

2023年初一写心得体会(汇总11篇)

通过教学反思，我们可以更好地发现自己的不足之处，及时调整教学策略。为了帮助大家提高学习效果，特别整理了一些学习心得，供大家参考。

初一写心得体会篇一

初中一年级是我踏入中学的新起点，也是我开始接触更深层次的文化知识的时候。一年来，在老师的引导和同学的帮助下，我对文化有了更深刻的认识，并得到了一些体会。

首先，文化是一种宝贵的资源。在初一年的学习过程中，我逐渐意识到文化的重要性。文化不仅是历史的瑰宝，也是一种精神的财富。它包括了语言、艺术、习俗、传统和价值观等多个方面，是民族的瑰宝，是社会的纽带。由于文化的多样性，不同的人具有不同的文化背景，这使得世界更加多元化和丰富。而我们学生作为新一代的接班人，应该将文化当作一种责任和使命，传承和弘扬优秀的传统文化。

其次，学习中文是了解文化的重要途径。中文是我们生活中最主要的交流工具，也是了解文化的重要途径之一。初一的语文课上，老师教我们阅读古典文学作品，让我们领略到了我们祖国深厚的文化底蕴。比如《红楼梦》中的贾宝玉和林黛玉，他们的形象栩栩如生，他们的人生经历和情感体验引发了我对婚姻、友情和人生哲理的思考。通过学习中文，我也学会了欣赏古人的智慧和美丽的词句，可以从中体悟深刻的意义。

再次，学习外语是拓宽视野的重要途径。在初一的英语课上，老师给我们带来了丰富多样的文化素材，让我们了解到了不同国家和地区的文化差异。通过学习西方国家的习俗和文化，我们对他们的历史、艺术、宗教和价值观有了更深入的了解。

此外，学习外语还有助于培养我们的跨文化交流能力，增强我们拓宽国际视野的能力。如今，世界各国之间的交流和互动越来越频繁，掌握外语成为了非常重要的一项能力。

最后，参加文化活动是了解文化的生动方式。在初一的班级活动中，我们组织了一次文化体验活动，参观了博物馆和艺术展览，并且亲身体验了传统手工制作的过程。通过这些活动，我们不仅加深了对文化的理解，还培养了动手实践的能力。此外，我还参加了学校举办的文化节，有机会观看了各种传统演出和展览。这些活动不仅丰富了我的学习生活，还让我感受到了文化的魅力和生动性。

总的来说，初二的文化学习给我留下了深刻的印象。文化不仅是国家的瑰宝和精神的财富，也是我们应该珍视和传承的。通过学习中文和外语，参加文化活动，我们可以更好地了解 and 体验文化，丰富自己的内涵，提高自己的综合素质。只有拥有丰富的文化底蕴，我们才能更好地发展自己，为社会和国家做出更大的贡献。

初一写心得体会篇二

今天，我们的心情无比激动，迈进了xx学校本部的大门。

新的环境迎接新的训练，是为了磨练我们坚强的毅力。新的面孔，是我们以后友情的开始。就这样，我们的军训生活开始了！

首先，班主任把我们带到操场，那里的环境很好，我们全体等待着教官的到来。教官来了，让我们换上崭新的军装，穿完军装后，我瞬间感到自己有一种军人的气质，而之前在家里的那个小公主已经离我而去了。我们排着整齐的队伍，神采奕奕地听着开幕式中各位领导的讲话。

下午，教官带我们训练了军人的三姿（站姿、坐姿、蹲姿），

还有左、右转向，齐步走、敬军礼等等……这些严格的训练也是为了我们在以后的生活中能更好地运用。

军训生活中也十分有趣，比如：在休息的时候，我们和教官聊得非常开心，但是训练的时候，他看起来非常严厉。当我们感到很累的时候，教官也会给我们讲笑话，让我们重新打起精神来。

我想我们的军训生活，以后一定会成为难忘的回忆！在这里，我们一起生活，一起洗漱，一起受累，可我们一点也不埋怨，因为这是我们一起哭过笑过的校园生活。这样的军训生活只有6天，我们真的要好好珍惜，且行且珍惜！

初一写心得体会篇三

初中数学是学习数学的历程中的一个重要转折点。从小学的简单计算和初步的代数知识，到初中数学的高中代数、几何和概率论等诸多知识，这些都要求初中生们要掌握大量的数学方法和思想。在我上初中的这几年里，我有许多关于数学的心得体会，这让我受益匪浅。

二、兴趣是学好数学的重要支撑

如果没有兴趣，那么学习数学将会是一件十分苦恼的事情。初中的数学是基础性的，如果在这阶段就失去了学习数学的兴趣，那么在接下来的学习中，将会越来越难，因为数学的高中部分涵盖了更多的难点和挑战。我觉得，要保持学习数学的兴趣，有几个方法：

1. 防止交叉学习，避免错过基础；
2. 找到自己数学方面最关注的部分，然后集中精力在学习这一个部分；

3. 保持信心，坚信自己能够掌握这门学科，从而发掘出自己对数学的热爱。

三、数学是一门创造性的学科

数学是一门创造性的学科，其实每张考卷上都会有很多新颖的问题。通过思考和探究，我已经证明了很多不同数学的定理。我们可以通过探究性学习，探索新的数学领域和定理，并学会如何应用不同的数学方法解决问题。在我的数学学习中，我很少模仿别人思考。相反，我会尝试私有化一些数学思想，试图使用不同的角度来研究数学领域。这样，我能够找到一些创新的解决方案，同时也深化了对数学规律的理解。

四、策略更重要

在学习数学时，需要掌握不同的学习策略。首先是要深入了解数学概念。比如，在学习杨辉三角时，对于数学概念缺乏深入理解的同学，可能会失去学习的耐性，不愿再探究下去。其次还有许多可供学习数学的策略，如利用图表、建立模型、近似法等等。我发现，在学习代数方程等内容时，如果使用这些策略，可以更好的理解数学规律和公式。同时，学习数学还需要构建层次性思维模型，通过思考和证明来建立自己的数学知识网络。

五、结论

总而言之，我的数学学习之路是充满挑战和收获的。通过自己的探究和实践，我充分认识到数学的重要性和魅力所在。数学不仅是一门学科，而且更是一种思维方式。希望我能够在未来的学习中，继续保持对数学的热爱，并推动自己的思考与实践，取得更大的进步。

初一写心得体会篇四

三天的军训生活虽然是短暂的，但他留给我们的回忆却是美好的，充实而又辛苦。经过这次短暂的艰苦军训，我们少掉了一份娇气，多了一份坚强，少了一份懒惰，多了一份勤劳！

还记得那时我们激动无比，乘着大巴车来到了五库教育实践基地。在那开启了为期三天的军训之旅。

教官十分严厉，布置的任务更是难上加难。在烈日炎炎下，教官命令我们进行5分钟的平板支撑。我们哪里受过这般的训练，不过2分钟，我们便是汗流浹背，满脸通红。

好不容易熬了过去，早就筋疲力尽了，一个个躺在草地上喘着粗气。

包饺子是我们最快乐的时光。拿起一张饺子皮，用勺子从装着菜馅的盆里挖出一点放在饺子皮上，一合，一捏，一叠，一放，一个饺子便大功告成了。包饺子时间结束，一个个千奇百怪的饺子映入眼帘。

初一写心得体会篇五

上周，当李老师宣布我们班将从3月28日起参加为期五天的军训活动时，我们教室里顿时沸腾起来，同学们你一言我一语，谈论着即将开始的军训生活，激动和高兴的心情写在了每个同学的脸上。

星期天下午，我就迫不及待地开始准备参加军训的物品，我一边仔细对照学校发的《三年级学生素质教育训练给学生的要求》，一边认真地将需要携带的物品装入书包和洗漱桶中，真怕漏掉了一件物品，影响我的军训生活。我对军训生活充满了憧憬和好奇，问了爸爸一连串的问题：“军训主要做些什么？”“动作难度大不大？”“训练苦不苦？”“在什么地方

