# 202\_年大学生三下乡心得体会(汇总18篇)

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2024-06-27

*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。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我...*

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。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**大学生三下乡心得体会篇一**

烈日炎炎，大二暑假也如期而至，也终于参加了一年一度的大学生暑期三下乡活动。我们从小被教育做有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。而我一直在为之努力，恰逢学校开展大学生暑期社会实践，发挥专业优势和特长，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，在实践中受教育、干、做贡献、服务于社会的目的。在亲身经历了这个暑期的社会实践，心中不免有诸多看法和体会。

三下乡已经结束十多天了，回顾那几天下乡的日子，我感慨良多，留给我的不仅是感动，还有收获。尽管烈日炎炎，尽管骄阳似火，但我们一直在坚守，以自己微薄的力量做出一点点付出。这次下乡我是以一个法服人的身份参与的，作为法科学生，作为法服的一员，一直秉持着以我所学，服务大众的宗旨。在下乡的日子里，我深刻的体会到了这句话的含义，也认识到如何去响应党的号召，做一个新时代的四有青年。

参加暑期三下乡，我感到很荣幸。前前后后的准备工作，下乡的法律宣传、接待咨询，这过程的点点滴滴，我仍然历历在目，却无法用笔一一记录。每每想起大伙不辞辛苦的排练，想起大伙在烈日下一丝不苟的表演时，想起大伙认真的解答法律知识，我感到都是感动和钦佩。成长似是一瞬间的事情，但我知道经历之后才会成长。此次三下乡我收获了很多：

第一、珍惜。每次经历都是一份美好的回忆，也是成长道路上宝贵的财富。为了共同的目标，一群志同道合的伙伴一起参加三下乡，一起付出，这本身都需要我们好好珍惜。

第二、细节。“细节决定成败!”只有经历过才能深刻体会到它的精髓。任何一件事，要想做好，都必须做好每一个细节。否则不是这儿出错误就是那儿有纰漏，顾此失彼。

第三、团队意识。三下乡活动不是一个人的活动，我们是一个团体，每个人在这个团体一起工作，各司其职。而要想把工作做好，达到预期的目的就应该多为团队着想。

第四、主动。这是我最大的收获，主动去考虑团队的大小事情，主动去承担责任。虽然简单，却意义重大，主动与被动虽一字之差，其中收获却相差巨大。主动会让自己成长的很快，会对自己有个清醒的认识，会使自己成为一个有担当的人。

第五、丰富自己。此次三下乡我们主要是宣传法律，为大家解答法律知识。也让我对以后的路有了一些深刻的认识。只有丰富自己，才能更好地帮助他人，为更多的人做出贡献，而作为一名大二的学生，首先就要学好专业知识，尽可能的丰富自己，让自己成为一个真正有用的人。

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。

通过这次实践我更加坚信：象牙塔里不能不闻窗外事，在新时代下更应该走出校园，积极参与社会实践，理论与实践相结合更好地完善自己。从而适应新时代对大学生的要求。

**大学生三下乡心得体会篇二**

在炎热的七月,我们政法学院的三下乡活动又开始了，在院团委、政法学院老师的指导下，我政法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14-15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帮助下，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，我们队员积极帮当地农民朋友收割小麦、帮农拉水浇菜。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，我们寻访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，以及怎样当好一名共产党员。使他们感受到了我们大学青年志愿者是他们建设社会主义新农村今后必不可少的希望，也肯定了我们在其中的重大作用。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。

在帮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大手时，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，而是势在必行的大事;当看到农村基层建设的艰辛时，我才知道自己能上大学的来自不易，我也将更加努力学习，为将来建设西部，让西部人民摆脱贫困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：当地农民的土地大部分已经退耕还林，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，孩子上高中和大学读书开支最厉害，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，更重要的还是国家政策的正确领导，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，现在对我们这些大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大变化，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大的障碍。

这些问题是值得我们当代大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。尤其大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大学生活中最绚丽、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，贴近农民是当代大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”的反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大群人说笑、打闹觉得生活很快乐.虽然吃着寡淡无味的饭菜，虽然趴在办公桌上睡着，虽然总是觉得用不惯的的水洗脸，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，在大山里面看风景，关心调查留守儿童，访问新农村建设，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?因为对于我们大学生自身来说，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，帮助村民抢收夏粮、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，我们收到当地村委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帮助农民解决问题，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。

**大学生三下乡心得体会篇三**

我们不懂孩子的世界，就如他们不懂我们一样。

公园里、马路边、田野间处处可见的植物，对于我们来说就是一种普通的玩物。因为，小时候的我们没有精致的玩具，没有太多的课外作业，有的就是自然界赋予我们小精灵，那些绿油油的小草和鲜艳的花朵常常能吸引我们的好奇心。于是整个童年，我都与它们为伴。那些活在小镇上的童年，那些与植物相伴的岁月带给我对植物天堂的无限遐想。

空闲时，和邻居或者同学去采摘植物，编成花圈或集成花束。跟着父母去田间时，又可以认识各种植物，增加对自然的了解。这些陪伴了我整个童年的伙伴，不管在我天真烂漫时，还是在我内心成熟后，都无法使我抵御它们的诱惑。

放眼当下，孩子们已经不再孤单。拥有许许多多玩具的他们给了我一种对植物不屑的感觉。可是，今天他们用行动和向往证明了我的感觉是错误的。

上午整整一节的植物鉴赏课，他们都非常活跃地回答问题，只是为了拿那么一棵微不足道的小植物，更令我想不到的是，他们居然连一棵小草都不放过。对于此，我只能很无奈叹惜：原来是我不懂他们，但我也很高兴我们原来都一样。

