# 2024年三下乡心得体会(8篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-06-18

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。三下乡心得体会篇一我...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**三下乡心得体会篇一**

我的三下乡心得。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。这为期8天的“三下乡”实践活动中，使我受益匪浅，深切领会了实践的重要性。

20xx年x月7日 下午，我跟随湛师体科院的“梦翔浪潮”实践队抵达了湛江市遂溪县洋青镇的外村塘小学。还记得那天，刚下车就被一些小朋友围观了，可见我们的到来给村里的小孩子带来了新鲜感。我粗略浏览了一下整个校园，发现外村塘小学面积不算大，只有两幢都是三层的教学楼，教学设备比较简陋，特别是桌椅非常残旧……面对这些情景，我想起了自己的小学时期，我也是出身农村的，小时候接受的教育条件也不太理想，正如外村塘小学的孩子们一样。我感到有点痛心，曾经一度以为再也看不到小学生坐着老式的长板凳上课的情形了，而今我再一次看到了;曾经以为自己的家乡教育条件很落后，其实还有很多地方是更落后。这就涉及到城乡发展不平衡带来教育不公平的问题了，这是我们很难改变的，只能无奈地接受。那一刻，我真正了解到了这地方的教育状况，我想我不能为这里的孩子解决教育不公平的问题，但我可以尽自己的微薄之力给这里的孩子们一些心灵的安慰。

刚开始的时候，三下乡实践活动开展得比较困难。因为学校的条件有限，我们全体队员们只能在教室里睡地板，洗澡、上厕所等不太方便，厨房很狭小，条件也很一般……总之，刚开始时就觉得很艰苦，总想着这8天怎么熬过去;但是，渐渐地，我习惯了这种生活，因为在诸多的困难中，我学会了很多，例如：学会的忍耐，学会了如何艰苦奋斗;而且，在解决困难的过程中，我们得到了外村塘小学李主任以及各位校级领导的热心帮助和关怀，让我们感受到了温暖;还有，我们的队员都是来自不同的学院的，在这过程中，我们互帮互助，由陌生变得熟络起来了，收获了珍贵的友谊，

此次实践活动中，我被分配到了新闻组，主要负责写实践队里的新闻稿;其实，我很庆幸能分到这个组，因为队员们都很团结、互助，我们的组员经常要为了发新闻稿而熬夜，很不幸，我那时候因身体不舒服而不能熬夜，她们为了让我早睡而自愿负责我的工作。那时候，我觉得自己很没用，到了发稿的时间就什么也帮不上忙;但是，她们丝毫没有怨言，而且还督促我要早点休息。说真的，我真的很感动，是她们让我感到了浓浓的友谊之情。其次，我还收获了很多知识，由从没写过新闻稿到每天都写新闻稿，不仅学会了一门学问，还锻炼了自己的写作能力。除了要写新闻稿外，我还负责给低年级的小学生上语文课;通常，低年级的小学生定力不太好，上课的时候经常不安分，比较难应付，而且，我还是第一次上讲台给学生们上课，不免有点紧张害怕。但是，在队员们的鼓励下，我从容地给小朋友上完了一节课，有位队员还跟我说：“平时觉得你说话很小声的，没想到你给小朋友上课的时候，嗓门还挺大的”。是的，这次的授课经历锻炼了我的胆量。有时候，我也会和队员们在厨房里忙碌，一般都是洗菜、生火、淘米等等这些，算是比较轻松吧。虽然这都是很小的事情，却能学到很多生活小常识。不过让我感触最深的就是队里的男生手艺都不错，厨房里的活干得井然有序，饭菜做得也挺不错的。此外，有时候，队员们还会组织下乡慰问孤寡老人、为村民清理因山体滑坡而堆积在公路上的淤泥等，这些都让我学会了应该怎样奉献社会、服务社会，也让我体验到奉献的快乐。

还有，值得一提的就是外村塘村的村民们对我们的三下乡活动非常支持，不仅热心地为我们解决生活上的难题，还把自家的劳动成果赠送给我们，例如：火龙果、花生、鸡骨草等等。炎热的夏日里有着他们火热的情怀。在7月15日晚上，我们组织队员与外村塘的小学生们一起为这里的所有村民举办了一个文艺晚会，不仅展现了我们队员的教学成果，也为村民们带来了欢乐，丰富村民的文化生活。看到队员与小学生们那出色的表演，还有村民们脸上满意的笑容，我觉得我们所做的都是值得的。我希望自己把充满活力的青春展现在这里，把灿烂的笑容留在这里……

8天的时间不长也不短，这个过程带给我的思考与启迪，是我成长必备的养料。这几天，我觉得自己过得很开心、很充实;我付出了汗水，但我学会了更多的知识，收获了真挚的情感。真希望以后有更多的机会，让我在实践中锻炼自己，体现自己的人生价值!

