# 2025年大学生下乡社会实践心得体会(模板14篇)

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2025-05-31

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**大学生下乡社会实践心得体会篇一**

屏山迢递，难阻我们充满激情的目光；屏海浩渺，不断我们火热的衷肠。一颗跳动红色温暖的火焰在燃烧，燃烧在这座具有文化底蕴的山城。让我们深切感受到了武夷人民勤劳，淳朴的火热情怀。美丽的武夷，大地绽开了灿烂的笑容，热情的武夷，山川展开了绚丽的风景。

20xx年xx月xx日我们的暑期社会实践团队结束了武夷之行，踏上归途。同一起前行的队友们一样，我也都还沉醉在武夷之恋中。这短暂的暑期社会实践之旅，在我们的大学生涯的画卷，渲染上亮丽的一抹朝霞。也借此建党90周年之际，让我们共同祝愿，伟大的祖国更富强，明天的武夷更美好。年轻的我们前程似锦，奔向属于我们的未来。

**大学生下乡社会实践心得体会篇二**

去，一组到涟水县的王嘴村，我是去下乡的.那一组。王嘴村是我们苏北先进典型，是社会主义新农村。那一排排的楼房让我深深的感受到了改革开放以来，农民的生活条件得到了极大的改善。这也充分体现了共产党的领导方针的正确性和先进性。

在村委会，我们聆听了王嘴村村支书王伟章的工作报告，他没上过多少学，但是他1994年开始领导王嘴村发家致富，并且很有先见的提出“建设社会主义新农村”的概念。他所付出的努力与汗水是难以想像的。在全村的楼房都建起来之后，这位村支书带头抽签，并且很不幸地抽到了一座处在低洼地方的楼房，但他毫无怨言。

我是本着学习的态度去的，那里的基层干部向我们展示他们的人生价值--学习、敬业、奉献。那里的农民让我感受到了劳动人民的朴实以及他们对知识的需求。他们可供我们学习的地方太多太多。

说起我们这些大学生，空有书本知识，到基层锻炼的机会是非常少的，但是基层的确可以锻炼人，能将人的优秀品质充分展现。基层是苦，条件是差，可谁都知道“梅花香自苦寒来”的道理，况且基层是那么需要那些有知识，有能力的大学生去贡献力量。我院还与王嘴村建立了长期的合作关系，把王嘴村作为我院大学生社会实践活动的基地。

能参加这次暑假“三下乡”社会实践活动，我深感荣幸。通过这次活动让我认识到：一个合格的大学生必须要有实践能力，基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，这样才能成为一名合格的大学生。

**大学生下乡社会实践心得体会篇三**

三下乡只有7天，但7天却带给我无穷的回忆。三下乡的7天，是我们收获成长，收获感动，收获友谊，收获喜悦的7天。

出征仪式上，看着写着“华南师范大学暑期社会实践队”的红旗在行政大楼前飘扬，我开始感受到我们艰巨的任务出现了，我们正要代表着华师踏上我们的征程。

作为一名支教队的队员，我接触的支教活动不少，对三下乡充满憧憬，当听说班里要组织三下乡社会实践活动就报了名，也没有想太多的结果，只想着把眼前的事做好就好。

出发那一天，是下着绵绵细雨的一天，我们下车所见到的那一幕是我们每一个人都不会忘记的：所有的学生衣着整齐地在学校等着我们。他们热情地帮我们搬行李上4、5楼，有的学生甚至跑了好几趟。搬完行李就在楼下的大厅整齐坐好等我们去开会。学生的热情给了我们很大的鼓励，我们充满信心：要给他们充实的7天！

7天的教学中我们体会到学生的活泼和聪明，也感受到学生的热情和好学。我们和他们打成一片，我们没有以师生相称，而是兄弟姐妹的关系，该上的课都认真上，该玩的时候放开玩。我们知道，7天要提要一个科目的成绩是不可能的，但我们给他们带去的是学习的心态，学习的动机，学习的方法，也带给他们丰富的课余活动，带去欢乐。

