

最新暑期三下乡个人实践心得(优秀14篇)

学习心得可以让我们更好地认识自己的学习方法和学习习惯。在这些实习心得中，作者分享了自己的实习历程、遇到的问题以及解决方法，给我们提供了很多有益的建议。

暑期三下乡个人实践心得篇一

送文艺下乡是积极宣讲科学发展观，促进基层农村文化建设和满足农民群众文化需求的有效途径和有力手段，也是我校历年来“三下乡”活动的优势项目和重要内容。

为了这次的汇演，我们几个主要负责人成立文艺下乡活动筹备组，对节目进行制作、加工、彩排、筛选等工作，严把节目质量关，力争通过歌唱、相声、小品、朗诵等基层人民群众喜闻乐见的、展现新时期文化风采的、宣传科学发展观的、突出学校文艺优势的艺术形式，展现应科学子风采，并在活动中号召同学们学习基层人民群众艰苦创业、脚踏实地的工作作风和勤劳质朴、乐观向上的生活态度，引导同学们关注新农村生活，增强同学们服务基层的意识，为社会主义新农村建设提供精神动力和人才保障。

晚会筹备的时候，白天我们走在下梅村，村里贴着村委员会对我们将在这里举办文艺汇演的红纸告示，我们也热情的邀请河畔边的村民们互相转告来观看，这份我们送给山城的特别的礼物。

凑巧的是，我们在走访村民的过程中还遇到了来此旅游写生的，来自我们福建师范大学的美术学院的校友。热情的学长说，晚上一定带上整个队伍来给我们捧场。我突然想起一首耳熟能详的童谣《歌声与微笑》，我想我们此次用心的爱心汇演最想要的就是让在场的人“请把我的歌，带回你的家，

请把你的微笑留下”

夜晚的下梅村丛林深处，兜兜神奇，在疏影横斜中绽放几颗星星。红色的灯笼，朦胧的灯影映照古桥，本是平静的河畔在饭后陆陆续续有了波澜，熙熙攘攘慢慢拥挤起来的人群，摇着扇子的爷爷奶奶，调皮天真的孩子们，热情豪迈的大叔大婶。那吆喝声，那呼喊声，对这个村落的瞬间印象是七月里的一迭画卷，听到它在麦兜儿里的隐约耳语，是与星光的对话，述说着那飞扬的童话。林间听海，情定日落桥告诉我们星月童话花事未了，风来的时候，沐风，柠檬香草，寄语天蓝。这是我作为晚会主持人站在这特殊搭建的舞台上，等待晚会开始前的感觉。

在一场预热的开场舞后，带着悸动的心情，作为主持人的我邀请了下梅村委员会的纪委委员李聪明以及我们应科院的余书记上台为我们此次武夷之行文艺汇演致辞，在汇演中，我们的同学们献上了精心准备的诗歌朗诵《我的祖国》、红歌联唱《映山红》《红旗飘飘》以及舞蹈表演《我和我的祖国》等丰富多彩的文艺节目。精彩的演出赢得了在场村民的阵阵掌声。特别是舞蹈队的姑娘们更是得到了孩子们的追捧。

让我印象深刻的是上台为我们唱山歌的.老人，早晨他就找到我让我给他安排一个节目，那种热心与对我们的支持让我动容。于是我在计划之外，安排我们的志愿者接待我们这位可爱又有才华的老爷爷，顺利融入到我们的汇演节目中来。虽然他的山歌我们不能完全听懂，但是那份爱心的传递跟我们是一样。

汇演在相亲相爱一家人的大合唱中落下帷幕，当我宣布晚会结束的时候，还在心潮澎湃中，看着村民渐行渐远的身影，我的眼角瞥见了孩子们的不舍。特别是那几个我们一有活动，就跑来的小女孩子们，在我候场的时候，围着我问姐姐你是做什么的，穿得这么漂亮，然后叽叽喳喳议论开来的孩子们。忘不了，大人们逗她们说以后要不要跟这个姐姐学主持呀？

还要唱歌，跳舞？她们那害羞的不好意思了一会，跟我拉钩的样子，我不知道姓名的孩子们。

这些不舍和感动都留在了xx年的夏日，留在了我这份难舍难分的暑期实践之旅。

暑期三下乡个人实践心得篇二

往年的暑假都是从炎炎烈日开始，今年暑假却是以瓢泼大雨为起点。与不同于以往的天气一样，在这个暑假，我也有了迥然不同的经历。作为×学院的一名学子，我很荣幸地能够参加今年学院重点队的暑期“三下乡”社会实践活动。这不仅仅是一次简单的下乡体验活动，更是一次能让我们全方位地接触社会、了解社会的机会，同时为我们锻炼自身和培养适应社会的能力提供了条件。今年夏天，能够成为理学院晨曦志愿服务队的一员，参与实践活动的每一个细节，和其余12名小伙伴一起相互扶持，互助互爱，完成这次暑期“三下乡”社会实践活动的各项任务，于我而言是一次难得的机会和体验，是我收获的巨大财富。

此次社会实践活动虽然时间不长，仅仅三天，但一路走来，我们却是受益良多。活动的开始也许不太美好，倾盆而下的暴雨让我们的头发、衣服、行李和物资都淋了个透，学院党委副书记贾群燕老师、辅导员周伟和薛洋老师与我们一起冒雨乘车赶往实践地——兴国县东村乡春江村，有了他们的指导和关怀，一路上虽然大雨倾泻，还伴着丝丝凉意，却多了许多暖心的欢声笑语。尽管开局如此艰难，但在春江村的日子里，队员们一起工作，一起学习，一起解决遇到的问题和困难，互帮互助，共同圆满的完成了理论政策宣讲、关爱留守儿童、慰问烈士家属、看望孤寡老人以各类调研等各项任务。实践过程中，虽然有时候也会意见不统一发生争执，但作为一个团队，我们都在尽最大努力的相处磨合，吸收每个有用的意见，寻找最合适的解决方案，在这一过程中，所有队员都逐渐体会到团队的力量，也渐渐学会了包容和体谅。

我们在活动中欢笑，在活动中感悟，在活动中收获。美好的日子总是很短暂，三天的时间一晃而过，但我认为此次社会实践活动并未结束，回到学校后我们有着同样重要的工作，那便是将这些欢笑、感悟都记录下来，分享给学院的其他同学，也分享给未来的自己。此次社会实践中，我和另外的1名队友负责新闻撰写整理工作，在工作之余，我开始梳理自己的思路，我发现在这一路的经历后，我确实成长了许多，也得到了许多意想不到的收获。

在此次社会实践活动中，我被分配到了宣传组，主要负责新闻稿件的撰写整理和照片收集工作。白天和队员们一起组织开展活动，晚上回到住宿点后，和队友一起通过各种方式与学院分团委书记×老师对稿件的选题、写作内容进行沟通交流，直至深夜才拖着疲惫的身子上床睡觉。在这三天里，在×老师的指导下，我写的稿件数量甚至超过了以前好几个月所写的稿件数量总和，我感受到自身的写作能力也得到了进一步的锻炼，学到了不少稿件写作的技巧，同时我的写作能力也得到了进一步提高。

×志愿服务队由13名队员组成，队员一起携手为前期的策划开动脑筋；一起在遇到下雨无法进行活动的困境时协力商量解决；一起为孤寡老人和留守儿童送去物资和祝福；一起为烈士陵园拔草整理；一起被英烈们的故事震撼感动……太多的一起，一起将我们这13名来自不同地方、不同专业的青年紧密的联系起来，从陌生到渐渐熟悉，从熟悉到把自己放心交给队友。在经历了整个过程后，我们这支队伍已经由最初的没有包含太多深意的队伍，变成了一支饱含着信任和扶持、有着坚定友谊的活力无限的团队。在我放心的将所有事物交给队友安排的那一刻起，我就深深明白，团队的力量是多么的重要，只要我们13个队友一起，同心协力，没有什么解决不了，没有什么不能完成。

