

最新中学生手机使用承诺书(精选9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

中学生手机使用承诺书篇一

无论我们离家有多久，无论我们地位有多高，无论我们贫穷还是富有，最难割舍的是家乡情怀，最难忘却的是家乡山水，最想吃到的是家乡饭菜，最想听到的是乡音乡韵，最想做到的是能为家乡贡献自己的力量。

家乡的一草一木，一花一树都太过美丽，我竟不知该用怎样的辞藻来描写出属于家乡的独特的美。

我的家乡没有沙漠下暴雨的奇观，没有大海亲吻鲨鱼的浪漫，没有一望无际的大草原，也没有高耸入云的大雪山……我的家乡有的`只是一望无边的大平原、被称为“圣人条”的子午岭以及有“千沟万壑”之称的黄土高原。没错，我的家乡就叫做——庆阳。

三年困难时期，我的家乡将总粮食的45.8%交给国家，由此享有“陇东粮仓”的美誉。我的家乡还有“中国优质苹果之乡”、“中国黄花菜之乡”、“中国小杂粮之乡”、“中国杏乡”以及“中医药之乡”之称。

每个人的家乡都有美食，像重庆有美味的火锅，云南有可口的过桥米线，北京有烤鸭，天津有狗不理包子……我的家乡也有很多好吃的美食，比如无论喜事还是白事酒席桌上定会出现的那一碗面，每逢过年家家桌上的灌肠，还有那让我魂牵梦绕的洋芋疙瘩、臊子面、剁荞面……数不胜数。

初中作文：

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

中学生手机使用承诺书篇二

“你在干什么？”爸爸突然从我背后发出了严厉的呵斥声！

“没。没干什么！”我被爸爸的呵斥声吓得魂都飞了，结结巴巴的回答，手里还紧握着鼠标。

“学习都不用学了，是吧？只知道玩，你除了玩，还会干什么？有本事就拿一个好成绩来回报我。”爸爸向我一步步逼近。

“别说了，我知道了，我都长这么大了，您能给我一点自由吗？”我用力丢开鼠标，站直了身子，不服气地对爸爸大声吼到。转过身来却与爸爸四目相对。但是，我最终斗不过父亲，他的眼神足以“杀”人，眼睛瞪得大大的，像是要喷出火来，我躲开了爸爸的眼神，直接走向了电脑，用力地把电源按了，“啪”的一声，电脑关了。突然，房间格外安静，只听见我和爸爸的呼吸声，我转过身不再理会爸爸，直接坐

在了床上，眼泪突然从眼睛一滴一滴地留落在地上。

“说你两句你就哭。就像你说的一样，你都这么大了，我也不想老是说你，可是你完全没有领悟到现在学习的重要性。”爸爸的声音，打破了宁静的气氛，而且爸爸的声音，比刚刚不知小了许多。

我没说话，只是抽泣着。静静等待爸爸的“思想教育”。可是让我没想到的是，爸爸并没有给我做“思想教育”。而是轻轻叹了一口气，默默地走出门外，还将房门静静地带拢，我的心一阵悸动。“难道我真的这么差吗？爸爸是不是已经对我失望了，我以前是爸爸值得骄傲的女儿，可是现在。成绩的下降真让他失望。”越想越觉得真对不起爸爸。

我站了起来，走出房门，心里却犹豫，到底要不要跟爸爸道歉呢？想着以前那些与爸爸的美好的事物，心一横，冲出了房间，跑到了爸爸的房门口，只见他的房门紧闭，我的手正准备去敲门，却看见门开了。

只见爸爸微笑着向我招手，示意我进去。爸爸放下以往那严厉的神情，和蔼地对我说：

“你知道吗？你现在是初三了，最重要的就是要学习，不能这样啊，要努力学习，要是没考上，那你可是要受一辈子的苦啊。你看，队里不是有许多女生没有考上的去做缝纫了吧。那多辛苦啊！爸爸督促你学习，是在为你好，不是不给你自由，你想要自由？以后多的是。要知道，现在得到一点小自由，满足不了以后的大自由啊！”