20xx年x月7日下午，我跟随湛师体科院的“梦翔浪潮”实践队抵达了湛江市遂溪县洋青镇的外村塘小学。还记得那天，刚下车就被一些小朋友围观了，可见我们的到来给村里的小孩子带来了新鲜感。我粗略浏览了一下整个校园，发现外村塘小学面积不算大，只有两幢都是三层的教学楼，教学设备比较简陋，特别是桌椅非常残旧……面对这些情景，我想起了自己的小学时期，我也是出身农村的，小时候接受的教育条件也不太理想，正如外村塘小学的孩子们一样。我感到有点痛心，曾经一度以为再也看不到小学生坐着老式的长板凳上课的情形了，而今我再一次看到了;曾经以为自己的家乡教育条件很落后，其实还有很多地方是更落后。这就涉及到城乡发展不平衡带来教育不公平的问题了，这是我们很难改变的，只能无奈地接受。那一刻，我真正了解到了这地方的教育状况，我想我不能为这里的孩子解决教育不公平的问题，但我可以尽自己的微薄之力给这里的孩子们一些心灵的安慰。

刚开始的时候，三下乡实践活动开展得比较困难。因为学校的条件有限，我们全体队员们只能在教室里睡地板，洗澡、上厕所等不太方便，厨房很狭小，条件也很一般……总之，刚开始时就觉得很艰苦，总想着这8天怎么熬过去;但是，渐渐地，我习惯了这种生活，因为在诸多的困难中，我学会了很多，例如：学会的忍耐，学会了如何艰苦奋斗;而且，在解决困难的过程中，我们得到了外村塘小学李主任以及各位校级领导的热心帮助和关怀，让我们感受到了温暖;还有，我们的队员都是来自不同的学院的，在这过程中，我们互帮互助，由陌生变得熟络起来了，收获了珍贵的友谊，

此次实践活动中，我被分配到了新闻组，主要负责写实践队里的新闻稿;其实，我很庆幸能分到这个组，因为队员们都很团结、互助，我们的组员经常要为了发新闻稿而熬夜，很不幸，我那时候因身体不舒服而不能熬夜，她们为了让我早睡而自愿负责我的工作。那时候，我觉得自己很没用，到了发稿的时间就什么也帮不上忙;但是，她们丝毫没有怨言，而且还督促我要早点休息。说真的，我真的很感动，是她们让我感到了浓浓的友谊之情。其次，我还收获了很多知识，由从没写过新闻稿到每天都写新闻稿，不仅学会了一门学问，还锻炼了自己的写作能力。除了要写新闻稿外，我还负责给低年级的小学生上语文课;通常，低年级的小学生定力不太好，上课的时候经常不安分，比较难应付，而且，我还是第一次上讲台给学生们上课，不免有点紧张害怕。但是，在队员们的鼓励下，我从容地给小朋友上完了一节课，有位队员还跟我说：“平时觉得你说话很小声的，没想到你给小朋友上课的时候，嗓门还挺大的”。是的，这次的授课经历锻炼了我的胆量。有时候，我也会和队员们在厨房里忙碌，一般都是洗菜、生火、淘米等等这些，算是比较轻松吧。虽然这都是很小的事情，却能学到很多生活小常识。不过让我感触最深的就是队里的男生手艺都不错，厨房里的活干得井然有序，饭菜做得也挺不错的。此外，有时候，队员们还会组织下乡慰问孤寡老人、为村民清理因山体滑坡而堆积在公路上的淤泥等，这些都让我学会了应该怎样奉献社会、服务社会，也让我体验到奉献的快乐。

还有，值得一提的就是外村塘村的村民们对我们的三下乡活动非常支持，不仅热心地为我们解决生活上的难题，还把自家的劳动成果赠送给我们，例如：火龙果、花生、鸡骨草等等。炎热的夏日里有着他们火热的情怀。在7月15日晚上，我们组织队员与外村塘的小学生们一起为这里的所有村民举办了一个文艺晚会，不仅展现了我们队员的教学成果，也为村民们带来了欢乐，丰富村民的文化生活。看到队员与小学生们那出色的表演，还有村民们脸上满意的笑容，我觉得我们所做的都是值得的。我希望自己把充满活力的青春展现在这里，把灿烂的笑容留在这里……

8天的时间不长也不短，这个过程带给我的思考与启迪，是我成长必备的养料。这几天，我觉得自己过得很开心、很充实;我付出了汗水，但我学会了更多的知识，收获了真挚的情感。真希望以后有更多的机会，让我在实践中锻炼自己，体现自己的人生价值!

