# 大学生三下乡心得体会(汇总14篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-12-26

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**大学生三下乡心得体会篇一**

说真的，刚加入电商协会时，除了本部门的人外，都不认识其他部门的人，即使现任会长祥斌师兄(简称“苗条师兄”）经常跟资源部的人混在一起，但对他还不是很熟悉，更别谈得上谈天说地了；而昌豪师兄（简称“管家师兄”）虽然是部门的部长，但对他的印象仅限于：严肃、公事公办的包公脸；而祥胜师兄，对他的认识仅局限于他是我们班的心晴使者的身份而已；唐亮师兄（简称“靓亮师兄”）文静书生一个，对他可以说是毫无好感；美娜师姐和转弟师姐，刚开始是还是不太认识，只知道她们两个都很温柔，善解人意。干事阶段，在协会里除了本部门之外认识人不多，知心朋友也没有，时不时感到很孤独，唯一庆幸的是，资源部给了我家的感觉，无论是部长还是同事们，大家都很照顾人，这样一来，对部门的依赖性也随之强了起来，这也是后来竞选部长时无论如何也不想被分配到其他部门的原因，只因为，资源部才是我们大家唯一的家，给了自己温暖，很温馨，那种感觉是无法言喻的。

暑期三下乡社会实践活动，是一个起点，是让我深入了解各位师兄师姐的起点，也是我们感情建立的起点。可以说，三下乡活动是建立协会内部感情沟通交流的一个很重要的活动，这也是我为什么当没人负责三下乡活动时，我最后跟苗条师兄提起要将这个三下乡活动坚持下去的原因。不为他的，只为了协会将来的发展。三下乡，深入地了解了祥胜师兄的能说会道，特别是他自身的难挡的魅力；深入了解了苗条师兄的细心周到及善解人意；靓亮师兄的幽默及健谈的一面；最令人印象深刻的是，三位师兄都为了女生吃肥猪肉，超有风度ing。自此之后，跟他们之间的关系上升了一个台阶，知道他们也并不是那种不善言谈的严肃的人，他们亲切的就跟多年的好朋友一样，可以聊天吹水，甚至有时候，还拿他们开玩笑，时不时损一下他们。不知不觉间，那他们取乐成为了一种习惯。

当部长以后，跟师兄师姐们的关系是那种工作上是上下级的关系，而生活甚至学习上却是好朋友的关系。工作上，犯错时，该批评的就批评，该表扬的就表扬，公平公正的对待每一个人；学习上的各种资料都可以找他们，而他们也是很乐意帮助自己，有时候就在想：当他们都毕业后，自己以后还能去找谁？生活上他们却是诉苦的好对象，时不时找一下他们，聊聊自己的近况及工作上的难题，寻求帮助。这里就要感谢苗条师兄了，每一次烦恼时，他都可以静静地听我发牢骚，即使他内心也有很多烦恼；每一次做错事时，他都能够对我抱以宽容的态度；每一次去男生宿舍时，都会很有风度地坚持送我们回宿舍，即使他自己快要因宿管阿姨关门而没门进了；每一次遇到问题时，不厌其烦地在一旁帮忙解决困难，即使他已经熬了很多晚通宵了。还有管家师兄，说真的，他，很啰嗦，很八卦，有时候真的怀疑他是不是男生？什么都要管，小到女生扎什么样的头发，大到苗条师兄的终身大事，他都要涉及，最要命的是，他竟然比我还要关注八卦新闻。不过，还好，协会有他，才不会沉闷，才有了给我们调剂的对象；也因为他的啰嗦，我们才不至于老是丢三落四，避免了很多不必要的错误。祥胜师兄，人帅气有才气，多次拿奖，是我的偶像，很可惜，相处那么久，我并没有学到偶像的点点滴滴，大学两年快过去了，还是一无所获，还是一如既往的笨。靓亮师兄，虽然刚开始对他并没好感，总觉得他不风趣，是那种文静的少话的书生类型，相处之下，才发现，其实，很多时候，是自己过于相信自己的眼睛了，没有深入地跟他相处并了解，就胡乱的给他扣上了帽子。可以说，对他的了解，从三下乡开始，“唐老鸭、爆米花”是小孩子们对他的戏称，他也是很乐意接受的。那时候的他，说话虽然不是很多，但，总体上知道他还是蛮幽默的，挺健谈的，特别是在熟悉人的面前。而说得上是深入了解，是暑假去工厂打工开始，那时候的他，给人的感觉是：善于将自己的心事藏在心底的人，很少在人面前表现自己的关心；更重要的是，知道了他其实是不会做家务的，在家人面前还是个未长大的孩子呢。对于协会的师姐呢，印象最深的是美娜师姐和转弟师姐，她们两个都很温柔，都很善解人意。美娜师姐自称“贤良淑德”，时不时跟我聊些感情问题，一副老人家的样子，可恶的是，有时还戏弄我；转弟师姐，古代美女型，跟靓亮师兄的性格还蛮像的。

跟他们间的相处，差不多有一年了。这一年中，有过矛盾，有过快乐，但，快乐的时光总是多于其他时候。跟师兄师姐们在一起的日子，真的过得很快。跟他们相处，不必想什么话是自己该讲的什么是不该讲的？反正就是有话就讲，不必顾虑什么，而他们，也总是很宽容的\'对待我们每一个人。之前就在想：到时候换届后该怎么办？跟他们的联系少了，以后要找他们聊天也会感觉不自然了，联系少了，沟通自然少了，这样的话，我们就失去了他们了。真的很可惜。每一次想到换届的事情时，心情就莫名其妙的烦了，但，又给自己理由不要多想，毕竟离换届还远着呢！