听了爸爸语重心长的话，我咬了咬牙，鼓起勇气对爸爸说：“嗯，您的教导，我会永远记在心中，我一定刻苦学习，努力上进，我要成为你最值得骄傲的女儿！”

当我现在学习累了，想偷懒时，就想起爸爸的教导：现在努

力学习，只是失去了现在的一点小自由，将赢得以后的更大自由啊！于是，振作精神，继续攻克学习上的难关。

中学生手机使用承诺书篇三

作为一个初中生，教育对于我们来说是非常关键的。在初中的学习经历中，我积累了许多有关教育方面的心得体会。以下是我个人对于初中教育的心得体会：

第一段：教育要注重培养学生的创造力

在初中教育过程中，我发现许多老师注重的是鼓励学生有创意的思考。本地州的教育依旧是着重培养学生的记忆力，但作为一名初中生，我认为注重发掘学生的创造力和思维能力才是更好的教育方式。例如，我们学习了数学、古代史、文学和科学知识。但在许多时候我们被要求自己提出问题和解决方案。这种教育方式使我们积累了更广阔的知识 and 以新颖的方式解决问题的能力，使得我们更加自主和自由地学习。

第二段：老师与学生的有效沟通是关键

在我的初中教育经历中，沟通是一个非常重要的方面。沟通不仅限于老师和学生之间，也包括学生之间。沟通能够激发更多想法和解决问题的新方式。老师应该尝试让每个学生对他们的教育收获感到满意。老师应该好好地回应学生的问题和建议，使学生们感到自己的想法和声音是被接受的。这激励了学生们提出问题，尝试新的思路等。

第三段：教育应该是兴趣导向

在我的学习生涯中，我发现兴趣导向的教育更容易促进学生学习，而针对学生不感兴趣的教材往往会成为大众失去兴趣的根源。学生对他们在学校的课程持续感到兴奋和感到成就感的最好的方法是让他们通过学习内容和活动发现他们的兴

趣。在我们的学校里面，拥有各式各样的选修课程、俱乐部以及社团等大量的活动，能够帮助我全面了解自己的兴趣并且乐于参加这些活动，使我在学校生活及学习中感到轻松愉快。

第四段：教育应该平等、多元、包容

在我看来，教育应该贯彻平等、多元以及包容的理念。学校应该尊重所有的学生、教师，而不是只关注少数的学生。学生来自不同的家庭、环境和社交圈，教育应该普及为学生们提供平等的机会和资源。教育不仅应以文化，种族，性别，性取向等背景差异为盼，而且应该鼓励学生了解和接纳他人的背景以发展自身的背景，尊重不同的观点以发展自己的价值观。

第五段：成绩不是一切

对于学生成绩而言，往往是家长以及老师们最为关注的焦点。但是在实践中，只注重成绩却无法从根本上培养学生们的创造力和专注力。实践表明，多角度实现对于学习的认识可以真正有效地激发学生的学习兴趣和内驱力。因此，对于初中教育而言，成绩只是一个标准，学校需要重视和引导学生的非学业兴趣、爱好，并为学生提供相应的机会和资源，以全方位地培养学生，以真正实现全面发展的目标。

总之，初中的教育经历让我有机会保持积极地学习态度，自我发现兴趣并且在有机会的情况下着重学习自己感兴趣的领域。对于初中教育而言，不仅是学科，及全面的发展比赛也至关重要。在有机会的情况下，学校应该鼓励学生参加日常教育中的课外活动、社团组织与比赛等，以提高学生的综合素养，这样能够有助于他们进入在生活中不同的领域取得远景更高的成功。

中学生手机使用承诺书篇四

温柔的枕头。

告别了小学生活，迈入了初中，陪伴我最多的是《初中生之友》，她告诉我很多做人的道理，特别是诚信。

法国作家罗曼罗兰在《约翰克里斯多夫》中这样形容诚信：“清白的良心是一个温柔的枕头，而清白的良心最重要的内容便是诚信。”

