

2023年儿童户外拓展训练 户外拓展训练 活动心得体会(精选5篇)

认真品味一部作品后，大家一定收获不少吧，不妨坐下来好好写写观后感吧。观后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的观后感呢？下面我就给大家讲一讲优秀的观后感文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

讲座工作总结 百家讲坛观后感篇一

每天早上起床就是看《百家讲坛》，今天听的是喻大华教授评说《嘉庆王朝(五)——洪亮吉大案》当把洪亮吉流放新疆后，地方上发生了一场罕见大旱，先是老百姓拜神祈雨，后来各级官员向天求雨，大到极致的官员也没有用，无奈皇上只好亲自向天祈雨还是没用。实在没有办法，想到了大赦天下，仍然仍然是滴雨不下。于是嘉庆想到了洪亮吉，在他亲自含泪写完诏书(相当于自我检讨，嘉庆觉得委屈所以流泪)后，一场大雨倾盆而下。

这是迷信吗?应该说不是，因为从老百姓到当官的祈雨应该是过了很长的时间，从时间上来说，也许本来就是到了该降雨的时候，再者嘉庆本身就有点心虚，如果说他对洪亮吉不是心存不安，他不会觉得自己应该受到惩罚，他作为一国之君能够自我检讨非常不容易，在他内心深处其实早就知道自己错了，只是一直不愿意承认，直到这场大旱让他把这份内疚显露无遗。

每一个人在内心深处都有自己的道德底线，这个底线就是牵制自己的行为，甚至也会让自己倍受折磨，当自己无法逾越自己的时候，就会产生一些恐惧，于是就会用一些行为救赎自己。于是人的信仰便产生了，不断的用一些行为来救赎，只求自己问心无愧。

讲座工作总结 百家讲坛观后感篇二

央视广告说：百家讲坛，坛坛都是好酒。虽然连我儿子都知道，广告就是言过其实的东西，但能吸引我每周（不是每晚）必看的节目，质量还算是上乘的。

象今天，听完于丹教授读《论语》。我深有感触，僵坐在沙发里久久沉思。

我知道自己不可能隐居到三清山顶或者桃花源里，但只要内心充盈和自由，我仍然可以快乐，心灵的快乐可以让蓬荜生辉。其实，就是要真正做到“随遇而安”。

过去，我所缺乏的，就是这么一种平和的心态，总把自己贴上完美主义者的标签，事无巨小都劳心劳力。象林彪元帅打仗，每仗都求全胜、全歼。很累。为事所累，放不下，输不起，自己的心老是要拴在某件事上。

这段时间于丹教授一夜窜红，不逊于易中天，其实相比之下，我更喜欢后者。人曰：读史可以明志，但对于我这种立志做闲云野鹤的人，无心仕途，多读史又有何用？无非是教教小孩讲讲故事罢了。所以我还是想潜心看看诸子百家，听听孔孟之道。

虽然《论语》不及《三国》精彩，虽然我不喜欢于丹jj的外貌（女人味不够，更不喜欢她穿普通的短袖衫就出镜的形象）。但我还是感谢她的讲述，为我提炼了以上几点人生哲理，虽然这些道理原本就存在于我的脑海里，但却过于朦胧，不深刻，现在是恍然大悟！蓦然回首，自己近年干的有些事情幼稚得令人发笑。

有人形象地比喻看百家讲坛有如“嚼饭哺人”，没了嚼的过程，滋味和营养必然少了。有位名家有另一个比喻：历史古典文学象美味果仁，只有少数社会菁英能尝到，大学教授上

电视讲故事就象把坚果敲开，让大家分享果仁。

没办法，我只是平民布衣，没闲情逸趣也没本事去“敲”再“嚼”，只好接受别人“哺”了。的确，在这个多元信息化的社会，我不可能去买线装竖排繁体的《论语》20篇来读，老实说，我好久没有读书了。

有人把于丹比喻为“文化奶妈”也很有意思，哈哈，人奶最有营养！

其实与这两位相比，我又更欣赏讲清史的名家阎崇年老师，一个绝对出色的学者。还有其它登坛的名师，待日后慢慢品味，希望自己能陆续有感而作。

讲座工作总结 百家讲坛观后感篇三

今天《百家讲坛》讲的是爱上语文系列节目中读诗中的“厚”与“薄”。

老师，有纳兰性德的《长相思》做例子，要先把它读厚，再去读薄，最后再读活，读厚是基础，读薄是关键，读活才是最终的目的。独厚并不是数量上的，是质量上的一种变化。要解读《长相思》，在不同的角度，有许多不同的见法和感受，理解的也不同，也可以根据他的其他诗词和经历来感受，这样就会读的越来越厚。纳兰性德也有许多称号来体现他的故事、经历和性格，用现代话说，纳兰性德是个“天才”“学霸”“专家”“大咖”“情种”。

读薄关键的关键在于你能够聚焦和锁定这首诗最核心、最有价值的信息。《长相思》上片可以把他读成一个字“身”，下片可以读成“心”字。

读活就是反复的读，有感情的读，把自己带进诗里，体会作者要表达的感情。这首诗就被你读活了。

这就是阅读诗词的“妙招”。

讲座工作总结 百家讲坛观后感篇四

上午，参加一个“道德讲堂”活动，深受启发。道德讲堂是中央文明委推广的某某省常州市“文明城市创建过程中的惠民利民创新之举”。作为文明城市建设中的一项重要工作，某某市率先在某某的省级以上文明单位试行。这项活动的开展，有利于推进社会主义核心价值体系建设，提升全社会的公民文明素质，推动经济社会转型升级。

