

2023年大学生三下乡个人实践心得 大学生三下乡个人心得体会(精选5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

大学生三下乡个人实践心得篇一

去年的三下乡还在脑海中，今年的三下乡又来到了！时光飞逝，一年又过去了。今年我院三下乡的活动主题是：“构建合楷社会、演艺红色青春”！

我队名称为“台州职业技术学院青年志愿者协会温岭市松门镇构建合楷社会、演艺红色青春”服务团。简称“温岭松门服务团”共有学生21名，指导老师2名。时光共8天。

这次的活动思想：以“三个代表”重要思想和十六届四中全会精神为指导，高举革命老区奔小康的旗帜，立足我院工科办学的优势，围绕中心，服务大局，用知识造福社会，用爱心撒播礼貌。

活动资料：农村团干部计算机技能培训；禁毒宣传；开展“青春自护，远离网瘾”活动；食品安全卫生宣传；礼貌礼仪志愿者培训活动8天的时光说起来是不常，一周多一天，但对我来说是却是难忘的一周加一天。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紊的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我团队的效果会更上一层楼。

他们的一言一行还不断的在我眼前出现，可能因为我是队长的原因吧，对什么事都个性的敏感！一个队中只有3名大二的，2名东校区的，其他的全是大一的同学，这个团队中全部都是

青年志愿者，大部分是礼貌修身学校的学员。开展活动和其它队相比的话，我认为是最有楷做力的一组，原因很简单：大家都是同一届的，没有什么学生干部，有事大家一齐商量，没有一个会个性爱出风头，潜力上都是相等的，必需要一齐合作才能完成活动。

能够在这样的一支队中，我感到十分的开心，同时给我也不小的压力，要是开会时没人发表意见不就惨了。从活动的总体上来说，我认为成功的。“成功”：不是说活动开展得怎样怎样好，而是每位同学都多少明白了些此刻的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。可能对于一部份同学来说，他们的成功就是三下乡拿了一本证书，能够加点分数。我认为参加三下乡为的不是别的，为的就是以后能够更快的适应这个社会，所以我们这个团队更注重个人潜力的提高，在这几天能学多少就学多少，自我学到的东西才是真正的东西，这些证书没有得到并不代表着自我三下乡是白去的，只要自我认为在活动中有学到东西就足了，怕的就是什么都没有学到，浪费了那么多的时光啊!!

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

一、合理分配

不论是做什么工作，总会有要分配的时候。我是队长，但是合作潜力我也与同学们差不多，透过这一次的社会实践，让我明白了合作的重要性。在我队出发前，我们的一些活动材料还没有全部到位，留了二名同学在学校，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美的。

二、主动提问

我当学生干部的日子也不少，就是不好意思主动的去找一个提问，有点害羞。但自我当了这队长之后，不论什么事情自

我都得出面，他们有问题就问我，有难点就向我提，而我也还是学生，也会有问题，在这儿老师不在的时候我就相当于是老大了，什么事都要解决，不会了怎么办呢，只有自我去问啊，就这样，我在同学们问我之前先向老师或者是当地的负责人了解过来，这样一来，活动开展得顺利，同学们也就都有了信心。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一齐那么多天的，透过这一次，我明白了原先关心他人也是交朋友的一种方式。

四、不断的学习新知识

在此刻的社会知识时代，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，是我的收获了!!

对于我来说，活动是下次的成功的道路，没有活动就没有机会，在活动中能够会有许多的机会，而这机会也是自我日后成功道路的石子，最后，我个人提出以下倡议：

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，不要为了三下乡而三下乡。

在活动中每一位同学都要注意自身安全，同时也要互助、互爱。在一个合谐的气氛中开展活动，对人对己都有好处。不论是活动的前后，有一颗善良的心，一个良好的心态，一个开心的情绪，对突发的事件能够持续冷静，以平常心来对待！

队员之间能够持续良好的联系，外出事先报队长得到批准。

每一天记日记，记录好当天的生活点滴，每2~3日进行工作小结。这对自我的以后回忆会是一个很好的见证。

不要为了个人的小目的而浪费了许多学习的时光，此刻拿到的奖项在多了，但若你什么社会实践经验都没学到，等出了校门，进入社会，同样还是会比其他同学慢一拍。

在总结的最后，我也同样期望下一次的三下乡活动能够更加的丰富多彩，同学们都能够以一种主人翁的心态加入到活动中去。

大学生三下乡个人实践心得篇二

。这次活动的主题是：千里汾河，清水复流——保护母亲河行动。口号是：发扬抗震救灾精神，投身汾河治理活动。我们这次活动紧紧围绕主题展开，我们先后进行了清理河道，参观蒙牛企业、养牛厂、绿色蔬菜基地并参加了收获大葱的劳动，之后又举行了义诊活动，听了省水文局李爱民处长关于汾河的讲座，最后参观了汾河二库。一切行程安排紧凑又充实。

