# 最新三下乡暑期社会实践心得体会大学生(优质10篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-06-10

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇一**

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。

暑期三下乡社会实践心得(五)

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇二**

今年的夏天酷热如旧，今年的雷雨急骤如夕。然而今年的夏天我们却肩负着不同的使命，拥有不同的感动。我们在学院领导的关怀下,在院团委的支持下，肩负着实践党的十七大重要思想,落实“两个率先”的重要使命,在崇礼中学举办为期五天的社会实践活动已经圆满结束。

虽然这是一次实践活动，我们只做了五天的教师，但我们知道担子并不轻，要上好每一节课，让这些顽皮的学生对我们上的课感兴趣这并非是一件容易的事，况且是对于我们自己还是学生的老师，一切都靠自己去探索，去研究。别看这些同学的年龄小要管好他们可得下一定的功夫，我尽量让自己变得严肃，好给他们留下“严格”的映象，可这也并不太管用，他们还是那么调皮，不过经过不断的沟通与交流，我和他们也象朋友一样了，他们会积极的配合我的工作，这使我感到非常高兴。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇三**

7月5日，是暑假“三下乡”社会实践的第三天。初升的太阳唤醒了土地村的志愿者们。经过了几天的授课让我看到了孩子的纯洁无暇，天真烂漫，在每次上课前他们都用稚嫩的笑容等待着小老师上课。

我也是农村长大的孩子，在农村的日子就是我整个童年，虽然没有城市的繁华，但在农村我就是一只自由自在、欢乐无比的小鸟。今天是给小班上的.第二堂课（体育课）。看到孩子们活蹦乱跳的身影。我仿佛又回到了我那个自由洒脱的童年。孩子们的欢声笑语，孩子们的调皮捣蛋，还有孩子们的聪明伶俐，无不让我感到开心和幸福。这种幸福感不像是亲人朋友给予的爱，而是把你带进你无法回到的过去的难忘时光。为了吸引孩子们的注意我也是使出浑身解数，在上课下课无不想方设法和小朋友们打好关系，更是在平时和他们手拉手一起做游戏，和小朋友们打成一片，被小老师们称为“孩子王”，因为只有真正的融入到她们中间去才能感受到那份童真。虽然经历了当老师的辛苦，但孩子们带给我们的欢乐和感动让我觉得一切都值得。在我所参与的课堂中，我看到了“老师们”的窘迫，但孩子们却还是学得很认真笑得很开心，孩子们的天真热情，单纯可爱时刻感染着我。

通过这几天的实践，在这些孩子们身上让我深刻体会到了“社会对留守儿童的关爱是很重要的”这句话的深刻意义。同时，我也感受到我们志愿者的团结友爱，互帮互助的精神，在接下来的几天我也会继续努力下去！

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇四**

利用大二的两个月的暑期，我找到了一个餐厅进行社会实践，目的是为了让自己从舒适圈当中走出来，离开校园生活，去体验一下社会的生活是什么样子的，为自己积累一些各行业的工作经验，方便以后毕业时能够轻松的、时间短暂的适应社会生活。

实践是为了锻炼自己各方面的能力，比如和陌生人的沟通能力、跟同事和领导的交往能力、面对紧急事情的处理能力、对社会生活的适应能力和对待不公平与被客人谩骂时的隐忍能力。在社会上生存肯定会遇到许多的不如意，不可能所有事情都随着自己的心意来，所以我希望在这个过程中，我能够学会合理的看待这些不公平的事情，学会处理好自己的情绪。

我上班的这个餐厅是一家全国连锁的餐厅，规模比较大，主要售卖的是披萨、意面。菜品的价格都比较昂贵，所以需要我们更加贴心的服务。我的职责就是给客人点单，给客人推荐菜品，收客人桌上的空盘子和收银。在这个期间也遇到了很多不讲理的客人，也提高了自己与陌生人的沟通能力，懂得了要控制自己的情绪，交了很多的好朋友。

