

最新高考经验交流会总结 高考经验交流会的发言稿(通用5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

感恩活动心得体会篇一

感恩节是西方国家的传统节日，每年11月的第四个星期四举行。在这一天，人们会和家人、亲友一起共进大餐，表达对生活的感恩之情。今年，我参加了一次特殊的感恩节活动，给我留下了深刻的印象。通过这次活动，我深刻体会到了感恩的意义，也意识到每个人都应该用行动来表达感恩之情。

这次感恩节的活动是由学校和社区联合组织的。在活动开始之前，我们参与者进行了一系列准备工作。我们分成小组，每个小组负责策划一道感恩节特色菜品，准备材料、烹饪器具以及餐具。我们还联系了社区的一些需要帮助的人，并邀请他们一起参与这次活动。

在感恩节当天，我们一起来到了学校的食堂。食堂的桌椅已经被我们摆放得整整齐齐，每个桌子上都摆放着花朵以及用心制作的感恩节饰品。我们小组的成员也都打扮得整洁、漂亮，迎接即将到来的客人。

活动正式开始后，我们先向与会的社区居民介绍了感恩节的由来和传统习俗。然后，我们开始为大家提供可口的感恩节美食。我们小组的特色菜品是自制的南瓜派和烤火鸡。我们亲自动手制作，匀称的派皮，香甜的南瓜馅料和鲜美的火鸡肉让每一位品尝者都赞不绝口。

餐后，我们给每位参与活动的社区居民送上了我们亲手制作的感恩节礼物。这些礼物虽然不算奢华，却都是我们用心制作的，代表着我们对他们的感谢和祝福。看着他们收到礼物时的笑容，我的心里充满了喜悦和满足。

通过参与这次感恩节活动，我深刻体会到了感恩的重要性。平时，我们总是抱怨生活中的不如意，忽略了身边的幸福和温暖。而感恩节活动让我看到了社区居民们的艰辛和努力，也更加珍惜了我拥有的一切。

此外，这次活动也使我认识到，感恩不仅止于口头表达，更重要的是用行动来实现。我们小组不仅为参与者提供了美食，还为他们准备了感恩节礼物。这让我明白，拥有能力帮助他人是一种幸福，也是一种回报。

通过这次活动，我还结识了一些社区居民，听他们分享了他们的生活经验和感恩的心情。他们中的一位老人告诉我，他们对生活充满感激之情，并且乐于帮助他人。这种乐于奉献、感恩的心态深深地感染了我。

总结起来，这次感恩节的活动给我留下了深刻的印象。通过参与策划、烹饪和服务，我深刻体会到了感恩的意义，也意识到每个人都应该用行动来表达感恩之情。同时，我也认识到了生活的幸福和温暖，以及为他人付出的重要性。我相信，在以后的日子里，我会一直怀揣着感恩之心，用自己的行动回报社会、回报生活。

感恩活动心得体会篇二

首先，我要表示感谢，感谢学校能够给孩子们提供这种学习和成长的机会，不仅对孩子，对于家长也是一次观念上的教育。

如今的孩子在家中都是众星捧月，所得到的呵护远远超出了

孩子的需要，所以在孩子已得到那么多爱的同时要学会自己如何去爱就显得尤为重要。

所谓感恩，就是让孩子心中有爱，让他们懂得感恩，学会感恩，是孩子一生的幸福，只有常怀感恩之心，才能更珍惜所得到的一切，对周围的人，事物，都心存感恩，更是一个人的宽广的表现。感谢父母给予他生命，让他体验人生的精彩，感谢老师授予他知识，让他积累为社会做出贡献，感谢朋友，带给他快乐与幸福，感谢敌人，让他学会面对挫折，感谢所有为他付出过，带给他物质与精神上需求的人，感谢世间万物给他提供的生存空间与条件。

当然，这种教育不可能一次就起到很大的效果，希望学校将这种教育贯穿始终，真正达到教育孩子的目的，让感恩深入人心，一次督促孩子，让孩子从根本上理解如何感恩，规范自己的言行举止，做为家长，以身作则，用自己的行动做表率是我们义不容辞的责任，我们一定积极配合学校，共同实现教育目标。