温柔的枕头，多么形象美好的比喻。丢弃了诚信便意味着丢弃了心灵。

在我小时，生活条件不是很好，父母很少给零花钱，看见别的孩子有钱买了零食，心里痒痒的，只有羡慕他们。一次偶尔在妈妈的桌上发现两元钱，便贼似的绕它转了半天，最后忍不住拿下偷偷摸摸跑到小卖部买了些糖，藏着吃糖，嘴巴里甜滋滋的，可心里惴惴不安。

果然第二天妈妈就说：“咦，桌上的两元钱哪里去了”此时我的脸已是涨得通红，不安很快变成了恐惧，急忙跑开了。虽然妈妈没有再提这事，可我始终惶惶不安。那些花花绿绿的糖不再甜了，梦也不再美好。一天、二天……有天夜里，妈妈把我摇醒，说我睡时一直在哭，是不是在做噩梦？我终于忍不住了，便哭了起来，断断续续地告诉她，我拿了她的钱。可她却笑吟吟地看着我说：“那两元钱不算什么，其实我也猜到是你，只不过我想让你自己承认错误，现在你做到了，诚实更可贵。”

我鼓足勇气向她承诺：“那两元钱我一定还你。”

“哦，你怎么还呢？”妈妈饶有趣味地问。

我想了想，说：“我帮忙干活，扫地，洗碗都可以。”

“那好吧！”妈妈高兴地说，“不过你一定要守信用哦。诚信，诚信，诚实守信。”

于是我开始了“打工”的历程，每周用自己的劳动从父母手中换取零用钱。我也再没睡不踏实了，因为我找回了自己温柔的枕头。这使我深刻地体会到诚信的重要。

成长的岁月从指间划过，一切的艰辛都要靠自己承担。人生的道路上险象环生，金钱荣誉都为身外之物。诚信，却应是牢牢抓住不放的筹码。

愿每个人都守好你温柔的枕头——诚信。

每每想起《初中生之友》给自己的教育，心头不禁涌起阵阵感动，愿她陪伴我终身。

中学生手机使用承诺书篇五

整训是初中学生人生中重要的阶段，它帮助每一位学生认识自己的优点和不足，使之能够做出积极的变革和成长。整训心得体会初中就是通过整训过程，让学生有感悟和收获，并总结出一系列体会和教训。在这篇文章中，我将分享我在整训过程中的心得体会。

首先，整训教会我自律。整训期间，我们的行为和学习都受到了严格的约束，必须按照规定的时间表完成任务。尤其是起早贪黑的时间打卡制度，教会了我按时起床和早睡觉的习惯。这种自律意识不仅仅在整训期间有用，它将会成为我们日常生活的一部分。我相信，只有自律，才能提高自己的学习成绩和生活质量。

第二，整训让我更坚强。整训期间，我们面对的挑战和压力

是巨大的，尤其是身上的背包不断增加，行军的路程也越来越长。在行军途中，我曾因饥饿和疲劳而想要放弃。然而，当队伍齐心协力，互相鼓励时，我突然发现自己可以超越自己的极限。整训期间，我深刻体会到“不墨守成规，在未知和困难面前坚持”的意义。

第三，整训让我学会团结。整训期间，我们每天都要与训练伙伴一起合作完成任务。每个人都有自己的长处和短处，但只有团结一致，才能实现任务的顺利完成。通过与训练伙伴的交流和合作，我学会了倾听和尊重他人的观点，也学会了在团队中协调和沟通。团结是一种力量，我相信只有团结，我们才能更好地发展和成长。

第四，整训使我更加注重细节。整训期间，我们每天都要完成各种任务和训练课程，在这过程中，我曾因为粗心大意而失败。后来，我发现只有注重细节，才能做到全神贯注、认真学习；只有注重细节，才能发现并纠正自己的错误。整训让我认识到，细节决定成败，只有将工作细化，才能得到更好的结果。

