

最新暑期三下乡社会实践心得体会 暑期 三下乡社会实践活动心得体会完整文 档(优质5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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，我们一起来看看。

暑期三下乡社会实践心得体会篇一

长达四十天的风雨历程，炎炎夏日，对于我们没有半点社会经验和温室的花朵来说是一个很严酷的挑战。火红的七月，激扬的青春。我想这四十天给我的是一笔无形的财富，将是我回忆大学活的一个永恒点。在那段漫长的日子里，我学会了如何策划，沟通、领导、组织能力。什么是坚强的意志和不懈的努力，什么是团队的力量，这些都是问题，都只是一个开始。

我想在烈日下找不到方向，没有联系方式，没有任何印象你处在何方。或许我体会到了，那时我能做到的却是流泪，我找不到任何方式去表达我当时的感情，我的情绪出卖了我一切的想法与做法，我只想逃离这边。不想工作只想回家，那种迫切的思家之情无法表达。

一天一天的过去，我认识到了自己的工作。我能一个人走一个小时去送文件，纵使我不知道方向，拿着一张画着不规则的地图。我能一个人把word和excel表格做好，我能一个人骑电车来回送文件，我还会教我的同事做ppt还能在大热天站岗一整天，然后为了检查去扫大街，还会负责写暑期三结合报告，帮着小朋友做活动和游戏，我还能帮他们做软件资料加班一个星期，还能去社区打印900份资料，并会操作机器，

那些我根本不会想的数字，更残酷的挑战是每天四十度的天气我们宿舍的断电，晚上无法入睡。我受不了气候的挣扎被病毒打倒了，感冒让我病了一个星期，让我感受到一个人躺在宿舍自生自灭的感受，让我听到爸爸一句话，我会泣不成声。还有我们因为懂事了不想为家里拿生活费，我们跑去发传单，真的热的窒息的感觉，钱好难挣呀，路人的冷眼和任务的艰巨，我们又一次做到了……我不知道是环境接受了我，还是我爱上了这里工作。是他们接受了我，还是我选择相信他们了。

没有想太多，我把他们这些同事当成了我最好的良师益友，我的工作经验不足，他们会教我。我的社会阅历不精，他们会说我。我很欣慰，我的不离开。我喜欢我穿四叶草志愿者衣服时的样子，肥肥的，却包含了我对这份工作的所有心血。给我印象最深的是最后一次我们组织的暑期三结合活动，我们几个和他们小学生面对面做游戏，仿佛就回到了我们逝去是童年，和他们一样渴望奖品，给我一本小本子，我高兴了半天。就那个小本子很小很小，上面的标价只写了1.5元。我却挑了半天。这比我在书店买任何一本昂贵的本子都要来的漂亮与兴奋。

一分耕耘一分收获。假如没有这次活动，我不会那么快的提升自己的思想，丰富自己的经验，我不会那么透彻的明白萍水相逢亦是缘这个道理——四十天的三下乡活动可以说是我人生中一大物质和精神的洗礼。这个暑假注定是个不平凡的暑假，不平凡亦是难忘，难忘来自三下乡。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，处事应变能力的不足，也为以前不了解实际情况而妄下定论而感到汗颜。

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。短短的四十天却教会了我在课堂学不到的东西，成了我以后人生不可缺少宝贵财富，给我的生活阅历添上了浓重的

一笔。都说只有义无反顾的付出，才可以理直气壮的收获。我在这段时间里，一直都在默默的、默默的存在，那里有需要，我们就在那里出现，我们熬过了思乡之切，顶住了烈日之毒，忍受了生活之艰。我们累了、乏了，却掩饰不了内心的喜悦与踏实。因为我们没有逃避，没有逃避使命与责任。过程中，辛酸的泪水、真心的微笑、坚强的背影，都将是我生命里最珍贵的回忆。

人生一瞬百年，那堪去去还还，无论尔在何处，只祈如水如船。至此，我们四十天的三下乡活动告一段落时日了。回顾其中的点点滴滴，带给了我们太多东西，我们第一次在没有任何经验的情况下完成的社会活动，我们第一次用我们自己的力量，扬起了希望的风帆，用我们真诚的爱心，为孩子们撑起了一片天空。这其中的酸甜苦辣，其中的坚持执着，我们冷暖自知。而于我而言，这次“三下乡”活动与其说是奉献爱心，不如说更多的是在锻炼自己，让我有了更多的历练和成长。它给了我一个亲身经历的机会，让我亲自去体验、去感受、去思考，形成了自己认识的。这次三下乡，意义不仅在于活动本身，而是我从中所认识到思考到的东西，那才是最珍贵的。尽管未来总会有别的喜悦，尽管时间总会为我翻开崭新的篇章，但是这个夏天的经历成为了我人生旅途中重要的一站，留给了我永恒的记忆和无怨无悔的青春。

