

2023年三下乡暑期社会实践心得体会(大全10篇)

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。大家想知道怎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，我们一起来看一看吧。

三下乡暑期社会实践心得体会篇一

20xx年7月9日上午，我们作为建筑工程学院暑期“三下乡”大学生志愿者，跟随学院领导，前往xx市xx县xx乡xx庄调研。天有不测风云，路上忽然下起了雨，当行驶了一个多小时的车程后，马上就能到达西辛庄时，但是由于这场突如其来的雨水，使得前方本来就不好行驶的土道，泥泞到使我们的车辆无法行驶，那时，透过这几百米的距离，我们已经隐约能看到这个村庄的全貌。大家毅然决然地下车，准备徒步走到村庄，这段路的泥泞比我们想象中要严重的多，一脚下去，鞋上就粘了一层厚厚的湿泥土，这是我长这么大，走过的最难走的道路。但高度的责任心和渴望见到那帮孩子的心情使得我们不顾艰难险阻，首先到了西辛庄的村委会。

这些朴实农民的迎接，让我们甚是感动。我们跟着学院领导，在村委会听取了村长、书记、及委员们关于西辛庄发展的一些讲话。屋里极其简单，最基本的设施都不全。然后紧接着，我们去了村里刚刚建起的幼儿园，幼儿园外墙上的图画，是学校美术学院的学生画上去的，走进幼儿园，里面没有孩子们的游乐设施，桌椅也都还没到，因为那天孩子们还没有正式上课，我们只见到了几个村民的孩子们在院子里。他们天真的脸上，洋溢着快乐的笑容，也许这么一个简单的幼儿园，都能让他们很满足。

此次社会实践，是以调查廊坊市永清县刘街乡西辛庄农村如

何更快更好的发展与建设为主要内容，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，引导大学生结合建筑工程学院专业特色，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。

通过此次三下乡，我主要有以下几点收获：

通过参加此次社会实践活动，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。

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，在一个领导者的角度和一个队员的角度之间不断地换位思考，仔细斟酌考虑每件事该怎么安排、处理。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，在社会实践中共同奋进，通过交流便可得到不断的完善。

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，想想我们志愿者们留下的足迹，想想那些朴实热情的村民，

想想那些幼稚天真的孩子——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。

三下乡暑期社会实践心得体会篇二

像向日葵顶着炎炎酷暑，正是这样的盛夏时节[]20xx年x月xx日，那是一个特别的日子。这是我们应用法律系三下乡社会实践服务队出发到xx市xx县xx镇的xx村进行社会实践活动的日子。下乡的生活，百感的交集，真心的付出，天天都有不一样的精彩，天天都有新的心情。我们领略到了山村的村容村貌、人文风采收获了乡亲们的赞许目光。几天天下来，师生同乐，深刻而难忘，我们与当地的村民结下了深深的友谊。虽然现在已经离开了那片曾经挥洒过我们汗水与泪水的土地，不过，下乡的日子还历历在目，让人回味，让人感动。三下乡已经结束了，回顾那难忘的日子，我感慨良多，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，变得更加成熟、勇敢、自信。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，学会了许多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。参加暑期“三下乡”，我感到荣幸。短短的几天，走访、慰问、割草、法制宣传在这过程的点点滴滴，我仍然历历在目，却无法用笔一一记录。当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动。在此次暑假三下乡社会实践活动一路走来我感觉自己成长了许多，收获了许多：

第一：珍惜缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多朋友。几天的时间，如白驹过隙，很快就过去了。期间的点点

滴滴，无法用言语道尽，只能用照片留住片刻，只能留给我们好好珍惜。珍惜我们队友之间的纯洁友谊，珍惜我们和村民在一起快乐的时光。机会难得，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”。

第三：团队意识。来自不同的个体，在一起工作，一起生活，就需要有团队意识。

第四：沟通交流。每个人对每一事件有不同的看法与见解，就需要互相沟通。

第五：理解与包容。我们不同的人在一起，需要理解。

通过此次活动使我更加坚信：意气风发的我们经历了三下乡的再次洗礼，警校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，我们仍然会交一份满意的答卷。总之，这个暑假的社会实践是丰富而有意义的，一些体会让人感到兴奋，但决不仅仅用兴奋能描述此时的心情，因为这是一个实实在在的收获。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一身宝贵的财富。

三下乡暑期社会实践心得体会篇三

目前更多学生则是倾向于选择与专业相关的单位实习（包括有偿和无偿），在中小学也有在实践基地或军训基地的活动，亦称“社会实践”，主要是对于陶艺、手工、电脑、户外拓展等进行训练。下面是小编为大家分享的大学生三下乡暑期社会实践心得体会，希望大家认真阅读！

