

# 南极心得体会(通用10篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。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。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 南极心得体会篇一

我从小就对南极有一种近乎庄严的神秘感，这可能与它是地球上最远离我所生活的地方有关。但是，慢慢地，我在了解它的时候，我发现我更加向往那里——南极，它不仅是一个海洋生物的天堂，但也是地球上最纯净的地方之一。所以，当我看到一个课程要求我到南极去研究海洋生物的时候，我感到了无比的兴奋。直到那时，我才真正理解在南极的生活意味着什么。

### 第二段：美妙的大自然

我一到南极，我就对它的美妙感到惊叹。远离任何细菌与污染，南极是世界上最高质量的自然之一。永久冰芯、广阔的冰川、巨大的空旷都让我瑰丽。当然，我也看到了岛上的企鹅、海豹和鲸鱼等生物，我一度被它们与这片寂静的美妙感所深深折服。南极简直是一个绝对的大自然宝库，天不怕高、地不怕厚、水不怕深。因此，我终于深刻地体会到了——有一些美，永远是唯一、刻骨铭心的。

### 第三段：艰苦的生存

然而，南极不仅是一个美丽的地方，也是一个充满挑战的地方，在这里生存，需要的是坚韧、勇气与毅力。气温常年低

于零度，甚至在夏天也是如此。没有电力、没有房子，甚至没有基础设施与交通工具。我和我的同伴，不得不每天自己去捕鱼、自己去种植与打 game 每一件事都需要耗费我们的体力与意志。但是，我们并不因此而放弃梦想。我们每天会在茫茫冰雪中坚持训练，搜寻新的资源，并尽量保证自己的安全。鉴于这样艰难的生存条件，我对南极有了更多的敬意。

#### 第四段：跨越文化差异

在南极，我也遇到了来自不同国家的队员，而这促进了我对文化之间的更深刻的了解。在南极不同的团队间，首先不同国家的团队都使用着自己习惯的通讯工具、对于食品储存也各有差异。同样，在生活中也会出现一些文化差异，比如亲吻的礼仪、生活取向和着装的差异。我逐渐理解，文化在世界的发展中不仅具有丰富的多样性，还可以成为可能提高交流与了解的媒介，这直截了当地跨越文化之间的差异。

#### 第五段：结尾

总的来说，我对南极充满向往，去南极实现我的梦想并不容易。不过，经过这次经历，我对南极所代表的实际意义有了更深层次的了解。南极不仅仅是一个美丽的地方、它也是一个很实际的挑战。在南极对生存的挑战、跨越文化与生存之间的巨大差异。我相信，面对金色的逐梦之路、我们一定能坚韧不拔、持之以恒地向着自己的目标前进！

## 南极心得体会篇二

企鹅是南极的土著居民，人们把它称为南极的象征，当之无愧。一是因为企鹅的数量多、密度大、分布广，现已发现南极地区约有1亿多只企鹅，占世界海鸟总数的1 / 10，南极大陆的沿岸及亚南极区的岛屿上都有它们的踪迹。凡是登上南极陆地的人们，首先注意到的就是成群结队、满山遍野的企鹅，企鹅给南极洲这个冷落、寂寞的冰雪世界带来了生机。

二是因为企鹅的长相令人喜爱，特别是它那种道貌岸然、彬彬有礼、绅士般的风度，给人留下深刻的印象。

三是因为企鹅世世代代在南极同甘苦，共命运，锻炼和造就了一身适应南极恶劣环境的硬功夫——耐低温的特异生理功能。

四是因为企鹅的独特生活习性，如雄企鹅孵蛋和雏企鹅幼儿园等，早已被人们传为佳话和趣谈。

五是因为企鹅是寒冷的象征，一看到企鹅，人们油然想到世界寒极——南极洲。难怪世界冷饮行业的产品常以企鹅作为商标，在盛夏，一看到企鹅，会给人一种清凉、爽快之感。

正是南极洲这个神秘的世界孕育了这样奇特的“居民”。南极企鹅和北极熊一样，已成为人人皆知的代表性动物。

## 追祖溯源

第 1 页 南极企鹅的老家是在什么地方？企鹅的祖先会不会飞？企鹅是由什么进化来的等等有关企鹅起源问题，是生物学家正在探讨和研究的课题，迄今为止仍是一个谜。

然而有一种说法，认为南极洲的企鹅来源于冈瓦纳大陆裂解时期的一种会飞的动物。大约距现在2亿年以前，冈瓦纳大陆开始分裂、解体，南极大陆分离出来，开始向南漂移。此时恰巧有一群会飞的动物在海洋的上空飞翔，它们发现了漂移的南极大陆这块乐土，于是它们盘旋着、观看着，最后它们决定降落到这块土地上。开始它们在那里过得十分美满，丰衣足食。然而，好景不长，随着大陆的南下，越来越冷了，它们想飞也无处飞了，四周是茫茫的冰海雪原，走投无路，只好安分守己地呆在这块土地上。不久南极大陆到了极地，日久天长，终于盖上了厚厚的冰雪，原来繁茂的生物大批死亡，唯有企鹅的祖先——一种会飞的动物活下来了。但是，

它们却发生了脱胎换骨的变化，由会飞变得不会飞了，由原来宽阔蓬松的羽毛变成了细密针状羽毛，原来苗条细长的躯体也变得矮胖了。生理功能也发生了深刻的变化，抗低温的能力增强了。随着岁月的流逝，世纪的更替，它们终于变成了现代的企鹅，成为南极地区的土著居民。

世界上约有20种企鹅，全部分布在南半球，以南极大陆为中心，北至非洲南端、南美洲和大洋洲，主要分布在大陆沿岸和某些岛屿上。

南极企鹅有7种：帝企鹅、阿德利企鹅、金图企鹅（又名巴布亚企鹅）、帽带企鹅（又名南极企鹅）、王企鹅（又名国王企鹅）、喜石企鹅和浮华企鹅。这7种企鹅都在南极辐合带以中繁殖后代。

南极地区以外的企鹅有加岛环企鹅、洪氏环企鹅、麦氏环企鹅、斑嘴环企鹅、厚喙企鹅、竖冠企鹅、黄眼企鹅、白翅鳍脚企鹅和小鳍脚企鹅等10多种，属于温带和亚热带种类，其个体都比南极企鹅小，有的背部带有白色斑点。

南极企鹅的共同形态特征是，躯体呈流线型，背披黑色羽毛，腹着白色羽毛，翅膀退化，呈鳍形，羽毛为细管状结构，披针型排列，足瘦腿短，趾间有蹼，尾巴短小，躯体肥胖，大腹便便，行走蹒跚。不同种的企鹅具有明显的特征，很容易辨认，南极7种企鹅的主要特点如下。

第 3 页

## 南极心得体会篇三

南极是地球上最寒冷的地区之一，也是最不可思议的地方之一。为了更好地了解南极所拥有的独特和神秘之处，我参加了一次南极邮轮讲座。这次讲座为大家介绍了南极的各种奇妙景观、动植物及其保护等内容，让我对南极这片神秘的土

地有了更深的了解。

## 第二段：南极的景观

在讲座中，我得知南极拥有令人叹为观止的景观。大部分的南极大陆由厚厚的冰盖覆盖着，这些冰盖反射阳光并呈现出闪闪发光的白色。此外，南极还分布着许多冰山和冰洞，它们形状各异，有些像是艺术品一样美丽。讲座上播放的图片真实地呈现了南极的美丽之处，让我仿佛置身于那片纯净的土地。

## 第三段：南极生态系统

讲座还向我们详细介绍了南极独特的生态系统。南极是世界上最遥远的地区之一，因此很少有人类干扰，生态环境相对纯净。在讲座中，我了解到南极是众多鸟类和海洋生物的家园，其中包括企鹅、海豹和鲸鱼等。这些动物在南极特殊的气候条件下生活，在讲座中，我看到了这些生物栖息地的照片和视频。了解到南极生态环境的脆弱性，我更加强烈地意识到保护南极生物多样性的重要性。

## 第四段：南极科学研究

讲座上，我了解到南极是科学研究的宝地。由于其独特的环境和气候条件，南极成为许多科研项目的理想场所。例如，讲座中谈到的“冰芯”是科学家们对南极气候变迁的研究中非常重要的数据源。通过研究冰芯，科学家们可以了解到过去数百年甚至上千年的气候变化情况。此外，南极还有许多其他科学研究项目，如生物多样性研究和地质研究等。这些科研项目的结果对于人类了解地球环境以及应对气候变化等问题具有重要意义。

## 第五段：对南极的感悟

参加南极邮轮讲座，让我对南极有了更深的认识和了解。南极不仅是一片美丽、神秘的土地，还是科学研究和生物多样性保护的重要场所。脆弱的南极生态环境需要人们的保护和关注。通过这次讲座，我意识到保护环境不仅是我们的责任，也是对这个惊奇而美丽的地球的尊重。我坚信，在我们每个人的努力下，南极的美丽将会得以保护和传承，给后代带来无尽的惊喜和宝贵的资源。

结尾：

通过参加南极邮轮讲座，我对南极的美丽景观、独特生态系统和重要科学研究有了更深刻的了解。这次讲座激发了我对南极的兴趣，也让我意识到我们都应该为保护南极的美丽而努力。希望未来会有更多的人了解和重视南极，共同保护这片纯净的土地。

## 南极心得体会篇四

故事情节并不复杂，大致如下：美国南极的科考站里有八只雪橇狗，聪明能干又十分忠实于自己的主人，《南极大冒险》观后感。在南极的冬季暴风雪即将来临之际，它们和主人带着一位科学家经历了冒险，成功地找到了科学家所要的水星陨石，并救出了掉进冰窟的科学家。但回来后，南极的严冬到了，所有的科考人员都撤回了，却没有时间再把狗也接回来。于是，这八只狗开始了独立求生长达半年的生活，这期间，一只即将退休的老杰克挣不开锁链长眠在了基地外，一只狗不慎从山坡滚下，受伤后冻死了，而其余六只狗凭借着他们的团结和智慧，终于坚强地活了下来，读后感《《南极大冒险》观后感》。同时，不知情中抛下狗先离开的主人一直忍受着心的煎熬，四处要求经费重返基地寻找他的“孩子们”，最后，那位因为狗的救命之恩而获得生命和科学大奖的科学家终于在自己儿子一幅画的感召下，和主人公一起重回南极，人和狗终于得以重逢。

看电影时，浩浩不停地问着：妈妈，他们怎么还不回去救狗？他们什么时候才去南极呀，狗都要冻死，饿死了……当看到狗死去时，浩浩沉默了，当最后人狗重逢时，浩浩的眼里和我一样闪烁出了泪花。是啊，和忠心又无私的狗相比，人类是否太自私了呢？我想，这部电影就是要告诉我们人类：要尊重动物们为人类所做的事！

希望浩浩的童心、真心可以一直这样得保持下去！

## 南极心得体会篇五

南极洲是我一直梦想去的地方，身处这片神秘的冰雪大陆感受着这个世界的孤独和庞杂，同时也在这里找到了一些心得和体会。

### 第一段：身处南极感受到的孤独和神秘

南极洲位于地球的最南端，尽管从时间和空间上与世界无限接近，但它的孤独和难以到达让人不得不对它产生极大的好奇和敬畏。当我第一次看到南极的壮观景色时，感受到的是一种强烈的孤独感和宇宙中的寂静混合体验。这让我重新认识了地球，了解了人类与自然建立关系的复杂性。

### 第二段：南极洲的极端环境与自然景观

南极洲是世界上最恶劣的生存环境之一，气候条件苛刻，常年冰雪覆盖，从而形成了独具特色的自然景观。一望无际的冰川蔚为壮观，从海洋到高山，从低地到高地，令人叹为观止。在这里生存的动物也因此包括南极企鹅、海豹、海鹦等独具特色的生物。来到南极洲，我感受到了自然界的神秘和庞大，感受到了人类在自然面前的渺小和无力。

### 第三段：南极洲生命的环境、生态与平衡

南极洲极端的气候条件和不断发生变化的环境条件，让南极生物适应出特异的生存环境。南极大陆上几乎没有营养物质，荒凉的气候下难以生长植物，更多的是靠海洋里的浮游生物和底层生物来为自己活命。南极生物的数量和种类相对较少，但是极端的环境下建立了生态平衡。南极生态平衡对全球气候与生态系统极其重要，因此我们应该更加珍惜和保护南极这片宝贵的土地。

#### 第四段：珍惜自然资源和环境的保护

处于极端环境的南极洲虽然避开了人类的干扰，但难以防止来自污染物的影响和破坏。全球的气候变化、商业捕鱼以及探险的人类活动等，都对南极洲和周边海洋环境有着不良的影响。保护和可持续利用南极的资源已经成为我们所有人都应该承担的责任。珍惜地球上的每一个资源和环境是我们赖以生存的基础，因此，我们要尽自己的所能去保护南极这片美丽而脆弱的土地。

#### 第五段：回归现实生活，并继续保持对南极的关注

离开南极洲后，回到现实的生活中，我始终铭记起这片土地的雄伟与壮美，以及南极生物的独特与韧性。作为一个旅行者，我带回了很多心灵深处的感悟和启示。作为一个公民，我们应该承担保护美丽的自然世界和地球的重任，使南极与地球的生态平衡能够继续繁荣下去。这样，我们才能让未来的世界更美好！

## 南极心得体会篇六

在地球上，有一个神秘的地方，那里最干净，没有污染；最纯洁，洁白如玉；最安静，没有噪音；最安全，没有暴力。但那里风最大，天最冷，雪最多，冰最厚，狂风能把人吹上天，雪可以把人埋起来，巨大的冰缝可以把人和汽车一下子吞进去。这个地方就是——南极！



很小的时候，我就对巨大的陨石，五颜六色的极光，神秘的北纬30度十分好奇。在我心目中，南极是大陆七姐妹中最高大、冷酷、纯洁、美丽、神秘莫测、桀骜不驯的，它一直披着洁白的婚纱，亭亭玉立地站在地球的最南端，含情脉脉地注视着大千世界的风风雨雨，屹立于天地之间，超然于人世之外，以其特有的潇洒、冷漠吸引着众多探寻者的目光。

南极大冒险这部影片仿佛让我置身于我渴望已久的冰雪天堂——南极，影片为我们讲述了8只雪橇犬与人类之间的一个真实故事。

一个南极科学考察队里，有8只雪橇犬，其中一只领队犬玛雅生性机灵、聪明，经常为主人办事。科考队里新来了一位博士先生，由于对南极的冰上陷阱不了解，两次掉进冰窟窿，都被勇猛的玛雅救了上来。美好的生活总有尽头，一次科考队接受了一个非常艰巨的任务，不得不立刻离开，无暇顾及8只雪橇犬，只好把它们留在原地，希望它们能够独立生活。果然，它们不负众望，独立生活了200多天。在这些天里，它们曾被凶猛的海豹袭击，也曾尝到亲手捕获猎物的快乐。它们互相帮助、互相支持，靠着它们的智慧和团结坚持下来，当主人返回时，雪橇犬又回到主人身边，重新开始了快乐的生活。

在观看这部影片时，我的眼睛始终是湿润的，这部影片的每个细节都震撼着我的心。相信所有的人都会说，狗是最聪明最有灵性的动物之一。它们在环境恶劣的南极独立生活了200多天，甚至人类都很难做到。尤其是领队犬玛雅，在食物非常少的情况下，主动把食物让给了同伴。在遇到海豹袭击时，它奋不顾身，掩护同伴安全撤离，自己的左腿却被海豹咬掉，顿时鲜血直流，但它毫不畏惧，一直与海豹抗争到底，才拖着鲜血淋漓的伤腿回到队伍中。我被雪橇犬团结向上，互帮互助的精神深深打动了。

南极最多的是冰雪，南极大冒险里最多的是团结一致，齐心

协力。

## 南极心得体会篇七

南极洲是世界上少有的没有人居住的地方之一，也是地球上最寒冷、最干燥、最风暴频发的地区之一。尽管南极的生态条件十分恶劣，但是它拥有着令人震撼的美景，也曾吸引了无数探险家前往探索。在我作为一名旅行者的身份，亲身经历南极的探险之旅，也让我深深地感受到了这片土地的独特魅力和深刻的教益，以下是我的南极之行心得与体会。

### 一、自然美景

南极地区拥有着独特的风景和野生动物，美不胜收，尤其是在极夜和极昼交替的时候，南极的白昼时间和极夜时间持续数月，鳞次栉比的冰雪山脉，惊涛骇浪的冰川海岸，以及遍布南极的黑白相间的企鹅，在阳光下熠熠生辉，让人一下子沉醉其中，忘却时间和空间的限制。

我还记得，当我第一次看到南极洲的时候，我的心里充满了对大自然的敬畏之情，那一瞬间我好像置身于一片美丽的画廊，参观着世界上最具震撼力的自然奇观。在这里，你能仰望到覆盖着光辉冰雪的山峰、繁茂的海草和过亿条浮游生物，当这一切呈现在我们的眼前，令人惊叹不已的同时，也感到了人类在自然面前的渺小。

### 二、永恒和平

南极洲没有政治的纷争和战争，人与人之间的关系和谐，因为它是世界上唯一一个不属于任何一个国家的地区，所有人类对南极的开发和保护都需要得到国际社会的认可和配合。在南极洲上，所有人都效仿自然界的法则来生存，它是一个充满和平、宽容、自由和协作的世界。在这里，你没有国界的限制，没有贫富的差异，没有种族的歧视，而且人与自然

和谐共存，它是一个激发着我们内心深处最美好的本质向往的地方。

### 三、生命力

南极的气温极低，光照时间十分特殊，这里的风和雪比在其他地方更加猛烈，但是这片土地依然孕育了丰富的野生动植物。这给你带来了强烈的感受——在这里的生命力与众不同。你会看到一只只来自天涯海角的海豹和海狮在海岸滨嬉戏，会看到一只只挤在一起的立方体企鹅公主和它们护军的斑点海豹，你也会见证海水里强壮、敏捷的透明的帝企鹅，不同的物种在这里相互调和地存在着，彼此赖以生存，这种自然奇妙的融洽让我惊叹不已。

### 四、资源开发

南极是一个气候恶劣、资源稀少的地方，但随着人类科技的发展，南极洲的自然资源开发日趋活跃，有越来越多的人涌向这个地方寻找发展机会。这让人不禁思考，如何在资源开发和环境保护之间取得平衡。我们有责任为保护这片宝贵的自然环境贡献我们自己的力量，保障未来的子孙后代可以继承和传承这份珍贵的海洋资源。

### 五、人类困境

在南极探险途中，我深刻认识到，我们所面临的问题不是不同国家之间的纷争，而是人类与地球生态之间的关系。人类自己制造的问题，唯有人类自己才能解决。在我的人生旅途中，我被南极教会了谦卑、爱护和包容，我们应该反思自己的生活方式带给地球的影响，以及如何以更加可持续的方式来生活和发展。南极是一个全新的生态环境，也是我们认识人类的困境和应对之策的重要机会。

在结束我的南极之旅的时候，我的心里充满了对大自然的感

慨，对文明的升华与衰退的感悟。南极是一个充满魅力和挑战的地方，它不仅仅是一个优美的自然环境，更是一个深刻的哲学课。在这片曾被独自留给地球的一寸之地上，我们可以深深地反思，也能收获人生中最美好的体验。

## 南极心得体会篇八

当我看完南极大冒险后。我感触颇深，这真是一部令人震撼的好电影啊。也让我的情感再一次次感动流泪。讲述人与狗之间真诚的友谊，而狗对主人永远有着一颗忠诚的心，狗与狗之间互相帮助的精神，也深深的打动了我。

影片以壮观美丽却又危机四伏的南极冰原为背景，表现了人与狗的友谊与忠诚、坚韧与希望，正是这种不屈不挠的精神成就了这个有史以来最令人难以置信的求生故事。而当让我看完影片后让我难忘的不是那真实曲折的故事情节，也不是那危机四伏的事发过程。而是那8只忠诚的雪橇犬，让我最念念不忘的。

头犬玛雅、桀骜不驯的小不点以及后来成为首领的迈克斯还有老jack等等。玛雅是雪橇犬狗狗中的老大姐，在所有狗狗都失去生存信心的情况下，依然会昂首挺胸坚信主人的归来，在濒临生死抉择时，毅然而然挣脱铁链，漂亮地组织大家群攻海鸥，在捕捉到海鸥后，一反我们常人印象中的，强者生存，弱者忘的动物本性，而将自己的一份与等死的老jack分享，那种团队精神让我感动，不到最后一刻，绝对不会放弃任何一名成员，这也是领导人的魅力所在。是他们为我诠释了爱、忠诚、团结、勇敢、坚强、忍耐、信念、友谊和承诺的真谛！

在这片无比壮阔的冰雪大世界上，面对如此恶劣的环境，无论是人还是狗都需要坚强、忍耐和信念。正是他们之间的那种坚强的信念，团结互助、精诚合作的精神，创造了如此惊心动魄的，令人荡气回旋的惊险故事。在历险的过程中，人

和人，犬和犬，人和犬之间都建立起了牢不可破的友谊，更令人叹服的是八只充满人性的，可爱又可敬的雪橇犬，在175天独自求生的过程中互相照顾，团结一致在绝境中求生的精神。直到它们的主人回到冰原将它们接走。

看了这部电影后，让我更清楚的明白什么叫心态，对朋友、对同事的心态。那一瞬间让我觉得团队精神是那么的重要。南极大冒险给我太多的感触、怀念。也因为我自己是个非常喜欢狗的人，家里也有养小狗的，所以更深有体会。

## 南极心得体会篇九

在电影《南极之恋》中，我们看到了一群勇敢的人们为了科学事业的探究、为了对未知世界的探索、为了爱情的坚持、为了友谊的珍视，而展开了一段真实而动人的南极之旅。以下是我对于这部电影所获得的心得体会，以五段式的方式进行阐述。

### 一、南极之冷与凛冽

南极之恋让我深深地感受到了南极之冷与凛冽。在这片白茫茫的世界里，无边无际的白色覆盖着绵绵的雪原，犹如一片干净而纯粹的净土。但这里的气温却极度寒冷，每个人都被穿着厚重的防寒衣。而对于在这里生活和工作的人们来说，艰苦的环境却是他们坚韧不拔的考验。南极之冷让我惊叹于人类的顽强和坚持，他们为了科学的进步，为了人类的未来，而毫不动摇。

### 二、人性的等待与坚定

在绝境中，人性的美好和温情表露无遗。南极之恋中的阿宝为了寻找远方的爱人创造了一个奇妙的爱情梦，最后她和张建国情定南极，等待着远方的爱人归来。张建国在南极科考过程中，风雪中坚定地等待着阿宝，为了她的安全，甚至不

惜和生命赌博。这种对爱情的执着不禁让我们感慨人性的等待和坚定。这是一种不可计量的力量，是荡涤心灵的火炬，更为有力地启示着我们此时此刻对于坚韧和勇气的呼唤。

### 三、友情的珍视和相互扶持

在《南极之恋》这部电影中，我们还看到了友情的珍视和相互扶持。南极之大，人类的孤独感无从避免。这样极端的自然环境，磨砺了人的耐心和坚定。在这样困境的大自然中，友情便成为人的支撑。南极冰原上，这个显得特别珍贵的“绿洲”让我们看到人与人之间默契的交流和互助。在现代科技日益发达的现代社会，与人的联系对于我们而言如此方便，可温情与真挚的情感却在这样孤独而神秘的地方中尤为珍贵。

### 四、对生命的崇敬和敬畏

在《南极之恋》中，人们对于生命的崇敬和敬畏也深深感染了我。在这样的地方里，生命变得微不足道，健康和安全的成为了最大的财富。当机器故障时，人为必须用手工进行修理，每一天都需要严格地检查身体和环境的变化。面对恶劣的自然环境，每一位科考队员都必须严格把守防线。他们懂得“防微杜渐”之道，更深刻地意识到了生命的宝贵。在坚守科学事业的同时，对于生命的敬畏也越发深入人心。

### 五、探索与追求未知世界的勇气

《南极之恋》让我感受到了探索和追求未知世界的勇气。在这样一个向往已久的区域，科技与自然的关系越发精巧。南极是科技的顶尖测试平台，也是科学的摇篮。科考人员在这里不断地探索、研究、发现，为未来的科学奠定着坚实的基石。人类对于自然的感悟和理解永无止境，南极之恋让我们坚信，在勇敢面对自然、探索未知的过程中，我们都能够探索到未知世界的真正含义。

从南极之恋中，我真切地看到了现代人对于自己所从事的事业，对于自由、爱情、生命以及一切想要的实现都执着不懈的态度。电影讲述了冰洋上的科考队跨越所有艰难险阻，最终获得了科学成果，并获得了最美好的人际关系。让冰天雪地的南极大陆，充满了燃烧着的希望之光。南极之恋让我们更坚定地努力奋斗，珍惜真正属于我们或我们想要拥有的东西，创造属于自己的辉煌。

## 南极心得体会篇十

1. 学会本课8个生字、理解课文。
2. 学习日记的写法和格式，初步养成写日记的习惯
3. 初步培养爱科学、学科学的兴趣。

学习日记的写法

关于南极的资料

二课时

第一课时

一、揭示课题

- 1、看了课题你想了解什么？
- 2、谁来谈一谈南极在哪里？那里是怎样的情况？

二、初读课文

- 1、带上所提的问题自由读课文，注意读准字音。
- 2、把自己读懂得内容跟同桌说说，然后在班上交流。

### 三、体会感情

1、在南极度过了这么多天，你感受最深的是什么？

2、1月14日发生了什么事？

(1) 学生自由读第一则日记，说说日记的内容。

(2) 这是多么激动人心的时刻啊！怎么把这种情感表达出来呢？学生分组朗读。然后在班上交流体会，师生评点。

3、分四大组分别读后四天的日记，在小组内进行讨论、交流。

4、各组派代表汇报学习所得，在第一段的基础上进行展示交流。

### 四、整体回归

1、学生用自己喜欢的方式再读全文。

2、让学生谈谈学习感受。

3、还有什么地方不明白吗？

### 第二课时

#### 一、总结延伸

1、学生自由读课文。检查学生读音的情况

2、复习关于南极的知识，加深对南极的印象

#### 二、了解日记的格式

1、课文写的真实感人吗？为什么？



2、把每天值得写的事记下来，叫日记。

3、通过学习，你认为日记该怎样写？

### 三、迁移练习

1、我们也来练习写日记。

2、学生练习教师巡视

3、师生教平展示优秀日记。