# 寒假生活心得体会(汇总8篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-05-03

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。寒假生活心得体会篇一寒假是一年中最长的...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**寒假生活心得体会篇一**

寒假是一年中最长的假期，它不仅是学生放松身心的机会，更是提高自我素质的机遇。在这个漫长的假期里，我深刻体会到了一些道理。

首先，假期一定要安排得合理。在寒假中，我一天天地过着没有目的、没有计划的生活。后来，我明白了，每一个假期都是有限的，如果没有明确的目标和计划，时间就会被浪费，时日荏苒，物是人非。因此，在假期中，我们应当合理规划自己的时间，制定科学的学习计划，还要加强日常锻炼，提高身体素质。

其次，寒假是一次个性化的选择。每个人的兴趣爱好不同，适合自己的寒假生活也就不同。假期生活可以是读书、旅游、学习、工作等多种形式，我们要因材施教，因人而异地选择自己喜欢的方式。我选择的是读书和学习。在这个假期里，我读了很多好书，可以说读书使我开阔了眼界，增长了见识。同时，我也学会了一些新的知识和技能，使自己更加全面发展。

第三，寒假是建立亲密关系的机会。将时间留给温暖，把心留给亲人和朋友。我们可以在这个机会里有足够时间与家人和朋友相处，彼此增进了解，建立起更紧密的关系。在这个寒假里，我与父母在一起度过了很多快乐的时光，感觉非常幸福。

第四，寒假也是需要放松的时间。在寒假中，我们不要一味地学习和工作，也需要适当地放松自己。可以看看电影、逛逛商场，或者安排一些小联欢，这样可以缓解压力，保持良好的精神状态。

最后，寒假不只是个人的时间，也是展示个人品质的机会。寒假期间，我们不仅要注重自身的素质提升，也应该注重发挥自己的爱心和社会责任感。可以利用时间为社会慈善活动做些贡献或者参加志愿活动，这样可以提高自己的情感智商，更好地面对生活。

总之，在这个寒假中，我认为自己所学到的也是丰富和有益的。我更加珍惜时间，努力提高自己。现在，我深刻理解了一个道理：人生苦短，假期更短，每一个合理利用的见证都是属于个人成长的历程。因此，我们应该合理利用寒假，过一个充实的假期生活。

**寒假生活心得体会篇二**

优势新的一年了，又是新的一个学期。在刚刚结束的寒假中，我学会了一些事，也明白了一些道理。

作为二十一世纪的大学生，我应该有承受挫折和压力的能力。在大学生活中遇到的人和事是同之前不一样的。在自不同地方的人自然生活习惯也就不同，况且我们都是80后，大多数都使城市中的独生子女，在家里都是小公主和小皇帝。集万千宠爱于一身的我们自然被宠爱的有一些坏习惯。但是在大学新的环境核心的人际关系之下，有很多时候会觉得不顺心。我就是这样的。生活在一起磨合一段时间就好了，熟悉了身边的人的生活习惯和处事方式之后，也就明白了，什么事都不可能完全按照自己的心意发展，我也不可能像在家里一样什么事都按照自己的习惯去做，我学会了去迁就别人，学会了在有些时候抛弃掉自己自私的想法，站在别人的角度去思考问题。

过了年之后，觉得自己这一岁没白长，真的长大了！

过了年，我就22虚岁了，我突然觉得，不知不觉间我怎么都张这么大了！父母养我的这么多年应该是很辛苦吧。从呱呱坠地到呀呀学语，从蹒跚学步到进入小学。我人生所经历的这些阶段，在所有家人的万般呵护之下，我觉得自己生活的真的很幸福，我在一个充满了爱，欢乐以及自由的氛围中健康的成长起来真是很幸运了！但是，父母在这些年中真的是付出了很多的艰辛，我只希望家人能够健康快乐的生活，在我挣钱之后好好的孝敬他们。

