# 暑期三下乡社会实践活动个人总结(20篇)

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-06-12

*总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是小编整理的个人今后的总结...*

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇一**

一、关注民生，关注留守儿童

我们调研主题就是“农村留守儿童心理问题调查与研究”，我们调研组围绕这个主题开始了前期筹备工作--设计问卷。在期前工作中我们组员建言献策，分工合作，虽然遇到很多困难，但是通过我们的努力顺利的完成了我们的前期准备工作。

我们整装齐发的赴向河源龙川田心，各个队员激情饱满围绕“关注留守儿童”的主题开始了七天“三下乡”服务活动。田心镇地处广东省河源市龙川县境中部偏东，全镇总面积88.2平方公里，该镇离县城38公里，20xx年村民收入的主要来源有打工、务农和养殖，20xx年村民人均收入4200元，常住居民340户，约3.8万人。田心镇外出务工人员6580人，共有外出务工人员的家庭6742户，留守儿童约1200儿童作为祖国的未来，社会的未来，家庭的未来，他们的健康的发展关乎社会和当地的经济发展，所以关注儿童就是关注民生、关注未来。

在调查和走访过程中，我深深的感触到，当地确实很贫困，经济来源单一，主要是靠耕田维持生活，据我了解当地平均每户只有2~3亩田，况且还出现了比较严重的超生现象，可以设想一下，这能让孩子过上好生活吗?所以很多家长为了过上好的生活，他们选择外出打工，留守儿童随之不断的增加，没有父母或是缺少一方的关爱的孩子，他们大部分都不能健康的成长，形成了一个严重的社会问题，这是值得我们关注的。他们在填写问卷时，通过观察，发现留守儿童很喜欢新鲜的事物，但是很羞涩，不敢表现自己的想法。他们都是衣裳褴褛，两手脏兮兮，从他们的眼神可以看出对知识的追求和对新生事物的好奇，在深处藏着一般孩子有的天真无邪。我们调研组走访了10个村委会，得到了当地村民的热情接待，在这7天的时间里，我们在骄阳似火下工作，中午只能是找个方便的地方进食自己的干粮，这样的生活我们为的是什么，为的是留守儿童，为的是社会的未来，为的是祖国的希望。

我呼吁社会各界：“关注民生，关注留守儿童”。精神文明建设与经济建设农村精神文明建设包括农村思想建设和农村文化建设两个方面。它是相对于农村经济建设来讲的。是社会主义精神文明建设的一个重要方面。农村精神文明建设是随着物质文明建设发展而发展的。一方面，经济建设的发展带来了广大农民精神面貌的变化，思想观念的解放，开拓了视野，渴求建设新生活。另一方面，经济建设的发展，也对农村精神文明建设的需要不断提出新任务和要求。二者之间是互为条件、互相促进，相辅相成的。农村精神文明建设又为经济建设提供了精神动力、智力支持和思想保证。

通过调查和走访，我用当地的经济和精神文化的情况与我家乡进行一个简单的对比，结果发现当地有些村落是相对比较富裕，楼房是红砖水泥平房还能盖上两到三层，偶尔还可以看到有些家庭有汽车，这样的家庭生活水平估计已经达到小康，但是当我们走进屋里，让我一片茫然，外表如此的整洁，屋里的摆设和卫生真的让我不敢想象，跟主人谈话可知，这房子是近几年有钱才盖的，至于卫生方面的问题，他们都是同一句话“农村是这样的”。这些都是值得深思的。我就这问题我深思了许久，觉得这是跟精神文化建设有很大关系的，说到底，政府在经济建设有所发展的同时，要注意精神文化的建设，两手都要抓并且两手都要硬。只有这样才能更好更快的发展当地的经济，建设美好、和谐小康社会。

学校教育问题学校教育对儿童的成长起着举足轻重的作用，尤其对缺少父母关爱的“留守儿童”更是关键，家庭隔代教育存在不可避免的缺陷，学校教育是否合理关乎他们身心健康。

经过调查和走访，当地小学教育存在以下四个问题：

一是教师普遍素质较低，不负责任。分析其原因，只要通过了县教育局的所谓的教师资格考试，就分配到所在村委会小学教书，并没有什么奖惩制度和素质考核制度，这样造成教师只是为了领取工资而忽视了孩子的教育健康发展，出现一上完课就回家，根本不会留下来辅导需要辅导的学生;

二是校长集权制，学校有一股官僚气味，政府把所有的权利交给校长，没有一个有效的监督机制，即使家长提出孩子教育存在问题，最后都是收不到实效，在学校各职位等级很明显，官僚思想浓厚;

三是学校缺少跟家长联系和沟通，据我了解小学是从来就没召开过家长会，这样怎能发现孩子的问题，怎么去教育孩子?四是学校教育开设的课程单一，没有丰富的课外学习活动。这样培养的学生会出现想法单一，固执，孤僻性格等问针对上述的问题我的建议是：

一是建立合理的教师考核制度，开展教师教育培训，提高教师素质;

二是政府应该建立一个教育监督体制，家长积极参与，让学校教育合理有序的发展，成为村民满意的好学校;

三是学校应该重视与家长的联系，实行定期联系家长汇报学生在校情况，注重双方对学生的教育，这样才能使学生全面的发展;四是学校开设丰富的集体活动，让学生感觉到是生活在一个大家庭，尤其对“留守儿童”要有更多的关注。建设团队，分享感动华师大赴河源龙川田心中学“三下乡”服务队由25队员和两位指导老师组成，队员们各个身怀绝技组成了一支激情四射的团队。组队的时候遇到很多的问题，由于找不到知道老师和接受单位而想放弃，但是经过我们的努力，跨过重重难关，团队建立起来了。我们队员来自不同的系，外语系居多，在前期我们组织了团队培训，在团队培训活动中，大家在嬉笑声中相互了解相互认识，各个充满活力。在下乡期间更是体现团队的精神，我们相互帮助，相互理解，一起进餐，一起工作，一起运动……我是永远不会忘记我们一起哼着歌，一起庆祝生日，一起洗饭碗等等，这些都是我生命宝贵财富，我要珍藏起来，到时分享给自己的后代。我不能忘记20xx年7月25日下午在小型电影院的分享会，队员们都说出了自己最真挚的感受，一个个感动的场面让我不禁眼圈变红，被感动的落泪了，会上各个都感动的流出了感动的泪水，我也不知道用什么语言来表达到时的感情，一个词“感动”，因分享而感动，我想对我的队员们说：“我感谢你们，感谢你们给予我这么多感动”。

此次暑假“三下乡”活动让我成长了许多，我认识了很多真挚的朋友，让我感动过的队友，我这辈子不会忘记跟他们一起走过的半个月生活。这是我一笔人生财富，我会珍惜在下乡期间的友谊，同时我会更多的关注社会，关注农村，关注需要关注的“留守儿童”。最后我想高喊我们下乡服务队的服务理念“love&passion”，我们的主题“关注留守儿童，共谱和谐新篇”。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇二**

今年我们三下乡的活动主题是：“盛世华诞传神州 科学发展焕新风 情拥青春献南澳 共建和谐生态岛”!

我队名称为“共青团华南师范大学化学与环境学院委员会赴汕头南澳三下乡服务队”。共有学生23名，指导老师2名。时间共10天。

活动内容:预防流感宣传;建国六十周年宣传;食品安全卫生宣传; 建国六十周年调研;南澳生态调研;支教;文艺汇演文化培训

10天的时间说起来是不常，一周多一点，但对我来说是却是难忘的一周加一点。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紧的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我们团队的效果会更上一层楼。但是，正是因为台风的来临，也看出了我队具有很强的应变能力。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，我们就像一个温暖的大家庭，师兄师姐带着在很多方面还没成熟的我们，教会我们许多做事方式和做人道理。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。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，证明自己三下乡不是白去的，只要自己认为在活动中有学到东西就足够了，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：

一、严遵纪律

对于一个组织而言，纪律是最重要的事情，是其能否生存的基本前提，可以说没有纪律就没有品格，没有忠诚、没有敬业、没有创造力、没有效率和合作，没有一切。对于我们来讲，在一定程度上是否遵守纪律反映了组员素质的高低，高素质的组员必然严格遵守纪律。我们要正确地认识纪律的重要性，严于律己，做有理想、有道德、守纪律的优秀队员。一个队伍如果没有一个严谨的纪律约束，人心就会涣散，组织就会瘫痪，就会变得难于管理，办事也会变得很困难。所以一个队伍不能没有纪律。

二、不轻言放弃

不要轻言放弃，坚持就能成功：抱定任何都不放弃的信念，即使在一片懊悔或叹息、宽容或指责的氛围中也要坚持。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在起，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。

四、不断的学习新知识

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。在一个合楷的气氛中开展活动，对人对已都有好处。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。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇三**

为了响应团省委、团市委关于“大学生暑期科技、文化、卫生三下乡“的号召，贯彻党的“xx大“精神，引导同学们深入学习领会党的“xx大“会议重要思想，继承和发扬五四爱国、进步、民主、科学的光荣传统，树立和落实科学发展观，把爱国热情和成长发展的强烈愿望转化为全面建设小康社会的实践行动，在实践中熟悉基层、了解国情、砥励品格、走进社会、服务社会、奉献社会、拓展素质。围绕“建设生态文明城市，建设和谐新农村“这一主题，结合我们大学生的特色和实际情况，到洒坪进行“生态文明城市建设“主题宣讲调研活动。

本次暑期“三下乡“社会实践活动得到了贵阳市委和学院领导的高度重视，于20xx年7月14日在贵阳学院举行了出征仪式，由团委办公室副主任龙浩、体育系刘慧老师带领的洒坪队到修文县洒坪乡进行为期一周的社会调研活动。

一、精心部署，全面策划

我们成立了三下乡服务队筹备小组，活动负责人在学习和参照学院往年社会实践工作的基础上，拓展新形式，增加新内容，实施新方法，确定下乡内容，邀请指导老师，制定周密、详细、可行的计划;并在全校选拔一批优秀的人员作为本次的活动成员，邀请了一些有经验的师兄师姐和指导老师作出发前一系列的培训和指导。从队长到队员，做好分工规划，层层落实，确保本次三下乡活动深入顺利地开展打下坚实的基础。

二、严格要求，保证质量

从今年的三月份开始，在学院党委的指示下，学院团委开始了对此次活动的各项工作进行了安排。我们分成文艺队、文化队、维修队、敬老队、慰问队、农科队、宣传队和医疗队八大服务队，负责“三下乡“活动各种方案的制订和实施。具体有“三下乡“社会实践基地与当地新闻媒体的联系，此次活动的服装、证件以及器材物品的准备，“三下乡“支教、医疗、维修、文艺汇演的节目设计和编排等与之相关工作。

为了保证高质量和精确的教学、科学的社会实践调查，在活动之前学院对下乡的队员进行严格的培训，包括支教、农科和宣传等方面，学院团委特别重视对队员的招聘和培训，除了进行常规性的面试，还进行一定的培训。为此次“三下乡“的教学工作的顺利开展提供了保障。

三、创新的思维，丰富的活动

学院制定了《建设生态文明城市宣讲提纲》，并结合各方面知识，在实践活动期间我们还进行了多种形式的教育宣讲活动，得到广大群众和学生的支持和配合。

四、实践出真知，收获成果累累，效果喜人

一周的社会实践，有汗水也有欢笑。我们自始至终围绕“建设生态文明城市，建设和谐新农村“这一主题为活动的指导思想，开展我们的活动，通过全体队员的共同努力我们达到了预期的计划。

(一)建设生态文明城市宣讲

针对生态文明城市的建设，我们从各个方面入手，将生态文明城市建设的思想、内容与宗旨传达到老百姓的生活中。主要方式有：

1、走乡串寨进行调研

我们将本次调研分为农村基础设施的建设、现代生态农业的发展和生态社会的建设三个大内容，在调研中将其好的实施方案和存在的问题均详细记录下来，并写了《贵阳学院暑期三下乡生态文明城市建设调研报告》，结束后我们将此报告交到乡政府一份，希望政府可以通过我们的调研进一步加强新农村建设，及时解决存在的问题。

2、以讲座的方式宣讲生态文明城市的建设。

在为期一周的下乡活动中，我队共举办了三次讲座来宣传生态文明城市的建设。一是针对中小学生，达到环保、节能从小做起的目的;二是针对普通村民，让其对生态文明城市建设有新的认识，从而重视身边的环境;三是面向村干部，将调研中发现的问题和亟待解决的问题传达到位，起到让干部做工作找好方向的作用。

3、与乡镇干部的座谈会

7月16日下午的座谈会主要围绕我队下乡调研中发现的问题和目前洒坪乡的发展展开。洒坪乡乡长文清武就洒坪的“三种三养“等特色农业进行了详细的讲解，并对我们的调研活动持以肯定态度，希望我院可以经常到洒坪举行类似的活动。

4、板报宣传

板报是一种直接、稳定、长期的宣传方式，我们到达洒坪后就对街头过期的板报清洗干净，将生态文明城市建设的相关内容书写出来，让过往的百姓都可以了解、熟悉生态文明。

(二)支教

支教是每年三下乡必不可少的内容之一。由于农村缺乏对中小学生艺术性课程的培养，我们针对这一现象，先后开设了美术课、音乐课、手工课、健美操课等;同时，对于中学的同学我们还进行了特别辅导，主要课程是数学和英语。由于活动多，时间短，仅支教4天，但效果很好。

(三)文艺汇演

7月16日上午，我们在洒坪小学的操场上举行了“贵阳学院生态文明城市宣讲文艺汇演“。演出节目丰富多彩，有搞笑t台秀，有我们将调研时的见闻编成的话剧，有集体合唱的《爽爽的贵阳》，还有洒坪小朋友表演的动感十足的街舞。在这次下乡活动中，我们对农村有了较为深入的了解，深切地感受到农村文艺也应丰富多彩。

(四)科技兴农

1、基地共建

7月14日，我们来到洒坪乡小坝村的农家书屋，将此次带来的农业书籍和光碟捐献出来，并对书屋的图书进行分类整理。小坝村的农家书屋是示范点，里面的图书种类齐全，并且全天对外开放，不但解决了一些农业生产中的困难，还丰富了中小学生的课余生活。

2、播放教育影片

影片是最能吸引人的宣传方式，我们每晚都播放一部教育影片，并在中间穿插一些生活常识，实现寓教于乐的目的。

此次“三下乡“实践活动的策划阶段，在院团委统一的部署和唐书记的指导和各领导的关心下，对我们三下乡服务队活动做了精心部署，并就如何把活动开展的有特色、有新意作了明确的指示。同时，实践活动自始至终都得到了学校领导的高度重视，这为此次“三下乡“实践活动的顺利举行奠定了坚实的基石。

本次社会实践活动，给生活在象牙塔中的我们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去“的真正涵义，磨练了我们的意志，也培养了大家理论运用与实际相结合的能力与团队合作的精神，希望更多大学生参与到这样的活动中来，用爱心来滋润青春，用热血来高歌青春，用行动来抒写青春。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇四**

今天是七月十七日，距离支教结束的日子也有好几天了。一直以来，都没能静下心仔细回想在村里与小朋友们相伴的场景。不知道是我不愿意回想，还是说一回到家就自动开启了懒人模式。总之，一踏上家乡这片熟悉的土地，我内心的怯懦与逃避就解除了封印，它们一直在我耳边不断地暗示我，声音低沉：“停下吧，停下吧，你脑海中一切难忘的回忆、心中汹涌不息的感情，一旦化为笔下的内容，就像耗完的烟烬，苍白而无力。”

所以我该怎么做?我又该从哪里写起这段故事?从一开始的相会，还是随性而发从某个深有感触的片段写起?我不知道，统统都不知道。木心有句话，大意是：‘当一个人讲起一件事情，反反复复周而复始怎么说也说不清时，那他可能就是真的爱上了。’当时我对这句话不以为然，认为这其中的道理简直荒唐可笑。可是现在，作为当初轻蔑的回报，我终究也成为一个失语的人了。

在说其他事之前，我想先谈谈支教期间给我带来最深影响的两首歌。一首是「天空之城」，一首是「倔强」。回到家之后，这两首歌依然在不断的塑造我的心性、净化心外的浮躁。不管是得空休闲，还是外出散步，只要听到它们就好像从清冽的泉眼中汲取了生生不息的活力。其实，与这两首歌也算是老相识。但少年时代仅仅局限于好听的认知在经历一系列刻入心扉的回忆后，它们已经与我心产生了难以言喻的深刻连结。每次播放天空之城，眼前就出现一片幻象：混浊的空气中，隐约可见一条幽长小路，路的尽头就是我朝拜的圣地——天空之城。我的拉普达，很难描述清它到底代表着什么，但我愿意以我一生寻找它存在的每个间隙。可能我身形肥硕，反应迟钝，挤在狭窄小道上呼吸困难，会撞得头破血流，摔得遍体鳞伤。可是有什么关系呢?飞蛾在黑暗中扑向火焰的片刻是毁灭也是光辉，这个片刻之瞬成就了美的永恒。

而我是美的俘虏，也是倔强的践行者。

闲扯了这么多，是时候回归正题了。

回想起支教期间一幕幕我经历的、我感受的，温暖与感动一直袭上心头，咽得我说不出话。可是身边的雾霭也从来不会无缘无故的消失，每次写下这一笔，总会留出下一笔的漫长空白。情感上的不连续，让我时刻都想逃离，无法坐定，甚至宁愿把所有的美丽都深藏在过去，时间吞噬也无妨。

不能这样，如果这样，还有什么资格做一个追梦人。

所以这次，我想尝试以一个旁观者的角度，叙述这一段支教的岁月：一座安宁的小村庄里，迎来了十一个年青人，村里人热情招待、照顾周全，以最好的礼遇招待远道而来的客人。年青人们被安排住在村中闲置了很长时间但设备最为齐全的疗养所里。这十一个人一开始大都互不相识，更谈不上多么熟悉，他们带着各自的想法聚集在此地，但都有一个共同的目标：传播满满的正能量。初见小村，村里的景色简单又自然，清一色的农家小院、茂盛却又杂乱的植被、浅土色湍湍流淌的河流、路边玩耍的黝黑孩童，还有满眼的绿色、无边的田野……这些和城市里完全不一样的风景充斥在这群初来乍到的年青人眼中。他们体验着这些不同，适应着这些不同，感受着这些不同，最终慢慢融入到乡村生活的原始与简朴中。

年青人的友谊总是最好建立的，相处的日子一长，生活在同一屋檐下的他们开始熟络起来。于是你可以看到他们相互取笑的场景，他们体育竞技的场景，他们夜间卧谈的场景，还有男生朝着误闯“禁地”的女生怒吼的场景以及女生不以为然肆意调笑催促的场景……没有了现代化科技的束缚，青春的荷尔蒙毫无芥蒂的旺盛起来。

他们尽情的玩闹、尽情的释放，他们也认真的备课。教数学的小伙，仔细地挑选每一道交给小朋友的数学题，题目是否太难?还是太简单?一切的过程都在心中暗暗揣度;教音乐的女生，把一首歌曲反复听了若干遍，挑歌、定歌、抄歌词、记歌词，安静的呆在床边一角梳理着自己的教学思路;教手工课的两个女孩子，趁着休息时间演练上课的每个对话、每个手势，熬着夜赶制手工模版，顶着正午的烈日出去采摘树叶……每个人都尽心尽力，以一名老师的标准要求自己。

而孩子们，从一开始的懵懵懂懂有所抗拒，慢慢的开始学会珍惜老师们的付出与用心。

第一天的上课是最尴尬的一次，统共只来了七个孩子。孩子们又小又生疏，即使来了也不愿和老师配合。他们感到些许意外，情绪上颇受打击，但还是按着悉心准备的教学方案进行下去。在他们的努力下，渐渐地，孩子们变得越来越多。渐渐地，孩子们变得活跃、乐意开口，从开始的不配合变得愿意参与老师的课堂互动。孩子们开始有了自己偏爱的课程，有了自己中意的老师。孩子们甚至会悄悄记着老师放学回家的路线，一路尾随老师身后，或者不动声色的超前，在老师们的居住所来个“意料之外”的“偶遇”。

时光的齿轮一直在转动。习惯了阳光不加掩饰的肆意倾泻，习惯了卡车开过卷起的阵阵尘土，习惯了乡村生物猛烈的“热情招待”，习惯了路边便池时不时冒出的“自然气息”，这条从宿舍到教学楼曾经看起来路途遥远的小道，如今也快要走完了。

孩子们不知情，依旧在放学后跟在喜欢的老师后面，嬉笑吵闹着要去老师住的地方玩耍。老师们仍然扮着黑脸，吵着吓着赶走路上逗留的孩子快些回家。

分别进入倒计时，一天，他们在小会议厅里，利用现有的资源，布置了一个小型电影院，播放的电影就是宫崎骏的《天空之城》。电影播放，孩子们都出奇的安静，小孩子大孩子都被动画里的纯真世界所吸引，他们目不转睛地看着，开心地笑着。时间恍若静止，那天的氛围静谧柔和，彷佛就已经身处于天空之城。

分别的前一天，万里无云，老师和孩子们一起上了音乐课。课堂上，男老师们演唱了排练过多次的五月天的「倔强」。面对台下的小观众，站在台上的老师还是有些紧张了，合音有些生涩，声音也不够稳定，合唱没有达到最完美的效果。演唱完毕，孩子们热烈的掌声骤时连成一片。有失误又怎么样呢?掌声填补了所有的瑕疵。

音乐课也结束了，拍照，留影。

没有过多的煽情，虽然心里的一股冲动已经快要逼近它的沸点。大家还是微笑着，露出了自己最灿烂的表情。

他们，把属于青春、属于阳光的笑脸全都定格在了七月最美的时光里。

而从此以后，

我爱的人都会有双夏天的眼神。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇五**

今年的七月让我为自己的大胆切切实实体验了一把，我响应学校的号召策划和组织了一次“三下乡”社会实践活动，从前期的选题策划和整个活动中都留下了不上的开心和快乐的故事。每代国家领导人都强调实事求是，且在七一讲话中告诫全国广大青年一定要深刻了解近代以来中国人民和中华民族不懈奋斗的光荣历史和伟大历程，永远热爱我们伟大的祖国，永远热爱我们伟大的人民，永远热爱我们伟大的中华民族，坚定理想信念，增长知识本领，锤炼品德意志，矢志奋斗拼搏，在人生的广阔舞台上充分发挥聪明才智、尽情展现人生价值，让青春在为党和人民建功立业中焕发出绚丽光彩。向人民群众学习，向实践学习!我们本着实事求是的态度深入到基层开展了我们本次“三下乡”活动。作为本次活动的主要策划和领队我掌握和了解了不少的课外知识，学会了很多做人做事的道理，了解和调查到了城市农民工现期存在的问题，以及一些与农民工生活工作相关的很多问题。

本次“三下乡”活动的是时间为7月1号到7月10号，活动的地点浙江省舟山市定海区盐仓的一个新居民居住区，活动的主题“走进农民工生活、体验基层服务”,活动的目的一是锻炼我们适应社会的能力，帮我们增加一些社会经验交际和处理事情的能力，二是本着学以致用把我们的知识与社会实际相结合，了解和认识学会为社会创造价值也为提升我们的自我价值。本次活动的经典实例以及对本次活动的生活体验，在我们活动期间基本上每天都顶个大太阳，但是炎热的夏日没有吓退我们勇于探索的勇气，这在短短的十天我们却掌握和了解到了不少的东西，拥有不同的感动。本次我们调研的对象是离我们生活很远的民工朋友们，大家想想在城市的尽头没有高楼和大厦，没有霓虹和灯火，却生存着一群创造城市繁荣的生命，他们不怕吃苦不怕受罪为了让自己生活过的好一点背井离乡。

第一次踏进这个农民工村，映入眼帘的只有那满目的危房，狭窄的小路，疲劳的身影。他们的黝黑的脸庞尽是岁月与劳作的痕迹，暗示生活的艰辛与无奈。但是从他们那双闪闪有神的双眼我却看到了生命的精华所在，是希望和追求的力量。本以为农民工都是不善言辞的，但结果却截偶然相反。他们的凯凯而谈，大方欢笑，消除了我们内心的担忧，也成为我们体验农民工生活的桥梁。他们离开故土，失去了亲人的依靠，亲情的温暖，在这陌生的城市生存，需要顽强的毅力，不怕吃苦的精神。但是往往由于理想与现实的落差，常常是他们得不所愿，常常感到失落，甚至导致心理不平衡。有不少的外来者甚至还有点厌世的情绪。外来务工者，一座城市的建设者。他们用辛勤的汗水浇灌着整个城市，城市因他们的耕耘奉献而变得生气勃勃、流光异彩。但是他们所得到的回报是不对等的，在经济收入和社会保障方面受到不公平待遇，他们离城市的繁华好远好远。在我们了解中一位老大也给我们反映这样一段实际情况，老大爷今年68岁，安徽阜阳人，老伴死后就跟随孩子们来到这里，已有十年之久。本应该在家里面享受天伦之乐，抱抱孙子打打牌陪几位老友下下棋之类的。但是老大爷现在一个人生活，平时靠买自家祖传的红烧卤肉度日。睡觉的地方有张高低床，床上面摆满杂物，下面则用来睡觉。如此热的天气老人家舍不得用电扇，只是不停的擦擦汗水。

我们了解到老人家住的房子每月350元，加上电费水费和生活花销，能攒下的钱并不多。但是老人家却很乐观的说我现在是一个吃饱全家不饿，儿子孙子都大了我也该享享清福，我现在没病没灾吃的用的都能自己管够已经很知足了。虽然这么说我还是可以看到老大爷淡淡的忧伤，这么大岁数应该是落叶归根，但是呢为了不给儿孙添麻烦，自己也出来工作，毕竟故土难离啊，我想老大爷心里一定不是滋味的。还有好多人在这边大多抱着一种过客心态，认为现在只是在这里挣钱，最终归属还是自己的故土。但是这种过客心理使他们缺少主人翁意识，无法融入到城市文明建设中，无法真正关心城市的发展，同时也阻碍了自身的发展，甚至容易做出越轨行为。一些不文明的行为给当地的居民留下了好多不好的影响，当地居民心里始终存在阴影，把一些不好的盗窃和破坏行为归功于农民工，严重影响了城乡居民的正常的交流和信任。一部分在这边已经定居的常驻外地人员认为为他们在这个城市里没有平等的地位，没有同等的机会，不被尊重，又常遭歧视。据他反映干同样的工作本地人的工资就比他的高，从中，我似乎感受到了他们的孤独寂寞、还有一丝丝的自卑、压抑、怨恨。

正所谓“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行”.不经此事，不长其智。托尔斯泰曾说：“幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。”这句话，用在外来务工人员身上再恰当不过了。在他们中间不乏过得惬意的，而且情况类似。但大多数来舟山的外来务工者过得相当艰辛，他们来自不同的地方，出生背景不同，生活条件不同，家庭状况也各异，杂居在一片地方难免会有磕磕碰碰。本次我们还了解到一些新的情况，为了更好地管理和服务外来务工人员舟山市政府和各级地方政府积极学习勇于探索，专门成立了管理外来民工的新居民委员会。通过一些列贴切的管理服务，得到了不少民工的大力支持，同时由于此组织的成立，是的外来务工人员找到了主心骨，更加把这个城市当做他们的“第二故乡”,切实地体会到了他们人情的服务。在伤病和困难的情困下不再是抱怨和埋怨，而是主动的找组织找政府，加深了政府和自己的亲切关系。这样大大降低了犯罪率，更重的安全隐患也被消除在萌芽状态。

本次下乡活动在“爱心募捐--捐祝福”活动中到达尾声。本人通过亲身体验社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出了自己的不足和差距。这次活动使我意识到“实践是检验真理唯一标准”的重要性。社会是需要我的。社会培养了我，然而我应该为社会做出自己应有的贡献，我们应该为人民干实事，做有贴亲人民生活的事。虽然自己的力量很小，但总可以让温暖的花朵灿烂碇放。我相信只要肯做敢做一定能做好的，没有做不到的只有想不到的。放开你的手就会让你体验无限的精彩。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇六**

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。” 作为一名农业院校的大学生，抱着服务农村、贴近社会、锻炼自的愿望，参加了此次大学生社会实践活动。希望利用自己和团队成员所学到的知识去帮助农民和了解农村的农业发展情况，同时也希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通、交流、团结合作等等。最终，我成为实践团队的一员，并坚信任何的实践机会都能给我带来课本上无法得到的知识，理论联系实际，学以致用，用所学的科学方法和理论去指导实践，与时俱进，我满怀信心地踏上了暑期社会实践之路。

或许是因为出于对农业的兴趣，也或许是因为之前有过一次下乡的经历，我很荣幸的担任了支农队长一职，在时间前期以及事件过程中，带领着大家完成一项又一项艰巨的任务。从前期的准备工作、活动方案的策划、队员的选拔，一直到踏上征程并顺利完成任务，无不凝聚着我们团队队员的心血。

五月伊始，我们就开始着手准备了，没有丝毫的犹豫，也没有考虑过不被学校选上这些问题。我们下乡主要分为两个板块，其一是和超过80%的实践队伍一样——支教，其二，利用我们所学所知，开展特殊的支农活动。无论是支教还是支农，我们都积极的准备着，从支教的课程安排、备课到支农的熟悉农业相关知识，同时也利用节假日的空隙，我们有队员专门前往实践地办理接收证明。前期准备工作关系到我们后期能否顺利的展开支农支教工作，也决定着我们暑期实践是否有意义。就工作而言，因为我之前有过参加的经历，而且对此次活动也有着浓厚的兴趣，可能接受的任务也相对较多。

1.支农部分

1) 根据实践地的农业发展情况，安排各个农业兴趣小组，分别组织学习种养殖技术，以便于和当地农民相互交流

2) 收集各种种养殖技术资料并简化，使之通俗易懂，并打印，以便派发之后农民能够理解

3) 联系学院老师，以提供支农所需派发的种子，并最终获得不少数量的秋播种子

4) 和多为队员一起到广东农学会收集书刊《广东农学通讯》

5) 支农策划书

6) 设计农业生产遇到和存在的相关问卷

7) 设计服务队队服

2.支教部分

1) 设计招生海报、学生奖状并打印

2) 学习和掌握趣味数学的相关教学信息

骄阳似火的七月，“三下乡”的钟声在我校已经敲响。不在夕阳西下的时候幻想什么，而在旭日初升的时候就投入工作，在两周一次例会的基础上，时间过得很快，但是我们取得的成就也越多。各项准备工作也已基本结束，出发前的最后一次集体会议——暑期三下乡动员大会，简单的说明当前的基本情况和此次活动的注意事项以及个人所需携带物资，再有几天，出发的时间到了。我们满怀激情，背起行囊，和队友踏上征程，深入农村，服务农村，争取在这短暂的时光中能成长起来，增多见识，学一些书本学不到的东西。

7月8号，一行15人从广州坐火车到陆川县，再经汽车到达我们的实践地——美丽的沙湖乡。在到达目的地之后，我们受到了沙湖乡政府的热情接待，并且由温副乡长亲自帮我们协调住宿和吃饭的地方——沙湖初中，而且沙湖初中的校领导对我们的到来也表示热情欢迎，并且给我们解决了网络的问题。我的暑期实践也在此处正式展开。

一、支农篇

1. 入乡随俗,脚踏实地从城市到农村，大家都能很快的适应村里的生活。实践队员在出行的过程中，大家身着队服，头戴草帽，尽管是在烈日炎炎的七月，我们背包里的雨伞也只是作为防雨的工具。即便是女生，在这样的情况下也依然坚持着，只因为我们是一个团队，一支为农村服务的实践团队。

2. 纪律严明在出行过程中，难免涉及大家的安全问题，马路边、田间，都存在着这样或那样的安全隐患。马路边，长长的队伍，在旗帜的带领下，大家集体向右行，避开来来往往的车辆，这不是我第一次带队，但却是第一次校外带队，走出校园，每时每刻都需要关注着队员的安全，背上的背包，也时刻装着应急的药品，无论是马路还是田间，总在时刻提醒着大家注意安全，更实在收割水稻的时候每隔几分钟便要喊一次注意安全，以防割伤。在田间，大家缓慢前进，不得踩踏田间的农作物。而在和农民交流的过程中，没有出现不礼貌的情况，都能和农民亲切的交谈。从田间地头，再到街头结尾，经过近10天的时间，到处遍布着我们的身影。带着大家了解当地农作物的栽培种类、环境变化、水利设施、水土流失以及农产品流通现状等情况，同时也向被调查的农户了解到他们的种植面积、产量、家庭经济来源等。在7月13号，我们专门联系好了需要帮助的农户，八个男生和一个女生身着队服、头戴草帽、扛着旗帜浩浩荡荡的出发了，在农户的指导下，一个个的拿着镰刀，像饿极了的猛虎一样，将田里的水稻放倒了一片又一片，似乎是将憋了近二十年的力气都使出来了，日近黄昏，我们不仅将水稻收割完了，还帮着他们打谷，并把稻谷一袋袋的送到摩托车上。晚上，在农户的盛情邀请下，我们在他家吃了一顿丰盛的晚餐，并聊到一些农业方面的问题。

在调查和走访过程中，让我真实的了解到村民们内心想法，虽然他们的普通话讲得并不标准，有部分人甚至不会讲普通话，不过大家并没有因此而放弃，每个人都努力的去跟当地居民交流，我们把那些稍微能听的懂方言的同学安排到支农小组中，另外我们调研的时候方式也比较新颖，采用闲聊的方式，把一些问题穿插进去我们的话题当中，从聊天中收集到我们需要的信息。

二、支教篇

作为一个团队，我们不仅有支农，同时还有支教，每天，除了我带出去支农的小组之外，队伍中剩下的都参与到支教活动中，或许是因为对支教的参与度不够，所以我对此了解不是很多，但是，每天早上当我们在食堂做早餐的时候，就能看见有部分小学生来到学校，等待着我们这些所谓的老师给他们授课，而当我走在路上，偶尔从旁边经过的小朋友总会在不经意间送上一声意想不到的问候“老师好”，不经回想起，之前都是我向老师问候的，而现在，有学生向我问候了，心中莫名的兴奋，同时，也表现出农村的孩

子们是多么的纯真、礼貌。从我们开始招生到散学典礼的期间，偶尔我也会接触到一些学生，看着他们活泼的身影，放佛自己又回到了童年;尤其是在结束那天，我拿着相机，孩子们争先恐后的要求给他们和所谓的老师拍照留恋的时候，老师们含着泪水向他们述说着感触的时候，他们拿着本子和笔向我们要联系方式的时候，他们向我们赠送小礼物的时候，我的心触动了。他们生活在农村，但是，他们真诚、善良、活泼。当听到有小朋友要回家帮助父母收割水稻的时候，我震惊了，他们都还很小，生活在农村，但是，他们比城市的孩子更懂事，也更成熟。

