# 2024年三下乡活动心得体会(汇总13篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-08-16

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。三下乡活动心得体会篇一作为一名大学生，我一直在寻找一个能够增长自己见识的...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

**三下乡活动心得体会篇一**

作为一名大学生，我一直在寻找一个能够增长自己见识的机会。于是，当我得知学校组织的“三下乡”活动时，我毫不犹豫地报名参加了此次活动。这次活动让我受益匪浅，我认为它对于我未来的成长具有深刻的意义。

一、了解农村的实际情况

在这次“三下乡”活动中，我们来到了一所小学，得以近距离地接触了农村儿童，以及他们的家庭。通过与他们的交流，我们更加清楚地了解到农村生活的真实情况，这远远超出我们想象。在城市里我们可以享受大城市的便利，而在农村，电力、通讯等方面的不足是常态。即便如此，农民在对待我们的方式上让人感觉非常温暖，他们热情好客，无私分享着他们的生活、体验以及困难。

二、提高自己的实践能力和解决问题的能力

“三下乡”活动的组织者提供了很详细的计划表，但是在实施过程中，存在着很多的困难与问题。比如，在安装电视时，我们发现电线缺少。尽管遭遇了很多的问题，但我们最终能够找到解决之道。这让我发现了我自身在实践能力和问题解决能力上的不足。通过这次活动，我的能力得到了有效提高。我知道，以后遇到类似的情况，我会更加从容地应对。

三、学习团队协作和沟通合作

在这次“三下乡”活动中，我们是一支团队。在团队中，每个人都有自己的职责和领域，并且大家需要协作才能完成任务。在活动中，我学到了如何与队友相互沟通、互相配合合作。这种经验指导了我今后在团队合作时的行为。

四、拓宽社会视野

在大学里，学生们多是生活在舒适的环境中，对于社会上的事情很少了解。这次“三下乡”活动让我们接触到社会的另一面。我们发现农村生活存在着很多的问题，如保障宝贵的生态环境，致力于发展绿色农业等方面。这样的体验让我们更能意识到现实社会的困难，促使我们更加珍惜生活。

五、对个人成长有益的体验

这次“三下乡”活动有着广泛的社会意义，但这个活动对我的个人成长可能有更深刻的意义。通过这次活动，我能够接触到不同的人和事，结交新的朋友，增长自己的见识。参加这样的活动，让我变得更加有信心，在未来的职业生涯和生活中，我会更加百折不挠。

总的来说，这次“三下乡”活动让我从多个方面得到了提升。我深刻地理解到，都市和乡村之间的差异巨大。经过这次活动，我在处理问题、协调合作、沟通表达方面有所提高。当我回顾这次活动的过程时，我深深感激我所经历的所有事情，这让我更加意识到未来有尚未解决的问题和目标。希望大学也能像这次“三下乡”活动一样，为我们提供更多实践机会，让我们更好地为社会做贡献。

**三下乡活动心得体会篇二**

儿时就听过“三下乡”词，总觉得很是神秘，搞不懂到底是干什么的。大一上学期，尽管听了学长学姐有关“三下乡”的成果报告，可依旧觉得神秘。班主任告诉我，三下乡可以学到很多东西，比较锻炼人。所以，我怀着一颗可以锻炼自己的心，报名参加暑期三下乡活动。经过选拔，我在这个夏天，开始了自己的三下乡的故事。

生活篇

考试结束的当天晚上，我们领取了队服。第二天，学校统一举行了“三下乡启动仪式”，就这样，三下乡的生活正式开始了。

第一个活动是在牧野广场举办有关环保的文明宣讲，然后在牧野湖附近插警示牌。我分到的第一个任务就是，寻找一些小木板用来做警示牌。木板轻而易举地就找到了，可是在回来的路上，遭遇瓢泼雨，不到一秒钟，瞬间湿透。好在只有顶层的木板淋湿了，中间的还可以用。难道这是要开门红吗？！对于三下乡，充满了未知数！

有时候因为活动需要，很早我们就集合，最早的一次是早上六点。这对体力无疑也是一种考验。吃不好，睡不好是最深的感受，经常出现的状态是回到寝室就找床，动也不想动，然后不知不觉的睡着，第二天醒来衣服都没有换。不过，好在我们是幸运的，在学校的这15天，天气并不是很炎热，阴天居多，看来老天还是眷顾我们的。

