# 最新大学三下乡心得体会(优秀11篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-03-30

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。大学三下乡心得体会篇一很开心在这个假期能够有机会和学...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**大学三下乡心得体会篇一**

很开心在这个假期能够有机会和学院领导以及辅导员和学长学姐到美丽的xx县参加三下乡社会实践活动。之前并不是很了解这个地方，通过几天的考察和调研，我了解了当地的一些生产活动以及那里人们的劳作生活，还学到了很多关于种茶、炒茶、销售相关的知识。

刚刚接触到科技创新项目，还不是很了解要怎么做好一个课题。通过这次三下乡调研，跟着团队一起到xx县调查，了解了当地居民以及一些企业的日常种茶生活，真真正正的学到了很多东西。感触最深的是做好一个课题必须深入社区，农村，和老百姓一起交流讨论，真真正正的了解他们的生活以及日常的劳作，还要通过和他们的交流了解他们在日常的劳作中遇到了什么困难，我们可以从哪些方面解决，真真正正的.做到纸上论文政策可实践，真正的为老百姓谋福利。

几天的社会实践调查，行程都安排的满满的，总的来说就是累并快乐着！虽然行程很累，但是还是很快乐。几天里我们到了好几个企业考察调研，和公司的老总开座谈会，先听他们讲解自己企业的规模，建立时间和现有的员工人数，企业的生产物品和生产规模，产品营销模式和产品营销的方法，购买商品的人大致在哪一个阶段等等，真真正正的学习到了应该怎么和别人交流，怎么去调查得到自己想要的东西，也通过他们的讲解了解了他们怎么把自己的产品推销出去，发现做企业真的是很难很难，需要学习的东西真的是太多了。

xx县的茶叶闻名中外，很多好的茶叶诸如毛尖等都远销国外。我们也有幸参观了当地的一个茶园，这个茶园在山上很高的地方，但是山上空气很好，而且xx县具有先天的优势，地理位置正合适种植茶，当地居民就利用这个得天独厚的资源发展种茶业，现已经有茶园几百亩了，而且茶园的建设也已经具备了一定的规模，基础设施也已经完善了，采茶都已经是机械化的了，非常的方便，这也是我第一次看到茶园，真的很震撼，甚至有那么一时间我也想拥有自己的茶园，哈哈。

在这次的调研中，我也深深地体会到了赚钱的不容易。看当地的一个茶园合作社里面，我看到了一些居民到合作社送茶叶，有很多采茶的都是老人和妇女，他们要早上很早的去茶园采茶，带着一天的水和食物，等到傍晚的时候带着自己采好的茶送给合作社，我本来以为那么多的茶应该有七八十块吧，结果发现每一斤茶只有八角，他们辛辛苦苦一天只可以采摘三十斤吧，也就是二十四块钱，就算是采茶最快的人每天也只能采茶不超过五十斤，我真的觉得他们赚钱很不容易，这也给了我很大的激励，我更加珍惜我自己来之不易的学习机会，我一定会好好的完成自己的学业，争取学到更多的知识。

这次的调研活动，让我切实的感受到了自己存在的不足，我一定要在接下来的几年好好学习，多读书，争取做一个优秀的人。

**大学三下乡心得体会篇二**

20xx年7月9日—13日，是xx“暑期三下乡”实践调研团队赴普陀区桃花镇三下乡活动的时间，短暂的几天下乡活动，让我们每位志愿者都获益良多，铭刻在我们每位队员心中，成为我们以后人生道路中的一股默默的力量。

骄阳似火的七月，“三下乡”的钟声在我院已经敲响。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。

此次三下乡活动是我们研究生组织的第一次“暑期三下乡”，从前期的准备工作、活动方案的策划、队员的选拔，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。

从出发一开始我们就进行了分工，先由一部分同学乘坐出租车，负责把行李运送到码头，其他人做公交车去码头。经过将近一个半小时的奔波，我们于当天中午十一点钟到达了我们的目的地——美丽的桃花岛。在到达目的地之后，我们受到了桃花镇组织委员楼委员的热情接待，楼委员对我们的工作表示支持，并且帮我们找好了住宿和吃饭的地方，还帮我们联系相关社区的负责人。

