

2023年三下乡社会实践活动心得(优质8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

三下乡社会实践活动心得篇一

_年7月9日至7月15日我们进行了为期7天的三下乡之旅。本次下乡的目的地是_市_县_镇_村，那里四面环山，山上植被多为竹子，是以农业为主的一个村庄。在去那里的道路上，已经可以看到山路两旁山上那连绵的竹林，还有那些辛勤劳作的农民。到了目的地，我们组织整理吃住场所，村里的书记亲自向我们介绍了一些村庄的情况，对于我们开展的工作也给予了最大的帮助，没有他们的帮助，我们的活动也难以顺利开展。

本次下乡开展的活动主要包括生态旅游调研、支农、支教三个方面，开设见面会和为当地农民放农业技术的相关影片，通过这一个一个的活动，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。通过走访乡村，派发相关资料，我们真正的走进了农村，也了解了农村。

工作回忆

支教的地点在村委会，我们分成了6小组挨家挨户进行招生。在村里拉上横幅，给村民发宣传手册，开始好多村民都不知道我们干什么的有一种戒备心理，后来在我们的介绍中知道我们是东华理工大学的学生，就变得对我们非常热情，他们讲在这个村里我们是第一群大学生，他们十分感激我们的到

来。并主动要求给我们做向导指引我们去有适龄儿童的家里，为我们节约了不少时间。

小孩们从见面会的不肯靠近，到与我们互相嬉戏打闹，再到临别的依依不舍，这个过程记录着我们之间的情谊。见面会上，小孩蔡_睁着大大的眼盘问着我们的大学生活是什么样的，表现出了一种强烈的对外界的求知欲望，根据招生的情况我们把学生分成了大班和小班两个班，小班里的学生年龄在4岁左右，大班的是在学前班以上，上数学课时，小孩都非常活跃，有不懂的几乎都知道举手问老师，手工课上小孩江永超肢体动手能力非常差，学的灰心丧气。最令人安慰的就是舞蹈课了，每个小孩都精神饱满，集中精神的练着，而且动作非常整齐。虽然每天都发生了意料之外的事情，但是一切都很顺利的进行中。小孩邝雨林主动地对舞蹈老师自豪说：“我喜欢跳舞。”小孩蔡_自豪的走上讲台把歌词念了一遍。邝_折了几朵花送给我们。还有很多很多镜头，我们都深深的记住了。虽然时间很短，但是我们之间的情谊很真诚，也很单纯。就是这种真诚和单纯，让我们在最短的时间内领路到了很多。

生态调研组的工作也不好开展，虽然我们一开始就有了两套预案但是到了实际的地点才发现原来的准备有好多的缺陷，有好多的细节我们都没有考虑到位，都需要临时改进，进山调研是在7月11日，我们挑选了5名身体素质较好的学生，做了充足的准备，凌晨5：30就开始出发了，我们的目的地是天门岭，主要的工作是寻找景点，山上的条件很是艰苦，没有路，进了山里几乎就见不到什么阳光，虽然很辛苦但是我们的收获也不少，让我们有了一次近距离和大自然接触的机会，在遇见困难的时候，我们学会了的不是气馁而是怎样去解决问题。

支农组的工作也不轻松，我们开始帮老乡埋了水管，由于我们大都没有干过农活，一开始大家是锄头都不会挥，后来经过我们的自我实践慢慢的就上手了，大家忙了一个下午终于

把水管给埋好了，但是看看自己的手，几乎都有了水泡。通过这次亲身的体会，我了解到了农民的不容易，也让我跟深刻体会到什么叫“汗滴禾下土”。

每一个问题的发生都催促着我们马上解决，因为我们时间是很短暂的，我们想不带遗憾的离开。进行一对一的帮扶，有效的提高了我们办事的效率和质量。我们重点关注自己负责的小孩，每天放学后我们就分享发生在小孩身上的趣事，或者讨论他们的问题。从而，我们了解每个小孩的进程很快。这让我明白，我们这一小队，分工合作的配合是非常重要的。

