

最新观察树叶活动方案中班(模板8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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，我们一起来看看吧。

日记心得体会300字篇一

从严冬写到金秋的故事，犹如温暖童年的“心灵鸡汤”，犹如陪同你成长的“心情宝典”。相信你将会在幽默好玩美妙温暖的文字中，发现一条联通现实和幻想的秘密通道，相信你会感动、会流泪、会哈哈大笑，会开始生命中最初的思考。

在《笑猫日记》里，我学到了什么是亲情，什么是友情。

其中，在笑猫日记里，我最喜欢的人物是：1、笑猫日记，因为它会笑。2、淘气包马小跳，因为他淘气。3、疯丫头杜真子，因为她会做土豆沙拉。4、我心中的虎皮猫，因为它是一只超凡脱俗、心中有信念的猫。5、拖拖(一只狗)，因为它很可爱。6、雪儿(一只猫)，因为它很美丽，又是一只波斯猫。

我学到了友情是：和一个我不认识的交朋友。

我学到的亲情是：你的爸爸、你的妈妈对你好，你也要对他(她)们好。

日记心得体会300字篇二

有人说军训大概率就是，身体在军训中强壮，意志在军训中磨练，风采在军训中展示。的确是这样!虽然，我们的军训时间很短，但我想它却足以让我们铭记一生。我也曾看到过天安门广场整齐威武的军队从我眼前走过，也看到过国家阅兵

仪式的直播，那种振奋人心的踏步声，让我此刻都记忆犹新激动不已，这无不体现出正步的魅力。

可能是由于天气过于炎热，也可能是内容以前学过，有的同学会觉得枯燥无味。但是对于初入大学的我来说随着年龄的增长对军训的收获和体验也是不一样的。比如在今天晚上教官让我们练习蹲姿的时候为了分散我们的注意力，他给我们讲述了他服兵役期间在安徽抗洪抢险的真实事迹。事迹中，他讲到他们曾500人手拉手用身体挡住来势汹汹的洪水为人民群众赢得宝贵的救援时间，也讲述了他们曾经一起在一线抢险的一个连队全连牺牲的故事。这不仅仅体现出了人们在天灾面前的无能为力，也更加体现出了军人的担当和付出。同时教官也向我们讲述了他们在寒冬时节只穿着短裤进行体能耐力训练，在3、40度的高温天气下练习军姿，蹲姿一蹲就是3小时起步，蹲到腿直接麻木……然而我们蹲了短短20分钟就觉得到了极限。跟他们比起来，我们只是一点皮毛而已。他们的训练比我们还辛苦好多倍，但是教官只是寥寥数言代过，这不由得让我心生敬意，从内心深处更加重视这次军训，好好训练！我想这也正是军人身上的那种朴素感的具体体现吧！这些故事对于军人来说很平常，但是我却从中看到了团结的力量及无私的伟大！

我想经过这次军训有很多同学跟我一样将会！向军训阅兵典礼交出一份完美的答卷，让这场充满青春活力的军训落下华丽的帷幕。我也相信在未来的日子里大家都会努力让自己成为一个无愧国家、无愧社会、无愧父母、无愧自我的时代新人，走在时代前方，做一名优秀的社会主义接班人。

军训心得体会日记篇2

金秋九月，秋高气爽，在这个飒爽的季节里，我们迎来了为期十天的军训生活。

军训，有益于帮助学生养成雷厉风行的生活习惯与听从指挥、

顽强拼搏的素养。无论从哪个角度讲，军训对于学生来说，都是百利而无一害的。军训，锻炼的不仅仅是学生的体魄，它更是磨练学生的意志，培养学生素质，锻造学生精神的一种强而有力的方法。作为一名新时代青年，我们更应顽强拼搏，刻苦训练，以优异的成绩向祖国、向学校、向教官、向自己提交一份满意的答卷。

学习固然重要，但其他方面的发展同样会在我们多姿多彩的高中生活中留下浓墨重彩的一笔。军训就是一个很好的开端。享受与阳光的每一次相拥，与汗水的每一次别离，这些美好的经历都会在记忆的角落扎根发芽，在某一个不经意的瞬间，从地下的冻土中开出十万层怒放的蔷薇，在耀眼的星河里熠熠生辉。我想我会永远记得，在2021年的秋，我曾遇见一群炽热而明亮的人，我们一同在绿茵场上大笑，一同挥洒过汗水，一同拥有过一段热烈而美好的记忆，只凭这些，我可以走过所有的凛冽与寒冬，我心里的太阳永远也不会落下。我想我会在这场与艰辛的博弈中成长。

