

# 七年级心得(优秀18篇)

通过总结自己的工作心得，我们可以更好地发现自己的优点和不足，提升职业能力。综上所述，撰写一篇优秀的培训心得需要我们在培训结束后及时进行总结和思考，结合自己的实际情况进行归纳和分享。以下是一些优秀的培训心得范例，供大家参考借鉴。

## 七年级心得篇一

最近，我读了丹尼尔笛福写的《鲁滨逊漂流记》。我被这本书深深地吸引了，因为它让我体会到了平凡的鲁滨逊那惊人的毅力和不屈不挠的精神。

《鲁滨逊漂流记》的故事情节非常新奇，引人入胜。它讲述了从小就喜欢航海的鲁滨逊三次航海探险的过程。在第三次海上航行中，鲁滨逊所乘的船在一个荒岛附近撞到了巨大的礁石上，船上的水手和乘客全被淹死了，只有鲁滨逊一个人幸运地存活了下来。他孤身一人流落到一个荒岛上，陷入绝境的鲁滨逊以人们难以想象的坚强和毅力，勇敢地向各种困难挑战，以他不屈不挠的坚强意志，依靠自己的智慧和辛勤劳动，获得了重生。凭着他积极的人生态度，不仅使自己存活了下来，而且还救出了即将被野人吃掉的俘虏有一天：星期五。二十八年两个月零十九天后，鲁滨逊终于有机会离开荒岛了。

二十八年的荒岛生活，是对鲁滨逊的勇气和毅力的考验。

二十八年的荒岛生活，是对我们读者心灵的一次洗礼。

二十八年的荒岛生活，更给了我们无限多的启发：如何面对困难，在困境中如何保持乐观、自信的精神状态。

我想一个人不论何时何地，不管遇到的困难，挫折等不幸时，

都不能被吓倒，要勇敢地面对困难，克服困难，始终保持一种积极向上、从容乐观的心态，去面对厄运，挑战自我，就可以做出超出自己想象的奇迹来。只有这样，才能像伟大的鲁宾逊那样，成为一个的胜利者。

## 七年级心得篇二

在七年级的红色文化学习中，我受益良多。红色文化是中国革命历史的重要组成部分，通过学习，我对中国共产党的光辉历程、无数先烈的英勇牺牲以及中国革命的伟大成就有了更深入的了解。同时，这些红色文化教育也激发了我对于理想信念和时代责任的思考，让我明白作为当代青少年的重要使命。

### 第二段：理想信念的重要性

学习红色文化让我深刻认识到理想信念的重要性。中国共产党的初心和使命是为了实现中华民族的伟大复兴，这一理想信念激励着中国革命者不畏艰险、不惧强敌，并最终战胜了敌人取得了胜利。而作为当代青少年，我们也肩负着传承和发扬这一理想信念的重任。只有坚持自己的理想信念，才能克服各种困难和挑战，勇往直前。

### 第三段：英雄模范精神的影响

学习红色文化还让我深受英雄模范精神的感染。无数先烈们以他们坚定的信念和顽强的意志，为了实现革命理想和民族解放而英勇抗争，甚至献出了自己的生命。他们的精神永远值得我们怀念和学习。在学习红色文化的过程中，我深刻体会到了英雄模范精神的伟大和意义。在生活中，只有敬仰英雄，学习英雄，我们才能更好地发扬这一精神，并成为有志青年，为实现中国梦而努力奋斗。

### 第四段：红色文化对于时代责任的启迪

红色文化教育还让我明白了作为当代青少年的时代责任。在学习红色文化的过程中，我看到了中国共产党和中国革命者们为了民族独立和人民幸福而斗争的决心和毅力。他们始终把人民的利益放在首位，毫不动摇为人民服务的宗旨。作为当代的青少年，我们应该怀揣这一时代责任，为实现民族复兴和社会进步而努力学习和工作。

## 第五段：结语

通过七年级的红色文化学习，我对中国革命历史和英雄先烈们的贡献有了更深刻的认识。这些红色文化教育激发了我的理想信念和使命感，让我明白作为当代青少年应该肩负的时代责任。我将继续学习红色文化，通过实际行动践行理想和信念，努力成为新时代的有志青年，为实现中华民族伟大复兴贡献自己的力量。

## 七年级心得篇三

生活的苦恼，阻止不了我对生命的追求；城市的喧闹，模糊不了我对生命的赞美；岁月的沧桑，或许能在生命上留下烙印，但是生命依然在延续着。

午后坐在家里的阳台上，一缕阳光，一杯清茶，一曲优美的音乐，让午后的生活变得如此的惬意，现如今在快节奏的工作与生活中已难得有这样的时光。轻轻的翻开曾经爱不释手的一本小巧的诗集，找寻逝去的记忆。

“天空中并没有留下痕迹，但我已飞过”。在如此喧嚣的城市中，飞鸟邂逅了我的心，我很庆幸自己能在喧闹的城市中找到这一处宁静之所，飞鸟带给我的是一场灵魂的洗涤，是一种生命之花的绽放，是一个鲜活而亮丽的梦。此刻我认识到，泰戈尔的《飞鸟集》就是一处哲学天堂，一处处鬼斧神工的花园就是那一首首美的像云彩一样诗歌，而园丁就是泰戈尔，他用自己唯美的思想，用一支普通的笔，耕耘出了这

一块圣洁的土地。

我喜欢其中“生如夏花之绚烂，死如秋叶之静美”，这是泰戈尔放在卷首的一句诗，这是作者对生命的感悟，也是对生命的一种诠释，活着就应该好好珍惜，因为生命对每个人都只有一次。

“明月把清辉洒满了天空，却把漆黑留给了自己”。我读到了生命的美并不仅限于获取了什么，更重要的是在于奉献。送人玫瑰，手留余香。

《飞鸟集》是走过大半生，经历了风风雨雨的老人，在人生的道路上终于放满了自己的脚步，回头凝视着自己的足迹，开始沉思自己的历程，思索自己的生命，将自己感悟人生的思想写下，以劝诫后辈，生命在于思索，生命在于奉献。

## 七年级心得篇四

太阳火辣辣地照着同学们的脸庞，豆大的汗珠从同学们的脸上滑落，但大家都不为之所动，仍然昂首挺胸，目视前方。大家正站着军姿，这是军训中最基础的动作。

7月6日□xx市现代实验学校七年级的新生们迎来了他们初中生活中的第一课——为期三天的军训。虽说大多数同学在小学时接受过军训，但那并不是非常正规的训练，在初中的学习中，大家真正地意识到了军训的“苦”。

我们学习的第一个动作是站军姿。要求脚跟并拢，脚尖微张60度，挺胸，收腹，下巴微收，双眼目视前方，这最基础的'动作，就让许多同学吃了不少苦。教官的要求非常严格，可太阳并不理会，仍旧火辣辣地晒着，这时，支持我一直按要求站着的原因只有一个——来自心底的那一个声音：坚持！同学们也一样，没有一个叫苦叫累，相信大家心中也有一个意念一直支撑着自己。

除了队形队列操练，有了更多改变的就是吃饭了，全体七年级的同学都需先笔直地站在餐桌旁，12个班级在食堂一遍遍背诵唐诗《悯农》或齐唱《团结就是力量》，气吞山河、声势浩大，场面十分壮观。

在军训中，我学到了很多，不仅磨练了我的意志，而且还使我学会了做任何事必须坚持不懈、持之以恒的态度，才能到达成功的彼岸。相信同学们也和我一样，都成为了更优秀的自己。

## 七年级心得篇五

近日，我作为一名七年级的语文学生，在课堂中进行了一次反思和总结，对这一学期的学习情况做了一番深刻的思考。我认为，学习语文不仅仅是为了应付考试，更重要的是培养我们的文化素养和语言表达能力。在这一学期的学习中，我收获颇丰，明白了语文学习的重要性，并树立了进一步努力的信心。

首先，在七年级的语文学习中，我学会了正确的学习方法。之前，我总是盲目地追求高分，只注重记忆和死记硬背。在老师的悉心教导下，我发现了问题的所在。我开始理解，语文学习需要的是阅读理解能力和文章分析的能力，而非简单的课文背诵。因此，我开始注意分析和归纳文章中的主题和要点，善于发现文章中的逻辑关系，同时注重积累并运用生词、短语和句型。这样的转变让我对语文学习充满了信心。

其次，我认识到写作能力的重要性。一直以来，我对写作都缺乏信心，总觉得自己不会写作。然而，通过老师的指导和自己的努力，我渐渐找到了写作的方法。我开始多读优秀的文章，积累写作素材。我学会了观察生活，感受生活，从生活中寻找写作的灵感。同时，我注重每一篇作文的结构和逻辑，不断改进和完善自己的写作技巧。现在，我写作的自信由内而外地提升，我也愿意将写作作为一种习惯，继续坚持

不懈。

此外，我还学会了欣赏文学作品。在七年级的语文学习中，我们接触了很多优秀的文学作品，如《荷塘月色》、《中国的四大发明》等。通过阅读这些文学作品，我不仅仅了解了历史和文化，还受益匪浅。我发现作品中的语言优美，形象生动，感受到作家的情感和力量。我开始有了一种深入理解文学作品的渴望，也明白了语文学习的真正价值。

最后，我要感谢老师的教导和帮助。老师不仅仅是我们的知识传授者，更是我们的引领者和指导者。在课堂上，老师常常以生动有趣的方式讲解知识，激发我们的学习兴趣。老师还耐心解答我们的问题，鼓励我们勇于思考和表达。正是老师的悉心教导，让我渐渐找到了学习语文的方法和自信。我将牢记老师的教诲，努力提升自己的语文素养。

总之，通过这一学期的学习，我意识到语文学习不仅仅是为了应付考试，更是为了培养我们的人文素养和表达能力。通过正确的学习方法，我们可以提高阅读理解和写作能力；通过欣赏文学作品，我们可以开阔眼界，感受到作品的美丽和力量。当然，这一切离不开老师的指导和帮助。我相信，只要我们能够持之以恒地学习，努力提升自己的语文水平，我们一定能够取得更好的成绩。

## 七年级心得篇六

作为一名七年级的语文教师，我最近参加了一场语文讲座。这场讲座不仅为我的教学提供了新的思路，也让我对教育本身有了更深层次的认识。在这场讲座中，我从五个方面得到了启示，包括提高教学方法、拓展知识面、注重情感教育、激发学生兴趣以及了解教育发展趋势。下面我将结合自己的经验和理解，对这五个方面进行总结和展望。

第一方面，提高教学方法。这是今天语文讲座最主要的内容，

也是在教育中最应该得到实际应用的方向。现在的学生很注重课堂的体验，如果老师的教学方法还是固化的单一的，学生们会感到十分无趣，学习起来也会抗拒。我们教师应该采用多种多样的教学手段来让学生在愉悦的氛围中学习，比如说引入情景，举例说明等等。这样一来，学生更能够容易地接受知识，并且能够在集体中更快地融入。

第二方面，拓展知识面。如果教育的目的只是为了把一些知识传授给学生，那么教育就是一件乏味的事情。在这场讲座中，我学到了要让学生对知识进行更深层次地探究。这需要我们在知识的传授上增加更多的简要介绍、背景介绍。让学生了解更多的历史背景和文化遗产，对于学生的思维和知识面的拓展非常有帮助。

第三方面，注重情感教育。讲座中有一个很好的例子我印象颇深。教育应该不仅关注到学生的知识，也要关注学生成长的心理和情感。讲师举了个例子，在班里让学生以语文课中出现的重要角色为题材创作一篇小作文，一位学生的写的是父亲。在课下，讲师和这名学生交流，得知他的父亲患有癌症，而学生却一直没有办法找到发泄口。讲师便安慰他多一些，引导他向朋友或自己信任的人倾诉。证明了要关注学生的心理和情感，有助于在情感上的沟通。

第四方面，激发学生兴趣。教师在讲课的时候应该充分地发挥自己热爱教学的优点，让学生跟随自己的节奏一起学习，他们也会跟随自己的心愿对教师和学习产生兴趣。我们需要注意到的是，学生从小学到中学，他们的生活和思想发生了很多变化。对于七年级来说，每一个学生都有着自己的兴趣和爱好，我们需要采用不同的方式来激发他们的兴趣，让他们更好地融入到教育的过程中。

第五方面，了解教育发展趋势。教育是一个动态的系统，我们应该站在时代的前沿去了解其变化，不断地调整自己的教育方法和思想。随着科技的进步，教育也必须面对新的挑战，

比如说学生们对数字化的热爱和对自主学习的呼吁。因此教师们应该关注教育的前沿，不断地适应教育变革。

总之，这场讲座让我受益颇丰，我也在教育慷慨中得到了更多的启示。我希望我能够把这些启示应用到我的教学中去，并且把它们传授给我的学生。我相信，经过不懈的努力，我会成为一名更优秀的语文教师。我愿意让我的学生激发兴趣，挖掘自己的潜力，在今后的人生中迈出坚实而快乐的步伐。

## 七年级心得篇七

今天，我们进行了军训，目的是让我们锻炼出一种不怕困难、不怕苦、坚持不懈的精神。这个过程并不是那么容易，许多困难和挑战都在等着我们迎接。

刚开始，教官让我们练习站军姿。没过多久，我的腿已经开始抖动，快坚持不下去了，可是我一动，就肯定会影响到整个班的进度，所以我只好忍着。就这样，我坚持到了休息的时候。这时我才发现，自己根本没有想象中的那么累。原来，当坚持一件事到了极限，就不会觉得困难，反而更加轻松了。

临近中午，太阳的光照射在我们的身上，汗水在我身上滚动，让我感觉非常难受。此时在我心中只有一句话：坚持就是胜利！

没过一会儿，天就突然变脸了，下起了雨，我们就进了体育馆军训。尽管没有了炙热的阳光，但相对密闭的空间里充满着汗水的臭味。难受？然而我心里还是记着要坚持。

军训过后，我的衣服都是湿的，还很臭，但我十分开心，这身衣服是对我坚持的一枚奖章，一个奖励，更因为坚持，我们获得了教官的表扬。我十分感谢今天的我坚持下来了，突破了自己，明白自己的努力一定不会让未来的我失望！

## 七年级心得篇八

暑假即将结束，回顾这两个月的美好时光，我深感万分珍惜。这个暑假，我不仅度过了愉快的时光，还收获了许多宝贵的经验和体会。

首先，我充分利用了暑假的时间，参加了各种各样的活动。我和家人一起去了旅行，游览了许多风景秀丽的地方。在山中漫步，呼吸新鲜空气，欣赏大自然的美景，我感到无比放松和愉悦。与此同时，我还去了图书馆，捧着一本书，在安静的环境中享受阅读的乐趣。通过阅读，我不仅增加了知识，还培养了良好的阅读习惯。此外，我还参加了一些夏令营和培训班，学习了乒乓球和书法。这些活动不仅丰富了我的暑假生活，还提高了我的兴趣爱好和能力。

其次，我把握住了这个机会，加强了对自己学习的反思。在暑假期间，我认真总结了上学期的学习经验，找到了自己的不足之处。我发现，自己在学习上有时会缺乏耐心和坚持，容易心不在焉。因此，我下定决心要改变这种状态，从而提高学习效果。为了更好地掌握知识，我制定了学习计划，每天坚持复习和预习。并且我还加入了一个学习小组，与同学们一起讨论问题，相互学习和进步。通过这些努力，我感受到了学习的乐趣和成就感，也明白了努力不会白费。

第三，我在暑假期间开始了一些新的尝试。过去，我总是习惯于待在自己的舒适区，不敢冒险尝试新的东西。然而，暑假改变了我的想法。我尝试了一些新的运动，如滑板和攀岩。初时，我感到有些害怕和不适应，但是当我真正尝试的时候，我发现这些运动是如此有趣和挑战性。通过不断的练习和坚持，我逐渐掌握了滑板和攀岩的技巧，体验到了挑战自我的快感。这个暑假，我深刻体会到，只有勇于尝试，我们才能发现新的天地，获得成长和进步。

最后，我认识到家庭的重要性。在暑假期间，我与家人度过

了很多美好的时光。我们一起做饭、打扑克、看电影等等。这些时刻让我感受到了家庭的温馨和幸福。我明白了家庭是一个温暖的港湾，是支持和鼓励我的力量，是我永远的归宿。因此，我更加珍惜与家人的时光，也更加感激他们对我的关爱和支持。

总的来说，这个暑假对我来说是非常有意义和充实的。我不仅度过了愉快的时间，还从中收获了许多宝贵的经验和体会。我学会了利用时间，充实自己；反思了自己的学习和成长；尝试了新的事物；并深刻认识了家庭的重要性。相信这些经历将对我今后的学习和生活起到积极的推动作用。我相信，只要我们用心去感悟，每一个暑假都将成为我们成长的征程。

## 七年级心得篇九

随着学期的结束，我回顾了整个七年级下学期的数学学习过程，收获颇丰。数学学习需要我们细心观察、思考和动手实践，通过不断努力和实践，我在这段时间里取得了不小的进步。在这篇文章中，我将分享我在七年级下数学学习过程中所得到的一些心得体会。

首先，数学学习需要勇于尝试和挑战。七年级下数学内容的增加，对于很多同学来说是一个挑战。然而，在老师和同学的帮助下，我学会了勇于尝试和挑战自己的能力。不管是解决复杂的代数方程还是解决几何问题，我都积极地投入并耐心地思考，尝试各种方法，直到找到正确的答案。通过不断地尝试和挑战，我不仅提高了自己的解题能力，还培养了自己的耐心和信心。

其次，数学学习需要合理的学习计划和高效的学习方法。在七年级下学期，我要求自己制定合理的学习计划，并在规定的时间内完成任务。我发现，在有限的时间内，通过系统的学习和复习，我能更好地理解 and 掌握数学知识。同时，我也注重提高自己的学习效率。例如，在解决代数方程时，我学

会了通过绘制图表和化简步骤来简化问题，这有效地提高了我的解题速度和准确率。

第三，数学学习需要与同学们合作。在课堂上，老师经常组织我们进行小组合作学习，这给了我很好的机会与同学们进行讨论和交流。通过合作学习，我不仅能够从同学们的观点中学到新的思路和方法，而且还能够培养团队合作能力和沟通能力。在小组合作中，我也学会了倾听和尊重他人的意见，这使我的数学学习更加全面，理解更加深入。

第四，数学学习需要灵活应用知识。在学习数学知识时，我发现灵活应用知识是提高数学能力的关键。在解决问题中，我学会了灵活运用所学的概念、公式和方法。例如，在解决几何问题时，我会根据题目的要求选择适当的几何定理和公式，并进行合理推理。通过不断的实践和探索，我不仅加深了对数学概念的理解，而且提高了解决问题的能力。

最后，数学学习需要持之以恒。在七年级下学期的数学学习中，我深刻体会到数学学习是一个持之以恒的过程。数学知识的掌握需要长期的积累和反复的巩固。为了更好地巩固所学的知识，我坚持每天进行数学复习，并将自己的疑惑和问题记录下来，及时向老师和同学请教。通过坚持不懈的努力，我发现自己在数学学习中取得了不小的进步。

通过这一学期的数学学习，我明白了数学学习需要勇气、学习计划、合作、灵活应用和持之以恒的态度。这些心得体会不仅对我的数学学习有所帮助，而且对我的成长和人生也有积极的影响。我相信，在今后的学习中，我会继续保持这些好习惯，并不断提高自己的数学能力。

## 七年级心得篇十

军训的第一天就让我有许多的收获。教官告诉我们，我们的头上带着的军帽，就是我们的头，不能将帽子拿下来玩耍，

教官还教了我们敬礼，还让我们向老师和家长敬礼，那一刻，让我感触很深，让我明白了感恩。

阳光明媚正是军训的好日子，这不，我们的第二天军训又开始了，先是“稍息”“立正”再是整理军容，接下来就由教官给我们教授新的知识。今天我们复习了齐步走立停和跑步走立停，新的知识就是正步走。

正步走对于许多刚刚开始练的人有些困难，因为练习原地摆着一条腿一动不动十分困难，刚开始许多人的腿都达到了教官的要求，越到后面，有些人因为腿酸了，开始左摇右晃，像是在跳舞。下午我们又接着练习了原地不动摆手，每当我们开始摆时，都要唱起《严守纪律歌》，等这首歌唱完，我们才换一下刚才的摆手，就这样我们唱了一次又一次这首歌，做了一次又一次的动作，终于将正步走的摆腿和摆手练的熟悉，但还需要多多练习。

一天下来，许多人的脚又酸又痛，但我们要学会能吃苦，不怕吃苦的精神。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 七年级心得篇十一

数学作为一门抽象的学科，常常被学生们视为难以逾越的一道坎。但在七年级下学期的数学学习中，我渐渐理解到了数学的魅力和乐趣。通过日积月累的学习和思考，我深感数学不仅仅是一门应试科目，更是一门培养逻辑思维和解决问题能力的必修课。在这个过程中，我养成了良好的学习习惯，培养了坚持不懈的毅力，并且提高了自己的思维能力和解决问题的能力。以下是我对七年级下数学学习的心得体会。

首先，数学学习需要持之以恒。数学是一门需要反复操练和练习的学科，不能只凭借一蹴而就的天赋和灵感。在这个学期中，我养成了每天定时做数学习题的习惯。虽然有时候感到繁琐和枯燥，但我清楚地知道，只有通过不断的反复练习，才能将数学知识真正内化并掌握。坚持每日数学练习的过程中，我逐渐提高了自己的解题速度和准确度，也培养了自己的耐心和坚持不懈的毅力。

其次，数学需要灵活的思维方式。数学学习中常常出现的拓展和思考问题，唤醒了我对逻辑思维和问题解决的兴趣。在这个学期中，我遇到了很多需要动脑筋的问题，有时候迷茫和困惑，但经过努力和不断尝试，我逐渐掌握了一些有效的思维方法。例如，在解决数学应用问题时，我学会了先梳理思路，再逐步推导的方法，这在一定程度上提高了我问题解决的效率。通过灵活的思维方式和方法，我在数学学习中找到了自己的思维乐趣。

再次，数学学习是一个锻炼自信心的过程。数学中的每一个知识点和题目都需要通过自己的努力去攻克，培养了我自主学习和自我提升的能力。在这个学期中，我学会了独立思考和自主解决问题，不再依赖于老师和他人的帮助。通过自己的努力和成就，我逐渐建立起了对数学的自信心，也培养了一种追求卓越的精神。在教室上，当我能够解决一个复杂题目，或者用自己的方法解决一个问题时，我会感到非常自豪。