当不少同学都纷纷回到家中，和家人团聚和朋友逛街时，我们在村民家中调研走访，在大街小巷分发理论宣传单，我切

身体会到了劳动的艰辛。我们睡在陈旧的乡村小学宿舍里，没有水，没有网络，连洗脸刷牙都有困难，白天走街串巷开展各类活动，夜晚着手总结工作，躺在陌生的床板上直至深夜才能入睡；我们一次次和当地乡镇工作人员交流协商、一次次向村民询问调研，也曾一次次被拒绝……我们都明白了，磨砺才能够让人真正成长。这次活动让我们懂得从不同的角度来看待解决问题；让我们懂得了学会珍惜父母给我们带来的优越生活、珍惜老师对我们全无保留的谆谆教导；让我们得到了锻炼，增长了才干；让我们真正的深入社会、了解社会；也让我们懂得了从现在开始要好好锻炼，今后离开了学校，要能够更加从容地面对社会的雨雪风霜。

我们13名队员都是幸运的，因为我们得到了这个难得的机会，使我们的精神和意志得以历练。我坚信，意气风发的我们，在经历了这个夏天学院重点队的社会实践活动洗礼后，一心向着圣贤书的同时，也不会忘了解耳边的窗外事，我们能够以坚定的意志和向上的品格保证，在走出象牙塔踏上社会后，我们也依旧能够永葆在校园中的品质和意气，彰显属于×学子的风采。

暑期三下乡个人实践心得篇三

送文艺下乡是积极宣讲科学发展观，促进基层农村文化建设和满足农民群众文化需求的有效途径和有力手段，也是我校历年来“三下乡”活动的优势项目和重要内容。

为了这次的汇演，我们几个主要负责人成立文艺下乡活动筹备组，对节目进行制作、加工、彩排、筛选等工作，严把节目质量关，力争通过歌唱、相声、小品、朗诵等基层人民群众喜闻乐见的、展现新时期文化风采的、宣传科学发展观的、突出学校文艺优势的艺术形式，展现应科学子风采，并在活动中号召同学们学习基层人民群众艰苦创业、脚踏实地的工作作风和勤劳质朴、乐观向上的生活态度，引导同学们关注新农村生活，增强同学们服务基层的意识，为社会主义

新农村建设提供精神动力和人才保障。

晚会筹备的时候，白天我们走在下梅村，村里贴着村委员会对我们将在这里举办文艺汇演的红纸告示，我们也热情的邀请河畔边的村民们互相转告来观看，这份我们送给山城的特别的礼物。

凑巧的是，我们在走访村民的过程中还遇到了来此旅游写生的，来自我们福建师范大学的美术学院的校友。热情的学长说，晚上一定带上整个队伍来给我们捧场。我突然想起一首耳熟能详的童谣《歌声与微笑》，我想我们此次用心的爱心汇演最想要的就是让在场的'人“请把我的歌，带回你的家，请把你的微笑留下……”

夜晚的下梅村丛林深处，兜兜神奇，在疏影横斜中绽放几颗星星。红色的灯笼，朦胧的灯影映照古桥，本是平静的河畔在饭后陆陆续续有了波澜，熙熙攘攘慢慢拥挤起来的人群，摇着扇子的爷爷奶奶，调皮天真的孩子们，热情豪迈的大叔大婶……那吆喝声，那呼喊声，对这个村落的瞬间印象是七月里的一迭画卷，听到它在麦兜儿里的隐约耳语，是与星光的对话，述说着那飞扬的童话。林间听海，情定日落桥告诉我们星月童话花事未了，风来的时候，沐风，柠檬香草，寄语天蓝。这是我作为晚会主持人站在这特殊搭建的舞台上，等待晚会开始前的感觉。

在一场预热的开场舞后，带着悸动的心情，作为主持人的我邀请了下梅村委员会的纪委委员李聪明以及我们应科院的余书记上台为我们此次武夷之行文艺汇演致辞，在汇演中，我们的同学们献上了精心准备的诗歌朗诵《我的祖国》、红歌联唱《映山红》《红旗飘飘》以及舞蹈表演《我和我的祖国》等丰富多彩的文艺节目。精彩的演出赢得了在场村民的阵阵掌声。特别是舞蹈队的姑娘们更是得到了孩子们的追捧。

让我印象深刻的是上台为我们唱山歌的老人，早晨他就找到

我让我给他安排一个节目，那种热心与对我们的支持让我动容。于是我在计划之外，安排我们的志愿者接待我们这位可爱又有才华的老爷爷，顺利融入到我们的汇演节目中来。虽然他的山歌我们不能完全听懂，但是那份爱心的传递跟我们是一样。

汇演在相亲相爱一家人的大合唱中落下帷幕，当我宣布晚会结束的时候，还在心潮澎湃中，看着村民渐行渐远的身影，我的眼角瞥见了孩子们的不舍。特别是那几个我们一有活动，就跑来的小女孩子们，在我候场的时候，围着我问姐姐你是做什么的，穿得这么漂亮，然后叽叽喳喳议论开来的孩子们。忘不了，大人们逗她们说以后要不要跟这个姐姐学主持呀？还要唱歌，跳舞？她们那害羞的不好意思了一会，跟我拉钩的样子，我不知道姓名的孩子们……这些不舍和感动都留在了__年的夏日，留在了我这份难舍难分的暑期实践之旅。

暑期三下乡个人实践心得篇四

20xx年xx月xx日~xx月xx日，我随我队共建希望家园扶贫志愿服务队到琅下村开展暑期“三下乡”社会实践活动。活动虽然只有短短的五天，但却让我终生难忘。

在活动期间，我主要负责各方面的调查工作。除了调查工作，我还尽最大的努力帮助和协助其他组的工作开展。分组不分工，每一组的工作都不是独立的，每一组的工作都很艰巨，每一项工作都需要我们团队同心协力完成。通过这次“三下乡”实践活动，我真正领略到了一个团队团结的力量的真谛，真正体验到团结友爱互助的崇高之处。尽管“三下乡”活动期间很累，但我真的收获了很多！

在开展活动中，我从未忘记过自己肩上的责任、义务，我一直要求自己起带头作用和其他队员们一起同甘共苦。

狂热的太阳就如我们对“三下乡”的狂热。“三下乡”第一

天，我们一到达琅下村，我们全体队员就同心协力大扫除廊下村居委会。下午，我们早早来到琅下小学进行考察。学校的教学条件很恶劣，教学楼是危房，教学设备破旧不堪，许多桌椅残缺不全，破旧，每间教室都没有电灯、风扇和窗户。这样的教学条件让我们很难想象学生的学习。然而，出乎我们意料的是，在我们支教的第二天，学生们都穿着校服带着红领巾早早地来到学校迎接我们的到来，而且在活动期间一直保持这样的精神面貌。看到他们积极乐观，热爱学习的精神面貌，我们都很欣慰。在课堂上他们遵纪守法，课堂气氛十分活跃。在支教的课堂上，我领略了队友们的才干与智慧，也见识到了学生们的聪明才智，同时也体验到了当教师的神圣与崇高。学生们对学习的热爱之情是我永生难忘的！在送他们回家的路上，我与他们交流与沟通，对他们有了更深入的了解，同时也加固了我们师生的友谊。他们都很了解父母、家人，热爱自己的家。每个人的心中都有自己的梦想，都希望学有所成，实现自己的梦，回报家人回报社会！同时，我学会了如何与他们沟通交流，要走进他们，我们要先打开我们的心扉，主动与他们交流沟通，作他们的导师与朋友，了解他们的心声，才能更好的引导他们。我永远不会忘记学生们与我一起为队员们采凉草的下午。

在护送学生回家及走访家长、村民的过程中，我深入了解到本村的医疗及卫生情况不容乐观。在本村中，垃圾成堆。走在路上还会担心被垃圾击中呢。许多孩子生病或受伤了，却没有人照顾。村里的医疗卫生站几乎是不营业的。看到这些，我的心很酸。

在参与生活组的工作中，我体验到了要很好地完成集体的伙食真的不容易，体会到生活不容易。我们调查组的工作能顺利进行也多亏有其他组的帮助与配合。信息组给我们的实践活动增添了许多乐趣及精彩。

