# 大理州学做活动心得体会(实用9篇)

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2025-05-07

*大理州学做活动心得体会一大理是一个美丽的城市，这里有着壮丽的自然风光和丰富的文化底蕴。而随着社会的发展，活动越来越成为人们生活的一部分。作为一名在大理州参与活动的人员，我深深地意识到，参与活动并不仅仅是集体玩乐的一种形式，它还能够带给我们更...*

**大理州学做活动心得体会一**

大理是一个美丽的城市，这里有着壮丽的自然风光和丰富的文化底蕴。而随着社会的发展，活动越来越成为人们生活的一部分。作为一名在大理州参与活动的人员，我深深地意识到，参与活动并不仅仅是集体玩乐的一种形式，它还能够带给我们更多的收获和体验，甚至还能影响我们的人生。

第二段：参与活动的好处

首先，参与活动能够锻炼自我。无论是在活动中的角色扮演、游戏竞赛，还是团队合作等，都是我们锻炼自我的机会。活动中鼓励和激励我们不断学习、思考、尝试和创新，在与其他人竞争的过程中，我们不仅能够获得胜利的喜悦，更能从失败中寻找自我进步的方向。

其次，参与活动还能够开阔视野。在活动中，我们可以更加深入地了解群体、社会和文化背景，并加强个人的社交网络和资源。我们成为活动的一份子，参与到讨论、交流中，与更多的人结识和互动，并得到不同文化和生活经验的观摩和学习。

第三段：如何参与活动

那么，如何参与活动呢？首先，需要我们有足够的时间和精力去参与。无论是在学校、公司、志愿者组织，还是社区、俱乐部，都有相应的活动和项目。我们可以了解这些活动，挑选自己感兴趣的类别和方向，并充分准备、积极参与。

同时，我们还应该学会寻找并利用各种资源，包括网络和社交媒体平台。这些途径往往可以找到和链接到更多的活动信息和招募。我们应该利用这些信息渠道，主动掌握活动详情和主题，增加自己的了解和兴趣。

第四段：参与活动感悟

作为一名活动参与者，我有很多感悟。这些感悟伴随着我在活动中成长和学习。首先，我意识到活动并非简单的虚无乐趣，而是一种社交、交流和参与的方式，可以带给我们巨大的收获和体验。

其次，我深刻理解到团队合作的重要性。在活动中，我们必须协调和合作，才能实现目标和取得好的成绩。而在团队中，每个人都有自己的价值和作用，我们需要学会尊重和理解彼此，共同追求目标。

第五段：总结

综上所述，参与活动是一种非常重要的社交和交流方式，它不仅能够带给我们巨大的收获和体验，还能够让我们锻炼自我，增长眼界，促进交流和碰撞，使我们更加充实和有意义。因此，我们应该积极参与到活动中去，打造自己更丰富多彩的生活。

**大理州学做活动心得体会二**

我们家里天天都是爸爸妈妈做饭，可是今天我想：我已长大了，也应当自已来做饭了。好显一显身手，让爸爸妈妈吃惊往吧！

开始做饭了，我先把锅里放点油。可是装色拉油的桶真是太沉了，我怎样也提不动，勺子也放不进油桶里往。该怎样办呢忽然我兴奋万分。我想：家里不是有一坛猪油吗油坛上面的孔那末大，用勺子把油舀出来不就行了吗我怎样刚才就没有想到呢因而我照这样的办法将油放进锅里，然后又在锅里放了一些花生米和白沙糖，还有盐。最后我用铲子铲了几下，香喷喷的花生米就做完了。

接着，我又往锅里放了三个鸭蛋，然后，炒了几下，炒得快好的时候我才忽然想起来，糟！盐和油还没有放呢！可是，当我放完盐和油时，鸭蛋早已成了糊锅巴。哇，怎样遇上这么倒霉的事情呀！荷包蛋这下子真正成了锅巴蛋了。