“三下乡”在它真正到来之前就开始影响着我的心情，既期待又激动。7点钟我们齐聚学校门口，在带队老师的领导下，

我们踏上了暑期社会实践的路途。

第一天的动员大会还是很激动人心的，至少对我是这样，当时站在队伍里听着学院书记他们的讲话心里想了很多，比如我这次一定不能白去，我这次一定要带给孩子们一些东西，知识也好，欢乐也好，希望也好。我意气风发，对即将到来的下乡充满着期待。

长达3个小时的车程确实很折磨人，到了目的地，第一感觉就是这里环境真美，绿柳成荫，蜻蜓环绕。来到小惠庄，我们受到了当地的村长、书记的热情接待，他们鼓励我们要认真工作，努力学习，同时表示会尽全力支持和帮助我们的下乡工作，在老村委的介绍下，我们对这里有了一定的了解，对这里的民生民情，有了初步的认识。

大家不顾长途的疲惫，安顿好后，立即开始了本次社会实践活动的各项工作。当把村里的孩子们召集到一块，对他们进行授教活动时，我们看到了那些孩子们求知的眼神，我心里很是感动，每日里孩子们对知识的渴望和那学习的坚韧态度，都使我永不能忘。有的孩子甚至拿出他们暑假的作业，向我们询问他们其中不会的题目，我们都对此进行了一一的讲解。还有其中一名同学，她询问了我们好多高中的情况，为她即将的高中征程打下了夯实的基础。我们还走访了村里的贫困户家庭，送上了我们最真挚的祝福，看到他们永不放弃的态度，我们受到深深的感染，生活就要这样永远坚强的走下去。我们还参观了村子里的生态观光园，村子人的智慧，使他们想出了通过旅游来振兴当地的经济，通过外来人员，使他们走上小康的道路。绿水、红花、游鱼、野鸭，都使我们心旷神怡，对农村的生活感到欢乐。

一个星期的三下乡活动完完整整的结束了，之前一直没想明白自己为什么要去，回来之后一切都明白了，那里的一切都值得经历，村里人的质朴、农民的憨厚，都是一笔宝贵的精神财富。那里的人都值得认识，那里的队友都值得学习。

这就是我们此次的暑期“三下乡”社会实践活动，我想也是这个暑期，留给我的最有意义的几天。“艰辛知人生，实践长才干”只要你愿意去尝试和经历，并坦然的去接收过程中的辛酸苦辣和结果的成败得失，人生就会精彩。三下乡虽然结束了，但是收获却是如此的丰硕，通过这次活动我也更加坚信：意气风发的我们还需暴风雨的洗礼，象牙塔里的我们绝对不能“两耳不闻天下事，一心只读圣贤书”，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，我们需要走出校园，踏上社会，去书写一份令自己满意的青春答卷。

近年来，随着中国国力的不断增强，中国的国际地位不断上升，人民生活水平不断改善，快速发展所带来问题也日趋明显。而城乡差距更是这之中的焦点问题，减免农业税，农村医疗等国家惠农政策，“三下乡”活动又是另一个重点，大学生社会实践也是这一重点的主要组成部分。为了响应国家号召，我们开展了这次三下乡暑期实践活动。

经历

此次实践我们以“欢乐新农村，欢乐新未来”为主题，以宣传奥运知识，调研农村土地问题为中心，开展了一系列活动，进行了较为深入的调查，得出了不少有用结论。同时，向小朋友宣传奥运知识也很有成效。

活动刚开始时，还是有热心群众注意的，虽说不多，但也远比我想象的更好，本以为活动会开展不开，但事实证明我错了。很多叔叔阿姨还是很乐意跟我们合作，帮助我们宣传及填写调查问卷的，很多人更是主动向我们询问活动内容，索要活动介绍资料。在做调查问卷时出了点误会，不少人以为我们是来帮他们解决问题的，于是不停地向我们讲述各自遇到的烦恼和不公正。但我们出于礼貌便应他们的要求，当时记下来了，而我们对这些问题却无能为力，所以只能耐心地劝导或者干脆回避这个问题。这些让我们更清楚地认识到中国当前所面临的很多矛盾和问题，这些都等待着我们去努

力改善。之后便是小朋友们，他们给我留下了很深刻的大学象，以致最后离开时都有不舍。很调皮的小朋友不少，但本人比较喜欢安静的小孩儿。有几个小孩一直很安静地坐在那儿，走过去跟他们说话，他们还有点害羞，而后他们所表现的才华却让我羞愧难当。正在上幼儿园的他们都会写自己的名字了，其中有些字我上小学三年级是可能都没学会呢。有的小朋友对奥运的了解也很多呢，也显露出我们的准备稍有不足，存在一些盲点和漏洞。在车站遇到的一位大妈，她说想向我们所要几张奥运知识宣传单，回去要给孙子看，还真把我感动了一番。

活动的最后我们十分感谢北山口镇政府的支持和大力协助，有了你们，我们的活动才能开展得如此顺利。

收获

活动中我深刻的感受到自己的想法与现实的差距。学校里天真烂漫的想法在社会中没有立锥之地，本能的想到许多防备，可依旧是觉得不那么管用。很多以前预想的活动都无法实行，只能临时改变成其他活动。而且考虑问题要站在多个角度，细细地想清楚，考虑活动所涉及主办方的利益，这样才能更好地将活动进行下去。

