

# 最新我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会(优质18篇)

教学反思可以帮助教师发现自己在教学中存在的问题和不足，进而加以改进和提升。实习让我明白了专业知识和实践经验的紧密联系，更加深刻地理解了所学专业知识的实际应用。通过实习，我掌握了一些实际工作中常用的软件和工具，提高了自己的实际操作能力。同时，我也学会了如何结合理论和实际进行分析和解决问题，为未来工作积累了宝贵的经验。

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇一

每个人都有自己的梦想，并时刻在追梦。梦想就像一盏指明灯，指引着我们正确的方向走。有的人愿意为自己的梦想而努力奋斗，而有的人却只是凭空而想，而不去努力实现它。

你想知道我的梦想是什么吗？我的梦想呀，就是发明一种为我们带来许多方便的安全帽。那是因为当我看见有些同学很不注意交通安全，在马路上横冲直撞，有的一边走一边玩耍，这样很容易引起交通事故，带来生命危险，于是，我就萌生了要发明一个智能安全帽的梦想，造福于人类。

在我很小的时候，我这个梦想就萌芽了！我有时拿自己的玩具进行“解剖”，仔细观察它内部的重要部件，然后再把它们重新组装起来，当一个崭新玩具又重新在我面前的时候，我的心沾沾自喜，心想：这就是发明安全帽应该具有的本领吧！

我发明的安全帽，外部有一个发声器，当同学走在路中央或违反交通规则时，它会自动告诉“请遵守交通安全”，当后面有车来时，他会说：“注意，后面有车，前靠右边！”安全帽的外部还有一盏灯，当你走夜路时，它会自动开灯，为

你照亮前行的路，同时，提醒来车的驾驶员。

当你走在路上无聊了，可以打开安全帽里面的随身听按钮，听听名曲，给你带来音乐的盛餐。当你没带手表时，它会准时告诉你现在是几刻。

安全帽的顶端，装有一个微型太阳能电池，当把安全帽戴在头上，有阳光照射时，它就能吸收太阳光，储存能量，转化为电能，这样就不用换电池了。

安全帽还有一个自动调结温度的功能，这样，遇到十分寒冷的天气，也不怕感冒了。

我还有好多好多的梦想，这只是其中一个！也许，为了实现这个梦想，我要学习好多好多的科学知识，不断攀登科学高峰，探寻更多的科学奥秘！

梦想，就像一首歌，时时陪伴我！让我不再迷失，并不断追梦！

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇二**

每个人都应该有梦，有梦的人才不会累，有梦的人才能走得更远，变得更强。我也拥有梦想，因为有梦，便只顾风雨兼程，勇往直前。不错，我就是个追梦人。

儿时没有追梦的概念，因为那时的梦想像冰淇淋一般，虽然甜蜜，但终究会随着时间慢慢融化。以至现在想起来，心底像被抽空了一块只留下巨大的空白。因为只有儿时，我们才会那么简单而不假思索地说出梦想，而对梦想的追求却像白云一样飘在天上。这样的迷茫儿时的无知、顽皮。

我们都是追梦人，心中永远都有一个目标，那就是我们的梦

想。逐梦，是我们前进的动力。毛毛虫因看到蝴蝶的翱翔，就想拥有一双似薄片般美丽的翅膀，飞向那代表自由的广阔天空，怀着这样的梦想，努力追逐着梦想的脚步，从蛹里封闭的生活里蜕化成一只美丽的蝴蝶，那个过程是多么艰熬、痛苦，可为了自己的梦想，它还是克服了下来。

这不正像我们一般吗？我们每个人都心怀梦想，但想追上梦想成功的脚步，过程是无比坎坷的，一个跟斗也会便人心存阻意，甚至对追梦的念头都会像棒棒糖一般融化。面对困难，应战胜它，战胜自己，因为我们都是追梦人。

长大了，追梦的概念应深深的印入脑海，现在不应像儿时一般，让梦想随着时间融化，梦想，支持着我们的一生，拥有梦想，走得更远，看得更高，变得更强。

我们都是追梦人，梦想就是心中不灭的那盏明灯，指引我们前进的方向。

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇三**

“少年强，则国强；少年富，则国富；少年独立，则国独立；少年雄于欧洲，则国雄于欧洲……”少年之梦，即为中国之梦；少年逐梦之旅，即为中华民族强盛之路。

梦想改变人生，梦想创造历史。我们作为新时代的青少年，作为新一代的接班人，作为十四亿热爱中国的一员，我们要有梦想，我们要追梦！

人只要有了梦想，就有了前进的动力。苏格拉底曾说过：“世界上最快乐的事，莫过于为理想奋斗。”正当少年的我们，不仅拥有美好的梦想，还拥有着大把的青春年华，所以我们更要向前冲刺，奋力追逐！