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，其中让我感受最深的就是我们的调研部分，让我真实的了解到村民们内心想法，当地居民所讲的都是一些家乡客家话，有部分人甚至听不懂普通话，我们的沟通因此存在很多的问题。不过我们的队员并没有因此而放弃，每个人都努力的去跟当地居民交流，我们把那些稍微能听的懂方言的同学安排的每一个小组中，另外我们调研的时候方式也比较新颖，采用闲聊的方式，把一些问题穿插进去我们的话题当中，从聊天中收集到我们需要的信息。

每天晚上我们所有的队员还会在宿舍进行每天的经验交流，把一天工作中遇到的问题都提出，然后我们大家一起解决，也说一些我们工作中遇到的趣事，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。

这次“三下乡”活动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六天时间。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，但是我们的服务队伍将会继续下去，不断的去需要我们的地方。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，得到了学校研究生处的大力支持，对研究生处的老师和领导还有桃花镇的组织委员楼委员、桃花镇塔湾社区的周书记、桃花镇旅游公司的陈总、桃花中心学校的老师还有其他帮助过我们的人，在此一并表示感谢!正是因为有了你们的支持和帮助，此次“三下乡”活动才得以圆满完成!

**大学三下乡心得体会篇三**

0xx年7月12日至16日，怀着对家乡的热爱和对社会的感恩之心，我们一行12人在xx县xx中心校开展了暑期的三下乡活动，在各方的共同努力之下，这次的社会实践活动取得了很大的成功，我作为下乡队伍中的一员，也获益匪浅。下面我主要从四个方面来总结我对这次下乡活动的收获。

1、明白了团队精神的重要性

这次活动不免需要大家共同行动，例如搬椅子、早上要一起早起、布置广场、共同商量活动等。如果其中一个人不懂得配合。将会浪费大家很多时间，而且事情也会处理的不完善，下乡结束以后，我更加体会到了这个团队精神的重大。

2、赢得了友谊

这次的下乡为我们提供了一个相互认识并且相处的机会，让我认识到了很多热心家乡建设的优秀大学生，相互之间建立了友谊，并且在下乡以后还保持着联系，这是这次下乡的一大收获。在下乡期间，我们相处融洽，发挥了互助互爱的精神，虽然也有意见不一的时候，但是作为一个团队，我们还是很紧密地团结在一起的。在相互相处磨合的过程中，我们更加意识到了团队合作以及在发生分歧的时候寻找合适方式解决问题的\'重要性，也让我体会到了团队协作一致的重要性。

3、明白了感恩

过去我总会抱怨自己一点也不幸福。但是这次三下乡我们去了老人院，在那里我们见识了各式各样的人。他们没有亲人，甚至他们有些已经生活不能自理，身体上有缺陷，还有些已经失去了理智。这些人们没有自己亲人的陪伴。我不知道他们如何度过家人团聚的节日。而我父母都在，还天天抱怨，我一定要悔改。

锻炼了解决问题的能力

这次的下乡活动，从主题的确定、活动策划、方案的制作到具体的实施，基本都是由队员自行解决的，这个为我们提供了一个很好的锻炼机会。在准备阶段，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，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。通过这次的活动，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。

接下来我来总结下个人在这次三下乡中的不足以及自身缺点。

一、不遵守自律

首先我得先向我们的领队道歉。自己一直是个不怎么遵守团队自律的坏孩子。每次领队再三强调一定第二天要准时八点二十分集合。而自己却总是拖时间。最后一天更过分。为了做发型直接拖到八点半。看着领队的表情我才明白自己犯了一个大错误。我一直以为这没有什么。当那一天看着所有的人在等我们几个我才明白自己有多么的愚蠢。所以在这里我先向领队以及所有队友道歉。

