

2023年你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会(精选6篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇一

在这个美丽的夏天，我来到了位于山西省太原市的燕子岛。远处的太行山脉倒映在湖面上，形成一幅天然的画卷。我不禁感叹大自然的鬼斧神工。漫步在燕子岛上，我随手拍下一张燕子飞舞的照片。在一次机缘巧合下，我偶然和一只名叫「你好燕子」的萌态燕子结识了。

第二段：与燕子的友谊

「你好燕子」是一只活泼可爱的燕子，全身长满了柔软的绒毛，翅膀轻轻扇动，像是在向我打招呼一样。我没有抗拒它亲近的举动，轻轻拍打了几下手，「你好燕子」使用它那密集的翅膀在我头上游走。我非常高兴，摸摸它的绒毛，然后又拿出手机和它合影留念。这时，「你好燕子」对我发出一连串婉转的鸣叫声，仿佛是对我们友谊的证明。

第三段：燕子的智慧与勇气

在与「你好燕子」熟络之后，我对它的聪明才智感到了惊讶。无论是小花蝴蝶还是小青蛙，只要靠近它，它就会迅速地射出它那锋利的喙将其抓住，然后猛地一甩送进自己的小巢里。我立刻想到，在中国古代，有很多人友谊中流传着「燕子知

己少」的话语，也不无道理。除了聪明之外，「你好燕子」在遇到危险时也表现出了非常勇敢的一面。一次，当我和它一起在海边散步时，突然起了大风，海浪拍击着崖壁，情况十分危险。我心生恐惧准备返回酒店，却发现「你好燕子」仍然在扑腾着翅膀，试图向事先飞翔，我心中窃喜，顺利地躲过了海风的侵扰。

第四段：燕子带给我的快乐

与「你好燕子」的相识与相处，为我的旅途增添了无数的快乐。每天早晨，它总是在阳光的照耀下亲热地飞往我的窗前，为我带来生活的美好。在我迷茫时，它也会在我身旁轻轻地讲述自己的故事，让我从中得到灵感和启迪。更让我感动的是，在最后一天告别的时候，「你好燕子」竟然飞到了我肩头，似乎在告诉我永别时光的安详。

第五段：友谊永恒

与「你好燕子」的相遇、相识并没有让我过于沉迷，相反地，它让我懂得了友谊的珍贵。友谊就像一缕微风，时而在心中轻舞，时而在生活中荡漾。虽然与「你好燕子」的友谊只是短暂的相遇，但这份友谊对我来说却意义重大，它让我明白了真正的友情不在于长短，而在于心灵的契合，以及相互带给彼此的快乐和温暖。友谊的温馨像花朵般绽放在心间，带给我甜蜜和难以忘怀的回忆。

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇二

刚刚步入大学，我便迎来了大学生活的第一课——军训。这几天，在风风雨雨中度过的军训生活，让我尝到了军训的苦，却也感受到了军训的乐。

苦，是军训必须的。无论是立在太阳下，还是进行在风雨中，全身都充满了劲儿，每一个动作都要做的标准，每一声口号

都要喊的响亮，喊出我们团队的气势，喊出我们军人的风采。训练使休息了近三个月的我的胳膊、腿疼痛难忍，脚底板发麻，汗水浸透了我的短衫，但是我们仍然坚持着。“服从命令是军人的天职”，此时此刻，我们最该做的就是刻苦训练，无论有多难，也不管有多苦。

苦尽甘来，乐便是军训中最大的收获。集体坐在操场上，围在教官身边，大家挨个表演自己最拿手的节目，一阵阵掌声，一声声欢呼，每个人的脸上洋溢着的都是最灿烂的笑容，尽情的享受着全身放松的感觉。和大家在一起，闹的就是个开心，玩的就是个高兴。暂时休息的乐，军训生活给我最大的乐就是：和军人在一起，进行军队的训练，增强了我们的体能，更让我们拥有了军人的气质，拥有了军人不畏艰难、勇往直前，刚强、坚毅的性格，让我们这支队伍充满了不可战胜的力量。

军训生活，充满了酸甜苦辣，人生中军训的机会不多，让我们珍惜此刻，去体验军训的苦，去感悟军训的乐吧！

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇三

近年来，“老兵你好”这个词汇在社交媒体上频频出现，引起了广泛的讨论和热议。这个简短的问候不仅传递着对退伍军人的敬意和关心，更意味着社会对老兵事业的关注和支持。作为一个年轻人，我深受启发，通过参与一些志愿者活动和与退伍军人的交流，我积累了关于“老兵你好”的一些心得体会。

首先，要真正了解老兵的心理需求。退伍军人是一个特殊的群体，他们经历了战争的洗礼和创伤，肩负着保家卫国的重任。许多老兵在退伍之后，面临着心理上的困扰和适应新环境的挑战。因此，我们应该理解老兵的心理需求，给予他们关心和鼓励。可以通过组织心理辅导，开设心理康复课程等

方式，帮助他们排解压力，缓解焦虑和抑郁情绪。同时，社会也应该加大对退伍军人心理健康的研究和关注，为他们提供更好的服务和帮助。

其次，重视老兵的就业问题。退伍军人经历了多年的军旅生涯，积累了丰富的军事技能和经验。然而，当他们回到社会之后，由于文化背景和工作经验的差异，很多老兵面临着就业问题。政府和社会应该积极出台相关政策，提供更多的就业机会和培训资源，鼓励企业给予退伍军人更多的机会。此外，我们也可以通过专门的招聘会、就业指导 and 人力资源服务等方式，帮助老兵解决就业问题，使他们能够顺利过渡到平民生活。

再次，加强对老兵的关爱和照顾。由于长期的军旅生活和战争的创伤，许多老兵面临着身体上的健康问题。为了给予他们更好的照顾，我们应该加强医疗保障和健康服务，提供优质的医疗资源和专业的护理人员。此外，建立老兵疗养院和康复中心，为他们提供全方位的康复服务，帮助他们恢复身体和重建信心。同时，我们也要不断加强老兵的家庭救助工作，关心他们家庭的生活和发展。通过多种形式的关爱和照顾，让老兵感受到社会对他们的关心和支持。

最后，弘扬老兵精神。退伍军人以其无私的奉献精神和坚强的意志品质成为社会的楷模和榜样。我们应该向他们学习，传承和弘扬老兵精神。不仅是军人，每个人都应该明白责任和担当，并积极参与到建设祖国的事业中。只有通过自己的努力和付出，才能形成良好的社会风气和氛围。同时，社会也应该加强对青年人的教育和引导，让更多的年轻人关注退伍军人的事业，用行动支持他们，为社会增添正能量。

在我看来，“老兵你好”不仅是个简单的问候，更代表了对退伍军人的关心和支持。短短的几个字里蕴含了社会对老兵事业的关注和承诺。作为一个年轻人，我们应该深入了解退伍军人的需求，从各个方面给予他们帮助和支持。只有通过

社会的关心和努力，才能让退伍军人过上安稳、幸福的晚年生活，真正实现“老兵你好”的殊荣。

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇四

多少次地球轨道上庄严地漂浮着五星红旗，多少次南极洲上骄傲地飘扬着五星红旗，多少次身着五星红旗的“蛟龙号”在幽蓝的海水中恣意畅游！

那一面面红旗飘在我心中，那一个个画面指引着我向梦想前进。

记得，有一年在得知“嫦娥二号”将要升空的消息后，我兴奋得难以入眠，躺在床上辗转反侧，嗨！月球上终于要插上五星红旗了！

第二天，我早早地做完了作业，守在电视机前，等待着“‘嫦娥二号’升空”直播节目的开始。

“十、九、八……三、二、一”

“点火！发射！”

刹那间，我的心里与千千万万华夏儿女一样，不由然地升腾起对祖国的无限敬意。

不久之后，登月成功，看着“玉兔”带着五星红旗从着陆器上缓缓地驶向那片未知的土地，我深深震撼了。

那一刻，我梦想着有朝一日让宇宙飞船划破戈壁长空，在浩瀚的苍穹上俯瞰美丽的地球；梦想着像翟志刚一样在太空中漫步，感受失重飘飞的感觉；梦想着去探索奥妙无穷的宇宙，去看看闪烁的星星是否如钻石般闪耀。

从那时起，一颗从小萌芽的种子，在我的心中扎下了深根。

平日里，我如饥似渴地翻阅着一本本书籍，《牛顿到爱因斯坦》《时间简史》《纳米世界》《果壳中的宇宙》……一本本生涩难懂的科普书籍硬是被我啃下来。

在学校里，我积极参加各种各样丰富多彩的活动。其中，我最喜欢的是参加“科技节”活动了。

记得有一年科技节，我报名参加制作降落伞的比赛——让鸡蛋从三层楼的高度安全地返回地面，我和爸爸绞尽了脑汁想出了“好办法”，我们用大垃圾袋做成了一个兜子，模仿飞机空投物资的大伞。

“三、二、一！”放！大伞忽的直冲下去。

“老爸！成功了吗？”，爸爸在楼下耸了耸肩，向我摇了摇头。

“会不会是少了伞？”我与爸爸激烈地讨论着，决定再增加两个伞，我满心欢喜地抛了下去，可是柔弱的鸡蛋又碎了。于是，我失望了、气馁了，把所有材料弃之一隅，决定不参加这个比赛。

到晚上，我百无聊赖地打开电视，转到我爱看的“科教频道”，“科教频道”正在重播“神州十号”飞船升空的画面。只见火箭底下的熊熊火焰与那滚滚浓烟交织在一起，如同一只腾云驾雾的巨龙飞上云霄。又一面五星红旗飞上天了，祖国的航天事业又更上一层楼了，多么震撼人心，多么鼓舞士气啊！

我为之一振，想起了我曾经的梦想。于是，我暗暗下定决心，决定重振旗鼓，将这次的降落伞比赛进行到底！

我重新设计了一种全新的降落伞——由三个充满气的密封袋

子组成。我抱着希望，小心翼翼地试了一遍，出乎我的意料，竟然成功了。于是，我带着这张“王牌利器”参加了比赛，皇天不负有心人，我荣获了第一名的好成绩。

也许在追逐梦想的途中荆棘丛生，在探索未知的路上步履蹒跚，但胸前的红领巾在指引着我，飘扬的五星红旗在激励着我，日益腾飞的祖国在鞭策着我！

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇五

作为一个参与学生先锋队活动的成员，我深深体会到了先锋精神的重要性。在参加学生先锋队的过程中，我收获了很多，让我更加明白了先锋队员的职责以及心得体会。在此，我想和大家分享我的心得体会。本篇文章主题为“你好 先锋心得体会”。

第一段：认识先锋队员

作为一名先锋队员，我们首先要学会的是纪律性。我们不仅要遵守校规，还需要遵守队员规定，为社会树立一个合格的榜样。我们要注意自己的言行举止，努力做到进一步的优秀，以此获得大家的尊重。

第二段：先锋队的使命

在学生先锋队中，我们要传递一种精神，即先锋精神。这种精神不仅是在我们学生的成长过程中派上用场的，更是未来社会对于我们的期望。我们应该选择正确的行为，做出正确的选择，发扬先锋精神，在将来的社会中不负众望。

第三段：先锋队的组织生活

除了个人素质的提高之外，学生先锋队还要有组织生活。组织生活包括一些入队仪式如宣誓，交流、学习、接受调查等。

其中，学习有助于我们了解先锋队员的职责，接受调查则是更好地了解了市民的信仰和期望。而会议交流则是锤炼自己的组织能力以及沟通能力。

第四段：参与先锋活动

学生先锋队员不仅要有组织生活，还应该积极参加各种活动。活动包括志愿服务活动、助学活动、校外拓展活动等。通过积极参与各种先锋活动，我们能够不但为社会做出一份贡献，同时也让自己更好地成长。

第五段：总结先锋体验

我参加学生先锋队的体验，让我改变了许多。我体会到了先锋精神的重要性，更加认识到了自己的职责和责任。在这些活动中，我结交了新朋友，开阔了我们的眼界。我相信，只要坚持先锋精神，我们的路还会越走越远，未来也会越来越美好。

结尾：

学生先锋队的学习和生活，让我过程中不断获得贡献与成长。其中的先锋精神更是我必须铭记的信仰。希望我们每一个学生可以共同发扬先锋精神，创造出更加美好的社会。

你好张桂梅心得体会 你好燕子心得体会篇六

在拍摄《你好，李焕英》的时候，看到屏幕里的“妈妈”埋头割水稻，贾玲突然红了眼眶，眼泪很快地流下来了，在晶莹的泪光中，仿佛看见年轻时候的妈妈劳作的身影，那时的她也一直这么辛苦吧。可惜我再也不能和她相见了！

1982年，贾玲出生于湖北襄阳的一个小山村，上面有一个大她5岁的姐姐，父母是当地化肥厂的工人，一家四口的生活比

较清贫。

妈妈李焕英善良、活泼，会和闺蜜一起逃学，见到喜欢的人心里会小鹿乱撞。结婚以后她就把心思放到操持家庭上，过日子有点“抠”，不舍得花钱。

她舍不得买冰箱，总是吃快要化了的雪糕，就连丈夫想给她买“隔壁李婶儿的皮大衣”，她很喜欢却说“我不要”。

贾玲印象最深刻的是妈妈一直有一个特别大的执念，就是不让两个女儿做家务，她妈妈觉得女孩做了家务以后，未来会去婆家一直做家务。

但是，一个意外的发生，小时候吹过的牛再也无法完整兑现，成为贾玲一生的遗憾。

2000年，高中毕业后的贾玲来到北京报考北京电影学院，失败后她留在北京备考中央戏剧学院。

她用当服务员赚来的钱给父母各自买了一件皮大衣，给爸爸那件刚好合适，给妈妈的那件绿皮衣却小了一码。

2001年，贾玲和姐姐贾丹同时考上了大学，姐姐把上大学的机会让给了妹妹，选择了去工作。当时贾丹一个月只有800块工资，拿出500块支持妹妹读书。

女儿上学需要一大笔学费，贾玲的父母就利用周末的时间去割稻草补贴家用。

几个月后，贾玲前往北京报到，也带上那件绿皮衣去更换，让她意料不到的事发生了。刚入学一个月，贾玲接到了姐姐打来的电话，说妈妈出了很严重的事，让她马上回来。

贾玲一下子蒙了，马上买了回家的火车票，她在拥挤的火车

上到处找人借电话打回家了解情况，后来有一个好心人愿意借给她，贾玲跪下感谢。

她不敢直接打给姐姐，因为害怕听到不好的消息，从三哥口中获悉妈妈真的不在了，贾玲瞬间哭成泪人。在人来人往的车厢连接处，贾玲无助地一直在哭，她怎么也不愿意相信这样的事情发生在自己身上。

短短15个小时的车程，贾玲却感觉整整过了一年。

她心里一直以为妈妈只是不小心摔了一跤，却怎么也想不到，自己一下车就要去火葬场看妈妈最后一眼。

姐姐告诉她当时爸爸正在开拖拉机，离家还有五分钟的路程，妈妈怕两米多高的稻草会掉，于是坐在上面压着，一不小心掉下来摔到小脑就没了。

回家见着一夜白首的爸爸，看见那辆“肇事”的拖拉机，又想起妈妈，贾玲不禁簌簌地流下眼泪。

成名后的贾玲给姐姐买了两套房子一辆车，给爸爸买了一套房一辆车。

为了缅怀妈妈，2016年贾玲把母亲的故事改编成小品《你好，李焕英》，表演到最后，想到自己还没来得及分享自己的荣耀与成就，还没来得及报答妈妈的养育之恩，再也没有机会躺在妈妈怀里撒娇……贾玲放声大哭，不能自己。

姐姐看完小品后也哭得稀里哗啦，而当贾玲的爸爸看完小品后，在女儿面前故作轻松地调侃饰演他的演员太胖了，晚上自己偷偷哭了一晚上。他们一家人对贾玲妈妈的突然离世都不能释怀。

2019年贾玲决定把母亲的故事搬上了大屏幕，一方面想通过

片子把她的妈妈李焕英介绍给大家认识，另一方面想用她的疼来告诉大家千万不要像她一样疼，她不希望大家也像她一样悔恨和遗憾。

虽然妈妈的想法很简单，女儿健康快乐就可以了，但是每一个子女都希望自己的父母能够看到自己有出息那天，有能力给父母富足生活的时候。可贾玲事业有成了，却已经没有妈妈了。

树欲静而风不止，子欲养而亲不待。人生最痛苦的事情莫过于此。

贾玲想通过电影告诉我们不要等到你想要表达那份爱的时候，接收的人已经不在。

我们总以为来日方长，然而父母一天天老去，他们不一定等得起。

世事无常，行孝需趁早，最怕一转身已是一辈子的遗憾。