

我可以初三 我可以心得体会(精选20篇)

梦想是寄托情感和渴望的跳板，它激励我们奋发向前。写梦想时可以借鉴他人的成功经验和故事，从中汲取启示和智慧。下面是一些梦想实现的实例，或许可以给你一些思考和启发。

我可以初三篇一

我可以心得体会这个主题是一个探索自我的旅程。在生活中，我们经历了不同的事情，学到了不同的知识，拥有了不同的体验，这些都给了我们心得和体会。通过思考和总结，我逐渐意识到，心得体会不仅仅是一种回忆，更是一种财富，它可以指引我们前进，成为更好的自己。

第二段：成长中的心得体会

我曾经是一个胆小而怯懦的人，但是经历了种种挫折和困境，我逐渐意识到，面对恐惧和挑战是成长的必经之路。通过成长的过程，我学到了人生中最重要的一课-勇敢地面对困难和恐惧。这个心得至今仍然指引着我，让我勇往直前，迎接生活的挑战。

第三段：感悟人生中的美好

人生中并非只有困难和挫折，还有很多美好和惊喜。然而，我们有时候会太过匆忙而忽略其中的美好。通过反思和总结，我意识到珍惜当下是一种非常重要的心得体会。每一天都是独一无二的，我们应该将注意力集中在眼前的美好事物上，感受幸福和快乐。这个领悟让我更加珍惜家人和朋友，更加感恩现在所拥有的一切。

第四段：体验世界的多样性

通过旅行和阅读，我不仅能够开阔眼界，看到世界的多样性，

也能够体会到人性的复杂性。这些体验深深地触动了我，让我明白每个人都有自己独特的故事和经历。因此，我学到了宽容是一种美德。宽容让我能够更好地与他人相处，理解他人的不同观点和做法。这个心得体会不仅让我变得更加开明，也让我享受到了更多不同文化和人际关系交流带给我的乐趣。

第五段：分享心得体会

心得体会是一种宝贵的财富，不应该被独自享用。通过分享，我可以把自己的经验和智慧传递给他人。我深信，每个人都有自己独特的经历和心得，通过分享，我们可以互相启发和帮助，共同成长。因此，我鼓励每个人都积极分享自己的心得体会，与他人共同探索和学习。

总结：

通过这篇文章，我可以心得体会的主题在我心中得到了更加具体的定义。一路走来，成长和体验让我明白了勇气与希望的重要性，珍视当下的美好以及宽容和分享的力量。我相信随着时间的推移，我会有更多的心得体会，它们将继续推动我成为更好的自己。

我可以初三篇二

第一段：引子（字数：150）

人生是一本无尽的书，每一个人都在自己的人生故事中演绎着独特的角色。而当我们反思自己的成长历程时，或许会发现有一种力量一直在推动着我们进步，这个力量就是人生的心得体会。心得体会既是经验的总结，也是智慧的结晶。可以说，我们每个人都应该具备一个自己独特的心得体会，它是我们生活的指南针，引领我们走向更美好的未来。

第二段：积累（字数：250）

获得心得体会需要我们从生活中不断积累。无论是成功还是失败，每次经历都是人生的一堂课。例如，在工作中，我们可能会遇到种种挑战和困难，但是只要我们能够总结经验教训，我们就能不断进步。同样，在日常生活中，与家人和朋友的交往，以及面对各种抉择时，我们也能从中获得宝贵的心得体会。这些经验是我们成长的基石，它们教会了我们如何面对困难、如何与他人相处以及如何作出正确的决策。

第三段：总结（字数：250）

心得体会是我们生活的总结，它可以帮助我们更好地面对未来。当我们认真总结过去的经验时，我们会发现自己的不足之处，从而提高自己的能力。心得体会还可以让我们明白什么是最重要的，有助于我们分清轻重缓急，避免浪费时间和精力。同时，心得体会还能够提供给我们重新出发的动力，激励我们在未来的道路上取得更大的成就。

第四段：应用（字数：250）

有一句话叫做“学以致用”，即将所学的知识应用于实践中。对于心得体会来说，同样适用这个原则。只有将心得体会应用于实际生活中，我们才能真正受益。我们可以尝试将心得体会运用到工作中来提高工作效率和质量；我们可以将心得体会应用于家庭生活中，提高与家人的沟通和理解；我们还可以将心得体会运用于学习中，提高我们学习的效果。只要我们能够牢记自己的心得体会，并将其付诸实践，我们一定能看到积极的结果。

第五段：反思（字数：300）

我们每一个人都应该进行反思，从而不断完善自己的心得体会。回顾过去，我们可以思考自己的成长过程中哪些方面需要改进，如何提高自己的心得体会。同时，我们还可以向他人学习，了解他们的心得体会，并将其融入自己的思考中。

反思是一个重要的环节，它可以让我们更好地认识自己，发现自己的不足之处，并且不断进步。

结尾（字数：100）

总而言之，心得体会是我们人生道路上的指南针，它可以帮助我们更好地面对挑战，成就更好的自己。通过积累经验、总结教训、将心得应用于实践以及不断反思，我们能够走出失败的阴影，迎接更加美好的未来。让我们每个人都珍惜生活中的每一个经历，从中提取出宝贵的心得体会，让它成为我们自己独特的财富。