暑期三下乡社会实践心得体会篇二

今年的暑假不再枯燥，在暑期的这次三下乡社会实践活动给我留下了不可磨灭的回忆，有点吵闹的学生，淳朴的村民，还有可口的饭菜……。

很荣幸参加了本次xx师范学院数学与统计学院青年志愿者行知实践服务队的下乡活动，下乡丰富了我的暑期文化生活，同时我也在与队员们一起下乡的过程中建立了友谊，我也学到了很多。和队员们以及孩子们度过的这九天充实而又快乐的日子，我将一直珍惜并铭记于心。

这次下乡我是分配到了宣传调研队，根据校方的要求，我们调研的课题是仙河当地的水质，同时针对仙河存在的有未成年人到韩江边游泳的安全隐患问题对义教对象进行了游泳安全知识教育。为了完成调研，我们做了充分的准备，先是收集资料整理出适应调研课题的问卷，并打印了两百份，在外出调研过程都重视与该地村民亲切地交谈，所以我们都是用潮汕话与他们交流，容易让他们打开心扉。除了外出调研需要顶着烈日，但是队员们都不辞辛苦，没有一点抱怨，认真负责地做好每一项工作，我真想给他们点赞！除了实地调研，我们还采集水样回学校检测，我们后期分工完成叙述经历、数据分析及整理、提出不足和建议和游泳安全调查等内容来总结出我们的调研报告。

下乡的环境不错，校方真的很重视这件事，无论在伙食、住宿、上课设备等，都尽心尽力，对我们下乡队员也是照顾很多，真的很想感谢好多人，感谢校长、主任、老师、门卫阿叔、做饭阿姨，谢谢他们的照顾，也得感谢一起下乡的队员，大家互帮互助，共同克服困难。

在与孩子们接触的过程中，我们也收获了很多感动，看着他们天真无邪，活泼可爱的样子，真的觉得自己也年轻了不少，在离开时，许多孩子都哭了，其实我们也是依依不舍，很多义教队员也哭了。其实路不是很远，以后我们还会去那边义教，我们还会跟进那边孩子的情况，愿大家都安好，茁壮成长。

下乡，辛苦而又快乐着，但本着数学与统计学院分团委学生分会“热忱为您服务”的宗旨，我觉得锻炼了很多，在服务他人的过程中更加强化的我的奉献意识，这无疑将是我一生的财富并且终生需要去体验的。

现在想来还真有点喜欢上那里了，与学生一起嘻哈，一起排练，一起流汗：与调研组的小伙伴们外出晒晒太阳，虽然七月的天真的很炎热，却也止不住路上的欢声笑语。与对小伙

伴拦一下路人，发一下问卷，去了趟水库，取了水样。有时候可能天气实在太热了，路上很难遇到路人，就走了很久，最后没什么收获就回到学校，但这丝毫不影响我们的热情。时间总是不等人的，不知不觉就到了要返校的日子了，不免有点不舍。

虽然以后我不一定记着每一件事，但能肯定的是这份回忆一直都在，在某个特定的地点，特定的时间，会不知不觉间想起一些东西，也许我们把它叫做怀念。

暑期三下乡社会实践心得体会篇三

此次暑期社会实践活动我担任队长，负责组织、协调全队工作。虽说我已经参加了一次社会实践活动，但要说带队还是有点惶恐，在这次社会实践中我碰到了很多没有预料到的问题，但在队友的全力支持下，此次活动还是进行的比较顺利。

拿破仑说过：“不愿意当将军的士兵不是一个好士兵”。但将军也不是那么容易就当的。经历这次暑期社会实践活动，我感触颇深。

要想把工作做好，需要团队协作，也需要各队分工明确。第二次参与暑期社会实践的我，角色由一个队员转变为带队队长。带领一个团队参加暑期社会实践，是锻炼一个人适应能力与组织能力最好的契机。

此次暑期社会实践感触颇多，同时也发现了不少问题，但在接下来的几天我有信心让这次活动有一个完美的落幕。

暑期三下乡社会实践心得体会篇四

今年七月十九号，我参加了由xxx经济贸易学院组织的暑期“三下乡”社会实践活动，我们的营队名称是“扬青春风采、促进位赶超”。我们营队这次下去的主要活动内容是：

宣传xx湖生态经济建设；同时做好关于土地流转、劳动力流转和“三农”问题的问卷调查；通过座谈等形式，了解乡镇基层党建现状及存在的困难；了解“三支一扶”人员的工作情况；依靠多种渠道，获取“环xx湖生态经济区”建设的相关信息与数据；深入农村、走进农户、贴近农民，做到了解农民疾苦，真实的反映农村的现状，呼吁社会给予“留守老人”“留守儿童”足够的关注。