植物对于童年的我们到底有多大诱惑？今天，我得出了答案：尽管时代变迁，我们对于自然界赋予的瑰宝从来都是热爱的。植物对于任何小孩一样，都是一种无声却有着灵性的伙伴。

**大学生三下乡心得体会篇四**

尽管只是短短的五天，可是给我的留下的太多的欢乐、辛苦、遗憾。这个暑假将是我人生中最欢乐，最有意义，最宝贵的假期。

xx月xx我们怀着期待的心境登上了广州——茂名的列车，开始我们“三下乡”的征途，经过一天的颠簸旅途我们最终到达了目的地。

第一天我们主要是要向村民们了解我们的活动，我们专门设立了咨询台。由于语言的问题我成为了咨询的主要负责人之一，一开始我们没有得到村民的认可，我觉得有点不好意思，有点胆怯，没有进取地去宣传，随着咨询的人多了我才慢慢地活跃起来，这一个还算比较顺利的开始后，我感到很多东西都是要自我进取努力去争取才会得到别人的肯定。

第二天开始我们就开始上课了，在这次支教中我主要负责的是艺术课堂，一开始接到这个课题我真的不明白该怎样讲。因为自我扪心自问艺术天赋实在是不怎样样，没有办法之下只能教教小学生写写字（尽管一向以来都对自我的字很不满意）。第一次以教师的身份走上讲台讲得不是很完美，那里主要是有两个原因：一、自我没有全面估算到课堂上出现的各种情景；二、心理上紧张搞得有一些东西讲得不够清晰。可是总的来说第一节课还是比较成功的。我的第二节课时候由于有第一节课经验加上学生的配合的很好，所以第二节课是我觉得上的最好的一节课，这一节课给我太多的成就感了。可是在第三次上课的时候，由于同样的资料讲了两遍，开始觉得有点烦了，所以上得不是很好。

经过讲课我很有成就感。因为自我讲的资料很实用，在上课的过程中发觉此刻的小学生总体上写字太烂了，这也有可能是此刻很多小学不太在意写字。自我上的课能够说到达我的教学目标，我把自我积累的写字体会完全地传授给了学生，这也得到学生的肯定。我想这就是教师的职责和教师的高尚。第一次当上准教师，感觉自我离教师的标准还差很远。自我在今后的学习中要努力地改善自我，成为一名合格的教师。

我们是早上课外的一些兴趣课程，这一部分主要是要提高学生的学习兴趣，开拓小学生的视野。午时就进行暑假作业辅导，在辅导的过程中，由于太久没有接触过小学的资料了，有一些题目自我做不出来，感到十分的惭愧，那时候真正感觉到自我知识的缺乏，深深地感觉到作为教师不学好专业知识，就不具有教师的资格，在以后必须要脚踏实地地学习，不能够混沌地过日子了。

我们午时还有体育活动时间，在这一段时间里是学生们最开心的时候，

有时候看他们玩得那么开心，那么无牵无挂地，那么地尽情。真的很羡慕，思绪就情不自禁地回到了自我小时候的情形。那时候虽然自我在学校没有这么好的条件，可是自我不也是以往童真过吗？不也是和小朋友们玩得那么开心吗？那一切仿佛就在昨日，时间过的真是快。

那些小学生总体给我的感觉是：一、很天真；很活跃，也很捣蛋；二、很聪明，也很懒。有时候真的很羡慕他们。回想自我小时候不也是一样吗？此刻长大了，有太多的约束，有太多的事情要研究了，再也没有过去那些欢乐了。

在这次教学的环节上我们做的是十分地出色的，我们得到了学生的肯定。在分手的时候，我们过了一次明星梦，他们很多追着要我们给他们留电话号码，签名。那一刻真的好开心哦，因为我们辛苦了一周得到了学生的肯定。付出了得到回报，那时多么幸福的事情啊！最羡慕的是大部分的学生都写了信给了女教师，我们男的一封也没有。那些信写得是那么有文采，那些感动！我们走的时候，他们真的表达了心中那真实的依依不舍的心境，我太感动，太幸福了。

我们三下乡活动期间住在秋良家，在这期间给她家人带来太多的麻烦。我们在学校里生活大多都是七点之后才起床，在那里我们的早餐都得自我煮，我们起不来这么早，几乎每一天都是阿姨一个人包办。很多时候我们的饭也是她帮忙煮的，因为有时候我们的组员不太会煮饭。还有我们在那里，秋良阿姨、婶婶等都十分热情，他们送这又给那的，真是太感激他们了。

我们还有一个干农活的环节，这一个环节我们没有做得太多，可是在其中我发现，此刻的很多的大学生的确是应当进行下乡劳动，他们大多都是生活在城市，或者父母的掌上明珠，他们根本就不明白劳动的辛苦，我是在农村长大的，小时候家里穷，我的童年的完美回忆一大部分就是劳动的欢乐，所以在劳动的时候我得到了大家的表扬。

在这一次三下乡活动里是我感受最深的一次团体活动。在这其中我深深的感受到团队的合作重要和力量。

我们在那几天，我们生活的很欢乐，虽然我们很忙，可是晚上我们忙完后，我们会在一齐看电视，打麻将，游戏，打牌，谈天说地……当有事情的时候大家互相分工合作，有困难大家一齐想办法，在着强大的团队精神下我们不怕一切困难，同学们互相关心。

在学生的管理上我们做得就更好了，我们不管谁都是为了让学生得到一次新颖的，开拓视野的机会，我们尽自我的本事让他们了解更多外面的世界。我们不会因为分开谁负责哪个班，而这是关心自我班的，我们是一个团队去关心所有的学生，让学生们真正感到教师的关怀。所以在这个团队的精神下我们出色地完成了任务。

对我来说是最完美的一个假期。这一次三下乡活动我真的学到太多课本没有的知识，还给我太多团体活动的感受，给我太多大学生活的完美回忆了，它将是我这一生中最重要的一次经历之一。