还有要认真方案. 范文_库_为您_搜集整理学习党中央的一些相关文件，了解更多的相关实事，准备充分，以免活动出现漏洞。活动时要有耐心，不管遇到什么困难都应该坚持做下去（当然前提是方向!本^文由方案, 范文库, 为您' 搜集. 整理. 正确）。还有要避免一些敏感的话题，今年中国发生了很多大事，世界并不太平，我们自己应该注意安全，要保护好自己。

总的来说，这次活动是一次双赢的活动。活动中我们收获不少，对社会的认识进一步加深。活动进展顺利，与各方面的融洽合作分不开。各组每个成员都热情工作，团结合作，为

这次活动奠定了基矗队长较强的组织能力和决策能力及队员的配合与积极努力都是活动的顺利进行保障。队员之间团结友爱、互相帮助更是体现出了这个团队的基石，各有所长，各施所长更是保障了我们工作的高效性，为此次活大学上了圆满的句号。虽然活动中遇到了不少困难，但我们并没有止步于此，反而从中学到很多东西，增长了阅历和经验。我个人认为这次暑期三下乡社会实践活动还是很成功的。

三下乡暑期社会实践心得体会篇四

在学校我们住在原来老师的宿舍，这里没有暖气，只有一个没有什么温度的蜂窝煤炉，全校的屋子包括校长室都只是这样的取暖设备，说是取暖设备，王校长跟我们说其实做饭还行，取暖根本达不到要求，所以对于我们来说就相当于几乎没有取暖设备。晚上睡觉就钻到插电热毯的被窝里才能暖和过来，所以早上起床是一件很艰难的事情，陕西农村的早上是一种清冷，起床就会浑身打哆嗦，但是想到孩子们马上就上课了，我们就有了战胜这种寒冷的动力。

班级里的教学在接下来的几天里已经越来越得心应手，孩子们也越来越喜欢我们，但是唯一变坏的是我们的身体状况，首当其冲的就是我们的嗓子受不了了，大部分人每天都靠含着西瓜霜才能继续说话。我清楚的记得第三天的时候我就说不出话来了，声带就像撕裂了一样，一发声就疼的受不了。作为全队的队长每天都要操心很多事，还要带四年级的课所以嗓子义无反顾的罢工了。接下来又有还几个战友也有同样的问题，但是我们只能坚持。到后来队里的好几个男生都感冒了，咳嗽，我们开玩笑在比较，在北黄被捅了几针，还记得我一边打吊瓶一边带领大家开会的场面，现在想想，那是怎样的一种坚持。但是在村里的诊所打针的时候听到当地村民对我们的肯定，顿时觉得我们做什么，我们怎么样真的都值了，真的。

班里有一个男孩子叫郭晨，是我最喜欢的一个孩子，虽然一开始就调皮捣蛋，但是当我驯服了这个孩子之后渐渐发现他的身上有不同于其他孩子的气场，一个很有潜力，一个我认为将来能够有出息的孩子。支教结束之后，年三十的晚上，我在山东的家里接到他从北黄打来的拜年的电话时，那种兴奋和感动是难以言喻的，当时我几乎是大喊着对妈妈说，我的学生给我打电话拜年了，那种骄傲，那种自豪真的是让我至今难忘，相信一直会珍藏在我的心里。

在支教的过程中，我还做了一件事，就是给两个高中的学生补课，这里的高中生只有一个目标就是考出农村，去大城市上大学，他们学习很刻苦，真高兴我们在给这里的小孩子上课的同时也能做这样的事情帮助山里的考生实现自己走出农村的梦想。

我和队友也参与了当地的农业劳动。在冬天这个季节当地主要是发展蔬菜大棚，农民每天做的就是早上去大棚掀帘子，傍晚盖帘子。就是这样看似简单的工作我们却很难做好。通过参与劳动我们明白了书本上的知识永远只有发挥到实践中才能体现它的价值，否则我们在学校学再多的知识也是没有任何用处的。

几天的志愿活动眼看就要接近尾声，因为有以前队伍的经验，我们很怕与孩子们抱在一起痛苦的场面，还好，没有出现那种看上去像生离死别的状况。很多孩子都以为我们还会再去，而且我们在给孩子们做好了认真的“安全退出”工作之后才结束和他们的相处的。而且我们在结束之后又在村里带了几天，孩子们会又跑回来找我们玩。还有孩子来给老师送花，感动的我们的队员兴奋地像个小孩子。

几天的支教生活我不光锻炼了自己，与孩子们建立了很好的感情并带他们认识了外面的世界，我还收获了一份8人份的友情。我们队我敢自信的说一句绝对是最有凝聚力和家庭气氛的队伍。我们互相就像一家人一样，这份友谊是一辈子的，

