

# 2023年初中生暑假心得体会(优秀5篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 初中生暑假心得体会篇一

今天是妈妈在新的一年里工作的最后一天，明天就大年30了，为了能赶上回老家过年，我决定上午帮妈妈送报纸，下午和妈妈一起大扫除。我早早的爬起床等着妈妈的召令，快过年了，我的身心都在沸腾着。手机一响，我就迫不及待的骑着自行车狂奔，只想着快点送完，就可以快点过年了。可事与愿违，时间一分一秒过去，报纸却未见多少。我从没想过送报纸也会这么累，我原以为只要把报纸投入报箱就可以了，想着从前电视上演的主人公潇洒的把电视甩入报箱，我对此充满了憧憬。可如今看来，那情节完全是骗小孩的。报箱就那么点空，要是能随便一甩就能进去，那我只能说你是神枪手。而且就算你能甩准，可那愈来愈高的楼层绝对不只是摆设，关闭的严严实实的窗户也绝不是吓唬人的，要是这样你还能甩进去，那我就相信世上有神仙。

尽管已经到了冬天，我的背仍然有一层薄汗，一阵冷风拂过，我冻的直打哆嗦，可真是美丽冻人啊！想到妈妈每天都要送这么长的路程，我的心暖烘烘的，妈妈为了我付出了那么多，我一定要更努力一点，也许我没有别人那么聪明，但我可以比别人更努力，想到这儿，我的脚步更加快了终于送完了，我的脚又算又软，可身体却不冷了，不知道是因为长时间运动还是心里的暖流流遍了全身。回到家我立马用热水泡了泡脚，酸痛感立马消失，真爽啊妈妈却来不及休息，开始给我做饭。我心里实在不好意思，便起身帮妈妈洗菜。正当我准备看电视的时候，不经意瞄到餐桌上还没来的及洗的碗，看

了看正在忙碌中的妈妈，我小心翼翼的拿起碗向厨房走去。我把碗放在菜盆里，加了些水和洗洁晶就开始猛刷。手有些裂开了，洗洁晶刺的我手有些疼，我尽情的发挥着忍者神龟的精神，总算结束了，看着被洗刷的干干净净的碗筷，我感受到了什么叫痛并快乐着！被妈妈用赞赏眼光看着的我顿时感觉到轻飘飘的，可下句就直接把我从天堂打入地狱。“快吃饭，等下还要大扫除呢”唉，我知道今天能不能瘦个几斤肉下来。我立刻开始狼吞虎咽，开玩笑，不吃饱点，等下怎么干活啊！解决完食物，我就开始想怎么对付这些顽固分子，赖在我家快一星期了，也没见做了什么贡献，净搞一些破坏。注意到门上有一层薄薄的灰尘，我露出了灰太狼一般的奸诈笑容，它就像小羊一样任我宰割。喇起袖子，拿上抹布就使劲搓。没办法，实力太悬殊了，仅仅5分钟它就被我搞定啦！可解决一个两个没问题！一网打尽还真需要力气，手实在拿不起来了，坐在沙发上休息了哈，又开始帮妈妈摆鞋子，打打下手。

不知不觉天已经黑了，剩下的就交给爸爸了，美美的吃了晚餐，躺在床上很快睡着了。大概是真的累了吧！一夜无梦经过今天的事，我深切了解到妈妈工作的辛苦和不易，作为子女的我们不仅要好好学习来回报父母，在当下也要抽时间为父母做些力所能及的事，为父母分忧！

## 初中生暑假心得体会篇二

时间如同白驹过隙，一转眼，我即将告别高中的生活，奔向大学。现如今，想要立足于社会，仅仅靠书本上的知识是远远不够的，我们还应该不断提高自己的社会实践能力，将理论运用到实践中，把理论与实践有机地结合在一起。经济系根据团中央及院团委的相关精神，为了进一步充实学生的暑期生活，全面提升学生的综合素质能力，同时也为了学生在今后的学习、生活和工作中能够更好地发展，特意安排了社会实践活动，要求学生们走入社会、走入公司实践。我积极响应经济系的号召，也想让自己的暑假更有意义。因此，我

为自己找了一份暑期工作。从这份工作中，我学到了很多，也感悟了很多。

我是在本地的一家小公司找的工作。公司先把我派到当地的一家超市，让我做超市促销员。刚开始觉得这个工作挺难的，总觉得不知如何把东西卖出去。在一位员工阿姨的帮助、指导下，我逐渐地学会了如何把东西卖出去，也就不觉得那么难了。要想把东西卖出去，主要是需要我能够准确地抓住顾客的购买心理，热情一点，嘴甜一点，耐心一点。在超市里，我应该主动与顾客接近，拉近与顾客的距离，然后耐心地推销产品。几天后，我很快就习惯了这个工作，也认识了超市的其他员工。慢慢的我喜欢上了这份工作，尽管这份工作有点累，但是在我看来，累而充实的工作是值得的。

超市打工的这几天经历和在学校的生活大大不同，在学校的时候，每天有作息时间表的约束，我们通常是按部就班的做事情。而在这里，和学校比起来有更多的自主性和自由。我可以无所事事地随意逛，也能像木头似地呆在那儿，我还可以主动出击，与顾客接近。这个工作很大程度地锻炼了我的胆量、语言交流能力和心理洞察能力，我必须很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应。我必须主动努力才可能继续干下去。在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总有着那份纯真，那份真诚。可是在社会中，优胜劣汰，只有胜利了，才有机会被留下。你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。

在社会中我接触了各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方。只有不断地学习，我们才能进步。这次的社会实践让我收获不少。在这，我总结认为以下4点是在实践中不可缺少的。

(1)要自信。相信自己，自信是迈向成功的第一步。相信自己

并不比别人差，有自信我们才能笃定前行。

(2)学会微笑。微笑拉近了彼此的距离，真诚的微笑能够赢得别人的好感，也最能感动人心。微笑是开放的花蕾，是人心中的天使，是微笑给了我们一切。

(3)要坚持，不轻言放弃。在工作、学习、生活中遇到困难，要坚持下去，迎难而上，而不是退缩。

(4)善于与别人沟通。沟通是人与人交流的桥梁。有效的沟通可以减少事件的困难程度。

这次实践活动，丰富了我的实践经验，增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为我认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

## 初中生暑假心得体会篇三

2015初中生暑假日记（2则）

2015初中生暑假日记

今天我与妈妈去了乡下，我一个人在田间的小路上散步。走着走着，一只正在缓慢爬动的小动物进入了我的眼球。

仔细一瞧，原然是一只小蜗牛。我突发奇想，我想与这只小蜗牛一起散步。于是，我慢慢得走着，生怕这只小蜗牛跟不上。当我走了几步，回头一看，那只小蜗牛竟离我这么远。

我在它后面推了推，可它仍是那样慢慢地爬着。我催它，我唬它，我责备它，蜗牛用抱歉的眼光看着我，仿佛在说：“我已经尽力了！”

蜗牛它虽然爬不快，但是它仍旧爬着。为的.就是能到达自己

想去的地方，为的就是能完成给自己定下的目标。

我们的目标是什么?我们是怎么样完成这些目标的?蜗牛它靠自己的努力，永不放弃的精神，完成了自己的目标。我们要学习蜗牛的精神，去完成自己的目标。

## 2015初中生暑假日记

今天，因为天气炎热，所以爸爸带我到河边去玩，还带了瓶子装鱼。来到河边，爸爸坐在大树下乘凉，我呢，就在河里玩水呀、捉鱼呀。

忽然，我看见一只虾，还以为是鱼，就迫不急待地正想把它捞了起来，没想到它却跑了。我又去追，好不容易才用手把它围住了，捞到瓶子里，仔细一看，呀，原来是一只虾。这时，我像一个泄了气的皮球，一下子软了。我想：好不容易才把它抓住，还是把它养起来吧!接着，我又捉住几条鱼放在瓶子里，和虾做伴。

我抬着瓶子得意地往前走，不小心踩到石头上的一块青苔。只听“咚”的一声，我像一只落汤鸡，浑身是水。而且瓶子里的鱼和虾也趁此机会跑了，留下一个空瓶子泡在水里。我捡起瓶子闷闷不乐地向岸上走去。真是“偷鸡不成，反失把米”。结果我就这样湿漉漉地回家了。

平时的我，总是在学校，很少和大自然亲密接触，对于大自然的很多东西，我都很陌生，以后有机会我一定多接触接触大自然。

更多暑假

## 初中生暑假心得体会篇四

1、农村初中生的学习心理现状;

- 2、当前农村初中生的学习心理特点；
- 3、当前农村初中生的学习心理成因及对策；

### 1、问卷调查

学生问卷，内容涵盖教育价值观、学习态度、学习需求和学习目的四个方面。问卷调查在横山镇南墟管区10个自然村进行，共发问卷200份，回收有效问卷193份，接近理想的高效样本数。

### 2、个案调查和学生家长访谈

整个调查过程中，我选择一些比较典型的家庭进个案调查并对家长进行访谈，不仅为调查提供了大量生动的典型材料，而且为理性分析提供了基础。

## 初中生暑假心得体会篇五

今年的暑假，对我来说意义非凡，因为过完这个暑假，我就是一个初三的学生了，将要面临人生的第一个转折点。

刚一宣布暑假开始，我就又要奔向新的“战场”——预科班。从暑假的第一天开始，我就在三十多度的炎炎烈日下，奔波于家和两个预课班之间，上午8点至11点半，是物理与化学的“群攻”，下午4点至6点则是我与数学的“单打独斗”，另外每个星期天的下午还要上一节自己心爱的美术课，也不知道请了多少次假，调了多少节课，才能统筹安排不落下一节课。天天忙忙碌碌，虽然整天东奔西跑，烈日下大汗淋漓，但我觉得我的每一天都很充实。

预科班一直坚持上了一个多月，终于宣布“终战”，于是我便开始疯狂地“饿补”暑假作业，起早贪黑持续写了两个多星期，终于功夫不付有心人，总算完成了作业的三分之二，

剩下的则是一些随笔和背书的任务了，心里终于可以松口气了。

刚好也就在这个时候，由于爸爸要外出开会学习的缘故，妈妈便和爸爸商量，决定休假陪我外出来一场说走就走的旅行，兴奋之余我仍然没有忘记在旅行包中带上未完成的作业。

我们计划旅行的目的地是大连和河北承德，由于路途遥远，高铁、飞机、火车来回倒车，每天起早贪黑，跟着旅行团游玩，还要挤出时间，拖着疲惫的身躯赶作业，尽管烈日炎炎、一路劳顿，但也阻挡不了内心的喜悦，嬉戏徜徉于广阔无垠的大海，驰骋于一望无际的草原，身心还是放松了许多，心情也变得格外开心，总是想抓住每个精彩瞬间，多留恋美丽的风景，多感受愉快的旅途。

转眼间，两个月的暑假生活就要结束了，这个暑假可真是个忙碌而又充实、累并快乐着的暑假。开学之际，我可要静下心来，好好规划和迎接新学期的生活了，加油啊！为自己的梦想拼搏、为实现理想加油！