2023年游长白山的感悟与收获(汇总7篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

游长白山的感悟与收获篇一

长白山是中国境内最大的一座火山，其独特的地质景观吸引了无数游客前来观光旅游。然而，山区的特殊环境给游客的体验也带来了极大的风险。突发意外的情况也许就在不经意间降临到身边，因此急救知识的学习和掌握成为了游客在长白山旅行中必不可少的一项准备。

第二段：正文1

在长白山旅游的行程中，我们有幸参加了长白山急救小课堂的学习活动。在课程中，我们学到了很多实用的急救知识，比如人体生命体征的简单判断、骨折、撞伤、烧烫伤等伤害的急救处理方法，以及如何正确使用急救包等。这些知识为我们提供了一定的帮助，让我们在旅途中遭遇意外时能更加从容地应对。

第三段：正文2

除了上课学习，我们还亲身体验了一次模拟急救应急。场景模拟人员根据不同情况进行了不断地演示，我们也有机会使用急救包和其他常用救护设备进行实践。这种身临其境的实践让我们深刻体会到急救的重要性以及正确使用急救设备和应对紧急情况的技能。同时，我们也在感慨自身安全意识还有待加强的同时也体会到对于别人的帮助和救助是多么的重要。

第四段：正文3

参加长白山急救小课堂，不仅仅是一次简单的知识学习和应急演练，更是一次加强安全意识和提高应对能力的过程。掌握急救知识，不仅可以在旅途中保护自己和他人的生命安全，甚至对于日常生活中的一些小事，也有着更加周到而贴心的应对方式。急救知识的学习，是人们必须而且值得投入的一项知识领域。

第五段：总结

通过参加长白山急救小课堂的学习，我们收获了实实在在的急救知识，并体验到了模拟情景的实践，不仅提升了自身的应急处置能力，更加强了我们对旅途安全的关注和认识。总的来说，长白山急救小课堂是一次富有收获和成长的旅程，也为我们的旅途保驾护航。”

游长白山的感悟与收获篇二

长白山作为国内知名的旅游胜地，吸引着大量游客前来旅游观光。然而，在这个美丽的地方，短短的几分钟就可能成为生死攸关的关键时刻，急救常识的掌握对于游客的生命安全显得尤为重要。因此，为了让游客掌握更多的急救知识，长白山景区特别开设了“长白山急救小课堂”，旨在提高游客的自救互救能力和应对急情的能力，为游客和员工的生命安全保驾护航。

第二段：　急救小课堂带来的心得体会

在参加“长白山急救小课堂”之后，我对于急救知识有了更加深入的了解。首先，我明白了“半边天”理念的重要性。在实施急救行动时，互相配合、协作是关键，不仅仅是医护人员，还需要其他游客齐心协力，共同救助伤者。其次，我了解到了急救的基本步骤和技能，例如能够有效掌握急救人

员的电话并在紧急情况下做出正确的报警方式，及时采取适当措施，掌握基本生命体征以便评估患者情况、熟练掌握CPR□以及掌握紧急情况下的自救方法等等。

第三段：　急救小课堂在旅游安全中的重要性

旅游安全问题一直是游客关注和旅游景区管理者重要的问题。游客在旅游时可能面临多种状况，包括意外伤害、失踪、遗弃等等。因此，旅游景区的安全问题越来越引起人们的关注和重视。在这种情况下，“长白山急救小课堂”就显得尤为重要。它教授的知识，不仅为游客提供了必要的安全知识，还能够大大提高景区的安全等级。

第四段：　急救小课堂的推广和应用

急救小课堂为游客和员工提供了极为实用的技能和方法，因此，更多的急救小课堂需要在旅游景区进行推广，并提供相关配套设施、工具和器材等等。同时，急救小课堂也需要进一步研究应用，例如到场景区的导游、民间组织，以及公共场所等等，让更多的人可以获得更多的急救知识和技能。

第五段：　总结

急救小课堂是国内众多旅游景区安全保障的重要手段之一，对于游客和员工，学习急救知识不仅可以提高自救互救能力和应急反应能力，也可以保护旅游景区的安全。因此，我认为应该充分发挥急救小课堂的优势，让更多的游客通过学习得到更多的保护，也让旅游景区在安全方面取得更可观的成果。

游长白山的感悟与收获篇三

今天，是我第一次坐火车。给我的第一个感觉就是人好多哇。

火车很长，每50个人一个车厢，每6张床一个隔间。分为两溜，每溜有三张床，这三张床竖着放，我睡下面。

这一次我睡得很舒服。夜里静静的，车慢慢的前行，车厢很静，皎洁的月光给我一种静谧的感觉。

第二天，我醒了。一股白色的光芒从车窗射了进来-那是清晨的第一缕阳光。

下了火车站，我们坐大巴车参观市。这里没有北京繁华，却像是北京的城市边缘或90年代。这里的楼房不高，不是用琉璃或玻璃打造的的光滑表面。

吉林有8个城市，这里的人口很少。在全国的绿化设施很好，平均每人有4棵树。这里被称为“汽车城”并兼有“科技城”的美誉。这里有一个“长影戏剧城”，中国的第一部电影就是在这里拍的。

吉林的长春市是一个经济贸易区。吉林的省鸟是鹤，这里有许多只鹤；君子蓝是长春市的市花。

我们坐车来到了松花湖，松花湖最长的青鱼有20米长-这可算上是世界之最了。松花湖很美，湖中有一个金龟岛，站在湖边就能看到。

离开了松花湖，我们来到了长白山脚下。长白山脚下有一个城市叫“安图市”，长白山是安图人心目中的神山。长白山一共经历过4次火山爆发，前三次爆发，每次爆发都会使长白山的高度增加；直到第四次爆发，长白山的高度有所减退，成为了一座死火山。

长白山常年被积雪覆盖，山上有200多种昆虫和鸟类。东北虎，仙鹤；灵芝，水仙等稀有动植物在这里均可以见到。

我从山脚下往上望，长白山雄伟壮观。山脚下被绿色植被围绕着。故有“木头沉在水底下，石头浮在水上面”一说。长白山有一个泉水，据说每日流量高达吨水。

长白山有16座山峰高度已经超过了2500千米，山峰跨越安图和朝鲜。长白山的天池很漂亮。碧波环绕青山，白云颇显水蓝-这个意境真是美不胜收。

之后我们有去了“浮石奇观”。这里连接长白山脚下，有奇特雄伟的火山岩组成。山中有白桦，枯叶蝶，红果树等，山脚下是潺潺流水。松树上的松枝“挂”满了露珠，在金灿灿的阳光下闪闪发光，如同一颗颗耀眼的珍珠，十分漂亮。

我们又去了“冰水泉”。这里的泉水十分清澈，冰凉刺骨。在口中甘甜，水润，柔滑得恰到好处。

冰水泉的空气清新，山中有小木屋，白桦树树干弯曲。是个美丽的境界。

接着，我们玩了“水上漂流”。说是漂流，其实是在水里划小艇。我坐在前面，一位姐姐坐在我的后面。水最深处没不过小木桨，小木桨大约长80厘米；最浅的地方不到小木桨的一半。