有趣的集体生活

除了每天给小孩子上课，另一个重要话题就是我们小队的生活动了。

第一趣事，夜战虫敌。我们的卧室就是村委会的一间办公室，打扫干净后。我们铺上了防潮的瑜伽垫再盖上竹席，虽然出发前贾老师千叮万嘱有条件要挂蚊帐防虫，但是劳累了一天，再加上办公室很难挂蚊帐，我们是准备涂花露水就算了。没想到噩梦来了。关灯后，整个教室像是战场一样，几十只绿色的甲虫犹如盲头苍蝇，不断的撞来撞去，跌落在我们身上。在某同学的一声凄厉尖叫后，大家决定一定把透气的窗户关上，然后开灯一起消灭蚊虫，带结束已经凌晨1点了，可以美美地睡觉了。

第二趣事，户外洗澡。卫生间同浴室都是分开的而且离我们住的地方有一段距离，水也同样只有在浴室那边才有。洗澡就成了我们的大问题。入夜了，村委会没路灯和走廊灯，我们的“夜生活”开始了。大家提起桶、拿着毛巾、打着手电筒，分批分组的走向浴室，他们光着身子摸黑洗澡。周围漆黑一片，大伙儿边洗澡边打水战，好不热闹。哈哈。

总的来说三下乡活动是个提升个人能力、挖掘个人潜能的一

个很好的平台。无论是传统的教学活动的参与还是特色活动的开展都会对我们以后开展真正的教学活动有所启示，我也希望在今后有更多类似三下乡的活动能够开展，这对我们这群还没有完全步入社会的大学生来讲是一次宝贵的机会，通过和社会的近距离接触，我们可以积累一些社会经验，为日后步入社会打下基础。

三下乡社会实践活动心得篇二

组织了赴清镇市站街镇席关村“三下乡”志愿者服务队，我十分荣幸地被选为该队的一员。

最后，本人简单地总结一下这次社会实践中的经验，主要有以下体会：提高了认识，明确了责任。通过参加社会实践活动，同学们的思想认识水平有了相当程度的提高，深化了我们对新农村的思想。经济落后，一切都免谈。社会应该给予不发达地区以更多的关注，让雨露惠及农村。我们大学生应该加倍努力，为祖国的强大多出力，多流汗，多动脑。实践活动还促进了我们对国情、民情的认识，增强了适应现代化建设的历史使命感和责任感。

了很多宝贵的、在书本中无法学到的社会经验。而社会实践，作为一种把理论知识运用于实际的重要形式，又能够很顺利的让我们做到了校外实践与校内实践相结合，达到两方面平衡的发展的理想目标。

3、展示了形象，发扬了学校作风，体现了当代大学生应有的风采。通过参加大学生社会实践活动，充分展示了青年大学生的风采。我们都展现出了良好的精神风貌，不怕苦、不怕累。

通过这7天的洗礼，从新农村建设村到自然村，从留守儿童到孤寡老人，我们接触了农村里所有不同的角色。不仅在很大程度上锻炼了自我的能力，了解了社会的现状，更多的是带

给的我们不少思考的角度，看清了现阶段存在的一些问题。现阶段，我国正如火如荼的搞社会主义新农村建设，可当前体制下，各方面的制度还不够完善，要做到切实贯彻落实中央政策，建设社会主义新农村，各地方政府还要下很大功夫。从我们参观的新农村建设地区的情况来看，新农村建设的请求不只在物质建设上，精神文明建设也需要占有一席之地。除此之外，留守儿童问题也是新农村建设中亟待解决的问题。我个人认为，应从改善农民工待遇和发展农村经济建设两方面同时入手，以减缓贫富差距，达到城乡的协调发展，共同富裕。也许，我的观点还很肤浅，不过这对我来说却是一个全新的改变。

随着时间的流逝，三下乡活动已圆满地画上了句号。尽管在这个过程中，我们遇到了一些困难，但在大家的相互帮助和共同努力下，也都一一得到解决。其中的辛酸与感动，我想也只有我们自己才能体会到。然而，这一切并没有结束，我们将以此作为人生新的起点，怀揣着这一段美好的记忆，带着感动与思考起程，去探索更加广阔的生命长河。