经过这次社会实践活动，我各方面的能力都得到了锻炼，我对通讯也有了更深的了解，同时，我们干部之间的友谊也更

加深厚了。虽然其中难免会有一些心酸和泪水，但心酸的泪水换来我们真诚的友谊，值得！

暑期“三下乡”社会实践活动虽然结束了，但我的心却多了许多牵挂！永远为你们祝福！

暑期三下乡个人实践心得篇五

在今年暑假我的心情无疑是激动和兴奋的，我之前就听师兄师姐谈起过这个活动，一直记在心里，非常希望能亲自体验一次，而刚刚好会长给了我这样一个机会，我默默告诉自己要好好干，让这个暑假过得有意义。

今年的三下乡活动，我是报名做舞蹈老师，当时我带着三个问题去下乡，分别是“我能为当地群众留下什么？”“我能为这个团队留下什么？”以及“我能为自己留下什么？”。这三个问题深深烙印在我脑海里，每一天的活动过后，我都要问一问自己这三个问题。那么接下来，我就从内容、团队、个人三个方面谈谈自己的心得。

首先是内容。我们今年实践的地点白石镇东圳小学以及富林寨塘小学，由于实践的地点有两个，所以队伍被分成了两部分，种种原因我参加了由林德成带队的小组来到白石小学里开展活动。

从第一天的拘谨，不知所措，到慢慢融入学生当中，赢得他们的信任与喜爱，期间的过程艰辛曲折，也让我感触颇多。通过参与小朋友的日常生活，我懂得了一些对小朋友健康有益的习惯，在老师的帮助下，知道了一些跟小朋友交流的技巧，对之后工作的展开提供了不少便利。通过和老师沟通，以及协助义教组成员师兄上课，也了解了上课形式，需要考虑的事情等。而通过与小朋友一起游戏，做早操，唱歌等，了解了小孩子的兴趣爱好，以及一些简单的儿童心理，对于我对本专业的学习有一定帮助。在最后一天我们要离开的时候

候，孩子们都拼命朝我们挥着手，依依不舍地问我明天还来不来，感动之余，是一种莫名的满足感。这几天下来，收获最多的，其实是孩子们的热情以及天真灿烂的笑脸，他们永远不会吝啬他们的笑容，只要你给予他们足够多的关注和爱心，他们也会用真心来回报你。

接着是团队。这次三下乡的队伍总共有16人。其实一开始说了要分组，到真正开始工作的时候，组于组之间是没有界限的，往往是大家围在一起谈论或动手，效率很高，而且充满欢笑。遇到困难或者计划变动，也是一起想办法解决。在这样的团队里，我感觉到一种家的温暖。队伍里每个人都很优秀，都有自己的优点和长处。和这样的一群人一起工作，说实话，我感到很有压力。我能做点什么？我有没有做错什么？我常常担心这两个问题。到后来干脆不想了，就干吧，那里需要我就去哪里，能帮得上忙绝不推脱，即使只是帮别人提下袋子，装下水也可以。也许是这股干劲让我得到了队员的认同，让我工作起来更有热情。

每天晚上，我们都会开一个交流会，大家总结这一天的工作，分享自己的感受和经验。

从每一个成员的发言中，我总会得到许多有用的东西。还记得邱娣师姐说过，只有当你全情投入到一向工作中去的时候，你才有可能做好它。一个好的团队的组成，首先需要每一个成员的投入，我觉得我做到了，所以三下乡的每一天，我都过得非常充实。

最后是我自身的一些感悟。以前大家眼中的我是一个死板又不苟言笑的人。但通过这次三下乡活动，我发现自己还有这样不同的一面，原来我可以很幽默，原来我的肢体语言可以这样丰富，原来我也可以这样有亲和力。每一天总能发现自己的改变，这种感觉是从未有过的。都说人的潜能是被激发出来的，我从未像现在这样信过这句话。如果没有这次“三下乡”，也许我还是那个呆板的自己。

另一方面，"三下乡"也将我的缺点暴露出来，比如做事不够细心，不够稳重，说话不懂得拿捏分寸，口无遮拦等，在工作中给其他成员添了不少麻烦。在老师以及师兄师姐的善意提醒下，有了较大的进步，但今后在这方面还要继续加强。

想说的其实还有很多。老师的叮咛，队友的关怀，小朋友们的喜爱，这几天的感受更多的是无法用言语表达的，但它们确实深深地印刻在我的脑海里，难以磨灭。非常感谢组织为我提供这样的一个机会能够参与到"三下乡"社会实践活动中，学习到这么多在课堂上所无法学到的东西，让我的暑假过得有意义。今后，我也会带着饱满的热情和吃苦耐劳的精神，在我未来的道路上，迈步前进！

暑期三下乡个人实践心得篇六

今年暑假我有幸能够加入到三下乡的行列中，并分配到后勤组。我深深的知道后勤的重要性，我们不仅仅要给队员们做好后勤工作，对于我们自己来说也是受益匪浅。

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，“小老师们”抽课余时间准备教学内容并试讲，并他们尽量往“快乐中学习”的方向备课。队员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，而我选择了后勤，我们都知道后勤的工作很辛苦，要做好后勤前期工作，安排好日常的开支，负责队员的安全，妥善后勤后期工作等，但是我们都乐在其中。

来到恬神小学的第x天，全体队员都在打扫教室，腾出住宿的空间，我们把桌子拼在一起，铺凉席在上面，就能当作我们的床了。下乡的日子是艰苦的，但再苦再累我们队员都没喊累过！由于我们都不是雷州本地人，有些队员不懂雷州话，所

以下乡时，语言的沟通也是我们一大难题。我记得我x次去买菜，用普通话与卖菜的阿姨交流，简直就是牛头不对马嘴，还好我有带上会讲雷州话的队员，这样我才能顺利地买到我想要买的菜。那天晚上，我们后勤组员x次煮大锅饭，其实我们没有大的炊具，只能问校长和村民借，我们用了3、4个小时才做好饭菜，岂一个愁字了得？不过，慢慢的安排我们的工作，我们的工作上了轨道，不再像以前那么困窘了。下乡的活动每天在有序地进行，我们后勤组每天都在总结经验中获得进步，顺利完成后勤的任务。17号晚，是我们下乡的x后一天，我们与小学生共同举行了“心手相连”的文艺晚会。我们文艺晚会在得到各方面的支持下演出与及圆满地成功。

三下乡活动欢笑、努力与汗水，都历历在目。20xx年暑假“三下乡”社会实践活动给予了我人生一片灿烂的回忆。想起那个x次，x次大家吃大锅饭，虽然有时炒得不是很好吃，但都是劳动成果，所以吃起来也很好味道。x次十几个人一起在教室里睡觉，那个滋味那种感觉，至今都难忘记。三下乡，让我的大学生生活增加了不同的色彩，也得到了很大的锻炼，经受种种挫折，也让我明白了一个道理：“不见风雨，怎么见彩虹”七天的下乡将是我人生的一个回忆。

暑期三下乡个人实践心得篇七

往年的暑假都是从炎炎烈日开始，今年暑假却是以瓢泼大雨为起点。与不同于以往的天气一样，在这个暑假，我也有了迥然不同的经历。作为x学院的一名学子，我很荣幸地能够参加今年学院重点队的暑期“三下乡”社会实践活动。这不仅仅是一次简单的下乡体验活动，更是一次能让我们全方位地接触社会、了解社会的机会，同时为我们锻炼自身和培养适应社会的能力提供了条件。今年夏天，能够成为理学院晨曦志愿服务队的一员，参与实践活动的每一个细节，和其余12名小伙伴一起相互扶持，互助互爱，完成这次暑期“三下乡”社会实践活动的各项任务，于我而言是一次难得的机会。

