

# 最新大学活动心得 大学生三下乡活动心得体会总结(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学活动心得篇一

一个酷暑的季节，一次难忘的经历，一份无闻的付出，在这骄阳烈似火的七月，唱出了心中真情豪迈的歌声，为这片灼热的土地浇灌了温情的甘霖，滋润麻阳一方，性格开朗，积极向上，不怕困难，不怕累，不怕苦的我有足够的理由相信，这次暑期社会实践活动会镌刻在我的心头，直到永远！记得那时骄阳熬不走我澎湃的激情，挡不住我似火的热情，劳累更驱不走我激荡的豪情。用笑遮盖劳累，用歌声感动烈日，要让自己的青春在奉献中飞舞。当我穿着学校发的三下乡衣服，拿着队旗，激情昂扬地参加出征仪式时，激动的会场让我觉得无论多辛苦，一切都会值得的！

在麻阳的日子里，每天都被工作排得满满的，白天和队友们一起出去活动，晚上回来做总结到凌晨，拖着疲惫的身体上床睡觉，经历了很多，收获很多。回来之后，我开始梳理自己的思想，发现这一路的经历让我着实成长了很多。在三下乡的全程中我求真、务实、创新、乐善，具体情况如下：

一、思想方面，精心部署，全面策划，全力以赴。

1. 把思想作为前进的动力，“问渠哪得清如许，为有源头活水来”。指导老师说过，“三下乡”是全国各大中专院校组织的长期活动，学校每年都要为此拿出不少的经费，目的是要增强

大学生的社会实践能力和历史责任感，因而我们要以改革创新的精神深入基层、了解基层、服务基层，搞好这次活动，实现下乡的最大价值。杨若邻老师语重心长的话语，无疑给我们的准备工作添加了浓墨重彩的一笔，我们在下乡过程中也一直铭记于心。所以我必须拿出愚公之志，精卫之愿，在三下乡期间开展了一系列的活动中身体力行，悉心调研，诚心服务，服务“三农”。

## 二、行动上倾注真情，热心帮扶

调研课题《完善村民自治制度，推进新农村基层民主发展——以麻阳县吕家坪镇木江溪村为例》(附后)得到了受到了群众的欢迎与配合。最后这篇调研课题取得了优异的成绩。五天的下乡我付出了太多的汗水，各项活动开展得成功，最后我说得我的喉咙都沙哑了！

由于我们队中的人都没有过“三下乡”的实践经验，因而我把精心准备、全力以赴作为搞好这次活动的第一步。利用在学校的简短几天的时间，通过向有经验的老师、同学请教、上网查找相关信息、集思广益等方式最大限度地把准备工作做好。制作了几个标语横幅、复印了200多份宣传材料、准备了统一的服装等，并对有可能出现的变化作了相关的应对措施，还通过各种渠道了解目的地麻阳的基本情况。

另外，为了更好地宣传x大精神，普及相关惠民的政策法律法规，让农民更深入地了解科学发展观的内涵，精心准备了多份宣传资料、法律知识小册子、调查问卷、图片展示等，通过派发、深入家庭调查等形式展开了普法活动，吸引了村民们的关注并得到了赞赏。此次普法的内容与农民农村农业等息息相关，主要按农民日常生活中常遇到的法律纠纷分成土地承包，外出务工等部分，对于提高村民们的法律意识具有相当的作用。法律宣传有声有色，从附近政府机关借来了桌椅，摆起了咨询台，为村民们进行起了政策咨询辅导服务，普及各项与农民息息相关的法规政策，推动新农村建设在宣

传活动中，他们将这些知识手册热情地发放到每位农民的手中，同时他们把关于科技兴农方面的宣传画挂到醒目的位置供大家参考学习，政策宣传服务上门三下乡活动暖人心。

大学生三下乡活动心得体会总结3

## 大学活动心得篇二

今天是二十一号，三下乡的日程已经过半，后勤组的工作也从渐入佳境变得稳稳当当、有条不紊。在渐渐习惯三下乡生活的同时，作为后勤组的一员，也从最初的不熟悉工作而无从下手、感到辛苦劳累，渐渐变得从工作中体会到各种乐趣、得到丰硕的收获。

第一天到达三下乡基地，后勤组一行人立刻投入到午餐的准备中。感谢多日前同学的辛苦踩点，我们一路无阻来到了当地的市场，着手购置菜饭。挑选新鲜的蔬菜、扛起袋袋大米、货比三家节约预算……我们体验到了在学校、甚至在家也鲜有体验的生活，学习到了不少生活与同乡镇人民沟通的技巧。

