

最新暑期三下乡社会实践心得体会 三下乡暑期社会实践活动总结(模板10篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

暑期三下乡社会实践心得体会篇一

今年的暑假来的很快，我还没有来得及享受完大学那美好的生活的时候它便蹦了出来，让人措手不及，三下乡暑期社会实践总结。暑假真的来了，从班长通知我们学校开始放假的那个时刻起它便来了。虽然对校园生活有点恋恋不舍，我还是要去面对它，它毕竟是我大学生涯中不多的暑假了。那么如何好好利用这个暑假呢?班里有的同学选择了回家休息、有的选择了外出旅游、有的选择在校复习考研，有的选择了到工厂打工体验生活，当然也有一部分同学选择了暑期“三下乡”社会实践活动。而我呢，则选择了后者，我要让我的暑假通过这次社会实践活动变的更加精彩!

火车载着一个希望飞驰于千山万水，穿省过县后，我回到了自己故乡的骄傲——西部明珠——乌鲁木齐。汽车载着一个兴奋驰骋于沙漠、戈壁、草原、雪山，翻山越岭后，我回到了自己家乡的美丽——塞外江南——伊犁。

在家里稍作休息后，我便马不停蹄地直奔我在火车上便已选好的社会实践基地——伊宁市塔什科瑞克乡。那是一个充满神奇的地方，伊宁市塔什科瑞克乡位于伊宁市南郊，伊犁河北岸。总面积10.9平方公里，总人口13271人，有维、哈、汉等9个民族，少数民族占91%，人均耕地不足0.7亩。在伊犁这个地大物博的地方，该乡虽然存在人均耕地不足0.7亩的尴尬困境，但在党和国家社会主义新农村建设的号召下，靠着当

地农民的勤劳、善学、敢于实践的精神，该乡逐步摸索出了一条新的农村发展道路——特色农业产业。通过几年的艰苦奋斗，该乡开创了以温室脱毒草莓、香菇、山药、彩色辣椒、圣女果、芦笋、牛蒡、秋延晚西红柿等为主的特色农业产业链，该乡也因此一举成为伊宁市主要蔬菜基地。其产品不但供应本市，还远销乌鲁木齐、石河子、奎屯、克拉玛依、阿勒泰、塔城、博乐等北疆城市及独联体市场。由此该乡农民过上了富裕的生活。

一、新的生活从这里开始

我的实践在该乡的6村展开，6村是该乡的香菇基地。以前光知道香菇的美味与可口，没有切身体验过它的成长，这次真的可以过把隐了。阿力木江大叔是这个基地的种植高手，他种植的香菇个大、肉厚、味美，深受客商们的喜爱，香菇一下架，便被他们抢购一空。嘿嘿，看来跟着他实践准没错。我来得时候这里的菌筒已经养好，筒膜中布满了香菇的小蕾，按照阿力木江大叔的指导，我开始为每一个菌筒破膜，以便于香菇的小蕾生长不受束缚，虽然累的满头大汗，但还是其乐融融，至尽回忆起来依然回味无穷。香菇的小蕾在生长一周后便长成了成品香菇。这期间，在阿力木江大叔的指导下，我按时给香菇补水，以保证香菇有一个适宜的生长环境，在我和阿力木江大叔的精心照料下，香菇在一周后如期下架。看着阿力木江大叔高兴地数着钞票的情景，我的心灵异常荡漾，这就是我们辛苦的结晶！

二、生活从此变的丰富多彩

今年，该乡为了让种植户及时地了解产品供求信息、了解产品的生产技术，专门为每个基地安装了电脑，连上了互联网，同时还为他们请了辅导老师。这几天由于辅导老师生病了，没有人再为他们教授电脑知识和互联网上网知识，阿力木江大叔把这个消息告诉了我。看着阿力木江大叔忧郁的眼神，我立即决定暂时充当他们的“教师”，于是我便把自己的想

法告诉了他。听到了我的建议后，他显得异常兴奋，直说：“小谢同志，亚克西，小谢同志，亚克西，！”就这样，我这个学生一转眼成了“老师”。由于少数民族同志大多数不懂汉字，所以刚开始教授起来比较困难，进展也比较缓慢，但这并没有影响我的热情。根据他们的接受程度我把培训班分为下午和晚上两个班。下午这个班由接受能力比较好的学员组成，根据他们掌握的情况，我逐步加入了一些比较实用的知识，比如如何搜索自己需要的农产品信息和农产品生产技术信息，如何在农业信息网上发布农产品信息、如何使用网上银行等等。晚上这个班主要是由接受能力较差的学员组成，而且这部分学员人数很多，并且很多不会汉语。于是，我让阿力木江大叔充当了我的翻译，阿力木江大叔是当地有名的汉语通。虽然进度比较缓慢，但对于接受能力很差的叔叔、大伯们，我还是很耐心地手把手地教授他们电脑操作知识，直到他们掌握为止。热心的阿姨们不停地往我手里塞苹果、塞鸡蛋，并用生硬的汉语对我说“小谢同志，你累了吧，先休息休息”。看此情景，我异常感动，我暗下决心，在实践期间，充分发挥自己的潜能，把我所知道的知识都讲授给他们。一个星期后，生病的辅导老师来了，看着操作熟练的学员们，她显得非常高兴，她用感激的眼神注视着我，冲我点着头。当然，我心里也是乐滋滋的，看着自己的“学生”一天一天地成长起来，我的内心感到无比的欣慰。

