

2023年高中生活的收获和感悟 高中生活的感悟(优秀5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

高中生活的收获和感悟篇一

三年了，三年高中生活已经逝去，记得三年前年少轻狂的我们带着遥不可及的理想，意气勃发的踏入高中校门。现在看来，只能淡然一笑。三年高中生活让我们变得成熟，在我看来高中三年的财富远不仅仅是高中课本给我们的，高中三年的生活才是真正的财富。

高中就是一个小社会，形形色色的同学，不，是形形色色的人。各种心思，复杂的关系，遇到的各种问题，怎样解决.....无不考验着高中生的能力。三年已经结束，该好好总结一下了。

1 要自尊自信。自己不尊重自己那没人会尊重你，自己不自信那没人会给你机会。不管你同意不同意，个人认为谦虚的品格在当今社会已不复存在，或许可以说不合时宜。换句话说，谦虚约等于自卑，骄傲约等于自信。有句俗语不怕你骄傲，就怕你骄傲之后还成功，不怕你自大，就怕你自大之后仍胜利。比如朋友买了一块表，看了赞美一句·这表真漂亮啊·（实际上那表可能也不怎末样），中国式的回答：哪里，哪里，不怎末样吧！西方式的回答：谢谢，我也这样认为。最令人恶心的回答：那当然，比你的好多了，你看你的太丑了。可以设想一下你的回答会是怎样。自尊，就是尊重自己，我很重要，即使自己有许多缺点，自己劣势很明显。

2 要明确的表达出自己的看法。当别人和你开玩笑但这玩笑你不喜欢时，当别人的话中有你认为是攻击性的话语是，当别人和你用你讨厌的方式打闹时，明确告诉他你不喜欢这样，以后别这样了。如果你为了不让那人难堪而不说，那人还会想以前那样做。因为他不知道你讨厌这种方式。世界上没有完全相同的叶子，人也一样，每个人都不同，每个人都和你不同，你的想法和他人不一样，所以要明确的表达出自己的想法。不能过多的为自己着想，更不能过多的为他人着想，尤其是不懂你心思的人（换句话说说是你讨厌的人）。

3 要找到真正的朋友。朋友是什么？当你生病时，你最想谁陪你去医务室。当你有困难时，你最先想到的是谁。当你成功时，谁和你一块高兴甚至比你还开心。你心里由衷祝福的那个，希望他成绩好，希望他健康，成功，的人是谁。那个或者那些人是你真正的朋友。玩牌三缺一就想到你，表面恭维你内心嫉妒你，吃喝玩乐找你有困难时悄然或声势浩大的离开，这样的人不算朋友。我们要努力去交真正的朋友，首先你要让周围的人相信你值得做他们的真朋友，你为他们两肋插刀，他们才肯为你赴汤蹈火，或许有时你的真心换不来他们的诚意，没关系的，继续努力，圣经上说，若是有一人打了你的左脸，你要伸出右脸让他打。当然，我不是让你也这样，只是我们是不是应该从这里学会以德抱怨呢？！如果真的这样也换不来他的真心的话，那么，朋友，转身吧，放弃他，因为，他不配做你的朋友。

4 学会尊重他人。尊重他人是做人的基本准则，不会尊重他人的人无法立足于当今社会。在生活上喜欢讽刺挖苦别人而自己却没有任何优势，这样的人活着污染人间，死了毁坏地狱。注意自己的言行，学会尊重他人！！！！

高中生活的收获和感悟篇二

当潮水退去的时候，你才会知道谁在裸泳；当高一开始的时候，你才会知道谁是真学霸！9月3日开学，很多经历过中考，

披荆斩棘，战胜同类的孩子们跃跃欲试，摩拳擦掌，相信在高中，自己一定可以有更好的斩获。于此同时，很多即将进入高二的同学，却没有这样满满的自信。他们还没有从高一的噩梦中醒来，也不确定这样的噩梦还要做多久。唯一确定的是，高中不好过，自己原先做了多少年的名校梦似乎该醒醒了。

