

最新暑期三下乡社会实践心得体会 暑期 三下乡心得体会(优质12篇)

实习心得中应该包括对实习单位的评价，体现出对实习单位的认同和对实习单位的贡献。集结一些实习生们的心得体会，为大家提供一些实用的写作技巧和经验。

暑期三下乡社会实践心得体会篇一

为期周的广西大学轻工学院食品第支部赴宾阳县暑期三下乡服务活动已于7月16日落下帷幕，在这期间，收获了许多感动、鼓励与真情。

此次三下乡，我们的主要任务是支教支农、宣传耕种环保与种植科技、调研民情民意等，而我是调研组的成员之，负责联系当地村的村长、村书记等领头人物进行采访和调研，也可以到学生家里采访家长。就这周的经历与体验，简单总结下调研的结果。

对于我们这样批下乡服务队，不少村上的人都是避而远之的，因为在我们向路上的村民派发我们的环保知识、种植甘蔗的科技以及调查问卷时，很多村民都是拒绝接受的，更有甚者，我向户人家的孩子递过去份种植科技时，她畏畏缩缩的把手背在身后，步步退回了家，接着就是她家里传来阵狗吠……不得不说，在这个邹圩镇里，农民们的思想始终是带着十足的警惕性的，即使他们知道我们不是坏人。我们不知道，农民叔叔阿姨们是怎样看待我们的服务活动的，存在很多问题，导致无法按照原计划的进行每家每户的家访，所以我们的工作也是做得像蜻蜓点水般，但还是略有收获。

关于教育方面的问题，从调查问卷看，大部分家长认为接受高等教育，即让孩子上大学是十分有必要的，他们表示，虽然家庭条件不富裕，但在必要的时候还是愿意提供高额费用

让自己的儿女上个好的学校就学，因为他们觉得，不接受高等教育，在以后的社会中就不能找得到好的工作，生活就没有保障。从这些言语中，我切身体会到了作为父母的那份苦心，为孩子的长远考虑得很周全。就像这几天，我们在简陋的教室里教孩子们唱歌跳舞、写暑假作业，家长也没有阻止说不允许我们乱教小孩子之类的，反而是越来越接受我们，有时给我们送来了些青菜冬瓜，这已然让我们感动与欣慰。我想，不管条件如何艰苦、观念如何封建，不变的是他们坚信教育为本。

在支教组，从孩子们的口中，我们也大致了解了这里农民的生活状况。虽然路进到这个村子里，都会看见推行计划生育的横幅，但每个家庭都会有3~4个小孩子，父母在外工作，留守儿童很多。在个偏僻的地方，有个幼儿园，叫多多幼儿园，那里是留守儿童的聚集地，我们去教他们写名字、画画、玩游戏，脑海里满是回忆与怜惜。

除此之外，我们有幸采访到了村委副书记，在短短个多小时的谈话中，我们了解到邹圩镇农民关于教育的思想观念、对学校完善的期待与支持，还有各方面的生活条件情况。

暑期三下乡社会实践心得体会篇二

向日葵顶着炎炎酷暑。正是这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正在热火朝天的举行……高校办学的根本目标是培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。达到和实现这一目标的途径和方法是教育与生产劳动相结合。因此，我们学校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会的目的。在亲身经历了大一结束后暑期社会实践，我不由的要对大学生暑期社会实践发表下自己的看法和体会！

三下乡已经结束了几天了，回顾那段难忘的日子，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“三下乡”，我真的感到很荣幸。短短的十几天，支教、法律宣传、感恩活动、爱国教育、文娱汇演这过程的点点滴滴，我仍然历历在目，却无法用笔一一记录。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；当我想起学生淳朴的笑容时，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“三下乡”一路走来，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，认识这么多可爱的小朋友，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、团队意识。来自不同个体的三十几个人，在一起工作，一起生活，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。

第三、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。

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。

作者：陈诗敏

暑期三下乡社会实践心得体会篇三

关于“好”学生和“坏”学生。下乡期间，有一个名叫曾淦的四年级男生让我印象特别深刻。因为他上课时总是非常积极地回答问题，一双耿直的眼睛常常流露出对知识的渴望，知识经验也比同龄的学生积累得要多。这样的学生，品学兼优，正是典型的好学生典范，相信没有老师会不喜欢的。我有时也情不自禁地对他有点特别的偏爱，可能对他的关注会比较多，而他也乐意跟我聊他的情况，从学习情况到跟他长相酷似的小弟弟，他的爷爷，他的名字由来等等。很多人都说，好学生和坏学生，都是能让老师记住的学生，坏学生可能更让老师印象深刻。我想说的是，一个名叫淡业的即将升初一男生。开课第一天，他坐在教室的最后，时不时地跟上课老师唱一下反调，干扰其他上课的同学。课间与其他同学发生争执，培鑫同学去劝架的时候手臂还被他狠狠地咬了一口，皮下淤青。这个学生让我们很头痛，不爱听课，可却很勤来上课。但，在上课的第三天时，发现他变得很听话，叫他好好坐在座位上，不要讲话，他都乖乖“就范”。还帮忙照看旁边的几个幼儿园小孩子，安抚他们不要吵闹，教他们画画。后来得知，前一天，他跟着社调队的同学出去当翻译的志愿者了。

