# 暑期三下乡社会实践个人总结 暑期三下乡社会实践的个人总结(大全12篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-04-13

*总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!暑期...*

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**暑期三下乡社会实践个人总结篇一**

近年来数以万计的大学生选择在暑期去农村地区进行“三下乡”实践活动，活动对当地发展的贡献和大学生自身的收获到底有多少值得我们深思，在这个暑假里，我作为兰州陇桥学院外语系暑期三下乡实践队的一员赴武威市凉州区谢河镇五中小学进行实践活动，这样的亲身经历使我对“三下乡”实践活动的意义有了更加深刻的理解，暑期“三下乡”。从“三下乡”的概念来看，大学生利用暑期深入农村开展科技，文化，卫生服务。而我们大学生作为这条道路上的骨干，理应为“三下乡”实践活动注入新鲜的血液，贡献更大的力量，回想我们的这次实践历程，觉得这次活动还是比较成功的，主要体现在如下方面：

第一：及早落实，认真准备为了组织好我系以“外送温暖，语传爱心”为主题的暑期社会实践活动，做到统筹规划，周密布置，精心实施，我系成立了由28名队员和2名带队老师组成的小分队，我们是唯一一支国家级团队，带队老师认真制定了暑期社会实践活动计划，制定了详细的社会实践活动内容和具体的时间安排。

第二：内容丰富，注重实效实践团队围绕主题开展了形式多样的实践内容：社会问卷调查，下乡支教，文艺汇演等内容，不仅充分调动了队员的积极性，而且通过文艺表演加深了队员与学生之间的相互了解。

第三：成效显著虽然队伍的实践时间仅有八天，但通过八天的实践，我们的社会实践取得了显著成效。

第四：我队队员吃苦耐劳此次参加的队员虽然没有较高的专业知识，但是大家都吃苦耐劳，互相帮助，思想素质较高，这是本次活动顺利进行的本质本质所在。我们在谢河镇五中小学支教，给他们赠送礼品，带去了我们自编自演的诸多文艺节目，我们热心真情的表演，表达了我们最真挚的祝福，我们和孩子们一起做游戏，唠家常，让他们切实感受到我们诚心的关怀，他们舒心的微笑让我们内心感到温暖，我们的青春活力给他们带来了无限生机，我们的热情照顾让他们感受到温暖的爱心。

大学生“三下乡”有利于体察民情。淳厚的民情和朴素的民风中的情感的滋养，难以尽得于书本；贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园；走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

大学生“三下乡”有利于增长才干。坚持学习书本知识与投身社会实践相统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青少年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准，到祖国需要的地方磨练意志，把学到的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才，实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展，通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触，了解，交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到深华，社会责任感增强，在实践中，我们的人生观，价值观得到进一步的强化，提高了认识能力，适应能力和创新能力。

刚开始以为会是一个漫长的过程的社会实践，就在不经意间，一回头，竟然已经过去了，回到了家里，有好吃的好喝的，有整洁舒服的床，躺在上面睡意十足，可是总觉得心里面少了些什么，也许一个星期我们并不能交给他们什么，很多人都嗤之以鼻，笑我们作秀，笑我们一周的支教是闹着玩的，可是我们自己知道，知道我们的目的，知道我们的努力，知道我们的收获。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇二**

十天的三下乡已经落下了帷幕，x县x中学那些孩子们稚嫩的笑脸依然清晰地印在我脑海里。回顾与孩子们相处的日子，从第一天见面的陌生到最后一天泣不成声的难舍难分，每一天，我们的感情都在累加着。

每天早上7点10分，我都会准时出现在教室里。第一天早上，我就跟大家强调早读的重要性，一定要珍惜早晨读书的时间，切不能早早来到教室坐在那里发呆。我原本以为他们会自觉地读书，但是每次让他们自己读的时候声音就特别小，于是我开始了带读。每一天早读时间，我都会亲自一句一句一遍一遍带他们读昨天学过各科的重点知识，可能是看到老师都那么认真，他们也读的很起劲，之后的每个早读，教室里都书声琅琅。我一直以为，这是一种不太好的方式，毕竟学习是应该主动的，我这样带读似乎让他们被动地接受知识，也许很多同学是不愿意被我逼着读书的。但后来闭幕式结束以后我翻看他们写给我的信，心中有提到，“以后应该没有一个老师像你一样一句一句一遍一遍带我们早读了……”。我才发觉，他们都懂的，都明白老师的用心良苦。

x月x日，第一天正式上课，我和我的搭档班主任x出于不放心，就坐在教室后面旁听，想了解一下同学们上课的表现。出乎我们的意料，那么害羞的一个班在上课时居然如此积极配合任课老师，活跃地回答问题，主动上去玩游戏，整齐有力的读书声甚至响彻了整幢教学楼，坐在四楼办公室里的老师都听到了。下课期间，我就表扬了他们，鼓励他们继续加油，好好表现，让每一个老师都喜欢上你们，那他们就会更用心地备课，把更多知识传授给你们。守了整整三节课以后我和搭档也比较放心地离开教室了。一回到办公室，就收到了很多赞扬，上过课的老师纷纷表扬我们班的.同学很乖，那一刻，真的觉得很自豪，很高兴。

出于班主任这个身份，我要经常跟他们强调一些规章制度问题，所以我每次刚踏进教室门口，所有同学都会立即回到座位上坐好，不敢吭声。这也导致了我授课的烦恼，因为我担任的科目是综合英语，有六天的课程，如果他们那么恐惧我的话我的课堂可能会难以活跃起来。怀着这样的担忧，在x月x日，我开始了人生中第一次真正意义上的授课。果然不出我所料，同学们面对我这个班主任的课，表现得很紧张，不敢多说一句话，只是单纯地配合我上课所讲的内容。第一次上课，备课的内容也没有很好地落实，因为同学们的基础比我估计的要弱。

上完一节课，心里有很多不满，回去之后，我便开始思考接下来的五节课该如何设计才能让同学们在轻松的氛围中学到知识。第二节课开始，我完成地越来越好了，除了把重点的基础知识传授完以后，大概还剩下十分钟让大家玩个简单有趣的小游戏，在游戏中记忆单词，锻炼胆量，活跃思维。这样的效果的确不错，这种寓教于乐的教学方式受到了同学们的喜爱，我对他们也越来越亲和，班主任的威严只是在必要的时候出现。

了解到这些情况，我们也明白了那些孩子为什么在学校那么害羞紧张不敢多和其他同学交往。虽然家庭经济都不是很好，但每次去到他们家里，家长都非常热情地招待我们，把家里的花生，芒果，杨桃，黄皮，玉米都拿给我们带回学校，他们非常尊重老师，也很希望自己的小孩能够多读点书，不要像自己这样一辈子窝在农村里。作为班主任，除了亲身去一些同学的家里，如果知道哪些队友有去我们班的同学家里，我都会主动去跟进，希望除了看到学校里的他们，更了解多一些在家里的他们表现如何。

每天除了早读，中午，还有自己上课的时间，在下课时我也会多到班上走动，看看孩子们，有一次发现有个男孩肚子痛，就马上带他到办公室吃药。在大型班活动上，我教他们学手语，学唱歌，玩游戏，大家都玩的很开心。总的来说，这个班的同学都懂得讲礼貌，守纪律，就算有事不能到校也会打电话，发短信或者写请假条托同学转交给我说明情况。农村的孩子毕竟不能全身心地投入学习，有时要帮家里干农活也是情有可原的，所以我每次都会很和蔼地叮嘱他们自己注意安全，照顾好自己，干完活有时间再来学校上课。

日子一天一天过，我们的相处越来越多，之间的故事越来越丰富多彩，感情也就慢慢积淀在心中。在最后一节班会课上，我和搭档把花了几个晚上才完成的一封封信发给他们，还给每个人准备了一本日记本，一支笔，算是对他们的鼓励吧。之后，我们也收到了很多回信，他们都说我们是好老师，我们的教学方法很好，他们舍不得我们离开，明年还会不会再来教他们，真希望我们能一直在这里教他们……看到那些稚嫩的字眼，心中充满了感动，很多话，他们没有亲口对我们说出来，尤其是一些男孩，他们平时都是很调皮捣蛋的，但是在信中都表达了自己的真情实感，对我们表示了深深的感谢。

终于到了闭幕式那一天，我是主持人，一直都很开心地在主持，欣赏队员和同学们苦苦排练了很多天的精彩节目，但是到了全体梦飞翔队员大合唱《爱，因为在心中》时，我却忍不住哭了，一直以来在孩子们面前坚强的形象在那一刻都破灭了，我一直看着七(x)班同学们的位置，远远望着他们，泪水一滴滴滑落，泣不成声。我们合唱完以后，就到了全体学生为老师唱那首最煽情的《祝你一路顺风》了，我逼自己平静下来，对他们说：“最后一次唱给我们听，好么?”他们大声地回答：“好!”，一曲忧伤的歌就这样久久回荡在x中学的上空，队员们再也忍不住，释放自己的泪水，表达对孩子们深深的不舍，对这片土地深深的眷恋……闭幕式结束以后，我和搭档回到班上，和每个孩子拍照，全班一起合影，未来，不知道还不会和你们见面，那就让老师用照片记录下我们在一起的时光吧，让老师记住你们最灿烂的笑脸。

坐上车离开x中学时，一些孩子还在拼命追车，希望留下我们，看到他们一边哭一边拼命往前追的样子，连男队友都感到心酸，那些天真的孩子，拥有最纯洁的心灵，世界在他们眼中是如此纯洁无暇，只要是对他们好的人，他们都会记在心里，加倍回报。很难再遇到这么纯真的孩子了吧，我们也会记住他们的，写信，寄照片，寄礼物，期待日后听到他们更多好消息。x中学的校长说，当老师不当班主任是最大的遗憾。我很荣幸地当了十天的班主任，体会到那份责任，未来我会更加努力，毕业以后一定要当一个称职的，优秀的班主任。

这个夏天，让我深深地体会到了生命的意义，更坚定了我未来要走的路。第一次踏上讲台，第一次当班主任，第一次到学生家里调研，第一次经历了十天清贫的生活，第一次备课到深夜才回宿舍洗冷水澡休息，第一次为了准备一个幕布跪在地上工作了一个晚上，第一次熬几个晚上来写信给班上的每个孩子，第一次收到学生写的信，送给自己的礼物，最重要的是，第一次听到那么多学生称赞自己是个好老师。我深知，未来的路，远远没有想象中平坦，我还会经历更多现实的困难，但，这是我的一个最重要的起点，从这里，我知道了未来的路该如何前进，这里，让我有了更大的动力为教育事业贡献自己的一份力量!

