

大班美术多彩的鱼教案(精选10篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

下乡活动心得体会篇一

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。在一个合谐的气氛中开展活动。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！

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圆满的。

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

以前都是有活动了大家在一起，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一起那么多天的，通过这一次，我知道了原来关心他人也是交朋友的一种方式。

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

虽然这次我是一个普通的队员，但正是这样我看到了很多作为一个领袖所看不到的东西，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。从一个领袖的角度，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。

下乡活动心得体会篇二

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。

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。

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。

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。

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！

下乡活动心得体会篇三

本页是最新发布的《师范学院三下乡社会实践报告心得》的

详细范文参考文章，觉得应该跟大家分享，重新编辑了一下发到。

彩旗，热血澎湃的宣言，朗朗晴天里，一路歌声，颠簸中，我们前期所有的准备，三下乡，在踏上荷花镇高丰村坚实的土地，拖着行李的那一刻变得那样的真实。

这是和以往都的社会实践，我在一个齐心协力的团体里，几乎所有人都是头一次下乡，但在整个过程中，我们竭尽所能地发挥我们最大的潜力，在学习，学习如何处理一个个接踵而来的问题，同时，也在学习着彼此合作。我还记得每晚的例会，一天下来疲惫的强撑，严肃和诙谐并存的一项项议程，我看到我的队友们在他们职责内已经俨然成人般的稳重和承担，听到校园里回荡的孩子和我们的共同笑声，脱离了刻板的课堂和相对自由的大学生活，作为一个团体的我们在这里得到了宝贵的机会来相知，相互扶持，并且见证了彼此的成长。

这是和以往都不同的一次社会实践。从我们下车的一刻开始，作为本地人的小钰的爸爸，许叔叔一家便为我们操心，并一直提供了莫大的支持，一篮篮自家种的青菜，深夜送来的铺地用的垫子，一次次停电停水不厌其烦联系人来的妥善解决……竭其所能。在慢慢体味出自己读书多年却在生活上有时无能的同时，我也慢慢懂得，不只是这一次的下乡，可能我们每一次的所谓的社会实践，所谓的体验生活，其实都要在某一些人的热心帮助下才得以展开，或许成为我们以后骄傲的谈资的体验，我们不能不提这些生命中给予我们经验和帮助的贵人，我们都是站在前人的肩膀上发现世界的，这一点毋庸置疑。若以后有机会，我也应当欣然允许后人踩上我的肩膀。

这是和以往都不同的一次社会实践。和以往不同，我们并没有在一个比较舒适安逸的环境里。我们甚至不在文明的城市里，从下在城镇里面长大的我，对于农村的认识，也许只有

对每年才回得去一两次的老家那样狭隘的认识。高丰村里的一切，不受束缚的鸡鸡鸭鸭，友好而互相招呼的村民，满满的绿色和蓝蓝没有一丝遮盖的天空……对于我来说，都很淳朴而新鲜，当然对于我们的生活环境，初初有些难过。但是短短十来天，即使我仍然不反对由俭入奢易，由奢入俭难的哲理，我也发现了人的适应能力其实能够强得不输小强，曾经以为的不能忍受的生活条件，原来都是能够被颠覆的。在初来高丰村的巨大反差被渐渐抚平的同时，我也真正地体会到的农村和城市的巨大差别，我们以为的文明的，便利的，越高和越豪华就越好的一切，在这里都是见不到踪影的，但这里的人安然适之，我们以为会粗鄙的，其实更加真诚不欺，也曾过去革命热血年代有过光辉得令人钦羡的历史。

这是和以往都不同的一次社会实践。我们的自主性是空前的。自己组织的队伍，分组和人员的安排，包车，学校等等的联系，与当地村民的交流……我们在艰难的自我学习中前行，给高丰村的人们带来活泼生动的气息的同时，也在每日承受着他们的感激与恩情。我们主动跳出了大学生的圈子，试着转移角色，试着做好一个掌厨的人，喂饱嗷嗷待哺的三十好几个队友，或者试着端坐在电脑面前，一篇一篇不厌其烦地发稿，力求扩大这支队伍的影响，或者在课堂上声嘶力竭，传播知识，又或者把村庄每个角落都跑遍，面对面地与年老的村民交流，倾听他们的诉求。我们主动而积极的努力，换来了正式而肯定的认同，镇长在文艺汇演那一天为我们送来了一面锦旗。我开始理解一件事，原来，我们真的会因为奉献而与众不同，会因为内心的那份荣耀而感觉到自己存在的价值。

这是和以往都不同的一次社会实践。作为调研组的一员，我在整个三下乡的过程中，学会的更多的是，如何思考。我所接触到的人，我所听到的故事，我所看到的景象，和我在不久之前坐在教室里读的学的知识，有融合的也有相违背的，都变成我思考的根源和粮食。我从对养老制度的一知半解，对农村养老制度的半盲，到现在清楚意识到农村养老现状所

