# 2025大学生暑假三下乡实践报告优秀

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2025-02-04

*2024大学生暑假三下乡实践报告优秀3篇大学生暑假三下乡实践报告1一、实践目的为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，进一步接触社会，在以后生活和工作中很好地处理各方面的问题，我们怀着同样...*

2025大学生暑假三下乡实践报告优秀3篇

大学生暑假三下乡实践报告1

一、实践目的为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，进一步接触社会，在以后生活和工作中很好地处理各方面的问题，我们怀着同样的梦想参加了这次的暑期“三下乡”社会实践活动,在活动中我们近距离接触当地村民，深入农村,了解民情。并且在这个过程中，我们体会劳动，感受快乐，与队友共享劳动合作的成果。参加暑期“三下乡”，我真的感到很荣幸。虽然是短短的十几天，却是截然不同的体会。

这次我们去的是茂名高州市荷花镇高丰村高丰小学，我在这里开始了这个假期的社会实践。高丰小学，全校学生一百余人，共七名老师，六个教学班两幢教学楼房。高丰小学历史悠久，底蕴丰厚，人才辈出，是学生腾飞的摇篮，教师成长的沃野。学校曾拥有一支团结、实干、高素质的具有开拓精神的教师队伍，学校以“开发潜能、发展个性”为育人理念，培养了一批又一批优秀的学生。这个暑假，我们在这里挥洒汗水，绽放激情，为孩子们稚嫩的梦想埋下种子，浇灌色彩。

实践，一方面，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。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。

二、实践内容

三下乡已经结束已经一个月，回顾那段难忘的日子，我感慨良多，因为那里留给我们的不仅是感动，还有成长。生活对我如此慷慨，让我在付出一点点的时候却让我收获了很多，学会了很多为人处事的道理。而这些都是我人生不可缺少的财富。为了让我们“三下乡”这个品牌活动更出色，这次活动我们做了充分的准备，包括了以下内容

1、“欢乐学习，健康成长”的支教活动

这次活动中，我们以“欢乐学习，健康成长”为主题，根据当地实际教育情况，秉承一切为学生服务的理念，立足于学生的根本利益，着眼于提高学生的综合素质，根据学生的兴趣爱好与需求，开设了形式多样，内容丰富，主题鲜明的系列课程，通过灵活多样的形式组织趣味性教学，丰富中小学生的暑假文化生活。

2、“尊老敬老，健康养老”的养老调研活动

在这次“三下乡”活动中，我们还进行了以“粤西偏远地区养老保障问题的调查——以茂名市农村调研为例”为主题，以“尊老敬老，健康养老”为目的的养老调研活动。在暑假里，调研组的组员们顶着烈日穿过农田，走进农户，深入到农村老人的生活环境，了解农村老人的生活状态，探究农村老人存在的养老保障问题。为了更近一步了解情况，探索问题的答案，我们专门访问了村委会，借阅分析了与之相关的具体资料。并且，我们还到镇上的敬老院拜访敬老院里的老人家，了解他们在敬老院中的生活状况，存在的问题。这一次调研活动，我们深入基层、了解民情、反映民意，使自身公共事业管理专业的专业知识得到很好的运用，自身专业技能得到很好的提升。

3、特色系列活动

在三下乡中，除了支教活动和调研活动，还有那欢乐多多，趣味多多的特色系列活动。在特色系列活动中，活动组的组员们使出看家本领，组织了一场又一次的特色活动。在这里，我们举办了趣味运动会、手工艺作品展、文化栏建设、健康小体检、文艺晚会等特色活动。这些系列活动普及健康知识、传播传统文化、发扬运动精神，有助于提高学生对运动的兴趣、激发学生的学习思维、培养学生的文化素养和促进学生健康成长。同时，一系列的特色活动让队员之间相互帮助，合作共勉，拉近了相互之间的距离，增进了队员之间的友谊，增强了团队的集体凝聚力。并且，一次又一次的特色活动使得我们大学生与基层群众的正面交流和面对的困难和状况增加，这都锻炼我们的社交能力、问题处理能力、独立能力，使我们在“三下乡“这段路途中更加认清自我，锻炼自我，提高自我。