在这场军训中成长、收获友谊，坚定信念，将这段经历当作一次全新的体验，锻炼自我，挑战极限。

我们在成长的路上，且从未停息。

军训心得体会日记篇3

时光流转，它在我们的期盼中到来。提到“兵”，我们总会满怀敬意，脑海中也会立刻浮现出那些在风雪边关的哨卡战士、那些在抗洪前线的坚强臂膀、那些在地震灾区的奋勇绿流……军人本色，是一条贯穿历史的红色主旋律，是一首弘扬家国情怀的赞美颂词！

军训是我们大学的第一堂课，它教会我们如何吃苦耐劳，去迎接挑战。也许，我们会遭遇烈日骄阳；也许，我们会面对飘泼大雨，但“逆境是阻挡弱者的`大山，也是冶炼强者的熔

炉”，那些无法将我们打败的，只会让我们更加强大。因为军训，我懂得了如何坚持、勇于克服困难、培养同军人一般顽强拼搏的精神和毅力。虽然训练的日子十分短暂，即使经历刻苦训练后的我们也仍达不到真正军人的标准，但我却可以亲身体会到军队的严明纪律和军人的钢铁意志。这种精神不断的激励着我，让我在今后的生活中遇到困难时，懂得以怎样的标准要求自已——坚持不懈，永不屈服！

也许两周的时间微不足道，但它却给我留下了终身难忘的印象。它让我学会了自立、自尊、自强，并且激励我面对挑战，让我们敢于走出父母精心编织的暖巢，勇敢地站出来迎接风吹雨打！

军训心得体会日记篇4

所谓“风雨迷彩，热血青春”，这次军训让我体会到了其中的深刻涵义。这是一次夹杂着汗水，却也欢乐的难忘之程。

当军训服发到手的那一刻，我的心情跟大多数人是一样的，既兴奋又期待，幻想着：军训的时光会是怎样的，我又将从中收获什么？古语云“逝者如斯夫，不舍昼夜”，军训正式到来了，我们同中卫校区的同学们一起参加了军训动员大会，那天晴空万里，连空中的太阳也在为我们庆祝成长的到来。

见到教官的第一面，一切急躁不安的心情都随风而散，心中的那份期待也终于圆满了。一开始，大家都有些紧张，但是我们的教官很幽默，缓解了我们军训的紧张情绪，让我们很快的融入其中。不管是炎炎烈日还是风雨交加，他都始终陪伴着我们一起艰苦训练。现在的我们不是娇娃，而是战士！烈日下长时间的曝晒让我们大汗淋漓，可这汗水却是甜的，一股一股地流淌在我们的心间，滋润了我们的心田。我们于风雨中齐步，脚下溅起的朵朵水花，正是对我们努力的认可，此时的我们正朝着更优秀的方向前进。

夜晚灯光照耀，点点繁星散射光芒，我们继续着白天的训练，虽然我们的脚在吃痛，但大家都坚持在自己的位置上，及时纠正错误，目光直视前方。

时针和分针在表盘上不停的游走，我们的方阵也随之变得整齐划一，这一切都源自每个人的不懈坚持，这也成为了一段难以磨灭的时光。

军训心得体会日记篇5

军训开始，我就感觉非常疲惫。之前在初高中的时候，我的军训并不像大学的军训一样，以前的军训就是走走方队，齐步跑什么的简单的训练任务。而大学的军训任务则不同了，大学的军训任务明显的更加难，比如之前说过的走方队，齐步跑，现在还有踢正步什么的更难得任务，并且现在的任务要求明显比以往经历过的都还要严格。

在完成训练任务的时候，教官对我们严厉，但是在中途休息的时候，也会和我们开开玩笑什么的。时刻贯彻该严厉的时候严厉，该放松的时候放松这一标准。军训任务，不能说有趣，甚至可以用枯燥来形容，不过，我相信我能坚持下去！

吃得苦中苦，方为人上人。这句话就很符合我们现在的状态。当别的连在休息的时候，我们连在训练，我看到也很羡慕别的连可以休息，不过，教官对我们说了一句话，我觉得很有道理，那就是“先苦后甜”。提早练习好军训任务，那么我们在后面的日子里就可以更加轻松。