二、做事情不积极

首先这不仅是这次本人的过错。也是这次我们团队大部分的队友通病。大家都抱着事不关己高高挂起。可是要明白一个道理。团队的力量是伟大的，团队的智慧是无限的。例如何必多事情都要领队去叫，我们才动手，而只要有人去做，其他人就不愿过去过去帮忙，宁愿浪费时间。尤其是本人。总是盼望着别人不要注意到我。这样就可以少做事。但后来想想自己实在是太傻了。这样的三下乡无法很完美的锻炼自己的能力。

这次的下乡，我并没有觉得吃了什么苦，只觉得每一天都是过得充实而有意义的，现在想起在冷坑中学的情景，更多的是怀念以及对参加这种活动的渴望。如果有机会再次参加类似的下乡活动，我一定会积极参与，投入其中享受每一个瞬间。在下一次我希望我可以做的很好，至少要比这次好。我不能再留下一丝遗憾。如果有机会带学弟学妹，我也会有经验。

**大学三下乡心得体会篇四**

说来，日子过得还真是挺快的，一眨眼间为期6天的“三下乡”活动就这么结束了，回想起那6天，还是感觉非常地温馨，非常地怀念。

通过这次三下乡，在组织活动，到实践活动这方面讲，我还有以下几点收获：

不论是做什么工作，总会有要分配的时候。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，留了一名同学在学校，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。

我们学生与社会接触不多，不好意思主动的去找一个提问，有点害羞。没有老师在，一切都需要我们自己去考虑，哪怕只是一根铁丝，一枚钉子，都要我们想到。活动中会有很多问题，或许是个人无法考虑全的，那就需要大家集思广益，把自己想到的提出来，把自己不懂的提出来，让大家一起解决。

以前都是有活动了大家在一起，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。

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!

虽然这次我是一个普通的队员，但正是这样我看到了很多作为一个领导者所看不到的东西，这对我以后的工作有很大的帮助。可能真是应了那句旁观者清吧，让我将整个团队看的更清楚。从一个领导者的角度，一个队员的角度，不断的换位思考，仔细斟酌考虑每件事该怎样安排、处理。现在的位置虽然各不相同，但有一点相同，即我们一直在为他人服务。因为你我的岗位各不相同，岗位因人而异，所以我们的工作都不一致，所提供的服务就各式各样!在眼前的这个充满现实的物质社会，处于不同年龄阶段不同层次的你我，每一刻所接触的实事就会千差万别。有理论、更有实践、有讲总括的、更有求细节的……在前进的路上，我们坚定着信仰、把握住正确的航向，对理论知识相互学习，在社会实践中公共奋进，通过交流我们不断地完善。我们就是这样乐于帮助别人、互相帮助就是我们的精神所在，不断的学习实践让我们永远坚信，人生路上服务他人同样是服务自我。的确，我们的共同目的都是为人民为国家服务，这也是我们此次下乡的目的之一。

**大学三下乡心得体会篇五**

在炎热的七月，我们学院的三下乡活动又开始了，在院团、学院老师的指导下，我学院二十三名同学分成两组，带着我们火热的心，打着“爱心服务，促农和谐”和“走进农村，托起留守的太阳”的旗号，7月1415日在固原市原州区张易镇上马泉社区和周边社区进行了为期两天的社会实践活动。在张易镇上马泉小学校长李学和该村王老师的带领和助下，我们调查了该社区的留守儿童和农村的现状，根据该社区的实际情况我们服务小分队在该社区举行了一天的党的政策、法律知识、孝敬父母、关爱留守儿童等方面的宣传和调查。另外，我们队员积极当地农民朋友收割小麦、农拉水浇菜。同时，进行了“进村入户活动问卷调查”（该问卷主要是新农村问卷、留守儿童调查问卷，你对父母知多少问卷调查）。此外，我们寻该社区和聆听孙子媳妇孝敬百岁老人的感人事迹，聆听该山区唯一一个当了50多年的老党员，谈50年来，党的政策在农村落实和农村的变化。以及怎样当好一名员。使他们感受到了我们学青年志愿者是他们建设新农村今后必不可少的希望，也肯定了我们在其中的重作用。特别是在为他们宣传孝敬父母，关爱留守儿童和问卷调查期间，在这过程中所经历的历历目目，至今仍像发生在昨天。