让我印象最深刻的一个客人是一个女客人，据说父亲是当地的一个当官的，职位还很高。她每次来都点39的下午茶套餐，每次都是跟一个男生一起来的，一般都是男生付钱。等男生走了之后她就要求退款，但我们退款是会退回到付款账户的，她就要求我们用现金退款，等她之后约的另外一个人来了再让那个人付款。当时我真的是看不懂她的操作，不过虽然看不懂，但也只能按照客人说的做。

通过这样的一段社会实践经历，我懂得了有好多事都是身不由己的，许多事情都要听领导的。就算你自己和领导知道这样不对，但是为了客人的满意度，还是不得不这样做。所以说，经过这一段的经历，我知道了就算你很有原则，但是有时候不是所有事情都可以按照你的原则来进行的，你不得不为了生活，逐渐失去你的原则，变成一个言听计从的人。

经过这次的社会实践，我逐渐了解了社会上的一些规则，与我在校园里接触的完全的不同。这能够让我在毕业参加工作时，能够更好、更快的融入社会，更能够心无旁骛的投入工作。让我能够学习到很多东西，寒假和下一个暑假，我还是会继续的进行社会实践，多了解一些方面的东西。

暑期三下乡社会实践活动心得

暑期三下乡支教实践心得

大学生暑期三下乡社会实践个人活动总结

暑期三下乡支教调研社会实践报告

支教队暑期三下乡社会实践报告

大学生暑期“三下乡”社会实践报告总结

大学生三下乡暑期社会实践报告总结

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇五**

不要悲伤，要阳光地面对眼下的生活，我们要把欢乐和笑声带给孩子们，同样要带给自己，我们都是阳光下快乐的的孩子!

一、 新农村建设调研

20xx年7月14日，我们怀着无比激动的心情向位于南部的xx地区进发，途中我们在隶属xx市的xx县开展暑期实践活动，每到一个地方，我们都通过发放传单和调查问卷以及面对面和农民同志交流，认真了解当地人民的生活习惯、并拍摄照片，记录在新农村建设下的农村人民的生活状态。

民风淳朴，环境优美，号称西北小江南，向来以发展旅游业为振兴汉中经济的主要来源。但由于地理缘故，交通不便，尤其是属于山区地带的xx县。因为人才资源稀缺，所以xx市的科技，教育，文化等诸多方面都落后于与之毗邻的等市或地区。

1、扫盲工作仍需继续开展

在我们开展调查问卷的过程中，我们发现部分农民朋友竟然不认识汉字，当我们把调查问卷发到他们手上时，有一位农民朋友说：“你们发这些，我不认识怎么办”。

这句话对于我们大学生来说是很震撼的，国家对新农村建设高度重视的，新农村建设要求农村人民利用国家的优惠政策积极开展农村生产，不管是国家下达的重要文件，还是国家给与农村的科技技术支援，都需要农民朋友们具备一定的文化素养，如果部分农民不能识字必然对新农村建设的实质内涵不了解，对国家给与他们的新技术新思想不能接受，从而影响到整个村子乃至整个乡镇的新农村建设的进展。

2、农村也要加强思想教育

在我们调查问卷的过程中，当我们问及是否了解国家近几年对新农村建设政策时，许多人摇头表示不知道，当我们举例说到关于农村房屋建设，以及国家免除农业税等方面得话题时，他们才能意识到这些原来就属于新农村建设的政策，只是他们平时都没有系统的了解过国家的新农村政策。

通过这些事情也让我们意识到，作为中华人民共和国公民了解国家政策是我们的权利，也是我们应尽的义务，生活在国家的政策之下，如果连国家的基本政策都不了解，我们很难在国家框定的社会秩序下顺利的工作学习和生活。

3、及时获得最新的农产品买卖渠道

这次新农村建设调研，我们在宁强县高家坪村签订了大学生村镇挂职锻炼基地，我们从宁强县的多个村子了解到，很多村子原本有自己的特色产业，但是当人们怀揣热情投入到新型农业生产并得到劳动果实之后，却苦于找不到宽广的市场需求，或者因为外界的收购价格过低打消了再生产的积极性。

作为国家最先进的人才队伍，我们大学生应当积极发挥自己的主观能动性以及自己的特长，把网络和计算机引入农业生产环节，利用网络和计算机帮助农民群众获得更多的市场需求以及更多的先进农业生产技术，使他们发展新型农业的积极性得到增长，为增产增收提供强有力的保障。