**大学生三下乡心得体会篇五**

在下乡的七天时间里，我们做了许多，走访、座谈、参观学习、交流体悟。这短短七天的实践路途并非一帆风顺，相反却是坎坷前行。这其中最大的困难莫过于语言不通，难以交流。在问卷调查时我傻眼了，农户表现出的热情让我们很开心，但他们无法使用普通话与我们交流让我们的交谈甚是艰难，复杂的方言着实让人难以理解，集合归队的时候我们只做了全队最少的2份问卷，与另外两个小组差距很大，让我们小组两人心里始终不是滋味。不过的失落并没有挫败我们对实践的热情，通过总结我们怎么与村民交流才能取得更好的效果，在之后的活动开展和调查的继续进行中起到了很好的效果。实践出真知，古人诚不欺我也。只有亲身参与经历实践，才能获得更多的知识和收获，不断完善自身。真正意义上的锻炼自我，以在将来的工作中更好的服务他人。

七天如白驹过隙般划过。暑期“三下乡”社会实践活动已经结束了，但社会 实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。说起我们这些大学生，空有书本知识，到基层锻炼的机会是非常少的，但是基层的确可以锻炼人，能将人的优秀品质充分展现。基层是苦，条件是差，可谁都知道“梅花香自苦寒来”的道理，况且基层是那么需要那些有知识，有能力的大学生去贡献力量。能参加这次暑假“三下乡”社会实践活动，我深感荣幸。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去经受风雨，见识世面，增长才干，以实际行动去实践和谐社会宣讲。七天的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。共青城给我们留下了美好的回忆，留给我们的不仅仅是这一片富饶而美丽的土地，更是当地人的勤劳、豪爽、热情的生活作风，在告别了当地的父老乡亲们，我们又将背上行囊，返回学校，走入一个新学期的开始。通过这次活动，我认识到:基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，这样才能成为一名合格的大学生。

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:同学们在活动中学到的比我多，我要不断的进步才不会被他们落下。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!

在三下乡的过程中，我们懂得了“三个关系”，即课堂教育与社会实践的关系，大学生必须以课堂为主题，通过实践将理论深化;暑期实践与平时实践的关系，以暑期实践为主要时间段，平时注重积累;社会实践的广度与深度的关系，力求实践的内容、规模同步发展;同时，我也清楚的认识到:“虚心向学”是量变的基础，“以诚待人”是质变的升华!

都说大学是一个小型的社会，是学生正式进入社会的前奏曲，可企业反馈回来的信息不仅不是当代大学生的优秀事迹，反而是“现在有相当一部分大学生好高骛远，眼高手低，浮躁的思绪严重影响了他个人应有的价值。”整日呆在象牙塔中的我，第一次的尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

随着社会的发展，人们的物质生活有了很大的提高，而精神文明却一直处于低谷。作为大学生的我们，不仅没有很好的接受文化的熏陶，反而在生活中不断受到陋习的影响，渐渐变成心高气傲。也许在很多大学生看来，大学文凭就是一张通向幸福的万能卡，有了这张证明，生活必定无忧，可就是因为这种不健康的心态 ，不学无术成了一种“时尚”。迫于生计，不学无术的这部分人最容易忽略的就是诚信。殊不知诚信是人性中最优秀的品质，它是成功背后坚强的后盾，拥有了它就像一枚小小的火柴能燃亮星空，就像一粒不起眼的种子成为参天大树。

通过暑期社会实践活动，我在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。开阔了我们的视野，增长了才干，冶炼了情操，加大了我们与社会的接触面，进一步激发了我们们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。暑期实践已告一段落，面对不可知的未来，我会汲取暑期实践的经验，锻炼提高融入社会的能力。尽管前面有鲜花，也有荆棘，但我必将义无反顾，勇往直前，将自己的能力展现出来，为社会贡献出一份属于自己的力量!

**大学生三下乡心得体会篇六**

记得在去三下乡之前，经过多次复杂的感情变化。从想去但又有所顾虑，到十分想去和其他的过程，但在最后，经过事实的验证，证明这是对的。三下乡的确是一次不错的体验。

曾经以为这只是一次敷衍的工作，不过是为了增进我们团队之间的感情和与其他的的关系变得密切的一次外出而已。因此在开始的时候，我的备课也只是比较随便。

在看到大家的准备以后，觉得自己的准备也是不足的。既然认为这是一份工作的話，就要把他做好啊。于是，我也开始比较认真的准备起来了。在刚见到老师的时候，我们就觉得我们的悲剧开始了。我们碰了一鼻子的灰，老师毫不犹豫的把我们拒之门外。还好有打不死的一啸在，我们再次上去和老师谈判，希望老师给我们些时间。可能是一开始的时候老师太忙了，所以对我们特别的冷淡，到后来对我们的态度也改善了许多。

第一眼看到那些孩子的时候，就觉得这些孩子的思想可真是成熟啊。第一感觉就是挺顽皮的，这在第一堂班会和我上的课时也验证过。此时还是觉得谈不上有感情吧。但是到了有人称赞我们班的孩子懂事和看到其他人也挺关心他们自己班的，并且经常早上到自己的班上关心起自己的学生来的时候，我也开始喜欢上他们了。此时，应该说是感情开始萌芽吧。

到了最后，排除环境因素，我们的演出也比较顺利地完成，此时真的看到有些孩子真的成熟了，也懂得去想自己的将来了，我们也开始对离开产生恐惧，害怕分别。很多很多，在此就不说了。

在这次的下乡过程，我发觉我们的感情的确深厚了。我们也成熟了，看到一群懂事的孩子，也不自觉的督促起自己来，好想让自己给他们树立起一个好的榜样，让他们有奋斗的目标。我也知道了，很多事情不亲自感受过，单单凭别人的评语来判断一件事是不行的，必须自己亲身经历过才能感受到。每个人的感受都是不同的，我们不能妄下结论。希望以后的我们会做得更好吧！