我可以初三篇三

自我关照是一个让我们反思自己、找到自己的方式，也是更好的成长与进步的必经之路。

作为一个高中生，我也在经历这个过程，以下是我对自我关照的一些心得体会。

首先，自我关照需要一颗真诚的心。我们需要真诚地面对自己，不掩盖自己的缺点与不足。只有当我们对自己真实的表现、真实的想法有所认识，我们才能找到改变的方向和方法。

其次，在自我关照时，要有一份冷静与客观。这也是很多人在自我关照时常容易陷入的误区，将自我否定，自暴自弃甚至灰心丧气。

了解自己的缺点是可以的，但是要以平和和积极地态度面对，反思自己的过去，做好今后的规划，让自己不断进步。

另外，在自我关照时，我们可以抓住机会从身边的人中学习。对于我们来说，我们周围的人，无论是家长、朋友还是老师都可以成为我们的榜样。

有时候，自我关照就是一份对身边人的观察，学习他们好的一面，与他们一起进步，让自己变得更好。

最后，自我关照不应该是一次性的，而是需要坚持不断地去做。每次自我关照，都是我们成长的一次机会。

不断地思考，不断地进步，才能让我们获得更好的未来。

我可以初三篇四

我可以下围棋。我和不少对手下棋时，都可以突破对手的“防线”，围出大块自己的地盘，最终取得胜利。我参加了几次围棋级位赛，在最后一次比赛中得了个九级的级位，棋也算下得比较好了吧。

我可以跳绳。我有时跳得跟飞一样，简直分不清我的脚此时是落了地还是正在往上跳。我有时一分钟可以跳两百多下绳，妈妈说我跳得很好，但在我参加过的几次跳绳比赛中，只跳了一百五十、一百六十几下，我觉得自己还不够好。

我可以把书看得飞快。我在两三天左右就可以把一本大约有三百页左右的《明朝那些事儿》看完。当然，书中的内容我基本上也都记住了。我现在看的书话计不少于三十本了，大脑里装满了书中的故事，我甚至可以把一些故事讲给别人听。

我可以用手表手机里的钱去买东西，在家楼下的十足里，选完东西，把手表里的条形码放在机器前一扫就好了。我买的东西，果冻之类的是给自己“独享”的，九层糕什么的是和家人分享的。我不会乱花钱，妈妈比较放心，我也觉得自己把钱管理得不错。

我可以初三篇五

1、在什么情况下会出现喜、怒、哀、乐的情绪，了解情绪是

可以自我控制的。

2、初步学习情绪转化策略，培养幼儿开朗的性格和乐观的情绪。

1、画好喜、怒、哀、乐的图片各一张。

2、课件

3、音乐磁带（表情歌）、录音机

提问：你们看到了什么？他们的表情是怎么样子的？

提问：看完以后你的心情是怎么样子的？请幼儿说说

教师小结：每个人在生活中都会遇到各种问题，但我们的感受却是不一样的，有喜、有怒、有哀、有乐。

师：今天老师请来了几位表情娃娃，请小朋友们来模仿，看谁学的像。

幼儿模仿各种不同的表情，并说出什么表情代表什么心情。

教师小结：心情是我们的好朋友，一份好的心情能让我们开心、快乐；一份坏心情却会影响我们的身体健康，现在我们长大了，都要学会调节控制自己的情绪。

1、怎样把不快乐的心情快快赶走？

师小结：外出旅游、听听音乐、玩自己喜欢的游戏等等。

2、当别人不高兴的时候我们应该怎样去帮助他？

师总结：别人不高兴的时候我们应该帮助他，安慰他，使他高兴起来，当自己不高兴的时候也要想办法让自己高兴，我

们小朋友每天都要保持一份好的心情，少生气，多关心别人，这样我们的生活才会幸福，让我们把开心的心情带给周围的每一个人，让他们和我们一起高兴吧！

我可以初三篇六

- 1、了解情绪是可以自我控制和调节的。
- 2、学习集中情绪调节的简单方法，鼓励幼儿有意识的让自己保持较好的心情。
- 3、提高数数的`兴趣和积极思维的能力。
- 4、乐意参与活动，体验成功后的乐趣。

1□cd

- 2、画好喜、怒、哀、乐的面具
- 3、欢快音乐的磁带
- 4、有趣的玩具、美丽的图画

一、谈话导入。

教师小结：原来孩子们是通过看到老师脸上的表情而知道老师的心情是怎么样的。

二、出示表情面具，让幼儿作出相应的表情。

- 1、让幼儿看着表情图谱做表情。

师：我出示一种表情面具，请你们学他的表情，比比谁学得最像。

2、分别请幼儿说出各种表情都是因为什么心情引发的。

师：当我们出现笑的表情时，说明我们的心情是怎样的？

教师小结：当我们出现笑的时候，说明我们的心情愉快，感觉特别的开心。

三、讨论当你遇到不开心的事时，心情会怎样。

1、教师创设情境。

师：假如你非常心爱的玩具被别人抢走了，你的心情会怎样？

（请3—4名幼儿讲述）师：假如你画的画被别人撕坏了，那你的心情会怎样？（请4—5名幼儿讲述）教师小结：生活中，我们每个人都会遇到一些自己不开心的事情。当我们遇到不开心的事情时，我们该怎么办呢？（学会调节自己的情绪）