第五，整训培养了我的领导能力。在整训期间，我们有机会担任班级干部和小组长，学会了组织和指导队员完成任务。这样的经验不仅锻炼了我的领导能力，也提高了我的沟通和管理技巧。通过整训，我意识到只有培养自己的领导能力，才能在未来的生活和工作中更好地发挥自己的才能。

总之，整训心得体会初中是一个整合个人经验和教训的过程。通过整训，我学会了自律、坚强、团结、注重细节和领导能力。这些都是我在整训期间的宝贵财富，它们将成为我未来发展的坚实基础。无论我走到哪里，这些心得体会都将在我生活中起到重要的作用，并指导我成为更好的人。

中学生手机使用承诺书篇六

初中三年的学习即将结束，期末考试也已经落下帷幕。回顾这三年的学习生涯，我深感时间的飞逝，也收获了许多宝贵的经验和体会。作为初中生涯的终点，期末考试心得体会是必不可少的，下面我将从及时复习、合理安排时间、重视基础知识、注重综合能力以及树立正确的态度等五个方面，总结我在期末考试中的心得体会。

首先，及时复习是期末考试的关键。初中的学习内容繁多，时间紧凑，掌握知识点非常重要。因此，在期末考试临近前，我会合理安排时间，详细制定复习计划。我会将整个学科的知识点梳理出来，对比课本、笔记和参考资料，将重点知识进行标注，重点复习固定的考点和常考题。同时，我还会找一些同学进行小组复习，通过交流学习达到相互促进的效果。通过这样的复习方式，我不仅能够及时掌握知识点，还能够能够在考试中得心应手。

其次，合理安排时间也是期末考试不可缺少的重要环节。对于每一门科目，我都会根据考试的难易程度和所占比重合理安排复习时间。我会结合自己的学习特点和弱点，将时间合理分配给各科目。对于难点科目和薄弱环节，我会多留些时间进行专项训练和针对性复习，以提高自己的成绩。此外，我会控制好学习的进度，避免拖延、熬夜，保持良好的作息习惯，保持良好的学习状态，以应对紧张的考试。

重视基础知识也是考试中的关键。初中知识的学习是有层次的，基础知识是学好后续知识的关键。期末考试往往会涉及到全年的知识点，如果基础知识掌握不牢固，那么后续知识也会跟着受影响。因此，我在复习时会重点复习和巩固基础知识。我会通过做题、背诵、总结等方法进行强化复习，确保基础知识的牢固掌握。只有基础扎实，其他知识点才能建立在坚实的基础之上。

注重综合能力也是期末考试的重点。初中学习的目的不仅仅是为了取得好成绩，更重要的是培养综合能力。因此，在复习期末考试时，我不仅会注重知识点的掌握，还会注重培养自己的思维能力、分析能力、解决问题的能力等综合能力。我会通过解决一些实际问题、解答一些实践应用题，培养自己的综合能力。只有具备了综合能力，才能在考试中灵活运用所学的知识点，获得更好的成绩。

最后，树立正确的态度对于期末考试也是至关重要的。成绩只是一个方面，学习过程和方法才是最重要的。因此，我会保持积极、认真的学习态度。不过分纠结于成绩的高低，而是注重培养自己的学习兴趣和思考能力。在面对困难和挫折时，我会坚持不懈，不放弃。只有养成正确的学习态度，才能在期末考试中有所突破。

总之，在期末考试中，我通过及时复习、合理安排时间、重视基础知识、注重综合能力以及树立正确的态度等方面的努力，取得了满意的成绩。这也让我更加认识到，学习是一个不断进步的过程，期末考试只是学习的一个阶段性总结。在未来的学习中，我将继续保持良好的学习方法和态度，不断提高自己的综合能力，为将来的学习奠定坚实的基础。