7天中，我们整个团队给学生上的课很多，有语文、数学、英语等主课，有电脑硬件、软件等知识性课程，有感恩、礼仪等为人处世的方法，还有军体拳、集体舞、篮球等课余活动。作为我自己，是给学生上集体舞的.，也参与了感恩教育，学生的认真、配合、不怕苦不怕累深深得感动着我，特别是晚会那天，在太阳底下排练，大汗淋漓的学生们没有一个喊累，也没有一个掉队，有的只是要求再多练一遍。晚会的成功，学生们出了最大的力！

7天，我们和学生打成一片，而我们队员内部也培养了坚固的感情。

这7天的生活并没有想象的那么艰辛，我们的吃住条件都是很好的，学校提供了老师的宿舍给我们，也请了一位阿叔为我们做饭，还安排了值班的行政人员，为我们提供学校能提供的一切。我们的生活基本上是不用担忧的。但中间也有一点小插曲：缺水。缺水那几天，我们的队员冒风雨去村委会洗澡，接雨水洗漱，很是艰难的日子给了我们互相帮助和节约用水最大的启示。

这7天，我们有3名队员生病了，一名队员受伤了，她们都受到我们全队的悉心照顾，特别是我们的“沛叔”，更是无微不至地照顾到每一位队员。这7天，我们每一天都要一起开会，每天都要发现一天工作下来所出现的问题，一起想办法解决每一件事，也是这样7天，让我们成为相亲相爱的一家人，互相帮助，打闹，开玩笑，这些是其他的活动所不能得到的。

7天，我们不仅带给学生知识，也带给学生欢乐，我们自己也提高了师范技能，提高了解决问题的能力，更收获了一群朋友。这7天绝对是难忘的！

**大学生下乡社会实践心得体会篇四**

“美好的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味。”结束了xx学院暑期三下乡社会实践活动，我们反复回想，回眸来径，一页页翻开那一路上用满腔热情、欢歌笑语铺就的永远不会成为历史的点点滴滴，无一不值得我们去留恋和铭记的。

一分耕耘，一分收获。在这次为期六天的漫长而又短暂的社会实践活动中，我们流过了汗水，尝过了辛酸。但我们也深切体会到了那十村八寨的彝族孩子们带给我们的徐徐飞升、无穷无尽的欢笑以及对那些贫困的彝乡孩子溢满心扉的沉甸甸的同情和感动。

然而，印象最深刻的还是在布拖县的那些日子，我们的队伍虽然由于长途乘车，使得一个个面目憔悴、疲惫不堪。但是我们xx学院总队那一个个品学兼优、德才兼备的优秀志愿者们依然用一颗颗美丽诚恳的心灵、用一幅幅甜蜜动人的笑容来贴心关爱山上那些苦不堪言的彝族孩子，潜心教导山上对生活一片茫然的彝族同胞，为他们宣传禁毒防艾的知识信息，讲解建设社会主义和谐社会、社会主义新农村的科学、卫生、文化知识，讲得农民朋友喜洋洋、乐融融。最后还给那些彝族孩子们赠送文具盒、笔、书包等各种学习用具，和他们一起同歌共舞、玩弄游戏，玩得孩子们笑颜横生、神魂跌倒。遥遥的站立在那一方与天空相距不远了的只有土豆、燕麦和荞麦的彝家山寨，看志愿者们和彝族孩子们的欢声笑语，我仿佛看到了彩虹的脚印就在我们的不远处缕缕生香。这一刻，我目睹到的不是我时常听来刺耳、看来心伤的那些强者对弱者的无限欺凌和富者对穷者的无尽的指责、歧视和排斥，而是一概地对那些贫穷落后的彝族孩子们以亲切的交流问候，殷切的教导指明和无边无际的深沉的关爱与呵护。

我常常这样想，要是我身边那些一个个光坐着指责和讥笑我们少数民族和农民的人都把他那指责和讥笑的言辞转化为无限的关爱、呵护和帮扶，那就好的无与伦比了。

彝族是一个有着古老文化和悠久历史的优秀民族，同时也是一个受奴隶社会束缚最长久的民族之一。彝民族的社会发展从奴隶社会直接过渡到社会主义社会，一步跨千年。所以在我看来，彝族同胞的很多坏俗、陋习以及他们对未来生活追求的茫然与无知，都是值得我们理解和同情的。然而我们的志愿者服务队也深深的去理解和同情山上的彝族农民并诚诚恳恳的向彝族农民和学生问寒问暖，从另一个角度来看，我们的志愿者服务队是根本性的服务了彝乡，服务了社会主义和谐社会，服务了新农村建设的，尤其在民族团结、共同富裕的理念上做出了突出贡献。

