

# 最新三下乡社会实践活动个人心得 大学生三下乡社会实践心得体会(通用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编帮大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 三下乡社会实践活动个人心得篇一

20xx年xx月xx日至xx日，怀着对家乡的热爱和对社会的感恩之心，我们一行xx人在xx县xx中心校开展了暑期的三下乡活动，在各方的共同努力之下，这次的社会实践活动取得了很大的成功，我作为下乡队伍中的一员，也获益匪浅。

### 1、明白了团队精神的重要性

这次活动不免需要大家共同行动，例如搬椅子、早上要一起早起、布置广场、共同商量活动等。如果其中一个人不懂得配合。将会浪费大家很多时间，而且事情也会处理的不完善，下乡结束以后，我更加体会到了这个团队精神的重大。

### 2、赢得了友谊

这次的下乡为我们提供了一个相互认识并且相处的机会，让我认识到了很多热心家乡建设的优秀大学生，相互之间建立了友谊，并且在下乡以后还保持着联系，这是这次下乡的一大收获。在下乡期间，我们相处融洽，发挥了互助互爱的精神，虽然也有意见不一的时候，但是作为一个团队，我们还是很紧密地团结在一起的。在相互相处磨合的过程中，我们更加意识到了团队合作以及在发生分歧的时候寻找合适方式解决问题的重要性，也让我体会到了团队协作一致性的重要性。

### 3、明白了感恩

过去我总会抱怨自己一点也不幸福。但是这次三下乡我们去了老人院，在那里我们见识了各式各样的人。他们没有亲人，甚至他们有些已经生活不能自理，身体上有缺陷，还有些已经失去了理智。这些人们没有自己亲人的陪伴。我不知道他们如何度过家人团聚的节日。而我父母都在，还天天抱怨，我一定要悔改。

#### 4、锻炼了解决问题的能力

##### 1、不遵守自律

首先我得先向我们的领队道歉。自己一直是个不怎么遵守团队自律的坏孩子。每次领队再三强调一定第二天要准时八点二十分集合。而自己却总是拖时间。最后一天更过分。为了做发型直接拖到八点半。看着领队的表情我才明白自己犯了一个大错误。我一直以为这没有什么。当那一天看着所有的人人在等我们几个我才明白自己有多么的愚蠢。所以在这里我先向领队以及所有队友道歉。

##### 2、做事情不积极

首先这不仅是这次本人的过错。也是这次我们团队大部分的队友通病。大家都抱着事不关己高高挂起。可是要明白一个道理。团队的力量是伟大的，团队的智慧是无限的。例如何必多事情都要领队去叫，我们才动手，而只要有人去做，其他人就不愿过去过去帮忙，宁愿浪费时间。尤其是本人。总是盼望着别人不要注意到我。这样就可以少做事。但后来想想自己实在是太傻了。这样的三下乡无法很完美的锻炼自己的能力。

这次的下乡，我并没有觉得吃了什么苦，只觉得每一天都是过得充实而有意义的，现在想起在冷坑中学的情景，更多的是怀念以及对参加这种活动的渴望。如果有机会再次参加类似的下乡活动，我一定会积极参与，投入其中享受每一个瞬

间。在下次我希望我可以做的很好，至少要比这次好。我不能再留下一丝遗憾。如果有机会带学弟学妹，我也会有经验。

## 三下乡社会实践活动个人心得篇二

这几天的天气还是比较不错，只是第一天上午零星地下了些小雨，但这丝毫没有影响的进行。

这一次我们进行活动的地点是xxx□xxx主要是关于三国传统文化和望帝从帝的爱国故事，所以它也是一个弘扬爱国文化的景点。在这三天，我们主要有对游客进行义务的志愿者劝导服务工作，祭拜望帝从帝墓，自制民俗游览文化路线图并进行志愿活动，和当地的游客交流心得，举办卡片展和帮助婆婆打扫太极拳训练台，学习中华文化和太极拳等。通过这三天的志愿服务活动，我们不仅自己学习了中华的传统文化，了解了蜀都故事，同时还向别人宣传并弘扬了我们的文化，这令我和我的小伙伴儿都非常满足。