三下乡社会实践活动心得篇三

为了顺应全国大学生下乡社会实践活动的潮流，响应学校追寻中国梦的号召。我们一行xx个人□x位老师□x位学生，来自各个学院的学生成员组成了“三下乡”社会实践活动团队。

我们因为拥有相同的梦想相聚于在一起，又因为怀揣同一个目标我们开始了三下乡社会实践活动，我们分工合作心手相连，我们凝聚力量携手相行，我们深知：一个优秀的团队与其中每一个成员息息相关，大家必须团结协作，共克难关，才能取得最后的胜利。

当我们到了目的地的时候才知道听闻不如亲看，这个村庄四周多环山，马路干道笔直，天气比较阴凉，在我们采集素材的时候，路过了很多村民家，也有进行深入交流以便于活

动的进展，很多农户都有养猪，每家农户的门前就是他们自己的土地，水稻，玉米，一眼望去映入眼帘的全是水稻，具有强烈的视觉冲击感。这里的村民民风淳朴，都比较好客，知道了我们是学生来此的目的都会很热情的献上板凳和茶水，在深入的交流中我们了解到，多数的农户都是只有老人在家，儿女都外出打工。

几次的探访，我们和这些村民建立了一个良好的关系，一次我们早早在大本营吃了午饭，怀着了解村民吃饭的生活水平的目的再次进行了材料的收集，热情的村民都邀请我们和他们一起吃，其中我观察到了一些东西，最后总结出来，每户的村民几乎顿顿都有马铃薯，这估计和在一旁不远的马铃薯脱毒基地有关。不是马铃薯片就是玉米羹加土豆，或者凉拌土豆，很少有看到吃肉的。据观察和了解，我看到每户村民的家里面都有大堆的土豆，破了的坏了的，比较小个的都是用来喂猪的，卖相好的土豆都是自己吃的。

在这次三下乡中，我学到了很多的东西。不论是做什么工作或者事情，团队精神是最重要的，奥斯特洛夫斯基说过，共同的事业，共同的斗争，可以使人们产生忍受一切的力量。虽然在这次“三下乡”挺苦的，但是我们是一个整体，还是为了一个共同的目标而忙的不亦乐乎。

在一个团队的运行中，沟通与交流是必不可少的。我们在实践中，有时候沟通不够，导致我们走了一些不必要的弯路。所以在以后的学习和工作中，我觉得应该及时和他人进行沟通交流，及时表达自己的想法和看法，将思想传递他人，共同做好每一件事。团队精神是高绩效团队的灵魂，是团队成员为了实现团队利益和目标而互相协作，尽心尽力的意愿和作风。

所以，只要大家努力，凝聚力就能产生高绩效团队的灵魂。整个活动中，我们一路遇见的问题困难多不胜数，无论是工作还是生活，无论是个人还是团队，我们的队伍始终站在同

一阵线，团结的力量让我们相互包容，给我们勇气直面困境。我们执着于我们的信念，从启程之日起，就已做好乘风破浪的准备，我们坚信，没有跨不过的坎，没有攻不克的难题，因为我们有青春的激情，有不灭的意志。在这个团结的队伍中，在队员的相互协调和帮助下，最终我们克服了重重困难，顺利的完成了这次“三下乡”实践活动。那些艰难的过往让我知道了理想与现实的差距，想和做有着本质的差别，同时也让我见证了并肩作战的巨大力量，意识到了团队合作的重要性。

实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗。当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。

这次的暑期实践活动给我自己好好地上了一节思想教育课。还是大学生的我们很年轻，没有经历过艰苦的时代，无法通过切身感受去体会人生的道理，然而这却不是我们可以不懂事不成熟的借口，了解历史，在心中铭记教训，也可以让我们懂得很多的道理，让我们更加成熟。在年轻的心上留下年代的印记，以史为鉴，才能更加珍惜现在，更好地把握未来。懂得付出与奉献，懂得感恩，才能成为一个真正对家乡和祖国的建设有用之人。