也许，与那些大名鼎鼎的伟大人物相比，我们青少年的梦想，只是一场瑞雪中的一片雪花，虽寄予了丰收的好兆头，却是微小若无的。但是，只要我们所有人的梦想都指着一个方向：让中国变得更加富强！那么这个深厚和沉稳的古国将会在烈火中涅槃重生！

然而，逐梦之旅定不会一帆风顺，但请相信，爱拼才会赢！缺少奋斗的梦想终将成为虚幻的泡影，只有洒满了汗水的梦想才会开出绚烂的花。途中的荆棘坎坷可能会让你受伤，让你跌倒；路上的风雪交加，蜀道相连可能会让你举步维艰，但是只有经得起打磨，扛得住困难，我们才能以更昂扬的姿态拥抱属于我们的未来！

机遇稍纵即逝，等待和迟疑，只会让我们与机遇失之交臂，而后懊恼不已。唯有奔跑和奋斗，才能书写耀眼青春！

梦已起航，让我们与时代，与国家一起努力奔跑，做永远的追梦人！

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇四**

千山万水，奔向天地跑去；你追我赶，风起云涌春潮；海阔天空，敞开温暖怀抱。

那天，我因为要去城里配眼镜，所以起得很早。我来到家门口，看见伯母家门口异常热闹，好像是在为什么人送行。我在去眼镜店的路上问爸爸：“爸爸，伯母他们一家是在送什么人啊？”“奥，你说你伯母家的梦梦姐姐呀，她正要去青岛市旅游呢！”（梦梦姐姐是伯母的第三个女儿）。

我努力回想着有关她的记忆：记得印象中她是一个还没有我长得高，长得其貌不扬，说话柔声柔情的大学生。“记得你

梦梦姐去年还去台湾旅游了两次呢！”“是吗？那她学习一定很优秀吧？”“nonono你梦梦姐姐只是在一所普通大学毕业的哦。”爸爸说。“那她为什么这么有钱呢？”我疑惑地问道。“我听你伯母说梦梦她虽然被分到了一所很普通的学校，但她并不服输，在学校勤奋学习，取得了一个很好的成绩，毕业后被分配到一家著名公司，积极向上，才能到世界各地旅游呢！”妈妈说道。

听到妈妈爸爸说的这些话，我对梦梦姐姐有了一个全新的印象，想到很多人一上了大学，就开始疯狂社交，购物，玩，将学习这码事抛之脑后。再想想自己平时很少按照老师的要求背知识点，学习时注意力经常在别的东西上，就觉得心里无比惭愧，不能像梦梦姐那样无时不刻积极进取，拥有远大目标，坚定追逐梦想！

俗话说：“自律给我自由。”我也应该像梦梦姐那样坚定信念，努力追逐梦想！

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇五

梦想是什么？梦想是明灯，为迷途中的我指明方向；梦想是阳光，为寒冷中的我带来温暖；梦想是甘泉，为懈怠中的我注入活力……然而，追梦并不是件容易的事。我的梦想是成为一名二胡演奏家。从一年级起，我就开始用汗水编织这个梦想，其中的酸甜苦辣只有我自己知道。酸“哎呀，你这两个小节怎么拉的，拖泥带水的，像在锯木头，难听死了，你是怎么练的呀！”一旁“监视”的妈妈听完我一曲后，不满意地板起脸说。“我，我忘了。”我搓着衣角，小心翼翼地答道。

嘴上虽这样说，可我心里却悄悄地想：初学者难免有拉不好的地方，你不至于那么生气吧。在妈妈如此的责备声中，一股酸酸的滋味在心中蔓延，那羞愧自责的酸味只有自己才明

白甜一年一度的二胡考试结果就要出来了。时间艰涩地流动着，大家的心都提到了嗓子眼，我的心也怦怦地跳着。“05号徐欣妍——通过。”这句话从主考官的嘴里毫无感情地念了出来，在我耳朵里却美妙无比地回旋着。耶！三个月的汗水没有白费，我的天空一下子明亮起来，心情大放光彩，那快乐简直无法形容。因为我又离我的梦想更近了一步。

苦“本来我们要去千岛湖，但由于你要参加比赛需要练琴，活动取消！”当爸爸做出这个决定后，全家震惊，对我来说更是晴天霹雳。于是，拉琴，做作业，拉琴，吃饭……我每天都陷入这样一个怪圈中，像泡在苦水里一样。不过，我还是咬牙坚持了下来，谁叫我要坚持我的梦想呢？唉，苦啊！

辣“你怎么回事，连上次学的最简单的也拉不好，你是不是不想继续学了？”老师训斥道。不，不是的。其实这周末要期末考试了，为了多复习，我没时间练习。不过我想起了鲁迅在桌上刻“早”字的故事，还是没有向老师作出解释，只是红着脸，低着头。