**大学生三下乡心得体会篇七**

昔日的“三下乡”欢笑和努力，都历历在目。20xx年x月xx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！

**大学生三下乡心得体会篇八**

又是骄阳似火的7月，这是我第二次参加三下乡活动了，然而收获是不同的.，相同的是倍感充实，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。

今年我参与的队伍是外语系大学生党员骨干挂职实践服务队，听从城南街道办事处的安排，被分配到黄铺居委会挂职。短短的几天，我了解到黄埔居委会确确实实是与群众直接联系的机构，看到了居委会工作的干部对待群众耐心和蔼、有礼有心、服务到位的的态度，很多细节让我感受到了无论作为一名党员还是干部，要全心全意为人民服务的定义。比如，有一名老人来到居委会反映情况，梁书记让老人先坐下，认真地听老人反映情况，然后耐心地同老人讲解。这一幕，我没有看到作为一名书记与群众的距离感，一切都是那么的温馨美好。这几天梁书记给我们安排的工作主要是一些文件资料的整理，如整理妇女育龄信息表和户口登记本等。在挂职期间，我们还随党政办林书记去看望五保户、到每家每户派发宣传“建设广东园林城市”信件。让我印象深刻的是我们去看望了一名五保户老人，他不在家，推开矮小的瓦房的一扇扇破旧的门，房里漆黑一片，蜘蛛网横挂着，从林书记那里了解到，这位老人一个月前发生了车祸仍住院中，已经一个月没有回家了。再看看老人居住的简陋条件，那一刻，我的心特别的疼。我突然明白，很多时候我们要学会珍惜，有些我们看不在眼里的东西，但对于很多人来说却是宝贝，我们要在学习工作之余，多帮助那些需要帮助的人们。在派发宣传单的过程中，群众们对身穿“大学生“三下乡”黄色服装的队伍很欢迎也很热情，比如，有些群众会主动过来询问情况，微笑有礼地听我们讲解。

每个活动都让我有所感悟，而领导的关爱与指导也让我们更加有信心。在这几天，忘不了书记与各位主任的热情款待，那慈父慈母般的话语。最难忘的是，挂职接近尾声时，我们学院的领导与城南街道办的领导和我们大学生党员骨干挂职实践服务队的队员们一起开的总结会议。会议上，党工办林书记的“三个心”及“三个对不对得起”生动讲话让我们很受鼓舞，他还恳切地提醒我们在工作学习生活当中不应斤斤计较，而要敢于吃苦不怕吃亏，鼓励我们用心用实际行动去做好自己的工作。这一段话语，深深的打动了我，感觉眼前开阔，思想又上升了一个高度。这个会议是主要是在于队员们的收获总结上，听着队友有感而发的言语，看着他们陶醉的神情，还有许多共鸣的感受，积极踊跃的场面十分地打动人心。我们发现，这次三下乡，我们学会了感恩，我们都十分感激我们的母校给我们灌溉的知识，我们感激我们的老师给我们的指导与培养，我们感激我们的领导给我们关爱与机会，我们感激一切。这正是林书记所说的“三个对不对得起”中的对不对得起国家，原来这个定义也体现于此。

当然，还有我与队员之间的一些小故事。短短五天，我十分高兴又结识了新的队友，通过沟通交流的桥梁，我们共同感悟到了合作的力量。我是队伍通讯小组中的一员，在写通讯稿过程中，我发现自己觉得自己写得不错的通讯稿，在另外两名的通讯员的审核修改下，总是有着自己发现不了的瑕疵，于是明白了成立通讯小组的意义，因为彼此的合作，我们把通讯稿完成的更加完美，同时在讨论定词用语中，我们也互补中学习了新的知识。此外，我了解到宣传小组的感人事迹。我们得知宣传小组的成员在紧迫的时间里完成了一份效果不错的“建设广东省园林城市”的墙报，付出的代价是牺牲自己的午休与晚休时间投入工作之中，并且按时到挂职地点上班，没有耽误安排下来的工作。

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。我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。

**大学生三下乡心得体会篇九**

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和践行科学发展观，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。在本次暑期社会实践活动中，宣传组的工作紧紧围绕庆贺共和国建立60周年的主题，在增光中学及附近地区开展深入践行科学发展观，共贺祖国60华诞的宣传活动。宣扬科学发展观精神，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。在增光中学开展深入践行科学发展观，共贺祖国60华诞的游园活动，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：

l、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**

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。

xx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xx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十一**

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。

三下乡活动圆满的结束，我们从农村再度回归到大城市，看着大城市的繁华，农村带给我们的是另一种感受，而这种感受已经深深的留在我们每个队员的心里。

点击下页查看更多大学生三下乡心得体会

**大学生三下乡心得体会篇十二**

裴斯泰洛齐曾经说过：“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。”作为一名大学生，参加社会实践活动，能够促进对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，有利于树立正确的世界观、人生观和价值观。

20xx年7月17日，我参加了数学与信息科学学院团总支组织的暑期三下乡活动，为期四天的三下乡，使我受益匪浅。这次活动我们在陆良县马街尹旗村展开。四天的下乡时间虽然不长，但我们团队23人力量凝聚在一起，尝尽了酸甜苦辣。以前，我们作为团总支一员在这个大家庭中，但很多时候都是工作上需要才会在一起，而这次的下乡，我们23人是一起吃大锅饭，一起开心，一起流汗。在下乡前，我们做了非常充足的准备，根据每位同学的特长分工明确，我主要负责外联这一块，组织各位成员准备才艺表演及游戏，大家对此积极性非常高。