现在不少孩子太缺少感恩情怀了。独生子居多，父母亲太过于溺爱，从而养成了孩子对现有的条件不珍惜，只顾一味地索取，把一切都看做是理所当然的，这样的孩子怎能学会感恩？现在，让我们一起来探讨该如何加强孩子的感恩教育吧。记得有一次，我膝盖关节疼痛，走起路来一瘸一拐的。孩子看见后，不是关切地问我痛不痛，而是哈哈大笑。不仅如此，孩子不懂得关心别人，还挑吃、浪费粮食，自己喜欢吃的东西不会与人分享。虽然我不指望孩子将来会有怎样的报答。但孩子的表现着实让我感到有些寒心和担忧。可仔细一想，其实孩子的本性是善良的。楼上的大爷腿脚不好，上下楼梯不方便，孩子看到后会关切地说：“大爷，您小心，要走好”。小区里的邻居和同学的妈妈经常夸赞她懂礼貌，懂得与大人打招呼，老师也称赞她在校能够尊敬老师，团结同学，对人热情。

如今，孩子已经开始学会了怎样去关心别人。我的腿磕着了，她会急切地问：“妈妈，疼吗？”外婆的眼睛进了灰尘，她会关心地问：“外婆，你的眼睛好点没有？”爸爸睡觉时，她会给他盖被子。同学流鼻血，她会主动地递上纸巾。孩子也懂得了帮大人分担家务活，跟我抢着叠衣服……看着她一点点地进步，我感到欣慰。

其实，孩子自私、缺乏责任感和感恩的心理，独立性差，经不起挫折，这都是家长过分溺爱所造成的。小学时期，学生的行为习惯正在逐步形成，如何培养孩子健全的人格，这不仅是家长的责任，也是学校教育必须解决的一个重大课题。

内心的情感。我想，孩子们会懂得感恩社会、感恩父母。

最近，学校举行了感恩教育活动。通过本次活动，孩子们都受益匪浅。我家的孩子也在这方面有很大的进步。让我突然想起了《感恩的心》这首歌。感恩的心，感谢命运……发现这首歌真的写的那么动人，是啊，人活着，有太多的东西需要我们去感恩，有了一颗感恩的心，这个世界才会变得更回美好。

也许我们的孩子不是最优秀的，但是在我们父母的眼里他永远是最棒的。每天下班的一声妈妈，让我更加坚信，无论我们为他做什么都是值得的。同样，在孩子的心里，也懂得我们每天上班的辛苦。一回到家中，一双拖鞋，一杯热水，都足以证明他是个懂得感恩的好孩子。

感恩活动心得体会篇三

在我们的生命中，有太多太多的人让我们感动，值得我们去感激。我们的恩师，我们的挚友，我们的亲人……甚至是匆匆走过身旁的给了我们灿烂的微笑的陌生人。

感恩是中华民族传统美德，更是整个人类的一种精神美德。我们生活在这个世界上，时时都接受着社会的“恩赐”：父

母的养育、师长的教诲、朋友的关爱、大自然的慷慨赐予……我们的生命、成长、健康、财富以及我们每天享受着空气阳光水源，莫不应在我们的感恩之列。“羔羊跪乳，乌鸦反哺”，动物尚且感恩，何况作为万物之灵的人类？感恩又是一种处世哲学，是一种良好的生活态度，你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知一味地怨天尤人，最终可能一无所有。可以说，常怀感恩之心，不仅是健康人格的基础，也是人生幸福的基础，更是和谐社会的需要。

我们感恩于给予了自己生命、哺育自己健康成长的父母，感恩于给了自己教诲、让自己增长知识的老师，感恩于给了自己友爱与情谊，使自己在漫漫的人生旅途中不再孤单的朋友，我们也应感恩于为我们提供工作机会、培养和造就自己、实现自身价值的学校。

具有一颗感恩的心首先应该具备以下几个：(1)懂得珍惜，珍惜已有的，别等它失去才知可贵，譬如友情、爱情、生命。(2)懂得宽容，宽容是一种胸怀，感恩的心便拥有这种胸怀。(3)懂得奉献，象蜡烛给黑夜以光明，象绿叶给花朵以衬托。“予人玫瑰，手有余香”，感恩的心是温暖的，如冬日的阳光，驱散着寒冷，感恩的心在奉献中求得平和，在付出中感受安然。