暑期三下乡社会实践心得体会篇二

20xx年7月7日至12号，在王老师的带领下，我们工商系开始了的暑期三下乡活动。此次我们围绕着“青春感受和谐，镜头聚焦农村”这一主题，在浙江台州仙居的福应街道开始了为期一周的实践活动。

这次实践活动不仅仅使我更深一步的深入农村，了解并体验了农村生活，使我收获更大的是在这个过程中我锻炼了自己各个方面的实践能力，还认识了很多很多的朋友，从各个方面提升了我自己的综合素质。下面我就具体讲一下。

7号下午，经过将近4个小时的车程，我们终于到达了目的地。到那后我们面临的第一个问题就是住宿问题。我们住的是当地小学的教室，我们必须自己打扫好教室，我们睡的是地板和桌子。我们面临的不仅仅是烈日和蚊子。我想这对我们这群过惯了幸福生活的学生们是最大的考验。其后在接下来的8、9号码我们深入农村，到当地居民的住处进行社会调查。做调查问卷是考验一个人的一种有效方式，特别是来到一个陌生的环境同陌生的人进行沟通，我想这当中值得我们学习的很多很多。我调查的是当地一位40多岁的中年男子。他刚从地里回来。因为之前我们经过这里时发现当地盛产农作物。所以给我的第一印象就是这里的新农村建设发展的不错。想必温饱问题已经得到解决。但是在其后的对话中我了解到了该男子有两个孩子，一个在上小学，另一个在上初中。在与其聊到现如今教育局对农村孩子小学期间教育费用全免这一政策时，这位大叔显然很开心。但是其后他又告诉我们其另一个孩子在上初中，尽管学费只有330元，但是还让他负担很重，仅为了那多余的30块零头钱他找校长谈过很多次。他告诉我们不要看到这里农作物很多。但是他们家种的田还不够解决自己的温饱问题，哪来的拿去卖赚钱呢。他又指给我们看周围的房子。告诉我们这里的房子有一很奇怪的现象，那就只是简单的搭建起来却未经粉刷，因为他们已没足够的经济来源。最为感动的是在我采访完的第二天，这位大叔带着他的小女儿来到我们住的小学，告诉她说这是来自杭州大城市的大学生们，希望她也能好好读书。看着这对父女，我想我终于明白了父母的辛酸。也许读书对于那里的孩子们而言是摆脱贫困的唯一途径。

在接下来的几天，我们更是和当地两位贫困的孩子进行了结对。在那我们看到了解放前的穿心街，那里是传统的四合院房子。但是我们也看到了别墅。我们看到很多人因为贫困而出现了种种问题。但是我们更甚是看到了有些人开这轿车。我想在新农村建设中贫富差距还是存在的。当然我们更是发现了很多“新农村建设”中的很多新成果，当地很多人都进行了医疗保险，也建立起相关的医疗保险。当地的第三产业

也发展迅速，解决了当地很多人的温饱问题。手工艺品，化工产业的发展给当地注入了新的经济来源。

当然这次活动使我收获最大的是使我认识了更多的新朋友，增加了我的团队意识。在这次活动期间我们在调查问卷这一活动中了解彼此，培养了胆量，更是建立了友谊。在每晚举行的总结会议上我们各自发表这当天的感受。在交谈的过程中我们与老师学会了沟通，让大家了解到我的想法。当中更是加强了我們系各个部门的联系。在包饺子活动中我们在娱乐中培养了默契，增加了友谊。这次活动期间，我们都代表着我们学院，是一个团体。在这个前提下，我们的团队意识，集体荣誉感增强。

这次活动我不仅仅了解到新农村建设的现状，提升了自身的实践能力。更重要的是我们收获到了很多很多的友谊。我想这对我们自身的发展，和我们系的建设都有很大的好处。这是一次不错的实践活动。

暑期三下乡社会实践心得体会篇三

一、活动背景：

在中国有这样一个弱势群体，他们的父母为了生计远走他乡离开年幼的孩子，外出打工，用勤劳获取家庭收入，为经济发展和社会稳定作出了贡献，但他们却留在了农村家里，与父母相伴的时间微乎其微，包括内地城市，也有父母双双外出去繁华都市打工。这些本应是父母掌上明珠的儿童集中起来便成了一个特殊的群体——留守儿童(不在父母身边生活的城市儿童亦可称为留守儿童)。

青海省地处青藏高原东北部，东西长约1200公里，南北宽800公里，面积72万平方公里。初全省总人口577.82万人，其中城镇人口280.30万人，城镇人口比重为48.51%；乡村人口297.52万人，乡村人口比重为51.49%。据调查显示，青海

省共有40939名农村儿童，其中尤以青海省海东地区留守儿童最多，共有32681名，占全省留守儿童总数的79.58%，其次为西宁市，有留守儿童4631名，海南藏族自治州1719名，海北藏族自治州1568名，海西蒙古族藏族自治州205名。