四、通过讨论，了解调节情绪的简单方法。

1、引导幼儿讨论、。

师：用什么方法可以帮助我们帮我们把不愉快的心情快快赶走呢？然后让自己快乐起来。（可以用转移法，做一件你喜欢的事情，让自己高兴起来）

2、引导幼儿说说，可以做哪些让自己高兴、快乐起来的事情？

（如外出旅游、听音乐、看美丽的图书、好好的玩具、看喜欢的节目等等）

教师小结：当我们感到不开心的时候，我们可以去做其他自己喜欢的事情，让自己高兴起来。

五、请幼儿听听音乐、玩好玩的玩具。

师：你们听听，什么声音？这里还有好玩的玩具，请孩子们玩玩。感觉怎么样？（请幼儿说说自己的心情）教师小结：

平时当我们遇到不开心的时候，要尽快让自己心情变好，保持快乐的心情，我们都喜欢和快乐的人交朋友。

3、整个活动，教师不断鼓励幼儿，不断和孩子讨论“坚持”的结果和意义，同时，教师要调动好自身情绪，带动幼儿更加生动活泼地参与活动。

4、教师在导入活动时应该影射民间故事《一幅壮景》，在此基础上正式进入课程。

5、教师可将课堂中观察到幼儿的特别之处应有照片形式捕捉，延伸到课后同其他同学一起进行点评。

我可以初三篇七

作为一个普通的大学生，我经历了许多事情，收获了许多经验，从中得到了一些心得体会。这些经历和体会帮助我成长，并且让我意识到自己的优点和不足之处。通过总结和思考，我明白了一些重要的道理，这些心得体会对我的人生有着深远的影响。

首先，在我成长的过程中，我认识到了人生最重要的一点，那就是积极的心态对于一个人来说是多么重要。经历了许多挫折和困难之后，我明白了消极的态度只会让问题更加复杂，而积极的心态能够帮助我找到解决问题的思路。无论是学业上的挑战还是人际关系上的困扰，我都学会了以积极的心态去应对，从而真正地解决了问题，并获得了成长。

其次，我还意识到了沟通的重要性。与他人良好的沟通能力对于一个人来说是至关重要的。通过与他人的交流，我能够更好地了解他们的想法和感受，并且与他们建立起了更好的关系。从大学开始，我积极参加各种社团和活动，通过不同的人互动，我提高了自己的沟通技巧。这不仅帮助我在学业上取得了很大的进步，也让我在社交方面更加活跃和自信。

在面对每一项任务或挑战时，我还学会了设立合理的目标并制定计划。这个过程让我对自己有了更清晰的认识并且提升了自我管理能力。通过努力学习，在克服种种困难之后，我成功地掌握了许多新的技能，并取得了一定的成绩。这些经历让我明白了只有明确的目标和周密的计划，才能够更好地实现自己的梦想。

另外，我还发现了自己的潜能和兴趣。在大学期间，我参加了许多课外活动和实习，这些经历让我对各种领域有了更深入的了解，并且发现了自己真正感兴趣的事物。通过努力追求自己的兴趣，我感到自己变得更加充实和满足。在大学毕业后，我将会继续发展自己的潜能和兴趣，努力找到自己真正热爱的事业，并为之奋斗一生。

最后，通过多年的成长和反思，我明白了学习的重要性。不断学习新知识和技能是保持竞争力的关键。在面临快速变化的时代，只有不断学习和适应，才能在激烈的竞争中立于不败之地。因此，我将会继续努力学习，不仅在专业知识上不断提升自己，还将积极开拓广泛的知识领域。

总结起来，通过这些年的经历和思考，我明白了许多重要的道理。积极的心态、良好的沟通能力、设立合理的目标与计划、发展自己的潜能和兴趣以及持续学习，这些心得体会都对于我的人生起到了至关重要的作用。我相信这些心得体会会继续陪伴着我成长、改善我自己，并且取得更大的成功。

我可以初三篇八

第一段：引言（100字）

我可以咬你一口吗？这似乎是一个奇怪的问题，但它引发了我对人与人之间关系的思考。在现实生活中，我们常常面临与他人相处的挑战，有时我们对别人的行为感到困扰，甚至愤怒。但是，我们是否可以用咬人这种方式来回应呢？在这