但现在，换届已经到来了，不得不正视这个问题了。昨晚的通宵，虽然有点小意外，但总体上不会影响大家的心情，每一个人的脸上都是一副满足的神情。回来后，看着通宵唱k的视频，听着里面的青藏高原，很感动，眼眶不知不觉红了，因为，这次通宵可能是我们协会最后一次的聚会了，今后要找这种机会很少了，以后要见到会长团他们的每一位，也会很难了。今后，没人会罩着我们了，也没人会听自己讲心事了。想着想着，内心很难受，但又不便表达出来，唯有吞在心中。

协会，对我来说，真的很重要。里面有亲切的会长团师兄师姐们，有互相谅解的同事们，还有可爱的师弟师妹们，很舍不得离开他们。缘分，真的很奇妙，将我们大家牵在一起，聚在协会这个大家庭里，暖暖的。我很想协会的未来会更好，我知道，师兄师姐们对自己的期望也是很大的，在此，我向他们说声对不起了。我辜负了你们的期望，我不能继续留在协会里为协会今后的发展服务，但，今后如果协会有用得上我的话，我一定全力以赴。或许，师兄说得对：“我是在逃避责任。”但，我更想说的是：“助班，也是我一直以来努力的目标。如今有个机会摆在我面前，我一定要抓住它。不管争取助班的结果如何，起码我争取过了，我不会后悔的了。因为，以往的我就是顾虑得太多才失去了很多机会。这次，我一定要牢牢抓住。

协会里的每个人都对我很好，对我的期望也很大，但，有所失才有所得。很多人跟我讲：“你要想清楚自己最想要的是什么，鱼与熊掌不可兼得？”我现在终于明白了。虽然最后我选择了放弃协会，但，我的心跟协会是在一起的，我永远记得自己是协会的一份子。

忘不了苗条师兄的滥好人行为；

忘不了祥胜师兄的失风度的搞笑动作；

忘不了管家师兄的纤夫的爱；

忘不了靓亮师兄的健谈幽默的一面；

忘不了美娜师姐的赌徒的另一面；

忘不了转弟师姐的细心周到；

忘不了大家的种种，

唯有希望，今后我们的友谊不变，没人预料的到今后会发生什么事情，但，无论怎样，我们的回忆依旧，我们的友谊亘古不变！

**大学生三下乡心得体会篇二**

这次三下乡有一个很直观的感受，社会主义的光亮照亮了祖国的每一寸疆土。昔日被列为贫困村的吴家营村，已经看不到因为贫困带来的愁眉苦脸，取而代之的是，人民辛勤劳作收获农作物的喜悦。在全面迈向小康社会的20xx年，吴家营村里飘荡的是孩子们的读书声，是村民们跳起坝坝舞的欢歌笑语，是人人口中夸赞的社会主义好！

很感谢成都体育学院以及各位领导让我拥有了这一次亲眼见识社会主义建设祖国大好河山的机会。有了这次的收获，我今后一定以此为勉，为参与建设社会主义而努力拼搏！

**大学生三下乡心得体会篇三**

参加暑期xxx“三下乡”，我真的感到很荣幸。短短的一天，这过程的点点滴滴，我仍然历历在目。我是负责玉湖书画社部分的，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;当我想起同学们的笑容时，游客的笑容时，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xxx“三下乡”，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。来自不同协会的成员，在一起工作，一起宣传亚运知识，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。主动考虑团队里的大小事情，主动地提出自己的见解，主动地提出疑问。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。

一个人的价值所在并不在于他得到了什么，而在于他为社会贡献了什么。

**大学生三下乡心得体会篇四**

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，已经可以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，本以为政府的主任应该是很严肃的，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，通过这一个个的活动，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。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。

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，考虑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起，进行了面对面的交流。塞翁失马焉知非福，人数虽然比预计的少，不过坐到台下，和他们面对面的交流，反正更深入的了解到他们最真实的情况。通过交谈，发现了农村经济的不少问题，特别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一定的作用，同时，我也发现在栽培技术上的一些问题，有些简单的防病虫方法，事半功倍，但当地农民却认为有点麻烦而放弃使用，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，不过效果显著，希望他们可以接受。会后，有一位农民邀请我有时间去他家做客，听到这话，我知道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，一下子就已经可以看到当地的繁荣，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，主要是通过走访乡村派发调查问卷、开设讲座和开展文艺汇演达到宣传的目的。

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\'内容，有很多都是不知道，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，过半的时间都放在了排练方面，特别是唱歌和走秀方面，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，不过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，当地的小孩子非常的踊跃，最后我们把我们自己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。

**大学生三下乡心得体会篇五**

20xx年暑期社会实践活动，作为福建医科大学基础医学院团委实践部部门负责人之一，“三下乡”更多的是不解，我想，那个时候我并没有什么思考。在当时的队伍里，作为通讯员，更多关心地是如何宣传，如何投稿，那时候的文章有些功利，写的并不全是自己的思考。