三、实践结果和感想

我在三下乡中主要参加的是养老调研活动，对外活动比较频繁，因而对这里的老人家，对团队合作的体会较为深刻。

综合这十几天的调查结果发现，在村子里的老人家多是儿女出外打工，自己跟孙儿女留守在家的空巢老人。平日里，老人们的生活比较单调乏味，多是在家带孙子孙女、照顾农田菜园、聊聊天、看看电视等等。在身体健康方面，老人家常有的疾病有糖尿病、高血压、骨质增生、腰间盆突出、白内障等等。每当犯病的时候，家中有子女的老人会选择去医院看病，用新农合报销医药费。而家中无子女又要忙农活，带孙子的老人只能自己硬撑或到村中的卫生站进行简单医治。至于新型农村合作医疗制度，村中98%的老人都有买到农村合作医疗，得到医疗制度上的保障。但是由于老人本身的节俭、迷信观念较为浓重，某些老人家会觉得花钱治病是一种不划算、不节俭的行为。因此这样而导致有些老人不能及时就医而耽误了病情。

在十几天的调查过程中，我们接触了村子里形形色色的老人家，看到他们的生活环境，触摸到他们被年月冲刷的沧桑白发和枯枝朽木般的手掌。我们渐渐发现，有时候老人家的想法其实很简单。他们只希望，在白发苍苍之时，还有能力去打理自己的日常生活，身体尚且健康能干，不给儿女添麻烦，自己的儿孙身体健康，生活如意。老人家的愿望就是那么简单，不过有时候，生活又是那么的会捉弄人。在老人在人生这条路逐渐往下走的时候，他们会看见很多东西，遇到很多不堪回首的事情。这些也许是贫穷，也许是病痛，也许是亲人离异，也许是天灾人祸，而我们能做的就只能是找出这个地区的老人的养老问题，综合各方的想法，向他们提出一些建议，或想出一些解决的办法。可是无论如何，幸福的人各有各的相似，不幸的人各有各的不同。在中国二元化社会盛行发展的今天，农村的老年问题也愈发显得重要起来。我希望这里的老人家可以尽快解决这些养老问题，我更希望会有更多的人去关注农村老人这个弱势群体，去帮助他们解决问题。

与此同时，我还能深深体会到的就是队友们的团体合作精神值得我们每一个人去骄傲。不管是支教，是调研，还是大大小小的活动，我们都离不开队友之间相互讨论，衡量轻重的过程。在这里，我们所做的每一件事情强调的是“我们”，而不是“我”。在陌生的地方，遇见陌生的人，听到陌生的话，我们总会碰到很多挑战和困难。但是，不管怎样，每当我们整个团队38个人的智慧凝聚在一起，我们的力量拧成一股绳子，任何问题都可以迎刃而解。团结合作，相互扶持，解决困难，这是我们整个“三下乡”的主旋律。

这次的社会实践活动，我从每个接触到的人，碰到过的事上学会了很多书本上无法获得的知识，也积累了不少社会经验。“书上得来终觉浅，绝知此事要弓行”，实践，就是要自己亲身去体会，去思考，去把握，才能够有所收获，有所感悟。这一次的实践活动，对我而言，更像是上映了一场十几天的电影。我从这场电影里尝到了甜酸苦辣，也懂得了甜与苦，酸与辣之间可以转换的介质需要自己去掌握。这不仅是一次实践，更是一场经历，是我一生的财富。

四、结束语

一次活动，一个过程，一段难忘的记忆。我想我们的每个队员在这次活动中都有不少的收获。无限的过去，都以现在为归宿;无限的未来，都以现在为起点。现在，对我而言，这也将是我人生的另一个起点，在这里，我将怀揣着这一段美好的记忆，带着感动与思考起程，去探索更加广阔的生命长河，投身于以后的工作建设中去!这次实践活动的时间虽短，但它留给我们的启迪却是深刻而长远的，是我们人生道路上坚实的一步。我通过积极参加社会实践活动，认识了社会，认识到自己的社会位置，明确了自己的历史使命，激发了自己的学习热情，我会不断地调整活和完善自己的知识结构，战胜前进道路上的各种挫折，锻炼自己的意志和毅力，为适应今后的工作做好准备。我们是是青年大学生，是社会未来的建设者，让我们积极走出象牙塔，到社会基层中去，了解国情，服务社会吧。

大学生暑假三下乡实践报告2

青春朝气的我们，渴望有一片天地，能够挥洒热情与汗水，播种希望的种子!激情澎湃的我们，渴望有一片天地，能够传播文化和知识，绽放爱心的花朵!