**暑期三下乡社会实践个人总结篇三**

今年暑假参加了“三下乡”活动。第一天，在参加完院里的启动仪式后，我们便回去收拾东西。中午十二点我们准时出发。一路上，心情有点忐忑。汽车顺着公路盘旋而上，蜿蜒而下。终于来到晓坪学校，我们的第一感觉就是情况没有想象中的糟糕。安顿好住处，宣传工作便开始。挂横幅、喷绘，告知乡亲们我们此行的目的。晚饭后，热情、幽默的邓校长带我们游览了晓坪乡，一路上笑声片片......

第二天一早刚起来，就听到说有学生来了。赶紧地，搞完洗漱，吃过早餐，来到教室与同学们见面，自我介绍。从同学们用英文自我介绍过程中，我们四位老师多少知道了学生们的英语底子。接下来，让每位学生上来写一个自己喜欢的字母，学生们都特积极。之后让学生们分成两组比赛，将这些字母组成单词。最后让每人造一个句子。从句子中，发现好些学生底子不错，有些则较差。基础好的学生则句子造得非常好：thereisabigcatontheroof.thecatcandraw…但基础差的学生甚至连26个字母都读不准：当老师说字母i时，学生则会写成a,字母e则会变成i…因为我们班的学生年级跨度有些大，有四年级、五年级、六年级、七年级的，因而如何平衡各个学生的差距，成为我们棘手的问题。

第三天“上班”，同学们依旧好早到校。看到学生们的积极表现，我们不得不早点吃完饭，去教室督促孩子们认真复习，以养成良好习惯。孩子们的情感真的很单纯，特别听老师的话。这让作为老师的我们有压力，我们不得不保证自己说的话的正确性。教书的目的就是为了不教，学生们能自学。为了增加学习的趣味性，下午刚上课就叫学生们以“山、河流、鸟儿、房子、太阳”五个意象画一幅画。短短十分钟，孩子们画得不亦乐乎。看到交上来的一幅幅作品，我万分感动。从孩子们的画中，可见大家的想象之丰富：不仅包含了指定的五个意象，好些学生画了河里的鱼，跨河的桥，桥对面的公路，路上车水马龙，人群川流不息。山上树木葱葱，天上云彩朵朵，鸟儿飞翔，太阳公公露出会心的微笑……就事论事，马上将画中意象相应的英文教给学生，相信这样能给孩子们以启发：只要有心，无时无刻都可以学习。

第四天了，早上起来感觉两腿发酸，当老师真不容易。随着我们教学的影响加大，来校的学生每天都有增加。考虑到音标的重要性，我们打算将音标教授给学生们。今天，我教授了20个元音音标，孩子们学得很认真。一次性消化20个音标实在是很难，但是实在是时间有限。教完后，学生们自由练习，每位学生都很认真练习着，四位老师都非常努力地辅导着。估计学生们可能还没掌握好音标，第二天上课起初就在教一遍音标，再练习半个小时，老师们依旧在辅导。听写的结果是：孩子们都很认真，让老师们都很欣慰。但也会有不少错误：︱c:︱、︱ua︱、︱a︱、︱oy:︱、︱ie︱、︱o:︱、︱e:︱……纠正完错误，本以为大家可能很累了，下课休息。但一下课，同学们都活蹦乱跳，买零食、跳绳......

最后一天了，孩子们还不知道我们即将离去。得知我们要离去，孩子们都很感伤。但离别是必然的，因为时间终究是有限的。只有我们团结一心，过好每一天，充实好每一天，才不会有遗憾。来之前我们还忧虑说：已经放假了，不知道能否召集到学生来校？即使能召集到学生，又会有多少呢？但从每天增加的学生来看，我们不虚此行。因为我们的活动得到了学生们的认可，尤其是一些家长们的认可。时常会有一些家长来“探班”。当看到自己的子女认真上课，积极融入课堂时，会心的笑容挂满脸庞。今天的任务是节目彩排，为最后的.告别party准备。我们班的节目包括：话剧《负荆请罪》、舞蹈《小螺号》、《听妈妈讲过去的故事》、男女对唱《爱的供养》、二人合唱《火苗》、全班合唱《龙的传人》、《bingo》……孩子们都准备的很用心。中午，孩子们早早来到教室，黑板上写满了“我们必胜”、“我们班一定会赢”……看了这些孩子们的心意，内心很感动。在总结的时候，我特意将每位同学的名字一一念出，并一一评价。或许这点对老师来讲是小事，但对每位学生而言意义非凡。孩子们都希望自己能被在乎，老师对他们的评价则会使他们铭心刻骨，无论好坏，它们都会记得。总结期间，好些同学都悄悄地写些小纸条，感谢老师的信。虽然字迹不是很工整，虽然会有错别字，但我们感动万分。

通过与孩子们相处，我也了解到有些调皮的孩子并非自愿来校的，而是父母叫来的。家长的心态是，只要孩子能在学校而非上网玩游戏等就足够了。而孩子则是顺应父母意愿，勉强坐在教室，心不在焉。这些现象我们看在眼里记在心里，并从实际行动上将孩子们的注意力引向学习。比如我们上课环节中包含一些游戏、歌曲等，这些都是要求全体学生参加的。这样一来，那些心不在焉的学生就不得不集中注意力，认真学习，以免在比赛时出丑。尤其是在表现好时还会受到鼓舞，孩子们就更加自信了。学习兴趣被提起来了，孩子们的注意力都会转向学习，让孩子们在玩乐中轻松学习，让原本枯燥无味的英语学习表的生动有趣，最终达到寓教于乐的效果，师生都感到快乐。其实，每个学生都是聪明的，只是各自的兴趣点不同。作为老师，应该让学生把注意力集中在课堂的45分钟内，课后则可以自由发挥。作为老师，不仅应关注学生的学习成绩，还应了解学生的家庭情况，要时常与学生交流意见、想法，跟学生做朋友。这样，孩子们有问题、困难、疑惑都会及时与老师沟通，因而许多问题就可避免。对于那些内向、害羞、顽固的学生，老师应加倍地耐心，可以先获取孩子们的信任，让他们知道你是真心想帮助他们的，而后再切入主题，解决问题。其实老师与学生的关系也正如父母与子女的关系，总希望他们超过自己，比自己好。从这一次下乡体会，也让我更坚信了自己的方向——成为一名人民教师。给纯真的孩子们带去知识，带去智慧，尽量启发孩子们，最终受益终身。

再见了，晓坪乡的孩子们，希望你们能越来越好。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇四**

暑期个人三下乡社会实践总结报告怎么写?下面是整理的关于20xx年暑期个人三下乡社会实践总结范文，欢迎阅读参考!

在党的xx大、建团95周年和110周年校庆之际，我们团队一行11人以“和谐商漫路，红色山阳情”为活动主题，带着“公路交通条件对欠发达地区工业经济的影响——以商洛市山阳县为例”调研课题，前往商洛市山阳县，进行了为期9天的实地调研活动。

此次“三下乡”活动从六月开始，到九月基本结束，可分为前期立项策划、实地调研和后期论文写作三个阶段。这个过程是漫长和复杂的，但每个阶段的参与都让我获益匪浅。

骄阳似火的六月，当同学们还沉静在紧张的期末备考中时，“三下乡”活动在我校拉开了序幕。为扎实做好“三下乡”活动，在前期立项策划阶段，我们团队查阅资料、确定课题、聘请指导老师、确定团队人员和撰写

策划书

等各项工作有条不紊地展开。1、收集了山阳县当地的经济，人文，地理等方面信息，并对信息进行分析与比较，初步确定了调研题目。2、明确队员分工，着手准备各自事宜。制定详细的活动日程、活动路线等，做到经济，安全，详尽，可行性强。制定一份切实可行的食宿安排方案，在保证活动正常进行的情况下，确保参与实践的人员有良好的生活工作条件。根据策划情况进行经费预算。3、设计制作出调查表，调查问卷;制作好宣传所需标语，旗帜等，写好宣传材料。同时，向学长学姐了解相关事宜，学习经验，进而对策划书、调查问卷以及相关工作进行改进。在制定农村调查问卷的基础上，拟定了比较详细的部门座谈提纲，为实践活动的开展打下了坚实的基础。

出发前，我们明确了“三下乡”的目的和意义，鼓舞了我们的勇气，激励了我们的斗志，也让我们对此行的意义和活动方向有了进一步的认识。结合课题，邀请老师进行指导，指导老师的专业指导让我们方向明确，团队立项成功让我们的心情无比激动。

7月11日，全队人员参加了学校举行的xx年暑期“三下乡”社会实践活动出征授旗仪式，我们满怀信心，整装待发。指导老师因为临时有重要工作，不能带领我们团队去山阳实地调研，我们11人在没有老师的带队的情况下，17日下午出发去目的地!