中学生手机使用承诺书篇七

愿望就像是清晨甘甜的露珠，美妙又富满色彩；愿望又像初开的花儿，展现着令人向往的娇艳；愿望又似令人陶醉的香酒……清晨，梦醒来，嗅到了愿望的味道，是香甜的。看窗外，刚露出嫩芽儿的乔木，依偎在灌木旁，终有一天，它也会成为灌木丛的依靠，那是它的愿望。妈妈端着一小碗粥和几个热腾腾的包子放在桌前，“孩子，吃完早餐就去公园散步吧，今天天气很好。”浓浓的粥中散发着妈妈对我无微不至的关心和爱。看着她那早已盘起的头发，稍稍有点疲惫。“嗯，好！”

枝繁叶茂的大树上，鸟儿们在乘凉，看那鸟妈妈正在喂食鸟宝宝，小鸟的叫声弥漫在公园。从小鸟的眼睛中，我看见了它的愿望，定是快快长大，用它丰满的羽翼为妈妈遮风挡雨，就像如今妈妈对它一样。

散步在鹅卵石铺成的小路上，脚底的感觉，使我联想到了小时候……我看见了年轻的妈妈。“妈妈，妈妈，等我长大了也要背你，哈哈。”调皮的我安详地趴在妈妈背上说道。由于鞋子不小心湿了，只得妈妈背着我了。“妈妈，地上的鹅卵石不好走路吧？我很重吧？你穿着高跟鞋呢？”只记得妈妈微微一笑，也没有回答我什么。趴在妈妈的背上，我嗅到了妈妈的长发散发着的清香，令人陶醉。

“妈妈，等我长大了，我也要背起你，想你对我一一样这么好！”说完这句话后，依稀记得妈妈说了句“傻孩子”。

现在又散步在这路上回想起这些，心里微微酸楚。早晨看见妈妈时，她的长发盘起，几根已白的发丝点缀着，白皙的皮肤也暗了下来，但她对我的爱始终如一。希望我健康成长是她的愿望。而我的愿望非常简单，便是永永远远陪在妈妈身旁，为她付出，做她的乔木，用我的“翅膀”守护着她，就像当初她呵护我一般。

这个愿望是甜蜜的、是酸酸的、又是苦涩的……

“孩子啊，该回家了！”妈妈的声音从远处飘来，她对我挥了挥手，招我回去。

我的愿望很简单，就是永远陪伴在妈妈身旁而已……

中学生手机使用承诺书篇八

目前，我们的生活中充满了各种各样的产品和服务，消费的选择也越来越多样化。而对于初中生来说，他们开始有了自

己的零花钱和消费决策能力，如何在消费中学会理性选择，变得尤为重要。以下将从购物的态度、选品的原则、消费后的反思、分享经验以及参与公益等方面，说一说自己在初中的消费心得体会。

一、“减法消费”购物节奏更舒适

初中的我们都有很强的消费欲望，看到脸上的明星都在买的限量版卡通公仔或者几乎所有人都在玩的互动游戏，很难抵挡心中的冲动和跟风。但在反复权衡利弊之后，我选择了“减法消费”，即不是所有的爱好和趣味都必须满足，放慢购物的节奏，更深入理解目标的需求。

二、“钱包守则”防范瞬间消费

购物前了解自己的经济状况，制定一个“钱包守则”对我来说也很有意义。因为很多时候，瞬间消费和没有考虑到价格的明细节的消费，都会给我们的经济状况造成一定的压力。因此在消费时，我也会养成良好的习惯，例如比较价格、算算总共需要花费多少钱等，防范瞬间消费。

三、“品质”是消费的核心原则

围绕“品质”来进行消费是我购物的核心原则。对于我而言，品质不单指的是产品的面料或外观，还要考虑到使用寿命和维护成本等。而跳脱单纯的追求品牌或新颖的消费心态，更多的是从价值还原、物尽其用等方面来考虑一件商品是否值得入手。

四、后悔的商品要勇敢退货

认真对待和享用自己的消费品是必要的。即使看到了心仪的商品，但是在使用过程中发现它并不合适自己，也必须要勇敢地退货。退货不仅能降低消费的风险，还有利于自己及时

反思自己的消费方式和消费观念，并从中吸取经验教训。

五、分享消费体验带来更多的启示

为了更好的去体会消费，也为了获得更好的消费体验，我也会经常去跟同学们分享自己的购物经验与感受。学习他人的购物决策和进货经验，也能更好的引导我们自身的消费决策。同时在分享中，也有着更多的乐趣和启示。

六、参加公益用消费的力量带来不同的意义

作为一名初中生，在我的消费中，我也开始关注社会公益事业。每年参与的义卖活动，也是我在消费中获得不同乐趣和意义之一。参与筹备与义卖过程中，我也更全面的了解到自身的消费所带来的不同影响，也是在不断的调整和应对中，逐渐完善自己的消费观。

总之，在初中的消费心得中，更侧重于全面和理性的权衡而选择消费。从节奏、原则、反思、分享到公益，我们的消费心得，也代表着我们在成长过程中对于消费的理解和应对方式的变化，是一种更加成熟的消费方式和价值观。

中学生手机使用承诺书篇九

作为一个初中生，我们即将面临离开父母的怀抱，进入更加独立的生活阶段。在这个过程中，学会自己烧饭成为了一项必备的技能。通过烧饭的过程，我不仅学到了如何制作美味的饭菜，更体会到了责任心和自信心的重要性。下面，我将和大家分享我在烧饭过程中的心得体会。

第一段：为什么要学会烧饭

烧饭是一项非常重要的生活技能，它不仅可以帮助我们解决温饱问题，更为我们今后的生活奠定了基础。学会烧饭不仅

可以减轻父母的负担，还能培养我们的独立性和责任心。当我们能够独立完成一顿饭的制作，不再依赖父母时，我们会感到无比的自豪和成就感。同时，烧饭还可以培养我们的想象力和创造力，可以根据自己的喜好和口味调整食材和配料，创造出属于自己特色的美食。

第二段：烧饭的基本步骤

学会烧饭的第一个关键是掌握烹饪的基本步骤。首先，我们要准备好所需的材料和调料，对于初学者来说，最好准备一些简单易做的菜品。接下来，要对食材进行清洗和切割，确保食材的新鲜和卫生。然后，要将切割好的食材加入锅中，掌握好火候，煮熟或煎炒至适合的状态。最后，调入适量的调料，搅拌均匀，完成一道美味的饭菜。

第三段：烧饭的技巧与注意事项

除了掌握基本步骤外，我们还需要了解一些烧饭的技巧和注意事项。首先，火候的掌握非常重要，火太大容易烧焦食材，火太小则影响食材的熟透度。其次，调料的使用要适量，不要过多或过少，以免影响味道。另外，切割食材时要注意刀具的使用安全，以免伤到自己。最后，要保证厨房的卫生和清洁度，做到食材存放有序、炉具和餐具清洁卫生，以免引发食物中毒或传染疾病。

第四段：烧饭给我带来的心得体会

通过学习和实践烧饭的过程，我不仅学到了一项有用的技能，更深刻体会到了责任心和自信心的重要性。当我能够独立完成一顿饭的制作时，我感到自己已经不再是一个依赖父母的孩子，我有能力去独立面对生活的各种困难和挑战。并且，当我凭借自己的努力制作出美味的饭菜时，我感到无比的自豪和成就感，这也让我更加坚定了自己的自信心。

第五段：未来烧饭的期待与展望

学会烧饭只是我们自我独立和成长的起点，未来我们还可以不断探索更多的烹饪技巧和菜品。我希望能够通过继续学习和实践，掌握更多的烹饪技巧，学会制作更加复杂的菜品。我希望能够不断提升自己的厨艺水平，成为一个优秀的厨师，为自己和身边的人做出更多美味的饭菜。同时，我也希望能够将这项技能传授给更多的人，让更多的人能够享受到烹饪的乐趣和美食带来的幸福。

通过学习烧饭的过程，我不仅学会了如何制作美味的饭菜，更培养了自己的独立性、责任心和自信心。我对于未来烹饪的前景充满了期待和憧憬，我相信通过持之以恒的努力，我一定可以在烹饪的道路上越走越远，为自己的生活增添更多的精彩和乐趣。