**三下乡心得体会篇二**

今天 当我一个人静静地坐在桌旁写三下乡个人总结时，回忆着这几天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。 生活没有想象中的艰苦，但也不轻松。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。

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去解决困难-------友谊在无声无息中培养出来了。坐在返回的汽车上，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。

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，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。

这个星期注定是个不平凡的星期，一个星期平凡的事和不平凡的事都让我对生活和工作以及自身都有了比较深的了解。难忘的暑假，难忘的暑期惠来三下乡。

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。

三下乡是个锻炼个人能力的活动，三下乡是个充满艰难困苦的活动，三下乡是个处处充满新鲜感的活动;我们作为服务三农的三下乡队员们,我们一直都在 默默着，默默是我们的坚持,默默是我们的品质……支教、敬老院、中国移动、电视台……我们的足迹遍布了整个惠来的大地,滋润了一方水土,随风潜入夜，润物细无声。我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。

**三下乡心得体会篇三**

多日来的下乡调研经历，给我们留下的是无尽感动。在入户调查的过程中每个贫困生的生活都让我们哭泣，为天真的山沟小孩，为辛勤无知的山民，为恶劣的环境，我觉的我们应该做一些力所能及的事。虽然河西一带是我国的产粮区，但贫富差距还是比较大，有的家庭给人感觉非常的富有，但有一些孩子的确让人感到非常的揪心。有因为双目失明而没有上学的，有因为失去双亲而上学有困难得，有因为家里人多地少而吃不饱饭的他们一边要上学一边还要干农活。他们不知道山外的人是怎样个小康富裕，他们仅有的愿望和想法是，让大人、小孩不再吃两餐(两餐中有一顿是土豆或玉米)，而是三顿白米饭，就是在这样的生活环境下他们依然抱着对学习的无限热情!关键词：三下乡;南华镇;红色之旅;环保宣传;敬老院为了磨练自我，锻炼自我，提高自我，我选择了历时八天的暑期大学生“三下乡”社会实践活动。从此我踏上了光荣的志愿者之路，一路上，有酸、有甜、有苦、有辣。对我来说，不论是哪种滋味，它都是一种收获，一种提高，更值得我用一生的时间去回味。

八天的下乡生活相对于人生而言，并不算长，但对我们参加“三下乡”的全体队员来说，这段日子是大学生活中最绚丽、最深刻的一笔。它区别于我们任何一次曾经参加过的活动，因为它不仅锻炼了自己还服务了农村。这八天中，我们冒着酷暑，克服各种困难在乡村，从而磨练了我们的意志力，并且得到了让我们一辈子受用的知识和经验。

虽然这次活动只有短短的八天，但我们每个人都倾注了自己所有的热情，当看到一双双渴求着知识和力量的眼睛，倍感我们责任的重大。在去高台之前，我着实好好准备了一番：找了很多适合小学生玩的游戏，还和我的搭档杨老师想了很多我们小时候玩过的游戏和很多从前听过的故事，还有一些最新的知识以及一些新鲜事，争取让他们了解更多外面的世界。

在这次活动中，我上课的时间并不是很多，所以我尽量用我有限的知识讲一些对孩子们的生活和学习有帮助的东西，比如礼仪，寓言故事和一些为人处事的方式以及还有一些自己总结的学习方法。上课的效果还不错，课堂气氛很活跃，学生们很愿意听我讲的东西。能够使学生愿意听，喜欢听，愿意配合，我已经很心满意足了。最后我教孩子们打篮球，虽然他们打的不是很好，但是他们对篮球的热情深深地感染了我，我相信他们以后会打的很好，快快乐乐的感受篮球，感受生活!

最值得回忆的是在高台县中心广场上进行的那一场规模宏大，场面热烈的大型环保宣传，在这次宣传中到来的嘉宾有高台县团县委书记，环保局局长以及高台县各大媒体的新闻记者，还吸引了很多市民关注，并且一些市民主动参加到了环保宣传之中。在这次活动中我们搜集了大量的环保图片以及制作了很多宣传海报，在宣传活动中还加入了一些文艺表演和有奖竞猜游戏，尤其是百米画卷，吸引了很多孩子们的目光，用画笔描绘了他们对未来美好生活的憧憬，使这次活动显得十分有活力，在社会上引起了强力的反响，得到了一致好评，达到了意想不到的效果，这是我们全体队员共同努力得到的成果!