7月17日晚，我们怀揣着期盼与探索的心情抵达山阳，开始了为期九天的调研活动。

在山阳调研9天时间里，我们与山阳县委办及七个县直部门(交通局、城建局、财政局、经贸局、招商局、统计局和发改局)的领导进行了座谈，参观了山阳县县域工业集中区、污水处理厂、袁家沟鄂陕边苏区政府遗址和四家企业，到两个村子进行了入户问卷调查。调研期间，我们得到了山阳县委办、组织部以及乡镇部门企业的大力支持，使我们的活动顺利完成。调研期间，我一直担任参观座谈的主提问人和全程的记录;每天晚上，我们全队都会有一个座谈形式的总结会议，总结当天活动，整理录入资料，并安排第二天的行程。

到达山阳的第二天上午，我们首先来到了山阳县委办，与县委办领导见面并进行来了座谈。会上，县委办领导向我们简要介绍了山阳县情、全县经济社会发展情况、工业主导产业、交通基础设施建设现状以及交通建设规划。之后，我们结合所学专业知识，提出问题与疑惑，与会领导为我们进行了详细分析和解释。县委办领导认为：商漫高速可提升原路网的通行能力，推动沿线交通、卫生、教育、旅游、等公共事业发展，提高资源配置效率。山阳县委办的热情接待和配合，让我们感受到了地方政府对大学生暑期“三下乡”活动的支持以及对我们大学生的关爱，这也为我们的活动提供了更大的动力。

当天下午，我们参观了正在建设过程中的山阳县县域工业集中区——一个集现代材料、绿色食品和生物医药为主的综合性工业园区。从工业园区办公室主任的介绍中，我们了解到了园区的建设情况、远期规划和即将入驻企业的基本情况。热火朝天的项目建设场面使我感受到：山阳县域工业集中区建成将为山阳工业经济的突破发展做出巨大的贡献。

7月19日上午，我们在相关技术负责人的带领下参观了正在试运行的山阳县污水处理厂，详细了解了生活污水的主要处理步骤和现代工艺，真是不虚此行。

7月19日下午，我们一小队5人到经贸局、招商局和统计局详细了解了山阳的名优工业企业、xx——xx年招商引资资金和县域经济发展方面的统计数据(gdp、工业总产值、工业增加值、全年公路货运量、货物周转量等)。通过对商漫高速公路建成通车前后相关数据的初步对比分析，我深深感受到：作为欠发达地区的山阳县，商漫高速的开通、公路交通条件的改善为山阳的工业经济发展营造了良好的投资环境，显著带动了山阳工业经济的发展。

第三天，我们乘车前往银花镇钒矿企业参观，随后分组分头到两个村子进行入户问卷调查。通过参观我们了解到矿产业在山阳县工业经济中的比重大，但由于受国际大气候影响，钒市场价格持续低迷，生产成本高于产品销售价格，导致产品滞销和积压，造成了企业资金短缺，生产周转困难，无法保证正常生产，企业被迫停产。

商漫高速公路建成通车之前，受交通运输条件限制，秦岭山区冬季长期积雪封山，道路全部中断，矿产资源等开发运输困难，严重滞约了山阳工业经济的快速发展。

在我们发放调查问卷的过程中，通过与村民的交流，我们了解到：村里大部分青壮年在外打工，劳动力流失现象相当严重;沿线居民认为商漫高速能改善沿线投资环境，促进区域经济发展，带动物资流通，提升生活质量;个体经商者认为商漫高速能为其带来商机;司机认为商漫高速将改善区域交通状况，提高运输效率;被征地的农民希望给予合理的征地补偿及妥善解决就业问题。

7月21日，我们来到袁家沟乡。我们首先前往袁家沟乡希望小学看望小朋友，并赠送文具。在与校长的交谈中，我了解到：远程教育资源和蛋奶工程使众多学生受惠;学校缺少音体美教师，教师年龄结构偏大;学校留守儿童多，留守儿童性格孤僻，喜欢独来独往，较难管教。

随后在当地政府人员陪同讲解下，我们参观了袁家沟鄂陕边苏区政府遗址，重温了

入团誓词

，瞻仰了无名革命烈士。“镰刀割开旧乾坤，斧头劈开新世界。”鄂陕边苏区政府遗址里的一副

对联

，默默提醒着我要铭记英雄先烈，以革命先烈为榜样，珍惜来之不易的学习机会，努力学好本领，弘扬革命精神，去开拓美好幸福的未来。

下午，我们来到交通局与值班领导座谈，详细了解了山阳县公路交通基础设施发展情况、商漫高速公路和省道203的交通量构成、商漫高速公路通车形成的区位优势和山阳县交通建设规划。

7月22日和23日，我们先后参观了陕西永恒钒业集团、陕西必康制药有限公司和山阳县金川封幸化工有限责任公司，并与接待人员座谈。企业负责人不仅给我们介绍了企业的概况和产值，还跟我们畅谈了公路交通条件改善对企业的成本、效率、人才引进和利润等的影响，并对我们的调研提出了合理化建议。他们认为公路交通条件改善可以给企业带来足够商机，加速物资流通，提高运输效率。

7月23日中午，我们启程返回学校，为期九天的调研活动落下了帷幕。

回到学校后，我们团队利用两天时间，及时开会对本次调研活动进行总结，并请老师就论文撰写给予指导。假期里及开学以后队员们按照分工分别对资料进行整理，并查阅相关资料，进行后期论文创作。对调研得到的信息以及查阅资料所得信息进行汇总，从中提炼出本次调研的目的以及取得的收获，完成实践报告。实践报告完成后将实践报告以及拍摄的dv短片等资料一并上交学校。

三下乡社会实践是我们大学生走出校园、走进基层、深入实际、接触社会的一次很好的实践锻炼机会。时间虽然比较短，但是我感触颇多，收获也比较大。

虽然有那么多第一次，但它是对我的一次难得的锻炼，我不仅从中学到了很多，更重要的是让我看到了自己存在的诸多不足，如此说来，此次“三下乡”活动、xx这个夏季的经历对我来说是一种难得的锻炼和成长。

提高了理论联系实际能力。作为一个数理经济学专业的学生，整天被一大堆很难真正理解的理论充斥，此次“三下乡”实践活动，给我提供了一个广泛接触社会、了解国情省情县情、锻炼自己的机会。在调查实践中发现新知、运用真知，提高了理论联系实际能力。调查结束后，为了写好报告，放假前我在校图书馆借阅了相关书籍：产业经济学、运输经济学及工业经济方面等6本书，带回家来研读。假期除了看一些奥运会经典节目，基本上看书、看资料;在返校前，基本上打好了腹稿，准备了提纲，动手写了一部分文字。提前10天返校，回校后继续和同学一起专心写作。这个假期是我过得最充实而最有收获的假期。

锻炼了分析问题解决问题的能力。这次的三下乡活动，从前期立项策划、实地调研到后期论文写作基本都是由队员自行解决的，这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，虽然没有指导老师的带队，但是我们比较好地解决了临时发现的实际问题，没有意外事件发生。毕竟是头一次策划实践调查，还有许多改进的地方。比如团队人员的选择、指导老师的聘请、经费的筹划，关键是课题的确定等等。这些都需要在以后的活动中不断地学习、改进和提高。通过这次的活动，我的实践能力有了很大的提高，对我以后的学习和生活都将有非常重要的影响。

赢得了深厚的友谊和情谊。我们这个团队11名同学来自两个学院、两个年级、六个个不同专业，6名女同学、5名男同学。在调研期间，全队人员相处融洽，发挥了互助互爱的精神，并结下了深厚的友谊。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。

收获了书本以外的知识。“琴棋书画剑，诗歌茶酒花。”这十个字是暑期三下乡期间，一位同学(我们团队的一个成员)的父亲给我们留下的赠言。希望我们细细揣摩、不断磨练修为、提高素养。从调查中接触到的每个人身上，感觉都能够学到一些书本接触不到的东西，也认识到需要不断学习的东西太多，这应该是最大收获吧。

裴斯泰洛齐曾说：“实践和行动是人生的基本任务;学问和知识不过是手段、方法，通过这些才能做好主要工作。所以，人生必须具备的知识应该按实践和行动的需要来决定。”这说明智慧与实践永远是分不开的，在实践中可以检验真理，也能培养能力，弥补不足。

随着时间的流逝，这次三下乡活动已圆满地画上了句号。我很庆幸参与了这次难得的“三下乡”机会，走进了基层、接触了实际、初步了解了县域经济方面的知识。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，这次“三下乡”活动将会成为我人生中的重要一课，也是我人生道路中一笔宝贵的财富。这次的经历，将会成为我今后努力和奋斗的动力。我将以此活动作为人生新的起点，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航程。

注：上面是孩子大一暑假参加三下乡社会实践撰写的个人总结，感觉他的确通过这次活动得到了锻炼，也取得了一定的收获。在此祝贺孩子!同时经孩子同意，把这篇文字放到这里，留下一段大学生活的记忆。

xx年夏天过了一个很有意义的暑假。七月刚放假，参加了学校举办的中医药大学大学生“三下乡”医疗服务活动，前往县为村民提供医疗服务，收获颇丰，现总结如下：

“三下乡”指文化下乡、科技下乡、卫生下乡。其中卫生下乡包括医务人员下乡，扶持乡村卫生组织，培训农村卫生人员，参与和推动当地合作医疗事业发展，我们此次就属于卫生下乡。