篇文章中，我将分享我对这个问题的心得体会。

第二段：冲动与后果（200字）

在某个瞬间，当有人激怒我们时，我们可能会想要咬他们一口。这种冲动往往源于我们情绪失控，无法理智地处理我们所面对的问题。然而，我们必须意识到，咬人会导致不可挽回的后果。一口咬下去，可能会造成他人的伤害，也会破坏我们与他人之间的关系。我们应该控制住自己的冲动，寻找冷静与理智的方式来解决问题。在这个过程中，我们需要思考自己的动机，并考虑行动的后果。

第三段：尊重与包容（200字）

我可以咬你一口吗？这个问题引发了我对尊重和包容的思考。我们每个人都有自己独特的思想、信仰和行为习惯。尊重他人的不同是建立良好人际关系的重要基石。无论我们是否同意他人的观点或方式，我们都应该尊重他们，并接纳他们的存在。通过理解和包容，我们可以与他人和谐相处，共同成长。咬人只会加剧矛盾和敌意，而尊重和包容则能够促进和睦与合作。

第四段：沟通与理解（300字）

为什么我们会有咬人的冲动？通常是因为我们感到受到伤害或被误解。在这种情况下，沟通和理解变得至关重要。我们应该学会表达自己的想法和感受，但同时也要认真倾听他人的观点和意见。通过开放的对话和互相倾听，我们可以增进相互的理解，并找到解决问题的办法。当我们真正理解别人的立场时，咬人的冲动就会逐渐消散，取而代之的是以合作和谐为基础的解决方案。

第五段：以善待他人（400字）

在回答“我可以咬你一口吗？”这个问题时，我们应该思考如何以善待他人。每个人都希望被尊重和关怀，我们不应该用暴力来对待他人。相反，我们应该以善意和友善的态度来与他人相处。在艰难的时刻，我们可以学会宽容和体谅。通过给予他人温暖和关注，我们不仅可以改善他们的生活，也可以在我们自己的生活中找到更多快乐和满足感。尽管有时我们会面临困难，但以善待他人的选择将为我们带来更加美好的人际关系和内心的满足感。

总结（100字）

“我可以咬你一口吗？”这个问题引发了我对于人与人之间关系的思考。在我们面对冲突和挑战时，我们应该控制住自己的冲动，并寻找冷静和理智的方式来解决。我们需要尊重和包容他人的不同，并通过沟通和理解来增进关系。以善待他人是我们与他人相处的基本准则，通过给予互相关怀和关注，我们可以建立更加和谐与美好的人际关系。

我可以初三篇九

和往常一样，我独自一人走在操场上，时而抬头仰望镶着几朵云翳的蓝天，渴望有一天自己能够远离家，到外面的世界去自由奔放。可是真的有一天，我背起行囊，离开了这片熟悉的天空，踏上了军训的旅途，现实赋予我的却是生活的酸甜苦辣。

军训第一天，太阳这个大“火球”肆无忌惮地覆盖整个大地。教官们首先教我们站军姿。抬头、挺胸、五指并拢紧贴于裤缝，这些平日里看似简单的动作，这时候才发出它们的功力，接着就是稍息、跨立、蹲起、齐步走等一系列动作。烈日当空，可怜了我们这些“公主、少爷”们，平日里娇生惯养，现在终于有机会开发一下“受难细胞”了。值得庆幸的是，后来的这几天里，天气都比较凉爽，有时还会伴着绵绵细雨。

“一二一、一二一……”，天空中不时回响着震耳的口号声，同学们鼓足了劲儿，可算是“撕心裂肺”了。训练过程中，当觉得撑不住想要放弃的时候，只要看到为了训练我们喉咙早已沙哑但仍在坚持的教官，我的心便被“强化”了，心里不断提醒自己：坚持一下，再坚持一下！坚持……又一天过去了，我发现：原来，我可以。

空气中散发着淡淡的花香，远处传来震耳的“教官好”、“老师好”的声音。别看教官们在训练中一个个凶神恶煞，其实他们的内心和我们一样迸溅着激情的火花。他们的诙谐幽默，也常常会使我们忘记受训时的辛苦。我们的饭前一首歌《团结就是力量》又一次唱响，这一刻，激情在迸发，生命在燃烧。

这是一次对精神和意志力的训练，虽然只有短短的五天时间，却让我们获益匪浅。我们感到劳累却更加光荣与感动；我们感到辛酸却拥有了幸福与友情；我们感到无奈却得到了磨练与自信。军训，感谢你，感谢你让我又恢复了勇气；军训，感谢你，感谢你让我拥有了力量。这时，我发现：原来，我可以。

我可以初三篇十

伴随着时光的流逝和年龄的增长，我渐渐地从一个懵懂无知的孩童长成一个朝气蓬勃的青少年。然而，人的一生不可能一帆风顺，我们还会经历各种挫折。正如那句话：“不经历风雨，怎会见彩虹？”我们应该对困难与挫折说：“别担心，我可以的！”

人的一生总会被绊脚石绊倒，跌倒没什么大不了的。每当我遭遇困难与挫折时，我就会对自己说：“别担心，我可以的。”记得我刚上一年级时，班里的同学我一个也不认识，每当

看到同学们在一起玩的时候自己却不敢靠近，只能用眼睛远远地看着他们在一起有说有笑的。每次回家后写完作业，看着窗外的朋友在一起玩就很不开心，恨自己为什么不敢和他们一起玩。