我们刚刚来到尹旗村的时候，村民们看到我们都穿同样的衣服感到非常好奇，可能是因为他们从没有见过这些。当我看到村委会后面的学校，环顾着这个接下来几天我们要生活的地方，也许是事先做好了充足的思想准备，感觉条件比想象中好了太多。在附近走走逛逛后，我们开始打扫居住的地方，大家分工协作，不一会儿，就把晚上睡觉的地板弄干净并铺上了大块的塑料布，条件限制，这几天我们只能打地铺睡，但对于我们来说，也是一个新奇的体验吧！午餐时间，带着一丝期待与不期待来到厨房，意料之外却又在情理之中，比起我们平日在学校在家的生活，的确差了一些，但这些都是村民自己栽种的绿色健康食品，大家都吃得很开心。饭后，女同学们争相整理、洗碗，体现了良好的大学生风貌。

休息了一会儿，村委会会计带我们来到了一位养蚕农户家，远远地，我们就闻到一股死蚕发出的臭味，走进可以看到四周篱笆上堆满了死蚕，一阵恶心想吐。接着，我们分批进入“工作室”观看蚕茧高温加工的过程，进去后，我的目光一下被棉花一样的白色椭圆状的蚕茧吸引了，随行的从小在这长大的老师跟我们讲解并剪开了一个蚕茧，她将里面的小蚕倒出来放在手上给我们看，我将小蚕接到自己手中，仍是一头雾水，太多的疑问充斥在我们头脑中，过来一会儿，养殖户主出来了，他带我们参观加工好了的蚕丝被，并给我们讲述了蚕从孵化到破茧产卵的全过程以及蚕丝被的制作过程、制作方法。一下子大家恍然大悟，不停地向户主询问自己的疑惑并详细记录了下来，接着，大家将自己这几天睡觉要用到的被子等搬回村委会，一路上欢声笑语，每个人都在享受着这一次体验。

休息过后，大家来到了村里的蚕茧储放地，一进去，就看到几大堆“棉花”上面写着“一类”“二类”，后面了解到这是不同烘干程度的蚕茧，听完相关人员的介绍后，大家分散活动、拍照、观察、讨论。后来，工作人员剪开了一些烘熟了的蚕茧给大家吃，据说富含高蛋白，看着大家吃的津津有味，直到晚餐上的一大碗炸蚕，我始终不敢尝试，也许是忌讳它是“虫”；也许是亲自和小蚕玩了那么久后的不忍心。这几天晚餐后，我们发广播将村里的孩子们召集过来和我们互动，孩子们先后过来，见到他们的第一感觉是相比城市的儿童太过瘦小太过胆小，有一些一直躲在父母身后，怎么说也不肯过来和我们一起玩，我们使劲了浑身解数，带领大家玩起了儿时的游戏，一轮过后，大家逐渐放开。才艺表演时间，一开始大家都很害羞，你推我让都不敢上前，我们只好用各种小礼物鼓励每位小朋友上去表演，大家相互看着开始动摇，慢慢的上去的小朋友越来越多，看着他们的表演，我感觉有些心酸，在他们这个年纪我早就接触到了唱歌跳舞各种爱好，而他们上来表演，感觉除了一味的背唐诗什么都不会，农村对于孩子的教育的确比不上城市，更不用说兴趣爱好的拓展了。

三下乡这几天难忘的事很多，新奇的体验也很多，比如第二天上午雨中参观人工菌大棚、摘苹果、看红提等等，第一次这么近距离接触到自己日常生活中喜欢的食物，第一次吃下自己亲手摘下的果实，第一次如此真切的感受到生活的不易收获的不易??最后一天上午尹旗村村委会的几位干部跟我们开了一场座谈会，在这次简单的会上，我们了解到了尹旗村近几年的发展现状、村内发展模式的转变、产业结构的调整等很多信息，几位叔叔也和我们他们分享了他们种植、养殖的经验，教了我们很多为人处世之道。任何改变都是生活一步一步逼出来的，尹旗村由于不太优越的自然条件，只能抛弃高成本的传统水稻种植，发展以养蚕、养猪业，兼具其他水果、蔬菜种植、外出打工等为主的产业。下午回学校之前，我们去参观了云南省千佛茧丝绸有限公司，看到了大规模的机器抽丝过程，遗憾的是由于身体不适没能好好地去感受去了解。回来的路上，大家对我关心备至使我再一次感受到了集体的温暖。在此次社会实践活动中，我积极参加了各种活动，，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：

l、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、拓展了大学生本身的分析素质，锻炼了团体协作能力在乡村展开“三下乡”社会实践活动，其任务和生活环境是很艰苦的，蚊虫的叮咬、日晒雨淋、消费劳动、再加上生活不习气，对每一个同学来说都是一次不小的考验。同时，各项活动的组织、预备和展开以及生活上的衣、食、注行自理，不只使同学们磨练了意志，培养和加强了奉献精神，而且进步了组织、管理、协调及分析、处理成绩的能力。此外，经过与社会的方泛接触和交换，宽阔了视野，增加了学问。

3、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，我们一起做自然灾害知识普及，一起上街进行宣传健康饮食方法，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，充分利用自身的特长，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。

4、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。

**大学生三下乡心得体会篇十三**

七月二十六日，我们的三下乡活动在全体队员的全身心投入与努力下，在各界爱心人士及梭戛乡政府、中学的大力支持与帮助下，在两百多名梭戛乡中小学生的共同参与下取得了圆满的成功！这天，我们告别同学，告别朋友，结束了本次三下乡社会实践活动；这天，我们踏上列车，踏上归程，又开始了人生旅途中的新起点。

从七月十八日到七月二十六日，九天的时间，两百多个小时，一万多分钟，七十多万秒。这是多大的数字啊，而对于我这样一名三下乡队伍中的成员来说，这些时光又是如此的短暂。回想这过去九天的日子，似乎每天都还历历在目。当然了，像这样刻骨铭心记忆，又怎么能不历历在目呢！

六枝梭戛，九天的时间里给我的有一幅幅壮阔的自然风光，尽管九天里的时间几乎每天都在下雨，但这并遮不住这亚洲第一生态博物馆美；六枝梭戛，九天的时间里给我的还有一张张热情的好客的脸、一颗颗诚挚的温暖的心、更有一双双求知若渴眼睛。

回想七月十八日，我们一行二十多人的三下乡队伍从学校整装出发，大家兴致高昂、意气风发，虽大包小包行李压得我气喘吁吁，然一想马上就养奔赴六枝梭戛乡中学进行三下乡社会实践活动，我变精神十足，忘记身上还负有重重的行李。火车一坐就是三个多小时，这似乎是一段很枯燥、很无聊的时间，然而大家都相互交谈着，分享着自己激动的、愉悦的心情，还玩起了各种各样的趣味小游戏，驱散了我那仅有的一丝睡意。不时地透过车窗往外一瞥，看到的便是祖国雄伟壮阔大好山河，是多彩贵州、神奇贵州的锦绣风光。一路上，太多的人对我们一行着志愿者服装的队伍投来了不同的目光，诚然，这样一群衣着统一的且拿着大包小包行李的青年学生，又怎么会不引起人们的关注呢！不管是好奇的、惊异地，还是冷不丁的、不屑一顾的，我们都坦然相对，心诚相悦。

我肯定地说，从七月十六日早上起床开始，就注定了要在我的大学生活中留下一段深刻的记忆。还清晰地记得，我们刚下火车走出站门，迎面而来的便是徐灏和她父亲、侯雪慧几人，看得出来，他们都面带欣喜，而徐灏父亲脸上则更多的是久经沙场的沧桑和慈爱，作为队伍中的一员，我深深地感谢他无私地为我们大家所付出的一切，相信其他队员也不会不怀感激之心吧！从六枝火车站到我们的目的地梭戛乡中学的一个多小时的大巴车程，他也一直伴随着我们一起，可怜天下父母心，在这里得到了体现。

到了梭戛乡中学，在学校的大力支持及通力配合下，我们很快便入住了宿舍，并借用了学校的食堂，接下来的几天就此扎根。感谢梭戛乡政府领导及学校领导的关怀，给连续坐了了五小时车的我们带来了一顿丰盛的午餐。饭后，我们兵分三路，开始开展我们原计划的活动，这时，天空飘起了小雨，淅淅沥沥，仿佛是不想要我们继续进行我们的工作。只不过，下点小雨又算什么呢，就是下冰雹也压抑不了我们活动的热情的！我坐在去生态博物馆的车上，和上次去踩点的时候一样，车窗外洋溢着一片宁静祥和的自然美景，不同的是：上次是旱季，到处都带有一丝丝死气，而这次是雨季，四处一片生机盎然，好生美丽，让人一看之下便心生惬意。才是初到，便感觉对这里就有了故土的情怀，一张张脸看上去都是那么的充满着亲情与爱，难得！难忘！傍晚，大家当天的活动基本结束，相聚食堂，七手八脚地张罗晚餐。似乎，大家一起的食堂总会是有效益的，才没多久，到梭戛后又大家自主张罗出来的第一餐便开饭了，菜是有点少，饭也不很多，但不管怎么样，吃起来是很有味道的，意味深长。晚上开会，我略感疲倦，但更多的是喜悦、是欢快，想想即将过去的紧张的愉快的一天，再想想即将到来的有计划的有激情的一天，我满怀希望、满腔热情，我期待、憧憬接下来的日子。

夜深了，我还没有睡着，我在想，天亮后究竟会是怎样，我迫不及待地期望慢慢长夜马上结束。

七月十九日，下乡的第二天。新的一天，天空小雨依旧淅淅沥沥，这不禁让我想起了雨中漫步的诗情画意。按平时，我并不喜欢下雨天，尤其是有活动时的下雨天，但是今天不一样，今天的我，心情完全不受天气的影响。我宣传工作在下乡的前期便顺利进行着，所以这个时候我没有太多的任务，借助于梭戛乡中学领导给我们提供的网络之便，我到我们的博客上给外界传递了我们的活动，和大家一起分享了我们的经历及喜悦。来回穿梭于雨中的操场，我看到了那一滴滴雨就如晶莹的珠子在空中随意飘洒，轻轻地拨弄着我的心弦。

下午，我走进食堂，感觉是到了自己的家，在食堂帮助打理大家的晚饭，我感到就是像在家里做年夜饭一样。进入大学读书以来，我还真是把自己做饭做菜的这门活给生疏了，今天正好从操旧业，巩固一下自己曾经的经历，难得啊！一天的光景就这样有序的、紧张地在不尽的细雨中结束，我心中留下的依旧是无尽的激情、依旧是无边的向往。

七月二十日，天依然没有放晴，好似无知的孩童无意的泪，不尽地下流。今天，我们已尽有三个班正式开始了衣物教学活动，我也走进了教室，在走进教室的瞬间，我便想起了我曾经的孩提、曾经的童年、曾经的读书时代。站在教室里，放眼一望，我看到的是一双双明亮的有神的眼睛、是一双双对未来世界充满向往与渴求的眼睛。我还看到，大多数的孩子身上的衣物并不得体，用简陋与陈旧即可以描述，难以想象，这样的年头还有着生活条件这样艰苦的小孩，通过交谈，我还知道了他们之中有的竟然是走了两个多小时的山路来学习，来听我们将会给他们带去什么样的新知识。这使我想起了我小学时候学校就在家门口，两分钟的路程就可以到教室，预备铃响后再起床都不会迟到。而他们，上学得花两小时，回家也得花两小时，想象得到，这一天三分之一的时间就这样流逝在山路上了。而他们的脸上、他们的心里，没有一丝悔意、没有一点怨气，我敢说，他们就是天底下最优秀的新一代，他们就是日后祖国的栋梁、民族的希望。

每个人每天都会有梦想、有抱负、有希望与追求。今天，我希望天放晴，给孩子们点阳光，温干他们潮湿的心，给他们一片灿烂的天空。让孩子们幼小的童心里洒上阴霾，就是天意也罪不可恕，在此，但求孩子们都有一片和谐的天空，一片充满爱和希望的天空。下午天晴了一小阵子，孩子们到户外尽情地欢呼，毫无保留地挥洒他们的童心，我看在眼里，喜在心头，仿佛是自己获得幸福一样。又是一天即将过去，要送走这一天的仍然是淅淅沥沥的细雨，如毛、如丝、如流不干的江水。我祈求上天，白天别下雨，下点阳光、下点温暖吧！

七月二十一日，天终于晴了，下乡以来，终于看到梭戛的碧蓝的天了。我打心底高兴，同时也替参加我们义务教学活动的两百多名中小学生感到高兴。今天，在向各界讲述我们活动进程时，我提到了天晴，因为天晴，同学们更加风采焕然，队员们也因此神气高涨、激情高涨。心情不受天气影响的我，今天破例地被影响了一次，不过这是好的，好天气带来好心情，好心情办好好事情！今天，我看到了同学们在户外活动时的激情和兴奋劲，我在想，要是世上人人都这样，天天都这样，不久天下太平、世界和谐了吗！

不得不提一下今天的例会，一次别开生面的例会。由于停电，我们趁着天还没黑，把会场设到了露天，和往常一样，各小组先汇报情况，然后再安排、分配次日的工作。不同的是，今天的例会还是一场告别晚会。我们队伍中的社会爱心志愿者刘飞飞同学因家里有事，不得不提前返回，几天来，她默默地做事，默默地奉献，大家都看在眼里记在心里，可以说，她做得很好，值得学习，堪为典范！在把事先准备好的一幅全体队员签字留言的“相亲相爱”送给她时，我们一起唱起了我们的队歌——相亲相爱一家人！歌声中，流露的是真情与不舍，飘洒的是真情与和谐。参差不齐的歌声中，我们大家表达真正的相亲相爱一家人的感受。我发自内心地感慨：因为我们是一家人，相亲相爱的一家人。

每天都是难忘了的，每天都记忆深刻！昨日值得追忆，今日值得珍惜，明日值得向往，这便是我对生活中的三天的看法，于我，就是这样，昨天今天与明天都是美好的，生活就是这样，美好的，因为有下乡的经历而美好、因为有下乡的经历而精彩！

七月二十二日，我再次走进教室给同学们上课，今天上课的是层次比前天高的班级，他们是七、八、九年级学生共同组建起来的班级，四十多人的班级里面，我往讲台上一站，心中再次充满了激情与喜悦。想当初，我也以一个教室的身份站过讲台，面临着几十人而言传身教，但是意义是绝对不同的，记得当初讲台上的我，是为了求生，为了生存而去工作，为了物质上的充实。而今天讲台上的我，是为了锻炼自己服务于人的本领，为了点燃孩子们的希望之灯，让他们来一起构建相亲相爱的一家人、一起照亮整个世界！

课堂上，讲的并不多，面对这样层次不一的同学，我给他们的确实是不值一提，但我看得出：他们都很认真、很专注的学习。这让我在他们的身上看到了更希望与前进的力量。我看到了那一双双眼睛都是多么的有神，多么的渴望获得更多的知识，世界的更进一步认识与改造需要的就是这样的眼睛，需要的就是这样的有希望的新一代建设者和接班人。

短短几十分钟的课堂，我没有感觉到给了同学们什么，二十感觉到自己又收获了很多，很多很多以前没有意识到的东西。短短几十分钟的课堂，给我留下了永远的记忆，无法抹去的记忆，相信十年后、二十年后。我都会清晰地记得：二零一零年七月，我在六枝梭戛乡中学有过的特殊的日子。

七月二十三日，更是一个意义深远的日子，这天，我们队员分成了几个小组走访了梭戛当地的一些农家。走访中，我看到了危在将塌板壁草屋，我看到了合不拢的窗、关不上的门，我还看到了揭不开的锅、生不起的火。我知道，这是亚洲第一生态博物馆的所在地，这里的一切蕴含了当地人民尤其是以长角苗、彝、回等为代表的少数民族文化和习俗，这里保留了世界原始的生活习惯与自然风光与民族风情。但是，我也知道，这里有一种壁，叫做家徒四壁；这里有一种雨，是屋外大雨时屋内的小雨；这里有一种酸，叫做寒酸、心酸。

走访回来，我心情久久不能平静，光我的所见就足以让我寒心，还加上其他队员遇到的更为离奇的事情，一时间，我心中倒翻了五味瓶。这种滋味，我曾经有过，那是好多年前我因交不起几十块钱的学费而不得不辍学时候的感受；是我好多年前在睡梦中惊醒是发现自己被屋顶的漏雨淋湿时候的感受；是我好多年前在火辣辣的太阳底下干活时候眼泪一滴汗一滴的感受。多少年来，我不想去记忆这些痛苦的心酸的点点滴滴，但在今天却被自己的所见所闻而激起。

我感叹，我自己只不过是红尘俗世中一粒小小的尘埃，我的存在并不会影响地球的转动、更不会影响宇宙的轮回。我感叹，我自己只不过是滚滚江河、浩浩湖海里的一滴水，我的存在并不会让江河之水泛滥、更不会让改变或遮掩湖海水的光辉。沧海一粟，我能做的微乎其微，但是我加入了三下乡队伍，做好自己力所能及的事，相信只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间！因为我们是一家人，相亲相爱的一家人。我的力量是微小的，但是当千千万万的我、不计其数的我合在一起时，便是一股不容忽视的力量，便是改造世界的力量。积土以成丘山，积水以成江海，积点滴之善以成大德。人之为人定有心，有心之人必有爱，希望世界充满爱、充满和谐！

