

最新大学生个人三下乡的心得体会 大学生三下乡个人心得体会(通用5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生个人三下乡的心得体会篇一

三下乡已经结束了一个月了，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。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激烈讨论的情景，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！

作为一名在校大学生，有很多丰富的知识值得我去学习体会，而这次的三下乡之旅，让我真正的从实践中学习到知识，也把我所学到的知识应用到实践中。进入到农村，体会到和大城市不一样的文化，在下乡的日子里面，我的收获更多的是心灵上的感悟。

本次三下乡地点是xx市xxx学校，在去那里的道路上，已经可以看到公路两旁那连绵的稻田，还有那些辛勤劳作的农民。到了目的地，接待我们的是那边的领导，本以为领导都很严肃，没想到见面后出乎意料的亲切，他们亲力亲为的安顿了

我们的住宿，介绍了一些情况，对于我们开展的工作也给予了最大的帮助，没有他们的帮助，我们的活动也难以顺利开展。

去到当晚，我们去观看了另一支队伍的汇演。毕竟是有经验的师兄师姐带着，他们的表演真的很精彩。我们这边的领导看了表示要求我们必须跟他们一样好，甚至要更好。对于我们这些没有经验的菜鸟来说，压力真的大。况且我们是跟管理学院一起合作的，并不是我们教育学院内部自己的成员，我们还需更多的沟通与合作。

经过一晚的调整，我们在去到的第二天早上很早的起了床，快速地布置好教室，静待孩子们的到来。我们以为他们都会很晚才回来，没想到他们在我们布置教室的时候就来了，还很热情的帮助我们。这让我们对完成此次三下乡的任务增添的很多的信心。

说句心里话，三下乡真的挺苦的，尤其是当别人不理解你的时候，沟通不好的时候。我们这边的物资还有人员都不是很多，可是又必须要很好地完成任务，这种压力真的想让人崩溃。可是当那些孩子跟你说你真的好，很漂亮的时候，你会发现，一切都很值得。

三下乡中，我上的课是体育还有“中国梦”的主题班会。我想让他们了解更多关于梦想，关于未来的重要性。让很多老师们感动的是，参加汇演的同学们都主动要求增加排练的时间，考虑到安全问题，我们并没有让他们排练太久。

文艺表演的那晚，天公不作美。下午还是好好的，晚上的时候突然来了个暴风雨，这让我们的计划不得不重新安排，我们的室外舞台也被迫改到室内。虽然是这样，但是依然阻挡不了孩子和家长们的热情，他们有的赶在暴风雨来之前就来到学校，有的在暴风雨小一点的时候也赶了过来，整个晚会的人数虽然不是很多，可是气氛很好，很热烈。都说入乡

随俗，整个晚会的高潮在我们教育学院还有管理学院的全体三下乡成员一首客家话版“在外xx人”中结束，也为我们此次的三下乡之旅画上圆满的句号。

五天的暑假三下乡活动，一眨眼就这样结束了，我们走的那天他们都来送我们，送我们走完那条泥泞山路，把我们送上去xx的汽车。这一刻，他们流泪了，每个脸上都挂着泪珠，看着他们不舍得眼睛，我的心也酸了好久，直到汽车开启后，整个车里都是那种压抑的气氛。

车慢慢开着，带走了我们，留下了这些可爱的孩子们。而这几天给我们，给孩子们，留下的是那看似长又短的回忆!!!我，永远也不会忘记我的第一批学生!xx的孩子们，你们一定要好好的!愿你们会越来越来好。

大学生个人三下乡的心得体会篇二

今天是一个令人难忘的日子，三下乡暑期社会实践正式开始。怀着满腔的热情，经过昨天上午午5个小时的长途汽车跋涉，来到了“三下乡”暑期社会实践目的地x市遂平县。看到了一个民风淳朴的优美地方。

这次的暑期三下乡实践活动，是在我院黄书记以及一附院的专家教授们的带领下展开的。经过黄书记的安排以后，经过熟悉，我们开始了第一天的工作。

昨天我们参观了人民公社旧址，增强了爱国主义精神!今天，我们参加了x中医药大学大学生暑期实践活动暨x市遂平县冬病夏治便民活动的启动仪式。我们每个人加入了冬病夏治的宣传中去，向当地老人深入介绍了冬病夏治的重要性和可行性。把基本的中医药知识和一些常见疾病的预防方法，让人民群众了解到了中医药文化的悠久历史以及中医学的博大精深!我们每个暑期实践的成员都投入到紧张的工作中，一上午的工作转瞬即逝。要做到真正的融入社会时间，体验社会，

更好的参与到社会实践中。

下午，学长学姐给我们详细讲解了有关义诊的基本技能，并且讲解了基本的按摩手法，使我们更好的掌握了有关此次活动的相关知识及必备技能。学到了书本上所没有的知识，增加了自己医学技能。为自己暑期实践打下了一个基础。