在宣传活动结束后我们又去了高台县敬老院，为老人们送去了一些慰问品，并且为他们打扫了卫生，除此之外我们还为老人们表演了舞蹈《开门红》演唱了歌曲以及秦腔《拾黄金》。在与老人们聊天的过程中我们学到了很多当地的风俗以及听到了很多有趣的历史故事，并且了解了一些关于敬老院在管理上的不足之处，还有政府在老人福利事业上的工作失职。我想这些都是我们每一个人以后需要努力做好的地方。

多日来的下乡调研经历，给我们留下的是无尽感动。在入户调查的过程中每个贫困生的生活都让我们震撼，为天真的山沟小孩，为辛勤无知的山民，为恶劣的环境虽然河西一带是我国的产粮区，但贫富差距还是比较大，有的家庭给人感觉非常的富有，但有一些孩子的确让人感到非常的揪心。这里有因为双目失明而没有上学的，有因为失去双亲而上学有困难得，有因为家里人多地少而吃不饱饭的他们一边要上学一边还要干农活。他们不知道山外的人是怎样个小康富裕，他们仅有的愿望和想法是，让大人、小孩不再吃两餐(两餐中有一顿是土豆或玉米)，而是三顿白米饭，就是在这样的生活环境下他们依然抱着对学习的无限热情!记得刚到学校时候开的见面会，那是一次别开生面的见面会，有小学生，中学生，大学生，老师，还有未上学的小娃娃，有坐的，有站得，每个人都表现的非常认真，偌大的校园恍惚从沉睡中惊醒。作为大学生，要好好珍惜现在的学习机会，努力学习科学文化知识，武装自己，以便将来能够更好的服务社会，报效祖国，为人民多作贡献。

在我们完成既定的下乡任务后我们又去了西路军纪念馆，魏晋墓葬群等文化景点，接受了一次爱国主义教育，了解了一些自己从未听说过的知识，提高了自生的文化素养。

在这次下乡活动中，我相信有一些人和事是一定会被记忆保存的，比如说那些可爱的孩子们，比如说我们的“smallworld”，比如说宣传活动，比如说那次敬老院之行，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，在高台县南华初级中学里到处洒下了我们的辛勤汗水，留下了我们的足迹。每天晚上我们所有的志愿者还会在宿舍进行经验交流，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第二天的工作。

住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，虽然睡着吱扭作响的破床，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!除了忙碌外，我感受到的是围绕在我们每个人中间的融洽氛围，工作中，大家互相交流学习的激情感染了空气中安静的因子;闲余时，大家的欢声笑语荡漾于清新的空气中……一起休息，一起共餐，一起生活让我们彼此更加了解对方，更加亲密。在快乐与愁苦中，我们一同成长。每每想到这，我都会会心地微笑，可以说，这些都成了我回味最好的调味剂。二十几个人一起抢饭吃，在路上拍摄路边照片，关心我们的学生……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。不知不觉时间如梭，离别的日子如期而至，紧紧拉着我们的手，一双双含泪的眼睛，久久不愿意离去的身影，电话中传来的哭声。几天的时间一转眼就过去了，我经历了，走过了，收获了。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，但却决不仅仅是用兴奋就能描述的，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!

**三下乡心得体会篇四**

手指在键盘上敲敲打打，写下我点点滴滴记忆。今年的夏天酷热如旧，今年的雷雨急骤如夕。然而今年的夏天我们却肩负着不同的使命，拥有不同的感动。我们在学院领导的关怀下,在院团委的支持和系党组织的带领下，我们 “牵手石化储运，共促科学发展”暑期实践团队的活动已经圆满结束。

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。在活动中每一位同学都互助、互爱。在一个合楷的气氛中开展活动。不论是活动的前后，大家都有一颗善良的心，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!我们队员之间保持良好的联系，外出事先报队长得到批准。我们每个人都记日记，记录着当天的生活点滴，每2~3日进行工作小结。

泪水与喜悦，还是要落入俗套，最想说的一句话还是时间过得好快，十二天的暑期实践活动就这样结束了。从开始时的喜悦与好奇到如今的怀念与不舍，种种感想在这短暂而又漫长的十二天里，从我的心里飘过飘过，难以忘怀!这十二天的暑期实践经历，我获得了很多，有友情，有经验……在参观学习过程中遇到了两位中国石油大学研究生的学长，学长跟我们聊了储运专业的前景，另外学长建议我们在校大学生要好好珍惜在学校的时间，尽量多去学习。

给我印象最深的是他说大三的专业课很重要，除了老师强调的重点知识外，一些细微的知识我们自己也要主动去钻研，像海洋学院这样比较年轻的学校，知识系统比起其他老资格的学校的来说还不是很全面，而大学的知识又是最最基础的，为了把基础打好，我们更得主动去多学，学精，否则和那些211工程学校的同学竞争起来就相对较弱了。这些话很诚恳，很现实，联想到自己近两年来的学习态度，实在难以启齿，大三，是得踏踏实实地学习专业知识了，不管今后是不是从事这一行，但对于自己多学知识总是有利的。这次的三下乡活动，不仅仅是个好的学习平台，更是我们锻炼自己、接触社会的一个很好的机会。先感谢一下给我这个机会和一直鼓励我坚持下去的那些人们!

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：

一、合理分配

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。

二、主动提问

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。

三、关心他人

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。

四、不断的学习新知识

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

五、团队精神

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。

十二天，如白驹过隙，三下乡的到来仿佛就在昨天，而离别却在今日;十二天，虽然时间不长，但离别总是让人依依不舍;十二天，我们留下了汗水，收获了欢笑与喜悦。十二天后的今天，我们留下希望，带上祝福，踏上新的征途。世上最难忘的就是那朝夕相处，一同挥汗，一起欢笑的人儿，还有这如诗般的土地。这次活动中我们做得可能还是有所欠缺的，但是有经验有教训才是一个真正意义上的完整实践，不论如何，这都是一次非常有益的活动，使我们在学校要更加学好理论知识将来应用于实践之中去，使我们将来能为社会作更大的贡献!虽然本次“三下乡”活动画上了圆满的句号，但“三下乡”的路还很长，“三下乡”的工作也将一如既往的开展下去。

**三下乡心得体会篇五**

盛夏的七月，刺蛰的阳光倾斜在一群朝气蓬勃年轻人脸上，我们怀着激动的心情，怀着对社会强烈的责任感和使命感;在学院领导和老师的指导下，我们用我们的智慧与实际行动完成了经济学院暑期三下乡社会实践活动。

此活动是以调查吉安市永新县石桥镇农村老百姓的收入与消费情况为主要内容，是实现在了解农村生活，体验农民艰辛的同时，培养我们大学生的自觉服务社会、服务国家的意识，引导大学生结合经济学院专业特色，通过实际行动为建设社会主义新农村贡献出力所能及的力量。

尽管此次的下乡调研实践只有三天的时间，但我们付出了很多也收获了很多，在与农村老百姓面对面心贴心的交流中，我们体味了他们的艰辛;在和乡政府领导的联系、采访过程中，我们既增长了见识，也收获了成长;在农田里为老百姓干一些普通的农活时，我们收获了这个村的热情和助人为乐的喜悦……这次的三下乡活动，不仅仅是个好的学习平台，更是我们锻炼自己、接触社会的一个很好的机会。

通过这次三下乡，我主要有以下几点收获：

一、合理分配

不论是做什么工作，都会进行分工合作。一个团队只有合理安排人员，才能保证机制的完成，才能将大家拧成一股绳，齐心协力做好事。这次的调研让我深刻体会到这一点。如果没有事先做好分工工作，那么我们这次的调研活动既不可能高效率的完成也不足以应付在调研过程中出现的种种突发情况。在今后，如何合理安排人员，如何将激发大家的潜能，如何才能使大家更有默契的配合，这些将是必修课，也是我学习团队运行的第一步。

二、沟通与交流

在一个团队的运行中，沟通与交流是必不可少的。我们在实践中，有时候沟通不够，导致我们走了一些不必要的弯路。在今后的学习和工作中，我会学会及时和他人进行沟通交流，及时表达自己的想法和看法，将思想传递他人，共同做好每一件事。

三、团队精神

团队精神在这次调研中体现得尤为重要。无论是作为队员还是领导者，都应该有团队意识团队精神。我们这次调研既分了小组又在组的基础上进行了分队。在调研过程中，尽管我们是单独行动，但团队之间的配合体现得很出色。任何组织、团队都需要一种凝聚力，而团队精神正是凝聚力的主动力，是通过对团体意识的培养，通过大家在长期的实践中形成的习惯、信仰、动机、兴趣等文化心理，来沟通人们的思想，引导我们产生共同的使命感、归属感和认同感，反过来逐渐强化团队精神，产生一种强大的凝聚力。所以，在今后，如何培养自己团队意识，如何激发他人团队精神，这些都是做事的重要课程。

四、不断的学习新知识

在现在的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我们是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有在与农民的交流中我们才真正明白当前国家的政策落实到老百姓手里是怎样的，反映在现实生活中的变化往往比我们平时看到的消息更为具体和实在。在信息化爆炸的时代，我们必须不断汲取新的科学文化知识，随时了解世界动态，只有这样，我们才能跟上信息化时代的步伐。在市场新型环保材料的调查过程中，我充分感受到了本专业知识的重要性，材料对未来社会的发展的重要性，更加坚定了我学习材料的决心和信念。

短短三天，白驹过隙，我们留下了汗水，收获了欢笑与喜悦。今天，我们留下希望，带上祝福，踏上新的征途。这次活动中我们做得可能还是有所欠缺的，但是有经验有教训才是一个真正意义上的完整实践，不论如何，这都是一次非常有益的活动，使我们在学校要更加学好理论知识将来应用于实践之中去，使我们将来能为社会作更大的贡献!

