# 最新学生暑假心得体会(汇总20篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-05-19

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。学生暑假心得体会篇一今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**学生暑假心得体会篇一**

今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，虽然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了些关于社会下层建设。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔腾。

社会是个大课堂，对于我们涉世不深的大学生来说，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，心这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

多多向社会学习，在学习中发现自己的不足，以而完善自己，进步自己，只有这样我们才能在未来的社会中立于不败之地。社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神；懂得科技、懂得创业、更是当今大学生更趋势的社会实践项目。

夏日列日当头。正是由于有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的保存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更加重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用。

自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层，同下层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的.命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足。

对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，行将走上社会，更应该提早走进社会、熟悉社会、适应社会。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗亭上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对根基原理的理解和消化在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，开创我们美好的未来。

**学生暑假心得体会篇二**

暑假是每年学生最期待的假期之一，是他们放松心灵、充实自我、开阔眼界的良机。通过暑假的生活与经历，学生们收获了许多宝贵的经验和感悟。在结束了一个难忘的暑假之际，让我们一起来看看学生们的暑假心得体会。

第一段：放空与调整。

暑假的开始就意味着暂别繁重的学业和诸多课外活动，学生们可以有时间和机会完全放松和调整自己。在这段时间内，许多同学选择离开都市，来到大自然中体验不同的生活方式。在山林、湖泊和海滩上，他们尽情领略大自然的魅力，体验远离喧嚣的宁静和平和。与此同时，还有一些同学选择在家中度过，他们尽情享受自由自在的时光，追求个人兴趣爱好，同时也欣赏到了家庭生活的温暖和美好。无论是外出还是留家，学生们在暑假的这段时间里放空了自己，调整了状态，为接下来的生活做好了准备。

第二段：拓展与充实。

暑假期间，许多学生选择参加各种各样的夏令营或短期学习班，用来拓展知识面和充实自我。这些活动不仅让学生们增长了见识，还激发了他们对知识和技能的热爱。通过参加这些活动，学生们接触了许多新的事物，学到了许多新的知识，并且结交到了很多志同道合的朋友。同时，还有一些学生选择自行规划自己的学习计划，自学各种自己感兴趣的课程。这些体验让学生们更加充实和自信，为将来的学习和工作奠定了坚实的基础。

第三段：锻炼与成长。

暑假不仅是锻炼身体的好机会，也是锻炼意志和毅力的良机。很多学生选择通过参加夏季运动训练营来增强体质和提高技能。例如，有的学生选择参加篮球、足球或游泳训练，通过坚持不懈的努力和艰苦的训练，他们在技术和素质上得到了提升。除此之外，还有一些学生选择参加社会实践活动，体验真实的社会环境并锻炼实际能力。这些经历让学生们不仅在体魄上得到了锻炼，更在心智和情商上得到了成长。

第四段：休闲与娱乐。

每当放假的时候，无论是孩子们还是成年人，都热衷于休闲和娱乐活动。学生们的暑假自然少不了一些旅游和娱乐活动。他们参观了名胜古迹、美术馆、博物馆等，开拓了眼界，充实了见闻。还有一些学生选择参加音乐会、展览会、电影节等文化活动，让自己沉浸在艺术的世界中。而且，在暑假里，学生们也有更多的时间与家人和朋友一起玩乐，一起享受家庭生活的快乐和温暖。

第五段：总结与展望。

暑假是学生们快乐且充实的一段时光。在这段时间里，他们体验了自由和宁静，充实了自我，锻炼了身心，放松了心灵，同时也拓展了自己的眼界和见识。学生们通过暑假的经历和收获，更全面地认识了自己的优点和不足，为将来的学习和发展制定了更为明确的计划和目标。结束了一个难忘的暑假，他们开始迎接新的学期和新的挑战，怀揣着更多的信心和激情，继续前行。

总之，学生们的暑假经历和心得体会无疑是丰富多彩的。无论是放空与调整、拓展与充实、锻炼与成长，还是休闲与娱乐，每个学生在这个假期中都学到了许多宝贵的东西。通过暑假的体验，他们更加明确了自己的目标和方向，为未来奠定了坚实的基础，同时也积累了生活的经验和智慧。让我们期待每个学生在新的学期中展现出更加优秀和自信的样子！

**学生暑假心得体会篇三**

社会真的没有想象的那么好，但是也是没有那么的差，主要也是自己的选择以及在什么样的一个环境里面，的确竞争很大，但同时也是只要自己的能力够了，其实也是可以在社会去立足，去取得自己的一些成绩，而我进入工作岗位去做和自己专业相关的，也是由于自己学到还比较的扎实，所以做起来虽然难，但是也是可以去接受，能做好的，只是效率的确没有正式的员工那么高，不过也是经过自己的努力，不断进步之后也是和之前刚进公司好了很多的，而一个月的时间，自己成长太多了，也是交到了很多的朋友，他们给予了我帮助让我对于工作有了更多的认识，也是一些技巧让我能做好事情。

职场之中也是格外的竞争激烈，同事们虽然相处愉快，但是涉及到工作上，也是会有很多的竞争，大家都是会去努力，去让自己的业绩更好，我是个新人，又是实践所以领导没有给予我太大的压力，主要也是学习为主，但是我也是不想由于任务不重就松懈，反而是要以正式员工的要求去要求自己，也是得到了肯定，自己的工作能力也是不断地提高，我清楚如果此刻我进入职场，那么如果不去做好就是被淘汰的命运，不想离开，要立足，那么就要付出很多，不断的去前行，而且在竞争之中其实也是更能锻炼自己的一个能力。

实践结束得很快，一个月的时间，让我也是感觉到太快太快了，不过在这的收获也是让我更加的意识到理论的学习也是很重要，同时也是要去把学到的用好，才能成为自己真正的能力，我也是回到学校要更多的一些付出，去让自己把课上好，去收获知识去锻炼到自己从而为毕业真的进入社会而准备好。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**学生暑假心得体会篇四**

通过这次实习，我收获了很多，一方面学习到了很多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提升了自己动手做项目的潜力。本次实习，是对我潜力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是十分有好处的。

