

三下乡感悟心得体会(优秀5篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看。

三下乡感悟心得体会篇一

在这个宝贵的假期里，为了使我的假期生活增添一笔色彩。我积极响应学院的号召，与带队老师和同学们组成一个小队。通过在乡下不断地走访调研以及帮老百姓做些力所能及的事情来锻炼自己的能力，为祖国的乡村建设献出自己的微薄力量。

20__年__月19日，期待已久的“三下乡”志愿服务实践活动拉开了序幕。尽管一路颠簸，我也始终兴奋，对于接下来的活动充满了向往。在车上，我们的带队老师给我们讲述着这次三下乡实践活动中需要注意的一些细节问题，并要求我们在这段时间里，要结合自己的专业知识以及相关的工作经验来进一步提升自己，以便更好的服务于他人。

次日上午，我们在带队老师曹允刚的带领下先是前往龙井乡乡政府与党建办龙主任进行交流，而后又前往克麻场村委会开展党建交流座谈会，下午继续前往克麻场村当地党员家中开展调研工作，在交流过程中，我们聊家常，看实事，不忘调研初心，收获颇丰！

村民们都非常支持我们的工作，在王书记的介绍下，我们来到一位经营超市的致富带头村民家中做了相关调研，在调研之后，老板还送给我们一人一瓶矿泉水，这些都是来自超市老板对我们满满的关怀。

三下乡是一段路，偶尔坎坷，但沿途风景独好。它告诉了我们，一个人的前进道路不会是平平稳稳的，即使是河中自在航行的船只也难免颠簸。生活受伤是难免的，挫折也并不可怕，可怕的是因此而一蹶不振，失去了人生的方向。所以，坚持你的方向，你就会发现前路风景独好。

三下乡感悟心得体会篇二

昔日的“三下乡”欢笑和努力，都历历在目。20_年x月_号，我参加了管理工程学院暑假三下乡活动，为期十天的“三下乡”，让我感受很多，受益匪浅。

这次“三下乡”活动，在我的设想之中完全达到了我的意愿。虽然时间很短，但在队长的带领之下，我们队员每个人都过得充实而又有意义。在每项活动中都能体现出我们大学生的做事风格。我参加的是“传承中华美德，关注弱势群体”的调研，我们队员通过派发调研表零距离的采访拉横幅拍照片录音录像等形式开展了形式多样内容丰富有意义有影响的暑假活动。每项活动都能做到有打算有目的的进行。

自上大学以来，这是我第一次参加这种调研活动。刚开始还有些胆怯，怕自己不敢张口与群众互动，但在克服了开始的胆怯之后，我慢慢地融入到活动之中。但，并不是一切都是一帆风顺的。在发调查问卷期间，会接触到许多不同的人，年龄不同，性格不同，学历不同，对事物的观点看法不同。他们有的人心存戒备，心理很强，而有的人又很随和。通过这次活动我深深的熟悉到人要想立足于社会，首先要融入社会。

这次活动使我意识到“服务社会实现自我”是人生的一件乐事。社会是需要我的，社会培养了我，然而我也应该为社会做出自己应有的贡献，我们应该为人民干实事，做事要贴切于人民。虽然自己的力量很小，但可以让温暖的花朵灿烂绽

放!

要让事物改变，先改变自己!要让事情变得更好，先让自己变得更好。这是我在这次“三下乡”活动中感悟得到的。在调研队里，虽然很辛劳，但就是在这种环境下使我意识到我们只能去适应环境，而不能让环境来适应我们。那忙碌的十天“三下乡”的实践活动，总有辛酸与欢笑，随时间而过，使我深深的体会到了弱势群体的生活。作为一名大学生的我们以一个大学生的具体行动证明了我们的一切。

这次“三下乡”活动里，我们每个队员都能相互的关怀着对方。当我遇到艰难的时候总有人激励我去战胜它，我们每一个人心里想的是：我们是一个团队，一个也不能少，谁也不能倒下来。这次活动让我们相信：也许人生惟独一次，我们每一个人都很珍惜着短短的十天时间，天天我都觉得自己过得非常的充实，非常的快乐。总有一家的气息缠绕在我的身边温暖着我，给我动力让我前进。这也是我第一次参加这么长时间的集体活动，感觉也是最有意义一次，它让我学习到我所缺少的东西，锻炼了我，成熟了我，赋予了我人生回忆中美好的金色的一段!