在为期一个星期的下乡过程中，给我感触最深的还是关于“留守儿童”和“空巢老人”的问题。我觉得自己了解到许多在课堂上无法了解到的事情，个人的心境也有了一些变化，或者说是有了一些提高。

这几天，我们每天都会下到不同的村子，去做一些调查问卷，和村民们进行交流沟通。我从小就很喜欢和别人沟通，我一直觉得和不同的人沟通，透过不同的人可以看到不同的是世界。在村里的时候，我最多的就是和老人闲话家常，可以说每个队员应该最多的就是和老人沟通，这并不是我们有多喜欢和老人聊天，而是偌大的村里，几乎没有什么年轻人，年轻力壮的大都出去打工了。

村里的留守儿童和空巢老人的现象非常严重。这个情况在下乡之前，我们也是有做数据调查的工作的，多少是有些了解的，但是冰冷的数字总是不及真实的画面更令人震撼。七八十岁的老汉，带着五六岁的孩童一起生活，这个画面没有给我温馨的家的感觉，倒是莫名的衍生出一种苦涩。

在我眼里，人的一生有两个时间段是最温馨最幸福的。一个是童年，而另一个则是晚年。在天真烂漫的童年里，可以无所事事，可以无所顾忌的去做一些你想做的……当然我并不是鼓励小孩子做什么坏事，只是觉得在孩童时代，总是可以放开的去玩耍，去嬉闹，因为在这个时候，你的父母会一直在你身后保护你。他们为孩子撑起了一片广阔的天。而在一个人的晚年，是在经历过了年轻时的风风雨雨，风光也好，

落魄也好，晚年算是人生最后的避风港，儿女就是屋檐，理应为自己的父母遮风挡雨，让他们安心，安享晚年。

而对于村里那庞大的空巢老人的阵容，我更是辛酸。家有一老是个宝，但目前农村的状况，就是家有一老是根草，不仅没有在年老时享到儿女的福，还要替儿女照顾一堆小孩。当然，不可否认很多老人都是喜欢照顾小孩的，但这并不代表他们就很愿意在自身精力很有限的情况下把照顾孩子再一次的当成一份事业啊？也没有哪个孩子只想得到爷爷奶奶、外公外婆的爱，一般来说都是更渴望父母的爱吧！

暑期三下乡社会实践心得体会篇五

在为期7天的暑期社会实践活动中，本着“高新技术助力农业发展，信息服务促进新农村建设”的活动主题，实践团先后走访了大荔县各地进行农村信息化的调研。本次调研方式灵活多样，调研覆盖地域广，调研对象年龄跨度大。调研的内容涉及太阳能技术的普及情况、自动化控制在当地农业中的应用情况、物联网在农业生产链中的应用情况等具有代表性的农村信息化问题。

7月14日上午，调研组走访了大荔县城关镇的邓营村和东七乡一组，挨家挨户拜访当地村民，发放调查问卷，调查城关镇农业信息化的普及程度，太阳能、自动化控制和物联网等技术的应用现状等。据村民们介绍，全村已有近50%的家庭使用太阳能热水器，普及率很高。但对于太阳能在农业生产中的应用，如太阳能发电，太阳能路灯，太阳能灌溉等还只是个别现象，并未推广。此外，村民表示对自动化控制和物联网方面的知识不太了解，他们也表达了希望能开阔眼界，不断学习科技农业技术，从而提高农作物产量，改善家庭生活水平的想法。

7月14日下午，实践团来到大荔红星村国家优质冬枣标准化管理示范点，实地对现代化技术在大棚种植中的需求与应用进

行深入调查。在调研过程中，实践团与大棚技术人员进行深入交流。技术人员向大家介绍了自动卷帘机，大棚保温被，双层膜等相关设备和技术，特别对大棚温湿度调控、合理整形拉枝，病害综合防治、环剥口处理等大棚冬枣生产中存在的问题给实践团成员进行了重点说明，希望能更多地了解高新技术，特别是自动化设施在冬枣生产、加工中的科学应用问题等。调查结果显示，目前，自动化、物联网等高新技术在当地农业发展中的应用并不普及，种植技术仍然属于粗放型。对于作物的成熟度，种植户们只能根据经验不断进行实地观察，才能进行采摘，且在环割剥皮阶段耗费的人力依旧很大。他们期望有更加便捷的高新技术和智能化设备促进更高效的农业生产。