我会好珍惜，我相信我的队友也一样。

作为队长，通过这次支教经历我也锻炼了自己一下，在面对的困难和遇到的挑战上对于我来说是前所未有的，我很享受那种挫败感，那种无助感，那种忙碌感，经历这次历练我在处理团队问题和突发情况、管理团队、建设团队方面，与人沟通相处上都有了一定的提高，最后我要说的是感谢西部阳光农村发展基金会给我们这次机会，在帮助西部教育发展这条路上我也贡献了自己的一份力量，虽然微薄，但是我知道，一批批志愿者前赴后继，星星之火可以燎原，我们在路上。

三下乡暑期社会实践心得体会篇五

七月骄阳似火，我们奏响了奉献的激情乐章像向日葵顶着炎炎酷暑，正是这样的盛夏时节[20xx年x月xx日，那是一个特别的日子。这是我们应用法律系三下乡社会实践服务队出发到xx市xx县xx镇的xx村进行社会实践活动的日子。下乡的生活，百感的交集，真心的付出，天天都有不一样的精彩，天天都有新的心情。我们领略到了山村的村容村貌、人文风采收获了乡亲们的赞许目光。几天天下来，师生同乐，深刻而难忘，我们与当地的村民结下了深深的友谊。虽然现在已经离开了那片曾经挥洒过我们汗水与泪水的土地，不过，下乡的日子还历历在目，让人回味，让人感动。三下乡已经结束了，回顾那难忘的日子，我感慨良多，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，变得更加成熟、勇敢、自信。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，学会了许多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。参加暑期“三下乡”，我感到荣幸。短短的几天，走访、慰问、割草、法制宣传在这过程的点点滴滴，我仍然历历在目，却无法用笔一一记录。当我想起在每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动。在此次暑假三下乡社会实践活动一路走来我感觉自己成长了许多，收获了许多：

第一：珍惜缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多朋友。几天的时间，如白驹过隙，很快就过去了。期间的点点滴滴，无法用言语道尽，只能用照片留住片刻，只能留给我们好好珍惜。珍惜我们队友之间的纯洁友谊，珍惜我们和村民在一起快乐的时光。机会难得，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”。

第三：团队意识。来自不同的个体，在一起工作，一起生活，就需要有团队意识。

第四：沟通交流。每个人对每一事件有不同的看法与见解，就需要互相沟通。

第五：理解与包容。我们不同的人在一起，需要理解。

通过此次活动使我更加坚信：意气风发的我们经历了三下乡的再次洗礼，警校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，我们仍然会交一份满意的答卷。总之，这个暑假的社会实践是丰富而有意义的，一些体会让人感到兴奋，但决不仅仅用兴奋能描述此时的心情，因为这是一个实实在在的收获。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一身宝贵的财富。

三下乡暑期社会实践心得体会篇六

骄阳似火的七月，期末备考时的疲惫还没完全消散，一群蓝精灵便踏上了去兰考的普法宣传征程，浩浩荡荡的队伍，一个个带着新奇与期待开始了为期一周的暑期社会实践，虽然我在考试之前就已经是归心似箭，但还是不想放弃这次锻炼的机会，希望通过参加这次活动更好地锻炼自己。考完试看着室友一个个回家了，也是有点难过，不过，这次活动下来，我觉得迟几天回家也是值得的。每个季节都有它独特的

芬芳，每个人也有自己成长的道路，就在这个硕果累累的暑期，我们这群奋发向上、青春阳光的大学生响应xx大学大学生暑期“三下乡”社会实践的号召，积极参加此次社会实践活动，把我们的知识转化为我们自己的能力。河南大学法学院实践团本着“明德新民，止于至善”的宗旨，在为期六天的社会实践活动中，全体队员共同努力，团结一致，从当地实际情况出发，不断调整和完善计划，认真仔细的做好每项工作，共同完成了一份满意的答卷，很荣幸的是，我是其中的一员。本次社会实践主题的主题是廉政建设和关爱留守儿童。活动主要通过问卷调查与法律咨询进行的。

day5第五天上午，我们再次去焦裕禄干部学院进行参观学习，在焦桐广场照了合影，焦桐广场最突出的是焦裕禄当年亲自种的一棵桐树，寄托了人们对焦裕禄的思念。下午，我们继续在法律咨询点为群众解答法律疑问。关爱留守儿童团队又针对儿童父母和老人发放了关于工伤补偿之类的宣传手册，让群众在合法权益受到侵害时及时运用法律手段得到应有的补偿，同时也设立了法律咨询点，回答群众关于保护儿童以及老人合法权益的法律问题，使弱势群体的利益得到保障。

三下乡暑期社会实践心得体会篇七

为了响应学校关于寒假“三下乡”社会实践活动的号召，也给自己一次走出校园、接触社会、锻炼自我的机会，在经过精心准备之后，我们团队一行五人，下乡做了关于农民土地经营方式的调查研究，调查地点为xx村。在这二十多天的社会实践中，我们收获颇多，受益匪浅，对当下农村现状有了一个全新的了解。