和体验，是我收获的巨大财富。

此次社会实践活动虽然时间不长，仅仅三天，但一路走来，我们却是受益良多。活动的开始也许不太美好，倾盆而下的暴雨让我们的头发、衣服、行李和物资都淋了个透，学院党委副书记贾群燕老师、辅导员周伟和薛洋老师与我们一起冒雨乘车赶往实践地——兴国县东村乡春江村，有了他们的指导和关怀，一路上虽然大雨倾泻，还伴着丝丝凉意，却多了许多暖心的欢声笑语。尽管开局如此艰难，但在春江村的日子里，队员们一起工作，一起学习，一起解决遇到的问题和困难，互帮互助，共同圆满的完成了理论政策宣讲、关爱留守儿童、慰问烈士家属、看望孤寡老人以各类调研等各项任务。实践过程中，虽然有时候也会意见不统一发生争执，但作为一个团队，我们都在尽最大努力的相处磨合，吸收每个有用的意见，寻找最合适的解决方案，在这一过程中，所有队员都逐渐体会到团队的力量，也渐渐学会了包容和体谅。

我们在活动中欢笑，在活动中感悟，在活动中收获。美好的日子总是很短暂，三天的时间一晃而过，但我认为此次社会实践活动并未结束，回到学校后我们有着同样重要的工作，那便是将这些欢笑、感悟都记录下来，分享给学院的其他同学，也分享给未来的自己。此次社会实践中，我和另外的1名队友负责新闻撰写整理工作，在工作之余，我开始梳理自己的思路，我发现在这一路的经历后，我确实成长了许多，也得到了许多意想不到的收获。

在此次社会实践活动中，我被分配到了宣传组，主要负责新闻稿件的撰写整理和照片收集工作。白天和队员们一起组织开展活动，晚上回到住宿点后，和队友一起通过各种方式与学院分团委书记x老师对稿件的选题、写作内容进行沟通交流，直至深夜才拖着疲惫的身子上床睡觉。在这三天里，在x老师的指导下，我写的稿件数量甚至超过了以前好几个月所写的稿件数量总和，我感受到自身的写作能力也得到了一定的锻炼，学到了不少稿件写作的技巧，同时我的写作能力也得到

了进一步提高。

x志愿服务队由13名队员组成，队员一起携手为前期的策划开动脑筋；一起在遇到下雨无法进行活动的困境时协力商量解决；一起为孤寡老人和留守儿童送去物资和祝福；一起为烈士陵园拔草整理；一起被英烈们的故事震撼感动……太多的一起，一起将我们这13名来自不同地方、不同专业的青年紧密的联系起来，从陌生到渐渐熟悉，从熟悉到把自己放心交给队友。在经历了整个过程后，我们这支队伍已经由最初的、没有包含太多深意的队伍，变成了一支饱含着信任和扶持、有着坚定友谊的活力无限的团队。在我放心的将所有事物交给队友安排的那一刻起，我就深深明白，团队的力量是多么的重要，只要我们13个队友一起，同心协力，没有什么解决不了，没有什么不能完成。

当不少同学都纷纷回到家中，和家人团聚和朋友逛街时，我们在村民家中调研走访，在大街小巷分发理论宣传单，我切身体会到了劳动的艰辛。我们睡在陈旧的乡村小学宿舍里，没有水，没有网络，连洗脸刷牙都有困难，白天走街串巷开展各类活动，夜晚着手总结工作，躺在陌生的床板上直至深夜才能入睡；我们一次次和当地乡镇工作人员交流协商、一次次向村民询问调研，也曾一次次被拒绝……我们都明白了，磨砺才能够让人真正成长。这次活动让我们懂得从不同的角度来看待解决问题；让我们懂得了学会珍惜父母给我们带来的优越生活、珍惜老师对我们全无保留的谆谆教导；让我们得到了锻炼，增长了才干；让我们真正的深入社会、了解社会；也让我们懂得了从现在开始要好好锻炼，今后离开了学校，要能够更加从容地面对社会的雨雪风霜。

我们13名队员都是幸运的，因为我们得到了这个难得的机会，使我们的精神和意志得以历练。我坚信，意气风发的我们，在经历了这个夏天学院重点队的社会实践活动洗礼后，一心向着圣贤书的同时，也不会忘了解耳边的窗外事，我们能够以坚定的意志和向上的品格保证，在走出象牙塔踏上社会后，

我们也依旧能够永葆在校园中的品质和意气，彰显属于xx学子的风采。

暑期三下乡个人实践心得篇八

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，我的收获不仅仅是调查到的资料，更多的是心灵上的感悟。

本次下乡的首个目的地是高州市香蕉大镇——曹江镇，那里盛产香蕉和淮山，是以农业为主的一个城镇。在去那里的道路上，已经可以看到公路两旁那连绵的香蕉林，还有那些辛勤劳作的农民。到了目的地，接待我们的是镇政府的主任，本以为政府的主任应该是很严肃的，见面后出乎意料的亲切，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。

本次下乡开展的活动包括了探访乡村、摆咨询点、派发新种子、开设见面会和为当地农民放农业技术的相关影片，通过这一个个的活动，让我们更加深入的了解了当地的文化，也给予我们机会把我们所学到的知识教给他们。通过走访乡村，派发相关资料，我们真正的走进了农村，也了解了农村。

每个活动都让我有所感悟，其中，感受最深的，是与农民的见面会。我负责见面会的演讲工作，为了把这件工作做好，事前也做了精心的准备，考虑到当地以种植香蕉为主，所以我所准备的资料也是以香蕉为主，辅以淮山和我校的三个水稻新品种的相关资料。那天下午，或许是通知方面出了点误会，预计有30位农民参加见面会的，结果只有6位，我也从坐在主席台上演讲变成了和农民们坐在一起，进行了面对面的交流。塞翁失马焉知非福，人数虽然比预计的少，不过坐到

台下，和他们面对面的交流，反正更深入的了解到他们真实的情况。通过交谈，发现了农村经济的不少问题，特别是农产品收购价问题，还有有机肥和农药的虚假问题，了解到这些，对于我们反馈给当地政府起到了一定的作用，同时，我也发现在栽培技术上的一些问题，有些简单的防病虫害方法，事半功倍，但当地农民却认为有点麻烦而放弃使用，了解到这些后，我尽力的去介绍一些防治方法给他们，同时强调虽然有点麻烦，不过效果显著，希望他们可以接受。会后，有一位农民邀请我有时间去他家做客，听到这话，我知道我的付出是有成果的。

本次三下乡分为两部分，前半部分是在曹江，而后半部分是在高州市的大镇——根子镇。很多人都有一个体会，就是说到高州市里面的镇，一般都会认识根子镇，因为它确实是高州市里面的一个大镇，我们首先去到的是根子镇的车站，一下子就已经可以看到当地的繁荣，该镇盛产荔枝和龙眼，有荔枝之乡之称。或许根本就不需要刻意的去了解当地的荔枝和龙眼的普遍程度，因为在街上荔枝树和龙眼树随处可见。

在根子镇开展的活动和在曹江镇的相差较大，在曹江镇，我们所负责的是农业调查和农业知识的宣传，而在根子镇，我们是负责一个国土资源保护意识的宣传，主要是通过走访乡村派发调查问卷、开设讲座和开展文艺汇演达到宣传的目的。

开展工作的第一天，走访农村调查，发现农民对于国土资源的知识了解不够全面，甚至是缺乏，因为对于问卷的内容，有很多都是不知道，以前没有了解过，这无疑是一个消息传播不够快不够全面的问题了。

在根子镇工作的重点项目是文艺汇演，过半的时间都放在了排练方面，特别是唱歌和走秀方面，我简直就没有想过会参加这方面的活动，在排练的过程中，感觉人生又多了一份精彩。正式表演的那天，虽然算不上人山人海，不过也受到了当地不少群众的欢迎，炎炎的夏日，我们都是尽力的演出，

尽可能的把最好的表演带给他们。表演后的摊位活动，简直把气氛推到最高潮，当地的小孩子非常的踊跃，最后我们把我们自己的一些东西也当作礼品赠送给他们，根子镇的中心顿时成为了最热闹的舞台。