这节课上，我脸都火辣辣的，想着自己为梦想挨点斥责是应该的。不过，不管考不考试，我还是得坚持拉二胡，为梦想努力啊！梦想就像一艘大船，承受着追梦的各种滋味，但仍阻挡不了它前进的步伐。我的梦想一定会乘风破浪，向大海深处前进，前进。

## **我们都是追梦人 心得体会 我们都是追梦人 心得体会 篇六**

每个人的心中都有一个属于自己的梦，梦是照亮前行道路的灯火，梦是通向成功的小径。

我有一个大梦想，便是成为一名非常优秀的运动员。“快快，别停下，怎么又慢了？坚持下去，这样怎么行，快，冲过终点。”这些话可能是我追梦路上听过最多的话了。

发令枪响起，赛道上，选手们如同紧绷的箭在弦上迫不及待的发出。嗖嗖！好多人都已经跑在了我的前面，赛服后面的大字，明晃晃的照在我的眼睛里面，讽刺着我用全力奔跑的无能。我还是硬撑，拼命的跑到了最后，一场比赛下来，我仿佛在每一个人的眼里看尽了失望。

豆子大的汗珠从额头上一滴滴的掉在脖子里面浸透衬衫，步伐如同机器人一样跑到最后没有了疼痛没有了累觉。太阳在头顶上似乎想要击倒我这个唯一的敌人一样散发它所有的热量。我不怕，我仍旧继续奔跑，因为我始终坚信，苦心人天不负。多跑几步多累几下，我就能里追梦路上的终点稍微近一些。

请相信，在追梦的路上，可能会有美景让你流连忘返，可能会有巉岩阻止你前行的道路，请不要放弃追梦，那只是考验的你的决心你的毅力，我正在追梦路上努力奔跑。

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇七**

在梦想的国度里，没有按部就班，没有循规蹈矩，有的只是自己的色彩。

——冰颜

四年前，带着懵懂的梦，离开家乡；四年后，依旧是那颗懵懂的心，坚持选择回到家乡。同窗四年的同学说，外面的世界很精彩，你应该去更高的地方。

很多人以为是我退缩了，否则，那么多年的努力，让自己有了一个好的平台，为什么会选择回头？其实，我很明白，一转身，就是另一段崭新的开始，这是谁都不敢保证的未来。但是，我愿意。为了梦想，我愿意义无反顾。

很多人以为现实的残忍磨圆了我的棱角，否则，我的脸上怎会写满了“满足”，像“梦想”这样奢侈的渴望，恐怕早已经燃烧的只剩下灰烬了吧。其实，在我内心深处，始终埋着一颗叫做“梦想”的种子，它不畏严寒，依旧如故，依旧如初。

梦想，让人如痴如醉。有时候，觉得自己就像是喜欢阳光的向日葵，那梦想哪，就是那一抹阳光。

算算，这是我真正走进传媒行业的第十一个月，在这接近一年的时间里，是我成长最快的一段。经历了校园金话筒的历练，让自己再次迈上进京的路，成长中第一次风雨，让自己收获颇丰。因为，更多人的看到了我的亮点。

在以后那一场场接力跑中，更多成长的味道弥漫在梦想的路上。我想，这经历其中的失败，让我看到了内心一直胆怯的自己，害怕成长，拒绝成长。这，甚至成了阻碍自己成长的致命点。

再后来，我开始了第一段工作的经历。还未毕业的懵懂和青涩，陪着那个崭新的频道、栏目，甚至是一样青涩着的“孩子们”在静静地成长。那个时候，点燃的不只是青春，还有内心深处大把的热情和渴望。在现实面前，我们愿意为内心最简单的愿望，付出所有的一切。

现在，我终于彻彻底底地踏在家乡的土地上，每天走过的路，都会有小时候的味道。成长的味道，会不会就是这样，有一种迷迷糊糊的感觉，但是永远都不会迷路。因为，梦想的灯，始终都在前方亮着。

今天，是我来到昌乐传媒集团的第四个月，闲暇的时候，会和同事们开玩笑，说自己走到哪里，都会遇见新的栏目诞生。日子就是这样，兴奋劲儿还没有散完，《民生家园》和《百姓话题》就诞生了。

现在，一个人的时候，时常会想起刚开始的日子。不论是和同事们集体加班到凌晨，还是自己一个人值班回家，静静的夜，黑漆漆的光，心里有种很静的感觉，只有在那个时候，会听到梦想的脚步，在一点点的靠近。其实，也只有在那个时候，我们才能更清晰地触摸到自己的梦想。

有时候，我在想，在这里，甚至可以“实施”小时候的梦想呢。做你想做的事情，不断地买书、看书，不断地充实自己。在这样的旅程中，梦想，在点点滴滴中被拼凑，梦想的颜色也就慢慢地呈现出它独有的色彩。