有一位高二学生的妈妈和我讲，女儿从小学到初中一直很优秀，自己也一向以女儿为荣，亲戚朋友都说，这孩子就是清华北大的料。可经历了高一，孩子在学习上节节败退，虽然没有一落千丈，可原来优秀的孩子，现在只能说中上；原来定位一本名校，孩子现在却劝我现实一点，还说学霸很多，自己也就这样了，能保住二本就不错了，让我不要对她抱太大的奢望。我不知道高一这一年究竟发生了什么？让我一向优秀自信的女儿这样颓丧。

和学习方式的一次大检阅。所以，表现出来就是知识的量特别庞大，孩子一愣神，可能十几页就过去了；知识的理解难度特别大，有的学科，比如数学、物理里面的概念，怎么也搞不懂，非但如此，连政治、历史这些文科里面的相关概念的理解难度也是非常大的（比如：生产力、价值、对立统一等等，抽象至极）。很多高考数学考到一百一二的学生，可能做题也还可以，可这些东西你还真没学到家，理解到位，否则，你就上140了。所以，上了高一，要求你对知识进行深加工，深加工的工具是什么？就是你的思维方式、你的学习方法。这两样没有，或层次比较低，就好像我们的电脑配置比较低，处理的信息一大，就会死机。

全中国的高中老师都会讲知识、讲题，但是能够对孩子的思维方式和学习方式进行调整的老师却很少，基本上只占到教师队伍的20%。很多孩子上高中后吐槽老师的水平差，家长很痛苦，其实，孩子的感受是很真实的。我上高中的时候就遭遇过“壁挂炉式”老师，讲课讲得自己挂上面了，或者不讲还好，越讲孩子越晕；或者老师很勤奋，可就是无法做到把

复杂的东西简单化。老师水平不行的时候，孩子们就只好拼命了。这也就是教育资源落后的高中往往进行题海战术、拼命战术的原因。一将无能，累死千军。给高一孩子几点建议：

1. 严格意义上讲，高中只有两年，高一、高二。所以高一的重要性不言而喻。抢占高一，就抢占了整个高中学习的制高点。所以，无论付出多少，高一一定要突破掉，这样就为高中撕开了一个大口子。

2. 如果你的过去是辉煌的，众星捧月，那你现在应该在重点高中重点班。我建议你放掉之前的傲娇，清空自己，将心态归零，从新开始。这样在你的成绩有起伏的时候，你才不至于太过沮丧。稳定坚强的情绪有助于帮你度过一切。

3. 除了主动、自觉，你同时要对你的学习方法和思维方式进行调整，要提高自己的认知能力。要真正意义上开始思考，培养自己做事情的正确思维方式，这样的一种思维，你将受益终生；否则，即使跨过高考，你也将只能是一个“书呆子”。

4. 如果没有别的办法，唯一的办法就是勤奋吧，极端的勤奋吧，勤奋到自己感动自己的地步，老天也会来帮你的。

5. 高一虽然可怕，但并不是不可以搞定。李波老师说了：智力正常，思维方式、学习方法到位，再加上勤奋，高考数学考到125-130之间完全可以实现。所以，一定不能因怕生怯，坚持下去，你一定可以。

转眼间，紧张又充实的高中生活已经过去了1个多月，在这一个多月里，我认识了新同学，认识了新集体，认识了新老师，当然也认识到了全新的自己。

踏入高中的第一课——军训来临了，一大早，全校1300多名同学穿着整齐的军装，昂首挺胸，朝气蓬勃地站在操场上，

时刻准备着迎接训练。21位教官站在各自的班级前接受任务，他们像坚实的巨人，引领着每支队伍。校长看见新一届的学生展现出来的朝气，内心也是万分愉快，他的一席话，鼓舞了全体学员，使同学们更有勇气去面对困难，迎接挑战，最后，随着一声响亮的“军训开始”，哨声响了起来，同学们正式进入军训。

第一天的训练，并没有那么累，只是教一教基本的军姿，可是头顶的太阳却是那么耀眼，我的汗浸透了全身，吹了一个暑假的空调，突然在太阳底下暴晒，感到非常不习惯。我们的教官姓何名华，个头不高，却十分有军人的模样，他并没有别的教官那样严厉，却比别的教官更严格，仅仅一个军姿，就站了一下午，当然教官也陪着我们站着，我内心一直在抱怨，抱怨站军姿的热和累，殊不知这是在磨练我们的意志力，锻炼我们的毅力。军训的日子过的很慢，一天天像是煎熬，渐渐的，我们习惯了军训的训练，站军姿成了家常便饭，一天比一天站的好，站的正，站的直，事实上那是我们每位同学的毅力在不断增强。军训的10天中，最难熬的是学正步的那一天，头顶着似火的骄阳，在33度的高温下，练习正步，响亮的跺脚声，整齐的步伐慢慢出现，汗流浹背却不叫苦，上百次的跺脚却不叫累，那天晚上，我的脚很疼，脚掌也磨起了泡，但那都不算什么，我依然怀揣着期待与信心，迎接明天的挑战。

军训期间有两次会操，班与班之间评比，看的出来，教官和老师都对这两次会操很重视，但很可惜，我们班在这两次会操中都没有得到表扬，可教官说我们已经很不错了，在逐渐的进步，在教官那里，我们得到了表扬。挑战书和应战书的接踵而至，更激发了我们的斗志，我们认真训练，团结一致，响亮的口号飞满天。

军训的最后一天，本以为算是熬到头了，可是教官的离开，又给每一位同学带来了伤感，我们舍不得，舍不得教官；我们感谢，感谢教官。10天的训练，把64位素不相识的同学变

成了一个集体，一个家庭，是军训让我们有了集体意识，让我们彼此了解，有了军训做基础，在以后的学习中，我们更会勇往直前，迎难而上。感谢军训。

(19) 班朱宇

20xx-10-4

高中生活的收获和感悟篇三

很乱，这个暑假，各种事情纷沓而至，从开始至现在的即将结束。不时地，不经意地，一件件浮现在我的脑海。奇怪的是，它们总让我感到遗憾，羞愧或是尴尬与厌恶，竟都没有件令我自豪，满意的事情，不禁使我从长时间的怀疑中认清现实，我的确是一个悲观主义者。

之后，由于疫情，开学延期，回到家，首先参加了弟弟的升学宴，然后，额，断片了，接着报名了今年11月份cma p2的考试，进行了一系列的缴费，然后就开始练习科三，同时上网课，运动等计划都落空了…曾经想要瘦下来的梦想稀碎。

自律即自由，但是经历了这么几天，我真真切切地感受到了理想很丰满，现实很骨感这句话，真正的自律确实并不是一般人能够做到；做到自律，一份短期，长期计划十分重要！

今日刷朋友圈，有朋友说道：泡脚泡着泡着感悟到了人生的真谛，要把自己和外界适当剥离，专注自我。这不禁让我想到了前段时间看到的文章《优秀的人为什么不主动社交》，其中讲到的大概是，优秀的人只是避免了许多无谓的社交，相比之下，自身能力的提升才更能够吸引别人。社交实际上是人与人之间的互帮互助，饭桌聚会等场合的微信扫码加个好友，大多数的好友仅仅是萍水相逢罢了。宁静本心，是我

接下来的行动了，嘿嘿。

欧了，大三的生活开始啦，收拾收拾，背上行囊再出发！go!

高中生活的收获和感悟篇四

踏进x大门的那一刻，一切对于我来说都是新的，新老师、新同学、新教室。迷茫的眼望向大门外的父母，竟是那般的无奈与不舍，却也激起了埋藏已久的青春热血和对前方困难好奇与渴望。脚尖指向也便是心的方向吧。

同学们一个个看似成熟的脸庞却有着未脱幼稚的心。随着人群移动来到了熟悉而陌生的教室，却不曾想随之而来的是军训的磨练。

上学的第二天，满载行装的我们在教官的带领下踏上了满怀艰辛的路，也就注定了我们少不了流汗。流泪，做好了晒黑，掉肉的准备。经过了一个多小时的车程，来到了x区野战国防园。

这里有飞机、坦克、船，尽管已有些陈旧，仍让人打开眼界。宽阔的操场，宽敞的大厅，敞亮的食堂，整洁干净的寝室，严格负责的教官，耐心负责的老师。

时间飞快，已到了第三天。但有时又是那难熬，军姿后大汗淋漓，坐姿后脚麻腿酸，齐步后腰酸背痛。第一天，洗衣叠被的烦恼，是对自理的极大挑战，有的人从未住宿于校，手足无措，而对于有自理能力的人来说，轻而易举。这是对我们很好的锻炼，有利于人际交往能力的提高。

军训，不仅仅对我们身体素质的锻炼，意志的磨砺，更让我们从中获得教义。听了董校长的话，不禁为自己是凤凰学子而骄傲，为学校争光的想法愈来愈浓，不禁为校史而感叹。

懂你，懂我，懂有健，被董校长即兴而作的诗所惊叹。

第一天，我们适应其中。

在烈日下，我们抬头挺胸，对抗火热的阳光，团团火焰围绕在身旁，灼烧着手臂和脸。一句句口令的发出，让我们振作精神，时间一长，又迫使我们精疲力竭，头上的汗水随着脸颊滴在地上，甚至能感到阵阵水汽，但总有什么力量让我们坚持下来。每天晚睡早起，紧凑的训练杂加着少许休息，甚至有些沮丧，想放弃。

又是一天下午的领导讲话时间，内容是关于国防的。国防与军训有啥关系?这么累的军训有啥用》带着这些问题，注意力马上集中了。我们一起见证了中国一步步走上强盛的历史，相信坚持道路问题，又了解了现代中国面临的压力。

文档为doc格式

高中生活的收获和感悟篇五

尊敬的校领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

我是毕业于初三（7）班的dxx□班主任是h老师。非常感谢学校领导给我们提供这个与大家交流的机会。看到在座的同学们，我不禁也想到了三年前站在这里的自己，带着新奇与喜悦，踏进实验中学的校门。

白驹过隙，斗转星移，三年后的自己能站在这里，自然少不了母校老师的辛勤教导和自己的努力。在此尤其要感谢辛勤培育我们的恩师。我们今天的成绩离不开您的培养，我们的明天也会因有您的教育而骄傲！

而至于我的学习方法和过程则与同学们大同小异，无非就是些老生常谈的东西。只是重点把自己如何进行有效学习、养成良好习惯的几点体会罗列出来，与大家交流与共勉。

首先是要有超前意识，敢为人先。在没有收到其他人的命令的情况下，自己主动通过各种途径认识，理解，驾驭新知识。这种主动学习的态度能够提高我们的自学能力，同时，学到新知识后的满足感也能提高我们的学习自信心，激发学习兴趣，促使我们更加主动地学习。

其次是要养成独立思考的习惯。学习生活中遇到的困难，若是产生依赖心理，不假思索地求助于他人，则又丧失了一次锻炼自己的机会，而若是花些时间想一想，尝试用不同的角度探索解决问题的途径，即使最终没有达到目的，但至少自己思考，解决问题的能力得到了提高。日积月累下来，你会惊喜地发现能难住你的问题将变得越来越罕见。

最后，好的成绩贵在平时积累。若是认真对待每一天，将每一天的学习时间发挥到极致，那考前的复习也就不免显得有些多余，因为过程努力了，结果往往不会太差。在学习的长跑中，若是每一天都快人一点，每一天都快人一点，最后又怎可能没有好成绩。

愿同学们能珍惜在实验中学的每分每秒，好好学习，天天向善，创造实中新的辉煌！

祝老师们工作顺利，身体健康，桃李满天下！

谢谢大家。