存在的问题，并依据自己的想法，试图去提出解决问题的方法……..我看到了我思想上的飞跃成长。我从前人云亦云地只知实践的重要性而不去探索其究竟为何，但是越是实践我越是察觉到了纸上终究得来的浅，践行才真理的发源地。越是接触这个我们终将有一天也要将自己完全交付于的社会，我越是开始明白，我们必须安下心来在四面墙里将那些厚厚的理论读个四年之久的原因，没有知识作为支撑，我们很难在实践中明白现实必须要我们明白的事，以理论为框架，我们才能理解我们所不能理解的事，也才有资格去赞同或者反对某些事。我们要先足够清楚原理，才能够有所发明和创造。就像此次的三下乡活动，我们必定也是有所准备和积累，才浩浩荡荡地出发的。

这是和以往都不同的一次社会实践。回到了学校，甚至回到家那么久，一闭上眼回想起来，三下乡期间高丰村里发生的一切，仿佛就在我眼前，可见这次实践对我的影响之深。我想那些都将会是我生命中宝贵而难得的时刻。而在高丰村所经历的，也使得我更加珍惜我现在拥有的一切，因为与我们遇见的村子里的孩子相比，我们的物质和机遇，条件好得太多太多，又有何理由不去好好珍惜呢？与此同时我们调研组的工作后期仍在进行中，我的经历也使得我更关注农村现状，特别是养老问题，关注政策的改变和走向，那些从前听起来高大上离我们又远的关注农村改革、新农村建设以及养老问题解决的新闻，从此不再会是耳边的过客，我会默默地关注这些动态，并结合我所学习的知识，以我的绵薄之力，去默默地做一些改变。

我视每一次社会实践为我人生路上的一步脚印，我也已经看到了这次实践在我人生路上的烙印，期待下一步能走的更远、更深！

下乡活动心得体会篇四

期待已久的三下乡社会实践活动终于要启动了，我有幸分到

了支教组、后勤组、通讯组工作当中去。

作为后勤组的组长，自己认为责任重大。因为一个队伍要准备的物资繁杂和细致，而经费又要明确支出的每个地方，详细记账和选择适宜购买地点相当重要。对于我这个平时就非常马大哈的人来说，记账是对我的巨大考验。因为要明确每一笔账本，且要保证经费不能丢失或者给错。

幸好队伍的朋友们都非常支持我的工作，他们购买的物资都有拿着发p找我报销，这对于我的工作有着巨大的帮助。收集好各工作组所要的物资，列成清单。由于明伟22号那天要去实习，所以俊辉和怡生都帮了我很大的忙，东西很重，非常感谢他们。

卖完东西后，并不代表着准备物资的结束，还要清算钱数是否准确，细致到每个物品的单价和数量都要记得清清楚楚，我想，这样才能给大家一个清晰的支出明细表。

作为支教组的一员，陈欢师姐根据我的意愿把我分到了photoshop组，由于还不是很熟悉，之前也对photoshop课程准备得不够充分，在试讲的时候，效果实在差到不行。显然我是受到打击的，可是陈欢师姐鼓励我，说不要给自己压力那么大，如果不行可以找她说。我很是感动，所以当晚我就改变教授的主题，根据支教组员们的意见和建议，学生的兴趣爱好，我决定选了科幻水人和阿凡达这两个主题，通过实践和讲课，确实让我了解到这个改变是很好的，在支教的整个过程，让我觉得，当老师其实不好当，备课非常麻烦，特别是讲你并不熟悉的课程，所以当老师，实力很重要。

作为通讯组的一员，写了第一篇通讯稿。说真的，由于自己的其他工作和一些事情，自己负责的那篇通讯稿并没能按时完成，所以比较抱歉。以后，如果有机会，一定按时按质量完成。

这次5天的三下乡，不管是支教方面，后勤方面，调研方面都学到了很多，与人沟通的能力，学会对人的理解，学会换角度想事情，不管在做人做事方面，都得到了很好的锻炼，希望在下一年的工作中继续弥补自己的不足。

下乡活动心得体会篇五

今年暑假我有幸能够加入到三下乡的行列中，并分配到后勤组。我深深的知道后勤的重要性，我们不仅仅要给队员们做好后勤工作，对于我们自己来说也是受益匪浅。

作为大学一年级的我们，没有丰富的教学经验，为了不让这些可爱的小学生失望，“小老师们”抽课余时间准备教学内容并试讲，并他们尽量往“快乐中学习”的方向备课。队员们备课的热情令我很感动，我相信我们可以带给学生一个精彩难忘的暑假。