追梦的人们，永不要放弃梦想。因为，我们每个人的梦想都会有不一样的色彩。

12月，快来了。我想，不光是这个12月，明年的12月，甚至此后每年的12月。我都会庆幸，并祝福自己一直走在梦想的路上，坚强，执着且勇敢。

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇八**

英国教育家洛克说：“事实上，一切教育都归结为养成儿童的良好习惯，往往自己的幸福归于自己的习惯。”的确，良好的习惯会给一个人的终生带来无穷乐趣，丑恶的习惯会把人引向痛苦，甚至毁灭。

学生的习惯不是与生俱来的，而是在后天的环境影响和教育下形成的。事实上好的学习习惯就是好的学习方法。如课前预习的习惯，及时复习的习惯，善于思考问题和提出问题的习惯等。这是学习习惯也是学习方法，所以培养了习惯就是掌握了方法。叶圣陶曾经说过：“凡是好的学习态度和好的方法，都要使它成为习惯。只有熟练得成了习惯，好的态度才能随时随地表现，好的方法才能随时随地应用，好像出于本能，一辈子用不尽。”所以每个教师在教学中都应该以培养

学生习惯为已任。

教学中我发现有很多教师对探究性学习活动要么照本宣科，要么布置给学生课下完成，而结果往往是很少有学生去完成。我决定把这些探究活动放到节假日，结合我校的假期研究性学习活动进行必要的指导，这样我们的探究性学习活动就与教学结合起来。经过实践证明，学生不仅对课本的探究活动进行了深入的研究，而且研究的内容扩展到书本以外，学生从社会科学、自然科学以及身边的许多小事入手，选择了许许多多感兴趣的研究专题。例如“生态的调查”、“汽车尾气污染调查”、“废电池回收的研究”等。学生说，通过这些活动，学会与别人合作了，体会到成功的快乐了，也体验到做事的辛苦了。

在教学研究中，不断探索反思波斯纳指出：教师成长=经验+反思。每一个教师的成长与成功，都离不开对自我和他人的教学实践活动的经验总结和成败反思。长期的教学实践，使我养成了反思的习惯，做到了课前、课中、课后反思；从学生学习中发现问题，进行双向互动反思；从与同事的合作碰撞中反思；通过系统的理论学习，来促进教学行为。的反思。经过几年的实践探索，我形成了较强的反思意识，掌握了一定的反思技巧，对教学行为的反思能力有了切实提高，从而有效促进了自己的专业成长。反思可以帮助我从冲动的例行行为中解放出来，批判地审视自己的教学行为、教学程序、教学结果等，不断探索与解决自身以及教学目的、教学工具等方面的问题，从而使自己朝“学者型”教师方向发展。

新时期教师要做“研究型”教师，而要做研究型教师就必须进入科研的领域，走一条“学习--教学--科研”三结合之路，只有通过这条路，才能实现由“辛苦型”、“经验型”教师向“科研型”、“创造型”教师的转变。

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇九

一月四日下午一点五十分，黄金广场人声鼎沸，已成了人的海洋。我在细雨中赶到时，看见一座红色的大拱门，上面盘旋着两条威严的大龙，好像随时就要腾飞起来，红色的大拱门上，有几个金灿灿的大字：“奔跑20\_\_，我们都是追梦人”。

广场上，两千余名文清学子叽叽喳喳地交谈着，十分期待接下来的跑步比赛。

启动仪式开始了。三（2）班的同学们缓缓走上台，穿着光彩夺目的`衣裳，吟唱着《中国少年》。

“少年强则中国强，少年兴旺国兴旺……”同学们也跟着小声唱起来。

表演结束后，我们文清路小学校长刘校长伴随着掌声，面带微笑地走向主席台中央，和同学们见面了。刘校长宣布“赣州市文清路小学环城校区象征性长跑之实地长跑赛现在开始！”

当刘校长把鲜红的校旗交给赵老师时，我们都大声欢呼起来。同学们个个摩拳擦掌，跃跃欲试。

哨声吹响时，同学们竭尽全力，像离弦的箭一样向前飞奔。不一会儿，就有人脚步慢了下来，额头上渗出了豆大的汗珠。我趁着这时，轻而易举地超过了他们。我望着旁边碧绿的章江，细雨霏霏，给她蒙上了一层薄薄的面纱，像羞怯的公主一般。我贪婪地望着她不知不觉中，被人绊了一下，重重地摔在地上。我这才如梦初醒，紧咬牙关继续前进。

渐渐地，我有些力不从心了，呼吸也急促起来。但当我快要

坚持不住时，周绘如的妈妈看见了我，鼓励我说：“加油，你是前十哟！”这个消息振奋了我，使我坚持了下来。

前面忽然亮了起来，我加快速度，跑到了终点。同学们笑着对我说：“恭喜你，你是第六名！”

这次跑步比赛让我感悟到，人生不也像一场跑步比赛吗？只要你努力了，就能获得满堂喝彩！我们都是小小追梦人，朝着自己的梦想，努力奔跑着！

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇十

行动是船，梦想是帆，在茫茫无际的大海中，我们怀揣着希望，扬帆起航，不畏艰险，努力追梦。

我相信每个人都有自己的梦想，那么既然心中有梦，我们就应该拼尽全力，朝着自己的梦想去努力奔跑。

清晨的第一缕阳光透过窗户照射到每一个人的脸上，还没等到5:30，教室里几乎坐满了人，琅琅的读书声，还没到教室就能听得一清二楚，同学们读书读得浑身冒汗，脸颊发红，看到这些我读书的干劲儿更足了，睡意早已烟消云散，捧着书放声大读。

上体育课时，所有同学都挥汗如雨，脸上的汗珠大颗大颗的滚落，喘得上气不接下气，即使这样，也没有人停歇，都在努力训练，当坚持不下去的时候，心里默念着坚持就是胜利，我还能坚持，我还没有拼尽全力。我们都是坚持不懈的追梦人。

吃过午饭，我们都马不停蹄的奔向教室，不敢浪费一点时间。对于我们来说，多做一道题就等于多了一份财富，当老师把任务布置完，我们就开始奋笔疾书，没有人趴在桌子上睡觉，

我们都遏制着自己的睡意，在必要的时候站起来清醒清醒，我们都十分投入，并不会因为其难就不去思考，而是觉得十分幸运，能在考试之前遇到这道题并把它研究出来，我们都是拼搏到底的追梦人。

我们不会因为背不会一篇课文就自怨自艾，我们也不会因为一次考试的失利就自暴自弃，更不会因为成绩难以提高，就感到认为自己不行，我们会花更多的精力把课文背会，一天不行就两天，我们会认真总结考试经验，相信下次考试我会考得不错，我们会加倍努力，相信自己一定能行，我们是自信的追梦人。

扬帆起航，乘风破浪，我们无怨无悔，只因我们都是追梦人。

## **我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇十一**

六月骄阳似火，总能勾起那颗正在燃烧的心燃烧一切。阳光笼罩大地，光辉且热烈。少年在操场肆意挥洒汗水，有风动，抚起已被打湿的碎发，也能听到树叶飒飒作响。那双肆无忌惮的眼睛，早已在眼底掀起一阵狂潮。

这双眼睛的主人看到过很多事情，也理所当然地接受一切关爱与帮助。然而折射出来的感动与幸福却被犹如洪水猛兽般的叛逆期一点一点磨损，来势汹汹。

原来柔软、依赖于他人的眼神愈发凛冽。充斥在少年耳边的一句句唠叨，批评，叫骂逐渐被放大，愈发刺耳。好像要将他推向那无尽深渊。

但勇敢面对一切仍然是少年的初衷。似乎终于也能不像话的独当一面了。

有人说：“青春是一种不断的陶醉，是理性的热病。”少年

喜欢这句话。他在这段稍纵即逝的岁月中如醉如痴，沉溺于自由与狂热，向往光辉与荣耀。他愈发肆无忌惮，好像脱离束缚，一切都唾手可得。

而家庭的突然变故，学业的压力迫使他在这自给自足好不容易营造的舒适中拉起来。

困难与痛苦将他包围。狼狈不堪。他要坚强，勇者无敌。

在一次又一次的摸爬滚打中，少年灰头土脸的站起，挺直了脊背。拍去身上的灰尘，破裂的嘴角挤出一抹肆无忌惮的笑。成功的他将不再惧怕。他仍放肆地睥睨世界。他通身根骨，无需加冕，亦能为王。

他终于也沉淀出了另一种强大。他终于也去追逐梦想，拥抱远方。

他终于学会感恩这世界，感困苦却不萦于怀，知世故而不世故，通透明了。

阳光打在少年的身上，柔和了棱角。那清澈干净的眼眸，瞳孔似有狂热，期盼，野心交织在一起，在眼底掀起一阵狂潮。肆无忌惮的神情，飞扬的嘴角。时间静止。

好似于这漫长无垠的岁月，狂风乍起，突然有你的出现。

## **我们都是追梦人 心得体会 我们都是追梦人 心得体会 篇十二**

纵使漆黑的苍穹，也有星星微弱的光芒，纵使枯燥的生活，也有梦想坚定的力量。我们，每一个为目标和梦想奋斗的学子，都是不甘落后的追梦人。

早上六点二十分，天边的太阳若有若无地放着光芒，照在窗边的我的脸上，语文、数学、英语、数学、英语、政史地生。大声朗读，恨不得把那一个个知识点都化为钉子敲进脑子里，哪怕是一个小小的知识点，也得牢牢记住才放心。

在梦想的道路上，我们不畏严寒、不惧风雨，我们是奔跑的追梦人。

自从得知3周后即将进行期末考试后，同学们都进入了紧锣密鼓的复习状态，早晨早早地来到了教室进行复习，下课了，若是作业还未完成，那也是决不肯出教室半步的，同学们表面上说说笑笑、嬉笑打闹，暗地里早已相互较着劲，比谁写作业写得快，比谁书本上笔记记得多，都不肯服输，都想超越比自己优秀的人。