这学期结束之后，我们就要实习了，对于这件事我觉得心里不是很有底。不知道能够找到什么样的活，也不知道自己的水平能够胜任什么样的活，但是我希望自己能够找到一份能够发挥自己能力的实习工作，我会按照自己所要追求的目标，坚持不懈的向前走下去。我相信我会成功，会实现自己的目标。

面对现在的金融危机，很多人都失去了工作，所以我觉得作为专科生的我们更是应该摆正自己的位置，不要把自己的起点放得太高，而且再找工作的时候别太挑三拣四，差不多就行了！而且应该多看看当地的报纸杂志以及市场的需求方向。这样才能在我们去找工作的时候不至于太手足无措，而且做好碰钉子的准备，当遭遇失败的时候，我觉得应该现总结前次失败的经验，用积极的心态去面对，尽快重拾信心，去迎接下一次的机会。但是这也只是我的个人想法而已。

以上是我近一段时间的思想情况，特此向组织汇报。

**寒假生活心得体会篇三**

今年寒假培训与往年不同，没有上级领导的报告，只有我校校长与老师的切身体会，通俗易懂、受益匪浅、感触至深。

一、师德师风学习

教师作为一种职业，在人类社会发展中起着桥梁与纽带作用，承担着人的思想文化传播，新生一代的培养，各种社会所需要的人才的造就等艰巨任务。杨主席告诉我们，由于社会在飞速发展，生活节奏加快，工作压力大，使一切静的东西都动了起来，如果教师动了起来，那会传染给学生。因此，作为教师，我们要具有古人那种宁静，淡泊的心境，抛弃浮躁，只有不断提高自身的道德素养，才能培养出诚信、自尊、自爱、自信与有创新精神的高素质人才。

从几位有经验的老师身上，我学到很多东西。不论是课堂管理或是学生问题解决都对我有很大的帮助。我会虚心向他们学习，也会努力总结自己的教学。上好自己的每一堂课，做个名副其实的优秀人民教师。

二、用爱感染学生

桑主任说“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有一切。”要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生我们每天面对的是一个个有着鲜活生活，一个个正在茁壮成长的孩子，我们要把他当作一个能动的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，与他们成为无话不说的好朋友。

三、认真学习并遵守学校的教学常规

本次培训，教务处张主任领着我们认真学习了学校的教学常规，俗话说，无规矩不成方圆，通过本次培训，我们对学校的教学常规进行了深一步的认识与学习。

四、徐校长围绕这听评课进行了精彩发言：

（1）评教学理念。依据课堂教学活动的实例，评议课堂教学中的体现了哪些现代教育思想与理念。包括：以人为本的思想，面向全体的思想，树立学生主体地位的思想，以体现新课改的精神与教育新理念。

（2）评教材处理。评议执教者对教材把握是否准确、教学重点是否突出、教学难点是否突破、内容确定是否妥当等。是否全面规划教学任务，培养学生思维能力。是否关注学科知识基础性的同时，强调与现实生活、学生经验的联系，强调实际应用，是否重视学生自主探究、合作交流、动手操作、应用知识等方面的内容以及学科间的整合。是否创设问题情境，激发学生学习兴趣。

（3）评教法运用。评议教师在课堂教学中所运用的教法是否符合学生心理特点、是否激发了学生的学习兴趣、是否创设问题情境，引导学生积极思考、是否有利于培养学生的能力、是否调动了学生的学习积极性等。教师为学生制定的教学目标是否处于他们各自的最近发展区内，并为学生提供必要的认识前提，安排好新旧知识的连结，让学生跳一跳摘果子，这样才能最大限度地调动学生的学习积极性。教师对来自课堂中的各种信息，如何收集、筛选与评判，形成何种的反馈信息，又是如何处理反馈的信息，以及采取何种的偏差纠正方案与应对措施等。

（4）评学法指导。评议教师在课堂教学中对学生学法指导的情况。如能否从学科内容与特点着眼，针对学生的年龄差异、心理特征、学习基础、学习方法、学习能力、思维特点等进行相应的指导。是否充分发挥学生主体性，采用多样化的学习方式，促进学生主动地、富有个性化地学习，培养学生学习潜能。

（5）评教学过程。评议教师在教学组织活动中，教学环节安排是否合理、教学的组织形式是否有交、教学的结构是否严谨、教学节奏是否紧凑、教师点拨是否适时适当、现代教学手段使用是否合理科学等。从新课改精神来看，更关注学生的主动参与，让学生在观察、操作、讨论、质疑、探究中，在情感的体验中学习知识，完善人格。

（6）评教学效果。评议教学内容的完成程度、学生对知识的掌握程度、学生能力的形成程度、学生思维的发展程度等。教学是否注意联系学生生活的实际，从而使学习变成学生的内在需求。是否注意挖掘教学内容中的情意因素，做到知、情、意结合，课堂上师生民主平等，互相尊重，教师给学生以成功机会，使学生情感的需要，自我实现的需要得到满足，从而使学习变成学生的内在需求。是否坚持因材施教，让每一个学生装得到其原有基础上的最好发展。本节课在教学上是否面向全体学生，是否关注学生的与谐发展，是否关注学生的可持续发展。

五、庄主任提出“数学是人们生活、劳动与学习必不可少的工具”，“对数学的认识不仅要从数学本质的观点去领悟，更要从数学活动的亲身实践中去体验”。这充分说明了数学来源于生活，又运用于生活，数学与学生的生活经验存在着密切的联系。在数学教学中教师应该在课题研究中应充分挖掘数学知识本身所蕴含的生活性、趣味性，调动学生善于质疑、自主研究，主动寻觅数学与生活之间的密切关系，探索生活材料数学化、数学课堂生活化的教法，使学生轻松愉快地掌握数学。

六、教务处黄主任，王主任就数学、语文学科作业的批改设计、学科特点做了细致的讲解。

最后办公室赵主任、总务处李主任、医务室安老师讲解了学生的安全及注意事项。

总之，这次寒假学习培训，大大激发了新老教师的工作热情，我相信每位教师都从中学习了许多宝贵的经验，我也不例外，我会更加努力学习，提高自己的教学水平，向经验丰富的老师不断学习。

**寒假生活心得体会篇四**

不知不觉，寒假已悄然过去了一半，回顾这一半的寒假生活，是那么充实、那么美好。

我还是把学习放在第一位，上午学习英语，提升自己的口语水平和听力水平。然后完成老师布置的作业，下午预习下学期要学的课程，熟悉之后，你会觉得学习十分容易。然后，我会放松一下，陶冶自己的情操：写写字啦，画画画啦，写写作文啦，由我安排。

我也要一边学、一边玩，在中午和晚上的时候，我会看看书啦，玩玩电脑啦，收集自己喜欢的东西啦等等，让我放松自己的大脑，快快乐乐地度过每一天。

我还是说说我的生日吧!12岁这个生日，是我寒假生活中，最记忆犹新的一天……

我的生日是腊月二十八，今年的这一天，我早早的起床，把家里布置了一遍，整洁的家，五光十色的蛋糕、五彩缤纷的拉花……使家里充满了欢乐的气氛。

“咚咚咚!咚咚咚!”有人敲门了。我打开门一看，呦!这不是我的好朋友贾甜、梁晨阳吗?这两天，我非常想要一个毛绒小熊，她们仿佛能猜透我的心 思似的，送给了让我开心的生日礼物：毛绒小熊!只见那只小熊向我憨憨地笑着，我仔细打量了一下它：它大约有一把椅子那么高，是一只淡黄色的小熊。它的脖子 上系着一个漂亮的彩色领结，让我一下子便喜欢上了它。

正在我津津有味的与贾甜和梁晨阳谈论的时候，又传来了敲门声：“咚咚咚!咚咚咚!”我赶紧又去开门，呵，这下都到齐了!原来，她们就是迟到的两 位：牛欢欢、韵梦瑶。她们两位更有心思，知道我爱看书，便送了两本经典书籍给我。韵梦瑶更有心，竟给我在书里写了赠语，加了许多鲜花、油笔!这让我十分高 兴。

终于，生日宴会正式开始了，妈妈把蛋糕端了上来，我就开始点蜡烛，开始在心里默默的许愿，许的什么愿呢?让我来告诉你：“我许的是……嗯…… 呃……”还是不说好，因为第一：隐私权是受法律保护的；第二：说出来就不灵了!我许完愿就吹灭蜡烛，开始切蛋糕了；我首先给每个人拿了一个盘子，又都发了 一个叉子。然后把蛋糕切成八块，每人发了一块，还剩下一大块留着明天吃吧。

这个寒假，是我度过的最开心的寒假!

**寒假生活心得体会篇五**

寒假是学生们放松心情、丰富生活的好时机。在这个长假中，我度过了快乐而充实的日子。通过寒假生活，我深刻体会到了生活的乐趣，同时也收获了很多人生的经验。下面我将从假期计划、健康生活、学习提高、社交互动和情感体验五个方面来分享我的心得体会。

首先，假期计划对于度过一个有意义的寒假非常重要。在放假前，我列出了一个详细的计划表，包括学习、锻炼、阅读、旅游和社交等方面的内容。通过合理安排时间，我能够充分利用空暇时间去完成每一个目标，提高自己的能力和技能。例如，我每天都会按时进行早起锻炼，这不仅让我保持了良好的身体状态，还增强了我的意志力和毅力。

其次，健康生活是寒假生活的重要组成部分。假期里，我能够有足够的睡眠时间，保证充足的精力去完成各项活动。此外，我注意均衡饮食，摄入足够的营养，避免暴饮暴食和过度垃圾食品的摄入，让自己保持健康的体重。同时，我每天都会进行适当的户外活动，如骑自行车、打篮球等，以增强身体素质，提高身体抵抗能力。

第三，学习提高是寒假的重要任务之一。我利用这段时间进行了自主学习，提高了自己的学习能力和水平。我安排了每天固定的学习时间，专门用来复习和预习新学期的知识。我也参加了一些线上学习课程，学习了一些新技能和知识，如编程、英语口语等。这样不仅扩宽了我的知识面，也提高了我的学习动力和兴趣。

第四，社交互动对于丰富寒假生活至关重要。假期期间，我积极参加学校和社区组织的活动，结识了许多新的朋友。通过与他们的交流和合作，我学会了尊重、理解和包容。这些社交互动不仅促进了我个人的成长，也培养了我的团队合作精神和领导能力。此外，我还利用假期时间与家人一起旅行，增进了家庭间的感情。

最后，情感体验是寒假生活中不可或缺的一部分。在假期中，我有时间去思考自己的内心世界，认识自己的情感需求。我学会了珍惜身边的亲人和朋友，感恩他们对我的关心。同时，也通过一些心理调适的方法，如读书、听音乐、写日记等，学会了自我调节，增强了内心的平和与快乐。

总的来说，寒假是学生生活的重要组成部分，也是一个宝贵的机会去成长和丰富自己的生活。通过合理安排假期计划、健康生活、学习提高、社交互动和情感体验，我收获了许多宝贵的经验和成长。希望在未来的寒假中，我能更好地应用这些经验，度过更加充实和有意义的假期。

**寒假生活心得体会篇六**

大学是一个小社会，是学本事的地方，更是学做人的地方。步入大学就等于步入了半个社会。我们不再是埋头苦读的“书呆子”，这正如一位哲人所说：“大学我们更多的是四处张望而非伏案学习。对于四处张望的理解正是说大学的社会实践。“千里之行，始于足下”大学的社会实践是我走向社会的桥梁，是人生的一段重要的经历。我深知大学实践生活的重要性，也知道大学的社会实践生活就是我步入社会的社会经验。

时光流逝，大一的寒假到来了。对于拥有50多天假期的我来说，寒假打工是一个不错的选择，这样我既可以赚点零花钱，又可以充实我的寒假生活，借此也可以提高我的社会实践能力，丰富我的社会经验。所以我决定选择了在我家所在地的一家面包店当服务员。

回想起我为什么最终选择当服务员，一开始，那经历真让人难忘。寒假回家后，我四处找找寒假工的启事，不幸的是，大多的地方要不就是已招满人，要不就是不招短期工。四处碰壁让我倍感失望难过。本以为寒假打工计划就此结束，让人欣喜的是，无意中我看到一家面包店招聘寒假工的启事，欣喜若狂的我赶紧记下了面试的地点和时间。就这样我选择了面包店服务员这一工作作为我的实践工作。

本以为面包店服务员工作应该是一份轻松的职务，再加上这间面包店是我的家乡是优秀的面包店，员工的待遇理应很好才对，却不曾想过在面包店内还设有中餐，毋庸置疑，作为面包店的服务员除了要负责卖面包外，还必须负责上菜收拾碗筷，打扫卫生，及招呼客人等等，得知作为面包店服务员工作量之大后，我真的很沮丧，甚至有想放弃的念头。但一想到我的完美寒假计划，我咬紧牙坚持了下来。一个小时，两个小时、、、、、、一天九个小时我都在忙碌地当一名称职的服务员，一天下来，我腰酸背疼，可总算是庆幸的，毕竟一天过去了我又能拿到一天的工资。加油，努力，坚持!每天每天我都咬紧牙鼓励自己。这期间的委屈心酸，只有我真正理解，慢慢的一天天过去，我懂得了挣钱的不易，也认识到读书的重要性。我更加坚信走大学读书这条路是我的明智选择，走好这条路是我理应当尽的责任。

打工的滋味复杂得难以言说，我不知道有多少打工的人有过这种感觉，我只知道这次打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，这次社会实践，真是一次前所未有的尝试，换来的是非比寻常的体验。

**寒假生活心得体会篇七**

在期待中，迎来了一年一度的寒假，细细回想着半年，我有些感慨万千。

光阴似水，回首这半年的点点滴滴、朝朝暮暮，我由陌生变成熟悉，由被动变成习惯。下面，我就半年的学习生活简单总结一下。

中专的学习与中学有许多不同。曾经我们被老师催着赶着向前走，而如今更注重自主学习。学习方面，学习方法适当改善，学习态度较为端正。认真上课，认真完成作业，认真对待考试，考前认真复习。对不懂的问题主要是自己想，其次是与同学商讨或请教老师。

在本学期中，尽管取得一些成绩，但离心中的标准还有一段距离。正如每个人心中的另一个“我”，是所有愿望以及美好的集合。知识无止境，探索无止境，人的发展亦无止境，我仍需继续努力。

我认为：学习固然重要，但不能“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书。”很多时候，学习确实是要有这种“不闻窗外事”的执著和甘于寂寞，但凡事不能绝对。“不闻窗外事”这句话倾向于个人，有些独善其身、一意孤行的味道。能够在方方面面有所发展、有所收获，才能造就最佳。

在学习之外，我会为老师、墙报、布置等尽一份微博之力。利用课下时间，我与寝室的同学参加了寝室文化节的系列游戏活动。虽然不是一等奖，但重在参与。我也很荣幸，在反复四、五次修改发言稿之后，能以发言者的身份参加升旗仪式。在技巧和台风方面，还有所欠缺，需要重视。

积极参加各项活动，有利于培养自己，提高综合能力、合作精神、集体观念以及丰富的人生经验。

之前，我听过这样一段评论：有的同学可以考100分，有的同学努力后考80分。而通常，人们断定考80分的同学没有好的未来。但是没有关系，可以为自己鼓掌。智商不高，可以在兴趣爱好、社交等方面培养自己，以后让考100分的人，为你打工。因此，不要忽视课外活动，这也是另一种磨炼和成长。

由于我家处在郊区，交通十分不便，步行30分钟后，方可到终点站乘到公交车。为了准时到校，不把时间浪费在来回4小时左右的行程上，我只能选择住宿。在同学们看来，获得了一种自由，而我认为也不完全如此。

我需要照顾好自己，按时做好各项事情，任何事都要自己作决定。放学后，有时是值日班长、有时是值日生、有时要帮忙、有时要开会，几乎准时到寝室的日子并不多。然后，洗澡、洗头、洗衣，每周一次大扫除，吃晚饭、上晚自习、写作业、洗漱、整理内务，一直到最后关灯睡觉断电。早上起来，排队洗漱、整理内务、每周1~2次打扫卫生、到食堂排队吃早饭，最后急急匆匆到教室上课。一天的作息时间排得井然有序，几乎没有空下来的时间。每天周而复始地重复着这些繁忙、琐碎、不见成果的事情，体验的是集体生活——军训似的生活。

但正是这些养成了一种习惯，慢慢地适应生活。我变得更加独立、有主见。忽然我又想起了这句话：不要总是羡慕别人，却忘了自己亦是亮点。

亲爱的同学们，你们是幸福的。有人说：“爱要往下走。”的确，长辈永远把爱和期望留给晚辈，爱就是一场重复的辜负。因此，他们能无形中原谅你的无知、冲动，愿意管着你。甚至为了表达对你的爱，而一次次妥协你所提的要求。所以，请好好珍惜和体谅，获得自由以后曾经的庇护会越来越少。

水仙花盛开了，寒假即将结束。在新学期中，我会更加严格要求自己，扬长避短，再接再厉。我在此写下了这份总结用以回顾过去，确定未来的发展目标。

**寒假生活心得体会篇八**

一个快乐而短暂的寒假悄悄的从我们身边溜走，我们迎来了新的一学期，发生在寒假里的趣事就像天上的星星，数不胜数。每一颗星星都闪闪发亮，每一件往事都刻骨铭心。

记得那是一个白色的冬天，零零落落的.雪花在天空中飞舞着，放眼望去整个山间都是白茫茫的一片，厚厚的云彩铺满了整个天空，显得格外寂静。

“砰”这突如其来的雪球打破了现有的寂静，我回头一看，原来是哥哥，看来他和我一样也是受不了火炉的闷烤，才出来透透气。他看了看场子里那厚厚的雪层，说道：“反正闲着也是闲着，不如我们两来堆雪人吧”“好啊”一听要推雪人我便一下子打起了精神。

哥哥从屋子里拿来推雪人用的铲子，我也找来了废旧的衣布，行动开始，他欣然走到雪地里，只见他两只手三下两下就捏了一个不大不小的雪球给我，哥哥让我将雪球在地上滚，我按照他说的把雪球放到地上滚来滚去，滚呀滚呀，雪球越滚越大，这时哥哥说：“好了!”我立刻停了下来，噢，雪人的身子有了。紧接着，哥哥又捏了一个较大的雪球，放在大雪球的上面，对我说：“去找两个钮扣来!”我立马跑到家里从抽屉里找来两粒钮扣交给哥哥，哥哥将钮扣按在小雪球的上面，嘿，一双明亮的大眼睛出现了。可是用什么来做鼻子呢?我灵机一动，从家里拿来一小截胡萝卜，往雪人脸上一插，可不是一个小巧挺括的鼻子吗?一个活灵活现的雪人出现了，我高兴极了，时不时要跑出来看它一眼。

雪停了，过了一天，太阳又出来了，雪人渐渐地融化了，我不舍地对雪人挥挥手：可爱的雪人，我们来年冬天再见!

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