我们的调查对象主要是当地的村民，对村委会干部也进行了访问调查。发现，该村以往主要是以种植粮食作物为主，而粮食作物又主要食自给自足，仅少部分通过饲养家禽等转化为了经济收入，土地的平均年收入x元左右。近年来，该村

以“发展产业经济”作为新农村建设的核心内容，充分利用当地山多地广的优势，引导村民对土地进行了“多样化”经营，引入大量经济作物，同时保证自给粮食作物的种植，每亩土地的年平均收入至少增加了x元，这种经营方式的改变为农民增收带来了巨大效用。

村委会在解放思想的大潮中大胆实践，科学创新，为农民谋福谋利，提高了农民的生产积极性和创造性，使土地资源得到了更为合理的利用，促使了生产效率的提高。土地，作为重要的生产要素，是农民生存的基本保障，但在传统经营模式下，土地的经济效率低下，农民对土地的重视程度不高，随意在耕地上建房屋滥用土地的现象屡见不鲜。但近几年来，在中央和地方的共同努力下，不断改革，土地的经济效益得到了前所未有的提高，农民从土地上获得的经济收入日益增加，他们对土地的重视程度越来越高，土地非法流失的现象锐减。

这次实践，我们分工合作，各自完成好自己的任务，让我认识到了团队合作的重要性，也懂得了自身的社会责任。通过此次实践，我们也结交了不少的朋友，进一步认识了社会，学到了许多书本上没有的知识，掌握了更多为人处世的技巧。目前来讲，农村的现状较前几年已有了翻天覆地的变化。土地在增产，农民在增收，农村的发展速度在逐年加快，城乡二元格局也在逐步改变，农民可以放心进城务工，也能够安心在家务农，不同的选择同样可以使农民收入得到提高。

这次三下乡社会实践虽然只有短短二十几天，但我们的收获是颇多的，这将成为一笔不小的财富，让我们终生受益。

三下乡暑期社会实践心得体会篇八

某些事情让我们心里有了一些心得后，往往会写一篇心得体会，这样能够培养人思考的习惯。但是心得体会有什么要求

呢？下面是小编收集整理的大学生暑期三下乡社会实践心得感想，仅供参考，希望能够帮助到大家。

孔子说“教学相长”，可以说，老师既是教授者，也是学习者。这次利用暑期到惠州三下乡，可以说是我们这些准老师给那里的农村学生带去了外面的世界，同时也让我学到了很多的东西。

几千年前有个哲人说过“凡事预则立，不预则废”，当代也有人说“成功倾向于有准备的大脑”，我想，这确实是不无道理的。以前作为一名学生听课，无论是中小学还是大学课堂上，自己的总体感觉是许多老师上课重难点突出，条理清晰。但是没有想到台上三分钟，台下十年功，其实老师也是很认真地做好备课工作的。一趟三下乡之行，当自己作为一名准教师踏上讲台，我明显地感到了自己备课的不足，这不足来自于备课时间的不充分，也来自于本身知识储备的不充实。而且，选择的教学内容和教学方式应该更多地考虑学生的水平，这才利于教学达到预期的效果，这点说起来似乎挺容易，但要真正做到，不仅要有深厚的专业知识功底，也需要掌握一定的教学技巧和了解学生的心理。

我一直在想，怎么老师在上了一节课或几节课后基本上能够摸清学生的基本性格呢？三下乡以来，通过跟队友交流经验和去听他们上课，我发现，学生普遍反映上的好的课，老师的内容和问题的设计都很巧妙，而老师本人也能够很好地引导学生去思考。而老师则在课堂对学生的问答中对于他们的水平和性格有所了解。这又印证了教学设计和备课内容等方面课前准备工作是很重要的。了解学生，但怎么样根据学生的性格特点进行教学则又是一件很值得考究的事情了。

有种看法认为，老师与学生之间是平等的`关系，两者之间最理想的关系是朋友般的。三下乡跟同学们十天的相处，我觉得师生之间在彼此信任的基础上确实能够建立友好的情谊。学生们可爱、好学，同时支教队友间也会彼此交流学生的情

况，因此我们能够及时了解学生的心态，相应作出改变，比如增加第二课堂的课时（如音乐欣赏课、心理测试课等等），努力使上课的内容做到趣味性和知识性的结合。我们给学生们带去了外面世界的精彩，学生也对我们的热情给予了回报，积极配合我们的教学和课外活动，也愿意跟我们反映他们的要求和建议。他们的合作给我们的工作提供了很大的帮助。十天虽然短暂，但彼此都付出了真诚和热情。