我的感悟是：对于好学生，我们要适当地多鼓励，多指引他们获取更多的进步和提升。但对于“坏”学生，我们不能轻易放弃，应该寻找能够打开他们心扉的钥匙，也让他们找到自己的价值所在，当很不容易做出什么成绩时，要及时地给予鼓励。有人告诉我，“坏”学生的本质大多不坏的，他们只是以“坏”

的形式来获得别人对他们的关注而已,他们的心灵是很需要关怀和爱护的.其中一种让他们实现自我价值的方法可以是:让他们在班上当个职务,如纪律委员等,有责任在身,他们可能就会朝着好的方向去改变.他们很需要别人的信任.

下乡前期的准备,包括:确定五天课程的具体课程,课程设计,课程内容准备,模拟授课.下乡回来,在想想这些前期的准备,发现真正在实际课堂上用到的只有20%左右,满足二八定律.学生具体情况是根据去年的设想的,我所负责的医学小常识中的部分内容需要分为高低年级两组分班授课,于是又要准备两套上课内容.而实际我们去到那里,高年级的学生人数不超过十个人,高年级的内容可以取消掉,另外,由于低年级学生的特点,注意力集中地时间较短,课程内容稍有压缩,故最后是把低年级组的课程内容再优选了一遍.

我的感悟是:对于未知的事物,我们需要尽可能地去获取最多的信息,尽可能地区了解更多,并在此基础上,做出针对于最可能的情况的准备,对于小概率事件——风险预测,也需要做一定准备以防万一——风险的应对措施.虽然,前期的准备工作可能只有20%是实际用得上的,但如果没有做足准备,可能到时候,可以用得上的东西就连20%都没有了.

下乡期间,第一天的上课情况让我们有种“铩羽而归”的感觉,之间自以为准备得很好的课程,在那群学生面前却像漏洞百出,我们真是太过乐观了,没想到小朋友们是这么难搞,一下子找不到应对的办法.幸好,我们立即开会讨论,大家一起出谋划策,终于逐渐摸索到“治”他们的各种办法,如分小组,进行积分竞赛,加入情景模拟去诠释以增加课堂趣味性等,教学的方法逐渐改善,课堂效果立竿见影地好了很多.

我的感悟是:“计划赶不上变化”,因为我们更需要及时调整自己,以适应变化.看到“出乎意料”的情况,需要整个团队一起团结协作,出谋划策,集思广益,积极寻求解决问题的方法.而作为个人,要勇于承担责任,要有“舍我其谁”的精神,就当

是如果你不想办法, 整个团队就很难解决这个问题了, 有了这样的压力, 可以让自己更积极地去想办法. 一个想到的办法, 不一定就是最终采取的办法, 但常常可以给别人一些启发, 无意中起到“抛砖引玉”的作用. 这个办法也可能是不完整的, 需要整个团队共同去讨论, 完善它, 以是它更好地用以解决问题. :

下乡期间的最后几天, 认识了几位上初中的女生, 可以感觉到她们内心的美好的淳朴. 离别时, 收到她们的信, 跳上车, 隔着玻璃窗, 看到她们在擦泪, 心不禁有点颤动. 我感到有点愧疚, 愧疚自己都没给她们带去什么东西, 除了五天的课程内容, 涉及到科技, 医学, 音乐, 心理, 手工制作等, 但我们缺少了对他们理想和价值观念的一些指引和启发. 强国先强志, 强人应该也是先强志, 一个想法可以改变行为, 改变习惯, 从而改变人生, 我们应该从思想观念等方面给他们带去一些新元素.

这次下乡, 作为支教队一员, 我想分享的经验是: 学生一般喜欢比赛, 可以采取分组及委派小组长的方式上课, 适当进行一些组间竞赛, 分组还利于纪律的管理; 内容较枯燥的课程可以适当增加一些情景模拟, 学生对表演兴趣还挺大的, 可以让他们一起参加表演; 上课的时间长度需要控制好, 过长学生容易产生疲劳或注意力不集中, 过短不便于内容讲授; 跟学生沟通, 要先了解特点年龄阶段学生的心理特点, 要诚恳主动热心; 调皮的学生, 可以适当给他们安排一些职务或任务, 让他们找到自己的价值所在, 有一种被信任的感觉; 支教队给学生带去知识的同时, 别忘了给他们一些思想和心理上的引导, “授人以鱼不如授人以渔”.

暑期三下乡社会实践心得体会篇四

金色的七月, 让我收获了不少珍贵的果实, 这些果实不仅仅包括学习知识的方法与技巧, 更重要的是从那些可爱的老师们中学到了认真负责与无私奉献的精神. 他们的激情深深地影响着我, 让我暗下决心也要当一名志愿者, 让我的爱与力

量孕育出更强悍的“树苗”。

他们的激情一直陪伴在我的左右，从没有消失过，时刻鼓励着我不要因为实现梦想的道路坎坷而放弃这个梦。为了感谢母校给予我的爱，我一直在计划着如何在母校组织一次三下乡社会实践活动，让我的师弟师妹们从中收获书本之外的知识与人生的意义，也希望他们能把这种精神继承并发扬光大。幸运，泪水没有带走我的梦，而是给予我机会，让我也在这个金色的七月带领着“青春之歌”社会实践服务队来到茂名电白二中组织本次三下乡社会实践活动。

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，我要求“小老师们”抽课余时间准备教学内容并试讲，并要求他们尽量往“快乐中学习”的方向备课。

同学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，而我选择了调研，放弃了支教，因为我依旧没有勇气站在讲台，因为队友们早已认定我是个不自信的人，把我热衷的职务给了其他人，而我只能后退一步，但是我很想告诉他们，爱哭的我不是软弱，我依然可以做得很出色。虽然不能支教，但是我会调研组中好好锻炼，认真完成工作，收获其它珍贵的果实-----交际能力。

我们都知道调研是比较辛苦的，但我们乐在其中，因为我们不仅能好好完成工作，还可以与村民们交流心声，体会到村民们的辛勤与快乐。令我们开心的是，他们非常支持我们的工作，有时候还会为我们着想，也会为我们抱打不平，因为队长没有给我们发工资。当然，我们也会因为调研农村合作医疗保险而被误会我们是推销保险而被拒绝填写问卷。然而令我们愧疚的是，不能为村民们向上级反映他们对农村合作

医疗保险的看法，因为他们几乎都把希望寄托在我们身上。希望政府能早点改善政策，真正做到为民着想。

虽然在调研中也学到不少知识，但是我依旧觉得不满足，因为我少了一份与学生交流心声的师生情，我很希望自己也能像那些“班主任”一样收到学生给他们的信，因为信中的内容很令我嫉妒，看到队友们幸福的样子，我就很羡慕。虽然如此，但我只能祝福他们，因为我相信以后我也会有机会的。

三下乡是一段路，时而坎坷，时而沿途风景独好。她告诉了我，没有一个人的前进道路是平平稳稳的，即使是河中穿梭航行自如的船只也难免颠簸，因此生活受伤难免，失败跌倒错过并不可怕，可怕的是因此而一蹶不振，失去了人生的方向。只要你没有因此失去方向，你就会欣赏到独特的风景。

暑期三下乡社会实践心得体会篇五

日子真的像流水一样，明亮而透明，凉丝丝地滑过我的静脉，带着暗蓝色的时光一去不复还，2009年的暑假就这样悄无声息的来到了。

在这火红的季节，我们暂别了象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，深入乡村，进行暑期“三下乡”社会实践。通过此次社会实践让我们褪去了一丝娇气、幼稚、浮躁与张狂。

在此次社会实践当中，我主要进行的是支教活动，我教的科目是英语。因为考试和第一次下乡的缘故，说句实话，自己在去之前心中完全不明确自己要教他们什么，看着别人在忙教案，才知道要早早把所有的教案弄好，看着别人上网搜来的一沓沓的资料，自己内疚得想灭了自己，我是一个老师？哼，误人子弟啊！连自己要教什么都不知道还何谈备课啊！

时间不待人，上网搜是不可能的了，出于内疚，自己当晚便

去图书馆借了几本书回来，加上自己的资料，感觉到时应该用得上吧！只能这样了，到时硬着头皮上吧！到了吴阳中学，把一切安排妥当后，只剩下一个晚上，自己靠着平时的积累，终于把第一堂课给弄出来了，到时只能靠现场发挥了。说真的，心里感到很对不起学生。所以，自己暗暗发誓要在之后的教学中给同学们补上。

因而，自己在每天朝阳升起的时候，都拖着疲惫的身躯告别我那可爱的床，吃过早餐后就直奔操场，带领同学们进行疯狂早读。在教他们如何正确发音，如何学好英语的同时，我看到了我存在的价值。当我操着我那破铜锣似的声音大声朗读以求激发他们的热情的时候，我觉察到了肩上的责任，同时也为自己的负责而感到欣慰。我不知道几天的教学能否真正给他们带去什么，但我从教的过程当中可以看出他们那看到曙光的眼眸所散发出的光芒。

早读完毕，得进行英语课堂的教学，在上课的过程中，也许自己有点高估了他们的知识面，毕竟才初一啊，所以我讲得有点快，学生有点接受不了，但整个过程下来，我边讲脑袋边在转，所以能够将备课时没有想到的东西照样传授给学生，因为疯狂早读的缘故，有时两节连堂的英语课下来，我几乎不能发声了，但我继续坚持了下来，因为我不想因为喉咙的原因而浪费学生们的光阴，我想在几天的学习中教会学生学习英语的方法而不是单纯的英语知识。

我想自己应该达成这个目标了。吃完午饭，我继续回到教室里辅导学生的英语发音，每个音的纠正都让自己体验到了成就感，虽然我牺牲了我的午睡时间，但我换来的是学生那开心的笑脸，这就足够了。因为自己同时也是班主任，所以一个下午的时间我都得守在教室的后面。

课余时间时，自己可以说与同学们玩成一片，这也许是他们与我关系那么好的原因。也许有人会觉得这样自己好像不是一个老师了，但通过这次的支教，让我明白有时放下身份也

是一种美。你把他们当朋友，他同样也会把你当朋友。因为你怎样对待别人是别人怎样对待你的砝码。而且也会因为这样，他们更用心去上你的课，因为他们懂得不让你这个朋友失望，他会懂得尊重你这个课堂时为老师，下课时为朋友的人。

可能我说的不是很正确，因为也不排除他们是因为我讲课快而怕漏掉什么才会那么用心的情况。晚上，我一有空也会过去教室辅导学生，这样，我的备课时间就更短了，但是我一次备的内容可以上几节课都还绰绰有余，还好，没耽误学生，真感叹自己以前没荒废青春，心里也暗自下决心以后要把英语学得更好！也许别人会认为我准备了好久，其实不然，只是因为我备课时用心和以前知识的牢固，这也让我明白，课不是一天两天准备出来的，靠的是平时。想做一个成功的教师，就得平时备课，课上授课。

当学校领导赞扬自己公开课上得不错的时候，自己感慨良多，虽说靠个人，但这都要谢谢当日栽培我的老师，这也更让我知道一个老师的影响可以有多大。这也改变了自己当初不想当教师的想法，忽然觉得教师真的是一份神圣的职业，身在其中才会明白当中的道理。当自己能够通过自己的人格慢慢去改变，去感化学生的时候，你就清楚地知道你离不开这个职业了。

从注视着学生的变化到看着学生不舍的眼光，心中早已泪流成湖。当学生不愿回家也要目送我们离开时，自己终于知道自己在他们心中的分量。“男儿有泪不轻弹”，但他们打破了记录，为我们留下了不舍的泪滴，这帮调皮得懂事的孩子怎能让人遗忘。

当看着他们离别的信笺，忆起收花时的甜蜜，想起他们追车的疯狂举动时，心中又开始了一阵阵波澜起伏。他们那纯真的笑脸让我再次回到了骑在单车上单纯的花样年华。是他们将我带进了时光隧道，重温了当日单纯式的幸福。一切的一

切，已经不能用言语表得明，只能用行动去缅怀这一切，珍惜这一切。

总结这次社会实践活动，我认为是一次成功的，实用的，受益非同的社会实践。通过这次社会实践，我清楚地明白了要付诸于行动才会有深的体会，有更多的所得。实践出真知，学以致用，服务社会！社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值将真正得到体现，我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

通过参加社会实践活动，思想碰撞出了新的火花，也让我充分体会到了队员们热情与投入，亲身感受到了团队配合的巨大作用，一个人的能力毕竟有限。唯有团队配合才能事半功倍。就拿这次社会实践来说，我们至始至终是以团队的形式进行的，使我亲身感受到了团队的魅力所在。“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。

社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

“艰辛知人生，实践长才干”。本次社会实践仅仅是为我们以后的社会实践开了一个好头，我们将以本次实践为点，多多总结经验，我们不能再做“养在深闺”里的“骄子”，每日“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”，做着日后事业有成、飞黄腾达的白日梦了。但愿以后还能有机会走出校门，走向社会，投身社会，使自己真正从中受益。

此次社会实践也告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们要懂得在苦中作乐，因为热爱，所以选择，因为选择，所以负责。

我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

暑期三下乡社会实践心得体会篇六

7月6日这天，是值得纪念的一天，因为我们班二十多位同学一起去到_，开始了我们期待已久的暑期三下乡之旅。

我们的首站是_花园老年社区。之所以把这里定位第一站是因为我们认为现今社会最容易被忽视的就是老年人，特别是住在的社区和福利院的孤寡老人。一大早我们分队的成员们便到达了目的地，开始了今天的主题活动，“宣传环保知识，帮助社区做清洁”。