三下乡感悟心得体会篇三

为期六天的三下乡结束了，心里十分不舍，不舍归不舍，说些话，做些事，总结一下确是应该的，理由很简单，为了给未来一个更广阔的前景，也为了自己更好的认知。其实开始的时候总也是带着那么些情绪的，理由很简单，不能早早回家了，可想想这个活动对自己来说还是很必要的，我这个在学校里呆了太久的孩子，很需要出去见识一下，于是还是果断参加了这个活动，岂知刚参加就给我不一样的惊喜。我因为搬宿舍的缘故，迟了一天去的三泉，三泉位于南川市的一个县，从学校去时需倒一趟车，大概三个小时左右的样子，到了以后与龚爽等会和，就开始了我的三下乡之行。

第一天我们主要熟悉了一下周边环境，去农家问了问需要我们做些什么，费了大半天功夫算是对当地有了一些了解吧，然后果断去了三泉派出所进行拜访，我们想来这里进行活动，当地政府很重要，派出所也可以为我们的活动提供很好的保证，本着这样的心态，我们结识了派出所的周叔叔，一位当地的民警，他得知我们的来意后告诉我们有什么需要都可以找他，呵呵，我们就这样完成了第一天的任务了。第二天早上起得很早，因为去敬老院的缘故，很兴奋，我以为这是个很有意义的事情，或者说在这里我可以做很多事情。于是早上开开心心出发了。我们为这次敬老院之行做了大量准备工作，包括准备表演节目，还有挑选从学校带出来的一些衣物作为心意送与老人们。

我们到的比较早，不过老人们起得更早，刚进养老院便看见了晨练的老人们，出于敬意，我们还是先向院长说明了来意，然后他表示很高兴，说难得有人来看望这些老人，我们呢，也不马虎，说着就布置起会场然后呢，就表演节目了，第一个是张雨晟的独唱，第二个是手语操，第三个是我们的队歌，一轮下来大家都很开心，我们呢是因为付出了劳动，他们呢感受到了祝福，呵呵。接着呢，我们陪他们聊天，谈生活的变化，说政府的政策好，聊他们年轻时的故事，他们每个人都好有故事，一个老爷爷，年轻时在矿上压坏了腿，后来领养了三个孩子，只不过都工作忙，一个在海南岛，剩下两个在市里，这才搬来了敬老院；还有个老奶奶，年纪已经80多了，但硬朗得很，什么事都要亲力亲为，呵呵。剩下的时间，我们帮忙打扫了卫生，拖了拖地，在这里呆了一天，期间电视台的人来采访过，觉得这一天真是充实。

第五日，好好休息了一晚精力充沛。同时这一天是特别有感触的一天，我们下地干活了，呵呵。在一户农家里，这家主人是一位大娘和一个大爷，我们刚来时就拜访过，这次来特别抱了个西瓜看望二老，他们可热情了，我们说明来意后，也不等吩咐，直接背着背篓扛着锄头就下地了，哈哈，大家拔草，足足拔了两个大背篓，每个人都照了在地里劳作的像，

竟是无限光荣的样子，唯劳动最美，这下自己真的感受到了，锄地锄得好兴起，一溜一溜的慢慢细细的锄下去，在地里忙来忙去足足两个小时，还有就是跟着老两口摘菜，问东问西，对了，还有镰刀的使用呢，很过瘾，地里的菜长得真好，有长豆角，有丝瓜，有黄花菜……偶尔飞过一两只蝴蝶，又让我们分神的`不行。

三下乡感悟心得体会篇四

经历了这次三下乡，使我认识到更多的朋友，增加了我的人生阅历，丰富我的暑期生活，让我学到了很多社会实践知识。舍不得和我在一起度过这五天的朋友，珍惜着这段美好的记忆!现将此次社会实践活动的有关情况报告如下：

7月18号，学校所有下乡的队伍在阶梯一举行了这次暑期下乡的启动仪式。作为校级机构的一支队伍之一——横栏队，我们送走了另一支队伍——东升队，我逐渐感受到了下乡的浓浓氛围，蓄势待发，期待着隔天的出征。

7月19号早上十点半，我们到达了横栏中学，并与仲恺学院管理工程学院的同学一起参加了横栏三下乡的启动仪式，听取了当地领导对横栏镇基本概况的介绍。让我们初步了解到横栏的人文文化与经济发展实力。当天下午，我们参观了横栏镇三沙花木基地，并且向花木协会会长、全国劳动模范陈炎连先生做调查问卷。从中我们了解到花木基地与农户之间的关系、基地对未来发展的憧憬等等。这让我们知道一个产业的发展与当地的气候、地理并要考虑当地农户的根本利益有着密切的联系。只有相互扶持相互配合才能赢取更大的利益。