在闷热的教室里，我们却对涓涓留下的汗珠置若罔闻，只顾埋头复习、写作业，这一切的努力，都是为了实现心中的那个梦。

体育课开始了，我们顶着一轮炽热的太阳进入了操场，阳光在脸上放肆地照射着，体育好的同学在离我很远的地方狂奔着，我拼命紧追其后，奈何无用，他们还是逐渐成为我视线中一个晃动的点，几百米后，同学们已是八十岁的老汉学吹打上气不接下气，双腿也仿佛上了镣铐，难以继续前进，脑海里响起了一个声音：“冲呀，你难道忘记自己的梦想了吗？再努力一下，”于是，我心一横，牙一咬，迈开大步往前冲，靠近一点点，再靠近一点点。

作为一名末的初中生，我在努力前行着，抬头有明了的梦想，低头有坚定的步伐，我坚信，我们都是追梦人，汗水过后一定会结出丰硕的果实。

## 我们都是追梦人 心得体会 我们都是追梦人 心得体会 篇十三

我的梦，从那年夏天开始。

“这是今年的儿童节礼物，怎么样？”妈妈递给我一包裹，期待我的回答。打开一看，是两本图画描红，我以前并没用过这种描红，便好奇的到一旁画了起来。画的是一只简单可爱的小熊，画出的线条歪歪扭扭不成样子，但它却是我们全家人的“珍宝”。

妈妈把它贴在客厅最显眼的背墙上，不住地咋舌：“啧啧啧，我闺女画得真漂亮！”我骄傲地坐在妈妈身边，脸上露出骄傲的笑容。也许从那时起，我心里就埋下了画画的种子，有了梦想。那一年，我5岁。

“好了，别伤心了，下次还有机会。”妈妈在路上一边走着一边说着。“这次比赛好多人都得奖了，就我没得。”“没关系，得不得奖无所谓，重要的是你能不能坚持下来，把画画好，只要梦想还在，你就还有希望。”还有希望吗？我望着前面的一颗大树出神。

一看就知道大树经历了许多磨难，树皮上长着许多疤痕，却仍然那么高大挺拔。它都可以历经磨难实现梦想，我又有什么克服不了的挫折呢？那一年，我9岁。

“画具收拾好了吗？明天就比赛了，希望你能得奖。”妈妈笑着对我说。又一次参加比赛，真希望得奖，却又担心得不了会很丢人。不管怎样，我还是坚定地走进考场，希望梦想实现。

拿到获奖证书的那一刻，心里的高兴持续了许久，从年幼的描红书到现在的画板画袋，从失败后的失落到成功后的喜悦，那个梦，也离我越来越近，这一年，我13岁。

每到周末，背上画板，拿上画箱，走在上课的路上，虽然有些沉甸甸的，但里面装满了我多年的梦想，为了实现这个梦，我一直在努力。

追梦路上，我一直在前行，从未停下脚步。因为我相信，有我的坚持、努力和刻苦，梦想一定会实现！

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇十四

这个周末，我看了一部电影，叫《追梦女孩》，里面讲述着一个女孩为了读书，饱受着病魔折磨的坚强故事。

在一个乡村小屋中，有个小女孩得了一种怪病，拜访了各地名医也治不好，而当她五岁那一年，她看了第一本书，并从此喜欢上了小说，每当她痛得要晕倒时，就吃一粒止痛药，就是因为书，让她多活了整整五年，可是她十二岁那年，她在梦中再也醒不来，永远闭上了眼睛，到了一个她梦想的世界里。

从这，我感悟到了女孩对书的热爱，不怕病魔的折磨，忍受痛苦一直坚持到生命的最后一点，都没有放弃过书，是书让她比医生预计的时间多活了五年！从这，我体会到了有一种力量叫坚强！

有一次，她看一本小说，竟忘记了吃止痛药的时间，沉浸在书的海洋中，结果因为过于疼，足足晕睡在床上十天，她为了自己的读书梦，才坚强地多活了五年，这是一个多么坚强的女孩啊！她为了自己的梦而对抗病魔，让我们永记心中。

这时，我想起了我们当代著名女作家的张海迪，在她五岁时，她因意外事故而造成高位截瘫，不能行走。别人在草原上奔跑，可她却只能坐在轮椅上行走，别人能欢乐地躲猫猫，可

她却只能眼睁睁的看，别人能在操场上踢足球，可她，只能而她，却从来没有放弃过生活，她通过自己的努力，最终，到达了成功的彼岸。

还有美国连任四届的伟大总统——罗斯福。当他还是参议员时，一次去加勒比海度假游泳时，突然感到腿部麻痹。动弹不得，后来经过医生诊断，罗斯福被证实患上了“腿部麻痹症”。医生告诉他：“你可能会丧失行走能力”。而罗斯福并没有被吓倒，而是笑呵呵地对医生说：“我还要走路。而且我要走进白宫”。就是这种信念的支撑，让他在第一次竞选总统时，告诉自己的助选员：“你们布置一个大讲台，我要让所有的选民看见我这个患麻痹症的人可以走到前面演讲，不需要任何拐杖。”当天，他穿着西装，面容自信，从后台走上演讲台。他的一个迈步声，都让每一个美国人深深感到他的意志和十足的信心。

“这个世界上，没有人能使你倒下，如果你自己的信念还在站立的话。”这句话激励了许许多多的人，要知道最富有成就的人，是依靠着他们自己的自信、坚强与努力取得成功的。

## **我们都是追梦人 心得体会 我们都是追梦人 心得体会 篇十五**

梦想如果缺少追逐的过程，没有一路上的磕磕绊绊、跌宕起伏，又怎能谈得上是梦想呢？即使结果不如人意，但我们留下了回忆，它是属于我们每个人自己的，是无价的，也是独一无二的。它记录着我们筑梦、逐梦、圆梦的心路历程，时时刻刻指引着我们要积极向上。

梦想不分好坏，不分贵贱，每个人都可以拥有它。有的人志向远大，有些人甘愿做辛勤培育花朵的园丁。我的梦想是多变的，有时想当一位歌手，用美妙婉转的歌声抚慰人们的心灵，用直穿人心的歌词给予失意的人力量；有时我想做一位画家，让心中的未来蓝图跃然纸上，看自己的双手在白纸上

肆意跳舞；有时我还希望自己是一位兽医，因为这世间不仅有疾病缠身的人们，还有无依无靠、弱小无助的流浪动物们，它们没有办法将痛苦说出口，只能悲哀地呻吟，我想尽一份力，帮助它们。最终，我还是迷恋绘画。

从我记事开始，我就喜欢画画。那时候家里很拮据，所以一直没有机会买画笔、毛刷之类的工具。但这并不影响我对绘画的痴迷和喜爱，有事没事我就拿根树枝在地上写写画画，一会儿画朵云彩，一会儿画束小花，一会儿又画几个火柴人，一个人玩得不亦乐乎。

后来有一次，我实在不想在地上涂涂写写了，便偷偷从存钱罐里拿出几枚硬币，跑去小卖部买了几根粉笔，再跑到人家墙上“搞破坏”。几根粉笔头都磨坏了，才完成我的“大作”。当时我还傻傻地拉着妈妈欣赏，结果被她一顿训斥。

现在想来，我对绘画的喜爱可谓如痴如醉、无法自拔。然而，人生之路还在继续，我的绘画之旅也在继续，小到精心绘制并拿一等奖的手抄报，大到精心办的各类主题黑板报，都是我追逐梦想的过程。我贪婪地汲取其中的养分，不断充实着自己，一点一点地让自己朝着梦想绽放含苞的花蕾，扬起自信的风帆。

梦想啊梦想，你悄然靠近我，我抓紧你，握在手心里，我定会好好珍惜这来之不易的曙光；梦想啊梦想，我不盼望你能开花结果，但请让我好好享受培育你的过程。

梦想不止，寻梦不辍。

## **我们都是追梦人 心得体会 我们都是追梦人 心得体会 篇十六**

时光荏苒，转眼一年又过去了，涌现出的个个典型，鞭策大

家：我们都在努力奔跑，我们都是追梦人。

回望-，我们之所以“过得很充实，走得很坚定”，就是因为心怀理想，奋力追梦。这一年，我们战胜各种风险挑战，推动经济高质量发展；这一年，蓝天、碧水、净土保卫战顺利推进，人民生活持续改善；这一年，中国制造、中国创造、中国建造共同发力；这一年，脱贫攻坚继续推进，全国125个贫困县脱贫“摘帽”……这些巨大成就，离不开每一位科学家、工程师、大国工匠的辛勤付出。这些伟大成就的取得，正是无数劳动者奋力追梦的过程。

勇做追梦人，就必须踏实奋斗。新时代是奋斗者的时代，要幸福就要奋斗。“中国天眼”的主要发起者和奠基人南仁东，主持攻克了索疲劳、动光缆等一系列技术难题，才将fast落成启用；港珠澳大桥建设团队用专注、坚守和担当，突破一系列难题，才使得“一桥飞架南北，天堑变通途”。事实证明，任何梦想的实现，都需要脚踏实地的奋斗。没有奋斗，梦想就是空谈。

勇做追梦人，就必须将个人梦融入国家梦。中国梦是由亿万人民的梦想组成，幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶，这些都是个人梦和国家梦的重要组成部分。个人梦成就国家梦。只有每个人都有梦想成真的机会，每个人都有人生出彩的舞台，中国梦才能实现。在新征程中，我们要自觉将个人梦融入国家梦，将个人梦想的实现同国家、民族的命运紧密相连，在自己平凡的工作岗位上兢兢业业，不断创造新业绩，为中国梦的实现贡献自己的力量。

人的一生被梦想牵引，不断前行。家是最小国，国是千万家，我们都有一个家国梦。心系祖国，放眼未来，我们都有一个强国梦，终其一生，我们都在寻梦、追梦、筑梦、圆梦。愿我们不忘初心，牢记使命，把建功立业的个人梦与祖国的强国梦紧紧相连，在火热的-年开启新的征程，梦想成真。

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇十七

“长大我要当太空人，爷爷奶奶听了可高兴了，给我爱吃的喜之郎果冻……”每当看到这段广告我都忍不住想起了小时候那些可爱的梦想。

记得那年夏天，妈妈带我和外公去捕鱼，捕到鱼后外婆烧了好吃的鱼给我们吃，鱼太好吃了，于是我这小小的心中出现了大大的梦想！“我长大了要当厨师！给妈妈、外公、外婆做世界上最好吃的鱼！”当我这“伟大”的梦想一本正经的说给大人们听时，妈妈笑着说：“哈哈！以后等你长大了我和外公、外婆就天天吃你的鱼吧！”“好！”我爽快的答应了，可是这个“伟大”的梦想没几天就破灭了！

那天我和妈妈开车去上学，在路上我看到了个交警叔叔，他冒着大太阳指挥着所有车子的行驶方向，我的脑袋里又蹦出一个梦想：“妈妈！长大了我要当交警！”“你不是要当大厨吗？我还等着吃你的鱼呢”“我不当了！我要当交警！交警叔叔太辛苦了，我要来帮助他们！”“真好！”我这个梦想啊，也没有坚持特别久。

那次，妈妈带我去买衣服，我这对小眼睛看到这么多的好看的衣服，心里啊，又跑出一个梦想来，“妈妈妈妈妈妈！长大后我要开衣服店！拥有自己的服装大楼！第一层放男生的衣服，第二层是休息室和厕所，第三层放女孩子的衣服！”妈妈无奈地说：“你的脑袋里怎么有那么多的梦想？先是什么要当大厨，再是什么要当交警，现在又当什么服装店老板娘。”“我要，我要，我要！”“哎！”妈妈无奈地摸了摸我的头。

哎！谁的童年没有梦想呢？你的童年有什么梦想？哈哈！童年，年少我嘛！梦想，一定要好好追哦！

## 我们都是追梦人心得体会我们都是追梦人心得体会 篇十八

小花五年的根茎穿插，积聚养分，才在来年开出四色鲜花，而它的花期只有两天。不仅如此，它身处戈壁滩，无人欣赏，依然绽放着自己的美丽，但这片刻的美丽已足矣。它在这两天实现了自己的价值，它无悔。

“水陆草木之花，可爱者甚蕃。”世间多少花，色彩缤纷，每个季节都有花冠群芳。但它们并未如依米小花，等待五年只为两天的绽放那样扣人心弦，令人倍感震撼。

是啊，是依米小花的坚守与执着，甘于寂寞与等待才使这两天的美丽弥足珍贵。

古人云：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”实现自己的价值需要坚守，需要等待，但我们应始终相信，追梦无悔。

邰丽华，在表演《千手观音》前我们对她一无所知。我们无法想象，在无声的世界里，她是经过怎样的磨难才走上舞台，又是付出多少泪水与汗水才使舞蹈跟上节奏。我们只看到在春晚舞台上，她演绎了一场绝美的舞蹈。那是礼赞，那一刻她绽放了生命的光彩。多年的付出与等待，使她终于迎来了梦想的实现。她追梦无悔。

我们每个人都公平地赋予追梦的权利，但不是每个人都能追梦成功。因为他们不够坚守，在漫长的等待中，他们有的选择了放弃，有的半途而废，因而他们注定与梦无缘，空留悔恨。

追梦无悔。也许你的梦看上去很遥远，但请相信没有比脚更长的路，没有比人更高的山，追梦途中总会有黑暗，但是黑暗尽头是光明。

“草根舞王”卓君没有进过任何舞蹈机构培训，没有老师指导，但他通过观摩网上的视频自学成才。他不停地揣摩，不停地模仿，不停地练习。功夫不负有心人，他的努力与执着终于得到回报，“草根舞王”的称号当之无愧。

我们都有自己的梦，而我们缺少的是追梦无悔的执着信念与不懈努力，我们应该学习依米小花的执着与坚守。“成功的花儿，人们只惊慕它现时的明艳，然而当初它的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。”我们要有“千年磨一剑”的甘于寂寞与等待，我们要相信昙花一现的那般绝美。追梦无悔。只要勇于追梦，梦想终会成真。又何必在乎这成功是万众瞩目还是默默无闻呢？至少我们的美丽终将绽放。