庆幸的是，从自己所站的位置，它迫使我去思考“三下乡”的意义，我所看到的“三下乡”为实践地带去的真的很少，我质疑过、疲惫过。之后明白，它对于一个实践者的意义——“在实践中成长，在奉献中成才”，它对于是实践地的意义是关注和尊敬。就我们目前所学，根本不太可能为当地的医疗卫生事业或者其他方面，做出实质性的贡献。学校给我们提供这样一个下乡的机会，是为使我们在“读万卷书”之后，能够“行万里路”，能够“阅人无数”，以达到“受教育、长才干、作贡献”的目的。不是强调我们能为实践地做出多少功绩，而且应该是期待着实践地能给我们带来怎样的触动和震撼。我们去实践的更大意义在于，我们在基层中成长了，我们在实践中坚定了，我们让基层看到了青年大学生的成长和决心，我们带去了大学生的热情和关心。我想，这才是实践的初衷和目的吧。

20xx年的“三下乡”在学校学院的领导下从3月份开始着手准备，各项发文、介绍会、队伍组队、各项材料、创意大赛、培训会等等一直到现在各实践队伍的活动基本结束，“三下乡”对于一个总负责人的要求不仅仅是组织协调能力那么简单。害怕过、担心过、无奈过、甚至于退缩过，遇到过各种各样的情况，看见了各种各样的努力和感动，也明白许许多多的缺陷和不足。组织“三下乡”还需要充分认识以后的坚定和热情，需要无奈过后的耐心与责任，更重要的是思考，思考“三下乡”更深层的意义，思考怎样让所有参与者都能够收获思考，怎样在学院的领导下完成组织工作的同时融入自己的改革与创新。

展望

加强基地日常管理，让实践延续。基础医学院截至20xx年暑期，已有5个社会实践基地，基地协议的签订使得双方能够共同发展，互惠互利，促进当地的各方面事业尤其是医疗卫生事业的发展。同时对于参加社会实践的大学生也是一个更好的发展机会。一次的下乡实践活动给当地村民带来的是极少的，基地的签订，使得我们能够进行定点，长期，多次，有效的实践活动，真正的把服务，医疗带到农村基层。在接下来的工作中将加强我院与基地的联系和对基地的管理，定期向实践地输送更多的医疗卫生知识，必将加速共同发展和进步，进一步加深友谊与信任，也为学院的广大学子提供了一个日常实践的机会。

深入调研，提高科研能力。将高度重视以依托实践为平台，不断提高学生的科研水平。以学院专业老师为核心，组织队伍深入我省的一些贫困地区，传染病流行地区、医疗水平落后地区，通过调查了解病源，了解现状、了解问题，进行必要数据采集、通过仪器科学分析，撰写实践报告，形成科研成果。通过亲自参与调研工作，让学生的科研能力得到不断加强。

广泛学习，力争创新。将我院历年优秀实践队作为案例，编制成册，供学习借鉴。进行队长队员的招募，组建精英团队赴基地实践并参与“益暖中华”“调研中国”等大赛，向其他高校的优秀团队学习借鉴，结合我院的社会实践特色深化改革，使实践有所突破和创新。

正视成果，注重思考。每一年“实践归来话成果”展示会都为我们展示出各个队伍的丰硕收获，每支队伍的成果各有不同，可是真正的成果不在于有多少感谢信多少锦旗，而在于收获感动与经历之后会有多少的思考与审视。我们希望让每一位队员，让每一个团队都能够将不同的经历化为自身的成长，这将是最大的成果。

两年的大学生活，两年的实践部工作，两次的“三下乡”社会实践活动，不同的角色，不同的收获，不同的思考，一样的坚定。暑期“三下乡”社会实践活动带来毋庸置疑的感动，而收获需要我们的思考才能更加深入。用发展的眼光看待“三下乡”，怀着热情和理性的认识，让自己“在实践中成长，在奉献中成长”，让“三下乡”变得更具意义和魅力。

**大学生三下乡心得体会篇六**

去年的三下乡还在脑海中，今年的三下乡又来到了!时间飞逝，一年又过去了。今年我院三下乡的活动主题是：构建合楷社会、演艺红色青春!

我队名称为台州职业技术学院青年志愿者协会温岭市松门镇构建合楷社会、演艺红色青春服务团。简称温岭松门服务团共有学生21名，指导老师2名。时间共8天。

这次的活动思想:以“三个代表”重要思想和十一届四中全会精神为指导，高举革命老区奔小康的旗帜，立足我院工科办学的优势，围绕中心，服务大局，用知识造福社会，用爱心撒播文明。

活动内容:农村团干部计算机技能培训;禁毒宣传;开展青春自护，远离网瘾活动;食品安全卫生宣传;文明礼仪志愿者培训活动8天的时间说起来是不常，一周多一天，但对我来说是却是难忘的一周加一天。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紧的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我团队的效果会更上一层楼。

他们的一言一行还不断的在我眼前出现，可能因为我是队长的原因吧，对什么事都特别的敏感!一个队中只有3名大二的，2名东校区的，其他的全是大一的同学，这个团队中全部都是青年志愿者，大部分是文明修身学校的学员。开展活动和其它队相比的话，我认为是最有楷做力的一组，原因很简单：大家都是同一届的，没有什么学生干部，有事大家一起商量，没有一个会特别爱出风头，能力上都是相等的，必需要一起合作才能完成活动。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，同时给我也不小的压力，要是开会时没人发表意见不就惨了。从活动的总体上来说，我认为是成功的。成功：不是说活动开展的怎么怎么好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。可能对于一部份同学来说，他们的成功就是三下乡拿了一本证书，可以加点分数。我认为参加三下乡为的不是别的，为的就是以后可以更快的适应这个社会，所以我们这个团队更注重个人能力的提高，在这几天能学多少就学多少，自己学到的东西才是真正的东西，这些证书没有得到并不代表着自己三下乡是白去的，只要自己认为在活动中有学到东西就足了，怕的就是什么都没有学到，浪费了那么多的时间啊!!

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

一、合理分配

不论是做什么工作，总会有要分配的时候。我是队长，但是合作能力我也与同学们差不多，通过这一次的社会实践，让我知道了合作的重要性。在我队出发前，我们的.一些活动材料还没有全部到位，留了二名同学在学校，团队的活动日程才得正常开展，要是不分配下去而是全部留下来的话，那我们的团队活动肯定是不完满的。

二、主动提问

我当学生干部的日子也不少，就是不好意思主动的去找一个提问，有点害羞。但自己当了这队长之后，不论什么事情自己都得出面，他们有问题就问我，有难点就向我提，而我也是学生，也会有问题，在这儿老师不在的时候我就相当于是老大了，什么事都要解决，不会了怎么办呢，只有自己去问啊，就这样，我在同学们问我之前先向老师或者是当地的负责人了解过来，这样一来，活动开展的顺利，同学们也就都有了信心。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一起那么多天的，通过这一次，我知道了原来关心他人也是交朋友的一种方式。

四、不断的学习新知识

在现在的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有不断的学习才行，这一点是主点，能够在活动中得出这来，是我最大的收获了!!

对于我来说,活动是下次的成功的道路,没有活动就没有机会,在活动中可以会有许多的机会,而这机会也是自己日后成功道路的石子,最后,我个人提出以下倡议:

三下乡为的是更好的让大学生了解当今社会,更好的适应以后的社会,为出社会做了一条道路。只有真正的投入其中去，才能够领略到当中的道理，不要为了三下乡而三下乡。

在活动中每一位同学都要注意自身安全，同时也要互助、互爱。在一个合楷的气氛中开展活动，对人对已都有好处。不论是活动的前后，有一颗善良的心，一个良好的心态，一个开心的心情，对突发的事件能够保持冷静，以平常心来对待!

队员之间能够保持良好的联系，外出事先报队长得到批准。每天记日记，记录好当天的生活点滴，每2~3日进行工作小结。这对自己的以后回忆会是一个很好的见证。同时也是好文章的出处。

不要为了个人的小目的而浪费了许多学习的时间，现在拿到的奖项在多，但若你什么社会实践经验都没学到，等出了校门，进入社会，同样还是会比其他同学慢一拍。

在总结的最后,我也同样希望下一次的三下乡活动能够更加的丰富多彩,同学们都能够以一种主人翁的心态加入到活动中去。

**大学生三下乡心得体会篇七**

满满的期待拉开了三下乡社会实践活动序幕。每个队员都有了自己的职务，而我选择了调研，放弃了支教，因为我依旧没有勇气站在讲台，因为队友们早已认定我是个不自信的人，把我热衷的职务给了其他人，而我只能后退一步，但是我很想告诉他们，爱哭的我不是软弱，我依然可以做得很出色。虽然不能支教，但是我会在调研组中好好锻炼，认真完成工作，收获其它珍贵的果实——交际能力。

我们都知道调研是比较辛苦的，但我们乐在其中，因为我们不仅能好好完成工作，还可以与村民们交流心声，体会到村民们的辛勤与快乐。令我们开心的是，他们非常支持我们的工作，有时候还会为我们着想，也会为我们抱打不平，因为队长没有给我们发工资。当然，我们也会因为调研农村合作医疗保险而被误会我们是推销保险而被拒绝填写问卷。然而令我们愧疚的是，不能为村民们向上级反映他们对农村合作医疗保险的看法，因为他们几乎都把希望寄托在我们身上。希望政府能早点改善政策，真正做到为民着想。

虽然在调研中也学到不少知识，但是我依旧觉得不满足，因为我少了一份与学生交流心声的师生情，我很希望自己也能像那些“班主任”一样收到学生给他们的信，因为信中的内容很令我嫉妒，看到队友们幸福的样子，我就很羡慕。虽然如此，但我只能祝福他们，因为我相信以后我也会有机会的。

三下乡是一段路，时而坎坷，时而沿途风景独好。她告诉了我，没有一个人的前进道路是平平稳稳的，即使是河中穿梭航行自如的船只也难免颠簸，因此生活受伤难免，失败跌倒错过并不可怕，可怕的是因此而一蹶不振，失去了人生的方向。只要你没有因此失去方向，你就会欣赏到独特的风景。

**大学生三下乡心得体会篇八**

倒数第四天，距离我们三下乡社会实践的结束也只有短短的几天的时间了。看到别的同学和别的队伍都走了，心里不能说不羡慕。

电白县沙琅区，一个我完全陌生的地方，我甚至从未听过它的名字，更不用说对这里有任何的了解了。在这里度过十天，不得不说是个挑战。现在我们的工作也进入了后半阶段，一切也在正常的轨道上进行，而我们新闻组终于也迎来了可喜的一天。

早上，办公室里，刚放下包，发现我们的队群已被我们组长刷屏了——我们新闻组的一大批稿子终于在广东共青团网上审核通过了。真是个激动人心的时刻！作为新闻组的一员，我必须得说我们的工作真的很辛苦，特别是一直以来，稿子都是被退的状态，主要的网站上通过的没有几篇，士气挺低迷的，今天的大捷真是来得是时候。