盛夏的骄阳燃烧着我们的热情，一年一度的大学生“三下乡”社会实践活动一如既往地顺势进行。xx年7月10日，我们背上行囊，踏上“三下乡”的征程，进行了为期一周的实践活动，在这短短的时间里，我们把爱心付诸行动，汇聚出不凡力量，在实践中奉献，在奉献中成长，在成长中进步。

树立服务信念

做好工作准备

能够担任我们学院的重点团队之一的主要负责人，这让我感到十分任重而道远，毕竟是第一次带领团队参加三下乡实践活动。团队组织得是否得当，工作分配是否合理，还有住食问题、安全问题等都是我们队长要考虑的。因为怕自己无法胜任这个职位，自信心起初当然会受到一定的打击。为了能够让这次的活动做到尽善尽美，在出发前，我对所有的队员做了思想工作——必须特别能吃苦，特别能贡献，在服务大众的同时，培养自身的社会实践能力。并且让各个队员做好准备工作和工作展望。准备工作如期进行，大家都有了大概的工作理念。自然地，充分的工作准备，不仅给予了我极大的自信心，而且还使工作顺利地展开。

调研调民生

听聆听民声

万事开头难。调研工作在开始阶段通常是十分困难的，于是我一边跟踪调研队的进展，一边针对发生的问题提出建议和意见，让其他队员明确工作方向。通过与源水村村委会的座谈会以及实地的问卷调查和走访村民，我们发现阻碍幸福源水建设的因素主要有以下几点：出村道路狭窄，农作物运不出村、耕地面积广阔，灌溉水源不足、无牌农药厂排污，影响源水空气。看到调研队的工作能够顺利开展，看到村民们能够与队员相处和谐，沟通融洽，真是令我们这次三下乡增添了不少色彩，也是我乐意看到的一派景象。

接下来，要数是跟进支教组的工作了。支教组的工作虽然有一点小意外，但总体上还是如我所愿地按计划进行。学生们是活泼的，是可爱的，是纯真的，虽然我不是支教组的一员，但是我如同训导主任一般，监督老师工作，看管学生纪律。慢慢地，学生们与我结下了深厚的友谊。即使我没有跟他们上过一节课，他们也对我叫道：“李老师，您好!”听到这句话，我的心甜滋滋的，这是第一次真真正正地感觉到我是一名老师。也由于这个原因，我更加积极地筹办在活动最后一天的游园活动和文艺晚会。在队员们的共同努力下，游园活动和文艺晚会最终能够成功举办，而且还得到了村委会和学校领导的好评。

在此次三下乡活动中，每一个人都是团队不可或缺的一分子。另外，作为一名负责人，除了协调好各小组的工作，协调好队员与队员的沟通也是尤为重要的，这能大大提高团队的凝聚力，所以我前后组织了三次的队员内部联谊活动。队员们由陌生到熟悉，由熟悉到不分你我。团结互助，和谐相处，这种融洽的气氛弥漫着整个三下乡活动。在队员的说笑声中，我感觉到，队员的心已经紧密地相连。

在这次三下乡实践中，我的工作给予我了我极大的挑战，通过这次的挑战，我得到了与别人不一样的收获：实践经验、出世之道、服务大众、顾全大局……

大学生暑假三下乡实践报告3

“无论是否有人陪伴，今年我会带队下乡。”一句坚定的话语犹如誓言在队长的耳边荡漾，化为一股强大的力量，激励她跨过每个坎坷，相信“柳暗花明又一村”的桃源美景在路的彼岸。

招兵买马、凝聚团队、组织版块工作、开展实践活动、媒体报道、整理后期资料…….一路走来，任务堆积如山，却迎刃而解。这就是队长，作为团队的核心，凭借坚韧的意志而长风破浪，直挂云帆济沧海。

三下乡前奏：冰冻三尺，非一日之寒

暑期三下乡实践活动是华南师范大学的一项品牌活动，有助于大学生走进基层，立足本职，将理论运用于实践，用实践检验理论，发扬探索真知的精神，也有助于大学生秉承一颗服务爱心，走进乡村，爱心支教，认真调研，开展各种各样的服务活动，传承志愿者乐于服务，传播微爱的优秀品质。

“有信念、有梦想、有奋斗、有奉献的人生，才是有意义的人生。”习总书记的五四讲话鼓励青年争做开拓者和奉献者，立足本职，理论与实践相并重。华南师范大学政行伦研赴汕头潮南服务积极筹备三下乡工作，为圆服务爱心之梦而执着前行，在实践与服务中绽放青年魅力。

3月，春色温和，萦绕人心。但却有人春思忧愁，心中有一份思念与冲动，却蕴含点滴的害怕。“我要再次参与下乡吗?”队长在苦苦地思索，“尝试带队下乡，会磨练你，是一个很好的机会。”另一个声音却在她的心中呼唤。春风又绿江南岸，不及下乡重于泰山。“今年，我会带队下乡。”信誓旦旦，引起连绵不断的热情;领航下乡，抒写青春篇章;执着前行，构筑五彩青年梦。