第一天，在队长带领下，先去了县的半程医院，队员被分成几个小组，分别在妇产科、中医科、内科见习。我分在内科，跟着主任见习了一天，学到了很多知识，见了很多病例，有输尿管结石、心衰、带状疱疹、感冒、贫血等很多患者，我在一旁边看主任看病，边忙着给患者量血压、开化验单，遇到典型的病例，主任还会停下来认真的讲解给我们听，我在学校学习的心电图诊断、和化验单的知识，都一一在此得到了复习，还新学了原来课上没讲的知识，比如说如何看脑电图和脑ct。闲暇时间，我们还大体了解了县地区常见的一些疾病，为以后几天的医疗下乡服务做了准备。

第二天开始，我们医疗服务队就来到了县其中一个村庄，在村里借用大队部的场院，为村民提供免的医疗服务。村里的卫生条件很有限，很多村民尤其是老人看病因为种种原因都去不了医院。在这些患者中，其中得高血压的占了大多数，而且很多因为对高血压认识不足而导致了中风，其他的就是低血压、类风湿、感冒之类的疾病。我们为其提供了就医咨询、疾病诊断、日常保健和用药指导，还现场为很多村民进行了推拿按摩，解决了很多村民的健康问题，同时也提高了我们自己的技能。村民都很热情，看完病后都表达了对我们的感激之情，盛情邀请我们去家里坐坐，让我们觉得此次“三下乡”来的很有意义，是非常值得的。如果还有机会，我愿意再次为“三下乡”贡献自己的一份力量。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇五**

七月，在我们大学生眼中，一切都如此地充满活力。我们的激情在燃烧，伴随着这份激情，带上回报家乡的热情，我们xx人踏上了“三下乡”的征程。

我们这支队伍的实践活动从策划、进行到完满结束都凸显了人力资源优化分配。在四月份开始策划，确定组长、队长，活动主题。在这个过程中策划人员都各抒己见，群策群力，很好地发挥了团队合作的精神，尽管我们在撰写方案的过程中困难重重，但队员们都积极地发挥各自的聪明才智，互相帮助，为保证方案的通过发挥了关键的作用。

从零星的几个人到近二十人的下乡队伍，在这个过程中是充满挫折与辛酸的。在这其中有人加入也有人中途退出，这难免会动摇我们的决心，在此，我们难免会发现团结与诚信的问题。一个不团结的团队就如一盘散沙，即使有一个好的机会在面前也会抓不住，同时，如果队员之间缺乏应有的诚信也会削弱团队的凝聚力。在队伍面临解散的时刻，还好有不少核心策划人员坚持了下来，并大力宣传本次的下乡活动才再次使得我们的队伍重新壮大。

本次下乡实践活动为期七天，在这七天的日子里，我们的下乡队伍以支教，开展第二课堂，培养爱国情怀为主线，配合特色调研。丰富的支教课程受到了xx当地学生的热烈欢迎。在这七天中，他们不仅学到了课堂以外的有用的知识，更重要的是他们从我们老师身上学到了正确的学习态度和学习方法，我们老师的报恩和感恩的情怀也深深地感染了他们。

总的看来，我们这次“xx”下乡活动是成功的，所取得的成果是丰硕的。但是，我们本次下乡的实践活动范围还是比较小，还是仅限于学校之内，对学校之外的社会情况关注较少，如在关注农村社会卫生状况，经济状况和文化习俗情况等存在空白，其实这些都是比较实在的问题，这样的情况有待于我们的大学生继续解决。

当然，考虑到我们下乡队伍人员的组成情况和策划时间比较急，我们所遇到的这种问题是值得商榷的。由于我们下乡队伍队员组成大多数是大一学生，无论在社会经验还是在专业知识掌握方面都比较浅薄，基于这种情况，我们已经算是做到力所能及的事了。无论如何，七天的支教实践活动中，我们教师带给当地学生很多有用的知识，同时，我们队员也从当地的学生中学到了很多珍贵的精神，同时我们也深入了解了农村孩子的学习状况，发现了更多问题。有幸参与这次活动，作为一个大学生，我觉得自己的责任更大了。努力拼搏，回报家乡也许是对我们故土感恩的最佳方式。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇六**

为了使学生利用所学的知识为国家、为社会作出贡献，同时也为了拉近理论与实践的距离，让学生接触社会，了解社会，锻炼提高其综合素质，学校利用暑期长期的开展了大学生“三下乡”活动。

在前期准备工作中，面对纷繁复杂的与农村相关的政策文件，我们团队成员根据自己的能力，进行了合理的分工，充分发挥自身的优势，顺利的完成了前期的工作。为此次活动的顺利的完成奠定了坚实的基础。由于大家多是第一次参加“三下乡”活动，经验不足，在开展具体工作时，不但要开展政策的宣讲、咨询、解疑，还要与当地的乡镇领导、农民朋友开座谈会、进行入户调查等多项工作，大家显得有些力不从心。但是大家并没有退却，而是发挥团结合作，互相学习，互相帮助的精神，各司其职，各尽其能，全身心的投入到自己的工作中。在这种和谐的氛围中，我们顺利的完成了此次社会实践活动。从这次活动中，我更加深刻的体会到了团队的力量及团队的重要性。

这次活动，我深入了农村，接触了我国社会中人数最多，而且最苦、最穷的一个阶层，对我的震撼很大，同时也感到了肩上的担子更重了。随着我国经济、社会的不断进步发展，农民的生活水平有了一定的提高。但是，农民的生活依然很苦，生活环境很差。在当地听到农民经常提到“三不通”，即“路不通，水不通，电不通”。就是说与农民生活息息相关的道路、水、电都不能得到切实的保障，由此可见农民的生活之苦，也可以看到要解决“三农”问题，真正的富民增收，提高农民的生活水平，任重而道远。虽然，通过这次活动，我们也为农民朋友作出了一些贡献，但这是远远不够的，这就要求我们无论是现在还是工作了，要关注我国的热点，关注制约我国发展的问题，尽自己所能，为国家的发展作出自己的贡献。作为一名当代的大学生，作为一名青年，要深入调查研究，全面的了解我国的现状，增强自身的社会责任感，为国家、为社会、为人民尽一份自己的微薄之力。做一个无愧于国家、无愧于人民的青年。

三、通过参加这次社会实践活动，我也发现了自身的许多不足之处。比如：专业知识的欠缺，人际交往能力、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地的调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。这些不足，我将会努力的克服，培养各方面的能力，提高自身的综合素质，争取自己进一步更好的发展。

20xx年8月20日

大学生暑期“三下乡”社会实践报告总结

2024年三下乡社会实践活动总结

三下乡社会实践报告活动总结范文

大学生三下乡暑期社会实践报告总结

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

**暑期三下乡社会实践个人总结篇七**

在20xx年7月20日-20xx年7月28日期间,我参加了由华南师范大学大学城校区青年志愿者协会组织的三下乡活动,去到了从化吕田开展活动,活动虽然只进行了7天,但是我们的准备时间很长,在持续几个月的准备及开展过程中,我获得了很多,认识了我们的不足。

在前期,我参与的工作主要是宣传方案的完善，展版、书签的设计,展版内容的整理，文娱组的排练活动。

在前期的活动中，同事们的对待工作的态度多比较认真，工作都可以按时上交，但是其中也出现了一些问题。

1、在宣传主题的设置上，重点不突出，并且对学校的方针上有些脱轨，没有把政治这个专题重点突出。原来是认为那里比较落后，宣传科技会比较有必要，但是根据下乡实际情况，科技版块由于篇幅的限制，以及选材的不足，没有很切合当地的实际，而且当地人对于科技版块的热情也不高。并且学生感兴趣的与市民感兴趣的内容不同，难以同时满足两者的要求。

2、各宣传版块在选择内容上的问题较大，其中一个共同的问题就是图片比较少，虽然我们有大型宣传，但是主要面向的群体还是学生，学生都会热衷于看图片，特别是时政版块，图片量过少，导致一整版都是文字，有视觉疲劳。对于大学城版块也有同样的问题，大学城的建筑及设备是很吸引人的，但是版块的图片主要都是大门等，吸引力还不足。在见面会时候给同学们播放的视频质量不太好，其中大学城的视频采用了香港那边的视角，并且主要角色在广州大学，显得不妥，效果远不及自己制作一个大学城的视频来得好。虽然说制作视频耗费的时间较多，但是我们准备时间也足够长，所以以后如果有需要，视频类的东西要提前制作，因为在网上搜索到的大部分全屏以后质量变得不好。

在找励志电影的时候，没有切合实际，找了一部外文片，后来由于不适合，又换了一部比较轻松活泼的.片，不过也是外文的，由于是用投影仪来播放的，所以后排基本上都看不清，这让学生更没有兴趣看下去。所以要吸取教训。要了解当地的水平，由于下乡通常是去比较落后一点的地方，所以找中文片，学生会更容易接受。其次要了解当地的投影设备，像这次是用屏幕，找片的时候要注意找字幕比较清晰的片子。

3、文娱组在前期准备的时候就举行过几次的彩排，每次的彩排都有指出不足的地方，但是缺少跟进，没有很明确的指出每个节目的缺点，并且在接下来的排练中，没有完善表演，缺少提醒。

在下乡中，我们各个活动总体实行情况不错，但是也存在一些不足。

1、支教的课程设置：有一些课程一次排起来，强度太大，学生难以接受，而且比较累，例如手语和时政一次三节，如果可以排开，效果会更好。

2、文娱组在策划活动的时候，给工作人员太多的自由度，有一些东西在彩排的时候才让工作人员想，工作人员也到那个时候才知道这个也要他们考虑，导致彩排的时间很长，也让排在后面关卡的工作人员白等了很久，浪费了比较多的时间。

