

2023年加油你不可以输给自己读后感(模板8篇)

即兴的过程对艺术家的技巧和经验要求很高。学习观察和分析他人的即兴表达，借鉴其优点和技巧。看看这些令人惊叹的即兴绘画作品，领略艺术家的独特想象力和绘画技巧。

加油你不可以输给自己读后感篇一

在这个暑期里人看了许多书，但在这些书里我觉得最振奋人心的还非《加油！你不可以输给你自己》莫属了！这本书的书名真是太吸引我了。这本书讲的是一个原本生活在父母阴影里的小孩如何变成活泼、可爱的小孩。

读完《加油！你不可以输给你自己》后，我发现我选了这本书给自己看那叫一个对症下药，因为我在战胜自己这一方面有些弱，看完这本书让我有了很大改变。

今年夏天，我再一次参加了游泳培训班，去年只学会了基本泳姿，最多只能游5米！而且去年游泳没学会换气，还非常怕水。就因为这样，今年我还有一个任务，那就是克服怕水难题。这对我来说可不是随随便便能克服的，但面对是必须的！在泳池里，老师认真仔细的教我们各种要领，第一次我把双眼紧闭屏住呼吸，把头埋入水里，坚持了3秒。第一次实验后我更怕水了；因为我的鼻子进了水，感觉特别难受；我连忙向教练和妈妈诉苦！后来，妈妈和教练不断鼓励我，并反复强调动作要领，经过多次练习我终于学会了！我非常开心！当天教练就让我带着泳圈游，可教练最后又说让我第二天不要泳圈游。我心想“不要泳圈换气游多难啊”！到了第二天，教练先是站在离我五米的地方让我游过去，我心里很怕，但教练松手后，我突然想起了《加油！你不可以输给你自己》的故事，我想“我可不是孬种，我一定行”！我按教练教的动作要领一步一步的游着，一次一次的试着，没想到我真的游到了

教练面前；然后教练慢慢加长让我游的距离，我都完美的完成了。妈妈为了鼓励我还特意陪我游了两天，我们还进行了比赛。我从五米游到了十五米，又游到了二十五米，越游越远，现在我一次性最多可以游四百米了！我想，这就是我战胜自己最好的写照了！

曾经获得过乒乓球世界冠军的张怡宁曾说过“最大的对手是自己，只要能战胜自己，真正的对手就不多了”！我读这本书后也是这么想。

许多人都以为他人才是自己的对手，但其实：我们的对手就是自己！

不输给自己也就赢得了整个世界！

心里上的巨人，才能成为真正的伟人！

相信自己，努力奋进，没有什么能够自己前进的脚步！

加油你不可以输给自己读后感篇二

假期里，我读了一本书《加油！你不可以输给自己》。这本书的主人公——一个名叫张博爱的小男孩，他在乐多多小学上五年级，在很小的时候，爸爸就进了监狱，妈妈改嫁，长期和爷爷奶奶生活在一起，他非常自卑。

张博爱在班里经常和老师作对；还抢劫多小学生，因为这件事，校长就要把他开除。有一天，胡小闹在家看报纸，只见其中登了一则新闻：《震惊！11岁少年收养35只流浪猫》，再看图片上的'男孩，正是张博爱！胡小闹呆了，他万万没想到是张博爱！第二天上学，胡小闹便把这个消息给了同学们，当时教室里就沸腾起来，大家议论纷纷。放学回家，胡小闹的舅舅——一位心理学专家来看望他。胡小闹把张博爱的事情原原本本的给舅舅讲了讲，舅舅很热心的约好张博爱：周六在公园

的长椅上见面。从那以后，舅舅采取一系列的措施帮助张博爱改掉了捣乱、自卑的习惯。

读完这本书，我明白了，敢于正视自己的问题并积极想办法去解决，这是第一步。只有迈出了这一步，才有可能成功。

加油你不可以输给自己读后感篇三

今天，我读了《加油！你不可以输给自己》这本书。

书里面讲了一个名叫张博爱的学生，因为他爸爸还在监狱里，所以他害怕别人说“就是他，他爸爸还在监狱里”，他总认为自己是犯人的儿子。他总是逃课、跟同学打架、和老师作对，老师和同学都认为他是一个不折不扣的坏孩子。

有一次，他的同学胡小闹和长安发现张博爱在家里是一个很孝顺、很细心的孩子！为了不让张博爱被校长退学，胡小闹和长安决定帮助张博爱改掉那些坏毛病，在胡小闹舅舅的帮助下，张博爱不但改掉了那些坏毛病，而且两次被登上了报纸，还被选去参加省级三好学生演讲比赛，虽然他没有被选上，可是他还是很高兴，因为他记得胡小闹舅舅对他说的这句话“你输给你的对手并不可怕，怕的就是输给你自己”。

这本书让我知道了我们要相信自己，要有勇气去对待困难，就一定会成功。

加油你不可以输给自己读后感篇四

今天我看了一本名叫《加油！你不可以输给自己》只要讲了：

oh my god这是真的吗？

乐多多小学出现了一名抢劫小学生的罪犯嫌疑人，他就是五（3）班“臭名昭著”的张博爱同学。这千真万确！

作为惩罚，学校对其进行劝退处理。奶奶护孙心切，请求校长再给张博爱一次机会。这个时候，胡小闹挺身而出，信誓旦旦地向校长保证，“所有的同学都希望张博爱留下”。

胡小闹为什么会做出如此的保证，他能够兑现自己的承诺吗？最后胡小闹成功的兑现了他的承诺。

这个故事告诉我们，知错就改还是好孩子。

加油你不可以输给自己读后感篇五

最大的对手恰是自己，想要战胜别人，要先战胜自己！

这本书的主人公是张博爱，他是个不折不扣的坏孩子，和老师吵架，逃学，抢低年级小同学的东西，还和同学们打架，尤其是还上网吧……但是，他也有善良的一面，还有自己的“英雄事迹”，收留过35只流浪猫，在路上救过小猫，在家里还给奶奶按摩，帮助奶奶打扫家务。

他很自卑，因为他爸爸在监狱里面，最恨的就是别人说：“快看！就是他，他爸爸在蹲监狱！”只要一有同学说，他就有想打人的冲动！

但是胡小闹是一个快乐又活泼的男“天使”！在他的指引下，张博爱“改邪归正”，走上了正道，也变成了好孩子！

自从读了这本书后，我悟出了一个道理：“不能输给自己，想要超越别人，就要先超越自己！”

乐多多姐姐用自己独特的语言，描绘出了这些鲜活的人物。她还是一个爱孩子，善良的姐姐，乐多多姐姐写这本书也生动的写出了对孩子们的教育方式。

所以，我一定不能输给自己！一定不能输给自己！

加油你不可以输给自己读后感篇六

今天我读完了《加油！你不可以输给自己》这本，它的主人公张博爱是一个缺少父爱的孩子。

张博爱很小的时候爸爸进了监狱，很多小朋友都嘲笑他、欺负他。张博爱上小学之后，渐渐学会了打架，故意使自己变得凶一点。后来同学都有意疏远他，张博爱没有朋友，非常孤独。张博爱因为抢劫一个一年级同学而被警察抓走，校长很想开除他，但后来校长发现张博爱在公园里收养了35只流浪猫，这说明张博爱是有爱心的，校长在全校师生会上一次又一次的表扬他。张博爱又在胡小闹舅舅的调解下原谅了爸爸。张博爱、胡小闹、长安、明白了一个道理，只要成功地战胜自己，这个世界就没有不能战胜的对手。

在生活中，我们最难战胜的就是自己，只要自信、奋进就没有克服不了的困难。

加油你不可以输给自己读后感篇七

最大的敌人是自己，不输给自己，也就赢得了世界。

文中的主人公是张博爱，在老师和同学的眼里，他是一个不思进取，常常闯祸的坏孩子。比如：逃课，与老师作对，抢劫……他也是一个自卑的孩子，他的父亲还在牢里蹲监狱，而母亲抛弃他改嫁别人。他与几名小混混到一所小学抢劫小学生，被警察带走，家长要求学校开除他，当奶奶向校长跪下的时候，张博爱泪流如下。胡小闹看到张博爱很难受，就想帮助他，但是他一直没有想到一个好的办法，就闷闷不乐。回到家，舅舅看到胡小闹垂头丧气，于是就问胡小闹原因，胡小闹就告诉了舅舅这些事，他的舅舅就约定他们在一个公园里，他们相遇了，结果舅舅买了很多吃的，就边玩边跟他们讲述一些道理，长安说：他最害怕的事情就是美食摆在眼前，别人却不让你吃，而当你吃的时候，美食却没有了。胡

小闹说：“我最害怕的事情就是老师向父母告状，父母虽然不打骂我，但是他们对我却冷冰冰的。张博爱说：别人指着我说，他的爸爸还在监狱里呢。”

通过读这本书，让我懂得了，不要输给自己，相信自己，没有什么能阻挡你，哪怕前方大风大雨。只要战胜自己，就能看见最美好的彩虹。做最好的自己，那时候你就胜利了，只有相信自己，才能在自己那儿得到成功。

加油你不可以输给自己读后感篇八

我读完了《加油!你不可以输给自己》这本，它的主人公张博爱是一个缺少父爱的孩子。

张博爱很小的时候爸爸进了监狱，很多小朋友都嘲笑他、欺负他。张博爱上小学之后，渐渐学会了打架，故意使自己变得凶一点。后来同学都有意疏远他，张博爱没有朋友，非常孤独。张博爱因为抢劫一个一年级同学而被警察抓走，校长很想开除他，但后来校长发现张博爱在公园里收养了35只流浪猫，这说明张博爱是有爱心的，校长在全校师生会上一次又一次的表扬他。张博爱又在胡小闹舅舅的调解下原谅了爸爸。张博爱、胡小闹、长安、明白了一个道理，只要成功地战胜自己，这个世界就没有不能战胜的对手。

在生活中，我们最难战胜的就是自己，只要自信、奋进就没有克服不了的困难。