三下乡社会实践活动心得篇四

下乡之前，我们搞了两大活动：校园毛票献爱心活动和宿舍收瓶子义卖捐款活动。最初的想法是收集一毛五毛一块这种常常别人忽略的小钱，这样既能积少成多，又能使同学形成一种保留毛票不乱扔的习惯。在实际的募捐过程中，很多爱心人士没有毛票的，几十或者两三百的都有人在捐，这是在意料之外的惊喜。有些同学收藏了几十块钱的厚厚的一沓的毛钱，叠得整整齐齐地投进了爱心箱，我看着都觉得特别有视觉冲击感，带给我更多的还是感动。在募捐过程中，我们有要求捐款的同学在我们的横幅上签名，活动结束后，很难在那横幅上找到一个比较大的空间写上一首诗，可想而知，这次参与活动的人数有多少了。过后有人和我说，得到多少钱和什么人捐了多少都不必过于张扬，可天知道我有多想列个光荣榜把每个爱心人士的名字都写上去大大地表扬一番。想想不违背民意就没搞了。看着那一箱的毛票，我不懂怎么形容我的心情。那被捆绑着的一毛一毛五毛五毛的毛票，都是一个个在我眼里飞来飞去的桃心，搞得我的心都乱完去了，一想到这笔钱能捐给我找到的那几个单亲孩子手上，我都想自己亲自己一下，可惜亲不到。我多愿这世界上所有有爱的人能与我一起分享那一份快乐！

募捐活动之后，和一分钱基金会的干部们也结成了盟友，原本打算和他们一起去宿舍收瓶子义卖得到的钱全部捐给那几个贫困儿童。后来土木系的苏蓓同学因为重病动手术，所以又将义卖得到的钱全部捐给了她。虽然这次去宿舍收瓶子又脏又臭又累的，但是一想到那些垃圾能变宝能帮助有需要的人，那些疲累都显得微不足道了。这次活动的宗旨本来就是献爱心，爱心的最初出发点就是感恩，因为感恩，爱心才能传递下去。

我在拉赞助上做了一件很蠢的事情。壮府物业公司的冯总帮我引见了西乡塘区中国移动综合部门的经理，由于第一次拉赞助，啥也懂，说话也有点结巴。我把策划书写得都快长出

花了，却忘了写上详细的费用预算。当那个经理问起赞助费要多少什么的时候，我却词穷了。想起自己那时候的囧样我就觉得丢脸，拉赞助也就必然地失败了。值得感动的是，华丽丽的运气一直都不会很差的，冯总给我们赞助了一千块钱。在我的人格魅力征服下服装费的六百块钱要得到了好心人士的赞助。哈哈，让我好好自夸一下下。

除了往返的两天，我们实际实践的时间有五天。下乡过程中，我们做了很多很有意义的事情。像：青少年综合素质问卷调查；乡镇募捐活动；筹募资金捐赠仪式及团队个人总结座谈会；带一份关爱给敬老院的孤寡老人；体力劳动：帮村民干农活；慰问贫困生，了解他们的生活现状及个人性格；“进村入户大走访”；中医养生保健学习等。虽然我在这些活动中，起到了一个统筹的作用。但是我很感激的是，每个活动分配负责任务的队友都能很积极地配合，并能独立地完成每个小活动的任务指标，因此我的工作显得轻松了很多。我最大的欣慰就是，看到自己带领的队友在活动的每一天里都能开心地大笑，能吃得饱睡得好。在活动的最后一天，我们开了个座谈会，每个队友都对本次下乡活动做了发言。我在会议上说过，这次活动的目的不是为了在学院的评比中拿大奖，而是让每一位参加活动的同学能对这样的生活有所感悟并且乐观地面对以后的生活。让每个队友都开心地离开这个小镇，就是我最大的成功了！