老师与学生打成一片，沟通感情十分重要，这也利于教学活动的开展，可是我发现由于老师的宽容和友好，有些同学会过于随便了，比如随便翻老师办公桌抽屉里的东西。其实他们未必认识到这是不对的，他们觉得反正跟老师们那么熟了翻翻桌子也没有关系。仗着跟个别老师聊得来，课上睡觉、课下找老师聊天的也有个别同学。我记得在大学上课时教师教育学老师说过，老师永远不可能跟学生平等，因为老师要有威严，不然镇不住学生。我想，老师所说的“镇”不一定就表示专制，可以**，但要在学生的心中树立起一种不可侵犯的威严，才能在思想行为上对学生起到必要的约束，使学生建立起正确的人生观和价值观。

记得聊天时有学生说他们都很喜欢我们，喜欢我们教唱歌、搞知识竞赛、趣味运动会等等课堂和活动，这些激起了他们的学习兴趣，而他们平时学校正常上课都没有的。我想，很多老师听到学生这样的评介都会感到欣慰。

这趟三下乡之行，我们下乡的队友都认真热情付出了，尽可能把知识带来的乐趣和外面的精彩向他们呈现，激发他们的自信和对未来生活美好的展望；我们无法预知短短的十天能在那些孩子以后的人生道路带来多大的影响，但是可以肯定的是，对于老师和学生来说，经历过了，意义就不一样了。

三下乡暑期社会实践心得体会篇九

所谓三下乡，即指文化、科技、卫生三下乡。大学生三下乡是各高校在暑期开展的一项意在提高大学生综合素质的实践活动。其活动成员以志愿者的形式深入农村，传播先进文化和科技，体验基层民众生活，调研基层社会现状。通过一系列实践活动以期提高大学生的社会实践能力和思想认识，同时更多的为基层群众服务。大学生参与三下乡活动，是当年五四青年开创的走向社会，深入民众光荣传统的延续，是我们知识分子同工农群众相结合、教育同生产实践相结合的一贯方针在新时期的集中体现，是青年学生健康成长、将自身价值与祖国命运紧密相连的必由之路。

为了使自己尽快地成为现代化建设的人才，适应社会的需要，就要在学习期间积极参加社会实践活动，认识社会，认识自己的社会位置，明确自己的历史使命，激发自己的学习热情，战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，为适应以后的工作做准备。于是我参加了岭南师范学院法政学院13公管1团支部组织的三下乡活动。这次三下乡我们去了茂名高州市荷花镇高丰村高丰小学，主要任务有两个，一是支教，二是调研。支教的目的是带给小学生课本以外的东西，丰富他们的生活，开阔他们的视野，也让我们自身得到锻炼。我们支教组开设了第一课堂和第二课堂，第一课堂是语数英，第二课堂则有手工、音舞、手语、美术、游戏和键绳。丰富的课程让学生享受到了不少乐趣，也让我们一起度过了一段美好的时光。调研组则是在高丰村展开关于粤西偏远地区养老保障问题的调查。调研组的组员们顶着烈日走家入户做调查，关心老人的身体和生活状况，也在当地老人的心里注入了一股暖流。此外，我们还开展了一项特色活动健康操，这也为高丰村的妇女增添了几分乐趣，带给她们新鲜感，也让我们得到她们的一致好评。

弹指一挥间，三下乡已经结束一个月了。虽然三下乡的时间不是很长，只有短短的十二天，但留给我们的却是一辈子的

回忆。回想起下乡时候的情景，嘴角还泛起淡淡的微笑，早读课上学生们高声齐读的样子，早操时候师生一起跳跃的身影，课堂上同学们认真上课、积极回答问题的情景，还有游戏课和键绳课上同学们那灿烂的笑容，一幕幕再现眼前。放学后，我们的安全护航开始了，支教组的老师负责把学生安全送到家。看着路上的小朋友蹦蹦跳跳的身影，我心里也是满满的欢喜。晚上七点，我们的特色活动便开始了，我们队员和当地的阿姨小朋友欢聚在篮球场，我们在喊着口令耐心地教他们跳健康操，虽然跳的大汗淋漓，但我们的内心无比自豪，为我们能给他们带去点什么而自豪。

回首那段难忘的日子，我感慨良多，三下乡留给我们的不仅仅是感动，更多的是成长。它让我知道了什么是分享，什么是责任，懂得了团结的重要性，也感受到了我们集体强大的凝聚力。对比以前，我感觉自己成熟了不少，变得更加成熟、勇敢、自信。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如此之多，学会了很多为人处世的道理，这都是我人生不可缺少的财富。参加这次三下乡，我真的感到很荣幸。短短的十二天，留给我的尽是一辈子的美好回忆。每次，当我想起大伙在例会上激烈讨论的情景时，我满腔热情；当我想起每次活动中大伙忙碌的身影时，我满怀感动；当我想起学生淳朴的笑容时，我满心欢喜。我的世界因为有了三下乡，从此不再单调；我的生活因为有了三下乡，从此不再黑白；我的梦想因为有了三下乡，从此不再模糊。