在农民朋友们收割小麦时，看到那一张张土黄色的脸庞，那一双双龟裂的布满老茧的手时，我才知道，农民的辛苦。当地对农业科技知识的认识还不够，农业种植结构较单一。我想到“科学技术是第一生产力”不是口号，而是势在必行的事；当看到农村基层建设的艰辛时，我才知道自己能上学的来自不易，我也将更加努力学习，为将来建设西部，让西部人民摆脱僻奉献自己微薄的力量。

在对当地农民朋友的问卷调查中，发现了当地农民朋友当前以及今后面临的具体问题：当地农民的土地部分已经退耕还林，他们收人主要来源于林草补贴、自己打工，但农民朋友知识文化水平普遍比较低，更没有什么专业特长，只能靠自己的体力去干简单的粗活。每家农民一年净收入也能有四五千元。这个数字还是可观的。可是农民拿着这些钱并不是很开心，接下来钱就要向外支付了。到了年底每年必不可少的是给家里孩子增几件新衣服，那黑白电视机用了好几十年了也该换了等方面的一般家用品。剩下的要全部给孩子来年的学费、生活费。要是万一家里有个人生病，恐怕不借钱是看不好了。这借来借去，家里就欠债了，以后的每年得节约，少吃几顿好饭，少穿几件新衣服，还了钱，才能松口气。农民收入除去支出，剩下的只能维持简单的生活，万一找不到工作干就更没有办法，借了钱总得要还，孩子上高中和学读书开支最厉害，要赶上了某些乱收费的学校，农民更是苦不堪言。要想农民真正的富起来，靠自己的\'双手是一方面，更重要的还竖家政策的正确领导，国家政策整天在喊减轻人民负担，减来减去农民还是被压的喘不过气。政策关键要落实。随着中国科学技术和国民素质的提高，现在对我们这些学生就业都存在一定的难度。这样农民收人减少而支出不会有多变化，农民负担将会更重。部分没有土地的农民就业问题不能处理好，对我国的快速发展也可能是一个较的障碍。由而，这些问题是值得我们当代学生和国家制定政策时需要考虑的。

常言道：铁不炼不成钢，玉不琢不成器。尤其多农村青年夫妇一方外出务工或双双外出务工，是一些不是完全意义上的留守儿童的人数在不断增加，给孩子幼小的心灵带来了一次次打击。使他们的心理健康问题尤为凸现。农村的孝敬父母的氛围并不是很浓，尤其是婆媳之间的矛盾越来越凸现，这是因为代际之间的经历不同，尤其是思想观念上的不同。小孩子的感恩意识淡薄。作为当代学生，不去体验生活，不去了解农村、了解社会，不与社会相溶，便不是真正优秀的学生、合格的建设者。这次“三下乡”社会实践，使我认识了农村，认识了社会，同时也认识了自己所处的社会位置，明确了自己肩上的使命，更进一步激发了我的学习热情。我将以新的心态，更加努力的学好科学文化知识，调整和完善自己的知识结构，锻炼自己战胜困难的意志和毅力，为适应以后的工作做必要的准备。如果我不参加此次活动，也许，我用一生也无法体会。

“三下乡”活动已经结束，两天的下乡生活相对于人生而言，也许并不算长，但对我们参加“三下乡”的全体队员来说，这紧有的两天时间却是学生活中最绚丽、最深刻的一章。它区别于我们任何一次曾经参加过的活动，它不仅锻炼了自己还服务了农村。这两天中，我们来回于学校与乡镇之间，顶着烈日，冒着酷暑，克服高温奔波在乡村，虽然感觉很辛苦，但是从中磨练了我们的意志力，得到了让我一辈子受用的知识和丰富的经验。

本次“三下乡”尤其队从小生长在城市里，对农村的印象也只局限于电视、报纸上的模糊的概念，对于“真正的农村是什么样，现在的农村发展的怎么样了”这样的问题毫无概念。今年这次“三下乡”暑期社会实践活动给了他们一个深入农村、了解农村的平台，中国有9亿农民，农民是我们的衣食父母，关心农民，贴近农民是当代学生应该具备的意识。

我相信有一些人和事是一定会被记忆保存的，比如说那些可爱的留守儿童，比如说这次调研之行，比如说我们这些同甘共苦的队友们。“三下乡”让我收获的不仅仅是历练，还有彼此之间日渐浓厚的友情。在这次“三下乡”中我真的收获了很多，从得到了许多实践的经验到意志的磨练，从对“三农”的思到对我们自己课题的探讨，从学会了吃苦到与队友培养的深厚的友谊，从学会了如何制作调查问卷到学会了如何与人沟通。在周边山村无不洒下了我们的辛勤汗水，留下了我们的足迹。

在乡下的时候队员们一群人说笑、打闹觉得生活很快乐。虽然吃着寡淡无味的饭菜，虽然爬在办公桌上睡着，虽然总是觉得用洗不惯的的水洗脸，虽然从镇上去村子里的山路总是那么陡峭惊险。可是那种生活多美好啊，十几个人一起抢饭吃，在山里面看风景，关心调查留守儿童，问新农村建设，这种实现愿望的成就感、满足感是考试得多少分都感受不到的。

本次活动可以说，收益颇丰。为什么这样说呢？因为对于我们学生自身来说，是一次理论与实践的真正有效结合。增长了才干，丰富了人生阅历，详细及准确地了解了农村的新动态。同时也看到了自己的不足。对于当地农民和小学生来说，他们也了解了许多新鲜的知识。他们开始有了自己的觉解。尤其，值得一提的是，助村民抢收夏粮、聆听乡村儿媳孝敬百岁老人的感人故事、关爱乡村留守儿童受到了当地村民的一致好评。村民多次称赞我们给山村农民不仅带来的是一种务实的态度，而且更重要的是让村民懂得了关爱留守儿童和孝敬老人是我们每个人义不容辞的责任。活动结束后，我们收到当地村会写给我们的感谢信以表谢意。由于这次活动务实而富有意义，在我们离开该村该校时，李校长赠送我院一面锦旗。同时也得到宁夏《现代生活报》和《固原日报》的追踪报道，赢得了社会上的良好赞誉。

今年的“三下乡”暑期实践活动结束了，但是对农村的关注才开始不久。经历是一笔宝贵的财富。我很庆幸把握和利用了这次“三下乡”的机会，走进农村、深入村户、了解百姓。

在物质经济飞速发展了今天，我们对农村和农民依然有着深厚的感情，而所有这些经历，必将成为今后努力和奋斗的不竭动力。我希望用所学的专业知识助农民解决问题，我们坚持实事求是、以积极探究的精神开展调研工作，而调研活动又给了我实地了解农民生活现状的机会。我们以青春和激情投身和谐农村建设，实现青春生命价值，我们用行动诠释自己对农村的关注。

在这短短两天中，细细品味每一个细节都让我难以忘怀。我相信“三下乡”是我的人生旅途中重要的一课，也是我人生中一笔宝贵的财富。

**大学三下乡心得体会篇六**

伴随着期末复习的疲惫，知道要下乡进行普法的时候，心里是又期待又害怕，因为我不知道这个艰巨又让人倍感荣幸的任务我是否能够很好的完成。我有那么多的担心，我担心自己法律知识不够全面，我担心那么内向的性格让我没有办法很好的主动上前与乡亲沟通，我担心我会拖整个团队的后腿。但我知道人这一生总要有那么一次，去试着挑战自己的极限，去尝试一下不曾碰触的领域。总要有那么一次找寻真正的自己。

从出征仪式到模拟法庭的一遍又一遍的排练，从竞选审判员到被选中作原告代理人，任务好像一次比一次艰巨。我的忐忑更是一点点加深。在下乡前的日子里，要顶着好像一下就能够把我融化掉的大太阳，亦或是说变就变不顾我们丝毫感受的大雨，对着枯燥无味的台词念上一遍又一遍的排练。我不断重复一个问题，这样的意义是什么，我这么做又是为了什么。我不断想放弃，我也想要和其他的同学一样回家过空调甚至吹的我冷到爆的生活。可是我不可以，因为我知道既然一开始下定决心做一件事，就不可以那么轻易放弃，因为容易放弃的那不是我。我更明白欲带王冠，必承其重。