最后，我把中午的冷饭倒进锅里，放了一点油，饭总算做好了。我尝了尝饭菜，除花生米和荷包蛋不大好吃，饭还有点儿味道。

这时候候，风呼呼地刮着，似乎在唱歌似的：小朋友，请你别伤心，你真是太能干了，第一次做饭就这么了不起！让我也走进人类的世界，往品味你那些美味佳肴。

固然我今天做的饭菜不好吃，但我觉得很开心，由于，这是我第一次亲手做的饭菜！

**大理州学做活动心得体会三**

做活动是学生生活中不可或缺的一部分，然而，如何学好做活动，发挥自己的特长和能力，增强团队精神，这都需要一个适合自己的学习环境和谨慎计划。近日，我参加了大理州的学做活动课程，并在课程中获得了一些心得和体验。在此，我想分享一下我对于学习如何做活动的一些想法和感悟。

【正文1】

首先，我认为做活动的最重要的一点，就是要把自己融入团队，遵守团队规则。在课程中，我发现参与做活动的同学们最容易被担心组织者安排的分工不均衡和自己想要发挥的特长并没有发挥的情况所困扰。其实，只要我们能够以整体利益出发，尽职尽责地完成自己的工作，那么这些问题就不会成为阻碍我们向前走的绊脚石。就像一篇文章中的每一个段落一样，所有同学的贡献都是构成整个活动成功的重要元素。

【正文2】

其次，我认为领导能力也是做活动中必不可少的。一个优秀的领导者可以提高工作效率，分配好每个人的任务，使整个团队充满活力和激情。在大理州学校的做活动课程中，我们有机会学习了领导的一些基本技能和模式。首先，领导者应该有耐心，拥有开放的心态，包容每一个团队成员的弱点和不足。其次，领导者应该有良好的沟通能力，能够有效地传达他们的期望和目标，并鼓励所有团队成员都能够畅所欲言地表达自己的想法和意见。这不仅有助于提高工作效率，而且还能够增强团队的凝聚力和向心力。

【正文3】

除了能力方面之外，我认为做活动还与情感紧密相连。如果我们在做活动的过程中没有享受到其中的乐趣和成就感，那么我们可能会很快失去动力和热情。因此，必须让自己保持积极向上的心态，在学习的过程中不断改进自己，从每个活动中获得经验和教训，反思自己的不足，并根据自己的感受进行调整。在大理州学做活动课程中，每个活动都经过了精心设计，旨在为我们带来新的感受和体验。在学习过程中，我发现只要我们经过充分的准备和规划，保持自信和耐心，那么我们就可以在做活动的过程中收获很多愉快的经验。

【正文4】

说到这里，我想提醒大家注意清晰明确的目标。品牌影响力、活动收益、活动组织流程，是我们要在做活动过程中不断完善和突破的目标。要记录下活动流程中的每一个细节以及相关的处理过程，以作为之后改进的参考。同时，在接下来继续完善和改进时要针对已有问题做出逐一分析，不断提高自己的技能和能力，发挥出自己的特长和潜力。

【正文5】

最后，我认为每个人都可以成为做活动的高手。只要我们善于沟通、心态积极、注重学习成长，那么我们就一定会有很好的表现和成果。在大理州学做活动课程中，通过和教练、同学之间的交流和互动，我不仅加深了自己的专业认识，也拓宽了自己的眼界和思路。我相信，在未来的工作和生活中，我能够继续保持这样的态度和行为方式，克服艰难险阻，实现自己的目标和梦想。

【结语】

在本次学做活动的体验中，我深深地领悟到了做活动的重要性和意义，也体会到了合作和团队对于做活动的重要性。学会做活动，不仅仅是为了今后更好地完成我们的学业和工作，同时也是为了寻找快乐、为生活增添色彩。希望每一个正在准备做活动的同学们都能够遵循自己的兴趣和爱好，发掘自己的潜能，不惧挫折和失败，勇往直前，创造出更加美好的未来。

**大理州学做活动心得体会四**

今天是农历腊月二十八。我和妈妈要做一件事，这件事虽然有一点累，但是，可以把温暖家变更加漂亮，你想知道是什么事吗？让我来告诉你吧！它就是——做家务。

吃过早饭，我就对妈妈说：“快给我安排活吧”。妈妈高兴说：“好，你长大了，可以帮妈妈干活了，那我就不客气了，你今天任务是，第一，把你房间整理打扫干净，第二，擦玻璃门和电脑桌子”。我接到任务，马上七手八脚开始忙起来，先整理书桌，把笔放进笔筒、书放回书柜、作业放进书包，拿起抹布仔细把书桌擦干干净净，打扫完房间。我一看，房间整理井井有条，一尘不染真漂亮！

看着自己劳动成果，心里美滋滋。好想歇一会，可是，看到妈妈进进出出非常忙碌，我也打消了这个念头，继续干起来，我又把电脑桌擦干净，接着要擦玻璃门了，门有点高，我够不着，只好站在凳子上，我上下左右仔细擦，不一会，累满头大汗。我认真极了，看见灰尘就像看到敌人一样，立刻把它们消灭掉，我把玻璃擦能照出影子来。我喊妈妈：“快来验收吧”！妈妈看了，一个劲说：“好好好！你真是一个能干孩子”。这下好了，我终于把妈妈交待任务完成了。

我现在虽然感觉有点累，可我为能帮妈妈做家务活感到自豪，心里非常开心。

**大理州学做活动心得体会五**

第一段：引言（150字）

每个人都需要参加各种不同类型的活动，这些活动不仅有助于我们的身体健康，也有助于我们更好地融入社会。大理州是一个充满活力和活动的地方，有各种各样的活动，如户外运动，文化节日和社区活动等。通过多次参加不同的活动，我深刻认识到每种活动对我的身体和社交方面都带来了很大的好处，对于自己的未来以及生命中重要的事情也能够做出更好的决策。

第二段：户外运动（250字）

在大理州，户外运动是人们最喜欢的一种活动。从徒步旅行到山地自行车，这些运动让人们在锻炼身体的同时也能欣赏到大理壮美的风景。每周末我都会和朋友一起去徒步旅行或骑自行车，增强了我的自信心和耐力。我被大自然的风景所吸引，也学会了保护自然环境并改善健康状况。通过与其他人的互动，我结交了新朋友并从他们身上学到了很多。

第三段：文化节日（250字）

大理州丰富多彩的文化节日让我更加了解这个地方。每年的傣族节日、白族节日和彝族节日都是我最喜欢的活动之一。我可以品尝美食，观看表演，了解当地的文化传统。这些活动让我感受到了不同的文化，增强了我对异域文化的兴趣。这些文化节日为这个地方的居民和游客提供了无穷的快乐和乐趣，也形成了团体凝聚力。

第四段：社区活动（250字）

参加社区活动更加使我融入社会。我发现这也是一个了解当地社区的最好途径。我参加了志愿者活动，有机会为其他人的成长发挥一定的作用。干净街道的维护，捐助贫困家庭等，让我感到非常有成就感。在这些志愿者工作中，我结识了许多志同道合的人，强化了我的社交网络。

第五段：总结（300字）

总之，大理州的活动让我受益匪浅。我变得更加开放和自信，在各个领域的经验让我获取了很多知识。通过参加各个类型的活动，我不仅提高了自己的心理素质，也满足了社交需求。我鼓励其他人也参与各种类型的活动，以更好地拓展自己的技能和见识，并融入当地社区。这样的活动可以让我们成为更加全面的人。

**大理州学做活动心得体会六**

大理州学做是一种地方性的传统手工艺，一直以来深受人们的喜爱。自从我来到大理州，我也迷上了这种独特的手工艺。通过学习，我深刻体会到了大理州学做的魅力和骄傲，同时也从中获得了很多有价值的体验和心得。

第二段：学习过程

学习大理州学做的过程并不容易，但却充满了乐趣。首先，我们需要了解不同种类的传统手工艺品，如刺绣、纺织和染色等。其次，学习不同的手工艺制作技巧，如纺织、编织和刺绣等。最后，我们需要熟练掌握这些技术，并将其运用到实际制作中。无论是学习技巧还是实际制作，都需要耐心和坚持。

第三段：收获与体会

通过学习大理州学做，我获得了很多收获和体会。首先，我意识到传统手工艺品的珍贵和独特之处，它们蕴含着深厚的文化底蕴和历史渊源。其次，我发现在制作过程中，我能够找到一种心流的状态，完全投入到手工艺制作中，享受其中的乐趣。最重要的是，通过学习大理州学做，我更加了解了当地的文化和民俗，进一步加深了对这片土地的热爱。

第四段：改进与发展

虽然我已经取得了一些进展，但我也发现自己存在一些不足之处。首先，我的技术还不够熟练，需要更多的练习和实践。其次，我在选择和设计手工艺品方面还存在一些困惑，需要更多的学习和探索。在未来的学习中，我会加强自己的技能，丰富自己的知识，不断提高自己的水平。

第五段：展望未来

学习大理州学做给我带来了很多乐趣和收获，也培养了我的创造力和耐心。我希望将来能够将这些学到的技能和知识运用到实际中，制作出更多的手工艺品，展示出大理州的独特魅力。同时，我也希望将大理州学做传承下去，让更多的人了解和喜爱这一千百年来一直流传下来的传统手工艺。

**大理州学做活动心得体会七**

在孩子咿呀学语时，我经常教他一些简单的古诗，唱一此简单的儿歌。再大一点，我就买了好多的书籍，认字卡。每到晚上睡觉前，都会读一些故事给他听，让孩子从听故事开始建立阅读和写作习惯。有空的时候跟他玩玩字卡游戏，用一个词组来说一句完整的句子，说的好的我会伸出大母指表扬他，让他得到肯定，增强了孩子的自信心。

我觉得人要从小养成一些好习惯，一个好 的习惯可以伴随一个人一生，可以影响人一生。孩子不是“三十而立，而是三岁而立。”孩子三岁前后，就必须建立自食其力的勇气和习惯，凡是自己能够做的，必须自己做。要让孩子成为有教养的人，有教养从守时，排队，在公共场所合不大声说话，不轻易发怒，对人有礼貌等。都说孩子是父母的复印件，所以言教不如身教。

父母要相爱，父母之间感情冷漠，甚至出现争吵等不良家庭气氛，都会给孩子的情绪带来不良影响，从而孩子就不愿意向父母敞开心怀。采用游戏.活动的方式培养亲子关系，进一步做到良好的沟通。不管有多忙，都要赶回家和孩子一起进餐，全家人围着同一张桌子吃饭，这是最温馨的场面。

每一个孩子都是一个独立的个体，他们有自己的意愿和见解，家长要把孩子当作自己的朋友加以尊重。要学会做孩子的顾问，细心聆听，协助选择，而不是插手干预，给孩子一个发展的空间。

教育孩子要从日常生活中细小的事做起，不打骂孩子，要有赏识教育。祝愿天下的父母都成为快乐的父母，祝愿天下的孩子都是幸福的孩子。

**大理州学做活动心得体会八**

风水宝地大理，我们在这里呆了两天，古城大得很，物价也不高，阳光明媚，人又和善，是个世外桃源般的仙境。

这里的风花雪月特别著名：下关的风，上关的花，苍山的雪，洱海的月，都是极有特色的。大理全年气候温润，苍山顶上的融融白雪就更是神奇，苍山十九峰，大理差不多就安详在苍山的怀抱之中了。由于我有些高原反应，我们就没坐索道上山，在它的脚下参拜，高高的山峰并不显得突兀，山上全是各种各样的树木，茂密得很。山头是很圆润的，这真是难得，就像居于高位而不盛气凌人的人一样。

洱海其实是一个大大的湖泊，全长几十公里，它的形状像个耳朵，当地人以前没见过海，习惯把大湖称为海，故而得此名。洱海环境保护的很好，湖面平净，阳光下波光粼粼，湖边全是树，湖中还有小岛和游船，坐在游船上可以看到洱海的“庐山真面目”(绕湖一圈)，因此上船的人络绎不绝。大理是有山有水风光好，天龙八部电影城怪不得坐落在大理。

大理古城里的小巷很多，横平竖直，布局合理。天蓝得很热烈，不知为何，没有一丝云彩，最有意思的是每家每户前面都有一条贯通全城的小河流过，河里的水清澈见底，一点儿都没有受到污染，时不时地能看到小鱼儿在水草间轻轻慢慢地摇摆着。

古城里的店铺也很多，当地人白族不少，民风古朴，什么金花客栈，阿鹏酒家的，我们去的白族特色工艺品小店就更逗了“人生苦短店”主人一边买东西一边演讲：“秋风扫落叶，落叶扫秋风，你拿的这个卖十块，进价7块八，，你是孤家寡人秦始皇，你是正宫娘娘武则天……”谁知是真是假，笑一场，也就罢了。

在大理，一切的节奏都是很慢的，那就让我在心底慢慢地说一声：大理，好美丽!

大理旅游心得体会范文5

我小时候，有一年观看春节联欢会，舞蹈《雀之灵》深深地吸引了我。一位婀娜多姿的舞者翩翩起舞，柔美而生动的舞姿，让我感受到艺术的美。妈妈告诉我，这位舞蹈家是云南白族舞蹈家——杨丽萍。从此，我知道了云南，并十分向往到那彩云之南走走看看。

去年国庆节，我终于圆了彩云之梦。妈妈和我到第一站——大理。据导游介绍，大理的自然风景可以概括为一幅画——风花雪月图：下关风，上关花，苍山雪，洱海月。我迫不及待地想跳进画中。

上午，我们直奔苍山。仰望苍山，山势陡峭，拔地而起，山上怪石嶙峋，绿树成阴。我们乘坐索道车，一口气到了海拔三千多米处。远眺山间，传说中的玉带云神奇地出现了：山峦之间一条乳白色的云带，长长一片，像仙女织就的锦缎，飘在半山腰，我们仿佛进入了仙境。我们继续攀登，乘着风，踏着云，不时有几声小鸟的鸣叫，好似在为我们加油。

走着走着，远处隐隐传来哗哗——哗哗声，我们赶紧都加快脚步，我更是一路小跑，充当急先锋。突然，我眼前一亮，一股洪流顺着山崖直冲而下，在太阳的照射下，像是空中的彩练，珠花迸发，犹如巨龙吐珠，冲入潭里，激起沸腾的浪花。满是青苔的石壁上刻着三个大字——洗马潭。我把手伸入潭水里，一种冰凉的感觉瞬间遍布全身，爬山的劳累顿时踪影全无。说话间，我们来到了苍山顶峰。蓝天下，周围的山峰连成一片，像一支阵容强大的军队。远处山脚下的洱海，犹如一条银丝带，从遥远的天际蜿蜒而来。洱海又像一面梳妆镜，满天的白云和青山，都尽在镜中，云影在徘徊，山峦倒立在水中，一色青青透出诗情画意。围在洱海四周的白族民居，守护着这片美丽的山水，此间山水顿时添了几分人气与活力。此时，我突然想到了唐代大诗人杜甫的诗句：“会当凌绝顶，一览众山小。”

随后的几天，下关山口，神清气爽的风吹着我的面颊;在上关，我躺在广阔开满鲜花的草原上，望着蓝天白云“发痴”;洱海边，一轮玉盘般的圆月下，我觉得世界是那样静美……我爱苍山洱海，我爱云南的好风光。

大理旅游心得体会

**大理州学做活动心得体会九**

今天是星期六，妈妈又想往日一样，在家大扫除。我醒之后也帮着妈妈干起活来。

我先是扫地。妈妈说：“让你感受一下劳动快乐和妈妈平常辛苦！”我从楼上扫到楼下，我非常认真在扫，每个小地方都不放过。我扫来扫去，还是没扫干净。妈妈见此情况，马上过来给我示范一下，妈妈说：“扫地要计划好你打算怎么扫，心目中还要定下一个汇聚渣子点。扫时候力不能太大，太大了会扫过这个点。扫到渣子汇聚点时，手轻轻把扫把抖一下，这样扫把上渣子就不会带到其他地方去。”妈妈几下子就把地扫干净了，好像地上垃圾都乖乖听妈妈话。

接下来是拖地。妈妈边拖边教。说：“扫过一遍地容易拖些，没有渣子沾上拖把。首先把拖把弄湿润，然后只要使劲拖每个地方就可以了！拖地主要是把地上灰尘和脏印子拖干净，如果碰到难拖地方，就用手指刮几下。”妈妈拖了几下之后让我试试，我拿着拖把使劲拖。谁知，不一会儿就汗流浃背了。这让我明白：一件看似简单事，其实做起来很难。有一句话说好：台上一分钟，台下十年功！

后来妈妈又教我洗衣服，说：“首先把衣服放在一个很大盆子里，然后放一些水浸湿，再用肥皂搓，最后再把衣服清洗几遍就完成了。”

我看着妈妈做这些家务活做有条有序，让我体会到妈妈能干和辛苦。我决定以后利用一些假日时间帮妈妈干些力所能及家务活！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！