三、生活篇和支教，我们还有必不可少的生活部分，每天，在后勤部长李见的安排之下，我们的伙食基本上

保证了三菜一汤，而且每天的菜式也不尽相同。每天早中晚饭，厨房里总有那么四五个人在忙碌着，或许有的同学只是第一次做饭，但是却很认真的在操作，做出来的菜也比学校食堂的更有口感。我不仅喜欢农业，也喜欢厨房，所以，我做饭的次数向相对较多一些，几乎每次都有师弟或师妹在旁帮助，无论是支农回来拖着疲惫的身躯还是闲暇时的工作，但凡安排到我去厨房，我都会用心的做好每一道菜，尽管味道不尽完美。记忆深刻的是我们全体一起包饺子，用啤酒瓶做的擀面杖，不同口味的饺子馅儿，不同厚度的饺子皮，同时也是生熟不一的饺子，尽管三下乡已经结束了，但真可谓是回味无穷。

四、总结

我们所有的队员还会在宿舍进行每天的经验交流，把一天工作中遇到的问题都提出，然后我们大家一起解决，也说一些我们工作中遇到的趣事，一些大家印象深刻的经历，把白天的劳累在无忧无虑的聊天当中忘却，让我们的团队能时刻都保持饱满的精神状态对待每天的工作。每位队员都能相互的关心着对方，当我遇到困难的时候总有人提醒我，并帮助我解决该困难，我们每一个人的心里想的是“我们是一个队团队”。这次是我第二次也是最后一次参加“暑期三下乡”活动，我很珍惜着这短短的十来天时间。每天我都觉得自己过得非常的充实，非常的快乐和愉快。总有一股动力让我前进，这不仅是我参加过的时间最长的一次集体活动，也是最有意义的一次，它让我学习到我缺少的东西，得到了锻炼，使我变得更加成熟，给予了我人生回忆留下了美好的金色的一段。

“艰辛知人生，实践长才干”只要你愿意去尝试和经历，并坦然的接受过程的酸甜苦辣和结果的成败得失，人生就会很精彩。通过这次活动我也更加坚信：意气奋发的我们经得住暴风雨的洗礼，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。总之，这个暑期的“三下乡”社会实践活动是丰富而有意义的，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在的收获。“三下乡”活动不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

去时，我们懵懂无知，回来时，却在背囊里装满了收获。有知识上的增长，也有心灵上的抚慰。在沙湖乡的日子里，我们住在简陋的宿舍楼，每夜与蚊子作战，可是我们乐在其中。在过去的日子里，我们团队的队员分工协作，彼此鼓励，吵过闹过，重要的是我们一起经历过，这是我成长岁月中一段弥足珍贵的回忆。也许，当多年后再回首在沙湖乡三下乡的日子，我依然会记得每一张笑脸以及背后感人的故事。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇七**

今天是七月十七日，距离支教结束的日子也有好几天了。一直以来，都没能静下心仔细回想在村里与小朋友们相伴的场景。不知道是我不愿意回想，还是说一回到家就自动开启了懒人模式。总之，一踏上家乡这片熟悉的土地，我内心的怯懦与逃避就解除了封印，它们一直在我耳边不断地暗示我，声音低沉：“停下吧，停下吧，你脑海中一切难忘的回忆、心中汹涌不息的感情，一旦化为笔下的内容，就像耗完的烟烬，苍白而无力。”

所以我该怎么做?我又该从哪里写起这段故事?从一开始的相会，还是随性而发从某个深有感触的片段写起?我不知道，统统都不知道。木心有句话，大意是：‘当一个人讲起一件事情，反反复复周而复始怎么说也说不清时，那他可能就是真的爱上了。’当时我对这句话不以为然，认为这其中的道理简直荒唐可笑。可是现在，作为当初轻蔑的回报，我终究也成为一个失语的人了。

在说其他事之前，我想先谈谈支教期间给我带来最深影响的两首歌。一首是「天空之城」，一首是「倔强」。回到家之后，这两首歌依然在不断的塑造我的心性、净化心外的浮躁。不管是得空休闲，还是外出散步，只要听到它们就好像从清冽的泉眼中汲取了生生不息的活力。其实，与这两首歌也算是老相识。但少年时代仅仅局限于好听的认知在经历一系列刻入心扉的回忆后，它们已经与我心产生了难以言喻的深刻连结。每次播放天空之城，眼前就出现一片幻象：混浊的空气中，隐约可见一条幽长小路，路的尽头就是我朝拜的圣地——天空之城。我的拉普达，很难描述清它到底代表着什么，但我愿意以我一生寻找它存在的每个间隙。可能我身形肥硕，反应迟钝，挤在狭窄小道上呼吸困难，会撞得头破血流，摔得遍体鳞伤。可是有什么关系呢?飞蛾在黑暗中扑向火焰的片刻是毁灭也是光辉，这个片刻之瞬成就了美的永恒。

而我是美的俘虏，也是倔强的践行者。

闲扯了这么多，是时候回归正题了。

回想起支教期间一幕幕我经历的、我感受的，温暖与感动一直袭上心头，咽得我说不出话。可是身边的雾霭也从来不会无缘无故的消失，每次写下这一笔，总会留出下一笔的漫长空白。情感上的不连续，让我时刻都想逃离，无法坐定，甚至宁愿把所有的美丽都深藏在过去，时间吞噬也无妨。

不能这样，如果这样，还有什么资格做一个追梦人。

所以这次，我想尝试以一个旁观者的角度，叙述这一段支教的岁月：一座安宁的小村庄里，迎来了十一个年青人，村里人热情招待、照顾周全，以最好的礼遇招待远道而来的客人。年青人们被安排住在村中闲置了很长时间但设备最为齐全的疗养所里。这十一个人一开始大都互不相识，更谈不上多么熟悉，他们带着各自的想法聚集在此地，但都有一个共同的目标：传播满满的正能量。初见小村，村里的景色简单又自然，清一色的农家小院、茂盛却又杂乱的植被、浅土色湍湍流淌的河流、路边玩耍的黝黑孩童，还有满眼的绿色、无边的田野……这些和城市里完全不一样的风景充斥在这群初来乍到的年青人眼中。他们体验着这些不同，适应着这些不同，感受着这些不同，最终慢慢融入到乡村生活的原始与简朴中。

年青人的友谊总是最好建立的，相处的日子一长，生活在同一屋檐下的他们开始熟络起来。于是你可以看到他们相互取笑的场景，他们体育竞技的场景，他们夜间卧谈的场景，还有男生朝着误闯“禁地”的女生怒吼的场景以及女生不以为然肆意调笑催促的场景……没有了现代化科技的束缚，青春的荷尔蒙毫无芥蒂的旺盛起来。

他们尽情的玩闹、尽情的释放，他们也认真的备课。教数学的小伙，仔细地挑选每一道交给小朋友的数学题，题目是否太难?还是太简单?一切的过程都在心中暗暗揣度;教音乐的女生，把一首歌曲反复听了若干遍，挑歌、定歌、抄歌词、记歌词，安静的呆在床边一角梳理着自己的教学思路;教手工课的两个女孩子，趁着休息时间演练上课的每个对话、每个手势，熬着夜赶制手工模版，顶着正午的烈日出去采摘树叶……每个人都尽心尽力，以一名老师的标准要求自己。

而孩子们，从一开始的懵懵懂懂有所抗拒，慢慢的开始学会珍惜老师们的付出与用心。

第一天的上课是最尴尬的一次，统共只来了七个孩子。孩子们又小又生疏，即使来了也不愿和老师配合。他们感到些许意外，情绪上颇受打击，但还是按着悉心准备的教学方案进行下去。在他们的努力下，渐渐地，孩子们变得越来越多。渐渐地，孩子们变得活跃、乐意开口，从开始的不配合变得愿意参与老师的课堂互动。孩子们开始有了自己偏爱的课程，有了自己中意的老师。孩子们甚至会悄悄记着老师放学回家的路线，一路尾随老师身后，或者不动声色的超前，在老师们的居住所来个“意料之外”的“偶遇”。

时光的齿轮一直在转动。习惯了阳光不加掩饰的肆意倾泻，习惯了卡车开过卷起的阵阵尘土，习惯了乡村生物猛烈的“热情招待”，习惯了路边便池时不时冒出的“自然气息”，这条从宿舍到教学楼曾经看起来路途遥远的小道，如今也快要走完了。

孩子们不知情，依旧在放学后跟在喜欢的老师后面，嬉笑吵闹着要去老师住的地方玩耍。老师们仍然扮着黑脸，吵着吓着赶走路上逗留的孩子快些回家。

分别进入倒计时，一天，他们在小会议厅里，利用现有的资源，布置了一个小型电影院，播放的电影就是宫崎骏的《天空之城》。电影播放，孩子们都出奇的安静，小孩子大孩子都被动画里的纯真世界所吸引，他们目不转睛地看着，开心地笑着。时间恍若静止，那天的氛围静谧柔和，彷佛就已经身处于天空之城。

分别的前一天，万里无云，老师和孩子们一起上了音乐课。课堂上，男老师们演唱了排练过多次的五月天的「倔强」。面对台下的小观众，站在台上的老师还是有些紧张了，合音有些生涩，声音也不够稳定，合唱没有达到最完美的效果。演唱完毕，孩子们热烈的掌声骤时连成一片。有失误又怎么样呢?掌声填补了所有的瑕疵。

音乐课也结束了，拍照，留影。

没有过多的煽情，虽然心里的一股冲动已经快要逼近它的沸点。大家还是微笑着，露出了自己最灿烂的表情。

他们，把属于青春、属于阳光的笑脸全都定格在了七月最美的时光里。

而从此以后，

我爱的人都会有双夏天的眼神。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇八**

通过这次三下乡，我觉得我不懂的还有很多。“理论与实践相结合”不能只挂在嘴上，必须要付出实际行动。

七月流火，酷暑难耐，又到了暑期下乡进行时间活动的时候了，我们萤火虫学社小分队来到了我们时间的目的地南漳。一路的颠簸，我们最终到达了我们的目的地完全小学。

先从我们的晚会开始说起吧。在到达第二天，我将队伍分成了两组，一组去打扫厨房，一组去发我们的晚会宣传单。我们的队员们很快就完成了任务，到了晚上我们的晚会也就开始了。晚会的质量非常的高，有相声、小品、舞蹈、歌曲等。受到了当地群众的一致好评，而且当地群众也参与了晚会表演。在晚会中，我们特别提到了王老吉公司对这次活动的大力支持。晚会能够举办的如此成功也与我们的长期准备是分不开的，在这之前我们进行了大量的训练。

从做饭这件事情来说吧。这是一件生活中看似非常容易的一件事。平时我们也没怎么地注意。当我们真正去做的时候，我们才发现做好一顿饭也不是我们想象中的那么容易。你必须去买菜，和别人讨价还价。然后回来洗菜、淘米。经过一系列工序后，才能开始做饭。在做饭的过程中还必须要注意控制火候，火太大或太小都不好。和做一件事情一样，必须一定要把握好分寸。这样才能做到恰到好处。就这样一件事，我们前前后后忙活了几个小时才做起。看来做任何事最好不要眼高手低，不然吃亏的就是自己。

对于支教我受益匪浅。首先，从我和当地学生交流上讲，我并没有多少与小学生交流的经验。虽然我也是从小学时代走过来的。但现在的小学生和我们那个时代的不同。他们更加活泼好动。和他们交流必须要注意方法和技巧。刚来的当天晚上，我们和他们讲了一些关于理想的事。我发现空谈大道理根本没有用，他们也听不懂。而且连我自己也觉得和空泛。于是我们便改变了方法，讲一些和他们有关，他们喜欢的事情，就收到了很好的效果。这样也便于和他们沟通，赢得他们对于我们的信任，便于他们能够接受我们所传送给他们的方法和思想。能够对他们未来的发展起到促进作用。无论在什么时候，说别人喜欢听的话，做别人愿意干的事是很重要的。

另一件印象深刻的事就属社会调查了。我们划分好组，划分好地区，便开始挨家挨户进行走访，让他们来帮助我们完成问卷调查。在走访中我们也遇到很多问题，比如说有很多人因为家里条件的关系，有的即使知道了解可是以为我们是搞推销之类的，因此很不合作。再加上我们听不懂襄樊话，这更加剧了我们工作的难度。但是我们却耐心的一家一家走访，发扬不怕苦的精神，终于做完了问卷调查。在这个实践中我学会了耐心，坚持不懈的精神。在社会调查中，我们广泛的深入农村。挨家挨户的进行社会走访调查。这是一件很枯燥无味的事，但为了获取第一手真实可靠的材料，我们又必须这么做。有时候想要做承一件事，未必有捷径，必须脚踏实地地一步一步地走下去。怎么说了，坚持就是胜利。一开始我们队员都很担心自己做不好这件事，因为他们们没有这方面的经验，只好硬着头皮去做。结果事情进行的出奇的顺利，他们很快就完成了社会调查。只要用心去做，一切都将变成为可能。

总之，三下乡之行很有意义，使我得到了全面的锻炼。我也学到了很多的道理。真正的做到了理论联系实际。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇九**

昨晚有一种莫名的失落感，是因为离开了那种群居生活吗?今天早上六点多就自己醒了，然后脑子里全是下乡的事情，睡不着了，但又不想起床，等到七点多才睡去。

这下乡的每一个晚上，很充实，没干什么大事，就是拿着手机看看当天拍的照片，然后再借一部手机来发微博，及时记录当天感想。

6号下午就到达xx市xx区xx镇xx小学，我要到9号下午才开始有课，我上的是心理培训，就差不多是大家一起玩玩游戏啦。7号上午是开幕式，下午开始教学，我也开始我的跟班生活。

我和是一年级的班主任，说实话，一年级真的不好管啊，有四十来人，一个个小孩子到处跑，眼睛都花了，一开始点名很有难度啊，人都不认识，又时不时进来一些同学，人数跟人头总对不上，嗯嗯，好失败~~后来人都认得差不多了，点名也就很简单了。每天点名两次，没课就跟跟班，所以最熟悉的就是我们一年级的小朋友啦。跟他们玩得很开心，可爱的小孩总会比较惹人疼的啦，这个是人的特x##b!

一年级的小学生很皮，上课总是玩闹，直到上手抄报课我才发现，原来他们也有安静下来的一刻啊，喜欢画画的孩子呀，一个个都很听话，看得我那个感动啊......我的三下乡生活(邢榕) 8号，上午上课时，坐在最后面的一个男生总是打坐在隔壁的一个男生，我在跟班的时候发现了，就过去阻止并批评了他，那打人的学生委屈地指着隔壁的男生说，他下课的时候找了三个同学一起打我一个人，因为是上课时间，我说下课了再处理，把他们两个人分开坐，事情暂时就这么停了。下课后，学生基本都跑光了，全去礼堂玩闹了，我突然想起这事还没处理，跑到外面找他们，刚到礼堂，就在我眼皮底下，两个人抱成团摔在地上，其他老师也看见了，把一男生拉开，我急忙上前帮忙，抱住另一男生，那男生很激动，哭闹着要报仇，带着仇恨的人力气还真不小呀，但毕竟只是一年级的小学生，我还是能抱住的，结果就是都被叫去教育了。后来有同学说我怎么把学生给抱哭了，呀，我冤呐~~

下午放学后，又有两个学生，其实还是那两个啦，我看到一个男生在捶另一个男生的头，马上叫他们停止，他们从后门跑了，我追，这是他们的地盘，还抄小路走，我没追上，刚好看到同学，我大声求外援，说赶紧把他们拦住，结果呢，又被叫去教育了，他们的教导主任还让这两个学生向我道歉呢，我摸摸他们的头，跟他们说以后不能这样啦。

9号下午，终于有我的课了，二年级的课，一接触就感觉，一年级跟二年级有挺大差别的啦，听话多了，课的最后一个环节是写一封信给你最喜欢的老师，哎哟，二年级的班主任太幸福了，那群孩子基本都写给她了，我相信她会有很大的成就感的。

10号下午是我们班的课，最后一个环节嘛，进行得不怎么顺利，可能是孩子对这个环节还不怎么清楚吧，我们把有上过的课写在黑板上面，导致有些同学抄了几个科目在纸条上，没有写对老师想说的话，一年级的学生嘛，毕竟还不怎么懂事，可以理解。

11号上午是四年级的课，我觉得他们好乖啊，上课时挺配合的，我不求别的，只要他们玩得开心就好。下午是三年级的课，我还借了个扩音器，但在礼堂使用回音太大了，在讲明游戏规则时，我这嗓门还镇不住他们，他们的班主任烁子帮忙管理，烁子音量足啊，把午睡的人都给吓醒了，在室外上课比较难管，不过这也还好啦。我的三下乡生活(邢榕) 上了这几节课，我觉得嘛，再乱也乱不过一年级的啦。但当我上过五年二班的课后，我就改变想法了。对五年二班的班主任由衷地产生敬佩之情，这样的班级还能跟得下去。五年一班的典型的好好班级，而五年二班则是典型的坏班级，都是那几个叛逆的学生带的头。12号下午是五年级两个班一起上的课，男生真的太皮了，二班的男生还带头捣乱，真讨厌，游戏进行得有些勉强，没法管住他们，给我留下了一个很不好的印象。

12号半夜，我睡着睡着就醒了，睁眼刚好看到萤火虫飞过，耶，这是我第一次看到萤火虫哦。

13号，汇报演出后就即将离开，这天学校的领导特意给我们加菜，还跟我们一起吃饭。我们准备下午三点回校，在离开前，有一些学生来送老师们礼物，帮老师拿行李，在上车时，很多同学都落泪了，我坐在车上，看着车外的学生哭得伤心，但我也没多大的感触，可能是因为我和那些同学不熟吧。但车开动的那一刻，我眼眶红了，不知道为什么。还有很多很多，那种感觉很难用语言表达，啥是只可意会不可言传，这就是!

看着大家都很舍不得，我怀疑自己了，我没有很不舍的感觉，那时近乎没感觉，一路心情平静，我以为我是没心没肺的。但回到学校后，这满满的回忆充满了我整个脑袋，连晚上睡觉做梦都是，其实在那里每晚都是，我还能怀疑自己吗?这算后知后觉吗?点点滴滴，我的收获并不会比别人少，只是大家的感触不一样罢了。

有些事是要经过沉淀才有韵味的，下乡的日子已经过去，带着回忆，好的、不足的，一切的一切，都是自己的，每个人都有自己的感触，不用跟别人比较，自己的收获见证着自己的成长，三下乡，一个难得又难忘的经历，我又向完整的大学迈进一步......

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十**

“暑期三下乡社会实践活动”这个词上学期放假前就已经出现在校园内了，由此可见，这个活动是多么受学校的重视！开学一个月后，我们青协就开始了三下乡的准备工作：从召集大家写方案开始，接着找实践地点，踩点后对方案进行改善并交到学校竞选。这些工作花了将近两个月，在写方案过程中我有何自己的小组成员发生过争执，但也只是小小的风波，影响不了我们继续写方案，方案的反反复复的修改，让我们每个人都很累，但很充实。接着是暂时放下下乡的工作，为考试做准备。

考完试后我们还有4天就要到大湾------我们的实践地进行实践了。我们的工作并不是从我们达到大湾那一天开始，而是考完试就开始了：物资的准备以及确认，每个人的工作安排。

在准备物资的过程中，我们必须再认真看一遍方案，把所需的物资置办好，而不仅仅是购物那么简单。我们必须在学校的条件设备允许范围内进行授课，因此我们的课一定要备好，并想好上课的突发情况，比如多媒体不能用等。另外，在没有任何授课的经验的情况下，我们必须对自己的课的内容十分熟悉，并准备一些笑话之类的主题，防止冷场。这时候才发现，授课是很讲艺术的。如何做到自己想要的效果？如何把这一门课讲好？如何让学生认真听自己的课？这些都要事先想过，并对教案作出相应的修改，如此一来，备一门课花了两天就不足为奇了。

踏进校门的那一刻，一种从没有过的沉重感涌上心头，有着说不清的感觉。细看学校的构建，与我的中学相比，好很多了：多媒体教室，实验室，宽大的田径场（虽然比较烂），即便与预想中的不一样，课还是要好好地上的。这是作为老师的职责。无论在来之前的准备多么充足，计划永远是赶不上变化的。多媒体室不可用，那么我准备的课就要重新安排，也就是几乎一切都是重来。这种突发事件在来之前就应该预想到的，但我们总是想好的一方面想，并没有做最坏的打算。即便这样，我们依旧不怕困难，根据学校设备的可使用情况对课程作出相应的调整，并让每个人做好充分的准备，每个人随时都有上去讲课的可能，我们绝不能有任何松懈的念头。我们仅仅是一群学生，一群刚刚脱离老师的呵护的学生，如今，我们也要担负起老师的责任，呵护我们的师弟师妹。我们不仅仅是一群想要锻炼自己的学生，更多的是希望能够带给农村的孩子们更多的希望，激励他们努力学习，不要放弃学习的机会；同时，我们也是一群志愿者，我们希望能够更多的帮助他们，希望他们都能够快乐地成长，希望他们能够完成自己的梦想。

记得，每次走上讲台的时候，两脚总会发抖，心跳加速，接着就想尽快结束讲话，也因为这样，常弄得自己出现口齿不清的情况，自然演讲也就收到非常差的效果了。这一次下乡讲课，我只打算呆在后勤组帮忙干活的，但转念一想，这一次是站在讲台上演讲的最好的锻炼的机会，如果我不借助这次机会克服害怕的心里，以后也会一样上不了讲台。我总不能回避吧，毕竟，自己以后多半会走教师这一道路，克服害怕的心理师必须的，只要准备充分，只要能够对自己要上的课熟悉，我还有什么好害怕的呢？因此，我决定了，我要超越自己，让自己变强，我长大了，我不需要别人的呵护了，相反，应该是我开始继承老师的意志，呵护师弟师妹们。回想自己以前的每个老师的授课方式，尽我所能把他们的优点用在我的课堂上，希望能够吸引每一个学生的眼球，把我要讲的东西----我认为是重要的东西，讲授给我的学生听。我也时刻提醒自己：哪些情况需要注意或者避免？哪些突变会发生，如何处理？没有充分的准备，我真的上不了讲台，因而即便很累，自己也一点都没有后悔。

每个人的课不多，总会有空闲的时候。以前在家时候，煮饭、做菜都是自己弄的，因此我很希望能够在厨房里帮上一点忙。但是，那么多人，要煮一锅香喷喷的米饭也不是容易事，而做出好吃的菜就更难了。帮忙买菜，择菜，洗菜，这些繁琐的事我还是可以帮上忙的，虽然不能做出好吃的菜，但总因为自己能够帮上忙而心里开朗了许多。在厨房呆的久了，总有一种做菜的冲动，于是，我做一道青菜，结果咸了点，还得大家都吃得很尴尬。虽然他们没有说出来，但从他们的表情看就明白了。对于此事，我有点内疚，但也因为他们的包容而感动。

我的性格很容易得罪他人，在下乡之前，前任队长就批评了我一顿，我对她的教诲记在心里，时刻提醒自己说话时要三思。也因为自己的性格，想过放弃下乡的机会。但最后想到，自己一个人还不至于让整个队伍无法生存，因而我也就去了。期间，我对自己曾认为比较帅的、心里一直羡慕的师兄产生了厌恶感，曾几次想要臭骂他一顿，但考虑到如果自己这样闹的话，就会对整支队伍产生不良的影响，而且自己在个人心目中的地位会更下，因而我忍住了。回头想一下，很多事都是因一个忍字而能够平息的。虽然这位师兄很让我厌恶，但总希望能够包容他的种种缺点，就好像师兄师姐们包容我的缺点那样。的确，没有一个人是完美的！晓江，京霖，好几个部长都在这几天中露出了童真的一面，但该严肃的时候就得严肃，该随便的时候就可以从容一点。似乎这些特点都没法在我身上找到。每一天的每一天，我都希望自己能够从容不迫地面对所遇到的任何事，但总是很难办到，从师兄师姐们身上学到的，远比书上学到的多啊！

这次下乡带给我的东西-----胆量，人与人之间的相处，队伍之间的协调。。。。。一切的一切，都是难以忘怀的。我会把它们永远珍藏在自己的心里，有空闲的时候就翻开看一下，相信对自己的修身有极大地好处。谢谢你们，青协的同志们！

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十一**

今年暑期的“三下乡”活动得到了学院里各领导的大力支持，统系从07和08级学生中选出 23 名优秀份子，奔赴汕头市南澳县后宅镇，深入开展为期10天的“三下乡” 社会实践活动，通过学习参观、座谈交流、签名宣传、实地考察、社会调查等多种形式的社会实践活动。其间，经过多次座谈交流、实地考察参观、发放调查问卷，深入了解镇乡建设。在后宅镇的十天中，通过向当地的百姓开展的等活动，同当地人民建立了深厚的友谊。此次 “ 三下乡 ” 社会实践活动从各方面锻炼了自己。

此次活动中，本人担任文艺组组长，主要负责前期准备工作的美工设计以及下乡期间的文体活动，包括每日队伍成员文体活动、支教中学学生文体活动以及下乡总结汇报演出。

(一)活动准备期间

20xx年4月中旬到5月中旬，是本实践服务队活动方案形成期。本人设计制作了本服务队队徽、方案册本的封面及封面、册内各活动组方案封面、活动期间予下乡当地学生留念用的书签，以及“建国六十周年大事记”宣传海报。

本人在所有作品中融入大量中国古典元素，以国画与书法元素为主，在建国六十周年纪念日来临之际让大家感受国粹的美与灵。封面的设计采用泼墨及笔刷的手法营造出中国著名的“飞天”流绢效果;封底则采用渲染的手法构造出墨凌偏居的画面;侧内各小组封面所用手法不一，调研组配图以八达岭长城渲墨，配书《离骚》选文，寓意“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”;支教组配图以“寒梅”工笔，配书《师说》选段;宣传组配图以“杨柳岸漠楚江阔”工笔，配书《逍遥游》选段;文艺组配图以“飞燕碧痕柳伴桥”水墨，配书《秀色》;后勤组配图以花鸟剪纸及夏荷水墨，配书《后勤颂》;两款书签分别以“小荷才露尖尖角”水墨及“双飞燕伴牡丹红”工笔为衬图，以行书书以“华南师范大学化学与环境学院团委三下乡留念”;“建国六十周年大事记”以红渲墨为底，缀以白泼墨及工笔腾龙图案。

(二)活动开展期间

20xx年7月14号到7月24号为活动正式开展期间。此间本人为队伍成员及学生设计了多种文体活动。

为了让配合我队开展支教活动的南澳第三中学的学生有更丰富的假期学习生活，我组织文艺组组员配合支教组开设华尔兹、合唱以及篮球等课程，培养学生艺术体育兴趣，发掘学生艺术体育才能，增强学生艺术体育素养。同时，学生合唱将在总结汇报演出中上台展示。

此外，队伍成员每晚例会后安排合唱队歌《和你一样》，增强队员相互交流，融洽会议气氛，丰富晚间空余时间。队歌同样为汇演节目之一。

同时，结合队伍成员文艺特长，本人征得部分队员同意后安排了多种形式的节目。如钢琴独奏、流行群舞、诙谐小品、轮滑表演及手语歌曲演绎等，此外本人负责汇演中古典舞的演出。每日例会后，组织有节目人物的队友进行排练，并在每项排练中全程监督，其后为自己负责的节目进行排练。

7月19日，本人连同文艺组成员张惠文前往后宅镇少年宫，拜访少年宫负责人，洽谈借用少年宫礼堂作为我队汇演用舞台事宜，受到少年宫负责人热情接待，并顺利得到同意。

7月23日，文艺汇演顺利完成。学生及我队队友表现出色，吸引少年宫内许多观众前来观看。

除文艺活动外，本人负责下乡活动中的摄影工作。下乡过程中，本人负责拍摄了建国六十周年变迁题材视频以及各项活动中的场景。

本次下乡活动在文艺汇演后到达尾声。本人通过亲身体验社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出了自己的不足和差距。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十二**

我是调研队的，虽然晒黑了很多，可是内心里永远装着很多幸福的事!翻开三下乡时写的十篇日记，每天都记着调研外出的幸福、感动，不能一一道来，只能写那些一辈子都不能相忘的事：你来，我觉很高兴

那个老人家写给我的这句话，我当珍宝似的保存起来。其实我一直在思考我们三下乡究竟能给当地带去什么，我们又真的能为当地做些什么。知道我们偶遇的那位老人家写给我这样的话：“你来，我觉很高兴!”我没有改一个字，虽然这句话有稍微的语病，但是这正是那个老人家内心最真实的话。老人家没上过学，但是他自学学会了认字。那天我们在路边吃午饭，老人家主动过来跟我们打招呼还领我们到他家做客。我不会讲客家话，他也听不懂普通话，我们靠纸和笔交流，我写一句，老人家写一句。我问老人家最大的心愿是什么，他写的是“你来，我觉很高兴!”。

这句话，我在三下乡开会的时候讲了两次，因为这句话，我意识到我们三下乡调研的意义何在，或许我们的调研报告对当地的作用真的不大，但是我们确确实实给当地的老人带去了很多东西。我也从来没想过我会给那里的老人带去欢乐，但是我真的做到了。我们以调研这种的独特方式告诉良田乡的老人，在社会上还有很多人在关心你们、在爱护你们，我们也要呼吁更多的有爱心的人：老人需要你们的关心!也明白了很多，或许你的一个无意之举也会给别人带来很多，所以时刻怀着一颗善心去对待周围的人，无论路边偶遇还是相伴一生的人!

一直想说一句话：“人间尚有真情在!”我跟这个老人家同样是如露萍偶遇，却详聊甚欢。他家的茶很浓很香，他们家的全家福大合照起码有百来人，这个老人很幸福，跟他聊他们家那些幸福的事，我也很幸福。他说他已经60多岁，却依然每天上山种橄榄，精神抖擞。我很幸福，以至于走的时候忘带了那把伞和牛奶，走了不远想起来的时候回去拿的时候，那位老人家已经把它们拿出来，还喊着“小伙子，你的伞和牛奶!”我只能用这句“人间尚有真情在!”来表达我内心的感动!

有这么一位老人，他独自站在良田乡的公路上，每天如此。他告诉我们他是看守这条公路的孤寡老人，老人说这是政府体恤他而给他的工作。我们问老人平时生活过得如何，他摇摇头，他说自己眼睛有毛病，平时看医生花的钱很多，从来没买过肉来吃。”大家都觉得心酸，是啊，这位老人以这样的语气跟我们诉说他惨淡的生活，而我们却做不了什么。仍然忘不了他望着我们时那双充满希望的眼，以及他孤独落寞地走在公路上的身影……

一路上，走了很多地方，见到很多人，然而总有那个四个小女孩会出现在我们调研队的周围，我们笑称那是pk带回来的野味。因为每一次她们都是追着pk哥的。不过也要感谢这四个小女生，因为她们让我第一次喝到了擂茶这种独特的东西。晓峰、培东、胡锴有一次回来兴奋地说他们喝到了擂茶，把我们这个调研队的人都气坏了，说他们竟然不叫他们。这是我第二次留在厨房做饭，我很无奈，我说：“不行，我也要喝擂茶!”我曾经幻想过，擂茶是不是某种很特别的茶叶?比铁观音、龙井还要浓郁香色?然而我错了，最后一天要走的时候，四个小女孩带来了擂茶，原来竟是纯白色的，如同牛奶那样纯洁。一问才知道，原来是用花生、薄荷来做的，真的很香。偶尔会想起那种独特的味道。

一路上，看到过很多青橄榄，也看过最无语的一句警示标语：“此处有暗器，请勿偷摘青橄榄!”当时把我和晓彤雷到了，笑晕了，在这里竟然也有江湖的!不过我们还是果断地偷摘了两个，罪过罪过，安拉真主原谅我们吧!

还有那间荒凉双水中学，现在也想不透那些笑声是从哪里来的，为什么雨停了他们小孩又全都消失不见了。莫非真的是鬼故事?哇啊啊哇啊啊!……

走在良田的山路上，还有很多故事，还有很多乐趣，还有很多幸福。少年与晓峰遗失了的的调研小毛巾，我们永远送给了良田乡的山山水水;12个调研队成员的笑声流淌在大山深处;我们的足迹也会在那片土地里生根发芽、开花结果;良田的大山啊，虽然我们回来了，但是有一样东西我们留给了你们——我们的心，但是我们也带回一份弥足珍贵的宝贝——一份真挚的友情!

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十三**

今年暑期的“三下乡”活动得到了学院里各领导的大力支持，统系从07和08级学生中选出 23 名优秀份子，奔赴汕头市南澳县后宅镇，深入开展为期10天的“三下乡” 社会实践活动，通过学习参观、座谈交流、签名宣传、实地考察、社会调查等多种形式的社会实践活动。其间，经过多次座谈交流、实地考察参观、发放调查问卷，深入了解镇乡建设。在后宅镇的十天中，通过向当地的百姓开展的等活动，同当地人民建立了深厚的友谊。此次 “ 三下乡 ” 社会实践活动从各方面锻炼了自己。

此次活动中，本人担任文艺组组长，主要负责前期准备工作的美工设计以及下乡期间的文体活动，包括每日队伍成员文体活动、支教中学学生文体活动以及下乡总结汇报演出。

(一)活动准备期间

20\_\_年4月中旬到5月中旬，是本实践服务队活动方案形成期。本人设计制作了本服务队队徽、方案册本的封面及封面、册内各活动组方案封面、活动期间予下乡当地学生留念用的书签，以及“建国六十周年大事记”宣传海报。

本人在所有作品中融入大量中国古典元素，以国画与书法元素为主，在建国六十周年纪念日来临之际让大家感受国粹的美与灵。封面的设计采用泼墨及笔刷的手法营造出中国著名的“飞天”流绢效果;封底则采用渲染的手法构造出墨凌偏居的画面;侧内各小组封面所用手法不一，调研组配图以八达岭长城渲墨，配书《离骚》选文，寓意“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”;支教组配图以“寒梅”工笔，配书《师说》选段;宣传组配图以“杨柳岸漠楚江阔”工笔，配书《逍遥游》选段;文艺组配图以“飞燕碧痕柳伴桥”水墨，配书《秀色》;后勤组配图以花鸟剪纸及夏荷水墨，配书《后勤颂》;两款书签分别以“小荷才露尖尖角”水墨及“双飞燕伴牡丹红”工笔为衬图，以行书书以“华南师范大学化学与环境学院团委三下乡留念”;“建国六十周年大事记”以红渲墨为底，缀以白泼墨及工笔腾龙图案。

(二)活动开展期间

20\_\_年7月14号到7月24号为活动正式开展期间。此间本人为队伍成员及学生设计了多种文体活动。

为了让配合我队开展支教活动的南澳第三中学的学生有更丰富的假期学习生活，我组织文艺组组员配合支教组开设华尔兹、合唱以及篮球等课程，培养学生艺术体育兴趣，发掘学生艺术体育才能，增强学生艺术体育素养。同时，学生合唱将在总结汇报演出中上台展示。

此外，队伍成员每晚例会后安排合唱队歌《和你一样》，增强队员相互交流，融洽会议气氛，丰富晚间空余时间。队歌同样为汇演节目之一。

同时，结合队伍成员文艺特长，本人征得部分队员同意后安排了多种形式的节目。如钢琴独奏、流行群舞、诙谐小品、轮滑表演及手语歌曲演绎等，此外本人负责汇演中古典舞的演出。每日例会后，组织有节目人物的队友进行排练，并在每项排练中全程监督，其后为自己负责的节目进行排练。

7月19日，本人连同文艺组成员张惠文前往后宅镇少年宫，拜访少年宫负责人，洽谈借用少年宫礼堂作为我队汇演用舞台事宜，受到少年宫负责人热情接待，并顺利得到同意。

7月23日，文艺汇演顺利完成。学生及我队队友表现出色，吸引少年宫内许多观众前来观看。

除文艺活动外，本人负责下乡活动中的摄影工作。下乡过程中，本人负责拍摄了建国六十周年变迁题材视频以及各项活动中的场景。

本次下乡活动在文艺汇演后到达尾声。本人通过亲身体验社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。同时通过社会实践，找出了自己的不足和差距。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十四**

七天，这一辈子都难忘的八天，在这七天里，有所体会，有所感悟。相信大家都不会忘记自己在这七天得到的关怀与鼓励，不会忘记自己在这七天曾给予的泪水和感动，也不会忘记那首一直鼓舞着我们的动人旋律!

在这，我祝福大家，愿你们永远平安快乐!

在校团委的组织下，7月17日—23日，湖北师范学院20\_\_年暑期“三下乡”社会实践活动服务队在刘仁八开展“勇当强国使命、共建和谐家园”为主题的系列活动。我很荣幸的参加了此次社会实践活动，而且我被分配到了我最喜欢的科技支农组。这次三下乡科技支农组，以“服务三农、加强学生社会适应能力、增强学生自我责任感”为主题，以“展现我校较强的科技实力，丰富广大学生的课余生活，反映农村、农民、农业现状，开阔在校大学生视野，巩固加强课本内容转化”为目的。

我们科技支农组只有2名队员，没有专业的指导老师，这要我压力更大，挑战更强、责任更重。因此，上网寻找大量农业科学技术方面知识，边查找资料，边认真学习，为准备宣传材料打下基础，我每天都6：30开始工作、加班到晚上11点。虽然辛苦，但很充实，收获也很多。很快五天的准备时间就过了，这五天来认认真真地准备，使我有了充分的资本去科技支农了，同时所有志愿者在这五天内互相帮助、真心交流、彼此沟通。而这五天美中不足的是效率太低，是用时间耗出来的。

盼望着早点下乡，今天终于实现了，真正的下乡社会实践活动自此开始啦。7月17日大早，我把行李装车、参加了启动仪式，坐着校车向刘仁八镇挺进。我和其他几个人在陈老师的带领下去挂横幅，当一条横幅在空中挂起时，心情无比激动，内心不停地颤抖，同时也为接下来挂横幅积累了经验。7月18日7：00我带着铁丝同大部队去刘仁八镇府前搞活动——法律宣讲组、科技支农组、义务家电维修组集中开展法律咨询、宣传材料发放、义务家电维修活动。支教助学组开始招生工作。下午我参观了红三军团旧址感受颇多，走进革命烈士居住的房子，感受着他们的艰苦朴素;看到革命烈士用过的刀枪、感受着他们奋勇杀敌、为国捐躯的情景。我们要珍惜现在的大好时光，从生活中的点点滴滴做起，积极为他人服务，为构建和谐社会贡献自己的力量。接下来的7月19日、7月20日、7月21日、7月22日是下乡访谈实录的日子，队友们互相帮助，互相鼓励，老师与队员同甘共苦，日子过的快且充实。7月23日，陈老师、我和其他七名队友去金科挂横幅、捐物品、访谈村民、发放资料、书籍、贴标语帮助其他组做调查，看完他们小学状况后，我不禁有种冲动——好好读书，以后多捐一点，尽自己所能。但也的是无奈。

想要说的只言片语是无法表达的了，回想着从开始到结束的一幅幅画面，眼泪与欢乐，艰苦与甘甜，酸甜苦辣，真可谓五位十色啊，无法用文字来表达，但也要留点什么才行，故写下这只言片语，以此留恋!

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十五**

短短七天的湖北师范学院20\_\_年暑期“三下乡”社会实践活动服务队在刘仁八的科技支农组社会实践活动结束了，我可谓受益匪浅，一方面通过调查掌握了刘仁八镇农村详实的资料，认识、了解了刘仁八镇农村的生活状况，另一方面也促进了课本知识向现实的生产力转化，加强了实践、动手能力。

针对刘仁八镇的当地实情，本服务队为当地果农解决了四件具体问题：

一、日常保健问题;

二、疾病预防问题;

三、病虫害治理和果园综合管理问题;

四、教育问题。

我的调查报告结果显示：10%的家庭年纯收入在1万元以下;65%的家庭年纯收入在1万——1.5万元;15%的家庭年纯收入在1.5万——2万元;5%的家庭年纯收入在2万元以上。这说明相当大部分农民生活还是不富裕的，相对富裕者也仅仅是一小部分。当地收入主要为外出打工，占家庭收入的90%，农作物种植、养殖仅占5%。对于种植业的增产，当地农民最需要的是更换新品种和水资源(因当地的技术落后，又因当地海拔1100多米，水资源十分匮乏)。由于当地在国家减免农业税，100%的农户是对国家的税收政策满意的。在对村干部的称职程度进行调查时，4%的村民说村干部不称职，90%的村民说一般、还算称职，只有6%的村民说很称职。

在肯定成绩的同时，我也应清醒地看到，在整个活动中，还有一些不尽人意之处，如活动地理条件的局限性，为活动的更大范围开展造成了极大不便，活动经费相对不足、宣传工作还有待进一步加强等。相信有了这次的实践经验为基础，我的“科技支农”在下次将会淋漓尽致地得以充分发挥其应有、应达到的作用和效果，从而扩大服务面和服务范围，以使的农民受益和更好地锻炼同学们各方面能力。

本次社会实践活动总体来说是比较成功的，产生了良好的效果，达到了预期的目的，对其进行认真回顾，总结其中成功的一些做法，作为我校今后学生社会实践工作中的经验加以借鉴和利用，推进学生动手能力的提高，但更吸取其中的教训，找出工作中的不足，这对我们以后的活动策划与组织工作更有裨益。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十六**

我是调研队的，虽然晒黑了很多，可是内心里永远装着很多幸福的事!翻开三下乡时写的十篇日记，每天都记着调研外出的幸福、感动，不能一一道来，只能写那些一辈子都不能相忘的事：你来，我觉很高兴

那个老人家写给我的这句话，我当珍宝似的保存起来。其实我一直在思考我们三下乡究竟能给当地带去什么，我们又真的能为当地做些什么。知道我们偶遇的那位老人家写给我这样的话：“你来，我觉很高兴!”我没有改一个字，虽然这句话有稍微的语病，但是这正是那个老人家内心最真实的话。老人家没上过学，但是他自学学会了认字。那天我们在路边吃午饭，老人家主动过来跟我们打招呼还领我们到他家做客。我不会讲客家话，他也听不懂普通话，我们靠纸和笔交流，我写一句，老人家写一句。我问老人家最大的心愿是什么，他写的是“你来，我觉很高兴!”。

这句话，我在三下乡开会的时候讲了两次，因为这句话，我意识到我们三下乡调研的意义何在，或许我们的调研报告对当地的作用真的不大，但是我们确确实实给当地的老人带去了很多东西。我也从来没想过我会给那里的老人带去欢乐，但是我真的做到了。我们以调研这种的独特方式告诉良田乡的老人，在社会上还有很多人在关心你们、在爱护你们，我们也要呼吁更多的有爱心的人：老人需要你们的关心!也明白了很多，或许你的一个无意之举也会给别人带来很多，所以时刻怀着一颗善心去对待周围的人，无论路边偶遇还是相伴一生的人!

一直想说一句话：“人间尚有真情在!”我跟这个老人家同样是如露萍偶遇，却详聊甚欢。他家的茶很浓很香，他们家的全家福大合照起码有百来人，这个老人很幸福，跟他聊他们家那些幸福的事，我也很幸福。他说他已经60多岁，却依然每天上山种橄榄，精神抖擞。我很幸福，以至于走的时候忘带了那把伞和牛奶，走了不远想起来的时候回去拿的时候，那位老人家已经把它们拿出来，还喊着“小伙子，你的伞和牛奶!”我只能用这句“人间尚有真情在!”来表达我内心的感动!

有这么一位老人，他独自站在良田乡的公路上，每天如此。他告诉我们他是看守这条公路的孤寡老人，老人说这是政府体恤他而给他的工作。我们问老人平时生活过得如何，他摇摇头，他说自己眼睛有毛病，平时看医生花的钱很多，从来没买过肉来吃。”大家都觉得心酸，是啊，这位老人以这样的语气跟我们诉说他惨淡的生活，而我们却做不了什么。仍然忘不了他望着我们时那双充满希望的眼，以及他孤独落寞地走在公路上的身影……

一路上，走了很多地方，见到很多人，然而总有那个四个小女孩会出现在我们调研队的周围，我们笑称那是pk带回来的野味。因为每一次她们都是追着pk哥的。不过也要感谢这四个小女生，因为她们让我第一次喝到了擂茶这种独特的东西。晓峰、培东、胡锴有一次回来兴奋地说他们喝到了擂茶，把我们这个调研队的人都气坏了，说他们竟然不叫他们。这是我第二次留在厨房做饭，我很无奈，我说：“不行，我也要喝擂茶!”我曾经幻想过，擂茶是不是某种很特别的茶叶?比铁观音、龙井还要浓郁香色?然而我错了，最后一天要走的时候，四个小女孩带来了擂茶，原来竟是纯白色的，如同牛奶那样纯洁。一问才知道，原来是用花生、薄荷来做的，真的很香。偶尔会想起那种独特的味道。

一路上，看到过很多青橄榄，也看过最无语的一句警示标语：“此处有暗器，请勿偷摘青橄榄!”当时把我和晓彤雷到了，笑晕了，在这里竟然也有江湖的!不过我们还是果断地偷摘了两个，罪过罪过，安拉真主原谅我们吧!

还有那间荒凉双水中学，现在也想不透那些笑声是从哪里来的，为什么雨停了他们小孩又全都消失不见了。莫非真的是鬼故事?哇啊啊哇啊啊!……

走在良田的山路上，还有很多故事，还有很多乐趣，还有很多幸福。少年与晓峰遗失了的的调研小毛巾，我们永远送给了良田乡的山山水水;12个调研队成员的笑声流淌在大山深处;我们的足迹也会在那片土地里生根发芽、开花结果;良田的大山啊，虽然我们回来了，但是有一样东西我们留给了你们——我们的心，但是我们也带回一份弥足珍贵的宝贝——一份真挚的友情!