身为班主任的我，身上肩负着神圣不可推卸的责任。每天早上准时的考勤，上课时课堂的纪律，下课时学生的安全，这都是我的责任，我时时刻刻提醒自己，要以学生安全为己任，时刻坚守自己的岗位，履行自己的职责，丝毫不敢懈怠。也许上天真的是公平的，一分耕耘就有一分收获，我的努力与付出得到了学生的认可，也赢得了他们的尊重。他们从刚开始时见面的擦肩而过，到最后见面会问好，这个过程，我们一直在努力。看到他们的改变，我们欣慰的笑了。临近下乡结束的那两天，学生不断的给我们写信，跟我们要联系方

式。虽然只是简单的只言片语，虽然他们的信没有一句话可以读得通顺，但却是他们内心最真实的想法。是的，他们感谢我们带给他们快乐，他们不舍得我们离开，他们希望我们可以回去看望他们。离开的那天，所有人都泣不成声，但是，天下没有不散的宴席。有句歌儿唱得好别管以后将如何结束，至少我们曾经相聚过，不必费心地彼此约束，更不需要言语的承诺，只要我们曾经拥有过，对你我来讲已经足够，人的一生有许多回忆，只愿你的追忆有个我。

通过这次三下乡让我更加坚信：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，让我懂得只要用心付出就能开心收获。前路依旧漫漫，但我坚信自己能勇敢地去挑战。暑期三下乡虽然不能给我们所有，但却让我们在人生的舞台上得到了一个漂亮的旋转，为我们能在人生舞台上舞出更好的舞姿奠定了基础，我们必将会更有勇气更有自信的继续向前走。感谢三下乡，让我的人生不再彷徨，让我有勇气学会成长。

三下乡暑期社会实践心得体会篇十

骄阳似火的七月，期末备考时的疲惫还没完全消散，一群蓝精灵便踏上了去兰考的普法宣传征程，浩浩荡荡的队伍，一个个带着新奇与期待开始了为期一周的暑期社会实践。虽然我在考试之前就已经是归心似箭，但还是不想放弃这次锻炼的机会，希望通过参加这次活动更好地锻炼自己。考完试看着室友一个个回家了，也是有点难过，不过，这次活动下来，我觉得迟几天回家也是值得的。每个季节都有它独特的芬芳，每个人也有自己成长的道路，就在这个硕果累累的暑期，我们这群奋发向上、青春阳光的大学生响应xx大学xx年大学生暑期“三下乡”社会实践的号召，积极参加此次社会实践活动，把我们的知识转化为我们自己的能力。河南大学法学院实践团本着“明德新民，止于至善”的宗旨，在为期

六天的社会实践活动中，全体队员共同努力，团结一致，从当地的实际情况出发，不断调整和完善计划，认真仔细的做好每项工作，共同完成了一份满意的答卷，很荣幸的是，我是其中的一员。本次社会实践普法的主题是廉政建设和关爱留守儿童。活动主要通过问卷调查与法律咨询进行的。

七月十一号也就是第一天，我们先拍了一些创意合照，摆了各种姿势，为了脱颖而出大家也是够拼的了，拍完照后大部队便出征兰考，社会实践就此拉开了序幕，一路上心情有点激动，毕竟第一次去兰考，对兰考也不是很熟悉，怀着忐忑的心情我们到达了兰考。

第二天就开始了活动，我们这次活动针对两个主题分了两个团队，我参与了廉政建设团队。上午，廉政团队进行了问卷调查，通过对不同年龄、职业的群众进行了关于廉政建设的问卷调查，了解不同人群对廉政建设的理解和对廉政的了解程度。下午，我们赶赴焦裕禄干部学院学习，听了关于焦裕禄同志精神的报告，焦裕禄在兰考工作时担任兰考县委书记，时值该县遭受到了严重的内涝、盐碱、风沙三害，他坚持实事求是、群众路线的领导工作方法，同全县干部和群众一起，与深重的自然灾害进行顽强斗争，下决心改变兰考面貌。虽然他身患肝癌，但是依旧忍着剧痛，坚持工作，被誉为“党的好干部”、“人民的好公仆”、“县委书记的榜样”、“共和国的脊梁”。他用自己的实际行动，铸就了亲民爱民、艰苦奋斗、科学求实、迎难而上、无私奉献的焦裕禄精神。焦裕禄同志的精神深深地打动了我们，他用自身的行动为我们做出了榜样，他的精神也被兰考人民传颂着。

第三天，廉政建设调查团队上午对前一天进行的问卷调查做了分析，不同年龄以及不同职业的人对廉政建设有不同的看法，一部分人对政治或者廉政建设还是颇有自己的见解，然而有一部分人可能与文化水平或职业有关对廉政建设并没有了解。下午，廉政建设调查团队还发放了关于廉政建设宣传单，旨在让更多的人了解廉政建设。而我们的关爱留守儿童