**三下乡心得体会篇六**

回顾宝墨园三下乡，我感慨良多，艺术学院六大协会留给我们的不仅是感动，还有成长。对比以前，感觉自己成长了不少。生活对我如此慷慨，让我在付出一点点的时候却让我收获了很多，学会了很多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。

参加暑期宝墨园“三下乡”，我真的感到很荣幸。短短的一天，这过程的点点滴滴，我仍然历历在目。我是负责玉湖书画社部分的，每次，当我想起大伙在例会上讨论的情景，我满腔热情;当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动;当我想起同学们的笑容时，游客的笑容时，我满盈开心。成长看似是一瞬间的事情，但我知道，我是在经历中体会成长。这种成长，何其珍贵!

此次宝墨园“三下乡”，我收获了很多：

第一、珍惜。是什么样的缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多朋友，为了共同的目标，付出自己的真心。机缘难得，唯有珍惜。珍惜今天，珍惜生活，珍惜让我富有!

第二、细节。“细节决定成败!”任何一份工作，一次活动，都需要去精心策划，需要去细心准备。未经深思熟虑，肯定会忽略了很多细节，以致顾此失彼，那就会对工作造成诸多不便，降低效率。细节永远是我们不能忽视的敌人。

第三、团队意识。来自不同协会的成员，在一起工作，一起宣传亚运知识，良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团体，一个集体，一切都应该服从，不论是做什么工作，一切都应该为大家着想，为团队着想。

第四、沟通交流。每个人不断地都会有些新的想法与体会，也许是喜悦，也许是忧伤，经常与队员们谈心，听听大家的心声，了解大家的感想，可以促进理解，也可以集思广益，或是彼此分享喜悦的心情。

第五、主动。主动考虑团队里的大小事情，主动地提出自己的见解，主动地提出疑问。这一个个主动，虽然简单，却意义重大，让我了解到更多，学到更多。

第六、理解包容。每个人的性格都不同，我们不能要求其他人都像自己那样做事，更不能把自己的意愿、想法强加给他人。学会理解，包容别人，包容社会，包容世间的一切。其实从下乡的筹备活动到整个活动的结束，事情都不是一帆风顺的，但每次遇到问题时，我们都会共同商量找出解决问题的办法。而虽然在商量过程中，往往会意见不一致，但我们都能互相理解。慢慢地我也学会了包容、学会了体谅，更加懂得站在别人的立场想问题。

当然，在我们这次活动取得丰收同时，我们也必须承认，我们的工作也仍存在着诸多不足或做得不够的地方，如对下乡的总体认识还不够深刻，由于缺乏经验，一些准备工作跟实际的工作有一定差距，一些工作细节也还考虑或做得不到位等。但我们依然相信，有收获，有经验，有挫折，有教训的活动才是一个真正意义的完整的实践活动。作为当代大学生，这也是一份社会责任感，用我们所学的去回馈给予我们更多的社会。一步一脚印，希望我们的足迹可以遍布乡村每个角落，让希望在乡村中蔓延。

通过这次社会实践我更加坚信：意气风发的我们经历了下乡的再次洗礼，象牙塔里的我们并非两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。

**三下乡心得体会篇七**

回顾宝墨园三下乡，我感慨良多，艺术学院六大协会留给我们的不仅是感动，还有成长。对比以前，感觉自己成长了不少。生活对我如此慷慨，让我在付出一点点的时候却让我收获了很多，学会了很多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。

参加暑期宝墨园\"三下乡\"，我真的感到很荣幸。短短的一天，这过程的点点滴滴，我仍然历历在目。我是负责玉湖书画社部分的，每次，当我想起大伙在例会上讨论的情景，我满腔热情;当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动;当我想起同学们的笑容时，游客的笑容时，我满盈开心。成长看似是一瞬间的事情，但我知道，我是在经历中体会成长。这种成长，何其珍贵!

此次宝墨园\"三下乡\"，我收获了很多:

第一、珍惜。是什么样的缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多朋友，为了共同的目标，付出自己的真心。机缘难得，唯有珍惜。珍惜今天，珍惜生活，珍惜让我富有!

第二、细节。\"细节决定成败!\"任何一份工作，一次活动，都需要去精心策划，需要去细心准备。未经深思熟虑，肯定会忽略了很多细节，以致顾此失彼，那就会对工作造成诸多不便，降低效率。细节永远是我们不能忽视的敌人。

第三、团队意识。来自不同协会的成员，在一起工作，一起宣传亚运知识，良好的团队意识是一切活动成功的前提，

第四、沟通交流。每个人不断地都会有些新的想法与体会，也许是喜悦，也许是忧伤，经常与队员们谈心，听听大家的心声，了解大家的感想，可以促进理解，也可以集思广益，或是彼此分享喜悦的心情。

第五、主动。主动考虑团队里的大小事情，主动地提出自己的见解，主动地提出疑问。这一个个主动，虽然简单，却意义重大，让我了解到更多，学到更多。

第六、理解包容。每个人的性格都不同，我们不能要求其他人都像自己那样做事，更不能把自己的意愿、想法强加给他人。学会理解，包容别人，包容社会，包容世间的一切。其实从下乡的筹备活动到整个活动的结束，事情都不是一帆风顺的，但每次遇到问题时，我们都会共同商量找出解决问题的办法。而虽然在商量过程中，往往会意见不一致，但我们都能互相理解。慢慢地我也学会了包容、学会了体谅，更加懂得站在别人的立场想问题。

当然，在我们这次活动取得丰收同时，我们也必须承认，我们的工作也仍存在着诸多不足或做得不够的地方，如对下乡的总体认识还不够深刻，由于缺乏经验，一些准备工作跟实际的工作有一定差距，一些工作细节也还考虑或做得不到位等。但我们依然相信，有收获，有经验，有挫折，有教训的活动才是一个真正意义的完整的实践活动。作为当代大学生，这也是一份社会责任感，用我们所学的去回馈给予我们更多的社会。一步一脚印，希望我们的足迹可以遍布乡村每个角落，让希望在乡村中蔓延。

通过这次社会实践我更加坚信:意气风发的我们经历了下乡的再次洗礼，象牙塔里的我们并非两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。

一个人的价值所在并不在于他得到了什么，而在于他为社会贡献了什么。

**三下乡心得体会篇八**

大巴车在我们的呼喊声中，转着一圈又一圈的盘山公路，在和煦的阳光、清澈的天空的迎接下，我们终于到达了我们的目的地---咸阳市淳化县方里镇。

淳化县，全国有名的“北五县”之一。它的出名不是因为有什么享誉海外的特产或是名胜古迹，而是一个字---穷。因为地处高塬，能够种植的土地相当的匮乏。它们的经济来源只是种植一点粮食和苹果，在只靠天吃饭的情况下，他们的收入只是能够温饱。那里的人们每日都挣扎在温饱线上。而如今，人们的生活水平都在提高，这里有很多人都出去打工了。我们在作社会调查的时候，到处看到的都是老人、孩子和妇女，年轻人或是身强力壮的男人，几乎是看不到的。留守在家的人依然靠种植苹果和庄稼度日。或许每月接到在外的人寄回的钱，或许是孩子上学的时候，也或许是逢年过节。这里的人们很少走出这座高塬，去看看外面的世界。

所以，理所当然的，当我们到达那个地方的时候，许多小孩就在我们所住的学校门口看着我们。我们上前和她们交谈，费了点周折才有人和我们交谈。那些孩子大多都是干干瘦瘦的、黑黑的，脖子和胳膊、腿都脏兮兮的。在以后的交谈和更深了解中，我们知道到了，很多孩子的父母都外出务工去了，家里的老人照顾孩子也是心有余而力不足。或者，是忙于生意、农活，无暇顾及孩子。但是孩子们的求知欲，却一点不减。

每天清晨我们还没有起床，有些孩子都已经等在学校大门外;每天放完学，总有学生还在学校停留着，与我们交谈玩闹;上课时他们都很认真，我们的一个微笑、一个鼓励的眼神，都让他们勇气倍增。回答问题时你争我抢，手都举的很高很高。

我们在走的前一天下午，按照计划举办了一场文艺演出，很多孩子也加入了我们的表演队伍中。他们送给我们一首歌，叫《长亭送别》。很凄凉的一首歌，他们的发言是：“送给带给他们快乐的哥哥姐姐们，你们一路走好!”我们在排练的时候，大家都有一点莫名的伤感。文艺演出前有一个小小的捐赠仪式，我们代表学院向方里镇中心小学捐赠了两千余元的学习用品和体育器材。学生们高高兴兴的领着那些捐赠品，很是高兴。开学了，他们就能用这些东西了。孩子们的眼里，满是喜悦。

吃晚饭的时候，突然一个队员带着个女学生进来了，他告诉那个队员说她要找一位扎长头发、穿红衣服的姐姐。那个队员知道了以后就带她过来了。原来那女孩是要给那个女队员送一幅素描。那女孩刚上五年级，她画的是那个女队员，令我们不可思议的是，她画的非常好!很难想象她那么小，却能凭记忆画出那么逼真的素描头像。那个女队员感动得热泪盈眶。吃饭时，她告诉了我们她和那小女孩之间的故事。那是我们刚到的那天下午，来支教组报名的人很多，我们规定的名额都已报满，也婉言谢绝了好几位家长的请求。这个女孩来的时候，我们也婉言拒绝了她。但这个女孩对那个接待她的女队员说了一番这样的话，“老师，我是农村娃，没见过你们这些从大城市来的老师们。我很想学习，很想跟你们学些知识，请你们收下我吧”。那女孩满眼都是那种渴求、渴望的眼神。那女队员不忍心打碎孩子的希望，就私下收留了那女孩，再加上有女队员对那女孩有时不经意的关心，那女孩对女队员是感激信至。所以在临走时送了那幅素描画像。

在我们要走的前一天下午放学，很多孩子不愿意回家，一直在哭。我们这些在外做社会调查的刚回到学校门口，就看到好多孩子蹲着站着的，全都在那哭。过去问过之后才知道，他们是不愿意我们走，要我们留下来。我们很心酸，所有的队员都抱着那些小孩哭，大家边抹眼泪边哄着送孩子们一一回家。我们回到宿舍然后就开会，有些孩子又在学校门口徘徊，也有打电话给我们这些“老师”希望我们不要回去。第二天差不多六七点，又有一些孩子在学校门口徘徊，等待着送送我们这些“老师”。我们的眼睛又湿润了。坐在车里，天上飘满了细雨，或许是，我们所有人的眼泪吧。

我们随着当地的一名老红军游览了当地的著名战役发生地---爷台山。在这座不足五十平米的山尖上，很难想像当时我们进行的自卫反击战打的有多么艰苦。山雨飘飘，可是我们的激动心情却一丝不减，还和老红军一起唱起了革命老歌。老红军即兴还给我们唱了他去抗美援朝时的朝鲜歌曲。在我们的欢呼声中，他还教我们了好几句日本话，大家学的很开心。下山时，我们还参观了一个小型的革命文物陈列馆，那里有好多我们在电视才能见到的东西，爆破管、放毒气面具、炸弹等等。我们每个人都还和那里的一把步枪合影，摸着那东西真的感到不可思议!

大巴车呼呼的驶离了方里镇，我们整个车厢安安静静的，没有一个人再开玩笑。我知道，每个人都在想事情，每个人都在思考很多很多的事情。

五天的下乡生活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。

“三下乡”活动是我们学生深入基层，了解社会主义新农村的发展，体会科学发展观在农村是如何开展的，以及三农问题在农村是如何有效的得到解决的，让我们当代大学生能够跟深层次的理解党的指导思想，传播先进的教育、科学等方面的知识，引导我们积极的投身到祖国最需要我们的地方去。

我们大学生正处于风华正茂之年，年青是我们的资本，实践是我们的敲门砖，人生的精彩此二者必皆具备。通过这次“三下乡”活动我得出:我们要有“吃得苦中苦”的精神;“乘风破浪会有时”的信念;“直挂云帆济沧海”的气魄。只有这样的不断的提高自己的综合素质，才能跟好加快融入社会的步伐，才能吹起冲锋的号角冲向成功。

此次活动很是锻炼我们这些学生，这不单单是一次丰富我们生活、锻炼我们的实践，也是我们人生一次小小的洗礼。虽然只有五天，很短很短，但是却给我们很多的感慨。我们真的学到很多的东西，亲眼看到了我们曾经只是在电视上看到的窑洞和土塬，也调查到了很多只是在电视上看到的腐朽人员的劣迹，也亲身体验了游塬玩闹的快乐。远离城市的宁静是那么的美好，那么的祥和，更重要的是，这让我们对自己以后的未来有着重新的思考，也许会改变一些人的人生轨迹。很多很多的问题值得我们深思，值得我们研究，值得我们想想在以后的人生路中遇到了这些问题我们该怎样面对、该怎样解决。

所以，真诚的希望以后这种实践活动可以更多地在大学中展开，可以让更多的人有机会去看看不一样的地方不同人的生活方式，可以更多的接触到一些自己身边没有的人和事，自己去探索那些不所知的事情，自己思考自己的人生该是什么样子的。有些时候，不经意的一些事情会改变一个人的思维方式，一种习惯，甚至是一个人的一生。

写在最后，光阴似箭，短短的五天很快就过去，从这个特别的旅程中我获益良多，无论是与队友的交往还是所见所闻，然而作为我们国家的新人，不单要充实自己，而且当我们学有所成之时，我们是否要报答养育我们的土地，带领尚且贫困的同乡走出山区，走出贫困呢?

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找