满满的期待拉开了三下乡社会实践活动序幕。每个队员都有了自己的职务，而我选择了后勤，我们都知道后勤的工作很辛苦，要做好后勤前期工作，安排好日常的开支，负责队员的安全，妥善后勤后期工作等，但是我们都乐在其中。

来到恬神小学的第一天，全体队员都在打扫教室，腾出住宿的空间，我们把桌子拼在一起，铺凉席在上面，就能当作我们的床了。下乡的日子是艰苦的，但再苦再累我们队员都没喊累过！由于我们都不是雷州本地人，有些队员不懂雷州话，所以下乡时，语言的沟通也是我们一大难题。我记得我第一次去买菜，用普通话与卖菜的阿姨交流，简直就是牛头不对马嘴，还好我有带上会讲雷州话的队员，这样我才能顺利买到我想要买的菜。那天晚上，我们后勤组员第一次煮大锅饭，其实我们没有大的炊具，只能问校长和村民借，我们用了3、4个小时才做好饭菜，岂一个愁字了得？不过，慢慢的安排我们的工作，我们的工作上了轨道，不再像以前那么困窘了。下乡的活动每天在有序地进行，我们后勤组每天都在总

总结经验中获得进步，顺利完成后勤的任务。17号晚，是我们下乡的最后一天，我们与小学生共同举行了“心手相连”的文艺晚会。我们文艺晚会在得到各方面的支持下演出与及圆满地成功。

三下乡活动欢笑、努力与汗水，都历历在目。20xx年暑假“三下乡”社会实践活动给予了我人生一片灿烂的回忆。想起那个第一次，第一次大家吃大锅饭，虽然有时炒得不是很好吃，但都是劳动成果，所以吃起来也很好味道。第一次十几个人一起在教室里睡觉，那个滋味那种感觉，至今都难忘记。三下乡，让我的大学生生活增加了不同的色彩，也得到了很大的锻炼，经受种种挫折，也让我明白了一个道理：“不见风雨，怎么见彩虹”七天的下乡将是我人生的一个回忆。

“要让事情改变，先改变自己!要让事情变得更好，先让自己变得要好。”这是我在这次三下乡活动中感悟得到的。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”。一个也不能少一个也不能倒下来，这次“三下乡”活动我们相信也许人生只有一次。我们每一个人都是很珍惜着这短短的七天时间。这让我学习到我所缺少的东西，锻炼了我，成熟了我。给予了我人生回忆留下了美好的金色的一段。

下乡活动心得体会篇六

但渐渐地，我发现三下乡的魅力所在了。我们在清凉的仲夏夜吃西瓜，一齐谈天说地，那时的西瓜比任何时候都甜;或者热热闹闹地吃饭，温馨的感觉此刻想起暖暖的;深夜夏蚊成雷，闷热难寝，则起身漫步走廊，夜那么静，所有人都睡了，仅有我仰件星空，感受清风，不禁心旷神怡，逸兴湍飞，仿佛心主天地，动静由我，深山间静谧将我震撼住了。所以我总是最晚睡的一个，因为我享受那份彻底的静!

七天，把童心重拾。

我本是后勤组，只是负责打杂，没有上课。有个队友平时很内敛，但上了一次课后兴奋得像个孩子。“你上课就明白了，学生太可爱了，他们眼神让你很感动！”于是我就找了个机会当了助教，走进课堂。学生们带着尊敬叫我教师，他们好奇地围着我问各种奇观的问题，他们的眸子里写满了对未知世界的向往，他们的笑容憨厚而朴实。在7天里，我感受到了！感受到童心的无邪、圣洁、庄严！我改变着他们，他们也在不知不觉中改变了我！我收获着感动，也开始从心灵上回归童真，开始摒弃成人世界的虚伪。我想，我的改变应当归功于这群天真烂漫的孩子，我的学生。

七天，我收获着友谊。

如果问我最难割舍的是什么。我想必须是这十八份友谊！那里的友情因朴实而纯粹，因纯粹而真实，又因真实而历久弥新。三下乡的队友都是怀集的精英，能和他们度过这七天是我的荣幸。生活中我们相互帮忙，活动时我们并肩作战。有点像战友，又有点像家人。记得我们一齐买菜，一齐做饭，一齐搞活动，有困难互相安慰，我感冒了他们会给我感冒药，喉咙痛他们帮我买金嗓子，他们需要帮忙时我会欣然相助。记得我走的那晚很多人送我了，我和他们一一握手、道别，依然像平时一样谈笑风生，不正经，但心里却拼命地痛了。人生很多个七天，但这七天因为有了他们，变得刻骨铭心，一生难忘！以后任是时光荏苒，一想起三下乡之行，我都会为这十几个朋友微笑、感动、并由衷感到幸福，因为我曾和这群优秀的人并肩作战过！