二、大学生暑期教育调研

这次的暑期社会实践活动，我们作为学院首支到达签订支教基地的队伍，签订大学生暑期社会实践基地是我们有一项重要的任务。之所以签订社会实践基地的原因有三。

一是每年暑假大学生应当积极参加课外实践活动，认真了解当前社会形态，了解国家的基本国情，这对于我们今后进入社会工作，能更好更快的了解社会打下一定得基础;二是在许多大学生眼里，他们并没有真正认识到社会实践的重要性，对于学院每年下发的暑期社会实践表格仅仅盖上签收单位的公章就算完事儿，当然也有的同学凭自己的努力找到了实践单位，但是对于大多数同学来说找到一个合适的实践单位，他们很难迈出这一步，针对这样的情况，学院应当提供社会实践基地，为以后的社会实践活动提供便利条件。让更多的学生更好的进行课外实践活动;三，就以往所开展的社会实践活动的效果来看，很多队伍到了当地后才联系实践单位，在实践的过程中由于没有了解当地的实际情况，因此他们的实践活动是在探索中进行的，但是大学生实践活动的时间很短暂，往往等到大家适应了环境，摸清情况准备好好锻炼的时候，活动的时间已经所剩无几了。

为了有目的的开展实践活动，也为了使我们的支教活动准备的更充分一些，在我们签订实践活动的同时，我们积极与当地的学校沟通，比如在xx小学，我们与小学总务老师聊了很长时间，从谈话中我们了解到，该学校的硬件设施在整个xx县来说是比较先进的，学校的每间教室里都配备了多媒体设施，这在小学教育来说是非常先进的设备，但是该小学懂得电脑技术的人员不多，很多老师宁可在黑板上多用粉笔画图也不愿意利用电脑授课，这样一来造成了资源利用率降低。

我们学院对于学生计算机的要求很高，一些常用的办公自动化软件我们都能用到得心应手，因此结合xx小学的实际情况以及我们学院学生的特长，在明年的寒暑假支教活动中我们会尽可能选派电脑技术水平高的学生到这里实习，一来给学生讲述课外知识，二来帮助该学校的老师更好的掌握电脑知识，为他们今后的工作带来便利，也让学生的学习变得更加生动活泼。

不论是农村大人还是农村的孩子，他们都向往美好的生活，身处山区他们接受先进知识的机会很少，与生活在大城市的人们相比，在诸多方面他们都有很多需要改善和学习。农村人民需要先进的技术和迅捷的信息通道才能更好的发展生产，把自己的家园建设的更加美好。

农村的孩子非常渴望新知识，除了在课本上学到的知识，他们更需要从不同的渠道获得不同的信息，开阔学生视野应当引起当地教育机构的高度重视，也是每个支教志愿者应当给山区孩子们培养的。

作为一个山区孩子，上大学是他们毕生的梦想，在大学校园里，来自山区的孩子和来自大城市的孩子有很大差别，虽然都考上了大学，但是二者的见解思想，个人修养，思想素质有很大的差别，我认为原因就在于教育机会的不均等，二者接受教育的平台不同：大城市的孩子能够接触到更多的信息，虽然有的东西并没有深入学习，但其影响却是深渊的，这应当算是人生阅历的一部分。

而山区的孩子没有便利的条件，弹钢琴、学画画，学电脑对他们来说都是一种奢求，有的孩子甚至没有学过英语。

我希望山区的孩子通过大学生支教能够获得更多知识，从科学文化素养等各方面全面提高自己，尽可能缩小自己与城市孩子的差距，也希望所有灾区的孩子都能够考上大学，将来把自己的家乡建设的更加美好。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇六**

本次的暑期社会实践，我的感触和收获有很多。在羊庄镇参观学习后，我知道了只有现在刻苦学习专业知识，全面发展自己，将来才能更好的为社会和乡亲们服务；在参观鲍沟镇中国玻璃城之后，我明白了想要设计出质量更好，价格更低的玻璃就要有创新意识，；在关心留守儿童和孤巣老人时，发现孩子们因缺乏父母的陪伴而产生的对外界的抵触心理应当引起我们重视，应当多加强这方面的工作。

