

最新游长城的心得体会(优质7篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

游长城的心得体会篇一

刚完成两年装修就遇上新冠肺炎疫情的高端商场，派出90后总经理直播露天市集；南京路上的百年老店“朵云轩”拉出最年轻的拍卖师敲下春季字画拍卖的“线上第一锤”；旅游平台携程网邀请擅长吃喝玩乐的旅游达人，在线给公众直播旅游目的地、预售旅游产品。

日前，上海发布了《上海市促进在线新经济发展行动方案(20__-20__年)》(以下简称“行动方案”)。该方案提出借助人工智能、5g、互联网、大数据、区块链等技术，与制造、金融、文娱、交通等行业深度融合，优化在线金融服务、拓展生鲜电商零售业、加速发展“无接触”配送等。

中青报·中青网记者注意到，在疫情后经济复苏的过程中，上海的青年群体消费者、创业者扮演了重要角色。“疫情短期内会对一些行业如民航、旅游、酒店和餐饮等产生冲击，但我认为，它对经济的影响最多持续几个季度，不会改变经济长期走势。”经济学家、中欧国际工商学院终身荣誉教授许小年说。

按下经济“重启键”要更多依靠企业家而非政府

复旦大学博士、90后创业者王道雨，早在2月10日上海宣布春节假期结束的当口，就带着第一拨儿员工开工了。他生产的、拥有完全知识产权的卓道智能康复机器人售价只有进口货的

十分之一不到，在门诊价格相同的情况下，它的门诊接待量是进口产品的3倍。

一个上午，这台国产康复机器人要为9位病人做康复治疗，而选择进口机器人的病人只有3位。与进口产品繁琐的设置操作相比，国产机器人只需患者坐在设备前，治疗师选择治疗方案，就可以快速上机训练，设备通过算法自动适配患者情况，不断修正治疗方案。一名职业康复治疗师为病人进行一对一治疗每次需要半小时左右，一天最多接待10至12名患者，而如果由机器人协助，受益患者的数量可以翻番。

国家卫健委的数据显示，截至20__年底，我国患有慢性病的老年人超过1.8亿，其中患有有一种及以上慢性病的比例高达75%，失能、部分失能老人约4000万。

疫情之下，这家20__年才成立的康复机器人公司业务量并未发生多大改变。“需求摆在那里，只要产品好、售后服务好，不怕没钱挣。”王道雨说。

复旦大学管理学院教授孔爱国在此前开设的“瞰见”云课堂上，重点分析了疫情全球化对中国经济发展的潜在影响。他特别提到，当前的中国处于“过剩时代”，与过去的“短缺时代”相比，现在这个时代为经济按下“重启键”要更多依靠企业家而非政府。

“过去，我们经历了缺粮食、缺家电、缺房子、缺车子的短缺时代，现在我问你缺什么，你肯定会回答我，缺钱。”孔爱国说，当前形势下很难找到一个较好的工具来刺激经济增长，“在过剩时代，我们要研究你明天或者未来需要什么，才能够刺激经济。所以现在经济的复苏应该是由企业家来决定的，应该去刺激企业家的成长，让企业家去填补技术和未来市场空白”。

在线经济行动方案如何促进企业发展

记者注意到，不仅卓道这样的创业企业，即便像欧莱雅这样的老牌跨国公司也在疫情中寻找“刺激方案”。

“我们在向美妆科技转型，利用科技让美变得更加个性化。”欧莱雅中国总裁兼首席执行官费博瑞为复旦大学管理学院学子线上授课时透露，这家卖化妆品的公司首次收购了一家名叫**modiface**的科技公司，“我们获得的不是一款产品，而是一种体验”。

这种体验，如今已在微信小程序上线，成为我国首个动态虚拟试妆应用。之所以优先落地中国，是因为“中国拥有世界上最庞大的数字原住民群体和最具活力的科技创新生态”。

记者注意到，上海其实在在线经济领域布局已久，疫情期间，云买菜、云逛街、云贷款成为上海人的日常。

上海时尚地标、新天地的**zoo coffee**老板朱诚在疫情期间通过支付宝在网商银行贷款20万元，解决了房租和工资的燃眉之急。“手机点一点，不到3分钟就到账了，全程零接触、不出门。”朱诚使用的正是蚂蚁金服网商银行的无接触贷款产品——3分钟申贷、1秒钟放款、全程零人工干预。