7月20号，在横栏镇政府领导的带领下，我们参观横栏镇灯饰企业大志·一川和童车制造企业乐美达企业。参观两家企业的时候有一个不同点：前者先将我们引领到办公楼，再带我们到工厂流水线；后者直接将我们引领到流水线工厂，让我们感受工厂里面的工作环境。就是这么个对比让我们感到十分

震撼，其落差之大，就是想让我们明白办公楼与工厂的工作环境、层次区别，就是想让我们好好学习，学好专业的知识，高攀上去，不要停留在流水线上拼搏。多么大的差距啊，就一件相同的产品，有的人就在用知识赚钱有的人却在用劳力赚钱。可见读书的好处！

当天下午我们在横栏中学附近的敬老院参加志愿服务，并且为孤寡老人表演节目、教手指操等等。这期间看着孤寡老人那步履残桑的画面不免有些心酸，有些老人他们的手指已经水肿了，行动已经十分不便了，却还是和我们一起参加了互动。那种时不待我的感慨油然而生！但是我们与老人们的相处是愉快的，虽然只给他们带来短暂的快乐，但这种短暂的记忆我希望会是经常。

7月21号早上，我们披上“广东理工职业学院”的服务红条，参加了横东村卫生死角的清理活动。顶着烈日，不停的清扫大街，为的就是要创造一个良好的社会公共环境，也向周围村民宣传了保护环境、创建美好家园的卫生意识。下午，我们参观了“水印江南”项目，虽然这个项目尚未完成，但从现在已有的布局和环境来看，“水印江南”项目将会是人们生活上的好去处。

22号晚上，我们与仲恺同学一起举办一台晚会。23号早上，和小朋友开展了快乐暑期拓展活动。当天下午，参加了此次下乡的总结会并与优秀团干相互交流。最后我们与仲恺管理工程学院举行了一场友谊篮球比赛，结束了此次下乡之旅！

结束了此次下乡，留给我们更多的是怀念与思考。每天晚上十点半的总结大会，每天早上的买早餐，每天总会挤出时间排练我们的节目……有时有的同学已经很累很累了但他坚持了下来，有时我们却欢声笑语，轻轻松松的做我们自制的“访谈”节目。如果说在参观企业、参加活动中，锻炼了我们的社会实践能力，增加了我们的人生阅历，那么除此之外的闲余时间，我们认识到一群能够擦出火花的朋友，

让我们在这五天之旅的行程中有了一些一生难忘的伴侣。我想在这一列不断行驶的火车上，知识固然重要但旅途的风景依旧重要！

三下乡感悟心得体会篇五

为期一个多星期的‘三下乡活动终于结束了，带着满满的成就感以及对xx这个原本陌生地方的丝丝眷恋，我踏上了回家的长途客车。望着窗外飞速向后退去的建筑，突然心头涌上一股酸涩，不禁问自己为什么要走得那么匆忙？回到家才真的感觉好想在那里再多呆一会，毕竟有那么多同伴可以聚在一起。诶，我想我注定是一个群居动物。

我们xx队的几个成员从面试到一起出去挥汗搞活动，相聚便是一种缘分。难忘那段日子，我感慨良多，留给我们的不仅是感动，还有成长。接触社会，社会也总不忘回报点东西给我们，无论是为人处世，还是人际交往。我们将变得更加成熟，自信，果敢。积累的这些人生财富不是可以用物来衡量的！偶然一个时候，当发现自己能不假思索地热情微笑着上前与一个陌生人交流，向他介绍我们的活动，发放问卷时，才认识到自己已经成长了好多。

此次暑期三下乡活动给了我很多收获：

第一，沟通交流。开展活动，与社区的居民交流了很多之后，才发现沟通的语态方式对人第一印象影响的重要。我们在发放问卷的时候，一次一次的被拒绝让我们都历练了不少。

第二，团队精神。毋庸置疑，团队意识在活动中扮演着非常重要的角色。来自不同个体的人，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。我们是一个团队，一个集体，不论是做什么工作，一切都应该为大家着想，为集体着想。

第三，周全的策划。活动中我们往往会发现准备中遗漏了一些细节，对活动的开展造成诸多不便。或者是人员分工的不明确，直接导致很多人做同一件事情，而有的有不知道该做什么，大大降低了工作效率。

第四，理解与包容。每个人的性格都不同，我们不能要求其他人都像自己那样做事，更不能把自己的意愿、想法强加给他人。学会理解，包容别人。其实从下乡的筹备活动到整个活动的结束，事情都不是一帆风顺的，既然矛盾不可避免，就应该积极看待，一起解决。争论多了，理解也多了，我们将更加懂得站在别人的立场想问题。

通过这次社会实践我更加坚信：意气风发的我们经历了三下乡的再次洗礼，象牙塔里的我们并非两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。