学校今年开展的“感恩教育，让爱常在”活动，就是要培育和弘扬学校感恩文化。一个知道感恩、懂得感恩的人，才会时时怀揣着一颗感恩的心，去回报生活给予的一切。一个具有感恩文化的学校才会是一个有凝聚力、竞争力的学校。

教师应感恩学校给予了自己工作岗位，为自己提供了生存及生活的基本保障，更提供了实现自我、发展自我的舞台。

“是态度而不是才能决定着你在生活中所达到的高度。”一个有着感恩之心的教师，会把对学校的感激转化为勤奋工作、刻苦学习、奉献社会的实际动力。一个有着感恩之心的教师，会执着而无私，博爱而善良，敬业而忠诚。能够常揣感恩之心

去工作，那你一定会被学校接纳、被事业接纳、被成功接纳、被你的梦想接纳。

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦。常怀感恩的心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，对别人也就会少一分挑剔而多一分欣赏。

感恩活动心得体会篇四

感恩节是西方国家的一个重要传统节日，人们用这个节日来表达对他人的感激之情。在感恩节期间，有很多有趣的活动可以参与，我有幸参加了其中的一个活动，并从中获得了一些宝贵的体验和收获。下面我将结合自己的亲身经历，分五个方面谈一谈我在这个活动中的心得体会。

首先，感恩节的活动让我深刻地体会到互相帮助的重要性。在这个活动中，我们组织了一场义务劳动活动，为社区卫生院进行清洁和装修工作。在这个过程中，每个人都积极参与其中，互相协作，帮助彼此。在我清洁卫生院时，我发现自己不仅在帮助他人，还得到了其他人的帮助。这让我深刻认识到，在我们的生活中，互相帮助是非常重要的。我们要珍惜身边的人，乐于助人，这样我们才能创造更美好和谐的社会。

其次，在感恩节的活动中，我体悟到了感恩之心的重要性。这次活动的宗旨就是要让每个人在活动中体验感恩的力量。我们每个人都要写感谢信，对身边帮助过自己的人表示感激之情。在写感谢信的过程中，我不仅感受到了自己内心的满足和喜悦，还感受到了被感谢者的喜悦。这让我明白到，感恩之心是让我们与他人更加紧密联系的纽带，同时也能增强我们自己的快乐和幸福感。

接着，在感恩节活动中，我还参加了一次志愿服务活动。我们去了一家贫困山区的小学，为孩子们带去了书籍和学习用品。在活动中，我和孩子们一起画画、唱歌、玩游戏。通过和孩子们的交流，我看到了他们朴实、善良的一面，他们对生活的热爱和积极向上的态度给了我很大的启发。这次活动让我明白，感恩不仅是要想着自己的所得，更重要的是要将自己的爱心传递给他人，用行动帮助那些需要帮助的人。

再者，在感恩节活动过程中，我对食物的珍惜有了更深的认识。在感恩节这一天，我们举办了一个大型的感恩宴会。我看到了许多丰盛的食物，但我也看到了很多人们为了食物而辛辛苦苦工作的情况。这让我深深地明白到，我们应该珍惜每一份食物，不浪费粮食，更要关注全球的食品安全问题。我们要明白，食物是一种珍贵的资源，我们应该心存感激，节约使用。

最后，感恩节的活动使我认识到，感恩的精神必须贯穿在日常生活的方方面面。感恩节只是一个特定的日子，但感恩的心态应该贯穿在我们的生活中。我们要感谢父母给予我们的养育之恩，感谢朋友们给予的支持和陪伴，感谢老师们给予的教诲和关注。只有心怀感恩，我们才能更好地做人、做事，才能在生活中获得更多的快乐。

总之，参加感恩节的活动是一种珍贵的体验，让我更加深刻地认识到感恩的重要性。在活动中，我体悟到互相帮助的重要性，感受到感恩之心的力量，认识到帮助他人的意义，对食物的珍惜有了更深的认识，还明白了感恩的精神需要贯彻生活。我将会把这些体会融入到我的日常生活中，用实际行动来表达我对他人的感激之情。

