# 最新初一暑假如何逆袭 初一暑假心得体会(模板10篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-05-19

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。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。初一暑假如何逆袭篇一随着期末考试的结束，初一暑假终于到来了。...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。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。

**初一暑假如何逆袭篇一**

随着期末考试的结束，初一暑假终于到来了。这是我迈入初中生活后的第一个暑假，心中充满了期待和憧憬。经过一个多月的享受，我对这个暑假有了自己独特的体会。

在这个暑假里，我过得充实又快乐。首先，我利用了暑假这段时间进行了一些自我提升的活动。我报名参加了一个全英文的夏令营，在营地里，我结识了来自不同国家的小伙伴，我们一起分享学习英语的心得，还一起参观了一些著名的景点，开拓了眼界。在夏令营的日子里，我通过与小伙伴们相互学习、相互交流，不仅提高了自己的英语口语能力，还增长了见识，丰富了知识。此外，我还利用课余时间参加了一些兴趣班学习舞蹈和书法，锻炼了身体和提高了审美品味。

除了充实，我的暑假也是愉快的。给我留下最深刻印象的是和家人一起去旅行的经历。今年，爸爸妈妈带我去了一趟黄山。站在山顶上，我仿佛与天空融为一体，感受到了大自然的伟大和美丽。在山上，我还见到了一些珍稀的动植物，它们的美丽和可爱让我难以忘怀。旅行的过程中，我们还品尝了当地的特色美食，让我感受到了不同地方的风土人情。这次旅行不仅增强了我和家人之间的感情，还让我更加热爱我们的祖国，感受到了家的温暖。

然而，这个暑假并不只有开心与充实，也有一些需要反思的事情。我发现自己在暑假里过于沉迷于游戏和手机，导致课外阅读时间不多，也没有充分发挥出暑假休整和充电的作用。我意识到，合理安排时间，保持均衡的生活习惯是非常重要的。下一个暑假，我希望能够更好地规划自己的时间，把握好学习和娱乐的度。

在这个暑假中，我对自己产生了新的认识，也收获了成长。通过参加夏令营和兴趣班，我锻炼了自己的独立能力和合作能力，学会了与人相处，培养了一些实用的技能。此外，旅行的经历也让我更加懂得了成长的意义。面对陌生的环境和新的挑战，我学会了勇敢和坚持，体验到了成长背后的辛苦和收获。

总的来说，初一暑假是我成长中的一个重要阶段。通过充实的学习和快乐的旅行，我增长了知识，提高了能力，也培养了良好的生活习惯。对于下一个暑假，我有了更明确的规划和期望，我相信只要我充分利用好时间，明确自己的目标，并努力实现，下一个暑假将会更加精彩和有意义。

**初一暑假如何逆袭篇二**

暑假即将结束，初一的我留下了许多宝贵的回忆和深刻的体会。这个暑假，我在家乡度过了快乐、充实的两个月，不仅体验了家庭的温暖，还经历了许多有意义的活动和感人的瞬间。通过这次暑假经历，我对生活与学习都有了新的认识和进步。

第一段：开阔眼界的暑期旅行

今年暑假，我和家人一起去了云南旅行，开阔了眼界，见识了许多美丽的风景和民俗风情。在云南的石林，我目睹了那些奇特的石头，仿佛进入了童话世界；在丽江古城，我感受到了浓厚的民族风情，了解了少数民族的文化与习俗。这次旅行不仅让我接触到了异域文化，还让我明白了生活的多姿多彩，激发了我的好奇心和对未知事物的兴趣。

第二段：家庭生活的感动

暑假期间，我在家和父母一起度过了许多快乐的时光。有时我会和爸爸一起泡咖啡，听他讲述他曾经的故事和人生经历，仿佛看到了一个有趣又智慧的父亲；有时我会陪妈妈一起逛街，为她挑选适合的衣服，感受到了母亲对我无私的爱和关心。这些温馨的时刻让我明白了家庭的重要性和家人的珍贵，也让我更加懂得如何去关心爱护他们，培养出了我与人相处的能力。