3、宣传组设置的征文绘画比赛，由于评审的时间比较后，导致和文娱组的文艺晚会冲撞，部分人要去文娱那边帮忙，部分人中午也要休息，导致最后的结果是由几个人评出来的，比较匆忙。

4、文娱组的趣味运动会时间设置得过早，学生和下乡队伍的人都还没有熟悉起来就举行，导致最终就是班主任和学生互动较多，工作人员和学生没有交流，失去了趣味运动会的意义。

5、下乡期间我们住在学校，并且借用了学校的办公室和心理咨询室，但是队员们的没有好好保管这些设备。其中包括宿舍钥匙没有妥善保管，琴房的钥匙也没有保管好，虽然在走那一天有对办公室进行清洁，但是还是有不属于办公室的东西，心理咨询室收拾过后基本恢复原貌。最终对下乡队伍的形象造成极大影响。

6、部分队员在没有工作的时候，没有积极地走向同学，对队伍的凝聚力造成了很大的影响，惹来队员的不满。

7、在大型宣传的时候，队员的情绪也比较高亢，有时候就忘记了自己的职责，而在现场就拍起照来，对形象有不良印象的同时，也阻碍了市民看展板。后来很多学生来到了大型宣传的现场，由于学生很多，聚在展板前面，和队员或和扬扬拍照，也阻碍了展板。显得现场虽然热闹但是比较乱。

8、由于经验不足，我们不知道要联系媒体是要通过政府联系的，导致前期的活动比较少报道。而且我们和学校另外一个学院同时到吕田去下乡，市民和传媒都以为是同一个团体，所以对我们的活动关注比较少。

9、在选点上,这次感觉我们去的地方,学生已经懂很多东西,或许学生对我们的需要并不是很强烈。避免单纯成为学生的玩伴。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇八**

青海暑假三下乡社会实践已经结束了，暑期社会实践对于人的一生，就像一滴水无声地留进了大海中，但是对于我来说，是多么珍贵的一笔财富啊!在这十天中，我经历了快乐、辛酸、收获、付出，但是我无怨无悔，我可以自豪的说：“我很开心，很快乐，付出别人所不能付出的，也获得了别人所得不到的。”

下乡的日子是清苦的，但虽苦尤甜。

我们此次下乡的主要任务是调查当地村民、老师和小学生对教育的态度和三天的支教活动。而我这次的主要任务是负责调查小学生和教他们英语。我是怀着一种期望和新奇的心情来到青海西宁，来到互助县东山乡大庄小学的。想到就要可以去那边和那些可爱的小学生们一起学习，去感受高原风情，兴奋的感觉渗进我的每一个细胞里。

第一节课的感觉是良好的。主要是介绍了自己，也让他们介绍了自己，还讲了学习英语的方法和要求，最后和他们描述了大学生活，为他们展示了一幅新的天地：舞会、奖学金以及各种各样的活动场所，对他们说都是那么新鲜和特别，从他们童真和渴望的眼神中，我分明看到了求知的欲望，一种从没有过的责任感压在我的心上，以前一直认为，小学生是最容易教的，他们听话懂事，也因为我一直认为小学生随便糊弄下就可以过关了。但是，他们的眼神却深深的触动了我，我也体会到了为什么说“教育要从小学抓起”，因为小学生的思想还不成熟，也没有树立一个完整的人生观和价值观，不能正确分辨错误，此刻的教育对他们来说，每一步都是塑造他们人格的时候，人格完善与否，很大程度上与教育有关。

我们上第一节课后和学生交谈，了解学生的兴趣爱好、原有的学习基础。虽然一开始时，因为语言的问题，学生的地方音很浓，而且他们的普通话水平较低，但是经过我们与学生的努力后，与学生的沟通已不再成为问题。支教对象有一个班，他们表现积极、各方面都很优秀的学生。他们很听话，第一天来上课，每个同学都带着课本和本子来。看他们的样子，他们的个子比较小，更显得他们可爱。老师上课的时候，学生认真听课，他们喜欢大声回答问题。如果一个同学作答完毕，其它的同学都会响应，课堂气氛很浓厚，这都让教师们高兴得很。看见学生积极地回答自己的问题或积极地上黑板做题，心里有丝丝的幸福感，这不仅来自于满足感，还来自成就感。

在接下来的几节课，我体会到了做老师的快乐和担忧。这些学生都很有天赋，也很积极，懂的东西还算多，因此可见学校在育人方面很出色，值得我们学习。但是学生中，存在着一些问题，那就是普通话的普及程度不高，乡音很重，有的时候有个别学生难以用普通话交流，值得欣慰的是，学校领导对普通话也很重视，强调我们在教书的过程中用普通话，而学生也很聪明，教了几篇他们朗诵诗歌，他们便很快纠正了读音。相信在学校领导的带动下，普通话一定可以更好的普及。

至于调查小学生的学习态度，除了通过平时上课和他们交流了解一下外，我们之前在学校还准备了一份简单的调查问卷。我利用下课的时间给每位小朋友都发一份，让他们自己填，有不懂字的再问我。后来，从问卷调查上，了解到一个很严重的问题，就是这里的大部分父母不对孩子的教育部是很重视，家里爸爸妈妈喝酒。也许是因为青稞酒的原因吧，成了他们那的风俗习惯，但却不知给小孩子造成了不好的影响。我把这个问题也反映到了我们的调查结果里。

接下来我们按照计划开始展开活动。来之前我就听说三下乡时的住宿条件是很差的，有句老话：“逆境出人才。”我们都是抱着一颗锻炼的心来的。这次“三下乡”使我学到了很多东西，与老师和同学一起到外面进行社会实践，是锻炼与人相处的能力的好机会。互相关心同学，配合老师，让活动尽可能顺利，生活尽可能方便愉快，亲身经历了三下乡后，我对其有了更深刻的体会。

我想，下乡的日子是虽然苦但是充满新鲜感的。因为这里充满了少数民族的气息，有着与我们那不一样的生活。下乡的点点滴滴终将成为记忆中斑斓的碎片，但那一幕幕相依相偎的情景，离别时那用真情浇灌出的泪花将永远是这些斑斓碎片中最闪亮的部分!有了这份记忆，这份执着，分离算得了什么?我用我的真情，滋润了这片土地。

“三下乡”的目的：是更好的让大学生了解当今社会，服务于当今社会，只有真正的投入其中，才能够领略到当中的道理。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。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，以平常心来对待和处理。

当代大学生是明天社会各行各业的精英，是建设社会主义和谐社会的中流砥柱，担负着国家和历史赋予的光荣使命。我们应该积极走出象牙塔，到社会的各个反面，各个角落，了解国情，服务社会。三下乡是一个已经为我们大学生搭建好的平台，我为能参加这次“三下乡”活动感到很幸运，同时看到那仍很贫穷落后的农村，我感到很忧心。记得在回家的车上，有一位乘客对我们说“你们大学生参加社会实践非常有必要，有了在农村的亲身体验，就不会在‘一片形势大好’的媒体宣传中迷失方向。”我想，这或许正是我们最需要的!

常言道：铁不炼不成钢，玉不琢不成器。作为当代大学生，不去体验生活，不去了解农村、了解社会，不与社会相溶，便不是真正优秀的大学生、合格的社会主义的建设者。这次“三下乡”社会实践，使我更加认识了农村，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。我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

过去很害羞，很多东西不敢向别人请教，现在感觉总要刨根问底，感觉憋在心里就难受。

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。

三下乡让我学会了体谅别人，从三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每次遇到问题时，我们都会共同商量找出解决问题的办法。但是在这些商量的过程中，往往会出现意见不一致。慢慢地我们学会了体谅别人，从别人的立场想问题。这次三下乡我们都成长了许多。其实在我们当中很多人从年龄来讲已经是个大人，但毕竟还没经过多少磨练，所以心理上算不上成熟。三下乡期间我们做到了互相照顾，遇到问题能够共同想办法解决。我想这是我们三下乡最大的收获。

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!同学之间能够保持良好的联系。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。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。

三下乡——是指文化、科技、卫生\"三下乡\"。文化下乡包括图书、报刊下乡，送戏下乡，电影、电视下乡，开展群众性文化活动;科技下乡包括科技人员下乡，科技信息下乡，开展科普活动;卫生下乡包括医务人员下乡，扶持乡村卫生组织，培训农村卫生人员，参与和推动当地合作医疗事业发展。

名副其实的“联合舰队”，由不同的学校不同的学院组成。我们有3个东莞南博技术学院的学生，一个广东外语外贸大学的高材生。我们华师里又分有体科院、经管学院、音乐学院和公管学院，真是各方各面人才济济啊!我为是这样一支多才多艺的下乡队伍的一员而自豪!

在出发之前，我们为这次下乡活动做了很多准备。我们队伍里设有调研组、后勤组、采访组、体制测量组、文体组等等。我们的队长苏林杰同学在下乡前一个星期组织我们全体队员开会，交代了我们下乡的工作，并把我们个人的任务安排下去。会议结束后，我们就正式进入下乡培训阶段。各组组长开始筹备本组队员下乡要完成的工作，提前做好计划与工作安排，各队员积极主动配合队长和各组长的部署。

我是调研组的组长，我负责设计下乡的调查问卷。我们这次下乡调研有两个主题，一个是有关“亚运会”的，一个是有关“共和国建国六十周年”的。据闻 “亚运会”的肇庆的下乡队伍已经在做了，我们就主要对“共和国建国六十周年”这个理念在乡下的了解度进行调查，还有的就是根据当地的实际情况，再制定一些调查问卷。后来我们队的指导老师李志胜老师在开全体会议的时候指出了我们的不足。就调研组而言，只确定一个主题是远远不够的，而且我们本身是体育生出身，在政治论文方面不及其他学院的学生，我们要做出自己的特色。像“阳光体育活动理念的认知度”、“阳光体育活动在乡下的开展情况”等等都可以成为我们调研的主题。最好的计划是，去到汕尾那边的第一天，先到当地了解一下情况，再联系实际情况提出调查问题。

我觉得李志胜老师真的很厉害，他只听了我们的工作安排一遍，就可以很快的指出我们准备工作的不足之处，并对我们的工作提供了非常宝贵的意见，让我们进行改善。李老师的确好强!