感恩活动心得体会篇五

每个人都应当感恩生活中的点滴，昨日的付出是今天拥有的成果，每个时刻都值得珍惜。在过去的日子里，我曾经有许

多成功的经历，但是也有许多不成功的尝试。凭着对成功的追求与信念，在一个名为“感恩活动”的活动中，我有了感人的体验。

第二段：活动的设定

这个活动是由公司主持的，旨在提醒我们关注对周围的感恩，让我们发现生活中的小确幸。活动的要求是在一个月的时间里，每天坚持写日志，感受对生活的感恩之情。在完成这个任务的同时，我们需要在公司内发起一场活动，也让更多的人能够感受到这种感恩的温暖。看到这个活动的设定，我既兴奋又担心。我乐于尝试，但又不知道这个任务会不会太过艰巨。

第三段：活动的实施

在日志的写作过程中，我体验到了来自生活中的种种，感触到了生活的苦乐。总结自己的感恩之情，使我发现不仅有很多人值得感谢，而且让我也学会了感恩。这份肯定的力量，让我在活动中更有信心，也更加坚定。我们按照计划，选择了一些合适的好物，制定了一些有趣的游戏，把它们放在保鲜袋里，与同事一起分享他们自己的感恩，一起庆祝生活中的小确幸。

第四段：活动的口碑

这个活动传遍了整个部门，其中，得到了各种各样不同反应。有的同事愿意发表自己的感言，在日志上分享，更多的人惊奇于这个活动的创意和意义。大家开始更多地关注生活中的小细节，视日常琐事为珍宝。他们不再 complain 而是珍惜这份上班的机会；他们不再焦虑，而是享受已经到手的工资；他们不再厌倦，而是热爱自己所处的环境。活动的口碑不断好转，我们的思想和心情也变得更为轻松愉快。

第五段：感受

活动已经结束了，但浓浓的感恩之情仍在我心中时刻陪伴着我。我收获到了许多，绽开了感恩之花。有时头脑一片空白，我会翻看日志，每个字每句话都是我为生活所感而写的。意识到自己的不足，更为今后打算增加自己的成功与成长努力。我的身旁，有着许多值得认真感恩的人和事物，我会更加珍惜拥有的。幸福的感悟，留存在心中深处，助我前行。感谢生活，感谢这份难忘的活动！

总结：活动让我认识了很多让人短暂忽视的小细节，同时，也让我找到了更多可以感恩的年轻成功和自己未来所拥有的。无论过去未来，感恩之心永不更改，珍惜好每一个刻在自己心中纯粹的瞬间。活动所营造出的积极氛围影响了每个人，在每个人的心中留下了感恩之花。我们应当再次感谢这次活动，同时也感恩能够珍惜自己所拥有的点滴，珍惜未来打拼所要付出的努力。

感恩活动心得体会篇六

“感恩有你，心中充满喜悦。”近日，本人参加了一场感恩活动，这场活动让我明白到了感恩的意义和重要性。感恩不仅仅是对别人的感谢，更是一种心境，让我们在生活中心存感恩之心，以此来面对困难，更加坚强地生活。今天，我想把我在活动中的所见、所闻、所感，以及对感恩的认识和思考与大家分享。

段落二：感恩不只是说出来，更需要行动

我们每个人都应该时刻谨记：不要只口头感谢，更要实际行动。在感恩活动中，我看到许多同学们积极行动起来，通过为邻里社区捐献物品、到福利院探望孤寡老人、为灾区捐款捐物等形式来表达自己的感恩之心。这些行为让我深受感动，也引起了我对于感恩的思考。感恩不是单纯的表达感情，更

重要的是通过实际行动来落实这种感情。

段落三：感恩是一种情感，更是一种能量

在活动中，我看到了人们巨大的能量，我也看到了因为感恩而诞生的快乐和幸福。感恩是一种流动的情感，它可以传递给他人，并且被他人回馈，这种情感的回馈也会激起更多人的感恩之心。感恩不仅可以让人们感受到温暖，更可以带来改变人生的力量。如果我们心存感恩之心，就会发现，生活中的困难和挫折，变得不可怕，而是更值得去面对和克服。