第三段：培养兴趣和锻炼身体

在这个暑假里，我抽出了时间学习舞蹈和打乒乓球。舞蹈使我感受到了艺术的魅力，提高了我的形体协调能力和舞台表现力；而乒乓球训练则让我更加坚定了锻炼身体的决心和意志力。这些活动不仅让我更加热爱生活，也培养了我的兴趣爱好，并且对我的身体素质和心理健康产生了积极的影响。

第四段：阅读书籍的收获

这个暑假我还阅读了许多好书，提高了我的阅读理解能力和阅读速度。《时间简史》让我对宇宙与时间有了更深入的认识，激发了我对科学的探索欲望；《小王子》让我深思人生的意义和人与人之间的关系。通过阅读，我不仅开阔了眼界，还拓展了思维，培养了自己对世界的独特见解。

第五段：规划未来，认识自己

这个暑假让我有足够的时间思考和规划未来。我意识到要取得成功，除了努力学习外，还需要培养自己的多方面能力和兴趣爱好。因此，我决定在以后的日子里更加注重培养自己的素质和特长，并为实现自己的梦想努力奋斗。

总结：

通过这个暑假的经历，我收获了很多，也成长了很多。旅行让我开阔了眼界，家庭生活让我感受了温暖和爱，培养兴趣和锻炼身体让我更健康，阅读书籍让我更聪明，规划未来让我更明智。在新学期开始之前，我将时刻牢记这个暑假的体验和感悟，努力成为一个全面发展的人，为自己的未来铺好坚实的基础。

**初一暑假如何逆袭篇三**

水映垂柳，青山高耸，雾气环峰，祥云缀天，叹西湖，仙境也！

伫立于曲院风荷景碑亭，亭边的荷花清香飘逸，虽没有辽阔无垠，却柔情四射。

天空下着雨，那雨——细细的，密密的，打在身上凉凉的。高傲的荷花浮于水面，花瓣布满了水珠，粉红的荷花不知是哪位舞墨的文豪用毛笔挥上去的，不愧有“朱栏牵梦入幽境，波润青盘花馥浓”的赞美。

西湖的空中漂浮着云雾，像一层飘逸的丝绸，又让人想起窗边的帘布，忍不住伸手，好像能把这一幕“窗帘”打开，一览西湖美景。云雾间隐隐约约地可以望见远处漂浮在湖面的白蓬船，我大步地走向岸边，如在仙境中漫步。“师傅，乘船多少钱啊？”我对着白蓬船里的师傅问。那是一个皮肤黝黑的师傅，他笑着对我说：“看着给吧。”

小小的白蓬船打理的十分整齐，一壶香茗摆在桌子上，可以闻见浓浓的茶香，白色的茶气从茶壶中飘出，与湖中的雾气融为一体，船夫回头望了望，对我说：“喝吧，那是刚泡的茶，杭州产的。”我闻着茶香品尝了几杯，对船说：“师傅，这茶香而润口，为什么不留着自己喝呢？”船夫回头笑了笑：“我们家祖祖辈辈都是船夫，看着你们高兴，我们心里也愉快呀。”

小船荡漾在西湖里，船夫手持双桨缓缓地滑动，远处的青山云雾环绕，在细雨的洗礼下，变得更加生机勃勃了，缓缓行驶的小船经过了一道石桥。突然，我看到了西湖里的三座石塔，像三个宝葫芦，长在了波光粼粼的湖面上，“那就是著名的三潭印月。”我像发现新大陆般高兴地惊叫起来。“可你知道为什么是三潭印月吗？”船夫问我。我虽闻其名，却不曾见过，更不识其中之道理。船夫对我说：“每到中秋之夜，明月当空，人们在石塔圆洞之中点上灯烛，将洞口糊上薄纸，水里便会映出很多小月亮，这便为’三潭印月‘了。”

云雾飘逸，在这小船上，我品尝着一壶茗茶，观赏西湖之美景，许久，便陶醉其中。

“好了，柳浪闻莺到了。”船夫对我说。我对船夫说：“师傅，看你这么好，付多你一点钱吧！”可船夫却不肯收多，他说：“其实看着你们高兴，我也满足了。”我不经感慨，西湖美，人亦美哉！