很快，三天的工作结束了，说不上辛苦，但是收获不少，以至于现在写这篇小心得的时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，我们需要学习的东西有很多，现在就应该抓紧时间，一步一步地踏实前进，不要留下遗憾。我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提升自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀

的集体争光添彩！

经过几天的努力，三下乡活动终于圆满结束。在这几天中，有过心酸，有过汗水，也曾劳累不已，但我也收获了很多，收获了知识，收获了更多的友谊，收获了沿途的欢声笑语。我终于明白，三下乡活动的意义不仅是让我们体验生活，帮助他人，弘扬传统文化，更重要的是我们究竟从中学到了什么。

在整个三下乡活动中，我们也提前做好了充分的准备，提前做好卡片，上网搜集资料，了解xxx的历史渊源，小组讨论方案，力求把活动做得更好。到达xxx后，画好了地图，以备给游客讲解游览路线。我们一行人来到望帝陵和丛帝陵拜祭，并给游客讲解了望帝和丛帝的故事。在此期间，我们还向在xxx里锻炼的爷爷奶奶们请教了太极拳和道家拳，更有利于我们活动的开展，也增长了知识和见识。在接下来的几天里，我们继续给游客做讲解工作，弘扬和宣扬我们的传统文化，并让游客把所了解的关于xxx的历史写在卡片上。我们与游客分享交流，相处融洽。其次，我们还了解了位于xxx内的郫县博物馆，见识了博大精深的历史文化，同时也顺利完成了游客的咨询工作。

忙碌又开心的时间总是短暂的，转眼就到了活动结束的时候了。大家依依不舍的告别了本次的目的地xxx。这次三下乡活动让我学会了许多从学校里学不到的知识，不仅增长了阅历，丰富了自身的内涵，更让我们部门变得更加团结，更加凝聚。

### 三下乡社会实践活动个人心得篇三

有些路，一开始我们都不知道怎样去走，走着想着也就过来了；有些人，一开始我们都不知道怎样去认识，陪着伴着也就熟悉了。后来才发现，路上有过的困惑、迟疑、疲倦，无非都是生活逼着我们在成长，让我们在生活中懂得生活，在

成长中理解成长。

“苦”是所有下乡实践活动给人的第一印象。诚然，习惯了城市生活的繁华便捷，习惯了大学校园的闲适安逸，而行走在田间地头，忍受着太阳暴晒造成的那种心理落差确实是一种苦；习惯了随性生活，习惯了衣来伸手，而如今要接受团队的利益高于一切的集体化管理造成的那种不适应确实也是一种苦。如果这就是“三下乡”暑期社会实践活动所为我们带来的“苦”的话，在适应这样的“苦”之后，要让我为这段经历作出总结的话，我依然会毫不犹豫地说：“不虚此行”。

是的，就是不虚此行，因为这段日子里，成长是真真切切的，我们都见证了彼此从什么都不懂到后来的得心应手；感动是真真切切的，我们体会了不同的人在我们的生活中出现所带来的快乐到后来的难舍难分；震撼是真真切切的，我们都亲眼看见了当生活的不幸加注在一个人身上时他所回击的那种坚毅与不屈。如果说在这段经历之前我对于自己的生活还是迷茫不安的话，那么现在，这些真真切切的感受教会了我，强者为自己，更强的人为别人，只有不断强大，只有不断成长，才有可能去帮助别人。存志高远不止是一种心态，更应该是一种承诺，关于磨合理想与现实的承诺。

初到蒲席塘，带着的是对下乡生活的一腔热情。第一天上课，学生们没有想象中的调皮与不配合，他们的礼貌和懂事反倒第一次上课的我显得有些局促了，那时我意识到了，我们在为他们带去“外面的世界”的同时，他们也让我们领略了不一样的世界。第一次当班主任，班级事情没有我想象中的复杂繁琐，学生们都有自己明确的分工。趣味运动会上，一张张稚嫩的面孔上满是认真；文艺汇演上，即使只是二年级的他们，也严肃地对待着自己的节目，感动之余不禁感慨，如果他们能走出大山，他们也会和城市里的孩子们一样优秀。