不过，尽管受到了冷落，我们的队员依旧热情高涨，为我们的下乡付出不懈努力。第二天，我们5：30就爬起来，为我们的调研活动做好准备。(说到调研活动，调研的前天晚上李志胜老师给我们开会，讨论了我们的调研的主题，并对我们的调查问卷提出了意见和建议。)我是调研组的组长，在华师的时候没有做好充分的准备，忘记把调查问卷打印出来，迫使当天晚上(7月17号)要同学跑到外面去打印;之前我没有让我们的队员熟悉调查问卷的内容，有关“阳光体育”、 “共和国建国六十周年”、“新农村建设”的理念和主题思想，致使我们的队员未能深刻理解到我们本次调研的主题思想。对于这一点，我要做深刻检讨。如果以后还有调研活动的话，我一定要汲取这次的经验和教训，把准备工作做足，做好!

我被分配到中心体育场那支队，负责全程的拍摄工作。一开始去到中心体育场，有个门卫叔叔用汕尾话跟我们讲(大概是问我们是干什么的，想让我们出去)，但我们一句都听不懂，还好有个会讲普通话的当地人为我们“解围”。他问我们是哪里来的，我们表明是华南师范大学的学生，来下乡做调研的，他们听后就放心了。那个会说普通话的本地人说，门卫叔叔以为我们是派传单的所以想赶我们走。既然我们是大学生，而且是华师大的，他们很欢迎我们的到来。于是，我们的队员就展开了调研活动…整个过程，我都有跟踪拍摄。当地的人民很热情，无论老人、小孩、中年人还是年轻人，跟他们聊天，感觉都很亲切。他们有什么就说什么，不会顾忌，把我们当成自己人了。(我们在做调研的时候，不会像以往那样拿着问卷让他们填，我们采取的是把问卷的问题都牢记在心里，跟他们聊天的时候有意无意地问出来，而另外一个同学就负责记录。这样做的效果要比直接拿问卷让他们填要好得多。)调研结束后，大家感觉都很好。然后我们一起去吃早餐，汕尾特产真的很不错。

下午，我们去了“湾路村”做调研。本来我们这支队是要去社区的，但由于天气问题，我们只能临时改变计划，随遇而安，去到湾路村做调研。虽然去到湾路村只是偶然，但是在那里的收获却比我们想象中多得多。湾路村的村民都很热情好客，容易相处。在跟村民聊天的过程中，我们发现，“阳光体育活动”这个概念在他们那里并不普及，他们甚至都不知道“阳光体育”是什么东西。而他们村的文化活动也比较少。一般只有过年过节的时候，他们村才有文艺活动，像唱戏、舞蹈之类的表演。他们还把表演的“文化广场”地点告诉了我们，希望我们可以在那里表演。他们说，如果我们在那里表演的话，一定会有很多人去看的。当问到他们村有没有“晨练”的时候，他们都反映，很想学些太极操、舞蹈之类的健身操，但是没有人教他们，他们想学也学不到。热情的村民还希望我们可以教他们一些健身操，只可惜我们下乡的实践时间有限，不能教他们。对于“新农村建设”这一主题，大多数村民反映，改革开放以来村里的变化很大，现在的生活条件比起以前的要好了很多，几乎家家户户都有电器了，生活水平好了很多。调研结束后，我们小组的成员就一同前往村民口中所讲的那个“文化广场”去探查场地。

当我们去到那个“文化广场”的时侯才发现，那个所谓的“文化广场”只不过是在祠堂前的一大块村民用来晒稻谷的空地。那里并没有舞台，如果在那里举办一场文艺晚会，条件真的很简陋。不过，我们大家都觉得，尽管条件简陋，若果我们的表演能给村民带来快乐就什么都值了，我们下乡的目的之一不就是为乡下的人民带来欢乐吗?于是，我们小组的成员一致决定，回去(仁荣中学)报告李志胜老师，希望能联系湾路村的村支书，在湾路村的文化广场为村民义演。

我们走的时候，叫一个当地的小女孩帮我们把钱给老伯，作为我们的一点心意。本来叫小女孩等我们走后才给的，但小女孩没理解我们的意思，马上就把钱给了老伯。老伯起初怎么也不肯收，只是讲着一口我们听不懂的海丰话，最后他又拿饮料给我们喝，我们当然也没有收下…我们离开了，带走了老伯那并不新鲜的水果，留下了我们一点点的心意和满满的祝福。

走出了老伯家，我身边的小女孩看我拿着果子，我给她吃她不要，她问我：“这些果子是不是在老头家买的啊?”我说：“是那个老爷爷给我们的。”小女孩：“不要在老头那里买东西啊!全都是假的!我爸爸都不在那里买东西。”小女孩旁边的小男孩插话道：“她不懂，乱讲!不是【假】的，是【过期】的，【过期】!”

去到汕尾的第三天(7月19号)，早上虽然没下雨，但天气却阴霾的很，没有一点生机，让人提不起精神。本来计划今天也是要到外面去调研的，但是由于昨天的调研效果并不怎么理想，而且天气问题也不允许我们再去调研，所以我们临时把调研这一项活动取消掉了。全副精力放在文艺汇演这一项目上。前一天在湾路村讨论的要去为村民义演的事，我们回来告诉了李志胜老师，李老师也非常赞赏我们的想法，后来与湾路村的领导达成协议，我们为村民义演，他们为我们提供场地、电和音响设施，并在村里为我们的义演做宣传，全力支持我们的活动。

下午，团委的另一支下乡队伍(这支队原本计划去肇庆的，但由于肇庆那边出现了猪流感疫情，被迫取消而加入我们汕尾下乡队)也到了仁荣中学，我们两支队合二为一。他们的加入为我们带来了两个节目——搏击操和啦啦操。老师说了，20号晚上去湾路村的文艺表演我们这支“二合一”队伍会一起出发前往。

在汕尾的第四天(7月20号)，我们的活动日程跟19号的差不多，白天都在为晚上的晚会进行排练，把不熟悉的节目以最高的质量排练好。晚上，我们一班人马全员出动，到汕尾市陆丰县湾路村的文化广场进行表演。现场的条件设施很简陋，没有舞台，灯光效果也很差。但我们的队员却一点都不在乎，大家都满怀激情地布场，为我们的表演做足准备。我们没有舞台，就自己搭建;没有幕布，我们用蚊帐替代;没有彩带，但我们有的是气球。布场的过程中，大家都忙得不亦乐乎。热情的村民早早就到场了，有的小孩子还主动提出要帮我们的忙，但我们婉言谢绝了。

7月21号，我们前一天晚上在湾路村演出成功的消息传到了仁荣中学校领导的那里。随后，学校领导对我们的关注度明显提高了，也不知道是不是那个原因，我们的伙食也变好了。校领导甚至还主动提出在21号晚上的文艺表演中邀请正在放暑假的学生回校观看我们的文艺晚会，另外，校方还问我们找到了一位本校的学生做主持人，也增加了一个出色的歌唱节目给我们。总而言之，仁荣中学校领导对我们的态度好了很多。

21号晚上在仁荣中学的表演很成功，在校的学生们对我们表演的反响都很好。而且，当晚的节目比在湾路村的丰富，因为多了法学院同学的加入。我们的队伍更加是名副其实的“联合舰队”了!

当晚表演完之后，在李老师的带领下，我们大家一起到海边去玩，去看日出…7月22号凌晨在海边，我们队员都抛开了下乡时的压力、负担，完完全全放松全情投入地去玩。李老师也跟我们玩到了一块。

下乡结束了，但是下乡那些日子给我的回忆却永远不会忘记。在今后的日子里，假如我遇到什么困境，我会想想在汕尾度过的那些日子，为自己找回动力，在多变的势态中稳住自己。因为在下乡的日子里，我深深体会到了什么叫“计划的速度永远赶不上变化。”我也希望我们汕尾下乡队的所有成员都牢牢记住我们一起同甘共苦的日子，把它当成人生中一次美好的回忆，也可以变成我们成长的动力。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇九**

当一个人静静地坐在桌旁写三下乡个人总结时，脑海中不断浮现着往日画面，七天的光阴是短暂的，但就是这短短的七天我们得到一生中难于得到的东西——团队的精神、工作的经验、坚强的意志、真挚的友情-----我们没有虚度这七天，我们一直在用心做事、用心服务，我不无感叹：原来时间可以这样度过，生活可以这样生活。

七月的骄阳带来我们的汗水，燃烧我们的激情。在烈烈夏日中来自我院五个专业跨越大一至大三三个年级的13名学生组成了我院20xx年赴吉安县横江镇大学生暑期“三下乡”社会实践重点服务队，由经济学专业辅导员孙琳老师、市场营销专业辅导员李钊老师带队，于6月30日来到吉安县横江镇，进行为期一周的以“科学发展树新风，携手共建新农村”为主题的科技、文化、卫生“三下乡”社会实践活动。