睡觉？”爸爸总是笑而不答，只是说：“你去了就知道了”，这更增强了我对军训生活的神秘感。

星期一上午，我们全班同学坐上了开往军训基地的大客车，行驶了大约50分钟，就到达了进行军训的地方——林园基地。负责我们军训的教官把同学们带到了各自的宿舍，走进这陌生的环境，看着宿舍里的小方柜和四张铁制高架床，我意识到我盼望已久的军训生活终于开始了。

我们军训的主要内容是每天进行队列训练，内容有立正、稍息、起立与蹲下、齐步行进等，教官为了让我们的动作整齐划一，一个动作就要反复训练几十次，甚至上百次，既单调又辛苦，完全不像我们最初想的那样好玩和有趣。

我觉得军训期间最苦的时候是星期四傍晚。那天，我们开始进行站军姿训练时，天空中突然飘起了毛毛细雨，慢慢地，毛毛细雨变成了小雨，雨点打在同学们的头发和脸上，让我们感到了丝丝寒意。我心想，下雨了，教官马上就会停止训练，让我们回宿舍休息。但教官根本没有让我们避雨的意思，反而要求我们站得像松树一样笔直。站了十几分钟后，我的双脚已开始发麻，上身不由自主地摇晃，要保持立正的姿势已有些吃力，我在心里默默地对自己说：“坚持！坚持就是胜利！”我深吸一口气，用力保持着身体的平衡。30分钟后，雨停了，教官下达了“解散！”的口令，这个口令在我当时听来真是犹如天籁之音呀。解散休息后，我们又继续进行训练，直到九点二十分，我们才停止了艰苦的训练。睡前洗漱时，同学们发现泡在热水中的双脚都已发白了。

军训中，让我印象最深的是星期三下午的拔河比赛。参加拔河比赛，同学们都非常开心，比赛前，同学们开始讨论谁的力气大，每个班都选出了十几名“大力士”参加比赛，我幸运地被选上了。在做比赛准备时，同学们抬起绳，脚靠着脚，脸上露出了紧张的表情，不敢有一丝的马虎。比赛哨响后，同学们双手用力抓住绳子，身体向后倾斜，重心向下，鼓着

腮帮子，红着脸，使劲将绳子向后拉，都不想给对手任何赢得比赛的机会。场外，教官、老师和同学都在为场上的同学加油呐喊，场面非常火爆，就像球迷在看一场精彩的球赛。我听到了有同学大声在喊：“十班加油！十班必胜！”听到同学们的鼓励，我使的劲更大了。经过比赛，我们班得了第三名，没有获得第一名，全班同学都有些失望，很多同学甚至伤心地流下了眼泪。但教官表扬了我们，说我们班的同学具有永不放弃、勇争第一的精神。

短暂的军训生活很快就结束了，我的意志和身体得到了锻炼，我更明白了爸爸经常对我说的“不要做温室里的花朵”和语文课上学的“花盆里长不出苍松，鸟笼里飞不出雄鹰”这两句话的含义。以后，我会更加勤奋、刻苦地学习知识，长大做一个有用的人才。

初一写心得体会篇六

作为初一数学的一名学生，我从自己的学习中获得了很多有趣的经验和体会。数学对于很多同学来说非常难懂，但是通过自己不断的努力和摸索，我逐渐体会到了数学的美妙之处。下面就和大家分享一下我的数学心得体会。

一、数学要靠思考

数学并不是只靠记忆和背诵就可以轻松学好的学科，它需要我们思考。比如在做代数题的时候，只有我们通过分析问题，找到问题的本质所在，才能想到正确的解题方法。数学的思维方式不同于其他学科，它需要我们耐心思考，寻找规律和思路。靠着思考，在学习数学中我有了很大的收获，更重要的是，我从思维中也得到了不一样的乐趣。

二、数学需要练习

数学是一门需要大量练习的学科。没有实践，我们只是对数

学有所了解，但是难以真正理解数学的精髓。因此在练习中，我掌握了更多的数学知识，锻炼了自己的思维能力和逻辑思维。在练习中，我们还可以运用所学的数学知识去解决实际的生活问题，这不仅让我们学到更多的数学知识，更能培养我们的实际解决问题的能力。

三、数学是可以有趣的

我曾经认为数学是一门无趣的学科，它固定的公式和算法让我感到单调乏味。但是随着我学习的深入，我渐渐发现数学也有趣味。比如在解决一道难题的过程中，当我们找到正确的解答时，成就感会让人极度兴奋。除此之外，数学的应用也是无穷无尽的，它可以运用在生活的各个方面，让生活变得更加丰富多彩。

四、数学需要与生活结合

数学与生活是息息相关的，我们需要将所学的数学知识与现实生活联系起来。在购物时，我们需要应用百分数和比例来计算折扣和价格；在选购日常用品时，我们也需要比较不同品牌和规格的性价比。将所学的数学知识与生活相结合，不仅让数学知识更易于理解，更能实现知识的直接应用，激发我们的学习兴趣。

五、数学需要不断的自我学习

终身学习是成功的基石，而数学更是需要不断自我学习的学科。数学不断地在发展和创新，这要求我们必须不断研究和学习新的数学知识。同时我们可以通过学习更多的数学知识，对原有的知识给予更深刻的理解和运用的加强。名人有名言：“知之为知之，不知为不知，是知也。”这就告诉我们学习没有止境，知识要向更高层次拓展。

总之，初一数学不仅是一门需要思考和实践的学科，同时也

有趣味，需要与生活结合，并需要不断自我学习的学科。通过不断地挑战自己，我们可以从中获得更多的收获。让我们一起学好数学，掌握更多的数学知识，为更好的未来生活和学习打下坚实的基础。

初一写心得体会篇七

初中一年级，我的体育课程刚刚开始。从小学到中学，体育课一直是我最期待的课程之一。这门课不仅可以让我锻炼身体，放松心情，还能培养团队合作意识和竞争精神。除了日常的体能训练，我们还进行了一系列有趣的团队活动和各类体育比赛。通过这些活动，我积累了丰富的体育经验，并从中受益匪浅。

第二段：团队合作的重要性

在体育课上，我们经常需要分成小组进行各种活动和比赛。这时，团队合作就变得尤为重要。我明白了团队合作能够将每个人的优势最大化，并且通过互相帮助和支持达到共同的目标。每个人在团队中都扮演着重要的角色，只有当每个人都发挥出自己的优势并配合默契时，我们才能够取得成功。通过体育课的团队活动，我学会了倾听和理解队友的意见，让我更加成熟和善于与人合作。

第三段：迎接挑战的勇气

体育课上的各种比赛对我来说是一种挑战。有时候，我需要面对强大的对手，这让我感到压力倍增。然而，体育课也让我有了迎接挑战的勇气。在比赛中，无论胜负，我都能够学会坚持和不怕失败。失败并不可怕，只要我尽力了，就不存在输赢之分。通过参与体育比赛，我逐渐建立起了自信心，并明白了在面对困难时要勇敢向前。

第四段：身体锻炼的重要性

体育课不仅让我学到了团队合作和迎接挑战的勇气，还让我认识到了身体锻炼的重要性。每节体育课后，我总是感到身体和精神上的愉悦。我明白了只有健康的身体才能有更多的动力去学习和生活。通过定期的体育锻炼，我变得更加强壮，身体更加健康。我也明白了要保持良好的生活习惯和饮食习惯，才能更好地保护自己的身体。

第五段：体育课带给我的乐趣

体育课不仅让我学到了很多，还给予了我许多乐趣。在体育课上，我能释放压力，忘却烦恼，享受运动的乐趣。当我成功完成一项动作或者夺得了比赛的冠军时，内心的喜悦是无法言传的。我喜欢体育课，因为它可以让我感受到运动的快乐和成就感。通过体育课，我发现了自己的兴趣和潜力，并且对体育运动产生了浓厚的兴趣。

总结：通过初中一年级的体育课程，我学到了很多宝贵的东西。团队合作、勇敢面对挑战、意识到身体锻炼的重要性、并从中获得乐趣。这些经验和体会将伴随我度过中学三年，并在未来的生活中对我产生积极的影响。体育课教会了我更多的是一种正确的生活态度和健康的生活方式，这也是我终身受益的财富。

初一写心得体会篇八

八月，一缕缕金色的阳光洒在了xx中学的跑道上，我们有幸成为了这座校园的新主人，与此同时，我们还要经受一次严峻的考验——军训。

在小学学习期间，我有过两次前往军营接受军训的经历，军训的滋味对我而言早已不再陌生和畏惧。甚至，我仍然向往着能从这次的军训中收获与以往不一样的感受，以此好好提醒自己收拾心情迎接紧张又精彩的中学生活。

“立正！稍息！后面的男同学，速度慢了，大家重新再来……”只见两位身着白色海军服，表情严肃、不厌其烦、掷地有声地向我们发出一道又一道的指令，只要大家动作不规范，他们就会一而再，再而三地示范给我们看。一个动作，一声口号，不停的重复又重复，一天下来是一身的疲惫，可我们依然坚持去做好每一个动作，忍着酷暑顶着烈日继续每一天的训练。

倾刻间，感到脸上，颈上，背上有无数汗滴在涌动，我们却不能用手去擦掉，依旧纹丝不动、昂首挺胸。要是对自己哪些动作做得不够满意的，我都会利用晚上时间在家里继续练习，精益求精，不敢懈怠。军训的课堂是严肃的，但这种严肃并非板直着脸，而是一种自信满满的威武的姿态；军训的课堂需要坚韧，这种坚韧并非对肉体的摧残，而是一种精神意志的自我磨砺。

“初一时代，八班最帅，团结友爱，样样厉害！”，今天，这是初一八班的口号，明天、今后三年，这将是初一八班展现出来的真实面貌。

初一写心得体会篇九

我觉得，宋江不能算得上真正意义上的英雄。他既没有武松打虎、鲁达拳打镇关西的壮举，也没有赫赫有名的战功，他的名声远扬只在于他具有一个“政治家”的谋略。作者故意让梁山泊原首领晁盖死去让宋江继位，因为只有他才能“磨得人心一样平”。这不连脾气暴躁的黑旋风也都心甘情愿地叫他哥哥。宋江将他政治家的天赋发挥的淋漓尽致，使108将上下一心，攻下祝家庄，打败高太尉。读到这些故事情节，让人不得不佩服宋江的政治家的谋略。

但宋江只是一个“偏安”的政治家，他喜欢名正言顺，而不是一辈子窝在山上当强盗，于是，他选择了“招安”。他帶著自己的兄弟同方腊互相残杀，结果好汉们死伤大半，他也

自身难保。

在这里，对宋江妄加评论，我是在觉得有些惶恐。但是我觉得，宋江的思想和举动对于我们的人生或许有一定的启迪，那就是：不要对你的敌人妥协，也不要屈从于威胁和利诱，否则就会付出沉重的代价。

初一写心得体会篇十

作为一个初一的学生，我在一年的学习生活以及与同学、老师和家人相处的过程中，逐渐意识到情商对于我们的成长和发展有着重要的影响。在这篇文章中，我将分享我的一些情商心得和体会。

第一段：认识情商的重要性

在刚刚进入初中的时候，我常常会感到有些不适应，与同学之间的相处也不是很融洽。后来，我在学校的一次情商培训中学到，情商是人际交往中所必须具备的能力，它包括自我认识、自我管理、社交意识和人际关系四个方面。只有在这四个方面都有很好的发展，我们才能更好地与人交流、沟通和合作。

第二段：自我认识对于情商的影响

自我认识是情商中最基础的能力，它涵盖了多方面的方面，如了解自己的性格、情绪、兴趣和优势等。这方面我的表现一般，但在老师和家长的帮助下，我学会了如何面对自己的缺点和不足，以及如何挖掘自己的优点。在这个过程中，我更加了解自己，从而能够更好地掌握自己的情绪和行为，更加自信地面对生活和学习中的各种挑战。

第三段：自我管理能力的提升

自我管理是情商中的重要组成部分，它包括管理情绪、制定和实施目标、自我激励和自我调节等能力。我认为在这方面的最大收获是学会了有效的时间管理。在初一年的学习生活中，我常常感到时间不够用，但通过学习和实践，我学会了制定学习计划和合理安排时间，以及适时地调整学习状态。这种能力的提升不仅有助于我更好地完成学习任务，而且有助于我的成长和发展。

第四段：发展社交意识

社交意识是情商中最难也最重要的方面之一。在初一年的生活中，与同学相处和交往的机会很多，但是前期我存在一些困难。在老师和家长的帮助下，我逐渐学会了如何说话、倾听、妥协和合作，以及在群体中保持团结。这些能力不仅帮助我更好地融入班集体，还有助于我未来更好地与人沟通和合作。

第五段：改善人际关系

人际关系是情商中最终的目标，也是成长和发展的终极目标。在与同学和老师的沟通和交往中，我逐渐学会了如何尊重他人、理解他人、关心他人和理解引导情绪等能力，从而可以建立良好的人际关系。最终，这些能力有助于我在团队中更高效地合作、成为一个更优秀的领导者，并与家人、朋友和社会各方面建立良好的人际关系。

总结：

情商是一个人成长和发展的的重要组成部分，在初一阶段我也意识到了这一点。通过了解和实践，我学会了如何更好地认识自己、管理自己、社交和改善人际关系等能力。这些能力不仅有助于我更好地融入学习和生活中，还有助于我在未来建立更好的人际关系，发展自己的人生道路。

初一写心得体会篇十一

体育是一项对人体健康和心理素质发展十分重要的活动。本文将以初一学生的视角，就体育课上的心得体会进行阐述，从锻炼身体、增强团队合作意识、培养毅力和自信、培养勇气和决心、促进友谊五个方面来进行讨论。

首先，体育课能够锻炼我们的身体。在体育课上，我们会进行各种各样的运动项目，如跑步、篮球、足球等。通过这些运动，我们的体能得到了锻炼，身体素质得到了提升。例如，跑步可以增强心肺功能，提高耐力；篮球和足球可以培养我们的爆发力和协调性。通过体育锻炼，我们的身体不仅会更加强壮，而且也会更加健康。

其次，体育课有助于培养我们的团队合作意识。在体育课上，我们经常会进行团体活动，如接力赛、排球比赛等。在这些活动中，我们不仅需要个人的努力，还需要与队员们进行默契的配合。只有团队中各个成员的配合良好，才能够取得最好的成绩。通过这样的团队活动，我们学到了合作的重要性，也培养了我们的团队合作意识。

第三，体育课还能够培养我们的毅力和自信心。在体育课上，我们常常会遇到一些困难和挑战。例如，在练习跑步的时候，我们可能会感到疲倦，但只要我们坚持下去，克服了这些困难，就会收获到成就感。而这种成就感会进一步提高我们的自信心，并且激励我们在其他方面也要坚持不懈、勇敢面对挑战。

第四，体育课有助于培养我们的勇气和决心。在体育课上，我们会遇到一些需要勇气去尝试的项目，如攀岩、抱石等。这些项目看起来很困难，但只要我们勇敢地去尝试，克服恐惧，我们就会收获到成就感。通过这些勇敢的尝试，我们的勇气和决心也会得到锻炼和提升，使我们在面对困难和挑战时更加坚定和勇敢。

最后，体育课还有助于促进友谊的建立和加深。在体育课上，我们与同学们一起参与各种运动项目，相互帮助和鼓励。通过这些共同的活动，我们有机会更好地了解和交流彼此，建立起深厚的友谊。体育课不仅是锻炼身体的机会，也是增进友谊的平台。

总之，体育课有助于我们锻炼身体，增强团队合作意识，培养毅力和自信，培养勇气和决心，促进友谊的建立和加深。在这些方面的体验中，我们不仅提高了身体素质，也培养了良好的心理素质和人际交往能力。体育课的重要性不仅体现在锻炼身体上，还体现在培养我们品格和素质上。因此，我们应该重视体育课，积极参与其中，将运动融入到我们的生活中，受益终身。