三下乡活动圆满的结束，我们从农村再度回归到大城市，看着大城市的繁华，农村带给我们的是另一种感受，而这种感受已经深深的留在我们每个队员的心里。

去年的三下乡还在脑海中，今年的三下乡又来到了！时间飞逝，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。时间共8天。

这次的活动思想：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，用爱心撒播文明。

活动内容：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；文明礼仪志愿者培训活动8天的时间说起来是不常，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，对什么事都特别的敏感！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，大部分是文明修身学校的学员。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，有事大家一起商量，

没有一个会特别爱出风头，能力上都是相等的，必需要一起合作才能完成活动。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，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，我认为是成功的。“成功”：不是说活动开展的怎么怎么好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、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，可以加点分数。我认为参加三下乡为的不是别的，为的就是以后可以更快的适应这个社会，所以我们这个团队更注重个人能力的提高，在这几天能学多少就学多少，自己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己三下乡是白去的，只要自己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，浪费了那么多的时间啊！！

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

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满的。

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。但自己当了这队长之后，不论什么事情自己都得出面，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，只有自己去问啊，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，活动开展的顺利，同学们也就都有了信心。

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。

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！！

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，在活动中可以会有许多的机会，而这机会也是自己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，一个开心的心情，对突发的事件能够保持冷静，以平常心来对待！

队员之间能够保持良好的联系，外出事先报队长得到批准。每天记日记，记录好当天的生活点滴，每2~3日进行工作小结。这对自己的以后回忆会是一个很好的见证。同时也是好文章的出处。

不要为了个人的小目的而浪费了许多学习的时间，现在拿到的奖项在多，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，我也同样希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。

我的世界因为有了三下乡，从此不再单调；我的生活因为有了三下乡，从此不再黑白；我的梦想因为有了三下乡，从此不再模糊。

因为在六年前那个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。

暑期三下乡个人实践心得篇九

今天是7月15日，下乡的第七天。我们一大早带上照相设备沿街串户，开展今天的“爱心义拍”活动，帮留守儿童和孤寡老人拍照，寄给他们在外务工的亲人们，有很多留守儿童绽开他们的笑容，用相机记录下他们纯真的笑脸。

据我们调查了解，村里的很多年轻人都外出务工，本地没有合适的工作，也没创业的想法，因此外出务工是他们最好的选择。但这样导致小孩就跟老人生活在一起。而这些留守儿童普遍处于“三缺”状态：生活上缺人照顾，行为上缺人引导，学业上缺人帮助。这些可怜的孩子，他们的父母为了节俭，

一年只能回家一、两次，平日里，他们在梦中想念着远方的亲人，一提起父母就眼泪汪汪。

当我们去给孩子们拍照时，有一位小女孩令我印象深刻，我们说：小妹妹，给你拍张照寄给爸爸妈妈好嘛？她很是腼腆的靠着墙，面对不是很熟悉的我们，她表现出淳朴怕生的样子，但或许是对父母的思念，想让爸爸妈妈看到他们不在这的那些日子她的变化，站好姿势，脸上慢慢绽放花一般的笑容。

花朵的成长离不开甘甜的雨露和温暖的阳光，留守在我们周围的小朋友更需要全社会的关心和帮助。我们呼吁大家，请敞开温暖的胸怀，伸出热情的双手，去拥抱留守儿童。

暑期三下乡个人实践心得篇十

时间如白驹过隙，短短3天的社会实践已悄然结束。今年的社会实践地点定为晋中市和顺县李阳镇榆圪塔村，它是我国重点扶贫对象。对于我来说，这期间有着太多的感受。我想，这是一个不断积累和收获过程。

我对这次“三下乡”社会实践充满了期待。7月14日早晨7点钟，我们一行15人齐聚学校门口，在带队老师的领导下，我们踏上了暑期社会实践的路途。

长达四个小时的车程的确很熬人，我们到达榆圪塔村就已下午两点多了，当时的第一感觉就是这里环境很美，绿柳成荫，蜻蜓环绕。在这里，我们受到了当地的村民的热情接待，他们鼓励我们当代大学生一定要努力学习，认真工作，同时他们表示会尽全力帮助我们本次的社会实践活动。

在片刻休息后，我们在村书记的带领下，召开了座谈会，从这次座谈会中，让我了解到了榆圪塔村的发展变迁，我相信在山西省财政厅的帮扶下，榆圪塔村的明天会越来越好！

7月15日早上，我们一行人早早起来，去参观了村里的自来水厂，同时我们还走访了村里的贫困户家庭，送上了我们最真挚的祝福，当我们看到他们对美好生活的努力，我们受到深深的感染。我想，生活就是要这样永远坚强地走下去。

通过学习，首先我明白了每一名积极入党的同志首先要从思想上入党，要明确自己的入党动机，不能随波逐流，也不能滥竽充数。要从思想上树立无产阶级世界观、人生观、价值观，树立全心全意为人民服务的信念，不惜牺牲一切，为实现共产主义而奋斗终生，并在实际行动中表现出来。正确的入党动机形成的背后有伟大的理想信念和正确的世界观、人生观、价值观来支撑。只有确立献身于共产主义事业，全心全意为人民服务的入党动机，才能在任何时候、任何场合经受住党组织的各种考验。

社会实践接近尾声，但这段记忆，我一定会永远记住。我想，这段时间里所学到的知识，我一定会受益终身！

其实，在这次“三下乡”实践活动中，我最想说的就是感谢。感谢队友，在我遇到困难时默默的支持着；感谢老师，一直在我们身边无微不至的关心着；更感谢学校，给我这次机会，让我更进一步的完善自我！

暑期三下乡个人实践心得篇十一

7月11日至12日，重庆科技学院“三下乡”社会实践活动团的18名志愿者，来到了南岸区迎龙小学，与留守儿童们同吃同住，开展“1+1”结对子志愿服务活动。记者在采访中了解到，大学生志愿者为孩子们准备了包饺子比赛、爱国主义电影放映、心理趣味运动会、文艺汇演等各种有趣的活动，还引导孩子们“尽孝道，行孝礼”，给长辈洗脚捶背，给父母写信等。“孩子们的父母长期不在身边，希望我们的陪伴能给他们一些安慰。”志愿者宋昊炜告诉记者，这也是他第二年到这里参加活动。据悉，暑期“三下乡”活动是为了引导

青年学生在暑期中深入社会、了解社会，在接受锻炼的过程中培育和践行社会主义核心价值观。自2014年重庆科技学院的志愿者正式加入南岸区志愿者队伍后，这样的服务就一直常态开展。

暑期三下乡个人实践心得篇十二

社会实践即假期实习或是在校外实习。对于在校大学生具有加深对本专业的了解、确认适合的职业、为向职场过渡做准备、增强就业竞争优势等多方面意义。下面小编为大家分享一些关于大学暑假三下乡社会实践心得体会，希望大家认真阅读！

利用暑假期间通过各位成员调查和学校帮助甘愿到田间地头向农民推广在校学习的先进农学技术，该团队走在让老百姓在田间劳作上多一份技艺，少一份不甘；多一份收获，少一份失望。

这一个假期，农技推广团队奔波在不同战线，果园，枣林，玉米地都能看到他们的身影，就连在之下没有的农设单位也都有他们的足迹。该团队利用团队合作的方式以口述和纸上材料的形成向农民传递先进农药技术。别看这个团队的成员还是一群毛头小子，他们本事可不小。未来的农业，少不了新技术的推广和应用，必还会摆脱当前这种死种地的现状，让更多的农民有更好的技艺，推向全国，会让全国的农业有长足的发展。

团队选择的实践地点是滨州沾化区，这里主要是冬枣种植区，几乎每家农户都有着5至10亩的枣树，除了枣树，这里的玉米、棉花、苹果也是很多的。我们团队借助于巴斯夫中国有限公司在这里进行了实践。