到7月14日那天，xx学院的各级领导和老师也在夏院长的牵头之下来到了布拖县，他们一一为彝乡的孩子们献爱心，送祝福，他们满怀激情的关爱我们的彝族孩子，他们满怀期望的开导我们彝民族的未来发展。此时此刻，我不再想用一个平凡的志愿者的身份去接受山上那些彝族农民朋友的感恩，而是想用一颗烙上彝族印的赤子之心去和布拖的彝族父老乡亲一起手牵手、心连心，携手同心，共同感激夏院长等xx学院的\'各位领导和老师以及他们倡导之下的xx学院大学生暑期三下乡社会实践志愿者服务队，就让我们用最真的心唱一首酒歌献给你们吧：

春风送君来山寨

彝家儿女心欢畅

手捧美酒敬宾朋

喝下这杯是一家

一杯敬你是问候

家人是否都安康

二杯敬你是

一顺百顺喜洋洋

人生有缘来相聚

千杯万盏情意长

瞬间美好是永远

酒香伴君到天涯

美丽的旋律在心中熊熊燃烧，跳动的音符在山里且走且远，谢谢你们带给彝寨、彝乡、彝人的温馨的抚慰。相信有了你们的理解、同情、关爱、呵护、支持、鼓励和帮扶，我们的布拖县会早日告别毒品、告别艾滋、告别贫寒，走上繁荣富强的社会主义新农村的康庄大道，相信彝族农民会早日适应新世纪、适应新生活，会在新的环境中计生存、谋发展。虽然还只是一只稚嫩的小鸟，但透过他坚强的性格和强大的生命力，我们似乎看到了一只跃跃欲飞的山鹰。

多么希望这个崇尚鹰的民族能早一些挥动他那鹰的臂膀，飞出大山、飞向远方、飞向太阳。

这次的社会实践是我第一次参加学校组织的社会实践，这让我心潮澎湃，感慨甚多，所以我希望这只是我参加社会实践的一个开始，而不是结束，我也期待能有更多的实践机会，让我在实践中不断的完善自我，提高自我。虽然只有短短六天，但收获颇多，感慨万千，相信这是我在学校其他任何活动中都无法汲取和收获的一笔不小的财富，让我此生受益。

**大学生下乡社会实践心得体会篇五**

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。

初到浦席塘，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，感动之余不禁感概，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。

**大学生下乡社会实践心得体会篇六**

孔子说教学相长，可以说，老师既是教授者，也是学习者，大学生暑期三下乡社会实践活动。这次利用暑期到惠州三下乡，可以说是我们这些准老师给那里的农村学生带去了外面的世界，同时也让我学到了很多东西。

几千年前有个哲人说过凡事预则立，不预则废，当代也有人说成功倾向于有准备的大脑，我想，这确实是不无道理的。以前作为一名学生听课，无论是中小学还是大学课堂上，自己的总体感觉是许多老师上课重难点突出，条理清晰。但是没有想到台上三分钟，台下十年功，其实老师也是很认真地做好备课工作的。一趟三下乡之行，当自己作为一名准教师踏上讲台，我明显地感到了自己备课的不足，这不足来自于备课时间的不充分，也来自于本身知识储备的不充实。而且，选择的教学内容和教学方式应该更多地考虑学生的水平，这才利于教学达到预期的效果，这点说起来似乎挺容易，但要真正做到，不仅要有深厚的专业知识功底，也需要掌握一定的教学技巧和了解学生的心理。

我一直在想，怎么老师在上了一节课或几节课后基本上能够摸清学生的基本性格呢？三下乡以来，通过跟队友交流经验和去听他们上课，我发现，学生普遍反映上的好的课，老师的内容和问题的设计都很巧妙，而老师本人也能够很好地引导学生去思考。而老师则在课堂对学生的问答中对于他们的水平和性格有所了解。这又印证了教学设计和备课内容等方面课前准备工作是很重要的。了解学生，但怎么样根据学生的性格特点进行教学则又是一件很值得考究的事情了。

有种看法认为，老师与学生之间是平等的关系，两者之间最理想的关系是朋友般的。三下乡跟同学们十天的相处，我觉得师生之间在彼此信任的基础上确实能够建立友好的情谊，社学生们可爱、好学，同时支教队友间也会彼此交流学生的情况，因此我们能够及时了解学生的心态，相应作出改变，比如增加第二课堂的课时（如音乐欣赏课、心理测试课等等），努力使上课的内容做到趣味性和知识性的结合。我们给学生们带去了外面世界的精彩，学生也对我们的热情给予了回报，积极配合我们的教学和课外活动，也愿意跟我们反映他们的要求和建议。他们的合作给我们的工作提供了很大的帮助。十天虽然短暂，但彼此都付出了真诚和热情。

老师与学生打成一片，沟通感情十分重要，这也利于教学活动的开展，可是我发现由于老师的宽容和友好，有些同学会过于随便了，比如随便翻老师办公桌抽屉里的东西。其实他们未必认识到这是不对的，他们觉得反正跟老师们那么熟了翻翻桌子也没有关系。仗着跟个别老师聊得来，课上睡觉、课下找老师聊天的也有个别同学。我记得在大学上课时教师教育学老师说过，老师永远不可能跟学生平等，因为老师要有威严，不然镇不住学生。我想，老师所说的镇不一定就表示专制，可以民主，但要在学生的心中树立起一种不可侵犯的威严，才能在思想行为上对学生起到必要的约束，使学生建立起正确的人生观和价值观。

记得聊天时有学生说他们都很喜欢我们，喜欢我们教唱歌、搞知识竞赛、趣味运动会等等课堂和活动，这些激起了他们的学习兴趣，而他们平时学校正常上课都没有的。我想，很多老师听到学生这样的评价都会感到欣慰。

这趟三下乡之行，我们下乡的队友都认真热情付出了，尽可能把知识带来的乐趣和外面的精彩向他们呈现，激发他们的自信和对未来生活美好的展望；我们无法预知短短的十天能在那些孩子以后的人生道路带来多大的影响，但是可以肯定的是，对于老师和学生来说，经历过了，意义就不一样了。

**大学生下乡社会实践心得体会篇七**

印度有一句谚语是这么说的：“一切河流交汇处，都是神圣的。”人与人之间的交会，也绝非偶然。虽然我不知道是基于什么样的缘分而和他人相逢，但善待出现在我生命中每一个人，并且感谢这份缘分，我相信这就会是美好的开始。

“融融的夏天，灿烂的阳光，师院三下乡，飞扬青春风帆”。7月10号是我们“梦想的起点”——我们脸上绽放的美丽笑颜，我们身上散发出来的热烈期待，都是我们“展翅”飞向大化县的力量！青春活力的师院化生学院学子扬帆启航！

坐在车上的那刻起，我们一行人怀着无比激动的心情在路途中放声高歌，游戏着。车旅虽然是枯燥乏味的，也是疲倦的，但因为其间有队友们的“精彩文艺表演”以及我们之间的谈天说地，所以我们的旅程也不完全是灰色的。而当我终于到了大化县这一片蓝天下，踏上这一热土时，完全被它的自然气息所吸引——泥土的清香、空气的清新、天空的湛蓝都无疑是城市人所向往的。

早上7点起床，弄好一切。然后我们这一行人搬起桌子凳子就奔向当地文化广场，利用我们化生学院的专业知识对当地群众做一系列的揭穿伪科学、反迷信的化学实验。我们队员都很努力的去宣传这些相关知识，当地民众也饶有兴趣的观看我们的实验，也有一些群众主动参与进来，更加亲身体验到了化学的作用，科学的力量。

调研组的同学每天早早出发，顶着炎炎烈日去调研我们的课题。关于农村教育、网络、家电下乡的课题。他们身着橙色队服穿梭在大大小小的街道，小巷上，在当地形成了一道靓丽的风景线。有时为了调查的范围更广泛些，他们甚至步行2个小时到当地的农村去采访村民。每天都是这样，披星戴月的回来。很辛苦，但他们觉得值得。

我是教学组的一员，我们经过招收学生之后，我们在第二天就开始上课了，那些学生都很淳朴。从教室走回宿舍准备的路上，有个令我很深刻也感动的小插曲：几个迎面走来和踩着单车的学生们热情快乐地叫我们“老师好”！这些有着一张张可爱稚嫩的脸和一双双期待纯真的眼睛的学生们，在与我们这只“小火花队”的首次见面就非常快乐，也体会到当地人民的质朴热情。正所谓星星之火，可以燎原。小火花队虽小，但我们会是也能使传播火种的使者！我相信这绝对是一个新的很好的开始，也和学生们打从心底的期待接下来共度之日。

我们带着水果以及慰问品来到了敬老院，与老人共度一个愉快的周末。陪老人们聊天，听听老人们年轻时候的那些事儿。我们还给老人们表演了节目。有唱红军歌曲的，有打太极的，有打拳术的。老人们都乐开了怀，有一个爷爷还很大胆的给我们唱了几首红军歌曲呢，我们都很开心并且认真的聆听着，这是一个充满歌声与笑声的午后，我们从中收获了许多，感受到了许多。

在当地领导的带领下，我们参观了当地的经济企业和工厂。期间我们去了水泥厂，锰矿厂，水电厂参观，认真听着企业领导的介绍，并做好笔记。感叹于水电厂的规模，我们算是开了一回眼界，我们下到了红水河一下的一百米处，感觉很新鲜。同学们都很欢雀并且新奇的环视着周围的环境。当我们结束了参观之旅，我感觉到又上了一次生动的课程。这是在课堂上你绝对体会不到的。

在老师的带领下，我们一座三百多米的山做为我们的培训目标，我们24个人就这样冒着烈日在崎岖的山路上爬行着，由于我平常少锻炼的原因，慢慢的掉队了，但始终有个师弟在后面保护着，心里觉得特感谢。这就是团队精神吧，互相协助，互相帮助，互相鼓励着。

我们组织学生们一起开展了体育嘉年华活动，大家都玩得很开心。夹豆子、运水、运篮球等游戏给我们带来了很多欢声笑语。每个人都露出了最最轻松，最自然的笑容。笑声一直充满着整个游戏的过程，这搭到了我们的举办这次活动的目的，给学生们带来欢乐。

一样的地方，一样的人员，不一样的心情。当初见会的心态已然不同，一张张稚嫩的脸庞以及我们眼眶都充满着泪水，红红的鼻头、湿润的眼睛、抹泪的双手，都使得告别无限动人。

后来的“签名活动”也让我们的手麻掉，一句句祝福勉励的话语在一本本精美本子上面留下自己的足迹，寄托着一颗颗真诚的心。朋友们，请知道，无论天涯还是海角，我的祝福将追随永远！

下乡，为我建立了一个纯净的美好的精神小村落。在大化所有曾经发生过的都是珍贵的生命经验，所有我曾经经历过得每个片刻和场景都是只此一次的人生印象，是这些经验和印象促使我去思考存在的价值和感受朋友伙伴的幸福满盈之感。

**大学生下乡社会实践心得体会篇八**

三下乡结束了，我们带走了九天九夜的回忆离开了白沙小学，这个我们都曾经向往的地方。出发前，我们忙忙碌碌地准备了一大堆东西：教案、活动宣传资料、晚会节目······一边是忙碌的准备，一边却是无限的期待，想象我们近十天的“三下乡”实践活动会是怎么个样子，白沙村风土人情会是怎么样的，小朋友们会是怎么样的······在来到这里之前，看到队长来踩点时照的照片时，一个感觉就是学校很破烂，对于照片里的小朋友没有什么概念，可是，经过了和小朋友们近十天的交往再来看这些照片，唯一能够吸引我眼球的只会是小朋友们带着笑容的脸孔，看到每一张脸，就会回忆起他的名字，他的性格，我和他所发生的事，乐在其中。九天的时间对于漫漫人生来说十分短暂，可是，这能留给我的回忆却是十分多姿多彩。

可能是那么近十天的时间不至于让我们造成有日复一日的枯燥感吧，这样也挺不错的，给我们留下了的是无限的怀念而不是厌烦，是期待我们离开的日子不要那么快来而不是等待着离开的日子。

除了小朋友，我们还认识了三个好朋友。文锦、文鑫、伯乐，他们都是已经从白沙小学毕业的，但还是回来听我们讲课，由于年纪的原因吧，我们在几天内就和他们成为好朋友，无论是去做“食品安全与卫生宣传”，还是搞“告别晚会”，他们都尽心尽力地帮助我们，我们一起冒雨收拾东西，一起吃饭，一起玩，他们还给我们当向导。如果没有他们的帮忙，我们根本不可能如此顺利地在一个人生地不熟的地方做这么些事。认识他们是我这次活动最大的收获，相信我和他们这几天结起来的情谊不会是只是维持那么的几天，愿我们的友谊长存。

来到白沙小学，是多么的一件让我们兴奋的事情，可是，老天爷却是在特意的让我们失望。我们在白沙村呆了的近十天，几乎是天天在傍晚放学时，就是我们结束了一天忙碌的教学任务正准备开始活动活动时下起雨来。白沙村的男孩子都是十分热爱篮球，而且村里就有一个正规的篮球场，可就是每一天的“及时雨”让我们没能和村民们打上一场正式的球，又一次我们的球赛才刚开始没多久又是下起雨来，像是存心给我们找茬。可我们却打了一场不是很正式但却十分有趣的球：雨中篮球。我们全部都光着脚，不管雨怎么下，地怎么湿，我们都全心全意地投入到篮球赛中。由于地滑，还有几名队员不小心摔倒了，还好是没什么大问题，这为我们这场篮球赛增加了几分乐趣。最后由于体力跟不上，我们还是败给了白沙村民，不愧是热爱篮球的村庄。

大学生暑假三下乡社会实践心得体会

大学生三下乡社会实践心得

大学生暑期“三下乡”社会实践报告总结

大学生暑期三下乡社会实践个人活动总结

大学生三下乡暑期社会实践报告总结

**大学生下乡社会实践心得体会篇九**

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大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。我们准备了宣讲会和歌唱节目，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！

**大学生下乡社会实践心得体会篇十**

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高自己素质、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。

**大学生下乡社会实践心得体会篇十一**

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。在下一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。

**大学生下乡社会实践心得体会篇十二**

大学生暑期“三下乡”社会实践活动是高校人才培养的有效途径，通过这次下乡活动，我收获很多，我明白到农村缺少的是教育与信息，同时这也锻炼、提高了我的综合素质。这虽说是我第一次参加社会实践，但我认为将会对我以后的学习起到重大作用，我坚信一个合格的大学生必须要有很好的实践能力，同时也希望同龄人们珍惜青春，用无限的青春创造无限的美丽。

“通过做事和与周围的人比较才能发现自己的不足，才知道怎样去提高”“如果想做就用心地做好，我相信只要用心了你便有收获!”这是我在这次三下乡活动中感悟得到的。在支赴共青城实践服务队里虽然很辛苦，但是我们既然选择来这里就应当克服一切困难，这才能体现我们当代大学生在将来的竞争中更能适应社会的能力。这忙碌的七天“三下乡”的实践活动，觉得只是刹那间的转瞬而逝心中真有些不舍。在这七天里总有辛酸与欢笑。我印象最深刻的就是受到了当地领导和村民们的热情的款代和欢迎。我们队伍也搞了一系列宣传等方面的活动。给予当地村民深下了很好的一个大学生的形象。做为一名当代大学生的我们也一以个大学生的具体行动证明了我们的一切。我们都感到无比自豪。

我们此次三下乡队伍有2位老师，十几名学生。大家既明确分工，又必须紧密协作，每一个人都是团队不可或缺的一分子。能够在这样的一支营队中，我感到非常的开心，同时也给我不小的压力。总体上说，我认为是成功的。“成功”，不光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。每位同学都积累了一定的社会经验，懂得了怎样与人相处，切身体会到了“科学发展观”的现实意义。参加三下乡有一个重要的目的，就是培养在校大学生的社会实践能力，所以我们这个团队非常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。在服务社会的同时实现自我的成长，是当代大学生的历史使命。