离开蒲席塘，带着的是满满的不舍。开学时校长那句“一日

为师，终身为父”的深刻教诲深深影响了学生们的言行举止，见面九十度鞠躬和那句“老师好”，让我们舍不得这一群懂事的学生。习惯了看着每天早晨六点的蒲席塘渐渐醒来；习惯了每天凌晨悄悄对她说声晚安；习惯了课堂上和学生一起感悟生活；习惯了和队友一起并肩作战克服苦难，让我们舍不得这一段神奇的日子。

未来还很长，那么，且行且珍惜。

### 三下乡社会实践活动个人心得篇四

x月x日至x日，市xx局、xx局组织了文化、科技、卫生“三下乡”服务团第五分团，先后赴xx县xx镇、xx镇、xx镇开展送文化下乡活动。我校由xx□xx等组成的小分队参加了此次活动。现将此次活动情况总结如下：

为丰富xx县城乡群众的文化生活，我校从有限的购书经费中拨出一笔资金，特意从新华书店购买了一批新书分别赠送给xx县图书馆和xx镇文化站，这批新书共计xx册，价值xx元，内容主要为文学艺术、传记、科普、励志等方面。所赠图书中，还有一些是从我校征集交换的所得的书中选出的。所送期刊主要为市xx局、xx局办公室赠送，少部分为本校职工赠送。

此次共赠送两单位图书xx册，期刊xx册，合计xx册。

针对xx县农业生产的具体信息需求，我校收集、整理、编制了烟草、食用百合等xx个专题的资料xx页，共印制了xx页。这些资料在活动现场受到了群众的热烈欢迎，全部资料发放一空。

为了满足乡镇群众查询信息的需求，同时让他们对互联网信息查询方式有直观的认识，我们在每个活动场地都开展了上

网查询信息的服务。这项服务受到了现场群众的欢迎，共为他们查询了蚕茧收购政策、青蒿栽培技术及市场情况、直销企业情况等近10个课题。

此次文化局组织的送培训下乡活动中，我校承担了“基层图书馆（室）管理”、“文化信息资源共享工程概况与资源利用”两个专题的报告，主讲人分别为xx和xx。xx从乡镇图书馆的概念、服务内容、业务工作、评估等方面介绍了基层图书馆的服务及管理工作；xx从全国文化信息资源共享工程的缘起、全国及本市的工作进展、国家及本市的发展政策及趋势、共享工程的资源与服务等方面介绍了共享工程，同时还介绍了数字图书馆、虚拟参考咨询、互联网利用等相关知识，展望了数字化文化服务在广大农村的发展前景。来自xx县图书馆、文化馆、乡镇文化机构的20多位人员参加了培训。

此次三下乡活动中一个重要任务是宣传共享工程。除通过培训班宣传外，我们采取的主要宣传方式为展版、宣传资料、电脑演示三种方式。这次共制作、展示宣传共享工程的展版x块，不少群众仔细阅读后，还对展版的内容与我们进行了探讨；发放宣传共享工程资源与服务的资料xx多份。此次活动对宣传共享工程起到了一定的作用。

为了让共享工程与农村中小学远程教育网络结合，让边远地区的中小学及居民享受到共享工程的优秀文化资源，我们先后走访了xx镇中学、xx电教站，洽谈了安装共享工程资源事宜。与xx电教站达成协议，他们将在近期内增加服务器的存储空间。xx后，我校将前往安装。这样，新学期一开学，xx县几十所中小学的师生以及附近的居民就可以欣赏到全国文化信息资源共享工程的信息资源了。

总之，这次三下乡活动让我们看到了乡镇群众对文化服务的渴求，对我们活动的热烈欢迎。我们下乡虽然能满足部分需求，但由于时间短，提供的服务及影响比较有限。今后，我

们将在活动内容、形式、时间、场地以及事前准备等方面做一些改进，使我们的文化下乡活动收到更好的效果。

### 三下乡社会实践活动个人心得篇五

时间的齿轮从未停止过转动，我已从最初对亚罕充满的期待到了今天对亚罕充满着回忆。亚罕，一个非常美丽的村寨，村民们很朴实很热情，孩子们很纯真。到现在我还很深刻的记得第一天村长说过的一句话“你们的到来就是给我们最大的希望！”其实在内心深处，这句话是我在下乡时最大的动力。

我们到了村里，住在小学里，看似是一个很有能力的团队，但其实我们的力量与其他相比之下很薄弱，我们并不能带给他们太多什么，只能给他们小小的希望。还记得那天给四年级的孩子们讲梦想，还记得那天给三年级的孩子上珠算，还记得那天跟4。5。6年级的孩子趣味运动会，虽然我们的主题不是支教，但目前孩子们给我的印象却是最深的。我人生中第一次以一个小姐姐的身份带着孩子们讲了一个梦想的故事，故事的主人公龙德丙是今年亚罕村的高考生之一，他以龙额县的第一名考上了重本。对我而言，能够好成绩的从大山里走出去，他是个很棒的英雄，对孩子们而言，他是个身边的超人。借助了德丙的故事让孩子知道只要他们努力，机会一直都在，希望一直都在！小小的手握着满满的爱。散学典礼的时候校长跟孩子们说哥哥姐姐在学校住，第二天来的时候记得带上一些菜。其实那时我听到这些话心里很不是滋味，特别是当我看到第二天真的有孩子带着菜来，那时我们在饭堂吃着早餐，他从门边伸着头偷偷看了我们，然后把菜塞到我手里，那时候我轻轻说了句不用了，但手还是接过了他小手上的一把豆角，因为那是他满满的爱，那时候的心塞真的很难形容。看着瘦小的他们，真的希望他们每天都能吃饱，营养能跟上。

山路留下的脚印。经过大雨的洗礼，泥泞的山路通车更加不便了，我们在调研休息时，男生帮助村民修整了一段路。男



生们做着这些粗重活，双手都起了小水泡，我们心里特别不是滋味，但当我们双脚踩在他们刚修整的山路上时，心里感到无比的开心与踏实，虽然是小事，但我们毕竟为这山路做了点事。

泥泞的山路交织着汗水与泪水，我们试过从几大走到亚罕再走到古帮再原路返还，虽然有大半天都在山路上度过，但风铃人却给了我一整天的勇气，特别是我们回去的时候大风大雨，回到学校后风铃人给我的温暖和爱意。即使彼此没有太多的感情基础，但是患难的时候就能见真情，这是我很感触的一句话！

计划永远赶不上变化，下乡前，我构思着蓝图，来到亚罕，却发现无从下手。我以为我们可以跟当地的村医一起为村民们做一次简单的体检，我以为我们能够帮助一些身患疾病且日子过得辛苦的人，但我们都没有做到。我们只有默默的做着所谓力所能及的事情。我们准备了宣讲会 and 歌唱节目，宣讲会的时间是定在晚上9点30分，我们的宣讲会持续到了近11点30分。因为主要是普及一些知识给村民们，所以一开始很担心人会慢慢变少，出乎意料，村民们很热情也很配合，他们一直坚持到最后，也很认真的听宣讲。最让我印象深刻的是，我们收拾好各自的器材之类的都12点多了，几位男村民就等到我们那时，然后用着手电筒一路护送我们走过山路回到学校后，他们再原路返还，那时候内心的感觉真的非常强烈，这就是人的淳朴，简简单单却激荡人心。

无法用言语表达的内心，我的收获远远大于我的付出，收获了风铃这个大家庭，收获了村民们朴实的真心，收获了孩子们的纯真。不过山路如何泥泞，我相信亚罕会越来越好吧！