这里的老人十分和蔼友善，在我们集体宣讲环保常识的时候，也站到我们身边，仔细聆听，尽管有时候会听不太清或是听不太懂，但每一位老爷爷、老奶奶都十分配合，一听我们是暑期三下乡实践的大学生们，就个个竖起大拇指夸奖我们是好孩子，大热天还知道关心老人们，还来陪陪他们。

那一句句的称赞使我在高兴之余也深刻反省了自己作为一名大二学生对待社会实践的态度。以前也有过类似的机会，但我总是抱着完成任务的心态，走走形式，并没有全身心投入到活动中去，没有把它当做是一种责任，一项义务。但在今天，面对着这么多亲切的面庞，我感受到了他们对生活的热爱和对友情的珍惜。虽然年事已高，但他们那股努力融入这个社会的决心让我不得不佩服。

在宣传完环保知识后，我们还自发为社区打扫了清洁卫生。其实这里挺干净的，只有少许落叶和灰尘。在大家的齐心协力下，很快我们便完成了第一天的行程，并与社区的老人们合照留念。大家都觉得今天的活动十分充实又富有意义，很多同学还流下了不舍的眼泪。

我想，通过今天的实践活动，不仅锻炼了我们与老年人的沟通能力，增强了帮助弱势群体的意识，更让我们认识到这个社会需要像我们一样的大学生，在专注学习的同时，更要关注社会的弱小势力，用实际行动来表达自己的关心和爱心。

暑期三下乡社会实践心得体会篇七

每天清晨起来便是拿起相机，开始新的一天，记录下队里的有趣的故事。每当快门被按下，画面定格在那一个瞬间时，总感觉自己好像找到了什么有趣的事情。所以总是相机不离手，总想随时随刻拍下那些瞬间。

然而今天难得有放下相机的时候，当放下相机后，最开始好像总感觉少了点什么，后来慢慢习惯，开始与小孩子们嬉戏打闹。渐渐发现自己不再是画面外的人，而成为了画中人。有时当你掌握着相机，你可以记录回忆；但当你放下后融入孩子中，你则是创造回忆。小孩子们的天真笑容总是笑得那么灿烂，会让你不知不觉感觉自己变幼稚了，变开心了，变简简单单了。孩子们的世界本来就不复杂，只是后来他们长大了，开始把自己慢慢藏起来了，而成为了一个大人。

这次三下乡活动便让我们难得能再次拥有一段简单的幼稚生活。

暑期三下乡社会实践心得体会篇八

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！

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。

暑期三下乡社会实践心得体会篇九

为了响应学校关于暑期“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，调查地点为湖南宁乡横市镇界头村。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，土地的平均年收入食4000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500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。与此同时，我深深的认识到，在推进“城乡一体化”的过程中，政府出台了一系列的政策，虽然部分农民认为政府还应适当提高农业补贴，但目前来讲，农村的现状较前几年已有了翻天覆地的变化。笔者生于农村长于农村，也切身感受到了国家近年来的政策支持，从出台免除农业税到新型农村合作医疗制度的实施，再到建立新型农村社会养老保险制度，无一不说明国家的重视。土地在增产，农名在增收，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。在这次实践中，也切身感受到了国家惠农政策给农民带来的好处，正是由于政府对农村的支持力度在加强，才使得农民的生活水平日益提高。

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，这将成爲一笔不小的财富，让我们终生受益。我也将牢牢记住自己肩上的社会责任，不断加强专业知识的学习，为社会主义现代化建设添砖加瓦，建设社会主义新农村，为广大农民服务。

一分耕耘，一分收获

——记暑期社会实践调查

一分耕耘一分收获，这话用在我们暑期社会实践上再适合不过了。在这个炎热的夏天，我们暑期社会实践团，挥洒汗水，收获富足。

冒着三十多度的高温，克服着语言不通的困难，我们义无反顾地来到了横市镇界头村进行我们的暑期社会实践。中南大学向来鼓励学生在课外积极锻炼自己，因而我们的调查得到了学校的大力支持，也正是因为如此，我们在调查中，始终不忘自己身上肩负的责任，始终以中南人的标准严格要求自己，始终秉承着中南大学“经世致用”的校训。我们用自己的行动证明了我们的能力和耐力。

当然我们的付出没有白费。在实践中，我们不仅得到了一系列的第一手的数据和资料，更让自己的实践能力得到了提高。作为我们团队的组长，我更是肩负着更大的责任，我是团队的核心骨，既要掌握团队的行动方向，又要在具体实践中起到特定作用，还要协调整个团队，增强团队的凝聚力。尽管因为经验缺乏，我在这些方面遇到了一些困难，但是经过不

断地反思和讨论，我总是能在最后做出正确的决定。同时，这次实践更让我明白了团队的重要性：我们是一个集体，我们的力量应该要大于我们五个人的合力，而要做到这一点就需要每个团队成员不遗余力地贡献自己的知识、时间等，并且我们需要向一台机器的各个零部件一样不断磨合，才能更好的发挥好整个团队的作用。

总之，这次实践带给我的记忆是难忘的，我会不把这次实践当做结束，而是把它作为一个起点，积极参与更多的社会实践，在实践中提升自我！

暑期三下乡心得4

暑期三下乡社会实践心得体会篇十

今年夏天，穿越过耀眼灿烂的阳光，和一群来自同一个地方又不同大学的人组成了一支三下乡的队伍，去到了一个梦开始的地方——xx中心小学。从行程的一开始，就注定了这次下乡活动将带给我许多奇迹、惊喜和考验，这是我一辈子都不会忘记的体验和经历，并将伴随着我走过更多的地方。

看到许多朋友三下乡去到的地方条件都颇为简陋，在踏上xx中心小学的土地上看到两栋比较现代化的教学楼时，我们感到由衷的欣慰和欢喜。很感激校方能给我们机会来分享我们的经验和知识，感激学生们的积极配合，同样感激12个队友的相互鼓励扶持和陪伴。在此，我对这次三下乡作个人总结。

当加入到xx市大学生志愿者联合会组织的心乡汇三下乡队伍时，我就知道作为一个队员该承担的责任和该付出的努力。出发前有几天的培训，让我对自己的伙伴有了初步的了解，为了加强队员间熟悉度和默契度展开了各种游戏互动，更让我从心底里喜欢上了这个队伍。

同样也是在出发前花了较长时间把自己的课件做好，生怕到时候会有意外情况发生，提前做好最充分的准备总是好的，这样或许我还可以有更多的时间来了解学生和协助队友呢。在每个人做好自己工作的前提下，整个团队的工作效率就高了许多，在实际工作中减少了许多麻烦，整体工作也就进行得相对顺利了。经过短短12天的相处，我们经历了在烈日当空和风沙肆虐下的家访活动，每天晚上筹划预备工作、总结一天的工作情况，而轻松愉快的交流沟通使我们整个团队更具凝聚力，13个人相处得如同一家人，如此相亲相爱，如此惺惺相惜。看到有这么一句话——“一次义教调研行，一生兄弟姐妹情”，让我觉得用来形容“心乡汇”这个义教队伍真是再合适不过了。

还有更多有趣的课程，比如书法、绘画、音乐，有许多课外活动，像团建活动、素拓活动、游园会、运动会，有基础的英语知识讲解，有急需普及的法律知识课堂，有实用的急救知识讲解，更有关于社会形势的介绍和引导。看到小朋友专心致志地跟着凯峰哥哥读音标，看到他们跟着莹子姐姐一点一点地学感恩的心的手语，看到他们在拔河的时候为了班级荣誉拼尽全力，那倔强的眼神、认真的模样，都让我为之动容，心里会觉得特别的温暖，觉得自己和队友们所做的一切都是值得的。每天晚上睡觉的时候，总要回想，脑海里那一张张稚嫩的小脸上洋溢着笑容，堪比太阳，把我的心都照亮！虽然不能在这有限的的时间里教给他们更多的东西，但我希望他们至少对于团结、对于集体有个基本的概念，希望他们懂得重合作、懂得信任，人的一生，输赢真的没有那么重要，从每一次经历中汲取经验教训才是最重要的。

按照计划，有两天的下午时间进行学生家访。一共13个人的队伍，每两人一组，分成6组，每个班2组，分区域出发，每一组一天大概能访问七八个家庭，并拍照、作好记录。烈日炎炎、沙尘漫天，我们穿着xx市大学生志愿者联合会的红色小马甲，奔走在村落里，从竹林深处的人家出来，又前往半山腰的另一家，看见许多不一样的人家，各自有各自的经历，

各自有各自的难处，我们能做的就是倾听，并且向家长树立信心。每到一个小朋友家进行交流访问，我们都有做记录，有些特别的情况会上报给上级领导和有关部门，希望对他们的生活有所帮助。家访的那两天，很累，我却从中感悟了很多很多，刷新了我的世界观，也让我对这个世界有了深一层的了解。我的心从凌乱到清晰，仿佛有了个蜕变的过程。只希望那些坚守的人们继续加油，微笑着面对这世界。

开课的前一天，我们几个小分队就开始了宣传走访活动，告诉他们我们来了。看到乡亲们脸上的喜悦之情，我们的心也在不断的升温，一家一户地向他们宣传我们的活动，和家长分享我们的生活体会和在大学里学到的东西。

每天的微博和微信推送，都会记录着一天中最有趣、最有爱、最有意义的事情。每一篇长微博，都凝聚着几个负责人和繁韬哥哥一整个晚上到深夜的心血。字句斟酌，精心挑选照片，常常写好文章到发表完毕已经是深夜两三点。有的时候我们觉得心疼，便劝他们别那么较真，差不多就行了，但是有的感受只有经历过的人才懂，发微博不只是为了让别人看到，还有是要表达作者的真情实感，岂能随便。的确，我们每做一件事，不是只为了让别人看到，得到他们的肯定或赞扬，而是要让自己心里坦然，没有遗憾。而我，常常会发朋友圈，发说说，只是想抒发我的心情和感悟，当然收到朋友和家人的赞扬和肯定也是极开心的。

这次义教的时间很短，匆匆离开之后让我止不住的想念那里。忘不了那里的青山绿水、鸟语花香和新鲜空气，给人一种世外桃源的感觉；忘不了那个书声琅琅、笑声回荡的校园，给人一种充满希望的感觉；忘不了那一群朝气蓬勃、天真可爱的孩子们，多么希望把我所学都告诉他们，让他们能更好地成长。写给孩子们的明星片中，我常常都写上：希望你能多读书。真的，读书能获取很多很多。那些我们没有办法或者来不及经历的生活，就让我们从书中去体验吧。

离别总是不舍，惜别之情在师生之间绵延，然而，分别总是在所难免。只是有点遗憾不能看着他们成长，但我相信，总有一天，他们会成为我的骄傲！

时间流逝，三下乡活动已圆满地画上了句号。那些美好的早晨、活跃的课堂、愉快的游戏、默契的配合，那些一同走过的路、克服了的困难、收获的感动，那些嬉笑打闹、惺惺相惜、相亲相爱，那13个人的队伍，那12个最可爱的人，都将永远留在我的记忆里，闪闪的发着光，照亮我前行的路。然而，这一切并没有结束，我们将以此作为人生新的起点，带着感悟、带着思考、带着爱再启程，去迎接新的挑战，去拥抱熠熠生辉的未来！

暑期三下乡社会实践心得体会篇十一

七月如火，我们跟随我们的老师一行来到__，这一路上我们怀揣着憧憬与向往，两个多小时的颠簸的车程，我们终于到了__县。

当我们了解到是党与政府的政策让本来生活有困难无人照顾的老人们住进了如此宽敞干净与舒适的敬老院，过剩了如此舒适安宁的晚年生活，不仅被党与国家所感动，党与国家着实为人民考虑，解决百姓之急迫问题。我为我能生活在这样一个年代而感到无比庆幸。

之后我们又马不停蹄的赶往了__的民俗文化村，这是颠簸的一路，接踵而来的是青山绿水。仿佛我们分花拂柳而来就是为了与她如此姗姗然邂逅。来到村内后入目的是那强劲的轻松和妍丽的花朵，这一刻我好想永远不离开，我们在导游的带领下参观这里，导游那不厌其烦的讲解让我对当地的民俗又有了一番新的认识，让我感受到这里淳朴的民风和国家政策给这里带来的翻天覆地的变化，这里的人民朴实又勤劳，凭借不懈的努力在这片黑土地上创造了一个又一个佳绩，这里的亚麻种植如此广泛享有中国亚麻之乡的美称。这里的人

民不畏艰苦把这富饶的土地变成全国粮食产量百强县，我不禁感慨于这里人民的勤劳与淳朴，感慨与党和国家政策对农村的巨大帮助，对农人民生活的重要支持。

夕阳染红了西边的天空，那抹红让人心醉。我们一一踏上了回去的大巴，我依依不舍望着这片土地心中那种眷恋涌上心头。这次实践之旅不负我的期待，让我且行且珍惜，今年的七月，我不会忘记。

暑期三下乡社会实践心得体会篇十二

这个流金铄石的八月，我依旧沉浸在暑期社会实践活动余存的热情中。当我仔细地查看并整理着活动相片，当我浏览着每一篇活动新闻报道，当我面对着这篇个人总结的时候，从活动申报到实践活动结束的一切都历历在目。

最初，我徘徊于暑期社会实践活动和带军训之间，因为二者有时间上的冲突。我渴望三下乡对我自身素质的提高，亦期待带军训对我胆量的锻炼。最后，暑期社会实践活动那引导广大青年学生继承民族传统，弘扬时代精神，使同学们在社会实践中“受教育、长才干、作贡献”吸引了我。

怀着满腔热情我申请加入这次暑期社会实践活动并成为了队长，在队员们和一些有经验的同学的帮助下我顺利填写了申报书，但俗话说得好：万事开头难。一切不可能这么简单，更何况我还是第一次。当申报书交至校团委需要接收学校证明时，困难接踵而来。预约好的学校由于种种原因突然无法协助我们的支教活动，这也意味着我们必须果断地更改地点。经过大家的商量，我们决定将实践活动定在渣坪乡中心学校，在最初定地点的时候我已和这里的校长谈妥，可是由于路程太长的原因让我们改变了主意。一切幸运的是校长很快就配合我们把证明传了过来，我们的时间才又宽松起来。在松一口气之际，我也更深刻得体会到了两个成语：居安思危、未

雨绸缪。做事情一定要考虑周到，方方面面都要做好准备，一份合作需要双方的不断沟通。一波刚平，一波又起，申报项目审批下来，我们团队被评为自筹项目，这时，我犹豫了，我有一颗坚定的信念要将此次活动进行到底，可是我的队员们呢，他们会不会因为这件事积极性大减，毕竟我们的资金都来源于父母，我们暂时还未独立，自筹经费意味着我们所面对的阻碍将会更大。当我向大家坦白这个事实后，队员们一个个的无比坚定的回答让我十分感动：我们一定会参加这次三下乡，不管困难多大，我们不就是抱着志愿服务贫困山区、锻炼自己的目标去的吗？资金少点不要紧，我们可以省，我们可以努力攒。在我和负责账务的一个同学的努力下，终于从预算中攒出了三百多块钱，对于团队总共的开支来说，这不算多，可是这里面却凝聚着我们团队的每个人的一份力量。尽管在实践活动前人员有所变动，但无论是因事退出的还是新加入的都是抱着一份极大的热情，奉出一颗真诚的心。在不断的磨合中，我们的团队最终团结一致、相处融洽。我真心的想对大家说一声：谢谢！

经过了充分的思想准备和物质准备，我们跨过多重障碍到达了一个被大山团团包围住的小学校——渣坪乡中心学校。和大山外面的学校比起来，这里是破旧了点，小了点，老了点，可是这里却容纳了这个地区所有的学生，送一批批孩子走出了这座大山。作为队长，我突然感觉到了压力，感觉到了肩上任务很重，队员的抱怨让我对活动的热情削弱了很多，可能是太多的第一次，很多情况让我措手不及并慌张，没能得到及时的处理，活动虽然按计划进行着，可是队员之间的矛盾丛生，最初，我一直没能很好的考虑到每个人的感受，幸好有朋友的提醒，才让情况不再继续恶化下去，经过良久的思考，我终于体会到每个队员的难处、每个队员的苦衷，直到活动快结束，我们才解开了各自心中的心结。因为我们是一个团队，我们有一个向心力、凝聚力，我们有共同的目标，我们需要团结。在这里，我很想和成员们说一声：对不起。我的队长没有当好，我没有很好的尽到我自己的职责。感谢你们的包容与信任。这一切也让我知道了，一个团队要团结，

首先要有一个好的领导、一个共同的目标、一个明确的分工、还需要每个队员都有一颗包容的心。

在实践活动中，最让我难忘的莫过于支教，莫过于那群可爱的孩子。现在提起支教，我已不再陌生，它带给了我无数珍贵的友谊，它带给了我许许多多快乐的回忆，它带给了我成功的喜悦。我主动地把教语文的任务揽了过来，为了教好这群孩子，我早已查阅了大量的资料，茶余饭后，便一直都在准备上课的材料，并对孩子们现所具备的知识结构进行了一个小调查，在上课的前一天晚上，我边提起粉笔面对一大堆桌椅在黑板上进行板书。尽管事先做完了大量的准备，但毕竟第一次有学生角色转换为老师，还是有些紧张，但过了一会，当我看着孩子们信任的眼神，开始放松自己，更加流畅地为他们讲解着相关的课程内容，和学生一起沉浸在轻松活跃的课堂气氛中。我第一次深切地体会到传道授业解惑，第一次感受到老师的责任，也知道了老师的用心良苦。当我的课程得到了孩子们的认可，当我收到孩子们亲手做的小礼物，我也被这群孩子感动了。当有学生听说我们第二天要走扑簌掉眼泪时，当学生后来告诉我：老师，你们走的那天不是我们不想送，而是我们怕到时候我们会哭。时，我的眼眶也不禁湿润了。短短的几天，我们与当地的孩子结下了深深的情谊。这次活动中，我们深切感受到当地村民的热情，也了解到了家长们对孩子热切的期盼。巍巍大山下埋着闪烁的金子，而闪烁的光芒背后是父老乡亲们充满期待的眼神。

一次暑期社会实践活动让我受益良多，它教会了我如何做一个好领导，如何做一个好队员，如何做一个好朋友，如何做人。