第一个星期来公司主要是先了解公司的情况，和了解我们的主要工作内客和安排达作地点。来到了公司之后，我们先是简单地的见面，在办公室开了个小会，单位的指导教师赵女士结我们详细的介绍了公司及公司的具体业务，我们在公司主要安装预算，公司现在在安康有一个融城东海项目，我们几个实习生中的一人去了安康的项目上，其他五人都留在西安的公司里，做安装预算，单位指导老师在实习第2天的时候给我们安装了广联达软件，并先简单的.教我们先粗略的认识、预习一下广联达是如何操作和使用。第三天的实习工作是把公司里的书籍管道工程等资料看一次，以备后用，我们几个实习生一起把广联达研究了一天，终于学会了简单的操作，在做造价的时候就要轻松多了。

经过第一周的实习，我们已经对公司的环境，运作模式和我们的工作有了基本的了解。在实习中我学到了很多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识利用于实践中的好机会，原先，学的时候感叹学的资料太难懂，此刻想来，有些其实并不难，关键在于理解。

**学生暑假心得体会篇五**

随着高考的结束，许多学生纷纷参加暑假班，为即将到来的新学期做好充分准备。本文将从以下五个方面，总结学生参加暑假班的体会和心得。

一、目标明确。

参加暑假班的学生，一般是需要通过高考升学的学生，其他可能是学业进度上的滞后，或者是想要提升成绩的学生。不管是哪一种原因促使学生去参加暑假班，重要的一点是对自己的目标要有明确的规划和期望。通过暑假班这段时间的学习和训练，学生可以更有针对性地提高个人学业水平和素养。

二、压力释放。

参加暑假班可以帮助学生缓解课业带来的压力。普通情况下，高中生的学习压力可能来自课业负担和考试的压力。因为暑假班没有课业负担和考试，不同于课程中严重的兼听和劳累，因此对学生来说是一个非常好的机会去缓解压力并且享受一个相对自由的学习时间。

三、提升自信心。

另一个明显的好处是为学生提高自信。如果学生曾经在课程上“失落”过，通过参加暑假班来追赶学习进度或恢复信心是一个不错的选择。比如说，学生可能需要补差，提升成绩，或者精细化学习。这些较难的任务可能在课程上报到会增加学生的压力和不安；但是自助学习可能只是一个学生与教师之间的私人互动，从而使学生的教育带来新的启示，也许可以让学生拥有更好的表现。

四、良好的学习氛围。

在暑假班中，学生与同学之间的互动和学习氛围都非常良好。一方面，同学之间的相互拓展是知识和文化背景的拓展。另一个方面，学生之间的交流有利于互相帮助，达到拓宽层次的目的。整个学校的人际关系水平都有较大的提高，提升了学生的整体竞争力。

五、锻炼坚持意志。

参加暑假班可以锻炼学生的坚持意志。因为暑假班需要学生自发参加和努力学习，缺少了学校的规则和管理，如果没有足够的强制力，我相信还是会有很多学生会轻易放弃。这时候，坚持意志就变得非常重要。只有坚决完成更多的学习任务，不断进步，才能够取得有效进步和提高才能够让自己的时间更有价值。这是能够为以后的成长，带来极大的帮助。

总结来说，参加暑假班对于学生来说，确实是一个非常有益的提升、学习和锻炼的机会。对自我提炼、自省，加强和培养学生的为人处世能力都有很大的帮助。学生们需要利用这段良机提升自己，顺利进入新一学期，并为日后的人生打磨自己的心灵和技能。

**学生暑假心得体会篇六**

慢慢的，我开始学着适应大学的生活了，开始融入这个集体，开始去发现新同学的可爱之处，开始让自己变得充实。我渐渐的发现，这里其实还是“卧虎藏龙”的，也有着非常优秀的人，激励着我必须让自己充实起来！班委，学生会，辩论组，图书馆勤工俭学，我就是想让自己忙起来，只有充实，才能让我忘掉一些伤痛，更好的适应现在！在彼此了解的过程当中，我交到了新朋友，他们帮助我，关心我，给了我很多的欢乐，我希望和他们的友谊能经历住时间和距离的考验，成为永恒！有喜有忧，我也感觉到了身边有不喜欢我的眼睛，我不知道为什么，我也不想知道，我只想保存着快乐的记忆……谢谢你们，我的新朋友！学习方面，我本着“临时抱佛脚”“快刀斩乱麻”的精神通过了考试，而且成绩还不错，但是我心里很不爽，原因不愿多说，因为会让人有“得了便宜卖乖”的感觉，呵呵。自己清楚就行啦！大学，学习已不是全部，我们更应该有的是锻炼自己待人处事的能力，这也是将来走向社会必须具备的素质。报了三月份的二级c语言，可是没好好学，学不进去，哎，很可能钱又白交了。我总是这样，看来大一又要轻松度过了，其实，我就是这样打算的，从大二再开始好好学习吧……最担心的就是英语啊，得加油！

对于大学生活的感受，有太多的话想说，不知从何说起，更不知到哪儿结束。我知道，我现在还在回忆着过去，因为它太美好；我也在适应着现在，希望用自己的双手把它装扮的美好！对于剩下的八分之七，我满怀希望，相信它会充满笑声！相信我会实现理想！

**学生暑假心得体会篇七**

暑假是每个学生最期待的时间，这是一段充满活力和自由的假期。然而，对于一些学生来说，暑假不仅仅是度假时间，更是继续巩固知识和学习新知识的机会。这就是暑假班。我在暑假班里度过了一个美妙的假期，收获了很多，我将在下面的文章中分享我的心得体会。

第一段：选择参加暑假班的原因。

我选择参加暑假班是因为我想继续学习并巩固这一学年所学的知识。我也希望能了解更多与我的学习内容有关的知识，以便在未来的学习中更加得心应手。此外，我认为这也是为我的未来打下良好基础的一个机会。参加暑假班让我感到更有成就感和自信心，这也是我选择参加班级的一个重要原因。

在参加暑假班的过程中，我学到了很多新的知识和技能。每个老师都是专业知识丰富的人，他们对我提出的问题都给予了耐心的回答，这让我受益匪浅。此外，为了更好地学习，我也变得更加懂得如何管理自己的时间。同时，和其他学生交流学习上的困难以及交流学习上的技巧和方法，也让我对自己的学习有了更深刻的认识。这所有的努力使得我在学业上的成就也有了更大的提升。