刚开始实践，我们面临着严重的干旱天气，农民刚种上的玉

米，有的刚刚出苗，有的还在地里没有发芽，这里又是缺水的地方，灌溉很不方便。如果这样下去农民一年的收成就会烟消云散。就因为炎热的干旱天气，农民心里有些害怕，他们怕都已经这样子了，如果继续投资下去，万一秋收收不到粮食怎么办？所以他们有的农户就放之不管。看到这种情况，我们就团队成员很是着急，不能让农民就这样放弃了。所以我们就去村里开导农民，让他们该给玉米怎么打药就怎么打药。为了节约成本，我们给农民推荐了一种现代灌溉工具——微喷。微喷就是喷水管带上面有无数个小孔，通上水源，水就会均匀的喷洒在地里，很是省力。农民也很快接受了这种灌溉工具，开始浇地。大家都知道，玉米地里除了虫害严重外，杂草也是非常痛心疾首的一件事情。现在虽然有的农民在玉米出苗前就喷上了除草剂，可是草有了抗性，喷洒这种药几乎不管用。等到玉米出来了，草叶很多，这使土壤的肥力大大减弱。针对这种情况，我们引进了一种巴斯夫公司的苗后除草剂，这种除草剂就是在玉米已经出来的同时喷在上面，杂草死了，玉米完好无损。一开始农民根本不信，哪会有这种神奇的农药，喷在上面玉米不死杂草死，所以他们不接受。我们团队成员就每个村找了一家示范户，让农民看到效果说话。喷药后三天，地里的杂草出现了白化症状，玉米完好无损。农民伸出了大拇指，也逐渐接受。

八月下旬，降水量开始增加，玉米得到了充足的水分，涨势开始变得日益好转。为了弥补玉米前期造成的缺憾，我们给农民推荐了一种玉米增产药，巴斯夫公司的欧帕，这种农药打上之后能使玉米得到充分的吸收，药效时间长。这种农药的主要作用有：

促进玉米根系增长，这样就会使玉米充分的吸收土壤肥料。茎秆粗壮，防止大风刮倒，有助于养分的运输。防止灰霉病、锈病等发生。增加千粒重，大大提高产量。增长授粉期，使玉米授粉充分。

八月底，春玉米到了丰收的季节，我们来到我们的实验田地，

看着我们细心管理了两个月的玉米终于大获丰收，玉米后期基本无病害，并且与普通田地相比更好，团队的每个成员脸上都露出了笑容，农民脸上也是露出了丰收的喜悦。我们开始测量我们团队管理的玉米地与平常管理的对照玉米的产量，互相比较优越点。

通过测量，我们团队管理的玉米每亩地增产二百多斤，成绩非常的令人欢喜。

由于今年的先旱后雨的情况，苹果前期的生长受到了很大的影响，并且由于这种天气，菌病也是比往年严重，主要是灰霉病，锈病等。我们团队成员走进苹果园，帮助农民解决问题。

我们团队成员主要针对今年先旱后雨的天气情况，与农民进行交流分析制定一定的计划，同时吸收了农民的一部分经验，在保证往年苹果坐果率的同时，我们采取一定的方法帮助农民进行管理。经过我们一个月的细心管理，苹果树上叶片和果实与前期出现了明显的不同，叶片由淡绿甚至干枯开始变得黑绿，果实膨大期果重增长明显，到了丰收的季节，平常的苹果已经开始落叶，我们管理的苹果叶片基本不落，这使苹果后期的养分得到充分的吸收，增加了苹果的糖分和产量。农民也是对我们伸出了大拇指。

冬枣是滨州沾化区的一大特产，这里大面积种植冬枣。几乎每家农户都种植者七八亩冬枣。所以冬枣也是我们团队的主要对象。

也是由于今年的天气情况，干旱天气突然降水量增加，使冬枣得病的几率很大很大，主要有红点病，黑皮病等，农民也是非常着急。有的拿着带病的冬枣来到植保站，着急忙慌的问应该怎么办？到底能不能根治？会不会快速传染？治好后会留下疤痕？我们团队成员与当地植保站工作人员一起研究这种病害造成的原因，应该用什么杀菌剂进行治疗以及治疗。

后来，我们又来到枣园研究。经过认真研究以及与专家讨论，我们给农民推荐了使用巴斯夫公司的凯润杀菌剂与咪鲜胺一起使用，或者直接用健达喷打，这样就会对红点病得到有效治疗。

农民在喷药后三天左右，红点病出现好转。

看到我们细心管理的冬枣长势那么好，我们的心情是那么的欣慰。可是，就在八月二十六号，一场冰雹突然袭来。这场冰雹，让我们前功尽弃，让农民伤心欲绝。冬枣受到了严重的破坏，大多数冬枣已经被冰雹打落在地上，极少数的留在树上，可是它们也被冰雹打上了伤痕，这使冬枣的产量大大降低，也失去了商品价值。

一场冰雹，让枣农一年的收入化为乌有，可是我们并不能灰心，我们要想办法保住树上的留住的果实，把受伤的冬枣能够治疗好，并不能让伤口感染发病。于是我们到农户家中拜访，鼓舞枣农的信心，让他们不要放弃，继续细心管理剩余的冬枣。枣农经过我们的谈话，开始振作起来。

实践感悟

通过这近两个月的实际体验，我们觉得在社会这个大群体里面，做任何的事情都是不容易的，而农民就更不容易，任何一点小的自然灾害就可能让他们这一年的收入化为乌有。无论是丰收还是歉收，他们必须接受，因为没有选择，他们也始终乐观着，就算失意，也要默默承受。我觉得我们应该利用我们所学的知识采取所有的办法为可敬的农民减轻一些负担，让他们在这个自然灾害横生的日子里多一份收入，脸上多一份笑容。我们不会忘记那一天的一场突如其来的冰雹，把满树的冬枣砸落掉地，也让树上的枣子伤痕累累，看到农民脸上的愁容，我们心里也五味杂陈，我们不会放弃采取方法帮他们把树上的枣子留下来，让他们把损失降到最低。

心系枣农，心系所有农民群众。我们知道现在我们做得还远远不够，但我们以后还会继续坚持下去，努力服务农民，把所学的东西运用到实际中去，不让他们融化在我们的脑海里。农民的现状并不是我们一时间就能摸索透的，全国的各个地域有不同的情况，我们还会利用这样的假期去了解不同地区农民的困难，用我们的智慧和才智以及团队的力量，帮助他们去化解不同的困难，用自己的价值为农民带来更好的收入，同时也让自己在多个层面上有一定的升华。

当然，“农技推广”团队走过了漫长战线，不能一一细说。当团队从农民的眼中看到了欣赏的眼光，从脸上看到了欣慰的笑容，他们就知道这个假期，他们有存在的意义。团队推广农业技艺，不仅是让农民受益，最大的还是他们自己，温习了一遍所学的本领，通过团队成员的交流增进了凝聚力，对知识有了更深层次的理解。所谓扎实，所谓坚韧，正是让他们所缺而又，农民又把这些年总结的经验传给这个团队，让他们获得了了了一笔财富。“农技推广”团队感谢有这次机会。

开心愉快的暑期已经结束了，广大学生告别社会实践单位回校上课，为这暑期三下乡社会实践活动作一总结，下面是小编为大家带来社会实践活动报告范文，大家阅读学习。

大学生暑期“三下乡”社会理论活动是高校人才培养目标的有效道路，是推进大先生“素质拓展方案”的重要举措。

我院今年的大先生社会理论活动，主题明显，内容丰厚，方式多样，成效明显。广大青年先生在为民效劳的活动中，不只进修、宣扬和理论了“三个代表”的重要思想，并以无私奉献的精神加强了同群众的紧密分离，得到了社会的广泛赞誉，而且在理论活动中拓展了本身的分析素质，增了学问，长了才干。

我院充分发挥科技文明优势，紧扣今年“三下乡”活动主题，

把进修、宣扬、理论“三个代表”，落实科学发展观作为重点，把文明科技卫生效劳作为拓展，组织了多个主力理论团，150名大先生青年志愿者以多层次的社会理论效劳活动，为乡村的两个文明建立展开了富饶成效的效劳活动。

1、大先生落实科学发展观，理论为民，身膺力行“三个代表”

为了更好地发挥党员大先生在进修、宣扬和理论“三个代表”重要思想示范作用的示范作用，根据学院的本身的特性，分离外地实际，我们党员大先生“三个代表”理论效劳团，采取活泼活泼的方式，向基层党员群众和广大群众宣讲“三个代表”的重要思想和科学发展观，宣扬党的道路方针政策。展开党的反动脚印寻访活动，指导我们的同窗在理论中理解党的光辉历史，承继党的优良保守。我们还为乡村基层群众和广大农民群众宣讲《地方一号文件》的精神、三农成绩以及可持续发展战略等方面的讲座，开辟乡村群众集体的视野，进步他们的学问政策程度。

2、回忆历史，重温白色典范

今年是建党八十四周年，我们经过走访老党员、调查、观赏、调查等多种方式，深化理解和大力宣扬建党八十三年特别变革关闭二十多年年来，我国社会主义建立获得的巨大成绩，正确认识国情、社情、民情，加深对邓小平理论、“三个代表”重要思想与理论相分离的理解，进一步发扬卖国主义精神，建立起传播科技、复兴中华的幻想。同时还积极地向广大群众群众宣扬我国的变革关闭经济建立已进入了攻坚阶段，进入了关键时期，必需保持不懈地高举邓小平理论巨大旗帜，全面贯彻党的“一个核心，两个根本点”的根本道路，认识稳定的社会次序在我国社会主义建立中的重要性。

3、奉献爱心，展开扶贫支教

我们一些队员下乡宣扬、招生；另一些留上去在安定中学出黑板报，写海报，贴招生简章，注册报名等。很快就有700多名同窗前来注册。我们开办了特征班和文明班。特征班分为舞蹈、书法、音乐、篮球、足球、武术等培训班；文明班分为：小学启蒙班，小学低年级、中年级、高年级辅导班、初一、初二、初三、高三等辅导班。在宣布《支教班纪律》之后，正式开课。在15天的工夫当中，合计上课1500多个课时。我们还为外地的学校捐赠了4000余册图书，支助了三名家庭贫困的孩子。

4、献学问聪慧，无偿为民维修电器

今年，我们组织了具有维修特长的大先生组成电器维修效劳队，分为外地群众展开无偿维修电器活支，在15地利间里，共为群众义务维修电视机、vcd机、电扇等大小电器100多台(件)。

5、挥洒勤劳汗水，送文明下乡

6、加强乡村品德和法制建立，送法下乡

针对山区的品德观念和法律知识淡薄的情况，为推进外地乡村的精神文明建立和法制建立，我们还发放了《公民品德建立施行大纲》、新《中华群众共和国婚姻法》、《中华群众共和国妇女权益保护法》、《中华群众共和国土地保护法》、《中华群众共和国环境保护法》、《中华群众共和国交通法》、《中华群众共和国民法》和关于禁止黄、赌、毒等为内容的宣扬材料3000多份。

7、关心“三农”，送科技下乡

我们还为外地的农民群众送去了科技学问，在老村长的指导下，我们组织了两次农技学问培训和宣扬活动，放映了相关安全使用农药、蔬菜栽培等科学农技学问的光碟，在农民遇

到疑问成绩的地方，我总适时的为他们讲解，使他们获得更多的农技学问。与此同时，我们发放了农技学问、法律学问、家庭教育学问、卫生学问、防治疾病学问等十余种宣扬材料合计4000多份，使农民朋友们收益匪浅。

1、进步了广大同窗和外地群众对“三个代表”重要思想的认识。

经过文明、科技、卫生“三下乡”社会理论效劳活动，参与社会理论的同窗们认识到“中国共产党始终代表中国保守消费力的发展请求：始终代表中国保守文明的行进方向，始终代表中国最广大群众群众的根本利益”的重要思想。不只需求中国共产党人率先垂范，还需求千百万掌握保守科学文明学问的学问分子身膺力行和不懈努力。大先生是党和国度培养的社会主义事业的建立者和接班人，也是忠诚理论“三个代表”的生力军。理论“三个代表”既是党的教育方针的请求，更是大先生本身生长、生长的需求。同时，经过大先生广泛的宣扬和效劳活动，外地群众对“三个代表”重要思想也有了进一步的认识和进步。

2、理解了省情、民情及社会发展情况，明白了努力方向。

广大同窗经过理论，经过本人的调查理解、耳濡目染，特别是与广大农民、工人的接触中，理解我省的过来，理解了我省经济发展的进程，深深明白了我省经济之所以能够发展，我们今天之所以能够充裕，其源泉就在于党的正确指导，社会主义的正确道路，邓小平的正确理论和“三个代表”重要思想的指导。作为当代大先生只有坚定对马克思主义的信奉，对建立有中国特征社会主义的信念，对变革关闭和古代化建立的决心，对党和政府的怀疑，振奋精神，勤奋进修，开辟进取，努力把本人培养成为“四有”人才，才干不孤负党和群众的期望，不孤负时期的请求。

3、加强了社会义务感和历史任务感，进一步巩固了专业思想。

同窗们切身感遭到广大农民急迫需求最根本的科技文明学问，从而进一步加深了对展开文明科技卫生“三下乡”活动严重意义的认识。

同窗们以为科学技术是第一消费力，但这个进程的转换，离不开人才，而人才要靠教师来培养，作为师范生，该当坚定本人的专业思想，认真学好专业根本学问，经过培养有幻想、有品德、有文明、有纪律的一代新人来推进乡村尽快脱贫致富奔小康。消弭地域差别、走单独充裕的道路是新一代大先生义不容辞的义务。

大家经过理论还以为，一个地方能不能尽快脱贫致富，除了党的政策好以外，还要有一种好的风气，有一个作风正派，能率领群众艰苦创业、无私奉献的好带头人。

4、磨练了意志，奉献了爱心，培养了理论联络实际的优良学风。

义务和任务不只使大先生们忍耐了从未有过的困苦，迸发出从未有过的热情，而且使他们在无私奉献学问和爱的进程中体验到一种从未有过的幸运感和成绩感，大先生走进田间村头展开科技文明活动，使科技认识不得人心，街头村尾，大先生们无私奉献的精神对乡村社会主义精神文明建立起到了一定的推进作用。

5、效劳报答了社会，完成了大先生本身的价值

经过展开“三个代表”理论宣扬和理论效劳、扶贫支教、电器维修、文艺上演、法律及农技学问征询宣扬等多种方式的活动，为外地群众传播了文明学问和致富技术，宣扬了国策，办了实事，丰厚了文明生活，在一定程度上为推进外地经济、政治、文明、卫生、教育的发展产生了积极的作用遭到了外地政府和群众的赞誉。并且广大先生在用学问和智慧报答社会和群众的同时，本身的价值得到了表现，反“完成本

身价值同效劳祖国群众”有机地统一同来。

6、拓展了大先生本身的分析素质，锻炼了先生群众队伍

在乡村展开“三下乡”社会理论活动，其任务和生活环境是很艰苦的，蚊虫的叮咬、日晒雨淋、消费劳动、沉重的设备运送和装卸，再加上生活不习气，对每一个同窗来说都是一次不小的考验。同时，各项活动的组织、预备和展开以及生活上的衣、食、住行自理，不只使先生磨练了意志，培养和加强了奉献精神，而且进步了组织、管理、协调及分析、处理成绩的能力。此外，经过与社会的广泛接触和交换，宽阔了视野，增加了学问。

7、进一步明白了向群众群众进修、走与工农相分离的成材之路。

参与理论团的同窗，在写给院团委的心得领会中，有近许多的同窗直接或间接地谈到向工农群众进修成绩。这些同窗以为社会理论活动在新的历史时期从内容到方式虽然发作了较大变化，具有新的特性，但它的向广大群众群众进修的根本主旨不能变。

2、细心设想方案，认真组织施行，是本次社会理论获得成功的关键

为设想好今年暑期社会理论的方案，我们做了大量的深化细致的调查、研究任务。首先，根据学院党委的请求和上级的指示精神，我们决议走进国度重点工程，在地点肯定之后，院团委还特地派了两名团干深化各理论地进行了实。按照“按需设项，据项组团，双向受害”的原则，肯定落实社会理论活动的内容。设想大先生落实科学发展观理论效劳、党员大先生“三个代表”理论宣扬和理论效劳、扶贫支教、电器维修、文艺上演、法律和农技学问征询及宣扬、重走长征路等活动项目。在方案制定之后，组织施行就是关键。我