4月，雨纷纷，心相牵。招兵买马，组织团队，是三下乡的开幕。网络是信息传播最快速的媒介，是招募队员的途径。微博、微信、qq、q群一轮又一轮的“空炸”，引起他们的关注，引起他们对下乡的渴望与好奇。面试那一天，“你为什么选择下乡?”、“你的调研能力如何?有没有调研经历?”……一个又一个问题，检验面试者的智慧与能力，考验他们对爱心服务的认知。挑选千里马，需要队长的韬光养晦。汇聚25个不同学院的专业人才，加入伦研服务队;汇聚25股奇异力量，扬帆起航，绮梦七月。

5月，立夏开启，蝉鸣烦心。找实践学校是一个艰辛的开始，撰写申报书是筹备资金的关键。寻找学校，正如顾城言：“黑夜给了我的黑色眼睛，我却用它寻找光明。”当安全与实践活动发生冲突之际，作为教育局，首先选择安全。“暑期让学生回学校，谁保证他们的安全呢?”、“开展实践活动是好事，但可以换个时间吗?作为校长，我担忧学生出行安全。”......清远、从化、梅州等市级教育局的拒绝，队长的眼前，瞬时呈现一片黑暗，纠结是否要放弃，却用黑夜给予的眼睛，寻找前行的曙光。善于把握机遇，创造另一个奇迹。“溪中欢迎你们!”一句热情回应，扫除队长心中的紧张与忧愁，燃起前行的希望。一缕绿光，预示梦想续航;一个机遇，激起前进勇气;一句应求，支撑累垮身子。而撰写申报书也紧锣密鼓地进行着。主题、活动特色、文笔、排版、时间等是一种挑战，“核心—合作”方式是完成任务的关键。在队长的带领下，借鉴前人成果，几个晚上奋斗，几个骨干的努力，申报书顺利完工。当校立项成功那一刻，队长欣然地流下泪水，与队员深情拥抱。一滴滴泪水，代表着一种甘甜，流淌在每个队员的心房。

6月，炎日拷打，心向潮南。组织工作，开展版块活动，是下乡前期必不可少的任务。此时，队长成为通讯员，督促各项工作有条不紊地进行;队长也是心理老师，舒缓队员学习与筹备下乡工作的双重压力。一个又一个通知，提醒队员在忙碌的过程中不要遗忘下乡;一个又一个培训活动，锻炼队员灵活处事能力，提高团队的凝聚力;一个又一个会议，总结工作，点出错误，增强士气。随着考试的号角销声匿迹，心向潮南成为现实，心涌动更强的奉献浪潮。

三下乡进行曲：路漫漫而修远，吾将上下而求索

骄阳似火，阻挡不了队长领航的决心;路途遥远，减退不了队长执梦的毅力;多重意外，击败不了队长前进的勇敢。他们，织梦已久，等待远赴潮汕圆梦;他们，花开不败，等待实践求真知;他们，心系溪中，等待勾勒奇妙的蓝图。

7月13日，华南师范大学政行伦研赴汕头潮南服务以“行志愿服务以树人，践青春使命以修德”为主题，于广东省汕头市潮南区司马浦镇溪美朱初级中学开展为期七天的志愿服务活动。伦研服务队开展支教、调研、文宣等特色活动，于学生，开阔眼界，体验创新教育模式;于老人，使农村养老需求得到社会支持回应，构建老人的“理想国”;于村民，满足村民的娱乐文化需求，更关注社会发展，推动农村精神文明建设。

好的开头便是成功的一半，唯妙的旋律便是引人注目的始端，各方的真心付出更是活动顺利进行的必要条件。学校领导密切关注团队的需求与及时提供各种各样的帮助;带队老师全程紧跟队伍，进行专业指导;孩子，从陌生到熟络，从羞涩到勇敢;队友肩负责任，尽心尽力地展现自己的才华，活跃各种活动;而攸关重要的是，队长有效指导，才助于各版块活动如荼如火地进行。

一个青春舞台，一个逐梦背影;一个关键时刻，一份用心付出;一个重要机会，一颗且行且珍惜之心;一片蓝天，一个智勇双全女孩。她是团队前行的灵魂，她是活动的指挥者;她是队员的支柱。这就是默默无闻地付出，忍受所有苦乐的队长。

支教舞台上，她以流利口才、博学见识受到孩子们的赞扬与敬佩;融进自己的亲身经历实践创新教学模式，让学生体验读书其实是读生活，学会生存技能，获取人生真谛。调研活动中，她积极穿梭古巷小道，物色调研对象;耐心指导调研工作开展，如：数据录入、访谈技巧、后期撰写报告切入口等。宣传平台上，由于宣传版块缺少主干，她主动担起媒体报道重任，修改稿子、投稿、发微博成为每晚工作，多少次熬夜，没有任何抱怨。文娱汇演上，她化为汇演负责人，凭借威严和权势指导彩排，尽职尽责地严格要求各个表演。与学校领导洽谈，队长的稳重与尽责赢得校领导的赞扬……于学校领导，她尽心回报，通过捐助与赠送，表达团队的感恩之心;于孩子，她虚心温暖，每天叮嘱班主任注意孩子的出入安全和心理问题;于队友，她热情帮助，善于解决各种疑难问题;于自我，她严格要求，每天做到，同时任何时候，将团队利益放在首位。

志愿七月，邂逅潮南;尤美时光，传播微爱。7月21日，伦研服务队踏上回归的征程。一路上，孩子依依不舍的脸孔，送别之际的泪水荡漾在队员脑海里;一路上，熟悉的路途风景，阻碍不了七天的思念之情。

依队长而言，七天犹如七年，度日如年。七天的意义，不仅仅在于行志愿服务，奉献爱心，而是一次重要成长，一次深刻磨练，组织与凝聚团队、策划与开展活动、与上级交流、关心各个队友;志存高远的目标、未雨绸缪的规划、雷厉风行的干劲、善始善终的处事成为队长领航的葵花宝典。

三下乡尾曲：此时无声胜有声

回到原点，一切在继续。心仍怀念那些日子、记挂那些事、思念那些人，但三下乡工作却没有因实践活动结束而华丽丽地落幕。悠闲的时光，恰逢懒人滋生之时，而队长却要克服懒惰，忍受享受，保持清醒头脑，合理地分配任务和完成工作。

8月，远离\*，心系工作。队员各自回家，没有朝夕相处，没有面对面交流，唯有通过网络、手机等媒介进行工作上沟通、情感上慰问。下乡尾曲仍在平淡的时光中进行着，团队资料整理、评优工作等陆续进行，打破本来无拘无束地享乐的幻想。

韩愈言：“万山磅礴必有主峰，龙衮九章但挚一领。”做事情需要抓住关键，才能更进一步迈向成功。在三下乡评优中，媒体报道与调研报告是加分的重要项目。因而，一次又一次撰写、修改与投稿件，队长每天如一日坚持，而稿件陆陆续续地被发表在不同网站仿佛一股无形力量，促使她更加努力，更加积极付出;调研报告的撰写难上加难，思考主题、查阅与总结文献、计划框架、细致分析访谈稿……对于一个“一帯二”的调研小组来说，是一项艰巨任务，她主动参与其中，勤勤恳恳，一丝不苟，认真指导;其他的任务，如：队伍总结、版块总结、汇报会、心得体会、图片收集等，都需要她一一分配，同时，做好监督工作，保证任务高效率与高质量的完成。

后期资料整理工作虽然不多，也不会耗费时间，但在孤身一人的情况下，难以激起勤恳工作的心绪，考验强人意志。由此，她一直坚持做到的宗旨，在娱乐中不忘工作，在游玩中不忘监督各个队员，在迷途中仍保持理性与智慧。强人意志鞭策她超越现实局限和虚无，用强人的力量，创造一种新价值观，达到超越自我、完善自我的境界。

“欧洲战神”拿破仑曾言：“一只狮子率领一群绵羊的队伍，可以打败由一只绵羊带领一群狮子的部队。”由此可见，一个优秀指挥官，可以将一支平庸的队伍调教成富有战斗力的队伍。而三下乡三部曲也恰如其分地反映一个优秀的队长，对于团队来说，是至关重要，乃至是一个形影不离的灵魂。同时，无论何种情况下，在优秀队长带领下，团队的坚强勇气、屹立不倒的信心都能击败再强大的对手。

三下乡轮船，她作为掌舵者，启航前行;三下乡兵团，她作为主帅，率兵突破重围;三下乡之旅，她作为导游，领略各种人文趣事。她，一名平凡的队长，却创造一个又一个惊人的奇迹;她，一名略沉稳的队长，却领航24个队员，行志愿服务，践青春使命，圆下乡之梦。

六个月，她的执着，筑起24个青年梦;七天，她的领航，筑起孩子五彩梦，构筑老人理想国。诗言：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，队长的宝剑锋可以磨练一把一把锐利的刀刃，队长的梅花香可以令人心旷神怡、默然欢乐。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！