第三段：学习中遇到的挑战。

在参加暑假班的时候，我发现自己遇到了很多的挑战。对于我来说，班级是学习的大环境，因此，我常常需要和其他学生竞争，尤其是在期中期末考试的时候。此外，也有一些知识点比较难理解，需要花费更多的精力去理解或问老师，这也让我感到有些沮丧。但是，我始终坚持下来，因为我认为只有克服难题，才能获得真正的收获。

第四段：如何度过一个有意义的暑假班。

并非所有参加暑假班的学生都能获得成功，他们的态度和行动也是影响成败的因素。对于我来说，参加暑假班并不仅仅是为了学习或获得好成绩，更是为了过一个充实而有意义的假期。因此，在班级中，我常常和其他学生保持积极的沟通，养成良好的学习习惯，并且利用自己的时间进行充足的复习，准备好未来的考试。当然，我也参加了许多有趣的课外活动，以保持健康的身体和愉快的心情，为学习提供更好的环境。

第五段：我的结论。

在这个暑假中，我参加了暑假班，度过了一个富有感受和成长的假期。我学到了很多新知识和技能，提高了学习成绩，也认识了很多志同道合的伙伴。在过程中遇到不少挑战，但我从中也积累了经验，学会了更好地面对问题和克服困难。对于我来说，此次班级经历是一个有意义的经历，使我在未来的学习中充满信心。

**学生暑假心得体会篇八**

随着时代的变迁和现代化的步伐，中医学术也跟随时代的发展而不断地进步和完善，受到更多的人们的认可和青睐。作为一名中医学生，我们不仅要学习理论知识，更要深入实践，通过实践来不断的提高自己的专业水平。暑假作为一个较长的假期，中医学生可以更加深入的学习和实践自己所学的理论知识和技能，下面就让我来分享一下我的暑假心得和收获。

一、了解中医的特点及其理论体系。

在暑假期间，我主要通过阅读相关书籍，了解到了中医的特点和理论体系。中医的特点主要表现为整体观念和辩证思维。中医注重人的整体健康，不仅要治疗疾病，更要调整整体状态，增强自身免疫力。在诊断和治疗中，中医强调综合辨证，在全面分析病因病机的基础上，制定个性化的治疗方案。

二、参观中药材市场和中医诊所。

在暑假期间，我还特意安排了一次参观中药材市场和中医诊所的行程。在中药材市场里，我品尝了一些不同种类的中草药，学习了中草药的功效和应用方法。通过听医生诊断和治疗一些病人的过程，我逐渐了解了中医的诊断过程和治疗方法。中医诊所让我更加直观的感受到了中医理论在实际应用中的力量，更加坚定了我学习中医的信念和动力。

三、参加中医理论课程和实践课程。

暑假期间，我还参加了一些中医理论课程和实践课程。课程内容主要涉及到了中医的基本理论和诊断方法，在实践课程中，我逐渐掌握了针灸和推拿的技巧，也更加深入地了解了中草药煎煮和药膳制作的方法。通过理论和实践的结合，我培养了更加扎实的专业知识和技能，为将来的学习和实践奠定了良好的基础。

四、开展课外科研活动。

暑假期间，我还利用课余时间，积极参加了一些课外科研活动。我和同学们利用暑假时间，深入到社区进行了疾病调查和问卷调查。通过调查结果的统计和分析，我们对中药对各种常见疾病的有效性和副作用进行了深入的研究。研究过程中，在同学和老师的指导下，我们培养了科学研究的能力和思维方式，锻炼了自己的独立思考和问题解决能力。

五、总结和反思暑假的收获和不足。

暑假即将结束，我认真梳理了自己这个暑假的收获和不足。我觉得我在了解中医理论和特点方面掌握了一定的知识，但在临床实践中还存在不足，需要加强实践课程的学习和练习。此外，我还需要继续学习英语和计算机知识，为今后的学习和实践打下更好的基础。同时，我也认识到，在学习中医的过程中，要始终保持专注和耐心，不断坚定自己的学习动力和信念，不断提高自己的综合素质和专业水平。

总之，这个暑假是我不断成长和提高的过程，在接下来的学习中，我会继续努力，加强理论和实践的结合，锻炼自己的专业能力和应对能力，为人民健康事业做出自己的贡献。

**学生暑假心得体会篇九**

暑假班是许多中学生为了提高学业表现而参加的一种课程，相比于平时的课程，暑假班更为集中和紧张。在暑假班中，我们能学到更多的知识，并且掌握更好的学习方法。今天，我想分享一下我的暑假班心得体会。

第一段：暑假班的初衷。

我选择参加暑假班，是因为自己在平时的学习中遇到了很多问题。课堂上，我总是听不懂老师的讲解，自己的笔记也没有进行好的整理。这些问题导致了我的成绩不如其他同学。为了改变这种情况，我认为参加暑假班是十分必要的。

第二段：暑假班的成效。

在暑假班中，我学习到了很多新知识。老师们不仅在课上教授我们学科知识，还培养我们科学学习的方法。比如，老师告诉我们要学会总结，把重点和难点记在笔记本上，课后要及时复习并做好作业。通过这些学习方法，我的学习效率得到了显著提高。而在考试中，我的成绩也有了明显的提高。

在暑假班中，生活相对单调。我们的时间基本上都分配在学习上，课间休息时除了吃饭和上厕所，我们基本上都在自习室里看书做题。在这样的环境下，我感受到自己的精神状态变得更加专注。而且，在新的学习环境中，我结交了很多新的朋友，他们不仅让我在学习上获得帮助，也让我的生活变得更加充实。

参加暑假班，我的最大收获就是学到了如何正确科学的学习。在课堂上，老师们总能以身作则，让我们看到了一个好老师的标准。而在自习室里，我们也经常会看到那些自觉自律的优秀同学，他们总是保持着一种高度的自我要求。这些经历让我感受到了一种追求卓越的氛围。

第五段：对于学习的改变。

参加暑假班对于我来说是一个很好的开始，它让我对自己的学习产生了新的认识。我意识到通过科学的方法去学习，不仅能够提高学习效率，也能让我获得更多的成就感。而在这种科学学习的方法中，我不再因为不自信而被困扰，我会更加自信地去面对我的学习。通过参加本次暑假班，我相信我已经开始了一段更加辉煌的学习历程。

总之，参加暑假班是我们中学生获得高分的一个有效的途径。在暑假班中，我们能够学到更多的知识，掌握更好的学习方法，结交新的朋友，也能让我们窥探到卓越的氛围。这一切，都能够对我们今后的学习生涯产生深远的影响。

**学生暑假心得体会篇十**

这里凝聚了老师们对我的辛勤培养，同学们对我的关爱帮助，才让我不断的茁壮成长，在这里我愿意和大家分享我的快乐学习之路。

子曰:“温故而知新”,意思就是说温习学过的知识,才能得到新的体会与理解.而我的学习也就是从这样快乐中开始的.