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十七**

为了响应团省委、团市委关于“大学生暑期科技、文化、卫生三下乡“的号召，贯彻党的“xx大“精神，引导同学们深入学习领会党的“xx大“会议重要思想，继承和发扬五四爱国、进步、民主、科学的光荣传统，树立和落实科学发展观，把爱国热情和成长发展的强烈愿望转化为全面建设小康社会的实践行动，在实践中熟悉基层、了解国情、砥励品格、走进社会、服务社会、奉献社会、拓展素质。围绕“建设生态文明城市，建设和谐新农村“这一主题，结合我们大学生的特色和实际情况，到洒坪进行“生态文明城市建设“主题宣讲调研活动。

本次暑期“三下乡“社会实践活动得到了贵阳市委和学院领导的高度重视，于20xx年7月14日在贵阳学院举行了出征仪式，由团委办公室副主任龙浩、体育系刘慧老师带领的洒坪队到修文县洒坪乡进行为期一周的社会调研活动。

一、精心部署，全面策划

我们成立了三下乡服务队筹备小组，活动负责人在学习和参照学院往年社会实践工作的基础上，拓展新形式，增加新内容，实施新方法，确定下乡内容，邀请指导老师，制定周密、详细、可行的计划;并在全校选拔一批优秀的人员作为本次的活动成员，邀请了一些有经验的师兄师姐和指导老师作出发前一系列的培训和指导。从队长到队员，做好分工规划，层层落实，确保本次三下乡活动深入顺利地开展打下坚实的基础。

二、严格要求，保证质量

从今年的三月份开始，在学院党委的指示下，学院团委开始了对此次活动的各项工作进行了安排。我们分成文艺队、文化队、维修队、敬老队、慰问队、农科队、宣传队和医疗队八大服务队，负责“三下乡“活动各种方案的制订和实施。具体有“三下乡“社会实践基地与当地新闻媒体的联系，此次活动的服装、证件以及器材物品的准备，“三下乡“支教、医疗、维修、文艺汇演的节目设计和编排等与之相关工作。

为了保证高质量和精确的教学、科学的社会实践调查，在活动之前学院对下乡的队员进行严格的培训，包括支教、农科和宣传等方面，学院团委特别重视对队员的招聘和培训，除了进行常规性的面试，还进行一定的培训。为此次“三下乡“的教学工作的顺利开展提供了保障。

三、创新的思维，丰富的活动

学院制定了《建设生态文明城市宣讲提纲》，并结合各方面知识，在实践活动期间我们还进行了多种形式的教育宣讲活动，得到广大群众和学生的支持和配合。

四、实践出真知，收获成果累累，效果喜人

一周的社会实践，有汗水也有欢笑。我们自始至终围绕“建设生态文明城市，建设和谐新农村“这一主题为活动的指导思想，开展我们的活动，通过全体队员的共同努力我们达到了预期的计划。

(一)建设生态文明城市宣讲

针对生态文明城市的建设，我们从各个方面入手，将生态文明城市建设的思想、内容与宗旨传达到老百姓的生活中。主要方式有：

1、走乡串寨进行调研

我们将本次调研分为农村基础设施的建设、现代生态农业的发展和生态社会的建设三个大内容，在调研中将其好的实施方案和存在的问题均详细记录下来，并写了《贵阳学院暑期三下乡生态文明城市建设调研报告》，结束后我们将此报告交到乡政府一份，希望政府可以通过我们的调研进一步加强新农村建设，及时解决存在的问题。

2、以讲座的方式宣讲生态文明城市的建设。

在为期一周的下乡活动中，我队共举办了三次讲座来宣传生态文明城市的建设。一是针对中小学生，达到环保、节能从小做起的目的;二是针对普通村民，让其对生态文明城市建设有新的认识，从而重视身边的环境;三是面向村干部，将调研中发现的问题和亟待解决的问题传达到位，起到让干部做工作找好方向的作用。

3、与乡镇干部的座谈会

7月16日下午的座谈会主要围绕我队下乡调研中发现的问题和目前洒坪乡的发展展开。洒坪乡乡长文清武就洒坪的“三种三养“等特色农业进行了详细的讲解，并对我们的调研活动持以肯定态度，希望我院可以经常到洒坪举行类似的活动。

4、板报宣传

板报是一种直接、稳定、长期的宣传方式，我们到达洒坪后就对街头过期的板报清洗干净，将生态文明城市建设的相关内容书写出来，让过往的百姓都可以了解、熟悉生态文明。

(二)支教

支教是每年三下乡必不可少的内容之一。由于农村缺乏对中小学生艺术性课程的培养，我们针对这一现象，先后开设了美术课、音乐课、手工课、健美操课等;同时，对于中学的同学我们还进行了特别辅导，主要课程是数学和英语。由于活动多，时间短，仅支教4天，但效果很好。

(三)文艺汇演

7月16日上午，我们在洒坪小学的操场上举行了“贵阳学院生态文明城市宣讲文艺汇演“。演出节目丰富多彩，有搞笑t台秀，有我们将调研时的见闻编成的话剧，有集体合唱的《爽爽的贵阳》，还有洒坪小朋友表演的动感十足的街舞。在这次下乡活动中，我们对农村有了较为深入的了解，深切地感受到农村文艺也应丰富多彩。

(四)科技兴农

1、基地共建

7月14日，我们来到洒坪乡小坝村的农家书屋，将此次带来的农业书籍和光碟捐献出来，并对书屋的图书进行分类整理。小坝村的农家书屋是示范点，里面的图书种类齐全，并且全天对外开放，不但解决了一些农业生产中的困难，还丰富了中小学生的课余生活。

2、播放教育影片

影片是最能吸引人的宣传方式，我们每晚都播放一部教育影片，并在中间穿插一些生活常识，实现寓教于乐的目的。

此次“三下乡“实践活动的策划阶段，在院团委统一的部署和唐书记的指导和各领导的关心下，对我们三下乡服务队活动做了精心部署，并就如何把活动开展的有特色、有新意作了明确的指示。同时，实践活动自始至终都得到了学校领导的高度重视，这为此次“三下乡“实践活动的顺利举行奠定了坚实的基石。

本次社会实践活动，给生活在象牙塔中的我们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去“的真正涵义，磨练了我们的意志，也培养了大家理论运用与实际相结合的能力与团队合作的精神，希望更多大学生参与到这样的活动中来，用爱心来滋润青春，用热血来高歌青春，用行动来抒写青春。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十八**

今年我们三下乡的活动主题是：“盛世华诞传神州科学发展焕新风情拥青春献南澳共建和谐生态岛”!

我队名称为“共青团华南师范大学化学与环境学院委员会赴汕头南澳三下乡服务队”。共有学生23名，指导老师2名。时间共10天。

活动内容：预防流感宣传;建国六十周年宣传;食品安全卫生宣传;建国六十周年调研;南澳生态调研;支教;文艺汇演文化培训

10天的时间说起来是不常，一周多一点，但对我来说是却是难忘的一周加一点。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紧的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我们团队的效果会更上一层楼。但是，正是因为台风的来临，也看出了我队具有很强的应变能力。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，我们就像一个温暖的大家庭，师兄师姐带着在很多方面还没成熟的我们，教会我们许多做事方式和做人道理。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。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，证明自己三下乡不是白去的，只要自己认为在活动中有学到东西就足够了，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：

一、严遵纪律

对于一个组织而言，纪律是最重要的事情，是其能否生存的基本前提，可以说没有纪律就没有品格，没有忠诚、没有敬业、没有创造力、没有效率和合作，没有一切。对于我们来讲，在一定程度上是否遵守纪律反映了组员素质的高低，高素质的组员必然严格遵守纪律。我们要正确地认识纪律的重要性，严于律己，做有理想、有道德、守纪律的优秀队员。一个队伍如果没有一个严谨的纪律约束，人心就会涣散，组织就会瘫痪，就会变得难于管理，办事也会变得很困难。所以一个队伍不能没有纪律。

二、不轻言放弃

不要轻言放弃，坚持就能成功：抱定任何都不放弃的信念，即使在一片懊悔或叹息、宽容或指责的氛围中也要坚持。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在起，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。

四、不断的学习新知识

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。在一个合楷的气氛中开展活动，对人对已都有好处。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。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇十九**

今年我们三下乡的活动主题是：“盛世华诞传神州科学发展焕新风情拥青春献南澳共建和谐生态岛”!

我队名称为“共青团华南师范大学化学与环境学院委员会赴汕头南澳三下乡服务队”。共有学生23名，指导老师2名。时间共10天。

活动内容：预防流感宣传;建国六十周年宣传;食品安全卫生宣传;建国六十周年调研;南澳生态调研;支教;文艺汇演文化培训

10天的时间说起来是不常，一周多一点，但对我来说是却是难忘的一周加一点。从出队到结束的那一刻。我们团队的活动有条不紧的开展结束，要不是受到的台风的影响，我想我们团队的效果会更上一层楼。但是，正是因为台风的来临，也看出了我队具有很强的应变能力。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，我们就像一个温暖的大家庭，师兄师姐带着在很多方面还没成熟的我们，教会我们许多做事方式和做人道理。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。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，证明自己三下乡不是白去的，只要自己认为在活动中有学到东西就足够了，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：

一、严遵纪律

对于一个组织而言，纪律是最重要的事情，是其能否生存的基本前提，可以说没有纪律就没有品格，没有忠诚、没有敬业、没有创造力、没有效率和合作，没有一切。对于我们来讲，在一定程度上是否遵守纪律反映了组员素质的高低，高素质的组员必然严格遵守纪律。我们要正确地认识纪律的重要性，严于律己，做有理想、有道德、守纪律的优秀队员。一个队伍如果没有一个严谨的纪律约束，人心就会涣散，组织就会瘫痪，就会变得难于管理，办事也会变得很困难。所以一个队伍不能没有纪律。

二、不轻言放弃

不要轻言放弃，坚持就能成功：抱定任何都不放弃的信念，即使在一片懊悔或叹息、宽容或指责的氛围中也要坚持。

三、关心他人

以前都是有活动了大家在起，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。

四、不断的学习新知识

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。在一个合楷的气氛中开展活动，对人对已都有好处。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。

**暑期三下乡社会实践活动个人总结篇二十**

20xx年暑期，我院团委为了践行“八荣八耻”重要思想和“两会”精神，响应团中央、团省委关于积极组织大学生暑期社会实践活动的号召，结合我们化学与环境学院的专业特色，组建了华南师范大学化学与环境学院团委南澳三下乡队伍。

7月14日至7月23日，我院08团委三下乡队伍从广州出发到汕头南澳后宅县进行了为期10天的暑期社会实践“三下乡”活动，并受到了当地人民的热烈欢迎。队伍组织我们深入到农村、学校等社会生活的第一线，通过开展问卷调查，解答问题，到学校支教和文艺汇演，传达了科普知识和为人道理。并且组织了调研活动，以求得到科研成果。现总结汇报如下：

一、 作问卷调查，宣传“两会精神”，建国60周年，南澳大桥的建设，教育问题。

这期间，我们共做了3种问卷调查，内容涉及到建国60周年、南澳大桥建设、“两会精神”、教育问题。同时，我们还积极宣传中央的农村政策，把中央的精神带到广大农村，在市民心中留下深刻印象。

二、 与当地初中学生零距离交流，体验教学活动。

为了实现零距离接触，我们深入到南澳三中。一边给学生授课传授只是，一边与他们交流。在学校里，我们感受了当老师的艰辛，体会了当老师的不易;在交谈中，我们了解到了，当今中学生的观念与几年前的我们已经大不相同了，变得更加活泼，开朗，成熟了。

三、专注调研，实践创新

本次下乡活动的一大重要活动就是调研，为了取得较好的调研成果，队长还专门组织了调研部，走访南澳其它地方，采集海水样本，白石榴花样本，以供检测当地水质状况使用。

四、参观南澳总兵府，宣扬爱国主义。

今年是建国六十周年，祖国统一是每一个中国人的心愿，总兵府是当年郑成功的兵府，现在已成为当地一个著名的旅游景点，经过修复，当年的总兵府重现在眼前，瞻仰了郑成功像，想到他当年的英雄事迹，心中有一股催人前进的力量。今后定当要为祖国奉献出自己的一分力量。

五、举行文艺汇演，与学生一同欢笑。

在三下乡最后的一天，我们有幸地接到了当地少年宫的一个表演场馆，顺利地举办了一场文艺汇演，经过我们多天的努力排练，队员合唱，学生合唱，集体舞，单人舞，手语表演，电子钢琴独奏，环保时装，环保敲击乐器，大家在文艺汇演上，都尽情地施展着自己的才华，表现出自己的另一面。大家为台下的学生奉献了一场欢乐的汇演，随着文艺汇演的闭幕，本次三下乡实践活动也宣布到此结束了。

这次实践活动锻炼了我们，在实践中我们了解农村的现状，了解到社会的现状，开拓了我们的视野，使我们的能力有所提升了。特别是在处理问题方面的能力，事情总是多变的，特别是在本次下乡活动的组织过程中，遇到的困难重重，所幸我们的队长徐恬有着强大的出事能力，把重重困难一一化解。

后记：虽然我们的实践活动已经结束了，但我们将带着大学生的热情，用这次实践的所学，丰富和提升自己，创造更辉煌的未来。我们团队一共有23位成员，在活动结束后，大家彼此都有了很深入的了解并建立了深厚的友谊。对于我们的下乡队伍，和睦共处是本次活动之所以能顺利进行的最关键的因素。

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