“我们的稿子过了！”办公室门口传来激动的声音，另外一个在听课的同学中途跑回来，激动地说道。我们付出的是别人想不到的，早上起床时间与其他组的同学没差，白天跑腿，晚上开完会继续写稿，一直到晚上十一点钟。回到宿舍差不多就是十一点半的关灯时间了，接下来要洗澡的就只能黑灯瞎火地进行。

一般最后一个舍友忙完已经十二点多了，大家才能睡觉，第二天又重复同样的事情。特别是大家有情绪有矛盾的时候，这日子就越发难过了。在这短短的七天里，我不止一次地想要回家，退稿时想，吃饭时想，晚上我们组几个人在漆黑的校园里往宿舍赶的时候更想。有时候我不明白，我们为什么要来到这个地方？为什么要来遭这份罪？今天，一切已经有了答案，为了获得认可的这一刻，一切的汗水都值得。

下乡!下乡!不辛苦不努力怎么会有收获能？今天我们学院的院长、书记和辅导员过来慰问，我忽然觉得恍如隔世，仿佛我们本来就是这里的一样。人家说“时间会抹平一切”。我觉得时间也会创造一切。

**大学生三下乡心得体会篇九**

刚考完试就要去三下乡了，心理没有一点工作的激情，可这个任务一定要完成！就带着这份责任心，我最后一个上车，踏上了\_\_市三下乡之旅！

车上温馨舒适的环境让我好好的睡了一觉，醒来的时候车已经稳稳的停在了\_\_小学。

哈！当时让觉得开心的就是：在这里我将成为一名教师，名副其实的人民教师！痴想过后和同学们一起搬完行礼，接着找到我们睡觉的课室，把那里打扫得非常干净然后我们就可以松口气了！与是到处逛逛，熟悉熟悉下环境。

由于刚刚到那里，人还比较少，又是下午5点多钟，有点沉闷。不过我还是可以看出村民们对我们还是挺热情的。他们的眼神里充满了期望。这让我和开心，我们不能辜负村民们。

第二天醒来开始真正的工作了！虽然还没有工作的热情，但是看到同学们都非常的积极，好像是要豁出去的感觉，我意识到这不仅是一个活动而且是一个命令！这次三下乡只许成功不许失败。

一个简单的开班仪式点起了这场战争！同学们各忙各的，有备课的，有上课的还有开着村民的摩托车去买菜的。忙得不亦乐乎，而我呢只是一名体育教师，哈，比较轻松点！不过还是有点挑战性的，毕竟是第一次上课，有点胆怯，不知道同学们都喜欢玩些什么，喜欢哪些运动，这给我备课带来了一点麻烦。

不过最后同学们都是互相帮忙一起上课的。这不是说我们能力不行，这是歪想。三个臭皮匠胜过诸葛亮嘛，大家一起想想办法，互相学习学习多好啊！看，孩子们都玩得乐开花了！

后来我接到了另一个任务上六年级的数学课。啊，当时吓了一跳，不会吧，上六年级的课，他们可以和我这么高了，我哪好意思！果然，上他们的课最紧张！

一句话也不能说错，也不能老是和他们瞎扯；可是又想不出什么办法让课堂氛围活跃点。不过凭借我聪明的头脑，数学课上学习气氛还是挺强的。每节课都给同学们带来一道趣味数学题。

其实男生也挺可怜的，我们竟然是在一个草坪里洗澡而且是露天的，不用说大家出清楚那种感觉是怎样的啊。

苦头何止这些，晚上正当我们睡得熟的时候，外面大量的虫子飞来我们睡觉的课室里，东跑西窜的咬得我们到处是伤！脸上，背上，手臂上的肉都腐烂了。没办法有些同学过于严重都提前回到学校了！但我们还在坚持，越是在紧急关头越是不能放松。

三下乡社会实践活动并不是简单的上下课而已。我们不得不每天晚上定时开会来解决当天发生的一些没预料到的事情，在我们班长的带领下，这次三下乡取得了完美的成就！

在这次三下乡中我学到了工作要的就是责任心，不怕苦不怕累，在没把握的时候一定要有自信心，这样才会成功！

**大学生三下乡心得体会篇十**

\*\*年7月14日，我终于到达惠州博罗公庄，开始为期9天的下乡支教活动。

9天很短暂，却五味杂陈。待我分点陈述吧。

生活，那么简单。都说学生时代宿舍－教室－饭堂，下乡这些天活动的地点也是这般。天蓝得缥缈、山绿得青黛、水竟然可以绕门前瓜棚下而过……最开心的就是偷着空到校外的小村庄溜达了。

学校之简陋，意料之中；然学生之少，意料之外。估计是农忙加路程遥远导致部分学生无法正常参加活动吧。即便如此，仍旧不能打断我们活动计划的实施。一切平静地进行，或许正因为是首次大型班集体外出活动，大家在生活中互相照顾，感觉还不错。下乡给了我们演练的计划，让我们在实战中，认识自我。

备课，眼睛花了。9日活动，3个班级。每个班级我2节课，共6节。所以我准备了2个课题。一个是汉字浅识，一个是杜甫生平。下乡登台讲课让我明白了设想与实际的差距。同时，深刻地体会到了台上40分钟，幕后无数分分秒秒的准备。汉字部分本打算讲讲汉字的演变历史，中间配上部分汉字的各种字体的写法。后来发现并非想象的那般简单。甲骨文因为资料和本人知识水平的限制，根本无法如愿。最后课程演变为：简介汉字字体演变，顺便教学生自己名字的小篆写法。看似简略了许多，然而却把自己抛进了另一个困境：我如何去写那六七十个孩子将近两百字的小篆名字，而辅助材料只有那本连我自己都看不懂的《说文解字》。于是我这个门外汉只能假装在行，日日夜夜趴在课桌上翻书查找某一个字的小篆。这绝对是吃力不讨好的事情，有时候我为了查找一个字得把一本书翻个几遍。那几天眼睛绝对是超额负荷。

然而，汗水与眼睛的代价是我在寻寻觅觅之中体验到了一份责任，一份乐趣。我似乎突然体会到台上应对自如的老师背后的辛酸呐。讲台上，我能自如地写出学生的名字，那份感觉不言而喻！

教书易；教人？难！两次备课费了不少精力，然而，只要是花了心思，还是可以准备比较充裕的课程的。教书是教师的天职，然而，教师却不只是教书。在航行的道路上，教师只充当方向盘，你要教会学生去掌握方向盘，这才是最重要的。下乡这短短的九天就让我深有体会。如何鼓励学生去学会追求，如何找到目标与方向，如何在现实与理想之间架上桥梁才是最重要的。下乡九天，印象最深刻的是一个男生和女生。男生是让人讶异的，他明确知道自己未来想称为怎样的角色，更清楚该如何规划自己。这小小的男孩说不定他的蓝图比当时在座的任何一位老师目标还明确。然而，他的同学就是另外一回事了。就是一个懵懵懂懂的小女孩。不知道自己想成为什么。临走了，给了我一封信，叫我别伤心失望。她后悔了就会来找我。真是让人胆战心惊，生怕是自己做错什么，给她造成不好的影响。最后却是她的“忏悔信”。她没想着尝试去努力。还是让人有深深的挫败感。六节课感觉很困难，还是可以完整地讲完；而如何积极地影响学生，以身作则，则是对一位准教师更高的要求。

活动，精彩纷呈。时间尽管很快就过去了，但我相信任何一位老师，任何一个学生都在活动当中使自己得到的最多。几天的活动让学生体验了何谓团结，何谓合作，何谓凝聚力，何谓亲密无间。知识竞赛，人少，氛围依然浓烈。趣味运动会，酷热当头，群情激荡……每个人都在活动中得到极大的满足。

二十三日离开博罗。留下了许多，带走了许多……

**大学生三下乡心得体会篇十一**

这个夏天，广青的旗帜悦动在蔚蓝的天空，我们带着惬意、喜悦、青春的气息来到潮南区井都镇。开始了我们五天的旅程。时光荏苒，开始还仿佛还在昨日，而没想到，这就已经结束了。下乡行，我们学习成长、磨练斗志;有纠结，有喜悦，有批评，有欢笑;而我们，不枉此行。

“争吵中学习成长”

20xx年6月5日，这一天我记忆的特别清楚。这是我们此次下乡行指导老师给我们开的第一次会议，也开始了我们这一次下乡行的所有前期准备。我们心之蓝队伍，一起奇思妙想，根据项目填报，各抒己见。为下乡行抛出我们的项目。很快，我们准备出了我们的一份满意的项目方案，虽然我们会有争吵，有抱怨，有意见冲突，但也是这些碰撞，凝结成我们汗水的结晶。作为心之蓝的总负责人，所有的项目方案总结进行整理汇报，团队中三人行，必有我师焉。我如今见到这么多人，见贤思齐焉，见不贤而内自省也，作为负责人，我有安排不当的地方，但非常感谢心之蓝队伍的小伙伴们的理解、默契与配合。

做好所有的前期准备后，20xx年7月10日，踏着轻快欢喜的步伐，跟着小伙伴上车出发!经过五个多小时的路程我们成功来到潮南区井都镇井都中学。本次下乡行，我们分为了5个部分去完成，它们分别是夏令营，走访，摆摊，汇演，涂鸦。我主要负责的是夏令营课堂(制作课程表，把关课程质量，杯子歌协调人)这一部分，走访，摆摊，汇演是协调人之一。“不期而遇，有缘与你相识”

夏令营安排中，我们将同学们分成两个班：文艺汇演班和实验操作班。其中包括了历奇教育，舞蹈课，手工diy，实验课，活力体育课，线上微课堂，科技发明小大人等兴趣课堂，心脏复苏课堂，这短短的四天，每一次安排课程都要灵活应对每天的变数，但即便这样我们对每个项目都充满激情。

在夏令营课堂中，我不仅作为课程的负责人，也去每一个课堂做协助人员的小老师。我给同学们传授的是口才与表演的课程和杯子歌课程的教学。让同学们敢于去表达自己的想法，敢于表现自己;充分发挥我们的才能，细心、认真地教导学生;在朗诵中带入自己的感情，在表演中带动气氛。

课堂上同学们积极配合，也非常踊跃。我所学的东西能够学以致用，并且得到井都中学的学生们的好评，在这些过程中，我也明白了谆谆教导不如谆谆教诲，授人以渔才可解一生之需。而在这我所在文艺汇演班上，能够遇见这些学生，也是我们的缘分，他们纯朴、可爱、热情好客。在离别之际，跟我诉说会记得我们这些小老师们，有空再找我们，缘分让我们相遇，相知在井都，希望你们以后能够加油，未来的路还很长，一定要努力努力再努力。而这便是我最大的收获。

“资助下乡，我们来了”

带着口号，我们来到井都镇，在摆摊的摊位上，宣传国家资助政策，为他们送上我们的小心意。井都镇上的同学们，街坊们热情的询问着，我们仔细和耐心的向群众解资助政策;在人流较少时，我们进行沿着街道、小巷和店铺去走访，我有幸参加并走访告诉入户的家长和学生们，国家有政策，不用担心上学的烦恼，我们将国家资助和助学贷款政策介绍给需要帮助的人，街坊了解到这些政策：贫困，不会让我们停下求学的脚步，还有资助政策帮助着我们。

“台上一分钟，台下十年功”

从工作的安排，到项目的负责，一切是那么的忙而充实。很快，我们迎来了汇演的这一天，在汇演上，我很荣幸作为本场的主持人，提前租好服装，准备好稿子，一遍一遍的对接、更改与准备;在汇演上灵活应对，没有给自己留下遗憾，还参与朗诵节目《时光，行走》的负责人。朗诵稿中描述了此次下乡的心酸甜苦辣，感动你我，赢得观众的掌声。而这一切的付出是如此的值得。“一切都是最好的安排”

“结序却未终”

下乡的时光里，最动人的不是完成所有任务的瞬间，而是那，哭着、笑着一派天真坚持梦想、坚持完成任务的每一分每一秒。广青的旗帜悦动到井都，求学的脚步不停，追梦的少年有你有我。

每天清晨起来便是拿起相机，开始新的一天，记录下队里的有趣的故事。每当快门被按下，画面定格在那一个瞬间时，总感觉自己好像找到了什么有趣的事情。所以总是相机不离手，总想随时随刻拍下那些瞬间。

然而今天难得有放下相机的时候，当放下相机后，最开始好像总感觉少了点什么，后来慢慢习惯，开始与小孩子们嬉戏打闹。渐渐发现自己不再是画面外的人，而成为了画中人。有时当你掌握着相机，你可以记录回忆；但当你放下后融入孩子中，你则是创造回忆。小孩子们的天真笑容总是笑得那么灿烂，会让你不知不觉感觉自己变幼稚了，变开心了，变简简单单了。孩子们的世界本来就不复杂，只是后来他们长大了，开始把自己慢慢藏起来了，而成为了一个大人。

这次三下乡活动便让我们难得能再次拥有一段简单的幼稚生活。

**大学生三下乡心得体会篇十二**

几天三下乡下来，我觉得自己被晒黑了不少，但同时也学到了很多很多，也许这就是人们常说地痛并快乐着，艰辛却也值得。

三下乡活动让我懂得了思路决定出路这句话的含义。在采访xx村村支书时，他说了这么句话：“我与其他农民不同之处在于我没有死守着一块田，而是扩大见识，开阔思路，寻找其它的致富之路。因此我能比其他人先富起来，成为新农村建设带头人”是啊！谁说的农民只能种地？谁说的一题只有一解？在现实中突破思维方式，克服心理与思想障碍，确立良好的解决问题的思路，把握机遇，灵活机智地处理复杂和重要问题，从而开启成功的人生之门，谱写卓越的人生乐章。思路决定出路这话一点也没错。

三下乡活动让我懂得了细节决定成败这句话的含义。在这次活动中我从头到尾一直跟着xx学长学习摄影、摄像，在无数次他对我的教导中，有一次我记忆最深。那是在架枧天村村支书家拍摄队员与孩子们一起玩电脑的一组镜头。当拍到这个场景的侧面镜头时，学长突然叫我把电脑屏幕逆时钟旋转一点，那时我并不知道这么做的原因是什么但我还是照办了。等到拍摄结束后，学长把我叫到了身旁给予了我耐心的教导。他说：“刚才侧拍的时候，电脑屏幕只有一个侧面被拍了下来，乍一看只是一条粗粗的黑线，别人看到你拍的东西后很难想到孩子们是在玩电脑，但将屏幕逆时钟旋转之后，情况就不同了，亮的一面也被拍了进去，别人一看就知道你拍的是什么。以后拍摄时，这些东西一定要注意。”我想同样的场景学长拍出来好，而我拍出来不行，这是因为有些细节他注意到了而我却没有的缘故啊。芸芸众生能做大事的实在太少，多数人的多数情况总还只能做一些具体的事、琐碎的事、单调的事，也许过于平淡，也许鸡毛蒜皮，但这就是工作，是生活，是成就大事的不可缺少的基础。看来，细节确实是决定成败啊。

三下乡活动让我懂得了态度决定一切这句话的含义。在我们的团队中有这么一个队员，他是读预科班的，叫宋建华。平时我们都要他喊我们学长学姐，因为下学期我们大二，而他却是读大一。在这种情况下他仍然是不卑不亢的背着笨重的设备跟在学长后面，即使是很少有机会使用到设备。当别人都在看风景时，唯独他在仔细的观察着学长的每一步操作，当别人都在闲聊时，只有他在虚心的请教学长问题。终于他的努力获得了王博老师的称赞，王老师在总结晚会上表扬他为态度最好的队员。人不能改变过去，但可以改变现在；人不能改变别人，但可以改变自己；人不能改变环境，但可以改变态度；人不能样样顺利，但可以事事尽心。我想这次活动他一定学到了很多，因为态度决定一切。