我觉得作为一个学生，首先要尊敬我们的师长，这就是所谓的“养父母之身，养父母之心。”尊师也是一种建立在孝亲的基础上,一个孝养父母的人,他不会尊师吗?所谓的尊师就是依教奉行.所以孝亲尊师是做人的基础。孝养父母，尊敬师长的人一定有远大的志向。比如说近代的周恩来总理，也是为中国之崛起而立志。我们应该向他们一样，从小立下远大的志向。这样才能学有所成。其次是上课要认真听讲，要多复习学过的知识.坚持做到多做练习题,多背单词,多看课外书以及参加一些有意义的课外活动.

每天放学回到家,我首先就是主动完成作业.写作业的时候不能让父母催促着写,不懂的问题自己去思考,然后再去查资料,最后才去请教父母或老师.写完作业后的时间也不能浪费,自己读一些有意义的书,来充实自己的课余生活，增加自己的见闻。

老师说过在世界上有一种人最可怜，因为他没有理想。没有奋斗的目标，“不是我想读书，是父母硬要我来读书的。”没有理想的人就如无源之水,无本之木,她的生命之泉将提前枯竭,留在世上的只是一堆行尸走肉罢了.做一天和尚撞一天钟,得过且过,你们想,这样的人会有怎样的出息,在青少年时代就没有人生理想,这是最可怕的.我们要坚信:明天的失败都是由于今天不努力.

老师还说过二十一世纪的文盲不是没有读过书的人,而是读错书，不会学习的人.学习,不仅是在课堂上学习,而应是在一切时，一切处，待人处世，接物中学习更多课堂上无法学到的知识.

同学们,你们想学有所成,就从自我开始,从快乐中开始,我就是这样去学习的.我学得快乐`学得主动,那才是真正的乐在其中。

以上就是我的一点学习的体会，希望能和大家共勉。谢谢!

**学生暑假心得体会篇十一**

按照团中央《关于开展20--年全国大中专学生志愿者暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》(中青联发[20--23号)、团省委《关于开展20--年山西省大中学生志愿者暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》要求，引领我院广大青年学子践行习近平--关于“勤学、修德、明辨、笃实”的“八字真经”，根据团中央和团省委的统一部署，院团委于20--年7月—20--年8月间组织开展了以“践行‘八字真经’、投身‘四个全面’”为主题的20--年大学生志愿者暑期科技、文化、卫生“三下乡”社会实践活动。现将活动情况总结如下：

一、领导重视，精心组织。

按照团中央和团省委的统一部署和要求，院团委结合我校实际情况，于6月26日下发《关于开展20--年大学生暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动的通知》(山大商院团字[20--]8号)文件，对此项活动进行了全面部署，并于7月10日组织召开了山西大学商务学院20--年暑期科技、文化、卫生“三下乡”社会实践活动动员大会，学院党委陈增寿副书记，院团委郭德明书记、武雅蓉副书记，各院系团总支书记以及各实践小分队指导教师、团队成员共300余人参加动员大会，学院党委陈增寿副书记为各实践小分队授旗并对他们提出明确要求和殷切希望。同时，各院系结合专业特色和实际情况，采取以会代训的方式集中开展实践教育培训、动员大会，统一思想，提高认识，并制定实施方案和活动安全预案，明确实践内容，做好活动规划，细化活动环节，为实践顺利开展提供了保障。

此外，学院领导也对此次活动的实践过程给予了极大的关注与支持。7月16日，学院党委陈在院团委郭德明书记的陪同下，检查了我院赴长治市屯留县电信公司进行“乡镇信息化建设与互联网+”宣贯的4支志愿者团队，并亲切看望了在这里进行社会实践的小分队成员，受到老师和同学们的热烈欢迎。陈书记就同学们的吃住情况、实践过程中所遇到的困难以及是否适应当地的生活等问题，与同学们展开了亲切交谈，陈书记叮嘱大家：一要高度重视个人的安全问题;二要及时做好每天的经验总结;三要保持良好的工作风貌。希望同学们通过此次社会实践活动，不仅能在生活能力、思想境界等方面有所提高，更重要的是要对自己所学的专业知识有更全面的认识，还要对自己的人生有所规划。领导的嘱托与希望，使志愿者们倍受鼓舞，相信他们在今后的学习、工作、生活中定能再接再厉、砥砺前行。

二、主题突出，特色鲜明。

各社会实践小分队结合自身专业特点，以“践行‘八字真经’、投身‘四个全面’”为主题，开展了内容丰富、形式多样的实践服务活动。全院共组织集中实践队伍39支，13000余人次参与其中，其中集中实践600余人，自主实践11000余人，小组实践2400余人，收回调研报告、心得体会共计120--余份。各小分队坚持以服务地方经济社会发展、服务青年学生成长成才为主线，活动形式多样、主题深刻，实践内容包括社会主义核心价值观宣讲;深入基层进行科技支农、法律宣传;奔赴偏远乡村开展支教服务、文化惠民等。

通过实践活动，不仅使我院广大青年学子更早接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、协作精神、实践能力和社会交往能力，更引导我院广大青年学生在深入社会、了解国情、接受锻炼的过程中培育和践行社会主义核心价值观，牢固树立了跟党走中国特色社会主义道路、实现中华民族伟大复兴的中国梦努力奋斗的理想信念。