这次活动按照市上的统一安排部署，借用某某常州的经验，以“身边人讲身边事，身边人讲自己事，身边事教身边人”的方式，安排了本单位一位先进模范人物，通过“道德讲堂”这种形式，讲述自己经历的工作中很有创意的三个故事，以及工作中的教训，表明公务人员做人做事应该具备的基本素质。他们还从市环卫处请来一位“某某十大女杰”，讲述她在环卫工作一线的酸甜苦辣，以期对本单位干部职工一些启示和教育。下午尽管只用了一个多小时，但效果很好！

环卫工人虽然被誉为“城市美容师”，但真正愿意主动从事这项工作的人并不多。环卫工人三班倒，早班每天早上四五点钟就上班，晚班要十一二点才能回家。成天跟垃圾打交道，保持城市的清洁卫生，人们是瞧不起又离不得。下午一位管着320多位环卫工人的大班组长，讲述她搞好环卫工作的三点体会：一是心态放平和，在人们肯定中感悟成就；二是敬业放首位，在默默无闻中成就事业；三是人本为核心，在相互关爱中展现凝聚力。

讲座工作总结 百家讲坛观后感篇五

刚刚结束一门课程的期末考试，眼见着这一学期就要结束，借着博士政治课程作业给自己这一年在科大的代培生活和学习做个总结，认真回顾一下这一学期的得与失，成与败。

记得九月份刚入校的时候学院的领导说：你们今后就是科大的校友了！恍然间内心闪过一丝激动，因为对于包括我在内的大多数代培生来说，我们是不能认可被贴上“代培生”标签的我们会与这里的土著们一样日后成为科大的校友，于是调侃道：也许等我们功成名就的那一天就真的是科大的校友了，只是这一天是什么时候呢？不管我们来自哪一个研究所，科大这个地方是我们中不少人高考时的梦想，如今以代培生和未来校友的身份在这里生活一年也算是了了一桩遗憾吧。

在科大的生活相比于所里是轻松的。这一学年里我们有很多可自由支配的时间，没有实验室，没有老板，没有课题，没有项目……没有太多在未来将充斥我们生活的重担，有的是大片空白的课表，几本书，几节课，几位注定擦肩而过的老师……可以熬夜到很晚而不用担心第二天起不来，可以睡到自然醒而不用担心上班迟到，可以给自己放个小长假到合肥周边玩玩，可以放肆的跟同学朋友到处游荡，可以在以前的大学同学现在的科大土著校友们面前“炫耀”“丰富多彩的生活”……总的来说这里的生活理应是惬意的，然而当年关将至的时候，回首已经过去的一年，我没有感觉到生活有多惬意，反而因为太过松散的生活状态感到愧疚和紧张。

我是已经在合肥呆过四年的安徽人，因此安徽周边可玩可看的几乎没有遗漏，相比于第一次来合肥的同学来说这个地方我太过熟悉，也就没有了出游的兴致，于是这一学期我多数的课外时间献给了寝室，更确切的说是献给了电脑、手机和床！不再如大学时一样兢兢业业，在图书馆或自习室留下印记，虽然固有的习惯会督促着我按时完成课业，但相较于以前主动的要去学习知识，这段时间更多的是被动的完成任务。于是在临近期末，各种考核接踵而至的时候我突然觉得紧张，觉得这学期似乎除了几份标注了的ppt我在学习上一无所获，于是就有了近一个月的疯狂补救，枯燥、辛苦却也充实的度过每一天。xx年的下半年，我用一个月来弥补以前四个月在学习上的亏欠，这样的忙碌和不安像警告一样伴随着我，新的一年难道还要如此浪费年青的生命吗？我不想过早的回答，

在xx年的开始，我在图书馆学习，那么接下来的xx[]我仍希望这样的生活在我在科大的日子里有规律的出现，希望在xx年终总结的时候我不会再一次觉得愧对了这一年。

也许是因为代培远离实验室，我似乎还没有适应自己已经是研究生的状态，还不太明白研究生与本科学习的区别。与今后研究领域相关的文献读的少，该学习的软件也没有学好，似乎每天都在忙碌，却不知道自己究竟得到了什么。情感的宣泄？只是昨晚的或哭或笑，第二日醒来在脑海中并没有留下什么印记，徒增加了八卦时的谈资而已。这不该是我作为研究生该有的状态，全新的开始，我必须为今后的自己负责，新的一年新的一学期，这种松散随意的生活不能再继续下去，留下文字为证，明年的今天，希望给自己一个满意的回顾！

这一学期也不全都是需要反省的过往吧，总有一些事值得怀念。新的生活新的环境自然认识了新的朋友接触了新的事物，给故去的昨天灰色的底板上添几笔亮色。感谢在这段旅程里遇到你们，那些一起学习生活的场景填补了我这学期对于科大的空缺。还有那些教学风格迥异的老师们，虽然知道政治老师一直都是针砭时弊的高手，但第一次知道政治老师可以如此潇洒的教学，第一次感受到政治课也可以如此生动有趣，第一次在没有点名的政治课堂上看到几乎满座的现象。感谢虽然分隔两地却依然彼此牵绊的朋友、同学，我相信距离不会淡化我们之间的感情，感谢你们的一路相伴！

博政课上老师那个关于英国老板放弃事业自费到剑桥读博研究中国古董的事让我记忆犹新，还有那位自称“化学是用来混饭吃，这个（物理）才是我的兴趣”的学者，我知道现在的我不能奢求像他们这样因为兴趣而做研究，因为快乐而选择如是生活，但希望在今后的研究生涯里可以如他们一样不去功利的追求什么，而是出于兴趣和快乐从事着自己的研究，更希望今后的课题恰好就是自己的兴趣所在。

xx[]但求落幕无悔！