

# 最新做风车心得体会 野风车心得体会(模板5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

## 做风车心得体会篇一

作为一个爱好健身的人，我经常尝试各种不同的运动和锻炼方式。前段时间，我尝试了野风车运动，这是一种新型的室内健身器材，可以全方位锻炼身体，下面，我将分享我的野风车心得体会。

### 第一段：切身感受

野风车可以全方位锻炼身体，让我的身体更加适应运动。经过几次使用，我发现，我的肌肉得到了全面锻炼，身体的柔韧性和耐力也得到了提高。野风车的设计非常巧妙，不仅可以让身体得到足够的锻炼，还可以节省时间和空间，非常适合城市里忙碌的人们。

### 第二段：运动乐趣

野风车的使用非常简单，直接上手即可。是一个非常好的运动平台，可以让我在短时间内得到足够的锻炼。在锻炼过程中，我享受到了运动的乐趣。身体在运动中不断挑战自己的极限，心情也随之愉悦起来。每次锻炼结束后，我的身体感到愉悦和轻松，这对我的精神健康也有很大的帮助。

### 第三段：身体改变

野风车可以让我的身体得到持续的锻炼，对我来说是非常有益的。在我锻炼几周后，身体的变化是明显的。我的体重有所下降，腰围和臀围变小了，肌肉紧实并且更有弹性。野风车的锻炼方法的重点在于骑行时将单车往前推出，这种动作刺激了我的核心肌群，我从最初的三分钟锻炼到现在的45分钟，不时还在尝试着挑战自己的极限。

#### 第四段：运动的成就感

野风车锻炼因为需要不断挑战，所以会让人产生一种成就感。随着锻炼时间的增加，我逐渐学习到如何控制身体的呼吸和调整节奏，在锻炼时可以使用更高的手柄层次，快速的运动，逐渐锻炼出自己的风格。时间久了之后，我会发现我已经进入了一种佳境，享受着自己突破的质感。

#### 第五段：坚持健身的重要性和结语

野风车虽然是一种好的运动器材，但是它只是达到健身的一种手段。从我个人的角度，我认为坚持健身是非常重要的，无论是锻炼的形式还是锻炼的方法，都需要坚定的信念。无论我们是否很忙碌，都应该为自己的健康留出一个有效的时间来。野风车给予我的体验是积极的，我希望更多的人能够尝试这款运动器材。

总之，野风车的锻炼方式非常独特，它可以全面锻炼人的身体，并且为我们带来了锻炼的乐趣和成就感。只要我们坚持不懈的锻炼，一定可以获得健康的身体、充沛的精神和高质量的生活。

## 做风车心得体会篇二

1. 学习用剪刀、棉签、吸管等工具、材料利用一次性纸杯制作风车。

2. 在制作中，锻炼幼儿独立构思、学会与他人合作。
3. 培养废物利用的良好品质和环保意识。

### 【活动准备】

1. 一次性纸杯若干、幼儿剪刀、棉签、吸管、水彩笔等
2. 教师范例一个，制作步骤图一组

### 【活动过程】

一、出示纸杯风车，激发幼儿制作风车的兴趣。

1. 提问：你们看，老师带来一个好玩的风车，看看这风车是用什么做的？
2. 请幼儿玩一玩纸杯风车
3. 小结：我们要善于发现周围许多废物都有再利用的价值。

二、教师示范讲解制作纸杯风车的方法

好了。

3. 给纸杯花涂上漂亮的颜色，或者图案，这样你的风车就与众不同了。

4. 出示步骤图，引导幼儿边观察步骤图边制作纸杯风车。

三、幼儿制作风车，教师巡回指导

1. 分发材料和工具，幼儿自制风车
2. 能力弱的幼儿可以做吊式风车，能力强的幼儿可以做旋转

## 式风车

3. 教师指导，帮助幼儿完成作品，让幼儿体验成功的喜悦。

## 四、展示幼儿作品

1. 将幼儿做好的吊式风车吊在活动室美工区内，

这样风车就可以转动了。

## 五、活动评价

引导幼儿从美观、牢固性、有创意等方面来评价自己和他人的作品。

### 【延伸活动】

1. 在美工区继续投放工具与材料，制作纸杯风车。

2. 将幼儿制作的纸杯风车布置在活动室内外，让孩子体验成功的喜悦。

## 做风车心得体会篇三

风车是一种利用风能转动的机器，可以将风能转化为电能，为人类生活提供了一种清洁、环保、可再生的能源。去年夏天，我参观了一家风电场，观看了风车的运转过程，也听取了导游对风车的介绍。这次参观让我有了更深入的了解和体验，也使我对风车这种未来能源更加感兴趣。

### 第二段：机理

风车的转动机理是转轮集气因子，利用风产生的动能和风车机械的自身构造来实现的。风流经叶片，加速风叶的运动，

从而转动风轮或转子，然后将这种转动机械能通过变速箱转换为发电机转子定子上的电能，再由变压器升压输送到长距离的300kV或500kV输电线路上传输到城市用电。

### 第三段：可持续性

相比于传统能源，风能是一种非常环保和可持续的能源。它并不会排放有害的废气和污染物，不会影响当地水源，也不会产生噪音和运输成本。风能是相对充沛的资源，几乎没有用完的风的情况。此外，风力发电经济性也十分优越。虽然设备比较昂贵，但长期运行下来，风力发电能源比传统能源更便宜、更可承受。

### 第四段：发展前景

随着能源价格的不断上涨，各国政府对可再生能源的投资会越来越大。风能是这些可再生能源之一，有着广阔的发展前景。目前全球风能装机总容量已经超过650 GW，风能发电量占全球电力供应的5.1%。根据国际能源署的预测，到2030年，全球风能装机容量将增加至2600 GW，占全球电力供应的15%。这是一个很可观的数字，说明风能发电有着非常广阔的发展前景。

### 第五段：结尾

结合以上分析，我深深地认识到，风能是未来能源发展的一大趋势。随着全球对环保和可持续发展的重视，风能将会成为我们推动可再生能源、保护环境，降低污染的绝佳选择。同时，作为一个普通人，我们也可以从自身做起，采用节能环保的生活方式，为环保事业作出自己的努力。

## 做风车心得体会篇四

曹文轩的纯美小说写的都是一个个短小而感人的故事。拿起

书首先映入我眼帘的是封面上的两段文字：“一片旷野，没有树林，没有村庄，没有行人，只有这么一架孤独傲慢的风车。”本书收录中短篇小说14篇，是作者从多年创作的百余篇中短篇小说中精选出来的。

《野风车》这本书里面讲了都是讲一些农村小孩在农村经历的事，有的是讲一个调皮的小孩由不懂事变为懂事，有的是讲的一个小孩遇见一个孤寡老人，并帮助照顾那老人的事，还讲有几个小朋友遇到险境后，又团结一起脱离险境的事等等，作品清新纯美，格调高雅，故事精致而富有智慧，对少男少女的心灵挖掘细致而深入。

其中书中的第二篇叫“阿雏”的文章，让我很感动，每读一遍都给人留下一种凄凉的感觉。原本是多么幸福美满的一家，却因为那一场突如其来的灾难无情地夺走了阿雏父母的生命。从此小阿雏就只能依靠年迈的奶奶生活了，可不久奶奶也撒手不管他了。面对失去亲人的痛楚，阿雏一时却无法接受这个残酷的现实，于是他在没有了亲情的关怀下一步一步走向“坏孩子”。

有一天阿雏带着阿狗到芦苇荡想捉弄他，把他推到小船上，然后自己走人，可没想他把阿狗推上船之后自己就心软了，想：如果阿狗回不来，他爸妈一定伤心极了。阿狗是个胆子小的男孩，被推上船之后就直喊救命，最终阿雏还是跳上船去救阿狗，可他们俩一起准备上岸时，船已走远，他们迷失在茫茫芦苇荡中……到了晚上他们只能吃苦涩的芦苇根。到了第二天早上，阿雏发现远处有鸭子在下蛋，想，今天有鸭蛋吃了！可是他跳上船时身上被擦伤了很多地方，再加上昨天吃的芦苇根，更是变的乏力，为了阿狗他还是坚持去了。而在这时阿狗却还在睡觉，正在这时，沉睡的阿狗隐隐约约听见有人在叫他，想一定有人来救他们了，就醒来了，看见村里所有人都驶着船来救他了，他赶紧走到父母的船上，这时他才想起阿雏哥不见了，叫村里人去找他，而阿雏实在累的不行了，静静的躺在鸭蛋旁……最终他还是死在了父母

淹死的水塘里。所谓“人之初，性本善”，“坏孩子”阿维的心灵深处涌现的还是善性。

阿维，一个渴望幸福的男孩以为自己剥夺了别人的幸福而陷入无边的内疚，他需要的是父母的爱，幸福和亲情.....他比任何孩子都可怜!比起那些完整无缺的家庭，阿维实在是可怜，他失去本该属于他的感情，那是世上每个人自己独一无二的、最珍贵的、也是最不能缺少的———亲情。

看完这篇文章，值得我们深知：我们的生活什么都能没有，唯一不能没有的是——亲情。没有了亲情也就没有了爱，没有了爱也就没有了希望。

## 做风车心得体会篇五

《白色风车》是周杰伦的歌曲之一，以钢琴为主要乐器伴奏，感人至深。自从听过这首歌之后，我对音乐产生了更深刻的理解和感受。它向我展示了人性深处对爱情的执着和对生命的珍视，启示我学会如何珍爱身边的人与事物。

### 第二段：感受

这首歌悠扬的旋律和动人的歌词，让我沉醉于其中，许多细节和情节沿着旋律展开，仿佛化为画面在我的脑海里轮回与飞舞。白色风车是那么的单纯和自然，居然蕴藏着如此深度的情感和启示。它告诉我，爱情并不只是浪漫的文字和甜蜜的表面，而是内心的坚强和耐心。这种坚定的爱，即使在人生的旅途中也能迎风而立，继续接受新的挑战 and 机遇。

### 第三段：内涵

白色风车的背后是一个充满了人情味的故事，表现了周杰伦对爱情和思乡的情感。他在歌曲中表达了当一段感情走到了

尽头，即使心如刀割的痛苦，他也要保留这份感情和回忆，保持内心的柔情和敏感。同时，周杰伦的怀旧情感也流露在这首歌曲中。回忆起自己离开家乡的岁月，他似乎感到了一份乡愁，一份与祖国的情感相连。

#### 第四段：启示

白色风车生动地向我们展示了内心的坚持力量和探索精神，唤起了我们珍爱和坚守对生活的态度和信仰。这首歌曲深刻地反映了我们的价值观和理念，教育我们知道如何对自己的人生负责，珍惜我们所拥有的一切。我们应该学会珍惜并尊重他人，学会包容对方的优点和缺点，付出自己的真心，换取另一方绽放的笑容。

#### 第五段：结论

白色风车激发了我对人生的洞察和思考，经过这一段感性的旅程，我愿意坚定地走向未来，坚定地面对生活和人生的所有挑战。这首歌激励我通过自己的努力和奋斗，充实我的人生，不忘初心，始终保持领悟生命真谛的感悟，守住我们信仰的坚实支撑。如同那白色风车，见证着岁月的流转与时光的沉淀，它表达着生命的坚韧与奋斗的力量，它是希望，是勇气，是方向，它引领我们迈向新的生活，成就美好人生。