为期一天的三下乡活动就这样在充实和忙碌中结束了。在今天的活动中，我受益颇多，跟人民群众接触使我的医学知识得到了发挥。有这么好的一个舞台给我展示所学的医学知识，并且在并肩作战的队友中建立了深厚的友谊，使我收获了很多，也学到了很多。今天的暑期实践活动将在我的脑海里留下了深深的记忆，成为我医学生阶段最值得回忆的一段经历。

需要的不仅是大学生的身段深入下乡，更是大学生思想的浸入乡。只有当我们接触到不同于平时的生活环境，真正认识和理解地区间不同的优势与差距，亲力亲为做出实际行动，才能发挥三下乡社会实践的真正作用。大学生正值成长和成熟的人生节点，拥有一生中最充沛的精力，这样美好的年华不走进乡村更待何时？下面是小编为大家整理的“关于大学生假期三下乡个人心得体会合集”，以供大家参考借鉴！

大学生个人三下乡的心得体会篇三

为期十天的三下乡生活已画上了句号，但这十天的经历却足以让我受益终生。

20xx年8月12日，是一个让我难忘的日子。这一天我和队友们带着满腔的激情，坐上前往官渡中学的车子，三下乡的序幕在我们满怀期待和好奇的情况下拉开了。而更让人惊喜的是我们的到来让早已等待多时的学生们欢呼雀跃，就这样，在饱含惊喜和欢迎的开场白中我们开始慢慢地进入三下乡的教师角色。

在接下来的日子里，总能看到队友们忙碌的身影，忙着备课、策划活动、训练学生、上第三课堂、和学生分享人生的点滴……课室里，有他们竭尽全力上课的影子；操场上，有他们带领学生体验第二课堂大汗淋漓的身姿；草地上，有他们每晚定时聊天和训练的欢声笑语；办公室里，有他们挑灯夜战为活动而倾尽全力的背影……这就是我的队友，尽心尽力且负责的同胞。在他们的影响下，我也不敢懈怠，也为着三下乡这个集体和学生们努力着。在这十天中，我感受着队友们为学生和集体着想的点滴，正因为有了这些队友们才使得这个集体充满了团结和勃勃向上的力量。这一股力量，催我奋发、催我成长，如今，我深深地感谢过去十天的成长经历。

队友给我力量，学生也不例外。这250名学生中我认识的为数不多，但知道我的却不少。很大一部分原因在于学生们都抱有一种强烈的想去认识老师们的欲望，仿佛老师们就是那天然的宝藏，值得他们去开采似的。这一点让每一位队友都津津乐道地谈起，真所谓：说在口中，甜在心中。每天，他们都早早地到教室，这着实让我很感动，感动他们能在暑期的课外补习中保持着如此饱满的精神状态。才发现：原来成为一名教师很容易满足。课堂上，他们充满好奇的眼神和灿烂如花的笑脸总让我的心舒服着，讲课也自然很是顺畅，最重要的是上得激情洋溢。当然，有时候也有一些故意捣蛋的学生，这时候就很考作为教师的耐力了。是当场批评呢还是睁一只眼闭一只眼呢……有很多种选择但真正起效果的却寥寥无几。才明白：当一名教师并不容易，很多时候要顾及学生的感受。同时，当自己一进入教师这个角色就会不自觉地为学生想及很多。

例如：上课设计的内容害怕学生听不懂而要准备几套方案、害怕批评学生会伤害他们的自尊等等，可见，成为一名教师真不是一件容易的事。课下，身旁总是围着一群找你签名和找你聊上几句的学生。每当这时，我总会很开心，并不因为自己有了很多fans而是看到了学生如白玉般天真无暇。晚上，在宿舍里总有学生带上自家的或者是买到的东西过来和我们

聊天，这时候的时光总也让人觉得珍贵。每晚，在阳台上看着可爱的学生们离开，一股股欢乐的情愫总会油然而生。看着依旧挂在辽阔夜空里的明月，静静的，快乐地觉得心中已然多了一份值得珍藏的美好回忆。

三下乡，收获了不同的人生感悟。第一次体会到成为教师的不易，第一次感受到很多事情需要亲身体会才能更好地让自己成长，第一次明白自己的价值在于学会付出和精心地播种。

三下乡，成长的桥梁。在这里，我结识了一批不怕辛苦不怕付出的队友们；在这里，我认识了一群好奇努力且不失童真的学生们；在这里，我看到了自己的价值也找出了自己的不足，让我确立了人生的下一个拼搏方向，并信心百倍地朝着未知的旅途前行。