生活篇

生活没有想象中的艰苦，但也不轻松。首先是老天爷给我们开了一个大大的玩笑，原本火辣辣的太阳从第二天开始便躲起来了，突然的降温让毫无思想准备的我们冷的瑟瑟发抖，尤其是晚上，本来睡的就是地铺，这样一来，我们更冷了。一时间，大家早晨醒来的第一句话就是“昨晚好冷啊”；然后就是洗澡，由于卫生间的条件太简陋了，我们不得不每天到厨房里提热水；还有就是饮食方面，其实还好，只是每天简单重复的一日三餐，再加上饭菜还是定量的，使队里的那些朝气蓬勃的年轻小伙两眼发昏。但是只要我们足够的坚强，那么一切的困难都会成为我们脚下的垫脚石。犹记得我校校团委副书记罗来松和我院党委副书记上官飞来看望这些在下乡第一线的我们说的一句话“敢于踏出校门的人才是真正的壮士”。一直以来，这句话支持者我们队的每一位队员去战胜一切的挫折。七天过去了，现在想想，没有过不去的坎，只要挺直腰杆去面对困难。

我们在一起有说有笑，我们说是苦中作乐，但我不这样认为，如果说有一种先进叫落后的话，那么就有一种吃苦叫幸福。一起工作一起吃饭一起写文章一起聊天一起冷的瑟瑟发抖一起去解决困难-------友谊在无声无息中培养出来了。坐在返回的列车上，大家对这七天的生活心生种种感叹，感叹一个星期的米饭，感叹一个星期的短暂，感叹一个星期生活的艰辛，感叹一个星期生活的充实-----这就是我们的生活，清谈却不寡味，真实而又实在，艰辛却也愉快。

收获篇

一分耕耘一分收获。假如没有这次活动，我不会那么快地提升自己的思想，丰富自己的经验，我不会那么透彻地明白萍水相逢亦是缘的道理-----一个星期的三下乡活动可以说是我人生中一大物质和精神的洗礼。

我们的活动遇到了很多困难，尤其是天气，意外的变天至始至终成了我们的问题，而且影响了我们的整个行程，细节决定成败的教训又多了一次。但事在人为，百事可乐，百事可为。毛主席曾教导过我们：下定决心，不怕牺牲，排除万难，争取胜利。我们要的就是这种精神。也不知道明天等待我的将会有什么困难，但通过此次经历，我只知道无论以后发生什么都不可以轻易改变自己最初的想法，一旦决定了就尽心尽力去做，不要因为困难而退缩，也不要太关注结果。世事我曾抗争，成功不必在我。

反思篇

实践出真知。通过这次实践，我对自己也有了一个全新的科学的定位，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、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。

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。短短的七天，却教给了我许多课堂上学不到的东西，成了我以后人生不可或缺的宝贵的财富，给我生活阅历又添上了浓重的一笔。

成长向来都是痛并快乐着的，我不害怕跌倒，我更不拒绝不足。我只想说让暴风雨来的更猛烈一些吧。因为只有经历了生活的磨砺，我们才能唱出更动听的人生乐曲，才能让人生之花开得更加的绚烂。

感动篇

我们走了，带着激情与思考，我们回来了，带着感动与收获，中间只有短暂却亦永恒的七天，这七天注定是不平凡的七天，七天我们在汗水中学会了许多，经历就是成长，我亲身见证了我们每天都在实践中坚强，在实践中成长。

们零距离地与父老乡亲们接触,倾听我们的心声，记录我们的点滴心言。我们熬过了思乡之切,顶住了烈日之毒，忍受了生活之艰，我们像一团火，燃烧自己，温暖他人。我们没有选择逃避，逃避自己的使命，逃避自己的责任。

都说只有义无反顾的付出，才可以理直气壮地收获。七天下来，我们,累了，乏了。却掩饰不了我们内心的喜悦与踏实，我们收获了友谊，收获了感动，收获了成熟，收获了坚强，收获了成长。过程中，辛酸的泪水、真心的微笑、坚强的背影，也构成了我生命里最珍贵的回忆。

面对月盼日盼的暑假的到来，我们抗拒了诱惑，耐住了寂寞，最终坚持下来了,独自面对空荡荡的寝室，空荡荡的校园，只留下了那浓浓的思乡之情，才下眉头,却上心头.只留下了那拳拳服务三农之心，默默奉献，风雨无阻。唯有情,才有爱，唯有爱，才有这种情,让我们忘我地投入到志愿服务当中,坚持不懈地下乡,在下乡的实践中服务他人磨练自己；这种情，让我们毫无保留地融入横江镇这块大地，深入地去了解她；这种情，让我们像兄妹一般照顾，萍水相逢亦是缘，不分你我；这种情,让我们不管旅途的艰辛,生活的艰苦，春风依旧。只因自己满腔的激情，只因自己曾许下的诺言，只因自己心中那最原始的真诚。我们不虚此行。

此次一起相处的经历，点点滴滴，零零碎碎，不经意间，将随时间风干，,珍藏在记忆深处。流水沉沙，也许很多东西我们会遗忘，有些却将随时间永远沉淀。我坚信，留下的，必将是珍贵的。

最后我要感谢学院给了我这次锻炼的机会，希望将来能有机会多锻炼自己，希望我的将来能如愿实现自己的抱负，这次三下乡并不苦，但是又让我重新燃烧起心底曾经的那份伟大，即使我不伟大，我还是希望自己能献身于一项伟大的事业；即使我的事业不伟大，起码我的心曾经伟大过。这样在我自己的世界里，我才能抬起头面对自己！

××航空大学经济管理学院0x暑期“三下乡”赴××\*镇社会实践服务队

**暑期三下乡社会实践个人总结篇十**

作为xx大学思远暑期三下乡社会实践团的一员，我怀着激动而忐忑的心情参加了团队的实地调研。我们团队以农村土地流转现状的调查为课题，并且为了对比分析，我们选取了xx市的xx县xx乡和xx市xx镇开展我们的调研。我们团队受到xx县团县委和xx市团市委的热情接待和大力支持，我们的实践活动也得到县、乡、村各级政府部门的积极支持与配合。从x月x日开始到x月x日结束，我们的调研前后持续四天，共走访了xx乡和xx镇的共七个行政村，对土地承包者和村民进行了访谈、问卷等方式的调查，并和xx县及xx市的土地流转服务中心的相关负责人进行了座谈。截至x月x日下午我们的调研任务在预期内圆满完成，对于这次实践，我总结了以下几点心得：

第一，前期准备对于社会实践至关重要。前期准备主要有所选课题相关理论知识的准备，相关材料的准备，实地调研期间所需物品的准备和与调研地区当地政府部门的联系。如果选取一个课题，那么每个团队成员都必须知道与这个课题相关的一些知识，必须要熟知本团队的实践方案。在团队出发前要准备好调研时所要用到的问卷，访谈方案等材料，因为在调研地临时打印会出现不方便和费用方面的问题。团队出发时要准备一些必备的常用药品，让团队成员学习一些紧急急救知识。我们去一个地方调研，离不开当地政府方面的支持，因此在团队出发一定要与当地政府的相关部门取得联系并取得他们的支持。我们团队这次的调研能够很顺利得完成，很大一部分都是因为前期认真的准备。

第二，团队在调研期间一定要统一行动，团队成员之间要分工明确，互相配合，互相帮助。在调研期间，个人行动要服从团队统一指挥，不得擅自行动，我们在外地调研，人生地不熟，安全至关重要。团队成员在调研时要有明确的分工，各司其职，这样在遇到事情时才不至于慌乱，不知所措。同时，团队作为一个整体，每个成员都要互相配合，互相帮助。

第三，在实地调研期间，团队成员要注意自己的言行得体。我们一般的三下乡社会实践都是前往农村地区进行调研，所要面对的都是一些淳朴的农民，他们对我们的实践活动有时可能会产生一些误解，因此在和农民交流的过程中一定要耐心，语言一定要亲切，最好每一位成员都把自己当成他们的孩子，放下自己的大学生架子，这样，交流起来才更有亲切感。

第四，在农村地区进行实践活动，吃、住、行的条件都不会很好，每个成员都要学会吃苦耐劳。农村乡镇地区没有条件很好的宾馆，住宿主要都是一些条件比较简单的旅社。白天可能要进村里开展调研，没有公交车，只能\*步行，可能会遇不到餐馆，就算有，条件也不会很好。晚上回去还要及时对一天的工作进行总结，并对第二天的具体工作进行安排，一天下来，确实会让人很劳累。因此，每个成员都要学会适应新的环境，学会吃苦耐劳。

通过这次暑期三下乡社会实践，我们了解了社会，增长了见识，学会了很多在学校里学不到的东西。同时，也丰富了我们的社会实践经验，为以后参加社会实践打下了基础。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇十一**

其实我一直挺后悔的，柔姐第一次开课的时候，大家围在宿舍嚷嚷得这么吵，我都竟然睡着了，于是我错过了很多精彩的时刻，错过了很多精彩的故事。

或许其他人会说，你们那只不过是在八卦别人的伤心事，甚至围成一圈轮流点名强迫人家去讲他们的往事。然而在我们32个人看来，有话说已经是我们这寂寞难耐的32个人茶余饭后必不可少的娱乐活动。但这不是八卦，这是三下乡这个团队、这个家庭里的每一个成员以朋友、以亲人的角色去倾听其他人深深埋藏在内心深处的最真实情感，或许那是你们曾经不堪回首的经历，但是说出来吧！因为这里还有另外31个人陪你分担。说真的，听着你们的经历，我们真的会触动，会流泪。我想起pk讲完他的故事后弹起悲伤的情歌，其实我相信那时，很多人在心里都会落泪。

听别人的故事，念自己的情。三下乡的时候，我对着很多人讲起自己的故事。白姐姐深沉地说：“你们都勾起了超庆姐姐的伤心事了。”但是依然要感谢你们，因为有些伤心事真的`要讲出来，才会让自己心里好受些。真的要感谢柔姐，感谢她的开课，正因为如此才会让我们的三下乡生活多了很多情趣，多了很多意义，多了很多收获。

**暑期三下乡社会实践个人总结篇十二**

总结是事后对某一时期、某一项目或某些工作进行回顾和分析，从而做出带有规律性的结论，它可以提升我们发现问题的能力，是时候写一份总结了。我们该怎么写总结呢？以下是小编收集整理的“三下乡”暑期社会实践活动个人总结，欢迎大家分享。

“咔嚓”，向着窗外拍下这段旅程的最后一张照片，路旁绿油油的玉米田还有远处连绵的山丘，不知什么时候能再看见，不知道还会不会再见。回程的车上是一片不同以往的安静，走在来时那条蜿蜒曲折的小路上，看着窗外渐行渐远的小山村，不知道是不是只有我一个人这样的不舍和留恋。

大概在十天之前，那是我第一次听到小河沿村的名字。庄河市光明山镇小河沿村，那就是我们要去实践的地方啊，一直以来都盼望着能下乡实践的我终于有了这次机会，实在开心，认真地去做好每一项准备工作。我们的团队叫做中国医科大学中英联合学院社会实践团，全团共有22名成员，在团长姚江院长的带领下，我们怀着共同的目标，身体力行去改善贫困地区农民落后的医疗意识，和贫困地区学龄儿童不良的学习习惯，走入基层开阔视野，在实践中锻炼自己，培养吃苦耐劳的精神。

7月18日下午五点半，我们到达了小河沿村。那是一个青山环绕的的小村庄，看不见城市的繁华喧嚣，却能看见家门口悠闲静坐的老人，沿街吆喝的小商贩，葱郁的果树花草，清澈的池塘，还有树丛里河边上奔跑玩耍的可爱的孩子们。按照老师的安排和分配，我们很快顺利找到了自己的住处并妥善安置好了自己的行李。小小的一间屋子，老旧的墙壁和门窗，没有柔软的床，只有一铺炕，却要睡四个人；洗手间的距离有些远，隔着大大的院子，晚上出去没有灯，只有手电筒；炎热的天气里，没有电扇空调，只有大大小小飞来飞去的飞蛾蚊虫......可是，这里的环境虽然没有城市里的好，但是快乐却一点也不少。我们住的人家主人特别的热情好客，并没有过多的话语，但是各方面都照顾的都非常的周到，尽量让我们吃的营养，住的舒服，我真的非常的感谢和感动。每天大家都一起围着桌子坐，吃着一大桌美味可口的农家饭菜，还有香甜的绿色蔬菜和水果，看着或勤劳或慵懒的家禽家畜，呼吸着与城市里不同的新鲜空气，感受着淳朴的乡村风情。

当天晚上，在集合地点，我们按照分组认真的听了孙颖老师对相关知识的讲解，并进行了相关操作的学习和练习，过程中大家都很认真很小心，遇到不会的问题也都进行了详细的询问。天气炎热，有的同学头上布满了细密的汗珠，但依然在坚持着练习，为的只是争取在正式进行操作的时候不出现问题。作为血糖组的一员，我和其他一同进行了学习，熟知了操作的步骤和注意事项，并熟记了询问患者需要登记的各项内容。另外，我和高明奇老师还一同负责第二天为小学生体检测视力的工作，我们做了分工之后，也进行了多次模拟练习，确保明天进展顺利。

第二天一大早，我们整个队伍便前往小河沿小学，活动的第一项是为小学生们进行体检。学校特意腾出了两间教室给我们用做体检的场地，我做好了相关的准备工作，坐在自己的区域等待孩子们的到来。看着这间简陋的教室，面积很小，光线很暗，却偏偏赶上停电，桌椅已经很旧了，晃动的厉害，黑板还是那种很老式的黑板，后面的墙上贴满了孩子们的书法绘画作品。不一会孩子们在老师的带领下，排着长长的队，走进了教室。他们大多数都晒得很黑，并且长得很瘦小，有的孩子更是一眼就能看出是明显的营养不良或是贫血，他们表现得非常安静，从他们的眼神中我能看到他们的感觉是胆怯和陌生。在我开始为他们检测视力以后，我很快发现了一个令我非常惊讶和意外的问题，这些孩子们根本不会看视力表，或者说他们之前并没有测试过视力，我终于明白了孩子们的安静和胆怯就是因为这个。我马上把孩子们都带到视力表前面，微笑着给他们讲了看视力表的方法和挡板的使用方法和顺序，接下来的测试过程速度明显加快了，并且孩子们也放松了不少。通过这一早上的测试，我发现乡村的孩子们视力普遍都比较好，很少有近视的孩子。

体检之后，进行了爱心捐赠活动。我们学院为山村的学校带去了一大箱的教学用具和文具等一些对他们有帮助的东西，院长和小河沿小学的校长进行了交接，希望他们今后能发展的更好。紧接着，是欢迎仪式文艺汇演，小河沿小学的老师和同学们为我们表演了六个节目，歌舞、乐器、朗诵、手语，热情澎湃，激情满怀。我们也为他们准备了歌曲和舞蹈，其中我参演了舞蹈节目，虽然排练的时间很有限也很仓促，但是我很尽力的拿出自己最佳的状态，用自己的真诚和热情来回报老师和同学们的欢迎。

欢迎仪式之后，我们又很快的投入到了支教的活动中。因为六年级的同学们已经毕业了，我们对于五六年级同学的支教改为只和五年级的六名同学进行教学和互动。在这间没有城市里多种多样的教学设备和辅助工具的“原始”教室里，我们深深感到了农村教育工作者的不易。通过每个孩子的自我介绍和大家填写的问卷，我们初步了解到孩子们的基本情况和兴趣爱好，我们从他们感兴趣的话题入手开始了对大家的辅导。然而我们发现，这六位同学中，居然没有一个对英语感兴趣，并且他们学习英语非常的吃力。我们并没有放弃，而是给大家发了礼物之后慢慢的引导他们，刘璇同学从英文绕口令入手，配合着英语歌曲，告诉大家英语发音以及语法学习的重要性；中途高明奇老师对同学们进行了职业规划的辅导；我们的组长也对小学生们进行了安全教育。最后，我们大家愉快地进行了小手拉大手的签名活动，并合影留念。通过这次支教活动，我们与孩子们建立了良好的友谊，感受到了孩子们的可爱和纯朴，收获了孩子们的微笑，我们流下的汗水都是值得的.。虽然他们穿的没有城里的孩子那么时尚整洁，玩的东西也没有那么昂贵新奇，但是他们的纯真与朴实却是最真实最珍贵的，真心的希望小河沿小学的孩子们能够茁壮成长，好好学习，将来走出大山，为自己的家乡增添光彩，为建设家乡而努力奋斗。

当天下午，我们回去之后在孙颖老师的指导下整理了体检所得的各项数据，同时分配了各组的课题。经过我的观察和分析，农村学龄儿童的身高体重数值普遍偏低，成长的速度相对较为迟缓；龋齿数量较多，对牙齿口腔卫生重视度不够；视力水平普遍较高，可能是平时课业负担较轻，并且对电子产品较为远离，经常进行户外活动。

第三天，大家早早地起床，前往光明山镇最大的集市开展义诊活动，为大家免费测量血压血糖和血型，并且提供免费的咨询。我所在的血糖组大家动作都很迅速，各司其职，义诊活动在一片忙碌中开始啦。从开始的生疏和紧张到后来的熟练和应付自如，我们真的很有成就感。在义诊过程中，我遇到的最大的问题就是语言沟通，一是当地的方言我还不够熟悉，有的时候会听不懂老人们所说的话，二是好多的老人们都患有耳聋，在当时吵闹的环境里，需要我喊得很大声他们才能听到我说的话。几个小时下来，我的白大衣已经湿透了，后背和四肢都僵硬酸痛，面对着长长的队伍，我一次厕所都不舍得去一次，只想把最好的服务给患者。经过大家一上午的努力工作，我们成功采集了共108份当地居民的血糖数据。这一天的工作令我感触很深，我对医生的角色有了更进一步的了解，体会到了医生坐诊的不易之处，和他们默默奉献的伟大精神。我认为，医生惟有具有技术、责任和爱心才能成为受患者爱戴和尊敬的好医生，才能不辜负病人对医生的期望，才能对得起病人把生命都托付给医生的这种信任，才能对得起医生这个称号。看到现在这么多病人受慢性病的折磨和一些不治之症，我感到医生们仍然任重而道远，而这就是我们医学生将来的使命，是若干年后我们从事医药行业的神圣职责。

艰辛知人生，实践长才干。三天的社会实践活动就这样接近了尾声，短短的三天里，我们一点一滴地积累了很多东西，这是我们在课本上学不到的东西，我们做着基层的工作，感受到教育工作者和医务工作者的不易，感受到知识的力量，同时感受到人与人之间的关怀与温暖。我们不能把自己禁锢在小小的书本内，要去走向社会，感受社会，才能更好地适应社会。我们为老年人量血压并与他们一起聊天，感觉到他们的心灵孤独和无助，所以我觉得他们更加需要社会对他们的关心和照顾，而我们更需要用我们所学的，去创造给他们更好的生活这一次的实践活动必将在我的人生中写下浓墨重彩的一笔，在我迷茫没有方向的时候，会给我引领的答案。

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