我还没军训的时候，向往的军训是在凉快的树荫下或者没有阳光的操场上训练，而天公不作美，从军训开始，太阳就一直悬在天空上，没有丝毫的懈怠。上午的时候，天气凉爽，吹过来的风还有一丝冷意，而下午的时候，太阳高高的挂在头顶，偶尔有风吹过来，十分的难受。但是，即使难受我们也不能喊苦叫累，因为在军训的第一天，教官就对我们说了，

只能说不累，不能说累！

经过这两天半的训练，我觉得，一个人的意志坚不坚定，可以从军训中体验出来。比如说，站军姿，意志坚定的人可以一直维持着标准的军姿直到教官喊停，而意志没有那么坚定的人，则会东张西望。

这两天的军训，让我明白了做人要坚强，不能遇事就退缩，坚持下去，则会发现没有什么是不可能的！我们要相信自己！

日记心得体会300字篇三

下面就如何学好初中物理提出几项建议：

- 1、学会使用物理课本。对于才开始接触物理的初二的同学，从课本了解初中物理课要学习的全部内容是什么？物理课上老师会先讲些什么、后讲些什么？作为学生，是被动地等待答案，还是主动地探求去寻找答案，当然是做后者。
- 2、物理学中的概念和规律很重要，在物理课的学习过程中，基本概念和基本规律的学习是重要的，这在学习过程中是非一日能掌握的。同学们在学习每一个物理概念、物理规律时，要使自己由“机械记忆”转为“意义记忆”，最终上升为“逻辑记忆”也就是需要理解记忆。
- 3、培养良好的学习习惯，探寻好的学习方法。第一要学会“预习”，第二要学会“有目标、有重点的听课”，第三要学会独立完成作业，这里所讲的独立完成作业，不单纯指不抄他人的作业，而且是指做作业时不对照课本、不对照课堂笔记写作业。是指独立完成作业的能力，是要在同学们在独立完成作业的过程中不断培养自信。基本原则是：学会有意识、有目标地观察，丰富个人的感性认知；把握好学习过的“预习、听课、作业”的三个环节；定期进行所学习知识的小结或总结。

4、加强训练，需掌握两方面的能力，一是用物理用语表述问题和规范书写物理公式、解题格式的能力；二是物理实验基本操作能力。物理用语是学习物理的语言工具，必须学好。物理用语中专用词、专用符号需要一定的记忆，例如，每个物理量都有它的名称和表示字母；每一个物理规律或定律所有它的陈述原则。但是这些内容也是有规律可循的。比如，每个物理量的表示字母，多数都是用物理名称的英文单词的第一个字母；同样，物理公式的书写、物理计算题的解题格式，都要做到规范和熟练。它们是学好物理的基础。

短记忆周期，使知识信息贮存得牢固。如果能做到科学记忆，就可以在头脑中建立起一个“智慧的仓库”。在新的学习活动中，当需要某些知识时，则可随时取用，从而保证了新知识的学习和思考的迅速进行。

(1) 理解透彻，记得牢

理解是提高记忆质量的前提。对初中物理中一些易混淆的概念，如“额定功率”、“实际功率”、“比热”等，一定要在理解的基础上记忆，否则更易发生混乱。

(2) 语言简炼，记得快

可将一些重要知识编成顺口溜，以帮助学生记忆。如二力平衡的条件可编成：“一物一线等值反向”；光的反射定律可编为：“三线同面，法线居中，哪来哪去，角度不变”；电路识别可编为：“简单电路四元件，源器线加电键，逐个顺次是串联，电路分属并联”。

(3) 反复强化，记得准

对有些知识，需反复强化记忆。即凡涉及到该内容时就不断强化刚形成的条件联系，并及时运用、巩固，以加强记忆。

6、广训练，精练习，提高学习成绩

练习是掌握知识，巩固知识的重要途径之一。练习包括课堂练习、作业练习、实验操作练习、单元练习及综合练习等，在练习时要注意处理好以下几点：

(1) 遵循由易到难循序渐进的原则，有计划有目的地进行不同程度、不同方式的适量练习。既要有知识覆盖面，又要有适当的知识梯度。

(2) 进行科学的思维活动，不断探索解题的方法、思路和技巧，以便举一反三、触类旁通。如解题时要认真审题，抓住关键的词句和物理过程仔细分析，同时应反思解题过程，勇于修正错误，不断提高解题能力和思维效率。

日记心得体会300字篇四

今天是第三天军训了，天气也与昨日不同，灿烂的阳光射出了乌云，投射到大地上，我们的身上。早晨起来我只感受到了温暖，将近中午，含税便浸湿了我的衣裳，这秋日的阳光，如此霸道！天气放晴，我们一整天都有军训项目。

上午我们练习了昨天学习的站军姿，稍息立正，向右，左，后转。在教官的指导下，我们还学习了新的内容，原地踏步和齐步走。在小学，我们就学习过这项内容，而且也是反复训练。不就是走路嘛，谁不会呢？我们信心满满，在老师的口令下一步步的踏着，虽然都会走路，但在军训里，大家的步子，有的快，有的慢，有的大有的小，在一个队伍里简直乱了套。教官一遍遍地教着动作要领，一遍遍地示范，踏步有了起色。在接下来的齐步走的过程中，队伍又参差不齐，排面七出八进，立定时也拖泥带水。又是一样，在老师的指导下一遍遍练习。身体也有些不听使唤了，腿和肩好痛呀。太阳越来越高，也越来越烈，要不是休息了一会儿，我应该也会倒下了。上午的训练终于结束了，下午1点40分，我们又准

时集合，下午的训练我们分成了一排排练习，二十多人啊，齐步走如何能保持在一条线上呀！每个人的步子都不同，立定的时候有些同学总是掌握不好方法，我们就在老师的陪同下一遍遍地走，每次都要比上一次好吧。最后一遍，当脚步声一齐停住，二十多个身体停在一条线上的时候，我多想鼓掌，为我们喝彩，为我们的坚持和努力喝彩，为我们这迟来的默契喝彩！

不仅是迈的步子，大家都有不同的性格、习惯，并不是一开始就和谐的。这需要每个同学都时刻关注着旁边的同学，再对自身做适当的调整，大家这样反反复复，互相磨合，早晚有天，大家真正成了一个团体，不管你是谁，我们都站在一条直线上！

每一天的军训都令我有不同的收获，又经历了一天，我和新班级的同学相处的越来越好，我们是要相伴三年学习的，我要努力，和大家成为一个大团体。在一条直线上，共同进步，我们的七六班！

日记心得体会300字篇五

我参加了人生中的第一次军训，这几天火热的军训生活，这种训练对于我来说是既辛苦又兴奋的，是值得回味的一段日子。

每天训练下来，累得腰酸腿疼。我的教官是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到符合要求为止。其实教官也是心疼我们的，但他更希望能把我们的坚强、毅力练出来。

军训的确很辛苦，在炎炎烈日下，我们踢正步，排方队，在激昂的训练场上，我们欢呼，呐喊。就是这样一段生活，使每个人在摸爬滚打中慢慢成长；就是这样一段经历，使我们在汗水中变得坚强。

军训生活培养了我们的集体观念和纪律观念。在队列中教官非常强调纪律，每当有人在队伍中不打报告便随意乱动时，都会受到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。整齐的队列增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，不能只是考虑自己。

军训也培养了我的身体素质。一开始训练，只要站上10分钟的军姿，就会感觉体力不支。现在即使站上20分钟，还是做到站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

军训心得体会日记

日记心得体会300字篇六

军训到底是怎样的生活呢?在这短短的几天里，我深深体会到军训里的酸，甜，苦，辣，让我永远记在心中。

在这里，让我们学会学习，学会生存，学会竞争，学会合作。让我们懂得了团结合作、自立自理、互助友爱、勇敢自信。让我深深体会到教官的严格，老师的引导，同学的关爱，使我有精神支柱。我要谢谢教官、老师、同学和身边的每一个人。

昔日的骄气，爸妈的迁就和呵护，在军训中都一洗而过，毫不保留痕迹。让我们长大了，成熟了。军训让我们度过了人生的一个转折点，一个父母怀里骄气的孩子，依赖性很强的调皮鬼到一个成熟的人，都为我们这一切的一切埋下了伏笔。

人总要慢慢成长，要不断地学习，不断地创新，所谓活到老学到老，这就是我们的人生。一个人没有一定的毅力，没有一种开拓进取的精神，没有一种对自己的严格要求，那他的人生也是做一天和尚敲一天钟罢了。

军训，或许就是考验一个人，考验他的独立性、自觉性，还

有吃苦耐劳的精神。我一定要做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。所谓“吃得苦中苦，方为人上人。”我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我要做到最好，我要证明给所有人看。

我们要让在基地播下的种子能够生根、发芽、开花、结果，收获一生最宝贵的财富，让我们的明天更加灿烂吧！

日记心得体会300字篇七

俗话说得好：雷锋出差一千里，好事做了一火车。雷锋的钉子精神我永远铭记于心底。

一个阳光明媚的星期一早晨，我乘着面包车去上学。中途，一位带着婴儿的老奶奶走进面包车里，因为面包车的座位已经满了，售票员只好大声说：‘‘哪位好心的人，让一下座位吧!’’这时，我的头脑里似乎有两个小矮人在争论，一个小矮人说：‘‘不能让座位，不然你就要站着了!’’另一个小矮人却说：‘‘你是一个优秀的少先队员，今天又是雷锋的纪念日，你理所当然要让座位呀!’’听到这里，我马上站了起来给老奶奶让座。老奶奶夸我是个好孩子，大家都向我投来赞许的目光，我的心里比吃了蜜还要甜，一直甜到心窝里。

原来帮助别人是多么的快乐呀!虽然有时觉得辛苦些，但别人开心了，自己自然也就心花怒放啦!

日记心得体会300字篇八

告别小学的我提着大大的旅行包，肩上还背着小书包，费力却很快乐地走在路上，遇到熟人问我去哪儿，我就自豪地说：我去上学了!经过一路的奔波来到学校，我迅速地换上整洁的校服，带着激动的心情去教室认识新同学。

来到了学校，这里空气清新，植物繁多。当然，蚊子也多，糟了！我是O型血，肯定被臭蚊子叮住了。

果真，不出我所料，军训的第一天，跑步、稍息、立正、左右转是必不可少的。当教官喊稍息时，我就被蚊子叮上了，稍息不自在地抖脚，拼命地抖，蚊子就是不下来，只有啪！哈哈，蚊子被我打死了，可手上留下了一道血迹，才明白蚊子吃了我不少血。终于一场腥风血雨过去了。

日记心得体会300字篇九

她是个活泼好动的女孩儿，上课的时候喜欢和别的同学叽叽喳喳；她是个充满想象力的女孩儿，以后的梦想是当一个记者；她是好学的，尤其喜欢研究古代贵族家谱和读书……就这样的一个她，与我们普通的女孩子没有区别的她，引起了我的思绪。

老师给我们上了一篇课文，有关纳粹二战时所犯下的滔天罪行。我无法想象，一个笑容明艳的美丽的小姑娘会和这样残忍的集中营有任何关系……她是安妮弗兰克，一个多话不安分的小女孩，她在“后屋”藏了好几年不见天日，直到纳粹发现了她。

身影，另一方面，我又非常不想找到她，我不相信她真的被关在了这种地方。我心里祈祷着不要找到她。可是，除了这张照片上的人，还有400万人死于这个集中营，死去的人太多了，安妮的母亲，姐姐玛戈，范丹一家，杜瑟尔医生……我忍不住来回想着，这太残忍了！我有点受不了了，纳粹的行为令人发指，是平常人不敢想的。

有很多像安妮一样的女孩儿，她们聪明乖巧，勇敢无畏地追求梦想。可是在集中营她们受到了什么样的折磨呢？怎样的死去呢？没有人知道，只有安妮把自己的一切记录了下来。我们应该感激安妮，如果没有她，她在后屋的日子，对纳粹的控

诉，就不可能被记录下来。

荷兰人特意在安妮住的后屋设置了一个旅游景点，去的人络绎不绝。我可以想象窗中一双明亮的眸子，那是安妮在向外面张望，我永远都不会忘记她，安妮。

日记心得体会300字篇十

起床的信号再一次把我从睡梦中“吵”醒，一切就绪后，新一天的军校生活开始了……回忆起来，今天的军校生活可真令人难忘。

早上，我们学习障碍跑，“跳沙坑”、“”、“过独木桥”和“过封锁线”就是我们的训练目标。最让我留恋的是“”，1.5米高的墙，我竟然轻而易举地就翻过了，我简直不敢相信这是事实。其实“”也并不是很难，只要手一撑，脚一蹬，就能翻过。瞧！不是十分简单吗？可许多同学都从高墙上摔了下来！

不过苦的事情还在后面。下午训练时，我们班的四个“坏小子”又开始不听教官的话了，还和教官顶嘴，这下子可把教官惹火了，让同学们做俯卧撑，做完了又考验我们紧急集合的速度，这可把我们累坏了，这还不成功，让我们绕操场跑了10圈，看来非把我们练得“断气”为止。看看别的班的同学在教室里休息，我们却在操场上训练，同学们心里别提有多么不服气了，可有什么办法呢？谁叫我们班的“坏小子”不听话、不争气呢？到现在，同学们还胆战心惊的，生怕教官气没消，半夜三更让我们紧急集合，唉，够呛的！真是“魔王”发火，同学吃苦呀！