在下乡的七天时间里，我们做了许多，走访、座谈、参观学习、交流体悟。这短短七天的实践路途并非一帆风顺，相反却是坎坷前行。这其中最大的困难莫过于语言不通，难以交流。在问卷调查时我傻眼了，农户表现出的热情让我们很开心，但他们无法使用普通话与我们交流让我们的交谈甚是艰难，复杂的方言着实让人难以理解，集合归队的时候我们只做了全队最少的2份问卷，与另外两个小组差距很大，让我们小组两人心里始终不是滋味。不过的失落并没有挫败我们对实践的热情，通过总结我们怎么与村民交流才能取得更好的效果，在之后的活动开展和调查的继续进行中起到了很好的效果。实践出真知，古人诚不欺我也。只有亲身参与经历实践，才能获得更多的知识和收获，不断完善自身。真正意义上的锻炼自我，以在将来的工作中更好的服务他人。

依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。共青城给我们留下了美好的回忆，留给我们的不仅仅是这一片富饶而美丽的土地，更是当地人的勤劳、豪爽、热情的生活作风，在告别了当地的父老乡亲们，我们又将背上行囊，返回学校，走入一个新学期的开始。通过这次活动,我认识到：基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，这样才能成为一名合格的大学生。

**大学生下乡社会实践心得体会篇十三**

\_\_年6月\_\_\_\_日至7月\_\_\_\_日，我们学院三下乡队伍来到\_\_\_\_市\_\_\_\_镇\_\_\_\_村社会实践。对于从小生活在城市中的我来说，是一次难得的经历。短短的五天时间，感受了浓厚的乡村生活气息，也产生了很多感想。

进村后，首先引起我注意的就是有序的道路和整齐的房舍，以及道路两旁那既有经济效益又能美化环境的柿子树，与我想象中的农村有着相当大的区别。待融入到村中去以后，可以深切的感受到村里的治安情况相当好。经济上的宽裕和生活上的安宁，使我毫不夸张的用了\"安居乐业\"来作为\_\_\_\_村给我的第一印象。

听村里的领导介绍，村里的主要收入来源于种植业，其中200亩果园收益可达每亩4000元左右，而辣椒更是达到了每亩10000元。但当我们问到村中是否有自己的企业和项目时，村里领导向我们道出了苦衷：数年前曾有一木器厂，在村里投入生产，但不到3年，木器厂就因接连亏损而在村中消失，而其后的几次上项目的想法，都因缺资金少技术（尤其是少技术少人才）而夭折。\"人才、教育\"在我心中留下了深刻的烙印。在其后几天给孩子们上课的过程中，这个烙印日渐加深。

学校并不算大，还算明亮的教室和尚未残缺的课桌，与偏远山区相比，以令孩子们满足。但与我从小生活的城市中的小学已有着天壤之别。仅从每天上完课孩子们必须将自己的凳子搬回家来说，这的学习环境并不能用一个\"好\"字来形容。但孩子们那对学习特有的热情和认真把我深深的感动了，他们几乎想要我们在5天之内把所知道的所有知识都教给他们。

在和孩子们的交流中我了解到，他们都很想成为大学生成为科学家，对外面未知的世界充满了好奇和憧憬。但当我问他们以后回不回来的时候，几乎所有的孩子都沉默了。也许是还是小学生的他们尚未明白我这个问题的含义，也许是一直以来伴随他们左右的\"考大学，去大城市\"的话影响着他们。没有一个孩子表示自己将回到自己的家乡。\"人才、教育\"再一次在我的脑海中回荡着。

一位朋友曾对我讲过一个真实的故事，某省重点中学有一位来自穷山村的学生，学习非常用功。他的床头贴着一句激励自己学习的话，只有九个字：别忘了！你是农村户口！

听到这件事的时候，我的内心是沉重的。我国城乡的巨大差异造成了教育观念上一个极其偏激的错误。农村的孩子迫于自己农村户口及生活环境的压力，几乎用尽自己所有的精力去学习考大学，以此来摆脱落后的环境，实现自己美好生活的梦想。但当这些村里的骄傲考出去成为大学生以后呢？他们中有几个回到自己那还不富裕的家乡，投身其中的建设呢？人都向往美好的生活，这本无可厚非，但村里留下的是什么？几个大学生的名字，一个虚幻的荣誉而已。人才依旧缺乏，生活依旧贫困。