其实我也知道这次的下乡活动也存在很多问题。我觉得特别过意不去的是那支出的七千块钱经费。很多支出没有做到最低预算。浪费掉的那些钱可以给那些孩子买好多好多的肉吃了。对此我很认真地反省了一番。

写到最后，我感觉我脑子有点乱了。本人的词汇有限，很多感情没办法很好地表达出来，或许是个遗憾。但是我想用最平实的语言来讲述我的这次经历，再次感动自己。我很感激领导能给我这次机会让我操办了这次活动，我以我自己为荣，我以工商系为荣，我更以参加三下乡的这13位娘子军为荣！我

希望大家都能尽自己的微薄之力，使身边所有人的岁月静好，现世安稳！

三下乡社会实践活动心得篇五

这个暑假，我在__进行了为期9天的支教活动。我被安排担任六年级的语文老师兼班主任，刚开始我觉得有点压力，毕竟我面对的是已经毕业的六年级升初一的学生。由于期间有台风康森的阻挠，我们不得已得把__两天的课程取消了，很多学生都说，老师可不可以补回被台风“吹”走的课啊。想再为他们多上几节课，但是没办法，还是要服从我们队的安排。

很庆幸自己加入了这个团队，9天的时光虽然很短暂，但是我却收获很多。虽然我们住的条件不是很好，也不算很差，这也能够锻炼到我们的生活自理能力，有空去帮阿姨洗洗菜，饭后收拾盆子。我们都很团结，互助，在共同的工作中，我们一起克服困难，增进了解，增进友谊。

一开始，孩子们有些腼腆，对于我们这些初次见面或者见过一次的大哥哥大姐姐们有些拘束。可是他们身上的朝气和渴望是无法遮掩的。学生们从见面会的不肯靠近，到与我们互相嬉戏打闹，再到临别的依依不舍，这个过程记录着我们之间的情谊。

美好的时间总是短暂的，一眨眼9天就过去了，支教的生活很充实，虽然天气很热，每天晚上我们几乎都呆在教室(我们睡觉的地方)，想着这时候我的好多朋友都在家里吹着空调玩着电脑，多么闲适开心!而我们，在教室里，吹着我们的只有几台电风扇，说真的，还真挺艰苦的，二十几个女生挤在一个教室里，没蚊帐、没床，大家打着地铺，席子紧靠着席子。我几乎每天早上都是冷醒的，最不幸的是有很多飞蛾，结果我中招了，皮肤烂几处了。但是当我看到那一双双清澈的大眼睛，我觉得再苦再累也值得。刚开始时，我在第一节自我介绍中发现孩子们不敢大胆表现，明显缺少自信，于是我

和同学们互相交流互相沟通，在教学中不断完善自己的教学方法，培养他们的自信，努力让孩子们有一个轻松快乐的暑假。

有幸自己也能亲身提前体会一下做教师的滋味，锻炼一下自己。当我第一次踏上讲台，沉着地看着台下几十双求知的眼睛，一股暖流涌上心头，仿佛又出现了当年自己读小学的那一幕幕……在课堂上大多数学生的主动性还是不够高，有的同学甚至不肯站起来回答问题，有些同学爱开小差，喜欢说话等等问题，这都需要我们想出一定的对策去解决的。每次上课，都会有老师在教室后面听课的，而我没上完课也都会向听课的老师了解自己上课的优点和不足，以便改正，提高自己的师范技能。

虽然这只是一次实践活动，我们只做了9天的教师，但我知道我们肩上的担子并不轻，要上好每一堂课，让这些调皮的学生对我们上的课感兴趣，这并非是件容易的事，况且是对于我们这帮自己还是学生的老师，一切都得靠自己去探索，去研究。

即使我们那时马上就走了也许今后都不会再见面，可是竟然就这么像认识许久的亲人般舍不得分离。他们一大早就回学校帮我们打扫好校园的卫生，帮行李，和我们拍照留念，特别是走之前班里的几个很熟的女生还来送我们，陪我们聊天。走之前也有很多我不是我教的学生一直问我要照片、要手机号、要q号，不停地写留言，签名。一直说着老师可不可以不要走不要走…叫我们有时间记得要去看看他们。

三下乡社会实践活动心得篇六

长达四十天的风雨历程，炎炎夏日，对于我们没有半点社会经验和温室的花朵来说是一个很严酷的挑战。火红的七月，激扬的青春。我想这四十天给我的是一笔无形的财富，将是我回忆大学活的一个永恒点。在那段漫长的日子里，我学会

了如何策划，沟通、领导、组织能力。什么是坚强的意志和不懈的努力，什么是团队的力量，这些都是问题，都只是一个开始。

我想在烈日下找不到方向，没有联系方式，没有任何印象你处在何方。或许我体会到了，那时我能做到的却是流泪，我找不到任何方式去表达我当时的情感，我的情绪出卖了我一切的想法与做法，我只想逃离这边。不想工作只想回家，那种迫切的思家之情无法表达。

一天一天的过去，我认识到了自己的工作。我能一个人走一个小时去送文件，纵使我不知道方向，拿着一张画着不规则的地图。我能一个人把word和e_cel表格做好，我能一个人骑电车来回送文件，我还会教我的同事做ppt还能在大热天站岗一整天，然后为了检查去扫大街，还会负责写暑期三结合报告，帮着小朋友做活动和游戏，我还能帮他们做软件资料加班一个星期，还能去社区打印900份资料，并会操作机器，那些我根本不会想的数字，更残酷的挑战是每天四十度的天气我们宿舍的断电，晚上无法入睡。我受不了气候的挣扎被病毒打倒了，感冒让我病了一个星期，让我感受到一个人躺在宿舍自生自灭的感受，让我听到爸爸一句话，我会泣不成声。还有我们因为懂事了不想为家里拿生活费，我们跑去发传单，真的热的窒息的感觉，钱好难挣呀，路人的冷眼和任务的艰巨，我们又一次做到了……我不知道是环境接受了我，还是我爱上了这里工作。是他们接受了我，还是我选择相信他们了。

没有想太多，我把他们这些同事当成了我最好的良师益友，我的工作经验不足，他们会教我。我的社会阅历不精，他们会说我。我很欣慰，我的不离开。我喜欢我穿四叶草志愿者衣服时的样子，肥肥的，却包含了我对这份工作的所有心血。给我印象最深的是最后一次我们组织的暑期三结合活动，我们几个和他们小学生面对面做游戏，仿佛就回到了我们逝去是童年，和他们一样渴望奖品，给我一本小本子，我高兴了

半天。就那个小本子很小很小，上面的标价只写了1.5元。我却挑了半天。这比我在书店买任何一本昂贵的本子都要来的漂亮与兴奋。

一分耕耘一分收获。假如没有这次活动，我不会那么快的'提升自己的思想，丰富自己的经验，我不会那么透彻的明白萍水相逢亦是缘这个道理——四十天的三下乡活动可以说是我人生中一大物质和精神的洗礼。这个暑假注定是个不平凡的暑假，不平凡亦是难忘，难忘来自三下乡。实践出真知，通过这次实践，我对自己也有了一个全新的定位，对自己的不足也有了清醒的认识，比如专业知识的欠缺，人际交往能力，处事应变能力的不足，也为以前不了解实际情况而妄下定论而感到汗颜。

也许只有跌倒了，才能走的更好；也许只有疼过了，才能更成熟。短短的四十天却教会了我在课堂学不到的东西，成了我以后人生不可缺少宝贵财富，给我的生活阅历添上了浓重的一笔。都说只有义无反顾的付出，才可以理直气壮的收获。我在这段时间里，一直都在默默的、默默的存在，那里有需要，我们就在那里出现，我们熬过了思乡之切，顶住了烈日之毒，忍受了生活之艰。我们累了、乏了，却掩饰不了内心的喜悦与踏实。因为我们没有逃避，没有逃避使命与责任。过程中，辛酸的泪水、真心的微笑、坚强的背影，都将是我生命里最珍贵的回忆。

人生一瞬百年，那堪去去还还，无论尔在何处，只祈如水如船。至此，我们四十天的三下乡活动告一段落时日了。回顾其中的点点滴滴，带给了我们太多东西，我们第一次在没有任何经验的情况下完成的社会活动，我们第一次用我们自己的力量，扬起了希望的风帆，用我们真诚的爱心，为孩子们撑起了一片天空。这其中的酸甜苦辣，其中的坚持执着，我们冷暖自知。而于我而言，这次“三下乡”活动与其说是奉献爱心，不如说更多的是在锻炼自己，让我有了更多的历练和成长。它给了我一个亲身经历的机会，让我亲自去体验、

去感受、去思考，形成了自己认识的。这次三下乡，意义不仅在于活动本身，而是我从中所认识到思考到的东西，那才是最珍贵的。尽管未来总会有别的喜悦，尽管时间总会为我翻开崭新的篇章，但是这个夏天的经历成为了我人生旅途中重要的一站，留给了我永恒的记忆和无怨无悔的青春。

三下乡社会实践活动心得篇七

在这短短7天的支教实践中，我收获了不少珍贵的果实。这些果实不仅仅包括学习知识的方法和技巧，更重要的是与队员们在这7天的相处里面，让我收获了很多很真挚，很珍贵的友谊。并从这次下乡的各位可爱的小老师们身上学到了认真负责与无私奉献的精神，这些积极向上的精神深深地影响着我，激励着我。让我暗暗地下决心要当一名志愿者，希望能用我的爱和力量孕育出更强的“树苗”。

但是作为大学一年级的我，没有丰富的教学经验，为了不让这些可爱的小朋友失望，我早在出发前就已经利用好时间准备好了教学的内容，并尽量往“在快乐中学习”的方向出发备课，为了能更加吸引那些小朋友的兴趣，我尽量把教学内容改编成以唱歌的方式来教学，为了要提起他们的兴致，我还尽量添加了很多不同类型的游戏…我备课的出发点都是在为学生们着想，我真心希望我的精心准备和我备课的热情能给那些小朋友们一个精彩而难忘的暑假。

尤其是跟这些小朋友谈起他们梦想的那一时刻，我才真正读懂了梦想的意义和美好，同时我也深深地被他们平凡的梦想却带着伟大理由一次次地感动着。他们中有许多人是梦想着想当一名出色的老师，这些人用了最淳朴而真实的想法告诉了我很有说服力，很完美的理由：他们说一名老师与伟大的科学家和宇航员相比较显得渺小而平凡了很多，但是却比那些伟大的梦想来得真实可靠多了。他们的理由个个都与众不同，却都是在为别人着想。从这些小朋友身上，我又再一次深深地体会到了拥有梦想的力量，作为他们小老师的我，真

心希望这些小朋友的梦想都能一个个地实现。

我们都知道三下乡是比较辛苦的，每天都要起早摸黑地过日子，况且我们还要坚持每天的早训。想要得到每一样东西，要做每一件事情都要自己亲历亲为，都要勇敢地挑起自己肩上的重担，因为下面还有一大群比自己还小的学生在以我们为榜样。虽然很累很累，但是我们却都乐在其中，因为能像现在这样面对面地与这些小学生们交流心声，分享各自的梦想和经历，真的是一件很愉快的事情。

回想着这7天，心里美滋滋的。有句话说得好：想念一个地方，与其说想念那个地方的山水景物，不如说想念那里的人民。其实我也很舍不得离开那些可爱的小朋友们，可是这次的下乡活动本来就是很现实地注定是短暂的，我早已做好了离开时的心理准备。但是我依然会很想念在这里走过的每一寸美好的回忆。三下乡本是一段路，时而沿途风景独好，但是却不能过分留恋太久。我依然很庆幸能在这次活动中收获很多的果实。

我很感激参与这支队伍的所有成员们，感激这一路上的嘘寒问暖，感激这一路上的相互照顾，相互关心，感激这一路上有你们的陪伴。爱吃达利园的队长何炳峰。总是一大清早就给我们准备爱心早餐，让我们很感动的培胜师兄和飞宇师兄。背地里忙前忙后的华川。还有很会照顾人的武协男生们，启畅，俊庭，臻彦，茂刚和嘉宁。很会弄好吃，总在晚上抽空给我们煮糖水的武协女生丽旋和惠莹，陪我玩的厘花，吴婷和燕璇。当然忘不了还有石鹰书画社的那四金花：景丽，惠梅，晓燕和秀珍。我感激你们这一群人对我的照顾，跟你们在一起的那几天真的是过得很愉快，我很珍惜跟你们在一起的那段时间，谢谢你们！至少从你们每个人的身上都学会了如何去承担责任，如何去照顾和关爱别人。

此次的三下乡社会实践，让我受益匪浅，此次的活动，让我收获了快乐，收获了友谊，收获了一次体验，收获了一次心

灵上的成长。让我感觉到我的生活因为有了这次活动而变得更加的有意义，更加的美妙精彩!感激这一次的活动，让我学会了很多，同时也让我成长了不少!

这一个假期，有下乡情缘服务队，有真实的你们，有吴川市长岐镇中心小学一群可爱的小屁孩，我真心真意地度过了一个美好而有意义的暑假!我打从心底感激这些可爱的你们!

三下乡社会实践活动心得篇八

为期五天的“三下乡”暑期社会实践活动落下帷幕，我参与的是小学义教活动。在出征仪式中，我们的队员都怀着兴奋而又激动的心情听着书记的讲话，初步了解了“三下乡”活动的重大意义。经过三个小时的车程，来到小学，看到了学校简陋的环境，村民朴实的生活，学生们积极的学习态度，都让我们感受到农村气息。

第二天下午，我们义教小分队开始了义教活动，来自不同年级的小学生们好奇地望着我们十几位的队员，经过一节课的共同学习，小朋友们都已经和他们所配对的队员互相熟悉了，稚嫩的面孔，好奇的眼睛，向我们倾诉着自己的学习，自己的朋友，自己的家庭。与我配对的是两小姐妹和一位五年级的男生，得知他们的父母都外出打工，家里只剩下老一辈来抚养他们，环境的恶劣并没有打击到他们学习的信心，在每一节课都认真听讲，认真学习。

第三天，我与另外两位队员上了一个小时的英语课，由于低年级的学生没有接触过英语，所以课堂上的学习有一定的难度。但是，高年级的学生很快就跟上进度。大家一起学习26个英文字母、字母歌，还有数字和问候语，对于这一切，他们都感到十分新鲜，即使是发音不标准，但也阻挡不了他们的热情。除了课堂上有时候较为吵闹之外，课堂气氛还是很活跃，小朋友也很听话。

除了需负责的英语课外，我还配合了其它队员们上的语文、数学、音乐、美术、体育课，让我感受最深的是体育课堂，游戏是小朋友们最爱的活动，每位队员也融入其中，老鹰捉小鸡、丢手绢、木头人，这些都是属于大家的童年游戏，让我们也乐在其中。

小朋友们都十分喜欢我们，他们都要我们留下联系方式，电话地址满满地写在他们的笔记本上，每天晚上，我都接到了他们的电话问候，哥哥姐姐的称呼已经留在我们的心中。离别时的挥手与不舍，最后还唱着歌欢送我们，感动的场面都让队员们热泪盈眶。

短短三天的义教活动并不能改变到他们的教育情况，特别是在农村这种环境里，深山大岭，离城市更是遥远，师资力量的匮乏，以及周围村民文化水平有限，这都是在规定时间内无法改善的，我们只是希望尽自己最大的能力帮助他们，在他们的童年里增加一段美好的回忆。

这次的活动不仅与各位队员们、小朋友们建立了深刻的友谊，而且对于城市生活的我来说，是一次难得的农村体验，了解到更多社会上不同阶层人民的情况，让我更加珍惜现在的美好生活。希望以后也再有机会参与这类型的实践活动，了解更多课堂上无法学习的知识。