团队上午发放了针对儿童心理问题的宣传手册，让人们更加关注对于儿童可能出现的心理问题。下午，针对留守儿童心理问题进行了问卷调查，孩子们对问卷调查很新奇，积极地填写了调查表，同时也与志愿者交流了自己内心的想法。

七月十四日上午，我们廉政建设基层普法团在兰考南湖广场进行了模拟法庭表演，通过法庭审理案件的形式普及法律知识，很多人来观看我们的表演，并且得到了群众的一致好评。这个模拟法庭的表演不仅给群众普及了法律知识，而且也给我自己带来了收获，不仅增长了专业知识，也在排练过程中也对法庭审理程序有了了解，对审判长、审判员、书记员以及律师这些与法学有关的职业也有所了解。整个表演虽然顶着炎炎烈日，被太阳晒得几乎睁不开眼睛，但是表演结束后群众热烈的掌声还是给了我们很大的鼓励。表演顺利结束我也松了一口气。同时，我们还设立了法律咨询点专供群众们就廉政问题进行咨询，志愿者们耐心地回答群众提出的问题。关爱留守儿童的团队也对做的问卷调查做了分析，下午进行了关爱留守儿童的宣讲以及演出，呼吁人们尤其父母给予留守儿童更多的关爱。

第五天上午，我们再次去焦裕禄干部学院进行参观学习，在焦桐广场照了合影，焦桐广场最突出的是焦裕禄当年亲自种的一棵桐树，寄托了人们对焦裕禄的思念。下午，我们继续在法律咨询点为群众解答法律疑问。关爱留守儿童团队又针对儿童父母和老人发放了关于工伤补偿之类的宣传手册，让群众在合法权益受到侵害时及时运用法律手段得到应有的补偿，同时也设立了法律咨询点，回答群众关于保护儿童以及老人合法权益的法律问题，使弱势群体的利益得到保障。

五天下来，活动内容已经进行的差不多了，第六天，我们全体志愿者对这几天的工作进行了总结，查漏补缺，每个人总结了自己在这几天活动进行中的不足遇到的问题以及自己的收获，也对这几天的活动进行了总体评价，总的来说，我们的活动进行的是很顺利的，任务也完成的很好。就这样，在

兰考的社会实践就算结束了，我们也回到了开封，暑期三下乡社会实践圆满结束了。

不知不觉为期一周的社会实践活动就结束了，时间过得真快。在这短短的一周内，真是收获了许多，也学到了许多知识，不同于课本上的专业知识，更多的是社会经验。对于兰考，我并不是很了解，知道最多的就是焦裕禄。我也想知道焦裕禄生前一直奉献着的兰考是怎么样的。当我走在兰考的大街上去发放问卷调查表时，不管是年轻人还是老人或者小孩都很热情友好地回答我们的问题，当问到焦裕禄同志时，没有一个人不知道，而且他们脸上还会露出自豪的神情，每个人都能说出几条焦裕禄同志的精神。我也被他们的热情所感染，虽然天气很炎热，一场调查下来甚至大汗淋漓，依然不觉得辛苦。还有我也认识到普法宣传和法律问答的重要性，对于老百姓，他们可能因为不了解法律而不懂得运用法律保护自己的合法权益，在农村确实有一部分群体的法制意识很薄弱且有待提高，可能我们只是找了个别人了解，但是他们也可以说是这一类群众的代表，能够突出这一部分人的法律意识，需要通过普法宣传等途径增强法制意识。而且，廉政法律建设不只是国家官员的事，更要深入老百姓，廉政建设需要老百姓的监督，要坚持群众路线和群众观点，才能更彻底的建设廉政。

对于我们大学生而言，不能只拘泥于课本，更要深入社会，通过实践去获得知识，将课本上的知识灵活地运用到实践中去。用实践检验真理，用所学知识去服务于社会大众，走出课本走出校园，适应社会上的生活，不能只做温室里的花草，要到社会上去历练自己，是自己更好地适应社会。在这几天的实践活动中，志愿者们齐心协力，互相配合完成每一件事，遇到困难大家一起解决，我也体会到了理解、配合的重要性，大家在一起说说笑笑，友谊增进了不少，彼此之间也多了几分信任和理解，更有利于以后一起配合工作。也算是一个不小的收获。

作为一名大学生，我很荣幸能有机会参加这次暑期社会实践活动，让我走进兰考，体会不一样的农村。虽然在工作中存在着一些不足，比如缺乏经验，准备工作跟实际工作有一定差距，一些细节没有考虑到，但我会通过活动认识不足改进不足，完善自己。为以后的工作累积经验并且在以后的工作中不再出现同样的错误。而且，我从这次社会实践中也懂得了做成一件事需要事先充分的准备，需要团队之间相互配合，需要有不惧吃苦的坚持，需要面对突发状况处变不惊的素质。而这些条件也是我以后努力的方向。这次的兰考之行，不仅是一次社会实践更是我大学生涯的一次难忘的经历，也是我大学生涯获得的一笔宝贵财富。