7月17日上午，我们来到大荔现代农业园区科技育苗中心，参观现代化温室大棚的育苗过程，调研高新技术在农业种植中的应用发展。该大棚自动化程度高，通过动力配电箱整体控制棚内两侧的风机和水帘实现温湿度的智能调节，使用自动施肥机和移动式喷灌车完成水和肥料的自动喷洒。在调研中我们发现，育苗过程中，水、农药和化肥等的用量控制往往凭借经验进行，不仅人工成本大，还容易造成浪费和影响作物安全。此外，目前播种和喷洒农药阶段依旧依靠人工操作，种植户期待能研发出针对性强，方便实用的播种机，解决人工播种不均匀、人力、物力耗费大等问题。随后，我们还特别向技术人员询问了太阳能电池板的使用情况。他表示，他们一直都有引进太阳能电池板的想法，但是考虑到太阳能电池在阴天时的转换效率低，不能达到温室的供热需求，所以依旧采用锅炉加热的传统方式给大棚供暖。

7月13日下午，实践团来到陕西天禾农业开发有限公司冬枣制品车间，参观冬枣的贮存、加工流程。在车间中，分体式微电脑控制器、电热恒温干燥箱、一体化智能加工炉等自动化仪器已广泛应用，这是高新技术助力新农业发展的最真实体现。

7月15日，实践团赴荔民农资连锁有限公司及其下属连锁店座谈、调研。我们了解到，荔民公司著名的大荔模式是典型的农业、科技双向推动的新型模式。大荔模式的农村信息化建设应用了商业流通软件、物联网、电子商务等信息技术，为农民提供了产前、产中、产后全方位的农业科技服务。目前，荔民公司正在着手建设智能化大棚，棚内配置温度、湿度、光强度等各类传感器及摄像头，采集农作物相关数据，通过无线网络上传数据库，供专家研究分析。

7月16日，实践团赴大荔县科技产业园重点企业参观、学习，深入调研了农村电子信息产业的发展现状。我们先后来到了陕西宝优电子制造有限公司和陕西长石电子材料科技有限公司，分别参观了贴片电感器、电路板制作的整个生产流程。我们了解到高新科技公司的引入，提高了劳动就业率，提升农村的科技水平，带动农村信息化的建设和发展。企业领导均表示非常欢迎和支持高校研究生今后能来到企业多交流、多实践，期待搭建一个双方共赢的合作交流平台，能依托企业的资金、资源和生产设备，将高校的科研成果转化为实实在在的市场效益，同时增加学生实践、就业的机会。

在对这些厂矿企业的深入调研中，特别要提到的是，几位企业负责人纷纷向我们表示，他们急需一些具有相关专业背景的高新技术人才来公司工作，但是很多高校毕业生、特别是像我们西北大学这类重点院校的毕业生大都选择了去大、中城市发展，而不愿来到县区等经济发展相对落后的地方工作。希望高校能协助企业共同宣传，引导更多的大学生投入到县区高新技术企业的发展中，破解企业高学历人才稀缺的难题。

7月17日下午，实践团来到大荔县东府广场等地进行高新技术（太阳能电池、自动化技术、物联网）应用发展情况的调研。调研组分成三个小分队，深入广场街头发放调查问卷，展开调研工作。在调研过程中，队员们积极主动与大荔县的人民进行互动交谈，仔细讲解调查问卷上的问题。善良勤朴的民众也给予热情配合，认真细致地填写每一份问卷。调查结果

显示，广场上活动的人群以中老年、妇女人群居多，职业多是自由职业或是退休职工，他们对于太阳能电池、自动化技术的认识并不多，仅限于听说过，但他们乐于学习、接受这样的高新技术。此外，对于物联网，大多数人则表示这是一个全新的概念，完全没有了解。一些学生或公务员群体则对太阳能电池、自动化技术、物联网了解程度较深，希望这样的技术能运用到生活中更多的地方。

本次调研采用问卷调查、数据统计、个案访谈、典型挖掘等多种形式，共发放调查问卷500份，收回有效调查问卷485份，基本上真实反映了当前农村信息化的发展程度和存在的主要问题。调研结果显示，资金技术、专业人才、宣传推广这三大主要问题制约了太阳能、自动化控制、物联网等技术在农村的发展和应用。但值得期待的是，基于政府的支持和补贴，农村信息化建设越来越受到社会各界重视，相关科技项目正陆续开展。作为高校研究生，我们希望发挥自身专业特长，积极投身社会主义新农村建设，在科技农业的发展中贡献绵薄之力。