久而久之，妈妈好像看出来。就走过来说：“你是不是想和他们一起玩游戏？”我不敢说话只是点了点头。妈妈又对我说：“既然想和他们一起玩游戏，为什么不和他们说呢？”我说：“我不敢，我怕他们不和我玩。”妈妈又对我说：“你不去问问怎么不知道他们不愿和你玩呢？你明天去问问他们吧！”我点了点头。早上我在上学的路上遇到了他们，就在心里对自己说：“别担心，我可以的。”想着想着，我不由自主的走过去对他们说：“我可以做你们的朋友吗？”他们说：“当然可以了，我们很乐意与你做朋友。”那时我高兴极了。

所以说当遭遇困难时，要勇敢地对自己说：“别担心，我可以的。”

记得还有一次，当我在做数学题的时候，遇到一道不会的题。我问妈妈，妈妈说：“你自己先想想大概的思路，想想老师上课是怎么讲的，不能总遇到不会的题就向别人寻求帮助，如果在考场上还会有人和你说吗？”我想：是啊。我想啊想终于把这道题想出来，心里十分高兴。面对生活中的困难与挫折，我们要努力的战胜它，因为，人生的道路总归要自己走的。回首往事，我走过了春暖花开的春天，酷暑难熬的夏天，秋高气爽的秋天和风雪交加的雪天。展望未来，无论将来道路多么坎坷，我已经做好准备，请别为我担心，我可以的！

我可以初三篇十一

首先，对于“我可以咬你一口吗”这个课题，很多人可能会感到惊讶。咬人在我们日常生活中被视为一种攻击行为，是

不被接受的。然而，当我细细思考这个问题时，我发现它涉及到更深层次的意义和思考。在我对这个课题的思考中，我得出了一些有趣的体会和心得。

首先，当我们询问别人是否可以咬他们一口时，我们其实是在向对方表达我们的亲近和喜爱。咬一口这个动作在幼年时期是一种表达爱意的方式，例如婴儿会想咬他们喜欢的玩具或者妈妈的手指。当我们长大后，这种咬的行为常常被社会视为不礼貌或失控。然而，如果我们能够在特定的场合下，以恰当的方式表达爱意，咬一口也可以成为一种别出心裁的方式来表达感情。

其次，在询问别人是否可以咬他们一口时，我们也能够感受到彼此之间的信任和接纳。当我们向别人提出这样一个奇怪的请求时，如果对方能以开放和宽容的心态接受，那么这意味着他们愿意接纳我们的怪异和独特，愿意与我们建立真实和坦诚的关系。而这种信任和接纳，是任何关系都需要的基础。因此，在某种程度上，通过提出“我可以咬你一口吗”这样的问题，我们有机会与别人建立更深入的关系。

另外，对于咬人这个行为，我们也可以从另一个角度来思考。咬人是一种身体接触，它可以给予我们更直接的感受和体验。我们常常通过触摸来感知世界，然而咬人却是一种更加强烈和敏感的接触方式。我们的嘴巴和牙齿是我们身体上最敏感的部位之一，通过咬人，我们可以更加深刻地感受到身体的存在和感觉。因此，对于那些正在追求身心灵平衡和感受更多细微感觉的人来说，咬人可以是一种独特且有效的方式。

最后，询问别人是否可以咬他们一口，也会引起对权力和边界的思考。在我们的社会中，我们常常被告知要遵守规则和社会规范，同时也被告知要保护自己的权益和尊严。然而，当我们提出这个问题时，我们突破了传统的边界，挑战了一种权威和规则。这给予了我们重新审视规则和权力的机会，去思考它们是否真正有意义。我们可以通过这种方式来鼓励

思维的开放性和反思传统的做法，去发现和创造新的可能性。

总结起来，“我可以咬你一口吗”这个课题所引发的思考和体会是多方面的。它不仅涉及到对爱和亲密关系的探讨，还牵涉到信任和接纳的问题，以及对身体接触和感知的思考。同时，这个问题也引发了对权力和边界的思考，使我们重新审视传统的观念和规则。通过对这个课题的思考和体会，我们可以更加全面地认识和理解人类关系和社会规范，同时也能够发现和创造新的可能性。

我可以初三篇十二

我可以为妈妈跑腿，每次妈妈说：“拿快递了！”我就会拿出我随身带的“快递小纸条”飞一般得记下快递号码，然后骑上我的“快递自行车”骑到物业，拿好快递，然后一手拿着快递一手骑着车满载而归。

我不仅当妈妈的跑腿，也当老师的跑腿，老师叫我拿快递或咖啡是再寻常不过的事情。平时跑腿不累，开学的那一天是我这种跑腿员们最累的日子，要搬一百多本书，别人喊：“开学了！”可我叫着：“开学货拉拉！”

我还可以养鱼，我们家有两个鱼缸，所以我要一天喂两次，我特别懂它们的性格。大鱼缸里的鱼吃鱼食的时候很慢，所以我喂它们的时候很慢，不然它们还没吃到的鱼食就会顺着水流被吸到换水的机器里。小鱼缸里鱼的性格和大鱼缸里鱼的性格恰恰相反，我喂食的时候必须很快，不然有很多鱼会抢不到鱼食。喂给鱼的鱼食量一定要把握好，抓三小把就好，喂多了鱼就会撑死。

我可以做咖喱饭，咖喱饭是我的拿手菜，妈妈如果身体不舒服或者懒的做菜，我就会做又好做又好吃的咖喱饭解决吃饭的问题，我学会了这道菜真是太好了！

我可以做的事情很多很多……

我可以初三篇十三

作为一个课堂教育的一部分，军事初中的学生们参加了一次特殊的训练，这是一次独一无二的经历。在这次训练中，我们接触到了军事实战中最关键的技巧之一——格斗。在教官的指导下，我们学习了許多防御和进攻的技巧，其中包括了一个令人惊讶的技巧——咬人。这个技巧引发了我们的兴趣，让我们对于格斗有了更深入的理解。以下是我在这次训练中的一些心得和体会。

首先，咬人这个技巧让我意识到身体能力的重要性。在格斗中，身体的力量和敏捷性是至关重要的。如果你无法运用你的身体来攻击或防御，那么你将很难在战斗中获胜。咬人需要非常强大的咬合力量和快速反应能力，这需要长时间的训练来达到。在实践中，我意识到我对于我的身体能力还存在着一些不足，我需要更多的锻炼和努力才能真正掌握这项技巧。通过这次训练，我明白了身体的力量和敏捷性在军事格斗中的重要性，这也激发了我更加努力训练自己的欲望。

其次，咬人这个技巧让我领悟到在战斗中保持冷静的重要性。在实践中，我发现当我感到紧张或惊恐时，我的技巧就会受到影响，我的咬合力量和速度会下降。在一次模拟战斗中，我对着我的对手张口咬去，但由于我的紧张，我咬得并不牢固，最终导致无法有效攻击。在教官的指导下，我意识到保持冷静是至关重要的，只有这样才能在战斗中发挥自己的最佳水平。通过这次训练，我深刻地领悟到了在战斗中保持冷静的重要性，这对于我在日后的军事生涯中将会有着非常大的帮助。

第三，咬人这个技巧让我认识到团队合作的重要性。在模拟战斗中，我们必须与我们的队友配合，尽力保护彼此的安全。咬人是一项非常攻击性的技巧，如果我们没有适当的配合和

沟通，那么我们有可能误伤我们的队友。因此，在训练过程中，我们必须用心听从教官的指导，在团队中发挥我们的最佳能力。通过这次训练，我明白了团队合作在军事格斗中的重要性，这也激发了我更加珍视和培养与他人合作的能力。

第四，咬人这个技巧给我带来了身心的反思。从小，我们被教导要和平、友善相处，不应该使用暴力。然而，在军事训练中，我不得不学习如何抓、咬、击打对手以保护自己。咬人这个技巧的学习让我对自己内在的力量和潜在的暴力倾向有所反思。我开始思考这种技巧是否能够在和平环境中发挥积极的作用。在这个过程中，我认识到咬人技巧的学习仅仅是战斗技巧的一小部分，重要的是我们如何运用这些技巧来保护自己和他人。

最后，咬人这个技巧给我提供了一个学习和成长的机会。在训练中，我意识到咬人这个技巧仅仅是军事格斗中的一个方面，我们还需要学习其他更加全面的技巧和战略。在接下来的训练中，我将继续学习和提高自己的能力。这次训练对于我来说是一次宝贵的经历，它不仅让我了解了咬人这个技巧的重要性，也让我在成长的道路上获得了更多的启示和领悟。

总而言之，咬人这个技巧让我意识到身体能力、保持冷静、团队合作和身心反思等方面的重要性。通过这次训练，我明白了咬人技巧的学习仅仅是战斗技巧的一小部分，更重要的是我们如何运用这些技巧来保护自己和他人。这次经历让我明白了军事训练的复杂性和困难性，也让我明白了我在未来的军事生涯中需要面对的挑战。我将继续学习和提高自己的能力，为将来的战斗做好充分准备。

我可以初三篇十四

我可以做小型的烘干机实验。做这个需要准备的工具有一个篮筐、一个湿海绵片、一个电源……先把电源安装好，然后

把小篮筐装到电源上，再把湿的海绵片放进小篮筐李，最后打开开关，小篮筐就飞快地旋转起来，过了一会儿，里面的湿棉片就变成了干棉片。我觉得这个实验很好玩！我给妈妈看了以后，她却说：“这是个什么东西？看都看不懂。”我差点晕过去。

我还可以打乒乓球，我会打正手、反手、搓球、拉胡圈……有几次我和爸爸打比赛，我赢了他3、4个球。还有一次对打，我们一共打了289个球，我觉得我和爸爸配合得太好了！

我可以初三篇十五

世界上充满着无限的可能，也许就在下一秒。我想，我也可以不让父母失望。

上小学时，我的成绩不尽人意，时常能听到父母说别家的孩子有多优秀，他们的成绩有多好。与我相比，简直就是一个在天上，一个在地上。于是年幼的我故意懈怠学习，毕竟他们都这么优秀，那我还学习干嘛？那时的我自甘坠落，成为了一个网瘾少年。

父母很忙，也没有很多时间管我，我也觉得我有天赋能学好，故而没有担忧，继续沉迷于网络。

小升初那段时间的我性格有些古怪，时而抑郁，时而开朗。

这一切直到上了初中才开始改变。入学考我考的极为糟糕，父母也显得极为失望，入学考结束的那个晚上，我感觉心中有根刺，扎得我呼吸都变得困难。

那一晚，一夜未寝，也是那一晚，我下定决心改变现状，我的性格已悄然改变。

因为性格的改变使我很快便交到了一些朋友，我们一起努力着。

累了，疲了就互相打气鼓励。

在经过多少作业，多少张卷子，多少个日日夜夜后。我终于凭着自己的努力考到了年段六十几名，但是我知道我的极限远不止如此，必须要更加努力才能一点点地追上他。

我也清楚的知道想要追上他，甚至超越他有多难，可没有试过又怎么知道我做不到呢？

我相信，只要我坚持不懈，我也可以超越他！我也可以成为别人父母口中的别人家的孩子！我也可以不让父母失望！

我可以初三篇十六

生命是自己得画板，为什么要依赖别人着色。

——汪国真

翻开数学寒假作业，“思考题”？我习惯性的挑了挑眉，浪费时间！改天问妈好了。早晨起床永远不用担心迟到，我妈是准时的“闹铃”，我暗自庆幸。乘车上学，妈总会以上班顺路为由送我，这一送就是9年。这一切的一切似乎都被安排妥当，妈也成为了我的“挡箭牌”。

我以为人生像这样“天长地久”地走下去，真的挺好的……

那天，我似乎早已忘记脚下是什么山，只有陡峭的石壁，和微微颤颤的木板路。妈因工作上的事，没有陪我，先行离开了。于是把我安排给了严厉的父亲……可能对高山有着天生的憧憬，我执意要去，并没有想太多。

我没有理会身边的人群，一步一步踏稳了脚下的台阶。没走多远，我发现我显然是高估了自己的身体：手已被木条围成的扶杆磨出划痕，腿脚有些疲，多走几步，居然还打颤。我

停住，深吸一大口气，努力调整着呼吸，向后看着向上攀登的行人。“还不快点走啊，要不你下去算了，反正才不到三分之一，等会别拖了大家的后腿。现在就原路返回，下山比上山快，我跟我同事说一声，要他带你下去。”父亲说话总是如此，那如马鞭一般的话，直愣愣地抽在我的身心上。我别过头去，撇了撇嘴，暗暗不服：要你小瞧我，下去？岂不是就顺了你的意！走！必须往上走！走着走着，果真变成了手脚并用的“爬”，背包就好像变成另一座山，“坐”在我的背上，我只能把腰折成九十度，仿佛这样可以受力均匀。天！我多想停下啊！但，我没有回头路可以走。我不能停。

我没有力气说话，但思绪却空前的沉静。从小到大，我都是在“靠自己”的声音下长大，但虽是这么说，妈难免也会插手进来。有人说，“许多人生道理我们都听过，但未必真的懂。”我想，今天，是天意让我去体会“靠自己”三个字背后的真正含义吧。原来，它的背后是好多难以言说的感触。既然如此，我岂能辜负！我不自觉地嘴角弯出了一个“顿悟”的弧度。“蔡远洋，你ok的！”

.....

在蜿蜒的窄窄山道中，有一个十三四岁的女孩，那是一个弓着背抬着头坚定向前攀登的女孩。3个小时后，在山顶上，有一个挺直了背的攀登者，还是那个十三四岁的女孩，但她已不再是原来的她。

我做到了，靠自己，我可以。回头看，那平常脸上平静而严厉的父亲竟笑着看着我，有点暖哦！我向他挑了挑眉，并回之以笑。

山顶，除了梦寐以求的云烟，清新的空气，还有一棵高大壮硕的树，和一颗迎风招展的小树，长在山顶上。两棵树并排而立，树干离得很远，彼此独立，树枝却又彼此相依。。。。

。。

我想，可能学习是这样，成长也是这样吧。外界的力量可以是车轮，但是方向盘要靠自己把握；外界的力量可以是风，但种子还是要自己经历去成长，这样才能有收获有更大的上升空间。我们需要会利用外界的力量，但是不能完全依靠。人生的好多路啊，终究没有人可以代步！

可能这就是独立的真正滋味吧。在学习的道路上，生命的航程里，机会凭自己争取，命运靠自己把握。这漫漫长路中的诸多道理，我不敢说我真得懂了，但我正在慢慢地去了解，去体会。我要用“靠自己”的方式走我自己的人生。

我可以初三篇十七

我可以放弃吗？在枯燥无味的学习中，被埋在”题山卷海“里的我可以放弃吗？我不可以！

既然已经坚持了这么久，我当然不会轻言放弃。如果选择放弃，那就意味着我六年的努力将功亏一篑。我能这么做吗！我绝不能对不起自己，对不起曾经为了今天而付出的六年。

对于我的父母来说，他们对我抱有很大的期望。他们在我身上倾注了全部的爱啊！我不能让父母失望，不能让他们丢脸！

既然选择了自己的路，哪怕是跪着也要走完。

那是，老人还只是一个默默无闻的小徒弟。年轻的他满怀激情，总想着能有一番建树。于是他用十年的时间造就了一本书。那是他十年心血的结晶——承载力了他全部的梦想——只为一个坚持十年的梦——那耗费了他整个青春。而当充满激情的他将稿子交给一家杂志社的主编时，却得到了这样的答复。不行。然而，他正一蹶不振，师傅问他：“你可以选择放弃吗？”他豁然开朗，是啊，他绝不会放弃！他又充满了活力，到处投稿，终于，他成功了！他成为了美国耳熟能详的心理学家，心理学界的泰斗。

老人成功的故事，老师的辛劳，父母期待的眼神无不在催促着我成长成长！

我，绝不会放弃！

我可以初三篇十八

因为某些原因，我可以，这三个字的组合突然火了起来。其实也好理解，毕竟，我可以是有现实意义的。代表着很积极的意愿。个人能力自信的彰显。极富有正能量。

但是，人们在现实中其实是把这句话当做段子，或者是梗来说的。大多数情况，是在人们休闲的时候，网上冲浪，看见有喜欢的人或事物，兴奋又激动的说上一句，我可以。当真正面临着需要你不可以的时候，很少人会想起这句话，然后底气十足的来上一句，我可以。

人们在一些未知，或者挑战的时候，总是会下意识的想，我不能，我不行，对自己产生怀疑。从而加大失败的可能性，恶性循环下来，不但没有进步，反而可能会大幅度的退步。所以，在面对未知的时候，自己的信念是非常重要的。坚信，我可以，从一开始，就会得到很好的感受，像一个具有增益效果的buff一样，对自己的行为，是真的能做到有效的改变的。

所以，以后无论在什么情况下，任何时候，都要坚信自己，自信的来一句，我可以。这样你就可能是真的可以。

我可以初三篇十九

人生如梦，一波三折。所有人都会有些小遗憾，也许当时没有注意，可现在却又反悔。不过，认真反省，总会给你一些启示。

记得很小的时候，我非常喜欢捉昆虫。尤其是草地上的蚂蚱与蝗虫，大大的眼睛很可爱。我那时还不懂事，所以一看见它们，就立即抓起来，放到一个“牢房”里。“牢房”是一个密封的塑料盒，不大，里面放了很多草叶。

随着夏天的到来，昆虫越来越多了。当然，“牢房”里的成员也更加丰富了。起初，它们都生活得很轻松、愉快，可一山容不得二虎，蚂蚱和蝗虫两个种族竟然打了起来！

它们自由了。两个种族展开了透明的翅膀，在空中优美的划了一道弧线，然后友好地聚在一起吃草。刹那间，我豁然开朗，心里如同放下了一块巨石，感觉整个人都轻松多了。

我，可以这样做！

我可以初三篇二十

坚持总会闪耀。

我学习素描已经五年了。

五年前的那个小丫头，什么也不懂。就这么迷迷糊糊的选择了这个新奇的名字。

踏入诺大的画室，好空旷啊。摆着各式各样的石膏头像，竟有些阴森。第一节课，老师教了最基础的排线。就这样排了一个半小时。对年幼的我来说属实枯燥乏味。谁曾想，下节课竟然也是排线！

放弃的念头在我心中萌发。

“真的要放弃吗？”老师问。看着我犹豫不定的模样，老师牵起我的手，带我去看了一个画展。

惊艳。方正的几何体，深邃的眼眸。明暗控制的恰到好处，在我的心里烙下了一个深刻的印象。我想，我永远也不会忘记这些画作。

“我不放弃！”与老师相识一笑，便回到画室继续练习。奇怪，枯燥的排线竟变得有趣。学习素描也更加有动力。

从几何到水果，从陶罐到五官，从生疏到熟练。就这样日复一日，年复一年。五年就这么过去了。常有长辈问我：“这五年，值得吗？”这五年，考级证书拿了，大大小小的比赛也参加了。赢过，输过，哭过，笑过。这五年，值得。

“放弃”十五画，“坚持”十六画。坚持就比放弃多一点，可最后的结果相差的却不是那么一点。那我为何选择放弃却不选择坚持呢？坚持不一定会成功，可坚持比放弃成功的几率一定要大得多。

不是所有的坚持都有结果，但总有一些坚持，能从冰封的土地里，培育出十万朵怒放的蔷薇。

这五年的成长告诉我：原来，我可以！