段落四：感恩是一种让生命更充实的方式

感恩不仅让我们的生活变得更加幸福，更让我们的生命变得更加充实。通过感恩，我们可以发现自己的人生价值，感受到对生命的热爱和执着。正因为有了感恩之心，我们才会更加努力地把握人生中的每段经历，更加珍惜身边的每个人，更加热爱自己。

段落五：结语反思

回顾这次感恩活动，我思考了很多：感恩的意义和重要性；感恩不只是说出来，更需要行动；感恩是一种情感，更是一种能量；感恩是一种让生命更充实的方式。感恩，既是心灵的疗愈，也是人生之路的指南。只有我们心存感恩之心，才能够把握人生、尽享幸福。在今后的生活中，我会倍加珍惜身边的每个人，把握生命中的每个时刻，让感恩之心永存心中。

感恩活动心得体会篇七

thanksgivingday即是西方的感恩节，定在每年11月最后一个星期的星期四，是一个非常正式的、隆重的宗教仪式。那一天，他们会好好庆祝一下，做一些传统的美食，如烤火鸡，

南瓜派，水果塔等等。而在我看来，这是一个好好感激曾有恩于自己的人的节日。

首先我要感谢我的父母，是他们给了我生命，把我抚养成人，没有他们就没有我的一切。难忘妈妈的“唠叨”，尤其是在这异乡求学，更是深深体会到妈妈的无微不至的关怀。怀念妈做的可口的饭菜和家乡的各种小吃。在我的印象中，妈妈是那么的勤劳善良：每天早出晚归，为了这个家而坚强地支撑着；当我撒脾气时，妈总是迁就我，对我的牢骚，妈妈选择的是和言善语。当我有什么不满而跟妈妈大声顶撞时，妈选择的是沉默，让我感到深深的内疚：我宁愿妈妈打我骂我，那样我会好受些。

在很多人的眼中，爸爸都是严厉的，即便他们在心底深深爱着我们，我的爸爸也是如此。他不会像妈那样对我嘘寒问暖的，每次回到家，爸只是用那张双饱经风霜的笑脸和那双严厉中带着关爱的眼睛欢迎我。难忘的是爸爸那严肃的表情，却又是带着充满爱的眼神。记得小时候，爸爸是那么的高大，肩膀上仿佛扛着整个世界。

岁月无情，在爸爸的身上留下了深深的烙印。回到家，看到微微佝偻，头发渐渐稀少变白的老爸，心中真的很不是滋味。儿时的一个记忆是爸爸经常带着我去看医生。记得有一回，好强的我跟一个男生打架，下场是在倒在地上连爬起来的力气都没有。

立在寒风中等了近半个小时医生才出来，爸爸还连连说很不好意思，三更半夜的把她吵醒。现在读大学了，爸爸还经常询问我的学习情况，打电话回家，妈告诉我说：你老爸天天说你怎么那么久没打电话回家了！在轻声浅笑的同时，心里热乎乎的：爸爸是深爱着我的！

其次我想深深地感谢我的老师。一日为师，终身为父，是他们孜孜不倦的教诲，带我遨游书的海洋，让我学到了做人的

道理，学到了各种知识。从小到大，教过我的老师有很多，他们都努力地向我传授他们的人生感悟和科学知识，督促我修身立志。学无止境，在继续聆听老师的教诲的同时，我应该不断脚踏实地，自强不息。

再者就是好好感谢我身边的那些好友、同学，是他们陪伴我度过了许多快乐和无助的时光。尤其是那些好姐妹般的好友，更是一起相互诉说心底的秘密，共同分享快乐和分担忧伤。身边没有了亲人的陪伴，正是好友在陪伴着，在我徘徊时，师兄师姐更是如长辈般指导我。

所有的这些，都令我深深感激。在感恩节即将来临的时刻，在我的一生中，我想真诚地对身边的人说：谢谢你们！我已经长大，在自己的人生路中，有你们的陪伴，我很幸福，也愿你们都幸福！