三潭印月，平湖秋月，苏提春晓，断桥残雪，叹西湖，仙境也！

**初一暑假如何逆袭篇四**

暑假，是一年中最为炎热的时期，也是学生们成长的重要时间。在这个时间里，我参加了学校的暑期体育锻炼，不仅增强了体能，还让我懂得了很多。

我们的体育锻炼包括了各种项目，如田径、篮球、游泳等。我最感兴趣的是田径，因为我觉得它是最考验身体素质的项目。一开始，我参加了800米长跑、跳高和跳远三个项目的练习。在这个过程中，我充分体会到了“磨刀不误砍柴工”的道理，只有在实际练习中，才会真正明白不断重复锻炼的重要性。在一次次的长跑中，我逐渐提高了自己的速度和耐力，渐渐放弃了一开始的懒散和抱怨，真正地享受到了运动的快乐。

除了田径，我还参加了篮球和游泳的锻炼。篮球是一项集体项目，需要团队合作精神，这让我明白了团队协作的重要性。在比赛中，我们需要互相配合，如何才能更好地协作就成为了一大难题。通过多次跑位、传球等训练，我们的配合默契日渐提高，让感受到了团队精神的魅力。而游泳则是一项对水性要求比较高的体育项目，它不仅考验身体素质，还需要对自己的身体掌控力非常好。当我脑中默念“松一口气”，身体就轻松地在水中漂浮，纵身一跃，又能轻松地跃出池塘，渐渐地感受到了游泳的乐趣。

此次暑期体育锻炼让我获益匪浅：我学会了坚持和努力，学会了团队协作和掌握自我的能力。同时，我还学会了自律，通过体育锻炼，我变得更加自信和积极。体育可以让我们健康成长，但更重要的是让我们在成长的过程中懂得更多的东西。

**初一暑假如何逆袭篇五**

今天，是姑姑的生日，她请大家来吃饭。

宴会快结束时，姑姑对我说：“你姐批发了些小饰品要去卖，你跟不跟她去？”我对摆摊很感兴趣，就答应了。

我回到家，开始翻可卖品。翻了许久，也只找到了两袋没吹过的气球，妈妈给我找了些以前旅游时买的小吊坠、小葫芦。

天色渐黑时，我按照她们给的路线，到达了目的地，发现她们早已经到了。

我快步来到摊前，不禁发出赞叹。摊上摆着许多东西，还有一些海螺，简直像个大商店，这些东西在灯光下闪闪发光。

我把我的东西也摆在上面，仅占1/6。

来往的人很多，但都是看一眼就走，我可见识了摆摊的辛苦。

终于，两个小孩来到摊前，目光好像被气球吸引了，我暗暗高兴。不一会，他们的父母来了，小孩嚷着要买气球，我听了，乐的像天上飞的小鸟，心想：“快买，快买吧。”

父母毕竟拗不过孩子，把两袋气球全买了。

嘿嘿，开张了。我想，这次活动是姐姐开启的，她是老板，我把卖的钱交给了她。

有了第一个顾客就有了希望。

果真，不一会又有人来买东西。我们尽量降低价格，又卖了一些东西。

天色已经非常晚了，我们只好收摊。这一次，让我体会到了练摊的辛苦，也锻炼了我。

**初一暑假如何逆袭篇六**

跨越艰难险阻，我们迎来了这个丰收的暑假。暑假是我们学生放松身心，恢复精力的宝贵时间。在这个暑假中，我参加了学校组织的体育活动，并进行了一段时间的锻炼。通过这段时间的锻炼，我深刻地认识到了体育锻炼的意义和价值，同时也敏锐地发现了自己在体育方面存在的问题。

第二段：重要性

体育锻炼是我们初中生活中不可或缺的一部分。无论是在学习中还是在生活中，体育锻炼都能为我们提供强有力的支持。首先，体育锻炼可以增强我们身体素质，使我们更加健康；其次，通过体育锻炼，我们可以锻炼意志力和毅力，使我们更加坚强；最后，体育锻炼可以帮助我们缓解压力，使我们更加愉悦。因此，体育锻炼是我们热爱生活、健康成长的重要途径。

