

# 2023年大学生暑期三下乡社会实践心得体会 大学生暑假三下乡心得体会(通用11篇)

培训心得可以作为自己努力和付出的见证，也是对自己不断进步的证明。如果您对实习心得写作有兴趣，以下是一些书籍和教材推荐，希望能帮助您提升写作能力。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇一

一日之计在于晨。伴随着阵阵微风，我们在住房前的平地上跑操和做广播体操。整个身心都苏醒了。使得更好的开展今天的三下乡活动。今天第一堂课是教小朋友唱《国家》，歌唱祖国繁荣，歌唱祖国辽阔，歌唱祖国强大。让小朋友们感受到我们对祖国的热爱。总是在教室里上课，今天终于在室外上了节体育课，体育课上有跳绳、篮球、乒乓球和毽子等。还组织了一场生动有趣的趣味运动会比赛，小朋友们都玩的不亦乐乎。

经过三天的支教生活，感觉没有什么比小朋友的笑容更闪亮的了。看到他们的笑容什么难过的事情都消失了。这些珍贵的记忆会一直留在我的心底。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇二

短短的几天暑期“三下乡”社会实践，由五良太村作为第一站，到老牛湾的单台子村，再到韩庆坝村，再到大双墩村，再到四道坪村、太阳坪村和老牛坡。在这七个村庄，我不仅领略到美丽的自然风景，更感受了淳朴自然的人文情怀。结束之际，我意识到这已经不单单是一次普通的社会实践活动，而是成长中一次难忘的实践课。

在参与水建院第二十五年的“三下乡”社会实践活动中，一路走过这些村落，每一段路中都能感受到曾经水建院“三下乡”走过的点点滴滴。水建院二十四年的历程深深影响了我，令我感受到了贵在坚持的不易，持之以恒的毅力。

从小小的房间，到破旧的锅碗瓢盆，从孤单的身影，到经历四季的小小窗户，从破破烂烂的小院，到田间地头的面朝黄土背朝天。这才是生活的真谛，更是一堂难忘的实践课。

## 17地质专业付立新

### 实践队员付立新记录会议梗概

从第一天的五良太村到最后一天的清水河县，四镇七村都留下了我们的足迹；从头顶的烈日到脚下的泥泞，田间地头都留下了我们的欢声笑语。农田里的汗水是我们对“三下乡”的解读；走访的村名是我们对“三下乡”的诠释。参加水建院第二十五年的“三下乡”社会实践活动中，一路走过这些村落，每一段路中都能感受到曾经水建院“三下乡”留下的点点滴滴。二十五年的风风雨雨，令我感受到了贵在坚持的不易，持之以恒的毅力。

通过这次实践活动，我意识到在以后学中不应该止步于自己的专业，在学好本职的学科之外还要广泛地了解和学实践知识，将理论付诸于实践中，与实践相结合，用专业的知识技能解决实际中遇到的问题，而不是只为了应试教育而学。

## 17级给排水科学与工程白媛圆

### 实践队员白媛圆(左)到老乡家吃农家饭

来到清水河县，这里很多事物我都是第一次见，居住的房屋没有那么多华丽的装修，还是简简单单的窑洞式的房屋，进了几家贫困户，看着那些饱经风霜的老人，晒得黝黑的皮肤，

没想到还有这么多贫困的家庭，但通过这几天相处，我感受到了村民的热情，也深切地体会到，相比那些弱势群体，我们太幸福了，有健康的身体，风吹不着雨淋不着，能接受系统的教育，但我们有时候还是会抱怨生活，看完他们就觉得我们有什么理由不去努力。

六天的工作结束了，说不上辛苦，但是收获不少。人生的旅途漫漫，我们需要学的东西有很多，现在就应该抓紧时间，一步一步地踏实前进，不要留下遗憾。暑期三下乡社会实践活动虽然已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。说起我们这些大学生，空有书本知识，到基层锻炼的机会是非常少的，但是基层的确可以锻炼人，能将人的优秀品质充分展现。基层是苦，条件是差，可谁都知道梅花香自苦寒来的道理，况且基层是那么需要那些有知识，有能力的大学生去贡献力量。能参加这次暑假三下乡社会实践活动，我收获颇多并深感荣幸！

17级地质专业白吉

实践队员白吉(左)为贫困家庭挑水

短短的三下乡很快就结束了，在这个过程中我从很多人身上学到了很多可贵的品质，比如对生活保持积极乐观的孤寡老人王补生；对党充满信念对党忠诚的梁海老支书；用智慧将扶贫政策做“精”，做“准”的村委领导班子；致力于扶贫的全国扶贫攻坚模范人物武汉鼎爷爷。希望在这个过程中所有遇见的每一个人，做过的每一件事不断激励着我向前行走，化为我不断努力的动力，我相信这将会是我人生中最宝贵的财富，更是一堂难忘的实践课！

17土木二班惠超锋

实践队员慧超峰为敬老院老人们擦玻璃

时间过得飞快，感觉就在转眼间，这一次的实践活动就结束了。历经六天的实践，经历了许多未曾经历的，心里确实多了些不一样的感触。也见识了许多人，许多事，这些都给我留下了极深的印象。

最开始两天的实践，到了三个村子，着实见识到了不一样的风土人情。能够确切的体会到真正的贫困是一个什么样子，对农村的传统印象也有所改变。尤其是在这里种地的产出让我惊异，抛去成本，亩产值几百甚至一二百，确实是不容易。但再贫困，都没有失去对生活的希望，仍然在好好的生活，也是给我上了一节生动的实际教育课。

我校的刘霞老师和当地村民对农业种植与管理进行交流让我感觉是受益匪浅。以前只是对种地有一些浅显的了解，现在能够明白的更多了。下午去了村里，看望了几户人家。其中有两个人给我留下了较深的印象，也比较有感触。一个是独自一人生活且行动不便的大叔，他并没有说自己是怎样困难，日子多么难过。一直是在和我们说要好好学，要做栋梁之材，心中颇有感触。另一个便是村长，四十多年一直坚守在教育第一线——乡村，退休后便做了村长，熟悉每一户村民的情况，村民也很信服他，认为他处事公道，待人如一。在我看来这是很高的评价，当然他也配的起这个评价。

## 18级给排水科学与工程卢骥泽

### 实践队员卢骥泽为老乡锄草

在为期六天的实践中，我最大的收获是遇到了许多值得被记住的人，也让我很感动。有和老伴两人一起住在敬老院，做了一辈子的农民。利用自己空闲的时间去学书法和雕刻，用木板，石板，陶瓷地板等随处可见的材料在上雕刻新时代标语。他说感谢党感谢国家，自己赶上好时候了。有响应国家号召，青年时参军，为国家奉献十年青春。后在退伍后，服从组织安排，在贫困家乡老牛坡做了二十多年的村支书等，

我也很庆幸能够遇到这些人，能听他们讲他们的故事。留下的不仅是感动，还有鼓舞，更有让人奋进的力量。那些人，那些事，都将成为我生命中宝贵的财富。

## 16级环境工程索日娜

### 实践队员索日娜看望贫困户家庭的孩子们

到达一间房村委会的第一天，我们就在带队老师的安排下有条不紊的进行着志愿活动。盛夏的七月，我们一群朝气蓬勃的年轻人，怀着激动的心情、怀着对社会强烈的社会责任感和使命感，“三下乡”开始的钟声准时敲响。

为期6天的行程，我们走过了暖水湾村，大阳坪村、四道坪村、老牛坡村、五良太村、单台子村、大双墩村以及居住地一间房村。每一个村子都有着它与水建院“三下乡”之间的历史故事，每一个村子也正发生了此次“三下乡”的新故事。这六天的下乡经历，带给我的不仅仅是对于中国农村认知上的刷新，更多的是对于“三下乡”整个活动意义思考。或许是由于我的专业是环境工程，我对最近全国开始实施的垃圾分类分外关注。

在下乡以前，我与同行的同学们常常谈论的是如何才能让人们更加自觉的进行垃圾分类，当然这一切的讨论基础都是城市的垃圾分类。然而下乡后，我突然意识到，农村才是中国多数人的生活状态。然而在农村，垃圾分类几乎是不太可能的事儿，那么要想实现垃圾分类的普及，就要跨过乡村这道坎儿。怎么跨，就成为了我们这代人应该解决的问题。反观，如果我没有真正的走进乡村，我怎么能了解到我国农村的现状，又怎能对自己的工作有了更加精准和深刻的认识呢。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇三

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地举行……社会主义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。在亲身经历了大二结束后暑期社会实践，我不由的对大学生暑期社会实践发表下自己的看法和体会！

三下乡已经结束了一个月了，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、环保宣传、心理游戏、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激烈讨论的情景，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。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、细节。“细节决定成败！”任何一份工作，一次活动，都需要去精心策划，需要去细心准备。未经深思熟虑，肯定会忽略了很多细节，以致顾此失彼，那就会对工作造成诸多不便，降低效率。细节永远是我们不能忽视的敌人。

第三、团队意识。来自不同个体的16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。

第四、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。

第五、主动。主动考虑队伍里的大小事情，主动地提出自己的见解，主动地提出疑问，主动这一个个主动，虽然简单，却意义重大，让我了解到更多，学到更多。

第六、理解包容。每个人的性格都不同，我们不能要求其他人都像自己那样做事，更不能把自己的意愿、想法强加给他人。学会理解，包容别人，包容社会，包容世间的一切。其实从下乡的筹备活动到整个活动的结束，事情都不是一帆风顺的，但每次遇到问题时，我们都会共同商量找出解决问题的办法。而虽然在商量过程中，往往会意见不一致，但我们都能互相理解。慢慢地我也学会了包容、学会了体谅，更加懂得站在别人的立场想问题。

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。

通过这次社会实践我更加坚信：意气风发的我们经历了下乡

的再次洗礼，象牙塔里的我们并非两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。总之，这个暑假的社会实践是丰富而有意义的，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述清楚的，因为这是一种实实在在的收获。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富！

大学生暑假三下乡心得体会2

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇四

期盼准备已久的开班仪式，今天终于到来了，我的内心是无比的紧张与激动。一大清早我就看到一个个小可爱拿着扫把，背着书包，嬉皮笑脸地踏进校园，这真让人倍感期待。今天的天气也突然由阴转晴了，这可是自下乡之后第一次出现晴朗的天气。久违的阳光洒在身上，让我心情舒适，他们的出现，仿佛让我看到了明天的希望。

开班仪式结束之后就是班会的时间，我去到了一年级观看了一下，不得不佩服他们的智商，甚至感觉自己都“比不上他们”。他们的班主任在给他们讲授红嘴鸥，还问了他们为什么夏天的红嘴鸥头部羽毛是红色的，而冬天头部羽毛是白色的这样一个问题。随后他们很“机智”地回答了因为在夏天太阳把红嘴鸥的头部给晒黑了，在冬天雪把红嘴鸥的头部给覆盖了。虽然正确的答案并不是这样，但他们才一年级，却有如此想象力，真的震惊到我了。我想，他们这么小就有如此的想象力了，如果从现在起，能好好地培养他们的想象力，将来必成大器。

下午是第一天开课，二年级的学生再一次地惊讶到我了，老师上音乐课的时候，让他们点歌，他们都是点现在最流行的



歌曲，而且完全不用教，他们自己都会唱。瞬间觉得自己快要跟不上他们了，这也让我体会到了时代在变，人也在变这句话的含义。身处新时代，只有让自己跟上社会潮流的变化，才不会让自己变得落后，从而才不会被社会抛弃。

一天就这么过去了，在这一天里他们让我领悟了许多，也学到了许多。我想，今天的骄阳是为他们而升起的，他们代表着祖国的未来。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇五

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18个人。一位老师，十七位学生，来自各个学院的学生成员组成了传媒学院(新媒体学院)重庆师范大学“三下乡”社会实践活动逐梦者实践团队。赴往巫溪县文峰镇的三宝村。

我们因为拥有相同的梦想相聚于重庆，又因为怀揣同一个目标我们从重庆来到三宝，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。

在此次三下乡实践中，我们的逐梦者实践团队将围绕“两依托”展开系列活动：一是依托重庆市乡村市民学校建设、高山生态扶贫搬迁移民安置点市民学校和巫溪乐和家园模式，实地观察了解调查农村义务教育薄弱地区留守儿童教育发展现状，关爱留守儿童的心理健康、艺术兴趣培养及体育健康状况及农村文化艺术科普；二是依托重庆市乡村市民学校建设和高山生态扶贫搬迁移民安置点市民学校进行摄影创作，用影像展现基层教育改革创新局面。以“两依托”为基础，“逐梦者”也将深入社会调研，观察农村基础教育领域变迁发展的历史和现实，为新农村建设、推动社会管理创新、留守儿童教育发展建言献策。今年恰逢重庆师范大学建校60周年，我

们以‘影像记录中国梦，献礼重师60年’为主题，用镜头记录三峡库区20x年来的辉煌成果，展现三峡移民20x年来的中国梦，用实际行动献礼重师甲子校庆。

文峰镇三宝村位于渝巫路主干线上，东距巫溪县城40公里，西距文峰镇政府2公里。海拔在780米至1400米之间，年平均气温17℃，适宜种植水稻、玉米、烤烟、马铃薯等农作物。先后被重庆市委市政府评委“文明村”“先进集体”等称号□20x年被确定为重庆市级“新农村示范村”□20x年被评为“全国民主法制村”。但是当我们到了那个地方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，也有进行深入的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，大个的卖相好的土豆都是自己吃的。

其实来到这个村庄时对什么都充满了好奇，个人最好奇的就是这个村子的名字的由来，在经过探访村民的过程中，我从一个耄耋之年的老人了解到，这个村子之所以叫做三宝村，是因为在康熙年间，和珅路过了这个小村庄看到了这小村的三条河，古语有云，靠山吃山，靠水吃水，三河取名为三宝，

由此而来，听完这个简短的故事顿时有点失望，一直觉得这个村庄的名字由来应该具备一点传奇色彩，后来抱着不放弃的心态继续问了几个老人家，得出了不同的答案，也许是年代久远了，真实的历史早已无从考证，不过不管怎么样，这也只是我们来到这里的的一个小小的目的，我们应该要以大局为主。

在这次三下乡中，我学到了很多東西。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。所以在今后的学习和工作中，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。

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。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。

令我记忆深刻的是跟当地留守儿童的交流，由于父母外出打工或者离异，孩子只能留在农村读书，跟爷爷奶奶一起生活，没人能听到他们对父母的思念，没人能理解他们的真实想法没人能看到他们对学习的渴望。跟他们接触的这短短的一段时间，却感受到了他们的无助，如今国家还在发展，制度还不够完善，需要更多的人去关注留守儿童，父母也应该在赚钱养家的同时关注孩子的成长问题。

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，出生在90后，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。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇六

为期七天的三下乡活动在队员和学生的依依不舍中结束了。虽然这次活动的时间很短，但收获和时间并不成正比。第一次作为一名老师，我学会了很多从前不知道的东西，也通过与队友的对比对自己进行了反思，让自己对一些问题有了新的认识。

### 【关于老师】

我接触到的老师并不多，数得出的就只有给我们带队的胡卫老师、多祝三中负责接待我们的老师和703、803班的班主任。本以为老师的出现只是“形式形式”，大多数只是靠20个“老师”和学生的配合。但事实不同于我的预料，老师们出现虽然并不多，但他们却给了我们很多实质性的指导和帮助。

还记得胡老师坐在“办公室”门口的板凳上给一字排开坐在地上的我们提意见的情景。老师经过不到一个下午的观察，就在本来我觉得无懈可击的教学和课外活动中发现了不少需要改进的地方。比如说上数学课的时候画图最好还是用尺子画、上课的时候要注意思路清晰、解题要一步一步、游戏后要给学生总结、篮球比赛后应该先清点人数再放学……不同于之前听老师的“训话”，我觉得胡老师指出的问题都是小处中很重要的问题，没有经验是决不能发现这些问题的。老师的责任心和洞察力让我深深佩服。

还有两个班的班主任，他们对学生的爱也让我很感动。学校肯定是没有硬性要求两位班主任每天回来看望学生的，但他们每天至少都会出现一次。有时他们并没有给老师交代什么，只是在他们上课的时候悄悄地在窗外看看，但从他们的眼神

我看到的是对学生的关心和深切的期望。关心学生，这大概是每一个老师都首先应该具有的品质吧。

### 【关于队友】

这次活动给我最多启发的是我的队友。这20名来自公管学院不同专业的同学各有各的特色和长处，领导能力很强的晓龙，平时搞笑但工作起来非常认真负责的智杰、康志、永强、阿炳、泽权，温文尔雅的“班主任”光锦，充满活力的海燕、恺儿、咏雪、慧敏、阿晓，可爱的小北、健婷，耐心的嘉嘉、佩仪、思远、曼辉、敏冰。不管是义教还是助学的队员们都拿出了自己全部的精力，出色地完成了自己的任务。在球场上、教室里、办公室里、宿舍里、厨房里、买菜的路上，不论在什么场合，跟他们在一起，我总能受到这样或那样的启发。

### 暑假大学生三下乡心得感悟2

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇七

窗外依然是骄阳似火，但是我的内心却慢慢的平静了下来。回首刚刚逝去的“三下乡”社会实践活动，一切都如昨天历历在目。

很多人都说我们90后是一个有着不同做法和想法的，是缺乏责任与担当的一代，而像我们这样的大学生更是温室里的花朵，只会在有着幼稚的想法与做法，只是生活在象牙塔中充满美丽的幻想的造梦者。然而，这次的暑期“三下乡”活动无疑给了我们一次粉碎这种认识的机会，我们长途奔波，认真做事，顺利的完成了学院学校交给我们的任务。我们用铁真真的事实向人们诠释我们能够艰难困苦，玉汝于成。