大力优化在线金融服务，推动线上申贷续贷还贷等金融服务，支持金融机构基于新技术开展金融服务创新是《方案》重点之一。蚂蚁金服的调研数据显示，上海小店经营上最“卡脖子”的困难是房租和人工，96%的小微经营者资金缺口在100万元以下。

站上在线经济的风口，上海的一些企业已然尝到甜头。在线问诊、远程医疗成为疫情之下的“需求爆发点”，阿里健康今年在线义诊访问用户超过280万；哔哩哔哩预计一季度营收增长118%；喜马拉雅一季度增长32%；叮咚买菜仅春节7天就完成400万单业务量；华为远程办公近两个月业务增长80%，为上海4万家企业、30万人提供服务。

上海市经济信息化委总工程师刘平介绍，上海行动方案未来会重点关注3个领域——一是“无中生有”，因疫情倒逼而催生出新业态新模式，包括远程办公、“无接触”配送等；二是“有中启转”，将线下成熟的业态模式转移到线上线下相互融合，包括在线展览展示、在线教育、在线医疗等；三是“转中做大”，已有模式在疫情期间得到发展壮大，包括无人工厂、工业互联网、在线文娱、生鲜电商零售等。

“宅经济”下诞生“直播第一城”

疫情期间，上海在直播间里跑出了“在线新经济”的加速度。淘宝数据显示，在国内一线城市中，上海在淘宝直播平台上无论是用户观看数量还是各类品牌的参与规模，均为全国第一，上海现在被直播界称为“品牌直播第一城”。疫情期间，各大国际品牌率先在上海探索试验“在线新经济”，今年上海已新增“数字化首店”71家。

上海的“国民品牌”恒源祥在疫情发生后开启直播业务，今年3月业绩不降反升，同比增速达105%；清明节前后，“网红青团鼻祖”杏花楼联手带货女王薇娅，通过直播10秒卖出13万盒青团。

“中古”是这两年发展起来的新兴领域，有分析认为，中国正在复制日本1990年代的二手奢侈品繁荣发展之路，市场规模每年或达千亿元。aloooooha_gigi是中古行业的资深玩家，也是小红书资深博主，她经营的“aloooooha vintage”是上海一家已有10年历史的中古店。

疫情中的停业给这家小店带来了冲击。这名博主到小红书上阵开播，讲述中古行业的故事和趣闻，向网友细致讲解中古知识、商品特点及其背后的文化寓意，培养用户对中古的认知。她3月7日、8日在小红书做了两场知识分享和穿搭展示的直播后，带动线下店铺销售超过60万元。

线上消费、线下取货，成为上海人的首选消费模式。

来自达达集团的数据显示，1月27日至2月13日疫情期间，上海地区线上平台总体销售额同比增长480%，其中粮油副食增长770%、肉品增长1050%、蔬菜增长770%。上海有近10万家零售门店，包括超市、便利店、菜市场、药店、水果店、花店、家居时尚门店、蛋糕烘焙门店等入驻该平台。

而拼多多副总裁陈秋拿出的数据更加振奋人心。他介绍，该平台及其入驻企业在3月实现了业绩“强劲增长”。自3月15日以来，拼多多日均在途物流包裹数已经稳定在5000万件以上，较去年同期增长60%。整个3月，拼多多平台的实物快递包裹总数超过了15亿件。

据介绍，3月全国共产生57亿个物流包裹，其中很大一部分是由总部位于上海的拼多多和同样总部位于上海的通达系快递企业创造完成的。

游长城的心得体会篇二

期末考试一结束，妈妈就带我踏上了去北京的旅途。

经过一晚上火车的奔跑，今天一大清早，我们就到达了首都北京。北京之旅的第一站就是全世界著名的文化遗产——万里长城。

因为昨晚的劳累，一路上，我昏昏沉沉地睡着了。迷迷糊糊中，听到妈妈喊：“到长城啦！”我睁开眼睛，看到群山峻岭中一条巨龙穿行在大地上，连绵起伏，曲折蜿蜒。妈妈告诉我，如果从万里高空往下看，能看见的只有长城。我想起了——的一首诗：“天高云淡，望断南飞燕。不到长城非好汉，屈指行程两万。六盘山上高峰，红旗漫卷西风。今日红缨在手，何时缚住苍龙？”我暗暗握紧拳头，心里发誓：我一定要做一回好汉！