近年来，青海省随着农业产业结构调整、城市化进程加快和农业机械化水平的提高，周边州县大批农村劳动向城市转移，进城从事二、三产业。造成农村大量儿童父母长期在外务工，他们则与“监护人”一起生活，他们普遍年纪大，文化水平低，对孩子学习的问题往往不能给予帮助和指导。留守儿童健康成长方面存在的额问题日益凸显。农村留守儿童作为一个特殊的弱势群体他们的健康成长涉及到个人的发展和家庭的幸福，关系到社会治安稳定，还关系到整个国家和民族的未来。由此，农村留守儿童的问题受到社会各界的广泛关注。

二、活动目的：

今年是五四运动95周年。在全党全国人民深入学习贯彻党的十八大和十八届三中全会精神的新形势下，开展五四运动95周年纪念活动，组织引导广大青年学生在深入社会、了解国情、接受锻炼的过程中培育和践行社会主义核心价值观，牢固树立跟党走中国特色社会主义道路、为实现中国梦努力奋斗的理想信念，积极响应我校关于组织开展“为祖国勤学修德·以实践明辨笃实”为主题的有关《20大学生暑期“三下乡”社会实践活动》的通知。

以拍摄为手段多角度的描写我校大学生暑期“三下乡”社会实践活动中的义务支教形式的活动方式。着力宣传在我校大学生在义务支教社会实践中带来的社会影响。

本次拍摄活动是提高我校大学生综合素质，提升我院团总支、学生会干部综合能力水平，扩大学生的交际范围，增进当代大学生对社会的认识，以便将来能更好的适应社会、服务社会；同时响应国家支援西部，服务西部的号召，宣扬学习宣传

党的十八大精神和 总书记五四重要讲话精神，贯彻落实党中央关于“我的中国梦”教育实践活动的部署和要求进一步激发广大青年学生成才报国的责任感和积极性。

三、活动意义：

1. 了解大山深处留守儿童们的假期，虽然父母不在他们身边，他们感到孤独，但是我们要让他们感受到了来自哥哥姐姐们以及社会的关怀，帮助他们找到适合自己的学习方法，消除他们内心的孤独，使他们不再自卑，让他们感受到温暖，发掘他们自身的潜力，确定人生目标，树立远大理想，引导他们更加热爱学习，热爱生活，热爱祖国。让留守儿童的生活变的多姿多彩！

2. 增强大学生的社会责任感、奉献精神和公民意识，实现自我价值，开阔视野，锻炼和增强个人能力，丰富社会经验，在艰苦的环境中锤炼自我，净化心灵，升华人格。从这些孩子们身上要学会独立自主，释放自己的人格魅力！

3. 对当地留守儿童的生活状况进行深入地调查和了解，为他们赢得更多的社会关注与援助，同时也让更多人了解有关我国留守儿童的现实状况，加入到关注留守儿童的队伍中。

4. 提高我校大学生综合素质，提高我院团总支、学生会干部综合能力水平，扩大学生的交际范围，增进当代大学生对社会的认识，以便将来能更好的适应社会、服务社会有着重大意义；同时也响应国家支援西部，服务西部的号召，宣扬学习宣传党的十八大精神和 总书记五四重要讲话精神，贯彻落实党中央关于“我的中国梦”教育实践活动的部署和要求进一步激发广大青年学生成才报国的责任感和积极性。为关爱留守儿童这个活动献出我们大学生的一份力，让留守儿童不再孤单，让他们从精神上富足起来，让他们感受社会对他们的关注，对他们的爱！

三、 活动起止时间：

年7月18日——8月1日

四、 活动之前的准备：

1. 项目申报：人文学院从六月中旬开始着手准备支教策划书、申请书、项目预算等各项事宜，经过所有成员一个月的辛苦努力与不断的修改校正，终于通过了学校的审批和支持。

2. 确定实践队员：人文学院的暑期“三下乡”社会实践之纪录片拍摄活动从七月初在全院范围内开始报名，通过层层选拔，最终于七月中旬确定了11名参与实践的大学生。

3. 联系拍摄地点：在确定这个地点的问题上，我先后跑了4个地方，先是互助县、湟源，再是平安，最后确定在湟中县甘河滩镇页沟村了。

这里的民族多半是汉族，也有个别的少数民族，但与他们交流时并不困难。首先，我们去村长家了解当地的人员情况，当地的经济条件等等。再者向各位村民聊聊天，了解他们当地的风俗习惯。最后经过详细了解之后我们最终确定甘河镇页沟村为我们本次实践活动的时间地点。

五、活动总体过程

(一)准备阶段——完美的活动来源于充足的准备

1、队员选拔，任务分配。

本次活动是对我院团总支、学生会学生干部及全体人文学院学生提供的一个非常好的锻炼平台，出于锻炼干事的目的和培养学生们实践动手的能力，我们严格要求每一位参加活动的成员，从前期的选拔人员开始，我们七月初就着手动员工

作。以公平、自愿为原则，一位队长和一位副队长以及九名队员参加本次实践服务团。在院团委的指导下对实践活动做了进一步的研究部署，响应《关于组织开展大学生暑期社会实践活动的通知》相关内容，由带队贾国仓老师说明下乡注意事项，队长具体阐述了工作内容。针对下乡的性质和内容，队长把九名干事具体分配了课程。考虑到我们的日常开支问题，特由副队长负责后勤工作。这样分工明确，部门职责清晰，部门人员配置合理，就为不久后工作的开展奠定了基础。前期工作中我们没有出现重大失误，虽然在有些问题上考虑的不充分，但是在队员选拔，前期准备上做了充分准备。

2、教师指导，学校支持

我校历来高度重视暑期社会实践活动，在的启动授旗仪式上，学校领导做出了重要讲话，对大学生“三下乡”社会实践活动给予了高度的期望和提出了几点要求，希望我们实践队员不怕苦、不怕累对待实践工作，在归来时取得丰满硕果；同时学院组织专业教师担任我社会实践队的指导教师，为我们的“爱心传递力量，真情共筑希望”《留守的天空》纪录片拍摄活动提供了有利的支持和组织保障。

校党委和团委对今年社会实践做出了十分明确的要求，要求我队在“三下乡”活动中不但要规范化，还要实事化、科学化，做到切实体现“服务三农”的宗旨，树立大学生正确的人生观、世界观、价值观，积极参加到活动中去。

(二)实地拍摄阶段——不畏艰苦，依托教育帮扶，为社会服务

我队实践服务共有三个方面的内容：

1、用镜头记录社会实践生活

此次下乡的主要目的之一就是宣传我校义务支教暑期社会实

践活动，用镜头将我校“三下乡”社会实践活动记录下来，义务教育帮扶为我们的拍摄活动提供了保障，丰富了我们的镜头内容。支教队开设的课程语文、数学、英语、政治、历史、地理、安全常识、卫生常识、生活常识、乡土文化教育、音乐、美术、舞蹈等涉及素质教育的课程都成员我们时间队员拍摄的重要内容。

2、善于捕捉孩子们的内心世界

为丰富我们的拍摄镜头，我们要求志愿服务拍摄团队积极对外交流，分析拍摄发展中的问题，并为当地有关部门提供有关建议，再次落实“服务农村促发展”的宗旨。首先，在拍摄过程中我们经过多次外景拍摄和孩子的跟踪拍摄，最终得到了很好地拍摄效果，我们要求实践队员善于捕捉孩子们微小的镜头，反应孩子们的内心世界。

3、丰富的镜头拍摄

我们在拍摄过程中牢牢紧扣我们实践队的主题，在反应留守儿童的生活现状和精神世界的同时也着重反应我校“三下乡”社会实践活动的内容。另外，有部分学生因为是单亲或者长期处于留守儿童状态，常年跟随爷爷奶奶在家乡。为此，我们面向全体学生，对具有典型特点的留守儿童以心理教育的认知为起点的大型的一对一心理辅导活动，同时也做对典型留守儿童提供更多的关注，家访是我们的主要活动。排除学生厌学心理，克服学生自卑心理，排除学生清高自傲的心理，让树立完美的世界观、人生观、价值观。经过几天的努力，存在心理障碍的学生敢于当众表达自己的看法，孩子们积极向上，开拓进取，表现出了不一般的热心，我想我们应该达到了既定的目标，更上一层楼。

5、纪律严明，严格要求。

在实践活动中中，我们制定了了严格的实践队员作息时间表，

早上六点起床，十五分钟的洗漱实践，紧接着就是晨跑和简单的徒手操，一天的生活就这样开始了，简单的早饭过后，学生们早早的来到学校，各年级对自己负责的班级和操场区域进行打扫，早上7：30学生们正式开始早读，上午第二节课间操各年级班主任组织全校学生们进行课间锅庄，同学们都很热爱这项活动，每天放学安排相应老师送孩子们过马路，晚上19：30准时开展老师和孩子们的互动环节——锅庄。八点半安排孩子们离开学校回家。校门上锁，实践队员简单的整理之后，开始每天晚间会议，总结当天工作之后安排次日工作内容。会议之后实践队员进行各自备课、写心得时间。十一点半，准时洗漱、睡觉。

(三) 实践总结阶段——认真总结，让实践效果更加深入

8月1日，在校团委的关怀指导、学院领导的关心以及相关组织的支持下，在带队老师和全体队员的共同努力下，我院暑期社会实践《留守的天空》纪录片拍摄活动拍摄素材工作完成。

通过社会实践，同学们也加深了对社会的认识 and 了解，增强了服务社会、建设祖国的本领和能力，完善了社会实践活动在与理论体系相结合的重要环节。在服务社会的同时，同学们结合了自己的专业知识，不仅体验到学以致用喜悦，而且也使同学们能以大学生的身份参与到社会活动中，并为社会尽上自己的绵薄之力。更为重要的是，在社会主义现代化的进程中，暑期社会实践，对进一步加强和改进大学生的思想政治教育，起着尤为重要的作用。

队员们表示通过参加此次活动，不仅了解了各地农村经济社会文化的发展和留守儿童的生活状况，同时进一步认识到社会主义新农村建设的重要意义，而且能亲身参与社会主义新农村建设，做出自己的贡献，感觉非常高兴，确实在活动中“受到了教育、增长了才干、做出了贡献”。

六、 活动存在问题：

1. 没有更好的了解当地的实际情况，比如说气温问题导致有些实践队员感冒。
2. 没有足够的拍摄工具，导致在活动期间有些实践队员工作量不大，得到的锻炼较少。
3. 在实践过程中没有设备进行边拍摄边制作工作。
4. 在制作方面没有专业人才，制作困难。

暑期三下乡社会实践心得体会篇四

每个青春岁月里，多多少少都会留下些回忆。在我大二结束的时候，在xx小学三下乡支教的日子。为我的大二划上了一个句号。

xx阳光，感谢一路上有这些可爱的队友们相随。作为一个地道道的北方女汉子，我的情感一向不细腻。但是，这些一起支教的日子，确是真真实实的被我刻在脑海里。不管它是怎样开始，抑或是结束。我们始终都在这里成长了。

上帝安排我们在这里相遇，我们用各自的方式来遇上一群人，这种缘分本身就弥足珍贵。懂彼此的人，享受着彼此带来的快乐。性格火星撞地球的人也不乏会遇到，这就让我们学会自省与忍耐。凡事都不能尽善尽美，因为缺陷，所以美好。

开始的开始，这里的环境让我极度的嫌弃，我沉闷的开始边忍受边计算离开的日子。有各种虫子的小黑木屋寝室，喝水要去山上挑泉水，洗澡没有热水，厨房里唯一醒目的就是那俩口直径一米的大锅，没有蔬菜买，更别提会有风扇。就是这样的环境，我们慢慢的开始适应并开始享受。

我们都是孩子，我们开始分组做饭，天还没亮就起来做早饭。在嘹亮的哨声中起床吃早饭。围着那张破旧的圆桌子，在上了一早上的课后开始狼吐虎咽的抢饭吃。

夕阳西下，傍晚的江南水乡宁静而凉爽。我们在不大不小的操场上打羽毛球，打篮球，一起坐在升旗台前犯二的上演那些年。有时候会把开会变成某个人的批斗会。一起细数每天的点点滴滴欢乐。

最后的最后，我们逐渐习惯每天早起教孩纸们打太极，一听到哨声就义无反顾的向食堂狂奔。习惯每天黄白交替的队服。晚上在满天星辰的夜幕下，挤在厨房前的水龙头前，等盆洗衣服。寝室里各种恶搞，让及其淡定的学姐hold不住，连连坐起，笑的前俯后仰。

渴望变成天使，是的。我们都渴望变成天使，一直永远的守护这群可爱的孩子们，在带给他们知识的同时，更给他们带来希望爱和感动。我们不舍，我们不愿分离，但是人生在世，在遇见彼此的那一刻，就注定会离别。但是，至少我们彼此相遇过。这样就足够了。

歌谣的歌谣，在这里，教室里每天都会有歌声传出。唱脸谱，凤阳花鼓歌，稚嫩的童声听起来真的很悦耳。没什么不同，偶尔我自己也常会哼上几句，初中班的孩纸们都会唱，记得刘大清也很爱这首歌。我是明星，再加上秋月老师的手语，只可惜我只会嘿哟的部分。小刘老师的弟子规。我们大家的队歌黄雷中学的日子。我们班最最嘹亮的团结就是力量。还有在食堂里经常被恶搞的留恋。最后就是，思念是一种病，真的会每天被我唱上无数遍。

孩子的孩子，该要飞往哪去！三下乡结束，不知道xx阳光还能不能在以后的日子里再次相聚。就像公管院和资环院的距离般，相隔那么近，但能再遇上的几率却很小。再见到的时候，会不会还有当时的那种心境。抑或是成长就是这样，一边失

去，一边在得到。

我们班孩子们和我的小胖们的故事

一下摘录于他们给我的留言

“秀秀姐，我是小胖，你不要哭要记得笑”

“谢谢你，我亲爱的秀秀姐你第一个给我选的江南，可惜你未曾看到”

“你是我们永远的好老师”

“秀秀姐祝你早日找到你的相好，我期待着我们再次相见”

“老师，每当我看见你和小胖玩耍，我的心里都有一股酸味，因为我看见你的第一眼就喜欢上你”

“作为班主任，你对我们是很好的，你一定要回来看我们”

孩子们的情谊用稚嫩的笔迹跃然纸上，我又一次华丽丽的被感动了。没来得及和你们好好告别，只希望你们可以快快乐乐的成长，我很爱你们，在你们身上，我看到了我的童年。也看到了满满的希望。

暑期三下乡社会实践心得体会篇五

今天是这次暑期三下乡的'第一天，对于我自己来说收获很多。

首先，条件虽然艰苦但仍可接受，在这样的环境下体验生活是很难得的机会，床铺只有一张板但是每个人都凑合睡了，虽然有些不便，但是每个人都乐于接受而且体会这其中的乐趣。宁静的村庄总能传出我们的笑声。另外，赵老师对我们照顾很周到，我们对这次实践本没有什么要求和意见，老师在这方面都做了很周密的安排，同时也给我们提供很多锻

炼的机会，闲暇的时候也会和我们一起玩。这里的人很热情很友好，村长，校长，主任，包括饭店的老板，对我们接待很热情，孩子们也很听话，对英语学习有很浓厚的兴趣。

总体说来，第一天的感觉非常好，很喜欢这种实践生活，也希望以后能有更多机会参加这种实践活动，条件是小事，重要的在于享受这种团结的生活。

暑期三下乡社会实践心得体会篇六

为响应我校团委号召，江汉大学法学院于xx年暑假开展暑期社会实践活动，切实引导大学生从象牙塔走向社会，锻炼自我融入社会。假期开始后，同学们就启动了暑期社会实践项目。

本次暑期社会实践活动调研项目较多，调研活动涉及政治、经济、文化、社会等各个领域，活动范围较广，时间较长。

全院动员，体现重视程度

从xx年上半学期期末开始，暑期社会实践活动的宣传工作就开始了，法学院召开动员大会和暑期实践经验分享会，并通过法学院官方微博、团委学生会工作群等方式进行广泛宣传，不仅学院领导重视，也同样引起了学院学生的重视。在全院上下共同努力下□xx年暑期社会实践申报项目达41项。

师生联动，提高项目质量

我院严格审核调研项目，全院上下很多老师都参与了本次社会实践活动。同时，采取师生直线联系、指导老师与调研小组一对一辅导的方式，保证了老师与学生的即时信息沟通，问题解决及时迅速，从而减少了调研小组在实践活动中的压力和阻力，一定程度上提高了各项目的质量。

统筹全局，坚持 突出重点

我院团委和部分学工办老师在自身担任项目指导老师的情况下，仍然通过电话、短信□qq等方式联系项目负责人，指导活动开展，及时通知重要信息，发挥了统筹全局的重要作用。同时，对于重点项目，学院给予最大限度的支持，老师指导、学院证明材料、提供宣传资源等等都体现了学院的大力支持。

在全院上下的共同努力下□xx法学院暑期社会实践活动正如火如荼地开展着，笔者相信，法学院暑期社会实践活动必将取得圆满成功，为实践科研再添多彩一页。

暑期三下乡社会实践心得体会篇七

实践时间□xx年x月25日--31日

实践活动□xx贝克大酒店兼职实践

实践目的：

第一、勤工俭学；

第二、丰富假期生活；

第三、应用所学专业知识，做到理论与实践相结合；

第四、锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获；

xx贝克大酒店位于巩义市中心市区的繁华地段，是河南大峪沟矿业(集团)责任有限公司和美国好运来集团公司共同投资兴建的中外合资企业，是巩义市首家被国家旅游局批准评定的三星级旅游涉外饭店，是巩义市对外改革开放，接待中央、省、市领导大型会议的窗口。

“现代化的三菱电梯，先进的中央空调，卫星电视，电脑烟警报警及自动喷淋消防系统一应俱全，国际国内电话打进打出均为直拨。设有五百座位的中西餐厅及14间情调各异的高级包厢，由广东、四川名师主理川、豫、粤菜及四季海鲜，东北泡菜、炖菜，特色风味面庄系列更使您一饱口福。并有咖啡厅、酒吧、夜总会、卡拉ok舞厅□ktv房，美容美发、桑那按摩，娱乐中心、地下双层停车场等配套设施。现代化的商务中心提供：电传、传真、打字、复印、预售全国各地机票、火车卧铺票及商务洽谈等服务。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的’要求不一样，贝克大酒店岗位主要有大厅、总台、客房、餐厅、酒吧、商场、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人用膳的主要场所，也是饭店获得最佳经济效益、弹性最大的部门之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味佳肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点之后，但是我却从中学到不少书本上没有的知识，也顺利的将所学充分运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

暑期三下乡社会实践心得体会篇八

到20号为止，我们“牵手石化储运，共促科学发展”暑期社会实践团为期半个月的三下乡活动圆满结束，作为参与了活动的所有环节的成员之一，我在这段期间有很多感悟，也有很大的收获。

当一个人静静地坐在电脑桌前写三下乡活动感悟时，脑海中不断浮现着往日画面：“西门”之行。城北风。。走进岙山浙华行记。就业问卷。海山宣传。“甬东”。访。走访安监局。安全电影展。时间虽然只有半个月，但我们展开的活动

却别样精彩，在这短短的十五天我得到一生中难以得到的东西——团队的精神、工作的经验、坚强的意志、提升的思想、真挚的友情——我们没有虚度这半个月，没有放纵这十五天，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，生活的可以这样享受。

没参加暑期社会活动之前，听一些学姐学长说，大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。当自己真正投入到活动中时，这些话都得到了印证，“纸上得来终觉浅，投身实践觅真知”。社会实践是艰苦的但是收获是巨大的。

以下是我在社会实践中。访石化企业领导得到的经验总结：

中化兴中岙山储油基地生产部副部长汪新在提到他的从业经历时，他说，自己当初也是石化学院毕业的学生，一路艰辛从一个操作工走来，再到调度员，调度师，最后竞聘副部长一职。人越往高处走，路就越窄，压力越大，考虑的东西也就越多。几年干下来，真的。个人都累垮了。但自己并没有后悔，还是坚持下来了，坚持就是胜利，心态决定成败。无论自己干什么事情，尤其对于搞石油这一行的，因为起步往往是非常的辛苦的，大家一定要放稳定心态，干一行爱一行。既然自己决定了走这条路，一定要挺下去，千万不要遇到挫折就中途放弃，这样肯定得不偿失。此外，汪部长还提到团队的配合非常的重要，很多的公司也都注重团队精神，大学生一定要学会互相配合，相互促进，这样才能全面发展。

舟山浙华石油运输有限公司的夏总经。也提到我们大学生进工作岗位的关键是要放正心态，大学生一般心都比较高，刚出了校门对外面的世界一点都不了解，所以一般自己觉得前

途不是很好的工作只抱着试试看的态度，一心只想往高处飞，但却不知，这样给领导留下的印象是很不好的。夏经。强调，做为大学生，我们没有社会经验、社会阅历，我们拥有的只是年轻。只要我们吃苦肯干，艰苦奋斗，在岗位上安安稳稳的，调。好心态，把自己本职工作做好，坚持下去，无论哪一行都会得到好的回报的。而且做事一定要先学会做人，学会做人就是能很好与身边同事和领导进行交流，良好的人际关系是走向成功必不可少的铺垫。责任心，对于一个人来说也是至关重要的，你要时刻记得为自己所做的事情负责，懂得自我反省，从小事做起，从点点滴滴做起，透过细节就能看出一个人的品质。大学生就像是张白纸，思想单纯，社会阅历欠缺，大学生要多接触社会，多参加一些团体活动，发挥自己的潜力。

在提及石油行业工作专业知识的重要性时，中化兴中的汪部长教育我们在校大学生一定要学好专业知识，书到用时方恨少，很多他在读大学时以为没什么用的专业知识，在工作时经常要用到，跟港口浦油。的领导一样，汪部长也尤其强调石化行业专业课中“流体力学”的重要性，另外，汪部长也鼓励我们多考一些相关证书像四六级证书、计算机证书、专业证书等等。

在中化兴中工作的中国石油大学的研究生也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。他强调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，像浙江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。

另外，在舟山消防局的大力支持和协助下，我们团队在海山公园开展了一次大型的消防安全知识的宣传活动，活动形式包括了知识问答、海报宣传、图片展览和资料发放。

通过这次的宣传和广大市民的共同学习，我深深地感到人的生命是那样的脆弱，它可能在你不注意它时，突然消失。安全知识的贫乏、安全意识的淡薄、安全行为的松懈总是能让我们看到、听到一幕幕惨痛事故的发生和血的教训。火无情，但我们如能坚持不懈的开展消防安全教育，让消防意识时刻伴随左右，相信悲剧的发生能降到最低。爱生命，关注安全，是伴随每一个人终生永恒的课题，只要我们每一个人都对这个课题尽到心、尽到力，既关爱自己的生命，又关注他人的安全，那么，我们这个社会群体中的每一分子，都会成为一个高尚的人、一个有道德的人。朋友们，请牢记安全操作规程，时时刻刻让警钟贯耳，分分秒秒珍爱自己的生命！

我们“牵手石化储运，共促科学发展”暑期社会实践活动，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将会使我终生受用。社会实践尤其加深了我对石化行业的认知度，为将来在石化行业就业打下了更坚实的基础，使我在以后两年的大学学习中目标更明确，有的放矢。拉近了我与社会的距离，更加丰富了安全知识。另外，在此次活动中，通过。访石化行业领导及中国石油大学的学生，结合他们给我们的意见和建议，我们还针对。访录对自己的母校石化学院写了建议信，将社会实践活动所获反馈给学校，更好的促进校企合作，也算是对学校的回报。总之，在这次实践活动中，我们的人生价值得到了很好的体现，温室里的花朵经历了新鲜空气及阳光，得到了很好的发展。

暑期三下乡社会实践心得体会篇九

美好而充实的时光总是过得飞快，转眼间为期十天的三下乡实践活动已圆满地画上了句号。尽管在这支队伍中，我扮演的只是一个微不足道的角色，却又很多很多的感受，很多很多的收获。我们这支队伍分成宣传组、调研组、支教组、文艺组及后勤组五个小组。宣传组主要是负责做好三下乡的宣传工作，比如活动的布场和画海报等；调研组是调查研究当地的资源，如林木、旅游、养殖业等；支教组就是负责教书，

每天都会和学生在一起；文艺组是排练节目，文艺汇演就是由他们负责的；后勤组则负责我们的起居饮食，有谁生病了，也是由后勤组的悉心照料。我是属于调研组的，走的路最多，见到的也最多，虽然比较辛苦，却乐在其中。印象最深刻的三个调研活动是采访60岁老人、走访养殖户、参观海岛森林公园。

今年是建国60周年，我们想听听与国同生的老人家的的心声，听他们讲述祖国的变迁。从建国到现在，我国的发展经历了一些比较曲折的路线，这些老人家走过风风雨雨，自有一番感慨。他们都提到公社化时期吃饭吃不饱、交通部方便、买卖不自由，而现在吃好睡好，去哪里都方便。特别是改革开放以后，很多政策都给了人民自主、自由。以前是集体制，即使有能力都无法施展，现在只要有本领就可以创业。老人家对现在的生活都表示很满意，并把这一切归功于国家政策的开明。通过与老人家的交谈，我也对祖国的变迁有了更真切的感受，觉得自己生活在一个和平稳定的年代很幸福，但祖国的未来还需要我们这一代的努力。

走访养殖户更是让我大开眼界。南澳岛上的居民大多以养殖和捕捞为生，但今年来由赤潮现象的出现，我们此次调研目的就是为了探讨海水赤潮与养殖业废水的关系。据报告，近几年来赤潮爆发的频率增大，可能与当地固有的养殖模式的僵化及养殖技术陈旧不完善和当地居民为了经济盲目扩大养殖规模有关。我们参观了养殖场，采访了养殖户，记录他们的养殖情况，并做相关分析，希望能帮助到他们。在采访的过程中，我们发现这些渔民都是靠经验来养殖的，没有太多的‘专业知识，靠每年的经验来摸索。我们也总结出了一个道理，如果能把专业知识运用到实际中，或许可以少走些弯路，有更好的收成。可见，这里的养殖业很需要技术的支持和专业的指导。

最后一天去的是海岛森林公园，我们主要想了解一下南澳的林业及生态旅游。上午主要是爬山，沿途拍了很多林木的照

片。下午我们采访了林业管理局的书记，他给我们介绍了很多林业的生长情况及生态保护措施，并回答了我们的相关问题。虽然中午在山上没有吃的东西，但大家都毫无怨言，认真地工作，让我很感动。这就是队伍的凝聚力。在路上大家互相帮助，带的水不多，大家就一起分享，觉得好温馨，像一家人似的。

调研工作的展开虽然比较辛苦，但我们都乐在其中，觉得很充实很有意义。有时候一出去就是一整天，中午就在路边吃外卖，找不到歇脚的地方，就在公路旁的树荫下坐着吃饭。觉得那时的饭菜特别特别香。。。天气很炎热，同行的男生的衣服几乎都可以拧出水来。但大家都毫无怨言，反而乐在其中，休息的时候还唱唱歌，开开玩笑，很快乐，很温馨，没有一个喊累的。。。

上面是在调研工作中的一些体会，觉得自己学到了很多，不仅是把自己之前学到的调研知识运用到实际中，也提高了自己的表达能力。同时，在工作的过程中，也暴露了我平时没注意到的缺点，就是我表达能力还不够清晰流利，有些事情考虑不够周到，很多细节没有注意到，采访之前没有多些了解采访的内容，以致于提问题提不够重点等等。

暑期三下乡社会实践心得体会篇十

为响应__医学院第一临床学院“彩虹桥”三下乡实践活动。2_年__月__日，__医学院“彩虹桥”暑期社会实践志愿者团队调研组对__市__县大华村村民进行了走访调查。

在组长龙珊的带领下，调研任务有序展开。出发前，队长提出了三点注意事项：首先，要注意安全，提防家禽畜类伤人；第二，走访要细心认真，注意礼貌言行举止；第三，要表明来意和目的；最后，要充分发挥我校医学专业优势，在体现我校学生风貌，培养学生能力的同时，与大华村地区人民一起，为建设“社会主义新农村”贡献出我们的一份力。

“以前我们村因地处偏僻，交通闭塞，人居环境差，没有像样的产业；村民‘等、靠、要’思想严重，发展意识淡薄，大部分村民久困于穷……”村里的历史，大华村党总支书记、村委会主任莫飞虎直言不讳。当时村里不仅没有水泥村道、路灯等硬件设施，就连生活污水和垃圾也都是随意倾倒，无论是道路两旁，还是房前屋后，都脏乱不堪。那条穿村而过的花溪，由于村民缺乏环保意识，生态破坏严重，成了一条臭水沟。从“省级贫困村”到“省级美丽乡村”再到“省级巩固提升脱贫成效样板村”，六年时间，大华村进阶升级，退出了省级贫困村序列，还完成了华丽“转身”，成为了“明星村”。在全村的共同努力下乡村旅游业，乡村农副产品种植业等一系列特色产业得以有效发展和建设。

大华村竹林面积达1.9万亩，春天产竹笋，四季有竹材，是座天然“宝库”。当年冬天，村民莫间辉成为村里第一个“吃螃蟹”的人，他流转了100多亩竹山改造“笋竹两用林”，后来又有91户村民加入。两年时间，共改造2100亩“笋竹两用林”，还有12户农户在林下养“竹山跑步鸡”，这两项可年增收300多万元。今年，许多农户还在扩改“笋竹两用林”，养“跑步鸡”，种油茶、中药材等。村民也深刻意识到：依靠自己的双手和聪明才智发展经济，脱贫奔小康……不得“等、靠、要”，不得好吃懒做……这是大华村村规民约中的内容，更是大华村打赢脱贫攻坚战的秘笈。

通过此次的调研考察，我们得知大华村能够在这么短的时间里是如此巨大变化的原因，要想自己的生活富裕，还得依靠自身的不懈努力，“等、靠、要”的思想并不可取。反观生活中的各类事情，也更是如此。我们要坚信“只有自己撸起袖子加油干才能过上幸福美满的小康生活”，而大华村也正大步朝着更美好的生活迈进。