七月二十四日，我们的下乡工作接近了尾声，好多活动都略见成效，大家做在手中，喜在心头。眼见下乡日程即将结束，我心中略感不足，叹时间缘何如此仓促。想是这样想，不足归不足，激情还是不减的，热情依旧是高涨的，看着同学们对我们的感情日渐深厚，我还打心底深深地爱上了这个地方，爱上了这个地方的一切！晚上，作为回馈政府及学校领导的厚爱，我们的长桌饭邀请了梭戛乡乡长、书记以及梭戛乡中学校长等领导和我们一起就餐，餐桌上领导们的嘘寒问暖，让我一度深感心潮澎湃，血气高涨。

一个星期就是这样在高度的热情与激情中度过，流去的是无情的光阴、是汗水滴滴，而留下的是有爱的记忆、是硕果累累。

七月二十五日，我跟家按捺不住自己激动的心情了，想想只有一天我们的活动便要结束，想想刚刚通同学们建立起来的师生关系、友谊关系就要面临离别，我心里还真有点不是滋味，怎奈何天下无不散之筵席，妥协吧，日后有时间有机会自会重聚。看得出也感觉得到，当同学们想起我们即将离开他们时，他们也有百般的惜别和不舍之情。

晚上，因为天下雨，我们把原定的篝火晚会改在食堂饭厅内以联欢会的形式开展。会上，好多小同学在现场一展了他们的风采，唱歌的、跳舞的、说笑话的。一时间，整个会场弥漫着浓烈的欢悦气息。大家忘却即将在次日就要面临的离别，将青春尽情地燃烧、把有爱尽情地挥洒。记得我参与合唱的《兄弟》一曲，对于不具音乐细胞与天赋的我，唱得并不算成功，但是我可以体会得到，我们大家相聚在一起，就是相亲相爱的一家人、就是兄弟！送走参加晚会的同学们以后，都差不多是平常我们的睡觉时间了，收拾现场、打扫卫生、开例会。一天的时间又这样结束，夜深，静卧在床上，我几番辗转反侧、几番强制地闭上眼睛，终难以入睡，眼前一张张鲜活的可爱的面孔、一双双惜别的明亮的眼睛。想想这将是最后一天晚上睡在梭戛乡中学的宿舍，内心还千般不愿万般的不舍，也许这辈子就这一次而已。

这种日子，这个时刻，我内心所怀有的又怎么能就是眷恋这么简单的词就能表达的，要的是胜过于任何言语表达真情流露。

来了，七月二十六日，这要来一天纵是我有多么的不愿与不甘，他还是来了。起了非早的我，不知道图的是啥，也不是知道是为啥，心想，在学校读书期间也未曾起这么早啊。我也说不清是激动还是郁闷，竟然连早餐也不屑去吃，就走上了即将告别的操场。今天没有教学内容，没有安排有学生的课程，但还是有好多学生大清早就来到学校。也许，他们就像我，都不知道这么早来干些什么，只见他们一个个似乎都面带委屈与不安。原来，舍不得的又怎么会只有我、只有我们呢，那几百个学生个个都不舍得我们离开啊！

中午，我们的文艺汇演如期开展，希望在最后仅有的时间里，把更为好的一面展现给大家，展现给关心和支持我们活动的政府及学校领导，展现给参与和喜欢我们本次活动的广大同学。又一次感谢政府的盛情招待，给我们带来了一顿丰盛的告别宴席，席间又是一幕幕领导对我们大家的关爱。好久不曾喝酒了的我，端起酒杯，内心的感情无法用言语表达出来，唯有感谢领导，喝酒、干杯。

踏上了返程的车，我说不清心里的感受，我在想紧张的活动终于结束，可以好好地放松放松了，但是我却有好想自己每天都像这几天一样过得充实、活得精彩。透着车窗，我看见好多小同学为我们挥泪告别，我在想：又不是什么生离死别的，流什么泪嘛，可惜我自己也不够将强，还是禁不住的让泪挂在了眼角边。说不出是什么味道，只是好生不舍。

九天的下乡，九天的征程，将会是一生一世的记忆；九天的下乡，九天的征程，就是我大学生涯中精彩、闪光的一曲。

回到学校后，已经是深夜十二点过，我并没有在这样晚的时间里在校园里游走过，而今夜，趁着夜色，借着灯光，我们归来的声音划破了校园之夜的静谧。九天的下乡、九天的征程，就这样结束。尤记当日我们轰轰烈烈地出发，就到了今夜静悄悄的归来。短短的九天时间，我不知道，我究竟都做好了些什么，然而我却知道我确实是在这短短的九天时间里得到了很多很多，单是这一段无法抹去的记忆，就足以让我伴我走过一生了。

短短九天的梭戛之行，让我有从更深一个层面少理解了青年志愿者这个名字。也就是这短短九天的时间，将足以改变我今后的生活方式。来自农村的我，经历可谓良多，而这次的梭戛之行，使一次意义完全不同的经历，是我有生以来自己亲生体会的一次完整的现实意义上的精神与行动上的洗礼。我深信，志愿者的事业将伴随着我走完今后的人生旅程！

**大学生三下乡心得体会篇十四**

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。

**大学生三下乡心得体会篇十五**

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。

**大学生三下乡心得体会篇十六**

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。

**大学生三下乡心得体会篇十七**

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!

**大学生三下乡心得体会篇十八**

骄阳似火的七月，“三下乡”的钟声在我院已经敲响。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。

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：

l、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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！