

中学生的日记精彩段落(精选19篇)

总结范文写总结时要注意逻辑严密，文字流畅，体现思考和总结的深度和广度。接下来是一些经过精心收集整理的总结范文，希望能够对大家有所帮助。

中学生的日记精彩段落篇一

震惊和困惑之余，提起手中相机，次日便只身前往法源寺后街。

说起北京牛街附近的法源寺，几乎无人不晓，1400余年的历史，佛门圣地，名人足迹，丁香牡丹，无不成为其名片。一墙之隔的法源寺后街却鲜为人知，甚至少有外人经过。而这里，在700年前，曾发生了一段感天动地的往事，把谢叠山的名字永远和法源寺连在了一起。

谢枋得，字君直，号叠山，江西弋阳人，其与文天祥在南宋宝佑四年是同科进士，两人同样率兵抗元，同样义胆忠肝，以身殉国。他的散文格调高奇，气势磅礴，诗文朴素端正，沉痛苍凉。为人刚直不阿，出任考官时，曾出题以奸臣贾似道政事为问，得罪了权臣，诬以居行不法，谪居兴国。南宋咸淳中赦归，德佑初以江东提刑，知信州。此时元兵侵犯中原，谢枋得奋起率兵抗元，无奈兵败信州失守，流亡福建山区，卖卜为生。谢枋得算命与众不同，他不取钱财，只收大米和草鞋。收取大米是为筹一日三餐。取草鞋是因其兵败后曾经发誓说：“不见南朝不着鞋！”因此，谢枋得一直是身着麻衣，足蹬草鞋。

中学生的日记精彩段落篇二

这一年是外公外婆结婚四十周年，打算在今年这个特殊日子时，领着外公外婆去拍婚纱照上午，今天上午还在聊这个话

题，下午就开始实施了。我们去了便仓一家我们常去的婚纱店，没想到他家又开了一家店，这家新店漂亮极了，有一种喜庆的气氛，婚礼的气派。我对这家店很稀奇，便走上二楼，二楼也很漂亮，木板式的楼梯，有许多条婚纱，这可都是名副其实的，我非常的兴奋，更兴奋的事我也穿了婚纱拍照片，我拍照片时穿的婚纱好像就是为我量身定做的，不小偏大，但不过穿起来还是很好看的。我不是照片中的亮点，外公外婆才是最亮丽的主角，她们打扮的像年轻了几十岁，外婆穿着婚纱披着头纱，外公打着领结穿着西服，郎才女貌，照片拍起来非常好看！我们也拉拢来了小二姨和小干姨，她们和彬彬雯雯彤彤也拍了许多可爱的照片。

我们的心愿终于了了，四十周年的结婚照拍了，过后我还会在给外公外婆买情侣戒指，虽然她们手上已经有了戒指，但是我们还是想送上我们的一份心意！

中学生的日记精彩段落篇三

有一段时间，刘叶稼的数学曾机明显落后了，而我与沈超峰的成绩却是突飞猛进，我和沈超峰看到刘叶稼的成绩落后了。不由地担心起来了。于是，我们三人下课不说说笑笑了，开始为刘叶稼补习，等第二次小测分下来以后，刘叶稼的成绩又个秒度到了原来的位置上。

尽管这些事都已经过去了很久，可我依然记忆忧心，相信你们也不会忘记。

中学生的日记精彩段落篇四

你愿意被称为坏学生吗？当然不。就我所知，每个人都打算做模范学生。

然而，做模范学生却不容易。第一，他必须尽力获得知识(求知)。一个没有足够知识的人是不会成功的。第二，他必须记

住促进健康。只有强壮的人才能做大事。第三，他应该接受道德教育。如果他品行不好，没有人会考虑和他交朋友的。

中学生的日记精彩段落篇五

你知道我的梦是什么吗？让我来告诉你吧，我的梦是想做一名设计师，设计一座特殊的房子。

我想设计的房子是因为现在的地震威海着我们，所以我想设计一座能防自然灾害的房子。这种房子坚固。

这样的房子的材料可不是用一般的材料。他使用一种特殊的材料建成的，看起来就是像塑料泡沫一样，可比塑料泡沫坚固的多。即使遭到强压，也不会倒塌，破损。人们住在这种房子里，就算遇到再大级别的地震也毫发无伤。

这种房子不但坚固，而且灵活多变呢！如果刮大风时，它就会变矮，能稳稳的立在地面上。如果遇到水时，它就会变轻，能漂浮起来，形状就像是一艘大船。人们在里面相当于在一个保护器里。这样，如果再遇到洪水、台风等自然灾害，人们也不会束手无策，无家可归了。

这种房子还环保、节能。他的墙体能够自动把有害气体转化成新鲜的空气，还能根据季节自动调节温度女，冬暖夏凉。这样我们再也不用空调和暖气了。

这就是我的梦，我的梦是做对人类有益的事，也希望说一说你的梦吧。

中学生的日记精彩段落篇六

今天，我和妈妈要去姥姥家，姥姥家里有我可爱的小弟弟，昨天晚上我就已经迫不及待地想见到他了。

爸爸把我们送到汽车站，又帮我们买好了票，我们拿着票从进站口上了车，我坐在车上左看看、右看看，怎么还没有发车？忽然我看见爸爸站在车窗外，我好奇地问：“爸爸，你没有票怎么进来的？”爸爸指了指出站口，原来他是从那里偷偷进来得。爸爸又在窗户上写了一个wc□我知道他是问我要不要上厕所，我摇了摇头，我让爸爸快回去，可是爸爸就是不走，我知道爸爸是舍不得我们，可是我已经长大了，总有一天我是独立的。于是我坚持让他回去了。

我想告诉爸爸，我现在已经不是三岁小孩了，我不愿意永远在爸爸、妈妈的保护下，我要保护爸爸妈妈。

中学生的日记精彩段落篇七

三天前，我到乡下去养心，现在让给大家讲一下吧。

我已经好久没回老家着一天正好可以玩个痛快了。回到老家，我第一件事就可以和吉吉（吉吉名字叫潘吉，跟我爸爸同辈，不过他还比我小一岁）说一声我回来了。因为他也已经好久没有看见我了，可是吉吉正巧不在家。没办法我只能罢手去看电视喽！

吉吉可以陪我玩了，我们一大早起来就去田里头玩，田野里好多果子啊，我跟他一会摘一个桃子，一会儿采一串葡萄可好玩了，中午我们一起在家里看电视。晚上的时候，我们在烧火，那团红红的火在我的心中跃动，我开心极了。

这一天我脸上的笑容看不见了，因为我们知道我今天即将离开我那可爱的家乡。朝夕相处的伙伴。所以，这是我最伤心的一天，我和吉吉在屋子里看书，做作业，谁都没有出来玩。

我的旅行就此结束了，拜拜！

中学生的日记精彩段落篇八

前天下雪了。

雨和雪都是水变成的，可是为什么大多数人们老是更爱好雪呢？我想雪与水象征2个事物，虽然它们的类型雷同，然而它们的态度与角度不同，所以导致人对只不同的感触与情感。比方雨和雪都是一句盼望别人长进的话，雨呢，而是一句批驳的话，雪呢，而是一句赞扬的话。这2句话都可以使人上进，但是人们乐意接收赞赏的话，不太喜欢批评的话。这就是之间的差别。下面我们就用雨和雪自身来阐明。雨呢大多人都厌恶，由于它可以使热烈浑身湿透，虽然雪也能够，但是雪用了另一中方式：变成的固体。这就是雪的奇妙之处，当然，这也是它们之间存在差异的起因。

中学生的日记精彩段落篇九

假期，给人的感觉总是轻松，快乐，自由的。繁忙的人期待一个悠闲地假期；束缚的人期待一个自由的假期；伤心的人期待一个快乐，充满欢笑的假期。在我读书的八年里，每一个假期都过得非常快乐，让我总是忘了什么时候开学。而在这个寒假里，我所得到的收获是最大的。

刚放假，我就被差遣到小叔店里帮忙。小叔是开理发店的，虽然说是个很小且不起眼的小店，可店里的生意却非常好。因为我什么都不会，所以刚开始的那几天就只能在店里扫扫地，整齐一下用品，叠叠毛巾；晚上就拿店里的人做实验~~帮他们洗头啦！

虽然还是有些人对我不满意，不过就像叔叔说的：“别怕得罪我的客人，只要你敢放手去做就行，得罪了大不了我免费做他们的生意。”小叔已经这样跟我说过很多次了，每次都是对我新的鼓励。虽然他嘴上是这么说，但我知道，作为一个生意人，怎么会不怕得罪客人。

这更下定了我要把这件事做好的决心。不知不觉在小叔店里帮忙已经十多天了，离过年也越来越近，生意也越来越好。每天来店里的人络绎不绝。一批走了，另一批又接着来。有时也在想，其实人的一生和这有什么区别，忙忙碌碌的就又过完了一天。

因为每天的客人都有不同的消费水平，形形色色的洗发水全在一双手上擦洗，各种有害物质经过融合汇聚在一双手上，再加上水温的差异，我的一双手都已经裂开了，而且疼痛难忍。擦了药之后疼得眼泪直流。

中学生的日记精彩段落篇十

亚龙湾是三亚的一个著名的景点之一。

亚龙湾有许多酒店。其中喜来登酒店非常豪华。喜来登整体分为海边和游泳池。

喜来登酒店以优雅、休闲而设计的。

亚龙湾的海洋是那么的湛蓝。美丽。我和阿姨一起走过又软又舒服的金色沙滩，到了一望无际的大海深处，我们看见了成群结队的小鱼正在嬉戏打闹躲躲藏藏的。一起吐出欢乐的泡泡。突然，一个大浪无情的向我们扑来，“啪”的一声，我仿佛觉得给我扑来了一阵珍珠，凉呼呼的，很舒服！

亚龙湾有十个多姿多样的游泳池。有七个是温泉，两个是常温的水池，有一个是中间最美的游泳池。它有两个石头雕的海豚，海豚吐出了晶莹的。的水珠（水花），亮晶晶的。它的旁边有一个黄色的滑梯，你一坐上去就会被水冲下来，“啪”的一声，如同火箭恶狠狠的钻入水里似的。

亚龙湾的景色是多么的美丽啊！

中学生的日记精彩段落篇十一

妈妈让我赶紧洗脚，说，再等，水就凉了。妈妈生病了，这个学期都会在家里休息。我本不想给妈妈添麻烦，可是，却常常让妈妈不开心。这不，我刚准备洗脚，却发现妈妈给我准备的水很烫。我对妈妈说“妈妈，给我加点凉水。”“不烫，我试过了，脚应该烫一烫，促进血液循环。”“妈妈，你想烫死我啊！”我着急地叫到，悬着脚，晃荡着，不敢伸进木桶里。“这孩子，怎么说话呢，妈妈怎么会想烫死你？妈妈如果想烫死你，那当初生你干嘛？”妈妈说着说着，便在我面前流眼泪来，还说我没有妹妹懂事。“妈妈，我说错了，我知道你很爱我，妈妈不许哭，不许生气——”我赶忙搂住妈妈的脖子撒起娇来。这一招果然有用，妈妈说“这次，念你无心，妈妈原谅你。”

其实我真的明白妈妈很爱我，我快生日了，妈妈把我的日记整理成一本书，送给我，当我读到妈妈为我写的那些文字时，我的眼泪总是一次次的流下，我知道，妈妈爱我胜过爱她自己。妈妈生病以后，总是跟我说一些莫名其妙的话。她常说，不管发生什么事情，不管遇到多大的困难，我都是她心中的男子汉，要学会坚〔〕强，要独立，要学会勇敢地面对。

我一定不要妈妈再生气了，今天，妈妈的洗脚水，我来倒，我的床铺我自己整理，晚上八点，我就准时躺在被子里了。妈妈说，今天，她打针后有点反映，想早点休息。妈妈，你睡吧，不要担心我，我已经长大了。

中学生的日记精彩段落篇十二

寒假开始了，我还来不及开心呢，我就看见了一件事。这一件事，引起了我的深思。

一天的中午，我因为闲来无事，所以便出门走一走，玩一玩。路过马路的时候，我看见了一对母女，那个小女孩走起路来

蹦蹦跳跳的，那两根冲天的小辫子犹如两只快乐的小鸟一样，一跳一跳的。而那个小女孩的妈妈则是慈爱地看着那个小女孩。

就在这时，那个小女孩突然从地上捡起了一张破旧不堪的一元纸币。可能是因为太破旧了的原因，所以也没有人去将那张一元纸币给捡起来。不过，那个小女孩似乎一点儿也不介意。只见她一把儿就抓起了那张一元纸币，然后一跳一跳地跑到了她的妈妈跟前，有些得意的说：“妈妈，你看。我捡到了一块钱哦。”我原本以为那个小女孩的妈妈会让小女孩把钱放回原来的地方，或者把钱施舍给路边的乞丐。可是，那个小女孩的妈妈却表扬那个小女孩说：“哦，我的女儿真棒。你先等一下，妈妈马上回来。”说完之后就走了。不一会儿，那个妈妈就回来了。只见她手中拿着一个糖果递给那个小女孩。可小女孩却大叫道：“妈妈不乖，妈妈不乖。捡到钱应该交给老师。”我以为那个妈妈会羞得满脸通红。可那个妈妈却说：“傻孩子，老师又不在，钱交给谁呀。”“哦。”那个小女孩这才半信半疑地应了一声。

看到这里，我不禁有些气愤。难道拾金不昧这个好习惯会随着年龄的增长而丢的吗？不，我不想。

中学生的日记精彩段落篇十三

我校20xx年暑假放假时间为□20xx年6月26日11：30以后，为确保学生暑假生活平安，特制定暑假安全公约如下，请家长进行监督指导，确保孩子假期安全。电话提示：火警119，匪警110，急救中心120，电话查询114，学校办公室：0878--6370077。教育承诺内容：

一、防道路交通安全：

1、自觉遵守交通规则，不在公路上跑闹、玩耍，2人以上不能并排行走。

- 2、公路上不得随意横穿。
- 3、不得在马路上骑自行车、摩托车。
- 4、遵守公共秩序，自觉排队等车，车未停稳不得靠近车辆，上下车时不得拥挤。
- 5、文明乘车，乘车主动让座，不得乘坐非营运车辆，三无车辆。
- 6、不能驾骑摩托车和机动车。
- 7、周末、假期家长按时到校接送子女。不到校者接送，学生在校外安全责任自负，与学校无关。

二、防溺水的安全：

- 1、学生不得到河塘、水库、水井等危险的地方玩耍、洗澡、游泳。
- 2、到游泳馆游泳必须要有家长陪同，不得私自下水游泳。
- 3、做好防溺水安全防护工作。

三、用电的安全：

- 1、要在家长的指导下使用普通的家用电器。
- 2、不要乱动电线、灯头、插座等，更不得私搭电线。
- 3、不要在标有“高压危险”的地方玩耍。
- 4、下雨打雷、闪电时不要站在大树，山顶或铁塔下避雨。

四、防火、防打架和意外事故的安全：

- 1、小心、安全使用煤气、液化气灶具等。
- 2、不要私自使用火柴、火机，不玩火，以免发生火灾。发现火灾时及时拨打119，不得逞能上前扑火。
- 3、养成不吸烟、远离毒品的良好习惯。
- 4、睡觉前要检查煤气阀门是否关好，防止煤气中毒。
- 5、不得玩易燃易爆物品和有腐蚀性的化学药品。
- 6、不偷东西不抢劫，不拉帮结伙，打架斗殴。
- 7、禁止上网吧，禁止到游戏室、台球室、录像室、歌舞厅；禁止参与购买“游戏彩票”等赌博性活动；禁止参加非法集会等不文明活动。

五、饮食安全：

- 1、自觉养成良好的个人卫生习惯，饭前便后勤洗手，防止传染病的发生。
- 2、购买有包装的食品时，要看清商标、生产日期、保质期等，“三无”食品、过期食品一定不要购买食用。
- 3、生吃水果、瓜果要注意洗干净后才可食用，不吃腐烂、变质的瓜果。

六、防雷击、防洪、防泥石流和防中暑安全：

- 1、夏季多雨，任何同学不得在大树及高大建筑物下避雨。
- 2、大雨天气，任何学生不得随意外出，不要独自过河，不要在易发生泥石流的地段玩耍。如遇洪峰要顺楼梯到高楼层或地势较高的地方防汛。

3、高温天气，要采取降温措施，防止中暑。

七、防诈骗、防不正当交往的安全：

1、不要轻信陌生人，陌生人敲门不要开门，严禁私自串门、做客、参加各种聚会。

2、外出旅游或走亲访友，万一迷路不要惊慌，要呆在原地等候父母回找或及时拨打110，请求他人的帮助。

3、女生不要随意与陌生人或异性独处，学会保护自己，多学习一些对自己成长有益的知识。

八、防地震和自救等知识。地震发生时，冷静应对，首先躲避，及时安全地撤离，运用好所学过的防震自救知识。

九、积极与家人一起参加社会实践活动，学习各种安全自救知识。

承诺人[xuexila

日期：2017年xx月xx日

看了中学生假期承诺书的人还看

1. 中学生假期安全承诺书

2. 大学生假期安全承诺书

3. 大学假期安全承诺书

文档为doc格式

中学生的日记精彩段落篇十四

假期将至，为了能度过一个安全、愉快而有意义的暑假，做一个自觉遵纪守法的中学生。从即日起，我郑重向学校作出以下承诺：

一、树立“安全第一”的思想，服从家长的监管，听从老师的教导。做到有令必行，有禁必止，不做危害自己和他人的事。注意户外活动安全，不在人多的地方聚集，远离危险地带，不做危险游戏，不私自外出游玩。

二、绝不夜不归宿，绝不涉足成年人的娱乐场所，绝不进入营业性的游戏室、录像室、网吧。节假日和晚上外出活动必须得到家长的许可，并在家长的指导、带领下进行。

三、遵守国家法律法规。不驾驶摩托车、电瓶车，骑自行车不载人，不在公路上玩耍，不乘坐无牌、无证车辆；不吸烟，不赌博，不参与违法犯罪活动。

四、遵守学校纪律。不打架斗殴，不翻爬围墙，不追逐打闹，不私自到河塘、水库游泳，不带通讯工具、管制刀具、打火机及易燃易爆物品到校。

五、维护国家和人民财产安全，不破坏、不盗窃公物和他人物品。

六、身体不适时，如实向老师、家长报告，不夸大不隐瞒病情。

七、注意用电及消防安全。不私拉乱接电线和私自安装电器，不带火种进宿舍，不损坏消防设备及其他公物。

八、科学、合理地安排作息時間，有计划地完成暑假作业，认真阅读课外读物，不断增长见识；安全上网、文明上网。

承诺人□xuexila

日期□xx月xx日

中学生的日记精彩段落篇十五

长城是我国最著名，历史最悠久的人文景观之一。

上二年级的时候，我们全家去北京，亲眼目睹了长城的壮观与雄伟。我们来到长城脚下，便看见远处高高的风火台。我们坐到了缆车上，我往下看，人比蚂蚁还小，那些人就像蚂蚁排着队背着食物回家一样。到了风火台，我们下了缆车，继续往上爬，费了九牛二虎之力才爬上了这一段长城的顶端，我举目望去，长城看不到尽头，就像一条蜿蜒的巨龙盘卧在山顶。后来我才知道实际上它长六千多公里，从中国的西面到东面，穿过浩瀚的沙漠，越过重重的高山，跨过险峻的深谷，一直建到海边，是世界上最奇特的景观之一。它有两千多年的历史，长城上面很宽，足够十个人并排而行。城墙上有许多风火台，相当于现在的情报站，发现敌人到来就点燃风火，便于通知其他士兵。

长城不仅是用石头和泥土筑成的，而且还是用数以百万计的人的生命建造而成，所以我们要好好保护它，更要珍惜它，使它永远保存下去。

评语：结构不错，从游览长城的所见到介绍长城的概况，自然过渡，最后一段通过长城的来之不易提醒大家对它的关爱之情、珍惜之意，寓意深刻。

中学生的日记精彩段落篇十六

我的学校“蓉城一小”，是个美丽的大家园，校园内一尘不染，绿树成荫，花香扑鼻，沁人心脾。

一进校门，展现在眼前的是那平坦而宽阔的操场，整个操场是用红白两色瓷砖铺成的，看起来非常漂亮。每个星期一早上的升旗仪式、课间操和别的什么重大仪式都在这个操场上举行。

下课了，操场上就沸腾起来了，同学们有的跳皮筋、跳绳、转呼啦圈等等一些小游戏。大老远就能听到同学们的欢声笑语，久久回荡在操场的上空。

上课了，人头攒动的操场立马变得空无一人。只能听到教室里传来同学们的朗朗读书声，这声音如同一条清澈的小溪弹奏着欢快的乐曲，滋润着我们的心灵。

学校的北面是新建的环形跑道。环形跑道大约有三、四千米，在这里，你常能看到同学们跑步时那矫健的身影。跑道北面是庄严的主席台。我校的一些文艺晚会都是在这里举行，在这里不知留下了多少“小明星”的精彩瞬间。

这就是我们的学校“蓉城一小”，我爱这个欢乐，美丽的大家园。

中学生的日记精彩段落篇十七

“恭喜发财！”一阵阵问候传入耳中，原来是路上走亲访友的熟人互致问候。而伙伴们则是跑东家串西家，“跟你拜个年！”手中的钞票也多了起来，甚至手中还会赚得一大把香烟。而这大多是送给自己的老爸，有时也会试着抽一下，可咳嗽几声只好把它扔掉了。小姑娘们则在一起咬着嘴皮子悄声细语地说着什么。大人们在一起谈谈家常，老人们则在儿女们的陪伴下观看着tv节目，精彩的节目时而惹得老人们会心地笑个不停。

过新年，喜洋洋，家庭大团圆，每个人都春风满面，每个人都嘴角流油……

中学生的日记精彩段落篇十八

十二岁以前的我是一个懒散的人。经常是花费很长时间去干一件事，最后学不好就半途而废。无论父母怎么说都没用。到了中学，紧张的学习气氛，使我不得不加快速度，却因以前的毛病总也做不好，经过一段时间的发展，我逐渐学会了列事件清单，做一件划掉一件的方法，而且学会了在有限时间内挤出一点点时间做我喜欢做的的时间。比起以前的散漫，我快了许多，对于以前的浪费时间我竟感到后悔。踏上初中的列车，我变化很大，因为它使我明白了“时间是生命的节奏”这个永恒不变的真理。

初中的列车已经开启，它载着我们一路向前。而我也在这列车的行驶中，变着，变着。

中学生的日记精彩段落篇十九

我校20xx年暑假放假时间为□20xx年6月26日11：30以后，为确保学生暑假生活平安，特制定暑假安全公约如下，请家长进行监督指导，确保孩子假期安全。电话提示：火警119，匪警110，急救中心120，电话查询114，学校办公室：0878--6370077。教育承诺内容：

一、防道路交通安全：

- 1、自觉遵守交通规则，不在公路上跑闹、玩耍，2人以上不能并排行走。
- 2、公路上不得随意横穿。
- 3、不得在马路上骑自行车、摩托车。
- 4、遵守公共秩序，自觉排队等车，车未停稳不得靠近车辆，上下车时不得拥挤。

5、文明乘车，乘车主动让座，不得乘坐非营运车辆，三无车辆。

6、不能驾骑摩托车和机动车。

7、周末、假期家长按时到校接送子女。不到校者接送，学生在校外安全责任自负，与学校无关。

二、防溺水的安全：

1、学生不得到河塘、水库、水井等危险的地方玩耍、洗澡、游泳。

2、到游泳馆游泳必须要有家长陪同，不得私自下水游泳。

3、做好防溺水安全防护工作。

三、用电的安全：

1、要在家长的指导下使用普通的家用电器。

2、不要乱动电线、灯头、插座等，更不得私搭电线。

3、不要在标有“高压危险”的地方玩耍。

4、下雨打雷、闪电时不要站在大树，山顶或铁塔下避雨。

四、防火、防打架和意外事故的安全：

1、小心、安全使用煤气、液化气灶具等。

2、不要私自使用火柴、火机，不玩火，以免发生火灾。发现火灾时及时拨打119，不得逞能上前扑火。

3、养成不吸烟、远离毒品的良好习惯。

- 4、睡觉前要检查煤气阀门是否关好，防止煤气中毒。
- 5、不得玩易燃易爆物品和有腐蚀性的化学药品。
- 6、不偷东西不抢劫，不拉帮结伙，打架斗殴。
- 7、禁止上网吧，禁止到游戏室、台球室、录像室、歌舞厅；禁止参与购买“游戏彩票”等赌博性活动；禁止参加非法集会等不文明活动。

五、饮食安全：

- 1、自觉养成良好的个人卫生习惯，饭前便后勤洗手，防止传染病的发生。
- 2、购买有包装的食品时，要看清商标、生产日期、保质期等，“三无”食品、过期食品一定不要购买食用。
- 3、生吃水果、瓜果要注意洗干净后才可食用，不吃腐烂、变质的瓜果。

六、防雷击、防洪、防泥石流和防中暑安全：

- 1、夏季多雨，任何同学不得在大树及高大建筑物下避雨。
- 2、大雨天气，任何学生不得随意外出，不要独自过河，不要在易发生泥石流的地段玩耍。如遇洪峰要顺楼梯到高楼层或地势较高的地方防汛。
- 3、高温天气，要采取降温措施，防止中暑。

七、防诈骗、防不正当交往的安全：

- 1、不要轻信陌生人，陌生人敲门不要开门，严禁私自串门、做客、参加各种聚会。

2、外出旅游或走亲访友，万一迷路不要惊慌，要呆在原地等候父母回找或及时拨打110，请求他人的帮助。

3、女生不要随意与陌生人或异性独处，学会保护自己，多学习一些对自己成长有益的知识。

八、防地震和自救等知识。地震发生时，冷静应对，首先躲避，及时安全地撤离，运用好所学过的防震自救知识。

九、积极与家人一起参加社会实践活动，学习各种安全自救知识。

承诺人□xuexila

日期□20xx年xx月xx日