准备每天的三餐是后勤组工作的重头戏。我们踏入了也许从未有机会踏入的烧煮大锅饭的食堂，通过自己的双手为四十多位队员准备饭食。我们学到了怎样洗漱挑拣蔬菜，围坐在一起为“大厨”准备新鲜干净的原料；我们的饭菜由男生掌勺，虽然没有自己体验，看着他们用力的翻炒、辛苦地生火，感受到了与家中不同的厨房氛围，也预见了一样集众人之力完成的伙食，一定是不一样的美味与甘甜；将完成的饭菜抬到用餐区，分盘放置，等待队员的过程总是充满了期待与辛劳后的满足。

作为一名后勤组的普通组员，我参与最多的是饭后整理的过程。虽然餐盘、锅勺堆积如山，将之个个洗净的过程却依旧

令我欢喜。虽然后厨时而闷热，时而遭受蚊虫侵扰，随着三下乡日程的推进、后勤工作的有序进行，这些困难已经难以令人生厌、困扰。有时洗漱的水槽会有拥堵，从一开始的寻人帮助，我也能够亲自动手进行疏通——这就好像将充满油污的锅碗瓢盆洗刷干净的过程，我感到自己的生活技能也得到了不少的提升，面对这些杂事时也能在用心解决的同时体会到劳动的快乐。

十日的三下乡之旅即将进入尾声，我们的后勤工作也即将迎来收尾，希望在剩下不多的几日里，我们依旧能做好每一份工作，三餐愉快，为三下乡、为后勤划下完美的句号。

大学生三下乡活动心得体会总结2

## 大学活动心得篇三

我们的暑期实践从7月23号到7月27号，5天的暑期实践很快过去，但就是这短短的七天我们得到一生中难于得到的东西——团队的精神、坚强的意志、真挚的友情——我们没有虚度这七天。

由于此次我们实践调查的课题是《调研南粤双转移 共建和谐新广东》，所以在实践的这几天里我们一直在萝岗区各乡镇的大街小巷奔走，在居民小区、企业与政府部门、市区街道都留下了我们的身影。

作为此次华南师范大学计算机学院、软件学院赴萝岗区暑期社会实践服务队的一员，我也是第一次参加暑期实践，一切从零开始，一步一步地摸索，终于克服重重困难，顺利完成此次暑期实践。现在当一个人静静地坐在桌旁，回忆这段实践历程，感慨颇多。策划并实施这活动也许想想挺容易的，但做起来真的好难，也许这就是实践的重要x##b[]从实践前

的活动策划准备到具体实践活动，每一个过程，无不付出辛苦的劳动。

这次暑期实践活动给了自己很大的认识提升，实地的调查走访使我更加深入的了解到了萝岗区政府应对双转移的相关出台政策及政策实施过程中遇到的困难，同时也让我了解到居民对双转移政策认知程度和他们对政府工作的建议。

暑期实践没有我想象中的艰苦但也是不轻松的。尽管指导老师仅参加指导了我们一两天的实践活动，但她的宝贵意见与建议给我们大大地减少了一些不必要的麻烦，使工作进展更加顺利。但是我们自己需要考虑和计划的事情很多，责任也很大。就说实践过程中我们举办的计算机义务维修与计算机知识宣传活动，在这次活动中，我感觉到我有好多地方需要锻炼学习，要举办好活动真的不像写策划那么简单。

暑期实践就是要学会与人交往，在社会中锻炼。此次实践我们需要完成课题调研，为此我们在各个地点进行问卷调查、访谈。在整个活动期间，我们先后在萝岗区的多个乡镇开展上街入户调查，我们分成两三组上街开展问卷调查工作，问卷调查题其实就是一个媒介，通过这一媒介锻炼了我们与陌生人交谈的能力，同时通过问卷调查也可以了解居民对双转移政策实施的认识、看法与及建议。上街入户调查，我们都走了很多路，受访群众中有配合调查的，也有不配合的……，总之，大家都是感触良深呀！

这次实践活动让我感触最深的还是我们的团队精神与友谊。在这次实践活动中我们增加了认识与促进了交流，我们也更加的互信与谅解，并结成了深厚的友谊，我想这也是此次实践的一个非常重要的收获。

