# 远足的心得体会 远足心得体会(实用11篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-05-07

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。远足的心得体会篇一又是一年寒冷的冬天，但今年的冬天又显得格...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**远足的心得体会篇一**

又是一年寒冷的冬天，但今年的冬天又显得格外不同，因为这一年的一天寒风消去，气温回升，也是这一天，江汉的传统活动——励志远足开始了。

在谢校长的祝福、刘校长宣布开始的那一刹那，远足正式开始。这次远足与往年不同，虽然路程近了，但路况很是崎岖，一路下来，以往从来没打过水泡的我，这次居然打了三个水泡，不过有老师、同学的扶持与鼓励，这脚伤带来的不满情绪竟也荡然无存。

听过班主任说的情况后，我就意识到——这次远足拍的照片很重要，因为要做成员组的小短片，而且到到毕业时，还会做成毕业大视频，给全班同学作为留念。于是一开始，我就马不停蹄的拍起照，不过到最后实在太累，我就放弃了在返程时拍照，并且拍同学们的囧相也不太好。

这次令我印象最深的，是到达目的地时四十分钟的活动时间，这也是以往远足所不具备的，加上了这样一个活动，真是锦上添花、画龙点睛啊！这样一来，我们就不单单是“走路”，而是真真正正的能收获。

我们班的活动可就多了，击鼓传花、谁是卧底、唱歌……引得体育老师陈老师、心理老师郑老师也过来凑个热闹，同学们展示着才华，抒发着这个年纪该有的青春与活力。

一个人的力量终究是小的，一个人如果不能融入集体，那么他终究是可悲、无知的。因为他不懂得关爱与理解、奉献与收获。这一路上，如果没有朋友曹铭的真心推助、化学老师胡老师的加油鼓劲、班主任刘老师的认真催促，我恐怕也就跟不上大部队，享受不了与同学们的欢声笑语，而是孤零零的.一个人忍受痛苦，抱怨远足给我带来的伤害，没有收获的过完这次远足了。

集体的力量是巨大的，集体给你带来的帮助也是不可估量的，通过这次远足，我与同学们的距离又近了一步，与老师们的心又扎紧了一番，一个有了集体意识的人，他的人生将不会有孤独、寂寞。

也是远足带来的伤痛，我意识到：一个没有苦难的人生是不完整的，正是因为有了磨难，使我们有了不断向前，不屈不挠的勇气。莫言的苦难人生造就了他以后的创作路，使他对现实生活有着刻骨铭心的体验。苦难同时也能造就我们，让我们不再畏惧苦难，勇往直前。

相信在以后的生活里，我更能秉承这份集体心、磨难心劈风斩浪，拥有持之以恒的勇气与魄力，在实现梦想的道路上越走越远！

**远足的心得体会篇二**

今天，阳光灿烂，学校组织我们五、六年级的同学远足去安镇农博园远足。

一开始，大家兴高采烈，走在路上，边欣赏着路两边的景色，边有说有笑的，信心十足。可走了差不多两公里路，便有同学忍不住开始埋怨了，这么热的天，远什么足啊?还不如在家里吹空调呢!是啊。听着同学们的议论，我也觉得身上的背包越来越重，抬头望望天空，太阳显得格外刺眼，同学们的头上、鼻尖上都冒出了颗颗汗珠，队伍也渐渐慢了下来，零零散散的。当老师告诉我们刚走了还不到一半路时，同学们忍不住啊的叫起来，甚至有同学还夸张地做了一个晕的姿势。看到大家的表现，老师笑着指指中队旗，提醒我们，这一次远足的目的是为了培养毅力。于是，同学们不再埋怨了，纷纷振作精神，继续向农博园的方向进攻。

经过将近两个小时的路程，目的地农博园终于出现在我们面前!这时，大家似乎忘了刚才的辛苦，一扫有气无力的模样，兴奋地叫起来：农博园到啦!农博园到啦!随后迫不及待地冲进去。在里面，我们看到了栩栩如生的鹤望兰，一碰就香的碰碰香，无土栽培的莴苣但真正让同学们感兴趣的不是这些植物，而是活动项目。我玩的\'印象最深的是沙地寻宝。很多同学寻宝时，不停地换地方，结果一无所获，而我，却是选定一个地方使劲挖，功夫不负有心人，挖了差不多15厘米的时候，我便发现一个东西，挖出来一看，原来是一个蓝色的蛋，上面还刻了一个美羊羊，特别漂亮!我开心极了，连蹦带跳向大家炫耀，弄了一身沙子也毫无感觉。

快乐的时光总是那么短暂，我们该返校了。这次远足，不仅让我们与大自然进行了亲密接触，感受了秋天的美好，更锻炼了我们坚强的毅力!这次活动将永远留在我记忆中!

这次远足，真让我难忘。

**远足的心得体会篇三**

近年来，远足已逐渐成为一种流行的户外运动方式。作为一名喜欢运动的人，我也常常参加远足活动。通过这些经历，我深感远足对身心健康的好处。在此，我将分享一些我个人对远足锻炼的心得和体会。

首先，远足是一种很好的锻炼身体的方式。长时间的徒步行走使全身肌肉得到锻炼，增强了身体的耐力和力量。对于经常坐在办公桌前的上班族来说，这是一种很好的机会，让身体得到全面的活动。当我在远足过程中感受到肌肉的酸痛时，我深刻体会到了身体得到锻炼的效果。

其次，远足使我与大自然接触，心灵得到滋养。大自然的美景给人带来一种宁静和平和的感觉。树木和花草的清新气息，鸟鸣和虫鸣的声音都使我心情愉悦。走在山间小径时，呼吸着新鲜的空气，我感到自己与自然融为一体。这种与大自然的亲密接触，让我感受到了生命的美好和无穷的能量。

另外，远足也是一种锻炼意志力和毅力的方式。远足过程中，有时遇到崎岖的山路或者高度不同的山坡，需要克服困难和恐惧，才能继续前行。在面对困难时，我坚持走下去，不仅增强了个人的意志力，也提高了自我的毅力。这样的经历让我明白，只要有坚定的信念和意志，就能够克服一切困难，取得成功。

此外，远足还提供了一个与他人交流和合作的机会。在远足中，我通常与一群志同道合的人一起出发。大家一起面对困难，相互鼓励和支持。在攀登陡峭山峰的过程中，大家会互相拉手，给予帮助。这种团队合作的精神不仅增强了我们之间的友谊和信任，也在日常生活中对我产生了积极的影响。

综上所述，远足对身心健康有着诸多的好处。它不仅锻炼了身体，丰富了精神世界，还培养了坚定的意志力和团队合作精神。因此，我会继续参加远足活动，享受这种与大自然的亲密接触，让生活更加充实和美好。

（1200字）。

**远足的心得体会篇四**

第一段：介绍远足祭扫的背景和意义（200字）。

远足祭扫，作为一种融合了户外活动与传统祭扫的形式，近年来越来越受到人们的关注和喜爱。在远足祭扫中，人们可以一边欣赏大自然的美景，一边怀念已故的亲人和先人。这种形式的祭扫不仅能够使人们缓解压力，舒缓心情，更能让我们对生活有新的体验和领悟。

第二段：远足祭扫带来的身心愉悦（300字）。

远足祭扫的活动中一般需要长时间的行走，这无疑是对身体的一种锻炼。通过长时间的徒步行走，人们可以加强身体的耐力，增强心肺功能，并且累积一定的体力。同时，远足祭扫还能让人们欣赏到大自然的美景，呼吸新鲜空气，远离尘嚣，享受大自然独特的美妙。在这样的环境中，人们可以感受到来自大自然的宁静和平和，舒缓压力，放松身心。远足祭扫既能满足人们的身体需求，又能让人们获得心灵的愉悦。

第三段：远足祭扫让人思考生死与家庭（300字）。

在远足祭扫的活动中，人们常常会想起已故的亲人和先人，他们的离去让我们思考关于生死的问题。我们常常会反思生命的意义，我们活着的必要性，以及亲情和家庭在我们生活中的重要性。远足祭扫是一种对逝者的回忆和尊重，也是我们对生活的反思和对未来的期许。在这样的活动中，我们会更加珍惜身边的亲人，体会到家庭的温馨与幸福，思考如何过好每一天。远足祭扫可以激发人们对生与死，亲情与家庭的思考和感悟，让人更加明白人生的意义和快乐来源。

第四段：远足祭扫对个人成长的意义（200字）。

远足祭扫不仅可以让人们体验大自然的美丽和宁静，也可以促进个人的成长。在这样的活动中，我们可以经历长时间的行走和疲劳，需要坚持和毅力。这样的经历可以培养人们的毅力和决心，让人们在困难面前坚持不懈，不轻易放弃。同时，由于是在户外，人们需要面对各种自然环境的挑战，如恶劣天气、复杂地形等。通过克服这些困难和挑战，人们可以锻炼自己的适应能力和解决问题的能力。在远足的过程中，我们还会结识新朋友，学习团队合作，培养人际交往和合作意识，提高自己的社交技巧。远足能够给个人带来身心的锻炼和成长，从而让我们更加坚强和自信。

第五段：个人对远足祭扫的感悟（200字）。

通过多次参加远足祭扫，我深切感受到这种活动给我的带来的身心的愉悦与成长，也让我对生活和家人有了新的理解。远足祭扫不仅使我感受到大自然的美丽和宁静，也让我在家人和亲人的关爱中找到了一种温暖和幸福。我明白了生活有时候是短暂的，我们应该珍惜眼前的每一天，宝贵身边的亲人和家人。同时，远足祭扫也教会了我坚持和不放弃，不论面对什么困难和挑战，我们都要勇往直前。综上所述，远足祭扫带给了我身心的愉悦和成长，以及对生死和家庭的思考和感悟，让我在成长的道路上更加坚定和自信。

**远足的心得体会篇五**

教师远足是一项丰富多彩的活动，让教师们有机会远离学校的喧嚣，亲近大自然，放松身心。经历过一次教师远足之后，我深感这不仅是一次愉快的旅行，更是一次对教师工作的思考和反思，让我对教育有了新的认识，同时也给我带来了不少启示。

第二段：体验大自然的美好。

远离城市的喧嚣，我们来到了一座被大自然环绕的山区。呼吸着新鲜的空气，欣赏着山间的青绿色，感受着大自然的恩赐。在远足的途中，我们穿行于茂密的林间小道中，追逐着蝴蝶，聆听着鸟儿的鸣叫。这些美妙的场景让我忘却了工作上的烦恼和压力，心情愉悦。

第三段：与同事的相处和交流。

在远足途中，我与同事们密切合作，相互帮助，共同克服了遇到的各种困难。我们一起寻找路线，分享着食物和水源，互相鼓励和支持，这让我们之间的关系更加和谐，也增加了团队的凝聚力。在与同事的交流过程中，我学到了许多宝贵的教育经验和教学方法。

第四段：对教师角色的思考。

教师远足给了我一次重新审视自己教师角色的机会。在繁忙的工作中，我们往往只关注于教学工作本身，而忽略了教育的目的和意义。远足中，我开始认识到教师不仅仅是知识的传授者，更是学生的引路人和启迪者。我们要引导学生去发现和探索，培养他们独立思考的能力和创造力。只有这样，我们才能为学生提供更好的发展空间。

第五段：返校感悟。

离开大自然回到学校，我对教育充满了新的热情和动力。我明白了，作为一名教育工作者，我们需要不断更新自己的教育观念和教学方式，以适应社会和学生的发展需求。我们不能仅仅停留在传统的教学模式，而是要积极探索创新的教育方法，激发学生的学习兴趣和动力。

总结：

通过这次教师远足，我收获了很多，不仅重新认识了教师的角色和使命，也重新审视了自己的教育理念和教学方法。我相信，只要我们继续努力，积极探索，我们一定能够为学生提供更好的教育，让他们能够在大自然中找到属于自己的方向，并为未来做好准备。

**远足的心得体会篇六**

“红军不怕远征难，万水千山只等闲。”这脍炙人口的诗句，正是我国革命时期的伟大领袖毛泽东那炽热的爱国精神和坚定意志的真实写照。为了传承这种精神，学校举行了远足活动。这不仅磨炼了我们的意志，还让我们更有责任感。

还没有去远足的时候就听英语老师说，我们远足的目的地是一个有山、有水、有风光的好地方，我听了非常高兴，于是我日盼夜盼，终于盼到了远足的早上。

刘校长宣布远足开始时，大家都很激动。我们一个个都精神饱满，走一会儿我们就喊出了铿锵有力的，那口号整齐、响亮，传到了每一个角落。当我们走不动放慢脚步时，陈老师就让我们唱歌打起精神，正是那慷慨激昂的歌声才让我们充满激情继续前进。

今天我也像小红军一样去“长征”，像红军一样遇到困难不放弃，感谢学校给我们重走“长征”的机会。

**远足的心得体会篇七**

老爷山又称石盘山，位于汾阳市城西７.５公里处，海拔１０６６米，背倚吕梁山，眺望汾孝平原，与汾阳市东南方的文峰塔遥遥相望，因最早建有一座关老爷庙而得名。这是远足之后，我所了解到的老爷山。

只是惊讶自己双脚走过的路途，今天起来浑身上下各种疼痛。空间里的说说，大家都在抱怨着这儿疼那儿疼，其实我深有感触。

昨天５点半多起来，不到６点就集中了，６点２５开始出发，回到学校的时候已经１２点４５了。去的路上一边吃一边聊，远远地就看到了山顶，却感觉好遥远，沿着弯曲陡峭的.路，越来越累了，汗水打湿了头发。快到山顶，已经筋疲力竭。我和楠楠相跟爬楼坡的时候，还一边数着阶数，真心是有气无力了。抬头看着已经到达山顶的同学，听着放鞭炮声，终于走完了１００多阶楼坡，真的不容易啊。往回走的时候，数我们班最热闹了，在我们几个的带领下，大家唱的不亦乐乎，现在感觉那时候的笑容是最纯真最开心的。

这次经历，痛了，快乐了！！！

**远足的心得体会篇八**

近日，xx中学组织了44公里的远足活动。前往途中，同学们斗志昂扬，无一人掉队；而在回到途中，许多同学选择乘车回家，最终仅有二百余名同学走完全程。有人说，仅有始终坚持徒步的同学才值得点赞，也有人认为，积极参与就要表扬。

在我看来，敢于参与就值得点赞，走完全程的同学固然令人敬佩，但这并不意味着中途放弃的同学就缺乏毅力，不懂坚持。敢于挑战44公里，已经证明了他们的勇气，尽力走完了半程，也足以体现他们的毅力。

其次，每个人的身体素质各有差异，步行的极限距离也不一样。就像借别人一万元钱，对于百万富翁来说，一万可是是九牛一毛，不在话下，而对于仅有五千元积蓄的朋友，借给你的五千元就已是他的全部。你能说前者比后者更慷慨，友情更真挚吗？这只是本事不一样罢了，我们不能单纯从量上确定一个人的付出。走完全程的同学，突破自我，坚持到了最终，但很多放弃的同学，也坚持到了身体的极限，甚至也超越了自我。况且烈日炎炎，如果运动过度就会有中暑的风险。活动中准备的爱心车辆也是为了接送那些无法坚持的同学，避免他们过度劳累，进一步对身体造成其他伤害。那么，我们怎样能回过头来断言这些同学就是“半途而废，缺乏毅力”呢？坚持到底的确难能可贵，但选择放弃也合情合理，无可厚非。倘若一味逞强而不顾身体，执意坚持步行，最终却损害了身体，这样的做法也是得不偿失。

“死磕到底”与其说是“坚持”，倒不如说是“一根筋”。往往应对一件事情，只要尽力去做，问心无愧就好，有时候，经历比结果更可贵，更值得珍重。如果你不畏惧44公里的挑战，敢于参与，努力坚持，坚持到自我所能走的最终一步，就请给自我点赞，因为，你就是那一刻最美的风景。

**远足的心得体会篇九**

作文远足，是每个学生都会经历的一种阅卷经历。在这个过程中，我们不仅要学会分析，写作的技巧，更要紧紧抓住文章的主题，提炼出关键因素。通过多次作文远足的经历，我深刻体会到了一些写作的技巧和心得。下面，我将从文章的主题、组织段落、构思思路、运用语言、校对修改几个方面，谈一下我的心得体会。

首先，文章的主题是作文远足的核心。作文远足要求我们在写作的过程中明确文章的主题，并一直贯穿到结尾。一篇好的文章，不仅要有一个明确的主题，而且要通过有逻辑、有条理的句子和段落来支持主题。在作文远足中，我经常会在写作开始前先确定一个中心思想，然后盘点出文章所需要关注的细节。这样一来，我就能够在写作过程中保持清晰的头脑，让整篇文章更加紧凑和有力。

其次，组织段落的能力是一项重要的写作技巧。在作文远足中，我们需要将文章划分为几个段落，每个段落都要有一个明确的主题句，进而展开。段落之间要有逻辑和过渡词语，让文章的内在关联更加明显。我通常会先列出几个关键词，再根据这些关键词来编排段落的次序。这样一来，文章的结构就会更加清晰，读者也容易理解和接受我的观点。

再次，构思思路对于好的作文至关重要。在作文远足中，我们并不是追求内容的多少，而是要着重于论证的深度和思路的新颖性。一个好的思路可以使文章在篇幅有限的情况下更加突出关键要点。我通常会在写作之前构思整个文章的大纲，从而确定每个段落的核心内容，并辅以一些具体的细节来加强论证的力度。通过这种方式，我能够在有限的时间和空间内，将我的想法更加明确地传达给读者。

然后，运用语言的能力也是作文远足的一大考验。在作文远足中，我们需要能够运用准确、得体的语言表达出自己的观点。一个好的表达能使自己的观点更加鲜明和有说服力。在写作过程中，我时常会对一些词汇进行提炼和操练，争取能够在作文中有意地使用一些比较高级的词语，从而提高作文的质量。

最后，校对修改是作文远足中不可或缺的一环。在写作结束之后，我会将文章反复读几遍，并进行一些修正和修改。这样一来，我可以更加深入地理解自己想要表达的观点，也能够发现一些错误和冗余的地方。通过校对修改，我对自己的文章也有了更深入的理解。

总之，作文远足是一项让人收获颇丰的经历。通过这个过程，我不仅积累了写作的技巧，更加提高了自己的思维能力和表达能力。在今后的学习中，我将进一步加强自己的写作能力，力争成为一名出色的作家。

**远足的心得体会篇十**

在这个春意盎然，鸟语花香的美好四月。我们85班为了营造班级和谐气氛，丰富课外生活，增强集体意识同时也是为了给我们的初中生活留下一个美好的回忆，于周六举行了一次远足活动。

为了让我们能够亲近自然，在这次远足活动中取得一次美好的体验我们将活动地点定在了西太湖揽月湾。

记得在七年级的时候，我们曾经对未来自己的理想进行了深思熟虑并做下了承诺。而现在，就是放飞理想的时候了。

在将我们的理想画在风筝上后，我们一行人来到了西太湖的湖边。阳光和煦，万里无云，风力适中。嗯，的确是放风筝的好天气。我一边想着，一边拉动手中的风筝线。不一会，风筝就飞上去了。然后，随着风的越吹越大，风筝简直就像火箭升空一样向天上飞去。班主任探的路，所以我们班走在最前面，感觉很好。

大约走了一个小时，我们到了第一个休整站，国际会展中心。在会展中心前的广场上，我与几名同学相互拍照，十分愉快，却不知后面还有更艰苦的路等着我们走。一步一步的往前走，相比于循环的跑步更能挑战耐性。

清明节在即，学校也组织我们到历城区烈士陵园去扫墓。在那里，同学们排着整齐的队伍站在墓碑前，首先对他们进行了沉痛的哀悼，并致以崇高的敬意，从表情上不难看出学生们的心情是沉重的。此时此刻，一幕幕英雄事迹再次浮现在脑海，先烈们为了祖国的明天，面对死亡毫无畏惧，对革命充满了坚定的信念。尽管他们牺牲了，可是在后来者眼中，他们却永远活着。

同学们自觉地为烈士扫墓，一点声音也没有，我们都在静静的哀悼，希望烈士可以在地下静静的安息。

“革命烈士永垂不朽”在阳光的照耀下更光彩夺目。

扫完墓后我们到了一座小山，简单午餐过后我们又向奥体中心进发。

济南成功申办了第十一届全运会，我也十分自豪。围着奥体中心转了一周后我们走上了返回学校的路。

屈指的几十公里路已行于足下，回味变得很甜美，也很充实。一路的远足，既考练了我的毅力，也坚定了我的信念。人生的旅途还很漫长，坎坷还很多。我们要做的只是系好鞋带，一步一步踏过烟雨。路很宽阔，我们不需要等待什么，脚踏实地，人生才会有彩虹。

未来的岁月里，永远都会记得：同一片蓝天下，有你有我，相携手！

**远足的心得体会篇十一**

清明时节，春光明媚，气候宜人，正是郊游野趣的好时光。为了体验大自然的美丽，近日我参加了一次清明远足活动。在这次远足中，我收获了很多，不仅锻炼了身体，还领略到了大自然的鬼斧神工，心情也得到了极大的放松。以下是我的一些心得体会。

首先，远足是一项很好的锻炼身体的方式。远足对于增强体力和耐力非常有效。在远足的过程中，我们需要行走长路，攀爬山峰，经过一个又一个的坡道。这些都需要我们的身体付出很大的努力。我感受到了腿部肌肉和肺活量的增长，而且青春期的压力也得到了很好的释放。远足不仅让身体得到锻炼，而且也能增强我们的意志力和毅力，让我们能够更好地面对各种困难和挑战。

其次，远足是一种亲近自然的方式。现代社会，人们的生活大多与自然脱节，远足正是一个很好的机会为我们青少年重新建立与自然的联系。在远足中，我们可以欣赏到大自然的美丽风景，感受到清新的空气和宁静的环境。山，水，树，花，鸟，虫，这些都是我们在城市中很难见到的自然景观。而在远足中，我们可以近距离的接触这些，与它们和谐相处，感受大自然的力量和美丽。

再次，远足是一次很好的锻炼团队合作精神的机会。在远足中，团队合作是非常重要的。我们需要相互扶持，共同面对困难。比如，当我们遇到攀爬陡峭山路时，我们可以相互搀扶，互相鼓励，达到更好的效果。这样的团队合作不仅能够让我们更好地应对挑战，还能够促进团队的团结和凝聚力。我们需要相互支持和帮助，激发出每个人的潜能，才能在艰苦的山路上一起向前。

最后，远足也是一次增长知识的机会。在远足中，我们可以遇到很多未见过的植物和动物。我们可以观察它们的生活习性，了解它们的生态系统，增长我们对大自然的认识。此外，我们还可以学习到一些野外生存的技巧，比如如何使用指南针，如何搭建简易的避风避雨的帐篷。这些知识不仅可以帮助我们更好地适应生活，更是培养了我们的生存能力和独立思考的能力。

总而言之，清明远足是一次锻炼身体、放松心情、增长知识的综合性活动。远足可以锻炼身体，亲近自然，增强团队合作能力，增长知识，是一次非常有意义的经历。通过这次远足，我不仅身心愉悦，更从中汲取了许多宝贵的经验和体会，让我更加珍惜大自然的美丽，更加热爱生活。我相信，在未来的生活中，我依然会继续参与这样的远足活动，让自己更加健康、更加积极向上。

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！