这一天天的忐忑，焦躁，不安终于等到了下乡的日子。晕车是我永远避免不了的一个缺憾，晕车药的成分让我晕到睁不开眼，拿着一份份问卷和乡亲们沟通，将问题一个个念出来的时候，我多希望还有另外那么一个我，能来帮帮我。因为我甚至连讲话的力气也没有。但有种东西叫做心里暗示，我不断地和我自己讲，你不困，你不累，你要坚持，你最棒。递上第一份的问卷的时候，这害羞的性格自然是让我吃了闭门羹，一位中年阿姨拒绝了我的调查问卷。其实那个时候怎么说。心里满是失落，因为担心的事情还是发生了，更是看到旁边一路同行的小伙伴侃侃而谈，自卑感真的是充斥内心，满心的柴米油盐酱醋茶。我抬头看看学长，看看老师，他们给我传来的是那么相信我的眼神，那么坚定的鼓励。我好像一下借到了光，好像有了翅膀。突然奔跑起来，找寻下一位愿意与我做调查的人。这世上有句话叫做功夫不负有心人。不到一会功夫，我成了我们小分队所做调查问卷最多的，我甚至可以帮我同伴一起分担。那一下，我好像找回了属于我的骄傲，我是可以做好的，我也可以很棒的。我更可以为这个大家庭献出自己的一份力。疲劳迎来了午饭时间，十个人100元的午餐，或许不会很好。但是同伴间的相互帮助，让我感觉到的更是这个集体那么像一个家。看着大家收获的成果，我更是想通了留下来的意义。不仅仅是担任志愿者，更多收获的是同学间的友谊，这个大家庭的温暖。

模拟法庭活动的开展是在上午，正是大太阳晒得我脸颊红红的时间点，长袖长裤与30多度的天气显得那么格格不入。但是我们要为乡亲更好的献上一个正规的庭审现场。不管多么炎热，不管汗水是否湿透了衣服，不管是否不时的出现眩晕的感觉。当表演结束的一刻，当听到乡亲们说我们专业的一刻，那种幸福感是这辈子我都难以忘记的。我付出了也收获了，我的努力得到了认可，同时也能为乡亲们普及一定的法律知识的时候，全是满足感。发放宣传册的时候，看到乡亲们欣喜地接收，解答乡亲们的疑问的时候，我更为自己是法律人感到骄傲。当遇到热心老乡请我们吃西瓜的时候，我甚至都感动的要哭了，是被他们的朴实与热情所感染。当被乡亲夸礼貌的时候，当我说我来自××大学的时候，那种自豪感更是溢于言表。

感谢学校给了我这么一次机会，感谢法学院的老师与同学对我的信任，最后谢谢我自己的坚持，谢谢我有那么一份热情。未来的路还那么远，带着打不倒的精神一起前行，前途再险恶我都不会再怕，因为既然选择了远方，就要风雨兼程。

**大学三下乡心得体会篇七**

今年暑假，是我人生中一段永远难忘的时光，因为我终于如愿以偿的加入到xx科技大学暑期“三下乡”赴寿光“科技强市”企业调研团，成为了一名光荣的志愿者，这一次的活动让我体会最为深刻也最为感动。

寿光，这个以农业带动、工业发展的县级市，本来是个不值一提的穷地方，却因为科技工业的发展在短短几年的实践里飞速发展。不论是各家大企业阔气的风采，还是全国最大蔬菜交易基地的面貌，不论是轮胎防水材料的出口内销，还是各种蔬菜的大量生产，都让外人感到敬佩不已。

借此机会，我对几个寿光本地人士进行了访谈。谈到寿光近几年的发展，在寿光市生活了几十年的荣女士激动地说道：“现在的生活真的跟以前完全不一样了，感觉衣食住行各个方面都发生了很大的改变。现在收入也比以前高了，而且整个生活质量也提高了，要不放在以前，就是有钱也没地儿花呀！”确实，看寿光街边的小店，追求的并不是高消费，而是情调和氛围。在渤海路上，单单是大型的商场就有四五家，整个街上从早到晚都热闹非凡，可见寿光人的消费能力不容小觑。我又特意找到本校来自寿光的张同学，张同学说，“尽管自己回家的间隔并不是很大，但是每次回家的时候家乡总能带给我些许惊喜。或是哪儿又建了大商场，或是哪个城中村又改建了。总之家乡不断地在变美变强，我的心里就越发的兴奋和自豪。”寿光的发展不只带给本地人震撼和喜悦，也让外乡人无比的钦佩。

短短的10天社会实践中，我们付出了汗水、付出了艰辛，但我们的收获也很多。仓颉故里，一个多么神圣的地方啊！在那里，我看到了久违的淳朴与热情，也不由的以自己最大的热情来回报他们；在那里，我看到了真正的希望，看到了科技的振兴，无论是工人们表现出来的文化素质，还是企业领导的管理水平，都给我了很大的惊喜。他们对于科技的那种渴望和执著以及不懈的努力追求，使我的心灵受到了震撼。再看看我们自己吧同学们，看看学校外面网吧里的“人满为患”，看看饭店里山吃海喝的同学，看看大家数不胜数的、各式各样的衣物……，大家在肆意花着父母挣来的血汗钱；想想吧同学们，想想贫困地区的孩子们吧。如果我们大家少出去吃一顿饭，那省下来的钱可以供多少孩子住校啊；如果我们大家少买几件衣服又可以供多少孩子念书啊！

亲爱的同学们，让我们人人都献出一份爱，这个世界将变得更加美好！

**大学三下乡心得体会篇八**

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！

**大学三下乡心得体会篇九**

作为当代大学生，在对能力培养这一问题的思考，都有或迷惑或清晰的答案。但是有一点是肯定的：能力的培养离不开社会的实践，在实践中学习，接受实践的考验。为了让同学们初步了解社会，初步了解自我的能力定位，本团支部特举行此次社会生存时间活动，旨在让同学真切体会到社会的气息，明确自己需要如何塑造以适应社会需求，从而从现在坐起，时刻谨记提高自己。

此次活动得到了同学们得广泛支持，大家都积极地带着信心和好奇心参与进来。活动当天大家都很早就集合完毕，班委在作完简短的交代之后，我们一起合影，之后就各自出发。由于没个人被要求只带单程的车费，因此有些同学在上车前还是有些顾虑，但是经过其他同学一鼓励，也坚定地踏上了去程的公车。

同学们事先预备去的目的地无外乎东街口，台江步行街，中亭街等繁华地段。所找的工作包括发传单，餐厅服务员，写字员，快买饮料员等。

有的同学终究没有找到工作，只能求助于其他同学，最后所有同学都按时安全地回校。有的同学在被几个甚至十几个商家拒绝后，终于找到了工作，他们说那一刻，是幸福的。

在找工作的过程中，经过多次被拒绝，我们总结了一定的经验，特别是找短期工的经验，没找到工作我同学也在思考原因。大家都深切体会到，生存不容易。

在工作过程中，同学和商家之间有一定的交流，由此让我们了解到一下商家的具体情况。让我们在一个全新的角度来看这个社会。当我们身处来去匆匆的人流中，更多地应该去思考如何让大家关注你，如何让自己闪亮，答案是显而易见的。

找到工作的同学都留下了照片纪录，还有商家更是为我们一天的工作写下评语。毕竟这是很多人第一次涉足社会，无论什么样的成果都是意义非凡的。

结束了一天的社会生存实践的体验，许多参与的同学对这一天的经历都有很多的心得体会。

经过这次的活动，同学们特别是没有找到工作的同学们，对社会有了一个更加清醒的认识：生存不容易。要在茫茫人海中寻找到一快能让自己生长的土壤，真的需要智慧，能力和勇气。活动之后，同学们都反映此次活动效果不错，大家受益匪浅，真正让大家学到了一些在学校中学不到的知识。

社会是残酷的，但是不是对所有人。大学本科不一定都是人才，准确的自我定位才能树立正确的理想目标。这次社会生存实践活动在一定程度上初步实现了这一点。同学们在抒发由此次活动而发的感慨后，必定以更佳的状态投入到平时的学习工作中去，最终实现专业知识和个人能力共同发展的目标，为在社会中浪遏飞舟而继续武装自己。

大学生三下乡心得体会范文5

我的世界因为有了三下乡，从此不再单调;我的生活因为有了三下乡，从此不再黑白;我的梦想因为有了三下乡，从此不再模糊。

因为在六年前那个金色的七月让我收获了不少珍贵的果实，这些果实不仅仅仅包括学习知识的方法与技巧，更重要的是从那些可爱的老师们中学到了认真负责与无私奉献的精神。他们的激情深深地影响着我，让我暗下决心也要当一名志愿者，让我的爱与力量孕育出更强悍的“树苗”。

他们的激情一向陪伴在我的左右，从没有消失过，时刻鼓励着我不要因为实现梦想的道路坎坷而放下这个梦。为了感谢母校给予我的爱，我一向在计划着如何在母校组织一次三下乡社会实践活动，让我的师弟师妹们从中收获书本之外的知识与人生的好处，也期望他们能把这种精神继承并发扬光大。幸运，泪水没有带走我的梦，而是给予我机会，让我也在这个金色的七月带领着“青春之歌”社会实践服务队来到茂名电白二中组织本次三下乡社会实践活动。

作为大学一年级的我们，没有丰富的教学经验，为了不让这些可爱的小学生失望，我要求“小老师们”抽课余时光准备教学资料并试讲，并要求他们尽量往“快乐中学习”的方向备课。同学们备课的热情令我很感动，我相信我们能够带给学生一个精彩难忘的暑假。

满满的期盼拉开了三下乡社会实践活动序幕。每个队员都有了自我的职务，而我选取了调研，放下了支教，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，我依然能够做得很出色。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------交际潜力。

我们都明白调研是比较辛苦的，但我们乐在其中，因为我们不仅仅能好好完成工作，还能够与村民们交流心声，体会到村民们的辛勤与快乐。令我们开心的是，他们十分支持我们的工作，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，因为他们几乎都把期望寄托在我们身上。期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，我很期望自我也能像那些“班主任”一样收到学生给他们的信，因为信中的资料很令我嫉妒，看到队友们幸福的样貌，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

**大学三下乡心得体会篇十**

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。

**大学三下乡心得体会篇十一**

几天前的这个时候，我还在xx一个叫做xx小学的地方和一群小学生在大树下打牌，说说笑笑。而现在，眨眼间，短短十天的缘分就这样结束了。当我们背上沉重的行李准备离开的时候，孩子们问我什么时候再去看他们，这是一个令人心酸的问题。也许几个月，也许几年，也许没有那一天了。不敢给他们任何承诺，也不想令他们失望，于是我只好说:“等到老师有机会再去看你们了。”

那是一群纯真，朴素的孩子。他们生活的地方不好，他们生活条件很差，童年没有超人玩具没有洋娃娃，但却有最善良的笑容。在我即将踏入二十岁的时候，深深知道童年离我渐行渐远，当再次走到一群小学生当中，和他们一起开心一起哭泣，从前的那份无忧的欢乐似乎又重返了。十天的日子了，我们一起学习，一起做手工，一起搞运动会，一起排练节目......没一天都有不一样的感动。

很庆幸当初选择了当六年级的班主任，是当班主任给了我一个接触学生的机会。让我知道，每个孩子都是善良的，可能他们有的在我们面前表现得不乖，很调皮，但那毕竟是孩子的天性。就在告诉他们我们再过两天就要走的时候，当天晚上十几个小鬼跑到学校找我们玩，他们会逗你开心，会讲笑话给你听。那晚跟他们坐在沙滩上聊天，第一次发现雷州的天空那么美，甚至不想那么快离开那里。

曾经认为教师已经不再是我喜欢的职业，经过这几天，发现我应该热爱这份职业，因为跟孩子在一起，就等于跟快乐在一起!

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

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