回首过去，一幕幕景象浮现眼帘□x月x日，我们开始了“三下乡”第一站----奔赴xx学校参加我校大学生社会实践基地揭牌仪式，这是我们小队第一次去完成学院交给我们的任务。将近四个小时的车程，我们没有不烦，没有不耐，虽然我们来自不同的专业不同的班级，但是我们很快就熟悉了彼此，一路上我们话语不停，笑声不断，我们是充满活力的一代。揭牌仪式我们配合学校领导做的有条不紊，虽然是第一次合作，但是经过之前我们认真策划、精心布置，一切都很顺利的进行着。揭牌仪式结束了，我们就地开展了关爱留守儿童的活动。此次活动，打破我原先的想法，我深深的被留守儿童震撼到了。本以为，他们父母不在身边了，他们可能会有过激的表现与想法，为此我们事先还准备了一套套突发事件的应对方案。因为我以为他们会缺乏别的孩子的天真、缺乏别的孩子的快乐，然而亲临现场，我们发现我们错了。当与他们交流时，我问一位四年级的女孩是否想和在外打工的爸爸妈妈住一起，她这样对我说，“不想，我去只会连累他们，他们在外边已经很不容易了，我去只会增加他们的负担，让他们生活更加辛苦”。初次听到“不想”二字我还很震惊，但是听到后面的话我的眼眶就湿润了。留守儿童，一个敏感的词汇，一个弱势群体，他们的父母为了生存，外出打工，用他们的勤劳和智慧努力改变自己和家里的命运，为社会经济的发展和稳定做出了贡献，而此代价就是忽略了他们的成长。然而，在这样的环境下，他们还能有着这么成熟的思想，我们自叹不如。突然间，眼泪就这样充满了眼眶，看着周围简陋的教室，看着孩子们欢声笑语，我突然间发现我们为他们做的太少太少了，我们捐赠的物品实在是杯水车薪。他们缺失的，社会永远弥补不了。

x月x日，我们来到了xx村，参观了新农村□xx村作为一个新农村示范点，有着自己独特的魅力。我们参观了该村的自来水系统、村庄房屋建设，沼气循环利用系统，该村的建设让我们对农村的未来有了很大的希望。

参观新农村结束后，中午吃饭时候我们遇到了问题。我们队友胃出了问题，吃不下坚硬的米饭，于是我们就去镇上买了点胃药，带了一份热乎乎的面条给他。这是我们开展活动以来第一次队友身体出现了问题，大家都很着急，虽然我们是刚刚认识不久，但是大家在接下来的几天里都很热情的询问着他的病情状况。也许，就是因为一路上在我们挥汗如雨中，在我们长途跋涉中，在我们互相帮助中，我们深厚的感情就这样慢慢的滋生了。没有了彼此的抱怨，没有了彼此因为行为与意见不同而耿耿于怀。也许这就是一个团队该有的精神，团结互助，互相帮助与关心。是的，我们拥有了属于自己的团队精神。

x月x日，是我们“三下乡”以来挑战最大的一次。我们开展了“我为界首‘十二五’规划献言献策”的活动。此次活动对于我们这些初出茅庐，专业知识不精的志愿者来说，无疑是一项重大的挑战。然而，我们没有退缩，活动开展的前天晚上，我们利用互联网信息，对xx市有了整体的了解。我们对了解的信息作了总结，大家分组进行讨论研究，最后尽自己的力量制定了一套方案。虽然我们知道我们的方案在国土局的专家面前就像小孩子写的作文一样，但是我们仍勇敢地在第二天会议上说出了我们的建议。此次活动，让我明白了我的专业知识是如此的欠缺，我仍有很多知识要去学习。也让我明白，即使自己不懂，也要去努力尝试，努力去做，天道酬勤，成功只属于有准备的人。

x月x日我们踏上了去xx村进行了红色教育，这次是我们此次活动最为轻松与愉悦的一刻。我们参观了红色文化园教育基地，参观了韶山毛泽东故居、毛泽东求学之路、黄洋界、遵义会议会址、延安宝塔、枣园窑洞、西柏坡等仿建景观，志愿者们边参观边学习边记录，一步步追寻伟人足迹，感受着那个战火纷飞的战争年代，深感革命胜利的来之不易。

“三下乡”过程铺满了荆棘，我们在这条道路上挥洒汗水，挥洒青春。为期四天的“三下乡”很快就落下帷幕了，想到



过落幕，可是却没想到这么突兀。那一刻，心中充满了不舍，不安和落寞，短短几天我们收获了友谊，收获了经验，收获了感恩，收获了我们在大学不曾学到的经历。我感觉我们成长了，成熟了。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇八

今年暑假我参加了由xxx学院组织的“大学生暑期三下乡社会实践活动”，学校本着让同学们更好的掌握专业知识，发扬爱国热情，积极为社会、人民服务，让同学们全方位的接触、了解社会，特别是贫困地区的状况，并通过调查，发现当地存在的实际问题，分析并做出解决方案，并从中有所体会、领悟以增强大学生的使命感。培养良好的社会适应能力，努力锻炼自己成为对社会有益、对人民有用的当代大学生的目的，安排了城市管理学院的党总支书记刘辉书记做我们的带队老师。在全国建设社会主义新农村的形式下，我们本次活动的主题就定为“服务新农村建设新家园”针对当前建设社会主义新农村过程中出现的一些问题，我们本次活动的主要内容包括一下几个方面：

3、志愿服务：现在很多农村的青壮年都在广东沿海地区务工，留在家里的多是老弱妇孺，他们在生活学习上自然会遇到不少困难，我们将号召我们的志愿者，积极的为这些孤寡老人，留守儿童做一些力所能及的事情，为他们带来一些实实在在的帮助与方便。

在一切准备工作准备就绪后，我们去到了我们本次三下乡社会实践活动的目的地：湖南省沅江市南大膳镇。湖南省沅江市南大膳镇位于八百里洞庭湖畔，水产资源丰富并独具特色，以盛产野生乌鳢而闻名。垸外有广袤的湖洲，年产野生乌鳢4000吨；垸内有野生乌鳢放养面积5000亩，年产量1000吨，年创产值1.96亿元，全镇从事乌鳢产业的农户达3000户，去年仅乌鳢产业一项全镇人平增加600元收入。近几年来，镇党委、政府把野生乌鳢养殖作为农村经济增长的支柱产业来抓，

采取多种措施鼓励农民放养乌鳢。于1998年成立了南大膳镇乌鳢养殖专业合作社，为全镇乌鳢养殖专业户做好产前、产中、产后服务。成立了四个服务中心，即乌鳢养殖饲料服务中心、乌鳢养殖技术服务中心、信息服务中心和集约销售服务中心。销售网络辐射全国各地，并在深圳、广州、武汉、南京等地设有窗口，年产种苗达8000万尾，饵料供应冷库达1200立方米，药店2所，技术人员8人，大型运输车辆10台。已形成了以南大冷冻加工有限公司为龙头的特种水产加工企业群，开发了以“洞庭湖洲”为品牌的特种水产、饲料等系列产品，年加工乌鳢鱼片、鱼丸、鱼皮等系列产品达xx多吨，产品深受市场欢迎。英国、丹麦、新加坡等外商与该公司有贸易往来。

南大膳镇是著名的湖南百强镇。乡镇合并后在新一届镇党委政府和9万南大人民的建设下，如今更加多姿多彩，耀眼目夺了。南大膳镇党委政府，坚决贯彻上级的有关指示精神，结合南大实际，在落实科学发展观、建设社会主义新农村的扎实工作中，各项工作取得辉煌成绩。全镇保持了国民经济的持续稳定增长，工农业总产值达到8.07亿元。全镇有工业、企业714家，18个招商引资项目投入固定资产2600万元。南大膳镇注重农业产业结构调整，大力推广农业实用科技，大力植树造林，打造南方型杨树品牌，不断发展畜牧养殖业，成为全省三大草食动物示范乡镇之一。南大还是全国闻名的“中华乌鳢之乡”甲鱼、黄膳、珍珠等发展势头非常强劲。城镇建设、教育事业同样取得可喜成果。

这是一个社会主义新农村建设颇有成效的地方，因为居民与外界的联系比较多，获取信息的渠道也比较多，因此思想意识斗相对比较开放，所以我们工作起来都相对轻松，村民们都很关心国家大事，很多事情根本就不用我们说他们就知道，甚至知道的比我们还要多，还要全面。这使得我们基本上没什么事需要做，尽管这样，大家心里都觉得特别开心，毕竟我们这次来得目的就是让我们的农民朋友了解一些国家政策、形式。既然大家都知道，我们也落得清闲，可以腾出更多得

时间去帮助那些亟需帮助的村民，也很好得提高了我们得工作效率。村民们都很热情，因为我本身就是一个农村的孩子，所以在农村跟大家在一起什么都很习惯，愉快得日子总是过得很快，七天的“三下乡”很快就过去了，我们就要回去了，在这短短的几天日子里，我们跟村民朋友建立了深厚的情感，离别的时候大家都很不舍，并承诺说以后会常来。回去后很多同学都问“三下乡你收获了什么”，我想说的是“有些事情只有去体验后，才会懂得，有些收获不在终点，而在过程”，目前我们都还是没有走出校门的学生，我们总是有着很多远大的理想和抱负。正如我一般，我是大一的学生，我总想着自己在毕业后能够在那些发达的城市大展拳脚，心比天高。我觉得这没有什么不好，我一直把这种想法归为是我个人的上进心。但经过这一次的下乡，我似乎悟出了一些不一样的东西。每个人都是积极向上的，大家都希望自己可以在繁华的地段工作，享受高的待遇，这是无可厚非的。但是懂得回报社会将自己的光芒在贫穷的地域散开的人，则是无比高尚的。“三支一扶”就是一个很好的政策，让更多的大学生能够拥有这样发光的机会。

作为大学生志愿者，我所做的都是力所能及的事情。此次暑期“三下乡”活动，在这个充满明媚阳光的夏季，我们在南大膳镇尽情地挥洒自己的热情和汗水，虽然短短七天的社会实践活动已悄然而去，但这过程中所带给我们的经验和回忆却是历久弥新的。

在“三下乡”的锻炼中不断成长，不断思考，充实自己，我们收获快乐，收获成长，收获许多我们从未有过的经验。我懂得了如何奉献，懂得了团队的重要，懂得了今后在成长和前进中要做些什么，该做些什么很幸运能够参加这次“三下乡”活动，我们经历了，走过了，收获了。这次“三下乡”活动让我感受颇多，既增长了见识，同时也学到了许多东西。人就是要在不断探索中与追求中获得进步，只有亲身经历了才知道其中的苦与乐。这短短的几天将成为我心底美好的回忆，在这一次之行中，我们了解了的新农村建设以及更深入

的了解当前新农村建设过程中的一些问题。我在此要由衷的感谢淳朴的南大膳镇人民，他们给了我们这次成长过程中的经历；感谢一起和我下乡的同学们，是他们让我看到了真正的互相照顾互相帮助的真情。同时也真诚地祝愿南大膳镇能够发展得越来越好！

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇九

“传递社会关爱，锻造自强之才”是我们新长城华南师范大学自强社的宗旨；中学生是祖国新一代的花朵，而拥有健康的心理，对人生有着关键的意义。本着这两方面原因，我们队伍以“培养健康心理，彩绘美丽人生”作为我们整个三下乡的基本理念，我们的每一个活动都将围绕“培养健康心理，彩绘美丽人生”来进行。“自信\_新”是我们顺利开展活动的保证，也是我们队伍的亮点所在!!!

第二天我们就受到收到学生写的日记，从此每天欣赏他们的日记成了我们最最开心的事了，好像他们的每一笔每一划都时刻牵动着我们的心。看着学生写的日记，我会一直追随着他们的笔迹，好像有身临其境的感觉，我能感受着他们写日记时的喜怒哀乐、酸甜苦辣，我也好想走在了一条新的光明的旅途——心路历程，心路历程上我收获的是无比的喜悦。写评语时我想到自己以前看老师写的评语，每次都很开心，很兴奋，很期待，因为我觉得这说明老师有注意到自己，自己被人关注了，是不是我做的比较好呢，还是不好呢？我还要继续加油，不让老师失望。我觉得老师的态度可以很容易影响和改变学生的观念，学生的这种想法也很容易让学生快速找到自我，找到信心和动力。本着这种想法，我想给学生更多的鼓励和信心，于是我总是非常认真的改，尽量写很多更多的评语。我觉得很开心！每天给学生评日记的时候是最幸福的时刻了。特别是看到有学生写道自己的时候尤其兴奋，第一天的日记里就有几个学生提到我了，有一个说：“英语老师的笑容很灿烂”；一个说：“军体拳的女老师是‘男儿性，女儿身’”；还有一个说：“英语老师一直在鼓励我们，在他

的鼓励下，我终于”当然，赞美其他老师的更多我们看到了，都相互读出来，让大家一起分享这份快乐，因为我们觉得快乐是可以传播的。我们在这个过程中收获的是双赢！

而在高兴之余，我在想为什么学生会反映这么强烈呢？我觉得我笑起来不好看呀！也许我的鼓励也只是随口说的而已于是我又在反省以前的自己是不是不够了解自己，不够自信呢！也许他们更了解我呢。他们看到我现在笑得很灿烂，他们记住了，受到感染了，这就够了，人的一生能有多少次机会能让我们去影响并改变其他人呢？我突然啊觉得这就是我今后要走的方向了！是的，我要每天都开开心心的，就像那天开班会玩说出自己的一个优点的游戏中我说的：我喜欢笑。也希望所有的同学像我一样。你们知道怎样的笑是最好看、最标准的吗？是露出八颗牙齿的笑。希望你们天天露出八颗牙齿的笑容，好不好？”学生们十分开心，齐声大声喊道：“好！”后来我发现我那次很随意的一个回答却给学生们很深的印象，他们在写到我时都说会记住露出八颗牙齿的笑容，还有的说我笑得很灿烂所以我觉得老师的一言一行真的很重要，很容易就很影响到学生，甚至于改变一个学生今后的路途。所以在那几天，我都是每天笑着的，尤其是见到学生，这样我也仿佛看到所有人都是嘴角微微向上扬！我发现这样的做法可以让发我每天的心情都保持特别愉快！其实我想，不只是那几天，我相信我以后也会经常笑的。