们从人员的选拔，出发前的各项任务预备，到理论地的具体施行，都施行合作担任，层层落实各项任务成功进行。

3、社会理论活动是拓展大先生素质的有效方式和渠道

在理论中经过展开各种方式效劳活动，广大先生磨练了意志，锻炼了能力，增加了学问并把努力“保持进修书本学问与投身社会理论”、“保持完成本身价值与效劳祖国群众”较好地统一了起来，有效的进步了大先生的分析素质。为他们将来走上社会，参与“四化”建立打下了一个优良的基矗。

我院组织大先生深化乡村、乡镇展开“三下乡”活动已经许多年了，一方面，外地群众在大先生送文明、送科技、送卫生“三下乡”活动中等到了实实在在的实惠；另一方面，经过“三下乡”这种易于承受的方式，老百姓直接或间接并不同程度地理解了国度的方针、政策和当前的情势。因而，这几年来，不管在哪里，我们的大先生“三下乡”社会理论活动都遭到了外地人们的热烈欢送和广泛赞誉。

社会理论是艰苦的，但收获是巨大的。让我们一同来听听参与社会理论的同窗们的描述吧：

社会理论是一种动力。看到在土地上耕种的农民，在工地上挥汗的工人，在边防上保卫的兵士，我明白了书桌的分量，一种激烈的义务感情不自禁，是群众哺育了我，培养了我，给了我学问和一切。作为一名大先生，在祖国需求的时分，我会无条件地把所学的学问和一切奉献给祖国和群众。

社会理论是体味人生的“百味筒。”要想体味一下生活的悲欢离合咸，那就请你本人参与一次理论效劳吧，我保证你一定会不枉此行，个中味道只有亲身参与才干领会的到。

社会理论是考证明力的“试金石”。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到本身学问的欠缺，能力的有限。任

何理论学问只有与理论亲密分离，才干真正发挥它的价值。行不行，理论中看！

“纸上得来终觉浅，投身理论觅真知”。我们欣喜地看到，经过社会理论的磨练，同窗们变得愈加幼稚、愈加自傲，校园里四处洋溢着兴旺向上的优良氛围。我们有理由相信，当代青年大先生有实力承当的起将来建立国度的重担，追求进步，吃苦求知，勤于理论，全面成才必将成为广大青年先生的单独心声和举动！

暑期三下乡个人实践心得篇十三

我们是西华大学管理学院赴望从祠小分队，我们出发啦！“伴着响亮的口号，迎着晨曦的光芒，我们踏上前往郫县望从祠的道路。经过三天的活动，我收获颇多，感触颇深，不仅让我对”三下乡“有了更深的了解，也让我学到了许多课本以外的知识。

当我们到达望从祠是，大片郁郁葱葱的树林打破了初夏的喧嚣，微风吹拂下的枝干似乎在和我们友好地打着招呼。”接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红“荷塘里莲花正娇艳绽放，水波泛起涟漪。望从祠公园每天都会迎接许多游人，大概是因为它深厚的文化底蕴和清风雅静的`自然环境，格外受到小朋友和老年人的青睐。在工作人员的讲解下，我们了解到望从祠历来是蜀中风水之一，据说立碑的初衷就是为了化解风水。望帝杜宇、从帝开明是先后创业，开发蜀地的两位著名古蜀国皇帝。杜宇发展农业，开明平治水患，为蜀地荣获”天赋“美名打下了深厚的基础，受到蜀人世世代代的崇敬。今天的望从祠奉祀望帝、从帝，轮奂崇闳，岿然千载，便是最好的证明。

在祭拜过两帝，我们一起打扫了望从祠，还同打太极的婆婆们学习，修身养性，望从祠是个好去处。在望丛祠博物馆，

透过被历史刻上深深烙印的古文物，我仿佛回到过去，看见了这里曾经发生过的一切。而这里，只是中华灿烂文化的一个缩影。还有在荷花池旁遇见的叔叔，他给我们讲解了许多关于郟县的历史故事，从古至今，一个个历史片段川流不息地奔腾过我的脑海，映射出中华民族千年传承的文化传统，时时刻刻影响着后人。为先贤立起丰碑，酿造一段佳话，为自己树一个榜样，学习一代隽永。

通过这次实践活动，同拥有不同阅历的人交流，与传统文化近距离接触，只有了解过去，才能更好地塑造未来。我很高兴能参加本次”三下乡“活动，活动后的反思与感悟是我在这一人生阶段，无比宝贵的财富。

暑期三下乡个人实践心得篇十四

7月13日早上8点，我怀着无比激动的心情终于踏上了暑期三下乡的征程当中。此次三下乡我们去的是横县。我们一共31人，其中包括我们的带队老师陈其锋，其他30人为我院大一到大三各年级学生，男生18人女生12人。然而报名参加这次下乡的同学远不止30人，所以能被选上我特别开心，并且决定要出色的完成任务，绝不能辜负这一个重要的名额。

此次下乡，我们代表的不仅仅是我们化生学院，还代表了整个广西民族大学，最明显的是我们的衣服和帽子上写的就是广西民族大学三下乡志愿者。正是由于我们肩负着伟大的使命，我们学院非常重视此次活动，而我们下乡的每个人都非常的清楚意义的重大，绝不会显现出半点怠慢。特别是我们的带队老师和队长，一直都在和下乡目的地那边联系，从而把我们的行程安排的很紧凑和合理。并且在出发之前，队长也特意为我们请来了去年和前年的三下乡队长林志海师兄和樊少华师兄为我们开了下乡培训大会。两位师兄为我们作了明确的指示，也把经验授予了我们，并特别指出了我们应该注意的地方。经过这次培训，我学到了很多，对我产生很大鼓舞，使我对此次下乡之行更有信心。临走出发之

前，校领导和我们学院的领导老师为我们送行，特别嘱咐我们安全最重要，强调一定得平安归来。就算是冲着领导和老师这份关心，我们也决心很好的完成任务。

三天的时间很快就过去了，真的很不想离开横县，不想离开那里善良的人们，不想离开那飘着浓浓花香的茉莉花之乡。出发时我是上车就睡着了，但归来时我是一点睡意都没有，我两眼一直望着窗外，想看清这里的每一样东西，想记得这条通往茉莉花飘香的路。两个小时的车程很快就结束了，回到学校也不可能会忘记这次经历，我会把这次经历放进脑里，让它变成我永远的回忆。

回想起这三天的经过，我的感触也是很多。在横县三天，首先我们去看望了当地的五保户老人，为那里的老人送去了一份心意并帮他们住处做了打扫清洁；我们去了横州镇中心做了调查和宣传；去了清泉村体验摘茶的感觉并对当地茶农做了问卷调查；去了华夏茶厂了解制茶过程；最后我们去了西津电站参观。虽然和原先行程有点不同，但是总的来说我们还是过得比较充实的。这三天和横县人民的接触，感觉到那里的人特别热情与好客，虽然那里生活不算富裕，但感觉他们生活过得很开心。自从那里被评为茉莉花之乡后，那里的人对茉莉花感情更深了，茉莉花不仅给他们带来了美好生活，还给他们带去了一份骄傲与自豪。记得当我问及横县被评为茉莉花之乡大家的想法是什么时，大家都觉得是自豪与开心。茉莉花知名度得到提升，产品质量也得到认可，当然使那里茉莉花市场变得更大，花农生活也会变得更好。

三下乡是大学生走出校园走进农村的很好的社会实践，参加三下乡的收获是巨大的。这里不仅仅可以体验集体生活的乐趣，也能考验大家团结合作的意识，还能收获到人生路上又一美好回忆，真的很适合我们参加。自己的'体会真的是要自己实践过了才会深刻，也许有些难以表达出来，但体会过了就够了。