水流或平缓或急速。水流平缓时，我们的小艇在原地打转；水流端急时，我们的小艇四处碰壁。

这次漂流很好玩。

第三天早上，我起了床。从窗外望去，群山环绕着碧波荡漾的湖水，山被一层层蒙雾笼罩；如同披上了一件纱衣。

我们今天要去“镜泊湖”。镜泊湖的碧水被群峰环绕，其中有一座山的样子十分奇特，像毛主席躺着的样子，因此而的名

“毛公山”。

我们又坐车去了一个瀑布。这个瀑布十分壮观，落差有10来高。滔滔江水源源不断，水因冲击水面而产生的浪花高达1米-这里是镜泊湖的源头。

第一次这么近距离的看瀑布，我十分激动。绿色的水印入我眼帘-这里曾是吉尼斯世界纪录的产生地。这里和天池并称奇观。

一天的游历让我有些疲倦，我们拿着行李，在火车上轻松睡上一觉，第二天就到北京了。

北京朝阳区人大附中朝阳学校初一:新梦圆

上一篇：醉春风

下一篇：长大

游长白山的感悟与收获篇四

长白山是我国著名的五a级风景名胜区，它坐落在吉林省白山市。长白山山脉南至朝鲜北至白山，那里景色秀丽、物产富饶、空气清新。长白山不仅有这些，据说还有神秘的水怪呢！去年夏天我有了一次难得的机会去长白山游玩。

我们一家坐车来到了美丽的长白山，刚一下车只觉得一股绿色迎面而来，空气中淡淡的长白松的清香无处不在，要不是妈妈在那催我快走，我还陶醉在那松香之中呢！我们来到了山脚下，一条长长的台阶直通云霄。我们一家向山顶前进，那个时候风和日丽、阳光明媚，正是上山游览的好时候。要知道长白山一年中大部分都是雨雪阴天的气候，据说只有“有缘人”才能看到天池的真面目，难得今天天气这么好，我这个“有缘人”一定要好好看看这美丽的.风光。

我沿着长长的台阶向上爬着，终于来到了山顶，此时的我仿佛征服了整座长白山脉，我向山下望去，茫茫大地在我脚下，我的心胸一下变得宽广起来。下面蜿蜒的台阶上密密麻麻的挤满了人，他们都争着想看看这奇丽的景色。我转身向火山口中间望去，蓝色的水面一碧如洗，深不见底，和我以前见过的水面完全不同，我好像来到了蓝色的大海边。我又向四周寻找着，看看有没有传说中的水怪，结果连一点踪影都没有，这让我有点遗憾。

看完了天池我们又来到了闻名中外的长白山西坡大峡谷，这里树木丛生、百草丰茂，别有一番情趣。我们走在木头铺成的环保小路上，不知不觉来到了一处观望台，我向下望去，啊！好高、好险啊！山谷两边都是奇形怪状如刀劈斧削般的山峰，我感觉一不小心就会从山峰上掉下来，但这里却有许多“咬定青山不放松，立根原在破岩中”的长白松，他们顽强的生长在这样的险峻的岩缝中，让我十分钦佩。

看完了美丽的长白风光我们准备走了，可是这里的奇山秀水实在是太让人流连忘返了，我一定还要来这“人间天堂”，感受她醉人的美丽！

游长白山的感悟与收获篇五

曾经有位哲人说过：“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。”的确，每个人都应该珍惜生命中的美好时刻。而在这些美好时刻之外，我们也应该始终关注身边需要帮助的人。长白山景区在重大自然灾害中遭受严重打击，此次的慰问志愿者活动使我深感意义重大，也让我感受到了当下社会温暖的一面。

第二段：参与活动

作为一名学生志愿者，我怀着一颗感恩的心，参加了此次长白山慰问志愿者活动。活动中，我和其他志愿者一起前往灾

区，为受灾的群众献上我们微薄的帮助。我们先到了灾民的营地，分发了大量的衣物、棉被、食品等物资，亲手为受灾群众热饮和热水。这次活动真正让我感受到了助人为乐、奉献社会的激励。

第三段：锻炼意志

志愿者活动虽然需要关注他人的感受，但也需要锻炼自己的意志力。毕竟在长白山上，天气十分寒冷，环境十分恶劣。由于物资运输不便，物资的分配也面临了很大的压力，志愿者们需要靠自己的精神力量去主动地寻找资源、化解矛盾、满足其他志愿者和受灾群众的需求。

第四段：宝贵的收获

做一名志愿者不仅可以帮助别人，同时也是一段宝贵的收获。我们体验到了团队合作的重要性，感受到了互相支持和鼓励的重要性，同时也切实感受到了更多的心灵交流。此外，我们结交了很多志同道合的朋友，从相互的行动中慢慢地学到了很多有关人际交往、情感交流、沟通能力等方面的能力。

第五段：总结

此次慰问活动结束之后，我们的心情是复杂的。我们纪念了长白山的美丽风光，也关切了那里的人民。我们深刻认识到了切实帮助社会的重要意义，并以此激励自己积极投身到志愿活动中。没错，志愿活动不仅可以为社会做贡献，更可以提高我们的思想水平，增加个人的人文内涵。希望每一个人都能成为志愿活动的推动者和参与者，让爱与关怀行动起来，让世界变得更加和谐。

游长白山的感悟与收获篇六

作为当今社会最流行的义务活动之一，志愿者活动为广大人

民群众提供了极为宝贵的服务。本次我有幸前往长白山支援抗洪救灾的志愿者行列，从不同的角度去了解、感受志愿者在实践中所体现出的种种精神，这次志愿活动也给我留下了深刻的印象和体会。

第二段：支援抗洪救灾

在抗击洪水的事业中，志愿者扮演了重要的角色。作为一名志愿者，我和我队的战友们主要是把自己的力量投入到了第一线救援，帮助搜救被困群众，为抗灾事业尽绵薄之力。在救援现场，比较艰苦的环境和困难的工作内容，让我从另一个角度感受到了志愿者的艰辛和不易。

第三段：长白山之行

在长白山，志愿者们并不是单纯地为抗洪救灾贡献自己的力量。在活动中，我们还要关心并照顾当地的居民，为他们提供自己的细心服务。我记得有很多大姑娘都穿着拖鞋来参加活动时，整个人都湿透了，而我们志愿者就耐心地用热水为她们清洗、更换衣物，为她们的参与创造了良好的条件。

第四段：勇毅坚强的志愿者队伍

在长白山上，一个团结、勇毅、坚强的志愿者队伍在抗击洪水的首轮战斗中表现得十分的精彩，志愿者的艰辛和辛劳是我们救援行动中最动人的一部分。尤其是在需要我们集中所有人的力量将被困群众营救出来的时候，无论是哪个志愿者都会毫不犹豫地冲向险峻环境，尽自己的所有力量去助人一臂之力。

第五段：深入体悟志愿者精神

在长白山的志愿者活动中，最让我感到震撼的是志愿者们所表现出来的团结、奉献和无私的精神。在这支优秀的志愿者

队伍中，每一个人都不是单纯追求利益和名利的普通人，他们的内心深处都有一种无私奉献的初心，他们用实际行动践行着自己的初衷，并展现出非凡的力量。

总结：通过长白山慰问志愿者的活动，我体会到了志愿服务的重要性，也更加深入地认识到了志愿者精神的伟大和强大之处。在未来的生活中，我将会更加积极地投入这种活动中去，为社会发展作出自己的贡献。

游长白山的感悟与收获篇七

来到长白山一定要看天池，否则就白来了。而我也早早地起床准备赶到第一波长白山上，早晨5点左右起床、5点半就吃早餐准备出发了。人都说长白山一天能有四季，也不知今天如何。今天早晨阳光明媚，可长白山还是非常凉爽的也不觉冷，越往山上走越冷，于是把大棉袄都穿上，果然长白山的气候不是吹的`。到达山顶去看天池，可是今天有雾，天池完全被遮盖住了像个害羞的小姑娘，不过有风，一会儿那天池就漏出一点儿来，不过没多久它又被大雾遮住，又等又露出一点又被遮住，这样反复几次之后，天池才清晰地展现在眼前，那美景映入眼帘仿佛世外仙境一般迷人，看过天池心满意足地坐在返程的车从海拔20xx多米的高山上回到山脚。