在这次暑期实践活动中我感觉自己学到了好多，成长了好多。在这次的实践中虽然有时候会感到很累，但这次实践也让我对自己有了新的了解。也许以前在与陌生人交往时会顾虑，

但实践队给我提供了平台，提供了机会，让我去接触陌生人，去学会与人交流。一次活动，一段美好的记忆，我们在锻炼的同时，也在靠近我们自己人生的理想。

## 大学活动心得篇四

鼠年的钟声敲响，一场无硝烟的战争开始了，人们大都沉醉于快乐的新年中，然而新型冠状病毒的出现，打破了在外游子回家团聚的愿望，就在前几个星期前，人们都还是按照往年一样准备着回家过年，可谁知新型冠状病毒的蔓延速度如此迅速，刚开始许多人并不重视直到后来疫情严重，人们才渐渐的明白这次的新型冠状病毒来势汹汹，但春运依旧进行着，这也加速了这次新型冠状病毒传播如此之快，从刚开始的27例到现在的14423例。

随着疫情的发展，人们也意识到了这次疫情的严重性，很快，以武汉为首，封城封村向外扩散开来。这个行动隔离了病毒，但它却隔离不了爱。除夕之夜，原本是家人围炉团聚、促膝守岁的美好时光。然而，在这个特殊的时刻，广东、重庆、西安、江西、北京等地的医院医护人员纷纷写下请战书，奔赴武汉前线，志愿与这场无硝烟的战争抗争到底。

从84岁高龄的钟南山院士亲赴武汉，到15名医务人员确诊被病毒感染，再到梁武东医生的牺牲…医护工作者们不计报酬、无论生死，在人民与病毒之间砌起高墙，在没有硝烟的战场上冲锋陷阵，“他们是白衣天使，更是每个人心目中的英雄…国家所需、百姓安危为重，个人生死、物质得失为轻。在医护工作者身上，我看到他们高风亮节！“哪有什么白衣天使，只不过是一群平凡的人披上了一身载着使命的外衣。“这是一位医生的话，朴实而圣洁！我看到了中华民族的凝聚力！让我们向在祖国各地依然坚守岗位的无数医务工作者致以崇高的敬意！

在网络上我们可以看到在前线的“战场上”，疲惫了一天的

白衣天使们卸下他们的盔甲，满是斑驳，身上满是隔离服和口罩留下的痕迹，多次消毒的手不复从前，满是坑洼。这怎能不另人动容？他们多是笑笑，继而又义无反顾地奔向战场，不嫌苦不嫌累，依旧坚守自己的岗位，他们不为亲人的劝阻而放弃，坚定自己的信念，他们是真正的战士！

随着病情的扩大，火神山医院和雷神山医院成为我们的焦点，参与建设的所有施工人员都在与死神赛跑，因为他们知道，越早建好人们就多一份保障，最终在经历了五天五夜的奋斗后火神山医院全部通电，将于2月3日正式收治病人。就在1月29日18时23分的时候雷神山医院也通电了，也将于2月6日正式收治病人。这对我们来说真的是一个令人欣喜若狂的好消息。

在这次没有硝烟的战役中，付出心血的不只是医护人员和施工人员，还有很多身处武汉等地的普通民众，不惧疫情蔓延，主动投入到防疫一线做志愿者；有的武汉人暂时没发现身体异常，也坚定地选择留在武汉，避免出去后，万一感染到其他人员。不知你们有没有看到韩红在微博发布的抗击疫情发布的捐款人名单……还有很多人一起对抗着这次无硝烟的“战争”，我们要始终相信这个生病了的武汉会好的，我们都还等着吃热干面呢！武汉，一定要加油啊！

我不是武汉人，可我是中国人！一直来我日日关注疫情，心系武汉，因为我们有同一个母亲——中国！我每日祈祷，和我们祖国千千万万的子女一样，祈祷我们早日战胜这场没有硝烟的战争。全国上下各方人士齐心协力，众志成城，携手共渡难关。我坚信：武汉必胜！中国必胜！

大学生抗疫活动心得感想总结范文

## 大学活动心得篇五

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时间安排。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。

## 二、实践目的

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，但每一个队员都是激情洋溢，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，也只是问了别人大概多长时间能到而已，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激情。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，我们就要吃最大的苦，做最大的事。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——x镇x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。一切准备完了之后，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x村，一路前往x镇x村。司机师傅开车在路途中把第一组留在了x村，我们第二组继续前往x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x市x县。这次也是分成了两路，第一组去了x村，我们第二组去了x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。

### 三、实践活动的感受及意义

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，同时也提升了党和政府为民办事的形象，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最大的贡献，让我们国家更加繁荣昌盛，人民都能过上健康幸福的生活。

大学生三下乡活动心得体会总结4