活动篇

我们的队伍是“新乡城市文明调研服务队”，所以我们所举办的活动都是以“文明”为主题的。在这些活动中，我见到、听到了、感受到了许多以前不曾体会过的心情。

在牧野广场上文明宣讲，我看到了我们的市民对时事的关心，对环保事业的支持；在公交车上文明宣讲，我感受到了乘客对我们的聆听与赞赏；在火车站中志愿服务，我感到了乘务人员对我们大学生的关爱。社会有很多视角，而每个视角都有最亲的聆听者、最可爱的支持者。

印象最深的莫过于我们去敬老院看望老人，去培智学校看望那些智障儿童。敬老院远没有我想象中的好。那是一个不大的院子，里面有好多果树，有凳子，有桌子，看着还是温馨。老人们有些可以自理，有些是半自理或者半残废，看着那些老人就心生怜悯。打扫完卫生，我们给老人剪指甲、聊天。聊天中，有老人让我们看她的全家福，有老人给我们讲他们过去的故事，有为老人还讲起了他的革命事迹。有句话说，美好的时光总觉得短暂。不知不觉，时间过去了两个小时，我们也该收队了。最让人心疼的一幕发生了，老人们一个个拽着我们的手，不肯松手，只希望可以聊一会儿，再聊一会儿。培智学校同样如此，看着一个个天真的孩子们开心的抢着我们带来的毽子、跳绳、气球和糖果。是该高兴还是该悲伤呢？高兴着他们拿到礼物的喜悦，悲伤着他们开心的抢着或许在同龄人眼中不值一提的东西。爱心，不是句空话。其实很简单，只要我们抽出时间多陪陪那些需要的人，陪他们聊聊，就是最大的安慰。

调研也是我们三下乡的一部分。从设计调查问卷，发放调查问卷，写调研报告，这每一项对我而言都是一项锻炼。感受最深的还是发放调查问卷的过程，在这期间，我们遇到了一大批不配合的人。有的人甚至不知道调研是干什么的。真是一场小调查看尽世间百态啊。

小结

转眼间，半个月过去了，说长不长，说短不短。一路上，我们曾为活动而争吵，也曾在活动中开怀大笑。每办一个活动，经历一次感动、收获一份充实、贡献一份力量。我对“三下乡”又有了新的认识，那就是她是一个平台，一个锻炼大学生实践能力的平台，一个贡献自己微薄之力的平台，一个传播正能量的平台！成功的花朵人们往往只惊羡它现时的明艳，而当初的芽却浸透了我们奋斗的汗水，洒满了我们辛勤的血雨，看似短暂的三下乡结束了，可是我们依旧怀着一颗感恩的心，再路上！

**三下乡活动心得体会篇三**

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。在到达目的地之后，我们受到了热情接待，当地负责单位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。

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。

三下乡的活动心得

**三下乡活动心得体会篇四**

随着人们生活水平和文化素质的提高，社会对文明城市建设和美好乡村建设的要求也越来越高。近年来，各地政府通过“三下乡”活动，实施“乡村振兴”战略，加快了农村经济和社会的发展。此次我参加了“三下乡”活动，深有感触，有了新的认识和体会。

第二段：活动介绍

“三下乡”是指下组下户、下企业、下访，活动的主要目的是深入农村，调查了解农村实际情况，加强县级党委和政府与基层建设的联系，推进农村经济发展和乡村振兴工作。这次，我参加了第二个主题：下企业。我们到了一个小镇上，市委书记带领我们调查了解了当地企业的发展情况和存在的问题。

第三段：实地调研

通过实地调研，我们发现该镇存在一定的生态问题和环境污染问题。我们也看到了大量的辣椒种植，该企业的生产以及产销要面临的竞争压力非常大。在镇政府的帮助下，该企业正在努力转型，设计了新的产品，开拓新的市场，寻求新的发展。不仅如此，该企业还积极参加各种活动，推动产业合作，推动当地经济发展。

第四段：感受体会

这次“三下乡”活动，让我深刻地认识到了农村的发展和乡村振兴的问题。同时，参观当地企业也让我感到，现在的企业在发展过程中面临的压力变大，技术和市场的竞争越来越激烈。参加此次活动，让我能够真正走进农村，实地了解农村发展的状况，了解农民生活的变化，为我之后的学习和工作积累了宝贵的经验和知识。

第五段：结语

总的来说，此次“三下乡”活动增强了我对农村的认知和对乡村振兴的认识，也让我深深地感受到了当代农民和当地企业积极进取、勇于拼搏的精神力量。通过这次社会实践，我对自己的职业规划也有了更为清晰的认知：我想要将自己的专业知识和技能服务于农村，为建设美好乡村贡献自己的力量。