第三段：经历

在这个暑假中，我参加了学校组织的足球比赛和篮球比赛。比赛虽然艰辛，但我也从中学到了很多东西。通过比赛，我发现自己的足球和篮球技巧有待改进，因此我开始进行有针对性的锻炼。我观看了很多足球和篮球相关的技术视频，向更高水平的运动员学习。通过这段时间的努力，我的技术水平有了很大的提高，比赛成绩也有了明显的进步。

第四段：收获和感悟

通过这段时间的体育锻炼，我不仅获得了技巧上的提高，更重要的是获得了精神上的收获。在锻炼的过程中，我需要时刻保持良好的心态，不畏艰苦，不惧挫折。无论是在足球还是篮球比赛中，我总是努力不懈地追求进球或得分的机会。这种精神也渗透到了我的学习中，让我对未来充满了信心和勇气。

第五段：总结

通过这段时间的体育锻炼，我深刻地认识到了体育锻炼的意义和价值。在未来的学习和生活中，我将更加注重体育锻炼，增强自己的身体素质和意志力。同时，在众多的体育项目中，我将选择自己喜欢并擅长的项目进行锻炼，发扬自己的优点和特长，更好地支持自己的学习和生活。

**初一暑假如何逆袭篇七**

当落日的余晖染红窗棂，院子里碧绿的腊梅仿佛泛着淡淡的红晕，停息在树上的鸟悠闲地梳理自己的羽毛，藏在花坛深处的乌龟也迈着迟缓的步子出来了，一切都显得那么祥和和宁静。

正值晚饭后的大好时光，端一把小庭椅坐在外婆家的院子里，周围一株株清新秀丽的兰花挺立在花盘中央，一眼望去尽是绿，更平添了一份安逸静谧。

地上的虫子们仿佛感觉到了这份舒适，纷纷从阴暗潮湿的洞穴里爬了出来，享受这份惬意，这是我便会俯下身去，饶有兴致地观察起它们的生活。

瞧，那片兰叶上趴着一只瓢虫，带着黄色小圆点的红色外套覆盖住了它的身体，黑白相间的小触角在空中晃动，身躯仿佛和环境融为了一体，一动也不动。偶尔一阵风吹过，兰叶随风摆动，上面的小瓢虫紧紧地抓着叶片，像荡秋千似的左右摇晃。过了一会儿，小瓢虫似乎觉得姿势有些不舒服，便缓缓抬起盔甲般的身子，又向前挪动了几步，快到顶端了，纤细的兰叶终于不堪重负，重重地一低头，把小瓢虫甩到了地上，顿时，小瓢虫摔了个人仰马翻，细小的六只脚不停地摆动，想把自己翻过来，但巨大的身体依旧分毫未动，到最后实在看不下去了，就伸手帮了它一把。它似乎觉得刚才的动作太丢脸了，刚一转回来就灰溜溜地跑了。

无奈，碰巧路边一支蚂蚁大军经过，我的视线立刻就被它们吸引了。我猜它们排着大队出来是要找吃的吧，于是我急急忙忙从厨房里抓了一小团米饭出来，撒了几粒在它们身边，几个侦察兵最先发现了这几粒白白的东西，绕着转了几圈又回去叫大队部了，不一会儿，一群蚂蚁便聚拢起来包围了这块“天外飞仙”，它们两三个一团，四五个一簇，便开始搬起来了，速度很快，这毕竟是大家齐心协力的结果，还没过几分钟，原处撒下的米就已经所剩无几了，于是我就在它们的家门口又撒了一大把，这也算是对它们辛勤劳动的一点恩赐吧。

童年在外婆家院子里度过的时光是快乐的，乐趣存在于每一个角落，也许是某个长满苔藓的角落，也许是花草的某片叶子上，也许在地砖的缝隙下，如果你留心这些，或许有一天你会惊叹到：“啊！原来这里也有乐趣！”