我的工作算轻松的，很多同学还要熬夜才能完成如此大的工作量。所以说，我们的确很累，连考试时都没这么累，但我的收获很大。首先，我学会了负责任的态度。我们的工作责任到人的，每个人都需要为自己、为集体负责，所以要好好完成工作，不能逃避。其次，是对事人真的态度。既然不能逃避，就应该认认真真的工作，那不是为应付谁去做。我不仅为集体，也为自己，以及自己的心。再次，是对社会有了更进一步的.认识。也许我们并没有直接面对社会，但通过此次活动以及各个方面对我们活动的支持、协调，我们也间接学到了社会上为人出事的道理。还有就是让我懂得了作为一个社会人，我们都应为社会尽相应的义务。此次活动对社会来说是非常有益的一举。俗话说的好：五千年文明看山西。

可见山西在中国的地位，而作为山西的母亲河，汾河就更重要了。虽然我们大学生不能做很多，但做到我们所力所能及的事，也是对社会做的一点贡献。

最后，我希望全社会都发动起来保护母亲河，为山西能处于清山碧水之中而尽自己一分力。

大学生三下乡个人实践心得篇三

七月流火，酷暑难耐，又到了暑期下乡进行时间活动的时候了，我们萤火虫学社小分队来到了我们时间的目的地南漳。一路的颠簸，我们最终到达了我们的目的地完全小学。

先从我们的晚会开始说起吧。在到达第二天，我将队伍分成了两组，一组去打扫厨房，一组去发我们的晚会宣传单。我们的队员们很快就完成了任务，到了晚上我们的晚会也就开始了。晚会的质量非常的高，有相声、小品、舞蹈、歌曲等。受到了当地群众的一致好评，而且当地群众也参与了晚会表演。在晚会中，我们特别提到了王老吉公司对这次活动的大力支持。晚会能够举办的如此成功也与我们的长期准备是分不开的，在这之前我们进行了大量的训练。

从做饭这件事情来说吧。这是一件生活中看似非常容易的一件事。平时我们也没怎么地注意。当我们真正去做的时候，我们才发现做好一顿饭也不是我们想象中的那么容易。你必须去买菜，和别人讨价还价。然后回来洗菜、淘米。经过一系列工序后，才能开始做饭。在做饭的过程中还必须要注意控制火候，火太大或太小都不好。和做一件事情一样，必须一定要把握好分寸。这样才能做到恰到好处。就这样一件事，我们前前后后忙活了几个小时才做起。看来做任何事不要眼高手低，不然吃亏的就是自己。

对于支教我受益匪浅。首先，从我和当地学生交流上讲，我并没有多少与小学生的交流的经验。虽然我也是从小学时代走

过来的。但现在的小学生和我们那个时代的不同。他们更加活泼好动。和他们交流必须要注意方法和技巧。刚来的当天晚上，我们和他们讲了一些关于理想的事。我发现空谈大道理根本没有用，他们也听不懂。而且连我自己也觉得和空泛。于是我们便改变了方法，讲一些和他们有关，他们喜欢的事情，就收到了很好的效果。这样也便于和他们沟通，赢得他们对于我们的信任，便于他们能够接受我们所传送给他们的方法和思想。能够对他们未来的发展起到促进作用。无论在什么时候，说别人喜欢听的话，做别人愿意干的事是很重要的。

大学生三下乡个人实践心得篇四

一个酷暑的季节，一次难忘的经历，一份无闻的付出，在这骄阳烈似火的七月，唱出了心中真情豪迈的歌声，为这片灼热的土地浇灌了温情的甘霖，滋润麻阳一方，性格开朗，积极向上，不怕困难，不怕累，不怕苦的我有足够的理由相信，这次暑期社会实践活动会镌刻在我的心头，直到永远！记得那时骄阳熬不走我澎湃的激情，挡不住我似火的热情，劳累更驱不走我激荡的豪情。用笑遮盖劳累，用歌声感动烈日，要让自己的青春在奉献中飞舞。当我穿着学校发的三下乡衣服，拿着队旗，激情昂扬地参加出征仪式时，激动的会场让我觉得无论多辛苦，一切都会值得的！

在麻阳的日子里，每天都被工作排得满满的，白天和队友们一起出去活动，晚上回来做总结到凌晨，拖着疲惫的身体上床睡觉，经历了很多，收获很多。回来之后，我开始梳理自己的思想，发现这一路的经历让我着实成长了很多。在三下乡的全程中我求真、务实、创新、乐善，具体情况如下：

一、思想方面，精心部署，全面策划，全力以赴。

1. 把思想作为前进的动力，“问渠哪得清如许，为有源头活水来”。指导老师说过，“三下乡”是全国各大中专院校组织的长

期活动，学校每年都要为此拿出不少的经费，目的是要增强大学生的社会实践能力和历史责任感，因而我们要以改革创新的精神深入基层、了解基层、服务基层，搞好这次活动，实现下乡的最大价值。杨若邻老师语重心长的话语，无疑给我们的准备工作添加了浓墨重彩的一笔，我们在下乡过程中也一直铭记于心。所以我必须拿出愚公之志，精卫之愿，在三下乡期间开展了一系列的活动中身体力行，悉心调研，诚心服务，服务“三农”。

二、行动上倾注真情，热心帮扶

调研课题《完善村民自治制度，推进新农村基层民主发展——以麻阳县吕家坪镇木江溪村为例》(附后)得到了受到了群众的欢迎与配合。最后这篇调研课题取得了优异的成绩。五天的下乡我付出了太多的汗水，各项活动开展得成功，最后我说得我的喉咙都沙哑了！

由于我们队中的人都没有过“三下乡”的实践经验，因而我把精心准备、全力以赴作为搞好这次活动的第一步。利用在学校的简短几天的时间，通过向有经验的老师、同学请教、上网查找相关信息、集思广益等方式最大限度地把准备工作做好。制作了几个标语横幅、复印了200多份宣传材料、准备了统一的服装等，并对有可能出现的变化作了相关的应对措施，还通过各种渠道了解目的地麻阳的基本情况。

另外，为了更好地宣传x大精神，普及相关惠民的政策法律法规，让农民更深入地了解科学发展观的内涵，精心准备了多份宣传资料、法律知识小册子、调查问卷、图片展示等，通过派发、深入家庭调查等形式展开了普法活动，吸引了村民们的关注并得到了赞赏。此次普法的内容与农民农村农业等息息相关，主要按农民日常生活中常遇到的法律纠纷分成土地承包，外出务工等部分，对于提高村民们的法律意识具有相当的作用。法律宣传有声有色，从附近政府机关借来了桌椅，摆起了咨询台，为村民们进行起了政策咨询辅导服务，

普及各项与农民息息相关的法规政策，推动新农村建设在宣传活动中，他们将这些知识手册热情地发放到每位农民的手中，同时他们把关于科技兴农方面的宣传画挂到醒目的位置供大家参考学习，政策宣传服务上门三下乡活动暖人心。

大学生三下乡活动心得体会总结3

大学生三下乡个人实践心得篇五

记得在去三下乡之前，经过多次复杂的感情变化。从想去但又有所顾虑，到十分想去和其他的过程，但在最后，经过事实的验证，证明这是对的。三下乡的确是一次不错的体验。

曾经以为这只是一次敷衍的工作，不过是为了增进我们团队之间的感情和与其他的的关系变得密切的一次外出而已。因此在开始的时候，我的备课也只是比较随便。

在看到大家的准备以后，觉得自己的准备也是不足的。既然认为这是一份工作的話，就要把他做好啊。于是，我也开始比较认真的准备起来了。在刚见到老师的时候，我们就觉得我们的悲剧开始了。我们碰了一鼻子的灰，老师毫不犹豫的把我们拒之门外。还好有打不死的一啸在，我们再次上去和老师谈判，希望老师给我们些时间。可能是一开始的时候老师太忙了，所以对我们特别的冷淡，到后来对我们的态度也改善了许多。

第一眼看到那些孩子的时候，就觉得这些孩子的思想可真是成熟啊。第一感觉就是挺顽皮的，这在第一堂班会和我上的课时也验证过。此时还是觉得谈不上有感情吧。但是到了有人称赞我们班的孩子懂事和看到其他人也挺关心他们自己班的，并且经常早上到自己的班上关心起自己的学生来的时候，我也开始喜欢上他们了。此时，应该说是感情开始萌芽吧。

到了最后，排除环境因素，我们的演出也比较顺利地完成了，此时真的看到有些孩子真的成熟了，也懂得去想自己的将来了，我们也开始对离开产生恐惧，害怕分别。很多很多，在此就不说了。

在这次的下乡过程，我发觉我们的感情确实深厚了。我们也成熟了，看到一群懂事的孩子，也不自觉的督促起自己来，好想让自己给他们树立起一个好的榜样，让他们有奋斗的目标。我也知道了，很多事情不亲自感受过，单单凭别人的评语来判断一件事是不行的，必须自己亲身经历过才能感受到。每个人的感受都是不同的，我们不能妄下结论。希望以后的我们会做得更好吧！