三、宣传到位，影响广泛。

院团委十分重视“三下乡”活动的宣传工作，活动开展期间通过校园网、活动简报等形式将实践中的照片、通讯报道及时、高效的发布。本次社会实践活动共收到实践简报330余篇，院团委选发简报279篇，我院各实践小分队通讯员认真攥写、及时传送每日实践简报，同时院团委安排专人整理、编排，及时将活动简报上报上级团组织，实现了信息的及时有效传递。

此外，我校的社会实践活动得到了社会各界的广泛关注，共受到包括《山西晚报》、《山西青年报》、《山西法制报》、《吕梁日报》、《吕梁晚报》、阳城电视台、平遥电视台、灵石电视台、泽州电视台等12家报社、媒体及包括“中国网”、“搜狐”、“新华网”、“今日头条”、“山西信息港讯”、“黄河新闻网讯”、“太原在线”、“忻州教育局”、“临汾新闻网”、“阳城县政府网”等16家网络媒体进行了近100次的宣传报道，使社会各界对我院大学生志愿者的综合能力、服务意识有了较全面的了解，活动影响面大，社会反映强烈。

四、国家重点及专项计划团队，卓有成效。

经院团委申报、团省委推荐、团中央批准，我院赴长治市屯留县电信公司“乡镇信息化建设与互联网+”宣贯团队，再次获批成为20--年“乡镇信息化与互联网+”大学生暑期社会实践全国100支专项计划中的一支。同时，我院赴长治市屯留县电信公司“乡镇信息化建设与互联网+”宣贯团队、会计学院赴山西省阳城县扬帆队暑期社会实践服务队、管理学院赴山西省盂县支农支教暑期社会实践服务队等3支团队，获批成为20--年全国大中专学生暑期“三下乡”社会实践活动重点团队，这也是继我院去年首次获批暑期“三下乡”社会实践活动全国重点团队后，再次获此殊荣。

活动期间，赴长治市屯留县电信公司“乡镇信息化建设与互联网+”宣贯团队的志愿者们对自己的角色进行了转换，从一名普通的在校大学生一下子变成了企业的“工作人员”，他们将自己所学的专业知识与企业的实际生产经营相挂钩，从各方面寻找自己的专业欠缺;同时，通过在电信公司的实践学习，不仅学到了更多的专业技能，而且将平时学习中遇到的理论难题通过具体实践得到了圆满解决，真正做到了理论与实践相结合。会计学院赴山西省阳城县扬帆队暑期社会实践服务队的同学们将实践工作与自己平日在学校所学相结合，积累宝贵经验，也让志愿者认识到学习知识扎实的重要性，为今后更好地学习起到了积极的作用。管理学院赴山西省盂县支农支教暑期社会实践服务队的同学们深入基础教育薄弱、教育资源匮乏的乡村学校开展支教服务活动，坚持“受教育、长才干、作贡献”的宗旨为当地几十名学生提供课程教授、学业辅导、亲情陪伴、文体活动等志愿服务，在探索高校与落后地区学校结对帮扶的长效机制的同时，积极开展农村留守老人民生状况调查和相关志愿服务。

五、小组实践，以“点”带“面”

社会实践是大学生走向社会的一个很重要的锻炼环节，也是教育与实践相结合的具体体现。今年，院团委在原有集中实践、自主实践的基础上，积极组织、发动各院系学生按照“就近、就便”的原则组成3人以上小组实践团队，赴农村、企业等地进行社会实践。同学们纷纷响应号召，共有2400余人参与其中，同学们充分利用假期时间，以各种团队、小组或个人等形式参与社会实践活动，成功的将学校教育延伸到校外，实现了社会实践活动对大学生特殊的教育意义。

通过参与实践活动，同学们了解社会、开阔视野、丰富知识、加深认识、端正思想，使我院广大青年学子提高了独立能力、竞争能力和创新能力，为我院培养社会主义现代化建设的合格人才、探索建立应用型人才培养辅助体系做出贡献。

本次社会实践活动，不仅培养了我校广大青年学子的动手能力，提升了就业素质，更为今后走出校门、走向社会打下了坚实的基础。我们坚信，商院学子定将团结一心、努力奋进，以更加自信的姿态、更加饱满的精神投入到每一次实践服务活动的大潮中，以自己的智慧和汗水谱写新时代的青春之歌，用实际行动为民服务、报效祖国。

**学生暑假心得体会篇十二**

随着暑假的到来，中医学生们迎来了一个不同寻常的假期，他们除了商量好要去哪个景点玩外，还要抽出时间来学习和实践中医知识。在这个暑假中，我也经历了很多，感受到了中医的魅力和自己的收获。

第二段：学习和实践。

暑假里，我先是走进了中南大学的中医学馆，参观了其中的陈列和演示，深刻体会到了中医对治疗和健康的重要。然后，我去到了中医师训班，在老师的指导下学习了针灸、拔罐、推拿、刮痧等技术。其中的针灸让我印象深刻，虽然操作看起来简单，但时刻要注意针的深浅、角度、扎入的穴位等，不仅需要技术，更需要认真和耐心。实践中发现，这些技巧在正确使用后，不仅可有效缓解肌肉酸痛、头疼、胃疼等常见病症，还有一定的预防作用。

第三段：中医精神的体验。

在学习和实践中，我深深地感受到了中医精神的真谛。中医强调整体观念，而不是片面看待一个部位疾病的治疗，如胃病不是仅仅治疗胃的问题，而是需要从整个体系、消化系统、情绪等各方面考虑。同时，中医强调预防与治疗相结合，注重患者的内部修养和调节，从一定程度上说是使治疗和医学更加“人性化”。这些精神，无论是在中医的学习上，还是个人的修养中，都具有积极的作用。

第四段：面对中西医结合的挑战。

在与同学和老师沟通后，了解到了中西医结合的现状和面临的困难。中西医结合的趋势，确实在为人们的健康带来许多好处，但实际上，在形式的统一上，许多中西医的配合仍有差距，例如治疗方案、医生合作等方面。这在一定程度上还限制了中医的权威和人们对中医的信任。如果中医想要与西方医学对称、平等、并举，还需要在自身的机制、标准和规范上进一步提高。

第五段：未来展望。

中医作为中国传统文化的重要组成部分，其发展不仅仅关乎医学的发展，更涉及到人们的身心健康。而在未来的发展中，中医需要更好地适应时代的要求，加强和西方医学的沟通和合作，积极探索创新，同时也需要保持并传承中华传统文化。对于中医学生而言，与其将中医视为一个独立的学科，不妨将它视为一种生活态度，时刻践行中医精神，将传统医术和现代科技相结合，推动中医不断进步和发展。

总结：从学习实践到中医精神的体验，在暑假中，我对中医有了更深入的了解和认识。而面对未来的发展和挑战，中医需要与时俱进、拥抱变革，并弘扬中医文化的精髓。作为中医学生，我们需要以实际行动，践行中医精神，为中医的未来和发展贡献力量。

**学生暑假心得体会篇十三**

唉!暑假总算过去了，我既高兴又难受，好像是谁打翻了五味瓶，总是让我有一种说不出来的滋味。饭，休息了一会儿，又坐着大巴到了乌拉特部落。到了乌拉特部落，我们排着长队走在林荫道里，看到了栋栋别墅。走着走着，我隐隐约约地听到了“汪汪汪”的声音。走近一看，哇！好大的藏獒，萨摩等名贵的狗。再走一会儿，我们看到了珍珠鸡，公鸡，鸭子等动物。最令我高兴的`是，我看到了孔雀开屏。孔雀开屏时，羽毛五颜六色，呈扇形，非常漂亮。

第二天早上是我们最痛苦的半天，因为我们步行了22里路，到达了乌拉山。我们在劳累下寻找“宝物”。我们班燕某某找到了两个“宝物”。

下午，我们伴着歌声，到达了某某国际高尔夫球场，一起练习打高尔夫，看正式的球场。

晚上，我们终于迎来了热闹的篝火晚会。晚会上，我们表演了许多节目，有《跟着感觉走》《拉丁舞》《印度舞》《森林狂想曲》《爵士》《虫儿飞》《大合唱》等节目。《虫儿飞》是由董某某，狄某某等人演的。《跟着感觉走》是由张某某独人演唱的。《拉丁舞》《爵士》是由李某某，祁某某等人演的。《印度舞》是由狄某某演的。《森林狂想曲》是由王某某演的。《大合唱》是五八班和五四班唱的《保卫黄河》《青春舞曲》。所有的节目表演完后，我们伴着《棒儿爽》，在篝火堆旁唱起来跳起来。

**学生暑假心得体会篇十四**

前几天知道了要去\_\_特殊教育学校支教，心里很难接受，为什么要让我们去这样的地方？听说那些孩子有的是智障，有的是肢残，感到巨大的压力。

今天是去特教学校的第一天，听着\_\_外面传来的诵读佛经的歌声，看着这些小孩，心中有一种悲从中来的滋味……一个家庭出现了这样的一个小孩被来就是一种悲哀，那些孩子并不知道自己在干什么，我要怎样与那些特殊的孩子沟通，怎样教导他们，一个一个的问题出现在我的脑子里。

今天带的一个孩子听护工阿姨的介绍说是14岁，可是当教他写数字的时候，他除了123能写出来之外，其他的都不知道写了些什么，当我伸出1个手指问他“这是多少？”他居然伸出4个手指说8……就这样折腾了很久。发现他写字不行倒是挺听话的，本着哄着他的心理，叫他画幅画，结果他第一个就画了维元，听到别人的赞赏，他可高兴了，画了很多很多，还特地为我作画，并送给了我。

这是我收到最特殊的礼物，虽然我们沟通起来很有难度，甚至有点鸡同鸭讲，答非所问，不过看到他送给我的画，突然一种别样的滋味涌上心头，虽然你的画里都是那么简单几笔的勾画，画下面的签名每一张都是不同的：尽管每幅画都是那么几个圈圈，画的方法都是一样的却能被你形容为其他的人，但我知道这是你表达你内心的一种方法，只有通过“作画”才能让你感到自我存在的价值，所以你不知疲倦的画着，直到画到整个本子用完了，才停了下来。这是我收到最别样的礼物，我会好好地珍藏的，直到永远。

还见到一个长得人高马大的女孩虽然你不太会说话，你不知疲倦地在那里唱了几个小时的歌曲，表达了你对语言的渴望；还有一个今天用蜡笔报废了我心爱的美特斯邦威的上衣，可是你并不知道你到底干了些什么，我虽然很伤心可是我并不生气；还有一个在那里睡了一个上午的小男孩；一个又写字又画画的孩子；还有后来才过来的小女生……我会在以后的日子里争取与你们多多相处，其实我不知道我能教会你们什么但我希望把我一颗炽热的爱心奉献给你们。

**学生暑假心得体会篇十五**

在寒暑假期间，学生们迎来了他们一年中唯一的休息时间。而对于家长们来说，这个时间段也成为了他们独特而珍贵的时刻。学生暑假期间的安排，不仅仅是为了孩子们度过一个愉快的假期，更是为了培养他们的各种能力，增进家庭的感情。在这篇文章中，我将就学生暑假家长心得体会展开讨论。

首先，学生暑假期间，家长们可以为孩子们提供各种各样的活动和经历。参观博物馆、艺术展览、动物园等等，不仅丰富了孩子们的知识面，还培养了他们对于艺术、历史和自然的兴趣。此外，家长们还可以组织一些户外活动，比如野餐、露营和徒步旅行等等。这不仅可以让孩子们感受大自然的美妙，还能锻炼他们的体力和意志力。通过这些活动和经历，家长们可以帮助孩子们充实暑假，同时也培养他们的社交能力和团队合作意识。

其次，学生暑假期间，家长们还可以为孩子们提供一些有益于身心健康的活动。这包括参加一些体育运动，比如游泳、篮球、足球等等。这些运动不仅可以锻炼孩子们的身体素质，增强他们的体力，还可以培养他们的合作精神和团队意识。此外，家长们还可以鼓励孩子们参加一些艺术类的课程，比如绘画、音乐、舞蹈等等。这样，不仅可以培养孩子们的艺术天赋，还能提高他们的审美素养和创造力。

同时，学生暑假期间，家长们还需要关注孩子们的学习。即使是暑假，也不能忽视孩子们的学习进度。家长们可以鼓励孩子们自主学习一些感兴趣的课程或者图书，提高他们的自学能力和阅读能力。此外，家长们也可以利用暑假时间帮助孩子们巩固和复习过去一年的学习内容，为下一个学年做好准备。通过这样的学习安排，不仅可以让孩子们度过充实的暑假，还可以保持他们的学习状态和学习动力。

最后，学生暑假期间，家长们也应该注意给孩子们留出适当的休息时间。长时间的学习和活动会对孩子们的身心健康产生一定的压力。家长们应该给孩子们提供放松的环境和时间，让他们可以休息、玩耍和放松心情。这样可以让孩子们在假期过程中保持愉快的心情，更好地享受暑假的乐趣。

总之，学生暑假期间，家长们可以通过提供各种各样的活动和经历，培养孩子们的各种能力和兴趣。同时，还应该注重孩子们的身心健康和学习进度。最重要的是给孩子们留出适当的休息时间，让他们在欢乐的暑假中得到身心的放松。通过合理安排和管理，家长们可以帮助孩子们度过一个充实而愉快的暑假，也促进了家庭之间的感情交流。

**学生暑假心得体会篇十六**

放暑假了，学校布置我们做一点社会实践活动。我做的活动是帮助居委会清除乱贴的小广告。

当我用铲子把社区里的“牛皮癣”一块块地刮下来时，我感觉好累哦！真的好累，手都软了，气得我一边清理，一边咒骂那些乱贴小广告的人，为一己私利便不择手段、不顾后果，他们难道不知道乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道。环卫工人每天那么辛苦的收拾小广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？他们知道。城市美观真的是要靠大家！

通过清除小广告活动，我明白了学校让我们做这个活动的\'原因，一是让我们更多的接能自主、行为能自律、活动能自信的要求，并拟定了具体的实践活动，使学生在家庭、社会这个大乐园里培养自强意识。新学期的到来，学生们怀着喜悦的心情走进课堂，将自己的暑假生活与同伴畅谈交流。现将学生的社会实践活动作以下总结：

1、生活能自理：91%的孩子都能做到整理床铺和房间;能洗袜子、内裤、裙子等简单的衣物;会主动洗碗、扫地、倒垃圾;少数孩子还能煮饭。生活自理能力较强。

2、学习能自主：88%的孩子能自觉、认真完成老师布置的暑假作业;部分孩子能主动练习书法，并交有大字、小字书法作品;部分孩子能主动阅读健康的书籍，写了作文、读书心得。但家长的总体评价是：孩子自觉学习不够、贪玩。可以看出孩子对老师要求的作业能较好完成，但自主学习能力较差。

3、行为能自律：多数孩子安全意识较强，出门能注意交通安全，不和陌生人交谈，不玩水、火、电。多数家长反映孩子最喜欢上网聊天、打游戏。

4、活动能自信：少部分孩子在假期里参加了各种辅导班，如：跳舞、绘画、钢琴、写作、普通话等。个别孩子还参加了舞蹈比赛，参加了军训。少部分孩子去旅游、回了老家等，体验了生活。但多数孩子都呆在家里，没有参加社区活。

总体上看大部分学生的生活学习习惯和行为习惯得到了规范，我校提出的自理、自主、自律、自信实践活动培养了学生的自强意识。但学生参加有意义的社区活动较少。

**学生暑假心得体会篇十七**

暑假，作为学生的一段宝贵时间，既可以用来放松身心，也可以用来提高自己的各种能力。政治作为一个重要的学科，对每个学生来说都是必不可少的，因为它关乎到我们的生活和社会发展。在这个暑假里，我参加了政治课程和各类政治实践活动，收获了很多，也深受启发。在此，我将分享我关于学生暑假政治学习的体会和心得。

首先，在政治课程学习方面，我选择了参加政治理论课程的学习。这门课程有系统的章节，包括国家政治制度、政党制度、民主制度等等，通过这门课程的学习，我对政治学的体系有了更深入的了解。上课期间，老师用生动的案例和活泼的语言讲解，使得政治学习充满了趣味和吸引力。我通过课程学习，不仅深刻认识到政治对于国家和社会的重要性，也对政治的发展和变革有了更加全面的了解。

政治实践活动是我在暑假期间积极参与的另一个方面。通过参加政治实践活动，我深刻地感受到了政治学理论与实际的联系。我参观了政府机构，了解了政府在日常工作中的职责和义务。我也参加了社区居民议事会，亲身体验到了基层民主的运作和参与感。通过这些实践活动，我明白了政治学不仅仅是一门理论课程，更是一种能够引导和改变社会的力量。在日常生活中，我们可以通过参与社会实践活动，逐渐培养我们的公民意识和社会责任感。

另外，政治学习不仅仅是知识的交流，更是一种思维方式的培养。在暑假期间，我通过参加政治论坛和辩论赛，锻炼了我的辩证思维和逻辑思维能力。在辩论赛中，我不仅需要有扎实的知识基础，还需要有清晰的表达和合理的论证。通过与其他同学的辩论交流，我深刻意识到政治学习要求我们思考问题的全面性和多角度性。我通过参加这些活动，提高了自己的思辨能力和分析问题的深度。这对我今后的学习和工作都有很大帮助。

此外，政治学习也促使我对社会问题有更加深入的思考。在课程学习中，我了解到社会问题的复杂性和深层次原因。通过思考，我认识到政治学不仅仅是学习政治体系和机构，更是要着眼于解决社会问题和促进社会进步。我开始关注社会新闻和新闻评论，了解社会热点问题和各个层面的观点。通过这些活动，我收获了对社会问题的洞察力和思考能力。

综上所述，学生暑假政治学习给我带来了很多收获和启发。通过参加政治课程和实践活动，我对政治学有了更加深入的认识，并培养了自己的思维能力和分析能力。政治学习不仅仅是为了提高自己的学术水平，更重要的是提高我们的社会责任感和参与意识。通过政治学习，我深刻认识到每个人都应该关心政治，并希望自己将来能够为社会做出一份贡献。

**学生暑假心得体会篇十八**

时间如流水,放假的日子里,时间更如流水,还没觉得一个月就结束了.在这一个月里,我过的真的好开心.因为放假前,我有做好计划表的.所以不管什么都按排的很好.现在我和大家分享一下我快乐的生活吧.

这个假期里,我的收获可大了.学会了十字绣.妈妈说我学起来有模有样的.十字绣绣起来很累人.眼睛和手和脑要同时并用的.绣十字绣锻炼了我的定力和耐力.呵呵我有信心完成这副作品.

我还利用暑假时间,好好练习我的琵琶,因为平时上学练的也不是很多,弹起来不是很流畅,一首美妙曲子,如果不能弹的很好,听起来会很不舒服.琵琶也让我很放松,我有时都陶醉在当中了.

暑假里,不能总想着玩,学习很重要的.每天的作业要和上学时一样,按时完成,字迹端正.英语的读写每天都不可少的.因为英语本来就是要多读多写的.另外再做点奥数,每天做个几题,锻炼锻炼自己的脑子.脑子不动,可是要生锈的哟.

吃过晚饭,我每天都要锻炼一下身体,学习好,也要有好的身体才行,我要把身体锻炼的结结实实的,下学期多多参加班级和学校组织的`体育活动.跑步,打羽毛球我都喜欢的.现在我的羽毛球可以和妈妈比一比了.

最开心是妈妈会带上我去山塘街看看,晚上山塘可美啦,霓虹灯闪烁,轻松的音乐.呵呵,还有名间小吃,那感觉可真好.平时上学,妈妈从不带我出来玩的.放假了妈妈说也让我放松放松,带我去看看我们苏州的夜景.晚上的苏州真美!真的.我更要好好学习,将来要把苏州建设的更美.

哈哈,在这个暑假里,我既玩了也学习了.长不不少见识和知识.这个暑候真快乐呀!

更多的相关中学生作文推荐：

202\_山东莱芜满分作文：爱让我更加美丽。

202\_上海中考满分作文：悄悄地提醒。

202\_福建宁德中考满分作文：校园里的记忆。

**学生暑假心得体会篇十九**

暑假是学生们盼望已久的假期，而对于家长来说，暑假则意味着要面对孩子长时间的休假。家长们可以利用这段时间，与孩子一起度过美好的时光，同时也能够更好地了解和感受孩子的成长。以下是关于“学生暑假家长心得体会”的一些连贯的见解。

首先，暑假是家长与孩子们加深感情的黄金时期。在这段时间里，家长们有更多的机会和孩子们一起玩耍、交流和沟通。无论是一起游玩、一起读书，还是一起探索新的领域，这些共同的经历都会让家长们更加了解孩子的兴趣爱好和思维方式。通过这种互动，家长们能够加深与孩子们的感情，建立更加紧密的关系。

其次，暑假也是家长们更好地了解孩子成长的机会。在孩子们的平时学习中，家长们可能很少有机会真正了解孩子在学校的表现和学习上的困惑。而在暑假期间，家长们可以与孩子一起讨论学业上的问题，并倾听孩子们的心声。通过与孩子真实的交流，家长们可以更好地了解孩子在学习上的需求和困惑，并给予他们适当的帮助和指导。

此外，暑假也是培养孩子们兴趣爱好和发展才能的良好时机。许多家长在计划孩子的暑假活动时，会鼓励孩子们参加一些他们感兴趣的课程或活动。无论是学习音乐、绘画、舞蹈还是参加运动等，这些活动都能激发孩子们的创造力、培养他们的兴趣，并帮助他们发现自己的潜在才能。家长们可以在这个过程中，从中发现孩子的特长，并提供支持和鼓励，帮助他们在感兴趣的领域取得更好的进步。

再者，暑假也是教育孩子生活技能和价值观的重要时期。在学校的教育中，孩子们主要学习的是学科知识，而暑假则是一个培养孩子们生活能力和健康价值观的良好机会。家长们可以教导孩子一些实际的生活技能，如独立完成家务、学会理财、学会烹饪等等。同时，家长们也应该引导孩子们培养正确的人生观和价值观，让他们懂得尊重他人、感恩生活。通过这些培养，家长们不仅能够教育孩子一生受益的东西，同时也能够培养孩子独立自主的能力。

最后，家长们还需要在暑假期间给予孩子充足的休息时间。在平日的学习生活中，孩子们承受了大量的学业压力，而暑假则是孩子们放松和休息的时间。家长们需要给予孩子足够的自由时间，让他们参与一些轻松的活动，如阅读、电影、户外运动等。通过休息，孩子们可以释放压力，给大脑和身体充电，更好地迎接新的学期。

总之，学生暑假对于家长来说是一个充满挑战和机遇的时期。家长们可以利用这段时间与孩子们共度美好时光，加深亲子关系，同时也能更好地了解孩子成长的需求和困惑。通过培养孩子的兴趣爱好和生活技能，以及教育他们正确的价值观，家长们能够为孩子们的未来奠定坚实的基础。与此同时，家长们也应注意给孩子提供充足的休息时间，让他们在轻松愉快的氛围中恢复体力和精神。只有在这样的共同努力下，孩子们才能真正体验到一个丰富、有意义的暑假。

**学生暑假心得体会篇二十**

随着“一带一路”建设的推进，越来越多的国家参与到其中，与中国携手合作。7月23日，西南科技大学马克思主义学院与国际科技战略与政策研究中心合作举办“共建一带一路：中国特色贫困治理的探索与启示”国际论坛。在此次论坛上，我们有幸担任了论坛的译员。

此次实践主要分为两个阶段，第一个是译前准备阶段。在论坛开始之前，主办方为我们提供了中文稿，包括主持稿，两个主讲人的发言稿，总字数接近两万字。第二个阶段是现场翻译，现场翻译就包括一个论坛开幕式，两场主题发言，我们的任务就是为主持人和两个主讲人做交替传译，虽然我们有发言稿，但是现场也遇到许多问题，比如主讲人跳稿讲话，缩略讲话以及现场发挥，这些不仅考验我们现场翻译能力，也考验我们临场发挥和心理素质。

通过此次实践，我们的专业能力得到了较大提升，也对交替传译有了进一步的认识，同时我们也深刻的认识到自己能力的不足。在未来的学习中，我们会努力弥补自己的不足，通过课堂学习与社会实践提高自己的专业能力，努力成为一名优秀的译员。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！