**初一暑假如何逆袭篇八**

暑假是学生一年中最值得期待的假期，正是在这段时间里，我们可以放松自己，享受生活。然而，初中新生的暑假却有了不同的意义，因为我们初一的暑假不仅是一个放松的时间，更是一个学习、提升自我的机会。在这个暑假里，我充实而充满收获，下面就和大家分享一下我的学习心得体会。

首先，这个暑假我养成了良好的学习习惯。在过去的学习生涯中，我常常是临时抱佛脚，事不求甚。然而，初中的新环境给了我一个新的机会，自觉自愿地培养了我做事的耐心和毅力。每天晚上，我都会安排好明天的学习计划，规划好要完成的任务。在学习过程中，我按照计划，按部就班地完成每一项任务，并及时记录学习笔记。这种规划和执行的习惯不仅提高了我的学习效率，更让我体验到学习的乐趣。

其次，这个暑假我进行了有益的知识积累。快乐学习是每个人的梦想，然而，在快乐中还要注重积累。我认识到，要想学到更多的知识，就必须在暑假期间对自己的学习进行规划和安排。为了充实自己的知识库，我经常去图书馆借阅书籍，扩展自己的知识面。在这个暑假里，我读了许多经典名著，增加了对文学、历史、地理等方面的了解。同时，我还参加了各种培训班，学习一些实用的技能，如英语口语、写作等。这些知识的积累为我迈入初中铺就了坚实的基础。

再次，这个暑假我善于运用学到的知识。知识只有应用才能发挥它的最大价值。为了让学习到的知识更具实际意义，我利用暑假的时间参加了一些社会实践活动。我到社区服务站当志愿者，帮助老人做家务，和他们聊天，为他们送去温暖。我还到动物园当小讲解员，通过分享知识，给游客们带来欢乐。这些实践活动不仅锻炼了我的交际能力和实际操作能力，更让我将书本知识和生活实践有机地结合起来。

最后，这个暑假我增强了对未来的规划和目标的明确性。在这个暑假里，我不仅获得了知识，还对自己的未来有了更清晰的规划。我对自己未来的职业规划有了更明确的认识，我知道要做好每一件事，一步一步地朝着目标前进。我制定了一份详细的学习计划，不仅包括了学习内容和学习时间，还包括了如何提高自己的学习方法和解决学习问题的策略。这份计划让我在新的学期里更有目标感，更有动力去追求卓越。

初一的暑假承载着学生们的希望和梦想，我明白只有合理规划，高效学习，充实实践，我们才能在新的学期里更上一层楼。通过这个暑假的学习心得体会，我已经感受到了学习的乐趣，也明白了付出就有收获这个道理。我相信在即将到来的新学期中，我会更加努力，追求更高的目标，收获更多的成果。暑假学习心得体会初一，这个暑假对我来说真的是一段难忘的经历。

**初一暑假如何逆袭篇九**

人生宛如一条五彩缤纷的小溪，汇聚了所有的泪水与笑容；人生好像一幅栩栩如生的彩画，好事是亮点，坏事是污点；人生就是一棵花果同存的.果树，你的成就，就是那一朵朵欲滴的鲜花，你的笑脸，就是那诱人的果实。就让我摘下那最香甜的，最诱人的果实给你尝尝吧！

一个风和丽日的上午，窗外的树枝和我招手，清风抚摸我的脸颊，麻雀在枝头与喜鹊唱和。世界都是美好的。“吱”的一声，爸爸回来了，手拎一提大柿子。柿子！我听到柿子，就不禁擦了擦嘴巴。我极其兴奋，左手一拎，右手一拿，准备往上就是一口，猛的一看，青的。这下，我沮丧极了，就像到嘴的肉没了似的。“别急，等我用‘祖传秘方’一举将它们全部‘降服’，咱们再享受一下‘降服’它们的过程这不更好。”站在一旁的爸爸安慰我道。

听了这句话，我顿时精神抖擞，提着袋子，一摇一摆地走到阳台，仔细看看这些肉嘟嘟的“娃娃”，有的扁，有的胖，有的又圆又胖，看着我便给它们取名为“车轮国居民”，最大的为“车轮国国王”。

一会儿，爸爸拿着一瓶晶莹剔透的白酒和一把小巧玲珑的刷子来到我眼前，摸了一下我的小脑瓜，说“干得不错！”我微微一笑，爸爸又接着说：“给你个奖励，奖励就是教子催柿子的‘祖传秘方’。”我一霎时喜出望外。

我看着爸爸熟练的手法，蘸点白酒，左涂一点，右抹一下，凝视着那娴熟的手法，我觉得是如此的简单。爸爸好像看出了我的心思，对我说：“你来吧！”我兴高采烈地接过刷子，开始了与“车轮们”的干杯。但是，这项工作并不是看上去那么容易的，原来每一下的力度都是不同的，轻了柿子不会熟；重了柿子又不好吃。在爸爸的指导下，我结束了这场盛大的宴会。我与大“车轮”们干杯完了后，又迫不及待地问爸爸：“它们会不会熟，什么时候熟？”爸爸笑笑说：“明天你就知道了。”

晚上，我翻来覆去，折腾了一宿，可就是睡不着。满脑都是柿子。我数着柿子，来到了第二天。

我被麻雀给叫醒了。突然，以风一般的速度奔向阳台。“哇，都熟了！”我便开始了”疯狂世界吃柿子”的比赛。我边吃边想：原来每件事情都有技巧，并不是表面那样简单，正所谓：熟能生巧！

**初一暑假如何逆袭篇十**

暑假是一年中最长的假期，对于初一的学生来说，是一个宝贵的学习和成长的机会。今年暑假，我度过了充实而有意义的两个月。通过努力学习和参加各种活动，我不仅在知识上有了进步，而且也在自我管理、团队合作和个人发展方面有了很大提升。以下是我对于这个暑假学习的心得体会。

首先，我意识到课本外的学习同样重要。在课外阅读和实践中，我得到了更多的知识和启发。每天，我都会利用宝贵的阅读时间，充分利用图书馆和书店的资源，读一些优秀的名著和科普读物。通过阅读，我不仅能了解到世界各地的人文知识，还能开拓自己的视野。此外，我还参加了一些兴趣班，比如素描和钢琴课，这使我在兴趣爱好的培养和个人发展方面有了很大提升。

其次，暑假是提高自律能力的黄金时期。在暑假期间，我们没有了繁重的学校作业和考试压力，但要充分利用这段时间，提高自己的自律能力，正确合理地安排每一天的学习计划非常重要。我制定了一份详细的学习计划表，每天早上定时起床，坚持按时完成每科的复习和作业。通过这样的自律训练，我逐渐培养了良好的时间管理习惯，并提高了自己的学习效率。

再次，参加各种活动锻炼社交能力。暑假期间，有许多社会实践和公益活动，我积极参与其中，不仅丰富了自己的暑假生活，还锻炼了自己的社交能力。比如，我加入了学校的志愿者团队，参与了社区的文明交通宣传、环保宣传等活动，通过与他人合作，我了解了团队合作的重要性，并学会了如何与不同的人进行有效沟通和合作。这些经历让我明白，只有懂得与人沟通并善于合作，才能更好地与他人协作，实现更大的成就。

最后，劳逸结合是提高学习效果的有效方法。暑假是休息放松的时间，但也不能完全放松下来，否则容易导致学习状态的落后。因此，学习和休息的结合十分重要。我每天都会坚持进行一些体育锻炼，比如游泳、打篮球等，以保证身体的健康和活力。另外，与家人一起旅行和游玩，也是一种放松心情的好方式。这样的合理规划，让我在暑假期间既能休息放松，又可以提高自己。

总之，今年的暑假学习成果颇丰。通过课外阅读和实践，我增加了很多知识和阅历；通过良好的时间管理和适度的社交活动，我提高了自律能力和社交能力；而通过劳逸结合，我更好地平衡了学习和休息。这个暑假的学习经历，不仅让我在知识上有所提升，而且也让我明白了积极主动地学习，自律和合作的重要性。我相信，这些收获将对我未来的学习和成长产生积极而深远的影响。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn