# 2024年三下乡感悟500字 三下乡心得体会500字11篇写法

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-09-13

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。三下乡感悟500字一经历了...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**三下乡感悟500字一**

经历了无数的期待，无数的周折，终于成功到达重庆市长寿区江南街道。

刚到江南街道给人的第一印象就是“江南是个好地方”。作为初到江南的我们，似乎对什么都觉得新鲜。从很早之前的活动策划与构思到出征仪式的举行，这一段时间的我内心充满了幻想与期待。经过了漫长的等待到正式出发向江南进军再到抵达江南，这一路来，欣赏了沿途的风景，感受了浓厚的风俗气息。我们肩上的行囊虽然压得人喘不过气，但激动的心情早已将所有的“痛苦”淹没，我们这一路来，我们有汗水有收获。

这是第一次参加这样一个实践活动，第一次到重庆的乡镇，第一次跟这些亲如一家的队友们一起深入农村体验生活……好多没有经历过的第一次都将扬帆启程。

“大学生教育帮扶服务团”是我们共同的名字，让我们乘着希望的翅膀，向明天展翅，前方等待着我们的将会是困难重重，挑战重重。加油吧，预祝我们完成艰巨而光荣的任务吧！

**三下乡感悟500字二**

不知不觉中，本次汽车技术与服务学院，暑期社会实践队的“青春在实践中闪光”已经圆满的落下帷幕，虽然活动结束了，但是对于实践队的每一位队员来讲都有不一样的收获和感触。

本次的“三下乡”社会实践活动，队员们主要的任务是去社区党员服务中心协助整理资料和打扫卫生以及陪伴留守儿童，看望社区贫困老党员，几个队员在这次活动中都表现的非常好，队员们为社区打扫卫生，是希望行动可以给社区居民一个干净美好的生活环境；和小朋友玩，是希望陪伴可以让他们感到快乐；去看望社区贫困老党员，是希望慰问可以让他们不再孤单，内心感动温暖；去社区整理资料，是希望能尽自己小小的力量来为辛苦的社区工作人员分担一些。队员都在尽自己最大的能力去完成任务，也从奉献中找到快乐，从团队中学会了团结的力量。

记得那天去照顾留守儿童，小朋友脸上的笑容一直浮现在脑海里。队员和小朋友玩游戏，在玩游戏的过程中，虽然很调皮，有时候会不听队员的话，但队员们还是很耐心的和小朋友们沟通交流，到最后成为了朋友。想到了队员们小时候是多么的调皮，让父母操粹了心。愉快的时光总是短暂的，就要离开了，大家都很不舍，挥手告别，队员们说：“我们还会回来看你们的”。虽然很辛苦但大家学会如何用爱心去照顾别人，也学会了如何与人沟通交流，如何和队员团结合作。

这次“三下乡”让实践队员受益匪浅，队员们学到了团结就是力量，学会了与人沟通与交流，学会了助人为乐，学会了从奉献中寻找自身的价值。

**三下乡感悟500字三**

为期一周的\_\_大学轻工学院食品第一支部赴宾阳县暑期三下乡服务活动已于7月16日落下帷幕，在这期间，收获了许多感动、鼓励与真情。

此次三下乡，我们的主要任务是支教支农、宣传耕种环保与种植科技、调研民情民意等，而我是调研组的`成员之一，负责联系当地村的村长、村书记等领头人物进行采访和调研，也可以到学生家里采访家长。就这一周的经历与体验，简单总结一下调研的结果。

对于我们这样一批下乡服务队，不少村上的人都是避而远之的，因为在我们向路上的村民派发我们的环保知识、种植甘蔗的科技以及调查问卷时，很多村民都是拒绝接受的，更有甚者，我向一户人家的孩子递过去一份种植科技时，她畏畏缩缩的把手背在身后，一步一步退回了家，接着就是她家里传来一阵狗吠……不得不说，在这个邹圩镇里，农民们的思想始终是带着十足的警惕性的，即使他们知道我们不是坏人。我们不知道，农民叔叔阿姨们是怎样看待我们的服务活动的，存在很多问题，导致无法按照原计划的进行每家每户的家访，所以我们的工作也是做得像蜻蜓点水一般，但还是略有收获。

关于教育方面的问题，从调查问卷看，大部分家长认为接受高等教育，即让孩子上大学是十分有必要的，他们表示，虽然家庭条件不富裕，但在必要的时候还是愿意提供高额费用让自己的儿女上一个好的学校就学，因为他们觉得，不接受高等教育，在以后的社会中就不能找得到好的工作，生活就没有保障。从这些言语中，我切身体会到了作为父母的那份苦心，为孩子的长远考虑得很周全。就像这几天，我们在简陋的教室里教孩子们唱歌跳舞、写暑假作业，家长也没有阻止说不允许我们乱教小孩子之类的，反而是越来越接受我们，有时给我们送来了一些青菜冬瓜，这已然让我们感动与欣慰。我想，不管条件如何艰苦、观念如何封建，不变的是他们坚信教育为本。

从孩子们的口中，我们也大致了解了这里农民的生活状况。虽然一路进到这个村子里，都会看见推行计划生育的横幅，但每一个家庭都会有3~4个小孩子，父母在外工作，留守儿童很多。在一个偏避的地方，有一个幼儿园，叫多多幼儿园，那里是留守儿童的聚集地，我们去教他们写名字、画画、玩游戏，脑海里满是回忆与怜惜。

除此之外，我们有幸采访到了村委副书记，在短短一个多小时的谈话中，我们了解到邹圩镇农民关于教育的思想观念、对学校完善的期待与支持，还有各方面的生活条件情况。

在最后的联欢晚会中，很多家长、当地青年、在校小朋友都前来观看我们的表演，我们觉得很满足，因为这意味着当地农民对我们服务的认可与支持。第二天，在我们即将登车离去的时候，很多小孩子纷纷来到我们身边送别，我们互赠纪念礼物，满心的感动，无法言语。而就在我们启动离开后，孩子们的身影消失在眼帘，我的手机显示一条短信：姐姐你们刚才走的时候，大家都很伤心，有些小朋友哭得哇哇叫，希望你们一路平安，等待你们再来教我们唱歌跳舞……

**三下乡感悟500字四**

命运赋予我们人类一个永远的使命，就是不断的向自身的极限挑战。

生命当中谁也不愿坚守着一个呆板的自我一成不变，相反，而是想方设法地让自己一天天的进步，赋予自我以激情和勇气。

这就是我顶岗实习支教两个月后所得到的心得体会——每天都面临新的挑战，每天都要从心灵上或行动上改变自己、超越自己，去完成摆在自己面前的任务。激情和勇气由此而迸发，在自身价值得到展现的同时，一种成就感和满足感便油然而生。

一、学习需要目标和计划

一个有理想的人一定会有自己的奋斗目标，并为此而努力。想使理想最终得以实现，需要不断为自己设定具体的目标。每日审视自己，找出与目标间的差距，你会从中获得动力。

制定适当的计划是必要的，它能提醒你下一个目标是什么，此刻应做些什么。它能使你有紧迫感，每当你有些倦怠时，看一眼你的计划书，提醒自己：此刻付出的一切努力，都是为了自己的将来，辛苦定会有回报。有些人的计划会制定得相当具体，例如可以具体到某一个知识点等。但也许你并不习惯于制定过于具体的计划，这也没有关系，你可以根据自己的需要做。计划应该是个性化的。

计划要具有可操作性。应尽量将计划制定得适合自己，并且应该务实。

二、学习需要兴趣

老师能在教学中提起学生的兴趣，使学习显得不枯燥，同时也使学习显得更容易。这个过程也需要学生自己的积极参与，学生不应该基于自己对人的喜恶而排斥某位教师的课程或教师本人。试着使自己有一点耐心，也许你会有新的发现。

如果你对自己所必须学习的东西不感兴趣，那么你将会极为痛苦。与其天天生活在苦闷中，倒不如主动地对自己所学的东西培养兴趣。这样做，你会渐渐感到学习变得轻松了。

三、学习要专心

专心是效率的保证。人不容易像计算机一样高效率地执行多线程任务，不专心往往会使你的学习效率不高。也许学习并不是你一天之中最愿意做的事，但为了你的理想，你需要学习。每个人都有自己想做的事情，但你应该暂时将它们放在一边，先不让它们分散你学习时的注意力。注意力不很集中时，你的学习效率会降低，出错率会上升。这样，你的学习效果就不会很明显，辛苦付出的努力也很难得到回报。

假如你以前学习有时不是很专心，我建议你试着强迫自己专心一些。你会发现这样做会使你的学习效率提高，效果变得明显起来。

四、学习要刻苦

\"学习要刻苦。\"可能你曾听过无数人讲这句话，可能你并不喜欢这句话。但从很多人的经验来看，你需要这句话。刻苦会使你的学习成果很扎实。也许在有些人眼里，刻苦读书的人是书呆子，但刻苦学习的人脚踏实地，这样做的好处会慢慢显现出来。它会带来成绩的稳定性，并继而带来较好的心理素质。

总之，耐心地再听一遍这句老话，对你应该是有好处的。

通过实习我们更能接触到我们生活种种，而不是以一个学生的身份来看待自己所生活的环境，而通过实习我们更能够体会我们生活中的种种现象。

**三下乡感悟500字五**

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心得体会。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。

(一)备课与上课

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。

(二)学生与老师

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。

(三)最后一点感想

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介都会感到欣慰。

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。

**三下乡感悟500字六**

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\_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\_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。

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。

**三下乡感悟500字七**

近年来数以万计的大学生选择在暑期去农村地区进行“三下乡”社会实践活动，活动对当地发展的贡献和大学生自身的收获到底有多少值得我们深思，在10年这个暑假里，我作为兰州陇桥学院外语系暑期三下乡实践队的一员赴武威市凉州区谢河镇五中小学进行实践活动，这样的亲身经历使我对“三下乡”实践活动的意义有了更加深刻的.理解。

从“三下乡”的概念来看，大学生利用暑期深入农村开展科技，文化，卫生服务。而我们大学生作为这条道路上的骨干，理应为“三下乡”实践活动注入新鲜的血液，贡献更大的力量，回想我们的这次实践历程，觉得这次活动还是比较成功的，主要体现在如下方面：第一：及早落实，认真准备为了组织好我系以“外送温暖，语传爱心”为主题的暑期社会实践活动，做到统筹规划，周密布置，精心实施，我系成立了由28名队员和2名带队老师组成的小分队，我们是唯一一支国家级团队，带队老师认真制定了暑期社会实践活动计划，制定了详细的社会实践活动内容和具体的时间安排。

第二：内容丰富，注重实效实践团队围绕主题开展了形式多样的实践内容：社会问卷调查，下乡支教，文艺汇演等内容，不仅充分调动了队员的积极性，而且通过文艺表演加深了队员与学生之间的相互了解。

第三：成效显著虽然队伍的实践时间仅有八天，但通过八天的实践，我们的社会实践取得了显著成效。

第四：我队队员吃苦耐劳此次参加的队员虽然没有较高的专业知识，但是大家都吃苦耐劳，互相帮助，思想素质较高，这是本次活动顺利进行的本质本质所在。我们在谢河镇五中小学支教，给他们赠送礼品，带去了我们自编自演的诸多文艺节目，我们热心真情的表演，表达了我们最真挚的祝福，我们和孩子们一起做游戏，唠家常，让他们切实感受到我们诚心的关怀，他们舒心的微笑让我们内心感到温暖，我们的青春活力给他们带来了无限生机，我们的热情照顾让他们感受到温暖的爱心。

大学生“三下乡”有利于体察民情。淳厚的民情和朴素的民风中的情感的滋养，难以尽得于书本;贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园;走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

大学生“三下乡”有利于增长才干，坚持学习书本知识与投身社会实践相统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青少年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准，到祖国需要的地方磨练意志，把学到的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才，实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展，通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触，了解，交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到深华，社会责任感增强，在实践中，我们的人生观，价值观得到进一步的强化，提高了认识能力，适应能力和创新能力。

**三下乡感悟500字八**

伴随着热情的夏日，我带着我的激情来到了小学支教。这将是我人生中一个重要的启发点与转折点。俗话说：\"在家千日好，出门半\"招\"难！\"是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这十二天里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我的身边，我都能够学着自已独立！

这十二天的三下乡，让我懂得了很多，也让我成长了更多。首先是五个多钟的车程，这对于我从未出过湛江的人来说是坐过最长时间的车了，虽然很辛苦、心情却是很激动。因为这是我第一次的“三下乡”，更是我第一次要当老师兼班主任，其中责任的重大，只有自己知道。当然，其中也抱怨过五个钟头车途劳累，抱怨过微冷的自来水，抱怨过宿舍中密度接近空气的蚊子。但这些都抹来我期待每一天的到来。抱怨时，想一想，与其花一分钟抱怨，不如花一分钟想想怎样使明天过的有意义，因为时间总是在你不知不觉中悄悄流过，这也更让我懂得珍惜在这里的日子。

还记得第一天的班会课，这是我这一辈子都不能忘记的。刚开始还不懂得与学生接触，拿我们大学生的思维的来灌输给他们，也可想而知，我的班会课很失败。我拿不了与学生交流的话题，也走不进他们的世界。但是也正是因为这第一天的班会课发我深思，转化我的说话语气，谈话交流时身体微向前倾，多点站在他们的角度思考。这让有了机会去了解他们。慢慢地，我不仅不再拿不他们交流的话题，更让我走进了他们的内心世界。我喜欢上了他们，我每天都期待明天的到来，期待看到他们的变化，期待他们每天都叫我老师，期待与他们有不同的了解。

经过这次的三下乡，也让我知道了当班主任的辛苦。也回想起以前不听班主任的话，突然有个冲动想打电话回去给以前的班主任，跟他们说说我现在的感受与报歉。每天都要比其他课任老师起得早，即使没有课也要陪伴着我的五年级，其实只要没有课也可以不用来跟班，可是因为五年级被大家认为最不乖的，也因此我只要一有空就跟着他们。日久生情，虽然喉咙喊破，口干唇裂，但是也很开心；因为想让他们改变，就必须以身作则，时刻提醒着大家。渐渐地我在他们的眼前出现得多了，大家不仅也喜欢我了，更是在课后把我当朋友一样对待，对我诉说着自己的想法与对我们这支三下乡队伍的建议。感觉到自己的付出有了回报，我的五年级每天都给我光速般地成长，这让我更是期待明天的到来。

作为孩子们的朋友，我发现农村的小朋友特有的淳朴、可爱、礼貌。他们有着最灿烂、最纯真的笑容；他们待人是那么的真诚；他们就是那一块块未经雕刻的璞玉。每天早上，他们是最早来到这个校园的，每当我起床的之后去教室的路上，无论是哪个年级的学生，都会向你问好。“老师，你好！”这句话是我在这里听到最多的一句话，这也是他们礼貌的体现。只要你对他们好，他们就会以十倍的好回报你。还记得我为我班里每一位学生写一封信，每一封都是经过自己多天的观察和自己内心的感受写出来的，很长很真，即使到了夜里两点了我还是坚持着为他们写信。就因为我喜欢他们，我想为他们负责任。也正是因为我的付出，在最后的文艺汇演上家长代表亲自感谢我，还有的家长为我们队伍送上一些王老吉，更是有一些家长看了信后特地打电话来感谢我。在这段日子里，也是我听到“很感谢你”最多的。另外还有就是我五年级的一名学生，刚去的时候是那么的难管和调皮，以致每天课任老师来上课都希望我在场。但是当你用心去对他好，他会和你打成一片，更是会让你发现他不一样的优点。愿他们能够在农博的村广大地上，他们自由而快乐的成长。

日子一天一天地过去了，在这里的时光真的可以用光速来形容。每天都很充实，每天都期待明天，但也害怕支教结束的到来；很想回家，但也很舍不得这些可爱的孩子们；在这里，以前不怎么认识的同学现在也能很好地玩成一片，以前不怎么玩的游戏现在也能扎成一堆玩。在这次的三下乡中有很多的第一次，但更多的是我们学会了怎样处理第一次。在大学中，我们学习的更多的是理论知识，在学校真正实践的东西不是很多，然而“三下乡”这样的活动对我们来说刚好是一种实践，也是一种锻炼。有句话这样说的“世上没有完美的事情”，在这个过程中，我们也遇到了很多问题，例如：饭菜的问题、值班问题、守门的问题。但是我们也一一解决了，我们学会了互相体谅，互相帮助。在这次实践中也更让我知道了人情的温暖，也更让我体会到出门靠朋友这句话。在这里的日子的确是很苦，但也正是因为这些苦让我们学会了坚强，学会了思考，学会了帮助与自立。经过这次三下乡的都知道，只要你真心地付出了，你会收到加倍的回报。感谢这次的三下乡，它让我得到了成长，也让我懂得了感恩。

我们经历了，走过了，收获了。这短短的十二天将成为我心底最美好的回忆。我要感谢那些可爱的人民，是你们给了我们成长的经历；我也感谢我们一起下乡的所有队员，谢谢你们对我的指导和帮助，是你们让我看到了真正的互相照顾互相帮助的真情。真诚地希望高丰的人民生活越来越好，经济发展的`更好更快。

这一年，我参加了三下乡，我无怨无悔。因为这是一段很棒的人生经历。

**三下乡感悟500字九**

20xx年7月7日，伴随着将要下节的节奏，我跟随班级来到廉江市横山镇青塘小学进行为其十天的三下乡活动。“三下乡”即有关文化、科技、卫生方面的内容知识让农村知道，促进农村文化、科技、卫生的发展。大力开展文化、科技、卫生“三下乡”活动，是我们党全心全意为人民服务宗旨的具体体现。依据上述宗旨，我们三下乡成员兴高采烈，怀着激动的心情来到了这里。

今天是第三天了，在今天，我应同学要求去客串了一下做辅助老师，感触颇深。这些小学生，虽然很调皮。但是能给你一种又爱又恨的感觉。我是做篮球的辅助老师，当他们不听我话好好玩耍时，我会小声地吼他们，虽然他们很听话，但过一会又闹，我依旧如此。因为以前的我也是个小学生，也有顽皮的时候，这个学会换位思考下就好了。当教过学生打球之后，发现自己会有小小的成就感，虽然不是专业的。也有当年自己的影子。在这次活动中。我总结出了一些理论。第一，做事情前要精心准备。事前准备是做事前的基本，效果会事半功倍。当一件任务要交到手上时，才知道做好此事并不容易。既要考虑全局，又要精细到小部分。这样才能处理好任务。第二，团结分工合作。做好一件事必须依靠全体合作的力量，各个老师间分工合作，各互相帮忙，有序高效地完成教学这项任务。第三，必须要多沟通。良好的沟通能力是非要重要的。善于与人交流能让事情变得容易，成功需要良好的沟通能力。在工作中善于与人分享自己的想法，提出问题，解决问题等等。

**三下乡感悟500字十**

今天是7月6号，我们来到唐禄小学支教的第三天。今天我正式上课了，我教的是四年级数学，今天上课有点尴尬，因为他们已经是四年级的学生了，我在备课方面没有做到充分准备。备的课和他们所学的内容有许多重复，导致课堂上有点尴尬，学生对听过的内容没有耐心继续听，这是我的失误，在后续备课中，我会改进，不再给他们讲四年级的内容，而是讲五年级的。

今天的午餐是瘦肉炒蛋，有点糊，还有蔬菜，每次来晚了，啥都没有了，最后我还吃了一个半的咸鸭蛋。

虽然条件有点艰苦，但是我们要在在没有条件的情况下创造条件，在艰苦的环境中适应和改善环境，这才是对个人能力的最好锻炼，在三下乡给我们提供的平台上，我们要充分施展才干，积淀工作、生活素质和经验，我们只有走出学校，走进社会，才能把学校所学的理论用于实践，在实践中了解自己，在实践中战胜各种困难和挫折，经受锻炼，增长才干，增强工作实践能力。

今天晚上我过来帮忙煮饭了，洗了白菜，玉米，青椒。今天的菜是青椒炒肉，胡萝卜炒肉，还买了四个大西瓜，我等会儿打算出去逛街，买点水果。过的很充实，中午吃饱了，但是现在有点饿，希望以后都能吃饱。

今天我们看到两道彩虹，虽然这里条件比较艰苦，但是我觉得是锻炼我们的机会，让我们成为更好的我们。

**三下乡感悟500字十一**

20xx年xx月xx日，那是个令人难忘的日子。我和第二临床医学院xx级七年制的师弟师妹背着行李，带着满腔热情，乘坐24小时的火车、2小时的汽车，来到了贵州省贵阳市息烽县流长乡进行暑期三下乡实践活动。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。作为一个从农村出来的孩子，这次重返农村，再次体会和大城市不一样的文化，让我感触良多。在下乡的日子里，我收获到很多，如与师弟师妹的真挚友谊，对农民生活的深刻感悟，对留守儿童处境的充分理解，而更多的则是对生活的感恩！

本次三下乡共分为义诊、义教、义农等内容。在义诊过程中，我充分地体会到乡亲们的热情。趁着乡亲们赶集日，我们在乡政府门口拉开横幅，摆上义诊器械，来咨询或治疗的乡亲络绎不绝，场面一度混乱失去控制，还造成交通堵塞！很多阿婆阿公做完治疗都不愿意走，总要求再多一次艾灸。火罐。推拿！虽然义诊的劳累让队员们大呼吃不消，整一天都被乡亲们围住，连喝水都没机会，语言不通加之老人家耳背，把我们都弄到声嘶力竭嗓子冒烟！不过听到他们说谢谢，大家心里都很满足很有成就感；第二次的义诊我们来到某村庄，经过村支书的广播宣传，许多村民也放下手中的锄头来咨询治疗，虽然这次参与的乡亲人数没第一次惊人，竟也被我们找到几例典型病例，如进行性肌营养不良、房颤、化脓性扁桃体炎等，同样给我们带来巨大的成就感！

义农的活动同样精彩。我们的任务是下到农田给玉米松土。流长乡漫山遍野都长着绿油油的玉米苗，间中可见到盛开的向日葵，景象甚是好看！虽说是义农，其实作为手无缚鸡之力的文弱书生，尽管我们已经尽最大的努力拔草松土，不过带领我们过去的村支书还是默默地进行翻工。挥动着锄头，深觉农民的不易。我们经常抱怨辛苦劳累压力大，其实有哪项工作是轻松舒适的呢？我们真的应该学会珍惜和感恩，珍惜感恩生活带来的一切……

每个活动都让我有所感悟，其中，感受最深的，是在义教时与留守儿童的交流。那天上午，我们在流长乡中学迎来了约xx年纪就想着为父母分忧；他们又是可怜的，或许还未经历过社会竞争的残酷，并不知道知识的重要性。我们准备得很充分，为他们讲解物理、英语、青春期保健等知识，还有队友准备了魔术及许多小游戏。临近中午时，我们体谅他们路途遥远，恳请中午一起吃饭，他们一副小大人口气：“我们要回去给爷爷奶奶做饭，还要喂猪及鸡鸭鹅呢。”

三下乡活动圆满结束，我们从农村再度回归到大城市，与大城市的繁华相比，农村带给我们的是截然不同的感受，而这种感受已经深深的留在我们每个队员的心里。忘不了每个夜晚师弟们的守夜，忘不了每天活动完队友们的交流，忘不了临走时乡政府的款待，忘不了参观息烽集中营时县团支书为我们守着行李的场景，忘不了在花溪刘爸刘妈的热情招待，忘不了黄果树瀑布队友们留下的欢乐背影，忘不了火车上的有趣经历…忘不了的人与事太多太多！这样的经历，以前从未有过，以后将也不会再有！我只知道，这将成为我人生中美好的回忆！

【2024年三下乡感悟500字 三下乡心得体会500字11篇写法】相关推荐文章:

2024年三下乡个人总结500字最新

2024三下乡个人心得体会500字 三下乡个人个人感悟心得精选十篇

三下乡暑期社会实践心得体会范文 三下乡暑期实践感悟

大学生三下乡社会实践心得体会范文 大学生三下乡社会实践感悟

谁动了我的奶酪读书感悟500字范文

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找