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。感谢三下乡，让我的人生不再彷徨，让我有勇气学会成长。

大学生个人三下乡的心得体会篇四

我有幸成为暑期三下乡社会实践活动队伍的一员，我感到很高兴，经过这次实践活动，我收获很大，学到了很多。

20__年x月x号，我们早早地收拾好行李，带着给孩子们捐赠的礼品，举着实践队的旗帜，在x老师的带领下，踏上了我们的征程。经过四、五个小时的颠簸，我们到达了我们的目的地——__小学。学校地处工业园区，旁边有几座小山丘，刚来的我们看到这么优美的环境，觉得这儿条件还不错，接下来的十几天可能不会太苦。

于是我们怀着开心、愉快的心情，打扫教室，安排我们的“宿舍”。不得不提的是我睡觉的地方，女生和男生睡的地方不一样。学校老师一共给我们留下了两间教室、一间教

导室和一间厨房，我们就把其中一间教室留着做我们男生的“宿舍”，我们把桌子拼起来，把我们早就准备好的睡袋和防潮垫铺在桌子上，就当做我们的床。女生就把床铺在那间教导室里，虽然很小，但是女生住下刚刚好，这也是名副其实的女生宿舍，所以我们男生也不能随便进。当我们把床铺好的那一刻，我们感到很温馨，虽然很简陋，虽然铺的不是很整齐，但我们很开心，我们刚刚来就在一起的努力下铺好了床，解决了住的问题。

接下来就是我们吃饭的问题了，我们拿着学校留给我们的钥匙，打开了厨房的门。一开门，由于是很久没煮饭的缘故，我们便看到一堆堆的老鼠屎到处都是，而且也没有我们期待的电器设备，都是农村的那种大锅土灶，还要烧煤和柴。由于前天下雨的缘故，我们找到的煤都受了一点潮，第一次的烧火烧了很久。最后我们都饿了饭菜才好，尽管饭菜煮了很久，但是却煮的很好吃。由于煮饭的流程很繁琐，每次都重新安排的话，大家都不熟悉有会浪费很多时间，于是大家一致决定让__两位同学掌厨，其他同学轮流洗锅。他们也开心的同意了，因为我们认可了他们的厨艺。

最最重要的就是要找学生来上我们的课。吃了早饭，我们就分成了三个组，采购组、宣传组和煮饭组。采购组的同学负责去采购食材和日用品；宣传组的同学负责去想附近的家长宣传我们的支教活动，邀请他们把孩子送到学校来，并且做留守儿童的问卷调查；煮饭组的同学则留下了看家和煮饭。由于我被分配在了煮饭组，所以宣传组的具体情况我也是听同学们后来说起的，不过他们也挺辛苦的，挨家挨户地去向家长们宣传，并且和留守儿童和老人交谈，附近的居民很配合我们的调查工作，对我们的印象也都不错，放心的把孩子送到我们学校。为了体验生活，为了响应学院号召，我们采购组的同学，除了买日用品之外，还买了许多重要的食材，土豆和白菜，我们足足吃了十几天的东西！我觉得这就是这次很重要的考验之一，只吃素菜，而且不买贵的，每天必买土豆和白菜。因为我们每个人交了一百块钱，资金必须要按

预算来花，不然就得不到应有的锻炼，我觉得这一点我们做的很好。

所有的准备工作的做的差不多了，吃住的问题都解决了，接下来就要迎接孩子的到来了。第二天一早，我们全体队员都是六点都就起来了，洗漱过后，早早地做了早饭，就在我们还在吃早饭的时候，就有很多的家长带着孩子来上课了。我们大家赶紧加快吃饭的速度，接待到来的学生和家。我们原定的上课时间是九点多，可能是由于家长和孩子太过兴奋了，就早早地把孩子送过来了，于是我们就把小朋友们的年级、姓名等情况做了统计，发现人数很多，年级跨度很大，最小的有一年级的，最大的有初中的，可我们只有一个教室。最后我们经过商量，先将他们安置在一起，上午教英语、音乐等课外的课程，下午进行选择性的辅导。由于学生中一二年级的学生比较多，所以很吵，学生的注意力很难集中，老师不容易教学，在这时我们遇到了难题。最后，马皓同学说他可以试一试，结果他采用类似早教老师的教学方式，边哄边鼓励，小朋友们的热情一下就被他带动起来了，大家感觉他就像救星一样，结果一堂课下来，他也感到有点累，主要是嗓子受不了了。最后，我们还给__同学买的“金嗓子”喉片，因为大部分课程都是他在上，同学们都喜欢他，都亲切地叫他“柚子哥哥”。

随后的几天里我们按部就班地进行我们的教学计划，同时每时每刻也关注着他们的健康和安。每天中午和下午太阳最大的时候，就是我们一个个地送孩子们回家的时候。__老师多次强调，家长信任我们，把孩子送到学校，我们就是小朋友们的第一负责人，所以我们必须要保证他们的安全。于是，我们每天一个个地送小朋友们回家，直到他们到家了我们才安心，才往回走。虽然天气很热，但是大伙都没有怨言，都很积极的护送小朋友回家，有时候小朋友跑得很快，为了防止他们跑到公路上去，我们都很小心地跑在后面跟着他们。我每次也跟着大伙一起去护送孩子们，有时候甚至都赶不上他们，我们都提心吊胆呢。护送小孩这方面或许这对我们也

是一种考验吧，至少我们保证了孩子们的安全，而且也得到了许多家长的赞赏，我们大家都感到很高兴。

干完了正事，我们也得娱乐一下吧。每天晚上吃完饭后，就是我们的娱乐时间。我们干什么呢？看电影，玩游戏。我们在出发之前，我们男生每人都带上了电脑和投影仪，为的是方便教学生计算机方面的知识给他们放映电影，和我们每天的总结。到了晚上，我们就放松一下一起看电影，玩益智游戏等，像什么“杀人游戏”、“干瞪眼”啊，我们都能在其中找到很多的乐趣，缓解一天的心情。

在经过前面几天的摸索，我们大致已经能习惯在那边的生活了。为了养成良好习惯，我们每天六点多起床，白天课余时间就和小朋友们一起玩游戏，教他们打篮球、羽毛球。但是由于很多小朋友是低年级的，考虑到安全问题，天气也比较炎热，我们最后就让小朋友们在教室里玩。小朋友们逐渐和我们建立起了深厚的友谊，每次送他们回家的时候，他们都让我们到家去坐，给我们拿一些水果之类的，当然我们不能收，我们很开心。最后的几天，我们的摄影师同学就天天采集照片，将小朋友可爱的瞬间留下来了，我们也照了很多关于小朋友的照片，他们也都很喜欢照相。渐渐地我们都舍不得这些可爱的小朋友了。

在这个炎热的夏天，我们来到了这里参加支教活动，对我们的毅力是个很大的考验，但我们还是坚持了下来。通过这次三下乡，我们这个小团队里每一个成员都得到了相应的锻炼，能力方面都得到了提高。就我来说，首先这次的支教活动，让我认识了很多的朋友，俗话说，患难见真情，我们在这个特殊的地方相处了十几天，大家相互帮助，共同解决各种难题，大家的心紧紧的连在一起，感觉就像一家人。其次，我意识到团队合作的重要性。无论你是在做什么事，无论你做的事是否很重要，但只要你在做了，你就要用最高的热情和最热衷的态度把它完成好。我们是一个团队，我们每个人所做的事，都是为了整个支教活动的顺利进行，都是为了集体

的利益着想的。还有，我觉得一个团队的领队也起到了很重要的作用，我们每一个成员唯有服从领队的安排，才能让我们的支教活动变得井然有序。

亲身实践，才觉得自己有很多不足，才学到了很多课堂上学不到的东西。在三下乡中，我们不断思考，不断成长，充实自己，收获到很我们从未有过的经验。虽然只有短短的十几天，但我懂得了团队的重要，懂得了我在人际交往等地方还有很多不足。我很幸运这次能够参加三下乡活动，这次实践活动很短暂却很充实。作为一个当代大学生，应该多做一些实践活动，为我们走出校园，走出社会收获一些宝贵的经验。

大学生个人三下乡的心得体会篇五

今天是我第一次正式地走上讲台，这个神圣的三寸讲台一直是我心中仰视的存在。在课前把课件看了一遍又一遍的我还是很紧张。同学们好，这节课老师要带你们开展一次奇妙的植物之旅…一句青涩的开场白开始了这节植物鉴赏，一开始学生们还是很吵闹，我很是慌乱，这时我的助教帮我叫了一下纪律，他们就瞬间安静了下来，这时我开始大胆地讲课。我的课件分常见植物识别和有趣植物鉴赏两部分，每讲到一种植物我都把自己能想到的相关生活的拓展知识讲给他们听，他们似乎也对此很感兴趣，慢慢地他们每一个都进入了课堂的节奏，很认真地听课，我也因此被鼓舞了，班里整节课都弥漫着欢乐的气氛。

本来还准备了一个有关植物的视频想在讲完课件后播放给他们看，没想但差点没讲完课件，但孩子们兴致勃勃，都要求听讲完最后的一点课件才下课，我很开心，看见他们对我讲的课这么感兴趣，我觉得很自豪、很有成就感。我想这大概就是身为一名教师的满足吧，看到自己的学生对自己讲的课这么着迷，看到他们学到了自己给他们带去的新知识真的很欣慰，你们闪闪发亮的好奇眼光是我站上三寸讲台的动力。

文档为doc格式