**三下乡活动心得体会篇五**

近年来，中国政府强调推行“三下乡”活动，即下乡调研、下乡服务、下乡考察。这项活动旨在加强政府与基层之间的联系，了解社会民生问题，改善群众生活。作为一名公民，我参加了一次“三下乡”活动，深刻感受到了这项活动的重要性。

二、次段：下乡调研的意义

下乡调研是“三下乡”活动的第一步，它是政府了解基层的有效途径。我们走访了当地村民的家庭，了解他们的生活情况、收入状况、医疗保健等方面的问题。通过与村民交流，我们发现了一些深层次的问题，如土地流转、农副产品销售等问题。通过这些发现，我们将问题及时反馈给当地政府，帮助政府制定更好的政策。

三、次段：下乡服务的价值

下乡服务是“三下乡”活动的第二步，它是政府向基层群众提供服务的重要途径。我们通过为村民提供免费的医疗检查、发放生活用品等方式，让村民感受到了政府的温暖。同时，我们还为村民讲授了一些实用的知识，如保健知识、家庭教育等，帮助村民更好地了解如何生活、如何健康。通过这些服务，我们增进了政府与基层之间的感情，让基层群众更加认可政府的工作。

四、次段：下乡考察的影响

下乡考察是“三下乡”活动的第三步，它是政府了解基层发展，寻找更好的解决方案的重要途径。在此次下乡考察中，我们深入了解了当地的农业发展、生态环境保护等方面的情况。通过考察，我们发现了很多可供发展的潜力，如发展农村旅游、养殖业等。这些潜力的发现对于当地政府和村民都是一个好消息，因为我们能够通过探索这些潜力来促进当地经济的发展。

五、结尾总结：三下乡活动的意义

通过这次“三下乡”活动，我深刻体会到了它的重要性和意义。下乡调研、下乡服务、下乡考察，这三个步骤缺一不可。只有通过与基层群众沟通，了解他们的实际需求和问题，才能更好地服务他们、促进发展。同时，下乡活动也是一种团队合作、锤炼意志的过程。通过这些过程，我们更好地理解了作为一个公民的责任和使命。

**三下乡活动心得体会篇六**

20\_\_年x月x日至x日，市\_\_局、\_\_局组织了文化、科技、卫生“三下乡”服务团第五分团，先后赴\_\_县\_\_镇、\_\_镇、\_\_镇开展送文化下乡活动。我校由\_\_、\_\_等组成的小分队参加了此次活动。现将此次活动情况总结如下：

一、送书刊下乡

为丰富\_\_县城乡群众的文化生活，我校从有限的购书经费中拨出一笔资金，特意从新华书店购买了一批新书分别赠送给\_\_县图书馆和\_\_镇文化站，这批新书共计\_\_册，价值\_\_元，内容主要为文学艺术、传记、科普、励志等方面。所赠图书中，还有一些是从我校征集交换的所得的书中选出的。所送期刊主要为市\_\_局、\_\_局办公室赠送，少部分为本校职工赠送。

此次共赠送两单位图书\_\_册，期刊\_\_册，合计\_\_册。

二、编制、发放农科资料

针对\_\_县农业生产的具体信息需求，我校收集、整理、编制了烟草、食用百合等\_\_个专题的资料\_\_页，共印制了\_\_页。这些资料在活动现场受到了群众的热烈欢迎，全部资料发放一空。

三、网上信息现场查询

为了满足乡镇群众查询信息的需求，同时让他们对互联网信息查询方式有直观的认识，我们在每个活动场地都开展了上网查询信息的服务。这项服务受到了现场群众的欢迎，共为他们查询了蚕茧收购政策、青蒿栽培技术及市场情况、直销企业情况等近10个课题。

四、培训活动

此次文化局组织的送培训下乡活动中，我校承担了“基层图书馆（室）管理”、“文化信息资源共享工程概况与资源利用”两个专题的报告，主讲人分别为\_\_和\_\_。\_\_从乡镇图书馆的概念、服务内容、业务工作、评估等方面介绍了基层图书馆的服务及管理工作；\_\_从全国文化信息资源共享工程的缘起、全国及本市的工作进展、国家及本市的发展政策及趋势、共享工程的资源与服务等方面介绍了共享工程，同时还介绍了数字图书馆、虚拟参考咨询、互联网利用等相关知识，展望了数字化文化服务在广大农村的发展前景。来自\_\_县图书馆、文化馆、乡镇文化机构的20多位人员参加了培训。

五、文化信息资源共享工程的宣传活动

此次三下乡活动中一个重要任务是宣传共享工程。除通过培训班宣传外，我们采取的主要宣传方式为展版、宣传资料、电脑演示三种方式。这次共制作、展示宣传共享工程的展版x块，不少群众仔细阅读后，还对展版的内容与我们进行了探讨；发放宣传共享工程资源与服务的资料\_\_多份。此次活动对宣传共享工程起到了一定的作用。

六、共享工程基层点安装

为了让共享工程与农村中小学远程教育网络结合，让边远地区的中小学及居民享受到共享工程的优秀文化资源，我们先后走访了\_\_镇中学、\_\_电教站，洽谈了安装共享工程资源事宜。与\_\_电教站达成协议，他们将在近期内增加服务器的存储空间，\_\_后，我校将前往安装。这样，新学期一开学，\_\_县几十所中小学的师生以及附近的居民就可以欣赏到全国文化信息资源共享工程的信息资源了。

总之，这次三下乡活动让我们看到了乡镇群众对文化服务的渴求，对我们活动的热烈欢迎。我们下乡虽然能满足部分需求，但由于时间短，提供的服务及影响比较有限。今后，我们将在活动内容、形式、时间、场地以及事前准备等方面做一些改进，使我们的文化下乡活动收到更好的效果。

**三下乡活动心得体会篇七**

首先，我觉得自己很荣幸能够参加这次的三下乡实践活动。此次是我第一次以志愿者的身份参加志愿活动，感触真的很深。下面我来说说我这三天在畲江的感受。

第一点，这里的小孩子真的很热情。我们还没到他们就已经早早等候在学校了，我们一下车他们马上就围上来了，这说明他们很信任我们，一点都不怕生，真的，这一点让我很感动。还有就是中午的时候，我们还在睡觉他们就早早来到学校了，还几乎个个同学手里都拿着一些花，拿着送给我们这些大哥哥大姐姐的.花！虽然不提倡这样，但他们的那种热情真的深深感动了我。这是我来到畲江第一天最大的感受。接着在后来的教学的过程中，我也发现这里的小朋友他们都很活跃、很积极、很听话、很有礼貌。我们教他们的东西他们都会很认真地学，并且很快就能学会。这是我在畲江的第一点感受。

第二点感受就是，这里的民风真的很淳朴。在第二天的时候，我们开始了我们的调研活动和教学活动。去村里走走，我发现这里的村民他们的生活都不怎么好，以前我觉得我们家这边很穷，可来到这里后，我发现他们过得更艰辛。但这里民风淳朴，他们的大门可以敞开而不用担心会有小偷，他们的自行车可以随便放而不用担心会被别人骑走。而且，这里的村民都很热情，我们没水洗澡了，他们很热情得让我们打扰，这让我感觉很像是在家里。

而第三点感受就是，在这三天的集体生活中，我真的学到很多。师兄师姐、同学都很和谐、很可亲，很好相处。对一些出现的问题也都会很积极的去想办法解决。而且大家的协作精神真的都很好。集体生活的感觉真的很不错。

最后一点，我想说的就是在这次活动中我觉得的存在的一些不足。首先是，我觉得大家的热情都还不够（当然包括我在内），小孩子们都很热情的欢迎我们的到来，而如果我们那么地不积极的话，就会让他们感觉很不好、很失望，所以我觉得这是需要我们去反省的一点。其次就是与村民的交流不够。我们都很少去主动地跟村民们交流，我觉得我们是完全可以多多与村民交流的，了解他们的生活，他们的思想，深入了解农民的不易与艰辛。最后，我就是觉得每一位志愿者当然也包括我，都应该以自己的实际行动去诠释好我们志愿者这一角色，做到不愧对志愿者这一光荣称号！

而如今，地科院的20xx年三下乡活动已圆满结束，不管成功与否，不管成效多大，我很欣慰我是其中的一员，我很欣慰和大家一起努力过：为畲江小朋友送去欢乐和笑容！这三天，将成为我人生中一段难忘的经历！我会一直记得的！同时，如果有机会，我希望我还是其中的一员！

最后的最后，我祝愿畲江的小朋友们都能快乐无忧的快快长大！同时也希望我们地理科学与旅游学院的活动能越办越出色！

**三下乡活动心得体会篇八**

随着城市化进程的不断加快，农村地区逐渐被忽视，导致农村经济落后、文化教育落后、社会卫生落后等问题的愈演愈烈。为了进一步加强城乡交流，增强农村地区的发展活力，近年来，各地政府相继开展了“三下乡”活动。此次我参加了XX省某县的“三下乡”活动，受益匪浅，现将我的心得体会总结如下。

一、了解农村的巨大需求

在活动中，我与志愿者一起深入农村，与当地群众交流沟通，了解他们的日常生活和需要。我惊讶地发现，农村地区的基础设施极其简陋，交通不方便，学校医院设施有限，文化娱乐活动丰富性不足。与城市相比，农村地区存在诸多问题。

二、扶贫工作任重道远

“三下乡”活动始终注重困难家庭、特困家庭、建档立卡贫困户和贫困地区的扶贫工作。在这次活动中，我们发现了许多贫困户的生活问题，比如生活、医疗、教育等方面的需求。通过工作实践，我们认识到扶贫工作是一项任重道远的工作，需要我们全社会的共同努力。

三、加强农村文化教育

农村文化教育与城市大相径庭。尤其是传统文化与现代文明的融合在农村地区缺乏有效渠道与途径，限制了农村群众的精神文化生活。我们应该积极参与“三下乡”活动，通过无意福彩3D的博客促进文化交流，帮助农村群众更好地融入现代文明、享受精神文化生活。

四、重视农村妇女和儿童教育

“三下乡”活动中，我们看到了农村妇女和儿童文化教育的匮乏，这是制约农村群众精神文明发展的重要因素。我们需要引导社会各界的力量投入到农村妇女和儿童教育中，为他们提供优质的教育资源，让他们有更好的发展机会。

五、发扬志愿精神

“三下乡”活动的开展依赖于志愿者的积极参与，志愿精神是支撑这种社会大型活动的重要力量。我觉得，作为一名志愿者，我们应该以奉献为宗旨，以付出为价值，用爱心、耐心来帮助困难家庭、贫困户，为农村发展做出自己的贡献。

总之，“三下乡”活动开展以来，通过志愿者、社会组织、政府机构的共同协作，从多个方面统筹推进了城乡交流。我认为，在这个过程中，我们需要进一步发挥自身力量，以积极的姿态投入到城乡交流的实践中，为建设繁荣和谐的社会做出积极的贡献。

**三下乡活动心得体会篇九**

时间宛如白驹过隙，一转眼三下乡活动就这样结束了。在7月11号到7月23号这轰轰烈烈的13天里，每一天都是与忙碌、充实、矛盾相伴。而每一次矛盾的解决，都让我们征程服务队内部变得更加团结，与学生们的关系更为融洽。所以，当我们离开活动地——韶关市仁化县\_\_镇\_\_中学的时候，我们不仅能收获友谊、感动、泪水与快乐，而且能响亮地说，我们无愧于\_\_，无愧于华师，无愧于自己!

一、主要工作总结

这次三下乡活动，我们文娱组与义教组一样，都处在与学生接触的最前线，不仅承担着健美操、手语以及军体拳等艺术类课程的教学任务，还要组织全体队员、学生参与阳光体育和欢送会活动，工作贯穿前期准备和后期总结，工作量和工作压力都非常大。我们几个文娱组成员经常把嗓子都喊哑了，回宿舍休息时都迈不动腿。忘我的付出收获了丰硕的回报，阳光体育活动在名次上做到皆大欢喜(第一、第二以及并列第三)，同时极大地加深了队员和学生之间的友谊，欢送会上，我们用强大的阵容、充实的节目和毫无保留的真情告白征服和感染了在场的每一个人，使整个三下乡活动达到了高潮!欢送会上没有一个人主动离场，师生们都相拥而泣，对着话筒说出自己的心里话，连当地领导都要我们再三“掌声欢送”才肯离去。

本人的主要教学工作是教授\_\_中学的学生军体拳，我原本的想法是教太极拳，后来在文娱组内部讨论的时候，大家觉得太极拳风格并不适合活泼好动的中学生，教起来效果不好，因此我改教军体拳，将太极拳和棍术留到欢送会表演。相对太极拳而言，军体拳的动作简单有力，而且易记，7天的教学实践证明，这个改变是正确的。大部分的男生都被吸引来我处学拳。

对于初中生，正如吴\_\_师兄所言，想表现又没胆量，只好通过搞小动作来吸引你的注意。我们初来乍到，学生会不会有抵触情绪，甚至上课捣乱?我们开始也有这样的应对准备。后来到了第一天上课的时候发现，大部分还好，但有一些学生不知道是害羞还是不屑，总之就是不肯参与我们的活动，我们反复动员还是没有效果，有队员因此还对学生发了脾气。不过在我的军体拳兴趣班却没有这样的消极情况发生，学生们都很听话，这让所有队员包括我甚是吃惊!当天晚饭后大家都好奇地问为什么，其实对此我也说不出个所以然。

最后的欢送会，我们的表演还算成功，起码这几天的教学工作没有白费。

从整个队伍来说，七天的教学活动已经将我们26个人与53个学生紧密地连在一起，尤其是义教组的五位队员，不仅课上课下时刻关怀学生，而且在阳光体育活动时，他们也因我们规则讲解不够清晰而红着脸跟我们争辩，让我们这些比赛的组织者着实羞愧。

二、生活方面总结

本人在生活方面一向以干净整洁为准则，对于脏乱差决不能忍受，这次面对\_\_中学艰苦的宿舍环境，我没有任何抱怨，而是配合校工以最快的速度将宿舍的水电接通，清洁好宿舍，并且把损坏的门锁、水龙头、门窗等公共设施修复，确保大家有相对良好的居住环境。许多人问我为何这些低贱的活我都去干，其实我从来不会将干体力活看成是低贱的工作，相反，我觉得体力劳动与脑力劳动一样，都是改变不利现状的有效方法，接通水电跟教会学生军体拳在我心中一样重要。文明其头脑，野蛮其肌体，这是我的一个生活信条。

更重要的是，在艰苦的环境里工作让我学会珍惜自己拥有的一切，学会努力改变不利的现状。一开始进\_\_中学宿舍的时候，吴\_\_师兄就说，我真是佩服他们(\_\_中学学生)，在这么恐怖的宿舍里居然能住得下!的确，我们住的宿舍非常恶劣，黄蜂在此安家，四害异常猖獗，我甚至用了一个早上的时间去端掉那个蜂窝，还好那蜂窝很小。那时我才真正懂得，为什么“卫生”也算是三下乡内容之一。

除此之外，贯穿于整个下乡过程中的一个关键问题就是与陌生人交往、熟悉、相处。我虽然没有跟调研组一起到外面去派发问卷做访问，但我也跟不少人打交道，首先是我们可爱的队员、学生，还有包车司机(此人非常难伺候)、校工等人。跟学生我们当然是打成一片，跟其他人我们也尽力做到相互体谅，和平共处。没有这些陌生人的帮助，我们的活动也不会那么顺利和完美。

三、后记与展望

农村地区各方面条件都根本不能与城市相提并论，不少农村学生因条件艰苦，觉得了无出路而想放弃读书，甘心在农村平平庸庸自给自足一辈子，持这种观点的人大有人在。我们三下乡活动的目的之一，就是缩小城乡差距，让落后地区的学生也能接触到先进的思想与观念，不要让放牛娃的悲剧在我们这一代延续。虽然现在是信息化时代，各种发达的媒体让农村地区也能感受到外界飞速的变化，而且\_\_镇这个地方也并不算闭塞，106国道和323国道在此交会，北面就是南粤四大名山之一的丹霞山，可以说条件还算不错。但是精神层面上的改变并不如物质层面上的改变那么简单!改变落后命运，不仅要国家和社会支持，更要自己努力拼搏，不能就此平庸。

**三下乡活动心得体会篇十**

三下乡风筝活动是一项具有浓厚民俗文化特色的群众性活动，旨在弘扬传统文化、丰富乡村生活，提高农民群众的文化素质。近日，我参加了一次三下乡风筝活动，深深地感受到了这项活动的魅力和意义。

第二段：心灵共振的乡村风景

这次三下乡风筝活动的目的地是一座位于农村的宽广绿野，周围山水环绕，田园风光令人陶醉。我们一到达那里，就看到整个村子都洋溢着喜气，村民们纷纷从家中拿出自己制作的精美风筝，灵巧而有造型。我们迫不及待地加入其中，纷纷展开自己的风筝，耐心地贴上竹篾、彩纸，设计出各种各样的图案。细心的农民给我们传授了风筝制作的技巧，大家互相帮助，共同享受着沉浸在风筝制作的乐趣中。

第三段：心灵与风的奇妙互动

风筝制作完成后，我们将风筝携带到开阔的草地上，舒展着线索，等待迎风而上。导线一松，风筝便在风中翱翔起来。看着自己的风筝自由地在空中飞翔，心里不禁感到一阵的喜悦。有时风儿轻轻地吹拂，风筝懒洋洋地在空中舞动，如同一只欢快的蝴蝶；有时风儿猛然而至，风筝突然加速，高高地升空，看似要突破云霄。我们簇拥在一起，相互鼓励、相互欣赏，享受着风带来的自由和快乐。

第四段：心与心灵的碰撞与启迪

在飞行的过程中，我们不仅仅是单纯地追逐风筝，更是彼此之间心意的传递。不同的人带着不同的心情放飞属于自己的风筝，有人笑着说：“我把自己的希望和快乐都放飞到天上了。虽然不知道会不会实现，但至少在风筝翱翔的瞬间，我感到了一股自信。”我们一起组成了一片属于我们的风筝天空，共同创造出令人陶醉的景象。每当看到一飞冲天的风筝，我脑海中浮现的是不同人生观和价值观的碰撞，我们都被激发出更多的想法和思考，这种心与心灵的碰撞和启迪令人难忘。

第五段：心得体会和活动的意义

通过这次参与三下乡风筝活动，让我深刻地感受到了乡村风景之美，更重要的是它唤醒了我心底的那份童真和对自由的向往。风筝可以说是一种凝结着百姓智慧和创造力的艺术品，它不仅仅是一件物品，更是一种情怀和文化的传递。参与到制作和放飞风筝的过程中，将我与自然和谐相处的感觉强烈起来。同时，这也是一种文化交流的方式，让城市人了解农民、尊重农民，激发他们的创造力和潜力，促进城乡人民的心灵沟通和交流。总之，三下乡风筝活动不仅仅是一种娱乐方式，更是一种民间文化的传承和弘扬，有着深远的意义和诚挚的情感。希望能够将这样的活动推广到更广大的农村地区，让更多的人参与到其中，享受到乡村风光和文化的滋润，共同构建美丽中国的梦想。

**三下乡活动心得体会篇十一**

在我国的城市化进程中，乡村地区的发展一直是一个重要的话题。为了更好的推动乡村的发展和扶贫造福工作，我所在单位组织了一次“三下乡活动”。在此次活动中，我亲身体验了乡村的生活和农村地区的发展现状。在这里，我分享一下这次活动对我的影响和感悟。

一、深入了解乡村文化和生活状态

所谓“三下乡”，就是走进村庄、校园、企业，深入了解当地的文化、生活和社会状况。这次活动让我有机会深入了解当地居民的生活状态，包括当地村庄的环境和基础设施，以及居民的生活习惯和困难。通过与村民交流，我了解到农村地区的教育和医疗资源比较匮乏，也让我更加深刻地认识到扶贫工作的重要性。

二、感受乡村地区的发展差距和潜力

在这次活动中，我也深刻感受到了乡村地区的发展差距和潜力。虽然乡村地区的基础设施相对落后，但是通过与企业负责人交流，我发现乡村地区也存在着很多的发展机会。比如，当地的生态农业、旅游业和农村电商等，都有非常广阔的发展前景。因此，我认为政府和社会应该加强对乡村地区的扶持和支持，为农村地区的发展注入更多的动力。

三、提高了对自然环境和生态保护的认识

在这次活动中，我还有机会近距离接触自然环境和乡村生态。我发现，乡村地区的自然环境相对比城市更加优美和清新，但是也面临着人类活动带来的威胁。比如，大量的垃圾和化肥等不当的处理方式，严重影响了农村地区的环境。因此，我认为要加强对自然环境和生态保护的认识，提高居民的环保意识，才能更好地保护和改善我们的自然环境。

四、提升了团队合作和社会责任感

在这次活动中，我还和我的同事一起走进乡村地区，共同为扶贫工作做出贡献。通过合作和协作，我们不仅提高了团队合作能力，还增强了社会责任感。在活动中，我们用行动捐赠了很多实物和物资，让当地居民感受到了我们的关爱和支持。这也让我们更加认真并持续地投身到社会公益事业中。

五、总结和展望

通过这次“三下乡”活动，我对乡村地区的社会状况、经济发展和自然环境等都有了更加深刻的了解和认识。我深感城乡发展不平衡是一个严峻的问题，需要政府和社会各界的共同努力。我也认为，乡村地区存在着很多的潜力，应该为更好地发展做出更多的努力。同时，我也希望能通过自己的努力和行动，为推动乡村地区的发展和社会和谐做出自己的贡献。

**三下乡活动心得体会篇十二**

第一段：引言（150字）

三下乡风筝活动是我校常年组织的一项传统活动，旨在增强学生的社会实践意识和动手能力。近日，我作为志愿者参加了这一活动，通过亲手制作风筝和在乡村展飞的过程，我不仅体验到了古老传统的风筝文化，还感受到了乡村的纯净和朴实。这次活动给我留下了深刻的印象，也带给我许多反思和启示。

第二段：活动准备（250字）

在参与三下乡风筝活动之前，我和我的同学们进行了充分的准备。我们通过查阅资料和多次实践制作，学习到了制作风筝的技巧和要点。我们还利用课余时间讨论设计风筝的图案，以及选择适合乡村环境的颜色和材料。在准备过程中，我们学会了团队协作与沟通，每个人都尽心尽力，相互帮助，为活动做好了充足的准备。

第三段：活动过程（350字）

活动当天，我们来到了一个美丽的乡村，以那里为基地展开了风筝活动。首先，我们按照预先设计的图案制作风筝，并用丝线紧密地缝制在一起。然后，我们用五颜六色的颜料将风筝装饰得生动有趣。在制作的过程中，我们充分发挥自己的创意，每个人都设计出了独特的风筝，并且互相分享和交流。接下来，我们一起走进村庄，在村民们的帮助下，将风筝放飞在广阔的田野上。整个过程中，我们欢笑着奔跑，庆祝着风筝的成功展飞。

第四段：心得体会（350字）

通过参与三下乡风筝活动，我深刻地理解到了风筝背后所蕴含的文化和意义。风筝作为中国传统文化的一部分，不仅仅是一种游戏，更是一个与自然对话的媒介。制作和展飞风筝的过程，让我更加欣赏大自然的美丽，同时也让我痛感现代生活的匆忙和纷扰。在乡村的宁静环境中，我找到了内心的平静和安宁，感受到了简单生活的真谛。这次活动还增强了我的团队合作精神，学会了尊重他人的观点和尝试接纳不同的意见。我也意识到，爱护环境是我们每个人的责任，我们应该保护好我们的大自然，让风筝在蓝天下自由翱翔。

第五段：总结（200字）

通过参与三下乡风筝活动，我不仅收获了丰富的知识和技能，也锻炼了自己的动手能力和团队协作精神。风筝活动让我在创造中成长，在与自然亲密接触中感受生活的美好。这次活动让我明白了要勇敢尝试，敢于追求，同时也让我认识到保护环境的重要性。以后，我将继续关注保护环境的事业，并将能够传承风筝文化的精神带给更多的人。

以上就是我参加三下乡风筝活动的心得体会。通过这次活动，我对风筝文化有了更深的了解，更重要的是，我也在未来的生活中获得了更多向前迈进的力量。希望这样的活动能继续举办，让更多的人能够感受到风筝的魅力和乡村的宁静。

**三下乡活动心得体会篇十三**

有些路，一开始我们都不知道怎样去走，走着想着也就过来了；有些人，一开始我们都不知道怎样去认识，陪着伴着也就熟悉了。后来才发现，路上有过的困惑、迟疑、疲倦，无非都是生活逼着我们在成长，让我们在生活中懂得生活，在成长中理解成长。“苦”是所有下乡实践活动给人的第一印象。诚然，习惯了城市生活的繁华便捷，习惯了大学校园的闲适安逸，而行走在田间地头，忍受着太阳暴晒造成的那种心理落差确实是一种苦；习惯了随性生活，习惯了衣来伸手，而如今要接受团队的利益高于一切的集体化管理造成的那种不适应确实也是一种苦。如果这就是“三下乡”暑期社会实践活动所为我们带来的“苦”的话，在适应这样的“苦”之后，要让我为这段经历作出总结的话，我依然会毫不犹豫地说：“不虚此行”。

震撼是真真切切的，我们都亲眼看见了当生活的不幸加注在一个人身上时他所回击的那种坚毅与不屈。如果说在这段经历之前我对于自己的生活还是迷茫不安的话，那么现在，这些真真切切的感受教会了我，强者为自己，更强的人为别人，只有不断强大，只有不断成长，才有可能去帮助别人。存志高远不止是一种心态，更应该是一种承诺，关于磨合理想与现实的承诺。

文艺汇演上，即使只是二年级的他们，也严肃地对待着自己的节目，感动之余不禁感概，如果他们能走出大山，他们也会和城市里的孩子们一样优秀。

后来的日子，我们都经历了许许多多的第一次，第一次做饭，手里拿着菜刀手足无措；

第一次洗碗，流水线的简单分工让我们明白了团队工作的效率；

第一次为集体买菜，精打细算已然成为了每个队员的习惯；

第一次睡桌子拼成的大床，一起奋斗的经历让我们更加珍惜彼此……

习惯了每天凌晨悄悄对她说声晚安；

习惯了课堂上和学生一起感悟生活；

习惯了和队友一起并肩作战克服苦难，让我们舍不得这一段神奇的日子。

未来还很长，那么，且行且珍惜。

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