本次暑期社会实践收获最大的就是加深了和其他队友的友谊，明白了团结合作的重要性，同时也对各位老师有了一定的了解，知道了他们除了工作时的严肃认真外，平常生活中也是对我们很关心，和蔼可亲的一群人。

暑期三下乡社会实践心得体会今天是一个令人难忘的日子，三下乡暑期社会实践正式开始。怀着满腔的热情，经过昨天上午午5个小时的长途汽车跋涉，来到了“三下乡”暑期社会实践目的地驻马店市遂平县。看到了一个民风淳朴的优美地方。

这次的暑期三下乡实践活动，是在我院黄书记以及一附院的专家教授们的带领下展开的。经过黄书记的安排以后，经过熟悉，我们开始了第一天的工作。

昨天我们参观了人民公社旧址，增强了爱国主义精神！今天，我们参加了河南中医药大学大学生暑期实践活动暨驻马店市遂平县冬病夏治便民活动的启动仪式。我们每个人加入了冬病夏治的宣传中去，向当地老人深入介绍了冬病夏治的重要性和可行性。把基本的中医药知识和一些常见疾病的预防方法，让人民群众了解到了中医药文化的悠久历史以及中医学的博大精深！我们每个暑期实践的成员都投入到紧张的工作中，一上午的工作转瞬即逝。要做到真正的融入社会时间，体验社会，更好的参与到社会实践中。

下午，学长学姐给我们详细讲解了有关义诊的基本技能，并且讲解了基本的按摩手法，使我们更好的掌握了有关此次活动的相关知识与必备技能。学到了书本上所没有的知识，增加了自己医学技能。为自己暑期实践打下了一个基础。

为期一天的三下乡活动就这样在充实和忙碌中结束了。在今天的活动中，我受益颇多，跟人民群众接触使我的医学知识得到了发挥。有这么好的一个舞台给我展示所学的医学知识，并且在并肩作战的队友中建立了深厚的友谊，使我收获了很多，也学到了很多。今天的暑期实践活动将在我的脑海里留下了深深的记忆，成为我医学生阶段最值得回忆的一段经历。

我相信在以后的的几天，在我们团队的合作之下，一定能够更好的融入社会，服务社会，回报社会。圆满的完成暑假三下乡实践活动。我们会更加努力学习医学知识，为中医药发展贡献自己的力量。

暑期三下乡社会实践心得体会太阳还是一样照常的升起，三天两夜的下乡实践也圆满的落下帷幕。虽然在昨天萌生起了不想呆下去的念头，但当回到学校的哪刻我已经开始在怀念这段下乡之旅了。

我不怕苦，不怕累，更想用这些苦累来锻炼自己的意志和体魄。当第一天将自己下乡的事情发到朋友圈的时候，好友的评论里没有人相信我真的去了，以为我只是去爬爬山之类的\'。就像老周昨晚对我说的，对我那句是城里人的话感觉深刻。我是真的没有去过农村，我也不为自己是一个纯城里人感到骄傲，反而觉得自己少了点什么，少了很多在农村里才能体验到的人与事。村里的挨家挨户的邻居感情，小孩子们互相串门在大操场上的嬉戏打闹培养出从小到大的浓厚感情，对于我而言，我的童年是孤独的。从小住在城市里的套房里，身为独生子，家门一关，邻里间没有什么交流，爸妈又都是早出晚归在店里忙绿，假期经常是我自己一个人在家里。我喜欢一群朋友出去游玩的感觉，我喜欢热闹的氛围，我喜欢在群体里逗乐大家，也许是我害怕孤独的感觉，也许是我享受这种氛围。

我喜欢和老人家打交道，我爱看他们扬起笑容的面庞，从小就跟着爸妈单独居住，小时候爸妈也担心不让我自己出门。只有周末爸妈空闲的时候才会带我去爷爷奶奶，外公外婆家去看望他们。他们很疼我，只要听到我要去，老人家们都十分高兴，忙里忙外的准备各种好吃好玩的还会偷偷塞零花钱给我，长大独立之后，我经常会在空闲的时候去找他们，虽然没有什么事情，但我想只要他们能看到我一眼，对他们来说就是最大的喜悦。当我看到我们采访到的老爷爷奶奶夫妻的时候，他们脸上的笑容是最真诚的，也许他们把我们当成了自己的孙子孙女一样看待。每个老人都希望儿孙在自己身边，每天看着他们，把自己能给的东西都给他们，只要儿孙好他们就好。当我上了大学之后，回家的次数也减少了，与爷爷奶奶们见面的机会也变得更少，此时的他们，是不是也在想我呢，而我，也同样想着他们。暑假的时候，我一定会多去看望他们。

话又说回来，下乡实践活动也给大一生活画上一个圆满的句号。这次的旅程感觉自己帮不上什么正经事，我也深刻的反省了一下自己。下学期真的应该改掉自己的坏习惯，多放点心思在学习上，加强自己的专业技术并发展其他方面的技能，让自己今后遇到类似的活动能够独当一面。也让自己的大学不留遗憾！

人生的路我们才刚刚开始。路怎么走看自己迈出的步伐。我会让自己做人，做事变得更强。还是像前面心得写的那样，我想让自己以后有故事对我以后的孩子讲述，让他对自己爸爸感到崇拜，自豪。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇七**

xx年在这骄阳似火的七月，“三下乡”的`钟声在我院已经敲响。18日—22日，是我们炫夏“暑期三下乡”筑梦实践队奔赴xx五华县xx镇xx村三下乡活动的时间，我们舍弃享受暑假的快乐时光，决心背起行囊，和队友踏上征程，去“三下乡”，深入农村，体验生活，再苦再累也甘愿，毕竟这是次难得的机会，争取在这短暂的时光中能成长起来，增多见识，学一些书本学不到的东西。短暂的几天下乡活动，让我获益良多，它时刻铭刻在我心中，成为我以后人生道路中的一股默默的力量。

此次三下乡活动我们出发前一个月开始我们就进行了分工。从前期的准备工作、活动方案的策划、一直到踏上征程并顺利完成任务，无不凝聚着我们团队队员的心血。出发前我们准别了很多的材料，包括去那里进行普法宣传用到的问卷，及其他用品等等。我们的前期准备，虽然有时挺辛苦的，但我们乐在其中。终于，在18日这个天上午，我们背起了行囊踏上了三下乡之路，当然这要感谢两位随行带队老师亲自驾车送我们到达目的地。

这次活动，我们每天的安排都十分紧凑，每天都过得十分充实，每天都有着新的任务，有当地的村干部邀请我们参加了座谈会，帮助我们更好地了解xx村当地的经济发展情况及当地村民的总体家庭情况，让我印象深刻的是村干部们像我们讲述了xx村xx年8月15日所遭受百年一遇的洪灾时当时的情况，及村干部们如何应对处理。这不禁让我佩服他们的勇气，他们对村民的负责任对自己工作的认真无不值得我学习。

除此之外我们还了解到xx村有不少的留守儿童，整个村子大部分的年轻人在外面打工，我们真心希望国家能够重视农民工留守儿童受教育问题。接下来的日子我们走访了xx村的贫困户，还在xx小学进行了义教，和小朋友们一起玩游戏，唱歌跳舞，还在镇上进行了法律知识问卷调查，派发法律知识传单。之后我们接受了xx镇镇长的邀请，参加了座谈会，了解了xx镇的大概发展并向镇长提出了我们的问题等等......

每天晚上我们的队员还会进行交流，把一天工作中遇到的问题都提出,然后我们大家一起解决，也说一些遇到的趣事，一些大家印象深刻的经历，把白天的劳累在无忧无虑的聊天当中忘却，让我们的团队能时刻都保持饱满的精神状态对待每天的工作。当然每天饱满的精神开始于我们的早餐，所以这要归功于我们的华哥，每天不辞辛苦帮我们买早餐，不管好吃与否都是华哥对我们的关心。另外当我们有做得不好的地方华哥也会指出并给予指导，而我们的辅导老师猫哥更是辛苦，这一年来一直尽心教导及培养我们。

三下乡这段时间，我们要自己动手做饭炒菜，小伙伴们都忙得不亦乐乎的。从买菜到洗菜切菜、煮饭炒菜、收拾桌子、洗碗，小伙伴们都努力的做好自己应该做的，虽然有时会累但是品尝着大家一起合作做好的饭菜，是满满的开心，不仅是成员之间，连老师们也会和我们一起下厨做饭，让大家的关系越来越亲近。在这次“三下乡”，我还懂得了怎样关心别人，怎样团结互助。我们每位队员都能相互的关心着对方，当我遇到困难的时候总有人鼓励我去战胜它。我们每一个人的心里想的是“我们是一个队团队”，一个也不能少，这次是我第一次或许也是最后一次参加“暑期三下乡”活动，我们都很珍惜着这短短的8天时间。每天我都觉得自己过得非常的充实，非常的快乐和愉快。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。这次也是我参加过的时间最长的一次集体活动，也是最有意义的一次，它让我学习到我缺少的东西，得到了锻炼，使我变得更加成熟，给予了我人生回忆留下了美好的金色的一段。

“艰辛知人生，实践长才干”只要你愿意去尝试和经历，并坦然的接受过程的酸甜苦辣和结果的成败得失，人生就会很精彩。三下乡虽然结束了。通过这次活动我也更加坚信：意气奋发的我们经得住暴风雨的洗礼，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，这个暑期的“三下乡”社会实践活动是丰富而有意义的，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的，因为这是一种实实在在的收获。“三下乡”活动不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

这次“暑期三下乡”活动，正是因为有了我们每一位队员的的支持和帮助，此次“三下乡”活动才得以圆满完成！从这次活动中，我学到了很多，它将是我人生中一笔无法磨灭的财富，我锻炼了自己，也养成了吃苦耐劳的精神，更重要的是，我学会了奉献，怎样帮助别人。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇八**

很荣幸的可以跟着老师参加暑假社会实践活动，我的收获是巨大的，不仅了解了更多跟专业知识有关的各种应用型材料，而且深刻体会到帮助别人的快乐，在陪幼儿园小朋友玩耍以及帮助老人做家务的过程中，让我更深刻的认识到在当今的社会上，关爱他人帮助他人仍然是我们当代大学生不可或缺的一课。

本次暑假社会实践活动的圆满完成，让我和一起参加实践的小伙伴们都深刻的认识到了社会，认识到互相关心的重要意义，认识到知识与实践是分不开的，知识的多少需要通过实践的检验。

最后，感谢学院领导老师能给我这次参加社会实践的机会，感谢在实践过程中老师们的耐心指导，我想通过这次社会实践，为我以后的工作打下了坚实的\'基础！

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇九**

有句话说的很对，没有经历过，就没有话语权。说到底，我现在也算是一个过来人，是要和大家分享分享我的感受了。

实话说，从小我就幻想过能够像一名人民教师那样站在讲台上，流利的讲课，传授知识。台下的学生认真的望着我，唤我一声老师。这样的画面一直是童年的梦，是那么圣洁，是那么神圣，可望不可即。

幸运的是，三下乡的第一个活动让我能够重回母校，作为一名学长，某种意义上也是作为一名小老师去和他们分享我那时的学习方法，向他们描述五彩缤纷的大学生活。在热烈的掌声中我站上讲台，我呆呆地望着底下100多名学生，我不由得开始紧张，手心发汗，脑袋空荡荡的，准备好的所有想说的话在那瞬间忘得彻彻底底。

大家好，回到母校很开心又好紧张，如果大家能给我点掌声或许会好些这是我的第一句话。不知道是在学生会和班级大大小小的活动发言惯了还是真的像他们说的学生活动条件反射综合症，第一句话还不错。我把脑子里想好的东西全忘了，跟着感觉走吧！大学有很自由你有充足的时间去发展你的爱好有很多的社团需要你们的加入为他们注入新的活力时间过得飞快，宣讲会就慢慢接近了尾声，我不知道我讲的对不对，但这确实是我体会到的，亲身经历的，我只知道我必须把我在学校最真实的生活呈现给他们，这才叫负责任。

无论明年的结果会是怎样，请大家记住就算你不再可能是一名学生，但是你可以永久保存你曾经作为一名学生的美好，大学需要你们，大学欢迎你们我记得我是用这句话来结束这场宣讲的，说得不好但确实我的内心感受。我曾问过我自己，大学是什么？我和一个高中生相比我究竟有什么差别？可是时间让我渐渐明白，大学是一把矬子，把我们的棱角磨平，大学是个熔炉，把我们淬炼成精英，大学是父亲的教导，让我们明白责任。虽然每个人对大学都有不同的.感受，但所有的感受都终将让我们心智渐渐成熟。这是我体会到的大学，也想分享你们的大学。

武陵镇是我的家乡，武陵中学是我的母校，最近几年每逢佳节都陪伴在外地的父母却不曾回来看望她们，这片生我养我的土地。武警人民对我们的到来非常热情，这让我兴奋又愧疚。回首短短的几天时间，我不敢说我真正为家乡做了什么，但我把最真挚的感情投入了。感谢蒲公英的小伙伴们给了我这次机会。

当心不再靠近，毗邻亦是距离，你热烈的亲吻是给我回归时做好的礼物，心已近，情亦浓。

**三下乡暑期社会实践心得体会大学生篇十**

我们由13个人组织成一支“清风”服务队，队员跨班跨系，有05级和06级的，此次活动的目的地是xx省xx县蜀口洲，活动的内容主要是宣传茶文化知识，同时对当地的经济和教育情况做个调查问卷，帮当地农民干些农活。

7月23日，我们怀着一颗为农民服务的心，背负着xx工贸职业技术学院暑期“三下乡”志愿者的光荣使命，在广州火车东站坐火车向我们的目的地出发了。经过漫长的12个小时，在7月24日凌晨1点多，我们终于来到了xx省xx县。当地的经济发展不是很发达，但教育却很不错，对教育也很重视，这里的xx县中学，考上国家重点大学的学生有很多，这是让我感到惊讶的。据当地的人说，历史上有很多文人墨仕出于此，可见这里的人文气息是比较浓厚的。

7月25日，我们一行人来到了蜀口洲。这是个四周环水的小岛，由20个自然村组成，生态环境保护得很好，当地的农民主要以种植茶叶为经济作物。当天，我们便展开了“三下乡”活动。我们开始做的是有关茶文化知识的宣传，我们把宣传资料发到村民的家里。在做宣传时，深有感触的是，虽然这里的人都是种茶的，但对茶的相关知识真的是知之甚少，他们把摘好的茶叶，直接卖给了当地的茶叶加工厂，所得的收入也并不多。

通过走访，发现这个村里的人基本上都是老人和小孩，年轻的都出外打工了，我想这也是这里发展落后的一个原因吧。同时，我们还做了问卷调查，了解当地的经济、教育发展情况。村民们普遍认为这村里的最大变化是村里修了水泥路，交通方便了，对于农村的一些培训，村里却没有举行过。

做了几天的茶知识宣传和问卷调查，接着帮农民干农活。第一次抛秧，第一次摘花生，第一次摘茶叶，特别是摘茶叶的\'时候，要弯着腰，一棵一棵认真仔细地摘，不能摘得不干净，这对第一次摘茶叶的我是多大的考验啊！让我真正感受到了干农活的辛苦，深深体会到农们的艰辛，在烈日炎炎下干农活，弄得汗流浃背，干了一天就已感到身心疲惫，没有做过农活真的是体会不到农民的辛苦啊！当地的自然灾害也比较频繁，去年经历了洪涝，今年却又经历旱灾，这对农民们的损害是多么的大呀。农民的吃苦耐劳精神，真的值得我们每一个人学习。

这次“三下乡”活动看似简单，但意义对我来说却很重大，能把我们所学到的知识宣传给农民们，做一些我们力所能及的事，这对我来说感到非常的高兴，同时农民的朴素、热情与大方让我非常感动，没有深入到农村去，是不会感到农民的真切情怀的。

虽然这次“三下乡”活动的时间不长，但让我认识到很多东西，感受到了很多东西，真的受益匪浅！在我们这个“清风”服务队的集体生活中，大家互相帮助，关心彼此，团结一致的精神，相信我们的每一个人都是不会忘记的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn