

初一平常周记 书法周记心得体会(实用8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

初一平常周记篇一

第一段：引言（150字）

书法是我最喜欢的艺术形式之一，它不仅仅是一种字体的表现，更是一种内心的沉淀和修炼。在参加了一个书法周记活动后，我受益匪浅，不仅提高了自己的字写得更好，还深刻体会到了书法的独特魅力和力量。在这篇文章中，我将分享我在书法周记中的心得体会。

第二段：热爱与毅力（250字）

参加书法周记活动的过程中，我深刻体会到了热爱和毅力的重要性。每天背诵碑帖和练习字帖，并且将自己的心得和感悟写在周记中，这需要持之以恒的毅力和强烈的热爱。只有真正热爱书法，才会有不断努力和坚持的动力。通过每天的练习和背诵，我逐渐提高了自己的字写得更好，同时也深深感受到了书法给我的内心满足和愉悦。

第三段：审美和创新（250字）

书法周记活动中，我接触到了许多不同的字体，从碑帖到行书，从楷书到草书，每一种字体都给我留下了深刻的印象。通过欣赏这些字体的美妙之处，我逐渐培养了自己的审美能

力。不仅如此，我还尝试着创新，去打破传统的束缚，给我的字体增添一些新的元素。通过这一过程，我明白了书法是一个既要有传统基础，又要有创新意识的艺术形式。

第四段：心境与修身（250字）

书法是修身养性的一种方式。在书法周记活动中，我发现我的心境随着书法的练习而逐渐平和下来。每当我专注于墨迹间的每一笔每一划时，我可以完全忘却身外的纷扰和压力。这让我意识到，书法是一种修身养性的方式，通过专注和沉思，可以使自己的内心变得更加宁静和平和。

第五段：书法与生活（300字）

书法并不仅仅是一种艺术形式，它与生活有着密不可分的关系。通过参加书法周记活动，我发现书法能够让我更从容地面对生活中的压力和困难。每当我遇到困惑和低落时，写上几笔也能让我心情放松和平和。书法让我更加关注细节，更加注重内心的宁静，这些都使我成为了更好的自己。

总结

通过参加书法周记活动，我不仅提高了自己的字写得更好，更培养了持之以恒和坚持不懈的毅力。我学会了欣赏不同字体的美妙之处，并勇于创新。书法让我修身养性，使我的内心变得更加平和和宁静。最重要的是，书法不仅仅是一种艺术形式，更是与生活密不可分的一部分，它能够让我更从容地面对生活中的挑战。通过书法周记活动，我深深感受到了书法的独特魅力和力量。

初一平常周记篇二

清晨，金色的阳光撒遍了海面，碧蓝的海水闪闪发光，海风一吹，海面波光粼粼！更加耀眼夺目，宛如一块闪着异彩的

宝石。天是蓝的，地也是蓝的，天连着海，海连着天，浩瀚无际，多么壮观啊！太阳不仅唤醒了大海，还唤来了许多人们起来锻炼身体。在海边的椰子道路上，有的在散步，有的在海边玩耍，还有的在跑步，真是一派生机勃勃的景象！

随着海浪拍击岸边的声音和远处轮船鸣笛的声音，人们进入了甜蜜的梦乡。

啊！家乡的大海，我爱你！你那广阔的胸怀，时时启迪着我。

初一平常周记篇三

每个人都有自己的工作，不论是上班族还是自由职业者，每天都在工作中度过大部分的时间。在工作中，我们会碰到各种各样的问题和挑战，也会积累各种心得和体会。为了更好地总结自己的工作经验，许多人选择在周末或一个星期的结束时写一篇周记，记录下自己一周的工作感悟。在这篇文章中，我将分享我对周记工作的体会和心得。

第二段：总结重要事项

在工作中，有很多重要的事项需要我们去处理。这些事项可能是会议、项目进展、团队协作等等。将这些事项记录在周记中，可以帮助我们清晰地回顾每周的工作重点，从而更好地规划下一周的工作安排。同时，在周记中记录下相关的细节，例如时间、地点、参与人员等等，可以为日后查找信息提供便利。

第三段：思考自身成长

对于个人成长来说，工作中的经验是宝贵的。在写周记时，我会思考自己在过去一周中的弱点和不足之处，例如口头表达能力、团队合作意识等等。通过反思和记录，我可以更好地发现自身的问题，并制定相应的改进计划。例如，我会分

析造成这些问题的原因，并尝试寻找解决方案，提高自己在工作中的表现。

第四段：分享心得体会

除了记录工作重点和个人成长，周记还是一个分享心得体会的平台。我会在周记中分享自己在工作中遇到的问题 and 解决方法，以及对于其他同事的建议和鼓励。通过分享，我可以与同事们进行交流和合，共同进步。同时，阅读他人的周记也能从中获得灵感和启示，提升自身的思考能力和解决问题的能力。

第五段：总结反思

通过周记写作的过程，我不仅可以总结过去一周的工作，还能反思自己在工作中的表现，从而提升自己的工作能力。同时，周记也为我提供了一个思考和分享的平台，让我能够与同事们进行交流和合。写周记不仅是一种工作习惯，更是一种对自己工作的负责和对工作的思考。我相信，只要坚持写周记，我们都能获得更好的工作成果和个人成长。

总结：

通过写周记，我们可以更好地总结工作经验，规划工作安排，发现自身问题，并进行改进。同时，周记还是一个分享和交流的平台，可以从中获得他人的观点和启示。写周记不仅是一种工作习惯，更是一种对自己工作的负责和对工作的思考。相信只要我们坚持写周记，就能在工作中取得更好的成果和个人成长。

初一平常周记篇四

今天一放学，我们就去了一个地方——雕塑公园。去雕塑公园干嘛？哈哈！这你就不知道了吧！当然是玩啦！

一片片如火般的红叶，高大的染成鹅黄色的银杏树叶，绿油油的草坪，红的妖娆，黄的透亮，绿的沉稳……时而跳跃的喷泉；时而飞舞的花瓣；时而充满城市幻想的雕塑……特有的景致吸引了八方来客。市级文物保护单位建筑和上海自然博物馆新馆的落户，更为公园增加了不少的人文景色。

“抓蝌蚪去咯！”我兴高采烈的准备去抓蝌蚪。可是，妈妈却说：“我们是来写生的，不许去抓蝌蚪！”

我只好拿起画笔，“刷刷刷”地画了起来。只见我画好了慈航旁的栩栩如生的4头牛，又画好了巧夺天工“慈航”。耶！这下可以抓蝌蚪去喽！

我拿着空饮料瓶，到了离“慈航”不远的水池旁。哈哈，小蝌蚪们本宝宝来抓你们了！哈哈！到了水池边，只见水池里许多小蝌蚪游来游去的，有的大，有的小，游来游去的，可爱极了！说干就干！我用瓶盖一个蝌蚪，一个蝌蚪地捞起蝌蚪来。只见有的胖蝌蚪像个肥嘟嘟的胖娃娃；有的瘦得像根竹竿一样；有的机灵，被瓶盖捞起来后一个“鲤鱼打挺”从瓶盖里跳出去，像个动作标准的体操运动员；有的笨，被捞起来了还不知道；有的聪明，被捞起来后立马装死，等我遗憾地把它放回水池里的时候，又一下溜的好远，让我气急败坏；有的傻，把它倒进瓶里，死活不肯掉进去，像一个不怕死的、光荣的烈士一样，宁死不屈；有的“早熟”已经长出了两条后腿……不知不觉中，已经捞满了一整瓶饮料瓶了。看着蝌蚪们追逐嬉戏地在瓶中游泳，我的心里有一种说不出的喜悦——原来我抓了那么多蝌蚪啊！真高兴！哈哈！真是收获满满呀！

看了这篇文章你一定也想去雕塑公园玩了吧！快去玩吧！

初一平常周记篇五

书法，作为中国传统文化的瑰宝之一，一直被视为一门高雅

的艺术。在现代社会中，书法不仅是传承国粹的重要载体，更成为人们修身养性的一种方式。我有幸在书法课上接触到了这门古老而神奇的艺术，每周都会写一篇书法周记，记录自己的学习过程和心得体会。通过不断的练习和思考，我逐渐领悟到书法的魅力和价值。

第二段：对书法的初步认识

在接触书法之前，我对这门艺术并不了解。只是觉得书法是一种独特的艺术形式，可以通过字体的书写来表达自己的意思和情感。然而，通过每周的书法练习，我逐渐发现书法更深远的内涵。书法不仅仅是为了美观而存在，更包含了一种文化传承和精神追求。通过观摩古代名家的作品，我被他们深深打动，感受到了中国的传统文化的博大精深。

第三段：书法对我的影响

书法的学习并不简单，需要耐心和毅力。每周练习书法的过程中，我体会到了耐心和毅力对于完成一件事的重要性。书法需要细心和专注，每划一笔都需要准确而有力。这使我学会了专注于细节，并在其他方面受益匪浅。除此之外，书法还让我更加热爱汉字，更好地理解字体演变的历史和文化内涵。书法作品中的每一个笔画都有其特定的含义和美感，这让我对文字有了全新的认识。

第四段：和他人的交流和学习

书法不仅是一种个人修炼的方式，也是一种与他人交流和学习的良好机会。在书法课上，我有机会与同学们分享自己的周记和作品，从中学习他们的优点并找到自己的不足之处。通过与他人的交流，我拓宽了自己的视野，了解到了不同风格和笔法的魅力。我们还组织了书法比赛和展览，通过相互切磋和学习，不断提高自己的书法水平。

第五段：结论

通过书法周记的写作和练习，我对书法这门艺术有了更深入的了解和体会。书法不仅仅是一种字体的书写，更是一种心灵的修炼和文化的传承。通过不断练习，我提高了自己的手写能力，同时也培养了耐心和专注的品质。与他人的交流和学习，让我受益匪浅，拓宽了自己的视野。我相信，在今后的学习和生活中，书法将继续成为我心灵的寄托和情感的表达。

初一平常周记篇六

那天，我又因犯错被妈妈教训了一顿。心中的愤怒油然而生。一气之下，我冲出家门，直觉带着我奔向海边。

眼前是一片波澜壮阔、汹涌澎湃的海。海面上雪白的浪花，周而复始的浣洗着岸边金灿灿的沙滩，发出低沉的吼叫。远处，几只海鸟在海的上空翱翔，在湛蓝的天空上，留下了恰到好处的点缀。站在礁石上，清新的海风吹走了我的抱怨，只剩下了些愤怒。

海中耸立着不少礁石，这些礁石好像挡住了海浪前进的路途。但浪花并没有因为挡路石的存在而停止了前进。他们如同一根根缆绳，拧在一起，汇聚出一股股神奇的力量，一浪接一浪地拍打过去，一心要将礁石拍碎。事实上，他们做不到，唯一的结果就是原路返回。但我的观点错了，他们仅后退了一步，由于下一波海浪结合在了一起，继续拍打。我震惊了，海浪既然有这样的意志，在看似永远无法克服的困难前，不灰心，不气馁，日复一日，年复一年地做着同样的动作，目标只有一个：打碎礁石、勇往直前。

在海的面前，我自愧不如，我只是遇到了一点点挫折，就抱怨、灰心；而海，它面对的是坚硬的礁石，它都不气馁，我为什么还要抱怨呢？想到这儿，心中多了些悔恨，少了些愤

怒。

有一波海浪拍了过来。天，渐渐阴了下来，海，在天的映衬下，不再湛蓝。一束闪电划破天际，用白亮、刺眼的光将海与天连接在了一起。随之而来的是雷电轰鸣似的挑衅。海不允许任何人比它强。海被激怒了，它努力翻起滔天巨浪，奋力撞在礁石上，水花飞溅的同时，发出怒吼似的声音。这声音愈来愈响，有低吼变为轰鸣，又有轰鸣变为咆哮。最终。海胜了。

海，它有自己的思想，有自己的情感；它要强，它上进；它有勇气，有力量……这不就是当今社会所需要的吗？我只不过是汪洋中的一滴水滴，宛如沧海一粟，我又有什么理由发这么大的脾气呢？我的心情豁然开朗了，也认识到了自己的错误。

回家后，我想妈妈承认了自己的错误，反思了自己的过失。日后，再次面对那烟波浩淼的汪洋时，我的内心仍留有一丝敬畏。海，它不后退、不放弃；它有勇气、有力量。面对那片海，就如面对一位人生的智者……或许，这就是它能够征服地球2/3陆地的原因吧。

初一平常周记篇七

作为一名军人，身上肩负着祖国和人民的希望和重托。无论是从训练上，还是从纪律上，自身的要求都要高于一般人。用心感受每一天的成长，每经历一天都要进行回馈和总结。在此，我就要分享我的一些周记心得体会，希望给读者带来一些启示。

第二段：反思成长

每周都留心反思，总结过去一周自身的不足，并提出具体的改进方案。这不仅能使自我成长，还有利于整个团队的成长。

经过不断的努力和坚持，我发现自身在时间管理和工作效率上有了很大的提高。反思让我不断了解我的弱点，不断努力去克服它们，从而提高实力，更具备成为一名更优秀军人的能力。

第三段：沉淀思考

写周记不仅是记录一些日常的工作作息，更是一种故事的讲述，在写作中留下自己的思考和感悟。有时候，在时间的推移中，读自己过去的周记会让自己重新审视一些曾经的想法和决策是否正确。写作可以让内心深处的感悟呈现出来，也让我对事情有着更深刻的认识，从而形成沉淀，促进自身不断的成长和提高。

第四段：反馈改进

写周记除了是自我反思的过程，还可以向他人寻求意见和反馈。通过他人的指导，让自己从更多的角度来思考问题。我每周都会向团队长或上级请教该项工作如何更好的进行，有时会发现到别人没有发现的盲区和问题，这让我不断地反思和改进，最终达到更好的工作成果。

第五段：总结收获

每次写作，都是在总结过去经历的基础上，让自己更深入地思考问题，一遍又一遍地总结和思考，直到了解问题的本质和终极目标。总结自己的收获，也就是梳理了工作的过程，更好地发现并聚焦问题的核心。写周记既是对自己的提醒，也是日后工作反思的重要素材，也是成为更好军人的必备良方。

结语

在写周记的过程中，除了是汲取自身实战经验成长的过程，

更是体现了一名合格军人的成长过程和态度。反思过去、提高自身、反馈改进、总结收获、不断坚持，是我们作为军人为强军事业而努力的不懈追求。相信只要我们不断积累和加强自身的训练和修行，一定能为祖国和人民的建设事业贡献自己的一份力量。

初一平常周记篇八

曾经沧海难为水，除却巫山不是云。是的，这段诗句正好表达了我对海的思念。

把往事的风筝留在记忆的天空，风掀起了海的微笑，却猜不透海的心事，一片片多彩的贝壳，再也留不住人的足迹里的故事，一切已是遥远。我爱海，是因为它朴素无华；我念海，是因为它留下了我人生的足迹。

终于，一天轻风在沙滩上画下了美丽的曲纹，一次次改写了我对海的心情。

去海边走走，不为别的，只为享受海风拂过脸颊，漫步其上，感受那一股惬意，领会一份静谧。

赤脚漫步沙滩上，留下深深的足迹，追寻着海涛的温柔，让浪花拭去脚痕，无须回首，浪花已冲走一切！

多少忧郁目光的期待，多少焦急心灵的思索，都沉淀这一行行生命的脚印里。

面对海，我开始有了微笑，有沙滩玩乐的幸福，有海风吹过的声音，有海鸥飞翔的约定。关于海，我有了更深刻的回忆，对人生的启迪。

涨潮是，我的眼挤满了浪花，我始终不知道自己在追逐彼岸，还是在追逐壮美。蓝色的诱惑，是永恒的，又是寂寞豪华的。

潮来临时，我的眼蓄满了雾水，我始终搞不懂沙滩上得脚印是一种眷恋还是一种期待。

面对海做一千次深呼吸，也不会把大海的柔情全部装载，因为海是无止境的……