上从化这片土地之前，因为我从小在农村长大，也有过类似的教学经历，只不过是教城市的小孩而已，我也就没花什么心思去准备什么，这可让我差点栽了大跟头。生活环境的差别，让城市的孩子和乡村的孩子有很大的区别。这是我事先没有想到的东西。不过也就因为我的疏忽，让我的处事能力得到很好的锻炼，遇事不慌，随机应变。

## 三下乡心得篇二

依稀还记得当时自己是感觉吃苦的，可如今我感受更为深刻的是：三下乡暑期社会实践是向社会学习的一种方式，我收获的是人生阅历上的成长！

三下乡教会我要做一个有礼有貌的大学生

之所以说“三下乡教会我要做一个有礼有貌的大学生”，要归因于三下乡期间社交上的一个小细节。记得第一次和领队一起到遂平仁安医院，去和对方谈合作的事。事情谈得很顺利，临结束时，我看到领队和仁安医院的张主任在握手告别，看到房间很拥挤，怕领队不好出门，我就急忙转身替领队开门，不想此时张主任却把手朝我伸过来了，要和我握手。我因转身的缘故竟不知道，辜负了张主任的一番热情！

回来后就自己不断反思自己，为人处事一定要不慌不忙，相信有礼有貌的大学生，才更能把事情办的更好！

三下乡让我明白：只有不怕困难，才能克服困难！

有两件事情让我记忆深刻！一个是做社会调查，一个是学做饭。

我在我系三下乡社会实践中担任的主要任务是搞问卷调查方面的工作，搞问卷调查有两大困难，一个是对当地交通不熟悉，我们需要不停地问路，另一个就是容易吃闭门羹！不管跑再多少路，流再多汗，如果能把调查认真如实地完成，自己就会很高兴。可闭门羹总让自己很沮丧，而且往往既浪费了我们的经历，又浪费了我们团队的经费，觉得很不好意思！后来自己就痛下决心：即使电话那边拒绝了，我也要找到学校（我们的任务是通过采访遂平县各中学团委书记，来调查各校的团建情况），找到相关负责人，完成任务！记得有一次我无法联系到某中学团委书记，就和队友直接来到该中学家属院，很快就打听到该书记的夫人正在家属院旁边的小树林下打麻将。我们很有礼貌的向其夫人介绍情况，并询问如何才能联系到书记。书记夫人说书记下地种田了，让我们把材料放在牌桌上，明天再来取。我明白自己的调查任务打扰到她打牌了，可考虑到我们过来并不容易，而且明天还有其他任务，根本抽不出时间再过来了，就只好厚着脸皮跟她讲我们的实际困难，并告诉自己她一定会回心转意帮我们忙的。后来果然不出自己所料，可能是被我们的执着感动了，也可

能是被我们弄得不耐烦了，总之，她把书记找了回来，我们完成了任务！

另一件事就是学会做饭，而且在我们大厨的“坚强指导”下，第一次就给兄弟们做了一洗脸盆醋溜土豆、一脸盆超洋葱、一脸盆炒茄子，最令自己自豪的是盆盆都达到了八成熟以上，结果很快就被饿极了的兄弟们瓜分完毕，连菜汁都没剩下，呵呵！其实刚开始挺怕自己做不好的，大家都累了半天了，再吃我做的不好的饭，多影响大家的士气！结果自己不仅做到了，而且也把它做好了！

总之，从今以后，我会更加坚定我的信念，相信，即使我会不断地遇到困难，只要自己努力了，就一定能够战胜困难，战胜自我的！

三下乡生活结束了，可是自己追求进步的脚步不会停下，我会认真总结三下乡中的点点滴滴，并将这些点点滴滴化作激励我前进的不竭动力！

### 三下乡心得篇三

向日葵顶着炎炎酷暑。正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天的举行……高校办学的根本目标是培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。达到和实现这一目标的途径和方法是教育与生产劳动相结合。因此，我们学校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会的目的。在亲身经历了大一结束后暑期社会实践，我不由的要对大学生暑期社会实践发表下自己的看法和体会！

三下乡已经结束了几天了，回顾那段难忘的日子，我感慨良多，留给我们的不仅是感动，还有成长。对比以前，感觉自己成长了不少，变得更加成熟、勇敢、自信。生活对我如此

慷慨，让我在付出一点点的时候却让我收获了很多，学会了很多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。

参加暑期“三下乡”，我真的感到很荣幸。短短的十几天，支教、法律宣传、感恩活动、爱国教育、文娱汇演这过程的点点滴滴，我仍然历历在目，却无法用笔一一记录。每次，当我想起大伙在例会上讨论的情景，我满腔热情；当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动；当我想起学生淳朴的笑容时，我满盈开心成长看似是一瞬间的事情，但我知道，我是在经历中体会成长。这种成长，何其珍贵！

此次“三下乡”一路走来，我收获了很多：

第一、珍惜。是什么样的缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多可爱的小朋友，为了共同的目标，付出自己的真心。机缘难得，唯有珍惜。珍惜今天，珍惜生活，珍惜让我富有！

第二、团队意识。来自不同个体的三十几个人，在一起工作，一起生活，良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团体，一个集体，一切都应该服从，不论是做什么工作，一切都应该为大家着想，为团队着想。

第三、沟通交流。每个人不断地都会有些新的想法与体会，也许是喜悦，也许是忧伤，经常与队员们谈心，听听大家的心声，了解大家的感想，可以促进理解，也可以集思广益，或是彼此分享喜悦的心情。

当然，在我们这次活动取得丰收同时，我们也必须承认，我们的工作也仍存在着诸多不足或做得不够的地方，如对下乡的总体认识还不够深刻，由于缺乏经验，一些准备工作跟实际的工作有一定差距，一些工作细节也还考虑或做得不到位等。但我们依然相信，有收获，有经验，有挫折，有教训的活动才是一个真正意义的完整的实践活动。作为当代大学生，

这也是一份社会责任感，用我们所学的去回馈给予我们更多的社会。一步一脚印，希望我们的足迹可以遍布乡村每个角落，让希望在乡村中蔓延。

作者：陈诗敏

## 三下乡心得篇四

大家好！我先不告诉你，我的名字。接下来就让你们来猜一猜吧！哈哈！

我有一只小巧玲珑的鼻子，什么味道都逃不过。还有一双大眼睛，跟“千里眼”没什么区别。我的耳朵也很厉害，大家都叫我“顺风耳”。最牛的是一张能说会道的嘴巴，一旦说话，这就是我的长处，而且吃起饭来，一口接着一口的，所以我长得白白胖胖的。

我对我的性格是非常满意的，每天，脸上都能挂着一个笑脸，你喜欢笑吗？喜欢的话，就和我一起笑吧！你开心就好。妈妈说我是个实至名归的书呆子。一旦拿起书，一读就是一天，别人说话就跟没听见似的。我也很喜欢棋，象棋、数棋、围棋·····都是我的最爱。——这就是我的爱好。

你们猜出了我是谁吗？就告诉你们吧！我叫韩弈冰，我来告诉你们我的名字的由来吧！“韩”：家族遗传。因为爷爷和爸爸姓韩，所以我就姓韩。“弈”：博弈，人生如棋，智者博弈。以希望我好好学习、努力拼搏，在人生的道路上取得成功！冰冻三尺非一日之寒，希望我的学习能持之以恒，所以名字中就有了“冰”。为了我的名字，爸爸和妈妈花了不少功夫呢！

如果想和我交朋友的话，就来我家找我吧！

## 三下乡心得篇五

昔日的“三下乡”欢笑和努力，都历历在目。20\_年x月\_号，我参加了管理工程学院暑假三下乡活动，为期十天的“三下乡”，让我感受很多，受益匪浅。

这次“三下乡”活动，在我的设想之中完全达到了我的意愿。虽然时间很短，但在队长的带领之下，我们队员每个人都过得充实而又有意义。在每项活动中都能体现出我们大学生的做事风格。我参加的是“传承中华美德，关注弱势群体”的调研，我们队员通过派发调研表 零距离的采访 拉横幅 拍照片 录音 录像等形式开展了形式多样 内容丰富 有意义有影响的暑假活动。每项活动都能做到有打算 有目的的的进行。

自上大学以来，这是我第一次参加这种调研活动。刚开始还有些胆怯，怕自己不敢张口与群众互动，但在克服了开始的胆怯之后，我慢慢地融入到活动之中。但，并不是一切都是一帆风顺的。在发调查问卷期间，会接触到许多不同的人，年龄不同，性格不同，学历不同，对事物的观点看法不同。他们有的人心存戒备，心理很强，而有的人又很随和。通过这次活动我深深的熟悉到人要想立足于社会，首先要融入社会。

这次活动使我意识到“服务社会实现自我”是人生的一件乐事。社会是需要我的，社会培养了我，然而我也应该为社会做出自己应有的贡献，我们应该为人民干实事，做事要贴切于人民。虽然自己的力量很小，但可以让温暖的花朵灿烂绽放！

要让事物改变，先改变自己！要让事情变得更好，先让自己变得更好。这是我在这次“三下乡”活动中感悟得到的。在调研队里，虽然很辛劳，但就是在这种环境下使我意识到我们只能去适应环境，而不能让环境来适应我们。那忙碌的十天



“三下乡”的实践活动，总有辛酸与欢笑，随时间而过，使我深深的体会到了弱势群体的生活。作为一名大学生的我们以一个大学生的具体行动证明了 我们的一切。

这次“三下乡”活动里，我们每个队员都能相互的关怀着对方。当我遇到艰难的时候总有人激励我去战胜它，我们每一个人心里想的是：我们是一个团队，一个也不能少，谁也不能倒下来。这次活动让我们相信：也许人生惟独一次，我们每一个人都很珍惜着短短的十天时间，天天我都觉得自己过得非常的充实，非常的快乐。总有一家的气息缠绕在我的身边温暖着我，给我动力让我前进。这也是我第一次参加这么长时间的集体活动，感觉也是最有意义一次，它让我学习到我所缺少的东西，锻炼了我，成熟了我，赋予了我人生回忆中美好的金色的一段！