

长大了的读后感(大全5篇)

当观看完一部作品后，一定有不少感悟吧，这时候十分有必要要写一篇读后感了!如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢?以下是小编为大家准备的读后感精彩范文，希望对大家有帮助!

长大了的读后感篇一

星期日下午，我正在看电视，突然，妈妈说：“呀没有大蒜了。”于是，我说：“让我去买大蒜吧。”妈妈同意了。

我来到菜市场，那儿的人真多，我凭着个子小，在人群里钻来钻去。我看到活蹦乱跳的的大鲤鱼，红红的`西红柿，绿油油的黄瓜……看的我眼花缭乱。最后我来到一个卖菜的摊位前，这里的大蒜白花花的，上面还有好几层皮呢!

我对摊主说：“我要那个大蒜。”摊主先是一愣，然后大笑说：“小朋友，这不是大蒜，这是大葱啊!”我听了脸火辣辣的。他又说：“瞧，那才是大蒜。”我赶紧买上就跑开了，背后又传了一阵大笑。

我回到家告诉了妈妈，妈妈听了笑的都捂住了肚子，我害羞的说：“有什么好笑的，不懂可以学嘛!”妈妈说：“孩子你长大了，能帮妈妈做事了!”“我长大了，我能帮妈妈做事了”我高兴的叫了起来。

长大了的读后感篇二

成长如一朵漂亮的花，从一颗小小的的种子开始生根、发芽，一点点慢慢长大，突然感觉长大真好。

出生开始时，我的`体重是6斤5两。成长的意义是什么呢?我的体重和身高发生了翻天覆地的变化，这就是成长。现在，

我的体重是85斤，我长大了！

小时候在家只会睡觉，饿了开始哭，吃完又继续睡。现在我不这样了，早晨自己会洗脸，刷牙、早饭，有的时候饿了可以自己做菜吃了，我长大了。

小时候我什么也不懂，妈妈和爸爸给我买漂亮又好看的衣服穿，问我好不好看，我只会睁着圆圆的大眼睛看着妈妈也不会说话。现在，我长大了，可以自己穿衣服，还懂得了很多知识。

小时候，我只会哭，妈妈说：“你可不可以不哭了。”我也不知道说话，又哭上了。现在我知道了悲和喜，和朋友玩时我会非常地开心，妈妈说我的时候，我会非常地伤心。

我是一个大孩子了，可以独立做很多事，长大真好！

长大了的读后感篇三

不要喝牛奶了！文章告诉我们牛奶不补钙，致癌，为什么？我们今后还喝牛奶吗？

从931博友那看到转载的一篇博文：不要喝牛奶了，主要内容是外国的著名科学家，经过多年跟踪调查，和高科技手段检测，得出了结论：牛奶的钙质人体吸收不了，喝牛奶不能补钙，喝的越多容易造成骨质疏松，最可怕的是诱发：乳腺癌，卵巢癌，男性前列腺癌，儿童喝多了易患糖尿病，好可怕。牛奶简直成了慢性毒药！

在全国人民心中，牛奶是滋补品，好东西，最起码补钙效果好，如今看到这个资料，又不敢不信，因为他们是：柯林·坎贝尔博士：美国康奈尔大学终身教授、被誉为“世界营养学界爱因斯坦，哈佛大学医学院、牛津大学和台湾医科大学的科学家，还有瑞典的科学家，日本科学家等等，科研成果：

大量饮用牛奶会增加人体中胰岛素一号增长因子(igf-i)的水平，已经有多项研究表明，几乎每一种癌症都与igf-i有关联。igf-i是一种促使癌细胞生长和繁殖的关键性因素。详细资料请看原文：网址：不要喝牛奶了。

我在2007年时曾经看到一光碟资料，台湾林博士讲牛奶，主要有几点：他说每人一斤奶，强壮中国人，把中国人都忽悠了，牛奶不能补钙是因为人体吸收不了，经常喝牛奶导致女性骨质疏松，如美国是食奶制品国家，平均每三个人就有一名骨质疏松患者，现在的牛奶小牛都不能吃，吃了就会死亡。后来听说这位博士是造谣忽悠入狱了，他的说法也没引起波澜，现在回忆起来，这位林博士并非空穴来风。否则cctv-1力度广告：一天一斤奶，强壮中国人，咋销声匿迹了呢？我们先重温一下我国营养医学对牛奶的评价：

《本草经疏》认为：“牛奶乃牛之血液所化——甘寒能养血脉，滋润五脏，故主补虚妥，止渴。”传统医学认为，牛奶味甘，性微凉，归肝，心，肾经，具有滋润明目，固齿美发，生津止渴，补虚开胃，润肠通便，降血脂，抗癌等功效，适宜体质羸弱，气血不足，营养不良，以及病后体虚者食用，适宜食道癌，老年便秘，糖尿病及干燥症患者食用。面对截然不同的两种结论，咋判断是非曲直呢？先探讨一下以牛奶，奶制品，牛羊肉为主食的民族吧。他们的健康状况如何呢？我在少数民族地区工作生活三十多年，有点发言权。

这张照片是刚刚拍的呼伦贝尔大草原，无污染纯天然草原，这里分散居住着蒙古族，哈萨克，鄂温克等少数民族。他们过着游牧生活，自己家就是一个小型养殖场，散养着牛马羊群，自产的牛奶，奶制品，牛羊肉，就是他们长年的食品，除了自己食用外，还送到草原城市，牧民们每天清晨挤奶，多余的装在奶桶里，骑上摩托车，20分钟就到了呼伦贝尔市场，市民们买鲜奶回家熬奶茶，城市仅有20多万人口，所以我们天天能喝上草原牧民送来的鲜牛奶。

鲜牛奶醇香，浓郁，挂腕，加热后上面一层奶皮，牧民和草原城市人民，享受着纯天然的牛奶美食，健康无比，没有一个人因为喝牛奶得了癌症，也没发现谁缺钙。这说明什么呢？牛是一样的牛，奶不是一样的奶，草原奶牛自然怀孕产的奶，就是古人评价的，属于营养滋补佳品，科学家的检测结论呢：我们绝不敢质疑，关键点，检测的是加工奶，这种奶与草原原生态牛奶有本质不同。众所周知，奶牛不可能在任何时候都能怀孕。现代农场的解决方法是给奶牛打高剂量的荷尔蒙，让其不自然泌乳，现代奶牛从两岁开始就有九个月的时间被迫怀孕。为了挤出一头小牛所需的十倍以上的奶量。人们用激素催发母牛大量产奶，为了金钱不心疼动物。超过三分之一的奶牛都患有乳腺炎。请问从这些病态的牛挤出的奶有什么营养？igf-1是牛奶中本身含有的致癌激素，但是自然产出的牛奶中含量较低。人们用激素催发母牛大量产的奶中的igf1含量就增加了数倍至数十倍，牛奶致癌的危险就产生了。用这样的奶喂养小牛，小牛在两个月内必死，因为催产的牛奶没有营养，用天然牛奶喂养小牛是非常健康的。

加工奶的弊端在于，牛奶的加工环节越多，营养流失多。毒素产生多。科学家研究认为，任何食品加工越深，危害就越严重。加工奶经过均质化工艺和高温灭菌处理，乳脂和生物素被破坏，并变成了有害物质。这样的奶实际是一种“变质物”。我们的超市卖的就是这种牛奶。

经过粗线条分析，本博主认为由于人为因素造成奶牛很可怜，产的奶不健康变质了，我们追求食品安全的路艰巨而漫长，牛奶该不该喝呢？我认为您如果有条件喝到原生态鲜牛奶，最好还是享受这种美味高级滋补饮料，如果单纯为了补钙，最好选择多种方法，如蔬菜粮食补钙，许多蔬菜的钙含量远远高于牛奶。例如，芝麻的含钙量比牛奶高9倍，蕨菜的钙含量比牛奶高8倍，豆腐豆浆的钙人体容易吸收、大头菜、小白菜、油菜、苋菜的含钙量比牛奶高1.5至3倍，运动补钙，鹏阳补钙，过去的人们粗菜淡饭也没发现缺钙，特别是农村人从来不喝牛奶，而缺钙的情况闻所未闻。均衡的饮食和适当的运

动，人体不会缺钙的。优质的牛奶还是可以喝的，因为口感不错，但不宜多喝，就像协和医院营养科于康教授说的，成人每天喝250克足矣。

亲爱的朋友，您对这个问题有什么高见，请留下您的宝贵意见，照片来自呼伦贝尔老乡博客

谢谢老乡博主。

□

长大了的读后感篇四

古人曰：书中自有颜如玉，书中自有黄金屋。高尔基说：“读一本好书，就像对生活打开了一扇窗户。”在妈妈的影响下，我从小就喜欢看书。在我家的书架上摆满了各种各样的书，有《成语故事》《十万个为什么》《加油，你是最棒的》……书是我的良师，也是我的益友。是书让我开阔了视野，是书让我明白许多做人做事的道理。

暑假里，我读了《妈妈，我长大了》这本书。这是一本充满正能量的书。它选取了简洁、生动、有趣的童话故事和寓言故事，让我们明白了什么是诚信、友爱、感恩……多么有趣的一本书啊！它通过一系列小故事告诉我们深刻的道理，使我受益匪浅。读完后，我的内心久久难以平静。

《树叶背包》这个小故事让我百看不厌，它讲述了一个感人的小故事。学校明天就要去春游了，可小吉姆却不小心在头一天把纸书包打湿了。这可怎么办呢？小吉姆急得像热锅上的蚂蚁——团团转。浣熊妈妈知道后，不辞辛苦，连夜为它缝制了一个山荷叶的书包。手捧着新书包，小吉姆流下了激动的泪水。

多好的妈妈呀！这使我想起唐代诗人孟郊的《游子

吟》——“慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁言寸草心，报得三春晖。”孩子就要远行了，慈爱的母亲手上拿着针线，连夜为出门远行的儿子缝制衣服。这一针一线包含了母亲深深的爱。

我也有一个和蔼可亲的妈妈，她对我的照顾是无微不至的，就像故事中一个看似不起眼的山荷叶书包，都倾注着妈妈对小吉姆的爱。从小到大，为了我和弟弟的健康成长，妈妈不知道操了多少心。可有时候，我年幼无知，却不理解她对我的爱。前几天，我还因为妈妈不同意我玩电脑，和她吵架怄气。现在想想实在不应该。

父母有时会因不善表达，而把“爱”这个字埋在心里，他们总会在生活中默默地关心我们、帮助我们，为我们无怨无悔地付出。而我们有时却把他们这些“爱”的细节，当作司空见惯、习以为常的小事，并没有意识到这些都是父母对我们爱的表现。

读着这一个个感人的小故事，我感到很惭愧。我很少向妈妈表达爱，我总以为天天朝夕相处，不必把爱挂在嘴边。现在我明白了，其实爱是需要表达的，不要把它藏在心里。感受到了爱，就要大声地说出来。当父母为我们准备好香喷喷的饭菜，当父母送我们上学的时候，别忘了为他们说一声：“我爱您！谢谢你们的爱。”

合上这本书，我紧紧地拥抱着妈妈，大声喊道：“哦，妈妈，我爱您，我不该惹你生气。我已经长大了，我要努力学习，回报您对我的爱。”

长大了的读后感篇五

暑假里我读了郁雨君的作品《我不想不想长大》。本书主要讲了有一个叫“扇贝”的小男孩，扇贝很喜欢小动物，养过许多如：小青蛙、几只小文鸟、小兔子比较黑和比较白与小

猪荷包蛋。它们有过许多完美的回忆，接连的阵阵心碎几次的打击小青蛙被扇贝送回池塘文鸟们远走高飞比较黑和比较白都不幸夭折，这才使扇贝有了迷你猪荷包蛋。扇贝为了不再让这个生命不翼而飞，仔细的看护着小小猪。因为他非常爱吃荷包蛋，所以给迷你小猪起了个名，叫做“荷包蛋”！可是，“荷包蛋”不知为什么像吹起一样越长越胖。扇贝想尽各种办法给它减肥，结果失败了。最终，荷包蛋长成了一只巨型小猪，在即将失去荷包蛋前，扇贝决定带荷包蛋去闯荡世界。在闯荡世界的过程中扇贝和荷包蛋发生了许多惊险、趣味故事，让我体会了人与人、人与动物的真、善、美。

我很喜欢文中这句话：“每个小动物都有一颗纯洁的灵魂。对小动物来说，长大就是竭尽全力活下去！所以只要竭尽全力了，我就不再害怕什么，也不再害怕长大了。”

我想长大，长大过程中能让我学会很多知识与本事、学会做人的道理。在长大的过程中，我们要应对十分激烈地竞争。学了这些知识与本事和拥有一个好的品德是为了我长大打基础的。我想长大，长大后发挥自己的才智为祖国多做贡献。