这种人才流向并非只存在于农村和城市之间，也同样存在于小城市和大城市之间，落后地区和发达地区之间，以至于我国的西部和东部之间及国内和国外之间。

孩子们的想法和做法并非出自自己思考，而大部分都来源于家长和老师的言传身教。在和一位老大爷的聊天当中，老人告诉我们他有两个儿子两个女儿都考学去了城市，在谈到孙子时，老人很自豪的告诉我们，他的大孙子刚在一所省重点高中考了前十名，以后考大学，考名牌大学，到大城市去！老人的笑容让我感受到了家长们望子成龙、望女成凤的迫切心情。我问老人想没想过让孙子回家乡支援家乡建设，老人说：\"村子里太苦，能到外面去，干嘛回来。谁不想让自己的孩子过点好日子！\"以\_\_\_\_村的生活水平来说，村子应属富裕的行列。\_\_\_\_村的村民都不想让孩子回来，可想而知其他贫困村的情况。

\_\_\_\_村之所以富裕，关键在于和韩国合作的200亩高效田，其实这对村里既是一笔客观的收入，又是一种劳动力的利用。韩国人出种子，出技术，村里出劳力，出土地，收获后，韩国人回收所有果实和种子，付给村里的报酬只是收益中极少的一部分。而且还规定村里不得留果留种，否则将受重罚。这完全是一种劳动力的欺骗，可是以我们的知识就是无法掌握其中的技术关键。而我们为了这笔可观的收入，还必须甘受韩国人的这种技术欺骗，其原因何在？人才不足！！试想如果村里有这么一批农业知识相当丰富的人才，我们完全可以掌握韩国人的技术，从而为我们自己所用，那时所有的收益都将归我们自己所有。村里将远比现在要富裕！

孩子们是渴望知识的，村里也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观念发生变化，造成了人才的流失。改革开放20年来，人们的思想有了极大的进步，越来越多的人已经意识到了教育的重要性。在\_\_\_\_村采访的过程中，我们了解到，80%的家庭将孩子的教育费用作为自己未来几年内的最重要支出。在资金比过去有了保障之后，我们支持农村教育以不仅仅是财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。孩子们需要的不仅仅是知识，同样需要做人的道理、适应时代发展的观念和大局观。我们作为新时代的大学生，有责任有义务尽我们最大的努力支持农村的教育事业！

**大学生下乡社会实践心得体会篇十四**

一个酷暑的季节，一次难忘的经历，一份无闻的付出，在这骄阳似烈火的七月，唱出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。本次活动的地点是棒棒贝贝乐高教育机构。活动内容是在机构工作人员的帮助下了解乐高教育、在兴趣课堂中学会如何与孩子相处，与家长沟通，面对突发情况学会如何处理应对。

通过参加此次暑期社会实践活动，我更加了解到实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。最重要的是为我以后的教育工作提供了帮助。

尽管在过程中我也遇到了很多我以前没有见过的问题，也有很多当场不能解决的问题，时常也感觉很无助，很尴尬，但是有了一个团结向上的团队，一切的问题都已不再是问题，一切的不知道也都会变成知道，正可谓的人多力量大，人多好做事。我们队每个人都是强悍而又谦让的人，一起讨论的时候，我想难免会有些摩擦、偶尔也应该有些争执的，可我们大家好像很有默契是的，即使有不同的意见或见解，都会相互的体谅和比较，最终得到一致的答案。在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。比如在市场调研过程中，迈出的第一步往往很重要，其次是有说服力的言辞和随机应变的能力，当然要在短时间内清楚的表达自己的观点并且让对方理解并得到信息也是尤为重要的一点。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。而且，通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。

这次的社会实践过程中，我感触最深的就是与小朋友一起进行乐高拼接的过程。在我们成年之后，我们通常会以成年人的思维去看待一切问题，而在拼接乐高这种富有创造力的活动过程当中，我们可以发现小朋友们思维的多面性，灵活性，甚至是超越成年人的想象力。有好几次小朋友拼接组装出的乐高我没办法理解，但是在向他们请教以后，我觉得一只活灵活现的恐龙或者是一艘准备航天的飞船已经出现在我眼前了。我感叹于小朋友们的创造力，或许在某些方面，我们要抛弃所谓成年人的思维定势，学会用小朋友们这种富有创造力的思维去思考，结果或许会出人意料。

总之，此次实践让我们都感触颇深，相信在今后的教学过程中我们也可以吸收此次实践中的一些经验，并且将其运用到自己的教学活动中。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn