

2023年伤兵心得体会 心得体会学习心得 体会(模板9篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

伤兵心得体会篇一

我们作为艺术类学生，和文史类，理工类学生相比的优势竞争力在哪里。哪些是我们所拥有的特质，怎样才能发挥出我们的特色。

轻轻地踏上通往艺术殿堂的道路，我不知道，自己应该呈现出怎样的自己给大家。看夕阳西下，风吹过地面卷起的落叶翩翩?不过，当我抬头看身旁展厅透出星点灯光，低头看小人在笔头栩栩如生，指尖轻轻滑过木质画架所透露出的淡淡暖意，那一刻，我感觉自己是那么的幸运。

我选择家具设计，不仅是因为儿时的梦想，更是对生活的要求，我希望我可以让我的家更舒适，也希望我可以给更多的家带来那份舒适温馨的感觉。

当我真正开始学习专业时，我知道这是我的选择，一份无悔的选择，那种作品定稿时的成就感，那些家具木材所特有的香味，于我而言，都是一种灵魂的解读。

但是，这些，远不能让我满足。

我不想只做一名设计专员，我想抓住思想的灵魂，开创一番事业，成立属于自己的公司。设计员，这只是我人生的一个

起点，而不是终点，还有一个更大的舞台的在等我。

从小我就知道，成功不是谁给的，没有殷实的家底，同样可以站在成功的舞台，这是艰辛的历程，也是一段人生的考验，需要的是努力，数之不尽的汗水。是的，我在一步步地做，一步步地在努力。

伤兵心得体会篇二

伤兵，意味着他们在战斗中曾经受到伤害，身体上或心理上受到了创伤。然而，这并没有让他们丧失作为一名士兵的责任感和使命感。因此，伤兵们申请参加军训，不仅是对自己的一种挑战，更是为了证明自己仍然有价值和能力履行军人职责的强烈愿望。他们希望通过军训的锻炼，恢复身心健康，并为国家和军队作出贡献。

第二段：军训中的困境与挑战

伤兵参加军训无疑面临着更多的困难与挑战。他们先前的伤病可能限制了他们的行动能力，使得他们无法像其他士兵那样迅速完成各种训练项目。然而，在军训中，团队合作和个人战斗意志的培养却十分重要。伤兵需要克服身体上的困难，通过毅力和坚持来逐渐提升自己。他们也需要调整心态，面对来自教官和其他士兵的挑衅和质疑，保持自信和冷静，展示自己的实力。

第三段：军训中的收获与成长

虽然参加军训对于伤兵来说是一个巨大的挑战，但是通过努力和坚持，他们逐渐克服了自己身体上的困难，感受到了自己的成长和进步。他们的体能和耐力逐渐增强，不再是曾经的脆弱与无助。同时，通过和其他士兵的合作与交流，他们也增强了团队意识和战斗配合能力。伤兵们也发现，在军训中，自己的坚持和毅力不仅能够赢得他人的尊重和认可，更

是为自己争取到了重新融入部队训练和战斗的机会。

在军训中，伤兵们深刻体会到了困难与挑战的重要性。他们明白了只有不断超越自己和适应环境，才能不断成长和进步。他们也从军训中学到了坚守信仰和忠诚使命的重要性。伤兵们将在接下来的日子里，带着军训的心得与体会，继续强化自己的训练，为实现国家的安全与和平做出巨大贡献。

第五段：伤兵军训的积极意义

伤兵参加军训除了帮助自己恢复健康和重新融入军队，还具有更深远的积极意义。伤兵们通过军训，向全社会传递了一个信息——他们尽管曾经受伤，但他们不会被挫败，他们依然有强烈的爱国情怀和坚定的信仰。伤兵们的经历也将成为其他人面对生活困难和挫折时的榜样和鼓舞。通过伤兵军训的报道和宣传，可以激励更多的人相信自己有能力战胜困难，实现自己的理想和价值。

总结：

伤兵的军训是一场身体上和心理上的双重挑战，但是通过坚持和努力，伤兵们逐渐克服了困难，取得了成长与进步。伤兵军训的心得与体会不仅对他们个人具有意义，也向全社会传递了积极的信息和鼓舞。伤兵们的故事将激励更多的人相信自己的能力和潜力，努力战胜生活中的困难和挫折，并为实现自己的价值做出贡献。

伤兵心得体会篇三

水利股王聪娥

廉政风险防控机制建设

廉政风险防控机制建设是以防控权力运行中的风险点为核心，

针对可能诱发腐败的关键环节和重要部位，用制度最大限度地控制风险发生的危害程度，促进权力规范、安全、高效运行。按照中央、省上要求，今年以来，庆阳市以全面开展廉政风险防控机制建设为抓手，把反腐倡廉建设融入全市经济、政治、文化、生态文明建设和党的建设之中，有针对性地健全完善重点领域、重点环节、重要岗位的权力制约、运行、监督等方面的机制制度，用制度构筑防范腐败发生的权力、动机、机会“三道防线”，着力打造改革开放的“放心区”和干部干事创业的“安全区”。

一是全面“清”权，针对廉政风险点健全完善防控措施。全市上下对照单位的主要职能和 workflows，按照全员参与的要求，以岗位为点、程序为线、制度为面，深入查找思想道德、岗位职责、业务流程、制度机制、外部环境等方面的廉政风险点，对权力内容和制度建设现状进行了全面梳理。对排查到的风险点按照发生概率和危害程度，科学界定等级，实行三级管理，并逐一登记汇总，建立台账，有针对性地进行制度的“废、改、立”，健全完善缺失和漏洞，制定相应的防控措施。目前，全市共排查各类廉政风险点6317个，通过“废、改、立”制定防控措施6191条，出台制度规定407项，厘清了权力清单和运行程序，为有效控制风险打下了基础。

二是公开“晾”权，通过群众监督促权力透明运行。对权力运行的程序、各个岗位工作人员的职责、廉政风险的等级以及防范措施，各级各部门都建立了廉政“风险库”，并通过大会公告、在公共场所设立公示牌、监督牌等形式向社会公开，接受评议和监督。据此，不仅使廉政风险点成为时时悬在干部头上的警示之剑，促其知道“危险”、防范“风险”、不敢“冒险”、力求“保险”，自觉遵守党纪政规，规范和约束职务行为，也使群众找到了监督党政部门和公务人员的依据和平台，调动了群众参与党风廉政建设的积极性。

三是有效“规”权，依靠制度创新促反腐倡廉科学化。积极推行分权制约和相互制衡原则，促进决策权、执行权、监督

权相互制约、相互协调，进一步规范了人权、事权、财权等重点权力的运行，建立了教育、制度、监督、改革、纠风、惩处相结合的惩防体系。一些单位通过制度创新，有效约束“一把手”的权力，一些单位用制度固化廉政宣传教育、责任制落实等工作环节，一些单位采用人脑+制度+电脑，等等。这些手段有效减少了制度操作中的人为因素，拓宽了制度创新领域，提高了反腐倡廉科学化水平。开展廉政风险防控机制建设工作，使干部职工普遍接受了一次系统的廉政教育，把党风廉政建设的任务真正落实到了每个人的肩上。特别是通过有针对性地建立健全规章制度，进一步规范了部门权责，促进了职能转变，提高了工作效率和服务质量，也使干部职工从被动接受监督转变为主动防范风险，对违纪违规事件由事后的惩处转变为事前、事中监督和警示提醒，真正把党风廉政建设工作任务融入了部门、单位的业务工作之中。

为了有效预防和减少腐败的可能性，近年来各地各部门根据中央的要求和部署，对廉政风险防控机制建设做了一些有益的实践探索。在实际工作中，预防关口前移，通过查找风险部位、评估风险指数、界定风险等级、建立预警系统、完善相关制度、反馈实施结果等，建立健全融教育、制度、监督于一体的有效防控廉政风险新机制，进一步加强了从源头上防治腐败工作，取得了较好成效。

推进廉政风险防控机制建设是落实“三个更加注重”要求、拓展预防腐败工作领域的有效措施。党的十七大报告强调，在坚决惩治腐败的同时，更加注重治本，更加注重预防，更加注重制度建设，拓展从源头上防治腐败工作领域。这“三个更加注重”，从本质上说是要求超前化解权力运行过程中各种容易诱发腐败的风险，使腐败行为不发生或者少发生。在反腐倡廉形势依然严峻、任务依然艰巨的情况下，只有坚持预防在先，防患于未然，大力推进廉政风险防范机制建设，才能减少和控制诱发腐败的风险。

推进廉政风险防控机制建设是加强领导干部作风建设、促进

领导干部廉洁自律的客观需要。应当看到，党员干部特别是各级领导干部大多掌管着一定的权力和资源，不同程度地面临着诱惑和考验，而且掌管的权力越大、资源越多，受腐蚀的风险就越大。这就要求把更多的时间和精力用在预防腐败的环节上，督促领导干部树立廉政风险防控意识，筑牢拒腐防变的思想道德防线，从而最大限度地降低腐败和不正之风发生的概率。这也是从根本上爱护和保护党员干部的具体体现。

推进廉政风险防控机制建设是创新纪检监察工作方式、提高反腐倡廉建设科学化水平的有益探索。推进廉政风险防控机制建设，突破了传统思维和习惯做法，将“风险管理”等现代管理理念和科学方法引入反腐倡廉建设实践，将预防腐败工作落实到权力运行的全过程，具有很强的创新性、科学性和可操作性，体现了党风廉政建设和反腐败斗争正在向科学化、制度化、规范化推进，是用发展的思路和改革的办法推进反腐倡廉建设的积极探索，为有效预防腐败开辟出一条新路。

进一步推进廉政风险防控机制建设，在实践中应遵循科学评估、超前预防、实事求是、改革创新、务求实效等基本原则，重点抓好“六个环节”。一是抓好教育环节。教育和引导广大党员干部特别是领导干部牢固树立廉政风险防控意识，主动参与廉政风险防控工作。二是抓好组织协调环节。建立健全各级党政主要领导负总责、主管领导具体抓、纪检监察机关协调推进、各个部门共同参与，多方联动、上下协同的领导体制和工作机制。三是抓好查找环节。突出重要岗位，采取自己查找、群众帮助、社会评议、领导提示、组织审定等方式，深入查找风险部位，制定防控措施和实施细则，做到岗位职责明确、廉政风险清楚、防控措施得力。四是抓好公开环节。通过设立廉政风险举报箱、公开监督举报电话、开设网上投诉专栏等方式，健全廉政风险防控网络，及时收集干部群众意见。五是抓好整改环节。定期汇总风险防控情况，研究风险处置任务，及时整改存在的问题，不断完善风险防

控措施。六是抓好考核环节。将廉政风险防控管理情况作为评价落实党风廉政建设的重要内容。

伤兵心得体会篇四

作为一名伤兵，我深深感受到了伤痛对身体和心理的巨大冲击。在经历了一场场艰苦的战役后，我从中收获了很多的心得体会，这些宝贵的经验不仅帮助我战胜了伤痛，也成为我走向复健之路的动力和支撑。

第一段：接受伤痛

伤痛是难以避免的，即使我们全神贯注地战斗，也难免受到伤害。但是，我们必须学会接受伤痛，不要不敢面对，更不要心理上自暴自弃。我曾经受伤过，当时感觉自己再也无法回复，但我的战友们用一个词语点醒了我：坚强。从此，我开始学会勇敢面对，排除所有的负面因素，积极思考，改变自己，让自己变得更加坚强。我相信，这也是每一个伤兵必须要学会的事情。

第二段：寻求支持

在伤痛和恢复的过程中，只有得到大家的支持，我们才能更好地应对。接受伤痛后，我经常感到无助和孤独，但幸运的是，我有亲朋好友在身边。他们鼓励我，支持我，让我感受到了生命的美好。尤其是和战友之间的支持，我依然印象深刻。我们互相依靠，相互帮助，共同渡过最难的一刻。这种团队精神深深印在我的脑海里，让我从此更加珍视生命和团队精神。

第三段：积极治疗

针对不同的伤势，我们需要采取不同的治疗措施，多种手段齐头并进，才能更好地康复。作为伤兵，我学会了如何积极

治疗自己。一方面，我按照医生的指示进行物理治疗，修复损伤的组织，另一方面，我也通过锻炼身体，增加自己的体质。我每天按照计划锻炼，不仅调节了身体，还锻炼了意志。更重要的是，在这个过程中，我找到了新的自我认识，我感受到了自己的力量，收获了力量和灵感。

第四段：坚定信念

伤痛会带来很多的负面情绪和疑虑，但是我们必须保持坚定的信念和乐观的态度。在我身上，这一点能够得到体现。一开始，我很沮丧，这一切来得太突然。但是，我死死地相信，自己一定会康复，并且回归战场。这种坚定的信念，不仅是自己的动力，也是同伴的鼓励。治疗的过程不是一帆风顺的，但是信念和坚持，让我们更坚强，让我们骄傲地面对困难。

第五段：经验总结

对于经历过伤痛的人来说，回顾和总结是非常重要的。我深刻懂得了此次难熬的经历，过程虽然煎熬，但这个经历是完美的。这次的磨砺，不仅让我重新认识了自己，也让我学习了很多新的知识和技能。我深深感受到，每一次的经历都会留下许多的重要的东西，去鼓励我们继续前行。

总之，伤兵的经历不仅是身体的磨难，更是心理的考验。但是，我们始终那些勇敢站在战场上的战士，我们始终那些不怕艰苦困苦的勇士。我们在失败中汲取力量，在伤痛中迎接新生，在痛苦中成长。这就是伤兵最宝贵的心得体会，也是我们勇往直前的力量源泉。

伤兵心得体会篇五

伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实

践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没什么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完

成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看着这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们在这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

伤兵心得体会篇六

作为一名军人，我深深感受到了战争的残酷和伤痛。战争中，可能会有人失去生命，也可能会有人受伤。当我成为一名伤兵的时候，我深深理解了伤者的心情。在经历了众多恶劣的环境和精神压力之后，我逐渐得出了一些关于伤兵的心得体会。

第一段：团结是力量

当我们在战争中遭受到伤痛时，我们需要学会依靠并信任我们的战友，因为团结是我们的力量。在战争中，我们不断经历着搏斗与风险，没有一个人能独自面对的困境。我们需要一起干过这一路，即使有些人可能会受到重伤甚至失去生命。在这个时候，团队的力量就显得至关重要了。它可以支持我们战斗的信念和勇气，让我们继续前进。

第二段：坚定的信仰是关键

在战场上受伤后，我曾面临过巨大的精神压力，尤其是在我看到战友离开我的时候。身处其中，我开始怀疑自己的信念，开始感到自己已经失去了控制。但是，渐渐地，我意识到自己的信仰是关键。坚定信仰可以给受伤的人带来犹如支柱的

力量，帮助我们变得更加积极和自信。我们有信仰就有力量，因为它让我们知道我们在战争中的目的和使命，激励我们更加努力地奋斗。

第三段：积极态度助力康复过程

由于伤病，很多人可能会遇到康复期的长期挑战。然而，我发现一个积极的态度对康复过程至关重要。只有我们保持好心态，积极地面对一切，才能更好地克服疾病和伤口带来的困难，变得更加坚定。积极态度还可以为我们带来快乐、增加生活乐趣，更好地克服身体和心理上的挑战，逐步恢复健康。

第四段：原谅和关爱是让人平静的力量

战争常常会带来大量的恨意和仇恨，我曾经对那些伤害我的敌人怀有强烈的愤怒。但是，我逐渐明白了原谅和关爱的力量，它可以让我们平静，并摆脱恨意。只有原谅，我们才能克制自己的情绪、减轻内心的痛苦，使我们获得心灵的宁静。关爱还可以让我们排除那股伤害，培养身边人的爱心和同情。

第五段：感恩生命和勇气

在遭受伤害之后，我明白生命是多么的重要，而且我们只有一次。因此，对于所有保卫我们的人和生命，我心怀感激。我学会了珍惜自己的生命，并尽一切努力去保护它。不幸的是，战争带来了许多伤痛和痛苦。但是，我们也应该庆幸，我们具备了勇气和决心去直面一切挑战，并继续前进。我们应该时刻珍惜生命，不给自己和身边任何人添麻烦和伤痛。

结尾：通过这些经历，我了解了伤兵的艰辛，并得到了亲身体会。只有团结、信仰、积极态度、关爱和感恩，我们才能勇敢地面对挑战和战胜一切难关。通过这些经历，我深刻体会到了人性的可贵和生命的宝贵。

伤兵心得体会篇七

来到金玉普惠公司已经一年了，在金玉普惠公司严格的淘汰制度下，我现在也可以说是“老员工了”，但在销售部我还是一名。

在销售部的日子我学习到了很多也得到了很多，在工作上：做事情学会了多想想多问问的习惯，在劳动中锻炼了耐心和恒心同时，也知道了父母挣钱是多么的难，更是知道了工人们挣的钱是无数汗水换回来的！还有就是金玉普惠公司发展是多么的不容易，同时也改掉了自己粗心大意马马虎虎的坏习惯。生活上：从以前的沉默寡言变得活泼开朗了高兴，更多的是在人际关系上得到了锻炼，在这里的同事之间就像是大家庭一样，在工作中是自己的上级是自己的同事，在生活上就成了自己的叔叔阿姨，自己的兄弟姐妹。在上班的时候上级领导会教导新职员怎么才能做好工作怎样去做一件事情，和做工作的方法，在生活上也会得到关心照顾。

这些对于刚刚走入社会的我们是非常重要的，因为我们的羽翼还没真正强壮结实。

当得到消息要调入销售的时候心情是很激动的，因为销售在公司地位是很高的，也就是说公司相信我能做好这份工作，在这里我所接触的是直接面对客户，这和我以前做的工作是有根本的区别，如果说我以前的工作干一件事可以多花一些时间去准备，那么在销售的时候我必须在几十分钟或几分钟之内去把对手打到，用最高的效益做到最好，销售的职员不多但工作都非常具体明确，作为新鲜血液的我在销售能做的并不多，因为我的经验我的阅历还没有真正的算的上一个合格的销售员。所以大家对我的期望值很高，都在细心的教导培养我，我也会努力学习因为我知道在其他公司是不回有人来“教”你的。

- 1, 我知道了怎样与人交流，怎么去和客户交流。

2, 学到了怎么正确的对待不同部门的态度方法。

3, 学到了许多销售内勤的工作, 懂得了怎样才是正确的待人接物, 同样也学习到了如何处事, 在工作期间, 我也成功了签了许多单子, 这些极大的丰富了自己的知识。

在今后的工作中我会努力的提高自己的业务水平, 积极参加公司组织的活动我深知作为金玉普惠中的一名销售员的责任, 也深感一个销售员的光荣, 成绩属于过去, 未来才属于自己, 作为一个青年, 我知道我的工作才刚刚开始, 我惟有勇于进取, 不断创新, 才能取得更大的成绩。

伤兵心得体会篇八

第一段: 引入背景 (设置场景和描述身份)

在人生的角逐中, 有很多不同的现象和经历。而当我们聚焦在军训这一特殊场合中, 有一群与其他人截然不同的伤兵。他们曾经经历过战斗的洗礼, 为国家和人民做出了巨大贡献。然而, 他们的伤痛让他们对参与军训抱有更多期待, 有着不同于正常士兵的体验和感受。

第二段: 磨难的伤痛 (描述他们的困境和挑战)

伤兵在经历战争后, 身心都会受到极大的挑战。他们不仅遭受身体上的外伤, 还要应对心理上的痛苦和创伤。而这些伤痛, 曾经是阻碍他们完成军训的强大障碍。在训练开始之初, 他们面临着重重困境和极高的忍耐力要求。无论是运动能力上的困难, 还是与其他士兵的交流障碍, 伤兵们都经历了许多痛苦的摩擦和挣扎。

第三段: 积极面对挑战 (描述他们的努力与成长)

尽管残酷的现实摆在伤兵面前, 他们以积极的态度和韧劲迎

接挑战。他们不再沉浸在过去的伤痛中，而选择用坚定的信念面对军训遇到的一切。伤兵们努力训练，不断挑战自己的极限，争取更好的表现。他们不仅要和其他士兵一样完成基本军事训练，还要克服自身身体状况带来的差异。然而，在这个过程中，伤兵们逐渐找到了自己的位置，意识到自己在战斗中的重要作用，并开始充分发挥自身潜力。

第四段：相互支持和协作（描述合作中的伤兵与其他士兵的关系）

军队教育一向强调团队协作和相互支持。伤兵们在这个大家庭中找到了温暖和支持。他们帮助彼此克服挑战，传递正能量，共同进步。伤兵的出色表现和不屈不挠的精神感染了其他士兵，让他们认识到伤兵们的价值和战友之间的联结。这种关系不仅在军训中体现，还将在日后的工作和生活中发挥重要作用。

第五段：军训心得感悟（归纳总结）

通过军训，伤兵们获得了很多宝贵的心得感悟。他们学会了坚持和奋斗，面对逆境时更加沉着。军训锻炼了他们的意志力和纪律性，让他们重拾对生活的信心和热情。他们不再将伤痛作为阻碍，而是以积极的心态去面对人生的每一天。这些经历将会启迪他们继续追求卓越，并成为独一无二的战士。

结尾：

伤兵们在军训中收获了不仅仅是训练技能和专业素养，更培养了坚毅、勇气和团队合作的精神。他们的军训经历成为他们人生中不可磨灭的一部分，为他们的未来奠定了坚实的基础。同时，他们也用坚强和努力为其他人树立了榜样，向社会传达了希望和勇气。无论伤兵们在战斗中受伤与否，他们都凭借着自己的特殊经历，在军训中展现出强大的力量和不可低估的贡献。

伤兵心得体会篇九

1月13日我们迎来了寒假，大家开心的不得了。当然，我也不例外。

在寒假里，我的时间在爸爸妈妈的指导下安排的非常妥当：早上八点钟起床，九点——十二点是作业时间。下午两点——四点务必完成早上未完成的作业，如还有时间就可以看点课外书。其余的时间就可以灵活安排了。

在这个寒假里，我学会了许多东西，也懂得了不少道理。打羽毛球——就是我印象中最深刻的事情。

一天下午，妈妈提议说：“我们去打羽毛球好吗？”“好呀！”我兴奋地叫了起来。可是，我还不会打羽毛球，怎么办？妈妈好像看透了我的心思：“没关系，到时我教你打，打羽毛球是很快就可以学会的。”到了羽毛球馆，妈妈先告诉我：右手拿球拍，左手发球，右手接着使劲拍过去球向上抛，手就用力拍过去。接球也一样。要估计它降落到什么地方，拿球拍一下打出去。就ok了。还要注意，不能压球。妈妈示范了几次，就让我练习。练习了几次，终于学会了！

这个假期我很开心，这次让我学会了也懂得了这个道理：只要多练习一定能成功！