这次三下乡是一次收获之旅。艰苦着，欢乐着；奉献着，收获着；传授着，学习着。我记得中国有句古话叫“赠人玫瑰，手有余香”。那三下乡的余香应当已经弥漫在我的回忆里了，芬芳一生，让我受益匪浅。

下乡活动心得体会篇七

七天的光阴转瞬即逝的，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。

一个星期的生活就是这样重复着，带队的老师也这样和我们一起生活着，也不得不感叹着这生活的艰辛；生活苦是苦了点但很有生活的意义。我们在一起有说有笑，苦中作乐，有一种吃苦的幸福。一起聊天，一起吃饭，一起做家务，一起工作，一起支教，一起调研友谊在无声无息中培养出来了，我们团队里的感情更深固了。

感动的点点滴滴，零零碎碎，不经意间，将随时间风干，珍藏在记忆深处。

一分耕耘一分收获。

这次三下乡的实践活动不仅让我们提升了自己的思想，丰富了自己的经验，还让我们的心灵收获满满的。

我们懂得了团结，合作与交流；懂得了要面对困难和如何解决问题；懂得了如何与孩子相处；懂得了生活，可以清谈却不寡味，艰辛却也愉快。

这次寒假三下乡活动真的是一次很难忘的经历，使我有了一次验证自我的机会，使我无论在能力上或是在心灵上有了一次大的飞跃，也发现自身存在许多不足，需要以后注意与改善的。

下乡活动心得体会篇八

一夜的辗转反侧后，今早三下乡活动正式开始了。

一大早醒来，呼吸一下海风带来的清新空气，吃上热腾腾的早饭，本来这该是简单美好的一天，但是有着第一次与学生们见面的期待，今天变得不简单。

今早作为班主任第一次与学生们接触，刚开始因为语言不通，还要发动大家讲普通话，了解大家参与我们的三下乡活动意愿。而且面对这么多人，有点紧张。后来学生们都陆陆续续地走了的时候，我有点不知所措，但最后还是二十几个学生留下来了。

接着是开班仪式。开班仪式时，又有几个学生走了，我的心底涌现一股无力感。

在副校长和队长的带领下我们开展了开班仪式。在副队的带领下，千阳实践队员们进行了宣誓。

开班仪式后，我们回到教室，和学生们一起打扫了教室的卫生。并进行了更加深入的交流。

下午进行了开班班会，我进行了我们三下乡队伍的介绍和主持自我介绍，我准备不充分，弄错了几个地方，感觉有点内疚。而且我们班不够隔壁班活泼积极，学生们在我们讲的时候还在看书，可能是我自我介绍的时候开了一个不好的头，导致大家都没有兴趣听下去。以后我一定会吸取经验，做好充分的准备再去讲课。玩游戏的时候也因为不清楚规则搞得乱七八糟的。

今天开始得不是很好，我们都有点灰心，接下来几天我付诸更多的努力和精力去做好班主任这个工作。

下乡活动心得体会篇九

当重新漫步在亲切美丽的校园，当曲折的山路、紧张的和泉涌般的汗水都变成美好的回忆，当一切归于平静，回首向来萧瑟，我最大的体会是：对于青年大学生来说，最大的敌人是自己。

这是一次“三下乡”寒假社会实践，我们的实践团是一个五位男生两位女生组成的队伍。

8天的时间，刚刚结束大一生活的我们怀着一股热情，从学校到宁乡县，从县城到乡村，从政府、企业到农村，带着一包资料努力去完成“探索新农村农业经济产业链发展模式构建”的社会调查。在付出了辛劳之后，载着自己的思考、建议和一生难忘的经历归来。

我们并不怯懦，但社会这部书我们还需要慢慢来读懂。对于专业知识和学习能力，我们有足够的自信。可是当我们怀揣着理性的知识去叩响社会实践的大门，还是会遇到许多意想不到的问题，即便是我们做过准备。

这一段特殊的经历，给我最深的体会是：作为当代大学生，作为风华正茂的青年，我们最缺乏的，不是理论知识，也不是具体的方法，而是“敢为天下先”的豪情，是不畏困难、挑战自我的勇气。大学生要积极走出去，开阔自己的视野，在实践中完善自己的知识、提高自己的能力，才能更加优秀。

想起我曾一度痴迷金庸的武侠小说，看得多了也发现同样的道理：那些真正无敌的顶尖大侠，不是那些能够打败天下人的高手，而是最终战胜自己的人。

一路走过，虽然是“天之骄子”变成了“天之焦子”却终有收获。

真想再回去走一回山路，喝一口山泉……