和满足。这种自信心的培养影响了我的学习态度和学习动力，使我更加坚定地爱上了数学。

最后，数学学习是一个团队合作的过程。在每一堂数学课上，老师总是强调团队合作的重要性。通过小组讨论和合作解题，我学会了倾听和尊重他人的意见，并从中受益匪浅。数学学习中的团队合作不仅仅是解题过程中的互相帮助，更是培养了我与他人合作和相互扶持的品质。在团队合作中，我也能够借鉴他人的想法和解题方法，拓宽自己的思维，提高自己的学习效果。通过与同学的互动和合作，我不仅在数学上有了进步，也增强了自己的社交能力和团队意识。

通过七年级下学期的数学学习，我对数学有了更深刻的认识。数学不仅仅是一种学科，更是一种思维方式和解决问题的能力。通过记录解题思路、培养习题练习的习惯、坚持思维灵活和自主解决问题的能力，我在数学学习中取得了一定的进步。数学学习的过程中，我清楚地感受到了努力和坚持的价值，培养了自信心和团队合作精神。在今后的学习中，我将继续发扬这些优点，努力提高自己的数学学习成绩，并为自己的未来打下坚实的数学基础。

## 七年级心得篇十二

或许是因为昨天的训练太过于轻松，我们班的个别同学并没有严格遵守纪律，嬉皮笑脸的，训练也不认真。教官罚我们全班都下蹲。

对于我来说，下蹲真的是一件又难又累的事。我蹲的每一分每一秒，全身都在发抖，除了头部以外都又酸又疼。就这样，我们大概蹲了十多分钟。起立时，每个同学都安静而认真。

为什么教官不惩戒那些调皮的人，而惩戒整个班级呢？这是一个值得思考的问题。我们来自不同的学校，俗话说“相逢即是缘”，我们既然能互相认识，相聚在一个班级，就得让我

们全体同学的心在一条绳子上。只要有一位同学不认真，整个班级就会像一盘散沙。班级的力量之所以强大是因为每个同学都愿意为集体献出一份力，所以，一个同学犯的错，也是整个集体犯的错。只有团结一心，认真对待训练，我们的军训才有成效。而不是懒懒散散又被惩罚。

我们是七(13)，我们代表着整个班级，我们要牢记自己的使命，严格遵守纪律。

## 七年级心得篇十三

七年级家校会是为了更好地促进学校与家庭之间紧密联系，加强家长教师沟通，推进孩子们全面健康成长而举办的一项活动。在这次家校会中，我学到了很多，也有了許多感悟。

### 第二段：家校合作对孩子成长的重要性

家庭是孩子的第一所学校，而学校则是孩子的第二所家。家校合作的完美结合，为孩子的成长提供了重要支撑。在家校会上，我深刻体会到了家校合作的重要性，感受到这种合作对孩子的成长有着怎样的贡献。

### 第三段：老师的责任与家长的支持

在家校会上，老师们详细介绍了孩子们在校表现，做得好的地方以及需要注意的地方。与此同时，家长们也积极参与了讨论与提问环节。这让我明白了，在孩子成长的道路上，老师与家长都有自己的责任与义务。老师需要通过专业的教学指导和关爱，帮助孩子们成长，而家长则需要通过关注孩子的成长状况以及提供适当的支持，配合老师共同努力，让孩子健康成长。

### 第四段：家庭教育需要多方面支持

家庭教育是孩子成长中不可缺少的一环，但是对于一些家庭来说，家庭教育的理念往往比较固定，只谈“管教”而不谈“引导”，家长与孩子之间的交流很少。这时，孩子教育也需要学校的倡导与帮助。学校可以多开展家校互动交流活动，给家长提供更多的教育资源，使家长更有意愿、更有条件去发挥好自己在孩子教育中的角色。

## 第五段：总结感悟

通过这次家校会，我认识到教育的完善需要家校合作，需要老师和家长的共同努力。在家庭教育方面，学校也需要发挥更多的作用和影响。希望通过家校合作，我们能够让孩子们拥有更丰富、更全面的成长体验，成为社会栋梁和未来的希望。

## 七年级心得篇十四

或许是因为昨天的训练太过于轻松，我们班的个别同学并没有严格遵守纪律，嬉皮笑脸的，训练也不认真。教官罚我们全班都下蹲。

对于我来说，下蹲真的是一件又难又累的事。我蹲的每一分每一秒，全身都在发抖，除了头部以外都又酸又疼。就这样，我们大概蹲了十多分钟。起立时，每个同学都安静而认真。

为什么教官不惩戒那些调皮的人，而惩戒整个班级呢？这是一个值得思考的问题。我们来自不同的学校，俗话说“相逢即是缘”，我们既然能互相认识，相聚在一个班级，就得让我们全体同学的心在一条绳子上。只要有一位同学不认真，整个班级就会像一盘散沙。班级的力量之所以强大是因为每个同学都愿意为集体献出一份力，所以，一个同学犯的错，也是整个集体犯的错。只有团结一心，认真对待训练，我们的军训才有成效。而不是懒懒散散又被惩罚。

我们是xxxx□我们代表着整个班级，我们要牢记自己的使命，严格遵守纪律。

## 七年级心得篇十五

今天，我们进行了军训，目的是让我们锻炼出一种不怕困难、不怕苦、坚持不懈的精神。这个过程并不是那么容易，许多困难和挑战都在等着我们迎接。

刚开始，教官让我们练习站军姿。没过多久，我的腿已经开始抖动，快坚持不下去了，可是我一动，就肯定会影响到整个班的进度，所以我只好忍着。就这样，我坚持到了休息的时候。这时我才发现，自己根本没有想象中的那么累。原来，当坚持一件事到了极限，就不会觉得困难，反而更加轻松了。

临近中午，太阳的光照射在我们的身上，汗水在我身上滚动，让我感觉非常难受。此时在我心中只有一句话：坚持就是胜利！

没过一会儿，天就突然变脸了，下起了雨，我们就进了体育馆军训。尽管没有了炙热的阳光，但相对密闭的空间里充满着汗水的臭味。难受？然而我心里还是记着要坚持。

军训过后，我的衣服都是湿的，还很臭，但我十分开心，这身衣服是对我坚持的一枚奖章，一个奖励，更因为坚持，我们获得了教官的表扬。我十分感谢今天的我坚持下来了，突破了自己，明白自己的努力一定不会让未来的我失望！

## 七年级心得篇十六

“明天就要军训了”，老师通知我们，“一定不能迟到！”明天军训？切！不就是在操场上站站吗，有什么累的，我心里暗暗想，老师只会让我们在操场随便站站。

结果，我傻了眼，竟然是解放军来给我们训练。没办法，就只能看看有多辛苦了。

一开始教官只是让我们练站，虽然没站在大太阳底下暴晒，可温度真是让人受不了，站了有一段时间，我的脚底开始发麻，身上也很难受，浑身不自在。可教官就是不让我们动，这怎么受得了啊，再加上太阳那么热，比珍珠还大的汗珠从我头上流下，我忍不住于是用手擦了汗，没想到这个再平常不过的动作在教官眼里也是不允许的，教官走到我面前说：“你，出列！”我只好乖乖的出列了，“你，给我跑五圈再回来”教官大声朝我喊道。唉，我真倒霉！竟然被教官发现了，而且教官竟然叫我跑五圈。虽然我跑步还行，但五圈不是随便就能跑跑的，这是考验耐力的，而我只适合短跑，长跑我可撑不住，前三圈还好，可是到了第四圈我的体力有些支撑不住了，第五圈时我就累得只能走了。

跑完了可我还得接着站，而且教官要求我们必须挺胸收腹，

这下可累倒我了，我正想放弃，可转念一想，教官还不是为了我们好吗？我也只好硬着头皮站下去。终于，在我的耐心等待下，教官有了新的命令：“全体稍息，立正。”接下来教官教了我们转向，我们才终于不用站了，可以动了，太好了，不过我想得太美了，哪有那么容易。转向也是有学问的，“向右转，向前看齐”教官在发号施令，我们当然也不敢怠慢，咦？教官怎么停了下来，哈哈，有几个同学向右转时竟往左转，真是笑死了，“死罪可免，活罪难逃”，那几个同学被罚跑十圈，跑完第五圈时，教官突然叫他们停下来，我还以为教官大发慈悲饶了他们，没想到教官竟然要他们用手撑在地上，然后就不顾那几个同学了接着给谁哦们训练，那个苦啊，但是教官也是警告他们不能随便违反纪律，给他们一个教训。

就这样训练了好几天，我们都变得更遵守纪律，就连背想驼都驼不了。

最后我总结了一下:虽然教官对我们十分严厉,但那都是为我们好;虽然很累,但那是培养我们吃得苦中苦方为人上人;虽然让我们很累,可那是培养我们良好的习惯,让我们有纪律性,有耐性,才能上得好课。同时还锻炼了我们的体质。

## 七年级心得篇十七

数学作为一门学科,是很多学生都觉得头痛的科目之一。然而,在七年级下学期的数学课堂中,我渐渐找到了学习数学的方法和快乐。通过不断的学习和思考,我养成了良好的学习习惯和解题思维,对数学也有了更深刻的理解和体会。接下来,我将就七年级下数学学习的心得体会与大家分享。

### 第二段:学习方法

在七年级下学期的数学学习中,我逐渐找到了适合自己的学习方法。首先,我意识到理论知识和实际操作的结合非常重要。在课堂上,我积极参与互动、提问问题,通过老师的讲解将抽象的知识转化为具体的操作方法。其次,我十分重视课后的巩固复习。我会及时完成课后习题,出现错误时主动请教同学和老师,及时弥补自己的知识漏洞。最后,我发现利用课外时间学习数学对提高学习效率也十分有帮助。我会充分利用课余时间,阅读相关数学书籍,观看数学视频,并尝试运用数学知识解决实际问题。

### 第三段:解题思维

在七年级下学期的数学学习中,我培养了良好的解题思维。首先,我学会了正确分析问题。在遇到数学问题时,我第一时间会思考问题的具体要求,并分析思路和解题方法。其次,我注重实际操作。对于一些抽象的数学概念,我会以具体的实例进行演算,掌握解题技巧。最后,我学会了合理运用推理和归纳的能力。在解决较复杂的问题时,我会灵活运用已学过的知识,通过归纳总结,分析问题的本质并找到解题的

思路。

#### 第四段：数学理解与快乐

在七年级下学期的数学学习中，我逐渐深入了解数学的真谛，并从中找到了快乐。数学是一门科学，也是一门美学。通过学习数学，我懂得了数学的严谨性和完美性。通过解决数学问题，我的思维能力得到了培养和发展，逐渐形成了批判性思维和创造性思维。数学课堂上的互动和合作，也使我感受到了团队合作的力量和乐趣。当我解出一道复杂的数学题时，内心充满了成就感和喜悦，对数学充满了信心和热爱。

#### 第五段：总结

通过七年级下学期的数学学习，我不仅掌握了许多数学知识和技巧，更重要的是培养了良好的学习习惯和解题思维。我学会了正确的学习方法，形成了解题的思维模式，并对数学有了更深刻的理解和体会。数学不再是一座高不可攀的“数学山”，而是一片展翅高飞的“数学海”。我期待未来的数学学习和探索，相信通过不断的努力，我能够在数学的海洋中畅游，收获更多的知识和快乐。

## 七年级心得篇十八

今天，我读了《三国演义》一书，真是受益匪浅啊！《三国演义》是一部断代体古典名著小说，它讲述了从东汉末年到晋代统一之间发生的一系列故事。

正文第一句话这样写道：“话说天下大势，分久必合，合久必分。”这句话不无道理。从周朝末年七国纷争，并入于秦统一天下开始，楚汉相争，又并入于汉……书中有上百个人物、无数的军事谋略，加上作者本身借着历史人物，来阐述忠、教、仁、义、爱的道理，更是深入人心。罗贯中笔下的庸主献帝刘禅，无能之辈吕布、董卓，心胸狭窄的周瑜，长

厚的鲁肃，机智的孔明……这些鲜明的人物都给我留下了深刻的印象。

虽有这些人物，但最令我受到感染的就是关羽。文中描述的文字极其简单：“丹凤眼、卧蚕眉、面如重枣，青龙偃月刀”后骑一匹“赤兔马”，他降汉不降曹、秉烛夜旦、千里走单骑、过五关斩六将、古城斩蔡阳，后来又在华容道义释曹操，他刮骨疗毒，斩颜良，诛文丑……几乎变得天下无敌，他的所作所为真的是值得我们学习。

《三国演义》的作者——罗贯中，其所描绘每个有血有肉的人物笔法令我敬佩，抓住人物个性，突出人物的特点，还巧妙地运用了语言描写、动作描写等手法。故事中“赤壁之战”令我最为激烈，使读者都有身临其境之感，真为作者高超的笔法折服！

《三国演义》——四大名著之一，值得同学们学习！

读了《三国演义》这本书，使我意味深长。《三国演义》是四大名著之一。这本书刻画了200多个人物形象，把许多人物写得淋漓尽致，比如说：刘备、关羽、曹操、诸葛亮等。这本书主要写魏、蜀、吴三国之间发生的斗争，这本书从东汉末年一直写到晋朝那个时代。

刘备，从一开始的桃园三结义这个故事就让我对刘备产生了很深的感受，他非常重情义，也很有爱心，也非常的顾全大局，就拿三顾茅庐这个故事来说，刘备为了统一乱世，三次才请到了诸葛亮，他的这种坚持不懈的精神让我十分敬佩他。但刘备也有一个缺点，就是受到打击不能控制自己，关羽、张飞被杀害后，他无法控制自己的情绪，不听诸葛亮的话，一定要攻打吴国，导致失去了一员战将，如果他当时听从诸葛亮的话，就一定能联吴抗曹。

通过这本书，让我学到了很多：刘备教我们什么事情都要冷

静对待。我们只要取长补短，就能战胜一切困难。