还有一个让我觉得感动的是我们可爱的老师们。他们是那么爱学生，把学生的一切当作自己的事，急学生所急，关心学生，用最能让他们接受的方式教育他们，我们坚信：一个也不能少。即使是十分调皮的学生，我们也都是好好和他们讲，我发现他们都一般也会听的，即使没听进去多久，但他们起码有那么一下段时间是静心快乐的，并做到了，即使一下子控制不了，我觉得那也是进步了。那天，我发信息给初中班主任时这样写到：“亲爱的老师，真的很感谢你们默默的付出！以前我没有太大的感触，但经过三下乡，自己做了下老师，我真的觉得老师是伟大的，真的像春蚕、蜡烛他们不放弃任

何一个学生，给他们关爱!用自己的实际行动改变着学生的世界观、人生观!很符合我们自强社的口号：传递社会关爱，锻造自强之才。”

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇十

选择奉献，是因为社会需要我们；选择给予，是因为人民需要我们；选择三下乡，是因为责任与使命。不一样的精彩，不一样的怀念，不一样的光阴，不一样的绚烂。这是一个令人难忘的夏天，我们非常荣幸地参加了暑期“三下乡”活动。转瞬间，5天的三下乡活动已经落下帷幕，我们感受颇多，收获颇多。这次活动让实践队员们收获了友谊，收获了快乐，同时也收获了感动。

由于我们八个队员都是第一次参加三下乡活动，实践经验不足，具体工作中难免遇到一些困难，但是我们并没有退却；其次是发挥不抛弃不放弃的精神，团结合作各司其职，各尽其能，互相学习，互相帮助，全身心投入到自己的工作中。这种氛围蔓延到了整个三下乡活动中，使得我们更加顺利的完成了此次三下乡社会实践活动。

本次暑期三下乡活动的队员来自我们xx理工大学建筑与土木工程学院不同班级，给我们提供了一个认识更多朋友的机会，队员之间相识相处相知相信，相互之间也建立了非常深厚的友谊，每天的朝夕相处，每次的激烈讨论，每次吃饭的插科打诨，使得我们的友谊更加深厚，我们的交流更加随意。我们是永远的朋友！

本次的暑期三下乡活动，从主题的确定、活动策划、方案的制作到具体的实施，基本都是由队员们一起解决的，我们也在其中得到了很好的锻炼。在前期的准备阶段，我们需要周全地考虑问题，遇到困难需要自己寻找解决的方法，还要积极寻找社会的帮助，在xx下乡期间，我们更要解决临时发现的实际问题，预防意外事件的发生。通过本次活动，我们全

体队员的实践能力有了很大的提高，对我们以后的学习工作有着非常积极的影响。在三下乡中，我们遇到了实际情况与方案有所出入的情况，也遇到了事前没有料想到的问题，我学会了灵活应对，从实际出发考虑问题，充分考虑各种意见，并在适当时候寻求帮助。

虽然本次下乡只有短短几天，但却深深地激发了队员们的爱国之情，让队员们更加坚定了好好学习，强化自己，为社会为国家的发展贡献一份自己的力量的信念。同时也使得队员们体会了强烈的社会责任感，坚定了同学们到基层去，到祖国最需要的地方去建功立业”的决心和志向。

至此□xx理工大学建工学院xx古城建筑群探索之旅暑期三下乡活动圆满结束。

## 大学生暑期三下乡社会实践心得体会篇十一

所谓心得体会，就是一种读书或者是社会实践等活动后所写的感受文字。其实写好心得体会并不是难事。以下是小编和大家分享的心得体会的相关类容。

为期七天的暑期社会实践转眼即逝，突然觉得有些失落，仿佛有什么东西从心里慢慢的离去，我知道这意味着我更加的成熟。

当中最令我难忘的是去株洲市敬老院：刚进敬老院的大门，我们就受到了敬老院院长的热烈欢迎，院长把我们带进老人们的客厅，让我们和老人们见面。老人们见到我们都很开心，我们也很激动。我们进入到老人的圈子里与他们面对面的交流，深入到他们的内心世界以及日常生活。老人们主要和我们聊他们的生活现状，衣食住行，还和我们说他们心中的烦恼与生活中的不幸。我们为老人提供了一个说话的机会，让老人有了倾听的对象，把心中的不愉快发泄出来。就像马丽华老师说的一样，老人家不需要我们做其他什么，只要陪他

们说说话谈谈心就好了!在聊天的同时，我们为老人们进行才艺表演。通过队员们的各种才艺表演，包括唱红歌，说相声，让敬老院的老人家们看到我们这一代人的活力，调动现场气氛。最后，我们和老人们合影留念，依依不舍地离开了敬老院。

其实，在这次三下乡中，最想说的就是感谢。感谢队友，在我遇到困难时默默的支持着;感谢老师，一直在我们身边无微不至的关心着;更感谢学校，给我这次机会，让我更进一步的完善自我。