我们来到长城入口，选了往南的方向爬，听说这条路经过“好汉坡”呢。爬长城的人当中，有白发苍苍的老人，有活蹦乱跳的小孩，还有金发碧眼的老外。走了一阵，就见到了一个烽火台，它是方形的，四周墙壁上都有小孔，妈妈说这是古代官兵打仗时观察敌情和架枪的地方。

唉，为什么老天爷总与我们唱反调呢？刚才还在庆幸没太阳，现在天气越来越热，烈日烤着我，我感觉好累好渴，接过妈妈递给我的水就“咕咚咕咚”喝了起来，望着前面看不到头的路，我真想马上回去，可一想到很快就到好汉坡了，我二话不说，一股作气地往前冲，终于一口气爬到了好汉坡。站在长城上，微风袭来，我不禁想起了当年有多少老百姓在这里一砖一瓦地筑长城，甚至付出了生命；想起了孟姜女哭长城的悲惨凄凉；想起了曹植在《白马篇》中“名在壮士籍，不得中顾私。捐躯赴国难，视死忽如归”的豪迈气概。想到这些，我更来劲了，跟着考考哥哥继续前行。正当我们来到一个烽火台时，发现前面的路被锁住了，只好意犹未尽地返回。

终于回到起点了。我忍不住高声欢呼道：“耶，我成功了！我是好汉啦！”

游长城的心得体会篇三

长城，以她蜿蜒万里而享誉世界，以她气魄雄伟而成为中国的骄傲，在我们的心目中，她已不只是一座建筑，而是一种民族精神的象征。

俗话说：“不到长城非好汉”，登上长城，是我多年的期盼。在暑假里，我参加了“我去北京上大学”夏令营活动，借此机会我终于如愿以偿的饱赏长城的壮丽景色。

那是一个碧空如洗的早晨，我们乘坐的汽车在北京郊外的公路上飞驰着。隐隐约约可以看到远处呈现出起伏的山轮的廓。同学们都伸长脖子，向窗外张望。只见黛色的群山上，卧着

一条灰白色长龙，蜿蜒盘旋。这就是以惊人的长度和雄伟的气魄闻名于世界的万里长城！

不一会儿，车到了居庸关长城脚下，“天下第一雄关”六个大字赫然印入眼帘，使人眼前一亮。这一段长城山势依稀可辨，有的如马鞍俯卧，有的如驼峰耸立。我们走进了一座方形的城台。城台的砖垛上有瞭望孔和射孔，我蹲下身，好奇的从射口向外看，想象着古代战时士兵们在这里瞭望和射击的情形。走出城台，再向前，山势陡峭，长城也随着陡直起来。所谓的路，其实是用一块三尺见方的石级连接起来的阶梯，整个旅行就是一步一步地爬行在这无尽头的石级上。没走多久，大家都很累。

长城越来越陡。一位同学充满豪情地说：“无限风光在险峰，我们今天一定要当好汉！大家冲啊！冲到天上去！”我一想可不是啊？你看，山上白云飘飘，人们都在云中穿行，不就是上天了吗？这使我振奋起来，内心充满了自豪感，因此一鼓作气登上了长城最高峰。

游长城的心得体会篇四

“你看到的不是真的，真的在北京。”

“在北京？它比它更长吗？”

“长多了。以后带你去看。”

那一次与爸爸的对话，我一直铭记在心中，同时心中也暗暗期待着以后能看到真正的长城，能感受比这更宏大的磅礴气势，能重温比这更强烈地、发自内心的陶醉。

这一次，长城给我的陶醉更刻苦铭心，更意味深长·····

游长城的心得体会篇五

新冠肺炎疫情暴发以来，我们遭遇了这场速度极快、感染范围极广、防控难度极大的突发公共卫生事件。虽然这是一场前所未有的挑战，但是幸好各行各业涌现出了一大批英雄带领着大家团结一致、共克时艰，全力以赴誓要夺取疫情防控和发展的双胜利。

幸好有你——身披白色战袍的医务工作者。在祖国最需要的时候，他们奋不顾身加入驰援湖北的医疗队，做最美的逆行者，不管风险多大，不管穿着厚厚的防护服多重，戴着厚厚的护目镜多累，依然坚守岗位，微笑面对患者，日日夜夜都在忙碌着，悉心照顾病人，帮助他们早日康复。为了节省防护服，他们一连好几个小时都不上厕所，甚至穿上了成人纸尿裤。除了日常繁琐的工作，还要安抚病患的心理，给他们树立信心战胜病魔。出征时风雪满天，归来时樱花盛开，身披白甲的医务工作者们不负重托，用自己的血肉之躯筑牢了一道守护人民生命安全的钢铁长城。

幸好有你——身披绿色军装的人民子弟兵。他们闻令而动，勇挑重担、不辱使命，发扬“不怕苦、不怕死”的顽强作风，迅速集结奔赴一线。危机来临，考验一个国家的力量，也检验一支军队的能力。解放军医疗队若有战，召必至，毅然按下红手印，纷纷向上级主动请缨，请求去守卫和保护湖北人民。支援武汉金银潭医院的军队医护人员走下飞机仅12个小时，就创纪录一次性接收30多名确诊患者；军队医护人员进驻的湖北省妇幼保健院光谷院区接收第一批确诊患者仅10天，就迎来首批患者治愈出院。哪里有危险，解放军就要去哪里，正是他们奋勇出征，不舍昼夜地战斗，才让人民群众的生命安全有了坚强保障。

幸好有你——身着蓝色警服的人民警察。他们以最高标准、最严要求、最强措施，全力防风险、战疫情、保稳定、护安全。在车站、商场、高速路口等人员密集场所，都能见到他

们一丝不苟维护社会治安的身影。白雪纷飞、警徽闪烁，公安干警聚焦人员排查、走访街道社区、监控车流人流、测量行人体温，为阻断疫情舍小家、为大家，在岗位上默默执勤、无私奉献。他们舍弃了与家人的团聚，舍弃了孝敬父母、照顾小孩的机会，把全部的时间和精力放在了防疫工作上，即便巡逻时候路过家门，也只能远远地看一看，又头也不回投入到紧张的工作中。面对阻击新冠肺炎疫情这场没有硝烟的战斗，无数公安干警将防疫工作作为头等大事来抓，毅然坚守在疫情防控的第一线，用责任和担当，书写了人民公安始终为民的大义情怀与责任担当。

幸好有你——身穿红色马甲的基层党员干部。他们把党徽别在胸前、用口罩遮住面孔，用一双双温暖坚毅地眼神带给群众信心和鼓励。在这场没有硝烟的战疫中，一个党员就是一面旗帜，一个支部就是一座堡垒。基层党员干部把打赢疫情防控阻击战作为当前的重大政治任务，把投身疫情防控一线作为践行初心使命、体现责任担当的“试金石”，他们挨家挨户及时宣传疫情防控形势、政策、法律法规，叮嘱大家戴口罩、勤洗手、常通风、不聚集。耐心倾听群众需求，给群众排忧解难，帮群众购买日常生活用品和食物。而他们自己吃得最多的却是方便面，饿了就泡一碗，吃饱了又打起精神来工作，继续“满格”战斗力投入到一线，在关键时刻切实做到了靠得住、豁得出、顶得上，助力打通防疫工作的“最后一公里”。

医生的白色、军人的绿色、警察的蓝色、党员干部的红色以及其他行业的颜色组合一起，象征着风雨之后的彩虹。各行各业坚守自己的岗位，发挥自己的价值，在危险的疫情面前始终想着人民、想着责任、想着奉献，不怕牺牲和困难，做奋不顾身的“逆行者”，守卫人民群众的健康和安全。疾风知劲草，烈火识真金。舍我其谁、英勇无畏的勇士们在党和政府的有力领导下，全面落实联防联控措施，构筑起群防群治的严密防线。幸好有你，山河无恙！

游长城的心得体会篇六

今年春节，我和爸爸妈妈去北京旅游，我们游览了举世闻名的故宫和万里长城，虽然游览的日子不多，但我感到很愉快，尤其我们争先恐后登长城的情景，至今仍深深地印在我的脑海中。

那天天气非常好，一大早我们就坐车去八达岭长城了。大概过了一个小时，透过车窗，我看见远处出现了连绵不断的高山，山峰上隐隐约约出现了白色的城墙，城墙在红彤彤的朝霞的映衬下，犹如一条歪歪扭扭的金丝带，爸爸告诉我那就是闻名中外的长城。旅游车离长城越来越近，我的心也越来越激动，感觉时间过得真慢！几分钟后，我们的车就来到了离长城脚下不远处的车站，我迫不及待地下了车。

首先映入我眼帘的是镌刻在路边巨石上毛主席的名言：不到长城非好汉。我们在巨石前拍照留影，爸爸兴奋地对我说：“我们今天一定要做回好汉！”买好门票，我们就进入景区了。我站在长城的入口处，向远方眺望，只见长城蜿蜒曲折、连绵不断，远处的游人似一个个小点，缓缓地上下移动。我们一边登长城，爸爸一边向我介绍长城的知识。爸爸告诉我，八达岭长城是1505年的明朝开始兴建的，主要是为了抵御外敌的入侵，城墙两边锯齿形的叫垛口，上面有瞭望口，下面有射击口，高高的像楼房似的建筑叫烽火台，当士兵发现有敌人入侵时，就点燃烽火台上预先准备好的柴火，远处的士兵看见烽火台上冒出的黑烟，便知道有敌情，会迅速赶来增援。听了爸爸的介绍，我想：我国古代的人民真聪明啊！

不知不觉中，我们就登上了一个烽火台，我向北面望去，只见城墙脚下山石起伏，我的眼前仿佛浮现了当年战争的残酷场面：千军万马滚滚而来，城墙上战鼓喧天，入侵的敌人有的手提大刀，有的手持长枪，还有的肩扛炸药……长城上的士兵奋勇抵抗，到处是厮杀声，到处是呐喊声，到处是鲜血和尸体……我再看长城的南面，一块巨大的广告牌展现在我

的眼前，上面用中英文写着：同一个世界，同一个梦想。我想这既是20__年北京奥运会的宣传语，也是我们今天生活的真实写照，我们生活在和平年代，要更加珍惜来之不易的美好生活！

由于这天北风很大，我们走得很慢，有时是走两步退一步，所以我们不得不拉着扶手缓慢挪动身体，其他的游客也是走走停停，显得非常吃力，但是大家都没有停下来意思，因为我们的共同目标都是长城的最高处——海拔888米的“好汉坡”。

呼呼的北风一阵接着一阵，因为我们穿着厚厚的羽绒服，虽然不感到寒冷，但步行却非常地困难，爸爸妈妈不断地给我“打气”，终于，我们艰难地登上了“好汉坡”。我向下望去，雄伟的长城就像一条带子飘落而下，又曲折而上，在山峰间连绵徘徊，一直向远处延伸，望不到它的尽头，“多么雄伟而壮观的长城啊！”我情不自禁地赞叹道。快到中午的时候，我们依依不舍地离开了长城。

这次身临长城游览，我不仅亲眼看到并登上了长城，而且比较全面地了解了长城，增长了很多知识，感到我们国家悠久的历史文化和出色的创造能力真的太伟大了！这将使我更加热爱我们的祖国！今后倘若有机会，我还会再次去长城游览！

游长城的心得体会篇七

为期两个星期的支援前线抗疫志愿服务即将结束，我们第三批抗疫工作组总共17名队员，5名安排在市汽车总站，12名分别驻点在某某街道12个社区。3月2日这一天，正式开展了我们支援前线的志愿服务，我们驻社区抗疫工作队承担起居家隔离监管、人员排查、防护口罩派发、防疫宣传，以及在监测站点对人员来往做体温检测等工作，在这段时间里我体验到了社区工作不好做，群众的诉求多，在派发口罩的时候，也遇过居民说：“不稀罕这些口罩，为什么要领这五个口

罩”。

有时候我们所监管的居家隔离人员“不听话”偷偷溜出去，还多次不接视频语音通话，跟我们玩起猫捉老鼠的游戏。我们所做的事情是那么的繁琐，每天做着固定的任务，我们只能尽自己的职责去做好每一件小小的事情。

为了解决乘客人流量大难疏通的问题，站场组队员们利用休息的时间一起制作了查询个人行程二维码海报，他们还在个别旅客缺充电器的情况下，主动提供私人充电器，还给小孩和长者提供消毒，虽然这个疫情拉远了我们人与人之间的接触距离，但是我们的关怀没有减退。

支援前线抗疫志愿服务明天就要结束了，意想不到是心里会有不舍，想着一起并肩作战14天的队友，想着社区的每一位工作人员，想着社区的左邻右里，让我感受到疫情中的温暖。明天我们将交接工作，还以为昨天我们胜利社区最后一名居家隔离一个多月的特殊人员解除隔离后就会清零，将近下班的时候，湖北返莞人员激增，接下来前线的工作量更大。但湖北的解封，让我们看到了希望，生活也会逐渐恢复正常，这个迟到的春天已到来。