三下乡活动让我明白了会哭的孩子有奶喝这一道理。在问到下蒋村书记为什么下蒋村能有今天的发展时，他是这么回答的：“下蒋村之所以有今天的发展，主要是因为下蒋村抓住了发展机遇。在政府出台新农村建设的政策后，我们这些下蒋村的干部一方面大力的发动群众另一方面派专人向县城提出了申请，这就是为什么那么多个村庄中，我们下蒋村能被选为县新农村试点，并且还是所有试点中的重点的原因。”书记的一番话告诉我有能力就要勇于推荐，有需要就要勇于表达。

除了这些，还有每日的总结晚会上王博老师教我们的摄影构图；火车上付刚学长教我的相机的基本操作；饭桌上王博老师教导我们的餐桌礼仪；水稻丛中宋建华教我的一些水稻方面的小知识；街道上沈红阳给我们介绍的一些江华的基本情况；陈磊教我看事要从正反两面思考问题等等，这些都是我所学到的东西。又想起论语中的那句话：三人行，必有我师。在这次三下乡活动中，每位队员身上都有我可以学习的地方。感谢这些可爱的队友，正是有了你们，我才能学到这么多东西，正是有了你们，我们的活动才能顺利的开展，圆满的结束。同时我也非常高兴能成为你们中的一员，希望下次还有机会能和你们在一起。

虽然三下乡活动已经圆满结束了，但三下乡对我的影响却是终身的，我将会一直这样不怕苦不怕累，勇敢、坚强的走下去。

**大学生三下乡心得体会篇十三**

骄阳似火的七月，“三下乡”的钟声在我院已经敲响。为了帮助、引导广大青年学生进一步认真学习，使我院广大同学积极投身暑期“三下乡”社会实践活动，发挥专业优势和特长，在实践中受教育、长才干、做贡献，以实际行动为“构建和谐社会”奉献力量。经团省委和学校的统一安排，并根据校团委和院团委有关文件精神指示，我队立足实际，切入社会热点，组织了为期九日的“梦？飞扬”赴惠州市增光中学暑期社会实践服务队，我十分荣幸地成为为该队的一员，并担任宣传组负责人。这次09暑期三下乡活动使我有了一个验证自我的机会，使我无论在能力上或是在心灵上有了一次大的飞跃，也发现自身存在的不足。

为顺利完成此次暑期社会实践活动的任务，我们做了精心的准备。在课程的准备和活动的开展方面，我们与学校取得较好的沟通，了解到当地学生的迫切需要，并针对他们的特点开展特色的课程和活动，以此丰富他们的课余生活。

作为一名宣传组的负责人，我所担当的任务是总领此次三下乡活动的宣传工作。宣传，作为一项宣扬党和国家精神，以及华南师范大学学生风貌的途径，有着至关重要的作用。宣扬社会主义新农村精神，新中国精神，通过一系列宣传活动，使精神深入人心，激发学生和当地村民的爱国主义精神和民族自豪感。在本次暑期社会实践活动中，我们深入当地农户，派发传单，宣传本次暑期社会实践活动，宣扬华师人的精神。使学生能够从活动中了解相关知识，从活动中领悟新中国的精神，同时，也丰富了学生的课外活动。整个游园活动现场气氛活跃，学生乐此不彼。

在此次社会实践活动中，我积极参加了各种活动，精心为学生准备了历史课，手工课，并担任文艺汇演的主持，在各项活动中不断锻炼自我，提升自我。在本次暑期社会实践活动中，我得到以下一些认识：

1、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。

2、增长了才干，发现了不足，激发了热情。社会实践活动给广大同学提供了一个学习社会知识和展示自我才华的舞台，通过参加社会实践活动，锻炼了广大同学的才干。同学们一起努力做了很多事情，我们一起做问卷调查，一起上街进行宣传，一起表演节目……在合作中锻炼了我们分工协作的能力，交际能力，组织能力等等。在这次下乡实践活动中我们充分发挥了专业知识在经济活动中的作用，既为地方教育的发展带来了新的思维、新的活力，又培养了我们的吃苦耐劳精神，使书本知识在实践中得到了进一步消化，让大家在实践中学到了很多宝贵的、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，体现了专业特色。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。

三下乡与其带给我不少的锻炼不如说带给我不少的思考的角度，这次三下乡让我真真正正的从管理者的角度在思考着问题，即使很幼稚，很懵懂，但却是让我思维的方式有了重大的转变的。

随着时间的流逝，我们三下乡活动在大家共同努力下圆满结束，大家带着一份感动与思考起程，想想我们分别的那一幕，想想我们与增光学生共同度过的那点点滴滴，想想我们志愿者们留下的足迹，想想这些天来我们所做的每一件事——真的为我的人生增添了不少的经验和收获，它也是这片天空下不灭的回忆，这将成为我人生的一笔财富，值得我永远珍藏。三下乡就是要我们这些热血青年好好利用自己的才能来与实践相结合，让我们实实在在感受乡情，知道自己的责任和使命是什么。并要在实践中肯定自己的价值，并认识自己的不足，这就要求我们更加努力去学习和充实自己，去更好地为以后为人民服务作好准备，这才是我们三下乡的意义。

**大学生三下乡心得体会篇十四**

昔日的“三下乡”欢笑和努力，都历历在目。20xx年8月20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准备、有目的的进行。

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，而有的人又恨随和。通过这次活动我深深的认识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，虽然很辛苦，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：也许人生只有一次，我们每一个人都很珍惜着着短短的十天时间，每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，它让我学习到我缺少的东西，锻炼了我，成熟了我，给予了我人生回忆中美好的金色的一段！

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